



Z lékařenské praxe:
Lékárníci doporučují

Léky a lidé:
Kde hledat
informace o léčích?

Z klinické praxe:

Řešení gynekologických zánětů
Šetrná léčba bolestí pohybového
aparátu
Role štítné žlázy v těhotenství
Zkušenosti s infuzní terapií
vitaminem C v onkologii

inzerce

Víte, že alergici jsou náchylnější k infekcím?
PEČUJTE O SVOU IMUNITU!



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

léčivý přípravek
čtěte pečlivě příbalovou informaci



doplňek stravy

OBSAH

- Víte, kde hledat informace o lécích ?
- Zkušenosti s infuzní terapií vitaminem C v onkologii
- Šetrná léčba bolestí pohybového aparátu
- Lékárníci doporučují
- Role štítné žlázy při početí a těhotenství
- Řešení gynekologických zánětů v praxi
- Když vás trápí suché oko

Vydává:

EDUKAFARM spol. s r.o., V Areálu 1243,
Jesenice, Tel: 224 252 435, Fax: 222 516 048
e-mail: edukafarm@edukafarm.cz

Šéfredaktor: PharmDr. Zdeněk Procházka

Odborná redakce: PharmDr. Vladimír Věgh,
PharmDr. Lucie Kotlářová, MUDr. Pavel Kost-
uk, CSc., MUDr. Jiří Slíva, Ph.D., Robert
Jirásek

Manažer projektu:

Ing. Renáta Podracká, tel: 724 261 177

Poradní sbor: viz www.edukafarm.cz

Číslo 2/2013, ročník 11

Registrováno pod č. MK ČR E 14879

ISSN 1214-5009

Na stránkách této přílohy usilujeme o vzdělá-
ní, a to zejména tam, kde existuje reálná mož-
nost vyvolat odpovídající zájem široké veřejnosti
o vlastní zdraví. Cílem tohoto časopisu není
podpora předepisování, prodeje nebo spotřeby
léků, jejichž profily nebo příklady jsou zde uve-
deny pro výše zmiňovanou edukaci.

inzerce

Když bolest volá..., je tu Rychlé řešení.

Znáte
z TV
reklamy!



www.nalgesin.com

Krka ČR, s.r.o.

Sokolovská 79/192, 186 00 Praha 8 – Karlín
Tel. +420 221 115 115, Fax +420 221 115 116
www.krka.cz, info.cz@krka.biz



- Rychlý nástup účinku.
- Dlouhotrvající účinek 8 – 12 hodin.
- Nově také balení 30 tablet.

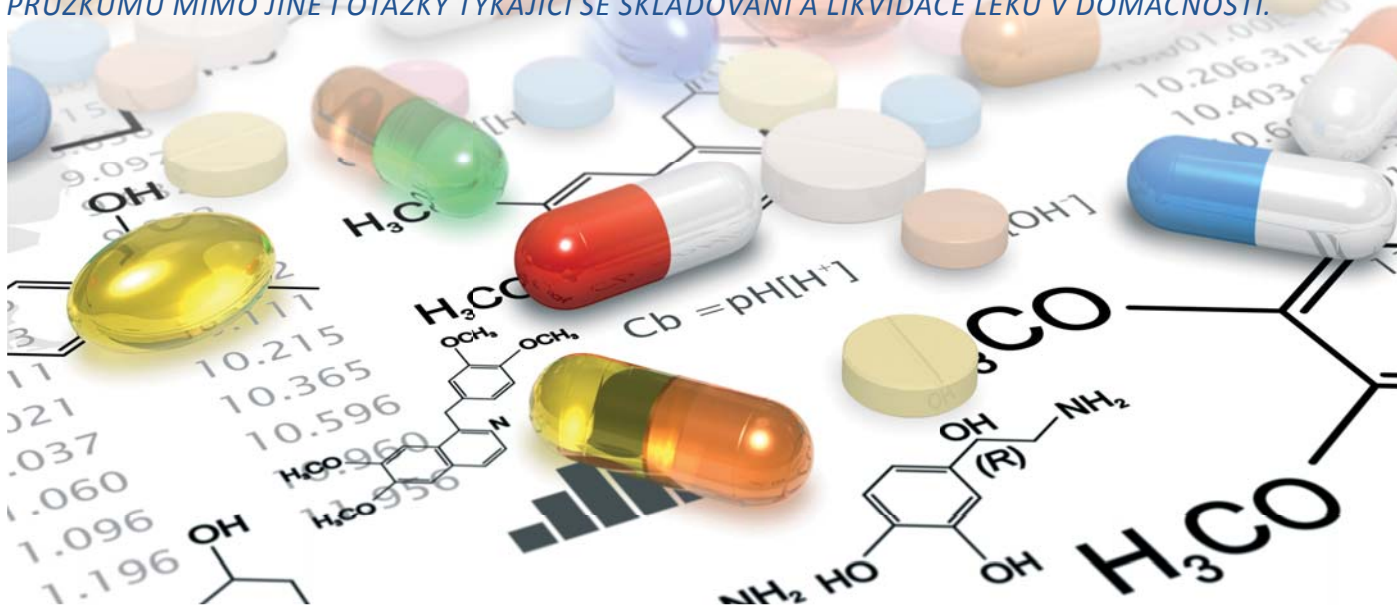


*Invence a znalosti
pro účinné a bezpečné
výrobky nejvyšší kvality.*

VÍTE, KDE HLEDAT INFORMACE O LÉCÍCH?

Státní ústav pro kontrolu léčiv, Praha

STÁTNÍ ÚSTAV PRO KONTROLU LÉČIV (SÚKL) KAŽDOROČNĚ PROVÁDÍ PRŮZKUM MEZI LÉKAŘI, LÉKÁRNÍKY A VEŘEJNOSTÍ. JEHO ÚKOLEM JE ZJISTIT PŘEDEVŠÍM TO, KDE A JAKÝM ZPŮSOBEM ZÍSKÁVAJÍ LAICI I ODBORNÍCI INFORMACE O LÉCÍCH, A JAK TYTO INFORMACE DÁLE VYUŽÍVAJÍ. LETOS BYLY SOUČÁSTÍ PRŮZKUMU MIMO JINÉ I OTÁZKY TÝKAJÍCÍ SE SKLADOVÁNÍ A LIKVIDACE LÉKŮ V DOMÁCNOSTI.



Do skupiny „veřejnost“ bylo zahrnuto 1500 pacientů. Více než 37 % z nich získává informace o léčích přímo od lékaře, 28 % z příbalového letáku, 10 % od lékárníka a 9 % z internetu. Dalšími zdroji informací bývají reklamní materiály, reklamy v TV či informace od známých nebo kolegů. Příbalový leták jako zdroj informací o léku tak využívá téměř každý třetí člověk. V případě, že pacient užívá jemu neznámý lék, přečte si příbalový leták téměř vždy (98 %).

SÚKL sleduje i to, v jaké míře se u pacientů vyskytují nežádoucí účinky léků. Na základě získaných odpovědí bylo možné zjistit, že zkušenost s nežádoucími účinky u sebe anebo blízkých, má téměř polovina pacientů (45 %). Polovina dotazovaných pak ví, že nahlášením nežádoucích účinků může pomoci ostatním. 84 % pacientů hlásí nežádoucí účinky léku svému lékaři, 11 % lékárníkovi, dalších 11 % je nehlásí nikomu. Přímou prostřednictvím informačního portálu www.olecich.cz hlásí nežádoucí účinky 4 % pacientů a zbylá 2 % tuto skutečnost sdělí zdravotní sestře.

Poslední část průzkumu se zabývala zacházením s léky v domácnostech. Nepoužívané léky doma skladuje 38 % obyvatel. Skladování nepoužitých léků lidé nejčastěji vysvětlují tím, že jim lék doma zbyl v důsledku změny léčby (51 %), mají jej do zásoby (34 %), u léku již prošla doba jeho použitelnosti (14 %), při užívání léku se objevily nežádoucí účinky (12 %) nebo doma zbyl po jiném členu domácnosti (9 %).

Velmi zajímavým zjištěním bylo, jak lidé nakládají s léky, které již nechťejí používat. Téměř dvě třetiny (63 %) je odevzdávají zpět do

lékárny, což je také jediným správným způsobem. Nepoužité léky jsou totiž definovány jako „nebezpečný odpad“, a proto je s nimi třeba zacházet se zvýšenou opatrností. Naprosto nevhodným způsobem je vhodit je do popelnice spolu s běžným odpadem (tuto možnost zvolilo 19 % dotazovaných). 14 % lidí uvedlo, že nepoužité léky odevzdá v ordinaci lékaře, 11 % si doma nechává i léky nepoužité, 4 % je odevzdává někomu z příbuzných a 2 % takové léky ponechávají ve sběrném dvoře.

