

lekárneň a lieky



časopis o prevencii a liečbe,
zdraví a chorobe,
o liečivách a výživových doplnkoch

URČENÉ PRE ŠIROKÚ VEREJNOSŤ

PORUCHY TRÁVENIA

PREVENCIA A LIEČBA CHRÍPKY
V PEDIATRICKEJ PRAXI

**RESPIRAČNÉ INFEKČIE
SPOJENÉ S KAŠĽOM**

ŠETRNÁ LIEČBA BOLESTI
POHYBOVÉHO APARÁTU

TAJNIČKA O CENY

VÝSLEDKY ANKETY
**„LEKÁRNICI
ODPORÚČAJÚ 2013“**





NO-SPA®. Bojujte proti kŕčom!

Cítite nepríjemné kŕče v oblasti brucha?
Trápia vás kŕče pri bolestivej menštruácii?

NO-SPA® pomáha zbaviť sa ťažkostí s bolestivými kŕčmi.



No-Spa® 40 mg liek na vnútorné použitie. Obsahuje drotaverín. Pozorne si prečítajte písomnú informáciu pre používateľov a poraďte sa s lekárom alebo lekárnikom. Dátum prípravy materiálu: november 2013

Aupark Tower, Einsteinova 24, 851 01 Bratislava, Slovenská republika, Tel.: (+421) 233 100 100

SANOFI 



lekáreň a lieky

Lekáreň a lieky 1/2014

Cieľová skupina: široká verejnosť
Náklad: 65 000 ks
Periodicita vydávania: štvrťročník
Distribúcia: zadarmo

Vydavateľ

Edukafarm, spol. s r. o. – organizačná zložka
Trnavská cesta 82/A, 821 01 Bratislava, SR
tel: 02/44 630 400, fax: 02/44 630 401
IČO: 360 703 01

Riaditeľ spoločnosti

PharmDr. Zdeněk Procházka
Zástupca pre SR: Mgr. Janka Osuská
Šéfredaktor: PharmDr. Zdeněk Procházka
Manažér projektu: Mgr. Janka Osuská,
e-mail: osuska@edukafarm.sk

Redakčná rada SR

Predseda: Prof. MUDr. Pavel Švec, DrSc.,
Katedra farmakológie a toxikológie, FaF UK Bratislava
Doc. MUDr. Marián Bátorvský, CSc.,
FNsP, Bratislava
MUDr. Peter Blažko,
Poliklinika, Malacky
Prof. RNDr. Viliam Foltán, CSc.,
Katedra ORF FaF UK, Bratislava
Prof. MUDr. Jozef Holomáň, CSc.,
Subkatedra klinickej farmakológie, SZU, Bratislava
Doc. MUDr. Pavol Jarčuška, PhD.,
Klinika infekčných chorôb LF UPJŠ, Košice
Prof. MUDr. Milan Kriška, DrSc.,
Farmakologický ústav LF UK, Bratislava
MUDr. Ján Lietava, CSc.,
II. interná klinika LF UK, Bratislava

MUDr. Pavol Masaryk, CSc.,
Národný ústav reumatických chorôb, Piešťany
h. doc. MUDr. Ivan Minčík, PhD.,
Urologická klinika FNsP J. A. Reimana, Prešov
Prof. MUDr. Ján Murín, CSc.,
I. Interná klinika LF UK, Bratislava
Prof. MUDr. Juraj Pěč, CSc.,
Kožná klinika JLF, Martin
MUDr. Andrej Švec, PhD.,
Ortopedická klinika LF UK, Bratislava

Odborná redakcia

PharmDr. Vladimír Végh
MUDr. Pavel Kostíuk, CSc.
MUDr. Jiří Slíva, PhD.
PharmDr. Lucie Kotlářová

Marketing a inzercia

Mgr. Janka Osuská,
+421 915 430 166,
e-mail: osuska@edukafarm.sk
Bc. Lucia Krumpolcová,
+421 917 864 280,
e-mail: krumpolcova@edukafarm.sk

Grafická úprava, tlač

Jana Kanasová
Tlač: Alfa print, s.r.o. Martin, www.alfaprint.sk
Jazyková úprava: PhDr. Eva Flonteková
Text v inzerátoch neprešiel jazykovou korektúrou.

Číslo 1, ročník 8, 1/2014
Dátum vydania: marec 2014
Registrované pod č. MK SR EV 3131/09
ISSN 1337-0065
Redakcia nezodpovedá za obsah jednotlivých inzerátov.



Z klinickej praxe

Poruchy trávenia	3
Prevenca a liečba chrípky v pediatrickej praxi	6
Respiračné infekcie spojené s kašľom	9
Poznáte rozdiel medzi liekom a výživovým doplnkom?	22



Rozhovor

Rozhovor

Infúzna terapia vitamínom C v onkológii	2
Šetrná liečba bolesti pohybového aparátu	12
O skúsenostiach s infúznou terapiou vitamínom C	21



Výsledky ankety „Lekárnici odporúčajú 2013“

Komentáre redakcie k výsledkom ankety	17
---	----

INFÚZNA TERAPIA VITAMÍNOM C V ONKOLÓGII – OPÝTALI SME SA ZA VÁS RENOMOVANÝCH ONKOLÓGOV

Prof. MUDr. Joseph J. Cullen, Cancer Center University of Iowa, USA

MUDr. Jeanne A. Drisko, Medical Center – Cancer Research Institute University of Kansas, USA

Akým mechanizmom pôsobí infúzny vitamín C na nádorové bunky?

Infúzny vitamín C sa používa vo vysokých dávkach v kombinácii s chemoterapiou a rádioterapiou, pričom pôsobí na nádorové bunky prooxidačne, pretože výhradne v ich okolí vytvára peroxid vodíka, ktorý je schopný zničiť nádorové bunky. Napriek tomu na zdravé bunky pôsobí antioxidantne, má ochranný vplyv.

Ako poznám, že infúzny vitamín C je vhodný pre môj typ nádoru?

Každý jedinec reaguje individuálne a nie je možné stopercentne predpovedať, ako rôzne typy nádorov budú reagovať, čo platí pre akúkoľvek liečbu. Jednako rozhodujúcim medzníkom je obvykle pozitronová emisná tomografia (PET scan). V prípade, keď je PET scan pozitívna, nádor takzvané svieti a reaguje na infúzny vitamín C veľmi dobre. Ak je PET scan

negatívny, ale v organizme sa preukazuje aktívny nádor, vitamín C býva menej účinný.

Kedy je vhodné nasadiť infúzny vitamín C?

Infúzny vitamín C pôsobí najlepšie v ranných štádiách rakoviny pri použití v kombinácii s chemoterapiou alebo rádioterapiou. U onkologických pacientov v pokročilom štádiu ochorenia aplikácia infúzneho vitamínu C zlepšuje prognózu prežitia a kvalitu života. MUDr. Drisko z Kansas Univerzity a ďalší spolupracujúci onkológovia odporúčajú podávať infúzny vitamín C v rovnaký deň ako chemoterapiu alebo rádioterapiu.

S akou monoterapiou by sa nemal infúzny vitamín C kombinovať?

Onkológovia z Kansas a Iowa University nezistili žiadne nežiaduce interakcie pri podávaní vysokých dávok intravenózneho vitamínu C s akoukoľvek chemoterapiou (s výnimkou methotrexátu, kde sa kombinácia neodporúča). Infúzny vitamín C znižuje nežiaduce účinky chemoterapie a zvyšuje kvalitu života onkologických pacientov. Toto vyplýva z vyššie uvedeného mechanizmu účinku, z našich skúseností a tiež z aktuálneho vyhlásenia svetovo renomovaného National Cancer Institute.

Prečo niektorí českí a slovenskí onkológovia neodporúčajú infúzny vitamín C?

V USA bola situácia podobná, ale čím ďalej viac onkológov mení názor, pretože z výsledkov posledných štúdií možno vyvodíť preukázanie vysokej bezpečnosti a silný protinádorový potenciál. Napríklad v jednej z aktuálnych štúdií, hoci sa udáva u pacientov s karcinómom pankreasu medián prežitia 6 mesiacov, stále sú tu pacienti vo veľmi dobrej kondícii a prežívajú už 25. mesiac. Vzhľadom na tieto výsledky, onkológovia na univerzitných klinikách v USA zaradili vitamín C do protinádorovej terapie, aj keď pred niekoľkými rokmi bol ich postoj veľmi skeptický a odmietavý.

Môže infúzny vitamín C prekysliť organizmus, narušiť chemoterapiu? Prečo nestačí tabletky vitamínu C denne?

Ako sme už uviedli, použitím infúzneho vitamínu C súčasne s chemoterapiou alebo rádiote-



Prof. MUDr. Joseph J. Cullen



MUDr. Jeanne A. Drisko

rapiou sa nezníži účinnosť tejto liečby, avšak znížia sa jej nežiaduce účinky! Prekyslenie nie je možné, pretože roztok infúzie je nastavený titráciou bikarbonátom sodným na pH 6 – 7, takže je neutrálny, neobsahuje konzervanty. A tabletky určite nestačí. Pri podaní vitamínu C ústami možno dosiahnuť v krvi len nízku koncentráciu vitamínu C, ktorá postačuje na zabezpečenie len nutričných, nie však preventívnych a liečivých účinkov (protiinfekčných, protizápalových, protinádorových).

Keď onkológ odmietne infúziu vitamínu C podať, čo radíte?

Nezmieriť sa s odmietnutím a vyhľadať lekára, ktorý tejto terapii rozumie a realizuje ju v praxi. A v SR takí onkológovia existujú.

Kde možno dostať infúznú terapiu?

Infúzna terapia vitamínom C sa viaže na lekárske predpis.

V prípade záujmu môžete kontaktovať svojho ošetrojúceho lekára alebo iného špecialistu, pretože túto terapiu môže predpísať každý lekár. Kontakt na lekára, ktorý sa zaoberá touto terapiou, môžete nájsť na internetovej adrese: www.vitamin-c-infuzia.sk a v prípade konzultácie sa môžete obrátiť na Ambulanciu klinickej onkológie, AVIMED, MUDr. Vincent Alakša, Rimavská Sobota, tel.: 0905 274 268, MUDr. Adela Englerová 0905 416 063, alebo na MUDr. Ján Popadáka, Vranov nad Topľou, tel.: 0918 561 867.





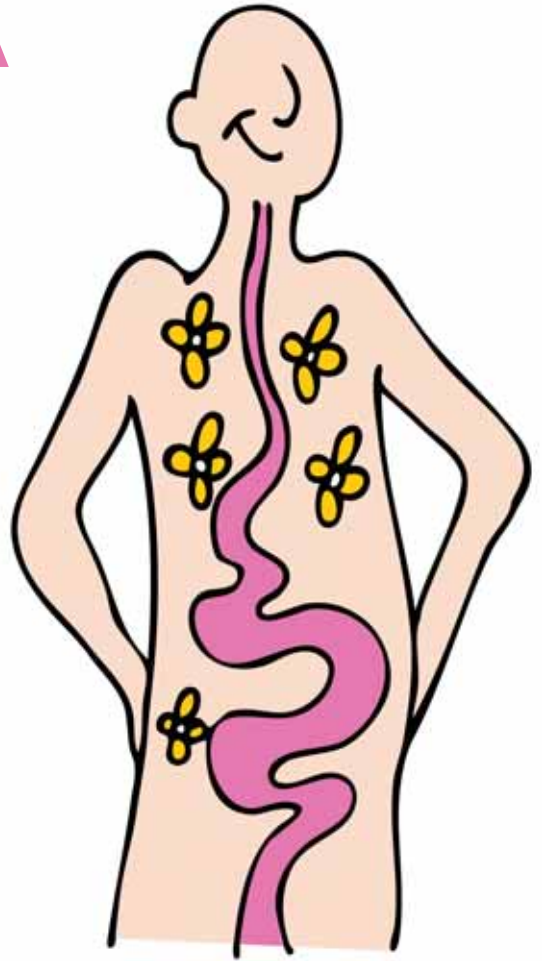
PORUCHY TRÁVENIA

MUDr. Jiří Slíva, PhD., Ústav farmakológie 2. a 3. LF UK, Praha

Nielen láska prechádza žalúdkom, ale najmä veľa najrôznejších dobrôt, ktoré doprajeme svojmu telu. Podobne ako je to s emóciami, aj tu platí, že niektoré dobroty trávime horšie a pomalšie, lebo sú pre nás dokonca nestráviteľné, iné naopak naše telo spracuje bez najmenej námahy. Dôležité je, čo a ako si pripravíme na jedenie.

Svedčí o tom aj pohľad na grécke slovíčko *pepsis*, ktoré sa voľne prekladá nielen ako trávenie, ale aj ako varenie. Ak má naše telo s trávením ťažkosti, navarili sme si niečo zlé, hovoríme preto o tzv. dyspeptických ťažkostiach, čo je spoločný výraz pre problémy na úrovni celej zažívacej trubice, ktoré sa prejavujú nevoľnosťou/vracaním, pálením záhy, grganím, plynatosťou, škŕkáním, hnačkou, pocitom plnosti a pod.

Najjednoduchšie je vedieť sa týmto ťažkostiam vyhnúť, avšak nie vždy sa to podarí. Aj napriek tomu, že vedíme zdravý životný štýl a máme pozitívny prístup k životu, len ťažko sa vyhneme občasným infekciám postihujúcim žalúdok alebo črevo; nedomykavosť žalúdočného vchodu (prechod medzi pažerákom a žalúdkom) tiež ťažko ovplyvníme vôľou, najmä, ak máme k tomu vrodennú dispozíciu, ak je žena tehotná a pod. Ak zostaneme pri spomenutej nedomykavosti prejavujúcej sa tzv. pažerákovým refluxom, t.j. návratom natrávenej stravy zo žalúdka späť do pažeráka, máme k dispozícii niekoľko látok, prípadne liekových skupín, ktoré môžu nepríjemné ťažkosti s tým spojené odstrániť. Ide o antacidá (=zásadité látky znižujúce kyslosť žalúdočnej šťavy jej neutralizáciou – napr. hydroxid horečnatý, hydroxid hlinitý, jedlá sóda a i.), algináty (=látky neutralizujúce hornú časť žalúdočného obsahu, ktorá potom v prípa-



inzercia

Vítazstvo nad WC rely!



