

## Le Laboratoire du Sommeil adultes

Les hospitalisations au Laboratoire du Sommeil adultes s'adressent aux personnes souffrant d'insomnie, de difficultés respiratoires telles que des ronflements ou des apnées, de mouvements périodiques des membres, de douleurs nocturnes, de fatigue, de somnolence diurne, d'hypersomnie ou encore de troubles du comportement durant le sommeil comme les terreurs nocturnes, le somnambulisme, etc.

Les investigations réalisées au sein du laboratoire fournissent des informations utiles au diagnostic médical et permettent d'orienter un éventuel traitement.

« Quel motif l'homme a-t-il de souhaiter une longue vie sinon de pouvoir être utile au plus grand nombre ? » ERASME (1466-69 - 1536)



**Hôpital Erasme**  
Route de Lennik 808 - B - 1070 Bruxelles  
T 02 555 31 11 - M [webmaster@erasme.ulb.ac.be](mailto:webmaster@erasme.ulb.ac.be)

**Service de Psychiatrie**  
Laboratoire du Sommeil  
T 02 555 38 85  
M [secrétariat.labo-sommeil@erasme.ulb.ac.be](mailto:secrétariat.labo-sommeil@erasme.ulb.ac.be)

[www.erasme.ulb.ac.be](http://www.erasme.ulb.ac.be)

Editeur responsable : Pr Johan Kips  
Hôpital Erasme ULB - Route de Lennik 808 - B - 1070 Bruxelles  
12/2017 • Graphisme : © Geluck, Suykens & Partners • 28021/0

Hôpital  
Erasme



ULB

# Votre hospitalisation au Laboratoire du Sommeil

Service de Psychiatrie et Laboratoire du Sommeil



## Infos pratiques

Le Laboratoire du Sommeil adultes (Route 623) est situé au 9ème étage de l'Hôpital Erasme, au sein du Service de Psychiatrie.

Chaque hospitalisation est planifiée par la cellule de préadmission après une visite spécialisée à la consultation des troubles du sommeil. Notez que les médecins pneumologues, ORL ou certifiés d'une formation en médecine du sommeil peuvent également remplir la demande d'hospitalisation.

Pour tout renseignement concernant votre hospitalisation ou pour modifier/annuler un rendez-vous, veuillez contacter la cellule de préadmission :

- Par téléphone : 02 555 85 85
- Par fax : 02 555 45 85
- Ou par e-mail : [coordination.preadmission@erasme.ulb.ac.be](mailto:coordination.preadmission@erasme.ulb.ac.be).

Les bureaux sont situés au rez-de-chaussée (Route 81) et sont ouverts du lundi au vendredi de 8h à 18h.

Durant votre hospitalisation, vous pouvez joindre l'équipe infirmière au 02 555 38 97.

### Numéros utiles

- Consultation des troubles du sommeil : 02 555 35 06
- Consultation de pneumologie : 02 555 37 73
- Consultation d'oto-rhino-laryngologie : 02 555 37 75

## Quels examens ?

**Afin de contribuer au diagnostic médical, plusieurs examens et entretiens peuvent être prévus :**

- Un enregistrement du sommeil
- Un électroencéphalogramme d'éveil
- Un électrocardiogramme
- Une prise de sang
- Une analyse d'urine
- Un entretien médical
- Un entretien psychologique
- Des questionnaires concernant vos perceptions sur votre sommeil à remettre lors de votre sortie.

À l'exception de l'enregistrement du sommeil, des entretiens et des questionnaires, les examens peuvent être effectués avant ou pendant l'hospitalisation.

**Qu'est-ce qu'un enregistrement du sommeil ?**

L'enregistrement du sommeil est l'examen le plus important que vous allez effectuer au sein du laboratoire. En effet, la mise au point diagnostique nécessite l'analyse précise de plusieurs mesures enregistrées simultanément et en continu au cours de la nuit. **Plus précisément, nous enregistrerons :**

- L'activité de votre cerveau
- Le tonus musculaire
- Les mouvements oculaires
- Le rythme cardiaque
- La saturation en oxygène
- Le flux d'air respiratoire
- Le ronflement
- Les mouvements respiratoires
- Les mouvements des jambes.

Cet examen est tout à fait indolore et non-invasif. Notez que le nombre de nuits à réaliser sera décidé par le médecin lors de la consultation préalable à l'enregistrement du sommeil. Eventuellement, un(des) enregistrement(s) vidéo(s) et/ou un(des) enregistrement(s) du sommeil en journée peu(ven)t vous être proposé(s). L'utilité de ce type d'examen sera discutée avec vous lors de cette consultation.

