

ÅRSRAPPORT 2025



[Søvnpoliklinikken](#) og [SOVno](#)

Senterleder
Bjørn Bjorvatn

Senterkoordinator
Hilde Kristin Tveit

Registerkoordinator
Ingvild West Saxvig

Rådgivar (SOVno)
Tom W. Aasnæs

1. Drift

Søvnpoliklinikken 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 og barneklinikken er også knytt til senteret. Søvnpoliklinikken er samlokalisert med, og har tett samarbeide med, Nasjonalt senter for søvnmedisin (SOVno). Mellom anna driftar Søvnpoliklinikken og SOVno saman eit kvalitets- og forskingsregister for søvnforstyrningar. Registeret er lokalt, men har nasjonalt omfang.

Administrativt ligg Søvnpoliklinikken under Lungeavdelinga, seksjon for obstruktive lungesjukdommar/respirasjonssvikt/søvnrelaterte sjukdommar, men alle avdelingane har overordna fagleg ansvar for sin eigen aktivitet ved senteret.

Styret ved Søvnpoliklinikken består av:

- Nivå 2-leiar for lungeavdelinga (Sverre Lehmann)
- Nivå 2-leiar for ØNH-avdelinga (Evelyn Neppelberg)
- Nivå 2-leiar for nevroklinikken (Torhild Vedeler)
- Senterleiar for Søvnpoliklinikken (Bjørn Bjorvatn)
- Leiar for Nasjonalt senter for søvnmedisin (Bjørn Bjorvatn)

Kristel Svalland Knudsen (lunge), Christian Bersagel/Silje Rykkje Norheim (ØNH), Tom Eichele (KNF), Petter Sanaker (nevro), Ingvild West Saxvig, Hilde Kristin Tveit og Bjørn Bjorvatn har delteke i ei arbeidsgruppe ved Søvnpoliklinikken som har månadlege møter.

Ved Søvnpoliklinikken var det i 2025 tilknytt 37 lækjarar, 30 sjukepleiarar/ helsefagarbeidarar, 5 tannlækjarar, 4 merkantile og 1 ingeniør. Lækjarane, sjukepleiarane, merkantilt personell og ingeniørar er tilsett ved sine moderavdelingar, og arbeider ved Søvnpoliklinikken i deler av si kliniske verksemd. Dei andre tilsette ved Søvnpoliklinikken (leiar, registarkoordinator, tannlækjarar) er tilsett ved lungeavdelinga.

Leiar, professor dr.med.	Bjørn Bjorvatn
Registerkoordinator, ph.d.	Ingvild West Saxvig
Senterkoordinator, sjukepleiar	Hilde Kristin Tveit

LUNGEAVDELINGA:

Lungeavdelinga har kontorfagleg personell tilsvarende 1,7 stilling, lækjarar i 1,2 årsverk og 4,8 årsverk av sjukepleiarar/helsefagarbeidarar knyt til søvnpoliklinikken. Tannlækjarar har delt på 1,1 årsverk som tar imot pasientar 2 heile og en halv dag i veka i snitt.

Lækjarar:

Kristel S. Knudsen (seksjonsoverlege)
Ove Fondenes
Solfrid Indrekvam
Anders Storesund
Trygve M. Jonassen
Åse Rogde
Anders Rotevatn
Gunnar Husebø
Christina Svendsen
Rune Nielsen
Ane Jacobsen
Marta Erdal
Solveig Tangedal
Louise Benneche
Julie Hestnes Øyhovden
Nina Haaland
Martin Grinna
Sondre Serigstad
Lukas Fischer
Rachna Gulati
Øyvind Mørkhagen
Sara Birgitte Solberg Heiervang
Tarjei Nyhammer
Guri Kringeland
Siri Hareide
Ida Wergeland
Birgitte S. Knudsen

Sjukepleiarar:

Hilde Kristin Tveit (senterkoordinator)
Thomas Berge
Eirin Ripman
Cathrine Vetås
Gunvor Mo Norstein
Marianne Øvstebø
Heidi Øksnes Markussen
Maren Økland Wembstad
Daniel Jensen
Siri Katharina Van Dam Lie
Elma Nesimi
Truls Toftevåg
Helsefagarbeidarar:
Maria Fältnes
Mira Elliot (helsefaglærling)

Merkantile:

Ann Kristin Løvik (lunge)
Magnar Kringlen Ervik (vikar)

Tannlækjarar:

Anders Johansson
Morten Berge
Kjersti Gjerde
Solveig Fredheim Blindheim
Mohammad Ibrahim Zafar

NEVROKLINIKKEN (KNF/NEVRO):

Nevroklirikken avseter eit årsverk spesialist/somnolog til senteret, i tillegg til 2 årsverk for sjukepleiar/teknikar. Merkantil ressursbruk er 0,5 årsverk.

Sjukepleiarar:

Therese Lavik (KNF)
Eva Aarland (KNF)
Mariann Lie Onstad (KNF)
Birte Steen (KNF)
Hilde Vorland (KNF)
Regine Engelsen Eide (KNF)
Anne Lise Haktorsen (KNF)

Merkantile:

Randi Kristine Lovik (KNF)

Lækjarar:

Henning Olberg (KNF og nevro)

MEDISINSK-TEKNISK AVDELING:

Ingeniører:

Eva Berge Hope

ØNH-AVDELINGA:

ØNH-avdelinga har hatt ein lækjar kvar måndag, tysdag og fredag, annan kvar torsdag og halv dag annan kvar onsdag, i tillegg til 1,5 sjukepleiarar kvar dag, og ein merkantilt tilsett i full stilling.

