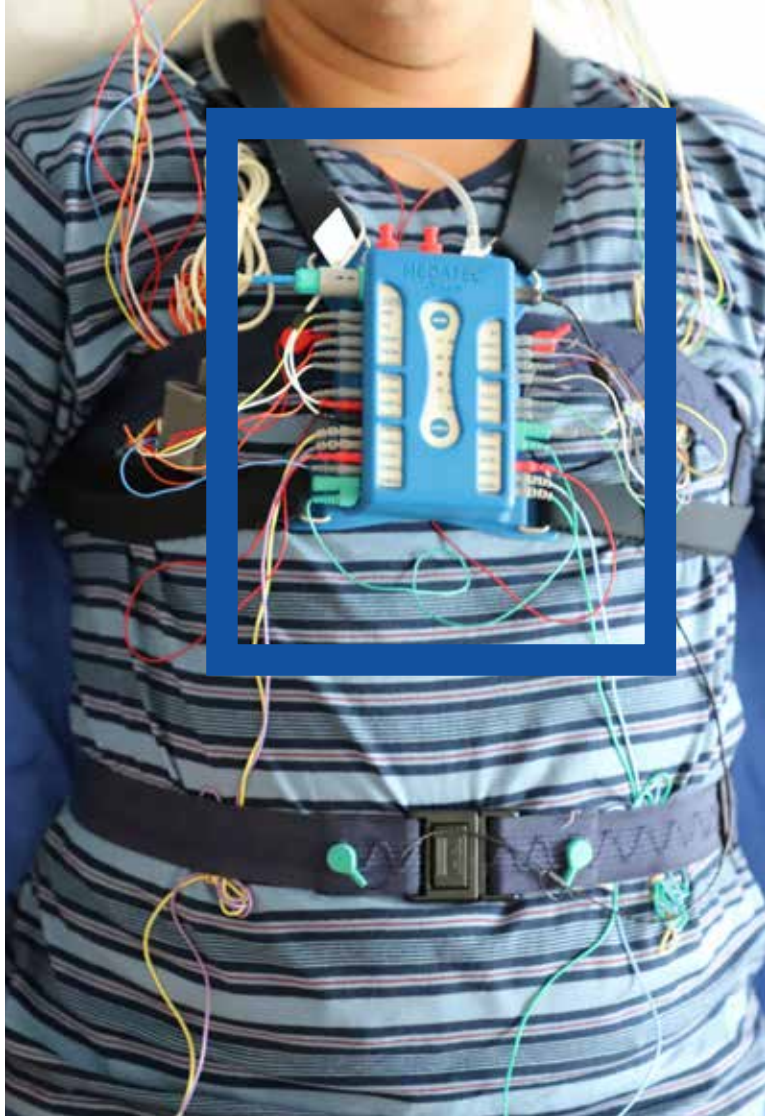


**AZ
Sint-Jan
Brugge**



**AZ
S.J.**

Infobrochure Slaaplabo



Inhoud

Infobrochure slaaponderzoek	04
Waarom een slaaponderzoek?	04
Hoe moet je je voorbereiden?	04
Wat breng je mee?	05
Verloop van het onderzoek	06
Verblijf	07
MSLT/MWT	08
24 u.-EEG	09
Vragenlijst	09
Annulatie	09

Deze brochure werd enkel ontwikkeld voor gebruik binnen het AZ Sint-Jan Brugge AV.
Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen
in een geautomatiseerd gegevensbestand of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige
wijze, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van het AZ Sint-Jan Brugge AV.

Infobrochure slaaponderzoek

Waarom een slaaponderzoek?

Een slaaponderzoek is enerzijds nodig om de exacte diagnose van de slaapstoornis te bepalen en anderzijds om door bijkomende nauwkeurige metingen de ernst van het probleem in kaart te brengen.

Hoe moet je je voorbereiden?

