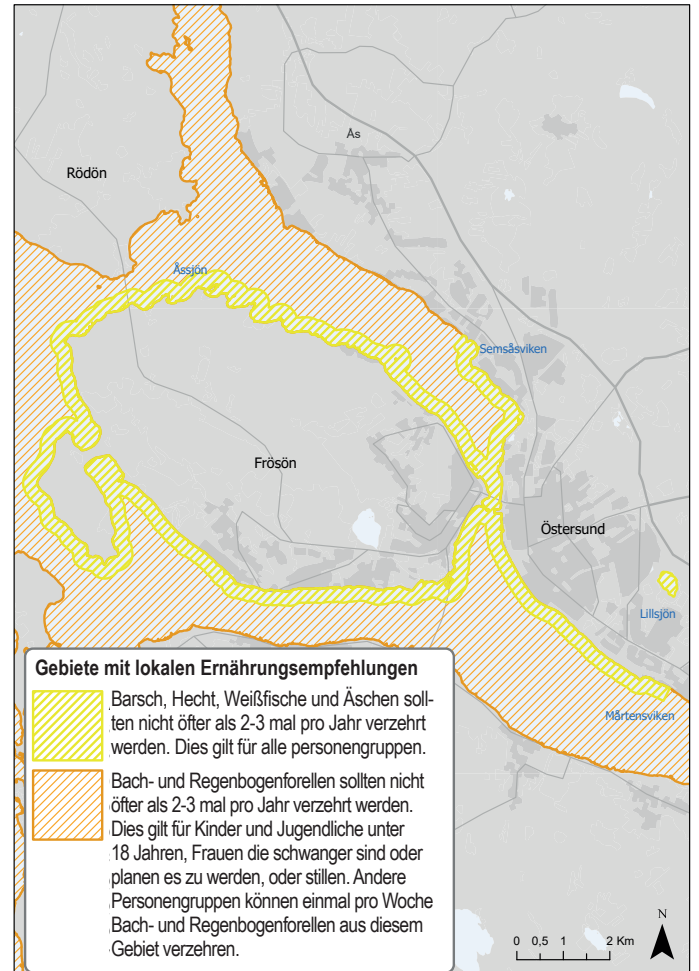
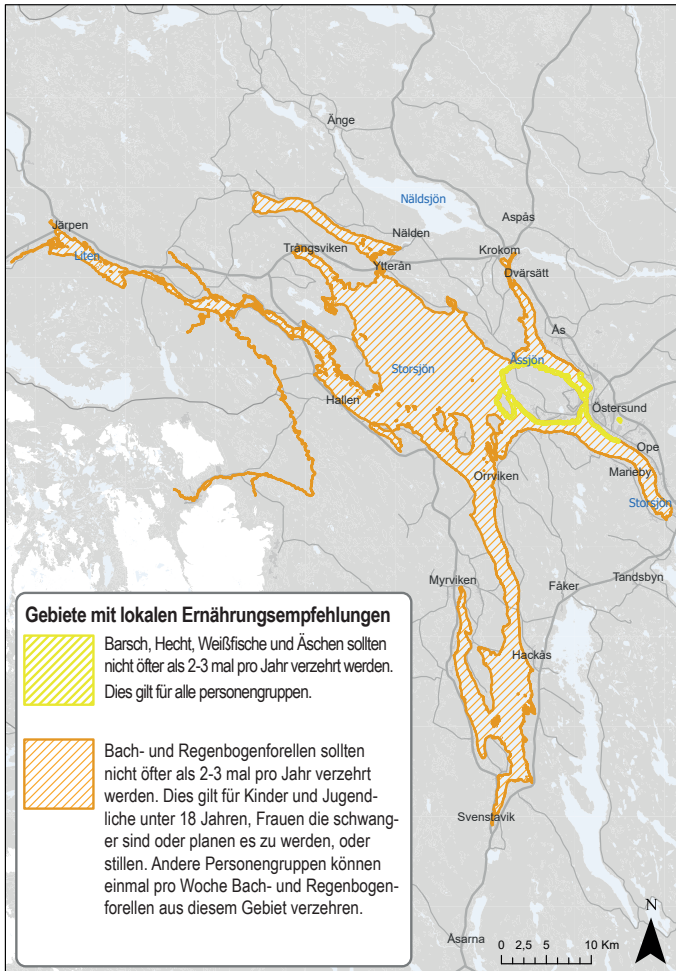


