

Omfattande sömnregistrering hemma (omfattande ambulatorisk sömnpolygrafi) och förberedelser inför undersökningen

Omfattande sömnregistrering (omfattande ambulatorisk sömnpolygrafi) är en undersökning som används för att utreda störningar under sömnen och sömnkvalitet.

Undersökningsapparaten fästs vid dig på avdelningen för klinisk neurofysiologi (KNF) och den egentliga registreringen sker hemma när du sover på natten. Apparaten återlämnas följande dag till KNF-avdelningen.

Så här förbereder du dig inför undersökningen

Det tar cirka 1-2 timmar att hämta, fästa och lära sig att använda apparaten. Tvätta och torka håret innan du kommer till undersökningen. Använd inga hårbehandlingsmedel.

Ta med dig till undersökningen:

- En ifylld sömndagbok, om du har fått en.
- En skjorta som känns bra att ha på när du sover. Registreringsapparaten och mätsonderna fästs på skjortan.
- Ta dessutom med dig en skarf eller huvudbonad som används för att skydda elektroderna som fästs vid huvudet.
- Om du önskar kan du ta med dig en anhörig eller annan stödperson.
- Egen CPAP-apparat (apparat för behandling av sömnapné), om du har en sådan.

Läkemedel som du använder regelbundet kan du ta som vanligt. Tillfälliga lugnande medel eller sömnmedel ska undvikas under registreringsnatten (utom om den remitterande läkaren har gett andra anvisningar). Om du har svårare att andas på grund av t.ex. en förkylning ska du flytta undersökningen.

Undersökning

Registreringen sker hemma medan du sover. Registreringen sparas i den medföljande lilla portabla apparaten. Apparaten och registreringsgivarna som fästs vid dig mäter bl.a. andning, snarkning, syrehalt i blod och kroppsrörelser. Med hjälp av elektroderna som fästs vid huden på huvudet och ansiktet följer man hjärnans elektriska funktion, ögonrörelser samt muskelspänning. Du får även med dig en aktigrafiapparat som mäter rörlighet och som fästs kring handleden som en klocka.

Registreringsapparaten, mätgivarna, elektroderna och aktigrafiapparaten lösgörs följande morgon hemma och återlämnas på KNF-avdelningen.

Efter undersökning

Du får undersökningresultaten av läkaren som vårdar dig.

Om du inte vet hur du får resultaten, fråga polikliniken eller avdelningen som skickade dig till undersökningen.

Annat att beakta

Ta med dig FPA-kort eller identitetsbevis.

Inga separata avgifter tillkommer för undersökningen.

Avboka tiden om du inte kan komma.

Om du inte avbokat tiden kommer du att debiteras en straffavgift.