



Chroma Zenit

Evidensbaserat Dygnsrytm ljus

En högteknologisk lösning integrerad med musikintervention på Hudiksvall Sjukhus

Mera ro och bättre sömn

Patienter med individuella behov av ljus och en personalgrupp med skiftande schema och tillhörande sömnproblem var orsaken till att intensivvårdsavdelningen på Hudiksvalls Sjukhus valde Chroma Zenit dygnsrytmlyset. En helhetsorienterad lösning som skapar optimala förutsättningar för behandling och arbetsmiljö.

Hudiksvalls Sjukhus fick i 2015 installerat dygnsrytmlyset på den allmänna intensivvårdsavdelningen – som det första sjukhuset i Sverige. Lösningen är anpassad till avdelningens rytm och patienternas diagnoser och behov. En helhetsorienterad dygnsrytmlysning som förenar hänsyn till patienter och personal med både ljus och ljud.

Bättre sömn och mera energi

Lösningen är dokumenterad i både kliniska studier, uppföljningsstudier, användarundersökningar och i procedurer på mer än 130 sjukhus i Norden. En användarundersökning och intervjuer på avdelningen på Hudiksvalls Sjukhus visar att dygnsrytmlyset har medfört stor effekt för både patienter och personal.

“Det är särskilt viktigt för oss, för vi arbetar i tre skift. Många hade svårt att somna efter ett nattpass, men när vi fick ljuset märkte personalen snabbt att de kände sig piggare på jobbet och somnade enklare när de kom hem.”

Inga-Lill Bergsman, Vårdenhetschef

Samtidigt upplever personalen att dygnsrytmlyset är behagligt att vara och arbeta i samt att det ger ett optimalt ljus dygnet runt, vilket är avgörande för arbetsmiljön, säkerheten och vården.

Helhetsorienterad lösning

Chroma Zenit stabiliserar dygnsrytmen och ökar känslan av tid och plats. Det följer det naturliga ljuset utanför och utvecklas långsamt hela dygnet – från det att ljuset går upp milt på morgonen till det kraftiga dagsljuset mitt på dagen och det varma, bredspektrade nattljuset. Ljuset ställs in vid varje sängplats utifrån den enskilda patientens behov och diagnoser samt personalen behov av ljus till den individuella behandlingen. Dessutom är ljudmaskering och musikterapi integrerat i lösningen så att det totalt sett skapas en miljö med fokus på integritet, ro och privatliv – i en öppen arkitektur.



Patienterna får mera ro

Dygnsrytmlysningen har haft en positiv inverkan på patienternas sömn och trivsel.

“De olika ljusinställningarna är viktiga för patienten. Det ger den bästa miljön för att patienterna ska kunna sova gott.”

Pia Lago-Lengquist, Sjuksköterska

Det berättar sjuksköterskan Pia Lago-Lengquist, medan hennes kollega Kristina Löf tillägger:

”Natlljuset är bra när det ska vara tyst och lugnt, och det vita ljuset använder vi, när vi till exempel ska ta ett blodprov. De situationsanpassade ljusinställningarna är ett viktigt komplement till den generella dygnsrytmlysningen.”

Utöver sömn och ro visar användarundersökningen att personalen upplever en effekt på bland annat patienternas risk att gå in i delirium, depression och trötthet.

Detta är resultat som dessutom är dokumenterade i internationella kliniska studier genomförda på Rigshospitalet, Harvard University och Aarhus Universitetshospital. Andra internationella studier har ytterligare visat att dygnsrytmlyset reducerar inläggningstiden och förbättrar patientens hälsoreultat.



Övervakningsrum, sängplatser, enkelrum och korridorer

Intensivvårdsavdelningen har Chroma Zenit dygnsrhythmljus överallt på avdelningen. Ljuset styrs vid varje sängplats men även centralt från övervakningsrummet via en intuitiv betjäningsskärm. När det är kväll och patienterna ska sova släcks ljuset vid patienterna medan korridorer och övervakningsrum har ett varmt, bredspektrat nattljus som inte stör kroppens dygnsrhythm men fortfarande ger personalen ett nödvändigt arbetsljus.



Patientorienterade ljusinställningar

Ljusinställningarna är utvecklade i nära samarbete med personalen för att stödja olika arbetssituationer under dygnet. På natten, när patienten ligger i mörker, har personalen en rad möjligheter att tända ljus som stör patienterna så lite som möjligt. Exempelvis en liten spot till enkla behandlingar eller ett varmt, bredspektrat ljus för att lugna och ge trygghet. Man har även evidensbaserad musikintervention som motverkar smärta, stress och ångest, som en aktiv icke-farmakologisk del i behandlingen. I ljudkonceptet ingår integrerad ljudmaskering för att skärma av patienterna mot onödiga störningar.



Användarundersökning Chroma Zenit dygnsrytmlyjus

Hudiksvall Sjukhus, november 2017



Patient

- 72%** Bättre sömn
- 52%** Mindre trötthet
- 80%** Mer lugn
- 52%** Mindre depression
- 47%** Mindre delir
- 52%** Bättre välbefinnande



Personal

- 75%** Mer lugn
- 43%** Mindre depression
- 75%** Mer energi
- 72%** Mindre trötta ögon
- 75%** Mindre trötthet
- 79%** Bättre välbefinnande

Om Chromaviso

Chromaviso förändrar standarderna för belysning för att förbättra hälsa, behandlingskvalitet, vård, arbetsmiljö och effektivitet inom hälsosektorn. Genom teknologisk innovation och nära samarbete med hälso- och sjukvårdspersonal skapar vi integrerade och högt eftertraktade belysningslösningar med dokumenterad effekt.

Läs mer på

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