

## Preparo Polissonografia Domiciliar

- 1 - No dia do exame, após o meio dia, evitar consumo de café, refrigerante, outros alimentos cafeinados (chá verde, preto) e bebidas alcoólicas.
- 2 - O exame não deverá ser realizado em caso de gripe, tosse ou febre.
- 3 - Faça uso dos seus medicamentos de rotina normalmente.
- 4 - Lavar a cabeça com shampoo neutro, e não utilizar creme, condicionador ou gel.
- 5 - Comparecer para montagem do exame:
  - com o cabelo seco
  - de roupa confortável e larga, com a qual irá dormir, pois após colocado o aparelho, não será possível trocá-la.
- 6 - É necessário acompanhante, pois após montado o aparelho, não será possível dirigir.  
***Em caso de desistência, solicitamos avisar com antecedência.***
- 7 - É obrigatório trazer o pedido de exame feito pelo médico solicitante e a guia.