



Südtiroler Gesundheitsstudie – CHRIS

SÜDTIROLER GESUNDHEITSSTUDIE – CHRIS

Die Gesundheitsstudie CHRIS untersucht, wie unser Erbgut die Entwicklung von verbreiteten chronischen Krankheiten beeinflusst. Das sind Krankheiten wie Diabetes oder viele neurologische Erkrankungen, die nach ihrem Auftreten zwar oft nur langsam voranschreiten; doch ist keine Besserung zu erwarten, bevor nicht eine Heilungsmöglichkeit gefunden ist. In der Bevölkerung weit verbreitet, stellen diese Krankheiten eine große Belastung dar, sowohl für die betroffene Person als auch für das gesamte Gesundheitssystem.

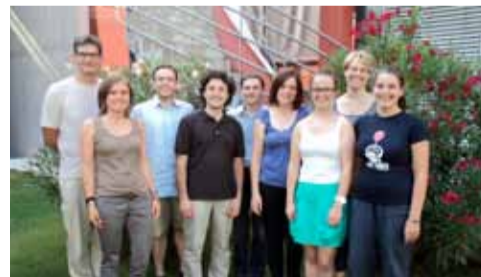
In den vergangenen 50 Jahren haben Forscher eine ganze Reihe von Gewohnheiten im Lebensstil als „Risikoverhaltensweisen“ identifiziert, das heißt, sie können der Gesundheit schaden. So haben Studien bestätigt, dass Rauchen die Wahrscheinlichkeit erhöht an Herz- und Gefäßerkrankungen, sowie Krebs- oder Atemwegserkrankungen zu sterben. Doch ist bislang unklar, warum von zwei Menschen, die gleichviel rauchen, der eine einen Schlaganfall erleidet und der andere nicht. Ist es das Zusammenspiel mit anderen Lebensgewohnheiten? Oder weil sie verschiedenen Luftschadstoffen ausgesetzt sind? Oder sind Unterschiede im Erbgut dafür verantwortlich? Wir wissen es nicht, aber auf Fragen wie diese versucht die CHRIS-Studie Antworten zu geben.

Die CHRIS-Studie ist im vergangenen Sommer gestartet. Ziel ist es, in den kommenden Jahren mindestens 10.000 Teilnehmer aus dem Vinschgau zu untersuchen, um aussagekräftige Ergebnisse erzielen zu können. Die medizinischen Untersuchungen an all jenen, die jetzt an der Studie teilnehmen, werden außerdem in den folgenden Jahren wiederholt, um das

Auftreten von neuen Erkrankungen bzw. die Verschlechterung (oder Besserung) von bereits bestehenden Beschwerden zu überwachen.

Die Südtiroler Gesundheitsstudie CHRIS ist eine Langzeitstudie. Dieser Newsletter dient dazu, den Kontakt mit den Teilnehmern aufrecht zu erhalten und sie über die Studie auf dem Laufenden zu halten. Er wird alle sechs Monate verschickt und ist im Internet unter www.christudy.it zu finden.

Neuigkeiten, Nachrichten und Informationen zur CHRIS-Studie gibt es außerdem:
im Internet unter www.christudy.it,
per E-Mail an info.chris@eurac.edu,
telefonisch unter **0471 055 502**,
direkt im CHRIS-Zentrum im **Krankenhaus Schlanders**, MO-FR von 9-12 Uhr



Die CHRIS-Mitarbeiter vom Zentrum für Biomedizin an der EURAC in Bozen (v.l.): Alessandro De Grandi, Andrea Vieider, Clemens Egger, Cristian Pattaro, Martin Gögele, Marlene Obkircher, Stefanie Wieser, Lisa Kofink, Deborah Mascalcioni



Studienassistentinnen und Krankenschwestern im CHRIS-Zentrum im Krankenhaus Schlanders (v.l.): Brunhilde Grasser, Lea Moriggl, Benedikta Linter, Tamara Oberhofer, Marilena Koch, Roselinde Gunsch

WAS WAR DER AUSGANGSPUNKT DER STUDIE?

