

ÅRSRAPPORT 2015

FOR



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

Senterleder
Bjørn Bjorvatn

Registerkoordinator
Ingvild West Saxvig

Senterkoordinator
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). Klinikken for psykosomatisk medisin har òg aktivitet ved senteret. Administrativt ligg Senter for Søvnmedisin under lungeavdelinga, seksjon for obstruktive lungesjukdommar/respirasjonssvikt/søvnrelaterte sjukdommar, men alle avdelingane har overordna fagleg ansvar for sin eigen aktivitet ved 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 søvnsykdommer (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 2015 tilknytt 28 lækjarar, 23 sjukepleiarar, 3 tannlækjarar, 5 merkantile og 1 ingeniørar. Lækjarane, sjukepleiarane, merkantilt personell og ingeniør er tilsett ved sine moderavdelingar, og arbeider ved Senter for Søvnmedisin i deler av si kliniske verksemd. Dei andre tilsette ved senteret (leiar, forskar, tannlækjarar) er tilsett ved lungeavdelinga.

Leiar, professor dr.med.	Bjørn Bjorvatn
Registerkoordinator, ph.d.	Ingvild West Saxvig (i permisjon frå juli) Tom Willy Aasnes (vikar)
Senterkoordinator, sjukepleiar	Hilde Tveit
Merkantile:	Ann Kristin Løvik (lunge) Karoline Korsvold/Lisbeth Andersland (ØNH) Sidsel M. Jordal/ Irene Bjørtomt (KNF, 20%)
Lækjarar/tannlækjarar:	Lunge: Sverre Lehmann (seksjonsleder) Ove Fondenes Rajinder Sharma Kathan Al-Azawy Solfrid Indrekvam Trygve M Jonassen Thomas B Grydeland Anders Storesund Karin Stang Volden Anders Johansson Kjersti Gjerde Morten Berge
	ØNH: Shashi Gulati (seksjonsoverlege)

Helge Jacobsen
Hilde Haave
Arild Sletteberg
Lorentz Sandvik
Erlend Lundemo (LIS-lege)
Ole Gamlemshaug (LIS-lege)
Jan Erik Berge (LIS-lege)
Trygve Dyrnes (LIS-lege)
Anders Torp (LIS-lege)
Kristin Marie Hoven (LIS-lege)

KNF/nevrologi:

Ole Bjørn Tysnes (avdelingsleder)
Håvard Skeidsvoll (seksjonsoverlege)
Harald Aurlien
Bjørn Karlsen
Jan Brøgger
Ina Hjelland
Tom Eichele
Ivar Otto Gjerde
Geir Bringeland (LIS-lege)
Brage Brakedal (LIS-lege)
Ellen Skorve (LIS-lege)
Øyvind Torkildsen (LIS-lege)
Nicola Lagollo (LIS-lege)

Psykiatri:

Ann Christin Rivenes
Jørn Bødtker
Siri Åbergstjord

Sjukepleiarar:

Lunge:

Mona Grundeland
Thomas Berge
Hilde Kristin Tveit
Marianne Stølen Strandheim
Lillian Hopland
Anny Sekkingstad
Irene Morild
Irene Nesheim
Britt Helen Rusås
Gunvor Mo Norstein

ØNH :

Marit Monsen
Anny M.S. Skålevik
Mona G. Bjerke
Astri Karin Husøy
Unni Elisabeth Osmo

KNF/nevrologi:

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

Ingeniører:**KNF/nevrologi:**

Glenn Bø

Lungeavdelinga har i snitt hatt ein lækjar på senteret kvar dag, 1 sjukepleiar som følgjer opp pasientane som skal til lækjaren, og 3 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 nokre tysdagar, avhengig av behov. Tannlækjarar har teke imot pasientar kvar tysdag, onsdag, og torsdag. Senteret var ope heile året unnateke 5 veker i juli og 1 veke i desember.

Nasjonal Kompetansetjeneste for Søvnsykdommer (SOVno)

Staben har i 2015 bestått av:

Leiar Bjørn BJORVATN (20%)
Senterkoordinator Siri Waage (50%)
Rådgjevar Jelena MRDALJ (50%)
Rådgjevar Tom Willy ÅSNES (50%)
Rådgjevar/redaktør SØVN ELDBJØRG FISKE (70%)
Seniorforskar Michaela DREEZ GJERSTAD (10%)
Postdoc. Ingvild West Saxvig (50%)

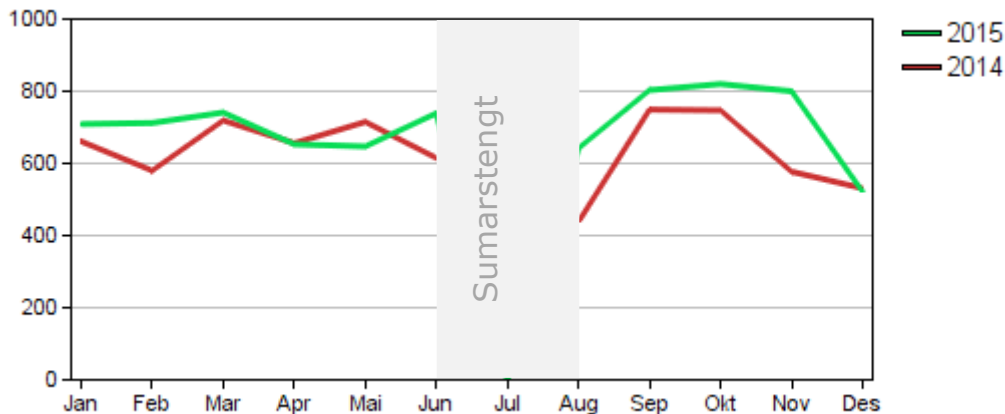
I tillegg er det knytt ei arbeidsgruppe til SOVno:

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.
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, barneklinikken, Haukeland universitetssjukehus

2. Pasientbehandling:

Det blei i 2015 halde totalt 7789 konsultasjonar ved Senter for søvnmedisin, mot 6988 i 2014. Av desse var 1669 ny-tilviste pasientar (definert som pasientar til behandling som ikkje har hatt behandlingsepisodar i same eller føregåande år), mot 1323 i 2014. Figur 1 viser kor mange konsultasjonar som blei heldt ved Senter for søvnmedisin kvar månad.