V žádném případě tak není možné vyhazovat nepoužité léčivé přípravky do popelnice společně s běžným odpadem či např. splachovat do WC apod. Při odložení do popelnice s komunálním odpadem hrozí následně prosakování nebezpečných látek do půdy, při spláchnutí do WC je to podobné – nebezpečné látky se mohou dostat do vody a je velmi obtížné je z vody následně odstranit. Jediným správným způsobem je odevzdání nepoužitých léčivých přípravků v lékárně.

U léků v domácnosti je třeba kontrolovat jejich stav a dobu použitelnosti, což činí 79 % dotázaných. Desetina lidí kontroluje léky až ve chvíli, kdy je chtějí použít. Zajímavostí je, že léky pravidelně kontrolují častěji lidé starší 60ti let (51 %), lidé žijící v domácnostech s příjmem do 20 tis. Kč (47 %) a také ženy (43 %).

Kompletní výsledky průzkumu najdete na informačním portálu www.olecich.cz.

Rychlé i dlouhodobé řešení vaginálních potíží

Rosalgin pomůže všem ženám



Intimní svědění, pálení, výtok nebo bolest jsou projevy zánětu. Rosalgin rychle uleví od bolesti, potlačí škodlivé bakterie a kvasinky a sníží množství výtoku.



Pro prodloužení období bez vaginálních potíží také **Feminella Vagi C** a **Feminella Hyalosoft**.

Léčivou látkou přípravku Rosalgin je benzydamin hydrochlorid. Roztok k intimním oplachům a výplachům. Čtete pečlivě příbalový leták. Feminella Vagi C a Feminella Hyalosoft jsou zdravotnické prostředky.

ŘEŠENÍ GYNEKOLOGICKÝCH ZÁNĚTŮ V PRAXI

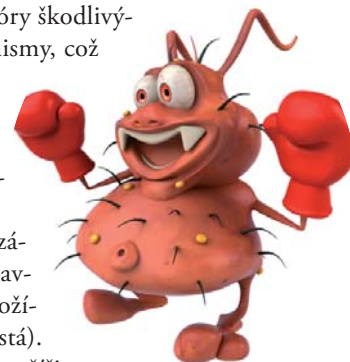
odborná redakce Edukafarm ve spolupráci
s MUDr. Michalem Kvapilem Gyn-FEM s.r.o., Praha 10

POŠEVNÍ ZÁNĚT JE NEJČASTĚJŠÍM PROBLÉMEM, SE KTERÝM ŽENY NAVŠTĚVUJÍ GYNEKOLOGICKOU AMBULANCI. PROJEVUJE SE VÝTOKEM A ČASTO JE SPOJEN SE SVĚDĚNÍM A PÁLENÍM ZE VNĚJŠÍCH RODIDEL. MNOHO ŽEN PŘÍCHÁZÍ S TĚMITO PROBLÉMY OPAKOVANĚ.

CO BÝVÁ NEJČASTĚJŠÍ PŘÍČINOU?

Zdravá pochva (vagína) je dominantně osídlena ochrannými mléčnými bakteriemi – laktobacily, které zajišťují její samočisticí funkci a brání růstu jiných mikroorganismů. K narušení rovnovážného systému dochází průnikem patogenu do pochvy nebo překoná-li saprofyt (bakterie vyskytující se v omezeném množství v pochvě) přirozenou obranyschopnost ženy. Poté dochází k nahrazení této přirozené mikroflóry škodlivými a patogenními mikroorganismy, což vede k poruše kyselosti vaginálního prostředí, rozvoji zánětu provázeného výtokem, někdy také svěděním či pálením a event. zápachem.

Kromě nepohody mohou záněty vést k bolestem při pohlavnímu styku či k poruchám prožívání sexuality (žena se cítí nečistá). Některé typy zánětů se mohou šířit vzestupně a vyvolat pánevní zánět, který v důsledku může vést až k neplodnosti nebo nutnosti radikální gynekologické operace. V těhotenství může být zánět naopak příčinou potratu či předčasného porodu. Některé bakterie pak mohou infikovat během porodu plod.



LÉČBA POŠEVNÍCH ZÁNĚTŮ

Pokud dojde k rozsáhlejšímu pomnožení patogenních mikrobu, je potřeba se primárně zaměřit na eradikaci této patogenní mikroflóry (kvasinek a bakterií). Při léčbě je však vždy potřebné volit registrované *léčivé přípravky*, není zcela vhodné spoléhat se na kosmetické prostředky (např. *tea tree oil*). Z volně prodejných léčivých přípravků je možné vybírat z lokálně podávaných *antimykotik* nebo *protizánětlivých látek* s antimikrobiálním účinkem. Antimykotika (*klotrimazol*, *ekonazol*) se používají obvykle ve formě

se používá obvykle ve formě výplachů. Protizánětlivým efektem normalizuje stav poševní sliznice a antiseptickými vlastnostmi zajišťuje působení proti patogenním mikrobům. Kromě toho je velkou výhodou benzydaminu také částečný znečítlivující efekt, který vede k rychlé úlevě od doprovodných příznaků, jakým je svědění a pálení.

JAK LZE ONEMOCNĚNÍM PŘEDEJÍT?

Prevence by měla spočívat v pravidelné a správné hygieně, zvláště při menstruaci. Preferováno je používání menstruačních tamponů před vložkami. Důležitá někdy bývá i úprava stravovacích návyků a stylu oblékání (u opakujících se kvasinkových infekcí), stejně tak je na místě vyvarovat se rizikového sexuálního chování. V řadě případů však tato opatření nejsou dostatečná. K účinné prevenci přispívá i užívání přípravků, které pomáhají normalizovat vaginální flóru. Může se jednat o přípravky ovlivňující kyselost poševního prostředí (kyselina mléčná, kyselina askorbová) nebo přímo doplňující potřebné množství laktobacilů, tj. prospěšných bakterií, které udržují příznivé pH pochvy, a brání tím růstu a šíření škodlivých patogenních mikroorganismů. Někdy je účinné u opakujících se poševních výtoků volit výplachy pochvy přípravkem s benzydaminem po menses s navazující léčbou laktobacily.

Podrobnější informace a bezplatnou poradnu pro ženy s vaginálními potížemi najdete na www.zenskezanety.cz

vaginálních krémů nebo čípků. Působí zejména proti kvasinkovým infekcím. Delší aplikace však není z důvodu mastného charakteru použitých lékových forem (čípky, krémy) příliš pohodlná. Mezi protizánětlivá léčiva používaná u infekcí pochvy patří především *benzydamin* (k dostání bez receptu pod názvem Rosalgin). Ten

PTEJTE SE ODBORNÍKŮ PORADÍ VÁM NA SAMOLÉČENÍ.CZ



ALERGICKÁ REAKCE NA HMYZÍ BODNUTÍ

Před třemi dny mne kousla muchnička nebo něco podobného do nárty na noze. Celou neděli se nic nedělo, ale byla jsem se koupat a v pondělí mi pak začala noha otékat a okolí bodnutí začalo být bolestivé. Myslela jsem si, že to je alergická reakce na bodnutí, tak jsem si nohu jen chladila a mazala přípravkem IBU-HEPA na splasknutí otoku. Bohužel mám stále nohu oteklou a bolestivou. Chtěla jsem si vzít ještě nějaký lék proti alergii v tabletách, jen nevím, zda se s mastí IBU-HEPA neovlivňují. Nemohla se mi při koupání dostat do ranky infekce?

Poštípání muchničkami je obvykle mnohem bolestivější a i projevy jsou déle trvající než např. při štípnutí komárem. Projevy mohou být také zhoršené individuální alergickou reakcí - tu ale mast IBU-HEPA neovlivňují, proto by bylo vhodnější použití nějakého lokálního antihistaminika (např. ve formě gelu) nebo také antihistaminika ve formě tablet (léky proti alergii). Pokud jste si ranku nerozškrábala, infekce by vám neměla hrozit. Rozhodující je nyní vývoj ranky - pokud by se ani po 5 dnech a při užívání antihistaminik stav nelepšil, je lepší vyhledat lékaře.

ALERGIE NA SLUNCE

Je možné mít alergii na slunce? Jak je možné se toho zbavit, a co pomáhá proti této vyrážce? Většinou se mi to objeví po zimě při prvním silnějším slunci. A docela dost to pálí a svědí. Mám jít k lékaři?

Tato reakce kůže se odborně označuje jako tzv. polymorfní světelná dermatóza, lidově pak bývá označována jako „alergie na slunce“. Není to standardní typ alergie, chybí konkrétní alergen, ale dochází k aktivaci alergických mechanismů, včetně uvolnění histaminu. Při akutních projevech je proto vhodným postupem podání antihistaminik. Dokážou odstranit nebo zmírnit příznaky, jako jsou svědění a zarudnutí pokožky. Velmi důležitá je však prevence, tj. používání krému s vysokým ochranným faktorem nebo specializovaných ochranných prostředků proti sluneční alergii, které někteří výrobci nabízejí.

