



Liebe Patientin, lieber Patient,

wir freuen uns, Sie bald in unserem Schlaflabor begrüßen zu dürfen. Um Ihnen den Aufenthalt so angenehm wie möglich zu gestalten, haben wir für Sie alle wichtigen Informationen sowie den Ablauf der Untersuchung übersichtlich zusammengefasst. Bei Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

Ziel der Untersuchung

Das Schlaflabor dient der Diagnose von Schlafstörungen. Während des Schlafs erfassen wir verschiedene physiologische Parameter (z. B. Gehirnaktivität, Atmung, Herzfrequenz, Bewegungen), um die Ursachen Ihrer Beschwerden zu erkennen.

Was Sie mitbringen sollten

- Schlafanzug, Pantoffeln, ggfs. ein eigenes Kissen
- Toilettenartikel (z. B. Seife, Zahnbürste, Shampoo), Handtücher
- persönliche Medikamente
- ärztliche Verordnung für das Schlaflabor (falls vorhanden)

Ablauf der Untersuchung

Ankunft

- Erscheinen Sie bitte min. 15 Minuten vor Ihrem Termin (Aufnahme ab 16:00 Uhr möglich)

Aufnahme & Vorbereitung

- Begrüßung und Erklärung des Ablaufs durch unser Pflegepersonal
- Ab 17:45 Uhr erhalten Sie ein Abendessen mit einer Flasche Wasser
- Die Vorbereitung (Anbringen der Sensoren, Elektroden und Gurte) dauert ca. 60 - 90 Minuten
- Vor dem Einschlafen erfolgt ein kurzer Test zur Kontrolle der Elektrodenkontakte
- Bis zu Ihrer gewohnten Einschlafzeit können Sie sich frei im Zimmer bewegen

Untersuchung

- Sie schlafen wie gewohnt. Die gesamte Nacht über werden Ihre Körperfunktionen sowie Video- und Tonaufnahmen aufgezeichnet
- Die Untersuchung ist völlig schmerzfrei

Am Morgen danach

- Nach der Untersuchung werden Sie vom Messsystem abgelöst
- Frühstück ab 07:30 Uhr
- Sie können danach nach Hause oder zur Arbeit gehen
- Duschen vor und nach der Untersuchung ist empfohlen

Nachbesprechung und weiteres Vorgehen

- Die Auswertung erfolgt durch unsere Ärzte. Ein separater Termin zur Besprechung der Ergebnisse ist notwendig. **Bitte vereinbaren Sie diesen Termin frühzeitig.**
- Je nach Befund kann eine zweite Nacht zur Testung einer CPAP-Atemmaske erforderlich sein.
- Falls Sie eine Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung benötigen, sprechen Sie bitte den Arzt oder die Ärztin vor dem Untersuchungstag an.

Medikamente und Verhalten

- Nehmen Sie Ihre gewohnten Medikamente wie üblich ein, sofern nichts anderes mit uns vereinbart wurde.
- Vermeiden Sie koffeinhaltige Getränke (z. B. Kaffee, Cola, Schwarztee) am Nachmittag und Abend.
- Achten Sie auf eine leichte Mahlzeit vor der Untersuchung und trinken Sie ausreichend, aber nicht übermäßig.

Parkmöglichkeiten

20:00 Uhr (abends) bis 7:00 Uhr (morgens): pauschal € 3,50
Tagsüber: € 1,00 € pro Stunde

Datenschutz

Alle erhobenen Daten werden ausschließlich zu medizinischen Zwecken verwendet und unterliegen den geltenden Datenschutzbestimmungen.

Wir danken Ihnen für Ihr Vertrauen und wünschen Ihnen eine angenehme Untersuchung und erholsamen Schlaf.

Kontakt

Unité de soins 01

☎ (+352) 81669-61110

✉ us1@chdn.lu

Informations pour patients

Examen au laboratoire du sommeil

CHdN
CENTRE HOSPITALIER DU NORD

Chère patiente, cher patient,

Nous sommes heureux de pouvoir bientôt vous accueillir dans notre laboratoire du sommeil. Afin de rendre votre séjour aussi agréable que possible, vous trouverez ci-dessous toutes les informations importantes ainsi que le déroulement de l'examen. Pour toute question, n'hésitez pas à nous contacter.

Objectif de l'examen

Le laboratoire du sommeil sert à diagnostiquer les troubles du sommeil. Pendant votre sommeil, nous enregistrons différents paramètres physiologiques (p. ex. activité cérébrale, respiration, fréquence cardiaque, mouvements) afin d'identifier les causes de vos troubles.

Ce que vous devez apporter

- Pyjama, chaussons, éventuellement votre propre oreiller
- Articles de toilette (savon, brosse à dents, shampoing, etc.), serviettes
- Médicaments personnels
- L'ordonnance médicale (si disponible)

Déroulement de l'examen

Arrivée

Merci d'arriver au moins 15 minutes avant votre rendez-vous (admission possible à partir de 16h00).

Accueil et préparation

- Accueil et explication du déroulement par le personnel soignant
- À partir de 17h45, un dîner ainsi qu'une bouteille d'eau vous seront servis
- La préparation (pose des capteurs, électrodes et sangles) dure environ 60 à 90 minutes
- Avant de vous endormir, un test rapide est effectué pour vérifier les connexions
- Jusqu'à votre heure de coucher habituelle, vous pouvez vous déplacer librement dans votre chambre

Examen

- Vous dormez comme à votre habitude. Durant toute la nuit, vos fonctions corporelles ainsi que des enregistrements vidéo et audio seront réalisés.
- L'examen est totalement indolore

Le lendemain matin

- Après l'examen, le matériel de mesure sera retiré
- Petit-déjeuner à partir de 7h30
- Vous pouvez ensuite rentrer chez vous ou aller au travail
- Il est recommandé de prendre une douche avant et après l'examen

Entretien de suivi et démarches ultérieures

- L'analyse des résultats est effectuée par nos médecins. Un rendez-vous séparé pour la discussion des résultats est nécessaire. **Veuillez le fixer à l'avance.**
- En fonction des résultats, une deuxième nuit pour tester un masque respiratoire CPAP peut être requise.
- Si vous avez besoin d'un certificat d'arrêt maladie, merci d'en parler avec le médecin avant le jour de l'examen.

Médicaments et comportement à adopter

- Prenez vos médicaments habituels comme d'habitude, sauf indication contraire de notre part.
- Évitez les boissons contenant de la caféine (café, cola, thé noir) l'après-midi et le soir.
- Privilégiez un repas léger avant l'examen et buvez suffisamment, sans excès.

Stationnement

20h00 (soir) à 7h00 (matin) : tarif forfaitaire 3,50 €
En journée : € 1,00 € par heure

Protection des données

Toutes les données recueillies sont utilisées exclusivement à des fins médicales et sont soumises aux réglementations en vigueur sur la protection des données.

Nous vous remercions de votre confiance et vous souhaitons un examen agréable et un sommeil réparateur.

Contact

Unité de soins 01

☎ (+352) 81669-61110

✉ us1@chdn.lu

