

Slaaponderzoek

bij Fundashon Mariadal



Fundashon Mariadal

**Uw medisch specialist heeft een
slaaponderzoek voor u aangevraagd.**

In deze folder leest u:

- Wat een slaaponderzoek is
- Hoe het onderzoek verloopt
- Hoe u zich voorbereidt
- Wat u na het onderzoek moet doen



Wat is een slaaponderzoek?

Een slaaponderzoek – ook wel polygrafie of polysomnografie genoemd – laat zien hoe uw lichaam werkt terwijl u slaapt. Zo kunnen we beoordelen of u bijvoorbeeld ademhalingsstoornissen of andere slaapproblemen heeft.

Het onderzoek is veilig en pijnloos.

U slaapt gewoon thuis, in uw eigen bed.

Waar vindt het onderzoek plaats?

U komt in de namiddag naar Fundashon Mariadal.

Een medewerker van het slaapteam sluit daar de meetapparatuur bij u aan. Dit duurt ongeveer 15 tot 30 minuten.

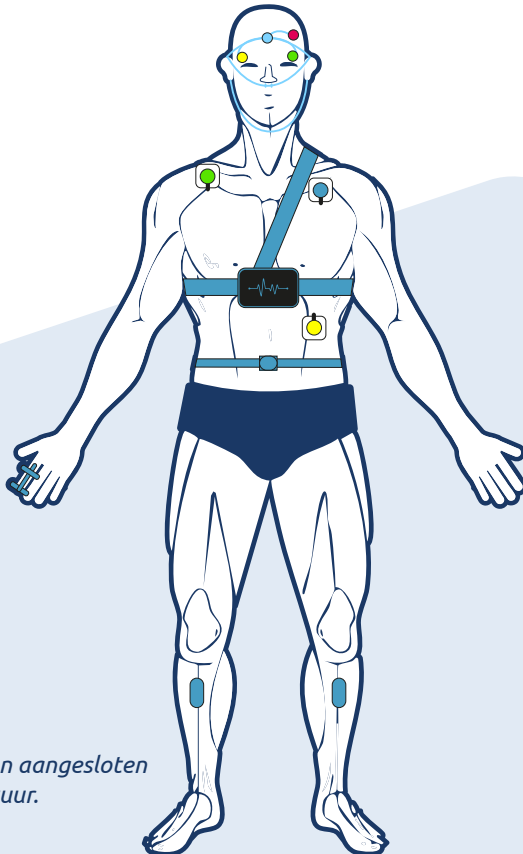
Daarna gaat u naar huis met de apparatuur.

U kunt gewoon bewegen, maar: niet sporten of zwaar tillen.

Welke meetapparatuur krijgt u?

De volgende onderdelen worden bij u aangesloten:

- Een slangetje onder uw neus (meet ademhaling)
- Banden om uw borst en buik (meet ademhaling en beweging)
- Een zuurstofmeter aan uw vinger
- Een elektrode aan uw hals (meet snurken)



*Afbeelding:
Voorbeeld van aangesloten
meetapparatuur.*

Soms worden er ook extra elektroden geplaatst:

- Op uw hoofd (voor hersenactiviteit – EEG)
- Op uw borst (voor hartslag – ECG)

Deze zijn verbonden met een klein kastje (de recorder) dat u op de borst draagt. De recorder start en stopt automatisch op het afgesproken tijdstip. U kunt tijdens het slapen gewoon draaien en bewegen.

Wat wordt er gemeten tijdens uw slaap?

- Uw ademhaling
- Uw zuurstofgehalte in het bloed
- Uw hartslag
- Of u snurkt
- Uw slaaphouding

Soms ook:

- Uw slaapfasen
- Bewegingen van uw benen
- ECG (hartritme)

Vorbereiding op het slaaponderzoek

Een goede voorbereiding is belangrijk. Houd op de dag van het onderzoek rekening met het volgende:

Voor het onderzoek:

- ✓ Kom op de afgesproken tijd naar de receptie van de specialistenpoli
- ✓ Houd uw normale dagritme aan (dus geen dutjes)
- ✓ Douche voordat u naar het ziekenhuis komt
- ✗ Gebruik geen bodylotion
- ✗ Neem geen slaapmedicatie

Kledingadvies: Draag een joggingbroek of sportbroek en een ruim T-shirt. U slaapt die nacht in dat T-shirt.

De meetapparatuur wordt daarbovenop bevestigd, en het shirt kan 's nachts niet meer uit.

Na het onderzoek – de volgende ochtend

Als u wakker bent en niet meer gaat slapen:

1. Verwijder de apparatuur voorzichtig zelf
2. Douche indien gewenst
3. Breng de apparatuur terug naar het ziekenhuis, zo vroeg mogelijk, maar uiterlijk vóór 10:00 uur.

Lever alles in bij de specialistenpoli.

Vragen of contact?

Heeft u nog vragen? Neem dan gerust contact op met de specialistenpoli:

Telefoon: +599 715 8900 (*Kies optie 2: Longpoli-assistente*)

E-mail: specialistenpoli@fundashonmariadal.org

Zorg met aandacht

Bij Fundashon Mariadal staan uw gezondheid en uw nachtrust centraal. We begeleiden u met liefde, professionaliteit en zorgvuldigheid – *ook als u slaapt.*



Fundashon Mariadal

Kaya Soeur Bartola
Kralendijk
Bonaire, Caribisch Nederland
(+599) 715 89 00
info@fundashonmariadal.org

fundashonmariadal.com

