



# Slaaponderzoek

## Polygrafie

Met dit slaaponderzoek kunnen wij zien of en wanneer er ademstops (apneus) voorkomen tijdens de slaap. Ook wordt eventueel snurken geregistreerd. Dit onderzoek heeft geen risico's of bijwerkingen voor u.

### Afspraak/plaats

Dag: .....

Datum: .....

Tijd: .....

Plaats:  Hoofddorp  Haarlem Zuid

Het onderzoek is op de poli longgeneeskunde.

### Welke voorbereidingen zijn nodig?

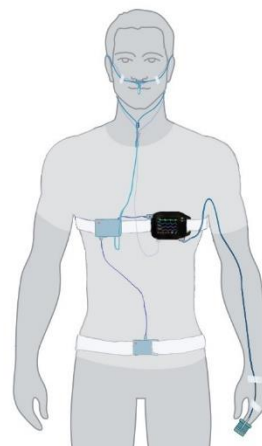
- Neem **EEN T-SHIRT MEE** waarin u 's avonds thuis gaat slapen. Hierop worden de banden van de meetapparatuur vastgemaakt.
- Heeft u nagellak of kunstnagels? Verwijder dit dan van 2 nagels voor het onderzoek.
- Neem een ruime trui, vest of jas mee. Na het aanbinden van de meetapparatuur trekt u deze over uw t-shirt aan.
- Gebruikt u een MRA (Mandibulair Repositie Apparaat), SPT (Sleep Position Trainer) of een CPAP-apparaat (Continuous Positive Airway Pressure)? Dan heeft uw arts of de OSAS-verpleegkundige\* met u afgesproken of u deze tijdens het onderzoek wel of niet moet gebruiken. Gaat u met een CPAP slapen? Neem deze dan mee bij het aanbinden van de apparatuur.

## Hoe gaat het onderzoek?

Het onderzoek gebeurt thuis, maar de meetapparatuur wordt aangebonden in het Spaarne Gasthuis. U krijgt metertjes op uw t-shirt geplaatst. Hieronder leest u welke dat zijn en waarom u deze krijgt. Het aanbinden duurt ongeveer 20 minuten.

U krijgt:

- Twee rekbare banden over uw t-shirt: één om uw borstkas en één om uw buik. Deze banden meten de borst- en buikademhaling. De banden worden op hun plaats gehouden door een nethemd.
- Een saturatiemeter. Dit is een metertje om uw vinger dat het zuurstofgehalte en uw hartslag meet.
- Een neuscanule voor in uw neus. Deze canule meet uw ademhaling en registreert of u snurkt.
- Een witte emmer. Hier doet u de volgende dag de meetapparatuur in.



## Uitleencontract

U krijgt de apparatuur van het ziekenhuis mee naar huis. Hiervoor moet u een uitleencontract ondertekenen.

## Thuis

U kunt rondlopen en slapen met de metertjes. Voor een zo goed mogelijk resultaat van dit onderzoek is het heel belangrijk dat de apparatuur op zijn plaats blijft en niet loslaat.

### Leefregels voor thuis

- De apparatuur mag niet nat worden. U kunt dus niet douchen.
- U mag niet sporten.
- Er mag niemand aan de apparatuur komen.
- Drukt u per ongeluk de aan/uitknop in? Dat is niet erg. Het scherm gaat dan aan of uit. De meting gaat gewoon door.

## Gaan slapen

Doe voordat u naar bed gaat de neuscanule in uw neus en de saturatiemeter op de vinger. Beide maakt u vast met de meegegeven plakkers. Het apparaat start automatisch met registreren. Hij stopt 's ochtends ook automatisch. U hoeft dus niets aan en uit te zetten.

## De volgende ochtend

Na het opstaan mag u het nethemd stuk trekken en in de prullenbak gooien. Maak daarna de banden los met de drukknoopjes. **Gebruik geen schaar.** Gebruikt u wel een schaar? Dan knipt u misschien de draden door. Laat de draden aan het apparaat zitten. Doe alles in de witte emmer.

### Apparatuur terugbrengen

Breng voor 11:00 uur in de ochtend de apparatuur terug op de locatie waar de apparatuur is aangebonden. Krijgt u de apparatuur op vrijdag? Dan brengt u de apparatuur op maandag voor 11:00 uur terug. Iemand anders mag de apparatuur ook terugbrengen. Het terugbrengen duurt maar een paar minuten. Komt u met de auto? In Hoofddorp kunt u maximaal 15 minuten

gratis parkeren in de blauwe zone. Parkeert u in Haarlem Zuid korter dan 15 minuten op het parkeerterrein? Dan is het ook gratis.

## Afspraak voor de uitslag

Twee tot drie weken na uw slaaponderzoek wordt u gebeld. U krijgt dan een afspraak op de poli bij de specialist. Geef daarom uw **(mobiele) telefoonnummer** door, zodat wij u goed kunnen bereiken.

## Uitslag

De specialist bespreekt met u de uitslag van het slaaponderzoek. Ook bespreekt hij/zij met u de mogelijke behandeling. Houdt er rekening mee dat u misschien bij meerdere specialisten een afspraak heeft. Dit hangt af van de uitslag van het slaaponderzoek. En duurt maximaal 2 uur.

## Vragen en telefoonnummers

Het is belangrijk dat u juiste en duidelijke informatie krijgt. Heeft u na het gesprek met uw arts/verpleegkundig specialist of OSAS-verpleegkundige en na het lezen van deze informatie vragen? Stel deze dan gerust. Schrijf uw vragen van tevoren op, zodat u niets vergeet.

- Slaap/snurk-poli (polikliniek longgeneeskunde): (023) 224 0140.

\*OSAS staat voor Obstructieve Slaap Apneu Syndroom; een OSAS-verpleegkundige is gespecialiseerd in slaap-/snurkproblemen.

## Waar zijn we te vinden?

### Haarlem Zuid

Boerhaavelaan 22  
2035 RC Haarlem

(023) 224 0000

### Haarlem Noord

Vondelweg 999  
2026 BW Haarlem

[www.spaarnegasthuis.nl](http://www.spaarnegasthuis.nl)

### Hoofddorp

Spaarnepoort 1  
2134 TM Hoofddorp

[info@spaarnegasthuis.nl](mailto:info@spaarnegasthuis.nl)