Tým samoleceni.cz

ZKUŠENOSTI S INFUZNÍ TERAPIÍ VITAMINEM C V ONKOLOGII



MUDr. Marta Holíková
zástupce primáře,
vedoucí lékař ambulancí
Komplexní onkologické
centrum, Krajská nemocnice
Liberec

1) Paní doktorko, onkologie představuje oblast medicíny, která je spojena se závažnými onemocněními. I v této oblasti medicíny se udělaly pokroky. Mohla byste říct, které typy rakoviny jsou dnes léčeny s větší pravděpodobností na úspěch vyléčení a díky čemu?

Především díky prudkému rozvoji molekulárně-biologických metod došlo v posledních letech k získání velkého množství poznatků o transformaci normálních buněk v buňky nádorové, o příčinách nádorového růstu, způsobech metastazování a o dalších charakteristikách maligních onemocnění. Kromě chirurgického odstranění, chemoterapie a radioterapie nádorů, můžeme v dnešní době využívat i tzv. "cílenou" biologickou terapii u nádorů prsu, tlustého střeva, maligních lymfomů, nádorů ledvin, žaludku, plic, slinivky břišní a dalších. Díky těmto novým možnostem samozřejmě stoupá šance na vyléčení, případně významné prodloužení života pacienta.

2) Onkologická terapie je pro pacienta mimořádně zatěžující. Existují nějaké podpůrné postupy, které by nežádoucí účinky této léčby významněji snížily?

Podpůrná léčba v onkologii je velice široký pojem, zahrnuje léčbu bolesti, léčbu nevolnosti a zvracení, léčbu anemie, neutropenie (nedostatek bílých krvinek) po chemoterapii nebo radioterapii, dále onkologická terapie může být kardiotoxická, nefrotoxická a setkáváme se často i s projevy kožní toxicity, s projevy únavy a slabosti. Máme k dispozici různé druhy podpůrných léků a prostředků. Patří mezi ně růstové faktory pro bílou a červenou krevní řadu, léky nejnovější generace proti nevolnosti a zvracení (tzv. setrony), nutriční doplňky, léky proti bolesti, léky modifikující kostní metabolismus a další. V poslední době jsme si mohli vyzkoušet a začít aplikovat u našich pacientů infuzní terapii vysokou dávkou vitamínu C, se kterou máme velmi dobré zkušenosti.

3) Zmínila jste infuzní terapii vitamínem C. Kam by jste ji v péči o onkologického pacienta začlenila? Jaký má podle Vašeho názoru význam?

Infuzní vysoká dávka vitamínu C je používána v onkologii jako součást nutriční léčby (parenterální výživy), protože nádorové bujení a onkologická léčba vedou prokazatelně k deficitním hladinám vitamínu C. Ve studiích se uvádí, že tento deficit se mnohdy blíží úrovni skorbutu (kurděje). V takovém případě jsou ohroženy imunitní funkce, organismus je zahlcen oxidativním stresem, který je živnou půdou pro chronicky zánětlivé reakce. Kvůli deficitu vitamí-

nu C může také špatně fungovat metabolismus, cévní a nervový systém. Toto všechno se v rámci chemoterapie projevuje nežádoucími účinky. Patří sem zejména nevolnost, zvracení, žaludeční a střevní obtíže, únava, slabost, vyčerpání, anémie, deprese, dyslipidémie, snížená odolnost vůči infekcím, špatné hojení ran, snížená pevnost cév a další. Nicméně vysoká dávka vitamínu C promptně koriguje deficitní hladinu vitamínu C v krvi a jeho zmíněné funkce udržuje na potřebné úrovni, což vede ke snížení výskytu nežádoucích účinků.

4) Infuzní terapii vitamínem C se připisuje – vedle Vámi uvedených antioxidačních a imunitu podporujících účinků - také selektivní protinádorový účinek. Jak by se dal vysvětlit?

Zjednodušeně řečeno, nedávný výzkum na nádorových buňkách ukázal, že vitamin C může potlačit množení buněk maligních nádorů, usmrcuje je a redukuje hmotu tumoru. Mechanismů cytotoxického působení vysokých koncentrací vitamínu C je pravděpodobně několik, nicméně za hlavní se považuje to, že vitamin C vstupuje v bezprostředním okolí nádorových buněk do biochemických reakcí, jejichž výsledkem je produkce pro nádorovou buňku vysoce toxického peroxidu vodíku, který je schopen ji zničit. Samozřejmě selektivita tohoto účinku spočívá v tom, že u zdravých buněk k tomuto likvidačnímu procesu nedochází, jelikož v jejich okolí se peroxid vodíku v takové míře neprodukuje. A pokud se tak stane, zdravá buňka je vybavena enzymy, které jsou schopny peroxid vodíku redukovat. Naštěstí tyto enzymy nemá nádorová buňka k dispozici, a proto ji peroxid vodíku zničí. Zmíněný výzkum prezentuje ještě další zajímavé výsledky, které dokládají, že vitamin C blokuje nádorovou angiogenezi (novotvorbu cév) a tím působí proti metastázování nádorů. Tento mechanismus účinku dávají někteří autoři studii do souvislosti se schopností vitamínu C produkovat kolagen, který silně podporuje procesy hojení a díky kterému se nádor zapouzdří.

5) Proč někteří lékaři zpochybňují protinádorový účinek u vitamínu C, když se zdá být prokázán?

Určitá nedůvěra v protinádorový účinek vitamínu C vychází z předpokladu, že na tomto poli zatím nemáme k dispozici dostatečně velké klinické studie. Ovšem v poslední době byly publikovány klinické studie menší, které potvrdily pozitivní vliv infuzně



podaného vitamínu C na prognózu onkologického onemocnění. Například v tomto roce taková studie byla publikována v časopise *Cancer Chemotherapy and Pharmacology*. V této studii byla hodnocena účinnost a bezpečnost infuzně podaného vitamínu C v kombinaci s chemoterapií v léčbě pacientů s metastázujícím karcinomem pankreatu (slinivky břišní). Tato zcela nová studie deklaruje k uvedené kombinaci – v porovnání s chemoterapií bez vitamínu C - významné prodloužení života daných pacientů s tím, že tato kombinace nebyla zdrojem žádných závažných nežádoucích účinků. Samozřejmě, tato studie bude pokračovat další fází, zařazení budou další pacienti.

6) To co uvádíte vyplývá již i z Vašich zkušeností s infuzní terapií vitamínem C u onkologických onemocnění? Můžete nám přiblížit Vaše zkušenosti v této oblasti? Při kterých typech rakovin se Vám nejvíce osvědčila tato terapie?

Vitamin C aplikujeme v infuzi na naší ambulanci Komplexního onkologického centra již několik měsíců u pacientů s různými typy nádorových onemocnění – u karcinomu prsu, vaječníků, tlustého střeva, slinivky břišní a dalších. Zejména se mi osvědčilo podávání infuzního vitamínu C u pacientů, kteří z důvodu pokročilosti nádorového onemocnění nemohou podstoupit konvenční onkologickou léčbu. Například u pacienta s pokročilým karcinomem slinivky břišní s metastázami do jater došlo již po 3 týdnech k úpravě jaterních testů a celkovému zlepšení kvality života.

7) Jak používáte infuzní terapii vitamínem C - v kombinaci s jinou terapií, nebo samostatně? V jakém terapeutickém schématu ji používáte?

Vitamin C aplikujeme buď současně těm pacientům, kteří podstupují chemoterapii, anebo samostatně pacientům, kteří již léčbu ukončili a jsou na symptomatické terapii. Před a po chemoterapii dodržujeme minimálně 24-hodinový odstup od aplikace. Vitamin C v jednorázové dávce 7,5 g aplikujeme ve 30 minutové infuzi fyziologického roztoku 1x týdně opakovaně po dobu 4-8 týdnů. Před aplikací je vhodné vypít 0,5l vody a v den jejího podání je nutné dodržovat klasický pitný režim. Infuze je kontraindikovaná u pacientů, kteří nemají v pořádku ledvinové funkce.

8) Jak pacienti snášejí infuze vitamínu C. Je vhodná pro každého pacienta?

Zatím jsme se nesetkali s žádným nežádoucím účinkem této léčby, infuze jsou tolerovány velmi dobře. Pacienti se po aplikaci cítí lépe, mizí nevolnosti, únava, vyčerpání, poruchy spánku a zlepšuje se tak kvalita jejich života. Infuzní léčba vitamínem C je vhodná především pro onkologické pacienty jak v pokročilém stadiu onemocnění, tak i na počátku chemoterapie. I když v Česku zatím není infuzní terapie vitamínem C běžně používána, zkušenosti ze sousedního Německa či vzdálenějšího amerického kontinentu nám dodávají dostatek informací pro její integraci do běžné klinické praxe.

9) Jaký vidíte přínos této terapie a co byste doporučila lékařům a pacientům?

Chtěla bych zopakovat, že infuzně podaný vitamin C má prokázaný antioxidační, protizánětlivý a imunomodulační účinek. Proto nasazení nitrožilně podávaného vitamínu C jako tzv. parenterální výživy jednoznačně patří do onkologické péče, protože onkologičtí pacienti trpí deficitem vitamínu C, čímž jsou omežovány jejich imunitní reakce. Takový pacient je vystaven oxidativnímu stresu a souvisejícím nežádoucím účinkům. Deficit vitamínu C tedy může velmi negativně ovlivnit onkologické onemocnění i léčbu. Stručně řečeno, této oblasti využití infuzního vitamínu C říkáme nutriční farmakologie a zde není o nutnosti nasazení této infuze sebemenších pochyb.