Lækjarar:

Shashi Gulati
Arild Sletteberg
Benno Hubertus Schuster
Christian Bersagel (til sept 2025)
Karin Mjelle (frå sept 2025)
Yusuf Mirza
Helen Stangeland
Nour Sourani
Anders Steinbakk

Sjukepleiarar:

Tord Skudal Floen
Astrid Gaukstad
Silje Rykkje
Helena Norberg
Lise Dokken Schmedling
Joanna Isabella Trzybinska
Haldis Skoglund (frå juli 2025)
Mathilde Birkeland (til aug 2025)
Mona Bjerke (til juni 2025)

Merkantile:

Karoline Korsvold

KLINIKK FOR PSYKOSOMATISK MEDISIN:

Lækjarar:

Jørn Bødtker

NASJONALT SENTER FOR SØVNMEDISIN (SOVno):

Staben har i 2024 bestått av:

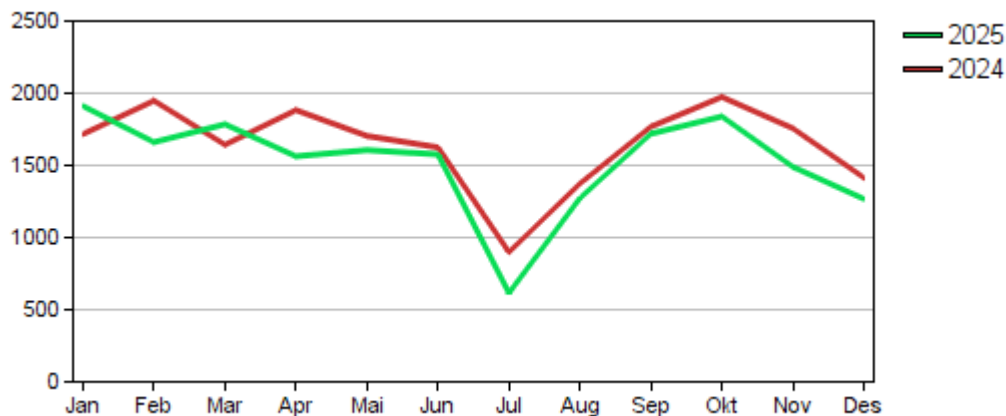
Leiar: Bjørn Bjorvatn (40 %)
Senterkoordinator: Siri Waage (100 %)
Rådgjevar: Tom Aasnæs (50 %)
Seniorrådgjevar Ingvild Saxvig (50 %)

I tillegg er det knytt ei arbeidsgruppe til SOVno:

- Fred Holsten, professor dr.med, psykiater, søvnspesialist ved Bergen søvnsenter.
- Henning Olberg, ph.d, overlege, nevrolog/klinisk nevrofysiolog, Klinisk Nevrofysiologisk avdeling, Haukeland universitetssjukehus.
- Ståle Pallesen, ph.d, professor, Institutt for samfunnspsykologi, UiB.
- Sverre Lehmann, ph.d, klinikkdirektør, lungelege, Lungeavdelinga, Haukeland universitetssjukehus.
- Shashi Gulati, overlege, ønh-lege, Øre-nese-halsavdelingen, Haukeland universitetssjukehus.
- Maria Vollsæter, ph.d klinikkdirektør, pediater, Barneklubben, Haukeland universitetssjukehus.
- Børge Sivertsen, ph.d, seniorforskar, Folkehelseinstituttet.
- Maj-Britt Posserud, ph.d. overlege, barne- og ungdomspsykiater, Barne og ungdomspsykiatrisk avdeling, Haukeland universitetssjukehus.

2. Pasientbehandling

Det blei i 2025 halde totalt 18.307 konsultasjonar ved Søvnpoliklinikken mot 19.707 i 2024. Av desse var 2.504 ny-tilviste pasientar (definert som pasientar til behandling som ikkje har hatt behandlingsepisodar i same eller føregåande år), mot 2.221 i 2024.



Figur 1. Konsultasjonar ved Søvnpoliklinikken for kvar måned i 2025 samanlikna med 2024 (tal frå klodrik-ny.ihelse.net).

Tabell 1. Tal for behandlingsepisodar, nye pasientar og gjennomsnittleg vurderingstid ved dei ulike avdelingane.

Avdeling	Lokal eining	Beh. episodar	Nye pasientar	gj.sn. vurderingstid (dagar)
Totalt		18 307	2 540	3,2
Nevroklubben	Søvn-Hbe-Nevro*	550	79	5,7
Lungeavdelinga	Søvn HBE*	13 910	1 638	1,7
Klinikk for hovud/hals	Søvn og snorking-HBE*	3 618	823	5,9
Nevroklubben	Søvn KNF-HBE*	229	0	-

I 2025 utførte lungeavdelinga 2.020 polikliniske polygrafi-registreringar (mot 1.740 i 2024). ØNH-avdelinga utførte 702 polikliniske polygrafi-registreringar (mot 840 i 2024). Søvnpoliklinikken leverte ut 1.450 CPAP maskiner (1.412 i 2024) ombyte 200, 126 bilevel-maskiner (136 i 2024) og 365 apné-skiner (402 i 2024).

