

# ÅRSRAPPORT

## NASJONALT KOMPETANSESENTER FOR SØVNSYKDOMMER

SOVno 

[www.SOVno.no](http://www.SOVno.no)

2007

Bjørn Bjorvatn  
Senterleder

Janne Grønli  
Senterkoordinator

## BAKGRUNN

Nasjonalt Kompetansesenter for Søvnsykdommer (SOVno) ble etablert i september 2004, og er lokalisert til Psykiatrisk Klinikk på Haukeland Universitetssykehus.

Det er Helsedepartementet som fatter vedtak om etablering av Nasjonale kompetansesentra. SOVno skal sikre nasjonal kompetanseoppbygging og kompetansespredning innenfor søvn.

Viktige oppgaver er (se for øvrig <http://www.dep.no/hd/norsk/publ/rundskriv/042061-990017>)

- Forskning og fagutvikling innen fagfeltet. Dette innebærer både å drive forskning i egen regi, samt bidra til forskning- og fagutvikling i andre fagmiljøer for å bygge opp nasjonal kompetanse. Kompetansesenteret følger med i internasjonal fagutvikling, samt bidrar til etablering og kvalitetssikring av nasjonale faglige retningslinjer og nasjonale medisinske kvalitetsregistre innenfor fagområdet
- Undervisning innenfor eget fagområde i grunn-, videre- og etterutdanninger
- Veiledning og rådgivning på nasjonalt nivå innenfor eget fagområde, dvs. sikre spredning av kompetanse til landet for øvrig
- Bidra til å gjøre informasjon tilgjengelig på eget fagområde

Det skal ikke drives pasientbehandling ved SOVno. Slik behandling vil foregå ved allerede etablerte kliniske avdelinger/sentre/fastleger. Flere av SOVno sine medlemmene arbeider klinisk ved slike avdelinger/sentre, og behandler pasienter med alle typer søvnsykdommer. Flere hundre pasienter får utredning/behandling årlig.

SOVno vil kunne være behjelpelig til å rettlede pasienter i valg av behandlingssted. Se for øvrig våre hjemmesider vedrørende dette ([www.sovno.no](http://www.sovno.no)).

## ORGANISASJON

### **SOVno:**

Bjørn Bjorvatn, leder, dr.med. (20% stilling ved Helse Bergen), professor ved Institutt for samfunnsmedisinske fag, UiB, Bergen søvnsenter

Janne Grønli, senterkoordinator/kontaktperson, PhD. (50% stilling ved Helse Bergen), postdoktor ved Institutt for biologisk og medisinsk psykologi, UiB.

Fred Holsten, professor dr.med., Psykiatrisk Institutt, UiB, Bergen søvnsenter

Håvard Skeidsvoll, seksjonsoverlege, Klinisk Nevrofysiologisk avdeling, Haukeland Universitetssykehus

Reidun Ursin, professor emer. dr.med., Institutt for biomedisin, UiB

Inger Hilde Nordhus, professor dr. philos., Institutt for klinisk psykologi, UiB

Ståle Pallesen, professor dr. psychol., Institutt for samfunnspsykologi, UiB, Bergen søvnsenter

Chiara M. Portas, professor dr.med., Institutt for biomedisin, UiB

Magne Tvinnereim, dr.med., Eurosleep, Bergen søvnsenter

Eli Sørensen, dr.med., overlege, barne- og ungdomspsykiatri, Helse Bergen

Ove Fondenes, overlege, lungeavdelingen, Haukeland Universitetssykehus

### **Doktorgradsstipendiater (som veiledes av SOVno-medlemmer):**

Arne Fetveit, disputerte i 2005

Jan Øystein Berle, disputerte i 2005

Janne Grønli, disputerte i 2006

Børge Sivertsen, disputerte i 2006

Siri Omvik

Eldbjørg Fiske

Arvid Skjerve

Siri Nome

Signe Ho-Yen

Siri Waage

Nicolas Øyane

Helge Molde

Anders Hovland

Linn Heidi Lunde

Lars-Erik Larsen

Yngvild Sørebo Danielsen

Helge Myrseth Arnestad

Ingvild Saxvig

Ane Wilhelmsen

Minna Hynninen

Harald Hrubos-Strøm  
Cecilie Schou Andreassen  
Hedvig Fosse  
Gunn-Marit Aasvang

**Nasjonal referansegruppe:**

Trond Sand, professor dr.med., NTNU, Trondheim, Helse Midt-Norge

Gunnar Lundemo, overlege, Sentralsjukehuset i Rogaland, Stavanger, Helse Vest

Per Monstad, overlege, Sørlandet Sykehus Kristiansand, Helse Sør-Øst

Harriet Akre, overlege dr.med., Lovisenberg Diakonale Sykehus, Helse Sør-Øst

Margaret Sandøy Ramberg, leder, Foreningen for søvnsykdommer, Oslo

Trond Bratlid, overlege, Universitetssykehuset Nord-Norge, Helse Nord-Norge

## REGNSKAPSRAPPORT 2007

### Nasjonalt Kompetansesenter for Søvn sykdommer, SOVno

#### Inntekter

---

Tilskudd 2007	1.183.000
Tilskudd fra Psykiatrisk Divisjon	100
Belønningsmidler, Bjorvatn	100

---

Sum driftsinntekter	1.383.000
---------------------	-----------

---

#### Utgifter

---

Lønn	542.000
Forskningsmidler, stipendiatlønn	108.000
Forskningsmidler, drift til søvnforskning	380.000
Møtegodtgjørelse, medlemmer	92.000
Publikasjonspris	10.000
Deltagelse kongress	71.000
Møte med referansegruppen	42.000
Telefon	12.000
Diverse driftsutgifter	15.000
Belønningsmidler, stipendiatlønn, Øyane	80.000
driftsmidler, Øyane	20.000

---

Sum driftsutgifter	1.372.000
--------------------	-----------

---

#### Årsresultat

---

Resultat	11.000
----------	--------

---

**Egen prosjektkonto:**

Inntekter	
12. Nordiske Søvnkongress	507.000
Utgifter	296.000
12. Nordiske Søvnkongress	
<hr/>	
Resultat	211.000

## AKTIVITETER

Det er stor aktivitet, se under hvert medlems CV. Det gis veiledning på doktorgrads- og mastergradsnivå. I tillegg veiledes forskerlinjestudenter og medisinstudenter (særøppgaver).

SOVno stod som arrangør av 12. Nordiske søvnkonferanse, som ble avholdt i Bergen i mai 2007. Over 130 personer deltok på konferansen.

SOVno har utgitt tre brosjyrer om søvn og behandling av søvnproblemer i 2007. Disse formidles gratis til helsepersonell over hele landet, og har blitt populære brosjyrer på legekontorer og sykehusavdelinger. Disse kan bestilles via nettsidene våre.

Bjørn Bjorvatn har skrevet bok beregnet på alle som sover dårlig. Tittelen er ”Bedre søvn. En håndbok for deg som sover dårlig”, og boken er gitt ut på forlaget Vigmostad & Bjørke.

Det ble avholdt et to-dagers kurs for allmennleger/psykiatere/annet helsepersonell, ”Moderne behandling av søvnproblemer og vinterdepresjoner” i november 2007. I alt 30 deltok på dette kurset. SOVno deltok også med faglig støtte til to-dagers kurset ”Diagnostikk og behandling av søvnrelaterte sykdommer”, som ble avholdt i Trondheim. Det har i tillegg blitt undervist om søvn på en rekke kurs rundt om i landet (se hvert medlems CV).

Medlemmene har deltatt aktivt på internasjonale søvnkongresser.

Vi har lagt stor vekt på å opprette og vedlikeholde gode internett-sider. Vi videreutvikler sidene kontinuerlig. Av hovedpunkter på hjemmesiden ([www.sovno.no](http://www.sovno.no)) nevnes en rekke informasjonssider om søvn og ulike søvnlidelser, som pasienter og helsepersonell kan hente ut. Sidene inneholder videre informasjon om forskningsnyheter, kurs og kongresser, nyttige linker og en publikasjonsliste. Vi har i tillegg lagt ut en liste over behandlingssteder, basert på tilbakemeldingene fra hver enkelt Helseforetak. Vi jobber for at disse listene holdes oppdaterte.

SOVno har medlemsmøte en gang i måneden.

Det avholdes månedlige forskningsmøter for alle forskningsinteresserte. Følgende forskningsmøter ble avholdt i 2007:

- Januar 18. Ingvild Saxvig: "Døgnrytmeproblem hos ungdom"
- Februar 22. Diverse innlegg fra stipendiatene på møte med referansegruppen.
- Mars 8. Minna Hynninen: "Sleep quality, anxiety and depression in patients with chronic obstructive pulmonary disease (COPD)"
- April 12. Janne Grønli: "Antidepressiv effekt ved søvndeprivasjon. Basale mekanismer"
- Mai 10 Reidun Ursin: "Søvn, skiftarbeid og yrke"
- Juni 14. Fred Holsten: "Vagus nerve stimulator – effekt på søvn og bipolar lidelse"
- Sept 20. Ove Fondenes: "Hjemmerespiratorbehandling i Norge"

Oktober 18. Poster presentasjoner fra 5th World Congress of the World Federation of Sleep Research and Sleep Medicine Societies. Siri Waage, Ingvild Saxvig, Børge Sivertsen, Nicolas Øyane, Janne Grønli

November 15. Ståle Pallesen: "Studier av søvn hos barn og unge"

Desember 13. Ane Wilhelmsen: "Forsinket Søvnfasesyndrom hos ungdom"



## PÅGÅENDE FORSKNINGSPROSJEKTER

Ingrid Os, Nasjonal institusjon  
Psychological health and sleep in dialysis patients  
Prosjektperiode: 2005 - 2008

Toril Dammen, Nasjonal institusjon  
ASAP – The Akershus sleep apnea project  
Prosjektperiode: 2005 - 2009

Nordhus IH, Universitetet i Bergen  
Psychological distress, sleep, and cognitive functioning in COPD patients  
Prosjektperiode: 2007 - 2011

Fred Holsten, Universitetet i Bergen  
Helseøkonomiske studier av medikamentell behandling av angstlidelser og depresjoner  
Prosjektperiode: 2006 - 2010

Fred Holsten, Universitetet i Bergen  
The Hordaland project low birth weight, young adults: Mental and somatic health  
Prosjektperiode: 2006 - 2010

Fred Holsten, Universitetet i Bergen  
Escitalopram mot bipolar depresjon: ei placebokontrollert undersøkning av akutt og vedlikeholdshandsaming  
Prosjektperiode: 2004 - 2010

Fred Holsten, Helse Bergen HF  
Bruk av statistiske metoder ved studier av epidemiologi, langtidsforløp og mortalitet ved psykiske lidelser  
Prosjektperiode: 2004 - 2009

Fred Holsten, Helse Bergen HF  
Forløpet av stoffmisbruk hos ungdom - en prospektiv studie  
Prosjektperiode: 2003 - 2011

Murison R, Universitetet i Bergen  
Consequences of Social defeat in rats  
Prosjektperiode: 2006 - 2009

Portas CM, Universitetet i Bergen  
Nivå av kortisol i spytt etter forskjellige søvnstadier  
Prosjektperiode: 2006 - 2008

Portas CM, Universitetet i Bergen  
Pain in Silent State  
Prosjektperiode: 2007 - 2009

Grønli J, Universitetet i Bergen  
Early and later life stress. Effects on the brain

Prosjektperiode: 2007 - 2009

Ursin R, Universitetet i Bergen  
Søvn, yrke og helse  
Prosjektperiode: 2007 - 2009

Ursin R, Universitetet i Bergen  
Muskelsmerter og søvn  
Prosjektperiode: 2006 - 2008

Ursin R, Universitetet i Bergen  
Søvn, skiftarbeid og yrke  
Prosjektperiode: 2006 - 2008

Stormark KM, Universitetet i Bergen  
Søvn hos barn – en del av Barn i Bergen-undersøkelsen  
Prosjektperiode: 2007 - 2011

Pallesen S, Universitetet i Bergen  
Validering av døgnrytmemål  
Prosjektperiode: 2007 - 2009

Backe-Hansen E, Nasjonal institusjon  
Ung i Oslo - søvnvaner  
Prosjektperiode: 2006 - 2010

Pallesen S, Universitetet i Bergen  
Søvnvaner hos barn – en del av the Health Behaviour in School-aged Children – A WHO  
Cross-National Survey  
Prosjektperiode: 2005 - 2013

