

Suturer tål att bli blöta första dygnet

Efter det att en sårskada suturerats är rekommendationen normalt att såret ska hållas täckt och torrt under de första två dagarna. Men nu visar forskare i en studie som presenteras i BMJ att såren både kan täckas av och få vätska på sig under de första 48 timmarna utan att detta ökar risken för infektion.

Forskarna har tittat på 857 patienter som sökt för mindre sårskador på kroppen, dock inte i ansiktet. Dessa har delats in i två grupper, en som höll såret torrt och täckt under de första 48 timmarna och en som höll det öppet och tvättade det med tvål och vatten.

Resultaten visar alltså att inga statistiskt säkerställda skillnader förelåg mellan grupperna vad gäller risken att drabbas av infektioner. Infektioner definierades som var som rann från såret samt att de uppträdde senast 30 dagar efter det att suturerna satts.

Forskarna poängterar dock en begränsning med studien, som bedrevs i Australien. Det varma, fuktiga klimatet och den utsöndring av svett det leder till gör att de torra, täckta såren i själva verket riskerar att bli fuktiga, skriver de.

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

BMJ. 2006;332:1053-6.

Plötslig hjärtdöd vid fysisk aktivitet sällsynt hos kvinnor

Tidigare studier har antytt att kvinnor kan ha lägre risk för plötslig död i samband med fysisk aktivitet. Den här refererade studien är dock, enligt författarna, den första prospektiva undersökningen av risken för plötslig hjärtdöd i samband med fysisk aktivitet hos kvinnor. Patienterna ingår i Nurses Health Study.

Författarna har dels analyserat relationen till fysisk aktivitet vid 288 dödsfall bland 84 000 kvinnor vars fysiska aktivitetsnivå man undersökt via frågeformulär, dels följt 69 000 kvinnor prospektivt under 19 år avseende risk för all plötslig hjärtdöd (oavsett relation till aktivitet).

Den absoluta risken för plötslig hjärtdöd i samband med fysisk aktivitet är mycket låg hos kvinnor, motsvarande 1 fall/36,5 miljoner aktivitetsstimmar, vilket kan jämföras med siffror på män från andra studier, med en risk på 1/1,5 miljoner episoder av intensiv fysisk aktivitet. Risken för plötslig död var något förhöjd i samband med mer intensiv fysisk aktivitet (relativ risk 2,38 jämfört med ingen eller lågintensiv aktivitet). Hos de kvinnor som var fysiskt aktiva >2 timmar/vecka kunde man inte längre hitta detta samband. I den prospektiva delen av studien var större grad av fysisk aktivitet på måttlig-intensiv nivå associerat med lägre risk för all plötslig hjärtdöd.

Författarna drar slutsatsen att plötslig



Foto: IBL Bildbyrå

Kvinnors risk för plötslig död vid fysisk aktivitet motsvarar 1/36,5 miljoner aktivitetsstimmar. Hos män är motsvarande risk avsevärt högre.

hjärtdöd i samband med fysisk aktivitet är extremt sällsynt hos kvinnor och att regelbunden aktivitet kan minska denna risk både med och utan relation till fysisk aktivitet.

Studien stödjer nuvarande rekommendationer om att regelbunden medelintensiv fysisk aktivitet kan ordinerat säkert till kvinnor. Sådan aktivitet kan också medföra minskad risk för plötslig hjärtdöd på sikt.

Mats Börjesson
docent, överläkare, medicinkliniken,
Smärtcentrum, SU/Östra, Göteborg

Whang W, et al. Physical exertion, exercise, and sudden cardiac death in women. JAMA 2006;295:1399-403.

Typ av handträning viktig för bättre funktion i arm-hand efter stroke

Constraint Induced Movement Therapy (CI-terapi) kan förbättra arm-handfunktionen efter stroke. Det är en intensiv träningsmetod som innebär restriktion vad gäller att använda den »normala« handen (genom att bära en vante 90 procent av vaken tid) och samtidigt sex timmars träning per dag för den påverkade handen i två veckor under ledning av en terapeut. Metoden är resurskrävande och behöver modifieras.