10) Mohou se na vás zájemci o tuto léčbu obrátit?

Infuzní terapie vitamínem C je registrovaná Státním ústavem pro kontrolu léčiv, je vázána na lékařský předpis a stojí kolem 800,- Kč. Lidé, kteří se domnívají, že by pro ně byla vhodná infuzní léčba či preventivní kúra vysokodávkovaným vitamínem C, mohou kontaktovat svého onkologa či jakéhokoliv lékaře, protože tuto terapii může předepsat každý lékař. Místně příslušného lékaře, který se touto terapií zabývá lze nalézt na internetové adrese www.inpharm.cz. Samozřejmě, pacienti z Liberce a okolí, případně i ostatní, mohou kontaktovat přímo naše Komplexní onkologické centrum (tel.:485312267, e-mail: onkologie@nemlib.cz).

Rozhovor vedl

PharmDr. Zdeněk Procházka, šéfredaktor

LÉKÁRNÍCI DOPORUČUJÍ 2012



PRŮZKUM „LÉKÁRNÍCI DOPORUČUJÍ“ SE V ČR USKUTEČNIL JIŽ POPÁTÉ. OSLOVENÍ FARMACEUTI A FARMACEUTIČTÍ ASISTENTI SE VYJADŘOVALI KE 48 OBLASTEM ZDRAVÍ A UVÁDĚLI PŘÍPRAVKY, KTERÉ POVAŽUJÍ ZA NEJVHODNĚJŠÍ A PO KTERÝCH BY SÁHLI SAMI, NEHLEDĚ NA FIREMNÍ MARKETINGOVÉ KAMPANĚ A VŠUDYPŘÍTOMNOU REKLAMU. VÝSLEDKY DOTAZOVÁNÍ BYLY NÁSLEDNĚ ZPRACOVÁNY A VYHODNOCENY. V DNEŠNÍM ČÍSLE NALEZNETE POKRAČOVÁNÍ „HITPARÁDY“ PREPARÁTŮ, KTERÉ ZVÍTĚZILY V JEDNOTLIVÝCH KATEGORIÍCH A KTERÉ SE TĚŠÍ NEJVĚTŠÍ DŮVĚŘĚ ZE STRANY ODBORNÉHO PERSONÁLU LÉKÁREN.

AKNĚ - KOSMETIKA

Název přípravku	Třída	Četnost
BIODERMA SÉBIUM	K	22,9 %
VICHY NORMADERM	K	15,1 %
LA ROCHE EFFACLAR	K	11,7 %
AKNECOLOR (clotrimazol)	LP	11,2 %
EUCERIN DERMOPURIFYER	K	8,2 %
AVÉNE	K	4,8 %
CUTISHELP	K	4,3 %
CANNADERM AKNEA	K	2,7 %
RYOR AKNESTOP	K	2,3 %
konopná kosmetika (blíže nespecifikováno)	K	1,8 %

HEMOROIDY

Název přípravku	Třída	Četnost
FAKTU (poliresulenum, cinchocaini hydrochlor.)	LP	39,7 %
DOBEXIL H (Ca dobesilas monohydr., lidocaini h.)	LP	14,2 %
PROCTO-GLYVENOL (tribenosidum, lidocaini h.)	LP	12,2 %
PREPARATION H (faecis extract., selach. hep. ol.)	LP	6,6 %
HEMODIN	DS	4,7 %
HEMOSTOP	DS	4,5 %
MASTU S (bufexamacum, bismuthi subgallas)	LP	3,2 %
DIOSMINOL	DS	2,8 %
dubová kúra (blíže nespecifikováno)	-	2,8 %
MOBIVENAL	DS	2,4 %

KŘEČOVÉ ŽÍLY

Název přípravku	Třída	Četnost
DIOSMINOL	DS	17,8 %
LIOTON (heparinum natricum)	LP	12,8 %
WALMARK VARIXINAL	DS	12,0 %
MOBIVENAL MICRO	DS	12,0 %
VENORUTON (oxerutinum)	LP	11,6 %
GLYVENOL (tribenosidum)	LP	10,0 %
ANTISTAX (vitis viniferae rubrae folii extr. aq.siccum)	LP	8,0 %
DIOHES PLUS	DS	5,2 %
CILKANOL (troxerutinum)	LP	3,0 %
VENITAN (hippocastani extr)	LP	1,0 %

KOŽNÍ PLÍSŇĚ

Název přípravku	Třída	Četnost
CANESPOR (bifonazolium)	LP	29,4 %
CANESTEN (clotrimazolium)	LP	18,1 %
EXODERIL (naftifini hydrochloridum)	LP	12,1 %
LAMISIL (terbinafini hydrochloridum)	LP	10,1 %
clotrimazol (blíže nespecifikováno)	-	7,0 %
AL CLOTRIMAZOL (clotrimazolium)	LP	5,4 %
MYFUNGAR (oxiconazolii nitras)	LP	3,1 %
IMAZOL (clotrimazolium)	LP	2,9 %
BIODEUR	K	2,1 %
TERBISTAD (terbinafini hydrochloridum)	LP	1,4 %

MAKULÁRNÍ DEGENERACE

Název přípravku	Třída	Četnost
OCUVITE	DS	45,0 %
AVILUT	DS	18,6 %
PROTECTUM	DS	9,2 %
OCUTEIN	DS	8,6 %
lutein (blíže nespecifikováno)	-	4,7 %
OSTROVIDKY	DS	3,4 %
PRO-VISIO	DS	2,1 %
OCUMAX LUTEIN	DS	1,8 %
LUTAMAX	DS	1,3 %

LUPY

Název přípravku	Třída	Četnost
NIZORAL (ketoconazolium)	LP	45,9 %
BIODERMA NODÉ	K	9,8 %
VICHY DERCOS	K	7,0 %
POLYTAR (pices mixt.)	LP	5,6 %
LA ROCHE KERIUM	K	3,7 %
FREEDERM ZINC	K	3,3 %
DR. MULLER PANTHEHAIR PROTI LUPŮM	K	3,0 %
MEDIKET	K	2,8 %
DUCRAY	K	2,6 %
EUCERIN DERMOCAPILLAIRE	K	2,3 %

SUCHÁ KŮŽĚ

Název přípravku	Třída	Četnost
EXCIPIAL (urea)	LP	48,4 %
BIODERMA ATODERM	K	9,9 %
ALTERMED LECIDERM	K	7,9 %
LINOLA (acidum linoleic., acidum 9,11-linoleic.)	LP	6,6 %
A-DERMA EXOMEGA	K	5,1 %
LA ROCHE LIPIKAR	K	4,2 %
LIPOBASE REPAIR	K	2,6 %
EUCERIN	K	1,8 %
cremor leniens (blíže nespecifikováno)	-	1,3 %
DEXERYL	K	0,9 %

PROBIOTIKA

Název přípravku	Třída	Četnost
SWISS LAKTOBACILY	DS	26,9 %
BIOPRON	DS	21,1 %
APO-LACTOBACILLUS	DS	13,0 %
GS LAKTOBACILY	DS	5,1 %
ACTILAC	DS	3,4 %
LACIDOFIL (L. acidophilus, L. rhamnosus)	LP	3,2 %
LACTOBENE	DS	3,0 %
PROBACIN	DS	3,0 %
MULTILAC	DS	2,2 %
ENTEROL (saccharomyces boulardii siccatus)	LP	2,0 %

OPALOVÁNÍ

Název přípravku	Třída	Četnost
DAYLONG	K/ZP	40,9 %
BIODERMA PHOTODERM	K	19,8 %
LA ROCHE ANTHELIOS	K	8,0 %
VICHY CAPITAL SOLEIL	K	7,0 %
LADIVAL	K	6,8 %
EUCERIN SUN	K	4,5 %
beta-karoten (blíže nespecifikováno)	-	2,5 %
ALTERMED SUN	K	2,3 %
AVÉNE	K	1,8 %

DIOSMINOL PŘI KŘEČOVÝCH ŽÍLÁCH

Komentář průzkumu Lékárníci doporučují 2012

Odborná redakce Edukafarm

PROBLÉMY SE ŽILNÍM SYSTÉMEM DOLNÍCH KONČETIN – ZNÁME JAKO „TĚŽKÉ NOHY“ A „KŘEČOVÉ ŽÍLY“ – POSTIHUJÍ Z FYZIOLOGICKÝCH PŘÍČIN ZEJMÉNA ŽENY, NEZNAMENÁ TO VŠAK, ŽE BY SE MUŽŮM VYHÝBALY. ZÁKLADNÍM POSTUPEM ŘEŠENÍ TĚCHTO PROBLÉMŮ JSOU REŽIMOVÁ A FYZIKÁLNÍ OPATŘENÍ (KOMPRESNÍ LÉČBA – NÁVLEKY, PUNČOCHY A BANDÁŽE), PROTOŽE VŠAK HLAVNÍ „SEZÓNOU“ TĚCHTO PROBLÉMŮ JSOU TEPLÉ LETNÍ MĚSÍCE, NENÍ KOMPRESIVNÍ LÉČBA NIJAK ZVLÁŠTĚ POHODLNÁ A ANI OBLÍBENÁ.

