

Þvagsýrugigt einn verst meðhöndlaði sjúkdómurinn

Heilsugæslulæknar í Svíþjóð mæla of sjaldan þvagsýru hjá skjólstæðingum sínum.

Eftirfylgni er ábótavant og margir sjúklingar fá of litla lyfjaskammta.

Þetta segir Valgerður Sigurðardóttir gigtarlæknir sem er brautryðjandi í þvagsýrugigtarrannsóknum í Svíþjóð

■■■ Gunnhildur Arna Gunnarsdóttir

Miðað við hve algeng þvagsýrugigt er meðal karla 70 ára og eldri, eða yfir 10 prósent, er hún líklega einn verst meðhöndlaði sjúkdómurinn í heilbrigðisþjónustunni. Það má lesa í grein eftir Valgerði Sigurðardóttur gigtarlækni sem birtist í sænska lækna blaðinu *Läkartidningen* í lok ágúst. Þvagsýrugigt sé algengasti liðbólgu sjúkdómurinn. Æ fleiri, bæði í Svíþjóð og í öllum hinum vestræna heimi, glími við hann.

„Algengið eykst með hækkandi aldri og er hærra hjá körlum en konum í öllum aldurshópum,“ segir Valgerður þar sem við hittum hana með Zoom-tækninni þegar líða fer á septembermánuð. Gullfallett haustveður er í Falun í Svíþjóð, norðvestur af Stokkhólmi. Sólin teygir sig inn á skrifstofu hennar heima fyrir. Hér rignir.

„Við höfum hvatt lækna á heilsugæslum Svíþjóðar til að gefa þvagsýrugigt meiri gaum,“ segir hún. „Um 2 prósent fullorðinna eru með þvagsýrugigt. Hún verður algengari eftir því sem fólk eldist. Þetta er algengur sjúkdómur.“

Starfar í sænsku dölunum

Valgerður hefur verið læknir á svæðisjúkrahúsinu í sænsku Dölunum, Region Dalarna, frá árinu 2011. Þrír íslenskir lækningar starfa á sjúkrahúsinu, þau Helgi Örn Jóhannsson skurðlæknir og Kristbjörg Sigurðardóttir bæklunarskurðlæknir ásamt henni. Spítalinn þjónar um 280 þúsund íbúum. „Áþekkt Landspítalanum að stærð. Ég er hrifin af þessu smábæjarlífi og hjóla í vinnuna,“ segir Valgerður sem er

gigtarlæknir og í doktorsnámi við Gautaborgarháskóla og sinnir rannsóknarskyldu hálfan starfstímann.

„Rannsóknirnar mínar snúast alfarið um þvagsýrugigt en í klínískri vinnu minni fæst ég við alla gigtarsjúkdóma,“ segir hún. Þvagsýrugigt, þessi langvinni sjúkdómur sem orsakast af útfellingu þvagsýrukristalla í liðum og mjúkkum vefjum, hafði ekki verið rannsakaður í Svíþjóð þegar hún tók verkið að sér og hófst handa.

„Það var því spennandi að vera hluti af nýjum rannsóknarhóp og rannsaka hluti sem að höfðu ekkert verið skoðaðir. Enginn vissi einu sinni hversu algeng hún væri hér í Svíþjóð og fyrsta verkefnið mitt var að skoða það,“ segir hún.

Fram kemur í greininni í sænska lækna blaðinu eftir Valgerði að áfengi, þá sérstaklega bjór, geti leitt til þvagsýrugigtarkasts. „Það hefur áhrif hvað fólk lætur mikið ofan í sig af fæðutegundum sem innihalda púrín. En það er bara ekki svo einfalt að hægt sé að hætta að borða slíkar fæðutegundir. Það er ekki raunhæft. Fólk getur ekki verið á púrínlausu-fæði til lengdar,“ segir hún.

Fólk reyni að lækna sig sjálf

Margt fólk sem þjáist af þvagsýrugigt reyni hins vegar að meðhöndla sig sjálf. Það taki verkjalyf og breyti mataræðinu. Sleppi til að mynda rauðu kjöti og áfengi og taki bólgueyðandi lyf til að komast í gegnum þvagsýrugigtarköst, sem geti staðið yfir í allt að hálfan mánuð.

„Það þarf lyf til að ná árangri,“ segir hún. „Og fólk þarf þvagsýrulækkandi meðferð til að fyrirbyggja köst í framtíðinni. Breytt mataræði gefur í flestum tilvikum of litla þvagsýrulækkun til að gigtin lækni,“ segir hún. „Vandamálið er að nýrun vinna ekki úr þvagsýrunni.“

Valgerður segir að í Svíþjóð, sem og um heim allan, sé hins vegar algengt að þeir sem þjáist af gigtinni fái ekki þvagsýrulækkandi meðferð. „Ef þeir fá þvagsýrulækkandi lyf, hætta þeir almennt á þeim innan tveggja ára. Eftirfylgnin virðist ekki virka. Þá er algengt að fólk með þvagsýrugigt fái allt of lága lyfjaskammta,“ segir hún.

„Gefa þarf þvagsýrulækkandi lyf, mæla þvagsýru og fylgjast með því að sjúklingurinn nái meðferðarmarkmiðum til þess að meðferðin virki. Hér í Svíþjóð er ekki staðið vel að því,“ segir Valgerður og hvetur lækna á Íslandi til að huga að því hvort svo geti einnig verið hér. „Ég held að það hafi enginn skoðað það á Íslandi,“ segir hún.

