

Register partnerov verejného sektora

nová registračná povinnosť
pre poskytovateľov
zdravotnej
starostlivosti



Projekt MED-ART educatio

celoslovenské odborné semináre
v Senci a v Novom Smokovci

Verejné obstarávanie liekov

legislatívne normy vo verejných lekárňach
prevádzkovaných nemocnicami



Informácie o nových
liekoch a produktoch
pre lekárne



Servisné informácie
a aktivity spoločnosti
MED-ART



Informácie
o odborných
podujatiach



Odborné články
z oblasti farmácie
a medicíny

v sortimente MED-ARTu



GAŠTAN plus

potláča pocity ťažkých nôh

- 1 kapsula obsahuje:
- gaštan – pagaštan konský extrakt (250 mg)
 - vitamín C (60 mg)
 - bioflavonoidy z citrusových plodov (60 mg)

Balenie obsahuje 60 kapsúl



IMELO-HLOH plus horčík

pre podporu srdcovej činnosti

- 1 kapsula obsahuje:
- imelo biele – extrakt 4:1 (250 mg)
 - hloh obyčajný – extrakt 4:1 (25 mg)
 - horčík (40 mg)

Balenie obsahuje 60 kapsúl



REISHI + zinok a vitamín C

pre posilnenie imunity

- 1 kapsula obsahuje:
- leskokôrka lesklá – extrakt 20:1 (400 mg)
 - vitamín C (40 mg)
 - zinok (5 mg)

Balenie obsahuje 60 kapsúl



XYLODENT

pre príjemný dych

- 1 tableta obsahuje:
- xylitol (660 mg)

Balenie obsahuje 100 tabliet



5 VZÁCNÁ NÁVŠTEVA Z RODISKA SVÄTEHO MEDARDA

Na Slovensko zavítalo v marci sedem členov Medardovho spoločenstva zo Salency. Ocenenie, ktoré zaujalo potomkov spoluobčanov svätca, bola Cena srdca svätého Medarda.

11 60. ROČNÍK

ŠTUDENTSKEJ VEDECKEJ KONFERENCIE ŠVOČ

Na konferencii obohatenej medzinárodnou účasťou, okrem zahraničných študentov UVLF v Košiciach aj štyroch hostí z Univerzity prírodných vied vo Varšave, bolo prezentovaných 61 prác. Rokovania 60. ročníka Študentskej vedeckej konferencie ŠVOČ sa uskutočnili v piatich sekciách: predklinickej, klinickej, hygieny potravín a prostredia, farmaceutickej a sekcii bakalárskeho štúdia.



12 NOVÁ REGISTRAČNÁ POVINNOSŤ HROZIA VYSOKÉ SANKCIE

Register partnerov verejného sektora – takto sa volá nový register, kam sa musí zaregistrovať väčšina poskytovateľov zdravotnej starostlivosti, teda aj lekáreň, a to už do 31. júla 2017.

26

ARTRITÍDA, ARTRÓZA BOLESTIVÉ OCHORENIA KLBOV

Prinášame vám exkluzívny rozhovor, ktorý nám poskytol prof. MUDr. Andrea Venturin, špecialista v oblasti rehabilitácie, ortopedie a elektrofyziológie, na Celoslovenskom odbornom seminári MED-ART educatio v Hoteli Senec v Senci.



30 SLNEČNÉ FILTRE V PRÍPRAVKOCH NA OPAĽOVANIE

Každá tretia diagnostikovaná rakovina je rakovina kože. Odhadom sa každý rok v Európe zvyšuje počet diagnostikovaných rakovínou kože o 5 až 10 %. Všetkým je nám nadmieru jasné, že sa pri pobyte na slnku musíme dostatočne chrániť.

Publikované články vyjadrujú názory autorov, a preto nemusia byť totožné so stanoviskom redakcie a vydavateľa. Nevyžiadané rukopisy a obrazový materiál nevraciam. Kopírovanie, znovupublikovanie alebo rozširovanie ktorejkoľvek časti časopisu sa povoľuje výhradne so súhlasom vydavateľa. Redakcia nezodpovedá za obsah a pravdivosť jednotlivých inzerátov.

