

WaakSlaapCentrum Amsterdam

Het slaaponderzoek 's nachts

DOEL VAN HET ONDERZOEK

U hebt met uw arts uw klachten besproken. Deze kunnen hun oorzaak vinden in de manier waarop u slaapt. Om dat na te gaan is een slaaponderzoek nodig. Dat betekent dat tijdens uw slaap een aantal lichaamsfuncties worden geregistreerd: uw ademhaling, hartslag en hersenactiviteit. Voor dit onderzoek wordt u één nacht in het ziekenhuis opgenomen.

DE OPNAMEPROCEDURE

Er zijn twee soorten slaaponderzoeken:

1. Een uitgebreid slaaponderzoek (Polysomnografie, PSG)

Hiervoor wordt u 's middags om 14:30 uur, 15:30 uur of om 17.00 uur opgenomen. U krijgt van de laborant een restaurant voucher om in het personeelsrestaurant te gaan eten.

2. Een eenvoudig onderzoek (Watchpat, WPAT)

Hiervoor wordt u om 19.30 uur verwacht. U kunt in principe ook een restaurant voucher krijgen maar het restaurant gaat om 19:30 uur dicht, dus dan wordt u verzocht iets eerder te komen.

Als extra service sturen we u ±1 week voor het onderzoek nog een herinneringsbrief. Ter bevestiging van de afspraak verzoeken wij u, om de 2-3 dagen vóór de opnamedatum tussen 09.00 en 12.00 uur te bellen naar nummer: 020 - 512 5123 of 512 4189.

Dan weten we zeker dat u komt en dan krijgt u ook te horen op welke afdeling u wordt verwacht. U wordt opgenomen op een éénpersoonskamer op een van onze verpleegafdelingen (10A, 8B of 6C). Bij de opname wordt geen verpleegkundige anamnese afgenomen omdat u alleen voor de slaapregistratie komt.

WAT NEEMT U MEE?

Bij uw opname neemt u mee:

- uw nachtgoed, toiletartikelen (o.a. shampoo), ochtendjas en slippers/pantoffels. Als u zonder pyama slaapt dan kleding voor 's avonds meenemen met een voorsluiting, bijvoorbeeld vest met rits/knopen, badjas.
- uw eigen medicatie. Die moet u gewoon innemen tenzij de behandelend arts het anders met u afgesproken heeft.

- slaapmedicatie dient 2 weken van te voren te worden gestaakt, tenzij anders met u is afgesproken door uw arts.
- eventueel iets om te lezen.
- uw afspraakbrief en uw polikliniekkaartje.
- Zonodig uw CPAP apparaat of uw tandheelkundige beugel (MRA/MAD).

VOORBEREIDING

Indien u allergisch bent voor pleisters/lijm, wilt u dit dan melden aan de laborant(e).

1. Polysomnografie.

Tijdens de voorbereiding van het uitgebreide onderzoek krijgt u plakkers (elektroden) op uw hoofd, naast uw ogen, op uw kin en op uw kaken, en een paar op uw borst, armen, vingers en onderbenen geplakt. Deze worden met een plakpasta bevestigd. Daarom wordt u verzocht om uw haar te wassen en geen gel, brylcream, haarlak o.i.d. te gebruiken.

Tevens mag uw haar niet ingevlochten zijn want dan kunnen de elektroden niet opgeplakt worden. Make-up of gezichtscrème graag verwijderen. Rond uw borst en buik krijgt u een reksnoer om de ademhaling te meten. Alle elektroden worden aangesloten op een draagbaar opnamekastje. Gedurende het onderzoek worden er video-/en geluidsopnames van u gemaakt. Dit is noodzakelijk voor het onderzoek.

2. Watchpat.

Voor het eenvoudige onderzoek krijgt u een meethandschoen met een kleine computer om uw arm en hand.

