

léky a lékárna

01/2012

MAGAZÍN O ZDRAVÍ PRO LAICKOU VEŘEJNOST 

Léky a lidé:

Infolisty pro veřejnost na téma zdraví a léků

Z klinické praxe:

Výživa v období nemoci

Z lékárenské praxe:

Lékárníci doporučují 2011

Trojí silou na bolesti v krku

Pomocník při bolestech hlavy

MADETA

Lipánek

BABY:)
Probiotický
jogurt

OD 1 ROKU

1+



To tu ještě nebylo!

- První probiotický jogurt pro děti již od jednoho roku
- Jediný produkt na našem trhu obsahující unikátní probiotickou kulturu Synbiotec
- Pro zdravý vývoj dětské střevní mikroflóry doporučuje prof. Milan Lukáš
- V příchutích banán, mrkev s jablkem a bílý



SYNBIOTEC
www.synbiotec.cz





Vážení a milí čtenáři,

stalo se již tradicí, že se snažím v tomto svém úvodníku upoutat vaši pozornost alespoň na některá témata, která považuji za nejvíce důležitá. V tomto ohledu by neměla uniknout vaši pozornosti anketa „Co lékárníci doporučují“, kterou jsme zorganizovali s lékárníky. V rámci tohoto projektu se lékárníci vyjadřují, ke kterým volně prodejným přípravkům v jednotlivých kategoriích mají největší důvěru. Jedná se o nezávislý průzkum, jehož cílem je prezentovat reálné zkušenosti s danými produkty. Na rozdíl od prodejních čísel, ovlivněných aktuální reklamou, reprezentuje zmíněný průzkum zejména dlouhodobé zkušenosti lékárníků při poskytování základní lékařské péče.

Z pohledu výše uvedeného průzkumu bych se zastavil u imunitního systému. V již řečeném

průzkumu zvítězil doplněk stravy Imunoglukan, a proto si klademe otázku, proč? V odpovědi je nutné vysvětlit, že tento přípravek obsahuje výjimečnou účinnou látku (chráněnou technologickým patentem pod názvem „imunoglukan“), která je standardizovaná v oblasti farmaceutické a má zrealizovanou placebem kontrolovanou klinickou evidenci. Ostatní doplňky stravy - obsahující beta-glukany - nejsou standardizované, nemají klinickou evidenci, a proto je jejich imunomodulační účinek pro odborníky nepředvídatelný.

Porád se nás dotazujete na probiotické přípravky, jak je to s jejich odolností vůči antibiotikům, jelikož antibiotika často způsobují nepříjemné průjemy, kterým lze předjet probiotiky. Bohužel, většina antibiotik dokáže zničit většinu probiotik. Otázka zní, jaká probiotika k antibiotické léčbě zvolit? Italtší i čeští pediatři ve své praxi a také v klinických studiích, ověřili u probiotického kmene *Bacillus clausii*, že je vysoce rezistentní (odolný) vůči širokému spektru antibiotik, a to vůči řadě penicilinové, cefalosporinové, tetracyklinové (ad.), a měl by být užíván vždy společně s antibiotiky.

Přeji Vám hodně zdraví!

PharmDr. Zdeněk Procházka
šéfredaktor

Obsah:

- Infolisty pro veřejnost na téma zdraví a léků
- Výživa v období nemoci
- Diklofenak vybírejte pozorně
- Občané, braňte se!
- Lékárníci doporučují 2011
- Trojí silou na bolesti v krku
- **Nealergická rýma:** pozice posilují šetrné nosní spreje
- Simeticon – lékárníky nejčastěji doporučovaný lék při plynatosti
- Pomocník při bolestech hlavy
- Pochmurná nálada
- Posílení imunity?
- Bolesti kloubů – příroda je mocný léčitel
- Optimální léková forma probiotik u dětí

Vydává:

EDUKAFARM spol. s r.o., Peckova 280/9, Praha 8
Tel: 224 252 435, Fax: 222 516 048
e-mail: edukafarm@edukafarm.cz

Šéfredaktor: PharmDr. Zdeněk Procházka

Odborná redakce: PharmDr. Vladimír Věgh,

Mgr. Lucie Kotlářová, MUDr. Pavel Kostů, CSc., MUDr. Jiří Sliva, Ph.D., Robert Jirásek

Manažer projektu:

Ing. Renáta Podracká, tel: 724 261 177

Poradní sbor: viz www.edukafarm.cz

Číslo 1/2012, ročník 10

Registrováno pod č. MK ČR E 14879

ISSN 1214-5009

Na stránkách tohoto časopisu usilujeme o vzdělávání, a to zejména tam, kde existuje reálná možnost vyvolat odpovídající zájem široké veřejnosti o vlastní zdraví. Cílem tohoto časopisu není podpora předepisování, prodeje nebo spotřeby léků, jejichž profily nebo příklady jsou zde uvedeny pro výše zmiňovanou edukaci.

inzerce

SAMOLÉČENÍ.cz

Dobré rady z lékárny

Běžné internetové lékárny nabízejí výhodné nákupy, ovšem s výběrem Vám příliš nepomůžou. Naším cílem však není záplava produktů, ale vždy dobrá rada pro Vaše zdraví!

- odborná on-line poradna
- doporučení produktu pro daný problém
- přehlednost a systematické řazení
- archiv časopisu Lékárna a léky
- stálá akční nabídka a trvale nízké ceny
- nákup z pohodlí domova
- rychlé vyřízení objednávky

Navštivte nás a najděte řešení svého zdravotního problému.



Lékárna Samoléčení.cz je registrována a kontrolována Státním ústavem pro kontrolu léčiv, nákup léků se proto u nás bát nemusíte. Spokojenost zákazníků monitoruje Heureka! 98 % zákazníků nás doporučuje dále.