Klinické studie však dokazují, že obzvláště v počátečních stádiích se kompresivní léčbě plně vyrovná použití tzv. venotonik. Venotonika jsou látky příznivě ovlivňující stav žilní stěny - zlepšují její pružnost, čímž ulehčují návrat krve z nohou k srdci, a omezují její propustnost, čímž brání úniku tekutin z cév, a tedy vzniku otoků. V praxi jsou tyto látky k dispozici jako léčiva vázaná na lékařský předpis, volně prodejné léčiva i jako doplňky stravy. Nabídka je poměrně široká, proto se podívejme, se kterým volně prodejným přípravkem jsou nejlepší zkušenosti.

DIOSMINOL MICRONIZED

V průzkumu *Lékárníci doporučují 2012* se nejvýše umístil relativně nový doplněk stravy **Diosminol micronized** od společnosti

Teva. Tento doplněk stravy obsahuje tzv. *mikronizovanou purifikovanou flavonoidní frakci* (450 mg diosminu a 50 mg hesperidin). Jedná se o komplex biologicky aktivních látek izolovaných z kůry pomeranče, které se už poměrně dlouho používají v lékařské praxi u křečových žil a jiných chronických žilních poruch, avšak dosud pouze jako součást léku vázaného na lékařský předpis. V doplňku stravy **Diosminol micronized** se však tyto ověřené a velmi bezpečné látky dostávají do volného prodeje v lékárnách a výrazně se tak rozšiřují možnosti trpících pacientů. Důležitá je zejména použitá technologie tzv. *mikronizace*, která výrazně zlepšuje rozpustnost, a tedy i vstřebatelnost hlavní účinné látky. Díky této technologii je tak zajištěno její maximální využití a účinnost. Praktickou účinnost v tomto případě nejlépe dokumentují zkušenosti lékárníků, a ty nejsou pouze teoretické - kromě zpětné vazby od pacientů vám příznivé účinky přípravku **Diosminol micronized** jistě potvrdí i osobní zkušenosti nejedné magistry za lékárenskou tárou, protože práce v lékárně rozhodně patří mezi práce nohy značně namáhající.

OCHRANA PŘED UV ZÁŘENÍM: LÉKÁRNÍCI DOPORUČUJÍ DAYLONG

Komentář průzkumu Lékárníci doporučují 2012

Odborná redakce Edukafarm

PŘÍPRAVKY POUŽÍVANÉ NA OCHRANU PŘED UV ZÁŘENÍM UŽ DÁVNO NEJSOU NA „OPALOVÁNÍ“. Z DŮVODU PROKÁZANÉ SOUVISLOSTI PŘEDČASNÉHO STÁRNUTÍ KŮŽE, RAKOVINY KŮŽE A UV ZÁŘENÍ, A STÁLE NARŮSTAJÍCÍMU VÝSKYTU SLUNEČNÍCH ALERGIÍ, SE TATO OCHRANA STÁVÁ VÍCE MEDICÍNSKOU, NEŽ KOSMETICKOU ZÁLEŽITOSTÍ.

DAYLONG – OCHRANA PRO VŠECHNY

Úspěch řady DAYLONG je založen na třech základních kamelech: použití velmi kvalitní kombinace UV filtrů, dobře roztíratelném a vstřebatelném základu a jedinečném využití liposomů – částic, které zajišťují vysokou přilnavost a odolnost nanesených UV filtrů na pokožce. Jsou dostupné s ochranným faktorem SPF 15 až 50+. V souladu s doporučením Evropské kosmetické asociace jsou označovány jako „velmi odolné vůči vodě“.

DAYLONG – SPECIÁLNÍ OCHRANA

Řada DAYLONG zahrnuje i několik speciálních přípravků, např. Daylong Ultra Gelfluid - jediný ochranný přípravek proti UV záření na trhu neobsahující tuky a emulgátory. Výjimečným je také Daylong Actinica registrovaný jako zdravotnický prostředek s klinicky ověřeným účinkem v oblasti prevence nemelanomové rakoviny kůže a alergie na slunce.

DŮRAZ NA INOVACE A ODBORNOST

Výrobce řady DAYLONG letos přichází s vylepšeným složením bez konzervantů, a přitom prodlužuje dobu použitelnosti až na 36 měsíců. Nespotřebované přípravky z jedné sezóny tudíž můžete i po otevření bez obav dopoužít sezónu následující.

LÉKÁRNÍCI DOPORUČUJÍ 2012: SWISS LAKTOBACILY JAKO NEJLEPŠÍ PROBIOTIKA

Odborná redakce Edukafarm

STŘEVNÍ MIKROFLÓRA KAŽDÉHO ČLOVĚKA PŘIROZENĚ OBSAHUJE NĚKOLIK MILIARD BAKTERIÍ, KTERÉ OZNAČUJEME JAKO PROBIOTIKA. TYTO BAKTERIE SE PODÍLEJÍ NEJEN NA VLASTNÍM TRÁVENÍ, ALE MAJÍ PRO NÁS MNOHEM ŠIRŠÍ VÝZNAM.

PROBIOTIKA

Název přípravku	Třída	Četnost
SWISS LAKTOBACILY	DS	26,9 %
BIOPRON	DS	21,1 %
APO-LACTOBACILLUS	DS	13,0 %
GS LAKTOBACILY	DS	5,1 %
ACTILAC	DS	3,4 %
LACIDOFIL (<i>L. acidophilus</i> , <i>L. rhamnosus</i>)	LP	3,2 %
LACTOBENE	DS	3,0 %
PROBACIN	DS	3,0 %
MULTILAC	DS	2,2 %
ENTEROL (<i>saccharomyces boulardii siccatu</i> s)	LP	2,0 %

Moderní poznatky ukazují, že také významným způsobem ovlivňují imunitní systém organismu. Moderní člověk se za den setkává až s několika tisícinásobně méně bakteriemi, než bylo obvyklé před 100 lety. Znamená to sice nižší riziko infekcí, ale také vý-

znamné vychýlení přirozeného vývoje imunity, která byla zvyklá na kontakt s těmito bakteriemi. Doplnkové podávání probiotik „opravuje“ narušení této důležité střevní mikroflóry, související zejména s moderním životním stylem a stravováním.

Probiotika patří v současnosti díky svým účinkům k velmi populárním doplňkům stravy, a tak není divu, že jich máme na trhu více než 200. Jak se jen mezi nimi vyznat? Protože se nejčastěji prodávají v lékárnách, nepřekvapuje, že právě lékárníci s nimi mají nejvíce zkušeností. A na základě jejich zkušeností byla jako nejlepší vyhodnocena probiotika řady **SWISS Laktobacily**.

SWISS LAKTOBACILY

Řada **Swiss Laktobacily** představuje vícedruhová probiotika, která se zaměřují na důkladnou obnovu a udržení zdravé střevní mikroflóry a jejichž účinky tak pokrývají všechny výše uvedené typické „probiotické“ oblasti. Velmi důležitý je důraz výrobce na skutečnou využitelnost a užitnou hodnotu jak použitých bakteriálních kmenů, tak zvolené lékové formy. Technologie mikroenkapsulace zajišťuje jejich mimořádnou odolnost jak při skladování, tak v trávicím traktu, a tedy i jejich maximální využitelnost a účinnost.

Výrobce používá kvalitní rostlinné kapsle bez obsahu hovězí želatiny, které jsou mimo jiné zárukou vyšší bakteriální čistoty a jsou vhodné i pro vegetariány.

Pomyslný vrchol řady tvoří přípravek **Swiss Laktobacily „5“** obsahující kombinaci 5 různých pečlivě vybraných bakteriálních kmenů, s důrazem na vysoké zastoupení bifidobakterií, chybějících především u starších pacientů.

O stupínek níže pak stojí **Swiss Laktobacily „3“**, které obsahují 3 nejdůležitější probiotické kmeny se zachovaným příznivým působením.

Specificky na dětské potíže jsou zaměřeny **Swiss Laktobacilky – cucavé tablety** pro děti od 3 let s velmi dobře hodnocenou třešňovou příchutí a **Swiss Laktobacilky Baby**, specificky určené už pro nejmenší děti. A to jak lékovou formou - vysypávací kapsle, které se přidávají kojencům do stravy, tak zvolenou kombinací probiotických bakteriálních kmenů. Jako jedny z mála jsou tak schváleny pro děti už od narození.

Řada **Swiss Laktobacily** tak nabízí vhodná a kvalitní probiotika pro zdraví celé rodiny- od kojenců až po seniory.



