

24-uurs Elektro- encefalogram en Multiple Sleep Latency Test

Klinische neurofysiologie

Binnenkort komt u voor een 24-uurs EEG en MSLT (Multiple Sleep Latency Test) naar de afdeling Klinische neurofysiologie.

Uw huisarts of specialist heeft u hiervoor doorverwezen. In deze folder wordt uitgelegd wat het onderzoek inhoudt en krijgt u informatie over de gang van zaken tijdens het onderzoek. Als u na het lezen van deze informatie nog vragen heeft, aarzel dan niet en bel naar onze afdeling, u vindt het telefoonnummer op de achterpagina. Bent u verhinderd op de afgesproken tijd, neem dan zo spoedig mogelijk contact met ons op.

Doel van de onderzoeken

Bij zowel de 24-uurs EEG als de MSLT wordt de elektrische activiteit van de hersenen opgemeten met behulp van diverse elektroden op het hoofd.

Het doel is het registreren van uw waak- en slaappatroon gedurende een dag en een nacht (24-uurs EEG). Tevens willen we een indruk krijgen van uw slaapbehoefte overdag (MSLT).

Bij het 24-uurs EEG krijgt u de opnameapparatuur voor een dag en een nacht mee naar huis. Deze registratie wordt de volgende dag gevolgd door vier korte MSLT registraties op onze afdeling, verdeeld over die hele dag.

De voorbereidingen op de onderzoeken

Noteer op de medicatielijst, achter in deze folder, welke medicijnen u gebruikt of in het verleden gebruikt heeft.

Vanaf twee weken vóór het onderzoek dient u het slaaplogboek nauwkeurig te gaan bijhouden. Dit logboek vindt u achter de medicatielijst in deze folder.

Vanaf twee weken vóór het onderzoek dient u alle medicijnen en middelen, die invloed kunnen hebben op uw slaappatroon, niet meer in te nemen. Dit betreft natuurlijk uw slaaptabletten, maar ook antidepressiva, antihistaminica en stimulerende middelen, zoals het gebruik van cafeïne (meer dan twee koppen koffie of thee per dag) en alcohol (meer dan twee glazen per dag). U hoeft niet te stoppen met roken.

Aangezien het niet altijd wenselijk of verantwoord is om plotseling te stoppen met de inname van bepaalde medicijnen, zal een neuroloog, indien nodig, een gesprek met u hebben om te bepalen wat u wel en niet mag blijven gebruiken.

Wat moet u meenemen?

deze folder met het ingevulde slaaplogboek en de medicatielijst
een broekriem en eventueel een pet of een hoed
een (ruim zittend) T-shirt (draag verder ook ruime en gemakkelijk zittende kleding)

Zorgt u ervoor dat uw haren gewassen en droog zijn? Gebruik geen gel, haarlak of schuim.

De gang van zaken

U meldt zich op het afgesproken tijdstip op de afdeling Klinische neurofysiologie. U wordt verwezen naar de desbetreffende wachtkamer, waar u wordt opgehaald door een laborant.

24-uurs EEG

Vóór het onderzoek worden, met behulp van lijm, diverse elektroden op uw hoofd bevestigd. De kabels hiervan lopen naar een kastje dat met een elastieken band voor uw borst wordt bevestigd. Dit kastje wordt verbonden met het registratieapparaat dat met een tasje aan uw (broek)riem wordt bevestigd.

We verzoeken u een T-shirt mee te brengen dat dienst kan doen als nachtkleding. Dit trekt u hier aan, ter bescherming van alle kabels en het kastje op uw borst.

Na een korte testregistratie kunt u onze afdeling verlaten.

Aan het einde van deze dag moet u op onze afdeling terugkomen voor het vervangen van de batterijen van het toestel. Dit neemt slechts een tiental minuten in beslag. Hierna kunt u met de apparatuur (weer) naar huis gaan voor de avond- en nachtregistratie.

VERGEET NIET OM OOK TIJDENS DEZE 24 UUR HET SLAAPLOGBOEK BIJ TE BLIJVEN HOUDEN!

Multiple Sleep Latency Testen

Op de ochtend na het 24-uurs EEG wordt het registratieapparaat losgekoppeld. De elektroden op uw hoofd blijven echter zitten voor de vier volgende dagregistraties. De eerste registratie zal omstreeks 09.30 of 10.00 uur plaatsvinden, de andere drie omstreeks 12.00, 14.00 en 16.00 uur. Bij deze testen ligt u telkens in een rustige, donkere ruimte op een bed. Hier krijgt u telkens 20 tot 30 minuten de gelegenheid om in slaap te vallen.

GEDURENDE DEZE HELE DAG MAG U NIET ROKEN EN GEEN KOFFIE, THEE OF ALCOHOL GEBRUIKEN!

