

Onderzoek

# Slaaponderzoek MSLT met daarvoor een PSG

Bij een MSLT-onderzoek (Multi Slaap Latency Test) onderzoekt de arts of u een slaapstoornis heeft, waarbij u te snel in slaap valt.

Dit onderzoek bestaat uit 2 delen. U krijgt eerst een 'Slaaponderzoek PSG, thuis'. Bij dit onderzoek kijken we naar uw slaappatroon en naar bepaalde functies van uw lichaam tijdens de nacht. De volgende dag krijgt u het MSLT-onderzoek, waarbij we bekijken hoe snel u in slaap valt.

**(073) 553 86 80**

Maandag t/m vrijdag 8.30 – 17.00 uur

## Hoe verloopt het onderzoek?

Hier vindt u alle belangrijke informatie over uw onderzoek

## Vorbereiding slaaponderzoek PSG

### Hoe bereidt u zich voor?

- Om het onderzoek goed te kunnen uitvoeren is het belangrijk dat u van tevoren geen bodylotion, crème en dergelijke op uw lichaam gebruikt. Deodorant mag u wel gewoon gebruiken.
- U mag geen kunstnagel dragen op uw linker wijsvinger. Dit is belangrijk omdat u een elektrode op uw vinger krijgt.
- Om de elektroden op uw hoofd goed vast te kunnen plakken is het nodig dat u de avond voor het onderzoek uw haren wast en geen haarlak, gel of dergelijke meer gebruikt.
- Als u een stoppelbaard heeft, is het lastiger om op de kin elektroden te plakken. Daarom vragen wij u om uw baard af te scheren. Wilt u dit niet, dan plakken we de elektroden op een andere manier vast. Het onderzoek kan gewoon doorgaan.
- Neem een aansluitend t-shirt mee, dit t-shirt draagt u de hele nacht. Hierop worden elektroden bevestigd.
- Vrouwelijke patiënten moeten beslissen of zij hun BH aan willen houden. Als u ervoor kiest om uw BH aan te houden, moet u deze ook aanhouden bij het slapen. Kies daarom voor een fijn zittende BH.
- Zorg ervoor dat u op de dag van het onderzoek ruime kleding aantrekt die over het T-shirt met de elektroden past. Draag geen strakke broek.



Geen bodylotion, crèmes, haarlak, gel gebruiken



Geen kunstnagel of gelnagellak op de linker wijsvinger



T-shirt aandoen of meebrengen, dit blijft de hele nacht aan



Geen strakke broek dragen



Comfortabele BH aandoen of BH uitlaten

- We willen een duidelijk beeld krijgen van uw slaperigheid. Vul daarom de slaperigheidstest zo nauwkeurig mogelijk in en breng deze mee naar het onderzoek.

Ga naar de slaperigheidstest

(<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/sites/default/files/documents/2021-06/SWC-037%20Slaperigheidstest%20.pdf>)

- Voor het onderzoek moet u een bruikleenovereenkomst tekenen. Wilt u de bruikleenovereenkomst niet tekenen, dan kan het onderzoek helaas niet doorgaan.

Ga naar de bruikleenovereenkomst

(<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/sites/default/files/documents/2021-07/SWC-039%20Bruikleenovereenkomst%20apparatuur%20Oslaaponderzoek.pdf>)

## Kunt u niet naar uw afspraak komen?

Belt u dan zo snel mogelijk, maar uiterlijk een werkdag voordat u de afspraak heeft, naar de afdeling Klinische Neurofysiologie, telefoonnummer (073) 553 86 80. Uw plaats kan dan gebruikt worden om een andere patiënt te helpen. Zo werkt u ook mee om de wachtlijsten zo kort mogelijk te houden!

Bent u de dagen voor het onderzoek erg verkouden, moet u veel hoesten of heeft u griep of koorts? Bel dan ook naar de afdeling Klinische Neurofysiologie om te overleggen of uw onderzoek door kan gaan.

## Geen foto's maken

Het is tijdens de voorbereiding op het onderzoek in het ziekenhuis niet toegestaan om foto's te maken.

## Hoe verloopt het slaaponderzoek PSG?

## Waar meldt u zich?

U meldt zich op de afdeling Klinische Neurofysiologie (KNF). Gebouw C, verdieping 1, ontvangst 5.

