

## Accelererer mejeriprodukter Huntingtons Sygdom?



Er der et link mellem indtaget af mælkeprodukter og tidligere debut hos personer med HS-mutationen?

Skrevet af Dr Peter McColgan den 5. december 2013

Redigeret af Dr Ed Wild; Oversat af Cecilie Bornakke

Oprindeligt offentliggjort 28. november 2013

*Et studie, der undersøgte sammenhængen mellem kost og hvornår symptomerne på Huntingtons Sygdom begyndte har uventet fundet, at mennesker, der udviklede symptomer tidligst, havde en tendens til at indtage flere mejeriprodukter end andre. Vi ser på studiets detaljer – og hvorfor vi ikke lægger oste-kniven væk lige med det samme.*

### Du er, hvad du spiser

“Usunde” madvarer, såsom dem med et højt indhold af mættet fedt og rødt kød, kan have en stor betydning for sundheden ved at øge risikoen for at udvikle sygdomme som for eksempel hjertesygdomme og kræft.

I modsætning kan kost med et stort indhold af umættet fedt, fisk, frugt og grøntsager have en positiv effekt på sundheden. “Middelhavskosten” er et eksempel på en “sund” kost. Folk, der spiser denne type kost er mindre tilbøjelige til at udvikle Parkinsons Sygdom og Alzheimers Sygdom tidligt i livet.

Vi ved, at Huntingtons Sygdom forårsager ændringer i cellers energiforbrug, og kan få folk til at tabe sig, men vi har ingen brugbar information om fødevarer, som personer, der er i risiko for at udvikle HS bør undgå eller foretrække.

### PHAROS og kost

En nylig publikation fra PHAROS-studiet i tidsskriftet *JAMA Neurology* undersøgte sammenhængen mellem kost og symptomdebut på Huntingtons Sygdom.

PHAROS – ‘Prospective Huntington’s At-Risk Observational Study’ – involverede 43 klinikker i hele Amerika og omfattede 1001 personer. Personerne i undersøgelsen

havde en forælder, bror eller søster med Huntingtons Sygdom, men havde ikke fået foretaget en HS-gentest selv før de deltog i undersøgelsen. PHAROS testede alle deltagere, men



testresultaterne blev ikke afsløret for dem eller det øvrige studiepersonale – resultaterne blev holdt hemmelige og kun anvendt til forskningsformål. Deltagerne havde givet deres tilladelse til denne “blindede” test.

PHAROS-forskerne var interesserede i at finde ud af, om det at spise en middelhavskost kunne udsætte tidspunktet for hvornår en person med HS-mutationen udviklede Huntingtons Sygdom.

Personerne i studiet blev bedt om at udfylde et fødevarer-spørgeskema. Dette indebar spørgsmål om hvilken mængde “middelhavsfødevarer” de havde spist i løbet af de foregående måneder.

Forskerne brugte disse spørgeskemaer til at beregne hvor tæt hver deltagers kost var på middelhavskosten. Folk, der spiste masser af fisk, grøntsager, nødder og kornprodukter scorede højt, mens de, der spiste “ikke-middelhavsmad” som mælk, kylling, oksekød og mættede fedtstoffer fik en lavere score.

Derefter blev alle deltagere med HS-mutationen inddelt i to grupper - dem, der udviklede symptomer på Huntingtons Sygdom i løbet af de 5 år undersøgelsen varede, og dem, der ikke gjorde. Forskerne undersøgte derefter, om dem, der udviklede HS havde lavere score på middelhavskost-skalaen.

## Man kan prøve sig frem

Pharos-forskerne fandt ingen beviser for, at det at spise en middelhavskost forsinkede begyndelsestidspunktet for Huntingtons Sygdom hos personer, der bærer HS-mutationen.

Imidlertid besluttede forskerne at dykke dybere ned i data, og de undersøgte derfor de enkelte typer fødevarer separat for at se, om et lavt indtag af fisk, frugt, kornprodukter eller grøntsager eller et højt indtag af mejeriprodukter og kød medførte at HS-mutationsbærere ville få sygdommen tidligere.

De fandt, at dem, der spiser en stor mængde mejeriprodukter, såsom mælk, yoghurt og ost, var mere tilbøjelige til at udvikle Huntingtons Sygdom i løbet af undersøgelsen.

Forskerne foreslår en mulig måde, hvorpå mejeriprodukter kan bidrage til symptomdebut. At drikke mælk eller at spise mælkeprodukter kan sænke et kemisk stof i blodet, der hedder urinsyre. Tidligere undersøgelser har vist en mulig sammenhæng mellem lavere urinsyre i blodet og hurtigere progression af Huntingtons Sygdom. Men urinsyre blev ikke målt som en del af PHAROS.

