

Bedre helse og nye helseutfordringer

Da Tromsøundersøkelsen startet stod Norge midt i en epidemi av hjerte- og karsykdom. Spesielt i Nord-Norge var befolkningen hardt rammet. Både kvinner og menn døde altfor tidlig av hjerteinfarkt og hjerneslag. I Tromsøundersøkelsen fant vi at det var høy forekomst av røyking, høyt blodtrykk og høyt kolesterol i befolkningen. Disse tre risikofaktorene var hovedårsaker til at så mange fikk hjerte- og karsykdom.



Foto: Yngve Olsen Sæbø/Tromsøundersøkelsen



Foto: Marius Fokum, Lars Ale Andersen og Edvard Kristiansen

Takk til alle engasjerte Tromsøværinger som stiller opp i Tromsøundersøkelsen, og bidrar til viktig helseforskning.

Nå er det bedre tider! Fra 1974 til i dag har vi sett en nedgang i forekomst av røyking, høyt blodtrykk og høyt kolesterol. Nedgangen gjelder både kvinner og menn, og i alle aldersgrupper. Økt kunnskap om risikofaktorens betydning for helse gir oss godt grunnlag for bedre forebygging og behandling av sykdommer. Når vi sammenstiller data fra Tromsøundersøkelsen og Universitetssykehuset Nord-Norge (UNN) ser vi nedgang i nye tilfeller av hjerteinfarkt. Størstedelen av nedgangen skyldes nedgang i kolesterol, blodtrykk og røyking i befolkningen.

Tromsøværingerne har fått bedre helse og lever lenger. Flere svarer at de er fysisk aktive i fritiden. Vi ser også at dagens eldre er sterkere enn forrige generasjon.

Gripestyrke har økt hos både kvinner og menn. Over tid har det blitt flere som lever med diabetes, noe som kan skyldes at levealderen har økt samtidig som behandlingen har blitt bedre. En ny helseutfordring er økningen i overvekt og fedme. Det er særlig de yngste som øker i vekt og dette kan gi oss nye helseutfordringer i fremtiden.

Vi vil fortsette å samle inn data i Tromsøundersøkelsen for å gi ny kunnskap og svar på viktige spørsmål om helse og sykdom. Vi håper du fortsatt vil være deltaker i Tromsøundersøkelsen og at du ønsker å delta dersom du blir invitert til den åttende runden i 2024-2025.

Forskere fra hele verden forsker på data fra tromsøværingene som på denne måten bidrar til bedre folkehelse nasjonalt og internasjonalt. Takk, Tromsø - uten dere, ingen Tromsøundersøkelse!



Foto: Edward Kristiansen

Forskning viser at tromsøværingene er sterkere enn før.

70 år er det nye 65

Ved Folkehelseinstituttet forsker Bjørn Heine Strand på aldring i Tromsøundersøkelsen. Her har de funnet ut at de som er sterke i klypa lever lenger. Den beste nyheter er at dagens 70-åringer er like sterke som 65-åringene i forrige generasjon, og hodet fungerer bedre! Nå forsker de videre på demens, en sykdom som flere vil leve med i årene som kommer, på grunn av økningen i antall eldre. Kanskje fins det faktorer som målt i Tromsøundersøkelsen, langt tilbake i tid, kan gi lavere risiko for demens når vi blir gamle?

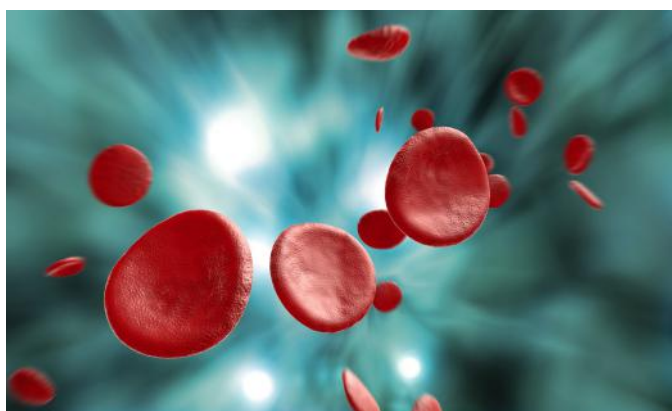


Foto: Mosphotos

Blodpropp rammer både friske og pasienter med ulike sykdommer.

Vi trenger å vite mer om blodpropp

Hvert år får 8000 nordmenn blodpropp (venøstrombose), oftest i leggen eller lungene. Blodpropp rammer både friske og pasienter med ulike sykdommer. Ved Senter for Tromboseforskning ved UiT arbeider 35 forskere fra 14 ulike nasjoner for å finne ut hvorfor vi får blodpropp. De har blant annet funnet ut at fedme øker risikoen, mens å spise fisk en gang i uka eller mer gir lavere risiko for blodpropp. Nå forsker de videre på om stoffer i blodet kan avsløre hvem som får sykdommen. Det kan bidra til å forebygge blodpropp og hindre komplikasjoner.



Foto: Jørn Berger-Nyvoll

Toralf Melsom og Bjørn Odvar Eriksen ved UNN har målt nyrefunksjon nøyaktig hos deltakere i Tromsøundersøkelsen.

RENIS - unik nyrestudie i Tromsø

En av tre utvikler kronisk nyresykdom i løpet av livet. I Tromsøundersøkelsen ble nyrene undersøkt grundig hos 1627 tromsøværingene i 2007, 2014 og 2020. Studien er verdens eneste i sitt slag, og forskerne er leger ved Universitetssykehuset Nord-Norge. De har funnet at nyrefunksjon blir dårligere med alderen selv hos friske. Tidlig oppdagelse og behandling av nyresvikt kan bremse videre utvikling av sykdom. Kanskje er fysisk aktivitet og sunt kosthold beskyttende? Nå forsker de videre for å finne hemmeligheten bak friske nyrer, god livskvalitet og god alderdom.