## Votre arrivée

L'accueil au Laboratoire du Sommeil (route 623) doit se faire au plus tard à 14h. Nous vous conseillons de vous présenter 20 minutes à l'avance au rez-de-chaussée, côté « Hospitalisation » pour procéder à votre admission.

À votre arrivée au laboratoire, présentez-vous au desk d'accueil : la secrétaire vous guidera à votre chambre et l'infirmier(ère) vous donnera les explications relatives au déroulement de votre hospitalisation.

**Afin de faciliter le placement du matériel d'enregistrement, nous vous demandons pour votre arrivée :**

- D'être lavé
- D'avoir les cheveux propres et secs, sans gel ou laque, sans coloration récente et sans coiffure ne permettant pas facilement le placement des électrodes (Rasta, tresses, extensions capillaires, etc.)
- D'être bien rasé ou d'avoir une barbe bien fournie (pas de barbe naissante)
- D'avoir la peau démaquillée, sans crème ni fond de teint
- De ne pas porter de faux ongles ni de vernis foncé.

## Votre chambre

Les enregistrements du sommeil ont lieu dans des chambres individuelles avec salle de bain (Facturées comme des chambres communes). Celles-ci sont équipées :

- D'un interphone
- D'une télévision
- D'un téléphone qui peut être appelé de l'extérieur au 02 555 7 + n° de votre chambre
- D'une connexion internet (Wi-Fi).

Les plateaux repas sont mis à votre disposition dans le chariot situé en face de l'accueil à 8h15, 12h et 18h.

## Votre départ

Afin de pouvoir préparer la chambre pour la personne qui vous suit, nous vous demandons de la libérer pour 9h le jour de votre départ.

## Les enregistrements

**La préparation à l'enregistrement du sommeil se fait en deux temps :**

- Le placement des électrodes et du boîtier (dans l'après-midi ou en début de soirée)
- Le branchement à l'ordinateur en soirée (au moment du coucher).

Entre ces deux moments, vous êtes libre de circuler dans l'hôpital mais pas en dehors. En effet, le matériel d'enregistrement ne peut pas sortir de l'enceinte du bâtiment.

Les enregistrements débutent entre 20h30 et minuit et se terminent généralement lors du réveil. Un(e) infirmier(ère), avec qui vous pouvez entrer en contact par l'intermédiaire de l'interphone, surveille leur bon déroulement.

Lorsque plusieurs nuits d'enregistrement sont prévues, vous devez rester dans l'hôpital durant tout le séjour car les électrodes ne seront enlevées que le matin du départ. Votre hospitalisation est par ailleurs couverte par un certificat médical à demander au médecin le jour de votre admission.

## Votre valise

**Pour le volet administratif :**

- Votre carte d'identité
- Votre ASSURCARD si vous possédez une assurance hospitalisation
- Les coordonnées de votre médecin traitant
- Un acompte de 75 euros ou 50 euros si vous êtes BIM.

Attention : n'oubliez pas d'être en ordre de mutuelle avant l'admission.

**Pour le volet pratico-pratique :**

- Des vêtements de nuit boutonnés à l'avant
- Des pantoufles et votre nécessaire de toilette
- Les médicaments prescrits par votre médecin traitant et la posologie de votre traitement
- Éventuellement, votre oreiller ou tout autre objet facilitant votre sommeil comme des boules Quies®, par exemple
- De quoi vous occuper (livre, pc, tablette, etc.).

## Les visites

Les visites sont autorisées :

- De 13h à 14h et de 18h30 à 19h30 en semaine
- De 15h à 19h30 les week-ends et jours fériés.

Pour le bon déroulement de l'examen, il n'est pas possible d'être accompagné la nuit dans votre chambre personnelle. Toutefois, la « Maison des Familles » peut accueillir la personne désireuse de rester à proximité de l'hôpital durant votre séjour.

**La Maison des Familles**

Postweg 13 – B - 1602 Vlezenbeek  
T 02 567 09 69

## Après votre sortie

**Environ trois semaines après votre hospitalisation :**

- Le rapport médical complet de votre séjour et les propositions thérapeutiques seront envoyés à votre médecin traitant et au médecin qui a prescrit l'examen de sommeil
- Une facture détaillée comprenant les frais de séjour et les soins repris à sa charge sera envoyée à votre mutuelle
- Une facture détaillée comprenant l'ensemble des frais vous sera envoyée.