

90-årige er blevet mere åndsfriske

Kasper Jørgensen

90+ årige er blevet mere åndsfriske og har en bedre praktisk funktionsevne i hverdagen end for blot 10 år siden ifølge et dansk forskningsprojekt. Middellevealderen er stigende og gruppen af personer ældre end 85 år udgør den hurtigst voksende befolkningsgruppe i såvel Danmark som i andre højindkomstlande. Høj alder øger risikoen for dårligt helbred, svigtende kognitiv funktion og derved øget behov for pleje. Men ældrebyrden er måske ikke helt så tung, som den har været.

Undersøgelsen er foretaget af professor Kaare Christensen og medarbejdere fra Dansk Center for Aldringsforskning, Syddansk Universitet, der sammenlignede to store årgange (kohorter) af 90+ årige født i henholdsvis 1905 og 1915. Studiet af 1905-årgangen fandt sted i 1998 og henvendte sig til alle danskere født i 1905, der stadig levede i Danmark på pågældende tidspunkt. Det drejede sig om 3.600 personer i alderen 92-93 år. 1915-kohortestudiet fandt sted i 2010 - 12 år senere - og henvendte sig til alle født i 1915, der stadig levede i landet. Det drejede sig om 2.500 personer i alderen 94-95 år. I begge studier blev deltagerne fundet via CPR-registeret. Alle blev inviteret til at deltage uanset helbred, kognitiv funktion eller type af bolig. Der var med andre ord ingen eksklusionskriterier.

Deltagernes kognitive funktion blev målt ved hjælp af henholdsvis en Mini-Mental State Examination (MMSE) og et lille udvalg af neuropsykologiske tests. Da 1915-kohorten på undersøgelsestidspunktet var et par år ældre end 1905-kohorten, kunne man forvente, at den ville klare sig på samme niveau eller lidt ringere. Ikke desto mindre klarede 1915-kohorten sig signifikant bedre på såvel MMSE (22,8 vs 21,4 point) som på de neuropsykologiske tests. Der var endvidere en større andel af 1915-kohorten, der opnåede maksimal score på MMSE. Således lå 23 % af 1915-kohorten i intervallet 28-30 point (af 30), hvilket kun lykkedes for 13 % af 1905-kohorten. Også deltagernes fysiske og praktiske funktionsevne blev undersøgt. Der sås ikke de store forskelle i fysisk præstation (gribestyrke, evne til at rejse sig fra siddende stilling, gangtempo), men 1915-årgangen lå signifikant højere på en skala for activities of daily living (ADL).

Da de to kohortestudier anvendte samme metode med 12 års mellemrum, henvendte sig til komplette fødselsårgange og havde omtrent samme responsrate (63 %), er resultaterne direkte sammenlignelige. Men hvorfor har 1915-årgangen et bedre kognitivt funktionsniveau? Den var lidt bedre uddannet end 1905-kohorten, men selv efter statistisk korrektion for uddannelse klarede 1915-årgangen sig bedst. Det tyder på, at andre faktorer som fx ernæring, infektionssygdomme, arbejdsmiljø, intellektuel stimulation og generelle levevilkår har betydning.

Forskerne bag undersøgelsen advarer mod at generalisere de positive resultater for vidt, idet de indtil videre er knyttet til to fødselskohorter i et enkelt land. Selvom studiet ikke undersøgte forekomsten af demens i de to årgange, er det nærliggende at drage paralleller til befolkningsundersøgelser fra bl.a. Holland, Sverige og England, der viser, at antallet af ældre med demens aktuelt stiger langsommere end tidligere forudset.

Fakta om studierne: 2.262 personer deltog fra 1905-kohorten og 1.584 deltog fra 1915-kohorten. Det neuropsykologiske testbatteri bestod af styret ordmobilisering (dyr, 1 min.), talspændvidde forfra og bagfra samt umiddelbar og forsinket genkaldelse af en liste på 12 ord. De fem delprøvescores blev kombineret i en fælles score.



ADL blev vurderet v.h.a. et selvrapporteringsinstrument med 11 spørgsmål. Der blev endvidere foretaget screening for depression og indsamlet biologiske prøver. Deltagerne blev undersøgt i deres hjem. Ca. 100 interviewere fra det Nationale Forskningscenter for Velfærd foretog undersøgelser og interviews.

[Christensen, K., Thinggaard, M., Oksuzyan, A., Steenstrup, T., Andersen-Ranberg, K., Jeune, B. et al. \(2013\). Physical and cognitive functioning of people older than 90 years: a comparison of two Danish cohorts born 10 years apart. Lancet, 382, 1507-1513](#)

[Olde Rikkert, M. G. & Melis, R. \(2013\). Nonagenarians challenge predictions of cognitive decline. Lancet, 382, 1473-1474](#)

Oprettet: 06. november 2013