SPECIALNÍ AKCE NA WWW.SAMOLECENI.CZ

**PŘI KOUPI 2 ks IMUNOGLUKAN P4H® 120 ml
1 ks SINOMARIN CHILDREN ZDARMA**
platí do vyprodání zásob **CENA 320,- Kč**



INTERNETOVÁ LÉKÁRNA ZALOŽENÁ NA ODBORNÉM PORADENSTVÍ



INFOLISTY PRO VEŘEJNOST NA TÉMA ZDRAVÍ A LÉKŮ

Státní ústav pro kontrolu léčiv, Praha

**STÁTNÍ ÚSTAV PRO KONTROLU
LÉČIV KONCEM ROKU 2011 SPUSTIL
AKTUALIZOVANÝ INFORMAČNÍ PORTÁL
PRO VEŘEJNOST WWW.OLECICH.CZ,
JEHOŽ CÍLEM JE VEŘEJNOST NEJEN
INFORMOVAT, ALE ZÁROVEŇ I VZDĚLÁVAT
V OBLASTI ZDRAVÍ A LÉKŮ.**

Aktualizace portálu spočívala v obsahové, grafické i funkční úpravě. Naprostými novinkami jsou dostupnost portálu v mobilní verzi (m.olecich.cz), stránka na sociální síti Facebook a v neposlední řadě **infoLISTY**.

infoLISTY jsou pro laickou veřejnost připravovány každý měsíc, a to na různá témata z oblasti zdraví a léků. Autorem každého článku je vždy lékař nebo farmaceut,

kteří se danou problematikou zabývá. SÚKL tak může nabídnout odborně garantované informace, přehledně a čtivě zpracované. infoLISTY jsou dostupné přímo na informačním portálu www.olecich.cz/infolisty ve formátu PDF. Na konci minulého roku se dočkalo zpracování v poslední době často diskutované téma „Antibiotika“ a u příležitosti mezinárodního dne AIDS také „Léčba HIV/AIDS“. První číslo v roce 2012 se zaměřuje na téma „Horečka u dětí“, což může být pro rodiče právě v tomto ročním období, kdy je nemocnost dětí poměrně vysoká, velice užitečné. Další čísla infoLISTŮ se budou věnovat např. onkologické prevenci, celiakii nebo vybavení lékáreničky na cesty.

Jako malou ukázkou uvádíme alespoň část zmíněného článku „Horečka u dětí“:

PŘÍČINY HOREČKY

*U dětí jsou nejčastější příčinou horečky akutně probíhající infekce, zejména pak infekce postihující dýchací ústrojí. Obvykle se jedná o choroby vyvolané různými druhy virů (např. virus chřipky, adenoviry, herpetické viry) nebo některými bakteriemi (např. streptokok, stafylokok, meningokok). Vedle chorob postihujících dýchací cesty může horečka doprovázet infekce trávicího ústrojí, ledvin a močových cest nebo centrálního nervového systému. Na vzniku horečky u dětí se může vedle infekcí podílet také nedostatek vody v těle. Odborně se takový stav označuje **dehydratace**. Správné množství vody v těle člověka je pro život naprosto nepostradatelné. Za normální situace příjem a výdej vody řídí v lidském organismu velmi složité vnitřní mechanismy nacházející se v mozku, ledvinách, cévním systému, ale také v potních žlázách kůže. Dospělý člověk se dokáže relativně delší dobu*

*s **dehydratací** vyrovnat. Pro děti však toto neplatí. Naopak platí, že čím je dítě mladší, tím hůře se s **dehydratací** vyrovnává, a dokonce i malé ztráty vody mohou vést k rychlému ohrožení jeho života. Nebezpečí **dehydratace** spočívá v tom, že při ní postupně dochází k selhávání činnosti životně důležitých orgánů (ledviny, srdce, mozek).*

KOMPLIKACE

*U některých dětí se mohou v průběhu horečky objevit křeče. Tento stav se označuje jako **febrilní křeče**. Křeče při horečce častěji vznikají u dětí ve věku od 3 měsíců do 5 let, dále u dětí, které mají opožděný duševní vývoj (např. v důsledku vrozené vady mozku, dětské mozkové obrny)...*

Celou verzi článku, včetně všech dalších témat, naleznete zde: www.olecich.cz/infolisty.

Z KLINICKÉ PRAXE

VÝŽIVA V OBDOBÍ NEMOCI

Terezie Paterová
*Nutriční terapeut, Ústav dědičných metabolických poruch
 1. LF UK a VFN, Praha*

VÝŽIVA JE JEDNOU ZE ZÁKLADNÍCH POTŘEB LIDSKÉHO ORGANISMU. NÁROKY NA PŘÍJEM ENERGIE A ŽIVIN JSOU V DOBĚ NEMOCI PODSTATNĚ VYŠŠÍ, A NENÍ PROTO DIVU, ŽE TĚLO MŮŽE SLÁBNOUT A CHŘADNOUT, PROTOŽE S JAKOUKOLIV NEMOCÍ (OD BĚŽNÉ CHŘIPKY PO TĚŽKÉ A DLOUHODOBÉ ONEMOCNĚNÍ) JSOU ČASTO SPOJENY ZTRÁTA CHUTI K JÍDLU A SNÍŽENÝ PŘÍJEM POTRAVY.

NEMOC A NEDOSTATEČNÁ VÝŽIVA

Nemoc představuje pro organismus obrovskou zátěž a dochází k omezení všech méně důležitých funkcí. Organismus reguluje velmi úsporně veškerou energii, kterou šetří na boj s nemocí. Jelikož trávení živin spotřebovává značné množství energie, snaží se tělo tomuto výdeji bránit. Když organismu v nemoci nedodáme dostatečné množství energie a živin, rychle začne trávit vlastní svalovou hmotu, ze které získává potřebnou energii a bílkoviny, dochází ke snížení svalové síly, k velmi rychlému celkovému oslabení organismu až k možnému upoutání na lůžko. Obzvláště rychle tato situace nastává u starších lidí, kteří mají menší zásobu svalové hmoty než mladý jedinec.

Malnutrice (podvýživa) zvyšuje počet komplikací u nemocných a je mnohdy skutečnou příčinou zhoršení stavu pacienta, nebo dokonce jeho smrti. Při malnutrici nemá tělo dostatek energie a živin pro tvorbu protilátek, proto hrozí i mnohem větší riziko infekčních komplikací, jako je zápal plic, infekce močových cest, nebo dokonce sepsis (otrava krve). Zhoršuje se i hojení ran.

