CPNI
Cyprus Paediatric Neurology Institute
Παιδονευρολογικό Ινστιτούτο Κύπρου

ΦΥΛΛΑΔΙΟ ΓΙΑ ΓΟΝΕΙΣ · ΝΕΥΡΟΦΥΣΙΟΛΟΓΙΚΟ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ

Το ΗΕΓ του παιδιού σας: πώς να προετοιμαστείτε και τι να περιμένετε

Το ΗΕΓ (ηλεκτροεγκεφαλογράφημα) καταγράφει την ηλεκτρική δραστηριότητα του εγκεφάλου μέσω μικρών ηλεκτροδίων που τοποθετούνται στο τριχωτό της κεφαλής. Μας βοηθά να διερευνήσουμε επιληπτικές κρίσεις και άλλα επεισόδια και να επιλέξουμε τη σωστή θεραπεία για το παιδί σας.

Δεν πονά

Το ΗΕΓ μόνο καταγράφει. Δεν υπάρχουν βελόνες και τίποτα δεν μπαίνει στο σώμα.

Περίπου μία ώρα

Η επίσκεψη για ένα απλό ΗΕΓ διαρκεί συνήθως περίπου μία ώρα· η ίδια η καταγραφή διαρκεί 30 έως 60 λεπτά.

Κατά την εξέταση

Με τα βρέφη και τα μικρά παιδιά, ο γονιός συνήθως μένει μέσα στην αίθουσα και τα κρατά στην αγκαλιά του. Με τα μεγαλύτερα παιδιά, ο γονιός μπορεί να μείνει μέσα ή να περιμένει έξω. Θα προσπαθήσουμε να βοηθήσουμε το παιδί σας να κοιμηθεί, και ο νευροφυσιολόγος θα σας συμβουλέψει τι είναι καλύτερο την ημέρα της εξέτασης.

Πριν έρθετε

- ✓ Λούστε τα μαλλιά του παιδιού το προηγούμενο βράδυ και στεγνώστε τα καλά. Μη χρησιμοποιήσετε λάδι, ζελέ, λακ ή μαλακτική κρέμα.
- ✓ Δώστε τα τακτικά φάρμακα κανονικά, εκτός αν σας έχουμε πει διαφορετικά.
- ✓ Αφήστε το παιδί να φάει κανονικά. Ένα πεινασμένο παιδί δυσκολεύεται να μείνει ακίνητο.
- ✓ Φέρτε το παιδί λίγο κουρασμένο: δείτε τις οδηγίες για τον ύπνο παρακάτω.
- ✓ Αποφύγετε αναψυκτικά τύπου κόλα, ενεργειακά ποτά, τσάι, καφέ και σοκολάτα την ημέρα της εξέτασης.
- ✓ Αν μπορείτε, αφαιρέστε πλεξούδες, εξτένσιον και αξεσουάρ μαλλιών.

Συστήνουμε μερική στέρηση ύπνου

Το ΗΕΓ μάς δίνει περισσότερες πληροφορίες όταν το παιδί νυστάζει ή αποκοιμιέται. Γι' αυτό συστήνουμε μερική στέρηση ύπνου πριν από την εξέταση, ιδιαίτερα για παιδιά άνω των 2 ετών.

- ✓ Περίπου 3 ώρες λιγότερος ύπνος από ό,τι συνήθως: το παιδί πηγαίνει για ύπνο αργότερα και ξυπνά νωρίτερα.
- ✓ Κρατήστε το παιδί ξύπνιο στη διαδρομή προς το ιατρείο. Να μην κοιμηθεί στο αυτοκίνητο.
- ✓ Φέρτε γάλα και ό,τι βοηθά το παιδί να αποκοιμηθεί: μπιμπερό, πιπίλα, κουβερτούλα ή λούτρινο.
- ✓ Το παιδί πιθανότατα θα είναι κουρασμένο την υπόλοιπη μέρα.

Τι να φέρετε

- Ένα αγαπημένο παιχνίδι, βιβλίο ή τάμπλετ, και κάτι να πιει και να φάει.
- Για βρέφη και μικρά παιδιά: γάλα, μπιμπερό, πιπίλα ή κουβερτούλα.
- Λίστα με τα φάρμακα του παιδιού.
- Το ημερολόγιο κρίσεων και τυχόν βίντεο των επεισοδίων.
- Το παραπεμπτικό, αν έχετε.

Την ημέρα της εξέτασης, βήμα βήμα

1. Μικρά ηλεκτρόδια τοποθετούνται στο τριχωτό με μια μαλακή πάστα. Η πάστα είναι κρύα και κολλώδης, αλλά δεν πονά.
2. Το παιδί κάθεται ή ξαπλώνει ήσυχα, άλλοτε με ανοιχτά και άλλοτε με κλειστά μάτια, ενώ καταγράφουμε. Βοηθά αν το παιδί αποκοιμηθεί.
3. Μπορεί να ζητήσουμε από το παιδί να αναπνεύσει βαθιά για λίγα λεπτά, σαν να σβήνει κεράκια, και να κοιτάξει ένα φως που αναβοσβήνει.
4. Αφαιρούμε τα ηλεκτρόδια. Η πάστα φεύγει με απλό σαμπουάν.

