



Státní zdravotní ústav

[Redacted]
[Redacted]
[Redacted]

Váš dopis ZN.:

Ze dne.:

Naše ZN: SZÚ/09325/2025

[Redacted]
[Redacted]
[Redacted]

Datum: 16. 7. 2025

Věc: Výživový doplněk kreatin monohydrát – žádost o informaci.

K Vaší žádosti z 2. 7. 2025 v zákonné lhůtě uvádíme:

K dnešnímu dni neviduje Státní zdravotní ústav v systému Nutrivigilance žádné nežádoucí účinky na doplněk (doplňky) stravy, obsahující kreatin monohydrát.

Hlášení jsou však do tohoto systému předávána dobrovolně, nejedná se o povinná hlášení nežádoucích účinků jako je to v případě léčivých přípravků do systému Farmakovigilance. Nelze tedy s jistotou říci, že by nežádoucí účinky ve spojitosti s doplňky stravy s obsahem kreatin monohydrátu vůbec neexistovaly, ale nebyly nám hlášeny.

Nežádoucí účinky by se mohly týkat vyšších množství kreatinu v denní dávce. Dle stanoviska ESFA je denní dávka kreatinu do 3 g považována za bezpečnou.

S pozdravem

MUDr. Barbora Macková, MHA
ředitelka

