



Slotsholmsgade 10-12  
DK-1216 København K

T +45 7226 9000  
F +45 7226 9001  
M [sum@sum.dk](mailto:sum@sum.dk)  
W [www.sum.dk](http://www.sum.dk)

Folketingets Sundhedsudvalg

Dato: 17. Maj 2010  
Enhed: Center for sundhed og  
psykiatri  
Sagsbeh.: SUMSTL  
Sags nr.: 1002736  
Dok nr.: 216555

Folketingets Sundhedsudvalg har den 12. april 2010 stillet følgende spørgsmål nr. 499 (Alm. del) til indenrigs- og sundhedsministeren, som hermed besvares. Spørgsmålet er stillet efter ønske fra Liselott Blixt (DF).

Spørgsmål nr. 499:

"Hvad er ministerens holdning til, at så stor del af befolkningen er i D-vitamin underskud, jf. artiklen "Manglede D-vitamin:" jeg gik rundt med følelsen af, at jeg måske skulle dø i morgen" fra 24-Timer den 11. april 2010, og mener ministeren, at der er behov for en oplysning, således at befolkningen bliver opmærksom på, at D-vitamin kan afhjælpe visse lidelser og at solen også kan medvirke til at danne D-vitamin i huden?"

Svar:

Jeg mener, det er vigtigt, at vi alle specielt i den mørke vinterperiode sørger for at spise sundt fx mere fisk, så vi får de D-vitaminer, som er nødvendige for at holde kroppen sund og rask. Om sommeren er det vigtigt at komme jævnlige ud og få lidt sol, men der skal ikke så meget til for at danne nok D-vitamin. Derfor bør man ikke opholde sig mere ude i solen end Sundhedsstyrelsen anbefaler. Myndighederne anbefaler, at ældre over 65 år og personer, der går til-dækket eller har mørk hud tager et kosttilskud for at undgå D-vitamin mangel. Det samme gælder gravide og spædbørn.

Jeg er ikke afvisende overfor ideen om, at mere oplysning om betydningen af D-vitamin kan være nødvendigt. Jeg afventer dog, at Fødevarestyrelsen senere i år får opdateret anbefalingerne til befolkningen om D vitamin, før jeg kan tage endelig stilling til dette spørgsmål.

Med venlig hilsen

Bertel Haarder / Steffen Larsen