

كيف نُحضّر الطفل لدراسة النوم؟

روتين معتاد وشرح مطمئن يساعدان الطفل على قضاء ليلة الدراسة براحة

يوم الدراسة

حافظ على الروتين المعتاد

اتبع تعليمات المركز بشأن القيلولة

تجنب المشروبات المحتوية على الكافيين

اشرح الفحص بكلمات مطمئنة

ما الذي تحضره؟

ملابس نوم مريحة

غرض مألوف يساعد على الاسترخاء

قائمة الأدوية والأجهزة المستخدمة

مستلزمات الطفل المعتادة

ماذا يحدث؟

حساسات تسجل النوم والتنفس

قياس الأكسجين وثاني أكسيد الكربون

يبقى أحد الوالدين وفق سياسة المركز

يراقب فني النوم الطفل طوال الليل

اسأل المركز مسبقًا

عن الأدوية يوم الفحص

عن الأكسجين أو جهاز الضغط الهوائي

عن احتياجات الطفل الخاصة

عن وقت الحضور والنتائج

لا تعطِ مهدئًا ولا تغيّر الأدوية دون تعليمات مركز النوم.
أبلغ المركز عن الحمى أو العدوى الجديدة قبل الحضور.

أ. د. عادل الحربي | استشاري طب الأطفال وأمراض الصدر وطب النوم
ADELCARE · dradelalharbi.com

المراجع: American Thoracic Society · Sleep Studies in Children