Les données enregistrées pendant votre nuit seront ensuite analysées afin de permettre au médecin d'interpréter votre examen.

Les résultats et leur interprétation vous seront communiqués selon les modalités prévues par votre médecin.

CLINIQUE DU SOMMEIL

SITE SAINT-VINCENT
Boulevard Roosevelt 17
7060 Soignies

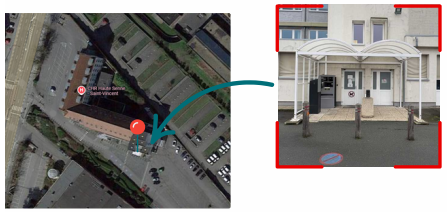
CONTACT

Tél. : 067 348 310

Mail :
labosommeil@chrhautesenne.be

ACCÈS

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



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 Trotti - CHR Haute Senne
Chau. de Braine 49 - 7060 Soignies
© photos : CHR Haute Senne, IStockPhoto
CHR-BRO-076 - Rev. 004
Date d'application : 24/08/2026

CHR HAUTE SENNE



LA POLYSOMNOGRAPHIE

Tout savoir avant votre examen

Vous allez passer une nuit au sein de la clinique du Sommeil afin d'enregistrer différents paramètres pendant votre sommeil.

L'objectif est d'observer comment vous dormez et comment votre organisme fonctionne pendant la nuit, notamment votre respiration, votre activité cérébrale, votre rythme cardiaque et vos mouvements.

Pas besoin de vous inquiéter si vous ne dormez pas exactement comme à la maison : une nuit d'examen reste exploitable.

AVANT DE VENIR

À prévoir

- Un pyjama confortable et adapté à la saison.
- Votre nécessaire de toilette : gant, essuie, gel douche, shampooing, brosse à cheveux et brosse à dents.
- Vos médicaments habituels.
- Vos lunettes et/ou appareils auditifs si vous en utilisez.
- De quoi vous occuper tranquillement avant le coucher si nécessaire.

Pour faciliter l'installation

- Prenez une douche et lavez vos cheveux avant de venir.
- Si possible, évitez de porter une barbe.
- Venez sans maquillage.
- Évitez le vernis à ongles et le gel sur les ongles.
- Mangez avant votre arrivée au service.
- Évitez de faire une sieste le jour de l'examen.

Important

Prenez vos médicaments habituels comme d'ordinaire, sauf indication contraire de votre médecin.

OÙ ET À QUELLE HEURE ?

La clinique du sommeil se situe sur le **Site Saint-Vincent :**
Boulevard Roosevelt 17 - 7060 Soignies

🕗 Vous êtes attendu(e) à **19h15**.

L'accès au site se fait par l'entrée de nuit située à côté de la borne de parking.

À votre arrivée :

- Entrez par l'entrée de nuit.
- Montez directement au 2ème étage par l'ascenseur.
- L'équipe vous indiquera votre chambre et complétera avec vous les formalités d'admission.
- Dans la mesure du possible, venez seul(e) afin de préserver les conditions nécessaires à l'examen.

Merci d'être ponctuel(le) afin que votre installation puisse commencer à l'heure.

COMMENT VA SE PASSER VOTRE NUIT ?

🕗 19h15 - Installation

L'infirmier(ère) vous accompagne dans votre chambre et vous explique le déroulement de la nuit.
Vous pourrez ensuite vous changer.

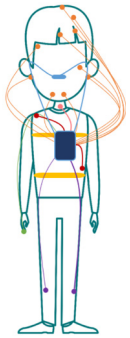
L'installation des différents capteurs prend environ 45 min.
Cela peut sembler impressionnant, mais la pose est indolore.

LES CAPTEURS : À QUOI SERVENT-ILS ?

Pendant votre sommeil, plusieurs petits capteurs permettent d'enregistrer différents paramètres.

Tous les fils sont connectés à un boîtier fixé au milieu du thorax par un harnais.

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



🕗 22h00 - Extinction des lumières

À partir de ce moment, pour que l'examen puisse se dérouler correctement :

- 📵 Pas de téléphone
- 📺 Pas de télévision
- 💻 Pas d'ordinateur

L'examen doit durer min. 8 heures.

Et si j'ai besoin de quelque chose ?

Vous disposez d'un système d'appel pour contacter l'infirmier(ère).

Dans la mesure du possible, évitez de vous lever pendant l'enregistrement afin de ne pas perturber les mesures.

☀️ 6h00 - Réveil et retrait du matériel

À votre réveil, l'équipe retire les capteurs.
La colle utilisée pour fixer certaines électrodes est ensuite dissoute à l'aide d'acétone.
Une fois l'acétone sèche, les résidus de colle et de pâte de contact peuvent être retirés facilement à l'eau chaude.

Vous souhaitez prendre une douche ?

C'est possible dans le service.
Laissez couler la douche pendant environ 5 minutes.
Peignez-vous sous la douche.
Un après-shampooing peut faciliter l'élimination des résidus.
N'utilisez pas de shampooing tant qu'il reste de la colle.

Si le médecin l'a demandé, l'infirmier(ère) pourra également réaliser une prise de sang et/ou un électrocardiogramme.

Vous pouvez ensuite prendre votre petit-déjeuner.

🕗 7h00 - FIN DE VOTRE EXAMEN

Vous pouvez quitter le service.