

léky a lékárna

05/2012

MAGAZÍN O ZDRAVÍ PRO LAICKOU VEŘEJNOST 

Z klinické praxe:

Plicní hypertenze ohrožuje srdce

Ani ve stáří nepodceňujte
pneumokokovou infekci

Zapomenutý poklad – Vitamin C

Léky a lidé:

Bezpečnost léků

Z lékárenské praxe:

Čeká vás operace? Připravujte se předem

Vybíráme multivitaminy pro děti

Bolí vás klouby? Artróza?

TVRDÉ TOBOLKY Condrosulf® 400

Léčivá látka: chondroitin sulfát

Perorální podání

Spolehlivě účinný lék na degenerativní onemocnění kloubů, především při osteoartróze dolních a horních končetin.

Při dlouhodobém užívání:

- výrazně snižuje bolesti kloubů
- zlepšuje pohyblivost kloubů
- zpomaluje degradaci chrupavky

Obvykle se užívá 2x do roka,
po dobu 3 měsíců.

Léčivý přípravek je volně prodejný.

Žádejte ve své lékárně.

Pečlivě si přečtěte příbalovou informaci.

Lék k vnitřnímu užití.

Tvrdé tobolky se užívají před, při nebo po jídle.
Tobolky se užívají nerozkousané a zapijí se vodou.

Výhradní zastoupení,
dovoz a distribuce:

IBI, spol. s r. o.®

Senovážné nám. 5, 110 00 Praha 1
e-mail: ibi@ibi.cz, www.ibi.cz



IBSA Institut Biochimique SA
Lugano, Švýcarsko



PTEJTE SE ODBORNÍKŮ PORADÍ VÁM NA SAMOLÉČENÍ.CZ



Oteklý obličej

Měla jsem výsevy červených svědivých pupínků na rukou, zádech nohou a někdy k tomu i oteklý ret či nadočnicový oblouk. Projevovalo se to tak 10x do měsíce vždy večer. Do rána to zmizelo. Na alergologii mi žádnou závažnou alergii neodhalili. Lékařka mi přesto předepsala Zodac 1x1tabl. Po osmi měsících jsem zkusila Zodac vysadit. Okamžitě mi oteklý obličej (tváře, rty). I když jsem si Zodac ihned opět vzala a v tom pokračuji i nadále, již 2 dny mám stále nateklý obličej a nevím, jak se toho zbavit. K lékařce jsem opět objednána, ale bohužel až za měsíc.

Zkuste užívat na alergické projevy přípravek s jinou účinnou látkou, doporučuji volně prodané Claritine tablety, působí jednak proti alergii, navíc působí i protizánětlivě sníženou syntézou a uvolňováním zánětlivých mediátorů. Je možné i zvýšit krátkodobé dávkování na 2x 1 tabletu.

inzerce

Ve Vašem případě by bylo vhodné vysledovat, za jakých okolností se alergie zhoršuje (vazba na potraviny, kosmetické, dezinfekční přípravky). Zároveň se neustále zvyšuje výskyt celiakie, která se může manifestovat právě alergickými projevy na pokožce (v lékárně je dostupný např. orientační test k domácímu provedení).

Jak postupně přibrat na váze

Dobrý den, zajímá mne, jak přibrat na váze. Jedná se o mého kamaráda, který měl potíže s alkoholem. Při své výšce 192 cm má dnes 80 kg. Věk 42 roků. Jsou prosím nějaké nutriční preparáty, které pomohou nabrat tuk?

Snadno a rychle přibrat na váze znamená hodně jíst.... Měla by to však být kvalitní a vyvážená strava, pokud Váš známý měl problémy s alkoholem, bylo by dobré vědět, v jakém stavu má játra, aby se případně omezily tuky. Každopádně jsou vhodným doplňkem vitaminy skupiny B (B-komplex Forte), protože zvyšují chuť k jídlu i využitelnost přijaté stravy. Doporučené dávkování je jedna tableta denně, později lze přejít i na slabší B-komplex, podávaný 1 - 3krát denně.

Obsah:

- Bezpečnost léků
- Ochrana spotřebitele
- Ani ve stáří nepodceňujte pneumokokovou infekci
- Plicní hypertenze ohrožuje srdce
- Nezapomeňte na prevenci
- Zapomenutý poklad ve farmakoterapii – infuzní terapie vysokodávkovaným vitamínem C
- Inkontinence vás nemusí vyřadit
- Čeká vás operace? Připravujte se předem
- Vybíráme multivitaminy pro děti

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,

PharmDr. Lucie Kotlířová, MUDr. Pavel Kostuik, CSc.,

MUDr. Jiří Slíva, Ph.D., Robert Jirásek

Manažer projektu:

Ing. Renáta Podracká, tel: 724 261 177

Poradní sbor: viz www.edukafarm.cz

Číslo 5/2012, 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 zmínovanou edukaci.

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 Léky a lékárna
- 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, nákupu léků se proto u nás bát nemusíte. Spokojenost zákazníků monitoruje Heurék! 98% zákazníků nás doporučuje dále.

**PŘI KOUPI 1 ks SAFRAMYL 28 tbl
1 ks SAFRAMYL 14 tbl ZDARMA**



**+50%
ZDARMA**

Přírodní pomocník v boji se sklíčenou náladou a duševní únavou na bázi šafránu, s L-tryptofanem a vitamínem B₆.

Bez nežádoucích účinků a lékových interakcí

Platí do 31.12. 2012 nebo do vyprodání zásob



INTERNETOVÁ LÉKÁRNA ZALOŽENÁ NA ODBORNÉM PORADENSTVÍ



BEZPEČNOST LÉKŮ

Státní ústav pro kontrolu léčiv, Praha

U KAŽDÉHO LÉKU MUSÍ BÝT PŘED UVEDENÍM NA TRH PROKÁZÁNA JAKOST, ÚČINNOST A BEZPEČNOST. PŘI JEHO SCHVALOVÁNÍ (REGISTRACI) SE ZÁROVEŇ POSUZUJE I TO, ZDA PŘÍNOS LÉČBY PŘEVAŽUJE NAD PŘÍPADNÝMI RIZIKY. NEJVÝZNAMNĚJŠÍM RIZIKŮM SE PŘEDCHÁZÍ NAPŘ. NASTAVENÍM SPRÁVNÝCH INDIKACÍ, KONTRAINDIKACÍ ČI DÁVKOVÁNÍ V RÁMCI REGISTRAČNÍHO PROCESU A KONTROLOU KVALITY.

