

## НЕОБХОДИМОСТТА ОТ ФАРМАЦЕВТИЧНАТА ГРИЖА ОТНОСНО КОНСУЛТИРАНЕ НА ПАЦИЕНТА ЗА ПРИЕМА НА ХРАНИТЕЛНИ ДОБАВКИ

**Петя Колева, Анна Михайлова, Божидарка Хаджиева, Нина Колева**

*Медицински университет Пловдив, Медицински колеж,  
специалност „Помощник фармацевт“  
нк 4004, Пловдив, България,  
[petiafarm@abv.bg](mailto:petiafarm@abv.bg)*

## THE NEED OF PHARMACEUTICAL CARE FOR CONSULTING PATIENTS HOW TO TAKE SUPPLEMENTS

**Petya Koleva, Anna Mihaylova, Bozhidarka Hadzhieva, Nina Koleva**

*Medical university Plovdiv, Medical college,  
specialty “Assistant pharmacist”  
4004, Plovdiv, Bulgaria,  
[petiafarm@abv.bg](mailto:petiafarm@abv.bg)*

### ABSTRACT

The main aim of pharmaceutical consultation is to build a relationship of trust with the client, to help the patient to control and adapt to their treatment and to prevent or reduce potential side effects and adverse drug reactions. In a number of diseases that do not pose an immediate danger to the general condition of the patient as a secondary therapy are appointed and supplements. The patient must take responsibility for their own treatment to be informed for all information about the product and the nutritional supplement, which will take and realize that they are not a commodity because they contain substances with biological activity. The patient should be aware that there are no safe medicines and food supplements, they may interact in the body with medicines and food, that can lead to toxicities or side effects that potentiate or reduce the therapeutic effect of the drug. With this survey we present the need for consulting the patients about taking dietary supplements as a secondary therapy or alone.

*Key words: pharmacy, consultation, supplements, patient*

### Въведение:

Според Директивата на Европейската общност Хранителните добавки се определят като „субстанции, съдържащи концентрирани хранителни вещества или други елементи с хранителен или физиологичен ефект, самостоятелно или в комбинация, разпространяват се в определени дозирани форми, чиято цел е да обогатяват диетата“. [5] Съвременният начин на живот, стреса и недоспиването дават отражение върху здравословното ни състояние. Различните етапи от развитието на човешкия организъм, напредването на възрастта и бременността, са периоди от живота, които изискват различен хранителен режим. Всички тези конкретни периоди от време пораждаат завишени нужди от конкретни активни съставки, които да запазят баланса на здравословното състояние при хората. Разнообразната и здравословна диета в повечето случаи осигурява на организма всички необходими вещества в адекватни количества. По-голяма част от населението на България не се хранят здравословно. Причините са различни – липса на време, на финанси, ниска здравна култура. Особено уязвими от небалансираното хранене са децата, бременните, хората в напреднала възраст и боледуващите от хронични заболявания. Приемът на хранителни добавки е най-лесната алтернатива при съвременното забързано ежедневие. Необходимостта от консумиране на хранителни добавки за подпомагане на нормалното функциониране на човешкия организъм е различна при всеки организъм. Тя се обуславя от съвместното

въздействие на множество фактори, най-важните от които са: възраст, пол, начин на живот и хранене, телесно тегло, професия.

**Цел:**

Целта на настоящата разработка е да представи до колко е информиран пациента относно приема на хранителни добавки и необходимостта от фармацевтична консултация.

**Материали и методи:**

Проведено на случаен подбор анкетно проучване на потребители от градовете Пловдив, Асеновград, Стара Загора и Карлово, за периода 2010–2012 година. В проучването участват общо 188 респондента на възраст от 18 до 76 години. Средната възраст на анкетираните е 38 години. Анкетирани са лица с различна квалификация и образование: висше; висше с образователно – квалификационна степен „бакалавър”; средно – специално; основно.

**Резултати:**

На пазара се предлагат много добавки съдържащи растителни екстракти, пчелни продукти, масла, които помагат при различни здравословни проблеми. [1]

- Хранителни добавки, действащи върху нервната система

Добавки, съдържащи валериана, самостоятелно и в комбинация се използва като средства при нервност и безсъние. За добър сън се предлагат добавки с хмел, мелатонин, теанин. Използват се също продукти, съдържащи пасифлора, маточина и мед.

