Slaapregistratie-onderzoek (polysomnografie) - in het ziekenhuis

Tijdens het slaaponderzoek worden diverse lichaamsfuncties gemeten en daarnaast de hoeveelheid en de kwaliteit van de slaap beoordeeld. Het onderzoek geeft inzicht in de oorzaak van klachten, zoals ademhalingsstoornissen of andere slaapproblemen. U slaapt in het ziekenhuis tijdens dit onderzoek.

U komt op de dag van het onderzoek naar het ziekenhuis, zodat de laborant de meetapparatuur kan bevestigen. U blijft slapen op een eenpersoons kamer in het ziekenhuis. De volgende ochtend verwijdert de medewerker de meetapparatuur weer.

Op basis van de resultaten van dit onderzoek kan een diagnose worden gesteld of wordt aanvullend onderzoek gedaan.

Voorbereiding

Schone haren

Om de elektroden op uw hoofd goed vast te kunnen plakken is het belangrijk dat u de avond voor het onderzoek uw haren wast en daarna geen haarlak, gel, schuim, versteviging, etc meer gebruikt.

Make-up en nagellak

- U mag geen make-up, dagcrème of bodylotion gebruiken in verband met het bevestigen van de elektrodes. Deodorant mag u wel gewoon gebruiken
- Voor de zuurstofmeting aan uw vinger, moet tenminste 1 nagel van de ringvinger of pink kortgeknipt zijn. Dit mag geen kunstnagel zijn en ook mag de nagel niet gelakt zijn met (gel)nagellak.

Scheren

Als u een stoppelbaard heeft blijft op de kin geen elektrode plakken. Daarom vragen wij u om uw stoppelbaard glad te scheren. Heeft u een lange baard, dan plakken we de elektroden op een andere manier vast. Het onderzoek kan gewoon doorgaan.

Meenemen naar het ziekenhuis

We plakken enkele elektroden op uw kleding. Daarvoor is het nodig dat u;

- een (oud) T-shirt (katoen) met korte of lange mouwen meeneemt (geen mouwloos hemdje) waarin u gaat slapen;
- **voor dames**: draag een prettig zittende BH die 's nachts aan kan blijven of draag helemaal geen BH.

Zorg ervoor dat u op de dag van het onderzoek ruime kleding aantrekt die over het T-shirt met elektroden past.

Neem verder mee naar het ziekenhuis:

- toilet artikelen;
- eventueel een ochtendjas en sloffen;
- eventueel uw eigen kussen;
- wat te lezen.

Eten

U krijgt een warme maaltijd aan het einde van de middag en er is koffie/thee op de afdeling. Eventueel neemt u zelf nog iets te eten of drinken mee voor in de middag of avond.

Opstaan

Voor een goed onderzoeksresultaat vragen wij u op de dag van het onderzoek niet later dan om 08.00 uur 's ochtends op te staan en niet meer te slapen tot aan het onderzoek, tenzij anders afgesproken met uw behandelaar.

Goed voorbereid met Mijn Antonius

In ons ziekenhuis werken we met het patiëntportaal Mijn Antonius. Log voor uw afspraak in op Mijn Antonius met DigiD om de informatie te bekijken die voor u klaarstaat, zoals uw afspraakgegevens, vragenlijsten of andere belangrijke informatie. Zo bent u goed voorbereid op uw afspraak.

Afzeggen

Bent u verhinderd voor het onderzoek? Laat het ons dan zo snel mogelijk weten. Neem hiervoor telefonisch contact op met de afdeling of polikliniek waar het onderzoek plaatsvindt.

Onderzoek

Melden

- Als u een afspraak heeft op locatie Utrecht meldt u zich op route 26.
- Als u een afspraak heeft op locatie Woerden meldt u zich op de poli Slaapgeneeskunde op de 4e etage.
- We halen u op in de wachtruimte en begeleiden u vandaar naar de onderzoekskamer.

Elektroden aanbrengen

U trekt uw meegebrachte T-shirt aan.

- Daarna neemt u plaats op de onderzoekstafel.

