



Pressmeddelande från Sahlgrenska akademien vid Göteborgs universitet, onsdag den 15 mars 2017.

Patienter i intensivvård mår bättre med dygnsanpassat ljus

Ljusklimatet inom intensivvården påverkar hur patienterna mår – också ett år efter avslutad sjukhusvistelse, visar ny forskning. Med dygnsanpassad belysning främjas hälsan även för patienter som knappt är vid medvetande när de tas in för vård.

– Det är jätteviktigt med normal dygnsrytm och ljuset är den miljöfaktor som påverkar mest, säger Marie Engwall, doktorand i vårdvetenskap och hälsa vid Sahlgrenska akademien och universitetsadjunkt på Högskolan i Borås, med en bakgrund som ambulans- och narkossjuksköterska.

Hennes forskning handlar om svårt sjuka eller skadade patienter som tas in för intensivvård, inledningsvis ofta i sövt tillstånd och i en sjukhusmiljö där undersökningar och behandlingar måste kunna pågå dygnet runt.

Många patienter är förvirrade och dygnsvilla, och det är här ljuset kommer in. Som motvikt till den traditionella IVA-avdelningen med låga ljusnivåer dagtid, och nätter då belysningen tänds upp frekvent, skapades en experimentell miljö med så kallat cykliskt ljus som skiftade över dygnet i fjorton olika ljusscener.

Lugnande funktion

Morgnarna inleddes med svagt och rödaktigt gryningsljus som vid åttatiden övergick i starkt och blått ljus, liknande dagsljus. Mitt på dagen sänktes styrkan något för att patienterna även skulle uppleva befintligt dagsljus, för att sedan höjas igen på eftermiddagen.

Mot kvällen blev ljuset åter svagare och varmare. Ljuskällorna var då också lägre placerade, och natttid kom endast ett svagt och varmt ljus från golvlamporna. Allt för att efterlikna det naturliga ljuset över dygnet.

– Patienterna var mycket nöjda med belysningsmiljön. Den hade en lugnande funktion och hjälpte till att stödja dygnsrytmen. Tidigare forskning visar att det är väldigt viktigt med en stabil dygnsrytm för hormonnivåer och andra fysiologiska funktioner i kroppen, säger Marie Engwall.

Den enkätundersökning som gjordes ett halvår efter utskrivning gav inte någon entydig bild av patienternas återhämtning. Marie Engwall beskriver denna tid som en skör period för många. Efter ytterligare ett halvår lät det dock annorlunda när samma hundra patienter tillfrågades igen om fysisk och psykisk hälsa, aptit och sömn.

Signifikant bättre

– Patienter vårdade i vårt experimentrum uppvisade en signifikant bättre självskattad återhämtning efter tolv månader jämfört med patienter i kontrollgruppen. Jag påstår inte att allt hänger på ljuset men här finns en indikation och ett tydligt fynd att jobba vidare med, säger Marie Engwall.

Hennes forskning har patientfokus men även friska besökares intryck utvärderades i en enkät, som gav positivt resultat. Personal har inte varit tillfrågad i de aktuella studierna, men Marie Engwall har ändå fått en del respons under resans gång.

– De tycker väldigt mycket om ljuset, som ger bra arbetsbelysning under dagen. På nätterna är nivåerna lägre än de är vana vid, för att patienterna ska sova bättre, konstaterar hon.

Länk till avhandlingen: <https://gupea.ub.gu.se/handle/2077/50859>

Ansvarig forskare: Marie Engwall 0733 787 377; marie.engwall@hb.se

Presskontakt: Margareta Gustafsson Kubista 0705 301 980; margareta.g.kubista@gu.se

Med 6 000 studenter och 1 800 anställda är Sahlgrenska akademien Göteborgs universitets största fakultet. Vid Sahlgrenska akademien bedrivs undervisning och forskning inom medicin, odontologi och vårdvetenskap. Vi sysselsätter 900 forskare engagerade i nationella och internationella samarbeten för att förebygga, lindra och behandla sjukdom och ohälsa.