

SLAAP WAAK CENTRUM

SLAAPONDERZOEK POLYSOMNOGRAFIE (PSG), MET OPNAME

Naam:

Het is belangrijk dat u deze folder goed doorleest.

Afspraak op het Slaap Waak Centrum

Een slaapprobleem of een probleem dat met de slaap te maken heeft, kan verschillende oorzaken hebben. In het Slaap Waak Centrum werken wij daarom met een team van zorgverleners. Ieder houdt zich vanuit zijn eigen kennisgebied bezig met uw probleem. U ziet niet alle zorgverleners. Eén keer per week komt het team bij elkaar. Zij bespreken dan alle patiënten die een slaaponderzoek hebben gehad, en stellen een behandelplan op. Hierdoor zijn wel alle zorgverleners bij uw probleem betrokken.

Houdt u er rekening dat u vaak meerdere, opeenvolgende afspraken krijgt. Deze proberen we zoveel mogelijk te combineren, dit is echter niet altijd mogelijk

De zorgverleners zijn onderdeel van verschillende poliklinieken en afdelingen binnen het Jeroen Bosch ziekenhuis. De intake, onderzoeken, uitslagen en behandelingen kunnen daardoor plaatsvinden op de volgende poliklinieken, afdelingen van het Slaap Waak Centrum:

- polikliniek Longgeneeskunde;
- polikliniek Neurologie;
- polikliniek Keel-, Neus- en Oorheeskunde (KNO);
- functieafdeling Longgeneeskunde;
- Klinische Neurofysiologie;
- medische psychologie.

Verder werken wij samen met het Tandheelkundig Centrum in Rosmalen, Vught en Zaltbommel.



Deze informatie voor patiënten is met de grootste zorg samengesteld. Het betreft algemene informatie. Aan deze informatie kunnen geen rechten worden ontleend.

© Jeroen Bosch Ziekenhuis / www.jeroenboschziekenhuis.nl

(SWC-020, uitgave februari 2018)

Kunt u op de datum van het onderzoek niet komen?

Belt u dan zo snel mogelijk, maar uiterlijk een werkdag voor de onderzoeksdatum, naar de afdeling Klinische Neurofysiologie, (073) 553 86 80. Uw plaats kan dan gebruikt worden om een andere patiënt te helpen. Zo werkt u ook mee om de wachtlijsten zo kort mogelijk te houden!

Verkouden, griep of koorts?

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

Wat is een slaaponderzoek?

Bij dit onderzoek kijken we naar uw slaappatroon en naar bepaalde functies van uw lichaam tijdens de nacht. U slaapt in het ziekenhuis tijdens dit onderzoek. U komt op de dag van het onderzoek naar het ziekenhuis zodat de slaaplaborant de meetapparatuur kan bevestigen. De dag na het onderzoek komt u naar de afdeling Klinische Neurofysiologie. De slaaplaborant verwijdt de meetapparatuur dan weer.

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 in verband met het bevestigen van een elektrode op uw vinger.
- 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 medicijnen gebruikt moet u deze zelf meenemen. Neemt u mee wat u de dag van het onderzoek en de dag erna nodig heeft, zodat u die gewoon in kunt nemen.
- 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.
- We plakken enkele elektroden op uw kleding. **Daarvoor is het nodig dat u een aansluitend T-shirt meebrengt.** Houdt u er rekening mee dat u dit T-shirt niet meer uit kunt doen als de elektroden eenmaal aangesloten zijn.
- 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.
- We willen een duidelijk beeld krijgen van uw slaperigheid. Daarom vragen wij u de slaperigheidstest zo nauwkeurig mogelijk in te vullen. Brengt u dit mee naar het onderzoek.
- Vult u op de medicijnlijst in welke medicijnen u eventueel gebruikt. Brengt u dit mee naar het onderzoek.
- Wilt u een telefoonnummer van een contactpersoon meenemen.

De slaperigheidstest en de medicijnlijst vindt u achter in deze folder.

Wat neemt u ook mee?

- Uw legitimatiebewijs (geldig paspoort, rijbewijs, identiteitskaart of vreemdelingenkaart);

- Uw patiëntenpas van het Jeroen Bosch Ziekenhuis. Heeft u nog geen pas of kloppen de gegevens niet meer? Laat dan een (nieuwe) patiëntenpas maken voordat u naar uw afspraak gaat. Dit kan op alle locaties van het Jeroen Bosch Ziekenhuis, behalve in Zaltbommel, Gamerschestraat.
- Uw Actueel Medicatie Overzicht (AMO). Het is voor uw arts belangrijk te weten welke medicijnen u thuis gebruikt. Uw eigen apotheek kan dit overzicht voor u uitprinten. Vraag hierom kort voordat u het ziekenhuis bezoekt.

