

Forskningsprojekt:

Personalens upplevelse av dygnsrytmiskt ljus på äldreboende i Danmark

Erhverv-ph.d. studie från 2019-2023 i samarbete mellan Chromaviso och Aalborg Universitet samt Kathrine M. Schledermann, ErhvervsPhD-studerende, MSc. Finansierat av Innovationsfonden.

Ny studie visar värdet av dygnsrytmlyjus på vårdhem

Hur upplever personalen det att få dygnsrytmlyjus, vilken effekt kan man förvänta och vad behövs för att skapa värde. Dessa frågor fokuserar en ny doktorandstudie på, och de första resultaten har nu publicerats.

Intresset för att förbättra de fysiska omgivningarna i hälso- och sjukvårdssektorn genom investeringar i nya teknologier stiger stadigt. Dygnsrytmlyjus är en av de teknologier som i stigande grad väljs till i nya byggprojekt, eftersom forskning hittills har slagit fast att det har en positiv effekt för både patienternas och personalens trivsel och hälsa.

Nu går ett nytt doktorandprojekt steget vidare och undersöker betydelsen av implementering och personalens medverkan för att skapa goda resultat med dygnsrytmlyjus. I projektet ingår både vårdhem och sjukhus, bland annat det nya Neuro Center på Rigshospitalet. Dygnsrytmlyjuset som projektet undersöker är utvecklat av danska Chromaviso och omfattar både dygnsrytmlyjus och implementering.

De första resultaten

De första resultaten har just publicerats på den internationella konferensen ACM International Conference on Information Technology for Social Good (GoodIT) specialutgåva för 2021. De omfattar studiens första

undersökningsställe som är ett vårdhem i Hillerød kommun, Ålholmshjemmet. "Studien visar att personalen generellt är mycket nöjda med dygnsrytmlyuset och beskriver det som naturligt, varmt och mjukt och skönt att arbeta i", förklarar Kathrine Schledermand, som är ansvarig för doktorandprojektet. Samtidigt pekar hon på att en väsentlig faktor för ljusets positiva inverkan är flexibiliteten.

Vi ser i studien att det är avgörande för personalen att kunna justera dygnsrytmlyuset så att det understödjer de olika rutinerna och behoven på en avdelning. Gör ljuset det är personalen mycket villiga att använda ljuset aktivt i deras dagliga vård, vilket är till gagn för de boende..

Kathrine Schledermand,
ErhvervsPhD-studerende, MSc.



För de boende betyder särskilt en skillnad mycket i studien och det handlar om det generellt stora problemet med oro om natten.

"Nattvakterna på Ålholmshjemmet rapporterar en positiv minskning i antalet nattvandringar bland de boende. Det kan förklaras med exempelvis en förbättrad sömnrytm, men också det tydliga signalvärdet som dygnsrytmlyuset har om natten, då ljuset är bärnstensfärgat", förklarar Kathrine Schledermand. Ljuset om natten i dygnsrytmlyuset är blåfritt och kallas biologiskt mörker eftersom hjärnan uppfattar det som natt och det därmed inte stör dygnsrytmen och sömnen.

Studien väcker uppmärksamhet i utlandet

Den vetenskapliga artikeln som beskriver resultaten har fått stort erkännande på grund av studiens nytänkande metodmix.

Denna studie har genomförts på verkliga installationer och tar hänsyn till den komplexitet som finns i vardagslivet på ett vårdhem eller ett sjukhus. Nya metoder, som kortsortering, från bl.a. användnings- och aktionsforskning har kompletterats med klassiska frågeformulär och observationer.

Erfarenheter

En av de erfarenheter som Kathrine Schledermann pekar på i studien är vikten av flexibilitet, undervisning i dygnsrytmlyjus och löpande uppföljning.

