

Niniejsza lista ostrzeżeń dotyczących bezpieczeństwa powstała w oparciu o wymagania Rozporządzenia (UE) 2023/988 w sprawie ogólnego bezpieczeństwa produktów (GPSR). Celem jest ochrona użytkowników przed potencjalnymi zagrożeniami wynikającymi z nieodpowiedniego użytkowania. Ostrzeżenia są sformułowane w prosty i zrozumiały sposób, aby były dostępne dla szerokiego grona odbiorców, w tym osób starszych oraz osób z ograniczeniami ruchowymi.

Ostrzeżenia dotyczące bezpieczeństwa użytkowania SUPLEMENTÓW DIETY

Ogólne zagrożenia i środki ostrożności

1. Zagrożenia związane z niewłaściwym stosowaniem:

- Nieprzekraczanie zalecanej dawki: Stosuj się do zaleceń producenta dotyczących dawki dziennej. Nadmierne spożycie może prowadzić do skutków ubocznych.
- Konsultacja z lekarzem: Przed użyciem suplementów skonsultuj się z lekarzem, zwłaszcza jeśli przyjmujesz inne leki lub masz schorzenia przewlekłe.

2. Zagrożenia alergiczne i nietolerancje:

- Sprawdzanie składu: Upewnij się, że nie jesteś uczulony na żaden składnik produktu.
- Reakcje alergiczne: W przypadku wystąpienia wysypki, obrzęków lub trudności z oddychaniem, natychmiast zaprzestań używania i skontaktuj się z lekarzem.

3. Zagrożenia chemiczne:

- Zawartość substancji czynnych: Nie stosuj suplementów, które nie mają jasno określonego składu chemicznego lub źródła pochodzenia.
- Skażenie: Kupuj produkty wyłącznie od zaufanych producentów, aby uniknąć ryzyka spożycia zanieczyszczonych suplementów.

4. Zagrożenia dla dzieci i kobiet w ciąży:

- Nieodpowiednie dla dzieci: Trzymaj suplementy poza zasięgiem dzieci. Nie stosuj suplementów bez wyraźnego wskazania pediatry.
- Ciąża i laktacja: Kobiety w ciąży i karmiące piersią powinny unikać stosowania suplementów bez uprzedniej konsultacji z lekarzem.

5. Zagrożenia związane z przechowywaniem:

- Temperatura i wilgotność: Przechowuj suplementy w suchym miejscu, z dala od źródeł ciepła i światła, zgodnie z zaleceniami na opakowaniu.

- Termin ważności: Nie używaj suplementów po upływie daty ważności.

6. Zagrożenia środowiskowe:

- Utylizacja: Nie wyrzucaj przeterminowanych lub nieużywanych suplementów do zwykłych odpadów. Utylizuj je zgodnie z lokalnymi przepisami dotyczącymi odpadów chemicznych.

7. Zalecenia dotyczące oznakowania:

- Wyraźne oznakowanie: Upewnij się, że na opakowaniu znajduje się pełna informacja o składzie, dawkowaniu oraz możliwych skutkach ubocznych.

8. Instrukcje stosowania:

- Nie zastępuj diety: Suplementy diety nie są substytutem zróżnicowanej diety ani zdrowego stylu życia.
- Nie mieszaj różnych suplementów: Unikaj jednoczesnego stosowania kilku suplementów bez porady specjalisty.

Znaczenie stosowania się do ostrzeżeń

Zastosowanie się do powyższych ostrzeżeń minimalizuje ryzyko uszkodzeń ciała, awarii urządzenia oraz strat materialnych. Ignorowanie zaleceń może prowadzić do poważnych zagrożeń zdrowotnych i materialnych. Dbaj o bezpieczeństwo swoje i swoich bliskich, przestrzegając wskazanych środków ostrożności.