



## FORSIDEILLUSTRAJON

@heiaklubben / Ingunn Dybendal

## REDAKSJON

### Ansvarlig redaktør:

Ellen Beate Dyvi

### Vitenskapelige redaktører:

Asbjørn Jokstad

Dipak Sapkota

### Redaksjonssjef:

Kristin Aksnes

### Redaksjonsråd/Editorial Board:

Linda Z. Arvidsson, Ellen Berggreen, Morten Enersen,

Jostein Grytten, Anne M. Gussgard, Sigbjørn Løes,

Marit Øilo

### Redaksjonskomité:

Malin Jonsson, Anne Rønneberg, Anders Godberg,

Kristin S. Klock, Odd Bjørn Lutnæs

## ABONNEMENT

For ikke-medlemmer og andre abonnenter:

NOK 2 400,-

## ANNONSER

Henv. markedsansvarlig Eirik Andreassen,

Tlf: 977 58 527

e-post: annonse@tannlegetidende.no

## TELEFON OG ADRESSE

Christiania torv 5, 0158 Oslo

PB 2073, Vika, 0125 Oslo

Tlf: 22 54 74 00

E-post: tidende@tannlegeforeningen.no

www.tannlegetidende.no

## UTGIVER

Den norske tannlegeforening

## ISSN 0029-2303

Opplag: 7000, 11 nummer per år

Parallellpublisering og trykk: Aksell AS

Grafisk design: Aksell AS

Fagpressens redaktørplakat ligger til grunn for utgivelsen.

Alt som publiseres representerer forfatterens synspunkter.

Disse samsvarer ikke nødvendigvis med redaksjonens eller

Den norske tannlegeforenings offisielle synspunkter med

mindre dette kommer særskilt til uttrykk.



# Den nye røykeloven?



Foto: Kristin Adley Opdahl

Minimalt med rødt kjøtt og ingen alkohol. Er det sånn det skal bli? Vi får se når de nye norske kostholdsrådene kommer – våren 2024, sier Helsedirektoratet. Arbeidet begynner nå i høst, basert på de nordiske ernæringsrådene som ble lansert 20. juni.

Det som så langt vekker mest debatt i norske medier er den nordiske anbefalingen om null alkohol, ved siden av forslaget om en ytterligere reduksjon i inntak av rødt kjøtt sammenlignet med tidligere råd. Det siste har vel så mye med klima som med ernæring å gjøre. For første gang er klimahensyn tatt med når de nordiske ernæringsrådene er blitt bestemt.

Reaksjonene uteblir ikke. Ernæringsrådene griper inn i landbrukspolitikk og næringsinteresser, dyrevelferd og menneskers livskvalitet. Vi spiser og drikker ikke utelukkende for å holde oss i live lengst mulig. Mange er vel så opptatt av å *kose seg*. Og minst like mange må hele tiden tenke på hva det koster å bli mett. De nye rådene er visst gode i så måte – det vil si at rådene kan følges samtidig som det går mindre ut over lommeboken enn tidligere.

Familie- og boligsituasjonen har også mye å si for hvordan vi spiser, ute eller hjemme. Vi befinner oss i et sammensatt felt med blant annet kulturelle, sosiale, følelsesmessige og økonomiske faktorer.

Da de nordiske rådene kom på høring i mars var det flere som etterlyste sterkere advarsler mot ultraprosessert mat, mens andre var like sterke i sin motstand mot akkurat det.

Bønder og tilhørende næringsinteresser var høyt på banen med landbruks- og matministeren i spissen. Det skulle ikke løftes en

finger for å kutte i norsk kjøttproduksjon med utgangspunkt i noen kostholds- eller ernæringsråd, sa hun som også har sagt at middag uten kjøtt ikke er middag.

Bondekvinnene er bekymret for forvring av norske mattradisjoner. Akkurat som om ikke de endrer seg hele tiden. Det skal nok fungere med både bønner og linser i fredagstacoen, tenker jeg.

Da ernæringsrådene ble lansert og gjennom sommeren er det det med null alkohol som kanskje er blitt mest debattert.

Vi kommer ikke til å etterleve et slikt råd, sier det. Det tar bort kraften fra rådene i sin helhet, og vi vil ikke stole på ernæringsråd lenger ettersom de inneholder slike hårreisende og umulige ting. Vi kan dessuten få helseangst av mindre enn disse nye rådene.

Nordmenn kommer ikke til å slutte å drikke, det er i hvert fall helt sikkert, sier de som ikke tror på at det kan bli som med røykeloven i 2003. Da utestedene ble frie for sigarettøyk, og vi etter kort tid syntes det var en velsignelse. Vil vi når de nye norske kostholdsrådene kommer slutte å drikke alkohol alle som én – og synes det er det beste som er skjedd?

Jeg tror ikke det. Og ikke er det snakk om noen ny lovgivning heller dette her. Det er en ørliten justering av tidligere råd, ser det ut som for meg. Og hvis det ikke er noen helsegevinst ved alkohol er det vel ikke annet å gjøre enn å ikke anbefale det. Jeg har ikke sett at det frarådes.

Det er råd det er snakk om dette her. Veiledning. Og så gjør vi som vi vil. Som vi alltid har gjort. Er det ikke sånn, da?

Ellen Beate Dyvi  
Ansvarlig redaktør