



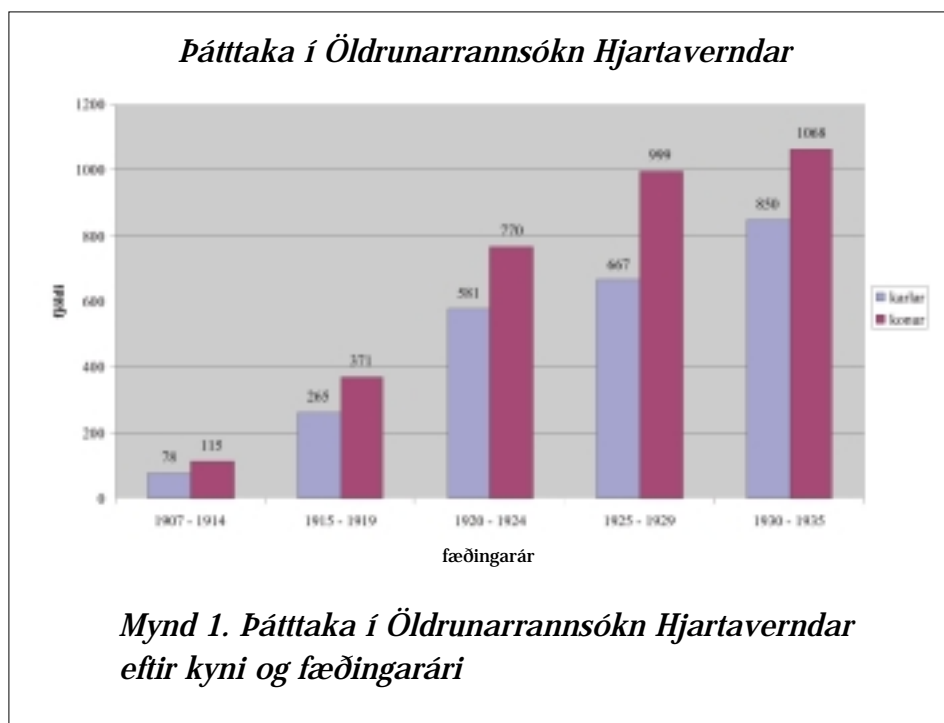
Guðný Eiríksdóttir  
framkvæmdastjóri Öldrunar-  
rannsóknar Hjartaverndar

## Þátttakendur

Við starfsmenn Hjartaverndar viljum nota þetta tækifæri til að senda öllum þátttakendum Öldrunarrannsóknarinnar okkar bestu þakkir fyrir þátttökuuna og ekki síst fyrir hina einstöku velvild og hlýju sem við höfum fundið hjá gestum okkar. Þetta hefur verið tímafrek rannsókn, en alls tóku 5764 einstaklingar þátt í henni og var hver þátttakandi að meðaltali hjá okkur um 9 klukkustundir í alls þremur heimsóknum. Þetta þýðir einn og hálfur vinnudagur með ferðum. Það voru alls 237 einstaklingar sem þáðu heimaheimsókn og 44 sem tóku þátt með því að gefa blóð. Einnig viljum við þakka þeim 1000 aðstandendum sem svöruðu spurningum okkar.

Á línuritinu hér fyrir neðan (Mynd 1) sést kynja- og aldursdreifing þátttakenda. Yngstu árgangarnir mættu best og konur eru í meiri hluta. Þessi kynja- og aldursdreifing endurspeglar íslensku þjóðina mjög

# Frábær þátttaka í öldrunarrannsókn Hjartaverndar



vel hvað varðar þessa aldursþópa. Af þeim sem fengu boðsbref þáðu 72% boðið. Helsta ástæða fyrir höfnun þátttöku var að fólk treysti sér ekki. Að auki náðum við ekki að hringja í um 15% þeirra sem höfðu fengu boðsbref þegar rannsókninni var hætt.

## Niðurstöður

Markmið rannsóknarinnar var að kanna heilbrigði öldrunar og reyna að finna út hvaða

þættir það eru í umhverfi, erfðum og líkamsástandi fólks sem hafa mest áhrif á heilsu þess á efri árum. Helstu líffærakerfi voru skoðuð: heili, bein, hjarta- og æðakerfi og vöðva- og fitudreifing líkamans.

