



Kempenhaeghe



Een nachtje slapen  
met draadjes op mijn lijf

Hallo ik ben Loet. →

In dit boek vertel ik jullie stap voor stap hoe de draadjes voor een slaaponderzoek worden opgeplakt en eraf worden gehaald. Je ziet telkens een foto en bij elke foto geef ik uitleg over wat er gebeurt.

Na het lezen van dit boek ben je voorbereid op het onderzoek!



# Intro





# Melden op de afdeling



We melden ons op de slaapafdeling.



De afdelingsassistente laat ons de slaapkamer en de huiskamer zien.

## De slaapkamer

De afdelingsassistente vraagt of ik mijn pyjama aan wil doen. Dit is handig als zo meteen alle draadjes op mijn lijf worden geplakt. Als ik klaar ben, komt de afdelingsassistente ons halen om naar de plakkamer te gaan.





## De plakkamer

In de plakkamer zijn de slaapverpleegkundige en de laborant aanwezig. Ze leggen uit dat ze draadjes op mijn hoofd en op mijn lijf plakken. Dat doen ze samen. De één plakt de draadjes op mijn hoofd en tegelijkertijd plakt de ander draadjes op mijn lijf.

## We gaan beginnen

Ik moet voor de stoel gaan staan. Dan mag ik twee lange draden door mijn broek helpen doen, eentje bij mijn linkerbeen en eentje bij mijn rechterbeen.

Deze draden plakt de slaapverpleegkundige op mijn benen met een speciale plakker. Hiermee kijken ze of ik in mijn slaap beweeg met mijn benen.



Daarna plakt ze nog twee van die speciale plakkers met een draadje op mijn borst. Dit is om mijn hartslag te meten.





Ik krijg een band om mijn borst en een band om mijn buik. Deze worden vastgeplakt met witte plakkers.

De laborant steekt de draadjes achter mijn stoel in een kastje.



Nu mag ik gaan zitten op de stoel.





Het meten  
van  
het hoofd

Eerst meet de laborant mijn hoofd op met een meetlint. Ze zet met een zacht potlood streepjes op mijn hoofd. Dit moet heel precies gebeuren. Op elk streepje wordt een elektrode geplakt.

De laborant maakt de plekjes waar de elektroden komen eerst nog ruw met een wattenstokje met scrubcrème.





# Plakken van de elektroden

Een elektrode is een ijzeren rondje dat met lijm op mijn hoofd wordt geplakt. Aan de elektrode zit een draad. De draad gaat via een stekker naar een kastje. Er worden tien elektroden op mijn hoofd geplakt met lijm.

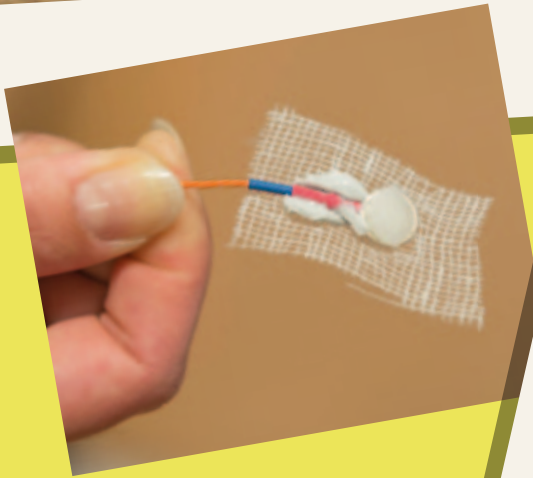
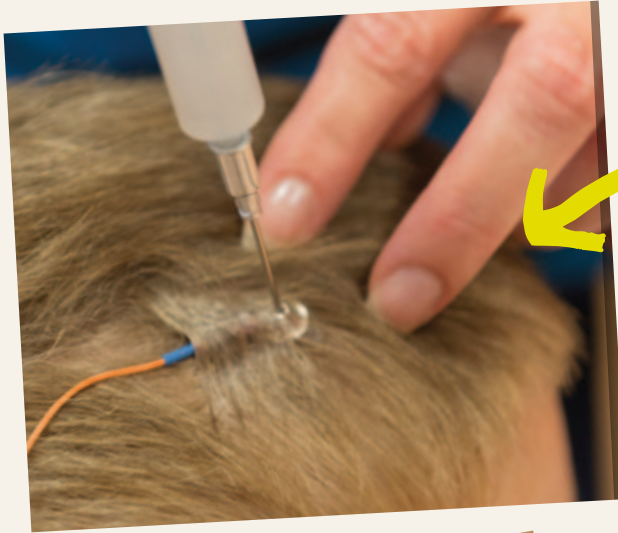


