

Marie og Tuva – blant de første søsken i Mor og barn

I sommer skal Marie (3 år) og Tuva (1 år) være brudepiker for mamma og pappa. De er begge med i Mor og barn undersøkelsen, og takket være premien på 10 000 kroner, får de kanskje finere brudepikerkjoler enn de ellers ville fått.

- Telefonen om at jeg hadde vunnet, kom rett etter at vi hadde begynt å planlegge bryllupet. Jeg følte meg som en millionær. Dette var jo penger vi ikke hadde regnet med, og de gikk rett inn på en spesiell sparekonto. Nå skal vi koste på oss en enda bedre bryllupsmiddag, sier Britt Marion Blommedal (28) som nylig vant pengepremien som ble trukket i Mor og barn undersøkelsen ved 30 000 deltakere.

Hun deltok i Mor og barn undersøkelsen med Marie først.

- Om jeg kunne være med på å gi informasjon som blir til hjelp for andre seinere, gjorde jeg gjerne det, sier Britt Marion som ikke så noen grunn til å gjøre forskjell på barna da nummer to, Tuva, var på vei. Dermed er det blitt noen nye runder med spørreskjemaer.

- Skjemaene er veldig greie. Jeg tar dem med en gang de kommer i posten. Bli de liggende, er det verre å ta fatt på dem, forteller Britt Marion.



Bortsett fra problemer med bekkenløsning, særlig siste gangen, har Britt Marion to helt normale svangerskap bak seg. Begge fødslene gikk også fort og greit. Tiden som hjemmeværende småbarnsmamma tok slutt i januar da hun gikk ut i full jobb som daglig leder for kjøkkenet på Vågen kro. Nå nærmer

Hver gang de kjører forbi kirken hjemme i Skare, prater Marie (3) om pappa Jon som skal gå i flosshatt og hvordan alle skal pynte seg til bryllupsfest 5. juni.

bryllupet seg med stormskritt. Da blir det skikkelig bygdebryllup med 80 gjester og en ekstra god middag.



Folat før svangerskapet

En rekke studier har vist at tilskudd av B-vitaminet folat (folsyre) rundt befruktningen, kan redusere forekomsten av nevralkørsdefekter (ryggmargsbrokk) med inntil to tredjedeler.

I 1998 kom de norske offisielle anbefalingene om bruk av folat i tilknytning til svangerskap: «Det anbefales å ta en tablett som inneholder 0,4 mg folat hver dag fra en måned før forventet befruktning, og i graviditetens første to til tre

måneder». (Se: Sosial og helsedirektoratet www.folat.org)

Til tross for dette viste en studie av kvinner i Oslo at det er få kvinner som bruker folat riktig. Folat har størst effekt når det brukes også før svangerskapet. Blant mødrene i Mor og barn undersøkelsen viste de første resultatene at 2 av 10 brukte folat før graviditeten. Folat finnes også naturlig i en rekke matvarer. Dette er de mest folatrike: bønner, nøtter, mandler, grove brødtyper, kiwi, appelsin, spinat og grønnkål.

Flott å være med på rekrut

Jordmødrene Annika Gundersen og Kari Kjendseth ved Lillehammer sykehus synes det er flott å rekruttere gravide på ultralyd til Mor og barn undersøkelsen. – Særlig blir vi fornøyde de dagene mange bestemmer seg for å delta, sier Annika.

Lillehammer sykehus har deltatt i Mor og barn undersøkelsen i to år. I fjor hadde sykehuset til sammen 963 fødsler og 46 % av de inviterte mødrene deltar i Mor og barn undersøkelsen. De fleste mødrene har fått invitasjon med spørreskjema hjem i posten og er kjent med undersøkelsen før de kommer til ultralyd.

– De fleste har bestemt seg før de kommer til oss om de vil delta eller ikke. Men noen er i tvil og da er det vi sier viktig for foreldrene. Etter samtale med oss, blir som regel tvilerne også med. Så sent som i dag fikk jeg med en mor som ikke hadde hørt om undersøkelsen før hun kom, forteller Kari.

– Men selvsagt rekrutterer vi ikke folk for en hver pris. Dette må være deres eget valg og de som blir med, bør være motivert. De fleste som blir med, gjør det fordi de vil bidra til økt kunnskap om svangerskapet og barns helse, sier Kari.

– Det er få som bare sier nei. De fleste ønsker å forklare hvorfor de ikke vil bli med. Det finnes ingen standardgrunn, men mange vil ikke levere ut så mye informasjon om seg selv. Noen syns heller ikke at de har tid, eller de har ingen interesse av det, forteller Annika.

Randi Christensen, helsesekretær ved laboratoriet på Lillehammer sykehus, gjør den nyttige jobben med alle prøvene i forbindelse med Mor og barn undersøkelsen.