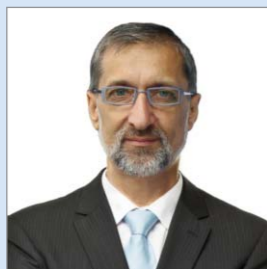
vydavateľ/redakcia: MED-ART, spol. s r. o., Hornočermánska 4, 949 01 Nitra, e-mail: sekretariat@med-art.sk, tel.: 037/77 53 702, fax: 037/65 13 790 ■ Časopis MEDIUM je vydávaný za aktívnej pomoci vedenia spoločnosti MED-ART, spol. s r. o.: PharmDr. Ján Holec, Mgr. Hilda Némethová, Ing. Jana Machalová, MVDr. Rudolf Andraško ■ redakcia: šéfredaktorka: Beáta Račeková ■ redakčná rada: PharmDr. Petra Haár Némethová, Ing. Zlatica Látečková, Mgr. Katarína Miháliková ■ vizuálna koncepcia a layout: APEL, spol. s r. o., Nitra, www.apel.sk ■ distribúcia: prostredníctvom obchodných zástupcov, vodičov a poštových zásielok zabezpečuje MED-ART, spol. s r. o.

www.med-art.sk NEPREDAJNÉ



aj staré legendy nás vedia priviesť k zamysleniu

Čítal som jednu starú ruskú legendu o bohatom lakomcovi, ktorý za celý život nikomu nepomohol. Jediné, čo robil, bolo, že zháňal kopejky do pokladnice. Aby ušetril, tak sa ani neoženil. Keď umieral na smrteľnej posteli, kázal slúžke, aby mu nezabudla do truhly pod vankúš dať tú malú truhličku. Boháč zomrel a slúžka urobila tak, ako jej boháč kázal. Keď prišiel na druhý svet, bol tam veľký trh, kde si ľudia mohli nakúpiť všakovakých dobrôt. Prišiel k pultu, kde grilovali kurence, a pýta sa, koľko stoja. „Jednu kopejku,“ zaznela odpoveď. „A peceň chleba?“ „Jednu kopejku.“ „A syr?“ „Tiež jednu kopejku.“ Boháč sa v duchu zaradoval. „Ako dobre, že som si našetril, teraz si môžem dovoliť toľko dobrôt!“ Povyberal si aj do zásoby potravín za jednu kopejku, ale keď chcel platiť, bol veľmi prekvapený, keď počul reakciu na svoje peniaze: „U nás sa kupuje za kopejky, ktoré ste **za života dali**.“ A keďže po celý život nikomu nič nedal, ani si nič nemohol kúpiť. Preto zostal po večný život v hlade.



PharmDr. Ján HOLEC
generálny riaditeľ MED-ART, spol. s r. o.

Touto legendou by som chcel upriamiť našu pozornosť na vzájomnú ochotu pomáhať si. MED-ART už dlhých 26 rokov pracuje pod sloganom „Ďakujeme, že nám pomáhate pomáhať“. Snažíme sa pomáhať rôznym spôsobom a na rôznych úrovniach. Pomáhajme si a prihrávajme si navzájom, aby sme všetci spolu – slabší aj silnejší – žili v radosť, ktorú pozemský život poskytuje.

Možno to niekoho prekvapí, ale prajnosť či vykonávanie dobra pre iných by nemalo byť dôsledkom cvičenia sa v rozumnom morálnom konaní, ale má pochádzať zo vzťahu k ľuďom. Moderný svet nám diktuje svoju predstavu o tom, že nič nie je dôležité a záväzné. Ktorýsi súčasný filozof si všimol, že dnešný konzumný svet uznáva len jedno obmedzenie, jednu hranicu: „Nesmieš nanucovať svoju túžbu tým, ktorí sa nemôžu brániť!“ To je však málo, dôležité je ponúknuť svedectvo, ktoré mení a oslovuje.

Ved' celý život je len vanutie...

V minulosti, keď ešte neexistovali chladničky, dala susedka susedke na dedine kúsok kvásku z vlastného chlebového cesta, a keď potrebovala znovurobiť chlieb, dostala kúsok kvásku na oplátku od tejto svojej susedky...

Želám vám, milí čitatelia nášho časopisu, aby spoločenstvo vás, ktorí akýmkoľvek spôsobom spolupracujete s MED-ARTom, alebo pociťujete jeho blízkosť či spriaznenosť, ste dobrá nie iba rozdeľovali, ale aby ste tie, ktoré sú potrebné pre pacientov a ľudí núdznych, aj rozmnožovali, pretože oni čakajú na našu a vašu pomoc. Takto vytvoríme nový chlieb. Chlieb nových vzájomných pomoci s veľkým písmenom.

Pravým dobrom každého zamestnanca či podnikateľa je on sám. Vaše peniaze, hoci sú dôležité, sú príliš málo. Peniaze nezachraňujú, ak nie sú sprevádzané životom človeka. Dnešný svet a dnešná ekonomika potrebuje najmä iný prístup ku všetkým, až potom môžeme očakávať, že príde radosť a chuť žiť i v našej slovenskej krajine.

