

睡眠中心一夜遊

第一次聽到「睡眠多項生理檢查」這個詞，是因為處理健保核減的行政作業，那時並不太熟悉它是什麼樣的檢查，只知道部分個案會執行 2 次（醒著和睡著各 1 次），健保局都當作重複檢查處理，每月必抽審這些個案，所幸大多能補付回來；一直至去年底家母因長期睡眠不好，醫師安排了相關檢查後，才對它有了具體的認識。

記得報到那日，晚上 9 點一進到隱身在 15 樓角落的睡眠中心時，迎接我們的是態度親切的技術員，量測身高體重後，帶我們到檢查的病房，與其說它是病房，倒不如說它像四星級飯店套房，燈光柔和，床舖平穩舒適，陪病床的沙發也非常柔軟，還有免治馬桶，落地窗可欣賞台北的夜景，與住院的感覺完全不同；雖說要填一大本的問卷，不過中心也很貼心的為民眾準備了書桌，媽媽還說：幾十年來沒有像這樣正經的坐在書桌寫字，真是難得的經驗。

接下來技術員推來了檢查的機器，共有 24 條各種顏色的電線，真佩服這些技術員，怎麼記住 48 個接頭要各接那裡？接完後媽媽整身布滿電線，看起來真像某部電影裡的恐怖妖怪。這些連接儀器的電線分別用來記錄睡覺中多種身體訊號：包含腦波圖、眼動圖、肌電圖、心電圖、口鼻呼吸氣流、胸腹呼吸動作、血中含氧濃度、打鼾次數、睡姿體位監測等，這樣多項的檢查，健保只給付 4,000 點，點值結算再打 85 折後，只剩 3,400 元，簡直連付旅館的費用都不夠。

技術員離開後，由於母女太久沒有共室而眠，興奮的聊著天，不知時間已到 11 點了，技術員進來催促我們儘速睡覺，原來辛苦的他們擔心病人睡眠狀況與問題，還需要隨時關心病人的睡眠狀態呢。

第 2 日清晨 6 時多，技術員進來拆下電線，睡眠中心一夜遊體驗就這樣告一段落，真感謝一夜沒睡、緊盯著監測畫面的技術員！他們的工作永遠在夜間，真是辛苦！

媽媽回診後，在醫師的建議下，改變睡姿，睡眠品質已在逐漸改善中，各位如果您也有睡眠問題，建議您及早找醫師評估，現在有如此好的儀器及設備協助，相信可以找出原因，讓您改善睡眠品質！



檢查床



陪病床