



VETERINAAR- JA TOIDUAMET

# Toidulisandid Uuendtoidud GMOd

**Airika Salumets**

Veterinaar- ja Toiduamet  
peaspetsialist

# Veterinaar- ja Toiduamet (VTA)



# Toidulisandid

- On teatud ainete (nt vitamiinid, mineraalained, oomega-3 rasvhapped, taimede ekstraktid jne) kontsentreeritud allikas
- Eesmärk on toitumist täiendada
- Tarbitakse väikeste annustena (tabletid, kapslid jne)



# Mida tasub teada enne toidulisandi ostmist?

- Mõttele läbi, kas ja miks sa toidulisandit vajad
- Toidulisand ei ole ravim
- Ravim ja toidulisand võivad koos mõjuda ohtlikult
- Uuri pakendi märgistust
- Järgi kasutusjuhendit
- Suhtu reklaami kriitiliselt
- Mõttele, kas esitatud sõnum on lõpuni arusaadav
- Unikaalne ja patenteeritud koostis ei garanteeri toote ohutust

# Mida tasub teada enne toidulisandi ostmist?

- Ole ettevaatlik taimseid koostisosi sisaldavate toidulisanditega
- E-poest ostes uuri müüja tausta
- Ülitõhusa salendava efekti asemel ohtlikud kõrvalmõjud
- Võimalusel eelista toitumisnõustaja kutse omandanud spetsialisti nõu
- Mõiste „tervislik“ ekslik tõlgendamine
- Toidulisandi ohutuse eest vastutab tootja/turustaja

Info Maaeluministeeriumi kodulehel: <https://www.agri.ee/et/mida-tasub-teada-enne-toidulisandi-ostmist> (sh vene keeles).

# Toidulisandite turustamine Eestis

- Eestis võib turustada ainult neid toidulisandeid, mille turule viimisest on VTA-d teavitatud
- Teavitatud toidulisandid on leitavad avalikust andmebaasist:  
<https://jvis.agri.ee/jvis/avalik.html#/toidulisandEritoitparing>
- Teavitamine ei ole toodete heakskiitmine VTA poolt

# Uuendtoit

- Uuendtoit on toit, mida inimesed Euroopa Liidus ei ole tarbinud olulisel määral enne 1997. aastat
- Kui toitu ei ole enne tarbitud, siis tuleb enne teha kindlaks, et see on ohutu inimese tervisele
- Uuendtoitude ohutust hindab Euroopa Toiduohutusamet (EFSA)
- Ohutuks hinnatud uuendtoitudele annab loa turustamiseks Euroopa Komisjon

# Uuendtoidu liigid

- on uue või tahtlikult muudetud molekulaarstruktuuriga (*nt laktitool, hüdroksütürosool*);
- koosneb, on saadud või tootetud:
  - mikroorganismidest, seentest või vetikatest (*nt Mikrovetikast Schizochytrium sp. saadud õli*),
  - mineraalset päritolu materjalist,
  - taimedest või nende osadest (*nt lükopeen tomatist*),
  - loomadest või nende osadest (*nt putukad, krilliõli*),
  - rakukultuurist või koekultuurist (loomadest, taimedest, mikroorganismidest, seentest, vetikatest);
- koosneb tehisnanomaterjalist;
- on saadud uue tootmisprotsessiga, kui see põhjustab toidu koostises või struktuuris olulisi muutusi (*nt UV-töödeldud piim*)



# Lubatud uuendtoidud

- Lubatud uuendtoitude nimekirja leiab [Komisjoni määrusest nr 2017/2470](#):

Lubatud uuendtoit	Uuendtoidu kasutamise tingimused		Täiendavad märgistuse erinõuded	Muud nõuded
Kerahallikust <i>Aspergillus niger</i> 'ist saadud kitiinglukaan	<i>Määratud toidugrupp</i>	<i>Piirnorm</i>	Uuendtoidu nimetus seda sisaldava toiduaine märgistusel on „ <i>Aspergillus niger</i> 'ist saadud kitiinglukaan“.	
	Toidulisandid, nagu määratletud direktiivis 2002/46/EÜ	5 g päevas		
<i>Fomes fomentarius</i> 'est saadud kitiinglukaanikompleks	<i>Määratud toidugrupp</i>	<i>Piirnorm</i>	Uuendtoidu nimetus seda sisaldava toiduaine märgistusel on „ <i>Fomes fomentarius</i> 'est saadud kitiinglukaan“.	
	Toidulisandid, nagu määratletud direktiivis 2002/46/EÜ	5 g päevas		
Seenest <i>Agaricus bisporus</i> või kerahallikust <i>Aspergillus niger</i> saadud kitosaaniekstrakt	<i>Määratud toidugrupp</i>	<i>Piirnorm</i>	Uuendtoidu nimetus seda sisaldava toiduaine märgistusel on „ <i>Agaricus bisporus</i> 'est saadud kitosaaniekstrakt“ või „ <i>Aspergillus niger</i> 'ist saadud kitosaaniekstrakt“.	
	Toidulisandid, nagu määratletud direktiivis 2002/46/EÜ	Nagu koorikloomadest saadud kitosaani tavalise kasutuse puhul toidulisandites		

# Geneetiliselt muundatud organismid (GMO)

- Euroopa Liidus võib turustada ainult loa saanud GMOsid: [GMOde register](#)
- EL-s on kasutusluba antud teatud maisidele, sojale, rapsile, puuvillale, suhkrupeedile
- EL-s võib kasvatada ainult maisi MON810
- GMOde ohutust hindab Euroopa Toiduohutusamet (EFSA)

# GMOde märgistamine

- Kui toode sisaldab GMOsid, siis peab see olema vastavalt märgistatud:

**“See toode sisaldab geneetiliselt muundatud organisme”**

**“See toode sisaldab geneetiliselt muundatud [organismi(de) nimi(nimed)]”**

- Info GMOde sisalduse kohta peab olema nii pakendil kui ka lahtiselt müüdava toidu juures
- GMO-vaba märgistus võib olla eksitav ja seega teatud toodetel keelatud (nt piim)
- VTA ei ole kontrollide käigus tuvastanud märgistamata GMOsid toidus

# Lisainfot

- VTA koduleht

[Toidulisandid](#)

[Uuendtoit](#)

[GMO](#)

- Maaeluministeriumi koduleht

[Toidulisandid](#)

[Uuendtoit](#)

[GMO](#)

- Euroopa Komisjoni koduleht (inglise keeles)

[Toidulisandid](#)

[Uuendtoit](#)

[GMO](#)



VETERINAAR- JA TOIDUAMET

# Aitäh!

Airika Salumets

[airika.salumets@vet.agri.ee](mailto:airika.salumets@vet.agri.ee)