



NYTT KONCEPT PÅ VALLE MARINA

Livsstilen i fokus

600 patienter från Norge, 200 från patienter från Finland respektive Sverige: sammanlagt 1 000 patienter vistas på anläggningen Valle Marina på Gran Canaria under den period när de nordiska länderna är fattiga på sol. Alldeles nytt är de studier som påbörjats med dessa patienter som underlag – alla registreras, datoriseras och följs.

Text: MARIE DARIN Foto: ANNE STIERNQUIST

I NORGE finns en annan syn på klimatvård än i de övriga nordiska länderna. Det finns ingen konkurrens om pengar och patienter. Det berättar Anne-Lene Krogstad på en konferens för Psoriasisförbundets studieorganisatörer. Staten ger 100 miljoner norska kronor till klimatvård för olika sjukdomsgrupper. Behandlingsresor heter företaget som administrerar resorna och sammanlagt handlar det om 2500 patienter per år.

Anne-Lene Krogstad är uttagsläkare på Rikshospitalet för patienter med psoriasis. Remisserna går direkt till henne och hon bedömer vilka som ska resa. Anne-Lene Krogstad är också sedan 2004 chef för anläggningen på Valle Marina.

Personalen arbetar idag efter delvis nya mål där patienterna utgör en samlad enhet för studier och forskning. Målsättningen med vistelsen för patienterna är att lära sig hantera sin sjukdom och få en ökad livskvalitet. Fokus går från solandet till frågor om livsstil som rökning, alkohol, vikt, motion och kost.

De flesta som reser till Valle Marina har en medelsvår psoriasis och ganska många läker ut fint enligt Anne-Lene Krogstad. Alla patienter följs och följs upp i ett system där olika uppgifter samlas: från grad av sjukdom till uppgifter om arbete, livskvalitet, hur många timmar man tillbringat i solen.

Det är många frågor som intresserar Anne-Lene Krogstad och hennes medarbetare på Valle Marina. Det gäller bland annat på vad sätt solen påverkar de människor som i hög grad exponerat sig för den. På dessa breddgrader har solen stor styrka och diskussionen om hudcancer är aktuell.

– **ALLA BEHANDLINGAR** är ”farliga” och det viktiga är att vi vet vad vi håller på med. Hur mycket solar man, vilken behandling har man, vad väger man, vilka alkoholvanor har man och så vidare, menar Anne-Lene Krogstad.

På Valle Marina ställs frågorna och svar ges vartefter. Svar, som Anne-Lene Krogstad menar är viktiga för att få kunskap som kan bidra till att patienten lär sig leva på ett bra sätt med sin sjukdom.

Hennes vision är att alla patienter med en ganska svår psoriasis ska resa på klimatvård för att få redskapen för en god egenvård, ökad kunskap om sjukdomen och därmed en större livskvalitet.

Hon berättar att frågeställningarna som handlar om livskvalitet bland forskare ökar i stort sett lavinartat och idag finns mer än 50 000 referenser på en av de större medicinska databaserna. Vad som menas med livskvalitet är olika och kan definieras på olika sätt – att man är nöjd, att man mår bra psykiskt, att man känner sig tillfreds, att man har god hälsa, att man kan ta vara på sig själv och fungera på egen hand.

PSORIASIS är en komplex sjukdom och den syns – den är stigmatiserande det vill säga andra människor tittar och undrar, psoriasis är tidskrävande, många är socialt sårbara, många lider av sin sjukdom, av det kroppsligt synliga.

En frågeställning som intresserar på



En resa till Valle Marina kostar idag landstingen 25 000 kronor. För de pengarna är patienten besvärsfri i snitt fyra månader enligt gjorda studier. Patienten själv upplever dock att han är "frisk" i sex månader.

efter hemkomst

Valle Marina är hur patienten kan lära sig hantera sin sjukdom och hur den påverkar livet – i förhållande till hur pass svår psoriasis man har. Resultaten visar att patienter med exakt lika svårighetsgrad av psoriasis – mätt med ett instrument som kallas PASI – visar helt olika upplevelser.

480 av de tillfrågade ansåg att de inte hade några svårigheter alls, 560 svarade att det var svårt och 480 att det var mycket svårt att hantera sjukdomen.

PÅ VALLE MARINA har man ställt en hel del frågor om livsstilen. När det gäller rökvanor har man funnit att det är en överrepresentation av rökare bland psoriasisssjuka. Sammanlagt rökte 40 procent.

Svenskarna hade bäst rökvanor (27 procent), bland finnarna rökte 33 procent och norrmännen toppar ligan rökare med 45 procent.

Det finns problem med övervikt och så pass många som 62 procent av hela patientgruppen är överviktig.

EN STUDIE SOM GJORTS ger besked om att det inte finns någon koppling mellan hur svår psoriasis är och om patienten har ett arbete eller ej. Hur länge patienten är

besvärsfri efter hemkomsten är ett av de viktigaste frågorna.

En studie visar att effekten av behandlingen i snitt varar cirka fyra månader, ett något sämre resultat än patientens egen bedömning.

PÅ VALLE MARINA har man infört något man benämner "coping". I grupper diskuterar patienterna tillsammans allt som berör dem – hur man smörjer sig, vilken mat man äter och att ta bort sån föda som inte är bra, hur viktigt det är att träna: en ond rygg är inte ett hinder för träning, träning ger resultat, och man ska sola varje dag.

Syftet är att patienterna ska lära sig något som innebär en förändring i synen på och attityden till sjukdomen.

ANNE-LENE KROGSTAD berättar också om en ny studie som innebär att 20 patienter från Norge som varit på Valle Marina deltar i genforsknig. Den sker i samarbete med universitetssjukhuset i huvudstaden Las Palmas.

– Nyckelfaktorer för att leva med en kronisk sjukdom är kunskap, coping och problemlösning det vill säga att få en ökad livskvalitet. Det jobbar vi med, avslutar Anne-Lene Krogstad. ○



Anne-Lene Krogstad berättar att man också jobbar mycket med livskvaliteten på Valle Marina.



BEHANDLINGSTIPS

Avfjällning

Huden ska vara avfjälld före all annan behandling annars har den ingen verkan. Fläckarna smörjs in med mjukgörande kräm som ska sitta i ett par timmar, gärna över natten för att mjuka upp huden. Sedan är det dags för dusch, bad eller bastu före behandlingen.