

АКАДЕМИЧНА ЛЕКЦИЯ НА ТЕМА:

„Ползи и рискове при употреба на хранителни добавки“

Анотация

Хранителните добавки са продукти, предназначени да допълват нормалното хранене, съдържащи концентрирани витамини, минерали, растителни екстракти и други елементи с физиологичен ефект. Те не са лекарства и не могат да лекуват или предотвратяват заболявания, а служат за корекция на хранителни дефицити и подпомагане на физиологични процеси.

Различните хранителни модели като вегетарианство, веганство и суровоядство могат да доведат до недостиг на определени вещества. Подобни дефицити се свързват и с преработените храни и бързото хранене, както и с някои заболявания на стомашно-чревния тракт и ендокринни нарушения.

Ползите от употребата на хранителните добавки са противоречиви — те могат да са полезни при повишени нужди или ограничени диети, но прекомерната им употреба може да причини хипервитаминоза, интоксикации и лекарствени взаимодействия.

Все пак нарастващият интерес сред потребителите към продуктите, които могат да намалят или предотвратят някои от симптомите на хронични обществено-значими заболявания, води до ръст на пазара на хранителни добавки през последните години.

Следователно разбирането на връзката между хранителните добавки, съдържащи витамини и минерали, и качеството на диетата е от съществено значение за определяне на оптималната употреба на хранителни добавки. Важно е потребителите да са добре информирани както за рисковете за здравето, така и за потенциалните ползи от хранителните добавки, за да вземат информирани решения относно тяхната употреба.

Anotation

Dietary supplements are products intended to complement a normal diet, containing concentrated vitamins, minerals, herbal extracts, and other elements with physiological effects. They are not medicines and cannot treat or prevent diseases; instead, they serve to correct nutritional deficiencies and support physiological processes.

Various dietary patterns such as vegetarianism, veganism, and raw foodism may lead to deficiencies in certain nutrients. Such deficiencies are also associated with processed foods and fast food consumption, as well as certain gastrointestinal and endocrine disorders.

The benefits of dietary supplements are controversial — they can be useful in cases of increased nutritional needs or restrictive diets, but excessive use may lead to hypervitaminosis, intoxication, and drug interactions.

Nevertheless, the growing consumer interest in products that may alleviate or prevent some symptoms of chronic, socially significant diseases has led to an expansion of the dietary supplements market in recent years.

Therefore, understanding the relationship between dietary supplements containing vitamins and minerals and the quality of the diet is essential to determine the optimal use of such supplements. It is important for consumers to be well informed about both the health risks and the potential benefits of dietary supplements in order to make informed decisions about their use.

ще бъде представена на **18.10.2025 г. (събота)** от **9,00 ч.**

в зала 816 на МУ-Варна, Факултет по фармация

от проф. Светлана Фоткова Георгиева, д.ф.

Декан на Факултет по фармация и член на Катедра „Фармацевтична химия“ при МУ-Варна



Проф. Светлана Георгиева, д.ф. завършва бакалавър по специалност „Биотехнологии“ в университет „Проф. д-р Асен Златаров“ – Бургас през 2003 г., а през 2006 г. придобива магистърска степен по биотехнологии в същият университет. Също така придобива още две магистърски степени по органична химия в Шуменски университет „Епископ Константин Преславски“ и от 2022 г. е магистър фармацевт, завършвайки специалност „Фармация“ в МУ – Варна, Факултет по фармация. От 2019 г. проф. Георгиева притежава специалност по „Анализ на лекарствени продукти“ придобита в Медицински университет – София. Защитава дисертационен труд и придобива ОНС „доктор“ по специалност „Фармацевтична химия“ през 2011 г. Професионалното ѝ развитие започва през 2008 г. със заемането на АД „асистент“ в университет „Проф. д-р Асен Златаров“- Бургас, Медицински колеж, Катедра „Фармация“. В периода 2012 г. – 2013 г. проф. Георгиева заема АД „асистент“ в МУ-Варна, Катедра „Фармацевтични науки“, Факултет „Фармация“ в Медицински университет „проф. д-р Параскев Стоянов“ Варна, а през 2013 г. печели конкурс за заемане на АД „доцент“ в същата катедра. През периода 2014 г. – 2018 г. е избрана за Ръководител на Катедра „Фармацевтични науки и фармацевтичен мениджмънт“, Факултет „Фармация“ в МУ-Варна, а от 2018 г. до 2022 г. е ръководител на Катедра „Фармацевтична химия“. От 04.07.2024 г. е избрана за Декан на Факултета по фармация. Проф. Георгиева, д.ф. членува в Българското научно дружество по фармация (БНДФ) и Български фармацевтичен съюз (БФС).

Short biography:

Prof. Svetlana Georgieva, PhD, graduated with a bachelor's degree in Biotechnology from the University "Prof. Dr. Asen Zlatarov" – Burgas in 2003. In 2006, she obtained a Master's degree in Biotechnology from the same university. She also holds two additional Master's degrees: one in Organic Chemistry from Konstantin Preslavski University of Shumen, and

since 2022, she has been a qualified Master of Pharmacy, having completed a degree in Pharmacy at the Medical University – Varna, Faculty of Pharmacy.

Since 2019, Prof. Georgieva acquired a specialty in "Analysis of Medicinal Products" at the Medical University - Sofia. She defended her doctoral dissertation and obtained the academic degree of Doctor in Pharmaceutical Chemistry in 2011.

Her professional career began in 2008, when she took the position of Assistant Professor at the "Prof. Dr. Asen Zlatarov" University – Burgas, at the Medical College, Department of Pharmacy. Between 2012 and 2013, she held the position of an Assistant Professor at the Medical University – Varna, Department of Pharmaceutical Sciences, Faculty of Pharmacy. In 2013, she successfully competed for the academic position of Associate Professor in the same department. During the period 2014 -2018, she was elected as Head of the Department of Pharmaceutical Sciences and Pharmaceutical Management, Faculty of Pharmacy at the Medical University – Varna. From 2018 to 2022, she was Head of the Department of Pharmaceutical Chemistry.

As of July 4, 2024, she has been appointed as Dean of the Faculty of Pharmacy.

Prof. Georgieva, PhD, is a member of the Bulgarian Scientific Pharmaceutical Society (BSPHS) and the Bulgarian Pharmaceutical Union (BPhU).