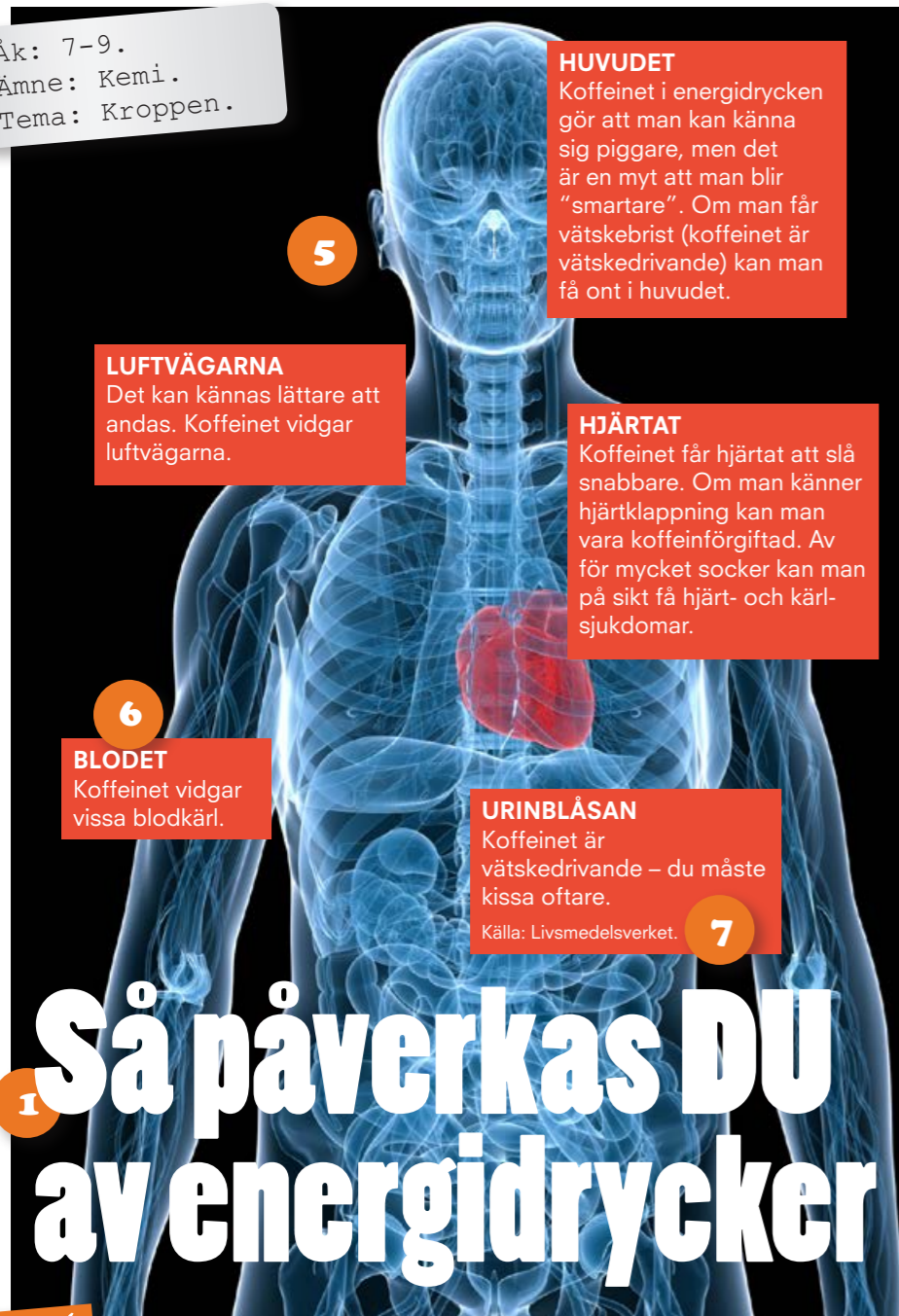


Åk: 7-9.  
Ämne: Kemi.  
Tema: Kroppen.



