

BLADET FRA MUNNEN:

Vinterbading og badstubad i Oslo havn – en umulig aktivitet uten rensetiltak?

Under vignetten «*Bladet fra munnen*» inviterer redaksjonskomiteen for VANN mennesker med meninger og tilknytning til vann og vannfagene til å presentere aktuelle hjertesaker. Denne gangen er det John Arthur Berge som har ordet. Berge er for tiden pensjonist, og jobbet tidligere som seniorforsker i NIVA. I sitt yrkesaktive liv arbeidet han med ulike aspekter knyttet til overvåking av norske fjorder og kystområder. Han har blant annet i en periode vært prosjektleder for den overvåkingen som NIVA har gjort for «Fagrådet for Indre Oslofjord» samt andre overvåkingsoppgaver i Indre Oslofjord.



I tidligere tider var Oslo havn en aktiv sjøfartsby med en travel havn hvor gods ble losset og lastet. De senere årene har bryggeområdene med skipsverft og anløp av skip med last skrumpet inn. Vi står i hovedsak igjen med containerhavna, tankanleggene på Sjurøya, fergene, kaianlegg for cruisebåtene, noen bryggeplasser og småbåthavna ved Aker brygge. I tråd med Fjordbyens målsetning om byutvikling er tidligere havneområder bygget ut med boligkomplekser, kulturbygg og tilrettelegges for næring, rekreasjon og bading i sjøen. Byen har blitt mer åpen mot fjorden. Leilighetsprisene er høye og beboerne og annen strandadel krever godt badevann i sitt nærområde, noe som ikke er en selvfølge i en stor by som Oslo.

Badelivet i Oslo havneområde vinterstid har tatt seg kraftig opp de senere årene og er trendy som aldri før. Ulike badstufasiliteter har også dukket opp langs bryggene. Veksling mellom badstubad og vinterbad i sjøen tar brodden av en ellers kald fornøyelse og oppleves som en god kombinasjon. Vinterbading gir velvære for entusiastene og særlig for dem som har lært seg

triksene. Bruk av sokker, hansker og lue begrenser jo varmetapet fra sårbare kroppsdelene. Vinterstid foretrekker vi pingler varm dusj, eller karbad uten varmetapsbegrensende remedier.

For noen gir vinterbading et kick, gode følelser og er nærmest som mentalhygiene å regne. Andre anser vinterbading som noe forferdelig og vil aldri utsette seg for noe slikt. De fleste må nok prøve isbading noen ganger før de vender seg til det og kanskje etterhvert opplever det som noe givende?

Helseeffekten av vinterbading er omstridt. For friske mennesker anses vinterbading å være godt for helsa, så lenge man tar forhåndsregler og ikke overdriver. Vinterbaderene fremhever at aktiviteten gir eufori, følelse av velvære og mestring, ro i kroppen og glede, og jeg tror dem på det. Det hevdes også at vinterbading kan styrke immunforsvaret. Tross mulige positive helseeffekter, - vinterbading er ikke for alle. Personer som er predisponert for hjerte- og karsykdommer, eller epilepsi, bør kanskje avstå.

Vinterbading skal en helst ikke gjøre alene. En vet jo aldri om et illebefinnende skulle

inntreffe og da kan en hjelpende hånd innen rekkevidde være livreddende. Vinterbading, med eller uten badstubad, blir for mange en forfriskende og hyggelig sosial hendelse, gjerne sammen med en vennegjeng eller i en familiegruppe. Kanskje er det det sosiale aspektet og velværen etterpå som har gjort vinterbading så populært. Viktig er nok også at havneområdene har blitt langt mer delikate med de utbyggingene som har funnet sted.

Vannkvaliteten i havneområdene i Oslo har også mye å si for at både sommer- og vinterbading er blitt så populært. For oss som har levd noen år er det tankevekkende å tenke på de forholdene som rådet i havneområdene i Oslo på tidlig på 70-tallet. Kloakken fløt og ingen ved sine fulle fem ønsket å bade frivillig fra bryggene. En gang rundt 1970 badet jeg fra en liten båt som lå nær Revierhavnen på Hovedøya. Badet var ikke av det forfriskende slaget og jeg kan enda huske noen brune klumper som lå og duppet i vannskorpen. Heldigvis er situasjonen i overflatevannet nå en ganske annen.

Indre Oslofjord var tidlig på 70-tallet sterkt preget av overgjødning, hovedsakelig på grunn av forurensninger fra urensset avløp. Dette forbedret seg sterkt etter at nye kommunale renseanlegg ble anlagt eller modernisert. Denne forbedringen har nå tilsynelatende stoppet opp. Men det finnes lyspunkter som at Nordre Follo renseanlegg nylig er modernisert.

