

Den Danske 1905-Årgang

EN UNDERSØGELSE AF FUNKTIONSEVNE OG HELBRED

**Forskere ved Center for Aldringsforskning på Syddansk
Universitet i Odense har i 1998 og 2000 undersøgt alle, som blev
født i Danmark i 1905.**

**I denne folder vil vi kort fortælle om nogle af de resultater, der
foreløbig er kommet ud af undersøgelsen.**

*Center for Aldringsforskning ved Syddansk Universitet har i 1998 og
2000 undersøgt alle, som blev født i 1905. For norges vedkommende
bistået af en af deres pårørende. I alt 2262 mennesker, som blev født i
1905, deltog i den første undersøgelse. Så stor en gruppe af 90-årige er
aldrig tidligere blevet undersøgt noget sted i verden. Det, at så mange
deltog, har givet os et godt billede af, hvordan mennesker over 90 år
har det og klarer sig i dagligdagen. Undersøgelserne har desuden givet
os værdifuld ny viden om hvad der gør, at mennesker ældes så
forskelligt.*

Det er stadig godt at leve sundt, men

De fleste ved, at det er godt at leve sundt. Det gælder også for ældre.
Imidlertid ser det ud som om, at nogle af de ting, der er usunde for
yngre, ikke er så usunde for ældre. Undersøgelsen af 1905-årgangen har
således vist, at rygning og let overvægt ikke giver de samme helbreds-
problemer for ældre over 90 år, som det gør for andre.

Det er ikke let, når både gangen og synet svigter!

Under besøget blev der gennemført en række fysiske prøver, hvor
blandt andet ganghastigheden blev målt. Det viste sig, at mænd kunne
gå hurtigere end kvinder, men mindre end 5 % af alle kunne gå så
hurtigt, som det er nødvendigt, for at nå over et lyskryds, mens det
stadig er grønt. Mange havde problemer med synet og hørelsen, men
næsten halvdelen af deltagerne kunne læse en avistekst uden besvær.

Det billede, som tegner sig, er at mange 90-årige har svært ved at klare dagligdagen, og at de især har problemer med at gå på besøg eller på indkøb, hvor der er trafik.

Mine forældre levede længe – hvad betyder det for mig?

Mange sammenligner deres forældres alderdom med deres egen. Resultater fra undersøgelsen af 1905-årgangen nu har vist, at forældrenes livslængde betyder noget, men ikke meget, for hvordan man får det og klarer sig, når man selv bliver gammel. De der har forældre, som blev gamle, har en lidt større muskelstyrke, en lidt bedre hukommelse og et lidt bedre helbred end dem, hvis forældre døde tidligt. Men sammenhængen er som sagt lille.

Trods skavankerne er deltagerne tilfredse med livet!

Langt de fleste af deltagerne udtrykte tilfredshed med tilværelsen. Syv ud af ti svarede, at de altid eller næsten altid var tilfredse med deres liv, og knap halvdelen vurderede deres helbredstilstand som virkelig god eller god på trods af en række sygdomme og fysiske handicaps.

Vi vil gerne interviewe 1905-årgangen igen

Blandt dem, som deltog i undersøgelsen i 1998, vil mange nu være blevet 97 år eller vil fylde 97 år inden årets udgang. Vi vil meget gerne undersøge dem, der tidligere har deltaget, en gang mere. I begyndelsen af 2003 vil de, som tidligere har deltaget, derfor blive inviteret til at

deltage på ny. De vil lige som sidste gang blive kontaktet og besøgt af interviewere fra Socialforskningsinstituttet.

Svar på aldringens gåder

Ved at få lov at besøge 1905-årgangen igen vil vi komme nærmere svarene på, hvad det er, der gør, at nogle mennesker når så høj en alder, og hvad det er, der gør, at de fortsat klarer sig og forbliver tilfredse med livet. Vi håber, at kunne følge 1905-årgangen i mange år endnu. Den ældste i verden, en fransk kvinde, blev 122 år, og hun var åndsfrisk til det sidste!