CONDROSULF 400: VÍTĚZ KATEGORIE „BOLESTI KLOUBŮ“ Komentář průzkumu Lékárníci doporučují 2012

Odborná redakce Edukafarm

BOLESTI KLOUBŮ CELKOVĚ

Název přípravku	Třída	Četnost
CONDROSULF 400 (chondroitin natrii sulfas)	LP	22,9 %
PROENZI 3+	DS	15,0 %
GS CONDR FORTE	DS	9,4 %
IBALGIN 200/400 (ibuprofenum)	LP	8,7 %
VOLTAREN ACTIGO (diclofenacum)	LP	8,3 %
COLAFIT	DS	7,1 %
BRUFEN 400 (ibuprofenum)	LP	3,1 %
diclofenac (blíže nespecifikováno)	-	2,7 %
VERAL 25 mg (diclofenacum natriicum)	LP	2,3 %
NALGESIN S (naproxenum natriicum)	LP	2,1 %

O VÍTĚZI NENÍ POCHYB

Z pohledu průzkumu Lékárníci doporučují 2012 se léčivý přípravek CONDROSULF 400 jeví jasným vítězem. Jako účinnou látku obsahuje chondroitin sulfát, jež tvoří hlavní součást kloubní chrupavky. Jeho podávání při artróze není už delší dobu považováno za pouhou „kloubní výživu“, protože bylo prokázáno tzv. chorobumodifikující a protizánětlivé působení chondroitin sulfátu a patří do skupiny léčiv s označením „chondroprotektiva“. Užívání chondroitin sulfátu je proto důležitou součástí doporučení odborných společností zabývajících se revmatickými chorobami.

NA KVALITU PŘÍSNÝ METR

Jelikož je artróza chorobou s pozvolným zhoršováním, individuální hodnocení léčebné odezvy bývá nesnadné. Proto je třeba mít maximální záruku vlastností a skutečného obsahu. Vzhledem k tomu, že chondroitin sulfát je přírodní látka, jeho strukturu nelze jednoznačně definovat. Přímé srovnávání účinků chondroitin sulfátů různého původu a různé čistoty vede k významným rozdílům v účinnosti. Kvalita produktu velmi záleží na vlastním výrobním procesu a čistotě chondroitin sulfátu (CS). Některé analýzy CS prodáváných jako doplňky stravy neukázaly dobrou kvalitu. Výsledky renomovaných studií byly získány s kvalitními přípravky, které prošly

BOLESTI KLOUBŮ JSOU ASI NEJOBECNĚJŠÍM PROBLÉMEM, NA NĚŽ SI STĚŽUJÍ STARŠÍ PACIENTI V LÉKÁRNÁCH. JEDNÁ SE TAKÉ O ZŘEJMĚ NEJVÝZNAMNĚJŠÍ TRŽNÍ SEGMENT, VE KTERÉM SE ODEHRÁVÁ SOUBOJ MEZI LÉČIVÝMI PŘÍPRAVKY A DOPLŇKY STRAVY.



registračním řízením jako léky (Condrosulf) a závěry nelze rozšiřovat automaticky na ostatní substance z řad doplňků stravy. Pro posouzení přínosu pro nemocné jsou rozhodující pouze prokazatelné klinické zkušenosti, následované ověřenými a přísně kontrolovanými výrobními postupy.

ROZDÍL MEZI LÉČIVEM A DOPLŇKEM STRAVY

Vyžadované kvalitativní podmínky u doplňků stravy (DS) s chondroitin sulfátem chybí. Na tomto místě firmy pořádají marketingové kampaně a investují nemalé prostředky do reklamy, které mají suplovat chybějící data z klinických studií a podpořit tak prodej DS. Průzkum „Lékárníci doporučují 2012“ však dostatečně prokázal, že u odborné veřejnosti nemají tyto postupy prakticky žádnou hodnotu. „Celebrity“ doporučení se nemůže měřit s podloženými praktickými argumenty. Právě nesrovnatelná kvalitativní garance umožňuje léku Condrosulf 400 vyrovnat

se i s výrazným marketingovým handicapem, který oproti doplňkům stravy vzniká v důsledku přísnějších reklamních pravidel pro léčivé přípravky.

S LÉČBOU NENÍ VHODNÉ OTÁLET

Včasně zahájení léčby chondroprotektivy s chondroitin sulfátem umožňuje výrazně zpomalit, až zvrátit rozvoj artritických změn kloubů. Nepřehlédnutelnou je přitom jejich vysoká bezpečnost, nesrovnatelná s léčivými přímo zasahujícím zánětlivým proces (nesteroidní antirevmatika, biologická léčba). Vzhledem k nedostatečné garanci kvality a obsahu u populárních doplňků stravy (a také z důvodů legislativy) lze za jedinou vhodnou formu léčby považovat pouze registrované léčivé přípravky. Z pohledu lékařského poradenství pak nepřekvapí, že v praxi českých lékárníků a farmaceutických asistentů dominuje právě jediný volně prodejný léčivý přípravek - Condrosulf 400, tvrdé tobolky.

TEVA

Diosminol micronized doplňěk stravy

Diosmin 450 mg
Hesperidin 50 mg
Aesculosid

OBSAHUJE MIKRONIZOVANOU PURIFIKOVANOU
FLAVONOIDNÍ FRAKCI DIOSMINU 450 mg
A HESPERIDINU 50 mg.

www.diosminol.cz



Osvědčená kombinace diosminu a hesperidinu

Teva Pharmaceuticals CR, s.r.o., Sokolovská 651/136A, 180 00 Praha 8, tel. +420 251 007 101, www.teva.cz



DOVOLENÁ?

Nezapomeňte **PROBIOTIKA**
pro správné zažívání!



Swiss
LAKTOBACILY "5"

Stabilní a účinné i bez chladničky
NOVÁ TECHNOLOGIE – ideální na cestování



Doplňky stravy Swiss Natural® jsou originální přípravky vyrobené i balené v souladu s nejpřísnějšími předpisy v Kanadě firmou Swiss Natural®, a Divison of Valeant Pharmaceuticals International Inc. V Kanadě označeny NPN číslem, které je zárukou bezpečnosti, ověřené účinnosti a kvality.



BIOVIT IMPEX CO. ČR, s.r.o.
Sinkulova 683/34, Praha 4 – Podolí
+420 241 430 910 (v prac. dny 12 - 17 hod.)

Žádejte v lékárně
www.swissherbal.cz

TVRDÉ TOBOLKY
Condrosulf® 400

**Bolí vás klouby?
Artróza?**

Léčivá látka: chondroitin sulfát

Perorální podání

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



Balení
pro celou
léčebnou
kúru

Při dlouhodobém užívání:

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

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

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

ROLE ŠTÍTNÉ ŽLÁZY PŘI POČETÍ A TĚHOTENSTVÍ

Odborná redakce Edukafarm ve spolupráci s prof. MUDr. Lidkou Lisou, DrSc., Endokrinologický ústav Praha



ŠTÍTNÁ ŽLÁZA (ŠTÍTNICE) JE NEPÁROVÝ ORGÁN TVOŘENÝ DVĚMA LALOKY, ULOŽENÝ POD ŠTÍTNOU CHRUPAVKOU NA DOLNÍM KONCI HRDLA. POČÍTÁME JI K ŽLÁZÁM S VNITŘNÍ SEKRECI (PRODUKUJÍCÍ A UVOLŇUJÍCÍ HORMONY DO KREVNIHO OBĚHU), REGULUJÍCÍM HOSPODAŘENÍ S ŽIVINAMI, ENERGIÍ A LÁTKOVOU VÝMĚNU V TĚLE.

BEZ HORMONŮ NELZE ŽÍT

Vlivem působení různých faktorů (např. stresu, zánětu, autoimunity, v těhotenství a při kojení) může dojít k poruchám tvorby a sekrece hormonů štítné žlázy – tyroxinu (T₄) a trijodthyroninu (T₃). Často je na vině nedostatečná kontrola štítnice ze strany podvěšku mozku (hypofýzy), který prostřednictvím thyreotropního hormonu (TSH) a vzájemné zpětné vazby bdí nad činností této žlázy a v případě potřeby její aktivitu tlumí či podněcuje. Výkyvy v produkci hormonů štítné žlázy se projevují typickými příznaky. Správné diagnózy se lze dobrat jednoduše prostřednictvím laboratorního vyšetření hladin T₃, T₄ a TSH v krvi na lačno.

Obecně platí, že poruchami funkce štítné žlázy jsou postihovány častěji ženy, na druhou stranu muži mívají od přírody větší objemy laloků štítnice.

