

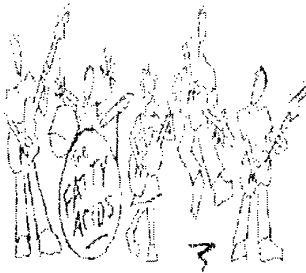
KÆRE MEDLEM AF SUNDHEDSUDVALG

Vi har haft et godt foretræde for udvalget den 9 november 2005. For at de fraværende også kan blive ajourført, sender vi hermed et kort referat i håb om at bare et af udvalgsmedlemmerne kan se pointen – alvoren – perspektiverne – gribe bolden og så holde fast.

| |
|--|
| <p>FORMAL At få en klogere fedtsammensætning i danske fødevarer til glæde for folkesundheden</p> <p>MALET At bryde fedtkurven i Danmark, som det første vestlige land i verden.</p> <p>INDHOLD Fedt- information Løsninger og perspektiver Konklusion</p> |
|--|

1) FEDT- INFO

Det handler om god og dårlig fedt og en fedmeepidemi. Selv om vi i 20 år har spist mindre og mindre fedt er vi blevet federe og federe. Årsager er mangel på elementær viden om fedt. Vi ønsker at leve fedtfattigt ikke fedtrigt. Vi har en fedtforskrækkelse ikke en fedtbevidsthed/viden. Fedt er en del af sund naturlig og varieret kost. Vi skal have 30% af vores energi fra fedt. 3 slags fedt: Mættet, enkelt- og flerumættet fedt. Vi bør have ca 10% - 1/3 af hver slags.



MÆTTET FEDT

Vi ved godt at vi får for meget mættet fedt primært animalsk:
Kød og mælkefedt (ca 16%)

ENKELT UMÆTTET FEDT

Får vi fra olivenolie, fjerkræ, nødder m.m. Mængden er ok (ca 11%)

FLERUMÆTTET FEDT

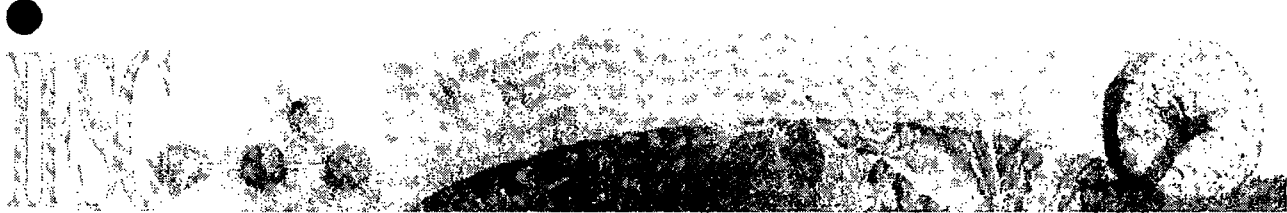
Får vi primært fra fisk og planteolier (ca 5%)

Sidstnævnte, de flerumættede fedtsyrer får vi for lidt af. De kan deles op i 2 kategorier: Omega 3 + 6, der er essentielle flerumættede fedtsyrer. De er livsvigtige for kroppen. Vi kan ikke selv danne dem. Derfor skal vi have dem tilført via kosten.

De sunde flerumættede fedtsyrer bruger vi til at danne kønshormoner, cellemembraner, hud, hår, negle. Hjernen, hjertet og nyrerne har brug for sund fedt. Omega 3 olie beskytter desuden mod hjerte/kar sygdomme, sænker kolesterol og blodtryk. Beskytter mod knogleskørhed og gigt, hæmmer/afhjælper fedme, afhjælper og beskytter mod sukkersyge og afhjælper mod psykiske lidelser (bare for lige at nævne lidt af de sygdomme der er videnskabelig dokumentation for).

INTERNATIONAL FOOD SCIENCE CENTRE A/S

POSTBOX 44, SØNDERSKOVVEJ 7, DK-8520 LYSTRUP *TLF: 8622 9986 *FAX: 8622 9996
WWW.IFSC.DK WWW.OMEGA3-NUTRIDAN.DK E-MAIL: INFO@IFSC.DK VAT NO: DK 1300 1480



DET HAR VÆRET DOKUMENTERET VIDENSKABELIGT I ÅREVIS, AT OMEGA 3 FRA FISKE- OG PLANTEOLIER ER TÆT PÅ AT VINDE FØRSTEPRISEN, SOM VERDENS BEDSTE MEDICIN, MEN DA DET ER ET NATURPRODUKT, MAN IKKE KAN TAGE PATENT PÅ, BRUGER MEDICININDUSTRIEN INGEN FORSKNINGSPENGE PÅ OMEGA 3

Hemmeligheden, problemet og løsningen er fordelingen imellem 3-6.

1:1 optimalt 1:4 Japan. Den danske kost er meget ubalanceret: 1 : 15-30 !!! Det er endnu vigtigere at få genoprettet det forhold end nedbringe mængden af animalsk fedt. Det optimale er at bytte dårlig med god fedt. Men der er ingen videnskabelig usikkerhed om det optimale forhold imellem de 2 slags fedt.

Fødevarestyrelsens hjemmeside "Alt om kost" nævner ikke Omega 3 - 6 med et ord. Diætist - programmet Dankost 2000 nævner heller ikke Omega 3 - 6 med et ord.

Men når man nu nævner sydeuropæisk olivenolie, vil vi opfordre til at man nævner danske planteolier af raps og hør, som indeholder Omega 3 uanset firmanavn.

