

ÅRSRAPPORT 2016

FOR



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

Senterleder
Bjørn Bjorvatn

Registerkoordinator
Ingvild West Saxvig/
Tom W. Aasnæs

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). Klinikkk 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 (Evelyn Neppelberg)
- 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 2016 tilknytt 53 lækjarar, 18 sjukepleiarar, 4 tannlækjarar, 4 merkantile og 1 ingeniør. 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, registarkoordinator, tannlækjarar) er tilsett ved lungeavdelinga.

Leiar, professor dr.med.	Bjørn Bjorvatn
Registerkoordinator, ph.d.	Ingvild West Saxvig (permisjon frå 17. november) Tom Willy Aasnæs (vikar)
Senterkoordinator, sjukepleiar	Hilde Tveit
Merkantile:	Ann Kristin Løvik (lunge) Karoline Korsvold (ØNH) Sidsel M. Jordal/ Aashild Grønsberg (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 Marianne Aanderud Kristel Knudsen Anders Johansson Kjersti Gjerde Morten Berge Ulrik Leidland Opsahl
-------------------------------	--

ØNH:

Shashi Gulati (seksjonsoverlege)
Helge Jacobsen
Hilde Haave
Arild Sletteberg
Lorentz Sandvik
Svein Nygaard
Ingvild Engesæter (LIS-lege)
Camilla Martens (LIS-lege)
Karin Mjelle (LIS-lege)
Martine Skudem (LIS-lege)
Karianne Strønnen (LIS-lege)
Geir Nilsen (LIS-lege)
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)
Ruben Sandvik Fiskå (LIS-lege)

KNF/nevrologi:

Ole Bjørn Tysnes (avdelingsleder)
Håvard Skeidsvoll (seksjonsoverlege)
Harald Aurlien
Bjørn Karlsen
Jan Brøgger
Ina Hjelland
Tom Eichele
Ivar Otto Gjerde
Beenish Chaudhry
Geir Bringeland (LIS-lege)
Johannes Gaare (LIS-lege)
Ellen Skorve (LIS-lege)
Nicola Logallo (LIS-lege)

Psykatri:

Ann Christin Rivenes
Jørn Bødtker
Siri Åbergjord

Sjukepleiarar:**Lunge:**

Mona Grundeland
Thomas Berge
Hilde Kristin Tveit
Marianne Stølen Strandheim
Hilde Underhaug
Gunvor Mo Norstein

ØNH :

Marit Monsen
Anny M.S. Skålevik
Sofia Madeleine Ekstrøm
Astri Karin Husøy
Unni Elisabeth Osmo

KNF/nevrologi:

Mariann Lie Onstad
Sigrun F. Rommetveit
Anne Lise Haktorsen
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, og frå desember annankvar fredag og måndag. Senteret var ope heile året unnateke 5 veker i juli og 1 veke i desember.

Nasjonal Kompetansetjeneste for Søvnsykdommer (SOVno)

Staben har i 2016 bestått av:

Leiar: Bjørn Bjorvatn (40 %)
Senterkoordinator: Siri Waage (50%)
Rådgjevar: Jelena Mrdalj (50 %)
Rådgjevar: Tom Aasnæs (80 %)
Rådgjevar/redaktør: Eldbjørg Fiske (40 %)
Postdoc. Ingvild West Saxvig (50%)
Seniorforskar, Michaela Gjerstad, (10 %)

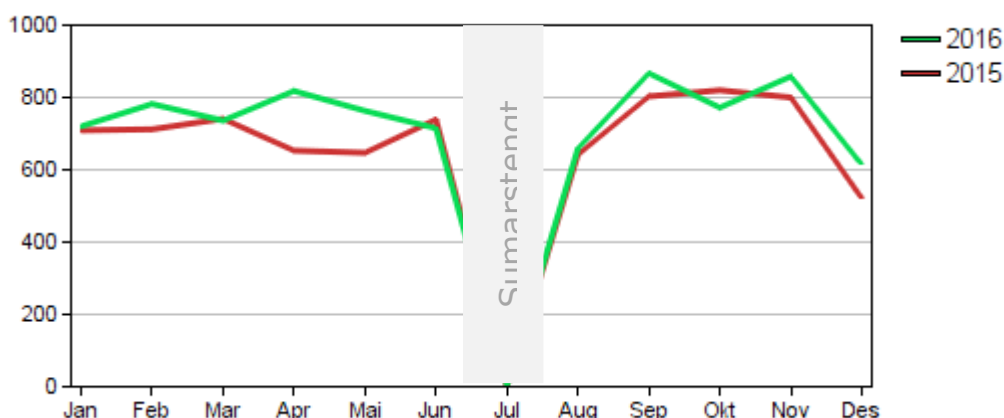
I tillegg er det knytt ei arbeidsgruppe til SOVno:

Fred Holsten, professor dr.med, søvnspesialist ved Bergen søvnsenter.
Håvard Skeidsvoll, seksjonsoverlege, Klinisk Nevrofysiologisk avdeling, Haukeland universitetssykehus.
Reidun Ursin, professor emer. dr.med., Institutt for Biomedisin, UiB.
Ståle Pallesen, professor, ph.d, Institutt for samfunnspsykologi, UiB
Eli Sørensen, dr.med., overlege, Barne- og ungdomspsykiatri, Helse Bergen.
Sverre Lehmann, seksjonsoverlege, ph.d, Lungeavdelingen, Haukeland Universitetssykehus.
Shashi Gulati, overlege, Øre-nese-halsavdelingen, Haukeland universitetssykehus.
Anders Alme, overlege, Barneklubben, Haukeland universitetssykehus.
Børge Sivertsen, professor, ph.d, Folkehelseinstituttet

2. Pasientbehandling:

Det blei i 2016 halde totalt 8307 konsultasjonar ved Senter for søvnmedisin, mot 7789 i 2015. Av desse var 1603 ny-tilviste pasientar (definert som pasientar til behandling som ikkje har hatt behandlingsepisodar i same eller føregåande år), mot 1669 i 2015. Figur 1 viser kor mange konsultasjonar som blei heldt ved Senter for søvnmedisin kvar måned.

Figur 1. Konsultasjonar ved Senter for søvnmedisin for kvar måned i 2016 samanlikna med 2015 (merk at Senter for søvnmedisin heldt sumarstengt i juli både i 2015 og i 2016).



