

Aktigrafia eli liikeaktiiviteettirekisteröinti

Tutkimuksen tarkoitus

Aktigrafi on pieni rannekellon kokoinen, yleensä ranteeseen kiinnitettävä laite, joka mittaa liikkeitä. Liikkeiden määrän perusteella voidaan kohtalaisella tarkkuudella erotella unijaksot valveesta. Tutkimuksella saadaan tietoa mm. sängyssä vietetystä ajasta, unen kokonaiskestosta, nukahtamisviiveestä ja heräämisten lukumääristä.



Tutkimuksen kulku

Aktigrafi ohjelmoidaan ja kiinnitetään ranteeseesi klinisen neurofysiologian osastolla. Samalla saat ohjeen laitteen käytöstä. Tämä käynti kestää noin puoli tuntia. Aktigrafi kiinnitetään oikeakätisillä vasempaan ranteeseen ja vasenkätisillä oikeaan ranteeseen. Joskus mittaus saatetaan tehdä myös jaloista.

Tutkimuksen alkaessa sinulle annetaan unipäiväkirja, johon merkitset tiedot kultakin nukkumisjaksolta (yöuni, nokoset) koko rekisteröinnin ajalta. Lisäksi saat täytettäväksesi unikyselykaavakkeen, jossa on kysymyksiä mm. nukkumisesta ja väsyneisyydestä. Tarkemmat ohjeet päiväkirjan ja kyselykaavakkeen täytöstä saat laitteen kiinnityksen yhteydessä.

Suihkussa ja saunassa käydessä, uimassa sekä kontaktiurheilulajien aikana aktigrafi pitää riisua. Laitteessa on merkinantonappi, jota pitää painaa kun poistat laitteen ranteesta tai laitat sen takaisin. Merkinantonappia pitää painaa myös aina, kun menet nukkumaan tai nousee ylös.

Tutkimuksen aikana voit normaalisti käydä esim. töissä tai koulussa. Laite ei ranteessa häiritse juuri tavallista rannekelloa enempää. Tutkimus kestää yleensä kaksi viikkoa, jonka jälkeen palautat laitteen sekä täytettäväksi annetut kaavakkeet sovittuna aikana.

Tutkimuksen jälkeen

Aktigrafian tallentamat liike tiedot puretaan tietokoneelle. Kliinisen neurofysiologian osaston lääkäri analysoi tutkimuksen ja antaa tutkimuksesta lausunnon. Lausunto ohjataan tutkimukset pyytäneelle osastolle, joka kertoo tutkimustuloksista sekä mahdollisista jatkotoimista.