

TVEGANJA NA PODROČJU PREHRANSKIH DOPOLNIL

Martina Puc

TVEGANJA NA PODROČJU PREHRANSKIH DOPOLNIL

Avtorica: Martina Puc

Urednica: Martina Puc

Tehnična urednica: Špela Vozelj

Izdal in založil: Založba COVIRIAS, Parmova 14, 1000 Ljubljana

telefon: 01 23 22 097, info@covirias.si

Ljubljana, junij 2020

1. izdaja

Brezplačna publikacija

Publikacija je izdana v elektronski obliki v formatu pdf.

Publikacija je objavljena na spletni povezavi: www.COVIRIAS.eu

Katalogni zapis o publikaciji (CIP) pripravili v Narodni in univerzitetni knjižnici v Ljubljani

COBISS.SI-ID=20122883

ISBN 978-961-94432-8-6 (pdf)

Predgovor

Da bi tveganja na področju prehranskih dopolnil lahko začeli obvladovati, je potrebno začeti z njihovo sistematizacijo, spremljanjem in analizo podatkov ter na teh podatkih temelječim ukrepanjem. V javnosti lahko zasledimo skrajna stališča, kot npr. »prehranska dopolnila so popolnoma neškodljiva«, kot tudi, da predstavljajo veliko tveganje. Vprašanje je, ali za temi stališči stoji globoko poznavanje področja ali zgolj predsodki. Lahko pa prepoznamo skupni imenovalac zelo različnih stališč o prehranskih dopolnilih in povezanih tveganjih, to je neurejenost področja in občutek nemoči deležnikov, da bi karkoli spremenili ali vsaj vplivali na spremembe. Po skorajda 30 letih dela na tem področju menim, da dejanske in potencialne težave povzroča več različnih dejavnikov. V prvi vrsti opažam vztrajno ignoranco kompleksnosti področja s strani različnih deležnikov. Prehranska dopolnila se podcenjujejo, kar se v praksi kaže s konkretnim vedenjem. Na primer, pridobivanje znanja ni sistematično in prevladuje mnenje, da vsak kar ve, kaj je prehransko dopolnilo. Pa vendar t.i. poznavalci uporabljajo besedno zvezo prehranski dodatek kot sinonim za prehransko dopolnilo in vztrajno govorijo o učinkovinah, primerjajo pristop kakovosti v farmacevtski industriji s prehransko, ne da bi ga zares poznali in podobno. Zakaj sta torej od prvega prostovoljnega preverjanja poznavanja osnov področja prehranskih dopolnil pred petimi leti na Inštitutu za raziskave in razvoj kakovosti test do sedaj v prvem poskusu opravili le dve osebi? Poleg tega pa na dojemanje urejenosti področja pomembno vplivata še kvalitativna in kvantitativna obsežnost novih znanstvenih spoznanj in parcialen pristop znanosti. Vrstijo se raziskave o učinku posameznih sestavin na bolezni, ne pa o vlogi v normalnih fizioloških procesih. Objaviti znanstveni članek s ključnima besedama »FoodSupplements« je danes skorajda misija nemogoče, saj recenzenti vztrajajo na besedni zvezi »DietarySupplements«. In vsakomur, ki se resno ukvarja s prehranskimi dopolnili, je jasno, da razlika med poimenovanji ni zgolj semantična. A tveganj ne smemo ignorirati, saj so lahko pogubna tako za samo panogo kot tudi za druge deležnike, vključno z njihovimi uporabniki.

Martina Puc

Spremna beseda

Sektor prehranskih dopolnil je dinamičen sektor, tako kot pravzaprav celotna živilska industrija, kateri pripada. Podjetja razmišljajo inovativno ob zavedanju, da obstajajo osnovne zakonske predispozicije in da obstaja globalno ekonomsko gonilo, ki je lahko v navdih in hkrati breme. Biti danes konkurenčen na trgu s hrano je velik izziv. Sektor prehranskih dopolnil ima potencial, ki pa je velikokrat napačno interpretiran. Spodbudna je misel, da obstaja širši konsenz glede tega, da je potrebno v Sloveniji stopiti skupaj, pogledati na sektor in ponudbo na trgu na sistematični način, predvsem pa imeti ob tem v mislih zaščito javnega zdravja. Tveganja na področju prehranskih dopolnil pa vendarle obstajajo.