Sledování bezpečnosti léku po uvedení na trh je zajišťováno několika způsoby, mezi které patří např.:

- Hlášení výskytu závažných nebo neočekávaných nežádoucích účinků pacienty, lékaři nebo jinými zdravotnickými pracovníky.
- Nastavení systému sledování bezpečnosti léků u držitelů rozhodnutí o registraci.
- Předkládání pravidelně aktualizované zprávy o bezpečnosti vypracované držitelem, které obsahuje vědecké vyhodnocení poměru rizika a prospěšnosti daného léku.
- Provádění neintervenčních peregistračních studií bezpečnosti - farmakoepidemiologická studie (upřesňuje terapeutickou účinnost) nebo klinické hodnocení prováděné za účelem identifikace nebo kvantifikace bezpečnostního rizika při užívání registrovaného léku.
- Systém hlášení závad v jakosti léku.

Každý lék je provázen schválenými podrobnými texty (příbalovým letákem a souhrnem údajů o přípravku), které obsahují důležité informace pro správné a bezpečné používání.

JAK JE MOŽNÉ, ŽE NĚKTERÉ LÉKY MAJÍ V PŘÍBALOVÉM LETÁKU UVEDENO TOLIK NEŽÁDOUCÍCH ÚČINKŮ?

Všechny nežádoucí účinky, které se vyskytly v rámci klinického hodnocení, jsou uvedeny v příbalové informaci daného léku. Neznamená to však, že se při užívání daného léku musí vždy vyskytnout, naopak většina se vyskytuje jen vzácně nebo velmi vzácně. Než se lék začne podávat lidem, musí projít klinickým hodnocením, kde se prokazuje jeho účinnost a bezpečnost, pečlivě je hodnocena i kvalita včetně podmínek jeho výroby. V klinickém hodnocení se vyskytují i první nežádoucí účinky, které jsou zadavatelem studie okamžitě vyhodnocovány

a hlášeny SÚKL. Od jejich závažnosti se odvíjí další postup v prováděné studii. Jestliže závažnost nebo četnost nežádoucích účinků převyšuje hodnocené výhody léčby, je klinické hodnocení ukončeno. V opačném případě může přípravek pokročit až k fázi schvalování (registrace).

MŮŽE SE NA TRH DOSTAT ZÁVADNÝ LÉK?

Každý výrobce musí mít nastaveny kontrolní mechanismy, které zaručují kvalitu vyráběného léku. I přes to však není možné úplně vyloučit výskyt závady v jakosti. Výrobce léku je odpovědný za veškeré analýzy provedené před uvedením na trh. Pouze na základě jejich výsledků, které prokazují, že přípravek splňuje veškeré požadavky registrace na zajištění bezpečnosti, kvality a účinnosti, je možné přípravek propustit z výroby. Činnosti českých výrobců léků a dodržování všech legislativních požadavků pravidelně kontrolují inspektoři SÚKL. Výrobce v zahraničí stejným způsobem kontrolují inspektoři zahraničních lékových agentur. Výsledky všech kontrol v oblasti výroby léčiv jsou v rámci EU uznávány jednotlivými členskými státy.

Kvalita léku však může být ovlivněna i následným způsobem zacházení a uchovávání u distributora, ve zdravotnickém zařízení, v lékárně či u pacienta. Proto se při šetření podezření na závadu v jakosti prověřují také další možnosti, které kvalitu léku mohly ovlivnit.

Státní ústav pro kontrolu léčiv si velmi váží bdělosti pacientů, kteří hlásí podezření na nežádoucí účinek či závadu v jakosti (viz <http://www.olecich.cz/hlaseni-pro-sukl>), a aktivně tak pomáhají ke zvýšení bezpečnosti léčiv.

ZDRAVOTNÍ TVRZENÍ – OCHRANA SPOTŘEBITELE

Odborná redakce Edukafarm

JE NEPOCHYBNÉ, ŽE SPRÁVNOU STRAVOU MŮŽEME OVLIVNIT MNOHÉ ZDRAVOTNÍ PROBLÉMY. NE KAŽDÝ VŠAK DOKÁŽE SESTAVIT SVOJI STRAVU TAK, ABY PLNĚ POKRÝVALA JEHO POŽADAVKY, PROTO JSOU NA TRHU SPECIÁLNÍ POTRAVINY - DOPLŇKY STRAVY, KTERÉ SE TENTO DEFICIT SNAŽÍ NAHRADIT. LZE VŠAK OD NICH OČEKÁVAT SLIBOVANÉ?

Zdravé klouby, pevné kosti, dobrá paměť, příliv energie, kvalitní erekce - jednomu by se mohlo zdát, že při užití všech těchto přípravků by se mohl dožít 100 let s kondicí dvacetiletého... Doplněk stravy obsahují v koncentrované formě biologicky cenné látky, které mohou přispívat k udržení dobrého zdraví. Protože se však u doplňků stravy dosud před uvedením na trh nemusela účinnost ověřovat (tak, jak to známe u léků), popis jejich zdravotních účinků často vznikal spíše než v renomovaných výzkumných institucích v reklamních agenturách. Na běžného spotřebitele se tak dosud valila řada komerčních a zdravotních tvrzení, ovšem bez možnosti rozlišit, co je z toho pravda.

Běžný spotřebitel nemůže mít schopnost se v množství informací souvisejících s doplňky stravy správně orientovat. Protože péče o vlastní zdraví je velmi citlivá oblast, ve které může lehce dojít k zneužití důvěry nebo nepříznivého zdravotního stavu uživatele, bylo nutné tuto situaci řešit legislativně. Evropská Unie proto přijala prostřednictvím Evropského úřadu pro bezpečnost potravin závazek, že všechna tvrzení výrobců ohledně zdravotních účinků doplňků stravy ověří a výrobci pak

budou moci používat pouze schválená = ověřená tvrzení. Závazný právní rámec pro tento postup vytvořilo Nařízení Evropského parlamentu a Rady (ES) č. 1924/2006 o výživových a zdravotních tvrzeních při označování potravin, a tato tvrzení jsou označována jako tzv. „zdravotní tvrzení“.

Úkolem Evropského úřadu pro bezpečnost potravin proto bylo přijmout od výrobců doplňků stravy zamýšlená zdravotní tvrzení, ze kterých po sloučení rovnocenných tvrzení vyplynulo téměř 5000 faktických tvrzení o zdravotních účincích doplňků stravy. U všech těchto tvrzení proběhl - nebo stále probíhá - proces důkladného hodnocení, ve kterém se sleduje, zda jsou tvrzení opravdu z vědeckého hlediska pravdivá, aby mohl být spotřebitel opravdu pravdivě informován.

CO SE ZMĚNÍ...

