

teória a prax

farmaceutický laborant



ISSN 1338-743X

39

ročník
07
december
6/2018



4-5 **2. časť**
Diskusné fórum
Dobrovoľné členstvo
verzus
povinné členstvo

18-21
Téma čísla
Akútna
bronchitída

- 13** organizácie
v zdravotníctve
**Slovenská komora
fyzioterapeutov**
- 15** nežiaduce účinky liekov
Sťahovanie liekov
- 22|23** ochorenie a liečba
Syndróm suchého oka
- 35** ŠÚKL informuje
**Účasť ŠÚKL
v medzinárodných
osvetových
kampaniach**
- 38** epidemiológia
**Neobvyklý nárast
západonílskej horúčky
v Európe**
- 44** psychológia predaja
**Budovanie vzťahov
s klientmi**

17 som jedna z vás
Daniela Kubišová

Farmaceutická laborantka
Lekáreň Terno
Moyzesova 53
022 01 Čadca
Tel.: 041/ 43 35 671



4-5 2. časť
Diskusné fórum
Dobrovoľné členstvo
verzus
povinné členstvo

18-21
Téma čísla
Akútna
bronchitída

13 organizácie
zdravotníctva
Slovenská komora
fyzioterapeutov

15 riešenie úžasných liekov
Sťahovanie liekov

2223 ochorenie s suchým
Syndróm suchého oka

35 ŠUKL informácie
Účast' ŠUKL
v medzinárodných
kampaniach

38 epidemiológia
Neobvyklý nárast
západonílskej horúčky
v Európe

44 psychológia predaja
Budovanie vzťahov
s klientmi

Daniela Kubišová
farmaceutická laborantka
Mária Beňová
PharmDr. Lucia Černušková, CSc.
PharmDr. Ivica Blahútová,
PharmDr. Alena Slezáček Bohúňová,
PharmDr. Andrea Bukovská, MHA
PharmDr. Miroslava Pobjecká,
PharmDr. Mária Mistríková,
Mgr. Andrea Magdolenová,
Mgr. Magdaléna Jurkemiková,
PharmDr. Blážena Cagaňová, PhD.,
RNDr. Tatiana Magálová,
PharmDr. Štefánia Laca Megyesi, MSc.,
PharmDr. Rozália Kandráčová,
PharmDr. Renata Melicheríková,
PharmDr. Mária Holubová, PhD.,
PharmDr. Ursula Ambrušová, PhD.,
PharmDr. Marianna Kováčová Magová, PhD.,
MUDr. Tatiana Novotná, PhD.,
MUDr. Elena Adamkovičová, PhD.



- odborno-informačný časopis farmaceutických laborantov v SR
- vychádza 6-krát v roku**
- aktuálne číslo** a dátum vydania ročník 07, číslo 39, december 2018
- distribúcia** zdarma do verejných, nemocničných lekární, výdajní zdravotníckych pomôcok, stredných zdravotníckych škôl a inštitúcií liekového reťazca
- vychádza** PhDr. Anna Kmeťová – VYDAVATELSTVO Jana, Dúbravská 861/26, 972 42 Lehota pod Vtáčnikom, IČO 46 64 51 61 tel.: +421 948 072 240 farmaceutickylaborant@gmail.com
- tlač** Tlačiareň Patria 1, Prievidza

- redakčná rada**
- predsedníčka
- Doc. RNDr. Silvia Szűcsová, CSc.**, Slovenská zdravotnícka univerzita, Ústav farmácie Lekárskej fakulty
- podpredsedníčka
- PharmDr. Lucia Černušková, CSc.**, Slovenská zdravotnícka univerzita, Ústav farmácie LF a Nemocničná lekáreň, Nemocnica akad. L. Déreera, Univerzitná nemocnica Bratislava
- členovia
- PharmDr. Ivica Blahútová**, Lekáreň Tília 3, Likavka
- Alena Slezáček Bohúňová**, Slovenská spoločnosť farmaceutických laborantov a technikov pre zdravotnícke pomôcky, o. z. SLS
- PhDr. Andrea Bukovská, MHA**, Nemocničná lekáreň, Univerzitná nemocnica, Martin
- Miroslava Homolová**, Nemocničná lekáreň – odd. zdravotníckych pomôcok, DFNSP, Bratislava
- PhDr. Ľubica Kontrová, PhD.**, Ministerstvo zdravotníctva SR
- Doc. MUDr. Mária Avdičová, PhD.**, Regionálny úrad verejného zdravotníctva, Banská Bystrica
- RNDr. Tatiana Magálová**, Štátny ústav pre kontrolu liečiv
- Denisa Bobotová**, Lekáreň Pod Kaštieľom, Dubnica nad Váhom

- Jazykové korektúry
- Mgr. Peter Šarvaic**
- PhDr. Anna Kmeťová**
- Za inzeráty zodpovedajú inzerenti. Časopis je indexovaný v Bibliographia medica Slovaca (BMS). Citácie sú spracované v CiBaMed. Citačná skratka časopisu Teór. prax farm. labor. EV 4619/12 ISSN 1338-743X
- Časopis je zverejnený na týchto webových stránkach: www.szsmi.eu.sk, www.szstn.sk, www.szsbu.eu, www.szskz.sk, www.szsnitra.sk

obsah

- Editoriál
Miroslava Pobjecká
- Právnik radí
Zákon 287/2018 Z. z.
JUDr. Mária Mistríková
- Medzinárodný kalendár – zdravotníctvo december 2018 – január 2019
Denisa Bobotová
- Štúdium a výkon práce FL – Rusko
Mgr. Andrea Magdolenová
- Zdravotníctvo v zahraničí
Príprava plánovaného lekárskeho ošetrovania, 2. časť
41. konferencia farmaceutických laborantov a technikov pre zdravotnícke pomôcky
Organizátori opäť prekvapili
PhDr. Anna Kmeťová
- Slovenská komora fyzioterapeutov
Doc. PhDr. Elena Žiaková, PhD.
- Koloidné striebro
PharmDr. Blážena Cagaňová, PhD.
- Sťahovanie liekov
RNDr. Tatiana Magálová
- Pacientske organizácie – Liga proti rakovine
- Som jedna z vás
Daniela Kubišová
- 23 Syndróm suchého oka
MUDr. Petra Hlaváčová, PhD., FEBO
- 45 Diskusné fórum
2. časť
Dobrovoľné členstvo
verzus
povinné členstvo
- 21 Téma čísla
Akútna bronchitída
- diagnostika a liečba
MUDr. Eva Kováčová, PhD.
MUDr. Tomáš Buday, PhD.
- výživa
Ing. Alžbeta Medvedová, PhD.
- AD test 6 • farmaceutický laborant
- 25 Profil lieku – Lieky Olynth® HA
PharmDr. Marianna Kováčová Magová, PhD.
- Obstipácia
MUDr. Tatiana Novotná, PhD.
- Herpes na perách
MUDr. Elena Adamkovičová, PhD.
- ATC systém – A03A Liečivá na gastrointestinálne poruchy
PharmDr. Adela Čorejová, PhD.
- Akútna rinitída
MUDr. Silvia Krempaská PhD., MPH
- Ligurček lekársky
MUDr. Karol Mika
- Účast' ŠUKL v medzinárodných osvetových kampaniach
Mgr. Magdaléna Jurkemiková
- Prvá pomoc pri pneumotoraxe
PhDr. Dana Sihelská, PhD.
- Koflet® H z pohľadu ajurvedy
Mgr. Vladimíra Gromová, MBA
- Neobvyklý nárast západonílskej horúčky v Európe
MUDr. Jana Kerlik, PhD.
Doc. MUDr. Mária Avdičová, PhD.
- Prvý rok elektronického zdravotníctva ide do finišu
Mgr. Boris Chmel
- SZŠ Trnava
SZŠ Trenčín
- SZŠ Moyzesova 17, Košice
SZŠ Michalovce
- SZŠ Záhradnícka 44, Bratislava
SZŠ Nitra
- Tipy a triky v systéme Windows – Čo je makro a na čo slúži?
Stanislav Pech
- Psychológia predaja – Budovanie vzťahov s klientmi
Ing. Peter Krajniak
- Ako môžem podporovať stavovskú hrdosť na profesii farmaceutický laborant?
Mária Beňová
- Zlaté nanočastice
PharmDr. Štefánia Laca Megyesi, MSc.
- Osvedčené receptúry
Rozália Kandráčová
- Psychológia
Prospieva rozčuľovanie nášmu zdraviu?
PhDr. Renata Melicheríková
- Biznis sa nerobí len za rokovacím stolom...
PhDr. Mária Holubová, PhD.
- Matthioliho elixír života
PhDr. PaedDr. Ursula Ambrušová, PhD.
- Pozdravný test

Križovka spoločnosti 
Koflet® H zázvor, pomaranč, citrón
od spoločnosti 

získali: **Darina Kuffová**, Nemocničná lekáreň Nemocnice Poprad, **Anna Smolková**, lekáreň Salvator v Čadci, **Zuzana Csepregiová**, lekáreň Dr. Max 32 v Šahách, **Miroslava Kalman**, lekáreň Kamilka v Pohorelskej Maši, **Mgr. Helena Rolandová**, lekáreň Amicus v Prešove.

52 Kvalifikované poradenstvo



Milé slová nič nestoja

Miroslava Pobjecká

Farmaceutická laborantka
Lekáreň Dr. Max
Šancová 110
822 99 Bratislava
Tel.: 0901 961 248

Ako dieťa som vyrastala v zdravotníckej rodine. Už od malička sa mi páčilo lekárenské prostredie. Rada som sledovala dianie za okienkom. Lákalo ma poznať, čo všetko sa tam deje, aké tajomstvá sa tam ukrývajú. Najviac zo všetkého ma však očarila vôňa lekárne. To všetko sa do mňa pomaly vpisovalo a aj preto som si zvolila štúdium na Strednej zdravotníckej škole v Bratislave, kde som zmaturovala v roku 1992.

Hneď po maturite som sa zamestnala v nemocničnej lekární v Podunajských Biskupiciach, kde som strávila desať krásnych rokov vo výbornom kolektíve. Počas týchto rokov som sa oboznámila s prípravou infúzných roztokov, pripravovaním liekov na oddelenia a taktiež individuálne pripravovaných liekov. Počas materskej dovolenky sa mi naskytna možnosť práce vo verejnej lekární v Bratislave. Brala som to ako veľkú výzvu, pretože som prišla do styku s verejnosťou. Táto práca ma nadchla. Bližšie som spoznala

pacientov, ich prístup, reakcie, starosti... Vždy sa snažím každému pomôcť najlepšie, ako viem a nesmierne ma vždy poteší pozitívna spätná väzba. Okrem práce za tárou sa venujem aj žiakom zo Strednej zdravotníckej školy v Bratislave, ktorí k nám chodia na prax.

Svoje znalosti sa snažím dopĺňať seminármi a rovnako tiež sledovaním odborných článkov v časopise Teória a prax I Farmaceutický laborant. Nie jeden príspevok mi pomohol pri rozširovaní vedomostí a ich prenesením do praxe.

Všetkým prajem ešte veľa úspešných rokov a veľa kvalitných odborných článkov.

S pozdravom

Lekáreň Dr. Max 248, Bratislava

Bývalá Železničná lekáreň. Lekáreň nesie meno Dr. Max už dva roky a funguje pod vedením Mgr. Ivety Kubačkovej. Priestory lekárne sa nachádzajú priamo v poliklinickej časti nemocnice. Nájdete u nás tri okienka s výdajom na recept a jedno na výdaj bez receptu. Lekáreň funguje aj ako výučbová lekáreň pre stredné a vysoké školy. Okrem liekov na recept si u nás pacienti môžu vybrať zdravotnícke pomôcky, ako sú barly, ortézy alebo inkontinenčné pomôcky a taktiež individuálne pripravované lieky.

Náš kolektív tvorí tím milých ľudí, ktorých mám rada. Vzájomne sa podporujeme a držíme spolu. Náš kolektív tvoria Mgr. Iveta Kubačková, Mgr. Stanislava Šufliarska, Mgr. Jana Kunová, Mgr. Martina Hargašová, Mgr. Liliána Hrvoľová, Mgr. Radoslav Cibík, laborantka Andrea Pakanová, sanitárka Martina Lukačovičová a ja. Snažím sa o to, aby som bola plnohodnotnou členkou tímu.



Horný rad zľava: Mgr. Martina Hargašová, laborantka Andrea Pakanová, laborantka, ja, Mgr. Liliána Hrvoľová, Mgr. Stanislava Šufliarska, Mgr. Radoslav Cibík
Dolný rad zľava: Mgr. Jana Kunová, sanitárka Martina Lukačovičová, Mgr. Iveta Kubačková



PhDr. Anna Kmeťová

Šéfredaktorka a vydavateľka časopisu
Teória a prax I Farmaceutický laborant

Dobrovoľné členstvo **verzus** povinné členstvo

Od 1. novembra 2004 sa rozhoduje každý zdravotnícky pracovník individuálne, či bude alebo nebude členom komory. Povinné členstvo v komore sa zmenilo na dobrovoľné. Zákon tvorilo a do parlamentu predložilo Ministerstvo zdravotníctva. Rezort viedol v tom čase MUDr. Rudolf Zajac.

Stavovské a profesijné organizácie s návrhom nesúhlasili, ale nakoniec zákon získal 21. októbra 2004 parlamentnú väčšinu.

Podrobnosti vymedzuje zákon č. 578/2004 Z. z. o poskytovateľoch zdravotnej starostlivosti, zdravotníckych pracovníkoch, stavovských organizáciách v zdravotníctve v znení neskorších predpisov. Zákon komorám odkrojil z kompetencií a pridal im povinnosti. Dosah na nečlenov zákon nezabezpečil.



Otázka:

Potvrdila prax správnosť tohto rozhodnutia?

SK SaPA
Slovenská komora sestier
a pôrodných asistentiek

Mgr. Iveta Lazorová, dipl. p. a.

Slovenská komora sestier a pôrodných asistentiek
Prezidentka

Podľa nášho názoru by každý zdravotník mal mať možnosť slobodne sa rozhodnúť, či chce byť členom komory, alebo nie. V našich povolaniach – sestry a pôrodné asistentky – sa nám skôr osvedčilo združovať členov dobrovoľne. Ak sa má stať členom niekto, kto nie je presvedčený

o tom, že to má zmysel, kto má pocit, že nepotrebuje, aby bol súčasťou stavovskej organizácie, ktorá v prvom rade obhajuje záujmy jeho povolania, tak je to potom skôr na škodu veci. Pretože my skôr potrebujeme ľudí, ktorí za nami a našimi rozhodnutiami stoja, sú informovaní a chcú prinášať zmeny, sú presvedčení, že ich názor je dôležitý a že majú možnosť sa aktívne zapájať v rôznych oblastiach našej činnosti.

Sme presvedčení, že problémom komôr nie je povinné členstvo, ale chýbajúce finančné zdroje na plnenie úloh vyplývajúcich komorám zo zákona, či nemožnosť kontroly dodržiavania etickej zodpovednosti nečlenov v prípade ich pochybení pri výkone povolania. Zhodli sme sa na tomto postoji viacerí predstavitelia komôr v zdravotníctve na našom ostatnom stretnutí začiatkom roku. Slovenské stavovské organizácie v zdravotníctve zväčša odmietajú zavedenie povinného členstva zdravotníkov v komorách tak, ako to už opakovanne mediálne prezentovalo ministerstvo zdravotníctva.

Pre kvalitné plnenie svojich úloh by však komory potrebovali – aj v záujme pacien-

tov – mať disciplinárny dosah na všetkých registrovaných zdravotníkov pri kontrole dodržiavania Etického kódexu zdravotníckych pracovníkov. Pre ochranu pacientov a zvýšenie kvality zdravotnej starostlivosti je dôležité, aby komora mohla mať v prípade doručených podnetov právomoc kontrolovať eticky poskytovanú zdravotnú starostlivosť nielen u členov, ale aj nečlenov. Zástupcovia komôr dlhodobo upozorňujú na situáciu, že ak štát prenáša na komory niektoré úlohy štátnej správy, ktoré by mal primárne riešiť on sám, mal by tieto činnosti financovať, alebo aspoň na ne adekvátne prispievať. Príkladom je zákonom určená povinná registrácia zdravotníkov, na ktorú štát neprispieva.

Sú teda dve možné riešenia. Zaviest' povinné členstvo (advokátska komora, architekti), alebo posilniť dosah komôr pri výkone úloh prenesených zo štátu aj na nečlenov, teda na všetkých registrovaných zdravotníckych pracovníkov. Tu ale vidím riziko v tom, že zvýšené náklady spojené s touto agendou (poštovné, právne služby, cestovné náklady na šetrenie na mieste a pod.) budú opäť znášať komory na úkor svojich členov.



nie



SLOVENSKÁ
KOMORA
PSYCHOLÓGOV

Mgr. Eva Klimová

Slovenská komora psychológov
Prezidentka

V úvode si dovoľím skonštatovať, že Slovenská komora psychológov je jednou z najmenších stavovských organizácií v zdravotníctve s počtom cca 1 100 psychológov zapísaných v registri, z čoho členovia tvoria iba 30 %, sa náš pohľad z časti môže líšiť od názoru iných komôr.

Otázka povinného členstva má z nášho pohľadu dva základné aspekty.

Prvým aspektom je aktuálne legislatívne postavenie komôr v zdravotníctve, kedy komora nie je typom organizácie, ktorá umožňuje dobrovoľne sa združovať (neziskové organizácie, združenia a pod.), ale výkon zdravotníckeho povolania, v našom prípade psychológ, je regulovaný a komora je nositeľom preneseného výkonu verejnej moci. Komora má dnes prenesené povinnosti, regulačnú funkciu a zastupuje čím ďalej tým viac záujmy štátu. Avšak bez skutočne zodpovedajúcich právomocí a možností uplatňovať regulačnú funkciu. Dovoľm si s nadsádzkou povedať, že tento stav pôsobí občas komicky ako „Kocúrko-vo“, kedy komora za nejakú skutočnosť „zodpovedá“, ale nemá ako vymôcť veci a na druhej strane „môže udeliť finančnú sankciu“, ktorá je však príjmom štátneho rozpočtu, avšak náklady na jej vymáhanie znáša komora, v našom prípade z príjmu z členského príspevku. Súčasne komora môže byť za neplnenie povinností sankcionovaná štátom.

V takomto prípade je dobrovoľné členstvo skutočne zlou alternatívou, naši členovia sa oprávnené pýtajú z akého dôvodu by mali byť členmi a svojimi osobnými financiami platiť výkon štátom na komoru

prenesených činností, ktorých objem neustále narastá? Ich členské príspevky zabezpečujú funkcionálnosť komory ako i činnosť komory pre registrovaných psychológov. Bez týchto príspevkov by výkon činnosti komory bol neudržateľný. Nezanebateľný fakt je i to, že kontrolná funkcia komory je viac smerovaná práve na členov a prípadné disciplinárne konania a sankcie sa dotýkajú práve ich. Malé komory, ktoré svojim spôsobom bojujú o prežitie, majú taktom nízku energetickú a finančnú kapacitu svojim členom poskytovať skutočné výhody. Akú môže mať v takejto situácii psychológ motiváciu stať sa členom komory? Druhým aspektom je význam členstva z pohľadu príslušnosti k povolaniu a stavovskej hrdosti. Vtedy má dobrovoľné členstvo význam. Takmer jedna tretina našich členov je alebo sa blíži k dôchodkovému veku a byť členom komory je pre nich samozrejme, pretože komora pre nich symbolizuje misiu stavovskej organizácie zastrešujúcej ich činnosť, chrániacej povolanie a tvoriacej koncepciu jeho rozvoja. Žiaľ, psychológ má iné legislatívne postavenie ako ostatní zdravotnícki pracovníci, nie je v zmysle zákona zdravotníckym pracovníkom ihneď po ukončení štúdia, ním sa stáva až po doplnení prípravy na výkon práce v zdravotníctve a aktívnom výkone povolania v rezorte zdravotníctva. Až tak sa môže registrovať v komore a rozhodnúť sa i pre členstvo. V našom prípade teda nie je možné, aby psychológ zostal dobrovoľným členom komory i po ukončení výkonu zdravotníckeho povolania alebo, ak výkon jeho psychologického povolania je v inom rezorte. Paradoxne záujem o členstvo z dôvodu pocitu príslušnosti k psychologickému stavu majú práve tí psychológovia, ktorí pracujú v iných rezortoch a komora ich nemôže registrovať a prijať za členov. Rovnako záujem je u kolegov seniorov, ktorí chcú aspoň prostredníctvom kontaktu s komorou zostať v kontakte s povoláním. Preto sa v našom prípade čoraz viac vynára otázka legislatívnej úpravy podmienok pre členstvo alebo snád' aj existencie nadrezortnej komory, ako bola prvá Slovenská komora psychológov, ktorá vznikla samostatným zákonom v roku 1994. Členstvo by v takom prípade zostalo dobrovoľné na princípe motivácie a komora by mohla členom poskytovať skutočné benefity.

Na úvodnú otázku, či prax potvrdila správnosť rozhodnutia, že členstvo v komore sa zmenilo na dobrovoľné, môžeme jednoznačne odpovedať nie, nepotvrdila.

Domnievame sa, že povinné členstvo v dnešných stavovských organizáciách v zdravotníctve by mohlo mať pozitívny vplyv na kľúčové funkcie komory. Predovšetkým na naplnenie skutočnej funkcie komory ako regulátora povolania so sekundárnou možnosťou komory ovplyvňovať kvalitu psychológmi poskytovaných služieb. Samozrejme by záviselo i od kontextu, v akom by povinné členstvo bolo prijaté. Pokiaľ by daňou pre komory za takúto zmenu bol iba prenos ďalších povinností zo štátu bez zvýšenia reálnych právomocí komory, nič by to nevyriešilo. Veľmi dôležité je i to, aby bola stanovená výška členských príspevkov do komory tak, aby umožnila pokryť jej činnosť a nebola by súčasne likvidačná pre člena. Ak by však bola postavená na doteraz uplatňovanom princípe „nevzbudiť odpor“ a výška príspevku by bola „pro forma“, štát by musel činnosť komôr začať konečne podporovať zo štátneho rozpočtu.

Ak sa nad tým však veľmi prakticky zamyslíme, takto by išlo iba o zmenu v podmienkach registrácie a jej premenovanie na členstvo. Tu je dôležité povedať, že zákon 578/2004 Z. z. o poskytovateľoch zdravotnej starostlivosti... používa pojem členstvo nie veľmi jednoznačne. Z praxe môžeme poukázať na skúsenosť, že psychológom, ktorí práve vstupujú do výkonu povolania v zdravotníctve poskytuje v istom zmysle náhľad, že registráciou v príslušnej stavovskej komore sa stávajú priamo členom komory so všetkými právami... Z nášho pohľadu je preto nevyhnutné legislatívu definujúcu členstvo, ale i činnosť a postavenie komôr otvoriť a upraviť do funkčnej podoby pre dnešnú dobu. Je však dôležité, aby boli rešpektované špecifiká jednotlivých komôr, nielen záujmy niektorých konkrétnych stavovských organizácií, ako tomu bolo v minulosti.

I keď sa pravdepodobne všetky komory nezhodneme v názoroch na túto tému, jedno máme spoločné... pocit dlhodobej neudržateľnosti súčasného stavu, potrebu zmeny a snád' i otvorenosť o veci diskutovať.



Zákon č. 287/2018 Z. z., ktorým sa mení a dopĺňa zákon č. 139/1998 Z. z. o omamných látkach, psychotropných látkach a prípravkoch v znení neskorších predpisov a ktorým sa dopĺňa zákon č. 576/2004 Z. z. o zdravotnej starostlivosti, službách súvisiacich s poskytovaním zdravotnej starostlivosti a o zmene a doplnení niektorých zákonov v znení neskorších predpisov

Účinnosť 1. novembra 2018

1. Otázka:

Aké dôležité zmeny boli prijaté zákonom č. 287/2018 Z. z., ktorým sa novelizoval zákon č. 139/2008 Z. z.?

Odpoveď:

V zákone sa upravujú najmä:

- **základné pojmy uvedené v § 2 cit. zákona:**
Konkrétne ide o pojmy, čo sú omamné látky, psychotropné látky, aká látka sa ešte považuje za omamnú a psychotropnú a čo sú prípravky:
 - Príloha č. 1,
 - dopĺňa sa Príloha č. 3.

2. otázka:

Ako je upravený základný pojem Omamné látky?

Odpoveď:

Omamné látky sú látky vyvolávajúce návyk a psychickú a fyzickú závislosť ľudí charakterizovanú zmenami správania sa so závažnými zdravotnými a psychosociálnymi následkami, na ktoré sa vzťahuje medzinárodný dohovor, ktorým je Slovenská republika viazaná.

3. otázka:

Ako je upravený základný pojem Psychotropné látky?

Odpoveď:

Psychotropné látky sú látky ovplyvňujúce stav ľudskej psychiky pôsobením na centrálny nervový systém s menej závažnými zdravotnými a psychosociálnymi následkami, na ktoré sa vzťahuje medzinárodný dohovor, ktorým je Slovenská republika viazaná.

4. otázka:

Ktorá látka sa ešte považuje za omamnú látku a psychotropnú látku?

Odpoveď:

Za omamnú látku a psychotropnú látku sa považuje aj látka v čistej forme alebo v prípravku,

- na ktorú sa nevzťahujú medzinárodné dohovory, ktorými je Slovenská republika viazaná,
- ktorá môže predstavovať porovnateľné zdravotné riziko alebo spoločenské riziko ako látka, na ktorú sa vzťahujú medzinárodné dohovory, ktorými je Slovenská republika viazaná,
- ktorá sa má na základe osobitného predpisu podrobiť kontrolným opatreniam.

5. otázka:

Ako je upravený základný pojem Prípravky?

Odpoveď:

Prípravky sú zmesi obsahujúce jednu alebo viac:

- omamných látok alebo psychotropných látok, a to bez ohľadu na ich fyzikálny stav, okrem prírodne sa vyskytujúcich zmesí, látok a roztokov látok,
- potenciálne rizikových látok, ktorých chemická štruktúra a predpokladané účinky sú podobné ako pri omamných látkach alebo psychotropných látkach, alebo
- látok, na ktoré sa nevzťahujú medzinárodné dohovory, ktorými je Slovenská republika viazaná a ktoré môžu predstavovať porovnateľné zdravotné riziko alebo spoločenské riziko ako látky, na ktoré sa vzťahujú medzinárodné dohovory, ktorými je Slovenská republika viazaná.

6. otázka:

Boli zmenené aj iné zákony prijatím zákona č. 287/2018 Z. z.?

Odpoveď:

Áno, prijatím zákona č. 287/2018 Z. z. bol novelizovaný aj zákon č. 576/2004 Z. z. o zdravotnej starostlivosti, službách súvisiacich s poskytovaním zdravotnej starostlivosti a o zmene a doplnení niektorých zákonov a to konkrétne § 8, odsek 2, kde všeobecnú ambulantnú starostlivosť pre dospelých môže poskytovať aj poskytovateľom určený všeobecný lekár a poskytovateľom určená praktická sestra.

AKCIA 5+1
Za 1 cent
Pri kúpe 5 testov rovnakého druhu dostanete 1 za 1 cent.

SUPER AKCIA 10+3
Za 1 cent
Pri kúpe 10 testov rovnakého druhu dostanete 3 za 1 cent.

testovaná vzorka: stolica
HELICOBACTER PYLORI TEST

testovaná vzorka: moč
BIOGEMA BABY TEST komfort
BIOGEMA BABY TEST mono
BIOGEMA BABY TEST duo

testovaná vzorka: stolica
HEMOGLOBÍN / FOB TEST 3 v 1
HEMOGLOBÍN / FOB TEST

testovaná vzorka: moč
OVULAČNÝ TEST 5 v 1
OVULAČNÝ TEST 20 v 1

testovaná vzorka: moč
KOKAÍN TEST
THC MARIHUANA TEST
METAMFETAMÍN PERVITIN TEST
MULTIDROGOVÝ TEST
5 parametrov
- morfín, pervitín, extáza, marihuana, benzodiazepín

MULTIDROGOVÝ TEST
10 parametrov
- extáza, pervitín, benzodiazepín, morfín, marihuana, amfetamín, barbituráty, kokain, fencyklidín, tricyklické antidepresíva

NOVINKA

Zmluvní distribútori: PHOENIX Z.Z., a. s., Bratislava
MED-ART spol. s r.o., Nitra
JAGE s.r.o., Kysucké Nové Mesto



1. 12. 2018

Svetový deň boja proti AIDS

Cieľom tohto dňa je upozorňovať ľudí na problém AIDS, aby mali lepšie informácie o tejto chorobe a najmä šíriť vedomosti o prevencii, či už na školách alebo prostredníctvom médií, napr. formou tlače alebo rôznymi koncertnými podujatiami. Infekcia vírusom HIV patrí medzi celosvetovo rozšírené nákazy a nové prípady stále pribúdajú. Samotné ochorenie AIDS je konečným štádiom infekcie vírusom HIV. Postihnutí jedinec má pomalé zlyhávanie a rozvrat imunitného systému, pridružia sa závažné a atypické nádorové ochorenia až smrť. V súčasnosti ešte nie je účinná liečba infekcie vírusom HIV, možné je infekciu len spomaliť, no, vírus sa usmrtiť nedá. Symbolom tohto svetového dňa je červená stužka.

27. 1. 2019

Svetový deň lepry



3. 12. 2018

Medzinárodný deň osôb so zdravotným postihnutím

Cieľom tohto dňa je upozorňovať ľudí Tento deň vyhlásila Organizácia spojených národov (OSN) s myšlienkou upozorniť na ľudí, ktorí majú zdravotné postihnutie, pochopiť ich a podporiť ich práva, aby mali dôstojný život. Dohovor OSN o právach osôb so zdravotným postihnutím je prvým právne záväzným medzinárodným nástrojom v oblasti ľudských práv, ktorého zmluvnou stranou je aj Slovenská republika. Cieľom dohovoru je presadzovať, ochraňovať všetky osoby so zdravotným postihnutím a mať k nim úctu.

