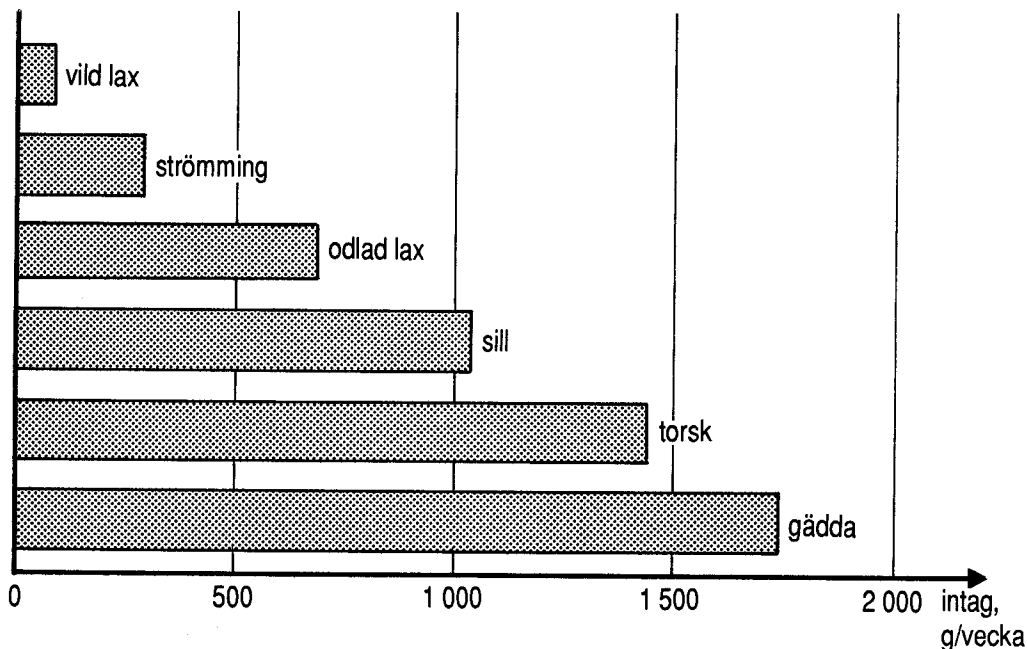


Dioxiner i fisk



Man brukar ange dioxinmängder i pikogram (pg), $1 \text{ pg} = 10^{-12} \text{ g}$. För närvarande anser man att vi bör undvika att få i oss mera än 35 pg dioxiner per kilo kroppsvikt och vecka. Diagrammet visar ungefär hur mycket av respektive fiskart en person på 70 kg kan äta per vecka utan större risk för att det gränsvärdet ska överskridas. En person som väger t ex 35 kg bör inte äta mer än hälften så mycket och en som väger över 70 kg kan på motsvarande sätt äta mera.

Magra fiskar som gädda och torsk kan man tydligen äta ganska mycket av, om man bara tar hänsyn till dioxinerna. Men när det gäller gädda får man tänka på att fisken också kan innehålla kvicksilver. Det gör att man inte bör äta gädda oftare än två gånger i veckan. Gravida kvinnor rekommenderas att avstå helt från att äta gädda.

Feta fiskar som lax och strömming innehåller enligt diagrammet mera dioxiner än magra fiskar. Det hänger samman med att dioxinerna är fettlösliga. Fettlösligheten medför att det finns förhållandevis mycket dioxiner också i mejeriprodukter som mjölk, smör och ost. Även modersmjölk kan innehålla dioxiner. Det gör att spädbarn som ammas är en av de tre riskgrupper som man kan nämna i samband med dioxinerna. De två andra är personer som äter mycket fisk och personer som bekämpar bränder där PCB utsätts för hög temperatur, t ex bränder i gamla transformatorer och kondensatorer.