

Høy vekt øker risikoen for en rekke kreftformer

Høy vekt øker risikoen for 16 alvorlige kreftformer, viser ny norsk forskning.

I fjor ble det registrert over 38 200 nye krefttilfeller i Norge, ifølge tall fra Kreftregisteret. Antall kreftdødsfall har aldri vært høyere, og i 2021 døde over 11 100 personer av sykdommen melder NTB.

En gruppe norske forskere har publisert to nye studier som ser på sammenhengen mellom høy kroppsmasseindeks (KMI) og risikoen for en rekke alvorlige kreftsykdommer blant befolkningen.

I studiene har forskerne avdekket høyere risiko for høy KMI og 16 ulike kreftformer. Forskerne vet enda ikke med sikkerhet hva som kan være årsakene til at høy KMI øker risikoen for kreft.

Teamet av forskerne er fra Oslo universitetssykehus, Kreftregisteret og Universitetet i Oslo.

Tidligere studier har vist at 20 prosent av alle krefttyper skyldes høy BMI.

Overvekt tynger samfunnet mer enn fedme



Foto: iStock.com

«Vanlig» overvekt koster samfunnet langt mer enn fedme, viser en ny studie fra NTNU. Forskerne etterlyser effektive tiltak på befolkningsnivå.

– Selv om kostnadene individuelt sett er høyest for personer som har alvorlig fedme, er de totale kostnadene for samfunnet høyest ved overvekt eller mildere grad av fedme, sier forsker ved NTNUs Institutt for samfunnsmedisin og sykepleie, Gudrun Maria Waaler Bjørnelv, til Gemini.

Grunnen er at det er mange flere personer innenfor disse kategoriene.

Bjørnelv sier til NTB at det ofte blir fremstilt som at fedme er dyrt for samfun-

net, noe som bidrar til stigmatisering av personer med fedme. Hun og kollega Christina Hansen Edwards mener det er viktig å skille mellom kostnader på individnivå og kostnader for samfunnet.

Resultatene er basert på helseundersøkelsen i Trøndelag (HUNT). Tidligere forskning har vist at kroppsmasseindeksen (KMI) hos nordmenn i snitt økte med ett poeng for hvert tiår i perioden 1984 til 2008.

KMI er et uttrykk for vekt i forhold til kroppshøyde. Jo høyere vekt sammenlignet med høyde, desto høyere KMI. En KMI mellom 25 og 30 regnes som normalt, mens over 30 regnes som overvekt eller fedme.

Økningen i vekt har skjedd både blant dem med normal og høy vekt. Selv om individuell risiko for sykdom og behovet for helsetjenester er høyest ved alvorlig fedme, så vil den totale sykdomsbyrden i hele befolkningen være større ved overvekt og mildere fedme. Dette fordi det er så mange som ligger i dette KMI-området.

– HUNT-3-studien viste at 75 prosent av mennene og 61 prosent av kvinnene var overvektige eller hadde fedme i 2006–2008. Av disse hadde 3,7 prosent av mennene og 6,6 prosent av kvinnene en KMI over 35, sier forskerne.

Forskerne har regnet på hva økningen i KMI koster i utgifter til spesialisthelsetjenesten, og har justert for sosioøkonomiske faktorer som utdanning, kjønn og alder. En mann med en KMI på 38 medfører for eksempel 2110 kroner mer i gjennomsnittlige kostnader hos spesialisthelsetjenester per år, sammenlignet med en mann med KMI på 37.

Forskjellen mellom menn med henholdsvis 27 og 28 i KMI vil kun gi en øking på 293 kroner.

Men fordi det er så mange flere som er overvektige eller har mild fedme, blir altså kostnadene for samfunnet mye større når denne gruppa øker sin KMI.

Funnene er publisert i Tidsskriftet for den norske legeforening.

Den siste Folkehelse rapporten viser for øvrig at økningen i KMI har fortsatt også etter 2008.

Christina Hansen Edwards sier personer med fedme trenger å få god behandling fra helsetjenestene. Men for å lette sykdomsbyrden og kostnadene av overvekt og fedme i hele befolkningen, bør individrettet behandling kombineres med effektive tiltak på befolkningsnivå.

Forskerne mener vi har lett for å vurdere ressursbruk fra et individuelt perspektiv, med søkelys på høyrisikostراتيجier.

– Hvordan vi behandler dem som har alvorlig fedme, er et eksempel. Men hvis hensikten er å redusere sykdomsbyrden og kostnadene i samfunnet, må vi også vurdere tiltak på befolkningsnivå. Det å belyse både individperspektivet og populasjonsperspektivet kan også bidra til redusert stigmatisering av dem som sliter med høy vekt, mener de.

Studien sier ikke noe om i hvilken grad overvekt i seg selv medfører de økte helsekostnadene.

– Man kan snu på det og si at mange helsekostnader hos dem med overvekt 25–29 kan skyldes noe annet de har til felles enn vekta i seg selv. Det kan være noe ved livsstilen, sier overlege Haakon E. Meyer ved Avdeling for fysisk helse og aldring ved Folkehelseinstituttet (FHI) til NTB.

Dette er i tråd med populasjonsperspektivet til forskerne: Tilrettelegging for sunt kosthold og fysisk aktivitet kan både påvirke risikoen for vektøkning og risikoen for å utvikle en rekke kroniske sykdommer.

Meyer er også professor i epidemiologi og forebyggende medisin ved Universitetet i Oslo. Ifølge ham har overvektig vært den nye normalen ganske lenge, og man bør vokte seg for å ikke gjøre pasienter av alle. En medvirkende faktor til vekttoppgangen i befolkningen har vært at mange har sluttet å røyke.