Účinná pomoc pri akútnych hnačkách

Lopacut je voľhopredajný liek na krátkodobú symptomatickú liečbu akútnej hnačky pre dospelých a dospelievajúcich vo veku 12 rokov a viac. Každá tableta obsahuje 2 mg loperamidiumchloridu. Pred jeho použitím je potrebné si pozorne prečítať písomnú informáciu pre používateľa. Úvodná dávka sú 2 tablety, potom 1 tbl. po každej riedkej stolici, nie skôr ako 2-3 hodiny po úvodnej dávke. Maximálna denná dávka nemá presiahnuť 6 tabliet.

www.vitalans.com



de refluxu nespôsobuje podráždenie sliznice pažeráka), prokinetika (=látky zosilňujúce napätie svaloviny v dolnej časti pažeráka, napr. domperidón a i.) a látky zabraňujúce tvorbe kyseliny chlórovodíkovej. Z poslednej uvedenej skupiny sa dnes využívajú jednak tzv. H_2 blokátory (ranitidín, famotidín), jednak tzv. inhibítory protónovej pumpy (pantoprazol, omeprazol a i.). Z medicínskeho hľadiska je zaujímavé, že práve uvedená skupina H_2 blokátorov bola vyvinutá na prelome 60. a 70. rokov a látka ranitidín bola v 80. rokoch celosvetovo vôbec najviac predpisovanou liečivou látkou. Bez zaujímavosti zaiste nie je ani to, že za objavenie tejto skupiny látok spoločne s beta-blokátormi (látky využívané napr. pri vysokom krvnom tlaku, srdcovom zlyhaní a pod.) bola v roku 1988 udelená Nobelova cena škótskemu lekárovi sirovi James White Blackovi. Každá z uvedených skupín má svoje výhody a s ich výberom nám zaiste pomôže každý odborník lekárne. Všeobecne však platí, že H_2 blokátory a inhibítory protónovej pumpy (IPP) sú veľmi bezpečné liekové skupiny, ak sa užívajú v súlade s odporúčaním ošetrojúceho lekára alebo lekárnika. Svedčí o tom napokon aj možnosť ich zakúpenia v lekární bez lekárskeho predpisu. Pri užívaní IPP by však mali byť opatrnejší chorí, ktorí súčasne užívajú iné lieky, ako napr. látky zabraňujúce zhlukovaniu krvných doštičiek, látky proti úzkosti a pod.



Pri pažerákovom refluxe sa tiež vyvíjajú špeciálne rehabilitačné cvičenia, ktorých cieľom je podporiť svalovinu bránice v mieste, kadiaľ ňou prestupuje pažerák. Krajným riešením je endoskopické alebo chirurgické riešenie. Vyššie uvedené látky sa však okrem iného využívajú aj pri iných ochoreniach, najmä pri žalúdočnom vrede. Ak je naším cieľom podporiť trávenie, potom môžeme siahnuť k prípravkom s obsahom enzýmov podporujúcich štiepenie sacharidov (amylázy), ale i bielkovín (pro-

teázy) alebo tukov (lipázy). Jednotlivých enzýmov je celé množstvo. Amyláza sa prirodzene tvorí v slinných žľazách (tu ju označujeme ako ptyalín) a v pankrease; v menšom množstve ju taktiež fyziologicky nachádzame v čreve a u žien v malom množstve tiež vo vajcovodoch. Zabezpečuje štiepenie zložitých sacharidov, najmä škrobu a glykogénu na najjednoduchšie cukry, čím podporuje ich vstrebávanie. Jej nedostatok môže byť teda príčinou tráviacich ťažkostí. Okrem iného stanovenie jej aktivity v krvnom sére slúži ako ukazovateľ poškodenia pankreasu pri jeho zápale. Z historického hľadiska je amyláza prvým enzýmom, ktorý bol objavený a izolovaný, pôvodne pod označením diastáza, a to už v roku 1833 Anselmom Payenom.

Najmä našimi vlastnými enzýmami ťažko štiepiteľné (alebo celkom neštiepiteľné) cukry sú príčinou nepríjemného pocitu nadúvania. Zvyčajne ide o to, že sa tieto živiny dostanú až do hrubého čreva, kde ich štiepi pri vzniku plynov prítomná črevná flóra. Podané enzýmy zabezpečia rozštiepenie nevstrebateľných sacharidov už v tenkom čreve a ich vzniknuté komponenty sa tak môžu bez ťažkostí vstrebať. Kombinácia vyššie uvedených enzýmov všeobecne výrazne napomáha tráveniu a vstrebávaniu požitých potravín a zabraňuje vzniku plynatosti, prípadne ju tlmí. Dané enzýmy sú tak prínosné okrem iného najmä, ale nielen,

u osôb, u ktorých je potrebné povzbudiť činnosť tráviaceho traktu po prekonanom ochorení (ochorenie pečene, pankreasu a pod.). Uľahčujú trávenie aj pri príprave chorých na röntgenové vyšetrenie, pred operáciami a po operáciách. Pri tráviacich ťažkostiach môžu byť užitočné aj probiotické baktérie alebo ich metabolity. Od prítomnej plynatosti spoľahlivo pomáha simetikón, ktorý vďaka zníženiu povrchového napätia znižuje prítomné bubliny plynu, ktoré sa potom z čreva ľahko vstrebú.

Možných príčin porúch vyprázdňovania (zápcha alebo hnačka) je mnoho a figurujú medzi nimi aj najrôznejšie lieky. Veľmi zjednodušene možno uviesť, že pri samoliečbe hnačky využívame obštipanciá, t.j. látky spomaľujúce črevnú pasáž (loperamid a i.) a látky viažuce na seba najrôznejšie škodliviny (aktívne uhlie, diosmectit a i.). Rozhodne by sme však nikdy nemali zabúdať na dôsledný príjem tekutín a minerálov, a ak nemáme súčasne výraznú nevoľnosť, alebo nevraciame, i stravy (ryža, mrkva, čierny čaj a pod.). V opačnom prípade, t.j. pri zápche, naopak siahame po laxatívach. V mnohých prípadoch však postačí pohyb a zvýšený príjem tekutín a nevstrebateľné vlákničky (ovocie, zelenina, otruby). Pomôcť môžu osmotické laxatíva (laktulóza a i.) alebo látky stimulujúce pohyb čreva jeho priamym ovplyvnením (pikosíran a i.).

inzercia



Pri ťažkostiach s trávením...

Pri poruchách trávenia škrobovín, strukovín, ovocia a zeleniny.

Orenzym je digestívum, to znamená liek podporujúci trávenie. Je určený pre dospelých a deti už od 3 rokov. Každá obalená tableta obsahuje liečivú látku takadiastatum 200 m.j. (0,0366 g).



Liečivý prípravok k vnútornému užitiu.
Pozorne prečítajte príbalovú informáciu.

www.noventis.cz

Orenzym® spoľahlivo pomáha už 40 rokov.

PRVÁ POMOC PRI PÁLENÍ ZÁHY



RANISAN® 75 mg

ranitidini hydrochloridum

- účinne znižuje nadmernú produkciu žalúdočnej kyseliny
- nástup účinku v priebehu 30 minút
- prináša úľavu na 10 až 12 hodín už pri 1 tablete denne

Pred použitím si pozorne prečítajte príbalovú informáciu o lieku alebo sa poraďte so svojím lekárom alebo lekárnikom.
Ranisan 75 mg je liek na vnútorné užitie a jeho výdaj nie je viazaný na lekárske predpis.

25 rokov spoločnosti PRO.MED.CS Praha a. s.

Držiteľ rozhodnutia o registrácii: PRO.MED.CS Praha a. s., Telčská 1, 140 00 Praha 4, Česká republika, tel.: +420 241 013 111, fax: +420 241 013 412, promed@promed.cz
Obchodné zastúpenie v SR: PROM.MEDIC.SK spol. s r.o., Heydukova 12, 811 08 Bratislava 1, tel.: +421 244 880 823



PREVENCIA A LIEČBA CHRÍPKY v pediatrickej praxi

MUDr. Mária Zářová, detská a dorastová ambulancia, Dolný Kubín

Každý rok sa lekári v ambulancijnej praxi stretávajú od jesene do jari s respiračnými ochoreniami. Infekcie horných dýchacích ciest patria k najčastejším chorobám vo všetkých vekových skupinách. Pôvodcami ochorení sú najmä vírusy a baktérie. Vírusová infekcia môže tiež sekundárne vyvolať bakteriálnu infekciu.

Dokazovať vírusový agens je v ambulancijnej praxi nemožné, dá sa urobiť kultivácia z výterov nosohltanu, ale to trvá tri dni. Na rýchle zhodnotenie situácie môžeme použiť vyšetrenie CRP (C-reaktívny proteín), laboratórny marker bakteriálneho zápalu. Toto vyšetrenie trvá cca päť minút.

Použitie antibiotík v liečbe respiračných ochorení je vážne rozhodnutie, pretože pri vírusových ochoreniach sú neúčinné a navyše poškodzujú organizmus tým, že ničia črevnú mikroflóru a oslabia potrebnú imunitu chorého pacienta. Okrem toho riskujeme nárast rezistencie antibiotík pri ich nevhodnom použití. Bežné respiračné ochorenia pretrvávajú desať až štrnásť dní.

Liečba vírusových ochorení

Pri vírusových ochoreniach pretrvávajú teploty i niekoľko dní a pacienta treba monitorovať kontrolou CRP markeru. Od januára do začiatku apríla sa vyskytujú chrípky. Vírus chrípky patrí do čelade *Orthomyxoviridae* a tvorí tri rody - A, B, C.

Pred chrípkou je treba pripraviť imunitný systém na to, aby čo najlepšie zvládol prípadné napadnutie organizmu chrípkou, pretože pri chrípkovom ochorení môže dôjsť k primárnym komplikáciám (vírusové pneumónie, meningitidy, myokarditidy...), ale i k sekundárnym komplikáciám, ktoré spôsobujú baktérie nasadajúce na vírusom zničené sliznice. Najčastejšie ide o zápalové ochorenia horných dýchacích ciest – zápal mandlí, hltanu, hrtanu, stredného ucha, čelových dutín, predušiek a zápal pľúc.

Prevenca a liečba

Preventívne proti chrípke môžeme využiť možnosť očkovania, a to už od konca septembra, nevýhodou očkovania je, že v prípade mutácie vírusu (zmena genetickej výbavy vírusu) nemusí chrániť. Vhodné je doplniť očkovanie prípravkom s imunomodulačným a sliznicu stabilizujúcim účinkom. V mojej praxi som začala používať prípravok práve s takýmito vlastnosťami. Ide o liek *Gunaprevac*, ktorý som mala možnosť využiť vo svojej ambulancijnej praxi u detí od jedného roka, preventívne i liečebne.

Gunaprevac obsahuje komponenty vo fyziologických koncentráciách, zamerané na komplexnú stimuláciu imunity. Zabezpečujú to látky *Anas barbariae* (pižmovka veľká), *Asclepias vincetoxicum* (luskáč lekársky), *Echinacea angustifolia* a zmes sérotypov inaktivovanej baktérie *Haemophilus influenzae* v nízkej koncentrácii, ktorá posilňuje protibakteriálnu imunitu. Druhou zložkou *Gunaprevacu* sú látky zabezpečujúce dlhodobú stabilizáciu a odolnosť sliznice proti vírusom pri preventívnom podávaní a kontrolu symptómov pri liečebnej stratégii. Ide o tieto látky – *Belladonna* (ľuľkovec zlomocný), *Aconitum napellus* (prilbica modrá) a *Cuprum metallicum* (meď), ktoré pôsobia protizápalovo, proti horúčke, proti opuchu sliznice, protibolestivo a uvoľňujú pri svalových kŕčoch a pocitu ubitosti a únavy celého tela.

Skúsenosti z mojej praxe

Účinok lieku *Gunaprevac* môžem ilustrovať na príklade štvorročného pacienta, ktorý je sledovaný v imunoalergologickej ambulancii pre časté infekcie dýchacích ciest. V období od októbra 2011 do apríla 2012 (6 mesiacov) bol každý mesiac vyšetrený v ambulancii pre ochorenie dýchacích ciest minimálne dvakrát (12-krát spolu) a vybral

celkovo štyrikrát ATB, ktoré mal ordinované počas návštevy pohotovosti. Od októbra 2012 bol nastavený na prevenciu liekom *Gunaprevac* pol tuby jedenkrát týždenne. V ambulancii sa ocitol až po štyroch mesiacoch 4. februára 2013, keď matka sama uviedla, že mu prestala podávať *Gunaprevac* od polovice januára. Uvedomila si, že to asi bude príčinou nového ochorenia. Pacientovi som naordinovala *Gunaprevac* v liečebnej schéme pol tuby každých osem hodín po dobu troch dní, čo stačilo na jeho vyliečenie.

Ďalší prípad bol 19-ročný pacient sledovaný v imunoalergologickej ambulancii od 3 rokov veku pre časte respiračné infekcie, so zníženými protilátkami IgA. Od 13 rokov je sledovaný reumatológom pre reaktívnu artritídu po yersíniovej infekcii. 24. januára tohto roku ochorel na akútne respiračné ochorenie, pričom mal zvýšenú teplotu do 38,5 °C, bolesti hlavy, hrdla a celého tela. Po vyšetrení a odobratí výteru hrdla bol nastavený na liečbu *Gunaprevacom*, jedna celá tuba každých 8 hodín po dobu 3 dní. Pri teplote nad 38 °C bral ibuprofén a liečba bola doplnená vitamínom C a zinkom. Na štvrtý deň na kontrole bol bez teploty, výter z hrdla bol negatívny, mal ojedinele vlhký kašeľ a stav sa do týždňa upravil.

Záver

Na záver možno konštatovať, že použitie tohto lieku na rôzne vírusové respiračné ochorenia sa mi v mojej praxi osvedčilo, má výborné preventívne aj liečebné účinky. Oceňujem jeho vysokú bezpečnosť a možnosť podávania aj malým deťom, ako aj jeho finančnú dostupnosť pre bežnú rodinu.



