

### **Información que Necesita Saber de su Estudio de Sueño en Casa**

Usted ha sido referido para un Estudio del Sueño en Casa, con Neurocare Centro de Sueño, debido a que su médico sospecha que pueda tener un trastorno del sueño conocido como Apnea Obstructiva del Sueño. ¡Completar el Estudio de Sueño en Casa es un importante primer paso para mejorar su salud y bienestar general!

### **Preparación para su Estudio del Sueño**

#### **Antes del día de su Estudio de Sueño:**

Debido a que la cobertura del seguro varía, usted debe consultar directamente con su compañía de seguros con respecto a su plan de cobertura específica y de cualquier gasto de su bolsillo relacionado con la prueba aunque hemos recibido la autorización de su compañía de seguros para realizar la prueba.

#### **En el día de su Estudio del Sueño HACER:**

- Tome todos sus medicamentos regularmente a menos que su médico haya indicado lo contrario.
- Escriba una lista de todos sus medicamentos y las dosis para traer a su cita.
- Siga su horario de acostarse como de costumbre y trate de dormir durante al menos seis horas, si es posible.
- Utilice los 30 minutos de su cita para completar el papeleo, revisar las instrucciones y probar el dispositivo.
- Reducir al mínimo las bebidas con cafeína y las siestas en el día de su estudio, si estos tienden a interferir con su capacidad para dormir en la noche.

#### **Que Esperar:**



Al recoger el equipo del Estudio del Sueño en Casa, un técnico altamente calificado le enseñará como utilizar el dispositivo. Solo hay 3 sensores que se necesitan conectar antes de prender el dispositivo de apnea del sueño. Puede dormir normalmente en cualquier posición. Trate de dormir por 7 horas o más con el fin de obtener suficiente información para un diagnóstico.

*\*photo used with permission by Philips Respironics*

## Instrucciones para Devolver el Equipo

- Devuelva el equipo el día después que lo recogió lunes a jueves **7AM-11AM**.
- El dispositivo puede ser devuelto por otra persona (el paciente no tiene que estar presente para retornar el dispositivo.)

**Brigham & Women's Faulkner Hospital**  
**1153 Centre Street**  
**Boston, MA**  
**617-796-7766**

**Encuentre direcciones específicas en nuestra página**  
**web:** [www.brighamandwomensfaulkner.org](http://www.brighamandwomensfaulkner.org)

### Estacionamiento y direcciones al Centro del Sueño

Para estacionar prosiga por la entrada y siga derecho al ESTACIONAMIENTO DE PACIENTES.  
(Estacionamiento es gratuito por 20 minutos)

Entre por la entrada del CENTRO DE EMERGENCIA.

Dentro del lobby gire a la izquierda por las puertas doble.

Voltee a la derecha siguiendo las indicaciones al CENTRO DE CIRUGIA, y pase el CENTRO DE EVALUACION PRE-OPERATIVA A LA IZQUIERDA. Siga hasta el final del pasillo hasta los elevadores HILLSIDE a la izquierda.

Tome el elevador al Quinto piso.

Salga del elevador a la derecha, y voltee a la izquierda en el pasillo hasta el CENTRO DEL SUEÑO.

**¿ Piensa que no es importante tener un estudio del sueño?**  
**Vuelve a pensar.**

La apnea del sueño es el más común de más de 80 tipos de desórdenes de sueño. A menudo es un problema grave y una enfermedad potencialmente mortal. Un estudio del sueño es una herramienta fundamental para determinar si un paciente tiene apnea del sueño o otro problema de sueño potencialmente incapacitante y si el tratamiento de un desorden del sueño puede contribuir a una mejor salud.

**Más Que Un Ronquido**

La apnea del sueño se produce cuando el tejido blando de la parte posterior de la garganta colapsa y bloquea la vía respiratoria, provocando que se detenga temporalmente la respiración y tu nivel de oxígeno a caer. Cuando esto sucede, usted se despierta para empezar a respirar de nuevo. Apneas puede despertar cientos de veces las personas por noche, a menudo sin conocimiento, y puede causar graves, potencialmente mortales problemas de salud.

**Riesgos serios de salud ...**  
**Los individuos no tratados para**  
**disorders del sueño tienen un**  
**mayor riesgo de:**

- Ataque cardíaco o muerte
- Latido del corazón irregular
- Accidente cerebrovascular
- Hipertensión
- Cáncer de Esophageal  
(causado por enfermedad de reflujo gastroesofágico)
- Diabetes

**Tratamiento exitoso de un desorden del**  
**sueño puede:**

- Reducir el riesgo de ataque al corazón, derrame cerebral y problemas de presión arterial
- Disminuir el riesgo de diabetes de tipo II, o reducir los niveles de glucosa en sangre
- Mejorar los síntomas de la enfermedad de reflujo gastroesofágico, disminuyendo el riesgo de cáncer de esófago
- Disminuye la probabilidad de estar involucrado en un accidente