

Korttidsterapi effektiv vid posttraumatiskt stressyndrom

I JAMA presenteras en studie i vilken man låtit före detta barnsoldater med posttraumatiskt stressyndrom (PTSD) genomgå ett kortare terapiprogram med gott resultat.

Enligt uppskattningar finns det ca 250 000 barnsoldater under 18 års ålder världen över som är inblandade i 14 olika konflikter. Alla dessa barn och ungdomar kan av lätt insedda skäl inte erbjudas den hjälp de behöver med omfattande terapi. Behovet är därför stort när det gäller att med relativt begränsade metoder kunna lindra symtomen, företrädesvis genom metoder som kan användas av icke-medicinsk personal.

Den aktuella studien omfattar 85 barn och ungdomar från norra Uganda mellan 12 och 25 års ålder. Samtliga var tidigare barnsoldater och drabbade av PTSD. Deltagarna randomiserades till tre grupper: en som gavs terapi enligt metoden »narrative exposure therapy«, en som gavs stöd med syfte att höja barnens bildningsnivå så att de kunde gå i skola med jämnåriga (»academic catch-up«) och en kontrollgrupp som stöd på väntelista och inte gavs terapi.

Deltagarna skattades avseende PTSD med hjälp av skalan Clinician administered PTSD scale, som ger en poäng mellan 0 och 148 och där ett högt tal innebär svåra PTSD-symtom. Skattningen skedde innan terapin påbörjades samt tre, sex och tolv månader efter att den avslutats. Även depressiva symtom skattades vid samma tidpunkter.

Programmet »narrative exposure therapy« bygger i korthet på att deltagaren tillsammans med behandlaren ställer samman en slags biografi över hela sitt liv, från barndom och framåt och med betoning på de traumatiska händelserna. Dessa händelser går man igenom i detalj: vad som hände, hur det såg ut, hur det lät, hur det luktade och inte minst hur individen kände. Grundtanken är att reducera PTSD-symtomen genom att upprepa och konfrontera det traumatiska skeendet i stället för att undvika det.

Totalt genomfördes åtta behandlingssessioner för varje barn som behandlades. Behandlingen gavs på plats av lokala terapeuter som fått träning men som inte hade någon tidigare formell sjuk-



Behandling enligt modellen »narrative exposure therapy« kan och bör användas för barn och ungdomar med PTSD, särskilt i fattiga, krigsdrabbade länder.

Foto: Simon Maina/Scanpix

vårdsutbildning. Primärt effektmått var reduktion av PTSD-symtom efter tolv månader. Det visade sig att gruppen som fått narrative exposure therapy stack ut. 80 procent av deltagarna i denna grupp noterade vad som betecknas som en kliniskt signifikant förbättring. Det ska jämföras med 48 procent i gruppen som fått utbildningsstöd och 50 procent i kontrollgruppen.

Efter tolv månader uppfyllde 68 procent i narrative exposure-gruppen inte längre kriterierna för PTSD. Det ska jämföras med 52 procent i academic catch-up-gruppen och 54 procent i kontrollgruppen. Även när det gäller depressiva symtom och suicidtankar/-planer noterades en bättre effekt för narrative exposure-gruppen.

Författarna konstaterar att narrative exposure therapy är en metod som kan och bör användas för barn och ungdomar med PTSD. Den är särskilt lämplig i fattiga och konfliktdrabbade länder då den faktiskt kan utföras av terapeuter som inte fått medicinsk eller psykiatrisk utbildning.

Anders Hansen
leg läkare, frilansjournalist

Ertl V, et al. JAMA. 2011;306(5):503-12.
doi: 10.1001/jama.2011.1060

Vitamin D och kalcium utan verkan mot hudcancer

Dagligt tillskott av vitamin D och kalcium i relativt låg dos reducerar inte incidensen av hudcancer. Det rönets publiceras i Journal of Clinical Oncology.

Vitamin D har väckt mycket intresse, inte minst vad gäller dess möjliga cancerpreventiva effekt. Vitamin D-intag har nämligen kopplats till lägre risk för flera cancerformer, däribland hudcancer. Möss som saknar vitamin D-receptor har högre incidens av hudcancer av typen icke-melanom, och vitamin D-behandling kan minska växten av melanomceller in vitro och i musmodeller.

I en sekundäranalys av studien Women's health initiative, påbörjad 1995–2000 i USA, har man nu granskat effekten av vitamin D-tillskott och risken för hudcancer, såväl melanom som icke-melanom. Totalt ca 36 000 kvinnor randomiserades till antingen vitamin D-/kalciumtillskott (400 IU/1 000 mg) eller placebo, i en studie som ursprungligen ville studera inverkan på risken för höftfraktur. Kvinnorna var postmenopausala och i åldern 50–79 år. Uppföljningstiden var sju år, och samtliga fall av hudcancer (3 400 icke-melanom och 176 melanom) registrerades årligen.

Det visade sig inte finnas någon skillnad mellan grupperna avseende incidensen av vare sig icke-melanom (hazardkvot 1,02; 95 procents konfidensintervall, KI, 0,95–1,07) eller melanom (hazardkvot 0,86; 95 procents KI 0,64–1,16). En signifikant interaktion rapporteras visserligen: kvinnor som tidigare haft hudcancer av icke-melanomtyp hade minskad risk för melanom om de fått aktiv behandling i stället för placebo. Då multipla subgruppsanalyser utförts och signifikansnivån för denna interaktion är låg måste fyndet dock tolkas med stor försiktighet.

Eftersom detta var en sekundäranalys behövs en ny randomiserad studie för att avgöra frågan definitivt, men en sådan studie skulle behöva vara mycket storskalig, och det är därför osäkert om så kommer att ske. De aktuella resultaten stödjer dock inte idén att vitamin D/kalcium skulle kunna förhindra hudcancer.

Karin Sundström
läkare, doktorand

Tang JY, et al. J Clin Oncol. 2011;29:3078-84.
doi: 10.1200/JCO.2011.34.5967