GUNAPREVAC



Anas barbariae Hepatis et Cordis extractum
tradičná protivírusová ochrana

imunomodulácia



Haemophilus influenzae
znižuje riziko
komplikácií chrípky

Aconitum napellus
podpora tvorby ATP
antipyretický účinok



Asclepias vincetoxicum
stimulácia prirodzenej imunity

Belladonna
antiedematózný účinok
spasmolytikum



Echinacea angustifolia
stimulácia prirodzenej imunity

Cuprum
podpora enzymatických procesov
analgetický a antipyretický účinok



stabilizácia slizníc
potlačenie symptómov

synergia

Účinok kombinácie týchto látok podávaných v nízkej koncentrácii sa vzájomne podporuje. Výsledkom je stimulácia obranyschopnosti organizmu spoločne s ochranou slizníc a potlačením príznakov chrípky.



Účinné látky: Anas barbariae hepatis et cordis extractum 200K, Haemophilus influenzae 9CH, Asclepias vincetoxicum 5CH, Echinacea 3CH, Aconitum napellus 5CH, Belladonna 5CH, Cuprum 3CH. Pomocné látky: sacharóza, cca 1g. Balenie: 6 tub granúl. Každá tuba obsahuje 1 g granúl. **Dávkovanie:** *Prevenia:* 1 tuba granúl týždenne počas 6 týždňov. *Liečba:* Dospelí a deti staršie ako 6 rokov 1 tuba granúl od objavenia sa prvých príznakov chrípky alebo ochorenia z prechladnutia. Potom každých 6 až 8 hodín (max. 3 dávky denne) až do vymiznutia príznakov. V prípade pretrvávania príznakov sa poraďte so svojim lekárom. *Deti od 2 do 6 rokov:* polovica dávky pre dospelých. Použitie u detí mladších ako 2 roky konzultujte s detským lekárom. **Spôsob podania:** granuly vysypte priamo pod jazyk a nechajte ich voľne rozpustiť. Užite 15 minút pred jedlom. U detí je možné dávku rozpustiť v malom množstve vody. Ak sa príznaky ochorenia do 5 dní nezlepšia alebo ak sa zhoršia, poraďte sa so svojim lekárom. Uchovávajte pri teplote do 25°C. **Spôsob vydania lieku:** Výdaj lieku nie je viazaný na lekársky predpis. Pred použitím si prečítajte písomnú informáciu pre používateľa. Liek na vnútorné použitie. Uchovávajte mimo dohľadu a dosahu detí.

Držiteľ rozhodnutia o registrácii: inPHARM CLINIC s.r.o., V Lipkách 647, 154 00 Praha 5, Česká republika
Informačný servis: inPHARM s.r.o., Trnavská cesta 82/A, 821 01 Bratislava, SR, tel.: +421 2 44 630 402, e-mail: inpharm@inpharm.sk



Aby kašeľ odišiel!

ambroxoli hydrochloridum

Ambrosan®

LIEK PROTI KAŠĽU, PRE CELÚ RODINU

RIEDI HLIEN A UĽAHČUJE VYKAŠĽIAVANIE

Ambrosan® 15 mg / 5 ml sirup

- vhodný pre deti od narodenia
- s príchuťou jahoda + banán
- neobsahuje cukor
- neobsahuje prírodné alergény ani alkohol

Ambrosan® 20 tbl × 30 mg

- už od 5 rokov
- tablety sa môžu poliť



Pred použitím si pozorne prečítajte príbalovú informáciu o lieku alebo sa poraďte so svojim lekárom alebo lekárnikom.

Ambrosan® sirup 15 mg/5 ml a Ambrosan® tablety 30 mg sú lieky na vnútorné užitie. Ambrosan® je registrovaný ako liek a jeho výdaj nie je viazaný na lekárske predpis.

25 rokov spoločnosti PRO.MED.CS Praha a. s.

Držiteľ rozhodnutia o registrácii: PRO.MED.CS Praha a.s., Telčská 1, 140 00 Praha 4, Česká republika, tel.: +420 241 013 111, fax: +420 241 013 412, promed@promed.cz
Obchodné zastúpenie v SR: PROM.MEDIC.SK spol. s r.o., Heydukova 12, 811 08 Bratislava 1, tel.: +421 244 880 823

www.promedcs.eu

 **PRO.MED.CS**
Praha a. s.

RESPIRAČNÉ INFEKČIE spojené s kašľom

MUDr. Jiří Slíva, PhD., Ústav farmakológie 2. a 3. LF UK, Praha

Kašeľ treba vnímať ako obrannú reakciu nášho organizmu, ktorého cieľom je udržať priechodné dýchacie cesty. Odstraňujú sa tým jednak mechanické prekážky (tvorený hlien, cudzie teleso a pod.), jednak vzniká na základe podráždenia najrôznejšími chemikáliami, dymom a pod. V zásade rozlišujeme kašeľ suchý a dráždivý a kašeľ vlhký s vykašliavaním; z hľadiska trvania kašľa môže byť akútny (kratší ako 3 týždne), subakútny (3 až 8 týždňov) a chronický (dlhšie ako 8 týždňov).



Čo je príčinou kašľa?

V úplnej väčšine prípadov je kašeľ vyvolaný infekciou dýchacích ciest, najčastejšie vírusového alebo bakteriálneho pôvodu. Dobré známe sú však aj neinfekčné príčiny kašľa, z ktorých spomeňme alergické ochorenia (senná nádcha, atopická astma), chronickú obštrukčnú chorobu pľúc, chronickú bronchitídu, pažerákový reflux a prirodzene fajčenie alebo inhaláciu akejkoľvek látky dráždiacej sliznicu dýchacích ciest. Zaiste nemožno nespomenúť ani skutočnosť, že kašeľ môže byť príznakom oveľa závažnejšieho ochorenia, akým sú najrôznejšie typy nádorových ochorení postihujúcich dýchacie cesty alebo tzv. pneumokoniózy, čo sú stavy označované ako „zaprášená pľuť“ v dôsledku dlhodobej expozície minerálneho prachu (kamenári, baníci a i.). Kašeľ vyvoláva aj cystická fibróza, pľúcna embólia alebo tuberkulóza. V neposlednom rade môžu ka-



Probacin® ATB

Výživový doplnok s obsahom probiotickej spóry *Bacillus clausii*. Probiotikum vhodné pri užívaní antibiotík (vysoká odolnosť voči širokému spektru antibiotík).

Unikátna lieková forma –
– optimálny účinok



Pre deti už od 6 mesiacov!

IMUNITNÝ ŠTÍT PRE CELÚ RODINU

Rakytník prispieva k podpore prirodzenej obranyschopnosti organizmu. Podporuje zachovanie zdravého stavu kože a slizníc, posilňuje kardiovaskulárny a tráviaci systém. Poznatky z posledných rokov poukazujú na kľúčovú úlohu vitamínu D pre zachovanie správnej funkcie imunitného systému a pre odolnosť organizmu voči vírusom a mikróbom (produkt obsahuje 50 % odporúčanej dennej dávky vitamínu D). 100 % rakytníkový olej získaný šetrnou CO₂ extrakciou neobsahuje farbivá a cukor, je vyvážený farbou a zložením. Doplnok stravy je určený pre dospelých a deti od 3 rokov. Vyrába česká firma s 20 – ročnou tradíciou Noventis sro. Rakytníkový olej + vitamín D užívajte pre: zdravý imunitný systém krásnu a zdravú pokožku zdravé srdce a trávenie obsah vitamínu D posilňuje zdravú funkciu imunity.



Ak máte ťažkosti s dýchaním
alebo nádchou, vyskúšajte inhalátor

OMRON CompAir C801KD

Uľaví vám pri upchatom nose, suchom aj vlhkom kašli a je zvlášť vhodný pre deti, pre ktoré sú k nemu pribalené aj milé hračky. Pravidelnou inhaláciou už pri prvých príznakoch ochorenia sa môžete vyhnúť užívaniu liekov. Na inhalovanie vám postačí liečivá minerálna voda, bežne dostupná v obchodoch. Odporúčaná cena 59 €.



šiel vyvolať aj niektoré lieky, dobre známe ju napr. suchý kašeľ vyvolaný užívaním tzv. inhibítorov ACE, t.j. látok dnes bežne užívaných pri vysokom krvnom tlaku alebo pri srdcovom zlyhávaní.

Liečba kašľa

Akákolvek liečba by v optimálnom prípade mala viesť k odstráneniu vyvolávajúcej príčiny. To však platí len vtedy, ak sa ju podarí odhaliť. Najčastejšie ide o liečbu symptomatickú, tzn., že liečime kašeľ ako zaťažujúci príznak, nie ochorenie ako ce-

lok. V tomto smere sa dobre využívajú dobre známe a v našich lekárňach dostupné dve skupiny látok, ktorých voľba sa odvíja od vyššie spomenutej charakteristiky kašľa. Ak je kašeľ suchý a dráždivý, volíme antitusiká, v opačnom prípade podporujeme odkašliavanie prostredníctvom expektorancií. Platí, že tieto dve skupiny látok by sa nemali vzájomne kombinovať, lebo ich účinok je navzájom protichodný, hoci obe v konečnom dôsledku pôsobia proti kašľu. Ako racionálna sa však javí ich kombinácia pri predpoklade, že expektoranciá užívame

počas dňa a večer užijeme antitusikum. Nie je totiž žiaduce, aby sme v noci lepšie odkašliavali. Taký prístup je vhodný predovšetkým vtedy, ak množstvo tvoreného hlienu už klesá a kašeľ nie je taký vlhký. Pri expektoranciách sú najpoužívanejšie látky ambroxol, bromhexín, guaifenezín, N-acetylcysteín a i., pri antitusikách butamirát, dropropizín, dextrometorfán a i. Uvádzaný ambroxol i bromhexín sú si veľmi blízke a korene ich využitia siahajú až do exotických Indii. Indický krík *Adhatody vasica* sa pre expektorantné účinky využíva už celé stáročia. Germanisti ju zaiste poznajú pod výrazom „indisches Lungenkraut“, čo vo voľnom preklade znamená „indická pľúcna kapusta“. Za jej najvýznamnejšiu účinnú látku sa považuje alkaloid vasicín, od ktorého bola v polovici 60. rokov odvodená štruktúra bromhexínu, ktorého veľmi účinným metabolitom je ambroxol. V dýchacích cestách podporuje sekréciu hlienu, zvyšuje tvorbu pľúcneho surfaktantu a stimuluje účinnosť riasiniek, čo vedie k zlepšeniu transportu (mukociliárny klírens) a uľahčuje vykašliavanie. Okrem iného pôsobí antioxidantne, podporuje prenikanie antibiotík do pľúcneho tkaniva a zvyšuje vylučovanie protilátok do tvoreného prieduškového sekrétu.

Kašeľ môžu zmierniť aj osvedčené prostriedky tradičnej medicíny na čele s medom, skorocelom, ibišom, brečtanom a i. Kašeľ takisto potláča napr. mentol, ktorý napokon využívajú výrobcovia mentolových cigariet (začínajúci fajčiar si tak ľahšie zvykne a stane sa závislým od nikotínu...). Pre nefajčiarov je len ťažko pochopiteľné fajčenie pri kašli, avšak to je téma na obširnejšiu rozpravu. Kašľa sa zaiste ľahšie zbavíme v čistom prostredí, teda, že nebudeme vystavení ani pasívnemu fajčeniu, vonkajšiemu smogu a pod. Tu môžu pomôcť aj osvedčené čističky vzduchu. Pri štekavom kašli, najmä u detí, ako prvá pomoc poslúži vystaviť sa chladnému vzduchu, ak však ide o akútny zápal hrtanu, je namieste zaiste odborná lekárska starostlivosť.

Na kašeľ a nádchu

Tu môžu pomôcť napr. vodné roztoky soli. Hoci také roztoky sa môžu používať aj na výplach hrdla pri bolestiach hrdla, najčastejšie sú využívané práve pri nádche najrôznejšieho pôvodu. Na rozdiel od ostatných prípravkov proti upchanému nosu je možné ich podávať všetkým chorým, vrátane detí aj tehotných. Obsiahnutá soľ na seba priťahuje vodu, čím dôjde k odpudnutiu nosovej sliznice. Zatiaľ čo prípravky s nižšou koncentráciou soli sú vhodné predovšetkým na zvlhčenie nosovej sliznice a podporu jej očistenia, roztoky s vyššou koncentráciou môžu byť užitočné rovnako pri ľahších formách zápalov nosových dutín.