Figur 1. Konsultasjonar ved Senter for søvnmedisin for kvar månad i 2015 samanlikna med 2014 (merk at Senter for søvnmedisin heldt sumarstengt i juli både i 2014 og i 2015).



Tabell 1 viser gjennomsnittleg ventetid ved senteret for kvar av dei tilknytte avdelingane medan Tabell 2 (neste side) viser korleis dei ulike hovuddiagnosane er fordelt for pasientar ved Senter for søvnmedisin.

Avdeling Gjennomsnittleg ventetid - dagar

Lunge	146,9 (157,0)
ØNH	204,5 (223,1)
Nevro	137,4 (98,7)
Psyk	97 (n/a)

Tabell 1. Gjennomsnittleg ventetid ved Senter for søvnmedisin frå motteken tilvising til diagnosetidspunkt i 2015 (tal frå 2014 i parentes), n/a = not applicable.

I 2015 utførte lungeavdelinga 1198 polikliniske polygrafi-registreringar (mot 896 i 2014). ØNH-avdelinga utførte 792 (mot 717 i 2014) polikliniske polygrafi-registreringar, 1 trykkmåling (6 i 2014), 53 conchotomiar (32 i 2014) og 8 ganepplastikkar (9 i 2014). KNF utførte 181 polysomnografiregistreringar/PSG (mot 189 i 2014) og 137 multippel søvnlatenstestar/MSLT i 2015 (mot 132 i 2014).

Senteret leverte ut ca 865 CPAP-maskinar (448 av desse var nye brukarar) mot 715 i 2014, ca 92 bilevel-maskinar (67 av desse var nye brukarar) mot 101 i 2014 og ca 173 apnéskinner (137 i 2014) (tal frå seksjon for behandlingshjelpemidler).

Det var ingen fristbrot ved senteret i 2015.

Hovuddiagnose	Behandlings- episodar	Nye pasientar
G473 Søvnapné	4 802 (4679)	374 (394)
Z038 Observasjon ved mistanke om annen spes. sykdom og tilstand	1 029 (589)	796 (422)
R065 Munnpusting	948 (823)	309 (334)
Z033 Observasjon ved mistanke om forstyrrelse i nervesystemet	333 (334)	9 (16)
G470 Innsøvnings- og søvnforstyrrelser	131 (72)	46 (30)
J343 Hypertrofi av nesemuslinger	104 (100)	5 (15)
J961 Kronisk respirasjonssvikt	62 (18)	1 (0)
G471 Eksessiv somnolens	52 (27)	25 (9)
G479 Uspesifisert søvnforstyrrelse	50 (22)	21 (12)
G478 Andre spesifiserte søvnforstyrrelser	27 (33)	18 (17)
Z090 Etterundersøkelse etter kir. behandling for andre tilstander	23 (28)	0 (0)
J342 Skjev neseskillevegg	21 (37)	3 (5)
G258 Andre spes. ekstrapyramidale tilstander og bevegelsesforst.	15 (4)	7 (3)
J9611 Kronisk respirasjonssvikt	14 (18)	0 (0)
F511 Ikke-organisk hypersomni	12 (10)	6 (7)
F512 Ikke-organisk forstyrrelse av søvn-våkenhetsrytmen	11 (6)	8 (4)
G472 Forstyrrelser i søvn-våkenhetsrytmen	10 (16)	6 (12)
F510 Ikke-organisk insomni	8 (6)	5 (5)
F519 Uspesifisert ikke-organisk søvnlidelse	7 (7)	4 (5)
J449 Uspesifisert kronisk obstruktiv lungesykdom	7 (9)	0 (0)
R53 Uvelhet og tretthet	6 (7)	1 (3)
J304 Uspesifisert allergisk rinitt	6 (4)	0 (1)
R060 Dyspné	6 (3)	0 (1)
E662 Ekstrem fedme med alveolær hypoventilasjon	6 (14)	1 (1)
R298 Andre og uspes. sympt. m/tilkn. til nerve og muskelskj.syst.	5 (0)	3 (0)
J351 Hypertrofi av mandler	5 (5)	0 (1)
J300 Vasomotorisk rinitt	5 (3)	0 (1)
G474 Narkolepsi og katapleksi	5 (7)	1 (2)

Tabell 2. Fordeling av dei ulike hovuddiagnosane blant pasientar ved Senter for søvnmedisin (berre diagnoser med 5 eller fleire konsultasjonar er inkludert, tal frå 2014 i parentes).

