

Étrend-kiegészítők lakossági megítélése a Nébih felmérése alapján

A Nébih 2020 decemberében útjára indított felmérése a magyar lakosság étrend-kiegészítővel kapcsolatos jelenlegi ismereteinek feltérképezésére irányult. A cél, hogy ezen adatok alapján a Nébih célzottabb kommunikációval, pontosabb információkkal segíthesse a későbbiekben a felhasználókat a valós igényeiknek megfelelő termékek kiválasztásában.

Az online kérdőívre 1,5 hónapon keresztül vártuk a válaszokat, összesen 508 fő osztotta meg velünk ismereteit a témában.

A válaszadók 70%-a nő volt és legtöbbször a 40-59 év közötti korcsoportba tartozott. Ők azok, akik jellemzően a családi bevásárlásokért felelősek, ennek révén a családtagok egészségének megőrzésében is nagy szerepet vállalnak. A kitöltők csaknem 50%-a a fővárost jelölte meg lakóhelyként és 66% rendelkezett főiskolai/egyetemi végzettséggel.

A válaszadók 85%-a napi rendszerességgel szed étrend-kiegészítőket, 6%-uk havonta néhányszor, a többi válaszadó 2-3 havonta kúraszerűen vagy egy-két alkalommal fogyasztja a készítményeket.

Felmérésünk alapján a fogyasztók 60%-a nem, 40%-a viszont több étrend-kiegészítőt fogyaszt jelenleg, mint a koronavírus járvány előtti időszakban.

További érdekesség, hogy azon kitöltők közül, akiknek van gyermeke (269 fő) 72,9 % nyilatkozott úgy, hogy a gyermekének is ad étrend-kiegészítőt.

A kitöltők 26%-a 5000 forint alatti összeget költ havonta étrend-kiegészítőkre, 56% 5 és 15 ezer forint között, 13% 15 és 30 ezer forint között, 5% pedig több, mint 30 ezer forintot.

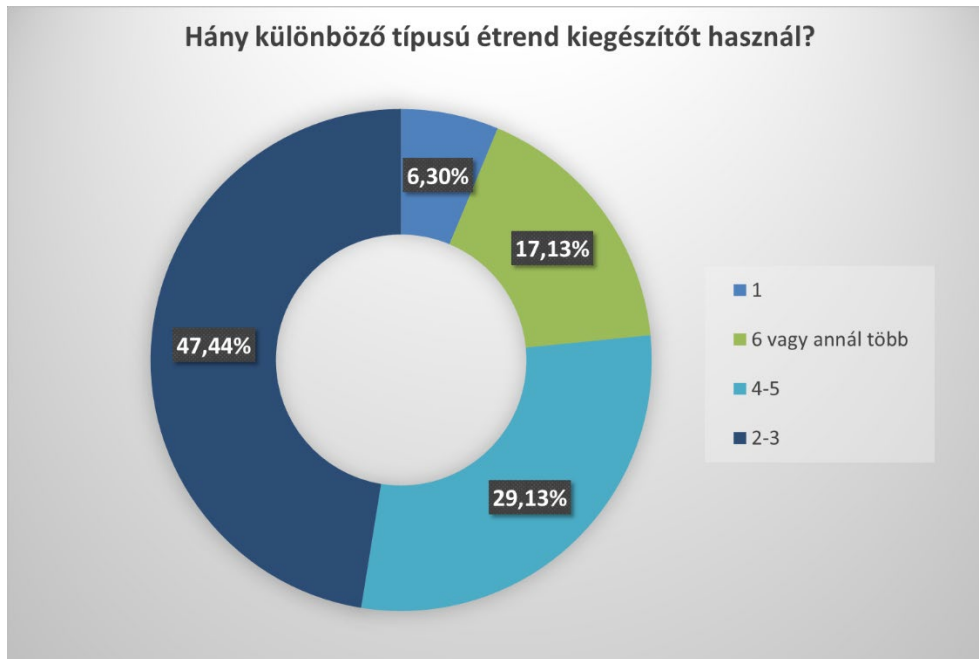


Miket fogyasztunk?