Na en ook tussen de onderzoeken door kunt u telkens (zelfstandig) naar huis gaan.

Nazorg

Na afloop van de onderzoeken worden de elektroden met Aceton van het hoofd verwijderd. Thuis kunt u uw haren gewoon wassen.

Tijdsduur van de onderzoeken

De beide onderzoeken gaan in elkaar over. U moet er rekening mee houden dat u in totaal twee dagen niet geheel vrij bent in uw bewegingen en activiteiten.

De uitslag

Het uitlezen en beoordelen van de gemaakte opname is erg arbeidsintensief en neemt enige tijd in beslag. Afhankelijk van de resultaten, kan het nodig zijn het onderzoek te herhalen, aanvullend onderzoek te verrichten of een afspraak te maken met een van onze artsen. De laborant zal dit achteraf (telefonisch) met u bespreken. De uiteindelijke resultaten van het onderzoek worden verstuurd naar de aanvragend specialist of huisarts.

Tenslotte

De apparatuur die u meekrijgt is erg kostbaar en bevat kwetsbare elektronica. Wij verzoeken u er voorzichtig mee om te gaan. Voorkom hevige schokken en laat de apparatuur niet in aanraking komen met water. Op de dag van het onderzoek zullen wij u verzoeken een verklaring te tekenen, waarop vermeld staat dat u de apparatuur in bruikleen neemt. Mocht het apparaat, zonder uw opzet, toch beschadigd raken, dan bent u door het tekenen van deze verklaring hiervoor verzekerd.

Medicatielijst

Noteer hieronder welke medicijnen u **op dit moment** gebruikt.

Medicijn	Dosering

Noteer zo nauwkeurig mogelijk uw **gemiddelde gebruik per dag** van de volgende (stimulerende) middelen:

- Koffie kopjes / mokken* per dag
- Thee kopjes / mokken* per dag
- Wijn glazen per dag
- bier glazen / flesjes / blikjes* per dag
- sigaretten stuks per dag
- overig

*= svp doorhalen wat niet van toepassing is.

Noteer hieronder zo nauwkeurig mogelijk welke medicatie u de afgelopen 5 jaar gebruikt heeft en ook van wanneer tot wanneer ongeveer.

Medicijn	Gebruikt van... tot...	Eventuele opmerkingen

Slaaplogboek

De komende twee weken, voorafgaand aan de onderzoeken, dient u een logboek bij te houden.

Per dag (24 uur) vult u telkens een pagina in. Doe dit met potlood, zodat u eventuele fouten kunt corrigeren.

De tijdsbalken lopen respectievelijk van 08.00 tot 20.00 uur en van 20.00 tot 8.00 uur.

De hele uren zijn aangegeven met een verticale streep en zijn onderverdeeld in vier hokjes van elk een kwartier. De balken dienen als volgt ingevuld te worden:

De tijd die u slapend doorbracht (in bed of ergens anders) dient u geheel zwart te kleuren.

De tijd die u in bed doorbracht, maar wakker lag, dient u te arceren.

De volgende bijzonderheden kunt u met letters aangeven in de bovenbalk, op het tijdstip van handeling:

E = eten

B = lichamelijke activiteit (zoals wandelen, fietsen, etc.)

LU = licht uit (het tijdstip dat u echt bent gaan slapen)
WC= toiletbezoek
M = medicatie inname
K = koffie gedronken
A = alcohol gedronken
O = overige (eventuele toelichting onder aan de pagina invullen)

HEEL BELANGRIJK VOOR DE AVOND EN NACHTRUST: VUL DE BALK PAS DE VOLGENDE OCHTEND IN!

Het is niet de bedoeling om 's nachts te gaan noteren of onthouden hoe laat u wakker bent geworden of naar het toilet bent geweest. U vult de volgende ochtend in hoe laat u *denkt* dat u wakker geweest bent en hoe lang. Het is niet erg als de informatie niet helemaal klopt, het gaat juist om uw *eigen beleving!*
Hieronder ziet u een voorbeeld van een patiënt. In de onderstaande tekst wordt beschreven wat deze patiënt zoal gedaan en ervaren heeft.

3 maart 2010

Ontbijt om 07.30 uur.

Vertrek naar werk om 08.00 uur (half uur fietsen).

Lunch om 12.30 uur.

Om 15.30 uur wakker geschrokken van middagdutje (circa 10 minuten) achter de computer.

Om 17.00 uur naar huis gefietst.

Om 18.00 uur avondeten met avonddutje van 18.30 tot 19.30 uur.

's Avonds rond 20.30 uur koffie gedronken en om 23.00 uur een glas wijn met een hapje.

