



Ghidul pacientului MSLT Polisomnografia (noaptea anterioara)

In ziua investigatiei evitati sa consumati cafea, ceai negru, ciocolata, cola etc dupa masa de pranz.

Evitati consumul de alcool!

Nu dormiti in cursul zilei!

Precizati medicului tratamentele si bolile de care suferiti!

Cum va pregatiti pentru o noapte de diagnosticare/ titrare in laborator

- impachetati si luati la dvs. ce considerati ca va este necesar pentru o noapte la hotel (pijama, papuci, lenjerie etc.)
- daca este cazul luati cu dvs. medicamentele de seara si dimineata
- faceti dus si spalati-va pe cap cu sampon, uscati-va parul si nu utilizati gel, ulei sau fixative, deoarece electrozii nu se lipesc corespunzator si inregistrarea nu va fi de calitate
- veniti fara oja pe unghii, in caz contrar pulsoximetru va arata valori eronate

Ce se intampla in noaptea de inregistrare/ titrare

Va prezentati la clinica la ora stabilita cu receptia.

Personalul medical autorizat va monta o serie de electrozi, in anumite puncte ale capului si ale corpului pentru inregistrarea in timpul somnului a activitatii cerebrale, musculare, miscarea picioarelor, a frecventei cardiace etc.

Centurile din material elastic vor fi trecute in jurul toracelui si abdomenului pentru a va monitoriza respiratia.

Vi se va monta un senzor pe deget ce va inregistra nivelul de oxigen din sange si batiile inimii.

In timpul noptii incercati sa NU faceti miscari bruste sau brutale.

Personalul medical va sta treaz toata noaptea pentru a va monitoriza somnul si sa se asigure ca totul decurge normal.



Testul de vigilență MSLT

Aceste teste se efectuează **exclusiv în laboratorul de somn din cadrul clinicii sau a spitalului, sub atenta supraveghere a personalului specializat.**

Indicații:

spitalului, sub atenta supraveghere a personalului specializat.

Testele au ca scop stabilirea vigilenței pacientului, aceasta fiind afectată în diverse patologii ale somnului prin existența unei somnolențe diurne excesive (SDE)

Somnolența diurnă excesivă este definită ca și somnolența apărută într-o situație în care o persoană nu s-ar presupune să doarmă și ar trebui să fie trează și alertă.

Indicații:

- Diagnosticul narcolepsiei, hipersomniei idiopatice, înainte și după tratamentul pacienților cu sindrom de apnee în somn și în diverse tulburările neurologice
- Evaluarea terapiei nPAP

Testul MSLT

Este varianta standard de măsurare a timpului necesar pentru a adormi în situații normale, în condițiile standard ale unui laborator de somn. Ideal cu 2 săptămâni înainte de testul, pacientul trebuie să aibă o rutină normală somn-veghe.

În noaptea precedentă se efectuează o polisomnografie pentru a testa diferite tulburări ale somnului. În timpul zilei, la 2 ore după trezire se efectuează primul test, polisomnografic, în total efectuându-se 4-5 polisomnografii.

În timpul fiecărui test pacientul stă în decubit dorsal, într-o cameră întunecoasă, încercând să adoarmă. Testul se oprește dacă în timp de 20 minute nu există semne de adormire sau după 15 minute de la apariția somnului.

Timpul de adormire este considerat ca timpul trecut de la stingerea luminilor în încăpere și apariția somnului, înregistrat pe polisomnograf.