

Nyt fra videnskaberne: Er fedme farlig for ældre?

Fedme erkendes som et stigende problem. Nu rammer det også ældrebefolkningen.

I de sidste årtier er fedme blevet et voksende sundhedsproblem, der kræver særlige initiativer. Fra 1980 til 1995 registrerede man i de vestlige lande stigninger på 10-40 % blandt 20-70 årige. Størst har stigningen været i USA, hvor ca. 25 % nu er fede, mens procenten i Skandinavien er omkring 12 %. Der er dog betydelig ulighed inden for befolkningen, idet grupper af socioøkonomisk ubegünstigede med kort uddannelse har fedmeprocent på over 20. Hyppigheden stiger med alderen, og blandt 60-årige danske er ca. 16 % fede.

Ud over negative og sociale konsekvenser er fedme ofte kombineret med andre sygdomme. Hyppigheden af forhøjet blodtryk, sukkersyge og hjertekarsygdom er således øget 3-5 gange hos fede i forhold til baggrundsgruppebefolkningen, og alle disse sygdomme kan medføre betydeligt færdighedstab.

Der er enighed om, at svær fedme er forbundet med overdødelighed i alle aldersgrupper, men der er fortsat tvivl om betydningen af let til middelsvær fedme. I et par arbejder er det tidligere vist, at overdødeligheden ved fedme faldt med alderen. Man fandt således hos mænd og kvinder hhv. 40 % og 25 % lavere overdødelighed ved sammenligning mellem ældre og midaldrende, men man har hidtil ikke haft data for effekten af fedme på dødeligheden for personer over 75 år.

Ældre i Florida

I det foreliggende arbejde fra Florida var formålet at afklare, hvordan fedme påvirker restlevetiden og længden af et

aktivt liv for mænd og kvinder på 70 år og ældre.

Materialet omfattede 7.132 personer, fordelt på køn og tre aldersgrupper: 70-årige, 80-årige og 90-årige.

Hyppigheden af fedme hos samtlige mænd var 10,2 % og hos kvinder 15,1 %. Fedme blev defineret som BMI (kg/m²) på 30 og derover. På grundlag af resultatet af en ADL test (færdighedstest) opdelttes restlevetiden for de enkelte deltagere i en aktiv periode og en periode med færdighedstab (disability). Som relevante ADL-færdigheder valgte man seks basale aktiviteter: Gå gennem et rum, klare badning eller brusebad, spise selv, klæde sig på, gøre toilettet og bevæge sig ind og ud af sengen. I den aktive periode kunne samtlige aktiviteter udføres uden besvær, men tab af en eller flere af disse aktiviteter karakteriserede perioden med færdighedstab.

Fedes færdighedstab

Som forventet var restlevetiden for alle aldersgrupper længere for kvinder end for mænd; men der var ingen forskel i restlevetiden mellem fede og ikke-fede i nogen af grupperne. Eksempelvis havde 70-årige fede mænd en restlevetid på 12,4 år og ikke fede mænd på 12,3 år. Tilsvarende for kvinder 15,5 år for fede og 15,3 for ikke-fede. Inden for restlevetiden fandt man imidlertid hos fede en markant afkortning af den aktive periode og en tilsvarende forlængelse af perioden med færdighedstab. Disse forskydninger var statistisk signifikante i alle aldersgrupper for begge køn. For 70-årige fede mænd øgedes perioden

med færdighedstab til 4,0 år mod 2,5 år hos ikke-fede. Denne periode udgjorde således 32 % af restlevetiden mod 21 % hos ikke-fede. For 70-årige fede kvinder var perioden med færdighedstab 7,4 år mod 4,8 år for ikke-fede. Dette svarer til, at 48 % af de fedes restlevetid var belastet af færdighedstab mod 31 % af de ikke-fedes. Den største risiko ved fedme fandtes hos 90-årige kvinder, idet 74 % af deres restlevetid var præget af færdighedstab.

Intervention nødvendigt

Ifølge min beregning ville en reduktion i varigheden af perioden med færdighedstab hos fede til det niveau, man fandt hos ikke-fede, medføre et fald i det totale antal år med aktivitetssvækkelse på 8 % for de ældre kvinder og 5,4 % for de ældre mænd. Intervention overfor fedme hos ældre er således relevant.

*Jørgen Worm
Overlæge emeritus*

Reynolds, S.L., Saito, Y. et alia (2005).
The Impact of Obesity on Active Life Expectancy
In Older American Men and Women.
The Gerontologist, vol. 45, pp. 438-444.

Blandt 60-årige danske er ca. 16 % fede