



## Orientações Para Polissonografia

- Lave seus cabelos somente com shampoo, eles devem estar secos na hora do exame.
- Sua alimentação deve ser normal, assim como suas demais atividades diurnas.
- Se faz uso de algum medicamento mantenha-o normalmente.
- Se estiver usando creme facial que contenha ácido retinóico (tretinoína) ou seus derivados (como adapaleno, retinol ou retinaldeído), assim como isotretinoína oral pedimos que suspenda o produto 7 dias antes do exame.
- Se fez peeling facial, aguarde que a pele se normalize para realizar o exame.
- Será necessário trazer objetos de uso pessoal: Toalha para banho, edredom ou cobertor, shampoo e creme de cabelo, creme dental, escova de dente, escova de cabelos, etc.,
- Todos os pertences esquecidos no laboratório serão guardados durante um mês e depois serão doados.
- Utilizar pijama de manga ou camisola larga de manga, de preferência com botões na frente e comprimento até os joelhos. Se preferir traga chinelos.
- Em caso de necessidades especiais, favor comunicar ao laboratório 48h antes da realização do exame.
- **O acesso dos pacientes a clínica será impreterivelmente até às 20h:30min. Podemos desta forma, preencher a vaga ociosa com a presença de pacientes que aceitam ficar alcançáveis para substituir os faltosos.**
- **Não esquecer pedido médico original, cartão do convênio, carteira de identidade.**
- **Acompanhante: Somente em casos especiais: idosos acima de 65 anos, deficientes físicos e menores de 18 anos, avise no ato da marcação do exame para que possamos providenciar acomodações previamente. Informamos que as acomodações do acompanhante na unidade Barra Shopping é uma poltrona reclinável.**
- **Caso o paciente ou o acompanhante apresentam febre, dor de garganta, coriza ou nariz entupido, solicitamos informar na confirmação do exame.**
- **Unidade BarraShopping** - Horário de chegada: das 20:30 até às 21:00.  
Endereço: Av. das Américas, 4666 sala 306ª (Centro Médico I do Barra Shopping) Barra da Tijuca – Rio de Janeiro.  
Estacionamento: é do próprio Shopping, o valor do pernoite é em torno de R\$ 50,00, pago nos próprios guichês do Barra Shopping.  
Laudo será liberado de 7 a 10 dias útil, por email ou na unidade.
- **Unidade Niterói** - Horário de chegada: das 20:30 até às 21:00.  
Endereço: Rua da Conceição, 188 sala 1203A Niterói – Rio de Janeiro. O estacionamento é dentro do Niterói Shopping, fechando às 21:00 e abre às 06:30 de segunda a sexta. O valor do pernoite fica em média acima de R\$ 70,00, pago dentro do estacionamento. Sábados, domingos e feriados o estacionamento não funciona e Shopping se encontra fechado. Será necessário bater na porta principal do Shopping para o segurança atender. Informe a ele que irá realizar um exame na sala 1203A Laboratório do Sono.  
Laudo será liberado de 7 a 10 dias útil, por email ou na unidade.

Laboratório de Estudo dos Distúrbios do Sono Ltda.

**SLEEP – Laboratório do Sono**

**Centro Médico I BarraShopping (Exames e Central de Marcação)** - Av. das Américas 4.666, sl 306 A - Barra da Tijuca – Rio de Janeiro – RJ – CEP 22640-102. Tel. (21) 2430-9234 / Whatsapp (21) 98124-2044

**Niterói Shopping (Exames e Central de Marcação)** - Rua da Conceição 188, sl. 1202 B e 1203 A/C – Centro/Niterói – Rio de Janeiro – RJ – CEP 24020-087. Tel.: (21) 2431-8915 / 2717-3269 / Whatsapp (21) 98124-2044

[www.sleeplab.com.br](http://www.sleeplab.com.br)