حجم سوق المتممات الغذائية العالمية ٤٠٢,٢٠ مليار دولار عام ٢٠٣٤ وفي لبنان تقدر حصة الصناعة المحلية بين ٢٠و٣٠٪

رولى راشد

لم يعد الإقبال على المكملات او المتممات الغذائية والأعشاب الطبية والطبيعية والمضافات ترفاً يميل البعض اليه، بل حاجة لدى الكثيرين تكاد تسبق حاجتهم الى الأدوية الخاضعة للوصفة الطبية.

المتممات والمضافات الغذائية هي منتجات مختلفة: فالمتممات **الغذائية** هي منتجات تُضاف إلى النظام الغذائي لتوفير فيتامينات ومعادن وأحماض أمينية وغيرها من العناصر الغذائية، بينما **المضافات الغذائية** هي مواد تُضاف إلى الأطعمة لعدة أغراض مثل المحافظة عليها أو تحسين نكهتها وتركيبتها.

ولمعرفة اهمية هذه المنتجات في هذا العصر تكفي الإشارة الى انه وفق المراصد المتابعة، من المتوقع أن تصل القيمة السوقية لسوق المتممات الغذائية العالمية إلى ١٨٥,١ مليار دولار هذا العام. ووفق شركة Precedence Research، من المتوقع أن تبلغ قيمة سوق المتممات الغذائية العالمية إلى ٤٠٢,٢٠ مليار دولار أمريكي بحلول عام ٢٠٣٤، بمعدل نمو سنوي مثير للإعجاب يبلغ ٧,٨٧٪ من عام ٢٠٢٥ إلى عام ٢٠٣٤. سيطرت منطقة آسيا والمحيط الهادئ على السوق العالمية بنسبة ٣٧,٨٦٪ من حصة السوق في عام ٢٠٢٤. ومن المتوقع أن تنمو أمريكا الشمالية بمعدل نمو سنوي ملحوظ يبلغ ٨,٢١٪ من عام ٢٠٢٥ إلى عام ٢٠٣٤. وقد استحوذ قطاع الفيتامينات على حصة كبيرة من الإيرادات بنسبة ٣١,٨٠٪ في عام ٢٠٢٤.

١- ما هي المكملات او المتممات الغذائية ؟ وهل هي مفيدة ؟

هي منتجات تحتوي على فيتامينات ومعادن وأعشاب ونباتات وأحماض أمينية أو إنزيمات صُممت لتكملة النظام الغذائي وتوفير العناصر الغذائية التي قد تكون ناقصة في الوجبات اليومية، إذ أن الهدف الرئيسي منها هو تعزيز الصحة من خلال ضمان تزويد الأجسام الكميات الكافية بالعناصر الغذائية الأساسية.

اذاً، يطلق اسم المتممات الغذائية (بالإنجليزية: Dietary Supplements) على مجموعة واسعة من المنتجات التي يتم تناولها لدعم الصحة وتكملة النظام الغذائي. وهي لا تعتبر بديلاً عن الطعام أو بديلاً عن الأدوية في حالة المرض، حيث لا يسمح لمصنّعيها بوصف منتجاتهم على أنها تشفي أو تعالج أو تمنع الأمراض، ولكنها تساعد في التخفيف من خطر حدوث مشاكل صحية مثل هشاشة العظام، أو التهاب المفاصل وغيرها من الأمراض.... أو تستخدم لإضافة بعض العناصر الغذائية للنظام الغذائي في حال نقصها أو عدم الحصول عليها بكميات كافية من النظام الغذائي.

بالتحديد، يشمل مصطلح المكّمل او المتمّم الغذائي فئة كبيرة من المنتجات التي يتم تناولها أو شربها لدعم الصحة الجيدة وتكملة النظام الغذائي. ويمكن أن تكون المكملات الغذائية واحدة أو مجموعة من المواد التالية: مكملات الفيتامينات- مكملات المعادن- المكملات العشبية والنباتية- مكملات الأحماض الأمينية- مكملات الألياف- مكملات البربايوتكس والبروبيوتيك- مضادات الأكسدة.

قد يكون بعضها مفيداً للصحة، لكن ما من إثبات ان المكملات لها فعاليّة، بحيث لا يمكنها اخذ دور مجموعة متنوّعة من الأطعمة المهمة في النظام الغذائي الصحي.

