

ÅRSRAPPORT

NASJONALT KOMPETANSESENTER FOR SØVNSYKDOMMER

SOVno 

www.SOVno.no

2008

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).

ORGANISASJON

SOVno:

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

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

Eldbjørg Fiske, konsulent, PhD. (50% stilling ved SOVno)

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

Nicolas Øyane, lege (20% stilling ved SOVno, ansvarlig redaktør for nytt tidsskrift "Søvn")

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, disputerte i 2008

Eldbjørg Fiske, disputerte i 2008

Arvid Skjerve, disputerte i 2008

Siri Nome

Signe Dørheim

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
Hogne Vaagland (50% lønn fra SOVno)
Jelena Mrdalj (100% lønn fra SOVno)
Ingvild Saksvik

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 2008

Inntekter

Tilskudd 2008	1.234
Tilskudd fra Psykiatrisk Divisjon	200
Kurs-kontoen (overført fra 2007)	156

Sum driftsinntekter	1.590.000
----------------------------	------------------

Utgifter

Lønn	1.122.000
20% Bjørn Bjorvatn, senterleder	
50% Janne Grønli, senterkoordinator,	
20% Nicolas Øyane, redaktør tidsskriftet 'SØVN'	
50% Merethe Sutton, sekretær (fom 01.05)	
Vikar sekretær, Eldbjørg Fiske (fom 01.09)	
100% Jelena Mrdalj, stipendiat (fom 01.08)	
50% Hogne Vaagland, stipendiat (fom 01.10)	

Møtegodtgjørelse, medlemmer	88.000
Publikasjonspris	10.000
Deltagelse kongress	88.300
Møte med referansegruppen	42.800
Telefon	18.300
Diverse driftsutgifter	13.900
Forskningsmidler	330.500

Sum	1.713.800
Refusjon sykeutgifter	69.000

Sum driftsutgifter	1.650.800
---------------------------	------------------

SUM

- 54.800

AKTIVITETER

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

Det ble avholdt et to-dagers kurs for allmennleger/psykiatere/annet helsepersonell, "Moderne behandling av søvnproblemer og vinterdepresjoner" i november 2008. I alt 60 deltok på dette kurset. SOVno arrangerte også to-dagers kurs for sykehusleger om søvnmedisin i oktober 2008. Rundt 20 deltok på dette kurset. 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) 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 utga 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 skrev i 2007 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.

SOVno har medlemsmøte en gang i måneden.

Det avholdes månedlige forskningsmøter for alle forskningsinteresserte. Følgende forskningsmøter ble avholdt i 2008:

- Januar 10. **Børge Sivertsen:** "Work-related consequences of sleep disorders. The HUSK study".
- Mars 6. **Colin Espie:** "Cognitive behavioural therapy".
- April 10. **Nicolas Øyane:** "Seasonality - mer enn bare vinterdepresjon?"
- Mai 15. **Linn-Heidi Lunde:** "Kroniske smertetilstander hos eldre"
- Juni 19. **Bjørn Bjorvatn:** "Practical clock timing in everyday clinical practice"
- August 21. **Børge Sivertsen:** "Data fra fastlegeundersøkelsen".
- Sept 25. **Ståle Pallesen:** "Måling og eksplorering av Morningness-Eveningness dimensjonen".
- Nov 20. **Poster-presentasjoner fra ulike søvnkongresser**
- Des 18. **Eli Sørensen:** "Høneblunder og døgnrytme hos ungdom"

SOVno medlemmenes CV-er for 2008:

Bjørn Bjorvatn

Artikler:

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: 147-155. Epub 2007 Jun 15. PMID: 17573120

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: 301-310. Epub 2007 Jun 29. PMID: 17605031

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*, 2008; 45: 309-17. Epub 2007 Nov 7. PMID: 17995908

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*, 2008; 17: 63-72. PMID: 18275556

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_{1A} antagonist into the dorsal raphe nucleus of rats. *Acta Physiologica*, 2008; 193: 89-97. Epub 2007 Dec 14. PMID: 18081887

Omvik S, Sivertsen B, Pallesen S, Bjorvatn B, Havik OE, Nordhus IH. Daytime functioning in older patients suffering from chronic insomnia: Treatment outcome in a randomized controlled trial comparing CBT with Zopiclone. *Behav Res Ther*. 2008; 46: 623-641. PMID: 18417099

Fetveit A, Strand J, Bjorvatn B. Sleep disturbances in an arctic population. The Tromso study. *BMC Health Services Research* 2008, 8:117. (29 May 2008) [Epub]. PMID: 18510767

Sivertsen B, Omvik S, Straume S, Pallesen S, Bjorvatn B, Havik OE, Nordhus IH. Clinical significance of periodic limb movements disorder (PLMD) in insomnia patients. *The Open Sleep Journal* 2008, 1: 52-57.

Sivertsen B, Overland S, Glozier N, Bjorvatn B, Mæland JG, Mykletun A. The effect of obstructive sleep apnea syndrome on sick leave and work disability. *European Respiratory Journal*. 2008; 32: 1497-503. Epub 2008 Jul 24. PMID: 18653651

Dørheim SK, Bondevik GT, Eberhard-Gran M, Bjorvatn B. Subjective and objective sleep among depressed and non-depressed postnatal women. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, Sep 23. [Epub ahead of print]. PMID: 18822089

Bjorvatn B, Pallesen S. A practical approach to circadian rhythm sleep disorders. *Sleep Medicine Reviews*. Oct 7. [Epub ahead of print]. PMID: 18845459

Sivertsen B, Overland S, Pallesen S, Bjorvatn B, Nordhus IH, Mæland JG, Mykletun A.

Insomnia and long sleep duration are risk factors for later work disability. *Journal of Sleep Research*, Oct 10. [Epub ahead of print]. PMID: 19021852

Pallesen S, Bjorvatn B, Nordhus IH, Sivertsen B, Hjørnevik M, Morin CM. A new scale for measuring insomnia: The Bergen Insomnia Scale. *Perceptual and Motor skills*. 2008; 107: 691-706.

Sivertsen B, Overland S, Bjorvatn B, Mæland JG, Mykletun A. Does insomnia predict sick leave? The Hordaland Health Study. *Journal of Psychosomatic Research*. 2009; 66: 67-74. Epub 2008 Nov 22. PMID: 19073296

Abstrakter:

Dørheim, S, Bondevik GT, Eberhard-Gran M, Bjorvatn B. Risk factors for poor sleep and depression among postnatal women, a population based questionnaire study supplemented by sleep diary and actigraphy. APA, 2008.

Dørheim, S, Bondevik GT, Eberhard-Gran M, Bjorvatn B. Subjective and objective sleep among depressed and non-depressed postnatal mothers - a population based questionnaire study supplemented by sleep diary and actigraphy. *J Sleep Res*. 2008, 17 (suppl 1), O124.

Pallesen S, Wilhelmsen AB, Saxvig IW, Molde H, Sørensen E, Bjorvatn B. Prevalence, predictors and consequences of behaviorally induced insufficient sleep syndrome in adolescence. *J Sleep Res*. 2008, 17 (suppl 1), P475.

Bjorvatn B, Grønli J, Pallesen S. Prevalence of possible parasomnias in the general population. *J Sleep Res*. 2008, 17 (suppl 1), P48.