Pallesen S, Universitetet i Bergen  
Generalisert angstlidelse – søvn, oppmerksomhet og hjerteratevaribilitet  
Prosjektperiode: 2006 - 2013

Pallesen S, Universitetet i Bergen  
Fedme hos barn - sammenhenger med søvn  
Prosjektperiode: 2005 - 2010

Nordhus IH, Universitetet i Bergen  
Smerter hos eldre – søvn og effekter av behandling på søvn  
Prosjektperiode: 2005 - 2009

Rørtveit G, Universitetet i Bergen  
Søvnighet og tretthet etter giardia-infeksjon  
Prosjektperiode: 2007 - 2010

Fetveit A, Nasjonal institusjon  
Epidemiologisk undersøkelse av søvnproblemer. Tromsø-undersøkelsen  
Prosjektperiode: 2006 - 2011

Pallesen S, Universitetet i Bergen  
Kunnskap om søvn blant psykologer  
Prosjektperiode: 2006 - 2008

Bjorvatn B, Helse Bergen HF  
Kunnskap om søvn blant leger  
Prosjektperiode: 2004 - 2010

Bjorvatn B, Helse Bergen HF  
Parasomnier - prevalens og alvorlighetsgrad  
Prosjektperiode: 2006 - 2009

Bjorvatn B, Helse Bergen HF  
Søvn, skiftarbeid og helse blant sykepleiere på sykehus  
Prosjektperiode: 2007 - 2017

Ho-Yen S, Helse Bergen HF  
Søvnproblemer og depresjon i post-partum perioden  
Prosjektperiode: 2004 - 2009

Pallesen S, Universitetet i Bergen  
Utvikling av selvrapporteringsinstrumenter for insomni  
Prosjektperiode: 2007 - 2008

Bjorvatn B, Helse Bergen HF  
Restless legs i Norge, Sverige og Danmark  
Prosjektperiode: 2006 - 2010

Bjorvatn B, Universitetet i Bergen  
Forsinket søvnfasesyndrom. Kvalitativ undersøkelse  
Prosjektperiode: 2007 - 2012

Bjorvatn B, Universitetet i Bergen  
Døgnrytmeproblemer hos ungdom  
Prosjektperiode: 2007 - 2012

Bjorvatn B, Universitetet i Bergen  
Søvn lengde og metabolske variabler  
Prosjektperiode: 2006 - 2009

Ursin R, Universitetet i Bergen  
Søvn og søvnproblemer i befolkningen - data fra HUSK undersøkelsen  
Prosjektperiode: 1997 - 2010

Holsten F, Universitetet i Bergen  
Vagus nerve stimulator – effekt på søvn og bipolar lidelse  
Prosjektperiode: 2002 - 2009

Bjorvatn B, Universitetet i Bergen

Skiftarbeid offshore – effekter på søvn og helse  
Prosjektperiode: 2005 - 2009

Nordhus IH, Universitetet i Bergen  
Ikke-medikamentell versus medikamentell behandling av insomni hos eldre  
Prosjektperiode: 2003 - 2009

Bjorvatn B, Helse Bergen HF  
Årstidsvariasjon i humør og søvn  
Prosjektperiode: 2004 - 2009

## **SOVno medlemmenes CV-er for 2007:**

### **Bjørn Bjorvatn**

#### Artikler:

Bjorvatn B, Sagen IM, Øyane N, Waage S, Fetveit A, Pallesen S, Ursin R. The association between sleep duration, body mass index and metabolic measures in the Hordaland Health Study. *Journal of Sleep Research* 2007; 16: 66-76.

Omvik S, Pallesen S, Bjorvatn B, Thayer J, Nordhus IH. Night-time thoughts in high and low worriers: Reaction to caffeine-induced sleeplessness. *Behav Res Ther*, 2007; 45: 715-727.

Ho-Yen SD, Bondevik GT, Eberhard-Gran M, Bjorvatn B. Factors associated with depressive symptoms among postnatal women in Nepal. *Acta Obstetricia et Gynecologica* 2007; 86: 291-297.

Bjorvatn B, Grønli J. Nasjonalt Kompetansesenter for Søvn sykdommer. *Paraplyen* 2007; 20-21.

Bjorvatn B. Søvn og søvnproblemer. Hefte utgitt av Nasjonalt Kompetansesenter for søvn sykdommer (SOVno). 2007.

Bjorvatn B. Søvnproblemer – hvordan skal de behandles? Hefte utgitt av Nasjonalt Kompetansesenter for søvn sykdommer (SOVno). 2007.

Bjorvatn B. Behandling av døgnrytmeproblemer hos unge mennesker. Hefte utgitt av Nasjonalt Kompetansesenter for søvn sykdommer (SOVno). 2007.

Waage S, Pallesen S, Bjorvatn B. Skiftarbeid og søvn. *Tidsskrift Nor Psykologforening*, 2007; 44: 428-433.

Fetveit A, Bjorvatn B. Søvnforstyrrelser ved psykiske lidelser. *Tidsskrift Nor Psykologforening*, 2007; 44: 394-402.

Pallesen S, Nordhus IH, Sivertsen B, Omvik S, Bjorvatn B. Psykologers kunnskaper om søvn. *Tidsskrift Nor Psykologforening*, 2007; 44: 365-371.

Pallesen S, Nordhus IH, Sivertsen B, Bjorvatn B. Epworth søvnighetsskala. *Tidsskrift Nor Psykologforening*, 2007; 44: 448-450.

Pallesen S, Bjorvatn B, Nordhus IH, Sivertsen B. Søvn sykdommer – en oversikt. *Tidsskrift Nor Psykologforening*, 2007; 44: 378-393.

Bjorvatn B. Søvn og søvn sykdommer. *Gå i søvne. Sleep Medicine News*, 2007, nr. 1, s 13.

Pallesen S, Nordhus IH, Omvik S, Sivertsen B, Tell G, Bjorvatn B. Prevalence and risk factors of subjective sleepiness in the general adult population. *Sleep*, 2007; 30: 619-624.

Grønli J, Fiske E, Murison R, Bjorvatn B, Sørensen E, Ursin R, Portas C. Extracellular levels of serotonin and GABA in the hippocampus after chronic mild stress in rats. *A microdialysis*

study in an animal model of depression. *Behavioural Brain Research*, 2007; 19; 181: 42-51.

Bjorvatn B. *Bedre søvn. En håndbok for deg som sover dårlig*. 2007. Vigmostad & Bjørke forlag. 153 sider.

Bjorvatn B, Stangenes K, Øyane N, Forberg K, Lowden A, Holsten F, Åkerstedt T. Randomized placebo-controlled field study of the effects of bright light and melatonin in adaptation to night work. *Scandinavian Journal of Work, Environment & Health*, 2007; 33: 204-214.

Bjorvatn B. Restless legs. Nasjonalt Kompetansesenter for søvnsykdommer. 2007. [www.helse-bergen.no/avd/sovno/](http://www.helse-bergen.no/avd/sovno/).

Ulfberg J, Bjorvatn B, Leissner L, Gyiring J, Karlsborg M, Regeur L, Skeidsvoll H, Polo O, Partinen M. Comorbidity in restless legs syndrome among a sample of Swedish adults. *Sleep Medicine*, 2007; 8: 768-772. Epub 2007 Sep 6.

Bjorvatn B. Restless legs. *Norsk legemiddelhåndbok for helsepersonell*. 2007. 489-490.

Bjorvatn B. Leggkramper. *Norsk legemiddelhåndbok for helsepersonell*. 2007; 490-491.

Bjorvatn B, Holsten F. Søvnvansker. *Norsk legemiddelhåndbok for helsepersonell*. 2007; 182-187.

Oxman AD, Flottorp S, Håvelsrud K, Fretheim A, Odgaard-Jensen J, Austvoll-Dahlgren A, Carling C, Pallesen S, Bjorvatn B. A televised, web-based randomised trial of an herbal remedy (valerian) for insomnia. *PloS One*, 2007; 2(10); e1040. doi:10.1371/journal.pone.0001040.

Øyane N, Bjelland I, Pallesen S, Holsten F, Bjorvatn B. Seasonality is associated with symptoms of anxiety and depression. The Hordaland Health Study. *Journal of Affective Disorders*, 2008; 105: 147-55. Epub 2007 Jun 15.

Eriksen W, Bjorvatn B, Bruusgaard D, Knardahl S. Work factors as predictors of poor sleep in nurses' aides. *Int Arch Occup Environ Health*, 2008; 81: 301-10. Epub 2007 Jun 29.

Saxvig IW, Lundervold A, Grønli J, Ursin R, Bjorvatn B, Portas CM. The effect of a REM sleep deprivation procedure on different aspects of memory function in humans. *Psychophysiology*, 2007 Nov 7; [Epub ahead of print]

Fiske E, Portas CM, Grønli J, Sørensen E, Bjorvatn B, Bjørkum AA, Ursin R. Increased extracellular 5-HT but no change of sleep after perfusion of a 5-HT<sub>1A</sub> antagonist into the dorsal raphe nucleus of rats. *Acta Physiologica*, 2007 Dec 14; [Epub ahead of print].

Øyane N, Ursin R, Pallesen S, Holsten F, Bjorvatn B. Self-reported seasonality is associated with complaints of sleep problems and deficient sleep duration. The Hordaland Health Study. *Journal of Sleep Research*, in press, 2008.

Abstrakter:

Bjorvatn B, Leissner L, Ulfberg J, Gyiring J, Karlsborg M, Regeur L, Skeidsvoll H, Nordhus IH, Pallesen S. Prevalence, severity and risk factors of restless legs in the general adult population in two Scandinavian countries. 12. Nordiske Søvnmøter, Bergen, 2007.

Leissner L, Gyiring J, Karlsborg M, Regeur L, Bjorvatn B, Skeidsvoll H. How do General Practitioners diagnose and treat Restless Legs Syndrome in Scandinavia. 12. Nordiske Søvnmøter, Bergen, 2007.

Grønli J, Fiske E, Murison R, Bjorvatn B, Sørensen E, Ursin R, Portas CM. Serotonin and GABA in the hippocampus after chronic mild stress in rats. A microdialysis study over the sleep/wake cycle in an animal model of depression. 12. Nordiske Søvnmøter, Bergen, 2007.

Fiske E, Grønli J, Bjorvatn B, Ursin R, Portas CM. The effect of GABAA antagonist bicuculline on dorsal raphe nucleus and frontal cortex extracellular serotonin: a window on SWS and REM sleep modulation. 12. Nordiske Søvnmøter, Bergen, 2007.

Saxvig IW, Lundervold AJ, Grønli J, Ursin R, Bjorvatn B, Portas CM. The effects of REM sleep deprivation on different aspects of memory function in humans. 12. Nordiske Søvnmøter, Bergen, 2007.

Sagen IM, Øyane N, Waage S, Fetveit A, Pallesen S, Ursin R, Bjorvatn B. Sleep duration is associated to body mass index and metabolic measures. The Hordaland health study. 12. Nordiske Søvnmøter, Bergen, 2007.

Waage S, Pallesen S, Bjorvatn B. Prevalence and consequences of Shift Work Sleep Disorder in an off-shore population. 12. Nordiske Søvnmøter, Bergen, 2007.

Bjorvatn B, Stangenes K, Øyane N, Forberg K, Lowden A, Holsten F, Åkerstedt T. Bright light and melatonin for adaptation to night work. A randomized placebo-controlled field study in the North Sea. 12. Nordiske Søvnmøter, Bergen, 2007.

Waage S, Dale S, Erikstein RS, Bjorvatn B. Do age and shift work experience matter for sleep and health among nurses in a hospital setting? 12. Nordiske Søvnmøter, Bergen, 2007.

Pallesen S, Nordhus IH, Sivertsen B, Omvik S, Bjorvatn B. Knowledge about sleep among Norwegian psychologists. 12. Nordiske Søvnmøter, Bergen, 2007.

Omvik S, Sivertsen B, Pallesen S, Bjorvatn B, Nordhus IH. Quality of life in insomnia. Treatment outcome of a randomized controlled trial comparing CBT and Zopiclone. 12. Nordiske Søvnmøter, Bergen, 2007.

Saxvig IW, Pallesen S, Sørensen E, Bjorvatn B. Sleep in adolescents. 12. Nordiske Søvnmøter, Bergen, 2007.

