

Diarienummer 2026/00331

Stockholm 2026-03-18

Vår referens: Anna Maria Schröder
annamaria.schroder@celiaki.se

Mottagare:
livsmedelsverket@slv.se

Remissvar Förslag om ändring av Livsmedelsverkets föreskrifter (2005:9) om användning av symbolen Nyckelhålet

Sammanfattning:

I dessa förslag om uppdaterade kriterier gällande Nyckelhålet finns nuvarande problematik kring kraven på fullkornsinnehåll i glutenfria produkter dessvärre kvar. Kraven på fullkorn är i flera stora produktkategorier mycket lägre satta på glutenfria produkter än på mat som innehåller gluten. Utan att det finns förslag på åtgärder för att komma åt denna ojämlikhet för gruppen konsumenter som av medicinska orsaker måste äta glutenfritt.

I den föreslagna uppdateringen blir också skillnaden mellan glutenfria produkter jämfört med andra produkter ännu större. Livsmedelsverket föreslår att kravet på fullkornsinnehåll i kategorin "Mjukt bröd samt brödmixer" höjs från 30 procent till 40 procent, medan kravet på fullkorn i motsvarande glutenfria ligger kvar på endast 10 procent.

Detta gäller en viktig hälsofråga. Livsmedelsverket själva bedömer att man:
"... placerar "för lite fullkorn" som nummer ett på listan över de största riskerna i våra matvanor."

Svenska Celiakiförbundet menar därför att föreskrifterna om användning av nyckelhålet behöver omarbetas och uppdateras vad gäller kraven på fullkorn i glutenfria produkter. Alternativt att Livsmedelsverket på annat sätt bidrar till att människor med celiaki kan få i sig fullkorn på jämlika villkor. Celiakiförbundet ser fram emot att vara en del i arbetet för att åstadkomma det, och vi har konkreta förslag på hur man kan gå vidare för att inhämta kunskap.

Bakgrund

När man har celiaki tillhör man en konsumentgrupp som har färre val och tillhör riskgruppen som har svårt för att få i sig tillräcklig mängd fullkorn genom sin kost. Kosten är begränsad, och kan inte innehålla gluten, som de vanligaste källorna till fullkorn i Sverige gör.

Vanlig havre, och även bovete, som båda finns i fullkornsvariant, innehåller ofta så mycket gluten på grund av kontamination under framställningsprocessen att det endast är särskilt framställd och kontrollerad glutenfri havre och bovete som bör ingå i kosten för en person med celiaki. Trots att det förutom särskilt framställd och kontrollerad havre och bovete finns flera glutenfria fullkorn används dessa i liten utsträckning i glutenfria produkter.

Sammantaget gör detta att det är svårt för en person med celiaki att få i sig fullkorn, och väldigt svårt att få i sig fullkorn i sådana doser som rekommenderas i de nordiska näringsrekommendationerna och av Livsmedelsverket.

Celiakiförbundets kommentarer på remissen:

I gällande version av föreskrifterna kring Nyckelhålet, och även i de föreslagna ändringarna, är kravet på andelen fullkorn i glutenfria produkter långt mindre än kravet på fullkorn i gluteninnehållande produkter.

Exempel på skillnaden i kriterier gällande fullkornsinnehåll:

Produktkategori	Krav på minsta fullkornsinnehåll
Frukostflingor och müsli	55% med gluten – 20% utan gluten
Hårt bröd och skorpor	50% med gluten – 15% utan gluten
Pasta	50% med gluten – 0% utan gluten

Vi noterar även att de föreslagna kriterierna ytterligare ökar på skillnaderna mellan glutenfria produkter och produkter som innehåller gluten, vad gäller krav på fullkornsinnehåll. När det gäller kategorin "Mjukt bröd samt brödmixer" höjs kravet på fullkorn för produkter från 30 procent till 40 procent, medan kravet på fullkorn i motsvarande glutenfria produkter ligger kvar på endast 10 procent.