Pasienttilfredsheit

I desember 2015 blei det gjennomført pasienttilfredsheitsundersøking ved Senter for Søvnmedisin. Totalt 50 pasientar fylte ut skjema, medan 3 sa nei til å delta. 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 "behandlerne" 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 behandlerne til deg slik at du forsto dem?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	2%	20%	78%	<input type="checkbox"/>	
2	Har du tillit til behandlernes faglige dyktighet?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	6%	20%	74%	<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%	28%	66%	<input type="checkbox"/>	
4	Fikk du tilstrekkelig informasjon om din diagnose / dine plager?	<input type="checkbox"/>		8%	34%	56%	2%	
5	Opplevde du at behandlingen var tilpasset din situasjon?	<input type="checkbox"/>	4%	8%	26%	56%	16%	
6	Var du involvert i avgjørelser som angikk din behandling?		4%	14%	28%	38%	6%	

7	Opplevde du at institusjonens arbeid var godt organisert?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	4%	44%	50%	2%	
8	Fikk du inntrykk av at institusjonens utstyr var i god stand?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	4%	34%	54%	8%	
		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"/>	2%	4%	26%	56%	6%	6%
10	Mener du at du på noen måte ble feilbehandlet (etter det du selv kan bedømme)?	68%	8%	<input type="checkbox"/>	6%	2%	10%	6%
		Nei	Ja, men ikke lenge	Ja, ganske lenge	Ja, altfor lenge			Ubesvart
11	Måtte du vente for å få tilbud ved institusjonen?	26%	46%	12%	10%	4%	2%	
		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?	2%	6%	26%	26%	26%	8%	6%

Litt om deg selv:

	Mann	Kvinne	Ubesvart			
Er du mann eller kvinne?	74%	22%	4%			
	Grunnskole (7 – 10 år)	Gymnas/yrkesskole/videregående skole	Høgskole/Universitet	Ubesvart		
Hva er din høyeste fullførte utdanning?	10%	48%	38%	4%		
Hva er din alder?	Antall år 56 ± 13					
	Utmerket	Meget god	God	Nokså god	Dårlig	Ubesvart
Stort sett vil du si din helse er:	4%	22%	38%	22%	8%	6%

I 2015 blei det også gjennomført pasienttilfredsheitsundersøking blant pasientar som deltok i eit pilotprosjekt kor trådløs dataoverføring frå CPAP-apparatet (telemonitorering) blei testa ut. Totalt 30 av 46 pasientar svara på undersøkinga. Også desse pasientane var nøgde med behandlinga 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 "behandlerne" 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.

Dette spørreskjemaet er ment til dem som har deltatt i pilotprosjektet hvor vi prøver ut trådløs dataoverføring fra CPAP-apparatet, såkalt telemonitorering.

		Ikke i det hele tatt	I liten grad	I noen grad	I stor grad	I svært stor grad	Ikke aktuelt
1	Snakket behandlerne til deg slik at du forsto dem?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	33%	67%	<input type="checkbox"/>
2	Har du tillit til behandlernes faglige dyktighet?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	33%	67%	<input type="checkbox"/>
3	Fikk du tilstrekkelig informasjon om hvordan CPAP behandlingen fungerer?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	10%	20%	70%	<input type="checkbox"/>
4	Fikk du tilfredsstillende svar på dine spørsmål ang behandling og utstyr?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	30%	70%	<input type="checkbox"/>
5	Opplvde du at behandlingen var tilpasset din situasjon?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	7%	33%	60%	<input type="checkbox"/>
6	Var du involvert i avgjørelser som angikk din behandling?	<input type="checkbox"/>	3%	3%	34%	47%	13%
7	Opplvde du at institusjonens arbeid var godt organisert?	<input type="checkbox"/>	3%	<input type="checkbox"/>	30%	67%	<input type="checkbox"/>
8	Fikk du inntrykk av at institusjonens utstyr var i god stand?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	27%	73%	<input type="checkbox"/>
9	Var hjelpen og behandlingen du fikk på institusjonen, alt i alt, tilfredsstillende?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	7%	32%	61%	<input type="checkbox"/>

11	Mener du at du på noen måte ble feilbehandlet (etter det du selv kan bedømme)?	88%	<input type="checkbox"/>	4%	<input type="checkbox"/>	12%	<input type="checkbox"/>						
12	Har telemonitorering bidratt til at du har blitt mer bevisst på å bruke CPAP`en?	12%	8%	7%	42%	31%	<input type="checkbox"/>						
13	Har telemonitorering vært en positiv faktor i behandlingen?	8%	4%	4%	46%	31%	<input type="checkbox"/>						
14	Ønsker du at telemonitorering skal være en del av din videre oppfølging?	Ja	92%	Nei	8%								
15	Har det vært lang ventetid mellom kontrollene?	Nei	79%	Ja, men ikke lenge	21%	Ja, ganske lenge	<input type="checkbox"/>	Ja, altfor lenge	<input type="checkbox"/>				
16	Hvilket utbytte har du hatt av behandlingen?	Ikke noe utbytte	4%	Lite utbytte	7%	En del utbytte	14%	Stort utbytte	50%	Svært stort utbytte	25%	Ikke aktuelt	<input type="checkbox"/>

Litt om deg selv:

	Mann	Kvinne			
Er du mann eller kvinne?	67%	33%			
	Grunnskole (7 – 10 år)	Gymnas/yrkesskole/videregående skole	Høgskole/Universitet		
Hva er din høyeste fullførte utdanning?	37%	43%	20%		
Hva er din alder?	Antall år Snitt 58 år				
	Utmerket	Meget god	God	Nokså god	Dårlig
Stort sett vil du si din helse er:	<input type="checkbox"/>	24%	38%	31%	7%

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 2.200 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:

- 1 foredrag (15 min) ved Nasjonalt forskningsseminar for yngre forskere innen søvn, 20.-21. februar, Solstrand, Os. Seminar, Helsepersonell og andre faggrupper - alle regioner.
- 1 foredrag ved symp "New Findings on the Biology of Shift Work" Sleep and Perform Res Center, Washington State University, USA. Seminar, Helsepersonell og andre faggrupper - alle regioner.
- 1 invitert symposium foredrag ved 16th Nordic Sleep Conference, Gøteborg, Sverige, 2015. Konferanse, Helsepersonell og andre faggrupper - alle regioner.
- 1 posterpresentasjon på WFSRS-kongressen i Istanbul, Tyrkia. Konferanse, Helsepersonell og andre faggrupper - alle regioner.
- 1 posterpresentasjon ved Workshop in state of the art sleep research organized by National Institute of Health. UCLA USA. Konferanse, Helsepersonell og andre faggrupper - alle regioner.
- 1 symposium foredrag ved 7th World Congress of the World Sleep Federation, Istanbul, Turkey. Konferanse, Helsepersonell og andre faggrupper - alle regioner.
- 1 t om søvn og søvnsykdommer, stipendiatsamling Solstrand. Seminar, Helsepersonell og andre faggrupper - alle regioner.
- 2 t om årsrapport og mandat, årsmøte SOVno. Konferanse, Helsepersonell og andre faggrupper - alle regioner.
- 15 min foredrag om prosjekt om arbeidstid, søvn og helse, Luftambulansedagene Sola. Seminar, Helsepersonell og andre faggrupper - alle regioner.
- 15 min foredrag om skiftarbeid, Gøteborg. Konferanse, Helsepersonell og andre faggrupper - alle regioner.
- 15 min x 2 om lys og nattarbeid og SUSSH. WOW-møte, Helsinki. Konferanse, Helsepersonell og andre faggrupper - alle regioner.
- 1t foredrag om søvn og fungering, Arendalsuka, Arendal. . Konferanse, Helsepersonell og andre faggrupper - alle regioner.
- 2 posterpresentasjoner ved 29th Annual Meeting of the Associated Professional Sleep Societies, Seattle, USA. Målgruppe. Konferanse, Helsepersonell og andre faggrupper - alle regioner.
- 20 min om ICSD-3 diagnoser, årsmøte SOVno. Konferanse, Helsepersonell og andre faggrupper - alle regioner.
- 30 min om forskning på arbeidstider, Arbeidstilsynet, Trondheim. Konferanse, Helsepersonell og andre faggrupper - alle regioner.
- 6 t om søvn og søvnsykdommer, Sørlandet Reabsenter Hægebostad. Kurs, Helsepersonell og andre faggrupper - alle regioner.

- Kursleder og 9 forelesninger om 'Søvn og søvnproblemer i klinisk praksis. Utredning og behandling', todagerskurs i Bergen (VEU). Målgruppe: helsepersonell, alle regioner.
- Excessive daytime sleepiness in Parkinson's disease. Nordic Sleep. Konferanse, Helsepersonell og andre faggrupper - alle regioner
- Kursleder i «polysomnografi (PSG) – skåring av søvn og søvnrelaterte hendelser». To-dagerskurs (15 timer etter- og videreutdanning). Målgruppe: helsepersonell, alle regioner.
- Kursleder i «polysomnografi (PSG) – skåring av søvn og søvnrelaterte hendelser for viderekommende». To-dagerskurs (15 timer etter- og videreutdanning). Målgruppe: helsepersonell, alle regioner
- INTENSIV LUNGEMEDISIN obligatorisk for lungespes.kand. 45 min foredrag og gruppeunderv om OSAS og OSAS beh. Kursleder 1 dag. Kurs, Helsepersonell og andre faggrupper - alle regioner.
- Innlegg om lavterskelinterven. for bedre søvn hos barn/ungd, Nasj. forskningssem. for yngre søvnforskere, Solstrand hotell Os. Seminar, Helsepersonell og andre faggrupper - alle regioner.
- OSAS. A folk disease with serious consequences. 43rd meeting of the Scand Soc for Prosthetic Dentistry, Bergen. Konferanse, Helsepersonell og andre faggrupper - alle regioner.
- Poster. Red in bodyweight and osas sev in subj with morb/sev obesity– which fact contri to impr in lung funct/blood gas? ERS . Konferanse, Helsepersonell og andre faggrupper - alle regioner.
- Skiftarbeid/off-shore virke og døgnrytme regulering. Sykepleieseminar for Det norske oljeselskapet. Stavanger, 2.t. Kurs, Helsepersonell og andre faggrupper - alle regioner.
- Søvnforstyrrelser, Utred og beh, Hvor langt skal en gå i utredning av ikke-psyk årsak til søvnforstyr? Stavanger, 1.6 t. Konferanse, Helsepersonell og andre faggrupper - alle regioner.

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

- 1t om søvn og idrettsprestasjoner, Olympiatoppen Midt-Norge, Trondheim. Seminar, Helsepersonell og andre faggrupper - flere regioner.
- 1t om søvn på kurs i maritim medisin, Bergen. Kurs, Helsepersonell og andre faggrupper - flere regioner.
- 1t om søvn på kurs i maritim medisin, Bergen. Kurs, Helsepersonell og andre faggrupper - flere regioner.

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

- 1 foredrag på SOVno forskningsmøte (60 min). Seminar, Helsepersonell og andre faggrupper - egen region.
- 1 t om ICSD-3 diagnoser, årsmøte Senter for Søvnmedisin. Konferanse, Helsepersonell og andre faggrupper - egen region.
- 1 t, foredrag om prosjekt om arbeidstid, søvn og helse, forskningsmøte ALFO, Seminar, Helsepersonell og andre faggrupper - egen region.

