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 u. a. 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, sowie Gegenanzeigen, Vorsichtsmaßnahmen für die Verwendung, Wechselwirkungen und ggf. besondere Warnhinweise 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	Pflanzenzubereitungen, 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 dem Lebensmittelrecht und den Vorgaben der Europäischen Behörde für Lebensmittelsicherheit (EFSA) entsprechen.
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 stichprobenartig oder in konkreten Verdachtsfällen. Die Verantwortung dafür, dass Nahrungsergänzungsmittel die Gesundheit nicht schädigen, liegt beim Hersteller und Inverkehrbringer.
Nebenwirkungen	Angaben zu Nebenwirkungen sieht das Lebensmittelrecht nicht vor, die eingesetzten Zutaten und Nährstoffe 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.

Tipps beim Einkauf

Einkauf in der Apotheke

Wir empfehlen, eine Liste aller Arzneimittel mitzuführen, die Sie derzeit einnehmen, wenn Sie in der Apotheke Ihr Rezept einlösen oder ein Arzneimittel ohne Rezept kaufen.

Alle Arzneimittel – auch pflanzliche – können Wechselwirkungen mit anderen Arzneien haben. Dieses sollten Sie anhand der Gebrauchsinformation überprüfen, Ihr Apotheker berät Sie gern hierzu.

Auch der Verzehr von Nahrungsergänzungsmitteln kann Wechselwirkungen hervorrufen. Grundsätzlich sollten Sie – auch aus diesem Grund – vor dem Kauf eines Nahrungsergänzungsmittels überlegen, wofür Sie das Produkt verwenden möchten. Wer sich dauerhaft einseitig und unausgewogen ernährt, sollte nicht versuchen, dieses durch die Einnahme von Nahrungsergänzungsmitteln auszugleichen, sondern auf eine ausgewogene Ernährung achten.

Wir empfehlen daher, keine Nahrungsergänzungsmittel zu verwenden, ohne sich vorher über die Verzehrsempfehlung, Zutaten, Nährstoffe und dem ernährungsphysiologischen Wert der jeweiligen Präparate informiert zu haben. Bitte beachten Sie, dass Sie sich auch über die Verwendung von Nahrungsergänzungsmitteln fachkundig in der Apotheke beraten lassen können.

Vorsicht beim Einkauf im Internet!

Leider finden sich im Internet neben seriösen, hochwertigen Nahrungsergänzungsmitteln auch Angebote von in Deutschland nicht verkehrsfähigen oder sogar gesundheitlich bedenklichen Produkten. Nahrungsergänzungsmittel aus dem Internet können nicht erkennbar illegale und gesundheitsschädliche Substanzen enthalten. Vorsicht ist auch geboten bei Produkten mit übertriebenen Wirkversprechen. In diesem Zusammenhang empfehlen wir, auch bei Arzneimitteln, diese nicht über solche Internetseiten zu kaufen, die verschreibungspflichtige Arzneimittel ohne Rezept anbieten oder Präparate verkaufen, die in Deutschland nicht verkehrsfähig sind.

Merke

Zertifizierte Internetapotheken sind seriöse Bezugsquellen für Arzneimittel und Nahrungsergänzungsmittel.

Weitere Informationen erhalten Sie auch hier

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

© 2015 Kooperation Phytopharmaka | Gestaltung: okapidesign.com | Bilder: fotolia, Bayer HealthCare