Ho-Yen SD, Bondevik GT, Eberhard-Gran M, Bjorvatn B. Depressive symptoms in the postnatal period in Lalitpur district, Nepal: Prevalence and risk factors. 12. Nordiske Søvnmøter, Bergen, 2007.

Ho-Yen SD, Bondevik GT, Eberhard-Gran M, Bjorvatn B. Are there any differences in sleep between depressed and non-depressed mothers in the postnatal period? 12. Nordiske Søvnmkonferanse, Bergen, 2007.

Øyane NM, Ursin R, Pallesen S, Holsten F, Bjorvatn B. Seasonality is associated with sleep problems and shorter sleep duration. 12. Nordiske Søvnmkonferanse, Bergen, 2007.

Sivertsen B, Omvik S, Pallesen S, Bjorvatn B, Nordhus IH. Treatment of chronic insomnia with cognitive behavioral therapy vs zopiclone. 12. Nordiske Søvnmkonferanse, Bergen, 2007.

Sivertsen B, Omvik S, Pallesen S, Bjorvatn B, Nordhus IH. A comparison of actigraphy and polysomnography in older adults treated for chronic primary insomnia. 12. Nordiske Søvnmkonferanse, Bergen, 2007.

Pallesen S, Nordhus IH, Sivertsen B, Omvik S, Bjorvatn B. The Bergen Insomnia Scale (BIS): A new scale for measuring insomnia. 12. Nordiske Søvnmkonferanse, Bergen, 2007.

Oyane NM, Ursin R, Pallesen S, Holsten F, Bjorvatn B. High degree of seasonality is associated with more sleep problems and shorter sleep duration. *Sleep and Biological Rhythms* 2007; 5: A12.

Omvik S, Sivertsen B, Pallesen S, Bjorvatn B, Nordhus IH. Effects of cognitive behavioural treatment (CBT) and zopiclone on measures of quality of life in insomniacs. *Sleep and Biological Rhythms* 2007; 5: A157.

Saxvig IW, Pallesen S, Sørensen E, Bjorvatn B. Sleep habits and correlates in a randomized sample of Norwegian high school students. *Sleep and Biological Rhythms* 2007; 5: A25.

Waage S, Pallesen S, Bjorvatn B. Shift Work Sleep Disorder among oil rig workers in the North Sea. *Sleep and Biological Rhythms* 2007; 5: A25.

Gronli J, Fiske E, Murison R, Bjorvatn B, Sorensen E, Ursin R, Portas CM. Extracellular levels of serotonin and GABA in the hippocampus after chronic mild stress in rats. A microdialysis study over the sleep/wake cycle in an animal model of depression. *Sleep and Biological Rhythms* 2007; 5: A2.

Sivertsen B, Overland S, Neckelmann D, Pallesen S, Bjorvatn B, Nordhus IH, Mykletun A. The effect of insomnia and sleep duration on work disability. *Sleep and Biological Rhythms* 2007; 5: A154.

#### Formidling:

- 5.1.07: NRK P1 om vinterdepresjon og regntid.
- Jan 07: Cosmopolitan om søvn epost 5.1.
- 12.1.07: Dagbladet om bruk av sovemidler.
- 12.1.07: NRK Hedmark og Oppland om søvn og sovemiddelbruk.
- Jan 07: Det Beste om viktigheten av søvn.
- Jan 07: Bonytt nr. 1 om madrassens betydning for søvn.
- 22.1.07: NRK P1, Norgesglasset, om parasomnier.
- 23.1.07: NRK P1, Norgesglasset, om søvn.



- 24.1.07: NRK P1, Norgesglasset, om døgnrytmeforstyrrelser.
- 25.1.07: NRK P1, Norgesglasset, om søvnighet.
- Jan/feb 07: Soldatnytt om søvn og søvmangel.
- 7.2.07: BTV om vaktarbeid blant leger.
- 15.2.07: NRK P2, Verdt å vite, om søvnens betydning for vektregulering.
- 17.2.07: Tønsberg Blad om søvn og VM på ski i Japan.
- 8.3.07: Aftenposten om trette ungdommer.
- 10.5.07: [www.nrk.no/puls](http://www.nrk.no/puls) om hvorfor vi sover.
- 15.5.07: "På høyden" om søvnighet.
- 15.5.07: BT nettavis om søvnighet.
- 16.5.07: Kanal 24 om å snakke i søvne.
- 17.5.07: [www.mozon.no/andre-saker/saker/mars-funn+gir+oss+bedre+s%F8vn/art382386.html](http://www.mozon.no/andre-saker/saker/mars-funn+gir+oss+bedre+s%F8vn/art382386.html)
- 23.5.07: VG nett om søvnighet.
- 5.6.07: Mozon.no om seksomni. [www.mozon.no/diverse/s%F8vnslitere+med+%22seksomnia%22/art384465.html](http://www.mozon.no/diverse/s%F8vnslitere+med+%22seksomnia%22/art384465.html)
- 7.6.07: Mozon.no om valeriana.  
[www.mozon.no/alternativt/urtemedisin/sovemiddel+knapt+bedre+enn+narremedisin/art384908.html](http://www.mozon.no/alternativt/urtemedisin/sovemiddel+knapt+bedre+enn+narremedisin/art384908.html)
- Juli 07: [www.forskning.no](http://www.forskning.no) om søvn i sommervarmen.
- 11.7.07: VG om søvn i sommervarmen.
- 24.7.07: VG nett og mozon.no om ungdom og søvn.
- 25.7.07: Radio Moss om søvn blant ungdom.
- 26.7.07: Bergensavisen om søvn.
- 30.7.07: P4 om søvn og forekomst av søvnproblemer.
- 31.7.07: VG nett og mozon.no om jet lag. [www.mozon.no/php/art.php?id=388080](http://www.mozon.no/php/art.php?id=388080)
- 6.8.07: BT, Aftenposten, Stavanger Aftenblad, Adresseavisen og Fedrelandsvennen om insomni og behandling.
- 28.8.07: Dagbladet om søvn og min nye bok (førsteside-oppslag).
- 29.8.07: VG/DinSide Helse om vinterdepresjon.  
[www.dinside.no/php/art.php?id=394567](http://www.dinside.no/php/art.php?id=394567)  
og [www1.vg.no/helse/artikkel.php?artid=157247](http://www1.vg.no/helse/artikkel.php?artid=157247)
- 12.9.07: Bergens Tidende om oljearbeidere og søvnproblemer.
- 22.9.07: TV2 Magasinet om søvn og søvnbehandling.
- 28.9.07: Woman24 om seksomnia  
[www.woman24.no/sex\\_og\\_samliv/article162960.ece](http://www.woman24.no/sex_og_samliv/article162960.ece).
- 28.9.07: VG/DinSide Helse om søvn og hjertekar-risiko  
[www.dinside.no/php/art.php?id=490289](http://www.dinside.no/php/art.php?id=490289).
- 1.10.07: NRK P1 om søvnlengde og vekt/helserisiko.
- 22.10.07: Dagbladet om helseproblemer blant skiftarbeidere.
- 31.10.07: VG/DinSide Helse om problemer i mørketiden.  
[www1.vg.no/helse/artikkel.php?artid=177589](http://www1.vg.no/helse/artikkel.php?artid=177589)  
[www.dinside.no/php/art.php?id=494631](http://www.dinside.no/php/art.php?id=494631)
- 26.11.07: BTV om søvn og søvnproblemer, del 1.
- 2.12.07: VG/DinSide Helse om lite søvn etter fødsel og kobling til vektøkning.  
[www1.vg.no/helse/artikkel.php?artid=187358](http://www1.vg.no/helse/artikkel.php?artid=187358)  
[www.dinside.no/php/art.php?id=498763](http://www.dinside.no/php/art.php?id=498763)
- 3.12.07: BTV om søvn og søvnproblemer, del 2.
- Nr. 4, 2007: Landsforeningen for hjerte- og lungesyke (LHL) om risikoen ved søvmangel.
- 6.12.07: VG/DinSiden Helse om økt søvnlengde og diabetes.  
[www.dinside.no/php/art.php?id=499437](http://www.dinside.no/php/art.php?id=499437)

14.12.07: TV2 frokost-TV om søvn og insomni.

Forelesninger/foredrag:

Grunnutdanning for helsepersonell: 32 timer

Videreutdanning for helsepersonell: 20 timer

Etterutdanning for helsepersonell: 6 timer

Mai 2007: 2 t foredrag om søvn og døgnrytmeproblemer blant ungdom, Solstrandkurset (VEU).

Mai 2007: 3 foredrag (RLS, BMI og søvn, skiftarbeid) ved 12. Nordiske søvnkonferanse, Bergen, Norge.

Sept 2007: 2 t foredrag om søvn og søvnproblemer for leger i Bergen (Pfizer).

Sept 2007: 1 oral presentation (practical clock timing) og 1 chair ved insomni-symposium ved 5th Congress of the World Federation of Sleep Research and Sleep Medicine Societies, Cairns, Australia.

Okt 2007: 2 t foredrag om søvn og døgnrytme for sykehusleger i Trondheim (VEU).

Nov 2007: 6 t foredrag om søvn for leger i Kongsberg (VEU).

Nov 2007: Kursleder og 8 forelesninger om 'Moderne behandling av søvnproblemer og vinterdepresjoner', todagerskurs i Bergen (VEU)

Des 2007: 3 t om søvn, skiftarbeid og helse for skiftarbeidere (Confex).

Kongresser:

12. Nordiske søvnkonferanse, Bergen, Norge.

5th Congress of the World Federation of Sleep Research and Sleep Medicine Societies, Cairns, Australia.

Veiledning:

Hovedveileder for Siri Waage på et doktorgradsprosjekt om skiftarbeid i Nordsjøen. Hun startet i august 2005. 3-årig stipend fra BP Norway.

Hovedveileder for Nicolas Øyane på et doktorgradsprosjekt om årstidsvariasjoner i humøret (data fra HUSK-undersøkelsen). Delvis finansiering via SOVno.

Hovedveileder for Ingvild Saxvig på et doktorgradsprosjekt om søvn blant ungdommer, og effekt av behandling. Hun startet i 2006. Finansiering fra 2007 fra Uib.

Hovedveileder for Ane Wilhelmsen på et doktorgradsprosjekt om forsinket søvnfasesyndrom. Hun startet i 2007. Finansiering fra NFR (Nevronor).

Medveileder (15%) for Siri Omvik på et doktorgradsprosjekt om multikomponentterapi ved søvnløshet hos eldre. Prosjektet utgår fra psykologisk fakultet.

Medveileder for Signe Ho-Yen på doktorgradsprosjektet 'Postnatal depression – differences between Nepali and Norwegian women'. Doktorgradsmidler fra Helse Vest.

Hovedveileder for to forskerlinjestudenter. Knut Forberg startet opp høsten 2003, og ser på søvn ved nattarbeid offshore, og Ina Marie Sagen startet opp høsten 2004, og ser på sammenhengen mellom søvnlengde og metabolske variabler.

Jeg veileder flere medisinerstudenter som holder på med særoppgaver innen søvn:  
Knut Forberg leverte nylig inn sin oppgave 'Effekten av arbeidernes alder på selvrapportert tilpasning til skiftarbeid og andre søvnproblemer på en oljeplattform i Nordsjøen'.  
Martha Realfsen holder på med sin oppgave 'Døgnrytmeproblemer hos ungdom'.  
Stian Østrem holder på med sin oppgave 'KOLS og søvn'.  
Ina Marie Sagen holder på med sin oppgave 'Individuelle forskjeller i søvn og helse blant nattsykepleiere'.  
Anja S. Fosse og Anna U. Guldal holder på med en oppgave om 'Søvndeprivasjon hos rotter'.

#### Annen aktivitet:

Leder av Nasjonalt Kompetansesenter for søvnsykdommer ([www.sovno.no](http://www.sovno.no)), lokalisert til psykiatrisk divisjon, Haukeland Universitetssjukehus.

Medlem av Locus for nevrovitenskap, et av Uib sine satsningsområder.

Medlem av Senter for stress, søvn og helse. Dette er et senter som har samlet forskere fra flere forskningsmiljøer ved det medisinske og psykologiske fakultet.

Leder av et stort longitudinelt forskningsprosjekt som 'søvn, skiftarbeid og helse blant sykepleiere'. Fått midler fra Helse Vest.

Norsk hoved-utprøver i et forskningsprosjekt av et nytt sovemiddel (Sanofi-Aventis).

Medlem av Nordic Study Group vedrørende 'Restless legs'. En artikkel er publisert i 2007.

