Exempel på kontroller inom kosttillskott

Här ger Livsmedelsverket vägledning om hur kraven i lagstiftningen kan uppnås. Vägledningen är inte bindande och utesluter inte andra sätt att uppfylla kraven.

Här ges exempel på vad som är relevant att kontrollera. Hur ofta kontroll av kosttillskott ska göras styrs av anläggningens riskklassning.



Exemplen kan användas vid kontroll av olika verksamhetstyper. Exempel 3 och 8 är lämpliga att välja, om inspektören inte tidigare har gjort många kontroller inom området kosttillskott.

Exempel 1

- Kontroll på plats, alternativt från kontoret om det är till exempel en matmäklare med internetförsäljning som granskas. Välj ut tre växtbaserade kosttillskott och kontrollera innehållet mot Nya livsmedelskatalogen, se Användbara länkar.
- Välj ut ett importerat växtbaserat kosttillskott och kontrollera märkningen mot förordning (EU) nr 1169/2011 och LIVSFS 2023:3 och skicka på analys för tungmetaller.

Exempel 2

- Kontrollera två vitamin-/mineralpreparat (företrädesvis importerade) utifrån direktiv 2002/46/EG, det vill säga om ingående substanser får användas som källor till vitaminer och mineraler i kosttillskott, och skicka för analys (av vitamin-/mineralhalterna).
- Välj ut sex växtbaserade kosttillskott och kontrollera innehållet mot nya livsmedelskatalogen.

Exempel 3

- Välj ut sex vitamin- eller mineralpreparat och kontrollera att de stämmer mot direktiv 2002/46/EG.

Exempel 4

- Kontrollera två vitamin- och/eller mineralpreparat (företrädesvis importerade) utifrån direktiv 2002/46/EG.

Exempel 5

- Välj ut fem olika typer av kosttillskott med påståenden och kontrollera om de är tillåtna. Exempel på otillåtna påståenden är medicinska påståenden.

Exempel 6

- Välj ut fem viktminskningspreparat och kontrollera om de innehåller substanser som förekommer i Ämnesguiden. Om så är fallet fortsätt kontrollen genom kontakt med Läkemedelsverket. Fråga om produkten bedöms vara ett läkemedel. Vid ett nekande svar från Läkemedelsverket; gör en bedömning om innehållet kan innebära hälsorisker enligt livsmedelslagstiftningen.

Exempel 7

- Välj ut tre växter/substanser/substanskombinationer som kan innebära hälsorisk om de förekommer i kosttillskott, till exempel Rhododendron, Dendrobium och synefrin/koffein. Kontrollera därefter ingrediensförteckningen hos tio prestationshöjande produkter för att se om de innehåller någon av substanserna.

Exempel 8

- Välj ut tio importerade produkter, till exempel från USA, och kontrollera om de obligatoriska märkningsuppgifterna finns. Till exempel är märkningen på svenska och anges hur mycket av varje verksamt ämne som finns i produkten.

Exempel 9

- Verifiera att företagarna säkerställer att halterna av främmande ämnen inte överskrider gränsvärdena för kosttillskott i förordning (EU) 2023/915. Det kan göras genom att företagens egna förfaranden granskas och att relevanta faror har identifierats och hanterats i företagets faroanalys. Om du misstänker att kosttillskott innehåller halter över gränsvärden kan en verifierande provtagning göras.

Senast uppdaterad 3 november 2026 Ansvarig grupp ROR_DK