

# ÅRSRAPPORT 2014

## FOR



[Senter for Søvnmedisin](#) og [SOVno](#)

Senterleder  
Bjørn Bjorvatn

Rådgjevar/forskar  
Ingvild Saxvig

Senterkoordinator  
Vibeke Ø. Henriksen/Hilde Tveit



## 1. Drift

Senter for søvnmedisin vart opna i mars 2011. Senteret er eit etablert samarbeid mellom lungeavdelinga, ØNH-avdelinga og nevroklinikken (klinisk nevrofysiologi - KNF og nevrologi). Administrativt ligg Senter for Søvnmedisin under lungeavdelinga, seksjon for obstruktive lungesjukdommar/respirasjonssvikt/søvnrelaterte sjukdommar. Dei ulike avdelingane, inkludert psykiatrisk avdeling, har overordna fagleg ansvar for sin aktivitet ved senteret. Frå 2013 har det også vore knytt tannlækjarar til senteret.

**Styret ved Senter for Søvnmedisin** består av:

- Nivå 2-leiar for lungeavdelinga (Kahtan Al-Azawy)
- Nivå 2-leiar for ØNH-avdelinga (John-Helge Heimdal)
- Nivå 2-leiar for nevroklinikken (Håkon Nordli)
- Senterleiar for Senter for Søvnmedisin (Bjørn Bjorvatn)
- Leiar for Nasjonal Kompetansetjeneste for Søvnssjukdommer (Bjørn Bjorvatn)

Sverre Lehmann (lunge), Shashi Gulati (ØNH), Harald Aurlien (KNF) og Ole Bjørn Tysnes (nevro) har i tillegg delteke i ei utvida styringsgruppe.

Ved **Senter for Søvnmedisin** var det i 2014 tilknytt 25 lækjarar, 28 sjukepleiarar, 3 tannlækjarar, 1 tannlækjarassistent, 9 merkantile og 1 assistent. Lækjarane, sjukepleiarane og merkantilt personell er tilsett ved sine moderavdelingar, og arbeider ved Senter for Søvnmedisin i deler av si kliniske verksemd. Dei andre tilsette ved senteret (leiar, rådgjevar/forskar, tannlækjarar, tannlækjarassistent og assistent) er tilsett ved lungeavdelinga.

<b>Leiar, professor dr.med.</b>	Bjørn Bjorvatn
<b>Rådgjevar/forskar PhD</b>	Ingvild Saxvig
<b>Senterkoordinator sjukepleiar</b>	Vibeke Østerfeldt Henriksen (til august) Hilde Tveit (frå november)

<b>Merkantile:</b>	Ann Kristin Løvik (lunge) Solveig Kjærstad Sunde/Bente Anfinsen/Kjell Magnus Thorvik/Grethe Salomonsen/Marit Jacobsen/Ann Marie Berge (ØNH) Sidsel M. Jordal/ Irene Bjørtomt (KNF, 20%)
--------------------	---

<b>Lækjarar:</b>	<b>Lunge:</b> Sverre Lehmann Kathan Al-Azawy Karin Stang Volden Solfrid Indrekvam Trygve M Jonassen Ove Fondenes Rajinder Sharma Thomas B Grydeland
------------------	---

<b>ØNH:</b> Shashi Gulati Helge Jacobsen Hilde Haave
---

Svein Nygaard  
Arild Sletteberg

**KNF/nevrologi:**

Håvard Skeidsvoll  
Harald Aurlien  
Bjørn Karlsen  
Jan Brøgger  
Ina Hjelland  
Tom Eichele  
Ivar Otto Gjerde  
Øyvind Torkildsen (LIS-lege)  
Stig Wergeland (LIS-lege)  
Ellen Skorve (LIS-lege)  
Irene Flønes (LIS-lege)

**Psykiatri:**

Fred Holsten

**Tannlækjarar:**

Anders Johansson  
Kjersti Gjerde  
Morten Berge

**Tannlækjarassistentar:**

Eva Inerot

**Sjukepleiarar:**

**Lunge:**

Thomas Berge  
Mona Grundeland  
Marianne Stølen Strandheim  
Anny Sekkingstad  
Vibeke Østerfeldt Henriksen  
Margun Vabø Gravdal  
Britt-Helen Rusås  
Hildegunn Bakke Fleten  
Hilde Kristin Tveit  
Maria Lillegraven  
Lillian Hopland  
Irene Morild  
Gunvor Mo Norstein

**ØNH :**

Marit Monsen  
Anny M.S. Skålevik  
Mona G. Bjerke  
Astri Karin Husøy  
Unni Elisabeth Osmo  
Vigdis Lillevik  
Ann Kathrin Midtun

**KNF/nevrologi:**

Mariann Lie Onstad  
Sigrun F. Rommetveit  
Margretha Hansen  
Reidunn Herdlevær  
Judith Kausland Lie  
Eva Aarland  
Birte Steen  
Synnøve Bartz-Johannessen

**Assistentar:**

Rita Ø. Furu

Lungeavdelinga har i snitt hatt ein lækjar på senteret kvar dag, 1-2 sjukepleiarar som følgjer opp pasientane som skal til lækjaren, og 2 sjukepleiarar med eigne liste. ØNH-avdelinga har hatt ein lækjar og ein sjukepleiar tilstade kvar dag. Frå nevroklinikken har ein nevrofysiolog og 1-2 sjukepleiarar vore tilstade kvar dag, medan ein nevrolog har teke imot pasientar måndag-onsdag. Ein psykiater har teke imot pasientar kvar måndag (unnateke perioden frå mai til august). Tannlækjarar har teke imot pasientar kvar onsdag, og frå februar kvar tysdag. Senteret var oppe heile året unnateke 4 veker i juli og 2 veker i desember.

