

Nanna Svartzpriset till Ingiäld Hafström

Hon står på patientens sida



– Jag visste inte ens att jag blivit nominerad när samtalet med gratulationer till att jag fått Nanna Svartzpriset kom. Jag är väldigt tacksam för att den här typen av forskning, som inte bara är grundforskning, också värdesätts, sa en strålande glad docent Ingiäld Hafström, vid prisutdelningen på den internationella Reumatikerdagen.

Priset på 50 000 kronor, tillsammans med blommor och medalj, delades ut under Forskningsdagen i Stockholm på Karolinska Institutet av Reumatikerförbundets Stockholmsdistrikts ordförande Margareta Bäckskog och

Eilert Remme från Pfizer. Priset ska gå till en forskare inom reumatologins område där den kliniska aspekten är väl tillgodosedd. Och det kan man med råde säga om Ingiäld Hafströms forskning.

Fortsatta koststudier

Kanske är det de koststudier som hon genomfört tillsammans med fler forskare, och även själv initierat, som rönt mest publikt intresse.

– Kost är ett ämne som intresserar patienterna mycket och både vår glutenfria veganstudie och fastestudien dessförinnan har givit spännande resultat. De visar på att kosten har betydelse för och påverkar den reumatoida artrit, ledgångsreuma-

tismen, säger Ingiäld Hafström.

Tyvärr kan man inte fasta sig igenom livet, och att äta en glutenfri vegankost ställer stora krav på kosthållning om alla kroppens behov ska bli tillgodoställda så att inte några brister uppstår. Dessutom kräver den kosten god planering när man ska äta utanför hemmet. Det sociala livet påverkas.

– Det är ett måste att väga in livskvalitet vid valet mellan att äta en tablett eller lägga om sin kost för att erhålla minskad värk och stelhet. Av de personer som deltog i studien har ingen fortsatt med den strikta kosten, men många har däremot justerat sin kost.

Nu återstår att med hjälp av de

blod- och urinprover som sparats från koststudien försöka förstå vilka mekanismer inne i kroppen som ligger till grund för de goda effekter som vegankosten visade sig ha för flera av patienterna.

Kortison - på gott och ont

– Det är skrämmande att vi använt kortison i över 50 år utan att egentligen veta hur det påverkar kroppen, konstaterar Ingiäld med skärpa i rösten.

Därför arbetar hon nu intensivt i flera forskningsprojekt som går ut på att undersöka kortisonbehandlingens roll för inflammation, brosk- och benförstörelse, benskörhet och hjärt-kärlsjukdom.

– Jag har ett mycket nära samarbete med docent Björn Svensson i BARFOT-gruppen och vi mailar forskningsresultat till varandra varje vecka. Vi har nu sammanställt alla kliniska data i en av kortisonstudierna som vi ska presentera muntligt på ACR-kongressen i höst. Samtliga röntgenbilder i den studien är också lästa och vi räknar med att ha sammanställt de resultaten inom de närmaste månaderna.

På American Colleague of Rheumatology-kongressen, den årliga reumatologiska världskonferensen, som i år hålls i Orlando presenteras den mest intressanta och spännande forskningen. Att få presentera sina forskningsresultat där visar på tyngden av den forskning som bedrivs i Sverige.

– Man kan jämföra den revolutionerande verkan som kortisonet hade för behandling av reumatiska sjukdomar för 50 år sedan med de nya

mediciner som ser dagens ljus i dag. De sjuka tog bokstavligen sina sängar och gick och det händer nu igen. Dessvärre gavs kortisonet i för höga doser och medlet fick ett dåligt och skrämmande rykte. Men kortison fungerar bara man vet att använda det optimalt och kanske kan det till och med hejda broskförstörelse! Det är mycket spännande forskning, säger Ingiäld Hafström.

Forskning på två ben

I medicinens historia satt var forskare på sin kammare. Numera forskar ingen själv utan all forskning sker i grupp där många forskare slår sina kloka huvuden ihop och delar med sig av sina resultat. Därför är inte längre nationers gränser eller olika medicinska discipliner ett hinder utan forskningen kan ske gränsoverskridande.

– Därför står jag på två ben med min forskning, konstaterar Ingiäld. Dels den nationella inom BARFOT-gruppen, där sex reumatologicentra ingår i projektet Bättre AntiReumatisk FarmakOTerapi, där Björn Svensson och jag är stöttepelarna i vår studie och dels här på Huddinge Universitetssjukhus. Jag har varit handledare till Birgitta Tengstrand med den spännande forskningen om hormonernas påverkan på främst manliga RA-patienter. (Se Reumatikertidningens forskningsbilaga 2003 om genus). Och jag är bihandledare till doktorand Sofia Ernestam som forskar på cytokinernas roll för inflammationen hos ledgångsreumatism. Cytokiner är signalsubstanser, budbärare, för reaktioner inom immunförsvaret och för inflamma-

tioner.