اي آثار جانبية ؟

في بعض الأحيان، يسفرعن أخذ المكملات الغذائية حدوث آثار جانبية غير متوّقعة خصوصاً عند تناول منتج جديد، أو إذا تم استخدامها كبديل للدواء الموصوف من قبل الطبيب، أوعند تناول العديد من المكملات الغذائية مجتمعة. ومن الممكن أيضاً أن يتفاعل بعض المكملات الغذائية مع بعض الأدوية. ويجب التأكد من أن المريض لا يفرط في أخذ المكملات الغذائية بالإضافة إلى الطعام بحيث يزداد خطر الإصابة بالآثار الجانبية. كما ان توّخي الحذر عند تناول المكملات الغذائية من قبل الحامل والمرضعة والأطفال دون استشارة الطبيب هو ضروري.

ما سرّ الإقبال على هذه المنتجات ؟

مع زيادة انتشار الأمراض المرتبطة بالعمر والأمراض المتعلقة بنمط الحياة، بدأ المستهلكون يستوعبون بشكل متزايد تدابير الرعاية الصحية الوقائية ويميلون بشكل متسارع نحو منتجات الصحة المستفيدة من المتممات الغذائية، والتي من المتوقع أن تدفع بالسوق العالمية والصغيرة نحو زيادة الابتكار من قبل المنتجين. ان الإهتمام المتزايد للأشخاص بكمال الأجسام والرياضة هو عامل آخر يقود الى توسيع سوق المكملات الغذائية. بالمطلق، يبدي الرياضيون اهتمامًا متزايدًا بمكملات التغذية الرياضية وبعض المنتجات لتعزيز أدائهم وتعزيز قدرتهم على التحمّل.

ما هي الأنواع المعروضة في السوق؟

حسب النوع، يتم تقسيم السوق إلى الفيتامينات والمعادن والإنزيمات والأحماض الدهنية والبروتينات وغيرها. من ضمن أنواع مختلفة من المكملات الغذائية، تحتل **الفيتامينات** الحصة الأكبر من سوق المكملات الغذائية، تليها **البروتينات والمعادن**. وفي العديد من البلدان النامية والمتقدمة، فإن نقص الفيتامينات الرئيسية مثل فيتامين أو B و C و E أصبح شائعاً. لذلك، يميل المستهلكون بشكل كبير نحو مكملات الفيتامينات للتزوّد بالجرعة اليومية المطلوبة من الفيتامينات، تليها **المعادن**: مع النساء الحوامل، مع بعض البالغين، وكبار السن، يمكن أن يؤدي اي نقص او غياب لبعض المعادن إلى أمراض صحية خطيرة. ولذلك، فإن الطلب على إضافات المعادن هو في تصاعد.

كما من المتوقع أن تشهد مكملات **البروتين** المزيد من الطلب في السنوات المقبلة بسبب ارتفاع ميل المستهلك نحو ضبط الوزن، وكمال الأجسام، ... وكذلك الطلب على إضافات البروتين و**الأحماض الأمينية** بوتيرة سريعة بسبب استخدامها المتنوّع في نمو العضلات، وتحسين التركيز العقلي، وتخفيف الإرهاق، وتعزيز الشفاء.

ضبط السوق

بما أن استعمال المكملات او المتممات الغذائية واسع الانتشار، فقد أقرت حكومة الولايات المتحدة عام ١٩٩٤ قانون الصحة والتثقيف الغذائي للمكملات الغذائية (DSHEA) وهو قانون أميركي، وضع إطارًا لتنظيم المكملات الغذائية كنوع من «الأغذية» وليس الأدوية، حيث لا يحتاج المصنعون للحصول على موافقة إدارة الغذاء والدواء الأمريكية (FDA) قبل تسويق المنتجات، وإنما تتحمل الشركة مسؤولية ضمان سلامة المنتج وفعاليته، وتُلزم هيئة الغذاء والدواء بالتدّخل لإزالة المنتجات غير الآمنة أوالمضللة من السوق. وقد عُرّف المكمل الغذائي بأنه «أي منتج (غير التبغ) يحتوي على فيتامين، أو معدن، أو عشبة، أو منتج نباتي آخر، أو حمض أميني ويُستعمل كمكمل للنظام الغذائي العادي.»كما تعتبر هرمونات معينة مثل **ديهيدرو إيبي أندروستيرون والميلاتونين**، من المكملات الغذائية أيضًا.

والجدير ذكره، انه يتم تقسيم سوق المكملات الغذائية العالمية على أساس الشكل والمكوّنات ونوع المنتج والتصنيف وقناة التوزيع والمستخدم النهائي.