De lijm stinkt een beetje. Daarom krijg ik een soort afzuigkap boven mijn hoofd die de vieze lucht wegzuigt. Dit maakt best veel lawaai.



Om de lijm te laten drogen, blaast een apparaat lucht op mijn hoofd. Dat voelt koud aan.

Als alle elektroden zijn geplakt, vult de laborant het ijzeren rondje met pasta. Dit gebeurt met een vulnaaldje.



Soms gebruiken ze witte klei om de elektroden vast te plakken. Deze klei stinkt niet.

De laborant plakt de elektroden op mijn hoofd en ondertussen plakt de slaapverpleegkundige meer draadjes op mijn lijf. Zij steekt de draadjes in de band om mijn buik en in de band om mijn borst. Zo kan ze kan zien hoe ik adem haal.



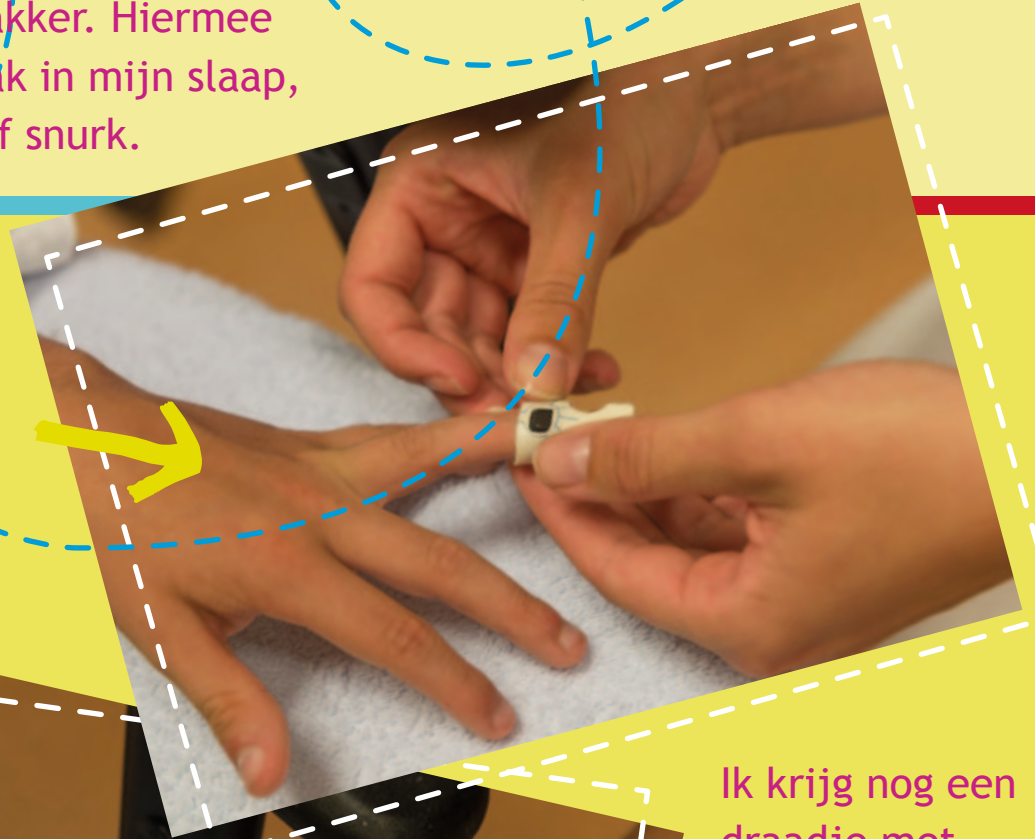
Een extra draadje op de borstband laat zien of ik op mijn rug, zij of buik in bed lig.