Medicatie kan de slaapstructuur beïnvloeden. De verwijzende arts zal met jou vooraf afspreken welke medicatie al dan niet gestopt moet worden. Als medicatie wordt gestopt, moet dit minstens 14 dagen vooraf gebeuren in overleg met de arts.

Soms word je door de aanvragende arts gevraagd om een slaapdagboek bij te houden gedurende 1 tot 2 weken voorafgaand aan het slaaponderzoek.

Belangrijk is dat je zorgt voor een normaal slaappatroon voorafgaand aan het slaaponderzoek.

Een paar dagen vooraf krijg je via sms een herinnering aan je afspraak.

Informatie: **050 45 23 70** (tijdens de week en tijdens de kantooruren)

Wat breng je mee?

- Een gemakkelijk zittende pyjama of slaapkleed (als het kan met knopen, maar is geen verplichting). Geen legging of nauw aansluitende broek ter hoogte van de benen. Dit bemoeilijkt het aanbrengen van de elektrodes ter hoogte van de benen.
- Toiletgerief: tandenborstel + tandpasta, douchegel, shampoo + conditioner, handdoeken en washandjes.
- Er wordt gevraagd om de dag van opname geen bodylotion te gebruiken en de haren niet te wassen of gel te gebruiken. Dit bemoeilijkt het aanbrengen van de elektrodes.
- Geen nagellak of gelnagels.
- Vermijd extensions in je haar. Het bemoeilijkt het aanbrengen van de elektrodes op de juiste posities.
- Breng je Identiteitskaart mee voor de registratie bij opname.
- Zorg ervoor dat je een juiste **medicatielijst en de eigen medicatie in de verpakking** meebrengt.
- Indien nodig, breng de papieren mee voor de hospitalisatieverzekering. Meld aan de verpleegkundige als je een attest nodig hebt voor je afwezigheid op het werk.
- Je mag je eigen hoofdkussens meebrengen.
- Lectuur of andere zaken om je bezig te houden.
- Als je gebruikmaakt van een MRA-beugel: gelieve deze mee te brengen.
- Als je gebruikmaakt van een CPAP-toestel (toestel met bevochtiger, wij hebben gedestilleerd water op de afdeling) + masker: gelieve deze mee te brengen.
- Voor een slaaponderzoek na INSPIRE, breng de afstandsbediening mee voor de activatie van je implantaat.

Verloop van het onderzoek

- Meld je aan bij de kiosk (inkomhal) met je identiteitskaart. Druk op opname en neem plaats ter hoogte van de opnamedienst voor het administratieve gedeelte. Zonder inschrijving krijg je geen toegang tot het slaaplabo.
- Volg route 60 (op het gelijkvloers, richting het slaaplabo: er bevindt zich een hangbord 'afdeling slaaplabo'). Op de afdeling van het slaaplabo meld je je aan **op het juiste afgesproken tijdstip!**
- Stiptheid is zeer belangrijk omdat de voorbereiding op je slaapstudie en gewenning aan de bedrading de nodige tijd in beslag neemt.
- Bij aankomst op de afdeling zal de verpleegkundige je identiteit controleren aan de hand van je armbandje en het gekregen document bij de opname.
- De verpleegkundige begeleidt je naar je kamer en zal je uitleg geven over de kamer en over het verloop van de voorbereiding.
- Op voorschrift van de arts kan er een urinestaal worden afgenomen voor toxicologisch onderzoek of een staal voor het bepalen van MRSA. De verpleegkundige zal je hierbij begeleiden.
- In de voorbereidingsruimte worden er afhankelijk van het soort onderzoek een aantal elektroden, sensoren op je huid en hoofd bevestigd. Indien nodig wordt door middel van een stompe naald (de huid wordt niet doorprikt) een krasje geplaatst via de elektroden met geleidingsgel. Dit alles om een goede geleiding en opvolging te hebben van je slaapstudie.
- Na de voorbereiding mag je terug naar de kamer.

