

BİTKİSEL ÜRÜNLER/GIDA TAKVİYELERİ HAKKINDA SIK SORULAN SORULAR:

İLAÇ VE BİTKİSEL İLAÇ ARASINDAKİ FARK NEDİR?

Bazı açılardan hiçbir fark yoktur. Her ikisi de güçlü farmakolojik etkiye sahip olabilirler ve yanlış kullanıldıklarında ciddi sorunlara yol açabilirler.

GIDA TAKVİYESİ KULLANILMALI MIDIR?

Bilimsel verilerle tespit ve tavsiye edilen miktarlarda çeşitlilik içeren yeterli bir diyet, bireyin normal gelişimi ve sağlıklı bir yaşam sürmesi için gereken tüm temel besin maddelerini karşılamaktadır. Ancak, bazı zamanlarda tüketiciler kendi yaşam tarzları ya da başka nedenler dolayısıyla bazı besin maddelerini gıda takviyeleri aracılığıyla desteklemeyi tercih edebilmektedirler. Bu bağlamda tüketicilerin söz konusu taleplerine paralel biçimde normal diyetin desteklenmesine imkân tanıyan ve konsantre besin kaynağı içeren gıda takviyeleri olarak piyasaya sunulan ürünlerin sayısı tüm dünyada giderek büyük bir artış göstermektedir.

Vücuda dışarıdan alınması gereken vitamin ve minerallerin eksikliğinin patolojik bir durum olduğu bilimsel bir gerçekliktir. Bilimsel araştırmalara göre, karbonhidrat, yağ, protein gibi ana besin öğelerini yeterli miktarlarda bulunduran dengeli bir beslenme ile vücudun ihtiyacı olan vitamin ve mineralleri sağlamak mümkündür. Ancak gebelik, süt verme dönemi, günlük normal performansın üzerinde bir çalışma, ergenlik çağı, uzun süren hastalıklar, hipertiroidizm, bağırsaktaki emilimi etkileyen patolojik durumlar, genetik özellikler, yöresel özellikler ve benzeri durumlarda ek vitamene ihtiyaç duyulabilir. Bütün bu sayılanlar kişinin kendi karar veremeyeceği "bir hastalık durumu"na işaret eder. Dolayısıyla hekimin teşhis ve tedavisi gerekir.

BİTKİLERLE TEDAVİ MÜMKÜN MÜDÜR?

Bugün Avrupa Farmakopesi'nde kayıtlı 247 kadar bitki bulunmaktadır. Bu ürünlerden hazırlanan ekstratlar ve diğer maddeler; bitkisel ilaç olarak tanımlanmakta; söz konusu bitki parçaları vücutta belirli etkileri ortaya çıkararak sağlığı iyileştirici etki göstermektedir. Sağlığa ilişkin tüm ürünlerde olduğu gibi bu ürünlerde de unutulmaması gereken; gereğinden fazla miktarlarda kullanılan veya doğru faydalanıcı gruplarında kullanılmayan bu ürünlerin yarardan çok zarar getirdiğidir. İster bitkisel ister kimyasal kökenli olsun her ilaç zehirdir, bu nedenle ilacın kullanımına sağlık profesyonelleri karar verir. **Doktor ve eczacı denetiminin dışına çıkarılan her ilaç büyük bir tehlikedir.**

BİTKİSEL ÜRÜNLERİN YAN ETKİLERİ VAR MIDIR?

Toplumumuzda bitkisel olanın zararsız olduğu şeklinde yaygın-yanlış bir kanı bulunmakta ve bu konuya dair farkındalık eksikliği sorunu çok daha vahim boyutlara taşımaktadır.

Sadece medyaya yansıyan ciddi sonuçlar dikkate alındığında, takviye edici gıdaların diğer gıdalarla eşdeğer tutulamayacağı, yalnızca normal beslemeyi takviye etme amaçlı vitamin ve mineralleri içerseler bile söz konusu ürünlerin ilaçlarla etkileşime girebilen, ilaçların etkisini arttıran veya azaltan, tedavinin etkinliğini ortadan kaldırabilen konsantre nitelikte ürünler oldukları ve tek başlarına kullanıldıkları durumlarda dahi bazı bireylerde ciddi yan etkilere neden olabilecekleri göz ardı edilmemelidir.

Bitkisel ürünler özellikle çocuklarda, hamilelerde ve emziren kadınlarda, yaşlılarda, ergenlik çağındaki gençlerde, uzun süren hastalıklarda, hipertiroidizm, bağırsaktaki emilimi etkileyen patolojik durumlarda, cerrahi müdahale görmüş hastalarda beklenenden çok daha farklı veya çok daha artmış oranlarda etki gösterebilmektedirler.