Ik krijg een klein microfoontje in mijn hals geplakt met een witte plakker. Hiermee meten ze of ik geluid maak in mijn slaap, bijvoorbeeld of ik praat of snurk.

Dat lampje laat zien hoeveel zuurstof er in mijn bloed zit. Er gaat een 'kaboutermutsje' over zodat het lampje beter blijft zitten. Het lampje brandt alleen als het onderzoek bezig is.



Ik krijg nog een draadje met plakker om mijn vinger. Daaraan zit een rood lampje.

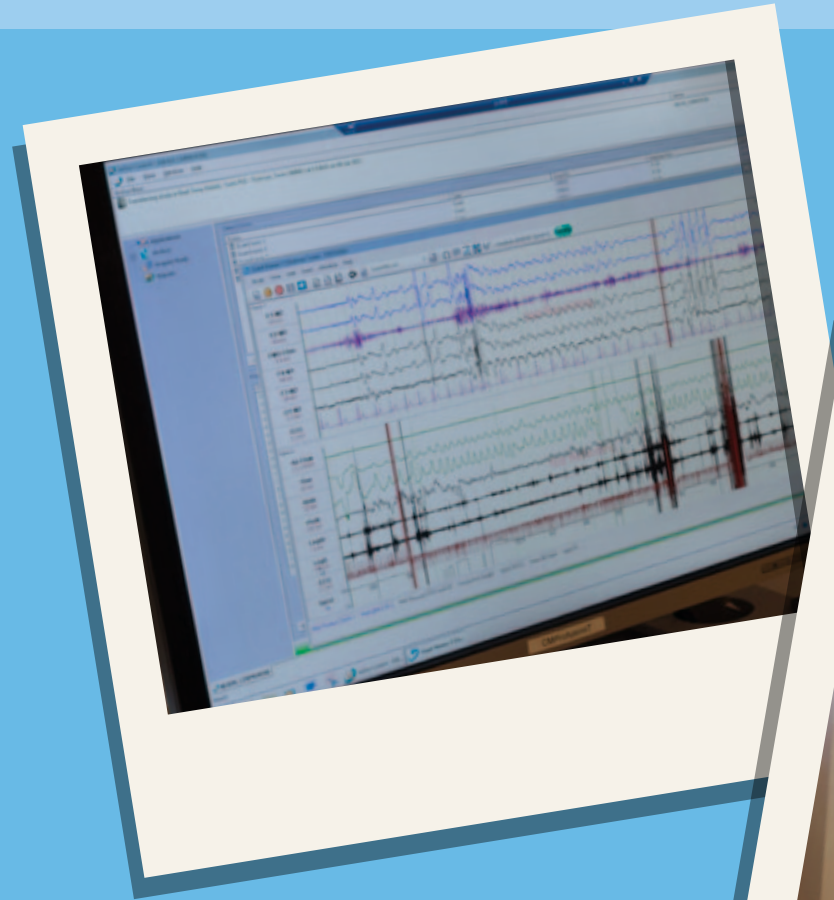




Boven mijn rechteroog en onder mijn linkeroog plakt de laborant een elektrode met een witte plakker. Dit zijn dezelfde elektroden als die op mijn hoofd zitten.



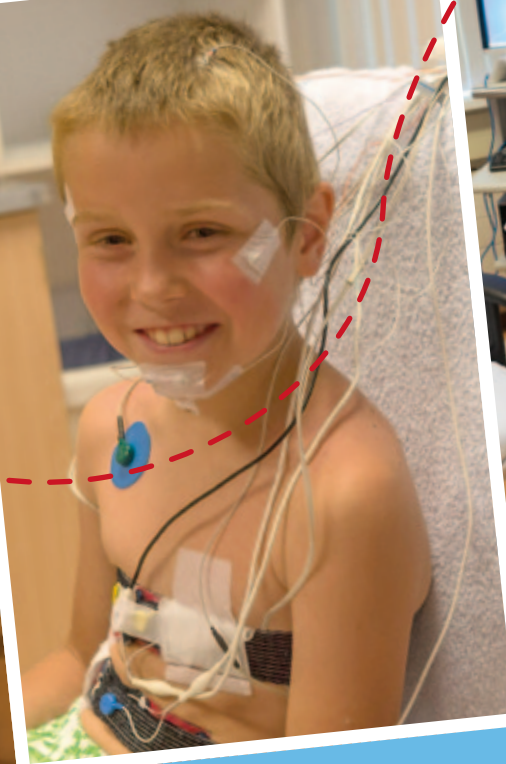
Op mijn kin komen nog drie elektroden met een witte plakker en een beetje lijm.



