

Verlichtende arbeidsomstandigheden in de nachtdienst bij de politie Drenthe

Gepubliceerd: 22-12-2010 Laatste bijgewerkt: 03-05-2024

Doel van de studie is het toetsen van 2 interventies tijdens de nachtdiensten op alertheid en functioneren en op slaap en gezondheidsklachten in het algemeen. De interventies zullen bestaan uit het bestrijden van slaperigheid door korte...

Ethische beoordeling	Goedgekeurd WMO
Status	Werving gestopt
Type aandoening	Overige aandoening
Onderzoekstype	Interventie onderzoek

Samenvatting

ID

NL-OMON34103

Bron

ToetsingOnline

Verkorte titel

Verlichtende arbeidsomstandigheden

Aandoening

- Overige aandoening

Synoniemen aandoening

Circadiane ritme slaapstoornis; ploegendienst gerelateerde slaapstoornis

Aandoening

slaapstoornissen; circadiane ritme slaapstoornissen

Betreft onderzoek met

Mensen

Ondersteuning

Primaire sponsor: Politie Academie, Programma Politie en Wetenschap

Overige ondersteuning: Programmasubsidie van Politie en Wetenschap onderdeel van de

Onderzoeksproduct en/of interventie

Trefwoord: alertheid, licht, nachtdiensten, powernap

Uitkomstmaten

Primaire uitkomstmaten

De belangrijkste output maat is de subjectieve slaperigheid en het reactievermogen en (fijne) motoriek tijdens de nachtdiensten.

Secundaire uitkomstmaten

Andere output maten zijn slaapkwaliteit, stemming en gezondheid in het algemeen.

Toelichting onderzoek

Achtergrond van het onderzoek

In Nederland werkt zo'n 16% van de beroepsbevolking regelmatig in nachtdienst (CBS, 2001). 's Nachts werken is niet optimaal. Alle processen in het lichaam van de mens zijn erop gericht overdag actief te zijn en 's nachts te slapen. Echter uitsluitend overdag werken is niet altijd mogelijk. Mensen die werken in de zorg of in de beveiliging draaien ploegdienstroosters om beschikbaar te zijn bij calamiteiten, en in vele bedrijven is het economisch niet rendabel het werk 's nachts stil te leggen. Doordat de biologische klok aangeeft dat het tijd is om te slapen en doordat men vaak al lang wakker is voordat men aan het werk gaat, wordt men 's nachts slaperig en functioneert men slecht. Ploegdienstwerk kan ook voor het dagelijks leven problemen meebrengen; gezondheidsproblemen zoals slaapstoornissen, hart- en vaatziekten, gastro intestinale problemen en metabool syndroom komen vaker voor, samengevat onder de term: circadiane ritme slaapstoornis, ploegdienst. Bij de politie staat waakzaamheid en veiligheid voorop. Tijdens de nachtdiensten zijn deze beide aspecten in het geding. Daarnaast krijgt ook het politie korps te maken met een ouder wordend personeelsbestand dat sneller gezondheidsproblemen krijgt die gerelateerd zijn aan ploegdienst werk. Doel van het hier beschreven onderzoek is te proberen de negatieve effecten van nachtdiensten op waakzaamheid en veiligheid voor politiemensen in onregelmatige diensten te verkleinen en

welzijn en gezondheid in het algemeen te verbeteren.

Doel van het onderzoek

Doel van de studie is het toetsen van 2 interventies tijdens de nachtdiensten op alertheid en functioneren en op slaap en gezondheidsklachten in het algemeen. De interventies zullen bestaan uit het bestrijden van slaperigheid door korte blootstelling aan licht of uit het doen van een korte dut, een zogenaamde *powernap*.

Onderzoeksopzet

Binnen-proefpersonen vergelijking van 2 experimentele en 1 controle conditie.

Onderzoeksproduct en/of interventie

De 3 condities duren elk 4 weken. Tijdens de controle conditie vindt geen interventie plaats. Tijdens de lichtconditie worden de deelnemers tijdens iedere nachtdienst blootgesteld aan 1 lichtpuls van 5000 lux gedurende 20 min tussen 4 en 6 uur. Tijdens de >powernap> conditie krijgen de deelnemers tijdens iedere nachtdienst de tijd om een >powernap> te doen gedurende 20 min tussen 2 en 4 uur >s nachts.

