

## Kan TV-titting gi overvekt?

Å se mye på fjernsyn som barn kan påvirke helsen som voksen.

Mange tverrsnittundersøkelser har vist at barn som ser mye på fjernsyn, oftere er overvektige enn barn som ser lite. Tidligere har vi ikke visst noe om hvordan TV-titting som barn påvirker helsen i voksen alder, men nå ser det ut til at effekten vedvarer i hvert fall inn i 20-årene.

En studie fra New Zealand har fulgt omkring 1 000 barn fra de var fem til de ble 26 år. Forfatterne fant en uavhengig sammenheng mellom antall timer foran TV-apparatet som barn og ungdom og senere kroppsmasseindeks, røykevaner og kolesterolverdier. Resultatene var kontrollert for foreldrenes vekt og røykevaner.

Forskerne mener at TV-titting kan påvirke helsen også utover at det er passiviserende, særlig dersom sendingene inneholder reklame for usunne matvarer. Dessuten innbyr det til småspising. Den amerikanske barnelegeforeningen anbefaler en maksimumsgrense på to timer hver dag, helst mindre.

## Billig behandling like bra etter nyretransplantasjon

Azatioprin beskytter like effektivt mot avstøtningsreaksjoner etter nyretransplantasjoner som det mye dyrere medikamentet mykofenolat. Det viser en ny studie.

Mykofenolat hemmer purinsyntesen og kan undertrykke proliferasjonen av B- og T-lymfocytter. Medikamentet er forholdsvis nytt og har i kliniske studier vist seg mer effektivt enn azatioprin når det gjelder å hindre avstøtningsreaksjoner etter nyretransplantasjon. Ved slik behandling gis medikamentene i kombinasjon med ciklosporin.

I en randomisert studie med over 300 personer som hadde fått nyre fra en avdød, var forekomsten av avstøtningsreaksjoner i løpet av de første seks månedene den samme blant dem som hadde fått mykofenolat (34 %) som blant dem som hadde fått azatioprin (35 %). Mykofenolatbehandling var derimot hele 15 ganger så dyrt som azatioprinbehandling. Forfatterne mener at nefrologer bør overveie å gå tilbake til azatioprin ved transplantasjon av nekro-nyrer.

Diabetesforsker Geir Joner ved Barne-senteret, Ullevål universitetssykehus, understreker at overvekt hos unge voksne disponerer for senere utvikling av type 2-diabetes.

– TV-titting er en vanskelig indikator, fordi det er så mange andre faktorer som påvirker hvor mye fjernsyn man ser. Så vidt jeg vet, finnes ingen liknende undersøkelser fra Norge. Foreløpig har problemet med passivitet og overvekt blant barn og unge vært mye mindre i Norge enn i USA. Hittil har vi også hatt et annet TV-tilbud, selv om dette er i ferd med å endre seg, sier Joner.

**Ragnhild Ørstavik**  
ragnhild.orstavik@thi.no  
Tidsskriftet

### Litteratur

1. Hancox RJ, Milne BJ, Poulton R. Association between child and adolescent television viewing and adult health: a longitudinal birth cohort study. *Lancet* 2004; 364: 257–62.

– Studien er interessant, men vi må nok ha flere data før vi vil vurdere å endre rutine, sier overlege Anders Hartmann ved Rikshospitalet. – For det første er antallet som er inkludert i studien relativt lavt. For det andre er det en viss forskjell mellom gruppene, selv om den ikke er statistisk signifikant. Det er for eksempel dobbelt så mange tilfeller av steroidresistent rejeksjon i azatiopringruppen som i mykofenolatgruppen.

Ciklosporin ble gitt i form av mikroemulsjon. Denne «nye» oppløsningen har nå vært i bruk i mer enn ti år. – Vår kliniske erfaring er at mykofenolat har bedre effekt også i kombinasjon med den nye formuleringen av ciklosporin, sier Hartmann.

**Ragnhild Ørstavik**  
ragnhild.orstavik@thi.no  
Tidsskriftet

### Litteratur

1. Remuzzi G, Lesti M, Gotti E et al. Mycophenolate mofetil versus azathioprine for prevention of acute rejection in renal transplantation (MYSS): a randomised trial. *Lancet* 2004; 364: 503–12.

## 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 innleggelsesregister, 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.