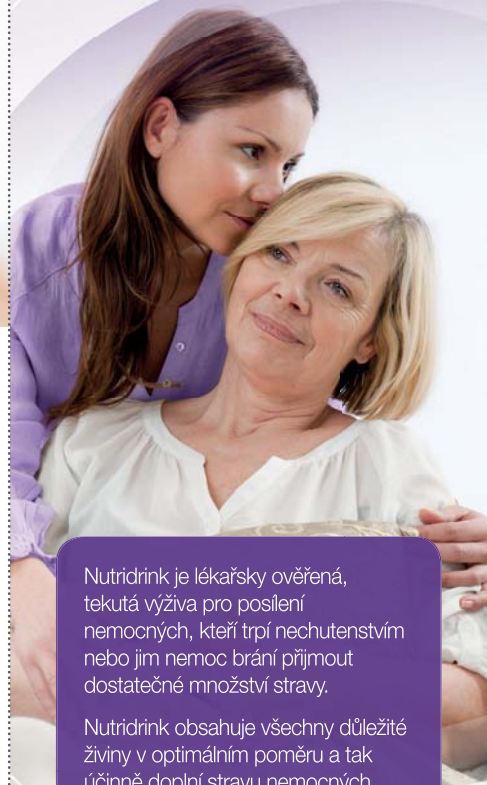
PŘÍSUN ENERGIE OVLIVŇUJE DÉLKU STONÁNÍ

Dotat organismu dostatečné množství energie a živin pro boj s nemocí není vždy možné. V případě, že člověk sám dostatečně nepřijímá plnohodnotnou stravu, lze podat přípravky tekuté výživy, tzv. nutridrinky, které jsou určené k pomalému popíjení mezi jídly, nebo jsou podávány např. i jako druhá večeře. Tato výživa je plnohodnotným zdrojem příjmu energie a živin v jejich optimálním poměru.

Dobrá výživa člověka v nemoci je tedy základním předpokladem plného účinku léčby a zlepšuje vyhlídky jak na rychlé uzdravení, tak na návrat pacienta do běžného života. Užitečné informace jsou k dispozici na www.vyzivavnemoci.cz.

Výživa pro boj s nemocí

Jsem ráda, že má maminka více síly.



Nutridrink je lékařsky ověřená, tekutá výživa pro posílení nemocných, kteří trpí nechutenstvím nebo jim nemoc brání přijmout dostatečné množství stravy.

Nutridrink obsahuje všechny důležité živiny v optimálním poměru a tak účinně doplňuje stravu nemocných. Nutridrink přispívá k urychlení rekonvalescence a zlepšení kondice. Žádejte ve Vaší lékárně.

www.vyzivavnemoci.cz
 Infolinka: 800 110 001



NUTRICA
Nutridrink

Nutridrink je potravina pro zvláštní lékařské účely, potravina pro zvláštní výživu.

DIKLOFENAK VYBÍREJTE POZORNĚ

Odborná redakce Edukafarm

BOLESTI POHYBOVÉHO ÚSTROJÍ, AŽ UŽ VZNIKNOU V DŮSLEDKU AKUTNÍCH SPORTOVNÍCH NEBO PRACOVNÍCH ÚRAZŮ, ČI NEPŘIMĚŘENÉ NÁMAHY, JSOU SICE „OCHRANNÝM“ FYZIOLOGICKÝM FAKTOREM, KTERÝ BRÁNÍ DALŠÍMU PŘETĚŽOVÁNÍ, NA DRUHOU STRANU MOHOU ALE ZÁROVEŇ ZBYTEČNĚ OMEZOVAT I PŘI JINAK ZCELA BEZPEČNÝCH A NEŠKODNÝCH ČINNOSTECH.

Ať už se jedná o poranění kloubů, vazů, svalů nebo šlach, společným jmenovatelem poškození je vždy zánět, proto je pro krátkodobou úlevu zcela na místě i doporučení některých volně prodejných antirevmatik – nesteroidních antiflogistik, která potlačují rozvoj zánětlivých změn a zmírňují bolestivost i otok.

K nejčastěji používaným léčivům této skupiny patří např. dobře známý *ibuprofen* nebo *diklofenak*. Pokud jsou bolest a zánět lokalizovány na konkrétní místo, jsou

inzerce

nejlepší volbou lokálně aplikované přípravky, jako různé masti, krémy, gely nebo speciální náplasti, protože nezatěžují trávicí trakt a mají minimum jiných celkových nežádoucích účinků. V této oblasti je k dispozici obrovské množství přípravků, vyplatí se zamyslet se nad složením a výběru věnovat přiměřenou pozornost.

DIKLOFENAK S POMOCNÍKEM

Příkladem mohou být právě přípravky obsahující *diklofenak*. Tato protizánětlivě a protibolestivě působící látka je na trhu ve velkém množství různých léčivých přípravků, je však vhodné upozornit, že ne všechny přípravky obsahují „stejný“ diklofenak. Velmi dobré charakteristiky vykazují např. přípravky obsahující diklofenak ve speciální formě – tzv. *epolaminové soli*. Díky této formě diklofenak rychle účinkuje, protože *epolaminová sůl* funguje jako „přenašeč“, který pomáhá vlastní účinné látce – *diklofenak* – procházet rychle přes kůži do místa zánětu. Tento průvodce však není zcela „věrný“ – místo zánětu „nevěrně“ opustí, což je ovšem výhodou pro nás – účinná látka diklofenak se dál šíří mnohem pomaleji a zůstává v místě postižení. Díky tomu se tak dostává pomaleji do celkového krevního oběhu a nezatěžuje nás případnými systémovými nežádoucími účinky. Kromě obvykle používaného „mazání“ je tato forma diklofenaku obsažena i ve speciální náplasti, která se přilepí přímo na kůži nad bolestivým místem a zajistí úlevu po dobu asi 12 hodin. Díky *epolaminové soli* diklofenaku se tak můžete zbavit bolesti na opravdu dlouhou dobu.

Flector® EP Gel

transdermální podání

(Diclofenacum epolaminum)

Úleva na dosah...



Balení 60g nebo 100g

Lokální léčba:

- poúrazových stavů pohybového ústrojí
- pohmožděných kloubů, svalů a šlach
- místních zánětlivých i degenerativních procesů
- revmatických onemocnění a projevů mimokloubního revmatismu

Flector® EP Tissugel

transdermální podání

(Diclofenacum epolaminum)

Náplast proti bolesti, zánětu, otoku



- ☹ na „GOLFOVÝ či TENISOVÝ loket“...
- ☹ na BOLEST svalů a zad...
- ☹ na BOLEST kloubů, či ZÁNĚT šlach...

- 😊 jednoduchá aplikace přímo na postižené místo
- 😊 nepřetržitý a rovnoměrný účinek po dobu 12 hodin
- 😊 urychlení léčby bez zatížení trávicího ústrojí

Výhradní zastoupení, dovoz a distribuce:

IBI, spol. s r.o.
Senovážné nám. 5, 110 00 Praha 1
e-mail: tbi@ibi.cz, www.ibi.cz



IBSA Institut Biochimique SA
Lugano, Švýcarsko

Aplikační forma: náplast – balení 2 nebo 5 ks

OBČANÉ, BRAŇTE SE!

