



NORDISK GERONTOLOGISK FÖRENING

GeroNord

Nytt om forskning, utvecklingsarbete och undervisning på
äldreområdet i Norden

Årgång 16 nr 1—2007

Shop till you drop

I recensionen av Marie Konge Niensens bok i detta nummer av GeroNord omnämns att bland de intervjuade politikernas drömmar om ett gott liv på äldre dar ingår att fördjupa sig i frågor om livet som gammal. Man kan beklaga att denna fördjupning ska komma först när de lämnat sina beslutsfattande positioner och på ett mer påtagligt sätt kan bli varse de stora brister som fortfarande finns inom vårt område – både vad gäller stöd till äldreforskning, geriatrik och äldreomsorg. Resurserna behövs trots att hälsan i många avseenden blivit bättre på senare decennier. Den som vill få en överblick över situationen inom EU kan använda sig av EU:s folkhälsportal (<http://ec.europa.eu/health-eu/>), som introducerades förra året. Om man navigerar rätt på sidorna så finns där en hel del användbar bakgrundsinformation att hämta hem om äldres hälsa i EU-länderna.

Ett hyggligt hälsotillstånd för många gör också att de äldre uppmärksammas av fler än gerontologer. En räckvärd undersökning, där framför allt äldres konsumtion står i förgrunden, produceras av olika privata institut och stiftelser – ibland med lobbyorganisationer i bakgrunden. Organisationer som vill lyfta fram den positiva bilden av den tredje ålderns äldre. En sådan undersökning har nyligen gjorts av the Future Foundation tillsammans med Help the Aged i England. Gruppen 50+ i dag jämförs med motsvarande åldersgrupp 50 år tidigare, d.v.s. 1957. Och visst har konsumtionspotentialen ökat dramatiskt. Dagens 50-plusare i England åker på kortare semesterresor i genomsnitt åtta gånger om året medan 50-plusarna 1957 fick nöja sig med en semesterresa om året. De lägger också ned mer tid på att handla (3 timmar 40 minuter per vecka) än gruppen 16-24 år (1 timme 48 minuter per vecka). Vad som fått maka på sig är städningen – 1957 städades hemmet i genomsnitt 6 timmar och 39 minuter per vecka. Det har minskat till 3 timmar och 5 minuter i år. Det vore kanske alltför cyniskt att konstatera att hemmen tydligen fylls med allt mer skräp. Undersökningen konstaterar hursomhelst att psykologiskt så har det skett ett paradigmskifte från en ”avslutningsförväntan” inför den andra delen av livet till en mer optimistisk ”öppna nya dörrar”-attityd att goda tider väntar. Men mitt i denna eufori kan det vara värt att ägna några tankar åt att för många återstår en fjärde ålder som ska finansieras på något sätt.

Håll ut – den nya hemsidan är snart på plats.

Och så glömmer vi inte att redan nu boka in nästa kongress (19NKG) i Oslo den 25-28 maj 2008 (www.19nkg.no).

Lars Andersson

(Lars.Andersson@isv.liu.se)

Nordisk Gerontologisk Förenings styrelse:

Ordförande: Lars Andersson
1. vice ordförande: Eino Heikkinen
2. vice ordförande: Anette Hysten Ranhoff
Kassör och sekretariat: Ann-Marie Petersson

Danmark:
Dansk Gerontologisk Selskab: Karen Munk
Dansk Selskab for Geriatri: Finn Rønholt Hansen

Finland:
Societas Gerontologica Fennica r.f.:
Otto Lindberg
Suomen Geriatriit-Finlands Geriater:
Matti Mäkelä
Föreningen för forskning i uppväxt och åldrande:
Pertti Pohjolainen

Island:
Societas Gerontologica Islandica:
Sigrún Ingvarsdóttir
Icelandic Geriatrics Society:
Adalsteinn Gudmundsson

Norge:
Norsk selskap for aldersforskning:
Anette Hysten Ranhoff
Norsk geriatriisk forening: Morten Mowé

Sverige:
Sveriges Gerontologiska Sällskap: Lars Andersson
Svensk Förening för Geriatrik och Gerontologi:
Åke Rundgren



Jyväskylä, Finland i maj 2006. Foto: Ann-Marie Petersson

Glöm inte att besöka **International Journal of Ageing and Later Life**.
En Open Access tidskrift som finns på www.ep.liu.se/ej/ijal/

Vykort från Österrike 1-2007

Vem lever farligt?

