

VIL DU DELTA I FORSKNINGSPROSJEKTET SKIFTARBEID, SØVN, HELSE OG SIKKERHET BLANT HELSEARBEIDERE?

Dette er en undersøkelse blant helsearbeidere i Bergen om turnusarbeid, søvn og ulike forhold som kan ha betydning for arbeidstakeres helse og sikkerhet.

FORMÅLET MED PROSJEKTET OG HVORFOR DU BLIR SPURT

Dette er et spørsmål til deg om å delta i et forskningsprosjekt for å bedre forstå skiftarbeid, søvn og helse blant helsepersonell i Bergen. Formålet med studien er å få mer kunnskap om hvordan skiftarbeid påvirker søvnmønsteret og søvnplager og videre hvilken innvirkning dette har på helse, sikkerhet og din villighet til å bli værende i jobben. Du forespørres om å delta siden du arbeider roterende turnus (2-delt eller 3-delt) i ≥ 50 prosent stilling ved Haukeland Universitetssykehus eller Haraldsplass Diakonale Sykehus. Din deltakelse vil gi innsikt som kan bidra til å utforme tiltak for å forbedre arbeidsvilkår og helse blant helsepersonell.

HVA INNEBÆRER PROSJEKTET FOR DEG?

I dette forskningsprosjektet vil vi be om at du registrerer søvnen din i to måneder med bruk av en søvnradar (Somnofy®) som du får utdelt. Søvnradaren skal stå på nattbordet ditt (eller et annet bord på soverommet) og peke mot sengen din. Den vil samle informasjon om din bevegelse i løpet av natten ved bruk av radarteologi. Det presiseres at det gjøres **ingen** lyd, video, eller fotoopptak. På bakgrunn radarpulsene som registreres kan vi si noe objektivt om hvordan du sover. Når du legger deg, vil radaren automatisk begynne å registrere søvnen din, og den vil stoppe når du forlater sengen. Du vil få tilgang til en mobil-app der du fra dag til dag kan følge med på hvordan du sover og ha full tilgang på dataene som samles inn fra deg.

Når du signerer dette samtykkeskjemaet og får utdelt søvnradaren vil vi også be deg svare på noen korte spørsmål om din demografi (som kjønn, alder og sivilstatus). Når du har registrert søvnen din i to måneder vil du få tilsendt et elektronisk spørreskjema som vil spørre deg om din søvn, helse og arbeidsrelaterte forhold, med et spesielt søkelys på hvordan dette har vært de siste to månedene. Det vil ta 15-20 minutter å svare på dette spørreskjemaet.

Vi ber deg om å samtykke til at informasjonen som samles inn om deg (søvnradar og spørreskjema) kan kobles til dine data om turnus og sykefravær fra lønnsregisteret ved sykehuset, for de to månedene studien pågår. Data fra lønnsregisteret inneholder informasjon om arbeidsplanen din og om ditt sykefravær.

MULIGE FORDELER OG ULEMPER

Din deltakelse i dette forskningsprosjektet kan bidra til ny kunnskap som kan forbedre arbeidstidsordningene for helsearbeidere, noe som kan fremme helse og velvære i arbeidslivet. Resultatene fra studien kan også være med på å identifisere risikofaktorer knyttet til skiftarbeid, som igjen kan lede til tiltak for å redusere sykefravær og øke arbeidstilfredsheten. Kunnskapen kan bidra til å utvikle bedre støttesystemer for å håndtere belastningene som turnus- og skiftarbeid medfører. For noen kan det oppleves meningsfylt å bidra til forskning som potensielt kan forbedre arbeidsforholdene for helsepersonell.

Som deltaker i forskningsprosjekt er det noen som oppleve at det er ubehagelig at personlig informasjon registreres og analyseres, selv om all informasjon behandles konfidensielt og uten at forskerne har tilgang på direkte identifiserbar informasjon om deg. Det å være med i studien kan gjøre deg mer bevisst på egne helseutfordringer knyttet til turnus- eller skiftarbeid, noe som kan føre til økt stress eller bekymring. Det er også en risiko for at endringer i arbeidstidsordninger som følge av studieresultatene ikke oppleves som positive av alle. Endringer kan være utfordrende å gjennomføre og kan kreve tilpasning i en allerede krevende arbeidshverdag.

FRIVILLIG DELTAKELSE OG MULIGHET FOR Å TREKKE DITT SAMTYKKE

Det er frivillig å delta i prosjektet. Dersom du ønsker å delta, signerer på samtykkeerklæringen på siste side. Du kan når som helst og uten å oppgi noen grunn trekke ditt samtykke. Det vil ikke ha noen negative konsekvenser for deg hvis du ikke vil delta eller senere velger å trekke deg. Dersom du trekker tilbake samtykket, vil det ikke forskes videre på dine opplysninger. Du kan kreve innsyn i opplysningene som er lagret om deg, og disse vil da utleveres innen 30 dager. Du kan også kreve at dine opplysninger i prosjektet slettes.

Adgangen til å kreve sletting eller utlevering gjelder ikke dersom opplysningene er anonymisert eller publisert. Denne adgangen kan også begrenses dersom opplysningene er inngått i utførte analyser.

