

Anbefaling: D-vitamin

Anbefaling	Undgå at bestille D-vitamin-analyse hos raske personer uden kliniske symptomer og øget risiko for D-vitamin mangel
Rationale	<p>D-vitamin bør kun måles på indikation, eller hvis der er specifik mistanke om D-vitamin mangel. Der kan være indikation for at måle D-vitamin blandt patienter med følgende:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kliniske symptomer på D-vitamin mangel eller hvor man har mistanke om svær D-vitaminmangel som følge af deres livsførelse (ringe solesponering, ophold inden døre, dækkende klæder) • Gravide med mørk hud eller tildækkende påklædning om sommeren. • Knogleskørhed • Neuromuskulære sygdomme (patienter med øget risiko for fald og frakturer) • hypo-/hyperkalcæmi • Hyperparathyroidisme • Gastrointestinal sygdom med Malabsorption • Nyreinsufficiens • Kronisk leversvigt • Patienter i behandling med lægemidler, som influerer på D-vitaminmetabolismen(1) <p>Den resterende del af befolkningen anbefales ikke at få målt D-vitamin, men i stedet at følge Sundhedsstyrelsens anbefaling om, at børn over fire år og voksne skal tage et dagligt tilskud på 5-10 µg D-vitamin i vinterhalvåret (oktober til april). Børn under fire år anbefales 10 µg D-vitamin året rundt (2). Måling af D-vitamin er derfor unødvendigt for den gennemsnitlige dansker, fordi den gennemsnitlige dansker ikke får nok sollys til at opretholde et tilstrækkeligt D-vitaminniveau om vinteren (1).</p> <p>D-vitamin er essentielt for knoglernes sundhed, og sammen med calcium forebygger D-vitamin knogletab. Herudover foreligger der varierende evidens vedrørende D-vitamins betydning for sygdomme såsom hjerte-kar-sygdomme, kræft, diabetes, autoimmune sygdomme og smitsomme luftvejssygdomme (3). Denne vigtige betydning for sundhed, har bidraget til et øget fokus på D-vitamin i medierne og i samfundet, som har ført til en markant stigning af målinger (4, 5, 6). I 2004 fik 1 ud af 500 borgere målt D-vitamin i Region Hovedstaden. I 2010 var dette tal steget til 1 ud af 5 borgere (4). Samme mønster gør sig gældende på Aarhus Universitetshospital, hvor antallet af målinger af D-vitamin udført i eget laboratorie er næsten fordoblet</p>

	<p>fra 2011 til 2022 (6). Denne store stigning i antallet af D-vitamin målinger tyder på et potentielt overforbrug.</p> <p>Tendensen understøttes af udenlandske studier, som antyder at mellem 25% og 75% af målinger for D-vitamin er unødvendige (7, 8). Et studie udført i Region Hovedstanden i 2019 viser ligeledes, at op mod 25% af D-vitamin målingerne i deres studie var unødvendige og kunne undgås ved indførelse af en simpel pop-up meddelelse (9). Unødvendige D-vitamin målinger kan medføre unødvendig videre udredning, give patienterne en falsk forklaring på deres eventuelle symptomer og spille værdifulde sundhedsressourcer.</p>
<p>Kilder</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kennel KA, Drake MT, Hurley DL. Vitamin D deficiency in adults: when to test and how to treat. <i>Mayo Clin Proc.</i> 2010;85(8):752-7; quiz 7-8. 2. Sundhedsstyrelsen, Anbefalinger om tilskud med D-vitamin 2022 [cited 2023 08.06]. Available from: https://sst.dk/da/viden/forebyggelse/ernaering/anbefalinger-om-d-vitamin. 3. Taylor CL, Thomas PR, Aloia JF, Millard PS, Rosen CJ. Questions About Vitamin D for Primary Care Practice: Input From an NIH Conference. <i>Am J Med.</i> 2015;128(11):1167-70. 4. Durup D, Jørgensen HL, Christensen J, Schwarz P, Heegaard AM, Lind B. A reverse J-shaped association of all-cause mortality with serum 25-hydroxyvitamin D in general practice: the CopD study. <i>J Clin Endocrinol Metab.</i> 2012;97(8):2644-52. 5. Revsholm JP, T. Screening af D-vitamin mangel, 25OHD analysens indikation. <i>Laboratorie Info.</i> 2016. 6. Aarhus Universitetshospital - Til fagpersoner. Årsberegninger fra Blodprøver og Biokemi 2022 [cited 2023 13.06]. Available from: https://www.fagperson.auh.dk/afdelinger/blodprover-og-biokemi/Om-blodprover-og-biokemi/arsberetning/. 7. Woodford HJ, Barrett S, Pattman S. Vitamin D: too much testing and treating? <i>Clin Med (Lond).</i> 2018;18(3):196-200. 8. Crowe FL, Jolly K, MacArthur C, Manaseki-Holland S, Gittoes N, Hewison M, et al. Trends in the incidence of testing for vitamin D deficiency in primary care in the UK: a retrospective analysis of The Health Improvement Network (THIN), 2005-2015. <i>BMJ Open.</i> 2019;9(6):e028355. 9. Munk JK, Bathum L, Jørgensen HL, Lind BS. A compulsory pop-up form reduces the number of vitamin D requests from general practitioners by 25 percent. <i>Scand J Prim Health Care.</i> 2020;38(3):308-14.

Beskrivelse af udviklingen	<p>Den 21. juni 2023 havde Vælg Klogt samlet relevante samarbejdspartnere til en temaworkshop om blodprøver, hvor der skulle udvikles forskellige anbefalinger inden for temaet.. Målet med workshoppen var at formulere en række Vælg Klogt-anbefalinger for udvalgte blodprøver og procedurer vedrørende blodprøver, herunder D-vitamin, samt bidrage til, at anbefalingerne i fremtiden kan medføre konkrete praksisændringer og dermed færre unødige blodprøver i sundhedsvæsenet.</p> <p>Tak til deltagerne på workshoppen og de øvrige bidragsydere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dansk Kardiologisk Selskab • Dansk Selskab for Almen Medicin • Dansk Selskab for Klinisk Biokemi • Dansk Selskab for Onkologi <p>På baggrund af workshoppen, er der udarbejdet løsningsforslag, som findes på D-vitamin Vælg Klogt (vaelgklogt.dk)</p>
Godkendt	September 2023
1. opdatering	Senest tre år efter godkendelse
<p><i>Denne Vælg Klogt anbefaling skal betragtes som vejledende og fritager ikke sundhedspersoner for individuelt ansvar for at træffe korrekte beslutninger vedrørende den individuelle patient, i samarbejde med og under hensyntagen til denne. Vælg Klogt anbefalingen er ikke juridisk bindende, og det vil altid være det faglige skøn i den konkrete kliniske situation, der er afgørende for beslutningen om passende og korrekt sundhedsfaglig ydelse.</i></p>	