

[Show as web page](#)

FACULTY OF
MEDICINE



Professor Sölve Elmståhl har ordet

**Temat för detta nyhetsbrev är nya
forskningsfynd i GÅS-studien.**

**I detta nyhetsbrev berättar vi om aktuella forskningsfrågor
och resultat som utgår ifrån insamlade data från GÅS-
projektet.**

Fler projekt rör riskfaktorer för vanliga kroniska sjukdomar som nedsatt njur- och lungfunktion, högt blodtryck och påverkan på kognition. Kända riskfaktorer för kärlsjukdom påverkar ofta flera organ samtidigt och riskfaktorer påverkas i sin tur av en uppkommen sjukdom. Därför är det ofta svårt att bena ut vad som är hönan eller ägget kring orsakssamband.

GÅS-projektet gör skillnad

Här kan GÅS projektet göra skillnad. Att ha både nedsatt fysisk förmåga och skörhet samtidigt med nedsatt kognitiv förmåga är vanligt. Likaså är nedsatt hörsel vanligt förekommande och över 80 års ålder uppger mer än hälften hörselnedsättning. Även här ser vi en koppling till påverkan på kognition. *Denna kunskap är viktig att sprida särskilt till vård och omsorgspersonal som skall ge stöd och insatser till äldre.*

Tack vare att Du som deltagare är med i upprepade undersökningar kan vi följa de som från början är friska, har känd sjukdom eller utvecklar försämrade funktion under åren – vilket ger oss möjligheter att dra rätt slutsatser. Vi ser att exempelvis



högt blodtryck är en riskfaktor inte bara för att utveckla hjärtsjukdom utan även för att få en försämrad njurfunktion och påverkan på kognition.

Riskfaktor kan bli friskfaktor

Vad som är en riskfaktor i medelåldern kan förändras och bli en friskfaktor hos äldre. Detta är vad vi kallar *den geriatriska paradoxen*. Vid en 15 års uppföljning av kroppsvikt och kroppsindex (body mass index) som mått på både muskelmassa och fettmassa mot dödlighet ser vi att övervikt som är en känd riskfaktor för kortare överlevnad i medelåldern. *Detta är istället en positiv faktor med längre överlevnad för personer över 80 års ålder jämfört med personer med normal kroppsvikt.*

Ny geriatrisk fallpreventiv mottagning

Under flera år har vi i GÅS studerat riskfaktorer för fallolyckor. Mer än 270 000 personer i Sverige söker årligen sjukvård för fallolyckor med lidande, rädsla att falla igen, och påverkan på funktionsförmåga som konsekvens. En naturlig fortsättning har varit att starta en behandlingsstudie där vi utvärderar effekter av en geriatrisk fallpreventiv mottagning och har data från GÅS som kontrollgrupp. *Preliminära resultat visar att en kombinerad läkarundersökning med behandling och åtgärder mot riskfaktorer för fallolyckor kombinerat med en 8 veckors träningsinsats med fysioterapeut resulterade i 57% lägre rapporterade fall vid uppföljning.* Att ha riskfaktorer för fall är vanligt och två tredjedelar som var med i studien uppvisade sju eller fler riskfaktorer och en fjärdedel hade tio eller fler riskfaktorer. Studien visar alltså att detta är påverkansbart.

GÅS-deltagare berättar



Maria Rosensköld, snart 89 år, har besökt GÅS-mottagningen hela sex gånger sedan 2002 då hon kom för en första undersökning. Här har hon fått ett kvitto på att hon har alla förmågor i behåll och är frisk som en nötkärna.

Maria hör bra, ser bra, har sin mammas goda gener och sin pappas jävlaranamma. Detta gör att hon lever livet och till exempel ofta är ute och föreläser om sitt innehållsrika liv, främst i Malmö på bibliotek och i kyrkor.

- Jag vill berätta om mitt liv, föreläser, låter lite pretentiöst. Men jag har mycket att berätta, inte minst om andra världskriget.

