

Checklist

- La liste de tous vos médicaments : somnifères, anti-douleurs etc...
- Votre carte d'identité et votre carte SIS.
- Vos papiers d'assurance hospitalisation si vous en possédez une.
- Le nécessaire de toilette (une douche est à votre disposition).
- Pour dormir, un vêtement à encolure en «V» ou boutonné.
- Barbe rasée ou bien dégagée autour des lèvres.
- Pas de crème de soins visage ou fond de teint car cela empêche une bonne adhésion des électrodes.
- Lunettes de lecture si besoin (questionnaire à remplir).

Facultatif

Lecture, mots croisés, musique avec écouteurs, etc. (il n'y a pas de télévision dans la chambre).



Vos médicaments pour dormir devront, si possible, avoir été arrêtés depuis 1 semaine.



CHRSM - site Meuse

Avenue Albert 1^{er}, 185
5000 Namur
Tél : +32 (0)81 72 61 11

www.chrsm.be
meuse.chrsm.be

Suivez l'actualité du **CHRSM**
sur les réseaux sociaux



Service de Pneumologie

Secrétariat

Téléphone: 081 72 69 05

Localisation: Suivre la route 48



Polysomnographie adulte

Service de Pneumologie

Insomnies, ronflements, pauses respiratoires (apnées), manque de concentration, somnambulisme, fatigue chronique ou somnolence diurne...

Vous avez rendez-vous pour votre test du sommeil le : à 19h45

Présentez-vous directement à l'accueil des Urgences pour réaliser l'inscription.

- 1^{er} examen
- avec Cpap
- Sans Cpap (arrêt 10 jours avant)

Motif de l'examen :
.....

Vous reverrez en consultation

le Docteur (route 48)
le àh.....
pour les résultats.

En quoi consiste l'examen ?

C'est un enregistrement continu de plusieurs signaux qui permettent **d'analyser la structure de votre sommeil** mais également de **détecter certains problèmes respiratoires, cardiaques ou neurologiques**.

Quels sont les signaux enregistrés ?

- L'activité électrique du cerveau.
- L'activité musculaire.
- Les mouvements des yeux.
- La respiration.
- Les bruits ou ronflements.
- Le rythme cardiaque.
- La saturation en oxygène dans le sang.

En parallèle, **un enregistrement vidéo sera réalisé.**

Le test du sommeil est un test **non douloureux et non invasif.**



Indications de l'examen

L'examen du sommeil est réalisé à la demande du médecin traitant ou d'un spécialiste (pneumologue, ORL, cardiologue, neurologue) en cas de :

- Ronflements
- Pausés respiratoires (apnées)
- Insomnies
- Fatigue chronique ou somnolence diurne
- Somnambulisme, mouvements anormaux durant le sommeil
- Manque de concentration ou perte de mémoire
- Hypertension artérielle
- Etc.

Installation

1. L'infirmière vous installera dans votre chambre et vous fera remplir **un questionnaire sur vos habitudes de sommeil et votre état de fatigue.**
2. Ensuite, elle disposera des électrodes au niveau de votre visage, de votre thorax et du cuir chevelu.
3. Au moment du coucher, au plus tard à 22h30, les différents capteurs seront reliés à un boîtier d'enregistrement. **La durée d'enregistrement doit être de 8h.**
Veillez éteindre tous les appareils électroniques dès le début de l'examen pour éviter qu'il soit illisible en raison d'interférences.
L'infirmière restera présente toute la nuit afin de surveiller le bon déroulement de l'examen.
4. Le lendemain matin, vous devrez repartir entre **6h30 et 7h.**

Infos pratique

- **L'accueil central** de l'hôpital ouvre ses portes à partir de **07h**. Si vous devez quitter l'hôpital avant, cela se fera par les urgences.
- **La cafétéria** ouvre de **09h à 17h**. Fermée le week-end.