Svetový deň lepry vyhlásila Svetová zdravotnícka organizácia – WHO a pripomína sa od roku 1953. Tento deň nám vytvára príležitosť uvedomiť si neustálu prítomnosť chronickej infekčnej choroby lepry, ktorá je známa aj pod názvom Hansenova choroba. Je pomenovaná podľa nórskeho vedca Gerharda Armauera Hansena, ktorý v roku 1873 objavil baktériu spôsobujúcu toto ochorenie. Ide o baktériu Mycobacterium leprae, ktorá poškodzuje kožu, sliznicu a nervové bunky. Tento deň nám má pripomenúť, že leprou trpia stále približne 3 milióny ľudí, pričom každoročne sa nakazí pol milióna ľudí. Ak sa dané ochorenie diagnostikuje a začne liečiť včas, je možné ho vyliečiť. Najviac prípadov nakazenia hlásia India, Brazília, Madagaskar, Mozambik, Nepál a Tanzánia.

Denisa Bobotová

Farmaceutická laborantka
so špecializáciou v odbore lekárenstvo
Lekáreň Pod Kaštieľom
Dubnica nad Váhom



4. 1. 2019

Svetový Braillov deň

Tento deň vyhlásila Svetová slepecká únia na počesť narodenia Louisa Brailla, francúzskeho tvorca celosvetovo uznávaného slepeckého písma, ktorý už ako 12-ročný sa začal zaujímať o tvorbu písma na základe zvukov, ktoré používala francúzska armáda na komunikáciu v noci. Jednotlivé zvuky nahradil písmenami a chýbajúce znaky doplnil symbolmi. V roku 1844 nevidiaci na celom svete uznali Braillovo písmo za svoje.

Ilustračné foto: internet

STADATUSSIN

Účinná látka: **pentoxyverín, antitusikum**
Aby vás kašeľ neobmedzoval

Výhody užívania:

- Pre deti už od dvoch rokov
- Doba užívania až dva týždne (dlhšie po konzultácii s lekárom)
- Výborná titrácia dávkovania podľa veku a hmotnosti
- Bez alkoholu, bez cukru a farbív
- Pre deti aj dospelých
- Prijemná jahodová aróma



Pre deti a dospelých
na potlačenie
suchého
neproduktívneho
kašľa.



Dostupný
v dvoch
formách:
sirup – 100 ml
kvapky – 30 ml

STADATUSSIN perorálny roztok 1,35 mg/ml a STADATUSSIN perorálne roztokové kvapky 19 mg/ml sú voľnopredajné lieky na vnútorné použitie. Obsahujú účinnú látku pentoxyverín. Pred použitím si pozorne prečítajte písomnú informáciu pre používateľa alebo sa poraďte s lekárom alebo lekárnikom.

STADA

STADA PHARMA Slovakia, s. r. o.
Digital Park III, Einsteinova 19, 851 01 Bratislava,
Slovenská republika



Mgr. Andrea Magdolenová

Farmaceutická laborantka
so špecializáciou v odbore lekárenstvo



RUSKO



Lekárne v Rusku sú už všetky súkromné a v posledných rokoch sa koncentrujú do sietí. Prvá lekárňa bola otvorená v roku 1581. V roku 1914 ich počet dosiahol 4 791 a teraz existuje na území Ruskej federácie asi 65 000 lekárni a lekárenských kioskov. Lekárne nemôžu poskytovať žiadne vernostné systémy, povolené sú len 5 % zľavy dôchodcom.

farmaceutického trhu a je tvorený segmentom OTC liečiv, parafarmaceutík, kozmetiky, Rx liečiv, zdravotníckych pomôcok a hygienických výrobkov.

Združenie nezávislých lekárni ACHA je najväčším reťazcom asociatívnych lekárni v krajine, ktorá spája 5 020 lekárni a lekárni vo všetkých regiónoch Ruskej federácie.

ného vzdelávania v dennom vzdelávaní sú 2 roky 10 mesiacov na základe sekundárneho (úplného) všeobecného vzdelávania. Predmetom odbornej činnosti absolventov sú lieky, liečivé rastlinné materiály, pomocné látky, látky zaradené do Registra liekov a farmaceutické výrobky, zariadenia používané na výrobu liekov v lekárni. Absolventi sa pripravujú na činnosti ako predaj liekov a farmaceutických výrobkov, organizáciu činností podskupín lekárni vo vidieckych oblastiach (v prípade absencie špecialistu s vyšším vzdelaním), poradenstvo a informovanie spotrebiteľov.

Plat farmaceutického asistenta v Rusku sa odlišuje podľa oblasti miesta pôsobenia výkonu práce, väčšinou sú platy uvádzané (údaj podľa najnovšej štatistiky 2018) od 14 000 do 40 000 rubľov, ale napríklad v regióne Kamčatka je to až 70 000 rubľov. Lekárne sú spravidla otvorené denne, 6 dní v týždni a to od 9:00 hod. do 21:00 hod.



V Rusku v súčasnosti pripadá jedna lekárňa na približne 1 500 obyvateľov. Vedúce postavenie na ruskom trhu má lekárenský reťazec Apteka 36,6 %, ktorý vznikol v roku 1991 a ku koncu roka 2012 mal celkom 935 lekárni v 29 ruských regiónoch. Druhým lekárenským reťazcom na ruskom trhu je reťazec Rigla so 751 lekárňami v 26 regiónoch. Tretí lekárenský reťazec A5 Group s počtom 1 383 lekárni bol založený v roku 2006.

V súčasnosti tvorí lekárenský maloobchodný trh približne 73 % celého ruského

cie. Podiel združenia lekárni ACHA na maloobchodnom trhu liekov bol v 1. štvrtroku 8,63 %, čo z neho robí lídra domáceho farmakologického priemyslu. Združenie nezávislých lekárni ACHA vyvinulo vyspelý vernostný program a spustilo mnohé služby, ktoré spĺňajú potreby všetkých cieľových skupín zákazníkov.

Podmienkou na výkon práce farmaceutických asistentov v lekárni je absolvovanie špecializácie stredoškolského odborného vzdelávania. Štandardné podmienky pre rozvoj stredoškolského odborného základ-



Zdroje:
<https://lekarenstvi.apatykar.info/lekarenstvi-ve-svete/clanek-2204/>
<https://mediweb.hnonline.sk>
<http://karl-marks.ru/associaciya-nezavisimyx-aptkek-asna-opublikovala-dannye-sobstvennogo-issledovaniya-o-potrete-tipovogo-pokupatelya-i-sostave-srednej-potrebitelskoj-aptечноj-korziny-v-rossii/>
<http://smi59.ru/3287-komu-vygodnoy-izbytochnoe-kolichestvo-aptkek-v-rossii.html>
<http://www.timehd.net/moskva.html>
<https://russia.trud.com/salary/692/3857.html>
<https://www.lawmix.ru/medlaw/9854>
<http://www.edu.ru/abitur/act.21/fgos.060301/st.1/index.php>



Príprava plánovaného lekárskeho ošetrovania v zahraničí

2. časť



Príklad 2

V niektorých prípadoch je možné, že budete musieť zaplatiť časť nákladov vopred, a to aj napriek predchádzajúcemu povoleniu

Agáta chce absolvovať komplexný chirurgický zákrok vo fínskej nemocnici, ktorá je súčasťou verejného zdravotného systému. Keďže takýto chirurgický zákrok podlieha predchádzajúcemu povoleniu, či už v prípade priamej platby, alebo náhrady zaplatených výdavkov, požiada o predchádzajúce povolenie. V prípade schválenia budú náklady na zákrok priamo kryté zdravotnou poisťovňou.

Bernard chce rovnaký chirurgický zákrok, takisto vo Fínsku, ale v súkromnej nemocnici. Aj v tomto prípade musí požiadať o predchádzajúce povolenie, ale možnosť priamej platby sa neuplatňuje. Ak získa predchádzajúce povolenie, Bernard musí sám zaplatiť náklady na chirurgický zákrok a následne požiadať o ich náhradu. Náhrada by sa mu mala poskytnúť vo výške, aká sa uplatňuje na rovnaký druh zákroku v jeho domovskej krajine.

Bez ohľadu na to, akú možnosť si vyberiete, vaša zdravotná poisťovňa nemôže zamietnuť žiadosť o predchádzajúce povolenie, ak:

- konkrétne ošetrovanie nie je k dispozícii vo vašej domovskej krajine, ale nahrádza sa v rámci povinného zdravotného poistenia alebo
- vám ošetrovanie nevedia poskytnúť bez zbytočného odkladu vo vašej krajine vzhľadom na váš aktuálny zdravotný stav a priebeh vášho ochorenia.

Viac informácií o súvisiacich nákladoch a náhradách sa dozviete buď priamo od poskytovateľa zdravotnej starostlivosti, alebo **národného kontaktného miesta** v krajine EÚ, v ktorej plánujete podstúpiť ošetrovanie.

V niektorých prípadoch budete musieť požiadať o predchádzajúce povolenie. Informujte sa vo svojej zdravotnej poisťovni alebo v **národnom kontaktnom mieste**. Vaša žiadosť musí byť schválená v prípade, ak by ste na ošetrovanie doma museli čakať príliš dlho.

Ilustračné foto: internet

AMPCARE

PROAKTÍVNA OCHRANA PRE CELÚ RODINU



**AMPCARE
TABLETY**
AM3® + Polinacea®



**AMPCARE JUNIOR
CLASSIC**
AM3® + Polinacea®



AMPCARE JUNIOR
AM3® + FOS & GOS + Vitamín D



PRVÁ VOĽBA

pri antibiotickej, mykotickej a virotickej liečbe. Vírusy, baktérie a huby sa už viac v tele neschovávajú. Napomáha obnoviť prirodzené imunitné reakcie.



IDEÁLNY DOPLNOK

k antibiotickej, mykotickej, virotickej liečbe na obnovenie prirodzených imunitných reakcií.

AM3®

Patentom chránený výťažok z huby *Candida Utilis*

www.skinmedical.sk



41. konferencia farmaceutických laborantov a technikov pre zdravotnícke pomôcky

Organizátori: Slovenská spoločnosť farmaceutických laborantov a technikov pre zdravotnícke pomôcky (SSFLaTZP), o. z., Slovenskej lekárskej spoločnosti v spolupráci so Slovenskou komorou medicínsko-technických pracovníkov (SK MTP)

Termín: 16. – 17. november 2018

Miesto: Grand Hotel Bellevue, Starý Smokovec

Téma: Ochorenie vedúce k stómii a starostlivosť o pacienta

Organizátori opäť prekvapili

PhDr. Anna Kmeťová

Šéfredaktorka a vydavateľka časopisu
Teória a prax I Farmaceutický laborant

Konferencia má už roky punc kvality. Myslíte si, že jej úroveň sa už nedá zvyšovať, ale opak je pravdou. Organizátori to dokázali. V roku 2018 ju opäť posunuli o kúsok ďalej. Kvalitní lektori, pozorné publikum, pútavé prezentácie 41 vystavujúcich farmaceutických spoločností a spoločenská časť po kolotoči prednášok prvého dňa.

Prvé slová na konferencii patrili **RNDr. Jozefovi Slanému, CSc., z Odboru farmácie Ministerstva zdravotníctva SR**: „Farmaceutický laborant je pravou rukou farmaceuta. Ak má obstať a byť preňho partner nemôže zakrpatieť, ale využívať všetky zdroje k odbornému rastu. Konferencia, vaše najväčšie vzdelávacie podujatie, vám túto možnosť ponúka a je jednou z možností, ako prísť k novým poznatkom...“

„Ide o podujatie s bohatou históriou, podujatie už desaťročia rešpektované odbornou verejnosťou,“ pripomenula **Alena Slezáček Bohúňová, prezidentka SSFLaTZP**.

„Žijeme v elektronickej dobe. O udalostiach sa dozvedáme ešte skôr ako sa stanú, namiesto výplaty v minciach a bankovkách chodí na náš imaginárny účet imaginárna kryptomena, ktorej existenciu potvrdzuje len séria zložitých kódov.

Namiesto pečatí chráni naše súkromie a cenné informácie niekoľko písmen hesla. Dôležité dokumenty nemáme uložené v trezoroch, zamknutých na niekoľko zámkov, ale sú uložené v kyberpriestore a dostaneme sa k nim, len keď poznáme tie správne prístupové kódy. A elektronickej doba sa nevyhla ani nášmu povolaniu. Namiesto papierového receptu alebo poukazu máme len rodné číslo. Doba, keď pri výpadku PC siete nie sme schopní urobiť ani ten najjednoduchší pracovný úkon. Doba, kedy skutoční ľudia s menom strácajú identitu a stávajú sa len číslami. Práve preto ma nesmierne teší váš záujem o tradičný typ vzdelávania...“

„Za takmer pol storočia môžeme bilancovať našu činnosť v odbore farmaceutický laborant. Považujem ju za dôležitú nielen pre Slovenskú lekársku spoločnosť, ale predovšetkým pre účastníkov týchto konferencií v oblasti celoživotného vzdelávania,“ skonštatovala **čestná prezidentka SSFLaTZP Viera Jeníková**.





Organizačný výbor: zľava Danica Kšenzighová, Alica Fekete, Alena Hanušniaková, Anna Vojákovičová, Alica Vargová, Vierka Jeniková, Anton Slezáček, Alena Slezáček Bohúňová, Mária Fischerová, Júlia Šteffková

Prednášatelia a témy:

Aktuálna problematika

PharmDr. Lucia Černušková, CSc.
Ústav farmácie LF SZU Bratislava
Stómia a ochorenia vedúce k stómii

RNDr. Jozef Slaný, CSc.
Ministerstvo zdravotníctva SR
Právne úpravy a zmeny v legislatíve

MUDr. Miroslav Lukáč
Chirurgické odd. FNŠP Prešov
Stómia z pohľadu chirurga

Iveta Šluhová
Členka Prezídia a Rady SK MTP Trenčín
Aktuálne zmeny vo vedení kancelárie i orgánoch SK MTP

MUDr. Ivan Kecskés, MPH
Odd. radiačnej onkológie FNŠP Žilina
Kolorektálny karcinóm

SK MTP združuje 13 povolání, a tak nie všetky aktivity súvisia s našou profesiou. Z tých spoločných je to novela vyhlášky 366/2005 o systéme ďalšieho vzdelávania. Predložený návrh sme pripomienkovali a mali sme k nemu viaceré výhrady. Dňa 1. 10. 2018 sme boli prizvaní na MZ SR kvôli prerokovaniu pripomienok. Bola som tam ja a vedúci kancelárie SK MTP Patrik Moškurjak. Nemožno hovoriť o žiadnom konštruktívnom rokovaní. Podarilo sa nám presadiť minimum vecí, ale aj to nie je isté, či budú vo finálnom dokumente. Novela by mala ísť v tomto období do medzirezortného pripomienkového konania.

Doc. PharmDr. Juraj Sýkora, CSc.
Prednosta Ústavu farmácie LF SZU Bratislava
Nádory ORL oblasti a pažeráka

Sekretariát SK MTP

V máji tohto roku sa konal snem SK MTP, na ktorom prebehli riadne voľby do orgánov komory. Rada SK MTP ma navrhla ako protikandidátku na post prezidentky, pretože sme mali výhrady k chodu sekretariátu a prístupu prezidentky. Bola zvolená staronová prezidentka. Rada SK MTP žiadala od prezidentky vysvetlenie, prečo sa nezúčastňuje zasadnutí MZ SR a stavovských organizácií. Jej reakciou bola rezignácia na funkciu prezidentky a členku Rady SK MTP. V súčasnosti riešime všetky problémy s činnosťou SK MTP, ktoré sú vypuklejšie, ako vyzerali. Nové voľby budú v máji budúceho roka. SK MTP navonok reprezentuje zastupujúca viceprezidentka Katarína Migasová. Za riaditeľa kancelárie SK MTP bol zvolený Bc. Patrik Moškurjak.

Mgr. Alena Lukáčová Havrilová
SZŠ Prešov a ambulancia internistu
Starostlivosť o pacienta s tracheostómiou

PharmDr. Margaréta Šubová, PhD.
Ústav farmácie LF SZU Bratislava
Úloha IPL v starostlivosti o imobilného pacienta

Pavol Uhlárik
Rajec
Život pred a po stómii – strhujúca prezentácia zo života stomika, ktorý to nevzdal a je úspešným športovcom a organizátorom maratónov a bežeckých pretekov napriek svojmu handicapu.

Ing. Peter Laudon
Ludia so stómiou, rôzne telesné pomery a ako vybrať vhodnú stomickú pomôcku?

Prof. RNDr. Jan Krejsek, CSc.
Ústav klinickej imunológie a alergológie LF UK a FN Hradec Králové
Môžeme vhodným zložením stravy posilniť imunitu a zlepšiť celkové zdravie?

Alena Sezáček Bohúňová
Prezidentka SSFLaTZP Žilina
Slovenská spoločnosť FL a TZP – jej činnosť a aktivity v roku 2018

Tatiana Šúryová

Farmaceutická laborantka
Výdajňa zdravotníckych pomôcok
Liptovský Mikuláš



Prečo považujem účasť na konferencii za dôležitú?

Dnešná doba si vyžaduje, aby pracovník vo výdajni zdravotníckych pomôcok mal prístup k aktuálnym informáciám, či už v oblasti legislatívy, ale aj samotných produktov. Práve takáto konferencia je skvelou voľbou, ako získať tieto informácie, či už od lekárov alebo sestričiek, ktorí pracujú priamo s pacientom, ale aj prostredníctvom zástupcov farmaceutických spoločností formou panelovej komunikácie. Samozrejme je to aj vynikajúca príležitosť stretnúť sa alebo zoznámiť s novými kolegami a vymeniť si skúsenosti a poznatky v odbore.

Katarína Marušáková

Farmaceutická laborantka
so špecializáciou v odbore lekárenstvo
Výdajňa zdravotníckych pomôcok
Angelus, Námestovo



V čom je systém vzdelávania dobrý, v čom nepostačuje a v čom by sa mal zmeniť?

Veľmi pozitívne vnímam veľké kongresy, ako je tento. Stretneme sa spoločne s kolegami, dozvieme sa zaujímavosti, novinky v terapii a starostlivosti o pacienta a aktuálny z legislatívy. Ja osobne by som uvítala, keby sa nejaké semináre konali aj na odľahlejších miestach Slovenska, ako napr. na Orave.



Margita Lašová

Farmaceutická laborantka
so špecializáciou v odbore lekárenstvo
Lekáreň Salvator, Čadca



Vytvára vám zamestnávateľ priestor na účasť na seminároch a iných vzdelávacích akciách?

Môj zamestnávateľ si uvedomuje dôležitosť ďalšieho vzdelávania svojich zamestnancov. Vzdelaní zamestnanci sú jeho pridaná hodnota pre pacientov, ktorí navštívia lekára.

A preto nám ochotne vytvára podmienky na účasť na vzdelávacích akciách. A to nielen pre získavanie potrebných kreditov. Ale predovšetkým kvôli prehĺbovaniu našich vedomostí a získavaniu nových aktuálnych informácií a poznatkov, vďaka ktorým slúžime našim pacientom kvalifikovaným poradenstvom v prospech udržania a zlepšenia ich zdravia.



Dovidenia o rok v Starom Smokovci

42. konferencia farmaceutických laborantov a technikov pre zdravotnícku pomôcku sa bude konať 8. a 9. 11. 2019.

Ilustračné foto:

www.australianskycajovnik.sk

od 2019 v novom dizajne

AUSTRALIAN BODYCARE

„Lekárnička vo fľaštičke“
doma i na cestách

TIP na použitie:

- na dezinfekciu pokožky, menších poranení...
- na herpesy, afty, hnisavé angíny, pluzgier...
- pri nádche a bolestiach uší...
- na odstránenie klieštov a dezinfekciu po uhryznutí, poštípaní, popíhnutí...
- na hnisavé rany, vyrážky, popáleniny...
- **tími zápaly a infekty v ústach, plesne na nohách...**
- na boľavé nechtové lôžka, panaríciá, zábery...
- na bradavice vírusového pôvodu...
- na vyrážky, štipance, popíhlenie medúzami, trávami...
- **najsilnejšie a najjemnejšie prírodné antiseptikum**
- nevyhnutný doma, na výletoch, pri športe...
- **neštípe, rýchlo zregeneruje poškodené tkanivo...**

Originálny najjemnejší Tea Tree Oil

Terapeutický čistý prírodný produkt

Katalóg produktov žiadajte na GSM: 0907 906 906 • Infolinka tel.: 052/ 772 44 54

Slovenská komora medicínsko-technických pracovníkov – nová adresa



IČO: 42140251, DIČ: 2022600635, zriadená zákonom NR SR č. 578/2004 Z. z., o poskytovateľoch zdravotnej starostlivosti, zdravotníckych pracovníkov, stavovských organizáciách v zdravotníctve a o zmene a doplnení niektorých zákonov, si Vás dovoľuje informovať o zmene adresy sídla sekretariátu/kancelárie SK MTP od 1. decembra 2018.

Nová adresa sekretariátu/kancelárie SK MTP je:

Hasičská 2, 911 01 Trenčín, Slovenská republika

V súvislosti so zmenou sídla sekretariátu/kancelárie SK MTP nedochádza k žiadnym zmenám identifikačných údajov SK MTP (IČO, DIČ, bankové spojenie, čísla účtov, e-mail, telefónne a faxové číslo), tie ostávajú nezmenené.

Prosíme Vás, aby ste novú adresu používali pri korešpondencii a to s platnosťou od 1. decembra 2018!

Ďakujeme za pochopenie a vopred sa Vám ospravedľujeme za prípadné nepríjemnosti.

Bc. Patrik Moškurjak
riaditeľ kancelárie SK MTP

Slovenská komora fyzioterapeutov

Doc. PhDr. Elena Žiaková, PhD.

Víceprezidentka poverená zastupovaním SKF



Fyzioterapia je odbor zdravotnej činnosti zameraný na diagnostiku a terapiu funkčných porúch pohybového systému. Zaraďuje sa medzi nelekárske zdravotnícke odbory a vykonávajú ju zdravotnícki pracovníci – fyzioterapeuti.

Slovenská komora fyzioterapeutov (SKF) je samostatná stavovská komora, združujúca zdravotníckych pracovníkov v povolanií fyzioterapeut. Vznikla v januári 2008, odčlenením sa od Slovenskej komory medicínsko-technických pracovníkov. SKF je profesijná organizácia zriadená zákonom 578/2004 Z. z.

SKF združuje fyzioterapeutov, ktorí sú jej členmi, vedie zoznam svojich členov a chráni ich práva a záujmy v súvislosti s výkonom zdravotníckeho povolania. Zastupuje svojich členov v spoločných otázkach týkajúcich sa výkonu zdravotníckeho povolania a poskytuje im sprostredkovanie odborného, právneho a ekonomického poradenstva v súvislosti s výkonom zdravotníckeho povolania. Členom SKF sa môže stať fyzická osoba, ktorá je odborne spôsobilá na výkon povolania fyzioterapeut a je bezúhonná, ak požiadala o zápis do zoznamu členov.

SKF vedie register fyzioterapeutov a vykonáva zápis do registra fyzioterapeutov, ktorý je podmienkou výkonu povolania fyzioterapeut.

SKF rozhoduje o vydaní, dočasnom pozastavení a zrušení licencie: na výkon samostatnej zdravotníckej praxe v povolanií fyzioterapeut, na výkon zdravotníckeho povolania povolanií fyzioterapeut a na výkon činnosti odborného zástupcu. Vykonáva dozor nad držiteľmi licencií v súlade so zákonom NR SR č. 578/2004 Z. z. a spolupracuje s príslušným orgánom štátnej správy pri výkone dozoru nad dodržiavaním podmienok na prevádzkovanie zdravotníckych zariadení.

Snem SKF 2017



Fyziokafe 2018



Deň fyzioterapeutov Košice 2016



Fyziokafe 2018

SKF spolupracuje s ministerstvom zdravotníctva, so stavovskými organizáciami v SR a v zahraničí, občianskymi združeniami, odbornými spoločnosťami, vzdelávacími inštitúciami a s ďalšími právnickými osobami a fyzickými osobami vo veciach súvisiacich s výkonom zdravotníckeho povolania. SKF bola prijatá na Valnom zhromaždení World Confederation for Physical Therapy – WCTP za riadneho člena Európskeho regiónu WCPT ako aj za člena svetovej organizácie WCPT.

SKF zúčastňuje sa na tvorbe všeobecne záväzných právnych predpisov súvisiacich s výkonom zdravotníckeho povolania a s poskytovaním zdravotnej starostlivosti.

Spolupracuje s Ministerstvom zdravotníctva a Ministerstvom školstva, vedy, výskumu a športu Slovenskej republiky v oblasti výchovy a vzdelávania a deleguje svojich zástupcov do jednotlivých akreditačných komisií pre vzdelávanie a do skúšobných komisií na záverečné skúšky. SKF sa podieľa na organizácii sústavného vzdelávania príslušných kategórií zdravotníckych pracovníkov.



Deň fyzioterapeutov Košice 2016

Slovenská Komora Fyzioterapeutov

Tbiliská 6
831 06 Bratislava

Diana Dudášová

Riaditeľka kancelárie SKF





PharmDr. Blažena Cagaňová, PhD.

Univerzitná nemocnica Bratislava
Národné toxikologické informačné centrum (NTIC)
Zástupkyňa vedúcej NTIC

Koloidné striebro

V ostatnom čase zaznamenávame v Národnom toxikologickom informačnom centre problémy v súvislosti s perorálnym užívaním prípravku koloidné striebro. Striebro na základe Nariadenia Komisie EÚ č. 1170/2009 nie je povolené na vnútorné použitie. Mnohí ľudia aj napriek upozorneniam farmaceutov, že prípravok je určený na vonkajšiu aplikáciu, užívajú tieto prípravky per os a neváhajú ich podať ani malým deťom.

Kazuistika NTIC č. 1: Alternatívna lekárka naordinovala 2-ročnému chlapcovi užívanie koloidného striebra „pre zlepšenie imunity a zápal v čreve“ v dávke 50 ppm, 2 x 2 ml. Po 2 týždňoch užívania matka spozorovala u dieťaťa neochotu chodiť, chlapec vyhľadával polohu na štyroch, neudržal sa na nohách. Dieťa bolo vyšetrené na neurologickej ambulancii so záverom: somatický stav primeraný veku, laboratórne parametre v norme, svalová slabosť – pri pokuse o stoj dieťa okamžite zaujíma polohu na štyroch. Vzhľadom na neobjasnenú príčinu bol chlapec hospitalizovaný na neurologickej klinike za účelom sledovania a bol vysadený prípravok koloidné striebro. Od tretieho dňa sa stav dieťaťa začal zlepšovať, najprv stál s oporou, potom prešiel niekoľko samostatných krokov a postupne došlo k úplnej úprave hybnosti.

Záver: Deficit chôdze s hyperreflexiou v dôsledku nežiaduceho účinku preparátu koloidné striebro.

Čo je to koloidné striebro?

Koloidné striebro je roztok častíc striebra v kvapaline, ktorou je zvyčajne voda. Slovo koloidné znamená, že nejde o číry roztok, ale o kvapalinu obsahujúcu rozptýlené nerozpustené častice. Tie majú zvyčajne veľkosť 1 až 100 nanometrov. Tieto častice nie je možné vidieť ľudským okom, preto ich vnímame ako zafarbenie kvapaliny.

Najmä na popáleniny a rany

V humánnej medicíne je najviac skúseností s lokálnym využitím striebra pri hojení rán a v kožnom lekárstve. Používa sa na

liečbu popálenín a iných poranení kože. Striebro alebo jeho zlúčeniny sa pre svoje antibakteriálne vlastnosti v medicíne používa napríklad v obvázoch, katédroch, náplastach alebo v kompresných podkolenkách. Ióny striebra sa viažu na DNA mikroorganizmov a tým spomaľujú alebo úplne zastavujú ich množenie, pričom nepoškodzujú bunky kože a podkožných tkanív.

Modrá krv?

Argýria je ochorenie, ktoré vzniká v dôsledku predávkovania striebrom. Prejavuje sa **modrastým a sivastým sfarbením** pokožky. V minulosti bola argýria v miernej forme známa u stredovekých šľachticov a to vďaka strieborným nádobám a pohárom, ktoré sa používali pri stolovaní. Práve používaním strieborného riadu v staroveku sa do „šľachtického“ tela dostávalo uvoľnené striebro, čo prispelo k zrodu termínu „modrá krv“.

Pri argýrii sa striebro ukladá do **kože, nechtového lôžka a očného bielka**. V koži uložené častice striebra stimulujú tvorbu *melanínu*, ktorý je zodpovedný za opálenie, takže koža po pobyte na slnku ešte viac stmavne. Zvyčajne **ide o trvalý stav**, ktorý sa môže rozvinúť náhle, alebo v priebehu niekoľkých rokov (v závislosti od dávky užívaného striebra). Argýria postihuje vzhľad, preto môže vyvolať psychické problémy. **Účinná liečba zatiaľ neexistuje.**

K argýrii môže dôjsť aj pri používaní koloidného striebra zvonku. Sú zaznamenané prípady, keď sa objavila po pravidelnej aplikácii na dŕsnú, kožu, či do nosa.

Kazuistika č. 2: 59-ročný muž užíval koloidné striebro po dobu 2 rokov ako prevenciu proti infekcii a na zvýšenie imunity v dávkach odporučených výrobcom. Postupne sa u neho začalo objavovať sivomodré sfarbenie očného bielka a kože, výraznejšie na miestach vystavených dennému svetlu – na tvári, krku, prstoch rúk.

Pozor na vnútorné užívanie

Dlhodobé užívanie striebra môže vyvolať **neurologické ťažkosti** (reverzibilnú periférnu neuropatiu, rozvoj kŕčov, poruchy rozumových funkcií, pri vysokých dávkach až paralýzu). Obzvlášť citlivé voči týmto neurologickým účinkom sú deti, ako bolo popísané **v kazuistike č. 1**.