V průběhu hodnotícího procesu bylo zatím posouzeno 2 700 tvrzení z téměř 4 700 předložených zdravotních tvrzení. Nastavená kritéria jsou opravdu velmi přísná a jen látky s velmi dobře prokázaným zdravotním účinkem se s ním budou moci takto prezentovat. U řady přípravků, jejichž účinnost nebyla potvrzena se tak od prosince 2012 (kdy vstupuje seznam schválených zdravotních tvrzení do platnosti) už nesečkáme s popisem jejich zdravotních účinků. Důležité také je, že v rámci hodnocení byly stanoveny i dávky, u kterých lze příznivé zdravotní tvrzení očekávat. To by mělo výrobcům zabránit v přidávání minimálních (neúčinných) množství obsažených látek, pro zdravotní tvrzení budou povolena pouze tehdy, pokud bude prokázáno, že obsažené účinné látky jsou v produktu v množství potřebném pro vyvolání uváděného účinku.

CO SE NEZMĚNÍ...

Je potřebné si uvědomit, že schválená zdravotní tvrzení se vztahují pouze na danou účinnou látku, ne na konkrétní výrobek. Nová legislativa bohužel stále neřeší, zda doplňky stravy skutečně danou látku obsahují, nebo zda ji skutečně obsahují v deklarovaném množství. Tyto informace před uvedením doplňku stravy na trh ani nadále nikdo neověřuje a jediné kontroly provádí sporadicky Státní zemědělská a potravinářská instituce - jako u všech ostatních potravin. Vzhledem k velmi širokému záběru této instituce však zůstává řada doplňků stravy na trhu bez kontroly a jejich kvalita není ověřena. Doplněk stravy tak v důsledku chybějící garance kvality ani nadále nebudou určeny pro léčbu onemocnění a jejich místo zůstane v doplnění nutričně nekompletní stravy.

Nás očkuješ běžně...
Proč nenecháš
očkovat
sám sebe?



Prevenar 13

Je Vám více než 50 let?
Chraňte se před pneumokokem.

Tak jako pečujete o své mazlíčky, myslte i na sebe. Vakcína Prevenar 13 vám pomůže v ochraně proti závažným (invazivním) pneumokokovým onemocněním.

Zeptejte se svého ošetřujícího lékaře na očkování vakcínou Prevenar 13.



Prevenar 13 je registrovaný humánní léčivý přípravek, jehož výdej je vázán na lékařský předpis. Přečtěte si, prosím, pečlivě příbalovou informaci. Více informací naleznete na www.prevenar13.cz.

PPK-2013.02.072

Schválení vakcíny PREVENAR 13 bylo založeno na základě imunitních odpovědí u dospělých ve věku 50 let a starších. Nejčastěji hlášené nežádoucí účinky v klinických studiích (> 20 %) byly zarudnutí, otok, citlivost, zatuhnutí a bolestivost v místě vpichu, omezení pohyblivosti ramene, snížená chuť k jídlu, bolest hlavy, průjem, zimnice, únava, vyrážka, zhoršení nebo nové bolesti kloubů či svalů. Přecitlivlost na jakoukoliv složku přípravku či vakcínu obsahující difterický toxoid představuje kontraindikaci jeho užití. Prevenar 13 neposkytuje 100% ochranu proti sérotypům pneumokoka, které vakcína obsahuje, a nechrání před sérotypy neobsaženými ve vakcíně.

ANI VE STÁŘÍ NEPODCEŇUJTE PNEUMOKOKOVOU INFEKCI

Odborná redakce Edukafarm ve spolupráci s prim. MUDr. Martinou Novákovou, LDN-Centrum následné péče, Fakultní nemocnice Motol

NÁŠ IMUNITNÍ SYSTÉM PRODĚLÁVÁ BĚHEM ŽIVOTA ŘADU NĚKDY I BOUŘLIVÝCH ZMĚN. ZATÍMCO PLOD JE BĚHEM VÝVINU V DĚLOZE OCHRAŇOVÁN ORGANISMEM MATKY PŘED VĚTŠINOU INFEKČÍ A PŘI KOJENÍ DOSTÁVÁ VHODNÉ PROTILÁTKY PROSTŘEDNICTVÍM MLÉKA, ZÁHY PO PORODU STARTUJE JEHO VLASTNÍ OBRANYSCHOPNOST. ZPOČÁTKU JE VŠAK TAKOVÁ IMUNITA NEZRALÁ A POTRVÁ NĚKOLIK LET, NEŽ BUDE DÍTĚ SCHOPNÉ SPOLEHLIVĚ ODOLÁVAT HROZÍCÍM NÁKAZÁM. ABY SE ODVRÁTIL NEBEZPEČÍ ZÁVAŽNÝCH INFEKČNÍCH CHOROB, JE V ČESKÉ REPUBLICE ZAVEDEN PROPRACOVANÝ SYSTÉM OČKOVÁNÍ.

OČKOVÁNÍ NENÍ JEN PRO DĚTI

Spolu s tělesnou dospělostí bývá u jinak zdravých lidí plně funkční i obranyschopnost. Avšak s přibývajícím věkem může docházet k jejím výpadkům a selhávání, takže mnozí starší lidé trpí obecně větší náchylností k infekcím. Pneumokokové infekce pak představují riziko zejména pro osoby starší 60 let, osoby trpící jinými systémovými chorobami (srdečně cévní nemoci, cukrovka, astma, nemoci ledvin a jater), kuřáky, jedince s odstraněnou slezinou a pacienty dlouhodobě upoutané na lůžko. Senioři jsou vystaveni taktéž riziku získání infekce od malých dětí, které navštěvují školku, protože ty mohou být bacilonosiči.

PNEUMOKOKY MOHOU OHROZIT NA ŽIVOTĚ

Pneumokok je kulovitá bakterie běžně se vyskytující v nosohltanu asi u 10 % zdravých dospělých a až 60 %

malých dětí. Přenáší se kapénkovou infekcí (při kýchnutí a kašli) na vnímavé jedince. Po krátké inkubační době (1 – 3 dny) proniká sliznicí dýchacích cest do plicních sklípků a dále do krevního oběhu nebo do vedlejších nosních dutin a středního ucha. Napadeny však mohou být i srdeční chlopně a klouby. Infekci pneumokokem často předchází chřipka či jiné sezónní respirační onemocnění. Často má dramatický průběh s horečkami a bezvědomím, a pro oslabené jedince může mít fatální následky.

POUČENÍ Z KLINICKÉ PRAXE

Na základě zkušeností lékařů je pokládáno za racionální neotálet s očkovaním skupiny rizikových dospělých. Význam prevence pneumokokové infekce narůstá nejen v případě jednotlivých zástupců starší generace, ale zejména tam, kde jsou senioři soustředěni (domovy důchodců, LDN apod.) Vakcinace se provádí často souběžně s očkovaním proti chřipce.

