

finns beträffande skyddets varaktighet eller vad som är optimal ålder för att inleda vaccination.

Smittskyddsenheten i Stockholms län anger för närvarande i sina rekommendationer: »TBE-vaccin till barn kan ges från 1 års ålder och ger generellt ett bra skydd hos barn. Små barn, i synnerhet barn under 3 år, som insjuknar i TBE får i regel lindrigare symtom än vuxna, och därför är vaccination mindre angelägen i denna åldersgrupp.«

Bland annat de nyligen genomförda studierna i Stockholm talar för att man allmänt bör rekommendera vaccination av barn från tre års ålder i områden med hög risk för TBE. Om önskemål finns kan vaccination påbörjas redan vid ett års ålder utan att skyddet blir sämre. En allmän rekommendation för vaccination före tre års ålder kräver dock ytterligare evidensbaserade överväganden.

Sammanfattningsvis har barnen med TBE en särställning på grund av de diagnostiska svårigheterna och bristen på kunskap om TBE-sjukdomens konsekvenser i denna åldersgrupp. Då TBE i dag inte ingår i det allmänna vaccinationsprogrammet för barn är föräldrar tills vidare hänvisade till att själva ombesörja vaccination och också stå för kostnaden.

Då det föreligger en kunskapsbrist (beträffande incidens och komplikationsfrekvens) liksom en utbredd uppfattning att TBE hos barn är en relativt lindrig/ofarlig sjukdom bör ökade informationsinsatser med välgrundade rekommendationer via barnvårdscentral, vårdcentraler och övriga vårdgivare initieras. Detta skulle också innebära att man kan säkerställa att informationen blir enhetlig, faktagrundad och lätt tillgänglig för alla.

■ *Potentiella bindningar eller jävsförhållanden: Mikael Sundin har fått föreläsaravvode från Baxter Medical AB.*

REFERENSER

1. Fritsch P, Gruber-Sedlmayr U, Pansi H, et al. Tick-borne encephalitis in Styrian children from 1981 to 2005: a retrospective study and a review of the literature. *Acta Paediatr.* 2008;97:535-8.
2. Schmolck H, Maritz E, Kletzin I, et al. Neurologic, neuropsychologic, and electroencephalographic findings after European tick-borne encephalitis in children. *J Child Neurol.* 2005;20:500-8.
3. Sundin M, Hansson ME, Engman ML, et al. Pediatric tick-borne infections of the central nervous system in an endemic region of Sweden: a prospective evaluation of clinical manifestations. *Eur J Pediatr.* 2012;171:347-52.
4. Engman ML, Lindström K, Sallamba M, et al. One-year follow-up of tick-borne central nervous system infections in childhood. *Pediatr Infect Dis J.* 2012;31:570-4.
5. Arnez M, Avsic-Zupanc T. Tick-borne encephalitis in children: an update on epidemiology and diagnosis. *Expert Rev Anti Infect Ther.* 2009;7:1251-60.

APROPÅ! Hästköttsskandalernas Europa

Vår köttkonsumtion – en »helig ko«



Foto: Colourbox

Roten till mycket ont.

Köttskandaler dominerar nyhetsrapporteringen. Bedräglig marknadsföring och enorma hälsorisker har påvisats.

Konsumtion av hästkött medför jämfört med t ex nöt- och griskött normalt inga som helst ökade hälsorisker. Varje år slaktas och äts nästan fem miljoner hästar i Centralasien och Bortre Asien, Sydamerika och Mexiko men också i t ex Belgien, Frankrike och Italien. Jämfört med nötkött är hästkött något sötare i smaken, magrare men också mörare och anses speciellt lämpligt för rätter som lasagne och salami. Till fördelarna räknas låg fetthalt, något färre kalorier, ca 20 gånger mer omega 3-fett, och dubbelt så mycket av t ex vitamin B₁₂ och järn.

Bakterier förökar sig rekordsnabbt och förändrar snabbt våra livsmedel; 20 000 bakterier kan på tre timmar bli 10 miljoner. Även om de dödas genom upphettning frisätts likväl stora mängder av bakteriegiftet endotoxin. Kroniskt höga halter i kroppen av endotoxin är karakteristiskt för kroniska sjukdomar inklusive allergi, Alzheimers, adhd, diabetes, cancer och fetma. Endotoxin tillförs kroppen via tobaksrökning och damm, därtill genom föda, främst animalier, t ex kött som hängts för länge, men också genom groddar och grönsaker, ofta lök och rotfrukter, som förvarats uppskurna.

Akut livsmedelsförgiftning är ett gigantiskt hälsoproblem. I huvudparten

av fall orsakas det av bristande hantering av animaliska produkter. I t ex USA med sina drygt 300 miljoner innevånare, en tjugondel av jordens befolkning, drabbas årligen var sjätte person; 76 miljoner sjukdomsepisoder rapporterades 2011, åtföljda av cirka 325 000 sjukhusinläggningar och > 5 000 dödsfall. Studier i bl a Storbritannien visar att det inte är bättre i Europa, snarare tvärt om.

Vår stora köttkonsumtion ifrågasätts av såväl hälso- som miljöskäl. Som en konsekvens har många, ofta välutbildade, ofta sk celebrityer och idrottsstjärnor, valt att bli veganer (äter inga animaliska produkter), och rapporterar ökat välmående, ökad energi och dramatiskt bättre hälsa. Världscancerfonden rekommenderar att köttintaget sänks från nuvarande nivå – USA ca 125 kg, Sverige 80 kg, världen 47 kg – till Kenyas nivå på cirka 15 kg/person/år. Rekommendationen stöds av en nyligen publicerad studie på > 120 000 män och kvinnor, som följdes under mer än 28 år. För tidig död i kronisk sjukdom rapporterades för 13 procent av dem som åt mycket rött kött, och för 20 procent av dem som regelbundet åt charkuterivaror, bacon och korv. 9,3 procent av männen och 7,6 procent av kvinnorna hade undvikit detta om de begränsat sitt köttintag till 300 gr kokt kött per vecka, dvs ca 15 kg/person/år.

Det är i dag väl belagt att djurhållning svarar för drygt en femtedel av växthuseffekten, vilket med

mer än 50 procent överträffar effekten av all trafik (bil, järnväg, båt, flyg).

Det är framförallt idisslarna som skapar problem, eftersom deras avföring, fisar och rapningar är rika på ammoniak, lustgas och metan – gaser som är >20 gånger skadligare för miljön än koldioxid. Produktionen av nötkött orsakar ett 40 gånger större utsläpp av växthusgas än t ex bönor och fyra gånger mer än icke-idisslare (kyckling, kanske också häst).

Redan i dag går mer än hälften av jordens vattenförbrukning till jordbruket; att producera 1 kg kött kräver 4 000 liter vatten mot 10–15 liter för 1 kg växtmat (salladsblad, säd, ärtor, bönor). Samma areal åkermark kan föda tre gånger fler människor om födan inte först ska passera en djurmage.

Förekomsten av kroniska sjukdomar förutspås öka 2–3 gånger till år 2050. Redan med dagens sjukdomsvolymer är sjukvården i många länder i kris, i en del fall faktiskt nära sammanbrott. 80–90 procent av all sjuklighet beror på livsstil och åtminstone hälften på den mat vi äter. Vår framtid kräver att vi alla tar större eget ansvar för vår hälsa. Om så krävs måste då också »heliga kor« slaktas.

Stig Bengmark
Honorary Visiting Professor vid University College, Londons universitet; forskar kring hälsans villkor stig@bengmark.se www.bengmark.com



LÄS MER Litteraturförslag på Läkartidningen.se