Motivert av hodepine

John Magnar Lysbakken (33) er plaget med Hortons hodepine. For ham var det en ekstra motivasjon for å delta i Den norske mor og barn undersøkelsen, når han og samboeren Liv Anita Ødegård (29) nå venter nummer to.

– Jeg får grusomme anfall flere ganger om dagen en måneds tid hvert år. Legen min sier det ikke er arvelig, men jeg har mine tvil. Faren min hadde akkurat det samme. Kanskje kan Mor og barn undersøkelsen gi noen svar også rundt denne sykdommen, sier John Magnar som er ingeniør og ordre- og lageransvarlig ved Gausdalmeieriet.

Liv Anita er sykepleier og har tidligere

jobbet på barneavdelingen ved Lillehammer sykehus. Hun vet at det ikke er en selvfølge at et svangerskap går bra.

– Jeg tenkte en del på det i forrige svangerskap, og jeg tenker på det nå. Det er viktig å vite noe om hva som er årsak til ulike sykdommer og skader. Spesielt er det viktig å vite noe om det man selv kan påvirke i forbindelse med et svangerskap, sier Liv Anita.

Datteren Marianne ble født for tre år siden. Den gangen hadde Liv Anita et helt problemfritt svangerskap og jobbet i full stilling helt til 14 dager før fødselen. Nå har hun hatt en tøff start med kvalme, oppkast og vekttap. Hun ble sykemeldt i seks uker når det stod på som verst, men nå er formen bra igjen og hun er tilbake i full jobb på sykehuset.

tteringen



Liv Anita og John Magnar venter barn nummer to. De har hver sin grunn for å delta i Mor og barn undersøkelsen

Både Liv Anita og John Magnar synes det er mye å fylle ut på skjemaene, men samtidig er det spørsmål som de føler angår dem i høy grad.

- Det var bevisstgjørende å fylle ut skjemaet. Det tar noen timer, men føltes ikke som bortkastet tid, forteller Liv Anita.

- I forhold til en del andre spørreskjemaer var det slik at jeg ikke følte at jeg svarte på det samme om og om igjen. Formuleringene var bra, og jeg var skjerpet hele tiden, legger John Magnar til. Han understreker at det er viktig å holde oppe engasjementet for undersøkelsen når neste runde med skjemaer kommer i posten.

- Har man først blitt med, synes jeg det nærmest er en plikt å fortsette. Det er tross alt viktig for de som skal bruke informasjonen seinere, sier John Magnar.

De første 7000 mødrene i undersøkelsen sier det slik:

- Over 90 % av «våre» kvinner gir uttrykk for at de har et godt liv. En nesten like stor andel betegner sitt liv som nær sitt ideal. Men det er en liten andel som slett ikke er så fornøyd. Hvilke forhold som har betydning for livskvalitet kan vi undersøke nærmere i undersøkelsen.

- De aller fleste kvinnene gleder seg til barnet kommer (85 % er helt enig i det). Men ikke alle gleder seg ubetinget til fødselen. En femdel av kvinnene svarer at de gruer seg veldig. Det må undersøkes hva dette kan henge sammen med, og hvordan fødselen ble for disse. Vi kan for eksempel undersøke om det å grue seg kan henge sammen med erfaringer fra tidligere fødsler – for dem som har født tidligere, eller hvilke andre forhold i kvinners liv som har betydning.

- Statistisk sentralbyrå oppgir at mer enn 70 % av kvinner (16-74 år) er i arbeid. Blant de gravide i vår studie angir over 88 % at de har inntektsgivende arbeid. Mot slutten av graviditeten (32. uke) angir over 60 % av disse at de har en uforandret arbeidssituasjon. De resterende 40 % har endret sin arbeidssituasjon. Bare en meget liten del har sluttet. De ble også spurt om deres arbeidssituasjon hadde blitt tilpasset graviditetssituasjonen.

En mindre del svarte bekræftende på dette, og de som ble spurt om hvorfor dette ikke hadde skjedd, svarte at det enten var umulig eller unødvendig. Det gjenstår å undersøke om de gravidenes arbeidssituasjon har betydning for morens eller barnets helse.

- Nærmere 70 % av de gravide angir at de trenger 8-10 timers søvn. Det er ikke sikkert alle får det,

men 75 % av alle som har besvart, angir at de har anledning til å få noe hvile midt på dagen. Det er viktig å se om det har betydning for mor og barns helse at gravide får tilfredsstilt sitt hvilebehov.

- Over halvparten av dem som har svart, har vært på reise utenlands siste år. Vi har ikke analysert reisemål. Men det tyder på at folk – og muligens også gravide – har stor reisevirksomhet. Kan dette ha helsemessig betydning?

- Over halvparten (60 %) av de gravide i undersøkelsen angir kontakt med dyr. Det er hund og/eller katt som dominerer. Men vi finner også husdyr (ku, hest), undulat og marsvin. Senere kan vi analysere helse-sammenhenger i forhold til forskjellige dyr i denne gruppen.