- Er wordt een broodmaaltijd met koffie/thee voorzien.
- De nachtverpleegkundige zal de slaapstudie om 22 u. opstarten en zal met jou afspreken hoe laat je wil slapen. We vragen wel om voor middernacht te slapen zodat de studie representatief materiaal kan bieden. Tijdens de slaapregistratie wordt een video-opname gemaakt, het beeldmateriaal is belangrijk voor de veiligheid en voor het bekijken van de resultaten. Bij bezwaar, gelieve dit te melden aan de verpleegkundige.
- Schakel je gsm volledig uit vanaf 21.30 u. om storingen tijdens de opname van het slaaponderzoek te vermijden.
- 's Morgens word je wakker gemaakt tussen 6.45 u. en 7.15 u., de sensoren en elektroden worden verwijderd, waarna je kan douchen als je dat wil.
- Er wordt je een vragenlijst voorgelegd rond de slaapervaringen thuis en in het slaaplabo.
- Het ontbijt wordt voorzien.
- Je mag de afdeling , afhankelijk van het onderzoek , vanaf 8.05 u. verlaten. Wij vragen vriendelijk om ten laatste tegen 8.30 u. de kamer te verlaten zodat de nodige opruiming en poetsbeurt kan gebeuren.
- Als er de volgende dag een bijkomend onderzoek (MSLT/MWT) gepland staat in samenloop met je slaaponderzoek, is het einde van het onderzoek voorzien tussen 15 u. en 15.30 u.
- De resultaten van het slaaponderzoek zullen besproken worden tijdens je opvolgbezoek bij de arts.

Verblijf

Afhankelijk van het soort slaaponderzoek kan het nodig zijn dat je 2 opeenvolgende nachten wordt opgenomen. Tijdens deze periode mag je het ziekenhuis niet verlaten. De elektroden moeten ter plaatse blijven.

MSLT/MWT

Op vraag van de verwijzende arts kunnen er de dag na de opname nog bijkomende metingen worden uitgevoerd (MSLT/MWT).

Bij **MSLT** worden er 4 metingen van 25 minuten (8.30 u., 10.30 u., 12.30 u., 14.30 u.) uitgevoerd waarbij je de gelegenheid krijgt om een dutje te doen.

- Er zullen je die dag geen cafeïnehoudende dranken worden aangeboden.
- Je krijgt een lichtverteerbaar ontbijt en een lichtverteerbaar middagmaal die dag.
- 30 minuten voor de opstart van elke studie wordt er gevraagd om niet meer te roken.
- 15 minuten voor de opstart vragen wij je om geen stimulerende activiteiten meer uit te voeren
- 5 minuten voor de opstart van elke studie wordt je gevraagd om een comfortabele houding aan te nemen, in een stille donkere kamer met een comfortabele temperatuur en waarbij je de ogen gaat sluiten en probeert in slaap te vallen.
- Na de studie wordt je gevraagd om uit bed te komen en tussen-door niet te slapen.

Bij **MWT** worden er 4 metingen van 40 minuten (8.30 u., 10.30 u., 12.30 u., 14.30 u.) uitgevoerd waarbij je gevraagd wordt om in een deels verduisterde kamer het indutten tegen te gaan.

- Er zullen je die dag geen cafeïnehoudende dranken worden aangeboden.
- Je krijgt een lichtverteerbaar ontbijt en een lichtverteerbaar middagmaal die dag.
- 30 minuten voor de opstart van elke studie wordt er gevraagd om niet meer te roken.
- 15 minuten voor de opstart vragen wij je om geen stimulerende activiteiten meer uit te voeren.
- 5 minuten voor de opstart van elke studie wordt je gevraagd om een comfortabele houding aan te nemen om in een deels verduisterde kamer het indutten tegen te gaan.