PLICNÍ HYPERTENZE OHROŽUJE SRDCE

*DUŠNOST, BOLESTI
NA HRUDNÍKU, OTOKY
DOLNÍCH KONČETIN,
NECHUTENSTVÍ,
SLABOST A DOKONCE
ZÁVRATĚ A MDLOBY –
TO JSOU JEN NĚKTERÉ
PŘÍZNAKY PLICNÍ*



*HYPERTENZE. O NEMOCI, KTERÁ ČLOVĚKA
MŮŽE OHROZIT NA ŽIVOTĚ, JSME SI
POVÍDALI S AS.MUDR. PAVLEM JANSOU, ZE
II. INTERNÍ KLINIKY VFN A 1. LF UK V PRAZE.*

CO SI LAIK MŮŽE PŘEDSTAVIT POD POJMEM „PLICNÍ HYPERTENZE“? JAK SPOLU SOUVISEJÍ PLÍCE A VYSOKÝ KREVNÍ TLAK?

Nejedná se o jedno onemocnění, ale o stav organismu, charakterizovaný vysokým krevním tlakem v plicních cévách. Může se vyskytovat u řady chorob srdce, plic, nebo samotných plicních cév.

CO PLICNÍ HYPERTENZI ZPŮSOBUJE A JE TYPICKÁ PRO NĚJAKOU VĚKOVOU SKUPINU?

Věk pacientů není nijak ohraničen, nemoc se může vyskytnout kdykoliv. Nejčastější příčinou plicní hypertenze (PH) jsou choroby srdce a plic. Méně často za ni mohou nedostatečně rozpuštěné krevní sraženiny v plicních cévách u pacientů po akutní plicní embolii. Nejvzácnější je takzvaná plicní arteriální hypertenze, která je způsobena změnami v oblasti malých plicních cév.

PROČ JE PLICNÍ HYPERTENZE POVAŽOVÁNA ZA ŽIVOT OHROŽUJÍCÍ CHOROBU?

Vysoký krevní tlak v plicních cévách má za následek, že je zvýšeně namáhaná pravá srdeční komora, která pumpuje krev přes plicní cévy do levé poloviny srdce. Pokud vysoký tlak v plicních cévách přetrvává dlouho a není léčen, pravou srdeční komoru to nesmírně vyčerpává. Levá

polovina srdce, a jejím prostřednictvím celý organismus pak dostává menší množství krve, která je navíc hůře okysličena.

JAKÉ JSOU TYPICKÉ PŘÍZNAKY PLICNÍ HYPERTENZE?

To, co se děje při nemoci, má za následek pokles krevního tlaku ve velkých cévách, slabost, únavu, dušnost, závratě. Tyto příznaky ale nejsou typické jen pro plicní hypertenzi, naopak mohou provázet řadu jiných, obvykle častějších zdravotních problémů. Stanovení správné diagnózy proto není jednoduché a často trvá dlouho.

EXISTUJE U TAKOVÉTO CHOROBY VŮBEC NĚJAKÁ MOŽNOST PREVENCE?

Předcházet lze PH tehdy, pokud vzniká jako následek vrozených zkratových srdečních vad. Jestliže je pacient včas kardiologicky odoperován, tedy vyléčen, zamezí se i postupnému vzniku vysokého tlaku v plicích. V ostatních případech, kupříkladu u některých revmatologických onemocnění, která vedou k plicní arteriální hypertenzi, nezbyvá, než aby se lékaři snažili za pomoci echokardiografie odhalit nemoc v jejích počátcích, protože časné formy jsou lépe léčitelné.

JAKÝ NEJHORŠÍ KONEC MŮŽE MÍT PLICNÍ HYPERTENZE?

Jestliže trvá dlouho, postupně se zhoršuje a v krajních případech může vést k selhání pravé komory srdeční a k úmrtí.

STAČÍ PRO VŠECHNY PACIENTY JEDINÉ PRACOVIŠTĚ?

Plicní arteriální hypertenze patří mezi takzvaná vzácná onemocnění, pacientů tedy není mnoho. Celkem se v České republice plicní arteriální hypertenzi věnují tři specializovaná pracoviště: Kardiocentrum Všeobecné fakultní nemocnice v Praze, Klinika kardiologie IKEM v Praze a I. interní klinika Fakultní nemocnice v Olomouci. K terapii se používají především farmaka, a podobně jako u jiných vzácných onemocnění je léčba velmi finančně nákladná.

KDE NAJDOU PACIENTI VÍCE INFORMACÍ?

Potřebné informace jim určitě dají kardiologové, případně specializovaná pracoviště. Existuje také několik webových stránek, například www.cteph.cz, www.plicnihypertenze.cz. Je také možné kontaktovat podpůrnou pacientskou organizaci – Sdružení pacientů s plicní hypertenzí. Jeho stránky mají adresu www.plicni-hypertenze.cz.

NEZAPOMEŇTE NA PREVENCI, V LÉKÁRNĚ VÁM DOBŘE PORADÍ!

Rozhovor s PharmDr. Lucií Kotlářovou,
odd. klinické farmacie, EDUKAFARM

PANÍ DOKTORKO, NACHÁZÍME SE V ROČNÍM OBDOBÍ, KDY DO LÉKÁREN PŘÍCHÁZEJÍ LIDÉ S CHŘIPKOU A NACHLAZENÍM. JE MOŽNÉ NĚJAK PŮSOBIT PREVENTIVNĚ PROTI UVEDENÝM ZIMNÍM CHOROBÁM? CO BERETE VY SAMA? VÍTE, CO SE ŘÍKÁ MEZI LIDMI: CHCI BRÁT TO, CO BERE MŮJ LÉKÁRNÍK...

Ano, právě tyto dny jsou nejvíce zátěžové dny v roce z hlediska výskytu nachlazení, chřipky, ale i onemocnění nervové soustavy, jako jsou deprese a další nepříjemné zdravotní záležitosti. To je také důvod, proč v podzimních měsících lékárna „praská ve švech“ a kolegové lékárníci nabízejí široké spektrum látek stimulujících imunitu. Naše klima nás předurčuje k výskytu chřipek a dalších virových onemocnění už od října, s kulminací na přelomu roku. Prevence samozřejmě existuje a plně ji podporujeme, protože prevence je vždy ve svém výsledku levnější a šetrnější než léčba. Pokud mluvíme o chřipce, pak jediná metoda specifické obrany je očkování proti chřipce. Jak sám ale víte, ochota očkovat se v našich krajinách patří mezi nejmenší, což je zřejmě dáno informovaností pacientů o benefitech a rizicích chřipkové vakcíny, respektive vysokou informovaností o mutacích chřipkových virů. Je celkem na škodu, že viry, které se využívají k výrobě vakcíny na doporučení Světové zdravotnické organizace, se v následujícím roce mohou v populaci pohybovat v mutované formě, na kterou má vakcinace jen částečný ochranný vliv. To je vysvětlením, proč lékárník má k dispozici tak široký arsenál nespécificky působících imunomodulačních látek proti virózám a také proti chřipce. A já osobně volím to, co mám vyzkoušené na sobě i rodině, co je účinné a zároveň maximálně bezpečné. Používám osvědčený Imunoglukan s vysokým bezpečnostním profilem, protože účinná látka tohoto přípravku

se systémově nevstřebává a působí na sliznicích, stejně tak Gunaprevac, jehož bezpečnost je dána obsahem nízké dávky tradičně a dlouhodobě používaných účinných látek.

