

# Slaaponderzoek

Centrum voor klinisch slaap- en waakonderzoek

**UZA**  
kennis / ervaring / zorg

## Voor wie?

- U kampt met slaapproblemen: kan moeilijk inslapen, wordt te vaak wakker, voelt zich niet uitgerust
- U bent ongerust omdat u slaapwandelt, vreemde bewegingen maakt in de slaap, ...
- U bent overmatig slaperig overdag
- U slaapt te veel uren

## Logboek

- Vaak vragen we u een 'slaap-waaklogboek' bij te houden. Dit is een belangrijke pijler in de therapie.
- Elementen van een goede slaaphygiëne worden benadrukt.



## De dag zelf

- U meldt zich aan op de afdeling B nul (route 51) op het voorgestelde uur.
- De voorbereiding van het onderzoek neemt meer dan een uur in beslag



## Eerste raadpleging

- U meldt zich aan voor een consultatie via het nummer 03/821.39.38
- Tijdens de raadpleging wordt uitgebreid stilgestaan bij de aard van uw probleem, bij uw voorgeschiedenis.
- Rekening houdend met de reeds genomen medicatie wordt u een beleidsplan voorgesteld



## Afspraak

- Als een slaaponderzoek (= polysomnografisch onderzoek) nodig blijkt, spreken we dit af en krijgt u de nodige informatie mee



## Naar bed

- U beschikt over een eenpersoonskamer, waar u TV kan kijken of op uw laptop kan werken. U kan de kamer verlaten om een wandelingetje te maken.
- De juistheid van de signalen wordt gecontroleerd. U gaat te bed op het gewone uur. U krijgt geen extra slaapmedicatie!
- Tijdens de slaap registreren we hersengolven, oogbewegingen, spierspanning, hartslag, geluid, ademhaling, houding, bewegingen

## Analyse

- Uw slaap wordt geanalyseerd.
- De arts bespreekt met u de bevindingen en bespreekt het verdere beleid.
- Uw verwijzend arts krijgt het verslag.

