



Ungdom og smerter

At det kan være smertefullt rent psykisk å være tenåring, er det liten tvil om. Overgangen fra barn til voksen er en tøff mental påkjenning, og plager tenåringene rapporterer om forklares ofte med det psykiske de gjennomgår. Nå viser det seg at tenårene for mange er smertefulle også fysisk.

KRONISK USPESIFISERT SMERTE

Forskere ved NTNU har nylig gjennomført en stor studie hvor de har sett på ungdommer som lider av kronisk uspesifisert smerte. Kronisk uspesifisert smerte defineres som smerte uten kjent årsak minst en gang i uken i løpet av de siste tre månedene.

De vanligste smertene tenåringene melder om er muskel- og skjelettsmerter – særlig i skulder- og nakkeområdet. Omlag en tredel av ungdommene sier de lider av dette. Hodepine kommer på andreplass.

STUDIEN

Studien ble ledet av forsker Gry Børmark Hoftun ved NTNU. Hun er stipendiat ved Institutt for laboratoriemedisin, barne- og kvinnesydommer, samt assistentlege ved barneavdelingen på St. Olavs Hospital.

Fra 2006 til 2008 ble hele 8000 ungdommer mellom 13-18 år intervjuet i form av et spørreskjema. Studien slår fast at kronisk uspesifisert smerte blant ungdommer er langt vanligere enn tidligere antatt – halvparten av jentene og en tredel av guttene i undersøkelsen sier de sliter med kroniske smerter.

Studien er unik i det at den er så stor, og at den ser på smerter i hele kroppen og ikke fokuserer på en type smerte.

- Mange smertestudier gransker korsryggsmerter eller hodepine isolert, sier forskeren.

De fleste ungdommer rapporterer imidlertid smerter fra flere steder i kroppen samtidig, og ved denne type isolert forskning får man ikke sett sammenhengen mellom smertene eller hvordan smertene fungerer i kombinasjon med hverandre og hvilke konsekvenser det samlet får for pasienten.

TRADISJONELLE KJØNNSROLLER PÅVIRKER RESULTATET

Hele 40 % av jentene i studien oppgir at de har muskel- og skjelettsmerter, mens kun 27 % av guttene oppgir det samme. Jentene har også hodepine dobbelt så ofte som guttene, og mer vondt i magen.

Børmark Hoftun har ikke forsket på disse forskjellene, men presenterer flere teorier for forskning.no. Hun mener blant annet at tradisjonelle kjønnsroller i forhold til smertetoleranse kan spille inn på resultatet.

- Tradisjonelle kjønnsroller kan ofte resultere i at menn har høyere toleranse for smerte, mens kvinner oftere uttrykker smerte, sier forskeren.

Hun påpeker også at jenter i større grad enn gutter benytter seg av sosial støtte og gir smerten mer fokus enn gutter vanligvis gjør. Hun sier også at andre lidelser som depresjon og angst også opptrer oftere hos jenter, og at disse gjerne er forbundet med smerter.

Før jentene kommer i puberteten, er det liten forskjell mellom kjønnene når det gjelder opplevelse og rapportering av smerte. Dette gir grobunn for teorier om at kjønnshormoner kan være skyld i at jenter i større grad enn gutter plages av smerter.

Nå ønsker forskerne å forske videre på hvorfor enkelte ungdommer har mer smerte enn andre, og vil gjerne se på hvorvidt det er en sammenheng mellom livsstil og smerte. Stillesitting foran PC og TV nevnes som andre mulige årsaker til økt forekomst av smerte.

KONSEKVENSER

Smertene får konsekvenser for ungdommenes dagligliv, i følge rapporten.

Hele 80 % av ungdommene sier at smertene fører til at de har nedsatt funksjonsevne i det daglige og at det er vanskelig for dem å ta del i fritidsaktiviteter, sitte gjennom skoletimene, sove og følge gymundervisningen.

Hoftuns veileder, førsteamanuensis Marite Rygg ved NTNU, sier at forskerens arbeid er svært viktig og at hun blant annet vil bruke funnene i sitt daglige arbeid som barnerevmatolog på poliklinikken ved St. Olavs Hospital. - Da kan jeg bruke denne studien til å forklare ungdom og foreldre at det ikke er uvanlig, men tvert i mot meget vanlig at barn og ungdom plages med

smerte, sier hun til www.forskning.no.

At ungdom plages av smerter trenger ikke bety at de er syke. Nøyaktig hvilke faktorer som fører til smertene kan forskerne likevel ikke med sikkerhet slå fast ennå, og det kreves mer forskning for å kartlegge faktorene nærmere slik at man kan hjelpe disse ungdommene bedre enn i dag, mener Rygg.

Kilder:

<http://www.forskning.no/artikler/2011/juni/292682>