Avtorica publikacije je vsekakor ena izmed vidnejših strokovnjakinj in poznavalk področja, zato je njene ugotovitve ključnega pomena za nadaljnje aktivnosti, ki jih želimo v okviru Združenja za prehranska dopolnila pri GZS-Zbornici kmetijskih in živilskih podjetij na koordiniran način peljati z vsemi zainteresiranimi sogovorniki. Z deležniki smo se v zadnjem letu intenzivno pogovarjali o ključnih tveganjih, dobrih in slabih praksah in delili misli. Da bomo lahko priča pozitivnim učinkom na trgu, bo pa potrebno še kar nekaj vztrajnosti in strokovnega dela. Vendar se je ravno zaradi tega vredno potruditi in strokovno spregovoriti o dejstvih in ne prepričanjih.

Potrošnik prehranskih dopolnil zahteva tisto, kar vidi, prebere, sliši, zato je upravičeno razočaran, če ne celo jezen, ko temu ni tako. Zagotavljanje skladnosti in ustreznosti informacij o prehranskih dopolnilih je osnovna naloga nosilcev živilske dejavnosti. Vendar pa menimo, da je ureditev stanja na trgu možna zgolj na način, da si postavimo trdne temelje, ki jih vsi razumemo na enak način.

Govoriti o prehranskih dopolnilih ni dovolj, se spraševati o njih je že veliko, razumeti pa jih je težko. Pričujoča elektronska publikacija je lahko vzvod, da bomo o prehranskih dopolnilih pričeli v Sloveniji govoriti isti jezik.

Ljubljana, 15.06.2020

dr. Petra Medved Djurašinović,
sekretarka Združenja za prehranska dopolnila pri GZS-Zbornici kmetijskih in živilskih podjetij

dr. Tatjana Zagorc,
direktorica GZS-Zbornice kmetijskih in živilskih podjetij

Tveganja na področju prehranskih dopolnil

Za začetek kakršnegakoli resnega pogovora o tveganjih na področju prehranskih dopolnil moramo upoštevati medsebojno povezanost različnih deležnikov. Neurejenost področja namreč lahko povzroča nepredvidljive posledice tako uporabnikom teh izdelkov (Liu Z, Chen P. A case of erectile dysfunction induced by red yeast rice in lipid-lowering therapy. *Phytother Res.* 2018;32(5):953-954) kot tudi gospodarstvu, pa tudi drugim velikim sistemom. V prvi vrsti je to zdravstvo, saj predstavljajo najhujši primeri neželenih dogodkov poleg ogroženosti zdravja posameznikov tudi obremenitev sistema, čeprav so v resnici lahko mnogo vplivnejše dolgoročneje posledice npr. v uporabi teh izdelkov kot dodatkov za razliko od dopolnil k prehrani ali celo kot neregistriranih zdravil (M. Puc. Kaj bi moral vsak terapevt vedeti o prehranskih dopolnilih? Zbornik srečanja Združenja za integrativno medicino Slovenije, Gornja Radgona 2018). Razmišljati pa je smiselno tudi npr. o dolgoročnem zaupanju v uradno znanost in izobraževanje, če kontradiktorno deluje na tem področju (npr. skrivanje konflikta interesov, spodbujanje trženja izdelka za zdravljenje brez registracij izvajalcev in izdelkov po veljavni zakonodaji).

Samo končnih izdelkov je na slovenskem trgu po podatkih v bazi P3 Professional^{©1} nekaj tisoč (Puc M. Pravi izzivi trženja prehranskih dopolnil v letu 2016, COVIRIAS 2016). Posplošena obravnava tveganj samo iz vidika izdelkov in vseh prehranskih dopolnil kot celote, ne daje rezultatov v smislu obvladovanja tveganj, kar kaže v praksi npr. tudi dejanska situacija z izdelki, ki vsebujejo sestavine iz konoplje. Obravnava vseh sestavin ene rastline na enak način namreč vodi v zmešnjavo in nesporazume. Tako npr. beljakovine iz konoplje praktično ne predstavljajo nobenega tveganja za uporabnike za razliko od posušene rastline ali njenih delov ter celo različnih izvlečkov oziroma smole. Obravnava izdelkov po P3 Professional[©] kategorijah in P3 lastnostih[©] prehranskih dopolnil po drugi strani omogoča smiselne primerjave (Puc M., Blaznik U., Galjot M. Konoplja na krožniku- nekateri drugi pogledi. COVIRIAS 2016).