Øyane NM, Ursin R, Pallesen S, Holsten F, Bjorvatn B. Increased health risk in subjects with high self-reported Seasonality. *J Sleep Res*. 2008, 17 (suppl 1), P74.

Bjorvatn B. Burden of disease in insomnia patients. *J Sleep Res*. 2008, 17 (suppl 1), S02.

Undervisning og veiledning:

Undervisningstimer:

Grunnutdanning for helsepersonell: 23 timer egen region/0 andre regioner

Videreutdanning for helsepersonell: 17 timer egen region/13 timer andre regioner

Etterutdanning for helsepersonell: 17 timer egen region/13 timer andre regioner

Kurs:

Okt 2008: Kursleder og 6 forelesninger om søvnmedisin, to-dagerskurs for sykehusleger i Bergen (VEU)

Nov 2008: Kursleder og 8 forelesninger om 'Moderne behandling av søvnproblemer og vinterdepresjoner', helsepersonell, todagerskurs i Bergen (VEU)

Mars 2008: 3 t om søvn, skiftarbeid og helse for flygeledere i Bodø.

April 2008: 3 t om søvn, skiftarbeid og helse for helsepersonell på Ullevål sykehus.

Mai 2008: 2 x 3 t om søvn, skiftarbeid og helse for skiftarbeidere i TV2, Oslo.

Mai 2007: 3 t om søvn, skiftarbeid og helse for helsepersonell/skiftarbeidere i Oslo.

Sept 2008: 3 t om søvn, skiftarbeid og helse for helsepersonell på Sørlandet sykehus.

Nov 2008: 3 t om søvn, skiftarbeid og helse for helsepersonell/skiftarbeidere, Bergen.
Des 2008: 3 t om søvn, skiftarbeid og helse for helsepersonell/skiftarbeidere i Oslo.

Konferanse:

Sept 2008: 1 oral presentation (burden of disease in insomnia), 1 discussion group om insomni, 2 posterpresentations ved 19th Congress of the European Sleep Research Society, Glasgow, Skottland.

Seminar:

Febr 2008: 1 t foredrag om søvn for leger i Oslo (Nycomed).
Febr 2008: 1 t foredrag om Sovno for psykiatere mfl i Bergen (psykiatrisk divisjon).
Mars 2008: 1,5 t foredrag om søvn og døgnrytme for leger i Oslo (Nycomed).
April 2008: 1,5 t foredrag om søvn for leger, psykiatere i Stavanger (Wyeth).
Juni 2008: 1 t foredrag om døgnrytmeforstyrrelser, SOVno.
Okt 2008: 1 t foredrag om søvn og søvnproblemer hos eldre for leger i Oslo (VEU)
Nov 2008: 1 t om søvnproblemer og vinterdepresjon for Rieber-pensjonister, Bergen.

Mediaoppslag:

4.1.08: NRK P2, Verdt å vite, om søvn og diabetes.
10.1.08: NRK1, Schrødingers katt, om A- og B-mennesker.
4.2.08: Bergens Tidende om sovemidler og trafikkrisiko.
7.2.08: Dagbladet om søvn og ungdom.
7.3.08: Dagbladet om søvnapne www.dagbladet.no/dinside/2008/03/07/529040.html
3.5.08: BT om flere aspekter ved søvn (eget temanummer på 80 sider om søvn).
11.5.08: Dagbladet om søvn og hjertekar-sykdommer.
11.5.08: P4 om søvn og overvekt, hjertekar-sykdommer og dødelighet.
16.5.08: VG om søvn og nattarbeid.
Mai 08: Mediaplanet om søvn og søvnproblemer.
8.6.08: NRK P1 om søvn blant ungdommer.
Nr. 2, 2008: Alliansen, Norges største helsemagasin, om søvn og søvnbehandling.
17.6.08: Psykisk Helse om søvn og depresjon.
5.7.08: BT (magasinet) om nattarbeid.
19.7.08: Tvedestrandsposten om søvn, boken etc.
29.7.08: VG om søvn i sommervarmen.
8.8.08: Dagbladet om studenter som sover i sovesal.
9.8.08: BT om snorking hos barn.
27.8.08: Studvest om søvngjengeri.
28.8.08: Dagsavisen om insomni.
13.9.08: BBC radio vedr søvn og uføretrygd (kongress i Glasgow)
Nr 9, 2008: Bioingeniøren om risikoer ved nattarbeid.
9.10.08: Dagens medisin om melatonin.
11.11.08: Pasienthåndboka om vinterdepresjon.
www.pasienthandboka.no/?mode=news&newsid=465
Nr 48/2008: KK om B-mennesker.
Nov 2008: Vi over 60 om vinterdepresjon og lysbehandling.
Nr. 10 2008: Bedre Helse om søvn.

Kongresser:

19th Congress of the European Sleep Research Society, Glasgow, Skottland.

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 "Insomnia – a night and day problem". Disputerte desember 2008.

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

Medveileder for Ingvild Saksvik på doktorgradsprosjekt om søvn og helse ved skiftarbeid. Finansierte av midler fra Petromaks (NFR). Hun startet i 2008.

Hovedveileder for to forskerlinjestudenter. Knut Forberg startet opp høsten 2003, og innleverte i 2008 (søvn ved nattarbeid). Ina Marie Sagen startet opp høsten 2004, og ser på sammenhengen mellom søvnlengde og metabolske variabler.

Veiledning av flere medisinerstudenter som holder på med særoppgaver innen søvn: Martha Realfsen innleverte sin oppgave 'Døgnrytmeproblemer hos ungdom' i 2008.

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'.

Matteus Janicki holder på med en oppgave om søvnproblemer blant ungdom.

Annen aktivitet:

Leder av Nasjonalt Kompetansesenter for søvn sykdommer (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.

Leder av et stort longitudinelt forskningsprosjekt som 'søvn, skiftarbeid og helse blant oljearbeidere. Fått midler fra Petromaks, NFR.

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

Ansvarlig for søvnapitlene i Norsk Elektronisk Legehåndbok.

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

Nestleder Norsk Forening for Søvnforskning og Søvnmedisin.

Startet, og jobber 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 prosjektslutt: 2009.

Prosjektleder: Bjørn Bjorvatn.

Tittel: Skiftarbeid offshore – effekter på søvn og helse.

Ansvarlig institusjon: Uib.

Oppstartsår: 2005.

Forventet prosjektslutt: 2018.

Prosjektleder: Bjørn Bjorvatn.

Tittel: Svingskift på Oseberg C.

Ansvarlig institusjon: Unifob/Uib.

Oppstartsår: 2007.

Forventet prosjektslutt: 2010.

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: Signe Dørheim.

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

Ikke innlevert.

