

Kortere antibiotikakurer



Foto: VMImages

– Jo mer antibiotika vi bruker, jo større er faren for at bakteriene lærer seg å tåle behandlingen, sier Sigurd Høye, allmennlege og leder for Antibiotikasenteret for primærmedisin ved Universitetet i Oslo til forskning.no.

Han snakker om antibiotikaresistens, som Helsedirektoratet beskriver som en av verdens største helseutfordringer.

Vi må tenke nytt, og et av de enkleste grepene på veien kan være å bruke antibiotika i kortere perioder.

– Studier viser at kortere antibiotikakurer virker like godt som lange. Da anbefaler vi korte, sier Sigurd Høye.

Kuren for lungebetennelse har vært på syv dager. Nå er anbefalingen kun fem dager. Anbefalingen for halsbetennelse har gått fra ti til fem dager.

– Antibiotika dreper de fleste bakteriene. Likevel vil noen få kunne tåle medisinen bedre enn de andre. Når disse overlever, får de bedre plass til å formere seg. De vil også gi egenskapene videre til nye bakterier. Brukes antibiotika for ofte får de sterke flere sjanser til å ta over. Da kan de bli resistente.

– Mange av de gamle behandlingstidene var ikke basert på forskning, men vaner. Syvdagers kurer ble anbefalt mest fordi en uke består av syv dager. Ikke fordi det fantes god forskning som viste at akkurat syv dager var nødvendig.

Harvard Health Publishing stemmer i: – Faktisk er den optimale lengden på behandling for mange vanlige infeksjoner ikke godt undersøkt og kan være litt tilfeldig fastsatt, ifølge sidene deres.

– Enkelte kan kanskje tro at legemiddelindustrien ønsket lange kurer?

– Ja, men det stemmer ikke. Det er lite penger i antibiotika. Det er også en del av forklaringen på hvorfor det er vanskelig å få pengestøtte til utvikling av ny antibiotika, sier Høye.

Han sier videre at fagmiljøene ikke har sovet i timen. Bevisstheten rundt resistens som et verdensproblem har vokst fram over tid. I tillegg har en gammel myte fått eksistens i lange tider: at pasienter som avslutter antibiotikakuren for tidlig bidrar til resistens.

– Det lærte vi på studiet, og mange i befolkningen har nok trodd det samme, sier han.

Da antibiotika kom, så legene at noen pasienter ble syke igjen hvis de sluttet å ta medisinen for tidlig. Allerede penicillinets oppdager, Alexander Flemming, trodde at for korte kurer gav mer resistens. Han advarte mot dette da han fikk Nobelprisen i 1945. Rådet om å fullføre pakningen ble skrevet inn i medisinske bøker og gjentatt i flere tiår.

Men nyere forskning viser altså at det ikke stemmer.

– Studier viser at inntil halvparten uansett slutter før kuren er fullført. De trenger ikke å bekymre seg for å ha bidratt til resistens lenger.

– Rådet er fortsatt å følge legens anbefaling, sier Høye.

De oppdaterte anbefalingene i retningslinjen for antibiotikabruk havner automatisk i Norsk elektronisk legehåndbok, som de aller fleste legene bruker. Målet er at nye råd skal tas i bruk med én gang.

Foreløpig finnes det ikke gode nok studier til at man kan gi et generelt råd om å stoppe når man føler seg bedre.

– Kan budskapet om at «kuren ikke alltid må fullføres» føre til at noen slutter når de føler seg friske?

– Ja, og det kan medføre underbehandling og at man ikke blir ordentlig frisk, så jeg vil ikke anbefale det, sier Høye.

– Kan det tenkes at praksis som «feilaktig» antibiotikabruk kan føre til mistillit hos folk?

– Medisinen utvikler seg hele tiden, basert på forskning og erfaring. Det som før

var riktig, kan nå være feil. Det tror jeg befolkningen forstår.

Han sier at vi i Norge heldigvis har høy tillit til hverandre og til helsevesenet.

– Det er en av grunnene til at vi har en relativt fornuftig antibiotikabruk, sier han.

Norge har også mindre antibiotikaresistens enn mange andre land. Selv om det er lite antibiotikaresistens i Norge, er resistens en global trussel. Mikrober krysser landegrenser. Verdens helseorganisasjon har saken høyt på agendaen. I den nye norske strategien mot antibiotikaresistens er et av tiltakene å være en aktiv pådriver i den globale kampen mot antibiotikaresistens.

Ny president i Norsk psykologforening



Foto: Felica Rolf, Norsk psykologforening

Landsmøtet i Norsk psykologforening har valgt Hanne Indregard Lind til president, med 54 av 99 stemmer.

Lind har sittet i sentralstyret siden 2019 og har hatt vervet som visepresident for lønn- og arbeidslivspolitikken siden 2022.

– Jeg er veldig glad og ydmyk for å ha fått medlemmenes tillit til å lede Psykologforeningen, og jeg ser frem til å samarbeide med hele organisasjonen for å både videreutvikle og slå ring rundt psykisk helsetjenestene og for å sette psykisk helse på agendaen inn i Helsereformutvalget, sier Lind.

Hun har bred erfaring fra tillitsvalgтарbeid og et sterkt engasjement for medlemsdemokrati, faglig kvalitet og et robust offentlig helsevesen.

Gjennom rollen som leder legger Lind vekt på å styrke psykologers rammer, motvirke moralsk slitasje og sikre tydelig, proaktiv påvirkning overfor myndigheter og arbeidsgivere.