Ordforklaringer

Overgangsalder (menopause): Opphør av kvinnens menstruasjon som en del av klimakteriet. Etter 12 måneders amenoré pga. manglende ovariefunksjon regner man med at menopausen er kommet. Gjennomsnittsalderen er 51 år (1, 2).

Litteratur

1. Lindsog BI. Gyldendals store medisinske ordbok (tidligere Universitetsforlagets store medisinske ordbok). 2. utg. Oslo: Gyldendal akademisk, 2003.
2. Øyri A. Norsk medisinsk ordbok. 8. utg. Oslo: Samlaget, 2007.

Krokeidesenteret: Rehabiliteringssenter utenfor Bergen som tilbyr rehabiliteringsopphold for hjerte-, lunge- og kreftsyke. Senteret drives av Landsforeningen for hjerte- og lungesyke.

Se oversikt over doktoravhandlinger i seksjonen Oss imellom på side 266

Tips oss gjerne om doktoravhandlinger på tidsskriftet@legeforeningen.no

www.tidsskriftet.no/doktoravhandlinger

– Hormonstatus påvirker astmarisiko¹⁶⁸

Kvinner i fruktbar alder som har uregelmessig menstruasjon, har mer astma, mer allergi og dårligere lungefunksjon enn kvinner med regelmessig menstruasjon.

Francisco Gómez Real har i sin avhandling undersøkt hvorvidt kvinnelige kjønnshormoner kan forklare individuell predisposisjon for astma. 8 588 europeiske kvinner i alderen 25–54 år deltok i studien i perioden 1990–2002.

– Et overraskende funn var at kvinner i fertil alder med uregelmessig menstruasjon hadde mer astma og allergi, og dårligere lungefunksjon. Vi fant at også kvinner i overgangsalderen er utsatt, særlig dersom de er veldig slanke eller får hormonbehandling. Også overvektige kvinner har økt risiko. Ifølge Real er en kroppsmasseindeks på 24–25 kg/m² optimalt for kvinner i fruktbar alder, også med tanke på økning av lungeplager i overgangsalderen.

Francisco Gómez Real. Foto Universitetet i Bergen

– Neste steg blir å finne ut mer om hvordan og i hvilken grad hormonelle variasjoner påvirker risikoen for astma og allergi. Dette er særlig viktig siden 20 % av alle kvinner i fertil alder har uregelmessig menstruasjon, hormonbehandling er svært utbredt, overgangsalderen påvirker nesten alle kvinner og den generelle kroppsmasseindeksen i befolkningen øker, sier Real.

Han disputerte for ph.d.-graden ved Universitetet i Bergen 24.10. 2008, med avhandlingen *Hormonal status in women and asthma, allergy and lung function. Results from population-based studies concerning menstrual irregularity, menopausal transition, hormonal replacement therapy and body mass index.*

Eline Feiring

eline.feiring@legeforeningen.no
Tidsskriftet

Rehabilitering av hjertepasienter¹⁶⁸

Egen motivasjon er avgjørende for hvordan hjertepasienter greier å gjennomføre livsstilsendringer.

Endringer i kosthold, mosjon og røykevaner er et viktig mål for rehabilitering av hjertepasienter. Det er ofte vanskelig å opprettholde endrede vaner over tid. Thomas Mildestvedt har sett på om forsterket oppfølging i rehabiliteringen kan gi en mer varig effekt. De 217 deltakerne fulgte et fire ukers rehabiliteringsopplegg ved Krokeidesenteret. Halvparten fikk forsterket oppfølging i form av to individuelle samtaler under selve rehabiliteringen, og telefonsamtaler seks og 24 måneder etter.

– Alle deltakerne klarte i stor grad å endre og vedlikeholde kost- og mosjonsvaner, og vi fant ingen forskjeller mellom de to gruppene. Alle endret for eksempel kostholdet, og spiste mer frukt, grønnsaker og fisk, og mindre mettet fett. Sosioøkonomiske forhold har ikke betydning for mulighet til å endre levevaner. Egen

motivasjon, tro på fremtiden, og tro på sin egen evne til å gjennomføre endringene over tid var avgjørende for hvordan pasienter lyktes med å endre levevanene, sier Mildestvedt.

Høyrisikogrupper, som røykere, viste noe dårligere evne til å få til endringer på alle områder.

– Selv om vi ikke så noen klar effekt av forsterket oppfølging, viser resultatene at røykere og andre utsatte grupper kan ha nytte av mer målrettet oppfølging, sier han. Mildestvedt forsvarte avhandlingen *Motivating cardiac rehabilitation patients to maintain lifestyle changes* for ph.d.-graden ved Universitetet i Bergen 5.12. 2008.

Anne Forus

anneforu@online.no
Tidsskriftet