Janne Grønli

Artikler:

Kinn AM, Grønli J, Fiske E, Kuipers S, Ursin R, Murison R, Portas CM. A double exposure to social defeat induces sub-chronic effects on sleep and open field behaviour in rats. *Physiol Behav.* 2008 Nov 28;95(4):553-61. PMID: 18762205

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).* 2008 May;193(1):89-97. 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.* 2008 Mar;45(2):309-17. PMID: 17995908

Bok kapitler:

Portas CM and Grønli J. "Involvement of the 5-HT_{1A} and the 5-HT_{1B} 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. 2008

Abstrakter:

Dagestad G, Grønli J, Milde AM, Murison R, Portas CM and Bramham C. Sleep deprivation as an antidepressant treatment following chronic mild stress: effects on translation factors. 6th FENS Forum of European Neuroscience, Geneva, Switzerland

Bjorvatn B, Grønli J and Pallesen S. Prevalence of possible parasomnias in the general population, 19th Congress of the European Sleep Research Society, 9-13 September 2008, Glasgow, UK, *Journal of Sleep Research*, vol 17, Suppl 1, p 107.

Grønli J, Dagestad G, Milde AM, Murison R, Portas CM and Bramham C. Sleep deprivation as an antidepressant treatment following chronic mild stress: effects on translation factor EIF4E and EEF2 activity, 19th Congress of the European Sleep Research Society, 9-13 September 2008, Glasgow, UK, *Journal of Sleep Research*, vol 17, Suppl 1, p 221.

Undervisning og veiledning i 2008:

Grunnutdanning for helsepersonell: 6 timer egen region / 0 timer andre regioner

Videreutdanning for helsepersonell: 0 timer egen region / 0 timer andre regioner

Etterutdanning for helsepersonell: 1 timer egen region / 0 timer andre regioner

Kurs:

Våren 2008: 18 t workshop/kurs i tolkning og analyse av PSG registreringer for helsepersonell/forskere

Februar 2008: 1t foredrag om basal nevrotransmittorer og søvnregulering.
Kurs i klinisk søvn for psykologi studenter, Psykologisk Fakultet, UiB

Februar 2008: 3t innføring av PSG oppkobling, analyse og resultat.
Kurs i klinisk søvn for psykologi studenter, Psykologisk Fakultet, UiB

Seminar:

Mars 2008: 1 t foredrag om søvnhygiene.
Pasienter og helsepersonell ved Psykiatrisk divisjon, Haukeland sykehus

Oktober 2008: 1 t foredrag om søvnhygiene.
Pasienter og helsepersonell ved Psykiatrisk divisjon, Haukeland sykehus

Oktober 2008: 1 t foredrag om søvn, helsepersonell ved Psykiatrisk divisjon, Haukeland sykehus

November 2008: 1t foredrag om Acute antidepressant effect of sleep deprivation.
Basic mechanisms. International Graduate School In Neuroscience (IGSIN),
Avdeling for Biologisk og Medisinsk Psykologi, UiB

November 2008: 1 posterpresentasjon på forskningsmøte ved Nasjonalt Kompetansesenter for
Søvn sykdommer (SOVno)

Intervjuer/oppslag i media:

Oktober 2008: Bygdanytt, Arna. Generelle råd for god søvn

Oktober 2008: NRK sveip. Intervju om det å gå over til vintertid og døgnrytmer.

Desember 2008: Cosmopolitan. Intervju om gode råd for bedre søvn.

Kongresser:

19th Congress of the European Sleep Research Society, 9-13 September 2008, Glasgow, UK.

Veiledning:

Hovedveileder for Elisabeth Flo, mastergradsstudent i psykologi på prosjektet "Pain in Silent State". Skal levere våren 2009

Medveileder for Jelena Mrdalj, rekrutteringsstipendiat innen basal søvn. 'Rhythms, sleep and biology after maternal separations. The mother - infant relationship in rats as model.'

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 våren 2009.

Medveileder for psykologistudentene Espen Øvrehus og Tony Leino på bacehloroppgave om 'Sucrose preference after maternal separation in rats'. De startet opp høsten 2008.

Annen aktivitet:

Senterkoordinator ved Nasjonalt Kompetansesenter for Søvn sykdommer (www.sovno.no), Psykiatrisk divisjon, Haukeland Universitetssjukehus.

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

Samarbeidspartner i søknad om nytt tema i Eurocores - ESF program. Inflammatory and Neurodegenerative pathways in depression. (EUROMOOD)

Pågående forskningsprosjekter:

Prosjektleder: Janne Grønli.

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

Ansvarlig institusjon: UiB.

Oppstartsår: 2007.

Forventet prosjektslutt: 2011.

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

Oppstartsår: 2006.

Forventet prosjektslutt: 2010.

Prosjektleder: Eliann Øines

Tittel: Maternal separation effects on behaviour, stress responsivity and the gastrointestinal system: translational studies of the concept "attachment" on health.

Ansvarlig institusjon: UiB.

Oppstartsår: 2008.

Forventet prosjektslutt: 2010.

Prosjektleder: Jonathan Soule

Tittel: State-dependent control of LTP consolidation

Ansvarlig institusjon: UiB.
Oppstartsår: 2009.
Forventet prosjektlutt: 2012.

Prosjektleder: Inger Hilde Nordhus
Tittel: Smerter hos eldre – søvn og effekter av behandling på søvn
Ansvarlig institusjon: Universitetet i Bergen
Oppstartsår: 2005
Forventet prosjektlutt: 2009

Fred Holsten

Artikler:

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. J Sleep Res. 2008 Mar;17(1):63-72. PMID: 18275556

Undervisning og veiledning i 2008:

1) Undervisningstimer (antall timer innen grunn-, videre- og etterutdanning. Egen region/andre regioner):

Grunnutdanning for helsepersonell: 12 timer egen region / 4 timer andre regioner
Videreutdanning for helsepersonell: 15 timer egen region / 48 timer andre regioner
Etterutdanning for helsepersonell: 8 timer egen region / 16 timer andre regioner

2) Veilednings- og informasjonsvirksomhet

3) Kurs:

- a. 16 timer kurs for helsepersonell : Moderne behandling av søvnproblemer og vinterdepresjoner 27.- 28. november 2008 (uke 48) Bergen søvnsenter/Universitetet i Bergen
- b. Konferanse
- c. Seminar
- d. Nettmøte
- e. Veiledningsmaterieil
- f. Intervjuer/oppslag i media
Ca 15 intervjuer av dagspresse og radio

Hvilken primære målgruppe:

- Pasienter og pårørende: Ja
- Kommunal helsetjeneste
- Spesialtjenesten: Ja
- Helsepersonell: Ja
- Media: Ja
- Politikere

Kongresser:

ESRS, Glasgow 9-13/9-08

Veiledning (doktorgradskandidater, forskerlinje studenter, mastergradsstudenter, særoppgaver etc):

Hovedveileder for Siri Nome på et doktorgradsprosjekt om statistisk bearbeidelse av dødelighet og endringer i hospitalisering ved psykiske lidelser siste 30 år.

Jeg veileder flere medisinerstudenter som holder på med særoppgaver innen søvn.

Annen aktivitet:

-Medlem av Nasjonalt Kompetansesenter for søvnsykdommer (www.sovno.no), lokalisert til psykiatrisk divisjon, Haukeland Universitetssjukehus.

-Medlem av Locus for nevrovitenskap, et av UiB sine satsningsområder.

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

Pågående forskningsprosjekter:

Prosjektleder: Fred Holsten

Tittel: VNS ved terapieresistente affektive lidelser

Ansvarlig institusjon

UiB, Helse Bergen.