Striebro je cudzorodá látka, nepatrí medzi stopové prvky, ktoré sa prirodzene nachádzajú v našom organizme. Jeho vnútorné užívanie na báze výživového doplnku je preto neopodstatnené. Okrem toho treba mať vždy na pamäti, že je to kov a zvlášť opatrní by preto mali byť ľudia alergickí na kovy!

Čo hovorí na koloidné striebro legislatíva?

Na Slovensku sa riadime nariadeniami Európskej únie. Tá zakázala vnútorné používanie koloidného striebra. V prípravkoch na kožu a v kozmetike sa však striebro môže nachádzať, preto v lekární nájdeme aj takéto produkty.

Podľa Americkej liekovej agentúry FDA nebola účinnosť koloidného striebra doposiaľ jednoznačne **dokázaná** a jeho užívanie FDA **nepovažuje** za bezpečné. **V USA je preto užívanie koloidného striebra zakázané.**

Literatúra:

Poisindex. Micromedex Healthcare Series. Volume 176, Colorado, 2018
Úradný vestník Európskej únie. Dostupné online: <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/SK/TXT/PDF/?uri=CELEX:32009R1170&from=ES>
Food and Drug administration (FDA). Dostupné online: <https://www.accessdata.fda.gov/scripts/cdrh/cfdocs/cfcr/CFRSearch.cfm?fr=310.548>



RNDr. Tatiana Magálová

Štátny ústav pre kontrolu liečiv
Vedúca oddelenia farmakovigilancie

Sťahovanie liekov

Liek nie je bežný tovar. Pre výrobu, schvaľovanie a povoľovanie registrácie, ich distribúciu, vydávanie a používanie platia ustanovenia zákona č. 362/2011 Z. z. o liekoch a zdravotníckych pomôckach a o zmene a doplnení niektorých zákonov v znení neskorších predpisov.



Napriek náročným požiadavkám, ktoré musia spĺňať výrobcovia liečiv a liekov a ktoré sú pre farmaceutické firmy striktné dané, sa predsa len z času na čas zistí nedostatok v kvalite lieku. Štátny ústav pre kontrolu liečiv je povinný zaoberať sa takými zisteniami a je oprávnený prijímať rozhodnutia a opatrenia na ochranu pacientov.

Chyby v kvalite liekov sú veľmi rôznorodé. Častejšie sa vyskytujú chyby v údajoch o lieku, napr. údaje na obale nie sú v súlade s tým, ako boli tieto informácie pre daný liek schválené, písomná informácia pre používateľa (príbalový letáčik) je neaktuálna, je v inom ako slovenskom jazyku, uvádza nesprávne údaje, napr. o dobe použiteľnosti lieku, podmienkach skladovania atď. Vyskytujú sa však aj prípady, keď sa zistí skutočná nekvalita lieku, napr. liek nie je dostatočne stabilný a nemá požadovanú koncentráciu počas schválenej doby jeho použiteľnosti, v lieku sa nachádzajú nečistoty, prímеси alebo rozkladné produkty, ktoré nie sú povolené a môžu potenciálne spôsobiť zdravotné problémy pacientom a pod.

Škála dôvodov na stiahnutie liekov z trhu je veľmi široká. Podľa závažnosti zisteného nedostatku sa určuje trieda urgentnosti a teda postup, ako bude liek z trhu stiahnutý. Na procese posúdenia a zhodnotenia možného rizika pre pacienta a prípadných dopadov na dostupnosť liečby sa zúčastňujú pracovníci z viacerých sekcií a oddelení ŠÚKL. Pracovníci sekcie inšpek-

cie po zistení nedostatku v kvalite lieku zhromaždia a pripraví všetky dostupné informácie. Oddelenie posudzovania kvality liekov a sekcia laboratórnej kontroly posúdia zistené nedostatky v kvalite, ich rozsah a závažnosť a na základe všetkých zistení posúdi oddelenie farmakovigilancie možné riziká pre pacienta a prípadný dopad na dostupnosť liečby v prípade pozastavenia distribúcie alebo stiahnutia daného lieku z trhu.

Na základe takéhoto komplexného posúdenia prijíma ŠÚKL opatrenia, ktoré majú zabezpečiť, aby v lekárňach boli vydávané iba bezpečné, účinné a kvalitné lieky.

Podľa zistených nedostatkov v kvalite liekov sa vyhodnocuje trieda urgentnosti:

- 1. trieda urgentnosti** – nedostatok v kvalite lieku, ktorý predstavuje ohrozenie života alebo poškodenie zdravia – opatrenie je potrebné vykonať do 24 hodín a liek sa spravidla sťahuje až z úrovne pacienta,
- 2. trieda urgentnosti** – nedostatok v kvalite, ktorý môže ohroziť zdravie alebo môže viesť k nesprávnej liečbe, ale svojou závažnosťou nepatrí do prvej triedy urgentnosti – opatrenie je potrebné vykonať do 48 hodín a liek sa sťahuje z úrovne lekární,
- 3. trieda urgentnosti** – nedostatok v kvalite nepredstavuje závažné riziko pre zdravie – sťahovanie lieku je potrebné

zrealizovať do piatich dní a zvyčajne sa liek sťahuje z úrovne distribučných spoločností.



ŠÚKL zverejňuje takéto rozhodnutia na hlavnej webovej stránke **Oznamy o stiahnutí liekov** a zároveň ho posieľa držiteľovi registračného rozhodnutia a ďalším relevantným subjektom podľa úrovne sťahovania, vrátane metodických pokynov, ako majú lekárnici postupovať. V prípade 1. triedy urgentnosti, kedy je liek sťahovaný až z úrovne pacienta, ŠÚKL informuje aj tlačové agentúry a médiá, aby túto informáciu dostala široká verejnosť.





LIGA PROTI RAKOVINE

Bremeno rakoviny narastá na celom svete. Podľa najnovších informácií na Slovensku registrujeme ročne 34 000 nových prípadov rakoviny, 13 508 úmrtí na rakovinu a prevalencia sa odhaduje na 220 000.

Občianske združenie **Liga proti rakovine SR** vzniklo v roku 1990 ako reakcia na potrebu zmierniť bremeno rakoviny na Slovensku. Primárnym cieľom je LPR je pomáhať onkologickým pacientom, ich rodinám i blízkym.

Liga finančne podporuje aj projekty iných inštitúcií, ktoré sú orientované na rovnakú problematiku.

Každoročne Liga finančne podporuje aj zdravotnícke inštitúcie – či už nákup väčšieho prístrojového vybavenia, ale aj nákup drobných, denne potrebných prístrojov, nevyhnutných na skvalitnenie liečby, či života onkologických pacientov. Taktiež podporuje výskum a neustále napredovanie v liečbe rakoviny.



Zavolajte nám bezplatne alebo napíšte, ak hľadáte odpovede na konkrétne otázky alebo potrebujete konzultáciu, pomoc, podporu, či radu.

V Onkoporadni sú vám k dispozícii skúsení lekári z rôznych oblastí onkológie, psycholog, sociálno-právni a výživoví poradcovia.

0800 11 88 11



poradna@lpr.sk



LIGA PROTI RAKOVINE

Blížší rozpis jednotlivých odborníkov nájdete na stránke: www.lpr.sk/onkoporadna

LPR spája ľudí v spoločnom úsilí:

- predchádzať rakovine,
- zistiť ju včas a podporovať jej účinnú liečbu,
- starať sa o onkologických pacientov a zmierniť utrpenie,
- znížiť úmrtnosť na rakovinu.

Psychosociálna starostlivosť o pacientov a ich rodiny:

- Centrá pomoci (Bratislava, Martin, Košice)
- Onkoporadňa
- Pobyty pre pacientov
- Podpora klubov pacientov
- Psychologická podpora v nemocniciach
- Finančná podpora
- Projekty pre detskú onkológiu
- Projekt Vystrihaj sa Slovensko



Onkoolympiáda 2018



Deň narcisov 2018



Relaxačné a rekondičné pobyty

Liga proti rakovine

Brestová 6, 821 02 Bratislava

Tel.: +421 2 5292 1735 Fax: +421 2 2081 2047

E-mail: lpr@lpr.sk Web: www.lpr.sk

Bankový účet/ Bank account: VÚB – Bratislava - mesto, a. s. Č. účtu/Account number SK65 0200 0000 0001 0483 2012

Odborné telefonické a mailové poradenstvo v **Onkoporadni** na telefónnom čísle **0800 11 88 11** alebo mailom na poradna@lpr.sk.

Na Vaše otázky rada odpovie

Ing. Eva Kováčová, tel.: +421 915 797 564, e-mail: kovacova@lpr.sk alebo Mgr. Petra Benczyová, tel.: +421 915 780 372, e-mail: pr@lpr.sk.

Beta glucan: klinicky testovaná podpora organizmu




Beta glucan 500+ 30 kapsúl, výživový doplnok

- najsilnejšia dávka **beta glucanu** z Hlivy ustricovitej
- klinicky potvrdené účinky:
 - normalizácia imunitného systému pri imunodeficite⁺
 - zlepšenie kvality života onkologických pacientov⁺⁺
- **najvyššia čistota beta glucanu (93%)**
- mikronizácia častíc na 5 µm pre zvýšenie účinnosti
- Beta glucan 500+ s obsahom 200% ODD* vitamínu D
- prispieva k správnej funkcii imunitného systému

Beta glucan 120+ 30 kapsúl, výživový doplnok

- dávka **beta glucanu** a vitamínu D pre každodenné užívanie a udržanie správnej funkcie imunitného systému

www.natures.sk

Výrobca: Natures s.r.o., A. Srdkovičova 33, 91701 Trnava, natures@natures.sk, tel.: 033/55 01 673. *Klinická placebo-kontrolovaná štúdia uskutočnená na 50 pacientoch s opakovanými infekciami horných dýchacích ciest, užívanie: 1x kaps. Beta Glucan 500/deň počas 1. mesiaca a 1x kaps. Beta Glucan 120/deň počas 2. mesiaca. ++Klinická placebo-kontrolovaná štúdia na 100 pacientoch s urogenitálnymi onko. ochoreniami podstupujúcimi chemoterapiu a rádioterapiu, užívanie: 1x kaps. Beta Glucan 500/deň počas 3. mesiacaov. **ODD: odporúčaná denná dávka

Som jedna z vás



Daniela Kubišová

Farmaceutická laborantka
Lekáreň Terno
Moyzesova 53
022 01 Čadca
Tel.: 0915 863 922

Narodila som sa v roku 1990 v Čadci a vyrastala som v Turzovke.

Už ako malé dieťa ma upútala práca v lekárni. Vždy, keď som s maminou navštívila lekára, bola som fascinovaná. Ako to tie pani lekárničky dokážu? Ako vedia, čo vám majú ponúknuť na daný problém len z krátkeho rozhovoru? A ako si dokážu zapamätať, v ktorej zásuvke sa čo skrýva?

Pravdaže, človek pomaly dospelieva. A tak, keď prišlo v 9. triede rozhodovanie, ako by mal pokračovať môj život, mama sa ma opýtala, či by som to nechcela vyskúšať. Vedela som, že táto škola je veľmi náročná, ale povedala som si, že za vyskúšanie nič nedám.

Dala som si prihlášku na SZŠ v Bratislave. Poctivo som navštevovala doučovania, hlavne z chémie, aby som bola na deň „D“ pripravená. Keď mi prišiel domov list, v ktorom stálo: „prijatá bez prijímacích skúšok“, ani som neuvažovala nad ďalšími školami. Tešila som sa na školu, spolužiakov, na internát, Bratislavu.

Takže v roku 2006 sa to začalo, 4 ťažké roky. Škola bola veľmi náročná, ale samozrejme aj veľmi zaujímavá. Najviac ma bavila farmaceutická botanika, kde som sa naučila milovať bylinky a hlavne IPL, bolo neskutočné zistiť, čo všetko si dokážem vyrobiť.

Školu som úspešne skončila a nadišiel čas poobhliadnuť sa po nejakej vhodnej práci. Keďže sme malé mestečko, prvý rok som pracovala mimo odboru kvôli nedostatku voľných miest. Po roku mi prišla ponuka pracovať v lekárni neďaleko od nás. Ako to zvládnem? Nezabudla som to? Vravievala som si...

Lekáreň bola maličká, na dedine, rýchlo som si zvykla, naučila som sa množstvo vecí, ktoré boli nevyhnutné pre prácu v lekárni a začala sa tomu venovať naplno. Po zhruba roku lekáreň zatvorili a hľadala som znovu. Našla som.

Zamestnala som sa vo firme, kde pracujem až doteraz, je to už 5 rokov. Tu som stihla vystriedať už 4 lekárne, v Čadci pri nemocnici, v Krásne nad Kysucou, v Turzovke a momentálne som opäť v Čadci, ale tentokrát v lekárni Terno. Nikdy som nepracovala v lekárni, kde nás bolo tak veľa. Mám super kolektív, vďaka ktorému ide práca ako „po masle“, sme niečo ako jedna veľká rodina. Ďakujem za každého jedného človeka, ktorého som tu spoznala.

Popri práci je potrebné neustále sa vzdelávať, či už formou seminárov v rôznych mestách, cez internet alebo AD testami v našom obľúbenom časopise Teória a prax | Farmaceutický laborant. V každom prípade, aj keď je to časovo náročné, vždy sa dozviem nové a zaujímavé informácie, ktoré ma neustále posúvajú vpred.

To najdôležitejšie na našom povolaní je práca s ľuďmi. Človek by ani neveril, koľko ľudí dokáže za jeden deň navštíviť lekára. Chvílkami je to dosť náročné, ale aj to patrí k nášmu povolaniu.

Najväčšiu radosť mám z toho, keď dokážem niekomu poradiť, pomôcť alebo sa len tak porozprávať s niekým, kto si potrebuje „vyliat srdiečko“ a je za to vďačný. A ten pocit, keď vám niekto povie: „Ďakujem, pomohli ste mi“ a odmení vás úprimným úsmevom, je na nezaplatenie.

Som jedna z vás a pomáhať ľuďom je pre mňa jedna z najdôležitejších vecí.

S pozdravom a práním pekného dňa, milé kolegynky a kolegovia...



Sprava: Mgr. Miško Loncko, zodpovedný farmaceut, Majo Šuška, administratívny pracovník, ja, Mgr. Veronika Badžgoňová, farmaceutka, Matko Staník, farmaceutický laborant, Katka Magátová, farmaceutická laborantka, Mgr. Ivka Jarabicová, farmaceutická laborantka a Mgr. Zuzka Stráňavová, farmaceutka.



MUDr. Eva Kováčová, PhD.¹
MUDr. Tomáš Buday, PhD.²

Univerzita Komenského v Bratislave
Jesseniova lekárska fakulta v Martine
¹Klinika pneumológie a ftizeológie
²Ústav patologickej fyziológie



Akútna bronchitída

Akútna bronchitída predstavuje častý problém v ambulancii praktického lekára. Maximum prípadov akútnej bronchitídy sa vyskytuje v jesenných a zimných mesiacoch roka. Faktory, ktoré prispievajú k pravdepodobnosti vzniku ochorenia sú, napríklad rôzne respiračné alergie, klimatizácie, znečistenie ovzdušia, fajčenie a chronické infekcie horných dýchacích ciest.

Etiológia akútnej bronchitídy je v 90 až 95 % vírusová, zriedkavejším vyvolávateľom sú mikroorganizmy zo skupiny mykoplazmiem a chlamýdií. Baktérie, často prítomné v dýchacom systéme, ako napríklad pneumokoky, majú pri vzniku akútnej bronchitídy iba malý význam. Bakteriálna infekcia dýchacích ciest je vo väčšine prípadov druhotná a uplatňuje sa na sliznici poškodenej vírusovou infekciou.

Ochorenie najčastejšie začína príznakmi postihnutia horných dýchacích ciest, „nádchou“, a za 3 – 4 dni sa zjaví, a do popredia sa dostáva suchý, neproduktívny, dráždivý kašeľ s pocitom podráždenia dýchacích ciest, ktorý je vyvolaný najmä zvýšeným prekrvením a opuchom dýchacích ciest. Kašeľ sa za niekoľko dní, vďaka zvýšenej sekrécii hlienu, stáva vlhkým, produktívnym, keďže do obrany dýchacích ciest sa okrem kašľa zapája aj ďalší obranný mechanizmus, a to mukociliárny transport. Pacient začína odkašľávať, resp. hlien prehltá. Spočiatku dochádza k vykašliavaniu bezfarebného, resp. belavého hlienu, ktorý sa pri bakteriálnej superinfekcii stáva žltozeleným. Pacientovi sa ťažšie dýcha, niekedy udáva bolesť na prednej strane hrudníka. Záchvaty kašľa, ako aj prehltanie väčšieho množstva hlienov, môžu vyvolať zvracanie. Za 5 až 10 dní sa tvorba hlienu v prieduškách zmiernuje a kašeľ postupne ustáva. Častým sprievodným príznakom sú celkové príznaky typické pre infekčné ochorenia, teda horúčka a malátnosť.

Diagnóza ochorenia vychádza z anamnézy – popisu ťažkostí a priebehu ochorenia pacienta a z fyzikálneho vyšetrenia – posluchový nález na hrudníku. V niektorých prípadoch je potrebné RTG vyšetrenie hrudníka na vylúčenie zápalu pľúc. Laboratórne vyšetrenia nám pomáhajú pri odlíšení vírusovej infekcie od bakteriálnej (sedimentácia červených krviniek, množstvo bielych krviniek, zápalové parametre) a takisto umožňujú identifikovať príčinu vzniku infekcie. U detských pacientov môže dochádzať k obštrukcii (čiastočnej nepriechodnosti) dýchacích ciest, ku ktorej prispieva zápalová zložka (opuch a zvýšené prekrvenie sliznice, nadmerná tvorba hlienu) a funkčná zložka (bronchospazmus – stiahnutie svalov dýchacích ciest).

V liečbe sa uplatňujú všeobecné zásady liečby akútneho ochorenia dýchacích ciest, kedy základnú požiadavku predstavuje pokoj na lôžku a dostatočný pitný režim, najmä vo forme bylenných čajov (mäta, materina dúška, ktorých extrakty majú dokázateľný vplyv na potlačenie kašľa) a ľahká strava. Zvýšená telesná teplota predstavuje jeden z obranných mechanizmov organizmu, takže tmenie horúčky antipyretikami do 38°C sa neodporúča, s výnimkou detských pacientov. Zvlhčovanie vzduchu spolu s prijímanými tekutinami prispievajú k zriadeniu a skvapalneniu hlienov, ktoré potom môžu byť ľahšie odstránené z dýchacích ciest. Pri nekomplikovanom priebehu si vystačíme so symptomatickou liečbou kašľa, najmä s prípravkami, ktoré uľahčujú vykašliavanie hlienu z dýchacích ciest. V rámci tejto skupiny medikamentov je možné charakterizovať expektoranciá (zvyšujú celkový objem hlienu), mukolytiká (látky rozpúšťajúce polyméry prítomné v hliene), mukokinetiká (látky s podporným efektom na kašeľ a mukociliárny transport) a nakoniec modifikátory iónového transportu (látky zvyšujúce hydratáciu hlienovej



vrstvy). Väčšina prípravkov má však komplexné účinky, ktorých výsledkom je skvapalnenie hlienu a jeho znížená príľnavosť k stene dýchacích ciest, čo umožňuje jeho ľahšie vykašliavanie. Antitusiká na tmenie kašľa využívame iba v prípade, že ide o kašeľ suchý, dráždivý, záchvatovitý a ruší spánok pacienta. Pri produktívnom kašli sú antitusiká kontraindikované, keď potlačenie kašľa znemožňuje odstraňovanie hlienov, tie potom zostávajú dlhšiu dobu v prieduškách a doba liečenia pacienta sa predlžuje. V prípadoch s vyznačenou obštrukciou priedušiek (u detských pacientov) sú vhodné bronchodilatanciá, látky rozširujúce priedušky. Ak pretrvávajú horúčky, fyzikálny nález a klinický stav pacienta sa nezlepšuje, výsledky laboratórných vyšetrení svedčia pre bakteriálnu infekciu, sú indikované antibiotiká. Priemerná dĺžka podávania antibiotickej terapie je 7 dní.



Flavamed®

forte perorálny roztok
ambroxoliumchlorid

ÚČINNÁ ÚĽAVA OD VLHKÉHO KAŠĽA

PRE DETI OD 2 ROKOV A DOSPELÝCH¹



DVOJITÝ MECHANIZMUS ÚČINKU^{1*}

- skvapalňuje hustý hlien v prieduškách^{1*}
- uľahčuje jeho vykašliavanie^{1*}

**NÁSTUP ÚČINKU
PO 30 MINÚTACH^{1*}**



Flavamed forte perorálny roztok 6 mg/1 ml, perorálny roztok. Liek na vnútorné použitie. Liečivo je ambroxoliumchlorid. 1 ml perorálneho roztoku obsahuje 6 mg ambroxoliumchloridu. 5 ml perorálneho roztoku (1 odmerná lyžička) obsahuje 30 mg ambroxoliumchloridu. **Pomocné látky** so známym účinkom: sorbitol. **Terapeutické indikácie:** Mukolytická liečba produktívneho kašľa, ktorý sprevádza akútne a chronické bronchopulmonálne ochorenia. **Dávkovanie:** **Deti od 2 do 5 rokov:** 1/4 odmernej lyžičky zodpovedá 1,25 ml perorálneho roztoku 3x denne (zodpovedá 22,5 mg ambroxoliumchloridu / deň). **Deti od 6 do 12 rokov:** 1/2 odmernej lyžičky zodpovedá 2,5 ml perorálneho roztoku 2-3x denne (zodpovedá 30 - 45 mg ambroxoliumchloridu / deň). **Dospelí a adolescenti starší ako 12 rokov:** 3x 5 ml (1 odmerná lyžička) denne (zodpovedá 90 mg ambroxoliumchloridu / deň) počas prvých 2 až 3 dní, potom 2 x 5 ml (1 odmerná lyžička) denne (zodpovedá 60 mg ambroxoliumchloridu / deň). Poznámka: Pre dospelých, podľa potreby sa dávka môže zvýšiť na 60 mg ambroxoliumchloridu dvakrát denne (zodpovedá 120 mg ambroxoliumchloridu / deň), ak je to potrebné. **Kontraindikácie:** Precitlivosť na liečivo alebo ktorúkoľvek z pomocných látok. Flavamed forte perorálny roztok sa nesmie používať u detí do dvoch rokov. **Osobitné upozornenia a opatrenia pri používaní:** Hlásené boli závažné kožné reakcie, ako je multiformný erytém, Stevensov-Johnsonov syndróm (SJS)/toxická epidermálna nekrolýza (TEN) a akútna generalizovaná exantematózna pustulóza (AGEP), súvisiace s podávaním ambroxoliumchloridu. **Fertilita, gravidita a laktácia:** Ambroxoliumchlorid prechádza placentárnou bariérou. Predovšetkým počas prvého trimestra sa neodporúča užívať Flavamed forte perorálny roztok. Ambroxoliumchlorid sa vylučuje do materského mlieka. Flavamed forte perorálny roztok sa dojčiacim matkám neodporúča. **Nežiaduce účinky:** **Poruchy imunitného systému:** Menej časte: horúčka. Zriedkavé: reakcie z precitlivosti. Neznáme: anafylaktické reakcie vrátane anafylaktického šoku, angioedém a pruritus. **Poruchy nervového systému:** Časte: dysgeúzia (zmena chuti). Poruchy gastrointestinálneho traktu a poruchy dýchacej sústavy, mediastína a hrudníka: Časte: nauzea, hypoestézia úst a hltanu. Menej časte: vracanie, hnačka, dyspepsia, bolesť brucha a sucho v ústach. Neznáme: sucho v hrdle. **Poruchy kože a podkožného tkaniva:** Zriedkavé: vyrážka, urtikária. Neznáme: závažné kožné nežiaduce reakcie (vrátane multiformného erytému, Stevensovho-Johnsonovho syndrómu/toxickej epidermálnej nekrolýzy a akútnej generalizovanej exantematózne pustulózy). **Pred odporúčaním, alebo predpísaním lieku si pozorne prečítajte Súhrn charakteristických vlastností lieku. Držiteľ rozhodnutia o registrácii:** Berlin-Chemie AG, Glienicke Weg 125, 12489 Berlin, Nemecko. **Spôsob výdaja lieku:** nie je viazaný na lekársky predpis. **Posledná revízia textu:** 10/2018. **Dátum výroby materiálu:** november 2018. **Referencie:** 1. SPC Flavamed forte perorálny roztok (10/2018).

Zastúpenie v SR: Berlin-Chemie AG, Palisády 29, 811 06 Bratislava, tel.: 02/ 544 30 730, fax: 02/544 30 724, e-mail: slovakia@berlin-chemie.com

Tento materiál je určený pre odbornú verejnosť a interné účely spoločnosti.

* informácia sa vzťahuje na účinnú látku: ambroxoliumchlorid



**BERLIN-CHEMIE
MENARINI**



Ing. Alžbeta Medvedová, PhD.

Ústav potravinárstva a výživy STU
Bratislava

Akútna bronchitída

Bronchitída je synonymum pre zápal sliznice priedušiek a je zvyčajne sprievodným ochorením pri nádche, chrípke a ďalších vírusových ochoreniach dýchacích ciest. Delí sa na akútnu a chronickú, a v závislosti od toho sa rozlišuje aj liečba. Akútna bronchitída je vyvolaná vírusmi, baktériami a vyskytuje sa hlavne u detí a dospelých. Jej dôsledkom pociťujeme škriabanie v krku, pridáva sa kašeľ spočiatku suchý a dráždivý, neskôr sa zvýši produkcia hustého hlienu, ktorý upcháva dýchacie cesty, cítime bolesť na hrudi.

Bronchitída zvyčajne ustúpi do dvoch až troch týždňov, ak však trvá dlhšie ako tri mesiace, prípadne sa neustále vracia, hovoríme už o chronickej bronchitíde, ktorá môže viesť k ďalším ochoreniam dýchacích ciest. Chronická bronchitída je rozšírená hlavne v strednom a staršom veku, u fajčiarov a u ľudí žijúcich alebo pracujúcich v prostredí so znečisteným vzduchom.

Teda pôvodcom chronickej bronchitídy nebýva len infekčný agens a preto aj jej liečba je dlhodobejšia a mala by byť komplexná, nielen symptomatická, ako pri akútnej forme.

Liečba a výživa pri bronchitíde

Pri liečbe sa používa hlavne podporná, symptomatická liečba, ktorej cieľom je pomôcť zvládnuť boj s vírusom a pomocou vhodných prostriedkov tlmiť nežiaduce príznaky, urýchliť hojenie a obmedziť rozvoj možných komplikácií.

Patrí k nej aj telesné šetrenie sa, až **po-koj na lôžku**, ktoré pomôže šetriť energiu a umožňuje imunitnému systému naplno sa venovať obrane. Prospieva **zvlhčovanie miestnosti**, v ktorej sa zdržiavame a zároveň jej **dobré vetranie**, vyhýbame sa však veľkým teplotným výkyvom, pomáha **inhalácia** eukalyptového oleja alebo rumančeka v horúcej vode.

Mali by sme dbať na dostatočný príjem tekutín, vďaka čomu môžeme znižovať viskozitu hlienu a podporujeme jeho vykašliavanie. V tomto smere sú veľmi užitočné i rôzne prípravky s mukolytickým účinkom, vďaka ktorým sa hustý hlien skvapalňuje a ľahšie sa vykašliava. Ak však má pacient suchý kašeľ, podávame lieky tlmiace suchý kašeľ.

Čo sa týka **jedálneho lístka**, ten by mal pozostávať z ľahkej stravy bohatej na **vlákninu**, **ovocie**, **zeleninu**, s dostatočným prísunom **vitamínov** (najmä vitamínu C a A) a **stopových prvkov** (zinok a selén). Tiež zaradíme **med** a to buď samostatne, alebo v kombinácii: cesnak + med + citrón. Pomôže aj **cibuľa** (cibuľový čaj, cibuľový sirup pre lepšie vykašliavanie hlienov), **zázvor** a **chren** majú antibakteriálny a antivírusový efekt.

Bylinková kúra na ochorenia dýchacích ciest

Bylinky pôsobia na sliznicu dýchacích ciest antisepticky, protizápalovo, regeneračne a zmäkčujúco. Ale pôsobia aj priamo na organizmus a na imunitné reakcie, ktoré posilňujú. Zvyšujú tvorbu protilátok a obranných látok, navyše majú výrazný ukľudňujúci účinok, utišujú nervovú sústavu, zmiernujú zápal a bolesti hrdla a ostatných zapálených slizníc. Zlepšujú a prehĺbujú dýchanie. Medzi osvedčené bylinky patria **medovka**, ktorá inhibuje na zapálených slizniciach choroboplodné zárodky vírusového pôvodu, **echinacea** a **rakytník** posilňujú imunitný systém a majú antibiotické vlastnosti, **mäta**, **šalvia lekárska** a **materina dúška** zmiernujú zápal, **skorocel** posilňuje bunkovú imunitu, regeneruje sliznicu a tlmí suchý, dráždivý kašeľ, **přhláva** prehĺbuje dýchanie, **lipa** podporuje potenie.



Prevenia

Bronchitíde, tak akútnej ako i chronickej, sa nedá stopercentne predchádzať, ale sú možnosti, ako sa dá riziko ich výskytu znížiť. V prípade chronickej bronchitídy je to predovšetkým vďaka skoncovaniu s fajčením a vyhýbaním sa znečistenému prostrediu. V prípade akútnej bronchitídy sa môžeme spoliehať len na nešpecifické formy prevencie. K nim patria pestrá, vyvážená strava, bohatá na vitamíny, minerálne látky s dostatkom nesladených, nealkoholických nápojov, pravidelná fyzická aktivita, ktorá pomáha zvyšovať odolnosť organizmu. Nemenej dôležité je aj dodržiavanie hygienických návykov, hlavne správne a dôkladné umývanie rúk, vyhýbanie sa kontaktu s chorými pacientmi, prípadne očkovanie.

