

Gode råd ved vond rygg

En kortfattet opplæring i å mestre smerte kan ha like god effekt på rygg-lidelser som manuell terapi.

Ryggsmarter er en av de vanligste årsakene til at pasienter oppsøker primærlege. Behandlingen er ofte vanskelig, og varierer mellom smertestillende medikamenter, manuell terapi og ulike livsstilsråd inkludert psykososial mestring. Britiske leger har nå sammenliknet effekten av de to siste alternativene (1).

402 pasienter som oppsøkte førstelinjetjenesten med uspesifikke lumbale ryggsmarter av mindre enn 12 ukers varighet, ble inkludert i studien. Halvparten fikk behandling med manuell terapi. Resten gjennomgikk et kortfattet program med vekt på psykososiale risikofaktorer for kronisk smerte. Begge gruppene ble oppfordret til økt fysisk aktivitet.

Etter tre og 12 måneder gjennomgikk deltakerne undersøkelser som måler generelt funksjonsnivå (Roland and Morris Disability Scale), og man fant ingen signifikante forskjeller. Forfatterne konkluderer med at intervensjoner som setter søkelyset på psykososial mestring kan ha like god effekt som manuell terapi. De er lette

å implementere i primærhelsetjenesten og bør brukes i større utstrekning enn i dag.

Tom Amundsen, som leder ryggseksjonen ved Neurologisk avdeling, Ullevål universitetssykehus, er enig i forfatternes konklusjoner. – For mange pasienter bruker penger og tid på behandlingsformer som er dårlig dokumentert. Jeg anbefaler sjelden manuell terapi, heller alminnelig fysisk aktivitet. Hvilken type aktivitet pasienten foretrekker, er mindre viktig. Men mange pasienter kan ha nytte av å lære mer om å mestre smerte, slik de har gjort i denne studien. Dette er en langt rimeligere intervensjon og som lett kan ivaretas av fastlegen, sier Amundsen.

Ragnhild Ørstavik
ragnhild.orstavik@fhi.no
Tidsskriftet

Litteratur

1. Hay EM, Mullis R, Lewis M et al. Comparison of physical treatments versus a brief pain-management programme for back pain in primary care: a randomised clinical trial in physiotherapy practice. *Lancet* 2005; 365: 2024–30.

Genvarianter bestemmer warfarinnivå

Variasjon i et gen som koder for et vitamin K-relatert enzym kan brukes til å bestemme optimal dose av warfarin.

Warfarin hemmer syntesen av vitamin K-avhengige koagulasjonsfaktorer og koagulasjonshemmere i leveren. Innstilling av riktig warfarindose er en komplisert oppgave fordi den interindividuelle variasjonen i dosebehovet, med henblikk på å oppnå en gunstig serumkonsentrasjon, er stor.

I en studie fra USA vises det nå at enkelt-nukleotidpolymorfismer i genet vitamin K-epoksidreduktasekompleks-1 (VKORC1) kan brukes til å dele inn pasienter i grupper basert på serum-warfarinnivå (1). Ti ulike enkelt-nukleotidpolymorfismer ble identifisert og to haplotyper av disse var assosiert med enten høy eller lav vedlikeholdsdose av warfarin.

– Det vakte betydelig oppsikt da det ble påvist at enkelte mutasjoner i VKORC1-genet kan forklare hvorfor noen pasienter trenger meget høye doser warfarin, såkalt warfarinresistente pasienter (2). Studien viser at enkelt-nukleotidpolymorfismer

i VKORC1-genet også kan forklare noe av den store dose-respons-variasjonen vi ser fra pasient til pasient, sier professor Per Morten Sandset ved Hematologisk avdeling, Ullevål universitetssykehus.

– Det har lenge vært kjent at polymorfismer i genet for CYP2C9-enzymet (et cytokrom P450-enzym), som er ansvarlig for nedbrytning av warfarin, også bidrar til dose-respons-variasjonen. Genotyping av både CYP2C9- og VKORC1-enzymene kan trolig føre til et bedre estimat av warfarindosen hos enkeltpasienter. Dette kan kanskje føre til tryggere warfarinbehandling med færre tromboemboliske komplikasjoner eller blødninger, sier Sandset.

Jens Bjørheim
jens.bjorheim@medisin.uio.no
Tidsskriftet

Litteratur

1. Rieder MJ, Reiner AP, Gage BF et al. Effect of VKORC1 haplotypes on transcriptional regulation and warfarin dose. *N Engl J Med* 2005; 352: 2285–93.
2. Oldenburg J, Ivaskevicius V, Rost S et al. Mutations in VKORC1 cause warfarin resistance and multiple coagulation factor deficiency type 2. *Nature* 2004; 427: 537–41.

Preeklamsi markør for hjertesykdom

Etiologien ved preeklamsi er uklar, men en rekke risikofaktorer er kjent, bl.a. økende alder, diabetes og fedme. Det er usikkert om preeklamsi er forbundet med senere morbiditet og mortalitet.

I en ny studie ble 37 000 kvinner i Jerusalem som fødte i perioden 1964–76 fulgt opp i 24–36 år (*Epidemiology* 2005; 16: 206–15). Nær 1 100 av dem hadde preeklamsi.

Relativ risiko for død etter preeklamsi var 2,1 (95 % KI 1,8–2,5) justert for en rekke bakgrunnsfaktorer som alder, utdanning, hjertesykdom og diabetes. Kardiovaskulær sykdom bidro mest til den økte mortaliteten.

Mangelfulle perioperative rutiner

Gode perioperative rutiner ved kolorektal kirurgi reduserer komplikasjoner. Slike rutiner innebærer bl.a. å unngå tarmtømming, la pasienten spise dagen etter inngrepet og å gi adekvat smertelindring. Forsker fra Tromsø har sendt ut et spørreskjema til over 200 kirurgiske avdelinger i Skottland, Nederland, Danmark, Sverige og Norge for å undersøke om disse anbefalingene følges i praksis (*BMJ* 2005; 330: 1420–1).

Det viste seg at tiltakene kun ble fulgt av et mindretall av sentrene. Tarmtømming før operasjon ble fortsatt brukt i alle land. Langvarig fasting er fortsatt regelen i Nederland og Skottland, mens pasientene ved flertallet av sentrene i Norge, Sverige og Danmark fikk lov til å spise dagen etter operasjonen.

Forfatterne konkluderer med at veldokumenterte forskningsresultater som kan forhindre komplikasjoner i den perioperative fasen, fortsatt ikke omsettes i praksis i tilstrekkelig grad.

Svekket kommunikasjon

Mutasjon i genet FOXP2 er tidligere blitt assosiert med redusert tale- og språkutvikling hos mennesker, og med svekket sanglæring hos kanarifugl.

I en studie fra USA ble transgene mus med én eller ingen kopi av FOXP2 studert (*Proc Natl Acad Sci USA* 2005; 102: 9643–8). Resultatene viste at mus uten genet hadde alvorlige bevegelsesvansker, døde prematurt og manglet lyd ved stressende eller smertefulle påvirkninger. Med ett intakt gen var avvikene hos musene mindre, men dyrene hadde fortsatt underutviklet sentralnervesystem og forandret lydproduksjon.

Hvis sammenhengen mellom genet og kommunikasjon hos mus lar seg reproducere, vil denne musemodellen være interessant for studier av språk og artikulering hos mennesker.