- 1 t, foredrag om prosjekt om arbeidstid, søvn og helse, forskningsmøte SOVno. Seminar, Helsepersonell og andre faggrupper - egen region.
- 1,5 t om søvn og søvnsykdommer på Øyane DPS, Sotra. Seminar, Helsepersonell og andre faggrupper - egen region.
- 2 t om søvn og søvnsykdommer, Fylkesmannen, Bergen. Konferanse, Helsepersonell og andre faggrupper - egen region.
- 2t om effekter av søvndeprivasjon, Sjøkrigsskolen, Bergen. Kurs, Helsepersonell og andre faggrupper - egen region.
- 4 t om søvn blant barn og ungdom, helsestasjonsleger og helsesøstre, Sogn og Fjordane. Kurs, Helsepersonell og andre faggrupper - egen region.
- 3 t kurs om Barn og søvn for helsesøstre, helsesøsterstudenter og skoleleger på Høyskolen i Bergen. Kurs, Helsepersonell og andre faggrupper - egen region.
- 2t Forelesning for spesialsykepleiere.. Haukeland.. Kurs, Helsepersonell og andre faggrupper - egen region.
- Helsestasjonstjenesten i Åsane v.Osen. Om søvn hos småbarn. Kurs, Helsepersonell og andre faggrupper - egen region.
- Innlegg: Kvalitets og forskningsregister for søvnforstyrrelser ved årsm: Senter for Søvnmed. Haukeland universitetssh. 1,5 timer. Seminar, Helsepersonell og andre faggrupper - egen region.
- Søvn og søvnvansker med fokus på pasienter med kronisk utmattelsessyndrom. Stavanger, 1.5t. Kurs, Helsepersonell og andre faggrupper - egen region.
- Søvn og søvnvansker med fokus på pasienter med kronisk utmattelsessyndrom. Stavanger, 1.5t. Seminar, Helsepersonell og andre faggrupper - egen region.

Total - utdanning av helsepersonell:

Alle regioner: Videreutdanning av helsepersonell	102 timer
Alle regioner: Etterutdanning av helsepersonell	102 timer
Alle regioner: Utdanning av annet personell	12 timer
Flere regioner: Videreutdanning av helsepersonell	12 timer
Flere regioner: Etterutdanning av helsepersonell	12 timer
Flere regioner: Utdanning av annet personell	8 timer
Egen region: Grunnutdanning av helsepersonell	54 timer
Egen region: Videreutdanning av helsepersonell	21 timer
Egen region: Etterutdanning av helsepersonell	23 timer
Egen region: Utdanning av annet personell	13 timer

SOVno arrangerte i løpet av våren og hausten 2015 ti forskingsmøte:

- Januar 22. Årsmøte SOVno: Bjørn Bjorvatn, Ståle Pallesen og Michaela Gjerstad
Nye diagnosekriterier i ICSD-3
- Februar 12. Jelena Mrdalj
The circadian effect of light stimulation on rats' sleep, body temperature and heart rate
- Mars 12. Tone Henriksen
Virtuell mørketerapi ved mani
- April 16. Vinner av årets publikasjon 2014: Gunnar Einvik
Severity of Obstructive Sleep Apnea is Associated with Cardiac Troponin I Concentrations in a Community-based Sample: Data from the Akershus Sleep Apnea Project
- Mai 21. Andrea Marti og Torhild Pedersen
Søvn- og døgnrytmeforstyrrelser ved nattarbeid – en dyremodell
- Juni 18. Eirunn Thun
Skiftarbeid: negative konsekvenser og beskyttende faktorer
- August 20. Tone Blågestad
Prescription trajectories and effect of total hip arthroplasty on the use of analgesics, hypnotics, antidepressants and anxiolytics: Results from a population of total hip arthroplasty patients.
- September 24. Siri Waage
Fatigue in Norwegian air ambulance service
- Oktober 22. Kjersti Marie Blytt
Om sammenhengen mellom smerte, depresjon og søvn hos pasienter med demens
- November 19. Kristine Stangenes
Om søvnvaner og søvnvansker hos barn født ekstremt prematurt

4. Forsking

Senter for Søvnmedisin og SOVno publiserte i 2015 20 søvnrelaterte artiklar i Pubmed-registrerte tidsskrift og hadde 39 andre publikasjoner relatert til søvn, inkludert abstracts.

Pubmed publikasjoner:

Saksvik-Lehouillier I, Pallesen S, Bjorvatn B, Magerøy N, Folkard S
Towards a more comprehensive definition of shift work tolerance.
Ind Health 2015;53(1):69-77. Epub 2014 okt 17PMID: 25327300

Bercea RM, Mihaescu T, Cojocaru C, Bjorvatn B

Fatigue and serum testosterone in obstructive sleep apnea patients.
Clin Respir J 2015 Jul;9(3):342-9. Epub 2014 mai 5PMID: 24725752

Thun E, Bjorvatn B, Flo E, Harris A, Pallesen S

Sleep, circadian rhythms, and athletic performance.
Sleep Med Rev 2015 Oct;23(1):1-9. Epub 2014 nov 20PMID: 25645125

Berthelsen M, Pallesen S, Bjorvatn B, Knardahl S

Shift schedules, work factors, and mental health among onshore and offshore workers in the Norwegian petroleum industry.
Ind Health 2015;53(3):280-92. Epub 2015 mar 18PMID: 25740007

