



Estudio del sueño



El médico quiere que te hagan un estudio del sueño en Phoenix Children's. Esta prueba mide la actividad del cerebro mientras duermes y luego manda la información a una computadora. Con esta prueba también medimos cómo se mueve el cuerpo, cómo late el corazón y cómo respiras mientras duermes.



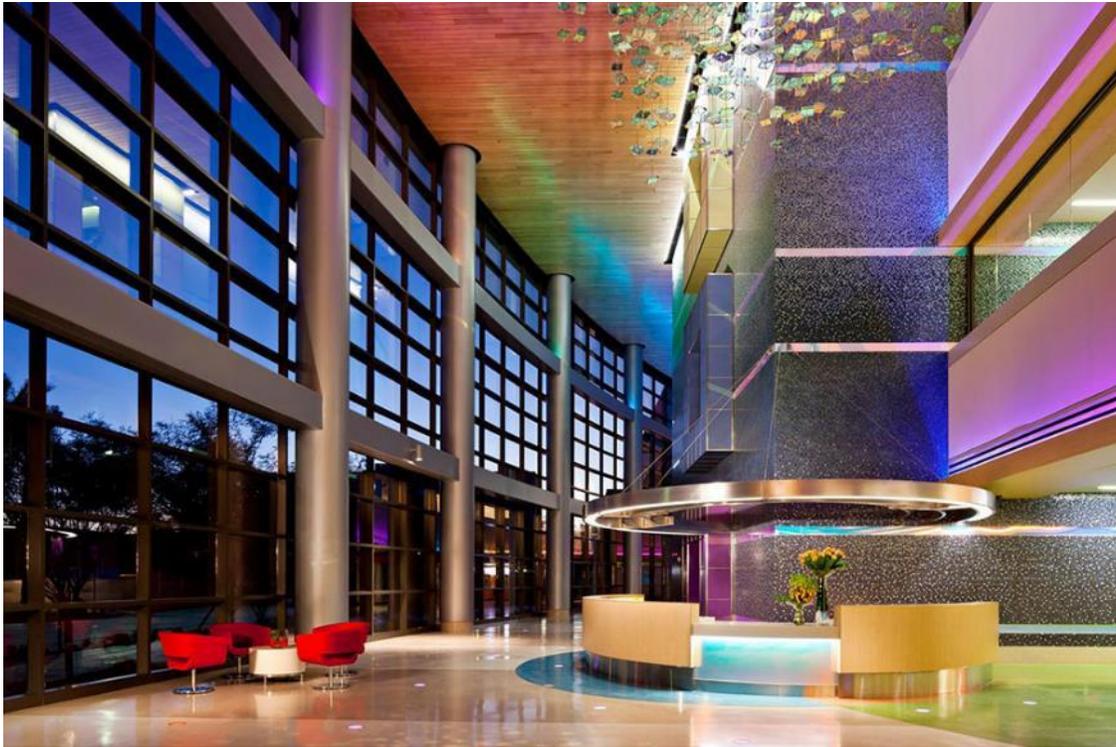
Para esta prueba pasarás la noche en Phoenix Children's Hospital.

A algunos niños les gusta traer una mantita, un almohadón, el juguete preferido para distraerse durante la prueba.



¿Qué traerás?

Cuando llegues a Phoenix Children's te anunciarás en el vestíbulo. El amable personal te preguntará cómo te sientes y qué tipo de cita tienes.



Como es de noche un guardia te acompañará a ti y al acompañante al área de espera para el estudio del sueño.



¿Sabes dónde está el coyote al ir a la sala de espera?

En la sala de espera tu acompañante se anunciará. Puedes encontrar un lugarcito cómodo para esperar tu turno.