Tveganja za uporabnike, ki izvirajo neposredno iz končnih izdelkov na trgu, predstavljajo le del tveganj. Vendar so tudi ta tveganja zelo raznolika tako po svoji naravi oziroma mehanizmu, izvoru kot tudi posledicah. Mednje sodijo npr.:

- neželen prevelik vnos posameznih hranil (vnos hranil iz različnih virov se sešteva),
- neželen prenizek vnos posameznih hranil (zanašanje na zadostnost vnosa iz prehranskih dopolnil ne glede na deklarirano oziroma dejansko vsebnost),
- neželen vnos zdravilnih učinkovin (nedeklarirana vsebnost zdravilnih učinkovin),
- zapoznelo zdravljenje bolezni (obravnavanje bolezenskih simptomov in znakov zgolj v luči prehranskega statusa),
- napačne diagnoze (obravnavanje bolezenskih simptomov in znakov zgolj v luči prehranskega statusa),
- vnos različnih nečistoč (slaba kakovost proizvodnih procesov),
- vnos neznanih sestavin (razumljivo poimenovanje in razumevanje kategorije, v katero sestavina sodi; kakšno prehransko vrednost neka sestavina zagotavlja),
- trženje prehranskih dopolnil pod drugimi statusi (zdravila, zdravila drugih zdravilskih sistemov, medicinski pripomočki),
- trženje izdelkov z drugimi nameni uporabe in mehanizmi delovanja (zdravila, zdravila drugih

¹ Baza, sistem usposabljanj, kategorije izdelkov in lastnosti izdelkov z oznako P3 Professional[©] so intelektualna lastnina M. Puc. Njihovo navedbo ali sklicevanje nanje je potrebno citirati z oznako P3 Professional[©] in navedbo avtorstva M. Puc.

zdravilskih sistemov, medicinski pripomočki).

Poleg teh tveganj pa je uporabnik prehranskih dopolnil izpostavljen neželenim dogodkom tudi zaradi:

- posplošenih povečujočih informacij o prehranskih dopolnilih,
- posplošenih omalovažujočih informacij o prehranskih dopolnilih,
- zavajajočih informacij oseb, ki nastopajo »v imenu« javnih institucij in zlorablajo njihovo dobro ime,
- nezakonito oziroma nestrokovno razvrščanje izdelkov.

Vzroki tveganj za uporabnike prehranskih dopolnil so zelo različni, zato jih ne moremo obvladovati brez razumevanja kompleksnosti vpliva deležnikov. Kakovost izdelkov namreč po proizvodnji, ko se trženje začne, ni konstantna, vpliva pa močno na tveganja pri uporabi teh izdelkov. Sem lahko štejemo:

- vpliv na stabilnost sestavin,
- predstavitev namena uporabe izdelka,
- upoštevanje splošne prehranjenosti uporabnika in posploševanje na celo populacijo ali njen del,
- upoštevanje siceršnjega zdravstvenega stanja in posploševanje na celo populacijo ali njen del,
- interakcije z drugimi izdelki, ki jih uporabnik uživa.

Iz vidika vpliva deležnikov na tveganja za uporabnike lahko dodatno identificiramo potencialne nevarnosti po verigi vrednosti na poti izdelka do končnih uporabnikov:

- proizvodnja glavne sestavine
 - postopek sinteze in zaostanki uporabljenih kemikalij in topil
 - postopek ekstrakcije in zaostanki uporabljenih kemikalij in topil
 - biotehnološki postopek in zaostanki uporabljenih kemikalij in topil
 - predstavitev namena uporabe, koncept in namen raziskav o delovanju
- proizvodnja tehnološke oblike
 - brez obveznih standardov je vsaka proizvodna linija tehnološke oblike unikat
 - predstavitev namena uporabe, koncept in namen raziskav o delovanju
- nosilec blagovne znamke
 - pakiranje (interakcija z ovojnino, stabilnost)
 - oprema (možnost doziranja, npr. z žličko, kapalko)
 - predstavitev namena uporabe, koncepta in namena raziskav o delovanju
- uvoz iz tretjih dežel
 - pogoji v carinskih skladiščih
 - predstavitev namena uporabe, koncepta in namena raziskav o delovanju
- distribucija
 - dobra transportna praksa
 - predstavitev namena uporabe, koncepta in namena raziskav o delovanju
- maloprodaja
 - predstavitev namena uporabe
 - koncept svetovanja (upravičenost terapevtskih pristopov, kompetence zanje in razmerje odgovornosti)