Ansvarlig for søvnkapitlene i Norsk Elektronisk Legehåndbok.

Medlem av Editorial board i SLEEP (Journal of sleep and sleep disorders research)

President for 12. Nordiske søvnkonferanse, Bergen.

Nestleder Norsk Forening for Søvnforskning og Søvnmedisin.

Startet, og jobber fremdeles ved Bergen søvnsenter (fra 1996). Behandler pasienter med alle typer av søvnproblemer.

#### Pågående forskningsprosjekter:

Prosjektleder: Bjørn Bjorvatn.

Tittel: Årstidsvariasjon i humør og søvn.

Ansvarlig institusjon: Helse Bergen/Uib.

Oppstartsår: 2004.

Forventet prosjektlutt: 2009.

Prosjektleder: Inger Hilde Nordhus.

Tittel: Ikke-medikamentell versus medikamentell behandling av insomni hos eldre.

Ansvarlig institusjon: Uib.  
Oppstartsår: 2002.  
Forventet prosjektslutt: 2009.

Prosjektleder: Bjørn Bjorvatn.  
Tittel: Skiftarbeid offshore – effekter på søvn og helse.  
Ansvarlig institusjon: Uib.  
Oppstartsår: 2005.  
Forventet prosjektslutt: 2009.

Prosjektleder: Fred Holsten.  
Tittel: Vagus nerve stimulator – effekt på søvn og bipolar lidelse.  
Ansvarlig institusjon: Helse Bergen/Uib.  
Oppstartsår: 2002.  
Forventet prosjektslutt: 2009.

Prosjektleder: Reidun Ursin/Bjørn Bjorvatn.  
Tittel: Søvn og søvnproblemer i befolkningen – data fra HUSK-undersøkelsen  
Ansvarlig institusjon: Uib.  
Oppstartsår: 1997.  
Forventet prosjektslutt: 2010.

Prosjektleder: Bjørn Bjorvatn.  
Tittel: Søvn lengde og metabolske variabler.  
Ansvarlig institusjon: Helse Bergen/Uib.  
Oppstartsår: 2006.  
Forventet prosjektslutt: 2009.

Prosjektleder: Bjørn Bjorvatn.  
Tittel: Døgnrytmeproblemer hos ungdom.  
Ansvarlig institusjon: Helse Bergen/Uib.  
Oppstartsår: 2007.  
Forventet prosjektslutt: 2012.

Prosjektleder: Bjørn Bjorvatn.  
Tittel: Forsinket søvnfasesyndrom. Kvalitativ undersøkelse.  
Ansvarlig institusjon: NFR/Uib.  
Oppstartsår: 2007.  
Forventet prosjektslutt: 2012.

Prosjektleder: Bjørn Bjorvatn.  
Tittel: Restless legs i Norge, Sverige og Danmark.  
Ansvarlig institusjon: Helse Bergen/Uib.  
Oppstartsår: 2006.  
Forventet prosjektslutt: 2010.

Prosjektleder: Ståle Pallesen  
Tittel: Validerte spørreskjemaer om insomni på norsk.  
Ansvarlig institusjon: Uib.  
Oppstartsår: 2006.

Forventet prosjektslutt: 2010.

Prosjektleder: Signe Ho-Yen.

Tittel: Søvnproblemer og depresjon i post-partum perioden.

Ansvarlig institusjon: Helse Bergen/Uib.

Oppstartsår: 2004.

Forventet prosjektslutt: 2009.

Prosjektleder: Bjørn Bjorvatn.

Tittel: Søvn, skiftarbeid og helse blant sykepleiere på sykehus.

Ansvarlig institusjon: Helse Bergen/Uib.

Oppstartsår: 2007.

Forventet prosjektslutt: 2017.

Prosjektleder: Bjørn Bjorvatn.

Tittel: Parasomnier – prevalens og alvorlighetsgrad.

Ansvarlig institusjon: Helse Bergen/Uib.

Oppstartsår: 2006.

Forventet prosjektslutt: 2009.

Prosjektleder: Bjørn Bjorvatn.

Tittel: Kunnskap om søvn blant leger.

Ansvarlig institusjon: Helse Bergen/Uib.

Oppstartsår: 2004.

Forventet prosjektslutt: 2010.

Prosjektleder: Arne Fetveit.

Tittel: Epidemiologisk undersøkelse av søvnproblemer. Tromsø-undersøkelsen.

Ansvarlig institusjon: Uio.

Oppstartsår: 2006.

Forventet prosjektslutt: 2011.

Prosjektleder: Guri Rørtveit.

Tittel: Søvnighet og tretthet etter giardia-infeksjon.

Ansvarlig institusjon: Helse Bergen/Uib.

Oppstartsår: 2007.

Forventet prosjektslutt: 2010.

## **Ove Fondenes**

### Pasientbehandling:

Jeg behandlet omkring 350 pasienter med søvnrelaterte respirasjonsforstyrrelser i fjor. I hovedsak pasienter fra region vest. Anslagsvis 20 stk fra andre regioner.

### Diagnosekoder:

B90.2,B90.9,B91,M41.0,M41.1,M41.2,M41.3,M41.4,M41.5,M41.8,M41.9,J96.1,J44.8,E84.0, J84.1,J84.8,G71.0,G71.1,G71.2,G71.3,G71.8,G71.9,G12.0,G12.1,G12.2,G12.8,G12.9,G11.1, G11.2,S14.1 ,S24.1 ,G47.3 ,E66.2

### Formidling:

#### Forelesninger/foredrag:

Grunnutdanning for helsepersonell: 11 timer

Videreutdanning for helsepersonell: 32 timer

Etterutdanning for helsepersonell: 12 timer

### Kongresser:

Hjemmerespiratorbehandling i norden, Nordisk lungekongress, Uppsala

KOLS ekspertmøte, Oslo

Optimal behandling av den nevromuskulære pasient, seminar Sandefjord

Nordic ALS congress, Oslo

### Kurs:

Hjemmerespiratorbehandling, målgruppe primærhelstjeneste x 5

Hjemmerespiratorbehandling, målgruppe pasient/pårørende x 10

Emblettkurs, målgruppe spesialisthelsetjenesten x 2

### Veiledning:

Ingen relevante for SovNo

### Pågående forskningsprosjekter:

Ingen relevante for SovNo

## **Janne Grønli**

### Artikler:

Portas CM and Grønli J. "Involvement of the 5-HT<sub>1A</sub> and the 5-HT<sub>1B</sub> receptor in the regulation of sleep and waking" in *Serotonin and Sleep: Molecular, Functional and Clinical Aspects*, Monti, JM, Pandi-Perumal, SR, Jacobs BL and Nutt DJ (Editors), ISBN 978-3-7643-8560-6, Birkhäuser Verlag AG, Basel

Fiske E, Portas CM, Grønli J, Sørensen E, Bjorvatn B, Bjørkum AA, Ursin R. Increased extracellular 5-HT but no change in sleep after perfusion of a 5-HT(1A) antagonist into the dorsal raphe nucleus of rats.

*Acta Physiol (Oxf)*. 2007 Dec 14; [Epub ahead of print]

PMID: 18081887

Saxvig IW, Lundervold AJ, Grønli J, Ursin R, Bjorvatn B, Portas CM.

The effect of a REM sleep deprivation procedure on different aspects of memory function in humans.

*Psychophysiology*. 2007 Nov 7; [Epub ahead of print]

PMID: 17995908

Grønli J, Fiske E, Murison R, Bjorvatn B, Sørensen E, Ursin R, Portas CM.

Extracellular levels of serotonin and GABA in the hippocampus after chronic mild stress in rats. A microdialysis study in an animal model of depression.

*Behav Brain Res*. 2007 Jul 19;181(1):42-51.

PMID: 17477980

Grønli J, Bramham C, Murison R, Kanhema T, Fiske E, Bjorvatn B, Ursin R, Portas CM.

Chronic mild stress inhibits BDNF protein expression and CREB activation in the dentate gyrus but not in the hippocampus proper. *Pharmacol Biochem Behav*. 2006 Dec;85(4):842-9. Epub 2007 Jan 3.

PMID: 17204313

Bjorvatn B, Grønli J. Nasjonalt Kompetansesenter for Søvn sykdommer. *Paraplyen* 2007; 20-21.

### Abstrakter:

Grønli J, Fiske E, Murison R, Bjorvatn B, Sørensen E, Ursin R, Portas CM. Serotonin and GABA in the hippocampus after chronic mild stress in rats. A microdialysis study over the sleep/wake cycle in an animal model of depression. Den 12. Nordiske Søvnkonferanse, Bergen, 2007.

Kinn AM, Grønli J, Ursin R, Portas CM.

Modest changes in sleep and behaviour in rats exposed to social defeat. Den 12. Nordiske Søvnkonferanse, Bergen, 2007.

Fiske E, Grønli J, Bjorvatn B, Ursin R, Portas CM.

The effect of GABA<sub>A</sub> antagonist bicucilline on dorsal raphe nucleus and frontal cortex extracellular serotonin: a window on SWS and REM sleep modulation. Den 12. Nordiske Søvnkonferanse, Bergen, 2007.

Saxvig IW, Lundervold AJ, Grønli J, Ursin R, Bjorvatn B, Portas CM.  
The effects of REM sleep deprivation on different aspects of memory function in humans.  
Den 12. Nordiske Søvnkonferanse, Bergen, Norge, 2007.

Grønli J, Fiske E, Murison R, Bjorvatn B, Sørensen E, Ursin R, Portas CM. Extracellular levels of Serotonin and GABA in the hippocampus after chronic mild stress in rats. \_A microdialysis study over the sleep/wake cycle in an animal model of depression. Sleep and Biological Rhythms 2007: 5: A2

### Formidling:

September: Studentradioen ved UiB – generelt om søvn.  
September utg: Magasinet EVA. Generelt om søvnproblemer.  
25. oktober: VG nett. BDNF og stress.  
9. november: Nettavisen Nettopp. Søvn og læring/hukommelse.  
November: Studvest. Søvn og læring/hukommelse

### Forelesninger/foredrag:

Grunnutdanning for helsepersonell: 0 timer  
Videreutdanning for helsepersonell: 6 timer  
Etterutdanning for helsepersonell: 0 timer

Februar 2007: 1 t foredrag om ”Early and later life stress. Effects on the brain”,  
Avdeling for Biologisk og Medisinsk Psykologi, UiB  
Mars 2007: 1 t foredrag om søvnhygiene, pasienter og helsepersonell ved Psykiatrisk  
divisjon, Haukeland sykehus  
April 2007: 1 t foredrag om ”Antidepressiv effekt ved søvndeprivasjon.  
Basale mekanismer”, forskningsmøte SOVno  
Mai 2007: 1 muntlig presentasjon ved Den 12. Nordiske Søvnkonferanse, Bergen, Norge.  
Juni 2007: 1 t foredrag Generelt om søvn. Teknisk forum, Institutt for Biomedisin, UiB  
September 2007: 1 muntlig og 1 poster presentasjon ved 5th World Congress of the World  
Federation of Sleep Research and Sleep Medicine Societies, Cairns, Australia  
Oktober 2007: 1t Foredrag om serotonin og GABA i hippocampus etter kronisk stress hos  
rotte. International Graduate School In Neuroscience (IGSIN), Avdeling for  
Biologisk og Medisinsk Psykologi, UiB  
Oktober 2007: 1t Foredrag om søvn og søvnproblemer, Fagdag i Klinikk for psykosomatisk  
medisin, Haukeland Universitetssykehus  
Oktober 2007: 1 t foredrag om søvnhygiene, pasienter og helsepersonell ved Psykiatrisk  
divisjon, Haukeland sykehus  
Oktober 2007: 1 posterpresentasjon på forskningsmøte ved Nasjonalt Kompetansesenter for  
Søvn sykdommer (SOVno)  
Desember 2007: 1 posterpresentasjon på Forskningsdag ved Det Psykologiske fakultet, UiB.  
Desember 2007: 1 posterpresentasjon på Nevrovitenskaplig forskningsgruppes poster dag,  
Institutt for Biomedisin, UiB

### Kongresser:



Den 12. Nordiske Søvnkonferanse, Bergen, Norge.

5th World Congress of the World Federation of Sleep Research and Sleep Medicine Societies, Cairns, Australia

#### Veiledning:

Hovedveileder for Elisabeth Flo, mastergradsstudent i psykologi på prosjektet "Pain in Silent State".

