

Sjötti fundur vetrarins í Gammadeild DKG var haldinn fimmtudaginn 13. febrúar 2014, klukkan 19:30 á heimili Ragnhildar Þórarinsdóttur að Brúnavegi 8.

Dagskrá: Í tengslum við grunnþátt menntunar *Heilbrigði og velferð* kynnti Elín Ólafsdóttir doktorsrannsókn sína: *Tengsl efnaskipta- og umhverfisþátta fyrr á ævinni á áhættu á að fá sykkursýki 2 síðar á ævinni*. Helga Halldórsdóttir var með Orð til umhugsunar.

Fundarsetning: Árný Elíasdóttir bauð konur velkomnar setti fund og kveikti á kertum vináttu, trúmennsku og hjálpsemi. Þær fjórar konur sem við erum að bjóða í deildina, Edda Pétursdóttir, Hildur Jóhannesdóttir, Edda Vikar og Soffía Sveinsdóttir, komu á fundinn og bauð Árný þær sérstaklega velkomnar. Síðan var nafnakall. Alls sóttu 19 konur fundinn.

Fundinn sátueftirtaldir félagar í Gammadeild: Árný Elíasdóttir, Björg Eiríksdóttir, Björk Einisdóttir, Elín Ólafsdóttir, Gerður G. Óskarsdóttir, Helga Halldórsdóttir, Hertha W. Jónsdóttir, Hrefna Þórarinsdóttir, Ingibjörg Einarsdóttir, Ingibjörg Jónasdóttir, Jóhanna Einarsdóttir, Kristín Bjarnadóttir, Margrét Jónsdóttir, María Pálmadóttir, Pálína Jónsdóttir, Ragnhildur Þórarinsdóttir, Rannveig Sigurðardóttir, Svana Friðriksdóttir og Vilborg Dagbjartsdóttir.

Ingibjörg Einarsdóttir ræddi vesturferðina á vorþing DKG 10. maí og skilaði góðri kveðju frá Stellu. Ingibjörg hefur fengið mjög gott tilboð í rútuna og Stella býður okkur afslátt bæði af gistingu og fæði í Heydal. Keyrt verður vestur á föstudeginum, gist og haldið svo á þingið, keyrt til baka að kvöldi laugardags aftur í Heydal og gist hjá Stellu og svo ekið suður í rólægheitum á sunnudeginum. Pakkinn yrði í kringum 30.000; gisting 5000, morgunmat 1000, kvöldverður 3500 og rúta 13.250 krónur á mann. Borist hafa fyrirspurnir frá konum í öðrum deildum um að verða samferða á þingið en Ingibjörg ætlar að biðja með að svara þeim fram yfir mánaðamótin. Ingibjörg bauð konur einnig velkomnar á hátíð Stóru upplestrarkeppninnar í Hafnarborg 4. mars, klukkan 17:00.

Helga Halldórsdóttir flutti orð til umhugsunar Hún sagði okkur frá ferð sinni til Höfðaborgar í Suður- Afríku. Ferðalagið þangað tók tæpar 20 klukkustundir með millilendingum. Hún sagði okkur frá fegurðinni, friðsældinni, fuglunum og tilhugalífi þeirra, flugum sem minntu á þyrlur, gargi gæsanna sem líktist vekjaraklukku við sólarupprás, Mandela og aðskilnaðarstefnunni, munaðarleysingjahælum, mörkuðum og mörgæsnum sem vekja athygli ferðamanna, eftirtektarverðri snyrtimennsku, vel hirtum golfvöllum, fallettri handavinnu, mjúku og bragðgóðu lambakjötinu, fátækt og mikilli spillingu, umburðarlyndinu, ódýru vinnuafli og vörðum við bílana í stað stöðumæla. Helga sýndi okkur nokkra handunna hluti og vakti athygli okkar á bókinni *Dóttir húshjálparinnar*, heitulegt ferðalg, óútreiknanleg ást eftir Barböru Mutch sem er saga um tvær óvenjulegar konur, sorgir þeirra, gleði og sigra í þessu fagra en sundurklofna landi á tímum aðskilnaðarstefnu.

