

# Kostrekommendationer för fisk fångad runt Frösön samt i Lillsjön

På grund av att det finns förhöjda halter av miljögifterna PFAS i vattnet bör du **inte äta abborre eller gädda mer än cirka 2 till 3 gånger per år** om de fångats inom de gulmarkerade området i kartan.

Rekommendationerna gäller runt hela Frösön, upp till cirka 200 meter utanför stranden, samt hela Lillsjön.

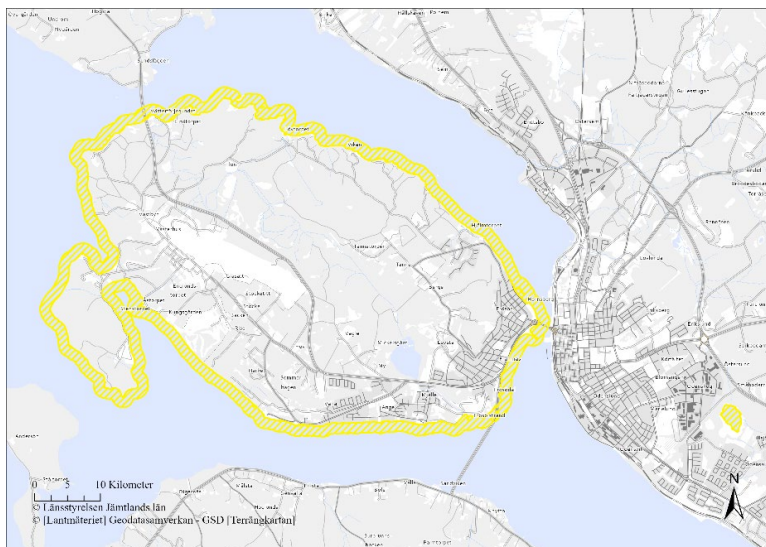


Foto: Mostphotos

Skälet till rekommendationerna som kom i mars 2021, är att Östersunds kommun och Länsstyrelsen har genomfört provtagningar av både vatten och fisk. Resultaten visar förhöjda halter av miljögifterna PFAS på några platser vid Frösön samt i Lillsjön.

Råden gäller i dagsläget bara abborre och gädda eftersom de är fiskarter som ofta vistas nära stränder och inom samma område under större delen av sina liv. Det gör att de får i sig PFAS-ämnen via födan som finns inom det vattenområdet och lagrar det i kroppen.

Det finns ingen akut hälsorisk eller skäl till oro. Men eftersom PFAS lagras i kroppen bör man undvika att äta fisken ofta under lång tid.

Länsstyrelsen och Östersunds kommun ser allvarigt på resultaten och därför kommer provtagningarna att fortsätta. Rekommendationerna är tillfälliga och kan komma att ändras framöver.

Provtagningar av PFAS i fisk från andra delar av Storsjön och i övriga länet visar på låga halter.

## Vad är PFAS?

PFAS är ett samlingsnamn för en särskild grupp på mer än 4 000 högfluorerande ämnen som är mycket svåra att bryta ner för människa och miljö.

[Mer information och svar på vanliga frågor om PFAS i fisk hittar du på Länsstyrelsens hemsida.](#)

[Läs om PFAS i vatten på Östersunds kommuns hemsida.](#)