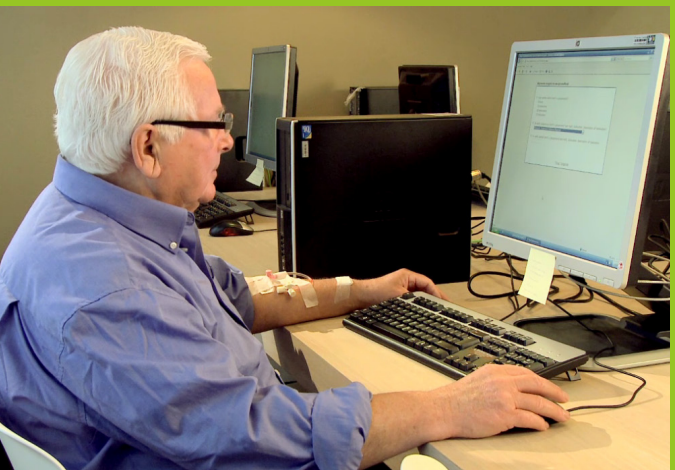
Jaargang 2015

DE MAASTRICHT STUDIE

NIEUWSBRIEF



Colofon Nieuwsbrief
De Maastricht Studie

Redactie:
Patrick Marx
Miranda Schram
Ronald Henry
Marnix van Agtmaal

Fotografie:
MUMC+

In dit nummer

- Resultaten: diabetes en de hersenen
- Even voorstellen: Chantalle, Hannah, en Laura van de balie
- Inhaalrace in volle gang
- Publiekssymposium 2015

Heeft u een vraag of een opmerking?
Neem dan gerust contact met ons op

Onderzoekscentrum De Maastricht Studie
Randwycksingel 35
6229 EG Maastricht

Telefoon: 043-3876600
E-mail: demaastrichtstudie@mumc.nl

Of kijk op onze website: www.demaastrichtstudie.nl

Voorwoord

Beste lezer,

De Maastricht Studie slaat haar vleugels uit! Wetenschappelijk doet het onderzoek het goed. Dit jaar zal de vijfde promovendus haar proefschrift verdedigen. Dit onderstreept het maatschappelijk en wetenschappelijk belang van De Maastricht Studie. Dankzij de steun en inzet van onze deelnemers groeit De Maastricht Studie uit tot een internationaal bekende studie. Maar liefst 6500 Zuid-Limburgers doen al mee. Een groot deel heeft al meegedaan aan de extra MRI metingen (meer dan 4200), de knie foto's en botdichtheid metingen (meer dan 2500). Daarvoor willen we alle deelnemers nogmaals hartelijk bedanken! Heeft u diabetes en doet u nog niet mee aan De Maastricht Studie? Bekijk dan zeker onze oproep in deze nieuwsbrief.
In deze nieuwsbrief leest u meer over het onderzoek van promovendi Fleur van Dooren, Thomas van Sloten en Peggy Spauwen. Ook vindt u een portret van onze drie baliemedewerkers. Zij zijn uw eerste aanspreekpunt bij De Maastricht Studie. Schrijf u ook vooral in voor de deelnemersavond op vrijdag 13 november. Op deze avond laten we meer resultaten zien en kunt u uw vragen stellen aan professor Nicolaas Schaper. Tot slot worden de inhaal metingen nader uitgelegd door dr. Carla van der Kallen.
Met uw hulp en inzet kunnen we een grote stap voorwaarts maken in het voorkomen en beter behandelen van diabetes. Gezond oud worden, ook als je diabetes hebt, daar streven we naar en met uw hulp maken we dit waar. Ik wens u veel leesplezier!

dr. Miranda T. Schram
senior onderzoeker van De Maastricht Studie

Resultaten van De Maastricht Studie
Diabetes en de hersenen

Mensen met diabetes voelen zich vaker neerslachtig. Dit overkomt hen twee keer zo vaak als mensen zonder diabetes. “Logisch”, hoor ik u denken. “Het is geen lolletje om chronisch ziek te zijn, daar word je somber van.” De werkelijkheid is echter veel ingewikkelder. Natuurlijk kunnen mensen neerslachtig worden omdat hun ziekte hen altijd weer plaagt. Echter, diabetes beïnvloedt ook de hersenen en dit kan het cognitief functioneren beïnvloeden en soms tot depressies leiden.

