

Supersunt
reinsdyrkjøtt

TROMSØ En fersk studie fra Universitetet i Tromsø viser at reinsdyrkjøtt er noe av det sunneste kjøttet du kan legge på tallerkenen.

Det er sammenlignbart med fisk og sjømat når det kommer til omega-3 og essensielle fettstoffer, skriver Hanneleifseth i en artikkel.

Reinsdyrkjøtt er faktisk veldig sunt! Det inneholder mer enn dobbelt så høye verdier av noen næringsstoffer enn annet kjøtt, samtidig som det kan sammenlignes med kjøtt i fettinnhold, sier stipendiat ved Det helsevitenskapelige fakultet, Ammar Ellayeh Ali Hassan.

Mandarinand ducket
opp i Voss

VOSS Denne asiatiske anden satte i helgen farge på hverdagen i Voss. Og det er ikke så ofte den er å se i Norge.

Den har slått seg sammen med en flokk stokkender som folk mater. Den ser nesten litt kunstig ut og er utrolig flott. Mandarinand er kjent for være aggressive, men det ser ut til å gå bra, sier Lars Lid Trana, som tok bildet.

Fuglekspert Eddie Chapman sier til lokalavisen Hordaland, gjengitt på nrk.no, at anden trolig hører til en liten bestand i Sverige. Han regner med at den har rømt fra fangenskap der.

Mandarinanden spiser brød, så den vil nok greie seg så lenge folk legger ut mat, sier Chapman.



SNERTEN: Mandarinanden i Prestegårdsmoen bypark i Voss skiller seg absolutt ut fra endene vi pleier å se her til lands. Foto: LARS LID TRANA

Gammelost
i skuddet

VIK I SOGN Salget av gammelost øker med at Tahir Mahmood, Qureshi dokumenterte helsefremmende effekt i ost, skriver Sogn Avis på nett.

Qureshi tok i slutten av september doktorgrad på gammelost ved Universitetet for miljø og biovitenskap (UMB).

Han slår fast at den tradisjoniske osten inneholder helsefremmende stoff. Forskningsresultatet ble mye omtalt.

Blesten har helt klart skrudd opp produksjonsvolumet. Hittil i år ligger vi an til en økning på ette prosent, sier Per Henning Liljedahl ved ostefabrikken i Vik.

HVOR FARLIG
ER DETTE?

Av HEIDI ØSTHUS ERIKSSON og HILDE KRISTINE MISJE

Norske ungdommer snuser enn noensinne. Samtidig krangler ekspertene om hvor farlig snus faktisk er.

Det er vanskelig for folk flest å vite om snusen de legger under leppen er farlig eller ikke. Kanskje ikke så rart. Selv ekspertene strides om akkurat det.

– Trusselbilde

Karl Erik Lund ved Statens Institutt for rusmiddelforskning (SIRUS) synes Helse-Norge reagere underlig på mye av forskningen om snusbruk.

I motsetning til røyking har forskningen om skadene ved snusbruk ikke ført til utvidet skadefangst eller økt risiko når det gjelder de store folkesykdommene. Vi må snarere bygge ned trusselbildet av snusen som følge av ny forskning, sier han, og fortsetter:

– Ekspertgrupper er enige om at snus er minst 90 prosent mindre farlig enn sigaretter, og fordi de fleste snusbrukere rekrutteres fra røykerne kan tilgjengeligheten til snus faktisk virke positivt på folkehelsen.

Han tror ekspertstriden skyldes at forskning på konsekvenser av snusbruk er nytt og har lite omfang.

– Elefant og mygg

Lund får støtte av professor i odontologi og en av Sveriges fremste snusforskere, Tony Axell.

– Mye av det som presenteres av risiko og skadefangst er ubegrunnet og kraftig overdrevet. Vi kan aldri si at noe er helt ufarlig, men vi må da vitterlig gradere faren. Snus er uhor-

vellig mye mindre farlig enn andre tobakksprodukter, og man må skille mellom elefant og mygg.

Axell påpeker at snus først og fremst kan skade slimhinnene i munnen, og viser til at de fleste studiene ikke bekrefter at snus gir økt risiko for visse krefttyper og hjerteinfarkt.

– Like farlig

Hjertespesialist og professor i forebyggende medisin ved Universitetet i Tromsø, Maja-Lisa Lochen, mener på sin side at all snusbruk er negativ – også som en røykesluttelsesmetode.

Jeg hører ofte at fordi snusing er mindre farlig enn røyking, så trenger vi ikke bekymre oss. Snus er langt farligere enn tidligere antatt – jo mer kunnskap vi får om snus, dess mer ser vi de alvorlige helseeffekte-

ne denne bruken gir.

Lochen var leder i nasjonal råd for tobakksforebygging inn til sommer, og var en av ti eksperter som rådet Helsedirektoratet og Helsedepartementet til å fase ut snussalget i Norge.

– Snus er like farlig som å røyke når det gjelder typiske tobakkskreftformer som kreft i spiserør og bukspyttkjertelen, og ser også ut til å øke risikoen for munnhulekreft.