Mehr als drei Jahre lang wurde die Südtiroler Gesundheitsstudie CHRIS im Vorfeld sorgfältig geplant und vorbereitet: Geeignete Fragebögen wurden entwickelt, um verbreitete chronische Krankheiten sowie die unterschiedlichen Lebensstile erfassen zu können und inwieweit Teilnehmer verschiedenen Schadstoffen ausgesetzt sind. Die medizinischen Untersuchungen wurden geplant wie z.B. das EKG, und es wurde definiert, welche Blut- und Urinparameter gemessen werden sollen.

Die Erfahrungen aus der GenNova/MICROS-Studie, die 2002/03 in Stills, Langtaufers und Martell durchgeführt worden ist, waren für die Planung der CHRIS-Studie äußerst wertvoll.

Dank jener Studie wurden mehr als 200 Gene identifiziert, die in Verbindung mit den meistverbreiteten chronischen Krankheiten stehen. Die CHRIS-Studie untersucht nun, inwieweit diese ausfindig gemachten Gene verschiedene Risikoverhaltensweisen verstärken.

WER IST CHRIS HEUTE? (Durchschnitt aller gesammelten Daten – Stand 30.06.2012)

CHRIS ist heute eine FRAU (55,9%):



in Schlanders
geboren
(63,2%)



47,3 Jahre alt



169,4 cm groß
Männer Ø: 177,4 cm
Frauen Ø: 163,2 cm



trinkt 2,3 Tassen
Kaffee am Tag

Bisher wurden:



48,3 Liter
Blut abge-
nommen



32,2 Liter
Urin
abgegeben



64.440
Reagenzgläser
in der Biobank



2.300
Brötchen im
CHRIS-Zentrum
gegessen



„Sind stolz als erste Gemeinde für die CHRIS-Studie ausgewählt zu sein“

Dr. Dieter Pinggera

EIN GRUSS DES BÜRGERMEISTERS

„Schlanders ist stolz darauf, als erste Gemeinde für die CHRIS-Studie ausgewählt worden zu sein, denn dadurch können sich das Krankenhaus Schlanders und unsere Gemeinde als kleiner Forschungsstandort etablieren. Die Gesundheitsstudie ist in aller Munde. Die Leute sind froh darüber, ihre Blutwerte usw. analysieren und einen umfangreichen Gesundheitscheck vornehmen lassen zu können, ohne dafür etwas bezahlen zu müssen. Immer wieder sind Diskussionen rund um die Gesundheit festzustellen, was von einem besseren Gesundheitsbewusstsein der Bevölkerung zeugt. Viele beschäftigen sich mit gesundheitlichen Themen rund um Ernährung und Bewegung. Vor kurzem hat bereits die tausendste Bürgerin von Schlanders an der CHRIS-Studie teilgenommen. Dies ist eine erfreulich hohe Zwischenbilanz. An all jene, die noch nicht an der Studie teilgenommen haben, richte ich einen wohlwollenden Appell: Nutzen Sie die einmalige Möglichkeit einer umfassenden und kostenlosen Gesundheitskontrolle und Teil eines großen Forschungsprojektes zu sein! Die gesammelten Daten dienen der Gesundheitsforschung und kommen somit unseren Bürgerinnen und Bürgern wieder zugute.“

Die CHRIS-Homepage – www.chrisstudy.it

Auf der CHRIS-Internetseite (www.chrisstudy.it) können Sie immer die Neuigkeiten zur Studie finden. Ab Oktober wird die Seite rundum erneuert sein. Auf dieser Seite können Sie mit Ihrem Benutzernamen und Passwort, die Sie im CHRIS-Zentrum erhalten haben, auf Ihre persönliche Internetseite zugreifen. Diese persönliche Seite ist ein sicherer Kommunikationsweg, über den Sie Informationen zur Studie erhalten, Ihre informierte Einwilligung überprüfen und bequem von zu Hause aus an neuen Studienphasen teilnehmen können. Ab Ende des Jahres können Sie auch den EPIC-Ernährungsfragebogen auf Ihrer persönlichen CHRIS-Seite ausfüllen.