Hon och hennes familj levde i det av nazisterna ockuperade Holland. Det innebar ett liv i armod och hårt arbete för hennes föräldrar. 1943 fick hennes pappa nog, och de flydde till Sverige med hjälp av Röda Korset. Hon kom hit som svårt undernärld sjuåring tillsammans med sin familj.

- Detta gör att jag kan leva mig in i hur andra sjuåringar, från krigets Gaza eller Ukraina, kan känna sig, säger hon.

Kärleken tog henne till Colombia som tjugoåring där hon var gift, bodde i tio år och fick fem barn. Efter denna sejour kom hon tillbaka till Malmö och träffade en ny man, och med honom fick hon sitt sjätte barn.

Idag har hon även 17 barnbarn och 9 barnbarnsbarn och alla finns runt henne här i trakten.

- Jag har haft tur med familjen, alla mår bra, jag är en glad människa och har det fint i livet.

Ingen i hennes släkt har cancer eller hjärt-kärlsjukdom. Maria behöver inga mediciner, tar en magnesiumtablett varje dag, äter bra och rör på sig.

- Men bara promenader, ingen träning.

Det sociala är viktigt.

- Jag har ju min stora familj - det blir många firanden, jag sjunger i kör, håller föreläsningar och spelar Canasta.

Hon är tacksam för undersökningarna i GÅS-projektet.

- Det är en ynnest att bli så här gammal och få vara så här pass frisk. Livet är fortfarande spännande och varje dag frågar jag mig "Vad ska jag nu hitta på?", säger hon.

Nyttan med GÅS

GÅS-projektet har tagit fram ny kunskap om till exempel:

...att långa tupplurar på dagtid associeras med sämre kognition hos äldre

Att sova mycket på natten och att ta långa tupplurar på dagen kan vara kopplat till sämre kognitiva förmågor visar [ny GÅS-forskning \(länk\)](#) där 5631 deltagare medverkat från fem olika nordiska studier från "the National E-infrastructure for Aging Research" (NEAR)*. (Overton et al., 2023)

...sambandet mellan njurfunktion och kognitiv funktion hos äldre

Njursvikt och nedsatt kognitiv funktion (tankeförmåga) är vanligt förekommande i den äldre populationen och något Tomas Månsson som är geriatiker ofta ser hos sina patienter, inte sällan i kombination.

[Läs mer](#)



...en ny geriatrisk fallpreventionsmottagning

Under en genomsnittlig vecka söker 31 personer, 65 år och äldre akutmottagningen i Malmö, SUS för en fallolycka (1 619 patienter med fallolycka utan fraktur sökte akuten Malmö år 2023). Till detta tillkommer de som söker och vårdas för fraktur, oftast också orsakade av fallolycka.

2022 startade en geriatrisk fallpreventiv mottagning i Malmö som ett projekt. Det är den första i sitt slag i Sverige.

[Läs mer](#)



Överläkare Sölve Elmståhl vill se speciella mottagningar för fallprevention. Foto: Petra Haupt/Sveriges Radio

Fallolyckor bland sköra äldre kan förhindras - radiointervju med Sölve Elmståhl

Med enkla medel går det att förebygga fallolyckor även bland sköra äldre, visar en ny studie vid Lunds universitet. Varje år leder fallolyckor till att 2000 personer i Sverige avlider.

[Läs mer och lyssna på intervjun \(Sveriges radio 2025-01-15\)](#)

Stort tack!

Genom att du kommer tillbaka till återundersökningar i GÅS-projektet bidrar du med viktig kunskap kring äldres livsvillkor och om vilken betydelse riskfaktorer har för kroniska sjukdomar i åldrandet.

Detta är kunskap som är viktig för att vi ska kunna identifiera och behandla sjukdomar på bästa sätt hos alla som blir äldre.



Läs mer på vår webbplats

Ha en fin vår!
önskar
GÅS-teamet



Facebook



Twitter



Instagram