



Памятка пациенту и лицу, ухаживающему за ним

# Инструкции по использованию устройства Alice NightOne для домашнего теста на наличие приступов апноэ во сне

Эта информация поможет вам узнать, как пользоваться устройством Alice NightOne для домашнего теста на наличие приступов апноэ во сне (home sleep apnea test (HSAT)). Alice NightOne — это оснащенное датчиками медицинское устройство, которое используется для диагностики обструктивного апноэ во сне (obstructive sleep apnea (OSA)).

## Об устройстве Alice NightOne и датчиках

Ваш медицинский сотрудник выдаст вам чемоданчик со всем необходимым для проведения HSAT. В нем будет находиться все перечисленное ниже.

- **Устройство Alice NightOne.** Это прибор прямоугольной формы, с помощью которого будет отслеживаться положение вашего тела (например, лежите ли вы на спине, на боку или на животе). В нем также будет храниться вся информация, полученная в ходе проведения HSAT.
- **Пояс для регистрации дыхательных усилий.** Это пояс, который надевается на грудь. С его помощью будет измеряться интенсивность работы легких. Один конец пояса для регистрации дыхательных усилий скорее всего уже будет присоединен к устройству Alice NightOne.
- **Носовая канюля.** Это тонкая гибкая трубка, которую вы установите у себя под носом. С ее помощью будет измеряться объем вдыхаемого воздуха и отслеживаться храп.

- **Оксигемометр.** Это провод с серым резиновым датчиком, который вы наденете на палец. С его помощью будет измеряться пульс, интенсивность кровотока и уровень кислорода в крови. Оксигемометр скорее всего уже будет присоединен к устройству Alice NightOne.
- **Батарейки типа AA.** Они используются только в том случае, если прекращают работать батарейки внутри устройства Alice NightOne.

В контейнере также содержится инструкция по применению и краткое руководство пользователя. Соблюдайте правила техники безопасности, изложенные в инструкции по применению. Не допускайте намокания устройства Alice NightOne или датчиков.

## О значках на устройстве Alice NightOne

В верхней части устройства Alice NightOne находятся 4 значка, которые загораются для передачи вам различной информации.

- Значки пояса для регистрации дыхательных усилий, носовой канюли и оксигемометра (см. рисунок 1) передают вам информацию о датчиках.



Рисунок 1. Значки пояса для регистрации дыхательных усилий, носовой канюли и оксигемометра

- Если эти значки подсвечены зеленым светом, это означает, что датчики подсоединены и работают надлежащим образом.
- Если один из значков мигает желтым светом, это означает, что датчик необходимо подключить или отрегулировать. После подключения или регулировки датчика может пройти несколько секунд, прежде чем значок поменяет цвет с желтого на зеленый.

- Индикатор надлежащей работы (см. рисунок 2) говорит о том, какой объем данных, полученных в ходе HSAT, имеет надлежащее качество. Он также сигнализирует о включении и выключении устройства Alice NightOne. Четыре сектора индикатора надлежащей работы могут подсвечиваться по отдельности.



Рисунок 2.  
Индикатор  
надлежащей  
работы

## О кнопке пользователя

Кнопка пользователя — это круглая кнопка на передней поверхности устройства Alice NightOne. Вам не нужно использовать ее в ходе HSAT, если вы не хотите.

При желании кнопку пользователя можно использовать для перечисленного ниже.

- Подсветить значки датчиков. Это можно делать в ходе проведения HSAT, чтобы проверить подсоединение датчиков и исправность их работы.
- Завершить HSAT и показать датчик надлежащей работы. Это можно делать утром, чтобы проверить, сколько было собрано данных надлежащего качества. Дополнительная информация об этом приводится в разделе «Проверка качества данных» в конце этого материала.

## Как надевать датчики

Ваш медицинский сотрудник покажет вам, как надевать датчики. Он также отрегулирует пояс для регистрации дыхательных усилий под ваш размер. Инструкции в данном разделе помогут вам вспомнить, как надевать датчики у себя дома.

Ложась спать в вечер проведения HSAT наденьте свободный верх (например футболку). Подготовившись ко сну, наденьте датчики в соответствии с приведенными ниже указаниями. Сделайте это стоя или сидя, а не лежа.

## Пояс для регистрации дыхательных усилий

1. Обхватите грудную клетку поясом так, чтобы устройство Alice NightOne оказалось по центру груди (см. рисунок 3). Пояс должен располагаться ровно, проходя по линии сосков или над грудью. Его следует затянуть, но не слишком туго.

