



# Étrend-kiegészítők és egészségtervezés a gyógyszerertárakban

Gyógyszerészek szerepe az egészség-tanácsadásban



Somogyi Orsolya

szakgyógyszerész, adjunktus

E-mail: [somogyi.orsolya@pharma.semmelweis-univ.hu](mailto:somogyi.orsolya@pharma.semmelweis-univ.hu)



SEMMELWEIS EGYETEM

[semmelweis.hu/gyogyszertar](http://semmelweis.hu/gyogyszertar)

Egyetemi Gyógyszertár

Gyógyszerügyi Szervezési Intézet

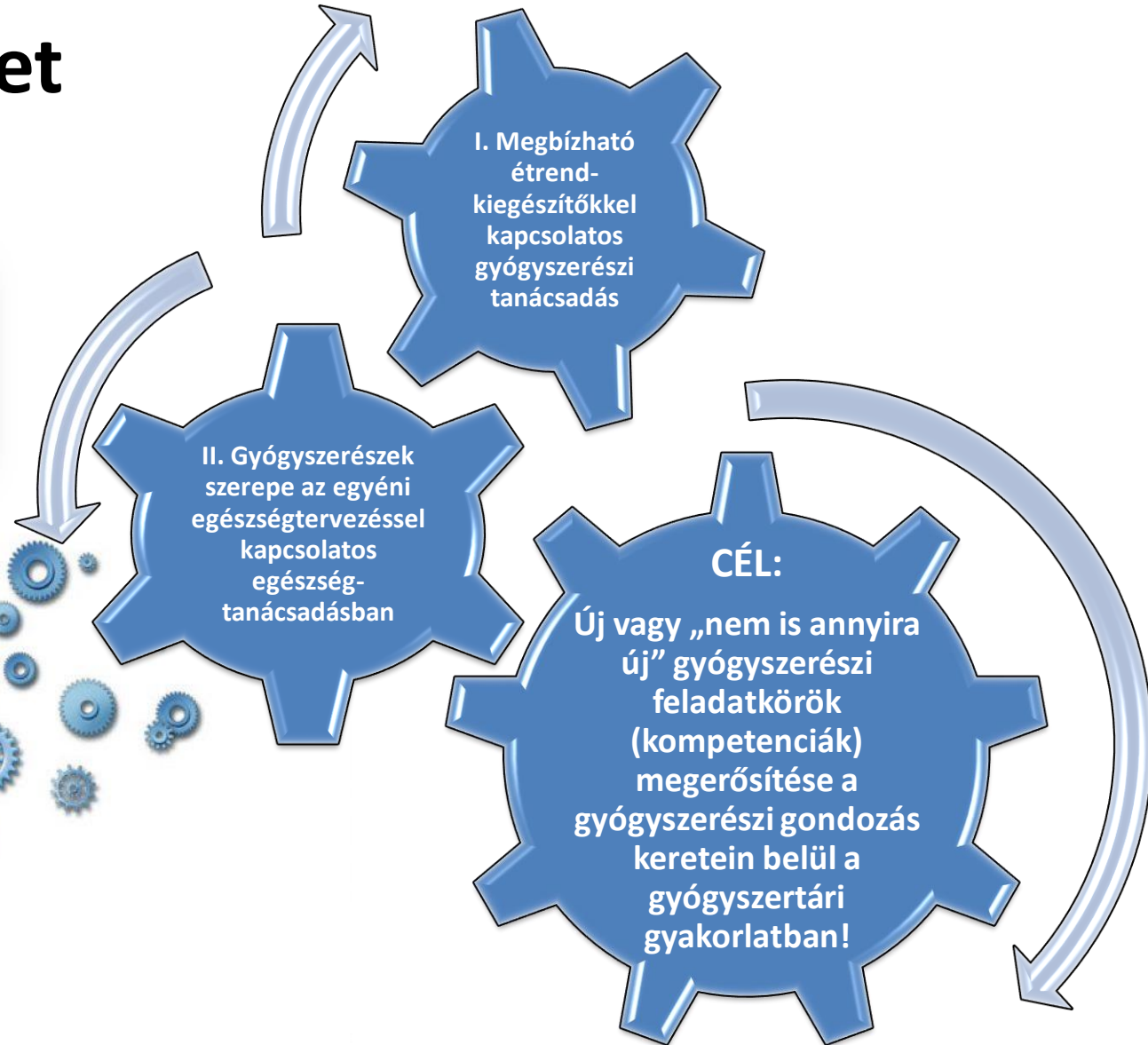
GYÓGYSZERÉSZI GONDOZÁS

előadás



# Gondolatmenet az előadás-

ON



**SEMMELWEIS EGYETEM**

[semmelweis.hu/gyogyszertar](http://semmelweis.hu/gyogyszertar)

Egyetemi Gyógyszertár

Gyógyszerügyi Szervezési Intézet

**GYÓGYSZERÉSZI GONDOZÁS**

előadás



# Egészségműveltség (health-literacy)

## - az egészségügyi szolgáltatások igénybevételének tükrében

### Alapvető egészségkompetenciák:

az egészség-védő, betegségmegelőző és egészségfejlesztő magatartás képességei, valamint az öngyógyítás (öngyógyszerezés, az egészség orvosi segítség nélküli visszanyerési képessége).

### Páciens kompetenciák:

az eligazodás képessége az egészségügyi rendszerben, aktív tárgyaló partnerként történő fellépés az egészségügyi szakemberekkel való kapcsolatban.

### Egészségműveltségi kompetenciák

### Fogyasztói kompetenciák:

egészséget támogató döntések képessége a javak és szolgáltatások megvásárlása során, és ha szükséges, a fogyasztói jogok érdekérvényesítése.

### Állampolgári kompetenciák:

tudatos szavazói magatartás, az egészséggel kapcsolatos jogok ismerete és azok érdekében történő fellépés, részvétel az egészséget támogató- vagy betegszervezetekben.



**SEMMEIWEIS EGYETEM**

semmelweis.hu/gyogyszertar

Egyetemi Gyógyszertár

Gyógyszerügyi Szervezési Intézet

**GYÓGYSZERÉSZI GONDOZÁS**



Forrás: PÉTER, Csizmadia. Az egészségműveltség definíciói [Definitions of Health Literacy]. **Egészségfejlesztés folyóirat**, [S.l.], v. 57, n. 3, p. 41-44, okt. 2016. Elérhető:

<<http://folyoirat.nefi.hu/index.php?journal=Egeszsegfejlesztes&page=article&op=view&path%5B%5D=68>>. Letöltve: 01 nov. 2016.

# Érvényesülhetnek-e ezek a kompetenciák (készségek) egy közforgalmú gyógyszertárban?

IGEN!

Pl. egy vásárló étrend-kiegészítő terméket szeretne venni a patikában a saját egészségi állapotának javítása érdekében...

...tudja milyen terméket szeretne, de ehhez kapcsolódóan vannak kérdései, amelyeket szakszerűen és megbízhatóan megválaszol a gyógyszerésze...



...a szakszerű tanácsadáson túl lehetősége van egy egyéni egészségterv kidolgozására (egészség-tanácsadás szolgáltatás a gyógyszertárakban)...

...mindez egy egészségügyi intézményben, egészségügyi szakemberek segítségével a páciensek számára önkéntesen és ingyenesen igénybe vehető!

**SEMMELWEIS EGYETEM**

semmelweis.hu/gyogyszertar

Egyetemi Gyógyszertár

Gyógyszerügyi Szervezési Intézet

**GYÓGYSZERÉSZI GONDOZÁS**



Forrás: PÉTER, Csizmadia. Az egészségműveltség definíciói [Definitions of Health Literacy]. *Egészségfejlesztés folyóirat*, [S.l.], v. 57, n. 3, p. 41-44, okt. 2016. Elérhető:

<<http://folyoirat.nefi.hu/index.php?journal=Egeszsegfejlesztes&page=article&op=view&path%5B%5D=68>>. Letöltve: 01 nov. 2016.





...OGYÉI honlap, definíció, jogszabályi háttér, biztonságosság, felügyelet, növényi alapú étrend-kiegészítők, interakciók, vitaminok, ásványi anyagok, trendek vs. EBM, expediálási protokoll, gyógyszerészi tanácsadás, egészségtudatosság...

# I. ÉTREND-KIEGÉSZÍTŐK



**SEMMELWEIS EGYETEM**

[semmelweis.hu/gyogyszertar](http://semmelweis.hu/gyogyszertar)

Egyetemi Gyógyszertár

Gyógyszerügyi Szervezési Intézet

**GYÓGYSZERÉSZI GONDOZÁS**

előadás





# Mit (nem) tudunk az étrend-kiegészítőkről?

Hogyan kerülnek forgalomba?

Egyformán megbízhatóak a különböző gyártók termékei?

Hol biztonságos beszerezni egy-egy terméket?

Valóban hatékonyak?

Az étrend-kiegészítők is gyógyszerek?

Vannak-e kockázatok, mellékhatások az ilyen készítmények szedése során?

Kitől kérhetek tanácsot ezekkel kapcsolatban?

Mikor és hogyan kell szedni ezeket a termékeket?

# Definíció



**Az étrend-kiegészítők** a hazánkban is érvényben levő európai uniós szabályozás szerint olyan **élelmiszerek**, amelyek a hagyományos étrend kiegészítését szolgálják, és **koncentrált formában** tartalmaznak **tápanyagokat** vagy **egyéb táplálkozási vagy élettani hatással rendelkező anyagokat**, egyenként vagy kombináltan.

Megjelenési formájuk kapszula, pasztilla, tablettá, port/szirupot tartalmazó tasak, folyadékot tartalmazó ampulla, csepegtető üveg, vagy más hasonló forma, amely por illetve folyadék **kis mennyiségben történő adagolására alkalmas**.

Forrás: [https://www.ogyei.gov.hu/etrend\\_kiegeszitok/](https://www.ogyei.gov.hu/etrend_kiegeszitok/)



**SEMMEIWEIS EGYETEM**

semmelweis.hu/gyogyszertar

Egyetemi Gyógyszertár

Gyógyszerügyi Szervezési Intézet

**GYÓGYSZERÉSZI GONDOZÁS**

előadás



# Jogszabályi háttér

Az étrend-kiegészítőkről szóló EU irányelvnek megfelelően, a **37/2004. (IV. 26.) ESZCSM** rendelet életbe lépésével **megszűnt az előzetes, kötelező engedélyezés és helyette csak ún. bejelentési (notifikáció) kötelezettség van**, ami nem jelent mást, mint a termék címkéjének és adatlapjának benyújtását az OGYÉI-hez, **legkésőbb a termék piacra helyezésének napján.**

**A rendszer nem alkalmas a termék forgalomba kerülésének megakadályozására**, csak a piacfelügyeleti munkát segíti elő.

A bejelentés során benyújtott dokumentáció alapján az Országos Gyógyszerészeti és Élelmezés-egészségügyi Intézet a közegészségügyi kockázatok feltárása érdekében **kockázatértékelést végez (lásd 67. dia).**

Forrás: [https://www.ogyei.gov.hu/etrend\\_kiegeszitok/](https://www.ogyei.gov.hu/etrend_kiegeszitok/)





# Mit jelöl az OGYÉI szám?

Az étrend-kiegészítők, a különleges táplálkozási célú élelmiszerek, valamint a kozmetikumok korábbi jogszabályokban rögzített engedélyezése 2004. május elsejével megszűnt. **A jelenleg érvényes jogszabályok alapján a felsorolt termékek csomagolásán engedélyszám nem tüntethető fel.**

A 2004. május elseje után a bejelentés-köteles élelmiszerek (étrend-kiegészítők, anyatej- helyettesítő, valamint speciális gyógyászati célra szánt tápszerek/élelmiszerek) nyilvántartásba vételéről az OGYÉI igazolást, **2018. január 1-től pedig határozatot ad ki**, melyen az iktatószám mellett a nyilvántartásba vétel sorszáma (notifikációs szám) található. **E szám használata a termékek címkéjén nem kötelező, de nem is tiltott, azonban nem azonos a 2004. előtt kiadott engedélyszámmal.** Így a nyilvántartásba vétel sorszámát OGYÉI-engedélyszámként kommunikálni vagy ennek megfelelően feltüntetni a termék csomagolásán, jogszerűtlen és megtévesztő.

Forrás: [https://www.ogyei.gov.hu/etrend\\_kiegeszitok/](https://www.ogyei.gov.hu/etrend_kiegeszitok/)



**SEMPELWEIS EGYETEM**

semmelweis.hu/gyogyszertar

Egyetemi Gyógyszertár

Gyógyszerügyi Szervezési Intézet

**GYÓGYSZERÉSZI GONDOZÁS**

előadás



# Vitaminok és ásványi anyagokkal kapcsolatos definíciók

Az étrend-kiegészítőkről szóló **37/2004. (IV.26.) ESZCSM** rendelet értelmében tápanyagok alatt vitaminok, vagy ásványi anyagok értendők.

**A rendelet pontosan rögzíti az étrend-kiegészítőekben alkalmazható vitaminok és ásványi anyagok körét, illetve a felhasználható vegyületeiket** és azt is meghatározza, hogy mennyi ezek minimális mennyisége a termék napi adagjában (a napi ajánlott bevitel 15%-a).

A legfelső biztonságos szint/tolerálható felső beviteli szint: **UL, Upper Level, azaz a vitaminok, ásványi anyagok legfelső tolerálható szintje.** Az a maximális vitamin/ásványi anyag mennyiség, amely **az összes forrásból származó,** napi rendszeres bevitel mellett az egészségre feltehetően nem fejt ki kedvezőtlen, vagy ártalmas hatást.

Az **NRV, ajánlott napi beviteli** értékek a lakosság tápláltsági állapotának felmérésére, **a fogyasztók megfelelő informálására** szolgálnak.

Forrás: [https://www.ogyei.gov.hu/etrend\\_kiegeszitokben\\_felhasznalható\\_vitaminok\\_es\\_asvanyi\\_anyagok/](https://www.ogyei.gov.hu/etrend_kiegeszitokben_felhasznalható_vitaminok_es_asvanyi_anyagok/)

És mi a helyzet a növényi komponensekkel?  
(Lásd később)



**SEMMEIWEIS EGYETEM**

semmelweis.hu/gyogyszertar

Egyetemi Gyógyszertár

Gyógyszerügyi Szervezési Intézet

**GYÓGYSZERÉSZI**



# Hasznos táblázatok a megújult OGYÉI oldalán (UL, NRV)!

Forrás: [https://www.ogyei.gov.hu/etrend\\_kiegeszitokban\\_felhasznalható\\_vitaminok\\_es\\_ásványi\\_anyagok/](https://www.ogyei.gov.hu/etrend_kiegeszitokban_felhasznalható_vitaminok_es_ásványi_anyagok/)

The screenshot shows a web browser window displaying the OGYÉI website. The page title is "A vitaminok és ásványi anyagok biztonságos legfelső szintje (UL értékek)". The main content area contains a paragraph explaining the UL (Upper Level) concept and a list of sources: European Food Safety Authority (EFSA), US Institute of Medicine (IOM), and UK Food Standard Agency Expert Group on Vitamins and Minerals (EVM). Below this, a table titled "Az SCF/EFSA, és az IOM UL valamint az EVM G értékek" provides specific values for vitamins A, B, and D. A red oval highlights the table and the text above it.

**A vitaminok és ásványi anyagok biztonságos legfelső szintje (UL értékek)**

A legfelső biztonságos szint/tolerálható felső beviteli szint (UL- Upper Level, azaz a vitaminok, ásványi anyagok legfelső tolerálható szintje) az a maximális vitamin/ásványi anyag mennyiség, amely az összes forrásból származó, napi rendszeres bevitel mellett az egészségre feltehetően nem fejt ki kedvezőtlen, vagy ártalmas hatást. Az UL kockázat becsléssel meghatározott, tudományos megítélés eredményeképp megállapított élettanilag tolerálható érték. Az UL értékek jelentik az alapját az étrend-kiegészítőkből és dúsított élelmiszerekben megengedhető maximális vitamin/ásványi anyag mennyiségek megállapításának. Ez utóbbi munka EU szinten már folyamatban van. A maximális mennyiség megállapításához tudni kell a lakosság egyéb forrásokból (élelmiszer+ilyen tartalmú gyógyszer) származó bevitelét is, ami táplálkozás epidemiológiai vizsgálatokkal határozható meg. Ez rámutat ezen vizsgálatok kiemelt szükségességére, rendszeres és széleskörű végzésére. A táplálkozási szűrővizsgálatokkal megállapított beviteli mennyiségek levonandók az UL értékekből tekintettel arra, hogy az összes forrásból származó bevitel nem lépheti túl azt. A fentiekből következik, hogy étrend-kiegészítőkből és dúsított élelmiszerekben megengedhető maximális vitamin/ásványi anyag mennyiség önmagában semmiképp sem lépheti túl az UL értéket. Az UL értékek megállapítására számos tudományos munkacsoport alakult, melyek közül most csak azt a háromt emelnénk ki, akik az alakuló európai reguláció szempontjából elsődleges szerepet töltenek be.

- European Food Safety Authority (EFSA) korábban Scientific Committee on Food (SCF)
- US Institute of Medicine (IOM)
- UK Food Standard Agency Expert Group on Vitamins and Minerals (EVM)

Tudományos adatok hiányában, több vitamin/ásványi anyag esetében nem volt megállapítható UL érték. Ezekkel kapcsolatban az SCF/EFSA, és az IOM nem közöl értékeket, az EVM azonban úgy gondolta, hogy a fogyasztók és minden érdekelt megfelelő tájékoztatása érdekében számszerűsített, ún. útmutató értékeket (Guidance=G) állít fel azon vitamin/ásványi anyag szintek figyelembe vételével, amelyeknél tudományos háttér igazolja az adott mennyiségű kiegészítés (dúsított élelmiszer és étrend-kiegészítő evütiessen + gyógyszer) tolerálhatóságát.

**Az SCF/EFSA, és az IOM UL valamint az EVM G értékek**

Tápanyag	Mértékegység	SCF/EFSA UL	IOM UL	EVM G
A vitamin	µg	3000	3000	
Béta-karotin	mg	-	-	7 (nem dohányosoknak)
D vitamin	µg	100	100	

## A vitaminok és ásványi anyagok népesség számára ajánlott napi beviteli referencia értéke (NRV)

Az NRV (ajánlott napi beviteli) értékek a lakosság tápláltsági állapotának felmérésére, a fogyasztók megfelelő informálására szolgálnak.

A szabályozás a vitaminok és ásványi anyagok mennyiségét illetően meglehetősen rugalmas, azonban az egyértelmű, hogy a napi ajánlott bevittet sokszorosán meghaladó vitamin/ásványi anyag tartalmú készítmények rendszeres, hosszú távú fogyasztása szükségtelen, sőt, nem kívánatos. Az egyéb, táplálkozási vagy élettani szempontból fontos anyagokra (pl. aminosavak, zsírsavak, L-karnitin, taurin, természetes antioxidánsok, növényi komponensek, kivonatok, stb.) vonatkozó EU szintű szabályozás jelenleg még nem harmonizált.

