



Пам'ятка для пацієнта

Як правильно провести домашнє тестування на апное сну

Farmak
MedHUB



Підготовка до ночі тесту:

1

- Оберіть ніч, коли ви можете спати як зазвичай (без вживання алкоголю, снодійних тощо).
- Вимийте обличчя, приберіть макіяж або креми (щоб сенсори краще прилягали).
- Не використовуйте лак для нігтів (для точного вимірювання пульсоксиметром).

Налаштування пристрою:

2

- Приєднайте ремінь на груди або живіт — він має бути щільним, але не тиснути.
- Вставте назальний сенсор у ніздрі — як киснева канюля.
- Надіньте пульсоксиметр на вказівний палець руки (іноді інший, за інструкцією).
- Під'єднайте всі кабелі до основного блоку (рекордера).
- Переконайтесь, що пристрій увімкнено (більшість має світловий або звуковий індикатор).

Проведення тесту:

3

- Лягайте спати як зазвичай.
- Намагайтесь не знімати пристрої під час сну.
- У випадку пробудження — продовжуйте носити пристрій до ранку.

Завершення:

4

- Вранці зніміть обладнання обережно.
- Перевірте, чи прилад зберіг дані (деякі пристрої показують індикатор).
- Поверніть обладнання до медичного закладу згідно з інструкцією.