**Reproduktive faktorer, livsstil og kostvaner blandt gravide kvinder i Grønland: ACCEPT delundersøgelsen 2013-2015**

Grønlands forandring fra et traditionelt samfund baseret på jagt og fiskeri til et mere moderne samfund har haft stor indflydelse på livsstils– og kostmønstret i Grønland. Den tidligere aktive livsstil er gradvist blevet erstattet af en mere stillesiddende livsstil og de grønlandske fødevarer som havpattedyr og fisk er blevet suppleret med importerede fødevarer; ofte med et højt indhold af mættet fedt, sukker og salt. Denne kostændring har bidraget til en øget forekomst af livsstilssygdomme som fedme, hjertekar-sygdomme, diabetes og nogle former for kræft. Grønlandsk kost er rig på umættede fedtsyrer og protein, har et lavt indhold af kulhydrater og er en vigtig kilde til vitaminer. Desværre er der i flere undersøgelser også fundet høje niveauer af svært nedbrydelige stoffer som PCB, pesticider og tungmetaller i den grønlandske kost. Det er stoffer som kan påvirke helbredet i negativ retning. Gravide kvinder er en specielt sårbar gruppe, når det gælder livsstils– og kostændringer, da de bærer på næste generation, og en undersøgelse af deres vaner er derfor vigtig.

Formålet med denne undersøgelse var at beskrive reproduktive faktorer, livsstil og kostvaner blandt gravide kvinder i Grønland i forhold til alder og bosted. Undersøgelsen var en fortsættelse af ACCEPT delundersøgelsen fra 2010-2011 om gravide kvinders livsstil, reproduktive faktorer og kost i Grønland\*.

I perioden juni 2013 til september 2015 blev 373 gravide kvinder i alderen 18-46 i syv byer i Grønland interviewet. Deltagerne blev opdelt i to aldersgrupper ud fra deres gennemsnitsalder og fem regioner alt efter hvor de havde boet længst. Herefter blev de sammenlignet for at finde eventuelle alders – og regionale forskelle i forhold til reproduktive faktorer, livsstil og kostvaner.

I alt 57% af alle de gravide havde tidligere været gravide 1-2 gange; 55% havde aborteret 1-2 gange, og 25% havde aborteret 3 gange eller mere. Næsten alle (99%) ønskede at amme deres kommende barn; dog ønskede de gravide over 28 år at amme længere tid end de gravide under 28 år. Størsteparten af de gravide, der tidligere havde været gravide var bosat i Østgrønland.

Oplysninger om højde og vægt i første tredjedel af graviditeten viste, at næsten en tredjedel af alle de gravide var overvægtige (BMI $\geq $ 25,0 kg/m2) og næsten en femtedel var svært overvægtige (BMI $\geq $ 30,0 kg/m2). De gravide over 28 år havde generelt et højere BMI end de gravide under 28 år. 52% af alle de gravide i undersøgelsen fortalte, at de havde røget før graviditeten og 29% fortalte, at de stadig røg under graviditeten. Før graviditeten drak under halvdelen alkohol mindre end 1 gang om måneden. Dette tal var stort set uændret under graviditeten. Kun 10% drak alkohol mere end 1 gang om ugen før graviditeten. Hvor meget de samme kvinder drak under graviditeten er usikkert, da under halvdelen af de adspurgte kvinder svarede. Over halvdelen af alle de gravide havde prøvet at ryge hash før graviditeten og 8% havde røget hash det sidste år før de blev gravide. (Tabel 1 og 2).

De gravide kvinders kost bestod af 12% grønlandske fødevarer og 88% importerede fødevarer (Figur 1). De grønlandske fødevarer, der primært blev spist af de gravide var havpattedyr som sæl og hval samt fisk. Importerede fødevarer, der oftest blev spist, var kulhydratrige fødevarer som ris, pasta og kartofler, frugt og slik og chips. Den største forskel i forhold til alder var, at de gravide kvinder under 28 år spiste lidt mere tørret fisk end de gravide over 28 år. De gravide fra Østgrønland spiste oftere sovs og fastfood sammenlignet med de gravide kvinder i andre dele af Grønland, hvorimod kulhydratrig kost oftere blev spist af de gravide i Diskobugten og Sydgrønland.

