

Gehgeschwindigkeit ist bei älteren Menschen assoziiert mit dem kardiovaskulären Mortalitätsrisiko

Frage:

Ist die Mortalität älterer Menschen mit der Gehgeschwindigkeit assoziiert?

Hintergrund:

Einige Studien haben gezeigt, dass die Gehgeschwindigkeit älterer Menschen mit dem Morbiditätsrisiko assoziiert ist. Eine langsame Gehgeschwindigkeit ist mit Stürzen, körperlicher Einschränkung und erhöhten Spitaleinweisungen assoziiert. Ob eine verlangsamte Geschwindigkeit auch mit einer erhöhten Mortalität verbunden ist, wurde noch nie genau untersucht. Die Beantwortung dieser Frage ist ein Teilprojekt der grossen französischen Kohortenstudie (3C Studie), die in den drei Städten, Dijon, Bordeaux und Montpellier, durchgeführt wird.

Einschlusskriterien:

- Einwohner bestimmter Distrikte der genannten Städte, älter 65 Jahre und jünger 85, die selbständig wohnten, wurden zur Teilnahme an der Studie eingeladen. Die Studie begann 1999.
- Für die hier berichtete Fragestellung, Gehgeschwindigkeit und Mortalität, wurden nur die Daten der Teilnehmer von Dijon verwendet.

Ausschlusskriterien:

- Personen mit Erkrankungen, die mit einer Einschränkung der Gehgeschwindigkeit assoziiert sind, wie M. Parkinson, Demenz, Schenkelhalsfraktur in den vergangenen zwei Jahren, Schlaganfall oder koronare Herzkrankheit. Diese Personen wurden bei der Analyse der Daten ausgeschlossen.

Studiendesign und Methode:

Kohortenstudie. Bei allen Personen wurden demographische Daten, Daten über kardiovaskuläre Risikofaktoren erhoben. Bei der ersten Konsultation wurde die Gehgeschwindigkeit gemessen. Die Teilnehmer wurden aufgefordert eine kurze Strecke so schnell wie möglich zu gehen, aber nicht zu rennen. Auf einer Strecke von 6 Metern wurde die Gehgeschwindigkeit gemessen. Die Teilnehmer wurden im Schnitt nach zwei, vier und fünf Jahren nachkontrolliert.

Studienort:

Dijon

Outcome:

- Mortalität jeder Ursache
- Mortalität spezifisch für kardiovaskuläre, Neoplasie und andere Ursachen

Resultat:

- 4399 Personen konnten primär untersucht werden. 722 Patienten wurden ausgeschlossen, wegen Erkrankungen, die die Gehgeschwindigkeit beeinflussen und von 469 Personen fehlte zu Beginn der Studie die Messung der Gehgeschwindigkeit
- Das durchschnittliche Alter der 3208 in der Auswertung verbliebenen Studie betrug 73 Jahre, 65% waren Frauen.
- Die Personen wurden entsprechend der Gehgeschwindigkeit in drei Gruppen eingeteilt. (Männer: kleiner 1.5 m/sec, 1.5 bis 1.85 m/sec und schneller als 1.85 m/sec; Frauen: kleiner 1.35 m/sec, 1.35 bis 1.5 m/sec und schneller als 1.5 m/sec)
- Während der Beobachtungszeit von insgesamt 16 414 Personenjahren verstarben 209 Teilnehmer, 99 an einem Karzinom, 59 an kardiovaskulären Erkrankungen und 51 an anderen Ursachen
- Die Gesamtmortalität war in der Gruppe mit der langsamsten Gehgeschwindigkeit um 44% (3 bis 99%) höher als in der Gruppe mit der höchsten Gehgeschwindigkeit.

- Wenn man nur die kardiovaskulären Todesfälle nimmt, dann ist die Mortalität in der langsamen Gruppe um das dreifache höher als in der Gruppe mit der höchsten Gehgeschwindigkeit.

Kommentar:

- Die Studie zeigt, dass ältere Menschen mit einer „niedrigen Gehgeschwindigkeit“ eine höhere 5-Jahresmortalität haben, als die mit einer „hohen Gehgeschwindigkeit“.
- An verschiedenen Orten wird die Gehgeschwindigkeit zur Beurteilung des kardiovaskulären Risikos eingesetzt.
- Die Assoziation kann noch nicht ganz schlüssig erklärt werden. Möglicherweise verursachen kardiovaskuläre Risikofaktoren gleichzeitig ein erhöhtes kardiovaskuläres Risiko und eine Abnahme der Gehgeschwindigkeit.

Literatur:

Dumurgier J et al. Slow waling speed and cardiovascular death in well functioning older adults: prospective cohort study. *BMJ* 2009; 339: b4460 doi:10.1136/bmj.b4460

Verfasser:

Johann Steurer