

# Sử dụng NAM DƯỢC như thực phẩm chức năng

HOÀNG MI

Có rất nhiều cách hiểu khác nhau về thực phẩm chức năng, song tất cả đều thống nhất rằng thực phẩm chức năng là loại thực phẩm nằm ở khoảng giao thoa giữa thực phẩm và thuốc. Vì thế người ta còn gọi thực phẩm chức năng là thực phẩm - thuốc. Đối với đông y - tất cả đồ ăn thức uống vào miệng đều có thể chữa bệnh và có thể gọi là thuốc.

## Lợi thế của các loại dược thảo nước Nam

Đặc điểm chung của dược thảo:

- An toàn: dược thảo thường được cho là an toàn hơn tân dược, ít gây tác dụng phụ và rất ít khi gây tai nạn tử vong. Dù sao đi nữa, dược thảo vẫn là một loại thuốc và cần cẩn thận khi sử dụng để tránh biến chứng.

- Công hiệu trong việc trị bệnh và ngừa bệnh: tác dụng của dược thảo thường từ từ, nhẹ nhàng, cần thời gian lâu để có hiệu quả. Mặt khác, dược thảo, với nhiều chất thuốc khác nhau, có tác dụng vào nhiều bộ phận cơ thể.

Dược thảo trên thế giới được xếp hạng như thực phẩm phụ, bày bán đại trà và không được kiểm soát như thuốc dù dược thảo có tính trị bệnh và cũng có tác dụng phụ.

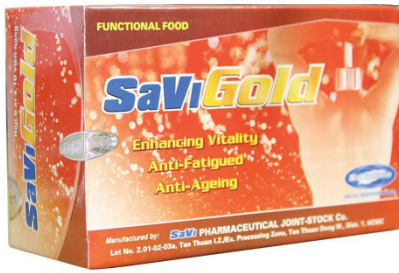
Dược thảo bán trên thị trường ít khi được kiểm nghiệm về sự tinh khiết, và thường bảo quản không tốt nên có thể gây phản ứng.

Ở Việt Nam, từ ngày xưa, các vị lương y đã sử dụng đơn thuốc Nam để trị các bệnh từ thông thường đến nan y và đạt được những kết quả rất khả quan. Bộ sách **"Nam dược thân hiệu"** của Tuệ Tĩnh với phương châm **"Thuốc Nam Việt chữa người Nam Việt"**, viết vào thế kỷ 17 liệt kê trên

năm trăm vị thuốc có gốc thảo mộc và động vật. Gần đây, giáo sư Đỗ Tất Lợi tái bản bộ sách **"Những cây thuốc và vị thuốc Việt Nam"** với trên 800 vị thuốc, cây thuốc được phân tích, là một trong những tác phẩm cần tham khảo của ngành y dược học cổ truyền Việt Nam.

Ưu thế của dược thảo là không thể phủ nhận. Tuy nhiên, các loại cây lá được chế biến trong thuốc Nam mặc dù tương đối đơn giản như phơi hoặc sấy khô, và cân lượng cũng không có yêu cầu chính xác nhưng cần phải "nấu, xắt, chắt" mới có thể dùng được. Thời nay, để tiện dụng, nhiều nhà sản xuất đã cho ra đời các sản phẩm từ Nam dược và được sử dụng như thực phẩm chức năng, xem như là một phương cách trị liệu bổ túc cho các khoa chữa bệnh khác.





### Thị trường thực phẩm chức năng Nam dược

Theo thống kê của Hiệp hội thực phẩm chức năng Việt Nam thì hiện nay, cả nước có trên 1.700 sản phẩm thực phẩm chức năng trong đó thực phẩm chức năng sản xuất trong nước chiếm 66%. Nhiều công ty dược phẩm có được biết đến như Savipharm, công ty Dược phẩm Á - Âu, công ty cổ phần Dược Hậu Giang ... sử dụng chiết xuất từ các loại thực vật để tạo ra nhiều sản phẩm thực phẩm chức năng dạng viên nang có nhiều tác động có lợi cho sức khỏe và tiện lợi khi sử dụng. Một số loại sản phẩm chức năng sản xuất tại Việt Nam như:

✱ **Eyelight Ganat** của Công ty cổ phần Dược Hậu Giang có thành phần từ dầu gấc nguyên chất và vitamin E thiên nhiên có tác dụng bổ mắt, phòng ngừa các bệnh về mắt. Sử dụng tốt cho những người thường xuyên phải làm việc với máy tính, thức khuya nhiều dẫn đến lão hóa mắt, mỏi và nhức mắt.

