



Nieuwsbrief augustus 2021

Beste deelnemers aan de Leiden LangLeven Studie,

Wij hebben hier voor u weer een nieuwsbrief. Er zijn veel nieuwe activiteiten gaande waarover we u willen vertellen. Met elk jaar dat u ouder wordt is het waardevoller om te onderzoeken hoe dat bij u verloopt. De jonge dokters, epidemiologen, sociologen en biomedische wetenschappers die dit onderzoek doen willen u ook graag ontmoeten. We begrepen uit alle telefoontjes dat u zelf ook weer een terugkomdag zou willen om over het onderzoek te horen. Volgend jaar is Leiden de City of Science van Europa, maar nog belangrijker, dan bestaat de Leiden LangLeven Studie 20 jaar. We werken er daarom hard aan om op 10 april dan weer zo'n leuke dag te organiseren. We hopen dat u van de nieuwsbrief geniet en we zullen u op de hoogte houden over volgend jaar april.

Hartelijke groeten,

Eline Slagboom

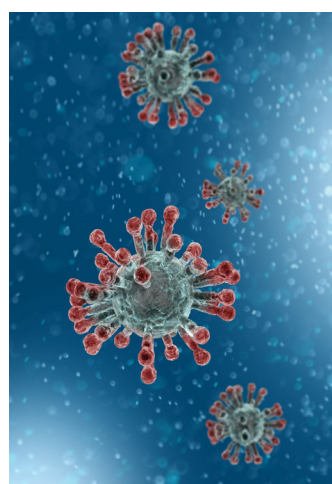
COVID-19 Vragenlijst

Een groot deel van u heeft in het afgelopen jaar een vragenlijst ingevuld over het coronavirus COVID-19. We hebben u toen onder andere gevraagd naar de invloed van de maatregelen op uw lichamelijke en emotionele gezondheid. De gegevensverzameling van dit COVID-19 onderzoek is inmiddels afgesloten. Graag willen wij iedereen die de COVID-19 vragenlijst heeft ingevuld hartelijk bedanken!

Inmiddels zijn we begonnen met de gegevens analyse van de ingestuurde vragenlijsten. Ongeveer 1.200 mensen hebben de COVID-19 vragenlijst ingevuld; de ene helft online en de andere helft op papier. De gemiddelde leeftijd van de invullers was 74 jaar, en iets meer dan 2% heeft het afgelopen jaar een COVID-19 infectie opgelopen. Omdat dat een iets lager percentage is dan wat het RIVM rapporteerde, lijkt het erop dat de groep mensen die de COVID-19 vragenlijst heeft ingevuld wat gezonder zijn dan de ouderen in de algemene Nederlandse bevolking. We zagen ook dat rokers, zwaardere mensen en mensen met een geschiedenis van hart- en vaatziekten een grotere kans lijken te hebben op een besmetting met het coronavirus. Door mee te doen met dit onderzoek heeft u bijgedragen aan het vergaren van kennis over COVID-19 en de mogelijke effecten van de genomen beperkende maatregelen op senioren.



Prof. Dr. P. Eline Slagboom





Vienna Roos

Nabelronde deelname vervolgonderzoek

Met heel veel plezier heb ik de afgelopen maanden een deel van u aan de lijn gehad om u telefonisch te herinneren aan ons verzoek tot deelname aan het onderzoek. Door uw openheid ontstond hieruit vaak een leuk gesprek. Zo heb ik mogen horen hoe u en/of uw familie, gedurende dit lastige jaar toch heeft geprobeerd uw leven op de rails te houden. Het heeft mij geraakt en geïnspireerd hoe u probeert om juist in deze tijd een gezond en gelukkig leven te waarborgen. Daar horen ook momenten bij waarop dit even niet lukt, maar met een flinke dosis levenservaring en veerkracht deinst u hier niet snel voor terug. Zoals u meerdere malen heeft aangegeven bestaat het leven uit vallen en opstaan en daar kan iedereen op dit moment nog wat van leren. Met name hobby's, beweging, familie en vrienden lijken bij u allen belangrijke factoren waarmee u het leven vervult. Nu de belronde is afgesloten wil ik u dan ook hartelijk bedanken voor de leuke gesprekken en voor uw enthousiasme over het onderzoek!