A válaszokból egyértelműen kitűnik, hogy a fogyasztók a legnagyobb arányban (95%) vitaminokat, multivitaminokat, ásványi anyagokat fogyasztanak, majd ezt követik (51%) az egyéb immunerősítő, egészségvédő termékek (pl. Omega 3,6). Viszonylag sokan (40%) szednek gyógynövénykivonatokat, ízület vagy csontvédő termékeket. 14% fogyaszt nyugtató, stresszcsökkentő készítményt és átlag 10%

szed méregtelenítő, fogyást, illetve izomtömegnövelést elősegítő, valamint sportteljesítményt vagy szépségfokozó termékeket. A válaszadók átlag 3%-a fogyaszt az intim együttléteket vagy fogantatást elősegítő terméket.

A kérdőívet kitöltők csupán 6%-a fogyaszt egyetlen étrend-kiegészítő terméket. A legnagyobb arányban (48%) 2-3 fajtát fogyasztanak, ezt követi 29%-kal a 4-5 terméket fogyasztók aránya, 17% pedig 6 vagy annál több típusú étrend-kiegészítőt szed.



Kinek a tanácsára hallgatunk a termékek kiválasztásakor?

Számunkra is meglepően a válaszadók csaknem 50%-a a gyártó, vagy forgalmazó által megadott tanácsokat követi, ezen túl átlagosan csak 40% veszi figyelembe a házi orvos, szakorvos vagy a gyógyszerész tanácsait. 20%-ban pedig a barátok, ismerősök, internetes vélemények, természetgyógyász, vagy családtag az, akiknek véleményére adnak.

Hol vásárolunk?

A válaszadók több, mint 66%-a gyógyszertárban vásárolja az étrend-kiegészítőit, azonban ezt követően a leggyakoribb beszerzési forrásként az internetes honlapokat, webáruházakat jelölték meg. Utóbbi felületekről a felmérésben résztvevők 55%-a szokott vásárolni. Harmadik helyen a drogériák, bioboltok, herbáriák végeztek, ahonnan a válaszadók 40%-a szerzi be az étrend-kiegészítőket. A leggyakoribb beszerzési források mellett a válaszadók 15%-a márkaboltban vagy élelmiszerüzletben vásárol. Kevesebb, mint 5% vásárol közösségi média felületeken keresztül, telefonos értékesítők, újsághirdetések és egyéb beszerzési csatornák útján.



Miért (nem) vásárolunk interneten?

Akik nem vásárolnak étrend-kiegészítőt interneten, az alábbi okokat jelölték meg: 60%-ban gondolják úgy, hogy a vásárlást egyszerűbb megoldani személyesen, továbbá 40% véli, hogy nem megbízhatók az interneten árult termékek. A vásárlók 30%-a fél a hamisítványoktól, illetve 20% nem hiszi el azt sem, amit leírnak a termékről. A kitöltők 10%-a úgy gondolja, hogy nem érhetőek el a megfelelő termékleírások.

Akik viszont vásárolnak interneten, az alábbi okokat sorolják fel erre: több, mint 70%-ban szavaztak arra, hogy a vásárlás így kényelmesebb, átlagban 50%-ban azt a választ is megjelölték, hogy így olyan termékek is elérhetőek, amelyek a boltban nem, illetve a termékek ára is kedvezőbb. A válaszadók 2%-a számára fontos, hogy az online vásárlások során inkább otthon tud maradni.

Az interneten étrend-kiegészítőket vásárlók majdnem 90%-a nem vásárol külföldi weboldaltól (vagy nincs tisztában azzal, hogy onnan vásárol). Üdvözlendő, hogy a kitöltők több, mint 80%-a, saját bevallása szerint, ellenőrzi vásárlás előtt az eladó adatait. A termékek kiválasztásakor mintegy 67%-ban az ár az, amire a legjobban odafigyelnek, ezt követi kb. 50 %-ban, hogy legyen magyar nyelvű leírás és legyen feltüntetve a forgalmazó székhelye, illetve a termék származási helye. A megbízhatóság kapcsán kb. 40%-ban jelölték meg azokat a válaszokat, hogy fontos, hogy fel legyen tüntetve az OGYÉI (korábban OÉTI) szám, további olyan elérhetőség, ahol bejelenthetőek a panaszok, és tűnjön megbízhatónak az oldal. 30%-ban szavaztak arra, hogy fontosnak tartják a pozitív ajánlásokat az interneten és azt, hogy a termék szerepeljen az OÉTI/OGYÉI listán. A válaszadók 20%-a szerint lényeges szempont az is, hogy ne legyen külföldi a weboldal üzemeltetője, legyenek pozitív ajánlások ismerősöktől, és hogy szerepeljen a termék neve mellett a zöld pipa az OGYÉI honlapján. (Itt jegyezzük meg, hogy az OGYÉI a „zöld pipa” minősítést 2017 januárja óta nem használja.)

