

זהירות! תוספי תזונה

מולי אפשטיין – מכון וינגייט

Natural Assets[®]
Nutritional Supplements
for a Healthy Life

ALL NATURAL ■ TOTALMENT NATURELS ■ TODO NATURAL

Suplementos Naturales
para una VIDA SANA

Suppléments Nutritionnels
pour une EXCELLENTE SANTÉ

omana GROUP, LLC.
Made in USA

> more details

ממצא סימום חיובי

- חומרים אסורים בשימוש על פי WADA
- שיטות אסורות בשימוש
- מניפולציות אסורות
- עבירות סימום נוספות
- Non Analytical Positive

תרופות vs. תוספי תזונה

<p>חוק רישום תוספי תזונה dietary supplements בישראל¹³</p>	<p>חוק רישום תרופות בישראל</p>	
<p>•לא נדרש מידע (מחקרים קליניים) התומך ביעילות התוסף. •אין סטנדרטיזציה, לכן ישנה שונות גדולה בין המוצרים.</p>	<p>•דרושים מחקרים קליניים להוכחת יעילות במוצרים אתיים •מבחני ביואקויוולנס בגנריקות</p>	<p>הוכחת יעילות וסטנדרטיזציה</p>
<p>•תוסף תזונה חייב לעמוד בכל התקנות החלות לגבי מזון •לא נדרשים מחקרים קליניים •כל מידע בקשר לבטיחות המוצר ורכיביו חייב להיות מבוסס על ספרות מדעית מקובלת כמו דיווחים של גופים ממשלתיים או הספרות המדעית המבוקרת (PEER REVIEWED) •הערכת בטיחות מתקבלת מארגונים מוכרים</p>	<p>•דרושים מחקרים פרה-קליניים וקליניים להוכחת בטיחות (רמה טוקסית) נדרש פרופיל תופעות לוואי</p>	<p>הוכחת בטיחות</p>
<p>•לא נדרש •נדרש כיתוב המבהיר שהמוצר הינו תוסף תזונה ומרכיביו. •לגבי ויטמינים ומינרלים חיוניים יש לכתוב את ה RDA</p>	<p>•נדרש כולל פירוט הוראות מתן, אזהרות, תגובות בין תרופתיות, תופעות לוואי, מינון, אופן השימוש.</p>	<p>עלון לצרכן</p>

שטחים אפורים

- בשלהי שנות ה-90 – מקרים רבים של ננדרולון
- המקור – תוספי תזונה שנמכרים OTC
- חלקם – רשימת רכיבים גלויה ומחשידה
- חלקם – "תמימים" וללא כל פירוט של רכיב חשוד



