

هشدار درباره تبعات کبدی و کلیوی مصرف مکمل‌های ورزشی غیرمجاز

مدیر کل فراورده‌های طبیعی، سنتی و مکمل سازمان غذا و دارو هشدار داد: سوء مصرف مکمل‌های ورزشی غیرمجاز سلامت جوانان را تهدید می‌کند.

دکتر علیرضا رستمی هشدار داد که مصرف ناآگاهانه و خودسرانه مکمل‌های ورزشی و انرژی‌زای غیرمجاز می‌تواند سلامت ورزشکاران و به‌ویژه نسل جوان را به خطر اندازد.

وی تاکید کرد: بسیاری از افراد به دلیل ناآگاهی از ترکیبات و عوارض مکمل‌های غیرمجاز، به مصرف بی‌رویه آنها روی می‌آورند. این مسئله علاوه بر ایجاد مشکلات گوارشی مانند تهوع، استفراغ و دل‌درد، ممکن است به آسیب‌های جدی‌تری نظیر اختلالات کبدی و کلیوی منجر شود.

او گفت: مصرف هرگونه مکمل باید تحت نظارت داروساز مسئول فنی داروخانه باشد و محصولات مورد استفاده حتماً دارای مجوزهای قانونی از وزارت بهداشت باشند.

رستمی از ورزشکاران خواست قبل از مصرف مکمل‌ها به این موضوع توجه کنند که آیا محصول مورد نظر مجاز است یا خیر.

او هشدار داد که برخی مکمل‌های غیرمجاز، به‌ویژه حاوی استروئیدها، می‌توانند با عوارضی مانند [فشار خون بالا](#)، نوسانات خلق‌وخو، نازایی و آسیب‌های جدی کبدی همراه باشند.

بنابر اعلام سازمان غذا و دارو، وی افزود: با وجود تلاش‌های نهادهای نظارتی برای مقابله با توزیع مکمل‌های غیرمجاز، برخی افراد همچنان به‌صورت غیرقانونی اقدام به واردات و عرضه این محصولات می‌کنند.

رستمی در پایان از ورزشکاران خواست که پیش از مصرف هرگونه مکمل، با متخصصان تغذیه و داروسازان مشورت کنند تا با انتخاب آگاهانه از سلامت خود محافظت کرده و از بروز عوارض جدی پیشگیری کنند.