

ÅRSRAPPORT

NASJONALT KOMPETANSESENTER FOR SØVNSYKDOMMER

SOVno 

www.sovno.no

2010

Bjørn Bjorvatn
Senterleder

Janne Grønli
Senterkoordinator

BAKGRUNN

Nasjonalt Kompetansesenter for Søvnsykdommer (SOVno) ble etablert i september 2004, og er administrativt forankret under lungeavdelingen på Haukeland Universitetssykehus (fra 1.1.10).

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 medlemmer 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). Fra 2011 er SOVno samlokalisert med Senter for Søvnmedisin, Helse Bergen.

ORGANISASJON

SOVno:

Bjørn Bjorvatn, leder, dr.med. (20% stilling ved SOVno); professor ved Institutt for samfunnsmedisinske fag, UiB; leder av Senter for Søvnmedisin, HUS; søvnspesialist ved Bergen søvnsenter.

Janne Grønli, koordinator, PhD. (50% stilling ved SOVno, redaktør for tidsskriftet SØVN); postdoktor ved Institutt for biologisk og medisinsk psykologi, UiB.

Eldbjørg Fiske, konsulent, PhD. (50% stilling ved SOVno); konsulent ved Senter for Søvnmedisin, HUS.

Fred Holsten, professor dr.med., Psykiatrisk Institutt, UiB; søvnspesialist ved 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.

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

Sverre Lehmann, seksjonsoverlege, lungeavdelingen, Haukeland Universitetssykehus.

Shashi Gulati, overlege, øre-nese-halsavdelingen, Haukeland Universitetssykehus.

Nicolas Øyane, postdoktor PhD (20% stilling ved SOVno fra 1.10.10); søvnspesialist ved Bergen søvnsenter.

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

Signe Dørheim, disputerte i 2009

Helge Molde, disputerte i 2009

Cecilie Schou Andreassen, disputerte i 2009

Gunn-Marit Aasvang, disputerte i 2010
Nicolas Øyane, disputerte i 2010
Linn Heidi Lunde, disputerte i 2010
Siri Nome
Siri Waage
Anders Hovland
Yngvild Sørebo Danielsen
Helge Myrseth Arnestad
Ingvild Saxvig
Ane Wilhelmsen-Langeland
Minna Hynninen
Harald Hrubos-Strøm
Hedvig Fosse
Jelena Mrdalj
Ingvild Saksvik
Elisabeth Flo
Tone Brit Hortemo Østhus
Valjbona Preljevic
Anne Marie Kinn Rød
Rune Mentzoni
Geir Scott Brunborg
Asgeir Mamen
Anette Harris
Iris Steine

Nasjonal referansegruppe:

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

Michaela Dreez Gjerstad, overlege, PhD, Stavanger Universitetssykehus.

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

Hanne Berdal, overlege, Lovisenberg Diakonale Sykehus, Helse Sør-Øst

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

Margaret Sandøy Ramberg, leder, Foreningen for søvnsykdommer, Oslo

REGNSKAP 2010

Nasjonalt Kompetansesenter for Søvn sykdommer, SOVno Kostnadssted 130241

Inntekter

Tilskudd 2010	1.328.000
Tilskudd fra Helse Bergen	200.000
Overført fra kostnadssted 180640	95.000
SØVN nr 3 reklame	35.000
Salg	8.500
SØVN nr 4 reklame	50.000
salg	8.500
porto	1.000
Sum driftsinntekter	1.726.000

Utgifter

Lønn BB, JG, EF	950.000
Lønn postdoktor Nicolas Øyane (fom 01.10.2010)	32.500
Møtegodtgjørelse, medlemmer (inkl arb.giveravgift)	154.000
Publikasjonspris	10.000
Deltagelse kongress (eksl. Hanne, inkl for mye utbetalt ES FH)	154.500
Møte med referansegruppen	25.000
Telefon	30.500
IKT utstyr	29.000
Diverse driftsutgifter	16.000
Respons analyse	184.500
Utgifter 2009	41.000
SØVN nr 3 design, Sara Groth	36.500
bilder, Shutterstock	3.500
trykk, Grafisk formidling	20.000
SØVN nr 4 design, Bonnier Media	42.500
trykk, Grafisk formidling	15.000
porto	10.000
Sum driftsutgifter	1.754.500

BALANSE

-28.500

REGNSKAP 2010

Stipendiat Elisabeth Flo

Helse Vest prosjekt 911540
Kostnadssted 130241/310016

Inntekter

Tilskudd 2010	703.000
---------------	---------

Utgifter

Lønn	460.000
IKT utstyr	43.000
Kongress, ESRS	13.000
Språkvask	2.000
Kurs	3.000

Sum	521.000
-----	---------

Balanse	182.000
----------------	----------------

AKTIVITETER

Forskning:

Det er stor forskningsaktivitet, med en rekke publikasjoner og pågående forskningsprosjekter. SOVno publiserer vitenskapelige arbeider innen mange ulike fagområder, som spenner fra forskning innen basalfagene, kliniske studier, epidemiologisk forskning og forskning av translasjonell karakter. Det gis veiledning på doktorgrads-, mastergrads- og bachelorgradsnivå. Tre PhD-kandidater disputerte i 2010. Rundt 20 doktorgradskandidater er under veiledning av SOVno sine medlemmer. Flere mastergradsstudenter, medisinstudenter (særøppgaver) og psykologistudenter (hoved- og semesteroppgaver) er under veiledning av SOVno medlemmer. Det avholdes månedlige forskningsmøter for alle forskningsinteresserte.

Utdanning av helsepersonell:

Det undervises i grunn-, videre- og etterutdanning. Flere av SOVno sine medlemmer har stillinger ved Universitetet i Bergen, og er involvert i den vanlige undervisningen ved UiB. Det er holdt foredrag både nasjonalt og internasjonalt. SOVno har gitt en rekke råd i forbindelse med henvendelser fra leger og annet helsepersonell. SOVno har gitt ut Tidsskriftet "SØVN" to ganger årlig siden 2009. SØVN-tidsskriftet er et viktig formidlingsorgan for helsepersonell og forskere som er interessert i søvn og søvnsykdommer. Tidsskriftet gis ut gratis, og formidles også til media og helsemyndigheter. 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. Brosjyrene og SØVN-tidsskriftet kan bestilles via nettsidene våre. Det ble avholdt et to-dagers kurs for allmennleger/psykiatere/annet helsepersonell, "Søvnproblemer og vinterdepresjoner. Utredning og behandling" i november 2010. I alt 31 deltok på dette kurset. Det ble avholdt et to-dagers kurs for psykologer om søvnmedisin i februar 2010. 18 deltok. Et to-dagers kurs om polysomnografi (PSG)-skåring av søvn og søvnrelaterte hendelser for helsepersonell og forskere som jobber med søvnmedisin og søvnforskning ble også avholdt, med 9 deltakere. Det har i tillegg blitt undervist om søvn på en rekke kurs rundt om i landet.

Undervisning av pasienter og pårørende:

Formidling skjer gjennom foredragsvirksomhet, avisintervjuer, TV, radio etc. SOVno sine medlemmer er veldig aktive formidlere gjennom intervjuer i media. Formidling til publikum skjer også gjennom direkte kontakt med kompetansesenteret på telefon eller gjennom søvnsidene til SOVno (www.sovno.no), og gjennom brosjyrene SOVno har gitt ut. SOVno sine medlemmer har besvart en rekke henvendelser fra pasienter og pårørende over telefon og e-post. Hjemmesidene våre er svært godt besøkt, og statistikk fra 2008 (8464 treff) og 2009 (9460 treff) viser at våre sider er blant de hyppigst besøkte i Helse Bergen, og at antall besøkende øker. På grunn av omlegging av nettsidene for Helse Bergen har vi ikke tilgang på antall treff fra 2010. Senterleder Bjørn Bjorvatn utga 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. Flere enn 3000 bøker er solgt.

Følgende forskningsmøter ble avholdt i 2010:

- Jan 14. **Ingvild Berg Saksvik** ”Individuelle forskjeller i skiftarbeidstoleranse”
- Feb 04. **Årsmøte SOVno**
- Mar 11. **Ole Didrik Lærum** “Cellulære klokker og klokkegener”
- Apr 15. **Mari Hysing** “Mental health in children with a chronic illness”
- Mai 20. **Jelena Mrdalj** “Life stress and the effect on circadian rhythmicity. The mother - infant relationship in rats as model”
- Jun 24. **Oddgeir Friborg** “Årstiders influens på søvn og søvnrelaterte parametre: En longitudinal kryss-kulturell studie”
- Aug 19. **Nicolas Øyane** “Seasonal Changes In Mood and Behaviour in the General Population: Associations with Mood, Sleep and Health Risk Factors”
- Sept 30. **Poster session**
- Okt 28. **Anne Marie K. Rød** ”Sosialt stress- fører det til søvnendringer hos hannrotter?”
- Nov 18. **Lutz Nietsch, Ålesund barneavd** ”Diagnostisering av pediatriske søvnforstyrrelser”
- Des 16. **Trygve M. Jonassen** ”Obstruktiv søvnapné syndrom hos middelaldrende og eldre i en generell befolkning (HUSK)”

SOVno medlemmenes CV-er for 2010:

Bjørn Bjorvatn

Artikler:

Pallesen S, Bjorvatn B, Magerøy N, Saksvik IB, Waage S, Moen BE. Measures to counteract the negative effects of night work. *Scand J Work Environ Health* 2010; 36: 109-120. PMID: 20011984.

Forberg K, Waage S, Moen B, Bjorvatn B. Subjective and objective sleep and sleepiness among tunnel workers in an extreme and isolated environment: 10-h shifts, 21-day working period, at 78 degrees north. *Sleep Medicine* 2010; 11: 185-190. PMID: 20093076.

