



İdeal Bir Uyku Laboratuvarının Özellikleri ve Yönetilmesi

Uzm. Dr. Gaye Yıldırım¹, Prof. Dr. İbrahim Öztura²

¹ Ordu Devlet Hastanesi Klinik Nörofizyoloji, Ordu

² Dokuz Eylül Üniversitesi Tıp Fakültesi, Nöroloji Anabilim Dalı, Klinik Nörofizyoloji Bilim Dalı, İzmir

GİRİŞ

Uyku Bozuklukları Merkezi, uyku hastalıklarının tanı ve tedavisi için kurulmuş, teknisyenleri ve ekipmanlarıyla özelleşmiş bir birimdir ve ayrı olarak tanımlanmalıdır. Merkezin çalışmalarını, uyku hastalıkları konusunda eğitilmiş bir sorumlu hekim (tıbbi direktör) ve uyku teknisyenlerinin oluşturduğu ekip yürütür ve uyku tıbbi etiğine uygun davranmakla yükümlüdür. Merkez, ulusal kurumlar tarafından hazırlanan ve belli aralıklarla güncellenen kılavuzları takip etmekle yükümlüdür.

LABORATUVARIN ÖZELLİKLERİ

Tıbbi Direktör

Merkezin başındaki sorumlu kişidir, tıp doktoru olması, uyku bozuklukları alanında eğitim almış ve yeterlilik sertifikasına sahip olması gerekmektedir. Ülkemizde hekimler sertifikasyon için Türk Uyku Tıbbi Derneği'nin (TUTD) teorik eğitim kursuna katılıp, altı aylık pratik kursu tamamladıktan sonra yeterlilik sınavına girmeye hak kazanır ve geçerli not aldıkları takdirde "Sertifikalı Uyku Tıbbi Hekimi" olabilirler. Pratik eğitimin verildiği merkezler de dernek tarafından belirlenen yeterliliği tanımlanmış merkezlerdir (Carlin, 2010; Pevernagie ve ark., 2018).

Tıbbi direktör tüm tıbbi ve teknik personelin teorik ve pratik yeterliliğinden ve denetiminden (süpervizyon) sorumludur. Uygulanan test protokollerinin doğru yapılıp yapılmadığının kontrolü, cihazların uygun kullanılması ve kalibrasyonunun denetlenmesi de sorumlulukları arasındadır. Mümkünse her sabah nöbetçi teknisyenle yapılan hasta başı viziteleri, hasta geri bildirimlerinin alınması, teknisyenin denetlenmesi ve o geceki çekimle ilgili çok kıymetli bilgilerin elde edilmesine olanak sağlayarak merkezin kalitesini artıracaktır. Sorumlu hekimin teknik ekiple iletişim halinde olması, belli aralıklarla gözden geçirme toplantılarının yapılması önerilmektedir ve merkezin hizmet kalitesi açısından çok önemlidir.

Uyku Teknisyeni

Uyku teknisyeni, hastaların merkeze kabulü, tıbbi ve kişisel bilgilerinin kaydedilmesi ve ön testlerin yapılması, hastanın polisomnografi (PSG) kaydına hazırlanması, cihaza bağlanması, gece kayıt sırasında hastanın takibi, kayıt sırasında hastanın ihtiyaçlarının karşılanması ve olası problemlerin çözümü, acil sorunların giderilmesi ve düzgün kayıt alınmasından sorumlu sağlık alanında eğitilmiş teknik elemandır. Uyku testlerine ihtiyaç duyan çok sayıda hasta olması ve tetkike erişebilme sürelerinin oldukça uzun olması, sosyal güvenlik kurumlarıyla ilgili olarak tetkiklerin tekrarlanabilme olanaklarının kısıtlı oluşu gibi sebeplerden ötürü teknisyenin bu incelemeye hâkim olması çok önemlidir. Cihazı kullanmasını ve kalibrasyonunu çok iyi bilmesi, kayıt sırasında ortaya çıkan acil durumlarda, sorunu giderecek düzenlemeleri yapabilmesi şarttır. Cihazların kullanım sonrasında temizliği, dezenfeksi-

yonu ve enfeksiyon kontrolünden de uyku teknisyenleri sorumludur (AASM, 2020).

