



Ansøger 4

Steffen Ullitz Thorsen
Post.doc, Dept. of Biomedical
Sciences Faculty of Health and
Medical Sciences,
University of Copenhagen

Resumé

Projektets titel: The importance of sleep for diabetes associated tasks and outcomes.

I Danmark er det et stigende problem for unge at få sovet nok. Manglende søvn påvirker evnen til at huske, tage beslutninger, være vedholdende og løse problemer. At leve med diabetes kræver dagligt mange beslutninger og handlinger, og for børn og unge med sygdommen er et sundt søvnmønster derfor endnu vigtigere. Samtidig kan behandling med udstyr (insulinpumpe og blodsukkersensor) som afgiver alarmer samt svingende blodsukker, bidrage til at give en dårligere søvn. Flere studier har påvist at børn og unge med diabetes sover dårligere end børn uden diabetes, og dårlig søvn er relateret til højere blodsukker. Et studie viste at søvncoaching til unge med diabetes førte til længere søvn (48 minutter i gennemsnit). Da 70% af danske børn er på insulinpumpe og 80% på blodsukkersensor, og vi har adgang til nye non-invasive objektive metoder til måling af søvn (actigraf og video-observation), har vi en unik mulighed for at følge dag til dag variation i diabetes adfærd (pumpe- og sensordownload) og sammenholde det med søvnen før og efter søvnintervention. Vi kan direkte undersøge hvordan søvn påvirker både blodsukker og løsning af diabetesopgaver, såsom antal blodsukker målinger, antal insulin bolus og kulhydrat indtag samt blodsukkervariationen dagen efter. Desuden kan vi teste effekten af søvncoaching på søvn og døgnprofiler af blodsukkeret. På den måde kan vi afdække, hvor stor betydning søvn har for håndtering af diabetes, og dermed på sigt afgøre om søvnscreening og -coaching bør indgå på linie med screening for psykisk belastning/komorbiditet eller som en fast del af den nuværende diabetesbehandling.