



NoG2



پلی سومنوگرافی شبانه (تست خواب شبانه)

پمفلت آموزشی مددجو

تاپستان ۱۴۰۰

✓لباس راحت و گشاد همراه داشته باشید.
✓در طول انجام تست نیاز به همراه نمی باشد.

✓مصرف دخانیات و مواد اعتیادآور قبل از انجام تست ممنوع است.

توصیه‌ها و اقدامات بعد از دریافت خدمت:

✓ژل باقی مانده‌ی ناشی از اتصال الکترودها را با استحمام پاک شود.

✓برای گرفتن جواب تست ۱۰ روز بعد با واحد تست خواب تماس بگیرید و در صورت آماده بودن جواب تست مراجعه فرمایید.

جهت دسترسی به مطالب آموزش سلامت و دانلود

پمفلت های آموزش به بیمار

یا <http://ziaeian.ir>

<http://help.tums.ac.ir>

جهت ارائه پیشنهاد و انتقاد

Ziaeian@tums.ac.ir

✓به همراه داشتن دستور پزشک متخصص مبنی بر انجام تست خواب الزامی است.

✓صبح زودتر از خواب بیدار شوید و در طول روز به هیچ وجه نخوابید یا چرت روزانه نداشته باشید.

✓در طول روز از چای، شکلات، قهوه و سایر مواد کافئین دار و محرک استفاده نکنید.

✓قبل از آمدن به بیمارستان استحمام نمایید و پس از آن از مواد آرایشی و بهداشتی و حتی دارویی روی بدن، سر و صورت استفاده ننمایید.

✓بهتر است اگر امکان دارد موی سر و صورت در حداقل اندازه باشد و موی قفسه سینه و ساق پاها کوتاه باشد (برای آقایان).

با توجه به این که اختلالات خواب تبعات بسیار بدی بر زندگی افراد می‌گذارد و افراد مبتلا به این اختلالات دچار درجاتی از فشارخون، نارسایی قلبی، خواب منقطع، خواب آلودگی در طول روز و کاهش بازدهی فعالیت‌های اجتماعی هستند، تشخیص و درمان آن نقش موثری در بهبود کیفیت زندگی فرد خواهد داشت که توسط تست خواب (پلی سومنوگرافی) انجام می‌شود.



انجام این تست یک کار غیرتهاجمی است و در طی تست هیچ‌گونه آسیبی به شما وارد نمی‌شود. در طول انجام تست به طور خلاصه مواردی شامل: نوار مغزی، نوار قلبی، حرکات چشم‌ها، فک و چانه، پاها، قفسه‌ی سینه و شکم، وضعیت تنفسی، صدای خر و پف، انواع قطع تنفس حین خواب (انواع آپنه) و غیره، ارزیابی می‌شود.

نحوه‌ی انجام تست خواب چگونه است؟

برای انجام تست خواب یک شب بستری می‌شوید، در مدت خواب تعدادی الکتروود و وسایل مربوط به ثبت اطلاعات به شما متصل می‌شود.

چه افرادی برای انجام تست خواب مراجعه می‌کنند؟

بیمارانی که دارای مشکلات تنفسی ضمن خواب هستند، توقف تنفسی، خرخر، بیماران مبتلا به بیماری مزمن ریه، اختلال خواب، سردرد صبحگاهی و یا خواب آلودگی و خستگی شدید در طول روز، گرفتگی عضله ساق پا در حین خواب، دندان قروچه ضمن خواب، شب ادراری و غیره از جمله افرادی هستند که برای این تست مراجعه می‌کنند.



مدت زمان تقریبی انجام خدمت:

تست خواب بر حسب شرایط از ۸ تا ۱۲ ساعت ممکن است به طول انجامد.

موارد منع انجام تست:

- ✓ از پذیرش اطفال معذوریم.
- ✓ از پذیرش بیمارانی که وابستگی شدید به دستگاه‌های تنفسی دارند معذوریم.
- ✓ بیمارانی که برای انجام تست ارجاع داده می‌شوند باید از نظر قلبی و همودینامیکی پایدار باشند.

آمادگی‌های لازم قبل از انجام تست:

- ✓ نوبت‌گیری حضوراً و یا با تماس تلفنی انجام می‌شود.
- ✓ اگر بیماری خاصی دارید و یا از داروی خاصی در طول شب استفاده می‌کنید به هنگام نوبت‌گیری اطلاع دهید.