



## **Nätverket Sömn och Hälsa (The Swedish Network for Sleep and Health)**

Nätverket Sömn och Hälsa bildades våren 2004. Nätverkets intensioner är att olika intresseområden inom "Sömn och Hälsa" kan samordnas och bidra med idéer, förändringsarbeten från ny eller befintlig forskning och från erfarenhetsbaserad kunskap. Tillsammans kan detta tillämpas i den kliniska verksamheten, inom utbildningar men har också en stor betydelse och allmänintresse ute i samhället.

I samordningsgruppen för nätverket ingår Rhiannon Djupdalen, Jan-Erik Broman, Arja Höglund, Christina Sandlund, Pernilla Garmy, Patricia Granzin, Amanda Hellström och Ulla Edéll-Gustafsson.

Vi som ingår i samordningsgruppen kommer från hela Sverige, är kliniskt verksamma inom vård och omsorg, disputerade forskare, sjuksköterskor och biomedicinska analytiker som bedriver studier, förändringsarbeten eller forskning kopplat till sömn och hälsa. Även om övervägande delen av oss som ingår i nätverket är sjuksköterskor, är nätverket multiprofessionellt inriktat d.v.s. att olika yrkesgrupper ingår i nätverket.

Målsättningen är att:

- Samla, bevaka, utveckla och sprida både teoretisk och praktisk kunskap i omvårdnad inom sömn, aktivitet och hälsa,
- Stimulera till diskussion, klinisk tillämpning, undervisning och utvärdering av såväl klinisk kunskap och erfarenheter som aktuell forskning,
- Främja nya studier och forskning samt knyta kontakter inom landet, men också i Norden, Europa.
- Bidra till samarbete inom teori- och metodutveckling,
- Synliggöra den kompetens som finns inom "sömnproblematiken" kopplat till hälsa i omvårdnad.

Nätverket ordnar en årlig konferens- och utbildningsdag, och delar ut 1-2 stipendier.

Mer information om Nätverket Sömn och Hälsa finner du på nätverkets hemsida

[www.somnohalsa.se](http://www.somnohalsa.se)

Kontaktperson för nätverket är Ulla Edéll-Gustafsson

[ulla.edell-gustafsson@liu.se](mailto:ulla.edell-gustafsson@liu.se)

Anmälan till nätverkets mail-lista och därmed deltaga i nätverket

[somnohalsa@hotmail.com](mailto:somnohalsa@hotmail.com)

## **Presentation av Samordningsgruppen**

Jan-Erik Broman, leg. sjuksköterska, docent i psykiatri. Arbetar som sjuksköterska på sömn- och andningscentrum vid Akademiska sjukhuset i Uppsala. Är knuten som forskare till Institutionen för neurovetenskap, psykiatri vid Uppsala universitet. Intresseområden är klinisk sömnmedicin med inriktning mot insomnier och parasomnier samt epidemiologi och självskattningsskalor inom området.

E-post: [jan-erik.broman@akademiska.se](mailto:jan-erik.broman@akademiska.se)

Rhiannon Djupdalen, leg. sjuksköterska, fil mag i omvårdnadsvetenskap. Arbetar som sjuksköterska i Hälso- och Sjukvårdsverksamheten i Västerviks kommun. Har genomfört förändringsarbeten för nattarbete i särskilda boenden. Hennes magisteruppsats handlade om sömnstörning vid Alzheimers sjukdom hos personer som bor hemma. Studerar nu på masterprogrammet och arbetar med en studie om sömn och demenssjukdom på särskilt boende.

E-post: [rhiannon.djupdalen@vastervik.se](mailto:rhiannon.djupdalen@vastervik.se)

Ulla Edéll-Gustafsson, leg. sjuksköterska inom intensivvård, professor och docent i omvårdnad, medicine doktor i vårdvetenskap. Arbetar som universitetslektor vid institutionen för Medicin och Hälsa, avdelning Omvårdnad vid Hälsouniversitetet, Linköpings universitet i Linköping. Är knuten till olika multicenterstudier som pågår i samarbete med bla institutionen för klinisk Neurofysiologi, avdelningen för kardiologi och folkhälsovetenskap vid Hälsouniversitetet och Universitetssjukhuset i Linköping. Intresseområden är instrumentutveckling, prevention, utbildning som rör sömnen, aktivitet, hälsa och livskvalitet dels hos patienter med långvarig sjukdom och dels i befolkningen.

E-post: [ulla.edell-gustafsson@liu.se](mailto:ulla.edell-gustafsson@liu.se)

Pernilla Garmy, leg sjuksköterska, specialistutbildad barnsjuksköterska, skolsköterska, master i medicinsk vetenskap och doktorand vid Lunds Universitet. Arbetar vid Högskolan i Kristianstad.

E-post: [pernilla.garmy@med.lu.se](mailto:pernilla.garmy@med.lu.se)

Patricia Granzin, leg. biomedicinsk analytiker med fysiologisk specialitet, lymf terapeut. Arbetar på Aleris FysiologLab Sophiahemmet, ingår i sömnenheten och utför sömnregistreringar och behandlar sömnapnoiker med CPAP. Ingår i en grupp under SFSS som arbetar fram riktlinjer för certifiering av BMA/SSK som arbetar som ”sömntechniker”.

E-post: [patricia.granzin@aleris.se](mailto:patricia.granzin@aleris.se)

Amanda Hellström, leg. sjuksköterska med specialistutbildning i kirurgisk omvårdnad, doktor i medicinsk vetenskap. Arbetar vid Blekinge Tekniska Högskola och undervisar i sjuksköterskeprogrammet samt i magisterutbildning inom omvårdnad.

E-post: [amanda.hellstrom@bth.se](mailto:amanda.hellstrom@bth.se)

Arja Höglund, leg. sjuksköterska, magister i klinisk neurologi och doktorand i klinisk neurovetenskap, Karolinska institutet. Forskningsområdet är besvärande dagsömnighet vid Parkinsons sjukdom: relation till andra sjukdomsaspekter och konsekvenser för patienternas dagliga liv. Arbetar som diagnosinriktad sjuksköterska på neurologiska kliniken, Karolinska Universitetssjukhuset Huddinge, Stockholm. Intresseområden är skattningsskalor och hur sömnrelaterade fenomen påverkar dagliga livets aktiviteter hos personer med Parkinsons sjukdom.

E-post: [arja.vehkala-hoglund@karolinska.se](mailto:arja.vehkala-hoglund@karolinska.se)

Christina Sandlund, leg. sjuksköterska, distriktssköterska, doktorand på Karolinska Institutet. Träffar patienter med insomni och ger KBT-baserad behandling både enskilt och i grupp. Arbetar på Centrum för Allmänmedicin i Stockholm som vårdutvecklingsledare för sömn. Leder ett projekt där insomnibehandling implementeras och utvärderas inom primärvården i Stockholms läns landsting. Intresseområde, insomni- bedömning, analys och behandling.

E-post: [christina.sandlund@ki.se](mailto:christina.sandlund@ki.se)