Medveileder for medisinerstudentene Anna Guldal og Anja Fosse på særøppgave om basale mekanismer ved akutt antidepressiv behandling (søvndeprivasjon). De startet opp høsten 2007 og skal levere høsten 2008.

#### Annen aktivitet:

Senterkoordinator ved Nasjonalt Kompetansesenter for Søvn sykdommer ([www.sovno.no](http://www.sovno.no)), Psykiatrisk divisjon, Haukeland Universitetssjukehus.

Jeg analyserer søvnregistreringer (PSG) og måling av dagtidstrøtthet (MSLT).

Nestleder for 12. Nordiske Søvnkonferanse, Bergen, 2007.

Samarbeidspartner i søknad om FP7 midler, EU. 'Integrated Neuro-Immune Research in Depression: An Experimental Medicine Approach - CINIRID-EMA'. Dette er et eksperimentelt medisinsk studie innen konsekvenser av intracellulær inflammasjon på nevrodegenerering via oksidative forandringer ogIDO aktivering ved depresjon.

#### Pågående forskningsprosjekter:

Prosjektleder: Janne Grønli.

Tittel: Early and later life stress. Effects on the brain.

Ansvarlig institusjon: UiB.

Oppstartsår: 2007.

Forventet prosjektslutt: 2009.

Prosjektleder: Chiara Portas.

Tittel: Pain in Silent State.

Ansvarlig institusjon: UiB.

Oppstartsår: 2007.

Forventet prosjektslutt: 2009.

Prosjektleder: Chiara Portas.

Tittel: Nivå av kortisol i spytt etter forskjellige søvnstadier.

Ansvarlig institusjon: UiB.

Oppstartsår: 2006.

Forventet prosjektslutt: 2008.

Prosjektleder: Robert Murison.  
Tittel: Social defeat – as a model of anxiety  
Ansvarlig institusjon: UiB.  
Oppstartsår: 2006.  
Forventet prosjektlutt: 2009.

## **Fred Holsten**

### Artikler:

Pallesen S, Molde H, Arnestad HM, Laberg JC, Skutle A, Iversen E, Støylen IJ, Kvale G, Holsten F. Outcome of pharmacological treatments of pathological gambling: a review and meta-analysis.

J Clin Psychopharmacol. 2007 Aug;27(4):357-64.

Oyane NM, Bjelland I, Pallesen S, Holsten F, Bjorvatn B. Seasonality is associated with anxiety and depression: The Hordaland health study.

J Affect Disord. 2008 Jan;105(1-3):147-55. Epub 2007 Jun 15.

Bjorvatn B, Stangenes K, Øyane N, Forberg K, Lowden A, Holsten F, Åkerstedt T. Randomized placebo-controlled field study of the effects of bright light and melatonin in adaptation to night work.

Scand J Work Environ Health. 2007 Jun;33(3):204-14.

### Innsendte artikler:

Nome S, Holsten F: THE BURDEN ON THE PSYCHIATRIC HOSPITAL BEFORE AND AFTER THE ESTABLISHMENT OF THE DISTRICT PSYCHIATRIC CENTERS

A prospective study from 1985 to 2003. Submitted.

### Formidling:

Ca 20 intervjuer i dagspresse, ukeblad, radio og TV om søvn, døgnrytme, lys vinterdepresjoner, følsomhet for dårlig vær, sommertid og vintertid, bipolare lidelser, spilleavhengighet, OCD osv.

### Forelesninger/ foredrag ( ca 100 timer):

2007: 12 timer forelesninger om søvn, døgnrytme og psykiske lidelser for medisinske studenter.

2 x 4 hele undervisningsdager i kognitiv intervjueteknikk og kognitiv terapi, blant annet ved søvnlidelser for medisinske studenter.

2 x 4 timer undervisning for psykologistudenter om bipolare lidelser og søvn.

6/2 - :Kognitiv samtalemetodikk og kognitiv terapi ved insomni. 3 timers undervisning hver 2. Uke på Legenes hus. Til sammen 21 timer.

30/1: Søvn, døgnrytme og lys i behandling av psykiske lidelser. Allmennleger i Bergen. 2 timer.

30/1: Bipolare lidelser: diagnostikk og behandling. 2 timer forelesning allmennleger Bergen.

15/5 Søvn, døgnrytme og lys i behandling av psykiske lidelser. Allmennleger i Kristiansand. 2 timer

14/6: VNS ved terapieresistente depresjoner. SovNo. 1 time.

11/9: Dagskurs søvnlidelser hos sykehjemspasienter. Horten 6 timer.

20/9: Søvn og søvnlidelser. Personale onkologisk avd Rikshospitalet, Oslo 3 timer.

16/10: Søvn, døgnrytme og lys i behandling av psykiske lidelser. Psykiatere Wien. 2 timer

25/10: Medikamentell behandling av OCD. Ananke. Stavanger. 2 timer.

20/11: Søvn, døgnrytme og lys i behandling av psykiske lidelser. Psykiatere Trondheim. 2 timer.

29-30/11: Kursleder og 8 forelesninger for leger og annet helsepersonell: ”Moderne behandling søvnproblemer og vinterdepresjoner”.

3/12: Søvn, døgnrytme og lys i behandling av psykiske lidelser. Psykiatere Fredrikstad. 2 timer

11/12: Søvn, døgnrytme og lys i behandling av psykiske lidelser. Psykiatere Oslo. 2 timer.

13/12: Søvn, døgnrytme og lys i behandling av psykiske lidelser. Psykiatere Oslo. 2 timer.

### Veiledning

Doktorgradsveiledning hvor jeg er hovedveileder:

Siri Nome, Psykiatrisk institutt, UiB: BRUK AV STATISTISKE METODER VED STUDIER AV EPIDEMIOLOGI, LANGTIDSFORLØP OG MORTALITET VED PSYKISKE LIDELSER.

### Medveileder:

Cand med Kjell Arne Johansson: The Hordaland project low birth weight, young adults: Mental and somatic health.

Dr med Ketil Ødegaard: bipolare lidelser.

### Annen veiledning:

Escitalpram mot bipolar depresjon: ei placebokontrollert undersøkning av akutt og vedlikeholdshandsaming. Cand med. Trond Aarre, Nordfjordeid sykehus.

Erling Aaserød: Studier av misbrukere på vedlikeholdsbehandling: Psykopatologi og forløp.

Jeg hadde i 2006 ca 160 henvendelser fra kolleger med spørsmål om diagnostikk og behandling av pasienter med søvnvansker.

### Prosjekter:

1. Forløpet ved stoffmisbruk hos ungdom – en prospektiv studie.  
Med Siri Nome
2. Vagusnervestimulering ved depresjoner og bipolare lidelser.  
Med Ketil Ødegaard, Dag Neckelmann, Frode Svendsen, Bjørn Bjorvatn, Ole Bernt Fasmer, Kenneth Hugdal m fl
3. BRUK AV STATISTISKE METODER VED STUDIER AV EPIDEMIOLOGI, LANGTIDSFORLØP OG MORTALITET VED PSYKISKE LIDELSER.  
Siri Nome, Psykiatrisk institutt, UiB.
4. Escitalpram mot bipolar depresjon: ei placebokontrollert undersøkning av akutt og vedlikeholdshandsaming. Cand med. Trond Aarre, Nordfjordeid sykehus.
5. Kognitiv terapi ved spilleavhengighet. Pallesen S, Molde H, Arnestad HM, Skutle A, Menzoni R.
6. The Hordaland project low birth weight, young adults: Mental and somatic health.  
Cand med Kjell Arne Johansson.
7. Helseøkonomiske studier av medikamentell behandling av angstlidelser og depresjoner. Med: Jørgensen TR, Mæhlum Eli, Despiegel N, Danchenko N.

Annen aktivitet:

Medlem i HMS-petroleum som er et kompetanseprosjekt innen fysisk arbeidsmiljø og helse, i regi av NFR.

Jeg har vært norsk hovedutprøver i en internasjonal multisenter-undersøkelse vedrørende bruk av quietapin ved bipolare depresjoner.

Jeg er medlem av styret i Norsk selskap for bipolare lidelser.

Jeg driver Bergen SøvnSenter sammen med Bjørn Bjorvatn og Magne Tvinnereim. Der diagnostiserer og behandler jeg pasienter med alle typer søvnproblemer.

Jeg arbeider ved Fjell og Årstad DPS som overlege i bistilling. Diagnostikk og behandling av pasienter med alle typer psykiske lidelser, inklusive søvnlidelser.

Medlem av ANANKES rådgivende panel for OCD.

Godkjent psykoterapiveileder i gruppeanalyse 2005.

Godkjent psykoterapiveileder i kognitiv terapi 2005.

## **Inger Hilde Nordhus**

### Artikler:

- Hynninen KM, Pallesen S, Nordhus, IH. Factors affecting health status in COPD patients with co-morbid anxiety and depression. *International Journal of Obstructive Pulmonary Disease*, 2007; 2: 323-328.
- Nordhus IH, Pallesen, S. Psykologisk forståelse og behandling av søvnproblemer hos voksne. *Tidsskrift for Norsk Psykologforening*, 2007; 44: 413-422.
- Nordhus IH & Pallesen S. Det gåtefulle ved søvn og drøm. *Tidsskrift for Norsk Psykologforening*, 2007; 44: 362.
- Omvik S, Pallesen S, Bjorvatn B, Thayer JF, Nordhus IH. Night-time thoughts in high and low worriers: Reaction to caffeine-induced sleeplessness. *Behaviour Research and Therapy*, 2007; 45: 715-727.
- Pallesen S, Bjorvatn B, Nordhus IH, Sivertsen B. Søvn sykdommer – en oversikt. *Tidsskrift for Norsk Psykologforening*, 2007; 44: 378-393.
- Pallesen S, Nordhus IH, Omvik S, Sivertsen B, Tel, G, Bjorvatn B. Prevalence and risk factors of subjective sleepiness in the general adult population. *Sleep*, 2007; 30: 619-624.
- Pallesen S, Nordhus IH, Sivertsen B, Omvik S, Bjorvatn B. Psykologers kunnskaper om søvn. *Tidsskrift for Norsk Psykologforening*, 2007; 44: 365-371.
- Pallesen S, Nordhus IH, Sivertsen B, Bjorvatn B. Epworth søvnighetsskala. *Tidsskrift for Norsk Psykologforening*, 2007; 44: 448-450.
- Sivertsen, B, Nordhus, IH. Management of insomnia in older adults. *British Journal of Psychiatry*, 2007; 190: 285-286.
- Skjerve A, Nordhus IH, Engedal K, Pallesen S, Nygaard HA, Pallesen S, Haugen, P. K. How useful is the Seven Minutes Screen in the detection of dementia in a memory clinic setting? *International Journal of Geriatric Psychiatry*, 2007; 22: 764-769.

### Abstrakter:

- Bjorvatn B, Leissner L, Ulfberg J, Gyiring, J, Karlsborg M, Regeur L, Skeidsvoll H, Nordhus IH, Pallesen, S. Prevalence, severity and risk factors of restless legs in the general adult population in two Scandinavian countries. Paper presentert ved den 12. Nordiske Søvnkonferansen, Bergen 31.05.07-02.06.07.
- Hrubos-Strøm H, Kristiansen HA, Randby A, Namtvedt S, Fjellum A, Nordhus IH, Dammen T. Psychosomatic aspects of obstructive sleep apnea syndrome (OSAS). Design, rationale and preliminary results of a Norwegian population-based study. *Journal of Psychosomatic Research*, 2007; 63: 322-323.
- Hynninen M, Pallesen, S, Bjerke N, Bakke PS, Nordhus IH. Cognitive behavioural therapy in groups for anxiety and depression in patients with chronic obstructive pulmonary disease. *Journal of Psychosomatic Research*, 2007; 63: 323-323.
- Kværner KJ, Hrubos-Strøm H, Randby A, Namtvedt S, Fjellum A, Nordhus IH, Dammen T, Omland T, Russell MB. Screening for obstructive sleep apnoea in the general population. Paper presentert ved den 12. Nordiske Søvnkonferansen, Bergen 31. 05.07.-02.06.07.
- Nordhus IH, Sivertsen B, Omvik S, Pallesen S. Treatment of chronic insomnia with cognitive behavioral therapy vs. zopiclone. *Journal of Psychosomatic Research*, 2007;63: 329-330.
- Nordhus IH, Hynninen M. Anxiety and depression in late life – challenges to assessment and treatment. *International Psychogeriatrics*, 2007; 19 (abstract suppl 1), A14.