- Хранителни добавки, действащи върху храносмилателната система

Сена и добавки, богати на фибри се ползват при констипация. Популярни са и чаеве, съдържащи комбинация от билки. Благоприятен ефект върху черния дроб имат продукти с бял трън. За проблеми с храносмилането се предлагат добавки, съдържащи ензими. За колики при кърмачетата има разнообразни билкови капки и чаеве.

- Хранителни добавки, действащи върху дихателната система

В аптечната мрежа се предлагат разнообразни сиропи, пастили и таблетки, които се използват при заболявания на дихателните пътища. Най-честите съставки са екстракти от ружа, мащерка, прополис, лайка.

- Хранителни добавки с имуностимулиращ ефект

Популярни са продуктите, съдържащи ехинацея, бета-глюкан, прополис,

- Хранителни добавки, действащи върху сърдечно-съдовата система

С полезно действие са добавките с Омега 3 и Омега 9, а също и гинко билоба.

Хранителните добавки са широко рекламирани по всички медии. Всекидневно потребителите са засипвани от информация как да отслабнат без диета, да засилят имунитета си, да подобрят паметта си и други. Често на етикетите, а и в самите реклами се акцентира на определени ключови думи. „100% натурален“, „Билков продукт“, „Без странични ефекти“ – това са само част от посланията, опитващи се да убедят потребителя в ефективността и безвредността на съответния продукт. В действителност много добавки съдържат активни съставки, които оказват терапевтичен ефект върху организма. Това може да ги направи опасни в определени случаи. Голяма част от потребителите смятат, че шом продукта е „билков“ и „естествен“, то той е напълно безвреден и не би могъл да доведе до нежелани реакции. Много потребители не четат приложените листовки или съзнателно превишават максималния дневен прием за „по-силен и по-бърз ефект“. До вредни за здравето последици могат да доведат.

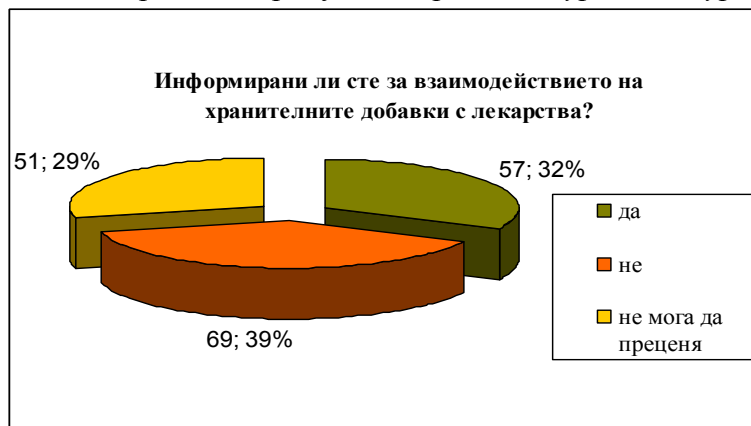
Голяма част от добавките съдържат растителни екстракти в различни количества. Растителните екстракти съдържат голям брой биологично активни вещества, някои от които

не са изследвани. Комбинирането на различни добавки би могло да доведе до неочаквани ефекти при възможно взаимодействие на биологично активните вещества.[4] Друг възможен проблем може да възникне поради голямото многообразие от продукти на пазара. Възможно е потребителят поради незнание да приема едно и също вещество под формата на няколко продукта и по този начин да надвиши неколкосткратно препоръчителния дневен прием. Едновременният прием на добавки и лекарства може да доведе до НЛР. Приемането на добавки съдържащи калций води до намаляване на абсорбцията на бисфосфонати (ЛП прилагани за лечение на остеопороза), флуорохинолони, тетрациклини, левотироксин, фенитоин. Хранителни добавки съдържащи Витамините К и Е, гинко билоба, женшен, чесън и жълт кантарион е нежелателно да се приемат едновременно с антикоагуланти (варфарин).[2][3]