**Nasjonal Kompetansetjeneste for Søvnsykdommer (SOVno)**

Staben har i 2014 bestått av:

Leiar Bjørn Bjorvatn (20%)  
Senterkoordinator Janne Grønli (50%) (permisjon frå oktober)  
Rådgjevar/senterkoordinator Siri Waage (50%) (senterkoordinator frå oktober)  
Rådgjevar/postdoc. Ingvild Saxvig (50%) (postdoc frå mars)  
Rådgjevar Jelena Mrdalj (50%)  
Rådgjevar Tom Willy Åsnes (50%) (frå oktober)  
Seniorforskar Ståle Pallesen (10%)  
Seniorforskar Michaela Dreez Gjerstad (10%)

I tillegg er det knytt ei arbeidsgruppe til SOVno:

Fred Holsten, professor dr.med., Psykiatrisk Institutt, UiB; søvnspesialist ved Bergen søvnsenter.  
Håvard Skeidsvoll, seksjonsoverlege, Klinisk Nevrofysiologisk avdeling, Haukeland universitetssjukehus.  
Reidun Ursin, professor emer. dr.med., Institutt for biomedisin, UiB.  
Inger Hilde Nordhus, professor dr. philos., Institutt for klinisk psykologi, UiB.  
Ståle Pallesen, professor dr. psychol., Institutt for samfunnspsykologi, UiB.  
Eli Sørensen, dr.med., overlege, barne- og ungdomspsykiatri, Helse Bergen.  
Sverre Lehmann, førsteamanuensis PhD, seksjonsoverlege, lungeavdelinga, Haukeland universitetssjukehus.  
Shashi Gulati, overlege, øre-nese-halsavdelingen, Haukeland universitetssjukehus.  
Anders Steinsvik Alme, overlege, barneklirikken, Haukeland universitetssjukehus

## 2. Pasientbehandling:

Det blei i 2014 halde totalt 6988 konsultasjonar ved Senter for søvnmedisin, mot 6798 i 2013. Av desse var 1308 ny-tilviste pasientar (definert som pasientar til behandling som ikkje har hatt behandlingsepisodar i same eller føregåande år), mot 1152 i 2013. I 2014 var konsultasjonane fordelt slik på dei ulike søvnrelaterte diagnosane (tal frå 2013 i parentes):

Hovuddiagnose	Totalt behandla	Ny-tilviste
R065 Snorking/munnpusting	823 (1007)	334 (444)
G258 Restless legs syndrom	4 (7)	3 (5)
G470 Insomni	72 (64)	30 (22)
G471 Hypersomni	27 (36)	9 (13)
G472 Døgnrytmeforstyrningar	16 (11)	12 (6)
G473 Søvnapné	4679 (4998)	388 (583)
G474 Narkolepsi/katapleksi	7 (4)	2 (4)
G478 Andre spesifiserte søvnforstyringar, f.eks. parasomniar	33 (26)	17 (23)
G479 Uspesifisert søvnforstyring	22 (33)	12 (15)
F510 Insomni	6 (12)	5 (6)
F511 Hypersomni	10 (9)	7 (4)
F512 Døgnrytmeforstyrningar	6 (2)	4 (2)
F515 Mareritt	0 (2)	0 (2)
F518 Parasomni	4 (1)	4 (1)
F519 Uspesifisert søvnforstyring	7 (1)	5 (1)
Z033 Observasjon nevrologi	334 (333)	16 (8)
Z038 Observasjon lunge	589 (3)	413 (0)

Tabellen under viser gjennomsnittleg ventetid ved kvar av dei tilknytte avdelingane frå motteken tilvising til diagnosetidspunkt i 2014, både totalt og for utvalde diagnosar (tal frå 2013 i parentes):

Hovuddiagnose	Lunge	ØNH	Nevro
Alle diagnosar	157,3 (114,6)	223,1 (204)	98,7 (89,1)
G47.3 Søvnapné	141,6 (114,6)	240,9 (181,2)	113,4 (77,3)
R06.5 Snorking/munnpusting	n/a (135,8)	214,9 (206,4)	
G47.0 Insomni		198,5 (n/a)	117,2 (107,3)
G47.1 Hypersomni			151,8 (90,2)
G47.4 Narkolepsi/katapleksi			46,5 (77)

n/a = not applicable

I 2014 utførte lungeavdelinga 896 polikliniske polygrafi-registreringar (mot 801 i 2013). ØNH-avdelinga utførte 717 (mot 641 i 2013) polikliniske polygrafi-registreringar, 6 trykkmålingar (3 i 2013), 32 conchotomiar (21 i 2013) og 9 ganoplastikkar (21 i 2013). KNF utførte 189 polysomnografi-registreringar/PSG (mot 222 i 2013) og 132 multipl søvnlatenstestar/MSLT i 2014 (mot 136 i 2013).

Senteret leverte ut 715 CPAP-maskinar (642 av desse var nye brukarar) mot 637 i 2013, 101 bilevel-maskinar (81 av desse var nye brukarar) mot 92 i 2013 og 137 apnés Skinner (47 i 2013) (tal frå seksjon for behandlingshjelpemidler).

Det var i 2013 1 fristbrot ved senteret, ved lungeavdelinga.

### ***Pasienttilfredsheit***

I desember 2014/januar 2015 blei det gjennomført pasienttilfredsheitsundersøking ved Senter for Søvnmedisin. Totalt 50 pasientar fylte ut skjema, medan 4 takka nei til å delta (2 hadde ikkje tid, 1 hadde ikkje briller, 1 skulle rekke ei ferje). Resultata var gode, og visar at dei fleste er nøgde med behandlinga dei får på senteret:



Jonas Lies vei 65, 5021 Bergen

## Hvilke erfaringer hadde du på Senter for søvnmedisin?

Vi ønsker å gi et best mulig tilbud til pasienter ved Senter for Søvnmedisin. For å vite i hvilken grad vi lykkes, ønsker vi dine synspunkter på hvordan oppholdet har vært. Vi ber deg derfor om å svare på spørsmålene nedenfor ved å krysse av det svaralternativet som passer best for deg. Det er selvsagt frivillig, men dine erfaringer er viktige for oss å få tilbakemelding på. Du skal ikke sette navnet ditt på skjemaet. Opplysningene vil ikke bli knyttet til deg som person.

