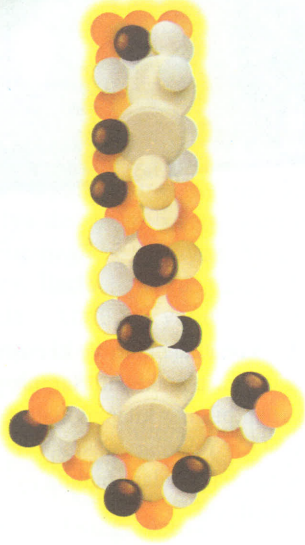


# VİTAMİN İÇİN



## DOĞRU ADRES ECZANE

Türk Eczacıları Birliği vitaminlerin eczane dışı satışının engellenmesi amacıyla başlatılan kampanyayı 23 Şubat 1999 tarihinde yapılan bir basın toplantısı ile kamuoyuna duyurdu.

Toplantıya, kampanyaya destek veren ROCHE İlaç A.Ş. yetkilileri de katılarak, bu kampanyayı neden desteklediklerini basın mensuplarına anlattılar.

*Yapılan basın toplantısının metnine aşağıda yer veriyoruz.*

Değerli Basın Mensupları,

Türk Eczacıları Birliği bugün "Vitamin İçin Doğru Adres Eczane" isimli bir kampanya başlatıyor. Roche İlaç A.Ş.'nin desteklediği bu kampanyanın amacı, öncelikle vitaminlerin bilinçsizce ve gelişigüzel

kullanılmaları sonucu ortaya çıkabilecek olumsuzlukları engelleyerek, toplum sağlığının korunabilmesidir. Bu kampanya ile, vitaminlerin eczane dışı satışının engellenmesi, vitaminlerin neden eczaneden alınması gerektiği konusunda toplumun bilgilendirilmesi ve Tarım ve Köyişleri Bakanlığı'ndan izin alarak piyasaya çıkarılan bir dizi vitaminin Sağlık Bakanlığı ruhsatıyla eczanelerden satılmasını sağlayacak yasal düzenlemeler için baskı grubu oluşturulması amaçlanmaktadır.

*Böyle bir kampanyaya neden gereksinim duyuldu ?*

Bugün ülkemizde birtakım ticari kaygılarla hareket edilerek, halk sağlığını doğrudan etkileyen ürünler gıda kapsamında değerlendirilmekte, Tarım ve Köyişleri Bakanlığı'ndan kolayca izin alınarak piyasaya sürülmektedir. Daha sonra bu ürünlerin insan sağlığı üzerindeki olumsuz etkileri gözardı edilerek, abartılı

reklamları yapılmakta ve hiçbir bilimsel dayanağı olmayan iddialarla pazara sunulmaktadır. Bu olumsuzluğun toplum sağlığı açısından yarattığı tehlike karşısında duyarsız kâlnamaz.

Vitaminlerin, hekime danışmadan eczane dışı satış kanallarından tüketiciye sunulması çabalarının ardında yatan sadece ve sadece ticari kaygılar ve daha çok kar etme amacıdır. 19 merkezde satış noktaları açılması ve bu ürünlerin orta vadede eczaneden çıkarılması planlanmaktadır. Bunun için ilk adım da atılmış, 55. Hükümetin Tarım ve Köyişleri Bakanı İstanbul'da benzer bir merkezin açılışını yapmıştır.

Okuma yazma oranı %80 olan ülkemizde, yaşlı ve kırsal nüfus arasında bu oranının %50'lere düştüğü gözönünde bulundurulacak olursa, tüketicinin yanlış kullanıma yönlendirilmesinin hiç de zor olmadığı anlaşılacaktır.

## Bu olumsuzluğa neden olan yasal düzenlemeler nelerdir?

Türkiye’de beşeri ilaçlar konusu Sağlık Bakanlığı’nın sorumluluğunda iken, veteriner ilaçlar ve gıda konusundaki sorumluluklar Tarım ve Köyişleri Bakanlığı’ndadır.

16.11.1997 tarihinde yürürlüğe giren Türk Gıda Kodeksi Yönetmeliği ile, 1262 sayılı yasayla Sağlık Bakanlığı’na verilen bazı yetkiler Tarım ve Köyişleri Bakanlığı’na devredilmiştir.

Bu tarihten sonra bazı vitaminler ve beslenme desteği ürünler, bitkisel ürünler ve mamalar Sağlık Bakanlığı yerine Tarım ve Köyişleri Bakanlığı’ndan izin alarak piyasaya verilmiş ve bu uygulamadan kaynaklanan olumsuzluklar bugün gerçekten halk sağlığını tehdit eder boyutlara ulaşmıştır.

