

UNC Sleep Laboratory

Información sobre el estudio del sueño (pasando la noche)

Overnight Sleep Study Info Packet

¡Gracias por programar un estudio del sueño en el UNC Sleep Laboratory!



Estamos ubicados en:
UNC Main Hospital
101 Manning Drive
Chapel Hill, NC 27514

¿Dónde estaciono?

El estacionamiento para pacientes está en los pisos del estacionamiento Dogwood, directamente cruzando Manning Drive desde el Hospital. La entrada al estacionamiento es desde East Drive. Siga por la pasarela de acceso hasta las entradas al Hospital. El estacionamiento de UNC le cobrará una tarifa regular de \$10 por el estacionamiento durante toda la noche. No podemos exceptuar el pago de esta tarifa y no podemos validar el estacionamiento. Hay un autobús hasta las entradas principales del hospital que funciona cada 15 minutos de lunes a viernes de 7:30 a. m.-9:30 p. m.



Hay también estacionamiento con valet frente a la entrada principal del hospital en Hospital Drive. Siga las señales si quiere usar este servicio. El costo es de \$12 por noche. El estacionamiento con valet está disponible de lunes a viernes de 5:30 p. m.-7:30 p. m. No hay estacionamiento con valet los sábados y los domingos.



¿Dónde me registro?

La hora de registro para los estudios del sueño de noche es las 6:30 p. m. en la recepción de mujeres en la planta baja en el Women's Hospital.

Confirme su cita 2 a 3 días antes; llame al 984-974-3294. También puede confirmar mediante mensaje de texto, o por UNC MyChart. Si no confirma su cita, es probable que la cancelen o la reprogramen de acuerdo a las necesidades del laboratorio.

Puede registrarse anticipadamente para su cita por teléfono si llama al 984-215-6899. Cuando llame tenga la fecha y hora de su cita y su tarjeta del seguro disponible.

¿Cuánto costará?

Nuestro equipo de coordinación financiera está disponible para darle el costo exacto en dólares, según su seguro, deducibles y copagos. **Llame al 984-974-2927 para comunicarse con el equipo financiero.**

Dependiendo de su cobertura de seguro, le pueden solicitar que pague un depósito al momento de registrarse para el estudio del sueño. Nuestro equipo financiero le puede informar si debe pagar un depósito o no, y la cantidad. Llámelos al número que aparece arriba.

Una vez que me registro, ¿a dónde voy?



Una vez que se haya registrado, le darán un mapa que le mostrará cómo llegar al laboratorio del sueño (Sleep Lab) en el 1.º piso del Anderson Pavilion. Si necesita ayuda para llegar hasta el laboratorio, solicite en la mesa de registro que nuestro equipo de transporte del paciente lo lleve hasta el laboratorio del sueño. Le pueden ayudar con una silla de rueda y lo acompañarán hasta nuestro laboratorio.

Una vez que haya llegado hasta la entrada del laboratorio del sueño, tome el teléfono negro. Uno de nuestros tecnólogos del sueño le responderá y lo acompañará hasta su sala del sueño para que pase la noche.

El tecnólogo le explicará sobre el estudio del sueño y el equipo, y también sobre cómo se hará el estudio. Podrá usar la cafetería del hospital, además de nuestras máquinas expendedoras si así lo desea. También puede traer comida y bebida de su casa.

¿Cómo será el laboratorio/habitación?

Su habitación será una habitación privada, con baño totalmente privado. Disponemos de habitaciones del sueño similares a las habitaciones de un hotel pequeño. Tienen camas amplias, que pueden ajustarse e incluyen barras laterales opcionales. La cama tendrá sábanas. Nuestras habitaciones tienen Wi-Fi y televisión por cable, y



cada habitación tiene un termostato separado para que pueda elegir la temperatura que le permita estar cómodo.



Tendrá sitios para guardar su ropa y abrigo o chaqueta. También hay una caja de seguridad en cada sala para guardar los medicamentos y las pertenencias de valor, si así lo desea. Hay ventiladores disponibles en cada habitación a pedido. Los baños en cada habitación están preparados para personas incapacitadas, con un banco que se abre hacia abajo disponible en la amplia ducha. Hay cunas disponibles para pacientes pediátricos, a pedido.

¿Cómo es un estudio del sueño?



Después de que llegue al laboratorio del sueño, se reunirá con el que será su tecnólogo esa noche. Nuestros tecnólogos son profesionales médicos que trabajan con pacientes de todas las edades y con necesidades especiales.

TENGA EN CUENTA QUE: El Laboratorio del sueño no tiene enfermeras o personal de enfermería. Si necesita ayuda con sus necesidades personales, movilidad, o si tiene dificultades mentales, un familiar adulto o cuidador **DEBE** acompañarlo.

Los estudios del sueño usan un número de sensores pequeños que se sostienen con un adhesivo médico (o cinta médica para algunos pacientes). Habrá por lo menos una docena de sensores alrededor de la cabeza, debajo de la nariz, y en cada muñeca y tobillo. Colocar todo lleva alrededor de una hora. Nuestro horario para apagar las luces es a las 11:00 p. m.; las luces se apagarán, y los pacientes comienzan su sueño normal a esa hora. Los pacientes duermen hasta alrededor de las 6:00 a. m. Lo despiertan y le quitan los sensores. Una vez que le quiten los sensores, puede irse. Todos los pacientes tienen tiempo hasta las 7:00 para darse una ducha, vestirse y recoger sus pertenencias para ir a casa.

