Indicazioni per la tua registrazione

Questa analisi permette di valutare la tua attività muscolare spontanea per un tempo impostato che può essere fino a 24h.

I dati ottenuti permettono al professionista di conoscere quanta sollecitazione muscolare c'è sulle tue strutture anatomiche e fare una analisi accurata su eventuali Bruxismi.

Nel corso della registrazione è molto utile annotare sul diario delle attività:

- **Orario di inizio e fine sonno** (a che ora mi sono addormentato/a e a che ora mi sono svegliato/a). Non interessano i brevi risvegli (entro la mezz'ora) ma va invece segnalata un'eventuale ulteriore fase di Sonno durante la giornata se hai dormito per almeno un'ora (come per esempio un riposo pomeridiano).
  Indica infine se hai avvertito il Sonno come riposante oppure agitato.
- **Orario di inizio e fine attività giornaliere principali** (lavoro/scuola, alla guida, attività fisica, attività al pc, collegamento sui social, lettura/TV, altro).
- Qualsiasi altro evento che abbia determinato un **aumento di stress o ansia**.

Tieni inoltre presente le seguenti informazioni utili durante l'esame holter:

- Per ottenere una registrazione ottimale il dispositivo deve rimanere sempre ben attaccato alla pelle, pertanto fai attenzione a qualsiasi azione che possa comprometterne l'adesione. Ad esempio:
  - Mettere o togliere una maglia
  - Mettere o togliere un casco di protezione
- Il dispositivo non è impermeabile pertanto non farlo entrare in contatto con l'acqua o altri liquidi.
- Non puoi interrompere la registrazione staccando il dispositivo dalla pelle o dagli elettrodi.
- Nel caso il dispositivo si staccasse, non provare a riattaccarlo ed informare il professionista dell'accaduto.
- Se il dispositivo dovesse cadere o subire un urto importante, informa il professionista.
- Non provare a collegare dia-BRUXO ad una fonte di alimentazione tramite un cavo USB-C. Questo comporta l'immediata sospensione della registrazione.

© 2025