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

Avdeling Gjennomsnittleg ventetid - dagar

Lunge	120,5 (146,9)
ØNH	145,4 (204,5)
Nevro	145,4 (137,4)
Psyk	149,3 (97)

Tabell 1. Gjennomsnittleg ventetid ved Senter for søvnmedisin frå motteken tilvising til diagnositidspunkt i 2016 (tal frå 2015 i parentes).

I 2016 utførte lungeavdelinga 1069 polikliniske polygrafi-registreringar (mot 1198 i 2015). ØNH-avdelinga utførte 764 polikliniske polygrafi-registreringar (mot 792 i 2015), 27 conchotomiar (57 i 2015) og 5 ganeplastikkar (8 i 2015). KNF utførte 199 polysomnografi-registreringar/PSG (mot 181 i 2015) og 138 multippel søvnlatenstestar/MSLT i 2016 (mot 137 i 2015).

Senteret leverte ut ca 1038 CPAP-maskinar (ca 763 av desse var nye brukarar) mot 865 i 2015, ca 141 bilevel-maskinar (68 av desse var nye brukarar) mot 92 i 2015 og 226 apnéskinner (173 i 2015) (tal frå seksjon for behandlingshjelpemidler).

Det var ingen fristbrot ved senteret i 2016.

Hovuddiagnose	Behandlingsepisodar	Nye pasientar
G473 Søvnapné	5 692 (4 802)	510 (374)
R065 Munnpusting	842 (948)	296 (309)
Z038 Observasjon ved mistanke om annen spes. sykdom og tilstand	824 (1029)	644 (796)
R298 Andre og uspes. sympt. m/tikn. til nerve/muskelskjelett.system	234 (5)	1 (3)
G470 Innsøvnings og søvnforstyrrelser	126 (131)	36 (46)
Z033 Observasjon ved mistanke om forstyrrelse i nervestystemet	88 (333)	4 (9)
J343 Hypertrofi av nesemuslinger	70 (104)	0 (5)
G471 Eksessiv somnoles	52 (52)	20 (25)
J961 Kronisk respirasjonssvikt	49 (62)	1 (1)
J342 Skjev neseskillevegg	34 (21)	0 (3)
G472 Forstyrrelse i søvn/våkenhetsrytme	24 (10)	14 (6)
G478 Andre spesifiserte søvnforstyrrelser	23 (27)	11 (18)
G479 Uspesifisert søvnforstyrrelse	21 (50)	17 (21)
R53 Uvelhet og tretthet	19 (6)	5 (1)
F511 Ikke-organisk hypersomni	17 (12)	7 (6)
Z090 Etterundersøkelse etter kirurgisk behandling for andre tilstander	16 (23)	0 (0)
E662 Ekstrem fedme med alveolær hypoventilasjon	16 (6)	1 (1)
G258 Andre spes. Ekstrapyramidale tilst. med bevegelsesforstyrrelser	13 (15)	5 (7)
F510 Ikke-organisk insomni	13 (8)	7 (5)
G474 Narkolepsi og katapleksi	12 (5)	4 (1)
J449 Uspesifisert kronisk obstruktiv lungesykdom	11 (7)	0 (0)
F512 Ikke-organisk forstyrrelse av søvn/våkenhetsrytme	11 (11)	5 (8)
R060 Dyspné	10 (6)	0 (0)
F519 Uspesifisert ikke-organisk søvnlidelse	6 (7)	2 (4)
J330 Polypp i nesehule	5 (na)	0 (na)

Tabell 2. Fordeling av dei ulike hovuddiagnosane blant pasientar ved Senter for søvnmedisin (berre diagnoser med 5 eller fleire konsultasjonar er inkludert, tal frå 2015 i parentes).

Pasienttilfredsheit

I desember 2016 blei det gjennomført pasienttilfredsheitsundersøking ved Senter for Søvnmedisin. Totalt 50 pasientar fylte ut skjema, medan 5 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 ynskjer å gje eit best mogleg tilbod til pasientar ved Senter for Søvnmedisin. For å vita i kva for ein grad vi lukkast, ynskjer vi synspunkta dine på korleis opphaldet har vore. Vi ber deg difor om å svara på spørsmåla nedanfor ved å kryssa av det svaralternativet som passar best for deg. Det er sjølvsagt frivillig, men røynslene dine er viktige for oss å få *tilbakemelding på. Du skal ikkje setja namnet ditt på skjemaet. Opplysningane vil ikkje knytast til deg som person.

Med ”behandlarane” meiner vi:

Dei som har hatt hovudansvar for undersøkingar og handsaming. Oftast er dette lækjer, men mange får handsaming av sjukepleiarar eller anna 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"/>	<input type="checkbox"/>	24%	76%	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2	Har du tillit til behandlernes faglige dyktighet?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	18%	80%	2%	<input type="checkbox"/>
3	Fikk du vite det du syntes var nødvendig om hvordan prøver, tester eller undersøkelser skulle foregå?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	20%	78%	2%	<input type="checkbox"/>
4	Fikk du tilstrekkelig informasjon om din diagnose / dine plager?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	4%	36%	54%	6%	<input type="checkbox"/>
5	Opplevde du at behandlingen var tilpasset din situasjon?	<input type="checkbox"/>	2%	2%	36%	54%	6%	<input type="checkbox"/>
6	Var du involvert i avgjørelser som angikk din behandling?	<input type="checkbox"/>	2%	6%	34%	48%	8%	2%

7	Opplevde du at institusjonens arbeid var godt organisert?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	32%	64%	4%	<input type="checkbox"/>
8	Fikk du inntrykk av at institusjonens utstyr var i god stand?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	4%	28%	64%	4%	<input type="checkbox"/>
9	Var hjelpen og behandlingen du fikk på institusjonen, alt i alt, tilfredsstillende?	Ikke i det hele tatt	I liten grad	I noen grad	I stor grad	I svært stor grad	Ikke aktuelt	Ubesvart
		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	36%	62%	<input type="checkbox"/>	2%
10	Mener du at du på noen måte ble feilbehandlet (etter det du selv kan bedømme)?	60%	8%	2%	2%	6%	12%	10%
11	Måtte du vente for å få tilbud ved institusjonen?	Nei	Ja, men ikke lenge	Ja, ganske lenge	Ja, altfor lenge			Ubesvart
		26%	46%	24%	2%			2%
12	Hvilket utbytte har du hatt, alt i alt, av behandlingen på institusjonen?	Ikke noe utbytte	Lite utbytte	En del utbytte	Stort utbytte	Svært stort utbytte	Ikke aktuelt	Ubesvart
		<input type="checkbox"/>	4%	22%	28%	26%	14%	6%

