

## Olvasásra ajánljuk

### Suggested readings

**Kulcsszavak:** rizikófaktorok, dohányzás, társadalmi-gazdasági tényezők, BMI, összhalálozás, alultáplált

## Tartalom

Szocioökonómiai státusz és a 25x25 rizikó faktorok, mint a korai halálozás meghatározói:  
multikohorsz vizsgálat és meta-analízis 1,7 millió férfi és nő bevonásával..... 89

Testsúly és az életmódbeli tényezők összefüggése az összhalálozás, illetve betegség-specifikus  
halálozások között férfiak és nők körében: prospektív kohorsz vizsgálat ..... 90

## Szocioökonómiai státusz és a 25x25 rizikó faktorok, mint a korai halálozás meghatározói: multikohorsz vizsgálat és meta-analízis 1,7 millió férfi és nő bevonásával

### Socioeconomic status and the 25x25 risk factors as determinants of premature mortality: a multicohort study and meta-analysis of 1,7 million men and women

Silvia Stringhini, Cristian Carmeli, Markus Jokela, Mauricio Avendaño, Peter Muennig, Florence Guida, Fulvio Ricceri, Angel o d'Errico, Henrique Barros, Murielle Bochud, Marc Chadeau-Hyam, Françoise Clavel-Chapelon, Giuseppe Costa, Cyrille Delpierre, Silvia Fraga, Marcel Goldberg, Graham G Giles, Vittorio Krogh, Michelle Kelly-Irving, Richard Layte, Aurélie M Lasserre, Michael G Marmot, Martin Preisig, Martin J Shipley, Peter Vollenweider, Marie Zins, Ichiro Kawachi, Andrew Steptoe, Johan P Mackenbach, Paolo Vineis†, Mika Kivimäki†, for the LIFEPATH consortium

[http://dx.doi.org/10.1016/S0140-6736\(17\)30191-5](http://dx.doi.org/10.1016/S0140-6736(17)30191-5)

Ismertető: Formanek-Balku Eszter ✉  
*Nemzeti Egészségfejlesztési Intézet*

### ÖSSZEFOGLALÁS

A közleményben bemutatott vizsgálat és meta-analízis összességében 1,7 millió férfit és nőt vont be 7 magas jövedelmű országból annak feltérképezésére, hogy a szocioökonómiai státusz, valamint a WHO 2025-ig tervezett stratégiájában meghatározott 25x25 rizikófaktorok (pl. túlzott alkoholfogyasztás, fizikai inaktivitás, jelenlegi dohányzás, magas vérnyomás, diabétesz és elhízás) milyen kapcsolatban állnak a korai halálozással és a várható élettartammal. A rizikófaktorok gyűjtőnévének meghatározása arra a célra utal, miszerint 2025-re 25%-kal csökkenjen a nem fertőző betegségek okozta korai

halálozás. Az eredmények alapján a rizikófaktorok közül a dohányzás jelenti a legnagyobb kockázatot, mert ez növeli meg legnagyobb mértékben a korai halálozás esélyét és ez csökkenti a legtöbb évvel, azaz 4,8 évvel a 40-85 év kor között várható élettartamot. A második helyen a diabétesz, harmadik helyen pedig a szocioökonómiai státusz áll. Ezért a kutatók legfőbb üzenete, hogy nem elegendő a rizikófaktorok csökkentése, hanem a társadalmi-gazdasági tényezők változtatására is nagy hangsúlyt kell fektetni a helyi és globális szintű egészséggel kapcsolatos stratégiák tervezése kapcsán.

### KULCSÜZENET A SZAKEMBEREK SZÁMÁRA

A már ismert rizikófaktorok csökkentésén túl, a szocioökonómiai státusz javítása is szükséges, hogy csökkenti lehessen a korai halálozás mértékét.

## Testsúly és az életmódbeli tényezők összefüggése az összhalálozás, illetve betegség-specifikus halálozások között férfiak és nők körében: prospektív kohorsz vizsgálat

Combined associations of body weight and lifestyle factors with all cause and cause specific mortality in men and women: prospective cohort study

Nicola Veronese, Yanping Li, JoAnn E Manson, Walter C Willett, Luigi Fontana, Frank B Hu

BMJ 2016; 355 doi: <https://doi.org/10.1136/bmj.i5855>

Ismertető: Formanek-Balku Eszter ✉  
Nemzeti Egészségfejlesztési Intézet

### ÖSSZEFOGLALÁS

A közleményben bemutatott vizsgálat egy 32 évig tartó követéses vizsgálat, amelyhez a résztvevők a *Nurses' Health Study* és a *Health Professionals Follow-up Study* c. kutatásokból kerültek ki.<sup>1,2</sup> A vizsgálat célja, hogy megvizsgálja a BMI kategóriák és az összhalálozás, valamint azon belül a daganatos és a kardiovaszkuláris megbetegedés okozta halálozás közötti esetleges összefüggéseket, figyelembe véve az életmódbeli faktorokat. A vizsgált életmódbeli faktorok közül alacsony rizikójúnak számított a naponta végzett 30 perces fizikai aktivitás, az AHEI index (egészséges táplálkozási index) által egészségesnek ítélt táplálkozás, a mérsékelt alkoholfogyasz-

tás (nők estében 5-15 g, férfiak esetében 5-30 g alkohol naponta), valamint a soha nem dohányzó státusz. A vizsgálat eredményei alapján elmondható, hogy magasabb eséllyel halnak meg azok, akik BMI-jük alapján alultápláltak, vagy kórosan elhízottak, mint azok, akiknek normál a testtömegindexük. A BMI értéken túl azonban azoknak, akik ugyan elhízottak, de több alacsony kockázatú életmódbeli tényező is jellemző rájuk, csökken az esélyük a vizsgált halálozásokra, azon elhízottakhoz képest, akikre egy ilyen életmódbeli tényező sem jellemző. Az elemzések során Cox regressziós analízist alkalmaztak.

### KULCSÜZENET A SZAKEMBEREK SZÁMÁRA

Nem csak az elhízás, hanem az alultápláltság is magas kockázatot jelent a halálozásban, azon belül pedig a daganatos és a kardiovaszkuláris megbetegedés okozta halálozásban.

---

<sup>1</sup> <http://www.nurseshealthstudy.org/> (Elérve: 2017.03.03.)

<sup>2</sup> <https://www.hsph.harvard.edu/hpfs/> (Elérve: 2017.03.03.)