Bu tip doğal sağlık ürünlerinden kaynaklanan etkileşimler ve rahatsızlıklar kayıtlı verilerin çok daha üzerinde gerçekleşmekte, ancak raporlama yeterli düzeyde olmadığından gerçek rakamlara ulaşamamaktadır

Bitkisel ilaçları tehlikeli kılan unsur, daha ziyade ehil olmayan ellerde denetimsizce hazırlanmış olmaları ve bireye özgü değerlendirme yapılmaksızın hastaya sunulmalarıdır.

Bitkisel ürünlerin ancak gıda takviyesi tanımlamasından uzaklaştırılarak ilaç döngüsü içine girdikleri takdirde takip edilebileceği, yanlış kullanımların önüne geçilerek herhangi bir yan etki görüldüğünde mümkün olan en kısa sürede gerekli önlemlerin alınabileceği, daha da önemlisi ölümlere varan sonuçların engellenebileceği açıktır.

BİTKİSEL ÜRÜNLER KULLANILAN İLACIN ETKİSİNDE DEĞİŞİKLİK YARATIR MI?

Söz konusu ürünlerin ilaçlarla ve gıdalarla etkileşime girebilen, ilaçların etkisini artıran ya da azaltan, tedavinin etkinliğini ortadan kaldıran bir işlev görebildiği unutulmamalıdır. Diğer yandan kendi başlarına ciddi yan etkileri olabilir. Bitkisel ürünler, diğer ilaçlarla veya gıdalarla birlikte kullanılırken son derece dikkatli olunmalıdır. Örneğin Ginkgo Biloba yaprağından hazırlanmış kapsüllerle kan sulandırıcı olarak aldığı ilacı birlikte kullananlarda veya daha zinde olmak için Ginseng içeren vitamin kombinasyonunu ile sarımsağı beraber tüketen kişilerde kanama riski ortaya çıkabilmektedir.

GIDA TAKVİYELERİ HAKKINDA TÜRKİYE'DEKİ YASAL SORUNLAR NELERDİR?

Bitkisel gıda takviyeleri alanına ilişkin Türkiye'deki mevcut uygulamaya bakıldığında; gerek alanın tanımlanması gerekse yasal düzenlemeler ve denetim aşamasında ciddi sıkıntılar olduğu görülmektedir. Bu alanda ülkemizdeki en önemli sorunlardan başında, **takviye edici gıda adı altında** ruhsat alıp bitkisel tedavi edici şekliyle piyasaya sürülen ürünler gelmektedir.

Maalesef, hiçbir standardizasyona sahip olmayan bu ürünler, bireye özgü değerlendirmeler **yapılmaksızın, bilimsel yetkinliğe sahip olmayan kişilerce, herhangi bir denetime tabi** olmayan mekânlardan veya radyo, televizyon ve internet gibi iletişim kanalları tanıtılmakta ve satışa sunulmaktadır. Bu durum maddi-ekonomik açıdan zarar vermenin ötesinde sağlık bakımından ciddi tehditler doğurmaktadır.

GÜVENİLİR ÜRETİCİ İLE NE KASTEDİLMEKTEDİR?

Bitki ekstraktlarının, ekstrelerinin veya bunlardan hazırlanan ürünlerin standardize edilmesi, belirli kalite standartlarını taşımaları gereklidir.

Bitkisel ürün kullanımına ilişkin rapor edilen yan etkilerin çoğunluğu ürünün kendisinden değil, bitkinin yanlış tanımlanmasından, kötü üretim uygulamalarından ve ürün standardının olmamasından, ürünlerin birbirine karışmasından, takviye veya yanlış preparatların kullanılması ve dozlamının yanlış yapılmasından kaynaklanmaktadır. Bitkilerin değişik yapıda ve çok sayıda kimyasal madde içerdikleri unutulmamalıdır.

Bitkisel takviyelerde yapılan tağşişat (katıştırma) da ciddi bir sorundur. Gıda, Tarım ve Hayvancılık Bakanlığı'ndan izin alan ürünlerde ambalaj üzerinde yer alan içerik bilgileri ile formülasyon içeriği arasında farklılıklar bulunmaktadır.

Sağlık Bakanlığı ile Gıda, Tarım ve Hayvancılık Bakanlığı'nın yetki ve sorumluluğuna giren ortak alan üzerindeki mevzuat farklılıkları üreticiler tarafından suistimal edilmektedir. Bazı üreticiler ve ithalatçılar, Sağlık Bakanlığı tarafından ruhsatlandırılması gereken etken maddeyi/maddeleri içeren ürünler hakkındaki ruhsat başvurularını, ürün içeriğinin bitkisel olduğu iddiası ile Gıda, Tarım ve Hayvancılık Bakanlığı'na yapmaktadır. Gıda, Tarım ve Hayvancılık Bakanlığı ise, teknik yetersizlikler nedeniyle içerik tespiti yapmadan beyana dayalı biçimde ruhsat vermektedir. Bu durum, halk sağlığını günden güne artan oranda tehdit etmektedir.