# LOKALE ERNÄHRUNGSEMPFEHLUNG FÜR DEN VERZEHR VON FISCH

– Für Fisch aus dem Storsjön, Teile des Indalsälven, dessen Zuflüsse und dem Lillsjön



Wegen hoher Belastung mit PFAS, PCB, Dioxin und Quecksilber wurden Ernährungsempfehlungen für Fisch aus dem Lillsjön, Storsjön und Teile des Indalsälven und dessen Zuflüssen erlassen.

Weitere Informationen finden Sie auf der Rückseite dieses Informationsblattes oder auf der Webseite der Landesverwaltung:



[www.lansstyrelsen.se/jamtland/miljogifterifisk](http://www.lansstyrelsen.se/jamtland/miljogifterifisk)

## Wie viel Fisch kann man pro Mahlzeit essen?

Die Menge an Fisch die pro Mahlzeit verzehrt wird ist nicht so wichtig, jedoch sollte man versuchen, Fisch mit hohen Gehalten an Umweltgiften nicht regelmäßig zu verzehren. Daher raten wir, sich an die lokalen Ernährungsempfehlungen zu halten.

## Können Menschen und Haustiere das Wasser aus den betroffenen Gewässern und kann man in diesen Gewässern baden?

Ja. Diese Umweltgifte bergen vor allem Risiken, wenn sie über längere Zeiträume mit der Nahrung aufgenommen werden. Quecksilber, Dioxine und PCB sind generell schwer im Wasser nachzuweisen, da sie sich vor allem im Sediment und in Fischen ansammeln.

PFAS kann oft im Wasser nachgewiesen werden, aber ist nur gefährlich, wenn es in erhöhten Mengen über längere Zeiträume aufgenommen wird. Das kommunale Trinkwasser wird regelmäßig auf PFAS getestet, und die PFAS-Werte sind sehr gering, oft unter der Detektionsgrenze des Labors und damit bei Weitem unter den gesetzlichen Grenzwerten für Trinkwasser.

Es ist unbedenklich im Wasser zu baden und sowohl Menschen als auch Haustiere können das Wasser aus den höher belasteten Gebieten kurzfristig trinken, ohne das Gesundheitsrisiken entstehen.

## Muss ich mir Sorgen machen, wenn ich viel Fisch aus dem belasteten Gebiet gegessen habe?

Nein, man muss sich keine Sorgen machen, Man sollte jedoch versuchen, in Zukunft weniger Fisch aus dem belasteten Gebiet zu essen, da dies das Risiko verringert, dass sich diese Gifte im Körper anreichern.

## Hintergrund

Analysen von Fisch aus dem Storsjön und anderen Gewässern, zwischen 2021 und 2022 haben gezeigt, dass lokal erhöhte Gehalte von PFAS, PCB Dioxinen und in gewissem Umfang auch Quecksilber auftreten. Aufgrund dieser Messungen haben die Kommunen rund um den Storsjön beschlossen, lokale Ernährungsempfehlungen bezüglich dem Verzehr von Fisch aus den betroffenen Gebieten herauszugeben. Die Empfehlungen wurden in Zusammenarbeit mit dem Schwedischen Lebensmittelamt (Livsmedelsverket) und in enger Absprache mit der Landesverwaltung (Länstyrelsen) von Jämtland erarbeitet.

Die Ernährungsempfehlungen für Barsch, Hecht, Weißfisch und Äsche beruhen auf erhöhten PFAS-Werten. Es gibt seit März 2012 lokale Ernährungsempfehlungen auf Grund von PFAS-Belastung, aber diese wurden kürzlich überarbeitet, so dass nun mehr Fischarten und ein größeres Gebiet umfassen.