Odborná redakce Edukafarm

SOUČASNÝ SVĚT ZAŽÍVÁ INFORMAČNÍ EXPLOZI. PARADOXNĚ JSME DEN CO DEN, NĚKDY I BEZ TOHO, ŽE BYCHOM O TO STÁLI, ZAHRNOVÁNÍ OBROVSKÝM MNOŽSTVÍM ZPRÁV, VESMĚS NEGATIVNÍCH, NEBOŤ JEN TY BÝVAJÍ NOVINÁŘSKY ATRAKTIVNÍ. ČASTO SE TÝKAJÍ DĚNÍ NA OPAČNÉ STRANĚ ZEMĚKOULE, A PŘITOM SAMI POMÍJÍME PŘÍBĚHY S POZITIVNÍM OBSAHEM ČI TY, JEŽ SE ODEHRÁVAJÍ VE VEDLEJŠÍ ULICI NEBO VE VLASTNÍ RODINĚ.



DŮVĚŘUJ, ALE PROVĚŘUJ

Jiný problém spočívá v kvalitě, resp. důvěryhodnosti sdělení, neboť některé informace mohou být i zavádějící a budou vyznívat účelově jinak, než jaký je ve skutečnosti pravý stav věcí. V posluchačích a čtenářích vyvolají klamný dojem, který vyústí v chybné jednání se všemi neblahými důsledky.

Situace v oblasti informování o doplňcích stravy vyvolává přinejmenším rozpaky. Často se totiž stává, že jim jsou při prodeji (ve sdělovacích prostředcích a reklamě, internetových lékárnách, prodejnách zdravé výživy a biopotravin, v tržnicích nebo prostřednictvím různých webových serverů, a dokonce i ústy odborníků – lékařů a farmaceutů v kamenných lékárnách) přisuzovány vlastnosti léčivého přípravku – léku – (tj. schopnost léčit), ačkoli je to v rozporu s platnou legislativou i podstatou věci. S takovým postupem zásadně nelze souhlasit, nehledě k faktu, že doporučením doplňku stravy s úmyslem léčby onemocnění či jakýchkoli zdravotních obtíží se zdravotnický profesionál, resp. odborník (v tomto případě lékař, lékárník nebo farmaceutický asistent) vystavuje riziku trestněprávního postihu se všemi osobními, veskrze neradostnými konsekvencemi. Platí to především v případě, že dojde například k časovému prodloužení s léčbou, v důsledku toho k zanedbání péče či nevratným orgánovým změnám a choroba se může stát v důsledku její pokročilosti neléčitelnou, a pacient toho odborníka, který mu doplněk stravy k léčbě doporučil, zažaluje.

Jestliže panuje všeobecná shoda v tom, že lékárna je primárně zařízením poskytujícím zdravotnickou péči, je žádou-

cí, aby účinně odolávala všudypřítomným ekonomickým tlakům ve smyslu zvýšení obratu, i když je to, zvláště nyní, nesnadné. Je tedy na rozhodnutí a svědomí každého jednotlivce z řad personálu, jaký produkt (zda léčivý přípravek, nebo doplněk stravy) klientovi doporučí a nakonec i vydá.

NESPOKOJENÍ PACIENTI SE ZAČÍNÁJÍ SDRUŽOVAT

Výše uvedené problémy už nabyly takového rozsahu, že se s tím někteří pacienti nehodlají smířit. Vzhledem ke značné nepřehlednosti (na trhu existují např. i léčivé přípravky a doplňky stravy s jednou a toutéž obsahovou látkou) vzniklo občanské sdružení OBRAN, které si klade za cíl hájit oprávněné zájmy a práva spotřebitelů právě v oblasti doplňků stravy. Chce dosáhnout stavu, že k doplňkům stravy budou poskytovány ze strany odborného personálu pouze korektní a seriózní informace, tj. že nemají léčebný efekt, ale že jen prospívají zdraví a že k léčení nemocí jsou určeny jedině léčivé přípravky – léky –, u nichž je státní autoritou garantována účinnost. Zkratka – aby nikdo z klientů klasických ani internetových lékáren nebyl a nemohl být klamán. Na webové stránce tohoto sdružení (www.obran.cz) jsou uvedeny některé konkrétní příklady z praxe, ale i další užitečné informace na téma léky a doplňky stravy. Je možno využít rovněž elektronickou právní poradnu v případech, kdy odborníkem byla doporučena léčba onemocnění pomocí doplňku stravy.

LÉKÁRNÍCI DOPORUČUJÍ 2011

Na trhu jsou dostupné tisíce produktů, často velmi podobných, od různých výrobců. Jak se v této nabídce orientovat? V nezávislém průzkumu *Lékárníci doporučují* se odborní pracovníci lékáren vyjadřují, ke kterým volně prodejným přípravkům mají u daného zdravotního problému největší důvěru (na základě svých zkušeností a odezvy od pacientů). Tyto zkušenosti mohou jít proti reklamním vlnám, kterými nás výrobci masírují. V roce 2011 se do tohoto průzkumu, organizovaného společností EdukaFarm, zapojilo více než 450 pracovníků lékáren z celé ČR. Nyní přinášíme první část výsledků, viz níže uvedená tabulka, druhou zveřejníme v následujícím vydání.

Více informací najdete na www.lekarnicidoporucuji.cz.



ANTITUSIKA: SUCHÝ KAŠEL

1. Sinecod (<i>butamirad</i>)	LP
2. Robitussin antitussicum (<i>dextrometorfan</i>)	LP
3. Tussin (<i>butamirad</i>)	LP

ALERGICKÁ RÝMA

1. Livostin (<i>levocabastin</i>)	LP
2. Vibrocil (<i>dimetinden, fenylefrin</i>)	LP
3. Sanorin-Analergin (<i>nafazolin, antazolin</i>)	LP

HOREČKA DĚTÍ

1. Panadol (<i>paracetamol</i>)	LP
2. Nurofen (<i>ibuprofen</i>)	LP
3. Paralen (<i>paracetamol</i>)	LP

BOLEST HLAVY

1. Ibalgin (<i>ibuprofen</i>)	LP
2. Panadol (<i>paracetamol</i>)	LP
3. Ataralgin (<i>paracetamol, guaifenezin, kofein</i>)	LP