## Voor het onderzoek

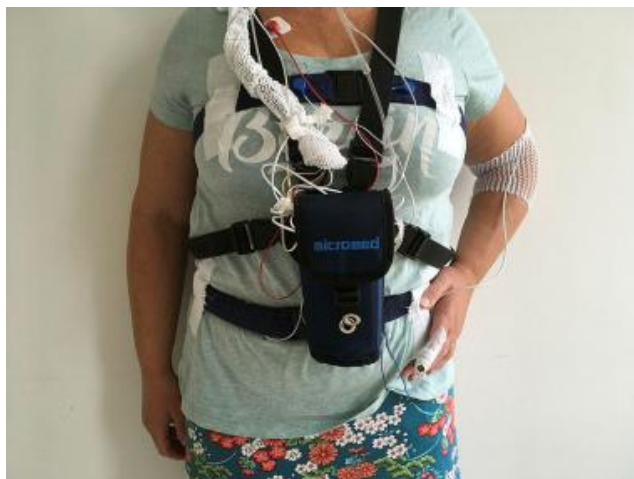
Bij dit onderzoek kijken we onder andere naar uw slaappatroon, hartritme, ademhaling en het zuurstofgehalte in uw bloed tijdens de nacht.

- Om dit te registreren plakt de laborant met speciale lijm of pasta elektroden op uw hoofd en gezicht.
- Bij uw borst, buik, benen en vinger maakt de laborant met tape verschillende banden en sensors vast.

De voorbereiding duurt ongeveer 1 uur.



*Foto: hoofd met elektroden*



*Foto: lichaam met elektroden*



*Foto: benen met elektroden*

## Tijdens het onderzoek

Met deze apparatuur gaat u naar huis. Vanaf dit moment is de registratie begonnen.

**Waar moet u op letten?**

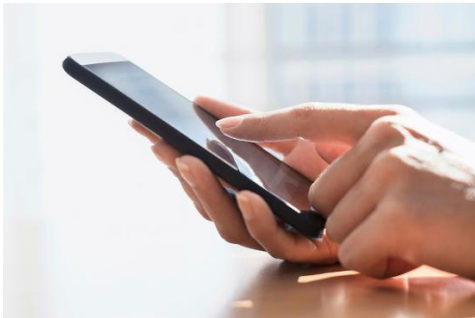
Er zijn een paar dingen waar u rekening mee moet houden, omdat dit storing veroorzaakt op de meting.

- De apparatuur mag geen contact met water hebben.
- Op uw vinger zit een sensor die niet nat of vies mag worden.
- Probeer zoveel mogelijk uw vaste gewoonten en uw eet- en drink patroon aan te houden.
- Het is belangrijk dat de draden niet loslaten. Houdt u daarom rekening met de activiteiten die u doet.

#### **Wat moet u doen als u gaat slapen?**

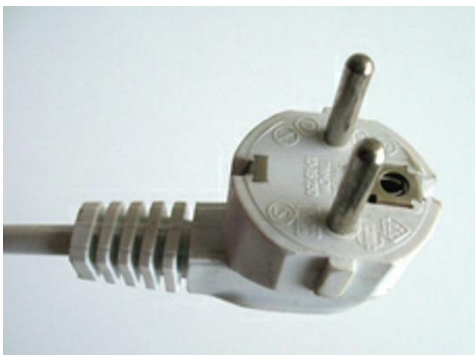
- Zet uw mobiele telefoon en laptop helemaal uit.
- Haal de stekker van uw bed uit de stopcontact.
- Zorg voor een goede bevestiging van de ademhalingssensor voordat u gaat slapen.
- De uiteinden van deze sensor moeten goed in de luchtstroom vallen van beide neusgaten.
- Maak de ademhalingssensor vast met de tape die u meegekregen hebt.
- Controleer de checklist, u vindt deze hieronder.
- Ga slapen in de houding die u gewend bent.

### Checklist voor u gaat slapen



*Foto: mobiele telefoon*

Zet uw mobiele telefoon helemaal uit.



*Foto: stekker*

Haal de stekker van uw (water)bed of elektrische deken uit het stopcontact.



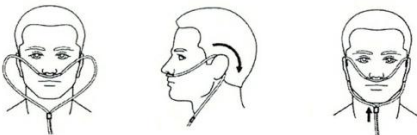
Zet uw laptop helemaal uit.

Foto: laptop



Een koptelefoon moet u afzetten en de geluidsapparatuur zet u uit.

Foto: koptelefoon



Bevestig de ademhalingsensor volgens het plaatje. Plak de sensor vast met tape aan beide kanten van uw neus.