Omvik S, Pallesen S, Bjorvatn B, Sivertsen B, Havik OE, Nordhus IH. Patient characteristics and predictors of sleep medication use. *Int Clin Psychopharmacol* 2010; 25: 91-100. PMID: 20071997.

Øyane N, Ursin R, Pallesen S, Holsten F, Bjorvatn B. Increased health risk in subjects with high self-reported Seasonality. *PLoS ONE* 2010; 5(3): e9498. PMID: 20209129.

Sivertsen B, Nordhus IH, Bjorvatn B, Pallesen S. Sleep problems in general practice: a national survey of assessment and treatment routines of general practitioners in Norway. *Journal of Sleep Research* 2010; 19: 36-41. PMID: 19732316.

Pallesen S, Saxvig IW, Molde H, Sørensen E, Wilhelmsen-Langeland A, Bjorvatn B. Brief report: Behaviorally induced insufficient sleep syndrome in older adolescents. Prevalence and correlates. *Journal of Adolescence*. 2010 Mar 18. [Epub ahead of print] PMID: 20303581.

Danielsen YS, Pallesen S, Stormark KM, Nordhus IH, Bjorvatn B. The relationship between school day sleep duration and body mass index in Norwegian children (aged 10-12). *International Journal of Pediatric Obesity* 2010; 5: 214-220. PMID: 20233160.

Harris A, Waage S, Ursin H, Hansen ÅM, Bjorvatn B, Eriksen HR. Cortisol, reaction time test and health among offshore shift workers. *Psychoneuroendocrinology* 2010; 35: 1339-1347. PMID: 20399022.

Waage S, Odeen M, Bjorvatn B, Eriksen HR, Ursin H, Hollund BE, Moen BE. Still healthy after extended work hours? Ten hours shift, twenty-one days working period for tunnel workers. *Industrial Health*. 2010; 48: 804-810. PMID: 20616467

Bjorvatn B. Søvnforskning. *Søvn* 2010, nr. 3 s 4.

Bjorvatn B. Parasomnier – rare ting som skjer i søvne. *Søvn* 2010, nr 3, s 12-14.

Pallesen S, Moen BE, Bjorvatn B. Søvnmiljøet i Bergen satser på skiftarbeidsforskning. *Søvn* 2010, nr. 3 s 16-19.

Bjorvatn B, Holsten F. T5.2 Søvnvansker. *Norsk legemiddelhåndbok for helsepersonell*, 2010, s 204-209.

Bjorvatn B. T19.6 Restless legs. *Norsk legemiddelhåndbok for helsepersonell*, 2010, s 542.

Bjorvatn B. T19.7 Leggkramper. *Norsk legemiddelhåndbok for helsepersonell*, 2010, s 543.

Bjorvatn B. Senter for Søvnmedisin – et nytt og unikt sykehusstilbud til pasienter med søvn sykdommer. *Søvn* 2010, nr. 4, s 4.

Bjorvatn B, Grønli J, Pallesen S. Prevalence of different parasomnias in the general population. *Sleep Medicine* 2010; 11: 1031-1034. PMID: 21093361.

Saksvik IB, Bjorvatn B, Hetland H, Sandal GM, Moen BE, Pallesen S. Individual differences in tolerance to shift work – a systematic review. *Sleep Medicine Reviews* in press. PMID: 20851006.

Natvik S, Bjorvatn B, Moen BE, Magerøy N, Sivertsen B, Pallesen S. Personality factors related to shift work tolerance in two- and three-shift workers. *Applied Ergonomics*, in press. PMID: 21172694.

Saksvik IB, Bjorvatn B, Harvey AG, Waage S, Harris A, Pallesen S. Adaptation and readaptation to different shift work schedules measured with sleep diary and actigraphy. *Journal of Occupational Health Psychology*, in press.

Waage S, Pallesen S, Moen BE, Bjorvatn B. Shift work and age in petroleum offshore industry. *Maritime Health*, in press.

Bjorvatn B, Pallesen S. Irregular sleep-wake type. I: *Encyclopedia of Sleep* (ed: Clete Kushida), Elsevier, USA. In press.

Abstrakter:

Moen BE, Baste V, Rylander L, Magerøy N, Pallesen P, Bjorvatn B. Menstruation irregularities and shiftwork among Norwegian nurses. Taipei, Taiwan, RHICOH 2010.

Magerøy N, Notelaers G, Bjorvatn B, Pallesen S, Moen B, Einarsen S. Aggression from clients was not perceived as bullying among Norwegian nurses. *Int Conf Workplace Bullying*, Cardiff, 2010.

Mrdalj J, Murison R, Milde AM, Jellestad FK, Ursin R, Pallesen S, Bjorvatn B, Grønli J. Early Life Stress and the effect on circadian rhythmicity. The mother - infant relationship in rats as model. Øyer-konferansen, 2010.

Harris A, Waage S, Ursin H, Hansen ÅM, Bjorvatn B, Eriksen HR. Cortisol, reaction time test and health among offshore shift workers. American Psychosomatic Society (APS) 68th Annual Scientific Meeting, Portland, USA, 2010.

Mrdalj J, Murison R, Milde AM, Jellestad FK, Ursin R, Pallesen S, Bjorvatn B, Grønli J. Altered body temperature rhythm and depression-like symptoms following early and later life stress in rats. 20th Congress, European Sleep Research Society, Lisbon, Portugal, 2010.

Flo E, Notelaers G, Bjorvatn B, Moen BE, Pallesen S, Magerøy N. Shift work disorder and its relation to reduced health-related quality of life. 20th Congress, European Sleep Research Society, Lisbon, Portugal, 2010.

Waage S, Pallesen S, Moen BE, Bjorvatn B. Shift work, age and morningness and associations with sleep and health. 20th Congress, European Sleep Research Society, Lisbon, Portugal, 2010.

Natvik S, Bjorvatn B, Moen BE, Magerøy N, Sivertsen B, Pallesen S. Personality factors related to shift work tolerance in two and three shift workers. 20th Congress, European Sleep Research Society, Lisbon, Portugal, 2010.

Pallesen S, Nordhus IH, Sivertsen B, Bjorvatn B. Ten year trends in insomnia prevalence in Norway. 20th Congress, European Sleep Research Society, Lisbon, Portugal, 2010.

Rød AMK, Bjorvatn B, Mrdalj J, Olsen I, Tellnes H, Pallesen S, Murison R, Grønli J. A study of long-term effects on body temperature rhythm after two exposures to social defeat in rats. 20th Congress, European Sleep Research Society, Lisbon, Portugal, 2010.

Hynninen M, Pallesen S, Hardie JA, Fondenes O, Bakke PS, Eagan T, Bjorvatn B, Nordhus IH. Psychological distress, sleep, and sleep-disordered breathing in patients with chronic obstructive pulmonary disease (COPD). 20th Congress, European Sleep Research Society, Lisbon, Portugal, 2010.

Fosse H, Stormark KM, Pallesen S, Nordhus IH, Bjorvatn B. Sleep problems and mental health problems in school-aged children (7-12 years): A longitudinal population based study. 20th Congress, European Sleep Research Society, Lisbon, Portugal, 2010.

Saxvig IW, Wilhelmsen-Langeland A, Pallesen S, Bjorvatn B. The prevalence of delayed sleep phase in Norwegian high school students. 20th Congress, European Sleep Research Society, Lisbon, Portugal, 2010.

Brunborg GS, Mentzoni RA, Molde H, Myrseth H, Skouverøe KJM, Bjorvatn B, Pallesen S. Associations between media use in the bedroom, sleep habits and symptoms of insomnia. 20th Congress, European Sleep Research Society, Lisbon, Portugal, 2010.

Bjorvatn B. Sleep in Northern Norway and the North Sea. 20th Congress, European Sleep Research Society, Lisbon, Portugal, 2010.

Mrdalj J, Murison R, Milde AM, Jellestad FK, Ursin R, Pallesen S, Bjorvatn B, Grønli J. Chronic mild stress alters body temperature rhythm and induces depression-like symptoms in rats postnatally exposed to long maternal separations. Nevronor-konferanse mai 2010.

Mrdalj J, Murison R, Milde AM, Jellestad FK, Ursin R, Pallesen S, Bjorvatn B, Grønli J. Chronic mild stress alters body temperature rhythm and induces depression-like symptoms in rats postnatally exposed to long maternal separations. 7. verdenskongress innen stress, Leiden, Tyskland, 2010.

Saksvik IB, Bjorvatn B, Harvey AG, Waage S, Harris A, Pallesen S. Adaptation and readaptation to different shift work schedules measured with sleep diary and actigraphy. 44th annual convention, ABCT, San Francisco, USA, 2010.

Undervisning og veiledning:

Undervisningstimer:

Grunnutdanning for helsepersonell: 16 timer egen region/0 andre regioner

Videreutdanning for helsepersonell: 32 timer egen region/16 timer andre regioner

Etterutdanning for helsepersonell: 32 timer egen region/16 timer andre regioner

Kurs:

- Febr 2010: Kursleder og 8 forelesninger om 'Kartlegging og behandling av søvnsykdommer', todagerskurs for psykologer, Oslo
- Juni 2010: 3,5 t kurs om søvn, skiftarbeid og helse for skiftarbeidere, Oslo (Confex).
- Okt 2010: 3 t kurs om søvn, skiftarbeid og helse for bioingeniører, Bergen.
- Nov 2010: 3 t kurs om søvn, skiftarbeid og helse for skiftarbeidere i Oslo (Confex).
- Nov 2010: 6 t kurs om søvn og søvnsykdommer, Valen sjukehus (VEU)
- Nov 2010: Kursleder og 8 forelesninger om 'Søvnproblemer og vinterdepresjoner. Utredning og behandling', todagerskurs i Bergen (VEU)
- Des 2010: 3 t kurs om søvn, skiftarbeid og helse for skiftarbeidere i Bergen (Confex).