TAKŽE KOMBINACE IMUNOGLUKANU S LÉKEM GUNAPREVC. IMUNOGLUKAN JE V LÉKÁRNÁCH ŘADU LET, TEN DOBŘE ZNÁME, PŘESTO MOHLA BYSTE CHARAKTERIZOVAT, PROČ DOPORUČUJETE ZROVNA TENTO PŘÍPRAVEK NA PODPORU IMUNITY?

Imunoglukan splňuje dva zásadní parametry, které odborník na léky vždy vyhodnocuje ve své praxi. Je to účinnost a bezpečnost. Účinnost Imunoglukanu je doložena klinickými studii nejen s účinnou látkou, ale i se samotným přípravkem. Jak jsem se již zmínila, bezpečnost je dána faktem, že se obsažená látka nevstřebává a ovlivňuje slizniční imunitu. To je podle mě i důvod, proč se tento přípravek tolik zalíbil pediatrům a ti ho často maminkám doporučují, byť v lékárně máme více než 30 různých imunostimulancií k dispozici. Imunoglukan stimuluje nespécifickou imunitu organismu, tzn. první linii naší imunity. Podává se každodenně, po dobu asi 3 měsíců, tzn. od září do listopadu. Preventivně s ním se doplňuje stimulace specifická proti chřipce, a to jedenkrát týdně jedna dávka Gunaprevacu. Ten se může podávat s krátkými pauzami celý podzim a zimu.

POJĎME SE VRÁTIT JEŠTĚ K LÉKU GUNAPREVC. TO JE NOVINKA, ŽE? MOHLA BYSTE TENTO PREPARÁT NĚJAK VÍCE POPSAT A PŘIROVNAT K JINÉMU LÉKU, KTERÝ VŠICHNI ZNÁME? CO PŘINÁŠÍ GUNAPREVC NOVÉHO?

Gunaprevac je novinka, na kterou jsme dlouho čekali. Ti, co si oblíbili Oscilloccinum, velmi dlouho čekali na inovaci, nějaké vylepšení. To nakonec po mnoha letech

přišlo a důvodem byla snižující se citlivost k původnímu přípravku. Není čemu se divit. Když se podíváme na dětskou populaci kolem sebe, zjistíme, že 32 % dětí je v dnešní době alergických. To ale znamená, že jejich imunita reaguje jinak, například je menší odezva na očkování a tvorbu protilátek. Alergie jinými slovy znamená permanentní mírnou prozánětlivou reakci, takže tyto děti reagují jinak. Hlavní obsahová látka Anas barbariae, která je jakousi perorální protichřipkovou vakcínou, není v dnešní době tak schopna vyvolat reaktivitu organismu, tedy odpověď organismu na tuto látku. Každá doba si žádá své. Gunaprevac obohatil tuto základní látku o další látky, které napomáhají tomu, aby organismus a imunita odověděla tak, aby byla docílena preventivní ochrana před virózy, resp. chřipkou. Těšíme se z tohoto přípravku, který odpovídá dnešní době a víme, že za dalších dvacet let budeme potřebovat zase jinou a novou recepturu, která bude odpovídat aktuálním potřebám imunity. Gunaprevac tedy zvyšuje svou účinnost oproti receptuře v Oscillococcinu, zároveň si zachovává vysokou bezpečnost, protože stejně jako tento přípravek se vyznačuje nízkou koncentrací obsahových látek. A pacienta těší jeho podávání – preventivně jedenkrát týdně. To je dávkování, které splňuje ty nejvyšší požadavky na to, aby pacient dodržoval terapeutický režim, to je vysněný dávkovací režim všech lékařů, lékárníků i pacientů, včetně maminek.

EXISTUJE KLINICKÁ STUDIE, KTERÁ SROVNÁVÁ GUNAPREVAC S PROTICHŘIPKOVOU VAKCÍNOU, JAKÉ CÍLE TATO STUDIE SLEDOVALA?

Klinické studie patří k léčivům. I Gunaprevac má zajímavé studie. Gunaprevac byl srovnáván s protichřipkovou vak-

cínou u přibližně 200 italských dětí. Zjistilo se, že Gunaprevac chrání děti před chřipkou obdobně jako protichřipková vakcína, zároveň se ale prokázalo, že očkování proti chřipce a Gunaprevac se velmi dobře doplňují svými doplňujícími se mechanismy. Očkování vede k tvorbě protilátek, Gunaprevac aktivuje buněčnou specifickou imunitu. Společně pak pokrývají různé větve imunity a vzájemně se doplňují. To je důležité jak v monoterapii Gunaprevacem u těch pacientů, kteří nemohou být očkováni, tak i v kombinaci s očkováním pro zvýšení účinnosti vakcinace. Gunaprevac je šikovná forma protichřipkové vakcíny podávané ústy....

CO TEDY RADÍTE MAMINKÁM V LÉKÁRNĚ Z POHLEDU PREVENCE CHŘIPKY? ABY NECHALY SVÉ DÍTĚ OČKOVAT PROTI CHŘIPCE NEBO STAČÍ GUNAPREVAC?

Maminkám radím, aby s přicházejícím podzimem nezapomínaly na vitamíny v zelenině a ovoce a na čerstvý vzduch. Pokud jsou děti v zatěženém prostředí, jakým je školka, škola, kolektiv, pak je vhodná nějaká berlička, která musí být bezpečná. Doporučuji Imunoglukan v době podzimu a zimy, který zvýší odolnost organismu proti virům, bakteriím i parazitům, a to maximálně po dobu 3 měsíců. Pokud se chceme cíleně bránit proti chřipce, pak citlivější je zásah pomocí Gunaprevacu v dávkování 1x týdně jedna dávka. Očkování je pro děti již od 6 měsíců v poloviční dávce a od 3 let v plné dávce, nicméně každá maminka mi potvrdí, že co je možné podat ústy dítěte, je vždy upřednostněno než injekční podání, které děti všeobecně špatně snášejí. Je vždy dobré se poradit s pediatrem, který zná nejlépe zdravotní stav dítěte a zvolí ten nejlepší přístup založený na zkušenosti a odbornosti.



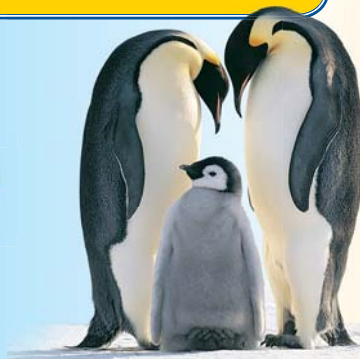
inzerce

BRAŇTE SE NÁSTRAHÁM ZIMY

GUNAPREVAC

k prevenci i léčbě

- ♦ šetrná, přírodní léčba
- ♦ pro děti i dospělé
- ♦ nežádoucí účinky nebyly dosud zaznamenány



Lék k vnitřnímu užití.
Pečlivě čtěte příbalovou informaci.