Samlet set viste undersøgelsen, at en stor andel af de gravide kvinder i Grønland havde et højt BMI, anført af de gravide over 28 år, og mange fortsatte med at ryge under graviditeten. Samtidig viste undersøgelsen at størsteparten af den kost, de gravide spiste kom fra importerede fødevarer. Fremtidige råd til gravide bør fokusere yderligere på at fortælle om risikoen ved rygning under graviditet, om fordelene ved amning - også til de yngre gravide - og sidst, men ikke mindst, at fremme sunde kostvaner.

**Af:** Anne Seneca Terkelsen. Tlf. +45 51521803

**Kilde:** [Anne Seneca](https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/?term=Terkelsen%20AS%5BAuthor%5D&cauthor=true&cauthor_uid=28669327) Terkelsen, Manhai Long, Lise [Hounsgaard,](https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/?term=Hounsgaard%20L%5BAuthor%5D&cauthor=true&cauthor_uid=28669327) Eva Cecilie [Bonefeld-Jørgensen.](https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/?term=Bonefeld-J%C3%B8rgensen%20EC%5BAuthor%5D&cauthor=true&cauthor_uid=28669327) Reproductive factors, lifestyle and dietary habits among pregnant women in Greenland: The ACCEPT sub-study 2013-2015. Scandinavian Journal of Public Health. 2017 Jun 1:1403494817714188. doi: 10.1177/1403494817714188

\*Ane-Kersti Skaarup Knudsen, Manhai Long, Henning S. Pedersen, Eva Cecilie [Bonefeld-Jørgensen.](https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/?term=Bonefeld-J%C3%B8rgensen%20EC%5BAuthor%5D&cauthor=true&cauthor_uid=28669327) Lifestyle, reproductive factors and food-intake in Greenlandic pregnant women: The ACCEPT – sub-study. International Journal of Circumpolar Health. 2015 Nov <https://doi.org/10.3402/ijch.v74.29469>

Tabel 1 og 2. Reproduktionsfaktorer og livsstil blandt gravide kvinder i Grønland 2013-2015

|  |  |
| --- | --- |
| ****Reproduktionsfaktorer**** | ****Antal i %**** |
| ****Tidligere graviditeter**** |
| **0** | **33,7** |
| **1-2** | **57,0** |
| $\geq $**3** | **9,3** |
| ****Aborter**** |
| **0** | **19,9** |
| **1-2** | **55,0** |
| $\geq $**3** | **25,1** |
| ****Planer om at amme**** |
| **Ja/Nej** | **99,2/0,8** |
| ****Planlagt ammelængde**** |
| **<6 måneder** | **4,9** |
| **6-12 måneder** | **46,0** |
| **13-18 måneder** | **1,6** |
| **>18 måneder** | **7,1** |
| **Uvist** | **40,4** |

|  |  |
| --- | --- |
| ****Livsstil**** | ****Antal i %**** |
| ****BMI**** |
| **Undervægtig**  | **2,2** |
| **Normalvægtig** | **51,2** |
| **Overvægtig** | **28,0** |
| **Svært overvægtig** | **18,6** |
| ****Rygning før graviditet****  |
| **Ja/Nej** | **52,3/47,7** |
| ****Rygning under graviditet**** |
| **Ja/Nej** | **29,0/71,0** |
| ****Alkohol før graviditet**** |
| **<1 gang om måneden** | **48,1** |
| **1 gang om måneden** | **16,2** |
| **2-3 gange om måneden** | **25,4** |
| **>1 gang om ugen** | **10,3** |
| ****Alkohol under graviditet**** |
| **<1 gang om måneden** | **44,0** |
| **1 gang om måneden** | **0,0** |
| **2-3 gange om måneden** | **0,0** |
| **>1 gang om ugen** | **0,0** |
| ****Prøvet at ryge hash****  |
| **Ja/Nej** | **54,6/45,4** |
| ****Røget hash 1 år før graviditet****  |
| **Ja/Nej** | **8,4/46,6** |

 **Figurtekst: Andel af grønlandsk kost -og importeret kostindtag blandt gravide kvinder i Grønland**