Drie onderzoekers, Thomas van Sloten, Fleur van Dooren en Peggy Spauwen promoveerden dit jaar op hun onderzoek naar onder meer de relatie tussen diabetes en de hersenen. Samen vonden ze de eerste aanwijzingen die zicht geven op de gemeenschappelijke oorzaak van diabetes, problemen met de cognitie (het denkvermogen) en depressies. Ze baseerden hun onderzoek op de vele metingen die de deelnemers van De Maastricht Studie ondergingen.

Thomas van Sloten onderzocht de elasticiteit van bloedvaten. Deze neemt af als we ouder worden waardoor uiteindelijk schade aan de kleinste bloedvaatjes in de hersenen kan ontstaan. Van Sloten: “Naarmate we ouder worden neemt ook de kans op verminderd cognitief functioneren toe. We zien dat juist de groep ouderen die schade heeft aan de kleinste bloedvaatjes in de hersenen later klachten krijgt. Bij mensen met diabetes versnelt die veroudering en dat leidt waarschijnlijk tot een snellere beschadiging van de kleinste bloedvaatjes. Die beschadiging begint vermoedelijk nog voordat de mensen de diagnose diabetes krijgen. Hoe dit precies zit onderzoeken we met onder meer de MRI-scan en de echo’s van de bloedvaten die we van de deelnemers maken.”

Versuikerde eiwitten

Fleur van Dooren ontdekte dat versuikerde eiwitten in de huid vaker voorkomen bij mensen met een depressie. Versuikerde eiwitten ontstaan vanzelf als eiwitten te lang bloot staan aan een te hoog suikergehalte in het bloed. “We denken dat de hoeveelheid versuikerde eiwitten in de huid weerspiegelt wat er in de hersenen gebeurt”, aldus van Dooren. Mogelijk leidden de versuikerde eiwitten

tot ontstekingsreacties in de bloedvaten waardoor de meest gevoelige kleine bloedvaatjes, in de hersenen, beschadigd raken.

Peggy Spauwen keek naar versuikerde eiwitten in de huid en ontdekte dat mensen moeite met hun geheugen kunnen krijgen als er meer van de versuikerde eiwitten in de huid zitten. “We vermoeden ook nu dat deze versuikerde eiwitten beschadigen aan de kleine bloedvaatjes in de hersenen kunnen veroorzaken”, zegt Spauwen. Ze baseert haar onderzoek op onder meer de geheugentest die de deelnemers maakten. Haar onderzoek ging overigens alleen over de relatie tussen diabetes en het denkvermogen en niet over dementie. “Zelfs mensen die merken dat hun geheugen en denkvermogen afnemen en die minder scoren op onze tests worden niet allemaal dement”, zo stelt ze gerust.

Verloop ziekte

Iedereen voelt zich wel eens somber en heeft dan geen zin om er 100% voor te gaan, om gezond te eten of onze medicijnen elke dag goed te gebruiken. Zoals gezegd, dat overkomt iedereen en dus ook mensen met diabetes. Van Dooren ziet de gevolgen hiervan terug bij de deelnemers van De Maastricht Studie. Als mensen met diabetes zich somber voelen, kan het slechter gaan met hun ziekte. “Dit is waarschijnlijk het gevolg van zowel de psychische als de biologische gevolgen van de neerslachtigheid”, aldus de onderzoekster.

Het onderzoek naar de relatie tussen onze hersenen en diabetes, levert nu al een belangrijke les voor zowel patiënten als hun artsen. Als de arts alerter is op verschijnselen van neerslachtigheid, kan hij zijn patiënt sneller helpen.

Smakelijk!

De afgelopen maanden organiseerde De Maastricht Studie verschillende activiteiten voor haar deelnemers. Het succesvolst was de verloting van preuvelappen voor het Maastrichtse preuvenemint. Het aantal inschrijvingen overtrof ruimschoots het veertigtal bonboekjes dat te winnen was. De winnaars zullen vast smakelijk gegeten hebben net als overigens de deelnemers aan het benefietdiner dat De Maastricht Studie samen met het Diabetesonderzoeksfonds Limburg op 6 oktober in Château Bethlehem organiseerde.