Dersom du senere ønsker å trekke deg eller har spørsmål til prosjektet, kan du kontakte prosjektleder Øystein Vedaa, tlf. 976 59 326, e-post Oystein.Vedaa@fhi.no.

HVA SKJER MED OPPLYSNINGENE OM DEG?

Opplysningene som registreres om deg skal kun brukes slik som beskrevet under formålet med prosjektet, og planlegges brukt frem til 2034. Eventuelle utvidelser i bruk og oppbevaringstid kan kun skje etter godkjenning fra Regional etisk komite og andre relevante myndigheter. Du har rett til innsyn i hvilke opplysninger som er registrert om deg og rett til å få korrigert eventuelle feil i de opplysningene som er registrert. Du har også rett til å få innsyn i sikkerhetstiltakene ved behandling av opplysningene. Du kan klage på behandlingen av dine opplysninger til Datatilsynet og Folkehelseinstituttet sitt personvernombud.

Alle opplysningene vil bli behandlet uten navn og fødselsnummer eller andre direkte gjenkjennende opplysninger (=kodete opplysninger). En kode knytter deg til dine opplysninger gjennom en navneliste. Kodelisten vil bli oppbevart på et sikkert område i UiB SAFE, og det er kun prosjektleder Øystein Vedaa og som har tilgang til denne listen.

Publisering av resultater er en nødvendig del av forskningsprosessen. Resultater vil kun bli publisert for grupper og aldri på individnivå. Det vil si at det ikke vil bli publisert resultater basert på svar fra kun én eller svært få personer.

Etter at forskningsprosjektet er ferdig, vil opplysningene om deg bli oppbevart i fem år av kontrollhensyn.

FORSIKRING

I dette forskningsprosjektet står Folkehelseinstituttet som sin egen forsikrer. Dette betyr at Folkehelseinstituttet selv håndterer eventuelle forsikrings saker relatert til prosjektet, i stedet for å bruke eksterne forsikrings selskaper. Dette er en del av Folkehelseinstituttet forpliktelse til å sikre trygghet og ansvarlighet gjennom hele forskningsprosessen.

GODKJENNINGER

Regional komité for medisinsk og helsefaglig forskningsetikk har gjort en forskningsetisk vurdering og godkjent prosjektet (REK: 2024/761517).

Folkehelseinstituttet og prosjektleder Øystein Vedaa er ansvarlig for personvernet i prosjektet.

Vi behandler opplysninger om deg basert på allmennhetens interesse. Dine data vil bli brukt utelukkende for det formål som er beskrevet i dette informasjonsskrivet. Du har rett til å trekke tilbake samtykket ditt når som helst, noe som vil stoppe all videre behandling av dine personopplysninger i denne studien.

KONTAKTOPPLYSNINGER

Dersom du har spørsmål til prosjektet, opplever uønskede hendelser, eller ønsker å trekke deg fra deltakelse, kan du kontakte prosjektleder Øystein Vedaa, tlf. 976 59 326, e-post Oystein.Vedaa@fhi.no.

Dersom du har spørsmål om personvernet i prosjektet, kan du kontakte personvernombudet ved Folkehelseinstituttet: personvernombud@fhi.no. Les mer om personvernombudet ved Folkehelseinstituttet [her](#).

Vær oppmerksom på at som forskere behandler og analyserer vi dataene samlet. Svar vi får i spørreskjemaet leses ikke enkeltvis, hvilket betyr at vi ikke har mulighet til å respondere eller handle basert på enkelt svar. Det er derfor viktig at du tar kontakt med oss direkte dersom du har spørsmål eller noe du ønsker å gi oss tilbakemelding på.

TRENGER DU NOEN Å SNAKKE MED?

Din velferd og helse er viktig for oss. Hvis du under eller etter deltakelsen i denne undersøkelsen trenger å snakke med noen om dine tanker eller følelser, er det flere støttemuligheter tilgjengelig:

- **Mental Helse Hjelpetelefonen** på tlf. **116 123** tilbyr anonym støtte og noen å snakke med, uansett hva du går gjennom. De er tilgjengelig hele døgnet, hver dag.
- **Kirkens SOS** kan nås på tlf. **22 40 00 40** og tilbyr også en døgnåpen krisetjeneste hvor du kan snakke om alt som er vanskelig, i fortrolighet.

Vi oppfordrer deg til å ta kontakt med disse tjenestene hvis du føler behov. Husk, det er alltid noen som kan hjelpe.

JEG SAMTYKKER TIL Å DELTA I PROSJEKTET OG TIL AT MINE PERSONOPPLYSNINGER
BRUKES SLIK DET ER BESKREVET

Jeg samtykker/godkjenner at opplysningene jeg gir, kan brukes i samsvar med det som er beskrevet i dette informasjonsskrivet.

Ja, jeg samtykker

Sted og dato

Deltakers signatur

Deltakers navn med trykte bokstaver

Sted og dato

Prosjektleders signatur

Øystein Vedaa

Prosjektleders navn med trykte bokstaver