

Ειδικά αν η σύζυγος είναι παχύσαρκη

Κοινός ο κίνδυνος παχυσαρκίας και διαβήτη τύπου 2 για τα ζευγάρια

Δημοσίευση: 12 Σεπ 2017, 08:41



Οι άνδρες 50 ετών και άνω που έχουν παχύσαρκη σύζυγο έχουν αυξημένο κίνδυνο να εκδηλώσουν διαβήτη τύπου 2, σύμφωνα με την πρώτη μελέτη που ερευνά την επίδραση του φύλου της συζυγικής παχυσαρκίας στον διαβήτη. Η μελέτη θα παρουσιαστεί στο ετήσιο συνέδριο της Ευρωπαϊκής Εταιρείας για τη Μελέτη του Διαβήτη (EASD), στη Λισσαβόνα.

Επίσης από τη μελέτη προκύπτει ότι, οι άνδρες άνω των 55 ετών με σύζυγο που έχει διαβήτη τύπου 2 τείνουν να είναι πιο παχύσαρκοι από τους συνομηλικούς τους, χωρίς διαβητική σύντροφος.

Οι ερευνητές του Πανεπιστημίου Αάρχους της Δανίας, με επικεφαλής τον Δρ Ανταμ Χαλμαν, μελέτησαν τη σχέση συζυγικού διαβήτη και παχυσαρκίας με τον κίνδυνο εκδήλωσης διαβήτη τύπου 2 σε δείγμα 3.650

ανδρών και 3.478 γυναικών (50 ετών και άνω) από τη μελέτη ELSA που γίνεται στη Μ. Βρετανία.

Οι συμμετέχοντες το διάστημα 1998-2015, ανά 2,5 χρόνια ελέγχονταν και η συχνότητα του διαβήτη τύπου 2 προέκυπτε από αυτό-αναφορές ή κλινική εξέταση. Τα αποτελέσματα προσαρμόστηκαν σε πιθανούς παράγοντες που ίσως επηρεάζουν τον κίνδυνο εκδήλωσης διαβήτη τύπου 2, όπως η ηλικία, η εθνικότητα, η κοινωνικοοικονομική κατάσταση και το ατομικό επίπεδο παχυσαρκίας.

Κατά τη διάρκεια των 11,5 ετών της μελέτης, το ποσοστό των νέων περιπτώσεων διαβήτη τύπου 2 ήταν 12,6 ανά 1.000 άτομα ετησίως, μεταξύ των ανδρών και 8,6 μεταξύ των γυναικών.

Δεν προέκυψε στατιστική σημαντική διαφορά που να δείχνει ότι μια σύζυγος με διαβήτη αυξάνει τον κίνδυνο νόσησης και στον άνδρα. Όμως η περαιτέρω ανάλυση έδειξε ότι οι άνδρες με παχύσαρκη σύζυγο είχαν σημαντικά περισσότερες πιθανότητες να εκδηλώσουν διαβήτη τύπου 2. Ανά 5 kg/m² υψηλότερο ΔΜΣ της συζύγου, ο κίνδυνος διαβήτη τύπου 2 ήταν 21% για τον άνδρα. Αντιθέτως, οι γυναίκες με παχύσαρκους συζύγους δεν είχαν αυξημένο κίνδυνο.

Στο δεύτερο σκέλος της έρευνας οι επιστήμονες εξέτασαν αν η εκδήλωση παχυσαρκίας με την πάροδο της ηλικίας διέφερε στους άνδρες με και χωρίς σύζυγο με διαβήτη τύπου 2, σε δείγμα 7.187 άνδρες και γυναίκες πάλι από τη μελέτη ELSA. Μετά τα 70 έτη σχεδόν όλοι παίρνουν βάρος, αλλά τα αποτελέσματα έδειξαν ότι τα άτομα 55 ετών και άνω, όσοι ζούσαν με σύζυγο που είχε διαβήτη τύπου 2 είχαν πολύ υψηλότερα επίπεδα παχυσαρκίας.

Οι συγγραφείς της μελέτης εξηγούν ότι «η παχυσαρκία ή ο διαβήτη τύπου 2 στον έναν σύζυγο μπορεί να ευνοήσει την εκδήλωση διαβήτη και τον άλλο, λόγω των πολλών επικινδύνων συμπεριφορών που από κοινού μοιράζονται τα ζευγάρια, όπως η κακή διατροφή και η μειωμένη σωματική δραστηριότητα».

Η μελέτη υπογραμμίζει την ανάγκη ελέγχου του συνόλου των μελών μιας οικογένειας ώστε να εντοπίζονται εγκαίρως οι κίνδυνοι νόσησης και να γίνονται γενικευμένες παρεμβάσεις σε επίπεδο διατροφής και γυμναστικής. Εξάλλου, όταν το ζευγάρι μοιράζεται κοινές συνήθειες δεν αποκλείεται και να λειτουργήσει προς όφελος των δυο.

Μαίρη Μπιμπή
health.in.gr