

Su hijo o hija esta programado para un estudio de sueño en el Hospital ubicado:



**One Parkland Drive
Derry, NH 03038
617.796.7766**

El médico de su hijo o hija ha ordenado un estudio del sueño para controlar y medir muchos aspectos de su sueño. La falta de sueño o la interrupción del sueño puede alterar las actividades diarias o influir la salud y el desarrollo en general. Un estudio del sueño no es exactamente como dormir en casa, pero hacemos todo lo posible para obtener la mayor cantidad de datos. No se preocupe si su hijo o hija está más despierto en el laboratorio del sueño que en su casa. Incluso un poco de sueño puede proporcionar muchos datos. *Recuerde que un padre o guardián debe acompañar a su hijo o hija durante el estudio. Por favor de comunicarse con el proveedor de referencia de su hijo o hija para obtener los resultados del estudio.*

INFORMACION DE SEGURO:

Debido a que la cobertura de seguro varía, debe consultar directamente con su compañía de seguro sobre la cobertura específica de su plan y cualquier pago fuera de su bolsillo relacionado con el estudio. Si hemos recibido autorización de su compañía de seguro, todavía debe consultar con su seguro para saber el costo directo de el estudio. El número de contacto generalmente está disponible en su tarjeta de seguro médico.

QUE TRAER A EL CENTRO DE SUEÑO:

- ☐ Ropa cómoda o pijama y cambio de ropa para el día siguiente
- ☐ Pequeños bocadillos (opcional)
- ☐ Artículos personales (pasta de dientes, jabón, toallas)
- ☐ Cualquier cosa que haga que su hijo o hija se sienta cómodo en la noche de su estudio (por ejemplo, almohada, un libro, tableta, peluche, etc.) Hay televisores en cada habitación del paciente.
- ☐ Medicamentos que su hijo o hija pueda necesitar antes de acostarse o en la mañana.

QUE ANTICIPAR LA NOCHE DEL ESTUDIO:

Por favor de revisar la información adicional con su hijo o hija antes de el estudio.

Como resumen: Conocerá a uno de nuestros tecnólogos del sueño que lo ayudarán acomodarse en la habitación donde usted y su hijo o hija pasarán la noche. La configuración dura aproximadamente 45 minutos. Durante este tiempo, su hijo o hija puede sentarse en la cama o en una silla e independientemente o con usted.

Debe permanecer con su hijo toda la noche en el laboratorio del sueño. Usted y su hijo compartirán una habitación privada con una cámara para que el tecnólogo del sueño pueda monitor las posiciones en la noche. El tecnólogo del sueño puede entrar a la habitación para ajustar los sensores durante toda la noche. A usted y su hijo o hija lo despertarán a las 6 am a menos que se necesiten más pruebas o una hora mas temprano es deseada. Se necesitan aproximadamente 20 minutos para quitar los sensores y la cinta usando agua y removedor de adhesivo. Una ducha o baño en su casa ayudará a eliminar cualquier pasta residual.

DIRECCIONES A EL CENTRO DE SUEÑO:

El centro de sueno está ubicado en el edificio Nutfield Professional Building, 44 Birch Street Suite 303.



CÓMO PREPARAR

- Hable con su hijo sobre qué esperar. A los niños les va bien cuando se les da una preparación apropiada para el desarrollo y información.
- Asegúrele a su hijo que nada le dolerá durante el estudio del sueño.
- Intente jugar con la cánula nasal incluida. Puede ser divertido para su hijo probarlo en un peluche o muñeca primero. La cánula descansa dentro de las fosas nasales. Se puede sentir "cosquillas" "molesto". Intente llamarlo una "manguera nasal que hace cosquillas" y toque la nariz chistosamente si siente extraño, versos que lo sacan. Haga que su hijo practique el uso de la cánula por cortos períodos mientras está despierto y supervisado, relajándose, leyendo un libro o mirando televisión.
- La piel y el cabello de su hijo deben estar limpios y secos. Por favor no aplique ninguna loción, geles o aceites.
- Debe de cenar antes de venir.
- Evite la cafeína en los alimentos o bebidas 8 horas antes del estudio de sueño de su hijo. (por ejemplo; refrescos de cola, chocolate o café).

CÓMO PONERSE LA CÁNULA NASAL

1. Sostenga la cánula frente a la cara.
2. Coloque las puntas suavemente en la nariz.
3. Enganche el resto del tubo alrededor de las orejas y asegúrelo debajo del cuello. ¡Hecho!



**One Parkland Drive
Derry, NH 03038**

617-796-7766 de Lunes a Viernes 8am-7pm, Sat-Sun 2pm-6pm