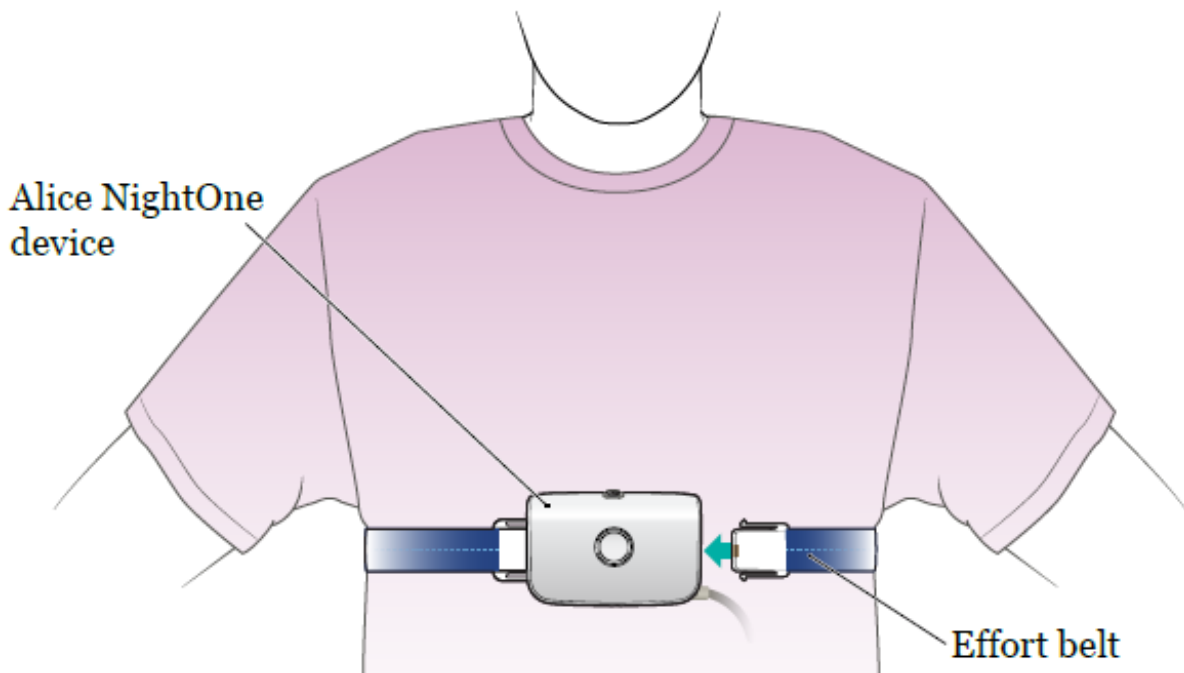


Рисунок 3. Пояс для регистрации дыхательных усилий, надетый на грудь

2. Вставьте свободный конец пояса в устройство Alice NightOne (см. рисунок 3). После подсоединения пояса индикатор надлежащей работы начнет мигать зеленым светом, а устройство автоматически включится и начнет запись.
3. При включении устройства появится значок пояса для регистрации дыхательных усилий. Скорее всего он будет мигать желтым светом. При помощи пряжки на поясе отрегулируйте его длину так, чтобы он плотно прилегал к телу, но не причинял вам неудобства (см. рисунок 4).

