

**Szakmai tájékoztató az étrendkiegészítők és tápszerek online adatbázisához
kapcsolódóan**

**AZ EFOP-1.8.10-17-2017-00001 SZÁMÚ
KOMPLEX EGÉSZSÉGVÉDELEM ÉS SZEMLÉLETFEJLESZTÉS A
TÁPLÁLKOZÁS ÉS GYÓGYSZERFOGYASZTÁS TERÜLETÉN**

ELNEVEZÉSŰ KIEMELT PROJEKT KERETÉBEN KÉSZÜLT

Szakmai tájékoztató anyag étrendkiegészítők és tápszerek online adatbázisához kapcsolódóan

Étrend-kiegészítők

Mikor tekinthető egy termék étrend-kiegészítőnek?

- az **étrend-kiegészítő** a szokásos étrend kiegészítését szolgálja;
- **koncentrált formában** tartalmaz tápanyagokat (vitaminok, ásványi anyagok) vagy egyéb táplálkozási vagy élettani hatással rendelkező anyagokat (pl. aminosavak, zsírsavak, koffein, Q10, bizonyos növényi kivonatok) egyenként vagy kombináltan;
- **előrecsomagolt, kis mennyiség adagolására alkalmas adagolt vagy adagolható formában** kerülhet kereskedelmi forgalomba, például kapszula, pasztilla, tableta, port tartalmazó tasak, adagolható por, ampulla, csepegtető üveg vagy más hasonló por-, illetve folyadékforma.
- mivel a homeosztázis fenntartását támogatja, nem avatkozhat bele lényegesen az élettani folyamatokba, nem lehet drasztikus hatású.

Milyen szabályok vonatkoznak az étrend-kiegészítőkre?

Az étrend-kiegészítők élelmiszerek, így az élelmiszer-szabályozás hatálya alá tartoznak.

A termék-specifikus szabályozást az étrend-kiegészítőkről szóló 37/2004.(IV.26.) ESZCSM rendelet tartalmazza, de ezenfelül, az adott termék szempontjából releváns jogszabályt (pl. adalékanyagok (1333/2008/EK rendelet), élelmiszer jelölési szabályok (1169/2011/EU rendelet), egészségre vonatkozó állítások 1924/2006/EK rendelet, új élelmiszerek [2015/2283/EU](#)), és egyéb szakmai útmutatást (pl. élelmiszerekben, étrend-kiegészítőkből alkalmazásra nem javasolt növények listája) és egyéb szakmai szempontokat is figyelembe kell venni. **Lényeges, hogy a 178/2002/EK rendelet értelmében csak biztonságos élelmiszer hozható kereskedelmi forgalomba. Ennek biztosításáért, az élelmiszer vállalkozó, (azaz az élelmiszerlánc minden tagja) felelős.**

Mi kommunikálható az étrend-kiegészítőkről az egészség szempontjából?

Az étrend-kiegészítők élelmiszerek. Általános szabály, hogy **élelmiszerrel kapcsolatban nem lehet sem betegséget megelőző, sem azt kezelő hatást kommunikálni.** Lehet azonban alkalmazni a **1924/2006/EK rendelet szerint engedélyezett állításokat.**

Mit kell tenni Magyarországon előállítani, vagy forgalmazni kívánt étrend-kiegészítő esetén?

Az **étrend-kiegészítő hatékony hatósági ellenőrzése** érdekében, legkésőbb a termék piacra helyezésének napján az adatlap és a termék címke benyújtásával, valamint a bejelentési díj befizetését igazoló banki dokumentum együttes megküldésével **be kell jelenteni a készítményt az Országos Gyógyszerészeti és Élelmezés-egészségügyi Intézethez (OGYÉI). A bejelentés E-ügyintézés keretében történik, mely 2018. január 1-től kötelező a gazdálkodó szervezetek számára.** A bejelentést követően az **OGYÉI határozatban igazolja vissza a bejelentés tényét** és egyúttal adatbázisába veszi fel a termék adatait. Ez a határozat **nem gyártási vagy forgalomba hozatali engedély**, valamint **nem jelenti a termék megfelelőségét.** A bejelentés során kapott **notifikációs szám nem kommunikálható engedély számként.** Az előzőkből következik, hogy **a bejelentett étrend-kiegészítők listája/adatbázisa nem tekinthető engedélyezett termékek listájának.**

A benyújtott dokumentumok alapján az OGYÉI kockázatértékelést végez és közegészségügyi kockázat (Pl. felső biztonságos szintet meghaladó vitamin/ásványianyag mennyiség, nem engedélyezett vitamin vegyület, allergén jelölés hiánya, nem engedélyezett állítás alkalmazása) **esetén értesíti a Nemzeti Népegészségügyi Központot (NNK)** az ügy kivizsgálása és a további intézkedések megtétele céljából.