Na področju trženja prehranskih dopolnil v Sloveniji je veliko različnih deležnikov v gospodarstvu in tudi izven gospodarstva:

- proizvajalci glavnih sestavin: globalni, evropski, domači
- proizvajalci tehnoloških oblik: globalni, evropski, domači
- proizvajalci nosilci blagovnih znamk: globalni, evropski, domači
- uvozniki iz tretjih držav: glavnih sestavin, tehnoloških oblik, izdelkov konkretnih blagovnih znamk
- distributerji znotraj Evropske unije: glavnih sestavin, tehnoloških oblik, izdelkov konkretnih blagovnih znamk
- distributerji znotraj Slovenije
- mednarodne fizične maloprodajne verige
- mednarodne spletne maloprodajne verige
- mednarodne družbe direktnega marketinga
- mednarodne družbe direktne prodaje
- lokalne fizične maloprodajne verige
- lokalne spletne trgovine
- posamezne lokalne fizične trgovine
- posamezne lokalne direktne prodaje
- posamezne lokalne družbe direktnega marketinga
- zdravniki, medicinske sestre itd.
- terapevti, psihologi
- pa tudi družbe, ki se na nacionalnem in/ali regionalnem in/ali EU in/ali evropskem in/ali mednarodnem trgu ukvarjajo zgolj z marketinškimi aktivnostmi in konkretnih izdelkov ne prodajajo in/ali distribuirajo, močno pa posegajo v deklaracije izdelkov in komunikacijo o njih

Tveganja za gospodarstvo izvirajo iz nepredvidljivih, nesistematičnih ukrepov, kadar le-ti niso usklajeni med različnimi organi in z vso zakonodajo. Zato je tako pomembno, da je za vsak ukrep jasno, koga se želi zaščititi in pred kom ali čim, ter preveriti, kako ta ukrep vpliva na celoten sistem.

Pri obravnavanju deležnikov je za rezultat pomembna hierarhija obravnave. To pomeni, kaj je na vrsti najprej vprašanje, koga se obravnava najprej ali bolje rečeno, katere zakonske omejitve oziroma pravila je najbolj nujno spoštovati. Iz vidika HACCP (ang. Hazard Analysis and Critical Control Point, analiza tveganja in ugotavljanja kritičnih kontrolnih točk) načel je prva transparentnost dejavnosti. Za pristojne organe in za družbo kot celoto je tako smiselno, da najprej poskrbimo, da so nosilci dejavnosti prehranskih dopolnil davčni zavezanci v Sloveniji oziroma v Evropski uniji, da so prijavljeni kot nosilci živilske dejavnosti na Zdravstvenem inšpektoratu Slovenije ter, da uporabljajo uradno dogovorjeno terminologijo in s tem ne vnašajo na trg dodatne zmede.

Zdravo gospodarstvo si želi urejen trg, saj je za varstvo uporabnika pred nepotrebnimi tveganji potrebno:

- sodelovanje, ki omogoča čim boljše predvidevanje tveganj,
- sistematična obravnava na podlagi analize pozitivnih in negativnih vplivov,
- postopnost, predvidljivost in transparentnost,
- vpliv tako na gospodarstvo kot tudi na zdravstvo, kar zahteva transparentnost odločanja in vpletenost deležnikov.

Obvladovanje tveganj je potrebno tako za zaščito uporabnikov prehranskih dopolnil kot tudi vpletenega gospodarstva ter drugih velikih sistemov. Zato je potrebno:

- sprejemanje ukrepov na podlagi zaznanih in temeljito analiziranih nutrivigilančnih primerov,
- sprejemanje ukrepov na podlagi podatkov o ponudbi na trgu,
- sprejemanje ukrepov na podlagi podatkov o deležnikih.

Za vrednotenje tveganj je potrebno ovrednotiti ali sistematično oceniti vrednost:

- verjetnosti in
- posledic.

V izredni situaciji v obliki pandemije Covid-19 pa so prišla na dan predvsem tveganja povezana z naslednjimi pojavi:

- povečana izpostavljenost prebivalstva sporočilom medijev, predvsem spleta in televizijskim kanalom, v katerih ne komunicirajo samo proizvajalci preko oglaševanj svojih izdelkov,
- osredotočenje prodaje predvsem na splet, živilske trgovine in lekarne,
- vključevanje neznanih igralcev in izdelkov,
- prodaja zdravil, ki to niso.

