



# Slaaponderzoek

Informatiebrochure voor patiënten





*Beste patiënt*

*Je arts stelde voor om je slaap te laten onderzoeken in het Slaaplabo van ZAS. In deze brochure geven we je meer informatie over dat onderzoek. Wat houdt een slaaponderzoek precies in? Waarop moet je letten voor je naar het ziekenhuis komt? Wat mag je de avond van het slaaponderzoek nog doen en wat gebeurt er 's nachts? Wanneer mag je terug naar huis?*

*Heb je nadat je deze brochure hebt gelezen nog vragen? Aarzel dan niet om contact op te nemen met het Slaaplabo waar je je aanmeldde. Je vindt de contactgegevens op pagina 10.*

*We wensen je een goed verloop van het onderzoek.*

*Het team van het Slaaplabo*

*Mogelijk vragen we je om enkele documenten en vragenlijsten in te vullen. Die vind je op **zas.be/slaaponderzoek***



**Heb je een fout gezien in een brochure?**  
Meld het ons via [zas.be/fout-in-brochure](https://zas.be/fout-in-brochure)

Wat onderzoeken we?	01
Wat breng je mee naar het ziekenhuis?	02
Aandachtspunten dag van je afspraak	03
Aanmelding in het ziekenhuis	04
Verloop slaaponderzoek	05
Uitslag slaaponderzoek	06
Contactgegevens Slaaplabo	07

## Wat onderzoeken we?

In het Slaaplabo bestuderen we je slaap door verschillende signalen gelijktijdig te registreren. We verkrijgen die door meerdere elektroden en sensoren over je hele lichaam aan te brengen.

- Een elektro-encefalogram (EEG) registreert met elektroden op je hoofd je **hersenactiviteit**. Zo zien we of je slaapt en welke fasen van de slaap je doorloopt.
- Een elektromyogram (EMG) registreert met elektroden op je kin en benen je **spieractiviteit en beenbewegingen**.
- Een elektro-oculogram (EOG) registreert je **oogbewegingen**.
- Een electrocardiogram (ECG) registreert je **hartritme**.
- Door banden rond je romp (adembanden) volgen we de beweging van je borstkas en buik en met een druksensor de luchtstroom door je neus en mond. Zo registreren we je **ademhaling**.
- Met een zuurstofsaturatiemeter meten we aan je vinger het **zuurstofgehalte in je bloed**.
- Een microfoon ter hoogte van je hals laat ons toe om het **snurken** te registreren.
- Met een video-opname kunnen we **bepaalde aspecten van je slaapedrag** bestuderen.

## Wat breng je mee naar het ziekenhuis?

02

- Vroegen we je om op voorhand een **vragenlijst over je slaap** in te vullen? Doe dat bij voorkeur digitaal of breng het ingevulde document mee.
- Vroegen we je om een **slaapdagboek** in te vullen? Doe dat bij voorkeur digitaal of breng het ingevulde document mee.
- Breng de **verwijsbrief** van je arts mee.
- Breng **slaapkleedij** mee: liefst een pyjamabroek met niet te spannende pijpen.
- Breng eventueel je **eigen hoofdkussen** mee of andere zaken die bijdragen aan je slaapcomfort.
- Breng ook **wasgerief** mee: zeep, shampoo, washandje, handdoek ...
- Krijg je een CPAP-behandeling? Breng dan je **CPAP-apparaat** en je masker mee naar het ziekenhuis.
- Het is de bedoeling dat je de avond probeert door te brengen zoals je dat gewoonlijk doet.  
Ben je gewoon om 's avonds nog iets te **drinken** (frisdrank of alcoholische drank) of te **eten**?  
Breng dat dan mee. Wij hebben water, thee en koffie.
- Breng ook je **thuismedicatie** mee die je nodig hebt voor de overnachting.

# 03

## Aandachtspunten dag van je afspraak

- Zorg ervoor dat je ringvinger of middenvinger aan je linkerhand vrij is van nagellak en gelnagels.
- Verwijder alle maquillage aan je aangezicht en hals.
- Als je slaaponderzoek in ZAS Palfijn plaatsvindt, bellen we je enkele dagen op voorhand op om alle info nog even op te frissen.

