



Det Sundhedsvidenskabelige Fakultet



Livsstilssygdomme skyldes ikke kun adfærd

Signild Vallgård
Afdeling for Sundhedstjenesteforskning
Institut for Folkesundhedsvidenskab



Hvilke er livsstilssygdommene?



Livsstilssygdomme, velfærdssygdomme eller kroniske sygdomme

- Hjerte-karsygdomme
- Diabetes
- KOL
- Visse kræftformer
- (Muskel-skeletlidelser)



Ikke kun kroniske sygdomme, men
også smitsomme sygdomme
påvirkes af vores adfærd (livsstil).



Hvad vil det sige, at noget er en livsstilssygdom?



Antagelser knyttet til begrebet livsstilssygdomme

- Sygdommene er blevet mere almindelige
- Sygdommene har fælles årsager
- Adfærd er årsag til sygdommene
- Og ofte, at adfærden er den enkeltes ansvar



Disposition

Er sygdommene blevet mere almindelige?

Hvad forårsager sygdommene?

Hvordan skal de forebygges?



Er sygdommene blevet mere
almindelige?

I givet fald, hvorfor?



De er blevet mere almindelige
som dødsårsager og
velstandsstigningen er en
væsentlig årsag, men ikke på
den måde, som mange tror



Aldersfordelingen af døde i forskellige sygdomme 1921-30

*Alle under 15 år, **alle under 45 år

Alder	Tuberku-lose	Hjerne-blødning	Alle kræft-former	Hjerte-sygdomm e
Under 1 år	3 %			
1-14 år	14 %		1 %*	2 %*
15-44 år	59 %	2 %**	9 %	8 %
45-64 år	17 %	23 %	36 %	28 %
65 + år	8 %	74 %	55 %	62 %
Samlet antal	28.955	19.413	47.835	40.394



Den store ændring er, at langt færre unge dør i infektionssygdomme

De når at blive gamle nok til at udvikle kroniske sygdomme



ANDEL DØDE AF EN FØDSELSÅRGANG OG MIDDELLEVETIDEN

	1840-49		2007-08	
Alder	M	K	M	K
< 5 år	24%	21%	0,5%	0,4%
< 40 år	41%	40%	2,5%	1,3%
< 70 år	76%	72%	23,6%	15,5%
Middel- levetid	42,9	45,0	76,3	80,7



Forebyggelse af infektionssygdomme

Smitteveje:

- Luftbårne
- Vandbårne
- Madbårne

Forholdsregler:

- Kloakering
- Rent drikkevand
- Boligforbedringer
- Levnedsmiddelkontrol
- Undervisning, oplysning
- Vaccination



