

Trine Schifter Larsen, postdoc. Klinisk Forskningsafdeling og Ortopædkirurgisk afdeling, Amager og Hvidovre Hospital.

Søvn er ikke bare søvn

– Søvnforskning med mulighed for at tænke anderledes om det eksisterende

Den måde mennesker sover på og den måde søvnen får betydning for det enkelte menneske og dermed i patientforløbet, handler om meget mere end, hvor mange timer man sover.

Ny forskning i et samarbejde mellem Ortopædkirurgisk afdeling, Klinisk Forskningsafdeling og Center for Sundhedsfremmeforskning på Roskilde Universitet viser, at betydning af søvn og den måde søvnen formes og påvirker patienter i deres rehabilitering er kompleks og må forstås på tværs af det biologiske og sociale.

For ca. et år siden forsvarede jeg min phd afhandling med titlen, Søvn - et basalt behov i forandring, om søvns betydning for ældre i ortopædkirurgisk indlæggelses- og rehabiliteringsforløb. Projektet er en etnografisk og eksplorativ undersøgelse af søvn. Men en søvnundersøgelse, som sættes ind i en særlig sammenhæng mellem sundhed, institution, hverdagsliv og aldring.

I Phd afhandlingen dykker jeg ned i søvnens mange aspekter for at undersøge søvns betydning for ældre i ortopædkirurgisk indlæggelses- og rehabiliteringsforløb. I både forskningen og i praksis siger man, at søvn har subjektiv betydning. Men det står uklart, hvordan subjektiv betydning overhovedet kan forstås og tilgås. Det sætter jeg mig for at undersøge og prøve at begrebsliggøre gennem disse tre forskningsspørgsmål:

- 1) Hvordan bliver søvn til på hospitalet og hvordan er denne konstituering med til at skabe den måde, søvn får betydning for patienterne under indlæggelsen på?
- 2) Hvordan bliver subjektiv betydning af søvn til i hverdagslivet med rehabilitering efter et ortopædkirurgisk indlæggelsesforløb?
- 3) Hvordan bliver subjektiv betydning til i relationen mellem institution og det hjemlige hverdagsliv?

På den ene side bidrager projektet med ny viden om søvn, som kan anvendes til at optimere støtten til ældre, som udskrives efter kort tids indlæggelse og med ansvar for egen rehabilitering. Men på samme tid udfordrer jeg medicinske logikker om søvn og rehabilitering, der kobler søvn og adfærdspsykologi sammen til en forventning om en særlig form for deltagelse som borger i samfundet og patient i et pleje- og behandlingsforløb. Det er sundhedsinstitutionelle forventninger om patientdeltagelse, som jeg peger på, langt fra alle mennesker kan leve op til, og som dermed er med til at skabe øget ulighed i sundhed.

Jeg argumenterer for, at vi må forstå kroppen, som mere end biologisk, den er også social og biografisk. Kroppen er den hvormed vi interagerer med vores omgivelser, og den, hvormed vi organiserer vores hverdagsliv. Vi skaber forbindelser med den, og vi er forbundet til verden med den. Indlysende bliver det gennem afhandlingen, at hverdagslivet først og fremmest er den dimension, som krop, søvn og rehabilitering bliver til i. Derfor argumenterer jeg for, at hverdagen ikke skal forstås afskilt fra eller som supplement til et biologisk og medicinsk perspektiv, men skal forstås og behandles som en del af kroppens og søvnens formninger. Jeg viser, hvordan det

Trine Schifter Larsen, postdoc. Klinisk Forskningsafdeling og Ortopædkirurgisk afdeling, Amager og Hvidovre Hospital.

biologiske, det sociale og biografiske fletter sig ind i hinanden og skaber betydning, og jeg illustrerer, hvordan det er i dette spændingsfelt, søvn som 'rehabiliteringspotentiale' i et patientforløb skal forstås. Jeg understreger, at det er betydninger, der skal integreres og ikke nødvendigvis forandres, hvis vi vil støtte mennesker i at skabe et, hvad der for dem, er et godt søvnmiljø. Dermed er afhandlingen også et opgør med traditionel sundhedspædagogisk praksis, som handler om at informere og motivere mennesker til at ændre adfærd ud fra en medicinsk logik, som fx søvnhygiejneregler er et udtryk for. Forskningen danner baggrund for en ny søvnmetodologi, som beskrives og visualiseres i afhandlingen. Her beskriver jeg forskellige søvnelementer, og hvordan de relaterer til hinanden, i den måde søvns subjektive betydning skabes på. Dermed bliver metodologien også en model, som belyser søvnens mange aspekter.

Man kan læse om modellen i afhandlingen, som kan lånes på biblioteket. Larsen, T. S. (2020). Søvn - et basalt behov i forandring: Om søvns betydning for ældre i ortopædkirurgisk indlæggelses- og rehabiliteringsforløb. Roskilde Universitet. Afhandlinger fra Ph.d.-skolen for Mennesker og Teknologi.

Hvordan søvn bliver til som potentiale i sundhedsinstitutionel og sundhedspædagogisk praksis kan læses i artiklen *Søvn som aktiv deltagelse - En analyse af søvn på en ortopædkirurgisk afdeling i et sociomaterielt perspektiv* <https://tidsskrift.dk/sygdomogsamfund/article/view/114588>

Hvordan subjektiv betydning af søvn i rehabilitering for ældre kan forstås og begrebsliggøres, kan læses i artiklen "*Affective relations of sleep in rehabilitation – cutting across social and biological divide to study how sleep comes to matter in rehabilitation*" <https://rdcu.be/ceFiX>

Den tredje artikel *Sleep as Homework and Engagement in Rehabilitation* udgives i efteråret 2021 i tidsskriftet *Anthropology and Aging*. Her bruger vi søvn som case til at diskutere institutionelle forventninger til, hvad det vil sige at være engageret i sit eget patientforløb.