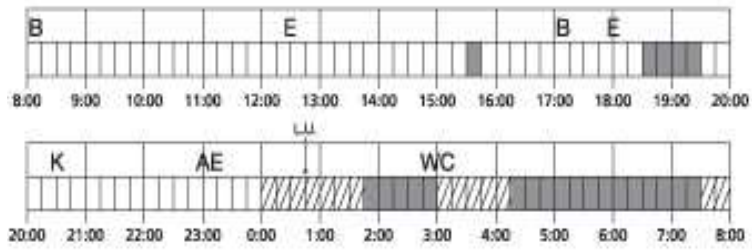
Omstreeks 24.00 uur naar bed gegaan. In bed nog tot 00.45 uur een boek gelezen,

Om 00.46 het licht uit gedaan. Om 07.30 uur gewekt door de wekker, maar pas om 08.00 uur opgestaan.

Die volgende ochtend meende de patiënt dat hij 's avonds, na het uitdoen van het licht, bijna een uur wakker had gelegen voor hij insliep. Ook denkt hij zeker een uur wakker te hebben gelegen na zijn nachtelijk toiletbezoek om ongeveer 03.00 uur, mede door geluidsoverlast van buiten.

Voorbeeld

Dag: 1
Datum: 3 maart 2010
Tijdstip licht uit: 0:46 uur
Slaapkwaliteit: slechter dan gewoonlijk
 normaal
 beter dan gewoonlijk



Overig: Last van lawaai op straat rond 3:30 uur.

Dag: _____

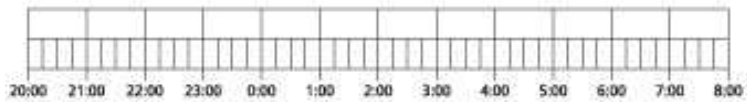
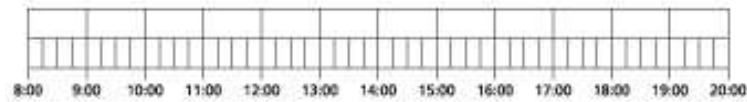
Datum: _____