Nevrolog har i 2025 utført 550 pasientkonsultasjonar. Det ble gjort 112 PSG, og 66 MSLT i 2025. Psykiater hadde 4 pasientar og 8 konsultasjonar ved Søvnpoliklinikken.

Ved Søvnpoliklinikken var det 0 fristbrot ved lungeavdelinga, 1 fristbrot ved ØNH, 0 fristbrot ved Nevro og 0 ved KNF i 2025.

Tabell 2 viser gjennomsnittleg ventetid frå motteken tilvising til diagnosetidspunkt ved senteret for kvar av dei tilknytte avdelingane.

Avdeling	Ventetid – dagar	Tal frå 2024
Nevro	131,1	137,5
Lunge	74,4	97,3
ØNH	116,4	136,4
Totalt	89,8	113,5

Tabell 3. Hovuddiagnosar blant pasientar ved Søvnpoliklinikken. Diagnosar med 10 eller fleir konsultasjonar er inkludert, tal frå 2024 i parentes.

Hoveddiagnose	Beskrivelse	Beh.episoder		Nye pasienter	
G473	Søvnapné	14 100	(15 804)	798	(704)
R065	Munnpusting	2 998	(2 836)	1 658	(1 414)
G471	Eksessiv somnolens	190	(169)	19	(36)
G474	Narkolepsi og katapleksi	134	(92)	1	(3)
G470	Innsøvings- og søvnforstyrrelser	108	(65)	17	(10)
G478	Andre spesifiserte søvnforstyrrelser	97	(74)	8	(8)
J9611	Kronisk respirasjonssvikt	80	(114)	3	(5)
G479	Uspesifisert søvnforstyrrelse	74	(37)	5	(8)
G258	Andre spes. ekstrapyramidale tilstander og bevegelsesforst.	56	(12)	7	(1)
J961	Kronisk respirasjonssvikt	45	(40)	2	(1)
J342	Skjev neseskillevegg	45	(46)	0	(1)
J343	Hypertrofi av nesemuslinger	41	(43)	2	(1)
J449	Uspesifisert kronisk obstruktiv lungesykdom	30	(30)	1	(3)
F510	Ikke-organisk insomni	25	(43)	0	(5)
E662	Ekstrem fedme med alveolær hypoventilasjon	21	(18)	0	(0)
G472	Forstyrrelser i søvn-våkenhetsrytmen	19	(18)	3	(4)
G710	Muskeldystrofi	19	(12)	1	(1)
R298	Andre og uspes. sympt. m/tilkn. til nerve og muskelskj.syst.	15	(42)	0	(1)
F900	Forstyrrelser av aktivitet og oppmerksomhet	14	(10)	6	(6)
G711	Myotone lidelser	12	(9)	0	(0)
R53	Uvelhet og tretthet	11	(10)	2	(0)
J310	Kronisk rinitt	11	(13)	0	(1)

Pasienttilfredsheit

I 2025 blei det gjennomført ei pasienttilfredsheitsundersøking ved Helse-Bergen som Søvnpoliklinikken tok del i. Tabell 4 og 5 viser resultat for Nevrologiklinikken (samla inn frå 1. januar til 31. oktober 2025). Tabell 6 og 7 viser resultat for Lunge og ØNH (samla inn i oktober 2025).

Tabell 4. Pasienttilfredsheit ved KNF, samla inn frå 1. januar til 31. oktober 2025.

	Ikke i det hele tatt	I liten grad	I noen grad	I stor grad	I svært stor grad	Ikke aktuelt	Antall svar
	%	%	%	%	%	%	n
Snakket behandlerne til deg slik at du forstod dem, og var informasjonen tilpasset din situasjon?	0	2	0	11	87	0	53
Har du tillit til behandlernes faglige dyktighet?	0	2	0	19	79	0	53
Har du tillit til det øvrige personalets faglige dyktighet?	0	0	4	26	55	15	53
Fikk du tilstrekkelig informasjon om din diagnose/dine plager?	2	2	15	23	15	42	52
Opplevde du at behandlingen var tilpasset din situasjon?	0	2	11	15	55	17	53
Var du involvert i avgjørelser som angikk din behandling?	8	8	15	9	15	45	53
Opplevde du at sykehusets arbeid var godt organisert?	2	2	6	31	58	2	52
Fikk du inntrykk av at institusjonens utstyr var i god stand?	2	2	9	30	57	0	53
Var hjelpen og behandlingen du fikk alt i alt tilfredsstillende?	0	0	6	19	70	6	53
	I svært stor grad	I stor grad	I noen grad	I liten grad	Ikke i det hele tatt	Ikke aktuelt	Antall svar
Mener du at du på noen måte ble feilbehandlet?	0	0	4	8	62	27	52
	Ja, altfor lenge	Ja, lenge	Ja, men ikke lenge	Nei	Uaktuelt		Antall svar
Måtte du vente for å få tilbud ved senteret?	25	48	21	6	0		52
	Ikke utbytte	Lite utbytte	En del utbytte	Stort utbytte	Svært stort utbytte	Ikke aktuelt	Antall svar
Hvilket utbytte har du hatt, alt i alt, av behandlingen på institusjonen?	0	8	4	19	13	56	52

Tabell 5. Pasienttilfredsheit ved nevrologisk avdeling, samla inn frå 1. januar til 31. oktober 2025.