Med "behandleme" mener vi:

De som har hatt hovedansvar for undersøkelser og behandling. Oftest er dette leger, men mange får behandling av sykepleiere eller annet helse- og sosialpersonale.

		Ikke i det hele tatt	I liten grad	I noen grad	I stor grad	I svært stor grad	Ikke aktuelt	Ubesvart
1	Snakket behandleme til deg slik at du forsto dem?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2%	28%	70%	<input type="checkbox"/>	
2	Har du tillit til behandlemes faglige dyktighet?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2%	30%	68%	<input type="checkbox"/>	
3	Fikk du vite det du syntes var nødvendig om hvordan prøver, tester eller undersøkelser skulle foregå?	<input type="checkbox"/>	2%	4%	34%	60%	<input type="checkbox"/>	
4	Fikk du tilstrekkelig informasjon om din diagnose / dine plager?	<input type="checkbox"/>	2%	12%	30%	54%	<input type="checkbox"/>	2%
5	Opplevde du at behandlingen var tilpasset din situasjon?	<input type="checkbox"/>	4%	6%	24%	66%	<input type="checkbox"/>	
6	Var du involvert i avgjørelser som angikk din behandling?	2%	6%	8%	36%	44%	2%	2%
7	Opplevde du at institusjonens arbeid var godt organisert?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	4%	30%	66%	<input type="checkbox"/>	
8	Fikk du inntrykk av at institusjonens utstyr var i god stand?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	6%	28%	62%	4%	

		Ikke i det hele tatt	I liten grad	I noen grad	I stor grad	I svært stor grad	Ikke aktuelt	Ubesvart
9	Var hjelpen og behandlingen du fikk på institusjonen, alt i alt, tilfredsstillende?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2%	22%	70%	2%	4%
10	Mener du at du på noen måte ble feilbehandlet (etter det du selv kan bedømme)?	82%	2%	<input type="checkbox"/>	2%	6%	2%	6%
		Nei	Ja, men ikke lenge	Ja, ganske lenge	Ja, altfor lenge			Ubesvart
11	Måtte du vente for å få tilbud ved institusjonen?	28%	34%	28%	4%			6%
		Ikke noe utbytte	Lite utbytte	En del utbytte	Stort utbytte	Svært stort utbytte	Ikke aktuelt	Ubesvart
12	Hvilket utbytte har du hatt, alt i alt, av behandlingen på institusjonen?	4%	2%	14%	32%	20%	18%	10%

Litt om deg selv:

		Mann	Kvinne	Ubesvart			
Er du mann eller kvinne?	80%	18%	2%				
		Grunnskole (7 - 10 år)	Gymnas/yrkesskole/videregående skole	Høgskole/Universitet	Ubesvart		
Hva er din høyeste fullførte utdanning?	8%	52%	38%	2%			
Hva er din alder?	Antall år	51 ± 12					
		Utmerket	Meget god	God	Nokså god	Dårlig	Ubesvart
Stort sett vil du si din helse er:	4%	26%	42%	16%	10%	2%	



### 3. Utdanning av helsepersonell

SOVno utgir tidsskriftet "SØVN" to ganger årleg. Tidsskriftet er eit viktig formidlingsorgan for helsepersonell i alle helseregioner. "SØVN" formidlast også til media og helsemyndigheter. Tidsskriftet er gratis. Det trykte opplaget er på 2.500 per nummer, og formidlast i tillegg i pdf-format på våre nettsider og til en abonnementsliste.

#### *Oversikt over kurs, undervisning og foredragsaktivitet, helsepersonell alle regioner:*

- 2 dagers Hypersomni kurs, Bergen. (Kurs).
- NIVA-kurs om skiftarbeid, Finland. (Kurs).
- 2 dagers kurs "Søvnproblemer og vinterdepresjoner. Utredning og behandling" Nord-Trøndelag. (Kurs).
- 2 dagers kurs for psykologer "Kartlegging og behandling av søvn sykdommer", Bergen. (Kurs).
- 1 dagskurs. Søvn og søvn sykdommer. Primærmedisinsk uke, Oslo. (Kurs).
- 5 timer om insomni og døgnrytmeforstyrrelser. Søvnkurs. Trondheim. (Kurs).
- 45 minutter. Ikke-motoriske symptomer ved Parkinsons sykdom. Høstmøte i Klin. Nevrofys. Forening. Stavanger. (Kurs).
- 1 time om søvnfysiologi. Sykehuskurs. (Kurs).
- 15 timer. PSG- scoring av søvn og søvnrelaterte hendelser. (Kurs).
- 15 timer. PSG- scoring av søvn og søvnrelaterte hendelser for viderekommende. (Kurs).
- 45 minutter. Kurs om narkolepsi for leger i spesialistutdanning. (Kurs).
- 8 timer om søvn på søvnkurs for psykologer. Bergen. (Kurs).
- 8 timer om søvn på kurs i klinisk arbeidspsykologi. Norsk Psykologforening. (Kurs).
- 3 symposiumforedrag a' 20 minutter. 22th Congress of the European Sleep Research Society, Tallin, Estland. (Konferanse).
- 1 time om søvn og søvn sykdommer. landsmøte i Tannlegeforeningen. Oslo. (Konferanse).
- 1 time. Reimbursement of sleep in Europe. Annual presidential meeting of ANSS. Graz. (Konferanse).
- 20 minutter. Development of hypersomnia i patients with early PD- a 5 yer perspective. 10th Int. Congress on NMDPD. Nice. (Konferanse).
- 2 Round table discussion. 22th Congress of the European Sleep Research Society, Tallin, Estland. (Konferanse).
- 1 posterpresentasjon. Gordon Research Conference. Sleep regulation&Function. Galvestone US. (Konferanse).
- 8 posterpresentasjoner. 22th Congress of the European Sleep Research Society, Tallin, Estland. (Konferanse).
- 30 minutter. Søvn og metabolismeregulering. Nasj. senter for mat, helse og fysisk aktivitet. Bergen. (Konferanse).
- 10 minutter. Symptomatic treatment of narcolepsy i children and adults. 2nd Nordic Symposium of Narcolepsy. Oslo. (Seminar).
- 45 minutter. Sleep and stress. Washington State University. (Seminar).
- 45 minutter. Sleep disturbances in the survivors from Utøya. (Seminar).
- 40 minutter. Søvnrelaterte respirasjonsforstyrrelser. Tannlegeforeningen. (Seminar).
- Søvnrelaterte respirasjonsforstyrrelser. Høstmøte lungelegeforeningen. (Seminar).
- 45 minutter. Prøveforelesning. (Seminar).