Na vprašanje, kako bomo spremljali in ovrednotili posledice teh tveganj, imamo samo en odgovor, to je z nutrivigilanco. Zato bi bila potrebna še posebna spodbuda za evidentiranje primerov v nutrivigilančni sistem (Blaznik U. et al. Spremljanje neželenih dogodkov v povezavi z živilski/prehranskimi dopolnili - nutrivigilanca. Isis: glasilo Zdravniške zbornice Slovenije. ISSN 1318-0193. - Leto 25, št. 10 (okt. 2016), str. 23-27).

V zaznane posledice vodijo številne poti, na katere lahko vplivamo:

- identifikacija oseb, ki se predstavljajo kot „eksperti“ oziroma „terapevti“
- transparentnost kriterijev za izbor izdelkov in njihovo svetovanje
- sledljivost izdelkov in odgovornosti
- sezname oziroma uradni registri davčnih in živilskih zavezancev
- razširjen obseg samozdravljenja

Pri vsem naštetem prehranska dopolnila vidijo tako regulatorji kot znanstveniki in strokovnjaki po celem svetu z istega, dokaj zoženega zornega kota in med njimi prepoznavajo zgolj skupine:

- vitamini,
- minerali in
- „botanicals“ oziroma zelo poenostavljeno rastline (npr. REGULATION (EC) No 1924/2006 OF THE EUROPEAN PARLIAMENT AND OF THE COUNCIL of 20.th December 2006 on Nutrition and health claims made on foods. (OJ L 404, 30.12.2006, p. 9)).

A če stopimo samo korak bližje, prepoznamo podrobnosti, ki še kako štejejo. V nobeno od omenjenih skupin, npr. ne moremo vključiti:

- maščobnih kislin,
- aminokislin ali
- posušenih delov živali.

Pomembno je, na podlagi česa oblikujemo kategorijo, kaj je skupni imenovalec neke kategorije. Pri tem ne smemo mešati npr. glavne sestavine, ciljnih skupin, namena uporabe in tehnološke oblike kot se to sicer pogosto dogaja tudi v aktivnostih pristojnih organov, saj ne dosežemo večje jasnosti in transparentnosti, ampak ravno nasprotno.

P3 kategorije[©] po drugi strani nakazujejo tveganja za uporabnika, ki so bolj ali manj očitna glede na predznanje, kar je zelo očitno v P3 kategorijah[©] Čebelji pridelki (Puc M., Papež K., Korošec M. Cvetni prah kot glavna sestavina prehranskih dopolnil. COVIRIAS, 2019.) in Maščobne kisline (Puc M., etal. Maščobne kisline in olja kot glavna oziroma osnovna sestavina prehranskih dopolnil. COVIRIAS, 2018.).

Vrsta in stopnja tveganja za uporabnika so odvisna od P3 kategorije[©] prehranskega dopolnila, ki ga uporablja. Pri tem moramo biti pozorni, da nekatere P3 kategorije[©] nedvoumno zajemajo prehranska dopolnila, skladna z osnovno zakonsko veljavno definicijo, medtem ko je potrebno pri drugih poleg koncentracije glavne sestavine in njenega odmerjanja biti še posebno pozoren na namen uporabe.

Najbolj izražena tveganja za uporabnika so v resnici torej mnogo globlja, saj so povezana z razumevanjem razlike med prehranskimi dopolnili in zdravili, ki se kaže na različne načine:

- namen uporabe
 - zdravljenje ali
 - dopolnjevanje prehrane
- glavna sestavina
 - natančne doze/doziranje ali
 - PDV²/UL³/variabilnost
- glavna sestavina
 - farmakološko delovanje ali
 - „gorivo“- fiziološki učinek

Za razumevanje neželenih učinkov moramo poznati nutrikinetiko glavne sestavine oz. fiziologijo presnove te sestavine do eliminacije iz telesa, ki zajema naslednje osnovne stopnje:

- prebava
 - fizična
 - kemična
 - encimska
- sproščanje
 - razpad oblike
 - obnašanje hranila v mediju
- absorpcija
 - aktivni
 - pasivni transport
- distribucija
- vključevanje v fiziološke procese
- eliminacija

Spremljanje in vrednotenje posledic že preverjeno kakovostnih in učinkovitih zdravil (registriranih) poteka popolnoma drugače. Paziti moramo na morebitno zakrivanje bolezenskih znakov in simptomov bolezni, na pravočasno in pravilno diagnozo bolezni ter vrednotenja upravičenosti samozdravljenja in

²Priporočen dnevni vnos.

³Upperlevel.

njegove ustreznosti.

