

širokospektrých antibiotik a vznik postantibiotické dysmikrobie (špatná střevní flóra). K terapii, ale i prevenci této dysmikrobie (jako doplněk antibiotické léčby) pomáhá podávání probiotických bakterií, což je klinicky prokázáno. Máte pravdu také v tom, že významným kritériem kvality probiotika vhodného pro prevenci a léčbu postantibiotického průjmu je odolnost vůči antibiotikům.

K probiotickým kmenům vyhovujícím uvedeným požadavkům patří *Bacillus clausii*. Je odolný vůči širokému spektru antibiotik, působí příznivě na obnovu přirozené střevní mikroflóry, vykazuje vysokou přilnavost k buňkám střevní sliznice a jeho podávání v průběhu antibiotické léčby nesnižuje citlivost patogenů k antibiotikům. Důležitá je také léková forma, která by v případě dětí měla být tekutá, ovšem probiotika ve vlhkém prostředí hynou. Tento problém je vyřešen například u přípravku Probacin, neboť *Bacillus clausii* je u něj uložen v uzávěru a do tekutého prostředí v lahvičce je přenesen až bezprostředně před užitím.

Dá se tedy říci, že nejen forma, ale také složení je u Probacinu správně nastavené, jelikož působí na obnovu střevní mikroflóry a je odolný vůči širokému spektru antibiotik. Užívá se 1 lavička denně. Přípravek je podle České pediatrické společnosti vhodný pro děti od 6. měsíce věku a je k dostání v každé lékárně nebo například na internetové stránce [www.samoleceni.cz](http://www.samoleceni.cz).

**Mám tříletou dceru, která má zřejmě po viróze hlavně večer úporný kašel. Nic nepomáhá, brala antibiotika a léky na vykašlávání i dráždivý kašel. Existuje nějaká rada z lékárny?**

Kombinace expektorancií a antitusik je u dětí vždy velmi obtížná, protože na jedné straně je zapotřebí se hlenu zbavit, a proto se na vykašlávání podávají expektorancia, ovšem na straně druhé je pro správnou imunitu nutné, aby se dítě vyspalo, přičemž na zklidnění kašle působí antitusika. Problém je, že antitusika sice zklidní kašel, ale zablokují vykašlávání hlenu, což může vést k jeho nebezpečnému nahromadění, potažmo ke zhoršení respirační infekce.

Řešení daného problému je založeno na zklidnění kašle a eliminaci hlenu, aby dítě nerušily ze spaní. V tomto ohledu bych doporučil nový přípravek Prevapis sirup TUS. Obsahuje nealergenní propolis E.P.I.D.<sup>®</sup>, jehož vlivem se infekční hlen rozpouští a vstřebává a tak dochází k odeznívání kašle. Zmíněné působení doplňují účinky v Prevapisu taktéž obsažených rostlinných extraktů, které dráždivý kašel tlumí. Jedná se o eukalyptový med a myrtu, jež se tradičně užívají u zánětů dýchacích cest včetně zánětů ústní sliznice a vedlejších nosních dutin.

K přípravku Prevapis sirup TUS (3× denně) je vhodné přidat Gunaprevac v dávkování 1 dóza pelet 1× týdně a probiotika Eubiomed ve formě minitabulky čokolády, kterou stačí podávat také 1× týdně. Daná kombinace působí balzamicky na dýchací cesty, stimuluje sníženou imunitu, chrání sliznice před vstupem virů a bakterií do organismu. Zmíněné přípravky jsou k dostání v každé lékárně nebo na internetové stránce [www.samoleceni.cz](http://www.samoleceni.cz).



## Zdraví pod stromečkem

*S BLÍŽÍCÍMI SE VÁNOCEMI PŘICHÁZEJÍ I KAŽDOROČNÍ STAROSTI S TÍM, ČÍM UDĚLAT RADOST SVÉ RODINĚ A BLÍZKÝM.*

**Řadu z nás jistě napadne darovat nějaký přípravek pro zachování či zlepšení zdraví. Jaké druhy výrobků se nabízí a na co bychom si měli dát pozor při jejich nákupu?**

Předně je třeba vždy rozlišovat mezi registrovaným léčivým přípravkem (lékem) a doplňkem stravy.

Lék je látka nebo kombinace látek s léčebnými či preventivními vlastnostmi. Před registrací prochází dlouholetými klinickými studiemi a vždy je u něj zaručena kvalita, bezpečnost a především účinnost.

Doplňěk stravy je koncentrovaný zdroj živin nebo jiných látek, jehož účelem je doplňovat běžnou stravu. Na obale nesmí být uvedena tvrzení o léčebných či preventivních vlastnostech, jelikož k tomu není určen. Doplněk stravy není nijak schvalován, jeho výrobce nebo dovozce má pouze informační povinnost vůči Ministerstvu zemědělství, kam musí před uvedením na trh zaslat české etikety.

**Jak rychle poznat, zda je výrobek lék nebo doplněk stravy?**

Nejrychlejším způsobem, jak poznat, zda se jedná o lék nebo doplněk stravy, je označení na obalu. Doplněk stravy musí být vždy označen slovy „doplněk stravy“. Léčivý přípravek pak registračním číslem SÚKL, případně Evropské agentury pro léčivé přípravky.

**Pozor na „zázračné“ účinky**

Kromě registrovaných léků a doplňků stravy se často objevují výrobky, které se prezentují jako „zázračné“, účinkující na široké spektrum zdravotních potíží a velmi často i závažných onemocnění a nabízející „rychlé řešení“. Takovým přípravkům se raději vyhněte. Zároveň nikdy nekupujte přípravky neznámého původu, neoznačené v českém jazyce, od prodejce, který není identifikován názvem firmy ani identifikačním číslem ekonomického subjektu (IČ).

Státní ústav pro kontrolu léčiv

 **lécich.cz**

 **SÚKL**