פוטנציאל סיכון

➤ תוספי תזונה המכילים Ma Huang

➤ פרו-הורמונים

➤ תוספי תזונה המזוהמים בפרו-הורמונים

תוספי תזונה המכילים חומרים ממריצים

Positive Ephedrine Case after Ma Huang Application



- **Content per tablet**

Ma Huang 333 mg

Guarana 333 mg

- **Suggested use**

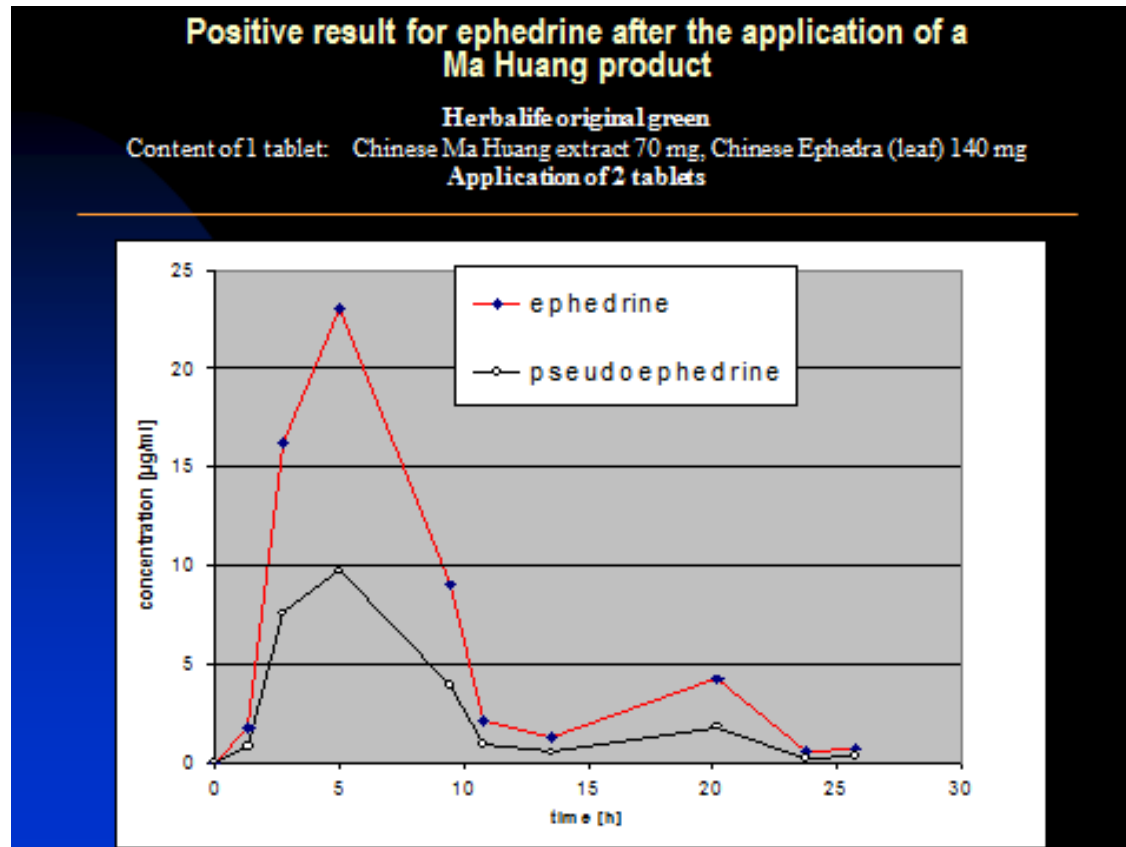
2-4 tablets 30 min prior to effort

- **Results 4 h after 1 tablet**

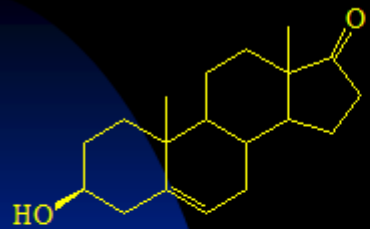
Ephedrine 26 µg/ml

Pseudoeph. 5 µg/ml

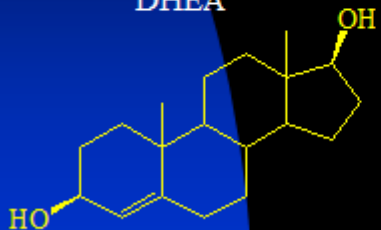
ממצא חיובי לאחר נטילת תוסף תזונה



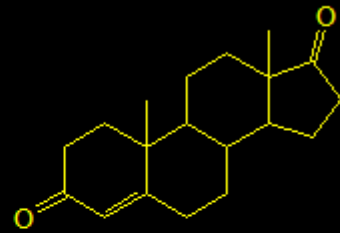
Prohormones of Testosterone



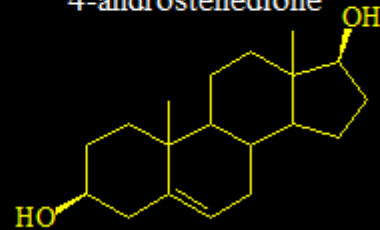
DHEA



4-androstenediol



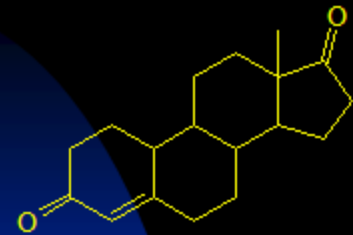
4-androstenedione



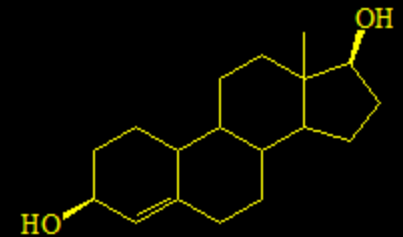
5-androstenediol

פרו-הורמונים

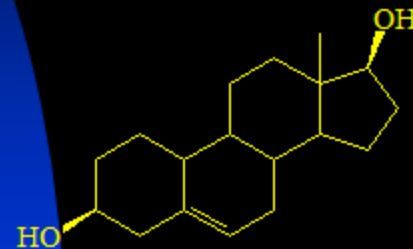
Prohormones of Nandrolone (19-Nortestosterone)