Výstižne to povedal pápež František: „Kapitalizmus pozná filantropiu, ale nie spoločenstvo. Je jednoduché darovať časť ziskov, ale bez objatia a dotknutia sa osôb to nie je ono.“

Na pozvanie pána riaditeľa, doktora Jána Holeca, zavítala v dňoch 21. až 25. marca 2017 na Slovensko vzácna návšteva z rodiska svätého Medarda. Sedem členov Medardovho spoločenstva zo Salency čakal u nás bohatý program. Spolu s filmovým tímom, ktorý pripravuje dokument o svätom Medardovi a MED-ARTE, navštívili Bratislavu, Topoľčianky a Nitrú. Ochutnali národné špeciality a kvalitné odrody vín, dozvedeli sa mnohé o našej histórii a umení. Prijal ich otec biskup Judák, navštívili katedrálu a múzeum na Nitrianskom hrade, Topoľčiansky kaštieľ a príjemne sa cítili aj v teple domova hostiteľa.

vzácná návšteva z rodiska svätého Medarda

duchovný odkaz svätca pretrval 15 storočí a stal sa súčasťou našej firemnej kultúry



Tím pracovníkov národného žrebčína, ako aj skvelí topoľčianski vinári svojou prácou neustále dokazujú, že my, Slováci, dokážeme na jednom mieste pestovať či chovať viacero kvalitných druhov (plemien koní či odrôd hrozna) a víťaziť s nimi na svetových výstavách. Pritom vo svete je štandardom venovať sa len jednému druhu, ktorý za svoju kvalitu získa medailu. Zdá sa teda, že pri talente kvantita dokáže ísť ruka v ruke s kvalitou a nie na jej úkor.

Ocenenie, ktoré však najviac zaujímalo potomkov spoluobčanov svätca, ktorý duchovne pozdvihol spoločnosť na prelome 5. a 6. storočia, bola Cena srdca svätého Medarda. Doktor Holec preto privítal francúzskych hostí v MED-ARTE, ktorý vybudoval so svojim už zosnulým spoločníkom Petrom Némethom na kresťanských hodnotách. Napríklad premyslenou logistikou zabezpečujúcou rýchly a pravidelný prísun liekov do lekární na celom Slovensku či šetrením životného prostredia využívaním elektrických vozidiel.

Prestížna cena pre zamestnanca „s najlepším srdcom, dôvtipom, ľudským prístupom, zodpovednosťou a schopnosťou motivovať ostatných a šíriť pozitívnu atmosféru“ je analogická vencu ruží, ktorý získala najmravnejšie žijúca dievčina v rodisku biskupa Medarda. Slávnosť ružového venca pretrvala až do minulého storočia. Hoci to bol nápad svätca, víťazku „miss duše“ navrhovalo spoločenstvo obce Salency, podobne ako si v MED-ARTE vyberajú nositeľa cností ich kolegovia na základe skutočných morálnych hodnôt.

Spoločná fotografia hostí a hostiteľov pri tabuli ocenených zamestnancov MED-ARTu cenou sv. Medarda.



Hostia s filmovým tímom v priestoroch MED-ARTu pri príprave dokumentu o živote, diele a odkaze sv. Medarda.

Odkaz svätého Medarda tak žije ďalej v našej firemnej spoločnosti rastúcej „pod jeho krídlami“ v 21. storočí.

Priateľstvo medzi slovenskými a francúzskymi ctiteľmi svätca, o ktorom sa u nás, na Slovensku, azda čoskoro dozvieme viac, sa duchovne spečatilo na svätej omši v Kaplnke svätého Medarda v Nitre. Tu sme spoločne vzdali vďaka za mnohé zázraky a milosti uskutočnené aj prostredníctvom patróna MED-ARTu.

Stanislava Matejovičová

Dňa 25. marca 2017 sa uskutočnil v Hoteli Senec v Senci Celoslovenský odborný seminár ako pilotný 8-kreditový seminár projektu MED-ART educatio, ktorý je novinkou roka 2017. Návštevníkom garantuje:

- novinky a inovácie
- aktivity SLeKu a priblíženie aktuálnej činnosti
- prednášajúceho zo zahraničia
- nácvik praktických zručností (workshop)

Úlohou projektu je naplniť pravú podstatu edukácie súvisiacu s rozvojom osobnosti, preto sme okrem vzdelávania zahrnuli do programu seminára aj školenie a nácvik praktických zručností prioritne v oblasti farmácie, nevynímajúc oblasti súvisiace s podnikaním v tejto sfére, akými sú informačné systémy a softvérové riešenia.



