



Hjarterisiko ved perio

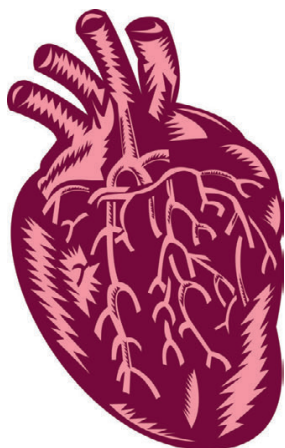


FOTO: VAY MICRO

En amerikansk studie med nærmere 40 000 deltakende kvinner styrker sammenhengen mellom periodontitt og hjerte-kar-sykdom, skriver den svenske Tandläkartidningen.

Women's Health Study, WHS, har fulgt 40 000 sykepleierutdannede kvinner siden 1992–95. Kvinnene er 45 år eller eldre og har aldri hatt hjerte-kar-sykdom. Studien har sett både på dem som hadde periodontitt ved studiestarten og dem som utviklet det under studiens gang.

Studien viser tydelig at det finnes felles risikofaktorer mellom periodontitt og hjerte-kar-sykdom ettersom de som hadde eller fikk periodontitt ofte var eldre, oftere var overvektige eller fete, oftere var røkere eller tidligere røkere og mosjonerte mindre. Dessuten hadde de oftere høyt blodtrykk, diabetes og høy kolesterolverdi.

Også justert for alt dette hadde de kvinnene som hadde periodontitt en tydelig forhøyet risiko for også å få rammes av hjerte-kar-sykdom. Risikokoeffisienten var 27 prosent for dem som hadde periodontitt ved studiestarten og 40 prosent for dem som utviklet det under studiens gang.

Forskernes konklusjon er at nylig debutert periodontitt gir en minst like stor risiko for fremtidig hjerte-kar-sykdom som eksisterende periodontitt hos middelaldrende kvinner.

Spiser mer usunt

Vi spiser stadig mer frukt og grønnsaker. Samtidig får vi også i oss stadig mer usunne matvarer, skriver forskning.no og viser til en undersøkelse av hva folk i ulike land i verden spiser, og hvordan dette har endret seg i årene mellom 1990 og 2010. Studien viser at Norge, som mange andre vestlige land, har forbedret kostholdet sitt på noen områder, og at vi samtidig spiser mer usunn mat.

Forskerne har sett på forbruket av 17 ulike matvarer som er knyttet til fedme, hjerte-karsykdommer, diabetes og kreft. Studien, som er publisert i *The Lancet*, er gjort i 187 land og dekker kostholdet til hele 4,5 milliarder mennesker.

Generelt viser rapporten at forbruket av sunne matvarer, som frukt og grønnsaker, har økt mange steder i verden disse to tiårene. Dette har imidlertid blitt overgått av økt inntak av usunn mat, som mettet fett, transfett, søt leskedrikk og prosessert kjøtt.

Seniorforsker Einar Risvik ved Nofima mener det har skjedd en større polarisering mellom dem som har råd til å gjøre de riktige valgene og gjør dem, og dem som kanskje ikke vet hva de riktige valgene er og samtidig kanskje har den mest anstrengte økonomien.

– Resultatet blir valg av mat som er dårlig for helsen. Det er fremdeles slik at den billigste maten er den dårligste maten, og likevel gjerne den maten mange synes smaker best. Derfor blir dette et enkelt valg for den med dårlig råd.

Maten er, kanskje mer enn noen gang, en av de viktigste faktorene som skiller god og dårlig helse, mener Risvik. Dermed er også maten med på å øke de sosiale forskjellene i samfunnet.

Med sitt relativt gode kosthold i utgangspunktet og relativt små sosiale forskjeller, skiller ikke Norge seg ut i undersøkelsen. Vi gjør relativt flere gode valg og færre av de dårlige.

– Norge har imidlertid relativt store forskjeller mellom aldersgrupper. De

unge endrer kostholdet mindre enn de eldre, spesielt når det gjelder de dårlige valgene. Det er en bekymring, mener matforskeren.

Det er en generell trend i de 187 landene at eldre og kvinner har gjort de mest fornuftige matvalgene.

På nett

Hele Helse Vest har nå kjernejournal 760 000 innbyggere i til sammen 67 nye kommuner i Vest? Norge fikk 1. mars sin kjernejournal på helsenorge.no. Totalt har nå nærmere 1,5 millioner nordmenn fått kjernejournal, melder Helsedirektoratet i sitt nyhetsbrev.

Kjernejournal samler viktige helseopplysninger som både innbygger og helsepersonell har tilgang til, og skal bidra til at pasienten kan få tryggere helsehjelp. 1. mars ble den automatisk opprettet for alle med folkeregistrert adresse i kommuner i helseregion Vest, dersom de ikke har reservert seg.

Kjernejournal er et viktig steg på veien mot bedre samhandling mellom ulike deler av helsetjenesten og mellom innbyggere og helsesektoren. Den vil være særlig nyttig i akutte situasjoner, sier avdelingsdirektør Rune Røren i Helsedirektoratet.

Opplysninger fra Folkeregisteret, om legemidler og sykehusbesøk samles inn automatisk. Via helsenorge.no kan alle legge inn noen opplysninger i sin kjernejournal, blant annet om kontaktpersoner, kommunikasjonsbehov og sykdomshistorie. Kritisk informasjon, om for eksempel alvorlige allergier og sykdommer, legges inn av lege i samråd med pasienten.

Mer informasjon om kjernejournal finner en på helsenorge.no/kjernejournal

Det er meningen at også tannleger skal få tilgang til kjernejournalen, men det er foreløpig ikke gitt noen tidsangivelse på når dette kan skje.