



Patientanvisning

UNDERSÖKNING AV SÖMNLATENS (MSLT)

Syftet med undersökningen

Syftet med undersökningen är att fastställa sömnlåtensen samt sömnkvaliteten efter insomning bl.a. för kartläggning av dagtrötthet eller vid misstankar om narkolepsi.

Undersökningens förlopp

Man anländer till undersökningen på kl. 7.30 på morgonen och den håller på hela dagen. Undersökningen utförs av en sjukskötare. Små elektroder fästs på huvudets och ansiktets hud och de ska sitta kvar under hela dagen. Vanligtvis sker registrering fyra gånger: kl. 8, 10, 12 och 14. Mellan dessa tidpunkter kan patienten röra sig fritt. Patienten äter lunch cirka kl. 11.30. Under undersökningsdagen får man inte inta kaffe, te, cola-/energidrycker eller andra stimulerande njutningsmedel förrän efter undersökningen.

Förberedelser

En sömndagbok förs under de 1–2 veckor som föregår undersökningen. Under veckan före undersökningen bör man sova så regelbundet som möjligt. Under natten före undersökningen bör man sova som vanligt. På undersökningsdagens morgon ska man vakna senast kl. 6.00. Det vore önskvärt att frukost intas innan undersökningen. Högst en kopp kaffe får drickas.

Dagen före undersökningen tvättas håret och ingen gel eller spray får sättas i håret efter tvätten. När man anländer till undersökningen ska hårbotten vara torr. Särskilt för dem som arbetar med svetsning är det viktigt att tvätta håret noggrant, eftersom metalldammet som samlas i håret orsakar stora tekniska störningar. Skäggstubb ska rakas bort på morgonen inför undersökningen, detta gäller inte helskägg.

Läkemedel som används regelbundet tas som vanligt. Användning av alkohol undviks veckan innan undersökningen.

En läkare utfärdar ett utlåtande om undersökningen. Utlåtandet skickas till den behandlande läkaren.

Man kan ta med sig något att fördriva tiden med, t.ex. en bok, handarbete eller sin dator.

Den ifyllda sömndagboken lämnas in när man anländer till undersökningen.