Litt om deg selv:

Er du mann eller kvinne?	Mann	Kvinne	Ubesvart			
	80%	18%	2%			
Hva er din høyeste fullførte utdanning?	Grunnskole (7 – 10 år)	Gymnas/yrkesskole/videregående skole	Høgskole/Universitet	Ubesvart		
	10%	52%	34%	4%		
Hva er din alder?	Antall år 50,2 år. (20-72 år)					
Stort sett vil du si din helse er:	Utmerket	Meget god	God	Nokså god	Dårlig	Ubesvart
	10%	24%	54%	10%	<input type="checkbox"/>	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 2.200 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 t om anamnese og diagnostikk på hypersomnikurs, Bergen,. (Kurs).
- 30 min om idiopatisk hypersomni på hypersomnikurs, Bergen. (Kurs).
- Kursleder og 9 forelesninger om ‘Søvn og søvnproblemer i klinisk praksis. Utredning og behandling’, todagerskurs, Asker. (Kurs).
- 21 t forelesninger om søvn og søvnsykdommer, kurs i odontologisk søvnmedisin trinn 1, Bergen. (Kurs).
- Kursleder og 9 forelesninger om ‘Søvn og søvnproblemer i klinisk praksis. Utredning og behandling, todagerskurs i Bergen. (Kurs).
- Kursleder 1 dag (6 timer) inkl 1 t foredrag beh. OSA. Intensiv lungemedisin for spesialiteten Lungemedisin. (Kurs).
- 60 min. Medikamentell og ikke medikamentell behandling ved narkolepsi, SOVno, Haukeland Universitetssykehus, Bergen. (Kurs).
- 5 min. DRG Koding og taksting av søvn sykdommer, SOVno, Haukeland Universitetssykehus, Bergen. (Kurs).
- 15 min. Andre sekundære hypersomnier og differensialdiagnoser, SOVno, Haukeland Universitetssykehus, Bergen. (Kurs).
- 15 min. Insomnier ved Parkinson sykdom, Parkinson – nettverksmøte for leger og sykepleiere. Park Inn Oslo Airport. (Kurs).
- 30 min. Søvnforstyrrelser ved Parkinson sykdom, Kasuistikker, gruppearbeid, oppsummering, – nettverksmøte for leger og sykepleiere. Park Inn Oslo Airport,. (Kurs).
- 30 min. Hypersomni ved Parkinson sykdom, ParkVest møte. (Kurs).
- 30 min. Excessive daytime sleepiness and cognitive decline in Parkinson’s disease: A clinical approach. (Kurs).
- 15 min. Restlessness but not RLS in early PD patients. (Kurs).
- 7 timer. Søvn og søvnlidelser. Legeforeningen Sandefjord. (Kurs).
- 7 timer. Søvn og søvnlidelser. (Kurs).
- Foredrag om OSAS og andre søvnrelaterte respirasjonsforstyrrelser om barn. Norsk barnenevrologisk forening sitt vårmøte 2016. (Kurs).
- 30 timer. Kursleder i «polysomnografi (PSG) – skåring av søvn og søvnrelaterte hendelser». To-dagerskurs. (Kurs).
- 30 min om nye førerkortkriterier, årsmøte SOVno. (Konferanse).
- 2 t om evaluering og mandat, årsmøte SOVno. (Konferanse).
- 45 min om søvn og søvnsykdommer, Parkinsons sykdom nettverksmøte, Oslo. (Konferanse).
- 25 min invitert symposiumsforedrag om evidensbasert døgnrytmebehandling, Sleep 2106, Denver, USA. (Konferanse).
- Chair på symposium om chronobiology in health and disease, 23th Congress of the European Sleep Research Society, Bologna. (Konferanse).
- 1 t om søvn på ADHD-møte i Wien, Østerrike. (Konferanse).
- 2 innlegg (30 + 20 min) på zzz-konferansen om ungdom og søvn, Oslo. (Konferanse).
- 15 min om lysintervensjon ved nattarbeid på WOW-møte, Stockholm. (Konferanse).

- 15 min om skiftarbeidslidelse, Bergen. (Konferanse).
- 30 min innlegg om SUSH-prosjekt, SUSH/WOW møte, Solstrand. (Konferanse).
- 3 timers innlegg om prosjekt, datainnsamling, resultater, NLA møte, Solstrand. (Konferanse).
- 45 min presentasjon på Fagkonferansen om kunnskapsbasert smertebehandling 2016 (Norsk smerteforening). (Konferanse).
- 1t om søvn og smerte. Oslo. (Konferanse).
- 1t foredrag om søvn i maritim sektor. Bergen. (Konferanse).
- 1t om elektroniske medier og søvn. Oslo:. (Konferanse).
- 2 t om søvn, skiftarbeid og helse, Arbeidstidsseminar for LO, Enebakk. (Seminar).
- Tidsskr Nor Legeforen, portrettintervju. (Intervjuer/oppslag i media).
- Sykepleien <https://sykepleien.no/2016/09/slik-sover-eldre-og-demente>. (Intervjuer/oppslag i media).
- Tidsskrift for norsk psykologforening: Terapi gir bedre søvn enn piller. (Intervjuer/oppslag i media).

Helsepersonell og andre faggrupper - flere regioner

- 4 t om søvn hos barn og ungdom, Porsgrunn. (Kurs).
- 6 t dagskurs om søvn og søvnsykdommer, Tønsberg. (Kurs).
- 6 t dagskurs om søvn og søvnsykdommer hos eldre, Norsk psykologforening, Oslo. (Kurs).
- 1t om søvn på kurs i maritim medisin. (Kurs).
- 1t om søvn på kurs i maritim medisin, Bergen. (Kurs).
- 1t om søvn på kurs i maritim medisin,. (Kurs).
- Kursansvarlig og 15 min innlegg om skiftarbeidsforskning, workshop med forskere fra Kiel,. (Konferanse).
- 15 min + 45 min innlegg om SUSH-publikasjoner og ny forskning + 1 dags møteledelse, SUSH/WOW møte, Solstrand. (Konferanse).
- 3t foredrag om turnusproblematikk for sykepleiere. Langesund. (Konferanse).
- 1 foredrag (15 min) ved SUSH («Spørreundersøkelsen om søvn, skiftarbeid og helse hos sykepleiere») møte, Solstrand, Os. (Seminar).
- 1t om søvn og tidsakklimering. Olympiatoppen. (Seminar).