Konferanse:

1 symposiumpresentasjon (Sleep in Northern Norway and the North Sea) og 10 posterpresentasjoner ved 20th Congress of the European Sleep Research Society, Lisboa, Portugal.

Seminar:

- Jan 2010: 2 t foredrag om søvn, skiftarbeid og helse, Yrkesmedisinsk avd, Haukeland.
- Jan 2010: 2 t om søvn og søvnproblemer for farmasøyter, Bergen (Nycomed).
- Mars 2010: 1 t om søvn på Hjernedagen, Haukeland sykehus.
- Mars 2010: 1 t foredrag om søvnrelaterte bevegelsesforstyrrelser, psykologisk fakultet.
- Sept 2010: 1 t foredrag om søvn og søvnproblemer, RELIS Vest
- Okt 2010: 2 t foredrag om søvn og døgnrytme, Betanien BUP
- Nov 2010: 1 t x 2 foredrag om søvn og søvnsykdommer, Dokumentasjonsavd., HUS.

Mediaoppslag:

- 4.1.10: Allers om vinterdepresjon og lysterapi.
- 17.1.10: Klikk.no om a/b-mennesker
www.klikk.no/helse/allmenn/article536828.ece
- 21.1.10: Schrödingers katt, NRK1, om søvnmangel.
- 31.1.10: Forskning.no om søvnlengde hos eldre
(forskning.no/artikler/2010/januar/241069)
- 6.2.10: Stavanger Aftenblad om vintersol og humør.
- 17.2.10: NRK Rogaland om lite søvn under OL-sendingene.
- 10.3.10: Studentradioen om vinterdepresjoner.
- 12.4.10: NRK P1 Norgesglasset om å gå i søvne.
- 15.4.10: Radio Norge om søvnproblemer blant ungdom.
- 15.4.10: Dinside.no om søvn og vekt (dinside.no/839991/som-aa-spise-en-big-mac-hver-dag)
- 5.5.10: BA om lyset og våren.
- 29.5.10: Aftenposten om søvn og søvnevansker.
- 15.6.10: NRK.no om seksomnia. www.nrk.no/programmer/tv/puls/1.7167832
- 20.6.10: Radio Norge om seksomnia.
- 22.6.10: BA om seksomnia.
- 2.7.10: BT om søvnproblemer og bruk av sovemedisiner.
- 4.8.10: Dagbladet om søvnlengde og helse.
- august-10: Bladet "Glade barn på skolen" om søvnproblemer blant skolebarn.
- 21.8.10: Dagsavisen om parasomnier.
- Sept-10: Univers, eksterntmagasinet til UiStav om jet lag.
- 24.9.10: Dagbladet om søvn blant unge.
- 30.9.10: Klikk.no om sovepiller
www.klikk.no/helse/dinkropp/velvare/article612262.ece
- 26.10.10: NRK1 Førkveld (TV) om søvn.
- 29.10.10: NRK radio Møre og Romsdal om lys i mørketiden.
- 29.10.10: KK om søvnrestriksjon mot søvnproblemer.
- 31.10.10: Dagbladet om søvn og multimedia.
- 18.11.10: Tidsskr for Den norske legefors om lite søvn og slanking.
- 22.11.10: NRK1 Puls (TV) om søvn.
- 18.12.10: VG om symptomer ved lite søvn.
- 20.12.10: Nrk.no om parasomnier. www.nrk.no/helse-forbruk-og-livsstil/1.7433346

22.12.10: Dagbladet om parasomnier.
30.12.10: Dagbladet om fare ved lite søvn.

Kongresser:

Sleep 2010 (24th Annual Meeting of the Associated Professional Sleep Societies),
San Antonio, USA.

Skiftarbeidskonferanse, Solstrand, Bergen.

20th Congress of the European Sleep Research Society, Lisboa, Portugal.

Veiledning:

Hovedveileder for Nicolas Øyane. Disputerte 10.9.10 med avhandlingen 'Seasonal changes in mood and behaviour in the general population'. SOVno og Institutt for samfunnsmedisinske fag, UiB.

Hovedveileder for Siri Waage på et doktorgradsprosjekt om skiftarbeid i Nordsjøen. Hun startet i august 2005. Stipend først fra BP Norway, deretter fra NFR.

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).

Hovedveileder (50%) for Elisabeth Flo på et doktorgradsprosjekt om søvn, skiftarbeid og helse hos sykepleiere. Hun startet i 2010. Finansierte av Helse Vest.

Hovedveileder for Hogne Buchvold på et doktorgradsprosjekt om skiftarbeid blant sykepleiere. Han startet i 2010. Uten finansiering foreløpig.

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

Medveileder for Anette Harris på doktorgradsprosjekt om døgnrytme og kortisol hos skiftarbeidere. Finansierte via Unifob. Hun startet i 2008.

Veiledning av flere medisinerstudenter som holder på med særoppgaver innen søvn: Ina Marie Sagen innleverte sin oppgave 'Individuelle forskjeller i søvn og helse blant nattsykepleiere' i 2010.

Liv Jorunn Høllesli og Elisabet Ommedal holder på med en oppgave om søvn, skiftarbeid og helse.

Annen aktivitet:

Leder av Nasjonalt Kompetansesenter for søvnsykdommer (www.sovno.no), lokalisert til lungeavdelingen, Haukeland Universitetssjukehus.

Leder av Senter for Søvnmedisin, lungeavdelingen, Haukeland Universitetssjukehus.

Leder av et stort longitudinelt forskningsprosjekt om 'søvn, skiftarbeid og helse blant sykepleiere'. Fått midler fra Helse Vest 2008-2010.

Leder av et stort longitudinelt forskningsprosjekt om 'søvn, skiftarbeid og helse blant oljearbeidere'. Fått midler fra Petromaks, NFR 2009-2011.

Ansvarlig for søvnapitlene i Norsk Elektronisk Legehåndbok.

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

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: 2010.

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: 2011.

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: 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: 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: 2010.

Prosjektleder: Bjørn Bjorvatn.
Tittel: Kunnskap om søvn blant leger.
Ansvarlig institusjon: Helse Bergen/Uib.
Oppstartsår: 2004.
Forventet prosjektslutt: 2012.

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: 2011.

Prosjektleder: Bjørn Bjorvatn.
Tittel: Søvnproblematikk i allmennpraksis.
Ansvarlig institusjon: Helse Bergen/Uib.
Oppstartsår: 2009.
Forventet prosjektslutt: 2012.

Prosjektleder: Bjørn Bjorvatn.
Tittel: Søvn og helse ved ekstreme skiftordninger.
Ansvarlig institusjon: Helse Bergen/Uib.
Oppstartsår: 2007.
Forventet prosjektslutt: 2012.

Prosjektleder: Bjørn Bjorvatn.
Tittel: Effekt av selvhjelpsbok mot insomni.
Ansvarlig institusjon: Helse Bergen/Uib.
Oppstartsår: 2008.
Forventet prosjektslutt: 2012.

Prosjektleder: Bjørn Bjorvatn/Ståle Pallesen.
Tittel: Validering av Bergen Shift Work Sleep Questionnaire.
Ansvarlig institusjon: Helse Bergen.
Oppstartsår: 2010.
Forventet prosjektslutt: 2012.

Prosjektleder: Bjørn Bjorvatn.
Tittel: Effekt av skiftarbeid på BMI og andre livsstilsparametre.
Ansvarlig institusjon: Helse Bergen/Uib.
Oppstartsår: 2010.
Forventet prosjektslutt: 2012.

Prosjektleder: Bjørn Bjorvatn.
Tittel: Søvn og ADHD.
Ansvarlig institusjon: Uib.
Oppstartsår: 2010.
Forventet prosjektslutt: 2012.

Prosjektleder: Bjørn Bjorvatn.
Tittel: Prevalens av søvnapne, insomni og søvnighet i befolkningen.
Ansvarlig institusjon: Helse Bergen/Uib.
Oppstartsår: 2010.
Forventet prosjektslutt: 2012.

Janne Grønli

Artikler:

Bjorvatn B, Grønli J, Pallesen S. Prevalence of different parasomnias in the general population. *Sleep Medicine* 2010; 11: 1031-1034. PMID: 21093361.

Flo E, Steine I, Blågstad T, Grønli J, Pallesen S, Portas CM. Transient changes in frontal alpha asymmetry as a measure of emotional and physical distress during sleep. *Brain Res.* Epub 2010 Oct 1. PMID: 20888803

Grønli J. Beste søvnartikkel i 2009. *Søvn* 2010, nr. 3 s 15.

Grønli J og Milde AM. Dyremodeller for søvn og stress – implikasjoner for mentale lidelser. *Søvn* 2010, nr 4, s 8-10.

Europeisk søvnkongress i Lisboa. *Søvn* 2010, nr. 4 s 11.

Akkreditering av søvnspesialister og søvnsentre i Norge. *Søvn* 2010, nr. 4 s 20.

Hva er status vedrørende akkreditering i Norge? *Søvn* 2010, nr. 4 s 21.

Abstrakter:

Mrdalj J, Murison R, Milde AM, Jellestad FK, Ursin R, Pallesen S, Bjorvatn B, Grønli J. Early Life Stress and the effect on circadian rhythmicity. The mother - infant relationship in rats as model. 23th Norwegian Research Council Conference on Mental Health, Øyer, Norway

Mrdalj J., Murison R., Milde A.M., Jellestad F.K., Ursin R., Pallesen S., Bjorvatn B. and Grønli J. Chronic mild stress alters body temperature rhythm and induces depression-like symptoms in rats postnatally exposed to long maternal separation. "New Concepts in Neuroscience", NevroNor, Bergen, Norway.

