

Quellennachweis

Bio-medical Survey

Geschlecht:

1. Mortalitätstrends über fünf Jahrzehnte bei erwachsenen Transgender-Personen, die eine Hormonbehandlung erhalten: ein Bericht der Amsterdamer Kohorte der Geschlechterdysphorie [https://doi.org/10.1016/S2213-8587\(21\)00185-6](https://doi.org/10.1016/S2213-8587(21)00185-6)

Alter:

1. Sterbetafel 2018/2020, Herausgeber: Statistisches Bundesamt (Destatis) Art. Nr.: 5126203-20700-4

Kinder:

1. Amortisationszeit? Haben Kinder Einfluss auf die Sterblichkeit im Alter? K Modig, M Talbäck, J Torssander, A Ahlbom <http://dx.doi.org/10.1136/jech-2016-207857>
2. Parität und Mortalität: Eine Untersuchung verschiedener erklärender Mechanismen unter Verwendung von Daten über biologische und Adoptiveltern Barclay & Martin Kolk, <https://doi.org/10.1007/s10680-018-9469-1>

Alter der Vorfahren:

1. Der FOXO3A-Genotyp ist stark mit der menschlichen Langlebigkeit verbunden Bradley J. Willcox, Timothy A. Donlon, Qimei He, <https://doi.org/10.1073/pnas.0801030105>

Patho-History (Multimorbidity):

1. Panorama Multimorbidität, Lebensjahre in Krankheit nehmen zu; Friederike Klein; Gesundheitswesen 2018; 80(10): 848 DOI: 10.1055/a-0601-4978
2. Lozano, R. et al. (2012). Globale und regionale Mortalität von 235 Todesursachen für 20 Altersgruppen in den Jahren 1990 und 2010: eine systematische Analyse für die Global Burden of Disease Study 2010. The Lancette, 380(9859):2095-2128; [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(12\)61728-0](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(12)61728-0)
3. Alter(n) und Gesundheitsförderung, Wiebke Flor; doi:10.17623/BZGA:224-i002-2.0.

Blutzucker-Werte:

1. Kardiometabolische Multimorbidität reduziert die Lebenserwartung, Hans Uwe Janka 19.11.2015; Diabetes-Congress-Report, 2015; 15 (5) Seite 45-46
2. Trends in Health in Midlife and Late Life, Péter Hudomiet, Michael D. Hurd, Susann Rohwedder; J Hum Cap. 2022 ; 16(1): 133-156. doi:10.1086/717542
3. Lebenserwartung von Typ-2-Diabetikern in Deutschland: Das Sterblichkeitsrisiko ist fast doppelt so hoch wie in der Normalbevölkerung; Dtsch Arztebl 2018; 115(15): A-710 / B-612 / C-613 Siegmund-Schultze, Nicola

LDL-Cholesterin-Werte:

1. Fehlen eines Zusammenhangs oder eines inversen Zusammenhangs zwischen Low-Density-Lipoprotein-Cholesterin und Mortalität bei älteren Menschen: eine systematische Überprüfung, BMJ Open 2016; Uffe Ravnskov, David M Diamond, Rokura Hama doi:10.1136/bmj.open-2015-010401
2. Nützlichkeit von Non-High-Density Lipoprotein Cholesterin als Prädiktor für die Sterblichkeit von Herz-Kreislauf-Erkrankungen bei Männern in 22-Jahres-Follow-up; Gil Harari, Manfred S. Green, Avi Magid; <https://doi.org/10.1016/j.amjcard.2017.01.008>
3. Is atherosclerosis caused by high cholesterol? U. Ravnskov; Pages 397-403, <https://doi.org/10.1093/qjmed/95.6.397>
4. Löllgen, H., Löllgen, D. Risikoreduktion kardiovaskulärer Erkrankungen durch körperliche Aktivität. Internist 53, 20-29 (2012). <https://doi.org/10.1007/s00108-011-2889-1>

Leberwerte:

1. Leitlinie nicht alkoholische Fettlebererkrankungen; E. Roeb, H. M. Steffen, H. Bantel, et al.; DOI <http://dx.doi.org/10.1055/s-0035-1553193>; Z Gastroenterol 2015; 53: 668–723

Nierenwert im Urin-Score (GFR):

1. Messung und Schätzung von GFR für den Einsatz in der klinischen Praxis: Kerncurriculum 2021; Lesley A Inker, Silvia Titan; DOI: 10.1053/j.ajkd.2021.04.016

Cortisol-Werte im Schweiß:

1. Katie Guttenberg MD, Combating Stress and Tackling Cortisol - Medscape - May 17, 2022.

Blutdruck-Werte:

1. Ist das Kreuzprodukt aus systolischem Blutdruck und Herzfrequenz der beste Prädiktor für Morbidität und Mortalität? Stoschitzky K Journal für Hypertonie - Austrian Journal of Hypertension 2011; 15 2. Löllgen, H., Löllgen, D. Risikoreduktion kardiovaskulärer Erkrankungen durch körperliche

Pulse-Score:

1. Herzfrequenz und Langlebigkeit; Mario Augusto Paschoal Cardiorespir Physiother Crit Care Rehabil, vol.1, e42591, 2021; <http://dx.doi.org/10.4322/2675-9977.cpcr.42591>
2. Reimers AK, Knapp G, Reimers C-D. Effects of Exercise on the Resting Heart Rate: A Systematic Review and Meta-Analysis of Interventional Studies. *Journal of Clinical Medicine*. 2018; 7(12):503. <https://doi.org/10.3390/jcm7120503>
3. Haskell, W. L., Lee, I. M., Pate, R. R., Powell, K. E., Blair, S. N., Franklin, B. A., ... & Bauman, A. (2007). Körperliche Aktivität und öffentliche Gesundheit: aktualisierte Empfehlung für Erwachsene vom American College of Sports Medicine und der American Heart Association. DOI: 10.1161/CIRCULATION.107.185649
4. Zeiher J, Duch M, Kroll LE, et al Domain-specific physical activity patterns and cardiorespiratory fitness among the working population: Findings from the cross-sectional German Health Interview and Examination Survey BMJ Open 2020;10:e034610. doi:10.1136/bmjopen-2019-034610

Heart rate variability:

1. The American Journal of Cardiology, Volume 105, Issue 8, 15 April 2010, Pages 1181-1185; Beziehung von hoher Herzfrequenzvariabilität zu gesunder Langlebigkeit; UsmanZulfiqar, MDacDonald, A.Jurivich DO, WeihuaGao PhD, Donald H.Singer MD; <https://doi.org/10.1016/j.amjcard.2009.12.022>
2. Donald H. Singer, MD, Hohe Herzfrequenzvariabilität, Marker für gesunde Langlebigkeit; <https://doi.org/10.1016/j.amjcard.2010.06.038>

Atem-Score:

1. Sillanpää, E., Stenroth, L., Bijlsma, A.Y. et al. Zusammenhänge zwischen Muskelkraft, spirometrischer Lungenfunktion und Mobilität bei gesunden älteren Erwachsenen. *AGE* 36, 9667 (2014). <https://doi.org/10.1007/s11357-014-9667-7>
2. Pelkonen, M., Notkola, I. L., Lakka, T., Tukiainen, H. O., Kivinen, P., & Nissinen, A. (2003). Verzögerung des Rückgangs der Lungenfunktion bei körperlicher Aktivität: eine 25-jährige Nachbeobachtung. *American journal of respiratory and critical care medicine*, 168(4), 494-499

O2-Sättigung:

1. Strasser, B., & Burtscher, M. (2018). Survival of the fittest: VO₂max, ein wichtiger Prädiktor für Langlebigkeit. *Front Biosci (Landmark Ed)*, 23(23), 1505-1516
2. Burtscher M. Exercise limitations by the oxygen delivery and utilization systems in aging and disease: coordinated adaptation and deadaptation of the lung-heart muscle axis - a mini-review. *Gerontology*. 2013;59(4):289-96. doi: 10.1159/000343990.

Body-mass index (BMI):

1. Kivimäki, Mika et al.; *The Lancet Diabetes & Endocrinology*, Volume 10, Issue 4, 253 - 263; [https://doi.org/10.1016/S2213-8587\(22\)00033-X](https://doi.org/10.1016/S2213-8587(22)00033-X)
2. van Dijk, S.B., Takken, T., Prinsen, E.C. *et al.* Different anthropometric adiposity measures and their association with cardiovascular disease risk factors: a meta-analysis. *Neth Heart J* 20, 208–218 (2012). <https://doi.org/10.1007/s12471-011-0237-7>

Hip-Waist-Ration (HWR):

1. Vazquez, G., Duval, S., Jacobs Jr, D. R., & Silventoinen, K. (2007). Comparison of body mass index, waist circumference, and waist/hip ratio in predicting incident diabetes: a meta-analysis. *Epidemiologic reviews*, 29(1), 115-128.
2. Qiao, Q., Nyamadorj, R. Is the association of type II diabetes with waist circumference or waist-to-hip ratio stronger than that with body mass index?. *Eur J Clin Nutr* 64, 30–34 (2010). <https://doi.org/10.1038/ejcn.2009.93>