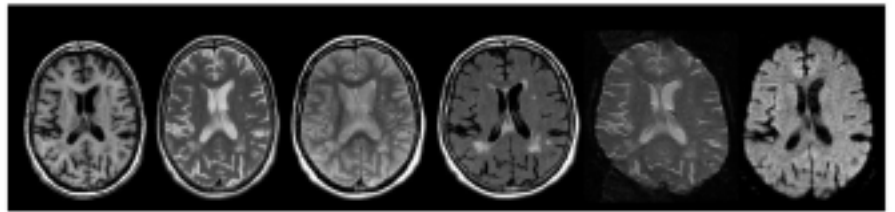
Margir þættir rannsóknarinnar kalla á mikla vinnu við úrvinnslu. Á Mynd 2 má sjá starfsmann myndgreininga- deildar að lesa úr og gera mælingar á heilamyndum. Þetta

eru mjög flóknar myndir og þarf svokallaða ofurtölvu til að vinna endanlega úr gögnunum. Hjartavernd býr yfir nauðsynlegri tölvugetu og er verið að búa til forrit sem getur reiknað út úr myndunum. Við bindum miklar vonir við væntanlegar niðurstöður úr heilarannsókninni. Til að geta enn betur mælt breytingar á heilanum er nauðsynlegt að endurtaka þennan hluta rannsóknarinnar á þessu ári. Í því skini hefur fengist styrkur til að bjóða 500 þátttakendum að koma í viðbótarrannsókn á heilanum.

Sumir þátttakendur hafa nú þegar tekið þátt í viðbótarrannsóknunum. Teknar voru röntgenmyndir af höndum og gigtarlæknir kom og skoðaði sérstaklega hendur 400 þátttakenda. Til gamans má geta þess að hann gekk undir nafninu „góði læknirinn“ meðal þátttakenda okkar.

Segulómun af hjarta er frumkvöðlarannsókn hér á landi, en 702 einstaklingar tóku þátt í henni. Fyrstu niðurstöður úr þessari viðbótarrannsókn hafa þegar verið birtar á þingum hjartalækna í Bandaríkjunum. Ákveðið hefur verið að halda áfram með þessa rannsókn, en þá með 2 hópa í huga, annars vegar á þeim sem eru með sykursýki og hins vegar á þeim sem hafa lítið kalk í kransæðum. Á Mynd 3 sést hjartað myndað með tveimur mismunandi aðferðum, annars vegar með segulómun og hins vegar

## Segulómun af heila



*Mynd 2. Segulómun af heila. Staðsetningar, stærð og fjöldi breytinga skráðar og gögnin fara beint í gagnagrunn Hjartaverndar.*

með tölvusneiðmyndataekni. Hvítu skellurnar á tölvusneiðmyndinni er kalk í kransæðum. Næstum allir þátttakendur fóru í tölvusneiðmyndataekið og er einn liður í úrvinnslu myndanna að mæla kalkmagnið í kransæðunum og er sú vinna langt komin.

## Framhald Öldrunarrannsóknarinnar

Helstu niðurstöður rannsóknarinnar eru mælanleg gildi sem hjálpa okkur að skilja hvaða þættir hafa áhrif á breytingar líkamans á efri árum og gefa vísbendingu um hvernig hægt er að seinka eða jafnvel að koma í veg fyrir áföll og sjúkdóma með forvörnum. Eitt það mikilvægasta sem niðurstöður þessara rannsóknar benda til er að forvarnir hjá roskenndum fólki

skipta ekki síður máli en hjá þeim ungu þegar bæta á lífsgæði fólks.

Til að skilja betur þessa þætti sem ráða svo miklu um heilbrigði öldrunar er ætlunin að halda áfram á sömu braut og bjóða þátttakendum að koma aftur í Hjartavernd, þ.e. þegar þeir eru orðnir 4-5 árum eldri en þegar þeir komu fyrst í Öldrunarrannsóknina. Rannsóknin verður eins og áður unnin í samstarfi við Öldrunarstofnun bandaríska heilbrigðisráðuneytisins. Við viljum athuga hvaða breytingar hafa orðið á þeim líffærakerfum sem rannsökuð voru í Öldrunarrannsókninni.

