

Övervikt, rökning och högt saltintag riskfaktorer för gastroesofageal reflux

■ Symtom av gastroesofageal reflux är mycket vanliga i västvärlden och orsakar utöver försämring av livskvaliteten hos drabbade personer också stora kostnader för farmakologisk och kirurgisk behandling. Symtomgivande reflux är dessutom den starkaste kända riskfaktorn för adenokarcinom i esofagus, en sjukdom med hastigt ökande incidens och dålig prognos. Refluxsjukdomens etiologi är till stora delar okänd.

Inom ramen för en norsk folkhälsoundersökning i Nord-Trøndelag genomfördes i den aktuella avhandlingen ett delarbete som en refluxsymtomprensensstudie och ett annat delarbete som en fall-kontrollstudie avseende effekten av övervikt och postmenopausal hormonbehandling på risken för refluxsymtom. En fall-kontrollstudie har behandlat livsstilsfaktorer och risken för refluxsymtom. En svensk populationsbaserad fall-kontrollstudie slutligen har behandlat övervikt och risken för endoskopiskt diagnostiserad esofagit.

Av 58 596 personer befanns 31,4 procent ha erfart halsbränna eller sura uppstötningar under det senaste året. Prevalensen ökade linjärt med åldern bland kvinnor, medan den bland män nådde en kulmen i medelåldern för att därefter minska.

Hos 179 fall-kontrollpar påvisades enbart hos kvinnor ett starkt dosberoende samband mellan övervikt och esofagit som förstärktes av postmenopausal hormonbehandling.

Hos 3 113 fall med svåra refluxsymptom och 39 872 symptomfria kontroller påvisades samband mellan övervikt och reflux hos båda könen, dock starkare hos kvinnor. Effekten av övervikt förstärktes påtagligt av postmenopausal hormonbehandling, framförallt vid behandling med enbart östrogen.

I ett fjärde delarbete med 3 153 fall med svåra refluxsymptom och 40 210 symptomfria kontroller påvisades dosberoende positiva samband mellan rökning respektive saltintag och refluxsymtom,

och negativa samband mellan kostfiber respektive motion och refluxsymtom. Inget samband sågs mellan alkoholintag och risken för reflux.

Huvudslutsatser. Övervikt är en stark riskfaktor för reflux hos kvinnor och en måttlig riskfaktor hos män. Sambandet förstärks av exogen östrogen hos kvinnor. Rökning är en riskfaktor för reflux. Högt saltintag kan vara en riskfaktor för reflux, medan kostfiber och motion förefaller skydda mot refluxsymtom, men dessa fynd måste bekräftas i fler studier. Alkohol förefaller inte långsiktigt påverka risken för symptomgivande reflux.

Magnus Nilsson
magnus.nilsson@ks.se

Avhandling. Magnus Nilsson. Etiology of gastroesophageal reflux. Stockholm: Karolinska institutet; 2004.
<http://diss.kib.ki.se/2004/91-7349-852-1/>

Metaanalys av fallprevention hos äldre

■ I USA faller en av tre äldre personer minst en gång om året. Nedsatt rörlighet och ökat beroende av hjälp från andra följer ofta efter fall. Inte sällan leder detta till inläggning på sjukhem eller särskilda boende.

I denna studie har man via metaanalys identifierat interventioner för fallprevention hos äldre samt dess effektivitet.

Inklusionskriterier var att studierna skulle fokusera på fallprevention, deltagarna skulle vara äldre än 60 år. Studierna skulle vara randomiserade och kontrollerade och inkludera antingen en kontrollgrupp eller en grupp som erhöll vanlig behandling. Fyra kategorier av interventioner valdes:

1. Program med bedömning och åtgärder för multifaktoriell fallrisk med åtgärder efter fall eller systematisk screening av riskfaktorer för fall hos personer tillhörande en riskgrupp. I nästan alla dessa program var övervakning av mediciner en viktig komponent.
2. Olika former av träningsprogram inkluderande både generella och specifika träningsåtgärder. Specifika träningsåtgärder kunde vara träning fokuserad på balans, gång eller styrka.
3. Program med interventioner som fokuserade på förändringar av hemmiljön.
4. Interventioner som innebar utbildning/undervisning. Dessa kunde rikta sig till individer, grupper eller kommuner och varierade från posters på ålderdomshem till mera intensiva interventioner med besök och information om risk-faktorer.

sammans hittade man en signifikant minskning i antalet fall per månad. Vid analys av de olika kategorierna av intervention fann man att bedömning och åtgärder för multifaktoriell fallrisk var mest effektivt för att minska antalet fall per månad samt minska fallrisken. Olika former av träningsprogram var också effektivt för att minska fallrisken, här fanns dock ingen signifikant minskning av antalet fall per månad. Det fanns ingen tydlig evidens för interventioner som innebar förändringar av miljö eller interventioner som innehöll utbildning/undervisning.

I Sverige ligger antalet femurfrakturer mellan 18 000 och 20 000 per år. Att hitta interventioner som är effektiva för att förebygga fall och därmed följande frakturer och nedsatt autonomi får anses mycket viktigt. Enligt denna metaanalys förefaller det att vara mest effektivt att använda sig av interventioner som bedömer och åtgärdar multifaktoriell fallrisk.

Eva Ekvall Hansson
eva.ekvall-hansson@smi.mas.lu.se

Chang JT, et al. Interventions for the prevention of falls in older adults: systematic review and meta-analysis of randomised clinical trials. *BMJ* 2004;328(7441):680-3.

Fyrtio artiklar användes i metaanalysen. När man analyserade alla studier till-

Referat till Nya rön skall innehålla

- Kort titel som speglar huvudbudskapet
- Bakgrund till varför studien gjordes
- Något om materialets sammansättning
- Resultat och författarnas konklusion
- Tillämpning på svenska förhållanden
- Fullständig referens för artikeln
- Referat får innehålla högst 250 ord

• Ditt namn, din adress, e-postadress och telefonnummer skall avsluta referatet

• Bifoga tillstånd att publicera referatet på vår hemsida, VIKTIGT!

Skicka referatet med e-post som ett vidhängande Word-dokument till nya.ron@lakartidningen.se

Välkommen med Ditt bidrag