PRŮJEM

1. Endiaron (<i>cloroxin</i>)	LP
2. Smecta (<i>diosmectit</i>)	LP
3. Imodium (<i>loperamid</i>)	LP

PROBIOTIKA

1. Swiss	DS
2. Biopron	DS
3. Apo-lactobacillus	DS

MENOPAUA

1. Sarapis/Sarapis soja	DS
2. GS Merilin	DS
3. Menofem	DS

EXPEKTORANCIA: VLHKÝ KAŠEL

1. Mucosolvan (<i>ambroxol</i>)	LP
2. ACC (<i>acetylcystein</i>)	LP
3. Bromhexin (<i>bromhexin</i>)	LP

SYNDROM SUCHÉHO OKA

1. Arufil (<i>povidon</i>)	LP
2. Refresh	ZP
3. Lacrisyn	ZP

IMUNOSTIMULACE

1. Imunoglukan	DS
2. Preventan	DS
3. GS Imunostim	DS

PARODONTÓZA

1. Lacalut	K
2. Parodontax	K
3. Corsodyl (<i>chlorhexidin</i>)	LP

AKUTNÍ ZÁCPA

1. Guttalax (<i>pikosulfát</i>)	LP
2. Supp. glycerini (<i>glycerol</i>)	LP
3. Lactulosa (<i>lactulosa</i>)	LP

HEMOROIDY

1. Faktu (<i>polycresulen, cinchocain</i>)	LP
2. Dobexil H (<i>calcium dobesilát, lidokain</i>)	LP
3. Proctoglyvenol (<i>tribenosid, lidokain</i>)	LP

ZÁNĚT MOČOVÝCH CEST

1. Urinal	DS
2. Swiss brusinky	DS
3. Uroval	DS

NEALERGICKÁ RÝMA

1. Olynth (<i>xylometazolin</i>)	LP
2. Muconasal plus (<i>tramazolin</i>)	LP
3. Otrivin (<i>xylometazolin</i>)	LP

BOLEST V KRKU

1. Tantum verde (<i>benzydamin</i>)	LP
2. Orofar (<i>benzoxonium, lidokain</i>)	LP
3. Strepisils (<i>dichlorbenzenmethanol, amylmetakresol</i>)	LP

NACHLAZENÍ

1. Coldrex (<i>paracetamol, fenylefrin, kofein</i>)	LP
2. Paralen grip (<i>paracetamol, fenylefrin</i>)	LP
3. Febrisan (<i>paracetamol, fenylefrin</i>)	LP

PÁLENÍ ŽÁHY, PŘEKYSELENÍ

1. Rennie (<i>calcium carbonicum, magnesium carb.</i>)	LP
2. Gaviscon (<i>natrii alginas</i>)	LP
3. Pantoloc CONTROL (<i>pantoprazol</i>)	LP

PLYNATOST

1. Espumisan (<i>simeticon</i>)	LP
2. Noball	DS
3. SAB simplex (<i>simeticon</i>)	LP

HUBNUTÍ

1. Alli (<i>orlistat</i>)	LP
2. Duoslim	DS
3. Lipoxal	DS

PORUCHY PAMĚTI

1. Gingio (<i>ginkgo biloba</i>)	LP
2. W-GinkoPrim	DS
3. Piracetam (<i>piracetam</i>)	LP

Vysvětlivky: LP (léčivý přípravek), DS (doplňk stravy), ZP (zdravotnický prostředek), K (kosmetikum)

Před použitím léčivých přípravků si pečlivě přečtěte příbalovou informaci. V případě nežádoucích účinků se obraťte na svého lékaře nebo lékárníka.

TROJÍ SILOU NA BOLESTI V KRKU

Odborná redakce Edukafarm

Bolesti v krku jsou v chladnějších měsících roku záležitostí obvyklou – patří mezi nejčastější v lékárnách řešené „choroby“. Průzkum *Lékárnici doporučují 2011* však poukázal na zajímavou skutečnost – z velké množství různých přípravků získala už potřetí za sebou největší důvěru lékárníků při řešení bolesti v krku poměrně přesvědčivě řada léčivých přípravků obsahujících *benzydamin*. Čím nad jinak velmi početnou konkurencí vynikají? Tyto léčivé přípravky mají kromě anestetického a antiseptického účinku i účinek protizánětlivý. Díky tomuto přídatnému působení vede použití *benzydaminu* bezprostředně ke zmenšení otoku a bolestivosti sliznic horních cest dýchacích. Na rozdíl od ostatních léčiv tedy působí proti třem příznakům bolesti v krku.

CO JE TO BENZYDAMIN?

Benzydamin byl původně vyvinut jako protizánětlivá látka, která však vykazuje i významné znečlivující (anestetické) a antiseptické účinky. Ovlivňuje jak povrchové záněty, tak záněty lokalizované hlouběji ve tkáni a velmi dobře působí proti otokům. Po místním podání dobře proniká sliznicemi a koncentruje se v místě zánětu. Ovlivnění nervových zakončení v místě podání vede ke znečlivujícímu účinku, ke snížení bolestivosti a dráždění ke kašli.

KLOKTADLO, PASTILKY, SPREJ

Přípravky s obsahem *benzydaminu* – pastilky, sprej, sprej forte, roztok ke kloktání – se používají i pro léčbu jiných zánětlivých onemocnění v ústní dutině a hltanu (jako jsou parodontitida, záněty dásní, afty apod.) nebo jako podpůrná léčba po chirurgických a stomatologických výkonech v dutině ústní a krku. Ve srovnání s ostatními přípravky na bolest v krku je oblast použití přípravků s *benzydaminem* mnohem širší. Pro běžné použití v průběhu dne jsou vhodné cucavé pastilky, vyráběné ve dvou příchutích, mentolové a citronové, nebo ako sprej do krku, dostupné ve dvou silách. Tradiční lékovou formou je roztok ke kloktání, jehož účinnost si pacienti velmi pochvalují.

NEALERGICKÁ RÝMA – POZICE POSILUJÍ ŠETRNÉ NOSNÍ SPREJE

Odborná redakce Edukafarm

Neléčená rýma trvá sedm dní, při dobré léčbě pouze týden... lidové rčení, se kterým se snaží každoročně bojovat mnoho pacientů. Rýma nepříznivě ovlivňuje kvalitu života, a proto je jakýkoliv účinný a bezpečný postup vedoucí ke zmírnění jejího průběhu vítán. Ucpání nosu je obvykle zapříčiněno jak zvýšenou tvorbou hlenu, tak otokem nosní sliznice. Tradičně jsou ve formě nosních kapek nebo sprejů nejčastěji doporučována léčiva, která působí stažení drobných kapilár v nosní sliznici, v důsledku čehož se otok zmírní. Tento účinek je však bohužel pouze krátkodobý – cévy si na tato léčiva „zvyknou“ a při delším podávání přestávají reagovat. Zvyšování dávek a frekvence používání pak vede k jejich dlouhodobému stažení a nedostatečnému prokrvování nosní sliznice, což může vést až k jejímu nevratnému poškození. Proto se tato léčiva správně mají užívat pouze 5–7 dní. Navíc se v těhotenství, při cukrovce a hypertenzi nesmí používat.

