

## Løser plager med paracetamol



ILL: YAYMICRO.

Stadig flere ungdommer sliter med smerter. Mange av dem er storforbrukere av reseptfrie smertestillende medisiner, skriver forskning.no. Ungdom som bruker mye smertestillende har også ofte mindre selvtillit, høyere skolefravær og lavere ambisjoner for fremtiden, viser forskning ved Høgskolen i Oslo og Akershus og Universitetet i Oslo.

Over en fjerdedel av 15-16-åringene i Norge bruker slik medisin daglig til ukentlig, ifølge Relis, som er en offentlig finansiert informasjonstjeneste om legemidler.

- Det er flere problemer forbundet med dette, og helsesøstre i skolehelsetjenesten kan ha en viktig rolle her med å identifisere ungdom i risikozonen og sette inn tiltak tidlig, påpeker stipendiat Siv Skarstein ved Institutt for sykepleie på Høgskolen i Oslo og Akershus. Hun skriver doktorgradsavhandling om ungdom som er storforbrukere av reseptfrie smertestillende midler.

- For det første har alle medisiner bivirkninger, og paracetamol i for store doser kan gi skader på leveren.

- Dessuten er det få unge som kjenner til at overforbruk av reseptfrie smertestillende legemidler kan gi kronisk hodepine, sier hun, og legger til at medisinbruken etableres i tenårene.

Skarstein har kartlagt hva som kjenner seg ut som storforbrukere gjennom en anonym spørreundersøkelse blant 15-åringene fra seks ungdomsskoler i og rundt Drammen. 367 tiendeklasselever deltok i studien.

50 prosent av guttene og 71 prosent av jentene hadde brukt reseptfrie smertestillende medikamenter siste måned.

26 prosent av ungdommene hadde brukt slik medisin daglig til ukentlig, og

blant storforbrukerne var det tilnærmet like mange gutter som jenter.

Forskningen viser at ungdom som har et høyt forbruk av smertestillende medikamenter, opplever at de har mye smerte. Smertene kommer ofte fra flere deler av kroppen. Hodepine og muskel- og skjelettsmerter er vanligst.

Situasjoner som kan gi smerter og plager er for eksempel mye skjermaktivitet, tett program med venner og trening, lite væsketilførsel og mye støy i skoletimene. Dette kan tyde på at en stresset hverdag kan henge sammen med smerte og høyt forbruk av smertestillende.

Smerteplager har stor påvirkning på søvn og opplevelsen av livskvalitet. Skarsteins studie viser at storforbrukerne i spørreundersøkelsen sov mindre, drakk noe mer alkohol og hadde lavere ambisjoner og forventninger til fremtiden. De hadde også lavere selvtillit, høyere skolefravær og de jobbet oftere ved siden av skolen.

Skarstein mener det er behov for en dypere forståelse av ungdommens hverdag, og hva som ligger bak og medvirker til et høyt forbruk av smertestillende medikamenter. Hun er derfor i gang med en ny studie hvor hun dybdaintervjuer ungdom som er storforbrukere og undersøker hva som kan hjelpe. Forskningsprosjektet startet i 2011 og fortsetter i to år til.

## Skjuler forskernavn

Lunds universitet er anmeldt til instansen Justisombudsmannen etter å ha nektet å utlevere informasjon om dyreforsøk på katter, skriver avisen Sydsvenskan ifølge bladet Forskerforum.

Universitetet viser til at det ønsker å beskytte de involverte forskerne og deres familier. Det er dyrevernsorganisasjonen Djurrättsalliansen som står bak kravet om innsyn og anmeldelsen. Organisasjonen hevder at universitetet bevisst forsøker å hemmeligholde hva katene utettes for, mens universitetet hevder at forskerne løper en risiko for hets dersom deres navn offentliggjøres.

## After og stress



ILL: YAYMICRO.

Hos pasienter som har tilbøyelighet til å utvikle after kan psykisk stress være en utløsende faktor, skriver det danske Tandlægebladet.

De viser til en amerikansk undersøkelse blant 160 personer med forhistorier som innebærer afteutvikling. De som var med i undersøkelsen ble fulgt via spørreskjemaer gjennom ett år, der man sammenholdt stressperioder med utbrudd av after.

Undersøkelsen som er publisert i Evidence Based Dentistry viste at når pasientene opplevde en stressperiode steg risikoen for afteutbrudd til det tredobbelte.

1. Huling L.B., Baccaglioni L., Choquette I. et al. Effect of stressful life events on the onset and duration of recurrent aphthous stomatitis J Oral Pathol Med 2012;41: 149-52.

Tidende er  
tilpasset håndholdte medier  
[www.tannlegetidende.no](http://www.tannlegetidende.no)

Du kan også følge oss på  
Facebook og Twitter.  
Navnet er Tannlegetidende