

Unipolygrafia

Tutkimuksen tarkoitus

Unipolygrafiaturkimuksen (Polysomnografia, PSG) tarkoituksena on selvittää unen rakenteen poikkeavuuksia, uneen liittyviä erityishäiriöitä sekä mahdollisia unenaikaisia hengityskatkoksia, osittaista ylähengitystieahtaumaa ja liikehäiriöitä.

Valmistautuminen tutkimukseen

Kahden viikon ajan ennen tutkimusta

- Yritä nukkua mahdollisimman säännöllisesti. **Merkitse nukkumisesi ohessa olevaan unipäiväkirjaan kahden viikon ajan ennen tutkimusta** ja palauta päiväkirja saapuessasi tutkimukseen.
- Mahdolliset käytössäsi olevat lääkkeet saat ottaa ennen tutkimusta normaalisti. Vältä runsasta alkoholin käyttöä. Tutkimusta edeltävänä päivänä alkoholia ei saa käyttää lainkaan.

Tutkimuspäivänä

- Hiusten pitää olla puhtaat ja kuivat, kun tulet tutkimukseen. Hiuksiin ei saa laittaa lakkaa, geeliä tai muita muotoilutuotteita pesun jälkeen. Jos työskentelet hitsauksen parissa, pese hiukset erityisen hyvin. Hiuksiin kertynyt metallipöly voi aiheuttaa runsaasti teknisiä häiriöitä tutkimuksen kuluessa.
- Ota mukaasi tarvitsemasi lääkkeet.
- Jos käytössäsi on lääkärin määräämä uniapnealaite tai -kisko, ota se mukaasi tutkimukseen.
- **Ota unipolygrafiaturkimusta varten mukaasi ohut T-paita tai vastaava sekä lyhyet alushousut**, joita pidät rekisteröintiyön ajan. Osa antureista kiinnitetään näiden päälle.
- Halutessasi voit ottaa mukaan esim. luettavaa tai muuta ajankulua.

Tutkimuksen kulku

Tule tutkimusiltana tutkimusyksikköön klo 18:00. Mittausanturien kiinnitys kestää noin tunnin. Sen jälkeen on aikaa totutella antureihin. Rekisteröinti käynnistetään ennen nukkumaanmenoa. Saat iltapalan ennen tutkimusta.

Tutkimuksen yhteydessä saat täytettäväksesi kaavakkeen, jossa kysytään erilaisia nukkumiseen ja väsymykseen liittyviä asioita.

Tutkimus on kivuton eikä sanottavasti häiritse normaalia unta. Kaikki anturit ovat pinnallisia iholle tai vaatteiden päälle kiinnitettäviä. Yön aikana voit kääntyillä ja valita nukkuma-asennon omien tottumustesi mukaisesti.

Tutkimuksessa rekisteröidään aivojen sähköistä toimintaa, silmien liikkeitä, lihasjännitystä, hengitystä, sydämen syketaajuutta, asentoa, liikehdintää sekä veren happikyllästeisyyttä ja tarvittaessa hiilidioksidipitoisuutta. Lisäksi nukkumista videoidaan.

Seuraavana aamuna anturit irrotetaan ja saat aamupalan. Voit halutessasi käydä osastolla suihkussa. Tutkimuksen jälkeen voi normaalisti esim. mennä töihin.

Tutkimuksen jälkeen

Kliinisen neurofysiologian osaston lääkäri antaa tutkimuksesta lausunnon. Lausunto ohjataan tutkimuksen pyytäneelle osastolle tai poliklinikalle, joka kertoo tutkimustuloksista sekä mahdollisista jatkotoimista.