Patienteninformation Schlaflabor

Poliklinik am Helios Klinikum Berlin-Buch

Die Untersuchung

Die Untersuchung im Schlaflabor nennt man **Polysomnographie.** Dabei werden sehr viele verschiedene Messwerte des Körpers gleichzeitig gemessen, gespeichert und ausgewertet. Folgende Methoden setzen wir ein:

- Elektroden auf der Brust leiten die Herzfunktion ab.
- Mit Gurten, die an der Brust und am Bauch befestigt sind, wird die Atmung überwacht.
- Ein Sensor am Finger misst die Sättigung des Blutes mit Sauerstoff.
- Ein Fühler an der Nase erfasst zusätzlich die Tiefe der Atmung.
- Über Elektroden an Stirn, Kinn, Wangen und Kopf werden Hirnströme abgeleitet.
- Außerdem werden so die Bewegungen der Augen, des Mundes oder weiterer Gesichtsmuskeln sichtbar gemacht.
- Elektroden an den Unterschenkeln zeichnen Bewegungen der Beine auf.
- Ein Mikrofon nimmt Schnarchgeräusche auf.
- Eine Videokamera zeichnet die Bewegungen während des Schlafes auf.
- Die Atmung wir kontrolliert.

Die Untersuchung im Schlaflabor ist gesundheitlich unbedenklich.

Terminvergabe

Montag-Freitag von 09:00 bis 13:00 Uhr
T (030) 94 01-14124
bln-schlafmedizin@helios-gesundheit.de
Hinweis: 10 Tage vor Termin bestätigen Sie diesen telefonisch oder per E-Mail, sonst wird er storniert.

Mein Termin im Schlaflabor:
Am ..... **um 20:00 Uhr**

Was muss ich vor der Untersuchung beachten?

Der Erfolg der Untersuchung im Schlaflabor ist wesentlich von Ihrer Mitarbeit abhängig.

- An den Tagen vor der Untersuchung halten Sie einen normalen Tag-Nacht-Rhythmus ein. Am Untersuchungstag schlafen Sie tagsüber bitte **nicht!**
- Nagellack und künstliche Fingernägel entfernen Sie.
- Herren rasieren sich bitte das Kinn frisch.
- Am Tag der Messung cremen sie weder Körper noch Gesicht ein.
- Kommen Sie bitte mit frisch gewaschenen Haaren ins Schlaflabor und verwenden Sie **keine** Haarstylingprodukte wie Haarspray oder -gel.

Zum ambulanten Aufenthalt bringe ich mit

- Versichertenkarte der Krankenkasse ggf. Überweisung
- Persönliche Medikamente
- Nachthemd oder Schlafanzug
- Waschutensilien inkl. Shampoo
- Rasierutensilien
- Hand- bzw. Badetuch
- Bade- und/oder Hausschuhe
- Ggf. Morgenmantel
- Essen und Trinken
- Gern mein Lieblingskissen
- Ggf. Maske und Therapiegerät

Am Aufnahmetag

Jede(r) Patient:in hat ein eigenes Zimmer, um so ungestört wie möglich zu sein. Nach dem Anlegen der verschiedenen Elektroden können Sie in der Regel noch bis zum Schlafen lesen. Das „Verkabeln“ nimmt bei Patient:innen einige Zeit in Anspruch. Bitte haben Sie Verständnis, wenn es zu Wartezeiten kommen kann. Während des Schlafes ist immer ein Mitarbeiter in Ihrer Nähe. Die Kabel der notwendigen Sensoren werden neben dem Bett in ein kleines Kästchen gelegt. So ist Ihre Bewegungsfreiheit im Schlaf kaum beeinträchtigt. Die Elektroden werden von Patienten anfangs manchmal als störend empfunden, aber erfahrungsgemäß verzögern diese das Einschlafen kaum.

Zum Ablauf der Schlaflaboruntersuchung

- Um 20:00 Uhr Anmeldung im Schlaflabor (vor Haus 209)
- Corona Schnelltest
- Es erfolgt das Anlegen der Elektroden; das „Verkabeln“.
- Bitte machen Sie zur Nachtruhe das Licht aus ab spätestens 23:00 Uhr.
- Am nächsten Tag wecken wir Sie zwischen 05:00 und 06:30 Uhr und entfernen alle Elektroden.
- Sie haben die Möglichkeit, sich frisch zu machen bzw. zu Duschen und Ihre Haare zu waschen, da auch Elektroden im Haar am Kopf platziert werden.
- Bevor Sie nach Hause gehen erhalten Sie einen Termin zur Auswertung und bei Bedarf eine Aufenthaltsbescheinigung.

Hier finden Sie uns

Poliklinik am Helios Klinikum Berlin-Buch

—

Schlaflabor
Leitung: Daniela Langhans

Schwanebecker Chaussee 50
13125 Berlin

T (030) 94 01-14124
bln-schlafmedizin@helios-gesundheit.de

© maxpress: HEI-VMN-21-369