

Frågestund med Andreas Eenfeldt (San Diego 2017) – förhandstitt 1

Frågeställare: Du pratade om hoppingivande besked, som rapporten från Credit Suisse. Har inte Sverige anammat lågkolhydratriktninjer? Är inte det hoppingivande? För det nämnde du inte.

Andreas Eenfeldt: Det kanske jag borde ha gjort. Nej, Sverige har inga rekommendationer om LCHF-kost för alla. Det vet jag inte ens om man borde ha, för det finns det inte evidens för. Många tror att vi har det tack vare virala inlägg, men det stämmer inte riktigt. Det inlägget refererade till var att en myndighet gjorde en granskning och drog slutsatsen att LCHF verkar vara den kost som är mest effektiv mot fetma. Och det finns inga belägg för att det skulle vara skadligt. Det var alltså det som det gällde. Inga allmängiltiga råd för alla vuxna och barn, utan vägledande råd för vårdpersonal som ska behandla fetma med hjälp av kost. Då rekommenderas LCHF.

Frågeställare: Är det hoppingivande, då?

Andreas Eenfeldt: Det är ett jättebra första steg. När det gäller de svenska kostriktlinjerna går vi tyvärr i era ledband. Det är ni som stakar ut kursen åt oss.