Kľúčové slová:

Vitamín A – je skupina zlúčenín, ktoré majú biologický účinok ako retinol, teda podieľajú sa na funkcii zrakového vnetu, ale okrem toho aj na udržiavaní, podpore a regenerácii epitelových buniek sliznice.

Hlien – vytvára ochranný film na sliznici, bráni jej vysychaniu a zúčastňuje sa aj na ochrane dýchacích orgánov

MUDr. Eva Kováčová, PhD, MUDr. Tomáš Buday, PhD., ■ Odborní garanti – diagnostika a liečba

1. Akútna bronchitída:

- a) si vždy vyžaduje antibiotickú liečbu, aby sa predišlo vzniku bakteriálnej superinfekcie,
- b) antibiotická liečba je indikovaná vo väčšine prípadov, nakoľko akútnu bronchitídu spôsobujú v 90 – 95 % prípadov baktérie,
- c) antibiotická liečba je indikovaná iba v prípade podozrenia na bakteriálnu superinfekciu.

2. Mukolytiká sú:

- a) látky rozpúšťajúce polyméry prítomné v hliene,
- b) látky s tlmivým účinkom na kašeľ,
- c) látky, ktoré zvyšujú hustotu hlienu dýchacích ciest.

3. Medzi nefarmakologické postupy využívané v liečbe akútnej bronchitídy patrí:

- a) zvlhčovanie vzduchu,
- b) podávanie antitusík, najmä v prípade produktívneho kašľa,
- c) podávanie bronchodilatancií (liekov, ktoré rozširujú priedušky).

4. Medzi známky akútnej bronchitídy nepatrí:

- a) produktívny kašeľ,
- b) nález infiltratívnych zmien na RTG hrudníka,
- c) horúčka.

5. O zvýšenej telesnej teplote pri akútnej bronchitíde platí, že:

- a) predstavuje jeden z obranných mechanizmov organizmu,
- b) je typickým prejavom bakteriálnej infekcie a je indikáciou na nasadenie antibiotickej liečby,
- c) je vždy škodlivá a preto je pri vzostupe teploty nad 37,0 °C vhodné podávať antipyretiká.

6. Medzi látky, ktoré uľahčujú odkašliavanie hlienu patria:

- a) expektoranciá, mukolytiká, mukokinetiká, antitusiká,
- b) modifikátory iónového transportu, expektoranciá, mukolytiká, mukokinetiká,
- c) modifikátory iónového transportu, mukolytiká, mukokinetiká, antitusiká.

7. Najčastejším vyvolávateľom akútnej bronchitídy sú:

- a) chlamýdie a mykoplazmy,
- b) pneumokoky,
- c) vírusy.

8. Pri bakteriálnej superinfekcii:

- a) suchý, dráždivý kašeľ sa zmení na produktívny – s vykašliavaním bezfarebného hlienu,
- b) bezfarebný hlien (spútum) sa zmení na žltozelený,
- c) produktívny kašeľ sa zmení na suchý, dráždivý.

9. Medzi prejavy postihnutia dolných dýchacích ciest pri akútnej bronchitíde nepatrí:

- a) bolesť na prednej strane hrudníka,
- b) kašeľ,
- c) nádcha.

10. O akútnej bronchitíde platí, že:

- a) sa najčastejšie vyskytuje v letnom období,
- b) fajčenie je faktor, ktorý prispieva k pravdepodobnosti vzniku ochorenia,
- c) si aj pri nekomplikovanom priebehu vyžaduje podávanie antibiotickej liečby.

11. Antitusiká sú indikované v prípade:

- a) produktívneho kašľa,
- b) kašľa, ktorý je suchý, dráždivý, záchvatovitý a ruší spánok,
- c) zmeny bezfarebného hlienu na žltozelený.

12. O antibiotickej liečbe platí, že:

- a) priemerná dĺžka podávania je 7 dní,
- b) je potrebné ju ukončiť hneď ako dôjde ku poklesu telesnej teploty, aby sa predišlo vzniku nežiaducich účinkov,
- c) má účinok predovšetkým u akútnej bronchitídy spôsobenej vírusmi.

13. Cieľom zvlhčovania vzduchu a zvýšeného príjmu tekutín pri liečbe akútnej bronchitídy je:

- a) potlačenie bronchospazmu (stiahnutia svalov dýchacích ciest),
- b) prevencia horúčky,
- c) zriedenie a skvapalnenie hlienov.

Ing. Alžbeta Medved'ová, PhD., Ústav potravinárstva a výživy STU Bratislava

■ Odborný garant – výživa

14. Bronchitída je vyvolaná:

- a) baktériami,
- b) vírusmi a baktériami,
- c) vírusmi a zápalom.

15. Správne tvrdenie je:

- a) vitamín A zlepšuje aj regeneráciu buniek,
- b) výkyvy teploty prostredia neovplyvňujú liečbu bronchitídy,
- c) vykašliavanie hlienov nepodporujeme.

16. Radikálne potlačenie kašľa:

- a) je absolútne potrebné,
- b) nie je nevyhnutné, nakoľko produktívny kašeľ má svoje opodstatnenie,
- c) nemá žiadny vplyv na priebeh ochorenia.

Správne odpovede test 5/2018:

1c, 2c, 3a, 4b, 5b, 6a, 7c, 8b, 9c, 10a, 11a, 12a, 13c, 14c, 15c, 16a, 17a, 18b

Zdravotnícka
organizácia:
SK MTPRegistračné
číslo: **06**
2018

AD

Odpovede zasielajte
do 5. januára 2019 na e-mail:
farmaceutickylaborant@gmail.com

Kredity vám budú pridelené do 15. februára 2019

NAPÍŠTE

- registračné číslo AD testu
- meno a priezvisko
- registračné číslo v SK MTP
- číslo telefónu
- adresu lekárne
- číslo otázky a odpoveď



MUDr. Petra Hlaváčová, PhD., FEBO

Oftalmologička



Syndróm suchého oka

Definícia suchého oka

Syndróm suchého oka je multifaktoriálne ochorenie povrchu oka a síz, ktorého výsledkom sú symptómy, ako napríklad dyskomfort, poruchy zrakovej ostrosti, nestabilita slzného filmu s potenciálnym poškodením povrchu oka. Pacienti s týmto syndrómom sa zvyčajne sťažujú na škriabanie, svrbenie a pocit cudzieho telesa. Pomer medzi mužmi a ženami, ktorých toto ochorenie postihuje, je 1:9 v neprospech žien. Najviac postihnutou skupinou sú ženy v období klimaktéria. Syndrómom suchého oka trpí až 30 % z nich.

Rizikové faktory

Medzi vonkajšie a systémové príčiny syndrómu suchého oka patria:

- zníženie produkcie síz spôsobené vekom, či systémovými ochoreniami (autoimunitné systémové ochorenia, diabetes mellitus, endokrinné poruchy...),
- abnormálne postavenie viečok,
- choroby kože a poruchy epitelizácie,
- hormonálne zmeny,
- lieky (na spanie, antikoncepcia),
- malnutícia,
- vplyvy životného prostredia (vietor, slnko, žiarenie, sucho, ventilácia, klimatizácia...),
- vplyvy pracovného prostredia (prach, chemikálie...),
- práca s počítačom, časté sledovanie televízie alebo monitorov,
- očné alergie a nosenie kontaktných šošoviek,
- stavy po očných operáciách.

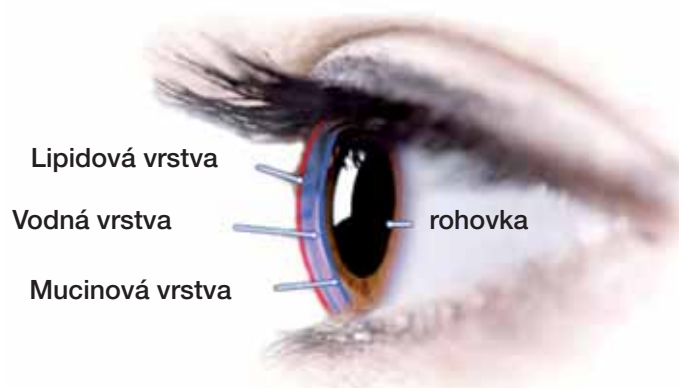
Syndróm suchého oka je jedno z najčastejších očných ochorení. V súčasnosti postihuje 17 – 20 % populácie. Je to multifaktoriálne ochorenie, ktoré môže byť sprevádzané vážnymi subjektívnymi potiažami a v pokročilých štádiách môže viesť k zhoršeniu centrálnej zrakovkej ostrosti.

Na jeho vzniku sa podieľajú rôzne faktory zahŕňajúce patologické stavy oka, celkový zdravotný stav, genetické dispozície, povolanie a vonkajšie prostredie.

Anatómia slzného filmu oka

Ľudské slzy sú produkované slznými žľazkami a spolu s pomocnými orgánmi oka tvoria nevyhnutnú súčasť nášho zrakového systému.

Slzný film (3 vrstvy)



Štruktúra slzného filmu:

- vnútorná mucinová vrstva je v priamom kontakte s rohovkou a znižuje povrchové napätie vody,
- stredná vodná vrstva je zodpovedná za lubrikáciu očného povrchu a omývanie povrchu,
- vonkajšia lipidová vrstva zvyšuje povrchové napätie slzného filmu, čím znižuje jeho rýchle odparovanie a je dôležitá najmä pre zachovanie stability slzného filmu.

Funkcie slzného filmu možno zhrnúť do niekoľkých podskupín: lubrikačná, ochranná, antimikrobiálna, výživná, optická.

Príznaky suchého oka

Subjektívne:

Najčastejšími prejavmi suchého oka sú pálenie, rezanie, svrbenie, či pocit cudzieho telieska v oku, takisto to môže byť tlak a napätie v očiach. Nie zriedka sa vyskytuje namáhavé alebo problémové žmurkanie, zvýšená precitlivosť na denné alebo umelé svetlo, začervenanie očí aj okrajov viečok, únava, či zhoršenie zrakovej ostrosti.



Objektívne:

1. **Porucha mucínovej vrstvy** sa prejavuje napr. pri deficite vitamínu A, jazvovitom pemfigoide, cystickej fibróze, malnutrii či alkoholizme. Dochádza k zníženiu produkcie hlienu a následnej nestabilite slzného filmu a osychaniu povrchu rohovky, v pokročilých štádiách aj jazveniu spojky.

2. **Porucha vodnej zložky** vedie k zníženiu lubrikačnej schopnosti slzného filmu. Vyskytuje sa u celkových ochorení ako napr. Sjögrenov syndróm. Tento syndróm môže byť obmedzený len na spojku a sliznicu dutiny ústnej, alebo je spojený s inými autoimunitnými ochoreniami ako reumatóida, systémový lupus erythematoses a iné.

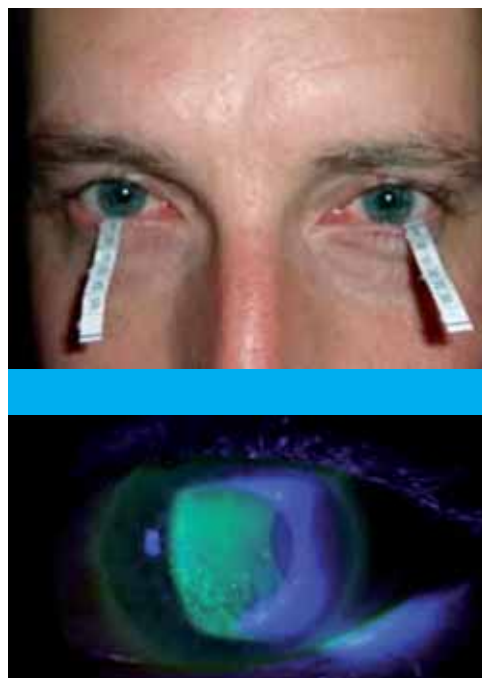
3. **Porucha lipidovej zložky** sa prejavuje začervenaním okrajov viečok a spojoviek, ich zhrubnutím a opuchom, vytváraním krúst a usadzovaním sekrétu medzi riasami. Sú to známky typické pre chronickú blefaritídu – zápal okrajov viečok.

4. **Porucha postavenia či funkcie viečok** sa vyskytuje napr. pri obrne n. facialis v dôsledku čoho dochádza k nedovieraniu očnej štrbiny a osychaniu povrchu oka, alebo pri Gravesovej chorobe, kedy je obmedzené žmurkanie. Ďalšími príčinami sú zjazvenie spojky a zrasty po popálení či chemickom poškodení.

5. **Epitelopatia** je osychanie povrchu rohovky pri rôznych dystrofiách, pooperačných stavoch, či po zápaloch (herpes rohovky) a úrazoch (erózia rohovky).

Diagnostika suchého oka

Existuje niekoľko vyšetrení na zisťovanie množstva, prípadne kvality slzného filmu. **Schirmerov test** za pomoci papierových prúžkov patrí k tým najdostupnejším a hodnotí vodnú zložku a reflexnú produkciu slz. Test prebieha zasunutím špeciálneho papierika za okraj dolného viečka a nechá sa tam po dobu 5 minút. Po tejto dobe sa papierik vytiahne a hodnotí sa úroveň zvlhčenia papierika. Limitujúcimi faktormi sú najmä široká variabilita výsledkov a zasahovanie do organizmu človeka. Napriek tomu dokáže poskytnúť dostatočne kvalitnú a aktuálnu informáciu o možnej poruche produkcie slzného filmu. **BUT (break-up time)** určuje stabilitu slzného filmu. **LIPCOF** test určuje trecí odpor medzi spojovkou a viečkami a vyšetruje sa na štrbinovej lampe.



Liečba suchého oka

Poruchy tvorby alebo kvality slzného filmu môžu mať pôvod v ochorení slzných žliaz a slzných kanálikov alebo sú zapríčinené inými faktormi prostredia, či organizmu. Prvé spomínané poruchy možno odstrániť alebo aspoň zmierniť substitučnou terapiou v kombinácii s drobným chirurgickým zákrokom. Pre systémové a vonkajším prostredím spôsobené poruchy je substitúcia umelými slzami jediným účinným prostriedkom zmiernenia prejavov ochorenia, a tým i zachovania zá-

kladných funkcií slzného filmu. U syndrómu suchého oka spojeného so systémovým ochorením je terapia vedená v spolupráci so špecialistom (dermatológ, endokrinológ, reumatológ). V neposlednom rade **je treba dodržiavať zásady všeobecnej hygieny zraku.** Patria k nim: časté vetranie, používanie zvlhčovačov vzduchu v uzavretých priestoroch, pobyt na čerstvom vzduchu a pod. Odporúča sa dostatočný príjem tekutín, najmä v letných mesiacoch, zníženie alebo vylúčenie konzumácie alkoholu a redukcia fajčenia.

Substitučná liečba

Cieľom je náhrada prirodzených slz prostredníctvom **umelých slz** vo forme kvapiek, gélov alebo masť. Kvapky obsahujú najčastejšie deriváty celulózy, polyvinylpyrrolidónu a polyvinylalkoholu. Gély obsahujú deriváty karboméru, retinolu či polyetylén glykolu. Ak je potrebné používať umelé slzy často, je vhodná aplikácia kvapiek s obsahom kyseliny hyalurónovej bez konzervačných látok.

Pri závažnejších stupňoch syndrómu suchého oka sa využívajú aj **kortikosteroidy** či **cyklosporín A**.



Vhodné je aj užívanie **výživových doplnkov** s omega 3 a 6 masťnými kyselinami, či výťažkami z kurkumu.

Pri niekoľkohodinovej práci s počítačom je dôležité dodržiavať tzv. pravidlo 3 x 20 (anglosas) – každých 20 min pozrieť na 20 s do vzdialenosti 20-ich metrov. Pri zápaloch viečok sú vhodné aj suché teplé obklady a dodržiavanie tzv. viečkovej hygieny. **Chirurgická liečba** zahŕňa obturáciu slzných bodov prostredníctvom dočasných či trvalých uzáverov, korekciu nesprávneho postavenia viečok, či zrastov spojoviek a viečok.

Podľa viacerých odborných prác a štúdií prichádza každý piaty pacient k očnému lekárovi so syndrómom suchého oka. Výskyt tohto ochorenia sa za posledné desaťročie znásobil niekoľkokrát. Stanovenie správnej diagnózy a zavedenie kauzálnej a substitučnej liečby môže zvýšiť kvalitu života pacientov. Neváhajte a navštívte svojho očného lekára včas.



Lieky Olynth® HA

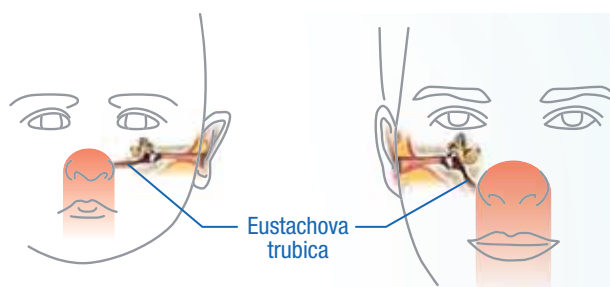
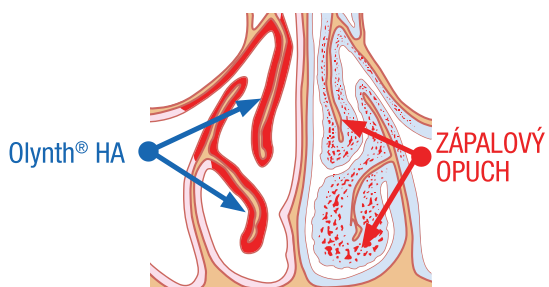


Nosové roztokové aerodisperzie Olynth® HA obsahujú **xylometazolín**. Patria medzi **lokálne účinkujúce dekonjestíva** – lieky na uvoľnenie upchatého nosa, ktorých výdaj nie je viazaný na lekársky predpis. **Xylometazolín** je derivátom imidazolu a chemickou štruktúrou sa podobá adrenalínu, svojím účinkom na α -receptory v cievach vyvoláva vazokonstrikciu. Stiahnutím dilatovaných ciev sa znižuje opuch sliznice, pacient môže voľne dýchať nosom a zlepšuje sa uvoľnenie hlienov.



Lieky Olynth® HA sú dostupné vo forme nosových roztokových aerodisperzií v dvoch koncentráciách: 0,1 % (pre dospelých a deti od 6 rokov) a 0,05 % (pre deti od 2 do 6 rokov). Účinkujú rýchlo po podaní a ich účinok trvá až 10 hodín, preto stačí podať 2 x denne jednu dávku do každej nosovej dierky.

Lieky Olynth® HA obsahujú aj zvlhčujúce látky – kyselinu hyaluronovú, glycerol a sorbitol, ktoré zvlhčujú a chránia sliznicu nosa, a tým podporujú jej hojenie. Neobsahujú konzervačné látky, napriek tomu sa môžu používať 1 rok po otvorení lieku vďaka systému trojitého filtra a striebornej špirály v pumpičke aerodisperzie.



Hlavná indikácia dekongestív vrátane liekov Olynth® HA je liečba príznakov rinitídy (nádchy).

Rinitída je zápal nosovej sliznice, reakcia nášho imunitného systému sprevádzaná vazodilatáciou, zvýšeným prekrvením sliznice.

Rinitídu klasifikujeme podľa vyvolávajúcej príčiny.

Príčinou infekčnej rinitídy sú mikroorganizmy, až v 90 % sú to vírusy, predovšetkým rinovírusy, ktoré vyvolávajú bežné prechladnutie prejavujúce sa upchatým a tečúcim nosom, prípadne aj bolesťou hrdla a kašľom. Prechladnutie sa vyskytuje veľmi často, v priemere 3 x ročne u dospeljej populácie a až 10 x ročne u detí predškolského veku. U detí Eustachova trubica (spája nosovú dutinu so stredným uchom) je kratšia a vedie vodorovne, preto až 60 % infekcií horných dýchacích ciest môže viesť ku komplikácii, ktorou je zápal stredného ucha. Na predchádzanie komplikáciám v podobe sinusitídy, zápalu stredného ucha a zápalu pľúc, je nešmierne dôležité odstránenie hlienov pri nádche.

Alergická rinitída je spôsobená precitlivenou reakciou imunitného systému na alergén z okolia. Postihuje vyše milión obyvateľov Slovenska. Pacienti sa sťažujú na upchatý nos, vodnatý výtok z nosa, kýchanie, svrbenie v nose a očí, slzenie. Antihistaminiká majú slabý účinok na upchatý nos, lokálne kortikosteroidy začínajú účinkovať až po niekoľkodňovom podávaní, preto je vhodné krátkodobo podávať lokálne dekongestíva na uvoľnenie nosa.

Pri vazomotorickej nádche ide o reakciu na nešpecifické podnety, napr. pôsobenie chladu alebo námahy.

Nádchu môžu vyvolať aj lieky – niektoré antiflogistiká, inhibítory ACE, perorálne kontraktívna, stres, hormonálne zmeny, znížená funkcia štítnej žľazy, chemické látky, drogy – napr. kokaín atď..

Okrem nádchy sú lieky Olynth® HA vhodné aj pri liečbe paranasálnej sinusitídy, t. j. zápale prinosových dutín – napomáhajú k uvoľňovaniu hlienu.

Ak je blokované voľné vytekanie hlienu z prinosových dutín do nosovej dutiny – napr. v prípade, že sa neodstraňujú hlieny z nosa pri nádche – dochádza k sinusitíde. Typickými prejavmi sú tlak a bolesť v oblasti čela a nosa, horúčka, upchatý nos a hnisavý výtok z nosa.

Dĺžka používania lokálnych dekongestív vrátane liekov Olynth® HA nesmie presiahnuť 7 dní, s opätovným používaním možno začať až po niekoľkodňovej prestávke.

Pri dlhodobom alebo častom používaní dochádza paradoxne k zvýšenému prekrveniu sliznice, a tým k pocitu upchatého nosa, čo vedie k ďalšej aplikácii lieku a vzniku bludného kruhu, návyku – vzniká tzv. **rhinitis medicamentosa** (nádcha vyvolaná liekom).

Pri dlhodobom používaní môže tiež dôjsť k poškodeniu (v najhoršom prípade aj k nezvratnému!) a vysušeniu sliznice – **rhinitis sicca**, s charakteristickými príznakmi ako je pocit sucha a svrbenie v nose, tvorba chrást a výskyt drobných krvácaní.

V tehotenstve a počas dojčenia sa používanie týchto liekov neodporúča.

Pri vysokých dávkach alebo pri perorálnom použití môžu vyvolať systémové nežiaduce účinky napr. hypertenziu, tachykardiu, bolesť hlavy.

Práve z tohto dôvodu je na mieste **veľká opatrnosť** a obmedzené použitie lokálnych dekongestív u pacientov s **kardiovaskulárnymi a metabolickými ochoreniami (hypertyreóza, diabetes mellitus), feochromocytómom a glaukómom**. Pri ich systémovom účinku nesmieme zabudnúť ani na možnosť liekových interakcií, hlavne s tricyklickými antidepresívami a inhibítormi MAO.

Skrátená informácia o lieku

Názov lieku: OLYNTH® HA 0,05 %, OLYNTH® HA 0,1 %.

Liečivo: 1 ml nosovej roztokovej aerodisperzie obsahuje 0,5 mg alebo 1,0 mg xylometazolíniumchloridu. Lieková forma: nosová roztoková aerodisperzia. **Indikácie:** symptomatické zmiernenie prekrvenia a opuchu sliznice nosa v dôsledku infekcií dýchacích ciest alebo nádchy rôznej etiológie ako je alergická nádcha, vazomotorická nádcha alebo nádcha sprevádzajúca infekcie dýchacích ciest. Na uľahčenie uvoľnenia sekrécie pri paranasálnej sinusitíde a pri katarate Eustachovej trubice kombinovanom s bežným prechladnutím. **Dávkovanie:** **deti vo veku od 2 až 6 rokov:** 1 dávka do každej nosovej dierky podľa potreby, najviac však 3-krát denne. **Dospelí a deti vo veku od 6 rokov:** 1 dávka do každej nosovej dierky podľa potreby, najviac však 3-krát denne. Nosová roztoková aerodisperzia obsahuje xylometazolín sa nemá používať dlhšie ako 7 dní, pokiaľ lekár neurčí inak. **Kontraindikácie:** precitlivenosť na liečivo alebo na ktorúkoľvek z pomocných látok v lieku, deti mladšie ako 2 roky (OLYNTH® HA 0,05 %) a deti mladšie ako 6 rokov (OLYNTH® HA 0,1 %). **Osobitné upozornenia a opatrenia pri používaní:** tento liek je určený len na krátkodobé používanie. Dlhodobé používanie lieku môže viesť k reaktívnej hyperémii sliznice nosa, zvýšenej kongescii a obštrukcii nosa, čo môže mať za následok opakované alebo trvalé používanie lieku pacientom. Liek sa má používať až po starostlivom vyhodnotení rizika a prínosu liečby u osôb liečených inhibítormi monoaminoxidázy (MAO) alebo ďalšími liekmi s potenciálne hypertenzným účinkom, u osôb so zvýšeným vnútroočným tlakom, najmä u pacientov s glaukómom s úzkym uhlom, so závažným kardiovaskulárnym ochorením (napr. ischemická choroba srdca, hypertenzia), s feochromocytómom, s metabolickým ochorením (napr. hypertyreóza, diabetes mellitus). **Interakcie:** v dôsledku nízkej systémovej absorpcie xylometazolínu pri podaní do nosa sú interakcie s liečivami podávanými inými spôsobmi nepravdepodobné. **Fertilita, gravidita a laktácia:** tento liek sa nemá používať počas gravidity pokiaľ potenciálny prínos liečby pre matku neprevyšuje možné riziko pre vyvíjajúci sa plod. Pri používaní tohto lieku počas dojčenia je potrebná opatrnosť. Nežiaduce účinky: veľmi zriedkavo pocit pálenia sliznice nosa, sucho v nose, rebound účinok. **Držiteľ rozhodnutia o registrácii:** McNeil Healthcare (Ireland) Limited, Airton Road, Tallaght, Dublin 24, Írsko. **Registračné čísla:** 69/0290/06-S (OLYNTH® HA 0,05 %), 69/0289/06-S (OLYNTH® HA 0,1 %). **Dátum revízie textu:** august 2018. **Výdaj lieku nie je viazaný na lekársky predpis.** Pred odporúčením lieku si prečítajte plné znenie súhrnu charakteristických vlastností lieku. MAT/6210/10/2018.



MUDr. Tatiana Novotná, PhD.

Univerzitná nemocnica Bratislava
Pracovisko Petržalka
Antolská 11, Bratislava
Gastroenterologická klinika SZU



Pojem obstipácia – zápcha predstavuje súbor klinických príznakov charakterizovaných ťažkosťami s vyprázdňovaním stolice. Za fyziologických okolností nie je odchod stolice spojený so žiadnymi nepríjemnými sprievodnými javmi.

Väčšina definícií obstipácie a tiež anamnestických otázok zohľadňuje len počet stolíc za týždeň, čo nie je postačujúce kritérium na určenie diagnózy zápchy.

Pri akýchkoľvek ťažkostiach so stolicou: zmena frekvencie vyprázdňovania, zmena konzistencie, objemu, farby alebo zápachu stolice, prítomnosť patologických prímiesí (krv, hlien, hnis) alebo nepríjemné sprievodné javy (bolesti, sťaženy odchod stolice, pocit neúplného vyprázdnenia, nutkanie na stolicu, špinenie bielizne) bezpodmienečne vyžadujú vylúčenie organického ochorenia, čiže vylúčenie sekundárnej obstipácie.

Príčiny sekundárnej obstipácie sú viaceré, najčastejšie ide o mechanickú obštrukciu vyvolanú nádorom hrubého čreva alebo jeho zúžením – stenózou zapríčinenou chronickými zápalovými ochoreniami (divertikulitída, nešpecifické zápalové črevné ochorenia). Príčinou zápchy môžu byť aj metabolické, endokrinologické a neurologické ochorenia. Často sa, hlavne u starších pacientov, zabúda na vplyv užívaných liekov, ktoré môžu obstipáciu zhoršovať alebo ju aj sami vyvolať. Najčastejšie ide o skupiny liekov, ako sú blokátory kalciových kanálov, opioidní agonisti, anticholinergiká, anikonvulzíva, antacidá, aj niektoré chemoterapeutiká používané v liečbe neoplastických ochorení. U viacerých pacientov sa môžeme stretnúť so zápchou vyvolanou užívaním nesteroidových antireumatík alebo pri perorálnej substitúcii železa, ale nie je zriedkavosťou, že tieto preparáty môžu spôsobiť aj opačné ťažkosti.

Obstipácia

Výrazne vyššie zastúpenie v populácii má primárna obstipácia, ktorá je klasifikovaná ako funkčné ohorenie a podľa tzv. Rímskych kritérií musí mať pacient aspoň dva z nasledujúcich príznakov 3 mesiace za sebou, pričom celková dĺžka ťažkostí musí byť aspoň 6 mesiacov: menej než 3 stolice za týždeň, u viac ako 25 % defekácií – komplikované „tlačenie“ stolice, bobkovitá, tuhá stolica, pocit neúplného vyprázdnenia, pocit obštrukcie v oblasti konečníka, manuálna asistancia pri odchode stolice.

Údaje o prevalencii 2 – 28 % a incidencii (31 – 50 osôb na 1 000 obyvateľov/rok) nie sú veľmi presné, veľká časť pacientov nie je oficiálne diagnostikovaná. K rizikovým faktorom obstipácie patrí ženské pohlavie (3-krát vyšší výskyt ako u mužov), vyšší vek, horšie sociálno-ekonomické faktory, stravovacie návyky, pohybová aktivita a chronická medikácia.

V ostatných rokoch sa postupne zmenili niektoré odporúčania v súvislosti s ovplyvnením primárnej obstipácie. V prvom rade je potrebné upozorniť na skutočnosť, že opakované kolonoskopické vyšetrenia nevedú k riešeniu problému pacienta s obstipáciou. Pokiaľ je kolonoskopické vyšetrenie negatívne v zmysle organického ochorenia, je potrebné spresniť anamnestické údaje pacienta s ohľadom na charakter jeho ťažkostí. Pri ich presnejšej identifikácii môžeme dospieť k podozreniu na anorektálnu dysfunkciu, t. j. funkčné anorektálne ochorenie, ktoré môžeme potvrdiť manometricky alebo rádiologickou vyšetřovacou metódou – tzv. defekografiou.