I norrøn mytologi er Midgardsormen en enorm orm som omkranser menneskenes verden. Midgardsormen er også navnet på et stort vann- og avløpsprosjekt i Oslo, bygget i perioden 2009-2015 av Oslo kommune. Midgardsormen innebar bygging av et avskjærende avløpssystem i Oslos sentrale østlige bydeler. Vannet som ble fanget opp ble ført til Bekkelaget renseanlegg. Bakgrunnen for byggingen av anlegget var at ved mye regn havnet store mengder kloakk i byens elver, og deretter i havneområder som Bjørvika. Overvann fra sentrumsområdet og hovedveier rant også direkte ut i elvene og fjorden. Midgardsormen hadde som mål å avskjære disse avløpene og gi Oslos innbyggere bedre vannkvalitet i Indre

Oslofjord generelt, og i «Fjordbyen» spesielt. Midgardsormen ble bygget for å redusere akuttutslipp fra avløpsnett med 90 prosent. I en tørrværsituasjon blir alt vann som fanges opp i systemet behandlet i Bekkelaget renseanlegg. Ved mye nedbør gis vannet en enklere behandling og ledes ut på 50 meters dyp i Bekkelagsbassenget.

Opp igjennom årene har gamle industriutslipp og annen bynær aktivitet ført til at sedimentene i Oslos havneområde frem til ca. 2006 var svært forurenset. I regi av Oslo kommunes ble det imidlertid etter ca. 2006 fjernet mye forurenset sjøbunn i Oslos havneområde. En del forurenset bunn ble også dekket til med ren sand eller leire. De forurensete mudringsmassene ble lagt i et dypvannsdeponi ved Malmøykalven. Prosjektets miljømål ble oppnådd i 2011 og sedimentoppryddingen førte til at sedimentene i havneområdet i all hovedsak var tilfredsstillende. I en by som Oslo er det imidlertid vanskelig å unngå at det dannes en del uønskede stoffer, hvorav noe fremdeles, eksempelvis via overvann, havner i sjøen og til slutt i sedimentene i havneområdet. Overvåking foretatt av NGI (2019) tydet imidlertid på at sjøbunnen i de oppryddede områdene utenfor rådhuset og operaen fortsatt var ren, og oppfylte miljømålene som var satt.

Nyere risikovurderinger (NGI 2021) tyder imidlertid at noen delområder nært inntil, men ikke i selve Oslo havn, har overskridelser av miljøgifter i sedimentene som ansees som uakseptable med hensyn til risiko for spredning av forurensete partikler og risiko for human helse og økosystemet. Den dominerende eksponeringsveien for human helse anses å være gjennom konsum av fisk og skaldyr. Bading, derimot, har liten betydning når det gjelder opptak av miljøgifter med forurensete sediment som kilde.

Bygging og modernisering av renseanleggene i Indre Oslofjord de siste ca. 50 år har ført til en betydelig reduksjon av den overgjødningseffekten en så i Indre Oslofjord på 70-tallet. Bygging av Midgardsormen har ført til reduksjon i tilførsler av kloakk og annen forurensning

til overflatevannet i Oslo havn. Dette er spesielt viktig for havneområdets attraktivitet som badeplass fordi det nettopp er i overflatevannet (0-2 m dyp) hvor bading foregår. Selv om forurensete sedimenter normalt ikke har særlig betydning for human helse, er det tilfredsstillende å vite at det i brorparten av bunnområdene i Oslo Havn er gjennomført tiltak for å fjerne eller redusere effekten av gamle miljøsynder lagret i sedimentene.

Selv om badevannet i havneområdene nå er bra, så kan store mengder regn på kort tid føre til oversvømmelser og flomtilstander som eksisterende avløpssystemer ikke har kapasitet til å fange opp. Dette kan i korte perioder, etter en slik hendelse, gjøre det lite tilrådelig å bade i den indre fjord og i havneområdene. Heldigvis for de som bader om vinteren, så inntreffer slike hendelser i liten grad i den kaldeste årstiden.

De tiltak som er gjennomført i indre Oslofjord og Oslo havneområdet over de siste 50 år

har ført til en formidabel nivåheving av badevannskvaliteten i Oslos bryggeområder. Forbedringene ansporer til et yrende badeliv på tilrettelagte badeområder på godværsdager sommerstid, og vinterbaderne får nyte sin eufori i veksling mellom badstuba og sjøbad i rimelig rent iskaldt sjøvann.

Selv om en det meste av året nå har rimelig godt badevann i Oslos havneområde så er langt fra alle miljøproblemer løst i Oslofjorden. På en del felt har en sett en forverring de senere år. I mars 2021 presenterte tidligere Klima- og miljøminister Sveinung Rotevatn en Helhetlig plan for Oslofjorden. Tiltaksplanen viste de viktigste prioriteringer av tiltak for Oslofjorden fram mot 2026. Planen må videreutvikles og forbedres og ikke legges i skuffen. Det er forventninger om at planen vil føre til avbøtende tiltak som kan snu utviklingen i Oslofjorden, men det krever handling nå.