

LITTERATURLISTE
GRUNNLEGGENDE ERNÆRING 2 (GE2)
HØST 2024

Med forbehold om endringer – sist oppdatert juni 2024

LÆREMIDLER

Samlet anbefalt litteratur er fordelt og vektlagt i henhold til emnenes tematiske bredde og omfang.

Artikler, rapporter og publikasjoner på denne litteraturlisten er gratis tilgjengelig på nettet, og studentene må selv søke dem opp.

PENSUMLITTERATUR

Frayn KN og Evans R. **Human Metabolism: A Regulatory Perspective**, 4. utgave. *Wiley-Blackwell* 2019.

Lean MEJ. **Fox and Cameron's Food Science, Nutrition & Health**, 7. utgave. *CRC Press* 2006.

Nordic Nutrition Recommendations 2023: Integrating Environmental Aspects, 6. utgave. *Nordic Council of Ministers 2023*. Nord 2023:003 (tilgjengelig [her](#)).

Raymond J, Morrow K. **Krause and Mahans Food & the Nutrition Care Process**, 16. utgave. *Elsevier* 2022.

Ross AC, Caballero B, Cousins RJ, Tucker KL, Ziegler TR. **Modern Nutrition in Health and Disease**, 11. utgave. *Lippincott Williams & Wilkins* 2014.

ARTIKLER

Collinson S, Deans A, Padua-Zamora A, Gregorio GV, Chao L, Dans LF *et al.* **Probiotics for treating acute infectious diarrhoea**. *Cochrane Database Syst Rev*. 2020;12(12):CD003048.

Andersen LF. **Kriterier ved validering av en metode for kostholdsundersøkelser – Når er validiteten til en metode tilfredsstillende?** *Norsk Epidemiologi*. 2000;10(1):17-24.

Bernaola Aponte G, Bada Mancilla CA, Carreazo NY, Rojas Galarza RA. **Probiotics for treating persistent diarrhea in children**. *Cochrane Database of Systematic Reviews*. 2013;2013(8):CD007401.

Bjelakovic G, Nikolova D, Gluud LL, Simonetti RG, Gluud C. **Antioxidant supplements for prevention of mortality in healthy participants and patients with various diseases.** *Cochrane Database Syst Rev.* 2012;2012(3): CD007176.

Bjelakovic G, Nikolova D, Gluud LL, Simonetti RG, Gluud C. **Antioxidant supplements for prevention of mortality in healthy participants and patients with various diseases.** *Sao Paulo Med J* 2015;133(2): 164-5.

Borch-Johnsen B, Hage TA, Hauge A, Thorstensen K. **Regulering av jernbalansen.** *Tidsskr Nor Laegeforen.* 2009; 129(9):858-62.

Brantsæter AL, Ydersbond TA, Hoppin JA, Haugen M, Meltzer HM. **Organic Food in the Diet: Exposure and Health Implications.** *Annu. Rev. Public Health* 2017;38:295-313.

Byers T og Lyle B. **The role of epidemiology in determining when evidence is sufficient to support nutrition recommendations. Summary statement.** *Am J Clin Nutr.* 1999;69(6):1365S-1367S.

Chan RS og Woo J. **Prevention of Overweight and Obesity: How Effective is the Current Public Health Approach.** *Int J Environ Res Public Health.* 2010;7(3):765-783.

Chaput JP, Klingenberg L, Rosenkilde M, Gilbert J, Tremblay A, Sjödén A. **Physical Activity Plays an Important Role in Body Weight Regulation.** *J Obes.* 2011;2011:360257.

Choe SS, Huh JY, Hwang IJ, Kim JI, Kim JB. **Adipose Tissue Remodeling: Its Role in Energy Metabolism and Metabolic Disorders.** *Front Endocrinol (Lausanne).* 2016;7:30.

Couto E, Boffetta P, Lagiou P, Ferrari P, Buckland G, Overvad K, *et al.* **Mediterranean dietary pattern and cancer risk in the EPIC cohort.** *Br J Cancer.* 2011;104(9):1493–9.

Drevon CA, Henriksen HB, Sanderud M, Gundersen TE, Blomhoff R. **Biologiske effekter av vitamin K og forekomst i norsk kosthold.** *Tidsskr Nor Laegeforen.* 2004;124(12):1650-4.

Freudenheim JL. **Study design and hypothesis testing: issues in the evaluation of evidence from research in nutritional epidemiology.** *Am J Clin Nutr.* 1999;69(6):1315S-1321S.

He FJ, Li J, Macgregor GA. **Effect of longer term modest salt reduction on blood pressure: Cochrane systematic review and meta-analysis of randomised trials.** *BMJ.* 2013;346:f1325.