Bjorvatn B, Lehmann S, Gulati S, Aurlien H, Pallesen S, Saxvig IW

Prevalence of excessive sleepiness is higher whereas insomnia is lower with greater severity of obstructive sleep apnea.
Sleep Breath 2015 Dec;19(4):1387-93. Epub 2015 apr 9PMID: 25855469

Moen BE, Baste V, Morken T, Alsaker K, Pallesen S, Bjorvatn B

Menstrual characteristics and night work among nurses.
Ind Health 2015;53(4):354-60. Epub 2015 apr 24PMID: 25914071

Berthelsen M, Pallesen S, Magerøy N, Tyssen R, Bjorvatn B, Moen BE, Knardahl S

Effects of Psychological and Social Factors in Shiftwork on Symptoms of Anxiety and Depression in Nurses: A 1-Year Follow-Up.
J Occup Environ Med 2015 Oct;57(10):1127-37. PMID: 26461869

Vedaa Ø, Harris A, Bjorvatn B, Waage S, Sivertsen B, Tucker P, Pallesen S

Systematic review of the relationship between quick returns in rotating shift work and health-related outcomes.
Ergonomics 2015 Jul 27. Epub 2015 jul 27PMID: 26072668

Amofah HA, Broström A, Fridlund B, Bjorvatn B, Haaverstad R, Hufthammer KO, Kuiper KK, Ranhoff AH, Norekvål TM,

Sleep in octogenarians during the postoperative phase after transcatheter or surgical aortic valve replacement.
Eur J Cardiovasc Nurs 2015 Dec 3. Epub 2015 des 3PMID: 26635329

Blågestad T, Nordhus IH, Grønli J, Engesæter LB, Ruths S, Ranhoff AH, Bjorvatn B, Pallesen S

Prescription trajectories and effect of total hip arthroplasty on the use of analgesics, hypnotics, antidepressants and anxiolytics: Results from a population of total hip arthroplasty patients.
Pain 2015 Nov 14. Epub 2015 nov 14PMID: 26588693

Buchvold HV, Pallesen S, Øyane NM, Bjorvatn B

Associations between night work and BMI, alcohol, smoking, caffeine and exercise--a cross-sectional study.
BMC Public Health 2015;15(1):1112. Epub 2015 nov 12PMID: 26558686

Bjorvatn B, Magerøy N, Moen BE, Pallesen S, Waage S

Parasomnias are more frequent in shift workers than in day workers.
Chronobiol Int 2015 Dec;32(10):1352-8. Epub 2015 nov 5PMID: 26540469

Chwyszczuk L, Breivte M, Hynninen M, Gjerstad MD, Aarsland D, Rongve A
Higher Frequency and Complexity of Sleep Disturbances in Dementia with Lewy Bodies as
Compared to Alzheimer's Disease.

Neurodegener Dis 2015 Nov 10. Epub 2015 nov 10PMID: 26551998

Arnardottir ES, Verbraecken J, Gonçalves M, Gjerstad MD, Grote L, Puertas FJ, Mihaicuta S,
McNicholas WT, Parrino L

Variability in recording and scoring of respiratory events during sleep in Europe: a need for
uniform standards.

J Sleep Res 2015 Sep 14. Epub 2015 sep 14PMID: 26365742

Tholfsen LK, Larsen JP, Schulz J, Tysnes OB, Gjerstad MD

Development of excessive daytime sleepiness in early Parkinson disease.

Neurology 2015 Jul 14;85(2):162-8. Epub 2015 jun 17PMID: 26085603

Lilleeng B, Gjerstad M, Baardsen R, Dalen I, Larsen JP

The long-term development of non-motor problems after STN-DBS.

Acta Neurol Scand 2015 Oct;132(4):251-8. Epub 2015 mar 6PMID: 25752590

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 2015;5(1):e006748. Epub 2015 feb 2PMID: 25643702

Sivertsen B, Harvey AG, Pallesen S, Hysing M

Mental health problems in adolescents with delayed sleep phase: results from a large
population-based study in Norway.

J Sleep Res 2015 Feb;24(1):11-8. Epub 2014 okt 31PMID: 25358244

Lalukka T, Podlipskyte A, Sivertsen B, Andruškiene J, Varoneckas G, Lahelma E, Ursin R,
Tell GS, Rahkonen O

Insomnia symptoms and mortality: a register-linked study among women and men from
Finland, Norway and Lithuania.

J Sleep Res 2015 Sep 30. Epub 2015 sep 30PMID: 26420582

Gjerde K, Lehmann S, Berge ME, Johansson AK, Johansson A

Oral appliance treatment in moderate and severe obstructive sleep apnoea patients non-
adherent to CPAP.

J Oral Rehabil 2015 Dec 27. Epub 2015 des 27PMID: 26707632

Andre publikasjonar:

Harris A, Gundersen H, Mørk-Andreassen P, Thun E, Bjorvatn B, Pallesen S

Restricted use of electronic media, sleep, performance and mood in high school athletes – a
randomized trial

Sleep Health 2015; 1: 314-321

Gjerstad MD

Noe nytt om RLS? Diagnostiske kriterier og behandlingsanbefaling ved rastløse ben. En oppdatering.

SØVN 2015; 7(2):24-26

Bjorvatn B

Ny diagnosemanual for søvnsykdommer og forslag til ny førerkortforskrift med endring i helsekravene.

SØVN 2015; 7(1): 4

Bjorvatn B

Insomni. Nye diagnostiske kriterier.

