



Tipps beim Einkauf

Einkauf in der Apotheke

Führen Sie eine Liste aller Arzneimittel, die Sie derzeit einnehmen mit sich, wenn Sie in der Apotheke Ihr Rezept einlösen oder ein Arzneimittel ohne Rezept kaufen.

Auch pflanzliche Arzneimittel und Nahrungsergänzungsmittel können Wechselwirkungen mit anderen Arzneien haben. Dies sollte unbedingt überprüft werden. Ihr Apotheker berät Sie gern hierzu.

Überlegen Sie vor dem Kauf eines Nahrungsergänzungsmittels, wofür Sie das Produkt verwenden möchten. Wer sich dauerhaft einseitig und unausgewogen ernährt, kann dies nicht durch die Einnahme von Nahrungsergänzungsmitteln ausgleichen, sondern nur durch eine ausgewogene Ernährung.

Verwenden Sie keine Nahrungsergänzungsmittel, ohne sich vorher über Dosis, Zusammensetzung und dem ernährungsphysiologischen Wert der jeweiligen Präparate informiert zu haben. Auch hier lassen Sie sich am besten fachkundig in der Apotheke beraten.

Vorsicht beim Einkauf im Internet!

Es wird empfohlen, Arzneimittel nicht auf Internetseiten zu kaufen, die verschreibungspflichtige Arzneimittel ohne Rezept anbieten oder Präparate verkaufen, die in Deutschland nicht verkehrsfähig sind.

Leider finden sich im Internet neben seriösen, qualitativ hochwertigen Nahrungsergänzungsmitteln auch Angebote von in Deutschland nicht verkehrsfähigen oder sogar gesundheitlich bedenklichen Produkten. Nahrungsergänzungsmittel aus dem Internet können nicht erkennbar illegale und hochgradig gesundheitsschädliche Substanzen enthalten. Vorsicht ist geboten bei Produkten mit übertriebenen Wirkversprechen.

Zertifizierte Internetapotheken sind seriöse Bezugsquellen für Arzneimittel und Nahrungsergänzungsmittel.

Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte: www.bfarm.de
Bundesamt für Verbraucherschutz und Lebensmittelsicherheit: www.bvl.bund.de
Bundesinstitut für Risikobewertung: www.bfr.bund.de
Europäische Behörde für Lebensmittelsicherheit: www.efsa.europa.eu/de



Merke

Weitere Informationen erhalten Sie auch hier



Kooperation
Phytopharmaka
www.koop-phyto.org

Pflanzliche Arzneimittel | Nahrungsergänzungsmittel
mit pflanzlichen Inhaltsstoffen:

Ähnlich aber nicht gleich.
Was Sie beim Kauf beachten sollten!



Pflanzliche Arzneimittel

Zweck Heilung, Linderung oder Verhütung von Krankheiten oder krankhaften Beschwerden

Produktkategorie Pflanzliche Arzneimittel, traditionelle pflanzliche Arzneimittel – mit krankheitsbezogenen Aussagen und Indikationen

Wirkstoffe Pflanzen, Pflanzenteile oder deren Zubereitungen, wie Extrakte oder Tinkturen. Sie enthalten verschiedene Pflanzeninhaltsstoffe, die pharmakologisch, immunologisch oder über den Stoffwechsel wirken.

Wirksamkeit und Qualität Therapeutische Wirksamkeit und Unbedenklichkeit sowie ein günstiges Nutzen-Risiko-Verhältnis müssen durch klinische Studien (bei pflanzlichen Arzneimitteln) bzw. belegte traditionelle medizinische Anwendungen (bei traditionellen pflanzlichen Arzneimitteln) nachgewiesen werden.

Die pharmazeutische Qualität muss entsprechend der strengen regulatorischen Vorgaben (z. B. Arzneibuch) geprüft werden.

Inverkehrbringen Nach behördlicher Zulassung (bei traditionellen pflanzlichen Arzneimitteln Registrierung) durch das Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM), das die Wirksamkeit, Unbedenklichkeit und pharmazeutische Qualität überprüft. Nach Zulassung/Registrierung systematische Überwachung durch Behörden und pharmazeutische Unternehmer (Pharmakovigilanzsystem).

Nebenwirkungen Bekannte Nebenwirkungen sind der Packungsbeilage zu entnehmen oder fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

Gesetzliche Grundlage (Auswahl) Arzneimittelgesetz (AMG), Arzneimittel- und Wirkstoffherstellungsverordnung (AMWHV), Europäisches Arzneibuch (Ph. Eur.)



Nahrungsergänzungsmittel mit pflanzlichen Inhaltsstoffen

Zweck Ergänzung der allgemeinen Ernährung, sie sind nicht dazu bestimmt, Krankheiten zu heilen oder zu verhüten.

Produktkategorie Nahrungsergänzungsmittel (Lebensmittel) ohne krankheitsbezogene Aussagen und Indikationen

Inhaltsstoffe Pflanz Zubereitungen, Nährstoffe (Vitamine, Mineralstoffe, Spurenelemente) oder sonstige Stoffe mit ernährungsspezifischer oder physiologischer Wirkung in konzentrierter Form.

Wirksamkeit und Qualität In der Regel keine Prüfung auf Wirksamkeit, Unbedenklichkeit und Qualität durch eine Behörde vor Markteintritt. Aussagen oder Darstellungen, die bei der Kennzeichnung oder Werbung von Nahrungsergänzungsmitteln verwendet werden, müssen von der Europäischen Behörde für Lebensmittelsicherheit (EFSA) überprüft worden sein.

Inverkehrbringen Keine Zulassung/Registrierung wie bei Arzneimitteln, sondern Anzeige beim Bundesamt für Verbraucherschutz und Lebensmittelsicherheit (BVL), sofortige Vermarktung möglich, behördliche Kontrollen der Lebensmittelüberwachungsbehörde der Länder nur stichprobenartig oder in konkreten Verdachtsfällen.

Nebenwirkungen Die eingesetzten Stoffe müssen sicher sein. Unerwünschte Wirkungen und Unverträglichkeiten sind nicht auszuschließen. Beachten Sie unbedingt die Verzehrsempfehlung auf der Verpackung.

Gesetzliche Grundlage (Auswahl) Lebens- und Futtermittelgesetzbuch (LFGB), Nahrungsergänzungsmittelverordnung (NemV), Europäische Verordnung über Nährwert- und gesundheitsbezogene Angaben über Lebensmittel