**HUVUDET**  
Koffeinet i energidrycken gör att man kan känna sig piggare, men det är en myt att man blir "smartare". Om man får vätskebrist (koffeinet är vätskedrivande) kan man få ont i huvudet.

**LUFTVÄGARNAS**  
Det kan kännas lättare att andas. Koffeinet vidgar luftvägarna.

**HJÄRTAT**  
Koffeinet får hjärtat att slå snabbare. Om man känner hjärtklappning kan man vara koffeinförgiftad. Av för mycket socker kan man på sikt få hjärt- och kärlsjukdomar.

**BLODET**  
Koffeinet vidgar vissa blodkärl.

**URINBLÅSAN**  
Koffeinet är vätskedrivande – du måste kissa oftare.  
Källa: Livsmedelsverket.

# Så påverkas DU av energidrycker

**TIPS /**

**Granskning**

En granskande artikel har ett mer kritiskt förhållningssätt än reportaget och faktaartikeln. Här ska man ifrågasätta och undersöka, men måste inte nödvändigtvis slå fast en sanning. Ämnen för granskningen kan fångas upp från reklam-budskap, samhällsdebatter eller livsstilstrender.

**1. RUBRIK**

Bör vara slagkraftig och direkt – vilket visar att man attackerar ämnet. Här har vi valt ett "du"-tilltal i rubriken. Att ställa en fråga är ett annat alternativ ("Hur farlig är energidrycken?"). Eller en kombination ("Hur farlig är din energidryck?").

**2. INGRESS**

I en granskande artikel bör ingressen klargöra vad det är artikeln ifrågasätter. Det kan också vara tacksamt att lyfta upp något dramatiskt från brödtexten här ("Flera unga människor kan ha dött i samband med träning och energidryck...").

**3. BYLINE**

Skribentens och fotografens/illustratörens namn.

**4. BRÖDTEXT**

Fånga upp åsikter från forskare, politiker, debattörer och olika typer av experter. Ställ dem mot tillgängliga vetenskapliga fakta. Texten har ett prövande och resonerande anslag, men

det ska vara upp till läsaren att dra slutsatser och ta ställning. Inledningen bör sätta ämnet i ett sammanhang och ge ett konkret exempel för läsaren att relatera till (i det här fallet att energidrycker blir allt populärare bland unga, till exempel i dataspelssammanhang). Någon historisk markör kan också hjälpa läsaren.

**5. BILD**

Bilden får gärna ha en dramatiserande eller provocerande karaktär. Den är ofta arrangerad för att åstadkomma detta, och ska tillsammans med rubriken väcka känslor. I det här fallet fungerar den stora bilden både som en intresseväckare och en

illustration till de fakta som brutits ut ur brödtexten (se punkt 6 nedan).

**6. FAKTARUTOR/TILLÄGG**

Lyft gärna ut den fakta eller bakgrundsinformation som är vetenskapligt underbyggd. Det ger läsaren ökad möjlighet att relatera till ämnet. I det här fallet har vi tydliggjort vilka dokumenterade effekter som energidrycker faktiskt har.

**7. KÄLLOR**

Redovisa vilka källor som använts till artikeln, antingen separat eller löpande i brödtexten ("enligt Livsmedelsverket" eller "säger professor X till Dagens Nyheter").

Enligt reklamen ska energidrycker öka prestationsförmågan och göra att man mår bättre. Men är det sant? NO-Bladet kollar!

Text Lucas Björkstén  
Illustration Thinkstock

**ENERGIDRYCKER SOM RED BULL** blir allt mer populära bland unga. För seriösa dataspelare som är på LAN är det till exempel ett vanligt sätt att hålla sig vaken för att kunna spela länge. Men många dricker dem bara för att det är gott.

