

Pressemeddelelse

Den 28. november 2012

Ny undersøgelse afslører store suktermængder i slik, kiks og sodavand

De fleste ved godt, at der er sukker i slik og sodavand. Men ved de også, hvor meget sukker der faktisk er? Tandlægeforeningen har undersøgt sukkerindholdet i en lang række populære produkter, og resultaterne er overraskende – selv for tandlæger. De stadigt større slikposer og sodavandsflasker vækker ekstra bekymring. Derfor sætter Tandlægeforeningen nu fokus på, hvor meget sukker der rent faktisk er i det, vi putter i munden.

Danskerne er glade for sukker. Tidligere undersøgelser viser, at seks ud af ti børn og en ud af fire voksne får for meget sukker. Selv dem, der mener, at de har kontrol over deres sukkerindtag, får ofte mere sukker, end hvad de officielle anbefalinger lyder på.

Men det er faktisk også rigtig svært at vide, hvor meget sukker der egentlig er i de forskellige produkter. Tandlægeforeningen har netop undersøgt en række populære produkter, som kan købes i de fleste supermarkeder, og som langt de fleste både børn og voksne kender til. Og selvom mange nok ved, at der er sukker i fx en chokofantstang, er de færreste klar over, at den indeholder, hvad der svarer til ca. 8 sukkerknalder.

- Selv som fagperson kan man godt blive overrasket over, at en chokofantstang indeholder så store mængder sukker. Der er hverken vitaminer eller mineraler i sukker. Det er bare tomme kalorier, der i for store mængder kommer til at optage pladsen for den sunde mad, som kroppen har brug for. Hvis man så samtidig ikke er specielt fysisk aktiv eller fx er småtspisende, er det for alvor et problem, siger professor i ernæring og uddannet tandlæge Berit Heitmann fra Institut for Sygdomsforebyggelse, Region Hovedstaden. Institutet har hjulpet Tandlægeforeningen med sukkerundersøgelsen.

Det er dokumenteret, at for meget sukker, udover fejlernæring, øger risikoen for huller i tænderne og overvægt. Derfor giver de stadigt stigende pakningsstørrelser ekstra anledning til bekymring blandt tandlægerne, for problemet med gigantstørrelserne er, at man spiser det, der er – om det så er en slikpose på 80 g eller 900 g, man sidder med:

- Før i tiden skulle du over grænsen for at få de store 1 kilos slikposer, men nu kan du bare gå ned i det lokale supermarked. Selvom man nu har skrinlagt planerne om en sukkerafgift, håber vi, at regeringen vil overveje andre veje til at regulere danskernes sukkerindtag. Det kan fx være via en regulering af paknings- og flaskestørrelser, som man senest har set det på sodavandsområdet i New York. En anden mulighed er at stille større krav til gennemskuelligheden af ernæringsoplysningerne på emballagen. Men et politisk indgreb kan ikke stå alene, siger Tandlægeforeningens formand, Freddie Sloth-Lisbjerg.

Indsats mod sukkerknalder

Tandlægeforeningen lancerer i dag en oplysende indsats, der i første omgang er målrettet børnefamilier, som gerne skulle blive mere opmærksomme på, hvor meget sukker de putter i indkøbskurven.

- Vi tandlæger taler hver dag med patienter om sukkers skadelige virkning på tænderne, men vi bør alle som forbrugere kende til mængden af sukker i de ting, vi indtager og ikke mindst konsekvenserne. Jo oftere man spiser sukker, jo højere er risikoen for huller i tænderne. Det ved de fleste nok, siger Freddie Sloth-Lisbjerg og fortsætter:

- Mange børnefamilier har tradition for fredagsslik, mens de ser tegnefilm – og nogle kalder det endda Disney-slik. Derfor har vi produceret en kort film, der skal gøre børnefamilierne opmærksomme på, at man nemt kommer til at servere mere end en uges sukkerration for sine børn på en enkelt aften. Vi håber, at filmen vil sprede sig via de sociale medier og virke som en øjenåbner for forældrene. Formålet med vores indsats er ikke at pege fingre af børnefamilierne. Slik, kage og sodavand smager jo godt - det er bare utrolig vigtigt både for børn og voksne at være opmærksom på, hvor meget man indtager, og hvor ofte man gør det, siger han.

Læs mere om resultaterne fra Tandlægeforeningens undersøgelse i det vedhæftede faktaark eller på Tandlægeforeningens hjemmeside, www.tandlaegeforeningen.dk.

Se YouTube-filmen "Hvor meget sukker er der i slik?" her:
<http://www.youtube.com/watch?v=Ain6Gci1oIQ>

Yderligere information kan fås ved henvendelse til:

Marie Schultz, kommunikationsmedarbejder, Tandlægeforeningen, 7025 7711/ 2225 1711, mbr@tdl.dk
Claus Jørgensen, kommunikationschef, Tandlægeforeningen, 7025 7711/2126 5698, cj@tdl.dk