Even voorstellen:

Geen Maastricht Studie zonder Chantalle, Hannah en Laura

Iedere nieuwsbrief zullen we u aan enkele van onze medewerkers voorstellen en het onderzoek dat ze uitvoeren beschrijven. Deze keer is het de beurt aan Chantalle, Hannah en Laura die werken bij de balie van De Maastricht Studie.

Ze zijn de drie medewerkers waar iedere deelnemer van De Maastricht Studie het vaakst en het langst mee te maken krijgt: Chantalle Tilly, Hannah Bours en Laura Bruijnzeels zijn vanaf het eerste telefonische contact, bijna de hele eerste visite en alle visites daarna het aanspreekpunt bij de balie van De Maastricht Studie.

Tilly werkte al mee aan De Maastricht Studie nog voor dat iemand ervan gehoord had, behalve haar baas, één van de initiatiefnemers van de studie, prof. Coen Stehouwer. “Vanaf de eerste opzet ben ik bij de studie betrokken en sinds de start ervan in 2009 werk ik fulltime in het onderzoekscentrum.” De laatste twee jaar kreeg Tilly versterking van eerst Laura Bruijnzeels: “Van een student hoorde ik over een vacature bij het onderzoekscentrum en omdat ik net klaar was met mijn studie gezondheidswetenschappen in Maastricht kon ik hier aan de slag.” Hannah Bours werkt sinds anderhalf jaar voor De Maastricht Studie: “Aan het eind van mijn opleiding biometrie voor de Zuyd Hogeschool in Heerlen liep ik hier stage en ben daarna blijven hangen.”

De werkzaamheden van de drie medewerksters zijn heel divers. Tilly: “We nemen de telefoon op, schrijven deelnemers in, houden de administratie bij en ondersteunen het management team.” Bruijnzeels over de vragen die ze het vaakst hoort als mensen zich spontaan aanmelden bij De Maastricht Studie: “De belangrijkste drempel is meestal de eigen agenda. De deelnemers willen weten of we de afspraken kunnen inplannen wanneer het hun het best uitkomt. Als ik ze vertel dat dat kan, dan is de grootste stap al genomen. Vaak vragen mensen of ze aan alle onderzoeken mee moeten doen. Dan leg ik uit dat deelname helemaal vrijwillig is en dat ze dus onderzoeken mogen weigeren.”

Het belangrijkste contact met de deelnemers verloopt niet via de telefoon maar van mens tot mens, tijdens de eerste visite. Bours: “We doen die dag alle metingen bij de mensen zoals het bloedprikken. Daarvoor volgden we een prikcursus in het ziekenhuis. We doen het lichamelijk onderzoek en de looptest en nemen alle vragenlijsten af.”

De gesprekken met de deelnemers confronteren de drie keer op keer met mensen die diabetes hebben, de helft van alle deelnemers heeft immer diabetes. “Soms neem je die verhalen mee naar huis”, zegt Bours. Bruijnzeels vult aan: “Als je een hele ochtend doorbrengt met mensen die vertellen over de impact die suikerziekte op hun leven heeft, dan ga je er wel over nadenken. Voordat ik hier werkte dacht ik nooit over de ziekte na.” Tilly: “Sinds ik hier werk ben ik veel bewuster van mijn manier van leven, vooral wat betreft mijn voedingspatroon.”

Ondanks de soms zware gesprekken met de deelnemers met diabetes, gebeuren er volop leuke dingen bij De Maastricht Studie. Wie is er beter op de hoogte over anekdotes dan de medewerksters van de balie? Tilly: “Een van onze taken is het, met de fiets, wegbrengen van alle bloed- en urinemonsters. Toen ik de eerste keer naar het ziekenhuis fietste vergat ik dat de aanhanger achter de fiets breder is dan de fiets zelf. Na een botsing rolden de buisjes bloed over de straat. Gelukkig waren ze zo goed verpakt dat er niets mee gebeurde.” Minder goed loopt het soms af met de bokalen met urine die de deelnemers inleveren. Tilly: “De bokalen worden soms aan het deksel opgetild maar als dat niet goed dicht is, gaat het mis.” Bours: “De inhoud van de bokalen vloeit soms rijkelijk over de vloer.”

