

LAAJA UNIPOLYGRAFIA

Laaja unipolygrafia on kivuton tutkimus, jolla selvitetään unenaikaisia häiriöitä ja unen laatua. Tutkimuksessa sinuun kiinnitetään rekisteröintilaitte ja elektrodeja. Varsinainen tutkimus tehdään kotona.

Tutkimukseen valmistautuminen

- Täytä kahden viikon unipäiväkirja ja unikyselylomake.
- Tutkimusta ei tehdä, jos sinulla on hengitystieinfektio.
- Jos sinulla on parta, aja se pois leuan alta aamulla ennen tutkimusta.
- Kynsilakka ja rakennekynnet pitää ottaa pois ennen tutkimusta
- Pese ja kuivaa hiukset ennen tutkimusta.
- Älä käytä hiuksiin jätettäviä tuotteita.
- Pue päällesi t-paita ja löysät housut, joilla voit nukkua yön.
- Pue päällesi edestä avettava paita tai takki sään mukaan.
- Jos haluat peittää päähän laitetut elektrodit, ota mukaasi löysä hattu tai huivi.
- Ota lääkärin määräämät lääkkeet normaalisti, jos sinua ei ole toisin ohjeistettu.
- Älä ota tutkimusyönä unilääkkeitä tai rauhoittavia lääkkeitä, jos lääkäri ei ole määrännyt ottamaan niitä.
- Älä juo kahvia, teetä, kola- tai energiajuomia tutkimuspäivänä kello 15 jälkeen.
- Älä käytä alkoholia tutkimuspäivänä.
- Älä nuku päiväunia tutkimuspäivänä.
- **Täytä ennen tutkimuskäyntiä sähköinen unikysely** Päijät-Sote -sovelluksessa tai verkossa (ohje seuraavalla sivulla). Jos et pysty

täyttämään

sähköistä lomaketta, voit täyttää lomakkeen tullessasi tutkimukseen.

Saavuthan

silloin tutkimusyksikköön 15min ennen sinulle varattua tutkimusaikaa.

Tutkimus

Rekisteröintilaitte kiinnitetään Kliinisen neurofysiologian yksikössä. **Tuo mukanas täytetty unipäiväkirja.** Kiinnitys kestää noin 1–2 tuntia.

Hoitaja kiinnittää rekisteröintilaitteen ja hengitysvyöt t-paitasi päälle. Pähäsi, rintakehäsi, jalkoihisi ja leukasi alle kiinnitetään elektrodeja. Varsinainen rekisteröinti tapahtuu kotona, kun nuket. Laite käynnistyy ja sammuu automaattisesti.

Tutkimuksen jälkeen

Hoitaja irrottaa laitteen seuraavana aamuna Kliinisen neurofysiologian yksikössä. Tutkimuksen jälkeen pähäsi jää kuivunutta geeliä, joka lähtee pois kotona vedellä liottamalla. Tutkimuksen tuloksen kuulet sinua hoitavalta lääkäriltä vastaanottoajalla, puhelimitse tai kirjeellä.

Muuta huomioitavaa

Jos et pääse tulemaan varattuna aikana tai sinulla on kysyttävää, soita numeroon 03 819 2547 / Kliininen neurofysiologia, Päijät-Hämeen keskussairaala

Päijät-Sote -sovelluksen lataaminen: kyselyyn ja lomakkeeseen vastaaminen

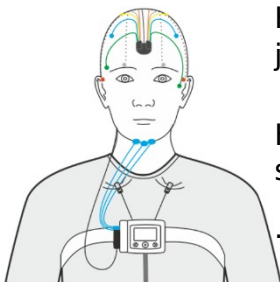
Voit ladata Päijät-Sote-sovelluksen sovelluskaupasta älypuhelimien tai tablettiin. Kirjautu

Päijät-Sote-sovellukseen ja tunnistaudu vahvasti käyttäen pankkitunnuksia, mobiilivarmennetta tai varmennekorttia. Siirry sovelluksessa Minä-osioon ja valitse Terveystiedot-valikosta Lomakkeet. Täytä sieltä Kliininen neurofysiologia: Unikysely. Kun olet vastannut lomakkeen kysymyksiin- valitse "Lähetä vastaukset", jolloin se ohjautuu Kliiniseen neurofysiologiaan.