*Bazı ürünlerin, doğrudan insan sağlığını ilgilendirdikleri halde, 560 sayılı KHK’ye dayandırılarak gıda kapsamında değerlendirilmeleri sakıncalıdır. Çünkü;*

- ✓ Tıbbi etkilere sahip doğal maddeler (bitkisel/mineral) normal besin maddeleri gibi tüketilemez.
- ✓ Bunların pek çoğu klinik etkinlik ve emniyet çalışmalarından yoksundur ve bu nedenle her kullananda nasıl bir etki ve yan etki göstereceği bilinmez; kontrolsüz ve reklama dayalı tüketim, tüketici sağlığını olumsuz yönde etkiler.
- ✓ Tarım ve Köyişleri Bakanlığı tarafından hazırlanan Gıda Kodeksinde bu ürünler için hiçbir kriter yoktur dolayısıyla bu ürünlerin günlük tüketim dozları, birim doz maksimum değeri gibi değerlendirmeler sadece üretici beyanına dayanmaktadır.

✓ Sağlık Bakanlığı tarafından ilaç müstahzarı olarak ruhsatlandırılanlar ile aynı terkipte, hatta daha yüksek dozda etkili madde içeren preparatlara Tarım ve Köyişleri Bakanlığı tarafından “gıda katkısı” adı altında izin verilmekte ve bunlar eczane dışında satılarak, reklamı yapılmaktadır. Örneğin; 1000’ü vitamin E, 50 mg çinko, 250 mg magnezyum, tedavi için öngörülen dozlarda ve hatta bunların da üzerindeki yüksek dozlarda ve monokomponent olarak Tarım ve Köyişleri Bakanlığı’ndan izin alabilmektedir.

✓ Her ne kadar bu ürünler için Tarım ve Köyişleri Bakanlığı’na yapılan başvurularda tıbbi bir kullanımdan söz edilmiyorsa da bir kez izin alınıp piyasaya çıktıktan sonra, bu ürünlerin tanıtımlarında değişik hastalık ve fonksiyonel bozukluklara iyi geldiği yolunda iddialara yer verilmektedir.

✓ Sağlık Bakanlığı’nın elinde yıllardır tüm analizlerin yapıldığı hazır, çalışan laboratuvarlar dururken, elinde hiçbir laboratuvar olanağı olmayan ve gerekli analizleri kendi kuruluşunda yaptıramayan Tarım ve Köyişleri Bakanlığı’nın bu tür ürünlere izin vermesi anlaşılır gibi değildir.

✓ Etkilerden kaynaklanabilecek olumsuzlukların yanısıra, ürünlerin kaliteleri (safiyetleri, kontaminasyonları, içerik doğruluğu, ilaç formunda olduklarından bu formun gerektirdiği genel farmasötik ve teknolojik özellikler vb.) açısından da sorunlar yaşanabilmektedir. Ayrıca ürünlerin ambalaj ve etiket bilgileri, kullanıcıyı uyaracak mahiyette değildir.

✓ Tarım ve Köyişleri Bakanlığı’ndan kolayca izin alan bu ürünlerin pazarlama stratejileri ise bir sağlık ürünü için kabul edilebilecek ahlaki kuralların dışına çıkmakta ve tüketici sağlığı ve güvenliği göz ardı edil-

mektedir. Elimizde pek çok sayıda bu tür tanıtım örnekleri bulunmaktadır.

## Üreticiler neden bu yolu seçiyorlar?

Nutrisötik üreticileri, C vitamini, besleyici elementler ve minerallerin farmasötik ürün olarak kabul edilmesini istememektedirler. Bunun nedeni; *ilaçların ruhsatlandırılması ve pazarlanmasında uygulanan sıkı kuralların gıda kapsamında değerlendirilen ürünlere uygulanmamasıdır. Böyle bir yaklaşım ise, üreticilerin ürünlerini kolayca pazarlayabilmelerine olanak sağlamaktadır.*

Ancak, bu tür ürünleri üretenlerin etkinlikle ilgili iddialarda bulunup da ilaçla ilgili düzenlemelerden kaçmaları kabul edilemez bir durumdur. Bu durum, halk sağlığını ciddi bir şekilde tehdit eden, insanları hiçbir bilimsel kanıta dayandırmayan iddialarla yanlış yönlendiren etiket ve reklamlarla pazarlanan, üretim kalitesi şüpheli ürünler için çok uygun bir ortam yaratmaktadır.

İlaç depoları ve eczaneler de devre dışı bırakılarak, bu ürünler uygun olmayan koşullarda saklanmakta ve güneş altındaki tezgahlarda bile satılabilmektedir.

Bu durumdan zarar gören, yanlış yönlendirilmiş tüketiciler olmaktadır.

## Vitamin alımının özellikle önemli olduğu dönemler veya gereksinimini arttıran alışkanlıklar var mıdır?

İnsanın günlük vitamin gereksinimi çeşitli faktörlere bağlıdır. Yaş, cinsiyet, beslenme alışkanlıkları ve diğer etkenler vitamin ihtiyacını belirler.