ROZTOKY MINERÁLNÍCH SOLÍ

Průzkum *Lékárnici doporučují 2011* však ukázal, že se do praxe prosazují stále více do nosu podávané roztoky minerálních solí (mořská voda, minerální vody, fyziologický solný roztok), které nemají výše uvedené nežádoucí účinky. Nejvíce doporučovaným nosním sprejem s mořskou vodou je QUIXX, který obsahuje upravenou sterilní mořskou vodu z Atlantického oceánu, odpovídající 2,6% roztoku chloridu sodného. Tento roztok na fyzikálním principu doslova „vysává“ z nosní sliznice přebytečnou vodu, a vede tak ke splasknutí otoku. Na toto působení není možné si navyknout, takže účinnost roztoku se v průběhu jeho používání nesnižuje. Tento přirozený způsob uvolňování nosních dutin je velmi bezpečný i při dlouhodobé aplikaci, a to jak u dospělých, tak u dětí od 6 měsíců věku nebo těhotných žen. Sprej neobsahuje konzervant; díky antibakteriálnímu filtru v aplikátoru jej lze používat až 6 měsíců od prvního použití.

SIMETICON – LÉKÁRNÍKY NEJČASTĚJI DOPORUČOVANÁ LÉČIVÁ LÁTKA PŘI PLYNATOSTI

Odborná redakce Edukafarm

Plynatost, nadýmání a pocit nafouknutého břicha se v dnešní uspěchané době zdají být stále častější. Nevyhýbají se dětem ani dospělým. Svůj podíl na tom má stres, nevhodná skladba potravy či nedostatek pohybu.

Ke zvýšenému obsahu plynů ve střevním obsahu (plynatosti) dochází v zásadě dvěma způsoby. Může se jednat o tzv. aerofagii, tedy polykání vzduchu při rychlém a hltačném příjmu potravy, konzumaci nápojů sycených CO₂ či polykání vzduchu např. při stresu. Druhým (a nejdůležitějším) zdrojem plynů jsou bakterie rozkládající nestrávené zbytky potravy.

Z medicínského hlediska je však tvorba střevních plynů zcela normálním jevem a za běžných okolností se ve střevě zdravého člověka vytvoří za den 1–2 litry plynu, které (ač se to mnozí zdráhají přiznat) průběžně odchází. Problém však vzniká, když se plyny začnou hromadit. Nejčastěji je to v důsledku tvorby „pěny“ ve střevě, která brání fyziologickému odcházení střevních plynů.

PROTIPĚNIVÉ LÁTKY POMÁHAJÍ

Pocity nafouklého břicha a nadýmání tak zmírňují látky, které tvorbě pěny zabrání. V praxi se nejlépe osvědčují speciální nestravitelné a nevstřebatelné silikonové oleje, jako je např. *simetikon*.

Přípravky s obsahem *simetikonu* jsou dostupné ve formě kapslí a kapek a také jako zdravotnické prostředky v podobě sáčkového granulátu nebo speciálních plátek pro děti. Pacienti jsou s těmito lékovými formami obvykle velmi spokojeni, zdravotníci zase oceňují vysoký kvalitativní standard daný registrací přípravků Státním ústavem pro kontrolu léčiv. Díky těmto vlastnostem představuje *simetikon* téměř stálíci při léčbě nadýmání a plynatosti, což dokazuje i vítězství ve zmiňovaném průzkumu už počtvrté za sebou.

POMOCNÍK PŘI BOLESTECH HLAVY

Odborná redakce Edukafarm

Zřejmě bychom nenašli člověka, který nezažil bolest hlavy. Naopak, spíš bychom našli lidi, pro které je bolest hlavy až příliš častým a nevitným společníkem. Nejvyšší důvěře lékárníků se těší v tomto případě léky řady s obsahem *ibuprofenu*.

Ibuprofen patří k nejpoužívanějším látkám proti bolestem a zánětům, nachází uplatnění u degenerativních chorob kloubů a páteře nebo při zhmždění pohybového aparátu, při bolestech hlavy a migréně nebo bolestivé menstruaci. Často se používá jako antipyretikum při různých horečnatých stavech, ve formě suspenze u dětí už od 3 měsíců věku.

IBUPROFEN JE PROVĚŘENÝ DLOUHOLETOU PRAXÍ

Přípravky s *ibuprofenem* patří k nejpoužívanějším, i když na tomto místě je vhodné připomenout, že jako všechny léky, i *ibuprofen* by se měl užívat s rozvahou. Při dodržení doporučeného dávkování je to osvědčené léčivo, v praxi prověřené mnoha lety používání.

Navíc v případě *ibuprofenu* se výrobce nespokojuje pouze s tradicí – relativně stále čerstvou novinkou jsou např. přípravky obsahující speciální sůl *ibuprofenu*, díky které je nástup účinku oproti běžným tabletám s *ibuprofenem* rychlejší.

Ibuprofen patří k nejčastěji používaným volně prodejným analgetikům v Čechách. Průzkum *Lékárníci doporučují 2011* ukázal, že tato skutečnost není založena jen na popularitě u laické veřejnosti, ale že *ibuprofen* upřednostňují u bolestí hlavy i čeští lékárníci.

POCHMURNÁ – SKLÍČENÁ NÁLADA: LÉKÁRNÍCI DOPORUČUJÍ SAFRAMYL

Odborná redakce Edukafarm

Neschopnost radovat se, pesimismus, únava, poruchy spánku, tedy všechno příznaky depresivního charakteru, mohou souviset se zhoršenou životní situací, celkovým stresem a vypětím nebo mít sezonní charakter – jako např. v zimě a na jaře v důsledku nedostatku světla. Na naší náladě se však nepodepisují tyto vnější vlivy přímo, ale příčina tkví v samotné chemii a biologii mozku. Pochmurné nálady mají příčiny v nerovnováze hladin některých nervových informačních přenašečů (zejména serotoninu) v mozku. K úpravě těchto poměrů mohou kromě syntetických antidepresiv pomoci i některé přírodní látky.

