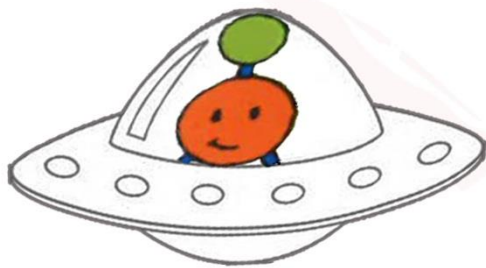


# ***Slaaponderzoek en tips voor veilig slapen***

*informatie voor de ouders*



Beste ouders,

De dokter heeft voor uw baby een slaaponderzoek aangevraagd of u wilt zelf graag zo'n onderzoek laten uitvoeren.

Graag geven wij u in deze brochure praktische informatie.

Mocht u echter vragen hebben, aarzel dan niet één van onze verpleegkundigen aan te spreken, of te bellen naar onze kinderafdeling op telefoonnummer 052 25 22 83. Wij helpen u graag verder!

Wij wensen u en uw baby een goed verblijf op onze kinderafdeling.

De artsen en verpleegkundigen  
van de kinderafdeling.

## 1. Hoe verloopt het onderzoek?

Het onderzoek bestaat uit de doorlopende opname, gedurende heel de nacht, van :

- het hartritme
- het ademhalingsritme
- de hersenactiviteit (EEG)
- de zuurstofverzadiging in het bloed
- de spieractiviteit (EMG)

Al deze gegevens worden door de computer geregistreerd. Het is mogelijk dat de kinderarts nog een bijkomend urine- en bloedonderzoek en eventueel een RX-onderzoek aanvraagt. Daarvoor is het noodzakelijk dat u een week voor het slaaponderzoek een consultatie afsprekt bij uw kinderarts.

Om alle gegevens tijdens de nacht te kunnen opnemen worden draadjes (electroden) gekleefd op het hoofdje, aangezicht en romp van uw kindje. Dit is helemaal niet pijnlijk, maar een kind is soms wat angstig bij het aanbrengen van deze verschillende electroden.

We zullen het stapsgewijs doen en het u ook goed uitleggen, zodat u ons kan helpen uw kindje rustig te houden.

U kan tijdens de nacht bij uw kindje blijven en de voeding geven.

De verpleegkundige controleert of het onderzoek goed verloopt. Zij kan dit volgen op een scherm buiten de kamer. Het is belangrijk dat uw kindje rustig slaapt om een goede registratie mogelijk te maken.

## **2. Praktische regeling**

- 17.00-18.00 u: \* Opname en inschrijving aan het onthaal op niveau 1 van az St-Blasius, Kroonveldlaan 50, 9200 Dendermonde.  
\* Daarna onthaal en nazicht door de arts op de kinderafdeling op niveau 2.
- 19.00 u : De verpleegkundige plaatst de elektroden
- 20.00 u : Start slaaponderzoek
- 07.00 u : Stop van het onderzoek

Indien er geen verdere onderzoeken moeten uitgevoerd worden, mag u meteen met uw kindje naar huis gaan.

Gedurende de voormiddag wordt het slaaponderzoek nagekeken door de kinderarts.

Rond de middag is het resultaat van dit onderzoek beschikbaar en kan u het telefonisch opvragen). Verdere afspraken worden dan meegedeeld door de kinderarts.

Uw huisarts krijgt het volledige resultaat van dit onderzoek en de besluiten via de kinderarts toegestuurd.

## **3. Voorzieningen voor de inslapende ouder**

Indien u dat wenst kan u een avondmaal (5 EUR), een ontbijt (2,5 EUR), of drank (0,90 EUR) verkrijgen in het restaurant op het gelijkvloers. Het restaurant is doorlopend geopend vanaf 9u tot 19u45.

#### 4. Tarieven

Voor de opname van uw kind wordt een persoonlijk aandeel aangerekend van ongeveer 40 euro (indien uw kind in de loop van de voorbije drie maanden reeds opgenomen is geweest, bedraagt dit 5,44 euro ) en 0,62 euro forfaitair voor de medicatie. Uw tussenkomst in de 'forfaitaire' honoraria van de geneesheren bedraagt ongeveer 30 euro.

#### 5. Wat moet u meebrengen ?

- Boekje van het ziekenfonds
- Boekje 'Kind en Gezin'
- Kleedjes, luiers en voeding tot en met de volgende morgen
- Slaapkleding en toiletgerief voor uzelf

#### 6. Veilig slapen

In afwachting van dit onderzoek willen we u alvast enkele tips geven met betrekking tot veilig slapen.

