**Sukkerafhængige tager på afvænning**

**Flere og flere sukkerafhængige danskere henvender sig til klinikker for at få hjælp.**

[Nyt om mad](http://politiken.dk/mad/madnyt/) 4. mar. 2010 kl. 08.02

Den danske hyggekultur betyder, at Danmark kun overgås af USA, når det handler om sukkerforbrug.

Det skriver dagbladet Børsen.

»De seneste tre til fire år har vi oplevet en stigning i henvendelser fra danskere, som har så stort et forbrug af sukker, at det ødelægger deres hverdag,« oplyser afdelingsleder Birgit Hageneier, Behandlingscenter Tjele, Vingehus, der behandler misbrugere af forskellige stoffer.

Fagfolk skeptiske overfor sukkermisbrug Birgit Hageneier tilføjer, at sukkerafhængighed længe har været et tabu i det etablerede danske behandlingssystem, men at man nu er begyndt at ændre holdning.

»Diskussionerne går jo på, om afhængighed af sukker skyldes en biokemisk påvirkning af hjernen og kroppen, eller om det mere er en psykologisk afhængighed. Men for mig er det reelt ligegyldigt. Det handler om rigtig mange mennesker, der har det rigtig dårligt og derfor skal hjælpes,« siger Birgit Hageneier.

Der er ikke en bestemt grænse for, hvor meget sukker, man skal indtage for at kunne kalde sig afhængig, mener behandleren.

TEST DIG SELV

»Det er meget individuelt. Men generelt kan man sige, at folk. der føler sig afhængige af sukker, ikke kan få nok,« siger hun til Børsen.

Sukkerforbruget per person er boomet   
At danskerne er storforbrugere af sukker - faktisk kun overgået af USA inden for OECD landene, skyldes ifølge Birgit Hageneier, at vi har en hyggekultur, som betyder, at vi skal spise noget sødt for at kunne hygge os og dermed have det godt.

Forbruget herhjemme er boomet de senere år. I 1990 spiste en dansker i gennemsnit 37,4 kilo sukker, mens tallet i 2008 var steget til 43 kilo.

GUIDE

»Sukker og trøst hænger i den grad sammen i den danske hyggekultur,« siger Birgit Hageneier, der vurderer, at vi i de kommende år vil få endnu flere sukkerafhængige blandt de unge - ikke mindst i lyset af, at forbruget af energidrikke med koffein er i vækst. Koffein er i sig selv vanedannende, og derfor mener Birgit Hageneier, at sukkerholdige energidrikke i høj grad vil booste afhængigheden af sukker.

Afhængige tyller sodavand i litervis

Hun gør opmærksom på, at sukkerafhængighed ikke er noget, man kun ser blandt overvægtige.

»Vi har også ekstremt tynde blandt vores klienter - man skal huske på, at erstatningsstoffer for sukker også kan skabe samme afhængighed,« siger Birgit Hageneier og tilføjer, at det ikke er ualmindeligt, at de sukkerafhængige klienter drikker mellem fire og otte liter sodavand om dagen.