***Oversikt over kurs, undervisning og foredragsaktivitet, helsepersonell flere regioner:***

- 6 timers dagskurs om søvn og søvnsykdommer, Frisklivssentraler, Bergen. (Kurs).
- 6 t dagskurs om søvn og søvnsykdommer, Frisklivssentraler, Kristiansand. (Kurs).
- 1 dag kurs om søvn blant barn og unge, Sogndal BUP. (Kurs).
- 1 dag. OSAS og OSAS-behandling. Lungespesialistkandidater. (Kurs).
- 6 timers foredrag om søvn på frisklivssentralen. Trondheim. (Kurs).
- 6 timers foredrag om søvn på frisklivssentralen, Oslo. (Kurs).
- 6 timers foredrag om søvn på frisklivssentralen. Kongsberg. (Kurs).
- 6 timers foredrag om søvn på LHL-klinikken Røros. (Kurs).
- 1 time foredrag om søvn på kurs i maritim medisin, Bergen. (Kurs).
- 1 time 40 min. Søvn og søvnsykd. Dagskonferanse med fokus på narkolepsi og søvnproblematikk ved autisme, ADHD og tourettes. (Kurs).
- 1 time 40 min. Søvn og søvnsykd. Dagskonferanse med fokus på narkolepsi og søvnproblematikk ved autisme, ADHD og tourettes. (Kurs).
- 1 time 40 min. Søvn og søvnsykd. Dagskonferanse med fokus på narkolepsi og søvnproblematikk ved autisme, ADHD og tourettes. (Kurs).
- 4 timer om søvn hos barn og unge. Helsesøstre i Buskerud. (Konferanse).
- 1.5 time om søvn på Agorasenteret. Asker. (Seminar).
- 3 timer. Foredrag om søvn hos barn og unge. Landsgruppen av helsesøstre. Bodø. (Seminar).
- 1 time. Foredrag om søvn hos ungdom. VGS. Bodø. (Seminar).
- 1 time. Om nett, søvn og depresjon. Ung 2014: Endring og undring. Trondheim. (Seminar).
- 1 time om søvn og søvnsykdommer, Rehabiliteringssenteret AiR. Rauland. (Nettmøte).

***Oversikt over kurs, undervisning og foredragsaktivitet, helsepersonell egen region:***

- 1,5 time. Søvnmedisin i allmennpraksis. Krossen Legesenter. (Kurs).
- 2 timer. Forebygge søvnplager for bedriftshelsetjeneste. (Stamnia). (Kurs).
- 1 time om søvn og hjerneskade. Logopedtjenesten. (Kurs).
- 1 time foredrag om søvn på frisklivssentralen. Fjell. (Kurs).
- 8 timers foredrag om søvn på for profesjonsstudenter Psykologi. Bergen. (Kurs).
- 4 timer om søvn til medisinerstudenter. (Kurs).
- 1,5 time. Søvn og søvnsykdommer. Fagdag for Åsane psykisk helse. (Kurs).
- 6 timer. Undervisning om OSAS til medisinerstudenter. (Kurs).
- 1 time 40 min. Søvn og søvnsykd. Dagskonferanse med fokus på narkolepsi og søvnproblematikk ved autisme, ADHD og tourettes. (Kurs).
- 2 timer om søvn og søvnsykdommer. Bjørvin DPS Bergen. (Konferanse).
- 1 time om søvnforskning for forskningsgruppe, Allmenmedisin i Bergen. (Konferanse).
- 1 time. Håndtering av OSAS-pasienter på SOVnos årsmøte. (Konferanse).
- 1 time om nervus hypoglossusstimulering for behandling OSAS. ØNH reg.møte. (Konferanse).
- 20 minutter. Sleep and circadian rythms. Junior Scientist Symposium. (Seminar).
- 60 minutter. SOVnos forskningsmøte. Bergen. (Seminar).
- 45 minutter. Biologisk og Medisinsk Psykologi. (Seminar).
- 60 minutter. SOVnos forskningsmøte. Bergen. (Seminar).
- 1 times foredrag om søvn hos ungdom. BUP/VOP. Voss. (Seminar).
- 1 time. Søvn hos smertepasienter. Ravneberghaugen Rehab. Senter. (Seminar). 1,5 time.

- Workshop/foredrag om søvn hos ungdom. Framtidskonferansen Nordahl Grieg VGS. Bergen. (Seminar).

**Total - utdanning av helsepersonell:**

Vidareutdanning av helsepersonell, alle regioner: 128 timer  
 Etterutdanning av helsepersonell, alle regioner: 128 timer  
 Utdanning av anna personell, alle regioner: 63 timer  
 Vidareutdanning av helsepersonell, fleire regioner: 57 timer  
 Etterutdanning av helsepersonell, fleire regioner: 57 timer  
 Grunnutdanning av helsepersonell, egen region: 122 timer  
 Vidareutdanning av helsepersonell, egen region: 27 timer  
 Etterutdanning av helsepersonell, egen region: 27 timer

SOVno arrangerte i løpet av våren og hausten 2014 elleve forskingsmøte:

Februar 20.	Vinner av årets publikasjon 2013: Jelena Mrdalj og medforfattere. <i>Early and later life stress alter brain activity and sleep rats.</i>
Mars 20.	Anne Marie Kinn <i>Disputasforberedelser. Consequences of social defeat stress.</i>
April 18.	Harald Hrubos-Strøm <i>Obstructive sleep apnea in community-dwelling adults.</i>
Mai 15.	Mari Hyssing <i>Søvn hos barn og unge.</i>
Juni 19.	Øystein Vedaa <i>SHUTi: et nettprogram for å hjelpe deg å sove bedre.</i>
August 21.	Sindre Norsaker v/Kalfaret Behandlingscenter <i>Arbeid med søvn/døgnrytmeproblematikk hos unge rusavhengige i spesialisthelsetjenesten.</i>
September 11.	Janne Grønli <i>Sleep disturbances in the survivors from Norwegian terror attack on Utøya 22/7 2011.</i>
Oktober 16.	Posterpresentasjoner fra Europeisk søvnkongress, ESRS.
November 5.	Joachim T. Maurer <i>Upper airway stimulationtherapy for obstructive sleep apneasyndrom.</i>
November 13.	Jelena Mrdalj <i>Disputasforberedelser: The early life condition. Importance for sleep, circadian rhythmicity, behaviour and response to later life challenges.</i>
Desember 11.	Trygve Jonassen <i>OSAS og KOLS/ASTMA</i>

## 4. Forsking

Senter for Søvnmedisin og SOVno publiserte i 2014 22 søvnrelaterte artiklar i Pubmed-registrerte tidsskrift og hadde 50 andre publikasjoner relatert til søvn, i tillegg til flere abstracts.

### *Pubmed publikasjoner:*

Kunst Jonas Rønningsdalen, Løset Gøril Kvamme, Hosøy Daniel, Bjorvatn Bjørn, Moen Bente E, Magerøy Nils, Pallesen Ståle

The relationship between shift work schedules and spillover in a sample of nurses.

Int J Occup Saf Ergon 2014;20(1):139-47.

PMID:24629875

Saxvig Ingvild West, Wilhelmsen-Langeland Ane, Pallesen Ståle, Vedaa Oystein, Nordhus Inger Hilde, Bjorvatn Bjørn

A randomized controlled trial with bright light and melatonin for delayed sleep phase disorder: effects on subjective and objective sleep.

Chronobiol Int 2014 Feb;31(1):72-86. Epub 2013 okt 21

PMID:24144243

Fossum Ingrid Nesdal, Nordnes Linn Tinnesand, Storemark Sunniva Straume, Bjorvatn Bjørn, Pallesen Ståle

The association between use of electronic media in bed before going to sleep and insomnia symptoms, daytime sleepiness, morningness, and chronotype.

Behav Sleep Med 2014 Sep 3;12(5):343-57. Epub 2013 okt 24

PMID:24156294

Wilhelmsen-Langeland Ane, Saxvig Ingvild W, Pallesen Ståle, Nordhus Inger-Hilde, Vedaa Oystein, Sørensen Eli, Bjorvatn Bjørn

The personality profile of young adults with delayed sleep phase disorder.

Behav Sleep Med 2014;12(6):481-92. Epub 2013 nov 27

PMID:24283705

Lallukka T, Øverland S, Haaramo P, Saastamoinen P, Bjorvatn B, Sivertsen B

The joint contribution of pain and insomnia to sickness absence and disability retirement: a register-linkage study among Norwegian and Finnish employees.

Eur J Pain 2014 Jul;18(6):883-92. Epub 2013 des 12

PMID:24338923

Pallesen Ståle, Sivertsen Børge, Nordhus Inger Hilde, Bjorvatn Bjørn

A 10-year trend of insomnia prevalence in the adult Norwegian population.

Sleep Med 2014 Feb;15(2):173-9. Epub 2013 des 1

PMID:24382513

Bjorvatn Bjørn, Pallesen Ståle, Grønli Janne, Sivertsen Børge, Lehmann Sverre

Prevalence and correlates of insomnia and excessive sleepiness in adults with obstructive sleep apnea symptoms.

Percept Mot Skills 2014 Apr;118(2):571-86.

PMID:24897888

Henriksen Tone E G, Skrede Silje, Fasmer Ole Bernt, Hamre Børge, Grønli Janne, Lund Anders

Blocking blue light during mania - markedly increased regularity of sleep and rapid improvement of symptoms: a case report.

Bipolar Disord 2014 Dec;16(8):894-8. Epub 2014 sep 27

PMID:25264124

Kinn Rød Anne Marie, Murison Robert, Mrdalj Jelena, Milde Anne Marita, Jellestad Finn Konow, Øvernes Leif Arvid, Grønli Janne

Effects of social defeat on sleep and behaviour: importance of the confrontational behaviour.

Physiol Behav 2014 Mar 29;127():54-63. Epub 2014 jan 25

PMID:24472325

Dørheim Signe K, Bjorvatn Bjørn, Eberhard-Gran Malin

Can insomnia in pregnancy predict postpartum depression? A longitudinal, population-based study.

PLoS One 2014;9(4):e94674. Epub 2014 apr 14

PMID:24732691

Johansson Anders, Gjerde Kjersti, Lehmann Sverre, Bjorvatn Bjørn, Al-azawy Kahtan, Gulati Shashi, Berge Morten E

Oral appliance therapy for sleep apnoea.

Tidsskr Nor Laegeforen 2014 May 27;134(10):1030-1. Epub 2014 mai 27

PMID:24865726

Bercea Raluca Mihaela, Mihaescu Traian, Cojocaru Cristian, Bjorvatn Bjørn

Fatigue and serum testosterone in obstructive sleep apnea patients.

Clin Respir J 2014 Apr 14. Epub 2014 apr 14

PMID:24725752

Flo Elisabeth, Pallesen Ståle, Moen Bente Elisabeth, Waage Siri, Bjorvatn Bjørn

Short rest periods between work shifts predict sleep and health problems in nurses at 1-year follow-up.

Occup Environ Med 2014 Aug;71(8):555-61. Epub 2014 jun 11

PMID:24919881

Waage Siri, Pallesen Ståle, Moen Bente Elisabeth, Magerøy Nils, Flo Elisabeth, Di Milia Lee, Bjorvatn Bjørn

Predictors of shift work disorder among nurses: a longitudinal study.