Med stigande ålder får feta människor oftare än andra typ II diabetes och hjärt-kärlsjukdomar. Den 27 mars 2007 citerade Dagens Nyheters nätupplaga under rubriken "Atkinsbantare kan leva farligt" Upsala Nya Tidning. Det handlade om en artikel i mars-numret av en anedd vetenskaplig tidskrift, *Journal of Internal Medicine* (2007, 261:366-374). DN's underrubrik talade om att "medelålders kvinnor, som äter enligt Atkinsmodellen, det vill säga undviker kolhydrater och äter proteinrik mat, riskerar ett förkortat liv". Läsaren torde ha haft goda skäl för att bli förvirrad, då DN's vetenskapliga (?) skribent i samma nummer gjorde en "snabbanalys om kolhydrater" och påpekade att forskarna inte kunde "visa någon statistiskt säkerställd skillnad i total dödlighet". Vad skrev forskarna egentligen och vad har andra studier visat?

Studien visade faktiskt att den totala dödligheten hade ett statistiskt sett positivt samband med ett lågt intag av kolhydrater (och högt intag av äggviteämnen) hos svenska kvinnor, mer uttalat hos de äldre kvinnorna, som efter 12 års uppföljning var 52-61 år gamla. Huvudparten av dödligheten orsakades av hjärt-kärlsjukdomar. Atkinsmodellen blev inte explicit nämnd i artikeln, men Atkins' bok från 2002 finns i referenslistan. Studiens syfte var att analysera inflytandet av minskande intag av kolhydrater och ökande intag av äggviteämnen. Man följde 42 237 friska 30-49-åriga svenska kvinnor och inte hur Atkins' och andras dietföreskrifter påverkade kvinnorna.

En liknande grekisk studie (Trichopoulou och medarbetare, *European Journal of Clinical Nutrition on-line* 2006) kom till samma slutsats – en kost innehållande mindre mängder kolhydrater och större mängder äggviteämnen hade ett statistiskt samband med en ökad total dödlighet. Också dödligheten i hjärt-kärlsjukdomar och cancer ökade. Analysen ingick i den grekiska delen av EPIC studien, där 22 944 friska män och kvinnor i åldersgruppen 20-86 år följdes i genomsnitt i fem år.

Den tredje och största studien är den som följt amerikanska sjuksköterskor sedan 1976 (de var då mellan 30 och 55 år gamla). Matvanor har följts sedan 1980 och här ingick 82 802 friska kvinnor. Tjugo års uppföljning publicerades i *New England Journal of Medicine* (2006, 355:1992-2002). Man fann inget samband mellan kranskärlssjukdom och ett födointag, som bestod mindre av kolhydrater och mer av äggviteämnen och fett. En diet, i vilken äggviteämnen och fett var huvudsakligen vegetabiliskt minskade emellertid i denna studie risken för kranskärlssjukdom markant. En hög glykemisk belastning (intag av större mängder

"snabba" kolhydrater) hade samband med en uttalad risk för kranskärlssjukdom.

