

Verse: juni 2025

Bij dit document
hoort een begeleidend
schrijven

Disclaimer: Bedrijven zijn zelf verantwoordelijk voor de waarschuwingen die zij etiketteren. Er
kunnen geen juridische argumenten verleend worden aan dit document.

Legenda:
Rood: wettelijk verplichte waarschuwing
Orange: licht en donkerorange: NPN adviseert hier madrukkelij om een waarschuwing te plaatsen
Geel: licht en donkergeel: geen NPN advies waarschuwing plaatsen. Bedrijven kunnen naar eigen overweging kiezen om
hier een waarschuwing te plaatsen
Wit: geen waarschuwing, informatie geven mag

Advies waarschuwing bij botanica:
Voor kruiden/planten is het vaak niet mogelijk om de veiligheid aan te tonen voor zwangere en lacterende vrouwen. Ook
de veiligheid van botanica bij medicijngebruik, zekere of gezondheidsklachten is niet altijd bekend. Mensen die
medicijnen gebruiken, ook zij, of onder medisch toezicht staan dienen bij hun behandelen aan te geven welke
supplementen zij naast hun behandeling innemen.

Bij kruiden/planten adviseert de TC om uit voorzorg de waarschuwing "onvoldoende gegevens bekend over gebruik
tijdens zwangerschap en borstvoeding. Raadpleeg een gezondheidsprofessional bij medicijngebruik, zekere of
gezondheidsklachten" op de verpakking of productpagina te vermelden. Daar waar gegevens over onveiligheid van
gebruik van een kruid tijdens zwangerschap, borstvoeding en zekere beschikbare zijn, of over een specifieke interactie met
een medicijn, is het dringende advies aan bedrijven om de waarschuwing "niet gebruiken tijdens/bij ... op te nemen. Dit
advies is opgenomen in het NPN overzicht waarschuwingsteksten.

	Latijnse benaming	Dosering	Waarschuwing WORDT	Status	Informatie	Veranderd	Dosering	Waarschuwing WAS	Status
Acacia's (Arabische gom)		Als vezelpreparaat	Niet gelijktijdig innemen met medicijnen. Houd minimaal 1-2 uur aan tussen het innemen van medicatie en acacia's.	Lichtorange - NPN advies waarschuwing plaatsen	Inname van acacia's kan de absorptie van een veelal medicijnen beïnvloeden en zo een effect hebben op de werking. Neem ruime tijd tussen het nemen van medicijnen en acacia's.	Ja - Nieuw			
Alcohol			Let op: bevat alcohol	Rood - Wettelijk verplicht	Het is belangrijk om bepaalde doelgroepen te informeren over de aanwezigheid van alcohol, zoals: kinderen, zwangere vrouwen, geliefden/houders en mensen met religieuze betrekkingen tegen alcohol (soort moeders). Daarnaast wordt geadviseerd om geen actieve marketing of positionering van alcoholhoudende tincturen richting jonge kinderen te voeren. NPN adviseert om ook het alcoholvolumegehalte te vermelden op de verpakking.	Ja - Nieuw			
Alurazood			Kan de activiteit of oplettendheid van kinderen nadelig beïnvloeden.	Rood - Wettelijk verplicht	Bereidingen van alurazood zijn verboden (Verordening 1925/2006).	Nee		Kan de activiteit of oplettendheid van kinderen nadelig beïnvloeden.	Rood - Wettelijk verplicht
Aloe	Aloe vera		Niet gebruiken tijdens zwangerschap of borstvoeding. Niet gebruiken bij aandoeningen van maag/darmkanaal. Niet geschikt voor kinderen jonger dan 12 jaar. Niet langer dan tien dagen achtereen gebruiken.	Orange - NPN advies waarschuwing plaatsen	Verwijzen van aandoeningen van de veiligheid van deze zonder HAD's bijv. van de waarschuwingen gehandhaafd. Reper. verpakking tot kleine doses (maximaal 30). Ondanks dat de adviezen betrekking hebben op producten voor volwassenen, is deze waarschuwing gehandhaafd, omdat dit in nieuw overleg met de overheid is vastgesteld.	Nee		Niet gebruiken tijdens zwangerschap of borstvoeding. Niet gebruiken bij aandoeningen van maag/darmkanaal. Niet geschikt voor kinderen jonger dan 12 jaar. Niet langer dan tien dagen achtereen gebruiken.	Orange - NPN advies waarschuwing plaatsen
Ashwagandha	Withania somnifera		Let op bij gebruik van schildkliermedicijnen	Lichtorange - NPN advies waarschuwing plaatsen		Nee		Let op bij gebruik van schildkliermedicijnen	Lichtorange - NPN advies waarschuwing plaatsen
Ashwagandha	Withania somnifera		Niet gebruiken bij bestaande leveraandoeningen. Ashwagandha kan in zeldzame gevallen leverproblemen veroorzaken. Raadpleeg uw arts bij geelzucht en andere ongebruikelijke klachten.	Lichtorange - NPN advies waarschuwing plaatsen		Ja - Beoordeling		Raadpleeg uw arts bij symptomen van leverproblemen. Ashwagandha kan in zeldzame gevallen leverproblemen veroorzaken.	Lichtorange - NPN advies waarschuwing plaatsen
Aspartaam (acesulfamezuur)			Bevat aspartaam (een bron van fenylalanine)	Rood - Wettelijk verplicht	PKU patiënten weten welke producten zij niet moeten nemen.			Bevat aspartaam (een bron van fenylalanine)	Rood - Wettelijk verplicht
Ataxanthine		max. 5 mg ataxanthine per dag	Niet geschikt voor kinderen onder de 14 jaar. Niet consumeren in combinatie met andere ataxanthine bevattende producten	Orange - NPN advies waarschuwing plaatsen		Ja - Beoordeling		Niet geschikt voor kinderen onder de 14 jaar	Orange - NPN advies waarschuwing plaatsen
Ataxanthine		max. 5,7 mg ataxanthine per dag	Niet geschikt voor kinderen onder de 10 jaar. Niet consumeren in combinatie met andere ataxanthine bevattende producten	Orange - NPN advies waarschuwing plaatsen					
Ataxanthine		max. 3,8 mg ataxanthine per dag	Niet geschikt voor kinderen onder de 3 jaar. Niet consumeren in combinatie met andere ataxanthine bevattende producten	Orange - NPN advies waarschuwing plaatsen					
Ataxanthine-rijke olijfolie uit de alg Hematomacoccus pluvialis		max. 8 mg ataxanthine per dag	Niet geschikt voor kinderen onder de 14 jaar. Niet consumeren in combinatie met andere ataxanthine bevattende producten	Rood - Wettelijk verplicht	Verplichte waarschuwing volgens nieuw food toelating, zie Uitvoeringsverordening 2021/1377. Voedingssupplementen met ataxanthine voor de algemene bevolking, die voor 9 september 2021 legal in de handel zijn gebracht, mogen overblijven. Niet moet bij plaats van verkoop een informatieblad geplaatst worden waarmee de consument wordt geïnformeerd dat het product niet geschikt is voor adolescenten, kinderen en zuigelingen jonger dan 14 jaar.		max. 8 mg ataxanthine per dag	Niet geschikt voor kinderen onder de 14 jaar. Niet consumeren in combinatie met andere ataxanthine bevattende producten	Rood - Wettelijk verplicht
Ataxanthine-rijke olijfolie uit de alg Hematomacoccus pluvialis		max. 5,7 mg ataxanthine per dag	Niet geschikt voor kinderen onder de 10 jaar. Niet consumeren in combinatie met andere ataxanthine bevattende producten	Rood - Wettelijk verplicht			max. 5,7 mg ataxanthine per dag	Niet geschikt voor kinderen onder de 10 jaar. Niet consumeren in combinatie met andere ataxanthine bevattende producten	Rood - Wettelijk verplicht
