



Suplimente și OTC-uri

📌 **Materie care explică ce sunt, cum se folosesc și ce trebuie să știm pentru o utilizare sigură**

- Suplimente vs OTC-uri
- Clasificare și reglementări legale

- Utilizare corectă în practică
- Interacțiuni cu medicamentele
- Dozele recomandate și limitele de siguranță
- Indicații, contraindicații și efecte adverse