celoslovenský odborný seminár

v Senci – premiéra projektu

AKTUÁLNE TÉMY LIEKOVEJ POLITIKY

Zážitku vzdelávacieho podujatia prevzala Slovenská Lekárska Komora, ktorá bola zároveň spoluorganizátorom, a úvodné slovo mal prezident komory PharmDr. Ondrej Sukeľ, ktorý sa okrem predstavenia aktivít komory venoval zákonu o lieku, jeho aplikačnej rovine s účinnou platnosťou od 1. 4. 2017. Aktuálna tematika sa niesla celým seminárom, pretože Ing. Tomáš Komorník z Národného centra zdravotníckych informácií prednášal o elektronizácii zdravotníctva z pohľadu lekárnik a PharmDr. Michal Holec priniesol účastníkom dôležité informácie týkajúce sa Informačného systému na mimoriadne objednávanie liekov ISMOL. Po týchto prednáškach sa rozprúdila diskusia medzi účastníkmi, ktorou sa vyriešili mnohé nejasnosti súvisiace so zmenami v zákone. Účastníci mali možnosť svojou aktivitou priamo ovplyvňovať chod aj iných prednášok vďaka hlasovacím zariadeniam Turning Technologies, ktoré patria medzi najmodernejšie a najrozšírenejšie bezdrôtové hlasovacie systémy na svete a zabezpečujú väčšiu interaktivitu s prednášajúcim.

Tradične sa publiku predstavil aj Mgr. Róbert Ďuriš, ktorý sa tentokrát venoval marketingovým nástrojom a ich vplyvom na ziskovosť lekáreň.

Účastníci si mohli vytvoriť vlastný názor na antibiotickú liečbu a MUDr. Gabriela Uhlíková sa venovala aj prírodnej liečbe založenej na medicíne faktov. MUDr. Eva Toporčáková načrtnula problematiku difúzneho vypadávania vlasov u žien a ponúkla možnosti riešenia. MUDr. Roman Chmel, PhD., MHA sa predstavil s prednáškou o fytoestrogénoch v menopauze.

ZAHRAŇIČNÝ HOST SEMINÁRA

Zahraničný hosť prof. MUDr. Andrea Venturin z Talianska prednášal o degeneratívnom ochorení kĺbov a odprezentoval výsledky klinickej štúdie zameranej na pacientov postihnutých bolesťami kolena na degeneratívnom základe. V tomto čísle časopisu MEDIUM prinášame aj exkluzívny rozhovor týkajúci sa artritídy, artrózy a možnosti ich liečby.

WORKSHOPY

Workshopom slúžiacim na nácvik praktických zručností bolo stanovište vybavené počítačmi, kde bolo možné vyskúšať si reálne fungujúce elektronické riešenie ISMOL a eRecept. V ďalších nemenej atraktívnych stanovištiach bola pripravená individuálna príprava liekov IPLP, ktorá v súčasnej dobe nie je v lekárnach tak využívaná ako v minulosti, no stále zostáva rovnako atraktívna z hľadiska profesie farmaceuta.



Workshop firmy FAGRON – praktické ukážky individuálnej prípravy liekov.

MOBILNÝ SEKRETARIÁT SLeK

V rámci sprievodného programu mali účastníci k dispozícii mobilný sekretariát SLeK, kde si mohli vykonať zmeny a skontrolovať údaje v registri farmaceutov, mali možnosť informovať sa o aktuálnom stave sústavného vzdelávania a poradenstve, tiež získať poznatky týkajúce sa projektov komory a možnosti spolupráce. Pre záujemcov boli pripravené knižky vydané v rámci projektu Osvetové kampane SLeK (Kto má kľúče od skrinky s jedmi? – Miroslava Snopková a kol.; Lieky počas dojčenia – kedy áno, kedy nie... – Mária Göböová a kol.; Dieťa nie je malý dospelý – Vlasta Kákošová).



anketa

váš názor nás zaujíma

My sme sa pýtali:

- 1 Ktorá téma zo seminára vás najviac zaujalo a prečo?
- 2 Akú oblasť či témy vzdelávania by ste uvítali na ďalších odborných seminároch?
- 3 Spoločnosť MED-ART pripravila v tomto roku sériu seminárov zameraných na IPLP v lekárnach, pretože odhady z minulých rokov hovoria, že cca len 10 % lekární je ochotných pripravovať liek individuálne. Aký je váš názor na význam magistraliter prípravy liečiv pri starostlivosti o zdravie pacienta?

Vy ste odpovedali:

Lekárň SALIX, Levice

Mgr. Michal Krammer

- 1 Najviac zaujalo téma o emergentnom systéme, pre jej aktuálnosť a komplexnejší pohľad na problematiku.
- 2 Uvítal by som popri témach manažmentu a nových zákonoch aj niečo odborné z praxe – trebárs niečo z klinickej farmácie.
- 3 Príprava IPLP v lekární je dnes mnohými vnímaná ako okrajová, ako bonus pre pacienta, aj keď častokrát je preňho jedinou voľbou, keďže nie sú dostupné ekvivalenty HVLP. Škoda, že sa nedá hovoriť o rentabilite prípravy IPLP, a z toho asi pramení aj nízka ochota niektorých lekární o túto časť našej profesie. V každom prípade by malo byť zdravie pacienta a ochota pomôcť mu na prvom mieste, v čom má príprava IPLP svoje opodstatnené miesto.

