

# Instructions for overnight sleep study



Your child is scheduled for an overnight sleep study (polysomnogram) at Children's Hospital New Orleans located within the **Neuroscience Clinic**.

## What to expect

- Several small "sensors" will be placed on your child's scalp, face, chest, abdomen, and legs. The purpose of these sensors is to monitor brain wave activity, eye movements, muscle activity, heart rate and respirations.
- Only one parent or guardian is allowed to be present during testing. This parent will be expected to engage during the set-up process and remain with your child for the duration of the sleep study. No visitors are allowed during sleep studies.
- The study will last between 8-10 hours; it typically begins between 7-9 pm and is completed between 4:45-5 am. Your child will be discharged at the end of their sleep study.

## What to wear and how to prepare

- Feed your child regularly scheduled meals the day of your sleep study. Your child should eat dinner prior to arriving for the sleep study, Evening meals will not be provided.
- No caffeinated beverages (coffee, tea, soda), or chocolate (foods or drinks) the day of your study.
- If possible, avoid letting your child nap the day of the study.
- Your child's hair needs to be cleaned prior to the study and be free of gels, oils and hairspray.

## Things to bring with you

- All of your child's daily care needs. (Diapers, wipes, feeding supplies; formula, feeding tube bag/pump, All respiratory supplies: Go Bag, Suction machine, Ventilator)
- For the comfort of your child, bring two-piece pajamas or a loose-fitting T-shirt and a pair of loose, elastic waistband shorts (diaper and T-shirt for infants). Please do not bring pajamas with feet, since there will be sensors on your child's legs.
- Feel free to bring a special blanket or pillow to make your child feel more at home.

## After the study

The results will be ready in 2 weeks. A final report will be sent to your child's health care provider after the study. You should schedule a follow-up visit with your health care provider to discuss the results.

## Where to park and directions to the Sleep Lab

- Please park in the parking garage on Henry Clay Ave.
- After parking, take the Skybridge to access the hospital
- Walk around the top of Betty & Hank Lauricella Pavillion
- At the piano elevators, walk right towards the dental clinic, then turn left and walk to the end of the hall
- Next walk right and the Sleep Lab is located in the Neuroscience Clinic on the left

**Sleep Center**  
**504.894.6888**



**Children's Hospital**  
**New Orleans**  
LCMC Health

# Instrucciones para el estudio del sueño nocturno

Su hijo/a está programado/a para un estudio del sueño nocturno (polisomnograma) en Children's Hospital en Nueva Orleans ubicado dentro de la Clínica de Neurociencia (**The Neuroscience Clinic**)

## Que esperar:

- Se colocarán varios "sensores" pequeños en el cuero cabelludo, la cara, el pecho, el abdomen y las piernas de su hijo/a. El propósito de estos sensores es monitorear la actividad de las ondas cerebrales, los movimientos oculares, la actividad muscular, la frecuencia cardíaca y la respiración.
- Solo un padre o tutor puede estar presente durante la prueba. Se espera que este padre participe durante el proceso de configuración y permanezca con su hijo/a durante el estudio del sueño. No se permiten visitas durante los estudios del sueño.
- El estudio durará entre 8 y 10 horas; normalmente comienza entre las 7:00 p.m. y las 9:00 p.m. y se completa entre las 4:45 a.m. y las 5:00 a.m. Su hijo/a será dado de alta al final de su estudio del sueño.

## Qué ponerse y cómo prepararse:

- Alimente a su hijo/a con las comidas programadas regularmente el día de su estudio del sueño. Su hijo/a debe cenar antes de llegar para el estudio del sueño. No se proporcionarán cenas.
- No debe tomar bebidas con cafeína (café, té, refrescos)
  - chocolate (alimentos o bebidas) el día de su estudio.
- Si es posible, evite que su hijo/a duerma la siesta el día del estudio.
- El cabello de su hijo/a debe estar limpio antes del

estudio y no debe contener geles, aceites ni lacas para el cabello.

- No use maquillaje, lociones, polvos, perfumes, colonia
- lociones para después del afeitado en la piel, ni acondicionadores, espray para el cabello o geles en el cabello. Los aceites, geles y aerosoles pueden interferir con la grabación.

## Cosas para traer contigo:

- Todas las necesidades de cuidado diario de su hijo/a. (Pañales, toallitas húmedas, suministros de alimentación; fórmula, bolsa / bomba de alimentación, Todos los suministros respiratorios: bolsa de transporte, máquina de succión, ventilador)
- Para la comodidad de su hijo/a, traiga una pijama de dos piezas o una camiseta holgada y un par de pantalones cortos holgados con cinturilla elástica (pañal y camiseta para bebés). No traiga pijamas con pies, ya que habrá sensores en las piernas de su hijo/a.
- No dude en traer una manta o almohada especial para que su hijo/a se sienta más como en casa.

## Después del estudio:

Los resultados estarán listos en 2 semanas. Se enviará un informe final al proveedor de atención médica de su hijo/a después del estudio. Debe programar una visita de seguimiento con su proveedor de atención médica para analizar los resultados.

## Dónde estacionar e instrucciones para el laboratorio del sueño

- Estacione en el estacionamiento en la avenida Henry Clave Después de estacionar, tome el Skybridge para acceder al hospital Camine alrededor de la parte superior del Betty & Hank Lauricella Pavillion,
- En los ascensores amarillos, camine a la derecha hacia la clínica dental, luego gire a la izquierda y camine hasta el final de ese pasillo,
- Siguiendo el pasillo a la derecha y el laboratorio del sueño se encuentra en la Clínica de Neurociencia a la izquierda del pasillo.



**Children's Hospital**  
New Orleans  
LCMC Health

Sleep Center | 504.894.6888