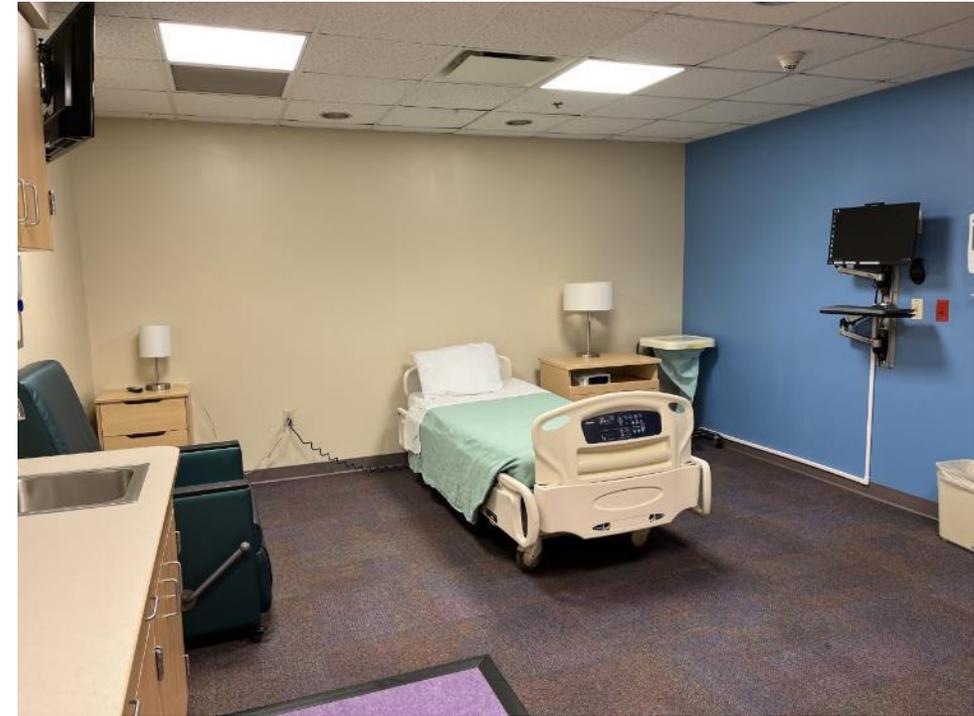


A algunos niños les gusta traerse un juguete mientras esperan.
¿Qué traerás para divertirte?

Cuando llegue tu turno te llamarán y te guiarán con tu acompañante al lugar donde se hace la prueba del sueño. Este lugar es muy silencioso por eso hay que hablar en voz muy baja.



Tenemos dos dormitorios donde se hace el estudio del sueño. La habitación es parecida a la que se ve abajo. Hay una cama para ti y un sillón reclinable para el acompañante. Tu acompañante puede quedarse contigo todo el tiempo.

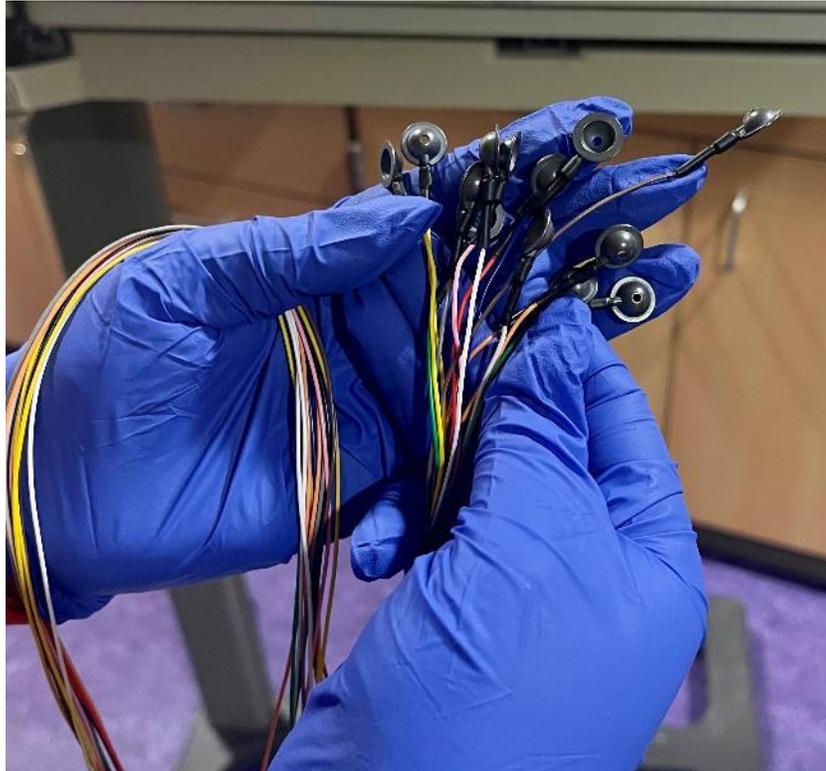


Puedes ponerte el pijama cuando llegues o bien llegar con el pijama puesto. Es mejor usar un pijama que tiene pantalón y casaca.

