



INSTRUÇÕES PREPARATÓRIAS PARA A REALIZAÇÃO DE ESTUDO POLIGRÁFICO DE SONO NOCTURNO EM AMBULATÓRIO

- 1.** Vai realizar um registo poligráfico de sono nocturno, exame essencial ao diagnóstico das diferentes patologias do sono.
- 2.** Deve apresentar-se no consultório no dia marcado, pelas _____ horas, com o cabelo lavado no próprio dia ou dia anterior, assim como barba feita ou aparada (no caso do sexo masculino); sem brincos, pinturas ou cremes, roupa prática, aberta à frente e uma camisola interior com a qual irá dormir. Ser-lhe-á colocada igualmente uma pequena touca de rede para proteger os eléctrodos.
- 3.** Deverá ser acompanhado por um familiar ou amigo, que o conduza a casa, pois sentirá limitações se tentar conduzir após a colocação do equipamento. Poderá utilizar os transportes públicos, tendo no entanto em atenção que todo o equipamento é bastante visível na zona da cabeça.
- 4.** Na noite do exame, deverá permanecer na cama oito horas.
- 5.** No dia seguinte, estará no consultório pela manhã, entre as 10 e as 11 horas, para entregar/retirar o equipamento.
- 6.** Traga uma fotocópia do bilhete de identidade/cartão de cidadão, para efeitos do termo de responsabilidade que irá assinar quando receber o equipamento.
- 7.** Cumpra as instruções fornecidas pela técnica, de modo a que o exame se realize sem problemas.