Hemilä H og Chalker E. **Vitamin C for preventing and treating the common cold.** *Cochrane Database Syst Rev.* 2013;2013(1):CD000980.

Johansen AM, Lie RT, Wilcox AJ, Andersen LF, Drevon CA. **Maternal dietary intake of vitamin A and risk of orofacial clefts: a population-based case-control study in Norway.** *Am J Epidemiol.* 2008;167(10):1164-70.

Johnson LK, Hjermann I, Tonstad S. **Kosthold og sekundærforebygging av koronar hjertesykdom - er våre anbefalinger gode nok?** *Tidsskr Nor Lægeforen*. 2001;121(9):1092-8.

Lamberg-Allardt C, Brustad M, Meyer HE, Steingrimsdottir L. **Vitamin D - a systematic literature review for the 5th edition of the Nordic Nutrition Recommendations.** *Food Nutr Res*. 2013;57:22671.

Meltzer HM, Haugen M, Alexander J, Pedersen JI. **Vitamin- og mineraltilskudd – nødvendig for god helse?** *Tidsskr Nor Lægeforen*. 2004;124(12):1646–9

Meltzer HM, Meyer HE, Klepp KI. **Fra hypotese til kostråd - veier, snarveier og blindveier.** *Tidsskr Nor Lægeforen*. 2004;124(9):1248-50.

Mente A, de Koning L, Shannon HS, Anand SS. **A Systematic Review of the Evidence Supporting a Causal Link Between Dietary Factors and Coronary Heart Disease.** *Arch Intern Med*. 2009;169(7):659-69.

Mozaffarian D, Hao T, Rimm EB, Willett WC, Hu FB. **Changes in Diet and Lifestyle and Long-Term Weight Gain in Women and Men.** *N Engl J Med*. 2011;364(25):2392-404.

Pryde MM og Kannel WB. **Efficacy of Dietary Behavior Modification for Preserving Cardiovascular Health and Longevity.** *Cardiol Res Pract*. 2010;2011:820457.

Schulze MB, Schulz M, Heidemann C, Schienkiewitz A, Hoffmann K, Boeing H. **Fiber and magnesium intake and incidence of type 2 diabetes: a prospective study and meta-analysis.** *Arch Intern Med*. 2007;167(9):956-65.

Slots T, Butler G, Leifert C, Kristensen T, Skibsted LH, Nielsen JH. **Potentials to differentiate milk composition by different feeding strategies.** *J Dairy Sci*. 2009;92(5):2057-66.

Vigar V, Myers S, Oliver C, Arellano J, Robinson S, Leifert C. **Systematic Review of Organic Versus Conventional Food Consumption: Is There a Measurable Benefit on Human Health?** *Nutrients* 2019;12(1):7.

Wadden TA, Webb VL, Moran CH, Bailer BA. **Lifestyle modification for obesity: new developments in diet, physical activity, and behavior therapy.** *Circulation*. 2012;125(9):1157-70.

Zaccai JH. **How to assess epidemiological studies.** *Postgrad Med J*. 2004;80(941):140-7.

RAPPORTER OG PUBLIKASJONER

Anbefalinger om kosthold, ernæring og fysisk aktivitet. *Helsedirektoratet* 2014. IS-2170 (tilgjengelig [her](#)).

Farm to Fork Strategy – For a fair, healthy and environmentally-friendly food system. *European Union 2020* (tilgjengelig [her](#)).

Food, Nutrition, Physical Activity, and the Prevention of Cancer: a Global Perspective. *WCRF/AICR, Washington DC, USA, 2007* (tilgjengelig [her](#)).

FOR 2004-05-20 nr. 755: **Forskrift om kosttilskudd** (tilgjengelig [her](#)).

FOR 2010-02-26 nr 247: **Forskrift om tilsetning av vitaminer, mineraler og visse andre stoffer til næringsmidler** (tilgjengelig [her](#)).

FOR 2015-02-18 nr 139: **Forskrift om frivillig merking av næringsmidler med Nøkkelhullet** (tilgjengelig [her](#)).

Forebygging, utredning og behandling av overvekt og fedme hos voksne: Nasjonale faglige retningslinjer for primærhelsetjenesten. *Helsedirektoratet 2010. IS-1735* (tilgjengelig [her](#)).

Kosthåndboken - veileder i ernæringsarbeid i helse- og omsorgstjenesten. *Helsedirektoratet 2016. IS-1972* (tilgjengelig [her](#)).

Kostråd for å fremme folkehelsen og forebygge kroniske sykdommer i Norge – Metodologi og vitenskapelig kunnskapsgrunnlag. *Helsedirektoratet 2011. IS-1881* (tilgjengelig [her](#)).