- De laborant brengt het registratiemateriaal bij u aan:
  - 4 plakkers op uw onderbenen en 2 plakkers op uw schouders.
  - Om uw borst en buik komen ademhalingsbanden over uw slaapshirt heen en aan uw pink komt een pleister met zuurstofmetertje.
  - Op uw hoofd worden 10 elektroden bevestigd met een gipsachtige lijm (klei), die gemakkelijk uitwasbaar is. Na het bevestigen, komt er een gazen netje overheen ter versteviging.
  - Op uw gezicht worden met doorzichtige pleisters 6 elektroden geplakt.
  - Het opnamekastje, waar alle draden aan verbonden zijn, wordt met elastische banden bevestigd op uw buik of linkerzij.
  - Als laatste wordt een zacht plastic zuurstofslangetje onder uw neus geplaatst.
- Hierna vindt een proefopname plaats. De onderzoeker geeft u dan uitleg over alle metingen die verricht worden.
- Dit alles duurt ongeveer 1 uur.
- Op locatie Utrecht brengt de laborant u vervolgens naar uw eenpersoons slaapkamer op de verpleegafdeling waar u een eigen badkamer en TV heeft.
- Op locatie Woerden wordt u al voorbereid op de kamer waar u ook gaat slapen en waar u ook uw eigen badkamer en TV heeft. Op beide afdelingen krijgt u rond 17.00 uur een warme maaltijd en kunt u iets te drinken krijgen en is er gedurende de gehele avond en nacht personeel op de afdeling aanwezig.

Waar moet u op letten?

Er zijn een paar dingen waar u rekening mee moet houden, omdat dit storing veroorzaakt op de meting:

- De elektroden en het opnamekastje mogen niet nat worden. U kunt dan ook pas de volgende dag na het verwijderen van al het materiaal weer douchen.
- Op uw vinger zit een sensor die niet nat of vies mag worden.
- Probeer zoveel mogelijk uw vaste gewoonten en uw eet- en drinkpatroon aan te houden.

Voordat u naar bed gaat

- Uw mobiele telefoon en laptop moet u uitzetten voordat u gaat slapen.
- U gaat slapen op de tijd die u gewend bent, maar in verband met de duur van het onderzoek voor 00.00 uur (tenzij anders is afgesproken met uw behandelend arts).
- Ook neemt u de medicijnen in die u normaal gesproken inneemt (of wat u heeft afgesproken met uw arts).
- Overleg met uw arts over het gebruik van een CPAP of MRA-beugel.

Nazorg

Na het onderzoek

- De volgende ochtend komt een medewerker bij u op de kamer om het registratiemateriaal te verwijderen en mee te nemen.
- U vult het vragenformulier in over de afgelopen nacht.
- Daarna kunt u ontbijten en douchen en kunt u weer naar huis.

Uitslag onderzoek

De resultaten worden vervolgens geanalyseerd en in het team besproken. Als u nog geen afspraak heeft gekregen voor de uitslag kunt u deze alsnog maken bij poli Slaapgeneeskunde, (https://www.antoniusziekenhuis.nl/slaapgeneeskunde) T 088 320 43 00.

Veilige zorg in het ziekenhuis

In het St. Antonius Ziekenhuis staat veiligheid voorop. Onze medewerkers doen er alles aan om uw bezoek aan het ziekenhuis zo goed mogelijk te laten verlopen. Help ons a.u.b. om goed voor u te zorgen door ons te vertellen:

- Welke medicijnen u gebruikt.
- Of u allergieën heeft.
- Of u (mogelijk) zwanger bent.
- Als u iets niet begrijpt.
- Wat u belangrijk vindt.
- Als u iets ziet wat niet schoon is.

Bereid uw gesprek met uw zorgverlener goed voor. Voor tips: Begin een goed gesprek (https://begineengoedgesprek.nl/)

Op de website van de Nederlandse Patiëntenfederatie (https://www.patientenfederatie.nl) leest u meer over hoe u zelf kunt bijdragen aan veilige zorg.

Gerelateerde informatie

Specialismen

- Slaapgeneeskunde (https://www.antoniusziekenhuis.nl/slaapgeneeskunde)
- Neurologie (https://www.antoniusziekenhuis.nl/neurologie)

Contact Slaapgeneeskunde **T 088 320 43 00**