	Ikke i det hele tatt	I liten grad	I noen grad	I stor grad	I svært stor grad	Ikke aktuelt	Antall svar
	%	%	%	%	%	%	n
Snakket behandlerne til deg slik at du forstod dem, og var informasjonen tilpasset din situasjon?	3	6	13	37	40	1	218
Har du tillit til behandlernes faglige dyktighet?	5	9	13	32	41	0	217
Har du tillit til det øvrige personalets faglige dyktighet?	4	2	10	36	29	19	218
Fikk du tilstrekkelig informasjon om din diagnose/dine plager?	9	21	17	29	19	5	217
Opplevde du at behandlingen var tilpasset din situasjon?	14	14	16	28	24	4	217
Var du involvert i avgjørelser som angikk din behandling?	17	14	21	23	15	9	214
Opplevde du at sykehusets arbeid var godt organisert?	7	9	16	35	27	7	214
Fikk du inntrykk av at institusjonens utstyr var i god stand?	3	1	8	28	22	37	215
Var hjelpen og behandlingen du fikk alt i alt tilfredsstillende?	13	10	20	29	25	3	215
	I svært stor grad	I stor grad	I noen grad	I liten grad	Ikke i det hele tatt	Ikke aktuelt	Antall svar
Mener du at du på noen måte ble feilbehandlet?	7	7	8	15	49	15	212
	Ja, altfor lenge	Ja, ganske lenge	Ja, men ikke lenge	Nei	Uaktuelt		Antall svar
Måtte du vente for å få tilbud ved senteret?	30	33	25	12	0		217
	Ikke utbytte	Lite utbytte	En del utbytte	Stort utbytte	Svært stort utbytte	Ikke aktuelt	Antall svar
Hvilket utbytte har du hatt, alt i alt, av behandlingen på institusjonen?	13	22	24	19	8	14	216

Tabell 6. Pasienttilfredsheit ved lungeavdelinga, samla inn i oktober 2025.

	Ikke i det hele tatt	I liten grad	I noen grad	I stor grad	I svært stor grad	Ikke aktuelt	Antall svar
	%	%	%	%	%	%	n
Snakket behandlerne til deg slik at du forstod dem, og var informasjonen tilpasset din situasjon?	1	0,5	1	19	74	3	179
Har du tillit til behandlernes faglige dyktighet?	0,5	0,5	4	27	66	3	172
Har du tillit til det øvrige personalets faglige dyktighet?	0,5	3	4	29	56	10	174
Fikk du tilstrekkelig informasjon om din diagnose/dine plager?	1,5	1,5	2	31	47	13	175
Opplevde du at behandlingen var tilpasset din situasjon?	1,5	1,5	2	31	57	7	176
Var du involvert i avgjørelser som angikk din behandling?	3	3	10	28	37	19	176
Opplevde du at sykehusets arbeid var godt organisert?	1	1	4	36	52	6	176
Fikk du inntrykk av at institusjonens utstyr var i god stand?	3	3	10	28	37	19	175
Var hjelpen og behandlingen du fikk alt i alt tilfredsstillende?	1	0,5	3	25	64	6	173
	I svært stor grad	I stor grad	I noen grad	I liten grad	Ikke i det hele tatt	Ikke aktuelt	Antall svar
Mener du at du på noen måte ble feilbehandlet?	0,5	1,5	1	6	73	19	177
	Ja, altfor lenge	Ja, ganske lenge	Ja, men ikke lenge	Nei	Uaktuelt		Antall svar
Måtte du vente for å få tilbud ved senteret?	4	9	47	40	0		167
	Ikke utbytte	Lite utbytte	En del utbytte	Stort utbytte	Svært stort utbytte	Ikke aktuelt	Antall svar
Hvilket utbytte har du hatt, alt i alt, av behandlingen på institusjonen?	1	3	14	32	33	17	175

Tabell 7. Pasienttilfredsheit ved ØNH-avdelinga, samla inn i oktober 2025.

	Ikke i det hele tatt	I liten grad	I noen grad	I stor grad	I svært stor grad	Ikke aktuelt	Antall svar
	%	%	%	%	%	%	n
Snakket behandlerne til deg slik at du forstod dem, og var informasjonen tilpasset din situasjon?	0	0	4	22	72	2	50
Har du tillit til behandlernes faglige dyktighet?	0	0	4	28	66	2	50
Har du tillit til det øvrige personalets faglige dyktighet?	0	0	4	27	51	18	49
Fikk du tilstrekkelig informasjon om din diagnose/dine plager?	1	1	14	26	38	18	50
Opplevde du at behandlingen var tilpasset din situasjon?	0	1	8	26	54	10	50
Var du involvert i avgjørelser som angikk din behandling?	1	4	16	24	27	27	49
Opplevde du at sykehusets arbeid var godt organisert?	0	1	12	38	42	6	50
Fikk du inntrykk av at institusjonens utstyr var i god stand?	0	0	6	46	36	12	50
Var hjelpen og behandlingen du fikk alt i alt tilfredsstillende?	0	0	10	36	52	1	50
	I svært stor grad	I stor grad	I noen grad	I liten grad	Ikke i det hele tatt	Ikke aktuelt	Antall svar
Mener du at du på noen måte ble feilbehandlet?	1	0	4	10	74	10	50
	Ja, altfor lenge	Ja, ganske lenge	Ja, men ikke lenge	Nei	Uaktuelt		Antall svar
Måtte du vente for å få tilbud ved senteret?	6	13	60	21	0		47
	Ikke utbytte	Lite utbytte	En del utbytte	Stort utbytte	Svært stort utbytte	Ikke aktuelt	Antall svar
Hvilket utbytte har du hatt, alt i alt, av behandlingen på institusjonen?	4	8	4	32	24	28	50