Dette mener SIRUS-forskeren blir for bombastisk.

For kreft i bukspyttkjertel og spiserør – begge relativt sjeldne – er resultatene foreløpig motstridende, og uansett ser risikoen ut til å være lavere enn ved røyking. Kreftadvarsel på snusboksene er fjernet som følge av ny innsikt, og forskerne på å gjennomføre disse har ikke fort frem.

heidi.eriksson@vg.no
hilde.kristine.misje@vg.no

Pluss og
minus ved
snusbruk

■ Gir ingen passiv, tredjepersonsskader.

■ Gir langt lavere risiko for alvorlige sykdommer enn sigaretter, ifølge Folkehelseinstituttet.

■ Er en populær røykesluttelsesmetode som gjør det enklere å kutte ned på antall sigaretter.

■ Selv om dagens snustyper har redusert innhold av et potensielt kreftfremkallende stoff, er det fortsatt en rekke kreftfremkallende substanser i snus, ifølge EUs vitenskapelige komité SCHENIR.

■ Flere store undersøkelser, blant annet fra WHO, tyder på at snusbrukere har økt risiko for kreft i bukspyttkjertel og spiserør.

■ I følge en rapport fra Kunnskapstenteret for helsefremmelse kan snusbruk føre til slimhinneforandringer, tannkjøttsvinn, blottlegging av tannhals og tannslitasje.

■ Snusbruk blant gravide øker risikoen for fosterdød, tidlig fødsel og redusert fødselsvekt, ifølge Karolinska instituttet og Uppsala universitet.

■ Nikotin kan føre til redusert søvn, ereksjonsproblemer og manglende orgasme, ifølge Karolinska Universitetet i Sverige.

■ Hjertespesialist Maja-Lisa Lochen tok en håndopp- rekning da hun holdt en forelesning for 100 siste års medisinstudenter i Tromsø, om hvor mange som hadde snus under leppen akkurat da. – 30 stykker rakk opp hånden, noe som var sjokkerende. Noen le- ge er jeg svært bekymret over den voldsomme økningen i snusbruk de siste ti årene, sier hun.



RYDDER VEL: En kvinne i kongedømmet Bahrain sparket veik en treskikk for å åpne en vei som har vært sperret av demonstranter. Hundrevis av demonstranter hadde marsjert i gatene i protest mot forbudet mot protestdemonstrasjoner, nedslutt av Bahraíns innenriksdepartement. Foto: REUTERS

STØRE: – BETAL
TILBAKE!

Kommuner som urettmessig har fått midler til oppfølging av 22. juli-ofre, bør betale pengene tilbake, mener helseminister Jonas Gahr Støre (bildet).

– Hvis du spør meg, så mener jeg ja. Det er min personlige reaksjon. Hvis noen får penger de ikke har rett på, så bør man betale dem tilbake, sier Støre til NTB.

Kommunene fikk til sammen rundt 180 millioner kroner til helsefaglig oppfølging av mennesker som er berørte av terrorangrepene 22. juli i fjor. Men pengene kom ikke som oremerkede tilskudd, og de såkalte skjennsmidlene er ikke rapporteringspliktige.

En av dem er Larvik, som mottok 460 000 kroner.

■ Nesten hver tiende ansatte må gå fra telekom- konsernet Ericssons bedrifter i Sverige. Konsernet sier opp 1550 i et forsøk på å styrke fortjenesten. Samtidig skal det skjæres kraftig ned på bruken av konsulenter og andre som er ansatt på korttidskontrakter. Ericsson har gått med inntjeningen på grunn av kontrakter som skulle øke konsernets markedsandel, men var lite lønnsomme. 1000 arbeidssøkere forsvarer i Stockholm, rundt 200 i Göteborg og resten på en rekke ulike steder i Sverige.

SATSET 500
– VANT 769 000

En spiller fra Stord satset 500 kroner på fotballoddsen. Han brukte en kupong med seks uavgjorte kamper, og det viste seg å bli en suksess.

Det skal egentlig ikke være mulig, sier Kjell Hansen i Unibet i en kommentar.

Spilleren satset på kamper fra engelsk mesterskapsserie og mestergiggen og fikk maksimal utbetaling. Vinneroddsen var på 1539 ganger innsatsbeløpet. – Vinneren vår kan sende en liten oppmerksomhet til Huddersfield's Lee Novak. Han utloppet mot Blackburn fire minutter på overtid og sikret 2–2 i den kampen, sier Hansen.

STENGER TUNNEL

Statens vegvesen har oppdaget sprekker i betongtaket i Eikskaustunnelen på riksveg 23 i Røyken kommune i Buskerud. Den tolv år gamle tunnelen blir helt stengt i to uker fra mandag 12. november. Etter 14 dager er planen å åpne tunnelen for trafikk på dagtid. På kvelds- og nattetid vil tunnelen holdes stengt.

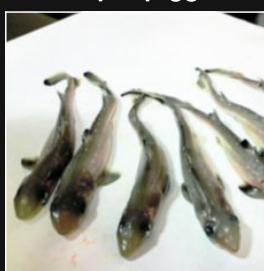
Tok «keisersnitt» på pigghå

LILLEHAMMER Da Marianne Von Quillefeldt ved Coop Mega i Lillehammer skulle sløye en pigghå fredag morgen, fant hun sju fostre og tre egg i magen på halvfisken, skriver nrk.no.