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



ZAPOMENUTÝ POKLAD VE FARMAKOTERAPII – INFUZNÍ TERAPIE VYSOKODÁVKOVANÝM VITAMINEM C

Rozhovor s MUDr. Hanou Jarošovou z Bioregeneračního a rehabilitačního centra v Říčanech

PANÍ PRIMÁŘKO, NEDÁVNO JSTE ZAČALA SVÝM PACIENTŮM APLIKOVAT INJEKČNÍ (INFUZNÍ) TERAPII VYSOKÝMI DÁVKAMI VITAMINU C. JAKOU FYZIOLOGICKOU ROLI PLNÍ VITAMIN C V ORGANISMU?

Vitamin C má jednak antioxidační roli při oxidativním stresu, který vzniká ze znečištěného ovzduší, z chronických zánětů, z metabolických poruch, např. z cukrovky, při duševním a fyzickém vyčerpání, po aplikaci cytostatik a ozařování a při nádorových onemocněních. Také je potřebný pro normální průběh biochemických reakcí, např. detoxikaci v játrech, tvorbu kolagenu, metabolismus tuků. Nedostatečná hladina vitaminu C zvyšuje koncentraci

traci cholesterolu a jeho frakce LDL, což je škodlivé pro kardiovaskulární systém. Absolutní nedostatek vitaminu C vyvolává kurděje. Ale již při částečném nedostatku tohoto vitaminu se rozvíjí oxidativní stres, který je spoluzodpovědný za vznik chronických zánětů, např. revmatoidní artritidy, alergií, depresivních poruch, onemocnění cév, osteoporózy, opakujících se infekcí, nádorových onemocnění, ale i syndromu vyhoření a chronického únavového syndromu.

STÁLE ČASTĚJI SE MLUVÍ O VYUŽITÍ VITAMINU C V PREVENCI CHOROB. V TÉTO SOUVISLOSTI JE TAKÉ ZMIŇOVÁN ROZDÍL MEZI ÚSTY PODANÝM A INTRAVENÓZNÍM VITAMINEM C.

Částečný deficit vitaminu C ovlivňuje organismus, pokud jde o dlouhodobé zdraví. Např. pro prevenci cévních a nádorových onemocnění je doporučována koncentrace vitaminu C v plazmě minimálně ve výši 0,9 mg/dl, což odpovídá dennímu příjmu 100 mg vitaminu C. Ovšem u chorob, které vznikají díky oxidativnímu stresu, např. při chronických zánětech, kdy je v těle více volných kyslíkových radikálů, je zapotřebí mnohem větší množství vitaminu C, neboť vitamin je spotřebováván při neutralizaci radikálů. Při podání vitaminu C ústy - díky omezeným transportním možnostem ve střevě - lze dosáhnout v krvi jen nízkou koncentraci vitaminu, která postačuje k zajištění pouze některých preventivních, nikoli však léčebných účinků. Pro dosažení léčebných účinků vitaminu C je nutné vytvořit v krvi 10-15x vyšší koncentraci, což je možné dokázat pouze při nitrožilním podání formou



vysokodávkované infuze vitamínu C.

JE ZŘEJMÉ, ŽE INTRAVENÓZNÍ PODÁNÍ VYTVOŘÍ V KRVI KONCENTRACI VITAMINU C, KTERÁ PŮSOBÍ NEJEN PREVENTIVNĚ, ALE TAKÉ TERAPEUTICKY, A TO NEJEN PROTIZÁNĚTLIVĚ, MÁ SVÉ VYUŽITÍ I V ONKOLOGII. PROBERME NEJDŘÍVE PROTIZÁNĚTLIVÉ PŮSOBENÍ.

K léčbě chronických zánětů je zapotřebí až 15x větší koncentrace vitamínu C v krvi oproti „normální“, fyziologické koncentraci. Léčebné koncentrace vitamínu dosáhneme podáním 100-200 mg/kg hmotnosti, tj. 7,5-15 g vitamínu C na osobu vážící 75 kilogramů. Tuto koncentraci vitamínu C lze dosáhnout pouze nitrožilním podáním. Oxidativní stres hraje důležitou roli při zánětech dýchacího ústrojí, ale i při alergiích, např. astmatu a alergické rýmě. Podáním dostatečného množství vitamínu C se rozšiřuje paleta možností léčby alergických onemocnění. Vitamin C má protizánětlivý efekt, snižuje hladinu histaminu a mohl by snižovat spotřebu kortikosteroidů. Vitamin C je důležitým faktorem pro bariérovou funkci kůže, při atopické dermatitidě a psoriáze byla zjištěna výrazně snížená hladina vitamínu C v kůži. Oxidativní stres a chronický zánět podporuje odbourávání kostní tkáně - osteoporózu. Vitamin C svým účinkem působí proti těmto negativním faktorům.

VRAŤME SE K ONKOLOGII. INFUZNĚ PODANÝ VITAMIN C DOKÁŽE NĚKTERÉ NÁDOROVÉ BUŇKY USMRTIT, ZATÍMCO ZDRAVÉ BUŇKY CHRÁNÍ. TENTO SELEKTIVNÍ ÚČINEK JE VE FARMAKOLOGII NEVÍDANÝ, PROTOŽE NAPŘ. CYTOSTATIKA UŽÍVANÁ V ONKOLOGII PŮSOBÍ TOXICKY NA OBA TYPY BUNĚK. MŮŽETE UVEDENÝ ÚČINEK VITAMINU C VYSVĚTLIT?

Vitamin C jako antioxidant je důležitým faktorem v prevenci onkologických onemocnění, protože podávání v terapeutických dávkách – tedy ve vysokodávkované infuzi – chrání zdravé buňky před oxidativním stresem. Při metabolismu vitamínu C vzniká peroxid vodíku, který zdravá buňka dokáže díky své enzymatické výba-

vě odstranit. Některé nádorové buňky však nemají tuto enzymatickou výbavu, proto nedokáží peroxid vodíku zmetabolizovat, peroxid takovou nádorovou buňku poškodí a znemožní její množení. Klinickými studii bylo v posledních letech prokázáno, že infuze vitamínu C zlepšují kvalitu života pacientů s některými onkologickými chorobami. Velmi dobré výsledky byly dosaženy v redukci hmoty a snížení rizika metastáz některých tumorů či zvýšení efektivity základní onkologické léčby. Působení proti metastázování je dáváno do souvislosti se schopností vitamínu C blokovat v některých případech nádorovou angiogenezi, což znamená, že nádor si nemůže nově vytvářet své cévy a šířit se.

