

RECOMENDACIONES PARA LA REALIZACIÓN DE POLISOMNOGRAFÍA-SIESTA (CENTRO DE MEDICINA DEL SUEÑO)**INFORMACIÓN PARA EL PACIENTE****¿QUÉ ES UNA POLISOMNOGRAFÍA-SIESTA?**

-La polisomnografía (PSG) es una prueba para diagnosticar distintos problemas del sueño (sonambulismo, apneas, movimientos de piernas, etc). Es su médico especializado en Trastornos del Sueño (neurólogo, neumólogo, pediatra, etc) el que decide para qué pacientes es más adecuada esta técnica.

-Mide la actividad de la corteza cerebral, los movimientos respiratorios, los de los ojos, y eventualmente los de los músculos de brazos y piernas mientras duerme. Es grabado con cámara de vídeo, para ver acontecimientos que sucedan durante la prueba, y poder realizar un diagnóstico más preciso.

-La PSG es una técnica diagnóstica segura, no invasiva, ni dolorosa, apta para adultos y niños. Se le colocarán unos electrodos en el cuero cabelludo, dónde se aplicará un gel, y un pegamento especial apto para el uso humano. Así mismo, se colocarán electrodos también superficiales y no dolorosos en el tórax, abdomen, y en algunos casos en brazos y piernas.

-Se realiza por las tardes, en horario de siesta (después del almuerzo), en la Unidad de Sueño del hospital, ubicada en la planta 6ª Torre 2.

-Durante toda la prueba habrá un/a técnico/a de Sueño o enfermero/a especializado en la Unidad para atenderles. Les recibirá a su llegada a la Unidad a la hora de citación (14:30h), y controlará que no haya incidencias durante el estudio.

Para su **correcta realización**, tenga en cuenta:

- Debe haber tomado una comida ligera previamente en su domicilio, y haber tomado sus medicaciones habituales, salvo indicación expresa de su médico.
- Realice una vida normal el día de la prueba, y procure haber madrugado si es posible (despertar antes de las 7 am ese mismo día).
- Acudirá sin haber tomado ese día productos que lleven cafeína o teína en las 8 horas previas (café, te, coca cola...).
- Acudirá duchado, sin usar acondicionador, lacas o gomina en el pelo, y no utilizar cremas o aceites corporales. Evite también las joyas (pulseras, collares, anillos, piercings, etc), y el esmalte de uñas.
- Debe traer su pijama o ropa cómoda habitual de su domicilio, neceser, y si precisa, algún libro o revista, o su almohada.
- No es necesario que duerma acompañado, por lo que sólo en algunos casos por indicación médica se pediría que vinieran con acompañante para la prueba.
- Si utiliza algún dispositivo para dormir en su domicilio (CPAP, férula mandibular, etc), debe traerlo a la prueba (salvo contraindicación por parte de su médico).
- Si es portador de marcapasos, neuroestimulador, DAI, o cualquier otro dispositivo electrónico sanitario, comuníquelo al técnico de Sueño cuando llegue.
- No será necesario administrar ningún tratamiento, salvo incidencias.

DURACIÓN

-La duración de la prueba es de aproximadamente 3 horas, y se realiza habitualmente en horario de lunes a viernes.

-Se le citará para que acuda a las 14:30h a la Unidad del Sueño (planta 6º, torre 2), y se finalizará el estudio sobre las 18 h.

-Esta duración es aproximada, pudiendo sufrir modificaciones en pacientes puntuales por indicación previa de su médico.

El resultado de esta prueba le será entregado en la próxima consulta con su médico especialista en Trastornos del Sueño, asegúrese que dispone de cita de revisión con el mismo.

Para modificar o anular su cita:

De lunes a viernes de 08:00h a 21:00h

91 191 40 00