Prosjektperiode

2003-2011

Fred Holsten, Universitetet i Bergen

Effect of sleep deprivation in depression with or without diurnal variation and bipolar depression

Prosjektperiode: 2008 - 2012

Fred Holsten, Universitetet i Bergen

The difference between comorbid and primary insomnia vs circadian rhythm and effect of sleep restriction

Prosjektperiode: 2008 - 2012

Fred Holsten, Universitetet i Bergen

Sesonality, sleep and bipolar disorders

Prosjektperiode: 2008 - 2012

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

Helseøkonomiske studier av medikamentell behandling av angstlidelser og depresjoner

Prosjektperiode: 2006 – 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, Universitetet i Bergen

Escitalopram mot bipolar depresjon: ei placebokontrollert undersøkning av akutt og vedlikeholdshandsaming

Prosjektperiode: 2004 – 2010

Fred Holsten, Helse Bergen HF

Forløpet av stoffmisbruk hos ungdom - en prospektiv studie

Prosjektperiode: 2003 - 2011

Inger Hilde Nordhus

Artikler:

Lunde LH, Nordhus IH, Pallesen S, Bell R. Den eldre pasienten med kroniske smerter. Tidsskrift for Den Norske Legeforening 2008;128:1841-1842. **PMID: 18787596**

Nordhus IH. Manifestations of depression and anxiety in older adults. I Woods R, Clare L (Red.), Handbook of the Clinical Psychology of Ageing (ss. 97-111) (2. Ed). Chichester, West Sussex: John Wiley and Sons, Ltd, 2008. **ISBN: 978-0-470-01230-7**

Nordhus IH. Current psychodynamic approaches with older people. I Laidlaw, K, Knight B (Red.), Handbook of Emotional Disorders in Later Life: Assessment and Treatment (ss.165-183). Oxford: Oxford University Press. **ISBN: 978-0-19-856945-9**

Omvik S, Sivertsen B, Pallesen S, Bjorvatn B, Havik OE, Nordhus IH. Daytime functioning in older patients suffering from chronic insomnia: Treatment outcome in a randomized controlled trial comparing CBT with Zopiclone. Behaviour Research and Therapy 2008;46: 623-641. **PMID: 18417099**

Pallesen S, Bjorvatn B, Nordhus IH, Sivertsen B, Hjørnevik M, Morin CM. A new scale for measuring insomnia: The Bergen Insomnia Scale. Perceptual and Motor Skills 2008;107: 691-706. **PMID – ikke klar ennå**

Pallesen S, Hetland J, Sivertsen B, Samdal O, Torsheim T, Nordhus IH. Time trends in sleep onset insomnia among Norwegian children and adolescents: 1983-2005. Scandinavian Journal of Public Health 2008;36: 889-895. **PMID: 19004908**

Sivertsen S, Omvik S, Straume S, Pallesen S, Bjorvatn B, Havik OE, Nordhus IH. Clinical significance of periodic limb movement disorder (PLMD) in insomnia patients. The Open Sleep Journal 2008;1: 52-57.

Skjerve A, Nordhus IH, Engedal K, Brækhus A, Nygaard H, Pallesen S, Haugen PK. Validation of the Seven Minute Screen and Syndrom Kurztest among elderly Norwegian outpatients. International Psychogeriatrics 2008;20: 807-814. **PMID: 18377698**

Abstrakter:

Hynninen M, Nordhus IH & Pallesen S. Anxiety, depression and sleep disturbances in patients with chronic respiratory illness, XXIX International Congress of Psychology, Berlin, Germany, July 20-25, 2008.

Hynninen M, Bjerke N, Pallesen S, Molde H & Nordhus IH. Group cohesiveness in short-term cognitive behavioural therapy groups, The 39th International Society for Psychotherapy Research Meeting, Barcelona, Spain, June 18-21, 2008.

Nordhus IH, Hynninen MJ, Pallesen S, Bjerke N, Bakke PS. Cognitive behavioural therapy (CBT) for anxiety and depression in COPD: A treatment option in pulmonary care. 19. Nordic Congress of Gerontology, Oslo, Norway, May 25 – 28, 2008.

Nordhus IH. Training future generations of mental health professionals: Presenting a PhD Program. 19. Nordic Congress of Gerontology, Oslo, May 25 – 28, 2008.

Nordhus IH. Sleep disturbances in old age: A challenge to psychology. The XXIX International Congress of Psychology, Berlin, Germany, July 20-25, 2008.

Undervisning og veiledning i 2008:

1) Undervisningstimer

Grunnutdanning for helsepersonell: 28 timer egen region / 0 timer andre regioner
Videreutdanning for helsepersonell: 6 timer egen region / 3 timer andre regioner

2) Veilednings- og informasjonsvirksomhet

Kurs:

1 t foredrag om psykologisk behandling av angst og depresjon hos eldre ved kurs for leger i alderspsykiatri, Primærmedisinsk uke, Soria Moria, Oslo

1 t foredrag om søvnforstyrrelser hos eldre ved kurs for sykehusleger om søvnrelaterte sykdommer, utredning og behandling arrangert av Nasjonalt kompetansesenter for søvnsykdommer, Bergen

Konferanse:

1 oral presentasjon (CBT for angst hos pasienter med COPD) ved invitert symposium under 19. Nordic Congress of Gerontology, Oslo, Norway.

1 oral presentasjon (forskerutdanning i psykisk helse) ved invitert symposium under 19. Nordic Congress of Gerontology, Oslo, Norway.

1 oral presentasjon (søvnlidelser hos eldre) og chair ved invitert symposium under XXIX International Congress of Psychology, Berlin, Germany.

Seminar:

1 t foredrag om angstproblemer hos eldre og psykologiske behandlingsmodeller ved internundervisning for leger, Geriatrisk seksjon, Haraldsplass diakonale sykehus, Bergen.

1 time foredrag om etikk i forskerutdanningen for PhD-kandidater og veiledere ved forskerutdanningen, Det psykologiske fakultet, UiB, Bergen.

1 t foredrag om søvnforstyrrelser hos eldre i sykehus for leger og psykologer, Kavli forskningscenter for aldring og demens, Haraldsplass diakonale sykehus, Bergen.

Intervjuer/oppslag i media:

Januar 2008 Intervjuet av HUBRO (Magasin fra Universitetet i Bergen) om aldring og psykisk helse; se www.hubro.uib.no

Kongresser:

19. Nordic Congress of Gerontology by the Nordic Gerontological Association, Oslo,

Norway, May 25 – 28.

XXIX International Congress of Psychology by the International Union of Psychological Science, Berlin, Germany, July 20 – 25.

Veiledning:

Hovedveileder for cand. psychol Siri Omvik på et doktorgradsprosjekt om multikomponentterapi ved søvnløshet hos eldre. Disputas fant sted 10. desember 2008 ved Det psykologiske fakultet, UiB.

Hovedveileder for cand. psychol Arvid Skjerve på et doktorgradsprosjekt om korte kognitive tester ved mistanke om demens. Disputas fant sted 23. oktober 2008 ved Det psykologiske fakultet, UiB.

Hovedveileder for cand. psychol Linn-Heidi Lunde på et doktorgradsprosjekt om effekten av kognitiv terapi ved smerter hos eldre. Startet 2005. 4-årig stipend med midler fra Helse Vest og Det psykologiske fakultet, UiB.