Η βαθιά αναπνοή και τα φώτα που αναβοσβήνουν μάς βοηθούν να δούμε ευρήματα που ίσως δεν φαίνονται σε ηρεμία. Πολύ σπάνια μπορεί να προκαλέσουν κρίση σε παιδί με προδιάθεση. Θα σας το εξηγήσουμε και θα ζητήσουμε πρώτα τη συγκατάθεσή σας.

Πώς να βοηθήσετε το παιδί σας

- Εξηγήστε του απλά από πριν: «Θα σου βάλουν μικρά αυτοκόλλητα στο κεφάλι για να δουν πώς δουλεύει ο εγκέφαλός σου. Δεν πονάει.»
- Κάντε εξάσκηση στο σπίτι: να ξαπλώνει ακίνητο, να κλείνει τα μάτια και να φυσά έναν χάρτινο ανεμόμυλο.
- Τα βρέφη και τα νήπια μπορούν να τρώνε ή να είναι στην αγκαλιά σας όσο τοποθετούνται τα ηλεκτρόδια.
- Ενημερώστε το ιατρείο μας από πριν αν το παιδί είναι πολύ αγχωμένο, έχει αυτισμό ή δυσκολεύεται σε νέους χώρους. Θα αφιερώσουμε περισσότερο χρόνο.

Αν το παιδί κάνει περιπατητικό ΗΕΓ

Πρόκειται για καταγραφή μεγαλύτερης διάρκειας, που γίνεται στο σπίτι, από λίγες ώρες έως και 48 ώρες. Τα ηλεκτρόδια στερεώνονται πιο σταθερά και συνδέονται με μια μικρή συσκευή καταγραφής σε τσαντάκι. Το παιδί μπορεί να παίζει, να τρώει και να κοιμάται κανονικά.

- Ντύστε το παιδί με μπλούζα που κουμπώνει ή έχει φερμουάρ μπροστά.
- Όχι μπάνιο, ντους, λούσιμο ή κολύμπι όσο φορά τη συσκευή.
- Αποφύγετε την τσίχλα, γιατί επηρεάζει την καταγραφή.
- Σημειώστε στο ημερολόγιο που σας δίνουμε την ώρα κάθε επεισοδίου και τι έκανε το παιδί.
- Επιστρέψτε την ώρα που συμφωνήσαμε για να αφαιρεθούν τα ηλεκτρόδια.

Καλέστε μας πριν από την εξέταση αν

- το παιδί είναι άρρωστο, για παράδειγμα με πυρετό ή έντονο βήχα
- το παιδί έχει ψείρες, ώστε να αντιμετωπιστούν πρώτα
- δεν μπορείτε να έρθετε, ώστε να δώσουμε την ώρα σε άλλη οικογένεια

Μετά το ΗΕΓ

- Το παιδί μπορεί να πάει σπίτι ή στο σχολείο και να τρώει και να παίζει κανονικά.
- Λούστε τα μαλλιά το ίδιο βράδυ για να φύγει η πάστα.
- Η καταγραφή γνωματεύεται από τους ειδικούς μας.
- Το απλό ΗΕΓ ή το ΗΕΓ ύπνου γίνεται συνήθως στην ίδια επίσκεψη με την εξέταση και τα αποτελέσματα σάς εξηγούνται την ίδια μέρα. Για το περιπατητικό ΗΕΓ, τα αποτελέσματα σάς εξηγούνται μόλις γνωματευτεί η καταγραφή.

Επικοινωνία με το CPNI

Για να κλείσετε ή να αλλάξετε ραντεβού για ΗΕΓ, καλέστε το ιατρείο μας στο +357 22 476 627 (Δευτέρα και Τετάρτη 08:30 – 13:30 και 14:30 – 17:30, Τρίτη και Παρασκευή 08:30 – 13:30 και 14:30 – 17:00, Πέμπτη 08:30 – 13:00) ή στείλτε email στο cpni2007@gmail.com.

Περισσότερα φυλλάδια και πληροφορίες: www.cpni.com.cy

Το φυλλάδιο αυτό δίνει γενικές πληροφορίες και δεν αντικαθιστά τις συμβουλές του γιατρού του παιδιού σας.

Αναθεώρηση: Δρ Πάολα Νικολαΐδου, Σύμβουλος Παιδονευρολόγος, Νοέμβριος 2026.

© Παιδονευρολογικό Ινστιτούτο Κύπρου