Uyku teknisyenleri aynı zamanda yapılan kaydın manuel olarak skorlamasını yapabilmelidir. Skorlama, son kontrol ve raporlama tıbbi direktörün görevidir. Tıbbi sekreter yoksa raporların arşivlenmesi ve hastalara tetkik sonuçlarının verilmesini de uyku teknisyenleri yapmaktadır.

Uyku teknisyeninin sağlık kökenli bir okuldan eğitim alması ön koşul olmalıdır, bakanlığımızın taslak yönetmeliğinde de hemşire, sağlık memuru ya da sağlık teknisyeni olması önerilmektedir. Amerikan Uyku Tıbbi Akademisi uyku teknisyenlerinde temel yaşam desteği eğitimi (kardiyopulmoner resüsitasyon) sertifikası şartı aramaktadır (Carlin, 2010; Arnardottir ve ark., 2016; Pevernagie ve ark., 2018).

TUTD'nin teknisyen eğitimi için de teorik ve pratik kursları vardır ve verilecek eğitimin kapsamı ve esasları TUTD yönetimi ve Türk Uyku Tıbbi Yeterlilik Kurulu'nca tanımlanmıştır. Pratik eğitim bu konuda yeterliliği olan merkezlerde verilir. Bu teorik ve pratik eğitimi tamamladığını belgeleyen uyku teknisyen adayları, derneğin yaptığı "Uyku Tıbbi Teknisyenliği Yeterlilik Sınavı"nda geçer not aldıktan sonra belgelerini alıp uyku merkezlerinde çalışabilirler.

Odalar

Uyku merkezinde odalar birbirinden bağımsız, koridora açılacak şekilde ve kontrol odasının çevresinde ya da yakınında sıralanmalıdır. İdeal olanı kontrol odasına uzaklıklarının eşit olmasıdır. Uyku hastalıkları merkezinde en az iki oda bulunmalıdır. Odalar 10-12 metre kare boyutlarında olmalıdır. Pencere olabilir, olmayabilir. Odanın havalandırılması ve ısı ayarı iklimleme cihazları ile yapılmalıdır. Oda içinde tuvalet ve banyo tercih nedenidir ancak mümkün değilse en fazla üç oda için bir tuvalet bulunmalıdır. Her yatak odasında sadece bir PSG yatağı olmalıdır. Yatağın üç tarafında teknik personelin rahatça hareket edebileceği kadar (en az 60 cm) boşluk bırakılmalıdır. Temel donanım hastanın evini aratmayacak konforda ve temiz olmalı, odalarda hastanın eşyalarını koyabileceği bir dolap ve yatak başında şifonyer bulunmalıdır. Odalar tek kişilik, rahat ve sessiz olmalıdır. Yatak odaları uyku alanında profesyonel tanı ve tedavinin yapılacağı, gece ve gündüz yapılması istenen tüm çalışmalar ve gündüz uykululuk değerlendirilmesinin yapılmasını olanaklı kılacak teknik donanıma sahip olmalıdır. Odalar, özellikle ses ve ışığa karşı olmak üzere, bina içi ve dışı uyaranlar açısından yalıtılmış olmalıdır. Uyanıklığı sürdürülebilirliği testi (UST) ve çoklu uyku latans testleri (ÇULT) için koyu renk perdelerle uygun karartma olanağı sağlanmalıdır. Kontrol odası ile bağlantılı iki taraflı ses sistemi sayesinde karşılıklı iletişim sağlanabilmelidir. Düşük ışık ya da kızılötesi kamera ile çalışan video cihazı ile sürekli monitörizasyon yapılmalı ve video kaydı alınmalıdır. Engelliler de tetkik edilebilecek şekilde koridor genişliği ayarlanmalıdır (Fischer ve ark., 2012; Ardiç, 2017).