

Nieuwsbrief juli 2020

Beste deelnemers aan de Leiden LangLeven Studie,

In het verleden heeft u één of meerdere malen deelgenomen aan onderzoek van de Leiden LangLeven Studie en velen van u heb ik ontmoet op onze terugkomsten. Zoals u weet is ons onderzoek gericht op het begrijpen welke factoren bijdragen aan het gegeven dat sommige ouderen sneller kwetsbaar worden en anderen heel weerbaar blijven. Zeker na het begin van de Corona epidemie is het veel mensen in de maatschappij duidelijk geworden dat ouderen kwetsbaar zijn, maar lang niet allemaal. Onderzoek bij ouderen blijft daarom van het grootste belang. Wij zijn daar nog steeds actief mee bezig. Dat kunt u in deze nieuwsbrief lezen.

We laten de jonge onderzoekers aan het woord over de bevindingen die zij hebben gedaan in alle verzamelde gegevens van u en uw familieleden. Ook in de toekomst willen we onderzoek met u blijven doen. Daarom willen we graag weten wie van u daar in de komende jaren weer voor open staat. Het zal gaan om bijvoorbeeld het invullen van vragenlijsten, om uw mening over bepaalde ontwikkelingen of om een kort bezoek aan het LUMC waar verschillende testjes worden uitgevoerd. Iedereen kan zich hiervoor vrijblijvend aanmelden, dus ook als u minder gezond of slecht ter been bent.

Het eerste onderzoek waar we mee bezig zijn is dat naar de effecten van de Corona COVID-19 pandemie. Ouderen worden helaas het zwaarst getroffen bij deze infectie en dat levert veel spanning op. We willen door middel van een vragenlijst graag weten hoe het met u gaat. Dit onderzoek is in voorbereiding en daar hoort u spoedig meer van als u aangeeft dat we u mogen blijven benaderen voor onderzoek. Heeft u behoefte aan een luisterend oor, advies of extra hulp in verband met Corona, dan kunt u contact opnemen met de Rode Kruis Hulplijn: 070-4455 888.

Voor het onderzoek is het heel belangrijk om te begrijpen wie er na besmetting zo ziek worden en waarom sommige ouderen dat niet worden. We werken bij het onderzoek naar deze kwetsbaarheid samen met het RIVM. Het is een tijd van veel verwarring en verdriet, we kunnen ons voorstellen dat er belangrijker zaken zijn dan onderzoek, maar we hebben uw hulp hard nodig en hopen dat u mee wilt blijven doen met de Leiden LangLeven Studie.

Hartelijke groeten,
Eline Slagboom



Prof. Dr. P. Eline Slagboom




Deelnemersdag in Corpus Leiden juni 2018

Het is inmiddels alweer even geleden, maar de Leiden LangLeven Studie deelnemersdag was een groot succes! Op zaterdag 9 juni 2018 was u in groten getale aanwezig in Corpus Leiden, waar prof. dr. Eline Slagboom terugblikte op 20 jaar onderzoek van de Leiden LangLeven Studie. Prof. dr. Jacobijn Gussekloo sprak over het effect van de vergrijzing op huisartsenpraktijken en ziekenhuizen, drs. Yotam Raz ging in op spierversuimering en dr. Niels van den Berg vertelde over twee eeuwen oud worden in de Leiden LangLeven Studie. Dr. ir. Diana van Heemst vertelde over de hersenen, stress en de biologische klok. Ook was er de LLS-markt waar u meerdere testjes kon laten uitvoeren zoals het meten van uw spierkracht, vetmassa en huidversuimering. Daarnaast kon u kennismaken met verschillende onderzoekers. Wij vonden het een mooie dag en we hopen dat u er van genoten heeft.

Jonge onderzoekers uitgelicht!

