

Yöpolygrafia - kotirekisteröinti

Tutkimuksen tarkoitus

Kotona tehtävän yöpolygrafiatutkimuksen tarkoituksena on selvittää mahdollisia unenaikaisia hengityskatkoksia, osittaista ylähengitystieahtaamaa ja jalkojen liikehäiriöitä.

Valmistautuminen tutkimukseen

- Pyri nukkumaan mahdollisimman säännöllisesti viikon ajan ennen tutkimusta. Vältä myös runsasta alkoholin käyttöä. Tutkimusiltana alkoholia ei saa käyttää lainkaan. Ota mahdolliset säännöllisessä käytössäsi olevat lääkkeet normaaliin tapaan.
- Pue päällesi tai ota laitteen kiinnitykseen mukaan ohut **T-paita** tai vastaava, jota pidät rekisteröintiyönä. Laite kiinnitetään T-paidan päälle, joten paitaa ei voi enää vaihtaa ennen aamua.
- Jalkoihin kiinnitettävien tarrojen takia sukkahousuja ei ole suositeltavaa käyttää. Jos käytät pitkälahkeisia alushousuja, pue niiden alle etukäteen lyhyet alushousut.
- Laite jää melko hyvin piiloon, jos sen päälle pukee kiinnityksen jälkeen edestä avattavan takin tai väljän paidan.

Tutkimuksen kulku

Tutkimuslaite kiinnitetään sairaalassa tutkimusyötä edeltävänä iltapäivänä. Saat ohjeen kasvoille ja sormeen tulevien anturien kiinnityksestä, mutta ne voit laittaa paikalleen vasta kotona ennen nukkumaan menoa.

Valmisteluun menee aikaa noin puoli tuntia, jonka jälkeen pääset kotiin laitteen kanssa. Tutkimuksen aikana voi liikkua melko vapaasti. Laite ei juuri häiritse jokapäiväisiä toimia, mutta hikoilua aiheuttavaa liikuntaa ei voi harrastaa. Myöskään suihkussa tai saunassa ei voi käydä.

Rekisteröintiyönä voit nukkua normaalisti kotona omassa vuoteessasi. Makuuhuoneen tulisi olla rauhallinen. Tutkimus ei häiritse merkittävästi normaalia unta. Yön aikana voit kääntyillä ja valita nukkuma-asennon tottumustesi mukaisesti.

Laitteisto rekisteröi hengitystä, sydämen syketaajuutta, asentoa, jalkojen liikkeitä, ääniä sekä veren happikylläisyyttä. Huomaa, että myös äänen tallennus alkaa kun laite käynnistyy illalla.

Palauta laite osastolle seuraavana aamuna klo 9 mennessä.

Samalla pitää palauttaa täytetyt kyselykaavakkeet, jotka saat laitteen kiinnityksen yhteydessä. Rekisteröintianturit ja -laitteen voi "riisua" kotona itse. Hoitaja voi tarvittaessa lopettaa rekisteröinnin sairaalassa, jos niin sovitaan.



Kuva: Unirekisteröintilaitteisto kiinnitettynä.

Sormeen ja kasvoille kiinnitettävät anturit voit kiinnittää itse illalla, muut osat puetaan sairaalassa T-paidan päälle.

Osa tutkittavista kiinnittää laitteen itse kotona.

Jos haluat lisätietoja, löydät heitä varten tehdyn opasvideon osoitteesta hoito-ohjeet.fi

Kirjoita sivun hakukenttään sana unirekisteröinti.

Tutkimuksen jälkeen

Kliinisen neurofysiologian osaston lääkäri antaa tutkimuksesta lausunnon, joka lähetetään tutkimuksen pyytäneelle yksikölle. Lähettävä poliklinikka tai osasto kertoo tutkimustuloksista sekä mahdollisista jatkotoimista.