– Mange legger på seg når de slutter å røyke, men det er mye sunnere å veie litt mer enn å røyke, sier Meyer.

Tilsvarende betyr kvaliteten på de ekstra kaloriene man får i seg, noe. Det for eksempel mindre usunt å legge på seg av mandler og olivenolje enn av smør.

Menn har høyere kreftrisiko enn kvinner

Menn har 30 prosent høyere risiko enn kvinner for å få kreft, og 43 prosent høyere risiko for å dø av kreft, viser utregninger fra Kreftregisteret.

Nå går Kreftforeningen nye veier for å få flere menn til å gå til lege når de får symptomer.

– Årsakene til at menn har høyere risiko forbundet med kreft er komplekse, og kan ofte handle om at menn og kvinner rammes av ulike kreftformer. Vårt viktigste budskap er at menn må komme seg tidligere til lege ved symptomer, sier generalsekretær Ingrid Stenstadvold Ross i Kreftforeningen.

Noe av forklaringen på at menn har større risiko for alvorlig sykdomsforløp og utfall, er at sykdommen ofte har kommet lenger hos menn når den oppdages.

– Tidlig oppdagelse gir som regel et lettere og kortere behandlingsløp, og større muligheter for å bli frisk, sier Ross.

I 2022 fikk 38.265 mennesker i Norge kreft, 20 487 menn og 17 778 kvinner. De fleste kreftformer rammer menn oftere enn kvinner.

Ifølge Kreftregisteret er det 30 prosent mer kreft blant menn enn kvinner. Dødeligheten er også langt høyere for menn.

Tall fra Dødsårsaksregisterets statistikkbank viser at mortalitetsraten for kreft i 2022 var på 268,9 per 100 000 for menn, mens den var på 188,5 per 100 000 for kvinner. Det vil si at menn har 43 prosent høyere risiko for å dø av kreft enn kvinner.

Nå går Kreftforeningen nye veier for å få menn til å gå til lege når de har symptomer på sykdom.

– Vi har mye kunnskap om kreft som rammer menn. Nå samler vi den i en egen

kunnskapsbank, en mannekraftportal om du vil, sier Ross.

Den nye nettsiden: Kreftforeningen.no/menn, lanseres i forbindelse med Kreftforeningens nye kampanje «Menn gjør noe med det». Målet med kampanjen er økt kunnskap om faresignaler på kreft blant menn.

Fantastisk hyggelig anerkjennelse



Foto: Akademikere.

– Tusen takk! Eller om jeg skal være litt dristig å tolke denne prisen som en anerkjennelse til alle Norges små, slimete, spirende, mangebeinete, makaløse arter: 50 000 takk! For så mange arter deler vi dette landet med, sa prisvinner Anne Sverdrup-Thygeson da hun mottok Akademi-kerprisen 25. oktober.

– Dette gir meg pågangsmot til å fortsette å formidle mitt fag bevaringsbiologi i samfunnet. Og det gir meg energi til å fortsette å snakke og skrive på vegne av tusenvis av små stemmeløse arter. Til å fortsette å spre entusiasme og kile kunnskapstørsten hos folk flest, sa prisvinneren under utdelingen.

Anne Sverdrup-Thygeson er professor i bevaringsbiologi ved NMBU.

– Årets prisvinner er en sjelden akademiker, sa juryleder Jan Inge Eidem da han gav juryens begrunnelse.

Jurylederen påpeker at prisvinneren utmerker seg både med en omfattende

forskning og vitenskapelig produksjon, og bred formidling.

Vi møter henne ofte som ekspertstemme i mediene, som kronikør, debattant, sakprosaforfatter, barnebokforfatter og som foredragsholder.

Hun har tatt på seg oppgaven å være titusenvis av små og stemmeløse arter sitt fremste talerør i en tid der naturmangfold er under sterkt press over hele verden.

– Hun representerer en akademisk kultur som er inkluderende, som innvier i kunnskap, som deler. Som formidler forskning med lekenhet og glede for å nå nye målgrupper. Slik gir hun akademisk kunnskap verdi langt utover akademias ganger, sa Eidem.

– I en tid nå vi står med begge bena i en naturkrise, er det et skrikende behov i samfunnet for mer kunnskap om arter og natur på tvers av fagfelt og sektorer.

Hun håper prisen kan bidra til forståelse for at naturvern ikke er en sær hobby for de spesielt interesserte.

– Det er selve livsgrunnlaget for oss alle.

Sverdrup-Thygeson er opptatt av å nå frem med forskningen og formidlingen sin, og mener det noen ganger kan virke som det er vanntette skott mellom fagpersonene og politikerne.

– Jeg mener vi må rigge oss slik at mer kunnskap fra fagmiljøene og forskere faktisk pipler gjennom til politikerne, til politikuttformerne, og at det omsettes til politisk handling. Jeg mener det er helt vesentlig for at vi skal lykkes med den dype samfunnsendringen vi må igjennom dersom vi vil at generasjonene etter oss også skal leve gode liv på denne planeten, sa hun under sin takketale.

Tannlege Spesialistene

Tlf. 22 20 50 50
post@tannspes.no
www.tannspes.no



HENVISNINGSKLINIKK I OSLO

KARL IVER HANVOLD - Oral- og kjevekirurg
RAGNAR BJERING - Kjeveortoped PhD
BJØRN EINAR DAHL - Protetiker PhD
ANDERS VALNES - Kjeve- og ansiktsradiolog
BANO SINGH - Tannlege PhD, smak og lukt