

En fargerik og (hyper)-aktiv oppvekst?

Vibeke Thorp
Ernæringsfysiolog og Livsveilederstudent
Tromsø

I høst skal det være karmin. I høst skal det være friskrødt syltetøy farget med knuste ryggskall fra en mexikansk hunnlus - eller mer korrekt: Fargestoffets *syntetiske versjon*. Forbrukeren vil ikke ha den naturlige kokte fargen på jordbær. (Har *du* blitt spurt?) Glad karmin-rødt skal det være: I brusen og saften, i syltetøyet og alle slags morsomme godterier. Særlig i produkter rettet mot barn.

I høst skal det være tartrazin også. I høst skal det være lysende tartrazingul morsom saft, smågodt og gul brus.

Karmin og tartrazin er azofargestoffer, syntetiske farger brukt til maling, til farging av tøy og i de siste seks åra også til å jåle opp triste næringsmidler slik at de blir seende spiselige ut for forbrukeren. Matsminke – er en offisiell betegnelse: Syltetøyets lepestift. Brødetts brunkrem. Marsipankakens maskara.

I femogtyve år holdt vi stand. Fra 1978 til 2001 var denne gruppen syntetiske E-stoffer forbudt i produkter solgt i Norge. Vi fikk klare oss med å farge non-stop'en med klorofyll og gulrot, rødbete og blåbær. Syltetøyet - vel alle som har kokt bær vet at de gråner litt i kokingen.

Norge's restriktive linje når det gjelder fremmedstoffer i maten, er endret med tilpasningen til EUs indre marked også på dette området. Fra 2001 var de på plass igjen - azofargestoffene. Norge ratifiserte det såkalte matsminkedirektivet til EU, og med ett var varemarkedet oversvømmet av klare farger i de underligste produkter. Jeg vil ikke bruke ordet "alle regnbuens farger" fordi regnbuen fremdeles klinger så vakkert i våre ører. Når en treåring rekker knallblå tunge, med svær blå sukkerkule i handa, er det ikke bare søtt.

Med jevne mellomrom siver det ut problematisk forskning om helsekonsekvenser av industriens allehånde "hjelpestoffer". Særlig er det små kropper som får lide.

Dr. Benjamin Feingold gjorde allerede sent på sekstitallet- forsøk med en diett fri for blant annet kunstige fargestoffer til barn med hyperaktivitet og konsentrasjonsvansker. Feingold-dietten brukes i dag med godt resultat over hele verden, av foreldre som møysommelig har forsket seg fram til sammenhenger mellom "noe i maten" og barnets adferd og helseplager.

I høst ble urovekkende funn gjort i et engelsk eksperiment publisert i det velrenommerte tidsskriftet Lancet. (6.september). Funnene har fått bred medieomtale. Barn mellom 3 og 9 år fikk en drikk med det vanligst brukte konserveringsmiddelet bensosyre (E211) i kombinasjon med azofargestoffer. Disse stoffene er som sagt særlig å finne i produkter rettet mot barn. Konsentrasjonsevne, samhandling og hyperaktiv adferd ble registret, både på skolen og hjemme, av foreldre og lærere. Ungene ble signifikant mer urolige og ukonsentrerte. Det er ikke snakk om barn med diagnose fra før, men de kan nok få det. Forskerne bak undersøkelsen bekrefter dermed i store trekk Feingolds funn fra 70-tallet.

EU roper nå på en revurdering av 'policy' rundt disse stoffene. Så rykker vi kanskje tilbake til der vi var i Norge før 2001. Men, i kjølvannet av denne liberaliseringen er det skapt tusener av nye astma og allergitilfeller blant unge sårbare forbrukere. I tillegg er det altså nå dokumentert at disse stoffene kan settes i sammenheng med en stor og voksende gruppe barn og ungdom med manglende konsentrasjon og hyperaktiv adferd. En økende andel har fått diagnosen ADD/ADHD. Tall fra

Folkehelseinstituttet viser at én av 50 barn mellom 10 og 19 bruker sentralstimulerende medisiner mot ADHD/ADD - en økning på 40% i løpet av de siste tre åra. I nordisk sammenheng har Norge et urovekkende høyt forbruk av disse medisinene.

Foreldre blir av Mattilsynet bedt om å ta ansvar. Foreldre må tre inn som detektiver der myndighetene allerede har sluppet igjennom et spekter av tilsetningstoffer som i beste fall tjener til å kamuflere tap av farge og friskhet i matvareproduksjonen, i verste fall bidrar til udefinerbare plager og mer definert sykdom, spesielt i sårbare små kropper. Ved neste barnebursdag må du som forelder huske på å kontrollere alle ingrediensene i den obligatoriske godteposen Poden har fått på fiskestanga. Det blir ditt ansvar hvis den lille hovner opp eller får diarè!

Eksempelet med matsminke og våre sårbare forbrukere, viser den sterke dreiningen mot å individualisere strukturelt skapte helseutfordringer. Matvareindustrien leker ikke butikk, hvor ofte må vi minne hverandre om det? Her må alle riste i sine politisk valgte representanter; blå, grønne som røde (de gule finnes jo ikke) – og få løftet matsminke –problematikken knyttet til barn som forbrukere opp på det politiske nivået - der hører det hjemme. Vi forbrukere makter ikke, og skal ikke ha ansvaret for å alltid "følge godt med og velge noe annet".