

Herzlich Willkommen im Schlaflabor Xanten

Ihre Ärztin, Anna Beata Czarnecka, hat Sie zu uns ins Schlaflabor überwiesen, um die Gründe Ihrer Schlafprobleme zu analysieren oder ggf. Ihre Therapie mit dem Atemtherapiegerät zu kontrollieren und zu optimieren. Um einen reibungslosen Ablauf und für Sie einen angenehmen Aufenthalt zu gewährleisten, haben wir einen Ablaufplan erstellt. Bitte lesen Sie sich diesen Plan in Ruhe durch. Sollten danach noch Fragen offen sein, wenden Sie sich gerne an unsere MitarbeiterInnen des Spät- oder Nachtdienstes.

Die Betreuung während des Abends sowie in der Nacht findet durch unsere MitarbeiterInnen statt, d.h. Sie können jederzeit klingeln und wir kommen zu Ihnen ins Zimmer.

Nachdem Sie nun gleich Ihr Zimmer bezogen und Ihre persönlichen Sachen verstaut haben, können Sie sich auf die Nacht im Schlaflabor vorbereiten.

Hauptbestandteil einer erfolgreichen Messung im Schlaflabor ist die Verkabelung. Diese Verkabelung findet in der Zeit von 20:00 Uhr bis 23:00 Uhr statt. Die Verkabelung dauert pro Patient ca. 25 bis 30 Minuten. Wir bitten Sie deshalb um 20:00 Uhr bettfertig zu sein.

Die Verkabelung findet in jeder Messnacht statt, unabhängig davon, ob Sie mit oder ohne Therapiemaske schlafen.

Bitte passende Bekleidung anziehen, da das Schlafen mit nacktem Oberkörper aus hygienischen Gründen nicht erlaubt ist.

Sie sollten geduscht sein, bitte verzichten Sie auf Körperlotionen bzw. Gesichtscremes, die Haftung der Elektroden wird dadurch unnötig erschwert und das Messergebnis verfälscht.

Männer sollten im Gesicht rasiert sein, auch hier bitte keine Cremes verwenden.

Um die Elektroden ordnungsgemäß anzubringen wird beim Verkabeln an den jeweiligen Stellen mit einer speziellen Hautreinigungspaste die Haut vorbereitet. Für das Anbringen der Elektroden am Kopf wird eine Haftpaste aufgetragen, diese hat eine ähnliche Konsistenz wie Zahnpasta und härtet nach ca. 30 min vollständig aus. Die verwendete Paste lässt sich am nächsten Morgen mit lauwarmem Wasser gut aufweichen und entfernen.

Im Anschluss der Verkabelung wird ein sogenannter Bio-Signal-Test durchgeführt, bei dem überprüft wird, ob die Elektroden sowie das EKG korrekt sitzen. Folgen Sie bitte dabei den Anweisungen der MitarbeiterInnen. Bettruhe beginnt spätestens um 23 Uhr, da wir für ein aussagekräftiges Messergebnis eine Aufzeichnungsdauer von mindestens 6 Stunden benötigen.

Wir bitten Sie, mit Beginn der Messung Ihr Mobiltelefon und andere elektronische Geräte abzuschalten, da elektromagnetische Felder die Messung beeinträchtigen können.

Dies trifft insbesondere auch auf Netzteile zu und sollte auch in Ihrem Interesse sein, damit eine erfolgreiche Messung stattfinden kann. Für einen notwendigen Toilettengang fragen Sie bei den MitarbeiterInnen nach oder benutzen Sie die Notklingel.

Sollten Sie bereits mit einer Maske zum Einleiten der Therapie schlafen und es treten Probleme auf, bitten wir Sie immer direkt die KollegInnen über die Notklingel zu informieren.

Nach dem Beenden der Messung werden Sie bis spätestens um 06:30 Uhr abgekabelt. Wenn Sie möchten, wird Ihnen ein Gutschein für ein vergünstigtes Frühstück für die Cafeteria des Krankenhauses ab 7:00 Uhr zur Verfügung gestellt. Danach können Sie das Krankenhaus verlassen und nach Hause oder zur Arbeit fahren.

Die Praxis meldet sich bei Ihnen für einen Besprechungstermin. Sollte eine dringende weitere Behandlung erforderlich sein, so werden Sie umgehend von der pneumologische Facharztpraxis informiert. Das weitere Vorgehen wird dann im Einzelnen mit Ihnen besprochen, wenn Sie dies wünschen.

Wir wünschen Ihnen einen angenehmen Aufenthalt. Bitte keine Wertgegenstände unbeaufsichtigt im Patientenzimmer liegen lassen.

Ihr Team des Schlaflabors

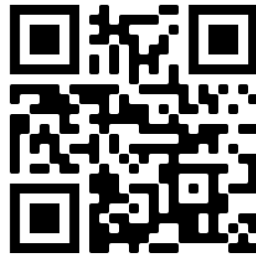
Hinweis: In jeder Nacht der Schlaflaboruntersuchung werden Sie komplett verkabelt!

Elektroden werden wie folgt angebracht:

- mehrere an Ihrem Kopf, die mit einem Elektroenzephalografen (EEG-Gerät) verbunden sind, der Ihre Hirnaktivität aufzeichnet
- weitere zur Aufzeichnung der Augenbewegungen (wichtig für die Identifizierung des REM-Schlafes)
- am Kinn zur Registrierung von Bewegungen
- ein kleines Mikrofon am Hals, das Schnarchgeräusche aufzeichnet
- auf dem Brustkorb, die Ihre Herzaktivität in Form eines EKG's und eines Pulses misst
- Sensoren an einer Fingerkuppe oder einem Ohrläppchen zur Messung der Sauerstoffsättigung im Blut (Oxymeter)
- einen Sensor zwischen Nase und Mund zur Messung des Atemflusses
- sollten Sie in der zweiten Nacht mit einer Therapiemaske schlafen, wird diese anstatt des Sensors zwischen Nase und Mund verwendet
- einen Gurt um Bauch und Brustkorb, der die Atembewegungen erfasst
- evtl. einen weiteren Sensor auf diesem Gurt, mit dem die Körperlage festgestellt wird
- an den Schienbeinen zur Registrierung von Beinbewegungen

Ihr Team des Schlaflabors

Alles, was Sie über Schlafapnoe und ihre Behandlung wissen müssen



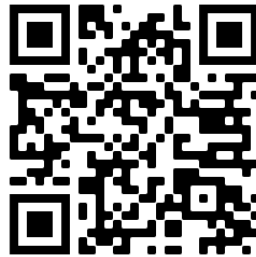
<https://meinschlaf.hul.de>

Alles rund um die Schlafapnoe



<https://meinschlaf.hul.de/schlafapnoe>

Videos zu den untenstehenden Themen



<https://meinschlaf.hul.de/schlaflabor>

Untersuchungen

Laboruntersuchungen, mit deren Hilfe obstruktive Schlafapnoe festgestellt werden kann

Gerät

Für die CPAP-Therapie werden verschiedene Therapiegeräte benutzt, die jedoch nach ein und demselben Prinzip arbeiten

Maske

Es ist wichtig, die Maske richtig anzuwenden, damit die Therapie effektiv ist und es zu keinen Unannehmlichkeiten und Beschwerden kommt.

Zubehör

Zu einer bestimmungsgemäßen Verwendung des Gerätes gehört die regelmäßige Reinigung.