

# Betere cardiovasculaire gezondheid, lager risico op ouderdomsdepressie?

## Waarom dit onderzoek?

Depressie komt veel voor onder ouderen en geeft een hoge ziekte-last. Het is daarom belangrijk om ouderdomsdepressie te voorkomen. Cardiovasculaire risicofactoren kunnen mogelijk bijdragen aan het ontstaan van ouderdomsdepressie en zijn daarom mogelijke aangrijpingspunten voor preventieve behandelingen. De relatie tussen cardiovasculaire gezondheid en het risico op depressie is echter niet goed duidelijk.

## Onderzoeksvraag

Is een betere cardiovasculaire gezondheid gerelateerd aan een lager risico op depressieve klachten?

## Hoe werd dit onderzocht?

In een groot longitudinaal cohortonderzoek uit Frankrijk (GAZEL) met 6980 deelnemers (23,9% vrouw; gemiddelde leeftijd 53 jaar) werden cardiovasculaire risicofactoren (roken, BMI, fysieke activiteit, dieet, bloeddruk en bloedglucose- en cholesterolwaarden) gemeten in 1990 en 1997. De aanwezigheid van depressieve klachten werd vastgesteld met een vragenlijst in 1997 en vervolgens elke 3 jaar hierna tot 2015. Cardiovasculaire gezondheid werd gescoord als het aantal risicofactoren op goed niveau (score 0-7), waarbij een hogere score een betere cardiovasculaire gezondheid aangeeft.<sup>1</sup>

## Belangrijkste resultaten

Gedurende de follow-upperiode van 19 jaar kregen 1858 deelnemers (26,5%) nieuwe belangrijke depressieve klachten op één of meer follow-upmomenten. Zowel een hogere cardiovasculaire gezondheid in 1997 als een verbetering in cardiovasculaire gezondheid tussen 1990 en 1997 was gerelateerd aan een lager risico op depressieve klachten.

Zo hadden mensen met een cardiovasculaire gezondheidsscore van 6 of 7 in 1997 ten opzichte van de mensen met een score van 0 of 1 een 64% lager risico op depressieve klachten (oddsratio 0,36; 95%-betrouwbaarheidsinterval 0,20-0,66). Ook was een betere cardiovasculaire gezondheid gerelateerd aan een lager risico op een ongunstig beloop van depressieve klachten over de tijd, zoals de chronische aanwezigheid van depressieve klachten.

## Consequenties voor de praktijk

Verbetering van de cardiovasculaire gezondheid heeft mogelijk een beschermend effect op depressieve klachten. Een oorzakelijk verband tussen betere cardiovasculaire gezondheid en lager risico op depressieve klachten kan met deze observationele studie echter niet worden aangetoond. Een interventiestudie is nodig om deze associaties verder te onderzoeken.

## LITERATUUR

- 1 van Sloten TT, Valentin E, Climie RE, Jouven X, Lemogne C, Goldberg M, Zins M, Empana JP. Association of cardiovascular health with risk of clinically relevant depressive symptoms. *JAMA Psychiatry* 2023; 80: 342-9.auteur

## AUTEUR

**Thomas T. van Sloten**

E-mail: t.t.vansloten@umcutrecht.nl