

## Hvor kommer vitaminerne i pillerne fra?

Af: Niels Ebdrup  
29. august 2010 kl. 07:29

### **En læser undrer sig over, hvor vitaminerne i de vitaminpiller, vi spiser, kommer fra. Spørg videnskaben har fundet svaret.**

Her til lands spiser vi mange vitaminpiller. Vores entusiasme er så stor, at man anslår, at op mod hver anden af os dagligt sluger en pille med pep i. For at vi kan det, skal de folk, der laver vitaminpillerne, have nogle vitaminer at lave dem af. Men hvor kommer de mange vitaminer og mineraler egentlig fra?

Står der mon pilletrillere i hvide kitler ved store gryder og koger appelsinjuice så meget ind, at det kan bruges som C-vitaminskoncentrat i pillerne?

Christian på syv år har stillet spørgsmålet til sin mor, Marlene. Men hun kender ikke svaret, og har derfor spurgt Spørg Videnskaben om, hvor vitaminerne i vitaminpiller kommer fra?

### **Vitaminpiller så store som fodbolde**

Er der nogen, der kender svaret på det spørgsmål, må det være farmaceuterne hos vitaminpilleproducenten Ferrosan. Det er dem, der laver mange af de vitaminpiller, vi spiser.

»Vitaminernes findes i frugt og grønt. Men det er svært at få dem ud af fødevarerne og isolere dem. Mange af vitaminerne ville gå i stykker i processen, hvis man forsøgte. Og gjorde man det alligevel, ville den pille, man fik ud af det, være på størrelse med en fodbold,« fortæller en af farmaceuterne fra Ferrosan.

Derfor bliver de fleste vitaminer, som man kommer i vitaminpiller, lavet i laboratoriet. Men de ligner fuldstændig dem, som findes i naturen.

### **Mineraler fra bjergene**

Men du får ikke kun et skud vitaminer, når du sluger en vitaminpille. Pillerne indeholder også mineraler, og dem henter pillefabrikanterne - i modsætning til vitaminerne - fra naturen.

»Mineraler - som for eksempel kalk - findes i vores kost, men kun i meget små mængder. Derfor er det nødvendigt at finde dem et andet sted, og det sted er bjergvæge. Man tager altså mineralerne fra bjergvæggene, knuser dem til pulver, og frasorterer urenhederne. Men for at mineralerne ikke skal nedbrydes i pillen, tilsættes nogle ekstra stoffer, som er identiske med dem, der gør dem stabile i naturen,« fortæller farmaceuten.

## Samles i en pille

Når alle vitaminerne og mineralerne så skal samles i én pille, er det nødvendigt at tilsætte enkelte ekstra stoffer, for at den kan blive bundet sammen. Det sker i en maskine, hvor råvarerne blandes. Derefter bliver pillerne formet og glaseret med en overfladebehandling.

Til sidst spytter maskinen pillerne ud, så de kan pakkes og sendes ud af fabrikken, så Christian kan spise dem.

Herfra sender vi også noget ud til Christian. Han vil modtage en T-shirt for sit gode spørgsmål til [Spørg Videnskaben](#).

Send dit eget spørgsmål til videnskaben på [redaktion@videnskab.dk](mailto:redaktion@videnskab.dk)

---

URL: <http://videnskab.dk/sporg-videnskaben/hvor-kommer-vitaminerne-i-pillerne-fra>

© Ophavsretten tilhører Videnskab.dk