٢- المضافات الغذائية

اما **المضافات الغذائية**، فقد استُخدمت لقرون لتحسين مذاق الطعام وملمسه ومظهره والحفاظ عليه. وتخدم المضافات الغذائية والمواد الحافظة أغراضًا متعددة، منها الوقاية من الأمراض المنقولة بالغذاء، وزيادة مدة صلاحية المنتجات، واستيفاء معايير الجودة من دفعة لأخرى. تُقيّم إدارة الغذاء والدواء الأمريكية (FDA) سلامة المضافات الغذائية وتُحدد كيفية استخدامها. في حال اعتماد أي مُضاف، تُصدر الهيئة لوائح تُحدد أنواع الأطعمة التي يُمكن استخدامها فيها، والكميات القصوى المسموح بها، وكيفية تحديدها على ملصقات الأغذية.

تحتفظ (FDA) بقاعدة بيانات تضم ما يناهز ٤٠٠٠ مكوّن، بعنوان «المواد المضافة إلى الأغذية».

وبدون الدخول في تفاصيل هذه المواد يشار الى انه بدأ تدعيم الأغذية عام ١٩٢٤ عندما أُضيف اليود إلى ملح الطعام للوقاية من تضخّم الغدة الدرقية.

تضاف الفيتامينات عادةً إلى العديد من الأطعمة لزيادة قيمتها الغذائية. لى سبيل المثال، يُضاف فيتامينا أ و د إلى منتجات الألبان والحبوب ، ويضاف العديد من فيتامينات ب إلى الدقيق والحبوب والمخبوزات والمعكرونة. ويُضاف فيتامين ج إلى مشروبات الفاكهة والحبوب ومنتجات الألبان والحلويات. وتشمل المضافات الغذائية الأخرى حمض اللينوليك الدهني الأساسي، ومعادن مثل الكالسيوم والحديد، والألياف الغذائية.

اما ما هو الوضع في لبنان ؟ اين هو من إستهلاك هذه المنتجات ؟

توصي منظمة الصحة العالمية باستخدام المكملات الغذائية بحذر، مع التركيز على أهمية الحصول على التغذية المتوازنة من خلال نظام غذائي صحي ومتنوع. وشددت على أن المكملات الغذائية ليست بديلاً عن الغذاء الصحي وليست علاجاً للأمراض، بل قد تكون مفيدة في بعض الحالات لتلبية احتياجات غذائية معينة أو في حالات نقص التغذية. وابعد من ذلك، تضع كل من وزارة الصحة العامة ومنظمة الصحة العالمية معايير وشروط لإستيراد المكملات الغذائية. تهدف هذه الشروط إلى ضمان سلامة وجودة هذه المنتجات قبل دخولها إلى السوق اللبنانية. بشكل عام، يجب أن تتوافق المكملات الغذائية مع معايير الجودة والسلامة المحددة من قبل وزارة الصحة، وأن تكون مسجلة لدى الوزارة، وأن يتم استيرادها من قبل جهات مرخصة.

ابي زيد

وفي هذا السياق، توضح رئيسة نقابة مستوردي المتممات الغذائية والأعشاب الطبية الطبيعية في لبنان د. برتا ابو زيد «للصحة والإنسان»: «ان قطاع المتممات الغذائية والأعشاب الطبية الطبيعية في لبنان منظّم جدا من خلال قوانين وقرارات صادرة عن وزارة الصحة العامة.

وانه يتم تسجيل وترخيص واستيراد المتممات الغذائية والأعشاب

الطبية الطبيعية عبر مصلحة الهندسة الصحية في وزارة الصحة العامة.

خلال السنوات الأخيرة، التي مرّ بها لبنان مع الأزمات من اقتصادية وغيرها... لم تكن اللجنة المختصة بالمتممات الغذائية والأعشاب فاعلة. وقد اعلنت الوزارة مؤخرا عن ورشة عمل هدفها اعادة الإنتظام الى هذا القطاع من خلال تعيين لجنة جديدة مختصة بذلك. ومن مهام اللجنة وضع إطار واضح وحديث للقرارات المتعلقة بشروط التسجيل، التصنيع والإستيراد والإستهلاك.»

وفي ما يتعلق باكثر الأنواع استهلاكاً في السوق اللبناني تشير الى «ان هذه الأنواع هي موسمية؛ فمثلاً في الصيف، يكون الإقبال كبيراً على electrolytes, collagen, multivitamins vitamins كما هناك استهلاك كبير ل Magnesium.

