




Jan Yperman Ziekenhuis

Slaaponderzoek

31.001N

Jan Yperman Ziekenhuis
Briekestraat 12 • 8900 Ieper
www.yperman.net • 057 35 35 35
info@yperman.net •     

Wat is een slaaponderzoek?

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

- vermoeidheid
- slaperigheid overdag
- slapeloosheid en/of bewegingen 's nachts
- snurken en/of slaapapneus

Wanneer word je opgenomen?

Om organisatorische redenen vragen we jou om tegen **15 uur** in het ziekenhuis binnen te komen via de opnamedienst. Na de inschrijving word je naar de kamer verwezen. De kamer bevindt zich op dienst D5 en is geluids- en lichtdicht ingericht (zonder venster) om het onderzoek optimaal te laten gebeuren. De kamer is voorzien van privésanitair, TV, radio, wifi, ... Er wordt een avondmaal en een ontbijt voorzien tijdens je opname. Gelieve te verwittigen wanneer je een aangepast dieet volgt.

Wat breng je mee?

- identiteitskaart en kaartje voor hospitalisatieverzekering
- loszittende slaapkledij (liefst pyjama of short & T-shirt)
- pantoffels & kamerjas
- shampoo en toiletgerief (handdoeken, douchegel, ...)
- eigen hoofdkussen (eventueel)
- medicatie (indien nodig)

Vorbereiding op het onderzoek zelf

Was je haar voor je naar het ziekenhuis komt. Breng nadien geen gel of haarlak aan. Om de kleefelektroden goed te laten hechten, vragen we je om schmink en dagcrèmes te vermijden. Ook vragen we om (in de mate van het mogelijke) je baard te scheren. In de loop van de namiddag worden alle elektroden (draden) aangebracht. De elektroden worden zo bevestigd dat je 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.

Bijkomende testen

Vaak zijn er bijkomstig aan het slaaponderzoek nog andere testen nodig, zoals bijvoorbeeld een longfunctieonderzoek, consult bij de neus-keel-oorarts, ... Die bijkomende onderzoeken worden uitgevoerd de dag van opname of de voormiddag na je slaaponderzoek.

MSLT (Multiple Sleep Latency Test)

Met deze test wordt de slaperigheid overdag gemeten en kijkt men of je gemakkelijk in slaap valt. Die test gebeurt enkel op specifieke vraag van de arts. Op vaste tijdstippen overdag wordt er gevraagd om gedurende 20 minuten te slapen in een prikkelarme omgeving. Indien je die test moet ondergaan, kan je pas de volgende avond naar huis. De test is afgelopen rond 18 uur.

Het onderzoek zelf

“Doe zoals je thuis gewoon bent.”

We vragen je de verpleegkundige te verwittigen wanneer je wilt gaan slapen. Je kiest het tijdstip dat je thuis gewoon bent. De verpleegkundige dooft dan de lichten en start het onderzoek op. Maak je geen zorgen dat er iets zou loskomen. De registratie wordt gedurende de nacht gecontroleerd. Komt er toch een elektrode los, dan brengt de nachtverpleegkundige, die de signalen opvolgt, dat in orde. 's Morgens verwittig je opnieuw de verpleegkundige wanneer je wakker bent. Dan wordt de opname gestopt. Om praktische redenen worden de elektroden pas na 8.30 uur verwijderd. Daarna kan je het ziekenhuis verlaten.

Bij een polysomnografie worden volgende metingen uitgevoerd:

- EEG (Elektro-encefalogram): er worden elektroden op het hoofd gekleefd. Zo worden de hersengolven gemeten en kan bepaald worden hoe diep je slaapt.
- EOG (Elektro-oculogram): er worden elektroden naast de ogen gekleefd. Zo worden de oogbewegingen gemeten en kan bepaald worden of je een REM-slaap (Rapid Eye Movement) ontwikkelt.
- EMG (Elektromyografie): er worden elektroden op de kin en op de benen gekleefd. Zo wordt de spierspanning gemeten en kan bepaald worden of je beweegt in je 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 neusbrilletje onder de neus geplaatst om de ademhaling te volgen. Er wordt ook een rekbands rondom je borstkas en buik geplaatst om je adembewegingen te volgen.
- Saturatiemeter: op één vinger plaatsen we een rubberen hoesje om de zuurstof in je bloed te bepalen.
- Video: tijdens je slaap worden er bovendien videobeelden gemaakt zodat een correctere analyse mogelijk is. Die beelden worden na afloop vernietigd. Wanneer je dat niet wenst, mag je dat steeds melden aan de verpleegkundige.

Wanneer krijg je het resultaat van het onderzoek?

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

Je kan steeds de slaapkliniek opbellen voor de verdere opvolging. De verpleegkundigen zorgen ervoor dat je een afspraak krijgt bij je doorverwijzende specialist om de resultaten te bespreken.

Verwittig ons tijdig (minstens twee dagen vooraf) als je niet op de slaapafspraak kan aanwezig zijn a.u.b.

SLAAPKLINIEK

Dr. G. Bral • Dr. Y. Tanghe
slaapcoördinator Lucie Loridan – Nathalie Van Belleghem

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