

Utfall Tidsramme	Resultater og målinger fra studier	Estimert effekt i aktuell populasjon		Tiltro til estimert intervensjonseffekt  (kvalitet på dokumentasjonen)	Konklusjon
		Placebo	Melatonin		
Total nattesøvn (minutter) - melatonin (immediate- release)	Målt med: Aktigrafi  Skala: - Høyere bedre  Basert på data fra 106 pasienter i 2 studier	mingj.snitt/ mean	mingj.snitt/ mean	<b>Lav</b>  På grunn av brede konfidensintervaller som krysser linje for effekt/ingen effekt, kun to studier med få forsøkspersoner <sup>1</sup>	Melatonin (immediate- release) utgjør mulig en ubetydelig eller ingen forskjell på total nattesøvn (minutter).
Total nattesøvn (minutter) - melatonin (slow- release)	Målt med: Aktigrafi  Skala: - Høyere bedre  Basert på data fra 78 pasienter i 1 studier	mingj.snitt/ mean	mingj.snitt/ mean	<b>Lav</b>  På grunn av brede konfidensintervaller som krysser linje for effekt/ingen effekt, kun ett studie med få forsøkspersoner <sup>2</sup>	Melatonin (slow-release) utgjør mulig en ubetydelig eller ingen forskjell på total nattesøvn (minutter).
Søvneeffektivitet - melatonin (immediate- release)  8 uker	Målt med: Aktigrafi  Skala: - Høyere bedre  Basert på data fra 73 pasienter i 1 studier  Oppfølgingstid 8 uker	%gj.snitt/ mean	%gj.snitt/ mean	<b>Lav</b>  På grunn av kun ett studie med få forsøkspersoner <sup>3</sup>	Melatonin (immediate- release) har muligens ingen effekt på søvneeffektivitet.
Søvneeffektivitet - melatonin (slow- release)  8 uker	Målt med: Aktigrafi  Skala: - Høyere bedre  Basert på data fra 78 pasienter i 1 studier	%gj.snitt/ mean	%gj.snitt/ mean	<b>Lav</b>  På grunn av kun to små studier med få forsøkspersoner <sup>4</sup>	Melatonin (slow-release) har muligens ingen effekt på søvneeffektivitet.
Våkenperiode natt (min) - melatonin (immediate- release)  8 uker	Målt med: Aktigrafi  Skala: - Lavere bedre  Basert på data fra 73 pasienter i 1 studier  Oppfølgingstid 8 uker	minuttergj.snitt/ mean	minuttergj.snitt/ mean	<b>Lav</b>  På grunn av brede konfidensintervaller som krysser linje for effekt/ikke effekt, kun ett studie med få forsøkspersoner <sup>5</sup>	Melatonin (immediate- release) har muligens ingen effekt på våkenperiode natt (minutter).
Våkenperiode natt (min) - melatonin (slow-release)  8 uker	Målt med: Aktigrafi  Skala: - Lavere bedre  Basert på data fra 78 pasienter i 1 studier	minuttergj.snitt/ mean	minuttergj.snitt/ mean	<b>Lav</b>  På grunn av brede konfidensintervaller som krysser linje for effekt/ikke effekt, kun ett studie med få forsøkspersoner <sup>6</sup>	Melatonin (slow-release) har muligens ingen effekt på våkenperiode natt (minutter).

		(CI 95% 17.2 lavere - 31.4 høyere)		
Ratio søvntid dag/natt - melatonin (immediate-release)	Målt med: Aktigrafi Skala: - Lavere bedre Basert på data fra 106 pasienter i 2 studier	gj.snitt/ mean    gj.snitt/ mean  Forskjell: <b>MD 0.12 lavere</b>  (CI 95% 0.28 lavere - 0.05 høyere)	<b>Lav</b>  På grunn av kun to studier med få forsøkspersoner <sup>7</sup>	Melatonin (immediate-release) utgjør mulig en ubetydelig eller ingen forskjell på ratio søvntid dag/natt.
Ratio søvntid dag/natt - melatonin (slow-release)	Målt med: Aktigrafi Skala: - Lavere bedre Basert på data fra 78 pasienter i 1 studier	gj.snitt/ mean    gj.snitt/ mean  Forskjell: <b>MD 0.25 lavere</b>  (CI 95% 0.78 lavere - 0.28 høyere)	<b>Lav</b>  På grunn av kun en studie med få forsøkspersoner <sup>8</sup>	Melatonin (slow-release) utgjør mulig en ubetydelig eller ingen forskjell på ratio søvntid dag/natt.
Pasientens søvnkvalitet vurdert av omsorgsgiver, endring fra baseline - melatonin (immediate-release)	Målt med: Sleep Quality Rating Skala: 1-5 Høyere bedre Basert på data fra 73 pasienter i 1 studier	poenggj.snitt/ mean    poenggj.snitt/ mean  Forskjell: <b>MD 0.1 lavere</b>  (CI 95% 0.37 lavere - 0.17 høyere)	<b>Lav</b>  På grunn av kun en studie med få forsøkspersoner <sup>9</sup>	Melatonin (immediate-release) utgjør mulig en ubetydelig eller ingen forskjell på pasientens søvnkvalitet vurdert av omsorgsgiver.
Pasientens søvnkvalitet vurdert av omsorgsgiver, endring fra baseline - melatonin (slow-release)	Målt med: Sleep Quality Rating Skala: 1-5 Høyere bedre Basert på data fra 78 pasienter i 1 studier	poenggj.snitt/ mean    poenggj.snitt/ mean  Forskjell: <b>MD 0.11 høyere</b>  (CI 95% 0.19 lavere - 0.41 høyere)	<b>Lav</b>  På grunn av kun en studie med få forsøkspersoner <sup>10</sup>	Melatonin (slow-release) utgjør mulig en ubetydelig eller ingen forskjell på pasientens søvnkvalitet vurdert av omsorgsgiver.
Antall rapporterte bivirkninger pr person - melatonin (immediate release)  8 uker	Målt med: Skala: - Lavere bedre Basert på data fra 73 pasienter i 1 studier  Oppfølgingstid 8 uker	gj.snitt/ mean    gj.snitt/ mean  Forskjell: <b>MD 0.4 lavere</b>  (CI 95% 1.62 lavere - 0.82 høyere)	<b>Lav</b>  grunnet veldig alvorlig upresise estimer (imprecision) <sup>11</sup>	Melatonin utgjør mulig en ubetydelig eller ingen forskjell på antall rapporterte bivirkninger pr person - melatonin (immediate-release).
Antall rapporterte bivirkninger pr person - melatonin (slow-release)  8 uker	Målt med: Skala: - Lavere bedre Basert på data fra 78 pasienter i 1 studier	gj.snitt/ mean    gj.snitt/ mean  Forskjell: <b>MD 1.0 høyere</b>	<b>Lav</b>  grunnet veldig alvorlig upresise estimer (imprecision) <sup>12</sup>	Melatonin utgjør mulig en ubetydelig eller ingen forskjell på antall rapporterte bivirkninger pr person - melatonin (slow-release).

