

## Nukahtamisviivetutkimus, MSLT

Sinulle on varattu aika \_\_\_\_/\_\_\_\_20\_\_\_\_ klo \_\_\_\_\_ MSLT- (nukahtamisviive) tutkimukseen keskussairaalan kliinisen neurofysiologian yksikköön.

### **HUOM! Ilmoittaudu saapuessasi röntgenin toimistoon (1.krs), johon on käynti F - siiven tai sairaalan pääoven kautta (opasteet).**

Saavuthan tutkimukseen tuoksutta, ilman hajuvettä/partavettä!

### **Tutkimuksen tarkoitus**

Tutkimusta käytetään poikkeavan päiväaikaisen väsymyksen selvittämiseen ja siinä mitataan nukahtamisviivettä normaalisti nukutun yön jälkeen.

### **Esivalmistelut**

Nuku tutkimusta edeltävä viikko mahdollisimman säännöllisesti. Mene nukkumaan tutkimusta edeltävänä iltana hyvissä ajoin ja herää tutkimusaamuna viimeistään klo 6. Nauti normaali aamupala, mutta juo kahvia korkeintaan yksi kupillinen.

Ota säännöllisesti käytettävät lääkkeet normaalisti. Vältä tutkimusta edeltävän vuorokauden aikana unilääkkeitä, rauhoittavia lääkkeitä, piristeitä ja alkoholia.

Pese hiukset tutkimusta edeltävänä iltana huolellisesti, älä laita niihin hoitoainetta, geeliä tai lakkaa. Hiusten tulee olla kuivat tutkimukseen tullessasi. Älä laita meikkivoidetta tutkimuspäivänä.

Tutkimuksessa pidetään omia vaatteita. Pukeudu mukaviin vaatteisiin, joissa nukahtaminen on mahdollista.

### **Tutkimuksen tilaamisen yhteydessä sinulle annetaan unipäiväkirja ja ohjeet sen täytöstä. Täytä unipäiväkirjaa huolellisesti tutkimusta edeltävän kahden viikon ajan. Palauta täytetty lomake tutkimukseen tullessasi.**

### **Tutkimuksen kulku**

Aivojen sähköisen toiminnan mittausta varten pään ja kasvojen iholle kiinnitetään pienet mittaussanurit. Ihon ja elektrodin väliin laitetaan pisara elektrodipastaa kontaktia parantamaan. Toimintaa rekisteröidään tutkimuspäivänä neljä kertaa, 20-35 minuuttia kerrallaan kahden tunnin välein klo 8 alkaen. Rekisteröinnin aikana lepääät sängyssä ja saat nukahtaa. Rekisteröintien välillä voit liikkua sairaalan alueella, ruokailla, lueskella, mutta et saa torkkua etkä juoda kahvia. Tupakointi on kielletty puolen tunnin ajan ennen jokaista rekisteröintiä.

Tutkimusosastolla saat lounaan. Tutkimus on kivuton ja vaaraton ja kestää kokonaisuudessaan noin 7 tuntia.

Vastaus tutkimuksesta annetaan lähettäneelle lääkärille, joka kertoo sinulle tutkimustulokset ja mahdolliset jatkotoimet.

### **Ilmoittaminen esteestä**

Mikäli joudut perumaan tutkimuksen, ilmoita siitä viipymättä yksikkömme toimistoon puh. (03) 629 2154.