Energidrycker började säljas i Sverige år 1996. Många butiker har en frivillig åldersgräns på 15 eller 18 år. Men det finns även förslag på en lag om åldersgräns. Anledningen är att vissa ämnen som finns i



dryckerna kan vara skadliga, speciellt för barn. Det är bland annat koffein, taurin och socker. Livsmedelsverket varnar för att dricka dem i samband med träning, eftersom kroppen kan ta skada. Det finns misstankar om att ungdomar har dött på grund av att de druckit energidrycker efter till exempel fotbollsmatcher, men inga läkare

Idé och produktion: Oskar Ekman & Per Bengtsson. Bilder: Thinkstock. Layout: Johan Grundberg

**UDDA FAKTA**



**Spännande kemiyrken**

Är du intresserad av kemi och den mänskliga kroppen? Då har du faktiskt hundratals olika jobb att välja mellan. Här är några som är både udda och väldigt specialiserade.

**FORENSIKER**

**Gör:** Undersöker och analyserar bevis vid brottsutredningar. DNA-spår, fingeravtryck eller vapen.  
**Utbildning:** Universitetsstudier i till exempel datateknik, kemi eller biomedicin.  
**Arbetsplats:** SKL (Statens kriminaltekniska laboratorium).

**NUTRITIONIST**

**Gör:** Är expert på hur kroppen reagerar på den mat vi äter.  
**Utbildning:** Universitetsutbildning.  
**Arbetsplats:** Många områden (som på ett sjukhus eller i en livsmedelsindustri) med forskning inom hälsa eller inom livsmedelsindustrin.

**DOFTEXPERT**

**Gör:** Undersöker och kartlägger hur människor upplever lukt, till exempel parfym, choklad och vin.  
**Utbildning:** Ett stort och brett ämnesområde (som på ett universitet) kan vara att tvärtom bli så specifik som möjligt. Här har vi gjort en kort faktaartikel som exemplifierar några udda yrken inom NO-området. Självklart hämtas bilden från det mest dramatiska exemplet (i det här fallet anspelar vi på målgruppens intresse för tv-serier som "CSI").

**BILDEN**

**5 SAKER DU INTE VISSTE OM... BLOD!**

1. En vuxen människas kropp innehåller 4-6 liter blod.
2. Den som är rädd för blod lider av så kallad hemofobi.
3. Blodet har...



**TIPS /**

**Lista fakta!**

Tre eller fem oväntade fakta om ett lagom smalt ämne kan uppmuntra till lustfylld research. Ställ krav på att det ska vara olika typer av fakta (siffror, historia, kuriosita). Kan kräva mycket jobb, men ge spännande resultat. Fler saker att lista fakta om: Hår, hud, naglar, ögon, saliv.

**3 FRÅGOR**

**3 frågor till...**

**LORENZO MILESTAD, 13,** som deltagit i uppfinnartävlingen "Finn upp".

**Vad har du upfunnit?**

– En skosula med ekologisk klistergel på undersidan, som gör att man kan få bättre fäste på väggar.

**Vad är det bra för?**

– Jag håller på mycket med parkour, det går ut på att man tar sig fram genom att hoppa och göra olika tricks. Då är det bra att kunna springa på väggar.

**Hur kom du på den här uppfinningen?**

– Jag har alltid gillat Spindelmannen och andra superhjältar med specialkrafter. Jag har testat olika uppfinningar inom parkouren och det här var det första som funkade. En gång monterade jag sugprop-par under skorna, men de ramlade av. Dessutom var det lätt att vricka fötterna. Klistergelen är ofarlig.

**TIPS /**

**Mini-intervju**

En kort fråga-svar-artikel är en bra övning i intervjuteknik. Hitta en intressant person (kanske någon på skolan som ställt upp i "Finn upp", en forskare eller miljöpolitiker), gör research om honom/henne och ta reda på mer om ämnet. Formulera tre-fyra skarpa frågor, se till att få fylldiga svar och skriv ner alltihop! Komplettera med en bild.