Inschatting van belasting en risico

De belasting voor de deelnemers bestaat uit het invullen van een algemene ploegendienst en welzijn vragenlijst na iedere conditie (3 keer ~20 minuten). Daarnaast dragen de deelnemers gedurende de totale 12 weken 24 uur per dag een activiteitsmeter die rust-activiteits cycli kan meten. Tijdens elke nachtdienst vullen de deelnemers 5 maal (iedere 2 uur) een subjectieve slaperigheidlijst in (1 min) en voeren ze een aantal reactietesten en motoriektesten uit op een PDA (9 min).

Het onderzoek brengt nagenoeg geen risico's met zich mee. Wat normaal gesproken voor kan komen na slapen is een korte periode van slaapdrunkenheid na het wakker worden. Door de dut kort te houden en niet te laat in de nacht te plannen wordt dit risico zo laag mogelijk gehouden. Daarnaast zal het advies gegeven worden indien mogelijk niet gedurende de eerste 30 min na wakker worden de weg op te gaan. Door deze voorzorgsmaatregelen worden de risico's niet hoger geschat dan de risico's die men al loopt door verhoogde slaperheid gedurende de nachtdienst zonder interventie. In de literatuur wordt geopperd dat de verlaging van melatonine door blootstelling aan licht *s nachts een rol kan spelen in het ontwikkelen van borstkanker. Uit epidemiologische studies blijkt dat regelmatige nachtdiensten gedurende minstens 20 jaar een verhoogd risico op borstkanker met zich meebrengt. Wat hiervan de oorzaak is, is echter nog niet bekend. De blootstelling aan licht per nacht in deze studie zal zeer kort zijn (20 min), waardoor melatonine slechts tijdelijk wordt onderdrukt en daarna weer kan stijgen. De concentratie gedurende de gehele nacht zal daardoor slechts

weinig of niet lager zijn dan normaal in de nachtdienst waardoor ook het mogelijke risico van ook deze interventie zo goed als afwezig is.

Contactpersonen

Publiek

Politie Academie, Programma Politie en Wetenschap

Arnhemseweg 348
7334 AC Apeldoorn
NL

Wetenschappelijk

Politie Academie, Programma Politie en Wetenschap

Arnhemseweg 348
7334 AC Apeldoorn
NL

Locaties

Landen waar het onderzoek wordt uitgevoerd

Netherlands

Deelname eisen

Leeftijd

Volwassenen (18-64 jaar)
65 jaar en ouder

Belangrijkste voorwaarden om deel te mogen nemen (Inclusiecriteria)

Politie agenten van het korps Drenthe
werkt in onregelmatige dienst met tenminste 2 nachtdiensten per 4 weken

leeftijd tussen 18 en 65 jaar

Belangrijkste redenen om niet deel te kunnen nemen (Exclusiecriteria)

Oogklachten zoals glaucoom of staar die een contra indicatie zijn voor blootstelling aan licht,
of de mogelijke effecten van licht zullen verminderen
oogoperaties in de afgelopen 5 jaar
gebruik van medicatie die de gevoeligheid voor licht vergroot

Onderzoeksopzet

Opzet

Type:	Interventie onderzoek
Onderzoeksmodel:	Cross-over
Blinding:	Open / niet geblindeerd
Controle:	Geen controle groep
Doel:	Preventie

Deelname

Nederland	
Status:	Werving gestopt
(Verwachte) startdatum:	29-01-2011
Aantal proefpersonen:	135
Type:	Werkelijke startdatum

Ethische beoordeling

Goedgekeurd WMO	
Datum:	22-12-2010
Soort:	Eerste indiening
Toetsingscommissie:	METC Universitair Medisch Centrum Groningen (Groningen)

Registraties

Opgevolgd door onderstaande (mogelijk meer actuele) registratie

Geen registraties gevonden.

Andere (mogelijk minder actuele) registraties in dit register

Geen registraties gevonden.

In overige registers

Register	ID
CCMO	NL34619.042.10