

Ostrzeżenia dotyczące bezpieczeństwa dla witamin, minerałów i suplementów diety

(Zgodnie z Rozporządzeniem Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2023/988 w sprawie ogólnego bezpieczeństwa produktów – GPSR)

Ważne! Uważnie przeczytaj poniższe ostrzeżenia przed rozpoczęciem stosowania suplementu diety. Niewłaściwe użycie lub dawkowanie może prowadzić do poważnych problemów zdrowotnych.

1. Ogólne bezpieczeństwo i przeznaczenie

- **Dawkowanie:** **Nie przekraczaj zalecanej dziennej porcji** do spożycia. Przedawkowanie witamin, minerałów lub innych składników może być szkodliwe lub toksyczne.
- **Przeznaczenie:** Suplementy diety stanowią **uzupełnienie** normalnej diety. **Nie mogą być stosowane jako substytut zróżnicowanej diety** i zdrowego trybu życia.
- **Nie jest lekiem:** Produkt nie jest lekiem i nie jest przeznaczony do diagnozowania, leczenia, łagodzenia ani zapobiegania chorobom. W przypadku problemów zdrowotnych zasięgnij porady lekarza.

2. Bezpieczeństwo użytkowania

- **PRZECHOWYWANIE POZA ZASIĘGIEM DZIECI:** Jest to najważniejsze ostrzeżenie. Suplementy diety (zwłaszcza w postaci atrakcyjnych żelków czy tabletek) muszą być przechowywane w miejscu **niedostępnym i niewidocznym dla małych dzieci**. Przypadkowe spożycie przez dzieci może prowadzić do zatrucia.
- **Konsultacja medyczna:** **Skonsultuj się z lekarzem lub farmaceutą** przed rozpoczęciem stosowania suplementu, jeśli:
 - Jesteś w ciąży lub karmisz piersią.
 - Przyjmujesz leki.
 - Masz istniejące problemy zdrowotne (np. choroby nerek, tarczycy, autoimmunologiczne).

- **Alergie:** Sprawdź pełny skład produktu, aby upewnić się, że nie zawiera składników, na które jesteś uczulony (np. soja, laktoza, gluten).
- **Zagrożenie zadławienia:** Tabletki lub kapsułki mogą stanowić ryzyko zadławienia, zwłaszcza dla małych dzieci lub osób mających trudności z połykaniem.

3. Konserwacja i przechowywanie

- **Przechowywanie:** Przechowuj produkt w **szczelnie zamkniętym** oryginalnym opakowaniu, w chłodnym i suchym miejscu, z dala od bezpośredniego światła słonecznego i źródeł ciepła, aby zachować jego jakość i skuteczność.

4. Utylizacja

- **Utylizacja:** Nie wyrzucaj niewykorzystanych suplementów diety do kanalizacji ani do zwykłego kosza na śmieci, ponieważ mogą zawierać substancje, które zanieczyszczają środowisko. Sprawdź, czy w Twojej okolicy istnieje możliwość oddania ich w specjalnych punktach zbiórki leków/suplementów.