

## Actigrafie

Binnenkort krijgt u een actigrafie onderzoek. Een actigraaf (MotionWatch) is een minicomputer die als een horloge om de pols wordt gedragen. Deze is ervoor om het rust- en activiteitenpatroon op eenvoudige wijze te meten. De ingebouwde sensor is gevoelig voor bewegingen. In deze folder leest u meer over het onderzoek.

### Waarom krijgt u dit onderzoek?

De neuroloog/slaapspecialist heeft u doorverwezen voor een actigrafie omdat u klachten heeft. Klachten ontstaan bijvoorbeeld door:

- een jetlag en/of wisseldiensten;
- bijwerkingen van medicijnen;
- slaapstoornissen;
- chronische vermoeidheid;
- door bepaalde spier- en hersenaandoeningen.

Deze problemen kunnen door actigrafie objectief worden vastgelegd. De MotionWatch houdt zeven dagen achtereen uw dagelijkse bewegingen bij. Dit is voldoende om te kunnen zien of er sprake is van een abnormaal patroon, hetgeen kan helpen bij het stellen van de diagnose.

### Afspraak uitleg MotionWatch

U heeft een intakegesprek bij de neuroloog/slaapspecialist gehad en bent doorverwezen voor een actigrafie. Voor de actigrafie krijgt u een MotionWatch die u zeven dagen moet dragen. Deze MotionWatch haalt u op bij de polikliniek klinische neurofysiologie. Zeven dagen later brengt u de MotionWatch weer terug bij de polikliniek neurologie. U meldt zich op de dag van uw afspraak bij de polikliniek neurologie van ZGT locatie Hengelo, routenummer 0.9. Daarna verwijst een medewerker u naar de polikliniek klinische neurofysiologie. U krijgt dan de MotionWatch en krijgt daarbij een korte uitleg. Dit duurt ongeveer vijftien minuten.

### Bijzonderheden MotionWatch

- De MotionWatch moet u dag en nacht dragen, om de niet dominante arm.
- De MotionWatch is dertig minuten waterdicht, dus u kunt het bij het (af)wassen en douchen omhouden.
- De MotionWatch heeft een zwart knopje waarop u moet drukken wanneer u 's avonds probeert te gaan slapen. Let op: dat hoeft niet dezelfde tijd te zijn als de tijd waarop u naar bed gaat.
- 's Ochtends wanneer u op staat drukt u opnieuw op het zwarte knopje. Gaat u bijvoorbeeld even naar het toilet? Dan hoeft u niet op het knopje te drukken.
- Doet u overdag een dutje? Dan drukt u op het knopje.
- Door het knopje in te drukken zet u de MotionWatch niet aan of uit. De MotionWatch registreert continu, een week lang, uw bewegingen.

### Resultaten

Uw behandelend arts/verwijzend specialist bespreekt de uitslag en de behandel-mogelijkheden met u op de polikliniek.

### Bent u onverwacht verhinderd?

Wanneer u onverwacht verhinderd bent, vragen wij u dat zo snel mogelijk aan ons door te geven. Dat kan op een van de hieronder vermelde nummers.

### Wilt u meer weten?

Heeft u na het lezen van deze informatie vragen? U kunt tijdens kantooruren bellen met het secretariaat van het centrum voor Slaapgeneeskunde, 088 708 52 79 of polikliniek klinische neurofysiologie, 088 708 54 16.

#### Almelo

Zilvermew 1  
Postbus 7600  
7600 SZ Almelo

#### Hengelo

Geerdinksweg 141  
Postbus 546  
7550 AM Hengelo

 facebook.com/ZGTinfo

 twitter.com/ZGT\_info

 linkedin.com/company/zgt

 youtube.com/user/ZGTinfo

 zgt.nl - zgt.nl/mijnzgt