



Informationsbroschüre

Mit Hilfe dieser Broschüre erhalten Sie mehr Informationen über Ihren Schlaflabor-Aufenthalt bei uns im Hause.

Warum Schlaflabor?

Wir kümmern uns um Sie!



Ihr Schlaf ist nicht erholsam?



Sie sind tagsüber müde, schläfrig und nicht leistungsfähig?



Ihr(e) Bettpartner(in) sagt Ihnen, dass Sie schnarchen?



Bei Ihnen besteht bereits der Verdacht auf eine Schlaferkrankung







1. Was passiert bei der Untersuchung im Schlaflabor?

Bei der nächtlichen Untersuchung im Schlaflabor wird eine Polysomnographie (PSG) durchgeführt. Hierzu werden Elektroden im Kopfbereich und am Körper angebracht. Die durchgeführte Messung wird von vielen Patienten gut toleriert und ist mit keinerlei Schmerzen verbunden.

2. Kann man im Schlaflabor unter der Verkabelung überhaupt schlafen?

Ja, dies kann man auf jeden Fall. Sicherlich sind am Anfang vielen Patienten skeptisch gegenüber der Verkabelung, jedoch schlafen die allermeisten Patienten in einem Schlaflabor gut.

3. Was soll ich mitbringen ins Schlaflabor?

Für den Aufenthalt bei uns brauchen Sie das gleiche Gepäck wie für eine Übernachtung im Hotel oder bei Freunden. Bringen Sie Ihre Wasch- und Kosmetikutensilien mit. Auch ein Handtuch sollte dabei sein. Ein Abendessen können Sie gegen 17:30 Uhr erhalten und am nächsten Morgen auch ein Frühstück.

4. Gibt es weitere Untersuchungen im Schlaflabor?

Je nach Verdachtsdiagnose können am nächsten Tag nach der Schlafuntersuchung weiterführende Tests notwendig sein.

5. Wie sieht nun der genaue zeitliche Ablauf aus?

Dies ist davon abhängig, ob Sie am Wochenende oder unter der Woche kommen. Hier ein zeitlicher Überblick für unter der Woche Montags bis Freitags:

1, Tag/Nacht (Aufnahmetage):

Montag bis Freitags:

15:00 Uhr Aufnahme

(Bitte melden Sie sich in der zentralen Aufnahme des Klinikums rechts der Isar und lassen Sie sich für das Schlaflabor der HNO aufnehmen). 15:00 - 17:00 Uhr - Aufnahmegespräch mit dem Schlaflabor-Arzt

17:30 Uhr - Abendessen

18:00 - 21:00 Uhr - Zeit zur freien Verfügung

21:00 - 23:00 Uhr - Verkabelung

23:00 - 06:00 Uhr - Durchführung der Messung (PSG)

06:00 - 07:00 Uhr - Abkabelung

07:00 - 08:00 Uhr - Auswertungen der Messungen durch das Personal

08:00 - 10:00 Uhr - Besprechung der Messergebnisse mit dem Schlaflaborarzt

Achtung: Samstags oder Sonntags verschiebt sich die Aufnahmezeit aufgrund Dienstbereitschaft auf 18 Uhr.

2, Tag/Nacht:

Wenn Sie die 2. Nacht bei uns verbringen, dann reicht es aus, bis 21 Uhr wieder da zu sein. Nach dem Arztgespräch nach der 1. nacht dürfen Sie das Haus bis 21:00 Uhr verlassen.





6. Bekomme ich einen schriftlichen Befundbericht?

Ja, über Ihren Aufenthalt wird ein Arztbrief erstellt. Dieser geht an Sie und den einweisenden Arzt. Dies wird jedoch ca. 2 bis 3 Wochen in Anspruch nehmen.

7. An wen kann ich mich wenden, wenn ich im Nachhinein noch weitere Fragen habe?

Gerne können Sie uns telefonisch unter der Telefonnummer: 089/4140-2692 anrufen. Da jedoch die Ergebnisse einer Schlafmessung sehr komplex sind, kann es notwendig sein für umfangreichere Fragen ein individuelles Gespräch in unsere Schlafsprechstunde Donnerstags von 08:30 bis 16:00 Uhr zu vereinbaren. Bitte bringen Sie eine Überweisung von Ihrem Hausarzt oder Facharzt für die HNO mit.