- Omvik S, Sivertsen B, Pallesen S, Bjorvatn B, Nordhus, I. H. Quality of life in insomnia. Treatment outcome of a randomized controlled trial comparing CBT and Zopiclone. Poster presentert ved den 12. Nordiske Søvnmkonferansen, Bergen 31.05.07-02.06.07.
- Omvik S, Sivertsen B, Pallesen S, Bjorvatn B, Nordhus IH. Effects of cognitive behavioural treatment (CBT) and zopiclone om measures of quality of life in insomniacs. *Sleep and Biological Rhythms* 2007: 5: A157.
- Pallesen S, Nordhus IH, Sivertsen B, Omvik S, & Bjorvatn B. The Bergen Insomnia Scale (BIS): A new scale for measuring insomnia. Paper presentert ved den 12. Nordiske Søvnmkonferansen, Bergen 31.05.07-02.06.07.
- Pallesen S, Nordhus IH, Sivertsen B, Omvik S, Bjorvatn B. Knowledge about sleep among Norwegian psychologists. Poster presentert ved den 12. Nordiske Søvnmkonferansen, Bergen 31.05.07-02.06.07.
- Sivertsen B, Omvik S, Pallesen, S, Bjorvatn B, & Nordhus, IH. A comparison of actigraphy and polysomnography in older adults treated for chronic primary insomnia. Paper presentert ved den 12. Nordiske Søvnmkonferansen, Bergen 31.05.07-02.06.07.
- Sivertsen B, Omvik S, Pallesen S, Bjorvatn B, Nordhus, IH. Treatment of chronic insomnia with cognitive behavioral therapy vs zopiclone. Paper presentert ved den 12. Nordiske Søvnmkonferansen, Bergen 31.05.07-02.06.07.
- Sivertsen B, Overland S, Neckelmann D, Pallesen S, Bjorvatn B, Nordhus IH, Mykletun A. The effect of insomnia and sleep duration on work disability. *Sleep and Biological Rhythms* 2007: 5: A154.

#### Formidling:

Oktober 2007            UiB-intervju om forskningsaktivitet (nettavis)

Europeisk Master i Gerontologi: [www.EuMaG.org](http://www.EuMaG.org) (europeisk undervisningsprogram med nettbaserte tjenester).

#### Forelesninger/foredrag:

Grunnutdanning for helsepersonell: 42 timer (ved UiO og UiB)

- Januar 2007            Foredrag om søvnproblemer, angst og depresjon hos hjemmeboende eldre ved Høgskolen i Oslo
- August 2007            Foredrag om søvn og søvnevansker over livsløpet ved nasjonal psykologikongress, Norsk Psykologforening, Oslo
- August 2007            Foredrag om psykologiske perspektiver på søvn og søvnproblemer  
Professorforelesning ved Det psykologiske fakultet, UiB

#### Kongresser:

12<sup>th</sup> Nordic Sleep Conference, 31.05.07-02.06.07, Bergen, Norge.

10. Annual Scientific Meeting of the European Association for Consultation –Liaison Psychiatry, 27.09.07.-29.09.07, Bologna, Italia.

Silver Congress of the International Psychogeriatric Association, 14.10.07-18.10.07, Osaka, Japan.

### Veiledning:

Jeg er hovedveileder for på et doktorgradsprosjekt om multikomponentterapi (CBT) ved insomni hos eldre. To stipendiater har vært knyttet til prosjektet. Den ene, dr. psychol Børge Sivertsen disputerte i 2006 (er nå post doc på nye søvnprosjekter). Cand. psychol Siri Omvik (finansiert av UiB) er den andre stipendiaten på prosjektet.

Jeg er hovedveileder for et doktorgradsprosjekt om effekten av kognitiv terapi ved smerter hos eldre. Kandidaten er cand. psychol Linn Heidi Lunde. Prosjektet gjøres i samarbeid med Smerteklinikken, HUS og har sin hovedfinansiering gjennom Helse Vest.

Videre er jeg hovedveileder for stipendiat cand. psychol Minna Hynninen innenfor et samarbeidsprosjekt med Lungeavdelingen, HUS med fokus på KOLS. Finansiering fra UiB.

Jeg er sammen med Ståle Pallesen hovedveileder på et doktorgradsprosjekt, finansiert gjennom dobbelkompetanseprosjektet om effekten av fysisk aktivitet på angst. Kandidaten er cand. psychol Anders Hovland. Prosjektet gjøres i samarbeid med Solli sykehus.

Jeg er biveileder for et doktorgradsprosjekt finansiert gjennom Helse Vest om effekten av kognitiv atferdsterapi ved overvekt/fedme hos barn. Kandidaten er cand. psychol Yngvild Sørebø Danielsen.

Jeg er biveileder for et doktorgradsprosjekt finansiert gjennom dobbelkompetanseprosjektet om generalisert angstlidelse: Søvn, kognitiv bias og behandling. Kandidaten er cand. psychol Lars-Erik Larsen.

Jeg er biveileder for Ingvild Saxvig og Ane Wilhelmsen på et doktorgradsprosjekt om søvn blant ungdommer og effekten av behandling ved forsinket søvnfasesyndrom. Finansiering fra UiB.

Gjennom min stilling som professor II ved Psykologisk institutt, UiO er jeg biveileder på to doktorgradsprosjekter: (1) Psychological health and sleep in dialysis patients, cand med Tone Brit Hortemo, og (2) ASAP – The Akershus sleep apnea project, cand med Harald Hrubos-Strøm, ved hhv. Ullevål universitetssykehus og Akershus universitetssykehus.

### Annen aktivitet:

Leder for Graduate School of Clinical and Individual Psychology (GCIP), Det psykologiske Fakultet ([www.gcip.uib.no](http://www.gcip.uib.no))

Psykologfaglig medlem i Fagkomiteen for klinisk medisinsk forskning, Norges forskningsråd.

Psykologfaglig medlem (vara) i REK, Helse Vest.

Medlem av Programutvalg for Phd-utdanningen ved Det psykologiske fakultet, UiB.

Styremedlem i Nasjonalt kompetansesenter for søvn sykdommer ([www.sovno.no](http://www.sovno.no)), lokalisert til psykiatrisk divisjon, Haukeland Universitetssykehus.

Medlem av redaksjonsstyret i Tidsskrift for Norsk Psykologforening, og har i meldingsåret hatt verv som reviewer i ulike medisinske og psykologiske tidsskrift.



Leder søvnforskningsgruppen ved Det psykologiske fakultet i 1998. Jeg er også medlem i en tverrfaglig forskningsgruppe med fokus på angstlidelser; gruppen er initiert fra Det psykologiske fakultet i samarbeid med Det medisinske fakultet.

Medlem av av Leon Jarners forskningspriskomiteé og av Bjørn Christiansens minnepriskomiteé.

Pågående forskningsprosjekter:

Prosjektleder: Inger Hilde Nordhus

Tittel: **Ikke-medikamentell versus medikamentell behandling av insomni hos eldre**

Ansvarlig institusjon: Universitetet i Bergen

Oppstartsår: 2003

Forventet prosjektslutt: 2008

Prosjektleder: Inger Hilde Nordhus

Tittel: **Psychological distress, sleep, and cognitive functioning in COPD patients**

Ansvarlig institusjon: Universitetet I Bergen

Oppstartår: 2007

Forventet prosjektslutt: 2011

Prosjektleder: Bjørn Bjorvatn

Tittel: **Forsinket søvnfasesyndrom hos ungdom**

Ansvarlig institusjon: Universitetet i Bergen

Oppstartsår: 2007

Forventet prosjektslutt: 2011

Prosjektleder: Inger Hilde Nordhus

Tittel: **Smerter hos eldre – søvn og effekter av behandling på søvn**

Ansvarlig institusjon: Universitetet i Bergen

Oppstartsår: 2005

Forventet prosjektslutt: 2009

Prosjektleder: Ståle Pallesen

Tittel: **Fedme hos barn – sammenhenger med søvn**

Ansvarlig institusjon: Universitetet i Bergen

Oppstartsår: 2005

Forventet prosjektslutt: 2010

Prosjektleder: Ståle Pallesen

Tittel: **Generalisert angstlidelse – søvn, oppmerksomhet og hjerteratevaribilitet**

Ansvarlig institusjon: Universitetet i Bergen

Oppstartsår: 2006

Forventet prosjektslutt: 2013

Prosjektleder: Ståle Pallesen

Tittel: **Utvikling av selvrapporeringsinstrument for insomni**

Ansvarlig institusjon: Universitetet i Bergen

Oppstartsår: 2007

Forventet prosjektslutt: 2008

Prosjektleder: Inger Hilde Nordhus, Bjørn Bjorvatn og Ståle Pallesen  
Tittel: **Kunnskap om søvn blant psykologer og leger**  
Ansvarlig institusjon: Universitetet i Bergen  
Oppstartsår: 2006  
Forventet prosjektslutt: 2008

Prosjektleder: Ståle Pallesen  
Tittel: **Søvnvansker hos barn – en del av the Health Behaviour in School-aged Children – A WHO Cross-National Survey**  
Ansvarlig institusjon: Universitetet i Bergen  
Oppstartsår: 1983  
Forventet prosjektslutt: -----

Prosjektleder: Elisabeth Backe-Hansen  
Tittel: **Ung i Oslo – søvnvaner**  
Ansvarlig institusjon: Norsk Institutt for oppvekst, velferd og aldring  
Oppstartsår: 2006  
Forventet prosjektslutt: 2010

Prosjektleder: Ståle Pallesen  
Tittel: **Validering av døgnryttemål**  
Ansvarlig institusjon: Universitetet i Bergen  
Oppstartsår: 2007  
Forventet prosjektslutt: 2009

Prosjektleder: Toril Dammen (delprosjektleder)  
Tittel: **ASAP – The Akershus sleep apnea project**  
Ansvarlig institusjon: MEDFAK, Universitetet i Oslo  
Oppstartsår: 2005  
Forventet prosjektslutt: 2009

Prosjektleder: Ingrid Os  
Tittel: **Psychological health and sleep in dialysis patients**  
Ansvarlig institusjon: MEDFAK, Universitetet i Oslo  
Oppstartsår: 2005  
Forventet prosjektslutt: 2008

## Ståle Pallesen

### Artikler:

- Bjorvatn, B., Sagen, I. M., Øyane, N., Waage, S., Fetveit, A., Pallesen, S., & Ursin, R. (2007). The association between sleep duration, body mass index and metabolic measures in the Hordaland Health Study. *Journal of Sleep Research*, 16, 66-76.
- Hynninen, K. M., Pallesen, S., & Nordhus, I. H. (2007). Factors affecting health status in COPD patients with co-morbid anxiety and depression. *International Journal of COPD*, 2, 323-328.
- Jacobsen, L. H., Knudsen, A. K., Krogh, E., Pallesen, S., & Molde, H. (2007). An overview of cognitive mechanisms in pathological gambling. *Nordic Psychology*, 59, 347-361.
- Nordhus, I. H., & Pallesen, S. (2007). Psykologisk forståelse og behandling av søvnproblemer hos voksne. *Tidsskrift for Norsk Psykologforening*, 44, 413-422.
- Omvik, S., Pallesen, S., Bjorvatn, B., Thayer, J. F., & Nordhus, I. H. (2007). Night-time thoughts in high and low worriers: Reaction to caffeine-induced sleeplessness. *Behaviour Research and Therapy*, 45, 715-727.
- Oxman, A. D., Flottorp, S., Håvelsrud, K., Fretheim, A., Odgaard-Jensen, J., Dahlgren, A., Carling, C., Pallesen, S., & Bjorvatn, B. (2007). A televised, Web-based randomized trial of a herbal remedy (Valerian) for insomnia. *PLoS ONE*, 2(10): e1040. doi:10.1371/journal.pone.0001040.
- Pallesen, S., Bjorvatn, B., Nordhus, I. H., & Sivertsen, B. (2007). Søvn sykdommer – en oversikt. *Tidsskrift for Norsk Psykologforening*, 44, 378-393.
- Pallesen, S., Molde, H., Arnestad, H. M., Laberg, J. C., Skutle, A., Iversen, E., Støylen, I. J., Kvale G., & Holsten, F. (2007). Outcome of pharmacological treatment of pathological gambling: A review and meta-analysis. *Journal of Clinical Psychopharmacology*, 27, 357-364.
- Pallesen, S., Nordhus, I. H., Omvik, S., Sivertsen, B., Tell, G., & Bjorvatn, B. (2007). Prevalence and risk factors of subjective sleepiness in the general adult population. *Sleep*, 30, 619-624.
- Pallesen, S., Nordhus, I. H., Sivertsen, B., Omvik, S., & Bjorvatn, B. (2007). Psykologers kunnskaper om søvn. *Tidsskrift for Norsk Psykologforening*, 44, 365-371.
- Pallesen, S., Nordhus, I. H., Sivertsen, B., & Bjorvatn, B. (2007). Epworth søvnighetskala. *Tidsskrift for Norsk Psykologforening*, 44, 448-450.
- Skjerve, A., Nordhus, I. H., Engedal, K., Pallesen, S., Nygaard, H. A., Pallesen, S., & Haugen, P. K. (2007). *How useful is the Seven Minutes Screen in the detection of dementia in a memory clinic setting?* *International Journal of Geriatric Psychiatry*, 22, 764-769.
- Waage, S., Pallesen, S., Bjorvatn, B. Skiftarbeid og søvn. (2007). *Tidsskrift for Norsk Psykologforening*, 44, 428-433.

