



T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI
ESKİŞEHİR ŞEHİR HASTANESİ



ESKİŞEHİR ŞEHİR HASTANESİ
UYKU MERKEZİ

ADI SOYADI	
TETKİK ADI	
TETKİK SAATİ	
TETKİK YERİ	
TETKİK	
TELEFON	0 (222) 611 40 00-60231

Değerli Hastalarımız

Uyku merkezine gelmeden önce aşağıdaki kurallara lütfen dikkat ediniz.

- Tetkikinizin yapılacağı gün,
 - Kahvaltıdan sonra çay, kahve, kolalı veya alkollü içecekler içmeyiniz.
 - Aşırı yorucu işlerden kaçınınız, gündüz uyku uyumayınız.
- Kayıtların kaliteli olması için tetkik günü banyo yapmış olmanız, erkeklerin sakal traşı olması ve kadınların parmaklarında oje bulunmaması önemlidir.
- Uyku merkezine gelmeden önce hafif bir akşam yemeği yiyiniz. Uyku düzeninizi bozacak ağır yiyecek (soğan, sarımsak, vb.) yiyeceklerden sakınınız.
- Uyku merkezimize gelirken pijama, terlik, şampuan, havlu, içme suyu ve su bardağı getiriniz.
- Uyumak için ihtiyaç duyduğunuz kişisel bir eşyamız varsa (size ait yastık gibi) yanınızda getirebilirsiniz.
- Bazı ilaçlar uyku yapısını değiştirebilir. Kullandığınız ilaçları doktorunuza danışınız. Gece yatarken kullandığınız ilaçları yanınızda getiriniz (tansiyon, şeker vb).
- Tetkikiniz boyunca her türlü konforu sağlanmış, müstakil bir odada tek başınıza yatacaksınız. Bu nedenle bazı özel durumlar dışında refakatçi kabul edilmeyecektir.
- Hazırlık işleminiz bittikten sonra uyku saatinize kadar tv, gazete, kitap okuyabilir veya kendi işinizle meşgul olabilirsiniz.
- Sabah uyandıktan, bağlantılarınız çözüldükten ve taburcu işleminizden sonra merkezimizden ayrılabilirsiniz.
- Test sonuçları ortalama 25-30 gün içerisinde çıkmaktadır. Sonuçlar için tarafınıza merkezimizden bilgi verilecektir. Bu nedenle uyku merkezimize size ulaşabileceğimiz bir telefon numarası bırakınız.
- Randevu gününüzde saat 19:00'a kadar merkezimizi arayarak randevunuzu teyit ettiriniz.
- Saat 20:00'ye kadar merkeze gelmeyen hastanın yerine yeni hasta yatışı yapılacaktır.

Uyku merkezine **akşam 19:00-20:00 saatleri** arasında geliniz.

Randevunuza gelemeyecekseniz lütfen en az

bir gün önceden

0 (222) 611 40 00-60231 telefonu arayarak bilgi veriniz.

Önerilerimize uyduğunuz ve merkezimizi tercih ettiğiniz için teşekkür ediyoruz.

Sağlıklı günler dileğiyle