Kostråd om fett – en oppdatering og vurdering av kunnskapsgrunnlaget. *Nasjonalt råd for ernæring 2017. IS-2625* (tilgjengelig [her](#)).

LOV 2003-12-19 nr 124: **Lov om matproduksjon og mattrygghet mv. (matloven)** (tilgjengelig [her](#)).

Mål, vekt og porsjonsstørrelser for matvarer. *Mattilsynet, Universitetet i Oslo og Helsedirektoratet 2015. IS-2286* (tilgjengelig [her](#)).

Nasjonal faglig retningslinje for diabetes. *Helsedirektoratet 2023* (Elektronisk tilgjengelig [her](#)).

Nasjonale faglige retningslinjer for forebygging og behandling av underernæring. *Helsedirektoratet 2022. IS-1580* (tilgjengelig [her](#)).

Nasjonal faglig retningslinjer for forebygging av hjerte- og karsykdom. *Helsedirektoratet 2018* (tilgjengelig [her](#)).

Nasjonal handlingsplan for bedre kosthold (2017-2021). *Departementene 2017* (tilgjengelig [her](#)).

Sammenligning av økologisk og konvensjonell mat og matproduksjon. *Vitenskapskomiteen for mattrygghet 2014* (tilgjengelig [her](#)).

Myhre JB, Andersen LF, Kristiansen AL. **Spedkost 3. Landsomfattende undersøkelse av kostholdet blant spedbarn i Norge, 6 måneder.** Rapport 2020. Oslo: *Folkehelseinstituttet og Universitetet i Oslo*, 2020 (tilgjengelig [her](#)).

Astrup H, Myhre JB, Andersen LF, Kristiansen AL. **Småbarnskost 3. Landsomfattende undersøkelse av kostholdet blant 2-åringer i Norge.** Rapport 2020. Oslo: *Folkehelseinstituttet og Universitetet i Oslo*, 2020 (tilgjengelig [her](#)).

Hansen LB, Myhre JB, Andersen LF. **UNGKOST 3: Landsomfattende kostholdsundersøkelse blant 4-åringer i Norge, 2016.** Rapport 2016. Oslo: *Helsedirektoratet, Folkehelseinstituttet, Universitetet i Oslo og Mattilsynet*, 2016 (tilgjengelig [her](#)).

Hansen LB, Myhre JB, Johansen AMW, Paulsen MM, Andersen LF. **UNGKOST 3: Landsomfattende kostholdsundersøkelse blant elever i 4. og 8. Klasse i Norge, 2015.** Rapport 2015. Oslo: *Helsedirektoratet, Folkehelseinstituttet, Universitetet i Oslo og Mattilsynet*, 2015 (tilgjengelig [her](#)).

Norkost 3 – En landsomfattende kostholdsundersøkelse blant menn og kvinner i Norge i alderen 18-70 år. *Helsedirektoratet* 2012 (tilgjengelig [her](#)).

Tilsetning av plantesteroler til margarin, melkedrikk og yoghurt. *Vitenskapskomiteen for mattrygghet* 2005 (tilgjengelig [her](#)).

Utviklingen i norsk kosthold 2022 (kort versjon). *Helsedirektoratet* 2022. IS-3054 (tilgjengelig [her](#)).

Vurdering av helserisiko ved grillet mat. *Vitenskapskomiteen for mat og miljø* 2024 (tilgjengelig [her](#)).

VALGFRI TILLEGGSLITTERATUR

Bugge A og Døving R. **Det norske måltidsmønsteret.** Rapport nr. 2. *SIFO* 2000.

Drevon CA og Blomhoff R. **Mat og medisin**, 7. utgave. *Cappelen Damm Akademisk* 2019.

Gandy J. **Manual of Dietetic Practice**, 6. utgave. *Wiley-Blackwell* 2019.

Geissler C og Powers H. **Human Nutrition**, 13. utgave. *Oxford University Press* 2017.

Laake P, Hjartåker A, Thelle DS, Veierød MB. **Epidemiologiske og kliniske forskningsmetoder**, 1. utgave. *Gyldendal Akademisk* 2007.

Pedersen JI, Müller H, Hjartåker A, Anderssen SA. **Grunnleggende ernæringslære**, 3. utgave. *Gyldendal Akademisk* 2017.

ELEKTRONISKE RESSURSER

Kostholdsplanleggeren (kostberegningsprogram). *Mattilsynet og Helsedirektoratet* (tilgjengelig [her](#)).

Matvaretabellen. *Mattilsynet og Helsedirektoratet* (tilgjengelig [her](#))