



Sleep Apnea Testing Appointment

Novato Ambulatory Sleep Laboratory

Your Doctor has referred you for an outpatient sleep apnea study. **If you do not already have an appointment, please call 415-899-7890 to schedule one.** During this appointment, you will be given instructions on how to use equipment that will record one night of your sleep in your own home. Your appointment will take about 30-60 minutes, based on your specific testing needs.

You will be asked to return the equipment before 10 a.m. the next business day. A drop-box is available for early drop off. If you need to reschedule your appointment, please call 415-899-7890.

- Please arrive on-time to register for your appointment. Late arrivals may need to be rescheduled.
- The fingernails of your non-dominant hand should be trimmed and free of nail polish or artificial nail services.
- If you take an "alpha blocking" medication (clonidine/Catapres, tamsulosin/Flomax, terazosin/Hytrin) or regularly take nitroglycerin or nitrates for chest pain, they should not be used within 3 hours of starting your sleep study at bedtime. Also, men should not use erectile enhancement medication within 24 hours of the appointment.
- You may have a co-payment for your sleep study or additional charges depending on your health plan. For questions about how much your sleep test will cost you, please call Kaiser Member Services at 1-800-464-4000.
- If you have a deductible plan, please call 1-800-390-3507 or visit [healthy.kaiserpermanente.org/health/care/consumer/locate-our-services/member-services](https://www.healthy.kaiserpermanente.org/health/care/consumer/locate-our-services/member-services) to see the estimated cost of your sleep study.

Directions:

The Sleep Lab is located at 97 San Marin Drive, Building A, 1st Floor, Novato 94945.

Take the San Marin Drive exit from Hwy 101 in Novato and travel westbound on San Marin Drive for approximately 2 miles. The Novato Kaiser facility is located on the right-hand side of the street at the intersection of San Marin Drive and San Ramon Way, just past the San Marin Shopping Center.



Cita Para La Prueba De Apnea Del Sueño

Laboratorio del Sueño para pacientes ambulatorios de Novato

Su médico lo ha enviado a hacerse una prueba ambulatoria de apnea del sueño. **Si todavía no tiene una cita, llame al 415-899-7890 para hacerla.** Durante esta cita, se le darán instrucciones de cómo utilizar el equipo que grabará una noche de su sueño en su propia casa. La cita durará de 30 a 60 minutos, según sus necesidades específicas para la prueba.

Se le pedirá que devuelva el equipo antes de las 10 a.m. del siguiente día laborable. Hay un buzón donde puede dejar el equipo más temprano. Si necesita cambiar su cita, llame al 415-899-7890.

- Llegue a la hora para apuntarse a su cita. Es posible que si llega tarde se tenga que postergar su cita.
- Las uñas de su mano no dominante deben estar recortadas y sin esmalte de uñas, y no deben tener uñas artificiales.
- Si toma algún "bloqueador alfa" (clonidina/Catapres, tamsulosina/Flomax, terazosina/Hytrin) o toma con regularidad nitroglicerina o nitratos para el dolor de pecho, no debe tomarlos 3 horas antes de empezar el estudio del sueño al acostarse. Además, los hombres no deben usar medicamentos para la disfunción eréctil dentro de las 24 horas antes de la cita.
- Es posible que tenga un copago por el estudio del sueño o cargos adicionales según su seguro médico. Si tiene preguntas sobre el costo de su estudio del sueño, llame a Servicios a los Miembros a la línea telefónica gratuita 1-800-464-4000.
- Si tiene un plan de deducible, llame gratis al 1-800-390-3507 o visite healthy.kaiserpermanente.org/health/care/consumer/locate-our-services/member-services para ver el costo estimado de su estudio del sueño.

Indicaciones de cómo llegar:

El Laboratorio del Sueño está ubicado en 97 San Marin Drive, Edificio A, 1er piso, Novato, 94945.

Desde la autopista 101, salga en San Marin Drive en Novato y diríjase hacia el oeste sobre San Marin Drive aproximadamente por 2 millas. La instalación de Kaiser Permanente Novato está ubicada a la mano derecha de la calle, en la intersección de San Marin Drive y San Ramon Way, ni bien pasa el San Marin Shopping Center.

Laboratorio del Sueño para pacientes ambulatorios de Novato