HYPOFUNKCE A HYPERFUNKCE

Pokud štítná žláza tvoří méně hormonů než je třeba (tzv. *hypofunkce*), projeví se to obvykle zpomaleným tempem myšlení a konání, suchou kůží, sníženým počtem srdečních tepů, zvýšenou únavou, nevykonností, zimomřivostí, příp. zácpou a přibýváním

na váze. Není-li hypofunkce včas podchycena a léčena, může **ohrozit průběh těhotenství**, dochází k předčasnému porodu, špatnému vývoji placenty a dalším porodním komplikacím. Může být ohrožen i vývoj plodu v děloze. Hormony štítné žlázy totiž procházejí placentou a **ovlivňují u plodu vedle růstu do délky především vývoj mozku, a tím i pozdější psychický vývoj dítěte**. U plodu se štítná žláza vyvíjí kolem 10. - 12. týdne těhotenství, takže do té doby je plod plně závislý na dodávce hormonů štítné žlázy od matky. Teprve později je štítná žláza plodu schopna vyrobit své vlastní hormony, a to ještě ne v dostatečné míře, takže i pak je plod částečně na jejich přívodu od matky závislý. Je třeba připomenout, že nedostatečná funkce štítné žlázy může být příčinou i **neschopnosti otěhotnět nebo poruch menstruačního cyklu**. **Uvádí se, že lehká hypothyreóza se vyskytuje asi u 2-5 % těhotných žen.**

Aby se těmto problémům předešlo, obohacuje se v domácnostech používaná jedlá sůl jodem a v rámci prevence hypothyreózy je doporučována konzumace mořských ryb alespoň dvakrát v týdnu a občasné popíjení minerálních vod obsahujících jod.

Naproti tomu existuje stav označovaný jako *hyperfunkce* štítné žlázy spojená s nadprodukcí T₃ a T₄, charakterizovaný opocenou kůží, nesnášenlivostí k teplu, nervozitou, úzkostmi, nespavostí, zrychlením srdeční akce a bušením, úbytkem hmotnosti a ochabováním kosterního svalstva.

Tento stav se vyskytuje méně často, asi u 0,5 % těhotných žen. Zvýšená hladina hormonů štítné žlázy ovlivňuje i vývoj plodu, dochází k předčasným porodům, plod špatně prospívá, má malou porodní váhu.

NEPODCEŇUJTE VÝZNAM VČASNÉ DIAGNÓZY

Na základě uvedených údajů je důležité si uvědomit, že každá žena by se měla ihned na počátku svého těhotenství podrobit vyšetření funkce štítné žlázy, **a to nejpozději do šestého týdne od početí**. Toto vyšetření se provádí pohledem a pohmatem, čímž lze zjistit, zda nedošlo ke zvětšení objemu štítnice. Její objem se skutečně lehce zvětší ve vztahu k výrazným nárokům organismu na její funkci. Lze provést i sonografické vyšetření („ultrazvuk“). Laboratorně vyšetřujeme hladinu řídicího hormonu (TSH), který v případě nedostatečné činnosti štítné žlázy bývá zvýšen, tímto zvýšením je štítná žláza podněcována k usilovnější činnosti; při méně často se vyskytující hyperthyreóze bývá naopak snížen. Dále se vyšetřuje alespoň jeden z vlastních hormonů štítné žlázy - volný T₄, který by byl při hypothyreóze snížen, při hyperthyreóze naopak zvýšen. Důležité je i vyšetření protilátek proti tkáni štítné žlázy, a to především u těch těhotných, které mají rodinnou zátěž v podobě onemocnění nebo poruchy funkce štítnice, nebo již dříve měly zjištěny v krvi protilátky proti štítné žláze.

Šetrná léčba bolestí pohybového aparátu

interview s MUDr. Hanou Jarošovou z Bioregeneračního a rehabilitačního centra v Říčanech u Prahy

1) *Pani primářko, ve Vaší ambulanci se denně setkáváte s pacienty trpícími bolestmi pohybového aparátu. Jaké jsou příčiny?*

Příčin vzniku bolestí pohybového aparátu je více. Bolest může vzniknout již z pouhého přetížení – např. bolest lokte při tzv. tenisovém loktu, bolest v zádech z blokády po nezvyklé práci (odklízení sněhu, práce na zahradě, stěhování větších předmětů), z dlouhodobě strnulé polohy (v autě, letadle), z úrazu sportovního (inline brusle, kolo, fotbal, rugby, hokej, lyžování), nebo z prostého pádu. Dalším typem bolesti jsou bolesti z degenerativních onemocnění např. z artrózy velkých nosných kloubů – kyčelních, kolenních, na horních končetinách ramenního a z artrózy drobných ručních kloubů, zejména palců nebo bolesti při zánětlivých onemocněních zejména na měkkých tkáních. Další příčinou bolesti s vyzařováním do horní nebo dolní končetiny může být výhřez ploténky. V neposlední řadě přicházejí i pacienti s fibromyalgií, tedy bolestí svalovou a dalších měkkých tkání spojenou s únavou, s bolestí hlavy, špatným spánkem, která může postihnout i dětskou populaci.

2) *Obvykle je léčba dlouhodobých bolestí pohybového aparátu postavena na podávání léků obsahujících například paracetamol, nesteroidní antirevmatika, kortikosteroidy. Také tyto léky používáte nebo stojí Vaše léčba na jiné léčebné strategii?*

Pacienti navštíví mou ordinaci většinou s požadavky na jiný typ léčby než výše uvedenými léky, neboť většinou již jim byly tyto léky předepsány jejich praktickým lékařem a příliš se na ovlivnění jejich bolesti neosvědčily. Mnozí pacienti mají vředovou chorobu v anamnéze, užívají warfarin, mají nemocná játra nebo jim hůře pracují ledviny. Jindy nemocní užívají 10 a více druhů léků pro jiné choroby a další léky typu analgetik nebo nesteroidních antirevmatik odmítají. Z tohoto důvodu jsem se zaměřila na jiný typ léčby, který redukuje bolest nemocných, nepoškozuje jaterní parenchym ani ledvinové funkce, nevyvolává krvácení do gastrointestinálního traktu a nemá lékové interakce s jinými léčivy, která pacienti užívají. Jedná se o používání Guna-MD kolagenových injekcí, event. v kombinaci s manuální terapií, laserem, fyzioterapií, elektroléčbou nebo akupunkturou. Tento přístup považuji za šetrnou léčbu.

3) *Z Vašich slov je zřejmé, že v terapii různých kloubních obtíží, bolestí zad (apod.) používáte ve Vaší lékařské praxi tzv. MD injekce. Popsal byste stručně jejich mechanismus účinku?*

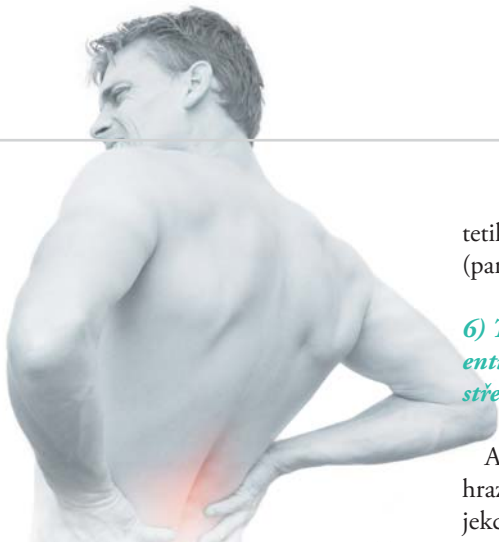
Guna-MD injekce obsahují kolagen s fytofarmaky. Transport kolagenu spolu s dalšími obsaženými látkami na místo určení je založen na patentem chráněném „collagen injectable delivery system“. Při užití tohoto systému se ve tkáni, do které je přípravek aplikován, vytváří dočasná pórzní kolagenová matrix, z níž se kolagen a další pomocné látky postupně uvolňují. Tento systém umožňuje nahradit aplikaci intrartikulární za periartikulární, respektive subkutánní, jež je pro pacienta méně invazivní a většinou nebolestivá. Uvedené injekce jsou již několik let úspěšně užívány v Itálii, Velké Británii, USA, v poslední době i u nás a na Slovensku.

4) *Nedávno jsem se seznámil s Vaší velmi zajímavou zprávou, ve které popisujete své zkušenosti s léčbou více jak 1000 pacientů, a to zmíněnými MD injekcemi. Můžete více přiblížit, o jakém onemocnění se jednalo a jaký benefit tato léčba pacientům přinesla?*

Nejvíce pacientů je odléčeno pro bolest dolních zad – buď pro nespecifický low back pain nebo pro bolest zad s radikulárním či pseudoradikulárním syndromem, kde dochází k výraznému zmírnění obtíží pacientů ve smyslu redukce bolesti, zlepšení chůze, zlepšení rozsahu pohybu v páteři, návratu do zaměstnání z pracovní neschopnosti, zlepšení kvality života nemocných. Mezi další nemoci, při nichž dochází k výrazné redukci bolesti, patří: bolesti horní části zad, bolesti hlavy, artrózy kolene I.-II. stupně, artrózy kyčelního kloubu I.-II. stupně, u vyššího stupně artrózy se např. odloží datum operace. Úspěch je i při léčbě bolestí ramenního kloubu, bolestí malých kloubů ruky. Také při fibromyalgii došlo ke snížení potíží nemocných, zde však je nutné, stejně jako při výhřezu ploténky, dlouhodobé podávání Guna MD-injekcí.



