

Kort sagt

Matproduksjon

Kosthold og naturressurser må henge sammen

Aftenposten mener på lederplass at Norges Bondelag er en kjøttlobby. «Beviset» er at grøntnæringen ikke er representert i vårt styre.

Det er opp til årsmøtet i Norges Bondelag å velge styrets sammensetting. Styret jobber for alle næringer og produksjoner, alle bruksstørrelser over hele landet - selvsagt også grøntnæringen og produksjonen av frukt og bær.

Vi har som ambisjon å produsere mer grønt, frukt, bær og potet i Norge - og også at forbruker kjøper mer norskprodusert. Dette er også en del av årets jordbruksavtale.

Totalberedskapskommisjonen sier at matproduksjonen i Norge er viktig for norsk beredskap. Det må vi som næring ta alvorlig, og vi må bruke ressursene over hele landet.

Aftenposten bommer når kjøttet defineres som problemet. Skal vi opprettholde og øke selvforsyningen, som Stortinget har bedt om, må vi produsere det vi har gode forutsetninger for.

Vi må produsere mer korn, grønt og frukt/bær, og vi må bruke gressressursene på Vestlandet, i nord og i fjellbygdene til kjøttproduksjon.

Da er det skuffende at Aftenposten tror min bekymring rundt økt import innebærer å bytte ut norsk biff med argentinsk. Bekymringen er at vi bytter ut norsk lokalprodusert kjøtt fra beitedyr med importerte planteprodukter vi ikke kan dyrke under våre himmelstrøk.

Å basere kostholdet vårt på en rekke matvarer vi ikke har forutsetning for å produsere selv, blir et steg i feil retning.

Norske bønder har et viktig samfunnsoppdrag i å styrke Norges beredskap og matsikkerhet videre.

Bjørn Gimming

leder, Norges Bondelag



Aftenposten bommer når kjøttet defineres som problemet

Meninger
De nye kostrådene

◉ I et folkehelseperspektiv er det ditt og mitt inntak av relativt små mengder alkohol som betyr mest, skriver Jørgen G. Bramness. Illustrasjonsfoto: Hanna Johre, NTB



Debatt

Jørgen G. Bramness

Professor i psykiatri, UiT - Norges arktiske universitet, Tromsø, seniorforsker, Folkehelseinstituttet

Finnes det en sikker grense for alkohol?

Nylig kom de nye nordiske kostholdsrådene. En ekspertgruppe gir der råd om å avstå fra å drikke alkohol. Avholds anbefalingen har møtt sterke reaksjoner. Mange mener det er urealistisk og moraliserende. Fra et forskningsmessig synspunkt er imidlertid et slikt råd ganske fornuftig.

Alkoholbruk og spesielt høyt forbruk av alkohol er en av de viktigste årsakene til tapt helse og tapte leveår. Alkohol er negativt relatert til forekomsten av hjerte- og karsykdom, kreft, infeksjonssykdommer, angst og depresjon, til sammen mer enn 200 ulike tilstander og sykdommer.

De som drikker svært mye alkohol, har selvsagt en mye større risiko for negative følger enn andre. Men slike storkonsumenter er såpass få i antall at deres oppførsel betyr mindre for folkehelsen enn «normalinntak». I et folkehelseperspektiv er det ditt og mitt inntak av relativt små mengder alkohol som betyr mest.

Risikøkningen starter ved null. Dette er vanskelig å ta inn over seg og forstå. Og

det er vanskelig å formidle. Derfor har ulike land satt grenser for maksimum anbefalt alkoholinntak pr. dag.

I Europa varierer disse grensene mye. Mens Nederland anbefaler ikke å drikke mer enn 8 gram alkohol pr. dag (én «enhet» alkohol er ca. 12 gram), er italienerne mer liberale og setter grensen ved 40 gram. Andre land sprer seg mellom disse. Canada satte rekord da de nylig anbefalte at grensen er inntil 3,5 gram pr. dag.

Spredningen illustrerer at det ikke er noen forskningsmessig enighet om hvor en grense skal gå. Den blir satt litt tilfeldig ut fra en slags beste forståelse. Resultatet kan virke (og er) svært tilfeldig.

Helsedirektoratet har foreløpig ikke satt en slik grense for alkoholinntak. Enhver grense kan kritiseres for å være for lav eller for høy. Den vil variere med kjønn, alder, sykdommer og sårbarhet. Og det er ikke slik at det er helt ufarlig å drikke opp til grensen og plutselig veldig farlig å drikke over. Risikøkningen starter ved null. Skal man være helt sikker på ikke å få noen helseproblemer knyttet til alkohol, så må man avstå fra inntak.

For noen sykdommer er det muligens bra med litt alkohol. Her er ordene «noen», «muligens» og «litt» sentrale. Det gjelder noen få sykdommer, det er fremdeles faglig uenighet, og mengden alkohol er svært liten. Og for de fleste sykdommer er det ingen helsegevinst. Man kan ikke ta et glass for helsens skyld.

Helsedirektoratet står nå i et dilemma.

Skal man unngå enhver risiko, må man altså la være å drikke. Likevel blir ikke de fleste av oss avholdsmennesker. I mange av livets situasjoner godtar vi en viss risiko. Vi bader selv om vi kan drukne, vi kjører bil til tross for trafikkulykker, vi soiler oss mens forekomsten av hudkreft øker. Og vi drikker til tross for at det innebærer en viss helsefare. Det finnes andre hensyn å ta enn det å optimalisere helse og minimalisere risiko.

Den nordiske kostholdsgruppen har gitt Helsedirektoratet et dilemma. Skal de videreformidle det komplekse (og upopulære) rådet om at alt alkoholinntak øker sykdomsrisikoen? Eller skal de legge seg på en tilfeldig grense som resten av Europa?

Det kan være en trøst at folk likevel ikke hører noe særlig på råd. Råd er ikke effektive i å endre folks adferd. Andre deler av norsk alkoholpolitikk er mye viktigere. Høye priser, begrenset tilgang, aldersrestriksjoner og reklameforbud er langt mer effektivt for å hjelpe oss til sunne valg. For folkehelsen er dette mye viktigere enn hva Helsedirektoratet kommer til å skrive i sine dokumenter.



For de fleste sykdommer er det ingen helsegevinst. Man kan ikke ta et glass for helsens skyld.