QUIXX®

Starostlivosť o Váš nos

obsahuje
cca 220
dávkov

MORSKÁ VODA
Od 6 mesiacov

ALOE VERA
Od 6 mesiacov

EUKALYPTUS
Od 6 rokov



Prírodné nosové spreje na príznaky nádchy, chrípky a alergií *

INZERČIA

QUIXX-2014-004

viac info na
www.quixxdonosa.sk

* QUIXX®

Pre použitím si pozorne prečítajte pokyny na použitie a poraďte sa so svojim lekárom alebo lekárnikom. Quixx, Quixx soft a Quixx extra sú zaregistrované ako zdravotnícke pomôcky, ktorých výdaj nie je viazaný na lekárske predpis. **Dátum výroby materiálu:** február 2014
BERLIN-CHEMIE AG obchodné zastúpenie v SR: Palisády 29, 811 06 Bratislava
tel.: 02 / 544 30 730, fax: 02 / 544 30 724, bchbratislava@bch-menarini.sk

BERLIN-CHEMIE
MENARINI

Flavamed®

ambroxoliumchlorid

Účinná a dlhodobá úľava
od produktívneho kašľa!*

NOVINKA
pre deti od 2 rokov



- dvojitý mechanizmus účinku¹
 - skvapalňuje hustý hlien v prieduškách
 - uľahčuje jeho vykašliavanie
- rýchly nástup účinku¹
- výborná chuť
- možnosť výberu z 3 liekových foriem:
 - peroralný roztok
 - šumivé tablety
 - tablety

* 6-12 hodín

Flavamed Cough Tablets: jedna tableta obsahuje 30 mg ambroxoliumchloridu. **Flavamed šumivé tablety:** jedna tableta obsahuje 60 mg ambroxoliumchloridu. **Flavamed forte peroralný roztok:** 5 ml obsahuje 30 mg ambroxoliumchloridu. **Indikácie:** Mukolytická liečba kašľa s tvorbou hlienu, ktorý sprevádza akútne a chronické bronchopulmonálne ochorenia. **Kontraindikácie:** alergia na ambroxol alebo ktorúkoľvek inú z pomocných látok. **Dávkovanie:** Flavamed Cough Tablets – pre deti od 6 rokov a dospelých. **Flavamed šumivé tablety** - pre deti od 12 rokov a dospelých. **Flavamed forte peroralný roztok** - pre deti od 2 rokov a dospelých. **Upozornenie na niektoré pomocné látky:** Flavamed Cough Tablets – laktóza, Flavamed šumivé tablety – laktóza, sodík, sorbitol, Flavamed forte peroralný roztok - sorbitol, Flavamed užívajte počas tehotenstva a dojčenia iba na jednoznačný pokyn vášho lekára! Flavamed sa bez rady lekára nemá užívať dlhšie ako 4 - 5 dní. **Držiteľ rozhodnutia o registrácii:** Berlin-Chemie AG, Berlín, Nemecká spolková republika. **Pred použitím si pozorne prečítajte písomnú informáciu pre používateľov. Spôsob výdaja lieku:** bez lekárskeho predpisu. Liek na vnútorné použitie. **Posledná revízia textu:** Flavamed Cough tablets 1/2012, Flavamed šumivé tablety 4/2010, Flavamed forte peroralný roztok 3/2013. **Dátum výroby materiálu:** február 2014

Referencie: 1. SPC Flavamed

Zastúpenie v SR: BERLIN - CHEMIE A. G. Palisády 29, 811 06 Bratislava, Slovenská republika, tel.: +421 2 544 30 730, fax: +421 2 544 30 724, e-mail: bchbratislava@bch-menarini.sk

BERLIN-CHEMIE
MENARINI

FLA-2014-002

INZERČIA

ŠETRNÁ LIEČBA BOLESTI POHYBOVÉHO APARÁTU –

– POHĽAD RENOMOVANÝCH LEKÁROV

Prof. MUDr. Leonello Milani, Ph.D., Univerzity Sapienza, Rome and Univerzity of Siena, Taliansko

Doc. MUDr. Ľuboš Rehák, CSc., mim. prof. I. ortopedicko-traumatologická klinika LFUK a UN, Bratislava

Aká je príčina bolesti pohybového aparátu?

Jednou z najdôležitejších príčin bolesti pohybového aparátu je ochabnutosť vnútorných a vonkajších stabilizačných kĺbových systémov. Príčinou môžu byť úrazy, pooperačné stavy, zlé držanie tela, fyziologické degeneratívne zmeny alebo reumatologické choroby. Ochabnuté podporné systémy vyvolávajú napríklad kĺbovú hypermobilitu, pri ktorej dochádza k predčasnému opotrebovaniu kĺbov a následným bolestivým prejavom.

Existuje inovatívna liečba? A ako vyzerá dnešná prax?

Pacienti s bolestivým ochorením pohybového aparátu zvyčajne užívajú analgetiká a nesteroidové antireumatiká vrátane koxibov, ktoré sú zaťažujúce alebo dokonca kontraindikované, a to z dôvodu nežiaducich účinkov alebo liekových interakcií. Pre týchto pacientov môže predstavovať vynikajúcu možnosť injekčné podávanie kolagénu. Podávaním tohto biomateriálu do špecifického miesta sa nielen kolagén dostane tam, kde je ho nedostatok, ale výrazne sa zlepší aj jeho profil a mikroštruktúra. Výsledkom je veľmi dobrý protibolestivý účinok spojený s funkčným zlepšením.

Akým spôsobom kolagén odstraňuje príčinu bolesti?

Kolagén podaný injekčne tak nielen zlepšuje kĺbovú mobilitu, ale napomáha aj uvoľneniu a fyziologickej funkcii svalstva v danej oblasti. Odstraňuje tak príčinu bolesti a prispieva k jej odstráneniu. Kolagén je základnou stavebnou jednotkou spojivového tkaniva kĺbových systémov,

a preto jeho mikrosuplementácia zlepšuje profil kolagénového vlákna. Kolagén tak reprezentuje štruktúrny účinok, t.j. chráni a posilňuje kĺbové puzdro, väzy, šľachy, a preto spevňuje ochabnuté a hypermobilné kĺbové systémy.

V čom spočíva najväčší benefit kolagénovej terapie?

Zásadným benefitom daného terapeutického prístupu je liečba bolesti bez rizika liekových interakcií (kolagén nezasahuje do účinnosti ostatných liekov, napr. warfarínu), bez významných nežiaducich účinkov (kolagén je telu vlastná látka dodávaná v injekčnej mikrosuplementačnej dávke), bez alergických reakcií (nezaznamenali sme žiadne alergické reakcie). Pre konkrétnu oblasť protibolestivého použitia sú určené konkrétne kolagénové injekcie (napr. gonartróza MD-Knee, coxartróza MD-Hip, syndróm zmrznutého ramena MD-Shoulder, lumbalgia MD-Lumbar, svalová bolesť MD-Muscle, neuralgická/neuropatická bolesť MD-Neural).

Kolagénové injekcie možno podávať samostatne alebo aj s inými liekmi?

Kolagenové injekcie sa podávajú samostatne, alebo sa výhodne kombinujú s ďalšími liekmi, kde sa očakáva synergia v mechanizme pôsobenia. Príkladom je kombinovaná liečba nesteroidových antireumatik s injekčným kolagénom s následným znížením spotreby týchto analgetík, vďaka čomu sa znižuje zaťaženie organizmu nežiaducimi účinkami. Túto skutočnosť potvrdila aj nedávno skončená klinická štúdia na Reumatologickom ústave v Prahe, realizovaná na súbore 100 pacientov s indikáciou „low back pain – bolesť krížov, nazývaná aj húser“.

Existujú pozitívne skúsenosti slovenských lekárov s MD injekciami?

S MD injekciami majú na Slovensku výborné skúsenosti lekári rôznych špecializácií (ortopédi, neurológovia, algeziológovia, chirurgovia, reumatológovia i všeobecní lekári pre dospelých). Napríklad doc. MUDr. Ľuboš Rehák, CSc., ortopéd, ocenil tento šetrný druh terapie pri bolestivých svalovo-šľachových syndrómoch, ako aj pri lumboischialgickom syndróme. Vyjadril sa, že kolagén predstavuje výborné liečivo, ktoré formou regeneračnej a stimulačnej liečby potláča lokálne zápalové zmeny v oblasti šliach, kĺbov, pričom vyvoláva v kĺbe analgetickú reakciu. Túto liečbu môžeme odporučiť ako alternatívnu liečbu k liečbe viskosuplementáciou kyselinou hyaluronovou, kortikoidmi, alebo k perorálnej terapii analgetikami, nesteroidovými antireumatikami a pod., pričom vedľajšie účinky sme nezaznamenali. Analgetický účinok je 60-70 % pri opakovanej aplikácii sa potencuje, keď pri aplikácii 9. – 10. injekcie nastáva 80 – 90 % analgetický účinok, čo je výborný výsledok.

Je aplikácia MD injekcií bolestivá?

Transport kolagénu spolu s ďalšími látkami na miesto určenia je u MD injekcií založený na patentom chránenom „collagen injectable delivery“ systéme. Pri tomto systéme sa v tkanive, do ktorého sa prípravok aplikuje, vytvára dočasná porézna kolagénová matrix, z ktorej sa kolagén a ďalšie pomocné látky postupne uvoľňujú. Tento systém umožňuje nahradiť aplikáciu priamo do vnútorného kĺbu (intraartikulárny) za periartikulárny, resp. subkutánny, čo je pre pacienta menej invazívne a zväčša šetrné a nebolestivé.

inercia

GUNA MD – injekcie

ŠETRNÁ LIEČBA BOLESTÍ POHYBOVÉHO APARÁTU

Prípravky:

MD-Neck
MD-Neural
MD-Thoracic
MD-Lumbar
MD-Ischial

MD-Shoulder
MD-Small Joints
MD-Hip
MD-Poly
MD-Muscle

MD-Matrix
MD-Tissue
MD-Knee

Benefity:

- ✓ Zmiernenie bolesti a zlepšenie pohyblivosti svalov, kĺbov a chrbtice
- ✓ Spomalenie degenerácie kĺbov a pridružených tkanív
- ✓ Nežiaduce účinky neboli pozorované
- ✓ Bez liekových interakcií

www.inpharm.sk



zdravotnícky prostriedok

Zloženie: kolagén, ktorý pôsobí proti ochabnutosti spojivového tkaniva. Látky rastlinného a minerálneho pôvodu, ktoré napomáhajú transportu kolagénu do cieľového tkaniva.

Dostupnosť: vo všetkých lekárňach bez lekárskeho predpisu, alebo u lekára aplikujúceho MD injekcie. Zoznam lekárov nájdete na www.inpharm.sk.

Informačný servis: spoločnosť inPHARM, tel.: +421 2 44 630 402, inpharm@inpharm.sk.

GUNA

inPHARM
...the way we walk

VÝSLEDKY ANKETY LEKÁRNICI ODPORÚČAJÚ 2013



Dnešná lekárka už takmer nepripomína „poláčkovskú apatieku“ kde vážny lekárnik s niekoľko sto rokov preverenými substanciami dokázal namiešať ten správny liek a poradiť, čo robiť, keď už nič nepomáha. Lekárka dnes pripomína moderný obchod, kde nájdeme na každý mysliteľný a aj úplne virtuálny neduh nie jeden, ale celú škálu prípravkov, v ktorých sa hoci len minimálne zorientovať, nie je v silách normálneho smrteľníka. Napriek tomu lekárka zostáva stále zdravotníckym zariadením, poskytujúcim pacientom zdravotnú pomoc. Pokrok sa skrátka nedá zastaviť a aj keď nie je idyllický, má jednu obrovskú výhodu: pomáha. Čo robiť, aby pomáhal čo najefektívnejšie?

Pri liekoch sa možno spoľahnúť aspoň na schválenú indikáciu (priame porovnanie účinných látok zväčša chýba) a kontrolné pôsobenie štátnych autorít (ŠUKL, EMA), avšak informácie o zdravotných účinkoch, dopadoch a kvalite výživových doplnkov a liečebnej kozmetiky je tak málo, ako toho apatičárskeho šafranu. Je pritom nad slnko jasnejšie, že sa so špičkovými producentmi výživových doplnkov „vezú“ aj takí, ktorí si s kvalitou a zodpovednosťou voči chorľavej verejnosti hlavu príliš nelámu. V takej situácii majú praktické skúsenosti cenu zlata, aj keď ani roky praxe nezaručia, že budeme pripravení na všetko. Zviešť túto empiriu do jedného širšieho riečiska a z neho potom vyťažiť racionálny výstup, je cieľom a zmyslom prieskumu „Lekárnik odporúčajú“, ktorý sa zakladá na osobnom prístupe každého odborníka v lekárni k riešeniu daného zdravotného problému čo najefektívnejším spôsobom. Prieskum je súhrnom skúseností farmaceutov a farmaceutických asistentov s voľne predajným sortimentom. Anketa je unikátna svojou koncepciou: zisťuje, ktorému z prípravkov odborný personál lekární dôveruje bez ohľadu na pôsobenie reklamy a želanie pacientov. Lekárnski experti sú oslovení na seminároch spoločnosti Edukafarm a prostredníctvom časopisu *farmiNews*. V roku 2013 sa prieskumu zúčastnilo celkovo 220 odborníkov. Všetkým do jedného patrí veľké poďakovanie. Ak teda chcete vedieť ich skúsenosti z oblasti voľno predajných liekov, výživových doplnkov, zdravotných prostriedkov a kozmetiky, pozrite sa na nižšie uvedené výsledky. Zároveň ponúkame aj malé zamyslenia nad niektorými účinnými látkami, ktoré získali ich dôveru a vyhrali v jednotlivých kategóriách.