19-Nor-4-androstenedione



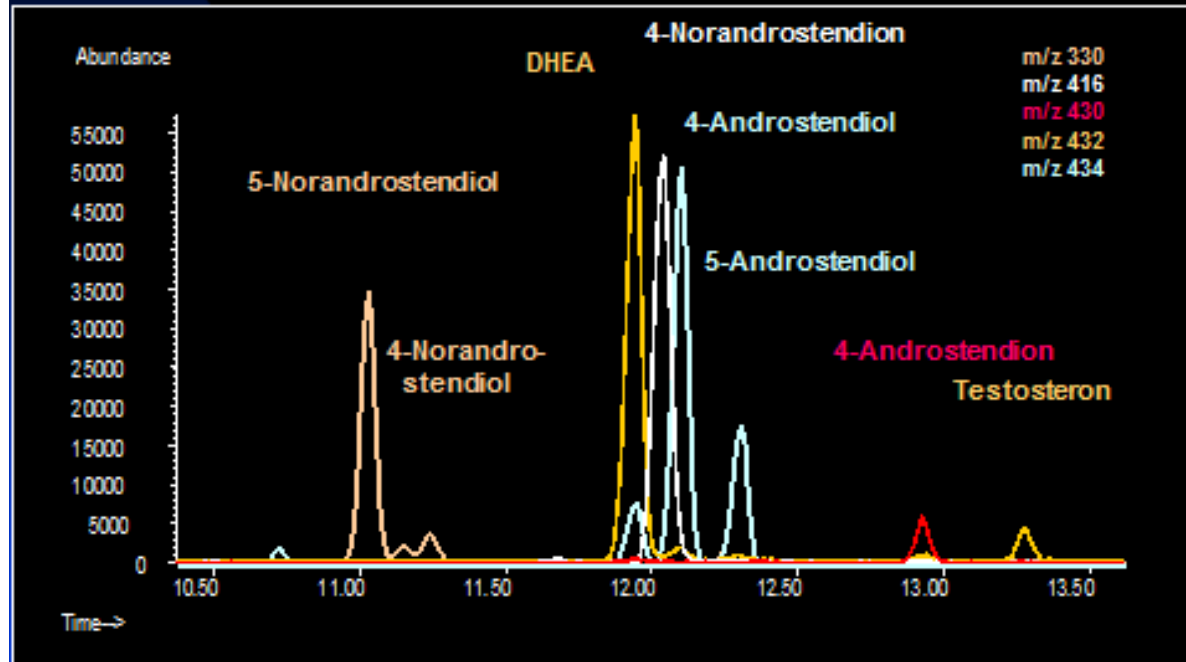
19-Nor-4-androstenediol



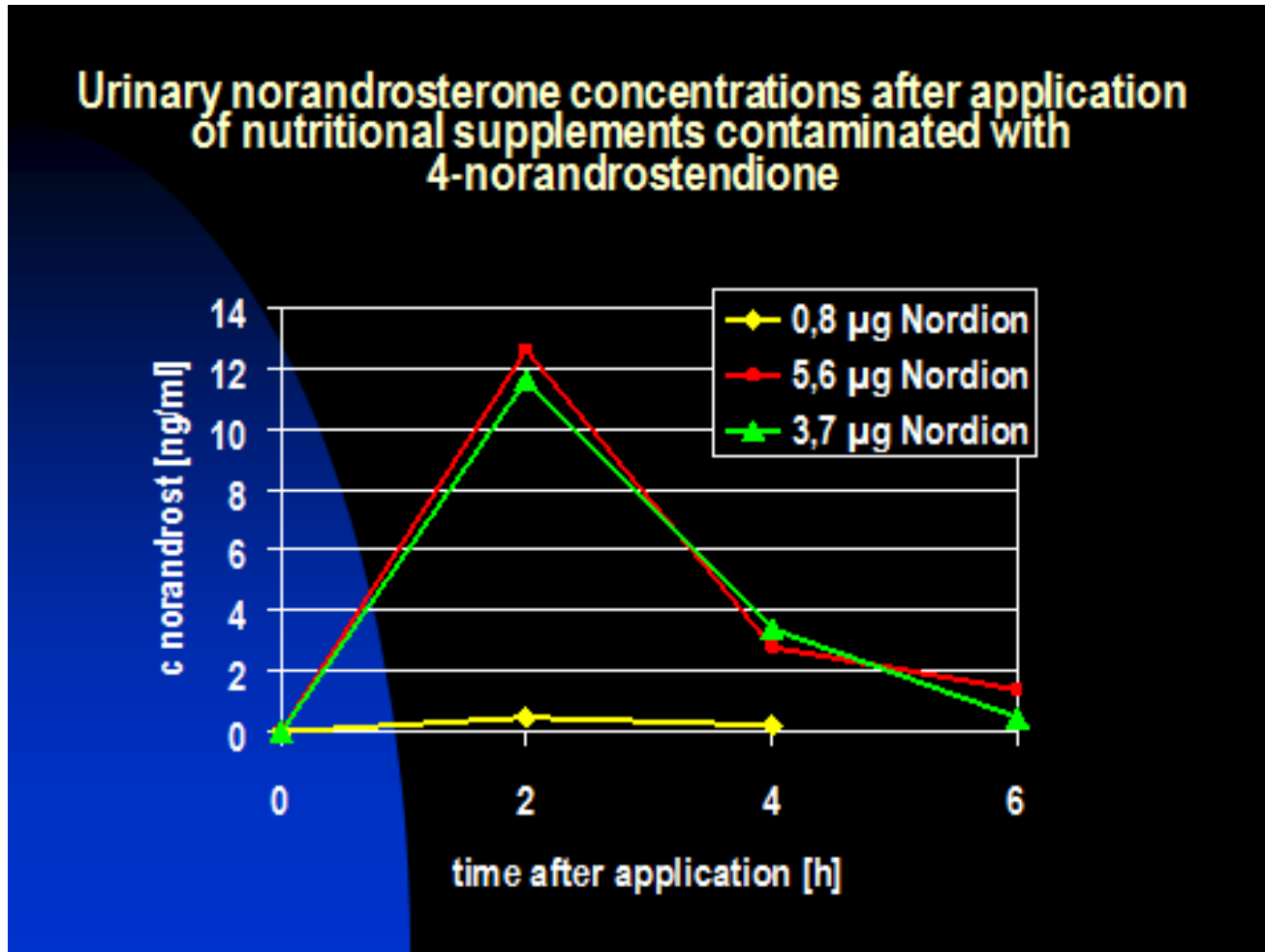
19-Nor-5-androstenediol

תוספי תזונה מזוהמים

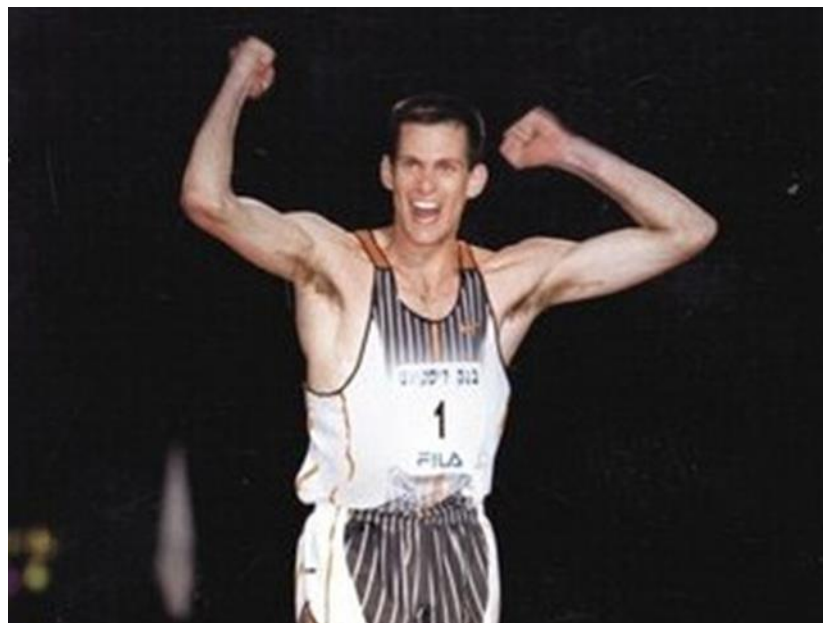
Not declared prohormones in a creatine product



ממצא חיובי בעקבות תוסף מזוהם



סיפורו של הקופץ איתי מרגלית



Cross-contaminations of nutritional supplements with prohormones

International IOC-study (2001)

- analyses of 634 nutritional supplements
 - purchased in 13 countries
 - from 215 companies located in 15 diff. countries

14,8 % of the nutritional supplements contained prohormones not declared on the label