Achter de schermen bij De Maastricht Studie

Inhaalrace dankzij deelnemers in volle gang

Tijdens een grote inhaalslag verzamelt De Maastricht Studie missende gegevens van haar deelnemers. Soms ontbreken gegevens omdat onderzoeken niet door konden gaan, bijvoorbeeld omdat een apparaat kapot is of een medewerker ziek is. Carla van der Kallen, één van de hoofdonderzoekers van De Maastricht Studie legt uit waarom de inhaalmetingen zo belangrijk zijn.

Geen ramp toch, een paar missende gegevens op 10 duizend deelnemers?

“Toch wel, in ons wetenschappelijk onderzoek kijken we naar het verband tussen allerlei lichaamsfuncties die we tijdens de visites bij de deelnemers meten. Voor veel analyses hebben we de resultaten van meerdere onderzoeken tegelijk nodig, soms wel tien. Als we van een deelnemer de resultaten van 9 onderzoeken hebben maar één onderzoek ontbreekt, dan kunnen we geen van de resultaten van die deelnemer voor die wetenschappelijke analyse gebruiken en dat zou zonde zijn. Daarom proberen we tijdens de inhaalmetingen zoveel mogelijk van de gemiste gegevens te verzamelen.”

Ik kreeg een oproep voor een inhaalmeting jaren na de eerste metingen. Wat hebben de resultaten toen en nu nog met elkaar te maken?

“Dat is een heel goede vraag. We gaan ervan uit dat er gemiddeld genomen in die paar jaar niet zoveel verandert met de groep deelnemers. Natuurlijk kan iemand ziek worden en dan is er een groot verschil met de eerdere metingen maar omdat de groep deelnemers zo groot is, vallen deze verschillen in het niet. Als wetenschapper houden we wel rekening met het tijdsverschil tussen de metingen. We doen de analyses bijvoorbeeld eerst met alleen de mensen van wie we meteen alle gegevens hadden en daarna met alle mensen, dus ook de inhalers. Als beide analyses dan gekke verschillen laten zien, dan weten we dat er iets niet klopt en dat het tijdsverschil ons waarschijnlijk parten speelt.”

Als de metingen zo belangrijk zijn, dan moet je toch voorkomen dat er gegevens ontbreken?

“Natuurlijk proberen we dat te voorkomen en daar zijn we door ervaring nu een stuk beter in dan in het begin van de studie. Echter, we kunnen niet alle soms erg dure apparatuur dubbel in huis hebben, voor het geval er iets kapot gaat. De bediening van sommige apparaten zoals de echoapparatuur is zo specialistisch dat maar een paar van onze medewerkers dit kunnen. Als dan iemand ziek is, dan kan zo’n meting niet door gaan. Er is nog een reden, voor enkele van de metingen zoals de MRI, de CT-scan en de Dexa-scan, kregen we pas een vergunning, toen De Maastricht Studie al in volle gang was.”

Missen jullie veel metingen?

“Dat hangt erg van het soort meting af. We kennen het gewicht van iedereen maar vanwege de late start missen we bijvoorbeeld 3000 MRI-scans. Ook de oogmetingen lopen achter. Maar we halen snel in. Komend voorjaar verwacht ik dat alle 3000 missende MRI-scans al gemaakt zijn. Dat natuurlijk dankzij onze deelnemers die nog steeds massaal gemotiveerd zijn om mee te doen. Zeker 80% van de mensen die we vragen opnieuw mee te doen, doet dit ook, daar zijn we heel erg blij mee.”

Carla van der Kallen,
onderzoeker en manager onderzoekscentrum
De Maastricht Studie

Samen tegen diabetes

Van 2-6 november collecteert het Diabetesonderzoeksfonds Limburg. Elke ingezamelde euro komt ten goede aan het onderzoek naar en de voorlichting over diabetes in Limburg. In september haalde het fonds 1681 euro op tijdens Swinging Spinning, een evenement op hometrainers.

Diabetesonderzoekfonds LIMBURG
Health Foundation Limburg | Diabetes Fonds

Heeft u type 2 diabetes (suikerziekte)?

Doe mee met De Maastricht Studie!

