



Og mange tror ikke det gjelder dem. Undersøkelser viser at over 80 prosent tror at vi spiser mer salt enn anbefalt, men under 40 prosent tror det gjelder dem selv.

– Det høye saltinntaket i befolkningen er en av vår tids store helseutfordringer, sier Linda Granlund, divisjonsdirektør i Helsedirektoratet. – Over 30 prosent av befolkningen i Norge har høyt blodtrykk. Høyt blodtrykk kan føre til hjerte- karsykdommer, som er den vanligste dødsårsaken i Norge.

Mesteparten av saltet vi får i oss er allerede tilsatt maten vi kjøper i butikken eller får servert. Industriebearbejdede matvarer bidrar med hele 70–80 prosent av saltet i kostholdet vårt.

– Selv om folk kan gjøre mye for å redusere eget inntak gjennom små grep, kommer vi ikke langt uten et tett samarbeid med dem som lager og selger maten vi spiser. Derfor er Saltpartnerskapet etablert og vi ser allerede en svært positiv utvikling, sier Granlund.

Partnerskapet er et samarbeid mellom matvarebransjen, serveringsbransjen, forskningsmiljøer, bransje- og interesseorganisasjoner og helsemyndighetene. To av hovedmålene for partnerskapet er å øke bevisstheten om at saltreduksjon gir bedre folkehelse og gå redusere mengden salt i bearbejdet mat.

– Som forbruker har du også makt til å påvirke produsentene, fortsetter Granlund. Det gjør du for eksempel ved å velge bort matvarer med mye salt eller manglende informasjon om saltinnhold. Fra desember 2016 blir det påbudt å oppgi saltinnholdet i de aller fleste ferdigpakke de matvarer.

– Det er svært små sjanser for at friske personer med et normalt kosthold får i seg for lite salt. Ja visst trenger vi salt, men ikke mer enn 1,5 gram om dagen. Gjennomsnittsnordmannen får i seg ti.

– En annen myte er at det finnes «sunne» salt-typer, som Himalaya-salt. For at salt skal være mindre helseskadelig, må det inneholde mindre natrium. Hvis natriuminnholdet er høyt, er det uheldig å innta for mye, så enkelt er det, sier Granlund

Raskere autorisasjon



FOTO: WY IMAGES

Fra juni i år tilbyr Helsedirektoratet en ny løsning for å gi autorisasjon til helsepersonell gjennom Altinn.

Læresteder og fylkeskommuner kan nå laste opp lister over sine godkjente kandidater direkte i Altinn, og prosessen videre til autorisasjon og lisens vil være helt automatisk.

Studentene og elevene vil med en gang få melding fra Altinn om å betale gebyr. Gebyret skal betales direkte i en betalingsløsning i Altinn, og når det er registrert vil de kunne få autorisasjon som helsepersonell og bli registrert i helsepersonellregisteret (HPR) i løpet av få minutter.

Sakene vil bare gå til manuell behandling dersom det finnes forhold som er til hinder for å gi autorisasjon.

Løsningen kan benyttes gjennom hele året uavhengig av hvor mange kandidater som blir meldt inn og når fagprøven eller utdanningen er bestått.

Tidligere brukte Helsedirektoratet fire til seks uker på å behandle en søknad fra helsepersonell utdannet i Norge, men med den nye løsningen kan kandidaten være autorisert samme dag som listen er lastet opp av fylkeskommuner og utdanningsinstitusjoner.

Les mer om innmeldingslister i Altinn på: helsedirektoratet.no/autorisasjon-utdanning-og-godkjenning/

autorisasjon-og-lisens/innmeldingslister-i-altinn-skolelister

Ta gjerne kontakt med Helsedirektoratets kundesenter på telefon 21 52 97 00 eller e-post autorisasjon@helse-dir.no.

På nett

Google Earth kraftig oppdatert:

Se Komodo-øyene med Google Maps Streetview



FOTO: SKJERM DUMP

Google Earth melder at de har kommet med en ny versjon som viser en skyfri verden i langt høyere oppløsning.

Ifølge deres egen offisielle blog er de i full gang med å oppdatere tjenesten, og forteller at de bruker bilder fra Landsat 8-satellitten for første gang. Denne amerikanske satellitten ble sendt opp i 2013, og leverer bilder med høyere oppløsning og bedre fargegjengivelse enn noen gang før.

Googles nye satellittbilder finnes nå i alle Googles karttjenester og er integrert i både Google Maps med satellittlaget på, og i Google Earth.

De siste nyhetene kan sjekkes ut på Google Maps-bloggeren på <https://maps.googleblog.com/>. Den nyeste kartleggingen i Google Street View er av Komodo-øyene i Indonesia hvor en kan være turist i sofaen og manøvrere både over og under vann. Andre flotte sofareisemål er Machu Picchu i Peru, Brasil og syklistenes rute i Tour de France.

Kilde: Computerworld og Googleblog.com