

Motion till riksdagen 2025/26:2856

av **Markus Wiechel (SD)**

Näringsintag och livsmedelshantering

Förslag till riksdagsbeslut

1. Riksdagen ställer sig bakom det som anförs i motionen om att överväga införandet av ett handlingsprogram för hälsosam kost inom den offentliga verksamheten och tillkännager detta för regeringen.
2. Riksdagen ställer sig bakom det som anförs i motionen om att se över religiösa och etiska särkrav och tillkännager detta för regeringen.
3. Riksdagen ställer sig bakom det som anförs i motionen om att se över införandet av obligatorisk ursprungsmärkning av animaliska produkter inom restaurangbranschen och tillkännager detta för regeringen.
4. Riksdagen ställer sig bakom det som anförs i motionen om att utreda en obligatorisk ursprungsmärkning av animaliska produkter i färdigrätter och tillkännager detta för regeringen.
5. Riksdagen ställer sig bakom det som anförs i motionen om en översyn för minskad användning av palmolja och tillkännager detta för regeringen.
6. Riksdagen ställer sig bakom det som anförs i motionen om att överväga en tydlig märkning av produkter som innehåller höga halter av palmolja, och detta tillkännager riksdagen för regeringen.
7. Riksdagen ställer sig bakom det som anförs i motionen om att se över skärpta regler för palmolja i barnmat och tillkännager detta för regeringen.
8. Riksdagen ställer sig bakom det som anförs i motionen om att utreda möjligheten till mer information till konsumenter om problemen med palmolja och tillkännager detta för regeringen.
9. Riksdagen ställer sig bakom det som anförs i motionen om att beakta lagstiftning om märkning av salthalt i livsmedel där halten är hög, och detta tillkännager riksdagen för regeringen.
10. Riksdagen ställer sig bakom det som anförs i motionen om att utreda lagstiftning om märkning av tillsatt socker i livsmedel och tillkännager detta för regeringen.
11. Riksdagen ställer sig bakom det som anförs i motionen om en översyn av rekommendationer om dagligt näringsintag och tillkännager detta för regeringen.

12. Riksdagen ställer sig bakom det som anförs i motionen om att se över möjligheten att öka medvetenheten kring riskerna med plast relaterat till förvaring och upphettning av mat och tillkännager detta för regeringen.
13. Riksdagen ställer sig bakom det som anförs i motionen om en översyn för en tydligare märkning av plastprodukter som inte bör användas i mikrovågsugn, och detta tillkännager riksdagen för regeringen.

Hälsosam och god mat

De senaste åren har vi dessvärre sett en ökning av antalet livsmedelsrelaterade sjukdomar. Prognosen tyder dessutom på att det kommer att förvärras ytterligare. Vi vet likaså att flertalet folksjukdomar kan förebyggas, och i vissa fall till och med bekämpas, bara den sjuke äter rätt mat med rätt näringsinnehåll. I Svenska Dagbladet kunde vi i februari 2017 läsa om den pensionerade läkemedelsforskaren Karl Arfors som lyckades sänka den biologiska åldern på sin aorta från 76 år till 26 år. Detta skedde enkelt genom att med ett enkelt mätinstrument och kostomläggning bryta med socker och mjöl för att istället lägga till några klunkar rödbetsjuice. Vissa livsmedel innehåller således näringsämnen som kan fungera läkande då de stärker kroppen. Det är exempelvis vida känt att ingefära, det livsmedel som per gram innehåller mest antioxidanter, kan verka antiinflammatoriskt och har flera andra positiva effekter, varför livsmedlet länge använts mot förkylningar, migrän, träningsvärk, mensvärk, illamående och för att öka blodcirkulationen eller sänka kolesterolet (vilket bland annat är bra för hjärtat).