8. Was ist die beste Anreise?

Anreise mit dem Auto

Bitte beachten Sie: Auf dem Gelände des Klinikums stehen kaum Parkplätze zur Verfügung! Bei Anfahrt mit dem Auto bedenken Sie bitte, dass Sie im Berufsverkehr mit ca. einer Stunde Fahrzeit vom Stadtrand bis zur Innenstadt rechnen müssen und die Parksituation in der Innenstadt sehr angespannt ist. Am Klinikum rechts der Isar selbst stehen begrenzte Parkmöglichkeiten zur Verfügung:

- Sehr wenige Parkplätze am Haupteingang des Klinikums (Ismaninger Str. 22).
- Fünf kostenfreie
 Behindertenparkplätze an der
 Trogerstraße nördlich der
 Notaufnahme (Einfahrt über
 Schranke an der Trogerstr. 6).
 Aufgrund von Bauarbeiten kann
 die Lage der
 Behindertenparkplätze variieren.
 Bitte beachten Sie die
 Informationen an der Schranke.
- 31 gebührenpflichtige Parkplätze, davon zwei gebührenpflichtige Behindertenparkplätze, in der Tiefgarage des Neuro-Kopf-Zentrums (Ismaninger Str. 38). Preise: 1 Stunde kostenfrei, jede weitere Stunde 2,50 €, max. 15,00 € / Tag.

Wir empfehlen die Anreise mit öffentlichen Verkehrsmitteln oder

das Nutzen der Park & Ride-Parkplätze (z.B. Olympiazentrum, Freimann). In der näheren Umgebung finden Sie auch einige kostenpflichtige Parkhäuser.

Kostenpflichtige Parkhäuser

- Parkhaus Hofbräukeller (5 min zu Fuß), Innere Wiener Str. 19.
 Tagespreis ca. 17,50 Euro, durchgehend geöffnet
- Parkhaus am Gasteig (10 min zu Fuß), Rosenheimer Str. 5, täglich geöffnet von 6.30 – 24.00 Uhr Tagespreis ca. 22 Euro
- Parkhaus am City Hilton (10 min zu Fuß), Rosenheimer Str. 15, Tagespreis ca. 22 Euro, durchgehend geöffnet
- Parkhaus Kaufring (Ostbahnhof), Einfahrt Pariserstraße, täglich geöffnet von 9.30 – 19.30 Uhr





Anreise mit dem Zug

Folgen Sie am Münchner Hauptbahnhof der Beschilderung zu den U-Bahn-Linien U4 Richtung "Arabellapark" oder U5 Richtung "Neuperlach". Von beiden U-Bahn-Linien sind es vier Haltestellen bis zum Max-Weber-Platz. Vom Ostbahnhof fahren Sie mit der U-Bahn-Linie U5 Richtung "Laimer Platz" eine Station bis zum Max-Weber-Platz. Folgen Sie von hier dem Wegweiser "MRI" in die Ismaninger Straße. Hier geht es zur Fahrplanauskunft des MVV (www.mvv-muenchen.de).

Anreise mit dem Flugzeug

Der Münchner Flughafen liegt ca. 30 Kilometer außerhalb des Stadtgebiets. Fahren Sie vom Flughafen aus mit der S-Bahn-Linie S8 bis zur Haltestelle München Ostbahnhof. Dort steigen Sie um in die U-Bahn-Linie U5 Richtung Laimer Platz und fahren eine Station bis zum Max-Weber-Platz. Folgen Sie von hier dem Wegweiser "MRI" in die Ismaninger Straße. Eine Taxifahrt vom Münchner Flughafen ins Klinikum rechts der Isar kostet ca. 70 Euro. Bitte rechnen Sie mit einer Fahrtdauer von ca. 45 Minuten.

Adresse:

Klinikum rechts der Isar

Schlaflabor HNO (Station Dob)

Ismaninger Str. 22

81675 München

Tel.: 089 / 4140 -2692

www.schlaf-hno.de