Hovedveileder for cand. psychol Anders Hovland på et doktorgradsprosjekt om effekten av fysisk aktivitet på angst. Startet 2005. 7-åring stipend fra det nasjonale Dobbelkompetanseprosjektet.

Hovedveileder for cand. psychol Minna Hynninen på et doktorgradsprosjekt om KOLS i lys av behandling, comorbid angst og søvnproblemer. Startet 2007: 4-årig prosjekt fra UiB.

Medveileder for cand. psychol Yngvild Sørebo Danielsen på et doktorgradsprosjekt om effekten av kognitiv-atferdsterapi ved overvekt/fedme hos barn. Startet 2005. 4-årig stipend fra Helse Vest.

Medveileder for cand. scient Ingvild Saxvig på et doktorgradsprosjekt om søvn blant ungdommer og effekten av behandling ved forsinket søvnfasesyndrom. Startet 2007. 4-årig stipend fra UiB.

Medveileder for cand. psychol Ane Wilhelmsen på et doktorgradsprosjekt om søvn blant ungdommer og effekten av behandling ved forsinket søvnfasesyndrom. Startet 2007. 4-årig stipend fra NFR.

Medveileder for cand. med Harald Hrubos-Strøm på et doktorgradsprosjekt om søvnapne og risikofaktorer. Oppstart i 2005 og knyttet til Akershus universitetssykehus.

Medveileder for cand. med Tone Brit Hortemo på et doktorgradsprosjekt om psykisk helse og søvn hos dialysepasienter. Prosjektet startet i 2005 og er knyttet til Ullevål universitetssykehus.

Veileder for stud psychol Hilde Gabrielsen på et sommerstipend i 2008 med fokus på døgnrytmepreferanse hos eldre. Arbeidet innebar blant annet tilrettelegging og forberedelse av en forskningsprotokoll og inngår som en komparativ studie til en studie rettet mot unge voksne.

Annen aktivitet:

Leder for Graduate School of Clinical and Developmental Psychology (CDP), Det psykologiske fakultet, UiB (www.cdp.uib.no)

Leder for Programutvalg for PhD-utdanningen ved Det psykologiske fakultet, UiB

Medlem av styret i MoodNet – Regionalt forskningsnettverk for stemningslidelser, Helse Vest

Medlem av styret for Kavli forskningssenter for aldring og demens, lokalisert til Haraldsplass diakonale sykehus, Bergen

Medlem i arbeidsgruppen ved Nasjonalt kompetansesenter for søvnsykdommer (www.sovno.no), lokalisert til Psykiatrisk divisjon, Haukeland Universitetssykehus.

Psykologfaglig (vara) medlem i REK, Helse Vest

Medlem av redaksjonsstyre i Tidsskrift for norsk psykologforening, og har i meldingsåret vært reviewer i ulike medisinske og psykologiske tidsskrift

Medlem av Leon Jarners forskningspriskomite og Bjørn Christiansens minnepriskomite

Bistilling ved Kavli forskningssenter for aldring og demens, Haraldsplass diakonale sykehus, Bergen

Arrangert et 2 dagers kurs med professor Allison Harvey, som leder the Sleep and Psychological Disorders Laboratory, University of California, Berkeley. Kurstittel: Cognitive, Behavioural and Transdiagnostic Treatment Approaches for Insomnia and its Common Comorbidities

Vært opponent ved Psykologisk institutt, Gøteborg universitet i oktober 2008

Pågående forskningsprosjekter:

Prosjektleder: Inger Hilde Nordhus

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

Ansvarlig institusjon: Universitet i Bergen

Prosjektperiode: 2003-2008

Prosjektleder: Inger Hilde Nordhus

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

Ansvarlig institusjon: Universitetet i Bergen

Prosjektperiode: 2005-2009

Prosjektleder: Inger Hilde Nordhus

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

Ansvarlig institusjon: Universitet i Bergen

Prosjektperiode: 2008-2012

Prosjektleder: Bjørn Bjorvatn

Tittel: Forsinket søvnfasesyndrom hos ungdom
Ansvarlig institusjon: Universitetet i Bergen
Prosjektperiode: 2007-2011

Prosjektleder: Ståle Pallesen
Tittel: Fedme hos barn – sammenhenger med søvn
Ansvarlig institusjon: Universitetet i Bergen
Prosjektperiode: 2005-2010

Prosjektleder: Ståle Pallesen
Tittel: Utvikling av selvrappoteringsinstrument for insomni
Ansvarlig institusjon: Universitetet i Bergen
Prosjektperiode: 200-2008

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
Prosjektperiode: 2007-

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

Prosjektleder: Ståle Pallesen
Tittel: Validering av døgnryttemål
Ansvarlig institusjon: Universitetet i Bergen
Prosjektperiode: 2007-2009

Prosjektleder: Ståle Pallesen
Tittel: LISA – longitudinal investigation of sexual abuse
Ansvarlig institusjon: Universitetet i Bergen
Prosjektperiode: 2008-2019

Prosjektleder: Anette Hylén Ranhoff
Tittel: Søvn i geriatrisk kontekst – sykehus og sykehjem
Ansvarlig institusjon: Kavli Senter for Aldring og Demens
Prosjektperiode: 2008-2019

Prosjektleder: Toril Dammen (delprosjektleder)
Tittel: ASAP – The Akershus sleep apnea project
Ansvarlig institusjon: MEDFAK, Universitetet i Oslo
Prosjektperiode: 2005 – 2010

Prosjektleder: Ingrid Os
Tittel: Psychological health and sleep in dialysis patients
Ansvarlig institusjon: MEDFAK, Universitetet i Oslo
Prosjektperiode: 2005 - 2010

Ståle Pallesen

Artikler:

Lunde LH, Nordhus IH, Pallesen S, Bell R. Den eldre pasienten med kroniske smerter. Tidsskrift for Den Norske Legeforening 2008;128:1841-1842. **PMID: 18787596**

Omvik S, Sivertsen B, Pallesen S, Bjorvatn B, Havik OE, Nordhus IH. Daytime functioning in older patients suffering from chronic insomnia: Treatment outcome in a randomized controlled trial comparing CBT with Zopiclone. Behaviour Research and Therapy 2008;46: 623-641. **PMID: 18417099**

Pallesen S, Bjorvatn B, Nordhus IH, Sivertsen B, Hjørnevik M, Morin CM. A new scale for measuring insomnia: The Bergen Insomnia Scale. Perceptual and Motor Skills 2008;107: 691-706. **PMID – ikke klar ennå**

Pallesen S, Hetland J, Sivertsen B, Samdal O, Torsheim T, Nordhus IH. Time trends in sleep onset insomnia among Norwegian children and adolescents: 1983-2005. Scandinavian Journal of Public Health 2008;36: 889-895. **PMID: 19004908**

Sivertsen S, Omvik S, Straume S, Pallesen S, Bjorvatn B, Havik OE, Nordhus IH. Clinical significance of periodic limb movement disorder (PLMD) in insomnia patients. The Open Sleep Journal 2008;1: 52-57.

