

Ablauf im Schlaflabor

Verehrte Patientin, verehrter Patient,

um Ihnen den Ablauf im Schlaflabor so einfach und angenehm wie möglich zu gestalten, haben wir Ihnen ein kleines Infoblatt zusammengestellt, das als Gedächtnisstütze bis zu Ihren Schlaflaborterminen dienen soll.

Bitte bestätigen Sie Ihren ersten Schlaftermin ca. **2 – 3 Werktagen vorher** noch einmal.

Bitte erscheinen Sie pünktlich zwischen **20:30 und 21:00**.

Sie dürfen sich gerne zur Unterhaltung Lektüre, MP3-Player, Laptop, Tablet, E-Book etc. mitbringen, um Ihnen die Zeit bis zum Verkabeln und Einschlafen so angenehm wie möglich zu gestalten.

Während der Schlafuntersuchung werden mit Hilfe von 20 Elektroden, die vor dem Schlafengehen mit einem hautfreundlichen Spezialklebstoff an den Körper angebracht werden, folgende Aktivitäten im Schlaf überwacht und registriert: **Hirn- und Muskelaktivität, Augenbewegungen, Atmung über Mund und Nase, Schnarchen, Herzfrequenz, Beinbewegungen und Körperlage**.

Wir möchten Sie bitten, sich am Körper und im Gesicht abends nicht einzucremen, da dies die Leitfähigkeit der Kabel erheblich beeinträchtigen würde.

Bitte keinen Nagellack, da wir am Finger die Sauerstoffsättigung messen.

1. 3 EKG Elektroden werden am Brustkorb angebracht, um die Herzfrequenz zu registrieren.
2. 9 Elektroden werden an Kopf und Gesicht angebracht, um das Hirn, die Muskelaktivität und die Augenbewegung zu überwachen und aufzuzeichnen.
3. Zwei Gurte mit Dehnungssensoren werden um den Brustkorb und Bauch des Patienten gelegt.
4. Über einen Sensor am Zeigefinger wird der Sauerstoffgehalt im Blut kontrolliert.
5. Ein Mikrofon wird am Hals des Patienten geklebt, um das Schnarchen aufzuzeichnen.
6. Die Atmung an Mund und Nase wird mit entsprechenden Sensoren zwischen beiden registriert, um die Atmungsanstrengung zu messen.
7. 4 Elektroden werden an den Beinen angebracht, um die Muskelaktivität zu kontrollieren.

Nun beginnt Ihre Schlafnacht. Sie werden die komplette Nacht von unseren Nachtwachen per Monitor begleitet. Bitte melden Sie sich sofort über die Klingel bei unserem Nachtdiensten, wenn Sie die Toilette aufsuchen müssen.

Geweckt wird morgens nach Absprache mit Ihnen zwischen 5.00 und 6.00 Uhr, auf Wunsch auch früher, wenn Sie zur Arbeit müssen. Sie haben die Möglichkeit, bei uns zu frühstücken.

Da samstags und an Feiertagen kein Tagdienst anwesend ist, möchten wir Sie darauf hinweisen, dass das Schlaflabor um 07:00 Uhr geschlossen wird.

Mitzubringen sind:

- **aktuelles EKG und ein Lungenfunktionstest (Beides vom Arzt befundet)**
- **KV-Karte und Überweisung vom Hausarzt (keine Krankenhauseinweisung)**
- **Duschutensilien (auch Handtuch, Fön etc.)**
- **Eventl. eigenes Kopfkissen oder Nackenrolle bei Bedarf**

Ihr Schlaflaborteam