

# KRONIKK & DEBATT

## KRONIKK:

Maks 5000 tegn inkludert mellomrom. Legg ved portrettfoto.

## DEBATT:

Innlegg: 3000 tegn inkludert mellomrom. Replikk/kortinnlegg: 1000 – 2000 tegn.

E-post: [debatt@klassekampen.no](mailto:debatt@klassekampen.no)  
Redaksjonen forbeholder seg retten til å forkorte innlegg.



**Tollef Mjaugedal**  
[tollefm@klassekampen.no](mailto:tollefm@klassekampen.no)  
Kronikk- og debattredaktør



**Carline Tromp**  
[carlinet@klassekampen.no](mailto:carlinet@klassekampen.no)  
Redaksjonssekretær



**Ingrid Grønli Åm**  
[ingridga@klassekampen.no](mailto:ingridga@klassekampen.no)  
Redaksjonssekretær

Klassekampen honorerer normalt ikke innsendt stoff. Innsenderens e-postadresse blir trykt med mindre innsenderen reserverer seg mot dette.

## Triks og slagord

SV  
Pål Thygesen



**SV sin partisekretær** Kari Elisabeth Kaski sier i Klassekampen lørdag at det var lett for Miljøpartiet De Grønne å si nei til utbygging av et nytt digert oljefelt, fordi vi «ikke bryr oss om arbeidsplasser».

Samtidig er det bare et par dager siden SV stemte mot å gi kriselån til Store Norske på Svalbard. Dersom flertallet hadde stemt med SV, ville hjørne- steinsbedriften på Svalbard gått konkurs i morgen. De Grønne ønsker på sin side en styrt avvikling av både kull og olje, hvor miljø ivaretas og arbeidsplasser erstattes.

Ettersom både jeg og Kaski er så unge at vi knapt husker EU-kampen, finner jeg grunn til å gjengi en av Thorbjørn Jagland sine uttalelser fra 1994: «Den siden som forsøker seg med triks og slagord vil tape.»

**Pål Thygesen,**  
ungdomskandidat for Miljøpartiet De Grønne i Oslo  
[paalthygesen@gmail.com](mailto:paalthygesen@gmail.com)

## Fulle folk

SPRÅKBRUK  
John Gustavsen



**Oljeanalytiker Thina** Saltvedt i Nordea Markets fortalte oss nylig at «oljebransjen har brukt penger som fulle sjøfolk».

At oljeselskapene har brukt altfor mye penger, hjelp av statens skattekroner, er vi sørgelig klar over.

Men til forskjell fra olje- eller bankbransjen har sjøfolka tjent pengene på ærlig arbeid. Slik er det ikke alltid i den virksomheten som Saltvedt jobber i. Hun er bare en av mange som er fett gasjert for at vi skal bruke mest mulig penger, lånt fra bankene, drevet fram av oljebransjen.

Heia fulle sjøfolk!

**John Gustavsen,**  
Tromsø  
[johnrust@frisurf.no](mailto:johnrust@frisurf.no)

Vi er inne i et helsefilosofisk paradigmeskifte. Nå er tiden

# Mordet på bak

## KRONIKK

Astrid Kähler



**Å spise eller ikke spise** er ikke spørsmålet, med mindre du er en *breatharian* som lever på luft og lys, eller bor et sted hvor mat er mangelvare. Hva vi spiser er viktig for alle. Fordelen, og ulempen, i vår del av verden er at vi nærmest drukner i både mat og gode råd. Overvekt og livsstilsykdommer flourer, og sertifiserte og selverklærte eksperter lanserer dietter som ikke bare garanterer bedre helse, men ofte også tilnærmet evig liv og lykke på den perfekte kropps catwalk.

**Vi nødt til å spørre:** Hva motiverer forskning på vårt daglige brød, og hvem betaler? Hvor oppdatert og uhildet er egentlig kostholdseksperter og medisiner som mener seg å ha monopol på sannheten?

Vi befinner oss for tiden i et paradigmeskifte (jamfør ny forskning på tarmflora samt epigenetikk) i måten vi tenker helse, forebygging og behandling på. Vi har til nå bare hatt en vag idé om den iboende ernæringsmessige verdi av det vi spiser, hvordan kroppen prosesserer maten og hvordan mat påvirker fysikk og psyke.

