INFORMATIE OVER

Slaaponderzoek (polysomnografie) thuis

Om uw slaappatroon in kaart te brengen is voor u een polysomnografie (slaaponderzoek) afgesproken. De voorbereiding vindt plaats op de polikliniek. U slaapt vervolgens thuis. In deze folder leest u hier meer over.

Wat is polysomnografie (PSG)?

Hoewel we ongeveer 1/3 van ons leven slapen, lijkt dit zo vanzelfsprekend dat de meeste mensen zelden stilstaan bij de betekenis ervan. Pas wanneer we korte of langere tijd slechter slapen besteden we er aandacht aan.

Een slechte nachtrust kan vooral overdag voor grote problemen zorgen. We kunnen te maken krijgen met bijvoorbeeld concentratiestoornissen waardoor we ons werk onvoldoende kunnen uitvoeren, er is een verhoogd risico op het krijgen van ongelukken, enz.

Om het slaappatroon in kaart te brengen kunnen we een polysomnografie verrichten. Poly betekent veel, somnus betekent slaap en grafie betekent registreren. Met een polysomnografie wordt aan de hand van het plaatsen van verschillende sensoren uw slaappatroon bekeken.

Door het bekijken van de curven kan beoordeeld worden of u voldoende diep slaapt, snurkt of kortdurende ademstilstanden (apneu's) heeft.

Waar wordt het onderzoek verricht?

Op verzoek van een specialist wordt een PSG aangevraagd. Er wordt een afspraak met u gemaakt of u wordt hiervoor op een later tijdstip gebeld.

Voor het onderzoek wordt u om 15.30 uur verwacht op de afdeling KNF, route 37. U kunt zich melden bij route 35. Vervolgens brengt u de nacht thuis door.

Het slaaponderzoek

Een laborant bereidt u voor

U krijgt draden op uw hoofd, rond de ogen en op uw kin. U krijgt verder plakkers op uw benen en banden om uw buik en borst. Voor het meten van het zuurstofgehalte in uw bloed krijgt u een plakker om de vinger. Voor de mond en neus krijgt u tevens een sensor.

Als alle elektroden bevestigd zijn, mag u naar huis. De draden op uw hoofd en gezicht zijn goed zichtbaar. Bij voorkeur komt u met de auto naar het ziekenhuis en niet met de fiets of het openbaar vervoer.

Wees voorzichtig met de kostbare apparatuur

De apparatuur die u meekrijgt, is uiterst kostbaar. Wij gaan ervan uit dat u er voorzichtig mee omgaat.

Let op: de apparatuur en de draden mogen niet nat worden!

U komt de volgende ochtend terug op de polikliniek

We verwachten u de volgende dag om 08.15 uur terug op de polikliniek KNF. Op zaterdag verwachten wij u om 08.00 uur op de Spoedpost.

Een laborant verwijdert de plakkers en de draden. Hierna kunt u na ongeveer 15 minuten weer naar huis.

Uw voorbereiding op het slaaponderzoek

Als u medicijnen gebruikt, kunt u die gewoon innemen zoals u gewend bent. Dit geldt ook voor slaaptabletten.

Instructies voor kleding en verzorging

Houdt u op de dag van het onderzoek rekening met de volgende instructies voor uw kleding en verzorging:

- Kom met droog, gewassen haar zonder gel, lak, wax, mousse enz. (de plakkers blijven anders niet zitten).
- Gebruik geen bodylotion of crème op uw lichaam of gezicht.
- De nagel van de middel- of wijsvinger van de hand waar u niet mee schrijft dient kort geknipt te zijn.

- neem een T-shirt of pyjamajasje (in ieder geval iets wat uw schouders bedekt) mee. Dit trekt u in het ziekenhuis of thuis aan, vóór het aanbrengen van de apparatuur. U houdt dit aan tijdens het slapen.
- Draag verder comfortabele kleding die u voor de nacht niet over uw hoofd uit hoeft te trekken en bij voorkeur geen strakke lange broek.

Instructies voor thuis

Houdt u zich thuis aan de volgende instructies:

- Wees voorzichtig met tanden poetsen, wassen, drinken en eten.
- De meting start op het moment dat u het ziekenhuis verlaat. Probeert u vóór 21.00 uur ’s avonds niet weg te dutten, maar om voldoende slaap te kunnen registreren is het wel van belang dat u voor 00.00 uur (middernacht) gaat slapen.
- De pasta op uw hoofd heeft tijd nodig om uit te harden. Gaat u dus vooral niet liggen voordat u daadwerkelijk naar bed gaat.

Let op!

Als er sensoren los gaan, mag u die zelf weer vast plakken. Het is echter niet de bedoeling dat u in de ochtend zelf sensoren verwijdert. Dit gebeurt in het ziekenhuis door de laborant om beschadiging te voorkomen.

Uitslag van het onderzoek

De uitslag van het onderzoek krijgt u op de polikliniek van uw behandelend arts. Hiervoor zal in overleg een afspraak worden gemaakt.

Heeft u nog vragen?

Heeft u na het lezen van deze informatie nog vragen? Neem dan tijdens kantooruren contact op met de afdeling klinische neurofysiologie.

Afdelingen

Klinische Neurofysiologie (KNF)

Telefoonnummer	020-634 6260/6842
Route	37

https://www.bovenij.nl/aandoening-behandeling/slaaponderzoek-polysomnografie-thuis/slaaponderzoek-polysomnografie-thuis
Deze download is gemaakt op 24-11-2026 om 14.07 uur.