Dessa tre epidemiologiska studier är tillräckligt stora för att man kan utesluta slumpen som förklaring till att två av studierna kom till ett resultat och den tredje till det motsatta resultatet. En principiell skillnad mellan den amerikanska studien och de svenska och grekiska studierna är effektmåttet – i den amerikanska studien är måttet enbart hjärtinfarkt (såväl överlevande som döda) medan de andra två har antalet av dödsfall (totalt och uppdelat i sjukdomsgrupper). Också åldersgrupperna är olika i de tre studierna och en av dem har både kvinnor och män (men man analyserar dem inte åtskilda). Författaren till ledaren i mars-numret av *Journal of Internal Medicine* (2007, 261: 363-365) anser det inte vara sannolikt att dessa skillnader kan förklara de motsägande resultaten. En tänkbar förklaring är andra variationer i födointaget än lågt intag av kolhydrater. Om man ersätter kolhydrater från fullkornsprodukter med i synnerhet äggviteämnen från animala produkter ökas risken för hjärt-kärlsjukdom. Ersätts däremot "snabba" kolhydrater med något annat har detta motsatt effekt. De tre studierna kan således ha kommit fram till sanna slutsatser, som måste ses i sammanhang med de undersökta befolkningsgrupperna och deras matvanor.

Lever Atkinsbantare farligt? Frågan kan inte besvaras med hjälp av dessa tre studier, som inte studerade feta bantare. En ny amerikansk studie (*JAMA* 2007, 297: 569-977) försöker kasta ljus på frågan. Man studerade effekterna av Atkins (mycket ringa mängd kolhydrater), Zone (ringa mängd kolhydrater), Ornish (avsevärd mängd kolhydrater) och LEARN (livsstil, små mängder fett och rikligt med kolhydrater) metoderna i en prospektiv 12 månader lång interventionsstudie med överviktiga mellan 20 och 50 år gamla kvinnor som deltagare. De, som följde Atkins metoden, gick mest ner i vikt och hade för en rad ämnesomställningsmått de bästa resultaten. Men för att svara på frågan om olika dieters farlighet är denna och liknande studier alltför kortvariga.

Litteraturen om matvanor och bantning är lång och kommer sannolikt att bli allt längre utan att vi blir mycket klokare. Man skall under alla omständigheter vara kritisk när man läser facklitteratur och i ännu högre grad kritisk när man läser dags-tidningar och veckopress.

Andrus Viidik

”Et godt liv som gammel”

En intervjustudie om alderdomen

På omslaget till boken ”Et godt liv som gammel” av Marie Konge Nielsen finns en bild av en gammal och aktiv människa. Det är en gammal man som sitter högt uppe i ett stort träd. Med sig har mannen en tvärföljt som han spelar på. Att utöva musik ute i naturen kan ses som en symbol för det fria livet som gammal. Fri som fågeln är denne man med chans att göra vad som faller honom in. Bilden kan sägas illustrera ett ideal om alderdomen som kommit fram i ett antal av de intervjuer som redovisas i boken. Det som framträder i beskrivningarna är alltså en människa som är aktiv och som gör det som kanske inte funnits tid till under tidigare livsfaser. Detta visar på möjlighet till frihet som både kvinnor och män förväntas få på gamla dagar.

Författaren till boken - Marie Konge Nielsen - är antropolog och filosofie doktor (PhD), anställd vid Institut for Statskundskab, Syddansk universitet, Odense, Danmark. I boken redovisas en intervjustudie som genomförts med stöd från det danska Socialministeriet, ÄldreForum och Styrelsen for Social Service. Studien ingår i ett större projekt ”Välfärd för äldre – holdning och handling” som bedrivs vid Center for välfärdsstatsforskning vid Syddansk Universitet.

Boken handlar om människors önskeföreställningar, drömmar och utopier om det ideala livet som gammal. Här tas också upp hur man uppfattar att danska medborgare ser på gamla och hur det är att vara och bli en gammal människa. Det är alltså stora och för samhället mycket aktuella frågor som står i fokus.

Den studie som redovisas bygger på intervjuer med tre olika grupper: politiker, ”vanliga” medborgare i olika livssituationer och åldrar (personer mellan 19 och 99 år gamla), samt forskare och andra aktörer som deltagit i debatten inom äldreområdet. Intervjuerna har genomförts med stöd av frågeguide där möjlighet funnits för de intervjuade att knyta an till sina egna livshistorier. Totalt har ett 50-tal personer intervjuats. Intervjuerna har i utskriften form resulterat i sammanlagt omkring 1000 sidor text. Även om antalet personer inte är så stort är materialet som samlats rikt och ger viktiga inblickar i tankar om åldrandet – både om goda och dåliga sidor i livet som gammal.