Forskning på opptil 7500 år gamle tenner kan imidlertid gi oss nyttige vink. Fra de glade jakt- og sankedagene og til i dag, forteller forkalket tannplakk en gruelig historie. Endringer i matvaner og matproduksjon har over tid utarmet munnhulens bakterieflora, som i dag er en blek skygge av tidligere munnhulers rike mikrobiske økosystem.

Dette triste bakteriefaktum forklarer i henhold til nyere forskning mange moderne sykdomstilstander i tenner og munnhule. Det speiler dessuten situasjonen i mage- og tarmsystemet og kaster lys på problemer knyttet både til dette og andre kroppslige ubalanser, fra allergier til alvorlige, systemiske lidelser. Så hvor og hvordan gikk det galt?

**Forskningen peker på to** hovedmistenkte i kriminalsaken Mordet på bakteriene, nemlig atferdsmessige og teknologiske skifter i menneskets historie. Jordbruksrevolusjonen, som startet i Midtøsten for rundt 6000 år siden, voldt store endringer. Utstrakt inntak av plante- føde, særlig korn, ris og mais,

medførte en betydelig endring i forholdet mellom karbohydrater, protein og fett. Karbohydratene inntok hovedrollen på kostholdsscenen.

Langt opp i middelalderen eksisterte en slags våpenstillstand i munnhulen, før en regelrett mikrobisk krigføring brøt ut i kjølvannet av den industrielle revolusjon, som utraderte store deler av den gunstige bakteriepopulasjonen. Introduksjonen av raffinert sukker var i seg selv en endorfinbombe som etterlot smaksløkene i ekstatisk eufori og kroppssystemene i sjokk. De negative konsekvensene er mer vidtrekkende enn noen kunne ha forutsett.

**Foredling og prosessering** av mat endret ernæringsmessig innhold og verdi i den gode smak og fremskrittets navn. Et godt eksempel på dette er salt, som i naturlig form er rikt på mineraler og sporstoffer. I sin mest brukte bordsaltversjon er det imidlertid både kjemisk bleket og tappet for ernæringsmessig verdi og består av to mineraler,



**NEI, NEI, NEI!** Prosessert mat ødelegger kostholdet, skriver Astrid Kähler. Her

natrium og klor, i motsetning til 89 i visse typer ubehandlet steinsalt.

Mel er et annet eminent eksempel på foredlingens dilemma. Korn har blitt fremodlet med tanke på produksjonseffektivitet og bakeegenskaper, og fremstår ofte med svært redusert næringsinnhold og med et glutennivå milevidt over «ur-kornets». Ikke bare har det resultert i økende forekomst av cøliaki og andre mer diffuse glutenrelaterte problemer, men forskning

peker også på gluten som grunn til flere systemiske lidelser.

Fett, særlig mettet fett, ble i 80-årene utpekt som roten til nesten alle våre vondter, inklusive fedme. Resultatet ble et skred av lettprodukter, hvor fettets smak ble kompensert av sukker og kunstige smakstilsetninger. Til tross for at det nok vil gå både vinter og vår før Helsedirektoratet tar det innover seg, viser all ny forskning at fett, også mettet, er essensielt for mange kroppslige prosesser,

**OVERHØRT**

At rapporten ikke har avdekket bakmenn, betyr ikke nødvendigvis at de ikke finnes.

**Frps Jan Arild Ellingsen om Fafos tigger-rapport, i Vårt Land**

Du trenger å tenke stort for feminis- men. Du kan være Jesus.

**Jenny Hval til Pitchfork**

Jeg trenger ikke jage en gnu i senk for å redde familien fra sultedø- den. Jeg er ingen gepard. Jeg handler på Spar på Simensbråten, og de har åpent til ti om kvelden.

**Syklist Geir Anders R. Ørslie om sykkeltransport, i Aftenposten**

Skal ein verkeleg mätta leva heile livet utan å ha hemmeleg dør i bokhylleseksjonen?

**Helge Torvund på Twitter**

Berømmelse kan svekke den kritiske sansen til den mest berømte, og til oss som lytter til ham. Dette er en dårlig kombina- sjon.

**Kristian Gundersen om alterna- tiv medisin, i Aftenposten**

Dom som sier dom er dumme, dom er dumme, dom!

