

# 長庚醫院多層次睡眠健康檢查說明

## 一、目的

在台灣有八成的人遭受睡眠障礙的困擾，這已經是一種很常見的文明病，你是否也為失眠所苦呢？你的另一半是否常抱怨你打鼾呢？你是否覺得整天昏昏欲睡，卻怎麼樣都查不出原因呢？你會磨牙、夢遊、說夢話、甚至尿床嗎？桃園長庚睡眠中心特地為受睡眠障礙困擾的您，提供簡單、快速、正確且完整的睡眠健康檢查。

目前至少有 84 種睡眠疾病會降低生活品質及損害健康，這些睡眠疾病可能會引起入睡困難、無法維持睡眠、不易醒來或早醒來、睡眠品質不佳、無法保持規律的睡醒週期、夢遊、尿床及其他各種干擾睡眠的疾病，如果早期發現，這些問題都是可以改善的。

## 二、若無治療的後遺症

響亮的鼾聲可能是睡眠呼吸問題的一種警告，為一種致命疾病 睡眠呼吸中止症的主要徵兆。而睡眠呼吸中止症常見的症狀是白天嗜睡，在嗜睡的情況下可能發生無法保持清醒、集中注意力、車禍等情形。

若不治療，則在生理及心理上會引起許多後遺症：

- 1、高血壓、中風、心臟衰竭、心肌梗塞。
- 2、夜間頻尿、糖尿病。
- 3、憂鬱、焦慮。

治療睡眠呼吸中止症可減少或改善以上後遺症。



## 三、檢查項目

### ◆ 睡眠障礙篩檢（打鼾篩檢）

可評估睡眠障礙與睡眠品質。

包括常見睡眠疾病睡眠篩檢，配合健診兩日套組於夜間睡眠時間同時紀錄呼吸血氧，接受此項睡眠型態及疾病的篩檢，可以正確幫您找出睡眠障礙的原因，並且幫您安排台灣最專業的睡眠診療團隊進行治療。

(檢查費用：1800 元/人)

### ◆ 對象

- λ 有打鼾症狀。
- λ 睡眠過程中呼吸中止症狀。
- λ 體型肥胖。

## ◆ 檢查項目及執行方法

睡眠障礙篩檢(Level II polysomnography) 是一種睡眠障礙評估檢查，包含：

### 1、呼吸生理記錄儀

在受檢者身上貼上測量的儀器包括：血氧偵測器、偵測呼吸氣流的呼吸管，然後由儀器記錄資料直到第二天檢查結束。

### 2、睡眠品質、嗜睡程度及打鼾嚴重度評估，

整合各種與睡眠品質相關的主客觀評估，為檢查者提供睡眠障礙可能原因的分析。

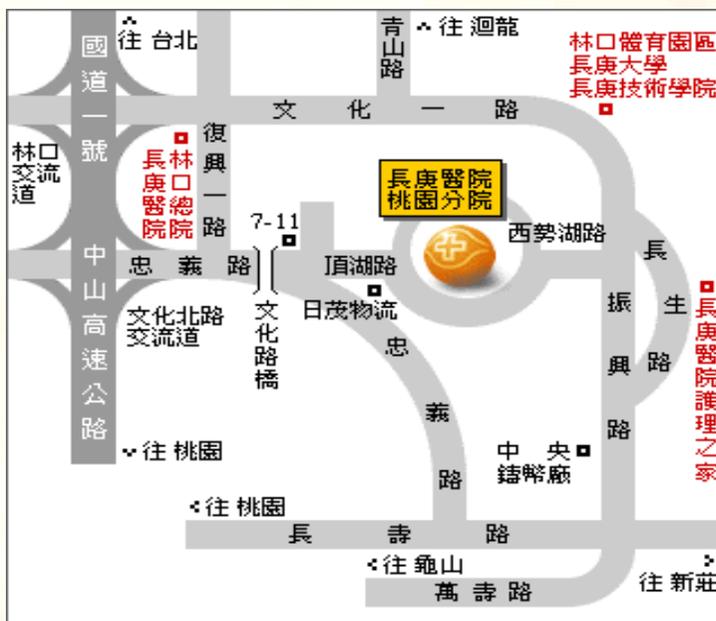
### 3、睡眠專科醫師書面報告

根據睡眠檢查報告，專科醫師將提供詳細評估、完善醫療諮詢，以便進行後續治療及追蹤。



#### ◆ 注意事項

- 1、前一天正常睡眠。
- 2、檢查前請沐浴洗臉。
- 3、需去除指甲油，將指甲剪短。
- 4、飲食正常，但要避免刺激性物質，如煙、酒、茶、咖啡、可樂等。
- 5、一般藥物照常服用，避免鎮靜安眠藥(除了醫師許可)。
- 6、穿著寬鬆舒適，或自備睡衣。
- 7、請攜帶健保卡及身份證。
- 8、進入檢查室時，請關閉行動電話以免干擾。



# 長庚醫院睡眠中心 長庚醫院睡眠中心 睡眠健診



#### 四、檢查時間：

星期一、三晚上 9:00 報到至隔天早上

#### 五、費用：為自費項目(來電說明)

#### 六、諮詢電話：

桃園分院健診中心

☎ 03-3196200 分機 2886~8

桃園分院睡眠中心

☎ 03-3196200 分機 2680 或現場詢問

長庚醫院 祝您：

睡好覺、做好夢!!!!



院址：長庚醫院桃園分院  
睡眠中心

(桃園縣龜山鄉舊路村頂湖路 123 號)

