

La **poligrafia respiratoria notturna (PM)** consiste nella misurazione dei parametri cardiorespiratori (russamento, flusso aereo, livello di ossigeno nel sangue, frequenza cardiaca, mobilità respiratoria toracica e addominale, postura nel sonno).

La **polisonnografia (PSG)** consiste nella misurazione non solo di questi parametri, ma anche dell'attività elettroencefalografica (EEG), con sensori posizionati sullo scalpo, agli angoli degli occhi e sotto il mento.

L'esame di riferimento in letteratura è la PSG, ma nella pratica clinica, da anni in tutta Italia una buona PM eseguita in un centro qualificato in disturbi respiratori del sonno e una buona lettura da parte di un medico esperto rappresentano l'esame diagnostico in circa il 90% dei pazienti che necessitano dell'esame notturno. La PSG rappresenta quindi l'esame solo per una minoranza dei pazienti che accedono ad un centro per disturbi respiratori nel sonno.

ISTRUZIONI PER IL MONTAGGIO CARDIO-RESPIRATORIO NOTTURNO (POLIGRAFIA NOTTURNA)

Gentile paziente,

verrà preparato/a per la notte dal personale sanitario nell'ambulatorio. Rientrerà al suo domicilio con fasce in tessuto a livello toracico e addominale, due cannule nasali, un sensore al dito, il tutto fissato con nastro di tessuto o carta. Le verrà inoltre consegnato un questionario del sonno da compilare, una scatola per la restituzione del pacco, ed eventuale modulo per il reso del poligrafo (in caso Lei non disponga di stampante). Il reso del pacco o riconsegna in struttura verrà concordato col personale sanitario il giorno dell'appuntamento.

Come presentarsi all'appuntamento per la poligrafia

- Muniti di **maglietta della salute** aderente, o canottiera che si utilizzerà per dormire. Eventuale pigiama o camicia da notte andranno sistemati sopra al montaggio.
- **Senza creme o trucco** sulla pelle, così da non far staccare i sensori.
- **Senza smalto, unghie finte o altre applicazioni** sulle unghie. Liberare almeno indice e medio (II e III dito) della mano non dominante.

→

Cosa fare una volta effettuato il montaggio

- È possibile effettuare la vita quotidiana, prestando solo attenzione a **non bagnare, spostare o staccare i sensori** (ad esempio, evitare di lavare i piatti, fare la doccia o fare attività sportiva).
- Cercare di mantenere gli **orari del sonno standard**, garantendo possibilmente almeno 6 ore di sonno (o tentato sonno). Il dispositivo partirà e si spegnerà autonomamente agli orari concordati con il personale sanitario in fase di montaggio.
- Evitare assunzione di **alcolici, bevande stimolanti, altre sostanze o farmaci** in misura superiore alla giornata standard. Se è presente una terapia farmacologica o con integratori concordata con specialisti medici, continuare regolarmente, segnalandola nel questionario.

Come restituire l'apparecchiatura

- Staccare i sensori dalla macchinetta, evitando di sciacquare, bagnare o sanificare gli elettrodi (operazione che sarà a cura del personale sanitario).
- Gettare soltanto il nastro adesivo usato per fissare i sensori e la cannula trasparente mono uso. Tutto il resto è da riconsegnare.
- Compilare il questionario del sonno una volta eseguita la notte con il monitoraggio.
- Inserire nel pacco la custodia con dispositivo e sensori e il questionario del sonno.
- *In caso di spedizione:* chiudere bene il pacco con il nastro adesivo. Applicare sul pacco chiuso, con colla o nastro, il file inviato via email (o consegnato dal tecnico/infermiere) come etichetta per il reso. Attendere il corriere nel giorno e orario concordato con il personale sanitario.
- *In caso di consegna presso la struttura:* rispettare giorno e orario definito con il personale sanitario per riconsegnare il poligrafo.