Livsmedelsverket skriver i sina kostråd till vuxna:

"Att äta fullkorn kan minska risken för typ 2-diabetes, hjärt- och kärlsjukdom, tjock- och ändtarmscancer. Vi rekommenderar att man äter minst 90 gram fullkorn per dag, gärna mer."

Källa: <https://www.livsmedelsverket.se/matvanor-halsa--miljo/kostrad/kostrad-vuxna/Fullkorn/>

Livsmedelsverket skriver även på sin webbplats:

"... Men nästan alla i Sverige äter mindre fullkorn än vad som rekommenderas, vilket placerar "för lite fullkorn" som nummer ett på listan över de största riskerna i våra matvanor."

Källa: Nyhet på Livsmedelsverkets webbplats om att Fullkornsfrämjandet startat 2024-11-14.
<https://www.livsmedelsverket.se/matvanor-halsa--miljo/mat-och-naring/fullkornsframjandet-vill-inspirera-fler-att-ata-mer-fullkorn/>

Att äta tillräckligt med fullkorn bedöms alltså som viktigt för hälsan, enligt Livsmedelsverket. Ändå finns ingenstans i remissens konsekvensutredning något om glutenfri mat över huvud taget, trots den stora skillnaden i kriterier för fullkorn.

Svenska Celiakiförbundet undrar vilken strategi Livsmedelsverket har för att säkerställa att personer med celiaki ska kunna få i sig tillräckliga mängder fullkorn på jämlika villkor? Om det produktionsmässigt är svårt eller omöjligt att ha en hög andel fullkorn i glutenfri mat bör Livsmedelsverket se över hur myndigheten kan hjälpa människor med celiaki att få i sig fullkorn på annat sätt. Eller lämna över ett sådant uppdrag till Folkhälsomyndigheten.

Vi har förståelse för att produktionsvillkoren för att producera glutenfria produkter inte är desamma som för livsmedelsprodukter som innehåller gluten. Men det innebär inte att man kan bortse från att personer med celiaki ska ha en rimlig chans att äta de nivåer av fullkorn som Livsmedelsverket bedömer är så viktiga för hälsan.

Nyckelhålmärkningen verkar nu mer eller mindre vara riktad mot alla svenskar utom just människor med celiaki. Detta baserat på de specialregler i föreskrifterna som ger att glutenfri mat får bära nyckelhålmärkning trots att fullkornsinnehållet är avsevärt mycket lägre än för motsvarande gluteninnehållande produkter.

Celiakiförbundet vill gärna vara med och arbeta för att personer som har celiaki ska få jämlika chanser att äta fullkorn och undvika hälsorisker. Vi har som organisation gått med i initiativet Fullkornsfrämjandet och arbetar därigenom aktivt för att bland annat sprida information och kunskap. Vi finns tillgängliga för Livsmedelsverket och producenter och försäljare av glutenfria produkter för att hålla dialog om hur vi kan arbeta tillsammans i denna viktiga fråga. Celiakiförbundet har bland annat resursen "Celiakipanelen", dit ett stort antal av våra medlemmar har anmält sig för att bland annat kunna bidra med synpunkter och önskemål kring glutenfria produkter. Detta är en resurs som vi ser eventuellt skulle kunna erbjuda aktörer att ställa enkätfrågor direkt till berörda konsumenter kring fullkorn. För att få större kunskap om hur konsumenter som av medicinska skäl är hänvisade till glutenfria produkter resonerar kring fullkorn och hur man väljer produkter.

Vi följer också med stort intresse utvecklingen kring om pseudospannmål bör inkluderas i Nyckelhålets definition av fullkorn eller inte.

Svenska Celiakiförbundet sprider kunskap, främjar forskning och påverkar beslutsfattare kring celiaki, samt laktosintolerans. Celiaki är en kronisk, autoimmun sjukdom. Omkring två procent av alla som bor i Sverige har celiaki. Den enda behandling som finns för celiaki är en livslång, strikt glutenfri kost. Celiakiförbundet är en ideell organisation som samlar 16 000 medlemmar. Genom våra lokala föreningar skapar vi mötesplatser över hela landet.



Linus Engqvist Richert
Generalsekreterare Svenska Celiakiförbundet