Lomakkeeseen vastaaminen verkkoselaimen kautta

Ilman sovellusta rekisteröityminen ja käyttö onnistuu verkkoselaimella osoitteessa <https://pajatsote.suomisote.fi/> ja tunnistaudu vahvasti käyttäen pankkitunnuksia, mobiilivarmennetta tai varmennekorttia. Valitse "Asetukset" -valikosta "Lomakkeet" ja sieltä Kliininen neurofysiologia: Unikysely. Kun olet vastannut lomakkeen kysymyksiin, valitse "Lähetä", jolloin se ohjautuu Kliiniseen neurofysiologiaan.

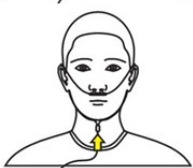
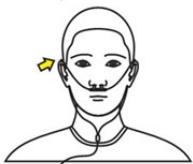
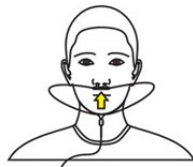
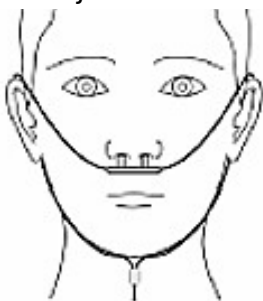
**Älä mene nukkumaan ennen kuin laite käynnistyy.
Älä nuku sen jälkeen, kun laite sammuu aamulla.**



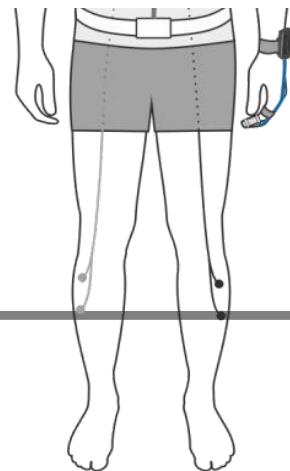
Hoitaja kiinnittää vastaanotolla sinuun EEG-, EKG-, leuka- ja jalkaelektrodit, hengitysvyöt sekä rekisteröintilaitteen.

Hoitaja kertoo, miten sinä kiinnität itse kotona ilmvirtausviikset ja saturaatiomittarin.

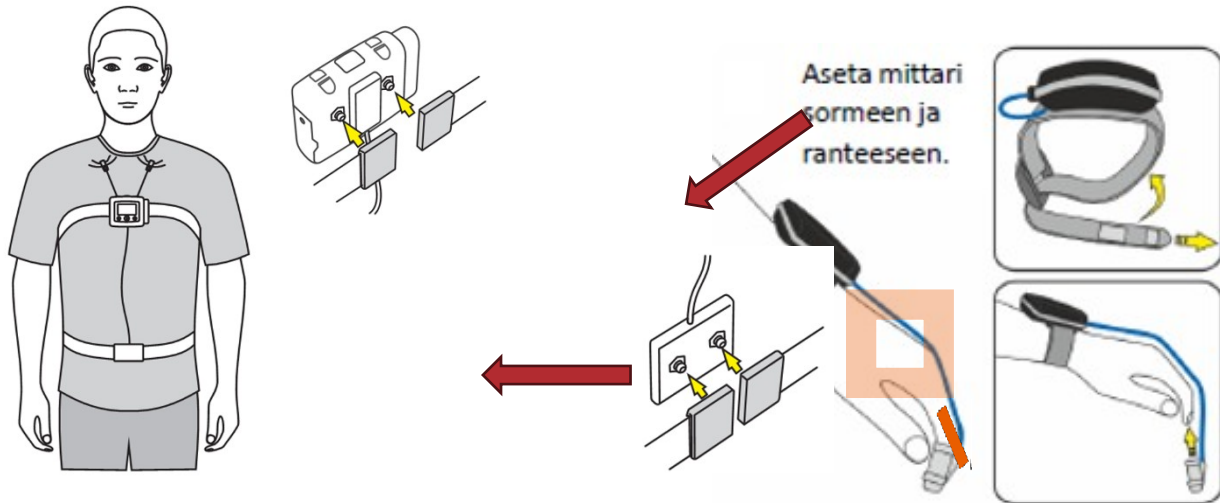
1. Aseta ilmvirtausviikset nenään, korvien taakse ja leuan alle.



2. Kiinnitä teipillä jalkaelektrodien johdot reisiin. Jätä johtoihin



4. Aseta saturaatiomittari ranteeseen ja anturi sormeen. Kiinnitä johto teipillä käden päälle ja



Laita teippiä oranssilla merkittyihin kohtiin.
Korjaa repsottavat teipit lisäämällä uutta teippiä niiden päälle.