### Vitamin gereksinimini arttıran durumlar :

a)Gebelik, laktasyon, büyüme, meslek ya da sportif aktivite nedeniyle yapılan aşırı kas çalışması gibi vücutta metabolik olayların hızlandığı fizyolojik durumlar,

b)Ağır ateşli hastalıklar, travma, hipertiroidizm ve ağır doku yıkımı gibi metabolizmanın hızlandığı patolojik durumlar,

c)Diyette ana besin öğelerinden birinin veya birkaçının miktarının değişmesi belirli bir vitamene olan gereksinimi azaltabilir veya çoğaltabilir,

d)Biyoyararlanım, mide bağırsak kanalı ile ilgili bazı patolojik durumlar ve ağızdan alınan bazı ilaçlar belirli vitaminlerin bağırsaktan absorpsiyonunu azaltırlar, bu nedenle vitamin gereksinimini artırır,

e)Genetik ve kişisel özellikler,

f)İklim ve coğrafi bölge, çevrede var olan besin çeşitlerinin kısıtlı olmasına yol açarak besinler içinde alınan vitamin miktarını değiştirir,

g)Antivitamin niteliğinde olan veya vitaminlerin farmakokinetiğini değiştiren ilaçlarla tedavi.

### Vitaminlerin gelişigüzel pazarlanması ve kullanılması sonucu ortaya çıkabilecek olumsuzluklar nelerdir ?

Beslenmenin sağlık için önemi hepimizce malumdur. Ancak vücudun ihtiyacından fazla, yüksek dozda alınan vitaminlerin birbirlerini etkilediği ve bir diğerinin eksilmesine yol açarak, fizyolojik dengeyi bozduğu ve sağlık sorunlarına yol açtığı da bilinen bir gerçektir. Aynı vitamini/minerali ihtiva eden birkaç ürünün birarada kullanılması vücutta

yüksek doz oluşmasına ve belki de birikime yol açarak olumsuz sonuçlar ortaya çıkarabilmektedir.

i)Vitaminlerin en fazla suistimal edilen ilaç grubu olduğu söylenebilir. Bunun nedenleri;

- Bazı kişilerin ve hatta bazı hekimlerin vitaminleri toksik olarak kabul etmemeleri,

- Belli bir hastalık veya sendrom türüne uymayan yada nörotik tipte şikayeti olan hastalara, şikayetlerini vitamin eksikliğine bağlayarak veya "ilaç vermiş olmak için" vitamin verilmesi,

- Askorbik asidin en sık görülen bir hastalık türü olan nezle ve gribe karşı etkili olduğu veya bir vitaminin ağrıya ve diğer bazı nörolojik rahatsızlıklara iyi geldiği şeklindeki yanlış iddialar.

#### ii)Vitamin Toksisitesi;

Vitaminlerin besin öğesi olmaları nedeniyle yüksek dozda alındıklarında bile zehirli olmadıkları sanılır. Bu görüş bazı vitaminler için doğrudur. Diğer bazıları ise yüksek dozda alındıklarında toksik etkilere neden olurlar.

En ciddi zehirlenme halleri yağda çözünen vitaminler olan A ve D vitamini tedavisi sırasında ortaya çıkabilir.

- Yüksek dozda niasin, vazodilatör etkisi nedeniyle yüzde kızarma, sıcak basması, ciltte iğnelenme gibi farmakodinamik belirtiler meydana getirebilir.

- Niasin ve K vitaminleri hepatotoksikite yapabilir.

- Folik asit fazla dozda alındığında pernisiyöz anemili hastalarda teşhise yardım eden hematolojik belirtileri düzelterek, hastalığı gizleyebilir. Bunun sonucu nörolojik belirtilerin farkına varılmadan

gelişmesine ve varsa daha kötüleşmesine neden olabilir.

Yukarıda sayılan durumlar, vitaminlerin, diğer besin öğeleri gibi gelişigüzel alınmalarının doğru olmadığını ve bu maddelerin ilaç gibi dikkatli kullanılmaları gerektiğini göstermektedir.

Yağda çözünen vitaminler olan A, D, K ve E vitaminlerinin farmakokinetik özellikleri ve nitelikleri, suda çözünen vitaminlerden "çözünme özelliği" açısından farklılık göstermektedir. Yağda çözünen vitaminlerin vücutta birikme yapılarından dolayı toksik etkileri ciddi boyutlara erişmektedir.

- A vitamini yüksek dozda alındığında akut ve kronik zehirlenme tabloları ortaya çıkabilir,

- A vitamininin vücuttan eliminasyonu yavaş olduğu için akut ve kronik zehirlenme belirtileri, vitamin kesildikten sonra çabuk ortadan kalkmaz. Çocuklarda büyümenin durması ve zeka geriliği gibi kalıcı bozukluklar olduğu saptanmıştır.

- Retinol ve retinoidler teratojenik etkileri nedeniyle gebelikte kesinlikle kullanılmamalıdır.

- E vitamini erişkinlerde 800 ünite ve daha yüksek günlük dozlarda uzun süre alındığında bazen bulantı, kaslarda güçsüzlük, yorgunluk, görme bulanıklığı yapar.

iii) Vitamin konusunda bilinmesi gereken en önemli parametrelerden biri de ilaç-vitamin etkileşmeleridir .

Megaloplastik anemiden, kanamaya, depresyondan raşitizme kadar çeşitli olumsuz sonuçları olan bu etkileşmelerin mutlaka çok iyi bilinmesi ve bu nedenle hastadan vitaminle birlikte aldığı ilaçlarla ilgili bilgi alınması son derece önemlidir.