



Slaaponderzoek

31.001N

JE AFSPRAAK IS:

OP:/...../.....

OM:u

Wat is een slaaponderzoek?

De polysomnografie of het slaaponderzoek is een onderzoek waarbij de arts uw slaapstructuur en uw manier van ademen 's nachts bestudeert. Zo probeert men uit te zoeken wat de reden is van:

- vermoeidheid
- slaperigheid overdag
- slapeloosheid
- snurken
- stoppen met ademen of bewegingen 's nachts

Om organisatorische redenen vragen we je om tegen 15 u in het ziekenhuis binnen te komen via de inschrijvingen aan het onthaal. Zo heeft de verpleegkundige tijd om de elektroden (draden) correct te klevan, de computers af te stellen en uw correcte gegevens in te voeren.

De éénpersoonskamer bevindt zich op dienst D5 en is modern ingericht met privé-sanitair, TV en radio, de kamer heeft geluiddichte isolatie. Vergeet niet volgende mee te brengen:

- identiteitskaart
- loszittende slaapkledij + pantoffels
- toiletgerief en shampoo
- avondlectuur
- eventuele papieren hospitalisatieverzekering.
- eventuele medicatie

Je haar is best gewassen vooraf. Je krijgt hier een avondmaal.

Doe zoals je thuis gewoon bent.

Je belt de verpleegkundige wanneer je moe wordt. Die dooft dan de lichten en start het onderzoek op. Je belt wanneer je 's morgens wilt opstaan. Om praktische redenen worden de elektroden pas na 8.30 uur verwijderd. Je krijgt wel eerst een ontbijt. Daarna kan je het ziekenhuis verlaten.

Kan ik wel slapen met al deze apparaten?

De meeste mensen slapen goed. De elektroden worden zo bevestigd dat u tijdens de slaap niet gehinderd wordt bij het draaien en bewegen. Het aanbrengen van de elektroden gebeurt met lijm of plakband en is volstrekt pijnloos. Maak je geen zorgen dat iets zal loskomen. Draai en keer je in bed gerust zoals je gewoon bent. Komt er toch een elektrode los, dan brengt de nachtverpleegkundige, die de signalen opvolgt, dit in orde.

Bijkomende testen

Vaak zijn er bijkomstig aan het slaaponderzoek nog andere testen nodig, zoals bijvoorbeeld een longfoto, bloedname, longfunctie- onderzoek, consult bij de neus-keel-oor arts, ... Meestal kunnen deze testen gebeuren binnen één en dezelfde opname en worden ze vooraf gepland. Ze worden dan uitgevoerd de dag van opname of de voormiddag na uw slaaponderzoek.

MSLT(Multiple Sleep Latency Test)

Met deze test wordt de slaperigheid overdag gemeten. Op vaste tijdstippen overdag zal je gevraagd worden om te slapen. Na 20 minuten zal je gewekt worden. Deze test gebeurt enkel op specifiek vraag van de arts. Indien je deze test moet ondergaan, kan ja pas de volgende avond naar huis. Deze test is afgelopen rond 18 uur.

Het onderzoek zelf

Bij een polysomnografie worden volgende metingen uitgevoerd:

- EEG (Elektro-encefalogram): er worden elektroden op uw hoofd gekleefd. Zo worden de hersengolven gemeten en kan bepaald worden of u slaapt, hoe diep en of je een REM- (Rapid Eye Movement) slaap ontwikkelt.
- EOG (Elektro-oculogram): er worden elektroden naast de ogen gekleefd. Zo worden de oogbewegingen gemeten en kan bepaald worden hoe diep je slaapt.
- EMG (Elektro-myografie): er worden elektroden op je kin en op je been gekleefd. Zo wordt de spierspanning gemeten en kan bepaald worden hoe diep u slaapt en of je beweegt in uw slaap.
- EKG (Elektrocardiogram): er worden elektroden op de borst gekleefd. Zo wordt de regelmaat en de snelheid van je hartritme gemeten.
- Luchtstroom: er wordt een meter op je neus en/of mond geplaatst om te volgen of je ademt. Er wordt ook een rekband rondom je borstkas en buik geplaatst om je adembewegingen te volgen.
- Zuurstof in het bloed: dit wordt gemeten met een speciale elektrode op een vinger.
- Video: een camera staat op je gericht en in bed wordt je constant gefilmd. Als je dit niet wilt, laat dit dan weten aan een verpleegkundige. De videobeelden maken echter een meer correcte analyse mogelijk en worden achteraf vernietigd.
- Vragenlijsten: de verpleegkundige zal je enkele vragenlijsten meegeven. Dit helpt ons om inzicht te bekomen in de zelfbeleving van de patiënt m.b.t. je slaap-en waakgedrag

Wanneer je op het slaaplabo wordt opgenomen voor het opstarten van een behandeling voor slaapapneu, dan brengt u uw eigen toestel (CPAP), waarmee je ondertussen al enkele weken vertrouwd bent, mee naar het ziekenhuis.

Wanneer krijgt u het resultaat van het onderzoek?

Tijdens het onderzoek worden alleen maar signalen opgenomen. In de weken volgend op uw onderzoek worden al deze signalen minutieus geanalyseerd, dit vraagt heel wat tijd. De resultaten van de slaapstudie worden zo snel mogelijk (binnen de 14 dagen) naar uw verwijzende arts doorgestuurd.

Vaak krijgt u van uw ziekenhuisarts reeds een afspraak om de resultaten te bespreken, of wordt u hiervoor thuis opgebeld indien u moet opgeroepen worden voor het eventueel starten van een CPAP behandeling.

VERWITTIG ONS TIJDIG (minstens een dag vooraf graag) ALS JE NIET OP DE SLAAPAFSPRAAK KAN AANWEZIG ZIJN A.U.B.

SLAAPKLINIEK

Dr. G. Bral • Dr. Y. Tanghe
slaapcoördinator Lucie Loidan

Jan Yperman Ziekenhuis • Briekestraat 12 • 8900 Ieper
slaapkliniek@yperman.net • 057 35 74 95

