



Behandling av kronisk insomni

ARTIKKEL

NECKELMANN D

EN ANBEFALING MED SÆRLIG VEKT PÅ ELDRES PROBLEMER

Sammendrag

Ved økende alder skjer det endringer i søvnens sammensetning. Hos friske er disse endringene i seg selv sjelden forbundet med ubehag eller subjektivt behandlingsbehov. Likevel er kronisk insomni vanlig, særlig hos eldre. Symptomet kronisk insomni er forbundet med betydelig subjektivt ubehag. Kronisk insomni er også forbundet med betydelig morbiditet og mortalitet. En rasjonell tilnærming til kronisk insomni må derfor starte med en diagnostisk vurdering. Betydningen av en multifaktoriell forståelse og intervensjon understrekes. En rent symptomlindrende tilnærming er ikke adekvat, og medfører ofte nedsatt funksjon hos pasienten. Dokumenterte behandlingsalternativer gjennomgås. Det er et tydelig sprik mellom hva som er dokumentert kunnskap og den behandling som vanligvis tilbys pasienter. Det konkluderes med at flere veldokumenterte behandlingsalternativer finnes, og at det er lite empirisk belegg for den rådende behandlingssmessige nihilisme.

Publisert: 17. oktober 2018. Tidsskr Nor Legeforen. DOI:

© Tidsskrift for Den norske legeforening 2020. Lastet ned fra tidsskriftet.no