# 04

## Aanmelding in het ziekenhuis

- We verwachten we je in ZAS Augustinus of ZAS Palfijn. Het uur en de route vind je op je afspraak terug.
- Zoals bij elke opname vragen we een voorschot. Dat is afhankelijk van je statuut bij de mutualiteit: mensen met verhoogde tegemoetkoming betalen 50 euro, anderen 75 euro. Voor een slaaponderzoek krijg je altijd een eenpersoonskamer. Dat is om medische redenen, dus zonder bijkomende kosten.
- De verpleegkundige begeleidt je naar je kamer.
- Je geeft het ondertekende toestemmingsformulier voor medisch cameratoezicht af. Je kan dat formulier ook ter plaatse ondertekenen.
- Je krijgt een licht avondmaal.

## Verloop slaaponderzoek

- Met plakkertjes of een pasta op je huid brengen we verschillende kabeltjes aan en sluiten die aan op een computer. Dat duurt ongeveer 45 minuten en doet geen pijn.
- Nadien kan je nog wat tv-kijken, een boek lezen, je smartphone, tablet of laptop gebruiken ...  
Er is wifi.
- Als je effectief gaat slapen – ten laatste rond 23u – vragen we je om de verpleegkundige te verwittigen. Dan controleert die nog even alle elektroden zodat we zeker zijn van een goed signaal.
- Om het risico op storing van de technische apparatuur tot een minimum te beperken, vragen we je om je gsm/tablet/laptop voor je gaat slapen volledig uit te schakelen.
- Als de verpleegkundige in de loop van de nacht merkt dat er elektroden losgekomen zijn, komt die je kamer binnen om de elektroden opnieuw te bevestigen.
- Als je 's morgens wakker wordt, bel je de verpleegkundige. Die sluit het slaaponderzoek af en verwijdert de elektroden. Je kan je dan douchen, aankleden en naar huis gaan. Er is een licht ontbijt voorzien. Als je dat wenst, kan je je op een bepaald uur laten wekken. Het is mogelijk dat je vanaf 6 uur wordt afgekoppeld. Als dat zo is, verwittigt de verpleging jou op voorhand.

### **Kan ik wel slapen met al die apparaten?**

Ja, de meeste mensen slapen goed. De elektroden worden zo bevestigd dat je tijdens je slaap niet gehinderd wordt als je je draait of beweegt.

### **Wat als ik naar het toilet moet tijdens het onderzoek?**

Je kan zonder probleem zelfstandig naar het toilet gaan.

## Uitslag slaaponderzoek

- Tijdens het onderzoek zelf is de longarts niet aanwezig. Een verpleegkundige volgt je 's nachts op en een computer registreert alle signalen.
- Een correcte analyse van het slaaponderzoek vraagt veel tijd. De slaaparts probeert het onderzoek binnen de 14 dagen te analyseren en maakt een verslag op.
- Als het onderzoek is aangevraagd door een specialist binnen ZAS, maak je met die arts (na minstens 14 dagen) een nieuwe afspraak om de uitslag te bespreken.
- Als iemand anders (je huisarts of een specialist die niet verbonden is aan ZAS) het slaaponderzoek aanvroeg of als het gebeurde als vooronderzoek voor een gastric bypass-operatie, maak je een afspraak met je verwijzend arts.

## Contactgegevens Slaaplabo

**Heb je vragen of wens je meer informatie?** Neem dan contact op met het Slaaplabo waar je je aanmeldde.

### Slaaplabo ZAS Augustinus

Route 236

Oosterveldlaan 24

2610 Wilrijk

**03 443 35 57**

(afspraken en annulaties)

**03 443 35 06**

(info over het slaaponderzoek)

### Slaaplabo ZAS Palfijn

Route 26

Lange Bremstraat 70

2170 Merksem

**03 270 89 50**

(werkdagen tussen 14 en 16 uur)



# ZIEKENHUIS aan de STROOM