



Hormonstatus og astma

Ny forskning viser at kvinner med uregelmessig menstruasjon har større risiko for å utvikle astma og allergi enn kvinner med en regelmessig menstruasjonssyklus. Omtrent ett av ti barn, og én av tjue voksne rammes av astma. På verdensbasis antar man at 300 millioner mennesker lider av denne sykdommen, et tall som stadig stiger. Man regner med at innen 2025 vil ytterligere 100 millioner mennesker være astmatikere.

Sykdommen er kronisk og skyldes en betennelsestilstand i luftrørene. Hva denne betennelsen skyldes, er ikke helt klarlagt. Man vet at arv spiller en sentral rolle. Det gjør også ytre miljøfaktorer som for eksempel røyk, luftforurensing, virusinfeksjoner, kulde og kraftige fysiske anstrengelser. Allergener anses også som et utløsende element. Dette er proteiner fra naturen, deriblant pollen, muggsopp, husstøvmidd, ulike dyr og matvarer.

Men ettersom flere som er i kontakt med allergener og røyk osv., ikke utvikler astma, kan ikke dette være de eneste årsakene til sykdommen. Det må ligge et individuelt anlegg til grunn.

Nettopp dette har Francisco Gómez Real sett nærmere på i sin doktorgradsavhandling.

Metode

Studien bygger på to store befolkningsundersøkelser. Den ene er nordisk-baltisk, der 8588 kvinner fra Norge, Danmark, Sverige, Estland og Island deltok. Kvinnene i alderen 25-54 år ble fulgt fra 1990 til 2001.

Året etter var kvinner i alderen 45-56 år i studiens søkelys. Til sammen 4259 kvinner fra ulike

europiske land deltok i denne undersøkelsen.

V kvinnene gjennomgikk kliniske undersøkelser, ble intervjuet og måtte fylle ut forskjellige spørreskjemaer. Deltagernes lungefunksjon, allergener og hormonnivåer ble målt, i tillegg til at det ble utført både blodprøver og metakolin tester (provokasjonstest for å fremkalle astmasymptomer i tilfeller der man er usikker på om det faktisk er astma).

Resultatet

Ut i fra disse undersøkelsene ser man tydelig at astma har en sammenheng med både hormonstatus, kroppsvekt og fysisk aktivitet.

Real identifiserte tre grupper som er særlig utsatt:

1. Kvinner i fruktbar alder, det vil si ca. 26-45 år, med uregelmessig menstruasjon har mellom 50 og 150 prosent større risiko for astma, astma symptomer og allergi enn kvinner med regelmessig menstruasjon. Dette gjelder kvinner som ikke er gravide, som ikke ammer og som ikke bruker p-piller.

I undersøkelsen så man at kvinner med uregelmessig menstruasjon hadde så dårlig lungekapasitet, at det tilsvarte å ha røykt ti sigaretter daglig i ti år, sammenlignet med kvinner som hadde regelmessig menstruasjonssyklus.

2. Tynne kvinner som bruker hormoner er også en utsatt gruppe. Tynn vil si en BMI under 20 kg/m², ifølge Verdens helseorganisasjon. Den optimale kroppsmasseindeksen for kvinner i fruktbar alder er rundt 24-25 kg/m², mener Real. Tynne kvinner som bruker p-piller har omtrent like stor risiko for astma som overvektige kvinner som ikke bruker p-piller.

3. Studien viser at kvinner i overgangsalderen har økt risiko for astma. Av kvinnene mellom 45 og 56 år som deltok i undersøkelsen hadde 34 prosent ikke hatt menses i løpet av de siste seks månedene. De hadde mellom 40 og 90 prosent økt fare for astma, sammenlignet med kvinnene i samme alder som fortsatt hadde regelmessig menstruasjon. Ingen av disse kvinnene brukte østrogenilskudd. Overvektige kvinner, det vil si med BMI over 25 kg/m², er generelt sett en utsatt gruppe, men særlig når de mister menses. For kvinner i overgangsalderen er den optimale BMI mellom 23 og 28 kg/m².

Man bør være ekstra oppmerksom på astma og astmasymptomer hos kvinner i disse tre gruppene. Da kan man på et tidligere stadium diagnostisere og behandle sykdommen på best mulig måte.

Studien viser også at trening har en effekt. De kvinnene som ikke trente, hadde større risiko for astma sammenlignet med de som trente jevnlig.

Hva med menn?

Studien tar først og fremst for seg kvinner, men Real opplyser at forskningen fortsatt pågår.

– Nå for tiden forsøker vi å publisere analyser som viser at kvinner og menn har ulike typer astma. Kvinner har mer astma som ikke er relatert til allergi, enn hva menn har, forteller Real.

Trengs mer forskning

Dette er den første studien som viser at uregelmessig menstruasjon påvirker risikoen for astma og allergi. Real understreker at det trengs mer forskning, særlig om hvordan og i hvilken grad hormonelle variasjoner påvirker faren for astma. Dette er funn som vil ha stor nytteverdi fordi

- omtrent 20 prosent av alle kvinner i fruktbar alder har uregelmessig menstruasjon
- bruk av p-piller er svært utbredt
- overgangsalderen påvirker nesten alle kvinner
- stadig flere blir overvektige

Kilde: 1. F.G Real, Hormonal Status in women and asthma, allergy and lung function, Doktoravhandling, UiB, 2008
2. J. Rees, Clinical review: Asthma control in adults, BMJ, 2006; vol. 332, p. 767-771.