

Mistä syntyy hyvä D-vitamiinilisä?

D-vitamiinia tarvitaan kaikissa elämänvaiheissa. Se tukee muun muassa vastustuskykyämme ja osallistuu solujen jakautumiseen elimistössämme. Siksi se on erityisen tärkeää lapsille ja nuorille, raskaana oleville ja imettäville sekä iäkkäille, yli 60-vuotiaille henkilöille. Ylipainoiset henkilöt saattavat tarvita D-vitamiinia enemmän kuin normaalipainoiset, sillä ylipainon on arvioitu vähentävän D-vitamiinin hyväksikäyttöä yli 50 %. Lisäksi aneemisten henkilöiden raudanpuute altistaa D-vitamiinin heikommalle imeytymiselle. Myös pitkäaikainen stressi vaikuttaa D-vitamiinin tarpeeseen, sillä pitkittyneenä stressi aiheuttaa elimistölle kroonisen tulehdustilan ja elimistön D-vitamiini tarve lisääntyy.

D-vitamiinilla voi olla merkitystä myös syövän, tyypin 1 diabeteksen, nivelreuman ja MS-taudin ehkäisyssä sekä insuliiniherkkyyden säätelyssä. Näistä asioista tarvitaan lisätutkimusta. Tutkimusten mukaan D-vitamiini säätelee myös verenpainetta.

Suomessa on pitkä hämäräkausi, eikä auringonvalo pääse muodostamaan tällöin D-vitamiinia iholla. Ruoasta tai ravintolisistä saatava D-vitamiini on siksi erityisen tärkeässä roolissa. Kala on luonnollinen D-vitamiinin lähde. Tutkimukset osoittavat viitteitä siitä, että rasva parantaa D-vitamiinin imeytymistä. Siksi D-vitamiini on hyvä nauttia pääaterian yhteydessä.

D-vitamiiniin ja D-vitamiiniliisiin liittyy myös erilaisia urbaanilegendoja. Yleisin näistä lienee se, että yksi suuri kerta-annos aiheuttaisi heti D-vitamiinimyrkytyksen tai D-vitamiini imeytyisi heikommalla ravintolisästä kuin ruuasta. Tutkimusten mukaan asia on itse asiassa päinvastoin.

Mutta mistä syntyy hyvä D-vitamiinilisä?

”Hyvä D-vitamiinilisä on korkealuokkaisista ja tarkoin valituista raaka-aineista oikein käsiteltynä valmistettu tuote, jonka valmistusprosessi ja pitoisuudet ovat tarkoin tiedossa valmistuksen kaikissa vaiheissa. Sana-sol D-vitamiinit valmistetaan Axelluksen omalla tehtaalla Tanskassa, jolla on kymmenien vuosien kokemus vitamiini- ja kivennäisainetuotteiden valmistuksesta ja kehittämisestä. Tuoteturvallisuusstandardimme on jopa tiukempi kuin eurooppalaiset GMP- ja BRC-standardit”, kertoo Axelluksen laatujohtaja **Irena Brustad**.

”Riippumaton taho on testannut juuri tälläkin hetkellä Suomessa myynnissä olevia Sana-sol-eriä ja tuotteet täyttävät vaatimukset”, Brustad korostaa.

”Itse asiassa tuotteiden säännöllinen testaaminen on kiinteä osa valmistusstandardejämme. Testaamme tuotteitamme itse sekä lähetämme niitä ulkopuolisen, akreditoitun elintarviketurvallisuuslaboratorion testattavaksi. Lisäksi teemme yhteistyötä tutkimuslaitosten kanssa, kuten Kööpenhaminan yliopistollisen sairaalan ja Oslon yliopiston kanssa, sillä tuotteitamme käytetään usein erilaisissa tutkimuksissa.”

Mikä vaikutus D-vitamiinikohulla on ollut Axellukselle?

”Tämän hetken laskelmien mukaan Axellukselle on aiheutunut noin miljoonan euron tappiot ja tämäkin on vasta lyhyen aikavälin laskelma. Pitkän aikavälin tappiot ovat todennäköisesti viiden miljoonan euron luokkaa”, toteaa Axellus Oy toimitusjohtaja **Kari Haapakorva**.

”Emme kuitenkaan ole haastamassa mitään tahoa oikeuteen tämän johdosta, vaan toivomme, että jatkossa Suomessakin otettaisiin enemmän mallia esimerkiksi Tanskasta ja Norjasta, jossa teemme laadukasta yhteistyötä yliopistojen ja tutkimuslaitosten kanssa.”

Lisätietoja: toimitusjohtaja Kari Haapakorva, puh. 010 218 3700, kari.haapakorva@axellus.fi

Kuvakori: <http://www2.emmi.fi/axellus/?cart=348-cfeefkqbeg&l=FI>

Lähteet:

A.Aro, M.Mutanen, M.Uusitupa. Ravitsemustiede, 4.uudistettu painos, Duodecim 2012.

Ravinto ja liikunta tasapainoon. Suomalaiset ravitsemussuosituksiset, Valtion ravitsemusneuvottelukunta, 2005.