



Tillväxtfaktor påverkar bentätheten mer än D-vitamin

[2007-11-16] Trots att benskörhet är en av våra stora folksjukdomar får alltför få kvinnor diagnos och behandling i tid. Det visar en ny doktorsavhandling från Karolinska Institutet. Av studierna i avhandlingen framgår också att tillväxtfaktorn IGF-1 har starkare påverkan på benmassan än D-vitamin samt att god näringsstatus eller mycket små doser östrogen kan ha gynnsam effekt på bentätheten.

Avhandlingen "Osteoporosis in Elderly Women in Primary Health Care" är gjord av distriktsläkare Helena Salminen som också är verksam på Centrum för allmänmedicin (CeFAM). Den bygger på kliniska studier med cirka 400 slumpmässigt utvalda svenska kvinnor i åldrarna 70 till 80 år.

Benskörhet är så vanlig att man räknar med att omkring var tredje kvinna över 70 år är drabbad - de flesta utan att veta om det. Trots det visar Helena Salminen att få kvinnor utreds eller får korrekt diagnos och behandling. Omkring 30 procent av kvinnorna var bensköra, men endast sju procent hade fått diagnosen benskörhet och blivit behandlade med kalciumtillskott och D-vitamin. Bara två procent hade fått en mer aktiv behandling med bisfosfonater, en grupp läkemedel som hejdar nedbrytningen av benmassa.

- Det är nedslående, men det är aldrig för sent att bromsa en osteoporos. Där har primärvården en viktig roll, både vad gäller varningssignaler, identifiering och behandling av sjukdomen samt att förebygga genom att främja möjlighet till träning av muskelstyrka och balans, säger Helena Salminen.

Viktigt med näringsrik kost

Osteoporos har länge kopplats samman med låg halt av D-vitamin. Men det visade sig att få av de bensköra kvinnorna i studien verkligen hade låga halter D-vitamin. Istället var det halten av tillväxtfaktorn IGF-1 och det hämmande proteinet IGFBP-1 som verkade ha starkast samband med bentätheten.

- Det var överraskande resultat. IGF-1 sjunker med stigande ålder. Om du dessutom bryter exempelvis lårbenshalsen sjunker IGF-1 än mer radikalt och IGFBP-1 skjuter i höjden. Proteintillskott kan höja nivån av IGF-1 och påverka muskelstyrkan och läkningen efter en fraktur positivt samt minska nedbrytningen av benmassa, säger Helena Salminen.

Avhandlingen visar även att en liten försämring av näringsstatusen fördubblar risken att drabbas av benskörhet. Med god näringsstatus menas bland annat att personen får i sig tillräckligt med proteiner, mineraler och vitaminer och har ett bra BMI (Body Mass Index). Helena Salminens råd till äldre kvinnor är därför att äta ordentliga måltider morgon, middag och kväll. Dessutom kan en mycket liten dos östrogen enligt Helena Salminens studier ha en viss skyddande effekt på benstommen i höft och ländrygg. Något som är intressant med tanke på att många äldre kvinnor är i behov av östrogenbehandling mot sköra slemhinnor.

Slutligen jämförde Helena Salminen jämförde tillförlitligheten i att konstatera benskörhet genom mätning av hälbenet, framför den mer traditionella metoden att mäta höft- och ländrygg. Resultatet visar att tillförlitligheten är lika god för mätning i hälen som för höft och ländrygg, men att fler klassades som bensköra med hälbensmetoden.

- Det är lovande besked, eftersom mätning av hälbenet är både billigare och smidigare. Men metoden kan inte rekommenderas att ersätta mätning i höft och ländrygg. Vi behöver veta mer om hur mycket en försämring av hälbenstätheten ökar risken för frakturer, säger hon.

Avhandling:

Osteoporosis in Elderly Women in Primary Health Care

[Ladda ned avhandlingen](#)

Senast uppdaterad av: Jenny Hermansson 2008-04-09

© **Karolinska Institutet** 171 77 Stockholm Tel: 08-524 800 00 Fax: 08-31 11 01 [Kontakt](#)
Org.nr: 202100-2973 VAT. nr: SE202100297301