5) *To zní velmi nadějně, že se ukázala léčba bolesti pohybového aparátu, kde jednoznačně převládá benefit pro pacienta, jelikož nežádoucí účinky se téměř nevyskytují. Jak na to reagují Vaši pacienti?*



Pacienti reagují na tento druh léčby velmi pozitivně, aplikace tenkými jehlami je téměř nebolestivá, nejsou lokální reakce v místě vpichu, nesetkala jsem se zatím s žádnou alergickou reakcí lokální ani celkovou. Pacienti v jednodušších případech mají úlevu již při 4.-5. aplikaci, někdy dokonce už po druhé aplikaci. Po výrazném ústupu bolesti zvu pacienta za měsíc na kontrolu a k další „udržovací“ aplikaci kolagenových injekcí. Potom interval návštěv dle klinického stavu pacienta ještě prodlužujeme. Zásadním benefitem daného terapeutického přístupu je tedy léčba bolesti bez rizika lékových interakcí (kolagen neovlivňuje ostatní léčiva, např. warfarin), bez významných nežádoucích účinků (kolagen je tělu vlastní látka dodávaná v mikrosuplementační dávce), bez alergických reakcí. Výhodou kolagenových injekcí je následně možné snížení spotřeby analgetik, čímž se snižuje zatížení organismu nežádoucími účinky výše uvedenými u jednotlivých skupin protibolestivě a protizánětlivě působících léčiv. Tuto skutečnost potvrdila také nedávno skončená postregistrační, jednoduše zaslepená klinická studie v Revmatologickém ústavu v Praze, realizovaná na souboru 100 pacientů s indikací bolesti zad. Pro dosažení dlouhodobé a v obou skupinách srovnatelné úlevy od bolesti zad bylo ve skupině s trimekainem (lokální anes-

tetikum) spotřebováno dvojnásobné množství záchranné medikace (paracetamolu), než ve skupině s kolagenovými MD injekcemi.

6) *Tato otázka souvisí s tou předchozí. Předpokládám, že pacienti si musí Guna-MD injekce platit, že nejsou hrazeny z prostředků všeobecného zdravotního pojištění. Není to problém?*

Ano, pacienti si léčbu hradí, neboť Guna-MD injekce nejsou hrazeny ze zdravotního pojištění. Ovšem pacienti mají s MD-injekcemi dobrou zkušenost, neplatili by si totiž za něco, co nefunguje. Cena injekcí není taková, aby převyšovala konzumaci dvou piv denně. Podle mého názoru není cena injekcí pro pacienta zatěžující.

7) *Mohou se na Vás zájemci o tuto léčbu obrátit?*

Lidé, kteří se domnívají, že by pro ně byla vhodná léčba MD injekcemi, si mohou na internetové adrese www.inpharm.cz najít místně příslušného lékaře, který se touto terapií zabývá. Pacienti z Prahy a okolí, případně i ostatní, mohou kontaktovat přímo moji ordinaci (tel.: 777 19 00 46, e-mail: brc.jarosova@gmail.com).

8) *Co byste na závěr vzkázala všem pacientům, které trápí nějaké bolesti pohybového aparátu?*

Vyhleďte takovou léčbu, abyste byli spokojeni s jejími výsledky a aby léčba sama vás co nejméně „poškozovala“ co do nežádoucích účinků a lékových interakcí.

Za rozhovor děkuje PharmDr. Zdeněk Procházka, šéfredaktor

Rozhovor vznikl v rámci projektu Popularizace zdraví - Po.Zdrav.



inzerce

ŠETRNÁ LÉČBA BOLESTÍ POHYBOVÉHO APARÁTU

Přípravky:

- MD-Knee (koleno)
- MD-Lumbar (záda)
- MD-Hip (kyčel)
- MD-Shoulder (rameno)
- MD-Muscle (svaly)
- MD-Neural (nervy)



zdravotnický prostředek



Benefity:

- ✓ zmírnění bolesti a zlepšení pohyblivosti svalů, kloubů a páteře
- ✓ bez lékových interakcí
- ✓ nežádoucí účinky nebyly pozorovány

GUNA-MD přípravky pomáhají odstranit bolest a zlepšit pohyblivost pohybového ústrojí včetně kloubů, a to vždy v té oblasti, pro kterou jsou určeny. Zároveň zmírňují poškození způsobená stárnutím, nesprávným držetím těla, průvodními chronickými onemocněními, poraněními a úrazy.

Seznam lékařů aplikujících GUNA-MD přípravky je na www.inpharm.cz

15

Když vás trápí suché oko

MUDr. Kristina Vodičková, Ph. D., Oční klinika NeoVize

Umělé slzy představují součást medikamentózní terapie syndromu suchého oka a mohou být ve formě kapek, gelů nebo mastí. Účelem náhrady přirozených slz přípravky umělých slz je tvorba rovnoměrně stabilní vrstvy slzného filmu na povrchu oka.

Slzný film zajišťuje zvlhčení povrchu oka, mechanickou a antibakteriální ochranu a také částečnou výživu rohovky. Je to tenký film na povrchu rohovky a spojivky a skládá se ze tří vrstev.

První vrstva, vnitřní mucinová, má tloušťku kolem 0,2 µm, obsahuje především hlenové látky, snižuje povrchové napětí vody a váže střední vrstvu slzného filmu. Střední vodná vrstva je z vrstev slzného filmu nejsilnější, čítá zhruba 10µm a její základní funkcí je omývání a zvlhčování povrchu oka. Třetí vrstva, zevní lipidová, obsahuje látky tukového charakteru a jejím hlavním účelem je zvýšení povrchového napětí slzného filmu a snížení jeho odpařování.

Rychlý vývoj nových preparátů s umělými slzami a zvyšování kritérií na jejich kvalitu klade důraz

na dlouhodobý účinek s minimálním vlivem na zrakovou ostrost, zajištění sterility roztoku a zároveň jeho minimální toxicitu. Při výběru vhodného preparátu mohou hrát roli zejména poslední jmenovaná kritéria sterility a minimální toxicity roztoku. V umělých slzách jsou velmi často používány konzervační látky, které zabraňují jejich bakteriální kontaminaci. Již delší dobu je ale prokázáno, že některé tyto konzervační přísady (benzalkoniumchlorid – BAC, polyquad, thiomersal...) mohou alergizovat, působit toxicky, zhoršovat hojení povrchu oka a dokonce také přispívat ke vzniku zeleného zákalu.

Volba konkrétního preparátu je u každého pacienta individuální. Pokud je terapie dlouhodobého charakteru, je vhodné zvolit preparát, který konzervační látky neobsahuje.

Jak již bylo předesláno, volba preparátu je velmi individuální a řídí se charakterem obtíží, radami očního specialisty a subjektivními pocity pacienta. Je velmi vhodné přihlídnout ke složení preparátu a zvolit takový, který bude při časté aplikaci nejučinnější.

Při léčbě je rovněž nutné omezit škodlivé vlivy, jako

je např. kouření, dlouhodobý pobyt před monitorem počítače nebo v překlimatizovaném prostředí, případně omezit dlouhodobé nošení kontaktních čoček.

Nové perspektivy léčby syndromu suchého oka nabízí na trhu preparát Cationorm.

Cationorm je zcela nový roztok umělých slz s emulzní technologií Novasorb. Je to kationická emulze typu olej ve vodě, která umožní dokonalé rozptýlení po oční rohovce bez rozmlženého vidění.

Oční kapky Cationorm obsahují velmi malé, kladně nabitě nanočástice, které jsou elektrostaticky přitahovány záporně nabitým povrchem oka.

Cationorm se ihned po aplikaci optimálně rozptýlí na povrchu oka a díky svému unikátnímu složení tak podporuje všechny tři vrstvy slzného filmu.

V zevní tukové vrstvě slzný film stabilizuje a zmírňuje jeho odpařování. V prostřední vrstvě slzného filmu, vrstvě vodné, zvlhčuje a upravuje jeho hustotu. Podporou vnitřní hlenové vrstvy chrání povrch oka zvýšením lubrikačních schopností slzného filmu.

Oční kapky Cationorm (zdravotnický prostředek) významně zmírňují projevy a příznaky suchého oka a nabízí pacientovi vynikající snášenlivost a pohodlí.

Splňují ta nejpřísnější kritéria i tím, že neobsahují konzervační látky a mohou je bez obav kapat i nositelé kontaktních čoček.

CATIONORM® – SÍLA JEDNÉ KAPKY

Kationická emulze s unikátní nanotechnologií Novasorb®

NEOBSAHUJE KONZERVAČNÍ LÁTKY
KOMPATIBILNÍ S KONTAKTNÍMI ČOČKAMI



Santen

- příznivé působení ve všech třech vrstvách slzného filmu
- významné zmírnění projevů a příznaků
- vynikající snášenlivost a pohodlí

CATIONORM®

NOVÉ PERSPEKTIVY
LÉČBY SYNDROMU
SUCHÉHO OKA