



## Yöpolygrafiatutkimus

### Tutkimuspaikka

Kainuun keskussairaala, **kliininen neurofysiologia (KNF) 1. kerros**. Käynti on pääaulasta kerros alaspäin, josta perille mustaa opasteiviivaa seuraten tai ulkoa S3-ovesta rampin alta tai pohjakerroksesta S7-ovesta kerros ylöspäin.

**Ilmoittautukaa suoraan KNF:n yksikköön.**

Ottakaa mukaan Kela-kortti tai muu virallinen henkilöllisyystodistus.

### Yleistä

Koko yön kestävässä suppeassa yöpolygrafiassa tutkitaan lähengitysteitä ahtauttavaa uniapneatautia. Tutkimustuloksesta lähetään lausunto Teitä hoitavalle lääkärille.

### Tutkimukseen valmistautuminen

Tutkimuksen onnistumiseksi edeltävien öiden unen määrän ja laadun tulisi vastata normaalia unirytmianne.

Flunssa (mm. nuha, yskä, kurkkukipu, kuume) on este tutkimuksen suorittamiselle. Kynsilakka ja geelikynnet ovat myös esteenä tutkimuksen suorittamiselle.

Päihteiden käyttö tutkimuspäivänä on kiellettyä.

### Tutkimuksen suoritus

**Tutkimus suoritetaan kotona.** Tutkimusohjeet ja opastuksen laitteen käyttöön saatte hoitajalta. Varatkaa tähän aikaa noin 30 min. Mikäli haluatte, että kiinnitämme laitteen Teille valmiiksi, puukekaa yllenne T-paita.

Laitte palautetaan seuraavana aamuna joko kliinisen neurofysiologian yksikköön tai omalle terveysasemalle.

### Yhteystiedot

**Jos varattu aika ei teille sovi, ottakaa yhteys ajanvaranneeseen yksikköön.**

Tutkimukseen liittyvissä asioissa ottakaa yhteys kliiniseen neurofysiologiaan, puh. 044 797 4858 klo 12:00–14:00.

Perumattomasta ajasta peritään sakkomaksu. Peruminen on tehtävä viimeistään edelliseen arkipäivään klo 12 mennessä.



## Epworth-uneliaisuusasteikko

Nimi \_\_\_\_\_ pvm \_\_\_\_\_

Hetu \_\_\_\_\_

Kuinka todennäköistä on, että torkahdatte tai nukahdatte seuraavissa tilanteissa vastakohtana sille, että vain tunnette itsenne väsyneeksi? Tämä koskee tavanomaista elintapaanne kahden viimeksi kuluneen viikon ajalta. Vaikka ette olisi tehnyt joitakin alla kuvatuista asioista äskettäin, yrittäkää arvioida miten ne olisivat vaikuttaneet teihin.

### Asteikko

0 = en koskaan torakahtaisi

1 = pieni todennäköisyys torakahtaa

2 = kohtalainen todennäköisyys torakahtaa

3 = suuri todennäköisyys torakahtaa

	ei koskaan	pieni	kohtalai- nen	suuri
Istun lukemassa	0	1	2	3
Katselen TV:tä	0	1	2	3
Istun passiivisena julkisessa paikassa (esim. teatterissa tai esitelmätilaisuudessa)	0	1	2	3
Matkustajana autossa keskeytyksettä tunnin ajan	0	1	2	3
Lepäämässä makuuasennossa iltapäivällä olosuhteiden sen salliessa	0	1	2	3
Istun puhumassa jonkun kanssa	0	1	2	3
Istun kaikessa rauhassa alkoholittoman lounaan jälkeen	0	1	2	3
Autossa sen pysähdytyä liikenteessä muutamaksi minuutiksi	0	1	2	3