

Til Udvalg.

ANGÅENDE BERIGELSE AF MAD MED D-VITAMIN:

Der snakkes idag om at berige mad med D-vitamin. Der er flere grunde til at ønske berigelse af mad med D-vitamin fremfor at anbefale en daglig multi-vitamin/mineral-pille med D-vitamin.

En af grundene er, at kampagner ikke altid når ud til folk. Nogle af de folk, som en kampagne henvender sig til, kan være ligeglade.

En anden grund er, at hvis man anbefaler en multi-vitamin/mineral-pille, vil nogle folk glemme det.

Derfor foretrækker nogle en berigelse af maden med D-vitamin fremfor et dagligt kosttilskud købt i Matas, supermarkeder eller apoteker.

Men modsat disse personer er jeg imod berigelse af maden med D-vitamin og iod.

En multi-vitamin/mineral-pille er jo ikke så dyr. Selv folk i lavindkomstgrupper har råd til sådan et kosttilskud.

Jeg mener, at staten skal gå ud og anbefale en multi-vitamin/mineral-pille med D-vitamin, iod, selen og antioxidanter. Ved at vælge et kosttilskud fremfor berigelse af D-vitamin, får man jo også iod, calcium, jern, selen, folinsyre og antioxidanterne C- og E-vitamin med i købet. Det er mange fluer med et smæk.

Staten kan lave massive kampagner, hvor man anbefaler et kosttilskud. I 8, 9 og 10 klasse i skolen kan man lære eleverne om ernæring og råde folk til en multi-vitamin/mineral-pille. Og i OBS-udsendelserne i TV kan man sige "Husk lige vitaminpillen". Myndighederne kan også skrive i aviser. Osv.

Jeg synes, at jeg skal have ret til at købe mad UDEN berigelse. Jeg vil hellere styre mit vitamin/mineral-indtag via almindelig uberiget kost og så mine daglige tilskud. Jeg vil ikke tvinges til at spise vitamin-beriget mad. Hvis jeg skal sætte det på spidsen, må det være en menneskeret at kunne spise ikke-beriget mad.

Derfor bør der være valgfrihed. Der bør fortsat være ikke beriget mælk - måske økologisk - som vi forbrugere kan købe.

Jeg indtager multi-vitamin/mineral-pillen "Livol Multi Total 50 +". I denne ved jeg hvor meget D-vitamin, der er i. Og så kan jeg derudover spise min uberigede mad. Hvis staten nu vil ind og berige min mad, kan jeg ikke selv vurdere, hvor meget jeg får af D-vitamin.

Venlig hilsen

Jan Hervig Nielsen
Ideudvikler
Projekt Smørhul
(og Projekt Trafiksikkerhed)

Projekterne er 2 afslappede fritidsforetagender uden økonomiske interesser. For mange år siden har jeg læst anatomi (bl.a. bevægeapparatet), fysiologi, biokemi, sygdomslære, ernæring og lært alternativ behandling. Det meste på næsten bachelor-niveau. Jeg benytter mig ikke mere af Medline/Pubmed og