

Bør leskedrikker, snacks og ferdigmat bli farestreket slik som sigarettpakker?  
Bør salg reguleres og reklame forbys?

## Farlig mat

I fjor gikk foreldrene til to overvektige tenåringer i USA til sak mot McDonald's. De ønsket erstatning fordi ungdommene var blitt lokket gjennom reklame til å spise på McDonald's hver dag og dermed, ikke helt overraskende, var blitt overvektige. På vegne av sine barn krevde foreldrene en erstatning fordi barna nå hadde dårligere leveutsikter enn andre. Saken ble avvist, og mange trakk et lettelsens sukk – det får være måte på ansvarsfraskrivelse! På den annen side: Samfunnet går langt i å beskytte innbyggerne mot helsefarer på andre områder. Og samfunnet går langt i å legge ansvar på den eller de som utsetter andre for helsefarer – enten det er arbeidsgivere som ikke beskytter arbeidstakerne mot et helsefarlig arbeidsmiljø, eller det er gårdeiere som ikke har sørget for å fjerne issvuller eller løse takstein. Derfor hadde det kanskje vært naturlig om vi også skulle beskyttes mot noe som totalt sett er mye farligere – nemlig å lokkes til å spise feil mat.

En omfattende rapport publisert av WHO og FAO tidligere denne måneden viser at kroniske sykdommer som hjerte- og karsykdommer, kreft og diabetes øker dramatisk i alle deler av verden og at et ugunstig kosthold er en vesentlig årsak (1). Feilernæring og overvekt er et stort problem ikke bare i USA og resten av den industrialiserte verden, men i økende grad også i utviklingsland og henger særlig sammen med urbanisering. Kroniske sykdommer bidro til omtrent 60 % av de 56,5 millioner rapporterte dødsfall i 2001 og stod for 46 % av det WHO kaller den globale sykdomsbelastningen. Endring av kosthold vil derfor kunne ha stor betydning for folkehelsen.

Rapportens konklusjoner og anbefalinger har vi hørt før: Vi bør spise mindre mettet fett, sukker og salt og mer frukt og grønnsaker. Dessuten er fysisk aktivitet nødvendig for å forbygge og motvirke utviklingen av hjerte- og karsykdommer, kreft, diabetes og overvekt. Det nye er at rapporten viser hvor omfattende helseproblemer er, hvor raskt de øker og hvor store konsekvensene er i alle deler av verden. Nytt er også den omfattende dokumentasjonen på hva slags mat som skaper de store problemene. Ikke bare spiser vi for mye, men vi spiser det rapporten kaller en energirik, næringsfattig diett og kombinerer dette med lite fysisk aktivitet. En moderne livsstil og mer velstand betyr et mer stillesittende liv og et økt kaloriinntak. Det har det gjort i mange tiår. Men hoved-

problemet ser ut til å være at vi spiser stadig mer gatekjøkkenmat og snacks med høyt salt- og fettinnhold og samtidig mer ferdigmat som til dels inneholder det samme. Dessuten konsumerer vi mer søte leskedrikker og godterier. Vi lager mindre mat selv og overlater mer til matprodusentene.

Da saken mot McDonald's ble avvist av det amerikanske rettsvesenet, uttalte dommeren bl.a.: «Hensikten med lovverket er ikke å beskytte individer mot deres egne utskielser.» Det høres rimelig ut. Det kan ikke være meningen at samfunnet gjennom lovverket skal sørge for at tenåringer ikke spiser for mange hamburgere. På den annen side: Målsettingen med folkehelsearbeid har helt fra starten av vært å redusere sykkelighet og dødelighet i befolkningen bl.a. gjennom lover og regler (2, 3). Da helseminister Dagfinn Høybråten la frem stortingsmeldingen Resept for et sunnere Norge (4), ble det fremhevet at forebygging av sykdom er langt mer kostnadseffektivt enn å kurere sykdommene i ettertid. Det er ikke sikkert det økonomiske resonnementet holder, men uansett er det viktig at sykdom ikke oppstår. Men hvordan skal sykdommene forebygges? På dette punktet er Folkehelsemeldingen vag.

Nå er alle de viktigste årsakene til kronisk sykdom og død både i de industrialiserte land og i utviklingsland mer eller mindre utslag av «utskielser» eller selvvalgt livsstil. Vi trenger verken alkohol, tobakk eller usunn mat for å overleve. Spørsmålet er hvilke virkemidler vi er villige til å ta i bruk for å redusere sykkelighet og dødelighet som oppstår fordi befolkningen velger en usunn livsstil? Vi vet av erfaring både fra eget og andre land at forbud og reguleringer er langt mer effektivt enn f.eks. opplysningskampanjer. Men er det verdt prisen?

**Charlotte Haug**  
redaktør

### Litteratur

1. Technical report Series 916: Diet, nutrition and the prevention of chronic diseases. Genève: WHO, 2003.
2. Moseng OG. Den tidligmoderne staten og ansvaret for undersåttens helse. Tidsskr Nor Lægeforen 2000; 120: 2546–7.
3. Schjønsby HP. Innføring av sunnhetsloven i 1860. Tidsskr Nor Lægeforen 2001; 121: 80–1.
4. St.meld. nr. 16 (2002–03). Resept for et sunnere Norge. Folkehelsepolitikken.