



Polissonografia

O que é a Polissonografia?

A Polissonografia convencional é um exame que permite o diagnóstico de distúrbios que se manifestam durante o sono, sendo o método de referência, nomeadamente do síndrome de apneia do sono, entre outras doenças de sono não-respiratórias.

É um exame seguro, não invasivo e sem contra-indicações absolutas para a sua realização.
Comentários: Consiste num sinal contínuo de electroencefalograma, electrooculograma, electromiograma mentoniano, pulso-oximetria, fluxo oronasal, microfone de ressonar, movimentos toraco-abdominais, electrocardiograma, electromiografia dos membros inferiores e posição corporal, que possibilitam o estadiamento neurofisiológico e a quantificação dos distúrbios respiratórios e suas repercussões.

Quais as indicações para a sua realização?

As principais indicações da polissonografia são:

- Suspeita de síndrome de apneia do sono
- Existência de sono em alturas inapropriadas
- Dificuldade em dormir (insónia)
- Dificuldade em permanecer acordado (hipersónia)
- Episódios comportamentais atípicos durante o sono (sonambulismo)
- Avaliação de regimes terapêuticos instituídos para o tratamento destas alterações. Como se realiza?

A polissonografia é realizada no Laboratório de sono da Corclínica, durante a noite, em quarto privado.

Poderá trazer consigo almofada com que dorme habitualmente, livro, revista, pijama, chinelos, pequena ceia e os seus artigos de higiene pessoal.

Para a realização do exame será acompanhado pelo técnico, que iniciará a colocação dos vários eléctrodos e sensores. Durante o exame, o técnico permanecerá numa sala de controlo, onde fará o registo e vigilância dos parâmetros monitorizados.

Qual a preparação necessária?

Para a realização da Polissonografia deve:

- Manter actividade diária normal
- Não deve dormir qualquer período de sono durante o dia
- Fazer refeição ligeira ao jantar (sem álcool ou café)
- Trazer roupa confortável para dormir e almofada (se assim desejar)
- Trazer artigos de higiene pessoal
- Se tomar alguma medicação deve trazê-la consigo
- Não colocar laca no cabelo
- Não trazer verniz nas unhas

No final do exame, após o técnico retirar todos os eléctrodos e sensores, poderá tomar um duche.