

Actigraaf

Een actigraaf (Actiwatch®) is een mini-computer die als een horloge om de pols wordt gedragen. Deze meet het rust- en activiteitenpatroon. De ingebouwde sensor is gevoelig voor licht en beweging. Het aantal bewegingen vertegenwoordigt de lichaamsactiviteit en wordt per tijdseenheid in het geheugen van de actigraaf opgeslagen.

Doel van het onderzoek

Met behulp van de actigraaf kunnen slaapstoornissen die gepaard gaan met een verstoord slaap-waak ritme objectief worden gemeten. Hierbij valt te denken aan bijvoorbeeld een verschoven slaapritme of de gevolgen van wisseldiensten.

De actigraaf houdt ongeveer acht dagen achter elkaar de dagelijkse bewegingen bij. Dit is voldoende om het slaap-waak patroon te kunnen beoordelen, wat kan helpen bij het stellen van een diagnose.

Procedure

U krijgt een afspraak bij het Slaap Waak expertisecentrum om de actigraaf op te halen. Er wordt ook meteen een afspraak gemaakt voor het inleveren van de actigraaf, meestal acht dagen later.

Het onderzoek wordt vaak gecombineerd met andere onderzoeken. Hierdoor krijgt u meestal ruim van tevoren een afspraak.

U komt op het afgesproken tijdstip naar ons ziekenhuis. U kunt zich bij de ingang aanmelden met uw identiteitsbewijs en u ontvangt een dagticket met een scancode. Bent u te vroeg? Neem dan plaats in de centrale wachtruimte op de begane grond of de eerste verdieping. Tien minuten voor uw afspraak mag u doorlopen naar de wachtruimte. Hier scant u uw dagticket bij de aanmeldzuil. U kunt daarna plaatsnemen in de wachtruimte.

Als u de actigraaf komt ophalen, krijgt u uitleg hoe u deze moet gebruiken. U krijgt een dagboek mee die u tijdens de registratieperiode moet bijhouden.

U levert vervolgens de actigraaf en het dagboek weer in op de afgesproken datum voor 12.00 uur in de ochtend bij de balie van het Slaap Waak expertisecentrum op 1.3 Noord.

Medicatie

U mag de medicatie die u al gebruikt gewoon innemen, tenzij anders is besproken met de behandelend arts.

Resultaten

Het onderzoek wordt uitgelezen, geanalyseerd en vervolgens besproken in het multidisciplinaire team. De resultaten gaan naar uw behandelend arts. Deze bespreekt met u de uitslag en de behandelingsmogelijkheden.

Afspraak afzeggen

Als u niet op de afspraak kunt komen, vragen wij u vriendelijk dat zo snel mogelijk door te geven aan de afdeling. Wij kunnen dan een andere afspraak voor u plannen en de voor u gereserveerde tijd en ruimte die vrijkomt voor een andere patiënt gebruiken.

Contact

De informatie in deze brochure is algemeen van aard en is bedoeld als extra informatie naast het gesprek met uw behandelend arts. Als uw situatie net even anders is, zal uw specialist dit altijd met u bespreken.

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen? U kunt van maandag tot en met vrijdag tussen 08.00 uur en 16.30 uur contact opnemen met de medewerkers van het Slaap Waak expertisecentrum. Zij geven graag antwoord op uw vragen.

U vindt het Slaap Waak expertisecentrum op 1.3 Noord (noordkant - eerste verdieping – gang 1.3).

Telefoonnummer: 075 650 7001