SICHERHEIT IHRER DATEN

Datenschutz und Vertraulichkeit Ihrer Daten

Die CHRIS Studie bürgt für die Einhaltung des Datenschutzes und garantiert eine vertrauliche Behandlung der persönlichen Daten der Studienteilnehmer. Dabei folgt sie den weltweit strengsten ethischen und rechtlichen Standards. Alle Daten - das sind persönliche Daten, sodann Daten, welche während der Studie erfasst wurden und die biologischen Proben - werden von der EURAC unter strenger Beachtung des italienischen Datenschutzgesetzes aufbewahrt. Die Teilnahme an CHRIS ist freiwillig, das heißt die Teilnehmer haben jederzeit die Möglichkeit, Informationen zu ihren gespeicherten Daten anzufordern und die Korrektur oder auch das Löschen derselben zu verlangen.

Sicherheitsmaßnahmen

Alle erfassten Daten und Bioproben werden nicht mit Namen und Nachnamen des Teilnehmers, sondern mit einem numerischen Code versehen. Somit ist es nicht ohne weiteres möglich zu bestimmen Daten den zugehörigen Teilnehmer zu identifizieren. Nur der Koordinator der Studie und einige wenige Beauftragte haben die Möglichkeit die Daten mit den eigentlichen Namen wieder zusammen zu führen.

- Persönliche Daten wie Name, Adresse oder Telefonnummer werden in einer eigenen, getrennten Datenbank aufbewahrt. Diese persönlichen Daten werden niemals an Dritte weitergegeben und auch nie in Verbindung mit Forschungsergebnissen veröffentlicht
- Die Räume, in denen die biologischen Proben aufbewahrt werden, sind mit einem Zugangskontrollsystem ausgestattet, welches nur befugten Mitarbeitern Zutritt gewährt.
- Die Mitarbeiter, welche mit den Daten der Teilnehmer arbeiten, sind eigens im Umgang mit sensiblen Daten geschult und unterliegen einer Verschwiegenheitsklausel.
- Eine eigene Datenleitung
- Auch die Datenübermittlung wird immer unter besonderer Beachtung des Datenschutzes abgewickelt. Um die Daten vom Studienzentrum in Schlanders zum Hauptsitz der EURAC in Bozen zu transportieren, wurde eine eigene Datenleitung eingerichtet.

Austausch mit Forschungspartnern

Die bei der CHRIS-Studie gesammelten Daten können mit internationalen Forschungspartnern ausgetauscht werden, um die Fortschritte in der medizinischen Forschung zu beschleunigen. Die Weitergabe der Daten erfolgt allerdings immer nur in kodifizierter und anonymer Form. Persönliche Daten werden niemals an Dritte weitergegeben.

TAUSENDER MARKE GEKNACKT

Am 11. Juni 2012 gab es im CHRIS-Zentrum einen besonderen Grund zum Feiern: 1.000 Bürgerinnen und Bürger der Gemeinde Schlanders haben bereits an der Studie teilgenommen. Als tausendste Teilnehmerin wurde **Paulina Pircher** aus Kortsch (im Bild) mit Blumenstrauß und Sachertorte überrascht. Zusammen mit ihrem Mann Jakob Gemassmer freute sich die 81-Jährige über die Gratulationen des Personals im Studienzentrum, des Studienkoordinators Cristian Pattaro und des ärztlichen Koordinators Helmuth Weiss.