**Alternativ.no svarer Gundersen på Twitter**

DAGENS LØVÅS



**MER DEBATT NESTE SIDE >>**

# moden for en ny revolusjon – i munnhulen. teriene



trykker Dale «Mouth of the South» Boone ned en siste burgerbit under en spisekonkurranse i Washington.

FOTO: JIM WATSON/AFP

ikke minst for hjernens funksjon.

**Ved å produsere** raffinert, prosessert, gen- og på annen måte manipulert mat, har vi slått spikeren i kisten til et sunt og bærekraftig kosthold. Det er på himmelhøy tid at vi tar nakkegrep på situasjonen i en verden hvor andelen overvektige (feil- og underer- næрте) nå «utkonkurrerer» antall barn som går sultne til sengs. Heldigvis er engasje- mentet stort. Tv-kokken, Jamie Oliver, støttet av Paul

McCartney og andre celebre mataktivist, er på god vei til å samle inn tre millioner underskrifter som skal overbevise G20-landenes leder om nødvendigheten av kostholdsveiledning til barn.

Videre har en rekke nasjonale og internasjonale organisasjoner fokus på å utvikle bærekraftig, etisk og rettferdig matproduksjon og distribusjon.

Løsningen på utfordringen vi står overfor ligger hverken i «lav-fett», «høy-protein», «langsom» eller «fast food»,

men i bevisstgjøring og fri forskning, samt bærekraftig produksjon og fordeling. Vi som forbrukere må være aktive pådrivere gjennom informerte, bevisste valg.

Tiden er inne for en ny revolusjon, hvor vi bokstave- lig talt tar maten og helsa vår tilbake fra medisinal- og matindustri som kynisk gjør oss avhengige av sine produk- ter.

**Astrid Kähler,** Trondheim astrid@kahler.no

## Hvorfor snakke ned det vi må ta vare på?

**DEN NORSKE MODELLEN**  
Stein Reegård



**Knut Kjeldstadli** brede Homo Politicus-spalte 16. juni om «En norsk modell?» fortjener en kort tilføyelse for bedre å få fram særtrek- kene.

Han omtaler det nærmest som en selvfølge at «Norge havner høyt oppe på rankinger» og tenker antakelig på at Norge blant over 200 land i hele verden har den unike posisjon at vi (litt omtrentlig) har:

- verdens høyeste inntektsnivå og produktivitet
- verdens høyeste sysselsetting og laveste arbeidsløshet
- verdens jevneste fordeling av inntekt, og største grad av likestilling mellom kjønn
- verdens laveste fattigdom og beste levekår ut fra en rekke indikatorer.

**Det Kjeldstadli omtaler** som «et samarbeid mellom arbeid og kapital», er også å underkommunisere arbeidslivsdimensjonen – ikke ulikt det tenketanken Civita har drevet med i sin omtale av en norsk modell.

Min kortversjon er at Norge i likhet med det øvrige Norden i tillegg til en velferdsstat i toppen har et mer velorganisert arbeids- marked, enkelt

symbolisert ved at organisa- sjonsgraden er to til tre ganger så høy som i andre land. Fafos NordMod-pro- sjekt utdyper dette. Denne kjernen er grunnlag for en lønnsdannelse som gir et avgjørende bidrag til den relative likheten, direkte gjennom forhandlingssyste- met, og indirekte med et sett med «likhetsmultiplika- torer» dette gir som: bred oppslutning om velferdssta- ten, mindre avstand mellom folk i produksjonen, mer

**Vi kan finne svar uten å underkommunisere fallhøyden ved politikk som bidrar i gal retning.**

læring og lettere samarbeid både lokalt og sentralt i arbeidslivet. Samtidig gir det mulighet for mer aktivistisk etterspørsels- fremmende

politikk og lavere arbeids- løshet uten for stort lønns- og prispres.

**En stadig mer** internasjonala- lisert økonomi er et viktig grunnlag for vårt høye inntektsnivå. Dette reiser, som Kjeldstadli skriver, en del problemer som i sin tur kan true sider ved modellen. Da er det viktig å finne svar på hva vi gjør med disse.

Det kan gjøres uten å «snakke modellen ned» og dermed underkommunisere fallhøyden ved politikk som bidrar i gal retning.

**Stein Reegård,** sjeføkonom, LO stein.reegard@lo.no



Klassekampen 16. juni