



Klinisk dokumenteret evidens

Evidensbaseret Døgnrytmelys

En højteknologisk løsning integreret med musikintervention på Hudiksvall Sygehus



CHROMAVISO
LIGHT IS LIFE

Mere ro og bedre søvn

Patienter med individuelle lysbehov og en personalegruppe med skiftende vagtskemaer og tilhørende søvnproblemer var årsagen til, at intensivafdelingen på Hudiksvalls Sygehus valgte Chroma Zenit døgnrytmelys. En helhedsorienteret løsning, der skaber optimale betingelser for behandling og arbejdsmiljø.

I 2015 fik Hudiksvalls Sygehus installeret døgnrytmelys på den generelle intensivafdeling - som det første hospital i Sverige. Løsningen er tilpasset afdelingens rytme samt patienternes diagnoser og behov. En helhedsorienteret døgnrytmeløsning, der kombinerer hensyntagen til både patienter og personale med både lys og lyd.

Bedre søvn og mere energi

Løsningen er dokumenteret i både kliniske studier, opfølgingsstudier, brugerundersøgelser og i procedurer på mere end 130 hospitaler i Norden. En brugerundersøgelse og interviews på afdelingen på Hudiksvalls Sygehus viser, at døgnrytmelyset har haft stor effekt både for patienter og personale.

“Det er særligt vigtigt for os, da vi arbejder i tre skift. Mange havde svært ved at falde i søvn efter en nattevagt, men da vi fik lyset, bemærkede personalet hurtigt, at de følte sig mere friske på arbejdet og havde nemmere ved at falde i søvn, når de kom hjem.”

Inga-Lill Bergsman, Afdelingschef

Samtidig oplever personalet, at døgnrytmelyset er behageligt at være og arbejde i samt at det giver optimalt lys hele døgnet rundt, hvilket er afgørende for arbejdsmiljøet, sikkerheden og plejen.

En helhedsorienteret løsning

Chroma Zenit stabiliserer døgnrytmen og øger følelsen af tid og sted. Det følger det naturlige lys udenfor og udvikler sig gradvist hele dagen - fra det blide morgenlys til det kraftige dagslys omkring middagstid og det varme, bredspektrede natlys. Lyset indstilles individuelt ved hver seng ud fra den enkelte patients ønsker og diagnoser samt personalets behov for lys til individuel behandling. Derudover er lyddæmpning og musikterapi integreret i løsningen, så der skabes en samlet miljø med fokus på integritet, ro og privatliv - i en åben arkitektur.



Patienterne oplever mere ro

Døgnrytmeløsningen har haft en positiv indvirkning på patienternes søvn og trivsel.

“De forskellige lysindstillinger er vigtige for patienten. De skaber den bedste miljø for, at patienterne kan sove godt”

Pia Lago-Lengquist, Sygeplejerske

Det fortæller sygeplejersken Pia Lago-Lengquist, mens hendes kollega Kristina Löf tilføjer: “Natlyset er godt, når der skal være stille og roligt, og det hvide lys bruger vi, når vi f.eks. skal tage en blodprøve. De situationsbestemte lysindstillinger er et vigtigt supplement til den generelle døgnrytmeløsning.”

Udover søvn og ro viser brugerundersøgelsen, at personalet oplever en effekt på blandt andet patienternes risiko for at udvikle forvirringstilstand, depression og træthed.

Dette er resultater, der også er dokumenteret i internationale kliniske undersøgelser udført på Rigshospitalet, Harvard University og Aarhus Universitetshospital. Andre internationale studier har yderligere vist, at døgnrytmelyset reducerer indlæggelsestiden og forbedrer patientens sundhedsresultater.



Overvågningsrum, sengesteder, enkeltværelser og korridorer

Intensivafdelingen har Chroma Zenit døgnrytmelys overalt på afdelingen. Lyset styres ved hver seng, men også centralt fra overvågningsrummet via en intuitiv betjeningskærm. Når det er aften, og patienterne skal sove, slukkes lyset ved patienternes senge, mens korridorer og overvågningsrum har et varmt, bredspektret natlys, der ikke forstyrrer kroppens døgnrytme, men stadig giver personalet tilstrækkeligt arbejdslys.



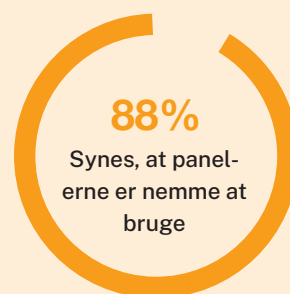
Patientorienterede lysindstillinger

Lysindstillingerne er udviklet i tæt samarbejde med personalet for at støtte forskellige arbejdsituationer i løbet af døgnet. Om natten, når patienten ligger i mørke, har personalet en række muligheder for at tænde lys, der forstyrrer patienterne så lidt som muligt. For eksempel en lille spot til enkle behandlinger eller et varmt, bredspektret lys for at berolige og skabe tryghed. Der er også integreret lyddæmpning for at afskærme patienterne mod unødvendige forstyrrelser fra f.eks. korridorer eller nærliggende sengesteder.



Brugerundersøgelse af Chroma Zenit døgnrytmelys

Hudiksvall Sygehus, november 2017



Patient

72% Bedre søvn **52%** Mindre træthed
80% Mere ro **52%** Mindre depression
47% Mindre forvirret **52%** Bedre trivsel

Personale

75% Mere ro **43%** Mindre depression
75% Mere energi **72%** Mindre trætte øjne
75% Mindre træthed **79%** Bedre trivsel

Om Chromaviso

Chromaviso ændrer standarderne for belysning for at forbedre sundhed, behandlingskvalitet, pleje, arbejdsmiljø og effektivitet inden for sundhedssektoren. Gennem teknologisk innovation og tæt samarbejde med sundhedsfagfolk skaber vi og anvender integrerede og meget foretrukne belysningsløsninger med dokumenteret effekt.

Lær mere på

www.chromaviso.com, [LinkedIn/Chromaviso](#) eller [X/Chromaviso](#).



CHROMAVISO
LIGHT IS LIFE