

Enskild motion

Motion till riksdagen: 2014/15:1002

av Annika Qarlsso och Ulrika Carlsson i Skövde (C)

Sommartid året om

Förslag till riksdagsbeslut

1. Riksdagen tillkännager för regeringen som sin mening vad som anförs i motionen om att låta sommartid gälla året om.

Motivering

Tidsomställningen vår och höst uppfattas som jobbig av många. Förskolebarn som ska väckas en timme tidigare ena gången. Äldre som ligger hungriga på boenden och väntar på sin frukost andra gången. För de allra flesta kan det tyckas vara en bagatell om vi ska ställa om klockan eller inte två gånger om året – en skön extra timme på hösten eller en förarglig försovning i början av april. Men tyngden för att ändra till sommartid året om ligger inte där utan det är en hälsofråga. För forskning visar att den här timmens hoppande fram och tillbaka mellan sommartid och normalt看id orsakar stresspåslag som på kort sikt ökar risken för hjärtinfarkter och på lång sikt allmänt försämrar vår hälsa.

Forskning från Karolinska Institutet visar att omställningen av klockan orsakar ett påslag av stress, vilket i sin tur ökar risken för hjärtinfarkt och därmed också dödsfall. Vi har alltså en årligen återkommande händelse där enskilda individers hälsa och i värsta fall liv riskeras. Visserligen ”räddas” omkring tio liv när klockan ställs om till normalt看id i oktober, men nettoeffekten blir negativ som helhet.

Exakt hur den ökade stressen slår mot dödligheten i andra sjukdomar är fortfarande okänt. En av världens ledande professorer i kronobiologi, Till Roenneberg vid Ludwig Maximilian-universitetet i München i Tyskland, menar att samhällskostnaden sannolikt är ohyggligt stor.

Professor Roenneberg jämför med skiftarbetande personers högre representation i många allvarliga sjukdomar. Att ställa om klockan två gånger årligen leder till en ”social jetlag” där individer sover alltför kort tid, tvingas vakna med väckarklocka och på sikt riskerar sin hälsa.

Motiveringen till tidsomställningen var ursprungligen att spara energi, vilket det rimligen bör gå att hitta hälsosammare och framförallt effektivare metoder att göra. Enligt en sammanställning från 1999 av EU-kommissionen är besparingen högst marginell, 0,3 procent. Det finns väldigt lite som talar för att siffran i dag skulle vara annorlunda.

Vi menar att Sverige ska sluta ställa om klockan och riskera människors hälsa. Det vore mer motiverat att låta sommartid gälla året runt. Ljus minskar antalet depressioner i samhället och med sommartiden är majoriteten av befolkningen vaken mer under dygnets ljusa tid.

Annika Qarlsson (C)

Ulrika Carlsson i Skövde (C)