Positive nutr. suppl. in relation to the total number of supplements purchased in different countries (2001)

country	no. of products	no. of positives	percentage of positives
Netherlands	31	8	25.8 %
Austria	22	5	22.7 %
UK	37	7	18.9 %
USA	240	45	18.8 %
Italy	35	5	14.3 %
Spain	29	4	13.8 %
Germany	129	15	11.6 %
Belgium	30	2	6.7 %
France	30	2	6.7 %
Norway	30	1	3.3 %
Switzerland	13	-	-
Sweden	6	-	-
Hungary	2	-	-



Results of analyses of 153 "non hormonal" supplements

- 18 different supplements from 12 different companies contained prohormones, not declared on the label
- 15 of the 18 supplements contained 19-norsteroids
- The contaminated supplements have been bought in USA, UK, Sweden, Norway, Germany, Belgium, **Israel**

הנתפס הצעיר בעולם?

- שחיין בן 13 מברזיל
- נבדק במהלך האליפות הארצית לילדים
- החומר שנמצא – Methylhexaneamine
- משמש לטיפול בגודש באף ודוחה עייפות
- התוסף שנלקח - Jack3d



הנחיות

- אין לצרוך תוספי תזונה על דעת עצמכם
- אם קיבלתם תוסף תזונה מגורם חיצוני - דווחו
- "דגלים אדומים"
- אין להזמין תוספי תזונה באינטרנט
- יש לדווח ולקבל אישור על כל תרופה בה הינכם משתמשים, חלקם עלולות לגרום למבדק סימום חיובי
- נוהל TUE – החרגה של תרופות אסורות