✱ **SaviGold** của Savipharm có thành phần từ cao tật lê, sâm dương hoắc, đinh lăng, ngư tấu, tiên ma lá to, đảng sâm để tạo ra sản phẩm chức năng tăng phong độ cho phái mạnh.

✱ **Nga phụ khương** của Công ty Dược phẩm Á - Âu từ cao trinh nữ hoàng cung là cây thuốc quý trong y học dân gian Việt Nam giúp bổ dưỡng sức khỏe phụ nữ cũng như để phòng ngừa và điều trị các rối loạn ở nữ giới, phòng ngừa hỗ trợ các bệnh phụ nữ như u xơ tử cung, u nang buồng trứng, rối loạn kinh nguyệt, ung thư cổ tử cung.

✱ **Trà Bạch tật lê** của Công ty TNHH Thương mại Phúc Ân có chứa hợp chất saponin là protodioscin có tác dụng tăng thể hang của dương vật, tăng tăng suất giao hợp và lượng tinh trùng.

✱ **Đại trường phụ bảo đơn** của Công

ty TNHH Thương mại FCM với thành phần chính là sâm dương hoắc có chứa các chất saponoid, flavonoid... có tác dụng tương tự như nội tiết tố sinh dục, làm tăng trọng lượng tinh hoàn, tăng cường sản xuất tinh dịch, tăng cường hoạt động sinh lý.

✱ ...

Tuy nhiên, vẫn còn những khó khăn nhất định cho việc sử dụng các sản phẩm Nam dược như thực phẩm chức



năng. Chẳng hạn như một số doanh nghiệp sản xuất, kinh doanh thực phẩm chức năng chưa đủ điều kiện vệ sinh an toàn thực phẩm vẫn tham gia sản xuất, kinh doanh, hoặc chưa công bố tiêu chuẩn sản phẩm mà đã đưa các sản phẩm thực phẩm chức năng ra thị trường. Hoặc tiến hành quảng cáo quá tác dụng, sai lệch so với công bố về vai trò tác dụng của thực phẩm chức năng, hoặc quảng cáo khi chưa được cơ quan y tế thẩm định nội dung... dẫn đến đưa ra thị trường các sản phẩm không tốt, hay giá cả của một số loại thực phẩm chức năng bị thổi giá lên quá cao so với giá gốc ban đầu. Điều này khiến cho một số người tiêu dùng có ấn tượng không tốt về dòng sản phẩm này.



### Sử dụng đúng Nam dược như thực phẩm chức năng

Theo TS. Nguyễn Thanh Phong, Cục phó Cục An toàn VSTP, thực phẩm chức năng vốn là loại sản phẩm tốt, **hỗ trợ** cho việc phục hồi, duy trì hoặc tăng cường chức năng nào đó của một hoặc nhiều bộ phận cơ thể, ngoài ra có tác dụng dinh dưỡng, tạo cơ thể tinh trạng thoải mái, tăng sức đề kháng và giảm bớt nguy cơ bệnh tật... Tuy nhiên, do thực phẩm chức năng mới phổ biến ở Việt Nam trong vài năm gần đây, nên dù Bộ Y tế đã ban hành thông tư hướng dẫn việc quản lý các sản phẩm thực phẩm chức năng nhưng công tác quản lý loại sản phẩm này ở nước ta còn tồn tại nhiều bất cập.

Sự hiểu biết của người tiêu dùng và một số lượng cán bộ tham gia quản lý về thực phẩm chức năng còn nhiều hạn chế... Đây chính là nguyên nhân dẫn đến nhiều người tiêu dùng hiểu sai và dùng sai về thực phẩm chức năng. Mặt dù hầu hết các sản phẩm thực phẩm chức năng có nguồn gốc



từ Nam dược luôn được ghi rất rõ ràng trên những hộp thuốc "sản phẩm này không phải là thuốc, không có tác dụng thay thế cho thuốc chữa bệnh".

Theo quan điểm của y học cổ truyền thì "thái quá thì bất cập" và "vật cực tắc phản", vậy nên việc dùng thuốc hay thực phẩm cũng phải có chỉ định, liều lượng, liệu trình và phải tuân thủ nguyên tắc tam nhân chế nghị, nghĩa là phải tùy người mà dùng, tùy lúc mà dùng và tùy nơi mà dùng thì mới có hiệu quả cao nhất.

Định hướng tiêu dùng đúng để phát triển Nam dược như thực phẩm chức năng là cách để phát triển một ngành công nghiệp có nhiều lợi thế ở Việt Nam. □