

Hohe Lebenszufriedenheit senkt Diabetesrisiko

Datum: 16.10.2018

Original Titel:

Life satisfaction is a protective factor against the onset of Type 2 diabetes in men but not in women: findings from the MONICA/KORA cohort study

MedWiss - Männer, die eine hohe Lebenszufriedenheit aufweisen, erkranken seltener an Diabetes. Dies zeigte eine Studie deutscher Forscher aus München.

Mit dem eigenen Leben zufrieden zu sein ist ohne Frage etwas sehr Schönes und Bereicherndes. Aber hat die Zufriedenheit mit dem Leben auch einen Einfluss auf das zukünftige Krankheitsrisiko? Deutsche Forscher aus München gingen dieser Frage nun in einer Studie nach. Die Forscher interessierte, ob die Zufriedenheit mit dem eigenen Leben Einfluss auf das spätere Risiko für Typ-2-Diabetes nimmt und ob es hierbei geschlechtsspezifische Unterschiede gibt.

Höhere Lebenszufriedenheit bietet Männern Schutz vor Diabetes

7107 Männer und Frauen im Alter von 25 bis 74 Jahren wurden in den Jahren 1989–1995 für eine Umfrage gewonnen und bis zum Jahr 2009 beobachtet. Von allen Teilnehmern wurde die Zufriedenheit mit dem Leben erfasst und den Kategorien hoch, mittel oder niedrig zugeordnet. Die Ergebnisse zeigten, dass Personen mit hoher Lebenszufriedenheit im Gegensatz zu denen mit mittlerer oder niedriger Lebenszufriedenheit ein reduziertes Typ-2-Diabetesrisiko aufwiesen. Männer mit einer hohen Lebenszufriedenheit wiesen ein um 27 % reduziertes Diabetesrisiko auf. Dieser Zusammenhang konnte gesehen werden, wenn durch mathematische Berechnungen sowohl soziodemografische Faktoren (darunter versteht man demografische Kriterien wie Geschlecht, Alter, Familienstand, Haushaltsgröße und die Zahl der Kinder und sozioökonomische Kriterien wie Ausbildung, Beruf, Einkommen und die soziale Schicht), Verhaltensfaktoren und klinische Risikofaktoren miteinberechnet wurden, die einen Einfluss auf das spätere Diabetesrisiko haben könnten. Wurden zusätzlich auch depressive Merkmale in die mathematischen Berechnungen integriert, konnte bei den Männern kein Zusammenhang mehr zwischen einer hohen Lebenszufriedenheit und dem späteren Diabetesrisiko festgestellt werden. Betrachtete man nur die Frauen isoliert, konnte ganz allgemein kein Zusammenhang zwischen Lebenszufriedenheit und Diabetesrisiko gesehen werden.

Eine hohe Lebenszufriedenheit kann, wie diese Studie zeigte, ein wichtigen Vorteil zur Abwendung eines Typ-2-Diabetes darstellen, dies insbesondere bei Männern. Weitere Studien müssen nun durchgeführt werden, um zu verstehen, wie diese Zusammenhänge zustande kommen könnten. Da eine hohe Lebenszufriedenheit aber sicher niemandem schadet, kann nicht nur zur Prävention von Diabetes gehofft werden, dass sich viele Menschen daran erfreuen.

Referenzen:

Piciu AM, Johar H, Lukaschek K, Thorand B, Ladwig KH. Life satisfaction is a protective factor against the onset of Type 2 diabetes in men but not in women: findings from the MONICA/KORA cohort study. *Diabet Med.* 2017 Dec 26. doi: 10.1111/dme.13574. [Epub ahead of print]