### Felnőttek számára ajánlott napi vitamin és ásványi anyag beviteli referencia értékek (NRV) a [1169/2011/EU rendelet](#)XIII. melléklete alapján

Tápanyag, mértékegység	Mennyiség
A-vitamin, µg	800
D-vitamin, µg	5
E-vitamin, mg	12
K-vitamin, µg	75
C-vitamin, mg	80
Tiamin, mg	1,1
Riboflavin, mg	1,4



# A definíció kiegészítéseként

A gyógyszertárban forgalmazható és szóban forgó **étrend-kiegészítők nem keverendők össze** a normál közfogyasztás céljára szánt, vagy a specifikus csoportoknak szánt élelmiszerek egyik csoportjával sem.

Pl. a **„sport tápszerekkel, turmixokkal”** (magas fehérje tartalom), illetve a **funkcionális élelmiszerekkel**, amelyek valóban élelmiszerek és egy részük (pl. ásványvizek, vitaminnal dúsított gyümölcslevek) gyógyszertárban is forgalmazható!

Mindezek mellett a **csökkentett energiatartalmú, „diétás”** termékek is egy külön csoportot alkotnak.



Forrás: [https://www.ogyei.gov.hu/etrend\\_kiegeszitok/](https://www.ogyei.gov.hu/etrend_kiegeszitok/)



**SEMMELWEIS EGYETEM**

[semmelweis.hu/gyogyszertar](http://semmelweis.hu/gyogyszertar)

Egyetemi Gyógyszertár

Gyógyszerügyi Szervezési Intézet

**GYÓGYSZERÉSZI GONDOZÁS**

előadás



# Gyógyszertárban forgalmazható termékek a 2/2008. (I.8.) EüM rendelet „Profil rendelet” alapján

A „Profil rendelet” aktuális változásainak összefoglalása:

<https://www.mgyk.hu/admin/data/file/20190303/profil0302.pdf>

**Étrend-kiegészítők vagy „ezekhez hasonló termékek” a  
gyógyszertárakban:**

- az **étrend-kiegészítőkről** szóló 37/2004. (IV. 26.) ESZCSM rendelet hatálya alá tartozó termékek,
- az **orvostechnikai eszközökről** szóló rendelet szerinti követelményeknek megfelelő orvostechnikai eszközök...

**Új:** 2019. március 2-án hatályba lépő változások szerint pontos meghatározásra került, hogy milyen élelmiszerek és további tápszerek forgalmazhatóak a gyógyszertárakban is. *(Ezzel régóta húzódó ellentmondások oldódtak fel a jogszabályváltozás által.)*



**SEMMELWEIS EGYETEM**

semmelweis.hu/gyogyszertar

Egyetemi Gyógyszertár

Gyógyszerügyi Szervezési Intézet

**GYÓGYSZERÉSZI GONDOZÁS**

előadás



# Aktuális változás

„A harmonizált uniós szabályozás (609/2013/EU, EU 2016/128) részeként átalakul a **speciális gyógyászati célra szánt tápszerek** szabályozása... **2019. február 22-től** már csak az új előírások szerint lehet ilyen típusú új termékeket forgalomba hozni, **speciális gyógyászati célra szánt élelmiszer elnevezéssel**. A speciális gyógyászati célra szánt tápszer elnevezés tehát megszűnik.

A változás olyan nagy forgalmú termékeket érint, mint például az ízületi betegségben szenvedőknek, a makula degenerációban szenvedőknek, a szív- és érrendszeri betegségben szenvedőknek, a D-vitamin hiányban szenvedőknek és az antibiotikumos kezelés vagy gyomor- és bélrendszeri fertőzés kezelése alatt álló betegeknek szánt készítmények.”

Forrás – MÉKISZ tájékoztató:

<https://www.mgyk.hu/admin/data/file/20181215/tapszer.pdf>



**SEMMELWEIS EGYETEM**

semmelweis.hu/gyogyszertar

Egyetemi Gyógyszertár

Gyógyszerügyi Szervezési Intézet

**GYÓGYSZERÉSZI GONDOZÁS**

előadás



# Nemzetközi kitekintés

Több EU tagállam az étrend-kiegészítők vonatkozásában még a **notifikáció lehetőségével sem él**, a hatósági munka kizárólag a panaszbejelentésekre, vagy a szűrőpróbaszerű ellenőrzésekre épít.



Forrás: [https://www.ogyei.gov.hu/etrend\\_kiegeszitok/](https://www.ogyei.gov.hu/etrend_kiegeszitok/)



**SEMMELWEIS EGYETEM**

[semmelweis.hu/gyogyszertar](http://semmelweis.hu/gyogyszertar)

Egyetemi Gyógyszertár

Gyógyszerügyi Szervezési Intézet

**GYÓGYSZERÉSZI GONDOZÁS**

előadás





# Megkérdeztük a gyógyszerárban vásárlókat...

- ...a SE EGYGYSZI által végzett kérdőíves felmérés során,
- 2015 szeptemberében,
- a TÁMOP-4.2.6.-15/1/2015-0006-os számú projekt keretein belül,
- a **„Növényi eredetű gyógyszerek és élelmiszerek fejlesztése és alkalmazása az egészségtudatos életmód kialakítására”** című részprojektjében,
- 16 Heves megyei, közforgalmú gyógyszerárban zajlottak az interjúk...



**SEMMELWEIS EGYETEM**

[semmelweis.hu/gyogyszerar](http://semmelweis.hu/gyogyszerar)

Egyetemi Gyógyszerár

Gyógyszerügyi Szervezési Intézet

**GYÓGYSZERÉSZI GONDOZÁS**

előadás





**...hogy képet kapjunk az étrend-kiegészítők alkalmazási szokásairól, így alátámasszuk az ezekkel kapcsolatos gyógyszerészi/gyógyszerészeti kompetenciák szükségességét!**



**SEMMELWEIS EGYETEM**

[semmelweis.hu/gyogyszertar](http://semmelweis.hu/gyogyszertar)

Egyetemi Gyógyszertár

Gyógyszerügyi Szervezési Intézet

**GYÓGYSZERÉSZI GONDOZÁS**

előadás



# Leíró statisztika

- Megkérdezettek száma: 483 fő,
- nő: 351 fő (72,7%),
- férfi: 132 fő (27,3%),
- átlagéletkor: 56,5 év.
- **Összesen 393-an (81,4%) válaszoltak úgy, hogy próbáltak már vagy jelenleg is fogyasztanak funkcionális élelmiszert és/vagy valamilyen étrend-kiegészítőt!**



TÁMOP-4.2.6.-15/1/2015-0006



**SEMMEIWEIS EGYETEM**

[semmelweis.hu/gyogyszertar](http://semmelweis.hu/gyogyszertar)

Egyetemi Gyógyszertár

Gyógyszerügyi Szervezési Intézet

**GYÓGYSZERÉSZI GONDOZÁS**

előadás



# Kiegészítés:

## Mit tekintünk funkcionális élelmiszernek?

### A funkcionális élelmiszerek lehetséges tulajdonságai:

Egy adott élelmiszer akkor tekinthető funkcionálisnak, amennyiben bizonyítottan előnyösen befolyásol a szervezetben egy vagy több célfunkciót a megfelelő táplálkozási hatásokon túl úgy, hogy javuljon az egészségi állapot és/vagy csökkenjen a megbetegedés kockázata. A funkcionális élelmiszernek élelemnek kell maradnia, és hatását olyan mértékben kell bizonyítani, amelyet elvárhatunk az étrendbe illesztett fogyasztása alatt. Fontos elvárás továbbá, hogy nem lehet tablettá vagy kapszula, csak a szokásos táplálékunk része. Ennek a definíciónak tulajdonképpen megfelelnek egyes természetes élelmiszerek; olyan élelmiszerek, amelyekhez hozzáadtak vagy éppen elvettek belőle egy összetevőt; módosított összetevőt vagy összetevőket tartalmazó élelmiszerek továbbá olyan élelmiszerek, amelyek összetevőinek biológiai hozzáférhetősége módosításra került.

A funkcionális élelmiszerek forgalma és felhasználása napról napra nő. Ez többek között olyan következményeket vonhat maga után, mint pl. ezek hozzáadott összetevői és a gyógyszerek között kialakuló lehetséges, negatív kimenetelű kölcsönhatások.



**SEMMELWEIS EGYETEM**

[semmelweis.hu/gyogyszertar](http://semmelweis.hu/gyogyszertar)

Egyetemi Gyógyszertár

Gyógyszerügyi Szervezési Intézet

**GYÓGYSZERÉSZI GONDOZÁS**

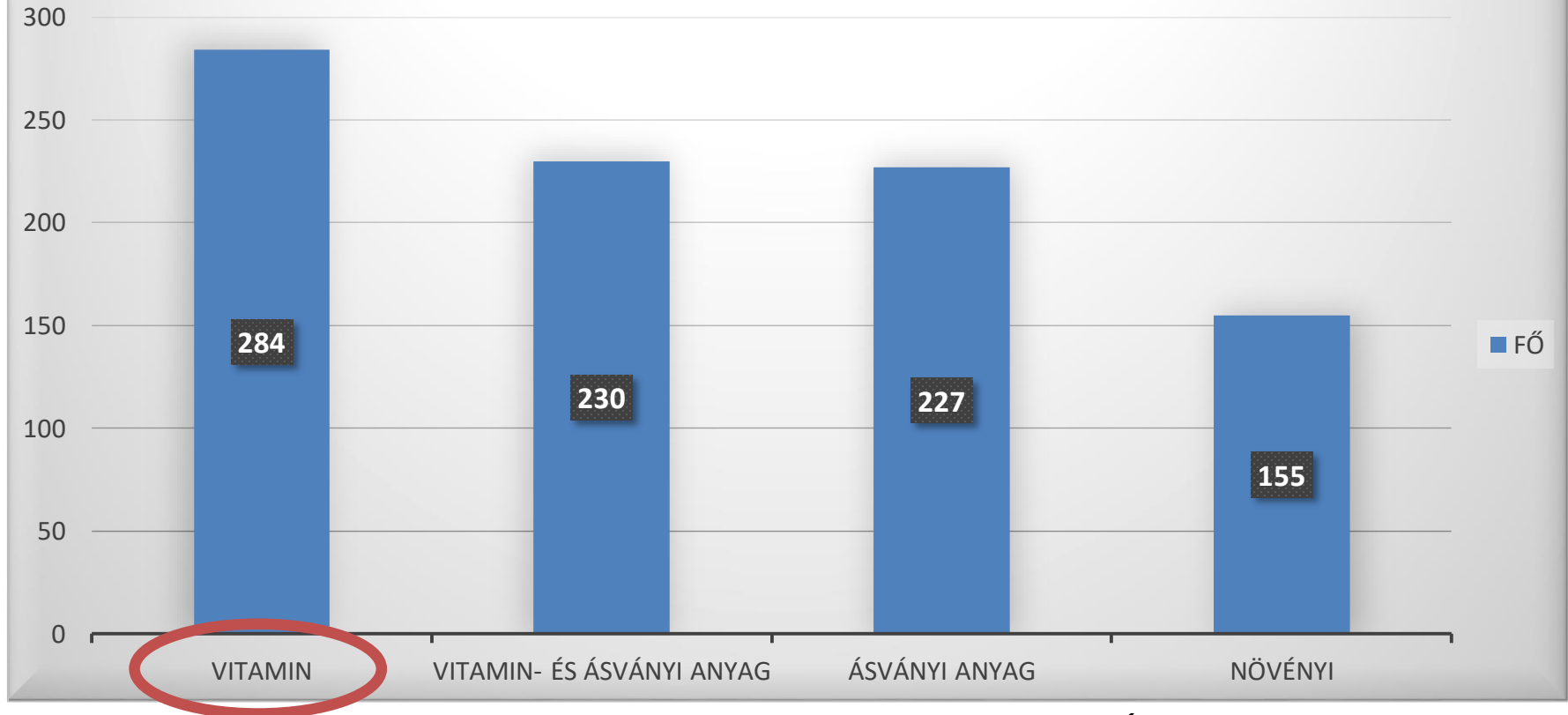
előadás





# Eredmények 1.

A különböző típusú étrend-kiegészítők fogyasztásának gyakorisága  
(n=393 fő, többszörös választási lehetőség)



TÁMOP-4.2.6.-15/1/2015-0006



**SEMMELWEIS EGYETEM**

[semmelweis.hu/gyogyszertar](http://semmelweis.hu/gyogyszertar)

Egyetemi Gyógyszertár

Gyógyszerügyi Szervezési Intézet

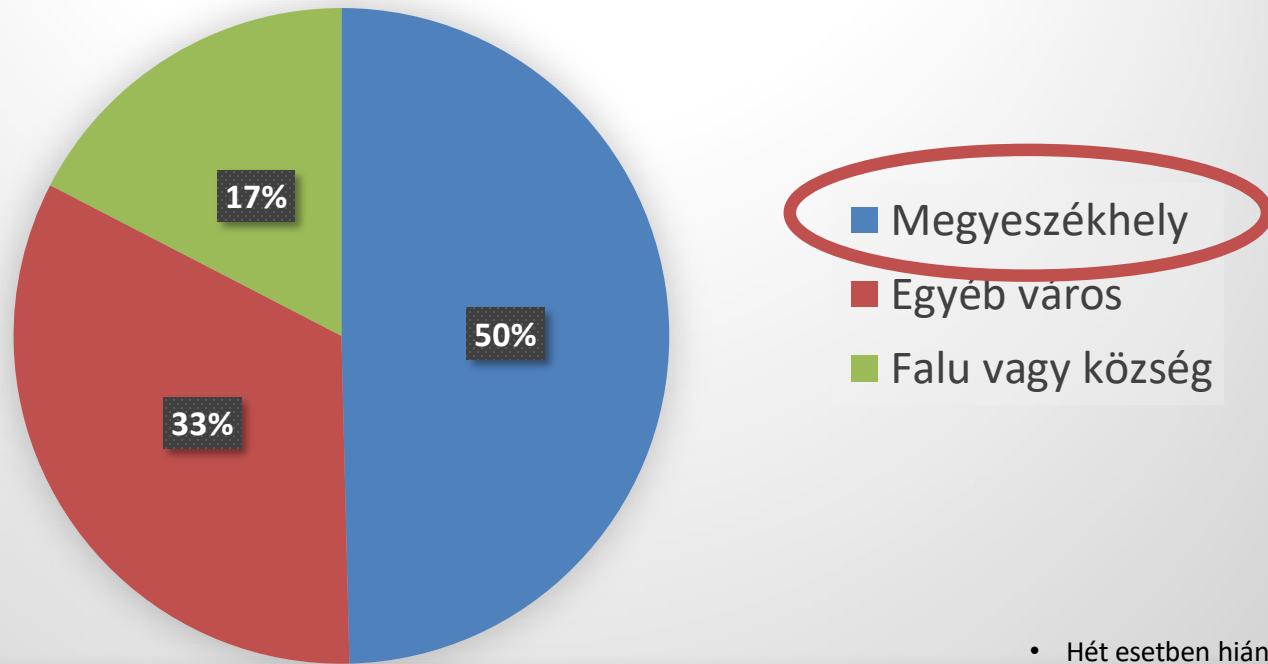
**GYÓGYSZERÉSZI GONDOZÁS**

előadás



# Eredmények 2.

Funkcionális élelmiszert és/vagy étrend-kiegészítőt fogyasztók százalékos eloszlása a gyógyszer-tár székhelye szerint (n=385 fő\*):



• Hét esetben hiányzó adat

TÁMOP-4.2.6.-15/1/2015-0006



**SEMMELWEIS EGYETEM**

[semmelweis.hu/gyogyszer-tar](http://semmelweis.hu/gyogyszer-tar)

Egyetemi Gyógyszertár

Gyógyszerügyi Szervezési Intézet

**GYÓGYSZERÉSZI GONDOZÁS**

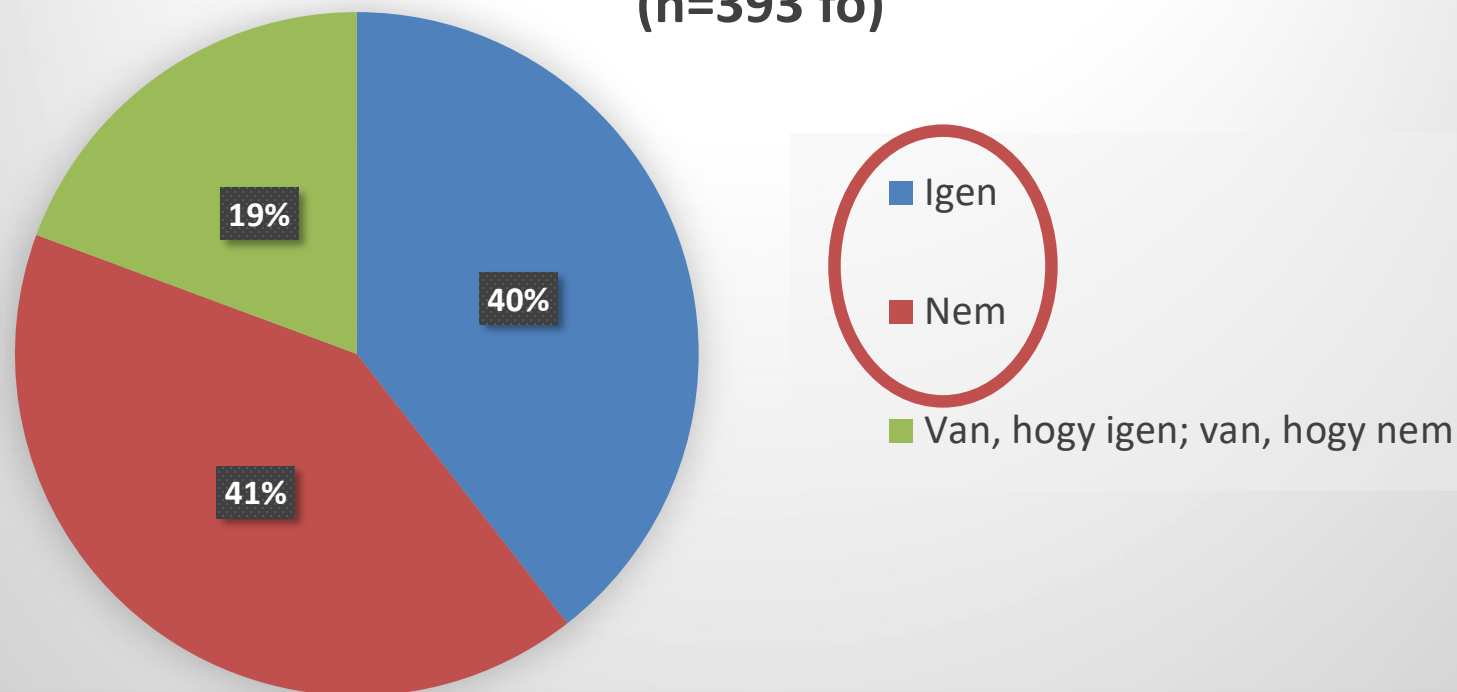
előadás



# Eredmények 3.

„Általában szakember (orvos, gyógyszerész, dietetikus stb.) tanácsára fogyaszt egy adott étrend-kiegészítőt és/vagy funkcionális élelmiszert?”