ANTITUSIKÁ – SUCHÝ, DRÁŽDIVÝ KAŠEĽ

Názov prípravku (účinná látka)	Trieda	Počet (%)
DITUSTAT (dropropizinum)	LP	24,5
STOPEX (dextromethorfan hydrobromidum)	LP	17,1
SINECOD (butamirati dihydrogencitras)	LP	16,3
ROBITUSSIN ANTTIUSSICUM (dextromethorfan hydrobromidum)	LP	10,9
STOPTUSSIN (guajfenesinum, butamirati citras)	LP	7,5
PLEUMOLYSIN (aconiti tinct., saponinum quillaiae, thymi extr. fluidum, codeini phosphas, aurantii dulcis pericarpium tinct.)	LP	6,5
PAXELADINE (oxeladini hydrogencitras)	LP	5,7

EXPEKTORANCIÁ – VLHKÝ KAŠEĽ

Názov prípravku (účinná látka)	Trieda	Počet (%)
MUCOSOLVAN (ambroxoli hydrochlor.)	LP	28,5
SOLMUCOL (acetylcysteinum)	LP	18,4
ACC LONG (acetylcysteinum)	LP	7,7
bromhexin (bližšie nespecifikované)	-	7,4
AMBROBENE (ambroxoli hydrochlor.)	LP	5,6
FLAVAMED (ambroxoli hydrochlor.)	LP	5,1
BRONCHICUM ELIXIR S (thymi extr. fl., primulae radix extr. fl.)	LP	4,0



PLYNATOSŤ

Názov prípravku (účinná látka)	Trieda	Počet (%)
ESPUMISAN (simeticonum)	LP/ZP	56,9
DEGASIN	ZP	19,7
GENERICA SIMETHICON	VD	5,9
simethicon (bližšie nespecifikované)	-	5,2
GENERICA METEO	VD	2,8
SAB SIMPLEX (simeticonum)	LP	2,4
PANCREOLAN (lipasum, pancreatinum, proteasum)	LP	1,0

PROBIOTIKÁ

Názov prípravku (účinná látka)	Trieda	Počet (%)
PROBIOFIX	VD	26,1
VALOSUN BIOPRON	VD	10,7
SWISS LAKTOBACILY	VD	8,8
NUTROLIN B	VD	8,5
LINEX	VD	7,4
BIOGAIA	VD	6,0
ADULTS/COLON/CHILDREN/INFANTS/SENIORS/ WOMEN DOPHILUS	VD	6,0

PORUCHY PAMÄTI – KOGNITÍVA

Názov prípravku (účinná látka)	Trieda	Počet (%)
WALMARK GINKGO / GINKOPRIM	VD	28,6
ACUTIL	VD	21,9
ginkgo biloba (bližšie nespecifikované)	-	10,8
WALMARK MEMOPLUS	VD	5,7
GINKGO MAX + LECITIN DA VINCI	VD	2,7
GS GINKGO / FORTE	VD	2,4
LUCETAM (piracetamum)	LP	2,4

DEPRESIE

Názov prípravku (účinná látka)	Trieda	Počet (%)
DEPRIM (Hyperici herbae extr. sicc.)	LP	26,2
PERSEN (Valerianae extr. sicc., Melissa extr., Menthae piperitae extr.)	LP	20,7
SEDATIF PC (kombinácia homeopatik)	LP	16,5
SAFRAMYL	VD	9,1
GS ANXIOLAN	VD	6,4
WALMARK BENOVEN	VD	4,9
Tabovnik (bližšie nespecifikované)	-	2,4

PROBIOTIKÁ PRI ANTIBIOTICKEJ LIEČBE

Názov prípravku (účinná látka)	Trieda	Počet (%)
NUTROLIN B	VD	17,9
LINEX	VD	13,4
VALOSUN BIOPRON	VD	12,5
PROBIOFIX	VD	10,3
BIOGAIA	VD	8,2
rad PEARLS	VD	5,5
GS LAKTOBACILY ANTIBIO	VD	4,0

HEMOROIDY

Názov prípravku (účinná látka)	Trieda	Počet (%)
FAKTU (policesulenum, cinchocaini hydrochlor.)	LP	41,1
PROCTO-GLYVENOL (tribenosidum, lidocaini hydrochlor.)	LP	15,4
MASTU S (bufexamacum, bismuthi subgallas)	LP	12,8
AVENOC (kombinácia homeopatik)	LP	5,0
MOBIVENAL MICRO	VD	4,2
PREPARATION H (faecis extract., selach. hep. ol.)	LP	3,4
HEMOSTOP	VD	2,8

MASNÁ PLEŤ A AKNÉ – KOZMETIKA

Názov prípravku (účinná látka)	Trieda	Počet (%)
BIODERMA	K	39,9
VICHY NORMADERM	K	12,2
LA ROCHE EFFACLAR	K	9,1
AKNECOLOR (clotrimazolom)	LP	8,0
EUCERIN	K	6,6
AVENE	K	3,5
CUTISHHELP	K	2,4

KOŽA, VLASY, NECHTY – NUTRIČNÁ PODPORA

Názov prípravku (účinná látka)	Trieda	Počet (%)
REVALID (vitamíny, iné kombinácie)	LP	25,5
WALMARK VIADERM	VD	11,2
DONNA HAIR / NAILS	VD	10,9
FORCAPIL	VD	10,0
BIOSIL / BIOSIL PLUS	VD	8,5
REVITAL REVITALON	VD	3,6
DERMABION	VD	2,4

CHUDNUTIE

Názov prípravku (účinná látka)	Trieda	Počet (%)
CHILLYBURNER	VD	16,7
RENUTO LIPOXAL	VD	13,6
XL TO S MEDICAL	VD	8,8
zelená káva (bližšie nespecifikované)	-	8,8
chróm (bližšie nespecifikované)	-	4,8
BIO CLA BOOSTER	VD	3,4
L-karnitín (bližšie nespecifikované)	-	3,4

ZÁPÁL MOČOVÝCH CIEST

Názov prípravku (účinná látka)	Trieda	Počet (%)
WALMARK URINAL	VD	36,0
CYS-CONTROL	VD/ZP	12,9
VALOSUN UROVAL	VD	12,6
SWISS MAX/MEGA BRUSNICE	VD	5,8
UROSEPT	VD	5,2
BARNYS CRANBERRY / CRAN URIN	VD	4,3
FARMAX UROMAX	VD	4,3

SUCHÁ KOŽA

Názov prípravku (účinná látka)	Trieda	Počet (%)
EXCIPIAL (urea)	LP	40,3
BIODERMA	K	17,4
LIPOBASE	K	4,5
EUCERIN	K	2,9
LA ROCHE	K	2,9
calcium panthotenicum (bližšie nespecifikované)	-	2,6
DOLIVA	K	2,6

OCHRANA PRED SLNEČNÝM ŽIARENÍM

Názov prípravku (účinná látka)	Trieda	Počet (%)
DAYLONG	K	41,3
BIODERMA PHOTODERM	K	31,0
VICHY CAPITAL SOLEIL	K	5,3
EUCERIN SUN	K	5,0
beta-karoten (bližšie nespecifikované)	-	4,6
LADIVAL	K	3,2
LA ROCHE ANTHELIOS	K	2,8

MENOPAUA

Názov prípravku (účinná látka)	Trieda	Počet (%)
GS MERILIN	VD	20,7
FYTOSOJA	VD	19,3
SARAPIS/ SARAPIS Soja	VD	13,9
VALOSUN MINAPENT	VD	12,9
WALMARK MABELLE	VD	6,4
SWISS HRT	VD	5,8
FARMAX MENOMAX	VD	2,7

VAGINÁLNE MYKÓZY

Názov prípravku (účinná látka)	Trieda	Počet (%)
CANESTEN (clotrimazolom)	LP	53,6
MYCOMAX (fluconazolom)	LP	10,5
ROSALGIN (benzydaminu hydrochloridum)	LP	8,6
CANDIBENE (clotrimazolom)	LP	4,3
FYTOFONTANA GYNTIMA	ZP/K	3,3
TOPNATUR CANDISTOP	VD	2,3
CANDIVAC	VD	2,3

OPARY

Názov prípravku (účinná látka)	Trieda	Počet (%)
ZOVIRAX (aciclovirum)	LP	24,9
HERPESIN (aciclovirum)	LP	22,9
VECTAVIR (penciclovirum)	LP	9,9
VIRU-MERZ (tromatadinum)	LP	5,6
HERPATCH	ZP	5,4
COMPEED	ZP	5,1
aciklovir (bližšie nespecifikované)	-	4,2

PLESNE NA KOŽI, NECHTOCH

Názov prípravku (účinná látka)	Trieda	Počet (%)
CANESPOR (bifonazolom)	LP	35,4
CANESTEN (clotrimazolom)	LP	23,2
SCHOLL Kúra na nechťovú mykózu	ZP	7,6
LAMISIL (terbinafinu hydrochloridum)	LP	5,8
WARTNER NAILEXPART	ZP	4,3
CANDIBENE (clotrimazolom)	LP	4,0
MYKOSEPTIN (ac. undecylenicum, zinci undecylenas)	LP	4,0



BRADAVICE

Názov prípravku (účinná látka)	Trieda	Počet (%)
WARTNER BRADAVIČNÍK	ZP	31,8
DUOFILM (ac. lacticum, ac. salicylicum)	LP	29,1
PHYTNEO KOLODIUM FORTE	ZP	18,4
SCHOLL SPREJ NA OVDTRAŇOVANIE BRADAVÍC	ZP	6,9
URGO-BRADAVICE KRYOTERAPIA	ZP	4,6
LAPIS	ZP	1,5
VERRUMAL (ac. salicylicum, fluorouracilum)	LP	1,5

LUPINY VO VLASOCH

Názov prípravku (účinná látka)	Trieda	Počet (%)
NIZORAL (ketoconazolom)	LP	38,1
BIODERMA NODÉ	K	10,5
VICHY DERCOS	K	8,8
SEBIPROX	K	5,8
EUCERIN DERMOCAPILLAIRE	K	4,4
DUCRAY	K	3,4
panthenol (bližšie nešpecifikované)	-	3,1

PREVENCIA KARDIOVASKULÁRNYCH OCHORENÍ

Názov prípravku (účinná látka)	Trieda	Počet (%)
koenzym Q₁₀ (bližšie nešpecifikované)	-	14,8
WALMARK OPTITENSIN	VD	8,9
omega-3 nenas. mastné kyseliny (bližšie nešpecifikované)	-	7,6
lecithin (bližšie nešpecifikované)	VD	5,5
CENTRUM CARDIO	VD	3,4
GS KOENZYM Q ₁₀	-	3,1
GENERICA 3-OMEGA	-	2,7

OMEGA3-NENASÝTENÉ MASTNÉ KYSELINY

Názov prípravku (účinná látka)	Trieda	Počet (%)
GENERICA 3-OMEGA	VD	18,6
JAMIESON OMEGA-3	VD	17,4
WALMARK OMEGA-3	VD	17,4
GS OMEGA-3	VD	11,7
FARMAX OMEGA 3 / MAXICOR	VD	9,5
ZENIXX BALANCE / VITAL	VD	4,2
CEMIO OMEGA 3	VD	3,0

ZAVŠIVENIE

Názov prípravku (účinná látka)	Trieda	Počet (%)
PARANIT	ZP	34,4
HEDRIN	K	17,7
VŠIVEN	K	16,7
PARASIDOSE	K	13,9
DIFFUSIL H / CARE	ZP/K	5,8
NEEMOXAN KONDICIONÉR NA VŠI	K	4,1
PEDICUL HERMAL	ZP	2,0

MAKULÁRNA DEGENERÁCIA

Názov prípravku (účinná látka)	Trieda	Počet (%)
OCUVITE	VD	38,5
OCUTEIN	VD	12,4
AVILUT	VD	10,2
PRO-VISIO	VD	10,2
FARMAX OCUMAX	VD	5,3
lutein (bližšie nešpecifikované)	-	4,9
OSTROVIDKY	VD	3,5

PREVENCIA OSTEOPORÓZY

Názov prípravku (účinná látka)	Trieda	Počet (%)
BIOMIN H (biopreparát)	LP	17,4
CALTRATE PLUS (calcii carbonas, coelcalciferolum, magnesii oxidum, zincii oxidum etc.)	LP	11,3
JAMIESON MEGA CAL VÁPNIK 650 mg S VITAMÍNOM D3 / VÁPNIK, HORČÍK SO ZINKOM	VD	10,6
GENERICA CALCIUM 1000 + D ₃	VD	5,3
WALMARK ARTHROSTOPO	VD	5,0
WALMARK CALCICUBE	VD	5,0
vitamin D (bližšie nešpecifikované)	-	4,6

KRČOVÉ ŽILY

Názov prípravku (účinná látka)	Trieda	Počet (%)
MOBIVENAL MICRO	VD	32,3
VARIENOL	VD	20,2
LIOTON (heparinum natricum)	LP	11,8
WALMARK VARIXINAL	VD	8,1
DETRALEX (diosminum, hesperidinum)	LP	5,6
DIOREX	VD	5,3
VENORUTON (oxerutinum)	LP	3,7

ČERVENÉ A PODRÁŽDENÉ OKO

Názov prípravku (účinná látka)	Trieda	Počet (%)
VISINE (tetryzolini hydrochloridum)	LP	44,3
SENSILUX (tetryzolini hydrochloridum)	LP	21,3
OPHTHALMO-EVERCIL (phenylephirini hydrochloridum, esculinum sesquihydricum)	LP	11,00
OCUFLASH	ZP	7,0
OPHTHALMO-SEPTONEX (carbopendecini bromidum)	LP	6,7
SENSIVIT	ZP	3,7
OPTICALM	ZP	1,7

SYNDRÓM SUCHÉHO OKA

Názov prípravku (účinná látka)	Trieda	Počet (%)
HYPROMELÓZA P	ZP	31,8
SYSTANE	ZP	12,2
VISINE SUCHÉ OČI	ZP	9,5
HYLO-COMOD	ZP	7,1
HYAL DROPS	ZP	6,0
OCUHYL C	ZP	6,0
HYLO-GEL	ZP	4,2

SYSTÉMOVÁ ENZYMOTERAPIA

Názov prípravku (účinná látka)	Trieda	Počet (%)
WOBENZYM (zmes enzýmov)	LP	75,3
PROFIZYM	VD	11,2
PANCREOLAN (lipasum, pancreatinum, proteasum)	LP	2,8
PHLOGENZYM (zmes enzýmov)	LP	1,9
ORENZYM (takadiastatum)	LP	1,4
KREON 10000/25000 (zmes enzýmov)	LP	0,9
PREVENZYM	VD	0,9

TLAKOMERY

Názov prípravku (účinná látka)	Trieda	Počet (%)
OMRON	VD	57,6
TENSOVAL	VD	19,8
MICROLIFE	VD	18,7
CEMIO	VD	3,1
BOSCH	VD	0,4
SIEMENS	VD	0,4

MULTIVITAMÍNY – DETI

Názov prípravku (účinná látka)	Trieda	Počet (%)
WALMARK MARTANKOVIA	VD	44,1
RAKYTNÍČEK	VD	17,8
PIKOVIT	VD	14,1
CEBION	VD	6,9
CEM-M	VD	4,9
JAMIESON VITAVIM KVD	VD	3,3
MULTIVITAMOL	VD	2,3

MULTIVITAMÍNY – DOSPELÍ

Názov prípravku (účinná látka)	Trieda	Počet (%)
CENTRUM	VD	29,7
WALMARK SPEKTRUM	VD	23,7
PHARMATON GERIAVIT (multivitaminy, iné kombinácie)	LP	8,7
QUANTUM	VD	7,2
BION3	VD	6,6
CALIBRUM	VD	6,3
JAMIESON MULTIVITAMIN	VD	5,1

NESPAVOSŤ

Názov prípravku (účinná látka)	Trieda	Počet (%)
WALMARK BENOSEN	VD	27,1
PERSEN (Valerianae extr. sicc., Melissa extr., Menthae piperitae extr.)	LP	16,6
melatonin (bližšie nešpecifikované)	-	11,1
SEDATIF PC (kombinácia homeopatik)	LP	9,6
GS DORMIAN	VD	6,0
BARNY'S Hypnox	VD	4,8
VIRDE MELATONIN	VD	3,6

ZLEPŠENIE EREKcie A PLODNOSTI

Názov prípravku (účinná látka)	Trieda	Počet (%)
CLAVIN	VD	37,8
LIDERIN	VD	21,4
ARGINMAX	VD	5,8
INOFOLIC	VD	3,7
AFRODITKY	VD	2,7
PROFERTIL	VD	2,4
tribulus terrestris (bližšie nešpecifikované)	-	1,7



Liek proti nepríjemnej plynatosti – Espumisan

PharmDr. Vladimír Végh, Edukafarm s.r.o.