De resultat som redovisas leder fram till ny kunskap. Att fråga efter visioner och drömmar om livet på äldre dagar väcker tankar som inte alltid

kommer fram spontant. Särskilt intressant förefaller det att för mig som läsare att få ta del av hur politiker resonerar om vad ett gott liv kan tänkas innehålla. I bokens metodkapitel påpekas också att många av de intervjuade politikerna särskilt sagt sig uppskatta att få fördjupa sig i frågor om synen på ålder och livet som gammal utan att behöva fatta sig kort eller hela tiden vara vaksam på politiska motståndares invändningar. De politiker som intervjuas ger liksom många av de övriga deltagarna i studien en bild av ett aktivt åldrande, men också ett liv som gammal som ger möjlighet till frihet: ”ett liv som aeldre, hvor man kan få tid till det, man icke nåede mens man var på arbejdsmarkedene” (s. 168) är ett av de intervjuat som återges. Även tid för närstående samt insatser i det civila samhället nämns som viktiga inslag i det goda livet som gammal. Särskilt intressant är även att spridningen på ålder är så stor bland de medborgare som intervjuats. En deltagare som var 80 år då intervjun genomfördes menar att man inte ändras i samband med åldrandet utan att det är sjukdom har betydelse: ”For mig personligt betyder det ikke noget. Jeg følger mig ikke anderledes, alder vil kun betyde noget, hvis man bliver syg” (s. 39).

Värdet av att vara gammal i dagens samhälle - eller snarare bristen på värde - är ett annat område som berörs i intervjuerna. Denna nedvärdering av människor med hög ålder påtalas som ett problem som tenderar att höra samman med att ungdomstiden ofta framställs som den ideala livsfasen.

Som motvikt mot denna ungdomsfixering ges i bokens slutkapitel ett antal argument som understryker vikten av att börja ta till vara gamla människors särskilda kunskaper och tillgångar. Här efterlyser bokens författare en ökad uppskattning av visdom och erfarenhet i olika sammanhang. Genom att skapa ”mentorordningar” och i det hela taget skapa nogle rum for, at menneskers erfaringsbaserede viden spredes og anvendes af de yngre generationer. Fysisk kunne disse fora være placeret på for eksempel højskoler, virksomheder etc. Man kunne även tænke i baner av senioruniversiteter” (s. 190)

Det viktigaste bidraget i denna bok är den tecknar visioner av alderdomen. På så sätt ger den underlag till ett meningsskapande i vardagen – sätt att samtala och tänka – om betydelsen av livets senare fasor. Det som skildras visar inte i första hand en mörk bild av livet som gammal, utan att det i boken finns sätt att se på alderdomen som en ljus och värdefull livsperiod.

Fortsättning på sida 5

Fortsättning från sida 4

Vi kan här återvända till den gamla mannen på bokens framsida - mannen i trädet som spelar följt. Detta är en man som inte bara har en frihet att göra det som faller honom in. Han har också en bra utsikt från sitt träd, en överblick som det kanske bara är en livserfaren person förunnat. Boken väcker således viktiga frågor och uppmanar till fortsatta studier om åldrandets och ålderdomens innebörder i olika sammanhang. Fortsättning efterlyses!

Elisabet Cedersund

Professor i socialt arbete,
Hälsö högskolan i Jönköping, Sverige

Marie Konge Nielsen:

"Et godt liv som gammel"

Syddansk universitetsforlag, Odense

Utgivningsår: 2006

ISBN 87-7674-108-7

EAN 9788776741082



Stora Gerontologipriset 2007 och SGS Pris till Lovande Forskare

2007 års mottagare av Stora Gerontologipriset är redaktör Inger Raune, tidskriften Äldre i Centrum.

Priset delades ut i samband med Sveriges Gerontologidag den 23 mars i Lund, och motiveringen löd: "Som chefredaktör för den populärvetenskapliga tidskriften Äldre i Centrum har Inger Raune under mer än ett decennium lett och utvecklat en tidskrift som blivit en oumbärlig informations- och inspirationskälla för såväl praktiker som forskare inom området".

