

Fysisk aktivitet beskytter ikke mot demens

Et to års treningsprogram blant eldre viste ingen effekt på demensutvikling.

I en studie i USA ble rundt halvparten av 1 600 personer i alderen 70–89 år randomisert til å gjennomgå et strukturert treningsopplegg med turgåing, styrketrening og bevegelighetstrening, mens resten ikke fikk et slikt tilbud (1). Etter to år var det ingen forskjell i andelen personer som utviklet mild kognitiv svikt eller demens i de to gruppene (13 % versus 12 %; oddsratio 1,08; 95 % KI 0,80–1,46).

– Det er skuffende at denne studien ikke viser en positiv effekt av fysisk aktivitet på global kognitiv funksjon hos eldre, sier Anette Hysten Ranhoff, som er overlege ved Diakonhjemmet Sykehus og professor i geriatri ved Universitet i Bergen.

– I studien fant man kun bedring av eksekutiv funksjon. Den manglende effekten på andre kognitive områder kan skyldes at intervensjons- og oppfølgingsperioden var for kort. Det er uansett fortsatt mange gode grunner til å anbefale eldre personer om å være fysisk aktive, sier Ranhoff.

Tor Atle Rosness
Tidsskriftet

Litteratur

1. Sink KM, Espeland MA, Castro CM et al. Effect of a 24-month physical activity intervention vs health Education on cognitive outcomes in sedentary older adults: The LIFE Randomized Trial. *JAMA* 2015; 314: 781–90.

VERDENS HELSE

Kan frykt bidra til astmautvikling?

I en studie av barn fra Puerto Ricos hovedstad San Juan, var astma assosiert med det å ha hørt gjentatte våpenskudd og å være redd for å gå hjemmefra grunnet frykt for vold.



Illustrasjonsfoto: Ricardo Arduengo/NTB scanpix

Fra et tilfeldig utvalg av husstander i San Juan med minst ett barn i alderen 9–14 år, var det 466 barn som deltok i studien, hvorav 234 hadde astma og 232 ikke hadde astma (1). Astma var definert som legediagnostisert astma samt minst én episode hvesing foregående år. Deltakerne besvarte et spørreskjema som inkluderte spørsmål om de hadde hørt våpenskudd og om frykt for å forlate hjemmet grunnet vold samt andre voldsopplevelser, eksponering for tobakk og luftforurensning, arvelig belastning, sosioøkonomisk status m.m. Det ble også tatt blodprøver, inkludert måling av immunglobulin E for diverse allergener.

67 % av barna med astma og 52 % av barna uten astma hadde hørt våpenskudd minst to ganger (p-verdi < 0,01). Det var assosiasjon mellom å ha hørt våpenskudd minst to ganger og å ha astma, også etter justering for alder, kjønn, familieinntekt, astma hos foreldre, preterm fødsel, tobakksrøyk og nærhet til trafikkert bilvei (oddsratio 1,8; 95 % KI 1,1–2,7). Eksponering for våpenskudd minst to ganger i kombinasjon med rapportert frykt

for å forlate hjemmet, var særlig sterkt assosiert med astma. Assosiasjonen med eksponering for våpenskudd var signifikant for astma med forhøyet immunglobulin E, men ikke med ikke-atopisk astma.

Siden dette er en tverrsnittsstudie kan man ikke fastslå hva som er årsak og virkning, men forfatterne har tatt hensyn til sannsynlige effektforvekslere (confounder). Forskerne spekulerer i at psykososialt stress kan påvirke patogenesen bak astma via påvirkning på immunsystemet, og viser til tidligere studier som har vist mer astma hos barn som har vært utsatt for fysiske og seksuelle overgrep.

Kristoffer Brodwall
kristoffer.brodwall@gmail.com
Institutt for Global helse og samfunnsmedisin
Universitetet i Bergen

Litteratur

1. Ramratnam SK, Han Y-Y, Rosas-Salazar C et al. Exposure to gun violence and asthma among children in Puerto Rico. *Respir Med* 2015; 109: 975–81.