

## Belangrijk om te weten

- **Overleg altijd met je arts** voordat je afslankproducten gebruikt.
- **Vermijd online aankopen** van onbetrouwbare afslankproducten.
- **Controleer** producten in de FOODSUP-databank en FarmaInfo voor zekerheid.
- Let op bij **GLP-1-analogen** en volg het advies van je arts.

## Wat zijn afslankproducten?

Afslankproducten of afslankmiddelen zijn **verschillende soorten producten** zoals geneesmiddelen, supplementen, thee, kauwgom, ... die kunnen **helpen om gewicht te verliezen**.

Afslankmiddelen zijn voor de meeste mensen **geen duurzame manier** om af te vallen en geven vaak geen blijvend resultaat. Om gezond af te vallen, is het belangrijk dat je [je levensstijl](#) verandert door bijvoorbeeld evenwichtig te eten en meer te bewegen.

Het is belangrijk om altijd met je arts te bespreken of je deze producten mag gebruiken.

## Waarom moet ik voorzichtig zijn als ik online afslankproducten koop?

Lees alles over de risico's bij het aankopen van online geneesmiddelen in de themafiche [Geneesmiddelen kopen via internet: wees voorzichtig](#)'.

Veel afslankproducten die online worden verkocht, bevatten **verboden middelen**, zoals het bestanddeel sibutramine. Sibutramine was tot 2010 beschikbaar op de Belgische markt onder de merknaam Reductil®. Sindsdien zijn alle **producten die sibutramine bevatten, verboden in de hele Europese Unie**. Sibutramine kan **ernstige gezondheidsproblemen** veroorzaken, bijvoorbeeld ernstige hart- en vaatziekten, zoals een hartaanval of beroerte, of nier- en leveraandoeningen.

Soms zit er sibutramine in illegale afslankproducten, zoals afslankthee en -koffie, zonder dat het als **ingrediënt op de verpakking staat**. Zo weet je als consument niet wat je inneemt, en dat kan gevaarlijke gevolgen hebben.

Twijfel je of een afslankproduct veilig is? Zoek het dan op in de [FOODSUP-databank](#) van de FOD Volksgezondheid, Veiligheid van de voedselketen en Leefmilieu. Daarin vind je alle **voedingssupplementen die in België zijn toegelaten**. Vind je het product terug? Dan weet je dat het veilig is en van goede kwaliteit.

**Geneesmiddelen die zijn toegelaten op de Belgische markt** vind je terug op [FarmaInfo](#).

Geneesmiddelen die vaak online worden gekocht als afslankmiddel zijn **GLP-1-analogen**, zoals [semaglutide](#), [liraglutide](#), [dulaglutide](#) en [tirzepatide](#).

De GLP-1-analogen worden soms voorgeschreven voor:

- de behandeling van **suikerziekte** (diabetes) type 2;
- patiënten met **overgewicht** (BMI (Body Mass Index) hoger of gelijk aan 35 kg/m<sup>2</sup>);
- patiënten met **overgewicht** (BMI of hoger of gelijk aan 30 kg/m<sup>2</sup>) in combinatie met **ten minste één andere aandoening**, zoals een te hoge bloeddruk.

Omdat je door deze geneesmiddelen afvalt, zijn ze erg populair geworden bij mensen die snel gewicht willen verliezen. Raadpleeg altijd eerst je arts voordat je deze geneesmiddelen gebruikt.

Veel GLP-1-analogen die je online vindt, zijn vervalst. Sommige bevatten zelfs insuline. Het gebruik van insuline zonder medische noodzaak kan ernstige gevolgen hebben voor je gezondheid.

---

# FarmaInfo

een initiatief van het fagg<sup>®</sup>

Deze informatie werd ter beschikking gesteld door FarmaInfo.be, een initiatief van het FAGG

Heb je na het lezen van deze informatie nog vragen?

Neem contact op met je arts of apotheker.