Dodatno tveganje za uporabnike PD predstavlja število in kategorije glavnih oziroma osnovnih sestavin v izdelku:

- enokomponentni izdelki vsebujejo eno glavno sestavino in sodijo v eno P3 kategorijo[©]
- večkomponentni izdelki vsebujejo več glavnih sestavin ene P3 kategorije[©]
- multikomponentni izdelki vsebujejo več glavnih sestavin iz več različnih P3 kategorij[©]

Na varnost prehranskega dopolnila vpliva tudi njegova kakovost, ki pa je močno odvisna od P3 kategorije[©] oz. vrste glavne oziroma osnovne sestavine.

Edini fokus na delovanje v smislu odobrenih oziroma neodobrenih zdravstvenih trditev je zavajajoč in predstavlja za uporabnika veliko tveganje. Tako na primer:

- dokazane terapevtske trditve niso zdravstvene trditve,
- nedokazane zdravstvene trditve niso terapevtske,
- dokaz delovanja in vitro/in situ še vedno postavlja pod vprašaj distribucijo v telesu.

Razumevanje bistva prehranskih dopolnil, ki izvira iz njihove opredelitve, dodatno zapletajo znanstvene dogme, ki enačijo »FoodSupplements« z »DietarySupplements«. V sled teh se praktično vsa raziskovanja in objave znanstvenih člankov o delovanju nanašajo na zdravljenje oziroma terapevtske učinke posameznih sestavin, kar pa naj bi sodilo v domeno zdravil.

Za transparentno in uspešno komunikacijo je zato pomembno, da v celotni družbi poskrbimo za enotno razumevanje, kaj prehranska dopolnila so v naši državi in kaj to pomeni.

Šele potem je smiselna obravnava posameznih kategorij, pri čemer lahko začnemo bodisi pri tistih, kjer so tveganja za uporabnika najmanjša, ali pa pri tistih, kjer so največja.

VIRI

- Blaznik U. et al. 2016. *Spremljanje neželenih dogodkov v povezavi z živili/prehranskimi dopolnili - nutrivigilanca*. Isis: glasilo Zdravniške zbornice Slovenije. ISSN 1318-0193. - Leto 25, št. 10 (okt. 2016), str. 23-27
- Liu Z, Chen P. *A case of erectile dysfunction induced by red yeast rice in lipid-lowering therapy*. Phytother Res. 2018;32(5):953-954. doi:10.1002/ptr.6025
- Puc M. 2016. *Pravi izzivi trženja prehranskih dopolnil v letu 2016*. Ljubljana: COVIRIAS. Pridobljeno s spletnega vira: <https://pretehtajte.si/wp-content/uploads/2019/06/PRAVI-IZZIVI-TR%C5%BDENJA-PREHRANSKIH-DOPOLNIL-V-LETU-2016-1.pdf>
- Puc M. 2018. *Kaj bi moral vsak terapevt vedeti o prehranskih dopolnilih? Zbornik srečanja Združenja za integrativno medicino Slovenije*. Ljubljana: COVIRIAS. Pridobljeno s spletnega vira: <http://zims.si/vsebina/uploads/2018/05/Zbornik-sre%C4%8Danja-ZIMS-Gornja-Radgona-2018.pdf>
- Puc M., Blaznik U., Galjot M. 2016. *Konoplja na krožniku- nekateri drugi pogledi*. Ljubljana: COVIRIAS.
- Puc M., et al. 2018. *Maščobne kisline in olja kot glavna sestavina prehranskih dopolnil*. Ljubljana: COVIRIAS. Pridobljeno s spletnega vira: https://pretehtajte.si/wp-content/uploads/2018/09/COVIRIAS_PKP-Ma%C5%A1%C4%8Dobne-kisline-in-olja-kot-glavna-sestavina-prehranskih-dopolnil.pdf
- Puc M., Papež K., Korošec M. 2019. *Cvetni prah kot glavna sestavina prehranskih dopolnil*. Ljubljana: COVIRIAS. Pridobljeno s spletnega vira: https://pretehtajte.si/wp-content/uploads/2019/02/COVIRIAS_PKP-Cvetni-prah-kot-glavna-sestavina-prehranskih-dopolnil.pdf
- REGULATION (EC) No 1924/2006 OF THE EUROPEAN PARLIAMENT AND OF THE COUNCIL of 20.th December 2006 on nutrition and health claims made on foods. (OJ L 404, 30.12.2006, p. 9)