

Nuit partagée

Définition :

La nuit partagée est un examen qui a pour but le diagnostic de l'apnée du sommeil ainsi que son traitement, à l'intérieur d'une même nuit. C'est un examen complet réalisé en laboratoire, sous observation.

L'examen consiste à enregistrer les ondes cérébrales (électroencéphalogramme), les paramètres de la respiration, le pouls, la saturation en oxygène du sang, le ronflement et les mouvements de jambes. Différents capteurs seront installés au thorax, à l'abdomen, sur un doigt, aux jambes, sur la tête et au visage.

La nuit partagée se réalise en deux temps. Dans un premier temps se déroulera une phase diagnostique pendant laquelle le type et la sévérité des anomalies respiratoires seront évalués. Dans un deuxième temps se déroulera, selon certains critères, une phase thérapeutique pendant laquelle sera déterminé le niveau de pression auquel devra être réglé votre appareil (CPAP/PPC- Pression positive continue, ou encore VNI- Ventilation non invasive) afin de corriger efficacement votre apnée du sommeil.

Noter qu'il se peut, si les critères de notre protocole ne sont pas rencontrés, que toute votre nuit se passe en examen diagnostique.

Consignes pour l'examen :

- À apporter :
 - Vos effets personnels pour la nuit. Prévoir un vêtement pour le haut du corps (pyjama, t-shirt, camisole). Si vous portez un pantalon pour dormir, il doit être ample. Si vous apportez des pantoufles, elles doivent être antidérapantes.
 - Les médicaments que vous avez à prendre et une liste complète de tous vos médicaments.
 - Votre carte d'assurance-maladie et votre carte d'hôpital (si vous en avez une).
 - Si désiré : lecture, collation, couverture, oreiller, tablette, etc.
- Si vous utilisez déjà un CPAP (ou VNI), apportez votre appareil et votre masque.
- Vous pouvez manger et boire. Seules restrictions : évitez thé, café, boissons gazeuses et alcool à partir de 17h le soir de l'examen.
- Si vous devez cesser un traitement ou une médication en vue du test, la secrétaire vous aura avisé par téléphone. Si on ne vous a rien dit à ce sujet, continuez tout comme d'habitude.

- Ayez si possible les cheveux propres et secs. Pour messieurs, ayez si possible la barbe fraîchement rasée.
- Nous vous recommandons de prendre un bon repas avant de vous présenter pour éviter que la faim ne vous réveille durant la nuit.
- Vous dormirez dans une chambre privée et calme. Il vous sera possible d'aller à la salle de bain durant la nuit.
- Prévoir si vous avez des besoins particuliers (mobilité ou autre) ou si vous avez besoin d'une aide quelconque.
- Vous pourrez quitter entre 6h30 et 8h30 le lendemain matin, dépendamment si vous devez être vu par un pneumologue ou non. Possibilité de prendre une douche avant de quitter si vous le désirez.

Stationnement :

Utilisez le stationnement sous-terrain payant (Parc E), situé sur le côté droit du Pavillon Marguerite d'Youville (Pavillon Y). Stationnez-vous de préférence au niveau SS3, niveau où est situé le tunnel que vous devrez prendre. Une fois à l'intérieur du tunnel, tournez à gauche en direction du Pavillon Y et suivez ensuite les indications. A votre arrivée au laboratoire, sonnez et un membre du personnel vous accueillera.

Vidéo vous montrant les lieux :

https://www.youtube.com/watch?v=kZOyfZ0x_x4

Pour les personnes à mobilité réduite:

Comme l'entrée principale devant le Pavillon Marguerite d'Youville comporte plusieurs marches, quelqu'un pourra vous déposer à l'entrée de l'unité de médecine familiale (UMF, 2690 Chemin Quatre-Bourgeois, porte 211), située sur le côté droit du Pavillon Marguerite d'Youville (Pavillon Y). Notez que vous ne pouvez pas laisser votre voiture à cet endroit toute la nuit.

Une fois entré(e), dirigez-vous vers la gauche, prenez ensuite l'ascenseur et montez au 2e étage. À votre sortie de l'ascenseur, le laboratoire sera devant vous. Sonnez à votre arrivée et un membre du personnel vous accueillera.

Vidéo vous montrant les lieux :

<https://www.youtube.com/watch?v=Z7J16O4KXO4>