Studierna visar att även CI-terapi i grupp förbättrade arm-handfunktionen signifikant hos patienter med stroke i kroniskt skede. Förlängd användning av vante i hemmet medförde dock inte någon ytterligare förbättring. Vid stroke i subakut skede förbättrade forcerad arm-handträning (tre timmars träning per dag i två veckor samt vante på icke-

paretisk hand 90 procent av vaken tid) arm-handfunktionen signifikant, men inte mer än traditionell, fokuserad handträning. Ett ofta använt handfunktions-test (Sollermans test) är ett tillförlitligt och reproducerbart bedömningsinstrument efter stroke.

Effekten av olika handträningsvarianter undersöktes systematiskt på den icke-dominanta handen hos friska. Shaping-övningar (ökande svårighetsgrad med återkoppling från behandlaren) men inte aktivitetsbaserad handträning (duka, rita, torka) förbättrade fingerfärdigheten i den tränade handen. Magnetisk hjärnstimulering visade en framförskjutning av den tränade muskelns representationsarea till hjärnråden som antas planera rörelser efter shaping-övningar men inte efter aktivi-

tetsbaserad träning. En förskjutning snarare än en utökning av området tycks vara en viktig faktor i hjärnbarkens plasticitet.

Sammanfattningsvis kan CI-terapi modifieras så att den blir mindre resurskrävande men med bibehållen tränings effekt. Typen av handträning och mängden träning verkar vara viktiga, avseende både fingerfärdighet och hjärnplasticitet, men inte användningen av vanten i sig.

Christina Brogårdh
med dr, avdelningen för rehabiliteringsmedicin, Norrlands universitetssjukhus, Umeå

Avhandling. Brogårdh C. Constraint Induced Movement Therapy - influence of restraint and type of training on performance and on brain plasticity. Umeå: Avdelningen för rehabiliteringsmedicin, Umeå universitet; 2006.

Danska vinköpare handlar hälsosam mat

Studier visar att intag av vin respektive öl och sprit visar olika effekter på sjuklighet och dödlighet, vilket tyder på att andra faktorer än själva alkoholen har betydelse för dessa samband. Johansen och medarbetare har i en tvärsnittsstudie undersökt om danskar som köpt vin också köper hälsosammare matvaror än de som köpt öl. Genom att analysera 3,5 miljoner transaktioner från två stora danska matvarukedjor kunde författarna visa att vinköparna också köpte oliver, mager ost, mager mjölk, frukt och grönsaker, matlagningsolja, fjäderfä och magert kött. De danska ölköparna köpte läskedrycker, lammkött, korv, smör eller margarin, griskött, chips, kallskuret, socker och färdigrätter. Författarna konkluderar att hänsyn bör tas till flera livsstilsfaktorer än vad som är brukligt när sambandet mellan alkohol och sjukdom/dödlighet studeras.

Den främsta styrkan med denna studiedesign är att uppgifterna om alkohol och matinköp inte är självrapporterade, då det är välkänt att alkoholintag generellt underrapporteras. En av svagheter-

.....
»De danska ölköparna köpte läskedrycker, lammkött, korv, smör eller margarin, griskött, chips, kallskuret ...«



I studier av samband mellan alkohol och sjukdom/dödlighet bör matvanor också beaktas.
 Foto: IBL Bildbyrå

na med denna studie är att man måste anta att de som köpte varorna också konsumerade dem. Trots detta är studien intressant på mer än ett sätt.

Någon liknande studie låter sig inte genomföras under svenska förhållanden. Även om svenskers och danskers alkoholkonsumtion skiljer sig åt är det inte säkert att val av livsmedel till alkoholtyp gör det. Studien visar att förutom kön, ålder, rökvanor med flera hitintills kända störfaktorer bör också typ av matvanor tas i beaktande när sambandet mellan alkohol och sjukdom/dödlighet studeras.

Ingrid Larsson

klinisk näringsfysiolog, med dr, obesitas-
 mottagningen/medicin, Sahlgrenska
 Universitetssjukhuset, Göteborg

Johansen D, et al. Food buying habits of people who buy wine or beer: cross sectional study. *BMJ*. 2006; 332:519-21.

