



Préparation pour un test de polysomnographie (PSG) en laboratoire suivi d'un MSLT ou d'un MWT

Toilette et effets personnels

- Lavez-vous les cheveux avant votre rendez-vous au laboratoire, sans mettre de gel, mousse ou fixatif;
- N'appliquez pas de maquillage ou de crème hydratante au visage et sur le corps;
- Apportez votre tenue de nuit, vos pantoufles et votre nécessaire de toilette;
- Ne pas porter de vernis à ongle, ni d'ongles en acrylique ou en gel sur au moins 2 doigts (l'index et le majeur);
- Apportez votre oreiller si vous croyez être plus confortable ainsi;
- Prévoyez des vêtements de jour confortables pour la journée de test;
- Vous aurez des périodes libres entre les tests. Il est donc suggéré d'apporter de la lecture, de la musique ou du travail pour combler ceux-ci.

NOUS FOURNISSONS : literie (oreiller, draps, couverture), peignoir, serviette pour la douche, savon, shampoing et séchoir à cheveux.

Café et médicaments

- La journée de votre test, vous devez conserver votre routine de vie habituelle;
- Il est conseillé de ne pas ingérer une très grande quantité de caféine ni d'alcool avant le test¹;
- Évitez de faire une sieste la journée du test¹;
- Prenez vos médicaments sous prescription comme à l'habitude à moins d'avis contraire de votre médecin. Apportez la liste de vos médicaments (demander à votre pharmacien qu'il vous émette un carnet de votre dossier);
- Vous devez amener avec vous tous les médicaments ou l'équipement médical nécessaire pour votre nuit.

Renseignements supplémentaires

- Un professionnel de la santé surveille le bon déroulement du test à partir de la salle de contrôle;
- Une caméra est placée dans chaque chambre/laboratoire et filme le déroulement du test, afin d'assurer votre sécurité et de renseigner le médecin sur votre comportement durant votre sommeil en laboratoire;
- Un déjeuner et un dîner vous seront servis pendant la journée (veuillez nous aviser si vous avez des allergies), vous pouvez toutefois vous amener des collations si désiré;
- En cas d'urgence la soirée de votre test, vous pouvez téléphoner au 514 882-9896, aux 514 914-3124 ou 514 269-3033;
- Veuillez noter que des frais de pénalité de 50 % seront appliqués sur une annulation de moins de 24 heures;
- **Pour de plus amples informations, veuillez nous contacter au 514 SOMMEIL (766-6345).**

¹ Selon les recommandations de l'American Academy of Sleep Medicine (AASM).

OSR Médical inc.

Centre des troubles du sommeil

1361, avenue Beaumont, bureau 202,
Ville Mont-Royal (Québec) H3P 2W3
Tél. : 514 SOMMEIL
514 766-6345

www.osrmedical.com