

A stylized, colorful illustration of a landscape. The foreground features rolling green hills with dark brown soil. On the left, there is a green tree, a purple flower, and an orange flower. A small red bird is flying in the sky. The background consists of light blue and white wavy bands representing the sky.

Siguranța utilizării suplimentelor nutritive

Prof.dr. Jurca Tünde

Efectele plantelor medicinale

- 1. Efecte benefice (prevenirea și tratamentul bolilor)
- 2. Reacții alergice
- 3. Efecte secundare
- 4. Interacțiuni
- 5. Efecte/Reacții toxice

Este nevoie de o atenție deosebită

- Copii
- Bătrâni
- Intervenții chirurgicale
- Perioada de convalescență
- Bolnavi cu afecțiuni hepatice și renale
- Gravide și lăuze
- Asocierea cu medicamente anticoagulante, psihotrope, antidiabetice orale, etc

Dificultăți la utilizarea plantelor medicinale

- 1. Efectul nu se datorează unei singure substanțe active - fitocomplex
- 2. Compoziția în principii active este influențată de: zona geografică de unde provine planta, genotip, părțile plantei, perioada de recoltare, modalitatea de depozitare, prelucrare și de solventul de extracție a principiilor active
- Sunt puține studii clinice și paraclinice
- În literatură doar 43% din interacțiunile presupuse sunt descrise pe baza studiilor clinice
- Din studii este foarte probabilă o legătura între interacțiunile dintre medicamente și suplimentele nutritive

Plante medicinale cu conținut în derivați antracenici

Aloe vera, rădăcină și tulpina de rebarbară, scoarță de crușin, frunzele și fructele de senna

Efecte: diuretic (împiedică absorbția apei și a electroliților) și îmbunătățește peristaltismul intestinal

Efecte secundare: creșterea fluxului sanguin splanhnic, crampe intestinale



Plante medicinale cu conținut în derivați antracenici

Contraindicații: sarcină, alăptare, sub 12 ani, enterită

Nu este indicată utilizarea pe termen lung

Poate fi perturbat echilibrul hidro-electrolitic, apare dependența și constipația

! Atenție la suplimentele de slăbit



Plante medicinale cu conținut în flavonoide

1. *Ginkgo biloba* - influențează mecanismul coagulării sângelui
- *Precauție* : la vârstnici, trebuie suspendat cu 36 de ore înainte de intervenții chirurgicale și nu se poate folosi concomitent cu anticoagulante, aspirină și alte AINS



Plante medicinale cu conținut în flavonoide

- 2. *Vitex agnus castus* – mielărea

Tratamentul sindromului premenstrual

Efect: dopaminergic și are efect asemănător hormonului estrogenic

Contraindicații: alăptare (scade nivelul prolactinei), în afecțiuni tumorale dependente de hormoni,

afecțiuni tiroidene



Plante medicinale cu conținut de flavonoide

- 3. Sunătoare

- Tratatamentul depresiilor ușoare
- Inducția sintezei de p-glicoproteină
- Creșterea nivelului de serotonină

Efecte secundare: fotosensibilitate

Interacțiuni farmacocinetice: sistemul enzimatic
CYP450

Induce funcționarea - sunătoarea

Inhibă funcționarea - grapefruitul



Plante medicinale cu conținut de mucilagii

- 1. *Semințe de in, semințe de pătlagină egipteană*

În caz de constipație - trebuie să fim atenți la introducerea unei cantități suficiente de lichid - reduce absorbția lichidelor din intestine

2. *Echinaceea*

Îmbunătățește funcționarea sistemului imunitar

Contraindicații:

În caz de tratament imunosupresiv (transplant de organe)

Boli cronice progresive

(TBC, scleroză, leucemie)

Copii sub 1 an



Plante medicinale cu conținut de mucilagii

- Pătlăgină, cimbrisor, iederă

Nu se administrează concomitent cu alte medicamente antitusive

Medicamente utilizate în menopauză

Soia: fitoestrogeni - contraindicații tumori dependente de estrogen

Cimicifuga racemosa

- Efect tip estrogen
- Hepatotoxicitate - din date de literatură



Interacțiuni farmacologice

Contribuie la agregarea trombocitelor

- *Allium sativum* – Usturoi 5g/zi
- *Zingiber officinale* – Ghimbir 4g/zi
- Atenție când se utilizează împreună cu anticoagulante



Uleiuri volatile

- Extrase din diferite părți ale plantelor, multicomponente, miros și gust caracteristic, se evaporă la temperatura camerei fără a lăsa urme
- Conține mono și sesquiterpene - componentul principal fenil-propan
- Utilizare:

Oral - pe suport solid/lichid

Inhalații - diluat

Freții - diluat

Uleiuri volatile

- Mentă, eucalipt, brad-mentol, pinol, camfor

La copii poate provoca spasm bronșic

Are efect iritant

Contraindicații: copii sub 3 luni, la copii cu precedentă de epilepsie sau convulsii

Poate provoca criza de epilepsie: chimen dulce, isop, camfor, salvie, rosmarin

Uleiuri volatile cu efect antihipertensiv: Rosmarin, Isop, cedru, Salvie, cimbru

Reglementare

- *Medicamente tradiționale din plante*
- *Suplimente alimentare*
- *Multe probleme cu plantele medicinale provenite din Asia*
- *Lista cu suplimente alimentare interzise sau periculoase*



Probleme legate de utilizare

- Bolnavii nu cer sfatul unui specialist și la automedicație folosesc suplimente din plante
- Doză greșită din cauza automedicației, lipsa unui diagnostic
- Bolnavii primesc tratamentul corespunzător prea târziu sau deloc
- Nu spun medicului că folosesc aceste produse și nici medicul nu se interesează
- Lipsa cunoștințelor farmacognostice ale medicilor

Probleme legate de utilizare

- Nu se gândesc că anumite efecte secundare pot să apară din cauza plantelor medicinale
- Contraindicații și atenționări de care nu se ține cont
- Lipsa atenționărilor în cazul suplimentelor alimentare
- Multe plante au efect puternic sau chiar toxic
- De obicei se folosesc aceste preparate împreună cu alte medicamente de sinteză

Atunci când nu planta este de vină

- Probleme de calitate:
 - Contaminare accidentală, lipsa certificatului de calitate, cultivare (folosirea pesticidelor), producție (medicamente versus suplimente)
 - Teorie greșită
 - Suplimente contrafăcute
 - Atenție la suplimentele pentru slăbit și potență

Surse de informații

- *Linkuri de internet:*
- *ema.europa.eu*
 - *Find medicine - căutare după plantă*
 - *Herbal medicine for human use*
 - *www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed*
 - *www.cochranelibrary.com*
 - *www.medscape.com*

Vă mulțumesc!