Mrdalj J, Murison R, Milde AM, Jellestad FK, Ursin R, Pallesen S, Bjorvatn B, Grønli J. Altered body temperature rhythm and depression-like symptoms following early and later life stress in rats. 20th Congress of the European Sleep Research Society, Lisbon, Portugal, *Journal of Sleep Research*, 2010; 19 (Suppl.2): 144.

Rød AMK, Bjorvatn B, Mrdalj J, Olsen I, Tellnes H, Pallesen S, Murison R, Grønli J. A study of long-term effects on body temperature rhythm after two exposures to social defeat in rats. 20th Congress of the European Sleep Research Society, Lisbon, Portugal, *Journal of Sleep Research*, 2010; 19 (Suppl.2): 136.

Blågestad T, Pallesen S, Lunde LH, Sivertsen B, Nordhus IH, Omvik S and Grønli J. Sleep in Older Chronic Pain Patients: A Comparative Polysomnographic Study. 20th Congress of the European Sleep Research Society, Lisbon, Portugal, Journal of Sleep Research, 2010; 19 (Suppl.2): 268.

Mrdalj J, Murison R, Milde AM, Jellestad FK, Ursin R, Pallesen S, Bjorvatn B, Grønli J. Chronic mild stress alters body temperature rhythm and induces depression-like symptoms in rats postnatally exposed to long maternal separations. 7th World Congress on Stress, Leiden, Netherland

Øines E., Murison R, Mrdalj J, Grønli J and Milde AM. Chronic social stress increases colonic permeability in rats postnatally exposed to long maternal separation. 7th World Congress on Stress, Leiden, Netherland

Gronli J. Altered body temperature and depression-like symptoms following early and later life stress in rats', 'ESRS-EU-Marie-Curie-PENS Training in Sleep Research and Sleep Medicine, Kloster Seeon, Bavaria, Tyskland

Undervisning og veiledning:

Undervisningstimer:

Grunnutdanning for helsepersonell: 11 timer egen region/0 andre regioner

Videreutdanning for helsepersonell: 16 timer egen region/16 timer andre regioner

Etterutdanning for helsepersonell: 16 timer egen region/16 timer andre regioner

Kurs:

Juni 2010: Kursleder og 8 forelesninger om 'Polysomnografi (PSG) - skåring av søvn og søvnrelaterte hendelser', to-dagerskurs for Helsepersonell og forskere som jobber med søvnmedisin og søvnforskning

Konferanse:

1 gruppepresentasjon (Early Life Stress and the effect on circadian rhythmicity. The mother - infant relationship in rats as model) ved 23. norske forskningskonferanse om psykisk helse, Øyer, Norway

3 posterpresentasjoner ved 20th Congress of the European Sleep Research Society, Lisboa, Portugal.

2 posterpresentasjoner ved 7th World Congress on Stress, Leiden, Netherland

Seminar:

Juli 2010: 15 min foredrag, 'Altered body temperature and depression-like symptoms following early and later life stress in rats', 'ESRS-EU-Marie-Curie-PENS Training in Sleep Research and Sleep Medicine, Kloster Seeon, Bavaria,

Tyskland

Mediaoppslag:

- 21.1.10: NRK nett om iphone applikasjonen Sleep Cycle
- 31.1.10: Din side om iphone applikasjonen Sleep Cycle
- 26.5.10: Klikk.no. Om å få sove i varmen
- 28.6.10: NRK Hordaland radio om sommerdepresjon
- 28.6.10: NRK nett om sommerdepresjon
- 28.7.10: BA Inception - om å dele drømmer
- 4.8.10: NRK Hordaland radio – Hvorfor gjesper vi?
- 15.8.10: Dagbladet om søvnspindler; høy frekvens høyere vekketerskel

Kongresser:

- 23. norske forskningskonferanse om psykisk helse, Øyer, Norway
- 7th World Congress on Stress, Leiden, Netherland
- 20th Congress of the European Sleep Research Society, Lisboa, Portugal.

Veiledning:

Hovedveileder for Jelena Mrdalj på doktorgradsprosjekt innen basal søvn. 'A Translational Study of Affective and Behavioral Outcomes and Genetic Modulation' Hun startet i mai 2010. Finansiering fra NFR Psykisk Helse

Medveileder for Anne Marie Kinn på et doktorgradsprosjekt om basal søvn og stress 'Social defeat – as a model of anxiety' . Hun startet i 2006. Finansiert av Det psykologiske fakultet, UiB.

Medveileder for Elisabeth Flo på et doktorgradsprosjekt om søvn, skiftarbeid og helse hos sykepleiere. Hun startet i 2010. Finansiert av Helse Vest.

Hovedveileder for Hilde Tellnes og Ingrid Olsen. 'A Study of Long-term Effects on Body Temperature Rhythm after Two Exposures to Social Defeat in Rats' på semesteroppgaven i profesjonsstudiet i psykologi. Oppgave levert våren 2010

Hovedveileder for Maja Holmeng 'Altered Body Temperature Rhythm and Depression-like Symptoms following Early and Later Life Stress in Rats', forskningsassistent, profesjonsstudiet i psykologi. Rapport levert våren 2010.

Hovedveileder for Silje Haukenes 'Altered Activity Rhythm following Early and Later Life Stress in Rats', forskningsassistent, profesjonsstudiet i psykologi. Rapport levert våren 2010.

Hovedveileder for Kristine Sirevåg 'EEG changes and corticosterone responses after Early and Later Life Stress in Rats', forskningsassistent, profesjonsstudiet i psykologi. Rapport levert våren 2010.

Hovedveileder for Leif Arvid Øvernes, Kristian Hartman og Lars Kristian Hæhre 'Effekten av tidlig og sent livsstress på utvikling av depresjon: En dyremodell' på semesteroppgaven i profesjonsstudiet i psykologi. Oppgave levert høsten 2010

Annen aktivitet:

Senterkoordinator ved Nasjonalt Kompetansesenter for Søvnsykdommer
(www.sovno.no)

Redaktør i tidsskriftet 'SØVN', utgitt ved Nasjonalt Kompetansesenter for Søvnsykdommer

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

Arrangerer kurs 'Polysomnografi (PSG) - skåring av søvn og søvnrelaterte hendelser'

Mottok tildeling av 'ESRS-EU-Marie-Curie-PENS Training in Sleep Research and Sleep Medicine with special topics on "Sleep and Memory"'.

Pågående forskningsprosjekter:

Prosjektleder: Janne Grønli.
Tittel: Early and later life stress. Effects on the brain.
Ansvarlig institusjon: UiB.
Oppstartsår: 2007.
Forventet prosjektlutt: 2011.

Prosjektleder: Ståle Pallesen.
Tittel: Early Life Stress: A Translational Study of Affective and Behavioral Outcomes and Genetic Modulation.
Ansvarlig institusjon: UiB.
Oppstartsår: 2010.
Forventet prosjektlutt: 2012.

Prosjektleder: Robert Murison.
Tittel: Social defeat – as a model of anxiety
Ansvarlig institusjon: UiB
Oppstartsår: 2006.
Forventet prosjektlutt: 2011.

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: 2011.

Prosjektleder: Jonathan Soule

Tittel: State-dependent control of LTP consolidation

Ansvarlig institusjon: UiB.

Oppstartsår: 2009.

Forventet prosjektslutt: 2012.

Prosjektleder: Sjoukje Kuipers

Tittel: BDNF and Neurogenesis in Mood Disorders:

ARCing the Gap from Psychopathology to Treatment

Ansvarlig institusjon: Bergen medisinske forskningstiftelse/UiB.

Oppstartsår: 2010.

Forventet prosjektslutt: 2013.

Prosjektleder: Inger Hilde Nordhus

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

Ansvarlig institusjon: UiB

Oppstartsår: 2005

Forventet prosjektslutt: 2011

Prosjektleder: Walter Fischer

Tittel: Aquaporinblokker til gliomceller ved hjernetumor

Ansvarlig institusjon: UiB

Oppstartsår: 2010

Forventet prosjektslutt: 2011

Prosjektleder: Per Øyvind Enger

Tittel: Strålebehandling ved hjernetumor

Ansvarlig institusjon: UiB

Oppstartsår: 2010

Forventet prosjektslutt: 2011

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: 2011

Prosjektleder: Bjørn Bjorvatn.

Tittel: Prevalens av søvnapne, insomni og søvnighet i befolkningen.

Ansvarlig institusjon: Helse Bergen/UiB.

Oppstartsår: 2010.

Forventet prosjektslutt: 2012.

Shashi Gulati

Artikler

Ingen i 2010

Utdanning/undervisning av helsepersonell

1. Forlesning om OSAS til 6 år medisinsk studenter: 1.5 timer 4 ganger per år = 6 timer
2. Demonstrasjon av pasienter til 6 år medisinsk studenter: 3 timer 4 ganger per år = 12 timer

Kurs/Kongresser

:Ingen søvnrelatert kurs/kongress i 2010

: Cambridge Anterior Skull Base Course

Addenbrooke's Hospital, Cambridge, England: 23-25 oktober 2010

Poliklinisk aktivitet: Jeg ser og vurderer 4-5 pasienter per dag med snoring og OSAS ca 2 dager i uke. Her gjennomgås øre-nese-hal undersøkelse og endoskopisk undersøkelse av øvre luftveis samt nattlig søvnregistrering.

Hadde 4 mndr. Overlegepermisjon i Mai, Juni, September og Oktober.

Annen aktivitet

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

- Arbeid relatert til utvikling og etablering av Senter for Søvnsykdommer ved Haukeland Universitetssykehus.