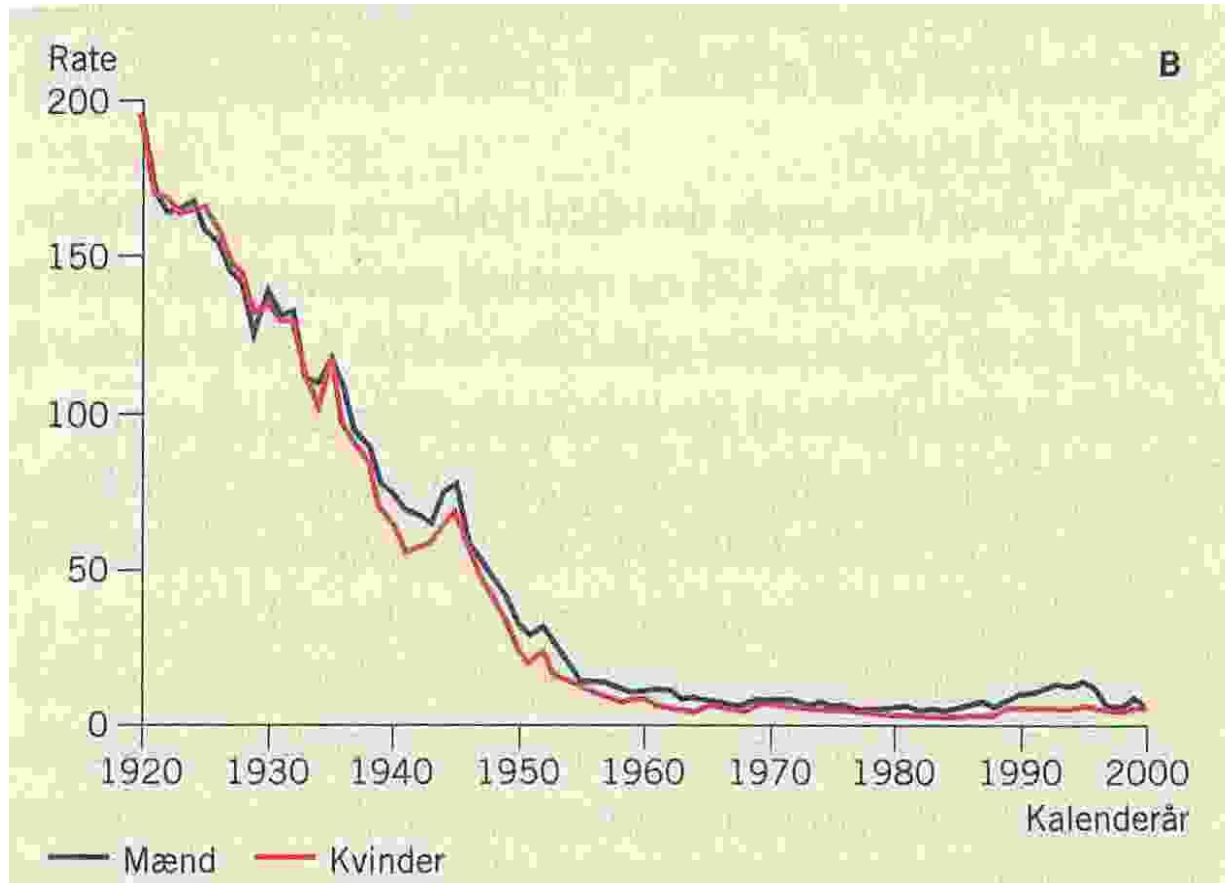
Vigtige årsager til væksten i "livsstils" sygdomme

- Færre dør i infektionssygdomme. Det var unge som døde af dem.
- Årsagerne især en række *velfærdsforbedringer*