Sleep Med 2014 Dec;15(12):1449-55. Epub 2014 sep 17

PMID:25441751

Solheim Brandy, Langsrud Knut, Kallestad Håvard, Olsen Alexander, Bjorvatn Bjørn, Sand Trond

Difficult morning awakening from rapid eye movement sleep and impaired cognitive function in delayed sleep phase disorder patients.

Sleep Med 2014 Oct;15(10):1264-8. Epub 2014 jul 3

PMID:25156750

Dørheim Signe K, Garthus-Niegel Susan, Bjorvatn Bjørn, Eberhard-Gran Malin  
Personality and Perinatal Maternal Insomnia: A Study Across Childbirth.  
Behav Sleep Med 2014 Aug 30. Epub 2014 aug 30  
PMID:25174718

Sivertsen Børge, Pallesen Ståle, Glozier Nick, Bjorvatn Bjørn, Salo Paula, Tell Grethe S, Ursin Reidun, Øverland Simon  
Midlife insomnia and subsequent mortality: the Hordaland health study.  
BMC Public Health 2014;14():720. Epub 2014 jul 15  
PMID:25024049

Saksvik-Lehouillier Ingvild, Pallesen S, Bjorvatn B, Magerøy N, Folkard S  
Towards a More Comprehensive Definition of Shift Work Tolerance.  
Ind Health 2014 Oct 17. Epub 2014 okt 17  
PMID:25327300

Hansen Anita L, Dahl Lisbeth, Olson Gina, Thornton David, Graff Ingvild E, Frøyland Livar, Thayer Julian F, Pallesen Staale  
Fish consumption, sleep, daily functioning, and heart rate variability.  
J Clin Sleep Med 2014 May 15;10(5):567-75.  
PMID:24812543

Sivertsen Børge, Harvey Allison G, Pallesen Ståle, Hysing Mari  
Mental health problems in adolescents with delayed sleep phase: results from a large population-based study in Norway.  
J Sleep Res 2014 Oct 31. Epub 2014 okt 31  
PMID:25358244

Sivertsen Børge, Lallukka Tea, Salo Paula, Pallesen Ståle, Hysing Mari, Krokstad Steinar, Simon Øverland  
Insomnia as a risk factor for ill health: results from the large population-based prospective HUNT Study in Norway.  
J Sleep Res 2014 Apr;23(2):124-32.  
PMID:24635564

Sivertsen Børge, Pallesen Ståle, Sand Liv, Hysing Mari  
Sleep and body mass index in adolescence: results from a large population-based study of Norwegian adolescents aged 16 to 19 years.  
BMC Pediatr 2014;14():204. Epub 2014 aug 15  
PMID:25128481

***Andre publikasjoner:***

Moen BE, Waage S, Ronda E, Magerøy N, Pallesen S, Bjorvatn B  
Spontaneous abortions and shift work in a cohort of nurses in Norway  
Occupational Medicine and Health Affairs. 2014

Lien TF, Pallesen S, Bjorvatn B, Moen BE.  
Skiftarbeid og sykefravær blant sykepleiere.  
Sykepleien Forskning 2014 nr 4; 9: 350-356.

Thun E, Bjorvatn B, Torsheim T, Moen BE, Magerøy N, Pallesen S.  
Night work and symptoms of anxiety and depression among nurses.  
Work & Stress 2014 in press.

Thun E, Bjorvatn B, Flo E, Harris A, Pallesen S.  
Sleep, circadian rhythms, and athletic performance  
Sleep Medicine Reviews in press

Bjorvatn B, Løge I.  
Narkolepsi (revidert).  
Norsk Elektronisk Legehåndbok (NEL), 2014.

Bjorvatn B.  
Søvnproblemer blant ungdom.  
Innsikt, Bergens Tidende 9. februar, 2014

Reknes I, Bjorvatn B, Einarsen S, Pallesen S, Magerøy N, Thun E, Moen BE.  
Nye funn: Nattarbeid, roterende turnusarbeid og mindre enn 11 timer mellom skift er spesielt problematisk for søvnen.  
Sykepleien 2014; nr. 07: 36-39.

Bjorvatn B.  
Hvor mye søvn trenger vi?  
SØVN 2014; 6(1): 18-19.

Bjorvatn B. .  
Viktige oppgaver for Nasjonal kompetansetjeneste for søvnsykdommer  
SØVN 2014; 6(1): 4.

Haugland H, Bjorvatn B.  
Utlevering av hypnotika i Norge fra 2005 til 2011.  
SØVN 2014; 6(1): 14-17.

Møller SV, Axelsson J, Bjorvatn B, Hansen J, Hansen ÅM, Harris A, Hjarsbech PU, Härmä M, Ingre M, Jensen MAa, Kecklund G, Kolstad HA, Lie JAS, Lowden A, Matre D, Nabe-Nielsen K, Pallesen S, Puttonen S, Rugulies R, Tucker P, Vistisen HT, Garde AH.  
Co-ordination of research on working hours and health in the Nordic countries.  
TemaNord 2014: 530 (conference proceeding, 127 pages).

Gradisar M, Smits MG, Bjorvatn B.  
Assessment and treatment of delayed sleep phase disorder in adolescents: Recent Innovations and Cautions.  
Sleep Medicine Clinics 2014; 9: 199-210.

Bjorvatn B, Pallesen S.  
Søvnsykdommer. I: Nevrologi og nevrokirurgi fra barn til voksen. Red: Gjerstad, Helseth, Rootwelt.  
Forlaget Vett & Viten, 2014, 417-436.

Johansson A, Gjerde K, Lehmann S, Bjorvatn B, Al-Azawy K, Gulati S, Berge ME.  
Skinnebehandling mot søvnapne.  
Den norske tannlegeforenings tidende 2014; 124: 637-639. Gjengitt fra Tidsskr Nor Legefor.

Bjorvatn B, Gronfier C. F.  
Circadian rhythm sleep disorders. Nosological classification, definitions, epidemiology.  
ESRS Sleep Medicine Textbook, 2014; 321-325.

Gronfier C, Bjorvatn B.  
Circadian rhythm sleep disorders. 3. Clinical picture and diagnosis.  
ESRS Sleep Medicine Textbook, 2004; 337-342.