Det finns idag en god möjlighet att laga god och näringsrik mat med ungefär samma kostnader som idag. Det går samtidigt att arbeta mer effektivt för en individanpassad bedömning över vilken mat som serveras till mottagande av vår offentliga service. Vi kan helt enkelt inte acceptera att diabetespatienter råkar få i sig sockerrik mat, allergiker får i sig just den mat de är allergiska mot eller att cancerpatienter får i sig sockerrik mat. Expertisen kring kostens påverkan på hälsan finns, men varken kunskapen eller viljan verkar finnas hos beslutsfattare. Regeringen bör tillsätta en handlingsplan för att säkerställa att all offentlig verksamhet i Sverige tillhandahåller näringsrik och god mat.

Religiösa och etiska särkrav inom offentlig verksamhet

Delvis till följd av att allt fler elever väljer specialkost vid sina respektive skolor har kostnaderna för skolmaten i många fall skjutit i höjden. När Västerås stad såg över andelen specialkost i skolrestaurangerna visade det sig att den låg på hela 13 procent, vilket gjorde att de under 2018 införde ett sjukvårdsintyg för specialkost. Intyget innebär att eleven ska få rätt till specialkost av medicinska skäl och kan godkännas av skolan efter att behörig sjukvårdspersonal intygat allergi, intolerans eller överkänslighet för en viss form av mat. I Västerås gäller inte kravet på intyg för religiösa eller etiska skäl eller för elever med ett selektivt ätande. Även andra kommuner, såsom exempelvis Stockholms stad, har infört liknande intygskrav som följd av de ökade kostnaderna.

I Laholms kommun har det visat sig att nästan vart femte barn fått specialkost i kommunens förskolor och skolor. En kock behövs då för att laga 450 portioner av den

vanliga maten samtidigt som det behövs ytterligare en kock för att laga 100 portioner specialkost, enligt chefen för internservice på Laholms kommun.

Det är fullt förståeligt att vissa kommuner väljer att införa intyg för de elever som kräver specialkost av medicinska skäl då skolbespisningen blivit mer komplicerad på senare år som följd av de krav som råder. Inte minst uppstår det problem när vissa elever har religiösa eller etiska skäl för sin specialkost, då dessa krav är orimliga ur ett ekonomiskt perspektiv eftersom alltför många kostkrav både ökar risken för onödigt matsvinn och riskerar höja de generella matkostnaderna. Samtliga skolor bör hela tiden erbjuda ett vegetariskt (lakto-ovo-vegetariskt) alternativ vid sidan av den ordinarie maten som serveras. Detta bör räcka för elever med religiösa eller etiska grunder för sitt val av mat. Regeringen bör därför tydliggöra att religiösa eller etiska krav för specialkost inom offentlig verksamhet inte är legitima när det finns ett vegetariskt alternativ för att möjliggöra sänkta kostnader och samtidigt förbättrad matkvalitet.

Ursprungsmärkning av animaliska produkter inom restaurangbranschen

I många avseenden är Sverige ett föredöme avseende såväl konsumenträtt som djurvälstånd. Som konsumenter är vi vana vid att kunna ta reda på såväl innehåll som bakgrund av den mat vi köper i butiken. Kött, ägg, fisk och ett antal andra livsmedel som exempelvis frukt och grönsaker ska enligt reglerna alltid märkas med ursprung. Tack vare den möjligheten gör svenska konsumenter också medvetna val, baserat på olika faktorer, vilket leder till att producenterna tar hänsyn till detta för att maximera kundkretsen. Så är dock inte fallet när vi går på restaurang.

Att vi inte garanteras rätten att få reda på var exempelvis köttet vi äter på en restaurang kommer ifrån är inte bara problematiskt för svenska konsumenter, utan även för djur som far illa till följd av att en krögare kan tjäna stora pengar på att servera utländskt kött, som ofta producerats på ett sätt som inte skulle ha varit lagligt i Sverige. Svenska animaliska produkter har därför kommit att få ett starkt varumärke. I Sverige har vi en förhållandevis låg antibiotikaanvändning, förhållandevis lite besprutning, förhållandevis goda arbetsvillkor, kontrollen över produktionen är förhållandevis god och djuren behandlas förhållandevis väl tack vare våra djurskyddsregler. Dessutom är risken att maten fraktats onödigt långt betydligt lägre när man som konsument väljer inhemska varor. Det starka varumärket gör inte bara att producenter får en sund inställning till sin produkt, utan även vår svenska landsbygd som kan verka tack vare tilltron från svenska konsumenter.