- *Flere overlever længe nok til at få og dø af de kroniske sygdomme*



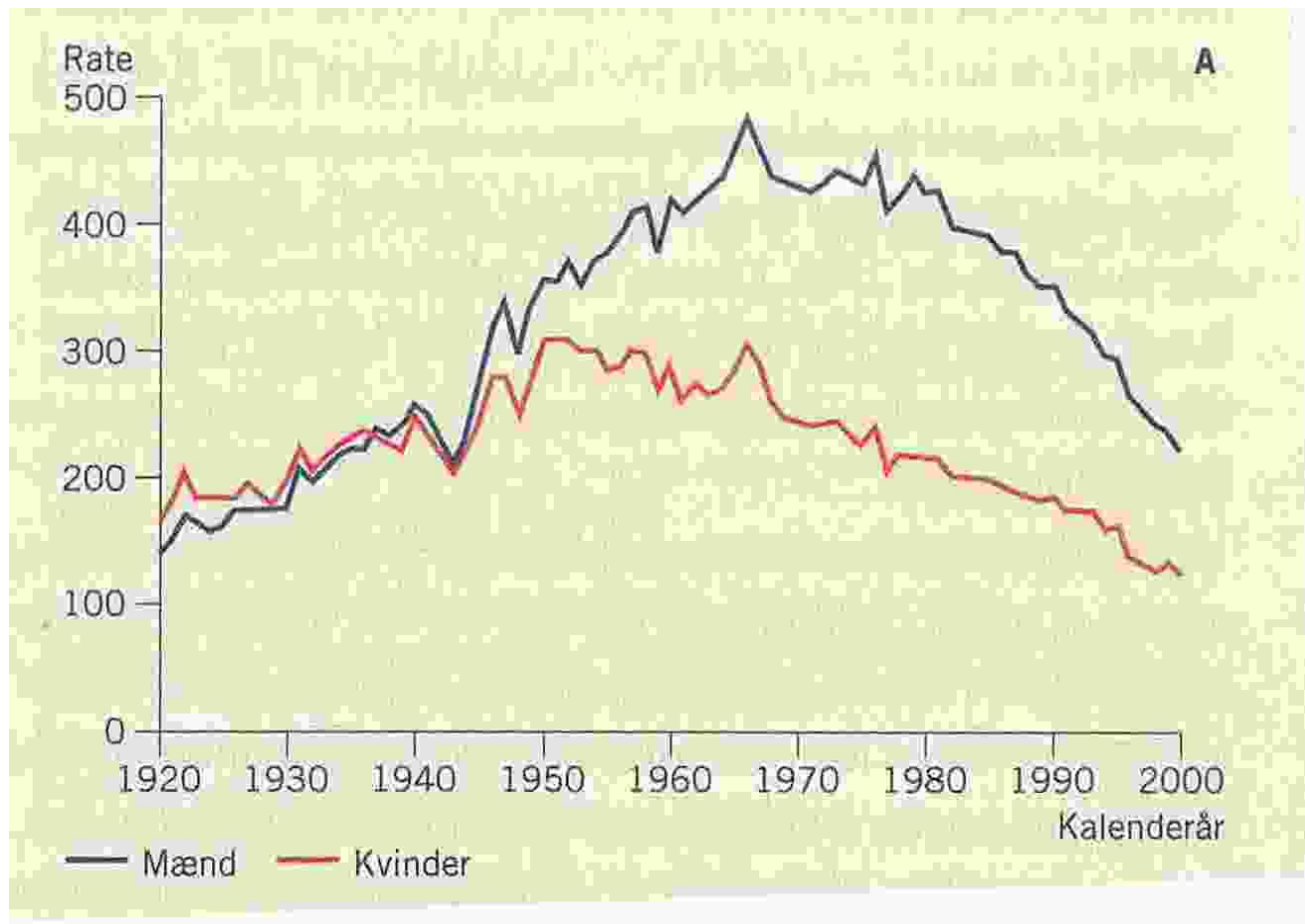
Dødeligheden i infektionssygdomme Alderstandardiseret