Helsepersonell og andre faggrupper - egen region

- 4 t om søvn hos ungdom, Haugesund. (Kurs).
- 45 min. Ikke motoriske symptomer ved Parkinson sykdom. Fagdag, FRMR Lassa, Stavanger,. (Kurs).
- 30 min. Den kompliserte Parkinson pasienten. Fagdag, FRMR Lassa, Stavanger. (Kurs).
- 90 min. Parkinson sykdom; En introduksjon, Nevrologisk poliklinikk, Stavanger Universitetssykehus,. (Kurs).
- 60 min. Ikke-motoriske symptomer ved Parkinsons sykdom Ikke- motoriske symptomer. Hva skal nevrologen..... Radison Blu Royal. (Kurs).
- Undervisning om søvn og psykisk helse for helsepersonell, Helse Bergen:. (Kurs).
- 3t om søvn på kurs på profesjonsstudiet i psykologi. (Kurs).
- 3t om søvn på kurs på profesjonsstudiet i psykologi. (Kurs).
- Foredrag om hypersomni vs. kronisk utmattingsyndrom hos barn. Universitetskurs Bergen om hypersomnilitilstander. (Kurs).

- 3 timer. Undervisning om Obstruktivt Søvnpne Syndrom til medisinske studenter. UiB. (Kurs).
- Intern undervisning for sykepleiere og merkantil om nervus hypoglossus stimulering for behandling av moderat til alvorlig osas. (Kurs).
- 1 time. Kursleder i «Polygrafi – skåring av respiratoriske hendelser under søvn». (Kurs).
- 1 time. Kursleder i «Polygrafi – skåring av respiratoriske hendelser under søvn». (Kurs).
- 1 time. Kursleder i «Polygrafi – skåring av respiratoriske hendelser under søvn». (Kurs).
- 1 time. Kursleder i «Polygrafi – skåring av respiratoriske hendelser under søvn». (Kurs).
- 3 timer Søvnpne og psykiatri, forelesning UiB. Målgruppe: Medisinerstudenter. (Kurs).
- 3 timer Søvnpne og psykiatri, forelesning UiB. Målgruppe: Medisinerstudenter. (Kurs).
- 1 t om diagnosekriterier for søvnsykdommer, årsmøte Senter for Søvnpne. (Konferanse).
- 1t foredrag om søvn og eldre. (Konferanse).
- 15 min om skiftarbeidsforskning, Carskadon-seminar, Uib. (Seminar).
- 1 t (60 min) om søvn og søvnsykdommer, ØNH-avdelingen, HUS. (Seminar).
- 5 min om Senter for søvnpne, fredagsundervisning i Store Aud, Haukeland. (Seminar).
- 1 t om søvn, skiftarbeid og helse for intensivsykepleiere, Bergen. (Seminar).
- 1 t om soveromsvaner, forskningsmøte ALFO, Bergen. (Seminar).
- 1 t om søvn og senter for søvnpne, bioingeniører Haukeland. (Seminar).
- 1,5 time foredrag om søvn og søvnhigiene. Bergen. (Seminar).
- 1 time foredrag om søvn og søvnhigiene. Bergen. (Seminar).
- 1 time om søvn. Vårseminar for administrativt ansatte ved Psykologisk Fakultet, UiB. (Seminar).
- 1 foredrag (30 min) om søvnregulering, søvnhigiene og betydning av god søvn ved Minifagdag ved Det Psykologiske Fakultet, UiB. (Seminar).
- 1 foredrag på SOVno forskningsmøte (60 min). (Seminar).
- 1 foredrag (30 min) om søvnregulering, søvnhigiene til ansatte ved Revmatologisk avdeling, HUS. (Seminar).
- 1t om søvn og ungdom på fagpedagogisk dag, ved Universitetet i Bergen. (Seminar).
- 2t som søvn ved BUF-etat Bergen. (Seminar).
- 2t om søvn ved marinejegerkommandoen, Bergen. (Seminar).
- 1t om lys og skiftarbeidssimulering. Bergen. (Seminar).
- 1t om søvn og ungdom. Bømlø. (Seminar).
- 2t om søvn og ungdom. Bømlø. (Seminar).
- 1 time. Innlegg om Kvalitets- og forskningsregister for søvnforstyrrelser ved årsmøtet for Senter for Søvnpne, HUS. (Seminar).
- 45 min presentasjon av årets publikasjon 2015 ved SOVno. (Intervjuer/oppslag i media).

Total - utdanning av helsepersonell:

Alle regioner: Videreutdanning av helsepersonell	111 timer
Alle regioner: Etterutdanning av helsepersonell	111 timer
Alle regioner: Utdanning av annet personell	24 timer
Flere regioner: Videreutdanning av helsepersonell	22 timer
Flere regioner: Etterutdanning av helsepersonell	22 timer
Flere regioner: Utdanning av annet personell	10 timer
Egen region: Grunnutdanning av helsepersonell	64 timer
Egen region: Videreutdanning av helsepersonell	32 timer
Egen region: Etterutdanning av helsepersonell	32 timer
Egen region: Utdanning av annet personell	33 timer

Senteret har hatt besøk av fleire legar og anna helsepersonell, som har studert vår tverrfaglege sentermodell. V har blant anna hatt besøk av 13 personar (3 legar og 10 sjukepleiarar) frå Østfold, og 4 personar (1 lege, 1 oralkirurg og 2 sjukepleiarar) frå Nordlandssjukehuset.