### Abstrakter:

- Bjorvatn, B., Leissner, L., Ulfberg, J., Gyiring, J., Karlsborg, M., Regeur, L., Skeidsvoll, H., Nordhus, I. H., & Pallesen, S. Prevalence, severity and risk factors of restless legs in the general adult population in two Scandinavian countries. Paper presentert ved den 12. Nordiske Søvnkonferansen, Bergen 31.05.07-02.06.07.
- Hynninen, M., Pallesen, S., Bjerke, N., Bakke, P. S., & Nordhus, I. H. (2007). Cognitive behavioural therapy in groups for anxiety and depression in patients with chronic obstructive pulmonary disease. *Journal of Psychosomatic Research*, 63, 323-323.

- Nordhus, I. H., Sivertsen, B., Omvik, S., & Pallesen, S. (2007). Treatment of chronic insomnia with cognitive behavioral therapy vs. zopiclone. *Journal of Psychosomatic Research*, 63, 329-330.
- Omvik, S., Sivertsen, B., Pallesen, S., Bjorvatn, B., & Nordhus, I. H. Quality of life in insomnia. Treatment outcome of a randomized controlled trial comparing CBT and Zopiclone. Poster presentert ved den 12. Nordiske Søvkonferansen, Bergen 31.05.07-02.06.07.
- Pallesen, S., Nordhus, I. H., Sivertsen, B., Omvik, S., & Bjorvatn, B. The Bergen Insomnia Scale (BIS): A new scale for measuring insomnia. Paper presentert ved den 12. Nordiske Søvkonferansen, Bergen 31.05.07-02.06.07.
- Pallesen, S., Nordhus, I. H., Sivertsen, B., Omvik, S., & Bjorvatn, B. Knowledge about sleep among Norwegian psychologists. Poster presentert ved den 12. Nordiske Søvkonferansen, Bergen 31.05.07-02.06.07.
- Sagen, I. M., Øyane, N., Waage, S., Fetveit, A., Pallesen, S., Ursin, R., & Bjorvatn, B. Sleep duration is associated to body mass index and metabolic measures. The Hordaland health study. Paper presentert ved den 12. Nordiske Søvkonferansen, Bergen 31.05.07-02.06.07.
- Saxvig, I. W., Pallesen, S., Sørensen, E., & Bjorvatn, B. Sleep in adolescents. Paper presentert ved den 12. Nordiske Søvkonferansen, Bergen 31.05.07-02.06.07.
- Sivertsen, B., Omvik, S., Pallesen, S., Bjorvatn, B., & Nordhus, I. H. A comparison of actigraphy and polysomnography in older adults treated for chronic primary insomnia. Paper presentert ved den 12. Nordiske Søvkonferansen, Bergen 31.05.07-02.06.07.
- Sivertsen, B., Omvik, S., Pallesen, S., Bjorvatn, B., & Nordhus, I. H. Treatment of chronic insomnia with cognitive behavioral therapy vs zopiclone. Paper presentert ved den 12. Nordiske Søvkonferansen, Bergen 31.05.07-02.06.07.
- Waage, S., Pallesen, S., & Bjorvatn, B. Prevalence and consequences of Shift Work Sleep Disorder in an off-shore population. Paper presentert ved den 12. Nordiske Søvkonferansen, Bergen 31.05.07-02.06.07.
- Øyane, N. M., Ursin, R., Pallesen, S., Holsten, F., & Bjorvatn, B. Seasonality is associated with sleep problems and shorter sleep duration. Paper presentert ved den 12. Nordiske Søvkonferansen, Bergen 31.05.07-02.06.07.

#### Formidling:

- 23.05.2007 Intervjuet i VG om søvnighet i befolkningen.  
Nr03/mai/juni Intervjuet i KK om søvn og kroppsvekt
- 05.06.2007 Intervjuet i VG om sexsomnia.
- 25.10.2007 Intervjuet i NRK Telemark (radio) om døgnrytme
- 26.10.2007 Intervjuet i VG om søvndeprivasjon og innvirkning på det limbiske system
- 07.11.2007 Intervjuet av studentradioen om søvnparalyse
- 13.11.2007 Intervjuet i Aftenposten om B-mennesker
- 26.11.2007 Intervjuet i Dagbladet om søvnløshet og lysterapi

#### Forelesninger/foredrag:

Grunnutdanning for helsepersonell: 40 timer

- Mars 2007 Foredrag om søvnsykdommer for helsepersonell i eldreomsorgssektoren i Trondheim kommune.
- August 2007 Foredrag om søvn hos ungdom ved poliklinikk for ungdom, Stavanger

- September 2007 Foredrag om skiftarbeid og helse på Landskonferansen for bedriftshelsetjenesten, Bergen.
- November 2007 Presentasjon vedr epidemiologiske søvnstudier på barn og ungdom, SOVno, Bergen.

Kongresser:

12<sup>th</sup> Nordic Sleep Conference, 31.05.07-02.06.07, Bergen, Norge.

Veiledning:

Jeg er medveileder for to stipendiater på et doktorgradsprosjekt om multikomponentterapi ved søvnløshet hos eldre. Den ene, Børge Sivertsen disputerte i 2006, cand. psychol Siri Omvik er den andre stipendiaten på prosjektet.

Jeg er medveileder for et doktorgradsprosjekt om effekten av kognitiv terapi ved smerter hos eldre. Kandidaten er cand. psychol Linn Heidi Lunde.

Jeg er medveileder for et doktorgradsprosjekt vedrørende epidemiologi, oppmerksomhet og kognitivt atferdsterapi ved patologisk spilleavhengighet. Kandidaten er cand. psychol. Helge Molde.

Jeg er sammen med Inger Hilde Nordhus hovedveileder på et doktorgradsprosjekt, finansiert gjennom dobbelkompetanseprosjektet om effekten av fysisk aktivitet på angst. Kandidaten er cand. psychol Anders Hovland.

Jeg er hovedveileder for et doktorgradsprosjekt finansiert gjennom Helse Vest om effekten av kognitiv-atferdsterapi og medikamentell intervensjon ved spilleavhengighet. Kandidaten er cand. psychol Helga Myrseth Arnestad.

Jeg er hovedveileder for et doktorgradsprosjekt finansiert gjennom Helse Vest om effekten av kognitiv-atferdsterapi ved overvekt/fedme hos barn. Kandidaten er cand. psychol Yngvild Sørebo Danielsen.

Jeg er hovedveileder for et doktorgradsprosjekt finansiert gjennom dobbelkompetanseprosjektet om generalisert angstlidelse: Søvn, kognitiv bias og behandling. Kandidaten er cand. psychol Lars-Erik Larsen.

Jeg er medveileder for Ingvild Saxvig og Ane Wilhelmsen på et doktorgradsprosjekt om søvn blant ungdommer og effekten av behandling ved forsinket søvnfasesyndrom. Finansiering fra UiB (fra 2007).

Jeg er hovedveileder for cand. psychol Cecilie Schou Andreassen på et doktorgradsprosjekt om arbeidsnarkomani.

Jeg er medveileder for cand. psychol Hedvig Fosse på et søvnprosjekt knyttet opp til data fra "Barn i Bergen prosjektet".

Annen aktivitet:

Visestyrer for forskning ved Institutt for samfunnspsykologi fram til 31. juli 2007.

Styremedlem i Nasjonalt kompetansesenter for søvnsykdommer ([www.sovno.no](http://www.sovno.no)), lokalisert til psykiatrisk divisjon, Haukeland Universitetssykehus.

Leder for Norsk Forening for Søvnforskning og Søvnmedisin fram til 2. juni 2007.  
([www.nasrsm.org](http://www.nasrsm.org)).

Jobber ved Bergen søvnsenter (fra 2002), og utreder og behandler pasienter med ulike typer av søvnproblemer.

Nestleder av forskningsutvalget ved Det psykologiske fakultet, Universitetet i Bergen.

Leder av tilsettingsutvalget for midlertidige stillinger ved Det psykologiske fakultet, Universitetet i Bergen.

Vararepresentant i fakultetsstyret ved Det psykologisk fakultet, Universitetet i Bergen.

Vararepresentant i det sentrale forskningsutvalget, Universitetet i Bergen.

Medlem i forskningspolitisk utvalg, Norsk Psykologforening.

Medlem i programstyret for årsstudiet og bachelorgraden i generell psykologi ved Det psykologiske fakultet, UiB (leder mellom 1. jan 2007 til 31. juli 2007).

Medlem i laboratoriekomiteen ved Det psykologiske fakultet.

Pågående forskningsprosjekter:

Prosjektleder: Inger Hilde Nordhus

Tittel: **Ikke medikamentell versus medikamentell behandling av insomni hos eldre**

Ansvarlig institusjon: Universitetet i Bergen

Oppstartsår: 2003

Forventet prosjektslutt: 2008

Prosjektleder: Bjørn Bjorvatn

Tittel: **Forsinket søvnfasesyndrom hos ungdom**

Ansvarlig institusjon: Universitetet i Bergen

Oppstartsår: 2007

Forventet prosjektslutt: 2011

Prosjektleder: Inger Hilde Nordhus

Tittel: **Smerter hos eldre – søvn og effekter av behandling på søvn**

Ansvarlig institusjon: Universitetet i Bergen

Oppstartsår: 2005

Forventet prosjektslutt: 2009

Prosjektleder: Ståle Pallesen

Tittel: **Fedme hos barn – sammenhenger med søvn**

Ansvarlig institusjon: Universitetet i Bergen

Oppstartsår: 2005

Forventet prosjektslutt: 2010

Prosjektleder: Ståle Pallesen

Tittel: **Generalisert angstlidelse – søvn, oppmerksomhet og hjerteratevaribilitet**

Ansvarlig institusjon: Universitetet i Bergen

Oppstartsår: 2006

Forventet prosjektslutt: 2013

Prosjektleder: Ståle Pallesen

Tittel: **Utvikling av selvrapporteringsinstrument for insomni**

Ansvarlig institusjon: Universitetet i Bergen

Oppstartsår: 2007

Forventet prosjektslutt: 2008

Prosjektleder: Inger Hilde Nordhus, Bjørn Bjorvatn og Ståle Pallesen

Tittel: **Kunnskap om søvn blant psykologer og leger**

Ansvarlig institusjon: Universitetet i Bergen

Oppstartsår: 2006

Forventet prosjektslutt: 2008

Prosjektleder: Ståle Pallesen

Tittel: **Søvnvansker hos barn – en del av the Health Behaviour in School-aged Children – A WHO Cross-National Survey**

Ansvarlig institusjon: Universitetet i Bergen

Oppstartsår: 1983

Forventet prosjektslutt: -----

Prosjektleder: Elisabeth Backe-Hansen

Tittel: **Ung i Oslo – søvnvaner**

Ansvarlig institusjon: Norsk Institutt for oppvekst, velferd og aldring

Oppstartsår: 2006

Forventet prosjektslutt: 2010

Prosjektleder: Ståle Pallesen

Tittel: **Validering av døgnrytmemål**

Ansvarlig institusjon: Universitetet i Bergen

Oppstartsår: 2007

Forventet prosjektslutt: 2009

Prosjektleder: Kjell-Morten Stormark

Tittel: **Søvn hos barn – en del av Barn i Bergen-undersøkelsen**

Ansvarlig institusjon: Universitetet i Bergen

Oppstartsår: 2007:

Forventet prosjektslutt: 2011

## **Chiara M. Portas**

Grønli J, Bramham C, Murison R, Kanhema T, Fiske E, Bjorvatn B, Ursin R and **Portas CM**. Chronic mild stress inhibits BDNF protein expression and CREB activation in the dentate gyrus but not in the hippocampus proper, *Pharmacology, Biochemistry and Behavior*, **2006**, 85(4): 842-9.