Tijdstip licht uit: _____

Slaapkwaliteit: slechter dan gewoonlijk

normaal

beter dan gewoonlijk



Overig _____

Dag: _____

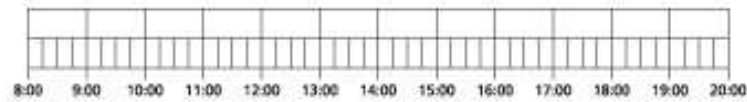
Datum: _____

Tijdstip licht uit: _____

Slaapkwaliteit: slechter dan gewoonlijk

normaal

beter dan gewoonlijk



Overig: _____

Dag: _____

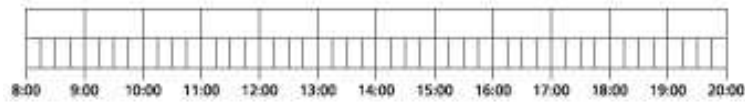
Datum: _____

Tijdstip licht uit: _____

Slaapkwaliteit: slechter dan gewoonlijk

normaal

beter dan gewoonlijk



Overig: _____

Dag: _____

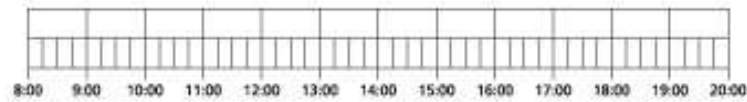
Datum: _____

Tijdstip licht uit: _____

Slaapkwaliteit: slechter dan gewoonlijk

normaal

beter dan gewoonlijk



Overig: _____

Dag: _____

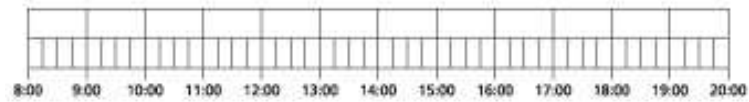
Datum: _____

Tijdstip licht uit: _____

Slaapkwaliteit: slechter dan gewoonlijk

normaal

beter dan gewoonlijk



Overig: _____

Dag: _____

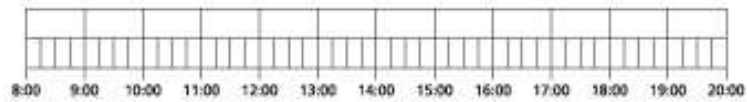
Datum: _____

Tijdstip licht uit: _____

Slaapkwaliteit: slechter dan gewoonlijk

normaal

beter dan gewoonlijk



Overig: _____

Dag: _____

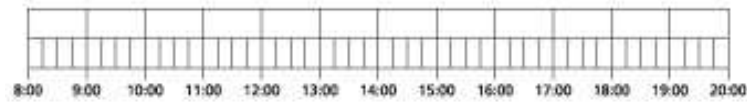
Datum: _____

Tijdstip licht uit: _____

Slaapkwaliteit: slechter dan gewoonlijk

normaal

beter dan gewoonlijk



Overig: _____

Dag: _____

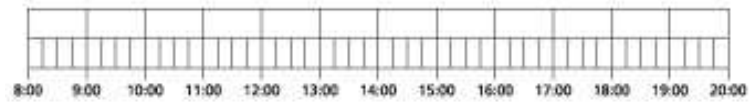
Datum: _____

Tijdstip licht uit: _____

Slaapkwaliteit: slechter dan gewoonlijk

normaal

beter dan gewoonlijk



Overig: _____

Dag: _____

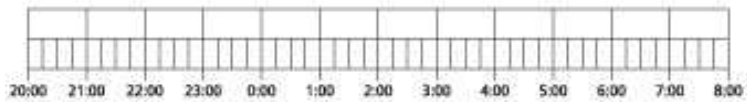
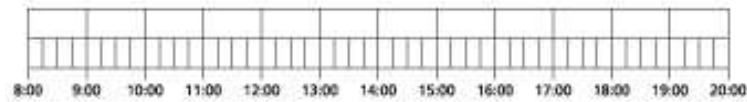
Datum: _____

Tijdstip licht uit: _____

Slaapkwaliteit: slechter dan gewoonlijk

normaal

beter dan gewoonlijk



Overig: _____

Dag: _____

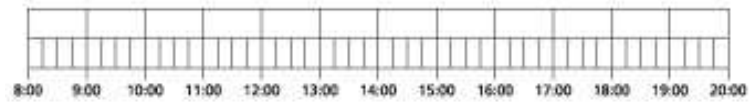
Datum: _____

Tijdstip licht uit: _____

Slaapkwaliteit: slechter dan gewoonlijk

normaal

beter dan gewoonlijk



Overig: _____

Dag: _____

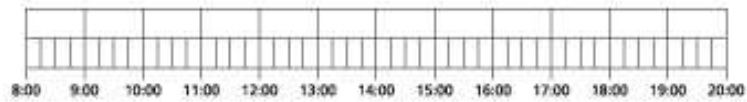
Datum: _____

Tijdstip licht uit: _____

Slaapkwaliteit: slechter dan gewoonlijk

normaal

beter dan gewoonlijk



Overig: _____

Dag: _____

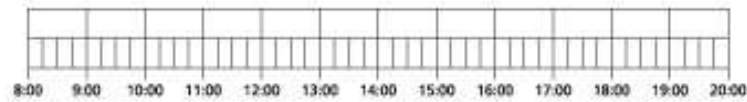
Datum: _____

Tijdstip licht uit: _____

Slaapkwaliteit: slechter dan gewoonlijk

normaal

beter dan gewoonlijk



Overig: _____

Dag: _____

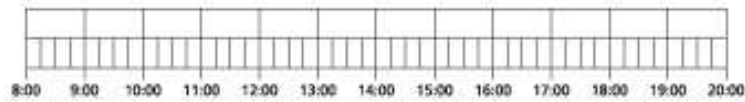
Datum: _____

Tijdstip licht uit: _____

Slaapkwaliteit: slechter dan gewoonlijk

normaal

beter dan gewoonlijk



Overig: _____

Dag: _____

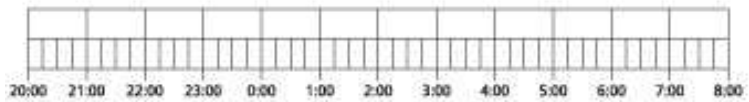
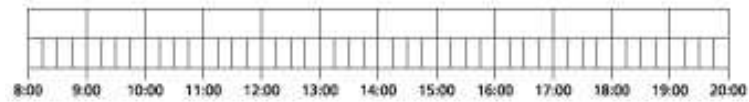
Datum: _____

Tijdstip licht uit: _____

Slaapkwaliteit: slechter dan gewoonlijk

normaal

beter dan gewoonlijk



Overig: _____

Geef uw mening!

Deel uw ervaring over Zuyderland Medisch Centrum op www.ZorgkaartNederland.nl, een onafhankelijk kwaliteitsplatform voor de zorg. Op basis van uw ervaring kunnen wij onze zorgverlening verder verbeteren.

Naam: _____

U heeft een afspraak op:

Datum: _____

Tijdstip van onderzoek: _____

Meldpunt: _____

Voor de uitslag dient u, na het onderzoek, zelf een afspraak te maken bij uw behandelend arts.

U krijgt de uitslag van uw arts op:

Datum: _____

Tijdstip: _____

Meldpunt: _____

Klinische neurofysiologie/Vaatfunctie

Meldpunt Oost 13

Telefoonnummer 088 – 459 7712

Internet

www.zuyderland.nl