

Actigraaf

Een actigraaf (*Actiwatch*[®]) is een mini-computer die als een horloge om de pols wordt gedragen. Deze dient om het rust- en activiteitenpatroon te meten.

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 circa acht dagen achtereen de dagelijkse bewegingen bij. Dit is voldoende om het slaap-waak patroon te kunnen beoordelen, hetgeen kan helpen bij het stellen van een diagnose.

Procedure

Er wordt een afspraak gemaakt bij het Slaap/Waak Expertise Centrum op 1.3 Noord om de actigraaf te komen ophalen. Er wordt ook een afspraak gemaakt voor het inleveren van de actigraaf, meestal acht dagen later.

Omdat het onderzoek vaak met andere onderzoeken wordt gecombineerd betekent dit dat u doorgaans ruim van tevoren een afspraak krijgt.

Op het afgesproken tijdstip komt u naar ons ziekenhuis. Bij de ingang kunt u zich registreren met uw identiteitsbewijs en ontvangt u een dagticket. Hier staat op waar u naartoe moet. Bent u te vroeg, neem dan plaats in de centrale wachtruimte op de begane grond of eerste verdieping. Tien minuten voor uw afspraak mag u doorlopen naar de wachtruimte van het Slaap/Waak Expertise Centrum op 1.3 Noord (noordkant - eerste verdieping – gang 1.3). Hier meldt u zich aan met uw dagticket. Vervolgens kunt u plaatsnemen in de wachtruimte.

Als u de actigraaf komt ophalen krijgt u uitleg over het gebruik ervan. U krijgt een dagboek mee welke u gedurende de registratie periode moet bijhouden.

U levert vervolgens de actigraaf en het dagboek weer in op de afgesproken datum, in de ochtend (voor 12.00u). De actigraaf en het dagboek levert u in bij de balie van het Slaap/Waak Expertise Centrum op 1.3 Noord.

Medicatie die u gebruikt

Deze medicatie mag u gewoon innemen, tenzij anders is besproken met de behandelend arts.

Resultaten

Het onderzoek wordt uitgelezen en geanalyseerd en vervolgens besproken in het multidisciplinaire team.

De resultaten hiervan gaan naar uw behandelend arts die met u de uitslag en de behandelingsmogelijkheden bespreekt.

Vragen

De informatie in deze brochure is algemeen van aard en is bedoeld als extra informatie naast het gesprek met uw behandelend arts. Bijzondere omstandigheden kunnen aanleiding geven tot wijzigingen. Uw specialist zal dit altijd met u bespreken.

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen, dan kunt u op werkdagen contact opnemen met de medewerkers van het Slaap/Waak Centrum. Zij zullen u graag nadere toelichting geven.

U vindt het Slaap/Waak Expertise Centrum op 1.3 Noord
Telefoonnummer: 075 650 70 01

Onverwachts verhinderd

Als u onverwachts verhinderd bent verzoeken wij u vriendelijk om dat zo spoedig mogelijk door te geven aan de afdeling. Wij kunnen dan de voor u beschikbare tijd en ruimte voor anderen gebruiken.

Telefoonnummer: 075 650 70 01