

UiT

NORGES  
ARKTISKE  
UNIVERSITET

# A-vitaminnivå blant norsk ungdom

Maina Sofie Wergeland Teigmo, MK-12  
Masteroppgave våren 2017  
Det helsevitenskapelige fakultet, UiT

[maina.wergeland@gmail.com](mailto:maina.wergeland@gmail.com)

Veileder: Guri Grimnes



# Bakgrunn og formål

---

- Blant annet viktig for **synet, reproduksjonen, immunsystemet og utvikling i embryonalfasen**. Brukes også som behandling mot **acne**.
- Mat: grønne, røde og oransje frukter og grønnsaker (f.eks: **gulrot**), egg, lever, fett, kjøtt, smør, ost og kornblandinger.

Mangel	Høye verdier
<ul style="list-style-type: none"><li>- Blindhet</li><li>- Økt risiko for infeksjoner</li><li>- Økt morbiditet og mortalitet blant barn</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Embryonal malformasjon</li></ul>

- Sårbarhetsfaser: prenatal og **pubertet**
- Formål:
  - Norsk ungdoms A-vitaminnivå (retinol)
  - Faktorer assosiert med enten høye eller lave nivåer
  - Innvirkning på beintetthet

# Materiale og metode

---

- Data: Tromsø-undersøkelsen
- 2010/2011
- Utvalg: 92.9% av alle inviterte
  - 888 (414 jenter og 474 gutter)
  - 15-19 år
- Fysiske målinger, spørreskjema, og blodprøver
- SPSS
- Referanseverdi retinol: 0.91-2.51  $\mu\text{mol/L}$

# Resultat



- >40% over referanseområde (2 av 5)
- <2% under referanseområde
- Ingen forskjell mellom kjønnene i retinol-nivå

Gutter	Jenter
<b>Positiv assosiasjon:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Fettmasse →</li><li>- Albumin-nivå</li><li>- Hard trening</li><li>- Lunsj hjemmefra</li></ul>	<b>Negativ assosiasjon:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>← Fettmasse</li></ul> <b>Positiv assosiasjon:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Muskelmasse</li><li>- Hormonell prevensjon</li><li>- D-vitamin</li><li>- Kalsium</li><li>- Total kolesterol</li></ul>

- Ingen signifikant assosiasjon:
  - Inntak av frukt, grønnsaker, vitaminer, tran, fisk og ost
  - Alkohol, røyk og snus
  - Beintetthet

# Diskusjon og konklusjon

---

## Diskusjon

- Ukjente faktorer

## Konklusjon:

- Vitamin A-nivåene er tilstrekkelige eller høyere
- Mangel er sjelden
- Langtidseffekt?