

DIGITAL SØVNBEHANDLING I ALMEN PRAKSIS

INFORMATION OM RANDOMISERING

Tak for din deltagelse i vores undersøgelse. **Du er randomiseret til venteliste.** Dvs. at du skal tilbyde patienter med moderat til svær insomni sædvanlig behandling samt henvise til en hjemmeside hvorigennem de kan modtage søvnhygiejneråd. Efter afsluttet projektdeltagelse får de deltagende patienter mulighed for at modtage digital søvnbehandling for deres søvnproblem.

I dette dokument finder du en mere detaljeret beskrivelse af procedurerne i projektet, samt en beskrivelse af hjemmesiden. Vi vil bede dig om at læse informationen grundigt. Du er meget velkommen til at kontakte os, hvis du har behov for yderligere information eller har spørgsmål. Kontaktoplysninger findes nederst i dokumentet.

Dette materiale indeholder informationer om:

- Information om randomisering
- Procedure for rekruttering
- Hvis patienten ikke ønsker at modtage materialet
- Patientens videre forløb
- Forslag til præsentation af projektet for patienter
- Kontaktoplysninger

PROCEDURE FOR REKRUTTERING

Når en patient henvender sig til dig med søvnproblemer, vil vi bede dig helt kort forholde dig til, om vedkommende er relevant for dette projekt. Konkret vil vi bede dig vurdere, om patienten lever op til kriterierne angivet i boksen nedenfor.

Hvis du vurderer, at patienten er relevant for projektet ud fra nedenstående kriterier, vil vi bede dig beskrive projektet ganske kort for patienten (se et forslag til denne beskrivelse på sidste side), samt udlevere den vedlagte informationsfolder til patienten.

Understreg venligst for patienten, at denne skal indtaste dit **læge-projekt-ID**, når de besvarer det første spørgeskema. Dette er angivet tydeligt i folderen.

Derefter behøver du ikke at gøre mere. Vi står for al videre kontakt og information. Det er vigtigt at understrege, at deltagelse i denne undersøgelse ikke udelukker, at patienten kan benytte sovemedicin.

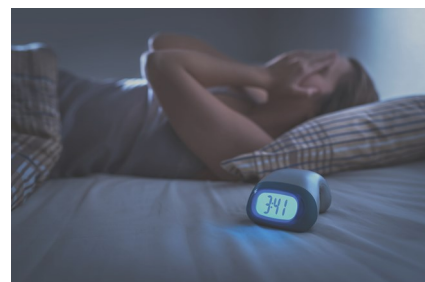
RELEVANTE PATIENTER:

- **Er mindst 18 år**
- **Forstår dansk på skrift og tale**
- **Har søvnproblemer, som ikke skyldes anden søvnlidelse (fx søvnapnø), fysisk lidelse (fx KOL eller cancer), eller alvorlig psykisk lidelse (fx psykose)**

HVIS PATIENTEN IKKE ØNSKER AT INFORMERES OM PROJEKTET

Patienten skal ikke beslutte med det samme i løbet af jeres konsultation, om de ønsker at deltage. I konsultationen skal patienten blot informeres ganske kort om projektet, og få udleveret folderen med patientinformation, hvor de kan læse mere og finde links til egentlig screening og evt. samtykke.

Det er naturligvis helt op til patienten, om de ønsker at modtage informationsmaterialet. Hvis ikke, behøver du ikke foretage dig yderligere med den givne patient, og kan blot tilbyde sædvanlig behandling.

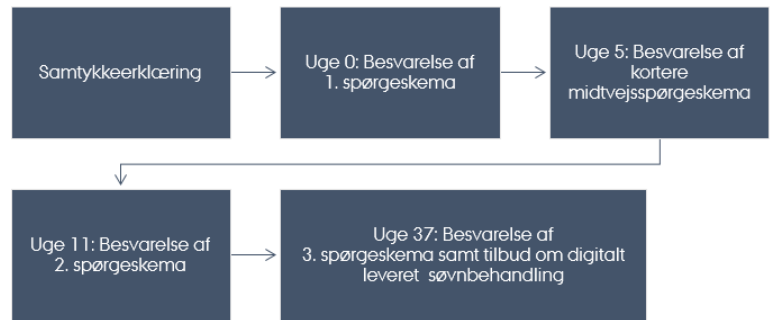


PATIENTENS VIDERE FORLØB

Patienter, som følger linket i informationsfolderen, vil først blive bedt om at udfylde et kort screeningsspørgeskema. Hvis patienten ikke er egnet, modtager denne en forklaring på hvorfor, samt en e-mail med råd om søvnhygiejne.

Hvis patienten er egnet, tilsendes de deltagerinformation. Derefter anmoder vi om patientens samtykke samt besvarelse af et spørgeskema. Når dette er udfyldt, modtager de en samling evidensbaserede råd om god søvn. Undervejs i forløbet udfylder patienten i alt 2 yderligere spørgeskemaer samt en kort midtvejsopfølgning på deres søvnproblemer. Det tager maks. 20 minutter at udfylde spørgeskema 1, 2 og 3, og maks. 10 minutter at udfylde midtvejsspørgeskemaet. Det hele forløber automatisk og kræver ikke, at du involveres yderligere. Hvis patienten henvender sig til dig med spørgsmål, er du velkommen til at henvise til projektgruppen. Kontaktinformationer er angivet i informationsfolderen til patienten.

Når det sidste spørgeskema er udfyldt, tilbydes patienten et digitalt leveret søvnforløb til behandling af deres søvnproblemer.



Figur 1. Patientens forløb i undersøgelsen

FORSLAG TIL INTRODUKTION AF PROJEKTET

I nedenstående tekstboks tilbyder vi et forslag til, hvordan du kan introducere projektet for relevante patienter. Du kan evt. printe teksten ud og have den liggende parat til brug. Informationsfolderen til patienten kan du printe ud eller sende den til deres mail.

"I dette lægehus medvirker vi i et forskningsprojekt, der undersøger behandlingen af søvnproblemer i almen praksis.

Jeg skal derfor informere relevante patienter om projektet, hvorefter patienterne selv kan tage stilling til, om de ønsker at deltage.

Ud fra din beskrivelse af dine søvnproblemer, er det min vurdering, at projektet kunne være relevant for dig. Projektet indebærer, at du over en periode på 9 måneder besvarer i alt 4 spørgeskemaer og modtager råd om god søvnhygiejne.

Jeg vil gerne give dig en folder med, hvor du kan læse mere om projektet, og selv vurdere om du er interesseret. Bemærk at folderen indeholder et login til forskningsprojektets hjemmeside [udpeg gerne dette for patienten] samt et læge-projekt-ID [udpeg gerne dette for patienten], som du får brug for, når du skal besvare spørgeskemaet. Folderen indeholder også kontaktoplysninger på forskningsgruppen, hvis du har spørgsmål om projektet og din deltagelse."

KONTAKTOPLYSNINGER



Bobby (Robert) Zachariae (projektansvarlig), professor, dr.med., psykolog

Ali Amidi (projektgruppemedlem), lektor, ph.d., psykolog

Malene Flensborg Damholdt (projektgruppemedlem), lektor, ph.d., psykolog

Morten Lopdrup (projektkoordinator), cand.scient.san.publ.



sov@psy.au.dk



+45 87 16 90 52



Enhed for Psykoonkologi og Sundhedspsykologi, Psykologisk Institut, Aarhus Universitet
Bartholins Allé 11
8000 Aarhus C

Med støtte fra

TrygFonden



PSYKOLOGISK INSTITUT
AARHUS UNIVERSITET