(n=393 fő)



TÁMOP-4.2.6.-15/1/2015-0006



**SEMMELWEIS EGYETEM**

[semmelweis.hu/gyogyszertar](http://semmelweis.hu/gyogyszertar)

Egyetemi Gyógyszertár

Gyógyszerügyi Szervezési Intézet

GYÓGYSZERÉSZI GONDOZÁS

előadás



# Eredmények 4.

Szakember ajánlására az alábbi okok miatt alkalmaznak valamilyen étrend-kiegészítőt vagy funkcionális élelmiszert (n=231 fő, többszörös választási lehetőség):

**Időszakos vagy tartós tápanyag hiány miatt:**

**94 fő (40,7%)**

**Felírt gyógyszer mellé alkalmazták kiegészítésként:**

**51 fő (22,1%)**

**Egyéb okból megnövekedett tápanyag igény miatt:**

**45 fő (19,5%)**

**Valamilyen anyagcsere betegség (speciális diéta) miatt:**

**32 fő (13,9%)**

**Táplálkozási zavar miatt:**

**19 fő (8,2%)**

**Fokozott sporttevékenység miatt:**

**14 fő (6,1%)**

**Egyéb ok miatt:**

**83 fő (35,9%)**

TÁMOP-4.2.6.-15/1/2015-0006



**SEMMELWEIS EGYETEM**

semmelweis.hu/gyogyszertar

Egyetemi Gyógyszertár

Gyógyszerügyi Szervezési Intézet

**GYÓGYSZERÉSZI GONDOZÁS**

előadás





# Eredmények 5.

Saját döntés alapján az alábbi okok miatt alkalmaznak étrend-kiegészítőt vagy funkcionális élelmiszert  
(n=238 fő, többszörös választási lehetőség)

Átmeneti vagy tartós vitaminpótlás miatt	134 fő (56,3%)
Ásványi anyagok veszteségének visszaállítása miatt	93 fő (39,1%)
Esztétikai okok miatt (bőr, haj, köröm állapotának javítása)	34 fő (14,3%)
Agyi teljesítmény fokozása, koncentrációs képesség megnöveléséért	21 fő (8,8%)
Testsúlycsökkentés, fogyás céljából	20 fő (8,4%)
Sportteljesítmény fokozása miatt	17 fő (7,1%)
Izomtömeg növelés céljából	13 fő (5,5%)
Testtömeg növelés miatt	3 fő (1,3%)
Egyéb egészségügyi ok miatt	92 fő (38,7%)

TÁMOP-4.2.6.-15/1/2015-0006



**SEMELWEIS EGYETEM**

semmelweis.hu/gyogyszertar

Egyetemi Gyógyszertár

Gyógyszerügyi Szervezési Intézet

**GYÓGYSZERÉSZI GONDOZÁS**

előadás



# A gyógyszerészi tanácsadás létjogosultsága...



3/3. Táblázat

## VITAMINOKAT, ÁSVÁNYI ANYAGOKAT/ NYOMELEMEKET TARTALMAZÓ ÉTREND-KIEGÉSZÍTŐK (GYÓGYSZEREK\*) LEGFONTOSABB INTERAKCIÓS KOCKÁZATAI

Vitamin, ásványi anyag vagy nyomelem	Interakcióba lépő hatóanyag	Klinikai következmény	Ajánlás
<b>A-vitamin</b>	paklitaxel (daganatellenes terápiák lehetséges hatóanyaga)	csontvelő károsodás	paklitaxel dózisának csökkentése; diéta
<b>folsav (B9-vitamin)</b>	fenitoin	gyakoribb rohamok	a kombináció kerülése
<b>C-vitamin</b>	acetazolamid	vesekő	kontraindikáció
<b>E-vitamin</b>	warfarin	vérzési kockázat növekedése	a kombináció kerülése
<b>Kálcium</b>	digoxin	megnövekedett digitális toxicitás	a kombináció kerülése
<b>Kálcium, vas, magnézium, alumínium, cink</b>	D-penicillamin, tetraciklinek, fluorokinolonok, rizedronát, alendronát	csökkent plazmakoncentráció a csökkentett felszívódás miatt	minimum két óra elteltével elkülönített bevétel
<b>L-triptofán</b>	fluvoxamin, paroxetin	szerootonin-szindróma	a kombináció kerülése
<b>Tiramin</b>	izoniazid	hipertenzió	a kombináció kerülése

\*Egyes összetevők gyógyszernek minősített termékben is előfordulhatnak.

**Kiegészítő információ:** K1- vagy K2-vitamint tartalmazó készítmények ellenjavalltak orális antikoagulánsok, ezeken belül is főként a K-vitamin antagonisták alkalmazása esetén.

# A gyógyszerészi tanácsadás szempontjából különösen fontos a **növényi alapú étrendkiegészítők vagy ezekkel egyenértékű termékek** alkalmazási szokásainak megismerése!



**Szerintetek miért?**



**Kevesebb információ, mint a vitaminok és ásványi anyagok esetén + MAGAS INTERAKCIÓS KOCKÁZAT!**



**SEMMELWEIS EGYETEM**

[semmelweis.hu/gyogyszerzar](http://semmelweis.hu/gyogyszerzar)

Egyetemi Gyógyszertár

Gyógyszerügyi Szervezési Intézet

**GYÓGYSZERÉSZI GONDOZÁS**

előadás



# Mit jelent ez a gyakorlati életben?

(TÁMOP-4.2.6.-15/1/2015-0006)

	Antibiotikum terápia	Orális antikoaguláns terápia	Immunszuppresszív terápia
Betegek száma (fő)	24	84	3
Interakciós lehetőségek száma (db)*	38	88	3
Érintett személyek száma (fő)	17 (71%)	44 (52%)	3 (100%)

32 esetben  
**növényi  
komponens**  
- Zöld tea (15);  
- Grapefruit (9);  
- Ginseng (6);  
- Édesgyökér (2)!

\*Gyógyszer-gyógyszer és gyógyszer-növényi komponens interakciókat vizsgáltunk!

**Össességében a gyógyszertárakban felmért betegeknek 23%-a szedte a vizsgált gyógyszercsoportokat, és ott minden második betegnél potenciálisan egy vagy több interakció volt azonosítható!**



SEMMELWEIS EGYETEM

semmelweis.hu/gyogyszertar

Egyetemi Gyógyszertár

Gyógyszerügyi Szervezési Intézet

GYÓGYSZERÉSZI GONDOZÁS

előadás





# Gyógyszerészek (gyógyszertárak) szerepe, a tanácsadás jelentősége I.

(TÁMOP-4.2.6.-15/1/2015-0006)

„Honnan hallott az Ön által szedett növényi alapú étrend-kiegészítő termékről vagy termékekről?”

(n=155 fő, többszörös választási lehetőség)

Orvosuktól /gyógyszerészüktől/  
dietetikusuktól, illetve más szakembertől:

78 fő (50,3%)

Televíziós, rádiós, internetes reklámokból és  
egyéb hirdetésekben:

67 fő (43,2%)

Családtagoktól, ismerősöktől:

65 fő (41,9%)

Egészségügyi folyóiratokból, szórólapokból  
tájékozódnak:

51 fő (32,9%)

Internetes közösségekből (közösségi oldalak  
csoportjai, fórumok, blogok stb.):

40 fő (25,8%)

Magazinokból, újságokból, szóróanyagokból:

35 fő (22,6%)

Egyéb helyről:

10 fő (6,5%)



**SEMMELWEIS EGYETEM**

semmelweis.hu/gyogyszertar

Egyetemi Gyógyszertár

Gyógyszerügyi Szervezési Intézet

**GYÓGYSZERÉSZI GONDOZÁS**  
előadás



# Gyógyszerészek (gyógyszertárak) szerepe, a tanácsadás jelentősége II.

(TÁMOP-4.2.6.-15/1/2015-0006)

„Hol tájékozik a növényi alapú étrend-kiegészítők beszerzésével, szedésével kapcsolatban?”

(n=155 fő, többszörös választási lehetőség)

Kikéri a gyógyszerésze véleményét és ajánlását, hogy melyik terméket válassza:	76 fő (49,0%)
Utánanéz interneten:	63 fő (40,6%)
Kikéri az orvosa véleményét és ajánlását, hogy melyik terméket válassza:	42 fő (27,1%)
Ismerősöktől, családtagoktól tájékozik:	38 fő (24,5%)
Más szakemberek véleményét kéri ki a témával kapcsolatban:	12 fő (7,7%)
Egyéb forrásból tájékozik:	19 fő (12,3%)



**SEMMELWEIS EGYETEM**

semmelweis.hu/gyogyszertar

Egyetemi Gyógyszertár

Gyógyszerügyi Szervezési Intézet

**GYÓGYSZERÉSZI GONDOZÁS**

előadás



# A gyógyszerértári vásárlók véleménye a növényi alapú étrend-kiegészítők forgalmazásával kapcsolatban (n=155 fő)

FÉLEK ATTÓL, HOGY BIZONYOS HELYEKEN MEGVÁSÁROLT NÖVÉNYI ALAPÚ ÉTREND-KIEGÉSZÍTŐK HAMISAK.

ÚGY GONDOLOM, HOGY HASONLÓ TERMÉKEK BIZONYOS HELYEKEN VALÓ ÉRTÉKESÍTÉSE CSAK „SZÉLHÁMOSSÁG”.

A NÖVÉNYI ALAPÚ ÉTREND-KIEGÉSZÍTŐK VESZÉLYESEK LEHETNEK BIZONYOS GYÓGYSZEREKKEL EGYÜTT ALKALMAZVA.

FONTOS, HOGY AZ ORVOSOM ÉS A GYÓGYSZERÉSZEM TUDJA, HOGY MILYEN NÖVÉNYI ALAPÚ ÉTREND-KIEGÉSZÍTŐKET SZEDEK, ILLETVE FOGYASZTOK.

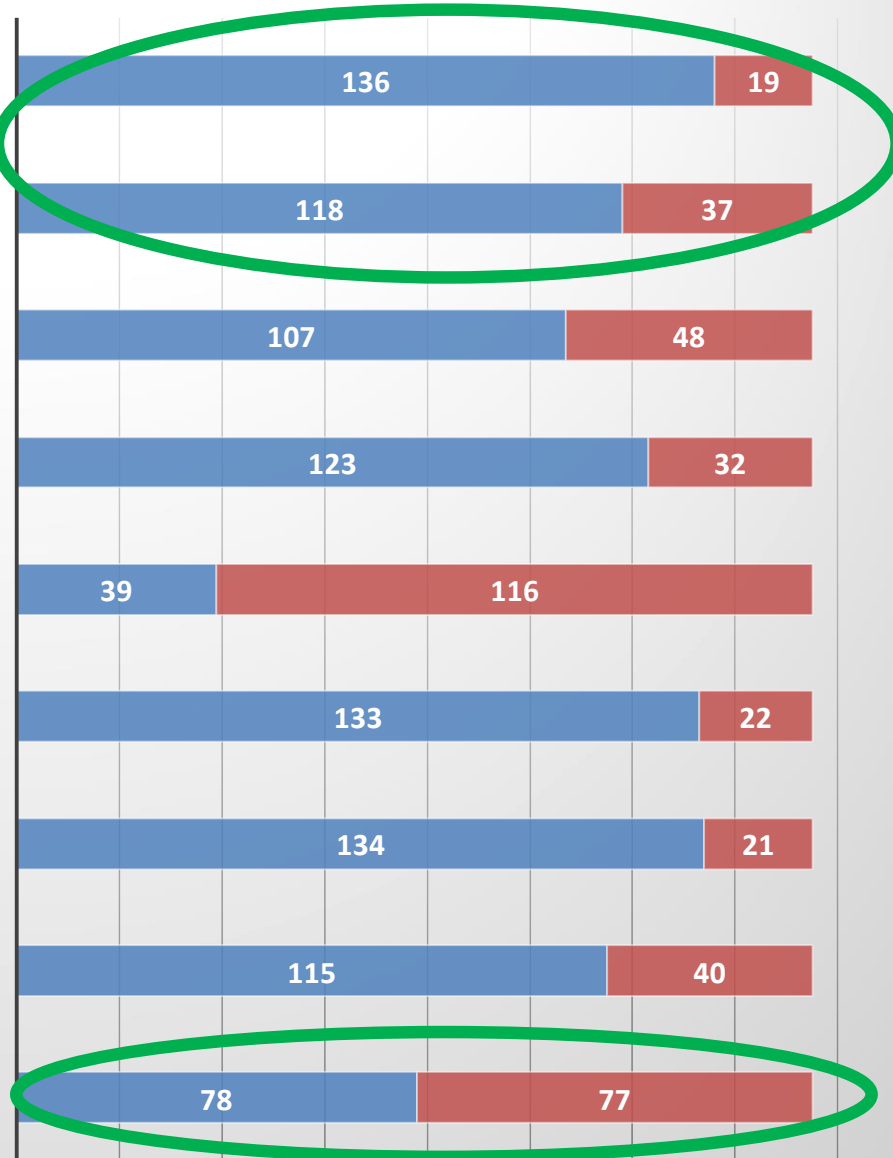
A KÜLÖNBÖZŐ GYÁRTÓK AZONOS NÖVÉNYBŐL KÉSZÜLT ÉTREND-KIEGÉSZÍTŐI TELJESEN AZONOSAK EGYMÁSSAL.

MINDEN NÖVÉNYI ALAPÚ ÉTREND-KIEGÉSZÍTŐ CÍMKÉJÉN OLVASHATÓ: „AZ ÉTREND-KIEGÉSZÍTŐ NEM HELYETTESÍTI A KIEGYENSÚLYOZOTT, VEGYES ÉTRENDET ÉS AZ EGÉSZSÉGES ÉLETMÓDOT”.

MINDEN NÖVÉNYI ALAPÚ ÉTREND-KIEGÉSZÍTŐ CÍMKÉJÉN OLVASHATÓ: A NAPI FOGYASZTÁSRA AJÁNLOTT MENNYISÉG, ÉS HOGY AZ AJÁNLOTT NAPI FOGYASZTÁSI MENNYISÉGET NEM LEHET TÚLLÉPNI.

EGY NÖVÉNYI ALAPÚ ÉTREND-KIEGÉSZÍTŐ MEGVÁSÁRLÁSOKOR MEGFELELŐ UTASÍTÁSOKAT IS KAPOK A TERMÉK HASZNÁLATÁVAL KAPCSOLATBAN.

HAZÁNKBAN A NÖVÉNYI ALAPÚ ÉTREND-KIEGÉSZÍTŐK UGYANOLYAN ELLENŐRZÉSEN MENNEK KERESZTÜL GYÁRTÁSUK SORÁN, MINT A GYÓGYSZERNEK MINŐSÜLŐ TERMÉKEK.



■ IGAZ (fő) ■ HAMIS (fő)

TÁMOP-4.2.6.-15/1/2015-0006

# KIEMELT INTERAKCIÓS KOCKÁZATOK NÖVÉNYI ALAPÚ ÉTREND-KIEGÉSZÍTŐK (GYÓGYSZEREK\*) KOMPONENSEIVEL

Növényi alapú gyógyszer vagy étrend-kiegészítő fő összetevője	Klinikailag releváns és dokumentált interakció
<b>Ginkgo Biloba</b>	- Megnövekedett vérzési kockázat K-vitamin antagonistákkal, acetil-szalicilsavval és nem szteroid gyulladásgátló gyógyszerekkel - Nátrium-valproát terápiás hatékonyságának csökkentése
<b>Ginzeng</b>	Megnövekedett hipoglikémiás kockázat orális antidiabetikumokkal
<b>Közönséges orbáncfű</b>	A szervezetben működő metabolizáló enzimek és transzporterek serkentője, így számos hatóanyag hatékonyságát csökkenti. Példák: amitriptilin, atorvasztatin, benzodiazepinek, buspiron, ciklosporin, digoxin, fenitoin, imatinib, indinavir, irinotekán, ivabradin, metadon, nevirapin, nifedipin, omeprazol, orális antikoagulánsok, orális fogamzásgátlók, szertralin, szimvasztatin, takrolimusz, teofillin, verapamil
<b>Aloe és Ma-huang** (Csikófark, Efedra)</b>	Megnövekedett aritmia kockázat szívritmusra ható gyógyszerek esetén (laxatív hatással összefüggő kálium-ürítő hatás miatti kölcsönhatáson keresztül). **Monoamino-oxidáz gátlással megnövekedett hipertenziós kockázat.
<b>Salvia (zsályafélék)</b>	Megnövekedett vérzési kockázat K-vitamin antagonistákkal

\*Egyes összetevők gyógyszernek minősített termékben is előfordulhatnak.

\*\*További megnövekedett hipertenziós kockázat monoamino-oxidáz gátlókkal.



# LEHETSÉGES INTERAKCIÓS KOCKÁZATOKAT ÖSSZEFOGLALÓ TÁBLÁZAT NÖVÉNYI KOMPONENST TARTALMAZÓ ÉTREND-KIEGÉSZÍTŐK (GYÓGYSZEREK\*) ESETÉN



Növényi komponens	Mikor kerülendő az étrend-kiegészítő alkalmazása?
<b>Citrusfélék</b>	Általában gyógyszeresedés mellett [CYP enzim gátlás]
<b>Ginzeng</b>	Orális antidiabetikumok mellett, orális antikoagulánsok mellett [kisebb valószínűségű interakció]
<b>Kurkuma</b>	Általában gyógyszeresedés mellett [CYP enzim gátlás]
<b>Gyömbér</b>	Orális antikoagulánsok, antidiabetikumok mellett
<b>Rozmaring</b>	Orális antikoagulánsok, antidiabetikumok, immunszuppresszánsok, anxiolitikumok mellett
<b>Fűrészpálma</b>	Orális antikoagulánsok, antidiabetikumok, immunmodulánsok mellett
<b>Menta</b>	Antibiotikumok (kiemelten az oxitetraciklin), ciklosporin, Ca-csatorna gátlók mellett
<b>Zöld tea</b>	Antikoagulánsok, analgetikumok, antilipidaemiás szerek, antidepresszánsok mellett
<b>Bíbor kasvirág</b>	Amoxicillin mellett
<b>Máriatövis</b>	Metronidazol mellett
<b>Ördögnyelv</b>	Általában gyógyszeresedés mellett [felszívódás lassítása]
<b>Édesgyökér</b>	Általában gyógyszeresedés mellett [CYP enzim gátlás]
<b>Kamilla</b>	Általában gyógyszeresedés mellett [CYP enzim gátlás]

\*Egyes összetevők gyógyszernek minősített termékben is előfordulhatnak.

