
Presisering om vitamin D-forgiftning

DEBATT

CORA WÆRP

cora.warp@gmail.com

Cora Wærp er konstituert overlege ved Medisinsk klinikk nyresykdommer, Sykehuset i Vestfold.

Forfatteren har fylt ut ICMJE-skjemaet og oppgir ingen interessekonflikter.

JOSTEIN HAUGE

Jostein Hauge er stipendiat og konstituert overlege ved Avdeling for endokrinologi, overvekt og ernæring, Sykehuset i Vestfold.

Forfatteren har fylt ut ICMJE-skjemaet og oppgir ingen interessekonflikter.

FRIDTJOF HEYERDAHL

Fridtjof Heyerdahl er ph.d., spesialist i anesthesiologi, overlege og avdelingsleder ved Luftambulanseavdelingen, Oslo universitetssykehus og overlege ved Giftinformasjonen, Folkehelseinstituttet.

Forfatteren har fylt ut ICMJE-skjemaet og oppgir ingen interessekonflikter.

MARIE MØINICHEN

Marie Møinichen er spesialist i nyresykdommer og i indremedisin og overlege ved Medisinsk klinikk, Sykehuset i Vestfold.

Forfatteren har fylt ut ICMJE-skjemaet og oppgir ingen interessekonflikter.

SADOLLAH ABEDINI

Sadollah Abedini er ph.d., spesialist i nyresykdommer og i indremedisin og overlege ved Medisinsk klinikk, Sykehuset i Vestfold.

Forfatteren har fylt ut ICMJE-skjemaet og oppgir ingen interessekonflikter.

Det har kommet påstander om at en døgndose på 120 µg vitamin D ikke kan gi forgiftning, og at vi derfor bidrar til feilinformasjon.

Vi publiserte i 2025 en kort kasuistikk som har vakt betydelig engasjement, både i sosiale medier, i dagspressen og i kommentarfeltet til Tidsskriftet (1). I kasuistikken nevner vi at en mulig forklaring på pasientens nyresvikt kunne være feilproduksjon av preparatet som hen hadde inntatt, og at vi umiddelbart meldte om mistanken til Mattilsynet (1). Senere analyser har bekreftet at preparatet inneholdt om lag ti ganger høyere konsentrasjon av vitamin D enn angitt på etiketten (2, 3). Dette medførte et reelt toksisk inntak som hos vår pasient resulterte i hyperkalsemi og akutt nyresvikt. Opplysningene om faktisk konsentrasjon i preparatet forelå ikke før etter at manuset var antatt for publisering i Tidsskriftet. Det har selvsagt aldri vært vår intensjon å holde tilbake informasjon.

«Hensikten med å publisere kasuistikken var å beskrive et sjeldent, men alvorlig sykdomsforløp, ikke å advare mot bruk av vitamin D innenfor gjeldende anbefalinger»

Hensikten med å publisere kasuistikken var å beskrive et sjeldent, men alvorlig sykdomsforløp som vi mener det er viktig at klinikere kjenner til, ikke å advare mot bruk av vitamin D innenfor gjeldende anbefalinger (1). Samtidig viser både klinisk erfaring og litteraturen at høye doser vitamin D over tid kan gi hyperkalsemi, nefrolitiasis og nyreskade hos enkelte, særlig når dosene ligger over de anbefalte øvre grensene, ved bruk av høykonsentrerte preparater eller ved individuell sårbarhet (4–8). Toksisitet er velkjent ved feilmerking/feilproduksjon av kosttilskudd (2, 9), men også langvarig moderat inntak over anbefalt nivå kan utløse komplikasjoner hos disponerte individer (6, 7).

«Toksisitet er velkjent ved feilmerking/feilproduksjon av kosttilskudd, men også langvarig moderat inntak over anbefalt nivå kan utløse komplikasjoner hos disponerte individer»

Vi registrerer at det er miljøer som anbefaler et vitamin D-inntak betydelig over de nivåene norske og europeiske myndigheter har satt som øvre tolerable inntaksgrenser (4, 5, 8). Som klinikere forholder vi oss til retningslinjene og vil ikke anbefale å bruke døgndoser ut over det som er anbefalt av helsemyndighetene (4, 5, 8). Vår kasuistikk illustrerer etter vårt syn at ukritisk bruk av høykonsentrerte tilskudd, særlig produkter kjøpt utenom ordinære kanaler og/eller med feilproduksjon, kan ha alvorlige konsekvenser – selv hos tidligere friske personer (1–3).

LITTERATUR

1. Wærp CM, Hauge JW, Heyerdahl F et al. Akutt nyresvikt som følge av vitamin D-forgiftning. *Tidsskr Nor Legeforen* 2025; 145. doi: 10.4045/tidsskr.25.0157. [CrossRef]
2. Mattilsynet. Tilbakekall av produktet BodyFuel Super Strength Vitamin D 30ml. <https://kommunikasjon.ntb.no/pressemelding/18073159/tilbakekall-av-produktet-bodyfuel-super-strength-vitamin-d-30ml> Lest 13.4.2026.
3. Mattilsynet. Kosttilskudd med for høyt innhold av vitamin D tilbakekalles (Trace, Thorne og NOW). <https://www.mattilsynet.no/tilbakekallinger/kosttilskudd-med-for-hoyt-innhold-av-vitamin-d-tilbakekalles-trace-thorne-og-now> Lest 13.4.2026.
4. RELIS. Retningslinjer for bruk av vitamin D og risiko ved høye doser. <https://relis.no/artikler/29036/> Lest 13.4.2026.
5. Nordic Council of Ministers. Vitamin D. Nordic Nutrition Recommendations 2023 / Integrating Environmental Aspects. <https://pub.norden.org/nord2023-003/vitamin-d-.html> Lest 13.4.2026.
6. Haridas K, Holick MF, Burmeister LA. Hypercalcemia, nephrolithiasis, and hypervitaminosis D precipitated by supplementation in a susceptible individual. *Nutrition* 2020; 74: 110754. [PubMed][CrossRef]
7. Zittermann A, Trummer C, Theiler-Schwetz V et al. Long-term supplementation with 3200 to 4000 IU of vitamin D daily and adverse events: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *Eur J Nutr* 2023; 62: 1833–44. [PubMed][CrossRef]
8. Haugen M, Holvik K, Iversen PO. Evaluation of tolerable upper intake levels for vitamin D in children and adolescents. *Eur J Nutr Food Saf* 2019; 9: 102–3. [CrossRef]
9. Jha V, Rouniyar R, Rao SD et al. An Outbreak of Vitamin D Toxicity in a Family: Report of 3 Cases From Unregulated Fortification. *JCEM Case Rep* 2025; 3: luaf230. [PubMed][CrossRef]

Publisert: 28. april 2026. *Tidsskr Nor Legeforen*. DOI: 10.4045/tidsskr.26.0219
Opphavsrett: © Tidsskriftet 2026 Lastet ned fra tidsskriftet.no 23. juni 2026.