

følger den anbefalede energifordeling med højst 30% fra fedt og 55-60% fra kulhydrater. Andre generelle problemer er, at de fleste spiser for lidt eller slet ingen fisk, og at forbruget af slik og søde læskedrikke er alt for stort hos børn og unge.

Regeringen vil justere strategi og indsatsområder i ernæringspolitikken i takt med udviklingen på områder, som har indflydelse på befolkningens sundhedstilstand og fødevarernes sundheds- og næringsværdi. Der må bl.a. tages hensyn til ændrede levekår med stadig mere stillesiddende arbejde, til udviklingen af nye produktionsmetoder med bl.a. genteknologi og udviklingen af nye funktionelle fødevarer med særlig sundhedsfremmende virkning.

Regeringen finder det vigtigt at styrke og forbedre ernæringsoplysningen og at koordinere oplysningsindsatsen mellem Fødevarerministeriet, Erhvervsministeriet og Sundhedsministeriet, således at man undgår overlapninger og modstridende budskaber. Sundhedsministeriet vil søge nye veje i formidlingen ved at gøre budskaberne mere forståelige og forklare om baggrunden for dem. Hovedvægten vil blive lagt på målrettet faglig information til udvalgte grupper. Ernæringsoplysningen vil overvejende blive formidlet gennem sundhedspersonale samt lokale myndigheder og organisationer. Ved at komme tættere på borgerne vil man bedre kunne målrette forebyggelsesinitiativer, så de imødekommer den enkeltes behov. For at højne sundhedspersonalets viden på området vil regeringen øge undervisningen om ernæring i sundhedsuddannelserne og i efteruddannelsen. Det er desuden hensigten at gøre indsatsen mere tværfaglig, så informationen indgår i en helhed, hvor også måltidets sociale betydning og forskelle i madkultur inddrages.

Der planlægges en langsigtet oplysningsindsats for ernæringsanbefalinger i de forskellige vækstperioder fra foster til voksenalder. Det er vigtigt, at børn sikres en ernæring, så de kan vokse og trives både fysisk og psykisk. Det har også betydning for børns fremtidige indstilling til en sund levevis, at de tidligt oplever glæden ved sund mad, som smager godt, og ved det sociale samvær omkring spisebordet. Der vil blive tale om kostanbefalinger både til raske og risikogrupper, som f.eks. særlige kosttilskud før og under graviditet, kost til for tidligt fødte og allergidisponerede børn. Fremme af amning vil have en høj prioritet.

Kostforplejningen i offentlige institutioner skal have en højere status. Der tilbydes hver dag omkring en halv million måltider i offentlige institutioner, og madens sammensætning og kvalitet har stor betydning for de mange forskellige modtagere herunder i dag- og døgninstitutioner, på hospitaler og plejehjem, i forsvaret og i kriminalforsorgen. Ikke mindst på hospitalerne er det vigtigt, at en optimal kost gavner helbredelsen og sikrer imod underernæring. I mange institutioner er der behov for at forbedre kvalitet og service i forplejningen. Brugere må, i højere grad end i dag, sikres en kost, som svarer til deres behov og ønsker.

Sundhedsministeren vil arbejde for, at kostforplejningen opprioriteres såvel organisatorisk som ledelsesmæssigt. Sundhedsstyrelsen planlægger en informationsindsats, som bl.a. vil omfatte ernæringsanbefalinger på daginstitutionsoverområdet.

Flere og flere voksne har problemer med overvægt og fedme. Fra 1987 til 1994 voksede andelen af overvægtige og svært fede fra 31 til 36%. Stigningen er størst blandt 45-66-årige mænd. Hovedårsagerne er ringe fysisk aktivitet og for meget fedt i kosten. Overvægt og specielt fedme øger risikoen for hjerte-karsygdomme, forhøjet blodtryk, alders-sukkersyge og slid i hofter og knæ. Der planlægges derfor en målrettet oplysningsindsats over for højrisikogrupper – især mænd med stor overvægt på maven – og et større projekt til forebyggelse af overvægt blandt børn og unge. Desuden overvejes et særskilt initiativ til forebyggelse af vægtrelateret sukkersyge. Det forventes, at rådgivningen primært vil foregå via praktiserende læger og kliniske diætister. Oplysningen vil især fokusere på en begrænsning af indtaget af fede fødevarer med et højt indhold af mættet fedt. Dette fedt anses især for sundhedsskadeligt og bør kun udgøre omkring 1/3 af det daglige fedtindtag.

En indsats til begrænsning af knogleskørhed vil få høj prioritet. Sundhedsstyrelsen er, sammen med Fødevarerdirektoratet, ved at kortlægge mulighederne for at forebygge og behandle knogleskørhed. En rapport herom ventes færdig i slutningen af 1997. Som følge af at der bliver flere ældre, ses knogleskørhed med stigende hyppighed hos begge køn men dog først og fremmest blandt ældre kvinder. Den enkelte kan imidlertid selv gøre en del for at begrænse den knoglesvækkelse, som sker med alderen. Forebyggelsen skal starte i barndommen, hvor