



Information aux parents concernant l'EEG après privation de sommeil

Chers parents

Un EEG après privation de sommeil est prévu pour votre enfant.

Veuillez lire attentivement les informations suivantes.

Vous contribuez ainsi de manière essentielle à la réussite de l'examen de votre enfant. Pour toutes questions, adressez-vous suffisamment tôt à notre équipe.

Informez-nous suffisamment tôt avant le rendez-vous (031 300 89 63, silvano.vella@hin.ch), en cas de :

- **maladies fébriles**
- **infection actuelle**
- **crises inhabituellement nombreuses** dans les jours précédant l'examen prévu
- **questions concernant les médicaments**

Quand un EEG après privation de sommeil est-il nécessaire ?

Un EEG de sommeil est souvent utilisé pour :

- diagnostiquer ou surveiller une épilepsie : certains schémas EEG typiques de l'épilepsie n'apparaissent souvent que pendant le sommeil ou lors de l'endormissement et du réveil. Un EEG de sommeil aide à reconnaître ces schémas, même lorsque l'EEG à l'état de veille ne montre rien de particulier
- caractériser précisément les stades du sommeil

Un EEG de sommeil peut se dérouler pendant la journée. Pour que cela réussisse, une bonne préparation est une condition importante.

Si votre enfant n'arrive pas à s'endormir, il est possible, après concertation avec vous, de lui donner une pastille de mélatonine (hormone naturelle du sommeil) afin de favoriser l'endormissement.

Comment se déroule l'EEG après privation de sommeil ?

Votre enfant aura moins dormi la nuit précédente (voir la marche à suivre ci-dessous) et sera donc fatigué.

Au cabinet, un lit est préparé dans une chambre calme pour le sommeil.

Un EEG après privation de sommeil (électroencéphalogramme) mesure l'activité électrique du cerveau, sans douleur et sans risque. Pour cela, des électrodes (petites plaquettes) sont placées sur le cuir chevelu. Nous utilisons des bonnets avec électrodes déjà intégrées. Par des petites ouvertures dans le bonnet, un gel est appliqué afin d'améliorer la mesure de l'activité cérébrale.

Votre enfant est surveillé par vidéo pendant toute la durée de l'examen, en règle générale 2 heures.

Vous pouvez rester dans la chambre avec votre enfant jusqu'à ce qu'il s'endorme. Ensuite, vous pouvez attendre au cabinet pendant l'examen ou mettre ce temps à profit pour une promenade, une visite à la cafétéria, etc. Veuillez alors laisser votre **numéro de portable** à notre secrétariat.

Les signaux électriques perturbent les appareils de mesure sensibles. Veuillez donc mettre tous les téléphones portables et tablettes en mode silencieux et en mode avion dans la salle d'examen.

Comment préparer mon enfant à l'examen ?

- laver les cheveux la veille au soir
- ne pas utiliser d'après-shampooing, d'huiles, de gel ou de laque
- manger et boire sont autorisés, y compris un petit repas le matin avant l'EEG
- prendre les médicaments comme d'habitude
- apporter au besoin une peluche, une sucette ou une couverture
- porter des vêtements confortables et amples, dans lesquels l'enfant dort bien
- l'accompagnant (pas le conducteur) veille à ce que l'enfant ne s'endorme pas le matin durant le trajet vers le cabinet
- Préparations selon l'âge :

➤ Enfants de 1 à 3 ans

Réveillez votre enfant le jour de l'examen environ 2 à 3 heures plus tôt que d'habitude et évitez toutes autres phases de sommeil. Occupez-le avec des activités calmes pour le garder éveillé.

➤ Enfants de 4 à 12 ans

Coucher l'enfant 3 heures plus tard que d'habitude, le lever à 05h00 du matin et ne pas le laisser se rendormir. Le garder éveillé par des activités calmes adaptées : jeux, dessin, ou lecture.

➤ Adolescents à partir de 13 ans

Se coucher plus tard la veille au soir et se lever plus tôt, de manière à ne pas dépasser 4 à 5 heures de sommeil. Si possible (idéal) : ne pas laisser dormir l'adolescent du tout.

Que faut-il observer après l'examen ?

Fatigue, irritabilité ou difficultés de concentration sont possibles et passagères. Prévoyez si possible une fin de journée tranquille.

TRÈS IMPORTANT : la personne qui, comme l'enfant, se couche plus tard et se lève plus tôt ne doit pas conduire pendant la journée, en raison du risque de somnolence !

Votre cabinet de neuropédiatrie Dr méd. Silvano Vella