Tidigare har Ingiäld också handlett reumatolog Lars Karnerud på hans väg till disputation med en avhandling om salazopyrinets effekter på inflammation och tarmimmunitet vid reumatoid artrit.

Undernäring – ett stort problem

Ögonen lyser på Ingiäld Hafström när hon berättar om planeringen för sjuksköterskan Lotta Elkans omvårdningsforskning.

– Det är ett spännande forskningsområde att finna vägar för hur man ska kunna mäta RA-patienternas nutritionsstatus. Det vill säga ta reda på om personen kan tillgodogöra sig födans näring på ett bra sätt eller om hon faktiskt lider av brist på olika ämnen, vilket inte är ovanligt.

Det populära måttet BMI, Body Mass Index, säger inte allt och speciellt inte för personer med reumatisk sjukdom där kroppsställningen ibland är ihopsjunken och visar ett direkt felaktigt BMI-värde.

– Inflammationen i kroppen kan ge en omfördelning av kroppsmassa från muskler till fett så att personen utan att det ser ut så faktiskt är undernärd. Dessutom kan man ställa frågan om hur läkemedlen påverkar näringsupptagningsförmågan. Lotta Elkan har i sin litteraturoversikt inte funnit några mätmetoder som passar för RA-patientens situation. Nu ska vi undersöka vilken roll inflammationer har för förmågan att ta tillvara näring hos en grupp personer med ledgångsreumatism.

Att Ingiäld enbart väljer att studera denna sjukdomsgrupp, trots



– Pengarna ska inte fylla något svart hål. De ska bli till en upplevelse, ett fint minne, fast jag vet inte vad ännu, säger en lycklig Ingiäld Hafström. Jag har mycket kvar att se av Sverige, men det blir inte någon jättelång resa. Här flankeras Ingiäld av de två prisutdelarna Eilert Remme och Margareta Bäckskog.

att upptagningen av näring sannolikt är påverkad vid de flesta eller kanske vid alla reumatiska sjukdomar, beror på kravet av att den undersökta gruppen måste vara så enhetlig som möjligt för att några påståenden ska kunna ledas till bevis.

– Dessutom kan det finnas skillnader mellan de olika sjukdomarna.

Klimatvård

– Om patienterna själva hävdar att de har behov av en viss vård måste man undersöka och visa vetenskapligt att den speciella vården är av vikt. Därför är kravet på forskning om nyttan av till exempel sjukgymnastik så stort, både för reumatikerna och för trovärdigheten av yrkesgruppen sjukgymnaster.

Så kom Ingiälds utredningen om klimatvården till där behovet av rehabilitering utomlands bevisades.

– Visst initieras medicinsk forskning ofta av vetenskapen själv men

ibland går de intressena ihop med önskemål och funderingar från patienterna själva. Ursprungligen kom tankarna både med fastestudien och klimatvårdsutredningen från patienterna.

– Den här typen av forskning är värdefull tillsammans med den molekylära forskningen. Det är viktigt att hävda den forskning som står nära patienten, är klinisknära, och ge den det utrymme den behöver.

För Ingiäld är forskning både vetenskapligt och personligt intressant. Inte minst för att den påverkar personer i hennes närhet, hennes patienter. De har kommit att bli lite av personliga vänner.

– Det är en ynnest att få följa människor under väldigt många år, helst med långa intervaller mellan besöken, för det betyder att de mår skapligt. Det är något helt annat än att kika folk i öronen en gång för att sedan aldrig se dem mer.

– Det finns alltid något man kan göra. Oavsett hur det är och går kan man alltid, bredvid det medicinska, ge sitt stöd när någon är förtvivlad.

För Ingiäld betyder det att försöka inge optimism och förbättra livskvaliteten när sjukdomen ställer till besvär och det kanske inte finns så mycket annat att ta till. Därför har Ingiäld heller aldrig ångrat sitt val då för drygt 30 år sedan när hon föll för frestelsen att ta tjänstledigt för att under professor Börje Olhagens karismatiska ledning skaffa sig sin reumatologiska specialistutbildning.