Plaatje: ademhalingsensor

Wat moet u de dag na het slaaponderzoek PSG doen?

- Sta niet later dan 07.30 uur op. Dit is nodig voor de betrouwbaarheid van het onderzoek.
- Als u opstaat kunt u de ademhalingsensor weer verwijderen.

Hoe verloopt het MSLT onderzoek

## Voor het MSLT onderzoek

Sta niet later dan 07.30 uur op. Dit is nodig voor de betrouwbaarheid van het onderzoek.

Op de afgesproken tijd komt u naar de afdeling Klinische Neurofysiologie.

Daar verwijdert de laborant een deel van de elektrodes, kabels, tape en apparatuur. De elektroden op uw hoofd blijven zitten. De laborant stelt u een aantal vragen over de nacht van het onderzoek. Daarna start het MLST onderzoek. Voor dit onderzoek wordt u een dag opgenomen.

## Tijdens het MSLT onderzoek

- U krijgt deze dag 4 testen, om te kijken hoe snel u in slaap valt.
- Om 9.15 uur is de eerste test en om 15.15 uur de laatste. De testen worden gedaan op de afdeling Klinische Neurofysiologie.
- Tussen iedere test bent u op de verpleegafdeling. Daar krijgt u ook eten en drinken.
- U mag deze dag geen alcohol, koffie en thee gebruiken. Ook mag u 30 minuten voor een test niet roken.
- Na de laatste test verwijdert de laborant de elektroden op uw hoofd. U bent rond 16.00 uur klaar.
- Daarna gaat u naar huis. Als u weer thuis bent, adviseren wij u uw haren te wassen in verband met restpasta. Verder kunt u weer gewoon uw dagelijkse activiteiten oppakken.

## Uitslag

### Wanneer krijgt u de uitslag?

Tijdens het onderzoek vertelt de laborant wanneer en van wie u de uitslag krijgt.

## Vragen

### Heeft u nog vragen?

Als u nog vragen heeft dan kunt u deze voor het onderzoek stellen. U mag ook bellen naar de afdeling Klinische Neurofysiologie, telefoonnummer (073) 553 86 80.

## Praktische tips

### Wat neemt u mee?

Neem naar uw afspraak uw geldig identiteitsbewijs mee. Hier vindt u meer informatie (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/wat-neemt-u-mee>) over wat u moet meenemen.

Afspraak op onze locatie in 's-Hertogenbosch, Boxtel, Drunen of Rosmalen? Meld u eerst digitaal aan. Lees hier (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/aanmelden>) hoe dit werkt.

### Opleidingsziekenhuis

In het JBZ leiden we verpleegkundigen, coassistenten, artsen en andere zorgverleners op. Dit betekent dat bij uw afspraak soms meerdere zorgverleners aanwezig zijn. En het kan zijn dat u onderzocht of behandeld wordt door een zorgverlener in opleiding (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/opleidingsziekenhuis-met-wie-heeft-u-een-afspraak>). Deze zorgverlener werkt altijd onder supervisie van een gekwalificeerde zorgverlener.

## MijnJBZ

Via MijnJBZ (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/mijnjbz>) kunt u zelf een deel van uw persoonlijke en medische gegevens inzien die in het JBZ over u bekend zijn. Zie ook: Wat kan ik in MijnJBZ zien?

(<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/mijnjbz/wat-kan-ik-in-mijnjbz-zien>)

## Bekijk uw zorgverzekering

Controleer zelf vóór een afspraak in het JBZ of uw zorg wordt vergoed:

- Bekijk hier (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/tarieven>) met welke zorgverzekeraars het JBZ een contract heeft.
- Het hangt ook af van uw polis of uw zorgverzekeraar alle zorg volledig vergoedt.
- Onze zorg valt voor volwassenen onder het wettelijk eigen risico. Dit betekent dat u ieder jaar eerst een bedrag zelf moet betalen, voordat uw zorgverzekeraar kosten gaat vergoeden.

## Gegevens delen

Wilt u dat zorgverleners buiten het Jeroen Bosch Ziekenhuis uw medische gegevens kunnen inzien? Dan moet u het JBZ toestemming geven (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/gegevens-delen>) om uw gegevens beschikbaar te stellen.

## Betrokken afdelingen

Slaap Waak Centrum (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/slaap-waak-centrum>)

Klinische Neurofysiologie (KNF) (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/klinische-neurofysiologie-knf>)

Code SWC-027