

Bólguøyðandi plástur gæti gagnast við slitgigt

Helgi Jónsson, sérfræðingur í lyf- og gigtarlækningum við lyflækninga- og bráðapjónustu Landspítala, var í byrjun maí útnefndur heiðursvísindamaður Landspítala 2022 fyrir framúrskarandi framlag til vísinda á ferli sínum. Helsta áhugasvið Helga er sjúkdómurinn slitgigt sem hann hefur rannsakað í 30 ár. Óhætt er að segja að árið í ár sé viðburðaríkt hjá Helga því auk þess að láta af störfum á Landspítala og í Háskóla Íslands eiga hann og eiginkona hans gullbrúðkaup í haust

■ ■ ■ Olga Björt Þórðardóttir

Blaðamaður hitti Helga á fallegu heimili hans og eiginkonunnar, Kristínar Færseth framkvæmdastjóra, við Bergstaðastræti. Afi Helga var nafni hans Ingvarsson, fyrrum yfirlæknir á Vífilssstöðum, og segir Helgi að áhuginn á að verða læknir hafi líklega komið frá honum. „Grúskið er mér líka eiginlega í blóð borið því báðir foreldrar mínir voru doktorar í sagnfræði. Faðir minn lést þegar ég var fjögurra ára og mamma varð þá ein með þrjá syni. Helgi afi var mín fyrirmynd í alla staði og að einhverju leyti mín föðurmynd og við vorum mörg barnabörnin þarna í kringum ömmu og afa sem bjuggu á Vífilssstöðum,“ rifjar Helgi upp. Sem strákur spilaði hann og keppti bæði í skák og bridds og var meðal annars í ungmennalandsliði og í Ólympíulandsliði Íslands í bridds árið 1980. Briddsið vék hins vegar til hliðar vegna anna.

Varð efnilegasti ungi gigtarlæknir á Norðurlöndunum

Helgi fór í sérnám og doktorsnám til Lundar í Svíþjóð árið 1981. Doktorsritgerðin var um sjaldgæfan gigtarsjúkdóm sem kallaður er Lúpus. „Árið sem ég fæddist (1952) var birt rannsókn þar sem fram kom að 25% þeirra sem fengu

gigtarsjúkdóminn Lúpus voru lifandi eftir 5 ár. Þetta var nánast dauðadómur á þeim tíma. Þá var líka aðallega verið að greina allra veikasta fólkið og ekki nægjanleg þekking til á því hvernig ætti að meðhöndla sjúkdóminn. Síðar komu ný lyf og lífslíkur jukust mikið. Þetta fannst mér heillandi viðfangsefni að glíma við. Daginn sem ég kom á gigtardeildina í Lundi kom til mín nýskipaður og metnaðarfullur prófessor, Frank Wollheim, sem var að leita að efnilegum ungum sérnámslæknum og ég naut góðs af því og fékk mjög góða þjálfun.“ Helgi fékk í kjölfarið viðurkenningu sem efnilegasti gigtarlæknir í rannsóknum á Norðurlöndunum 1988.

Þurfti að finna sér nýtt rannsóknasvið

Eftir að hafa lokið doktorsprófi kom Helgi til Íslands og komst að því að nær allir Lúpus-sjúklingar á Íslandi gengu hjá öðrum gigtarlækni. „Ég varð því að finna mér eitthvað nýtt rannsóknarsvið, nýkominn heim með fimm manna fjölskyldu og ekki með fasta vinnu. Ég var kominn með mikla reynslu og slitgigtin heillaði mig sem verkefni. Ég skynjaði hversu algengt vandamál hún er. Handaslitgigt vakti sérstakan áhuga minn, meðal annars

vegna þess að hún er mjög arfgeng og mikilvægi góðrar skoðunar til að greina hana.“ Áður fyrr hafði verið talað um handaslitgigt sem hnýttar og vinnulúnar hendur en Helgi segir það vera alrangt því handaslitgigt sé lítið eða ekki vinnuálagstengd. „Hún er algengari hjá konum og gýs oft upp á breytingaskeiði og lýsir sér í sársauka í fingrum við ýmsar athafnir daglegs lífs.“ Helgi segist um þessar mundir vera að skoða með lyfjafræðideild Háskóla Íslands hvort hægt sé að útbúa plástur með bólguøyðandi efni sem myndi stöðva staðbundin bólguköst í fingerliðum. „Hægt væri að sofa með plástur þar sem lyfið fer fyrst og fremst inni í liðinn og hætta á aukaverkunum minnkar. Þetta gæti komið til rannsóknar innan tíðar og svo kemur í ljós hvort það virkar.“

Merki um slitgigt sýnileg hjá öllum fertugum

Slitgigt er einnig algeng í mörgum öðrum liðum líkamans. „Ef teknar eru röntgenmyndir af fólki og leitað að merkjum um slitgigt, þá er hægt að sjá merki um hana hjá öllum sem eru orðnir fertugir. Sem betur fer eru þó margir sem finna lítið eða ekkert fyrir henni,“ segir Helgi.