Plynatosť, nadúvanie a pocit nafúknutého brucha sa v dnešnej uponáhľanej dobe zdajú byť stále častejšie. Nevyhýbajú sa deťom, ani dospelým. Svoj podiel na tom má stres, ako aj nevhodná skladba stravy, či nedostatok pohybu.

K zvýšenému obsahu plynov v črevnom obsahu (plynatosti) dochádza v zásade dvomi spôsobmi. Môže ísť o tzv. aerofágiu, teda prehltanie vzduchu pri rýchlom a hltavom jedení (často napr. dojčené deti), pití nápojov sytených CO₂, či prehltanie vzduchu, napr. pri strese. Druhým (a najdôležitejším) zdrojom sú baktérie v našich črevách, rozkladajúce nestrávené zvyšky potravy.

Z medicínskeho hľadiska je však tvorba črevných plynov celkom normálnym javom (aj keď možno nepríjemným), pretože aj u celkom zdravého a „normálneho“ človeka sa cez deň v čreve vytvorí 1 - 2 litre plynu, ktoré (akokoľvek sa to mnohí zdrahajú priznať) priebežne odchádzajú. Väčšina problémov vzniká práve vtedy, keď sa plyny začnú hromadiť. Najčastejšie je to v dôsledku uväznenia plynov vo forme „peny“ v črevnom obsahu, ktoré potom nemôžu prirodzene odchádzať.

Pre odstraňovanie pocitu nafúknutého brucha a nadúvania

sa preto používajú látky, ktoré bránia jej vytváraniu. V praxi sa najlepšie osvedčujú špeciálne nestráviteľné a nevstrebateľné silikónové oleje, ako je napr. simetikón. Táto látka upravuje povrchové napätie natrávanej stravy v čreve, a bráni tak zadržiavaniu plynov v tráviacom trakte.

Prípravkov s touto obsahovou látkou je na trhu celý rad, avšak výsledky prieskumu „Lekárnici odporúčajú 2013“ ukázali, že najväčšiu dôveru medzi odborníkmi lekární dosahuje skupina liekov **Espumisan**. Tieto prípravky sú uvádzané na trh ako registrované lieky (alebo zdravotnícke pomôcky), čo znamená, že na rozdiel od väčšiny ostatných výrobkov (výživových doplnkov) je ich kvalita garantovaná Štátnym ústavom pre kontrolu liečiv. Pacienti ich môžu užívať buď v obvyklej forme kapsúl a kvapiek Espumisan, alebo vo veľmi praktickej forme pre denné použitie – vrecúškových granulátov Espumisan easy, ktoré sa priamo vysypú do úst. Pacienti sú s týmito liekovými formami zvyčajne veľmi spokojní, pritom sa môžu maximálne spoľahnúť na garanciu obsahu a kvality. Vďaka týmto vlastnostiam predstavuje skupina liekov Espumisan stálicu v liečbe nadúvania a plynatosti, čo dokazuje aj výhra v prieskume Lekárnici odporúčajú už po piaty raz za sebou!

PLYNATOSŤ

Názov prípravku (účinná látka)	Trieda	Počet (%)
ESPUMISAN (simetikónum)	LP/ZP	56,9
DEGASIN	ZP	19,7
GENERICA SIMETHICON	VD	5,9
simethicon (bližšie nešpecifikované)	-	5,2
GENERICA METEO	VD	2,8
SAB SIMPLEX (simetikónum)	LP	2,4
PANCREOLAN (lipasum, pancreatinum, proteasum)	LP	1,0



inzercia

Odstraňuje
pocit plnosti
a nafukovania



Je možné
ho použiť
v príprave pred
diagnostickým
vyšetrením
tráviaceho
traktu



Môže sa užívať
dlhodobo



Môže sa
užívať aj
bez zapitia



Simetikón
je účinný
a veľmi dobre
tolerovaný,
vhodný pre
tehotné
a dojčiacie
ženy



Simetikón
pôsobí len
fyzikálne, nie je
absorbovaný
tráviacim
traktom



Espumisan®

simetikón

PROTI PLYNATOSTI A NAFUKOVANIU

Espumisan® comfort 100 mg/ml perorálne emulzné kvapky. Espumisan® 1 kapsula obsahuje 40 mg simetikónu. Pred použitím si pozorne prečítajte príbalovú informáciu pre používateľa a poraďte sa so svojím lekárom alebo lekárnikom. Liek na vnútorné použitie. Spôsob výdaja lieku: bez lekárskeho predpisu. Držiteľ rozhodnutia o registrácii: BERLIN-CHEMIE AG, Berlín, Nemecko. Zastúpenie v SR: BERLIN – CHEMIE A. G., Pališády 29, 811 06 Bratislava, Slovenská republika. tel.: +421 2 544 30 730, fax: +421 2 544 30 724., e-mail: bchbratislava@bch-menarini.sk. Dátum výroby materiálu: február 2014



Suché oko? Lekárnici odporúčajú HYPROMELÓZU-P

Spracovala odborná redakcia EDUKAFARM

Mnoho pacientov prichádzajúcich do lekárne si sťažuje na neurčité ťažkosti s očami, ktoré charakterizuje hlavné pálenie, začervenanie, svrbenie alebo pocit prítomnosti cudzieho telieska („piesku“) v očiach. Veľmi často bývajú tieto pocity pripodobňované pocitu „suchého oka“.

Za tieto príznaky skutočne zodpovedá nedostatok slz na povrchu rohovky, čo vedie k zhoršeniu odplavovania prachu a k zhoršeniu „kĺzania“ očnému viečka po očnej buľve. Táto porucha môže byť spôsobená nedostatočnou tvorbou slz, ich zlým zložením, alebo ich nadmerným odparovaním. Obvykle sa nenájde žiadna konkrétna vyvolávajúca príčina a problém má multifaktoriálny pôvod. Naše oči sú vystavené mnohým negatívnym vplyvom vonkajšieho prostredia (priemyselné exhaláty, klimatizácia, presušený vzduch, nadmerná prašnosť), ale zároveň sú na ne kladené zvýšené nároky (práca pred monitorom, dlhé šoférovanie, sledovanie TV a pod.). Pretože príčinu zvyčajne nemôžeme odstrániť, hlavným spôsobom liečby je nahradenie chýbajúceho slzného filmu tzv. umelými slzami. Ide väčšinou o biokompatibilné viskózne roztoky, ktoré napodobňujú ochrannú a optickú funkciu slz. Ich príprava nie je celkom jednoduchá. Je

potrebné, aby neboli málo viskózne (rýchlo by stekali), ale ani príliš viskózne (pomalé rozprestieranie by viedlo k rozmazanému videniu), zostávali sterilné, neдрáždili a zároveň upokojovali už podráždené oči. Funkcie biologických makromolekúl obsiahnutých v slzách môže zastúpiť viaceré polymérnych látok, avšak vybrať najlepšiu z nich nie je teoreticky možné. Vo väčšine prípadov o voľbe rozhoduje individuálna skúsenosť. Prieskum „Lekárnici odporúčajú 2013“ ukazuje, že podľa odborníkov slovenských lekární väčšine pacientov najlepšie vyhovuje prípravok Hypromelóza-P od spoločnosti UNIMED PHARMA.

HYPROMELÓZA-P

Hypromelóza-P je očný roztok s ochranným zvlhčujúcim a regeneračným účinkom, ktorého viskóznou zložku tvorí hydroxypropylmetylcelulóza (hypromelóza). Prípravok ďalej obsahuje dexpanthenol (vitamín zo skupiny B), prispievajúci k zrýchlenej obnove buniek na povrchu rohovky po operáciách oka alebo po poškriabaní, napr. padnutými drobnými telieskami. Prípravok tiež pomáha k úľave od nepríjemných pocitov v dôsledku podráždenia oka vetrom, prachom, cigaretovým dymom, znečisteným ovzduším, kontaktnými šošovkami atď.

SYNDRÓM SUCHÉHO OKA

Názov prípravku (účinná látka)	Trieda	Počet (%)
HYPROMELÓZA P	ZP	31,8
SYSTANE	ZP	12,2
VISINE SUCHÉ OČI	ZP	9,5
HYLO-COMOD	ZP	7,1
HYAL DROPS	ZP	6,0
OCUHYL C	ZP	6,0
HYLO-GEL	ZP	4,2



Výrobca, slovenská farmaceutická spoločnosť UNIMED PHARMA pôsobí na oftalmologickom trhu už 20 rokov a za tento čas sa zaradila k najvýznamnejším výrobcam oftalmologických prípravkov v strednej Európe. V súčasnosti vyrába viac ako 30 registrovaných očných kvapiek, zdravotníckych pomôcok a výživových doplnkov pre oblasť oftalmológie. Tieto skúsenosti sú zárukou, že Hypromelóza-P sa vyrába najmä s ohľadom na kvalitu. Tento prístup sa potom cez skúsenosti používateľov odráža aj v prieskume Lekárnici odporúčajú.

inzercia

Až 39 % lekárníkov odporúča naše produkty na syndróm suchého oka



OCUhyll C

hyaluronát sodný 1,2 mg/ml

- umelé slzy s kyselinou hyalurónovou a nechtíkom lekársym
- poskytujú dlhodobú úľavu pri pocite suchého oka, pálení
- pôsobia ochranné, protizápalové a regeneračné
- sú vhodné aj pre nositeľov kontaktných šošoviek

Sme špecialisti v starostlivosti o Vaše oči. Vyrábame produkty jedinečného zloženia.



Ochrana pred UV žiarením: lekárnici odporúčajú Daylong

Spracovala odborná redakcia EDUKAFARM

Prípravky používané na ochranu pred UV žiarením už dávno nie sú „opaľovacími“ prípravkami, ale kvôli preukázanej súvislosti rakoviny kože s pôsobením UV žiarenia a narastajúcemu výskytu slnečných alergií sa ochrana pred slnečným žiarením stáva skôr medicínskou, než kozmetickou záležitosťou.

Na trhu je celý rad kvalitných i menej kvalitných, drahších i lacnejších prípravkov, avšak podľa čoho sa má orientovať bežný spotrebiteľ? Jedným z odporúčaní môžu byť skúsenosti lekárnikov, ktoré odrzkadľuje pravidelný prieskum Lekárnici odporúčajú. V roku 2013 už po piaty raz za sebou zvíťazil rad DAYLONG švajčiarskej farmaceutickej spoločnosti Galderma-Spirig.

DAYLONG – ochrana pre všetkých

Úspech radu DAYLONG je založený na troch základných kameňoch: použitie veľmi kvalitnej kombinácie UV-filtrov Tinosorb M a Tinosorb S, ktoré zabezpečujú spoľahlivú ochranu v celom nebezpečnom spektre UV-žiarenia, veľmi dobre rozštiepatelnom a vstrebateľnom základe a v konečnom rade na jedinečnom využití lipozómov – špeciálnych mikročastíc, ktoré dokážu UV filtre

pevne „ukotviť“ v hornej vrstve pokožky, a zabezpečia tak vysokú odolnosť naneseného prípravku na pokožke. Vďaka tomu prípravky spĺňajú podmienky kladené na prípravky „veľmi odolné vode“, čo podľa noriem Európskej kozmetickej asociácie znamená, že poskytujú dostatočnú ochranu pokožky i po 4-krát 20 minút kúpania vo vode. Podľa individuálnej potreby ochrany sú prípravky dostupné s ochranným faktorom SPF 15 až 50+.

DAYLONG – dôraz na inováciu a odbornosť

Všetky produkty DAYLONG sú dermatologicky testované a vďaka neustálym inováciám ponúkajú aktuálne 36-mesačnú expiráciu. Pre túto sezónu je v ponuke novinka Daylong Sun & Snow SPF 30, ktorý je určený pre pobyt na horách a lyžovačku. Chráni tvár a pomocou tyčinky zabudovanej v uzáveru tiež pery. Výrobca nezabudol ani na ľudí trpiacich slnečnou alergiou a Mallorca akné a ponúka im produkt bez tukov a emulgátorov – Daylong extreme SPF 50+ Gel.

Spoločnosť Galderma-Spirig pri formulácii radu DAYLONG vychádza k klasickým farmaceutickým postupov a neustále uplatňuje vysoko odborný a kvalitatívny prí-

OCHRANA PRED SLNEČNÝM ŽIARENÍM

Názov prípravku (účinná látka)	Trieda	Počet (%)
DAYLONG	K	41,3
BIODERMA PHOTODERM	K	31,0
VICHY CAPITAL SOLEIL	K	5,3
EUCERIN SUN	K	5,0
beta-karoten (bližšie nešpecifikované)	-	4,6
LADIVAL	K	3,2
LA ROCHE ANTHELIOS	K	2,8



stup k ochrane pokožky pred UV žiarením. Práve vďaka týmto faktorom si získala aj najvyššie uznanie slovenských lekárnikov.

inzercia



Daylong™

Zažiť Daylong™
Zažiť ochranu

Chránime slnečné
stránky Vášho života

NOVÝ DAYLONG



Robte viac pre svoje zdravie.

**Aj počas liečby
antibiotikami!**



Jednoducho patria k sebe

Užívajte vhodné baktérie mliečneho kvasenia minimálne 2 hodiny po podaní antibiotika.



