

# DBBO Nachtwerk Support Studie

Gepubliceerd: 03-02-2021 Laatste bijgewerkt: 19-03-2025

Het doel van deze studie is de effectiviteit van lichtbrillen te evalueren in het mitigeren van de negatieve gevolgen van nachtwerk, in termen van individuele spankracht (d.w.z. vermoeidheid, concentratie- en motivatieverlies, lichamelijke...

|                             |                       |
|-----------------------------|-----------------------|
| <b>Ethische beoordeling</b> | Goedgekeurd WMO       |
| <b>Status</b>               | Werving gestopt       |
| <b>Type aandoening</b>      | Overige aandoening    |
| <b>Onderzoekstype</b>       | Interventie onderzoek |

## Samenvatting

### ID

NL-OMON49280

### Bron

ToetsingOnline

### Verkorte titel

DBBO Nachtwerk Support Studie

### Aandoening

- Overige aandoening

### Synoniemen aandoening

ploegendienst-syndroom

### Aandoening

alle klachten/aandoeningen gelieerd aan verstoring van Circadiaans ritme

### Betreft onderzoek met

Mensen

### Ondersteuning

**Primaire sponsor:** Koninklijke Landmacht

**Overige ondersteuning:** Ministerie van Defensie

## Onderzoeksproduct en/of interventie

**Trefwoord:** Circadiaans ritme, lichtbril, nachtwerk

## Uitkomstmaten

### Primaire uitkomstmaten

Primaire uitkomstmaat is de overall score op de gevalideerde Checklist

Individuele Spankracht, een schaal die geclusterd is naar 4 dimensies:

vermoeidheid, motivatie, lichamelijke activiteit en concentratie.

### Secundaire uitkomstmaten

Secundaire uitkomstmaten zijn de score op de gevalideerde Herstelbehoefteschaal

en twee stressgerelateerde parameters (Stress Index en Body Battery), gemeten

met een fitnesstracker.

## Toelichting onderzoek

### Achtergrond van het onderzoek

Circa 6.000 militairen en burgermedewerkers van Defensie hebben in hun werkzaamheden regelmatig te maken met shift- en nachtwerk. Hiertoe behoren de beveiligers van de Defensie Bewakings- en BeveiligingOrganisatie, kortweg DBBO. In recente richtlijnen over nachtwerk en gezondheid vormt lichtinterventie een van de potentiële maatregelen. Verschillende gecontroleerde studies naar lichtbrillen laten veelbelovende resultaten zien, maar zijn vooralsnog uitsluitend uitgetest in specifieke (zorg)settings, nog niet in de beveiligingssector.

### Doel van het onderzoek

Het doel van deze studie is de effectiviteit van lichtbrillen te evalueren in het mitigeren van de negatieve gevolgen van nachtwerk, in termen van individuele spankracht (d.w.z. vermoeidheid, concentratie- en motivatieverlies, lichamelijke inactiviteit) en herstelbehoefte, van een groep beveiligers van Defensie.

## Onderzoeksopzet

Het betreft een gerandomiseerde gecontroleerde cross-over studie met twee interventiegroepen, waarbij interventiegroep 1 de interventie 6 weken eerder ontvangt dan interventiegroep 2. De interventie betreft het dragen van een lichtbril rondom de nachtdiensten gedurende 5 weken.

## Onderzoeksproduct en/of interventie

Voor de studie wordt gebruik gemaakt van lichtbrillen van de firma Propeaq, in de aan-stand (aanbieden van blauw licht) en in de uit-stand met oranje lenzen (blokkeren van blauw licht). De lichtbrillen worden 5 achtereenvolgende weken gebruikt voorafgaand aan (aan) en aansluitend op (uit) nachtdiensten.

## Inschatting van belasting en risico

Van deelnemers wordt gevraagd gedurende 5 weken aan het begin van iedere nachtdienst 30 minuten een lichtbril te dragen en na afloop van de nachtdienst de bril met oranje glazen te dragen gedurende 30 a 45 minuten tot het moment van slapen gaan. Daarnaast dienen deelnemers in de eerste week van de studie, halverwege en aan het eind van de studie een vragenlijst in te vullen met vragen over o.a. herstelbehoefte, vermoeidheid, en gebruik van de bril. Tot slot dienen deelnemers in driemaal 5 achtereenvolgende dagen een fitnesstracker te dragen.

De risico\*s die deelname aan de onderhavige studie met zich meebrengen, worden minimaal geacht. Gedocumenteerd is dat lichtblootstelling met de lichtbril geen schadelijke effecten voor het oog opleveren. Bijwerkingen blijven beperkt tot sporadische milde klachten van hoofdpijn, droge of juist tranende ogen en duizeligheid.

## Contactpersonen

### Publiek

Koninklijke Landmacht

Herculeslaan 1  
Utrecht 3584 AB  
NL

## Wetenschappelijk

Koninklijke Landmacht

Herculeslaan 1  
Utrecht 3584 AB  
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)

Actief dienende medewerkers van DBBO van 18-67 jaar

### Belangrijkste redenen om niet deel te kunnen nemen (Exclusiecriteria)

1. Netvliesgerelateerde oogaandoeningen (contra-indicatie voor het dragen van een lichtbril).
2. Niet in de reguliere werkzaamheden kunnen functioneren zonder eigen bril (toelichting: de lichtbril laat niet toe dat er een eigen bril onder gedragen wordt, behalve als gebruik gemaakt kan worden van door het onderzoeksteam verstrekte opzet-leesbrilletje van NOOZ-Optics met sterkte glazen -3 tot +1).

## Onderzoeksopzet

### Opzet

|                  |                         |
|------------------|-------------------------|
| Type:            | Interventie onderzoek   |
| Onderzoeksmodel: | Cross-over              |
| Toewijzing:      | Gerandomiseerd          |
| Blinding:        | Open / niet geblindeerd |
| <b>Doel:</b>     | Preventie               |

### Deelname

|                         |                       |
|-------------------------|-----------------------|
| Nederland               |                       |
| Status:                 | Werving gestopt       |
| (Verwachte) startdatum: | 22-02-2021            |
| Aantal proefpersonen:   | 98                    |
| Type:                   | Werkelijke startdatum |

## Ethische beoordeling

|                     |                        |
|---------------------|------------------------|
| Goedgekeurd WMO     |                        |
| Datum:              | 03-02-2021             |
| Soort:              | Eerste indiening       |
| Toetsingscommissie: | METC Brabant (Tilburg) |

## Registraties

### Opgevolgd door onderstaande (mogelijk meer actuele) registratie

Geen registraties gevonden.

### Andere (mogelijk minder actuele) registraties in dit register

ID: 20803  
Bron: NTR  
Titel:

## In overige registers

| Register | ID             |
|----------|----------------|
| CCMO     | NL76088.028.20 |
| OMON     | NL-OMON20803   |