Fred Holsten

Artikler:

Nome S, Holsten F. A prospective longitudinal study of utilization of a psychiatric hospital in Hordaland County, Norway, from 1985 to 2003. Nord J Psychiatry. 2010 Jul 22. PMID: 20662684

Berle JO, Hauge ER, Oedegaard KJ, Holsten F, Fasmer OB. Actigraphic registration of motor activity reveals a more structured behavioural pattern in schizophrenia than in major depression. BMC Res Notes. 2010 May 27;3:149. PMID: 20507606

Øyane NM, Ursin R, Pallesen S, Holsten F, Bjorvatn B. Increased health risk in subjects with high self-reported seasonality. PLoS One. 2010 Mar 3;5(3):e9498. PMID: 20209129

Abstrakter:

Ingen

Utdanning av helsepersonell (antall timer innen grunn-, videre- og etterutdanning):

Grunnutdanning for helsepersonell: 106 timer

Videreutdanning for helsepersonell: 30 timer

Etterutdanning for helsepersonell: 26 timer

Undervisnings- og informasjonsvirksomhet:

1) Undervisning av pasienter og pårørende

(inkl innlegg/oppslag i TV, radio, aviser, intervjuer/oppslag i media):

10/6 foredrag om søvn for pasientforeningen i Bergen.

26/10 foredrag om søvn for OCD- foreningen Ananke i Bergen, 2 timer.

Kongresser:

APA 2010, New Orleans 23-29/4

APSS 2010, 5-9/6 San Antonio

ESRS 14-18/9, Lisboa

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

Hovedveileder for Siri Nome på et doktorgradsprosjekt om dødelighet ved psykiske lidelser.

Jeg veileder to 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.

Jeg driver Bergen SøvnSenter sammen med Bjørn Bjorvatn. 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.

Godkjent søvnspecialist 2009.

Pågående forskningsprosjekter:

1. Forløpet ved stoffmisbruk hos ungdom – en prospektiv studie.
Med Siri Nome
2. UiB. 2000 - 2012
3. Vagusnervestimulering ved depresjoner og bipolare lidelser.
Med Ketil Ødegaard, Frode Svendsen, Bjørn Bjorvatn, Ole Bernt Fasmer, Kenneth Hugdal m fl
UiB, Helse Bergen. 2000- 2012
4. BRUK AV STATISTISKE METODER VED STUDIER AV EPIDEMIOLOGI, LANGTIDSFORLØP OG MORTALITET VED PSYKISKE LIDELSER.
Siri Nome, Psykiatrisk institutt, UiB, / Helse Bergen.
2000- 2012
5. Kognitiv terapi ved spilleavhengighet. Pallesen S, Molde H, Arnestad HM, Skutle A, Menzoni R. UiB. 2004- 2011.
6. Vinterdepresjoner og bipolaritet.
Fred Holsten.
UiB. 20006 –
7. Bipolaritet, døgnsvingninger og antidepressiv effekt av søvndeprivasjon.

Sverre Lehmann

Artikler:

Hvidsten SC, Storesund L, Wentzel-Larsen T, Gulsvik A, Lehmann S. Prevalence and Predictors of Undiagnosed COPD in a Norwegian Adult General Population. Clin Respir J. 2010 Jan;4(1):13-21. PMID:20298413

Andre publikasjoner (ikke indeksert):

Indremedisineren nr. 2, 2010. Tumorrettet behandling via bronkoskop (intervensjonsbronkoskopi). Sundset A, Lehmann S.
<http://www.medisinstudent.no/id/163235.0>

Astma- og allergiforbundet. ASTMA/KOLSAVISEN- lev godt med astma og kols! 2010. Aldri for sent! S Lehmann

Abstrakter:

Prevalence and predictors of obstructive sleep apnea (OSA) in a general Norwegian population. T. M. Jonassen, T. M. L. Eagan, S. Lehmann (Bergen, Norway). Poster, European Respiratory Society, Annual Congress Barcelona 2010.

Utdanning av helsepersonell (antall timer innen grunn-, videre- og etterutdanning):

Grunnutdanning for helsepersonell: 22 timer (stud. med, 20% 1.amanuensisstilling)

Videreutdanning for helsepersonell: 2 timer

Etterutdanning for helsepersonell: 2 timer

Undervisnings- og informasjonsvirksomhet:

2) Undervisning av pasienter og pårørende

(inkl innlegg/oppslag i TV, radio, aviser, intervjuer/oppslag i media):

Januar 2010: Bergens Tidende: Syk uten å vite det.

Februar 2010: Bergens Tidende: Luftlokk ga snorkesjokk.

Mars 2010: Bergens Tidende: Startar unik søvneining på Haukeland.

Mars 2010: Dagens medisin: NO-test fanger opp ni av ti astmapasienter

November 2010: NRK nyheter: Lufta tar livet av folk.

November 2010: Bergens Tidende: Forurensning forkorter livet.

November 2010: Dagens Medisin: To av tre kols-tilfeller uten diagnose

Desember 2010: NRK nyheter: Halvparten plages av forurensning.

**3) Helsepersonell:
(foredrag på kurs/konferanser):**

Juni 2010: Vår møtet NFL (Norsk forening for lungemedisin) Kongsberg:
Etablering av tverrdisiplinær søvnklinikk ved Helse-Bergen- diagnostikk og
behandling av OSAS

Oktober 2010: Obligatorisk kurs i Intensiv lungemedisin for lungemedisinere, HUS/
Universitetet i Bergen. OSAS
behandling.

Desember 2010: Etterutdanning for sykepleiere HUS: Diagnostikk og behandling av
OSAS.

Kongresser:

European Respiratory Society, Annual Congress Barcelona 2010.

**Veiledning (doktorgradskandidater, forskerlinje studenter, mastergradsstudenter,
sær oppgaver etc):**

Hovedveileder for cand. med. Trygve Jobnassen på et doktorgradsprosjekt om OSAS i en
generell befolkning. 20% fordypning ved Lungeavd. høst 2010, fra jan. 2011 50%.

Annen aktivitet:

- Seksjonsoverlege ved Lungeavdelingen, Haukeland universitetssjukehus fra 011208-
dd.
- Vara Seksjonsleder for Seksjon for lungemedisin, Institutt for indremedisin,
Universitetet i Bergen fra 010909-dd
- Nestleder i Norsk forening for lungemedisin fra januar 2008- dd.
- Nasjonal delegat i European Respiratory Society 2009- 2012
- Referee-tjeneste: Oktober 2010: YRMED-CD-10-00681, Article Title: Association of
body mass index with asthma or COPD. Article type: Full Length Article. Douglas
Wayne Mapel, MD, Associate Editor Respiratory Medicine.

Pågående forskningsprosjekter:

Sverre Lehmann, Helse Bergen/Uib.
OSAS i en generell befolkning. HUSK
Prosjektperiode 1998- 2015

Sverre Lehmann, Helse Bergen/Uib.
Obstruktive lungesykdommer i en generell befolkning. HUSK
Prosjektperiode 1998- 2015

Sverre Lehmann (sign.)

Seksjonsoverlege, førsteamanuensis
Lungeavdelingen, Haukeland Universitetssykehus

Inger Hilde Nordhus

Artikler:

Danielsen YS, Juliusson, PB, Nordhus IH, Kleiven M, Meltzer HM, Olsson G, Pallesen S. The relationship between life-style and cardio-metabolic risk indicators in children: The importance of screen time. *Acta Paediatrica Scandinavica* in press. **PMID 21126262**

Danielsen YS, Pallesen S, Stormark KM, Nordhus IH, Bjorvatn B. The relationship between school day sleep duration and body mass index in Norwegian children (aged 10-12). *International Journal of Pediatric Obesity* 2010; 5: 214-220. **PMID 20233160**

Einvik G, Dammen T, Namtvedt SK, Randby A, Kristiansen HA, Somers VK, Nordhus IH, Omland T. Prevalence of cardiovascular risk factors and concentration of C-reactive protein in Type D Personality persons without cardiovascular disease. *European Journal of Cardiovascular Prevention & Rehabilitation* in press.

Hrubos-Strøm H, Randby A, Namtvedt SK, Kristiansen HA, Einvik G, Benth J, Somers VK, Nordhus IH, Russell MB, Dammen T, Omland T, Kværner KJ. A Norwegian population-based study on the risk and prevalence of obstructive sleep apnea. *Journal of Sleep Research* 2010, June 16 [Epub ahead of print]. **PMID 20561172**

Hrubos-Strøm H, Nordhus IH, Einvik G, Randby A, Omland T, Sundet K, Moum T, Dammen T. Obstructive sleep apnea, verbal memory and executive function in a community-based high risk population identified by the Berlin Questionnaire. *Sleep and Breathing* accepted.

Hynninen KM, Bjerke N, Pallesen S, Bakke P, Nordhus IH. A randomized controlled trial of cognitive behavioral therapy for anxiety and depression in COPD. *Respiratory Medicine* 2010; 104: 986-994. **PMID 20346640**

Lunde LH, Pallesen S, Nordhus IH. Characteristics of sleep in older persons with chronic pain. A study based on actigraphy and self-reporting. *The Clinical Journal of Pain* 2010; 26: 132-137. **PMID 20090440**

Nordhus IH, Hynninen MJ. Treating late-life anxiety in chronic medical illness and cognitive impairment in NA Pachana, K Laidlaw, and BG Knight (Eds.), *Casebook of Clinical Geropsychology*, (pp. 119-131). Oxford: Oxford University Press.

