



Hodepine i Nord-Trøndelag

Hensikten med denne avhandlingen var å kartlegge forekomst av migrene og annen hodepine i Nord-Trøndelag. Mulige årsaker til hodepine er evaluert gjennom både tverrsnittsundersøkelser og prospektive studier. Doktorgradsavhandlingen er i sin helhet bygd på resultater fra Head-HUNT, et delprosjekt av Helseundersøkelsen i Nord-Trøndelag (HUNT). Head-HUNT er med sine 51 383 deltakere verdens største hodepinestudie når det gjelder deltakerantall. Stor bredde av medisinske temaer i HUNT gjør også studien unik.

Vi kartla presisjonen på de spørreskjema-baserte hodepine diagnosene ved å innkalle et utvalg av deltakerne til et klinisk intervju («gullstandard»). For migrene fant vi godt samsvar, og det var i undersøkelsen derfor hensiktsmessig å dele de hodepineplagede i to grupper; migrene og annen hodepine. I tillegg var det fruktbart å skille pasientene ut fra antall dager per måned med hodepine.

Totalt var fire av ti voksne plaget av hodepine siste året. Vi fant at en av ti hadde migrene, mens tre av ti hadde hodepineplager av annen type. Ettårsprevalensen av hyppig hodepine (> 6 dager per måned) og kronisk hodepine (> 14 dager per måned) var henholdsvis 8 % og 2 %. Lav sosioøkonomisk status definert ut fra utdanningsvarighet eller yrke var assosiert med økt risiko for hyppig hodepine.

Man har antatt at pasienter med lavt stoffskifte har høy forekomst av hodepine. I Head-HUNT fant vi en motsatt tendens, nemlig at de med lavt stoffskifte hadde lavere hodepineforekomst enn dem med normalt stoffskifte. Årsaken til dette overraskende funnet er usikker, men det bidrar til at vi kan formulere nye hypoteser om tilgrunnliggende mekanismer for hodepine.

Sammenhengen mellom blodtrykk og hodepine er uklar, der alle tidligere studier har hatt tverrsnittsdesign. Head-HUNT er den første studien som har vurdert blodtrykk som risikofaktor for hodepine ved å kombinere blodtrykkdata fra studiestart med opplysninger om hodepine 11 år etterpå. Høyt blodtrykk var forbundet med redusert risiko for ikke-migrenøs hodepine. Dette overraskende funnet kan muligens knyttes til redusert smertefølsomhet med påvirkning av sentre i hjernestammen som regulerer blodtrykk og smerte.

Avhandlingen bekrefter at migrene og annen hodepine er en svært utbredt helseplage som i særlig grad rammer yngre kvinner. Identifisering av risikogrupper er nyttig for å bedre behandlingen slik at belastningen på

pasientene, pårørende og samfunnet kan reduseres. Påvisning av faktorer assosiert med hodepine er viktig for å kunne formulere hypoteser om tilgrunnliggende mekanismer for migrene og annen hodepine. I Nord-Trøndelag var det en imponerende oppslutning om Head-HUNT. Undersøkelsen danner et spennende utgangspunkt for en oppfølgende studie av andre risikofaktorer for hodepine.

Avhandlingens tittel
Head-HUNT: the epidemiology of headache in Nord-Trøndelag

Utgår fra
Nevrologisk avdeling
Institutt for kliniske nevrofag

Disputas 16.5. 2002
Norges teknisk-naturvitenskapelige universitet

Knut Hagen
knut.hagen@medisin.ntnu.no
Nevrologisk avdeling
St. Olavs Hospital
7006 Trondheim



Psykososialt arbeidsmiljø og muskel- og skjelettplager

Muskel- og skjelettplager er svært vanlig blant norske arbeidstakere, og reduserer mange menneskers arbeidskapasitet og livskvalitet. Plagene er meget kostbare for samfunn og bedrifter og er de plager som forårsaker flest langtidssykemeldinger i Norge. Hovedmålsettingen med avhandlingen var å undersøke sammenhenger mellom psykososiale faktorer på arbeidsplassen og muskel- og skjelettplager, samt om slike faktorer kan påvirke arbeidstakeres mestring av fysiske belastninger når de har smerter i muskler og ledd.

Det ble gjennomført to undersøkelser blant arbeidstakere i norske bilverksteder. Den største undersøkelsen var en prospektiv studie der målinger ble foretatt i 1996 og 1998. Undersøkelsen ble gjennomført i 311 bilverksteder der daglig leder (N = 311) og alle verkstedsansatte (N = 2 174) ble spurt om å fylle ut et spørreskjema vedrørende fysiske, sosiale og organisatoriske arbeidsmiljøfaktorer, systematisk helse-, miljø- og sikkerhet (HMS)-arbeid, forekomst av muskel- og skjelettplager, og mestring av fysiske belastninger ved smerter i muskler og ledd. Mange verkstedsansatte rapporterte at de ofte var plaget med smerter i muskler og ledd. Arbeidstakere med et godt psykososialt arbeidsmiljø rapporterte mindre mus-

kel- og skjelettplager enn de med dårlig psykososialt arbeidsmiljø. Størst betydning for god helse var å ha høy grad av kontroll over egen arbeidssituasjon og god støtte fra ledelsen. Ansatte med god sosial støtte og god kontroll over eget arbeid mestret fysiske belastninger mest aktivt ved f.eks. å benytte løftehjelpemiddel og be om hjelp fra kolleger. De fremmet også oftere arbeidsmiljøsaaker overfor ledelsen enn arbeidstakere med dårlig støtte og lav egenkontroll. Arbeidstakere i bedrifter med godt systematisk HMS-arbeid var mer fornøyde med arbeidsmiljøet, rapporterte mindre muskel- og skjelettplager og deltok mer i forebyggende helsearbeid enn arbeidstakere i bedrifter der man i liten grad drev et systematisk HMS-arbeid.

For å forebygge muskel- og skjelettplager blant arbeidstakere best mulig er det nødvendig å fokusere både på fysiske og psykososiale arbeidsmiljøfaktorer og dessuten å gjøre dette samtidig. Et godt sosialt miljø med gode muligheter for å kontrollere egne arbeidsoppgaver synes viktig for at arbeidstakere skal foreta forebyggende handlinger på arbeid.

Avhandlingens tittel
The importance of the psychosocial work environment in preventing musculoskeletal symptoms

Utgår fra
Seksjon for arbeidsmedisin
Institutt for samfunnsmedisinske fag

Disputas 15.2. 2002
Universitetet i Bergen

Steffen Torp
steffen.torp@hive.no
Avdeling for helsefag
Høgskolen i Vestfold
Postboks 2243
3103 Tønsberg