Lekárň Matricaria, Komárno

Mgr. Danka Cziborová

- 1 O elektronickom zdravotníctve sa diskutuje čoraz viac, preto ma zaujímalo, čo môžeme my, farmaceutickí profesionáli, od neho očakávať, aké budú jeho prínosy pre pacienta či pre nás, poskytovateľov zdravotnej starostlivosti.
- 2 Aktuálnych informácií z oblasti legislatívy a ekonomiky nikdy nie je dosť, zvlášť ak sú šité na mieru práve poskytovateľom zdravotníckej starostlivosti. Uvítala by som aj témy z oblasti urológie alebo homeopatie.
- 3 Som rada, že záujem o magistraliter prípravu stúpa nielen u odbornej verejnosti. IPLP nachádza uplatnenie najmä v oblasti dermatológie či pediatrie, ale tiež v oblasti terapie bolesti alebo hormonálnej substitučnej terapie. Na tomto mieste je však treba podotknúť, že pre lekáreň je nezanedbateľné aj ekonomické hľadisko.

Ružinovská lekáreň, Bratislava

Mgr. Martina Vidlárová

- 1 Vysoko oceňujem aktivitu spojenú so spoločnosťou MED-ART, pretože na uvedenom seminári odzneli dosť aktuálne témy. Z prednášok vyzdvihnem účasť predsedu SLeK PharmDr. Sukeľa, ktorý v pomerne zjednodušených príkladoch vysvetlil, ako bude v realite lekárnika vyzerat' objednávkový emergentný systém a ako s ním budeme pracovať po 1. apríli 2017. Zároveň som uvítala aj účasť zástupcu NCZI a jeho prednášku o zavádzaní e-health systému na úrovni lekární. Som rada, že aj vďaka našim pripomienkam si kompetentní uvedomili rozsiahlosť uvedeného systému a tiež jeho nedostatky.
- 2 Uvítala by som podobný seminár ako bol tento orientovaný na novinky v legislatíve, so zástupcami regionálnej organizácie ako našej stavovskej organizácie a prípadné novinky z farmaceutického trhu.
- 3 Som rada, že aj v súčasnej dobe sa venuje veľká pozornosť príprave IPLP liekov. Uvítala som aj ja možnosť školení pri príprave magistraliter liečiv, v súčasnosti je ale situácia na trhu skôr sťažená tým, že mnohí lekári nekomunikujú aktívnejšie s konkrétnou lekárnou, či uvedené prípravky môže lekáreň zrealizovať, nakoľko niektoré už sú obsoletné alebo chýbajú na našom trhu dostupné suroviny. Uvidíme, čo nám v uvedenom prinesie budúcnosť.



Po skončení seminára sme sa vás pýtali na vaše názory.


MED-ART educatio
celoslovenský odborný seminár
 v Novom Smokovci

Ďalší celoslovenský odborný seminár z projektu MED-ART educatio sa uskutočnil 20. mája 2017 v Hoteli Atrium v Novom Smokovci. Vydarený 8-kreditový seminár, ktorého atmosféru tentokrát umocňovali krásy Vysokých Tatier, bol rovnako predchádzajúci seminár nabitý informáciami.

**NOVÝ SYSTÉM
MÁ SLŪŽIŤ PACIENTOM
AJ POSKYTOVATEĽOM
ZDRAVOTNEJ STAROSTLIVOSTI**

Stále aktuálnou témou je elektronizácia zdravotníctva z pohľadu lekárnik, ktorej sa venoval riaditeľ úseku prevádzky eHealth – Ing. Marian Šimegh z Národného centra zdravotníckych informácií. Snahou Národného centra zdravotníckych informácií a celého rezortu zdravotníctva je, aby bol systém elektronizácie zdravotníctva v plnej prevádzke podľa aktuálne platnej legislatívy od 1. januára 2018 a bol prínosom pre pacientov a poskytovateľov zdravotnej starostlivosti. S tým je však spojených množstvo nezodpovedaných otázok, o ktorých sa po prednáške diskutovalo.

WORKSHOP

Na elektronizáciu zdravotníctva nadviazal Mgr. Juraj Svitač z firmy NRSYS, ktorého prednáška bola prepojená s workshopom, kde boli návštevníkom zodpovedané otázky a predvedené priamo v praxi.

REGISTER PARTNEROV VEREJNÉHO SEKTORA

V aktuálnej problematike sa pokračovalo aj ďalej, pretože poskytovateľom zdravotnej starostlivosti pribudli počnúc rokom 2017 nové povinnosti – nakoľko prijímajú finančné prostriedky z verejného zdravotníctva, sú považovaní za partnerov verejného sektora. Ak splňajú obratovú podmienku, musia sa povinne v termíne do 31. júla 2017 registrovať do Registera partnerov verejného sektora len prostredníctvom oprávnenej osoby. Viac sa o problematike dozviete v samostatnom článku na stránkach nášho časopisu.