Restaurangbranschen i Sverige har vid ett antal tillfällen sagt sig vara villig att på frivillig basis börja redovisa ursprungsland rörande kött och fisk. Till skillnad från vårt östra grannland Finland har inte mycket skett i Sverige, varför åtgärder från politiken är nödvändig. Mot bakgrund av detta bör samtliga restauranger, caféer och all annan näringsverksamhet som säljer kött, fisk och andra animaliska produkter åläggas en skyldighet att ursprungsmärka dessa produkter. Om detta inte sköts korrekt bör de åläggas straffansvar. Ursprungsmärkningen är en hållning som går i linje med den politik som slöts genom såväl det så kallade januariavtalet (av Socialdemokraterna, Centerpartiet, Liberalerna och Miljöpartiet) som för Sverigedemokraterna, men är ändå ej en realitet.

Ursprungsmärkning av animaliska produkter i färdigrätter

I februari 2013 hölls krismöten över hela Europa mot bakgrund av att det visat sig finnas hästkött i lasagne, hamburgare och andra färdigrätter. Det höjdes röster om att ändra på regelverket eftersom det inte fanns något obligatorium om att ange köttets ursprungsland i färdigrätter. Som första EU-land valde Frankrike under 2016 att gå före övriga medlemsländer med en ny lag som kräver ursprungsmärkning av kött i färdigmat. Den nya franska lagen sågs som unik just eftersom EU av konkurrensskäl inte brukar tillåta enskilda länder att ha strängare obligatoriska märkningsregler än andra, men med hästköttsskandalen i åtanke gjorde EU-kommissionen ett avsteg från den hårda linjen.

Frågan var dock inte ny i EU-sammanhang. Hästköttsskandalen gjorde att EU-parlamentet aktivt uppmanade kommissionen att komma med ett förslag om en unionsgemensam ursprungsmärkning. Efter att detta hade utretts lades det dock på is och EU-kommissionen ansåg att en märkning inte var tillräckligt viktig för att svara mot den ökade byråkratin, de potentiellt högre kostnaderna och svårigheten att spåra. Detta trots nya köttskandaler. Smygfilmade bilder från januari 2019 visade exempelvis hur sjuka kor släpades in till ett slakteri i Polen. Köttet märktes sedan som besiktigt innan det sålts vidare till olika länder inom EU, varav hundratals kilo kött såldes till Sverige där det bland annat hamnade på svenska restauranger och i svenska skolkök.

Ursprungsmärkning av färdigmat behöver inte innebära några större problem, oavsett vad EU-kommissionen har fått för sig. Det har vi dels sett efter den franska lagstiftningen men också tack vare den frivilliga svenska ursprungsmärkningen med märket ”Från Sverige”. Från Sverige-märkningen visar vilka råvaror, livsmedel och växter som är svenskproducerade (i märkningen ingår även ”Kött från Sverige” och ”Mjolk från Sverige”). De tydliga märkena gör det betydligt enklare för konsumenter att hitta mat som producerats i Sverige och lever upp till de kriterier som krävs för att vara godkänd för märkningen: Att det är odlat eller fött och uppfött, förädlad och förpackat i Sverige.

På livsmedelsområdet finns det en lång rad exempel där olika medlemsstater har kört över EU-kommissionen och EU:s lagar och till slut fått sin vilja igenom. I frågan om obligatorisk ursprungsmärkning av animaliska produkter i färdigrätter finns goda skäl mot bakgrund av såväl de skandaler vi sett med felaktigt alternativt dåligt kött, som av hänsyn till hälsa eller djurvälstånd. Det måste helt enkelt löna sig att som svensk bonde förhålla sig till ett av världens mest ambitiösa djurvälstånd. En obligatorisk ursprungsmärkning av animaliska produkter i färdigrätter måste införas.

