

Autonomisen hermoston mittaus

Miksi tutkimus tehdään?

Tutkimuksella selvitämme autonomisen, eli tahdosta riippumattoman, hermoston toimintaa. Tutkimuksessa seurataan sydämen sykettä ja verenpainetta, sekä tutkimuksen aikana niissä tapahtuvia muutoksia.

Miten valmistaudun tutkimukseen?

Nautintoaineet, ruokailu ja liikunta vaikuttavat sykkeen ja verenpaineen tasoon. Tämän vuoksi sinun tulee olla ennen tutkimusta

- vähintään **kaksi tuntia** ilman tupakkaa, nuuskaa, sähkötupakkaa ja muita tupakkatuotteita
- vähintään **neljä tuntia** ilman kahvia, teetä, kola- ja muita piristäviä juomia
- vähintään **kaksi vuorokautta** ilman alkoholia

Lisäksi

- raskasta ruokailua ennen tutkimusta tulee välttää, mutta ravinnotta ei saa olla
- tutkimusta edeltävänä päivänä sekä tutkimuspäivänä pitäisi välttää voimakasta fyysistä rasitusta ja nukkua yö hyvin
- tutkimusta ei tehdä ennen kuin hengityselintulehduksen (esim. flunssa) paranemisesta on kulunut kaksi viikkoa.
- ota mukaan lääkelista käytössäsi olevista lääkkeistä. Hoitava lääkärisi päättää lääkkeiden käytöstä ja mahdollisesta lääketauosta ennen tutkimusta.

Miten tutkimus tehdään?

Tutkimuksessa seuraamme sydämen sykettä ja verenpainetta neljän erillisen osion aikana:

- puhallat pahviseen suukappaleeseen painetta vastaan kolme kertaa istuvassa asennossa
- hengität sekä sisään- että uloshengitystä ohjatusti puolitoista minuuttia makuuasennossa
- nouset makuuasennosta seisomaan
- puristat kädellä kahvaa/voimamittaria yhtäjaksoisella puristuksella noin 3-5 minuuttia istuvassa asennossa

Miten kauan tutkimus kestää?

Tutkimus kestää noin 1,5 - 2 tuntia.

Mistä saan kuulla tutkimustuloksista?

Tutkimustuloksista kuulet sinua hoitavalta osastolta tai poliklinikalta.

Ohje tarkistettu 8.4.2024