

# Ministeriet for Fødevarer, Landbrug og Fiskeri

Fødevarestyrelsen

Til praktiserende læger



J.nr.: 2013-27-309-00188/HHH

Oktober 2013

Deres ref. nr.:

## Nyt materiale om salt

Danskerne har en høj indtagelse af salt i forhold til det anbefalede indtag. Mænd indtager 9-11 gram pr. dag og kvinder 7-8 gram kvinder pr. dag, mens det anbefales, at indtagelsen er 5-6 g pr. dag.

På den baggrund udsender Fødevarestyrelsen og Sundhedsstyrelsen nyt informationsmateriale, der retter sig mod befolkningen generelt, men som er særlig relevant for patienter med forhøjet blodtryk, hjerte-karsygdom m.m. Formålet er at gøre opmærksom på, at det er vigtigt at skære ned på saltindtaget, samtidig med at der gives praktiske og konkrete anvisninger til mindre salt i maden.

Styrelser, Selskaber og Hjerteforeningen håber, at du vil være behjælpelig med at udlevere materialet til de relevante målgrupper og på den måde yde en forebyggende indsats i forhold til forhøjet blodtryk og risiko for hjerte-karsygdom.

## Baggrundsdata vedrørende salt

Der er god evidens for, at en høj saltindtagelse (høj natriumindtagelse) øger blodtrykket, og at en nedsættelse af saltindtagelsen vil nedsætte blodtrykket. Effekten er størst hos personer med hypertension, overvægtige samt ældre. Saltreduktion påvirker ikke kun blodtrykket, men også andre faktorer der kan have betydning for udvikling af hjerte-karsygdom.

Forskningscenter for Forebyggelse og Sundhed har beregnet, at der i Danmark kan spares 1-2 milliarder kr. årligt på udgifter relateret til hjertekarsygdom, hvis saltindtagelsen sænkes med 3 g/dag i gennemsnit. Desuden vil ca. 1000 dødsfald årligt kunne undgås, ligesom der vil kunne forventes 400.000 færre personer med forhøjet blodtryk.

Fødevarestyrelsen har nedsat et Saltpartnerskab, som sammen skal bidrage til en indsats overfor fødevareerhvervet, de mad- og sundhedsprofessionelle samt forbrugerne. Du kan læse mere om partnerskabets indsatser i bilaget.

Materialet kan rekvireres hos Komiteen for Sundhedsoplysning på telefon 35 26 54 00 eller sundhedsoplysning.dk. Styrelser, Selskaber og Hjerteforeningen håber, at du vil rekvirere materialet med henblik på uddeling til målgrupperne og til brug i venteværelset.

Med venlig hilsen

Kontorchef Else Molander

Bilag.

**Saltpartnerskabet består af:**

Fødevarestyrelsen, DI Fødevarer, Landbrug og Fødevarer, Dansk Erhverv, Hjerteforeningen, Forbrugerrådet, Kræftens Bekæmpelse, Foreningen af Kliniske Diætister, Diabetesforeningen, Kost- og Ernæringsforbundet, Horesta, COOP, De Samvirkende Købmænd og Dansk Supermarked.

Partnerskabet har udarbejdet en national strategi, og der vil blive udført aktiviteter på følgende områder:

- Deltagelse i et EU's saltprogram.
- Reduktion af saltindholdet i færdigpakkede fødevarer m.v.
- Mærkning af fødevarernes indhold af salt, herunder Nøglehulsmærkning og Fuldkornsmærkning.
- Reduktion af saltindholdet i kantinemad og i udespisningsbranchen generelt, herunder udvikling af et Nøglehul til udespisning.
- Oplysning til borgerne om salt og sundhed.
- Oplysning til mad- og sundhedsprofessionelle.
- Monitorering af indsatsen.



**HJERTEFORENINGEN**  
PÅ RETTE STED



**DANSK  
CARDIOLOGISK  
SELSKAB**



**DANSK  
HYPERTENSIONSELSKAB**

 **Sundhedsstyrelsen**

National Board of Health