

# Nationella ST-dagarna i reumatologi

I slutet av maj arrangerade Reumatologkliniken på Karolinska Institutet de nationella ST-dagarna för reumatologi 2017. Inga-Lill Engvall, Regional ST-studierektor Stockholm och Cecilia Carlens, verksamhetschef Reumatologkliniken Karolinska universitetssjukhuset bjöd in till Rönneberga Kursgård, vackert belägen vid vattnet på Östra Lidingö.

Rönneberga byggdes på slutet av 60-talet för studier av fackföreningsrörelsen, och de trevliga omgivningarna blev en fin inramning till evenemanget. I anslutning till ST-dagarna hade studierektorerna för ST-läkare i reumatologi möte. På mötet diskuterade man bland annat checklistor för ST-läkare i reumatologi, och schemalagd tid för självstudier.

## Fosfolipidantikroppssyndrom

Elisabeth Svenungsson och Aleksandra Antovic var först ut i föreläsningsprogrammet med ämnet Antifosfolipidantikroppssyndrom, APS. De inledde genom att be publiken diskutera ett antal kliniska fall. Frågan startade spännande diskussioner i små grupper, och stimulerade till aktivt lyssnande. Vidare fortsatte Elisabeth med en genomgång av historik, från Wasserman-test till modern laboratoriediagnostik, och patofysiologin vid APS.

Aleksandra Antovic föreläste om trombosser i ett vidare perspektiv, och belyste hur APS kan drabba såväl artärer som vener och mindre kärl. Hon berättade också om behandling av APS, graviditet vid APS och om riskbedömning.

Torsdagens program avslutades med diskussion om de tidigare nämnda patientfallen. De autentiska patientfallen bidrog med sin komplexitet och vi ST-läkare kunde tillämpa riktlinjer och informationen från föreläsningen. Därefter åt gruppen gemensam middag, med quiz och trevligt umgänge. Det fanns goda möjligheter till nätverksbyggande och i en liten specialitet kanske det är extra viktigt.

## Träning och utvärdering av träning vid myosit

Helene Alexandersson är sjukgymnast och docent. Hon berättade om den viktiga träningens effekter vid inflammatorisk myosit. Det har funnits oro om att träning skulle kunna vara negativt vid aktiv myositsjukdom men det har aldrig visats. Däremot



har träning visat positiva effekter på sjukdomsaktivitet, livskvalitet, muskelstyrka och funktion i vardagliga aktiviteter. Helene Alexandersson trodde att tidig och intensiv träning var viktigt.

I en studie ökade kosttillskottet kreatin (kreatinmonohydrat) träningseffekten, vilket visats hos friska tidigare. Kreatin är en kroppsegen substans och bildas i mindre mängder i kroppen. Det verkar som fosfatbärare för återbildning av ATP, och är viktigt i tvärstrimmig muskulatur. Man kan få i sig vissa mängder genom en kost som innehåller kött och fisk, men tillskott kan öka nivåerna i musklerna. Kreatintillskott ger en förhöjning av kreatinin i serum (kreatinin är en nedbrytningsprodukt av kreatin) som dock inte avspeglar sänkt njurfunktion.

## Berättelser från en person med myositsjukdom

En unik punkt på programmet var en föreläsning av en kvinna som själv har en autoimmun myositsjukdom. Hon berättade att hon hade återhämtat sig i hög grad med hjälp av läkemedelsbehandling och träning. Det var mycket glädjande och inspirerande hur hon har kunnat återkomma till arbete, och kände sig pigg och nöjd med livet.

Dessvärre fick en föreläsare förhinder, och programpunkten om hjärtengagemang vid myosit fick utgå. Vi fick istället öva styrketestpaketet MMT-8 och lära oss om muskelbiopsi med conchotom. Det gav oss förståelse för att testpaketet har en subjektiv komponent.

### Myosit och lungengagemang

Slutligen föreläste Ingrid Lundberg, professor, och Maryam Dastmalchi, överläkare, om behandling och uppföljning vid myosit. Vi fick den senaste informationen om de många autoantikroppar som är associerade till myosit, och till vilka olika bilder de kan vara associerade. Det kan vara svårt att hitta kompetenta ersättare vid sena återbud men arrangörerna anpassade programmet smidigt och slutresultatet blev verkligen utmärkt.

Sammanfattningsvis var ST-dagarna ett trevligt och professionellt arrangemang, såväl ur utbildnings- som ett socialt perspektiv. Det är ju också viktigt att bygga nätverk inom specialiteten för att kunna samverka långsiktigt. Jag saknade personligen diskussioner om specifika ST-frågor som vår utbildning och arbetsmiljö. Jag uppskattar verkligen de kompetenta föreläsarna och vi har alla nytta av kunskap om systemsjukdomar. Jag tror däremot att det kan finnas värde i att ta till vara den unika möjlighet som just de nationella ST-dagarna utgör. En stor del av de svenska ST-läkarna i reumatologi deltar och det är ett tillfälle värt att ta till vara. Vilka frågor är viktiga för oss att diskutera som grupp?



**Erik Myrberg** (text)  
ST-läkare i reumatologi  
Sahlgrenska universitetssjukhuset

**Martin Joelsson** (bild)  
ST-läkare i reumatologi  
Sahlgrenska universitetssjukhuset