Bjorvatn B.  
Nasjonal kompetansetjeneste for søvnsykdommer (SOVno) feirer 10 års jubileum.  
SØVN 2014; 6(2): 4-5.

Hysing M, Pallesen S, Stormark KM, Jakobsen R, Lundervold AJ, Sivertsen B  
Sleep and use of electronic devices in adolescence: Results from a large population-based study.  
BMJ Open, in press

Lien TF, Pallesen S, Bjorvatn B, Moen BE.  
Skiftarbeid og sykefravær blant sykepleiere. .  
Sykepleien Forsk 2014; 9: 350-356

Pallesen S.  
Søvn lengde: Normer og endringer.  
SØVN; 2014; 6(1): 22-25.

Saxvig IW.  
Sosielt jetlag hos ungdom.  
SØVN 2014, nr.1 (20-21).

Grønli J og Saxvig IW.  
Søvnens hemmeligheter.  
Naturen 2014, nr.5 (185-89).

Saxvig IW, Lehmann S, Gulati S, Aurlien H, Bjorvatn B.  
Prevalence of excessive sleepiness and insomnia in patients with obstructive sleep apnea syndrome.  
The 23th Congress of the European Sleep Research Society, Tallinn Estonia, 2014. Abstract - poster presentation

Jonassen TM, Saxvig IW, Gulati S, Aurlien H, Bjorvatn B, Egan TML, Lehmann S.  
Relationship between symptoms of sleep disordered breathing and severity of obstructive sleep apnoea in a ref. sleep center.  
The 23th Congress of the European Sleep Research Society, Tallinn Estonia, 2014. Abstract - poster presentation.

Saxvig IW, Wilhelmsen-Langeland A, Pallesen S, Bjorvatn B.



Sleep schedules and social jetlag in students with delayed sleep phase disorder and controls.  
The 23th Congress of the European Sleep Research Society, Tallinn Estonia, 2014. Abstract - oral presentation.

Saxvig IW, Lehmann S, Gulati S, Aurlien H, Bjorvatn B.  
Excessive sleepiness and insomnia in patients with obstructive sleep apnea.  
Regional kvalitetsregisterkonferanse helse-vest, Stavanger, 2014. Poster presentation.

Mrdalj J, Pallesen S, Ursin R, Grønli J  
Sleep and brain activity after early life stress in female rats.  
22nd-Congress, European Sleep Research Society, Tallinn, Estland 2014

Waage S.  
Stress endrer hjerneaktivitet og søvn. Om årets publikasjonspris i SØVN nr. 1, 2014 (s.5).  
SØVN nr. 1, 2014 (s.5).

Waage S.  
Europeisk søvnkongress i historiske Tallinn.  
SØVN nr.2, 2014 (s.14-15).

Dørheim S, Garthus-Niegel S, Bjorvatn B, Eberhard-Gran M.  
May personality traits predict insomnia and sleep in late pregnancy or after delivery?  
The 2014 International Marcé Society Conference.

Thun E, le Hellard S, Osland T, Bjorvatn B, Moen BE, Magerøy N, Pallesen S.  
Circadian clock genes, insomnia, sleepiness and shift work disorder.  
ESRS Tallin 2014

Byrkjedal IK, Pallesen S, Bjorvatn B, Nødtvedt ØO, Grønli J..  
An experimental study comparing the effects of reading on an Ipad or in a book on polysomnographic-assessed sleep  
ESRS Tallin 2014

Jonassen TM, Saxvig IW, Gulati S, Aurlien H, Bjorvatn B, Eagan TML, Lehmann S..  
Relationship between symptoms of sleep disordered breathing and severity of obstructive sleep apnea in a reference sleep center  
ESRS Tallin 2014.

Flo E, Pallesen S, Bjorvatn B. .  
Insomnia and non-restorative sleep  
ESRS Tallin 2014

Bjorvatn B.  
Treatment of DSPD with light and melatonin.  
ESRS Tallin 2014.

Amofah HA, Broström A, Fridlund B, Bjorvatn B, Haaverstad R, Hufthammer KO, Kuiper KKJ, Norekvål TM.  
Selfreported sleep and insomnia, sleep and wake pattern, in octogenarians after surgic or transcatheter aorticvalve repl.

6th Joint Scandinavian Conference in Cardiothoracic Surgery, 2014

Andersen MR, Nilsen KB, Lie JAS, Wærstad M, Knardahl S, Härmä M, Bjorvatn B, Matre D.  
Shift work, sleep and pain among nurses.  
NIVA, Finland 2014

Grønli J og østerfeldt Henriksen V.  
Behandling av søvnapné. Veien kan være rett, eller rett og slett kronglete.  
SØVN 2014; 6(2): 3

Krohn-Hansen L og Grønli J.  
Bedre søvn for mindre nakkesmerter I boken 'Frisk nakke. Sterk, Avslappet og smertefri'.  
Frisk Forlag, 2014. ISBN 978-82-998851-7-1 Anders Aasen Berget og Lennart Krohn-  
Hansen (redaktører),

Grønli J  
Redaktørens hjørne.  
SØVN 2014; 6(2): 3

Grønli J.  
Godt om søvn, Bokanmeldelse av SØVN, Poul Jennum (redaktør),  
Tidsskrift for Den norske lægeforening, Nr. 6 – 25. mars 2014

Grønli J.  
Den gode, restituerende søvnen  
SØVN 2014; 6(1): 10-14

Grønli J.  
Redaktørens hjørne.  
SØVN 2014; 6(1): 3

Grønli J, Dagestad G and Bramham C.  
Chronic stress degrades the restorative function of sleep at the translational level.  
Gordon Research Conference, Sleep Regulation & Function, Galveston, US

Grønli J, Ousdal O, Melinder A, Pallesen S, Endestad T and Milde AM.  
Insomnia and nightmares and ass with PTSD and depr sympt among the surv. from the  
Norwegian terror 22/7 2011 attack on Utøya.  
22nd European Sleep Research Society congress, Tallinn, Estland

Grønli J, Mrdalj J, Henriksen T, Mattson Å, Kinn Rød AM, Pallesen S and Skrede S.  
The circadian effect of light stimulation on rats' body temperature and heart rate.  
22nd European Sleep Research Society congress, Tallinn, Estland

Grønli J, Ousdal O, Milde AM, Pallesen S, Endestad T and Melinder A.  
PTSD associated effects on OSA and restless legs in the surv. from the Norwegian terror 22/7  
2011 attack on Utøya.  
22nd European Sleep Research Society congress, Tallinn, Estland

Henriksen TEG, Grønli J, Fasmer OB, Skrede S, Lund A..