Si le hacen un estudio escalonado de CPAP, su tecnólogo le preparará la máquina de CPAP, y le ajustará la máscara de CPAP para que le quede cómoda para la forma y tamaño de su rostro y el estilo de respiración. Si ya usa una CPAP, traiga su máscara con usted al estudio. Mientras duerme, su tecnólogo le ajustará la CPAP hasta que encuentren las configuraciones correctas para aliviar sus síntomas. Se podrá llevar su máscara de CPAP a casa al final del estudio.



¿Cuándo me entregan los resultados del estudio?

Después de terminar el estudio, nuestro médico del sueño revisa los datos, el audio y la secuencia del video de su sueño, y escribe un informe para su médico con recomendaciones de tratamiento. Este informe se sube a UNC MyChart. El informe debería estar listo en un plazo de 5 a 10 días hábiles después de completar el estudio del sueño.



El médico que lo remitió al laboratorio le compartirá y explicará sus resultados del sueño, y le informará sobre cualquier tratamiento que vaya a hacer. Su proveedor también le recetará cualquier equipo y medicamentos para tratar su problema de sueño. Nuestros médicos del sueño de UNC solo recetan equipo o medicamentos para sus propios pacientes de la clínica del sueño de UNC.

Si necesita una máquina de CPAP, su médico le indicará una para usted, dependiendo de los resultados del estudio de CPAP. Una compañía de equipo médico duradero le dará la máquina de CPAP a usted.

Información importante y consejos para el estudio del sueño

- Traiga toda la comida, bebida o medicamentos que puede necesitar, ya que no le entregamos nada de esto. Podrá ir a la cafetería del Hospital si lo desea antes de comenzar con el estudio.
- Si necesita ayuda especial, o tiene necesidades especiales, debe traer alguien que le ayude. **No tenemos personal de enfermería en el laboratorio del sueño**. Deberá ocuparse de sus propias necesidades.
- Tome una ducha o baño, y lávase el cabello antes del estudio. No use productos para el cuidado del cabello o la piel después de la ducha. (Llegue seco para el estudio).
- **Quítese las extensiones, pelucas, tupé, trenzas africanas o trenzas ajustadas antes de venir para el estudio del sueño**. Debemos tener buen acceso al cuero cabelludo. Siempre que podamos llegar hasta cualquier punto del cuero cabelludo, las trenzas flojas o rastas están bien. (Informe al personal de programación si necesitamos volver a programar el estudio para que tenga tiempo de coordinar el tema de las extensiones o trenzas).
- No use lociones o maquillaje. Puede usar desodorante.
- Solo lleve los medicamentos que necesitará para la noche del estudio o para la mañana siguiente.
- Evite comida o bebida con cafeína el día de su estudio: (café, té, gaseosas, chocolate, etc.)
- Traiga ropa cómoda para dormir (por ejemplo, pijamas, o pantalones y una camiseta). Traiga también artículos de aseo personal, jabón y productos para la ducha que quiera usar esa noche o la mañana siguiente.
- Puede traer su propia almohada o manta para su comodidad. Los niños pueden traer un juguete pequeño o un animal de peluche. Puede traer su computadora portátil o tableta para acceder a Internet.
- Si actualmente usa una máquina de CPAP, traiga su propia máscara de CPAP. No es necesario que traiga la máquina de CPAP.
- Informe al personal del laboratorio del sueño antes de su llegada si necesita algún equipo especial para su estancia. (Por ejemplo: cunas, andadores, baño u orinales junto a la cama). No podemos entregarle ventiladores o suministros para la traqueotomía.
- Si usa dentadura postiza, es importante que la traiga con usted.
- Un padre, madre o tutor legal debe acompañar a cualquier paciente menor de 18 años de edad. El padre, madre o tutor debe quedarse durante todo el procedimiento. **No podemos permitir que ningún otro niño(a) se quede en la habitación o en el laboratorio**. Hay un sofá cama en la habitación para la persona que se quede.
- Si necesita ayuda adicional durante la estancia, o tiene menos de 18 años de edad, podemos organizar que una (1) persona lo acompañe durante el estudio. Informe a la persona que programa la cita si necesita esto, y habrá un sofá cama disponible.

¿Dónde se puede quedar mi cónyuge, familiar/conductor?

MedStay Chapel Hill puede ayudarle a encontrar una habitación en un hotel con descuento para los familiares que deben viajar con usted. Llame al (877) 633-7829 o vaya a www.medstaychapelhill.com.

Si su dirección permanente está por lo menos a 50 millas del hospital, entonces usted o su familiar pueden quedarse en **SECU Family House o en Ronald McDonald House** con una tarifa con descuento. SECU Family House es para pacientes adultos. Ronald McDonald House es para pacientes pediátricos. Infórmenos si usted quisiera acceder a una de estas opciones para que podamos enviar una derivación en su nombre. Hay información financiera disponible.

Enlace web para información adicional:

Instrucciones para el UNC Sleep Lab:

<https://www.med.unc.edu/neurology/divisions/sleep-1/directions-to-unc-sleep-lab/>

Oficina de transporte y estacionamiento de UNC Hospitals:

<https://www.uncmedicalcenter.org/uncmc/patients-visitors/parking-and-transportation/>

Información de derivación para pacientes pediátricos:

<https://www.med.unc.edu/neurology/new-patient-referrals-1/child-referrals/>

Preguntas frecuentes del estudio del sueño:

<https://www.med.unc.edu/neurology/divisions/sleep-1/frequently-asked-questions/what-to-expect-at-your-sleep-study/>

Translated by UNC Health Interpreter Services, 02/28/23.