3. Utdanning av helsepersonell

SOVno utgjør tidsskriftet SØVN to ganger årleg og kan abonnerast på kostnadsfritt. Tidsskriftet er eit viktig formidlingsorgan for helsepersonell i alle helseregionar, og formidlast og til helsemyndigheiter. SØVN har totalt 2.100 abonnentar på ulike plattformer. SØVN kan også lesast på våre nettsider. Det sendes kvar veke nyhendeletter på e-post til 240 abonnentar.

Utdanning av helsepersonell i grunn, vidare og etterutdanning:

Alle regionar:	60 timer
Fleire regionar:	13 timer
Eige region:	107 timer

Forskingsmøte ved SOVno 2025

13. Februar	Jon Arild Aakre Assessment of sleep and cognition and the feasibility of digital sleep-promotion in the PROTECT Norge cohort
20. Mars	Ingebjørg Rockwell Djupedal A theoretical model on recovery from shift work schedules to mitigate the adverse health effects of shiftwork and to maintain shift worker well-being and health
24. April	Ragnhild Stokke Lundetræ Assosiasjoner mellom OSA og inflammasjon målt som CRP
22. Mai	Hamza Nahoi Søvnapné og hjertesvikt
19. Juni	Tine Almenning Flaa Søvn og Fatigue Risk Management i luftambulansen
21. august	Øystein Holmelid Planning the perfect shift schedule; What challenges do managers face regarding health and social well-being?
18. september	Signe Marie Bandlien Sov godt, lille venn - En formativ evaluering av et veiledet digitalt søvnprogram for småbarnsforeldre.
16. oktober	Trygve Müller Jonassen Når luftveiene aldri får hvile: Samspillet mellom KOLS og søvnapné. Funn fra helseundersøkelsen i Hordaland (HUSK)
6. november	Karl Erik Lundekvam og Håkon L. Berge Bruk av søvnapper og opplevde effekter på søvn, En brukerbasert eksplorerende studie
11. desember	Børge Sivertsen Søvn og søvnvaner hos studenter i høyere utdanning - tall fra SHOT-undersøkelsen

4. Forsking

Søvnpoliklinikken og SOVno publiserte 40 søvnrelaterte vitenskapelige artiklar i 2025, samt 1 nasjonal anbefaling.

1. Evanger LN, Pallesen S, Saxvig IW, Hysing M, Sivertsen B, Lie SA, Gradisar M, Bjorvatn B. Associations between sleep duration, insomnia, depression, anxiety and registry-based school grades: A longitudinal study among high-school students. *Journal of Sleep Research* 2025; 34: e14430. doi.org/10.1111/jsr.14430. PMID: 39663446
2. Opsahl UL, Berge M, Lehmann S, Bjorvatn B, Johansson A. Elastic bands improve oral appliance treatment effect on obstructive sleep apnea: A randomized crossover trial. *Journal of Oral Rehabilitation* 2025; 52: 27–36. doi: 10.1111/joor.13870. PMID: 39344419. Nivå 2.
3. Holmelid Ø, Pallesen S, Bjorvatn B, Sunde E, Waage S, Vedaa Ø, Nielsen MB, Harris A. Simulated quick returns in a laboratory context and effects on sleep and pre-sleep arousal between shifts: A crossover controlled trial. *Ergonomics* 2025; 68_538548. doi.org/10.1080/00140139.2024.2335545. PMID: 38587121
4. Cioffi N, Diaz E, Strømme EM, Bjorvatn B, Mildestvedt T, Fadnes LT. Food insecurity in Norway: A cross-sectional study among patients visiting their general practitioner. *Scand J Public Health*. 2024 Sep 26:14034948241278781. doi: 10.1177/14034948241278781. Epub ahead of print. PMID: 39327711.
5. De Milia L, Bjorvatn B. The relationship between shift work, sleep, and work hours on wellbeing. *Industrial Health* 2025; 63(2): 148-155. doi: 10.2486/indhealth.2024-0088. PMID: 39155078
6. Arnesen IB, Bjorvatn B, Pallesen S, Waage S, Gradisar M, Wilhelmsen-Langeland A, Saxvig IW. Insomnia in adolescent epidemiological studies: To what extent can the symptoms be explained by circadian factors? *Chronobiology International* 2025; 42: 58-69. doi.org/10.1080/07420528.2024.2444677. PMID: 39812320
7. Pallesen S, Vedaa Ø, Sunde E, Harris A, Waage S, Saxvig IW, Zhang J, Bjorvatn B. The use and subjective experience of sleep apps and their relationship with personality characteristics among young adults. *Frontiers in Sleep* 2025; 4: 1499802. doi: 10.3389/frsle.2025.1499802. PMID: 41425169
8. Hartveit Hosøy D, Ørner PB, Pallesen S, Saxvig IW, Bjorvatn B, Waage S. Night work and sleep debt are associated with infections among Norwegian nurses. *Chronobiol Int*. 2025 Mar; 42(3):309-318. doi: 10.1080/07420528.2025.2455147. Epub 2025 Mar 9. PMID: 40059106.
9. Bjerrum LB, Visted E, Nordhus IH, Osnes B, Bjorvatn B, Kambestad OB, Hansen ME, Sørensen L, Flo-Groeneboom. Different artificial light modalities during daytime have all positive effects on attention and alertness. *bioRxiv* 2025.01.15.633100; doi: https://doi.org/10.1101/2025.01.15.633100
10. Opsahl UL, Berge M, Lehmann S, Bjorvatn B, Johansson A. Prediction of non-responders to oral appliance treatment of obstructive sleep apnea: a pilot study. *Sleep & Breathing* 2025; 29(2): 159. doi: 10.1007/s11325-025-03315-1. PMID: 40232353