DANSKE OMEGA 3 HOLDIGE PLANTEOLIER,
SOM RAPS- OG ISÆR HØRFRØOLIE
ER SOM ØKOLOGISKE PRODUKTER
DEN BEDSTE "BENZIN" FOR KROP OG HJERNE

De danske bønder kan oven i købet lave dem økologiske. Det er det, vi får for lidt af og som er løsningen på en pokers masse problemer. //



FAKTA

60% af hjernen er fedt! (leve fedtfattigt !!)

98% af fedtindtag udnyttes

2% uudnyttet igennem!

Du bliver hvad du spiser

15-17 % af mænd og ca. 25 % af en kvinde er fedt

Det er en ret stor del af os forbunden med uvidenhed og afsky!

Det offentlige bespiser mange tusinde mennesker dagligt. Det er bl.a. svage grupper som babyer, børn, unge psykisk syge, hospitalsindlagte, ældre. Her må det være muligt at bytte 20 g. dårligt fedt med 20 g. sundt fedt. Det fedt man bruger i det offentlige er bl.a. rapsolie (ok) og Grønvang margarine, Kærgården, smør, Creme fraiche 38% og fløde!!! Opgaven er at lade Omega 3 olier være en naturlig del af kosten. At bytte 20 g. O3 olie med 20 g. margarine i brødet, sovsen, dressingen m.m.

HJERNEN ER EN FANTASTISK MOTOR MED HØJ
YDEEVNE, BEREGNET TIL AT FUNGERE PÅ FORÆDLET
"BENZIN" MEN SELV I DEN OFFENTLIGE FORPLEJNING,
LADER VI DEN ARBEJDE PÅ DÅRLIG "DIESEL"

INTERNATIONAL FOOD SCIENCE CENTRE A/S

POSTBOX 44, SØNDERSKOVVEJ 7, DK-8520 LYSTRUP *TLF: 8622 9986 *FAX: 8622 9996

WWW.IFSC.DK WWW.OMEGA3-NUTRIDAN.DK E-MAIL: INFO@IFSC.DK VAT NO: DK 1300 1480



VI ØNSKER AT FÅ KORRIGERET FEDTPROFILIEN I MÅLTIDER SERVERET I OFFENTLIGE KØKKENER.

2) LØSNINGER / PERSPEKTIVER

Erstatte 20 ml. dårligt fedt med sundt fedt. (Fedt pr. dag M / K 90 – 60 g pr. dag)!

Gå forrest indenfor det offentlige indkøb. Vi kan opnå enorme forbedringer på sundhedsområdet hvis vi kunne få danske fedtforskeres viden ajourført og få dem til at kommunikere med lægerne, diætisterne og befolkningen.

Ved en høring for nylig i Fødevareministeriet om offentlig forplejning var en overlæge citeret for at sige: "At i fremtiden vil man nok se danske læger med forstand på fedt!!".

Det kan ikke gå stærkt nok, da det ikke kun er kroppen men også hjernen, der har glæde af en rigtig fedtsyrebalance.

Fx i psykiatrien ved man at sindslidende typisk har en abnorm fedtsyrebalance. Hvis man genopretter fedtsyrebalance før man medicinerer, vil behovet for medicin reduceres og helt kunne undværes i mange tilfælde.

Fx vores folkesygdom med for højt kolesterol i blodet. Standard behandling hos lægen er kostomlægning, diæt og medicin. Omega 3 sænker kolesterolet uden de store kostomlægninger og medicin. Billigt og ingen bivirkninger.

Det samme gør sig gældende mht overforkalkning, blodtryk, hjertestop, slagtilfælde, knogleskørhed, gigt, sukkersyge, fedme, depressioner mm.

På vores institut IFS (Institut for Sundhedsfremme) bekæmper vi fedme gennem blodanalyser, hvor vi genopretter forholdet mellem Omega 3 og Omega 6. Det er altid Omega 3 der mangler + vitaminer og mineraler. Det giver gang i forbrændingen og tilførslen af Omega 3 fedt giver vægttab.

- ✓ Der er et behov for forbedret Folkesundhed, vi skal have stoppet fedmeepidemien

Vi vil meget gerne i dialog /samarbejde med Regering, læger og diætister m.m. vedrørende Omega 3. Det er noget vi ved noget om og brænder for. Hertil har vi nok verdens førende Omega-3 forsker, Professor Vijai Shukla til rådighed !!!!!.

**LAD DIN KOST VÆRE DIT LÆGEMIDDEL OG DIT
LÆGEMIDDEL DIN KOST – (HIPPOKRATES 400 F.KR)**

3) KONKLUSION

I forhold til danskernes sundhed – forebyggelse og behandling af livsstilssygdomme – er det HER i kan gøre den største forskel til samfundets bedste og et federe samfund.

Med venlig hilsen

INTERNATIONAL FOOD SCIENCE CENTRE A/S

Bo Larsen

PS: International Food Science Center forsker i, producerer og sælger ingredienser til fødevarer- og parfumeindustrien verden over. Vi producerer en Omega 3 holdig madolie baseret på dansk raps og hørfrøolie. Vi har selvfølgelig et ønske om at det "drypper" på budbringeren. Men budskabet her er på vegne af Omega 3 producenter både fiske- og plantebaseret i Danmark og Grønland.

INTERNATIONAL FOOD SCIENCE CENTRE A/S

POSTBOX 44, SØNDRSKOVVEJ 7, DK-8520 LYSTRUP *TLF: 8622 9986 *FAX: 8622 9996

WWW.IFSC.DK WWW.OMEGA3-NUTRIDAN.DK E-MAIL: INFO@IFSC.DK VAT NO: DK 1300 1480