Priset, som delades ut för femte gången, uppgår till 20.000 kronor och delas ut av Sveriges Gerontologiska Sällskap tillsammans med med KP:s Jubileumsfond. (KP Pension och Försäkring administrerar och förvaltar tjänstepensionsplaner för anställda inom Kooperationen och folkrörelserna. I anslutning till Konsumentkooperationens pensionskassas 50-års jubileum 1992 avsattes medel till en stiftelse – KP:s Jubileumsfond. Dess ändamål är att främja såväl forskning som annan verksamhet med anknytning till människors åldrande och pensionärers levnadsbetingelser och verksamhet).

Vid Sveriges Gerontologidag delades också SGS Pris till Lovande Forskare ut för första gången, och priset gick till Ulf Jakobsson, Institutionen för Hälsa, Vård och Samhälle, Lunds universitet.

(www.dfr.se/sgs/, se knappen medlemskap)

Forskarnätverk för äldreforskning bildat

Vid ett möte i Växjö den 30 april 2007 bildades det svenska nätverket för äldreforskning inom socialt arbete/social omsorg.

Nätverket är ett forum för vetenskapliga kontakter och samverkan kring forskning och utbildning och är öppet för forskare (och doktorander) i socialt arbete/social omsorg verksamma inom utbildningar på grundnivå, avancerad nivå och forskarutbildning inom området.

Nätverkets arbetssätt är två årliga nätverksmöten öppna för nätverkets medlemmar. Inom ramen för nätverket anordnas regelbundet äldreforskarkonferenser och verksamhet riktad till doktorander med inriktning äldreomsorg inom socialt arbete/social omsorg.

Nätverket avser att fungera som en sammanhållande kärna för informationsspridning och drift. Universiteten i Växjö och Umeå ansvarar inledningsvis. Medel kommer att sökas för administrering av nätverksfunktionerna.

Nätverksmöten kommer att rotera mellan lärosätena: Växjö mars 2007 – Umeå okt 2007 – Jönköping april 2008.

För vidare information: stina.johansson@socw.umu.se och kerstin.gynnerstedt@vxu.se

Doktorsavhandlingar om äldre från Lunds Universitet, Institutionen för hälsa, vård och samhälle från 2005 och framåt.

Kan rekvideras hos: sekr.avv@med.lu.se

Poulsen, Ingrid (2005): Functional and nutritional assessments in geriatric rehabilitation. A feasibility study.

Borglin, Gunilla (2005): Quality of life among older people. Their experience, need of help, health, social support, everyday activities and sense of coherence.

Stenzelius Karin (2005): Urinary and faecal incontinence among older women and men. In relation to other health complaints, quality of life and dependency.

Borg, Christel (2005): Livstillfredsställelse hos äldre, särskilt med nedsatt funktionsförmåga samt informella vårdare. I relation till hälsa, självkänsla, sociala och ekonomiska resurser i svensk och europeiskt perspektiv.

Esbensen, Bente Appel (2006): Elderly persons living with cancer. Quality of life and lived experience.

Werntoft, Elisabet (2006): Older people's views of prioritisation and resource allocation in health care.

Janlöv, Ann-christine (2006): Participation in needs assessment of older people prior to public home help. Older persons', their family members', and assessing home help officers' experiences.

Anderson, Magdalena (2007): Äldre personers sista tid i livet. Livskvalitet, vård, omsorg och närståendes situation.

Lindhardt, Tove (2007) Collaboration between relatives of frail elderly patients and nurses in acute hospital wards. Dimensions, prerequisites and outcome.

Kommande konferenser

11th International Conference on Mobility and transport for Elderly and Disabled People. 18-21 juni 2007, Montreal, Kanada.

Website: www.tc.gc.ca/transed2007/

6th European Congress of Gerontology 27-30 juni 2007, S:t Petersburg, Rysland.