Almennt séu tengslin við álag og vinnu ekki sérstaklega sterk, en sýnileg álags- og



Helgi er heiðursvísindamaður Landspítala 2022 og á að baki farsælan feril. Mynd/Olga Björt Þórðardóttir

áverkatengd slitgigt sé áberandi í hnjám knattspyrnukappa og í fleiri íþróttagreinum. „Fótboltinn er skaðvaldur, því miður; högg, spörk, pústrar og grófar tæklingar. Minnihluti atvinnuknattspyrnumanna kemst í gegnum ferilinn með heil hné. Ég hef sérstakar áhyggjur af kvennaboltanum því konur byrja með 40% minna brjósk í hnjám en karlar og mýkri liðbönd, sem veldur því að þær þola högginn síður. Þess vegna skiptir máli að ekki séu leyfð of harkaleg átök í þessari íþrótt.“ Hann tekur jafnframt fram að allt venjulegt álag tengt hreyfingu innan eðlilegra marka sé gott og liðirnir gerðir til að nota þá.

Íslendingar í fremstu röð í rannsóknum á slitgigt

Helstu samstarfsaðilar Helga í rannsóknum hans á slitgigt hafa verið Íslensk erfðagreining og Hjartavernd en hann hefur einnig verið í samstarfi við vísindamenn úr öllum heimsálfum. Markmiðið sé ljóst og það er að bæta meðferð sjúkdómsins. „Nú er svo komið að það hillir undir lyfja-meðferð sem gæti breytt gangi sjúkdómsins verulega, svipað og gerst hefur í mörgum öðrum gigtarsjúkdómum. Íslendingar eru á toppnum í slitgigtarrannsóknum og þar er ég á fullu. Þegar ég leitaði að ættarhópum til rannsókna á slitgigt var áhuginn hjá sjúklingunum mjög mikill og ég hef kynnst mörgu fólki og lært mikið um ættfræði. Erfðafræðirannsóknir á okkar einstöku þjóð hafa gefið okkur ákveðið forskot og aukið líkurnar á því að okkar

þekking nýtist við leitina að meðferð sem getur stöðvað slitgigtarsjúkdóminn.“

Staða þekkingar á slitgigt er að sögn Helga orðin slík að fjöldinn allur af lyfjum stöðvar sjúkdóminn í dýratilraunum þótt enn sé ekki nægilega vel vitað hvaða sjúklingar hafa gagn af þeim. „Það er langt í land og lyfjarannsóknir taka langan tíma vegna þess hvað sjúkdómurinn er hægfara. Líftæknilyf hafa gjörbreytt meðferð og horfum á iktsýki á síðustu 20 árum og ég vona að hægt verði að ná þeim árangri í slitgigt“.

Sem prófessor hefur Helgi kennt langflestum unglæknum á Íslandi og þannig hefur það verið í áratugi. Hann segir verulega skemmtilegt að kenna læknisfræði. „Margir unglæknar hafa skrifað sínar fyrstu greinar undir minni leiðsögn og ég hef reynt að smita þá af læknisfræðiáhuganum, svipað og Jón Þorsteinson prófessor heitinn smitaði mig þegar ég var ungur“.

Undir lok viðtalsins berst talið að framtíðarmálum lyf- og gigtarlækninga, en Helgi hefur áhyggjur af mönnuninni. „Árgangarnir fram að mínum komu að stærstum hluta heim eftir sérnám. Hugafarið var þannig að þú forst út í nám til þess að standa þig hérna heima. Nú er vandinn sá að fólk kemur ekki aftur heim vegna þeirrar óvissu sem því fylgir og vegna þess hvað það er vel sett erlendis“. Svo fari þeim fjölgandi sem velji að fara ekkert út í sérnám. Helgi hefur áhyggjur af því að ef hátt hlutfall íslenskra lækna fer ekki út í sérnám þá komi það niður á

gæðum læknaþjónustu á Íslandi. „Það er verið að reyna að veita gott sérnám hér í mörgum greinum, en ég held að það verði aldrei sambærilegt og að vera með reynslu frá stóru sjúkrahúsunum í löndum með milljónir íbúa“.

Alls ekki hættur

Þá séu einnig breytingar á læknavinnunni nú til dags; tempóið meira, minni tími til að hugsa og grúska og lítill tími til rannsókna. „Háskólaspítalar hinna Norðurlandanna eyða miklu meira fjármagni í rannsóknir en hér er gert. Mælikvarðar eins og tilvitnanir í íslenska vísindamenn og slíkt eru á niðurleið. Áhuginn á vísindavinnu er sannarlega til staðar og gott fólk, en líklega hefur okkur ekki tekist að skapa nægilega góð skilyrði fyrir þann hóp. Þar þurfum við að bæta okkur. Helgi tekur þó fram að það sé líklega í eðli allra sem eru að ljúka starfsferli sínum að þeim finnist sumt hafa versnað með tímanum. Hann segist alls ekki vera hættur í rannsóknum þó hann hætti senn á Landspítala. „Frank Wollheim, sem er 20 árum eldri en ég, er enn á fullu í rannsóknum. Ég vona að ég fái að hafa vit og heilsu til þess að halda áfram eins og hann.“