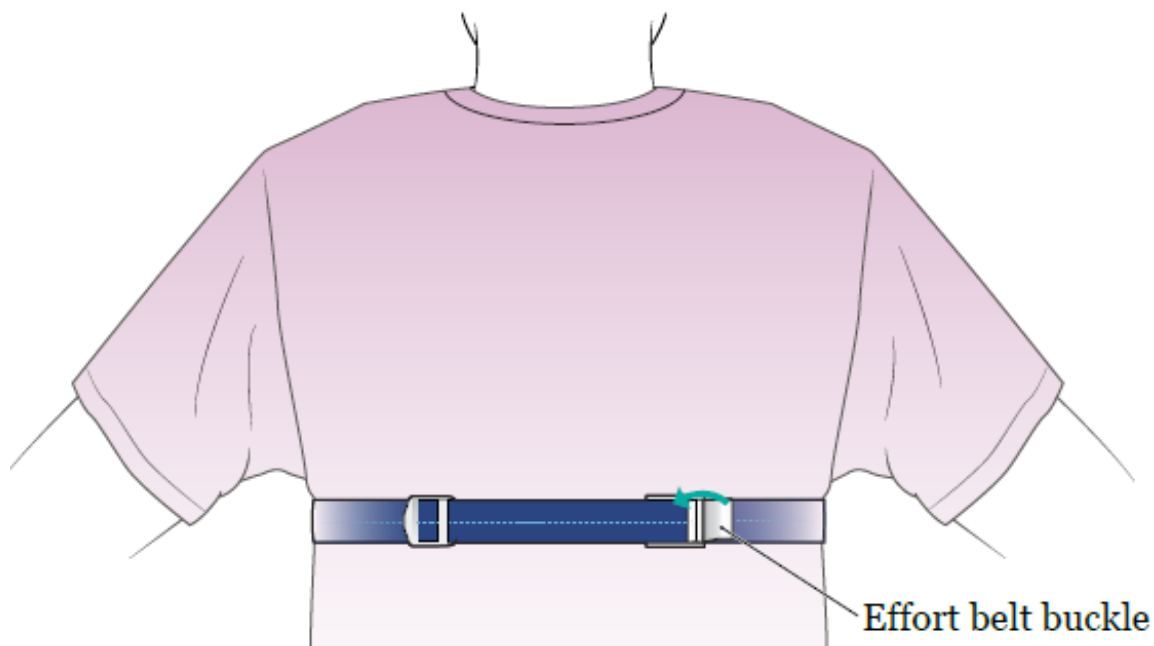


Рисунок 4. Отрегулируйте длину пояса для регистрации дыхательных усилий с помощью пряжки

---

4. Подсоединив пояс, сделайте несколько вдохов. Значок пояса на устройстве должен подсветиться зеленым светом. Если этого не происходит, проверьте положение и плотность прилегания пояса. Затем сделайте еще несколько вдохов и снова проверьте значок.

Как только значок пояса на устройстве подсветится зеленым светом, наденьте носовую канюлю. Вам напомнит об этом появившийся значок носовой канюли.

## Носовая канюля

1. Подсоедините канюлю к верхней стороне устройства Alice NightOne, провернув ее по часовой стрелке (вправо) (см. рисунок 5).

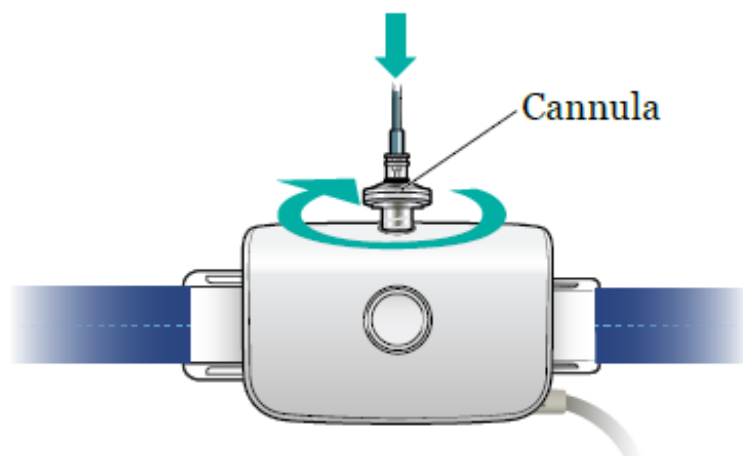


Рисунок 5. Подсоедините носовую канюлю

2. Поместите трубку носовой канюли на уровне лица. Проверьте, чтобы выступы на трубке слегка изгибались в вашу сторону. Затем аккуратно введите выступы в нос (см. рисунок 6). В каждую ноздрю должен войти один выступ.
3. Заведите трубку носовой канюли за каждое ухо и пропустите ее под подбородком. Передвиньте ползунок на канюле вверх, чтобы затянуть ее под подбородком (см. рисунок 7).

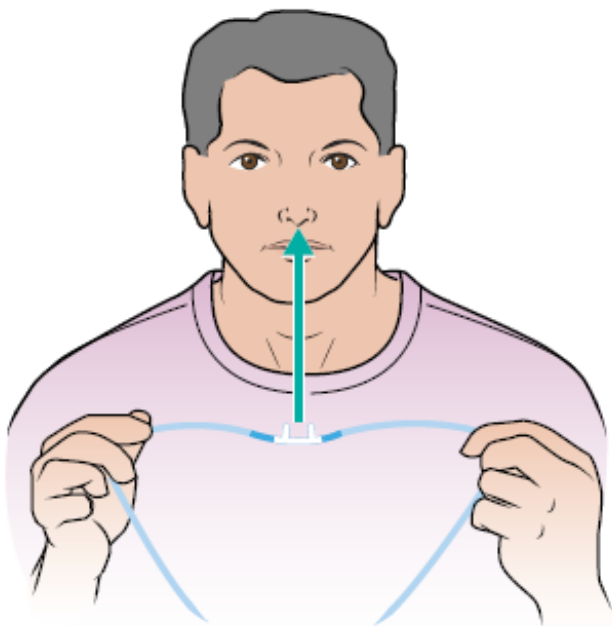


Рисунок 6. Введите выступы носовой канюли в нос



Рисунок 7. Заведите трубку носовой канюли за каждое ухо и отрегулируйте положение ползунка

4. Установив канюлю, сделайте несколько вдохов. Значок носовой канюли на устройстве должен подсветиться зеленым светом. Если этого не происходит, убедитесь, что выступы полностью введены в ноздри. Дышите носом в течение 10 секунд, а затем снова проверьте значок.