EINE NEUERUNG FÜR DIE CHRIS-STUDIE: DER EPIC-ERNÄHRUNGSFRAGEBOGEN

Die CHRIS-Studie versucht sich kontinuierlich zu verbessern. Gegen Ende des Jahres wird ein neuer Fragebogen zur Ernährung eingeführt, mit dem die Ernährungsgewohnheiten der Teilnehmer noch besser erfasst werden können. Dies, weil die Ernährung zu den wichtigsten Faktoren zählt, die unsere Gesundheit entscheidend beeinflussen. Der neue Ernährungsfragebogen erfasst, wie häufig und in welcher Menge ein Studienteilnehmer eine Reihe von Nahrungsmitteln zu sich nimmt. Zusätzlich mit dem Nährwert der einzelnen Nahrungsmittel kann ein genaues Ernährungsprofil einer Person erstellt und abgeschätzt werden, welche Menge an einzelnen Nahrungskomponenten (z.B. Fette, Vitamine) jemand zu sich nimmt.

Was ändert sich mit der Einführung des neuen Fragebogens?

Wer noch nicht teilgenommen hat und sich anmeldet, erhält den Fragebogen per Post mit der Bitte, ihn schon ausgefüllt zur Untersuchung ins CHRIS-Zentrum mitzubringen. Der Fragebogen kann ab Ende des Jahres auch online im Internet ausgefüllt werden.

Alle, die schon teilgenommen haben, werden nochmals kontaktiert, damit auch sie diesen verbesserten Ernährungsfragebogen ausfüllen, entweder ab Ende des Jahres im Internet oder als Papierfragebogen, der im CHRIS-Zentrum abgegeben werden kann.

Die Forscher der CHRIS-Studie haben den neuen Fragebogen an die lokalen Ernährungsgewohnheiten und an die Teilnehmer der Studie angepasst. Er geht auf eine Studie namens EPIC (European Prospective Investigation into Cancer and Nutrition) zurück, an der seit 1992 mehr als eine halbe Million Menschen aus zehn europäischen Ländern teilgenommen haben. Die EPIC-Studie erforscht, wie die Ernährung das Entstehen von Krebs und anderen chronischen Krankheiten beeinflusst. Der dabei entwickelte Fragebogen ist das derzeit am besten erforschte und am häufigsten verwendete Hilfsmittel, mit dem die Forscher unter anderem feststellen konnten, dass das Risiko an Darmkrebs zu erkranken durch den häufigen Verzehr von rotem Fleisch steigt, während ballaststoffreiche Nahrung das Darmkrebsrisiko senkt.



DIE BIOBANK DER CHRIS-STUDIE

In der Biobank der CHRIS-Studie werden die Blut- und Urinproben der Teilnehmer aufbewahrt. Zusammen mit den Informationen zur Krankengeschichte und zum Lebensstil der Teilnehmer bilden diese Proben mit biologischem Material die Grundlage, auf der die Ursachen für das Auftreten sowie die Entwicklung von Krankheiten untersucht werden. Vereinfacht erklärt, ist die Biobank ein System von Kühlschränken, Robotern und Computern. Nur unter Wahrung strenger Sicherheitsvorschriften ist sie für autorisiertes Personal zugänglich. Die abgegebenen Proben werden etikettiert und nummeriert, so dass sie für die nächsten 30 Jahre verwendet werden können. Auf diese Weise können auch in Zukunft noch Analysen durchgeführt werden, welche derzeit noch nicht möglich sind.

Zahlen und Fakten zur Biobank:

- 8 Personen nehmen täglich an der CHRIS-Studie teil
- 45 Milliliter Blut (11 Röhrchen pro Person - entsprechen ca. drei Esslöffeln) sowie eine Urinprobe gibt jeder Teilnehmer ab
- 17 Milliliter davon werden mit herkömmlichen Laboranalysen ausgewertet
- 28 Milliliter sind ausschließlich der Forschung vorbehalten; werden in 60 Röhrchen aufgeteilt und in verschiedene Bestandteile wie Plasma DNA, Serum, usw. zerlegt
- 30 Jahre lang werden die Proben in der Biobank aufbewahrt
- -20°C, -80°C, -196°C sind die Temperaturen, unter denen die Proben je nach Art gelagert werden