Ataxanthine-rijke olijfolie uit de alg Hematomacoccus pluvialis		max. 2,3 mg ataxanthine per dag	Niet geschikt voor kinderen onder de 3 jaar. Niet consumeren in combinatie met andere ataxanthine bevattende producten	Rood - Wettelijk verplicht			max. 2,3 mg ataxanthine per dag	Niet geschikt voor kinderen onder de 3 jaar. Niet consumeren in combinatie met andere ataxanthine bevattende producten	Rood - Wettelijk verplicht
Bereidnduf	Actinostaphylos uve-ursi		Niet gebruiken tijdens zwangerschap of borstvoeding.	Orange - NPN advies waarschuwing plaatsen	Veiligheid tijdens zwangerschap niet bevestigd. Er zijn aanwijzingen voor onveiligheid uit diervoorstudies.	Ja - Beoordeling		Niet gebruiken bij zwangerschap.	Orange - NPN advies waarschuwing plaatsen
Berghe	Gaultheria procumbens		Niet gebruiken tijdens zwangerschap of borstvoeding. Niet geschikt voor kinderen.	Orange - NPN advies waarschuwing plaatsen	Het kruid bevat salicinezuur, wat negatieve effecten kan hebben op de zwangerschap en voor moeder en kind. Gebruik wordt sterk afgeraden.	Ja - Kleur	> 100 mg salicine	Niet gebruiken bij zwangerschap en borstvoeding. Niet geschikt voor kinderen.	Orange - NPN advies waarschuwing plaatsen
Biotine		> 5mg	Niet gebruiken vóór bloedproeven. Biotine kan diverse lab uitlagen beïnvloeden.	Orange - NPN advies waarschuwing plaatsen	Biotine kan mogelijk de labuitlagen beïnvloeden van schildklierhormonen (TSH), DHEA-S, estradiol en progesteron, folaat, FSH, groeihormoon, hepatitis immunosay, immunoassay, insuline levels, luteïniserend hormoon, PSA, SARS-CoV-2 antigeen test, testosteron, T4Ab/T8Ab, tropamine, vitamine D en vitamine B12.	Nee	> 5mg	Niet gebruiken vóór bloedproeven. Biotine kan diverse lab uitlagen beïnvloeden.	Orange - NPN advies waarschuwing plaatsen
Caféine			Bevat caféine. Niet aanbevelen voor kinderen en zwangere vrouwen (caféinegehalte uitgedrukt per aanbevelen dagelijkse portie).	Rood - Wettelijk verplicht					
Cannabidiol		Hoe hoger de dosering, hoe groter de kans op een interactie en hoe sterker de interactie is.	Kan de werking van een veelal aan medicijnen beïnvloeden. Raadpleeg uw arts of apotheker.	Lichtorange - NPN advies waarschuwing plaatsen	CBD werkt via enzymen die in het lichaam betrokken zijn bij de afbraak van een veelal aan medicijnen. Dit zorgt vaak voor een minder goede werking van deze medicijnen, wat nadruk is bij leveraandoeningen en medicijnen met een geringe veiligheidsmarge.	Ja - Kleur		Hoe hoger de dosering, hoe groter de kans op een interactie en hoe sterker de interactie is.	Orange - NPN advies waarschuwing plaatsen
Carnosine			Kan de activiteit of oplettendheid van kinderen nadelig beïnvloeden.	Rood - Wettelijk verplicht				Kan de activiteit of oplettendheid van kinderen nadelig beïnvloeden.	Rood - Wettelijk verplicht
Cascara	Rhamnus purshiana cortex		Niet gebruiken bij aandoeningen van maag/darmkanaal.	Lichtorange - NPN advies waarschuwing plaatsen	Cascara wordt ook wel gebruikt als laxerend middel en stimuleert peristaltiek in de darmen. Kan bij mensen die hier gevoelig voor zijn of in hoge doseringen leiden tot darmklachten. Raadpleeg voor gebruik een arts bij PDS of andere darmaandoeningen.	Ja - Nieuw			
Cascara	Rhamnus purshiana cortex		Niet gebruiken bij bestaande leveraandoeningen. Cascara kan in zeldzame gevallen leverproblemen veroorzaken. Raadpleeg uw arts bij geelzucht en andere ongebruikelijke klachten.	Orange - NPN advies waarschuwing plaatsen		Ja - Nieuw			
Cascara	Rhamnus purshiana cortex		Niet gebruiken tijdens zwangerschap of borstvoeding. Niet langer dan tien dagen achtereen gebruiken.	Orange - NPN advies waarschuwing plaatsen	In overeenstemming met de overheid.	Nee		Niet gebruiken tijdens zwangerschap of borstvoeding. Niet langer dan tien dagen achtereen gebruiken.	Orange - NPN advies waarschuwing plaatsen
Chinolol			Kan de activiteit of oplettendheid van kinderen nadelig beïnvloeden.	Rood - Wettelijk verplicht	Afhankelijk van hoeveelheid anthrachinon derivaten. Kleine verpakkingen maximaal (meer 10 doses)			Kan de activiteit of oplettendheid van kinderen nadelig beïnvloeden.	Rood - Wettelijk verplicht
Driekleurig viooltje	Viola tricolor		Niet gebruiken tijdens zwangerschap of borstvoeding. Niet geschikt voor kinderen.	Orange - NPN advies waarschuwing plaatsen	Het kruid bevat salicinezuur, wat negatieve effecten kan hebben op de zwangerschap en voor moeder en kind. Gebruik wordt sterk afgeraden.	Ja - Kleur	> 100 mg salicine	Niet gebruiken bij zwangerschap en borstvoeding. Niet geschikt voor kinderen.	Geel - Eigen overweging waarschuwing plaatsen
Fluorbeon	Mucuna pruriens		Let op bij gebruik van Levodopa (Parkinson medicijn).	Orange - NPN advies waarschuwing plaatsen	Mucuna pruriens bevat Levodopa en heeft vergelijkbare effecten als Levodopa bij Parkinson patiënten. Gelijktijdig gebruik kan tot te hoge dosissen levodopa leiden in het bloed en hypertensie veroorzaken.	Ja - Nieuw			
Fructo-oligosacchariden		>50 g/d	Bij hoge doseringen kan inname leiden tot buikkrampen en diarree. Verlaag de dosis bij klachten. Raadpleeg uw arts bij gelijktijdig gebruik van antistollingsmiddelen. Niet gebruiken vóór een operatie.	Orange - NPN advies waarschuwing plaatsen	Fructo-oligosacchariden (FOS) zijn niet-oligosacchariden en kunnen in hoge doseringen leiden tot buikkrampen en diarree. Verlaag de dosis indien frequente buikklachten. Oranje waarschuwing geldt voor doseringen vanaf 5 gram drage wortel-equivalent. De product moet zelf uittrekken hoeveel gemberextract dit betreft.	Ja - Beoordeling	>50g/d	Verlaag de dosering bij windgerief/stuipen, een opgeblazen gevoel of diarree.	Orange - NPN advies waarschuwing plaatsen
Gember	Zingiber officinale	vanaf 5 gram drage wortel-equivalent	Niet gebruiken tijdens zwangerschap of borstvoeding. Raadpleeg uw arts bij gelijktijdig gebruik van antistollingsmiddelen. Niet gebruiken vóór een operatie.	Orange - NPN advies waarschuwing plaatsen		Ja - Beoordeling	vanaf 5 gram drage wortel-equivalent	Let op bij gebruik van antistollingsmiddelen.	Orange - NPN advies waarschuwing plaatsen
Ginseng	Panax ginseng Panax bambusoides		Niet gebruiken tijdens zwangerschap of borstvoeding.	Orange - NPN advies waarschuwing plaatsen	Dieronderzoek laat nadere gevolgen op de foetus en embryo zien. Ginseng heeft invloed op de bloedstollingsmechanismen in het lichaam en heeft mogelijk eenzelfde werking als bloedverdunnende medicijnen. Let op bij deze combinatie en raadpleeg een arts vóór gebruik.	Nee		Niet gebruiken bij zwangerschap.	Orange - NPN advies waarschuwing plaatsen