SØVN 2015; 7(1): 24-27

Waage S, Thun E, Reknes I, Moen BE, Magerøy N, Pallesen S, Bjorvatn B

For få timer mellom vaktene påvirker søvn og helse.

Sykepleien 2015; nr 10: 58-60

Bjorvatn B, Fiske E, Pallesen S

Selvhjelpsbok er bedre enn søvnhygieneråd mot insomni. En randomisert kontrollert sammenliknende undersøkelse.

SØVN 2015; 7(2): 15-19

Bjorvatn B

Forskning, formidling og kompetansespredning i regi av Nasjonal kompetansetjeneste for søvnsykdommer (SOVno).

SØVN 2015; 7(2): 4

Reknes I, Notelaers G, Magerøy N, Pallesen S, Bjorvatn B, Moen BE, Einarsen S.

Bullying from colleagues and aggression from patients – Are there two sides to the story?

EAWOP, Oslo 2015.

Saxvig IW, Lehmann S, Gulati S, Aurlien H, Pallesen S, Bjorvatn B.

Prevalence of excessive sleepiness and insomnia in relation to severity of obstructive sleep apnea.

WASM Seoul 2015

Waage S, Magerøy N, Moen BE, Pallesen S, Bjorvatn B.

Parasomnias Among Shift Workers In Norway.

WASM Seoul 2015.

Saxvig I, Pallesen S, Bjorvatn B.

Installation of tuneable white light in a classroom: effects on sleep, sleepiness and concentration in 8-10 year old children.

Nordic Sleep Conference, Gøteborg, 2015.

Bjorvatn B, Meland E, Flo E, Mildestvedt T.

High prevalence of insomnia, self-reported sleep problems, and hypnotic use in patients visiting their general practitioner.

Nordic Sleep Conference, Göteborg, 2015.

Waage S, Magerøy N, Moen BE, Pallesen S, Bjorvatn B.

Parasomnias among shift workers.

The 22nd International Symposium on Shiftwork and Working Time. København 2015

Vedaa Ø, Harris A, Bjorvatn B, Waage S, Sivertsen B, Tucker P, Pallesen S.

Systematic review of the relationship between quick returns and health-related outcomes.

The 22nd International Symposium on Shiftwork and Working Time. København 2015.

Slåtten K, Gay CL, Saghaug EA, Grov EK, Normann A, Lee KA, Bjorvatn B, Lerdal A.

Beskrivelse av søvn hos etterlatte pårørende til pasienter med kreft. En ett-årig longitudinell pilotstudie.

Jubileumskonferanse, Norsk sykepleierforbund, Oslo.

Hagatun S, Vedaa Ø, Nordgreen T, Havik OE, Bjorvatn B, Pallesen S, Thorndike FP,

Ritterband LM, Sivertsen B.

Evaluating the efficacy of internet-based CBT-I for adults with insomnia: A randomized controlled trial.

SLEEP 2015.

Amofah HA, Broström A, Fridlund B, Bjorvatn B, Haaverstad R, Hufthammer KO, Kuiper

KKJ, Ranhoff A, Norekvål TM. .

Daytime sleep in octogenarian patients after aortic valve therapy

SATS, 2015.

Bjorvatn B, Meland E, Flo E, Mildestvedt T.

High prevalence of DSM-5/ICSD-3 insomnia, self-reported sleep problems, and hypnotic use in patients visiting their GP.

Worldsleep 2015, Istanbul, Tyrkia, 2015.

Harris A, Waage S, Zakariassen E, Bjorvatn B, Pallesen S.

FTL scientific study on crew fatigue during HEMS operations.

Helitec International conference, London, 2015.

Hoven KM, Aarstad HJ, Bjorvatn B, Økstad S, Steinsvåg S.

Sammenheng mellom subjektive og objektive neseparametre og Epworth Sleepiness Scale.

Høstmøtet ØNH 2015.

Steine IM, Winje D, Nordhus IH, Milde AM, Bjorvatn B, Grøli J, Pallesen S.

Delayed disclosure of childhood sex abuse: Predictors, correlates and self-reported reasons among childhood sex abuse survivors.

The International Society for Traumatic Stress Studies (ISTSS), USA, 2015.

Saxvig IW.

Søvnig forskningsseminar.

SØVN 2015; 7(1): 8-11.

Fiske E.

Redaktørens hjørne.

SØVN 2015; 6(1): 3

Fiske E.
Redaktørens hjørne.
SØVN 2015; 6(2): 3

Fiske E.
Nordisk søvnkongress.
SØVN 2015; 6(2): 8-12.

Fiske E.
Sjølvhjelpsmedium i behandling av insomni.
SØVN 2015; 6(2): 13.

Mrdalj J.
Basalforskning i Bergen.
SØVN 2015; 7(1):11

Mrdalj J, Pedersen T, Marti A, Wisor J, Meerlo P, Pallesen S, Skrede S, Murison R, Henriksen T, Grønli J.
Night work - disturbances in sleep and circadian rhythm parameters. An animal model.
16th Nordic Sleep Conference, Göteborg, Sverige, 2015.

Mrdalj J, Pallesen S, Ursin R, Gronli J.
Effect of maternal separations on sleep and brain activity in female offspring.
29th Annual Meeting of the Associated Professional Sleep Societies, Seattle, USA, 2015.