# WARFARIN NÖVÉNYI ALAPÚ ÉTREND-KIEGÉSZÍTŐKBE (GYÓGYSZEREK- BEN\*) MEGTALÁLHATÓ KOMPONENSEKKEL KIALAKULÓ INTERAKCIÓI

A gyógynövény ismert és latin megnevezése	A warfarin klinikai hatásának befolyásolása**	Az interakció klinikai súlyossága	Az interakció bizonyossága	Az interakció farmakokinetikája	Az interakció farmakodinámiája
<b>Tőzegáfonya</b> (Vaccinium macrocarpon)	↑	Nagy	Nagyon valószínű	Interferencia a metabolizáló enzim rendszerben	Interferencia a koagulációs kaskád rendszerben
<b>Közönséges orbáncfű</b> (Hypericum perforatum)	↓	Nagy	Nagyon valószínű	Interferencia a metabolizáló enzim rendszerben	Nem ismert
<b>Koenzim Q10</b> (Theobroma kakao)	↓	Kicsi	Valószínű	Nem ismert	A bél K-vitamin szintézisének befolyásolása, illetve a K-vitamin tartalom megváltoztatása
<b>Gyömbér</b> (Zingiber officinalis)	↑	Közepes	Valószínű	Nem ismert	Interferencia a vérlemezke funkciókkal
<b>Páfrányfenyő</b> (Ginkgo biloba)	↑	Nagy	Lehetséges	Interferencia a metabolizáló enzim rendszerben	Nem ismert
<b>Fokhagyma</b> (Allium sativum)	↑	Nagy	Lehetséges	Interferencia a metabolizáló enzim rendszerben	Interferencia a vérlemezke funkciókkal
<b>Ginzeng</b> (Panax ginseng)	↓	Közepes	Lehetséges	Interferencia a metabolizáló enzim rendszerben	Interferencia a vérlemezke funkciókkal
<b>Grapefruit</b> (Citrus paradise)	↑	Nagy	Lehetséges	Interferencia a metabolizáló enzim rendszerben	Nem ismert
<b>Zöld tea</b> (Camellia sinensis)	↓	Közepes	Lehetséges	Nem ismert	A bél K-vitamin szintézisének befolyásolása, illetve a K-vitamin tartalom megváltoztatása

\*Egyes összetevők gyógyszernek minősített termékben is előfordulhatnak.

\*\* A warfarin klinikai hatásának fokozása (potenciózó hatás): a különböző súlyosságú vérzések kockázatát növeli. A warfarin klinikai hatásának csökkentése (inhibítorikus hatás): a CV történések, illetve a nem kívánt trombocita aggregáció (pl. infarktus) kockázatát növeli.



# Felügyelet és minőségbiztosítás a hazai gyógyszerertárakban

*Milyen problémák merülhetnek fel az étrend-kiegészítő termékekkel kapcsolatban? ☹*

- Hamisítás (veszélyes összetevők, vényköteles hatóanyagok)!
- Nem megfelelő minőségű és mennyiségű összetevők!
- Nem megfelelő minőségű gyártástechnológia!
- Hiányos utasítások, tanácsok, illetve figyelmeztetések az alkalmazás módjával kapcsolatban!



**SEMMELWEIS EGYETEM**

[semmelweis.hu/gyogyszerter](http://semmelweis.hu/gyogyszerter)

Egyetemi Gyógyszertár

Gyógyszerügyi Szervezési Intézet

**GYÓGYSZERÉSZI GONDOZÁS**

előadás

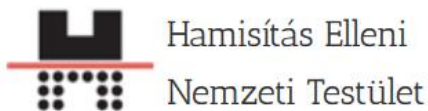






## *Melyek a leggyakrabban hamisított étrend-kiegészítő termékek és általában hol kerülnek ezek értékesítésre?*

„Az **éberséget fokozó tablettá** rendelése mellett a legnépszerűbbek a **potencianövelő és a fogyasztószer**ek, melyek nagy része Indiából vagy Dél-Amerikából érkezik. A **neten rendelt**, házi laborokban, ellenőrizetlen körülmények között kotyvasztott szerek károsíthatják a vesét, a májat, a szív-és érrendszert.” – írja a Hírado.hu



Hamisítás Elleni

Nemzeti Testület

Forrás: <http://www.hamisitasellen.hu/> - 2016-os híre alapján



**SEMMELWEIS EGYETEM**

[semmelweis.hu/gyogyszertar](http://semmelweis.hu/gyogyszertar)

Egyetemi Gyógyszertár

Gyógyszerügyi Szervezési Intézet

**GYÓGYSZERÉSZI GONDOZÁS**

előadás





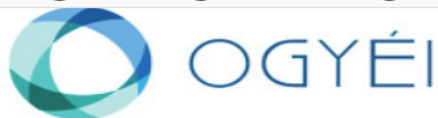
# Étrend-kiegészítők felügyelete I.

## (Hatósági ellenőrzés)

Országos Gyógyszerészeti és Élelmezés-egészségügyi Intézet

https://www.ogyei.gov.hu/nyitoldal/

Amazon Booking.com AliExpress



Országos Gyógyszerészeti és  
Élelmezés-egészségügyi Intézet

1051 Budapest, Zrínyi utca 3.  
Tel.: (1) 8869-300, E-mail: [ogyei@ogyei.gov.hu](mailto:ogyei@ogyei.gov.hu)  
1372 Postafiók 450.

ENGLISH

Közlemények

Események

Projektek

Innovációs Iroda EMKI

keresés

### Hírek, aktualitások

XI. PANGEA akció: 116 országban 500 tonna hamis tablettát foglaltak le

Tovább

Hacker támadás érte a honlapunkat

Tovább

Közlemény informatikai rendszerek karbantartása miatti üzemszünetről

Tovább

JOGSZABÁLYOK, IRÁNYELVEK

PÉNZÜGY

FORMANYOMTATVÁNYOK

HÍRLEVÉL FELIRATKOZÁS



AZ OGYÉI-RŐL

Magunkról

Közérdekű adatok

Kapcsolat

E-ügyintézés

Gyakori kérdések

Állásajánlatok

Kiadványaink



SZAKTERÜLETEK

Gyógyszer

Gyógyszertár

Kábítószerügy

Orvostechnikai eszköz

Technológia-értékelés

Étrend-kiegészítő, tápszer

Kozmetikum

Táplálkozástudomány

Géntechnológia

Labor

NETA

E-cigaretta

Tudományos tanácsadás



INFORMÁCIÓK

Mellékhatás-bejelentések

Gyógyszerhez való hozzájutás speciális esetei

Gyógyszerrel kapcsolatos lakossági tudnivalók

Hamis gyógyszer

Étrend-kiegészítővel kapcsolatos lakossági tudnivalók

Táplálkozással kapcsolatos prevenciós programok



ADATBÁZISOK,  
NYILVÁNTARTÁSOK

Gyógyszer-adatbázis

Gyógytermék-adatbázis

Gyógyszertár-kereső

Étrend-kiegészítők, tápszerek listája

Kivonás, felfüggesztés

Egyéb nyilvántartások, listák

Linkek

Oldaltérkép

Gyengénlátóknak

Copyright


RSS

# Étrend-kiegészítők felügyelete I.

## (Hatósági ellenőrzés)

https://www.ogyei.gov.hu/ETREND\_LISTA

Getting Started Amazon Booking.com AliExpress

 **OGYÉI** Országos Gyógyszerészeti és Élelmezés-egészségügyi Intézet

1051 Budapest, Zrínyi utca 3.  
Tel.: (1) 8869-300, E-mail: [ogyei@ogyei.gov.hu](mailto:ogyei@ogyei.gov.hu)  
1372 Postafiók 450.

**ENGLISH**

Közlemények Események Projektek HTA15 Innovációs Iroda EMKI keresés

Gyógyszer-adatbázis

Gyógytermék-adatbázis

Gyógyszertár-kereső

Étrend-kiegészítők, tápszerek listája

Kivonás, felfüggesztés

Egyéb nyilvántartások, listák

**Étrend-kiegészítők, anyatej-helyettesítő és speciális gyógyászati célra szánt tápszerek listája**


**Bejelentett étrendkiegészítők** (2004-2019. 10. 31.)

**Forgalomba hozataltól eltiltott termékek listája** (2004-2019. 04. 18.)

**Bejelentett anyatej-helyettesítő tápszerek és speciális gyógyászati célra szánt tápszerek/élelmiszerek listája** (2019. 10. 31.)

Kérjük tisztelt ügyfeleinket, amennyiben úgy vélik, hogy az általuk bejelentett termékek listán való feltüntetésével kapcsolatban helyesbítésre lenne szükség, úgy azt - az OGYÉI iktatószámra, és a termék notifikációs számára való hivatkozással - jelezzék Intézetünk felé.

Frissítve: 2019.10.31 11:47



[nyomtatható verzió](#) 

JOGSZABÁLYOK, IRÁNYELVEK

PÉNZÜGY

FORMANYOMTATVÁNYOK

Linkek | Oldaltérkép | Gyengénlátóknak | Copyright | RSS



# Tudományos Tanácsadó Testület

## (Étrend-kiegészítők felügyelete I., hatósági ellenőrzés)

Országos Gyógyszerészeti és Élelmezés-egészségügyi Intézet

https://www.ogyei.gov.hu/etrend\_kiegeszitokben\_felhasznalasra\_nem\_javasolt\_gyogynovenyek\_es\_ertekelesuk/

Gyógyszer

**Étrend-kiegészítőkben felhasználásra nem javasolt gyógynövények és értékelésük**

Gyógyszertár

Kábítószerügy

Orvostechikai eszköz

Technológia-értékelés

Étrend-kiegészítő, tápszer

Kozmetikum

Táplálkozástudomány

Géntechnológia

Labor

NETA

E-cigaretta

Tudományos tanácsadás

JOGSZABÁLYOK, IRÁNYELVEK

PÉNZÜGY

Évről évre növekszik a gyártók és forgalmazók által bejelentett étrend-kiegészítők száma az Országos Gyógyszerészeti és Élelmezés-egészségügyi Intézetnél (OGYÉI) a forgalmazás szabályait előíró [37/2004. \(IV. 26.\) ESZCSM rendelet](#) hatályba lépése óta. A készítményekben megtalálható növények, hatóanyagok száma rendkívül nagy és folyamatosan bővül. Kezdetektől fogva megjelentek a készítményekben olyan (gyógy)növények, izolált hatóanyagok, melyek humán szervezetre gyakorolt hatása részben nem bizonyított, részben a tudományos vizsgálatok alapján veszélyt jelenthet a fogyasztó egészségére, biztonságára.

**Tudományos Tanácsadó Testület**

Az élelmiszerekben, étrend-kiegészítőben alkalmazható gyógynövények alkalmazhatóságának szakszerű, tudományos értékelése, elemzése érdekében Intézetünk 2017. június 22-én megújította a Szakértői Testületét, amely Tudományos Tanácsadó Testületként folytatja munkáját. 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 testület tagjai:

- Dr. Alberti-Dér Ágnes, Farmakognózi Intézet, Semmelweis Egyetem
- Dr. Maczó Anita, NÉBIH Élelmiszerbiztonsági Kockázatértékelési Igazgatóság, Kockázatbecslési Osztály élelmiszer-biztonsági koordinátor
- Dr. Bóna Viola, szakgyógyszerész
- Dr. Csupor Dezső, Farmakognózi Intézet, Szegedi Tudományegyetem
- Dr. Horányi Tamás, alelnök, Magyarországi Étrend-kiegészítő Gyártók és Forgalmazók Egyesülete

A Testület feladata elsősorban a jelenleg negatív lista folyamatos felülvizsgálata, szükség szerinti bővítése, másrészt az élelmiszeripari vállalkozások által benyújtott kérelmek értékelése, melyek a negatív listán lévő növények, növényi részek biztonságos, korlátozás nélküli, vagy dózishatárhoz kötött korlátozott felhasználhatóságát hivatottak igazolni.

Az OGYÉI által az étrend-kiegészítőben megjelenő gyógynövények, növényi preparátumok és egyéb élettani és táplálkozási hatással rendelkező anyagok értékelésére összehívott Tudományos Tanácsadó Testület az alakuló ülésén egyhangúan elfogadta Működési Szabályzatát, mely az alábbi linken érhető el:

[A Tudományos Tanácsadó Testület Működési Szabályzata](#)

**Étrend-kiegészítőben alkalmazásra nem javasolt növények**

# Étrend-kiegészítőkben alkalmazásra nem javasolt növények listája

## (Étrend-kiegészítők felügyelete I., hatósági ellenőrzés)

u/etrend\_kiegeszitokban\_felhasznalasra\_nem\_javasolt\_gyogynovenyek\_es\_ertekelesuk\_

AliExpress

fogyasztók tájékozódását.

Az alkalmazásra nem javasolt növények korábban közzétett listája a Testület munkájának köszönhetően számottevően bővült és változott, azonban továbbra is fennáll annak lehetősége, hogy amennyiben valamely negatív listán szereplő növényvel kapcsolatban rendelkezésre állnak (benyújtásra kerülnek) azok a tudományos bizonyítékok, melyek a növény ártalmatlanságát tudják igazolni, akkor a Testület kész az adott növényre vonatkozó álláspontját újra értékelni.

**A negatív lista alkalmazásának bevezetésére átmeneti időszakot hirdetünk, miszerint 2019. januárjától ajánljuk használni a bővített listát. Az ezt megelőző időszakban javasoljuk a lista alapján felülvizsgálni minden gyártónak és forgalmazónak a korábban bejelentett (már forgalomban lévő) étrend-kiegészítő készítmények összetételét.**

Fontos azonban kiemelni, hogy abban az esetben, ha egy növény nem található meg ezen a listán, nem jelenti azt, hogy az automatikusan felhasználható étrend-kiegészítőben, erre kérjük, a gyártók fokozott figyelemmel legyenek! A listán nem szereplő növények alkalmazhatóságát, ártalmatlanságát továbbra is egyenként értékeli az OGYÉI.

Az étrend-kiegészítőkben alkalmazásra nem javasolt növények listáját az Európai Parlament és a Tanács 1925/2006/EK rendelet hatálya alá tartozó, vitaminok, ásványi anyagok és bizonyos egyéb anyagok hozzáadásával előállított élelmiszerek (ún. dúsított élelmiszerek) előállításakor is ajánlott figyelembe venni!

A Tudományos Tanácsadó Testület a jövőben is rendszeresen felülvizsgálja a negatív listát, annak függvényében, ahogy a tudományos vizsgálatok, elérhető adatok köre bővül, változik. Ezért **javasoljuk, hogy folyamatosan kövessék nyomon** az intézetünk weboldala frissülő adatainak változásait.

**[Étrend-kiegészítőkben alkalmazásra nem javasolt növények listája \(Frissítve: 2018.12.19.\)](#)**

**[Az étrend-kiegészítőkben alkalmazásra nem javasolt növények értékelési szempontjai](#)**

**[Az étrend-kiegészítőkben alkalmazásra nem javasolt növények listájának felülvizsgálatára vonatkozó kérelmek benyújtásához szükséges dokumentumok](#)**

**[Felülvizsgálati kérelmek](#)**

[« vissza](#)

Frissítve: 2018.12.19 10:37

[nyomtatható verzió](#) 





# OGYÉI – Gyógytermék-adatbázis (hatósági adatbázis)

Közlemények Események Projektek HTA15 Innovációs Iroda EMKI keresés

Gyógyszer-adatbázis Gyógytermék adatbázis

Gyógytermék-adatbázis Szabadszavas keresés

Gyógyszertár-kereső

Étrend-kiegészítők, tápszerek listája

Kivonás, felfüggesztés

Egyéb nyilvántartások, listák

**Gyógytermék neve** TOVITA + D3-vitamin Csonterősítő tableta Nyilvántartási szám Hatóanyag - válasszon - ATC kód

Összes engedéllyel rendelkező készítmény

KERESÉS INDÍTÁSA A kereső alaphelyzetbe állítása

JOGSZABÁLYOK, IRÁNYELVEK  
PÉNZÜGY  
FORMANYOMTATVÁNYOK

1 - 1. a(z) 1 találatból Rendezés: Gyógyszer neve

Gyógytermék neve	Nyilvántartási szám	Hatóanyag	ATC-kód	Engedélyezés dátuma	Törzskönyvezési státusz
<b>TOVITA + D3-vitamin Csonterősítő tableta</b>	OGYI-NYTSZ-919/04	cholecalciferol; Ovi testae pulvis cum testaeae membrana	A12C	2004.05.03	TK

HTA15 Innovációs Iroda EMKI keresés

Gyógyszer-adatbázis Gyógytermék adatbázis

Gyógytermék-adatbázis Vissza a találati listához

Gyógyszertár-kereső

Étrend-kiegészítők, tápszerek listája

Kivonás, felfüggesztés

Egyéb nyilvántartások, listák

JOGSZABÁLYOK, IRÁNYELVEK  
PÉNZÜGY  
FORMANYOMTATVÁNYOK

**TOVITA + D3-VITAMIN CSONTERŐSÍTŐ TABLETTA**

Nyilvántartási szám OGYI-NYTSZ-919/04

Hatóanyag cholecalciferol; Ovi testae pulvis cum testaeae membrana

ATC-kód A12C

Készítmény engedélyezésének dátuma 2004.05.03

Státusz TK

PIL Betegtájékoztató



**SEMMELWEIS EGYETEM**

semmelweis.hu/gyogyszertar

Egyetemi Gyógyszertár

Gyógyszerügyi Szervezési Intézet

Linkek

Oldaltérkép

Gyengélátóknak

Copyright

RSS

# Étrend-kiegészítők felügyelete II.

(Minőségbiztosítási lánc)



2016. május 6-án írta alá...

- a Gyógyszer-nagykereskedők Szövetsége (GYNSZ),
- a Hamisítás Elleni Nemzeti Testület (HENT),
- a Magyarországi Étrend-kiegészítő Gyártók és Forgalmazók Egyesülete (MÉKISZ),
- a Magyarországi Gyógyszergyártók Országos Szövetsége (MAGYOSZ),
- a Magyar Gyógyszerészeti Kamara (MGYK)

**AZ ÉTREND-KIEGÉSZÍTŐK BIZTONSÁGOS FORGALMAZÁSÁT CÉLZÓ  
EGYÜTTMŰKÖDÉSI MEGÁLLAPODÁST!**

[Az étrend-kiegészítő megállapodás dokumentumai](#)

([www.mgyk.hu](http://www.mgyk.hu))



**SEMMELWEIS EGYETEM**

[semmelweis.hu/gyogyszertar](http://semmelweis.hu/gyogyszertar)

Egyetemi Gyógyszertár

Gyógyszerügyi Szervezési Intézet

**GYÓGYSZERÉSZI GONDOZÁS**

előadás





# Az együttműködési megállapodás célja

(Étrend-kiegészítők felügyelete II., minőségbiztosítási lánc)

- Egy olyan rendszer létrehozása és működtetése, amely garantálja, hogy a **gyógyszertárakban csak megfelelő minőségű és biztonságos étrend-kiegészítők legyenek!**

([www.mgyk.hu](http://www.mgyk.hu), Gyógyszerészi Hírlap 2016. október)

- Az önszabályozás kínálta eszközök alkalmasak lehetnek a nem megfelelő étrend-kiegészítők patikába kerülésének kockázatát minimalizálni.

