

Sömnlatenstest (MSLT) och förberedelser inför undersökningen

MSLT (Multiple sleep latency test) är en undersökning där man utreder orsaken till dagtrötthet eller ofrivilligt insomnande under dagtid. Det egentliga MSLT-testet föregås av en **aktigrafi-undersökning** samt en **omfattande sömnregistrering**, vilka båda genomförs hemma.

- **Se separat instruktion om förberedelser inför aktigrafi-undersökningen** samt undersökningstiden.

Omfattande sömnpolygrafi

Omfattande sömnpolygrafi är en smärtfri och ofarlig undersökning, där man med hjälp av elektroder, som fäst till huvudet och kroppen, mäter bl.a. sömnkvalitet, ögonrörelser, muskelspänning och andning. Med undersökningen försäkras tillräcklig sömn (minst sex timmar) under natten före MSLT-undersökningen.

Kom till KNF-avdelningen på avtalad tid på undersökningdagen för påsättning av registreringsapparaten. Ta med dig en egen T-skjorta, på vilken registreringsapparaten fästs. Ta också med dig en duk, mössa eller klädesplagg med huva för att skydda de elektroder som fästs på huvudet, eftersom de lämnas på plats inför kvällen.

- För att få bra elektrodkontakt skall håret vara rent och torrt.
- Undvik hårstylingprodukter.
- Nagellack och konstruktionsnaglar försvårar undersökningen.

Reservera cirka 1-1,5 timmar för avhämtning av apparaten, för att få den påsatt och för anvisningarna.

Förberedelser inför MSLT-undersökningen

Du kan ta dina regelbundna mediciner som vanligt. Ibland görs tillfälliga förändringar i den mediciner du använder inför MSLT-undersökningen. Instruktioner för det får du av din remitterande läkare. Undvik tillfälliga insomningsmediciner och alkohol dygnet före undersökningen.

Du kan ta med dig något att fördriva tiden med, eftersom du bör hållas vaken mellan registreringarna. Fyll i och ta med dig de **frågeformulär du fått, samt sömndagboken.**

På undersökningdagen får du inte dricka kaffe, te eller andra koffeinhaltiga drycker, utom en liten kopp kaffe på morgonen om du brukar dricka det regelbundet. Ifall du brukar dricka stora mängder koffeinhaltiga drycker är det skäl att minska mängden gradvis under veckan som föregår undersökningen.

MSLT-undersökningen

Vakna senast kl. 7.00 på undersökningsmorgonen och **anländ till avdelningen före kl. 8.30**. Under dagens lopp görs fyra eller fem registreringar: ca 30 minuter per gång med 2 timmars mellanrum. Under undersökningen ligger ni i en undersökningssäng i ett mörklagt rum. Undersökningen görs med de elektroder som fästs för den omfattande sömnpolygrafin.

Undersökningen är slutförd före kl. 16 eller efter den femte registreringen kl. 17.30. Under dagen har du möjlighet till avgiftsbelagd måltid. Alternativt kan du ta med dig egen lunch. Undersökningen har inga efterverkningar.

För att säkerställa en pålitlig undersökning, **blir du ombedd att ge ett urinprov under undersökningdagen**. Provet analyseras för användning av medicinering, som påverkar vigilans.

Patientanvisning

2 (2)

HUS Bilddiagnostik

Klinisk neurofysiologi (KNF)

www.undersokningshuset.fi

Efter undersökningen

Du får undersökningsresultaten 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 **identitetsbevis med bild** (ID-kort, körkort eller pass).

- FPA-kort utan bild räcker inte

Inga separata avgifter tillkommer för undersökningen.

Om inte den reserverade undersökningen annulleras uppbärs en separat straffavgift