

Étrend-kiegészítő vásárlás tudatosan

Étrend-kiegészítő vásárlása előtt győződjön meg arról, hogy a **termék szerepel** az Országos Gyógyszerészeti és Élelmezés-egészségügyi Intézet által vezetett „Bejelentett étrend-kiegészítők listáján” (www.ogyei.gov.hu **étrend-kiegészítők** alcím alatt).



Amennyiben interneten vásárol étrend-kiegészítőt, csak megbízható helyről tegye.

- A honlap üzemeltetője legyen azonosítható,
- A termék összetételéről legyen részletes leírás
- A jelölése feleljen meg az előírásoknak.

Csomagoláson, magyar nyelven a következő jelöléseknek kell lenniük:

- a termék jellemző tápanyagcsoportjainak vagy összetevőinek nevét, vagy utalást a tápanyagok vagy összetevők jellegére;
- a napi ajánlott fogyasztási mennyiséget;
- figyelmeztetést, hogy a fogyasztó az ajánlott napi fogyasztási mennyiséget ne lépje túl;
- figyelemfelhívást, hogy az étrend-kiegészítő nem helyettesíti a vegyes étrendet;
- figyelmeztetést, hogy a terméket kisgyermek elől elzárva kell tartani.

Fontos, hogy étrend-kiegészítő jelölése, megjelenítése és reklámozása során **tilos** a terméknek **betegséget megelőző** vagy **gyógyító** hatást tulajdonítani, illetve ilyen tulajdonságra utalni.

Az étrend-kiegészítő nem csodaszer! Legyen óvatos, ha a józan észnek ellentmondó hatást tulajdonítanak neki (1 nap alatt javul az állapota, egy hét alatt 10 kg-ot lefogy, stb.).

Amennyiben kérdése, problémája van, egyes étrend-kiegészítőkkal kapcsolatban forduljon a BFKH Népegészségügyi Főosztály Közegészségügyi Osztály 2-höz telefonon vagy e-mailben.

Tel. szám: (1) 465-3800/1883;1510

E-mail cím: elelmezes.egeszsegugy@nfo.bfkh.gov.hu

