

## Karlskrona läkarförenings 1360:e ordinarie möte å Sjöofficersmässens lokaler den 30:e september 2010.

1. Ordförande Rickard Eitrem hälsade välkommen och förklarade mötet öppnat.

2. Föregående mötesprotokoll upplästes och godkändes

4. Förväntansfulla och vetgiriga minglade över 80 medlemmar i skrammel och skråll under väntan på kvällens gästföreläsare, den kände och välformulerade professor Stephan Rössner. Sinkad av byggarbete med en MAC som gått i nekros, direkt från en disputation äntrade tungviktaren, med en höjd av 185 cm över havet och markträff på 1x2 fot, talarstolen. Allas ögon och öron riktade mot den karismatiska professor emeritus under inledning av ämnet ” Fetma en infektionssjukdom?- alternativa förklaringar till övervikt.

Vem är då denna ”vikt guru”?

Stephan Rössner, född i Norrköping under namnet Eriksson disputerade 1974 med avhandlingen : studies on an intravenous fat tolerance test: methodological, experimental and clinical experiments with intralipid. Han har efter detta publicerat över 500 referensgranskade artiklar, ett tusental populärvetenskapliga artiklar, 20-tal böcker och diverse utbildningsprogram. Under 20 år har han byggt upp ett centrum koncentrerad på att utveckla kunskaper om fetma, dess förekomst, utbredning och uppkomstmekanismer.

Under en knapp timme hade vi glädjen att vandra i professor Rössners flöde av vetenskapligt belagda påståenden och lyssna på när han slog håll på massmedias och mindre seriösa bantningsexperters kloka råd.

Krafterna att önska äta sitter i generna men ingen blir fet av arvsmassan! Var och en av generna har liten betydelse, det är samspelet som avgör. Vi har 700 gener kopplade till kroppsvikten men vi känner endast till ett fåtal genetiska skador som ger syndrom med fetma som delsymtom. Vad gäller alla dessa uttröttande kostmetoder är Atkins passe´, GI är ingen bluff men en onödig omväg till bra kostråd som alltid funnits.

All publicerad forskning visar att det egentligen bara är det dagliga energiunderskottet som avgör hur vikten kommer att förändras under längre tid. Lagom feta och normalbegåvade har god chans att lyckas med beteendemodifikation som utgör en grund i modern långtidsbehandling av fetma. Man utgår från att patienten själv kan förändra sitt beteende och börjar med det som känns enklast att påverka.

Han bjöd in till en tankekurpa genom att lyfta fram tarmfloras betydelse för uppkomst av fetma. Är det så att feta personer har en effektivare bakterieflora? Det är visat att feta indianer är duktigare på att bryta ner fibrer än normalviktiga med ökat energitillskott som följd. Skulle fiberrik kost i detta fallet snarare stjälpa än hjälpa? Helt plötslig står sig inte medelhavskosten heller som ett bra alternativ! Detta visar återigen betydelsen av att inkomster och utgifter måste balanseras.

Han slog ett slag för säsongens primörer, hemlagad kost och hissar som endast tar oss ner på marknivå! Politikerna hade han inte mycket till övers för. Bygg ett samhälle med möjlighet, eller snarare, krav på vardaglig aktivitet, mindre matstress och höj skatten på fastfood!!

Vid pennan

Margaretha Broström, sekreterare i Karlskrona Läkareförening 2010