

Univiivetestti (MSLT) ja siihen valmistautuminen

MSLT (Multiple sleep latency test) on tutkimus, jolla selvitetään päiväväsymystä tai pakonomaista nukahtamistaipumusta. Varsinaista MSLT-tutkimusta edeltää **aktigrafia-** ja **laaja unipolygrafia-tutkimus**, jotka tehdään kotirekisteröinteinä.

- **Katso erillinen ohje aktigrafia-tutkimukseen** valmistautumisesta ja tutkimuksen ajankohdasta.

Laaja unipolygrafia

Laaja unipolygrafia on kivuton ja vaaraton tutkimus, jossa päähän ja vartalolle kiinnitetään elektrodeja mittaamaan mm. unen laatua, silmänliikkeitä, lihasjänteyttä ja hengitystä. Tutkimuksella varmistetaan riittävä unen määrä (vähintään kuusi tuntia) MSLT-tutkimusta edeltävänä yönä.

Saavu laajan unirekisteröintilaitteen kiinnittämistä varten sovittuna aikana KNF-osastolle. Ota mukaan oma T-paita, jonka päälle rekisteröintilaitteen vyöt kiinnitetään. Varaa lisäksi mukaan huivi, päähine tai hupullinen vaate, jolla suojata päähän kiinnitettyjä elektrodeja, sillä ne jäävät illaksi paikoilleen.

- Hyvän mittauskontaktin saavuttamiseksi tulee hiusten olla puhtaat ja kuivat.
- Älä käytä hiustenmuotoiluvälineitä.
- Kynsilakka ja rakennekynnet hankaloittavat tutkimusta.

Varaa noin 1-1,5 tuntia aikaa laitteen hakuun ja siihen liittyvään kiinnitykseen ja ohjaukseen.

MSLT-tutkimukseen valmistautuminen

Voit ottaa säännöllisesti käyttämäsi lääkkeet normaalisti. Joskus lääkitykseen tehdään tilapäisiä muutoksia MSLT-tutkimusta varten. Ohjeet tähän saat lähettävältä lääkäriltä. Vältä tilapäisten nukahtamislääkkeiden ja alkoholin käyttöä edeltävän vuorokauden aikana.

MSLT-tutkimuspäivää varten voit ottaa mukaan ajanvietettä, sillä rekisteröintien väliajoilla sinun tulee pysyä hereillä. Täytä ja ota mukaan saamasi **kyselylomake ja unipäiväkirja**.

Tutkimuspäivänä ei saa juoda kahvia, teetä eikä muita kofeiinipitoisia juomia, paitsi aamulla saa juoda yhden pienen kupillisen kahvia, mikäli juot sitä säännöllisesti. Jos kofeiinipitoisten juomien käyttö on runsasta, määrää kannattaa asteittain vähentää edeltävän viikon aikana.

MSLT-tutkimus

Herää tutkimuspäivän aamuna viimeistään klo 7.00 **ja saavu osastolle klo 8.30 mennessä**. Päivän aikana tehdään neljä tai viisi rekisteröintiä: noin 30 minuuttia kerrallaan 2 tunnin välein. Tutkimuksen aikana ollaan makuulla tutkimusvuoteella pimennetyssä huoneessa. Tutkimus tehdään laajaa unipolygrafiatutkimusta varten laitetuilla elektrodeilla.

Tutkimus päättyy klo 16.00 mennessä tai viidennen rekisteröinnin jälkeen klo 17.30. Päivän aikana sinulla on mahdollisuus maksulliseen ruokailuun tai voit ottaa mukaan omia eväitä. Tutkimuksella ei ole jälkivaikutuksia.

Tutkimuksen luotettavuuden varmistamiseksi **sinulta pyydetään tutkimuspäivän aikana virtsanäyte**, josta tutkitaan vireystilaan vaikuttavien lääkeaineiden käyttöä.

Potilasohje

2 (2)

HUS Kuvantaminen
Kliininen neurofysiologia (KNF)

www.tutkimukseen.fi

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

Ota mukaasi **kuvallinen henkilöllisyystodistus** (ajokortti, henkilökortti tai passi).

- Kela-kortti ilman kuvaa ei ole riittävä.

Tutkimuksesta ei tule erillistä maksua.

Peru aika, jos et pääse tulemaan.

Jos et peru aikaa, sinulta peritään sakkomaksu.