Mikilvægt að mæla þvagsýru

„Besta leiðin til að greina þvagsýrugigt er að stinga á liðinn og skoða hvort þvagsýrukristallar séu í liðvökvanum,“ segir hún. „Þvagsýrugigt er oftast meðhöndluð í heilsugæslunni hér í Svíþjóð og þar eru liðástungur sjaldan gerðar. Heimilislæknar búa við mikinn tímaskort og þeim þykir það flókið og erfitt. Þeir veigra sér við því en það er örugg leið til að greina sjúkdóminn.“



Þvagsýrugigt erfðatengdur sjúkdómur

Erfðafræðilegir þættir; þjóðerni og bakgrunnur, eru taldir leika stórt hlutverk í algengi þvagsýrugigtar. „Það sést þegar litið er til niðurstaðna á heimsvísu,“ segir í greininni eftir Valgerði Sigurðardóttir gigtarlæknir. Umhverfisþættir eins og útsetning fyrir blýi, mataræði og neysla áfengis hafi einnig áhrif.

„Hæsta tíðni þvagsýrugigtar sem greint hefur verið frá er að finna meðal maoríbúa í Ástralíu og Nýja Sjálandi, þar sem algengi er áætlað að vera 3,4 prósent meðal fullorðinna maoríanna. Að auki hafa íbúar Maorí tilhneigingu til að hafa alvarlegri þvagsýrugigt með *tophí* í meira mæli miðað við íbúa af evrópskum uppruna.“ Valgerður segir talið að ástæðan sé hvernig nýrun vinna úr þvagsýrunni.

Með mælingum á þvagsýru í blóði sé hægt að sjá stöðu sjúkdómsins, hvort meðferðin sé að virka. „Þannig minnkar þvagsýrugigtin. Að lokum hættir hún alveg ef tekst að halda þvagsýrunni það lágrí að kristallarnir myndist ekki.“

En skemmir þvagsýrugigtin út frá sér? „Já, það er talað um að 10-20 prósent þeirra sem eru með þvagsýrugigt fái alvarlegra form af gigt þar sem þessir kristallar safnast upp í liðunum og skemma út frá sér. Skemmdirnar sjást á röntgenmyndum og fólk fær króníska verki.“ Allt að fimmtungur sjúklinga með þvagsýrugigt glími því á endanum við stöðuga gigtarverki.

Skipti um sérnám í Svíþjóð

Valgerður flutti til Svíþjóðar til að stunda sérnám árið 2011 og lauk því 2017. „Og hér er ég enn,“ segir hún. „Mér líður vel hérna, er ánægð í vinnunni og doktorsnáminu.“ Hún fékk upphaflega vinnu á kvensjúkdómalækningum en sneri sér svo að gigtinni. „Það var aldrei planið að búa hér svona lengi,“ segir Valgerður sem býr með dætrum sínum tveimur, 10 og 12 ára. „Þær voru svo lítlar þegar ég kom hingað út og muna ekkert annað,“ segir hún og hlær.

„Ég uppgötvaði að kvensjúkdómalækningar hentuðu mér ekki. Ég er enginn skurðlæknir,“ segir hún. „Tilhugsunin um vaktavinnu til æviloka heillaði mig heldur ekki,“ segir hún og vinnur nú aðra hvora viku á gigtarmóttöku og hina við rannsóknirnar.

„Ég reyndi að verða viðskiptafræðingur fyrst,“ segir hún. Það hafi ekki heillað hana. „Ég var í afneitun. Fjöldi lækna er í fjölskyldunni og ég ætlaði sko ekki að feta þá trúðu braut. Pabbi er barnalæknir,“ segir hún og vísar til Sigurðar Kristjánsónar.

„Móðurafi minn er læknir og föðurafi var líka læknir, systkini mömmu eru öll læknar. Ég ætlaði að vera frumlegri en það gekk ekki upp.“ Hún segir elstu dótturina tala um að verða læknir. „En finnst um leið ekki spennandi að ég sé að skoða tærnar á fólki,“ segir hún létt í bragði.

Aftur í samt horf í faraldrinum

Við snúum tali okkar að heimsfaraldrinum sem nú geisar. Valgerður segir sjúkrahúsið í Falun ekki hafa farið varhluta af COVID-19. Þremur deildum hafi verið breytt í legurými fyrir sjúklinga. Um 60 manns hafi legið inni með súrefni þegar mest var, þar af 15 manns á gjörgæslu.

Valgerður Sigurðardóttir gigtarlæknir er brautryðjandi í rannsóknum á þvagsýrugigt í Svíþjóð. Hún er í doktorsnámi og birtust greinar eftir hana í sænska lækna-bláinu í lok ágúst.

„Þetta var í apríl og maí,“ segir hún. Ástandið hafi verið viðbúið þegar ljóst varð hve erfið staðan var í Stokkhólmi. „Við vorum einni til tveimur vikum á eftir þeim þar,“ segir hún og að hún hafi ekki komið að starfinu.

„Nokkrir kollegar mínir skiptust á að manna þessar deildir. Búið var til ný COVID-vaktalína sem læknar, meðal annars af bæklun, kvennasviði, húð og gigtardeildinni, skiptust á að manna.“ Hjúkrunarfræðingar hafi einnig verið færðir af gigtardeildinni á COVID-deildirnar. Staðan hafi haft áhrif á gigtarmóttökuna.

„Við hættum að taka á móti sjúklingum frá sjötugu. Við sinntum þeim símleiddis,“ segir hún. „Auðvitað var það erfiðara en nauðsynlegt.“ Frá miðjum september sé starfsemin aftur venjubundin. „Hingað til hafa 102 einstaklingar látist úr COVID-19 á spítalanum, þá eru ekki taldir með þeim sem hafa látist heima eða á öldrunarheimilum.“