Kapcsolódó link:

<http://www.mekisz.hu/index.php?page=onszabalyozas>



**SEMMELWEIS EGYETEM**

[semmelweis.hu/gyogyszertar](http://semmelweis.hu/gyogyszertar)

Egyetemi Gyógyszertár

Gyógyszerügyi Szervezési Intézet

**GYÓGYSZERÉSZI GONDOZÁS**

előadás



# Mit kellett/kell tennie a gyógyszertáraknak, illetve a személyi jogos gyógyszerésznek? (Étrend-kiegészítők felügyelete II.)

A gyógyszertárak önként csatlakozhatnak a rendszerhez egy nyilatkozattal, a személyi jogos aláírásával és egy közös logó kihelyezésével, így csak a rendszer tagjaként működő beszállítótól (gyártótól, nagykereskedőtől) rendelhetnek olyan étrend-kiegészítő készítményt, vagy olyan azonos formában megjelenő, hasonló funkciójú gyógyászati célra szánt tápszert/élelmiszert, amelyre vonatkozólag a forgalomba hozó **megfelelő garanciát** adott a beszállítónak (nagykereskedőnek).

([www.mgyk.hu](http://www.mgyk.hu), Gyógyszerészi Hírlap 2016. október)



**Hasznos információk:**

[A biztonságos étrend-kiegészítő programról \(folyamatosan frissítve\) - MGYK](#)



**SEMMELWEIS EGYETEM**

[semmelweis.hu/gyogyszertar](http://semmelweis.hu/gyogyszertar)

Egyetemi Gyógyszertár

Gyógyszerügyi Szervezési Intézet

**GYÓGYSZERÉSZI GONDOZÁS**

előadás





# Étrend-kiegészítők felügyelete III.

(Gyógyszerészi felügyelet, tanácsadás a biztonságos alkalmazásért)

**Az étrend-kiegészítők expediálásának szakmai  
megfontolásai**  
(lehetséges algoritmus)



# 3. Az étrend-kiegészítők, illetve a gyakorlatban ezekkel egyenértékű termékek expediálása

Az étrend-kiegészítő termékek biztonságos expediálása érdekében alapvetően két irányba kell elvignünk a biztonsági ellenőrzést.

- Először fel kell térképeznünk, hogy milyen céllal, illetve milyen panaszokra szeretne a páciens étrend-kiegészítő terméket vásárolni.
- Amennyiben a kért vagy ajánlott termék expediálható (nincsenek alarm tünetek), akkor gyors interakciós ellenőrzést kell végeznünk.

A különböző étrend-kiegészítő termékek expediálása akkor a legbiztonságosabb, ha betegségmegelőzési céllal vásárolja azt a gyógyszerert nem szedő páciens.



**SEMMELWEIS EGYETEM**

[semmelweis.hu/gyogyszerter](http://semmelweis.hu/gyogyszerter)

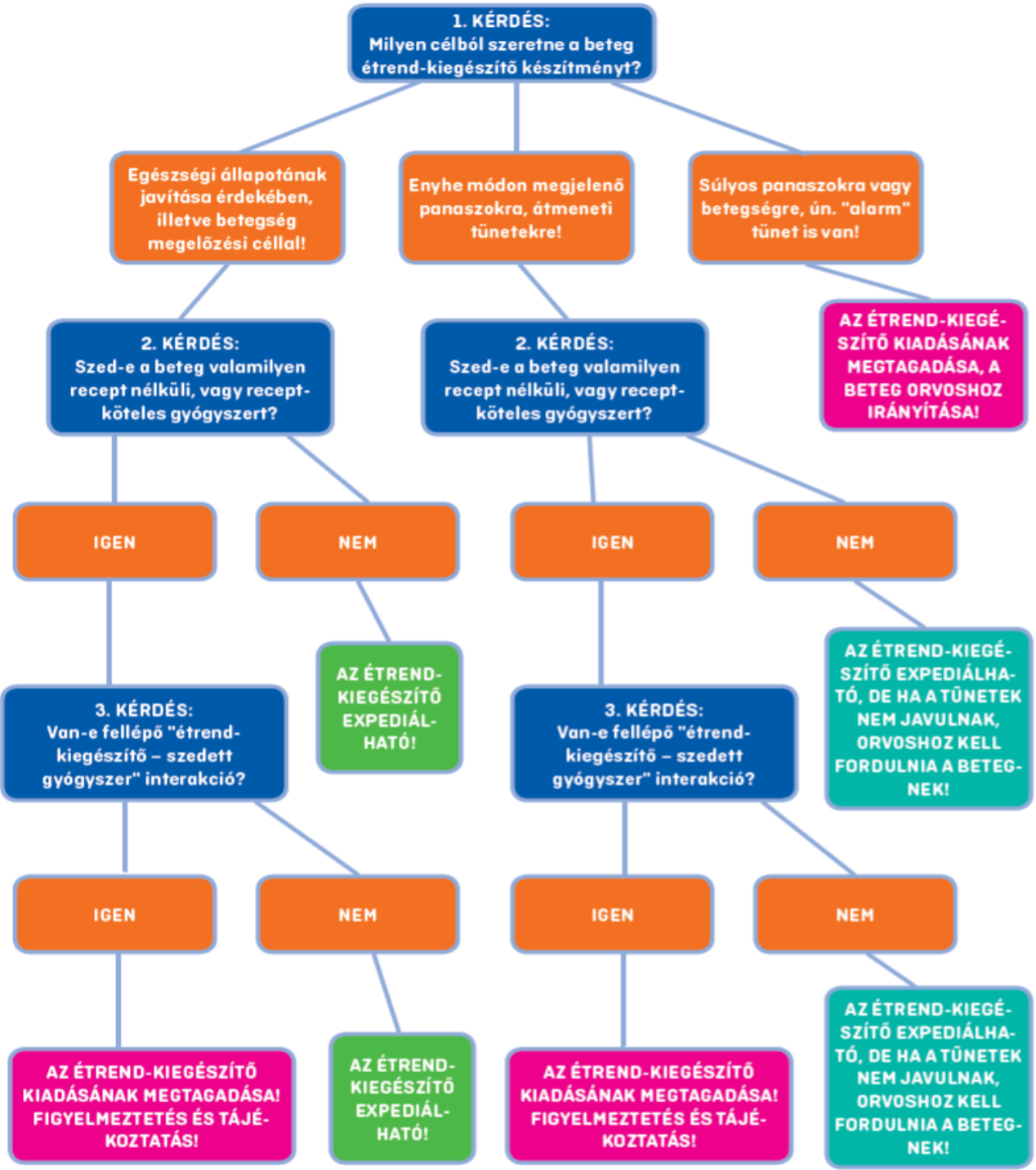
Egyetemi Gyógyszertár

Gyógyszerügyi Szervezési Intézet

**GYÓGYSZERÉSZI GONDOZÁS**

előadás







## ANTIBIOTIKUMOK ISMERT INTERAKCIÓI ÉRTEND-KIEGÉSZÍTŐKBEN (GYÓGYSZEREKBE\*) ELŐFORDULÓ, KÜLÖNBÖZŐ TÍPUSÚ ÖSSZETEVŐKKEL

Összetevők	Interakcióba lépő hatóanyag, vagy hatóanyagcsoport	Interakció típusa	Kialakuló tünetek	Teendők
<b>Orbánfű</b>	Ciprofloxacin, levofloxacin, norfloxacin, doxiciklin, szulfametoxazol-trimetoprim, amoxicillin, metronidazol	A máj lebontó enzimeinek aktiválása	Hatás csökkenése vagy elmaradása	Az antibiotikum szedése alatt ne alkalmazzuk a gyógynövényt tartalmazó készítményt!
<b>Grapefruit</b>	Ciprofloxacin, levofloxacin, norfloxacin, doxiciklin, szulfametoxazol-trimetoprim, amoxicillin, metronidazol	A máj lebontó enzimeinek gátlása	Hatásfokozódás, mellékhatások fokozott megjelenése	Az antibiotikum szedése alatt ne alkalmazzuk a gyógynövényt tartalmazó készítményt!
<b>Máriatövis</b>	Metronidazol	A máj lebontó enzimeinek aktiválása	Hatás csökkenése vagy elmaradása	Az antibiotikum szedése alatt ne alkalmazzuk a gyógynövényt tartalmazó készítményt!
<b>Rozmaring</b>	Ciprofloxacin, levofloxacin, norfloxacin, doxiciklin, szulfametoxazol-trimetoprim, amoxicillin, metronidazol	Egyéb enzimaktivitás-változás	Hatásfokozódás, mellékhatások megjelenése	Az antibiotikum szedése alatt ne alkalmazzuk a gyógynövényt tartalmazó készítményt!
<b>Fűrészpálma</b>	Ciprofloxacin, levofloxacin, norfloxacin, doxiciklin, szulfametoxazol-trimetoprim, amoxicillin, metronidazol	Egyéb enzimaktivitás-változás	Hatásfokozódás, mellékhatások megjelenése	Az antibiotikum szedése alatt ne alkalmazzuk a gyógynövényt tartalmazó készítményt!
<b>Menta</b>	Ciprofloxacin, levofloxacin, norfloxacin, doxiciklin, szulfametoxazol-trimetoprim, amoxicillin, metronidazol	Egyéb enzimaktivitás-változás	Hatásfokozódás, mellékhatások megjelenése	Az antibiotikum szedése alatt ne alkalmazzuk a gyógynövényt tartalmazó készítményt!
<b>Kurkuma</b>	Ciprofloxacin, levofloxacin, norfloxacin, doxiciklin, szulfametoxazol-trimetoprim, amoxicillin, metronidazol	Egyéb enzimaktivitás-változás	Hatásfokozódás, mellékhatások megjelenése (például a vérszék kockázata nő)	Az antibiotikum szedése alatt ne alkalmazzuk a gyógynövényt tartalmazó készítményt!
<b>Echinacea</b>	Amoxicillin	Egyéb enzimaktivitás-változás	Izomfájdalmak kialakulása	Az antibiotikum szedése alatt ne alkalmazzuk a gyógynövényt tartalmazó készítményt!
<b>Zöldtea</b>	Ciprofloxacin, levofloxacin, norfloxacin, doxiciklin	Egyéb enzimaktivitás-változás	Hatásfokozódás, mellékhatások megjelenése (például: remegés, szívdobogásérzés, alvászavarok)	Az antibiotikum szedése alatt ne alkalmazzuk a gyógynövényt tartalmazó készítményt!
<b>Al, Ca, Mg, Fe tartalmú készítmények</b>	Fluorakinalonok, tetraciklinek	Kompleképződés	Hatáscsökkenés	2-3 órás időintervallum különbséggel történő alkalmazás!

\*Egyes összetevők gyógyszernek minősített termékben is előfordulhatnak.





# Étrend-kiegészítők felügyelete III.

(Gyógyszerési felügyelet, tanácsadás a biztonságos alkalmazásért)

The image shows a screenshot of a web browser displaying the Gyogytermektar.hu website. The browser's address bar shows the URL www.gyogytermektar.hu, which is circled in red. The website header features a green background with a sunflower and a butterfly. The main navigation menu includes links for Kezdőlap, Készítmények, Állatgyógyászat, Magunkról, Elérhetőség, and Súgó. The main content area is titled 'Gyógyszernek nem minősülő kiegészítő termékek adatbázisa' and lists key features of the database. A red thought bubble on the right contains a message about the utility of the database for consumers. A red circle highlights the 'Készítmények' button at the bottom.

Gyogytermektar - Gyógys... X +

www.gyogytermektar.hu

Gyogytermektar

Gyógyszernek nem minősülő kiegészítő termékek adatbázisa

Kezdőlap Készítmények Állatgyógyászat Magunkról Elérhetőség Súgó

## Gyógyszernek nem minősülő kiegészítő termékek adatbázisának főbb jellemzői:

Gyógyszernek nem minősülő termékek adatbázisa, úgymint: étrend-kiegészítő gyógyszertárak, gyógyteák, kozmetikumok, orvostechikai eszközök, speciális tápszerek, egyéb "gyógyszernek látszó" termékek.

- ☑ Rendszerezett, kereshető adatbázis-tartalom
- ☑ Különböző forrásokból származó információk összehasonlításának lehetősége
- ☑ Termékválasztás, megfelelő alkalmazás és egészségügyi kockázatok elkerülésének segítése

Készítmények

Abban az esetben nagyon hasznos, ha a vásárló olyan termék után érdeklődik, ami éppen nincs készleten a gyógyszertárban.

## Calcitrio 3 az 1-ben filmtabletta 60x

### Alapadatok

Gyártó: Innovella Pharma Kft.

Beviteli forma:

Nyilvántartási szám: 15901/2015.

Csoport:

Státusz: Hiányos

Bejelenség név: Calcitrio kalciumot, K2-vitamint és D3-vitamint tartalmazó étrend-kiegészítő

### Képek a termékről



### Összetevő komponens(ek) és/vagy hatóanyag(ok)

Kalcium 500 mg, K2-vitamin (MenaQ7) 45 µg, D3-vitamin 25 µg (1000NE)

### Javallat / Felhasználási javaslat

A Calcitrio 3 az 1-ben filmtabletta alkalmazása ajánlott kalcium-, D- és K2-vitamin pótlására. Hatóanyagai hozzájárulnak a normál csontozat fenntartásához.

## Példa - Keresett szó: „Calcitrio®”

### Ellenjavallat

Amennyiben Ön várandós, szoptat vagy véralvadási befolyásoló gyógyszert szed, a készítmény alkalmazása előtt konzultáljon kezelőorvosával!

### Adagolás és/vagy alkalmazás módja

Ajánlott napi mennyiség 2 filmtabletta, melyeket étkezés során egy pohár vízzel javasolt bevenni, akár egyidejűleg is.

### Mellékhatás

A termék leírása erre vonatkozóan nem tartalmaz adatot.

### Kölcsönhatás

A termék leírása erre vonatkozóan nem tartalmaz adatot.

### Figyelmeztetések és alkalmazással kapcsolatos óvintézkedések

A termék leírása erre vonatkozóan nem tartalmaz adatot.

### Várandósság és szoptatás ideje alatti alkalmazhatóság

A készítmény alkalmazása előtt konzultáljon kezelőorvosával.

### Tárolás

- SZÁRAZ HELYEN
- NAPFÉNYTŐL VÉDVE
- 15-25 °C KÖZÖTT

### Csomagolás

60 db filmtabletta blisterben




# SEMMELWEIS EGYETEM

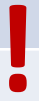
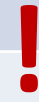
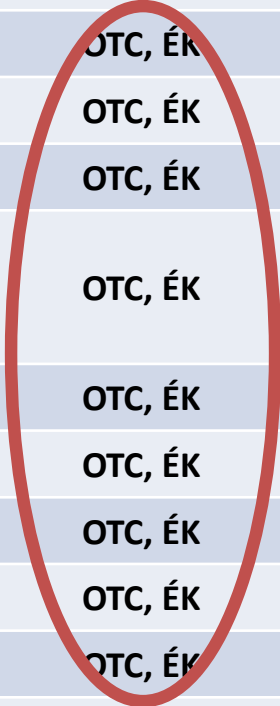
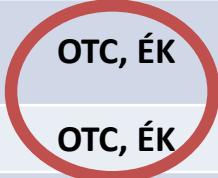
semmelweis.hu/gyogyszerzar

Egyetemi Gyógyszerár

Gyógyszerügyi Szervezési Intézet

# „Trendek” - De vajon mennyire megbízhatóak?

<b>Összetevők</b> (ásványi anyag, vitamin, növényi extractum vagy baktériumtörzs, baktériumcsíra stb.)	<b>Típus</b> (OTC: gyógyszerként van forgalomban Mo-on; ÉK: étrend-kiegészítőként vagy „különleges célra szánt tápszerként” van forgalomban Mo-on)	<b>Indikáció</b>  (A panasz, amire leggyakrabban hivatkoznak a betegek/vásárlók)
C-vitamin	OTC, ÉK	Immunrendszer erősítés; nátha/influenza (profilaxis)
D-vitamin	OTC, ÉK	Immunrendszer erősítés; csontritkulás
K2-vitamin	ÉK	Porckopás; csontritkulás (profilaxis)
Kurkuma	ÉK	... védelem
Ginzeng	OTC, ÉK	...
Echinacea	OTC, ÉK	...
Ginkgo biloba	OTC, ÉK	...
Szelén	OTC, ÉK	Im...
Cink	OTC, ÉK	Immunrendszer
Kalcium	OTC, ÉK	Csontok védelme
Magnézium	OTC, ÉK	Stressz; izomgörcsök
Probiotikumok	OTC, ÉK	Hasmenés; AB mellé
Multivitamin készítmények	OTC, ÉK	Immunrendszer erősítés
Tőzegáfonya	ÉK	Húgyúti fertőzések (profilaxis)



**Valóban hatékony egy adott problémára; lehet, hogy ártalmas; mikor, kinek és hogyan lehet alkalmazni???**



# Honnan tudhatunk meg Evidence Based Medicine információkat a „legújabb trendek”-ről?



Természetesen sok-sok információt megtanulunk hatástanból és terápiából!

