

## Inleiding

Je hebt binnenkort een afspraak voor een actigrafie. Dit is een onderzoek waarbij wij bewegingen, lichtintensiteit en slaap-waakritme meten met een actigraaf. Dit is een soort horloge, dat je een week om één van jouw polsen draagt. Het onderzoek geeft belangrijke informatie over jouw dag- en nachtritme en is niet belastend.

## Afdeling Klinische Neurofysiologie

Je wordt verwacht op de afdeling Klinische Neurofysiologie (KNF), route 24. KNF-laboranten voeren het onderzoek uit en analyseren de gegevens.

De uitslag van het onderzoek bespreek je met jouw behandelend arts.

In deze informatie vertellen wij jou hoe jij je het best kunt voorbereiden, hoe het onderzoek verloopt en hoe het daarna gaat.

## Hoe bereid jij je voor

### Medicijnen

Als je medicijnen gebruikt, neem deze in volgens afspraak met jouw arts.

### Kleding

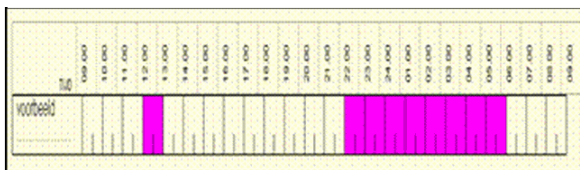
De actigraaf mag niet onder kleding zitten. Daarom raden wij jou aan om geen lange mouwen te dragen.

### Dagboekje

Verder ontvang je een dagboekje. Hierin noteer je jouw rust- en slaapmomenten (zie het plaatje).

## Wat gebeurt er tijdens het onderzoek

De actigraaf draag je één week of langer aaneengesloten, dag en nacht. Je hoeft deze dus niet af te doen bij het douchen of afwassen, want de actigraaf mag gewoon nat worden. Zolang je de actigraaf draagt, kleur je in het dagboekje de rust- en slaapmomenten in een vakje in. Ook geef je aan wanneer en hoe lang je de actigraaf niet hebt gedragen.



## Wat gebeurt er na het onderzoek

De uitslag van het onderzoek bespreek je volgens afspraak met jouw behandelend arts.

## Wat te doen bij ziekte of verhindering

Als je door ziekte of om andere redenen verhinderd bent jouw afspraak na te komen, neem dan zo snel mogelijk contact op met de afdeling Klinische Neurofysiologie.

## Heb je nog vragen?

Deze informatie is niet bedoeld als vervanging van mondelinge informatie, maar als aanvulling hierop. Hierdoor is het mogelijk alles nog eens rustig na te lezen.

Met medische vragen kun je terecht bij jouw behandelend specialist. Als je vragen hebt over jouw onderzoek, neem dan contact op met de afdeling Klinische Neurofysiologie, telefoon: 040 - 286 48 29.

Datum van onderzoek: \_\_\_\_\_

Tijd: \_\_\_\_\_

Je wordt verwacht op de afdeling Klinische Neurofysiologie (route 24).

Wilt u deze informatie online bekijken ga dan naar  
<https://www.st-anna.nl/onderzoeken/kli002-actigrafie/>  
Of scan met uw telefoon of tablet de QR-code.



KLI002  
09-07-2022