

Signe Karen Dørheim

Stilling: Konstituert overlege ved Sandnes psykiatriske poliklinikk

Alder: 41 år

Doktorgrad: «Depresjon og søvn i barseltiden, en studie fra Nepal og Norge».



Trøtt eller deppa?

Kjersti Juul

kjerstij@vl.no22 310 389

– *Hva handler doktorgraden din om?*

– Den handler om depresjoner etter fødsel i to forskjellige land. Depresjoner er også fremtredende i u-land, fysiske problemer og fattigdom utelukker ikke psykiske plager. Jeg fant blant annet ut at flerkoneri gir større risiko for depresjon. Det sier kanskje noe om at man får et dårligere forhold til partner og ikke kommer så nær hverandre i en slik samlivsform, uten at doktorgraden går noe nærmere inn på det. Felles for landene var at alle mødre, både med og uten depresjon, sov dårlig. Undersøkelsene viste imidlertid ingen søvnforskjeller mellom deprimerte og ikke-deprimerte, men de som ble deprimerte opplevde søvnmangelen som mer plagsom. Dårlig søvn er ofte en kvinnes forklaring på trøtthet og manglende krefter, men for noen kan det heller være et uttrykk for depresjon uten at man vet det selv. Jeg fant ut at dårlig forhold til partner og tidligere psykiske plager er blant de største risikofaktorene for å utvikle depresjon i barseltiden.

– *Hva kan doktorgraden din bety for folk flest?*

– Den kan hjelpe til at man ikke ser seg blind på at man har lite søvn. At man også leter andre steder etter hva som kan hjelpe til for at mor skal få mer energi, som for eksempel å få bedre støtte fra partner.

Office 2.0

Begrepet, som ble tatt i bruk av datamanen Ismael Ghalimi, betyr nettbaserte programmer. Dette er programmer som gjør de samme oppgavene som Microsoft Word, Excel og PowerPoint gjør, men som skiller seg på et viktig punkt – de ligger ikke lagret lokalt på datamaskinen din, men befinner seg som tjenester på nettet. Ghalimi ville finne ut om han kunne gjøre alle de operasjonene han vanligvis gjorde på jobb kun ved hjelp av slike programmer. Det finnes flere slike på nettet i dag, som Ajax13, ThinkFree Office Online, Zoho Office Suite og – kanskje den mest kjente – Google Apps. Sistnevnte er gratis i standardversjon, men finnes også i firma-utgaver som tilbyr mer lagringsplass og flere finesser. Det finnes hvert fall to store fordeler med slike programmer: Det er som regel helt gratis og du kan ha tilgang på alle dokumentene dine uansett hvor du er i verden. Likevel kan det kanskje føles litt farlig for enkelte å ha private dokumenter ute på nett. Den største haken er likevel at du – naturligvis – alltid vil være avhengig av å ha nettilgang.

Av Mads Størdal Vegstein

Illustrasjon: Istockphoto/
Nyhetsgrafikk.no/
Mads Størdal Vegstein

Hilde Kullerud

hildek@vl.no22 310 389

Nå skinner sola over store deler av landet. Hva om det alltid kunne være slik?

Med hammerslaget i hodet har Petter Smart laget både skumstein, juicetrær og og pels som gror på kalde dørhåndtak. Ofte med nesten-katastrofer som resultat. Som da han oppfant en fjernbetjening for å skru ned bråkevolumet til Ole, Dole og Doffen, og effekten spredte seg over hele Andeby. Nå viser det seg at å temme naturkreftene ikke lenger bare er fantasi.

I Kina finnes 3.000 avdelinger for skysåing. Store tørkeproblemer har

gjort at landet til stormakt innen regndyrking, med 32.000 ansatte i regnbransjen. Det var denne kunnskapen som ble brukt under sommer-OL i Beijing august i fjor. Med værkanoner og raketter ble partikler skutt inn i faretruende skyer. Der bandt de til seg fuktighet og falt ned på bakken igjen som regn. Slik fikk skyene regnet fra seg før de nådde arenaene.

Krigsvåpen. Vær er viktig. Ikke bare for arrangementer som OL, men også for bønder, flytrafikk og sjøfolk, blant annet. Og forsøk på å kontrollere været til vår fordel er blitt gjort i lange tider. Mange har hørt om indianernes regndans, et spesielt rituale de mente ga regn til avlingene. I Skandinavia trodde man at hekser kunne fange vinden. Den solgte de til sjømenn som slapp den ut når havet ble for stille.