Heeft u diabetes type 2, bent u tussen de 40 en 75 jaar oud en woont u in de gemeente Maastricht, Meerssen, Valkenburg of Eijsden-Margraten? Dan vragen de onderzoekers van De Maastricht Studie u om mee te doen aan het grootste, meest uitgebreide en geavanceerde onderzoek naar diabetes in de wereld.

Het onderzoek moet de drie meest belangrijke vragen rondom diabetes type 2 beantwoorden. Waarom krijgen mensen diabetes? Waarom krijgen mensen met diabetes complicaties en waarom krijgen mensen met diabetes zo vaak meerdere chronische ziektes?

Om die vragen te beantwoorden wil De Maastricht Studie tienduizend mensen onderzoeken en hun gezondheid vervolgen. Hierbij horen vijfduizend mensen die diabetes type 2 hebben.

Wat kunt u van deelname aan het onderzoek verwachten?

- In het moderne onderzoekscentrum van De Maastricht Studie wordt u gedurende vier halve dagen medisch onderzocht;
- Jaarlijks ontvangt u een vragenlijst over uw gezondheid;
- Vijf jaar na het eerste onderzoek vindt een tweede onderzoek plaats;
- U ontvangt een uitgebreid gezondheidsrapport.

Planning onderzoek

Het onderzoek kan, zoals u wenst, plaatsvinden op doordeweekse dagen, ‘s avonds of in het weekend. Sommige werkgevers geven extra verlof voor deelname aan De Maastricht Studie.

Wilt u meedoen of meer informatie?

Kijk op onze website (www.demaastrichtstudie.nl) of neem contact op:

Onderzoekscentrum De Maastricht Studie
Randwycksingel 35
6229 EG Maastricht
Tel: 043-3876600

Publiekssymposium

Na een succesvolle editie vorig jaar organiseert De Maastricht Studie in het kader van Wereld Diabetesdag op 13 november 2015 haar tweede publiekssymposium. Doel van dit symposium is om u kennis te laten maken met enkele resultaten van De Maastricht Studie op een onderhoudende en luchtige wijze. Het centrale thema van de avond is 'Helder van geest' en richt zich op gezond oud worden, zowel fysiek als mentaal. Wij nodigen u van harte uit deze avond bij te wonen. Uiteraard is bezoeken van het Publiekssymposium gratis en mag u familie/vrienden meenemen! Indien u met meerdere personen komt, vermeld dit dan a.u.b. op het aanmeldformulier.

Programma:

18:30 tot 19:00 uur	Ontvangst
19:00 tot 19:05 uur	Welkom
19:05 tot 19:25 uur	"De Maastricht Studie, waar staan we nu?" dr. Miranda Schram
19:25 tot 19:45 uur	"Onder leiding van het brein" Stefan Geijselaers
19:45 tot 20:00 uur	Pauze
20:00 tot 20:20 uur	"De relatie tussen bloeddruk, denkfuncties en diabetes" dr. Peggy Spauwen
20:20 tot 20:45 uur	"Leefstijl aanpassingen en welbevinden bij suikerziekte" prof. dr. Nicolaas Schaper
20:45 tot 21:00 uur	Angela de Rooij | Diabetes Vereniging Nederland
21:00 tot 21:30 uur	"Vraag het de professor" Stel uw vragen aan ons expert panel

Belangrijke informatie

Datum:	Vrijdag 13 november 2015
Tijd:	19:00 - 21:30 uur Ontvangst vanaf 18:30 uur
Lokatie:	Maastricht School of Management (nabij station Maastricht Randwyck) Endepolsdomein 150, Maastricht

Aanmelden voor het Publiekssymposium op 13 november 2015 kan op verschillende manieren (online inschrijven heeft de voorkeur):

Online: www.demaastrichtstudie.nl
Email: demaastrichtstudie@mumc.nl
Telefoon: 043-3876600

Maastricht UMC+

academisch ziekenhuis Maastricht

Maastricht University

Maastricht Health Campus

Europese Unie

Europees Fonds voor Regionale Ontwikkeling

Hier wordt geïnvesteerd in uw toekomst!

OP-Zuid

Europees Economisch Stimuleringsprogramma

Stichting De Weijerhorst

dit onderzoek wordt ondersteund door de Gemeente Maastricht

De Maastricht Studie | Randwycksingel 35 | 6229 EG Maastricht
043-3876600 | www.demaastrichtstudie.nl