SOVno arrangerte i løpet av våren og hausten 2016 12 forskingsmøte:

- Januar 12. Årsmøte SOVno. Ny førerkortforskrift v/ Sverre Lehmann og Bjørn Bjorvatn
- Februar 18. Gjesteforelesning v/ Mary Carskadon
Introduction to the 2-process model of sleep regulation.
Application of the 2-process model to adolescent sleep patterns.
NB Auditorium 2 BBB, kl 13-15
- Mars 17. Thomas Husby
The effect of Norwegian doctors' work hours on performance
- April 21. Vinner av årets publikasjon 2015, Børge Sivertsen
Later Emotional and Behavioral Problems Associated With Sleep
Problems in Toddlers - A Longitudinal Study.
- Mai 19. Christian Baier
Studies on intranasal application of orexin A in narcolepsy with
cataplexy
- Juni 23. Torbjørn Elvsåshagen
Endringer i hjernens struktur og funksjon etter våkenhet og søvn
- August 25. Jelena Mrdalj
Effects of social interaction on EEG in female rats from different early
life conditions
- September 22. Posterpresentasjoner fra ESRS
- Oktober 27. Øystein Vedaa
Shift work and the importance of recovery time between shifts
- November 24. Erlend Brevik
Insomni hos voksne ADHD pasienter
- November 28. Gjesteforelesning v/ Gilles Lavigne
Research Developments on Interactions between Sleep Bruxism, Sleep
Apnea, Sleep in Pain, and Traumatic Brain Injury
NB. kl 12-14 Auditorium B302 Sentralblokken
- Desember 15. Luiza Chwyszczuk
Analyse av søvnforstyrrelser, med fokus på REM søvn
atferdsforstyrrelser, samt korrelasjoner med kognisjon og
nevropatologisk diagnose

4. Forsking

Senter for Søvnmedisin og SOVno publiserte i 2016 35 søvnrelaterte artiklar i Pubmed-registrerte tidsskrift og hadde 59 andre publikasjoner relatert til søvn, inkludert abstracts. Det er ei auke på hhv. 20 og 39 frå 2015.

Pubmed publikasjoner:

- 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* 2016 Mar;157(3):643-51. PMID:26588693
- 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* 2016 Apr;15(2):168-77. Epub 2015 des 3 PMID:26635329
- Thun E, Bjorvatn B, Åkerstedt T, Moen BE, Waage S, Molde H, Pallesen S. Trajectories of sleepiness and insomnia symptoms in Norwegian nurses with and without night work and rotational work. *Chronobiol Int* 2016;33(5):480-9. Epub 2016 mar 31. PMID:27030964
- Lerdal A, Slåtten K, Saghaug E, Grov EK, Normann AP, Lee KA, Bjorvatn B, Gay CL. Sleep among bereaved caregivers of patients admitted to hospice: a 1-year longitudinal pilot study. *BMJ Open* 2016 Jan 04;6(1):e009345. Epub 2016 jan 4. PMID:26729383
- Vedaa Ø, Krossbakken E, Grimsrud ID, Bjorvatn B, Sivertsen B, Magerøy N, Einarsen S, Pallesen S. Prospective study of predictors and consequences of insomnia: personality, lifestyle, mental health, and work-related stressors. *Sleep Med* 2016 Apr;20():51-8. Epub 2015 des 15. PMID:27318226
- Dørheim Sk, Garthus-Niegel S, Bjorvatn B, Eberhard-Gran M. Personality and Perinatal Maternal Insomnia: A Study Across Childbirth. *Behav Sleep Med* 2016;14(1):34-48. Epub 2014 aug 30. PMID:25174718
- Saksvik-Lehouillier I, Bjorvatn B, Magerøy N, Pallesen S. Hardiness, psychosocial factors and shift work tolerance among nurses - a 2-year follow-up study. *J Adv Nurs* 2016 Aug;72(8):1800-12. Epub 2016 mar 14. PMID:26988165
- 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* 2016;59(1):1-14. Epub 2015 jul 27. PMID:26072668
- Grønli J, Byrkjedal IK, Bjorvatn B, Nødtvedt Ø, Hamre B, Pallesen S. Reading from an iPad or from a book in bed: the impact on human sleep. A randomized controlled crossover trial. *Sleep Med* 2016 May;21():86-92. Epub 2016 mar 2. PMID:27448477
- Vedaa Ø, Pallesen S, Waage S, Bjorvatn B, Sivertsen B, Erevik E, Svensen E, Harris A. Short rest between shift intervals increases the risk of sick leave: a prospective registry study. *Occup Environ Med* 2016 Nov 08. Epub 2016 nov 8. PMID:27827302

- Bjorvatn B, Meland E, Flo E, Mildestvedt T. High prevalence of insomnia and hypnotic use in patients visiting their general practitioner. *Fam Pract* 2016 Oct 27. Epub 2016 okt 27. PMID:27789518
- Flo E, Bjorvatn B, Corbett A, Pallesen S, Husebo BS. Joint occurrence of pain and sleep disturbances in people with dementia A systematic review. *Curr Alzheimer Res* 2016 Jun 02. Epub 2016 jun 2. PMID:27335036
- Jonassen TM, Eagan TM, Bjorvatn B, Lehmann S. Associations between obstructive lung disease and symptoms of obstructive sleep apnoea in a general population. *Clin Respir J* 2016 Mar 07. Epub 2016 mar 7. PMID:26948980
- Lallukka 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* 2016 Feb;25(1):96-103. PMID:26420582
- Hayley AC, Downey LA, Stough C, Sivertsen B, Knapstad M, Øverland S. Social and emotional loneliness and self-reported difficulty initiating and maintaining sleep (DIMS) in a sample of Norwegian university students. *Scand J Psychol* 2016 Dec 16. Epub 2016 des 16. PMID:27983749
- Hysing M, Petrie KJ, Bøe T, Lallukka T, Sivertsen B. The social gradient of sleep in adolescence: results from the youth@hordaland survey. *Eur J Public Health* 2016 Nov 17. Epub 2016 nov 17. PMID:27864356
- Sivertsen B, Harvey AG, Pallesen S, Hysing M. Trajectories of sleep problems from childhood to adolescence: a population-based longitudinal study from Norway. *J Sleep Res* 2016 Aug 17. Epub 2016 aug 17. PMID:27530929
- Rognmo K, Sivertsen B, Eberhard-Gran M. Self-reported short sleep duration and insomnia symptoms as predictors of post-pregnancy weight change: Results from a cohort study. *Womens Health (Lond)* 2016 Sep;12(5):465-474. Epub 2016 sep 15. PMID:27634975
- Madsen IE, Larsen AD, Thorsen SV, Pejtersen JH, Rugulies R, Sivertsen B. Joint association of sleep problems and psychosocial working conditions with registered long-term sickness absence. A Danish cohort study. *Scand J Work Environ Health* 2016 Jul 01;42(4):299-308. Epub 2016 mai 25. PMID:27224658
- Hysing M, Harvey AG, Linton SJ, Askeland KG, Sivertsen B. Sleep and academic performance in later adolescence: results from a large population-based study. *J Sleep Res* 2016 Jun;25(3):318-24. Epub 2016 jan 30. PMID:26825591
- Hysing M, Lundervold AJ, Posserud MB, Sivertsen B. Association Between Sleep Problems and Symptoms of Attention Deficit Hyperactivity Disorder in Adolescence: Results From a Large Population-Based Study. *Behav Sleep Med* 2016 Sep-Oct;14(5):550-64. Epub 2015 okt 27. PMID:26503122
- Hysing M, Sivertsen B, Garthus-Niegel S, Eberhard-Gran M. Pediatric sleep problems and social-emotional problems. A population-based study. *Infant Behav Dev* 2016 Feb;42():111-8. Epub 2016 jan 8. PMID:26774862
- 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* 2016 Apr;43(4):249-58. Epub 2015 des 27. PMID:26707632