**Azonban, ha ez mégis elfelejtődne???**

**Tudni kell, hogy hol kereshetünk!!!**

***„Ha a gyakorlatban egy valós problémát megoldottál, azt nagy valószínűséggel egy életre megtanulod!”***



**SEMMELWEIS EGYETEM**

[semmelweis.hu/gyogyszertar](http://semmelweis.hu/gyogyszertar)

Egyetemi Gyógyszertár

Gyógyszerügyi Szervezési Intézet

**GYÓGYSZERÉSZI GONDOZÁS**

előadás





# Milyen szempontoknak érdemes utánanézni?

1. Valós indikációk (kontraindikációk, ellenjavallatok)
2. Dozírozás (felnőtt, gyermek), egyéb adagolási problémák (terhesség, szoptatás, „gyógyszerforma”)
3. Mellékhatások
4. Interakciók
5. Betegoktatás, tanácsadás



**Hatékony és szakszerű tanácsadás az „aktuális trendekről” (is) a gyógyszertárakban!**



**SEMMELWEIS EGYETEM**

[semmelweis.hu/gyogyszerter](http://semmelweis.hu/gyogyszerter)

Egyetemi Gyógyszertár

Gyógyszerügyi Szervezési Intézet

**GYÓGYSZERÉSZI GONDOZÁS**

előadás

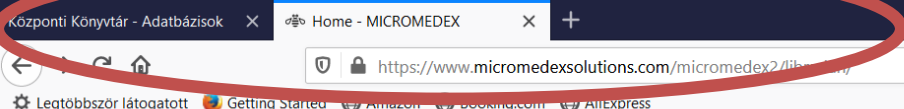


# Nézzünk néhány példát!

Fő összetevő (ásványi anyag, vitamin, növényi extractum vagy csíraszám stb.)	Típus (OTC: gyógyszerként van forgalomban; ÉK: étrend-kiegészítőként vagy különleges célra szánt tápszerként van forgalomban)	Indikáció (A panasz, amire leggyakrabban viszik a betegek/vásárlók)
C-vitamin	OTC, ÉK	Immunrendszer erősítés; nátha/influenza profilaxis
D-vitamin	OTC, ÉK	Immunrendszer erősítés; csontritkulás
K2-vitamin	ÉK	Porckopás; csontritkulás profilaxis
Kurkuma	ÉK	Ízületi
Ginzeng	OTC, ÉK	Szellemi t fol
Echinacea	ÉK	Immunren
Ginkgo biloba	OTC, ÉK	Szellemi t fol
Szelén	ÉK	Immunrend haj, bőr és ki egészséges sj
Cink	ÉK	Immunrendszer erősítés
Kalcium	OTC, ÉK	Csontok védelme
Magnézium	OTC, ÉK	Stressz; izomgörcsök
Probiotikumok	OTC, ÉK	Hasmenés; AB mellé
Multivitamin készítmények	OTC, ÉK	Immunrendszer erősítés
Tőzegáfonya	ÉK	Húgyúti fertőzések profilaxisa

„Trend” vs. EBM





# IBM Micromedex®

My Subscription | Gateway | Training Center | Help | Download Center | Logout

- Home
- Drug Interactions
- IV Compatibility
- Drug ID
- Drug Comparison
- Tox & Drug Product Lookup
- Calculators

Search Drug, Disease, Toxicology, and more

All Drug Disease Toxicology

Keyword search

### Ask Watson

Search Micromedex drug information

Learn more [?](#)

### Latest News

- Stelara(R) Approved for UC
- Zejula(R) for Advanced Ovarian Cancer
- Baxdela(R) Now for CABP
- Farxiga(R) for CV Risk with Diabetes
- Breakthrough CF Therapy

Read Top News [▶](#)

### Support & Training

- Citing Micromedex
- Clinical Consulting & Services
- Integrated Content Options for MU & More
- Product User Tips & Quick Answers
- Training Center
- User Guide

Support Request [▶](#)

### Resources

- Black Box Warnings
- Comparative Tables
- Do Not Confuse Drug List
- Drug Classes
- Drug Consults
- REMS

Download Mobile Apps [▶](#)

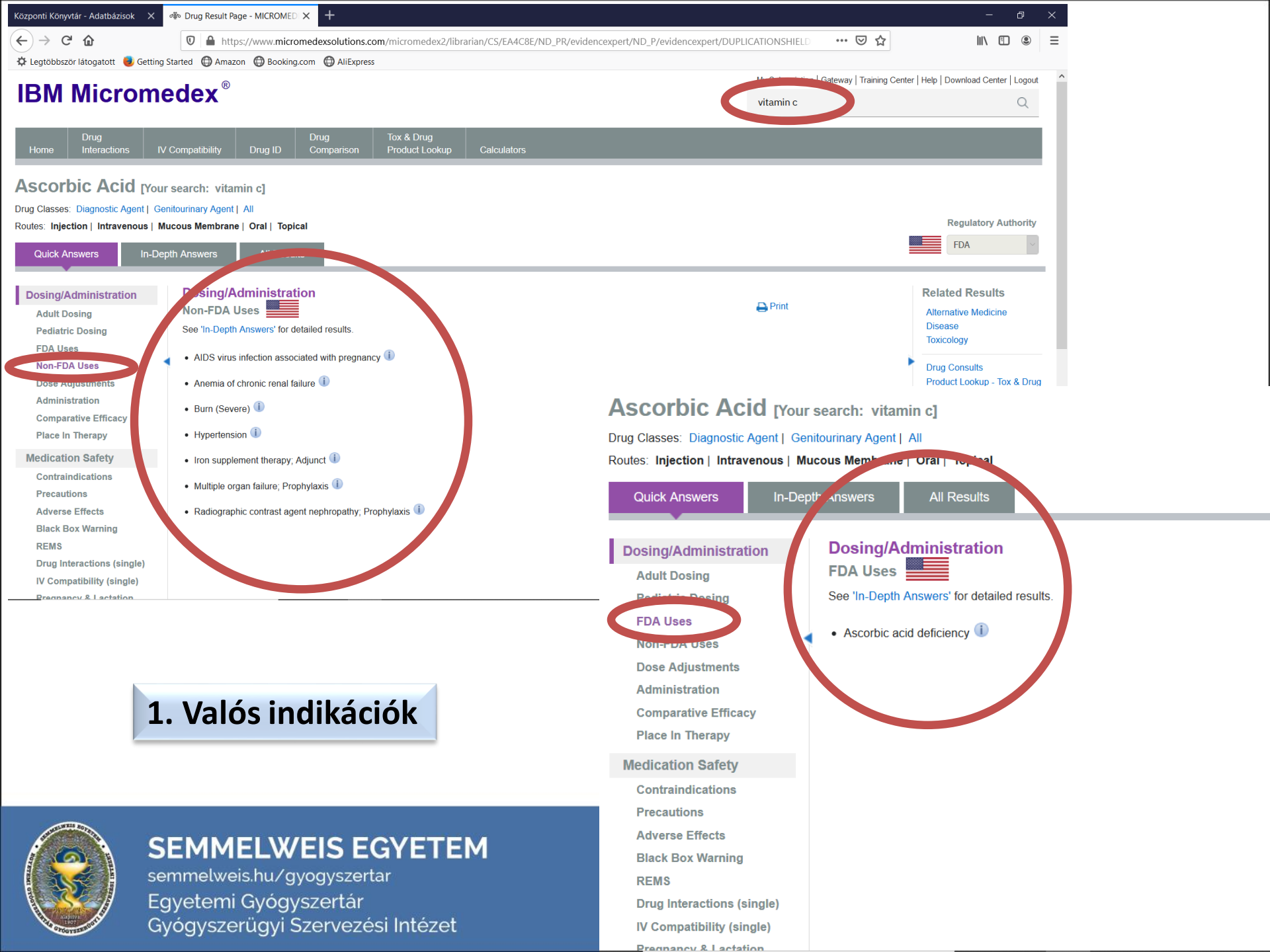
© Copyright IBM Corporation 2019 | About | Contact | Training Center | User Guide | Warranty & Disclaimer | Micromedex.com



**SEMMELWEIS EGYETEM**  
 semmelweis.hu/gyogyszerzar  
 Egyetemi Gyógyszertár  
 Gyógyszerügyi Szervezési Intézet

**GYÓGYSZERÉSZI GONDOZÁS**  
 előadás





vitamin c

Home Drug Interactions IV Compatibility Drug ID Drug Comparison Tox & Drug Product Lookup Calculators

### Ascorbic Acid [Your search: vitamin c]








Drug Classes: [Diagnostic Agent](#) | [Genitourinary Agent](#) | [All](#)

Routes: [Injection](#) | [Intravenous](#) | [Mucous Membrane](#) | [Oral](#) | [Topical](#)

Regulatory Authority  
USA  
FDA

Quick Answers In-Depth Answers All Results

- Dosing/Administration**
  - Adult Dosing
  - Pediatric Dosing
  - FDA Uses
  - Non-FDA Uses**
  - Dose Adjustments
  - Administration
  - Comparative Efficacy
  - Place In Therapy
- Medication Safety**
  - Contraindications
  - Precautions
  - Adverse Effects
  - Black Box Warning
  - REMS
  - Drug Interactions (single)
  - IV Compatibility (single)
  - Pregnancy & Lactation

- #### Dosing/Administration
- ##### Non-FDA Uses
- See 'In-Depth Answers' for detailed results.
- AIDS virus infection associated with pregnancy 
  - Anemia of chronic renal failure 
  - Burn (Severe) 
  - Hypertension 
  - Iron supplement therapy, Adjunct 
  - Multiple organ failure; Prophylaxis 
  - Radiographic contrast agent nephropathy; Prophylaxis 

Print

- #### Related Results
- [Alternative Medicine](#)
  - [Disease](#)
  - [Toxicology](#)
  - [Drug Consults](#)
  - [Product Lookup - Tox & Drug](#)


### Ascorbic Acid [Your search: vitamin c]

Drug Classes: [Diagnostic Agent](#) | [Genitourinary Agent](#) | [All](#)

Routes: [Injection](#) | [Intravenous](#) | [Mucous Membrane](#) | [Oral](#) | [Topical](#)

Quick Answers In-Depth Answers All Results

- Dosing/Administration**
  - Adult Dosing
  - Pediatric Dosing
  - FDA Uses**
  - Non-FDA Uses
  - Dose Adjustments
  - Administration
  - Comparative Efficacy
  - Place In Therapy
- Medication Safety**
  - Contraindications
  - Precautions
  - Adverse Effects
  - Black Box Warning
  - REMS
  - Drug Interactions (single)
  - IV Compatibility (single)
  - Pregnancy & Lactation

- #### Dosing/Administration
- ##### FDA Uses
- See 'In-Depth Answers' for detailed results.
- Ascorbic acid deficiency 

1. Valós indikációk





Központi Könyvtár - Adatbázisok x Alternative Medicine Result Page x

https://www.micromedexsolutions.com/micromedex2/librarian/CS/FA3C30/ND\_PR/evidencexpert/ND\_P/evidencexpert/DUPLICATIONSHIELD

Legtöbbször látogatott Getting Started Amazon Booking.com AliExpress

**IBM Micromedex**®

Subscription | Catalog | Training Center | Help | Download Center | Logout

echinacea purpurea

Home Drug Interactions IV Compatibility Drug ID Drug Comparison Tox & Drug Product Lookup Calculators

## Echinacea

Quick Answers All Results

**Name Info**

Class

**Dosing & Indications**

Adult Dosing

Indications

**Contraindications/Warnings**

Contraindications

Pregnancy Category

Lactation

**Drug Interactions (single)**

Adverse Effects

Administration

How Supplied

**Dosing & Indications**

**Indications**

- cancer (inconclusive)
- chemoprotectant (inconclusive)
- genital herpes (ineffective)
- immune modulation (possibly effective)
- inflammation (inconclusive)
- upper respiratory infection (possibly effective)

Print

**Related Results**

Drug

Product Lookup - Tox & Drug

Ask Watson

© Copyright IBM Corporation 2019 | About | Contact | Training Center | User Guide | Warranty & Disclaimer | Micromedex.com

## 1. Valós indikációk



# Selenium

Quick Answers All Results

- Name Info
- Class
- Dosing & Indications**
- Adult Dosing
- Pediatric Dosing
- Indications
- Contraindications/Warnings
- Contraindications
- Pregnancy Category
- Lactation
- Drug Interactions (simple)
- Adverse Effects
- Administration
- How Supplied

- ### Dosing & Indications
- #### Indications
- asthma (inconclusive data)
  - brain tumor (inconclusive data)
  - burns (inconclusive data)
  - cancer - prevention (inconclusive data)
  - cardiomyopathy
  - cognitive function (ineffective)
  - drug resistance (animal data)
  - erysipelas infection (inconclusive data)
  - infection - prevention (inconclusive data)
  - infertility - male (inconclusive data)
  - kaschin-beck disease
  - myocardial infarction - prevention (inconclusive data)
  - myotonic dystrophy (inconclusive data)
  - rheumatoid arthritis (inconclusive data)

Print

Related Results  
Drug  
Product Lookup - Tox & Drug

1. Valós indikációk

Ask Watson



## Vitamin K

Quick Answers All Results

- Name Info
- Class
- Drug Interactions
- Adult Dosing**
- Pediatric Dosing
- Indications
- Contraindications/Warnings
  - Contraindications
  - Pregnancy Category
  - Lactation
- Drug Interactions (single)
- Adverse Effects
- Administration
- How Supplied

### Dosing & Indications

#### Adult Dosing

- ANTICOAGULATION REVERSAL, tablet, oral: vitamin K1 2.5 mg once, then re-evaluate
- BONE PRESERVATION, tablet, oral: vitamin K1 10 mg daily
- MYELODYSPLASTIC SYNDROME, tablet, oral: vitamin K2 analog (MK4) 45 to 90 mg daily
- OSTEOPOROSIS, tablet, oral: vitamin K1 1 mg daily or vitamin K2 45 mg daily
- RECOMMENDED DIETARY ALLOWANCE, oral: vitamin K1 1 mcg/kg/day
- TOTAL PARENTERAL NUTRITION, solution, IV: vitamin K1 250 to 400 mcg/wk

Print

### Related Results

- Disease
- Drug
- Product Lookup - Tox & Drug

## 2. Dozírozás, adagolási problémák

Ask Watson



Központi Könyvtár - Adatbázisok x Drug Result Page - MICROMED x fordító - Google-keresés x +

https://www.micromedexsolutions.com/micromedex2/librarian/CS/5DE1BC/ND\_PR/evidencexpert/ND\_P/evidencexpert/DUPLICATIONSHIELD

Legtöbbször látogatott Getting Started Amazon Booking.com AliExpress

# IBM Micromedex®

Gateway | Training Center | Help | Download Center | Logout

magnesium

Home Drug Interactions IV Compatibility Drug ID Drug Comparison Tox & Drug Product Lookup Calculators

## Magnesium Citrate

Drug Classes: [Gastrointestinal Agent](#) | [Laxative](#) | [All](#)

Routes: **Oral**

Substance: Magnesium Citrate

Quick Answers In-Depth Answers All Results

### Dosing/Administration

- Adult Dosing
- Pediatric Dosing
- FDA Uses
- Non-FDA Uses
- Dose Adjustments
- Administration
- Comparative Efficacy
- Place In Therapy

### Medication Safety

- Contraindications
- Precautions
- Adverse Effects**
- Black Box Warnings
- REMS
- Drug Interactions (single)
- IV Compatibility (single)

### Medication Safety

#### Adverse Effects

See 'In-Depth Answers' for detailed results.

**Common**

- **Gastrointestinal:** Diarrhea
- **Neurologic:** Asthenia, Dizziness

**Serious**

- **Endocrine metabolic:** Hypermagnesemia
- **Respiratory:** Hypoventilation (rare)

Print

### Related Results

- Toxicology
- Drug Consults
- Product Lookup - Tox & Drug

Ask Watson

## 3. Mellékhatások



**SEMMELWEIS EGYETEM**

semmelweis.hu/gyogyszerzar

Egyetemi Gyógyszertár

Gyógyszerügyi Szervezési Intézet

**GYÓGYSZERÉSZI GONDOZÁS**

előadás



Ginkgo Biloba

Quick Answers All Results

- Name Info
- Class
- Dosing & Indications
  - Adult Dosing
  - Indications
- Contraindications/Warnings
  - Contraindications
  - Pregnancy Category
- Drug Interactions (single)**
- Adverse Effects
- Administration
- How Supplied

### Drug Interactions (single)

- amiodarone
- anticoagulants
- anticonvulsants
- antiplatelet agents
- buspirone
- insulin
- low molecular weight heparins
- midazolam
- monoamine oxidase inhibitors
- nifedipine (animal data)
- nifedipine
- nonsteroidal anti-inflammatory agents
- omeprazole
- papaverine
- risperidone
- selective serotonin reuptake inhibitors
- St. John's Wort
- thiazide diuretics
- thrombolytic agents
- trazodone

Print

### Related Results

- Drug
- Product Lookup - Tox & Drug

## 4. Interakciók

Ask Watson







## 4. Interakciók



Home	Drug Interactions	Drug Compatibility	Drug ID	Drug Comparison	Tox & Drug Product Lookup	Calculators
				<b>S Major</b>		PROLONGING DRUGS may result in increased risk of QT interval prolongation.
	TIZANIDINE -- QT INTERVAL PROLONGING DRUGS			<b>S Major</b>	Fair	Concurrent use of TIZANIDINE and QT INTERVAL PROLONGING DRUGS may result in increased risk of QT-interval prolongation.
	MACIMORELIN - QT INTERVAL PROLONGING AGENTS			<b>S Major</b>	Fair	Concurrent use of and may result in increased risk of QT-interval prolongation.
	LENVATINIB -- QT PROLONGING DRUGS			<b>S Major</b>	Fair	Concurrent use of LENVATINIB and QT PROLONGING DRUGS may result in increased risk of QT-interval prolongation.
	PHENYTOIN [Systemic] -- LEVOFLOXACIN [Systemic]			<b>Moderate</b>	Good	Concurrent use of LEVOFLOXACIN and PHENYTOIN may result in decrease in phenytoin levels.
	LEVOFLOXACIN -- ALUMINUM, CALCIUM OR MAGNESIUM CONTAINING PRODUCTS			<b>Moderate</b>	Good	Concurrent use of LEVOFLOXACIN and ALUMINUM, CALCIUM OR MAGNESIUM CONTAINING PRODUCTS may result in decreased oral levofloxacin effectiveness.
	Levofloxacin interact(s) with: ► <b>Interacting substances</b>					
	IRON [Oral (systemic)] -- LEVOFLOXACIN [Oral (systemic)]			<b>Moderate</b>	Good	Concurrent use of IRON and LEVOFLOXACIN may result in decreased levofloxacin effectiveness.
	LANTHANUM CARBONATE -- SELECTED QUINOLONE ANTIBIOTICS			<b>Moderate</b>	Good	Concurrent use of LANTHANUM CARBONATE and SELECTED QUINOLONE ANTIBIOTICS may result in reduced bioavailability of quinolone antibiotics.
	AMINOLEVULINIC ACID -- PHOTOTOXIC DRUGS			<b>Moderate</b>	Good	Concurrent use of AMINOLEVULINIC ACID and PHOTOTOXIC DRUGS may result in increased risk of phototoxic skin reaction (ie, severe sunburn).
	SUCRALFATE [Oral (systemic)] -- LEVOFLOXACIN [Oral (systemic)]			<b>Moderate</b>	Fair	Concurrent use of LEVOFLOXACIN and SUCRALFATE may result in decreased levofloxacin effectiveness.
	ZINC [Oral (systemic)] -- LEVOFLOXACIN [Oral (systemic)]			<b>Moderate</b>	Fair	Concurrent use of LEVOFLOXACIN and ZINC may result in decreased levofloxacin effectiveness.

Ask Watson



Központi Könyvtár - Adatbázisok X Drug Result Page - MICROMED X fordító - Google-keresés X +

https://www.micromedexolutions.com/micromedex2/librarian/CS/5F4757/ND\_PR/evidenceexpert/ND\_P/evidenceexpert/DUPLICATIONSHIELD

My Subscription | Gateway | Training Center | Help | Download Center | Logout

Vitamin D

Home Drug Interactions IV Compatibility Drug ID Drug Comparison Tox & Drug Product Lookup Calculators

## Cholecalciferol

Drug Classes: Nutriceutical | Nutritive Agent | All

Routes: Oral

Quick Answers In-Depth Answers All Results

**Patient Education**  
Medication Counseling

- Warn patient to report symptoms of hypercalcemia.
- Side effects with excessive use may include nausea, anorexia, weight loss, constipation, polyuria, polydipsia, hypertension, weakness, and muscle aches or stiffness.
- Instruct patient to maintain adequate intake of calcium with drug.
- Advise patient to avoid additional vitamin D supplements.