Vysokoaktuálnu tému s názvom Register partnerov verejného sektora objasnila Ing. Marcela Bošková.

AKTUÁLNA SITUÁCIA V POĽSKU

Prednášajúci Hubert Szewczyk z Poľska, ako zahraničný prednášajúci v projekte MED-ART educatio, priblížil účastníkom aktuálnu situáciu na poľskom trhu lekárni z pohľadu nezávislosti lekárne, ako aj siete, čím rozšíril obzory lekárnikov aj za hranice Slovenska.

**CENOTVORBA A PROPAGÁCIA
AKO SPÔSOB ODLÍŠENIA SA OD KONKURENCIE**

Slovenskému trhu z pohľadu marketingu sa venoval Mgr. Róbert Ďuriš, ktorý poskytol tipy na zvýšenie príjmov lekárne z pohľadu cenotvorby, ako aj z pohľadu propagácie. Tá predstavuje spôsob, akým sa možno odlíšiť od konkurencie a poskytnúť pacientom výhodu napr. vo forme zliav, vďaka čomu sa do lekárne či výdajne radi vrátia, čo je veľmi dôležité pre udržanie si pacienta. Udržanie pacienta a budovanie lojality predstavuje totiž menej nákladný spôsob ako získanie nového pacienta, čo rovnako ako cenotvorba prispieva k zvýšeniu príjmov lekárne, ktoré sa dajú využiť rôznorodým spôsobom, napr. inováciou officíny, školením personálu atď.

ODBORNÉ PREDNÁŠKY

Zaujímavé boli aj prednášky týkajúce sa individuálnej prípravy liekov spojené s workshopom, desať mýtov o osteoartróze a samoliečba diskomfortu pojednávajúca o gynekologických ťažkostiach súvisiacich so zápalmi, ktoré čoraz častejšie ženy riešia samoliečbou, ktorá je spojená s rizikami a potrebou hľadania možností dispenzácie nad rámec štandardného dispenzačného minima.

SLeK A NOVELA ZÁKONA O LIEKU

Záštitu nad edukačným podujatím opäť prevzala Slovenská lekárska komora, v rámci ktorej sa predstavil prezident komory PharmDr. Ondrej Sukeľ. Svoju prednášku viedol interaktívnym spôsobom s množstvom nových informácií vyvíjajúcich sa v priebehu času v súvislosti s novelou zákona o lieku. Účastníkom bol k dispozícii, rovnako ako na seminári v Senci, mobilný sekretariát.



Súčasťou seminára bola aj prezentácia produktov farmaceutických spoločností.

pozývame vás na

**MED EXPO
NITRA
2017**

 Slovenský farmaceutický
 veľtrh s medzinárodnou
 účasťou

a

**IV. Zoborské
lekárnické dni**

 23. septembra 2017,
 Výstavisko Agrokomplex
 Nitra


Základné rozdelenie veterinárnych diét



PES	ZDRAVOTNÝ STAV	MAČKA
	ENDOKRINNÉ PORUCHY	y/d
w/d r/d Metabolic Metabolic + Mobility	ZVIERATÁ S NADVÁHOU	w/d r/d Metabolic + Urinary Stress Metabolic m/d
t/d	DENTÁLNE ŤAŽKOSTI	t/d
i/d Stress Mini i/d w/d z/d Mini z/d i/d Sensitive d/d t/d i/d Low Fat r/d	GASTROINTESTINÁLNE ŤAŽKOSTI	i/d w/d d/d r/d t/d z/d
j/d Reduced Calorie j/d Metabolic + Mobility	PODPORA KLBOV	j/d
u/d k/d	OCHORENIA OBLIČIEK	k/d
w/d s/d u/d c/d Multicare	MOČOVÉ KAMENE U PSOV	
	OCHORENIA DOLNÉHO MOČOVÉHO TRAKTU U MAČIEK (FLUTD)	s/d c/d Multicare k/d Metabolic + Urinary Stress c/d Urinary Stress c/d Urinary Stress Reduced Calorie
d/d z/d Mini z/d Derm Defense	KOŽNÉ ŤAŽKOSTI	d/d z/d
l/d a/d h/d u/d	ŤAŽKOSTI S PEČEŇOU	l/d a/d m/d
h/d k/d w/d	SRDCOVÉ ŤAŽKOSTI	l/d k/d
w/d r/d i/d Sensitive t/d	CUKROVKA	m/d w/d r/d
a/d i/d i/d Sensitive	REKONVALESCENCIA	a/d i/d
n/d	ONKOLÓGIA	

Dňa 5. apríla 2017 sa pod záštitou rektorky Univerzity veterinárskeho lekárstva a farmácie v Košiciach prof. MVDr. Jany Mojžišovej, PhD., konal 60. ročník študentskej vedeckej konferencie ŠVOČ. Na konferencii obohatenej medzinárodnou účasťou, okrem zahraničných študentov UVLF v Košiciach a štyroch hostí z Univerzity prírodných vied vo Varšave, bolo prezentovaných 61 prác. Rokovania 60. ročníka Študentskej vedeckej konferencie ŠVOČ sa uskutočnili v piatich sekciách: predklinickej, klinickej, hygieny potravín a prostredia, farmaceutickej a sekcii bakalárskeho štúdia.

