

# Merkblatt zur detaillierten Schlafuntersuchung (Polysomnografie)

Zentrum für Schlafmedizin



Kantonsspital  
St.Gallen

Mit der Polysomnografie werden Schlafstörungen unterschiedlichster Art abgeklärt. Elektroden und Sensoren an Kopf, Rumpf und Extremitäten überwachen verschiedene Körperfunktionen und Bewegungen während des Schlafes. Mittels Ton- und Videoaufnahmen werden Geräusche und Verhaltensauffälligkeiten aufgezeichnet und von diplomierten Fachpersonen überwacht.

Während der Untersuchung werden insbesondere der Schlafrhythmus, die Schlaftiefe und mögliche Unterbrechungen des Schlafes durch eine Störung des Gasaustausches von Sauerstoff und Kohlendioxid beobachtet. Weiterführend wird untersucht, ob der Schlaf durch eine verstärkte motorische Unruhe, durch epileptische Entladungen oder durch ein vermehrtes Schnarchen gestört ist.

## Vorbereitung zur Untersuchung

Bitte beachten Sie am Tag der Untersuchung folgende Punkte:

- Bringen Sie Ihre Arzneimittel mit und nehmen Sie diese wie gewohnt ein
- Benötigen Sie ein Beatmungsgerät oder eine Zahnschiene, dann bringen Sie das Gerät bzw. die Zahnschiene mit
- Bringen Sie Ihren Schlafanzug und Ihr Kissen mit (falls gewünscht)
- Falls Sie Gelnägel oder lackierte Nägel tragen, bitten wir Sie, diese bei einem Mittel- oder Ringfinger zu entfernen
- Bitte verwenden Sie am Untersuchungstag kein Haargel oder Ähnliches für Ihre Haare.
- Machen Sie keinen Mittagsschlaf am Tag der Untersuchung
- Vor Ort im Haus 33B besteht keine öffentliche Verpflegungsmöglichkeit (Möglichkeit zur Nutzung des Restaurant Seasons des Kantonsspitals St.Gallen)

## Informationen zum Ablauf der Untersuchung

Für die Untersuchung befestigen wir Elektroden an Ihrem Kopf, Rumpf und an Ihren Extremitäten. Trotz der angebrachten Kabel können Sie sich frei bewegen.

Die Untersuchung ist nach 6–8 Stunden beendet. Für das Entfernen der Kleberrückstände steht Ihnen nach der Untersuchung eine Dusche zur Verfügung.

Wir bitten Sie das Zentrum für Schlafmedizin am Tag nach der Untersuchung bis spätestens 07.30 Uhr zu verlassen.

## Auswertung

Die Auswertung und Besprechung erfolgt durch die Ärztin/den Arzt.

## Pflege

Falls Sie auf pflegerische Unterstützung angewiesen sind, bitten wir Sie um frühzeitige Kontaktaufnahme (Tel. Nr. +41 71 494 11 82), damit wir die Betreuung organisieren und sicherstellen können.

## Kantonsspital St.Gallen Zentrum für Schlafmedizin

Haus 33B  
Lindenstrasse 52  
CH-9007 St.Gallen

8 Uhr bis 17 Uhr: Tel. +41 71 494 11 81

Ab 17 Uhr: Tel. +41 71 494 11 92

[schlafzentrum@kssg.ch](mailto:schlafzentrum@kssg.ch)

[www.kssg.ch/schlafzentrum](http://www.kssg.ch/schlafzentrum)