Onderzoek

Slaaponderzoek PSG, thuis met MRA

Bij een polysomnografie (PSG) onderzoekt de arts hoe uw ademhaling en zuurstofverzadiging verloopt in uw slaap en hoe ernstig dit eventueel is. Ook kijken we naar uw hartslag en beenbewegingen.

Daarnaast wordt ook de slaap zelf gemeten, zoals de tijd die u slaapt, slaapstadia en diepte, maar ook hoe vaak u wakker wordt. Dit is het complete slaaponderzoek.

U slaapt tijdens dit onderzoek de hele nacht met uw MRA in. In deze informatie leest u meer over dit onderzoek.

(073) 553 86 80

Maandag t/m vrijdag 8.30 – 12.00 uur en van 13.30 - 16.30 uur

Hoe verloopt het onderzoek?

Hier vindt u alle belangrijke informatie over uw onderzoek

Voorbereiding

Hoe bereidt u zich voor?

- Om het onderzoek goed te kunnen uitvoeren is het belangrijk dat u van tevoren geen bodylotion, crème en dergelijke op uw lichaam gebruikt. Deodorant mag u wel gewoon gebruiken.
- U mag geen kunstnagel dragen op uw linker wijsvinger. Dit is belangrijk omdat u een elektrode op uw vinger krijgt.
- Om de elektroden op uw hoofd goed vast te kunnen plakken is het nodig dat u de avond voor het onderzoek uw haren wast en geen haarlak, gel of dergelijke meer gebruikt.
- Als u een stoppelbaard heeft, is het lastiger om op de kin elektroden te plakken. Daarom vragen wij u om uw baard af te scheren. Wilt u dit niet, dan plakken we de elektroden op een andere manier vast. Het onderzoek kan gewoon doorgaan.
- Neem een aansluitend t-shirt mee, dit t-shirt draagt u de hele nacht. Hierop worden elektroden bevestigd.
- Vrouwelijke patiënten moeten beslissen of zij hun BH aan willen houden. Als u ervoor kiest om uw BH aan te houden, moet u deze ook aanhouden bij het slapen. Kies daarom voor een fijn zittende BH.
- Zorg ervoor dat u op de dag van het onderzoek ruime kleding aantrekt die over het T-shirt met de elektroden past. Draag geen strakke broek.



- We willen een duidelijk beeld krijgen van uw slaperigheid. Vul daarom de slaperigheidstest zo nauwkeurig mogelijk in en breng deze mee naar het onderzoek.

Ga naar de slaperigheidstest (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/sites/default/files/documents/2021-06/SWC-037%20Slaperigheidstest%20.pdf)

- Voor het onderzoek moet u een bruikleenovereenkomst tekenen. Wilt u de bruikleenovereenkomst niet tekenen, dan kan het onderzoek helaas niet doorgaan.

Ga naar de bruikleenovereenkomst (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/sites/default/files/documents/2021-07/SWC-039%20Bruikleenovereenkomst%20apparatuur%20slaaponderzoek.pdf)

Kunt u niet naar uw afspraak komen?

Bel dan zo snel mogelijk, maar uiterlijk één werkdag voor de afspraak, naar de afdeling Klinische Neurofysiologie, telefoonnummer (073) 553 86 80. In uw plaats kunnen wij dan een andere patiënt helpen. Zo houden we de wachtlijsten zo kort mogelijk!

Bent u de dagen voor het onderzoek erg verkouden, moet u veel hoesten of heeft u griep of koorts? Bel dan ook naar de afdeling Klinische Neurofysiologie om te overleggen of uw onderzoek door kan gaan.

Geen foto's maken

Het is tijdens de voorbereiding op het onderzoek in het ziekenhuis niet toegestaan om foto’s te maken.

Hoe verloopt het onderzoek?

Waar meldt u zich?

U meldt zich op de afdeling Klinische Neurofysiologie (KNF). Gebouw C, verdieping 1, ontvangst 5.

Voor het onderzoek

Bij dit onderzoek kijken we onder andere naar uw slaappatroon, hartritme, ademhaling en het zuurstofgehalte in uw bloed tijdens de nacht.

- Om dit te registreren plakt de laborant met speciale lijm of pasta elektroden op uw hoofd en gezicht.
- Bij uw borst, buik, benen en vinger maakt de laborant met tape verschillende banden en sensors vast.

De voorbereiding duurt ongeveer 1 uur.



Foto: hoofd met elektroden



Foto: lichaam met elektroden



Foto: benen met elektroden

Tijdens het onderzoek

Met deze apparatuur gaat u naar huis. Vanaf dit moment is de registratie begonnen.

Waar moet u op letten?

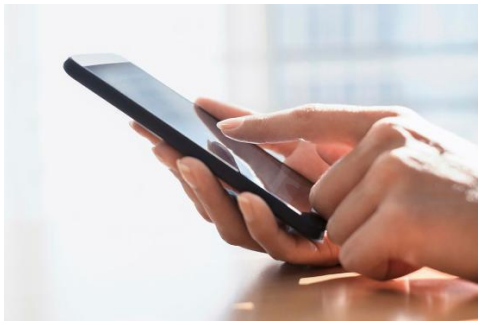
Er zijn een paar dingen waar u rekening mee moet houden, omdat dit storing veroorzaakt op de meting.