Het is essentieel om uw baby een maximale veiligheid te bieden en te weten hoe u er kan voor zorgen dat hem tijdens zijn slaap niets overkomt.

Alleen u, als ouder, weet of uw kindje normaal kijkt, lacht, reageert, eet en slaapt.

- **Veilige slaapomgeving**

Leg uw baby te slapen op een **stevige matras**, zodat hij er niet in wegzinkt. Gebruik om dezelfde reden **geen hoofdkussen**.

Voorkom het gevaar voor ophanging of verstikking door de volgende regels te volgen :

- Gebruik een matras die aangepast is aan de afmetingen van het wiegje of bedje, zodat de baby niet tussen de matras en de bedrand gekneld kan raken.
- Indien u rond het bed een stoffen bekleding wil gebruiken, zorg er dan voor dat die stevig vast zit.
- De bedspijlen mogen niet meer dan 8 cm van elkaar staan; anders kan de baby zijn hoofd tussen de spijltjes klemmen.
- Haal de overbodige spullen uit de wieg of het bed waarin uw kind slaapt : touwtjes die hij om zijn nek kan draaien, plasticfolie, pluchen knuffeldieren of andere voorwerpen waarmee hij zijn gezichtje kan bedekken.
- Laat geen dieren in zijn kamer, tenzij een volwassene er op toeziet.

- **Veilige slaaphouding**

**Leg uw kind steeds op zijn rug** tenzij uw geneesheer, om medische redenen, een andere houding aanraadt.

In rugligging blijft zijn gezichtje vrij, kan het makkelijker ademen en is het gevoeliger voor de stimuli in zijn omgeving.

Ook als je kind ziek is, is rugligging de beste houding : als zijn hoofd en gezicht onbedekt blijven, raakt het zijn koorts vlugger kwijt. Bij oprispingen zal uw kind zich niet vlugger verslikken dan wanneer het op de buik zou liggen.

- **Veilig toedekken, bij een veilige kamertemperatuur**

Zorg ervoor dat uw kind het niet te koud of te warm heeft om te slapen.

**Voor kinderen jonger dan 8 weken, mag de temperatuur nooit meer dan 20°C bedragen. Na 8 weken mag de kamer-temperatuur nooit meer dan 18°C bedragen.**

Dek uw baby lichtjes toe. Een laken en een deken of een lichte slaapzak, aangepast aan de grootte van uw kind, zijn voldoende. Hou het gezichtje vrij. Gebruik liever geen donsdeken.

- **Rookvrije omgeving**

Roken, zowel tijdens de zwangerschap als na de geboorte, is ten zeerste af te raden.

Laat niemand roken in het bijzijn van uw kind, noch in huis, noch in de wagen. Zorg voor voldoende verluchting en luchtvochtigheid in de kamer waar uw kind slaapt.

- **Geneesmiddelen**

Geef uw kind geen enkel geneesmiddel zonder doktersvoorschrift en zeker **geen hoestsiroop** of kalmerende middelen.

Als u borstvoeding geeft, neem dan ook zelf geen enkel geneesmiddel zonder uw geneesheer te raadplegen.

- **Regelmatig levensritme**

Algemene regel : respecteer het slaapritme van uw kind en zorg ervoor dat het voldoende slaap krijgt.

- **Koorts**

Hiermee bedoelen we de anale temperatuur van > 38°C.

- De baby volledig ontkleden en ontdoen van overtollige dekens.
- Arts raadplegen.
- Perdolan Mono 100 mg geven.
- Desnoods een afkoelend badje (>27°C).
- Lees aandachtig de folder van kind & Gezin omtrent koorts.

- **In de auto**

Vervoer in de auto is toegelaten, op voorwaarde dat de baby zeer goed gefixeerd is, en later in zithouding met het aangezicht in tegenovergestelde richting van de rijrichting. Laat het niet te warm worden, doe zijn muts af of open zijn jasje.

**Laat uw baby nooit alleen in de wagen.**

Als u een lange autorit maakt of als het zeer warm is, geeft u de baby regelmatig te drinken.

***Mogen wij u vragen om ons tijdig te verwittigen wanneer u verhinderd wordt om op de afgesproken dag te komen.  
Neem ook contact op met de kinderarts indien uw kindje ziek is of verkouden op de dag van het onderzoek.  
U kan ons bereiken op het telefoonnummer 052 25 22 83.***