Je veľmi dôležité prebrať s pacientom jeho stravovacie návyky, príjem tekutín, pravidelnú medikamentóznú liečbu. V súčasnosti už pacientom neodporúčame nadmerný príjem vlákniny ani tekutín, keďže doterajšie štúdie zamerané na túto problematiku nepotvrdili významné ovplyvnenie obstipácie týmto spôsobom. Je ale samozrejmé, že dostatočný príjem vlákniny a tekutín ako aj primeraná pohybová aktivita sú nevyhnutné pre fyziologické, bezproblémové vyprázdňovanie. Podstatne sa zmenil aj postoj k prehľadlám a to bez ohľadu na to o aké laxatíva ide, či o objemové (preparáty vlákniny), stimulačné, kontaktné (sennosidy, polyfenolové skupiny laxatív – napr. pikosíran sodný alebo bisacodyl) alebo osmotické (viažúce vodu v hrubom čreve). Medzi osmotické prehľadlá zaradujeme iontové roztoky (napr. síran horečnatý, fosfát sodný), polyetylén glykol a laktulózu. Osmotické prehľadlá sa najčastejšie využívajú pri príprave – vyčistení čreva pred kolonoskopiou ale je možné ich využiť aj u časti pacientov s obstipáciou.

Veľa pacientov s obstipáciou sa bez užívania laxatív nezaobíde ani pri dôslednom dodržiavaní odporúčaných opatrení. Treba zdôrazniť, že u týchto pacientov liečbu laxatívmi nezakazujeme, skôr je potrebné sa zamerať na odporúčenie vhodného typu laxatíva pre konkrétneho pacienta s ohľadom na charakter jeho ťažkostí spojených s obstipáciou a prítomnosťou pridružených ochorení a s nimi súvisiacou ďalšou medikáciou. Samozrejmosťou je nutnosť dodržiavať odporúčené dávky prehľadladiel a brať do úvahy pridružené ochorenia pacienta.

Aj Vám
sa stáva,
že to **nejde...**



Výživový doplnok

Magnéziová soľ

**MgSO₄ na prípravu šumivého nápoja
so sladidlom s pomarančovou príchuťou**

- Obsah: 200 g prášku
- Ideálne použiť ráno nalačno alebo večer pred spaním, rozmiešať 2 odmerky v 2,5 dcl vody a vypiť
- Jedna zarovnaná dávkovacia odmerka = 7,5 g šumivého prášku
- Pri užívaní trvajúcim dlhšie ako 4-6 týždňov sa odporúča prerušiť užívanie na 2-3 týždne

Wörwag Pharma GmbH & Co. KG, P. O. BOX 194, 830 00 Bratislava 3
tel. 02/44 88 99 20, info@woerwagpharma.sk, www.woerwagpharma.sk

FXPINZ1018





MUDr. Elena Adamkovičová, PhD.

Univerzitná nemocnica L. Pasteura
Klinika infektológie a cestovnej medicíny
Rastislavova 43, 040 11 Košice



Herpes na perách

Ľudské herpetické vírusy sú rozšírené v populácii po celom svete. Charakteristickou vlastnosťou herpetických vírusov je ich schopnosť navodiť v hostiteľovi stav latencie a za istých okolností sa v priebehu života reaktivovať a klinicky prejavíť. Zatiaľ, čo primárne infekcie bývajú zväčša klinicky manifestné sprevádzané lokálnymi a celkovými prejavmi, reaktívacie sú menej klinicky vyjadrené.

Vyvolávateľ labiálneho herpesu patrí medzi alfa herpesvírusy, radíme sem HSV 1 a 2, ktoré sa líšia v niektorých biologických a biochemických vlastnostiach. Ide o DNA vírusy, patria vôbec medzi najčastejšie patogény v ľudskej populácii, a v súčasnosti zaznamenávame stúpajúci trend v prevalencii herpetických infekcií. Vírus HSV po prekonaní primárnej infekcie pretrváva v regionálnych nervových gangliách v oblasti hlavy – toto obdobie je klinicky nemé. Pri znížení odolnosti organizmu dochádza ku klinickej reaktivácii infekcie, pričom sa vírus pozdĺž nervov dostáva späť do oblasti kože, slizníc, čo označujeme pojmom endogénna reinfekcia, reaktívacia či recidíva. Častosť týchto recidív kolíše – od jednej epizódy za 5 – 10 rokov až po výsev niekoľkokrát mesačne. K prenosu infekcie na vnímavého jedinca dochádza kontamináciou telesnými tekutinami obsahujúcimi vírus, pravdepodobnosť prenosu závisí od koncentrácie vírusu v telesných tekutinách: slinách, obsahu vezikúl alebo v genitálnom sekréte. U klinicky zjavnej infekcie je samozrejme koncentrácia vírusu vyššia, nebezpečným však býva fakt, že i asymptomatickí nosiči vylučujú vírus v menšej, ale dostatočnej miere, aby spôsobil ochorenie u vnímavého jedinca. K prenosu môže dôjsť okrem kontaktu s telesnými tekutinami aj autoinokuláciou alebo kontaktom s kontaminovanými predmetmi. K nákaze môže dôjsť aj transplacentárne alebo pri pôrode infekciou z pôrodných ciest matky, kde prevažuje typ HSV-2. V postneonatólnom období prevažuje naopak HSV-1 typ vírusu a s nástupom sexuálnej aktivity sa zvyšuje incidencia ochorení vyvolaných HSV-2 typom prevažne v genitálnej oblasti.

HSV-1 môže postihovať aj genitálnu oblasť, ale recidívy týmto typom sú menej časté. Zároveň platí, že predchádzajúca infekcia jedným typom vírusu chráni pred iným typom HSV, čo zmierňuje klinickú manifestáciu ochorenia.

Najbežnejšou primárnou infekciou v urogenitálnej oblasti vyvolanou HSV-1 alebo HSV-2 je herpetická gingivostomatitída, ktorá sa prejavuje u detí vo veku 1 – 3 rokov. U adolescentov prebieha primoinfekcia pod obrazom tonzilofaryngitídy. Opakovaná infekcia sa najčastejšie manifestuje ako herpes labialis s typickými vezikulkami na rozhraní mukokutánného rozhrania v oblasti pier. Ďalšími prejavmi býva herpes v oblasti nosa, tváre či vonkajšieho ucha. Pri exacerbácii býva erupcia väčšinou na tom istom mieste. Asi 24 hodín pred výsevom vyrážok pociťuje väčšina pacientov v mieste následného výsevu pálenie, svrbenie alebo mravenčenie. V prípade častých recidív je nutné pátrať po poruche imunity. Väčšina primárnych herpetických očných HSV infekcií sa prejavuje ako herpetická keratokonjunktivitída. U traumatického herpesu býva vstupnou bránou infekcie poranená koža. K sekundárnej HSV infekcii môže dôjsť u popálenín alebo drobných poranení. Ku kožným komplikáciám patrí eczema herpeticatum, ktorá sa prejavuje výsevom typických herpetických vezikúl na ekzematóznej koži alebo koži postihnutej chronickou dermatitídou, ochorenie je sprevádzané závažným klinickým stavom s vysokou teplotou. K celkovým komplikáciám ochorenia patria herpetická encefalitída, ezofagitída, pneumónia a herpetická hepatitída.

Diagnóza HSV infekcie je u kožných a slizničných manifestácií väčšinou založená na typickom klinickom obraze. V sporných prípadoch potvrdí diagnózu buď priama detekcia vírusu alebo dôkaz špecifických protilátok. Laboratórna diagnostika má svoje dôležité miesto pri vnútroorgánových manifestáciách ochorenia a komplikáciách. Citlivá je metóda dôkazu vírusovej DNA polymerázovou reťazovou reakciou (PCR).

Liečba:

Terapia ochorení vyvolaných vírusom herpes simplex je jednak lokálna, jednak celková, symptomatická i kauzálna. Odporučený postup je závislý od viacerých okolností, napr. či ide o primárnu alebo rekurentnú epizódu, aká častá je frekvencia recidív, či sú prítomné pridružené systémové prejavy ochorenia, aký je stav imunity postihnutého jedinca. U najzávažnejších foriem je k dispozícii parenterálna virostatická liečba. Z virostatick sú liekom voľby nukleozidové deriváty, patria sem aciklovir, valaciclovir, famciklovir, v prípade rezistencie na acyklovir je k dispozícii foskarnet. Liečba rekurencií môže byť epizodická, kedy je možné nasadiť liečbu už pri prodromálnych príznakoch, pričom sa skrakuje vylučovanie vírusu a doba hojenia alebo supresívna, preventabilná, pri ktorej podávaním malých dávok virostatica predídeme reaktivácii infekcie.

Podľa najnovších odporúčaní je lokálna liečba založená na aplikácii 5 % masti s aciklovírom už 1 hodinu po objavení prvých subjektívnych ťažkostí (v dávkovaní 5-krát denne, celkovo 4 dni). Rovnako sa odporúča 1 % masť s penciklovírom (v aplikácii 6-krát denne, ďalšie dni á 2 hodiny spolu s lokálnymi kortikoidmi). Celková perorálna epizodická terapia spočíva v podaní valacicloviru (2 g á 12 hodín/1 deň alebo 2 g á 12 hodín/prvý deň, nasleduje 1 g á 12 hodín/druhý deň). Terapia supresívna je dlhodobá a zahŕňa terapiu aciklovírom 400 mg 2-krát denne alebo valaciclovírom 500 mg dlhodobo, obvykle dlhšie ako 4 mesiace.

Táto kauzálna liečba zlepšuje kvalitu života, znižuje preukázateľne počet recidív, vyžaduje však od pacienta poznanie svojej choroby a rozpoznanie prodromálnych klinických ťažkostí.

O prognóze pacienta rozhoduje vek, klinická forma a stav imunity. Vo všeobecnosti má ochorenie veľmi dobrú prognózu, vysokú mortalitu a morbiditu majú novorodenci so systémovým ochorením, pacienti s herpetickou encefalitídou a pacienti s ťažším imunodeficitom.

Liečba ochorenia patrí pri nekomplikovaných formách do rúk všeobecného lekára, pri komplikáciách alebo častých recidívach je nutný interdisciplinárny prístup a konzultácia infektológa, stomatológa, eventuálne imunológa.

Telviran[®] (aciklovir)

krém na herpes...

Volnopredajný
liek.
Žiadajte vo svojej
lekárni.



...a prevážia príjemné chvíle.

INZ TEL 03 2018 SK

Telviran 5 % je liek na dermálne použitie, ktorý obsahuje aciklovir. Pred použitím si pozorne prečítajte príbalový leták, hlavne upozornenie pre podávanie u detí. Pri objavení sa nežiaducich účinkov sa poraďte so svojím lekárom alebo lekárnikom. Liek nie je viazaný na lekárske predpis.

EGIS SLOVAKIA spol. s r.o. Apollo BC II, blok E, Prievozska 4D, 821 09 Bratislava.
Tel.: 02/3240 9422, fax: 02/3214 4900, e-mail: sekretariat@egis.sk; www.egis.sk.



Ilustračné foto: internet



PharmDr. Adela Čorejová, PhD.

Nemocničná, a. s.
Nemocnica Malacky

A03A

Liečivá

na gastrointestinálne poruchy



Liečivá na gastrointestinálne poruchy patria do veľkej skupiny liečiv zameranej na liečbu funkčných ochorení tráviaceho traktu a metabolizmu. Používajú sa pri symptomatickej bolesti brucha, pri kŕčoch a črevných poruchách alebo pri inom črevnom dyskomforte, ako napríklad syndróm dráždivého čreva, gastritída alebo porucha ezofágu. Niektoré z nich sa využívajú aj pri príprave na endoskopické vyšetrenie.

V anatomicko-terapeutickom (ATC) systéme patria liečivá na gastrointestinálne (GIT) poruchy do farmakologickej skupiny A03A, ktorá je rozdelená do šiestich farmakologicko-terapeutických podskupín (Tabuľka 1).

Prípravky s obsahom drotaverínu v dávke 40 mg vo forme tabliet a simetikonu sú voľne predajné. Výdaj ostatných prípravkov s obsahom liečiv ATC skupiny A03A sa nezávisle od galenickej formy viaže na recept.

Mebeverín z podskupiny **A03AA Syntetické anticholinergiká, estery s terciárnou aminoskupinou** a drotaverín z podskupiny **A03AD Papaverín a deriváty** patria k slabším spazmolytikám s priamym účinkom na hladkú svalovinu GIT traktu (papaverínový účinok). Ich účinok zodpovedá približne 1 % spazmolytického účinku ópia. Indikujú sa pri liečbe sekundárnych GIT kŕčov pri orgánových ochoreniach, ako napríklad ochorenia žlčníka a žlčových ciest. Pretože relaxujú aj hladkú svalovinu urogenitálneho traktu, bronchiálneho stromu, kože a ciev, používajú sa, napríklad aj pri dysmenoree alebo pri spazmoch močových ciest. Výhodou mebeverínu je, že ako muskulotropné spazmolytikum nemá negatívny vplyv na normálnu peristaltiku, nemá systémové účinky typické pre anticholinergiká, a pri opakovanom podávaní nedochádza k jeho kumulácii (dĺžka liečby nie je obmedzená). Ďalšou jeho výhodou je aj dostupnosť kapsúl s predĺženým uvoľňovaním, ktoré umožňujú podávanie len 2-krát denne. Výhodou drotaverínu je absencia terapeutického vplyvu na srdcovocievny systém a závažných kardiovaskulárnych nežiaducich účinkov. V prípade, že nie je možné podávať tablety (adjuvantná terapia), dostupná je aj injekčná forma (i. m.) drotaverínu.

Tabuľka 1: Liečivá na gastrointestinálne poruchy dostupné na Slovensku

Kód	Názov farmakologicko-terapeutickej podskupiny	Liečivá registrované na Slovensku
A03AA	Syntetické anticholinergiká, estery s terciárnou aminoskupinou	mebeverín
A03AB	Syntetické anticholinergiká, kvartérne amóniové zlúčeniny	glykopyrónium, otilónium
A03AC	Syntetické spazmolytiká v kombinácii s psycholeptikami	–
A03AD	Papaverín a deriváty	drotaverín
A03AE	Antagonisty sérotonínových receptorov	–
A03AX	Iné liečivá na funkčné gastrointestinálne poruchy	pinaverín, simetikon, alverín+simetikon

Z podskupiny **A03AB Syntetické anticholinergiká, kvartérne amóniové zlúčeniny** sú dostupné prípravky s obsahom glykopyrónia a otilónia. Ide o muskulotropné spazmolytiká. Glykopyrónium má silnejší spazmolytický účinok pri porovnaní s mebeverínom alebo drotaverínom, ktorý závisí od dávky. Používa sa na symptomatickú liečbu závažnej sialorey (chronického patologického slinenia) pri neurologických poruchách. So zvyšujúcou sa dávkou sa znižuje nielen tvorba sekréty slinných žliaz, ale aj priedušiek, potných žliaz, znižuje sa tonus GIT a sekrécia žalúdočnej kyseliny. Glykopyrónium sa odporúča užívať krátkodobo (nie viac ako 24 týždňov), prerušovane a nalačno (jedlo vedie k výraznému zníženiu systémovej expozície). Dostupný je len vo forme roztoku na perorálne použitie. Prípravok s obsahom otilónia sa používa pri spazmoch a funkčných dyskráziách GIT a na prípravu pred endoskopickým vyšetrením. Dostupné sú len filmom obalené tablety.

V podskupine **A03AX Iné liečivá na funkčné gastrointestinálne poruchy** sú zaradené jednozložkové a dvojzložkové prípravky. Jednozložkové prípravky obsahujú pinaverín alebo simetikón. Pinaverín patrí k muskulotropným spazmolytikám. K jeho výhodám patrí absencia anticholinergných účinkov a účinkov na kardiovaskulárny systém. Simetikón, z chemickej stránky silikón, vytvára na sliznici tráviaceho traktu silikónový ochranný film. Ide o stabilné, povrchovoaktívne liečivo pôsobiace intraluminálne v tráviacom trakte.

Používa sa pri meteorizme (zvýšená tvorba plynov a jeho následné hromadenie v GIT), pri flatulencii, pri zvýšenej tvorbe plynov po operačnom výkone, pri príprave na diagnostické vyšetrenie v oblasti brucha (röntgen, sonografia, gastroduodenoskopia) alebo pri otrave saponátmi. K výhodám simetikónu patrí jeho netoxickosť, fyzikálne pôsobenie, farmakologická, chemická a fyziologická inertnosť (nevstrebáva sa, vylučuje sa nezmenený) a možnosť dlhodobého užívania veľmi vysokých dávok. Dostupná je perorálna emulzná suspenzia, perorálne suspenzné kvapky, mäkké kapsule a žuvacie tablety. Perorálna emulzná suspenzia a kvapky sú vhodné už aj pre dojčatá. Pre diabetikov je vhodná emulzná suspenzia, ktorá neobsahuje žiadne cukry.

Dvojzložkový prípravok obsahuje kombináciu liečiv alverín a simetikón. Kým simetikón je inertná substancia bez farmakologického účinku, alverín patrí medzi muskulotropné spazmolytiká (bez vplyvu na kardiovaskulárny systém) a má vysokú selektivitu pre hladké svalové bunky hrubého čreva a maternice (relaxačný účinok na svalovinu maternice nepatrí medzi schválené indikácie). Používa sa pri dráždivom hrubom čreve spojenom s meteorizmom a flatulenciou.

Kľúčové slová

ATC klasifikácia, Liečivá na gastrointestinálne poruchy



Hyal-Drop[®] multi

kyselina hyaluronová 2,4 mg/ml (0,24 %)

- Umelá slza s najvyšším obsahom kyseliny hyaluronovej
- Poskytuje úľavu od suchých a začervenaných očí
- Bez konzervačných látok
- Vhodné pre citlivé oči a nositeľov kontaktných šošoviek
- Použitelnosť až 6 mesiacov po otvorení



BAUSCH + LOMB

divízia Valeant Slovakia s.r.o., Galvaniho 7/B, 821 04 Bratislava, Tel.: +421 2 3233 4900, www.valeant.sk



Akútna rinitída

MUDr.

Silvia Krempaská PhD., MPH

Klinika ORL chirurgie hlavy a krku LF a UNLP
Trieda SNP 1, Košice

► Nos a sliznica nosa sú vstupnou bránou pre vírusy, baktérie aj parazity. Infekcia sa môže prejavíť lokálne, v mieste vstupu, alebo sa infekcia ďalej šíri a prejaví sa na inom mieste. Ak sa prejaví v mieste vstupu, hovoríme o akútnej rinitíde, resp. o nádche. Keďže všetky zápalové procesy sliznice nosa majú odozvu aj na slizniciach prínosových dutín, niektorí odborníci uprednostňujú používanie termínu akútnej rinosinuitídy pred akútnou rinitídou. Avšak iná skupina odborníkov, odvolávajú sa na pomerne nízke percento výskytu hnisavého zápalu dutín pri bežnej nádche, považuje termín rinitída pri akútnych zápaloch za výstižnejší.

► Akútny zápal nosovej sliznice je prevažne vírusového pôvodu, primárne bakteriálne infekcie sú veľmi zriedkavé.

► Akútna katarálna rinitída je najčastejšou formou zápalu. Primárna infekcia je zväčša vyvolaná niektorým z vírusov so širokou škálou rôznych sérotypov, ako napr. rinovírusy, reovírusy, vírus influenzy a parainfluenzy, adenovírusy, respiratory syncytial vírus, enterovírusy a i. Prenos je kvapôčkovou infekciou, ale i priamym kontaktom. Rozvoj infekcie je potenciován prechladením organizmu. Inkubačná doba napr. u rinovírusov je 1 – 4 dni, tá sa môže meniť v závislosti od typu vyvolávateľa. Ochorenie má niekoľko štádií, ktoré sprevádza skupina príznakov.

► Bežná nádcha začína, tzv. prodromálnym „suchým“ štádiom, ktoré sa prejavuje rôzne intenzívnou bolesťou hlavy, únavou a malátnosťou, nechutenstvom a pocitom chladu. Teplota býva zvýšená, u detí, zvlášť u dojčiat a v závislosti na druhu infekcie môže byť aj vysoká, dokonca sprevádzaná febrilnými kŕčmi. V nose je pocit sucha, svrbenia až pálenia a dráždenia na kýchanie.

► Za niekoľko hodín nastupuje katarálne štádium prejavujúce sa vodnatým výtokom z nosa, upchatím nosa, prechodnou stratou čuchu, slzením „fufnavosťou“. Môže ho sprevádzať aj pocit zaľahnutia v ušiach. Postihnutie nosohltana sa prejaví často až bolestivým pálením, škriabaním stupňujú-

cim sa pri prehltnutí. O 2 – 3 dni nastupuje štádium tzv. hlienovej sekrécie. Celkové aj miestne ťažkosti pacienta sa zmierňujú, prítomná je viac menej číra, väzká sekrécia z nosa, ktorá postupne ustáva, vracia sa čuch. Celý priebeh trvá zvyčajne jeden týždeň.

► Avšak nie vždy je tento priebeh tak jednoduchý. V niektorých prípadoch môže po krátkom čase na vírusovú infekciu nasadnúť bakteriálna superinfekcia. Klinické príznaky sú výraznejšie. Nosová sekrécia sa mení na hnisavú a neskôr na hlienohnisavú, priebeh ochorenia sa predlžuje, môže dôjsť k rozvoju komplikácií (zápaly stredného ucha, zápaly dutín, zápaly priedušnice, zápaly pľúc).

► Primárna bakteriálna infekcia nosovej sliznice vzniká veľmi zriedkavo, najčastejšie v lete následkom kúpania sa v bazénoch, či vodnošportových aktivitách.

► Vírusová infekcia, aj keď nie veľmi často, sa nemusí lokalizovať, šíri sa ďalej do organizmu až dochádza k tzv. virémii. Tá je sprevádzaná celkovými príznakmi, či už zo strany tráviaceho systému, pohybového aparátu, močových ciest a i. Môže sa prejavíť príznakmi klasickej chrípky s vysokými, niekoľko dní trvajúcimi teplotami, zimnicou, zvracaním. Aj pri tomto priebehu môžu vzniknúť komplikácie – zápaly prínosových dutín, stredného ucha a zriedka aj zápaly nervov – neuronitídy s obrnami.

► Nádcha môže byť rovnako prejavom nie iba bežnej lokálnej vírusovej infekcie, ale aj ako úvodné štádium skupiny tzv. detských vírusových ochorení, ako sú osýpky, kiahne, poliovírus, či začínajúcich špecifických ochorení a zriedkavejšie aj systémových chorôb.

► Liečba nekomplikovanej akútnej nádchy je symptomatická. Miestne sa aplikujú roztoky morskej soli, ktoré zlepšujú nosovú priechodnosť, znižujú sekréciu, obmedzujú potrebu dekongestív a šírenie infekcie do dolných dýchacích ciest, vznik zápalu dutín, skracujú priebeh nádchy. Pri prvých príznakoch nádchy či prechladnutia

sa osvedčili prípravky pôsobiace na mechanicko-fyzikálnej báze. Vytvárajú na nosovej či ústnej sliznici ochrannú bariéru proti prenikaniu vírusov z vonkajšieho prostredia. Zároveň vytvárajú nepriaznivé prostredie pre výskyt a rozmnožovanie vírusov v bunkách, čím sa znižuje ich množstvo ako aj ich ďalšie šírenie v organizme. Zmierňujú tak príznaky nádchy, prechladnutia či bolesti v krku a skracujú dobu trvania vírusovej infekcie. Liečbu môžeme doplniť o antihistaminiká druhej generácie, ktoré pôsobia aj protizápalovo.

► U ťažších priebehov virémie je možné použiť aj antivirotiká. Antibiotiká sa podávajú celkovo len v prípade bakteriálnej superinfekcie, alebo ako prevencia tejto superinfekcie u chorých, ktorí sú ohrození následkom svojich ďalších chorôb, ako napr. kardiorespiračné, metabolické a imunitné choroby.

► V prevencii bakteriálnej superinfekcie môžeme použiť aj miestne antibiotiká v podobe nosových kvapiek. Mukolytiká sa u nekomplikovanej nádchy nepodávajú. Dnes nám farmakológia ponúka široký výber nosových kvapiek s dekongestívnym účinkom, nepodávame ich viaceré súčasne, ale môžeme ich kombinovať s antibiotikami v kvapkách.

► Dekongestívne nosové kvapky použijeme maximálne 7 dní, aby nedošlo k návyku sliznice a potrebe zvyšovania dávky na dosiahnutie účinku, čo postupne vedie k vzniku tzv. medikamentózneho nádchy.

► Vždy je potrebné dodržiavať hygienu nosovej dutiny, fúkať nos, resp. jemne sekret z nosa odsávať, a to každú stranu zvlášť najlepšie až po prejavení účinku kvapiek.

► Počas ochorenia sa podávajú teplé tekutiny v dostatočnom množstve, pri teplotách samozrejme antipyretiká (lieky proti teplote), podporné lieky proti nachladnutiu, vitamíny a diétnejšia – ľahko stráviteľná strava. Pacient by mal byť v priestoroch bez výraznejších klimatických zmien, s dostatočnou vlhkosťou a s možnosťou vetrania. Pri teplote je nevyhnutný pokoj na lôžku.

SKRÁŤTE SI DĹŽKU PRECHLADNUTIA



VÍRUSOM



SANORIN®

Virustop

SANORAL

Virustop



Uľaví od príznakov
nádchy

Zmierňuje príznaky
bolesti hrdla



12+ rokov



SANORIN®
Virustop
Zdravotnícka pomôcka

Nosový sprej pomáha zastaviť rozvinutie bežnej nádchy a uľavuje od príznakov nádchy. Pripravok napomáha regenerácii podráždenej nosovej sliznice.

Nosový sprej

15 ml

Znižujú
množstvo vírusov

Zabraňujú
ich šíreniu

Skracujú
dĺžku ochorenia

Xantis Pharma s.r.o.,
Palisády 29/A, 811 06 Bratislava

12+ rokov

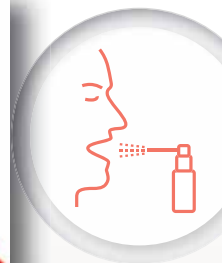


SANORAL
Virustop
Zdravotnícka pomôcka

Uľavuje od príznakov vírusovej infekcie horných dýchacích ciest a skracuje ich trvanie. Zvlhčuje podráždený krk a podporuje regeneráciu sliznice.

Sprej

20 ml



Zdravotnícka pomôcka k aplikácii do nosa.
Starostlivo si prečítajte návod na použitie.

 **xantis**
pharma

Zdravotnícka pomôcka k aplikácii do hrdla.
Starostlivo si prečítajte návod na použitie.



MUDr. Karol Mika

Autor Lekárskej fytoterapie
a spoluautor atlasov liečivých rastlín

Ligurček lekársky

LEVISTICUM OFFICINALE KOCH (APIACEAE)



Trváca bylina až 200 cm vysoká má striedavé, dvojito až trojito perovito delené listy. Bledožlté obojpohlavné päťpočetné kvety tvoria okolíky okolíkov.

Druh pochádza z južnej Európy; u nás sa pestuje v záhradkách a miestami sa spontánne rozširuje do prírody.

Liečebne sa uplatňuje koreň – *Levistici (officinalis) radix (rhizoma)*, vňať – *Levistici (officinalis) herba*, list – *Levistici (officinalis) folium* a semeno – *Levistici (officinalis) fructus*.

Najvýznamnejšiu látku predstavuje silica (do 2,7 %), ktorú tvorí α -terpineol, karvakrol, estery kyseliny octovej a valerianovej, laktónové zlúčeniny kyseliny ftalovej – ftalidy (až 70 %; ligustikový laktón a butylftalid). Z ďalších látok sú v koreni sacharidy, živica, kumarín, bergaptén a i. Ostatné rastlinné časti majú rovnaké zloženie účinných látok, ale nižšie percentuálne zastúpenie.

Liečebne sa uplatňuje na zlepšenie močenia – diuretikum, výdatnejšie odstraňovanie minerálnych látok – saluretikum, pri plynatosti – karminatívum, kvôli zlepšeniu

chuti k jedlu a lepšiemu tráveniu – stomačikum, pri nepravidelnej menštruácii – emenagógum.

Silica podporuje vylučovanie chloridov a močoviny, ale jej celkové diuretické účinky sú mierne. Terapeuticky sa využíva pri chorobách močových ústrojov s poškodením obličkového parenchýmu (s výnimkou vážnych obličkových postihnutí). Rovnako pri celkovej slabosti, retencii chloridov a pri zvýšení urey v krvi.

Zložky silice napomáhajú tvorbu žalúdočnej kyseliny a tráviacich enzýmov, preto sa rastlina používa pri liečbe dyspepsie spojenej s nedostatočnou činnosťou tráviacich orgánov, a to predovšetkým v geriatrickej praxi.

Známe je aj pozitívne pôsobenie drogy pri nepravidelnej menštruácii.

Zápar sa pripravuje z jednotlivej dávky 1,5 g, alebo 1 kávovej lyžičky koreňovej drogy na šálku vody; pije sa 2 – 3-krát denne. Denná dávka záparu sa pohybuje v rozmedzí 5,5 – 8 g, najmä ak sa použije vňať alebo list. Iný predpis má *Levistici ra-*

dicis infusum (10 – 20 g drogy na 2 poháre vody), ktorý sa užíva v dávke 1/2 pohára 3-krát denne; aj pacienti so zdravými obličkami však môžu zápar v týchto dávkach užívať len niekoľko dní. *Levistici extractum* má jednotlivé dávky 0,3 g.

Ligurček sa často kombinuje s inými diuretickými, karminatívnymi alebo stomačickými rastlinami, užívanie ligurčeka je kontraindikované pri nefritíde a pri iných ťažkých poškodeniach obličiek. Rovnako sa neodporúča ani dlhodobé neprerušované užívanie, najmä vyšších dávok.

