
Miljøgifter i mat er komplisert

KOMMENTAR

LINDA GRANLUND

linda.granlund@helsedir.no

Linda Granlund er divisjonsdirektør i Helsedirektoratet.

OLE BERG

GRY HAY

Ingen av forfatterne har oppgitt noen interessekonflikter.

I artikkelen «Miljøgifter i norsk mat» tar Huitfeldt og Bolann blant annet til orde for å redusere inntaket av miljøgifter i befolkningen ved å endre kostråd om inntak av fisk ([1](#)). Det er en viktig problemstilling som adresseres, men de offisielle anbefalingene bør ikke endres uten en grundig gjennomgang av all tilgjengelig kunnskap. Et slikt arbeid er underveis.

Miljøgifter finnes dessverre i maten vi spiser, men eventuelt uheldige effekter ved inntak av disse må veies opp mot helsegevinsten ved inntak av den samme maten.

I Norge er innholdet av dioksin og dioksinliknende PCB i fisk kraftig redusert de siste par tiårene som en følge av mer planteoljer og mindre fiskeoljer i fiskefôret ([2](#)). Vi støtter Huitfeldts og Bolanns forslag om å sørge for at det er minst mulig av miljøgifter i fôr til fisk. Det samme må gjelde husdyr som benyttes til matproduksjon.

Da den norske Vitenskapskomitéen for mat og miljø (VKM) i 2014 publiserte en nytte- og risikovurdering av fisk i norsk kosthold ([2](#)), konkluderte de som følger: «Etter å ha vurdert fordelene ved å spise fisk, det vil si næringsstoffer i fisk og helsegevinster på den ene siden, og risiko på den andre, så er hovedkonklusjonen at fordelene ved å spise fisk oppveier klart den ubetydelige risikoen som dagens nivåer av miljøgifter og andre kjente fremmedstoffer i fisk representerer.»

Det som er nytt siden VKM publiserte denne rapporten, er at Den europeiske myndighet for næringsmiddeltrygghet (European Food Safety Authority, EFSA), har endret tolerabelt ukentlig inntak av dioksiner og dioksinliknende

PCB (dl-PCB) til 1/7 av tidligere verdi (3). Den nye grenseverdien ble basert dels på nye data og dels på nye beregningsmodeller.

VKM er nå i gang med en oppdatering av nytte- og risikovurderingen fra 2014, der det tas hensyn til EFSA's endrede grenseverdier. Denne vil foreligge neste år, sammen med en vurdering av befolkningens inntak av de aktuelle miljøgiftene fra ulike kilder.

Kunnskapsgrunnlaget som utarbeides til VKM's rapporter, vil bli lagt til grunn i det pågående arbeidet med nye nordiske ernæringsanbefalinger som skal ferdigstilles i 2022 (NNR 2022). De offisielle anbefalingene vil bli vurdert og eventuelt justert når NNR 2022 foreligger.

Helsedirektoratets rolle er å gi anbefalinger på bakgrunn av den beste samlede tilgjengelige kunnskapen. Vårt råd er derfor å følge de til enhver tid gjeldende kostråd.

LITTERATUR

1. Huitfeldt HS, Bolann BJ. Miljøgifter i norsk mat. Tidsskr Nor Legeforen 2021; 141. doi: 10.4045/tidsskr.21.0499. [PubMed][CrossRef]
2. Knutsen HK, Alexander J, Barregård L et al. Risk for animal and human health related to the presence of dioxins and dioxin-like PCBs in feed and food. EFSA J 2018; 16: e05333. [PubMed]
3. Vitenskapskomiteen for mat og miljø. Benefit-risk assessment of fish and fish products in the Norwegian diet – an update. VKM Report 2014:15. <https://vkm.no/english/riskassessments/allpublications/benefitandriskassessmentoffishinthenorwegiandietanupdateofthereportfrom2006basedonnewknowledge.4.27ef9ca915e07938c3b28915.html>

Publisert: 27. september 2021. Tidsskr Nor Legeforen. DOI: 10.4045/tidsskr.21.0624
Opphavsrett: © Tidsskriftet 2026 Lastet ned fra tidsskriftet.no 17. februar 2026.