Nutrolin-B

Vitamíny skupiny B
baktérie mliečneho kvasenia

Vitamíny B1, B2, B3 a B6

prispievajú k správnej látkovej premene

Vitamíny B2 a B3 prispievajú k zachovaniu zdravých

slizníc a k udržaniu zdravej pokožky

Vitamíny B2, B3 a B6

prispievajú k zníženiu vyčerpania a únavy

Vitamín B6 prispieva k správne fungovaniu
imunitného systému



Viac informácií získate na www.probiotik.sk

Komentáre



redakcie

Probiotiká a antibiotiká: lekárnici odporúčajú NUTROLIN-B

Spracovala odborná redakcia EDUKAFARM

PROBIOTIKÁ PRI ANTIBIOTICKEJ LIEČBE

Názov prípravku (účinná látka)	Trieda	Počet (%)
NUTROLIN B	VD	17,9
LINEX	VD	13,4
VALOSUN BIOPRON	VD	12,5
PROBIOFIX	VD	10,3
BIOGAIA	VD	8,2
rad PEARLS	VD	5,5
GS LAKTOBACILY ANTIBIO	VD	4,0



Na naše telo útočí celý rad patogénnych baktérií, bez iných druhov baktérií však pritom nedokážeme normálne žiť. Kým v boji s prvým druhom baktérií, a teda aj s infekčnými chorobami, nám výrazne pomáhajú antibiotiká, baktérie, ktoré k životu potrebujeme, antibiotiká poškodzujú.

Pri užívaní antibiotík nedochádza len k potlačeniu rastu patogénnych baktérií, ale tiež k nežiaducemu ovplyvneniu prirodzenej črevnej mikroflóry – probiotických baktérií. Tieto baktérie majú v našom tele veľmi dôležitú úlohu, pretože pomáhajú rozkladať zvyšky potravy, podporujú imunitný systém a zároveň chránia naše črevo pred vstupom nežiaducich mikrobiálnych patogénov. Narušenie prirodzenej črevnej mikroflóry antibiotikami tak môže často viesť v krátkodobom horizonte k tzv. post-antibiotickej hnačke, v dlhodobom hľadisku potom môže časté užívanie antibiotík viesť k narušeniu priaznivej súhry probiotických baktérií s našim imunitným systémom a znižovať tak našu obranyschopnosť. Viacero vedeckých prác preto potvrdzuje, že pri užívaní antibiotík je vhodné priebežne obnovovať prirodzenú črevnú mikroflóru doplnkovým podávaním probiotických baktérií. Aby však bolo podávanie účinné, malo by ísť o probiotiká chránené voči podávaným antibiotikám. Ako na to? Na základe skúseností slovenských lekárníkov poskytujú najlepšiu ochranu pri užívaní antibiotík výživový doplnok NUTROLIN-B.

NUTROLIN – B – silná ochrana spór

NUTROLIN-B obsahuje špeciálny probiotický kmeň baktérií mliečneho kvasenia, tzv. *Bacillus coagulans*. Ide o druh baktérie, ktorá dokáže vstupovať do špeciálneho životného štádia a vytvárať spóry. Vytvorenie spór je vlastne prirodzenou najodolnejšou formou ochrany – spóry umožňujú baktériám prečkať nepriaznivé podmienky vonkajšieho prostredia, ako je sucho, horúčava alebo chlad, pôsobenie škodlivých látok, antibiotík či dokonca radiácie. Po prenosení do vhodného prostredia spóry „vyklíčia“ a dochádza k ich rozmnoženiu. Baktérie *Bacillus coagulans* vo výživovom doplnku NUTROLIN-B sú preto mimoriadne odolné proti pôsobeniu antibiotík i kyslému prostrediu žalúdka a po požití prechádzajú neporušené do nášho čreva, kde zabezpečujú obnovu prirodzenej črevnej mikroflóry.



O SKÚSENOSTIACH S INFÚZNOU TERAPIOU VITAMÍNOM C

– hovoríme s MUDr. Adelou Englerovou, onkologičkou z Rimavskej Soboty



Pani doktorka, štatistiky ohľadom výskytu rakoviny sú nielen na Slovensku alarmujúce. Príčin jej vzniku je veľmi veľa – zlá životospráva, fajčenie, alkohol, infekcie, žiarenie, chemické látky. Mnohé z nich súvisia s voľnými kyslíkovými radikálmi. Ako sa vysvetľuje ich pôsobenie a ako sa naše telo vie proti nim brániť?

Voľné kyslíkové radikály vznikajú ako prirodzená súčasť metabolických procesov v našom organizme. Majú jednak pozitívny význam – podieľajú sa na ochrane organizmu pred cudzorodými časticami, aktivujú enzýmy. Na druhej strane, voľné radikály sú zodpovedné za poškodenie buniek a vznik rôznych ochorení. Keď dôjde k nadprodukcii voľných kyslíkových radikálov v organizme, začnú poškodzovať zdravé tkanivo, aktivujú vznik ďalších voľných radikálov a organizmus sa dostáva do začarovaného kruhu poškodzovania vlastných tkanív a zhoršovania príznakov ochorenia.

Nadmerná produkcia voľných radikálov sa podieľa na vzniku pľúcnych, kardiovaskulárnych, onkologických a neurodegeneratívnych ochorení, ochorení tráviaceho traktu, pečene, pankreasu, obličiek a rôznych metabolických porúch. Podieľajú sa i na vzniku a priebehu ochorení centrálného nervového systému, ako napríklad neuritíd, Alzheimerovej choroby, Parkinsonovej choroby, aterosklerózy mozgu a pri epilepsii.

Odstraňovanie voľných radikálov z tela prebieha prostredníctvom tzv. antioxidačnej ochrany. Antioxidanty sú všetky systémy a látky, ktoré brzdia a tlmia voľné radikály. Medzi najznámejšie antioxidanty patria niektoré druhy vitamínov (C, A, E), stopové prvky (selén, zinok), enzýmy a iné zlúčeniny, napr. koenzým Q10, flavonoidy v zelenom čaji.

Spomenuli ste antioxidanty. Je možné ich doplniť stravou, teda perorálne?

ne, alebo tieto dávky nepostačujú? Môžete uviesť príklad?

Dávky antioxidantov, ktoré prijímame v potrave, nie sú postačujúce. Navyše sa v súčasnosti mnoho ľudí stravuje nezdravo, čo hladinu antioxidantov v organizme ešte znižuje.

A v prípade, že už človek trpí nejakým chronickým alebo onkologickým ochorením, potrebuje niekoľkonásobne vyššie dávky ako zdravý človek.

Napríklad pri podávaní vitamínu C ústami nie je možné dosiahnuť jeho adekvátne dávky v krvi, kvôli obmedzeným transportným možnostiam v čreve. Teda veľké množstvo vitamínu C, ktoré prijíme vo forme potravy, tabletiiek či sirupov, sa z tela vylúči bez toho, aby v organizme zohral svoju dôležitú úlohu. Na dosiahnutie liečivých účinkov vitamínu C sú potrebné vysoké dávky, ktoré možno dodať organizmu len vnútrožilovým infúznym podaním.

Uvedli ste ako príklad infúznu terapiu vitamínom C. O akých dávkach vitamínu C hovoríme v prípade prevencie, a o akých v prípade liečby závažných ochorení?

Preventívne odporúčame kúru infúznym vitamínom C na jar a na jeseň, 1-krát týždenne 4 týždne za sebou v dávke 7,5 g vitamínu C v 1 podaní. Terapeuticky môžeme infúzny vitamín C využiť na liečbu reumatických a alergických ochorení, pri atopickkej dermatitíde, pri herpetických infekciách, pri depresiách, pooperačne na lepšie hojenie rán, pri syndróme vyhorenia a samozrejme aj pri onkologických ochoreniach. Dávkovanie je vyššie ako pri preventívnom podaní a závisí od konkrétnej diagnózy, celkového stavu pacienta a od toho, či je ochorenie v akútnej alebo chronickej fáze.

Aké sú Vaše osobné skúsenosti s infúznou terapiou vitamínom C? Môžete uviesť nejaké príklady zo svojej praxe?

Za obdobie, počas ktorého podávame vitamín C v našej ambulancii, sme sa stretli s rôznymi diagnózami. Bez ohľadu na diagnózu však všetci pacienti potvrdili, že sa po infúziách vitamínu C cítia vitálnejší, majú viac energie a viac vládzu.

Pri onkologických pacientoch, okrem už vyššie spomenutého efektu, pozorujeme zvýšenú kvalitu života, pokles onkomarkerov, lepšie zvládanie chemoterapie.

52-ročný pacient s karcinómom prostaty s metastázami v kostiach absolvoval externú rádioterapiu na prostatu. Po pol roku od ukončenia rádioterapie došlo k vzostupu PSA (prostatický špecifický antigén) na 14 ng/ml. Pacient z osobných dôvodov odmietol navrhovanú onkologickú liečbu. Absolvoval 2-mesačnú kúru infúznym vitamínom C, po ktorej bola kontrolným odberom zistená znížená hladina PSA na 4 ng/ml.

43-ročná pacientka s karcinómom prsníka po mastektómii, externej rádioterapii má diagnostikované metastázy v pľúcach aj v pečeni. Cestou spádového onkológa je liečená chemoterapiou, ktorá však nie je dostatočne účinná, nakoľko došlo k progresii metastáz. Pacientka pri príchode do našej ambulancie udáva vyčerpanosť, zvýšenú únavu, kašeľ a dýchavičnosť pri minimálnej námahe. U pacientky sme začali infúznu liečbu vitamínom C. V pláne je postupné zvyšovanie dávky. Pacientka zatiaľ absolvovala 2 týždňovú liečbu. Udáva ústup kašľa a dýchavičnosti, nárast energie.

Z ďalších zaujímavých diagnóz a výsledkov by som rada spomenula pacientku s reumatoidnou artritídou, s výraznou bolesťivosťou a edémom pravého zápästia. Pacientka odmietla antireumatiká, užívala iba vitamín C v infúziách. Bolesťivosť ustúpila už po prvých infúziách, edém úplne vymizol do 3 týždňov od zahájenia liečby.

Aký vidíte prínos tejto terapie, a čo by ste odporučili lekárom a pacientom?

Vnímam to tak, že infúzna liečba vitamínom C poskytuje nové možnosti pacientom aj lekárom.

Lekárom, ktorí sa rozhodnú ponúknuť aj tento spôsob terapie, sa otvorí úplne nová cesta prístupu k pacientovi, nový spôsob liečby, nové obzory. Efekt sa zrazu objaví aj tam, kde je konvenčná terapia dlhodobo neúspešná alebo nedostatočná.

Život je príliš krehký a príliš krátky. Je dôležité, aby bola jeho kvalita čo najvyššia. Je na nás lekároch, aby sme našim pacientom umožnili prístup k liečbe, ktorá im zmierni utrpenie a zlepší prežívanie.

Rozhovor pripravila odborná redakcia Edukafarm.



POZNÁTE ROZDIEL MEDZI LIEKOM A VÝŽIVOVÝM DOPLNKOM?

PharmDr. Vladimír Vegh, Edukafarm, Praha

V lekárňach sa môžete stretnúť s prípadmi, keď v tabletkách nájdete rovnakú účinnú látku (často i s rovnakým dávkovaním) a pritom môže ísť o liek alebo o výživový doplnok. Prečo je to tak?

Liek sa definuje ako látka alebo kombinácia látok, ktoré majú liečebné alebo preventívne vlastnosti v prípade ochorenia, alebo sa používajú ako diagnostická pomôcka.

V porovnaní s tým, výživový doplnok je len potravinou, ktorá bola vyrobená za účelom doplnenia bežnej stravy na úrovni priaznivo ovplyvňujúcej zdravotný stav. Je samozrejme nesporné, že aj diétne opatrenie môže mať liečivý účinok. Aby sme sa však na takýto účinok mohli spoľahnúť, potrebujeme mať naozaj vysokú istotu o vlastnostiach danej látky. Tú nám poskytujú len lieky. Prečo?

Uvedenie na trh

Všetky lieky prechádzajú pred uvedením na trh organizačne i finančne náročnou registráciou v liekových agentúrach (Štátny ústav na kontrolu liekov v ČR, Európska lieková agentúra v EÚ), ktorých cieľom je overiť klinicky účinok daného lieku, zistiť všetky možné nežiaduce účinky, presne stanoviť kontrolné mechanizmy a zabezpečiť, aby výroba vždy spĺňala najvyššie kvalitatívne požiadavky.

Tomuto všetkému sa výživový doplnok ako potravinou (hoci vo forme tabletiiek alebo kapsúl) môže vyhnúť, pretože nie je určená na liečbu choroby, ale na podporu zdravia. Pred uvedením výživových doplnkov na trh stačí jeho výrobcovi toto len oznámiť Ministerstvu zdravotníctva. To posúdi bezpečnosť deklarovaných zložiek výživového doplnku, nie však ich účinnosť. Žiaľ, nikdy sa však pri výživovom doplnku nezisťuje, či obsahuje skutočne deklarované množstvo účinnej látky, alebo či neobsahuje ešte iné látky, ako uvádza výrobca. Musíme dodať, že v posledných rokoch treba vyrábať výživové doplnky v deklarovaných podmienkach ISO normy,



jednako však prísny kontrolný mechanizmus štátnej autority tu chýba.

Príkladom za všetky je chondroitínsulfát

Táto látka slúži na regeneráciu kĺbovej chrupky a v lekárňach ju nájdete registrovanú ako liek i ako výživový doplnok. Skúsenosti však ukazujú, že s kvalitou je to pri týchto výživových doplnkoch veľmi rôznorodé. V štúdiu talianskeho profesora Nicola Volpiho z roku 2008 sa napr. ukazuje, že konkrétne na trhu v ČR z 10 analyzovaných výživových doplnkov (žiaľbohu, bez zverejnených názvov) zodpovedali deklarovanému obsahu len 3 prípravky. Nie je to žiadne prekvapenie – podobné výsledky sú známe aj z iných krajín. Samotný obsah pritom nie je ešte to najdôležitejšie. Chondroitínsulfát nemusí byť vždy rovnaký. Jeho účinok výrazne ovplyvňuje schopnosť vstrebávania. V štúdiu zverejnenej v USA sa napr. predpoklad skutočne takzvanej biologickej dostupnosti v organizme pohyboval pri výživových doplnkoch od 0 do 87 % hodnôt

zistených v lieku. Je teda zrejme, že ani napriek uvedenej rovnakej účinnej látke nemožno skúsenosti, ktoré lekári získali pri liečbe liečivými prípravkami, jednoducho prenášať na výživové doplnky. Jednoducho povedané, je neprípustné pri liečbe osteoartrózy (ochorenie kĺbov) zameniť liečebný prípravok (napr. Condrosulf 400) za výživový doplnok, ktorý je určený ako kĺbová výživa pre preťažované, ale inak zdravé kĺby.

