

E-læring er effektivt

Internettbasert læring for helsepersonell er assosiert med en stor positiv effekt i forhold til ingen intervensjon, viser en metaanalyse i *JAMA* (2008; 300: 1181–96).

E-læring hadde omtrent like stor effekt på kunnskap og egenskaper som tradisjonell læring. Metaanalysen var basert på 201 studier av effekten av e-læring for helsepersonell, inkludert leger, farmasøytter, tannleger og sykepleiere.

Mekanisme bak preeklampsi

Preeklampsi er en av de mest alvorlige svangerskapskomplikasjonene. Etiologien er multifaktoriell. Nye resultater peker på at agonistiske autoantistoff mot angiotensin II-reseptor 1 bidrar til utviklingen av tilstanden (*Nat Med* 2008; 14: 855–62).

Forskningsgruppen fra Texas ga mus autoantistoff fra kvinner med preeklampsi, og musene utviklet et preeklampsilignende syndrom. IgG fra kvinner med preeklampsi, men ikke fra normotensive gravide, induiserte hypertensjon både hos gravide og ikke-gravide mus. Kun gravide mus utviklet proteinuri, noe som indikerte at placenta er viktig for denne effekten. Blodtrykksøkningen kunne hemmes ved å gi musene angiotensinhemmere.

Symptomlindring lenge etter menopause

Studier har vist en svak bedring i helserelatert livskvalitet hos kvinner som hormonbehandles etter menopause, og effekten øker hvis postmenopausale symptomer er til stede før behandling. Nå har forskere fra England, Australia og New Zealand studert effekt av hormonerapi på ulike postmenopausale forhold som kan ha betydning for livskvalitet (*BMJ* 2008; 337: a1190).

I en randomisert placebokontrollert studie ble kvinner i alderen 50–69 år behandlet med kombinert østrogen og progesteron. Gjennomsnittsalder ved randomisering var 64 år. Helserelatert livskvalitet og psykologiske forhold ble undersøkt hos over 1 000 kvinner i begge grupper etter ett år.

Behandlingsstart lenge etter menopause var forbundet med bedring av vasomotoriske symptomer, seksualfunksjon, ledd- og muskelsmerter, søvnforstyrrelser og tørrhet i vagina. Men kombinert hormonerapi hadde ingen effekt på depresjon og generell livskvalitet etter ett år.

Fiskeolje reduserer dødelighet ved hjertesvikt

Fiskeolje reduserer dødelighet og risiko for innleggelser av kardiovaskulære årsaker blant pasienter med symptomatisk hjertesvikt. Det viser en ny studie.

Studien omfattet 7 000 pasienter med hjertesvikt i NYHA-klasse 2–4 (1). Pasientene var rekruttert fra 357 italienske sentre og var i gjennomsnitt 67 år gamle. Pasientene ble randomisert til enten placebo eller 1 g omega-3-flerumettede fettsyrer daglig.

Etter om lag fire års oppfølging var mortaliteten lavere i intervensjonsgruppen enn i kontrollgruppen (27 % mot 29 %; $p = 0,04$). Kardiovaskulær mortalitet eller innleggelser av kardiovaskulære årsaker var også lavere i intervensjonsgruppen enn i kontrollgruppen (57 % mot 59 %; $p = 0,009$). I absolutte tall tilsvarer dette at man må behandle 56 pasienter i fire år for å unngå ett dødsfall. De hyppigste bivirkningene i begge grupper var gastrointestinale (3 % i hver gruppe).

– En tidligere undersøkelse har vist at et tilskudd med fiskeolje reduserer mortaliteten hos pasienter med iskemisk hjertesvikt. Denne nye undersøkelsen dokumenterer at det også gjelder for pasienter



Fiskeolje er gunstig ved hjertesvikt. Illustrasjonsfoto Colourbox

med hjertesvikt. Nå er det viktig å få dette implementert i klinisk praksis. Alle pasienter bør få 1 g fiskeolje daglig, sier Arne V. Astrup ved Institutt for Human Ernæring, Københavns Universitet til *Ugeskriftet* (2).

Erlend Hem

erlend.hem@medisin.uio.no
Tidsskriftet

Litteratur

1. GISSI-HF investigators. Effect of n-3 polyunsaturated fatty acids in patients with chronic heart failure (the GISSI-HF trial). *Lancet* 2008; DOI: 10.1016/S0140-6736(08)61239-8.
2. Csillag C. Fiskeolie reduserer mortalitet blandt hjertesvikt-pasienter. *Ugeskr Læger* 2008; 170: 2940.

Hypnose bør brukes mer

Hypnoterapi har god effekt ved blant annet astma, migrene, irritabel tarm og smerter hos barn og unge.

Kunnskap om hypnoterapi for å understøtte behandling ved barnepsykiatriske tilstander er lite utbredt. I 2004 publiserte vi en artikkel i *Tidsskriftet* om hypnoterapi ved behandling av senevæting. Etter dette fikk vi over 700 forespørsler om hjelp fra leger og foreldre (1). Det var dessverre ikke ressurser til å hjelpe alle.

Metaanalyser og oversiktsartikler har vist at hypnoterapi er virksomt for barn med bl.a. astma, migrene, irritabel tarm, kroniske og akutte smerter samt ved smertefulle prosedyrer. I en ny oversiktsartikkel har vi undersøkt dokumentasjonen for bruk av og fordeler ved hypnoterapi ved ulike barnepsykiatriske tilstander basert på litteratursøk i PubMed, PsychInfo og Cochranedatabasene (2).

Søket ga 57 artikler. I hovedsak var dette kasusbeskrivelser med 2–60 pasienter. Disse viste at hypnoterapi kan være nyttig

ved et vidt spekter av problemområder og spesielt verdifullt ved angst og traumerelaterte tilstander. Hypnoterapi kan også ha en fasiliterende rolle ved kognitiv atferdsterapi og familierapi. Kunnskap om hypnose og hypnoterapi er utvilsomt viktig for å understøtte den terapeutiske relasjon, kommunikasjon og pasientens mottakelighet i belastende situasjoner.

Det er behov for kvalitative og kvantitative studier for å avklare hypnoterapiens plass i barne- og ungdomspsykiatri. I 2009 vil Regionsenter for barn og unges psykiske helse tilby en ettårig utdanning i klinisk hypnose for leger og psykologer.

Inger Helene Vandvik

i.h.vandvik@medisin.uio.no
Slependen

Litteratur

1. Diseth TH, Vandvik IH. Hypnoterapi ved behandlingsrefraktær enuresis nocturna. *Tidsskr Nor Lægeforen* 2004; 124: 488–91.
2. Huynh ME, Vandvik IH, Diseth TH. Hypnoterapy in child psychiatry: the state of the art. *Clin Child Psychol Psychiatry* 2008; 13: 377–93.