
Fedmen er over oss

BOKOVERSIKT

Rapporten krever ”urgent action” for å bekjempe epidemien av fedme som rammer både rike og fattige land. Den er skrevet av en gruppe på 25 ledende internasjonale fagfolk og er basert på en kritisk gjennomgang og dokumentasjon av dagens kunnskap. Den bygger på et stort forarbeid, bl.a. på seks bakgrunnsrapporter.

Rapporten har fem deler. Første del starter med å definere overvekt og fedme. Den bygger på kroppsmasseindeksen (BMI), og overvekt starter på BMI 25, fedme på BMI 30. Fordelingen av fett er viktig, og den mannlige fordelingen med abdominal fedme (liv: hofteratio > 94 for menn og > 80 for kvinner) er farligere enn den kvinnelige. Deretter gjennomgås epidemiologiske data fra alle verdensdeler, både prevalens og trender. Trendene er skremmende: I Canada har f.eks. andelen fete menn økt fra 6,8 % i 1978 til 15,0 % i 1990. I det tidligere Øst-Tyskland kom andelen fete kvinner opp i 26,8 % i 1992.

I annen del drøftes de helsemessige konsekvenser. Overvekt øker risikoen for en rekke sykdommer, og den store amerikanske sykepleierundersøkelsen viste en jevn økning i dødelighet med økende BMI. Hos barn er fedme blitt et stort og alvorlig problem. De økonomiske konsekvensene er betydelige.

Årsakene er viet tredje del. Det er ofte sammensatte årsakskjeder, men problemene koker ned til for mye og for fet mat og for lite fysisk aktivitet. Den kulturelle og sosiale påvirkningen er stor, og det er mer overvekt blant folk med liten utdanning.

Fjerde del handler om forebygging og behandling. Behandlingsresultatene er dårlige, bortsett fra operasjoner på magesekken. Derfor er forebygging avgjørende, men dessverre meget vanskelig – både i befolkningen og for enkeltmenneskene. Befolkningsstrategien må være langsiktig, og den må kombinere politikk (f.eks. kollektivtransport), lovgivning, pristiltak, utdanning og mediene.

Femte og siste del gir et fyldig sammendrag med konklusjoner og anbefalinger.

Rapporten er klart disponert og godt skrevet. Den har få, men gode tabeller og figurer, og alle kapitlene har fyldige referanser. Det eneste jeg savner, er et stikkordregister. Budskapet er klart: Fedme er et alvorlig og raskt økende problem i alle land, konsekvensene er store, og behandlingsresultatene er dårlige. Derfor er forebygging eneste farbare vei.

Rapporten bør leses av alle som interesserer seg for folkehelsen og det forebyggende helsearbeid, helst også av politikere som påvirker helsearbeidet, skolen, kulturen og samferdselen.

Peter F.Hjort

Sandvika

Publisert: 10. juni 2001. Tidsskr Nor Legeforen.

© Tidsskrift for Den norske legeforening 2026. Lastet ned fra tidsskriftet.no 11. juli 2026.