[Anyatej-helyettesítő tápszerek és a speciális gyógyászati célra szánt élelmiszerek](#)

Milyen élelmiszerek az anyatej-helyettesítő tápszerek és mikor szükséges alkalmazni őket?

Az anyatej-helyettesítő tápszer egy olyan különleges táplálkozási célú élelmiszer, amelyet csecsemők számára fejlesztettek ki, és önmagában képes a szülést követő hónapokban a csecsemők tápanyagszükségeit kielégíteni.

A csecsemők számára a legjobb táplálási mód az anyatejes táplálás. Azonban sok esetben előfordul, hogy a szoptatás - különböző okok miatt - nem megvalósítható, és az sem lehetséges, hogy a baba az édesanya lefejt tejét kapja vagy az anyatej nem elegendő a csecsemő számára. Ekkor kerülnek előtérbe az anyatej-helyettesítő tápszerek

Milyen az összetétele egy anyatej-helyettesítő tápszereknek?

Az anyatej-helyettesítő tápszerek összetétele jogszabályok által kellőképpen körülhatárolt. Az alapja lehet tehéntej-fehérje, kecsketej-fehérje, hidrolizált fehérje vagy szójafehérje-izolátum. Az energia-, zsír-, szénhidrát- fehérje-, vitamin- és ásványi anyag tartalom minimum és maximum értékei jogszabályban meghatározottak, így csak olyan anyatej-helyettesítő tápszert lehet jogszerűen forgalmazni, amely ezeknek az általánosan elfogadott tudományos alapokon nyugvó értékeknek megfelelnek. Továbbá rendeleti szinten szabályozott, hogy a vitaminok, ásványi anyagok, aminosavak, karnitin, taurin, nukleotidok, kolin és inozit mely vegyületformáit lehet hozzáadni egy anyatej-helyettesítő tápszerhez. Ezeket az anyagokat 609/2013/EU rendeletben található Unió **Jegyzék** tartalmazza.

Mi az a speciális gyógyászati célra szánt élelmiszer?

A speciális gyógyászati célra szánt élelmiszer, ahogyan a nevében is benne van, egy különleges eljárással vagy összetétellel készült élelmiszer. Betegek – köztük csecsemő korú betegek - kizárólagos vagy részleges étrendi ellátására szolgál és kizárólag orvosi felügyelet mellett használható.

Milyen összetétele van egy ilyen típusú élelmiszernek?

Csak olyan összetevői lehetnek, olyan mennyiségben, amelyek esetében tudományosan bizonyított, hogy az adott betegségben, rendellenességben vagy egészségi problémában, amelyre a speciális gyógyászati célra szánt élelmiszert ajánlják, táplálási funkcióval rendelkeznek.

Mikor indokolt a speciális gyógyászati célra szánt élelmiszer fogyasztása? Fogyaszthat-e bárki ilyen élelmiszereket?

Rendszerint akkor alkalmaznak ilyen élelmiszereket, amikor olyan meghatározott tápanyagszükséglet áll fenn, amelyet nem lehet ellátni kizárólag a normál étrenddel, és annak megváltoztatásával sem, mert a mindennapi élelmiszerek vagy bizonyos azokban lévő tápanyagok vagy metabolitjaik felvétele, emésztése, felszívódása, feldolgozása vagy kiválasztása korlátozott, csökkent vagy zavart. A normál étrend részét képezik az étrend-kiegészítők és a dúsított élelmiszerek is.

Ezen élelmiszerek csak orvosi felügyelet mellett alkalmazhatók, ugyanis vannak olyan speciális gyógyászati célra szánt élelmiszerek, amelyek bizonyos anyagokból jelentősebb mennyiséget tartalmaznak (pl. felszívódási betegségek esetében ajánlott termékeknél), ezáltal akár károsak is lehetnek az egészséges embereknek.

A Széchenyi 2020 programban megvalósuló EFOP-1.8.10-VEKOP-17-2017-00001 azonosító számú, Komplex egészségvédelem és szemléletfejlesztés a táplálkozás és gyógyszerfogyasztás területén című kiemelt projekt részeként „Az étrend-kiegészítőkkel kapcsolatos szakmai és laikus információk elérhetővé tétele, az étrendkiegészítők minőségének növelése” nevű munkacsomagban ezen területeket érintően több fejlesztés is megvalósul.