Die Ernährungsempfehlungen für Forellen basieren hauptsächlich auf erhöhten PCB- und Dioxin-Werten, aber auch teilweise auf erhöhten Quecksilber-Werten. Die Empfehlungen sind die gleichen wie für Lachs und Forellen aus der Ostsee, dem Botnischen Meerbusen, Väneren, Vättern und deren Zuflüssen, da die gemessenen Werte dieser Umweltgifte vergleichbar sind.

## Die Ernährungsempfehlungen sind temporär

Die Ernährungsempfehlungen sind temporär, da die EU aktuell die Vor- und Nachteile von Fisch un-

tersucht, und die Ergebnisse dieser Untersuchung könnten, sobald diese vorliegen, die Einschätzung des Schwedischen Lebensmittelamtes (Livsmedelsverket) und anderen Ämtern beeinflussen, wie diese die gemessenen Gehalte von Umweltgiften einschätzen. Außerdem könnten neue Messwerte die Ernährungsempfehlungen beeinflussen.

## Was sind PFAS, Dioxine, PCB und Quecksilber?

PFAS, Per- und Polyfluoroalkyl-Verbindungen, seine eine Klasse der menschengemachten Chemikalien, die unter dem Verdacht stehen, schädliche Effekte auf die Umwelt und die menschliche Gesundheit zu haben. Das Akronym „PFAS“ umfasst tausende einzelne Chemikalien. Dioxine sind hauptsächlich Nebenprodukte von Verbrennung und verschiedenen industriellen Prozessen. PCB sind hoch carcinogene (krebsverursachende) chemische Verbindungen, die früher in industriellen und chemischen Produkten verwendet wurden. Quecksilber ist ein chemisches Element, das natürlich in der Erdkruste vorkommt, jedoch durch Bergbau und Verbrennung von fossilen Energieträgern vermehrt in die Umwelt gelangt ist.

Diese Umweltgifte können sich weit durch die Luft verbreiten, oder durch industrielle Aktivität, sowohl in Schweden als auch im Ausland ausgestoßen worden sein.

Diese Umweltgifte werden in der Umwelt kaum abgebaut und sammeln sich in lebenden Organismen. Dioxine und PCB sammeln sich vor allem in fetthaltigem Fisch, während Quecksilber sich vor allem in großen Fischen, an der Spitze der Nahrungskette anreichert. Diese Verbindungen können schädlich für die Gesundheit sein, wenn sie über längere Zeiträume in hohen Dosen aufgenommen werden.

## Warum gelten die Ernährungsempfehlungen für Barsch, Hecht, Äsche und Weißfische nur für bestimmte Teile des Sees?

Barsch, Hecht, Äsche und Weißfische sind Fischarten, die sich hauptsächlich im ufernahen Wasser aufhalten, die trifft besonders für Barsche zu. Diese Arten sind außerdem sehr Standorttreu, und verbringen meist ihr gesamtes Leben in einem Teil des Gewässers. PFAS wird im Sediment entlang des Ufers angereichert und Fische nehmen PFAS hauptsächlich über ihre Nahrung auf. Daher sind Fische, die im ufernahen Wasser leben höheren Konzentrationen an PFAS ausgesetzt als Fische, die im tiefen Wasser leben.

## Es gibt auch nationale Ernährungsempfehlungen für Süßwasserfisch

Wegen der landesweiten erhöhten Quecksilbergehalte gibt es auch nationale Ernährungsempfehlungen für Süßwasserfisch. Diese gelten unter anderem für Barsch, Hecht und Lake.

Die Ernährungsempfehlung ist:

- Schwangere und stillende Frauen, sowie Frauen, die planen schwanger zu werden sollten höchstens 2-3 Mal pro Jahr Barsch oder Hecht essen.
- Die übrige Bevölkerung sollte diese Fische nicht öfter als einmal pro Woche verzehren.

## Weitere Informationen

Weitere Informationen finden Sie unter [www.lansstyrelsen.se/jamtland/miljogifterifisk](http://www.lansstyrelsen.se/jamtland/miljogifterifisk)