

INFORMACIÓN IMPORTANTE SOBRE EL ESTUDIO DEL SUEÑO

HABRÁ UNA TARIFA DE \$ 200 POR CANCELACIONES O CAMBIOS REALIZADOS DENTRO DE LAS **72 HORAS** DE UN ESTUDIO PROGRAMADO DEL SUEÑO QUE NO ES PAGADERO POR EL SEGURO.

PREPARACIÓN PARA EL ESTUDIO

- **HORA DE LLEGADA:** por favor llegue a las 9:00 PM al laboratorio del sueño (a menos que se indique lo contrario). Nuestro tecnólogo lo recibirá y lo acompañará a su habitación.
- **EVITE** las siestas el día de su estudio del sueño
- **EVITE las** bebidas con cafeína después de las 12 p.m. de su estudio del sueño
- **EVITE el** uso de productos para el cabello (es decir. Acondicionador, gel para el cabello, laca para el cabello, aceite) – *esto puede interferir con la grabación*
 - Asegúrate de que tu cabello esté LIMPIO y SECO la noche de tu estudio
- **MEDICAMENTOS:**
 - Lleve todos los medicamentos recetados que pueda necesitar durante la noche del estudio en el envase original del medicamento. Tome su medicamento como de costumbre.
 - Si toma un sedante / somnífero, tómelo DESPUÉS de su llegada al laboratorio del sueño
 - Es posible que sea necesario suspender algunos medicamentos para que los resultados de su estudio se interpreten correctamente. POR FAVOR hable con su proveedor de atención médica antes de suspender CUALQUIER medicamento recetado.

QUÉ APORTAR AL ESTUDIO

- Artículos personales que pueden ayudarle a dormir (es decir, Almohada favorita, manta, libro, etc)
- Artículos de higiene personal (es decir. Cepillo de dientes, pasta de dientes, lavado de cara, cepillo para el cabello)
- Pijamas o camisas cómodas y una camiseta

- **EVITE** la ropa hecha de satén, nylon o seda, ya que el gel / pasta de electrodos que usamos puede dañarlos
- Ropa limpia para la mañana siguiente
- Snack ligero o barra de desayuno

QUÉ ESPERAR DURANTE EL ESTUDIO

- Antes del inicio del estudio, es probable que se le pida que complete un formulario / cuestionario.
- Le colocarán electrodos en varias partes de su cuerpo (principalmente la cabeza, la cara, el pecho, las piernas y / o los brazos) y se conectará a un dispositivo de monitoreo. Se colocarán cinturones alrededor del pecho y el abdomen y se colocarán sensores debajo de la nariz para controlar la respiración.
- Ve a dormir como lo harías normalmente en casa.
- Durante la noche, nuestro tecnólogo del sueño estará disponible para ayudarlo según sea necesario y puede verificarlo si hay problemas relacionados con los sensores.
- Tenga la seguridad de que tratamos de hacer que este proceso sea lo más fácil y seguro posible. Si tiene alguna inquietud, consulte a su tecnólogo para obtener ayuda.

QUÉ ESPERAR DESPUÉS DEL ESTUDIO

- Serás despertado a las 5:00 AM.
- Se retirarán todos los sensores y dispositivos, lo que puede tardar entre 15 y 20 minutos.
- Una ducha estará disponible para usted si lo necesita.
- Es posible que le pidamos que complete un formulario de pago después de su estudio. Después de hacerlo, eres libre de irte. Su médico hará un seguimiento con usted con respecto a sus resultados.

Ubicación:

12321 Middlebrook Road, Suite 106
Germantown, MD 20874

