

## Stavovi, mišljenja i znanje korisnika o dodacima prehrani

### Uvod i cilj



U posljednje je vrijeme u porastu broj i vrsta dodataka prehrani. Zbog manjkavosti postojećih zakonskih propisa, na tržištu se, međutim, mogu naći i manje vrijedni proizvodi koji mogu biti opasni po zdravlje. Budući da dodaci prehrani imaju status pripravaka koji se izdaju ne samo bez recepta, već i izvan ljekarne, to jest bez nadzora ljekarnika, cilj je ovog istraživanja ispitivanje stavova, mišljenja i znanja korisnika dodataka prehrani, s posebnim naglaskom na područje sigurnosti, djelotvornosti i način njihove primjene te o njihovim interakcijama s drugim pripravcima i lijekovima. U radu se posebno razmatraju širi, društveni razlozi zbog kojih dolazi do sve većeg korištenja dodataka prehrani ("lov na zdravlje" te, općenito, nagli razvoj nove potrošačke kulture). U tu je svrhu proveden izvorni upitnik.

### Metode

Istraživanje je provedeno na temelju polustrukturiranog upitnika: jedan je dio obuhvatio unaprijed strukturiranih 25 pitanja, a drugi dio upitnika davao je mogućnost detaljnijeg opisa mišljenja i stavova ispitanika. Anketiranje je provedeno na reprezentativnom uzorku kojega su činila 243 ispitanika, korisnika dodataka prehrani.



### Rezultati

Na temelju dobivenih odgovora, došlo se do sljedećih rezultata: znatan broj ispitanika (65%) koristi dodatke prehrani kao nadomjestak hrani slabe nutritivne vrijednosti; približno isti broj ispitanika (62%) te proizvode koristi u preventivne svrhe, dok čak 45% ispitanika primjenjuje dodatke prehrani u terapiji. Većina ispitanika (gotovo 90%) dodatke prehrani smatra potpuno sigurnima. Slični odgovori dobiveni su i kada je u pitanju njihova djelotvornost (88%) i kvaliteta (83%). Gotovo polovica ispitanika (48%) smatra da se dodaci prehrani mogu koristiti istovremeno s farmakoterapijom, nesvjesni potencijalnih interakcija. Iako razmjerno velik broj sudionika ankete (78%) redovito čita upute o korištenju, samo mali dio njih (18%) ih se i pridržava. Osobito zabrinjava podatak da veliki dio ispitanika (65%) kupuje dodatke prehrani izvan ljekarni. Također, samo mali dio onih koji dodatke prehrani kupuju u ljekarni (23%) navodi da ih ljekarnici redovito traže informacije o svrsi i načinu upotrebe dodataka prehrani. U činjenici da se dodaci prehrani mogu slobodno kupovati, pa čak i izvan ljekarne i ljekarnikove nadležnosti, većina ispitanika (89%) nalazi krunski dokaz o njihovoj potpunoj sigurnosti. Od dodataka prehrani, najveći dio ispitanika koristi vitamine i/ili minerale (63%), potom dodatke prehrani s masnim kiselinama (54%) te probiotike (45%).



### Zaključak



Zbog pogrešnih stavova i nedovoljnog znanja o dodacima prehrani, uloga ljekarnika postaje ključna. Ljekarnik, naime, jedini raspolaže svim potrebnim znanjima o potencijalnim interakcijama i nuspojavama dodataka prehrani. Samo uz stručni nadzor ljekarnika, dodaci prehrani će polučiti optimalan rezultat u svojoj namjeni i svrsi za korisnika. Ljekarnikov nadzor i kontrolu korištenja dodataka prehrani valja, međutim, podupirati primjeren postupak kontrole i registracije takvih proizvoda. U Republici Hrvatskoj, postupak kontrole i registracije dodataka prehrani je, za sada, još uvijek zadovoljavajući. Držimo, međutim, da će procesi sve veće liberalizacije tržišta dodataka prehrani, inako velike javno-zdravstveno probleme prouzrokovane neprimjerenim ili neodgovarajućim načinom korištenja dodataka prehrani, samo dodatno povećati.

