

## PREPARACIÓN

# Polisomnografía

- Traer pijama.
- Después de las 14.00 hs. NO consumir: café, te, coca-cola, pepsi.
- No dormir siesta (el día del estudio).
- Higiene personal: traer el cabello limpio (preferentemente lavado con jabón neutro, o sólo shampoo) sin crema de enjuague, gomina, gel o spray.
- En lo posible llegar cansado al estudio (sin alterar la rutina laboral, etc.).
- Traer almohada personal (opcional ya que en la habitación se cuenta con una).
- No ponerse cremas (facial, corporal, de manos).
- Continuar con medicación habitual sin cambios.
- No se requiere ayuno previo al estudio.
- El dedo índice o mayor de la mano derecha o izquierda tiene que tener la uña corta y sin esmalte (para evitar artificios en el registro de la oximetría: sensor que registra el oxígeno en sangre).
- El estudio se realiza SIN acompañate (excepto en pacientes menores de 16 años o adultos con discapacidad)

Horario de ingreso al estudio: .....