

NY KUNNSKAP: *Det vakte oppsikt da Eystein Stordal og hans forskerkolleger fant at forekomsten av depresjon øker med alderen.*



Satte lys på depresjon hos eldre

Eystein Stordal anser alderspsykiatri for å være et av de mest utfordrende fagene innenfor legemvitenskapen. – Det omfatter alle funksjoner, både de kognitive, fysiske og psykiske. Som oftest spiller de også sammen, sier han.

Samspill er viktig for Eystein Stordal, både i direkte og overført betydning. Operaens oppsetning av forestillingen *La traviata* har trukket ham og kona Ellen til hovedstaden denne aprilhelgen. Utsikten fra hotellet minner ham om kveldens begivenhet. Det er kanskje derfor pensjonisten smiler så bredt? På operaens hjemmesider kan leses at Giuseppe Verdis *La traviata* «løftet 1850-tallets sykdommer og problemer opp på scenen og kledde dem i musikk».

Forskeren Eystein Stordal høstet selv stor oppmerksomhet da han i 2003 påviste at depresjonslidelser er mer utbredt blant eldre enn yngre, og at risikoen for slik sykdom øker med alderen.

Nå er han selv pensjonist, eller det vil si: Egentlig er han det.

– Jeg har gått av med tjenestepensjon, men har beholdt en 20-prosentstilling som forsker ved Sykehuset Namsos, der jeg har vært tilknyttet nesten hele mitt yrkesaktive liv, og ved NTNU, der jeg har kombinert klinisk arbeid med forskning siden 2004, forteller han fornøyd.

Via Tyskland og Vestvågøy

Eystein Stordal så dagens lys i Voss i 1949.

– Som skolemann og rektor arbeidet min far ved flere skoler og familien flyttet med. Oppveksten hadde jeg derfor i Ski. Da vi flyttet til Namsos i 1966 var jeg fortsatt tenåring, så gymnaset tok jeg her. Med eksamen i 1968 er jeg vel en av de ekte 68-erne? Det var på denne tiden vanskelig å komme inn på medisinstudiet her i landet, så jeg tok min utdannelse ved universitetet i Göttingen i årene 1969-74.

Stordal angreir ikke på at han reiste til Tyskland for å studere. Den siste halvdel av studietiden flyttet også hans kone Ellen (senere den første spesialsykepleieren i alderspsykiatri ved sykehuset i Namsos red.anm.) dit. Mens familien bodde i Göttingen ble også familiens andre barn født.

– Vi hadde det veldig fint i Tyskland, sier Stordal.

Stordals turnustjeneste ble unnagjort i Vestvågøy kommune og ved Gravdal sykehus i Lofoten.

Navn	Eystein Stordal
Alder	66 år
Familie	Gift med Ellen. To barn, fire barnebarn
Bor	Namsos
Stilling	Overlege dr. med, Psykiatrisk klinikk, Sykehuset i Namsos og førsteamanuensis ved institutt for nevromedisin, NTNU, Trondheim

– I 1976 kom jeg så tilbake til Namsos for å begynne ved sykehusets psykiatriske avdeling. Her har jeg siden arbeidet som lege, forteller han.

Da Stordal senere skulle spesialisere seg, sto valget mellom allmennmedisin og psykiatri.

– Det var psykiatrien som trakk det lengste strået. Jeg har alltid vært interessert i dette faget, så det ble ett års avbrekk fra Namsos da jeg hadde min spesialistlegetjeneste ved Haukåsen sykehus i Trondheim (1983/84). Forholdene var på denne tiden gode for slik spesialisering, da det helt siden midten på 70-tallet hadde vært stor legemangel i psykiatrien.

Klinikk for nervøse

Tiden som fulgte ble både spennende og utfordrende.

– Jeg fikk være med på å bygge opp psykiatrien fra «Klinikk for nervøse» til en psykiatrisk klinikk med full behandlingsskjede (akuttpost, allmennpost, psyko-sepost og poliklinikk) i tilknytning til det somatiske sykehuset i Namsos. De to første årene hadde vi blant annet ansvaret for psykiatri i hele Nord-Trøndelag. En av de første oppgavene våre var å hente hjem alle nordtrønderne fra Sør-Trøndelag. Nær 300 pasienter fra vårt fylke lå der til behandling for alvorlige psykiske lidelser. Vi var en veldig entusiastisk gjeng medarbeidere som jobbet mye tverrfaglig. Dét likte jeg!