Как только значок носовой канюли на устройстве подсветится зеленым светом, наденьте оксигемометр. Вам напомнит об этом появившийся значок оксигемометра.

## Оксигемометр

1. Наденьте резиновый датчик на любой из указательных пальцев (см. рисунок 8).

- Оксигемометр работает только на натуральном чистом ногте. Если у вас наклеены накладные ногти или нанесен лак, их будет необходимо снять, прежде чем надевать оксигемометр.
- Расположите датчик так, чтобы провод проходил по тыльной стороне ладони.

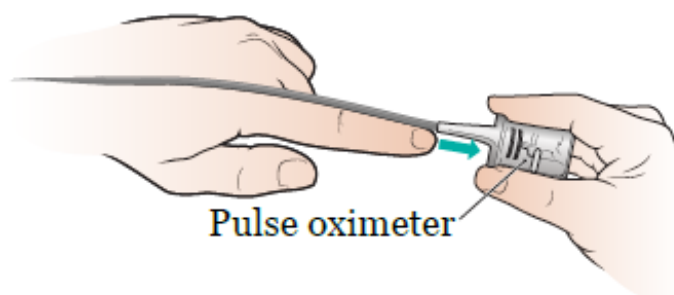


Рисунок 8. Наденьте оксигемометр на палец

2. Установив оксигемометр, сделайте несколько вдохов. Значок оксигемометра должен подсветиться зеленым светом. Если этого не происходит, проверьте расположение датчика. Убедитесь, что он надет плотно. Затем сделайте еще несколько вдохов и снова проверьте значок.

## Как начать HSAT

Когда все датчики будут подсоединены и заработают надлежащим образом, три значка датчиков и индикатор надлежащей работы подсветятся немигающим зеленым светом. Примерно через минуту значки начнут гаснуть один за другим. Как только все значки погаснут, устройство Alice NightOne будет готово к использованию. Теперь вы можете ложиться спать.

В ходе проведения HSAT вы можете спать в обычной позе (например, лежа на спине, на боку или на животе). Оставляйте устройство Alice NightOne включенным на всю ночь, даже если вы встаете в туалет или по другой причине. Если один из датчиков ночью снимется или передвинется, наденьте его снова. В этом случае вам не нужно останавливать HSAT.

## Как завершить HSAT

Чтобы завершить HSAT, снимите датчики и отсоедините их от устройства Alice NightOne. Устройство выключится автоматически.

Положите устройство Alice NightOne и датчики обратно в чемоданчик для переноски. Принесите чемоданчик с устройством и датчиками в то учреждение центра Memorial Sloan Kettering (MSK), где вам его выдали. Вам будет назначено время приема, во время которого вы вернете устройство.

## Проверка качества данных

При желании можно проверить, сколько данных надлежащего качества было собрано в ходе HSAT. Делайте это только утром по завершении HSAT.

Следуйте приведенным ниже инструкциям.

1. Нажмите и удерживайте кнопку пользователя, пока не начнет мигать индикатор надлежащей работы. Это означает, что устройство прекратило запись данных.
2. Подождите не менее 1 минуты.
3. Ненадолго (меньше чем на 5 секунд) нажмите кнопку пользователя. Затем отпустите ее. На верхней стороне устройства Alice NightOne подсветится индикатор надлежащей работы.
  - Если все четыре части индикатора надлежащей работы светятся зеленым светом, 100% собранных данных имеют надлежащее качество.
  - Если три части индикатора надлежащей работы светятся зеленым светом, 75% собранных данных имеют надлежащее качество.
  - Если две части индикатора надлежащей работы светятся зеленым



светом, 50% собранных данных имеют надлежащее качество.

- Если только одна часть индикатора надлежащей работы светится зеленым светом, 25% собранных данных имеют надлежащее качество.

## Контактная информация

Если у вас возникли какие-либо вопросы по поводу HSAT, обратитесь в Службу медицины сна (Sleep Medicine Office) по телефону 212-639-4757. Если вы являетесь пациентом центра MSK, и вам нужно обратиться к медицинскому сотруднику после 17:00, в выходные или праздничные дни, позвоните по номеру 212-639-2000 и спросите дежурного врача.

Дополнительную информацию см. в нашей виртуальной библиотеке на [www.mskcc.org/pe](http://www.mskcc.org/pe).

---

Instructions for Your Alice NightOne Home Sleep Apnea Test (HSAT) - Last updated on February 13, 2020

©2020 Memorial Sloan Kettering Cancer Center