

# Propranolol til svær eksamensangst: rationel farmakoterapi?

Vinther *et al* finder, at der er sparsom evidens for effekt og sikkerhed ved medikamentel behandling af eksamensangst med propranolol [1]. Forfatterne stiller således spørgsmål ved, om det er rationel farmakoterapi. Propranolol har i knap 50 år været anvendt til behandling af hyppigt forekommende tilstande som hypertension, takykardi, migræne og tyrotoksikose, og stoffets farmakodynamiske og farmakokinetiske forhold er ganske velbeskrevne. Stoffet anvendes tillige til at dæmpe uro, svedudbrud og tremor som led i præstationsangst. Det bruges til studerende, der lider af svær eksamensangst, og til at dæmpe præstationsangst hos professionelle musikudøvere og andre kunstnerne, før de skal på scenen.

Men er der tale om rationel farmakoterapi?

For at vurdere det farmakoterapeutiske rationale må man have kendskab til effekt, bivirkninger (og pris). Vinther *et al* finder, at evidensen for effekten på præstationsangst er særdeles sparsom. Der er kun gennemført få kontrollerede, blindede, kliniske studier. I de fleste studier har man fundet en effekt på præstationsangst, og enkelte studier har vist en forbedret præstationsevne efter brug af betablokkere [2]. Men studierne er gamle, og patientpopulationerne er små og dårligt karakteriserede. Endvidere er effekten bedømt ud fra spørgeskemaer og skalaer, som ikke er ordentligt validerede. I studier, hvor propranolol blev anvendt i sædvanlige doser til eksamensangst (10-40 mg), blev der ikke rapporteret om alvorlige bivirkninger.

Størstedelen af de studerende kender til symptomerne i forbindelse med eksamensangst, men kun ganske få har behov for medikamentel behandling. I et dansk registerstudie [3] fandt man, at godt 12.000 raske studerende (0,14% af alle) havde modtaget en førstegangsrecept på en betablokker i eksamensmånederne maj-juni i perioden 1996-2012. Det svarer til ca. 700 nye brugere pr. år. Med et antal praktiserende læger i Danmark på ca. 3.500 svarer det til, at en praktiserende læge ordinerer en førstegangsrecept på en betablokker til en rask studerende mindre end en gang hvert fjerde år. I betragtning af det store antal studerende, der hvert år skal op til en eksamen, var det en meget lille andel, der fik medikamentel hjælp pga. eksamensangst. De fleste var kvinder, og størstedelen (80%) indløste kun en enkelt recept på en betablokker.

Blandt dem, der fik en førstegangsrecept på en betablokker mod eksamensangst, var der en signifikant større andel (18%), som efterfølgende fik en recept på et antidepressivum, end blandt dem, der ikke tidligere havde fået en recept på en betablokker (12%). Der var også lidt flere, der begik selvmord (0,13%), end i gruppen, der ikke havde fået en betablokker (0,05%). Det tyder således på, at studerende, der har behov for medikamentel hjælp mod eksamensangst, tilhører en sårbar gruppe med øget risiko for senere i livet at udvikle psykisk sygdom. For den praktiserende læge kan dette være en vigtig information, som kan være en hjælp til at identificere potentielt sårbare individer, så der kan sættes ind med relevante tilbud i rette tid.

Det er naturligvis betænkeligt at behandle raske mennesker med medicin, og generelt bør nonfarmakologiske tiltag mod eksamensangst altid afprøves, før en medikamentel behandling kommer på tale. Hvis den studerende er hårdt ramt af eksamensangst, og det går ud over præstationsevnen, kan en betablokker være en hjælp. Inden der udskrives recept, må man sikre sig, at nonfarmakologiske initiativer først har været forsøgt. Det er en god ide at afprøve effekten før eksamensdagen, så den studerende er fortrolig med virkningen og kan opdage mulige bivirkninger i tide. Man bør tilbyde den studerende at komme til en snak efter eksamen, hvor man kan drøfte, hvordan den studerende i fremtiden kan takle præstationsangst uden brug af medicin. Eventuelt kan man anbefale den studerende at søge psykologhjælp. Som praktiserende læge skal man være opmærksom på den let øgede risiko, som disse personer har for senere i livet at udvikle psykisk sygdom.

## LITTERATUR

1. Vinther S, Bøgevig S, Petersen TS *et al*. Sparsom evidens for effekt og sikkerhed af propranolol ved eksamensangst. *Ugeskr Læger* 2018;180:V06180417.
2. Faigel HC. The effect of beta blockade on stress-induced cognitive dysfunction in adolescents. *Clin Pediatr* 1991;30:441-4.
3. Butt JH, Dalsgaard S, Torp-Pedersen C *et al*. Beta-blockers for exams identify students at high risk of psychiatric morbidity. *J Child Adolesc Psychopharmacol* 2017;27:266-73.

## LEDER

Lars Bjerrum

Ugeskr Læger  
2019;181:V70308

## KORRESPONDANCE:

Lars Bjerrum, Almen Medicin, Det Sundhedsvidenskabelige Fakultet, Københavns Universitet. E-mail: lbjerrum@sund.ku.dk

**INTERESSEKONFLIKTER:** ingen. Forfatterens ICMJE-formular er tilgængelig sammen med lederen på Ugeskriftet.dk