



Dagelijkse predictoren van slaap bij ouderen met depressieve klachten en cognitieve beperkingen



Zijun Li, **Marij Zuidersma**, Harriëtte Riese, Richard Oude Voshaar

Interdisciplinary Center Psychopathology and Emotion regulation, University of Groningen, University Medical Center Groningen



Achtergrond: prevalentie slaapproblemen



Ouderen

Insomnia symptomen: 30-48%

Insomnia stoornis: 12-20%



Achtergrond: consequenties slaapproblemen





Achtergrond: consequenties slaapproblemen





Achtergrond: consequenties slaapproblemen





Achtergrond: consequenties slaapproblemen



Patel et al. J. Clin. Sleep Med, 2010.



Achtergrond: risicofactoren slaapproblemen



Patel et al. J. Clin. Sleep Med, 2010.



Achtergrond: risicofactoren slaapproblemen





Achtergrond: risicofactoren slaapproblemen





Achtergrond: risicofactoren slaapproblemen





Achtergrond: groupsstudies versus individu



Molenaar, *Measurement*, 2004.
Robinson, *History Philosophy & Psychology* 2011.
Hamaker, Guilford Press, 2012
Zuidersma et al., *Frontiers in psychiatry* 2020.



i-CASE

Idiographic study of Cognition, Affect and Sleep in the elderly

DOEL

- Het identificeren van persoonlijke risicofactoren voor slecht slapen





i-CASE

Idiographic study of Cognition, Affect and Sleep in the elderly

DOEL

- Het identificeren van persoonlijke risicofactoren voor slecht slapen

PATIENTEN:

- 8 patiënten met depressieve klachten en cognitieve beperkingen



i-CASE

Idiographic study of Cognition, Affect and Sleep in the elderly

DOEL

- Het identificeren van persoonlijke risicofactoren voor slecht slapen

PATIENTEN:

- 8 patiënten met depressieve klachten en cognitieve beperkingen

STUDIEOPZET: IDIOGRAFISCH

- Vele metingen over de tijd binnen 1 individu
- Analyses worden apart per individu gedaan



i-CASE

Idiographic study of Cognition, Affect and Sleep in the elderly

Procedure

Gedurende 63 dagen achtereenvolgend:

- 2-maal daags vragenlijsten invullen
- Bewegingsmeter om pols dragen





i-CASE

Idiographic study of Cognition, Affect and Sleep in the elderly

Procedure

Gedurende 63 dagen achtereen:

- 2-maal daags vragenlijsten invullen
- Bewegingsmeter om pols dragen

Variabelen

Slaap:

- Duur
- Effectiviteit
- kwaliteit



Predictoren:

- Stemming
- Fysieke activiteit
- Sociale contacten
- Alcohol, cafeïne
- Pijn



i-CASE

Idiographic study of Cognition, Affect and Sleep in the elderly

Procedure

Gedurende 63 dagen achtereen:

- 2-maal daags vragenlijsten invullen
- Bewegingsmeter om pols dragen

Analyse

Tijdreeksanalyse om dagelijkse
predictoren voor slaap te
berekenen

→ **voor iedere deelnemer apart**

Variabelen

Slaap:

- Duur
- Effectiviteit
- kwaliteit



Predictoren:

- Stemming
- Fysieke activiteit
- Sociale contacten
- Alcohol, cafeïne
- Pijn



i-CASE

Idiographic study of Cognition, Affect and Sleep in the elderly

Participant 1

	<u>Slaap effectiviteit</u>	<u>Uren slaap</u>	<u>Slaap kwaliteit</u>
Caffeine			
Alcohol			
<u>Sociale interacties</u>			
<u>Positief affect</u>			
<u>Negatief affect</u>			
<u>Matige lichaamsbeweging</u>			
<u>Intensieve lichaamsbeweging</u>			
<u>Dutjes</u>			



i-CASE

Idiographic study of Cognition, Affect and Sleep in the elderly

Participant 2

	<u>Slaap effectiviteit</u>	<u>Uren slaap</u>	<u>Slaap kwaliteit</u>
Caffeine			
Alcohol			
<u>Sociale interacties</u>			
<u>Positief affect</u>			
<u>Negatief affect</u>			
<u>Matige lichaamsbeweging</u>			
<u>Intensieve lichaamsbeweging</u>			
<u>Dutjes</u>			