Keďže silica pôsobí dráždivo na parenchým obličiek

Odvodené prípravky reprezentuje silica – *Levistici aetheroleum* a výťažok – *Levistici extractum*; z farmaceutických prípravkov sú najmä čajoviny.

Rastlina sa využíva v potravinárstve predovšetkým ako obľúbená korenina.



Ilustračné foto: internet

Bylinné čaje a prípravky z liečivých rastlín



Sila prírody

BYLINNÝ MIX

Výber bylinných čajov

- šípkový čaj • mäťový čaj • materina dúška
- zelený čaj • medovkový čaj • rooibos



Dostupné v lekárňach

www.fytopharma.sk



Mgr. Magdaléna Jurkemíková

 Štátny ústav pre kontrolu liečiv Bratislava
 Odd. riaditeľa a kontroly
 Hovorkyňa

Účasť ŠÚKL v medzinárodných osvetových kampaniach

Štátny ústav pre kontrolu liečiv sa v novembri zapája do dvoch medzinárodných kampaní zameraných na patientsku aj odbornú verejnosť. V dňoch **12. - 18. 11. 2018** prebieha **Svetový týždeň povedomia o antibiotikách** pod vedením Svetovej zdravotníckej organizácie (WHO), cieľom ktorého je boj proti antimikrobiálnej, resp. antibiotickej rezistencii. V rámci siete európskych liekových agentúr sa v dňoch **19. - 23. 11. 2018** uskutočňuje **kampaň na podporu hlásenia nežiaducich účinkov**. Kampaň sa zameriava na rodičov maloletých detí a na tehotné a dojčiacie ženy.

Svetový týždeň povedomia o antibiotikách

Svetová zdravotnícka organizácia každý rok v novembri upozorňuje na riziká antimikrobiálnej rezistencie a šíri osvetu, ako im predísť. V dôsledku nesprávneho alebo nadmerného používania antibiotík baktérie získavajú voči antibiotikám odolnosť, čo vedie k náročnejšej liečbe bakteriálnych infekcií, dlhšej hospitalizácii pacientov, zvýšeným nákladom na liečbu či vyššej úmrtnosti. Následkom antimikrobiálnej rezistencie zomiera v Európskej únii každoročne 33 000 ľudí. Podľa odhadov expertov antimikrobiálna rezistencia takisto predstavuje pre EÚ finančnú záťaž vo výške 1,5 miliardy eur v podobe nákladov na zdravotnú starostlivosť a zníženú produktivitu súvisiacu s práceneschopnosťou.

Štátny ústav pre kontrolu liečiv sa do kampane zapája predovšetkým prostredníctvom sociálnych sietí (Facebook, Instagram). Motto kampane znie: „*Používajte antibiotiká rozumne*“ a kampaň má za cieľ šíriť osvetu nielen o tom, ako správne užívať antibiotiká, ale aj ako ochoreniam predchádzať a užívaniu antibiotík sa tak vyhnúť. Kampaň sa zameriava na rozdiel medzi vírusovými a bakteriálnymi ochoreniami, dodržiavanie správnej hygieny, dodržiavanie dávkovania antibiotík a dĺžky liečby či nutnosť návštevy lekára pred začatím antibiotickej liečby.



Kampaň na podporu hlásenia nežiaducich účinkov

Všetky lieky so sebou nesú určité riziko výskytu nežiaducich účinkov, ktoré sa nemusia ukázať u každého. Žiaden liek nie je úplne bez rizika. Pre bezpečné užívanie liekov je potrebné poznať aj ich obmedzenia a negatíva, s čím súvisí aj analýza hlásení nežiaducich účinkov. Do kampane na podporu hlásenia nežiaducich účinkov sa v tomto roku zapája 28 liekových agentúr z Európskej únie, Austrálie, Mexika a Nového Zélandu. Kampaň takisto prebieha na sociálnych sieťach.

V tomto roku sa pozornosť sústreďuje na detských pacientov a na tehotné a dojčiacie ženy. Jedno z kľúčových posolstiev kampane znie: „*Deti nie sú malí dospelí*“, čo znamená, že deti majú užívať len lieky určené pre detských pacientov v správnom dávkovaní. Deti a novorodenci môžu takisto na lieky reagovať inak ako dospelí. Ak rodič spozoruje u dieťaťa nezvyčajné správanie, ktoré by mohlo súvisieť s vedľajšími účinkami užívania liekov, mal by zvážiť hlásenie.

Lieky užívané počas tehotenstva či dojčenia môžu negatívne vplyvať na dieťa, preto by tehotné a dojčiacie ženy mali užívanie liekov konzultovať s lekárom či lekárnikom a prečítať si písomnú informáciu pre pacienta (PIL). Užívanie liekov by mali takisto zvážiť ženy, ktoré plánujú otehotnieť.

Podozrenie na nežiaduce účinky je možné hlásiť aj online prostredníctvom elektronického formuláru dostupného na webovej stránke www.sukl.sk v časti Bezpečnosť liekov – Hlásenie o nežiaducich účinkoch.

Ilustračné foto: internet

GYNIMUN[®]

INTIM PROTECT

SELEKTÍVNE VAGINÁLNE PROBIOTIKUM

 L. RHAMNOSUS
 (Lbp PB01-DSM 14870)

 L. GASSERI
 (Lba EB01-DSM 14869)

 Patentované kmene
 vaginálnych laktobacilov

 Účinne podporuje liečbu bakteriálneho
 a kvasinkového vaginálneho zápalu

 Obnovuje a udržuje zdravú vaginálnu
 flóru

Aktívne zložky:

 Jedna (1) vaginálna kapsula GYNIMUN[®] obsahuje minimálne 1x10⁸ Lactobacillus gasseri, (EB01TM) a Lactobacillus rhamnosus (PB01TM).


Zdravotnícka pomôcka

 Dovožca: Aloris Vital, s.r.o. Majoránová 62, 821 07 Bratislava, Kontakt: info@alorisvital.sk, www.gynimun.sk

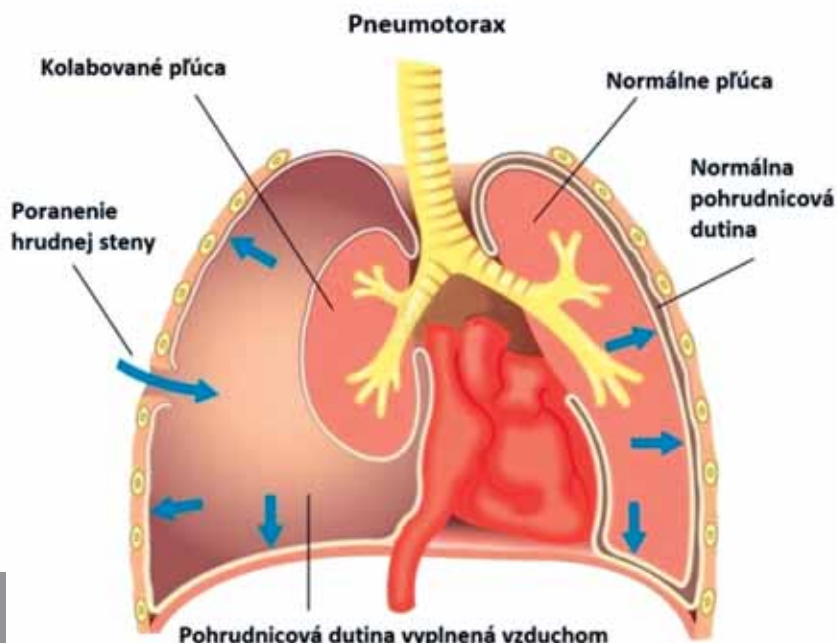
 *patentovaný produkt firmy Bifodan (EcoVag[®]) pod obchodnými známkami partnerov

ALO_GYN_03_2018



PhDr. Dana Sihelská, PhD.

Slovenská zdravotnícka univerzita
Banská Bystrica
Fakulta zdravotníctva
Katedra urgentnej zdravotnej starostlivosti
Odborná asistentka



Obr. 1: Pneumotorax

Prvá pomoc pri pneumotoraxe

Pneumotorax je život ohrozujúci stav, ktorý vzniká porušením hrudnej steny a následným vniknutím vzduchu do pohrudnicovej dutiny. Na postihnutej strane pľúca kolabujú (zmršťujú sa, obr. 1). Najčastejšou príčinou vzniku pneumotoraxu je rana v hrudnej stene, ktorá je spôsobená pádom a nárazom hrudníka.

Najčastejšie príznaky pneumotoraxu sú:

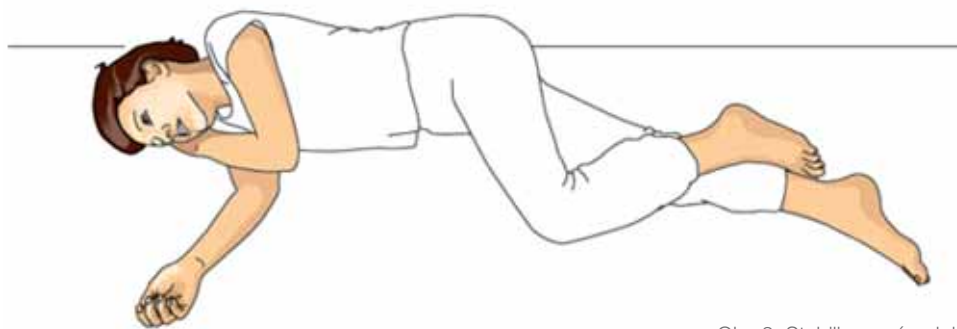
- bolesť v hrudníku,
- dušnosť (dyspnoe),
- zrýchlené a plytké dýchanie,
- cyanóza (modrasté až tmavomodré sfarbenie kože a slizníc),
- v mieste rany vyteká jasnočervená spenená krv,
- nepokoj,
- môžeme vidieť, že postihnutá strana hrudníka sa pri nádychu nedvíha,
- často rozvoj šoku.



Obr. 2: Pripevnenie krycieho obväzu

Prvá pomoc:

- ak je postihnutý pri vedomí, uložíme ho do polosedu (Fowlerová poloha, chrbát je opretý, horné končatiny má zapreté o podložku),
- ak je postihnutý v bezvedomí, môžeme ho uložiť do stabilizovanej polohy tak, aby ležal na postihnutej strane (obr. 3),
- privoláme ZZS (155, 112),
- ranu na hrudníku okamžite uzavrieme tak, že ju sterilne prekryjeme gázou a na gázu priložíme igelit, ktorým zabránime ďalšiemu nasávaniu vzduchu do hrudného koša a obidve vrstvy oblepíme leukoplastom z troch strán, štvrtú stranu, vždy spodnú, nepriliepame (obr. 2), touto stranou sa dostáva pri nádychu vzduch z hrudného koša von,
- ak nemáme nijakú pomôcku, napr. v teréne, môžeme ranu prikryť aj holou dlaňou, aby sme zabránili nasávaniu vzduchu do hrudného koša,
- sledujeme základné životné funkcie (laici – dýchanie).



Obr. 3: Stabilizovaná poloha

Pozor!

Nezabudnite, že pri poskytovaní prvej pomoci je nutné mať na rukách gumené rukavice. Ak je v hrudnom koši zabodnutý nejaký predmet, napr. nôž, konár a pod., tento predmet nevyťahujeme. Sterilná fólia na ošetrenie vonkajšieho pneumotoraxu je súčasťou autolekárnicky.



Mgr. Vladimíra Gromová, MBA

Lekárne Centrum, Stupava



Koflet®-H z pohľadu **ajurvédy**

Takmer každé prechladnutie sa začína v hrdle. Poznáte to – najskôr pálenie, potom pocit opuchnutých slizníc, pridáva sa dráždivý kašeľ a výtok z nosa. A keď príдете do lekárne, ani neviete, čo skôr riešiť – či bolesť, či opuch a či zachrípnutý hlas. Samozrejme, ideálne by bolo všetko naraz. Moderné kombinované prípravky majú zámer pôsobiť lokálne anesteticky (že už je potom jedno, ktorú zo šiestich ponúkaných príchutí pastiliek si vyberiete), antisepticky (vyzabijame všetko v ústnej dutine, aj to prirodzene prospešné) a najmä dávajú ilúziu, že s pastilkou to hravo zvládneme aj pri chodení do práce.

Tradičná indická medicína ajurvéda by naopak poradila držať sa v teple, nikam nechodiť a vyrovnať energiu „kaphu“, charakterizovanú chladom, retenciou tekutín, zahustením hlienu. Ideálne sú bylenné výťažky, ktoré zahrejú, prekrvia a stekutia hlien.

Medzi najznámejšie a najpoužívanejšie patrí d'umbier (*Zingiber officinale*). V ajurvéde má univerzálne použitie, nakoľko v kombi-

náciách s ďalšími zložkami vyrovnáva všetky tri energie – so soľou vátu, s cukrom pitu a s medom kaphu. Obsahová zložka gingerol má protizápalové a antivírusové účinky, a stáva sa tak ideálnou voľbou na liečbu bežného vírusového prechladnutia.

Na opuch slizníc a bolesť máme ďalšiu známu koreninu – klinček (*Syzygium aromaticum*). Esenciálny olej, ktorého hlavnou zložkou je eugenol, má silné antiseptické účinky, mierni bolesť a pôsobí proti patogénnym baktériám (oblúbený je v dentálnej hygiene pre dokázaný účinok na potlačenie rastu baktérií spôsobujúcich zubný povlak).

V kuchyni ešte ostaneme – čierne korenie (*Piper nigrum*) a škorica (*Cinnamomum zeylanicum*) patria k bežne používaným. Obe pôsobia antisepticky a protizápalovo. Čierne korenie má aj expektoračný účinok.

Pastilky Koflet obsahujú u nás menej známu rastlinu Vrcholiak myrobalanový (*Terminalia chebula*), ktorej hlavnou účinnou zložkou sú taníny, fenoly a antioxidanty,

s protizápalovými, antivírusovými (napr. proti herpes vírusom) a imunostimulačnými účinkami. Hoja podráždenú a opuchnutú sliznicu, tlmia bolesť.

Kompozícia rastlinných výťažkov je doplnená medom, ktorý pri pozvoľnom rozpúšťaní v ústach zmierni pocit škriabania v hrdle a upokojí dráždenie na kašeľ.

Zloženie Koflet pastiliek vychádza z tradičných princípov ajurvédkej medicíny – vyrovnáť energie. Odhliadnuc od vyše tisícročného úspešného používania spomínaných rastlín pri prechladnutí, znie vyrovnávanie energií trochu tajuplne a nevedecky. Dnes vyžadujeme dôkazy, aby sme verili. Pri Koflete ich máme – súčasná veda potvrdila antibakteriálne, antivírusové, protizápalové a antioxidantné pôsobenie týchto rastlín. Koflet je veľmi dobrá voľba pri zápaloch ústnej dutiny, škriabani v hrdle, chrápote, aftách a opuchu slizníc. Ideálne cmúľať 3 – 4-krát denne a nezabudnúť, že kaphu vyrovnávame aj častým pitím malého množstva teplých tekutín.

Ilustračné foto: internet

MAESTROVSKÉ RIEŠENIE BOLESTI HRDLA

Koflet®-H PASTILKY Z VÝŤAŽKOV 9 BYLÍN A MEDU



- TROJITÝ ÚČINOK**
- rýchla úľava od kašľa, zápalu hrdla a hlasiviek
 - pomoc pri vykašliavaní
 - podpora imunity

Odporúča operný spevák Martin Babjak.



Himalaya
SINCE 1930

Distribútor: Belesca s.r.o.
Súbežná 7, 811 04 Bratislava
tel./fax: 02/5477 1329
e-mail: belesca@belesca.sk



Obr. 2 Vírus WNF prenáša komár z rodu *Culex*, ktorý sa vyskytuje aj u nás



MUDr. Jana Kerlik, PhD.
Doc. MUDr. Mária Avdičová, PhD.

Regionálny úrad verejného zdravotníctva v Banskej Bystrici
Oddelenie epidemiológie



Neobvyklý nárast západonílskej horúčky v Európe

Neobvyklý nárast západonílskej horúčky v Európe

Podľa Európskeho centra pre kontrolu ochorení (ECDC) k 7. septembru 2018 bol v krajinách Európy pozorovaný takmer 5,6-krát vyšší počet prípadov západonílskej horúčky (WNF) v porovnaní s minuloročnou sezónou (1149 prípadov *verus* 204 prípadov). Najviac ochorení v roku 2018 (k 7. septembru) hlási Taliansko (361), Srbsko (262), Grécko (170), Rumunsko (166) a Maďarsko (134). V susednom Rakúsku bolo za dané obdobie hlásených 10 prípadov. Zatiaľ čo Rakúsko hlásilo počas sezóny 2018 a 2017 porovnateľný počet prípadov, v Maďarsku bol zaznamenaný takmer 6,4-krát nárast počtu prípadov. Počas sezóny 2018 bol v Európe hlásený vyšší počet úmrtí v porovnaní so sezónou 2017.

Charakteristika ochorenia

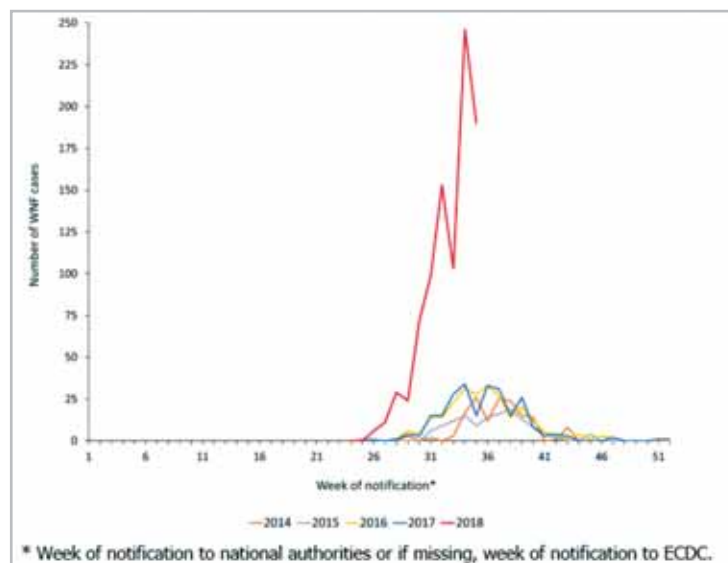
WNF sa vyskytuje celosvetovo. Ide o vírusové ochorenie, ktoré sa prenáša komármi z rodu *Culex* (*Culex pipiens*, komár piskľavý). Tento druh komárov sa vyskytuje aj u nás na Slovensku. Na Slovensku bola prítomnosť vírusu zatiaľ pozorovaná len u vtákov a koní, v Českej republike aj u komárov (Csank 2016, Csank 2018, Rudolf 2018). Rezervoárom vírusu sú divokožijúce vtáky, ktoré zároveň vírus transportujú do rôznych oblastí. Vírus WNF sa môže preniesť aj pri transplantácii orgánov, príp. transfúzii krvi.

Väčšina infekcií WNF má asymptomatický priebeh. Inkubačná doba je 2–14 dní. Symptómy sú chrípke podobné (horúčka, bolesti hlavy, hrdla, pohybového aparátu), pridružiť sa môže exantém. Komplikácie sú najčastejšie neurologického charakteru zapríčinené zápalom centrálnej nervovej sústavy (meningoencefalitída). Najohrozenejšie skupiny sú osoby nad 50 rokov a jedinci s oslabenou imunitou, u ktorých môže mať infekcia fatálne následky. Špecifická liečba a očkovanie u ľudí neexistuje.



Obr. 3 Oblasti postihnuté WNF v Európe za rok 2018

Obr. 1 Počet prípadov WNF v Európe podľa týždňa za roky 2014 – 2018



Prevenícia:

Je dôležité chrániť sa pred poštípaním komármi najmä v rizikových krajinách. Ide o druh komárov, ktoré sa vyskytujú aj u nás a sú aktívne od večera cez noc do rána. Sezóna výskytu prípadov WNF je zvyčajne obdobie od júna do novembra.

Odporúča sa v čase výskytu komárov pri pobyte vonku:

- ▶ nepoužívať intenzívne osvetlenie,
- ▶ nosiť vhodný odev s dlhými rukávami,
- ▶ nohavicami a ponožkami,
- ▶ používať repelenty (nezakryté časti tela),
- ▶ brániť vniknutiu komárov do miestnosti (sieťky na oknách a dverách),
- ▶ likvidovať komáre a potencionálne liahnisťká komárov (miesta so zadržiavaním vody – črepníky, vedrá, krhly s vodou).



Mgr. Boris Chmel

Národné centrum zdravotníckych informácií Bratislava
Vedúci odboru externej a internej komunikácie, hovorca



Prvý rok elektronického zdravotníctva ide do finišu

Po opakovanom ercepte, ktorého cieľom je obmedziť návštevy chronicky chorých pacientov v ambulanciách kvôli obnoveniu predpisu, prináša systém ezdravie ďalšie novinky tak pre poskytovateľov zdravotnej starostlivosti (PZS), ako aj pacientov.

NCZI na základe požiadaviek zdravotníckych pracovníkov a odborných komôr pripravuje kritéria na hodnotenie vyspelosti informačných systémov PZS. Prihliadať sa bude napríklad na to, či je informačný systém určený primárne pre zdravotníckych pracovníkov schopný bezpečne komunikovať v systéme elektronického zdravotníctva v SR, či používa národné číselníky a registre vymenované vo vyhláske o štandardoch, či je moderný a „user friendly“. Cieľom je pomôcť poskytovateľom zdravotnej starostlivosti zorientovať sa v množstve informačných systémov, ktoré sú na slovenskom trhu dostupné, s prihliadnutím na ich vyspelosť a funkcionality.

eobjednanie

Funkcionality systému ezdravie sa zavádzajú postupne, tak, ako boli naplánované. Už v decembri 2018 sa pilotne spustí nová funkcionality eobjednanie. Bude slúžiť na podporu a manažovanie ordinačných hodín vrátane doplnkových ordinačných hodín (DOH) v ambulanciách poskytovateľov zdravotnej starostlivosti. Prínos pre pacientov spočíva v možnosti objednať sa na vyšetrenie k lekárovi prostredníctvom Národného portálu zdravia.

Od 1. 1. 2019 príde do platnosti novela zákona 576/2004 Z. z. o Zdravotnej starostlivosti, ktorá definuje poskytovanie DOH.



Jednou z podmienok poskytovania zdravotnej starostlivosti počas DOH je vytvorenie objednávky prostredníctvom informačného systému na objednávanie osôb.

Pacient prostredníctvom Národného portálu zdravia (www.NPZ.sk) bude vedieť vyhľadať poskytovateľov zdravotnej starostlivosti, ktorý ju poskytujú aj počas doplnkových ordinačných hodín. Portál umožní pacientovi vybrať si konkrétny termín vyšetrenia z voľných termínov publikovaných na portáli a vytvoriť objednávku.

elab

So spustením funkcionality elab sa počíta v roku 2019. V praxi to znamená, že výsledky z laboratórnych vyšetrení budú do systému ezdravie zapisovať aj laboratóriá. Z pohľadu pacienta sa existujúci proces, teda fyzický odber vzoriek, nezmení, prínosom je však minimalizovanie potreby duplicitných odberov, skrátenie doby čakania na výsledky a teda efektívnejšia liečba. Samozrejmosťou je prehľad všetkých laboratórnych vyšetrení v pacientovej elektronickej zdravotnej knižke. Lekár prostredníctvom elektronickej žiadanky a následnej kontroly cez zdravotnú poisťovňu overí, či pacientovi boli robené podobné vyšetrenia a ak také existujú, poskytne zdravotná poisťovňa výsledky.

Ilustračné foto: internet



VITA B12 1 mg

Na pamäť

- ✓ Tablety s príchuťou mäty
- ✓ Pre lepší duševný výkon
- ✓ Rýchle vstrebávanie cez ústnu sliznicu
- ✓ Vhodné pre vegánov

Len 1 tableta denne

Balenie:
30 a 100 tabliet

6661 1 1 * 1 1 1993

Vitámín B12 prispieva k správnej funkcii psychiky, k zníženiu vyčerpania a únavy a k normálnej činnosti nervovej sústavy.

Žiadajte
vo vašej
lekárni

Pamätáte
si?

„Kedy vznikla
samostatná
Slovenská republika?“ *

Výživový doplnok.
Výživový doplnok
nenahrádza pestrou
a vyváženú stravu

www.vitalans.sk
Vitabalans



Trnava www.szstt.edupage.org

KRAJSKÉ TAKTICKÉ CVIČENIE – PIEŠŤANY



V stredu 17. 10. 2018 sa nám naskytila úžasná príležitosť zúčastniť sa taktického cvičenia krajského hasičského zboru na rieke Váh v lokalite Sĺňava v Piešťanoch. Išlo o fingovanú zrážku dvoch lodí a my sme spolupracovali ako figuranti. Nalodili sme sa na výletnú loď a tu sa náš vzhľad pod šikovnými

rukami pani profesoriek a žiačok nadstavbového štúdia menil na nepoznanie. Realistické poranenia zamotali hlavu aj našim hasičom – záchranárom, ktorí však veľmi pohotovo reagovali a náročnú situáciu zvládali ukážkovo. Tí, ktorí boli zranení iba ľahko, sledovali celú záchrannú akciu so zatajeným dychom z hornej paluby lode. Čerešničkou na torte bol transport z našej výletnej lode na záchranných člnoch, vďaka čomu sme si mohli vyskúšať aj niečo úplne iné, čo na bežnom vyučovaní nezažijeme.

študenti IV. B

MÚZEUM HOLOKAUSTU V SEREDI

V Seredi sa nachádza jediný autentický pracovný a koncentračný tábor z obdobia 2. svetovej vojny na našom území. Väzni vykonávali pracovnú činnosť v stolárskej, zámočnickej a klampiarskej dielni. Z týchto miest bolo deportovaných vyše 15 000 Židov do koncentračných táborov. Väčšina z nich sa už naspäť nikdy nevrátila. Žiaci 2. ročníka dňa 15. 10. 2018 toto miesto navštívili. Stalo sa pre nich svedectvom násilnia, útoku proti ľudskosti. V tábore dochádzalo k fyzickým trestom, psychickému týraniu, znásilňovaniu či k dlhým nočným pochodom, často boli sprevádzané krutým bitím väzňov. Podľa doteraz dostupných dobových dokumentov bolo priamo v tábore zavraždených 44 väzňov.



Silný odkaz nesie citát z Jeruzalemského Talmudu: „Kto zachránil jeden život, akoby zachránil celý svet.“

Mgr. Eva Hašková

ÚCTA K STARŠÍM



Október je mesiacom, v ktorom sa väčšina z nás snaží prejaviť viac pozornosti seniorom. Staroba je prirodzenou súčasťou nášho života, a preto by úcta k starším mala byť úprimná, spontánna a nemali by sme ju prejavovať len v októbri.

S pani profesorkou M. Tomašovičovou už tradične navštevujeme Domov sociálnych služieb Svetlo na Františkánskej ulici. Ani tohto roku to nebolo inak a 25. 10. 2018 sme klientom zariadenia spríjemnili deň zahraniím a zaspievaním veselých piesní. Atmosféru spríjemnilo posedenie pri koláčikoch, ktoré sme pre nich pripravili. Starkí si s nami zaspomínali na mladé časy a veselo si s nami zaspievali.

žiačky II. D



Mgr. Marcela Matusová
Stredoškolská pedagógička

Trenčín www.szstn.sk

SME ŠKOLOU S PRIDANOU HODNOTOU VO VZDELÁVANÍ SJL

Informáciu o pridanej hodnote vo vzdelávaní slovenského jazyka a literatúry zasiela stredným školám Národný ústav certifikovaných meraní (NÚCEM). Nás teší, že podľa najnovších výsledkov (meranie výsledkov maturantov za obdobie rokov 2016 až 2018) sa môžeme pýšiť prívlastkom škola s pridanou hodnotou vo vzdelávaní SJL. To znamená, že naši žiaci počas stredoškolského štúdia v predmete slovenský jazyk a literatúra zaznamenali nadpriemerný progres. Takýchto stredných škôl je na Slovensku 20 a my sme jednou z nich.

PODPORILI SME ZBIERKU BIELA PASTELKA

Aj tento rok sa naša škola zapojila do verejnej zbierky Biela pastelka 2018. Únia nevidiacich a slabozrakých Slovenska ju organizuje po celom území Slovenskej republiky už sedemnásť rok. Hlavným dňom zbierky bol piatok 21. september 2018. Dobrovoľníci z radov našich žiakov sa výborne zhostili úlohy a s pokladničkou v ruke vyberali príspevky na dobrú vec. Ten, kto prispel, mohol sa potešiť zo sponky v tvare bielej pastelky. Výnos zbierky bude určený na pomoc ľuďom so zrakovým postihnutím, na podporu aktivít, ktoré nevidiacim a slabozrakým ľuďom pomáhajú začleniť sa do bežného života.



NA DOD TSK V ZNAMENÍ CYKLISTIKY SME NEMOHLI CHÝBAŤ



5. ročník DOD TSK, ktorý sa uskutočnil 1. októbra 2018, sa niesol v znamení cyklistiky a naši žiaci ako zástupcovia jednej zo stredných odborných škôl v zriaďovateľskej pôsobnosti TSK na ňom nemohli chýbať! V rámci sprievodného programu DOD odprezentovali jednotlivé študijné odbory a širili osvetu v oblasti zdravia. Zubní asistenti sa zamerali na oblasť dentálneho zdravia, zdravotnícki laboranti zisťovali hladinu cukru a cholesterolu v krvi či orientačne stanovili krvnú skupinu, maséri poskytli masáž šije a zdravotnícki asistenti zasvätili prítomných do základov poskytovania prvej pomoci.

