



PATIENTSÄKERHET

Practicum är en toppmodern träningsanläggning vid Universitetssjukhuset i Lund. Den utgör ytterligare ett led i satsningen på att förbättra patientsäkerheten. Sidan 384

379 Reviderad, global nomenklatur för allergi
Entydiga termer skapar klarhet och undanröjer missförstånd
S G O Johansson, Lars Olaf Cardell, Tony Fougard, Per Montan, Peter Odebäck, Mona Palmqvist, Carl-Fredrik Wahlgren

PATIENTSÄKERHET

384 Från källarverksamhet till toppmodern träningsanläggning.
»Enormt lyft för öronkirurgin – viktigt för utbildningen i generationsskiftet«

385 Ett ytterligare led i satsningen på att förbättra patientsäkerheten

386 Journalen avgörande när patientens

ord står mot doktors (HSAN 1991/05)

DEBATT OCH BREV

387 Rabattering av endast ett läkemedel per klass ger sämre vård
Richard Bergström

388 Replik: Bergström bemöter en påhittad åsikt
Fredrik Berggren, Douglas Lundin, Joakim Ramsberg

389 Pengarna och medlemmarnas fackliga och yrkesmässiga intressen
Per Lytsy

Kommentar: Vi har minskat våra kostnader med 30 procent
Catarina Andersson Forsman

390 Barnen som världen väljer att inte se
Anders Jeppsson

391 Cancerfonden: Givandet större än någonsin
PG Persson

Barncancerfonden: Sympati för våra budskap
Anna Bergén

Hjärt-Lungfonden: Om det behövs dramatiserar vi budskapet
Roger Höglund

KULTUR

393 Män – och kvinnor – är djur
Gunilla Bolinder

395 Makabra studier bakom Géricaults mest kända verk
Margareta Munkert Karnros

396 Recensioner

MEDDELANDE

397

PLATS- OCH EFTERTEXTANNONSER

399



Artiklar utmärkta med r-sigillet har genomgått referentbedömning. Varje manuskript granskas av minst en (ofta fler) av Läkartidningens stab av 220 fasta och 350 extraordinarie vetenskapliga experter. Granskningen av manuskript sker enligt internationella rekommendationer (www.icmje.org).

Sömnapnéer kan tränas bort med musik

Symtomgivande sömnapnéer är vanliga hos män. De påverkar livskvaliteten (och samlivet) och ökar dessutom risken för hjärt-kärlsjukdom. Den hittills effektivaste behandlingsmetoden med övertrycksandning (CPAP) lämpar sig bara för de svåraste fallen. Fler metoder behöver därför utvecklas.

Att träning i att spela det australiska musikröret didgeridoo skulle vara en effektiv terapi låter väl fantasifullt, men resultaten har inget av fiktion över sig [BMJ 2006;332:266-70].

Den kontrollgrupp av män som fick instrumentlektioner under fyra månader förbättrades nästan lika mycket avseende sömnolens dagtid och livskvalitet som CPAP-patienter brukar göra.

Det är inte musicerandet i sig utan den andningsteknik som krävs för att spela instrumentet som förklarar förbättringen.

För att spela didgeridoo måste man kunna blåsa ut luft kontinuerligt – även under inandningen. Tekniken att använda mun-

nen som en bälg för utandning samtidigt som man andas in kallas cirkulär andning. Den som behärskar tekniken tillägnar sig samma grad av kontroll över luftvägens många samverkande muskelgrupper som konsertpianisten eller kirurgen får över handens motorik.

Grundproblemet vid sömnapnéer, att de muskelgrupper som skall hålla luftvägen öppen inte klarar att hålla emot det negativa tryck som skapas vid en kraftig inandning, kan alltså i viss utsträckning tränas bort.

Att skicka snarkpatienter till didgeridoo-instruktörer är troligen ingen praktiskt framkomlig tillämpning av de nya kunskaperna. Så många musiklärare finns nog inte – utom möjligen i Australien.

Men tekniken för cirkulärandning går faktiskt att lära sig själv med hjälp av webbsidor som exempelvis <http://didgeridoo.boustedt.com/>

»Att träning i att spela det australiska musikröret didgeridoo skulle vara en effektiv terapi låter väl fantasifullt, men resultaten har inget av fiktion över sig.«



Josef Milerad
medicinsk
chefredaktör

josef.milerad@lakartidningen.se