

1.7.2011

First Price Sursild med "spor av melk".

Jeg skriver til dere fordi jeg har laktoseintoleranse og har blitt syk av deres sursild. Jeg er alltid nøye med å sjekke om det er melkeprodukter eller laktose i maten jeg kjøper. Men problemet oppstår når det er melk eller spor av melk i produkter som en i utgangspunktet forutsetter at ikke skulle inneholde dette, for eksempel sursild.

Det er et kjempeproblem at antatt trygge matvarer inneholder ting som vi med allergi eller intoleranse ikke tåler. For det første fordi vi blir dårlige av produktet. Siden produktet oftest spises sammen med andre matvarer tar det tid å finne ut hva som forårsaker symptomene, mens disse blir verre og verre for hver gang produktet spises. Et annet og mer omfattende problem er at vi ikke kan spise sursild uten å kjenne produsenten, for eksempel på frokost-, lunsj- eller koldtbord på restauranter, hoteller osv. Som regel er det andre viktigere ting som må undersøkes i slike situasjoner, for eksempel hva som er i brødet som serveres. Da orker i alle fall ikke jeg å be dem om også å sjekke hvor sursilden er produsert. Jeg lar være å spise sursild, som jeg egentlig er veldig glad i. Det gjør ikke situasjonen bedre at det ofte er mange andre ting som ikke kan spises av oss med laktoseintoleranse i slike situasjoner; ost, ulike salater (for eksempel reke- eller italiensk) også sildeprodukter med melkebaserte sauser eller dressinger, eggerøre, leverpostei og andre oppblandede kjøtt- eller fiskeprodukter, kaker, desserter osv. osv.

Vi som har laktoseintoleranse reagerer ulikt ut fra hvor alvorlig lidelsen er. Men vi reagerer også ulikt ut fra mengde laktose i matvarene, om det er kort tid eller lenge siden sist vi spiste noe som inneholdt laktose og om vi spiser den aktuelle varen på tom eller full mage.

Jeg vet ikke hvorfor sursilden deres overhodet inneholder det dere kaller "spor av melk", men jeg tror det er mer enn "spor", fordi jeg fikk symptomer på at jeg hadde spist noe jeg ikke burde ganske raskt. Jeg reagerer for eksempel ikke på "spor av melk" i brød.

Jeg har opprettet en hjemmeside, [www.laktosefritt.no](http://www.laktosefritt.no), hvor jeg tar opp de problemene vi med laktoseintoleranse har. Jeg vil kontakte produsenter som bruker melkeprodukter eller laktose unødig i matvarer for å prøve å få dere til å forstå at dette faktisk er et stort problem i et vanlig, travelt yrkesliv som de fleste av oss lever. Målsetningen er at færre produkter skal inneholde melkeprodukter eller laktose når det er helt unødvendig og dermed gjøre hverdagen vår lettere. Fordi dere har "spor av melk" helt unødig i sursilden dere, vil jeg plassere dere i Skammekroken på min hjemmeside, sammen med andre produsenter som leverer matvarer som helt unødig inneholder melkeprodukter eller laktose.

Sursild fra bla. dere, er bakgrunnen for at jeg for en stund siden skrev til Helsedepartementet, som har ansvar for forskriften om merking av næringsmidler, for å få en nærmere definisjon av hva "spor av melk" betyr. Departementet har i sin tur sendt min henvendelse videre til Mattilsynet og jeg avventer svar derfra.

Hilsen

Lill Fanny Sæther

[lills@ther.oslo.no](mailto:lills@ther.oslo.no)

[www.laktosefritt.no](http://www.laktosefritt.no)