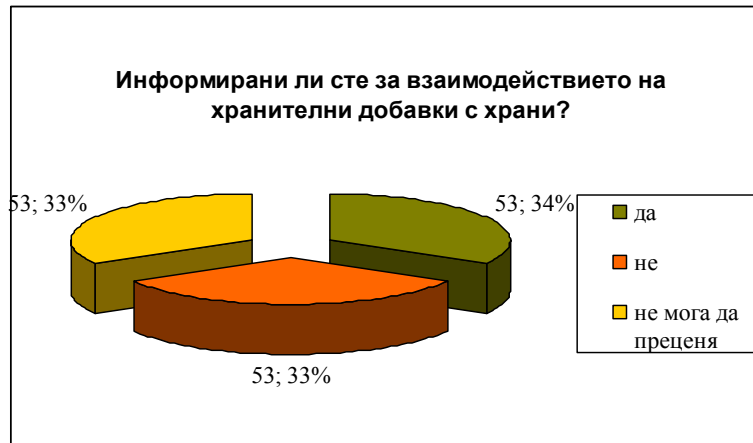
Жълтият кантарион може да доведе до животозастрашаващо състояние – серотонинов синдром в комбинация с МАО-инхибитори, петидин, трамадол, триптани. Хромът удължава действието на бета-блокери, инсулин, НСПВС, никотинова киселина. Приемане на големи количества от дадени добавки. Предозирането на витамин А при бременните може да доведе до увреждания на плода и до аборти. Селенът може да увеличи риска от диабет или да доведе до хипертония. Високото ниво на калций води до намаляване нивото на магнезия, който е важен за невро-мускулната възбудимост, за тонуса на червата. Той участва върху регулация на невромедиаторите, които влияят върху нервната система. Ниското ниво на магнезий може да доведе до сърдечна недостатъчност, брадикардия, намален мускулен тонус, запек и др. Витамин С е един от най-приеманите. Днес изследванията сочат, че прекаленият прием на витамин С затруднява функцията на бъбреците и води до образуване на пясъчинки. Освен това той се натрупва в ставите и повишава риска от подагра, ревматизъм и артрит. Приемането на високи дози витамин В6 за повече от година може да причини тежко увреждане на нервите, при което се губи контрол върху движенията на тялото (атаксия) Някои добавки могат да причинят нежелани ефекти преди, по време и след хирургически операции - да повишат риска от кръвотечение или да променят чувствителността към анестетици. Котешкият нокът влияе върху контролирането на кръвното налягане при хирургически операции.

От гореизложеното следва, че безопасни лекарства няма и хранителните добавки могат да взаимодействат в организма както с лекарства така и с храни, което може да доведе до проява на токсичност, НЛР или да потенцира, или намали действието на приетото лекарство.

От проведено независимо анкетно проучване става ясно, че голям процент от респондентите не са запознати добре с действието и евентуалното взаимодействие на хранителните добавки с лекарствени продукти и храни. *Фигура 1, Фигура 2*



**Фигура 1 Информирани ли сте за взаимодействието на хранителните добавки с лекарствени вещества ?**



**Фигура 1** Информирани ли сте за взаимодействието на хранителните добавки с храни ?

Анализът на резултатите от анкетното проучване се отразява в процентно отношение на броя за всеки отговор спрямо общия брой участници в изследването.

**Изводи:**

Непрекъснато нарастващия дял от хранителни добавки на пазара налага необходимостта от фармацевтичната грижа за консултиране на пациента при приема им. Фармацевтите е необходимо да притежават добра терапевтична подготовка, да познават и ползват медицинската литература, за да консултират пациента относно правилния прием на добавки съобразно тяхната възраст, хронични заболявания, прием на други лекарства.

**Библиография:**

1. Попова Н.; Хранителните добавки – все повече търговия, все по-малко медицина; 23.6.2011, <http://zdrave.net/Portal/WeekTheme/Default.aspx?evntid=53501>
2. Bill J. Gurley, Clinical Assessment of Effects of Botanical Supplementation on Cytochrome P450 Phenotypes in the Elderly St John’s Wort, Garlic Oil, Panax ginseng and Ginkgo biloba, *Drugs & Aging*, June 2005, Volume 22, Issue 6, Pp 525-539
3. Stephen C. Piscitelli, Aareon H. Burstein, Nada Welden, Keith D. Gallicano and Judith Falloon, The Effect of Garlic Supplements on the Pharmacokinetics of Saquinavir, *Oxford Journals Medicine Clinical Infectious Diseases*, Volume 34, Issue 2, Pp 234-238
4. Adriane Fugh-Berman and E. Emst, Herb–drug interactions: Review and assessment of report reliability, *British Journal of Clinical Pharmacology*, Volume 52, Issue 5, Pp 587-595, November 2001
5. МЗ, Наредба N 47 (28.12.2004год.)