



H. HARTZIEKENHUIS
MOL

POLYSOMNOGRAFIE:
EEN GIDS VOOR PATIËNTEN

WELKOM

BIJ HET
H. HARTZIEKENHUIS
MOL

Binnenkort ondergaat u een slaaponderzoek. In deze brochure wordt uitgelegd wat dit onderzoek inhoudt. Daarnaast vindt u meer informatie omtrent de opname in het ziekenhuis.

Wat is een polysomnografie?

Polysomnografie is een uitgebreide slaapstudie die wordt uitgevoerd om slaapstoornissen te diagnosticeren. Tijdens deze studie worden verschillende lichamelijke activiteiten geregistreerd terwijl u slaapt, waaronder hersenengolven, zuurstofniveau in het bloed, hartslag en ademhaling, evenals oog- en beenbewegingen. Hierdoor kan de arts de slaapstructuur, slaapkwaliteit en verschillende lichaamsfuncties tijdens de nacht bestuderen.

Wanneer is een polysomnografie nuttig?

Een slaaponderzoek is nuttig om een verklaring te vinden voor slaapproblemen, vermoeidheidsklachten, geheugenproblemen of slaperigheid overdag.

Een slaaponderzoek kan worden aanbevolen als uw arts vermoedt dat u een slaapstoornis heeft, zoals:

- *Obstructief slaapapneusyndroom*: Een aandoening waarbij de ademhaling herhaaldelijk stopt en start tijdens de slaap.
- *Narcolepsie*: Overmatige slaperigheid overdag met plotselinge slaapaanvallen.
- *Periodic limb movement disorder (PLMD)*: Herhaalde mogelijke krampachtige bewegingen van de benen tijdens de slaap.
- *Slaapwandelen en andere parasomnieën*: Ongewone gedragingen tijdens de slaap.

Vorbereiding op het onderzoek

Om het slaaponderzoek zo nauwkeurig mogelijk te maken kunt u zich als volgt voorbereiden:

- Vermijd cafeïne en alcohol: Deze stoffen kunnen de slaap beïnvloeden
- Vervolg uw normale slaapschema: Probeer de dagen voor de studie een consistent slaapschema aan te houden. Soms zal gevraagd worden om een slaapdagboek bij te houden om inzicht te krijgen in uw slaappatroon in de weken voorafgaand aan het onderzoek.
- Neem benodigde medicatie mee: Bespreek met uw arts of u bepaalde medicatie moet innemen of vermijden tijdens de studie. Medicatie die het resultaat van de onderzoeken beïnvloeden dient u 14 dagen voor het slaaponderzoek te stoppen.
- Gebruikt geen bodylotion, haarlak, haargel, wax of make-up. Vermijd gelakte nagels, kunstnagels of gelnagels. Dit alles bemoeilijkt de voorbereidingen van het onderzoek.

Wat brengt u mee:

- Gemakkelijk zittende pyjama of slaapkleed.
 - Kamerjas
 - Toilet gerief en shampoo
 - Kam of borstel
 - Pantoffels
 - Eigen hoofdkussen
 - Identiteitskaart
 - Eventueel papieren van de hospitalisatieverzekering
- U mag uw tijd naar believen doorbrengen in uw bed. U kan best een boek, laptop of iets anders meebrengen om u bezig te houden zo gewenst. Televisie is op de kamer aanwezig.

Wat te verwachten tijdens de polysomnografie

U meldt zich aan bij het onthaal van het ziekenhuis. Na de inschrijving wordt u verwezen naar de dienst neurologie (2e verdieping). U kan zich aanmelden aan de verpleegbalie op de afdeling. U verblijft op een eenpersoonskamer (waarvoor geen supplement wordt gevraagd).

Het is belangrijk dat u zich op tijd meldt voor het onderzoek. Deze voorbereidingen nemen heel wat tijd in beslag! Een verpleegkundige brengt de sensoren aan op uw hoofd, huid, slapen, borst, benen en vingers. Deze sensoren zijn verbonden met een monitor die de verschillende lichaamsfuncties registreert. De verpleegkundigen observeren u van op afstand om ervoor te zorgen dat de apparatuur goed werkt en om notities te maken over uw slaappgedrag.