Grønli J, Fiske E, Murison R, Bjorvatn B, Sørensen E Ursin R, and **Portas CM** "Extracellular levels of serotonin and GABA in the hippocampus after chronic mild stress in rats. A microdialysis study in an animal model of depression", *Behav Brain Research*, **2007** 181(1):42-51.

Saxvig I. W.; Lundervold A.J.; Gronli J.; Ursin R.; Bjorvatn B and **Portas CM** The effect of a REM sleep deprivation procedure on different aspects of memory function in humans, **2007**, *Psychophysiology*, in press. *Psychophysiology (OnlineEarly Articles)*.  
doi:10.1111/j.1469-8986.2007.00623.x

Fiske E., **Portas CM**, Grønli J, Sørensen E, Bjorvatn B, Bjørkum AA, Ursin R. Increased extracellular 5-ht but no change of sleep after perfusion of a 5-ht1A antagonist into the dorsal raphe nucleus of rats. *Acta Physiologica* in press. (*OnlineAccepted Articles*).  
doi:10.1111/j.1748-1716.2007.01792.x

Chapter book:

**Portas CM** and Gronli J "Involvement of the 5-HT1A and the 5-HT1B receptor in the regulation of sleep and waking" In: *Serotonin: Molecular, Functional and Clinical Aspects*, Pandi et al. (eds) **2007** Verlag, Basel.

Media: interviewed for a book chapter based on my scientific life and my achievements.  
Chapter title "Nessun Dorma" (nobody can sleep now- from the homonymous Puccini' Opera) In: *Scenziati di Ventura: storie di cervelli erranti tra la Sardegna e il mondo (Venture Scientists: stories of errant brains between Sardinia and the world at large)* by Mameli A. and Scanu M. 2007 CUEC Cagliari..

Teaching: 30 hours Neurobiology, Medical Students.



## Håvard Skeidsvoll

### Artikkel:

Ulfberg J, Bjorvatn B, Leissner L, Gyiring J, Karlsborg M, Regeur L, Skeidsvoll H, Polo O, Partinen M. Comorbidity in restless legs syndrome among a sample of Swedish adults. *Sleep Medicine* 8 (2007) 768-772.

### Abstrakt:

Aurlen H, Aarseth JH, Gjerde IO, Karlsen B, Skeiesvoll H, Gilhus NE. Focal epileptiform activity described by a large computerised EEG database. (EFNS, Bryssel 2007).

### Formidling

- Radiointervju vedrørende narkolepsi, fredag 270707
- Intervju og kommentar i BA vedr. søvn, juni 2007

### Forelesninger

- Internundervisning i PSG søvnanalyse
- Undervisning av medisinerstudenter i klinisk nevrofysiologi / søvn.
- Forelesning på faglig møte om narkolepsi vedr. patofysiologi ved narkolepsi, Hotell Opera, Oslo, to 200907.
- Forelesning for almenpraktikere og spesialister Hotel Britannia, Trondheim om Restless legs syndrome, 17. april 2007.
- Forelesning på kurs for almenpraktikere Hardangerfjord Hotell, Øystese, 060407 om Restless legs syndrom.
- Foredrag for Restless legs pasientforeningen om RLS, Bergen Airport Hotell 020607
- Forelesning for almenpraktikere om Restless legs syndrome, kveldsmøte Leirvik, Stord. 151107.

### Kongresser

- Deltakelse i WASM, World Association of Sleep Medicine, Bangkok, 310107 - 080207.
- Deltakelse i internasj. møte om Parkinsons sykdom og Restless legs syndrome, Wien 29 – 300307.
- Medarrangør og deltakelse i den 12. Nordiske søvnsøvnkonferansen, Bergen, SAS Bryggen hotell. 31.mai – 2. juni 2007
- Deltakelse i EFNS, 11th Congress of European Federation of Neurological Societies, inklusive søvn teaching courses, Bryssel 240807 - 280807

### Kurs

Deltakelse i kurs vedr avansert polysomnografi. Nytt regelverk. Trollhättan, 08-091107

### Annen aktivitet

- Deltakelse i 2 møter i Nordisk interessegruppe for Restless legs, Solstrand Fjordhotel, Bergen og Ivalo, Finland hhv mars og nov 2007
- Deltakelse i SOVno, Nasjonalt søvnkompetansesenter, Arbeidsutvalgsmøter og forskningsmøter.
- Rutinearbeid med søvnprovokasjon i diagnostisk og oppfølgende øyemed i klinisk nevrofysiologi

- Departementalt oppnevnt medlem av Faglig referansegruppe i Nasjonalt kompetansesenter for ADHD, Tourettes syndrom og narkolepsi (Ullevål sykehus, Sosial og helsedir)
- Videreformidling og rådgiving (oftest via brev / tlf) internt og eksternt m.h.t. diagnostikk og behandling av søvnsykdommer.
- Besøk ved KNF søvnlaboratorium i Trondheim og Lund hhv 191007 og 260207

**Eli Sørensen**

Ikke levert årsrapport.

## **Magne Tvinnereim**

### Artikler:

Tvinnereim M, Mitic S, Hansen RK. Plasma RF preceded by pressure recording enhances success for treating SRBD. Laryngoscope; 2007; 117: 731-736.

1. - 3. februar; Kurs i kirurgiske teknikker og utredningsmetoder ved OSAS. Utenlandske leger, Akershus Universitetssykehus, Avdeling Stensby.

1. - 3. mars; Kurs i kirurgiske teknikker og utredningsmetoder ved OSAS. Utenlandske leger, Akershus Universitetssykehus, Avdeling Stensby.

21.-24. mars; Asiatisk ØNH års-møte, Dubai, Arabiske Emirater; Foredrag og workshop; OSAS - utredning og behandling.

11.-13. april; Invitert foredragsholder om OSAS, til årsmøte i Kinas ønh-forening. Xiamen, Kina.

2. - 5. mars; Kurs i kirurgiske teknikker og utredningsmetoder ved OSAS. Utenlandske leger, Beograd.

1. - 2. juni ; Påmeldt foredrag ved Nordisk Søvn Kongress, Bergen.

2. - 4. juli; Foredrag og chairman, samt deltager i rundbordskonferanse, EUFOS, Wien.

2. - 4. juli; Foredrag og chairman, "Plasma kirurgi i behandling av søvnapne". 12th. Asian ORL Congress, HCMC, Vietnam.

25.-27. oktober; Innleder ved debatt om Skandinavisk søvnapnestudie. Høstmøte for Norsk Øre-Nese-Hals forening. Oslo.

## **Reidun Ursin**

### **Artikler.**

Bjorvatn B, Sagen IM, Øyane N, Waage S, Fetveit A, Pallesen S, Ursin R. The association between sleep duration, body mass index and metabolic measures in the Hordaland Health Study. *Journal of Sleep Research* 2007, 16: 66-76.

Ursin R. Søvn – en oversikt. *Tidsskrift Norsk Psykologforening* 2007, 44: 2-7.

Grønli J, Fiske E, Murison R, Bjorvatn B, Sørensen E, Ursin R, Portas CM. Extracellular levels of serotonin and GABA in the hippocampus after chronic mild stress in rats. A microdialysis study in an animal model of depression. *Behavioural Brain Research* 2007, 181:42-51.

Fiske E, Portas CM, Grønli J, Sørensen E, Bjorvatn B, Bjørkum, AA, Ursin R. Increased extracellular 5-HT but no change in sleep after perfusion of a 5-HT(1A) antagonist into the dorsal raphe nucleus of rats. *Acta physiologica*, in press.

Saxvig IW, Lundervold AJ, Grønli J, Ursin R, Bjorvatn B, Portas CM. The effect of a REM sleep deprivation procedure on different aspects of memory function in humans. *Psychophysiology*, in press.

Øyane NM, Ursin R, Pallesen S, Holsten F, Bjorvatn B. Self-reported seasonality is associated with complaints of sleep problems and deficient sleep duration. *The Hordaland Health Study. Journal of Sleep Research*, in press.

### **Bokkapittel**

Sørensen E, Carskadon MA, Ursin R. Sleep across the life cycle. In Butkov N. and Lee-Chiong T (eds): *Fundamentals of Sleep Technology*. Philadelphia/London, Wolters Kluver / Lippincott Williams & Wilkins, 2007, pp 33-39.

Ursin R. Changing concepts on the role of serotonin in the regulation of sleep and waking. In Monti JM, Pandi-perumal SR, Jacobs BL, Nutt DJ (eds). *Serotonin and Sleep: Molecular, Fuctional and Clinical Aspects*. Birkhäuser, Basel 2008, pp 3-21.

### **Abstrakter**

Ursin R, Baste V, Moen BE. Sleep, sleepiness, shiftwork, and occupation. Abstrakt 12. nordiske søvnkonferanse Bergen 2007.

Kinn AM, Grønli J, Ursin R, Portas CM. Modest changes in sleep and behaviour in rats exposed to social defeat. Abstrakt 12. nordiske søvnkonferanse Bergen 2007.

Grønli J, Fiske E, Murison R, Bjorvatn B, Sørensen E, Ursin R, Portas CM. Serotonin and GABA in the hippocampus after chronic mild stress in rats. Abstrakt 12. nordiske søvnkonferanse Bergen 2007.

Saxvig IW, Lundervold AJ, Grønli J, Ursin R, Bjorvatn B, Portas CM. The effects of REM sleep deprivation on different aspects of memory function in humans. Abstrakt 12. nordiske søvnkonferanse Bergen 2007.

Øyane NM, Ursin R, Pallesen S, Holsten F, Bjorvatn B. Seasonality is associated with sleep problems and shorter sleep duration. Abstrakt 12. nordiske søvnkonferanse Bergen 2007.

### **Formidling**

Avisenes nyhetsbyrå 28. februar 2007. v.Geir Nødset. Om søvn hos barn på ferie.  
VG.no-Mozon 8. mars 2007. v. Elin Fugelsnes. Intervju om lite søvn hos kvinner.  
Adresse-avisen.no april 2007. Intervju v. Marthe Leim  
Dagsavisen 19.06.2007 v. Åshild Langved. Intervju om søvn og døgnrytme om sommeren  
VG 20.06.07-Intervju om søvnproblemer pga. lyset om sommeren  
Dagbladet 28.08.07 Intervju ved Vigdis Alver om lite søvn.  
Telebladet oktober 07 v. Jan Sverre Syvertsen om søvn tross døgnåpent samfunn  
Nettstedet Overgang. No v/Cecilie Holtan om søvn hos kvinner  
Kvinner og klær 15.10.07 om normalsøvn  
Din Side helse/VGnett 12.12.07 v/ Elin Fugelsnes om klokke-gen

### **Forelesninger /foredrag**

Grunnutdanning: 8 timer om søvn og søvnforstyrrelser, psykologi embetsstudiet.

Foredrag 12. nordiske søvnkonferanse Bergen 1. juni: Sleep, sleepiness, shift work and occupation.

Foredrag Nasjonalt kompetansesenter for søvn sykdommer 10. mai om søvn, skiftarbeid og yrke.

Foredrag Laksevåg Senioruniversitet 30. oktober: En god natts søvn

### **Kongresser:**

12. nordiske søvnkonferanse Bergen 31. mai-2.juni 2007.

### **Veiledning**

Medveileder for stipendiat ved Nasjonalt Folkehelseinstitutt, Gunn-Marit Aasvang, på prosjekt om søvn og støy.

### **Annen aktivitet:**

Medlem locus for Nevrovitenskap, Uib.

Medlem Nasjonalt kompetansesenter for søvn sykdommer, Helse-Bergen

### **Pågående forskningsprosjekter**

Prosjektleder for følgende prosjekt:

Tittel: Søvn, skiftarbeid og yrke

Ansvarlig institusjon: UiB

Prosjektstart 2006, forventet slutt 2008

Tittel: Muskelsmerter og søvn  
Ansvarlig institusjon: Uib  
Prosjektstart 2006, forventet slutt 2008

Tittel: Søvn, yrke og helse  
Ansvarlig institusjon: Uib  
Prosjektstart 2007, forventet slutt 2009