KDY JE TEDY VHODNĚ INFUZNÍ TERAPII VITAMINEM C APLIKOVAT PREVENTIVNĚ A KDY LÉČEBNĚ? PŘEDPOKLÁDÁM, ŽE VITAMIN C NEMÁ ZÁVAŽNÉ NEŽÁDOUCÍ ÚČINKY, JE TO FYZIOLOGICKÁ, PRO ORGANISMUS POTŘEBNÁ LÁTKA.



Preventivní podávání vitamínu C se doporučuje v rámci prevence pro snížení rizika aterosklerózy a u onkologických onemocnění. Doporučená dávka 100 mg vitamínu C platí jen pro zdravé jedince. Trpíme-li chorobou z oxidativního stresu, kdy jsou tvořeny reaktivní sloučeniny kyslíku, je zapotřebí vyšších, léčebných dávek vitamínu C, které např. při poruše imunitního systému zajišťují optimální funkci imunity, zlepšují hojení ran, podporují tvorbu kolagenu, zlepšují toleranci stresu, podporují detoxikaci v játrech.

POJIŠŤOVNA INFUZNÍ TERAPII VITAMINEM C NEHRADÍ. KOLIK VLASTNĚ STOJÍ? MOHOU SE NA VÁS ZÁJEMCI O TUTO LÉČBU OBRÁTIT?

Cena přípravku je 706,- Kč, další položkou je platba za jeho aplikaci. Nutné je vstupní vyšetření lékařem, konzultační posouzení vhodnosti indikace vysokodávkované infuze vitamínu C. Je možno říci, že v případě vitamínu C se jedná o zapomenutý poklad ve farmakoterpii. Lidé, kteří se po přečtení tohoto rozhovoru domnívají, že by pro ně byla vhodná infuzní léčba vysokodávkovým vitamínem C, mne mohou kontaktovat na telefonu 777190046 nebo e-mailové adrese: brc.jarosova@gmail.com.

Diskrétní ochrana
při úniku moči?

TENA Lady
Protective Underwear

Jako
spodní
prádlo

- Maximálně diskrétní a pohodlné díky jemnému materiálu podobnému bavlně.
- Jsou 100% prodyšné a výborně absorbují.

VZORKY ZDARMA žádejte
na www.tenavzorky.cz nebo
na bezplatné lince 800 111 121.
www.tenacz.cz



Z LÉKÁRENSKÉ PRAXE

INKONTINENCE VÁS NEMUSÍ VYŘADIT

Odborná redakce Edukafarm

NECHTĚNÝ A VŮLÍ NEOVLADATELNÝ ÚNIK MOČI (MOČOVÁ INKONTINENCE) JE PROBLÉM SICE INTIMNÍ, ALE ZÁROVEŇ NATOLIK ROZŠÍŘENÝ, ŽE V RŮZNÝCH OBDOBÍCH ŽIVOTA ZASÁHNE TĚMĚŘ AŽ POLOVINU VŠECH ŽEN.

Příčiny tohoto problému mohou být velmi rozmanité, z těch nejdůležitějších však lze zmínit anatomické změny po porodu, přechod, neurologická onemocnění, infekce či degenerativní stavy související se stárnutím. Nejčastější formou močové inkontinence je tzv. **stresová (zátěžová) inkontinence**. K nechtěnému odtoku moči dochází při námaze, nebo při kašli či kýchnutí. Zvýšením tlaku v břišní dutině dochází k povolání uzávěru močového měchýře a k uniknutí malého množství moče.

PŘÍČINA A LÉČBA STRESOVÉ INKONTINENCE

Příčinou tohoto typu inkontinence je ochablost pánevního dna, v důsledku které dochází k poklesu dělohy i močového měchýře. Následkem toho dochází k přemístění krčku močového měchýře a močové trubice dozadu, mění se úhel mezi močovým měchýřem a močovou trubicí, v důsledku čeho se každé zvýšení tlaku přenáší přímo na močovou trubicí a dochází k úniku moče.

Základem léčby stresové inkontinence jsou vždy režimová opatření – častější pití menších množství tekutin, vynechání látek podporujících tvorbu moči

(káva, čaj), posilování svalstva pánevního dna. Pokud se stav po těchto opatřeních neupraví, může lékař doporučit chirurgickou „opravu“ pánevního dna. I přes veškerou dostupnou léčbu však nemusí být vždy dosaženo úspěchu. V tom případě je proto pro pacientku vhodné použití zdravotních pomůcek, které jsou schopny zachycovat samovolně unikající moč a zároveň ji nebudou významněji omezovat.

Příkladem mohou být speciální absorpční kalhotky **TENA Lady Protective Underwear Discreet**. Jsou vyrobené z jemného a elastického materiálu doplněného vysoce absorpčním jádrem, které bezpečně pohlcuje uniklou moč i jakýkoliv zápach. Díky anatomickému tvaru a stříhu perfektně kopírují ženské tělo. Na první pohled jsou téměř nerozeznatelné od běžného spodního prádla, přitom však zaručují dokonalou ochranu a diskrétnost. Jsou proto ideální pro všechny ženy s aktivním přístupem k životu, vhodné k nošení i pod elastické oděvy. Jaké to je, zapojit se i přes močovou inkontinenci naplno do oblíbených fyzických společenských aktivit, můžete zjistit, pokud si objednáte ZDARMA vzorky k vyzkoušení na www.tenacz.cz.

ČEKÁ VÁS OPERACE? PŘIPRAVUJTE SE PŘEDEM!

Odborná redakce Edukafarm

KAŽDÁ NEMOCNICE OBVYKLE PŘED PLÁNOVANOU HOSPITALIZACÍ PACIENTA VYBAVÍ INFORMACEMI, CO VŠE BY SI MĚL PŘINĚST.

Obvykle se jedná o základní předměty osobní hygieny, alespoň jeden ručník, přezuvky, pyžamo či spodní prádlo dle osobní preference, příbor. Zapomenout byste nikdy neměli na doklady k Vašemu zdravotnímu pojištění a osobní doklady. Šperky a cenné věci se do nemocnice nosí pouze na osobní zodpovědnost, proto se to obecně nedoporučuje. Kromě tohoto obvyklého „materiálního“ vybavení je však potřebné myslet i na to, jak na operaci co nejlépe připravit své tělo, aby se s takovým náparem dobře vyrovalo. Důležité je dbát na správnou výživu, která je vždy neoddělitelnou součástí komplexní léčby.

HUBNOUT PŘED OPERACÍ?

