

Mælk, kostkalcium og knoglebrud hos kvinder: En 12-års prospektiv undersøgelse

Feskanich D, Willett WC, Stampfer MJ, Colditz GA.

Channing Laboratory, Boston, Mass. 02115, USA.

FORMÅL

Denne undersøgelse belyste, om en større indtagelse af mælk og andre kalcium-rige fødevarer i voksen-årene kan reducere risikoen for osteoporosiske brud.

METODE

Det var en 12-års prospektiv undersøgelse blandt 77.761 kvinder, som var i alderen 34 år til 59 år i 1980, der aldrig havde taget kalciumtilskud. Kostindtagelsen blev bestemt via et spørgeskema om fødevarer-hyppighed i 1980, 1984 og 1986. Brud på den proksimale lårknogle (n = 133) og det distale spoleben (n = 1046) fra svage eller moderate traumer blev selv-rapporteret på spørgeskemaer hvert andet år.

RESULTAT

Vi fandt ikke noget bevis på, at en større indtagelse af mælk eller kalcium fra fødevarer kan reducere forekomsten af brud. Kvinder, som drak to eller flere glas mælk hver dag, havde en relativ risiko på 1,45 for hoftebrud (95% tillids-interval (CI) = 0,87, 2,43) og 1,05 for underarmsbrud (95% CI = 0,88, 1,25) i sammenligning med kvinder, som indtog et glas eller mindre om ugen. Ligeledes blev større indtagelse af det totale kostkalcium eller kalcium fra mejeriprodukter ikke forbundet med formindsket risiko for hofte- eller underarmsbrud.

KONKLUSION

Disse data støtter ikke den hypotese, at et højere forbrug af mælk eller andre kalciumholdige fødevarer hos voksne kvinder beskytter mod hofte- eller underarmsbrud.