Juel K. Ugeskr læg 2007:2398

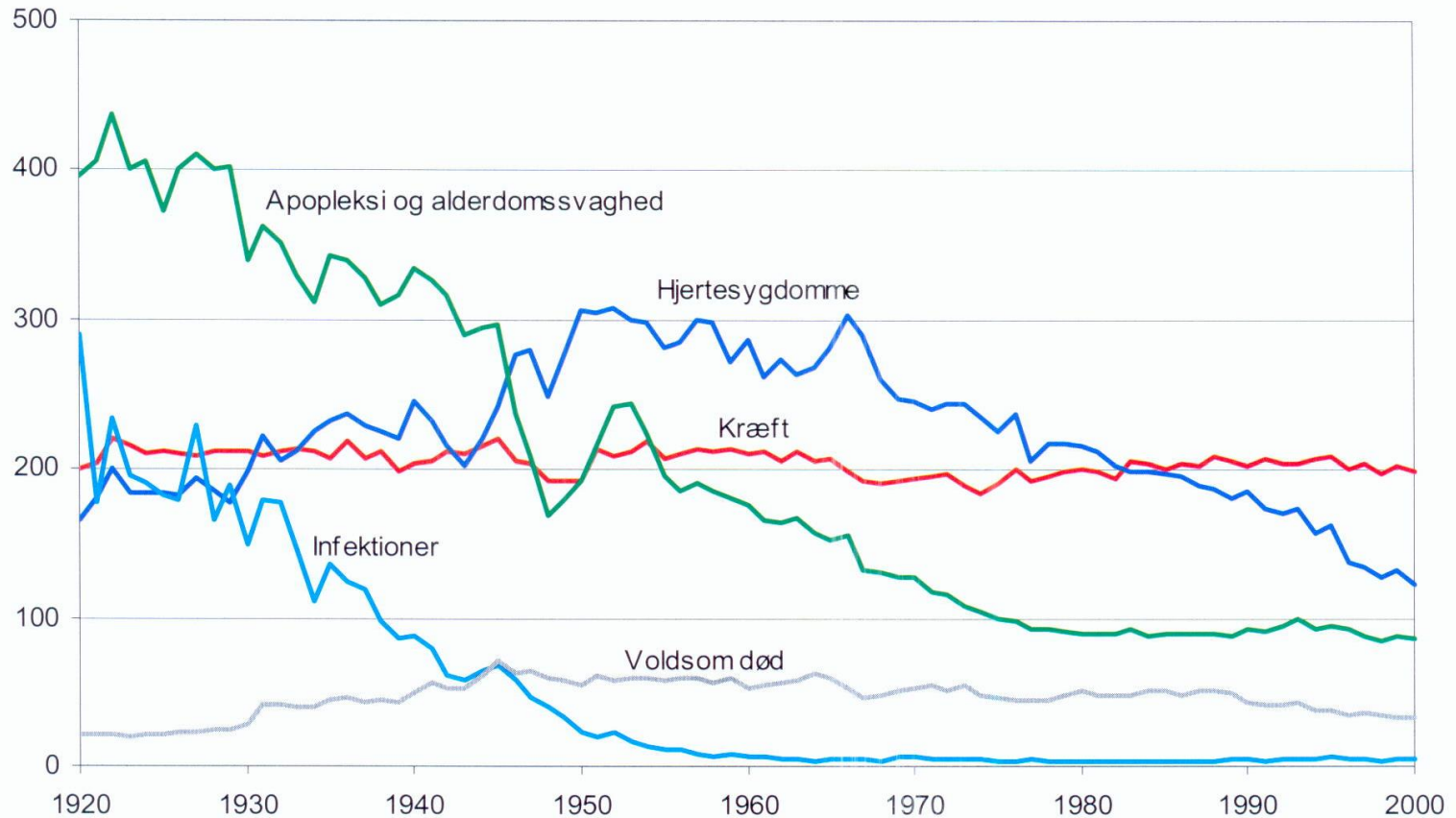


Dødeligheden i hjertesygdomme Aldersstandardiseret

Juel K. Ugeskr læg 2007:2398



Figur 3.2.2. Dødeligheden i store dødsårsagsgrupper i Danmark 1920-2000. Kvinder, aldersstandardiserede rater pr. 100.000



Hvad forårsager "livsstils" sygdomme?

To antagelser

- Adfærden er afgørende for vores sundhed
- Vi vælger frit vores adfærd



Man kan få lungekræft uden at
have røget og de fleste rygere får
ikke lungekræft



Mennesker med kort uddannelse
har større dødelighed ved det
samme forbrug af tobak og alkohol
end mennesker med lang
uddannelse



Flere årsager

Genetik og opvækst

Miljø – social og fysisk

Adfærd



Genetik og opvækst

- Forskellig genetisk disposition
- Fostertilstanden
- Opvækstmiljø



Sygdomsårsager i omgivelserne

- Fysisk arbejdsmiljø
- Psykisk arbejdsmiljø (stress, mobning mv.)
- Sociale relationer
- Forurening (f.eks. partikelforurening)
- Skadelige produkter



Vælger vi frit vores adfærd?



Årsager til adfærd

- Frit valg
- Rutine og uovervejede handlinger
- Sociale påvirkninger
- Sociale vilkår
- Fysiske rammer
- Lovgivning



Handler oplyste og veluddannede mere
sundhedsfremmende?

Er viden årsagen til adfærden?



Sociale mønstre i adfærd

- Flere fattige og kortuddannede ryger
- Flere rige og højtuddannede har et stort alkoholforbrug
- Fedme er mest almindelig blandt kortuddannede, men forekomsten vokser også blandt de højtuddannede



Dansk forebyggelsespolitik er stort set udelukkende fokuseret på fire adfærdsformer:

Kost

Rygning

Alkohol

Motion



Hvad indebærer KRAM-linsen?

- Man ser næsten kun de fire risikofaktorer som sygdomsårsager
- Man ser ofte ikke sygdomme, som ikke har de fire risikofaktorer som årsag



Som man spørger, får man svar

I sundhedsprofilerne undersøger man især forekomsten af KRAM-faktorerne



Hvorfor KRAM-linsen?

KRAM indebærer fokus på den enkeltes valg af adfærd, på oplysning og på individuelt ansvar

Det er i fin overensstemmelse med en liberal ideologi, hvor individer ses som isolerede, fornuftsvæsener



Sammenfatning

Begrebet livsstilssygdomme og fokuseringen på KRAM-faktorerne fjerner opmærksomheden fra de mange andre muligheder der er, for at forbygge sygdom og død

Det fjerner opmærksomheden fra, at alder er en afgørende risikofaktor

Det lægger også et større ansvar på den enkeltes skuldre end rimeligt er