Ginseng	Panax ginseng Panax bambusoides		Raadpleeg uw arts bij gelijktijdig gebruik van antistollingsmiddelen. Niet gebruiken vóór een operatie.	Orange - NPN advies waarschuwing plaatsen	Inname van glucosamine kan de absorptie van een veelal medicijnen beïnvloeden en zo een effect hebben op de werking. Neem ruime tijd tussen het nemen van medicijnen en glucosamine.	Ja - Beoordeling		Kan de werking van antistollingsmiddelen beïnvloeden.	Orange - NPN advies waarschuwing plaatsen
Glucosamine		Als vezelpreparaat	Niet gelijktijdig innemen met medicijnen. Houd minimaal 1-2 uur aan tussen het innemen van medicatie en glucosamine.	Lichtorange - NPN advies waarschuwing plaatsen	Glucosamine kan de werking van bloedverdunnende medicijnen beïnvloeden. Glucosamine kan ook de bloedstollingsgevoeligheid beïnvloeden. Wees voorzichtig met gelijktijdig gebruik.	Ja - Nieuw		Kan de werking van bepaalde antistollingsmiddelen beïnvloeden.	Orange - NPN advies waarschuwing plaatsen
Glucosamine			Raadpleeg uw arts bij gelijktijdig gebruik van antistollingsmiddelen. Niet gebruiken vóór een operatie.	Orange - NPN advies waarschuwing plaatsen	Verplichte waarschuwing voor nieuw food ingrediënt (Linnéij 2017/2470)		max. 150 mg extract	Niet meer dan 300 mg extract per dag consumeren.	Rood - Wettelijk verplicht
Groene thee - Epigallocatechingallaat als gezuiverd extract (niet hoofd)	Camellia sinensis	max. 150 mg extract	Niet meer dan 300 mg extract per dag consumeren.	Rood - Wettelijk verplicht	Dit is de, met NVAO afgestemde, verkorte versie van verplichte waarschuwingen die zijn opgenomen in Verordening nr. 1925/2006 met Verordening (EU) 2022/2340. Op het etiket moet vermeld staan dat de afkorting EGCG voor Epigallocatechine-3-gallaat staat. Oranje toelating waarschuwingen: Groene thee bevat de opname van foliummateriaal. Het foliummateriaal speelt een rol in het verloop van een goede zwangerschap. Het is bekend dat foliummateriaal levels af op pijl moeten zijn een aantal maanden voor het begin van de zwangerschap. Verpakking interactie tussen groene thee en foliummateriaal met mogelijk verlaagde foliummateriaal levels, is het verstandig op te letten bij het consumeren van veel groene thee producten bij een zwangerschap. NPN raadt aan om zwangerschapswomen toe te voegen aan de verplichte waarschuwing.		max. 150 mg extract	Maximale dosis EGCG is 800 mg per dag. Niet consumeren op een nuchtere maag of in combinatie met andere groene thee producten. Niet geschikt voor kinderen onder de 18 jaar, tijdens de zwangerschap of borstvoeding.	Rood - Wettelijk verplicht
Groene thee	Camellia sinensis	max. 800 mg EGCG	Maximale dosis EGCG is 800 mg per dag. Niet consumeren op een nuchtere maag of in combinatie met andere groene thee producten. Niet geschikt voor kinderen onder de 18 jaar, tijdens de zwangerschap (vóór) of borstvoeding.	Rood - Wettelijk verplicht			max. 800 mg EGCG		
Groene thee	Camellia sinensis		Niet gelijktijdig innemen met hart- en vaatmedicijnen (zoals nadiol) Houd minimaal 1-2 uur aan tussen het innemen van medicatie en groene thee. Opdrachten: Voor dit ingrediënt is een wettelijke waarschuwing in voorbereiding. Tot die tijd adviseert NPN met klein deze waarschuwing te gebruiken.	Lichtorange - NPN advies waarschuwing plaatsen	De catechines in groene thee kunnen of de opname van hart- en vaatmedicijnen remmen. Inname van groene thee na 1-2 uur is raadzaam. Raadpleeg altijd een arts bij medicijngebruik.	Ja - Nieuw			
Guarboonvezels (Guarigon)		Als vezelpreparaat	Niet gelijktijdig innemen met medicijnen. Houd minimaal 1-2 uur aan tussen het innemen van medicatie en guarboonvezels.	Lichtorange - NPN advies waarschuwing plaatsen	Inname van guarboonvezels kan de absorptie van een veelal medicijnen beïnvloeden en zo een effect hebben op de werking. Neem ruime tijd tussen het nemen van medicijnen en guarboonvezels.	Ja - Nieuw			
Guggul	Commiphora Mukul		Niet gebruiken tijdens zwangerschap en borstvoeding	Orange - NPN advies waarschuwing plaatsen	Kan mogelijk de bloedstroom beïnvloeden, voor kramen in de onderbuik zorgen en contracties van de baarmoeder veroorzaken, met als mogelijk gevolg een abortus. Gebruik tijdens zwangerschap wordt afgeraden. Onvoldoende gegevens bekend over de veiligheid tijdens borstvoeding.	Ja - Kleur		Niet gebruiken bij zwangerschap.	Geel - Eigen overweging waarschuwing plaatsen

Hop	<i>Humulus lupulus</i>	Hoge doseringen > 500 mg (> 100 mcg 8-Ph)	Radpleeg een arts als u een behandeling ondergaat of heeft ondergaan voor (hormoongevoelige) kanker.	Lichtorange - NPM advies waarschuwing plaatsen	Hop bevat fyto-oestrogenen. Dit zou de werking van het vrouwelijke hormoon oestrogenen kunnen beïnvloeden. Het is onbekend of het negatief of positief is. Radpleeg uw arts bij hormoon-gerelateerde aandoeningen of bij hormoon-gerelateerde klachten. Gebruik van fyto-oestrogenen wordt ook afgeraden bij heel jonge vrouwen (leeftijd 12-15 bij wie de menstruatie nog onregelmatig of of nog op gang moet komen).	Ja - Alleur	Hoge doseringen > 500 mg (> 100 mcg 8-Ph)	Radpleeg vóór gebruik een deskundige bij hormoon gevoelige aandoeningen.	Geel - Eigen overweging waarschuwing plaatsen
Inuline		>10 g/d	Kan zorgen voor flatulentie, opgeblazen gevoel en diarree. Verlaag de dosis bij klachten.	Lichtorange - NPM advies waarschuwing plaatsen	Kan klachten geven in het maag-darm-stelsel, zoals windigheid, gasvorming, opgeblazen gevoel, diarree en krampen. Klachten kunnen optreden vanaf 30 g/d. Voor anderen treedt dit pas op bij doseringen vanaf 30 g/d. Verlaag dosis bij klachten.	Ja - Alleur	Hoge gedoseerd (vanaf 3 g/dag)	Verlaag de dosering bij windigheid/flatulentie, en opgeblazen gevoel of diarree.	Orange - NPM advies waarschuwing plaatsen
Japane tempelboom	<i>Ginkgo biloba</i>		Niet gebruiken tijdens zwangerschap of borstvoeding. Radpleeg uw arts bij gelijktijdig gebruik van antistollingsmedicijnen. Niet gebruiken vóór een operatie. Disclaimer: Voor dit ingrediënt is een wetenschappelijke waarschuwing in voorbereiding. Tot die tijd adviseert NPM met kien deze waarschuwing te gebruiken.	Orange - NPM advies waarschuwing plaatsen	Ginkgo kan nadelige gevolgen hebben voor de zwangerschap en de foetus. Vermijd gebruik tijdens zwangerschap.	Nee		Niet gebruiken bij zwangerschap en borstvoeding.	Orange - NPM advies waarschuwing plaatsen