Voltak-e problémáink?

Azok közül, akik vásároltak már valaha online étrend-kiegészítőt 90,27% (306 fő) sosem tapasztalt semmilyen problémát. 7,67%-nak volt gondja a termékkel kapcsolatban, 1,77%-nak volt problémája a szállítással-fizetéssel, 0,3%-nak pedig a termékkel és a szállítással-fizetéssel is.

Azon válaszadók, akiknek a termékekkel kapcsolatban problémája volt, 30%-ban azt jelölték meg válaszként, hogy a készítményen megadott összetétel, vagy annak valós megjelenése eltért a weboldalon láthatótól. 17%-uk tapasztalt egészségügyi problémákat is („rosszul lett”) a megrendelt termékek fogyasztását követően. A készítményekkel kapcsolatos egyéb problémák forrásaként 50%-ban az „egyéb” opciót jelölték meg, ahol szabadszöveges formában a leggyakoribb válaszok az alábbiak voltak:

- „Közeli lejáratú terméket kaptam.”
- „Más terméket kaptam.”
- „Hatástalan volt.”
- „Nem várt mellékhatások jelentkeztek.”
- „Kellemetlen íze volt.”
- „Hamisított termék volt.”

Mit tudunk róluk?

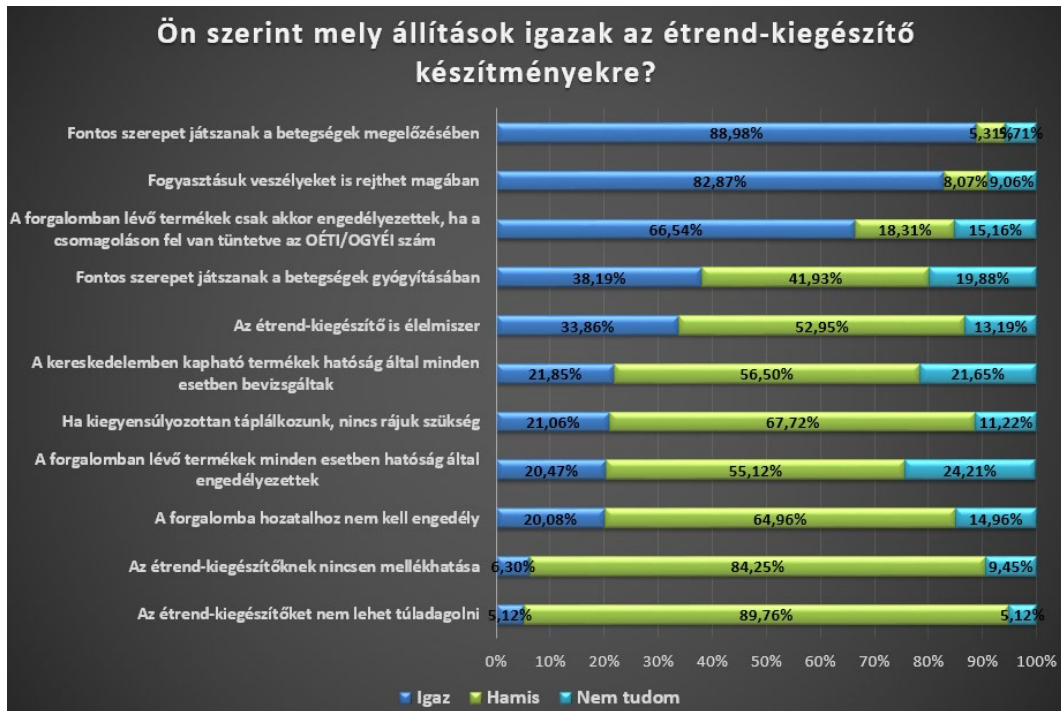
Érdekes válaszokat adtak a fogyasztók azon kérdésre, hogy mely állítások igazak az étrend-kiegészítőkre. Majdnem 90%-uk gondolja úgy, hogy fontos szerepet játszanak a betegségek megelőzésében, ugyanakkor 80%-ban tisztában vannak azzal, hogy fogyasztásuk veszélyeket is rejthet magában. Arra a kijelentésre, hogy az étrend-kiegészítő is élelmiszer 53%-ban válaszolták, hogy hamis állítás, és csak 34% volt tisztában azzal, hogy a kijelentés helyes.