Print

Related Results

Disease  
Toxicology

Drug Consults  
Product Lookup - Tox & Drug

Központi Könyvtár - Adatbázisok X Drug Result Page - MICROMED X fordító - Google-keresés X +

https://www.micromedexolutions.com/micromedex2/librarian/CS/5F4757/ND\_PR/evidenceexpert/ND\_P/evidenceexpert/DUPLICATIONSHIELD

My Subscription | Gateway | Training Center | Help | Download Center | Logout

Vitamin D

Home Drug Interactions IV Compatibility Drug ID Drug Comparison Tox & Drug Product Lookup Calculators

Quick Answers In-Depth Answers All Results

**Patient Education**  
Patient Handouts

See Quick Answers for summary results.

**A) Cholecalciferol (By mouth)**  
Cholecalciferol

Treats vitamin D deficiency and maintains bone strength. This is a dietary supplement.

When This Medicine Should Not Be Used:  
This medicine is generally considered safe for most people. Talk to your doctor if you have concerns.

How to Use This Medicine:  
Capsule, Liquid Filled Capsule, Liquid, Tablet, Chewable Tablet, Wafer, Drop

Your doctor will tell you how much medicine to use. Do not use more than directed. Follow the instructions on the medicine label if you are using this medicine without a prescription.

Oral liquid. Use the dropper that comes with the package to measure the dose.

Adults and adolescents: Drop the liquid directly into the mouth or mix it with food or other liquids (water or juice).  
Children 2 years of age and older: Drop the liquid directly into the mouth, mix it with food or other liquids (water or juice), or take it from a spoon.  
Children younger than 2 years of age: Place one drop of the liquid on the pacifier, mother's nipple, or bottle nipple and allow baby to suck for at least 30 seconds.

Wafer: Chew or crush. Do not swallow whole.  
Missed dose: Take a dose as soon as you remember. If it is almost time for your next dose, wait until then and take a regular dose. Do not take extra medicine to make up for a missed dose.  
Store the medicine in a closed container at room temperature, away from heat, moisture, and direct light.

Drugs and Foods to Avoid:  
Ask your doctor or pharmacist before using any other medicine, including over-the-counter medicines, vitamins, and herbal products.

Warnings While Using This Medicine:  
Tell your doctor if you are pregnant or breastfeeding.

View Full Document  
Print

Related Results

Disease  
Toxicology

Drug Consults  
Product Lookup - Tox & Drug

5. Betegoktatás,  
tanácsadás



**SEMMELWEIS**  
semmelweis.hu/gyogys  
Egyetemi Gyógyszer  
Gyógyszerügyi Szerve

Ask Watson

# Az étrend-kiegészítők forgalmazásának és alkalmazásának felügyeleti szintjei

## 1. Hatósági felügyelet



### FORGALOMBA HOZATAL ÉS FORGALMAZHATÓSÁG

- Bejelentési (notifikációs) kötelezettség.
- Bejelentett étrend-kiegészítők hivatalos listája.
- Étrend-kiegészítőkből felhasználható vitaminok és ásványi anyagok listája.
- Forgalomba hozataltól eltiltott étrend-kiegészítők listája.
- Étrend-kiegészítőkből alkalmazásra nem javasolt gyógynövények és ezek értékelése Tudományos Tanácsadó Testület által.
- <https://www.ogyei.gov.hu/etrend>
- [https://www.ogyei.gov.hu/ETREND\\_LISTA](https://www.ogyei.gov.hu/ETREND_LISTA)



## 2. Minőség-biztosítási lánc



### BIZTONSÁGOS ÉTREND-KIEGÉSZÍTŐ PROGRAM

- A Gyógyszer-nagykereskedők Szövetsége, a Hamisítás Elleni Nemzeti Testület, a Magyarországi Étrend-kiegészítő Gyártók és Forgalmazók Egyesülete, a Magyarországi Gyógyszergyártók Országos Szövetsége és a Magyar Gyógyszerészi Kamara között aláírt együttműködési megállapodás, illetve ennek részletei.
- Az együttműködéshez önként csatlakozó gyógyszertárak névsora.
- <https://www.mgyk.hu/>
- <https://www.mgyk.hu/a-biztonsagos-etrend-kiegeszito-programrol-folyamatosan-frissitve.html>



## 3. Gyógyszertárak



### GYÓGYSZERÉSZI KOMPETENCIA

- Evidencia alapú szakmai ismeretek (pl. vitaminok, ásványi anyagok, gyógynövények).
- Megbízható termék-alkalmazási tanácsadás.
- Általános egészség-tanácsadás szélesebb körű elterjedésének lehetősége a patikákban.
- Biztonsági ellenőrzés expediálás során (pl. ellenjavallatok, gyógyszeres interakciók elkerülése stb.).
- Interakciós táblázatok hasznosságának bebizonyítása a „Gyógyszereim 5xM” pilot projektben résztvevő gyógyszertárak által.

# Σ: Összefoglalás I.

- ✓ Az egészségműveltségi kompetenciák fejlesztése céljából kiváló lehetőség a közforgalmú gyógyszerterek és gyógyszerészek feladatköreinek bővítésére >>> **speciális kompetencia az étrend-kiegészítőkkel kapcsolatos gyógyszerészi tanácsadás és gyógyszerészeti biztonságosság!**
- ✓ A bemutatott kérdőíves felmérés eredményei szerint a válaszadók 81,4%-a használt már valaha valamilyen étrend-kiegészítőt vagy funkcionális élelmiszert >>> **az emberek tenni akarnak az egészségükért!**
- ✓ A résztvevők, válaszaik alapján, szívesen fordulnak gyógyszerészükhöz kérdéseikkel, de sokan ma már az interneten keresnek információkat! >>> **Új lehetőségek az online gyógyszerészi tanácsadás világában!**
- ✓ Szakmai kiváltságunk, hogy **megbízható (EBM) információkkal szolgáljunk** az étrend-kiegészítők jelentős többségével kapcsolatban, a megbízhatatlan, **pl. interneten elérhető, téves információkkal, „trendekkel” szemben!**
- ✓ Az emberek nincsenek tisztában a **gyógyszerek és az étrend-kiegészítők közötti különbségekkel, és mindemellett bizalmatlanok az étrend-kiegészítők minőségét illetően** >>> ezzel kapcsolatban jelentős előrelépések történnek/-tek a hazai **minőségbiztosítási rendszerben!**



# Kiegészítések az OGYÉI munkájáról

**A közegészségügyi szempontú kockázatértékelés során az OGYÉI az alábbi nem megfelelések előfordulását vizsgálja:**

- a termék összetétele alapján nem felel meg az étrend-kiegészítő definíciójának;
- étrend-kiegészítőként alkalmazásra nem javasolt növények listáján szereplő összetevőt tartalmaz;
- új élelmiszert vagy feltételezhetően új élelmiszer összetevőt vagy ilyen technológiával előállított összetevőt tartalmaz;
- a felhasznált vitamin, ásványi anyag vagy az alkalmazott vegyületforma nem engedélyezett;
- a felhasznált vitamin vagy ásványi anyag mennyisége a napi adagban meghaladja a biztonságos legfelső szintet;
- olyan összetevőt, egyéb táplálkozási vagy élettani hatással rendelkező anyagot tartalmaz, vagy olyan mennyiségben tartalmazza ezt az anyagot, amelynek egészségügyi ártalmasságát, vagy az élettani folyamatokba való jelentős beavatkozását tudományos eredmények egyértelműen igazolják;
- a termék összetétele a benyújtott dokumentumokon (bejelentési adatlapon, címkén) nem egyezik meg;
- a termék jelöléséről hiányzik az "étrend-kiegészítő" kifejezés;
- a termékben lévő tápanyagok, illetve táplálkozási vagy élettani hatással rendelkező anyagok mennyisége a termék jelölésén nincs számszerűen feltüntetve vagy nincs megadva a termék javasolt napi adagjára vonatkoztatva;
- hiányzik a pontos napi adagolás;
- betegségek megelőzésére, kezelésére, gyógyítására vonatkozó állítás alkalmazása;
- nem engedélyezett (elutasított, visszavont vagy értékelésre be nem adott), vagy a vonatkozó jogszabályoknak nem megfelelően alkalmazott egészségre vonatkozó állítások;
- nem engedélyezett termékspecifikus egészségre vonatkozó állítások alkalmazása;
- a termék neve állításnak értékelendő, amelyhez nem kapcsolódik kísérő állítás.

Amennyiben a kockázatértékelés során a fenti nemmegfelelések legalább egyike előfordul, a termék bejelentési dokumentációja részletes értékelésre kerül, valamint a valószínűsíthető közegészségügyi kockázatra való tekintettel a piacfelügyeleti tevékenység elősegítése céljából az értékelés során megállapított észrevételek megküldésre kerülnek az országos tisztifőorvos számára.

A részletes értékelés keretében többek között az összetétel megfelelésének (pl. adalékanyagok alkalmazása), a jelölésen a kötelező figyelmeztetések feltüntetésének, valamint a tápanyagösszetételre vagy egészségre vonatkozó állítások jogszabályoknak megfelelő alkalmazásának részletes vizsgálatára is sor kerül. Azoknak a termékeknek az esetében, ahol közegészségügyi kockázat merült fel, az értékelés során megállapított észrevételek az országos tisztifőorvos értesítésével egyidejűleg a bejelentő számára is megküldésre kerülnek.



**SEMMELWEIS EGYETEM**

semmelweis.hu/gyogyszerter

Egyetemi Gyógyszertár

Gyógyszerügyi Szervezési Intézet

**GYÓGYSZERÉSZI GONDOZÁS**

előadás

Forrás:

[https://www.ogyei.gov.hu/etrend\\_kiegeszitok\\_kockazattertekelesehez\\_szukseges\\_tudnivalok/](https://www.ogyei.gov.hu/etrend_kiegeszitok_kockazattertekelesehez_szukseges_tudnivalok/)







# Bevezetés (...illetve folytatás)

- ✓ Az egészségműveltségi kompetenciák fejlesztése céljából kiváló lehetőség a közforgalmú gyógyszertárak és gyógyszerészek feladatköreinek bővítése >>>
- ✓ **Elengedhetetlen egy általános egészség-tanácsadói, illetve iránymutatói szerepet vállalnia a gyógyszerészeknek, mint egészségügyi szakembereknek!**
- ✓ A bemutatott kérdőíves felmérés eredményei szerint a válaszadók 81,4%-a használt már valaha valamilyen étrend-kiegészítőt vagy funkcionális élelmiszert >>> az emberek tenni akarnak az egészségükért!
- ✓ **Ez csupán csak az étrend-kiegészítők szedésével „nem megy”!**
- ✓ A résztvevők, válaszaik alapján, szívesen fordulnak gyógyszerészükhöz kérdéseikkel, de sokan ma már az interneten keresnek információkat! >>>
- ✓ **Kell egy köztes megoldás (megbízható online-tanácsok a személyes-tanácsadás mellett)!**
- ✓ Szakmai kiváltságunk, hogy megbízható (EBM) információkkal szolgálhatunk >>>
- ✓ **Az egészségmegőrzés és prevenció területén is, pl. interneten elérhető, „inkább káros, mint hasznos” információkkal szemben, megbízható online szoftverekkel!**
- ✓ **Az emberek nincsenek tisztában a gyógyszerészek pontos képzettségével, szerepével, illetve, hogy bármikor kérhetnek tanácsot egy gyógyszertárban saját egészségük kapcsán! >>> Még nagyobb bizalom kialakításának lehetősége, szemléletformálás!**



**SEMMEI EGYETEM**

[semmelweis.hu/gyogyszertar](http://semmelweis.hu/gyogyszertar)

Egyetemi Gyógyszertár

Gyógyszerügyi Szervezési Intézet

**GYÓGYSZERÉSZI GONDOZÁS**

előadás



# Lehetséges megoldás



**Egy személyesen vagy online is kitölthető, állapotfelmérés alapján megtervezett, egyéni egészségterv készítése a gyógyszerészek általános egészség-tanácsadói szolgáltatásának segítségével (személyesen vagy online), illetve a szükséges egészségügyi iránymutatással!**

**Mindezekkel párhuzamosan a speciális gyógyszerészi gondozási feladatok is (pl. vérnyomás vagy vércukor mérése) könnyebben megvalósíthatóak! Továbbá az étrend-kiegészítőkkel kapcsolatos tanácsadás is...**



**SEMMELWEIS EGYETEM**

[semmelweis.hu/gyogyszertar](http://semmelweis.hu/gyogyszertar)

Egyetemi Gyógyszertár

Gyógyszerügyi Szervezési Intézet

**GYÓGYSZERÉSZI GONDOZÁS**

előadás



# Magyar EgészségTervező Alkalmazás

## META

- **Számítógépes applikáció** az akár gyógyszerárban is kivitelezhető, vagy online egyéni egészségterv elkészítéséhez, illetve az egészség-tanácsadáshoz.
- Alapvetően **3 részből** áll:
  - Állapotfelmérő kérdőív kitöltése.
  - Egészségcélok megfogalmazása a kirajzolódott egészségi kockázatok alapján.
  - Egyéni egészségterv összeállítása.



**AEEK**  
Állami Egészségügyi Ellátó Központ



**SEMMELWEIS EGYETEM**

[semmelweis.hu/gyogyszertar](http://semmelweis.hu/gyogyszertar)

Egyetemi Gyógyszertár

Gyógyszerügyi Szervezési Intézet

**GYÓGYSZERÉSZI GONDOZÁS**

előadás







Állami Egészségügyi Ellátó Központ

Bejelentkező mező



Kérdőív kitöltése Korábbi kitöltéseim Felhasználó Súly

### Lehetséges kockázatok

Vérnyomás	Diabétesz	Kardio	Táplálkozás	Fizikai aktivitás	Túlsúly	Dohányzás	Alkohol	Stressz	Depresszió

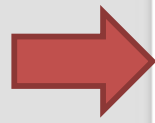
- Piros színnel megjelenő piktogram kockázatot jelent
- Zöld színnel megjelenő piktogram azt jelenti, hogy nincs kockázata, az adott témára vonatkozóan
- Szürke színnel megjelenő piktogram azt jelenti, hogy a témához kapcsolódó kérdéseket nem töltötte ki

Személyes adatok	Társadalmi-gazdasági háttér	Egészséggel kapcsolatos kérdések	Családi kórtörténet	Egyéni kórtörténet	Fizikai állapot	Táplálkozás	Folyadékfogyasztás	Mozgás	Alkoholfogyasztás	Dohányzás	Lelki egészség
------------------	-----------------------------	----------------------------------	---------------------	--------------------	-----------------	-------------	--------------------	--------	-------------------	-----------	----------------

### Személyes adatok

Név\*

Születési idő\*







Állami Egészségügyi Ellátó Központ



Kérdőív kitöltése Korábbi kitöltéseim Felhasználó Súgó

actionPlan-16227.pdf megnyitása

Megnyitotta a következőt:

**actionPlan-16227.pdf**

ami egy: Adobe Acrobat Document (109 KB)

forrás: https://egterv.aEEK.hu

Mit tegyen a Firefox ezzel a fájjal?

- Megnyitás Adobe Reader (alapértelmezett)
- Fájl mentése
- Mostantól minden hasonló fájjal tegyen ugyanígy.

OK

Mégse

Születési idő:  
Kitöltés dátuma:

## Kockázatok:

Hajlandósági sorrend:



Kockázati sorrend



Átrendezett sorrend

# Gyógyszerészek egészség-tanácsadói szerepe



**Egészségcélok megfelelő meghatározása:**

**„REMEK”:**

Reális számomra;

Elérhető, de ambiciózus;

Mérhető és követhető;

Eddig csinálom;

Konkrét feladat -  
szempontoknak  
megfelelően!

Ha a kirajzolódó kockázatok megkívánják, akkor a páciens **tovább irányítása!**  
(Pl. addiktológushoz, személyi edzőhöz, dietetikushoz, háziorvoshoz stb.)



**Mindez működhet a gyógyszertárban egy személyes találkozás alkalmával (együttes állapotfelmérés), vagy otthoni állapotfelmérést követően online tanácsadással!**

# Gyakorlati tapasztalatok gyógyszerárakban

Megvalósítás

(saját projekt példáján keresztül)

## FONTOS AZ EGÉSZSÉGE! MI SEGÍTÜNK MEGTERVEZNI!

Egyéni egészségtervezés és egészség-tanácsadás  
gyógyszertárunkban!

### A PROGRAMRÓL

Szolgáltatásunk teljesen **INGYENES!**

- ▶ Ha szeretné felmérni jelenlegi egészségi állapotát és a jövőbeni egészségügyi kockázatait,
- ▶ ha kész megfogalmazni egészsége érdekében életviteli célokat és egy cselekvési tervet,
- ▶ ha vállalja, hogy további 3 alkalommal visszatér hozzánk, akkor tervezzék meg egészségét bizalmas és személyes gyógyszerészi segítséggel!

### MIT KELL TENNIE?

#### 1. LÉPÉS

- ▶ Jelezze részvételi szándékát munkatársainknál és tudjon meg még többet a programról!

#### 2. LÉPÉS

- ▶ **1. alkalom!** Töltsön ki egy online állapotfelmérő kérdőív **otthonában** vagy **gyógyszertárunk** közösen!



<https://egterv.aeek.hu/>  
META

### A PROGRAM IDŐTARTAMA

- ▶ 2016 március – augusztus

### A PROGRAM HELYSZÍNE

- ▶ Patika 52 Gyógyszertár
- ▶ 2459 Rácalmás Korányi tér 6.
- ▶ Telefon: +36-25-444-010



## Nehézségek

Fiatal célpopuláció, zsúfolt munkabeosztás, rövid nyitvatartási idő, csökkenő adherencia, nyomon követési nehézségek stb.