Skjerve A, Nordhus IH, Engedal K, Brækhus A, Nygaard H, Pallesen S, Haugen PK. Validation of the Seven Minute Screen and Syndrom Kurztest among elderly Norwegian outpatients. International Psychogeriatrics 2008;20: 807-814. **PMID: 18377698**

Øyane NMF, Bjelland I, Pallesen S, Holsten F, Bjorvatn B. Seasonality is associated with anxiety and depression: The Hordaland health study. Journal of Affective Disorders 2008;105: 147-155. **PMID: 17573120**

Øyane NMF, 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 2008;17: 63-72. **PMID: 18275556**

Abstrakter:

Bjorvatn B, Grønli J, Pallesen S. Prevalence of possible parasomnias in the general population. Journal of Sleep Research 2008; 17(Suppl. 1):107.

Danielsen YS, Pallesen S, Stormark KM. The relationship between sleep duration and body mass index in Norwegian children (age 10-12), International Journal of Obesity 2008; 32: S192.

Pallesen S, Wilhelmsen AB, Saxvig IW, Molde H, Sørensen E, Bjorvatn B. Prevalence, predictors and consequences of behaviorally induced insufficient sleep syndrome in adolescence. Journal of Sleep Research 2008;17(suppl. 1): 245.

Øyane NMF, Ursin R, Pallesen S, Holsten F, Bjorvatn B. Increased health risk in subjects with high self-reported seasonality. *Journal of Sleep Research* 2008;17(Suppl. 1):115.

Bokkapittler:

Berge T, Pallesen S. Søvnproblemer. I T Berge, A Repål (Red.), *Håndbok i kognitiv terapi* (ss. 557-589). Oslo: Gyldendal Akademisk, 2008.

Undervisning og veiledning i 2008:

Undervisningstimer

Grunnutdanning for helsepersonell: 29 timer egen region / 0 timer andre regioner

Videreutdanning for helsepersonell: 0 timer egen region / 24 timer andre regioner

Kurs:

3 timer foredrag om søvnproblemer og behandling for ansatte ved Studentenes psykiske helsetjeneste, Bergen (for helsepersonell).

1, 5 t foredrag om skiftarbeid, søvn og helse på kurs i maritim medisin, Bergen (for helsepersonell og maritimt ansatte).

Konferanse:

1 t foredrag om mestring av søvnvansker ved seksuelle overgrep for ansatte i Stiftelsen Felleskap Mot Seksuelle Overgrep, Bergen (for helsepersonell).

1 t foredrag om nattarbeid – konsekvenser og mottiltak ved faglig seminar for Norges Sykepleierforbunds Landsgruppe av Intensivsykepleiere, Bergen (for helsepersonell).

Seminar:

1 t foredrag om søvnhygiene for prosjektansatte i StatoilHydro, Geilo.

1 t foredrag om arbeidstidsordninger og søvn for Nordland legeförening, Bodø (for helsepersonell).

2 t foredrag for tillitsvalgte og verneombud i Posten om skift- og nattarbeid, Bergen

1 t foredrag om morgenpreferanse – måling og eksplorering av begrepet ved Nasjonalt kompetansesenter for søvnpsykiatri, Bergen (for helsepersonell).

1 t foredrag om ”den gode søvnen” på VilVite-senteret, Berge (for publikum).

1t foredrag om søvn på internundervisning for geriatrikere på Haraldsplass Sykehus, Bergen (for helsepersonell).

1 t foredrag om insomni på søvnseminar for leger på Røros (for helsepersonell).

3 t foredrag om skiftarbeid, søvn og helse for ansatte i ved Bergen Kommunale Kraftselskap, Bergen.

Intervjuer/oppslag i media:

- 21.04.2008 Laget søvnquiz for www.dinside.no
- 27.04.2008 Intervjuet i VG om glødeputen
- 19.05.2008 Intervjuet på www.dinside.no om søvnløshet og lyspåvirkning.
- 05.06.2008 Intervjuet i Aftenposten om søvnproblemer i varmen.
- 24.07.2008 Intervjuet i VG om hvordan tilpasse søvnen til OL-sendingene
- 28.07.2008 Intervjuet av Drammens Tidende om søvn ved feriemodus
- 11.08.2008 Intervjuet i Dagens medisin om døgnrytmetilpasning til OL-sendingene
- 11.08.2008 Intervjuet i Norgesglasset (P1) om døgnrytmetilpasning til OL-sendingen
- 28.08.2008 Intervjuet i Din Helse om bruk av hvit støy som behandling av søvnløshet
- 15.08.2008 Intervjuet av studentradioen i Bergen om mareritt
- 03.10.2008 Intervjuet av NRK Hordaland P1 om søvn i et moderne samfunn
- 22.10.2008 Intervjuet i VG om høstmørket og vansker med å våkne om morgenen
- 13.11.2008 Intervjuet i NRK P1 om A- og B-mennesker
- 16.11.2008 Intervjuet i Dagbladet om A- og B-mennesker
- 19.11.2008 Intervjuet i BT om LISA (Longitudinal Investigation of Sexual Abuse)
- 02.12.2008 Intervjuet på www.treningsforum.no om søvn ved trening
- 17.12.2008 Intervjuet på www.forskning.no om forsinket skolestart.
- 18.12.2008 Intervjuet på P4 om forsinket skolestart

Veiledning:

Medveileder for cand. psychol Siri Omvik på et doktorgradsprosjekt om multikomponentterapi ved søvnløshet hos eldre. Hun disputerte 10. desember 2008.

Medveileder for cand. psychol Linn-Heidi Lunde på et doktorgradsprosjekt om effekten av kognitiv terapi ved smerter hos eldre. Startet 2005. 4-årig stipend fra Helse Vest.

Medveileder for cand. psychol Helge Molde på et doktorgradsprosjekt vedrørende epidemiologi, oppmerksomhet og kognitivt atferdsterapi ved patologisk spilleavhengighet. Startet 2004. 4-årig stipend fra NFR.

Hovedveileder for cand. psychol Anders Hovland på et doktorgradsprosjekt om effekten av fysisk aktivitet på angst. Startet 2005. 7-åring stipend fra dobbelkompetanseprosjektet.

Hovedveileder for cand. psychol Helga Myrseth på et doktorgradsprosjekt om effekten av kognitiv-atferdsterapi og medikamentell intervensjon ved spilleavhengighet. Startet 2005. 4-årig stipend fra Helse Vest.

Hovedveileder for cand. psychol Yngvild Sørebo Danielsen på et doktorgradsprosjekt om effekten av kognitiv-atferdsterapi ved overvekt/fedme hos barn. Startet 2005. 4-årig stipend fra Helse Vest.

Medveileder for cand. scient Ingvild Saxvig på et doktorgradsprosjekt om søvn blant ungdommer og effekten av behandling ved forsinket søvnfasesyndrom. Startet 2007. 4-årig stipend fra UiB.

Medveileder for cand. psychol Ane Wilhelmsen på et doktorgradsprosjekt om søvn blant ungdommer og effekten av behandling ved forsinket søvnfasesyndrom. Startet 2007. 4-årig stipend fra NFR.

Hovedveileder for cand. psychol Cecilie Schou Andreassen på et doktorgradsprosjekt om arbeidsnarkomani. Startet 2003: Egenfinansiert

Medveileder for cand. psychol Hedvig Fosse på et søvnprosjekt knyttet opp til data fra "Barn i Bergen prosjektet". Startet 2007: 4-årig stipend fra regionsenteret for barne- og ungdomspsykiatri.

