



08h00 : Vous pouvez quitter le service. Si le pneumologue vous l'a prescrit, vous devrez encore faire quelques examens complémentaires. Dans ce cas, vous recevrez un document vous expliquant où vous devez vous rendre avant de partir.

N'oubliez pas

D'apporter :

- Votre carte d'identité
- Vos vêtements de nuit.

Si vous utilisez une CPAP pour dormir :

- Votre machine et ses accessoires
- 3 vignettes de mutuelle

Adresse et coordonnées

Saint Vincent

Boulevard Roosevelt, 17 - 7060 Soignies



Laboratoire du sommeil (+2)

Téléphone : 067/348 310

E-mail : labosommeil@chrhautesenne.be



La polysomnographie ou l'étude du sommeil

Vous allez passer une polysomnographie et vous vous posez probablement des questions à propos de cet examen.

Nous allons tenter d'y répondre !



Editeur responsable: Thérèse Troit - CHR Haute Senne - Chaussée de Braine 49 - 7060 Soignies
©Photos : CHR Haute Senne, iStockPhoto
LABO SOM 1 - Polysomme 06/2020



Centre Hospitalier Régional de la Haute Senne

Chaussée de Braine 49 • 7060 Soignies

T. : 067 348 411 • F. : 067 348 787

info@chrhautesenne.be • www.chrhautesenne.be

Qu'est-ce qu'une polysomnographie ?

La polysomnographie est l'enregistrement de paramètres cardiorespiratoires et neurologiques lors de votre sommeil.

Elle permet l'étude des divers stades du sommeil et de la respiration. L'examen sert à détecter et à identifier des troubles du sommeil d'origine neurologique et/ou respiratoire.

Comment me préparer ?

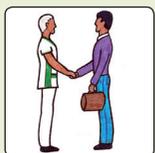
- Si possible, évitez de dormir dans les 12h qui précèdent votre arrivée
- Prévoyez un vêtement de nuit confortable et adapté à la saison (pas dénudé).
- Pour les hommes, le menton rasé de près.
- Pour les femmes, ni maquillage, ni ongles en gel.
- Ne mettez pas de gel dans vos cheveux.
- Prenez votre douche chez vous et soupez avant de vous rendre à l'hôpital.
- Sauf indication autre du pneumologue, prenez normalement vos médicaments habituels.

Où dois-je me rendre ce jour-là ?

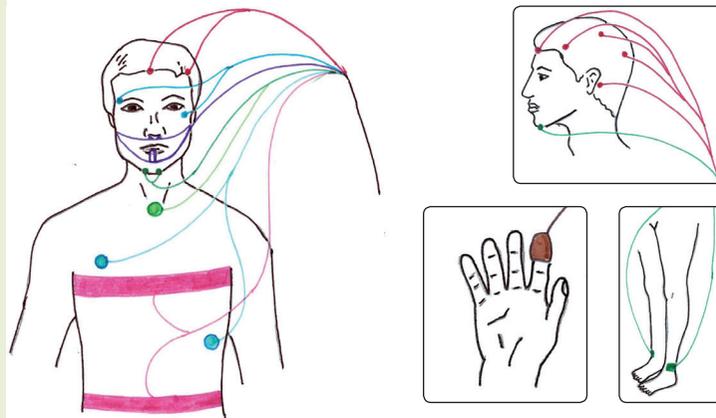
Le Laboratoire du Sommeil se situe sur le site de Saint Vincent. Présentez-vous à l'accueil vers 19h50 afin de régler les formalités administratives relatives à votre admission.

Vous êtes attendu pour 20h00 précises dans le service (niveau +2).

Comment va se passer ma nuit ?



20h00 : L'infirmier vous montrera votre chambre et vous invitera à vous changer. Ensuite, le matériel d'enregistrement sera installé. Cette opération dure une heure, elle peut être un peu désagréable mais est totalement indolore.



Ce qui sera installé :

- 6 électrodes (pastilles collées) sur la tête pour enregistrer l'activité du cerveau. Ces électrodes sont fixées par une « colle » qui est appliquée au pinceau et séchée à l'air froid.
- 1 électrode près de chaque œil pour enregistrer l'activité oculaire
- 1 capteur dans les narines (de type « lunettes à oxygène ») et 1 devant la bouche pour étudier le flux d'air de la respiration.
- 2 électrodes au niveau du menton complètent les électrodes sur la tête et près des yeux pour identifier les différents stades de sommeil et d'éveil.
- 2 électrodes sur le thorax pour surveiller l'activité du cœur.
- 2 ceintures : une au niveau du thorax et une au niveau de l'abdomen pour apprécier vos mouvements respiratoires.
- 1 micro est posé à la base du cou et enregistre les bruits respiratoires (ronflements).
- 1 capteur sur l'index de la main droite pour mesurer le taux d'oxygénation du sang.
- 1 capteur sur la partie externe de chaque cheville enregistre les mouvements des jambes.
- Vous êtes filmé par caméra infra-rouge.

Tous les fils sont connectés à un boîtier fixé au milieu du thorax par un harnais. Un câble unique est branché au boîtier pour effectuer la liaison avec l'ordinateur de surveillance.



L'infirmier veille au bon déroulement de l'enregistrement toute la nuit.

Sauf nécessité absolue, vous ne pouvez pas vous lever durant les 8 heures que dure votre examen.

Un système d'appel sera à votre disposition.

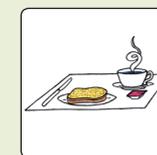


22h00 : extinction des lumières (ni télévision, ni GSM, ni ordinateur portable, etc... durant les 8 heures).

Et après l'examen ?



06h00 : C'est l'heure du réveil. Le matériel est retiré immédiatement. La colle dans les cheveux est dissoute à l'acétone.



Si le médecin l'a demandé, l'infirmier vous fait une prise de sang. Ensuite vous pouvez déjeuner.

Quand l'acétone aura séché, vos cheveux paraîtront collants, des résidus de colle et de pâte de contact apparaîtront. Les deux s'enlèvent facilement à l'eau chaude.

Si vous le désirez, vous pouvez prendre une douche dans le service.

- Laissez couler la douche 5 minutes.
- Peignez-vous sous la douche.
- Utilisez éventuellement un après-shampooing.
- N'utilisez pas de shampooing tant qu'il reste de la colle.