

Medicinsk Nyhed

Risiko, livslængde og kardiovaskulær sygdom

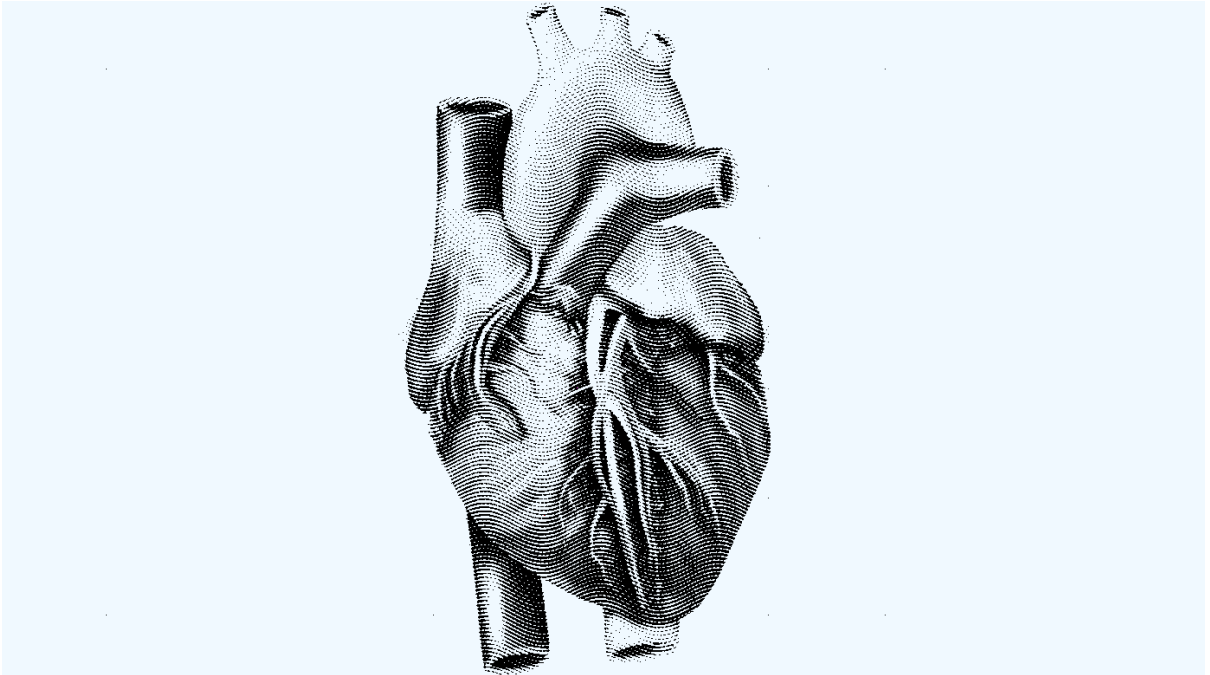
Risikoadfærd og metabolisk sygdom er kendt for at øge risikoen for kardiovaskulær sygdom. Et nyt megastudie baseret på globale data opdaterer os på samme.

Det kan ikke være gået nogen forbi, at rygning øger risikoen for hjerte-kar-sygdom. Dertil kan man lægge de klassiske risikofaktorer hypertension, hyperlipidæmi, overvægt og diabetes. Et nyt studie baseret på > 2 millioner mennesker gennemgår endnu en gang disse fem risikofaktorerens betydning med hensyn til estimeret livslængde, herunder effekten af at ændre på dem midt i livet.

Professor, overlæge, Reimar W. Thomsen, Klinisk Epidemiologisk Afdeling, Aarhus Universitet og Aarhus Universitetshospital, kommenterer: »Risikofaktor nummer et, rygning, er jo faldet betydeligt over de sidste årtier, mens forekomsten af overvægt parallelt er steget kraftigt. Svær overvægt driver metabolisk syndrom, et cluster af abdominal adipositas, hypertension, dyslipidæmi og insulinresistens/hyperglykæmi, der omtrent svarer til de fire klassiske kardiovaskulære risikofaktorer i dette NEJM-studie. Metabolisk syndrom findes nu hos en ud af fire midaldrende danskere og skræmmende nok hos en ud af to midaldrende amerikanere. Studiet i NEJM er baseret på en lang række befolkningskohorter i 39 lande, bl.a. de danske Glostrup- og Østerbro-undersøgelser. Studiet estimerede 11,8 ekstra leveår for mænd og 14,5 for kvinder, der slet ikke havde nogen af de fem risikofaktorer, versus personer, der havde alle fem risikofaktorer – markant, men måske ikke så overraskende. Den mest interessante del af analysen, synes jeg, er på de subkohorter, der havde gentagne målinger af risikofaktorerne over tid. Resultaterne antyder, at midaldrende personer, der lykkes med at modificere faktorerne mellem deres 50-60 års alder, dvs. opnår normalvægt, får blodtrykket ned til under 130 mmHg, normaliserer deres kolesterol og blodsukker, stopper med rygning, kan vinde op til fem ekstra leveår. Studiet er deskriptivt og kan ikke bevise kausalitet, men især for rygestop og blodtryksnormalisering var resultaterne ret markante. En begrænsning er studiets fokus kun på ,downstream'-risikofaktorer frem for på ,upstream'-determinanter som socioøkonomi, stress, kost og fysisk aktivitet, der jo er centrale og modificerbare ,drivere' af de andre risikofaktorer«.

[Global Cardiovascular Risk Consortium. Global effect of cardiovascular risk factors on lifetime estimates. *New Engl J Med.* \(online 30. mar 2025\). <https://doi.org/10.1056/NEJMoa2415879>](https://doi.org/10.1056/NEJMoa2415879)

Interessekonflikter ingen



Redigeret af Jens Peter Gøtze, jpg@dadlnet.dk