Minskad användning av palmolja av hälsoskäl

Palmolja är i dag vanligt förekommande i livsmedel och finns i hälften av alla världens livsmedelsprodukter. Palmolja anses därför vara världens kanske viktigaste vegetabiliska olja, men den innehåller ett flertal cancerframkallande ämnen. Dessa ämnen bildas vid raffinering av oljan (som värms till höga temperaturer på omkring 200 grader) och några skadar också njurar och testiklar. Dessa ämnen kan även bildas i låga halter i andra vegetabiliska oljor, men inte alls i kallpressade oljor. Produktionen av palmolja ökar snabbt och uppgår nu till närmare 60 miljoner ton per år (varav mer än 85 procent produceras i Indonesien och Malaysia).

Livsmedelsverket, som gjorde en granskning under sommaren 2016, bekräftar att livsmedelsbranschen står inför en rejäl omställningsprocess, efter att dessa fakta blivit kända. I december i år kommer EU att införa gränsvärden för cancerframkallande ämnen i palmolja, andra oljor och bröstmjölk ersättning. Dock kommer den säkerhetsmarginal som Livsmedelsverket rekommenderar att införas först år 2020. Detta innebär att livsmedel som exempelvis gröt och välling kommer att innehålla orimligt höga halter under flera år framöver, vilket drabbar oskyldiga barn. Barn drabbas även genom bröstmjölk ersättning, som enligt italienska studier visat på halter som är tio gånger högre än EU:s nya gränsvärde.

På grund av att palmoljan är halvfast vid rumstemperatur och dessutom är stabil mot härskning har det blivit vanligt att använda den i produkter som ska kunna stå länge på butikshyllorna. Det innebär att den enskilt största källan till de skadliga ämnena i dag är kakor, bakverk och kex. Det finns dock även mycket höga halter i praliner, margarin, glass, friterade och stekta färdigrätter, såser och dressingar samt friterade snacks (inte minst friterade potatisprodukter). Allt detta är som bekant vanligt förekommande i svenska hem.

Minskad användning av palmolja av miljö- och djurskyddsskäl

Palmoljan är inte bara hälsoskadlig för konsumenter utan framställs dessutom på ett sätt som drabbar naturen och djurlivet. Som följd av behovet av att producera palmolja har vi sett hur enorma arealer av världens mest artrika regnskogar har huggits ned för att ersättas med oljepalmodlingar. I Indonesien är det den enskilt största anledningen till att regnskog skövlas. Följderna av detta är bland annat att människor, djur och växtarter har trängts undan och dessutom fått kraftigt försämrade eller förstörda livsmiljöer. Flera av de plantager som anlagts på torvmarker har även odlats upp genom dränering. Dräneringen har då frigjort enorma mängder markbundet kol som koldioxid, vilket sägs bidra till den globala uppvärmningen. I flera fall har vi även sett hur svedjebränning vid uppodlingen har använts, som lett till omfattande bränder.

Förutom hoten mot viktiga och ovärderliga ekosystem, samt att ursprungsbefolkningen i flera delar av världen tvingats undan sina marker, bidrar omvandlingen av tropiskskog till stora utsläpp av växthusgaser. Detta har således också lett till negativa effekter på tillgången till rent vatten för såväl människor som djur.

Det råder alltså inget tvivel om att de höga halterna av palmolja är ett enormt hälso-, natur- och djurskyddsproblem. Regeringen bör därför göra en översyn med syfte att minska halterna av palmolja i livsmedel samt säkerställa att det införs en tydlig märkning av produkter med höga halter. Regeringen bör även särskilt påskynda processen med en skärpning av haltnivån av palmolja i barnmat.