Japane tempelboom	<i>Ginkgo biloba</i>		Niet gebruiken tijdens zwangerschap of borstvoeding. Radpleeg uw arts bij gelijktijdig gebruik van antistollingsmedicijnen. Niet gebruiken vóór een operatie. Disclaimer: Voor dit ingrediënt is een wetenschappelijke waarschuwing in voorbereiding. Tot die tijd adviseert NPM met kien deze waarschuwing te gebruiken.	Orange - NPM advies waarschuwing plaatsen	Ginkgo kan de plaatagregatie remmen en daarmee de werking van antistollingsmedicijnen versterken. Dit kan leiden tot bloedingsrisico. Wees voorzichtig met gelijktijdig gebruik.	Ja - Bewoording		Kan de werking van antistollingsmiddelen beïnvloeden.	Orange - NPM advies waarschuwing plaatsen
Jeneverbes	<i>Sambucus communis L</i>		Niet gebruiken tijdens zwangerschap of borstvoeding.	Orange - NPM advies waarschuwing plaatsen	Kan mogelijk contracties van de baarmoeder, darmen en blaas veroorzaken. Heeft nadelige effecten op de zwangerschap en kan tot abortus leiden.	Nee		Niet gebruiken bij zwangerschap.	Orange - NPM advies waarschuwing plaatsen
Kattenklauw	<i>Urtica dioica</i>		Kan de werking van medicijnen die de afweer onderdrukken (zoals prednison) beïnvloeden. Radpleeg uw arts of apotheker.	Lichtorange - NPM advies waarschuwing plaatsen	Kattenklauw heeft een werking op het immuunsysteem, door het te activeren en te versterken. Dit kan de werking van immuunsuppressiva tegengaan.	Ja - Alleur	Indehouding, hoog gedoseerd	Niet langdurig combineren met immuunsuppressieve medicatie, zoals prednison.	Geel - Eigen overweging waarschuwing plaatsen
Kelp	<i>Ulmarienales</i>	Niet geanalyseerd of >150 mcg jodium	Niet gebruiken bij schildklierproblemen. Kan grote hoeveelheden jodium bevatten.	Orange - NPM advies waarschuwing plaatsen	Kelp kan grote hoeveelheden jodium bevatten. Hoog innamen van jodium voor langere tijd kan de werking van de schildklier verstoren. Vermijd dit product bij al bestaande schildklier problemen, vanwege mogelijke verergering.	Ja - Bewoording	> 150 µg jodium	Kelp kan van nature extreem hoge hoeveelheden jodium bevatten.	Orange - NPM advies waarschuwing plaatsen
Knoflook			Kan de werking van antivirale middelen (zoals saquinavir) beïnvloeden. Radpleeg uw arts of apotheker. Disclaimer: Voor dit ingrediënt is een wetenschappelijke waarschuwing in voorbereiding. Tot die tijd adviseert NPM met kien deze waarschuwing te gebruiken.	Lichtorange - NPM advies waarschuwing plaatsen	Saquinavir is een substraat voor Cytochrome P450 (CYP) -enzymen. Knoflook preparaten, met name als ze alleen bevatten, kunnen tot een verlaging van de plasmaconcentratie van Saquinavir leiden.	Ja - Nieuw			
Knoflook	<i>Allium Sativum</i>		Radpleeg uw arts bij gelijktijdig gebruik van antistollingsmedicijnen. Niet gebruiken vóór een operatie. Disclaimer: Voor dit ingrediënt is een wetenschappelijke waarschuwing in voorbereiding. Tot die tijd adviseert NPM met kien deze waarschuwing te gebruiken.	Orange - NPM advies waarschuwing plaatsen	Er zijn aanwijzingen dat knoflook ook een additief effect kan hebben op andere bloedverdunners. Voorsichtigheid bij bloedverdunners en knoflook innamen is geboden. Met name preparaten met alliline lijken een effect te hebben, AGE lijkt geen of minder interactie aan te gaan met bloedverdunners.	Ja - Nieuw			
Kurkuma	<i>Curcuma longa</i>		Kan de werking van Tamoxifen en Sulfasalazine beïnvloeden. Radpleeg uw arts of apotheker. Disclaimer: Voor dit ingrediënt is een wetenschappelijke waarschuwing in voorbereiding. Tot die tijd adviseert NPM met kien deze waarschuwing te gebruiken.	Lichtorange - NPM advies waarschuwing plaatsen	Er zijn aanwijzingen dat hoge doseringen van Curcuma longa de concentratie van Tamoxifen beïnvloeden, wat niet noodzakelijk is bij de behandeling van borstkanker. Er is ook aanwijzing voor een interactie tussen kurkuma en Sulfasalazine. Het werkende mechanisme is nog niet bekend. Overleg met de arts is raadzaam.	Ja - Alleur		Kurkuma beïnvloedt de bloedsuiker van het medicijn Tamoxifen.	Geel - Eigen overweging waarschuwing plaatsen
Kurkuma	<i>Curcuma longa</i>		Niet gebruiken bij bestaande leveraandoeningen. Kurkuma kan in zeldzame gevallen leverproblemen veroorzaken. Radpleeg uw arts bij gebuik en andere ongebruikelijke klachten.	Orange - NPM advies waarschuwing plaatsen	Kurkuma kan bij sommige mensen leverproblemen veroorzaken. Voorsichtigheid is met name geboden bij supplementen met een hogere bio-beschikbaarheid door bij toevoeging van liposomen of piperieen.	Ja - Nieuw			
Kurkuma	<i>Curcuma longa</i>		Niet gebruiken bij galwegstoornissen.	Lichtorange - NPM advies waarschuwing plaatsen	Uit onderzoek blijkt dat Curcuma longa invloed heeft op de samenstelling en het volume van de galwegen. Het is dus belangrijk dat Curcuma longa niet wordt ingenomen bij galwegstoornissen.	Ja - Alleur		Radpleeg uw arts of apotheker bij gelijktijdig gebruik van medicijnen. Niet gebruiken bij galwegstoornissen.	Orange - NPM advies waarschuwing plaatsen
L-tyrosine			Let op bij gebruik van medicijnen die de hersenstofwisseling beïnvloeden, zoals antidepressiva en kalmerende middelen. Radpleeg uw arts of apotheker.	Orange - NPM advies waarschuwing plaatsen	Tryptofaan heeft eenzelfde werking op het serotonine mechanisme in het brein als antidepressiva en slaapmedicatie. Een gelijktijdig innamen heeft mogelijk een additief effect, met het serotoninesyndroom als gevolg.	Ja - Bewoording	meer dan 1000 mg/dag	Niet gebruiken in combinatie met middelen die de herenwerking beïnvloeden (bijvoorbeeld slaapmiddelen en/of antidepressiva).	Orange - NPM advies waarschuwing plaatsen
Magnesium		>250 mg	Kan een laxerend effect hebben.	Orange - NPM advies waarschuwing plaatsen	De waarschuwing geldt voor alle magnesiumverbindingen. EPA heeft een aanvaardbare bovengrens vastgesteld van 250 mg magnesium uit supplementen, op basis van een mogelijk laxerend effect bij meer dan 250 mg magnesium. Dewerking kan optreden bij personen die daar gevoelig voor zijn en is mild en onschadelijk.	Nee	>250 mg	Kan een laxerend effect hebben	Orange - NPM advies waarschuwing plaatsen
Melatonine		>0.3 mg	Gebruik wordt afgeraden, tenzij anders geadviseerd: - Voor kinderen jonger dan 12 jaar - Bij zwangerschap en borstvoeding Gedurende een aanvangsperiode langer dan 3 weken Bij gebruik van geneesmiddelen die inwerken op de hersenen Gebruiksaanwijzing: innemen kort (1-2 uur) voor het slapen.	Orange - NPM advies waarschuwing plaatsen	Veilig gebruik bij genoemde indicaties is onomstotelijk bekend. Mogelijke verstoring van waak-slaapritme. Goede gebruiksaanwijzing is daarom belangrijk.	Nee	>0.3 mg	Gebruik wordt afgeraden, tenzij anders geadviseerd: - Voor kinderen jonger dan 12 jaar - Bij zwangerschap en borstvoeding Gedurende een aanvangsperiode langer dan 3 weken Bij gebruik van geneesmiddelen die inwerken op de hersenen Gebruiksaanwijzing: innemen kort (1-2 uur) voor het slapen gaan.	Orange - NPM advies waarschuwing plaatsen