## Hønen og ægget

Det er fristende at sige, at denne forskning viser, at indtag af mejeriprodukter øger risikoen for at udvikle symptomer på Huntingtons Sygdom hos personer, der bærer mutationen. Hvis det blev bevist, ville det være nyttig information, vi kunne bruge til at informere om valg af kost. Desværre



Spørgsmål om livsstil og kost er notorisk svære at besvare, fordi det er nærmest umuligt at afgøre, hvad der forårsager hvad.



er det ikke helt så enkelt, fordi der er andre mulige forklaringer på observationen.

Den første mulighed er, at mennesker, der er tæt på at udvikle HS kan være mere tilbøjelige til at indtage mejeriprodukter. Det kan synes mærkeligt, men vi ved, at HS-mutationen får cellerne til at forbruge mere energi, også før symptomer som unormale bevægelser udvikler sig. Det øgede behov for energi kan forårsage øget sult, hvilket fører til et højere indtag af visse fødevarer, herunder mejeriprodukter. Disse ændringer vil sandsynligvis være større hos folk, der er tæt på symptomdebut.

En anden mulighed er, at små forskelle i måden at tænke på måske ændrer den måde som folk udfyldte kost-spørgeskemaet på. Husk på, at deltagere blev bedt om at huske, hvad de havde spist i løbet af de sidste par måneder. Vi ved, at ændringer i måden at tænke på kan begynde tidligt ved Huntingtons Sygdom, og det er muligt, at disse forskelle kan medføre, at folk, der er tæt på symptomdebut besvarer spørgeskemaerne anderledes selvom deres faktiske kostvaner er ikke så meget anderledes.

Endelig er der en statistisk spidsfindighed, der kan give usædvanlige resultater. Forskere kalder det problemet med "multiple sammenligninger". Hvis du kaster en mønt ti gange og får ti gange krone, er det ret bemærkelsesværdigt. Men hvis du kaster en mønt en million gange, ville du sandsynligvis få ti kroner i træk flere gange rent tilfældigt. Et resultat, der ville være bemærkelsesværdigt i en lille "undersøgelse" bliver mindre interessant, hvis det kommer fra en undersøgelse, hvor der udføres mange tests.

At lede efter sammenhænge mellem symptomdebut og mange forskellige fødevarer-kombinationer er lidt ligesom at kaste en mønt mange gange – man risikerer, at noget tilsyneladende signifikant dukker op ved et rent tilfælde. Når et interessant resultat fremtræder, er det naturligt at rapportere det, men det er også vigtigt at huske, at der kan opstå "falske positive resultater", når et datasæt bruges til at besvare mange spørgsmål.



Hvad kom først? Medførte et større indtag af mejeriprodukter tidligere symptomdebut eller blev lysten til mejeriprodukter forøget fordi sygdomsdebuten var tæt på?

## Græde over spildt mælk?

Sammenhængen mellem indtag af mejeriprodukter og sygdomsdebut er interessant, men indtil videre er vi nødt til at tage disse resultater med et gran salt. (Og nej, vi foreslår ikke, at personer med risiko for HS bør spise mere salt!)

Spørgsmål vedrørende livsstil og kost er notorisk vanskelige at besvare, fordi det er næsten umuligt at finde ud af, hvad der forårsager hvad. Svarene plejer at komme fra store undersøgelser, der har fulgt mennesker i mange år og nøjagtigt registreret kost og livsstil i årtier. Men resultater som dette kan bruges til at påpege hvad man særligt skal se efter i sådanne længerevarende studier.

Indtil videre er konklusionen, at hvis du kan lide mælk, yoghurt og ost, er der intet konkret bevis for at sige, at du ikke bør blive ved med at spise det i sunde mængder.

---

*Forfatterne har ingen interessekonflikter. For mere information om vores offentliggørelsespraksis kig under FAQ...*

---

## Ordliste

**Parkinsons Sygdom** en neurodegenerativ sygdom, der ligesom HS, involverer problemer med koordinering af bevægelse

**Effekt** et mål for om en behandling virker eller ej

---

© HDBuzz 2011-2017. Indholdet på HDBuzz kan frit deles under en Creative Commons Attribution-ShareAlike 3.0 Unported License.

HDBuzz er ikke en kilde til lægefaglige råd. For mere information besøg [hdbuzz.net](http://hdbuzz.net)

Dannet 23. juli 2017 — Downloaded fra <https://da.hdbuzz.net/150>