11. Wilhelmsen-Langeland A, Osnes B, Gradisar M, Vågenes VA, Sørensen L, Bjorvatn B, Fasmer O-B, Koenig J, Pallesen S, Saxvig IW. Group bright light therapy compared to treatment as usual for delayed sleep-wake phase disorder among patients in psychiatric care (the SIP trials): A protocol for a pragmatic, randomized controlled trial. *BMJ Open* 2025; 15: e093091. doi:10.1136/bmjopen-2024-093091. PMID: 40250869
12. Wilhelmsen-Langeland A, Saxvig IW, Gradisar M, Vågenes VA, Pallesen S, Sørensen L, Fasmer O-B, Koenig J, Bjorvatn B, Osnes B. Group cognitive behavioural therapy for insomnia compared with treatment as usual for sleep problems in psychiatric care (the SIP trials): a protocol for a pragmatic, randomised controlled trial. *BMJ Open* 2025; 15: e090997. doi: 10.1136/bmjopen-2024-090997. PMID: 40250874.
13. Bolstad CJ, Bjorvatn B, Chan NY, Chung F, Dauvilliers Y, De Gennaro L, Espie CA, Holzinger B, Inoue Y, Korman M, Koscec Bjelajac A, Landtblom AM, Macêdo T, Matsui K, Merikanto I, Morin CM, Mota-Rolim S, Penzel T, Plazzi G, Reis C, Scarpelli S, Wing YK, Nadorff MR. Prevalence Rates of Frequent Dream Recall and Nightmares by Age, Gender and Sleep Duration in 16 Countries. *J Sleep Res.* 2025 Apr 23:e70070. doi: 10.1111/jsr.70070. Epub ahead of print. PMID: 40267939.
14. Bjorvatn B, Merikanto I, Chung F, Holzinger B, Morin CM, Penzel T, De Gennaro L, Dauvilliers Y, Wing YK, Benedict C, Xue P, Reis C, Korman M, Landtblom AM, Matsui K, Hrubos-Strøm H, Mota-Rolim S, Nadorff MR, Berezin L, Sarkanen T, Liu Y, Scarpelli S, Brandao LEM, Cedernaes J, Fränkl EC, Partinen E, Bolstad CJ, Plazzi G, Partinen M, Espie CA. Sleep During Pandemic Times: Summary of Findings and Future Outlook Through the Lens of the International COVID Sleep Study (ICOSS). *J Sleep Res.* 2025; 34 (5): e70076. doi: 10.1111/jsr.70076. PMID: 40259865.
15. Lundetræ RS, Lehmann S, Saxvig IW, Saeed S, Gislason T, Bjorvatn B. Severity of obstructive sleep apnea is related to C-reactive protein levels: The influence of comorbidities and self-reported sleep duration. *Sleep Med.* 2025 Jul;131:106529. doi: 10.1016/j.sleep.2025.106529. Epub 2025 Apr 19. PMID: 40319743.
16. Wilhelmsen-Langeland A, Dundas I, Pallesen S, Bjorvatn B, Nordhus IH, Saxvig IW. How do youth with delayed sleep-wake phase disorder (DSWPD) experience a chronobiological treatment protocol? An interview study. *Frontiers in Sleep* 2025; 4: 1555160. doi.org/10.3389/frsle.2025.1555160. PMID: 41425193
17. Evanger LN, Saxvig IW, Pallesen S, Gradisar M, Lie SA, Bjorvatn B. Associations Between Sleep Patterns, Circadian Preference, and Anxiety and Depression: A Two-Year Prospective Study Among Norwegian Adolescents. *Clocks Sleep.* 2025 May 27;7(2):26. doi: 10.3390/clockssleep7020026. PMID: 40558570; PMCID: PMC12191514.
18. Pallesen S, Saxvig IW, Waage S, Schenck CH, Bjorvatn B. The Prevalence of Sexsomnia in a General Population Sample. *Arch Sex Behav.* 2025 Oct 3. doi: 10.1007/s10508-025-03235-x. Epub ahead of print. PMID: 41044291. Nivå 2.
19. Stangenes KM, Hysing M, Vollsæter M, Elgen IB, Markestad T, Bjorvatn B. Sleep problems from age two to five years and neurological outcome in children born extremely preterm: a cross-sectional study. *Front Pediatr.* 2025 Jul 9;13:1562630. doi: 10.3389/fped.2025.1562630. PMID: 40726904; PMCID: PMC12301982.