Elín Ólafsdóttir sagði okkur frá doktorsrannsókn sinnium áhrif efnaskipta- og umhverfisþátta á myndun sykursýki af tegund 2 og breytingar á dánartíðni tengdar sykursýki á tímabilinu frá 1993 til 2004. Doktorsverkefni sem hún skilaði af sér árið 2012. Áður hafði Árný vakið athygli okkar á að Elín væri þriðji doktorinn í röðum Gammasystra sem fjallar um efni í tengslum við grunnþættina.

Áhrif efnaskipta og umhverfisþátta á þróun sykursýki af tegund 2 (SS2) voru könnuð í lýðgrunduðu íslensku þýði (einstaklingar fæddir 1907–1935, þátttakendur í Reykjavík- og Öldrunarrannsókn Hjartaverndar). Jafnframt voru breytingar á dánartíðni eldri einstaklinga með og án SS2 kannaðar fyrir tímabilið 1993–2004. Niðurstöður sýndu tengsl milli búsetu í uppvesti (sveit eða þéttbýli) og áhættu á að fá SS2 síðar á ævinni. Á miðjum aldri tengjast fjölskyldusaga um sykursýki, há gildi líkamsþyngdarstuðuls, þriglyceríða og systólísks blóðþrýstings aukinni áhættu á að fá SS2 á efri árum. Dánartíðni af völdum hjarta- og æðasjúkdóma lækkaði milli árána 1993 og 2004 samfara hagstæðri þróun áhættuþátta þessa sjúkdómaflokks meðal þjóðarinnar. Lækkun dánartíðni var meiri hjá einstaklingum með SS2 en þeirra sem voru ekki með sykursýki. Dánartíðni eldri einstaklinga með SS2 var lægri ef þeir notuðu kólesteról lækkandi lyf (statín), óháð því hvort þeir voru með hjarta- og æðasjúkdóma eða voru á blóðsykur-lækkandi lyfjum. Niðurstöðurnar styðja þá tilgátu að umhverfisáhrif frá unga aldri og fram eftir ævi hafi áhrif á myndun SS2 á síðari æviárum. Lækkun á dánartíðni má rekja m.a. til hagstæðari stöðu áhættuþátta hjarta- og æðasjúkdóma og til bættrar lækisþjónustu. Þar sem algengi SS2 í yngri aldurshópum er stöðugt að aukast er mikilvægt að styrkja forvarnir og fylgja klínískum leiðbeiningum við meðferð á SS2.

Sykursýki er efnaskiptasjúkdómur sem hefur aukist gríðarlega um heim allan á síðustu áratugum og er talað um hann sem helstu heilsufarsógn heimsins. Fram á miðja síðustu öld var algengi sykursýki 2 mjög lágt á Íslandi en hefur farið vaxandi síðan. Þess má geta að sykursýki var nær óþekktur sjúkdómur hér á landi fyrir 1930. Niðurstöður rannsóknarinnar benda til að aðbúnaður frá unga aldri hafi áhrif á heilsufar út ævina og geti haft áhrif á tilkomu langvinnra sjúkdóma eins og sykursýki 2 á síðari æviárum. Það er umhugsunarvert hvort fyrirbyggjandi aðgerðir þurfi ekki að ná betur til þess borgarumhverfis sem

við búum börnum og ungu fólki í dag, með skilningi á mikilvægi aukinnar hreyfingar og hollra neysluvenja. Til að ná árangri þurfa allir að taka höndum saman, vandamálið er þjóðfélagslegt. Þekkingin er til staðar og brýnt að nýta hana öllum til hagsbóta.

Eftir einstaklega áhugavert erindi Elínar gæddum við okkur á ljúffengum veitingum. Miklar umræður sköpuðust í kjölfarið og mörgum fyrirspurnum beint til Elínar sem svaraði öllum skilmerkilega af mikilli yfirvegun og þekkingu.

Fundarlök Árný færði Elínu og húsráðanda rós sem þakklætisvott fyrir þeirra framlag til fundarins. Ragnheiði þakkaði hún hlýlegar móttökur og Elínu einstaklega fróðlegt erindi. Árný sagði að lokum að grunnþátturinn *heilbrigði og velferð* ætti án ef eftir að skila okkur mikilli velferð með betri tíð og blóm í haga.

Fundargerð skráði Björk Einisdóttir.