

6 INNTAK AV VITAMIN A, D OG E BLANT MIDDELALDRENDE NORSKE KVINNER

Vibeke Tytlandsvik¹, Guri Skeie², Marit Waaseth^{3*}

¹Institutt for farmasi, Universitet i Tromsø, UiT Norges arktiske universitet; fra aug.2014: Statens legemiddelverk, avdeling for legemiddelinformasjon (FEST-seksjonen), ² Institutt for samfunnsmedisin, Universitet i Tromsø, UiT Norges arktiske universitet, ³ Institutt for farmasi, Universitet i Tromsø, UiT Norges arktiske universitet

*E-post: marit.waaseth@uit.no

Bakgrunn: Nordmenn brukte i 2011 nær 3 milliarder kroner på kosttilskudd. To masteroppgaver fra 2012 viser at det kan være et potensielt overforbruk av vitaminer hos middelaldrende kvinner [1] og at det er en sammenheng mellom sosioøkonomisk status og kosttilskuddsbruk totalt [2].

Formål: Å beskrive inntak av de fettløselige vitaminene A, D og E i en normalbefolkning av middelaldrende kvinner, og å undersøke mulige sammenhenger mellom vitamininntaket og sosioøkonomisk status.

Materiale og metode: Datagrunnlaget er spørreskjema fra Kvinner og kreft-studien. Dette er en landsdekkende prospektiv kohortstudie med i overkant av 170 000 deltakere. Dataene som er brukt i denne analysen utgjør en et tverrsnitt innenfor kohorten. Studiepopulasjonen er på totalt 3231 kvinner som svarte på spørreskjema i perioden 2003-2006, responsrate 72 %. Presentasjonen er basert på resultater fra en masteroppgave ved Institutt for farmasi, Universitet i Tromsø, 2014 [3].

Resultat: Andelen som bruker minst ett kosttilskudd er 71,8 %. Kvinner med høyt inntak av vitamin A, D og E gjennom kosten, er også de som i høyest grad oppgir kosttilskuddsbruk. Få kvinner har et inntak som tilsvarer potensielt toksiske doser (A-vitamin 0,2 %, D-vitamin 0,3 % og E-vitamin 3,0 %). Færre enn 1 % ligger under nedre grense for anbefalt vitamininntak. De fleste deltakerne (96 %) ligger mellom nedre og øvre grense. Det er statistisk signifikant sammenheng mellom utdanningslengde og inntak av vitamin A, D og E. Det er ikke tilsvarende klar sammenheng mellom inntekt og vitamininntak.

Konklusjon: Majoriteten av norske middelaldrende kvinner tar kosttilskudd, men svært få har så lavt eller så høyt inntak av fettløselige vitaminer at det er grunn til bekymring. Den viste sammenhengen mellom sosioøkonomisk status og vitamininntak ligger trolig til grunn for paradokset at kosttilskuddsbruken er høyest blant de som har høyest vitamininntak via mat.

1. Thoresen, M.-B.S., *Legemiddelbruk og bruk av kosttilskudd blant middelaldrende kvinner i Norge: kvinner og kreft-studien*2012, Tromsø: Institutt for farmasi, Universitetet i Tromsø. XIV, 119 s. : ill.
2. Larsen, H.N., *Sosioøkonomisk status og bruk av kosttilskudd blant middelaldrende kvinner: kvinner og kreft-studien*2012, Tromsø: Institutt for farmasi, Universitetet i Tromsø.
3. Tytlandsvik, V., *Inntak av vitamin A, D og E blant middelaldrende norske kvinner - en tverrsnittsstudie*2014, Tromsø Institutt for farmasi, Universitetet i Tromsø.

