

Kommentar till debattartikel av Agnes Wold i Focus, feb 2, no 5, 2017.

Den debattglada professorn i klinisk bakteriologi Agnes Wold ser som en stor uppgift att befria småbarnsföräldrar från dyra och krångliga myter. Nu har hon i en artikel i Focus, feb 2, 2017, förklarat att den gamla föreställningen att spädbarn ska ha en kost med lite salt är föråldrad och rent av farlig. Spädbarn har omogna njurar som förlorar salt och de bör snarast ha extra salt!

Agnes Wold stöder sig på enkätundersökningar i fikarummen på Drottning Silvias barnsjukhus i Göteborg och Astrids Lindgrens barnsjukhus i Stockholm. Det kan tyckas vara en ovanlig metod för att få en uppfattning om förhållandet och hur som helst har metoden lett till felaktiga slutsatser i detta fall.

Det är riktigt att fullgångna barn föds med "omogna njurar" som mognar under det första dryga levnadsåret. Omogenheten domineras av en avsevärt nedsatt filtrationskapacitet med upp till två tredjedelar av den förväntade medan återresorptionen är relativt sett bättre utvecklad. Spädbarn har faktiskt en sorts njursvikt när de föds och det medför bl.a. nedsatt förmåga att göra sig av med salt i överskott. Denna kunskap baseras på en rad arbeten från 1970-1980 av de berömda svenska barnmedicinarna Anita Aperia, Ove Broberger och Rolf Zetterström.

Naturen tar hänsyn till spädbarnens svårigheter med salt och låter moderns bröstmjolk innehålla mycket lite salt. Ett femkilos barn som ammas får i sig ca 0,2 gram salt per dygn via bröstmjölken och det är en mycket liten mängd. Barnen mår inte illa av det – tvärtom dess bättre!

Agnes Wold ondgör sig också över att mer salt anses orsaka förhöjt blodtryck hos spädbarn. Det är förstås ett område som är svårt att studera men det är visat i bl.a. en holländsk studie att mindre salt sänker blodtrycket hos spädbarn likaväl som det sänker blodtrycket hos ungdomar och vuxna. Det är ett av de "hårda fakta" i hela debatten om salt och blodtryck - mindre salt i kosten sänker blodtrycket hos alla men i varierande grad beroende på olika individers saltkänslighet. Saltar man på kan man således förvänta sig att blodtrycket stiger.

Frågan om överskottssalt i unga år predisponerar för högt blodtryck senare i livet är en intressant fråga. I äldre experimentella studier har man funnit att så tycks vara fallet och det kan därför inte vara otänkbart att det gäller även för oss människor. Allt som kan belysa uppkomsten av folksjukdomen högt blodtryck är självklart intressant. Göteborgsfysiologen Björn Folkow ansåg på sin tid att det berodde på att de små blodkärlen förtjockades under livet och det krävde högre tryck i systemet för att få ut blodet till vävnaderna. Den samtida amerikanske fysiologen och läroboksförfattaren Arthur Guyton gav inte mycket för den förklaringen utan ansåg att njurarnas saltutsöndringsförmåga spelade huvudrollen. De båda enades så småningom om att förtjockade blodkärl i njurarna var en betydande faktor som styrde saltutsöndringsförmågan och det är en uppfattning som står sig än i dag. Sådana faktorer kan spela in om salt överkonsumeras i unga år.

Som slutkläm anser sålunda WASH Sweden inte att det finns anledning att frångå tidigare uppfattning att försiktighet ska iakttas med salt till spädbarn under det första levnadsåret!

Med hälsningar från WASH Sweden – 23 februari 2017.