- Gabrielsen AM, Omland T, Brokner M, Fredheim JM, Jordan J, Lehmann S, Lund MB, Hjelmæsæth J, Hofsø D. The effect of surgical and non-surgical weight loss on N-terminal pro-B-type natriuretic peptide and its relation to obstructive sleep apnea and pulmonary function. *BMC Res Notes* 2016 Sep 13;9(1):440. Epub 2016 sep 13. PMID:27619215
- Grønli J, Meerlo P, Pedersen TT, Pallesen S, Skrede S, Marti AR, Wisor JP, Murison R, Henriksen TE, Rempé MJ, Mrdalj J . A Rodent Model of Night-Shift Work Induces Short-Term and Enduring Sleep and Electroencephalographic Disturbances. *J Biol Rhythms* 2016 Dec 01. Epub 2016 des 1. PMID:28013579
- Marti AR, Meerlo P, Grønli J, van Hasselt SJ, Mrdalj J, Pallesen S, Pedersen TT, Henriksen TE, Skrede S. Shift in Food Intake and Changes in Metabolic Regulation and Gene Expression during Simulated Night-Shift Work: A Rat Model. *Nutrients* 2016 Nov 08;8(11). Epub 2016 nov 8. PMID:27834804
- Tholfsen LK, Larsen JP, Schulz J, Tysnes OB, Gjerstad MD. Changes in insomnia subtypes in early Parkinson disease. *Neurology* 2016 Dec 16. Epub 2016 des 16. PMID:27986876
- Chwiszczuk 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* 2016;16(3-4):152-60. Epub 2015 nov 10. PMID: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* 2016 04;25(2):144-57. Epub 2015 sep 14. PMID:26365742
- Pallesen S, Grønli J. The impact of e-reading on sleep. *Sleep Med* 2016 Jul;23():109-110. Epub 2016 aug 3. PMID:27522403
- Sunde E, Bratveit M, Pallesen S, Moen BE. Noise and sleep on board vessels in the Royal Norwegian Navy. *Noise Health* 2016 Mar-Apr;18(81):85-92. PMID:26960785
- Samsonsens C, Sand T, Bråthen G, Helde G, Brodtkorb E. The impact of sleep loss on the facilitation of seizures: A prospective case-crossover study. *Epilepsy Res* 2016 Nov;127():260-266. Epub 2016 sep 16. PMID:27665308
- Krane-Gartiser K, Steinan MK, Langsrud K, Vestvik V, Sand T, Fasmer OB, Kallestad H, Morken G. Mood and motor activity in euthymic bipolar disorder with sleep disturbance. *J Affect Disord* 2016 Sep 15;202():23-31. Epub 2016 mai 24. PMID:27253213

Andre publikasjoner:

- **Hunskar GS, Bjorvatn B, Wensaas KA, Hanevik K, Eide GE, Langeland N, Rortveit** Excessive daytime sleepiness, sleep need and insomnia 3 years after *Giardia* infection: a cohort study. *Sleep Health* 2016; 2: 154-158.
- **Thun E, Le Hellard S, Osland T, Bjorvatn B, Moen BE, Magerøy N, Steen V, Giddaluru S, Brattbakk H-R, Pallesen S.** Circadian clock gene variants and insomnia, sleepiness, and shift work disorder. *Sleep and Biological Rhythms* 2016; 14: 55-62.