i-CASE

Idiographic study of Cognition, Affect and Sleep in the elderly

Participant 3

	<u>Slaap effectiviteit</u>	<u>Uren slaap</u>	<u>Slaap kwaliteit</u>
Caffeine			
Alcohol			
<u>Sociale interacties</u>			
<u>Positief affect</u>			
<u>Negatief affect</u>			
<u>Matige lichaamsbeweging</u>			
<u>Intensieve lichaamsbeweging</u>			
<u>Dutjes</u>			



i-CASE

Idiographic study of Cognition, Affect and Sleep in the elderly

Participant 4

	<u>Slaap effectiviteit</u>	<u>Uren slaap</u>	<u>Slaap kwaliteit</u>
Caffeine			
Alcohol			
<u>Sociale interacties</u>			
<u>Positief affect</u>			
<u>Negatief affect</u>			
<u>Matige lichaamsbeweging</u>			
<u>Intensieve lichaamsbeweging</u>			
<u>Dutjes</u>			



i-CASE

Idiographic study of Cognition, Affect and Sleep in the elderly

Participant 5

	<u>Slaap effectiviteit</u>	<u>Uren slaap</u>	<u>Slaap kwaliteit</u>
Caffeine			
Alcohol			
<u>Sociale interacties</u>			
<u>Positief affect</u>			
<u>Negatief affect</u>			
<u>Matige lichaamsbeweging</u>			
<u>Intensieve lichaamsbeweging</u>			
<u>Duties</u>			



i-CASE

Idiographic study of Cognition, Affect and Sleep in the elderly

Participant 6

	<u>Slaap effectiviteit</u>	<u>Uren slaap</u>	<u>Slaap kwaliteit</u>
Caffeine			
Alcohol			
<u>Sociale interacties</u>			
<u>Positief affect</u>			
<u>Negatief affect</u>			
<u>Matige lichaamsbeweging</u>			
<u>Intensieve lichaamsbeweging</u>			
<u>Dutjes</u>			



i-CASE

Idiographic study of Cognition, Affect and Sleep in the elderly

Participant 7

	<u>Slaap effectiviteit</u>	<u>Uren slaap</u>	<u>Slaap kwaliteit</u>
Caffeine			
Alcohol			
<u>Sociale interacties</u>			
<u>Positief affect</u>			
<u>Negatief affect</u>			
<u>Matige lichaamsbeweging</u>			
<u>Intensieve lichaamsbeweging</u>			
<u>Dutjes</u>			



i-CASE

Idiographic study of Cognition, Affect and Sleep in the elderly

Participant 8

	<u>Slaap effectiviteit</u>	<u>Uren slaap</u>	<u>Slaap kwaliteit</u>
Caffeine			
Alcohol			
<u>Sociale interacties</u>			
<u>Positief affect</u>			
<u>Negatief affect</u>			
<u>Matige lichaamsbeweging</u>			
<u>Intensieve lichaamsbeweging</u>			
<u>Dutjes</u>			



Universitair Medisch Centrum Groningen

Discussie





Discussie

Conclusie:

Dagelijkse risicofactoren
voor slecht slapen
verschillen per patient





Discussie

Conclusie:

Dagelijkse risicofactoren
voor slecht slapen
verschillen per patient

Limitaties

- Predictoren slechts over dag ervoor
- Niet naar diepte slaap gekeken
- Causaliteit onbekend
- Effecten kunnen veranderen over de tijd



Discussie

Conclusie:

Dagelijkse risicofactoren voor slecht slapen verschillen per patient

Limitaties

- Predictoren slechts over dag ervoor
- Niet naar diepte slaap gekeken
- Causaliteit onbekend
- Effecten kunnen veranderen over de tijd

Toekomst

Het uitvoeren van n=1 onderzoek zou kunnen helpen in het formuleren van een persoonlijke behandelstrategie voor slaapproblemen



Sponsors



The sponsors had no role in the design of the study, analysis of the data, interpreting results, publishing results, and the content of this presentation



Dank!

m.zuidersma@umcg.nl



Zijun Li, master student



Dr. Harriëtte Riese



Prof. Richard Oude Voshaar

