

---

## INFORMACIÓN PARA EL PACIENTE

---

### PREPARACIÓN POLISOMNOGRAFÍA

---

Estimado Sr./Sra.:

Su médico ha solicitado a la Unidad Multidisciplinar de Sueño la realización de un Estudio Polisomnográfico nocturno para determinar posibles anomalías durante el sueño.

Su estudio se realizará la noche que figura en cita adjunta.

Es importante que el día del estudio acuda al Hospital Fundación Jiménez Díaz a las **19:30 horas**.

### NORMAS IMPORTANTES

Trataremos que su estancia sea lo más agradable posible. Por favor, recuerde traer su ropa de dormir **como la medicación que toma habitualmente**. También puede traer objetos personales para su comodidad como un libro de lectura, su almohada y dispositivos electrónicos. Estos dispositivos **no pueden** usarse una vez iniciado el estudio.

Recuerde **venir recién duchado o bañado y con su pelo recién lavado, sin aplicar ningún tipo** de cremas, lacas, gominas, espumas, lociones o colonias. Es imprescindible que acuda con las uñas de las manos sin pintar. Se aconseja que los varones vengán recién afeitados, pero si llevan bigote o barba no es necesario que se la afeiten.

Se aconseja que el día del estudio se levante pronto (una hora al menos antes de lo habitual) y no duerma siesta. Se recomienda no tomar coca cola ni café, esto facilitará que Ud. duerma mejor en el hospital y el estudio será más valorable.

La Unidad de Sueño se encuentra localizada en la 7ª planta del Sector Privado (Unidad 67) del Hospital Fundación Jiménez Díaz, pero antes deberá pasar Ud. por ADMISION que le corresponda, donde presentará este documento y su tarjeta sanitaria o documentación de la entidad responsable de los gastos (aseguradoras).

#### **NOTA IMPORTANTE:**

*Si Ud. no puede acudir a la cita el día señalado **DEBERÁ AVISARNOS AL MENOS CON 48 HORAS DE ANTELACIÓN**. Si Ud. no lo notifica con la suficiente antelación provocará que una de las camas quede vacía y perjudicará a otro paciente que esta en lista de espera.*

#### **TELÉFONOS:**

**Nieves, secretaria UMS 8-15 h de lunes a viernes: 915504954**

**U. de Sueño 8-22 h de lunes a viernes, fin de semana 15-22 h: 915504927**

## Información general

Usted será atendido por personal Técnico totalmente cualificado. Durante la prueba estarán a su entera disposición para aclarar cualquier duda o preocupación. El estudio se realizará una sola noche, pero dependiendo de los resultados puede ser necesario citarlo para una segunda noche; esta segunda cita se efectuará con carácter prioritario.

La información que nos da esta prueba puede ser fundamental para su diagnóstico y su posterior tratamiento.

Queremos recordarle, que La Unidad Multidisciplinar de Sueño, no es una zona de hospitalización habitual, es una unidad diagnóstica, tiene camas individuales especiales para hacer este tipo de estudios. Por esto, no es conveniente que el acompañante se quede en la unidad durante la noche, salvo excepciones.

Previo al comienzo del estudio se procederá a la colocación de todos los sensores necesarios para el control de los movimientos corporales, la medición de la respiración, el electrocardiograma, el electroencefalograma, la detección de ronquidos y la saturación de oxígeno en sangre. Ninguno de estos procedimientos es doloroso y no existe riesgo derivado de la prueba pero a veces es necesario erosionar algo la piel para un buen contacto y adherencia del sensor. Así mismo es necesario aplicar pegamento para la firme sujeción de los electrodos, que puede ser dificultoso de retirar a la mañana siguiente.

Una vez en la cama y ya comenzado el estudio tendrá algunas limitaciones, se podrá levantar al baño, si lo necesita, asistido por el técnico de la unidad. A pesar de estar conectado mediante una serie de cables, podrá comprobar que tienen libertad para moverse a un lado u otro de la cama durante toda la noche.

Además, debe saber que durante la prueba se realizará una grabación continua durante la noche con cámara de infrarrojos, con el fin de aportar más información que complementa el diagnóstico.

El estudio se dará por concluido entre las 6.15 y 7 de la mañana y los resultados finales estarán accesibles en el portal del paciente tan pronto como sea posible.

**Prueba de control con CPAP:** En algunos casos, según criterio médico, puede ser necesario evaluar la respuesta a la CPAP con una prueba de sueño ingresado en la unidad. El técnico comprobará la respuesta a distintas presiones de cara a hacerle un ajuste óptimo a su medida. **Es importante que traiga la mascarilla y el tubo de conexión que utiliza habitualmente.**

En caso de tener solicitado un Test de Latencia Múltiple o Test de Mantenimiento de Vigilia para completar el estudio, la prueba se extenderá hasta el día siguiente y deberá permanecer en el hospital hasta alrededor de las 6 de la tarde. Se le pedirá que realice siestas de 20 min cada 2 hrs. Puede traer cosas para leer o entretenerse entre siestas. Entregará a los técnicos de la Unidad el DIARIO DE SUEÑO completado la semana previa a la prueba.

El estudio, POR MOTIVOS MÉDICOS DE CONTROL DE CALIDAD y según la normativa vigente, se hace en condiciones restrictivas (bajo nivel de ruidos, ausencia de equipos electrónicos, etc.). Le pedimos, agradecidamente, que siga las indicaciones del técnico de sueño para obtener un estudio de buena calidad.

Atentamente,  
Unidad Multidisciplinar de Sueño UMS