60. ročník študentskej vedeckej konferencie ŠVOČ



MVDr. Rudolf Andraško, riaditeľ prešovskej pobočky MED-ART, vo svojom príhovore vyzdvihol, že záujmom spoločnosti MED-ART je neustále preukazovanie podpory na zlepšovanie vzťahu medzi praxou, pedagogickou a študentskou základňou.

Konferenciu v aule pavilónu morfológických disciplín UVLF v Košiciach otvorila rektorka prof. MVDr. Jana Mojžišová, PhD. V slávnostnom príhovore vyzdvihla význam študentskej vedeckej a odbornej činnosti, ktorá vedie k stále sa zlepšujúcej úrovni prihlásených prác a prezentácií. Pri príležitosti jubilejného 60. ročníka študentskej vedeckej konferencie ocenila pamätným listom a mimoriadne vyzdvihla výrazný podiel prof. MVDr. Márie Goldovej, PhD., na úspešnom organizovaní ŠVOČ v minulých rokoch.

V príhovore MVDr. Mariána Prokeša, PhD., bola zhrnutá história študentských vedeckých konferencií. Prvá sa konala už v roku 1955 a v rámci ostatných ročníkov bolo prezentovaných množstvo prác študentov, práve ktorých prvé skúsenosti vo vedeckej činnosti boli spojené so ŠVOČ na akademickej pôde veterinárnej univerzity v Košiciach.

Prvé tri hlavné ceny v každej sekcii odovzdala rektorka UVLF v Košiciach prof. MVDr. Jana Mojžišová, PhD.

Generálnym sponzorom študentskej vedeckej konferencie bola firma Zoetis. Podujatie podporila spoločnosť MED-ART, slovenský veľkodistribútor humánnych a veterinárnych liekov a zdravotníckych pomôcok, Komora veterinárnych lekárov SR, Slovenská lekárska komora a Základná organizácia Odborového zväzu pracovníkov školstva a vedy pri UVLF v Košiciach a ďalšie spoločnosti.

MED-ART v zastúpení riaditeľom závodu 03 v Malom Šariši MVDr. Rudolfom Andraškom svojím príspevkom podporil nákup odbornej literatúry v Edičnom stredisku UVLF v Košiciach. MVDr. Rudolf Andraško a Mgr. Dana Sučková,



regionálny obchodný zástupca MED-ARTu, sa podieľali aj na podpore organizačného zabezpečenia 60. študentskej vedeckej konferencie ŠVOČ.

V záverečnom príhovore prof. MVDr. Zita Faixová, PhD., prorektorka pre výchovno-vzdelávaciu činnosť, oznámila prítomným, že práce ocenené odbornými porotami budú uverejnené vo vedeckom časopise Folia Veterinaria. Ďalej uviedla, že odbornými porotami vybrané a ocenené príspevky budú reprezentovať UVLF v Košiciach na 3. medzinárodnej vedeckej konferencii študentov veterinárskej medicíny, ktorú organizuje Univerzita prírodných vied vo Varšave v dňoch 13. a 14. mája 2017. Poďakovala všetkým študentom za kvalitu, aktuálnosť a výbornú úroveň ich prác, divákovi za plodné diskusie v jednotlivých sekciách, poďakovala takisto členom odborných porôt, sponzorom, organizačnému výboru za spoluprácu a vyzdvihla úsilie školiteľov, ktorí pripravili študentov na svoje prvé vedecké prezentácie. Všetkým účastníkom konferencie popriala veľa osobných a pracovných úspechov.

prof. MVDr. Mária Goldová, PhD.,
odborná a organizačná
garantka ŠVOČ

Mgr. Dana Sučková,
obchodný zástupca MED-ART

lekárne, pozor na novú registračnú povinnosť

hrozia vám vysoké sankcie

Prijatím protischránkového zákona vznikla lekárňam nová registračná povinnosť. Za jej nesplnenie hrozia prísne finančné sankcie nielen samotnej lekárni, ale aj jej predstaviteľom. Tento článok vám vysvetlí o akú registračnú povinnosť ide a poradí, ako sa sankciám vyhnúť.