- De apparatuur mag geen contact met water hebben.
- Op uw vinger zit een sensor die niet nat of vies mag worden.
- Probeer zoveel mogelijk uw vaste gewoonten en uw eet- en drink patroon aan te houden.
- Het is belangrijk dat de draden niet loslaten. Houdt u daarom rekening met de activiteiten die u doet.

Wat moet u doen als u gaat slapen?

- Zet uw mobiele telefoon en laptop helemaal uit.
- Haal de stekker van uw bed uit de stopcontact.
- Doe uw MRA in.
- Zorg voor een goede bevestiging van de ademhalingssensor voordat u gaat slapen.
- De uiteinden van deze sensor moeten goed in de luchtstroom vallen van beide neusgaten.
- Maak de ademhalingssensor vast met de tape die u meegekregen hebt.
- Controleer de checklist, u vindt deze hieronder.
- Ga slapen in de houding die u gewend bent.

Checklist voor u gaat slapen



Zet uw mobiele telefoon helemaal uit.

Foto: mobiele telefoon



Haal de stekker van uw (water)bed of elektrische deken uit het stopcontact.

Foto: stekker



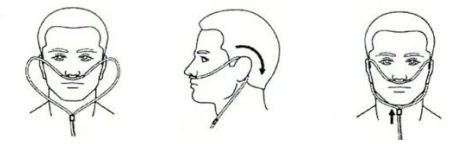
Zet uw laptop helemaal uit.

Foto: laptop



Een koptelefoon moet u afzetten en de geluidsapparatuur zet u uit.

Foto: koptelefoon



Bevestig de ademhalingssensor volgens het plaatje. Plak de sensor vast met tape aan beide kanten van uw neus.

Plaatje: ademhalingssensor

Wat moet u de dag na het onderzoek doen?

Als u 's ochtends opstaat, kunt u de ademhalingssensor weer verwijderen. Vult u zo nauwkeurig mogelijk het dagschema in. U heeft dit schema gekregen van de slaaplaborant bij de voorbereidingen op het onderzoek in het ziekenhuis. De slaaplaborant heeft u uitgelegd hoe u het dagschema moet invullen.

Verwijderen van de meetapparatuur

- Op het afgesproken tijdstip komt u naar de afdeling Klinische Neurofysiologie. Daar verwijdert de laborant alle elektroden, kabels, tape en apparatuur. Dit duurt ongeveer 30 minuten.
- De laborant stelt u een aantal vragen over de nacht van het onderzoek.

- Daarna gaat u naar huis. Als u weer thuis bent, adviseren wij u uw haren te wassen in verband met restpasta. Verder kunt u weer gewoon uw dagelijkse activiteiten oppakken.

Uitslag

Wanneer krijgt u de uitslag?

Tijdens het onderzoek vertelt de laborant wanneer en van wie u de uitslag krijgt.

Vragen

Heeft u nog vragen?

Als u nog vragen heeft dan kunt u deze voor het onderzoek stellen. U mag ook bellen naar de afdeling Klinische Neurofysiologie, telefoonnummer (073) 553 86 80.

Praktische tips

Wat neemt u mee?

Neem naar uw afspraak uw geldig identiteitsbewijs mee. Hier vindt u meer informatie (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/wat-neemt-u-mee) over wat u moet meenemen.

Afspraak op onze locatie in 's-Hertogenbosch, Boxtel, Drunen, Rosmalen of Zaltbommel? Meld u eerst digitaal aan. Lees hier (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/aanmelden) hoe dit werkt.

Opleidingsziekenhuis

In het JBZ leiden we verpleegkundigen, coassistenten, artsen en andere zorgverleners op. Dit betekent dat bij uw afspraak soms meerdere zorgverleners aanwezig zijn. En het kan zijn dat u onderzocht of behandeld wordt door een zorgverlener in opleiding (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/opleidingsziekenhuis-met-wie-heeft-u-een-afspraak). Deze zorgverlener werkt altijd onder supervisie van een gekwalificeerde zorgverlener.

MijnJBZ

Via MijnJBZ (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/mijnjbz) kunt u zelf een deel van uw persoonlijke en medische gegevens inzien die in het JBZ over u bekend zijn. Dit is mogelijk door in te loggen via mijnjbz.nl of via de MijnJBZ-app: HiX Patiënt (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/mijnjbz/meer-informatie-over-mijnjbz/mijnjbz-app-hix-patient).

Bekijk uw zorgverzekering

Controleer zelf vóór een afspraak in het JBZ of uw zorg wordt vergoed:

- Bekijk hier (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/tarieven) met welke zorgverzekeraars het JBZ een contract heeft.
- Het hangt ook af van uw polis of uw zorgverzekeraar alle zorg volledig vergoedt.
- Onze zorg valt voor volwassenen onder het wettelijk eigen risico. Dit betekent dat u ieder jaar eerst een bedrag zelf moet betalen, voordat uw zorgverzekeraar kosten gaat vergoeden.

Gegevens delen

Wilt u dat zorgverleners buiten het Jeroen Bosch Ziekenhuis uw medische gegevens kunnen inzien? Dan moet u het JBZ toestemming geven (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/gegevens-delen) om uw gegevens beschikbaar te stellen.

Betrokken afdelingen

Slaap Waak Centrum (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/slaap-waak-centrum)

Klinische Neurofysiologie (KNF) (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/klinische-neurofysiologie-knf)

Code SWC-026

Copyright 2026 Jeroen Bosch Ziekenhuis