A válaszadóknak egyaránt 40-40%-a tartotta igaznak és hamisnak azon állítást, miszerint ezek a termékek fontos szerepet játszanak a betegségek gyógyításában (20% nem tudta eldönteni). Egyértelmű többség (70%) szerint hamis az a kijelentés, hogy ha egészségesen táplálkozunk, nincs szükségünk étrend-kiegészítőkre. 21% gondolta csak úgy, hogy ezen állítás igaz lehet. Mindezek mellett szintén túlnyomó többség, több mint 80% szavazott arra, hogy nem igaz, hogy az étrend-kiegészítőnek nincs mellékhatása (itt 6% gondolta, hogy ez igaz). Továbbá csaknem a kitöltők 90%-a szerint az étrend-kiegészítők túladagolhatóak (5% szerint nem lehet túl sokat fogyasztani belőlük).

Általánosságban elmondható, hogy bár a fogyasztók többsége tudja, hogy az étrend-kiegészítők alkalmazása veszélyeket rejthet magában, sem annak alkalmazási körével, sem valós élettani hatásaival nincsenek tisztában.

A hatósági munkáról és az engedélyezésről szóló állításokkal kapcsolatban a következő megállapításokat tették: csaknem 70% gondolja úgy, hogy a forgalomban lévő termékek csak akkor engedélyezettek, ha megtalálható rajtuk az OÉTI, vagy OGYÉI szám. Valójában ennek az azonosítónak a feltüntetése nem kötelező, egyetlen jogszabály sem írja elő és 2004-ben a korábban kötelező engedélyeztetés is megszűnt. Azt, hogy az állítás hamis, a kitöltők 20%-a tudta.

A válaszadók mintegy 60%-a tisztában van azzal, hogy hamis az az állítás, mely szerint a kereskedelemben kapható termékek minden esetben hatósági vizsgálaton esnek át és engedéllyel rendelkeznek. Ennek ellenére, arra az állításra, hogy a forgalomba hozatalhoz nem kell engedély, 65% válaszolta azt, hogy ez az állítás hamis.



Arra kérdésre, hogy mit jelent, ha egy termék rendelkezik OGYÉI/OÉTI számmal, 65% azt válaszolta, hogy annak a jele, a terméket bevizsgálták és engedélyezték. 20% szerint ez azt jelenti, hogy a terméket bejelentették, azonban a vizsgálatokat csak később, kockázatbecslés alapján végzik majd el, ez egyébként a valóságnak megfelelő helyzet. 7% nem ismerte az OGYÉI számot, 6% pedig úgy gondolta, hogy biztonságos a termék, ha fel van tüntetve az OGYÉI/OÉTI szám.

