

Lättare ändra många beteenden samtidigt – med motiverande stöd

För patienter med hjärt-kärlsjukdom kan det vara viktigt att sluta röka, ändra dieten, öka rörelseaktiviteterna och reducera alkoholintaget. I sådana fall har läkare rekommenderats att fokusera på en beteendeförändring i sänder.

I en randomiserad studie med tre armar jämfördes sådan rådgivning med att ge information och råd om samtliga beteenden samtidigt och med en kontrollgrupp [1]. Oavsett intervention hade mindre än 10 procent av patienterna förändrat två av tre beteenden vid 18 månaders uppföljning. Vid 6 månader hade alternativet med fokus på samtliga beteenden bättre resultat, om än inte signifikant, än såväl den sekventiella rådgivningen som den behandling som kontrollgruppen fick. Patienterna i kontrollgruppen fick informationsmaterial och provtagning med uppföljning var sjätte månad. I de båda andra grupperna kompletterades informationsmaterial med rådgivning, och efter varje sexmånadersuppföljning följde sju telefonburna 15 minuter långa motiverande samtal enligt särskilt schema.

Forskarna drar slutsatsen att det inte finns stöd för sekventiell rådgivning utan snarare för att det är bättre att fokusera på alla beteenden samtidigt. Det



Patienter med hjärt-kärlsjukdom får ofta rådet att fokusera på en beteendeförändring i taget. Den aktuella studien motsäger detta.

är en metodiskt välgjord studie, och de studerade interventionerna är utformade enligt de senaste forskningsrönen. Interventionerna är möjliga att införa i primärvården, vilket gör studien kliniskt relevant även i detta avseende.

Resultaten understryker behovet av fler studier på ett eftersatt forskningsområde inom primärvården där kompetent rådgivning skulle kunna öka effekti-

viteten inom vården och rädda liv. En brist i studien är att integriteten i interventionerna inte kontrollerats. Det blir alltmer stöd för att integriteten i den levererade interventionen måste kontrolleras. Vad gäller motiverande samtal visar studier att blott välgjorda motiverande samtal leder till att patienten påverkas [2, 3] och att detta har samband med genomförd beteendeförändring [4]. Vid utformning av interventioner pekar författarna klokt på att man kan behöva ta hänsyn till fler inverkande faktorer runt patienten för att nå långsiktig och god effekt med rådgivning.

Lars Forsberg

med dr, psykolog och leg psykoterapeut, universitetsadjunkt, institutionen för klinisk neurovetenskap, Karolinska Universitetssjukhuset Solna

1. Hyman DJ, et al. Simultaneous vs sequential counseling for multiple behavior change. Arch Intern Med. 2007;167:1152-8.
2. Moyers T, et al. Therapist influence on client language during motivational interviewing sessions. J Subst Abuse Treat. 2006;30:245-51.
3. Moyers T, et al. How does motivational interviewing work? Therapist interpersonal skill predicts client involvement within motivational interviewing sessions. J Consult Clin Psychol. 2005;73:590-8.
4. Amrhein P, et al. Client commitment language during motivational interviewing predicts drug use outcomes. J Consult Clin Psychol. 2003;71:862-78.

HDL predicerar återhämtning efter stroke

Halterna av HDL-kolesterol och homocystein i blodet predicerar hur väl en patient som drabbas av stroke återfår sina kognitiva funktioner. Det visar en amerikansk studie som presenteras i Neurology. Författarna har utgått från 3 680 individer över 35 år som samtliga drabbats av stroke. De följdes regelbundet upp till två år efter insjuknandet med bl a kognitiva test för att se i vilken mån de återfick sina kognitiva funktioner. Insjuknande i andra sjukdomar och eventuella nya fall av stroke följdes, likaså halterna av bl a blodfetter och homocystein i blodet.

Det visade sig att låga halter av HDL och höga halter av homocystein var förknippade med sämre återhämtning av kognitiva funktioner. Andra faktorer som var förknippade med sämre kognitiv återhämtning var bl a förekomst av diabetes, ny stroke, hög ålder och om patienten inte var vit. Såväl HDL som homocystein var oberoende faktorer som

associeras med sämre kognitiv återhämtning.

För individer över 57 år var höga halter av homocystein särskilt ogynnsamt när det gäller kognitiv återhämtning, visar studien vidare. Genom vilken mekanism HDL och homocystein är kopplade till återhämtningen efter stroke är inte klarlagt, skriver författarna, som dock konstaterar att rönen är förenliga med hypotesen att metabolisk stress spelar en roll vid återhämtning efter stroke.

Kopplingen mellan homocystein och stroke har som bekant visat sig vara ett komplicerat område. Det har hävdats att höjda halter av homocystein kan vara en konsekvens av stroke i stället för en orsak till sjukdomen. Höjda halter av homocystein har visat sig vara korrelerat med ökad risk för ischemisk stroke, men effekterna av homocysteinsänkande terapi för att skydda mot stroke är oklar, och flera studier har misslyckats med att

visa att homocysteinsänkande terapi påverkar strokerisken.

Författarna konstaterar att höga halter av homocystein visserligen är en oberoende faktor för sämre kognitiv återhämtning efter stroke. Men de betonar också att behandling med vitaminpreparat innehållande B₁₂ och folat, som sänker halterna av homocystein, i hög dos i den aktuella studien inte påverkade kognitiv återhämtning. Det faktum att B₁₂ och folat inte gav effekt skulle visserligen kunna bero på studiens upplägg, t ex att patienterna följdes för kort tid, men det skulle också kunna bero på att homocystein snarare är en markör för vaskulär sjukdom än en central orsak till den.

Anders Hansen

läkare, frilansjournalist
anders.hansen@sciencecap.se

Neurology. 2007;69:2054-62.