Op 30 oktober 2019 is Evie van der Spoel gepromoveerd op resultaten van de Switchbox studie bij dr. ir. Diana van Heemst, prof. dr. Hanno Pijl en prof. dr. Gerard Jan Blauw. Evie bekeek hormoonspiegels in het bloed, die vanuit de hypofyse in de hersenen komen, gedurende 24 uur. De belangrijkste bevindingen waren dat vergeleken met hun eigen partners, de mensen die heel lang levende ouders hebben lagere 24-uurs spiegels hebben van groeihormoon en hogere spiegels van schildklier-stimulerend hormoon. Het volledige proefschrift kunt u vinden op de website van de Universiteit Leiden (<https://openaccess.leidenuniv.nl/handle/1887/79983>). Momenteel onderzoekt Evie wat de onderliggende mechanismen zijn van deze associaties tussen hypofysehormonen en familiale langlevendheid. Hopelijk leidt dit tot manieren om in te grijpen in het versuimeringsproces en uiteindelijk tot het verbeteren van de gezondheid op hoge leeftijd. Daarnaast zal Evie betrokken zijn bij het Leiden LangLeven vervolgonderzoek.

Niels van den Berg is op 22 januari 2020 gepromoveerd bij prof. dr. P. Eline Slagboom. Niels heeft Nederlandse en Amerikaanse stamboomgegevens gebruikt uit de periode 1750 tot 2019, om te onderzoeken hoe en onder welke omstandigheden langlevendheid van generatie op generatie wordt overgedragen. Niels ontdekte dat er specifieke families zijn, waarbij extreme ouderdom van generatie op generatie wordt overgedragen dwars door de Spaanse griep en wereldoorlogen heen. Juist in dit soort families zou naar erfelijke factoren gezocht moeten worden. Niels ontdekte dat je met de juiste informatie van voorouders het erfelijkheidsonderzoek veel preciezer kunt uitvoeren. Niels zag dat de kans dat je heel oud wordt vooral toeneemt als 30 procent van je voorouders (zoals ooms/tantes en grootouders) tot de top overlevers behoren. Het volledige proefschrift kunt u vinden op de website van de Universiteit Leiden (<https://openaccess.leidenuniv.nl/handle/1887/83261>). Momenteel werkt Niels aan het verkrijgen van meer inzicht in de complexiteit van familiale langlevendheid door het combineren van informatie uit familiedata met sociale, psychologische en moleculaire data.



Dr. Evie van der Spoel



Dr. Niels van den Berg

SamenOudSamenThuis studie

Tussen 2012 en 2014 hebben 164 mensen uit de Leiden LangLeven Studie meegedaan aan de SamenOudSamenThuis studie. De deelnemers is gevraagd minder te eten en meer te bewegen gedurende 3 maanden. Ons team bestudeert de verschillen die er zijn tussen de metingen vóór de studie en na de leefstijlverandering. We bestuderen de moleculaire data in het bloed van de deelnemers, maar ook in stukjes van hun spieren en vet. Met dit onderzoek werken we veel samen met andere universiteiten in Nederland, maar ook in Europees verband. Zo is Thies Gehrmann veel bij het *Max Planck Institute for the Biology of Ageing* in Keulen om te onderzoeken of de moleculaire reactie op het maaltijddrankje is veranderd na de studie en Lucy Sinke werkt met collega's in London om te onderzoeken of signalen op het DNA veranderen door het minder eten en meer bewegen. Verder is ons team in Leiden versterkt met de Griekse nationaliteit van Stelios Paraschiakos die met name kijkt naar patronen van lichamelijke activiteit en de Italiaans nationaliteit van Daniele Bizzarri, die probeert een goede schatting te maken van de biologische leeftijd van iemand.



Thyrage studie

THYRAGE is een Europees consortium (www.thyrage.eu) dat de rol van de schildklier in gezond oud worden onderzocht. Het LUMC is hierbij het coördinerend centrum. Het LUMC onderzoekt ook in andere studies de rol van de schildklier bij gezond oud worden. In de Switchbox Studie van de Leiden LangLeven Studie is gevonden dat mensen met heel lang levende ouders een hoger niveau van schildklier-stimulerend hormoon hebben vergeleken met hun partners. Daarnaast zijn er twee gerandomiseerde, placebogecontroleerde trials deels in het LUMC uitgevoerd naar de behandeling met lexothyroxine (schildklierhormoon) op kwaliteit van leven bij 80-plussers met subklinische hypothyreoïdie of vermoeidheid. De conclusie was dat routinematig gebruik van lexothyroxine bij subklinische hypothyreoïdie bij 80-plussers niet wordt ondersteund door de resultaten van deze onderzoeken.