Sedan 2004 finns det en certifiering (RSPO-certifiering) över palmoljeproduktionen för att enklare säkerställa att den framtagits på ett etiskt korrekt sätt, även om certifieringen i sig i många fall också kritiserats. Svenska konsumenter kan alltså redan idag fritt välja bort vissa produkter av såväl etiska skäl som hälsoskäl. Med en större medvetenhet om problemen skapar vi därför både en mer hållbar utveckling i världen och ett hälsosammare samhälle. Regeringen bör därför arbeta aktivt med att informera svenska konsumenter om problemen som palmoljan skapar.

Märkning av salthalt

I Sverige har debatten kring mat och vad som är nyttigt eller inte främst handlat om socker och fett. Saltfrågan har nästan helt kommit i skymundan, vilket är tråkigt då det är förhållandevis lätt att åtgärda problemet. Med alltför höga salthalter ökar risken för högt blodtryck, vilket ökar risken för hjärt- och kärlsjukdomar samt stroke.

I en matvara kan det finnas hela fem gånger mer salt än i en av samma sort enligt Konsumentföreningen i Stockholms granskning. Enbart en portion kan idag innehålla det maximala dagsintaget på 5–6 gram, och genomsnittet i Sverige ligger idag på 10–12 gram, men det finns givetvis de som äter så mycket som 25 gram per dag. Nästan 80 procent av vårt saltintag kommer från färdiglagad mat från restauranger eller halvfabrikat.

Det finns producenter som dragit ned på salthalten i sina varor de senaste åren, men otroligt många gör tvärt om, då det inte finns någon stark opinion emot trenden. Regeringen bör ta tag i detta problem genom att lagstifta om särskild märkning av de varor som har en hög salthalt. Detta borde göra att livsmedelsföretag arbetar för att sänka salthalten i sina produkter, inte minst de produkter som flest konsumenter väljer att köpa.

Märkning av tillsatt socker

I närapå alla våra livsmedel finns det socker. I vissa naturligt och i vissa tillsatt. Exakt hur det ser ut varierar dock, men socker är i likhet med salt en vanlig tillsats för att göra en produkt mer attraktiv. Faktum är dock att mat med mycket tillsatt socker ofta innehåller desto mindre näring och det gör varan mindre hälsosam. Det finns nämligen inga positiva effekter på hälsan alls av att äta socker.

Ämnet glukos behövs för hjärnans funktion, men eftersom kolhydrater i form av exempelvis stärkelse (vilket finns i potatis och bröd) kan brytas ner till glukos i kroppen finns inget behov för människor av att äta tillsatt socker.

Enligt de nordiska näringsrekommendationerna (NNR 2012) ska mindre än 10 procent av energin från maten komma från tillsatt socker, vilket för vuxna motsvarar ungefär 50–75 gram tillsatt socker per dag. Även Världshälsoorganisationen (WHO) rekommenderar att vi har ett intag av fria sockerarter på under 10 procent av energiintaget, och de ser gärna att intaget är mindre än fem procent. Av den anledningen har vi en oroande utveckling då fyra av tio svenskar äter mer socker än så, enligt Livsmedelsverkets undersökning av svenskars matvanor (Riksmaten Vuxna 2010–11). Om mer än 10 procent av kalorierna man äter är tillsatt socker blir det svårt för kroppen att få plats med näringsrik mat som vi behöver för att få tillräckligt med vitaminer och mineraler. På så sätt får vi i oss mer kalorier än vad vi kan göra av med.

Många svenskar är medvetna om sockrets negativa effekt på kroppen. Det är dock inte helt enkelt att tänka på detta, särskilt då man inte tror att vissa varor, såsom nypon-soppa eller blodpudding, till största delen består av just tillsatt socker. Regeringen bör verka för att fler konsumenter påminns om detta, genom att säkerställa en särskild märkning av produkter med tillsatt socker.

