



Ministerie van Volksgezondheid,
Welzijn en Sport

Vanaf 2023 betaalt u zelf voor vitamine D



Samen gezond, fit en veerkrachtig

U heeft een recept voor vitamine D gekregen van uw arts. Vanaf 1 januari 2023 betaalt u de kosten hiervoor zelf. Dit heeft de overheid besloten na een advies van Zorginstituut Nederland.

Wat kost vitamine D?

U kunt vitamine D kopen bij de apotheek, de drogist of in de supermarkt. Hier heeft u geen recept voor nodig. Het kost de meeste gebruikers dan ongeveer € 7,50 per jaar.

De verpakking ziet er soms anders uit dan u gewend bent.

Blijf wel vitamine D gebruiken

Uw arts heeft u een recept voor vitamine D gegeven omdat u vitamine D nodig heeft. Vitamine D zorgt voor sterke botten, tanden en spieren. Bij veel mensen zorgt de zon ervoor dat hun lichaam zelf genoeg vitamine D maakt. Maar bij u is dat niet genoeg.

Dat is vaak zo in de volgende gevallen:

- Bij kinderen onder de 4 jaar;
- Als u ouder bent dan 50 jaar;
- Als u zwanger bent;
- Als u een donkere huid hebt;
- Als u niet vaak buitenkomt.

U heeft extra vitamine D nodig als uw lichaam niet genoeg maakt. Bespreek met uw arts of apotheker welke sterkte u nodig heeft.

Welke vitamine D kunt u het beste kopen?

Kijk op de verpakking van de vitamine D die u nu gebruikt.

Daarop staat precies hoe sterk de vitamines zijn.

Koop de sterkte die u nu gebruikt.

Op het etiket kan dat op twee manieren staan:

- Soms staat er IE of IU. IE betekent Internationale Eenheid, IU betekent International Unit.
- Soms staat er mcg of µg. Dat betekent microgram.

Eén microgram is hetzelfde als 40 internationale eenheden.

1 mcg/µg = 40 IE/IU

Eén microgram is hetzelfde als 40 internationale eenheden.

Dit betaalt u voortaan zelf

- Vitamine D, alle sterktes
- Vitamine D₃ (Colecalciferol)
- Vitamine D met calcium
- Vitamine D met alendroninezuur
- Calcifediol (Hydroferol®)

Laat vitamine D bij uw medicijnoverzicht zetten

Overleg met uw arts of apotheker of het nodig is om de vitamine D in uw medicijnoverzicht te zetten. Gaat u een andere sterkte gebruiken? Laat dit dan ook in uw medicijnoverzicht zetten.

Heeft u heel sterke vitamine D nodig?

Heeft u een tekort aan vitamine D? Dan heeft u soms tijdelijk hele sterke vitamine D nodig. Daarvoor heeft u wel een recept nodig van uw arts. U haalt de vitamine D bij de apotheek. Ook deze sterke vitamines betaalt u zelf. Dat kost de meeste mensen ongeveer € 25,-.

Heeft u vitamine D in uw Medicijnrol?

Misschien krijgt u uw medicijnen in een 'Medicijnrol'.

Dan zitten alle medicijnen die u op een bepaald moment moet nemen in een apart zakje. Zit daarbij vitamine D?

Dan kan dat zo blijven, maar vanaf 1 januari 2023 betaalt u de kosten van de vitamine D zelf.

Wilt u meer informatie over vitamine D?

Wilt u meer weten over wat vitamine D voor u doet?

Kijk dan op een van deze websites:

- rijksoverheid.nl/vitamine-d;
- www.thuisarts.nl/vitamine-d/ik-heb-misschien-extra-vitamine-d-nodig;
- www.apotheek.nl/medicijnen/vitamine-d.