

Актуальные проблемы питания и применение БАД реализуемых через аптечную и торговую сеть.

В настоящее время покупатели не испытывают недостатка в продуктах на полках магазинов. Если рацион человека сбалансирован, то все необходимые питательные вещества он получает из продуктов, которые употребляет. Но существует проблема, что содержание витаминов, минералов и необходимых микроэлементов в продуктах с каждым годом снижается из-за плохой экологической ситуации и невысокого качества производимых продуктов.

Сейчас в аптечных сетях можно встретить огромное количество биологически активных добавок, которые признаны решить проблему.

Биологически активные добавки к пище (нутрицевтики и парафармацевтики) — это концентраты натуральных или идентичных натуральным биологически активных веществ, предназначенные для непосредственного приёма или введения в состав пищевых продуктов с целью обогащения рациона питания человека отдельными биологически активными веществами или их комплексами. Биологически активные добавки к пище (БАД) получают из растительного, животного или минерального сырья, химическими или биотехнологическими способами.

Правительством России была одобрена концепция государственной политики в области здорового питания, в которой БАД отводится существенная роль, как позволяющих достаточно легко и быстро восполнять дефицит пищевых веществ, повышать неспецифическую резистентность организма к неблагоприятным факторам окружающей среды, укреплять иммунитет, особенно в весенний период, осуществлять поддержку функций отдельных органов и систем организма при комплексном лечении различных заболеваний, обеспечивая тем самым снижение заболеваемости, укрепление здоровья, продление жизни.

Для получения легального статуса на территории РФ, каждое конкретное наименование БАД подлежит государственной регистрации с выдачей соответствующего свидетельства. Ведется федеральный реестр биологически активных добавок (БАД).

В последнее время вокруг темы биологически активных добавок ведутся достаточно оживленные споры и дискуссии. Одни утверждают, что БАДы – это возможность улучшить свое здоровье, излечить многие заболевания и поднять жизненный тонус, другие же склонны полагать, что подобные препараты не приносят ничего, кроме вреда, а третьи считают, что биологические добавки вообще ни на что не влияют.

Существующие проблемы применения БАД:

Цена. Употребляя добавки, мы переплачиваем за то, что можем вполне получить из фруктов и овощей;

Остается проблема подделок;

Низкое качество. Так как добавки не являются лекарством и не требуют апробации, то часто бывает, что многие производители изготавливают их без соблюдения всех требований;

Низкая эффективность или полное ее отсутствие в отдельных случаях: многие, заблуждаясь, начинают лечить серьезные заболевания БАДами, соответственно, никакого эффекта не получают, а болезнь прогрессирует. Принимать БАДы как лекарство и считать что она чудодейственным образом излечит вас от серьезных заболеваний нельзя, это обычная добавка к пище. Основным отличием БАДов от лекарственных средств можно назвать способность добавок проводить так называемую «самонастройку» организма и устранять нарушения, которые приводят к развитию различных заболеваний;

Психологическая зависимость. Если человек внушаем или у него хорошо развито самовнушение, то после просмотра рекламы БАДов он начинает их принимать в неограниченных количествах, а это уже вред здоровью и зависимость;

Появление многочисленных шарлатанов, стремящихся заработать немалые средства на изготовлении и распространении этих веществ и предлагающих сомнительные продукты через интернет, сетевой маркетинг, да и просто совершая поквартирные обходы.

Ирбитским отделом Управления Роспотребнадзора по Свердловской области в 2024 году продолжалась работа по контролю за биологически активными добавками (БАД), реализуемых в аптечной сети и торговле.

В рамках плановых и внеплановых проверок аптечной сети на реализуемые БАД предоставлялись документы, подтверждающие их безопасность и качество, товаросопроводительные документы, обеспечивающие прослеживаемость. Нарушений при хранении БАД, отсутствии или несоответствии информации на маркировке не выявлено.

Принимать или не принимать БАД, решать каждому. Следует помнить, что БАДы – это не панацея от всех бед. Подобные препараты не смогут излечить вас от заболеваний, ведь это всего лишь дополнение к вашему ежедневному рациону микроэлементами и витаминами. Не стоит верить всему, что показывают и рекламируют по телевидению, у каждого организм разный, реакция на прием БАДа может быть непредсказуемая. Отмечаем, что схему приема БАД и курс должны назначаться опытным специалистом, хорошо разбирающимся во всем многообразии биологических веществ и степени их влияния на организм человека.

Старайтесь покупать БАД только в аптечной сети, где вы гарантированно защищены от приобретения некачественной и небезопасной продукции. Берегите свое здоровье, ведите здоровый образ жизни, и тогда вам точно не понадобятся биологические добавки.

Ирбитский территориальный отдел
Управления Роспотребнадзора
по Свердловской области.
ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в
Свердловской области
в городе Ирбите, Ирбитском,
Слободо-Туринском, Тавдинском,
Таборинском и Туринском районах.