24 u.-EEG

Als je een aanvraag hebt voor een 24 u.-EEG-onderzoek, zal de verpleegkundige 3 dagen voor de opnamedatum van het onderzoek contact met je opnemen om het juiste richtuur van opname op de dienst Slaaplabo door te geven.

Op de opnamedag van het EEG word je in de namiddag ontvangen door de verpleegkundige die je zal voorbereiden op het onderzoek. Stiptheid is belangrijk omdat de voorbereiding wat tijd nodig heeft. Breng iets mee ter ontspanning. Je mag op die dag bezoek ontvangen in samenspraak met de verpleegkundige. De opname-tijd voor de 24 u.-EEG start zodra je na de voorbereiding terug op de kamer bent.

De volgende dag word je pas ontslagen als het onderzoek na 24 u. opname is gestopt. De elektrodes worden verwijderd, waarna je een douche kan nemen. Maaltijden voor de dag van opname en ontslag worden voorzien.

Tijdens de 24 u.-opname wordt gevraagd om op de kamer te blijven.

Voeding

Drie dagen voor je geplande opname kan je je maaltijden op voorhand bestellen via de extra knop 'Uw maaltijden' in het gezondheidsportaal van Mynexushealth.

Hou er rekening mee dat je maaltijden nog kunnen worden aangepast als er een wijziging is in je dieet.

Op de website van het ziekenhuis vind je een uitgebreide handleiding en extra uitleg terug.

Als je een allergenen/intolerantie hebt of een dieet volgt, deel dit mee aan de persoon op de dag dat je opgebeld wordt of bij het vastleggen van het uur van afspraak van het onderzoek.

Zo kunnen we de nodige acties ondernemen voor je voeding tijdens je opname. Je kan zelf contact opnemen met de diëtiste op 050 45 30 10 enkele dagen voor je opname.

Vragenlijst

Bij het maken van een afspraak krijg je een vragenlijst opgestuurd door de dienst Neurologie. Gelieve deze ingevuld mee te brengen naar de afdeling op de dag van opname. Dit kan ook via Mynexushealth ingevuld worden.

Annulatie

Als je je onderzoek moet annuleren of verplaatsen, gelieve dit minstens 1 week op voorhand te doen via het secretariaat Neurologie (050 45 23 70 of neurologie@azsintjan.be).

Bij elke annulatie krijg je een bevestiging via mail. Enkel na deze bevestiging ben je zeker van de annulatie. Een tijdige annulatie laat ons toe om andere personen op te roepen voor hun slaapstudie.

Heb je nog vragen? De verpleegkundige zal ze graag beantwoorden tijdens je opname.

We wensen je alvast een goed verblijf toe in ons slaaplabo.

Het slaapteam

Slaaplabo

Route 060

050 45 33 65 (voor een afspraak)

050 45 30 39 (voor praktische vragen over het slaaponderzoek)

afspraken.slaaplabo.brugge@azsintjan.be

Dienst Neurologie: 050 45 23 70

Dienst Longziekten: 050 45 26 60

Deze brochure is met de grootste zorgvuldigheid samengesteld, doch aan eventuele onjuistheden kunnen geen rechten worden ontleend. De informatie opgenomen in deze brochure is aanvullend, niet limitatief en niet exhaustief. Deze kan de individuele informatieverstrekking en onderlinge dialoog tussen arts en patiënt – die steeds op maat en in overeenstemming is met de actuele stand van de wetenschap en met uw specifieke situatie, niet vervangen.

Campus Sint-Jan, Ruddershove 10, 8000 Brugge, 050 45 21 11

Campus SFX, Spaanse Loskaai 1, 8000 Brugge, 050 47 04 70

info@azsintjan.be – www.azsintjan.be

v.u.: Hans Rigauts, AZ Sint-Jan Brugge AV,
Ruddershove 10, 8000 Brugge – maart 2026

**AZ
Sint-Jan
Brugge**

**AZ
S.J.**