- Mobiltelefonbruk er blitt mer og mer utbredt. Blant våre gravide bruker også nærmere halvparten mobiltelefon noen ganger i uken eller daglig. Det er imidlertid sjelden samtaler som varer lenge. Senere kan vi undersøke om det er sammenhenger mellom mobilbruk og forskjellige helseutfall.

- En fjerdedel av alle som deltar sier at det aktuelle svangerskapet ikke var planlagt.



Å løfte i flokk

Først en stor takk til alle deltakere! Målet er å ha 100 000 familier med i undersøkelsen. Vi har nådd 35 000 og ved slutten av året har vi sannsynligvis rekruttert 50 000.

Staben i Oslo, i Bergen og på sykehusene rundt i landet gjør en flott innsats, men det er dere mødre og fedre som gjør det viktigste arbeidet. Å delta i en dugnad er en god norsk tradisjon. Det er virkelig gledelig å oppleve at så mange kvinner og menn ser betydningen av årsaksforskning for at vi i fremtiden skal kunne forebygge sykdom.

Nå begynner forskningen

I mai i år vil vi ha registrert spørreskjemaene fra de 20 000 første kvinnene som har fylt ut skjemaer i svangerskapet. Vi har også inkludert opplysningene fra Medisinsk fødselsregister for de samme kvinnene. Det betyr at vi kan begynne å se på sammenhenger mellom forhold (eksponeringer) i svangerskapet og syk-

dom, enten dette er sykdom som rammer mor i svangerskapet eller sykdom hos barnet som kan bli oppdaget ved fødselen.

For eksempel kan vi se om kostholdet henger sammen med fosterets vekst. Vi er blant annet svært opptatt av hvilke eksponeringer som kan ha betydning for forekomsten av svangerskapsforgiftning. Dette er en sykdom som rammer omtrent 3 % av alle gravide, og som man ikke kjenner årsakene til. Det er teorier knyttet til samspillet mellom arveanlegg i fosteret og arveanlegg hos mor (slik det er ved Rhesus-sykdommen), men det er også teorier knyttet til gjennomgåtte infeksjoner og kosthold i svangerskapet. For mer sjeldne tilstander må vi vente på flere deltagere før vi kan begynne forskningen.

Internasjonal oppmerksomhet

Vi samarbeider også med forskergrupper i andre land, noe som kan bidra til å høyne kvaliteten på forskningen og trekke inn nye finansieringsmuligheter. Et viktig samarbeide om autisme og autismelignende utviklingsforstyrrelser er etablert med Columbia University i New York. Videre har vi nylig sendt inn en større søknad til forskningsfondet i EU sammen med en rekke andre europeiske land. Vi vil gjerne utforske sammenhengen mellom kostholdet under svangerskapet og senere helse hos barnet. Mer kunnskap vil gi et tryggere grunnlag for rådgivning til gravide i fremtiden. Vi har også et etablert samarbeid med National Institute of Environmental Health Sciences i USA for å bedre kunne studere i hvilken grad miljøgifter har betydning for kvinners helse og for barnet.

Kvalitet er viktig

Det utføres en rekke kvalitetskontroller av skjemaene etter at de er sendt inn til oss. Skjemaene blir maskinelt skannet inn, og så gjøres det en såkalt verifisering. Det vil si at alle uklare tall, bokstaver og avkryssninger blir etterprøvd, og bare logisk gyldige verdier blir akseptert. Tilsvarende gjøres det en rekke kvalitetskontroller av blodprøvene når de kommer til laboratoriet. Vi gjør ingen rutineundersøkelser av prøvene, men fryser dem ned og tar dem først opp når vi har viktige problemstillinger som skal utforskes.

Personvern

En annen meget viktig kvalitetsbit er personvernet. Vi har lagt ned et stort arbeid for å etablere sikkerhetssystemer både i spørreskjemadatabasen i Bergen og i biobanken i Oslo, som sikrer at lagrede data ikke skal kunne knyttes til enkeltpersoner. Forskerne som arbeider med blodprøver eller med data fra spørreskjemaene kjenner selvsagt ikke navn eller annen identitet til deltakerne i studien.

Takk igjen

Avslutningsvis – nok en takk for innsatsen. Når dere bidrar på denne måten, føler vi et stort ansvar for å gjøre Den norske mor og barn undersøkelsen til en forskningsmessig suksess.



Per Magnus
Prof. dr. med., prosjektleder

Huskeliste:

- Det er viktig å melde om adresseforandringer
- Ikke skriv adresse- endringer direkte på spørreskjemaene, men legg ved en lapp eller send en egen melding.
- Skulle det være en blodprøve du ikke har tatt eller et spørreskjema du ikke har svart på, er du likevel ikke ute av studien. Fortsett å svare på skjemaene som kommer.