Optimalt näringsintag

Som konsumenter är vi alla vana vid texten ”rekommenderat dagligt intag” på olika livsmedelsförpackningar. Detta anges normalt som vägledning för att förstå behovet av exempelvis vitaminer och mineraler. Genom ökad medvetenhet om behovet av olika ämnen kan fler undvika sjukdomar, men också få ett bättre mående rent generellt i livet. Det är därför naturligtvis positivt med denna information, men flertalet näringsexperter har lyft ett problem med nuvarande förhållningssätt just för att det rekommenderade dagliga intaget främst bör ses som en miniminivå snarare än en allmän rekommendation. Vid kosttillskott finns det närmare bestämt tre huvudsakliga klassificeringar idag som står för olika slags dosering:

Rekommenderat dagligt intag (RDI) är den mängd man behöver för att inte få brist-sjukdomar. På samtliga produktförpackningar måste innehållet av enskilda näringsämnen anges i relation till RDI (i procent) och det är denna som i dag används som riktlinjer av Livsmedelsverket, Socialstyrelsen, vården och dietister.

Optimalt dagligt intag (ODI) är den dos man behöver för att optimera kroppens funktion och ger därför möjlighet att förebygga och stärka kroppens fysiologiska balans. Optimala doser innehåller tillräckliga mängder för att stärka immunförsvaret och andra kroppssystem för att må bra och för en god hälsa.

Terapeutiskt dagligt intag (TDI) är en i många fall betydligt högre dosering som oftast används under uppsikt av personer med spetskompetens och under en mycket begränsad tid. Det kan användas för att komma till rätta med specifika hälsobesvär genom näringsterapi (även kallat näringsmedicin).

Mot bakgrund av rådande förhållningssätt i Sverige menar näringsterapeuter att ODI av förklarliga skäl vore en betydligt bättre nivå för den generella konsumenten att förhålla sig till. Detta eftersom RDI främst går ut på att man med kosten enbart ska minimera näringsbristerna samtidigt som ODI handlar om att optimera intaget och dess effekt, istället för att bara undvika så kallade bristsjukdomar. Om man jämför nivåerna enligt Näringsmedicinska uppslagsboken, finns det en slående skillnad:

- RDI-nivå för C-vitamin: 60–100 mg
- ODI-nivå för C-vitamin: 2 000–12 000 mg
- RDI-nivå för D-vitamin (vuxna): 5 µgram
- ODI-nivå för D-vitamin (vuxna): 25–50 µgram
- RDI-nivå för vitamin B12: 3–4 µgram
- ODI-nivå för vitamin B12: 25–100 µgram.

Livsmedelsverkets nuvarande rekommendationer (som anses vara baserade på en samhällskollektivistisk nivå) skiljer sig från motsvarande myndigheter i flera andra länder, såsom USA. Anledningen till att man inte rekommenderar större doser handlar om rädslan för eventuella farmakologiska eller toxiska effekter. Denna tes stämmer överens med det mer extrema TDI, som ändå bör ske under kontrollerade former, dock inte alls rörande ODI. Det är vida känt att det i dag finns en mycket stor kunskap om näringsmedicin och hur olika näringsämnen kan påverka hälsan positivt. Vidare finns det tack vare en lång rad vetenskapliga studier en god kännedom om vilka doser som vi rent generellt bör inta för att förbli vid god hälsa. Trots detta ser vi att Livsmedelsverket är sena med att revidera sina rekommendationer, varför man ligger efter länder som exempelvis USA (där mycket av vetenskapen rörande detta också finns). En moderniserad syn på detta skulle innebära såväl fysiska som psykiska förbättringar för

människor, samtidigt som det skulle kunna minska behovet av olika läkemedel eller annan sjukvård.