Omvik S, Pallesen S, Bjorvatn B, Sivertsen B, Havik OE, Nordhus IH. Patient characteristics and predictors of sleep medication use. *International Clinical Psychopharmacology* 2010; 25: 91-100. **PMID 20071997**

Sivertsen B, Nordhus IH, Bjorvatn B, Pallesen S. Sleep problems in general practice: a national survey of assessment and treatment routines of general practitioners in Norway. *Journal of Sleep Research* 2010; 19: 36-41. **PMID 19732316**

Østhus TB, Dammen T, Sandvik L, Bruun CM, Nordhus IH, Os I. Health related quality of life and depression in dialysis patients: associations with current smoking. *Scandinavian Journal of Urology and Nephrology* 2010; 44: 46-55. **PMID 20030569**

Abstrakter:

Blågestad T, Pallesen S, Lunde LH, Siveretsen B, Nordhus IH, Grønli J. Sleep in older chronic pain patients: a comparative polysomnographic study. *Journal of Sleep Research*, 2010; 19 (Suppl.2): 268

Breitve MH, Hynninen MJ, Rongve A, Årslund D, Nordhus IH. Anxiety and neuropsychological functioning in patients with a first time diagnose of mild dementia. 20th Nordic Congress of Gerontology, May 30-June 3, 2010, Reykjavik, Iceland.

Fosse HE, Stormark KM, Pallesen S, Nordhus IH, Bjorvatn B. Sleep problems and mental health problems in school-aged children (7-12 years): a longitudinal population-based study. *Journal of Sleep Research*, 2010; 19 (Suppl.2): 254.

Hynninen MJ, Nordhus IH, Breitve M. Anxiety in dementia. 20th Nordic Congress of Gerontology, May 30-June 3, 2010, Reykjavik, Iceland.

Hrubos-Strøm H, Nordhus IH, Dammen T, Omland T. A Norwegian population-based study on the risk and prevalence of obstructive sleep apnea – The Akershus sleep apnea project. 20th congress of the European Sleep Research Society, September 14-18, 2010, Lisbon, Portugal.

Lunde LH, Pallesen S, Krangnes LK, Nordhus IH. Characteristics of Sleep in older persons with chronic pain. 20th Nordic Congress of Gerontology, May 30-June 3, 2010, Reykjavik, Iceland.

Nordhus IH, Blågestad T, Pallesen S, Lunde LH, Sivertsen B, Grønli J. Sleep in older patients – A comparative polysomnographic study. 20th Nordic Congress of Gerontology, May 30-June 3, 2010, Reykjavik, Iceland.

Nordhus IH, Hynninen MJ, Pallesen S. Psychological treatment of late-life anxiety: presentation of trend data. 20th Nordic Congress of Gerontology, May 30-June 3, 2010, Reykjavik, Iceland.

Nordhus IH, Hynninen MJ. Psychological treatment studies of late-life anxiety: Developing clinically relevant trials. International Psychogeriatric Meeting (IPA), Santiago de Compostela, September, Spain 26-29.

Pallesen S, Nordhus IH, Sivertsen B, Bjorvatn B. Ten-year trends in insomnia prevalence in Norway. *Journal of Sleep Research*, 2010; 19 (Suppl.2): 292.

Preljevic V, Øshus TB, Nordhus IH, Os I, Dammen T. Depression, anxiety and somatoform disorders in patients treated with dialysis. 57th Annual Meeting of the Academy of Psychosomatic Medicine, November 10-13, 2010, Marci Island, Florida , US.

Undervisning og veiledning i 2010:

1) Undervisningstimer

Grunnutdanning for helsepersonell: 12 timer egen region, 2 timer annen region

Videreutdanning for helsepersonell: 8 timer egen region, 4 timer annen region

Etterutdanning for helsepersonell: 8 timer egen region, 8 timer annen region

2) Veilednings- og informasjonsvirksomhet

1) kurs

5 t PhD- kurs om psykologiske modeller for insomni og angst (kursleder) Det psykologiske fakultet, UiB (5. mai, 2010).

2 dagers nasjonalt PhD-kurs i geriatri/alderpsykiatri i regi av Kavli forskningssenter (14. og 15. juni 2010).

6 t seminar om lavterskeltilbud til eldre for psykologer, Norsk psykologforening, med særlig fokus på søvn og demens, Oslo (15. oktober 2010).

2 dagers PhD-kurs i forskningsetikk (kursleder) Solstrand hotell (28.og 29. oktober 2010).

2 dagers stipendiatsamling med innlegg om forskningsetikk, Det psykologiske fakultet, UiB (29. og 30. november).

2 dagers KAVLI-seminar for PhD-kandidater – med databidrag (Bergen, 13. og 14. desember 2010).

2) konferanse

5 timer symposium om depresjon, angst og søvnproblemer hos eldre for psykologer og annet helsepersonell (presymposium ved 20. nordiske kongress i gerontologi, Island, 30. mai, 2010).

Leder for symposium om angst hos eldre ved 20. Nordiske Gerontologiske konferanse på Island, Reykjavik 1. juni 2010.

3) Intervjuer/oppslag/populærvitenskapelige bidrag:

Psykisk 02 2010: Kroniske smerter i lys av psykisk helse (kronikk)

Søvn nr. 4 2010: Søvnplager og psykiske lidelser i eldre år – ser vi den eldre pasienten?

Kongresser:

20th Nordic Congress of Gerontology, May 30-June 3, 2010, Reykjavik, Iceland.

International Psychogeriatric Meeting (IPA), Santiago de Compostela, September, Spain 26-29.

Veiledning:

Hovedveileder 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. Forsvarte doktorgraden 10. februar 2010.

Hovedveileder sammen med Ståle Pallesen 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 Minna Hynninen på et prosjekt om KOLS og angst/søvn. Startet 2007: 4-årig prosjekt fra UiB.

Biveileder 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.

Biveileder 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.

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

Biveileder for cand. med. Harald Hrubos-Strøm på et doktorgradsprosjekt om søvnapné 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 Oslo Universitetssykehus, Ullevål.

Medveileder for cand. med. Valjbona Preljevic, på et doktorgradsprosjekt om psykososiale faktorer og psykisk helse hos dialysepasienter. Oppstart 2008 og knyttet til Oslo universitetssykehus, Ullevål

Annen aktivitet:

Medlem i arbeidsgruppen ved Nasjonalt kompetansesenter for søvnsykdommer www.sovno.no, Haukeland Universitetssykehus.

Leder for Graduate School of Clinical and Developmental Psychology (CDP), Det psykologiske fakultet, UiB.

Leder for Programstyret for PhD-utdanningen ved Det psykologiske fakultet, UiB.

Psykologfaglig medlem i REK, Helse Vest (fast medlem fra august 2009).

Medlem i ekspertgruppe for evaluering av psykologprosjekt, Vetenskapsrådet, Sverige.

Medlem av fagråd ved Nasjonalt kunnskapssenter for helsetjenesten.

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

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

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

Medlem av Leon Jarners forskningspriskomiteé (Leon Jarners Minnefond).

Har i meldingsåret vært reviewer i ulike internasjonale medisinske og psykologiske tidsskrift innenfor søvn og psykisk helse/eldre

Pågående forskningsprosjekter:

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: Søvnvaner 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: 2007-2010

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

Prosjektleder: Inger Hilde Nordhus
Tittel: KOLS: Epidemiologi, CBT og søvn
Ansvarlig institusjon: UiB
Prosjektperiode: 2008-2012

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

Prosjektleder: Janne Grønli
Tittel: Early Life Stress: A Translational Study of Affective and Behavioral Outcomes and Genetic Modulation.
Ansvarlig institusjon: Universitetet i Bergen
Prosjektperiode: 2008-2012

Prosjektleder: Toril Dammen (delprosjektleder)
Tittel: ASAP – The Akershus sleep apnea project
Ansvarlig institusjon: Universitetet i Oslo – Helse Sør-Øst
Prosjektperiode: 2005 – 2010

Prosjektleder: Ingrid Os
Tittel: Psychological health and sleep in dialysis patients
Ansvarlig institusjon: Universitetet i Oslo – Helse Sør-Øst
Prosjektperiode: 2005 - 2010

Ståle Pallesen

Artikler:

Andreassen CS, Hetland J, Molde H, Pallesen S. Workaholism and potential outcomes in well-being and health in a cross-occupational sample. *Stress and Health* in press.

Andreassen CS, Hetland J, Pallesen S. Workaholism, basic needs satisfaction at work, and personality. *European Journal of Personality* 2010; 24: 10-17.

Bjorvatn B, Grønli J, Pallesen S. Prevalence of different parasomnias in the general population. *Sleep Medicine* 2010; 11: 1031-1034. **PMID 21093361**

Brunborg GS, Johnsen BH, Pallesen S, Molde H, Mentzoni R, Myrseth H. The relationship between aversive conditioning and risk-avoidance in gambling. *Journal of Gambling Studies* 2010; 26: 545-559. **PMID 20155305**

Brunborg GS, Pallesen S, Diseth ÅR, Larsen S. Preoccupation with failure affects number of study hours – not academic achievement. *Scandinavian Journal of Educational Research* 2010; 54: 125-132.

Danielsen YS, Juliusson, PB, Nordhus IH, Kleiven M, Meltzer HM, Olsson G, Pallesen S. The relationship between life-style and cardio-metabolic risk indicators in children: The importance of screen time. *Acta Paediatrica Scandinavica* in press. **PMID 21126262**

Danielsen YS, Pallesen S, Stormark KM, Nordhus IH, Bjorvatn B. The relationship between school day sleep duration and body mass index in Norwegian children (aged 10-12). *International Journal of Pediatric Obesity* 2010; 5: 214-220. **PMID 20233160**

Diseth ÅR, Pallesen S, Brunborg GS, Larsen S. Academic achievement among first semester undergraduate psychology students: The role of course experience, effort, motives and learning strategies. *Higher Education* 2010; 59: 335-352.

Flo E, Steine I, Blågestad T, Grønli J, Pallesen S, Portas CM. Transient changes in Frontal Alpha asymmetry as a measure of distress during sleep. *Brain Research* 2011; 1369: 234-249.

Holsten F, Sivertsen B, Pallesen S. Søvnforstyrrelser ved psykiske lidelser. *Tidsskrift for Den Norske Lægeforening* i trykk.