Může se Vám zdát, že před náročnou operací a následnou delší rekonvalescencí na lůžku může být vhodné něco zhubnout. Může to být pravda, ale jen částečně. Pokud máte „silnější“ tělesnou konstituci, nižší tělesná hmotnost Vám samozřejmě umožní dříve a lépe se po operaci pohybovat, ulehčí se i zdravotnickým pracovníkům, nic by se ale nemělo přehánět. Rozhodně tak nelze doporučit rychlé hubnutí na poslední chvíli, protože hojení a regenerace po operaci vyžaduje mnoho energie a stavebních látek a organismus tak musí často i navzdory jinak dobré pooperační výživě sáhnout do svých zásob (a bohužel nesahá jen do těch tukových).

Pokud tedy víte o plánované operaci, rozhodně byste se v posledních 3 – 4 týdnech před operací měli stravovat zce-

la normálně, případně se více zaměřit na kvalitu Vaší stravy, aby byl organismu na zákrok dobře připraven. Pokud Vaše výživa před operací nebyla dostatečná, ať už úmyslně (při nerozumném hubnutí), či neúmyslně (pro zdravotní potíže, nevolnost, bolesti), je vždy vhodné o tom informovat Vašeho lékaře nebo dietologickou sestru v nemocnici. Budou tak moci pro Vás zajistit po operaci vhodnou stravu.

CO PO OPERACI?

Jen málokdo se přitom probudí z narkózy s chutí k jídlu. Obvykle se chuť do jídla navrácí jen pozvolna, přitom právě v prvním období probíhají nejintenzivnější reparační procesy. Aby Váš organismus nemusel zbytečně sahát na své rezervy, je vhodné se dopředu před operací vybavit tzv. nutridrinky, což je speciálně sestavená tekutá výživa určená pro pacienty se sníženým příjmem či zvýšenou potřebou energie a živin. Výhodné mohou být tzv. kompaktní verze, které v malém objemu obsahují koncentrované živiny a mnoho bílkovin. I malá lahvička s objemem 125 ml tak může svojí výživovou hodnotou odpovídat standardní porci kvalitního masa. I při pomalém konzumování malých množství v průběhu dne tak dokáží zajistit velmi kvalitní výživu a přitom minimálně zatěžují zažívání.

Na operaci je potřebné vždy se chystat v klidu a zbytečně nepanikařit. Kromě základních osobních pomůcek je též důležité si vzpomenout, že jen správná výživa Vám zajistí rychlou rekonvalescenci a tím i rychlý návrat domů!

Více informací o výživě nejen před a pooperační a také poradnu odborníka najdete na www.vyzivavnemoci.cz.

Výživa pro boj s nemocí

Jsem ráda, že má
maminka více síly.

inzerce



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 doplní stravu nemocných. Nutridrink přispívá k urychlení rekonvalescence a zlepšení kondice. Žádejte ve Vaší lékárně.

www.vyzivavnemoci.cz
Infolinka: 800 110 001



VYBÍRÁME MULTIVITAMINY PRO DĚTI

Odborná redakce Edukafarm

JE SAMOZŘEJMÉ, ŽE KAŽDÝ RODIČ SE SNAŽÍ ZABEZPEČIT PRO SVÉ DÍTĚ TO NEJLEPŠÍ. ZDRAVÁ STRAVA A DOSTATEK ŽIVIN PRO SPRÁVNÝ FYZIOLOGICKÝ VÝVOJ DÍTĚTE K TOMU ROZHODNĚ PATŘÍ TAKÉ.

Správná strava, založená na tzv. potravní pyramidě, by měla pokrývat všechny základní nutriční požadavky. Zatímco cukrů a tuků dokáží děti spořádat téměř neomezeně, přízněji se si upřímně - dokážeme naše dítě přimět, aby snědlo doporučené množství ovoce a zeleniny? „Nespolupracující“ dítě bývá obvykle největší překážkou zdravé výživy. Obstrukce s jídlem nebo odmítání vybraných potravin (obvykle právě z kategorie těch „zdravých“) patří do základního repertoáru řady dětí.

Nedostatek vitaminů a minerálů se u dětí často projeví zvýšenou nemocností, slabostí, nechutí do jídla (která nedostatek vitaminů dále zhoršuje), zpomalenou rekonvalescencí po onemocnění, ale např. i nesoustředěností a nervozitou. Vzhledem k proměnlivosti složení u dětí nemá u multivitaminových přípravků velký smysl hodnotit a porovnávat absolutní množství jednotlivých složek - obvykle všechny deklarují komplexní spektrum vitaminů a minerálů. Důležitějším praktickým faktorem je možná ochota dětí tyto přípravky užívat. Pokud se však chcete opravdu zaměřit na ty nejdůležitější kvalitativní faktory, je důležité se zamyslet, zda někdo garantuje kvalitu a skutečný obsah daného přípravku. V tomto ohledu výrazně vyčnívají přípravky registrované jako léky u Státního ústavu pro kontrolu léčiv. Není jich mnoho, ale na rozdíl od obvyklých doplňků stravy se vyznačují výrazně vyšší garancí kvality a účinnosti.



MULTI-SANOSTOL

inzerce

Jediným léčivým přípravkem určeným pro děti už od 1 roku při prevenci nedostatku vitaminů, vnímavosti vůči infekcím, poruchách vývoje a růstu, stavech vyčerpání, oslabeného soustředění a školní únavy, ke zlepšení celkového stavu po prodělané nemoci je sirup **multi-sanostol**. Díky vysokému obsahu vitamínu skupiny B významně podporuje chuť a praktické zkušenosti ukazují, že dokáže „rozjít“ i zaryté dětské „nejedlíky“. Oblíbená forma pomerančového sirupu umožňuje podávat léčivý přípravek jak samotný, tak po naředění vodou na chutnou šťávu. S garancí Státního ústavu pro kontrolu léčiv tak dostáváte pro své děti tu nejlepší kvalitu.



Léčivý přípravek k vnitřnímu užití.

Před použitím čtěte pečlivě příbalovou informaci.

Imunoglukan P4H®

komplex biologicky aktivních polysacharidů a vitamin C

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



Klinicky
ověřené
účinky

sirup neobsahuje alkohol,
barviva ani aromatické látky



sirup již
od 1 roku

doplněk stravy

inPHARM

www.imunoglukan.cz

Výrobce: Pleuran, s.r.o., Peterská 16a, 821 03 Bratislava, Slovenská republika
Informační servis: inPHARM, tel.: 241 432 133, e-mail: inpharm@inpharm.cz

Rychlá a účinná úleva od ucpaného nosu

Olynth® HA
zvlhčující účinek



Kyselina hyaluronová (HA) zvlhčuje a regeneruje nosní sliznici.

Reklama na lék. Olynth® HA 0,05%, Olynth® HA 0,1% obsahují xylometazolin-hydrochlorid. Nosní sprej.

Před použitím si pečlivě přečtěte příbalovou informaci. McNeil Products Limited. Místní zástupce: Johnson & Johnson, s.r.o., tel.: +420 227 012 111. EF_201211009

MADETA

Lipânek

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

