

## Yöpolygrafia - kotirekisteröinti

Sinulle on varattu aika yöpolygrafialaitteen kiinnitykseen tutkimusyötä edeltävänä iltapäivänä. Sitouduthan tutkimusaikaan sekä ohjauksessa saamiisi ohjeisiin. Ilmoita mahdollisimman pian numeroon 050 433 4648, jos joudut siirtämään tai peruttamaan tutkimusaikasi tai et pysty palauttamaan laitetta seuraavana aamuna klo 9 mennessä. Soittoajat ma-pe klo 9-12. Tutkimukseen on jonoa ja toivomme voivamme täyttää kaikki vapautuvat tutkimusajat.

### 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.
- Laite mittaa hengitystä nenästä. Jos sairastut flunssaan juuri ennen tutkimusta etkä pysty hengittämään nenän kautta, ota yhteyttä yllä olevaan puhelinnumeroon.
- 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. Laite jää melko hyvin piiloon, jos sen päälle pukee kiinnityksen jälkeen edestä avattavan takin tai väljän paidan.
- Jalkoihin kiinnitettävien tarrojen takia sukkahousuja ei ole suositeltavaa käyttää. Jos käytät pitkälahkeisia alushousuja, pue niiden alle etukäteen lyhyet alushousut.

### 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. Erikseen sovittaessa hoitaja voi tehdä tämän myös sairaalassa.

## Tutkimuksen jälkeen

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



Kuva: Unirekisteröintilaitteisto kiinnitettynä.

Osa tutkittavista kiinnittää laitteen itse kotona. Jos haluat lisätietoja, löydät heitä varten tehdyn videon osoitteesta [hoito-ohjeet.fi](http://hoito-ohjeet.fi). Kirjoita hakukenttään sana unirekisteröinti. Valitse: Yöpolygrafialaitteen kiinnitys (unirekisteröinti) –video