Hovedveileder for cand. polit Asgeir Mamen på et prosjekt knyttet til behandling av rusmisbrukere med fysisk aktivitet. Startet 2006: Egenfinansiert.

Medveileder for cand. psychol Minna Hynninen på et prosjekt om KOLS. Startet 2007: 4-årig prosjekt fra UiB.

Medveileder for cand. psychol Rune Mentzoni på et prosjekt knyttet til strukturelle aspekter ved pengespillsavhengighet. Startet 2007: 4-årig prosjekt fra NFR.

Medveileder for master i psykologi Geir Scott Brunborg på et prosjekt knyttet til læringsmekanismer ved pengespillsavhengighet. Startet 2007: 4-årig prosjekt fra NFR.

Veiledet stud. psychol Eirun Thun på en hovedoppgave i psykologi om validering av døgnrytmemål opp mot objektive indikatorer.

Annen aktivitet:

Medlem i arbeidsgruppen ved Nasjonalt kompetansesenter for søvn sykdommer (www.sovno.no), lokalisert til psykiatrisk divisjon, Haukeland Universitetssykehus.

Jobbet ved Bergen søvnsenter (frem til mai 2008), hvor jeg utredet og behandlet pasienter med ulike typer av søvnproblemer.

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

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

Vararepresentant i fakultetsstyret ved Det psykologisk fakultet, Universitetet i Bergen fram til september 2008. Fra september 2008 fast representant i fakultetsstyret.

Vararepresentant i det sentrale forskningsutvalget, Universitetet i Bergen.

Leder for forskningspolitisk utvalg, Norsk Psykologforening.

Nestleder i programstyret for PhD-utdanningen ved Det psykologiske fakultet.

Medlem i laboratoriekomiteen for C12 ved Det psykologiske fakultet.

Medlem Editorial Board European Psychologist

Pågående forskningsprosjekter:

Prosjektleder: Inger Hilde Nordhus

Tittel: Ikke medikamentell versus medikamentell behandling av insomni hos eldre

Ansvarlig institusjon: UiB

Prosjektperiode: 2003-2008

Prosjektleder: Bjørn Bjorvatn

Tittel: Forsinket søvnfasesyndrom hos ungdom

Ansvarlig institusjon: Universitetet i Bergen

Prosjektperiode: 2007-2011

Prosjektleder: Inger Hilde Nordhus

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

Ansvarlig institusjon: Universitetet i Bergen

Prosjektperiode: 2005-2009

Prosjektleder: Ståle Pallesen

Tittel: Fedme hos barn – sammenhenger med søvn

Ansvarlig institusjon: Universitetet i Bergen

Prosjektperiode: 2005-2010

Prosjektleder: Ståle Pallesen

Tittel: Utvikling av selvrappoteringsinstrument for insomni

Ansvarlig institusjon: Universitetet i Bergen

Prosjektperiode: 200-2008

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

Prosjektperiode: 2007-

Prosjektleder: Elisabeth Backe-Hansen

Tittel: Ung i Oslo – søvnvaner

Ansvarlig institusjon: Norsk Institutt for oppvekst, velferd og aldring

Prosjektperiode: 2006-2010

Prosjektleder: Ståle Pallesen

Tittel: Validering av døgnrytmemål

Ansvarlig institusjon: Universitetet i Bergen

Prosjektperiode: 2007-2009

Prosjektleder: Kjell-Morten Stormark

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

Ansvarlig institusjon: Universitetet i Bergen

Prosjektperiode: 2007-2011

Prosjektleder: Ståle Pallesen

Tittel: LISA – longitudinal investigation of sexual abuse

Ansvarlig institusjon: Universitetet i Bergen

Prosjektperiode: 2008-2019

Prosjektleder: Oddgeir Friborg

Tittel: The Accra-Tromsø Study. The effects of season on sleep and related parameters

Ansvarlig institusjon: Universitetet i Tromsø.

Prosjektperiode: 2008-2010

Prosjektleder: Arne Ulven

Tittel: Arbeidstidsordninger og fungering for norske loser

Ansvarlig institusjon: Senter for maritim medisin, Haukeland Universitetssykehus

Prosjektperiode: 2008-2012

Prosjektleder: Inger Hilde Nordhus

Tittel: KOLS: Epidemiologi, CBT og søvn

Ansvarlig institusjon: UiB

Prosjektperiode: 2008-2012

Prosjektleder: Bjørn Bjorvatn

Tittel: Arbeidstidsordninger i offshoresektoren

Ansvarlig institusjon: Universitetet i Bergen

Prosjektperiode: 2008-2012

Prosjektleder: Bente Elisabeth Moen

Tittel: SUSSH – sykepleierundersøkelse av skiftarbeid, søvn og helse

Ansvarlig institusjon: Universitetet i Bergen

Prosjektperiode: 2008-2019

Prosjektleder: Anette Hylén Ranhoff

Tittel: Søvn i geriatrisk kontekst – sykehus og sykehjem

Ansvarlig institusjon: Kavli Senter for Aldring og Demens

Prosjektperiode: 2008-2019

Chiara M. Portas

Ikke innlevert.

Håvard Skeidsvoll

Artikler:

Høie B, Sommerfelt K, Waaler PE, Alsaker FD, Skeidsvoll H, Mykletun A. The combined burden of cognitive, executive function, and psychosocial problems in children with epilepsy: a population-based study. *Developmental Medicine and Child Neurology* Vol 50, Issue 7, 530-536. PMID 18611204.

Abstrakter / poster

Skeidsvoll H, Irgens. Spinal and cerebral dysfunction in former North Sea divers. 18th World Congress of Epidemiology and 7th Brazilian Congress of Epidemiology sept 20-24, 2008. Porto Alegre, Rio Grande do Sul, Brazil

Undervisning og veiledning

Telefoniske kontakter med råd, veiledning og videreformidling. Oftest kolleger fra egen og andre regioner.

Studentundervisning med søvnrelatert innhold.

Internundervisning

Forelesning for pasientforeningen vedr. Restless Legs på årsmøte på SAS Hotellet i Stavanger 12.april 2008

Forelesning p legeforenings svnkurs i spesialistutdanningen, SAS hotellet Bryggen om Narkolepsi og andre hypersomnier samt registrering av søvnighet (2 timer).171008.

Dagskurs om Narkolepsi, forelesning for leger i Region SørØst om patofysiologi ved narkolepsi, Hotell Opera, Oslo. Arr. NK Ullevå l. 20-211008

Div.:

- Departementalt oppnevnt medlem av Faglig referansegruppe i Nasjonalt kompetansesenter for ADHD, Tourettes syndrom og narkolepsi (Ullevål sykehus, Sosial og helsedir)

- Deltakelse i SOVno, Nasjonalt søvnkompetansesenter, Arbeidsutvalgsmøter og forskningsmøter.

-Rutinearbeid med søvnprovokasjon i diagnostisk og oppfølgende øyemed i klinisk nevrofysiologi

- Deltakelse i internasj. møte om Parkinsons sykdom og Restless legs syndrome, Congress senteret i Paris 120408 140408

- Deltakelse i Nordisk Study Group for Restless legs Syndrome

Eli Sørensen

Poster. Abstrakt.