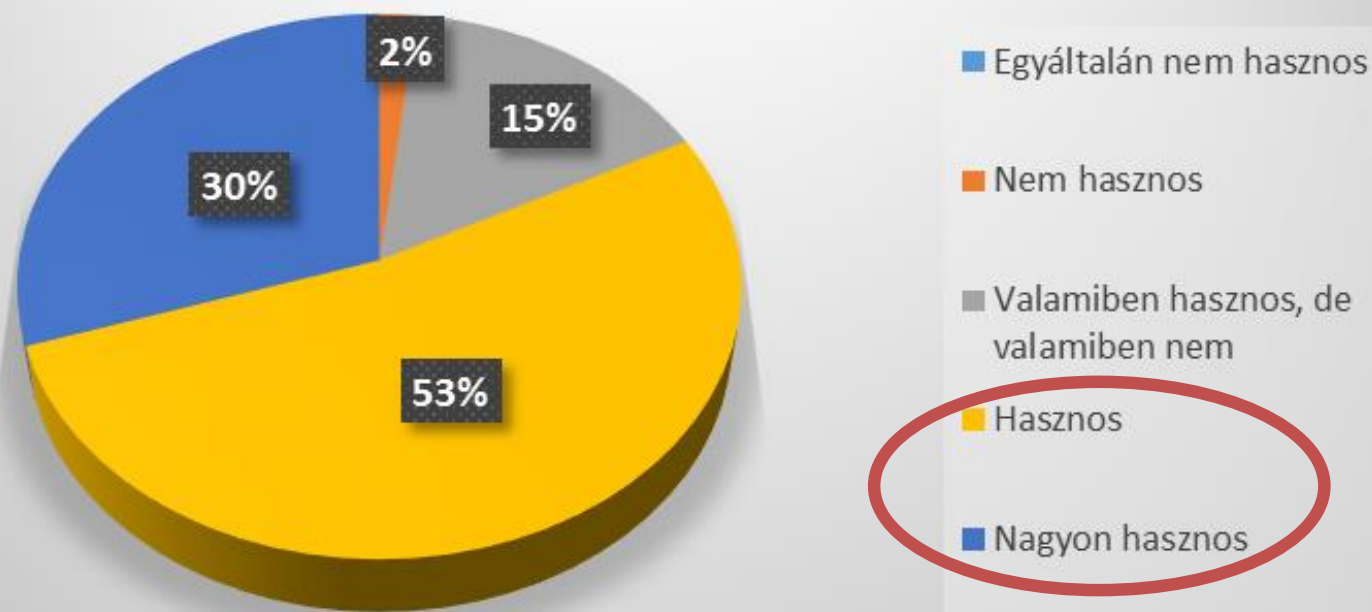
## Visszajelzések

	A projekt egészének értékelési szempontjai	1. résztvevő értékelése (1 - 5)	3. résztvevő értékelése (1 - 5)	4. résztvevő értékelése (1 - 5)	5. résztvevő értékelése (1 - 5)	9. résztvevő értékelése (1 - 5)	10. résztvevő értékelése (1 - 5)	Szempontok átlagai
1.	A META (szoftver) érthetősége, felhasználóbarát jellege, felépítése.	1	4	3	3	4	3	3,00
2.	A META (szoftver) haszna, motiváló ereje.	2	3	5	2	4	3	3,17
3.	A gyógyszerészi egészségtervezés és tanácsadás ötlete, mint egy jövőbeni szolgáltatás hasznossága.	5	5	5	4	2	4	4,17
4.	A projekt általam kivitelezett megvalósítása.	4	4	5	5	5	4	4,50
5.	A gyógyszerész, jelen esetben a saját szakmai tudásom minősítése.	5	5	5	5	5	4	4,83
	Résztvevők által adott átlagok	3,40	4,20	4,60	3,80	4,00	3,60	3,93

# Gyakorlati tapasztalatok gyógyszerertárakban

Szakgyógyszerész-képzés, gyógyszerertárvezetés, 2017. tavasz, II. évfolyam  
(előzetes adatfeldolgozás)

1. Mennyire tartja hasznosnak az egyéni egészségtervezést és egészség-tanácsadást, mint egy gyógyszerertárakban megjelenő gyógyszerészeti szolgáltatást?



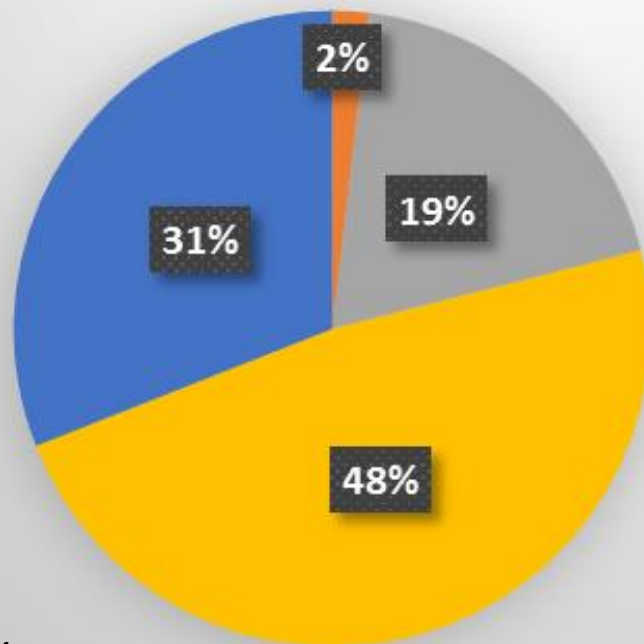
N=270 páciens



# Gyakorlati tapasztalatok gyógyszerertárakban

Szakgyógyszerész-képzés, gyógyszerertárvezetés, 2017. tavasz, II. évfolyam  
(előzetes adatfeldolgozás)

2. Mennyire elégedett a jelenlegi, gyógyszerertárban lezajlott, egyéni egészségtervezés és egészség-tanácsadási program kivitelezésével, amelyben Ön is résztvevő volt?



- Egyáltalán nem vagyok elégedett
- Nem vagyok elégedett
- Megfelelőnek tartom
- Elégedett vagyok
- Nagyon elégedett vagyok

N=270 páciens



**SEMMELWEIS EGYETEM**

[semmelweis.hu/gyogyszertar](http://semmelweis.hu/gyogyszertar)

Egyetemi Gyógyszertár

Gyógyszerügyi Szervezési Intézet

**GYÓGYSZERÉSZI GONDOZÁS**

előadás

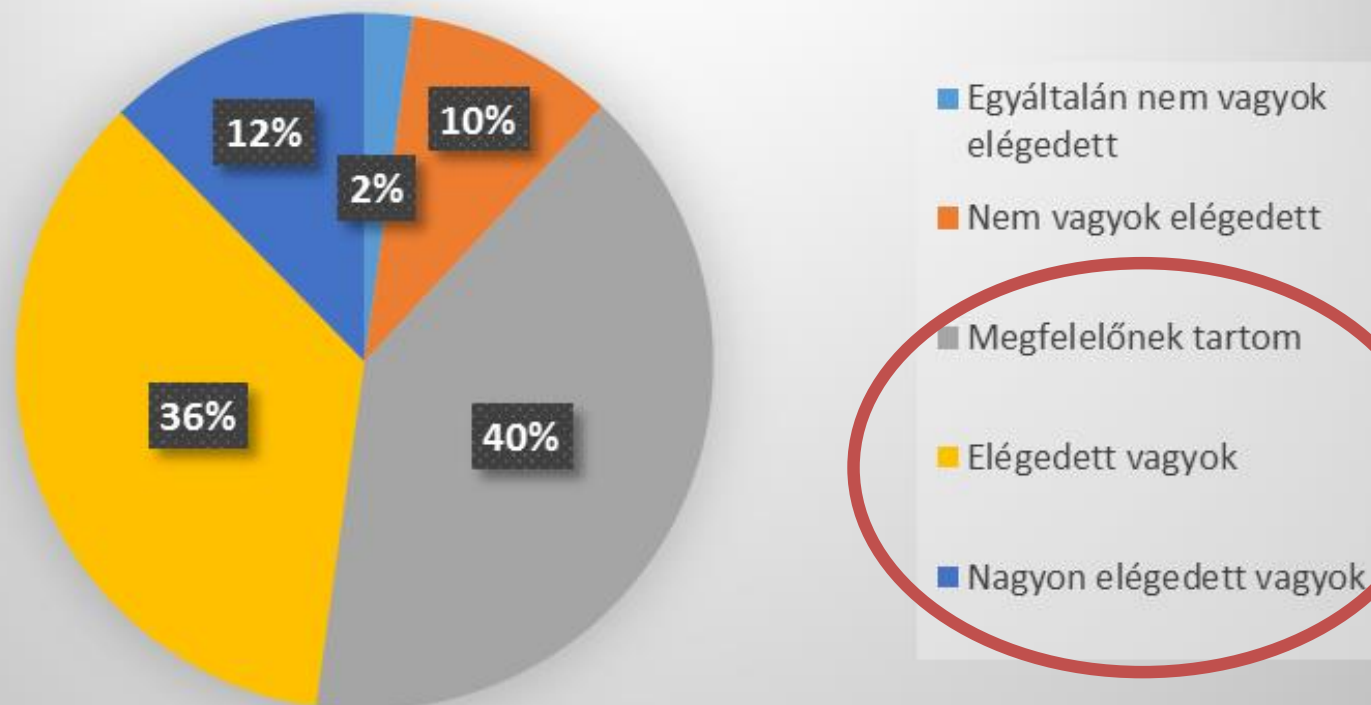




# Gyakorlati tapasztalatok gyógyszerertárakban

Szakgyógyszerész-képzés, gyógyszerertárvezetés, 2017. tavasz, II. évfolyam  
(előzetes adatfeldolgozás)

## 3. Mennyire elégedett a Magyar Egészségtervező Alkalmazás felhasználóbarát jellegével, érthetőségével?



N=270 páciens



**SEMMELWEIS EGYETEM**

[semmelweis.hu/gyogyszerter](http://semmelweis.hu/gyogyszerter)

Egyetemi Gyógyszerár

Gyógyszerügyi Szervezési Intézet

**GYÓGYSZERÉSZI GONDOZÁS**

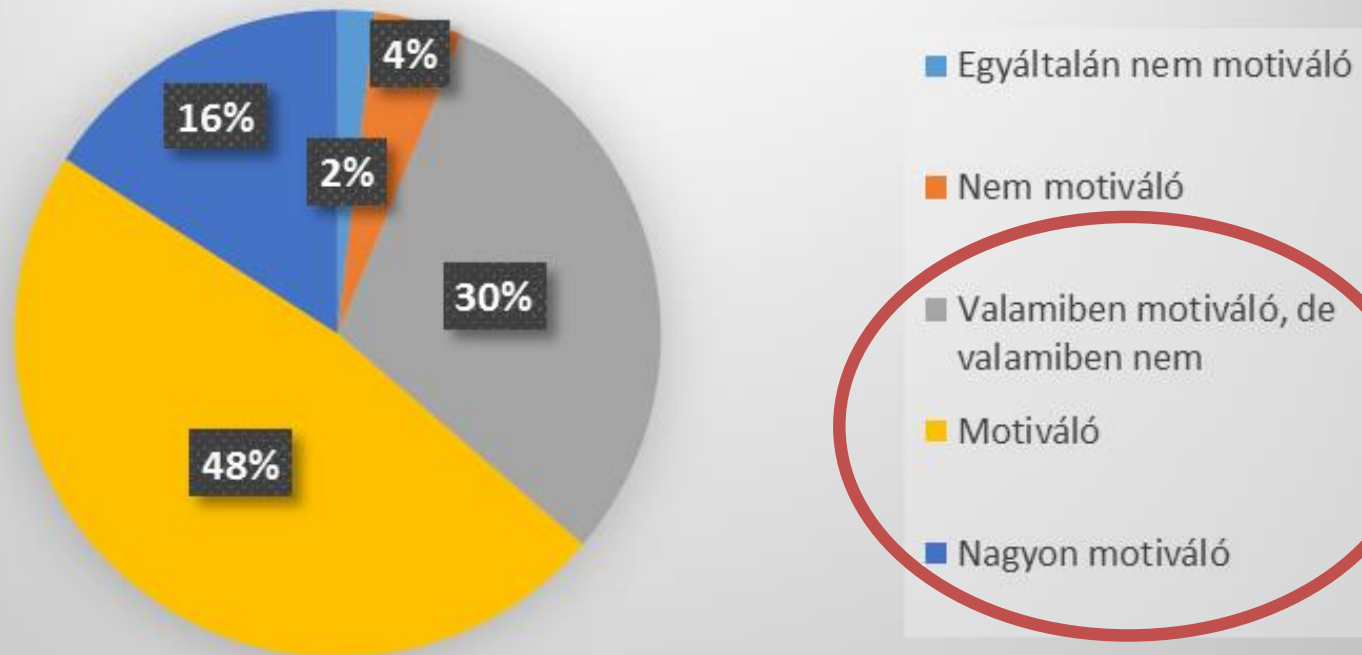
előadás



# Gyakorlati tapasztalatok gyógyszerertárakban

Szakgyógyszerész-képzés, gyógyszerertárvezetés, 2017. tavasz, II. évfolyam  
(előzetes adatfeldolgozás)

4. Mennyire motiválta Önt, hogy lehetősége van ingyenesen egy egészségtervező alkalmazás használatára és egy ingyenes tanácsadás igénybevételére?



N=270 páciens



**SEMMELWEIS EGYETEM**

[semmelweis.hu/gyogyszerter](http://semmelweis.hu/gyogyszerter)

Egyetemi Gyógyszerár

Gyógyszerügyi Szervezési Intézet

**GYÓGYSZERÉSZI GONDOZÁS**

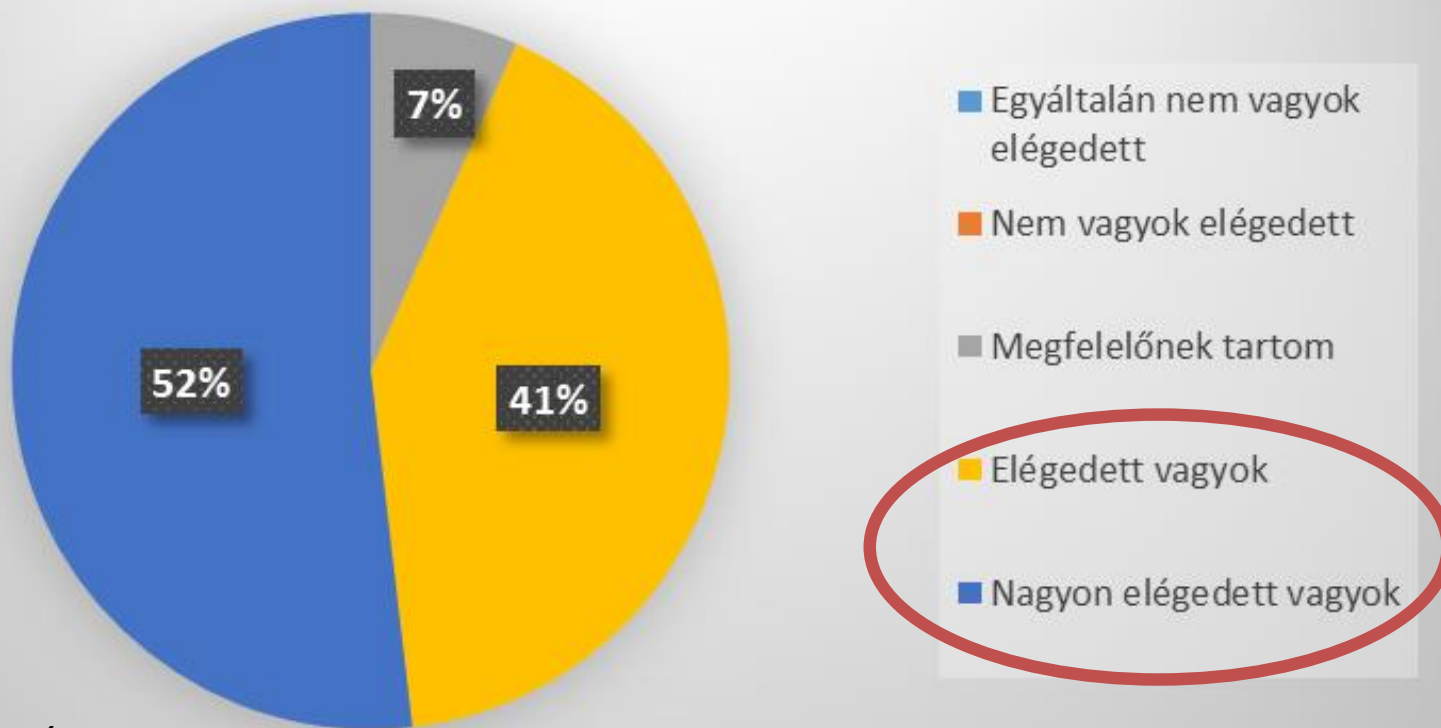
előadás



# Gyakorlati tapasztalatok gyógyszerertárakban

Szakgyógyszerész-képzés, gyógyszerertárvezetés, 2017. tavasz, II. évfolyam  
(előzetes adatfeldolgozás)

5. Mennyire elégedett gyógyszerésze tanácsaival,  
tudásával?



N=270 páciens



**SEMMELWEIS EGYETEM**

[semmelweis.hu/gyogyszerter](http://semmelweis.hu/gyogyszerter)

Egyetemi Gyógyszerár

Gyógyszerügyi Szervezési Intézet

**GYÓGYSZERÉSZI GONDOZÁS**

előadás



# Σ: Összefoglalás II.

- ✓ Az egészségtervezés fontosságát egyértelműen hangsúlyoznunk kell a közforgalmú gyógyszertárakban, és a szakmának ki kell állni ennek fontossága mellett!
- ✓ A META alkalmazás megfelelő informatikai háttérrel biztosít a személyes vagy online egészségtervezéshez, majd egy gyógyszerészi iránymutatáshoz!
- ✓ Lehet, hogy a leghatékonyabb feladatunk nem egy, a programba bevont személy nyomon követése, hanem akár csak egyszeri megbízható tanácsadás és iránymutatás!
- ✓ **A bemutatott projekt-eredményeket tekintve a gyógyszertárak és a gyógyszerészek megfelelőnek és megbízhatónak bizonyultak az egyéni egészségtervezés és egészség-tanácsadás, mint egészségügyi szolgáltatás gyakorlati kivitelezésében >>> új gyógyszerértári és gyógyszerészi kompetencia!!!**



**SEMMELWEIS EGYETEM**

[semmelweis.hu/gyogyszertar](http://semmelweis.hu/gyogyszertar)

Egyetemi Gyógyszertár

Gyógyszerügyi Szervezési Intézet

**GYÓGYSZERÉSZI GONDOZÁS**

előadás



# „Házi feladat”



1. MÉRJÉTEK FEL SAJÁT EGÉSZSÉGI KOCKÁZATAITOKAT!
2. KÉSZÍTSETEK EGY „REMEK” EGÉSZSÉGTERVET!
3. TEGYETEK EGÉSZSÉGCÉLJAITOK ELÉRÉSE ÉRDEKÉBEN!

META: <https://egterv.aEEK.hu> - belépés ingyenes, egyéni regisztrációval!



**SEMMELWEIS EGYETEM**

[semmelweis.hu/gyogyszerzar](http://semmelweis.hu/gyogyszerzar)

Egyetemi Gyógyszertár

Gyógyszerügyi Szervezési Intézet

**GYÓGYSZERÉSZI GONDOZÁS**

előadás





# Köszönöm a figyelmet!

## Kérdések?



**SEMMELWEIS EGYETEM**

[semmelweis.hu/gyogyszertar](http://semmelweis.hu/gyogyszertar)

Egyetemi Gyógyszertár

Gyógyszerügyi Szervezési Intézet

**GYÓGYSZERÉSZI GONDOZÁS**

előadás

