
Notiser

MEDISINSK NYTT

Kognitiv terapi ved hypokondri

Hypokondri har lenge vært ansett for å være umulig eller vanskelig å behandle. Dette er nå annerledes. Nye behandlingsmetoder har ført til større optimisme både hos pasienter og leger (Tidsskr Nor Lægeforen 2002; 122: 1126 – 9).

En ny studie viser at korttids individualisert kognitiv atferdsterapi kan ha langtidseffekter ved hypokondri (JAMA 2004; 291: 1464 – 70).

102 pasienter ble randomisert til kognitiv terapi, mens 85 fikk standardbehandling. Intervensjonsgruppen fikk seks behandlinger à 90 minutter i løpet av seks uker. Behandlingen var utviklet spesifikt for å endre hypokondrisk tenkning og restrukturere hypokondriske ideer. Pasientene ble evaluert før samt seks og 12 måneder etter intervensjonen.

Ett år etter avsluttet behandling hadde pasientene i intervensjonsgruppen signifikant lavere nivåer av hypokondriske symptomer, tanker og holdninger samt mindre helserelatert angst, også justert for bakgrunnsfaktorer, enn kontrollgruppen. De fungerte bedre sosialt og i daglige aktiviteter, men de hadde ikke færre hypokondriske somatiske symptomer.

Screening for vaginalinfeksjon hos gravide

Nytten av screening for asymptomatiske vaginalinfeksjoner ved rutinekontroll i tidlig graviditet er omdiskutert. Forskere fra Wien har nå publisert data fra en randomisert studie der over 4 000 gravide ble delt inn i én gruppe som fikk utført gramfarging av vaginalsekret og én gruppe som ikke fikk denne undersøkelsen (BMJ, doi: 0.1136/bmj.3869.519653.EB).

Tidlig fødsel (før uke 37) skjedde hos 3 % av kvinnene som ble testet og hos 5,3 % i kontrollgruppen ($p = 0,0001$). Forfatterne anbefaler screening for vaginalinfeksjon for alle gravide.

Varierende nytte av pasientundervisning

Undervisning som skal lære pasientene å mestre sin sykdom, har varierende effekt på helsetilstanden. En gjennomgang av over 70 undersøkelser av emnet viser at diabetespasienter oppnår noe bedre kontroll av blodsukkernivået (Arch Intern Med 2004; 164: 1641 – 9). Pasienter med astma får litt færre anfall, mens undervisning for pasienter med leddgikt hadde liten eller ingen effekt på sykdomskontrollen.

Forfatterne mener at kvaliteten på mange av studiene er dårlig. Sannsynligvis foreligger det en betydelig grad av publikasjonsskjevhet.

Økt dødelighet ved diabetes

Pasienter med diabetes mellitus type 1 har økt risiko for å dø i ung alder. I en britisk studie undersøkte man om denne risikoen var blitt redusert de siste årene (BMJ 2004; 328: 741 – 2).

Forskerne inkluderte alle under 29 år som var innlagt for diabetes i perioden 1968 – 96 i Oxford-området, og fulgte dem opp i tre år etter innleggelsen. Databasen ble koblet til dødsårsaksregisteret.

Nærmere 5 000 innleggelser ble registrert, og 58 personer døde (SMR 8,5, 95 % KI 6,5 – 10,8). Det var ingen signifikant nedgang i dødeligheten i løpet av studieperioden. Overdødeligheten gjaldt ikke bare somatiske årsaker, men også suicid.

I absolutte tall er dødsfall blant unge diabetikere sjeldent. Nærmere ni ganger overdødelighet er imidlertid høyere enn blant andre diabetikere, og viser at de som trenger sykehusinnleggelse er en risikogruppe.

Livsstilsendring effektivt ved erektil dysfunksjon

Om lag 30 % av svært overvektige menn med erektil dysfunksjon kan gjenvinne og beholde seksuell funksjon hvis de går ned i vekt og er mer fysisk aktive. Dette er hovedkonklusjonen i en prospektiv italiensk undersøkelse av 110 menn (JAMA 2004; 291: 2978 – 84).

