

Viktuppgång hos äldre ökar risken för diabetes

Att övervikt är en riskfaktor för diabetes hos unga och medelålders individer är välkänt, men hur övervikt hos äldre individer påverkar risken för diabetes är inte lika väl studerat. I tidskriften JAMA presenteras en studie i vilken författarna tittat på i vilken utsträckning övervikt hos äldre individer påverkar risken för typ 2-diabetes.

Studien är prospektiv och bedrevs under åren 1989–2007. Den omfattar 4193 män och kvinnor över 65 års ålder. Deltagarna undersöktes när studien påbörjades samt efter tre år avseende bland annat längd, vikt, midjemått, midja-höftkvot och blodsocker. De följdes sedan under i genomsnitt 12,4 år, och under uppföljningsperioden drabbades 339 individer av diabetes.

Diabetes har definierats som att delta-garen fått medicinering alternativt uppvisat ett fastglukos på minst 126 mg/dl (motsvarande 7,0 mmol/l). Det visade sig att faktorer som högt BMI då studien påbörjades, högt BMI vid 50 års ålder (vilket alltså var innan studien påbörjades) samt högt midjemått och midja-höftkvot alla är faktorer som var korrelerade med ökad risk för diabetes. Ökning av vikten under treårsperioden mellan de båda undersökningarna är ytterligare en riskfaktor för diabetes.

Författarna jämförde individer vars vikt steg eller sjönk max två kilo med individer vars vikt steg minst sex kilo under samma period. Det visade sig att risken för diabetes var dubbelt så stor (riskfaktorn var 2,0 med ett 95-procentigt konfidensintervall på 1,1–3,7) i gruppen vars vikt steg minst sex kilo som i grup-



Foto: Colourbox

pen vars vikt i princip var oförändrad. Ett liknande resultat noterades om midjemättet steg under treårsperioden mellan de olika undersökningarna. För individer med ett midjemått som steg minst 10 cm var risken för typ 2-diabetes 1,7 gånger högre (95-procentigt konfidensintervall 1,1–2,8) än för individer vars midjemått steg mindre än 2 cm.

Forskarna anser sammanfattningsvis att hög vikt hos äldre samt viktuppgång och ökat midjemått efter 50 års ålder är riskfaktorer för diabetes. Studien har gjorts av amerikanska forskare och bör ses mot bakgrund av att i storleksordningen 70 procent av alla amerikaner över 60 års ålder beräknas ha ett BMI på 25 eller däröver. Diabetesprevalensen hos amerikaner över 60 års ålder har i färsk forskning angetts till svindlande 30 procent.

Anders Hansen
läkare, frilansjournalist

Briggs ML, et al. JAMA. 2010;303:2504-12.

Snart är det val. Var står du i sjukvårdspolitiska frågor?
Testa dig på **VALKOMPASSEN**
Lakartidningen.se

Utmanande
saklig

Läkartidningen