Litt spesielt, og litt trist å finne døde pigghå-fostre, sier Marianne som er fiskeansvarlig i butikken.

Da hun skar opp magen på den en meter lange pigghåen, fant hun først fire døde fostre, så tre til og til slutt tre egg. Pigghå-mammaen skulle altså føde ti barn, men det rakk hun ikke for hun ble fanget og fraktet til Knutstad & Hølen i Hamar før velen gikk til fiskedisken i Lillehammer.

Pigghåen er vår vanligste hal-art, og er utbredt langs hele nørskysten. Den lever på dyp ned til 400 m, og opptrer ofte i stimer på flere tusen individer.



FOSTRE: Det ble funnet syv døde fostre i pigghåen, pluss tre egg. Foto: STEIN SCHNITZAD/NRK

Gir opp hodeskallmysterium

STEIGEN Hodeskallen ble funnet i et grøtt for 14 år siden. Si den har fylkesarkologen i Nordland prøvd å finne ut hvem offeret var. Nå gir han opp, skriver NRK.no.

– De fleste trodde det dreide seg om en sovjetisk krigsfange. Jeg trodde det stammet fra en jernaldergrav, men så viste det seg at det var en etnisk gruppe som Hauglid i Nordland fylkeskommune til NRK.no.

Tvilen førte til flere rundter med korrespondanse, for man til slutt bestemte seg for å foreta en datering. Svaret kom i vår og viser at hodeskallen stammer fra tidssammen mellom 1650–1790. Kjønn og alder er ukjent.



HVEM VAR DETTE?: Etter 14 år med hodebry og undersøkelser, framstår hodeskallen i Steigen som en gutt. Foto: KARI SKJEL/NRK

Ble for feite etter beite

LANGØYA Etter fem måneder med beite på Langøya ble de drektige kuene til Svein Jonassen så feite og kalvene så store at kalvingen kan bli et problem.

Det skriver Telemarksavisa (TA). Men prospektet med å ta tilbake gyas kulturlandskap videreføres med 15 kuer neste år.

I juni ble 10 kuer fra besetningen til Jonassen flyttet over på Langøya. Ni av dem er drektige. Dette er et prosjekt som Fylkesmannen i Telemark har iverksatt i et forsøk på å ta tilbake kulturlandskapet på Langøya og på den måten å beite ned vegetasjonen der flåten liker seg best.

Svein Jonassen sier til TA at kuene har hatt det veldig bra på Langøya, så bra at det er blitt vel feite.

Jeg har vært en gunstig sommer med fuktig vær og mye å beite på. – Det som bekymrer meg litt nå er at kalvene også er blitt så feite at det kan

bli vanskelig å få dem ut. Det skjer når kuene har hatt en så fin beitesesong og lagt kraftig på seg. Nå håper jeg at det skal gå bra, sier Svein Jonassen til TA.

Langøya ligger rett utenfor Lange-sund.

Jeg fryktet at det kanskje ble mye folk og ikke minst løse hunder som kunne skremme kuene. Men så langt har jeg ikke sett eller merket noe som tyder på det, sier Jonassen.

– Har du oppdaget mye flått på kuene?

– Ikke mer enn vi ser når de beiter på utmark andre steder. Jeg har fulgt opp med et middel som vi heller over ryggen på dem og det har gått veldig fint.

– Er det mye flått på Langøya?

Jeg har vært der flere ganger, men ikke fått en eneste en på meg. Så det er i hvert fall ikke mer der enn ellers i skauen.

Jaktet jerv, så kom denne karen

EVENSGÅRD Rune Olsen var på jervjakt. Så kom det en grevling.

Veldig få har sett en grevling så langt nord, skriver Avisen Nordland på nett. Og man må helt tilbake til 1965 for å finne sist gang en ble skutt. Den ble felt i Beiam. Grevlingen Rune Olsen skjøt, ble tatt rundt 10 mil sør for Bodø – eller fem mil nord for polarsirkelen.

Olsen vil gjerne presisere at grevlingen er en jakttar art i hele landet og felt under lovlig jakt.

– Dette er et rovdyr i slekt med måren som mange ikke ønsker at vi skal ha i faunna i Nordland. Den tar skogstugl, plyn- derreir og er ekspert på å ta hareunger. Jeg spurte Statens naturoppsyn (SNO) om det var galt å felle et slikt uvanlig dyr, men svaret var at arten er jakttar hele året i hele landet, sier Olsen til Avisen Nordland.



GREVLING: – Folk har vanskelig for å tro at det virkelig var en grevling jeg felle på jervjakt, sier Rune Olsen. Foto: AVISA NORDLAND/DAG PETERSEN

VANLIG SYN: Stadig flere nordmenn kutter røyken til fordel for snus. Noen forskere jubler, andre mener det er en vinn-på-situasjon. Foto: NTB SCANPIX