Melatonine (bij jetlag)		>0.3 mg	Niet gebruiken: - Voor kinderen jonger dan 12 jaar - Tijdens zwangerschap en borstvoeding	Orange - NPM advies waarschuwing plaatsen	Werd meestal voor korte duur gebruikt. Risico's voor langdurig gebruik zijn daarom buiten beschouwing gelaten.	Nee	>0.3 mg	Niet gebruiken: - Voor kinderen jonger dan 12 jaar - Bij zwangerschap en borstvoeding	Orange - NPM advies waarschuwing plaatsen
Moederkruid	<i>Taraxacum parthenium</i>		Niet gebruiken tijdens zwangerschap.	Orange - NPM advies waarschuwing plaatsen	Kan mogelijk zorgen voor contracties van de baarmoeder en mogelijk nadelige effecten op moeder en foetus.	Nee		Niet gebruiken bij zwangerschap.	Orange - NPM advies waarschuwing plaatsen
Moerasapra	<i>Filipendula/Spirea ulmaria</i>		Niet gebruiken tijdens zwangerschap of borstvoeding. Niet geschikt voor kinderen.	Orange - NPM advies waarschuwing plaatsen	Het kruid heeft anticholinergische, wat negatieve effecten kan hebben op de zwangerschap en voor moeder en kind. Gebruik wordt sterk afgeraden.	Ja - Alleur	> 100 mg lakine	Niet gebruiken bij zwangerschap en borstvoeding. Niet geschikt voor kinderen.	Geel - Eigen overweging waarschuwing plaatsen
Monacoline - rodegortstij	<i>monascus purpureus</i>	Max dosering monacoline <1mg	- Mag niet worden geconsumeerd door zwangere vrouwen of vrouwen die borstvoeding geven, kinderen jonger dan 18 jaar en volwassenen ouder dan 70 jaar. - Win advies in bij een arts over de consumptie van dit product als u gezondheidsproblemen ondervindt. - Mag niet worden geconsumeerd als u cholesterolverlagende geneesmiddelen neemt. - Mag niet worden geconsumeerd als u al andere producten met rodegortstij gebruikt.	Rood - Niet veilig verplicht	Monacoline heeft invloed op de hormoonhuishouding, met name de oestrogenen en progesterone balans. Mogelijk kan een verandering in deze balans nadelige gevolgen hebben voor de zwangerschap en foetus, en baby.	Nee	Max dosering monacoline <1mg	- Mag niet worden geconsumeerd door zwangere vrouwen of vrouwen die borstvoeding geven, kinderen jonger dan 18 jaar en volwassenen ouder dan 70 jaar. - Win advies in bij een arts over de consumptie van dit product als u gezondheidsproblemen ondervindt. - Mag niet worden geconsumeerd als u cholesterolverlagende geneesmiddelen neemt. - Mag niet worden geconsumeerd als u al andere producten met rodegortstij gebruikt.	Rood - Niet veilig verplicht
Monnikskap	<i>Urtica agnus castus</i>		Niet gebruiken tijdens zwangerschap of borstvoeding.	Orange - NPM advies waarschuwing plaatsen	Monnikskap heeft invloed op de hormoonhuishouding, met name de oestrogenen en progesterone balans. Mogelijk kan een verandering in deze balans nadelige gevolgen hebben voor de zwangerschap en foetus, en baby.	Nee		doet afhankelijk	Orange - NPM advies waarschuwing plaatsen
Nattokase			Radpleeg uw arts bij gelijktijdig gebruik van antistollingsmedicijnen. Niet gebruiken vóór een operatie.	Orange - NPM advies waarschuwing plaatsen	Nattokase heeft een bloedverdunnende werking. Risco op bloedingsrisico is groot, zeker in combinatie met andere bloedverdunners. Gelijktijdig gebruik wordt sterk ontzaden, evenals gebruik voor een operatie.	Ja - Bewoording		Radpleeg een deskundige bij gelijktijdig gebruik van antistollingsmiddelen. Niet gebruiken vóór een operatie.	Orange - NPM advies waarschuwing plaatsen
Nicotinezuur		>50 mg	Kan voor een flush zorgen, waarbij een hevige en plotselinge bloedsuiker na hoofd en ledematen optreedt. Deze veroorzaakt een warm en brandende sensatie. Dit is van korte duur en gaat vanzelf over.	Orange - NPM advies waarschuwing plaatsen	Nicotinezuur veroorzaakt soms verwijding van de bloedvaten en bloedsuiker na hoofd en ledematen. Hierdoor ontstaat een warme, prikkelende, brandende sensatie, genaamd flush. Deze gaat vanzelf over.	Ja - Bewoording	>50 mg	Nicotinezuur (vitamine B3) kan een zogenaamd (soms hevige, maar onschadelijke) "flush" plotselinge bloedsuiker na hoofd en ledematen met warm, brandend en/of prikkelende sensatie veroorzaken. Deze reactie is van voortgaande aard.	Orange - NPM advies waarschuwing plaatsen
Omega-3 vetzuren		> 1 gram EPA/DHA	Radpleeg een arts als u bekend bent met atriumfibrilleren.	Lichtorange - NPM advies waarschuwing plaatsen		Nee	> 1 gram EPA/DHA	Radpleeg een arts als u bekend bent met atriumfibrilleren.	Lichtorange - NPM advies waarschuwing plaatsen
Papaja			Niet gebruiken tijdens zwangerschap of borstvoeding.	Orange - NPM advies waarschuwing plaatsen	Heeft mogelijk schadelijke effecten op de embryo's. Zou ook mogelijk baarmoeder contracties kunnen stimuleren.	Nee		Niet gebruiken bij zwangerschap en borstvoeding.	Orange - NPM advies waarschuwing plaatsen
Papaya	<i>Carica Papaya L. Folium (Blad)</i>		Niet gebruiken tijdens zwangerschap(wens) of borstvoeding.	Orange - NPM advies waarschuwing plaatsen	Het blad heeft mogelijk toxische effecten op de embryo's. Het kan contracties van de baarmoeder stimuleren en kan de vruchtbaarheid verminderen.	Nee		Niet gebruiken bij zwangerschap(wens) en borstvoeding	Orange - NPM advies waarschuwing plaatsen
Passebloem	<i>Passiflora</i>		Let op bij gebruik van slaapmedicatie, kalmeringsmiddelen of angstremmers	Lichtorange - NPM advies waarschuwing plaatsen	Passebloem werkt slap inducerend en verlaagt angst- en spanningklachten. Het heeft mogelijk een versterkende werking op slaapmedicatie, benzodiazepinen en anesthetica.	Ja - Alleur		Radpleeg vóór gebruik uw arts of apotheker bij gelijktijdig gebruik met andere middelen die het centrale zenuwstelsel beïnvloeden, zoals antidepressiva en kalmerende middelen.	Geel - Eigen overweging waarschuwing plaatsen
Pau d'Arco	<i>Tadulea spp.</i>		Niet gebruiken tijdens zwangerschap of borstvoeding.	Orange - NPM advies waarschuwing plaatsen	Heeft schadelijke effecten op de foetus en kan fatale gevolgen hebben voor de foetus.	Nee		Niet gebruiken bij zwangerschap en borstvoeding.	Orange - NPM advies waarschuwing plaatsen
Pectine		Als voedselpreparaat	Niet gelijktijdig innemen met medicijnen. Hou minimaal 1-2 uur aan tussen het innemen van medicatie en pectine.	Lichtorange - NPM advies waarschuwing plaatsen	Inname van pectine kan de absorptie van een veelal medicijnen beïnvloeden en zo een effect hebben op de werking. Neem ruime tijd tussen het nemen van medicijnen en pectine.	Ja - Nieuw			
