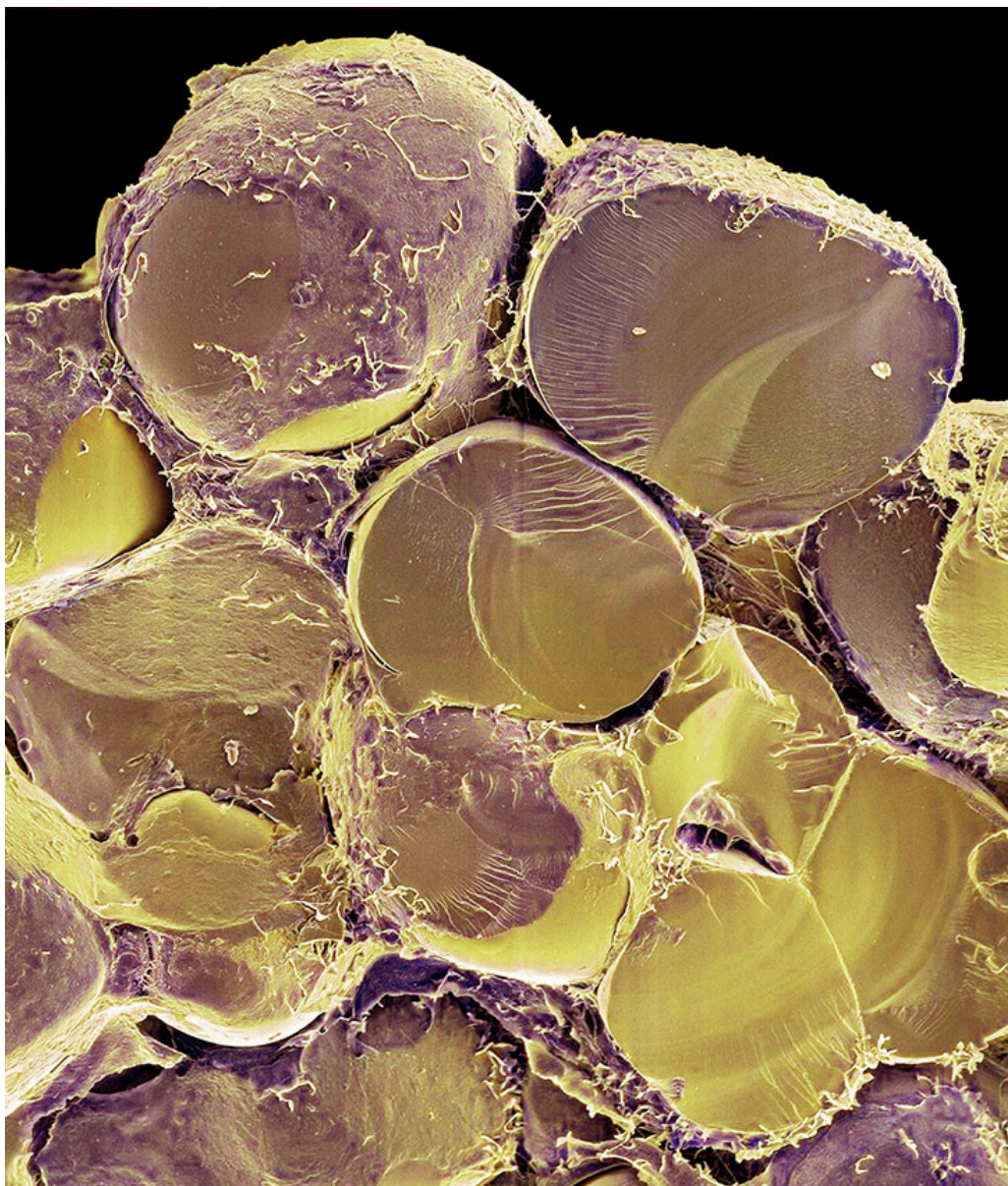

Hvorfor er det så vrient å beholde vekten etter slanking?

FRA ANDRE TIDSSKRIFTER

HAAKON B. BENESTAD

Universitetet i Oslo

Slanking etterlater epigenetiske endringer i fettcellene som signaliserer: «Jeg har vært overvektig.»



Fettceller, skanningelektronmikroskopi (SEM). Illustrasjon: Steve Gschmeissner / Science Photo Library, via NTB

Fedme disponerer for en rekke sykdommer, men det har vist seg vanskelig å opprettholde normalisert vekt etter slanking. En ny studie som omfattet både mennesker og mus, gir en mulig forklaring på hvorfor det er så vrient å holde på vekten etter en vellykket slanking: Fettvevet beholder en epigenetisk forankret overvektshukommelse [\(1\)](#).

Studien tok utgangspunkt i en enkeltcellekjernesequensering av mRNA i humant fettvev før og etter et betydelig vekttap, og i fettvev fra tynne, tykke og tidligere tykke mus. Analysene bekreftet hypotesen om bevarte transkripsjonelle forandringer. Studien ga dessuten en kartlegging av epigenomet i museadipocytters DNA-promotorer, som viste at det finnes en langlivet hukommelse i disse fettcellene, omtalt som obesogen hukommelse. Det er rimelig å tenke seg at denne hukommelsen om tidligere fedme bidrar til å gjøre det vanskelig å beholde en normalisert vekt etter slanking. Samtidig kan den også føre til nye former for fedmebehandling, for eksempel ved å korrigere de spesifikke epigenetiske endringene.

– Vi forskere har ennå ingen gode svar på hvordan man kan forebygge vektøkning etter vekttap, sier Jøran S. Hjelmæsæth, som er seksjonsoverlege ved Hormon-, overvekt- og ernæringsavdelingen ved Sykehuset i Vestfold og professor ved Universitetet i Oslo. Nyere fedmereduserende legemidler som etterlikner effekten av forskjellige tarmhormoner på hjernens appetittsenter i hypothalamus og hjernens belønningssentre, har vist seg å kunne forebygge vektøkning, men disse medikamentene medfører ofte plagsomme og av og til alvorlige gastrointestinale bivirkninger.

– Denne studien gir oss først og fremst en ny delforklaring på mulige årsaker til vektøkning etter vekttap, sier Hjelmæsæth. Hypotesen om at fettvevet «husker» tidligere fedme og dermed gjør det vanskeligere å holde vekten, må imidlertid støttes av flere studier, spesielt på mennesker. Derneft gir studien håp om fremtidig utvikling av nye, vektreduserende medikamenter med bedre effekt og færre bivirkninger, men dette kan erfaringsmessig ta flere år. Kunnskap om arvelige årsaker til fedme kan dessuten svekke feiloppfatninger om at fedme er selvpåført og et resultat av latskap og manglende viljestyrke, og dermed redusere den sosiale stigmatiseringen og diskrimineringen som mange med fedme jevnlig utsettes for, sier Hjelmæsæth.

REFERENCES

1. Hinte LC, Castellano-Castillo D, Ghosh A et al. Adipose tissue retains an epigenetic memory of obesity after weight loss. *Nature* 2024; 636: 457–65. [PubMed][CrossRef]

Publisert: 27. januar 2025. Tidsskr Nor Legeforen. DOI: 10.4045/tidsskr.25.0007
Opphavsrett: © Tidsskriftet 2026 Lastet ned fra tidsskriftet.no 7. februar 2026.