– Det var en fantastisk tid på hans avdelning. Det var oerhört stimulerande att uppleva hur han la upp tjänstgöringen. Det visade så tydligt på den reumatologiska specialitens utvecklingspotential och att det inte på några vägar när räcker med en internmedicinsk utbildning för den komplexa sjukdomsgrupp som de reumatiska sjukdomarna tillhör.

Dubbel kompetens

Ingiäld har alltid haft en naturlig fallenhet för naturvetenskap. Hon var redan som barn extremt intresserad av matte, biologi, kemi och fysik.

– Jag är, och var till ännu större grad, ordblind varför språklig inriktning inte var att tänka på.

Efter reallinjen föll valet på Karolinska Institutet i stället för Tekniska högskolan, trots att hon hade kompletterat med specialmatte. Kanske var hon också präglad av sin far som var läkare, neurolog, och mycket bestämd i sina rekommendationer.

– Han såg oss alla fem, vi är tre bröder och två systrar, och vad vi hade fallenhet och förutsättningar för både vid våra yrkesval och valet av fritidsaktiviteter. Och han stod oss alla mycket nära. Han och jag var väldigt lika, plikttrogna med förkärlek för ordning och reda, samt intresset för släkt och hembygd. Samhörigheten förstärktes genom mitt yrkesval och han blev en naturlig vägvisare.

Inte opponerade sig heller modern som själv var sjuksköterska, när det blev mer och mer uppenbart att Ingiäld skulle välja läkarbanan.

– Under mina skollov var jag sjukvårdsbiträde, laboratorieassistent med mera på Södersjukhuset där min far då var klinikchef. Min medicinplacering gjorde jag också där för att sedan flytta till neurologen på Karolinska sjukhuset. Jag stannade i två år tills de saknade mig på Södersjukhusets reumatologienhet där en biträdande överläkartjänst blivit ledig. Att bli erbjuden en sådan tjänst så tidigt var synnerligen ovanligt. Fast då

hade min far gått i pension.

Grogrund för forskning

Så har åren gått och Ingiäld har lagt ner en oerhörd arbetsinsats på reumatologen först på Södersjukhuset och sedan efter flytten till Huddinge sjukhus. Hon har strukturerat och stärkt kliniken och byggt upp en forskningsorganisation med forskningsråd, möten och sjuksköterskor.

– Jag trivdes utmärkt som klinikchef men inser först nu när den tiden är över vad jag missat. Då fanns allt för lite tid för att stärka forskning på kliniken. Det är så viktigt att ha kvar fötterna i verkligheten och den finns hos patienterna.

Ingiäld har fyllt 64 år men vill helst inte tänka på någon pensionering.

– Jag ser det som en stor fördel att man idag får välja att arbeta vidare och får jag bara behålla hälsan så gör jag det, för detta är väldigt roligt.

Går i ide

Att reumatologin, med patienter och forskning, är Ingiälds stora intresse betyder att det är vad hon, åtminstone under vinterhalvåret, ägnar sin fritid åt. Då räknar hon statistik, använder datorn och läser. För TV finns inte någon tid, så därför saknas denna möbel i Ingiälds hem.

– Fast jag har bättrat mig och umgås nu lite oftare med mina vänner. Att äta middag och prata med varandra är stimulerande och roligt. Tyvärr är matlagning inte det jag är bäst på, men i somras lyckades jag ändå laga flera rätter som blev riktigt goda...

Under den varma tiden av året

ägnar sig Ingiäld åt lantstället, barndomshemmet, som ligger mitt i Roslagens famn.

– Att få loda runt, klippa gräs, laga tak och snickra... Och så de härliga gamla träbåtarna från 1930-talet som ska slipas målas och rustas i allmänhet. Det är roligt det!

Runt henne finns stora delar av släkten, och familjen är stor. Ingiäld finns som centralfigur framförallt för de 18 syskonbarnen och de 14 syskonbarnbarnen som hon står mycket nära.

– Flera av dem har bott hos mig i omgångar. Den som bott längst stannade i tre år. Det har blivit mycket läsläsning och många fina stunder med dem alla.

Tid att reflektera

För Ingiäld är naturen en kraftkälla. Den talar om livets innehåll och leder till eftertanke.

– Det behövs tid för reflektion, man kan inte bara susa iväg utan att tänka. Ett kyrkligt intresset har kommit med åren. Där finns möjligheter att få tid för tystnad. Jag funderar inte speciellt på döden och vad som kommer efter detta livet. Döden är ofrånkomlig och ingår som en naturlig del av livet. Det är mer intressant att försöka förvalta det vi upplever, tycker Ingiäld Hafström.

Text Yvonne Enman foto Lotta Tillström