



CENTRUM DIAGNOSTYKI
BEZDECHU SENNEGO
PRACOWNIA SNU

✓ **Dzień przed badaniem**

- **Unikaj alkoholu** – może zniekształcić wynik badania.
- **Nie pij napojów z kofeiną po południu** (kawa, cola, energetyki, herbata czarna/zielona).
- **Unikaj drzemek w ciągu dnia**, aby łatwiej zasnąć podczas badania.
- Przyjmij wszystkie swoje **stałe leki**, chyba że lekarz prowadzący zaleci inaczej.

✓ **W dniu badania**

Higiena i przygotowanie:

- Weź **prysznic lub kąpiel** przed przyjazdem.
- **Włosy muszą być czyste i suche**, bez:
 - lakieru,
 - żelu,
 - pianki,
 - olejków.
- **Nie używaj balsamów i kremów na ciało w miejscach, gdzie będą przyklejane elektrody (klatka piersiowa, twarz, nogi)!!! – BARDZO WAŻNE**

Jedzenie:

- Jedz **normalnie**, ale lekkostrawnie.
- Unikaj ciężkich, tłustych posiłków późnym wieczorem.
- Możesz wypić wodę – to nie problem.

Leki:

- Zażyj **wszystkie leki zgodnie z zaleceniem** (chyba że lekarz badający powiedział inaczej).
- Zabierz ze sobą wszystkie przyjmowane leki na noc (jeśli jakieś przyjmujesz).

✓ Co zabrać ze sobą?

- Dowód osobisty.
- Lista leków, które przyjmujesz.
- Piżama rozpinana, krótkie szorty lub luźna koszulka i spodenki, klapki lub kapcie.
- Rzeczy osobiste: szczoteczka, pasta, kosmetyki.

✓ Podczas badania

- Personel podłączy elektrody.
- W nocy można korzystać z toalety.
- Jeśli trudno Ci zasnąć, **poinformuj pielęgniarkę** – to częste i zwykle nie wpływa na jakość badania.

! Kiedy powiadomić pracownię przed badaniem?

- Infekcja (gorączka, silny kaszel, ostry katar).
- Zmiana leków w ostatnich dniach.
- Problemy z poruszaniem się.
- Choroby skóry w miejscach przyklejenia elektrod.

CENTRUM DIAGNOSTYKI BEZDECHU SENNEGO *PRACOWNIA SNU*

ul. Przestrzenna 11b

70-800 Szczecin

tel. +48 452 229 228

info@centrumbezdechu.pl