Intramuskulär injektion riskerar bli subkutan hos en allt fetare befolkning

Intramuskulära injektioner kan ha olika anslagstid och effekt beroende på var de ges. Det kan förklaras av bl a olika genomblödning i olika muskler. Hos en befolkning som ökar allt mer i vikt får ytterligare en orsak ökad tyngd: kanylen når kanske inte fram till sitt mål! Detta har undersökts genom att man mätt hudmuskelavståndet i samband med DT av bäcken hos 100 konsekutiva patienter i åldern 22-65 år, varav 61 kvinnor.

I den övre, yttre kvadranten, där injektioner vanligen ges, varierade avståndet mellan 8 och 60 mm. Hos 57 procent av kvinnorna och 21 procent av männen räckte en 35 mm lång kanyl inte in till muskelytan. Resultatet stöds av en liknande studie med 30 mm kanyl, där man även injicerade 1 ml luft som markör och fann att den hamnade subkutan hos 92

procent av kvinnorna och 48 procent av männen [*Eur J Radiol*. 2006;58:480-4]. Det kan invändas att studierna är små och urvalet inte slumpmässigt.

Hos oss är de gröna »intramuskulärkanylerna« 50 mm långa och torde räckta till de flesta patienter. Dock kan det vara klokt att överväga andra injektionsställen eller längre kanyler till obesa patienter. Eller, som påpekas i en kommentar i *BMJ*, öka trycket mot vävnaden: »There is nothing that can't be done with a strong arm and a green needle.«

Henrik Zetterström

docent, anestesivdelningen,
 Östersunds lasarett

Nisbet AC. Intramuscular gluteal injections in the increasingly obese population: retrospective study. *BMJ*. 2006;332:637-8.

Sidoskillnader i rörelser ses redan hos nyfödda barn

Högerhänthet är ett typiskt karaktärsdrag hos människan, och de flesta av oss föredrar även höger fot, höger öga och höger öra för olika typer av aktiviteter. Men hur det kommer sig att vi vanligen föredrar höger sida i våra handlingar och hur denna dominanta högersidighet utvecklas är fortfarande oklart.

För tidigt födda barn, i riskzonen för olika typer av utvecklingsavvikelse, är oftare vänsterhänta än befolkningen i stort. Ökad kunskap om den tidiga utvecklingen av sidorelaterat beteende är därmed även av klinisk betydelse. Denna typ av kunskap kan bidra till en förfining av metoder för tidig upptäckt av avvikelser från den typiska utvecklingen (t ex cerebral pares) och en snabb rehabiliteringsinsats.

I den aktuella avhandlingen studeras sidoskillnader i benrörelser hos friska, fullgånget nyfödda barn samt utvecklingen av sidoskillnader i målinriktade armrörelser hos fullgånget och för tidigt födda barn från 6 månaders ålder fram till fyllda 3 år. Undersökningar med hjälp av bl a optisk rörelseregistrering visade tidiga tecken på sidoskillnader, som, när det gäller skillnader i rörelser mellan höger och vänster arm, också tycks vara stabila över tid.

En framträdande sidoskillnad i de studerade beteendena sågs i rörelsernas uppdelning, dvs hur rörelserna är uppbyggda i mindre enheter. För både benrörelser hos nyfödda och armrörelser hos 6-36 månader gamla barn sågs färre enheter i högersidiga rörelser, vilket skulle kunna tyda på bättre kontroll av höger sida redan från nyföddhetsperioden och framåt. I armrörelserna hos för tidigt födda barn sågs inte samma mönster av sidoskillnad över de studerade åldrarna.

Fynden tyder på att utvecklingen av sidoskillnader hos människan är biologiskt grundad, men den kan också påverkas av miljöfaktorer i form av t ex störningar som kan uppstå vid för tidig födsel.

Erik Domellöf

fil dr, institutionen för psykologi,
 Umeå universitet

Avhandling. Domellöf E. Development of functional asymmetries in young infants: a sensory-motor approach. Umeå: Umeå universitet, institutionen för psykologi; 2006.