

QUELQUES CONSEILS PRATIQUES

- Prévoyez une tenue de nuit confortable et ajustée en fonction des saisons.
- Votre nécessaire de toilette : gants ; essuies ; gel douche ; shampoing ; brosse à cheveux ; brosse à dents.
- Munissez-vous de vos médicaments habituels, n'oubliez pas vos lunettes et/ou appareils auditifs.
- Prenez une douche et lavez-vous les cheveux avant de vous rendre à l'hôpital.
- Autant que possible : menton rasé de près si vous ne portez pas de barbe épaisse, être démaquillé et pas de vernis ou gel sur les ongles.
- Prévoyez de manger avant votre arrivée dans le service.
- Il est vivement conseillé de ne pas réaliser de sieste le jour de votre examen.

LABORATOIRE DU SOMMEIL

SITE SAINT-VINCENT
Boulevard Roosevelt 17
7060 Soignies

CONTACT

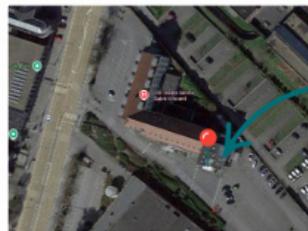
Tél. : 067.348.310

Lundi • Jeudi • Vendredi
de 09h00 à 15h00

Mail : labosommeil@chrhautesenne.be

ACCÈS

Accès via l'entrée de nuit située à coté de la borne de parking.



**CHR HAUTE
SENNE** 



**CHR HAUTE
SENNE** 

Centre Hospitalier Régional
de la Haute Senne

Chaussée de Braine 49
7060 Soignies
Tél.: 067.348.411
info@chrhautesenne.be

www.chrhautesenne.be



Editeur responsable: Thérèse Troiti - CHR Haute Senne

© photos : CHR Haute Senne, iStockPhoto
CHR-BRO-076 - Rev. 003

Date d'application : 06/02/2025

LA POLYSOMNOGRAPHIE

Vous allez passer une polysomnographie et vous vous posez probablement des questions à propos de cet examen.

Nous allons tenter d'y répondre !

QU'EST-CE QU'UNE POLYSOMNOGRAPHIE ?

La polysomnographie est l'enregistrement de paramètres cardiorespiratoires et neurologiques lors de votre sommeil.

Elle permet l'étude des divers stades du sommeil et de la respiration. L'examen sert à détecter et à identifier des troubles du sommeil d'origine neurologique et/ou respiratoire.

OÙ ME RENDRE LE JOUR DE MON RENDEZ-VOUS ?

La clinique du sommeil se situe sur le site St-Vincent. Vous y êtes attendu **pour 19h45, au delà, il ne sera plus possible d'accéder au site.** Dès lors, nous vous demandons d'être prévoyant et de vous présenter à l'heure au rendez vous.

A votre arrivée, veuillez entrer dans le bâtiment via l'entrée de nuit située à coté de la borne de parking.

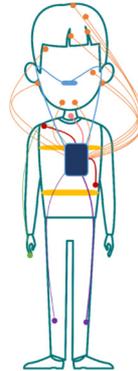
Montez directement **au 1er étage via l'ascenseur.**

Venez seul à votre examen et présentez vous à l'infirmière du service qui vous invitera à compléter les document d'admission en attendant l'infirmière de la clinique du sommeil.

COMMENT VA SE PASSER MA NUIT ?

20H - L'infirmier vous montrera votre chambre et vous invitera à vous changer. Ensuite, le matériel d'enregistrement sera installé. Cette opération dure une heure, elle peut être un peu désagréable mais est totalement indolore.

CE QUI SERA INSTALLÉ :



- 6 électrodes sur la tête pour enregistrer l'activité du cerveau. Ces électrodes sont fixées par une « colle » qui est appliquée au pinceau et séchée à l'air froid. 1 électrode près de chaque oeil pour enregistrer l'activité oculaire. 2 électrodes au niveau du menton complètent les électrodes sur la tête et près des yeux pour identifier les différents stades de sommeil et d'éveil.
- 1 capteur dans les narines (de type « lunettes à oxygène ») et 1 devant la bouche pour étudier le flux d'air de la respiration.
- 2 électrodes sur le thorax pour surveiller l'activité du coeur.
- 2 ceintures : une au niveau du thorax et une au niveau de l'abdomen pour apprécier vos mouvements respiratoires.
- 1 micro est posé à la base du cou et enregistre les bruits respiratoires (ronflements).
- 1 capteur sur l'index de la main droite pour mesurer le taux d'oxygénation du sang.
- 1 capteur sur la partie externe de chaque cheville enregistre les mouvements des jambes.

Tous les fils sont connectés à un boîtier fixé au milieu du thorax par un harnais. Un câble unique est branché au boîtier pour effectuer la liaison avec l'ordinateur de surveillance.

L'infirmier veille au bon déroulement de l'enregistrement toute la nuit.

22H - Extinction des lumières

(ni télévision, ni GSM, ni ordinateur portable, etc... durant les 8 heures).

Sauf nécessité absolue, vous ne pouvez pas vous lever durant les 8 heures que dure votre examen. Un système d'appel sera à votre disposition.

6H - C'est l'heure du réveil.

Le matériel est retiré immédiatement. La colle dans les cheveux est dissoute à l'acétone. Quand l'acétone aura séché, vos cheveux paraîtront collants, des résidus de colle et de pâte de contact apparaîtront. Les deux s'enlèvent facilement à l'eau chaude.

Si vous le désirez, vous pouvez prendre une douche dans le service.

- Laissez couler la douche 5 minutes.
- Peignez-vous sous la douche.
- Utilisez éventuellement un après-shampooing.
- N'utilisez pas de shampooing tant qu'il reste de la colle.

Si le médecin l'a demandé, l'infirmier vous fait une prise de sang et/ou un électrocardiogramme.

Ensuite vous pouvez déjeuner.

8H - Vous pouvez quitter le service.