

ÉTRENDKIEGÉSZÍTŐK

Budapest, 2020. november 14.

Dr. Horacsek Márta –

Élelmiszerek és gyógynövények

1./ Milyen célból adhatnak az élelmiszerekhez gyógynövényeket, vagy azokból származó anyagokat? (több helyes válasz)

- a.) az élelmiszer ízesítése miatt
- b.) az élelmiszer illatának javítása okán
- c.) valamely pozitív élettani hatás céljából
- d.) terápiás hatás céljából

2./ Igaz, vagy hamis a következő kijelentés? A gyógynövények és az azokból készült termékek természetes anyagok, nincs drasztikus hatásuk, így fogyasztásuk semmilyen veszélyt nem jelent.

- a.) igaz
- b.) hamis

3./ Igaz, vagy hamis a következő kijelentés? Az élelmiszerekben felhasználható gyógynövények Uniós szinten jól szabályozottak, pozitív lista jelöli, hogy mely növényeket és azok mely részeit lehet felhasználni.

- a.) igaz
- b.) hamis

4./ Élelmiszerek esetén mit lehet kommunikálni a gyógynövények hatásairól (több helyes válasz)

- a.) az adott gyógynövény terápiás, betegséget megelőző, azt kezelő hatását még lehet sugallani
- b.) csak engedélyezett egészségre vonatkozó állítást lehet kommunikálni
- c.) a monográfiákban, tudományos közleményekben szereplő élettani hatások elmondhatók
- d.) a gazdasági szereplő felelőssége mellett, még függőben lévő (nem értékelt), 2008. január 31-ig benyújtott, az EFSA konszolidált listán lévő egészségre vonatkozó állítások is alkalmazhatók, amennyiben összhangban vannak a 1924/2006/EK rendelettel és más releváns vonatkozó jogszabályokkal.

5./ Igaz, vagy hamis a következő kijelentés? Az étrend-kiegészítők is élelmiszerek, de azok a gyógynövények, amelyek étrend-kiegészítőekben nem új élelmiszerek, a normál közfogyasztásra szánt élelmiszerekben még lehetnek új élelmiszerek, így ha azokat pl. üdítőitalban, azaz normál közfogyasztásra szánt élelmiszerben akarják felhasználni, akkor azt előzetesen, uniós szinten engedélyeztetni kell.

- a.) igaz
- b.) hamis

Csaplári Bettina, Horváth Csillag –

Az étrend-kiegészítők jogi szabályozása és aktualitásai

- 1. Mi a feltétele az étrend-kiegészítők 37/2004. (IV.26.) ESZCSM rendelet által előírt forgalomba helyezésének?**
 - a.) bejelentési kötelezettség van az OGYÉI felé legkésőbb a termék piacra helyezésének napján
 - b.) engedélyezés
 - c.) semmi teendő nincs
 - d.) magyar nyelvű jelölés feltüntetése

- 2. Milyen dokumentumokat szükséges benyújtani az OGYÉI-hez az étrend-kiegészítő bejelentési eljárásához?**
 - a.) semmit
 - b.) vizsgálati minta és teljes termékdokumentáció
 - c.) adatlap, címketerv, eljárási díj befizetésének igazolása
 - d.) cégkivonat

- 3. A felsoroltak közül melyik az előre csomagolt élelmiszerek jelölésének nem kötelező eleme**
 - a.) megnevezés
 - b.) minőségmegőrzési, vagy fogyaszthatósági idő
 - c.) tájékoztatás arról, hogy a terméket vegetáriánusok is fogyaszthatják
 - d.) összetevők felsorolása az allergén anyagok kiemelésével
 - e.) nettó mennyiség

- 4. Melyik a helyes válasz az alábbiak közül?**
 - a.) Az étrend-kiegészítőn nem kötelező a tápértékjelölés, de a tápanyagok és egyéb élettani hatással rendelkező anyagok mennyiségét minden esetben meg kell adni a napi adagra vonatkoztatva.
 - b.) Az étrend-kiegészítőn nem kötelező a tápértékjelölés, de a tápanyagok és egyéb élettani hatással rendelkező anyagok mennyiségét minden esetben meg kell adni egy tablettára, vagy egy kapszulára vonatkoztatva.
 - c.) Az étrend-kiegészítőn nem kötelező a tápértékjelölés, de a tápanyagok és egyéb élettani hatással rendelkező anyagok mennyiségét minden esetben meg kell adni a termék 100 g-jára, vagy 100 ml-rére vonatkoztatva.