Medicatiegegevens delen

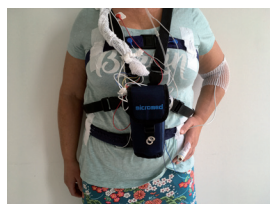
Het Jeroen Bosch Ziekenhuis kan digitaal uw historisch medicatieoverzicht opvragen, maar alleen als u daar toestemming voor heeft gegeven.

Deze toestemming regelt u bij alle apotheken waar u uw medicatie ophaalt, of online via www.ikgeeftoestemming.nl. Toch blijft het ook dan belangrijk om uw papieren AMO mee te nemen naar het ziekenhuis. Aan de hand van uw AMO controleren we welke medicatie u op dit moment gebruikt. Na goedkeuring van de arts vermelden we deze medicijnen in uw Elektronisch Patiënten Dossier.

Let op: het is tijdens de voorbereiding op het onderzoek in het ziekenhuis niet toegestaan om foto's te maken.

Wat gebeurt er bij het onderzoek?

U meldt zich eerst bij de afdeling Klinische Neurofysiologie voor het slaaponderzoek. 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 plakken we met behulp van speciale lijm of pasta elektroden op uw hoofd en uw gezicht. Bij uw borst, buik, rug, schouders, armen en benen maken we met tape diverse banden en sensors vast. Daarna maken we een korte testopname om te controleren of alles goed is aangesloten. De voorbereiding duurt ongeveer een uur.



De foto's geven u een indruk hoe het er uitziet als alle meetapparatuur bevestigd is.

Met deze apparatuur gaat u naar de verpleegafdeling. 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.
- U mag geen kauwgom eten.
- Uw mobiele telefoon en laptop moet u uitzetten voordat u gaat slapen.

- U moet de stekker van uw bed uit het stopcontact halen voordat u naar bed gaat.
- Probeer zoveel mogelijk uw vaste gewoonten en uw eet- en drink patroon aan te houden. U kunt de meeste dagelijkse activiteiten gewoon doen.
- Het is belangrijk dat de draden niet loslaten. Houdt u daarom rekening met de activiteiten die u doet.

Belangrijk

U heeft het apparaat en de elektroden voor het slaaponderzoek in bruikleen. We verwachten dat u hier zorgvuldig mee omgaat. U bent tijdens de bruikleen periode wettelijk aansprakelijk voor diefstal, verlies en/of schade aan het apparaat.

Opname op de verpleegafdeling

De laborant van de Klinische Neurofysiologie brengt u naar de afdeling waar u die nacht wordt opgenomen. Op de afdeling krijgt u een opnamegesprek met de verpleegkundige.

Wat moet u doen als u gaat slapen?

- 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 aan het einde van deze folder.
- Ga slapen in de houding die u gewend bent.

De volgende ochtend

- Als u 's ochtends opstaat, kunt u deze ademhalingssensor weer verwijderen.
- Vult u zo nauwkeurig mogelijk het dagschema in. U heeft het 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

Wat moet u de dag na het onderzoek doen?

Als u wakker bent, zet u de deur van uw kamer open. De verpleegkundige weet dan dat u gestoord mag worden en kan het ontbijt komen brengen. Op het afgesproken tijdstip komt u terug op de afdeling Klinische Neurofysiologie. Daar worden alle elektroden, kabels, tape en apparatuur verwijderd. Dit duurt ongeveer een half uur. 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.

Wanneer krijgt u de uitslag?

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

Heeft u nog vragen?

Dan kunt u deze voor het onderzoek stellen. U mag ook telefonisch contact opnemen met de afdeling Klinische Neurofysiologie, telefoon (073) 553 86 80. Voor meer informatie kunt u ook kijken op de website van het Jeroen Bosch Ziekenhuis, www.jbz.nl/slaapwaakcentrum.

Checklist voor u gaat slapen:



- ☐ Mobiele telefoon helemaal uitzetten



- ☐ Stekker van (water)bed of elektrische deken uit het stopcontact



- ☐ Laptop helemaal uitzetten

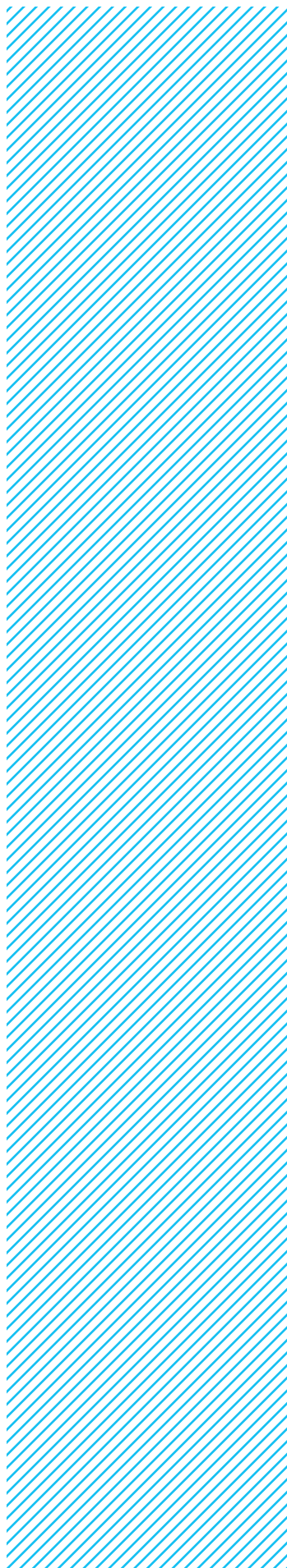


- ☐ Koptelefoon en geluidsapparatuur af- en uitzetten

- ☐ Ademshalingssensor bevestigen, zie onderstaand voorbeeld



- ☐ Succes



Als u dat wilt, kunt u hieronder de reden aangeven waarom u dit onderzoek krijgt

Slaperigheidstest
Epworth Sleepiness Scale

Naam:

Geboortedatum:

Hoe vult u de vragenlijst in?

In de lijst ziet u verschillende situaties. Het gaat er hierbij om hoe makkelijk u weg doezelt of in slaap valt in die situaties? Het gaat niet alleen om het moe zijn, maar om een gevoel van slaperigheid. Deze vragen hebben te maken met uw huidige levenswijze. Heeft u kortgeleden één van onderstaande situaties niet meegemaakt? Probeert u zich dan in te denken hoe u zich zou voelen. Kies voor iedere situatie het best passende cijfer, oplopend van 0 t/m 3. U kunt dat aankruisen.

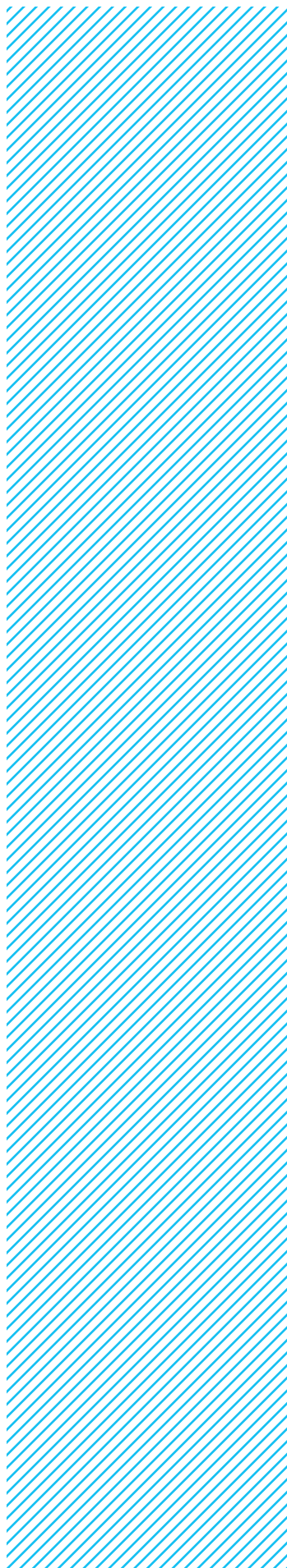
0 = ik zou nooit indutten

1 = kleine kans dat ik zou indutten

2 = redelijke kans dat ik zou indutten

3 = grote kans dat ik zou indutten

Situatie	0	1	2	3
Zitten lezen				
TV kijken				
Zitten zonder dat u verder iets doet in een openbare ruimte. Bijvoorbeeld in een theater of op een bijeenkomst/vergadering				
Een uur als passagier meerijden in een auto zonder te stoppen				
's Middags liggen rusten als de omstandigheden dit toelaten				
Met iemand zitten praten				
Rustig zitten na een lunch zonder alcohol				
In een auto, terwijl u een paar minuten stilstaat in het verkeer				



Overzichtlijst Medicijngebruik

Naam:

Geboortedatum:

Wordt u voor het onderzoek opgenomen? Dan moet u de medicijnen zelf meenemen.

Naam medicijn (bijvoorbeeld Paracetamol)	Hoeveelheid (bijvoorbeeld 100 milligram)	Inname per dag(bijvoorbeeld 2x per dag)