

Ministerie van Volksgezondheid,  
Welzijn en Sport

> Retouradres Postbus 20350 2500 EJ Den Haag

De Voorzitter van de Tweede Kamer  
der Staten-Generaal  
Postbus 20018  
2500 EA DEN HAAG

**Bezoekadres**

Parnassusplein 5  
2511 VX Den Haag  
www.rijksoverheid.nl

**Kenmerk**

1834214-218972-VGP

**Bijlage(n)**

1

**Uw brief**

Datum 3 maart 2021

Betreft Aanbieding advies Gezondheidsraad vitamine D en preventie van COVID-19 en acute luchtweginfecties

*Correspondentie uitsluitend  
richten aan het retouradres  
met vermelding van de  
datum en het kenmerk van  
deze brief.*

Geachte voorzitter,

Met deze brief reageer ik op het advies van de Gezondheidsraad over de relatie tussen het preventieve gebruik van vitamine D-supplementen en het risico op acute luchtweginfecties en COVID-19. Ik heb dit advies op 3 maart 2021 ontvangen. Het advies van de Gezondheidsraad is bijgevoegd.

**Inleiding**

In 2012 heeft de Gezondheidsraad het advies 'Evaluatie van de voedingsnormen voor vitamine D' uitgebracht. Bij het afleiden van de voedingsnormen en de suppletieadviezen zijn gezondheidseffecten als rachitis en het risico een bot te breken centraal gesteld. De risicogroep waarvoor het suppletieadvies voor vitamine D geldt bestaat uit kinderen tot 4 jaar, vrouwen ouder dan 50 jaar en mannen ouder dan 70 jaar, mensen met een getinte huidskleur, mensen die weinig buitenkomen of die buiten hun gezicht en handen bedekken en zwangere vrouwen.

Voor andere gezondheidseffecten was het bewijs destijds te zwak om op grond daarvan voedingsnormen of suppletieadviezen af te leiden. Er zijn ondertussen nieuwe studies over het effect van vitamine D-supplementen en luchtweginfecties verschenen. Vanwege de COVID-19 pandemie staat dit onderwerp sterk in de belangstelling en is de Gezondheidsraad gevraagd of het bestaande vitamine D-suppletieadvies aanpassingen behoeft.

**Inhoud van het advies 'Vitamine D en preventie COVID-19 en luchtweginfecties'**

De Gezondheidsraad heeft geconstateerd dat er op dit moment nog te weinig wetenschappelijk onderzoek van voldoende kwaliteit is om voor vitamine D in relatie tot COVID-19 een uitspraak te kunnen doen.

De Gezondheidsraad constateert wel dat vitamine D een klein effect heeft op de preventie van luchtweginfecties bij kinderen tussen de 1 en 16 jaar oud. Bij deze leeftijdsgroep verloopt een luchtweginfectie over het algemeen niet heel ernstig. De te behalen gezondheidswinst lijkt dan ook beperkt. Ook vanuit COVID-19 bezien, is deze leeftijdsgroep niet de meest kwetsbare groep.

Op basis van de huidige stand van de wetenschap ziet de Gezondheidsraad geen aanleiding om het bestaande suppletieadvies aan te passen. Ook niet met het oog op de preventie van COVID-19.

**Kenmerk**  
1834214-218972-VGP

Wel is bekend dat voor een goede botgezondheid het van belang is dat de risicogroep de aanbevolen hoeveelheid vitamine D neemt. Vitamine D wordt in het lichaam voornamelijk aangemaakt onder invloed van zonlicht. Vanwege de COVID-pandemie kunnen er nu wel meer mensen zijn die minder buiten (in de zon) komen en daardoor onvoldoende vitamine D aanmaken. Zij zijn zich hiervan mogelijk niet of onvoldoende bewust. Voor deze groepen vraagt de Gezondheidsraad meer aandacht. Dit geldt ook voor het opvolgen van het suppletieadvies voor mensen voor wie het al gold. Uit onderzoek<sup>1</sup> blijkt dat het suppletieadvies niet goed wordt opgevolgd.

### **Reactie op het advies**

Op basis van het advies van de Gezondheidsraad zie ik nu geen aanleiding om het suppletieadvies voor vitamine D aan te passen. Het is van belang om mensen waarvoor het suppletieadvies geldt en mensen die vanwege COVID-19 onvoldoende buiten komen, er op te wijzen dat het belangrijk is om vitamine D-supplementen in te nemen.

Het Voedingscentrum heeft ten tijde van de COVID-19 pandemie steeds aangegeven dat het belangrijk is de suppletieadviezen voor vitamine D op te volgen. Er is hierbij extra aandacht gegeven aan het belang van vitamine D-supplementen voor mensen die afgelopen zomer weinig buiten en in de zon zijn geweest. Met dit advies van de Gezondheidsraad blijft het suppletieadvies van het Voedingscentrum van kracht. Het Voedingscentrum zal het suppletieadvies in de media nog eens extra benadrukken om de opvolging te vergroten.

Er wordt momenteel gerandomiseerd wetenschappelijk onderzoek uitgevoerd naar de relatie tussen vitamine D en COVID-19. De resultaten van deze onderzoeken worden komende maanden verwacht. De Gezondheidsraad volgt dit nauwgezet en zal als er voldoende aanwijzingen zijn weer een evaluatie uitvoeren. Uw Kamer wordt daarover geïnformeerd.

Ik dank de Gezondheidsraad voor het advies over vitamine D en de preventie van COVID-19 en luchtweginfecties. En in het bijzonder de inzet om het adviestraject snel te doorlopen.

Hoogachtend,

de staatssecretaris van Volksgezondheid,  
Welzijn en Sport,

Paul Blokhuis

---

<sup>1</sup> Voedselconsumptiepeiling van het Rijksinstituut voor Volksgezondheid en Milieu (RIVM)