

## Instructie thuisregistratie slaapcentrum

Welkom bij de instructie van de thuisregistratie van het slaapcentrum in Amphia. Het voordeel van een thuisregistratie is de gelegenheid om in uw eigen bed te slapen in uw eigen vertrouwde omgeving.

Deze video zal u helpen om de materialen op de juiste plaats te bevestigen. U kunt op elk moment de video pauzeren, stoppen of terugspoelen. De tekst in deze folder is gelijk aan de instructies in de video.

### Het openen van de koffer

- De volgende materialen bevinden zich in de koffer
- Een recorder met een buikband-connector
- Een zuurstofmeter voor om je pols
- Twee banden om de ademhalingsbewegingen te meten en een neuscanule (een luchtstroommeter bij de neus)
- Instructiekaart
- Tape

### Het bevestigen van de recorder

Maak de recorder met de 2 knijpertjes vast onder de kraag van uw T-shirt. Het schermpje van de recorder moet zichtbaar zijn.

### Het bevestigen van de borstband

Haal de 2 banden uit de koffer, klik de buikband-connector vast aan de recorder, en laat hem los naar beneden hangen. De gladde kant dient zichtbaar te zijn. Wikkel de borstband om uw borst en klik de plastic uiteinden vast aan de beide zijden van de recorder. Als de band is vastgemaakt kunt u met de lussen de band aantrekken. De band mag niet te strak zitten maar hij mag ook niet verschuiven.

### Het bevestigen van de buikband

Wikkel de buikband om de buik en klik de plastic uiteinden vast aan beide zijden van de buikband. U kunt de buikband-connector enkele keren omrollen naar boven totdat deze boven de navel uitkomt.

### **Het bevestigen van de neuscanule**

De neuscanule meet de luchtstroom via de neus. De twee korte pinnetjes worden in de neus aangebracht, de stekker wordt in de recorder geplaatst. Neem de neuscanule uit het plastic zakje. Duw de twee korte pinnetjes in de neus, en plaats de slangetjes achter de oren. Met het schuifje onder de kin kunt u de canule vastmaken. Steek de stekker in de recorder bij de opening met PRES. Plaats een stukje tape op de wangen om de canule goed vast te maken.

### **Het bevestigen van de zuurstofmeter om de pols**

De zuurstofmeter meet het zuurstofgehalte in uw bloed en de hartslag. De zuurstofmeter dient om de niet-dominante hand geplaatst te worden, zoals een polshorloge. Bij een rechtshandig persoon wordt de zuurstofmeter om de linker pols gedragen. [opmerking: hopelijk past deze zin in het filmpje, het is een extra zin. Eventueel kan een blauw beeld iets vertraagd worden misschien?] Plaats het grijze hoesje om de wijsvinger. Let op: de vinger mag er niet uit steken. Plaats een tapeje om de vinger. Om een goede meting te krijgen, adviseren we nagellak/kunstnagels te verwijderen. Een alternatief voor de wijsvinger is de ringvinger.

### **Samenvatting**

Alle materialen zijn aangebracht. De recorder is geprogrammeerd en zal automatisch starten. U kunt nu gaan slapen.

### **Na de registratie**

De volgende ochtend zal de recorder automatisch stoppen. U mag alle materialen verwijderen en in de koffer plaatsen. Alleen de stukjes tape kunnen worden weggegooid, alle andere onderdelen zien we graag terug in de koffer.