LLS-deelnemers in de THYRAGE studie hebben meegedaan aan twee onderzoeken met schildklier geneesmiddelen om te onderzoeken of mensen uit langlevende families anders reageren op schildklierstimulatie en/of anders schildklierhormonen afbreken dan hun partners. Het waren intensieve onderzoeken met o.a. een keuring, 4 à 5 dagen verblijf in het LUMC, het dragen van een hartslagband en veel bloedafnames. In totaal zijn er 1263 bloedmonsters verzameld! Dit viel gelukkig relatief mee voor de deelnemers dankzij onze kundige verpleegkundigen. Afgelopen jaar zijn deze bloedmonsters uitgebreid door het laboratorium geanalyseerd, en onder leiding van promovenda drs. Ana Zutinic zullen in de loop van 2020 de bevindingen in wetenschappelijke tijdschriften gepubliceerd worden.



Eindelijk nieuwe financiering voor onderzoek bij ouderen

In oktober 2019 is er een nieuw grootschalig onderzoek naar gezond oud worden en vitaliteit, genaamd DuSRA-VOILA, van start gegaan waar ook de Leiden LangLeven Studie aan mee zal doen. DuSRA-VOILA is het grootste samenwerkingsverband van experts op het gebied van veroudering in Nederland en wordt gecoördineerd door prof. dr. P. Eline Slagboom. In dit initiatief is ons streven om onderzoek bij ouderen in Nederlandse biobanken gezamenlijk te doen.

Het onderzoek is erop gericht achteruitgang bij ouderen eerder te herkennen, slijtage af te remmen en de opgelopen schade te herstellen. Onze ambitie is dat Nederlandse ouderen meer jaren in goede gezondheid doorbrengen. Niet alleen door bijvoorbeeld vast te stellen dat iemand méér risico loopt op dementie, kanker en hartfalen dan zijn of haar buurman, maar ook door advies te geven over wat deze persoon zelf kan doen om het risico te verkleinen. In de toekomst willen we mensen een persoonlijk leefstijladvies kunnen geven voor een optimale gezondheid van spieren, darmen, stofwisseling en immuunsysteem, zodat meerdere ziekteprocessen tegelijkertijd vertragen. Meer informatie over dit onderzoeksproject kunt u vinden op de website van DuSRA-VOILA (<https://dusra.nl/voila/>).

Meedoen aan vervolgonderzoek?

Zoals aangekondigd in het voorwoord van prof. dr. Eline Slagboom willen we graag inventariseren wie van u we mogen benaderen nieuw onderzoek.

1. Ten eerste willen we op korte termijn vragenlijstonderzoek omtrent uw gezondheid verrichten. Deze vragenlijsten worden per e-mail of per post verstuurd, dus daarvoor kunt u thuisblijven. Het gaat daarbij allereerst over Coronaverschijnselen en uw welbevinden in deze tijd. Iedereen kan hier aan meedoen.

2. Ten tweede gaat het over het Leiden LangLeven vervolgonderzoek dat we graag willen organiseren zodra dat weer mogelijk en veilig is. Het vervolgonderzoek zal plaatsvinden in het LUMC waarbij u gedurende een dagdeel verschillende korte testjes krijgt. Meer informatie over dit onderzoek volgt in het najaar. Uiteraard vindt dit onderzoek pas plaats als de coronacrisis voorbij is en het veilig is om elkaar te zien.

Wij zouden graag willen weten of wij u:

- de Leiden LangLeven nieuwsbrieven mogen toesturen
- mogen benaderen voor vragenlijstonderzoek
- informatie mogen toesturen om uitleg te geven over het LLS vervolgonderzoek

U kunt uw antwoorden invullen via de volgende link, waar uw gegevens veilig worden opgeslagen (<https://forms.lumc.nl/lumc2/vervolgonderzoek>) of u kunt uw antwoorden invullen op bijgesloten antwoordformulier als u deze nieuwsbrief per post heeft ontvangen. Als u deze nieuwsbrief niet meer wilt ontvangen of geen informatie over vervolgonderzoek wilt ontvangen, kunt u dat ook hier aangegeven. Alvast hartelijk bedankt voor uw reactie!

Colofon

Redactie Evie van der Spoel, Marian Beekman en Eline Slagboom
LUMC Leiden LangLeven Studie
P.O. Box 9600
2300 RC LEIDEN
leidenlangleven@lumc.nl
www.leidenlangleven.nl