Wist u dat?

... velen van u aangaven trots te zijn op het feit dat veel familieleden een hoge leeftijd behalen.

... velen van u aangaven sinds corona nog actiever en bewuster te leven om zo gezond oud te worden.



Leiden LangLeven Follow-up Studie

In onze vorige nieuwsbrief hebben wij u gevraagd of u informatie zou willen ontvangen over toekomstig onderzoek en het overgrote deel van u heeft hier positief op geantwoord. Wij zijn erg blij dat velen van u betrokken willen blijven bij de Leiden LangLeven Studie, onze dank hiervoor! Deelname aan (een deel van) de Leiden LangLeven Studie is namelijk in elke vorm van onschatbare waarde voor het wetenschappelijke onderzoek naar gezond oud worden. Naar alle waarschijnlijkheid start in 2021 de Leiden LangLeven Follow-Up studie. Dit onderzoek bestaat voor een deel uit het invullen van vragenlijsten, waar iedereen aan mee kan doen, en voor een ander deel uit een bezoek aan het LUMC, waar een aantal van u aan mee kan doen.

Vragenlijst onderzoek

Iedereen die eerder meegedaan heeft met de Leiden LangLeven studie kan een bijdrage leveren aan het onderzoek door het invullen van vragenlijsten. Deze kunt u zelf thuis online of op papier invullen en terugsturen. Gedurende de komende twee jaar zal u een aantal keer worden gevraagd vragenlijsten in te vullen. De vragenlijsten bevatten vragen over leefstijl (o.a. bewegen, eten) slaap, fysiek functioneren en gezondheid.



Bezoek aan het LUMC

Ergens in de komende 2 jaar, zullen ongeveer 500 deelnemers worden uitgenodigd voor een bezoek aan het LUMC. Tijdens dat bezoek zal er bloed worden afgenomen, en er zal onder andere bloeddruk, gewicht, longfunctie en knijpkracht worden bepaald. Helaas hebben we niet de capaciteit om iedereen uit te nodigen. We hopen op uw begrip hiervoor. Voor meer informatie over deelname aan de studie kunt u onze vernieuwde website bezoeken (www.leidenlangleven.nl).

Hieronder alvast een paar antwoorden:

- **Wie kunnen er meedoen aan de Leiden LangLeven Follow-up vragenlijsten?**

Iedereen die sinds de start van de Leiden LangLeven Studie in 2002 heeft meegedaan aan eerder onderzoek is welkom voor het invullen van de vragenlijsten. Ook indien uw partner en/of familieleden niet meer meedoen. De eerdere metingen die van u aanwezig zijn zorgen ervoor dat uw deelname ook zonder uw partner of familieleden bijzonder waardevol is.

- **Wie kunnen er meedoen aan Leiden LangLeven Follow-up onderzoeksdag op het LUMC?**

