

INFORMATIONSPJECE

LLFS - Længe Leve, et familiestudie

STATUS FOR FORSKNINGSPROJEKTET

"I vores familie bliver vi gamle". I perioden 2006 -2009 deltog godt 1.250 danskere sammen med ca. 3.600 amerikanere i dette forskningsprojekt om høj levealder og sund aldring. Deltagerne er udvalgt fra familier, hvor mange har opnået en meget høj alder. I projektet undersøges det, om der er særlige forhold i disse familier, som kan forklare, at de lever længe og med godt helbred.

Aldringsprocesserne er langsomme, og ændringer spores bedst over en periode på flere år. Vi har derfor fulgt deltagerne via telefon eller brev en gang om året siden undersøgelsens start for at få belyst følgende spørgsmål: Bevarer man sine færdigheder? Hvor mange sygdomme og skavanker støder der til? Adskiller familiemedlemmerne sig fra ægtefællerne og den øvrige befolkning? Vi ønsker i den nærmeste fremtid igen at besøge deltagerne med henblik på at indsamle nye og opdaterede oplysninger.

Syddansk Universitet gennemfører forskningsprojektet i samarbejde med universiteter i New York, Pittsburgh og Boston, hvor lignende undersøgelser finder sted. Tilfældet har villet, at en af de deltagende familier har rødder på begge sider af Atlanterhavet, hvor en bror til to søstre i Jylland i ungdommen emigrerede til Canada. Alle har opnået en meget høj alder.

De danske familier kommer fra alle egne af landet, fra Nakskov til Skagen og fra Nr. Nebel til Aakirkeby. Den mindste af de deltagende familier tæller blot 4 personer. Den største af de deltagende familier tæller 79 personer. For os, der gennemfører undersøgelsen, har det været en stor glæde at opleve, hvor positivt vores projekt er blevet modtaget. Langt de fleste, vi har henvendt os til, har sagt ja til at deltage.

Med undersøgelsen håber vi at få værdifulde informationer om miljøets og arveanlæggenes betydning for at opnå et langt liv med et godt helbred. Den viden vi får, håber vi, vil komme fremtidige generationer til gode. Vi vil gerne sige mange tak til alle deltagerne i projektet, og vil her fortælle lidt om det, vores forskning indtil nu har vist.

HVAD HAR VI FUNDET UD AF INDTIL NU?

Med udgangspunkt i undersøgelsen er der foretaget en lang række studier, og resultaterne fra mere end 25 af disse er på nuværende tidspunkt (maj 2014) blevet publiceret i videnskabelige tidsskrifter. Nedenfor er enkelte af resultaterne nærmere beskrevet:

LLFS-familierne har bedre helbred

Det har vist sig, at LLFS-familierne er sundere og i gennemsnit har færre kroniske sygdomme end jævnaldrende i andre familier. Vi har været i stand til at påvise, at familierne har færre kræftsygdomme og især lavere hyppighed af tobaksrelaterede kræftformer. Det passer med, at de familier, der deltager i LLFS, har rapporteret mindre rygning både nu og tidligere sammenlignet med den danske baggrundsbefolkning. Det tyder derfor på, at en del af forklaringen på den ekstraordinære overlevelse i de danske LLFS-familier, er deres sundhedsadfærd.

Hukommelse og aldring

Vi har også set på, hvor godt de ældre i LLFS-familierne bevarer deres intellektuelle evner, og om de samtidig har mindre risiko for svækkelse og sygdomme som fx Alzheimers. Resultaterne tyder på, at de intellektuelle evner bevares bedre hos personer, som stammer fra familier, hvor man bliver meget gammel, og det tyder på, at arveanlæggene kan være en del af forklaringen.

Personlighed

Hjælper det at have en særlig personlighed, og kan ens væsen bidrage positivt til at opnå en høj alder? ”Børnegerationen” i LLFS er generelt mindre bekymrede og mere udadvendte end baggrundsbefolkningen, mens de ikke adskiller sig på de øvrige personlighedsområder. Samlet tyder resultaterne på, at personlighedstræk som fravær af bekymring og et udadvendt væsen kan være af betydning for at opnå meget høj alder.

Arveanlæggenes betydning

På basis af de blodprøver, der blev taget ved første undersøgelse, er der foretaget omfattende undersøgelser af arveanlæggenes betydning for et langt og godt liv. Disse store undersøgelser viser, at der ikke er nogen hyppige, gavnlige genetiske varianter, der genfindes i alle familierne i undersøgelsen. Det ser ud til, at de genetiske varianter, der har indflydelse, er forskellige fra familie

til familie. Derfor vil vi i undersøgelsen nu fokusere på, om der inden for hver familie er bestemte genetiske varianter, der har betydning.

HVORFOR VIL VI GERNE FORTSÆTTE UNDERSØGELSEN?

I aldringsprocesserne er ændringer af stor betydning. Det, der kendetegner et langt og godt liv, er en positiv aldringsprofil, hvor der kun er mindre tab af færdigheder. Vi ønsker derfor at gentage undersøgelsen for at følge udviklingen, både hos dem, der har bevaret deres gode helbred og hos dem, som har været mindre begunstige. Begge grupper er vigtige at inddrage for at få en forståelse af de mekanismer, der ligger til grund for et langt og godt liv.

Yderligere oplysninger om studiet og resultaterne kan findes på www.sdu.dk/epi