

Restless legs kopplat till flera allvarliga tillstånd

Restless legs syndrome (RLS) är ett vanligt sjukdomstillstånd som röner allt större uppmärksamhet.

Den amerikanska epidemiologen Barbara Phillips och medarbetare har nyligen publicerat data från en årlig återkommande telefonintervjuundersökning av slumpvis uttagna amerikaner, »Sleep in America 2005 Poll«, som är sponsrad av National Sleep Foundation. Av undersökningen framgår att tidigare redovisade epidemiologiska data i USA konfirmeras – således tycks ca 10 procent av vuxna amerikaner lida av symptom som tyder på restless legs. Undersökningen redovisar en signifikant koppling till sjukdomstillstånd som hypertoni, artrit, depression, ångest och – något överraskande – gastroesofageal reflux.

Att dessa personer har problem med sin sömn och sina dagliga sociala funktioner är väl känt sedan tidigare, men vad som är nytt i denna undersökning är att personer med restless legs har problem med sömnhet i samband med bilkörning och att detta har koppling till sömnapné.

Undersökningen bekräftar att RLS kan vara associerat till bl a hypertoni och diabetes, två tillstånd som i sin tur kan vara orsakade av den bristfälliga sömn som patienter med RLS lider av.

Sömnstörning, oavsett genes, kan ge upphov till blodtrycksökning och perifer insulinresistens. Att personer som lider av restless legs kan uppvisa ett farligt beteende under bilkörning är också lätt att



Foto: IBL Bildbyrå

Ett nytt fynd i studien är att personer med restless legs har problem med sömnhet och visar ett farligt beteende i samband med bilkörning.

förstå, eftersom sömnen hos dessa patienter är mycket bristfällig. Kopplingen till sömnapné och därmed möjligen till snarkning är ett intressant observandum, dock är det svårare att se den bakomliggande mekanismen här.

Vi har tillgång till framgångsrik behandling av RLS i dag, t ex pramipexol och ropinirol. Identifiering och behandling av RLS kan sannolikt förbättra ett flertal av de reducerade dagfunktioner och möjligen den komorbiditet som redovisas hos dessa patienter, men det är inte helt givet, eftersom frågan om eventuell kausalitet inte är besvarad ännu.

Jan Ulfberg

docent, överläkare, sömnlaboratoriet, Lasarettet, Avesta

Phillips B, et al. Prevalence and correlates of restless legs syndrome. Results from the 2005 National Sleep Foundation poll. CHEST. 2006;129:76-80.

Dilaterade venoler i retina markör för strokerisk

Blodkärl i ögats retina kan ge viktig information om eventuell cerebrovaskulär patologi; detta då retinakärlen har flera likheter med kärlen i hjärnan.

Kvoten av diametern mellan arterioler och venoler i retina har sedan tidigare visat sig vara korrelerad med risken att drabbas av stroke. En låg kvot innebär ökad risk. Det är dock inte känt om det är de mindre arterioler eller de dilaterade venolerna som främst förklarar riskökningen.

I en studie från Nederländerna har diametern av arterioler och venoler mätts hos 5 540 personer över 55 års ålder som inte tidigare haft stroke. Mät-

ningen gjordes i början av 1990-talet. Vid en uppföljning 8,5 år senare hade 411 av studiedeltagarna haft en stroke, och det visade sig då att det var dilaterade venoler som utgjorde en bättre prediktiv markör än liten diameter på arterioler.

Resultaten stod sig även efter det att man justerat för kön, ålder och andra riskfaktorer. Forskarna tror att de dilaterade venolerna i retina kan vara ett tecken på hypoxi i retina.

Anders Hansen

AT-läkare, Stockholm
anders.hansen@sciencecap.se

Neurology. 2006;66:1339-43.

Akupunktur bättre placebo än piller för smärtlindring

BMJ Det finns flera sätt att fastställa huruvida placeboeffekter förekommer i terapisituationer vid olika åkommor. I den här studien utförd på Harvard Medical School deltog 270 vuxna patienter med armsmärta (ansträngningsorsakade) av minst tre månaders duration. De randomiserades till två parallella studier: den ena med amitriptylinbehandling (en kapsel dagligen), den andra med akupunktur (två gånger per vecka).

I båda studierna lottades patienten till antingen aktiv terapi eller placebo-behandling – kapslar respektive simulerad akupunktur. Efter två veckors behandling (inkörningsperiod) skedde en ny randomisering inom varje studie till aktiv respektive placebo-terapi under sex veckor i kapsel- och fyra veckor i akupunkturstudien.

Som primärt effektmått användes en smärtskala, som sekundära mått en annan symtomsvårighetskala, en armfunktionskala och vidare handstyrka (dynamometer). Före start fick försökspersonerna information om studiernas uppläggning och möjliga biverkningar.

Vid jämförelse av resultaten mellan placebo-grupperna efter inkörningsperioden erhöles en liten men signifikant (P=0,04) skillnad i armfunktionen till kapselgruppens fördel. I motsats till detta fick gruppen som erhöles simulerad akupunktur även under den andra perioden signifikant lägre smärtpoäng (P <0,001) och symtomsvårighetsgrad (P=0,02) än placebo-kapselgruppen.

Effekterna var små, men i och med att man erhöles en terapiskillnad mellan de två placebo-grupperna talar detta för att en placeboeffekt har åstadkommit och att pseudoakupunkturer till synes var »effektivare« än kapslarna. Vissa invändningar kan anföras mot försöksuppläggningsgruppen, bl a hade akupunkturgruppen mer kontakt med personal, men å andra sidan var den andra fasen kortare för denna grupp. Kanske är intressantare var att biverkningarna (noceboreaktioner) i de båda placebo-grupperna helt följde sin grupp av aktiv terapi, ett tidigare välkänt faktum.

Erik Hägg

överläkare, medicinska kliniken, Norrlands universitetssjukhus, Umeå

Kapchuk TJ, et al. Sham device v inert pill: randomised controlled trial of two placebo treatments. BMJ. 2006;332:391-7.