

Biologische veroudering bij depressieve ouderen

Mensen met een depressie hebben een verhoogde kans op chronische ziekten, zoals hart- en vaatziekten en diabetes. Doordat dit doorgaans ziekten zijn die vooral voorkomen bij oudere mensen, zou het er op kunnen wijzen dat door een depressie iemands lichaam sneller verouderd. Het biologisch ouder worden van het lichaam is onder andere te zien aan de lengte van telomeren. Telomeren bevinden zich aan de uiteindes van onze chromosomen en zorgen ervoor dat ons DNA niet wordt beschadigd. Telomeren worden gedurende het leven vanzelf korter, maar dit proces kan versnellen door allerlei externe factoren, zoals leefstijl (bijvoorbeeld roken) en psychologische stress. Op een gegeven moment worden de telomeren zo kort dat cellen afsterven. Onderzoek laat zien dat korte telomeren een risico vormen voor de ontwikkeling van gezondheidsproblemen. Bij volwassenen jonger dan 60 jaar is het verband tussen depressie en kortere telomeren al veelvuldig aangetoond, maar er is nog weinig bekend over depressie en telomeerlengte bij ouderen.

Binnen NESDO hebben wij onderzocht of depressieve ouderen kortere telomeren hadden dan ouderen die nooit depressief zijn geweest. Dit bleek niet het geval te zijn, depressieve en niet-depressieve ouderen verschilden niet in telomeerlengte. We hebben ook onderzocht of binnen de groep van depressieve ouderen, bepaalde kenmerken van de depressie (zoals ernst, duur, en leeftijd waarop de eerste depressieve episode is ontstaan) een verband hadden met kortere telomeren. Ook dit bleek niet zo te zijn.

Al met al hebben we geen bewijs gevonden dat depressie bij ouderen voor een versnelde biologische veroudering zorgt. Dit is in tegenspraak met de bevindingen in volwassenen jonger dan 60 jaar. Een mogelijke verklaring hiervoor is het feit dat ouderen (met of zonder depressie), vergeleken met jongere mensen, al langere tijd zijn blootgesteld aan factoren die schadelijk zijn voor telomeren. De wisselwerking van schadelijke factoren zorgt er mogelijk voor dat het effect van een afzonderlijke factor op biologische veroudering, zoals depressie, niet meer zichtbaar is.