- **Pallesen S, Larsen S, Bjorvatn B.** I wish I'd slept better in that hotel. Guests' self-reported sleep patterns in hotels. *Scandinavian Journal of Hospitality and Tourism* 2016; 16: 243-253.
- **Andreassen CS, Bjorvatn B, Moen BE, Waage S, Magerøy N, Pallesen S.** A longitudinal study of the relationship between the five-factor model of personality and workaholism. *Testing, Psychometrics, Methodology in Applied Psychology* 2016; 23: 285-298.
- **Pallesen S, Nødtvedt Ø, Saxvig IW, Bjorvatn B.** A new artificial light source (Valkee©) does not alter sleep-wake parameters and does not improve mood in phase delayed subjects. *Sleep and Biological Rhythms* 2016; 14: 97-105.
- **Bjorvatn B.** T5.2 Søvnvansker. I: Norsk legemiddelhåndbok for helsepersonell, 2016: Oslo: Foreningen for utgivelse av Norsk legemiddelhåndbok.
- **Bjorvatn B.** T19.6 Restless legs. I: Norsk legemiddelhåndbok for helsepersonell, 2016: Oslo: Foreningen for utgivelse av Norsk legemiddelhåndbok
- **Bjorvatn B.** T19.7 Leggkramper. I: Norsk legemiddelhåndbok for helsepersonell, 2016: Oslo: Foreningen for utgivelse av Norsk legemiddelhåndbok.
- **Bjorvatn B.** Ungdomssøvn. Utredning og behandling av forstyrret døgnrytme og andre søvnlidelser. Gyldendal Akademisk forlag 2016. 185 sider.
- **Bjorvatn B.** Søvn og søvnforstyrrelser. I: Aktuell nordisk odontologi. Universitetsforlaget, 2016: 112-125.
- **Pallesen S, Nordhus IH, Bjorvatn B, Rakner K.** Søvnrelatert rettsmedisin – straffbare handlinger begått i søvne. *Tidsskrift for strafferett* 2016; 16: 35-59.
- **Bjorvatn B.** Hvorfor sliter ungdom med å stå opp om morgenen? Kronikk, *Aftenposten* 9. mars, 2016.
- **Bjorvatn B.** Slik får du en bedre nattesøvn.. Temaavis fra Mediaplanet utgitt i *Dagbladet*, 31.3.16.
- **Bjorvatn B.** Subjektive og objektive søvnsykdommer. *SØVN* 2016; 8(1): 4.
- **Saxvig IW, Lehmann S, Fiske E, Bjorvatn B.** Register for søvnforstyrrelser. *SØVN* 2016; 8(1): 28-31.
- **Bjorvatn B.** Søvnjengeri er ikke bare et uskyldig fenomen. Kronikk, *Adresseavisen* 27. juni, 2016.
- **Pallesen S, Bjorvatn B.** Søvnlidelser. I: Psykiske lidelser Red: Hagen og Kennair. Gyldendal Akademisk, 2016, 198-219.
- **Bjorvatn B, Pallesen S.** Irregular sleep-wake rhythm disorder. In: *Reference Module in Neuroscience and Biobehavioral Psychology*, Elsevier, 2017. ISBN 9780128093245.
- **Bjorvatn B.** Medikamentell behandling av insomni blant voksne. *Norsk Farmaceutisk Tidsskrift* 2016; 7-8: 28-31.
- **Waage S, Thun E, Reknes I, Moen BE, Magerøy N, Pallesen S, Bjorvatn B.** Nattarbeid påvirker ikke menstruasjonen. *Sykepleien* 2016; 9: 44-46.
- **Bjorvatn B.** Søvnforstyrrelser. Behandlingsprogramstekst på helsenorge.no. 2016

- **Steine IM, Winje D, Nordhus IH, Milde AM, Bjorvatn B, Grønli J, Pallesen S.** Langvarig taushet om seksuelle overgrep: Prediktorer og korrelater hos voksne som opplevde seksuelle overgrep som barn. Tidsskrift for Norsk Psykologforening 2016: 888-899.
- **Bjorvatn B.** Søvnproblemer blant ungdommer. Tidsskrift for helsesøstre 2016; 3: 6-11.
- **Pallesen S, Bjorvatn B, Grønli J.** Behandling av mareritt. En oversikt over randomiserte behandlingsstudier. Tidsskrift for Norsk Psykologforening 2016: 710-720.
- **Bjorvatn B.** Hva er normal søvnlengde? SØVN 2016; 8(2): 4.
- **Amofah HA, Broström A, Fridlund B, Bjorvatn B, Haaverstad R, Hufthammer KO, Kuiper KK, Ranhoff AH, Norekvål TM.** Gender differences in the in-hospital sleep-wake pattern in the early postoperative phase after aortic valve therapy. EuroHeartCare, Hellas, 2016.
- **Katsifaraki M, Nilsen KB, Wærsted M, Knardahl S, Lie, Bjorvatn B, Matre D.** Sleepiness, insomnia and pain amongst nurses. 16th World Congress on Pain, Yokohama, Japan, 2016.
- **Brevik EJ, Lundervold AJ, Halmøy A, Posserud MB, Instanes JT, Bjorvatn B, Haavik J.** Insomnia in adult ADHD patients. Role of clinical subtypes and stimulant treatment. 29th ECNP Congress 2016, Wien.
- **Bjorvatn B, Mrdalj J, Saxvig IW, Aasnæs T, Pallesen S, Waage S.** Use of electronic media in bed and reading in bed after bedtime – Age and sex differences in a representative adult population. J Sleep Research 2016; 25: Suppl 1: 101.
- **Brevik EJ, Lundervold AJ, Halmøy A, Posserud MB, Instanes JT, Bjorvatn B, Haavik J.** Insomnia in adults with ADHD: Impact of clinical subtype and pharmacological treatment. J Sleep Research 2016; 25: Suppl 1: 92.
- **Thun E, Bjorvatn B, Åkerstedt T, Moen BE, Waage S, Molde H, Pallesen S.** Trajectories of sleepiness and insomnia symptoms in Norwegian shift-working nurses. J Sleep Research 2016; 25: Suppl 1: 285.
- **Blytt KM, Bjorvatn B, Husebø B, Flo E.** A cross-sectional study using actigraphic and informant-observed assessments of sleep disturbances. J Sleep Research 2016; 25: Suppl 1: 288.
- **Sørensen E, Bjorvatn B, Saxvig IW, Wilhelmsen-Langeland A, Hysing M, Molde H, Pallesen S.** Naps and sleep patterns in adolescents. J Sleep Research 2016; 25: Suppl 1: 330-331.
- **Harris A, Gundersen, H. Andreassen PM, Thun E, Bjorvatn B, Pallesen S.** A comparative study of sleep and mood between young elite athletes and age-matched controls. J Sleep Research 2016; 25: Suppl 1: 302.
- **Saxvig IW, Pallesen S, Bjorvatn B.** Effects on sleepiness, attention and sleep in 8-10 year old children. J Sleep Research 2016; 25: Suppl 1: 228.

