

2006-04-04 10:00 CEST

Övervikt hos unga leder till kronisk inflammation

Överviktiga ungdomar har en kronisk inflammation i kroppen som kan orsaka hjärt-kärlsjukdomar och diabetes senare i livet, visar en doktorsavhandling från Karolinska Institutet. Studien ger ny insikt om de allvarliga konsekvenserna av övervikt redan vid unga år. Fetma är ett stort folkhälsoproblem och övervikt bland barn och ungdomar räknas idag som en världsepidemi. Det är sedan tidigare väl känt att övervikt hos vuxna ökar risken för att få så kallade livsstilssjukdomar som hjärt-kärlsjukdomar och diabetes, däremot har man inte helt kunnat förklara varför. Julia Wärnberg vid Institutionen för biovetenskaper och näringslära vid Karolinska Institutet i Huddinge har undersökt 500 spanska ungdomar i åldern mellan 13 och 18 år. Spanien är ett av de länder i Europa med högst andel överviktiga barn. Jämfört med de ungdomar som inte var överviktiga hade de överviktiga ungdomarna i studien förhöjda halter av inflammatoriska proteiner i blodet, samma sorts proteiner som hos vuxna förutser högre risk för hjärt-kärlsjukdomar och diabetes. - Hos människor med förhöjda nivåer av inflammatoriska proteiner kan de här sjukdomarna kanske dyka upp så tidigt som i 40-50 årsåldern istället för när de är 70, säger Julia Wärnberg. Omega 3-fettsyror Att kopplingen mellan övervikt i ungdomsåren och kronisk inflammation nu är klarlagd hoppas Julia Wärnberg ska leda till nya insikter om hur man kan motverka den högre risk för livsstilssjukdomar som den kroniska inflammationen kan innebära i vuxen ålder. - Hos vuxna med kronisk inflammation har det visat sig att tillsammans med viktminskning kan även Omega 3-fettsyror, valnötter och regelbunden motion vara bra sätt att få ner inflammationen och därmed minska risken för hjärt-kärlsjukdomar och diabetes, säger Julia Wärnberg. Hon planerar nu att fortsätta sin forskning inom ramen för den så kallade HELENA-studien, som finansieras av EU och ska vara klar 2008. - Där fortsätter vi att undersöka bland annat hur fysisk aktivitet påverkar relationen mellan inflammation och övervikt bland 3000 ungdomar från tio europeiska länder, säger Julia Wärnberg. Avhandling: "Inflammatory status in adolescents; The impact of health determinants such as overweight and fitness" av Julia Wärnberg, Institutionen för biovetenskaper och näringslära, Enheten för preventiv näringslära, Karolinska Institutet. För

mer information, kontakta: Julia Wörnberg, nutritionist och medicine doktor i medicinsk näringslära, mobil 0704-457094, e-post julia.warnberg@prevnut.ki.se. Pressekreterare Katarina Sternudd, tfn 08-2248 838 95, mobil 070-224 38 95, e-post katarina.sternudd@ki.se Karolinska Institutet är ett av Europas ledande medicinska universitet. Genom forskning, utbildning och information medverkar Karolinska Institutet till att förbättra människors hälsa. Nobelförsamlingen vid Karolinska Institutet utser varje år pristagare av Nobelpriset i fysiologi eller medicin. För mer information besök [hemsidan ki.se](http://hemsidan.ki.se)