	Oppfølgingstid 8 uker	(CI 95% 0.41 lavere - 2.41 høyere)		
Alvorlighet av rapporterte bivirkninger pr person - melatonin (immediate-release)  8 uker	Målt med: 3-punkts skala  Skala: 1-3 Lavere bedre  Basert på data fra 73 pasienter i 1 studier  Oppfølgingstid 8 uker	gj.snitt/ mean      gj.snitt/ mean  Forskjell: <b>MD 0.1 høyere</b>  (CI 95% 0.11 lavere - 0.31 høyere)	<b>Lav</b>  grunnet veldig alvorlig upresise estimater (imprecision) <sup>13</sup>	Melatonin utgjør mulig en ubetydelig eller ingen forskjell på alvorlighet av rapporterte bivirkninger pr person - melatonin (immediate-release).
Alvorlighet av rapporterte bivirkninger pr person - melatonin (slow-release)  8 uker	Målt med: 3-punkts skala  Skala: 1-3 Lavere bedre  Basert på data fra 78 pasienter i 1 studier  Oppfølgingstid 8 uker	gj.snitt/ mean      gj.snitt/ mean  Forskjell: <b>MD 0.1 høyere</b>  (CI 95% 0.13 lavere - 0.33 høyere)	<b>Lav</b>  grunnet veldig alvorlig upresise estimater (imprecision) <sup>14</sup>	Melatonin utgjør mulig en ubetydelig eller ingen forskjell på alvorlighet av rapporterte bivirkninger pr person - melatonin (slow-release).

1. **Upresise estimater (imprecision): Svært alvorlig.** På grunn av brede konfidensintervaller som krysser linje for effekt/ingen effekt, kun to studier med få forsøkspersoner;
2. **Upresise estimater (imprecision): Svært alvorlig.** På grunn av brede konfidensintervaller som krysser linje for effekt/ingen effekt, kun ett studie med få forsøkspersoner;
3. **Upresise estimater (imprecision): Svært alvorlig.** Få pasienter (<100)/(100-300) inkludert i studiene, Data fra kun en studie;
4. **Upresise estimater (imprecision): Svært alvorlig.** Få pasienter (<100)/(100-300) inkludert i studiene, Data fra kun to små studier;
5. **Upresise estimater (imprecision): Svært alvorlig.** Brede konfidensintervaller som krysser linje for effekt/ikke effekt, kun ett studie med få forsøkspersoner;
6. **Upresise estimater (imprecision): Svært alvorlig.** Brede konfidensintervaller som krysser linje for effekt/ikke effekt, kun ett studie med få forsøkspersoner;
7. **Upresise estimater (imprecision): Svært alvorlig.** På grunn av kun to studier med få forsøkspersoner;
8. **Upresise estimater (imprecision): Svært alvorlig.** Data fra kun en studie, Få pasienter (<100)/(100-300) inkludert i studiene;
9. **Upresise estimater (imprecision): Svært alvorlig.** Få pasienter (<100)/(100-300) inkludert i studiene, Data fra kun en studie;
10. **Upresise estimater (imprecision): Svært alvorlig.** Få pasienter (<100)/(100-300) inkludert i studiene, Data fra kun en studie;
11. **Upresise estimater (imprecision): Svært alvorlig.** Få pasienter (<100)/(100-300) inkludert i studiene, Data fra kun en studie;
12. **Upresise estimater (imprecision): Svært alvorlig.** Få pasienter (<100)/(100-300) inkludert i studiene, Data fra kun en studie;
13. **Upresise estimater (imprecision): Svært alvorlig.** Få pasienter (<100)/(100-300) inkludert i studiene, Data fra kun en studie;
14. **Upresise estimater (imprecision): Svært alvorlig.** Få pasienter (<100)/(100-300) inkludert i studiene, Data fra kun en studie;