„Jetzt kommen mehr Leute in die Arztpraxis“

Ein besonders wichtiger Partner der CHRIS-Studie sind die Hausärzte. Mit ihnen können die Teilnehmer ihre Befunde aus der Studie besprechen und daraus entstehende Fragen zur eigenen Gesundheitsvorsorge klären. Was sich seit Beginn der CHRIS-Studie für die Hausärzte der Schlanderser Bürgerinnen und Bürger (im Bild mit dem CHRIS-Team) verändert hat, erklärt stellvertretend Hansjörg Gluderer: „Es kommen jetzt mehr Leute zu mir in die Praxis und deshalb gibt es für mich auch mehr Arbeit. Das ist aber nicht negativ, denn jetzt kommen Leute zu mir, die ich sonst nie sehe. Für mich als Arzt ist es nie schlecht zu wissen wie es ihnen geht. Wenn die Teilnehmer der CHRIS-Studie mit den Ergebnissen der Blut- und Urinproben und des EKGs zu mir kommen und wir das besprechen, ist das für beide Seiten positiv. Anhand des EKGs etwa konnten bei einigen Teilnehmern Herzprobleme ausfindig gemacht werden, die man sonst nicht bemerkt hätte. Es ist wichtig, dass so viele Leute wie möglich an der Studie teilnehmen. Denn die Ergebnisse der Studie werden aussagekräftiger je mehr Daten gesammelt werden. Und dadurch können wir Ärzte unsere Patienten besser behandeln.“



Studio sulla salute in Alto Adige – CHRIS

STUDIO SULLA SALUTE IN ALTO ADIGE – CHRIS

Lo studio CHRIS nasce dalla necessità di capire come il nostro patrimonio genetico può influenzare lo sviluppo delle patologie croniche comuni. Sono quelle malattie come il diabete o molte malattie neurologiche che, dopo la loro insorgenza, continuano a progredire, magari lentamente, ma in modo difficilmente reversibile, almeno finché non sarà trovata una cura. Sono le malattie più frequenti nella popolazione, per cui costituiscono un problema notevole sia per il singolo individuo che per tutto il sistema sanitario.

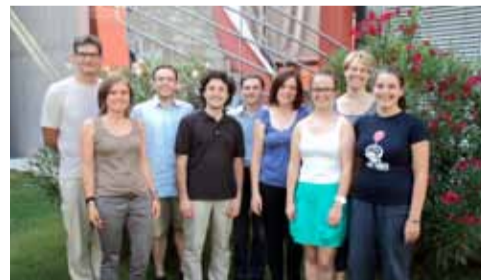
Durante gli ultimi 50 anni, l'epidemiologia ha identificato molti comportamenti a rischio. Ad esempio è risaputo che fumare aumenta la probabilità di morte per cause cardiocircolatorie, tumorali e respiratorie. Ma non è chiaro perché tra due persone che hanno fumato allo stesso modo una sviluppa un ictus e l'altra no. È la concomitanza con altre abitudini di vita? O è per l'esposizione a diversi inquinanti atmosferici? O forse è il patrimonio genetico a fare la differenza? Per ora non lo sappiamo, ma domande come queste sono quelle a cui cerca di rispondere lo studio Sulla Salute in Alto Adige CHRIS.

Lo studio CHRIS è iniziato l'estate scorsa e proseguirà nei prossimi anni, con l'obiettivo di reclutare almeno 10.000 partecipanti in tutta la Val Venosta. Inoltre, tra quattro o cinque anni chi ha già partecipato verrà invitato nuovamente a sottoporsi agli esami, in modo da tenere monitorato il suo stato di salute nel tempo.

Proprio perché CHRIS è uno studio di lungo periodo il team CHRIS si impegna a rimanere sempre in contatto con i partecipanti e questa

newsletter è uno degli strumenti prescelti. Ogni partecipante la riceve a casa ogni sei mesi ed è sempre possibile consultarla online sul sito www.chrisstudy.it.

