



UNIVERSITY OF HELSINKI



<https://helda.helsinki.fi>

Helda

Erikoislääkärin uutiset, yleislääketiede

Laine, Merja

Laaketieteellinen Aikakauskirja Duodecim
2022

Laine, M 2022, 'Erikoislääkärin uutiset, yleislääketiede', Duodecim, Vuosikerta. 138, Nro 13, Sivut 1171-1171. < <https://www.duodecimlehti.fi/xmedia/duo/duo16926.pdf> >

<http://hdl.handle.net/10138/578781>

publishedVersion

Downloaded from Helda, University of Helsinki institutional repository.

This is an electronic reprint of the original article.

This reprint may differ from the original in pagination and typographic detail.

Please cite the original version.



Lasten ja nuorten melanoomat yleistyneet Suomessa

Suomessa lasten ja nuorten melanoomat ovat lähes nelinkertaistuneet vuosien 1990–2014 aikana. Suomalaiset tutkijat kartoittivat melanooman yleisyyden 0–19-vuotiailla kyseisten vuosien aikana valtakunnalliseen syöpärekisteriin perusteella. Ikävakioitu vuosittainen ilmaantuvuus oli vuosina 1990–1994 1,4/1 000 000 ja vuosina 2010–2014 5,8/1 000 000. Ilmaantuvuuden kasvu oli merkittäväntä nuorten keskuudessa ja spitzoid-melanooman alatyypissä. Melanooman ennuste ja keskeiset ennustetekijät pysyivät samoina koko tutkimusjakson ajan. Tulokset eroavat muissa maissa raportoiduista ilmaantumisluvuista, joissa melanooman ilmaantuvuus nuorten keskuudessa on vähentynyt. (Rousi EK ym *Annals of Medicine* 2022;54:244)

Äidin autoimmuunisairaus lisää lasten psyykkisten häiriöiden riskiä

Tanskalaisessa 38 vuoden seurantatutkimuksessa todettiin äidin autoimmuunisairaudesta olevan yhteydessä jälkeläisten suurempaan riskiin psyykkisten häiriöiden suhteen. Tutkimuskohortin muodostivat kaikki lapset, jotka olivat syntyneet Tanskassa vuosina 1978–2015 yksikielisestä raskaudesta pois lukien ne, jotka olivat kuolleet tai muuttaneet pois Tanskasta ennen yhden vuoden ikää. Kaikkinensa tutkittavia oli 2 254 234, ja tulosten analyysivaiheessa lapset olivat keskimäärin 17-vuotiaita. Äidin synnytystä edeltävä autoimmuunisairaus (esimerkiksi tyypin 1 diabetes, reuma, SLE) oli yhteydessä lasten psyykkisiin häiriöihin. Psykkisistä häiriöistä yleisiä olivat autismi, ADHD, pakko-oireinen häiriö ja skitsofrenia. (He H ym. *Jama Netw Open* 2022;5:e227503)

Diabetesta sairastavat kuluttavat enemmän rahaa epäterveellisiin ruokiin

Tanskalaiset perheet, joihin kuului diabetesta sairastava henkilö, kuluttivat enemmän rahaa epäterveellisiin ruokaostoksiin verrattuna perheisiin, joissa ei ollut diabetesta sairastavaa henkilöä. Tanskalaiset tutkijat seurasivat vuonna 2019 lähes 7 000 perheen ruokaostoksia; ruokaostokertoja kertyi vuodenaikana yli 400 000. Perheet, joissa oli diabetesta sairastava hen-

kilö, käyttivät enemmän rahaa voin, salaattinkastikkeiden, sokerittomien juomien, prosessoidun punaisen lihan ja valmiiden aterioiden ostamiseen verrattuna perheisiin, joissa ei ollut diabetesta sairastavaa henkilöä. Makeisten ostoissa ei esiintynyt eroa perhekuntien välillä. (Sørensen KK ym. *Primary Care Diabetes* 2022, <https://doi.org/10.1016/j.pcd.2022.04.001>)

Seitsemän tuntia yönunta aikuisille optimaalista

Seitsemän tuntia yönunta on optimaalinen nukku-misaika 38–73-vuotiaille kognition ja psyykkisen hyvinvoinnin kannalta. Tutkijat kartoittivat pitkäikäisessä analyysissä lähes 500 000 britin unitietoja, jotka saatiin UK Biobankista. Seitsemän tuntia unta per yö oli optimaalinen määrä kognition ja psyykkisen hyvinvoinnin kannalta. Tutkittavat, jotka nukkuivat enemmän tai vähemmän kuin seitsemän tuntia, eivät menestyneet yhtä hyvin prosessointinopeutta, näköhavainnointia, muistia ja ongelmanratkaisutaitoja mittavissa testeissä. Lisäksi heillä esiintyi todennäköisemmin ahdistus- ja masennusoireita sekä kaikinensa psyykinen hyvinvointi oli huonompaa. Aivokuvantamistutkimuksissa havaittiin myös yhteys unen määrän ja kognitiivisen prosessoinnin sekä muistiin osallistuvien aivoalueiden rakenteiden välillä siten, että epäedulliset muutokset liittyivät alle tai yli seitsemän tunnin yöuneen. (Li Y ym. *Nature Aging* 2022, <https://doi.org/10.1038/s43587-022-00210-2>)



MERJA LAINE

Hus perusterveydenhuollon yksikkö, Yleislääketieteen ja perusterveydenhuollon osasto, Helsingin yliopisto