5. ročník DOD TSK, ktorý sa uskutočnil 1. októbra 2018, sa niesol v znamení cyklistiky a naši žiaci ako zástupcovia jednej zo stredných odborných škôl v zriaďovateľskej pôsobnosti TSK na ňom nemohli chýbať! V rámci sprievodného programu DOD odprezentovali jednotlivé študijné odbory a širili osvetu v oblasti zdravia. Zubní asistenti sa zamerali na oblasť dentálneho zdravia, zdravotnícki laboranti zisťovali hladinu cukru a cholesterolu v krvi či orientačne stanovili krvnú skupinu, maséri poskytli masáž šije a zdravotnícki asistenti zasvätili prítomných do základov poskytovania prvej pomoci.

NOVÁČIKOVIA IMATRIKULOVANÍ, MATURANTI OSTUŽKOVANÍ

Reč je o žiakoch 1. ročníka, ktorí boli 8. novembra v spoločenskej miestnosti našej školy slávnostne imatrikulovaní a stali sa tak súčasťou našej veľkej zdravotníckej rodiny. Ale aj o maturantoch z odboru zdravotnícky laborant, zubný asistent a farmaceutický laborant, ktorí už hrdo nosia na svojej hrudi zelenú stužku a veria, že im prinesie šťastie pri maturitnom stole.





www.szske.sk

Košice Moyzesova 17

DOD



V stredu, 7. 11. 2018, v doobedňajších aj popoludňajších hodinách sa to v našej škole len tak hmýrilo mladými zvedavcami. V tento deň sa konal DEŇ OTVORENÝCH DVERÍ, ktorý prilákal hlavne tých, ktorí sa chcú stať zdravotníkmi

s medicínsko-technickým zameraním. Bránou našej školy prešlo cca 300 žiakov a rodičov z rôznych kútov východného Slovenska. Cieľom DOD bolo priblížiť jednotlivé študijné odbory zábavnou – interaktívnou formou, prostredníctvom ktorej si mohli žiaci overiť svoje praktické zručnosti v jednotlivých odboroch.

DILATECH

Týždeň vedy a techniky na Slovensku sa uskutočnil v období 5. – 11. novembra 2018. Aj naša **Stredná zdravotnícka škola na Moyzesovej ulici č. 17 v Košiciach** pripravila tento rok k uvedenému týždňu



sprievodné podujatie pod názvom **DILATECH**. Už siedmy ročník Dní laboratórnych technológií (DILATECH) pokračoval na našej škole prezentáciou praktického využitia technológií a analytických metód jednotlivých študijných odborov. Cieľovou skupinou boli žiaci I. a II. stupňa základnej školy a žiaci stredných škôl, ktorí u nás mohli v rámci tohto týždňa absolvovať hodiny v odbore FL v predmetoch Príprava liekov a farmakognózie na jednotlivé témy: Príprava suspenzií/mastí/mikroskopia.

Hodiny boli vedené formou workshopov so zameraním na praktickú činnosť žiakov, lektormi boli žiaci našej školy pod odborným vedením svojich učiteľov. V programe boli zahrnuté pestré aktivity všetkých študijných odborov, na príprave sa podieľali interní aj externí učitelia z odborných pracovísk.

PREVENTÍVNA AKTIVITA „SVOJ ŽIVOT SI RIADIŠ TY“



V rámci prevencie sociálno-patologických javov sme 23. 10. 2018 zrealizovali pre žiakov 1. ročníka preventívnu akciu „Svoj život si riadiš ty“, ktorej cieľom bolo: preventívne pôsobenie na mladých ľudí v oblasti drogovej závislosti a

týrania, zvýšenie uvedomenia si zodpovednosti za svoje konanie, eliminácia užívania drog a ich distribúcie v školských zariadeniach, objasnenie rizík trestnej činnosti a možné trestno-právne následky, zmena postojev žiakov k fajčeniu, rozvoj hodnotového systému jednotlivca, utváranie dobrých vzťahov v novom sociálnom prostredí, závislosť od internetu a riziká, ktoré sú s tým spojené, závislosť od selfie, vrátane možných dopadov na zdravie.

Tento deň bol ukončený ďalšou aktivitou s názvom „TANCOM PROTI DROGÁM“.



www.szsmei.eu.sk

Michalovce

DEŇ SZŠ MICHALOVCE OPĀŤ VZBUDIL ZÁUJEM



Tak ako po minulé roky, aj tento rok môžeme konštatovať, že 8. ročník Dňa Strednej zdravotníckej školy v Michalovciach sa zaradil medzi úspešné ročníky.

Tento ročník sa oproti predchádzajúcim roční-

kom odlišoval zaradením stánku s virtuálnou realitou, kde si záujemcovia mohli pozrieť jednotlivé systémy ľudského tela. Deň si mohli spríjemniť aj ochutnávkou bylinkových čajov. Merali sme aj hladinu krvného cukru a mnoho záujemcov si nechalo vyšetriť krvnú skupinu. Veľký záujem sme zaznamenali aj o ukážky prvej pomoci. Návštevníci podujatia prejavili záujem o vyšetrenie percentuálneho a viscerálneho podielu tuku a merania krvného tlaku. Naši študenti zo študijného odboru masér pod vedením vyučujúcich ponúkli záujemcom masáže, zábaľy a kyneziotejping. Verejnosť zaujali aj informácie o pripravovanom dobrovoľníctve, ktoré sa bude realizovať v rámci spolupráce s Nemocnicou Š. Kukuru – Nemocnicou novej generácie v Michalovciach.



Mgr. Jana Gažíková, RNDr. Jana Tokárová

DEŇ OTVORENÝCH DVERÍ SZŠ MICHALOVCE



Pri príležitosti Dňa otvorených dverí na SZŠ v Michalovciach majú žiaci deviatych ročníkov základných škôl možnosť navštíviť priestory školy. Tento rok bol týmto dňom 25. október 2018.

Zdravotnícki asistenti pripravili modelové situácie záchrany ľudského života, s ktorými sa môže stretnúť každý z nás v praxi. Maséri predviedli masáže, ktoré si mohli deviataci a ich rodičia reálne vyskúšať. Farmaceutickí laboranti predviedli prípravu lie-

kov v odborných učebniach na prípravu liekov.

Tento rok bol obohatený nahliadnutím do novej modernej anatomickej učebne. Pozitívne vnímame, že žiaci základnej školy prejavili záujem o odbor praktická sestra, ktorý môžu na našej škole od budúceho školského roka navštevovať.

Deň otvorených dverí na Strednej zdravotníckej škole v Michalovciach sa stretol s veľkým záujmom verejnosti. Veríme, že z niektorých návštevníkov z radu deviatakov sa v budúcom školskom roku stanú naši žiaci.



Mgr. Martina Čupalková, Mgr. Lenka Dobiašová, Mgr. Martina Stanková



Bratislava Záhradnícka 44

www.szsbase.sk

BOLI SME ÚSPEŠNÍ NA AMAVETE



AMAVET – festival vedy a techniky aj tento rok prezentoval najlepšie vedátorské práce žiakov a študentov základných a stredných škôl. Celoštátne kolo bolo 8. a 9. novembra 2018 v INCHEBE v Bratislave. Takmer 150 talentovaných žiakov a študentov prezentovalo svoje vedátorské práce, ktoré postúpili z 8. krajských kôl.

Vedátorský projekt žiakov našej školy Hanky Špalekovej zo študijného odboru zdravotnícky laborant a Erika Mokroša zo študijného odboru farmaceutický laborant s názvom Baktériostatické účinky koloidného striebra in vitro porovnával účinok koloidného striebra s bežne používanými antibakteriálnymi liečivami formou experimentu kultivácie a citlivosti na rôznych druhoch baktérií. Experimentálne overoval vlastnosti, účinky a toxicitu striebra. Dotazníkovou formou zisťovali vplyv na organizmus po prekročení odporúčanej dennej dávky.

Záveru sú zaujímavé: koloidný roztok striebra je schopný poškodzovať enzýmy a v krvi spôsobuje hemolýzu bližšie neurčenej patogenézy. Koloidný roztok striebra má slabý baktériostatický účinok, roztok nie je vhodný na perorálne použitie a má vysokú toxicitu in vitro a predpokladanú toxicitu in vivo.

Práca získala cenu dekana Prírodovedeckej fakulty UK ako najlepšia vedecká práca v kategórii stredoškólači, z celkového počtu 90 prác prezentovaných na festivale.



Erik Mokroš, IV. FL

BOLI SME ÚSPEŠNÍ V DOFE.



Medzinárodná cena vojvodu z Edinburghu (DofE) je program, ktorý dáva mladým ľuďom šancu rozvíjať svoje schopnosti, charakterové vlastnosti a využiť svoj potenciál. Realizuje sa v oblastiach – rozvoj talentu, dobrovoľníctvo, šport a dobrodružná expedícia. Dňa 14. 11. 2018 prevzalo 10 žiakov z odboru farmaceutický laborant ceny za dosiahnutie striebornej úrovne z rúk olympijského víťaza Mateja Tótha a britského veľvyslanca.

RNDr. Edita Dlháňová, MPH



Nitra

Ing. Beáta Mozolová
Stredoškolská pedagógička

www.szsmitra.sk

BRANNO - ŠPORTOVÉ HRY ZDRAVOTNÍKOV



Slečný a príjemný deň 14. 9. 2018 sa niesol v duchu **branno – športových hier zdravotníkov**, ktoré sa konali v areáli nitrianskeho kúpaliska. Žiaci III. ročníka študijného odboru zdravotnícky asistent a odboru farma-

aceutický laborant si pod dohľadom pani riaditeľky PhDr. Reginy Sládečkovej, PhD., zmerali fyzickú kondíciu so zamestnancami FN Nitra v rôznych športových disciplínach. Žiaci SZŠ v Nitre si zaslúžene odniesli zaujímavé ocenenia za športové výkony v disciplínach: branný pretek žien – **1. miesto** Ema Bogyová, branný pretek muži – **2. miesto** Kristián Švec, **3. miesto** Matej Kašuba, stolný tenis – **2. miesto** Peter Porhajaš.

Všetkým mladým športovcom ďakujeme za vzornú reprezentáciu školy.



PREDNÁŠKA PRE ŽIAKOV NAŠEJ ŠKOLY NA UKF V NITRE



1. 10. 2018 sa žiaci I. B ZA a I. FL zúčastnili bloku prednášok na UKF v Nitre v rámci osláv Svetového dňa cestovného ruchu s názvom „Bláznivá a úspešná cesta do Afriky.“ Prednášali im dvaja mladí páni, ktorí pôsobia pod názvom Adventure Hunters.

Podelili sa s našimi študentmi o zážitky z cestovania po Európe. **Cestovali zo Slovenska do Afriky a jediné platidlo boli rožky a preto ich cesta niesla názov „za rožok“.**

ŽIACI STREDNEJ ZDRAVOTNÍCKEJ ŠKOLY V NITRE SA STALI SÚČASŤOU SCENÁRA DOPRAVNÝCH NEHÔD



Krajské riaditeľstvo hasičského a záchranného zboru v Nitre požiadalo Strednú zdravotnícku školu v Nitre o spoluprácu **12. 10. 2018**, na súťaži **vo vyslobodzovaní havarovaných osôb z havarovaných vozidiel.**

Spolupráca spočívala v nasimulovaní rôznych zranení u žiakov – figurantov podľa vopred stanovených požiadaviek organizátora súťaže.





Čo je makro a na čo slúži?

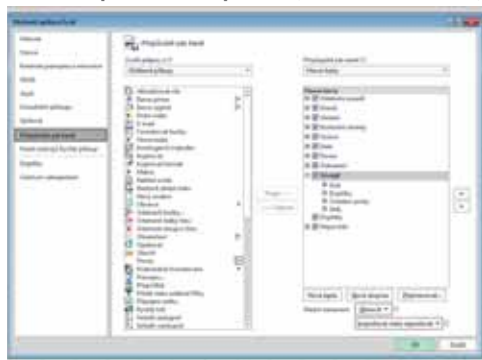
Pokiaľ vykonávate niektoré úkony opakovane v priebehu hodiny, alebo každý týždeň alebo každý mesiac, tak ide o vykonávanie rovnakej postupnosti príkazov, ktoré je možné zachytiť, zapamätať, uložiť do „makra“. Dá sa to vysvetliť tak, že teraz ukážem Excelu, aby si zapamätal, čo robím ja a potom to urobí sám vždy, keď kliknem na tlačidlo „spustiť makro“. Môže ísť o jeden, dva príkazy, ale aj o veľmi veľké množstvo príkazov. Je to už programovanie, pri ktorom nepotrebujete ovládať programovací jazyk.

Prácu s makrom treba najprv aktivovať.

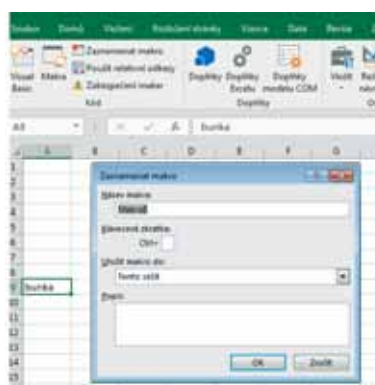
Vyberte **Súbor**, ďalej **Možnosti**, ďalej **Prispôbiť pás kariet** a v pravom okne odškrtnite políčko **Vývojár** a potvrdte **OK**. V hornom menu pribudne text Vývojár.

Príklad jednoduchého makra pre farbu písma, veľkosť textu, farbu pozadia:

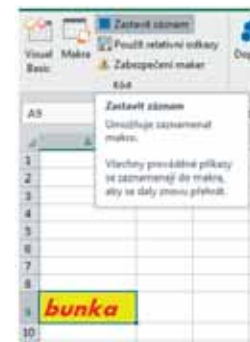
Označte jednu bunku. Napíšte text „Bunka“. V hornom menu vyberte záložku **Vývojár**. V panely nástrojov pod menu vyberte **Zaznamenať makro**. V otvorenom okne zadajte výstižný názov makra a potvrdte **OK**.



Tipy a triky v systéme Windows



Teraz sa zaznamenávajú príkazy do makra. Vyberte v hornom menu **Domov**. Nastavte farbu písma, veľkosť písma, formát textu, farbu pozadia. V hornom menu vyberte **Vývojár**. V panely nástrojov vyberte **Zastaviť záznam**.



Jednoduché makro je vytvorené. Teraz vyberte jednu alebo viac buniek, pre ktoré chcete makro použiť. V panely nástrojov vyberte **Makrá**. V otvorenom okne vyberte vaše vytvorené makro a potvrdte **Spustiť**. Označené bunky sa zmenia.

Aby ste nemuseli vytvorené makro stále vyhľadávať, môžete vytvoriť tlačidlo v hornom menu, ktoré vytvorené makro hneď spustí. **Postup:** **Súbor**, ďalej **Možnosti**, ďalej **Panel nástrojov rýchly prístup**, v strednom okne v roztváracom menu vyberte **Makrá**, zobrazia sa vytvorené makrá. Označte a presuňte vytvorené makro na pravú stranu a potvrdte **OK**. Ikona sa objaví nad horným menu.

Výživový doplnok so sójovým extraktom

Alternatíva pre ženy v menopauze, ktoré si hormonálnu substitučnú liečbu neprajú alebo je u nich takáto liečba kontraindikovaná.



FYTOSOJA® FORTE

NOVÝ VÝROBOK:

zvýšený obsah účinných látok.

Je už 18 rokov na trhu a veľmi pomáha ženám zvládať úporné návaly horúčav počas menopauzy.

Obsahuje izoflavóny z geneticky neupravenej soje 28 mg/kps (Genistein, Daidzein).

FYTOSOJA® OSTEOP

obsahuje taktiež izoflavóny zo sóje

25 mg/kps (Genistein, Daidzein) a ďalšie komponenty pozitívne pôsobiace na zmiernenie osteoporózy: vápnik, vitamín D₃ a vitamín K₂ z fermentovanej sóje.

Všetky tieto látky vstupujú do metabolizmu kostí a aj keď nie sú schopné nahradiť stratenú kostnú hmotu, prispievajú k jej udržaniu.



Ing. Peter Krajniak

Lektor, školiťel
peter.krajniak@orangemail.sk

Budovanie vzťahov s klientmi

Pokračovanie

V minulom čísle som uvažoval o téme budovania vzťahov v prostredí lekárne, pričom som ponúkol niekoľko zásad, ktoré by vám mohli byť k tejto téme nápomocné. Dnes pokračujem v úvahe a opäť ponúkam ďalšie zásady:

5. Klientovi musíme dať pocítiť že sme tu a teraz výlučne pre neho a on je pre nás v tejto chvíli najdôležitejší

V žiadnom prípade sa nenechajte počas komunikácie s klientom vyrušiť kolegami. Dohodnite si zásadu, že počas komunikácie nebudete rušený. Myslím, že čokoľvek „súrne“ v tej chvíli počká. Prerušenie kolegu počas rozhovoru s klientom je podobné, ako by ste sa po zazvonení telefónu otočili ku klientovi chrbtom a telefonovali by ste.

6. Klientovi dáme vždy za pravdu

Viem, že toto pravidlo vo vás vyvolá veľa emócií. Je veľmi ťažké komunikovať s klientom, keď sa napríklad sťažuje, že v prípravku v 100 tabletovom balení, bolo iba 80 tabliet a pod. Toto pravidlo je potrebné aplikovať tak, že keď klient vysloví námietku, (požiadavku, sťažnosť, reklamáciu...), v prvom rade mu dáme za pravdu. Je potrebné klienta nechať vypovedať jeho názor a až keď budete presvedčený, že vypovedal všetko, otázkami zisťujte koreň ťažkostí, ktoré klient prišiel riešiť. Vyžaduje si to veľa trpezlivosti a zachovanie chladnej hlavy. Keď začnete klientovi vnucovať váš názor, alebo presvedčenie, nič nevyriešite. Takýto rozhovor je často veľmi náročný, má však za následok váš osobnostný rast vo vzťahoch a robí vašu profesiu zaujíma-

vejšou. Určite budú medzi vami aj takí, ktorí z takejto, alebo podobnej situácie získajú stabilného klienta, prípadne nový nákup prípravkov.

7. Nehaníme tretiu osobu (napr. konkurenciu)

Mnohí zastávajú názor, že v prípade negatívneho stanoviska ku konkurencii alebo k niektorému z prípravkov si ľahšie získajú klienta na svoju stranu. Opak je pravdou. Negatívne stanoviská majú za následok, že klienti sa neradi s takýmito osobami stýkajú. Zaujmite vždy stanovisko akoby advokáta a použite vyjadrenia typu: druhá strana zrejme klientovi niečo zabudla vysvetliť, pribaliť a pod.

8. Nad klientmi sa zásadne nepovyšujeme

V tomto pravidle platí fakt, že klientovi ani slovne, ani neverbálne v žiadnom prípade nedajte pocítiť fakt, že je len laik a že vy danú skutočnosť predsa musíte ovládať lepšie. Použite slovné spojenia typu: podľa mojich vedomostí..., mám skúsenosť..., myslím si, že toto bude pre vás výhodnejšie...

9. Klienta vždy informujte o tom, čo a prečo to budete robiť

Ak klienta musíte opustiť, aby ste prišli prípravok, vzorku, alebo čokoľvek iné, musíte ho informovať prečo idete preč a až potom môžete klienta opustiť. Klient aj v tejto chvíli musí mať pocit, že je ten najdôležitejší. Pokiaľ by ste odišli bez upozornenia, klient môže zostať v rozpakoch.

Informácií počas rozhovoru odznie veľa, avšak to, čo si klient bude najmä pamätať, je celkový dojem z návštevy vašej lekárne. Ako ste mu prezentovali prípravok, ako ste sa k nemu chovali, aká bola celková nálada v lekárni atď.

10. Nezabudnite klientovi vždy poďakovať za návštevu

Toto považujem za veľmi dôležité pravidlo. Určite poznáte príslovie „koniec dobrý, všetko dobré“. Platí i v prostredí lekárne. Počas komunikácie sa môžete dopustiť rôznych chýb, veď predsa nie ste stroje a tiež prežívate rôzne osobné, či pracovné radosti a starosti. Preto je úplne prirodzené robiť aj chyby. Tie nás pri správnej spätnej väzbe môžu viesť k osobnostnému rastu.

Záverečný úsmev a poďakovanie klientovi za návštevu vašej lekárne bude pre neho tým, čo si bude dlho pamätať.

Toto je teda niekoľko zásad, ktoré vám môžu byť nápomocné pri kontakte s klientom. Vaše komunikačné schopnosti zásadne ovplyvňujú vzťah klientov k vašej lekární. Porozumenie a uznanie sa považujú za platidlá komunikácie. Naučte sa preto behom krátkej chvíle, ktorú klient vo vašej lekární strávi, navodiť pohodovú, priateľskú atmosféru. Bude to nápomocné na vytvorenie si partnerského vzťahu a získanie dôvery vašich klientov, čo je pre budovanie vzťahov podstatné. Celkový dojem klientov z návštevy vašej lekárne je práve to, čo ich bude ovplyvňovať a motivovať pri ďalšej návšteve i pri odporúčaní svojim známym.

Ako môžem podporovať stavovskú hrdosť na profesiu farmaceutický laborant?

Môj názor



Mária Beňová

Fakultná nemocnica s poliklinikou
J. A. Reimana Prešov
Hollého 14
Nemocničná lekárň
Vedúca farmaceutická laborantka
so špecializáciou v odbore lekárenstvo
Tel.: 051/7011576

Už na základnej škole som bola pevne rozhodnutá pre povolanie farmaceutický laborant. Táto profesia ma lákala pre svoju zaujímavú náplň práce a kontakt s ľuďmi.

Odbor farmaceutický laborant som vyštudovala na SZŠ v Košiciach. Po ukončení strednej školy som pracovala vo verejnej lekárni a po troch rokoch praxe som absolvovala špecializačné štúdium v odbore lekárenstvo.

Práca v lekárni ma naučila, že okrem naučených teoretických poznatkov a vedomostí sú veľmi dôležité skúsenosti z každodennej praxe. Pacient potrebuje okrem lieku aj radu, milé slovo, ľudský prístup a úsmev.

Po osemnástich rokoch práce vo verejnej lekárni som nastúpila do nemocničnej lekárne. Hodnotila som to ako príjemnú zmenu, ktorá ma posúva ďalej a obohacuje ma o nové vedomosti.

Sortiment liekov a zdravotníckych pomôcok v nemocničnej lekárni je úplne odlišný ako vo verejnej sfére. Výdaj liekov, individuálne pripravovaných liečivých prípravkov, zdravotníckych pomôcok, infúzných roztokov, perorálnej a parenterálnej výživy sa realizuje pomocou žiadaní na jednotlivé oddelenia nemocnice.

Podľa skúseností z vlastnej praxe musím konštatovať, že v nemocničnej lekárni sa individuálne pripravované liečivé prípravky pripravujú v oveľa väčšej miere ako vo verejnej lekárni. Pripravujeme aj obsolentné liekové formy, ktoré sa už bežne asi nerobia (procainové cukríky, vaginálne globulky, dezinfekčné roztoky, skúmavky do laboratórií, sono gel).

Či už v nemocničnej, verejnej lekárni alebo vo výdajni zdravotníckych pomôcok je práca zaujímavá a potrebná, ale predovšetkým si treba uvedomiť, že sme tu pre pacienta a jeho zdravie.

POPRAŠKANÁ POKOŽKA?
POUŽITE RÝCHLU SOS STAROSTLIVOSŤ

Eucerin® Aquaphor Regeneračná masť bez parfumácie a konzervačných látok poskytuje klinicky a dermatologicky potvrdenú obnovu veľmi suchej, popraskanej a podráždenej pokožky.

IBA 7 ZLOŽIEK:

- Paraffinum Liquidum: chráni a vytvára na pokožke film
- Cera Microcrystallina: vytvára na pokožke ochranný film
- Ceresin: hydratuje
- Lanolin Alcohol: bráni transepidermálnej strate vody
- Panthenol: regeneruje pokožku
- Glycerol: hydratuje
- Bisabolol: upokojuje pokožku

Eucerin® Aquaphor Regeneračná masť je veľmi dobre znášaná, je šetrná, neaknégená, nekomedogénna, bez vône či parfumácie, bez obsahu farbív, alkoholu a konzervačných látok.

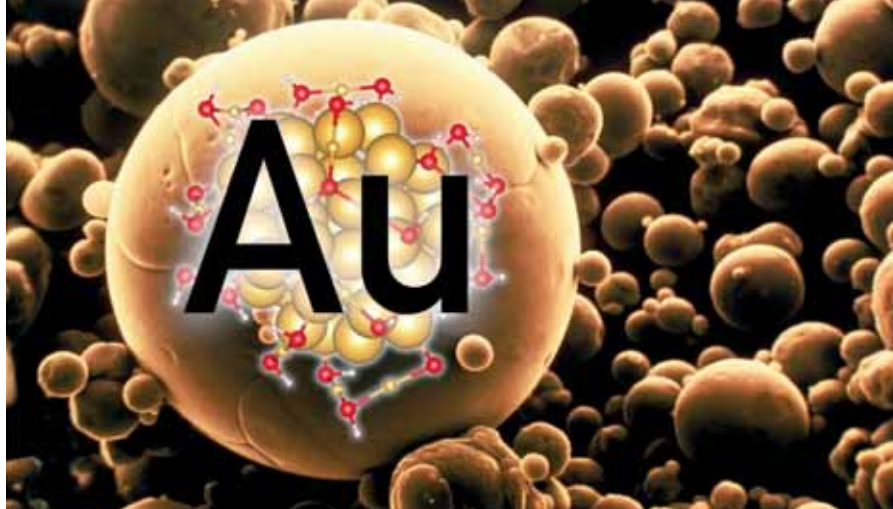
SUCHÁ, POPRAŠKANÁ POKOŽKA

Eucerin MEDICÍNSKA STAROSTLIVOSŤ PRE KRÁSNU PLEŤ



PharmDr.
Štefánia Laca Megyesi, MSc.

Univerzita veterinárskeho lekárstva a farmácie
v Košiciach
Katedra farmaceutickej technológie/tajomníčka

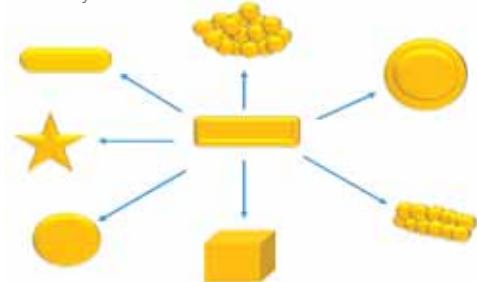


Zlaté nanočastice

História zlatých nanočastíc je datovaná už v starovekom Ríme, kde sa používali na dekoračné zdobenie skla. Moderná éra syntézy zlatých nanočastíc začala v roku 1857 prácou Michaela Faradaya, ktorý pozoroval rozdiel vo vlastnostiach objemového zlata a zlatých nanočastíc v koloidnom roztoku. Faraday taktiež uskutočnil rozsiahly experimentálny a teoretický výskum správania sa kovových koloidov. V roku 1908 Mie vysvetlil pozoruhodné optické vlastnosti zlatých nanočastíc tým, že vyriešil Maxwellovu rovnicu pre interakciu svetla s jedinou zlatou nanočasticou. Fyzikálna podstata optickej excitácie zlatých nanočastíc bola nejasná až do roku 1960, kedy bola zavedená pásová teória kovov. Od tejto doby sa excitačné vlastnosti kovových nanočastíc začali vysvetľovať ako režim kolektívnych excitácií vodivostných elektrónov nanočastice, tzv. povrchová plazmónová rezonancia.

Vďaka unikátnym fyzikálnym a chemickým vlastnostiam nanočastice vzbudzujú veľkú pozornosť v mnohých odvetviach chémie, fyziky, ako aj medicíny. Kovové nanočastice (napr. Au, Ag, Pt, Pd) môžu mať rôznu veľkosť a tvar, nachádzajú uplatnenie v nanotechnológiách. Zlaté nanočastice môžu byť využívané ako senzory pre určenie prítomnosti určitého analytu v diagnostických zobrazovacích technikách, pri doručovaní liečiv, cielej terapii rakoviny a fototerapeutickej terapii. Cielená terapia nanočasticami spočíva v ich modifikácii molekulou, ktorá naviaže nanočasticu na cieľové tkanivo. Liečivo môže byť prepravované vo vnútri častice a uvoľnené po naviazaní častice na receptor cieľovej molekuly alebo môže byť liečivom samotná častica. Nanotechnológia umožňuje detekciu zmien na molekulárnej a bunkovej úrovni regulačných, signálnych a transportných dráh tak v zdravej, ako aj v poškodenej bunke.

Tvar zlatých nanočastíc:



Prvé zmienky o syntéze koloidného zlata pochádzajú z roku 1857 od Michaela Faradaya, ktorý spozoroval zmenu sfarbenia roztoku pri redukcii kyseliny chlorozlatitej (HAuCl_4) rozpustenej v sulfide uhlíčitom (CS_2).

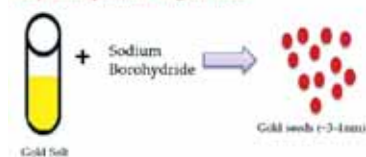
V roku 1951 Turkevich a kolektív pripravili koloidný roztok zlatých nanočastíc (AuNP)⁴. Postup prípravy spočíval v redukcii kyseliny chlorozlatitej vo vode. Pre stabilizáciu nanočastíc bol použitý citrát sodný. V roku 1970 tento postup vylepšili Frens a kolektív a dokázali, že zlaté nanočastice o priemere 10 – 20 nm môžu byť pripravené reakciou zahriateho roztoku kyseliny chlorozlatitej s citrátom sodným. V tomto postupe bol citrát sodný použitý ako redukovač aj stabilizátor.

V roku 1981 Schmid a kolektív dokázali, že zlaté nanočastice menších rozmerov (priemer $1,4 \pm 0,4$ nm) stabilizované fosfinom môžu pripraviť redukciou chloro(trifenylfosfánu) zlatného (PPh_3AuCl) dibóranom v benzéne.