Plantensterolen, stanolen	<i>ytosterolen, stanolen</i>		Dit product is niet bedoeld voor mensen die hun bloedcholesterolgehalte niet onder controle moeten houden.	Rood - Niet veilig verplicht		Nee		Dit product is niet bedoeld voor mensen die hun bloedcholesterolgehalte niet onder controle moeten houden.	Rood - Niet veilig verplicht
Plantensterolen, stanolen	<i>ytosterolen, stanolen</i>		Vermijd consumptie van meer dan 3 gram toegevoegde plantensterolen/stanolen per dag.	Rood - Niet veilig verplicht		Nee		Vermijd consumptie van meer dan 3 gram toegevoegde plantensterolen/stanolen per dag.	Rood - Niet veilig verplicht
Plantensterolen, stanolen	<i>ytosterolen, stanolen</i>		Inname van cholesterolverlagende geneesmiddelen gebruikt, het product uitsluitend onder toezicht van een arts gebruiken.	Rood - Niet veilig verplicht		Nee		Inname van cholesterolverlagende geneesmiddelen gebruikt, het product uitsluitend onder toezicht van een arts gebruiken.	Rood - Niet veilig verplicht
Plantensterolen, stanolen	<i>ytosterolen, stanolen</i>		Uit voedingsgoed is dit product mogelijk niet geschikt voor zwangere en borstvoedende vrouwen en kinderen jonger dan vijf jaar.	Rood - Niet veilig verplicht		Nee		Uit voedingsgoed is dit product mogelijk niet geschikt voor zwangere en borstvoedende vrouwen en kinderen jonger dan vijf jaar.	Rood - Niet veilig verplicht
Reylen		> 10 %	Overscherm gebruik kan een laxerend effect hebben.	Rood - Niet veilig verplicht		Nee	> 10 %	Overscherm gebruik kan een laxerend effect hebben.	Rood - Niet veilig verplicht
Pineau 4R			Kan de activiteit of opgetendheid van kinderen nadelig beïnvloeden.	Rood - Niet veilig verplicht		Nee		Kan de activiteit of opgetendheid van kinderen nadelig beïnvloeden.	Rood - Niet veilig verplicht
Pyruylweels			Niet gelijktijdig innemen met medicijnen. Houd minimaal 1-2 uur aan tussen het innemen van medicijnen en pyruylweels.	Lichtorange - NPM advies waarschuwing plaatsen	Inname van pyruylweels kan de absorptie van een veelal medicijnen beïnvloeden en hierdoor de werking beïnvloeden. Neem ruime tijd tussen het nemen van medicijnen en pyruylweels.	Ja - Alleur		Inname van pyruylweels verlaagt mogelijk de opname van medicijnen. Houdt minimaal twee uur tussen het innemen van pyruylweels en de eerste medicatie.	Geel - Eigen overweging waarschuwing plaatsen
Rabarber	<i>Rhizom Rhabarbarum</i>		Niet gebruiken tijdens zwangerschap of borstvoeding. Niet gebruiken bij aandoeningen van maag-darmkanaal. Niet geschikt voor kinderen jonger dan 12 jaar Niet langer dan tien dagen achtereen gebruiken	Orange - NPM advies waarschuwing plaatsen	Bereidingen met alex-emodin, emodin en dantoin zijn verboden (Verordening 1825/2006). Vanwege onomstotelijk gegevens over de veiligheid van rabarber zonder alex-emodin, emodin en dantoin, blijven de waarschuwingen gehandhaafd. Repert verpakking tot kleine doses (maximaal 30). * Cholekole die de de afwezen betrekking hebben op producten voor volwassenen, is deze waarschuwing gehandhaafd, omdat dit in nauw overleg met de overheid is vastgesteld.	Nee		Niet gebruiken tijdens zwangerschap of borstvoeding. Niet gebruiken bij aandoeningen van maag-darmkanaal. Niet geschikt voor kinderen jonger dan 12 jaar Niet langer dan tien dagen achtereen gebruiken	Orange - NPM advies waarschuwing plaatsen
Reveratrol: synthetisch trans-piceatol		max. gehalte is 150 mg	Bij medicatiegebruik, het product uitsluitend onder toezicht van een arts gebruiken.	Rood - Niet veilig verplicht		Nee	max. gehalte is 150 mg	Bij medicatiegebruik, het product uitsluitend onder toezicht van een arts gebruiken.	Rood - Niet veilig verplicht
Reveratrol: uit microbelle bron			Bij medicatiegebruik, het product uitsluitend onder toezicht van een arts gebruiken.	Rood - Niet veilig verplicht		Nee		Bij medicatiegebruik, het product uitsluitend onder toezicht van een arts gebruiken.	Rood - Niet veilig verplicht
Reveratrol: uit natuurlijke bron			Bij medicatiegebruik, het product uitsluitend onder toezicht van een arts gebruiken.	Rood - Niet veilig verplicht		Ja - Alleur		Radpleeg vóór gebruik uw arts of apotheker bij medicatiegebruik.	Geel - Eigen overweging waarschuwing plaatsen
(Rode) Zonnehoed	<i>Echinacea purpurea, pallida, angustifolia</i>		Niet gebruiken met medicijnen die de afweer onderdrukken, zoals prednison vanwege wisselwerking. Radpleeg uw arts bij gelijktijdig gebruik van antistollingsmedicijnen. Niet gebruiken vóór een operatie. Disclaimer: Voor dit ingrediënt is een wetenschappelijke waarschuwing in voorbereiding. Tot die tijd adviseert NPM met kien deze waarschuwing te gebruiken.	Orange - NPM advies waarschuwing plaatsen	Echinacea versterkt het immuunsysteem en zet het afweersysteem aan. Dit kan de werking van immuunsuppressiva tegen gaan. Aanwijzingen dat Dantoin de CYP-450 enzymen beïnvloedt, hierdoor blijven medicijnen zoals warfarine langer in het bloed. Daarnaast heeft Dantoin zelf ook een effect op de bloedstolling, namelijk een anti-bloedstollende werking. Deze stoffen kunnen dus twee tot een extra bloed-verdunnend effect.	Ja - Bewoording		Niet langdurig gebruiken in combinatie met immuunsuppressieve medicatie, zoals prednison	Orange - NPM advies waarschuwing plaatsen
Rode Sale	<i>Salvia miltiorrhiza</i>		Radpleeg uw arts bij gelijktijdig gebruik van antistollingsmedicijnen. Niet gebruiken vóór een operatie. Disclaimer: Voor dit ingrediënt is een wetenschappelijke waarschuwing in voorbereiding. Tot die tijd adviseert NPM met kien deze waarschuwing te gebruiken.	Orange - NPM advies waarschuwing plaatsen	Rhodola werkt via dezelfde mechanisme als antidepressiva. Rhodola zou de werking van deze medicijnen kunnen versterken, wat ernstige gevolgen kan hebben zoals het serotonine syndroom of hyperstimulatie.	Ja - Nieuw			
Rosewortel	<i>Rhodiola rosea</i>		Let op bij gebruik van antidepressiva (MAO-remmers). Radpleeg uw arts of apotheker	Orange - NPM advies waarschuwing plaatsen		Ja - Bewoording		Niet gebruiken in combinatie met antidepressiva en slaapmiddelen.	Orange - NPM advies waarschuwing plaatsen
Senna	<i>Cassia angustifolia et sp.</i>		Niet gebruiken tijdens zwangerschap of borstvoeding. Niet gebruiken bij aandoeningen van maag-darmkanaal. Niet geschikt voor kinderen jonger dan 12 jaar Niet langer dan tien dagen achtereen gebruiken	Rood - Bindende fysiek met overheid		Nee		Niet gebruiken tijdens zwangerschap of borstvoeding. Niet gebruiken bij aandoeningen van maag-darmkanaal. Niet geschikt voor kinderen jonger dan 12 jaar Niet langer dan tien dagen achtereen gebruiken	Rood - Bindende fysiek met overheid