Pallesen S, Wilhelmsen AB, Saxwig IW, Molde H, Sørensen E, Bjorvatn B. Prevalence, predictors and consequences of behaviorally induced insufficient sleep syndrome in adolescence. 2008 European Sleep Research Society. Journal of Sleep Research 17 (Suppl. 1), 1

Utdanning av helsepersonell

Grunnutdanning: > 30 t

Videreutdanning: 2 t

Etterutdanning: 4 t

Undervisning av pasienter, pårørende og annet helsepersonell

Fortløpende i klinisk arbeid der det er relevant. Jeg arbeider 100 % som overlege ved en barne- og ungdomspsykiatrisk poliklinikk

Kongresser

19th Congress of the European Sleep Research Society, Glasgow

Veiledning

Robberstad T, Øyen S. Ungdom og søvn – Høneblunder og døgnrytme. Godkjent særoppgave til embetseksamen i medisin 2009

Pågående forskningsprosjekter:

Prosjektleder: Sørensen Eli.

Tittel: Mor og barns søvn etter fødsel.

Ansvarlig institusjon: Helse Bergen.

Oppstartsår: 2001.

Forventet prosjektslutt:

Prosjektleder: Sørensen Eli.

Tittel: Søvnvaner og døgnrytme hos ungdom.

Ansvarlig institusjon: Helse Bergen.

Oppstartsår: 2001.

Forventet prosjektslutt:

Prosjektleder: Pallesen Ståle.

Tittel: Forsinket søvnfasesyndrom. Utbredelse, søvn, personlighet, døgnrytme og behandling.

Ansvarlig institusjon: UiB

Oppstartsår: 2003

Forventet prosjektslutt:

Prosjektleder: Grønli Janne

Tittel: Early and later life stress in rats-effects on the brain

Ansvarlig institusjon: UiB

Oppstartsår: 2007

Prosjektleder: Bjorvatn Bjørn/Pallesen Ståle (Ingvild og Ane sitt prosjekt).

Tittel: Forsinket søvnfasesyndrom hos ungdom.

Ansvarlig institusjon: UiB
Oppstartsår: 2006
Forventet prosjektslutt: 2010

Prosjektleder: Sabine Ruths.
Tittel: ADHD og legemiddelbruk
Ansvarlig institusjon: UiB
Oppstartsår: 2007
Forventet prosjektslutt:

Annen aktivitet

Medlem Nasjonalt kompetansesenter for søvnsykdommer (SOVno)
Styremedlem Norsk Forening for Søvnforskning og Søvnmedisin

Magne Tinnereim

08.04.24. - 27. Koblenz, Tyskland. Tverrfaglig delstatsmøte om OSAS.
Invitert foredragsholder.

08.05.22. - 24. Beograd, Internasjonalt møte om OSAS; Utredning og
behandling. Invitet foredragsholder og chairman.

08.03.12. - 18. Singapore. Asiatisk møte; ønh.- OSAS.

08.08. 6. - 17. China. Beijing Kinesisk ønh.forening; Årsmøte, Wuhan, Asiatisk tverrfaglig
møte; OSAS; Utredning og behandling. Invitert foredragsholder.

08.08. 4. - 6. Venezia; Internasjonalt møte om utredning og beahndling
av SRBD.

08.09.17. - 21. Bergen. Internasjonalt kurs; OSAS; Utredning og
behandling. Arrangør, foredragsholder og "Hands on Instructional work-shop". Avholdt I
egne lokaler.

08.08. 6. - 9. Göttingen, Tyskland. Tverrfaglig tysk møte om OSAS.
Invitert foredragsholder.

I tillegg har jeg gitt forelesninger, bl.a. ved kurs om
søvnlidelser, Universitetet i Bergen, og deltatt på kurs om Søvn og
Søvnforstyrrelser (Holsten/Bjorvatn).

Er veileder for startet stipendiat, ønh.-spesialist Hogne Vaagland,
som arbeider med automatiserte målemetoder for- og betydningen av
parameteren "Respiratory Effort" i SRBD lidelser.

Reidun Ursin

Artikler.

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. Psychophysiol 2008, 45: 309-319. PMID 17995908

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) 2008, 193: 89-97. PMID 18081887

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. J Sleep Res 2008, 17: 63-72. PMID 18275556

Kinn AM, Grønli J, Fiske E, Kuipers S, Ursin R, Murison R, Portas CM. A double exposure to social defeat induces sub-chronic effects on sleep and open field behaviour in rats. Physiol Behav 2008, 95: 553-561. PMID 18762205

Bokkapittel

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, Functional and Clinical Aspects. Birkhäuser, Basel 2008, pp 3-21.

Abstrakter

Ursin R, Baste V, Moen BE. Sleep, sleepiness, shiftwork, and occupation. Intern Conf on Behav Med, Tokyo Japan 2008. J. Behav. Medicine 2008.

Ursin R. Life style factors and sleep – a population study. J sleep Res 2008, 17 (Suppl 1): P 161.

Ursin R, Baste V, Moen BE. Occupation, shift work and sleep – the Hordaland health Study. J sleep Res 2008, 17 (Suppl 1): P 148.

Oyane N, Ursin R, Pallesen S, Holsten F, Bjorvatn B. Increased health risk in subjects with high self-reported seasonality. J sleep Res 2008, 17 (Suppl 1): P 74.

Undervisning og veiledning 2008:

Undervisningstimer:

8 timer forelesninger, grunnutdanning, for psykologistudenter, Universitetet i Bergen. Emne: Basal søvnfysiologi og introduksjon til søvnsykdommer.

Annen veilednings- og informasjonsvirksomhet:

Konferanser:

Foredrag om "occupation, shift work and sleep – the Hordaland health Study". 10th International Congress on Behavioral Medicine, Tokyo, Japan.
To posterpresentasjoner ved 19th Congress of the European Sleep Research Society, Glasgow, UK.

Media:

Pluss tid 16.05.08 v/ Siri Helstrup om gode søvnvaner
BT-magasinet mai 08 v/Hans K. Mjelva (blant andre).
Drammens tidende ca. 6 august 08 om å stille døgnrytmen tilbake etter ferie
VG 13/8 v/ Jacob Lund om å sove i korte perioder.
NRK nettavis 8.09.08 om å sove dårlig pga partneren
Dagbladet magasinet oktober 2008 v. Torbjørn Lysebo Ekelund, om somnambulisme.

Kongresser:

10th International Congress on Behavioral Medicine, Tokyo, Japan 27-30 august 2008.
19th Congress of the European Sleep Research Society, Glasgow, UK 9-13 september 2008.

Veiledning (doktorgradskandidater etc)

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 søvnsykdommer, Helse-Bergen
Medlem av Editorial Board i Journal of sleep research.

Pågående forskningsprosjekter

Prosjektleder for følgende prosjekt:

Tittel: Søvn, skiftarbeid og yrke

Ansvarlig institusjon: UiB

Prosjektstart 2006, forventet slutt 2009

Tittel: Livsstilfaktorer og søvn

Ansvarlig institusjon: UiB

Prosjektstart 2007, forventet slutt 2009