Fra 1984 til 1997 var Eystein Stordal avdelingsoverlege ved psykiatrisk klinikk i Namsos. Arbeidet er variert.

– Jeg har ansvaret for helheten sammen med flere, noen ganger arbeider jeg her og noen ganger der. Som vakthavende arbeider man på hele klinikken, også med allmennpsykiatri.

Fag og forskning

Som avdelingsoverlege ble Eystein Stordal og andre overleger fra Levanger invitert med på planleggingen av psykiatridelen av den store helseundersøkelsen i Nord-Trøndelag, HUNT 2.

– Det var professor Alv A. Dahl som var faglig mentor for undersøkelsens psykiatridel, og han ville ha de lokale miljøene med seg. Jeg samarbeidet blant annet med Wenche Frogn Sellæg (hun arbeidet da som geriater ved Sykehuset

Namsos), som hadde vært en sterk pådriver for at sykehusets psykiatriske avdeling også skulle drive med alderspsykiatri.

Siden tidlig på 2000-tallet har Eystein Stordal arbeidet dels i full forskerstilling, men innimellom også mye i klinikk.

– Jeg har alltid hatt en overlegestilling, har aldri vært stipendiat. Det var på den tiden ingen tradisjon for forskning hos oss. Så kom det plutselig beskjed om, nærmest som et krav, at vi skulle bidra til forskningen. Siden har vi hatt gode vilkår for vitenskapelig arbeid her i Namsos, forteller han.

Deprimerte eldre

Det var ved gjennomgang av HUNT 2-data som omhandlet kjønn, alder og depresjon at Eystein Stordal og forskningskollegene fant at forekomsten av depresjon øker med alderen. Mens fire prosent i aldersgruppen 20-29 år er deprimerte, rammes hele 20 prosent av dem som er over 80 år.

– I motsetning til det vi tidligere antok, at depresjonssykdommer avtar med alderen, fant vi at forekomsten av depresjon er høyest hos de aller eldste, sier Stordal.

Funnene var så vidt kontroversielle at det for Stordal og hans forskerkolleger en tid var vanskelig å få publisert artikler:

– Folk trodde oss nærmest ikke. Andre får i ettertid bedømme vårt arbeid, men forskningen vår med HUNT 2 endret faktisk helsepersonells oppfatning av depresjon og alder, både her hjemme og internasjonalt. De fem vitenskapelige artiklene i mitt doktorarbeid er for eksempel sitert mer enn 900 ganger i vitenskapelige artikler i alle verdensdeler. Disse resultatene danner hovedgrunnlag for den forskningen jeg siden har drevet med, og som jeg disputerte over¹ i 2005.

Skepsisen ble snudd og Eystein Stordal opplever i dag forskningen som anerkjent.

¹ *Aspects of the epidemiology of depressions based on self-rating in a large general health study (The HUNT-2 study, 2005).*

– Noe av problemet vårt i begynnelsen var dette at beskrivelsene av symptomer på depresjon hos eldre ikke nådde frem i forhold til diagnosen depresjonssykdom.

Unikt register

Eystein Stordal hadde på denne tiden fattet en sterk interesse for alderspsykiatri, og i 2005 gikk han fra sin stilling som generell overlege til overlege i alderspsykiatri.

– Somatiserende symptomer var ikke med som kriterier for depresjonssykdom. Søvnvansker og nedsatt motorikk er fortsatt med, men smerter og muskelpåler, som vi tidligere regnet som et symptom når vi skulle diagnostisere depresjon, var fjernet i de moderne diagnosesystemene. Vi fant at foranledningen for økningen av forekomsten av depresjon blant eldre, var at blant 30-40 ulike faktorer vi undersøkte var det de somatiske plager/symptomer som medfører funksjonssvikt som ga mest utslag som årsak til hvorfor depresjon øker med alderen. Lav utdanning var en annen faktor.

På initiativ fra Eystein Stordal ble det også opprettet et Demensregister for Nord-Trøndelag. Her blir alle nordtrønderne som får en demensdiagnose etter utredning ved ett av sykehusene



TRAVEL MANN: Eystein Stordal.

registrert. Registeret omfatter nå 1500 personer.