Särskilt i dag är det viktigt att öka medvetenheten. En engelsk studie har bland annat visat hur näringsinnehållet i maten har minskat dramatiskt sedan 1940-talet, till stor del för att man på olika sätt har optimerat matproduktionen. Andra faktorer som påverkat näringsintaget negativt är ett ökat intag av raffinerad kost samtidigt som vi ser en ökad stress. Kroppens egen förmåga att i detta sammanhang klara av att försvara sig mot gifter, sjukdomsalstrande organismer och dylikt är helt enkelt beroende av den närings-tillförseln. Det är inte rimligt att konsumenter rent generellt får bilden av att RDI skulle vara en optimal dos, eller ens rekommenderad, när den i själva verket är en minimidos för att inte bli sjuk. Regeringen bör därför uppdraga åt Livsmedelsverket och eventuella andra aktörer att se över sina rekommendationer till allmänheten rörande näringsintag.

Ökad medvetenhet

Trots att plasttillverkningen har förbättrats innehåller fortfarande många plaster i våra hem tveksamma eller rent av giftiga ämnen och vi omges idag mer än någonsin tidigare av föremål i plast. Vi köper vår mat och dryck i olika behållare och vi använder plastförpackningar eller plastfolie när vi ska spara överbliven mat. Inte helt sällan återanvänds också plastförpackningar som använts när vi köpt en produkt och behållaren dyker istället upp som matlåda vid lunchpausen på jobbet. Alltför ofta åker dessa plastförpackningar raka vägen in i mikrovågsugnen, trots att vetskapen kring farorna med upphettning (inte minst i kombination med mat) av vissa typer av plast är välkänd.

Att värma lunchen i vilken plastlåda som helst eller på en tallrik med plastfolie innebär stora hälsorisker då hettan gör att plasten avger giftiga ämnen (bland annat bisfenol A som är hormonstörande). Detta gäller oavsett om det är en medhavd plastlåda eller färdigmat i en färdig plastförpackning. Risken att blanda plast med mat slutar inte med upphettning, utan det kan även innebära hälsorisker när mat förvaras med fel typer av plast. Detta gäller inte minst fet mat då fett tenderar att lösa upp kemiska ämnen som sedan hamnar i maten.

För att underlätta för konsumenter att använda rätt sorts plast i samband med exempelvis tillagning eller förvaring av mat finns det idag märkning av plast. I en triangel finns siffror från typ ett till sju:

- Typ 1: låg risk
- Typ 2: ska inte upphettas
- Typ 3: innehåller ofta farliga ftalater
- Typ 4: ska inte upphettas
- Typ 5: låg risk
- Typ 6: kan innehålla polystyren som kan läcka till livsmedel
- Typ 7: kan innehålla bisfenol.

Det är som tidigare nämnt känt att olika former av plaster och vissa tillsatsämnen i plast kan medföra hälsorisker, men trots det används exempelvis gamla glassbyttor ofta vid uppvärmning av lunchlådor. Medvetenheten kring de faror vi idag ser, som mycket väl kan vara kopplade till den höga cancerfrekvensen bland befolkningen, är därmed mycket låg. Genom att lära sig vad de olika plastmärkningarna betyder kan fler undvika

den farligaste plasten, även om det bästa är att helt och hållet undvika plast. Regeringen bör verka för att öka medvetenheten kring faran med plast relaterat till förvaring och upphettning av mat.

Märkning av plast

Plast är inte ett material utan som bekant många. Gemensamt är att plast är det material som oftast har direkt kontakt med maten i olika förpackningar. För att vara på den säkra sidan bör all plast hållas borta från mikrovågsugnen, även så kallade ”mikrosäkra” produkter (vilket bland annat har bekräftats i en rapport från 2019 som publicerades i Harvard Health Publications). Det finns dock goda skäl till att konsumenter klart och tydligt varnas för vilka plastprodukter som inte under några omständigheter bör användas i en mikrovågsugn, tillsammans med en sous vide eller på annat sätt värmas tillsammans med mat. Märkningen av plastprodukter som inte får användas i exempelvis mikrovågsugn måste bli tydligare.

Markus Wiechel (SD)