Sint-janskruid	<i>Hypericum perforatum</i>		Let op gebruik de bijzitter. Dit product kan de werking van geneesmiddelen beïnvloeden. Overleg met uw arts / apotheker / trombosedienst alvorens dit product te gaan gebruiken of met het gebruik van dit product te stoppen.	Rood - Bindende fysiek met overheid		Nee		Let op gebruik de bijzitter. Dit product kan de werking van geneesmiddelen beïnvloeden. Overleg met uw arts / apotheker / trombosedienst alvorens dit product te gaan gebruiken of met het gebruik van dit product te stoppen.	Rood - Bindende fysiek met overheid
Sint-janskruid	<i>Hypericum perforatum</i>		Niet gebruiken tijdens zwangerschap of borstvoeding. Disclaimer: Voor dit ingrediënt is een wetenschappelijke waarschuwing in voorbereiding. Tot die tijd adviseert NPM met kien deze waarschuwing te gebruiken.	Orange - NPM advies waarschuwing plaatsen		Nee		Niet gebruiken bij zwangerschap en borstvoeding.	Orange - NPM advies waarschuwing plaatsen

Sint-janskruid	<i>Hypericum perforatum</i>	> 2 mg hypericine	De huid kan overgevoelig worden voor zonlicht. Disclaimer: Voor dit ingrediënt is een wettelijke waarschuwing in voorbereiding. Tot die tijd adviseert NPM met klein dose waarschuwing te gebruiken.	Oranje - NPM advies waarschuwing plaatsen	Hypericine in Sint-janskruid verhoogt mogelijk de gevoeligheid van de huid voor zonlicht, waardoor een verbrandingsreactie kan ontstaan. Dit is niet samen relevant voor personen met een lichte huid. Waarschuwing is op basis van RVM risicobeoordeling Sint-janskruid (maart 2021). In de praktijk zijn er weinig ervaringen.	Nee	> 2 mg hypericine	De huid kan overgevoelig worden voor zonlicht.	Oranje - NPM advies waarschuwing plaatsen
Stamputjeskruid (S-HTP)	<i>Griponia simplicifolia</i>		Let op bij gebruik van medicijnen die de hersenstofwisseling beïnvloeden, zoals antidepressiva en kalmerende middelen. Raadpleeg uw arts of apotheker	Oranje - NPM advies waarschuwing plaatsen	S-HTP heeft eenzelfde werking op het serotonine-mechanisme in het brein als antidepressiva en slaagmedicatie. Een gelijktijdig inname heeft mogelijk een additief effect, met het serotoninevrijdroom als gevolg.	Ja - Bewoording		Niet gebruiken in combinatie met medicijnen die de hersenstofwisseling beïnvloeden, zoals antidepressiva en kalmerende middelen.	Oranje - NPM advies waarschuwing plaatsen
Sporekeut, Vultboom	<i>Rhamnus frangulae (cortex)</i>		Niet gebruiken tijdens zwangerschap of borstvoeding Niet gebruiken bij aandoeningen van maag/darmkanaal Niet geschikt voor kinderen jonger dan 12 jaar Niet langer dan tien dagen achtereen gebruiken	Oranje - NPM advies waarschuwing plaatsen	Waarschuwing is afhankelijk van het gehalte aan anthrachinon-derivaten. Reperk verpakking tot kleine doses (maximaal 30) iChakra dat de advisees betrekking hebben op producten voor volwassenen, is deze waarschuwing gehandhaafd, omdat dit in nauw overleg met de overheid is vastgesteld.	Nee		Niet gebruiken bij zwangerschap en borstvoeding Niet gebruiken bij aandoeningen van maag/darmkanaal Niet geschikt voor kinderen jonger dan 12 jaar Niet langer dan tien dagen achtereen gebruiken	Oranje - NPM advies waarschuwing plaatsen
Stinkende Gouwe	<i>Chelidonium majus</i>		Niet gebruiken bij bestaande leveraandoeningen. Stinkende Gouwe kan in zeldzame gevallen leverproblemen veroorzaken. Raadpleeg uw arts bij geslacht- en andere ongebruikelijke klachten.	Oranje - NPM advies waarschuwing plaatsen	Lever schade kan optreden in sommige gevallen. Met name hoge doseringen en langdurig gebruik werken dit in de hand. Stop het gebruik bij klachten.	Ja - Bewoording	hoog gedoseerd	Niet gebruiken bij leveraandoeningen. Niet langer dan 4 weken gebruiken.	Oranje - NPM advies waarschuwing plaatsen
Tarrazine			Kan de activiteit of oplettendheid van kinderen nadelig beïnvloeden.	Rood - Niet te verspreiden				Kan de activiteit of oplettendheid van kinderen nadelig beïnvloeden.	Rood - Niet te verspreiden
Troscitverkaars	<i>Cnicifuga racemosa</i>		Raadpleeg uw arts bij (een geschiedenis van) leveraandoeningen. Stop met gebruik bij verschijnselen van leverschade. Disclaimer: Voor dit ingrediënt is een wettelijke waarschuwing in voorbereiding. Tot die tijd adviseert NPM met klein dose waarschuwing te gebruiken.	Oranje - NPM advies waarschuwing plaatsen		Nee		Raadpleeg uw arts bij (een geschiedenis van) leveraandoeningen. Stop met gebruik bij verschijnselen van leverschade.	Oranje - NPM advies waarschuwing plaatsen
Troscitverkaars	<i>Cnicifuga racemosa</i>		Raadpleeg uw arts als u een behandeling ondergaat of heeft ondergaan voor hormoongevoelige kanker. Disclaimer: Voor dit ingrediënt is een wettelijke waarschuwing in voorbereiding. Tot die tijd adviseert NPM met klein dose waarschuwing te gebruiken.	Oranje - NPM advies waarschuwing plaatsen		Nee		Raadpleeg uw arts als u een behandeling ondergaat of heeft ondergaan voor hormoongevoelige kanker.	Oranje - NPM advies waarschuwing plaatsen
Troscitverkaars	<i>Cnicifuga racemosa</i>		Niet gebruiken tijdens zwangerschap of borstvoeding. Disclaimer: Voor dit ingrediënt is een wettelijke waarschuwing in voorbereiding. Tot die tijd adviseert NPM met klein dose waarschuwing te gebruiken.	Oranje - NPM advies waarschuwing plaatsen		Nee		Niet gebruiken bij zwangerschap en borstvoeding.	Oranje - NPM advies waarschuwing plaatsen
Vitamine A		> 600 µg RE	Dit voedingsupplement is niet geschikt voor kinderen tot en met 3 jaar.	Rood - Niet te verspreiden		Nee	> 600 µg RE	Dit voedingsupplement is niet geschikt voor kinderen tot en met 3 jaar.	Rood - Niet te verspreiden
Vitamine B6		≤ 3 mg	Dit voedingsupplement is niet geschikt voor kinderen onder de 1 jaar.	Rood - Niet te verspreiden		Nee	≤ 3 mg	Dit voedingsupplement is niet geschikt voor kinderen onder de 1 jaar.	Rood - Niet te verspreiden
Vitamine B6		> 3 mg en ≤ 5 mg	Dit voedingsupplement is niet geschikt voor kinderen tot en met 3 jaar.	Rood - Niet te verspreiden		Nee	> 3 mg en ≤ 5 mg	Dit voedingsupplement is niet geschikt voor kinderen tot en met 3 jaar.	Rood - Niet te verspreiden
Vitamine B6		> 5 mg en ≤ 7 mg	Dit voedingsupplement is niet geschikt voor kinderen tot en met 10 jaar.	Rood - Niet te verspreiden		Nee	> 5 mg en ≤ 7 mg	Dit voedingsupplement is niet geschikt voor kinderen tot en met 10 jaar.	Rood - Niet te verspreiden
