

**Uniek flashmob-onderzoek naar slaapkwaliteit in ziekenhuizen**

**In februari 2017 vindt het eerste grote onderzoek plaats naar slapen in ziekenhuizen. Want er is weinig onderzoek gedaan naar de kwaliteit van slaap van patiënten op verpleegafdelingen van ziekenhuizen. De verwachting is dat mensen in het ziekenhuis slechter slapen dan thuis maar welke (ziekenhuisgerelateerde) factoren hieraan bijdragen is niet bekend. De kwaliteit van slaap is gerelateerd aan de gezondheid. Een goede nachtrust in het ziekenhuis is dus essentieel. Het onderzoek wordt uitgevoerd op de verpleegafdelingen van 40 ziekenhuizen in Nederland. Het is een initiatief van acute internisten in Nederland en wordt gecoördineerd door VUmc en Erasmus MC.**

Op een ochtend in de maand februari krijgen patiënten in 40 ziekenhuizen in Nederland een vragenlijst over hun slaap. De coördinator van dit onderzoek is Hilde Wesselius van VUmc. Eus van Someren van het Herseninstituut en van VUmc, Frank Bosch van het Rijnstate ziekenhuis en Jelmer Alma van Erasmus MC nemen ook deel aan het kernteam van het onderzoek. Hoofdonderzoeker is acute-internist dr. Prabath Nanayakkara van VUmc: “Een grootschalig onderzoek naar hoe patiënten slapen in ziekenhuizen is uniek in Nederland. We denken dat patiënten vaak slecht en te weinig slapen en dat het ziekenhuisritme hierbij een belangrijke rol speelt. Doorgaans maken we mensen heel vroeg wakker omdat er vóór het ontbijt allerlei metingen gedaan moeten worden, dus omdat het handig is vanwege de werkprocessen in het ziekenhuis. Terwijl zieke mensen hun slaap juist hard nodig hebben. Met de resultaten van het onderzoek kunnen gericht interventies ontwikkeld worden om de slaap in ziekenhuizen te verbeteren.”

Naar verwachting zullen in totaal 1500 à 2000 patiënten deelnemen aan het onderzoek. De precieze onderzoeksdatum wordt niet vooraf bekend gemaakt. Het is immers een flashmob; dit om te bewaken dat de situatie zo natuurgetrouw mogelijk is en niet vooraf kan worden beïnvloed. Op de ochtend van het onderzoek zal VUmc bekendmaken dat het onderzoek op die dag heeft plaatsgevonden. De resultaten van het onderzoek en eventuele vervolgstappen worden binnen enkele maanden gepubliceerd.