Í framhaldsrannsókninni verður flest endurtekið, en þó ekki

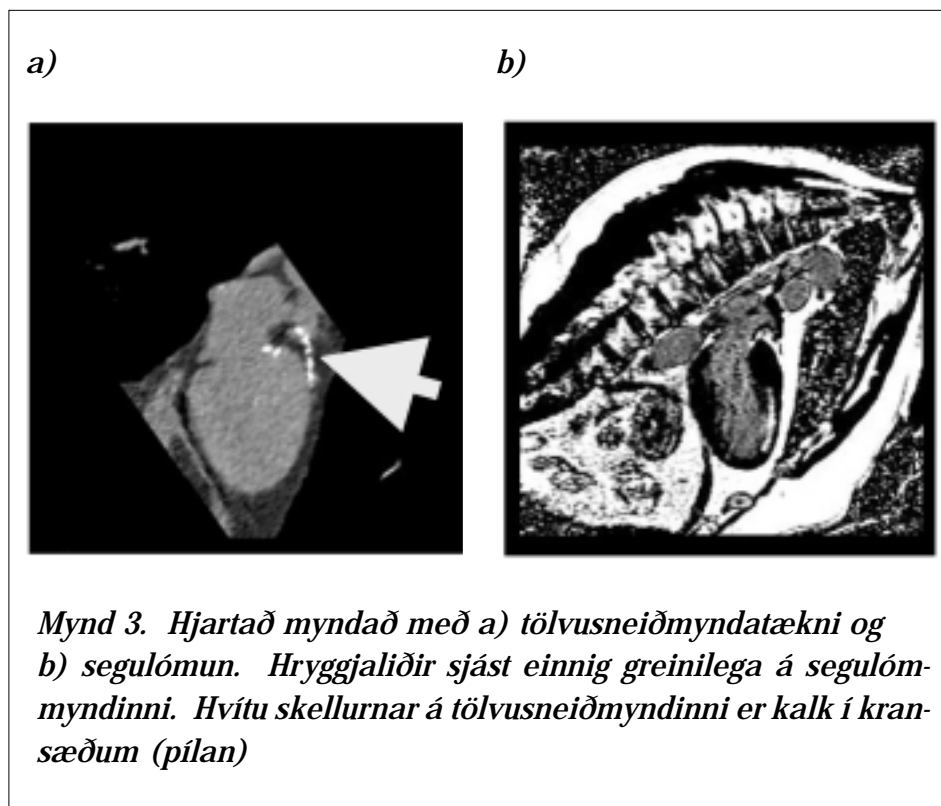
allt, og er alveg ljóst að það verða ekki fleiri en 2 heimsóknir fyrir þátttakendur og spurningar verða færri. Mörgum þótti ansi þreytandi að svara öllum spurningunum um heilsufar fyrir og nú. T.d. verður óþarfi að spyrja aftur spurningar eins og „Hver var þyngd þín þegar þú varst 25 ára?“, en það er samdóma álit starfsmanna að þetta var ein erfiðasta spurningin fyrir flesta að svara, enda allir starfsmenn Hjartaverndar búnir að skrá hjá sér þyngd sína við 25 ára aldurinn, ef þeir skyldu lenda í rannsókn eins og þessari síðar meir.

## Þakklæti og hvatning

Ég vona að tekið verður vel í áframhaldandi viðleitni okkar að rannsaka heilbrigði öldrunar eins og aðrar rannsóknir Hjartaverndar. Viðbótarrannsóknirnar, sem ég nefndi hér fyrir ofan, fara af stað í vor og Öldrunarrannsókn Hjartaverndar 2 fer af stað upp úr næstu áramótum.

### framhald af bls. 33

margsannað gildi sitt og veita þeim sem eru sjúkir eða komnir á efri ár, það öryggi sem þarf að vera til staðar þannig að valkosturinn að búa lengur heima geti talist raunhæfur valkostur. Í mörgum tilvikum eru tæknilausnir einar og sér hins vegar ekki nóg, heldur þarf að sjálf-sögðu ákveðin heimaþjónusta



*Mynd 3. Hjartað myndað með a) tölvusneiðmyndataekni og b) segulómun. Hryggjaliðir sjást einnig greinilega á segulómmyndinni. Hvítu skellurnar á tölvusneiðmyndinni er kalk í kran-sæðum (pílan)*

Ég vona að þessi grein hafi verið upplýsandi um Öldrunarrannsóknina bæði fyrir þá sem tóku þátt og aðra. Að lokum vil ég endurtaka þakklæti til ykkar sem hafa sýnt Hjartavernd tryggð gegnum árin og dugnað með því að taka þátt í rannsóknum okkar. Ég get svo sannarlega sagt fyrir hönd allra

starfsmanna Hjartaverndar að það var mjög ánægjulegt að fá ykkur öll í heimsókn og að við hlökkum til að sjá ykkur aftur á næstu árum.

Öldrunarrannsókn Hjartaverndar hefur hlotið samþykki Vísindasiðanefndar og Persónuverndar.

einnig að koma til, heima-hjúkrun, heimilishjálp og fleira, til þess að valkosturinn geti talist fýsilegur. Þetta snýst hins vegar um að þessir þjóðfélagshópar hafi raunverulegan valkost um hvort og þá hvenær sambýli eða stofnana-vist af einhverju tagi sé eini valkosturinn, en þangað til sé þeim tryggt raunverulegt ör-yggi á heimilinu.

Það er að sjálf-sögðu eftir miklu að slægjast í þessu sambandi, að skapa sjúkum og öldruðum valkosti í þessu til-liti, ef litið er til þess að það geti stóraukið vellíðan við-komandi við það að fá að vera lengur inni á sínu eigin heim-ili, auk þess sem það er þjóð-hagslega hagkvæmt að geta haft þennan möguleika eins lengi og fólk kys og treystir sér til.