Als laatste krijg ik een 'snorretje' in mijn neus. Hiermee zien ze hoeveel lucht er in en uit mijn neus gaat. Dit kriebelt een beetje.



Als alles klaar is, kijkt de laborant op de computer om te controleren of de draadjes goed werken.



De laborant en de slaapverpleegkundige doen de draadjes bij elkaar in een stoffen hoes. Die gaat netjes in een tas of rugzakje. Ook het snorretje gaat hierin. Dat hoef ik straks pas weer op als ik naar bed ga. Zo kan ik gewoon rondlopen en zitten de draadjes niet in de weg.

Nu ben ik klaar en ga ik naar de afdeling.



## De afdeling

Hier kan ik nog wat spelen en iets drinken voordat ik naar bed ga.

De slaapverpleegkundige stelt nog wat vragen. Papa of mama mogen bij mij blijven.



# Naar bed

Het is tijd om naar bed te gaan. De slaapverpleegkundige haalt het kastje met de draadjes uit de tas of rugzakje en hangt dit aan de muur boven mijn bed.



De draadjes zijn lang genoeg om lekker in bed te kunnen liggen en ik kan ook draaien.



Sommige kinderen krijgen een extra meetdraadje. De slaapverpleegkundige plakt daarvoor een rond stickertje op hun voorhoofd. Daarin gaat een druppeltje vloeistof waarop een draadje wordt gedrukt. Er brandt een rood lampje dat een beetje warm aanvoelt.

Ik lig net zo in bed als thuis. Ik mag niet zelf uit bed komen omdat de draadjes dan stuk gaan.

Ik krijg het 'snorretje' weer in mijn neus. Op iedere wang komt nog een witte plakker zodat het snorretje goed in mijn neus blijft zitten als ik slaap.







Met het extra meetdraadje op mijn voorhoofd mag ik niet verder uit bed dan dat het draadje lang is. Om naar de wc te gaan gebruik ik een po-stoel of een fles waar ik in kan plassen (urinaal).

De laborant kijkt of alles goed werkt. Soms worden de elektroden op het hoofd bijgevuld.



Als alles goed werkt, ga ik slapen. Mama of papa mag bij mij op de slaapkamer blijven slapen.



## De volgende dag

De volgende dag worden de elektroden eraf gewassen met een watje met aceton. Dat stinkt. Een afzuigkap zuigt de lucht weg. Dat maakt lawaai. Ook de draadjes op mijn lijf mogen er weer af. Dit doet geen pijn want de plakkers worden eerst nat gemaakt met een watje. Als alles eraf is, kan ik lekker douchen op de afdeling of mag ik dat thuis doen.







Ik vul nog een kaart  
in hoe ik zelf denk dat  
ik heb geslapen.  
Mijn papa of mama  
helpt hierbij.



Naar  
huis

Dan ben ik  
helemaal klaar.

Weer op weg naar huis!  
Nu wachten op de uitslag.



Neem ook een kijkje op onze kinderwebsite:  
[www.kempy.nl](http://www.kempy.nl)

Dit boekje is mede  
in elkaar  
gezet door:



**Kempenhaeghe**

Sterkselseweg 65

5591 VE HEEZE

Postbus 61

5590 AB HEEZE

T (040) 227 90 22

E [info@kempenhaeghe.nl](mailto:info@kempenhaeghe.nl)

W [www.kempenhaeghe.nl](http://www.kempenhaeghe.nl)

**Kempenhaeghe**

**Locatie Hans Berger Kliniek**

Muldersteeg 6

Postbus 250

4900 AG OOSTERHOUT

T (0162) 48 18 00

E [info@kempenhaeghe.nl](mailto:info@kempenhaeghe.nl)

W [www.kempenhaeghe.nl](http://www.kempenhaeghe.nl)