8th Annual Conference of the European Sociological Association (ESA). Conflict, Citizenship and Civil Society. 3-6 september 2007, Glasgow, Skottland.

Website: www.ageing-in-europe.de/

BSG 36th Annual Scientific Meeting. Realities of Ageing: Research into Action. 6-8 september 2007, Sheffield England.

5th International Congress on Vascular Dementia. 8-11 november 2007, Budapest, Ungern. Website: www.kenes.com/vascular/

* **British Geriatrics Society Autumn Meeting.** 4-6 oktober 2007, Harrogate, England.

* **British Geriatrics Society Fall Meeting.** 21-23 november 2007, Harrogate, England.

* **British Geriatrics Society Spring Meeting.** 21-23 april 2008, Glasgow, Scotland.

* Website: www.hamptonmedical.com

1st World Congress and 10th E.D.E. Congress. For Care and Nursing Home Directors. 14-17 november 2007, Berlin, Tyskland.

Website: www.worldcongress-edc.com/

17th International Congress on Parkinson's disease and related disorders.

09-13 december 2007, Amsterdam, Holland.

Website: www.parkinson2007.de

Geriatrics Society, Turkey is organizing GERIATRICS 2008 Congress in Antalya-Turkey

6-8 april 2008, Antalya, Turkiet.

Website: <http://www.geriatrics2008.org/>

18. Alzheimer Europe konferanse i Oslo, 22-25 maj 2008.

"Breaking barriers – bryt barrierene"

På tide å tenke offensivt? De mange barrierene som står i veien for at personer med demens og deres familier skal få et godt, meningsfylt liv gjennom alle faser av sykdommen, må brytes. Bli med på konferansen og få kunnskap, inspirasjon og erfaringer fra hele Europa innen diagnostikk, behandling, miljøtiltak, etiske og juridiske problemstillinger! Dette blir en unik konferanse som samler helsepersonell, pårørende og mennesker som engasjerer seg på frivillig basis.

Konferansespråket er engelsk, men det blir hver dag parallellsesjoner på skandinavisk språk.

Arrangører: Nasjonalforeningen Demensforbundet og Nasjonalt kompetansesenter for demens.

Website: www.alzheimer-conference.org

5th Congress of the EUGMS - Geriatric Medicine in a time of generational shift.

3-6 september 2008, Köpenhamn, Danmark.

In a time of intergenerational shift, geriatricians need to prepare themselves for the changing characteristics of the future geriatric baby boomers. They will not only be numerous: they will also be different! In addition to the "classic diseases they will suffer from life-style associated diseases owing to the sedentary life style and rich caloric intake of their generation. Although trained to treat older people with multiple diseases and functional decline geriatricians are forced to develop an alertness vis-a-vis the future hordes of baby boomers with both high comorbidity and high demands. They will challenge our knowledge and expect us to be on top of the latest recommendations and to have insight into new treatments. This is why you need to be in Copenhagen on September 3-6, 2008. Website: www.eugms2008.org

19:e Nordiska Kongressen i Gerontologi

2008-05-25 – 2008-05-28, Oslo, Norge.

Kontakt: web: www.19nkg.no email: post@19nkg.no

B

SVERIGE
PORTO BETALT
PORT PAYÉ

Nr. 20494011

Returadress:

NGF
c/o NISAL
Linköpings universitet/ISV
SE-601 74 Norrköping

Bästa läsare av Gero Nord!

Om tidningen kommer till fel adress så ska du meddela den lokala förening där du är medlem. NGF har inte något eget medlemsregister. Adressetiketterna skickas till redaktionen från de olika nordiska föreningarna.

Redaktionen

GERO NORD:s redaktion:

Lars Andersson (Lars.Andersson@isv.liu.se)

Ann-Marie Petersson (annpe@isv.liu.se)

Nordisk Gerontologisk
Förening (NGF)s sekretariat och GeroNords redaktion har följande adress:

NGF
c/o NISAL
Linköpings universitet/ISV
SE-601 74 Norrköping
Sverige

Telefon: + 46 11 36 33 94

Fax: + 46 11 10 55 90