

Remissinstruktion MSLT (multiple sleep latency test)

Indikationer

MSLT (Multi Sleep Latency Test) görs vid misstanke om narkolepsi eller vid ökat sömnbehov dagtid (hypersomni) och man mäter tiden för insomning vid flera tillfällen under en dag.

Kontraindikationer

Inga absoluta kontraindikationer.

Relativ kontraindikation: Obehandlad sömnapné.

Remissen bör innehålla

- Anamnes
- Relevanta tidigare utförda undersökningar
- Aktuell medicinering

Förberedelser

Dagen före undersökningen är det viktigt att

Inte göra något som är mycket tröttande

Inte dricka alkohol

Sova som vanligt på natten

Undersökningsdagen

Håret ska vara rent och fritt från balsam, skum, spray och frisyrgelé.

Ät frukost som du brukar, men om kaffe/te brukar ingå så får man endast dricka en liten kopp kaffe eller te.

Under resten av dagen måste man avstå helt från kaffe, te, coca cola, energidryck och andra uppiggande drycker.

Utförande

Registrering av hjärnans elektriska aktivitet (EEG), muskelaktivitet (EMG), ögonrörelser, andning och hjärtverksamhet (EKG) sker med små metallplattor placerade på huvud och bröstorg. Detta tar 30 minuter och upprepas vanligen fem gånger med två timmars mellanrum.

Registreringen sker i ett mörkt rum. Tiden mellan undersökningarna disponeras fritt. De små metallplattorna sitter på hela dagen, för att dölja dessa kan man ta med något att täcka huvudet med t.ex. mössa, keps eller en sjalett.

Under pauserna får man absolut inte somna, då avbryts hela undersökningen.