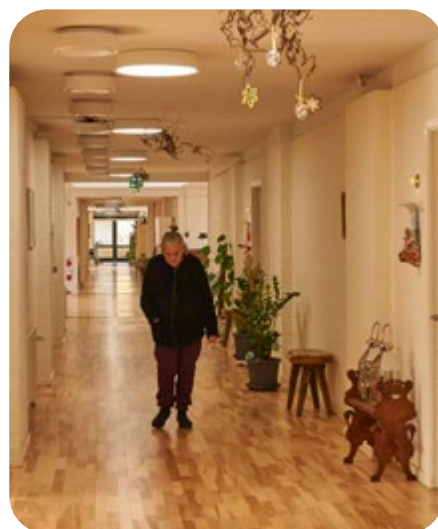
”Dygnsrytmlyjus är en teknologi som skapar förändring. Både för att det påverkar hälsa och trivsel, men det påverkar också arbetsrutiner och blir startskottet till nya vanor. Därför är det en inlärningsprocess att implementera dygnsrytmlyjus och det krävs att ljuset justeras i takt med nya erfarenheter och behov. Genom att ha denna dimension med i implementeringen uppnår man det största värdet.”

Under de kommande åren kommer fler resultat från studien att offentliggöras, bland annat resultaten från Rigshospitalet. Dessutom kommer erfarenheter från projektet löpande dras in i Chromavisos arbete och implementering av dygnsrytmlyjus.

“

För att ny teknologi ska skapa önskad effekt är det avgörande att vi implementerar den med utgångspunkt i användarnas vardag. Dygnsrytmlyjus skapar en förändring och det ska personalen vara medvetna om och motiveras till. Det ser vi i studien att de har varit på Ålholmshemmet. Här visade de stor kunskap om ljusets användning och betydelse

Kathrine Schledermann,
Erhvervs Ph.d.-studerende, MSc.



Metod på Ålholmshjemmet

- Frågeformulär om ljus: Totalt 42 av 51 anställda besvarade frågeformuläret
- Intervjuer: Med 10 anställda
- Kortsortering: Totalt har 9 kortsorteringar genomförts
- Observationer: Totalt 5 deltagarobservationer

Resultat på Ålholmshjemmet

Personalens upplevelse av dygnsrytmlyjus:

- Stor belåtenhet med dygnsrytmlyuset
- Personalen rapporterar att de har lätt för att använda dygnsrytmlyuset
- Att det är behagligt att arbeta i. Ord som naturligt, varmt och ljust användes oftast
- Dygnsrytmlyuset upplevs som en normal del av arbetet
- Personalen ser värdet av att ha dygnsrytmlyjus, för både dem själva och de boende
- Det är viktigt för personalen att kunna justera ljuset till olika arbetssituationer
- Yngre anställda kan se lite mer värde i att ha dygnsrytmlyjus än de äldre anställda

Nattarbete och nattvandring:

- Dygnsrytmlyjus har haft en positiv inverkan på nattarbetarnas arbetsbörda
- Personalen upplever att ljuset om natten har minskat nattvandring hos de boende
- Dessa resultat ses också i andra forskningsstudier

Fakta

- Doktorandprojektet har initierats av Aalborg Universitet samt belysningsföretaget Chromaviso, med stöd från Innovationsfonden.
- Publiceringen med Ålholmshjemmets resultat heter "Danish Nursing Home Staff's Perceived Visual Comfort and Perceived Usefulness of a Circadian Lighting System", Good IT (2021).

Kort om doktorandprojektet

3-årigt industridoktorandprojekt som har till ändamål att

- Undersöka barriärer och utmaningar vid implementering av dygnsrytmlyjus
- Utveckla en forskningsbaserad metod för implementering av dygnsrytmlyjus
- Undersöka effekten av dygnsrytmlyjus på personal när det gäller trivsel i jobbet, arbetsrutiner, sjukfrånvaro.

Både danska och svenska vårdhem och sjukhus med Chromaviso dygnsrytmlyjus kommer att ingå i studien. Projektet pågår under 2020–2023.