

### Безопасность под вопросом

*Если вдруг какая-то, даже солидная фармацевтическая фирма заявит о начале обращения суперэффективного лекарства для лечения или профилактики рака, на ее репутации можно будет поставить крест. Если другая фирма будет рекламировать "совершенно безопасное средство для похудения на 20 килограммов за 10 дней", ее поднимут на смех.*

А вот фирмам, производящим биологически активные добавки, подобные заявления сходят с рук. Почему? Потому что, во-первых, законодательных актов и нормативных документов очень мало, а во-вторых, кроме сугубо общественной организации - Ассоциации защиты прав потребителей, время от времени затевающей судебные тяжбы с самыми отъявленными лжецами, сегодня в России никто разницу между "словом и делом" производителей и дистрибьюторов БАД не оценивает.

### То ли польза, то ли вред, то ли будет, то ли нет

Интерес среди ученых к вопросу безопасности БАД растет год от года. Чем это вызвано? В первую очередь тем, что грань между лекарствами и БАД постепенно стирается. Это и неудивительно: ведь часто и в лекарствах, и в БАД присутствует одно и то же активное вещество.

Вторая причина повышенного интереса - огромное количество различных характеристик. Отсюда необходимость стандартизации. Только после приведения БАД к стандартам можно будет говорить (на основании фармакопейной статьи о возможных позитивных и негативных последствиях той или иной добавки).

### А что у нас?

Пока же на рынке биологически активных добавок в России продолжается самая настоящая вакханалия. С каждым годом в ассортименте аптек все больше неизвестных пищевых добавок с неизвестными экзотическими травами. Причем представлены они порой как панацея от всех хворей.

Года полтора назад на фармацевтическом факультете ММА им. Сеченова решили оценить качественные характеристики широко разрекламированного средства для увеличения потенции "Йохимбе". Для проведения эксперимента закупили 20 упаковок в 20 различных "точках". Затем в лаборатории проверили состав их содержимого. Анализы не сошлись ни в одном случае! То есть во всех 20 упаковках было разное количество и качество составляющих!

А сколько желающих похудеть пострадали – никто не знает, поскольку у нас очень много верящих в чудо -таблетки **"для похудения"**.

Рассмотрим несколько вариантов этих средств. Вариант первый как правило, подобные препараты содержат психостимуляторы, снижающие аппетит и вызывающие привыкание. Это чаще всего **кофеин**. После того как кандидат на похудение откажется от таблеток, у многих начинается так называемый синдром отмены, характеризующийся бессонницей, невротами и другими неприятными симптомами. А спустя очень короткий промежуток времени вес у человека опять возвращается к "исходному".

Второй вариант: в "**сжигателе жира**" содержится фермент бромелайн (его, кстати, много в ананасах). Он на самом деле хорошо расщепляет жир, как и сказано в рекламе. Но там ничего не говорится о другом: бромелайн столь же успешно "расщепляет" все другие клетки нервные, мышечные и т.д.

Еще один вариант - это наиболее безопасный, но также не дешевый. За 300 долларов пациент покупает трехмесячный курс лечения с таблетками, где содержится лишь безобидный мел. Пациент начинает действовать по инструкции, которая предусматривает кроме всего прочего ограничения в еде, физические нагрузки. Пациенту начинает казаться, что таблетка действует, а на самом деле он просто изменил образ жизни!

И, наконец, последний вариант - "**тайские таблетки**". Они стоят 400 долларов за курс. Да, эти таблетки действительно отбивают аппетит, но не только. Поскольку в них всегда присутствуют наркотические средства, то они буквально "вышибают мозги", портят зубы и волосы, у каждого третьего поражают сердечные клапаны.

### **И ты, врач?**

Самое удивительное, пищевые добавки, кроме средств для похудения, зачастую выбирает не сам пациент. Ему в этом активно помогают многие врачи. Причем в этом случае крепко забывается древнейшая заповедь: "не навреди". На первое место выходит коммерческий интерес – эскулапы пытаются "впарить" любыми способами «чудо порошки (таблетки, микстуры, сборы)» доверчивым пациентам.

Никому из больных даже не приходит в голову, что врач может не только обманывать самым пошлым способом, а даже ошибаться. Авторитет врача в России по прежнему огромен. Но врач не всегда бескорыстен А верит ли он сам в полезность или хотя бы безопасность БАД? Трудно сказать.

### **Мимикрия в действии**

Посмотрим, что же мы имеем в итоге истории с биологически активными добавками. А имеем мы классический случай мимикрии, то есть очень хитрой приспособляемости к обстоятельствам. Ведь в одних случаях при регистрации, при прохождении таможни, при реализации - БАД выступают в роли добавки. Только за регистрацию надо платить вчетверо меньше, чем за лекарство.

При этом не нужны затраты на клинические испытания. Зато когда речь идет о том, чтобы эти деньги получить с нас, потребителей, то добавка чудесным образом «преобразуется» в якобы лекарство, способное стать панацеей от многих заболеваний. И за не самые «навороченные» БАД уже предлагается выложить и 100 и 200 долларов. А иногда и больше.

Пикантность ситуации проявляется и в том, что регистрацией БАД у нас занимаются Госсанэпидемнадзор и Институт питания РАМН - учреждения, заинтересованные в увеличении рынка пищевых добавок. Но они фактически не отвечают за возможные негативные последствия.

Рафаэль МАРДАНОВ [\[Поделиться мнением, задать вопрос\]](#)