5. **Igaz, vagy hamis az alábbi kijelentés? Az ételmisszer, így az étrend-kiegészítő jelölése nem állíthatja, sugallhatja, hogy az betegség megelőzésére, gyógyítására, vagy kezelésére alkalmas.**
- a.) igaz
 - b.) hamis

Dr. Váradi Judit –

Étrendkiegészítők fejlesztése és gyártása

1. Melyik rendelet definiálja az étrend-kiegészítőket?

- a.) 37/2004. ESzCsM rendelet
- b.) 1333/2008/EK rendelet
- c.) 2073/2005/EK rendelet

2. Mit nem szabályoz a 37/2004. ESzCsM rendelet?

- a.) készítmény napi vitamin tartalmának minimális mennyiségét
- b.) a terméken elhelyezett jelölések tartalmát
- c.) az étrend-kiegészítőkből alkalmazható gyógynövényeket és kivonataikat

3. Mit jelent a notifikáció?

- a.) Bejelentési kötelezettség, amely a termék gyártójára vonatkozó információk megadását jelenti
- b.) Bejelentési kötelezettség, amely a termék címkéjének és adatlapjának benyújtását jelenti az OGYÉI-hez
- c.) Az étrend-kiegészítő forgalomba hozatali engedélyezését jelenti a teljes kockázatértékelést követően.

4. Mely kockázati tényező fennállása esetén nem kerülhet forgalomba a termék?

- a.) Beszállítói nyilatkozat
- b.) Forgalomból eltiltott termékek listája
- c.) A gyártóhely minőségügyi rendszere

5. Hogyan határozza meg a 37/2004. ESzCsM rendelet a termék napi vitamintartalmának mennyiségét?

- a.) A tápérték jelölésben megadott vitaminnak, illetve ásványi anyagnak a napi bevitel legalább 15%-ban kell jelen lennie az étrend-kiegészítő gyártó által javasolt napi adagjában.
- b.) Az étrend-kiegészítő gyártó által javasolt napi adagjában a vitaminok, illetve ásványi anyagok legmagasabb mennyiségét az ajánlott napi vitamin és ásványi anyag beviteli referencia értékek (NRV) határozzák meg.
- c.) Nem tartalmaz erre vonatkozó követelményt.

Prof. Dr. Martos Éva –

Étrendkiegészítők felhasználása a gyakorlatban

- 1. Az étrend-kiegészítőkre igaz az alábbiak közül:**
 - a.) gyógyszerek
 - b.) élelmiszerek
 - c.) csak tablettás kiszerelésűek
 - d.) csak gyógyszerárban árusíthatók

- 2. A magyar felnőtt lakosság megközelítőleg hány %-a szed étrend-kiegészítőt?**
 - a.) 10
 - b.) 5
 - c.) 50
 - d.) 100

- 3. A magyar felnőtt lakosság jelentős részére igaz a táplálkozás elemzése alapján az alábbiak közül:**
 - a.) D vitamin-hiányos
 - b.) Natrium-hiányos
 - c.) Foszfor-hiányos
 - d.) B6 vitamin-hiányos

- 4. A megadózisú vitamin és ásványi-anyag pótlásra igaz:**
 - a.) Az egészségmegőrzéshez nélkülözhetetlen
 - b.) A sportoló teljesítményfokozásának a legjobb eszköze
 - c.) Mindenki számára ajánlott
 - d.) Számos mellékhatást okozhat

- 5. Az alábbi állítások közül igaz:**
 - a.) Az étrend-kiegészítőknél nem lehet mellékhatása, mivel nem gyógyszerek
 - b.) A sportolóknak több vitaminra és ásványi anyagra van szüksége, mint az inaktív személyeknek
 - c.) A napi sportolói szükségleti értékek az egyes vitaminok és ásványi anyagokra vonatkoztatva rendelkezésre állnak, hasonlóan a lakossági értékekhez
 - d.) Az étrend-kiegészítők annál jobbak, minél több összetevőt tartalmaznak