

Registo Poligráfico do Sono Nocturno com internamento

Este exame engloba pedidos de Estudo Poligráfico do Sono **tipo I**, Estudo do Sono, Estudo Poligráfico do Sono no laboratório/com internamento e Polissonografia.

Instruções:

- Lavar a cabeça antes do exame (no próprio dia). Não trazer o cabelo molhado e evitar aplicar lacas ou gel;
- Evitar bebidas estimulantes no dia do exame tais como: café, chá ou outras contendo cafeína;
- Evitar prática de exercício físico intenso no dia do exame;
- Desligar telemóveis imediatamente antes **e durante** realização do exame;
- Manter a regularidade da medicação, fornecendo ao técnico uma lista com o nome dos medicamentos;
- Trazer uma t-shirt, um pijama e a sua higiene pessoal.

Acerca do exame:

A Polissonografia é o método mais objectivo para avaliação do sono e das suas variáveis fisiológicas. Trata-se de um registo de padrões neurofisiológicos e cardiorrespiratórios, que permitem quantificar e qualificar o sono.

Irá passar a noite no Hospital SOERAD, sob vigia de um Técnico de Neurofisiologia, com um aparelho conectado a diversos sensores que registarão continuamente vários parâmetros . Na manhã seguinte todo o equipamento é removido.

Notas importantes:

- Se fizer terapêutica com **CPAP** tem de **parar de dormir com a máscara pelo menos 5 noites antes da realização do exame**, caso contrário não poderá realizar o exame.
- Terapêutica apenas de oxigénio pode manter.
- Trazer exames anteriores (PSG's, estudos cardiorrespiratórios ou exames de imagem – TAC e RMN).