Hynninen KM, Bjerke N, Pallesen S, Bakke P, Nordhus IH. A randomized controlled trial of cognitive behavioral therapy for anxiety and depression in COPD. *Respiratory Medicine* 2010; 104: 986-994. **PMID 20346640**

Kjellebold-Olsen O, Pallesen S, Eid J. The impact of partial sleep-deprivation on moral reasoning in military officers. *Sleep* 2010; 33: 1086-1090. **PMID 20815191**

Lunde LH, Pallesen S, Nordhus IH. Characteristics of sleep in older persons with chronic pain. A study based on actigraphy and self-reporting. *The Clinical Journal of Pain* 2010; 26: 132-137. **PMID 20090440**

Mamen A, Pallesen S, Martinsen EW. Changes in mental distress following individualised physical training in patients suffering from chemical dependence. *European Journal of Sport Science* in press.

Molde H, Hystad SW, Pallesen S, Myrseth H, Lund I. Evaluating lifetime NODS using Rasch modelling. *International Gambling Studies* 2010; 10: 189-202.

Molde H, Pallesen S, Sætrevik B, Hammerborg DK, Laberg JC, Johnsen BH. Attentional biases among pathological gamblers. *International Gambling Studies* 2010; 10: 45-59.

Natvik S, Bjorvatn B, Magerøy N, Sivertsen B, Pallesen S. Personality factors related to shift work tolerance in two-and three-shift workers. *Applied Ergonomics* in press. **PMID 21172694**

Omvik S, Pallesen S, Bjorvatn B, Sivertsen B, Havik OE, Nordhus IH. Patient characteristics and predictors of sleep medication use. *International Clinical Psychopharmacology* 2010; 25: 91-100. **PMID 20071997**

Pallesen S, Bjorvatn B, Magerøy N, Saksvik IB, Waage S, Moen BE. Countermeasures to the negative effects of night work. *Scandinavian Journal of Work, Environment and Health* 2010; 36: 109-120. **PMID 20011984**

Pallesen S, Saxvig IW, Molde H, Sørensen E, Wilhelmsen-Langeland, A, Bjorvatn B. Brief report: Behaviorally Induced Insufficient Sleep Syndrome in Older Adolescents: Prevalence and Correlates. *Journal of Adolescents*, in press. **PMID 20303581**

Saksvik IB, Bjorvatn B, Harvey, AG, Waage S, Harris A, Pallesen S. *Adaption and readaption to different shift work schedules measured with sleep diary and actigraphy*. *Journal of Occupational Health Psychology* in press.

Saksvik IB, Bjorvatn B, Hetland H, Sandal GM, Pallesen S. Individual differences in tolerance to shift work. A systematic review. *Sleep Medicine Reviews* in press. **PMID 20851006**

Sivertsen B, Nordhus IH, Bjorvatn B, Pallesen S. Sleep problems in general practice: a national survey of assessment and treatment routines of general practitioners in Norway. *Journal of Sleep Research* 2010; 19: 36-41. **PMID 19732316**

Øyane NMF, Ursin R, Pallesen S, Holsten F, Bjorvatn B. Increased Health Risk in Subjects with High Self-Reported Seasonality. *PLoS ONE* 2010; 5(3): e9498.doi:10.1371/journal.pone.0009498. **PMID 20209129**

Abstrakter:

Saxvig, IW, Wilhelmsen-Langeland A, Pallesen S, Bjorvatn B. The prevalence of delayed sleep phase in Norwegian high school students. *Journal of Sleep Research*, 2010; 19 (Suppl.2): 130-131.

Rød AMK, Bjorvatn B, Mrdalj I, Olsen HT, Pallesen S, Murison B, Grønli J. A study of long-term effects on body temperature rhythm after two exposures to social defeat in rats. *Journal of Sleep Research*, 2010; 19 (Suppl.2): 136.

Mrdalj J, Murison B, Milde AM, Jellestad FK, Ursin R, Pallesen S, Bjorbatn B, Grønli J. Altered body temperature rhythm and depression-like symptoms following early and later life stress in rats. *Journal of Sleep Research*, 2010; 19 (Suppl.2): 144.

Danielsen YS, Pallesen S. Sleep in children with obesity compared to normal weight children. *Journal of Sleep Research*, 2010; 19 (Suppl.2): 203.

Pallesen S, Eid J, Kjellwvold-Olsen O. Sleep deprivation impairs quality of moral reasoning in military officers. *Journal of Sleep Research*, 2010; 19 (Suppl.2): 217.

Natvik S, Bjorvatn B, Moen BE, Magerøy N, Sivertsen B, Pallesen S. Personality factors related to shift work tolerance in two and three shift workers. *Journal of Sleep Research*, 2010; 19 (Suppl.2): 217-218.

Waage S, Pallesen S, Moen BE, Bjorvatn B. Shift work, age and morningness and associations with sleep and health. *Journal of Sleep Research*, 2010; 19 (Suppl.2): 218.

Flo E, Notelaers G, Bjorvatn B, Moen BE, Pallesen S, Magerøy, N. Shift work disorder and its relation to reduced health related quality of life. *Journal of Sleep Research*, 2010; 19 (Suppl.2): 218.

Fosse HE, Stormark KM, Pallesen S, Nordhus IH, Bjorvatn B. Sleep problems and mental health problems in school-aged children (7-12 years): a longitudinal population-based study. *Journal of Sleep Research*, 2010; 19 (Suppl.2): 254.

Blågestad T, Pallesen S, Lunde LH, Siveretsen B, Nordhus IH, Grønli J. Sleep in older chronic pain patients: a comparative polysomnographic study. *Journal of Sleep Research*, 2010; 19 (Suppl.2): 268.

Brunborg GS, Mentzoni RA, Molde H, Myrseth H, Skouverøe KJ, Bjorvatn B, Pallesen S. Associations between media use in the bedroom, sleep habits and symptoms of insomnia. *Journal of Sleep Research*, 2010; 19 (Suppl.2): 291-292.

Pallesen S, Nordhus IH, Sivertsen B, Bjorvatn B. The-year trends in insomnia prevalence in Norway. Journal of Sleep Research, 2010; 19 (Suppl.2): 292.

Undervisning og veiledning i 2010:

1) Undervisningstimer

Grunnutdanning for helsepersonell: 11 timer egen region, 4 timer annen region
Videreutdanning for helsepersonell: 24 timer egen region, 27 timer annen region
Etterutdanning for helsepersonell: 24 timer egen region, 27 timer annen region

2) Veilednings- og informasjonsvirksomhet

a) kurs

2 t søvndeprivasjon på ubåttsjefskurs, Haakonvern (27. jan, 2010).
4 timers forelesning om søvndeprivasjon for offiserer på Sjøkrigsskolen (28. april, 2010).
8 timers forelesning om søvndeprivasjon for offiserer på Sjøkrigsskolen (21. mai, 2010).
2,5 timers foredrag om behandling av insomni for ansatte og andre interesserte ved Skogli rehabiliteringssenter, (27. okt 2010).

b) konferanse

5 timer forelesning om søvn og søvnlidelser for helsepersonell, på Nattevaktskonferansen, Hamar, 14. april 2010.
Symposiumleder for symposium om søvn hos eldre ved 20. Nordiske Gerontologiske konferanse på Island, Reykjavik den 31. mai 2010.
Symposiumleder for symposium om moderne behandling av søvnlidelser på psykologikonferansen Oslo, 31. august 2010.

f) Intervjuer/oppslag i media:

16.01.10 Intervjuet på forskning.no om søvndeprivasjon
13.03.10 Intervjuet i studenttorget.no om søvnhygieneråd i studiehverdagen
20.03.10 Intervjuet i Dagbladet om søvn
04.04.10 Intervjuet i BT om selvpåført søvnmangel
15.04.10 Intervjuet i Dagbladet om atferdsindusert søvnmangelsyndrom
01.05.10 Intervjuet om søvnkvalitet hos eldre i Psykisk nr 2, 2010.
01.09.10 Intervjuet i bladet Mat og helse om b-mennesker
26.10.10 Intervjuet på forskning.no om genetisk søvnfølsomhet
27.10.10 Intervjuet på P1 om HLA-BQC1-0602 og søvnighet
22.11.10 Intervjuet av NRK-puls om elektroniske media og søvn
Nov/Des Intervjuet i Det Nye Shape Up om søvn
12.12.10 Intervjuet i Dagbladet om søvn og metabolske parametre
30.12.10 Intervjuet i Dagbladet om søvn, og søvnmangel.

Veiledning:

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. Forsvarte doktorgraden 10. februar 2010.

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-Langeland på et doktorgradsprosjekt om søvn blant ungdommer og effekten av behandling ved forsinket søvnfasesyndrom. Startet 2007. 4-årig stipend fra NFR.

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.

Hovedveileder for cand. psychol Ingvild Berg Saksvik på et prosjekt knyttet om søvn, skiftarbeid og helse i petroleumssektoren. Startet 2009. 3-årig prosjekt fra NFR.

Annen aktivitet:

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

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 det sentrale forskningsutvalget, Universitetet i Bergen.

Leder for forskningspolitisk utvalg, Norsk Psykologforening.

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

Leder for programstyret for årsstudiet og bachelorgraden i generell psykologi (fra mai 2009)

Medlem i programstyret for profesjonsstudiet i psykologi (fra mai 2010)

Medlem i laboratoriekomiteen for C12 ved Det psykologiske fakultet.