Blocking blue light during mania; markedly incr. reg. of sleep and rapid improve of sympt:  
case reports from an ongoing trial  
22nd European Sleep Research Society congress, Tallinn, Estland

Mrdalj J.

The early life condition. Importance for sleep, circadian rhythmicity, behaviour and response to later life challenges.  
Doctoral thesis, 2014. ISBN: 978-82-308-2766-6

Chwyszczuk LJ, Breitve M, Hynninen M, Gjerstad M, Boeve B, Aarsland D, Rongve A  
Probable REM sleep behavior disorder is prevalent in early stage dementia with Lewy bodies in Western Norway.  
Conference paper; Non-Motor Dysfunctions in Parkinson's Disease and Related Disorders, Nice, France; 12/2014

### *Avlagte doktorgrader*

Anne Marie Kinn Rød

Consequences of social defeat stress for behaviour and sleep. Short-term and long-term assessments in rats.

Disputert: April 2014

Hovedveileder: Robert Murison

Jelena Mrdalj

The early life condition. Importance for sleep, circadian rhythmicity, behaviour and response to later life challenges.

Disputert: Desember 2014

Hovedveileder: Janne Grønli

### *Kvalitetsregisteret:*

I 2014 henta Senter for søvnmedisin inn totalt 855 (956 i 2013) nye samtykke til å registrerast i kvalitets- og forskingsregisteret, medan 52 kryssa av for at dei ikkje ynskja å delta. Svarprosenten for kvalitetsregisteret er altså høg (94 %).

## **5. Pasientopplæring**

Det vart halde mestringskurs for pasientar med søvnapné og deira pårørande i samarbeid med Lærings- og mestringscenteret i Bergen. Kurset vart halde 5 gongar; i januar, mars, mai, oktober og desember. Totalt deltok 34 pasientar og 13 pårørande. Deltakarane evaluerte kurset, og tilbakemeldingane var gjennomgåande gode:

## Evaluering

### Mestringskurs for personer med søvnapne` og deres pårørende

#### Dato: 2014

Sett kryss for det som stemmer for deg:

*NB! Tre ulike versjoner av evalueringsskjema ble benyttet i hhv januar/mars (20 skjema), mai (13 skjema), oktober/desember (15 skjema). Totalt 48 innleverte skjema.*

1.

Hvor nyttig var temaene for deg og din situasjon?		Svært nyttig	Nyttig	Noe nyttig	Lite nyttig	Ikke nyttig	Ikke tema på kurset
<b>Bruker-innlegg</b>	Erfaringer (alle)	16	18	1	3		1
<b>Faglige innlegg</b>	Behandling av OSAS v/lege (alle)	22	20	2			
	Produkter innen maskebehandling og praktisk informasjon v/sykepleier (alle)	22	19	1			
	Rettigheter og andre hjelpeordninger v/sosionom (jan + mars)	3	7	2			3
	Vaneendring, kosthold og fysisk aktivitet v/fysioterapeut (jan + mars)	7	9	2	2		
	Hvordan mestre maskebehandling v/sykepleier (jan + mars)	10	7	2			
	Fysisk aktivitet v/fysioterapeut (mai + okt + des)	10	14	4			
	Kost og ernæring v/ernæringsfysiolog (mai + okt + des)	16	10	1	1		
	Hvordan opprettholde motivasjon til CPAP bruk v/ sykepleier (mai)	8	3	1			
Endringshjulet-motivasjon til CPAP bruk v/sykepleier (okt + des)	2	6	2	1			
<b>Bruker-organisasjoner</b>	Informasjon om likemannsarbeid og andre tilbud (alle)	9	18	6	1		1

2.

Hvor nyttige var disse læringsmetodene for deg og din situasjon?	Svært nyttig	Nyttig	Noe nyttig	Lite nyttig	Ikke nyttig	Ikke aktuelt på kurset
Dialog med fagpersoner	26	20				
Samtaler i gruppe/gruppearbeid	16	12	9	3	1	2
Høre andres erfaringer	22	19	3	2		
Dele mine erfaringer	14	19	5	1		
Få tips og gode råd	24	19	1	1		

3. Jeg er:

Bruker/pasient: 34 Pårørende: 13  Kvinne: 17 Mann: 22 Alder: 45 - 82

## 6. Formidling til allmennheten

### *Brosjyrar*

SOVno har laga tre pasient-brosjyrar om søvn og søvnsjukdomar. Disse formidlas gratis til helsepersonell over heile landet, og er populære brosjyrar på legekontor og sjukehuseiningar. 5.360 brosjyrar ble sendt ut i 2014.

### *Nettsider*

I 2014 hadde Senter for søvnmedisin 3135 treff på hovudsida (<http://www.helse-bergen.no/no/OmOss/Avdelinger/senter-for-sovnmedisin/Sider/default.aspx>), medan SOVno hadde 30 932 treff på hovudsida ([www.sovno.no](http://www.sovno.no)). SOVno er blant toppane i talet på sidevisingar totalt sett i Helse Bergen.

### *Medieoppslag*

SOVno og Senter for søvnmedisin hadde totalt 132 medieoppslag i 2014:

- Nettinnlegg 40 stk
- TV innslag 9 stk
- Radio innslag 16 stk
- Avis/nettavis 49 stk
- Magasiner/annet 18 stk

Rapporten er basert på tal frå data/tal frå Senter for Søvnmedisin og Nasjonal Kompetansetjeneste for Søvnssykdommer.