OBVYKLÉ PROSTŘEDKY NEJSOU PRO KAŽDÉHO

Tradičně bývá u negativních výkyvů nálad doporučována třezalka. Jejich účinnost je skutečně poměrně dobře potvrzená u mírných depresí, její použití je ale významně omezeno: třezalka ovlivňuje účinek řady jiných léčiv (např. hormonální antikoncepce, jiných antidepresiv, antiepileptik), a pro velkou skupinu postižených je proto zapovězena.

PATENTOVANÝ EXTRAKT ŠAFRÁNU A DEPRESE

Průzkum *Lékárnici doporučují 2011* však ukazuje, že své místo v lékárenské praxi si stále pevněji buduje speciální extrakt z blizen šafránu, patentovaný pod názvem *Satiereal*®. Tento extrakt má u sklíčených nálad podobné působení jako třezalka a provedené studie ukazují, že ovlivňuje hladinu serotoninu v mozku. Na našem trhu je extrakt ze šafránu dostupný v přípravku Saframyl. Tento doplněk stravy s patentovaným extraktem ze šafránu (*Satiereal*®), L-tryptofanem a vitamínem B₆ vede k příznivému ovlivnění hladiny serotoninu v mozku. Díky svým vlastnostem a prokazatelnému působení si velmi rychle získal důvěru lékárníků a už podruhé se stal v lékárnách nejčastěji doporučovaným přípravkem při sklíčených náladách.

POSÍLENÍ IMUNITY? LÉKÁRNÍCI DOPORUČUJÍ IMUNOGLUKAN

Odborná redakce Edukafarm

Každý by se nejrady vyhnul všem obvyklým sezonním infekcím, jako jsou nachlazení, chřipka nebo angína. Náš imunitní systém, vystavený značné zátěži ze životního prostředí i stresu moderního životního stylu, však častokrát nereaguje správně. Proto jsou možnosti, jak odolnost zlepšit, velmi cenné. V průzkumu *Lékárnici doporučují 2011* jako nejčastěji doporučovaný prostředek pro posílení obranyschopnosti v českých lékárnách zvítězila řada doplňků stravy IMUNOGLUKAN.

IMUNOGLUKAN

Řada přípravků IMUNOGLUKAN obsahuje přírodní komplex nazývaný *imunoglukan*, izolovaný patentovaným způsobem z houby hlívy ústříčné. Tato látka patří do rodiny tzv. beta-glukanů, ale kvůli specifickým vlastnostem má samostatné označení. *Imunoglukan* dokáže jemně regulovat imunitní odezvu. Kromě stimulace v případě oslabené imunity dokáže i utlumit její patologicky nadměrnou aktivitu, což vede k perspektivnímu použití zejména u alergií, jako doplnění základní protialergické léčby.

Řadu IMUNOGLUKAN reprezentují tři přípravky: Imunoglukan kapsle, určené pro starší děti a dospělé, Imunoglukan sirup, určený hlavně pro děti od jednoho roku věku a krém Imunoglukan pro kožní aplikaci. Jejich účinnost je sledována v řadě klinických pozorování, prováděných na předních českých a slovenských pracovištích.

POUŽITÍ V PRAXI

Imunoglukan se s úspěchem používá k posílení obranyschopnosti a u osob vystavených stresu, vysokému zatížení. Podává se zejména v době zvýšeného výskytu infekcí, ale i při akutním onemocnění. V rámci své přípravy jej užívá i řada vrcholových sportovců, protože jim umožňuje obnovovat obranné síly vyčerpané intenzivní fyzickou zátěží. Řada přípravků IMUNOGLUKAN představuje ověřené produkty pro podporu imunity. Pokud tedy budete potřebovat posílit imunitu, s důvěrou se můžete stejně jako lékárnici obrátit na IMUNOGLUKAN.

Z LÉKÁRENSKÉ PRAXE

BOLESTI KLOUBŮ – PŘÍRODA JE MOCNÝ LÉČITEL

Odborná redakce Edukafarm

Příroda je stále velkým učitelem medicíny. Stačí si například připomenout, že nejpoužívanější protizánětlivé léčivo aspirin (*kyselina acetylsalicylová, Acylpyrin*) má původ v extraktu z vrbové kůry. Velmi podobné slibné výsledky se dnes zaznamenávají u obsahových látek harpagofytu ležatého.

HARPAGOFYT LEŽATÝ

Sukulentní rostlina harpagofyt ležatý (*Harpagophytum procumbens*), pocházející z okrajů pouště Kalahari v jižní Africe, se kvůli tvaru svých plodů často nazývá ďáblův dráp. Pod zemí vytváří mohutné zásobní hlíznaté kořeny, ze kterých se tradičně připravuje prášek nebo extrakt, používaný domo-

inzerce

rodci proti horečce, bolestem kloubů nebo páteře či na podporu trávení. Hlízy obsahují látku se silným protizánětlivým působením, tzv. *harpagozid*. Ten účinně zasahuje do degenerativních procesů v poškozených kloubech nebo obratlech, tlumí bolest, tiší probíhající zánět a podporuje hojivé procesy. V klinických studiích byl např. účinek harpagofytu u bolesti zad porovnatelný s nejmodernějšími syntetickými protizánětlivými léky. Jeho podávání bylo přitom velmi dobře snášeno, nežádoucí účinky se objevovaly jen velmi vzácně. Kořen harpagofytu má oficiální článek v evropském i českém lékopisu. Na německém trhu se např. přípravek se standardizovaným extraktem z harpagofytu ležatého používá v lékařské praxi jako registrovaný lék v terapii degenerativních kloubních onemocnění. V České republice bohužel zatím není jako lék dostupný, to však nebrání užívat extrakt z harpagofytu ležatého v jiné formě. Zajímavým příkladem může být např. doplněk stravy Regresin od společnosti Brainway, který obsahuje 384 mg standardizovaného extraktu z harpagofytu lékopisné kvality.



doplněk stravy

SAFRAMYL

SATIEREAL®

patentovaná aktivní složka



doplněk stravy

Přírodní pomocník v boji se sklíčenou náladou a duševní únavou na bázi šafránu, bez nežádoucích účinků a lékových interakcí.

**Dostupné
ve vaší lékárně nebo
na www.samoleceni.cz**



Informační servis: inPHARM s.r.o.,
tel.: 241 432 133, e-mail: inpharm@inpharm.cz



OPTIMÁLNÍ LÉKOVÁ FORMA PROBIOTIK U DĚTÍ

Prim. MUDr. Pavel Frühauf, CSc.,
Klinika dětského a dorostového lékařství
1. LF UK a VFN, Praha

LÉKOVÉ FORMY VHODNÉ PRO DĚTI A KOMFORT UŽÍVÁNÍ

Léková forma přípravků určených pro dětského pacienta zásadním způsobem ovlivňuje úspěšnost léčby. Aplikace ústy představuje nejčastější a nejpohodlnější způsob užití.

