

Iskald jakt på smerte

Vi vet alle hvordan smerte føles i ulike situasjoner, men er det slik at vi har forskjellig opplevelse av smerte? Jakten på ulikheter i smertefølsomheten kan være med på å gi et helsebringende svar. Vi setter kursen mot Tromsø.

TEKST OG FOTO:

Svein Arthur Kallevik

Svein Arthur Kallevik

PUBLISERT 1. august 2008



ER DET KALDT? Prosjektleder Anne Elise Eggen putter hånda ned i iskaldt vann, mens sykepleier Cathrine Breivik følger med. Testen er et ledd i Smerteprojektet i Tromsø 6, som skal gi forskerne mer kunnskap om smertefølsomhet.

I den gamle skolebygningen hvor Tromsøundersøkelsen holder hus, sitter en pen, eldre kvinne i pelskåpe og venter på å bli kalt inn til den første delen av undersøkelsen. I de gamle, sparsomt møblerte klasserommene sitter deltakerne og fyller ut spørreskjema før de skal inn til første post.

I Smerteprojektet, The Tromsø Pain Study, som er en del av den store Tromsøundersøkelsen, Tromsø 6, måles smertefølsomhet ved hjelp av undersøkelser med trykksmerte og kuldesmerte. I tillegg kommer svar fra spørreskjema.

Inne hos sykepleier Cathrine Breivik setter deltakerne seg godt til rette i svarte stressless-stoler. Breivik gir standardintroduksjonen, hvor hun forteller at på denne stasjonen skal man teste følsomhet for kulde. Hånden skal holdes nede i vann på 3 grader celsius i 1½ minutt, noe som gradvis vil føles kaldere og kaldere. Deltakerne får blodtrykk og puls målt mens de har hånden i det kalde vannet, og de skal gi løpende respons på opplevelsen, over en skala fra 0 (ingen smerte) til 10 (verst tenkelig smerte).

– Hvis du føler deg uvel, kan du ta opp hånda når du vil, sier Breivik.

Denne gangen er det Anne Elise Eggen som skal ta testen. Hun er prosjektleder for Tromsø 6 og er ansatt ved Det medisinske fakultetet ved Universitetet i Tromsø. Hun putter hånda nedi vannet ei lita stund for å kjenne hvordan det føles.

– Jeg syntes det var smertefullt. Faktisk mer ubehagelig enn jeg innbilte meg, forteller hun, og Breivik kan opplyse at deltakernes smertefølsomhet varierer veldig.

– Det er stor variasjon fra de som vurderer smerten med enere hele tiden, til de som rapporterer mye smerte med én gang, sier Breivik.

Nye målinger

Tromsøundersøkelsen har pågått siden 1974, og til sammen har 38 000 personer deltatt ved de fem første undersøkelsene. 1800 menn har allerede deltatt fem ganger.

Smertemålingene i undersøkelsen er helt ny. Den kom til Tromsøundersøkelsen fra eksternt hold, gjennom Audun Stubhaug ved Rikshospitalet og Christopher Sivert Nielsen ved Folkehelseinstituttet. Anne Elise Eggen synes det er fint at de nå får med en slik kartlegging.

– Smerte er et stort folkehelseproblem. Vi forsøker også å få til et samarbeidsprosjekt med en stipendiat på Universitetssykehuset her i Tromsø hvor vi vil se nærmere på postoperativ smerte. Hva karakteriserer personer med vedvarende postoperative smerter sammenlignet med dem som ikke har det? Det er viktig å få til forskning knyttet til det man har behov for i sin kliniske hverdag.

Fra å finne ut hvorfor det var en svært høy forekomst av hjerte- og karsykdommer i Nord-Norge og forsøke å forebygge denne, har undersøkelsens tematikk økt i omfang. I Tromsø 6 ser man også nærmere på blant annet diabetes, kreft, beinskjørhet, søvnproblemer, psykisk helse og lungesykdommer.

Barometer på helsetilstanden

Alle deltakerne får enkel helsesjekk, blir veid og målt (høyde, vekt, midje, hoftemål, blodtrykk og puls), svarer på spørsmål om helse og livskvalitet, avgir blodprøve, hårprøve og mikrobiologisk prøve og får målt beintetthet i underarm.

– Over halvparten blir invitert videre til en spesialundersøkelse hvor vi måler EKG og gjennomfører kliniske undersøkelser av kognitiv funksjon, ultralyd av halspulsåre og hjerte, fotografering av øyebunnen, måling av lungefunksjon og beintettheten i skjelettet, sier hun.

Hver uke er rundt 250 personer innom første del av undersøkelsen, mens om lag 170 deltakere er innom spesialundersøkelsen. Dukker det opp noen resultater som er avvikende og trenger nøyere vurdering, blir deltakerne henvist videre. Dermed kan enkelte også få en direkte gevinst ved å kunne få hjelp til et helseproblem de kanskje ikke visste om på forhånd.

– Vi kan for eksempel oppdage diabetes hos personer som ikke vet at de har det. Det er også flere som har fått tilbud om oppfølging for beinskjørhet, sier Eggen.

Alle får tilbakemelding om blodtrykk, høyde, vekt og kolesterol i blodet, med andre ord om forhold som kan være forbundet med risikofaktorer for hjerte- og karsykdommer.

Tromsø 6 pågår ut 2008.

– Deltakerne er i alderen fra 25 til 87 år. De som deltok i den første undersøkelsen, begynner nå å bli gamle. Hovedtyngden i Tromsø 6 er over 60 år. Alle i aldersgruppen mellom 40 og 42 år blir invitert til å delta. Tromsøundersøkelsen er spennende også fordi den er et barometer på helsetilstanden i befolkningen, sier Anne Elise Eggen.

Tromsøundersøkelsen er basis for mellom 40 og 50 ulike forskningsprosjekter, hovedsakelig epidemiologisk forskning og flere studier i grenselandet mellom klinisk og epidemiologisk forskning.

LES MER

<http://tromso6.prosjektweb.net/>
www.oppera.org

LES OGSÅ

- Et stort helseproblem

Kronisk smerte er et av Norges vanligste helseproblemer og påfører samfunnet store kostnader.

Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 45, nummer 8, 2008, side 992-993

TEKST OG FOTO:

Svein Arthur Kallevik, psykolog og journalist. Han er påtroppende spesialrådgiver hos RVTS ØST – Regionalt Ressurssenter om vold, traumatisk stress og selvmord, Region Øst

Svein Arthur Kallevik, psykolog og journalist. Han er påtroppende spesialrådgiver hos RVTS ØST – Regionalt Ressurssenter om vold, traumatisk stress og selvmord, Region Øst