Skydd mot influensapandemi riskerar att undermineras

Osetamivir, den aktiva substansen i läkemedlet Tamiflu, har av många utpekats som en viktig del i vårt försvar vid en framtida influensapandemi. När en pandemi inträffar kommer miljontals människor att använda osetamivir i behandling eller i förebyggande syfte. Ett flertal länder har redan lagt upp lager på sammanlagt mer än tre miljarder piller som ett led i pandemiberedskapen. Samtidigt visar ny forskning att det finns en risk att överanvändning av osetamivir för vanlig säsongsbunden influensa kan leda till ökad förekomst av resistent influensavirus.

I en artikel publicerad i PLoS ONE har miljökemister från Umeå och infektionsläkare och ekologer från Uppsala och Kalmar genomfört en studie av osetamivirs öde i naturen. Marginellt lite av osetamivir bryts ned i våra kroppar, och det är beräknat att mer än 80 procent utsondras som biologiskt aktiv substans via urinen. I ett experiment lät vi osetamivir passera genom alla de steg som finns i moderna reningsverk för att studera hur läkemedlet påverkas av processen.

Det visade sig att substansen inte bröts ned av vare sig de aktiva processerna eller UV-ljus. Inte heller band osetamivir till sedimentpartiklar, utan läkemedlet gick rakt igenom reningsstegen opåverkat och kunde påträffas i utloppsvattnet i ungefär samma koncentration som i ingående vatten.

Förskrivningen av Tamiflu är generellt sett låg i de flesta länder, men det finns undantag. I Japan behandlas exempelvis en tredjedel av alla influensapatienter med Tamiflu. Japan är också det land som uppvisar den högsta förekomsten av cirkulerande osetamivirresistent influensavirus. Utifrån förskrivningen kan man beräkna halten av osetamivir i avloppsvatten, och för Japan kan den i vissa fall vara så hög att den teoretiskt når en halt där resistens kan selekteras fram.

Fågelinfluensavirus är en ganska vanlig infektion i tarmen hos vilda andfåglar. Om dessa ånder dricker vatten med höga halter av osetamivir finns en risk att de virus som änderna bär utsätts för tillräckligt höga halter för att de ska utveckla osetamivirresistens. Detta är i sig inget problem för änderna, men eftersom influensavirus ofta byter gener med var-



Osetamivir, den aktiva substansen i läkemedlet Tamiflu, visade sig gå rakt igenom alla steg i ett modernt reningsverk och ut i avloppsvatten. Överanvändning vid vanlig influensa kan leda till resistent virus.

Foto: SPL/IBL

andra kan ett virus som har nedsatt känslighet mot osetamivir byta gener med ett influensavirus som infekterar husdjur eller människa.

Det värsta scenariot är att ett virus med nedsatt känslighet skulle orsaka nästa pandemi. Potentiellt kan en alltför vidlyftig användning av osetamivir underminera en av de viktigaste hörnstenarna i skyddet mot nästa pandemi. Att använda osetamivir mot influensainfektioner hos friska som inte tillhör riskgrupperna kan riskera att göra preparatet blir uddlöst den dagen det verkligen behövs. Försiktighetsprincipen bör råda så att inte de strategiska åtgärderna med osetamivir påverkas negativt av en oförsiktig och onödig användning av läkemedlet i dag.

En association man tyvärr tvingas göra är till antibiotikaresistensutvecklingen. Få ifrågasätter att den ökade resistensutvecklingen hos bakterier beror på överanvändning och i vissa fall på en promiskuös användning av antibiotika inom humanmedicin, veterinärmedicin och husdjursuppfödning. Låt oss i sådana fall lära av detta och göra allt för att inte hamna i den postantivirala tidsåldern utan att ens ha hunnit vara inne i den antivirala eran.

Björn Olsen

professor, infektionskliniken,
Akademiska sjukhuset, Uppsala

Fick J, et al. Antiviral osetamivir is not removed or degraded in normal sewage water treatment: implications for development of resistance by influenza A virus. PLOS ONE. Epub 2007, Oct.

Psykospreparat vid aggression inte bättre än placebo

De antipsykotiska preparaten haloperidol och risperidon är inte bättre än placebo när det gäller att behandla aggressivt beteende hos förståndshandikappade individer. Det visar en studie gjord av forskare från Storbritannien och Australien som presenteras i tidskriften Lancet.

Studien omfattar 86 förståndshandikappade individer med aggressivt och utåtagerande beteende. Av dessa fick en grupp haloperidol, en grupp risperidon, medan en tredje grupp behandlades med placebo.

Utvärdering av resultatet gjordes av vårdpersonal som behandlade patienterna enligt den så kallade MOAS (modified overt aggression scale). Vårdpersonalen kände inte till vilken behandling respektive patient fått. Utvärderingen skedde efter 4, 12 och 26 veckor. Det aggressiva beteendet klingade av markant i alla tre grupperna, alltså även i placebogruppen. Vid undersökningen efter fyra veckor var placebo till och med effektivare än såväl haloperidol som risperidon. Vid övriga tidpunkter noterades ingen skillnad.

Författarna konstaterar att det inte finns evidens för att använda antipsykotika – en läkemedelsklass vilken som bekant är behäftad med allvarliga biverkningar – rutinmässigt mot aggressivt beteende hos förståndshandikappade individer.

Särskilt försiktig bör man vara vid användning av preparaten till barn, skriver författarna vidare. Studien har kritiserats, bland annat på grund av den givna doseringen av preparaten. Läkemedlen gavs i doser som motsvarade dem som rekommenderas vid insättning av preparaten.

Anders Hansen

läkare, frilansjournalist
anders.hansen@sciencecap.se

Lancet. 2008;371:57-63.

Läkartidningen

Utmanande saklig