



Service de Médecine du Sommeil

Polysomnographie

Guide pratique



Edition 2026

Nous vous souhaitons la Bienvenue au Centre Hospitalier de Sainte Foy-lès-Lyon.

Vous allez bénéficier d'une polysomnographie nocturne.

Nous vous remercions de vous présenter au deuxième étage du bâtiment central (au fond du couloir rose).

En cas de besoin, vous pouvez contacter le service au 04 72 16 86 94 ou au 04 72 16 86 29.

Pour votre confort, vous disposerez d'une chambre particulière, avec salle de bain, WC et télévision.

Un distributeur de boissons chaudes et froides est à votre disposition dans le hall d'entrée du Centre Hospitalier. A noter qu'un repas vous sera servi le soir de votre hospitalisation.

Pour information : Si votre état de santé nécessite un transport par un VSL ou ambulance, vous devez vous procurer un bon de transport auprès du médecin prescripteur de la polysomnographie.

Si votre polysomnographie entre dans le cadre de la prise en charge à 100 %, il est impératif de faire remplir votre attestation justifiant le protocole de 100 % auprès de votre médecin traitant afin de la présenter au Bureau des entrées le jour de votre admission ou pré-admission.

Déroulement de l'examen

Cet examen se définit comme étant un processus de surveillance et d'enregistrement de plusieurs données physiologiques pendant le sommeil (Source HAS).

Vous serez accueilli(e) par l'équipe médicale à l'heure indiquée sur votre convocation. Celle-ci vous expliquera le déroulement de l'examen.

L'installation de l'ensemble des capteurs prend 1 heure environ et l'enregistrement dure 8 heures en moyenne. Vous pourrez donc vous rendre à votre travail normalement la journée suivante (après un petit déjeuner).

Après votre repas, l'équipe soignante posera des électrodes sur votre cuir chevelu, votre visage, votre cœur et vos jambes puis elle les connectera à un boîtier enregistreur. Pour que le signal enregistré par les électrodes soit correct, elle devra frotter légèrement votre peau puis appliquera une pâte conductrice.

Une soignante sera présente dans le service toute la nuit pour votre sécurité et votre confort. Elle pourra être amenée à entrer dans votre chambre pour s'assurer que l'examen soit de bonne qualité.

Si vous avez besoin d'aller aux toilettes il vous sera tout à fait possible de vous lever.

L'examen prend fin lorsque vous vous réveillerez le lendemain matin.

Une soignante viendra retirer le matériel, cela prendra une vingtaine de minutes environ.

Vous pourrez vous doucher avant de quitter le service. La pâte des électrodes part à l'eau.

L'enregistrement sera interprété par notre médecin somnologue, le Docteur PACALET, afin de déterminer la cause des symptômes avant de mettre en place, si nécessaire, les mesures thérapeutiques les plus appropriées.

Pour cela vous serez revu(e) en consultation après votre polysomnographie.

Informations pratiques

Nous vous demandons de bien respecter les horaires figurant sur le mail de confirmation afin que tous les examens puissent être réalisés dans de bonnes conditions.

Nous vous remercions également de vous munir de votre dernière ordonnance et de vos médicaments si vous en prenez habituellement.

Pour votre confort et votre bien-être, prenez tout le nécessaire dont vous avez besoin pour passer une bonne nuit de sommeil :

- prévoyez un pyjama ou une chemise de nuit (pas de nuisette), ainsi que des chaussons ;
- pensez à vos affaires de toilette : gant et serviette, savon, shampoing, brosse à dents, dentifrice, sèche-cheveux, etc... ;
- pensez à vous démaquiller et à ne pas appliquer de produits cosmétiques tels que des crèmes, des huiles ou des fonds de teint ;
- vos cheveux doivent être propres et sans gel ou cire ;
- pour votre confort, vous pouvez apporter votre oreiller personnel ;
- pour votre sécurité, veuillez retirer tout vernis à ongles : semi-permanent ou non, ongles américains, etc... ;
- laissez vos bijoux à la maison ou pensez à les retirer.

Le repas du soir est prévu dès votre arrivée.

Un petit-déjeuner vous sera servi à votre réveil le lendemain matin et la chambre devra être libérée à 9h.

Pour toute information complémentaire, vous pouvez prendre contact avec le secrétariat du service au 04 72 16 86 94 (du lundi au vendredi de 9h30 à 16h30) ou par mail : **sommeil@ch-fidesien.fr**

Stationnement

Le parking de l'établissement n'est pas surveillé. Il est recommandé de ne laisser aucun objet dans votre véhicule. Le centre hospitalier décline toute responsabilité en cas de vol.