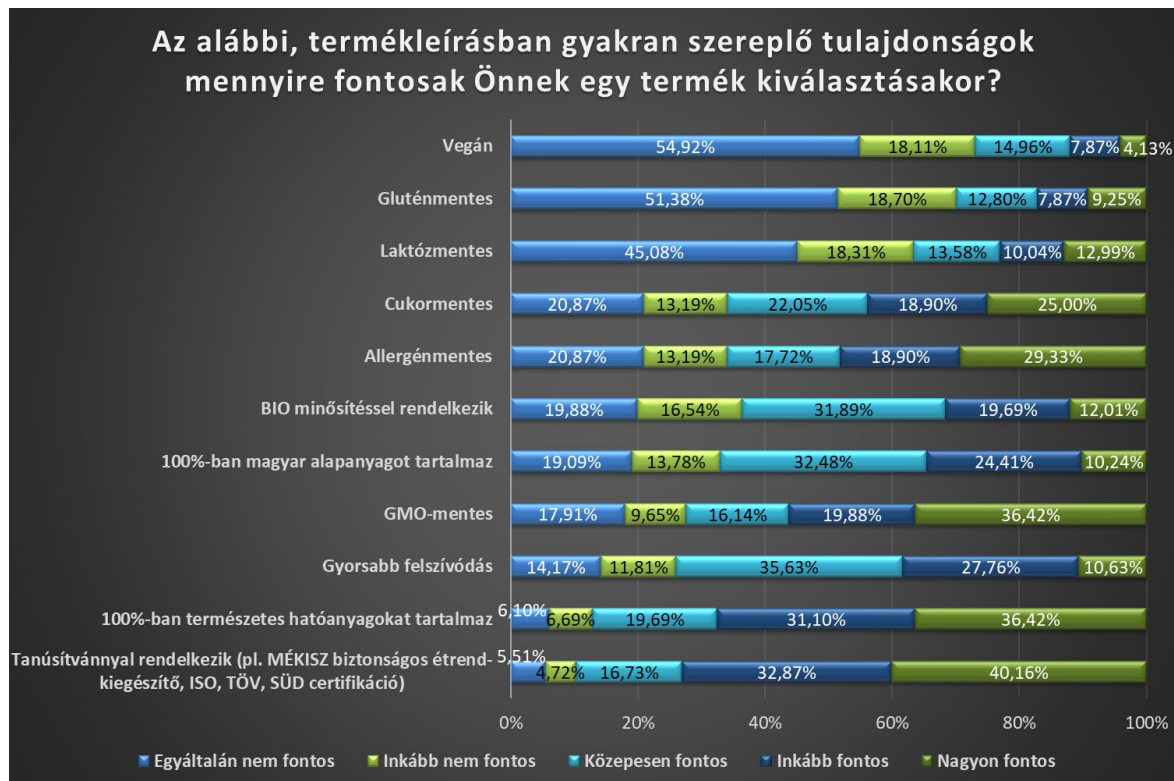
A válaszadók 80-90%-a állította, hogy tudja mi a különbség az étrend-kiegészítő és a gyógyszer között, mindig elolvassa a terméken található információkat és csak az ajánlott mennyiséget használja a termékekből. 70% azt állította, hogy mindig alaposan utánanéző vásárlás előtt a termék hátterének, 60% nagyon fontosnak tartja az étrend-kiegészítők szedését, 10% pedig egyáltalán nem. Érdekes volt az olyan jellegű állításokra adott válaszok eredménye, mint „a piacon található azonos típusú termékek között könnyen el tudok igazodni”, itt ugyanis 30-30-30%-ban oszlott meg az egyetértők, az egyet nem értők és a semleges válaszadók aránya.