Wij vragen u om een vragenlijst zorgvuldig in te vullen, deze informatie helpt de arts om uw slaaponderzoek beter te interpreteren.

U verwittigt de verpleegkundige vanaf het moment dat u wenst te gaan slapen. Alle sensoren worden dan nog eens gecontroleerd. We vragen wel om voor middernacht te gaan slapen, om voldoende uren te kunnen registreren. Indien u 's nachts naar het toilet moet, gelieve de verpleegkundige te verwittigen via het belletje.

De ochtend na het onderzoek wordt het materiaal zorgvuldig verwijderd. U krijgt de gelegenheid om te douchen en te ontbijten. Na het verder invullen van de vragenlijst over de voorbije nacht mag u naar huis. Wij vragen u niets zelf te verwijderen aangezien dit een risico geeft op schade aan de materialen.

MSLT (multiple sleep latency test)

Een multiple sleep latency test wordt gedaan om objectief vast te stellen of de patiënt een verhoogde neiging tot inslapen heeft gedurende de dag. Daarnaast kunnen met deze test ook aanwijzingen gevonden worden die wijzen op narcolepsie.

Tijdens het onderzoek wordt er viermaal gevraagd om een dutje te doen (om 9 uur, 11 uur, 13 uur en 15 uur), waarbij telkens gedurende 20 minuten gemeten wordt hoelang het duurt voordat u in slaap valt en/of er remslaap (droomslaap) optreedt.

Voorafgaand aan dit onderzoek wordt een polysomnografie uitgevoerd om de duur en kwaliteit van de slaap gedurende de nacht te beoordelen. Hiervoor worden dezelfde elektroden gebruikt (deze sensoren worden dan uiteraard nog niet verwijderd bij het ontwaken).

Voor een correcte interpretatie van een MSLT is het wenselijk dat alle antidepressiva 14 dagen van tevoren worden gestopt, dit zal met uw arts worden besproken bij het inplannen van het onderzoek.

Resultaten

De verzamelde gegevens worden geanalyseerd door uw neuroloog of longarts. Een correcte analyse en beoordeling van een slaaponderzoek vraagt wel wat tijd. Een drietal weken na het onderzoek wordt een consultatie bij de arts ingepland om de resultaten te bespreken. Dan zal er een eventuele behandeling worden voorgesteld.

Annulatie

Mocht u onverwacht het onderzoek moeten annuleren of uitstellen, dan verzoeken wij u om minstens 72 uur op voorhand contact op te nemen met het secretariaat neurologie (014/71 2898) of met het secretariaat pneumologie (0 14/71 2044), dit in functie van welke arts het onderzoek aanvroeg.

Tijdig verwittigen laat ons ook toe om andere mensen vroeger op te roepen.

Als u eerder wenst opgeroepen te worden dan de gemaakte afspraak (dus in het geval dat iemand annuleert), dan kan u dit ons ook laten weten bij het inplannen van het onderzoek.

Wij wensen u een aangenaam verblijf!



**H. HARTZIEKENHUIS
MOL**

Heilig Hart Ziekenhuis Mol vzw

Gasthuisstraat 1 – 2400 Mol

Tel.: 014/71 20 00

info@azmol.be

www.azmol.be

BE0409.925.265

RPR Turnhout

Deze brochure werd ontwikkeld door, en is eigendom van, het H. Hartziekenhuis Mol.

Elke reproductie of verspreiding zonder toestemming van de eigenaar is verboden.

Datum van opmaak: juni 2024

Auteur/ verantwoordelijke: Neurologen
H. Hartziekenhuis Mol

Kwalificaties auteur: Arts - Neuroloog



H. HARTZIEKENHUIS
MOL

Algemeen nummer: 014 71 20 00

Afspraken: 014 71 20 53

Ombudsdienst: 014 71 21 93

Spoedgevallendienst: 014 71 23 92

Afspraken radiologie: 014 71 20 43