



# Suplementy diety



**Karolina Kostorz**

# Zagrożenia - terapie odchudzające



# Różnice między suplementami diety i lekami

Suplementy diety są rejestrowane przez Główny Inspektorat Sanitarny. Często zdarza się jednak, że producenci leków, rejestrują swoje produkty jako suplementy diety. Ma to na celu, np. uniknięcie kosztów związanych z badaniem leku.







**Lek** – wskazania określone są dokładnie w charakterystyce produktu leczniczego.

**Suplement diety** – brak wskazań. Produkty te nie podlegają regulacjom i procedurom przewidzianym w prawie farmaceutycznym dla leków. Nikt nie bada również czy są one skuteczne.



# Czy stosowanie suplementów jest bezpieczne?

**Leki** – monitorowane przez WIF.

**Suplementy** – brak monitorowania, brak nadzoru.

Leki są rygorystycznie sprawdzane przed dopuszczeniem na rynek, natomiast suplementy diety nie i dlatego budzą wątpliwości czy mogą być uznane za bezpieczne.



# Bezpieczeństwo suplementacji

Niebezpieczeństwo jest związane z ogólną dostępnością suplementów diety, które często zawierają silnie działające składniki, wymagające dużej ostrożności w stosowaniu, tj.: alkaloidy, steroidy.





# Jak zatem odróżnić lek od suplementu diety?

**LEK** – lek wydawany bez recepty, jest nazwa substancji leczniczej oraz nr pozwolenia.

**SUPLEMENT** – w nazwie pojawia się zapis suplement diety, brak nr pozwolenia.



# Sfałszowane leki kupowane przez Internet

Gwałtownie zwiększająca się sprzedaż suplementów diety przez Internet jest głównym źródłem ekspansji leków sfałszowanych w Europie, wg WHO co drugi lek dostępny w Internecie jest sfałszowany. Ok. 15 miliardów wiadomości dziennie stanowi tzw. spam reklamujący leki.





# Podróbki, które zabijają!!!

Eksperti szacują, że sfałszowane produkty mogą stanowić około 10 % światowego rynku leków. 35 mld USD – 2005 roku do 75 mld USD w 2010 roku, od 1 % w krajach rozwiniętych do 10-30 % np. w krajach Azji czy Ameryki Południowej.



## Podróbki, które zabijają

Naukowcy ostrzegają, że ryzyko śmierci w wyniku przyjmowania sfałszowanych leków jest obecnie większe niż prawdopodobieństwo zgonu w wyniku malarii i AIDS razem wziętych, co stanowi ok. pół miliona zgonów rocznie. W samych Chinach, z powodu zastosowania sfałszowanych leków umiera prawie 200 tysięcy osób.



# Dieta cud w tabletkach

Tzw. „chińskie ziółka” (nazwa nie oznacza, że pochodzą z Chin, ale to, że nikt wie gdzie zostały wyprodukowane) to często groźna mieszanka zawierająca np. sildenafil, barbiturany oraz sibutraminę. Badania ujawniają, że skład jest inny od zadeklarowanego na opakowaniu. Często zawierają niemedyczne toksyny. Ponadto różne partie tych samych „leków” posiadają różny skład.





# Niebezpieczne tabletki odchudzające - Sibutramina

Sibutramina” - preparat w 2010 r. został wycofany z obrotu na terenie całego kraju ze względu na istotne zagrożenie dla zdrowia i życia. Badania na 10 tys. osób dowiodły, że lek może zwiększać ryzyko zawału serca, udaru mózgu, a nawet nagłej śmierci.



# Skutki uboczne jakie mogą wystąpić po zażyciu niektórych suplementów diety

- bezsenność,
- przyspieszone bicie serca,
- zaburzenia rytmu pracy serca,
- podwyższenie ciśnienia,
- uzależnienie.





# Zagrożenia niemedycznego stosowania leków

1. Leki nie rozwiązują problemów dnia codziennego.
2. Nie eksperymentujemy z lekami kupowanymi bez recepty, gdyż mogą powodować zatrucie organizmu i liczne skutki uboczne, nawet takie, które będą zagrażać życiu.
3. Leków uzależniających nie używamy przewlekłe i bez kontroli lekarza specjalisty.
4. Nigdy nie stosujemy leków w nadmiernych ilościach.
5. Nigdy nie stosujemy leków o nieznanym składzie, tańszych zamienników, z niesprawdzonego źródła, podrobionych.