Hacerse el estudio del sueño no duele pero tiene muchos elementos. Estas son algunas cosas que el técnico hará para el estudio del sueño. Primero te miden la cabeza.



En la cabeza te colocarán botoncitos de metal, llamados electrodos usando un jabón especial y una cera pegajosa para medir la actividad cerebral. Luego te limpiará en la cabeza el lugarcito en la cabeza donde pondrá el electrodo. Usará un hisopo y un jabón verde.



Algunos niños dicen que les da cosquillas.

Te colocan los electrodos mientras estás en una silla. Tienes que estar quieto pero puedes ver televisión, jugar con juguetes, la tableta o el teléfono mientras te colocan los electrodos.



Puedes sentarte solo o en el regazo de un adulto.

Para medir cómo se mueve el cuerpo mientras duermes te colocarán unas pegatinas en las piernas. Para medir la respiración te colocarán un oxímetro de pulso en el dedo. El oxímetro de pulso es como una tirita pegajosa. Cuando se activa, se enciende una luz roja.



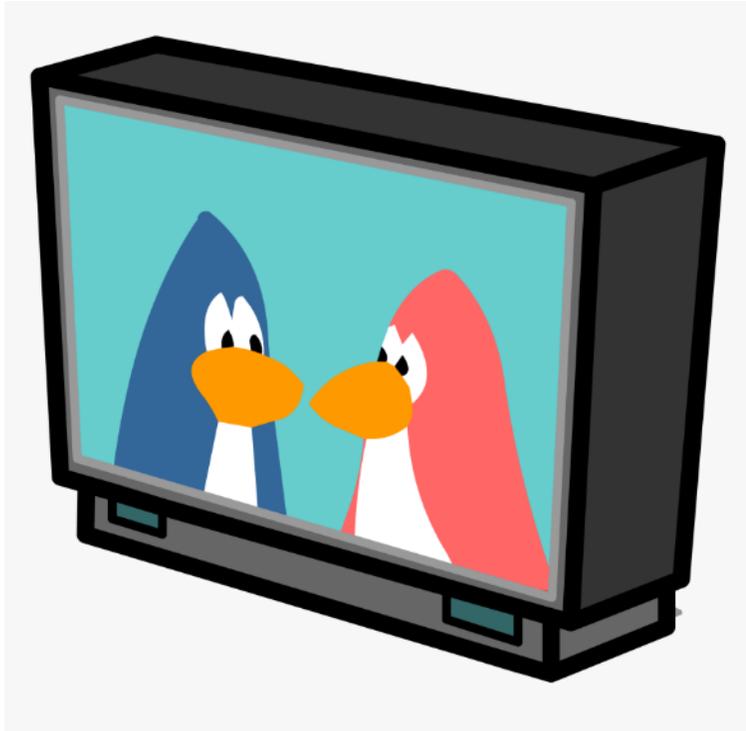
Para medirte la respiración mientras duermes, te harán tres cosas: Primero te colocarán unas pegatinas en el pecho. Luego te colocarán un cinturón suave y elástico alrededor del pecho.

Para terminar te pondrán un tubito debajo de la nariz ajustado alrededor de las orejas.



¡Ya estás listo para dormir!

Es hora de dormir. Puedes ver televisión o escuchar música para ayudarte a dormir. El adulto puede acostarse contigo hasta que te duermas, si quieres.



Dormirás en Phoenix Children's toda la noche. El baño está justo afuera del dormitorio. También hay un teléfono para pedir ayuda si la necesitas.



Si para las 10 de la noche no te dormiste, el técnico podría entrar en el dormitorio y pedirte que apagues el televisor y guardes los juguetes para que puedas dormir.

Por la mañana te despertarán. El personal o un acompañante podrán ayudarte a sacarte todo lo que te pusieron para el estudio del sueño. Muchos pacientes se duchan (regadera) al llegar a la casa para quitarse el jabón y la cera que les quedó en el pelo.



El personal enviará la información de la prueba al médico.



Cuando te hayan sacado las pegatinas y los electrodos puedes irte. Puedes pasar al baño y tomar un refrigerio de desayuno cuando salgas. No te olvides de llevarte una pegatina al salir. ¡Lo hiciste!



Proudly Sponsored by