20. Bjorvatn B, Lundetræ RS, Vedaa Ø, Pallesen S, Evanger LN. A randomized controlled trial comparing sleep hygiene advice with a self-help book focusing on cognitive behavioral therapy for insomnia: a study among patients with prescribed hypnotics from the GP. *Scand J Prim Health Care*. 2025 Jun 27;1-10. doi: 10.1080/02813432.2025.2525423. Epub ahead of print. PMID: 40577556. Nivå 2.
21. Nyarubeli IP, Tørdal EV, Moen BE, Bjorvatn B, Waage S, Sunde E, Vedaa Ø, Harris A, Pallesen S. Non-standard work hours, accidents and injuries among seafarers. A systematic review. *Advances in Human Factors of Transportation* 2025; 186: 521-534. <http://doi.org/10.54941/ahfe1006542>
22. Djupedal ILR, Harris A, Svensen E, Lie SA, Wang ALH, Pallesen S, Waage S, Nielsen MB, Sunde E, Bjorvatn B, Holmelid Ø, Vedaa Ø. Shift Schedule With Fewer Short Daily Rest Periods and Sickness Absence Among Health Care Workers: A Cluster Randomized Clinical Trial. *JAMA Netw Open*. 2025 Sep 2;8(9):e2531568. doi: 10.1001/jamanetworkopen.2025.31568. PMID: 40952742; PMCID: PMC12439055.
23. Ableidinger S, DeGennaro L, Mota-Rolim S, Scarpelli S, Bolstad CJ, Bjorvatn B, Espie CA, Dauvilliers Y, Korman M, Landtblom AM, Plazzi G, Matsui K, Yordanova J, Bjelajac AK, Reis C, Chung F, Merikanto I, Wing YK, Partinen M, Macêdo T, Nadorff MR, Holzinger B. Lucid Dreaming: Not Just Awareness, but Agency. *J Sleep Res*. 2025 Aug 20:e70181. doi: 10.1111/jsr.70181. Epub ahead of print. PMID: 40832812.
24. Romarheim A, Lehmann S, Bjorvatn B, Saeed S. Overcoming an underdiagnosed respiratory condition: should more patients with cardiovascular complications be screened for obstructive sleep apnea? *Expert Rev Cardiovasc Ther*. 2025 Oct;23(10):601-606. doi: 10.1080/14779072.2025.2551668. Epub 2025 Aug 27. PMID: 40853037.
25. Axwesso WJ, Sakwari G, Nyarubeli IP, Moen BE, Pallesen S, Mamuya SH. Relationship between workplace noise exposure and sleep in Tanzania. *Noise and Health* 2025; 27: 934-944. PMID: 41482923.
26. Guldbrandsen BV, Baron K, Vedaa Ø, Bjorvatn B, Pallesen S. Development of a scale for measuring orthosomnia: The Bergen Orthosomnia Scale (BOS). *Frontiers in Sleep* 2025; 4: 1640355. doi: 10.3389/frsle.2025.1. PMID: 41425191
27. Aakre JA, Bjorvatn B, Gjesten MT, Ushakova A, Ballard C, Testad I. ASLEEP: Preventing and Treating Symptoms of Insomnia in Mid-Life and Older Adults – Study protocol for a Randomized Controlled Trial on the PROTECT Norge Infrastructure. *JMIR Preprints*. 13/09/2025:81542 doi: 10.2196/preprints.81542.
28. Øverland EV, Waaraas A, Lundetræ RS, Lehmann S, Saxvig IW, Bjorvatn B. No association between obstructive sleep apnea and restless legs syndrome: Results from a large hospital-based cross-sectional study. *Frontiers in Sleep* 2025; 4: 1632662. doi: 10.3389/frsle.2025.1632662. PMID: 41425195
29. Romarheim A, Lundetræ RS, Saxvig IW, Lehmann S, Bjorvatn B, Saeed S. Prevalence and predictors of obstructive sleep apnea in men and women from an outpatient clinic cohort: Focus on clinical characteristics, cardiovascular disease and serum biomarkers. *Cardiology*. 2025 Dec 11:1-19. doi: 10.1159/000548872. Epub ahead of print. PMID: 41379721.