La newsletter non è l'unico modo per tenersi aggiornati su CHRIS, ecco le altre possibilità: consultare il sito www.chrisstudy.it scrivere una e-mail a info.chris@eurac.edu chiamare il numero 0471 055 502 passare al centro CHRIS presso l'ospedale di Silandro, lun-ven dalle ore 9-12



Il Team CHRIS del Centro di Biomedicina presso l'EURAC a Bolzano: (da sinistra) Alessandro De Grandi, Andrea Vieider, Clemens Egger, Cristian Pattaro, Martin Gögele, Marlene Obkircher, Stefanie Wieser, Lisa Kofink, Deborah Mascalonzi



Le assistenti e le infermiere al centro CHRIS presso l'ospedale di Silandro: (da sinistra) Brunhilde Grasser, Lea Moriggl, Benedikta Linter, Tamara Oberhofer, Marilena Koch, Roselinde Gunsch

DA DOVE SIAMO PARTITI

Lo studio CHRIS è stato oggetto di una attenta progettazione durata oltre tre anni. I ricercatori hanno individuato i questionari più adatti a rilevare la presenza delle principali malattie croniche e ad accertare i diversi stili di vita delle persone o l'esposizione all'inquinamento. Hanno poi pianificato gli esami clinici, come l'elettrocardiogramma, e definito i parametri da misurare nel sangue e nelle urine. L'esperienza dello studio GenNova/MICROS, condotto nel 2002/03 a Stelvio, Vallelunga e Martello è stata preziosa per progettare l'attività di oggi. Grazie a GenNova/MICROS sono stati identificati oltre 200 geni collegati alle principali malattie croniche, e ora CHRIS aiuterà a capire se qualcuno di questi geni funziona da amplificatore dei nostri comportamenti a rischio.

CHI È CHRIS OGGI? (media dei dati raccolti al 30.06.2012)

CHRIS oggi è una donna (55,9%):



è nata a Silandro (63,2%)



ha 47,3 anni



è alta 169,4 cm
uomini Ø: 177,4 cm
donne Ø: 163,2 cm



beve 2,3 tazze di caffè al giorno

CHRIS fino a oggi:



48,5 litri di sangue



32,2 litri di urina



64.440 provette per la biobanca



2.300 panini mangiati al centro CHRIS



“Siamo orgogliosi di essere stati scelti come primo comune per lo studio CHRIS”

Dr. Dieter Pinggera

SALUTO DEL SINDACO

“Silandro è orgoglioso di essere il primo comune a partecipare allo studio CHRIS. Grazie a questa scelta dei promotori, il nostro ospedale e il comune intero sono diventati un piccolo centro di ricerca. Tutti parlano dello Studio sulla Salute in Alto Adige, la gente è felice di potersi sottoporre a un checkup up gratuito e di ricevere i risultati degli esami effettuati. Ora si parla molto più spesso di salute e di stile di vita, segno che la popolazione dimostra un interesse e una consapevolezza sempre maggiore rispetto a questi temi.

Di recente a Silandro abbiamo raggiunto i mille partecipanti, un ottimo risultato intermedio per lo studio CHRIS.

Ecco il mio consiglio a tutti coloro che finora non hanno partecipato: approfittate di questa occasione per controllare gratuitamente il vostro stato di salute e, allo stesso tempo, per sostenere un grande progetto di ricerca! I dati raccolti sono preziosi per continuare a fare ricerca sulla salute, partecipare va quindi a beneficio di tutta la popolazione.”

Tenersi aggiornati su CHRIS: la pagina www.chrisstudy.it

Vi ricordiamo che sul sito web di CHRIS (www.chrisstudy.it) potete trovare sempre le ultime novità sullo studio. Da ottobre la pagina sarà tutta nuova!

Dalla pagina CHRIS potete accedere alla vostra pagina personale inserendo lo username e la password che vi sono stati consegnati al centro CHRIS. La pagina personale è un canale sicuro di comunicazione tramite il quale potrete ottenere informazioni sullo studio, controllare il vostro consenso informato e partecipare a nuove fasi dello studio comodamente da casa. Prossimamente potrete compilare anche il nuovo questionario sull'alimentazione EPIC dalla pagina personale CHRIS.