Záver

Nakoľko na liečbu ochorenia potrebujeme mať vysokú istotu kvality, obsahu a zloženia prípravku, sú pre existujúce ochorenia alebo poškodenia určené len lieky. Výživové doplnky sú vhodné na „doplnenie“ bežnej stravy na podporu zdravia, napríklad pri špecifických nárokoch (šport, nevyvážený životný štýl). Aj napriek rovnakej látke sa však nemožno pri výživovom doplnku odvolávať na skúsenosti s liekmi, pretože nie sú určené na liečbu.

Condrosulf® 400 mg, cps

60x400 mg chondroitín sulfátu



MENEJ BOLESTÍ KLBOV, VIAC POHYBU

**PRVÝ VOĽNOPREDAJNÝ LIEK
NA LIEČBU ARTRÓZY NA SLOVENSKU**



SPOMAĽUJE PRIEBEH OCHORENIA A TLMÍ BOLEŠŤ

Pred použitím lieku sa poraďte so svojím lekárom alebo lekárnikom a prečítajte si priloženú písomnú informáciu pre používateľa lieku.



kaštieľ Château Béla

Dejinami nadýchaný kaštieľ Château Béla predstavuje miesto, kde sa stretávajú luxus a tradícia, ktoré vo vás zanechajú nezabudnuteľné zážitky a dojmy...



a stačí si len priať, ochutnávkou vína v štýlovej vinárni, či romantickú večeru v banketovej miestnosti alebo hostiny či iné veľkolepé oslavy, a náš tím sa postará o vaše pohodlie a profesionálnu obsluhu. Nechajte sa u nás rozmaznávať a zabudnite na problémy všedných dní. Priestory hotela, jeho izby a apartmány sú pozoruhodné vďaka prvotriednemu, luxusnému štýlu, mimoriadnemu vkusu a materiálom, s ktorými boli obnovené a zariadené. Toto dokonalé miesto oddychu, nachádzajúce sa v prostredí čarokrásneho parku a záhrad ponúka svojim náročným hosťom výborný gastronomický koncept, výber športových a kultúrnych aktivít a v neposlednom rade skvelé možnosti oddychu v priestoroch kúpeľov kaštieľa. Strávte dobrodružný deň jazdou na chrbte našich krásnych koní vinicami kaštieľa, skúste rybačku na jazerách kaštieľa, zahrajte si tenis, alebo sa oddajte umeniu lukostrelectva. Po takomto vyčerpávajúcom dni, alebo aj po dni ničnerobenia, si vychutnajte priestory našich kúpeľov a ožijte spôsobom, aký vám vyhovuje: sauna, fitness, masáže alebo vonkajší bazén s neuveriteľným výhľadom.

Znenie tajničky: Najvyšší krvný Pred skokom až 10 atmosfér.
Správnu odpoveď tajničky s vystríhnutým kupónom posielajte do 5. 4. 2014 na adresu: **Edukafarm s.r.o., Trnavská cesta 82/A, Bratislava 821 01**

Ceny do súťaže: 2 x vikendový pobyt pre dve osoby v hoteli Château Béla****

- ubytovanie na dve noci v Superior izbe pre dve osoby,
- jedenkrát trojchodová večera pri sviečkach pre dve osoby,
- denne bohaté bufetové raňajky,
- využitie fitnescentra, hotelového kina wellness (sauna fínska, parná),
- návšteva hotelového múzea,
- športové aktivity,
- hotelové kino,
- parkovanie,
- WIFI.

	ZÚŽENÉ Miesto (LEK.)	MYS - USA (HAWAII O. KAHOO LAWE)	OVLÁDAL	ASKÉTA (ČES.)	OSTROV - SALAMUNOVE OSTROVY	RIEKA - INDONÉZIA	POMŔOKY: ANÁL. SAISON DELREY RACHELE NOYEL HALONÁ LOMLON	ALBEDO (ANGL.)	TYP VOZIDLA FORD (BR)	PLANÉTKA	ANANÁS (ČES.)
HRALA (POET.)							RIEKA V ŠPANIELSKU				
ZNAČKA BELGICKÉHO PIVA							RIEKA - ANGLICKO				
1 ČASŤ TAJNIČKY							Z ČASŤ TAJNIČKY IŇON (ČES.) (FYZ.)			CH	
MODELOVAŤ (NEM.)											
SÚHLASNE (V PARTITURE)							OBUEKLA				
PAKISTANSKÝ FYZIK							OSTROV - USA (ALJASKA)				

Zdroj: www.krizovsky.sk

Výhercovia tajničky z minulého čísla 4/2013:

1. cena – Dáša Tóthová, Kráľová pri Senci, 2. cena – Viera Murcová, Považská Bystrica, 3. cena – Mária Hricová, Budča.
Výhercom blahoželáme!

Kupón 1/2014

ENTERINA®

Výživový doplnok s obsahom probiotického kmeňa *Bacillus coagulans*, extraktu z plodov čučoriedok, vitamínu K a vitamínov skupiny B, ktoré prispievajú k:

- udržaniu fyziologického stavu slizníc,
- normálnemu energetickému metabolizmu,
- zníženiu miery únavy a vyčerpania.

MÁTE VY ALEBO VAŠE
DIEŤA TRÁVIACE
ŤAŽKOSTI?

TRÁPI VÁS ALEBO VAŠE
DIEŤA HNAČKA?

PRECHÁDZATE VY ALEBO
VAŠE DIEŤA OBDOBÍM
REKONVALESCENCIE?

CHYSTÁTE SA CESTOVAŤ?

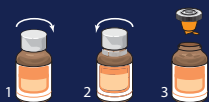


výživový doplnok

- Vo forme praktických jednorazových **fľaštičiek**
- Pohodlné a praktické pre rodičov, deťmi obľúbené, veľmi chutné.

Charakteristika: Enterina obsahuje špecificky vybraný probiotický bakteriálny kmeň *Bacillus coagulans*, doplnený prebiotikom arabinogalaktánom (látka podporujúca rast a aktivitu probiotík v čreve), vitamíny skupiny B, K a extrakt z plodov čučoriedky. Spóry probiotických baktérií sú odolné voči žalúdočnej šťave i žlčovým kyselinám. Probiotické baktérie vykazujú zvýšenú prínavosť k bunkám čreva. Prípravok ENTERINA ma jedinečnú liekovú formu, určenú špeciálne pre deti: obsahuje 8 fľaštičiek určených na prípravu perorálneho roztoku v čase potreby. Probiotiká, čučoriedkový extrakt a vitamíny sa nachádzajú oddelene v suchej forme v uzávere fľaštičky, roztok fruktózy, inulínu a koncentrovaná šťava z plodov čučoriedok tvorí obsah samotnej fľaštičky. K premiešaniu dochádza až tesne pred podaním dieťaťu. Táto jednorazová lieková forma je komfortná pre rodičov aj deti. Zaisťuje potrebnú dlhodobú stabilitu probiotík, tiež bezpečnosť pre pacienta, pretože je eliminovaná možnosť kontaminácie roztoku pri opakovanom používaní. **ENTERINA TAK PRINÁŠA NOVOU LIEKOVÚ APLIKAČNÚ FORMU PROBIOTÍK A ŠPECIFICKÝ PROBIOTICKÝ KMEŇ, ZAMERANÝ PRÁVE NA POTREBY NAJMENŠÍCH PACIENTOV.**

Informačný servis: inPHARM s.r.o., tel.: +421 2 44 630 402, e-mail: inpharm@inpharm.sk, www.inpharm.sk



1. Otáčajte uzáverom v smere hodinových ručičiek až do maximálnej možnej pozície. V tejto pozícii dôjde k prepadu prášku z uzáveru do tekutiny pod uzáverom.
2. Potrepte dobre fľaštičkou (so stále priskrutkovaným uzáverom) kvôli dobrému rozpusteniu.
3. Odskrutkujte uzáver a vypite obsah fľaštičky.

JAR 2014

Akcia platí od 24. 2. 2014.

ZĽAVA - 15%



PARTNER
PRE VAŠE ZDRAVIE

OSTROVIDKY, 30 kapsúl OSTROVIDKY PLUS S LUTEINOM, 30 kapsúl OSTROVIDKY NEO, 30 + 15 KAPSÚL ZDARMA



Čučoriedková séria pre Vaše oči - pre zachovanie dobrého zraku a správnej funkcie sietnice. Ostrovidky NEO navyše obohatené o vitamíny, minerály, karotenoidy, rastlinné extrakty, zinok.

MANDĽOVÝ KRÉM GALENICA, 50g

Krém s prírodným mandľovým olejom. Má silné regeneračné účinky, pokožku zjemňuje, zvláčňuje a dodáva jej výživné látky. Priaznivo pôsobí pri popraskaní a iných poškodeniach kože. Pri pravidelnom používaní zabraňuje predčasnému starnutiu, obmedzuje tvorbu vrások a napomáha obnove buniek.



HEPARIN AL GEL 30 000* 100g HEPARIN AL MASŤ 30 000* 100g



Používané ako podporná liečba pri tupých poraneniach (pomliaždeniny/modriny). Liek sa nanáša zvonka, rovnomerne, v tenkej vrstve, priamo na postihnuté miesto. Aplikuje sa obvykle 2-3 krát denne. Bežná dĺžka liečby je 10 dní.

Liek sa nesmie nanášať na otvorené rany alebo mokvajúce ekzémy, na sliznice a do očí.

SILYMARIN 140 GENERICA, 60 kapsúl

Silymarín podporuje zdravie pečene, prispieva k jej ochrane a detoxikácii. Pomáha udržiavať funkciu pečene a podporovať trávenie a čistenie tela. Silymarín 140 je jediný silymarín na trhu v špeciálnej suspenznej forme, ktorá zvyšuje jeho vstrebateľnosť organizmom.



CHLORELLA EXTRA BIO, 400 tbl.

Sladkovodná riasa s obsahom organicky viazaných vitamínov, minerálov, chlorofylu, vlákniny a aktívnych enzýmov. Viazne na seba škodliviny a umožňuje ich vylúčenie z organizmu stolicou. Chlorella sa vďaka svojim účinkom stala jedným z najužívanejších preparátov posledných rokov.



PHYSIOMER



- neriedená 100% morská voda obsahujúca bohatú zmes minerálov a stopových prvkov
- pomáha liečiť nachladnutie, nádchu akútnu aj nádchu alergickú
- je vhodná na oplach citlivej a podráždenej nosnej sliznice k jej regenerácii
- neobsahuje konzervačné látky

PROSPAN® Sirup* 100 ml PROSPAN® akut šumivé tablety* 10 tbl. RIEŠENIE NA KAŠEĽ pre celú rodinu!

Liek s trojnásobným účinkom:

- uvoľňuje hlieny v dýchacích cestách,
- uľahčuje vykašliavanie,
- uľavuje od kašľa.

PROSPAN® Sirup je vhodný už od 0 rokov.



PROSPAN® akut šumivé tablety možno použiť ako teplý alebo studený nápoj a je vhodný od 6 rokov. Lieky na vnútorné použitie. Liečivo: suchý extrakt z listov brečtanu. PROSPAN Sirup, PROSPAN akut sú voľno predajné v každej lekárni aj bez lekárskeho predpisu. O správnom užívaní liekov a nežiaducich účinkoch sa poraďte so svojím lekárom/lekárnikom.

BIOPRON® 9, 30+10 KAPSÚL ZDARMA

- unikátna kombinácia laktobacilov, bifidobaktérií a fruktooligosacharidov
- 9 miliárd a 9 kmeňov baktérií v dennej dávke
- vhodný pri aj po užívaní antibiotík



• **TERAZ AKCIA: 10 KAPSÚL NAVYŠE**

PANADOL EXTRA* 30 tbl.

Potáhované tablety proti silnej a stredne silnej bolesti hlavy vrátane migrény, bolesti zubov, menštruačným bolestiam, neuralgiám, bolestiam chrbta, svalov a kĺbov, proti reumatickej bolesti, bolesti chrbtice a lumbaga, bolesti pri poranení kostí a kĺbov. Znižuje horúčku. Paracetamol 500mg, kofeín 65mg.



PANADOL NOVUM 500mg* 24 tbl. NOVINKA!

Využíva patentovanú technológiu Optizorb. Vďaka tomu uvoľňuje účinnú látku už za 5 minút a zaisťuje tak rýchlejšie vstrebávanie paracetamolu. Paracetamol 500mg.



ZOVIKAX DUO* 1x2g

Dve účinné látky, dvojitý účinok proti oparom.

Pomáha zastaviť opar skôr ako vznikne.



GS ANXIOLAN, 30 tbl.

Obsahuje látky priaznivo pôsobiace na centrálny nervový systém. Ľubovník bodkovaný pre emočnú rovnováhu a duševné zdravie, valeriana lekárska pre upokojenie a duševné zdravie.

Klinicky overená kombinácia ľubovníka bodkovaného a valeriany lekárskej*, navyše horčík a vitamín B₆.
* (Muller D. et al. Phytomedicine. 2003; 10 Suppl 4:25-30.)



ŠAMPÓN VICHY DERCOS ÉNERGISANT, 200ml

Posilujúci šampón s Aminexilom proti vypadávaniu vlasov.

ŠAMPÓN VICHY DERCOS ANTI-PELLICULAIRE, 200ml

Šampón proti lupinám s Disulfidom seléna, zabraňuje opakovanej tvorbe lupín. Na suché alebo normálne až mastné vlasy.

ŠAMPÓN VICHY DERCOS NEOGENIC, 200ml

Šampón obnovujúci hustotu vlasov s molekulou Stemoxydine.



www.partner.sk

* Vždy si pozorne prečítajte poučenie o správnom používaní lieku obsiahnuté v príbalenej písomnej informácii pre užívateľov liekov.