



Pasientinformasjon.

PSG - polysomnografi og MSLT - multiple sleep latency test

- **Du må selv ordne med overnatting for søvnregistreringen, enten privat eller på hotell. Kontakt pasienthotellet på tlf 77 75 51 00.**
- **Hensikten med undersøkelsene er å avdekke årsak til økt dagtretthet.**
- **Nattregistreringen (PSG) vil avdekke forhold som forstyrrer nattesøvnen. Dagen etter måles tendens til å falle i søvn (MSLT).**
- **Sovemedisiner, beroligende medisiner og sentralstimulerende medisiner bør du ikke bruke de siste 2 uker før registreringen. Dersom du bruker slike medikamenter ta kontakt med egen lege. Andre medikamenter skal du ta som vanlig.**
- **Du bør ha på deg en singlet eller t-skjorte (ikke for vid) som du kan sove i , utstyret festes utenpå denne. Utenpå er det greit å ha på seg noe med knepping /glidelås slik at ikke noe må trekkes over hodet på kvelden.**
- **Menn bør være nybarbert. Menn med helskjegg kan derimot beholde dette, her vil elektrodene bli limt i skjegget.**
- **Unngå bruk av fet fuktighetskrem, hårspray og gele den dagen du har fått time.**
- **Dersom du har pacemaker må du gi beskjed om det når du kommer til timen.**

I dagene før undersøkelsen skal du opprettholde din vanlige aktivitetsrytme

Hvis du bruker pustemaskin (CPAP eller BiPAP), skal den taes med til undersøkelsen.

Du tas imot og utstyret monteres av en tekniker når du kommer til timen på sykehuset. Små elektroder festes på hodet, ved øynene og på haken for å måle søvnstadier. Ved hjelp av sensorer som monteres på overkroppen måles pustebevegelser, evt. snorking, blodets oksygeninnhold og liggstilling.

Vi fester også elektroder på framsiden av leggene for å måle benbevegelser under søvn.

Å montere og teste alle ledningene tar ca. 1 time. Deretter drar vi en elastisk hette over hodet for å holde elektrodene på plass. Du reiser hjem / på hotell og sover med utstyret på om natten.

Morgenen etter fjernes noe av utstyret og MSLT starter.

MSLT består av 4 deltester hver på 20 minutter. Deltestene starter ca klokken 9, 11, 13 og 15. Ved hver deltest skal du legge deg og forsøke å sovne. Etter 20 minutter blir du vekket og må være våken til neste deltest.

Etter avtale med den som utfører målingen, kan du forlate laboratoriet mellom hver test. Når siste deltest er over ca. kl. 15.30 er du ferdig og kan dra hjem. Det er mulig å dusje før du forlater sykehuset.

Svaret på prøven sendes til den legen som har bestilt den i løpet av 2-3 uker.