

Polygraphie ventilatoire

Consignes après la pose de l'appareil

L'enregistrement démarre automatiquement

Vous n'avez **rien à faire** pour lancer ou arrêter l'appareil. Il enregistrera tout seul dès que vous serez couché(e), et il s'arrêtera de lui-même au matin.

Pendant la nuit

Dormez le plus normalement possible, dans votre lit habituel.

- Couchez-vous à votre **heure habituelle**.
- Évitez l'**alcool** et les **somnifères** ce soir-là (sauf indication médicale contraire).
- Évitez le **café, le thé et les boissons énergisantes** après 17 h.
- Si un capteur se déplace ou se détache, **remplacez-le doucement** à sa place et continuez à dormir.
- Vous pouvez **aller aux toilettes** normalement (le boîtier vous suit, accroché à un cordon ou posé à côté).

C'est normal d'être un peu gêné(e)

Les capteurs et les sangles peuvent paraître inconfortables au début. Essayez tout de même de les **conserver en place toute la nuit** : même un sommeil partiellement perturbé fournit des données utiles à l'interprétation.

Au matin, au réveil

Procédez dans cet ordre :

- 1 Détachez le capteur SpO₂** (la pince ou la bague posée sur votre doigt).
- 2 Retirez les canules nasales** (les petits tuyaux placés dans les narines).
- 3 Enlevez les sangles thoracique et abdominale** (autour de la poitrine et du ventre) en les défaisant doucement.

<p>À jeter (matériel à usage unique)</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Sangles thoracique et abdominale <input type="checkbox"/> Canules nasales (« lunettes à oxygène ») 	<p>À remettre dans la boîte</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Le boîtier d'enregistrement (bloc central) <input type="checkbox"/> Le capteur SpO₂ (pince ou bague) <input type="checkbox"/> Tous les fils et câbles encore attachés <input type="checkbox"/> Tout autre matériel réutilisable
--	---

Fiche à remplir et à rapporter avec l'appareil

Merci de compléter ces quelques informations au stylo : elles aident énormément à interpréter votre enregistrement.

<p>Nom : _____</p>	<p>Prénom : _____</p>	
<p>Date de naissance : (jj/mm/aaaa)</p> <p>_____</p>	<p>Date de l'enregistrement : (jj/mm/aaaa)</p> <p>_____</p>	
<p>Heure de coucher : (hh:mm)</p> <p>_____</p>	<p>Endormissement estimé : (hh:mm)</p> <p>_____</p>	<p>Heure de lever : (hh:mm)</p> <p>_____</p>

Réveils nocturnes : (à quelle heure, durée approximative)

Médicaments pris dans la nuit : (nom + heure de prise)

Événements particuliers : (cauchemar, douleur, capteur détaché, gêne...)

Qualité du sommeil ressentie : Très mauvaise Mauvaise Moyenne Bonne Très bonne

Position dominante : Sur le dos Sur le côté Sur le ventre Mixte

Rapportez la boîte au cabinet

Sauf indication contraire de votre médecin ou de votre prestataire, déposez la boîte **avant 11 h le matin même** de la fin de l'enregistrement, à l'adresse indiquée sur le sac de transport.

En cas de problème

Si l'appareil tombe pendant la nuit, si tous les capteurs se détachent, ou si vous pensez que l'enregistrement ne s'est pas fait correctement : **appelez le secrétariat** dès le matin. Une nouvelle nuit pourra être organisée si nécessaire.