Under Vietnamkrigen brukte amerikanerne regndyrking som våpen. Gjennom det hemmelige oppdraget, prosjekt Popeye, ble det forsøkt å få monsunperioden til å vare lenger. Målet var å skape enorme regnfall som skulle skylle vekk hovedårene for vareforsynin-ger i Vietnam og Laos. Forsøkene endte i 1971, da den amerikanske journalisten Jack Anderson avslørte oppdraget. Senere vedtok FNs generalforsamling å forby manipulasjon av været som del av krigføring.

Uforutsigbart. Helge Drange, forsker ved Geofysisk institutt ved Universitetet i Bergen, bekrefter at det finnes forskere som er overbevist om at været kan manipuleres. Han har selv reist mye i Kina. Der ble han overrasket over at det han trodde var militære kanoner ladet med kuler, viste seg å være

■ **JO MERE VI ER SAMMEN:** Intel og Nokia vil samarbeide om å utvikle og produsere nye mobile produkter, for det meste mobiltelefoner og små, bærbare PC-er. Målet er å skape en ny mobiltelefon som overgår Apples iPhone og andre konkurrenter. – Samarbeidet vil skape en ny æra for mobile dataprodukter, sier Anand Chandrasekher, Intels visepresident til BBC.



■ **POPULÆR NETTLESER:** Apples nettleser Safari 4 ble nylig lansert til store forventninger fra millioner av brukere verden over. I løpet av tre dager har elleve millioner nedlastet programmet. Omtrent seks millioner av nedlastningene var Safari for Windows, og fem millioner Safari for Mac.



til meg



Klimaforsker Helge Drange mener værmanipulasjon ikke kan eller bør brukes for å stanse den globale oppvarmingen.

Foto: UIB

værkanoner ladet med partikler. Drange forklarer at for å få nedbør må det være nok partikler som fuktigheten kan henge seg på. Kineserne skyter opp partikler i rett størrelse og frigjør dem inne i skyene. Disse henger seg fast i vannmolekylene i skyene som så danner dråper og faller ned som regn.

– Det er mye diskutert om dette faktisk fungerer. Fordi nedbør er så uforutsigbart er det vanskelig å vite om regnet kommer på grunn av de ekstra partiklene, eller om det ville regnet uansett, sier Drange.

Også i Norge har det samme

konseptet blitt testet ut. Under arrangementer i Holmenkollen i Oslo har det blitt frigjort tørris i skyene for å motvirke tåke. I forbindelse med hopprenn kan dette for eksempel forbedre sikt for både hoppere og tilskuere.

Upresist. Problemet er at metoden må gjentas hver gang en sky

«Det er mye diskutert om dette faktisk fungerer»

Helge Drange, klimaforsker

eller tåkebank kommer sivende inn.

– Det virker som det fungerer, men det er håpløst å gjøre i stor skala, mener Drange.

Han forteller at enkelte forskere er skeptiske til manipulasjon av

været. De frykter at regndyrking kan gi uheldige utslag lokalt. Faller regnet på feil sted kan det for eksempel skape flom.

– La oss si at metoden viser seg å virke. Det er langt derfra til å kunne bestemme at regnet skal falle på helt bestemte steder.

Tørrlagt Amazonas. Den ferskeste debatten dreier seg om metoder for å kompensere for klimautviklingen. Enkelte forskere, blant annet nobelprisvinner Paul J. Crutzen, mener det er mulig å sende svovelpartikler opp i atmosfæren. De kan fungere som skyggelue for sola, og dermed gjøre jorda kjøligere. På den måten skal det gjøres opp for den globale oppvarmingen.

Problemet er at en femtedel av den skadelige karbondioksiden (CO₂) vi slipper ut i atmosfæren vil bli værende i luften i mer enn tusen

år. Vi må dermed fortsette å slippe ut svovelpartikler i hundrevis av år fremover for å dempe den oppvarmende effekten av klimagasser. Og starter vi først å skygge for solen, kan vi ikke slutte.

– Hvis vi plutselig stopper med å sende opp svovelpartikler uten at vi samtidig har redusert klimagassutslippene, blir det forferdelige og plutselige klimaendringer, forteller Drange.

Et annet dilemma er at en slik inngripen vil kunne endre jordens vær. Det vil si at Amazonas for eksempel kan få tørke, mens andre områder vil kunne få mer regn. Drange mener vi heller bør endre levemønster og bruke ikke-forurensende, fornybar energi.

– Å redusere klimagassutslippene er et bedre alternativ. Vi må ta tak i selve problemet, ikke bare lappe på pasienten, sier han.