Medlem Editorial Board European Psychologist

Section Editor for Health and Disability Section i Scandinavian Journal of Psychology

Pågående forskningsprosjekter:

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: 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: 2007-2010

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 losere
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: PUSSE - Arbeidstidsordninger i offshoresektoren
Ansvarlig institusjon: Universitetet i Bergen
Prosjektperiode: 2008-2012

Prosjektleder: Bente Elisabeth Moen
Tittel: SUSH – sykepleierundersøkelse av skiftarbeid, søvn og helse
Ansvarlig institusjon: Universitetet i Bergen
Prosjektperiode: 2008-2019

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

Prosjektleder: Ståle Pallesen
Tittel: Utvikling av selvrapporteringsmål på søvnhygiene knyttet til bruk av elektroniske

medier

Ansvarlig institusjon: Universitetet i Bergen
Prosjektperiode: 2009-2011

Prosjektleder: Ståle Pallesen
Tittel: Effekt av utsatt skolestart på søvn og ytelse
Ansvarlig institusjon: Universitetet i Bergen
Prosjektperiode: 2009-2011

Prosjektleder: Ståle Pallesen
Tittel: Søvn og bruk av elektroniske medier
Ansvarlig institusjon: Universitetet i Bergen
Prosjektperiode: 2009-2012

Prosjektleder: Bjørn Bjorvatn
Tittel: Bok som selvhjelp ved kronisk insomni
Ansvarlig institusjon: Universitetet i Bergen
Prosjektperiode: 2009-2011

Prosjektleder: Janne Grønli
Tittel: Early Life Stress: A Translational Study of Affective and Behavioral Outcomes and Genetic Modulation.
Ansvarlig institusjon: Universitetet i Bergen
Prosjektperiode: 2008-2012

Prosjektleder: Helge Molde
Tittel: søvn- og søvnvaner hos skoleungdom i videregående skole i Hordaland
Ansvarlig institusjon: Universitetet i Bergen
Prosjektperiode: 2009-2011

Håvard Skeidsvoll

Seksjonsoverlege ved Klinisk nevrofysiologisk seksjon ved Haukeland universitetssykehus.

Jobber med søvnanalyser av typen helnatt polysomnografi og MSLT. Utstyr av typen Embla og Embletta samt enkel pulsoksymetri som screening.

Hyppig registreringer av søvn i forbindelse med epilepsiutredninger; enten som kontinuerlig 24 timers EEG /video overvåking eller dagtid søvnprovokasjonstesting etter forutgående søvndeprivasjon.

Utdanning av helsepersonell:

Medisinerstudenter 3 t

Internundervisning på egen seksjon 2 t

Div telefoniske kontakter med råd, veiledning og råd til kolleger og andre søvninteresserte både i og utenfor egen region.

Ca 5 kontakter med media der journalister ønsker tips og råd i forbindelse med pågående prosjekt knyttet til søvn.

Annen aktivitet:

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

- Deltakelse i referansegruppen til SOVno, Nasj. Kompetansesenter for søvn sykdommer, Arbeidsutvalgsmøter og forskningsmøter

Prosjekter:

- Oppfølgende studie av hypotermibehandlet comapasienter etter gjenoprettet sirkulasjon ved hjertestans.
- Nevrofysiologiske markører etter Nordsjø-dykking

Eli Sørensen

Artikler:

Pallesen S, Saxvig IW, Molde H, Sørensen E, Wilhelmsen AB, Bjorvatn B. Brief report: Behaviorally Induced Insufficient Sleep syndrome in older adolescents: Prevalence and correlates Journal of Adolescence 2010: 1-5. PMID: 20303581

Sørensen Eli. Søvn og barne- og ungdomspsykiatri. Søvn nr. 4, 2010

Sørensen Eli. Søvnproblemer, søvnforstyrrelser og barne- og ungdomspsykiatri. Veileder i Spesialutdanninga i barne- og ungdomspsykiatri.
<http://www.legeforeningen.no/id/160556.0?tipsReturnCode=3>

Undervisning og veiledning i 2009:

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

Grunnutdanning: 32 t egen region

Etterutdanning for helsepersonell: 2,5 timer egen region

Videreutdanning for helsepersonell: 2,5 t timer egen region

2) Veilednings- og informasjonsvirksomhet

- a. Kurs**
- b. Konferanse**
- c. Seminar**
- d. Nettmøte**
- e. Veiledningsmaterieill**
- f. Intervjuer/oppslag i media:**

Hvilken primære målgruppe:

- **Pasienter og pårørende**
- **Kommunal helsetjeneste**
- **Spesialtjenesten**
- **Helsepersonell**
- **Media**
- **Politikere**

1,5 t Søvnforstyrrelser hos barn og ungdom. Målgruppe:Helsepersonell i voksenpsykiatri Helse Bergen

1 t Søvnproblemer og barne- og ungdomspsykiatri. Målgruppe: Leger i spesialistutdanning og spesialister i barne- og ungdomspsykiatri, Helse Bergen

28.4. 2010 Foreldre&Barn klikk.no. Faglig kommentar

23.6. Konsekvenser av for lite søvn hos førskolebarn. Intervju med Forskning.no.
Andreas Ringdal Graven
23.6. d.s. nettutgaven av Foreldre og barn. Kari Mathilde Hestad
08.07.10 Effekt av utsatt skolestart. Intervju med NRK.no, Solveig Husøy
23.11.10 NRK Puls, NRK Forbrukerinspektørene, Emrah Senel. Faglig bistand til nettsak.

Kongresser:

20th Congress of the European Sleep Research Society i Lisboa, Portugal

Congress of the International Pediatric Sleep Association joint meeting with Pediatric Sleep Medicine Conference i Roma, Italia

Annen aktivitet:

- Medlem av Nasjonalt Kompetansesenter for søvn sykdommer ([Sovno](#)), Helse Bergen HF.
- Sekretær Norsk Forening for Søvnforskning og Søvnmedisin.
- Overlege i barne- og ungdomspsykiatri, Helse Bergen.

Pågående forskningsprosjekter:

Eli Sørensen

Tittel: Søvn hos mor og barn etter fødsel

Ansvarlig institusjon: Helse Bergen

Prosjektnr.: 2007-006

<http://inraweb.haukeland.no/kkf/prosjekt.asp?ProsjektID=2007006>

NSD nr.: 8828

Medarbeider: Reidun Ursin, Bjørn Bjorvatn, Eldrid Fiske

Prosjektperiode: ---2012

Eli Sørensen

Tittel: Søvnvaner og døgnrytme hos ungdom

Ansvarlig institusjon: Helse Bergen

Prosjektnr.: 2005-034

<http://inraweb.haukeland.no/kkf/prosjekt.asp?prosjektID=2005034>

NSD nr.: 9058

Medarbeider: Reidun Ursin og Fred Holsten

Prosjektperiode: ---2012

Bjorvatn Bjørn

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

Ansvarlig institusjon: Universitetet i Bergen

Prosjektnummer: ?
Doktorgradsstipendiater: Saxvig IW og Wilhelmsen A
Medarbeidere: Ståle Pallesen og Eli Sørensen
Prosjektperiode: ?

Janne Grønli
Tittel: Early and later life stress in rats – effects on the brain
Ansvarlig institusjon: Universitetet i Bergen
Medarbeidere: Robert Murison, Bjørn Bjorvatn, Reidun Ursin , Chiara M Portas og Eli Sørensen
Prosjektperiode: ---?

Førsteamanuensis Sabine Ruths
Tittel: ADHD og legemiddelbruk
Ansvarlig institusjon: Universitetet i Bergen
Forskerlinjestudent: Paul Lillemoen
Medarbeidere: Svein Kjosavik og Eli Sørensen
Prosjektperiode: ---?

Reidun Ursin

Artikler:

Øyane NM, Ursin R, Pallesen S, Holsten F, Bjorvatn B. Increased health risk in subjects with high self-reported seasonality. PLoS One. 2010 Mar 3;5(3):e9498. PMID 20209129

Abstrakter:

Mrdalj J, Murison R, Milde AM, Jellestad FK, Ursin R, Pallesen S, Bjorvatn B, Grønli J. Altered Body Temperature Rhythm and Depression-like Symptoms following Early and Later Life Stress in Rats. *J. Sleep Research* 2010, 19(Suppl.1):144.

Undervisning og veiledning i 2010:

f. Intervjuer/oppslag i media;

NRK morgenradio 8. september 2010, intervju om drømmer.

Dagbladet v. Tora Morset 26. oktober 2010. Intervju om HLA DQB1 *0602 genvarianten, narlokepsi og ulik reaksjon på partiell søvndeprivasjon.

Kongresser:

20th Congress of the European Sleep Research Society, 14-18 September 2010, Lisbon, Portugal

Veiledning-doktorgradskandidater:

Medveileder for Gunn-Marit Aasvang, Nasjonalt Folkehelseinstitutt.
Hun **disputerte** for Ph.D-graden ved Det medisinske Fakultet, Universitetet i Oslo, 11. juni, med avhandlingen: Effects of transportation noise on sleep Assessment of nighttime noise exposure from railway and road traffic and effects on self-reported sleep and sleep assessed by polysomnography.

Annen aktivitet:

Medlem av av Nasjonalt Kompetansesenter for søvn sykdommer (www.sovno.no),
Medlem av Editorial Board i *Journal of Sleep Research*.

Pågående forskningsprosjekter

Prosjektleder Reidun Ursin:
Tittel: Livsstilfaktorer og søvn
Ansvarlig institusjon: UiB
Prosjektperiode 2007 - 2011

Prosjektleder: Janne Grønli.
Tittel: Early and later life stress. Effects on the brain.
Ansvarlig institusjon: UiB.
Prosjektperiode 2007- 2011

Prosjektleder: Ståle Pallesen.
Tittel: Early Life Stress: A Translational Study of Affective and Behavioral Outcomes and Genetic Modulation.
Ansvarlig institusjon: UiB.
Prosjektperiode 2010 - 2012

Prosjektleder: Ståle Pallesen
Tittel: Søvn lengde og mortalitet i Hordalandsundersøkelsen.
Ansvarlig institusjon: UiB.
Prosjektperiode 2010 - 2013