Ezek közül két fontos, sokakat érintő területet emelünk ki:

1. Élelmiszerekben, Étrend-kiegészítőkben alkalmazásra nem javasolt növények listája

Az étrend-kiegészítők a vitaminokon és ásványi anyagokon kívül számos gyógynövényt és egyéb táplálkozási és élettani hatással rendelkező aktív anyagot tartalmazhatnak. Az egyéb anyagok közegészségügyi szempontból való értékeléséhez nem állnak rendelkezésre jogszabályban előre meghatározott maximális biztonsági értékek, ezért az étrend-kiegészítőkben leggyakrabban előforduló gyógynövényekre vonatkozó információk pontos, kidolgozott szakmai kereteken alapuló felülvizsgálata vált szükségessé. Ez tette szükségessé, hogy az étrend-kiegészítőkben nem javasolt

növényeket összegyűjtjük. Ezen lista korábbi verziója 2012-2013-ban készült el, azonban az eltelt évek alatt számos új tudományos eredmény született, ez a szakmai fejlődés tette szükségessé a lista felülvizsgálatát és bővítését.

Az EFOP 1.8.10. projekt egyik célja az étrend-kiegészítők és a speciális gyógyászati célra szánt tápszerek/élelmiszerek bejelentési és minőségértékelési rendszerének fejlesztése. A minőségértékelési rendszer továbbfejlesztése keretében az egyik pillér az étrend-kiegészítőkből nem javasolt növények listájának felülvizsgálata.

A lista felülvizsgálatának folyamata

A listára azok a növények kerülnek fel, amelyekről az Intézetünk által, számos szakember részvételével életre hívott, ún. **Tudományos Tanácsadó Testület** (továbbiakban: **Testület**) megállapítja, hogy étrend-kiegészítőben történő alkalmazásuk, fogyasztásuk **veszélyes lehet**.

A Testület tagjai a Semmelweis Egyetem Gyógyszerésztudományi Kar, a Szegedi Tudományegyetem Gyógyszerésztudományi Kar, a Nemzeti Élelmiszerlánc-biztonsági Hivatal, a Magyarországi Étrend-kiegészítő Gyártók és Forgalmazók Egyesülete, az Országos Gyógyszerészeti és Élelmezés-egészségügyi Intézet által felkért független gyógyszerészszakértő, valamint az OGYÉI Élelmezés-és Táplálkozástudományi Főigazgatóságának szakértői.

A felülvizsgálat eredményeként született meg az az útmutató lista, amelyen megtalálhatók azok a növények, amelyek humán szervezetre gyakorolt hatásai alapján élelmiszerként, étrend-kiegészítőként történő fogyasztása nem javasolt.

A hatósági, társhatósági, akadémiai, piaci civil szervezeti, illetve ipari szakértőket tömörítő Testület munkája során figyelembe vette az Európai Unió egyes tagállamai által összeállított negatív listákat, ezzel elősegítve az étrend-kiegészítők egységes nemzetközi megítélését. A listán található határértékek megállapítása szakszerű, tudományos értékelés alapján történik, a jelenlegi teljeskörű szakirodalmi adatokat figyelembe véve.

A lista nem csupán figyelemfelkeltés, hanem szakmailag gondosan megalapozott iránymutatás, amely segíti a gyártókat, forgalmazókat és a fogyasztókat a tájékozódásban.

Hol érhető el a lista?

A lista az alábbi linken érhető el:

https://www.ogyei.gov.hu/dynamic/Alkalmazasra_nem_%20javasolt_novenyek_2018.pdf

Fontos azonban megjegyezni, hogy ha egy növény nem található meg ezen a listán, nem jelenti azt, hogy az automatikusan felhasználható étrend-kiegészítőben, élelmiszerekben. A listán nem szereplő növények alkalmazhatóságát, ártalmatlanságát továbbra is egyenként értékeli az OGYÉI.

2. Étrend-kiegészítők, anyatej-helyettesítő tápszerek és speciális gyógyászati célra szánt élelmiszerek nyilvános adatbázisa

Az OGYÉI weboldalán (https://ogyei.gov.hu/ETREND_LISTA#), már évek óta található listák a jogszabályok szerint bejelentett étrend-kiegészítőkről, anyatej-helyettesítő tápszerekről, speciális gyógyászati célra szánt élelmiszerekről. A listákon közölt adatok meglehetősen szűkkörűek. Az EFOP-1.8.10-VEKOP-17-2017-00001 azonosítós számú kiemelt projektben zajló fejlesztés eredményeként a listák helyébe olyan adatbázis lép, ami a bejelentett termékekkel kapcsolatos információkat (pl. tápanyagok, élettani hatással rendelkező anyagok és azok mennyisége, összetevők, kizserelés, speciális gyógyászati célra szánt élelmiszerek esetén a felhasználási terület) többségében kereshető formában tartalmazza.