Voor beide onderzoeken is het voorschrift dat uw nagels van uw linkerhand (ring en wijsvinger) kortgeknipt zijn of kunstnagels zijn verwijderd, dat u direct bij binnenkomst uw nachtgoed aantrekt, **de mobiele telefoon en de laptop met draadloos internet uitzet** en niet te laat gaat slapen.

HET ONDERZOEK

1. Polysomnografie

De plakkers voor het uitgebreide onderzoek worden op de afdeling Klinische Neurofysiologie bevestigd door de laborant(e) van het waak/slaapcentrum. Het opnamekastje registreert tijdens uw slaap o.a. hoe uw ademhaling, hartslag en hersenfunctie verlopen, en verder beenbewegingen, hoeveelheid zuurstof in het

bloed, lichaamspositie tijdens de slaap, snurken en wekreacties.

2. Watchpat

De meethandschoen wordt op de verpleegafdeling door de laborant(e) aangebracht.

De handschoen registreert de autonome functie van het zenuwstelsel, de wekreacties, de ademhaling, en de hoeveelheid zuurstof in uw bloed. U krijgt instructies over wat u zelf moet doen.

Tijdens het onderzoek is het heel belangrijk dat u zo min mogelijk gestoord wordt.

De verpleegkundige komt dus niet op uw kamer en u mag niet telefoneren of gebeld worden. Er is geen televisie op de kamer.

Eventueel kunt u, alleen tijdens de avonduren, even televisie kijken in de gezamenlijke ruimte op 10A, maar gedurende de nacht mag dit absoluut niet.

De volgende morgen staat uw ontbijt op 10A klaar in de ruimte voor uw slaapkamer, en op 8B kunt u uw ontbijt uit de kar op de gang halen als u wakker bent. U wordt dus niet wakker gemaakt, tenzij het anders met u is afgesproken!

De laborant(e) komt naar uw kamer om de elektroden weer afkoppelen. Meestal bent u rond 9:30 uur weer klaar om naar huis te gaan, tenzij er met u nog andere afspraken zijn gemaakt de volgende dag.

Als u ongeveer vier tot vijf uur heeft geslapen, zijn er voldoende gegevens verkregen om na te kunnen gaan of uw klachten veroorzaakt worden tijdens uw slaap.

RESULTATEN

De klinisch neurofysioloog analyseert de computergegevens en deze worden besproken in een multidisciplinair overleg. De uitslag daarvan gaat daarna naar uw behandelend arts. Uw eigen arts bespreekt de uitslag en de behandelmogelijkheden met u. Wanneer tot behandeling wordt overgegaan, zal na verloop van tijd meestal opnieuw een slaaponderzoek worden gedaan. Dit om na te gaan of de behandeling het gewenste effect heeft.

PARKEREN

Indien u met uw eigen auto komt dan is er, tegen een gereduceerd tarief van 5 euro, een uitrij kaart voor het parkeerterrein van het ziekenhuis voor u beschikbaar via de slaapafdeling. Indien u gebruik wilt maken van deze mogelijkheid wilt u dit dan op de avond van het onderzoek doorgeven aan de laborant(e) die u voorbereidt op het onderzoek. Deze kan dit dan voor u in de computer verwerken, waarna u de uitrij kaart op de ochtend van ontslag bij de portier kunt afhalen.

EXTRA ZORG NODIG?

Standaard is er geen verpleegkundige op de slaapafdeling aanwezig. Indien u denkt extra zorg nodig te hebben voor bijvoorbeeld het aan- en uitkleden, toiletbezoek of bent u erg vergeetachtig, dan dient u dit ruim van te voren door te geven. Bel hiervoor a.u.b. onderstaand nummer dan proberen we hier zoveel mogelijk rekening mee te houden.

VRAGEN?

Mocht u na het lezen van deze folder nog vragen hebben, aarzelt u dan niet deze te stellen.

U kunt contact opnemen met de afdeling

WaakSlaapStoornissen:

telefoonnummer: 020 - 512 4189 of de afdeling

Klinische Neuro Fysiologie (KNF)

telefoonnummer 020 – 512 5123.