

**Association of midlife obesity and cardiovascular risk with old age frailty:
a 26-year follow-up of initially healthy men**

Timo E. Strandberg^{1,2}, Jonne Sirola³, Kaisu H. Pitkälä³, Reijo S. Tilvis², Arto Y. Strandberg², Sari Stenholm⁴

Int J Obesity, julkaistu verkossa 22.5.2012

DUODECIM-
TEEMA 2010–12



Kliininen tutkimus

Keski-iässä ylipainoisista ja valtimotautivaarassa olevista hauraita vanhuksia

Ylipaino ja lihavuus sekä valtimotautiriski terveillä keski-ikäisillä miehillä ennusti haurausraihnausoireyhtymän (HRO, frailty) kehittymistä vanhuusiässä 26 vuoden seurannassa.

HRO on merkittävä vanhuusiän oireyhtymä, joka heikentää toimintakykyä ja lisää kuolemanvaaraa. Epidemiologisten tutkimusten mukaan se voidaan todeta noin 10 %:lla yli 70-vuotiaista. HRO:n tarkka etiologia ja patofysiologia on vielä avoin. Vaikka HRO:lla ei toistaiseksi ole yleispätevää määritelmää, sitä arvioidaan usein yhdysvaltalaisen Friedin työryhmän kehittämällä kriteereillä, joita ovat painon lasku, uupumus, heikko lihasvoima, hitaus ja vähäinen fyysinen aktiivisuus. Jos kolme kriteeristä täyttyy, on kyseessä HRO, 1–2 kriteeriä merkitsee HRO:n esiastetta (prefrailty).

Johtajatutkimuksen (Helsinki Businessmen Study) aineistossa sepelvaltimotautiriskiä kuvaava Keysin indeksi (tupakointi, paino, verenpaine, kolesteroli) ja painoindeksi oli mitattu keski-iässä vuonna 1974 (keski-ikä 47 vuotta). Tässä vaiheessa aineistoon kuuluneet 1 815 miestä olivat kliinisesti terveitä eikä heillä ollut diabetesta tai säännöllistä lääkitystä. Seuranta-ajan kuolleisuus selvitettiin Väestörekisterikeskuksesta ja miehille kehittyneet sairaudet ja HRO kartoitettiin kyselytutkimuksella vuonna 2000 (n = 1 125 eli 81 % elossa olevista). Tällöin lähes kaikki asuivat vielä kotona ja heidän keski-ikänsä oli 73 vuotta. HRO:n määrittelyyn käytettiin muokattuja Friedin kriteerejä, joiden tässä mieskohortissa on osoitettu ennustavan kuolemanvaaraa ja toimintakyvyn heikentymistä.

Seurannan kestänyt 26 vuotta HRO todettiin käytetyillä kriteereillä 9,6 %:lla ja esiaste 50,4 %:lla vastanneista miehistä. Sekä ylipaino (painoindeksi 25–29 kg/m²) että lihavuus (painoindeksi ≥ 30 kg/m²) keski-iässä lisäsivät erittäin merkittävästi HRO:n kehittymistä: ylipaino kasvatti riskin kaksinkertaiseksi ja lihavuus yli viisinkertaiseksi normaalipainoisiin verrattuna. Monimuuttujamallissa yhteys oli riippumaton kehittyneistä sairauksista. Suurentunut valtimotautiriski keski-iässä lisäsi merkittävästi ennenaikaisen kuoleman todennäköisyyttä ja yhtä vahvasti HRO:n kehittymistä vanhuusiässä.

Tulokset viittaavat siihen, että ylipaino ja lisääntynyt valtimotautiriski keski-iässä pitää ymmärtää suuriksi riskeiksi myös sille, että joutuu viettämään vanhuutensa hauraana ja raihaana. ■

¹Terveystieteiden laitos/geriatria, Oulun yliopisto, ja OYS, Oulu; ²Sisätautien ja geriatrian klinikka, Helsingin yliopisto ja HYKS, Helsinki; ³HUS – Perusterveydenhuollon yksikkö ja Helsingin yliopisto, Yleislääketieteen osasto, Helsinki; ⁴Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL), Väestön terveys, toimintakyky ja hyvinvointi -osasto, Turku