30. Bjerrum LB, Visted E, Nordhus IH, Osnes B, Bjorvatn B, Kambestad OB, Hansen ME, Sørensen L, Flo-Groeneboom E. Light of both high and low melanopic illuminance improves alertness and attention during daytime. *Sci Rep.* 2025 Nov 24. doi: 10.1038/s41598-025-29154-4. Epub ahead of print. PMID: 41286402.
31. Hrozanova M, Skarpsno ES, Follestad T, Kallestad H, Pallesen S, Nordstoga AL, Møllerløkken NE, Rønning AS, Meisingset I. Effectiveness of group-delivered cognitive behavioural therapy for insomnia in primary care: a pragmatic, multicentre randomised controlled trial. *Sleep Medicine* 2025; 131: 106495. PMID: 40220528.
32. Türkmen C, Schneider CL, Viechtbauer W, Bolstad I, Chakravorty S, Miller MB, Kallestad H, Angenete GW, Johann AF, Feige B, Spiegelhalter K, Riemann D, Vedaa Ø, Pallesen S, Hertenstein E. Cognitive behavioral therapy for insomnia across the spectrum of alcohol use disorder: a systematic review and meta-analysis. *Sleep Medicine Reviews* 2025; 80: 102049. PMID: 39864131.
33. Hysing M, Harvey AG, Knudsen AKS, Skogen JC, Reneflot A, Sivertsen B. Mind at Rest, Mind at Risk: A Prospective Population-Based Diagnostic Study of Sleep and Subsequent Mental Disorders. *Sleep Med X* 2025 Volume 9, 100138. PMID: 39906718
34. Veddegjærde KEF, Skogen JC, Wilhelmsen I, Sivertsen B. Mental and Somatic Health Burdens of Hypochondriacal Disorder in Higher Education: A National Study Among Norwegian Students. *Br J Psych Open* 2025;11(3):e108. PMID: 40797231 DOI:10.1192/bjo.2025.68
35. Rongved SML, Tøssebro JA, Pallesen S, Sivertsen B. Newspapers' coverage of sleep in the Norwegian daily press. *Sleep Science and Practice.* 2025. DOI:10.1186/s41606-025-00166-3
36. Hjetland GJ, Skogen JC, Hysing M, Gradisar M, Sivertsen B. How and when screens are used: comparing different screen activities and sleep in Norwegian university students. *Front Psychiatry.* 2025 Mar 31;16:1548273. PMID: 40270574 DOI:10.3389/fpsyt.2025.1548273. PMID: 40270574
37. Brekka AK, Vollsæter M, Fretheim-Kelly Z, Lujan M, Nilsen RM, Clemm HH, Heimdal JH, Halvorsen T, Fondenes O, Røksund OD, Andersen TM. Exploring upper airway and laryngeal resistance to noninvasive ventilation in healthy awake adults. *Physiol Rep.* 2025 Oct;13(20):e70621. doi: 10.14814/phy2.70621. PMID: 41103067; PMCID: PMC12531353.
38. Andersen TM, Conde B, Vollsæter M. Seeing in Synchrony: Toward Personalized Noninvasive Ventilation in Amyotrophic Lateral Sclerosis Through Dynamic Upper-Airway Visualization. *Respir Care.* 2025 Sep;70(9):1193-1195. doi:10.1089/respcare.13193. Epub 2025 Jun 12. PMID: 40504748.
39. Brekka AK, Ntoumenopoulos G, Røksund OD, Engeset MS, Clemm H, Halvorsen T, Vollsæter M, Andersen T. Use of Laryngeal Ultrasound to Observe Laryngeal Movements During Noninvasive Ventilation in Healthy Volunteers. *Respir Care.* 2025 Mar;70(3):249-257. doi: 10.4187/respcare.12201. Epub 2024 Oct 29. PMID: 39472069.

40. Sarkanen T, Merikanto I, Bjorvatn B, Chung F, Holzinger B, Morin CM, Penzel T, De Gennaro L, Wing YK, Benedict C, Xue P, Reis C, Korman M, Landt-blom AM, Matsui K, Hrubos-Strøm H, Mota-Rolim S, Nadorff MR, Berezin L, Liu Y, Scarpelli S, Brandao LE, Cedernaes J, Partinen E, Bolstad CJ, Plazzi G, Espie CA, Partinen M, Dauvilliers Y. Long COVID as a risk factor for hypersomnolence and fatigue: insights from the 2nd International Covid Sleep Study Collaboration (ICOSS-2). *Sleep Med.* 2025 Dec;136:106764. doi: 10.1016/j.sleep.2025.106764. Epub 2025 Aug 26. PMID: 41124977

Nasjonal anbefaling:

Bjorvatn B, Kallestad H, Hrubos-Strøm H, Abeler K, Sivertsen B, Waage S, Holsten F, Pallesen S. Nasjonal anbefaling for utredning og behandling av kronisk insomni hos voksne. *SØVN* 2025; 17(1): 22-31.

5. Formidling til allmenta

Brosjyrar: SOVno har 5 pasientbrosjyrar om søvn og søvnssjukdommar. Alle vart oppdaterte i 2023. Disse formidlast gratis til helsepersonell over heile landet, og er populære brosjyrar på legekantor og sjukehuseiningar. Rundt rekna 11.200 brosjyrar ble sendt ut i 2025.

Nettsider: I 2025 hadde Søvnpoliklinikken 11.406 treff totalt på alle sidene. SOVno hadde 331.918 registrerte treff i 2025. Talene er ikkje samanliknbare med rapporterte tall frå tidlegare år, på grunn av Helse Bergen sin nye løysning for web-statistikk som krev at berre dei som har godkjent bruk av informasjonsskapslar blir registrert som brukarar.

Podkast: SOVno har gjeve ut 12 episodar av Søvnpodden, fleire av desse i samarbeide med Søvnpoliklinikken.

Medieoppslag: 186 i TV, radio, nettsider og avis/tidsskrift.