

# Actigrafie-onderzoek

**Deze folder geeft u informatie over actigrafie. Het is goed u te realiseren dat uw persoonlijke situatie anders kan zijn dan beschreven.**

Binnenkort wordt bij u, gedurende een week, de bewegingsactiviteit gemeten. Hiervoor meldt u zich op de afgesproken tijd bij de receptie van Adrz te Vlissingen. Daar wordt u doorgestuurd naar de wachtruimte. De KNF-laborant komt u daar ophalen. Voor dit onderzoek krijgt u een actigraaf, een soort horloge om. Deze moet u dragen op uw niet-dominante arm. Dit apparaat meet uw bewegingsactiviteit en de lichtintensiteit. Het aantal bewegingen vertegenwoordigt de lichaamsactiviteit en wordt per tijdseenheid in het geheugen van de actigraaf opgeslagen. Computeranalyse van deze opgeslagen data geeft belangrijke informatie over uw dag- en nachtritme.

## **Wat is actigrafie?**

De actigraaf of ActiGraph® is een minicomputer, bevestigd aan een polsbandje, welke als een horloge gedragen kan worden. De actigraaf moet gedurende een week dag en nacht gedragen worden. De actigraaf mag niet nat worden, dus bij het douchen of afwassen moet deze worden afgedaan. Gedurende de periode dat u de actigraaf draagt, moet u ook een dagboekje bijhouden. Daarin kunt u de rust- en slaapmomenten aangeven door een vakje in te kleuren.



## **De voorbereiding**

Er zijn geen speciale voorbereidingen voor dit onderzoek. Als u medicijnen gebruikt, blijft u deze gewoon innemen. Dit geldt ook voor slaapmiddelen. Op de afgesproken tijd wordt de actigraaf omgedaan en wordt het invullen van het dagboekje uitgelegd door de KNF-laborant. Precies een week later moet u de actigraaf met het dagboek weer inleveren.

## **Vragen**

Heeft u na het lezen van deze folder nog vragen over het onderzoek, dan kunt u deze het beste aan de laborant stellen wanneer u naar het onderzoek komt. Indien er dringende vragen zijn die niet kunnen wachten, of als u uw afspraak wilt afzeggen of verplaatsen, dan kunt u bellen naar 088 125 00 00.

Kunt u niet naar het onderzoek komen, wilt u dit dan tenminste 24 uur voor het onderzoek melden? In uw plaats kunnen we dan een andere patiënt helpen.