- **Wilhelmsen-Langeland A, Saxvig IW, Pallesen S, Nordhus IH, Johnsen EH, Andersen MIW, Marszalek MA, Bjorvatn B.** Patients with Delayed Sleep-Wake Phase Disorder (DSWPD) have poorer executive functions compared to controls. *J Sleep Research* 2016; 25: Suppl 1: 57.
- **Jonassen TM, Bjorvatn B, Eagan TML, Lehmann S.** Associations between comorbidities included in the diagnostic criteria for OSAS and sleep-disordered breathing. *J Sleep Research* 2016; 25: Suppl 1: 268.
- **Waage S, Zakariassen E, Pallesen S, Bjorvatn B, Harris A.** Effects of long working hours and long work periods on sleep among Norwegian pilots and crew members. *J Sleep Research* 2016; 25: Suppl 1: 323.
- **Stangenes K, Fevang SKE, Markestad T, Hysing M, Elgen IB, Bjorvatn B.** Prevalence and nature of sleep problems during childhood in children born extremely premature. *J Sleep Research* 2016; 25: Suppl 1: 329.
- **Buchvold HV, Pallesen S, Bjorvatn B.** BMI, Shift Work Schedule and Night Work Load: A 4-year longitudinal study. WINC/WOW-meeting, Stockholm, 2016.
- **Katsifaraki M, Nilsen KB, Wærstad M, Knardahl S, Lie JA, Bjorvatn B, Härmä M, Matre D.** Sleepiness, insomnia and sleep disturbance differentially influence pain. WINC/WOW-meeting, Stockholm, 2016.
- **Vedaa Ø, Pallesen S, Waage S, Bjorvatn B, Sivertsen B, Erevik E, Svensen E, Harris A.** Short rest between shifts increases the risk of sick leave: a prospective registry study. WINC/WOW-meeting, Stockholm, 2016.
- **Thun E, Waage S.** Skiftarbeid og helse. *SØVN*. 2016; 8(2):18-23.
- **Waage S.** Stor skiftarbeidsaktivitet i Norge. *SØVN*. 2016; 8(2):24-25.
- **Fiske E.** Redaktørens hjørne. *SØVN* 2016; 8(1): 3
- **Fiske E.** Søvn og smerte. Nytt nasjonalt nettverk. *SØVN* 2016; 8(1): 31-33.
- **Fiske E.** Worldsleep 2015. *SØVN* 2016; 8(1): 34-36.
- **Fiske E.** Redaktørens hjørne. *SØVN* 2016; 8(2): 3
- **Fiske E.** Europeisk søvnkongress. ESRS Bologna 13-16 september. 2016. *SØVN* 2016; 8(2): 26-30.
- **Ursin R, Fiske E (red).** Hvordan begynte det? En historie om søvnforskningen i Norge. *SØVN* 2016; 8(2): 33-37
- **Mrdalj J.** Hva skjer med søvn hos ungdom og hvordan kan vi lære dem at søvn er viktig? *SØVN*. 2016; 8(1):18-22
- **Mrdalj J.** Basalforskning på WorldSleep konferansen 2015. *SØVN*. 2016; 8(1):37
- **Mrdalj J.** Årets publikasjon 2014. *SØVN*. 2016; 8(1):5
- **Mrdalj J.** Basalforskning på ESRS 2016. *SØVN*. 2016; 8(2):31
- **Marti A, Mrdalj J, Skrede S, Pedersen T, van Hasselt S, Meerlo P, Henriksen T, Pallesen S, Murison R, Grønli J.** Simulated night work alters clock gene expression in central and peripheral tissue in rats. *Journal of Sleep Research* 25 (Suppl. 1), 5–377, p.57, No. O278

- **Rempe M, Pedersen T, Meerlo P, Mrdalj J, Pallesen S, Marti AR, Wisor J, Murison R, Henriksen T, Grønli J.** One work period induces changes in sleep and sleep homeostatic responses. A rat model. *Journal of Sleep Research* 25 (Suppl. 1), 5–377, p.248, No. P501
- **Aasnæs T.** Insomnibehandling under lupen. *SØVN* 2016; 8(2): 32
- **MD Gjerstad, DA Pevernagie, JA Verbraecken, M Goncalves, ES Arnardottir, L Parrino.** Certification of professionals in sleep medicine in Europe. What way to go? 2016/9/1 *J of Sleep Research* Volume 25, 284-284.
- **LK Tholfsen, JP Larsen, J Schulz, OB Tysnes, MD Gjerstad.** Insomnia in early Parkinson disease. The Norwegian Park West study. 2016/9/1, *J of Sleep Research*. Volume 25, 127-127

Avlagte doktorgradar

Eirunn Thun

Shift work: negative consequences and protective factors

Disputert: Mai 2016

Hovedveileder: Ståle Pallesen

Kvalitetsregisteret:

I 2016 henta Senter for søvnmedisin inn totalt 1002 (1207 i 2015) nye samtykke til å registrerast i kvalitets- og forskingsregisteret. 2 kryssa av for at dei ikkje ynskja å delta.

5. Pasientopplæring

Det vart halde 14 CPAP tilpassingskurs ved Senter for søvnmedisin i 2016. Totalt deltok 58 pasientar og pårørnde. I tillegg vart det halde 2 mestringskurs for pasientar med søvnapné og deira pårørnde i samarbeid med Lærings- og mestringscenteret i Bergen, der totalt 19 pasientar og pårørnde deltok. Deltakarene evaluerte kursa, og tilbakemeldingane var gjennomgåande gode:

Evaluering Mestringskurs for personer med søvnapné og deres pårørnde i 2016

2 kurs med 14 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	6	6	0	0	0	0
Faglige innlegg	Behandling av OSAS v/lege	5	7	1	0	0	0
	Gjennomgang av CPAP/BIPAP; praktisk informasjon v/sykepleier	6	6	0	0	0	0
	Fysisk aktivitet v/fysioterapeut	5	6	1	0	0	1
	Kost og ernæring v/ernæringsfysiolog	11	0	2	0	0	0
	Motivasjon til CPAP bruk v/sykepleier	7	5	0	0	0	0

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	5	5	2	0	0	0
Høre andres erfaringer	6	4	2	0	0	0
Dele mine erfaringer	3	6	2	0	0	0
Få tips og gode råd	5	4	3	0	0	0

6. Formidling til allmennheten

Brosjyrar

SOVno har laga 4 pasient-brosjyrar om søvn og søvnsjukdomar. Disse formidlas gratis til helsepersonell over heile landet, og er populære brosjyrar på legekontor og sjukehuseiningar. Over 7000 brosjyrar ble sendt ut i 2016.

Nettsider

I 2016 hadde Senter for søvnmedisin 3705 treff på hovudsida (<http://www.helse-bergen.no/no/OmOss/Avdelinger/senter-for-sovnmedisin/Sider/default.aspx>), og 6920 treff totalt på alle sidane. SOVno hadde 42534 treff på hovudsida (www.sovno.no), og 207834 treff totalt på alle sidane. SOVno er blant toppane i talet på sidevisingar totalt sett i Helse Bergen.

Medieoppslag

SOVno og Senter for søvnmedisin hadde totalt 134 medieoppslag i 2016:

- TV innslag 3 stk
- Radio innslag 17 stk
- Avis/nettavis/magasiner/nettsider 114 stk

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