

Samband mellan kognitiv förmåga och risken för självmord bland män

II Få studier har undersökt sambandet mellan intelligens och självmord. Det är dock sedan tidigare känt att låg intelligens är associerad med vissa psykiska sjukdomar såsom psykos och depression, vilka i sin tur är välkända riskfaktorer för självmordsförsök och självmord.

I en nyligen publicerad studie har sambandet mellan mental allmänbegåvning och risken för självmord bland svenska män undersökts.

Nära en miljon män födda i Sverige mellan 1950 och 1976 ingick i studien. Under studieperioden 1968 till 1999 skedde 2 811 självmord bland männen. Risken för självmord var 2–3 gånger större bland män med låga resultat på begåvningsstestet än bland män med höga resultat.

Mätningarna kommer från test gjorda i samband med militär mönstring vid 18 års ålder och innefattar fyra dimensioner av mental begåvning: logiskt tänkande, ordförståelse (synonymer), spatial (rumslig) förmåga och teknisk/mekanisk förmåga.

Resultaten för varje test ges i form av en siffra mellan 1 (låg) och 9 (hög). Fördelningen över dessa nio kategorier avspeglar en underliggande normalfördelning för alla fyra dimensioner.

Linjära samband med risk för självmord fanns för samtliga fyra deltest, men associationen var starkast för den logiska dimensionen. Varje ökad enhet i logisk förmåga var förknippad med en 12-procentig minskning av risken för självmord.

Denna association ändrades obetydligt vid justering för socioekonomiska faktorer under uppväxten, (föräldrars utbildning och yrke).

För en undergrupp av männen (födda 1950–1965 och vid liv vid 25 års ålder) undersöktes om utbildning påverkade sambandet mellan logisk begåvning och självmord.

Betydelsen av begåvningsnivå var störst bland män med hög utbildning medan ingen effekt av begåvningsnivå kunde påvisas bland de lägst utbildade männen (endast 9-årig grundskola).

Eftersom intelligens tidigare har visats vara associerat med depressioner och andra psykiska sjukdomar, undersöktes utfallet av att exkludera samtliga män med psykiatrisk diagnos i samband med mönstringen (N=59 163).

Detta förfarande ändrade inte styrkan i associationen.

Genom analyser inom separata tidsintervall efter mönstringen fann vi att effekten av begåvning var som starkast under de första fem åren, med 15 procent reducerad risk för varje ökad enhet i logisk förmåga, varpå den planade ut och höll sig vid nära 10 procent reducerad risk för varje ökad enhet under åren 5–10, 10–15 samt mer än 15 år efter mönstring.

Styrkan i associationerna och storleken på det material som använts borgar för att dessa fynd inte beror av slumpen.

Det finns flera tänkbara förklaringar till samband mellan resultat från begåvningsstest vid 18 års ålder och den följande risken för självmord.

- För det första är det möjligt att låga resultat på begåvningsstestet avspeglar störningar under hjärnans utveckling vilka skulle kunna öka en individs benägenhet att drabbas av psykiska sjukdomar och därför även öka självmordsrisken.

När män med psykiatriska diagnoser uteslöts ur analyserna ändrades dock inte sambandets styrka nämnvärt, varför något starkt stöd för denna förklaring inte ges av resultaten.

- För det andra är det tänkbart att uppmätt begåvning avspeglar möjligheterna att under akuta livskriser finna lösningar på existentiella problem (utan att ta till självmord som en sista utväg).

- En tredje förklaring skulle kunna vara att psykosociala anpassningsproblem under barndomen leder till dåliga skolresultat och därmed även till låg prestation på begåvningsstest, och att det snarast är de psykosociala problemen i sig och inte den reducerade intelligensen som påverkar risken.

Patrik Magnusson

patrik.magnusson@genpat.uu.se

Finn Rasmussen

finn.rasmussen@phs.ki.se

Gunnell D, et al. Low intelligence test scores in 18 year old men and risk of suicide: cohort study. *BMJ*. 2005;330:167-70.

Färre skador om man värmer upp

II I Skandinavien utgör idrottsrelaterade skador minst 10 procent av alla akuta traumafall. Knä- och ankelskador är vanligast, och de förstnämnda kan kräva kirurgisk behandling och innebära risk för lång rehabilitering och sena sequelae.

Att man med ett enkelt träningsprogram kan minska antalet benskadade till hälften är således



Josef Milerad

medicinsk chefredaktör

vårt att uppmärksamma. Odd-Egil Olsen och medarbetare lottade 123 norska handbollsklubbar till att låta spelarna gå igenom ett strukturerat uppvärmningsprogram före match eller träning eller värma upp »som vanligt«. Interventionsprogrammet, som bestod i styrke-, balans- och teknikövningar, tog ca 20 minuter i anspråk och finns beskrivet på nätet i anslutning till artikeln (*BMJ*. 2005;330:449-52.)

Efter den åtta månader långa spelsäsongen minskade alla typer av benskadade med i runda tal 50 procent i interventionsgruppen. Totala antalet skador var 95, mot 167 i kontrollgruppen, antalet knäskador 19 mot 38, ankelskador 28 mot 40 och armskador 17 mot 39. Det var främst skadorna under match som minskade.

Att uppvärmningsprogrammet är effektivt i handbollssammanhang är uppenbart, och författarnas rekommendation att det borde användas som rutin känns inte särskilt kontroversiellt. Den undersökta gruppen var 16- till 17-åriga spelare på elitnivå, och man kan undra om resultaten är applicerbara på andra grupper. Författarna menar dock att skademekanismerna är lika i alla bollsporter. Programmet kan lätt modifieras efter den aktuella idrottens krav och börja användas redan i 10-årsåldern.

Följsamheten kan vara ett problem. Endast 87 procent i interventionsgruppen följde verkligen ordinationen, och flera slutade direkt efter studiens slut.

josef.milerad@lakartidningen.se