I VOSTRI DATI SONO AL SICURO

Tutela della privacy e della riservatezza

Il progetto CHRIS garantisce un alto standard di sicurezza e riservatezza nella gestione dei dati personali, segue infatti i più restrittivi standard etici e legali a livello internazionale.

Tutti i dati personali, le informazioni ottenute dallo studio, i materiali biologici e i dati genealogici raccolti nell'ambito di CHRIS sono custoditi dall'EURAC seguendo rigorosamente la legge sulla privacy italiana.

Poiché la partecipazione a CHRIS è volontaria, in ogni momento è possibile chiedere spiegazioni e informazioni sulla gestione dei dati e chiederne eventualmente la cancellazione.

Misure di sicurezza

- Tutti i dati sono contrassegnati da un codice alfanumerico e non da nome e cognome. I campioni raccolti sono così codificati fin dall'origine senza riferimenti che permettano di identificare il partecipante. Solo il coordinatore dello studio e i suoi incaricati dispongono della chiave di conversione che permette di associare un codice al nome del partecipante.
- Dati personali come nome, indirizzo, stato civile vengono conservati separatamente dai campioni e dalle analisi, non vengono diffusi in nessun caso, né pubblicati insieme ai risultati.
- Solamente gli addetti ai lavori possono accedere ai locali dove sono conservati i dati e i campioni.
- Il personale addetto al trattamento dei dati segue un corso di formazione ed è vincolato da un apposito contratto alla segretezza.

Una linea dedicata per il trasferimento dei dati

Per trasferire i dati in modo sicuro è stata creata appositamente per lo studio una connessione di rete separata che trasferisce i dati dal centro CHRIS di Silandro alla sede principale dell'EURAC a Bolzano.

La condivisione di dati codificati con partner di ricerca

I dati di CHRIS possono essere scambiati esclusivamente in forma codificata con partner internazionali di ricerca allo scopo di favorire i progressi della ricerca medica. I dati personali, invece, non sono mai condivisi.

RAGGIUNTI I MILLE PARTECIPANTI

L'11 giugno 2012 è stato un giorno particolarmente importante per lo studio CHRIS: gli abitanti del comune di Silandro che hanno già partecipato hanno raggiunto quota mille. Il team CHRIS ha organizzato una sorpresa per la partecipante numero mille, **Paulina Pircher** di Corces (nella foto), accogliendola con un mazzo di fiori e una torta Sacher. L'ottantunenne signora e il marito Jakob Gemassmer si sono rallegrati per le congratulazioni del personale del centro CHRIS, del coordinatore dello studio Cristian Pattaro e del coordinatore medico Helmuth Weiss.



IL NUOVO QUESTIONARIO ALIMENTARE: UNA NOVITÀ DELLO STUDIO CHRIS

CHRIS cerca sempre di migliorarsi. Entro la fine dell'anno il team dello studio CHRIS introdurrà un nuovo questionario alimentare (EPIC) che permetterà di valutare ancora meglio le abitudini alimentari dei partecipanti. Perché questo aspetto interessa così tanto? Perché l'alimentazione è tra i principali fattori che influenzano in modo considerevole il nostro stato di salute.

Questo questionario permette di capire quanto spesso e in quale quantità il partecipante assume una vasta serie di prodotti alimentari. A ogni prodotto alimentare è collegato il rispettivo valore nutritivo e incrociando questi dati i ricercatori possono stimare la quantità con la quale vengono assunti i singoli componenti nutritivi, come grassi o vitamine.

Cosa cambierà quando il nuovo questionario sarà introdotto?

Chi non ha ancora partecipato a CHRIS: riceverà per posta il questionario e, una volta compilato, dovrà portarlo con sé all'appuntamento al centro CHRIS. Da fine 2012 il questionario potrà essere compilato anche online.

