

POLISSONOGRAFIA

PREPARO PARA EXAME

RECOMENDAÇÕES PARA A REALIZAÇÃO DO EXAME

Para a realização do seu exame é fundamental que você siga as instruções abaixo:

- Esteja com a cabeça limpa e seca, sem o uso de condicionadores, cremes ou gel.
- Quem costuma se barbear diariamente tem de fazê-lo antes de comparecer ao Instituto do Sono.
- Não use esmalte de cores escuras ou qualquer tipo de alongamento de unhas.
- **Traga roupas confortáveis para dormir, sem elásticos nos tornozelos.**
- O Instituto do Sono disponibiliza, para a realização do exame, toalhas, travesseiro, roupa de cama e cobertor. São disponibilizados também kit de higiene pessoal e secador, para a lavagem de cabelos, necessária após o exame. Caso prefira, traga seu travesseiro, shampoo e condicionador. Traga também um chinelo com sola de borracha e objetos de uso pessoal. É importante destacar que a temperatura no quarto deve permanecer entre 21°C e 23°C para o bom andamento do exame. Por isso, caso julgue necessário, traga um cobertor adicional.
- Caso você tome alguma medicação de uso contínuo, verifique com o seu médico se você deve ou não suspender a medicação para a realização do exame.
- No dia do exame, **evite o consumo de bebidas alcoólicas e cafeinadas**, como chás, cafés e refrigerantes.
- Como não servimos jantar, é importante que você se alimente antes do exame. Oferecemos um lanche, composto por uma fruta e bolachas salgadas e doce, e o café da manhã. No caso de bebês e crianças, é necessário trazer alimentação específica, como leite ou papinha, e fraldas.
- **Em caso de gripe, tosse ou febre, o exame deve ser reagendado**, a não ser que o médico solicitante informe ao Instituto do Sono sobre a necessidade de realizar a polissonografia mesmo nessas circunstâncias.
- Pacientes que realizaram **procedimentos na pele como, por exemplo, peeling, devem esperar pelo menos 20 dias após o procedimento para realizar o exame.**
- **Não use cremes esfoliantes para o rosto uma semana antes do exame.**
- Caso possua **próteses capilares, mega hair, apliques, ou use perucas fixadas com cola ou fita adesiva, é necessário retirá-los para a realização do exame.**
- Para a realização do exame, é necessário posicionar eletrodos na pele. Em raras ocasiões, o contato com a fita adesiva hipoalérgica pode desencadear reações de hipersensibilidade, como vermelhidão e coceira.

LOCAIS DO EXAME

No ato da confirmação do agendamento, você será informado em qual unidade realizará o exame.

NO DIA DO EXAME

É fundamental que você traga o **pedido médico original, documento de identidade com foto (RG/CNH) e a carteirinha do convênio**.

Obs: O atendimento via convênio será realizado somente com o pedido médico original e com a carteirinha ativa no dia do exame, pois realizamos a consulta de elegibilidade, mesmo que tenha autorização. Caso a carteirinha esteja inativa ou não traga o pedido original no ato, o exame não poderá ser realizado, conforme exigência dos convênios médicos.

Horário de chegada no dia do exame para atendimento na recepção

Das 19h00 às 20h00.

O preparo do exame se inicia o mais próximo possível do horário habitual de dormir.

INFORMAÇÕES COMPLEMENTARES

Acompanhantes

A presença de acompanhantes é obrigatória e gratuita para pacientes menores de 18 anos. Para demais casos como idosos, pacientes com transtornos psiquiátricos ou necessidades especiais, por favor verificar com a equipe de atendimento.

Importante:

- Nos demais casos, **poderá ser** cobrada uma taxa extra por acompanhante (consultar o valor com a equipe de atendimento).
- Para realização de polissonografia **com acompanhante** é necessário informar esta necessidade ao **Instituto do Sono** no ato do agendamento