Mennene var i alderen 35 – 55 år og hadde kroppsmasseindeks (BMI) > 30. Alle hadde erektil dysfunksjon, men ikke diabetes, hypertensjon eller dyslipidemi. Om lag halvparten deltok i et intensivt program for å oppnå et vekttap på 10 %. Kontrollgruppen fikk kun generelle råd om kost og mosjon.

To år etter studiestart hadde personene i intervensjonsgruppen en reduksjon i BMI fra 37 til 31, mens kontrollpasientenes gjennomsnitt lå uendret på 36.

Intervensjonspasientene hadde også bedring i erektil dysfunksjon, mens det ikke var endring i den gjennomsnittlige skåren for kontrollpasientene.

Screening sparer liv

Dersom man i Storbritannia ikke hadde innført screening for cervixcancer, ville én av 65 kvinner dødd av sykdommen. Dette påstår forfatterne av en artikkel i *The Lancet* (2004; 364: 249 – 56).

De har sett på dødeligheten av cervixcancer frem til 1988, da screeningundersøkelsene begynte, for så å finne hvordan trenden ville ha utviklet seg uten dette tiltaket. Slike beregninger er usikre. Det er vanskelig å korrigere for andre faktorer, for eksempel bruk av p-piller og seksualvaner. Likevel konkluderer forfatterne med at screeningundersøkelsene har redusert dødeligheten med 80 %, eller spart omkring 5 000 liv per år. De hevder at screening for cervixcancer bør fortsette selv om sykdommen nå er sjelden.

Målsøkende nanokrystaller

I en studie fra USA ble eksiterbare nanokrystaller koblet til et prostataspesifikt antigen og administrert til en musemodell med human prostatakreft (*Nat Biotechnol* 2004; 22: 969 – 76). Molekylene ble raskt bundet til humane prostataceller i musene. Nanokrystallene, og dermed prostatavevet, kunne deretter identifiseres optisk mens dyrene var i live.

Tidligere er eksiterbare nanokrystaller blant annet blitt brukt til å identifisere vaktpostlymfeknuter i forbindelse med kreftkirurgi. De nye nanokrystallene har en størrelse som gjør dem velegnet til in vivo- administrering og identifisering av kreftceller. Molekylene har lang halveringstid og kan bindes til forskjellige antistoffer og peptider.

I en kommentar påpekes det at bruk av nanokrystaller til optisk visualisering av patologiske prosesser nærmer seg klinisk bruk. Molekylets toksisitet er imidlertid foreløpig uavklart, dermed er det ukjent om krystallene kan anvendes i humane studier.

Stress kan forverre multippel sklerose

De fleste personer med multippel sklerose mener at stressende livshendelser kan forverre sykdommen. En slik sammenheng har imidlertid vært kontroversiell blant leger og forskere.

En metaanalyse av 14 artikler viser at ikke-traumatiske stressende hendelser er forbundet med økt risiko for forverring av sykdommen, men effekten er moderat (*BMJ* 2004; 328: 731 – 3).

Forfatterne understreker at sammenhengen er kompleks. Det er ikke mulig å koble spesifikke stressorer til forverring ved multippel sklerose. Det er heller ikke mulig å bruke dataene til å slutte at pasientene er ansvarlige for forverring i sykdommen.

Ingen effekt av mekoniumsug

Mekonium i fostervannet kan føre til at barnet utvikler en farlig lungesykdom (mekoniumaspirasjonssyndrom) kort tid etter fødselen. Det er vanlig å hindre aspirasjon ved hjelp av vakuumsug gjennom nese og munnhule under forløsningen.

Resultatene av en studie publisert i *The Lancet* (2004; 364: 597 – 602) tyder på at mekoniumsug ikke forebygger lungesykdom. Den randomiserte undersøkelsen inkluderte mer enn 2 000 fødsler der det var påvist mekonium i fostervannet.

I halvparten av tilfellene utførte fødselshjelperne vakuumsug før skuldrene var kommet ut. Forekomsten av mekoniumaspirasjonssyndrom og behovet for assistert ventilasjon var den samme i de to gruppene.

Forfatterne mener dette er et godt eksempel på at helsevesenet innfører prosedyrer uten at disse er tilstrekkelig dokumentert.

Publisert: 23. september 2004. Tidsskr Nor Legeforen.

© Tidsskrift for Den norske legeforening 2026. Lastet ned fra tidsskriftet.no 10. juli 2026.