اما في مجال التصنيع، فهناك مصنع واحد في لبنان متخصّص بتصنيع المتممات الغذائية بالإضافة الى ان جميع مصانع الأدوية اللبنانية تنتج وتصنّع عدداً كبيراً من هذه المستحضرات.

ورغم غياب الإحصاءات الدقيقة حول حجم فاتورة الإستيراد سنوياً، سيما وان هذه المستحضرات تباع ايضًا خارج الصيدليات، فإن حصّة الصناعة الوطنية قد ازدادت في السنوات الأخيرة خصوصاً خلال الأزمة الإقتصادية، ومع انخفاض حجم الإستيراد.

اذاً، **حصة الصناعة الوطنية من هذه المستحضرات في السوق اللبناني كما ذكرنا في إزدياد وتقدر حاليا بحوالي ٢٠٪ - ٣٠٪ من اجمالي السوق.»**

فوضى السوق؟

في الآونة الأخيرة، شهدت سوق المتممات الغذائية فوضى وأثير الجدل حول احد المنتجات المحلية ما حدا بوزير الصحة العامة الدكتور ركان ناصر الدين الى التأكيد: «ان المتممات الغذائية لا تخضع للفحوصات نفسها الصارمة المفروضة على الأدوية، وهذه ثغرة يعمل على معالجتها. ومنذ تسلمه الوزارة، فعّل لجنة المتممات الغذائية التي كانت متوقفة منذ سنوات، وحدد لها صلاحية تقييم المنتجات ومنح التراخيص بناءً على تقارير علمية».

ويشدد ناصر الدين على أن الوزارة «فعّلت أيضًا فرق التفتيش على الصيدليات والمصانع، وتنسّق مع نقابة الصيادلة لضبط أي تهريب أو تصنيع غير شرعي».

في الواقع، ان المتممات الغذائية أُخرجت من سلطة قانون مزاولة مهنة الصيدلة منذ العام ١٩٩٨ بمرسوم وزاري، ما أتاح تسويقها كمنتجات غير طبية بدون الخضوع لفحوصات مخبرية دقيقة. وهذا ساهم في مضاعفة عدد الأصناف.

سلوم

من جهته، يقول **نقيب الصيادلة في لبنان الدكتور جو سلوم «للصحة والإنسان»**: «الشيء الوحيد الذي اريد التشديد عليه هو اننا اليوم احوج ما نكون فيه الى الوكالة الوطنية للدواء، القانون الذي صدر في مجلس النواب في نهاية العام ٢٠٢١ للأسف، بقي مجمّداً في أدراج مجلس الوزراء رغم مطالبتنا المتكررة والمتعددة على وسائل الإعلام ولدى جميع المسؤولين الذين قمنا بزيارتهم، الى ان تم ّ إقرار المراسيم التطبيقية الخاصة بها مؤخراً في جلسة مجلس الوزراء.

بداية الاصلاح في القطاع الصحي والدوائي، تشقّ طريقها بإقرار المراسيم التطبيقيّة للوكالة الوطنيّة للدواء في مجلس الوزراء، واعادة التدقيق بكل الادوية والمتمّمات التي تم تسجيلها منذ عشر سنوات الى تاريخه. فلو وجدت هذه الوكالة الوطنية منذ إصدار القانون لوفّرنا كثيراً على المرضى من ادوية مزوّرة وغير ادوية، انها الوحيدة القادرة على ضبط النوعية، تسجيل الأدوية، المتممات الغذائية، المواد الاولية في الصناعة المحلية، تسعيرها ومراقبتها في الأسواق، هي الحل الوحيد وبغيابها ستستمر الفوضى في السوق.»

في مطلق الأحوال، ملف المتممات والمضافات الغذائية يبقى مشرّعاً ومحور نقاش طالما العرض الذي يسوّقه المنتجون يجذب بسهولة المستهلكين.

USJ 1875 150
Université Saint-Joseph de Beyrouth
HÔTEL-DIEU DE FRANCE
University Medical Center
LEBANON
still a leading light in care
HÔPITAL SAINT-CHARLES Fiyadiye
HÔPITAL Mgr CORTBAWI Adma
HÔPITAL TEL CHIHA Zahle
FAMILY MEDICAL CENTER Zgharta
HÔPITAL N.D. DE LA PAIX Qobayat
www.hdf.usj.edu.lb - Hôtel-Dieu de France