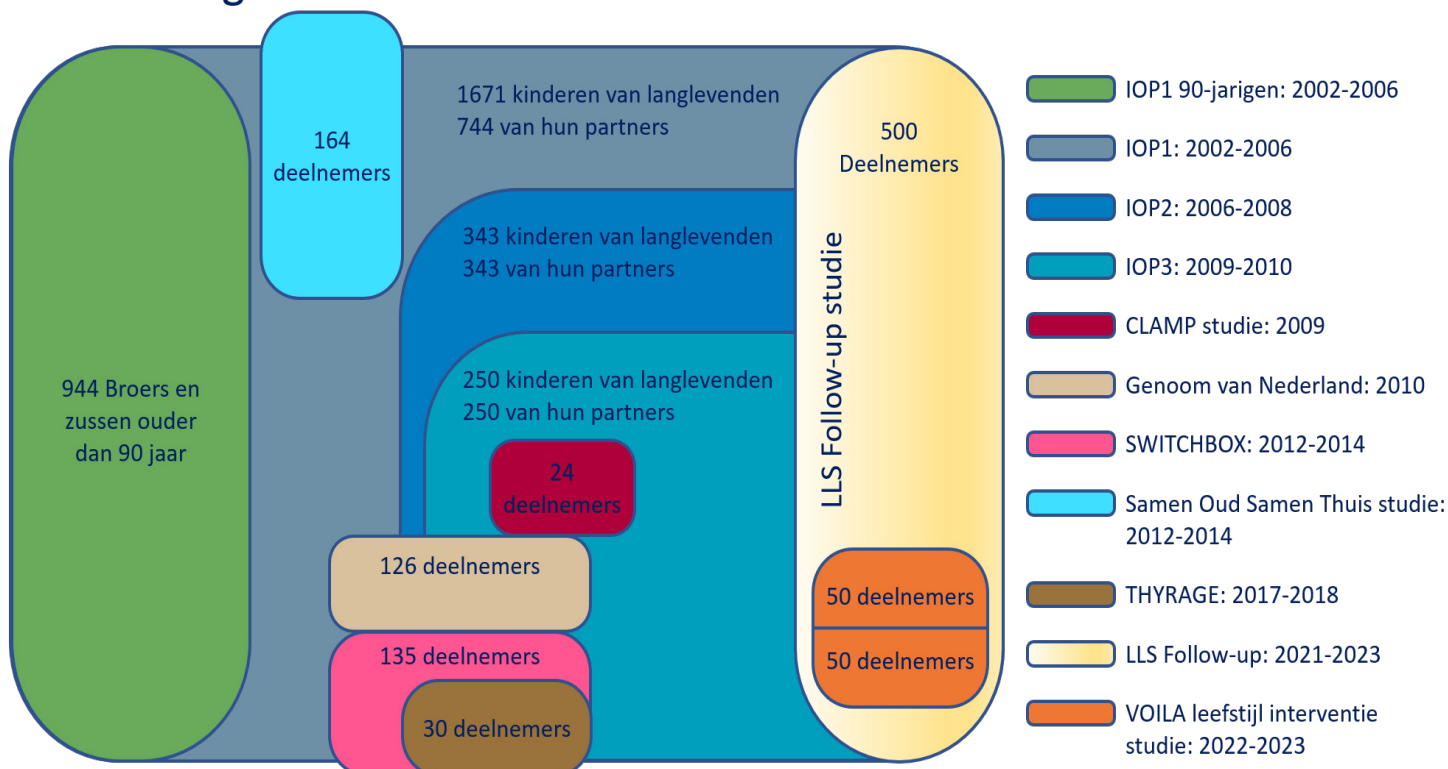
Wegens onze capaciteit en budget kunnen er maximaal 500 deelnemers in de komende 2 jaar uitgenodigd worden om naar het LUMC te komen. We zullen een selectie maken uit iedereen die sinds de start van de Leiden LangLeven Studie in 2002 ten minste 1 keer een bezoek heeft gebracht aan het LUMC.

- **Wanneer kunt u een uitnodiging verwachten?**

Na de zomer gaan wij starten met de Leiden LangLeven Follow-up studie. Het onderzoek zal 2 jaar duren, waarbij er wekelijks maximaal 6 personen een bezoek kunnen brengen aan het LUMC. Dit houdt in dat er gedurende twee jaar wekelijks mensen uitgenodigd worden om naar het LUMC te komen voor onderzoek. Sommige deelnemers zullen dit jaar nog meer informatie ontvangen. Aan de anderen wordt geduld gevraagd omdat ze pas in de komende 1-2 jaar een verzoek krijgen om naar het LUMC te komen. Indien u geen uitnodiging krijgt, blijft u nog altijd deelnemer van de Leiden LangLeven Studie. U zult nog steeds vragenlijsten ontvangen (tenzij u heeft aangegeven daar geen prijs op te stellen) waarmee u een grote bijdrage kunt leveren aan de Follow-up studie.



Leiden LangLeven Studie



Nieuwe website

Wilt u nog meer lezen over onze studies? Kijk dan na half september op onze vernieuwde website!

Op dit moment zijn we druk bezig met het vernieuwen van de website. Hier kunt u vanaf half september alle belangrijke informatie, nieuwsbrieven en andere berichten rustig nalezen. Ook kunt u hier dan de meest gestelde vragen lezen of uw eigen vraag via het contactformulier inzenden.

www.leidenlangleven.nl



Colofon

Redactie Joyce Vriezen, Vienna Roos, 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