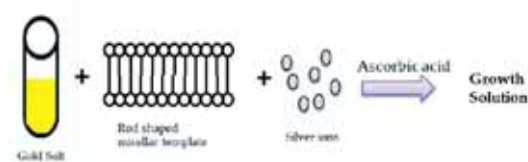
V súčasnosti môžu byť nanočastice syntetizované viacerými spôsobmi. Syntéza nanočastíc vo všeobecnosti prebieha dvoma princípmi, a to „bottom-up“ a „top-down“. Prvý prístup („bottom-up“) vytvára nanočastice zo základných prvkov, ktoré postupne zväčšuje, a je označovaný ako chemický (chemická transformácia).

K metódam „bottom-up“ pre prípravu zlatých nanočastíc v roztoku (koloidného zlata) patrí tzv. redukcia v roztoku, metóda rastu z kryštalizačného jadra či dvojfázová reakcia. Syntéza nanočastíc prebieha v malom objeme a častice sa po každej syntéze navzájom odlišujú. Zvolením vhodnej techniky (napr. zmenou doby reakcie a surfaktantu) je možné zmeniť veľkosť a tvar zlatých nanočastíc. Medzi najčastejšie techniky, ktoré slúžia na charakterizáciu veľkosti a tvaru jednotlivých nanočastíc sa používajú: transmisná elektrónová mikroskopia

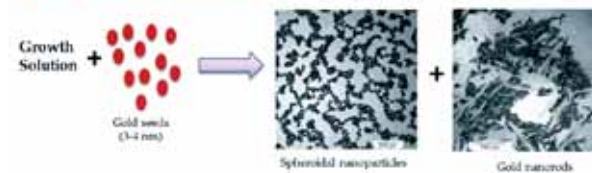
Step 1: Preparation of gold seeds



Step 2: Preparation of growth solution



Step 3: Preparation of gold nanorods



(TEM), skenovacia elektrónová mikroskopia (SEM), skenovacia tunelová mikroskopia (STM) a atómová silová mikroskopia (AFM). Princípom druhého prístupu („top-down“) je postupné „rozbitie“ vstupného materiálu (makroskopických fragmentov) až na nanoštruktúry (fyzikálna manipulácia).

Alternatívnym spôsobom syntézy je fyto-syntéza, tento spôsob syntézy eliminuje potrebu použitia škodlivých látok. Rastlinami sprostredkovaná biosyntéza je proces jednoduchý, relatívne rýchly a je taktiež ekonomický a šetrný pre životné prostredie. Rastliny obsahujú prirodzené biomolekuly, ktoré môžu byť extrahované a použité na redukcii kovových iónov (napr. kyselina citrónová, kyselina askorbová, flavonoidy, reductázy a dehydrogenázy). Fyotosyntéza je založená na rovnakom princípe ako Turkevichova metóda, s tým rozdielom, že redukčná látka je nahradená redukčnými látkami rastlín. Rastlinné metabolity (terpenoidy, polyfenoly, cukry, alkaloidy, fenolové kyseliny a proteíny) zohrávajú dôležitú úlohu v bioredukcii kovových iónov. Fyotosyntéza môže byť uskutočnená extraktmi z ovocia, zeleniny, bylín a rôznych iných rastlín.



Rozália Kandráčová

Farmaceutická laborantka
Lekáreň Santé
Námestie sv. Martina 9
082 71 Lipany
Tel.: 0902 954 958

Lekársky predpis Recept č. 1

Roztok na kiahne

Rp. Mentholi 1,0 g
Acidi borici 3,0 g
Spir. diluti ad 100,0 g
M. f. sol.
D. S. potierať

Lekársky predpis Recept č. 2

Roztok na obklady

Rp. Natrii tetraborici 20,0 g
Glycerolum ad 100,0 g
M. f. solutio
D. S. na obklady

Lekársky predpis Recept č. 3

Nosová masť

Rp. Acidi perborici 0,3 g
Vasellini albi ad 30,0 g
Olei eucalypti III gtt.
M. f. ung.
D. S. masť do nosa

Lekársky predpis Recept č. 6

Nosné kvapky

Rp. Pamykon exp. orig. N° I
Yabro amp. I
M. f. gtt.
D. S. 4 x 2 kvapky do nosa

Lekársky predpis Recept č. 4

Masť na premastenie

Rp. Vit. D 1
Ung. leniens ad 100,0 g
M. f. ung.
D. S. masť

Lekársky predpis Recept č. 7

Olej do vlasov

Rp. Acidi salicylici 1,5 g
Ol. ricini 20,0 g
Ol. olive ad 100,0 g
M. f. susp.
D. S. do vlasov

Lekársky predpis Recept č. 5

Roztok na problémovú pleť

Rp. Acidi borici 3,0 g
Acidi salicylici 2,0 g
Acidi citrici aá 1,0 g
Acidi lactici ad 100,0 g
Spir. vinn. dil.
M. f. sol.
D. S. potierať tvár

Lekársky predpis Recept č. 8

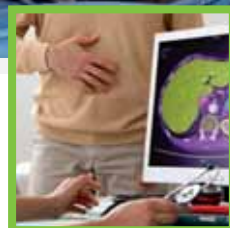
Masť na chrasty

Rp. Ac. salicylici 3,0 g
Liq. carbon. deterg. 2,0 g
Aquasorbi ad 100,0 g
M. f. ung.
D. S. lokálne



PhDr. Renata Melicheríková

Š. Kráľíka 26, 071 01 Prievidza
melicherikova@gmail.com
Klinická psychologička



Prospieva rozčulovanie nášmu zdraviu?

► Rozčulovanie... každodenný problém v ľudskej komunikácii. Žijeme život, v ktorom sa dni striedajú akosi prirýchlo, od začiatku týždňa prejde „len chvíľa“ a už je opäť piatok... Doba je rýchla a do života vnáša akúsi netrpezlivosť, ponáhľanie a stres.

► Do komunikácie medzi ľuďmi sa dostáva rozčulovanie nad všeličím možným... nad politikou, nad vládou, nad rozhodnutiami poslancov... až po rozčulovanie nad tým, že niekto niekomu nevyšiel v ústrety podľa jeho predstáv, alebo nad tým, čo mohol iný urobiť a neurobil... Dôvodov a príčin je veľa.

► Rozčulenie sa prejavuje väčšinou ako dôsledok toho, že máme pocit krivdy, niekto nám ublížil.

► Rozčulovanie je svojim spôsobom uvoľnenie negatívnej emócie. Je dokázané, že ten, kto sa dokáže rozčulíť, robí pre svoje zdravie viac, ako ten, kto negatívne emócie potláča. Háčik je však v tom, že rozčulovania nesmie byť veľa a nemalo by byť naučeným prevažujúcim spôsobom komunikácie.

► Čo sa pri rozčulovaní deje v našom tele? Vytvára sa situácia „stres“: to znamená, že sa okamžite zvýši krvný tlak, pulz, svalstvo je až kŕčovito napäté (napr. zaťaté päsťe pri rozčulovaní), môže sa objaviť pichanie pod pravým rebrovým oblúkom ako prejav kŕča v oblasti žlčového, človek očervenie, zle sa mu dýcha. Pokiaľ k takýmto stavom dochádza často (napr. u cholerických pováh), zdravotné dôsledky na seba nedajú dlho čakať: objavia sa v podobe problémov s tlakom, ischemickou srdcovou chorobou, náchylnosťou na choroby žlčníka, prípadne až zníženou imunitou. Rozčulovaním si vlastne človek spôsobí nepríjemné telesné pocity, ktoré niekedy

môžu odznievať v podobe bolestí nôh, bolestí hlavy a pocitu napätia aj niekoľko hodín, či dní. Niekedy aj jednorazové rozčulenie môže priniesť závažné zdravotné dôsledky, napr. v podobe infarktu alebo mŕtvice.

► V prítomnosti človeka, ktorý sa nad niečím rozčuluje, sa aj okolie cíti v napätí. V komunikácii medzi ľuďmi funguje tzv. „zrkadlenie“, t. j. ak niekto zvyšuje hlas, je predpoklad, že aj jeho komunikačný partner bude reagovať zvýšeným hlasom. A konflikt v takomto prípade vznikne veľmi rýchlo. Prenáša sa do komunikácie, následne aj do vzťahov. Vo všeobecnosti máme tendenciu vyhýbať sa neustále sa rozčulujúcim ľuďom, pretože v nás vyvolávajú negatívne emócie vo forme úzkosti, strachu, prípadne hnevu. Hnev je škodlivý. Hnev má človek, ktorý sa rozčuluje a môže ho cítiť aj ten, kto je jeho „poslucháč“.

► Hnev, zlosť a následne rozčulovanie ako prejav hnevu v správaní človeka vznikajú z 90 % na základe toho, čo sa človeku odohráva v myšlienkach. Každý sa, na podklade svojich skúseností a zážitkov, naučí hodnotiť v myšlienkach situácie iných ľudí okolo seba a aj sám seba. Sú to automatické myšlienkové pochody, ktoré fungujú okamžite a majú aj okamžitý vplyv na telesnú a emočnú odpoveď v danej situácii. Rozčulovanie býva spojené s automatickými myšlienkami typu, napr. „prečo mi to robia“... „veď ja mu ukážem“... „nedajú mi pokoj, robia mi to naschvál“... a podobne. Nepríjemná telesná odozva na seba nedá dlho čakať, prichádza okamžite. Tí, čo to spôsobili, musia okamžite pocítiť, že nám ublížili... ale stojí to vždy za to, aby sme sami seba škodili? Situáciu krásne vystihuje citát Cyrila N. Parkinsona: „Rozčulovanie je pomsta na vlastnom zdraví za cudziu hlúposť“. Rozčulovaním nezmení-

me správanie ostatných ľudí, pokiaľ nebudú konať zo strachu pred našim rozčulením...

► Dôležité je naučiť sa rozlíšiť, či situácia vôbec stojí za to, aby sme sa nad ňou rozčulovali. Je dobre vedieť nerozdúchať svoj hnev a rozčulenie ešte pred jeho vypuknutím. Naučiť sa uvedomiť si, či to, čomu chceme venovať energiu na rozčulenie + kúsok svojho zdravia, vôbec stojí za to. Zistíme, že nemá zmysel strácať energiu rozčulovaním, napr. nad politikmi, nad správaním mládeže, nad televíznym programom, či za volantom... a takto nájdeme mnoho ďalších vecí, ktoré za to nestoja... sú to všetko okolnosti a faktory, ktoré nedokážeme nijako ovplyvniť a zmeniť. Ak nám niekto ublížil, jeho sa to už dávno týkať nemusí... , ale pri rozčulovaní sa a spomínaní na to si vlastne ubližujeme sami a ukrajujeme po kúskoch zo svojho zdravia. Pritom stačí sústrediť sa v momente rozčulenia na niečo úplne iné, napr. napočítat' od 20 do 1 a čím skôr sa vzdialíť od toho, kto ho spôsobil...

► Druhým dôležitým krokom je odpustenie. Toto je možno oveľa náročnejšia súčasť života. Odpustením niekomu, kto nám spôsobil bolesť, vlastne pozitívne vplyvame najmä na vlastnú psychickú pohodu. Odpustenie prináša upokojenie, nadhľad, oslobodenie. V konečnom dôsledku prináša zdravie.

► Na záver opäť citat': tentoraz Jean Paul: „Človek nikdy nie je taký krásny, ako keď prosí o odpustenie, alebo sám odpúšťa“. Tým, že svoj hnev a rozčulovanie dostáva človek pod kontrolu, prospieva najmä sebe – svojej sebaúcte a sebapoznaniu. Prospieva svojmu okoliu a kvalitným vzťahom okolo seba.



PhDr. Mária Holubová, PhD.

Vysoká škola medzinárodných a verejných vzťahů
Praha, o. p. s.
Vzdelávací a konzultačný inštitút v Bratislave



Biznis sa nerobí len za rokovacím stolom..

V minulosti sme sa často stretávali so zažitou predstavou podnikateľov, ktorí so strhanými črtami a so strniskom na tvári sedeli v zafajčenej miestnosti, kde sa dal „vzduch krájať“. Nevyhnutným doplnkom tejto atmosféry biznisu boli kopy špinavých šálok od kávy a fľaše od alkoholu a vína. Rokovalo sa do rána a aktéri v pokrčenejších oblekoch boli spotení s kovovými podkovami pod očami a ich pleť mala nezdravé zafarbenie do siva. Zanedbávali svoje rodiny, boli prepracovaní a v dôsledku dlhého sedenia, fajčenia, popíjania alkoholu a vína a konzumácie narýchlo pripravených a nezdravých jedál končili s vážnymi diagnózami infarktu, porážky, alebo rakoviny a nestihli si zarobené peniaze ani užiť. Večne na cestách a večne uponáhľaní...

Našťastie vo veľa prípadoch sa táto realita konečne zmenila a predstavitelia podnikateľskej sféry nabehli v 21. storočí na vlak, ktorý išiel iným smerom. Pracovné stretnutia sa začínajú organizovať mimo priestorov rokovacích miestností a kancelárií. Súčasťou pracovných stretnutí už pre-

stáva byť uzavretá miestnosť a dáva sa prednosť otvorenému priestoru, prírode a rokovaniam pri športových aktivitách.

ICH POPULARITA RASTIE ČORAZ VIAC, LEBO NAVODZUJE ATMOSFÉRU UVOĽNENOSTI, PRIATEĽSKOSTI A NESIE SA V DUCHU ZDRAVEJ KONKURENCIE, SÚŤAŽIVOSTI, KONFRONTÁCIE A NIE KONFLIKTOV.

Podnikatelia dávajú prednosť vo voľnom čase alebo v čase, ktorý si vytvorí, plávaniu, bicyklovaniu, fitness a v zime zjazdovému lyžovaniu, korčuľovaniu a bežkám. V súčasnosti naozaj nestretáme špičkového politika alebo podnikateľa bez pohybovej aktivity a s nadváhou.

Pracovné stretnutia mimo kanceláriu alebo rokovaciu miestnosť oznamujeme partnerom včas, aspoň dva týždne vopred. Je chybou, ak druhá strana takéto pozvanie odmietne. V prípade, ak neovládame daný šport, pozveme si partnera, ktorý ho ovláda. Týka sa to pozvania na **golfové ih-**

risko počas víkendu, **tenisový turnaj** alebo len hru medzi dvoma partnermi. Nie je neobvyklým javom pozývať partnerov **jazdiť na koni**, alebo zúčastniť sa **poľovačky**. Populárne je pracovné stretnutie vo **wellness** spojené s masážami, saunovaním a popíjaním chladeného sektu. Pri náročných rokovaniach to prináša príjemné uvoľnenie.

Pohybová aktivita je najlepší liek proti stresu, čo vám potvrdí každý lekár. Každé pracovné stretnutie sa vyznačuje určitým tlakom, ktorý neprospeje duševnému zdraviu, ktoré keď raz stratíme, už nikdy ho nezískame späť... Tak urobme všetko pre to, aby nám naša práca prinášala okrem úžitku aj radosť a prospievala nášmu zdraviu.



Ilustračné foto: internet

HOT DRINK

bylinný PRIEDUŠKOVÁ ZMES

materina dúška, lipa, echinacea, eukalyptus, med + extrakt z 20 bylín

Originálna receptúra bylinného horúceho nápoja MedPharma HOT DRINK obsahuje extrakty z materinej dúšky, lipy, echinacey a ďalších 20 bylín. Je obohatená o eukalyptový olej, med a vitamín C, ktorý prispieva k normálnej funkcii imunitného systému, k zníženiu vyčerpania a únavy.

BEZ

- umelých farbív
- konzervantov
- umelých aróm

25
šálok

ZÁKAZNÍCKA LINKA ZDARMA: 0800 123 573
MedPharma SK, s.r.o., objednavky@medpharma.sk

MedPharma



Medzinárodné zdravotnícke inštitúcie

ECDC

Európske stredisko na prevenciu a boj s nákazlivými chorobami (angl. European Centre for Disease Prevention and Control - ECDC) je špecializovaná agentúra spoločenstva/Európskej únie, ktorá bola založená s cieľom posilnenia obranyschopnosti Európy proti nákazlivým chorobám, ako napr. prasacia chrípka, SARS či HIV/AIDS. Bolo vytvorené nariadením Európskeho parlamentu a Rady (ES) č. 851/2004 z 21. apríla 2004, s činnosťou začalo 20. mája 2005. Sídlo má v Štokholme vo Švédsku. Poslaním strediska je identifikovať, vyhodnocovať a oznamovať existujúce alebo vznikajúce nákazlivé choroby. Na tento účel vyhľadáva, zhromažďuje a hodnotí údaje o nákazlivých chorobách, poskytuje vedecké poradenstvo a vedeckú a technickú pomoc, včasne poskytuje informácie komisii, členským štátom, agentúram spoločenstva/Európskej únii a zabezpečuje komplementárnosť a súdržnosť opatrení v oblasti ochrany verejného zdravia prostredníctvom prepájania úloh a zodpovedností členských štátov, inštitúcií EÚ a príslušných medzinárodných organizácií.



PhDr. PaedDr.
Uršula Ambrušová, PhD.

Východoslovenské múzeum v Košiciach

Matthioliho elixír života



Túžba po večnom živote sprevádzala ľudstvo od nepamäti. Zdroj nesmrteľnosti, alebo tajomstvo dlhovekosti bolo inšpiráciou mnohých prírodovedcov, lekárov, liečiteľov šamanov či alchymistov. Jedným z liečiv, ktorým sa snažili priblížiť trvalé zdravie a mladosť alebo oklamať smrť, bol aj **Matthioliho elixír života** (lat. *Elixir Vitae Matthioli*). Známy a obľúbený elixír nesie meno po svojom autorovi Pietrovi Matthiolim. Elixír sa užíval ako univerzálna protilátka na rozličné ochorenia od najrôznejších neduhov a bolestí až po najzávažnejšie ochorenia. Tento všeliek bol dôležitou zložkou aj iných liečiv a receptov od konca 16. storočia do konca 18. storočia. Vlastnosti zložiek elixíru zahŕňali rad antibakteriálnych, antiseptických, analgetických, sedatívnych, laxatívnych účinkov, upokojovali, posilňovali, stimulovali a uľahčovali trávenie, regenerovali orgány, znižovali hladinu cukru v krvi, bolesti, horúčky atď. Spôsob prípravy bol nasledovný: byliny a koreniny sa umiestnili do liehu získaného z bieleho vína, ktoré sa 20 dní macerovali v otvorenej nádobe. Pokračovala macerácia v zatvorenej nádobe, potom sa zmes destilovala v alembiku. Do destilátu sa pridalo santalové drevo, muškátový oriešok a jantár. Pridal sa filtrovaný ružový sirup a na záver sa uložil do bielej nádoby s uzáverom. Elixír sa užíval ráno, nalačno. Prvá zmienka o zázračnom elixíre sa nachádza v štvrtej knihe Komentárov z roku 1598. Štruktúra elixíru sa v priebehu rokov menila. Tak napr. v encyklopédii *Grosses vollstaändiges* z roku 1734 recept na Matthioliho elixír obsahoval 33 zložiek, vo *Pharmacopoeia Augustiana Renovata* z roku 1673 mal 37 zložiek. Vzhľadom na nákladné a vzácne ingrediencie predpokladáme, že elixír bol určený najmä pre majetnejších zákazníkov lekární.

Vyobrazenie lekárne na nemeckej dobovej rytine zo 16. storočia.



Pietro Andrea Gregorio Mattioli, tiež Matthioli (1501 – 1577) bol významný taliansky lekár a botanik. Vyrastal v mestách Siena a Benátky. Študoval na univerzite v Padove. Ako lekár pôsobil v Siene, Ríme, Tridente a Gorici. V roku 1544 v Benátkach vydal 6 zv. dielo Komentáre k Dioskoridovi (*Commentariis...*, orig. *Di Pedacio Dioscoride Anazarbeo Libri cinque Della historia, et materia medicinale tradotti in lingua volgare italiana...*), ktoré vzniklo ako komentár Dioskoridovho diela *De materia medica*. Bol to preklad z gréčtiny do taliančiny, ktorý mal lekárom a lekárnikom poskytnúť praktické rady s komentárom pre identifikáciu liečivých rastlín. V roku 1554 vyšli Komentáre v latinčine. Herbár sa rýchlo stal praktickou „bylinkárskou bibliou“, ktorá ovplyvnila celé generácie lekárov, lekárnikov a liečiteľov. V roku 1554 sa Matthioli presťahoval do Prahy, kde sa stal osobným lekárom arcikniežata Ferdinanda Tyrolského. Tu v roku 1561 vydal rozšírený preklad a o rok neskôr bolo dielo preložené do češtiny lekárom a astronómom Tadeášom Hájkom z Hájku. Nieslo názov „*Herbář jinak bylinář*“. Ako lekár sa Matthioli venoval liečeniu syfilisu a problematike morovej nákazy, ktorá sa mu stala aj osudnou. Zomiera na nákažu morom v Tridente, na ceste do Ríma ako osobný lekár cisára Maximiliána II.

Kto je autorom pozdravu Pánmodaj šťastia, lavička?

1. Juj, ako sa hanbím, že to neviem (12 bodov).
2. Jožko púčik a jeho kariéra (4 body).
3. Čo ste to povedali na moju matku? (0 bodov).

Snímate si z hlavy alebo inej končatiny pri pozdrave pokrývku?

1. Áno, parochňa musí dole, aj keby na plešinu nebolo (77 bodov).
2. Čiapku bez štítka, inými slovami baretku, vulgo rádiovku, nesnímam z hlavy ani pod sprchou, pretože mám veľmi háklivý rozum (3 body).
3. Chodím zásadne bez pokrývky, iba tesne pred pozdravom si ju nasadím (9 876 bodov).

Ak vás niekto pozdraví Ruky bozkávam, čo mu odpoviete?

1. Zašepkám, zamrmlm alebo precedím cez zuby, respektíve cez protézu Necitim! (24 569 bodov).
2. Ááááale, vy iba stále sľubujete (45 bodov).
3. Postoj, chvíľa, si krásna. Stoj, lebo strelím (0,26 boda).

Keď vám niekto podá ruku, ako sa zachováte?

1. Pobožkám mu ju, poriadne potrasiem a stisnem tak silne, že dotyčný uvidí všetky hviezdy a meteory pop-music (964 bodov).
2. Spočítam si prsty (5 bodov).
3. Prehodím ho džudistickým chmatom za seba (00 bodov).



Milan Lechan: Satiro humorikon 1989, str. 70 – 71

KRÍŽOVKA SPOLOČNOSTI EWOPHARMA

Autor: – LaN –	Starší (skr.)	3	Trochu namoč	Juh, po čínsky	Mastná zemina	Pomôcky: Kin, noh, Lipany	Žalostne plače	4	Okrem iného	Repetatur (skr.)		Úplne, po česky	Obec pri Sabinove	Grécke písmeno	Zať, po česky
Dá dohromady						Strapcovité súkvetie					Dostaň sa dolu Hranica (lek.)				
Tíšil, utlmoval						2 Zbavuj ostria		R							
	Bájny vták Žací nástroj				Sídlo v Keni Piesčítá hornina				Trafiť (expr.) Zbavuj ostria						
Kočiar				Hrobľa Španielska vychováva- telka						Krídlo (odb.) Roztavuj			Príslušník starého národa	Pridávalo soľ	
Symetrála			Starorímsky pozdrav Predložka			Zámedzie (sport.) Vybraná spoločnosť					Radca Mohameda Zasiahne cieľ				
Sme bez pohybu							Remíza v šachu Anglická číslovka					Druh slona Stehy, švíky			
Verdiho opera					Mužské meno Snívaj				Sieť na ryby Ariel (skr.)				Hliník Aero Transporti Italiáni		
				Naše mesto Štvorček (typograf.)							Vychynulí kocovníci Osobné zámeno				
		1													
	Mäčka (det.)							Odlišní					Umělý jazyk		

Jeden/jedna z vás získa produkt Enterofytol od spoločnosti EWOPHARMA.

E-mail s tajničkou označte heslom **Krížovka** a pošlite na adresu **farmaceuticky.laborant@gmail.com** do 5. januára 2019.

Nezabudnite uviesť meno, priezvisko, **úplnú adresu lekárne** aj s PSČ. **Tajnička** krížovky z čísla 38/2018: Kofelt H byliny na vaše priedušky a hrdlo.

Koflet® H zázvor, pomaranč, citrón od spoločnosti **Belesca** získajú: **Darina Kuffová**, Nemocničná lekáreň Nemocnice Poprad, **Anna Smolková**, lekáreň Salvator v Čadci, **Zuzana Csepregyiová**, lekáreň Dr. Max 32 v Šahách, **Miroslava Kalman**, lekáreň Kamilka v Pohorelskej Maši, **Mgr. Helena Rolandová**, lekáreň Amicus v Prešove.

B lahoželáme

Poznáte nižšie uvedené prípravky a nemáte problém, v prípade otázok klienta na konkrétny prípravok, odpovedať so znalosťou veci? Pacient ocení, keď mu viete dať kvalifikovanú odpoveď jemu zrozumiteľným spôsobom.

1. **Telviran 5 % krém na herpes simplex** od spoločnosti **Egis** sa má začať aplikovať na pery a okolo pier už pri prvých znakoch a príznakoch infekcie. Obsahuje účinnú látku aciklovir.
Otázka: Má čas použiteľnosti 5 rokov?
áno **nie**
www.egis.sk

2. **AMP care** je patentovaná formulácia **AM3®** a **Polinacea®** (výťažok z huby *Candida utilis* + čistý extrakt *Echinacea*) v portfóliu spoločnosti **Skin medical**.
Otázka: Je vhodný na zlepšenie a zvýšenie imunitnej obrany schopnosti organizmu?
áno **nie**
www.skinmedical.sk

3. **Stadatussin** pre deti aj dospelých od spoločnosti **Stada** na potlačenie suchého neproduktívneho kašľa.
Otázka: Je dostupný v dvoch formách: sirup 100 ml a kvapky 30 ml?
áno **nie**
www.stada.sk

4. **GYNIMUN® intim protect** selektívne vaginálne probiotikum dováža na Slovensko spoločnosť **Aloris Vital**.
Otázka: Podporuje liečbu bakteriálneho a kvasinkového vaginálneho zápalu, obnovuje a udržuje zdravú vaginálnu flóru?
áno **nie**
www.gynimun.sk

5. Lieky **Olynth® HA** rýchlo uvoľňujú upchatý nos a zvlhčujú nosovú sliznicu vďaka trom zvlhčujúcim látkam, vrátane kyseliny hyaluronovej. Neobsahujú konzervačné látky a spriechodnia nosové priechody do 5 minút po aplikácii.
Otázka: Liek Olynth® HA 0,05 % je určený pre deti od 2 do 6 rokov a liek Olynth® HA 0,1 % pre deti od 6 rokov a dospelých?
áno **nie**
www.olynth.cz

6. **F. X. Passage® SL** magnéziová soľ **MgSO₄** na prípravu šumivého nápoja so sladidlom s pomarančovou príchuťou.
Otázka: Patrí prípravok F. X. Passage® SL s obsahom magnézia sulfátu medzi osmotické laxatíva?
áno **nie**
www.woerwagpharma.sk

7. **Australian Bodycare Lekárnička vo fľaštičke** doma i na cestách – slogan, ktorým uvádza spoločnosť na trh známy produkt v novom balení.
Otázka: Ide o originálny najjemnejší Tea Tree Oil vhodný na dezinfekciu pokožky, menších poranení, tlmenie zápalov v ústach a plesní na nohách?
áno **nie**
www.australian-bodycare.sk

8. V portfóliu spoločnosti **Biogema Košice** nájdete tehotenské testy, ovulačné testy, testy na stanovenie drog v moči, testy na zistenie okultného krvácania v stolici, na diagnostiku infekcie žalúdka *H. Pylori*.
Otázka: Napíšte názov novinky v ich portfóliu a druhy testov Biogema baby.
www.biogema.sk

9. **Flavamed** účinná úľava od vlhkého kašľa s liečivom ambroxoliumchlorid s nástupom účinku do 30 minút od spoločnosti **Berlin-Chemie Menarini**.
Otázka: Má dvojitý mechanizmu účinku – uveďte ho.
www.flavamed.sk

10. **Sanorin Virustop** úľava od príznakov nádchy a **Sanoral Virustop** zmiernuje príznaky bolesti hrdla od spoločnosti **Xantis Pharma**.
Otázka: Znižujú množstvo vírusov, zabraňujú ich šíreniu a skracujú dĺžku ochorenia?
áno **nie**
www.xantispharma.sk

11. **Bylinný mix** – výber bylinných čajov od spoločnosti **Fytopharma** je dostupný v lekárni.
Otázka: Napíšte, o ktoré čaje ide?
www.fytopharma.sk

12.
Otázka: Sú kapsulové výrobky Beta Glucan od spoločnosti Natures vhodné pre celiatikov a diabetikov?
áno **nie**
www.natures.sk

13. **Hyal-Drop® multi** – umelá slza s najvyšším obsahom kyseliny hyaluronovej. Vhodná pre citlivé oči a nositeľov kontaktných šošoviek.
Otázka: Poskytuje úľavu od suchých a začervenaných očí?
áno **nie**
www.valeant.sk

14. **HOT DRINK** bylinný od spoločnosti **MedPharma** je prieduškovou zmesou na podporu imunity.
Otázka: Napíšte, čo obsahuje.
www.objednavky@medpharma.sk

15. **VITA B 12 1 mg** na pamäť od spoločnosti **Vitabalans**. Ide o tablety s príchuťou mäty, rýchle vstrebateľné cez ústnu sliznicu a vhodné aj pre vegánov.
Otázka: Užíva sa jedna tableta denne?
áno **nie**
www.vitabalans.fi/sk/

16. **Eucerin Aquaphor** regeneračná masť bez parfumácie a konzervačných látok na popraskanú pokožku.
Otázka: Ide o klinicky a dermatologicky potvrdenú obnovu veľmi suchej, popraskanej a podráždenej pokožky?
áno **nie**
www.beiersdorf.com

17. Výživový doplnok **KOFLET® H** je kombinácia 9 bylín a medu pre úľavu od kašľa, pôsobí pri bolesti a zápale hrdla, hlasiviek a priedušiek.
Otázka: Napíšte príchute, z ktorých si môžete vybrať.
www.belesca.sk