Vitamine B6		> 7 mg	Dit voedingsupplement is niet geschikt voor kinderen tot en met 17 jaar.	Rood - Niet te verspreiden		Nee	> 7 mg	Dit voedingsupplement is niet geschikt voor kinderen tot en met 17 jaar.	Rood - Niet te verspreiden
Vitamine D		> 15 µg	Dit voedingsupplement is niet geschikt voor kinderen onder de 1 jaar.	Rood - Niet te verspreiden		Nee	> 15 µg	Dit voedingsupplement is niet geschikt voor kinderen onder de 1 jaar.	Rood - Niet te verspreiden
Vitamine D		> 25 µg	Dit voedingsupplement is niet geschikt voor kinderen tot en met 10 jaar.	Rood - Niet te verspreiden		Nee	> 25 µg	Dit voedingsupplement is niet geschikt voor kinderen tot en met 10 jaar.	Rood - Niet te verspreiden
Vitamine K1		100 µg	Niet gebruiken met coumarine-derivaten, zoals acenocoumarol en fenprocoumon vanwege wisselwerking	Oranje - NPM advies waarschuwing plaatsen	Vitamine K1 kan de bloedstolling beïnvloeden. Dit kan nadelig zijn bij gebruik van coumarine-derivaten (vitamine K-antagonisten), vanwege tegengestelde werking.	Ja - Kleur	> 500 µg	Raadpleeg vóór gebruik van een vitamine K supplement uw arts of apotheker bij gelijktijdig gebruik met coumarine-derivaten (antistollingsmiddelen zoals warfarine, acenocoumarol en fenprocoumon).	Geel - Eigen overweging waarschuwing plaatsen
Vitamine K2			Niet gebruiken met coumarine-derivaten, zoals acenocoumarol en fenprocoumon vanwege wisselwerking	Oranje - NPM advies waarschuwing plaatsen	Vitamine K2 kan de bloedstolling beïnvloeden. Dit kan nadelig zijn bij gebruik van coumarine-derivaten (vitamine K-antagonisten), vanwege tegengestelde werking.	Ja - Bewoording		Raadpleeg vóór gebruik van een vitamine K2 supplement uw arts of apotheker bij gelijktijdig gebruik met coumarine-derivaten (antistollingsmiddelen zoals warfarine, acenocoumarol en fenprocoumon).	Oranje - NPM advies waarschuwing plaatsen
Wilgenbast	<i>Salix alba</i>		Niet gebruiken tijdens zwangerschap of borstvoeding. Niet geschikt voor kinderen.	Oranje - NPM advies waarschuwing plaatsen	Het kruid bevat salicinezuur, wat negatieve effecten kan hebben op de zwangerschap en voor moeder en kind. Gebruik wordt sterk afgeraden.	Ja - Kleur		Niet gebruiken bij zwangerschap en borstvoeding.	Geel - Eigen overweging waarschuwing plaatsen
Witte abeel, balsampopulier, zwarte populier, ruzepopulier	<i>Populus alba, P. canadensis, P. nigra, P. tremula</i>		Niet gebruiken tijdens zwangerschap of borstvoeding. Niet geschikt voor kinderen.	Oranje - NPM advies waarschuwing plaatsen	Het kruid bevat salicinezuur, wat negatieve effecten kan hebben op de zwangerschap en voor moeder en kind. Gebruik wordt sterk afgeraden.	Ja - Kleur	> 500 mg salicine	Niet gebruiken bij zwangerschap en borstvoeding. Niet geschikt voor kinderen.	Geel - Eigen overweging waarschuwing plaatsen
Zaagpalm	<i>Serraea repens, Sabal serrulata</i>		Niet gebruiken tijdens zwangerschap of borstvoeding.	Oranje - NPM advies waarschuwing plaatsen	Zaagpalm kan ook gebruikt worden door vrouwen bij haaruitval of hormoonregulatie. Indien de vermelding 'uitsluitend geschikt voor gebruik door mannen' op het product staat, kan het advies om gebruik tijdens zwangerschap en borstvoeding te vermijden worden weggezet.	Nee		Niet gebruiken bij zwangerschap en borstvoeding.	Oranje - NPM advies waarschuwing plaatsen
Zeezwam			Kan grote hoeveelheden jodium bevatten.	Oranje - NPM advies waarschuwing plaatsen		Ja - Bewoording	> 150 µg jodium	Zeezwam kan van nature extreem hoge hoeveelheden jodium bevatten.	Oranje - NPM advies waarschuwing plaatsen
Zeehoutwortel	<i>Glycyrrhiza glabra</i>		Niet gebruiken tijdens zwangerschap	Oranje - NPM advies waarschuwing plaatsen	Kan nadelige effecten hebben op de gezondheid van de moeder, de zwangerschap en de ontwikkeling van het kindje.	Nee		Niet gebruiken bij zwangerschap	Oranje - NPM advies waarschuwing plaatsen
Zeehoutwortel	<i>Glycyrrhiza glabra</i>	> 10 mg glycyrrhizinezuur	Bevat zeehout	Oranje - NPM advies waarschuwing plaatsen	Waarschuwing heeft niet gemaakt te worden als het woord 'zeehout' al voorkomt in de productnaam of de lijst van ingrediënten. Bij alle supplementen (vloeibaar en vast) die glycyrrhizinezuur of het ammoniumzout daarvan bevatten als gevolg van de toevoeging van die stoffen als zodanig of van de zeehoutplant Glycyrrhiza glabra. Waarschuwing is op basis van verplichte waarschuwing voor dranken en zoetwaren (verordening nr. 1169/2011). Voor dranken geldt de verplichte waarschuwing vanaf 100 mg/kg of 10 mg glycyrrhizinezuur.	Nee	> 50 mg glycyrrhizinezuur	Bevat zeehout	Oranje - NPM advies waarschuwing plaatsen
Zeehoutwortel	<i>Glycyrrhiza glabra</i>	> 50 mg glycyrrhizinezuur	Bevat zeehout – mensen met hoge bloeddruk dienen overmatig gebruik te vermijden	Oranje - NPM advies waarschuwing plaatsen	Bij alle supplementen (vloeibaar en vast) die glycyrrhizinezuur of het ammoniumzout daarvan bevatten als gevolg van de toevoeging van die stoffen als zodanig of van de zeehoutplant Glycyrrhiza glabra. Waarschuwing is op basis van verplichte waarschuwing voor dranken en zoetwaren (verordening nr. 1169/2011). Voor dranken geldt de verplichte waarschuwing vanaf 50 mg/kg of bij een concentratie van 300 mg/l of meer in geval van vloeistoffen met een alcoholgehalte van meer dan 12 volumeprocent.	Nee	> 50 mg glycyrrhizinezuur	Bevat zeehout – mensen met hoge bloeddruk dienen overmatig gebruik te vermijden	Oranje - NPM advies waarschuwing plaatsen
Zonnepeel			Kan de activiteit of oplettendheid van kinderen nadelig beïnvloeden.	Rood - Niet te verspreiden				Kan de activiteit of oplettendheid van kinderen nadelig beïnvloeden.	Rood - Niet te verspreiden
Zure Sinaasappel (synephrine)	<i>Citrus Aurantium</i>	Max gehalte is 27 mg/dagdosering	Niet gebruiken tijdens zwangerschap of borstvoeding.	Oranje - NPM advies waarschuwing plaatsen	Niet voldoende wetenschappelijke onderbouwing voor de veiligheid tijdens zwangerschap en borstvoeding. O- en m-synephrine zijn verboden, p-synephrine maximum 27 mg (Niet-verbodend Kruidentoetsingen)	Ja - Bewoording	max. gehalte is 27 mg	Niet gebruiken bij zwangerschap.	Oranje - NPM advies waarschuwing plaatsen
Zwarte komijn	<i>Nigella arvensis</i>		Niet gebruiken tijdens zwangerschap(en) of borstvoeding.	Oranje - NPM advies waarschuwing plaatsen	Er zijn aanwijzingen dat zwarte komijn abortus kan opwekken, contracties van de baarmoeder kan veroorzaken en menstruaties kan induceren. Onvoldoende gegevens bekend over de veiligheid tijdens borstvoeding.	Ja - Bewoording	onbekend, hoog gedoseerd	Niet gebruiken bij zwangerschap(en)s.	Oranje - NPM advies waarschuwing plaatsen