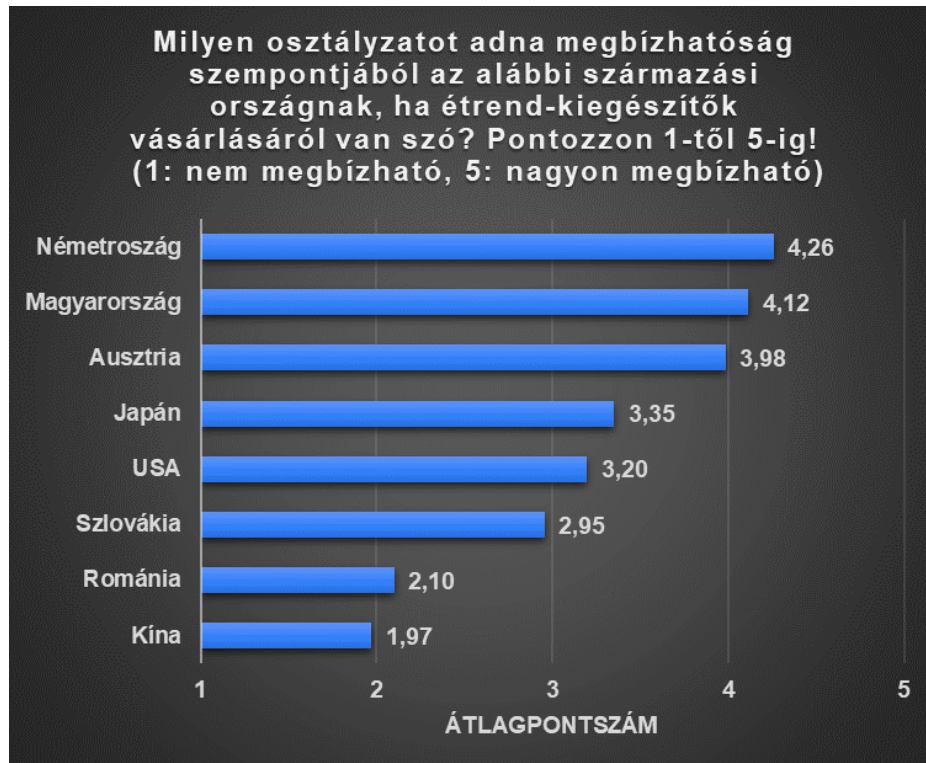
Arra, hogy az étrend-kiegészítők megfelelően ellenőrzöttek-e, 43% válaszolt úgy, hogy semleges, azaz nincs erről egyértelmű véleménye, 36% nem értett egyet, 21% pedig egyetértett.

Mi fontos nekünk a termékleírásokból?

A termékek általunk felsorolt tulajdonságai közül legfontosabbnak a válaszadók azt tartották, hogy a termék 100%-ban természetes hatóanyagokat tartalmazzon és rendelkezzen valamilyen tanúsítvánnyal. Ezen kívül a kitöltők előnyben részesítik a gyorsabb felszívódású termékeket és fontos számukra, hogy allergén és cukormentes, valamint GMO-mentes legyen. Szintén fontosnak tartják a válaszadók, hogy a termék „bio” minősítéssel rendelkezzen, valamint azt is, hogy 100%-ban magyar alapanyagot tartalmazzon. A vegán, glutén-, és laktózmentes tulajdonságok a válaszadók csak kis arányának voltak lényegesek.



Származási országok tekintetében megbízhatóság szempontjából az abszolút győztes az 1-5-ig terjedő skálán 4,26-os osztályzattal Németország, amelyet Magyarország (4,12), majd Ausztria (3,98) követ. Japán és az USA a középmezőnyben szerepel, a felsorolt országok közül a kínai és romániai forrásból származó étrend-kiegészítőkben bízunk meg a legkevésbé.



Utánanéznünk-e?

A vásárlás előtt 43% nem néz utána az egyes hatóságok jogsértés listáin, hogy a termék fogyasztása biztonságos-e, 33% tájékozódik, 24% pedig szeretne utánanézni, de nem tudja hol talál erről információt.

A Nébih termék visszahívásokról szóló oldaláról (<https://portal.nebih.gov.hu/termekvisszahivas>) 52% hallott már, 25% nem, viszont érdekelné, 17% ismeri és rendszeresen figyeli is, 6% nem ismeri és nem is érdekli.

Egyértelmű többség, mintegy 90% válaszolta azt, hogy érdekelnék a biztonságosabb étrend-kiegészítő vásárlást segítő tájékoztató anyagok, információk, melyeket 74%-uk online elérhető formában, 22%-uk pedig havi elektronikus hírlevélben szeretne látni.

Sajnos csekély arányban kaptunk olyan választ, hogy amennyiben problémát észlelt a fogyasztó, azt bejelentette volna bármely hatóság számára. Ezért itt is szeretnénk kiemelni, hogy erre a Nébih számos lehetőséget kínál. A [Nébih zöldszám](#) elérhetőségei (06-80/263-244, zoldszam@nebih.gov.hu) mellett a [Nébih Navigátor](#) applikáció is rendelkezésre áll, hogy a vásárlók minél könnyebben tájékoztathassák a problémákról a hatóságot, amivel egyúttal az élelmiszerlánc-felügyeleti szakemberek munkáját is nagyban segítik.