Diğer taraftan gıda takviyeleri büyük çoğunlukla, üreticiler tarafından ruhsatlandırma aşamasında beyan edilmiyor olsa da sağlığa kavuşturduğu şeklinde gizli bir iddia üretilmektedir ve bu gizli iddianın hemen gerçekleşmesi amacıyla söz konusu ürünlere katıştırma yapılmaktadır. Piyasaya sürülen bitkisel ürünlerde ürünü üreten ve analizleri yaptırınların aynı gruptan olması söz konusu bilimsel deneylerin de bir şekilde yönlendirilmesine yol açmaktadır. Örneğin kilo verme amacı ile kullanılan ürünlere sıklıkla eklenen subitramin taramasında, üretici tarafından tarama sibutraminin farklı bir tuzu üzerinden yaptırılarak negatif sonuçlandırılabilir.

Bu nedenle, bu ürünleri temin ettiğimiz satış noktalarını ve aldığımız bilgilerin geçerliliğini çok iyi değerlendirmemiz gerekir.

PİYASADA HASTALIKLARIN İYİLEŞTİRDİĞİ, CİNSEL GÜCÜ ARTIRDIĞI YA DA ZAYIFLAMAYA YARDIMCI OLDUĞU İDDİA EDİLEN PEK ÇOK ÜRÜN BULUNMAKTADIR. BİTKİSEL ÜRÜNLERİ ALIRKEN NELERE DİKKAT EDİLMELİDİR?

Ülkemizde maalesef besleyici, destekleyici, enerji verici, gençleştirici, afrodisyak, kanser koruyucusu hatta iyileştiricisi, dolaşım düzenleyicisi, sakinleştirici, uyutucu, antidepresif, bağışıklık sistemini güçlendirici, kalp koruyucusu, zayıflatıcı, kilo aldırıcı, karaciğer koruyucusu, hafızayı zinde tuttuğu, bağırsak ve sindirim düzenleyicisi, mide hastalıklarını iyileştirdiği vb. oldukları iddia edilerek internet veya bazı denetimsiz noktasından satışa sunulan pek çok ürün bulunmaktadır. **Yasal olmamakla birlikte**, gazetelerde, radyolarda, TV'lerde ve diğer iletişim kanallarında bu ürünler tanıtılmakta ve tüketimi teşvik edilmektedir. Ancak son dönemde medyaya yansıyan pek çok haberin de açıkça ortaya çıkardığı gibi bu ürünler halk sağlığını ciddi ölçüde tehdit etmektedir. **Lida, altın çilek gibi pek çok örnekle bu süreç** açıkça gözlenebilmektedir. Bu kişiler itibar edilmemeli, bu ürünler kullanılmamalıdır.

Her ne kadar “Gıda Tarım ve Hayvancılık Bakanlığı tarafından ruhsatlandırılmıştır” şeklinde ifadeler kullanılıyor olsa da bu ürünler için Bakanlıktan sadece üretim izni alınmakta, söz konusu ürünler yürürlükte bulunan gıda mevzuatına aykırı bir biçimde, tıp literatüründe “hastalık” olarak kabul edilen, hekim kontrolünde etkinliği ve güvenilirliği kanıtlanmış ilaçlarla tedavi edilmesi gereken rahatsızlıkları önlediği, tedavi ettiği veya tedaviye yardımcı olduğu gibi iddialarla halkı yanlış yönlendirerek ve ambalajı veya ürün formu ilaç olarak algılanabilecek şekilde piyasaya sokularak piyasadaki satış payları arttırılmaya çalışılmaktadır.

Ülkemizde eczane dışında, internette satılan bu ürünler tam kontrol edilmediği ve denetlenemediği için halk sağlığını ciddi şekilde tehdit etmekte, söz konusu ürünlere ilişkin reklamların çok rahatlıkla yapılabiliyor olması, denetimsiz ve kolay ulaşım ciddi sorunlara neden olmaktadır.

BİTKİSEL ÜRÜNLER KONUSUNDA TÜRK ECZACILARI BİRLİĞİ'NİN YAKLAŞIMI NEDİR?

Eczacının temel uzmanlık alanı ilaçtır, bitkisel ilaçlar da bunun içindedir. Türkiye’de bitkisel ürün, drog ya da ilaçlarla ilgili aslî olarak eğitim almış meslek grubu eczacıdır.

Birliğimiz insan sağlığını ilgilendiren her ürünün, Sağlık Bakanlığı’ndan ruhsatlandırılmasını, hekim önerisiyle kullanılmasını ve eczanelerden eczacı danışmanlığı ile halka sunulması gerektiğine inanmaktadır.