Zatímco děti od 3 let věku mohou podobně jako dospělí ústy běžně užívat pevné formy (tablety, tobolky, dražé), kojencům a batolatům do 3 let věku by neměly být aplikovány jiné než tekuté lékové formy. Světová zdravotnická organizace formulovala své stanovisko k lékovým formám určeným dětem a shrnula je v následujících bodech: minimální manipulace zdravotníky nebo pečovateli před použitím, nízká hmotnost, jednoduchý transport, stabilita v různých klimatických podmínkách.

PROBIOTIKA JSOU NÁROČNÁ NA UCHOVÁVÁNÍ

Při hledání vyhovující lékové formy pro probiotika bylo nutné vzít v potaz skutečnost, že stabilita těchto kmenů

ve vlhkém prostředí prudce klesá, kultura hyne a pozbývá příznivých regeneračních vlastností na střevní sliznici, takže přechovávání probiotik v podobě vodných kapek, příp. sirupu, je prakticky vyloučeno. Zároveň se hledala vhodná forma. Vysypávání probiotik z tobolekových forem zhoršuje šance na přežití a překonání kyselé žaludeční bariéry.

Proto byla vyvinuta ojedinelá léková forma pro děti, umožňující přežití probiotického kmene do ukončení data použitelnosti a snadné dávkování a podávání (prostým vypitím obsahu flakonu bezprostředně po protřepání). Probiotická kultura je umístěna odděleně do uzávěru jednodávkové plastové lahvičky. Obsah lahvičky tvoří kapalina s prebiotikem. Těsně před aplikací se víčkem otáčí ve směru hodinových ručiček do nejzazší polohy, což je provázeno lupnutím, kdy trn hrdla lahvičky propíchně v uzávěru rezervoár s probiotiky a dojde k jejich vysypání do tekutého prebiotika. Následně se směs ve flakonu důkladně zatřepe, odšroubuje se uzávěr a vzniklá suspenze se vypije. Je tak zabezpečeno, že živé probiotikum doputuje až na sliznici tlustého střeva.

ZÁVĚR

Podávání probiotik v dětském věku má klinické opodstatnění při celé řadě obtíží, ale též v prevenci průjmů virové etiologie, postantibiotických průjmů a atopické dermatitidy ideální léková forma probiotik pro děti, Jednorázové lahvičky z plastu představují ideální formu, při akutních obtížích, průjmech a atopické dermatitidě kojenců, batolat a starších dětí. Jeden flakon představuje jednu denní dávku. K výhodám patří i možnost přechovávání lahviček za pokojové teploty (do 25° C). Vyšší cena takovéto formy probiotika je proto značně relativní a je vyvážena mnoha přednostmi oproti jiným, konkurenčním přípravkům.

inzerce

PROBACIN®

obsahuje životaschopné spóry kmene *Bacillus clausii*

**při užívání antibiotik
pro udržení přirozené střevní mikroflóry**
(vysoká odolnost vůči širokému spektru antibiotik)



doplňek stravy

unikátní léková forma vhodná pro děti od 6 měsíců i dospělé

www.inpharm.cz



Bojujte proti problémům s nadýmáním

Vezměte si Espumisan®



může se užívat dlouhodobě



nemá vliv na trávení



nemusí se zapíjet



bezpečný i pro těhotné

Espumisan® obsahuje simeticonum.
K vnitřnímu užití.

Pozorně si přečtěte příbalový leták.



Berlin-Chemie/A. Menarini Ceska republika s. r. o., Komárkova 16, 148 00 Praha 4,
tel.: 267 199 333, fax: 267 199 336, e-mail: office@berlin-chemie.cz



QUIXX®

Hypertonický nosní sprej

- uvolňuje nos a dutiny ucpané v důsledku nachlazení, chřipky nebo alergií
- aktivně čistí nosní cesty a zvlhčuje nosní sliznici
- obsahuje pouze přírodní složky
- bez konzervačních látek

QUIXX® – bezpečná cesta k uvolnění nosu

čistí
uvolňuje nos
zvlhčuje



až
220
dávek



Berlin-Chemie/A. Menarini Ceska republika s. r. o., Komárkova 16, 148 00 Praha 4
tel.: 267 199 333, fax: 267 199 336, e-mail: office@berlin-chemie.cz

Ibalgin®. Pusťte bolest z hlavy.

- účinné analgetikum
- s protizánětlivým účinkem



- HLAVA
- SVALY
- ŽÁDA
- ZUBY
- KLOUBY
- MENSTRUACE

Ibalgin® 400 obsahuje ibuprofenum. Lék k vnitřnímu užití.
Čtěte pozorně příbalovou informaci.

CZ.IBA.12.02.01

www.ibalgin.cz

Zentiva, k.s.

Korespondenční adresa
Budovův Argo
Evropská 9463/176a
160 00 Praha 6
Česká republika

Sídlo společnosti
U Kabelečků 130
102 37 Praha 10
Dolní Měcholupy
Česká republika

Tel.: (+420) 267 241 111
Fax: (+420) 272 702 402
E-mail: zentiva@zentiva.cz
Internet: www.zentiva.com

ZENTIVA
SPOLEČNOST SKUPINY SANOFI

TANTUM VERDE®

Benzydamin hydrochloridum

Léčí bolest v krku.



TANTUM PROTECT®

Na všechny typy rýmy.
Pro obnovu přirozené funkce nosní sliznice.



TANTUM PROTECT nosní sprej, gel je zdravotnický prostředek.

Léčivou látkou přípravků TANTUM VERDE je benzzydamin hydrochlorid.
Čtěte pečlivě příbalový leták. Žádejte ve své lékárně.



Medicom



ANGELINI

Medicom International s.r.o., Páteřín 7, 635 00 Brno

www.tantumverde.cz, www.tantumprotect.cz

Imunoglukan P4H[®]

obsahuje imunoglukan a vitamin C

- ✓ v období chřipek a nemocí z nachlazení
- ✓ při opakovaných infekcích dýchacích cest
- ✓ při nástupu dětí do kolektivu
- ✓ při citlivosti na alergeny

Klinicky
ověřené
účinky



doplněk stravy



sirup pro děti
již od 1 roku



doplněk stravy



www.imunoglukan.cz

Informační servis: inPHARM, tel.: 241 432 133, e-mail: inpharm@inpharm.cz