– Kobler man dette registeret opp mot HUNT kan man finne ut hva som særpreger de som får demens. Vi har en stadig befolkning i Nord-Trøndelag, de flytter ikke mye rundt. Mange av dem som får en demensdiagnose møtte opp for å avgi helseopplysninger allerede for 20-30 år siden. Når det snakkes om at depresjon kan være en risikofaktor for Alzheimers demens, kan vi blant annet bidra med gode data. Vi vet mye om befolkningens angst og depresjonsplager 20-30 år tilbake i tid.

For tiden jobber Eystein Stordal og hans kolleger gjennom prosjektet Dem-Gen også med genetikk som en potensielt viktig faktor.

Forskning er gøy

– *Du synes utrettelig i ditt virke? Hva drives du av?*

– Som nevnt innledningsvis synes jeg at alderspsykiatrien er et av de mest utfordrende fagene innenfor legeviten-skapen. Å kunne bidra i forskning på risiko og årsaksforhold når det gjelder demens er både gøy og spennende. I deltidfunksjon kommer jeg nok derfor til å holde på med dette arbeidet i flere år fremover. Det planlegges en ny HUNT 4 i 2017-19 og Demensregisteret vil samle data helt til 2028. Jeg tror vel ikke at jeg får være med på det, da blir jeg vel heller

selv et kasus. Jeg har i alle år hatt en svært interessant klinisk funksjon, men forskningen har uten tvil krydret dagene mine.

Å samarbeide tett med andre fagper-soner om oppgaver; slik jeg har gjort med Knut Engedal, Alv A. Dahl og Ole Andresen, har gjort arbeidet mere enga-gerende, det samme gjelder utviklingen av ny kunnskap om disse sykdommene. Hos oss har vi blant annet en ansatt som ser på faktorer for vellykket aldring; Hva særpreger dem som holder seg kognitivt friske lenge? Vi vet at forklaringen er sammensatt, og at arv og miljø spiller inn på ulikt vis. Selv tenker jeg at vi sannsynligvis har med arvelige funk-sjoner og faktorer å gjøre, men at en del faktorer også er påvirkelige. Det er dette samspillet av genetiske faktorer og livs-til som vi nå må finne ut mer om. Ett av svarene dreier seg om trening. Jeg tror selv at hjernen trenger like mye trening som muskulaturen, og at hjernen trenger mangesidig, utfordrende kogni-tiv trening og aktivitet også hos eldre. Jeg tror også at vi, om ikke så lenge, vil kunne gi individuelle forslag og råd til pasienter som ønsker å unngå demens. Dette må bygge på forskningsbasert kunnskap om samspillet av genetikk, immunapparat, hormoner og livshend-elser. Personlighet og depresjon, innad-vendt og utadvendt. Det er mange fak-torer som må sees på.

Fint med egentid

Men før Eystein Stordal jobber videre med dette, skal han og kona kose seg med en byhelg i Oslo. Han er glad i klas-sisk musikk, og bestiller ofte en opera-billett når han skal til hovedstaden. Naturen og gode vandreturer fra hytten i fjellet er viktige ingredienser i Eystein Stordals liv. Friluftsliv, fiske og jakt fyller mye av fritiden.

– Det er derfor jeg bor i Namdalen.

Laksen tas med stang og mark i de mange småelvene rundt hjemstedet.

– Jeg jakter ellers mye rype, for tiden med min fjerde fuglehund. Men den begynner å bli gammel, så jeg må nok ha en til før jeg gir meg. Ellers leser jeg mye, ikke minst bøker av Namdalen-forfatteren Olav Duun, som skildrer samspillet mellom naturen, mennesker og sinnsstemninger på en svært fasci-nerende måte. Jeg gleder meg til at Juvikfolket settes opp til høsten.

Carl Frode Tiller er en annen favoritt-forfatter.

– Det ligger mye psykologi i hans Innsirkling-bøker. Jeg leser nummer to av tre nå.

Som pensjonist er det fint å få litt mere tid jeg kan bestemme over selv, det vil si hvis jeg får beholde helsa da.



GLAD I MUSIKK: *Eystein Stordal foran operabygget i Oslo.*