Päijät-Hämeen hyvinvointialue

ASIAKAS-/POTILASOHJE

LAAJA UNIPOLYGRAFIA

Laaja unipolygrafia on kivuton tutkimus, jolla selvitetään unenaikaisia häiriöitä ja unen laatua. Tutkimuksessa sinuun kiinnitetään rekisteröintilaite 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 avattava 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

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

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

Tutkimuksen jälkeen

Hoitaja irrottaa laitteen seuraavana aamuna Kliinisen neurofysiologian yksikössä. Tutkimuksen jälkeen päähäsi 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

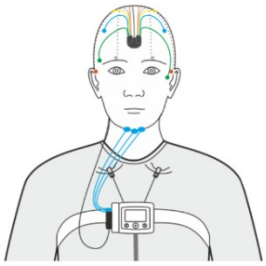
Päijät-Sote -sovelluksen lataaminen: kyselyyn ja lomakkeeseen vastaaminen

Voit ladata Päijät-Sote-sovelluksen sovelluskaupasta älypuhelimeen tai tablettiin. Kirjaudu
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://paijatsote.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.

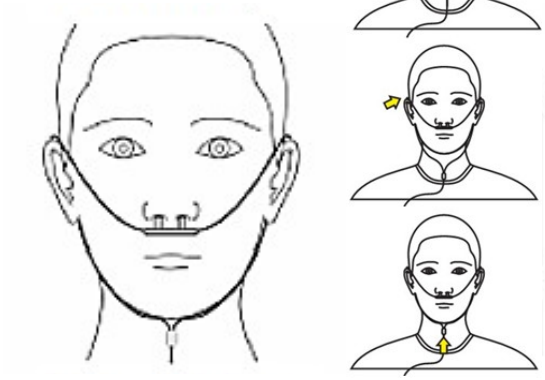
Älä mene nukkumaan ennen kuin laite käynnistyy.
Älä nuku sen jälkeen, kun laite sammuu aamulla.



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

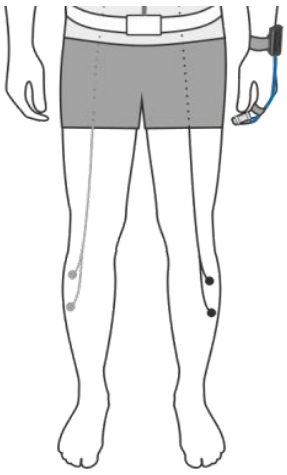
Hoitaja kertoo, miten sinä kiinnität itse kotona ilmavirtausviikset ja saturaatiomittarin.

1. Aseta ilmavirtausviikset nenään, korvien taakse ja leuan alle. Kiinnitä viikset

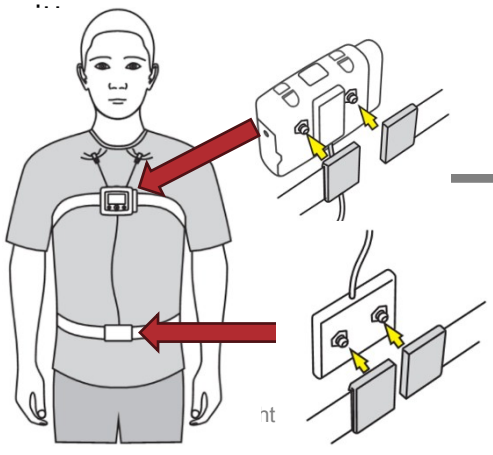


2 Kiinnitä teipillä jalkaelektrodien johdot reisiin. Jätä

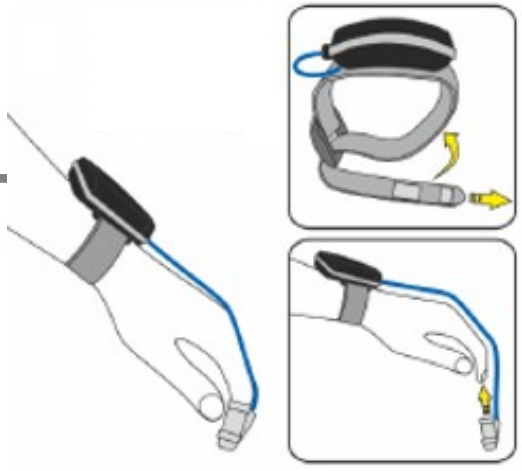




3. Kiristä hengitysvöitä



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.