

Förord: Denna text har genomgått redaktionell granskning (ej peer-review)

Citera artikeln så här: Garmy, P. (2023) Sömnens makt – forskning och sömnbesvär, smärta och hjärntumörer hos barn, samt intensivvård under pandemin.

Redaktören har ordet. *Sömn och Hälsa*, 10, s. 9–12.

<http://doi.org/10.59526/soh.10.18310>

Sömnens makt – forskning om sömnbesvär, smärta och hjärntumörer hos barn, samt intensivvård under pandemin

Redaktören har ordet

Pernilla Garmy, professor, specialistsjuksköterska, Högskolan Kristianstad

I detta nummer presenterar psykologen Tor Arnison en sammanfattning av sin avhandling om sambandet mellan sömnbesvär och smärta hos ungdomar. Han tar oss med på en resa genom historien och till och med till den grekiska mytologin. Tor Arnison skriver att sömnguden Hypnos ansågs kunna lindra smärta. Och läkekonstens fader, Hippocrates, menade att sömn var bästa behandlingen mot smärta. Det som dock sticker ut i Tor Arnisons egen forskning är att det verkar som att sömnbesvären påverkar smärta mer än tvärtom. Att vi är mer känsliga för smärta när vi har sömnbesvär kan ju ändå tyckas logiskt. Men jag gissar att de flesta ändå tänker att det är smärta som orsakar sömnbesvär. Naturligtvis är det ett samband åt båda riktningarna, men Tor Arnisons forskning sätter fokus på hur

betydelsefullt det är att sätta in tidiga preventiva insatser för att främja barn och ungas sömn.

Elin Irestorm skriver om att sömnstörningar är vanliga efter behandling för hjärntumör hos barn. Sömnsvårigheterna kan kvarstå länge efter avslutad behandling, ofta ända in i vuxenlivet, och Elin Irestorm efterlyser nu studier som undersöker hur vi kan behandla eller lindra sömnproblem för barn som överlevt hjärntumör.

I Anna Nordins och Angelica Fredholms engagerande artikel får intensivvårdssjuksköterskors och chefers röster om sömn komma fram. Det handlar om den extremt pressade situation som förekom på intensivvården under covid-19-pandemin. Slutsatsen i artikeln är att det behövs forskning på organisatorisk nivå för att kunna framgångsrikt hantera kommande kriser.

Att det är viktigt att ta upp sömn och trötthet i patientsamtal tror jag att de flesta vårdgivare är överens om. Frågan är hur vi ska göra det, och hur mycket tid vi ska lägga på det. Är det möjligt att få adekvata svar även om vi använder oss av korta screeningformulär? I det här numrets avslutande artikel presenterar doktoranden Clara Sancho Domingo med medförfattare en studie där de testat om det är möjligt att använda en förkortad version av det etablerade instrumentet the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI). Det verkar som att den kortare versionen, the Brief Pittsburgh Sleep Quality Index (B-PSQI) fungerar bra.

Kontakt: Pernilla Garmy, pernilla.garmy@hkr.se

The Power of Sleep – Research on Sleep Disorders, Pain, and Brain Tumors in Children, as well as Intensive Care during the Pandemic

Editorial

**Pernilla Garmy, PhD, RN. Professor,
Kristianstad University**

In this issue, psychologist Tor Arnison presents a summary of his PhD dissertation on the relationship between sleep problems and pain in adolescents. He takes us on a journey through history and even into Greek mythology. Tor Arnison writes that the sleep god Hypnos was believed to be able to alleviate pain. And the father of medicine, Hippocrates, argued that sleep was the best treatment for pain. However, what stands out in Tor Arnison's own research is that it seems that sleep problems affect pain more than the other way around. It may still seem logical that we are more sensitive to pain when we have sleep problems. But I guess most people still think that it is pain that causes sleep problems. Of course, there is a relationship in both directions. Still, Tor Arnison's research focuses on how important it is to implement early preventive measures to promote the sleep of children and young people.

Elin Irestorm writes about how sleep disorders are common after treatment for brain tumors in children. Sleep difficulties can persist

long after treatment is completed, often into adulthood, and Elin Irestorm calls for studies that examine how we can treat or alleviate sleep problems for children who have survived brain tumors.

In an engaging article by Anna Nordin and Angelica Fredholm, the voices about sleep of intensive care nurses and managers come to the forefront. It is about the extremely challenging situation in intensive care units during the COVID-19 pandemic. The conclusion of the article is that research at the organizational level is needed to manage future crises successfully.

I believe most healthcare providers agree that it is important to address sleep and fatigue in patient discussions. The question is how to do it and how much time to allocate. Is it possible to obtain adequate answers even when using short screening questionnaires? In the concluding article of this issue, doctoral student Clara Sancho Domingo, along with co-authors, presents a study in which they have tested the feasibility of using a shortened version of the established instrument, the Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI). It seems that the shorter version, the Brief Pittsburgh Sleep Quality Index (B-PSQI), works well.

Contact: Pernilla Garmy, pernilla.garmy@hkr.se