

## **Étrend-kiegészítők és más nem hagyományos élelmiszerek. Mit tudnak és mit nem?**

Dr. habil. Lugasi Andrea, Országos Élelmezés- és Táplálkozástudományi Intézet, Budapest

A legóvatosabb becslések szerint is az étrend-kiegészítő készítmények magyarországi forgalma értékben több 10 milliárd forintos nagyságrendű, és az értékesített termékek darabszáma 10 millió fölötti. Ez durva becsléssel azt jelenti, hogy minden hazai lakos legalább egy, patikában vásárolt étrend-kiegészítőt elfogyaszt évente. A lakosság, a fogyasztók nagy része úgy véli, az étrend-kiegészítők biztonságosak, mert az OÉTI megvizsgálta őket, nem kell mellékhatásokkal számolni, mert természetes anyagokból állnak, és hatásosak, mert számos ember meggyógyult ezek fogyasztásának hatására. Ezzel szemben, az étrend-kiegészítők ártalmatlansága és hatásossága csak nagyon kevés esetben igazolt tudományos igényű vizsgálatokkal, tekintve, hogy a vonatkozó európai uniós és hazai jogszabályok erre vonatkozóan nem írnak elő kötelezettséget a gyártó számára. A termékek a 2004. előtt helyezett ellentétben előzetes engedélyezés és vizsgálat nélkül forgalomba kerülhetnek; a gyártónak/forgalmazónak egy kötelezettsége van, a terméket a piacra helyezés előtt az OÉTI-nél be kell jelentenie. Tekintettel arra, hogy az intézet szakmai elkötelezettsége a fogyasztók egészségének védelme iránt nem kétséges, és több mint húsz éve foglalkozik az étrend-kiegészítők értékelésével, jelenlegi gyakorlata során is valamennyi bejelentett termék összetételét megvizsgálja, és értékeli abból a szempontból, hogy az nem jelent-e kockázatot a fogyasztó számára. Az Európai Unióhoz történt csatlakozásunk óta közel 6000 terméket jelentettek be az OÉTI-nél, ezek négyötöde jelenlegi tudásunk és a rendelkezésünkre álló információk szerint ártalmatlannak tekinthető, hatásosságuk azonban legtöbb esetben nem igazolt. A fogyasztók számára potenciálisan veszélyesnek tekinthető, bejelentett termékek száma közel 1000. Közegészségügyi kockázatot jelenthet többek között a vonatkozó 37/2004. (IV. 26.) ESzCsM rendelet mellékletében nem szereplő vitamin és ásványianyag-formák jelenléte, a nagy dózisú, a legfelső biztonságos értéket meghaladó mennyiségű vitaminok és ásványi anyagok, tiltott összetevők, pl. új élelmiszerek, továbbá erős hatású, ill. alkalmazásra nem javasolt növények jelenléte, a fogyasztót - egészségét érintő döntésében - befolyásoló kötelező feliratok hiánya, vagy a termék olyan tulajdonságainak kommunikálása, mely tudományos vizsgálatokkal nem igazolt. Az étrend-kiegészítő a jogi szabályozás szerint élelmiszer, így orvosi felügyelet nélkül, hosszú ideig fogyasztható, de egyben jelentős mértékben befolyásolhatja a fogyasztó egészségét. Ezért valamennyi piacra kerülő termék összetételének részletes értékelése, majd a veszélyesnek tekinthető termékek piacról történő kitiltása alapvető feladata az egymással szoros együttműködésben tevékenykedő egészségügyi szakintézményeknek, az OÉTI-nek és az ÁNTSZ intézeteknek.