

## Unideprivaatio- / uni-EEG ja siihen valmistautuminen

**EEG (elektroenkefalografia eli aivosähkökäyrä)** on kivuton tutkimus, jossa mitataan aivojen sähköistä toimintaa valveen ja alentuneen vireyden tai unen aikana. Tutkimusta käytetään mm. kohtauksellisten oireiden selvittelyssä.

### Ennen tutkimusta

Tutkimuksen onnistumisen kannalta on tärkeää, että olet tutkimukseen tullessa väsynyt ja edeltävän yön yöuni on jäänyt selvästi normaalia lyhyemmäksi. Mikäli normaalisti nuket kahdeksan tunnin yöunia, olisi suositeltavaa rajoittaa uni tutkimusta edeltävänä yönä ajalle klo 24-04. Lääkärisi on voinut myös antaa sinulle tarkemmat valvomisohteet, noudata silloin niitä.

Hyvän elektrodikontaktin saavuttamiseksi on hiusten oltava puhtaat ja kuivat.

Hiustenmuotoiluvälineitä ei saa käyttää.

Ennen tutkimusta voit syödä ja juoda tavalliseen tapaan, mutta vältä tavallisesta poikkeavaa kahvin, kolajuomien, teen ja energiajuomien juomista, erityisesti 2 tunnin ajan ennen tutkimuksen alkua. Lääkärisi määräyksen mukaiset lääkkeet voit ottaa ohjeen mukaan. Ota tutkimukseen mukaan myös tiedot lääkityksestäsi.

### Tutkimuksen aikana

Tutkimuksen alussa päähäsi laitetaan joustava elektrodimyssy. Elektrodien kosketusherkkyttä lisätään vesiliukoisella kontaktiaineella.

Tutkimuksessa pyritään rekisteröimään väsynyttä valvetta ja myös lyhyt jakso unta, mikäli nukahdat. Rekisteröinnin aikana sinun tulee olla makuuasennossa mahdollisimman rentoutuneena ja silmät suljettuina myös valveen aikana. Rekisteröinnissä voidaan käyttää vilkkuvaa valoa ja tehostettua hengittämistä antamaan lisätietoa.

Varaa tutkimuskäyntiin aikaa noin 2 tuntia. Tutkimuksella ei ole mahdollisen väsymyksen lisäksi muita jälkivaikutuksia. Tutkimuksessa käytettävää vesiliukoista kontaktiainetta voi kuitenkin osin jäädä hiuksiin tutkimuksen jälkeenkin, mutta se lähtee hyvin hiustenpesussa kotona. EEG-elektrodeista voi jäädä ohimenevästi painaumuksia iholle. Halutessasi voit ottaa mukaan päähineen peittääksesi painaumat.

### Tutkimuksen jälkeen

Saat tutkimuksen vastaukset lääkäriltä, joka hoitaa sinua.

Jos et tiedä, kuinka saat vastaukset, kysy siltä poliklinikalta tai osastolta, josta sinut lähetettiin tutkimukseen.

## Ota huomioon

Huomioi valvomisen aiheuttama väsymys ennen ja jälkeen tutkimuksen: Vältä autolla ajoa ja huolehdi turvallisuudestasi.

Ota mukaasi Kela-kortti tai henkilötodistus.

Tutkimuksesta ei tule erillistä maksua.

Peru aika, jos et pääse tulemaan.