Pedersen T, Mrdalj J, Meerlo P, Pallesen S, Skrede S, Marti A, Murison R, Henriksen T, Grønli J.
Forced activity in resting phase causes sleep disturbances in rats. An animal model of night work.
29th Annual Meeting of the Associated Professional Sleep Societies, Seattle, USA, 2015

Pedersen T, Mrdalj J, Meerlo P, Pallesen S, Skrede S, Marti A, Wisor J, Murison R, Henriksen T, Grønli J.
Sleep disturbances in rats after forced activity in resting phase. An animal model of night work.
7th World Congress of the World Sleep Federation, Istanbul, Turkey, 2015

Siri Waage
Shiftwork sleep disorder in Norway (oral presentation).
16th Nordic Sleep Conference (NSC), Göteborg, Sverige

Huang K, Pallesen S, Mentzoni R, Hanss D, Andreassen CA, Molde H.
Dataspillavhengighet – en oversikt over utbredelse, måling, korrelater og behandling.
Tidsskrift for Ungdomsforskning 2015; 15: 33-50.

Pallesen S.
Endrete diagnosekriterier for døgnrytmeforstyrrelser
SØVN 2015; 6(2): 27-29

Sverre Lehmann, Øystein Fløtten
Lærebok i ny utgave - fremdeles førstevalg.
Tidsskr Nor Legeforen 2015; 135:1768. (Bokanmeldelse, søvnrel. resp. forstyrrelser omtalt)

Waage S.
Ny spennende behandlingsmetode for søvnapne - Hypoglossus stimulering.
Søvn 2015 (1); 14-15.

Solheim B.
Forsinket søvnfasesyndrom. En polysomnografisk studie.
Søvn 2015;2: 32-33

Engstrøm M, Beiske KK, Hrubos-Strøm H, Aarrestad S, Sand T.
Undersøkelse av obstruktiv respirasjonsforstyrrelse under søvn.
Tidsskr Nor Laegeforen. 2015 Nov 17;135(21):1962-4.

Marti A, Mrdalj J, Pallesen S, Meerlo P, Skrede S, Pedersen T, Murison R, Henriksen T, Grønli J
Night work alters timing of food intake, bodyweight and circadian rhythmicity in rats.
29th Annual Meeting of the Associated Professional Sleep Societies, Seattle, USA, 2015

Kvalitetsregisteret:

I 2015 henta Senter for søvnmedisin inn totalt 1207 (855 i 2014) nye samtykke til å registrerast i kvalitets- og forskingsregisteret, 49 hadde signert men ikkje kryssa av for at dei ynskja å delta medan 41 kryssa av for at dei ikkje ynskja å delta. Deltakningen i kvalitets- og forskingsregisteret er altså høg (93 %).

5. Pasientopplæring

Det vart halde 9 CPAP tilpassingskurs ved Senter for søvnmedisin i 2015. Totalt deltok 47 pasientar og pårørande. I tillegg vart det halde 3 mestringskurs for pasientar med søvnapné og deira pårørande i samarbeid med Lærings- og mestringscenteret i Bergen, der totalt 22 pasientar og pårørande deltok. Deltakarene evaluerte kursa, og tilbakemeldingane var gjennomgåande gode:

Evaluering CPAP tilpasningskurs

9 kurs med 47 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
Faglige innlegg	Informasjon om søvnapnè v/sykepleier	26	7				
	Brukerinnlegg (6 kurs, 31 skjema)	17	11	1			2
	Fysisk aktivitet v/ fysioterapeut	16	16	5	1		
	Kost og ernæring v/ernæringsfysiolog	16	11	3			
	Behandling av Osas v/lege (1 kurs, 6 skjema)	5	1				
Praktisk underv.	Gjennomgang CPAP/ tilpasning	36	5	1	2		

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	28	9				
Høre andres erfaringer	16	13	3			2
Dele mine erfaringer (8 kurs, 43 skjema)	11	6	10	3		
Få tips og gode råd	21	16				4
Samtaler/gruppearbeid (1 kurs, 6 skjema)	3		2			1

Evaluering

Mestringskurs for personer med søvnapne` og deres pårørende 2015

3 kurs med 22 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
Bruker-innlegg	Erfaringer	11	8		1		
Faglige innlegg	Behandling av OSAS v/lege	13	8	1			
	Informasjon om frisklivsentralen og treningstilbud	2	8	4		2	4
	Produkter innen maskebehandling og praktisk informasjon v/sykepleier	11	10				
	Fysisk aktivitet v/ fysioterapeut	10	10	1	1		
	Kost og ernæring v/ernæringsfysiolog	12	7	3			
	Endringshjulet-motivasjon til CPAP bruk v/sykepleier	6	8	1		1	1
Bruker-organisasjoner	Informasjon om likemannsarbeid og andre tilbud	3	8	2			3

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	13	5	1			
Høre andres erfaringer	12	5	2			
Dele mine erfaringer	6	6	5	1		
Få tips og gode råd	13	5	2			
Samtaler/gruppearbeid (1 kurs, 8 skjema)	1	4				

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. Omlag 4000 brosjyrar ble sendt ut i 2015.

Nettsider

I 2015 hadde Senter for søvnmedisin 3144 treff på hovudsida (<http://www.helse-bergen.no/no/OmOss/Avdelinger/senter-for-sovnmedisin/Sider/default.aspx>), medan SOVno hadde 35021 treff på hovudsida (www.sovno.no). SOVno er blant toppane i talet på sidevisingar totalt sett i Helse Bergen.

Medieoppslag

SOVno og Senter for søvnmedisin hadde totalt 127 medieoppslag i 2015:

- TV innslag 1 stk
- Radio innslag 11 stk
- Avis/nettavis 91 stk
- Magasiner/annet 24 stk

Rapporten er basert på tal frå data/tal frå Senter for søvnmedisin og Nasjonal kompetansetjeneste for søvnsykdommer.