Chi ha già partecipato: sarà ricontattato e riceverà per posta il questionario con la richiesta di compilarlo e consegnarlo al centro CHRIS. In alternativa dalla fine dell'anno potrà compilarlo online accedendo alla propria pagina personale.

Il questionario che sarà proposto ai partecipanti è stato adattato dal team di CHRIS alle esigenze dello studio e si rifà a un modello elaborato nell'ambito di un importante studio europeo dedicato all'impatto dell'alimentazione sullo sviluppo di tumori e altre malattie croniche (European Prospective Investigation into Cancer and Nutrition EPIC). Grazie ai dati raccolti con questo strumento, i ricercatori sono riusciti a dimostrare ad esempio che il consumo frequente di carne rossa aumenta il rischio di tumore all'intestino, mentre un'alimentazione ricca di fibre ha un effetto protettivo.



UNA BIOBANCA PER CHRIS

La biobanca può essere concepita come un sistema di freezer, robot e computer per la conservazione ottimale dei campioni biologici. È un luogo estremamente sicuro, accessibile solo al personale autorizzato e dotato di ottimi sistemi di sicurezza. La biobanca dello studio CHRIS contiene i campioni di materiale biologico raccolti dai partecipanti; questo materiale, insieme alle informazioni sulla storia medica e sullo stile di vita dei partecipanti, costituisce la base su cui si svilupperà la ricerca medica sulle malattie comuni. Tutti i campioni biologici raccolti, vengono conservati in provette etichettate e numerate, utilizzabili e rintracciabili per i 30 anni successivi alla loro raccolta. La biobanca rappresenta un tesoro per la ricerca perché oltre a conservare i campioni utilizzati oggi per la ricerca, consentirà di svolgere in futuro analisi che oggi non ci possiamo permettere o per le quali ancora non esiste la tecnologia.

I numeri della biobanca CHRIS

- 8 persone partecipano ogni giorno allo studio CHRIS
- 45 millilitri di sangue (undici provette, corrispondenti a circa tre cucchiaini da tavola) e un campione di urina vengono raccolti per ognuno dei partecipanti
- 17 millilitri di questi vengono utilizzati per eseguire gli esami di laboratorio di base che riguardano i parametri classici degli esami del sangue e delle urine
- 28 millilitri sono impiegati esclusivamente per la ricerca e per lo studio di parametri specifici; per questo scopo vengono ridotti a plasma, siero e DNA e suddivisi in 60 provette
- 30 anni è il periodo in cui le provette conservate nella biobanca possono essere utilizzabili e rintracciabili.
- -20°C, -80°C, -196°C sono le temperature a cui si conservano i campioni a seconda della tipologia e dell'uso a cui sono destinati



“Ora più gente viene nel mio studio”

Un partner di particolare importanza per lo studio CHRIS è costituito dai medici di base. I partecipanti che si sono sottoposti agli esami previsti dallo studio CHRIS possono discutere con loro i risultati e chiarire i dubbi sulla propria salute. Il rappresentante dei medici di base Hansjörg Gluderer spiega che cosa è cambiato per i medici di Silandro (nella foto: con il team CHRIS nel centro) da quando è iniziato lo studio CHRIS: “Ora ricevo più gente nel mio studio medico. Questo significa che lavoro di più, ma non lo considero assolutamente un aspetto negativo: grazie a CHRIS in ambulatorio vengono persone che altrimenti non vedrei mai. E per un medico è sempre importante sapere come sta la gente. Discutere con loro i risultati degli esami del sangue, delle urine e

dell'elettrocardiogramma è positivo per entrambe le parti. Ad esempio, grazie all'elettrocardiogramma alcuni partecipanti hanno scoperto di avere dei problemi di cuore che altrimenti non sarebbero stati riscontrati. I risultati dello studio saranno più consistenti quanto maggiore sarà il numero dei dati raccolti, ecco perché partecipare è importante e in futuro ci permetterà di curare meglio i nostri pazienti”.