REGISTER PARTNEROV VEREJNÉHO SEKTORA

Register partnerov verejného sektora. Takto sa volá nový register, kde sa musí zaregistrovať väčšina poskytovateľov zdravotnej starostlivosti, teda aj lekárne a to už do 31. júla 2017. Ide o verejne dostupný register, ktorý je vedený na webovej stránke Ministerstva spravodlivosti SR. Cieľom tohto registra je sprístupniť verejnosti informáciu o tom, kto je skutočným vlastníkom spoločnosti, ktorá obchoduje so štátom, či so zdravotnou poisťovňou.

POVINNOSŤ REGISTRÁCIE

Do Registra partnerov verejného sektora sa musia lekárne registrovať vtedy, ak súčasne spĺňajú nasledujúce dve podmienky:

1. Majú uzatvorenú zmluvu s aspoň jednou zdravotnou poisťovňou.
2. Ich fakturácia do aspoň jednej zdravotnej poisťovne za kalendárny rok prekračuje 250 tisíc eur. Limit 250 tisíc eur je ročný a posudzuje sa za každú zdravotnú poisťovňu samostatne. Stačí, ak je prekročený pre jednu z nich. Dôležité je však spomenúť, že 250 tisíc eur je suma vrátane DPH.



Ing. Marcela BOŠKOVÁ
A&T solutions s.r.o., Farská 10, Nitra
Web: www.atsolutions.sk
Facebook: @atsolutions.sk
E-mail: info@atsolutions.sk
Tel: 0948 198 560

REGISTRÁCIA IBA CEZ OPRÁVNENÚ OSOBU

Protischránkový zákon bol prijatý s cieľom, aby štát poznal skutočných majiteľov firiem a aby odhalil, či skutočnými vlastníkmi nie sú politicky činné osoby. Nakoľko existovala obava, že by firmy o sebe nepovedali o pravdu, štát určil, že do nového registra sa firmy zapisujú iba prostredníctvom oprávnenej osoby. Oprávnená osoba je nezávislý subjekt a môže ňou byť iba advokát, notár, daňový poradca, audítor či banka. Oprávnená osoba ručí štátu za to, že firma o svojich majiteľoch prizná pravdu.

Lekáreň si teda musí nájsť a zazmluvniť oprávnenú osobu. Následne musí oprávnenej osobe predložiť viaceré dokumenty o svojich skutočných majiteľoch a o ich angažovaní sa v politike. Až potom vypracuje oprávnená osoba registračné dokumenty, ktoré zašle na súd. Súd formálne preskúma podklady vypracované oprávnenou osobou. Ak s nimi bude súhlasiť, registráciu schváli a lekárne sa následne objaví zapísaná v Registri partnerov verejného sektora.

TERMÍN REGISTRÁCIE

Lekárne musia mať registráciu vybavenú v termíne do konca júla 2017. Ostáva na ňu teda relatívne málo času. Nakoľko je proces registrácie časovo náročný, neoplatí sa s ňou čakať na poslednú chvíľu.

PRÍSNE SANKCIE NIELEN PRE LEKÁREŇ, ALE AJ PRE JEJ PREDSTAVITEĽOV

Ak sa lekárne nezaregistruje do Registra partnerov verejného sektora, alebo ak nezverejní pravdivé údaje o svojich majiteľoch či ich politických funkciách, hrozia jej veľmi prísne sankcie. Tou najzávažnejšou je až ukončenie zmluvného vzťahu so zdravotnými poisťovňami, čo by vlastne pre lekárne mohlo znamenať koniec jej existencie.

Ukončenie zmluvy so zdravotnou poisťovňou je však extrémna sankcia, ktorej predchádza finančný postih vo výške zisku lekárne. Ak by nebolo možné zisk určiť, pokuta pre lekárne je v rozmedzí 10 tisíc až 100 tisíc eur.

Zároveň s pokutovaním lekárne sa vyrubujú pokuty aj jej štatutárom. Finančná pokuta je v rozmedzí 10 tisíc až 100 tisíc eur pre každého z nich. Zároveň sú predstavitelia lekárne postihnutí tým, že nesmú byť štatutárom ani v inej spoločnosti na území SR po dobu troch rokov.

BYROKRACIA, KTOREJ SA LEKÁREŇ NEVYHNE

Protischránkový zákon prináša lekárňam nové povinnosti. Tieto môžu splniť iba prostredníctvom oprávnenej osoby. Lekárne sa preto novej byrokracii a zvýšeným nákladom určite nepotešia. Avšak za ignorovanie zákona hrozia lekárňam a jej predstaviteľom v určitých prípadoch až likvidačné sankcie. Preto im nezostáva nič iné, iba novú protischránkovú legislatívu akceptovať a svoje zápisy do Registra partnerov verejného sektora neodkladať a vybaviť ich čo najskôr.

na otázky lekárníkov k Registru partnerov verejného sektora odpovedá priamo oprávnená osoba

■ Ako sa sleduje obrat 250 tisíc eur?

Povinnosť zápisu do Registra partnerov verejného sektora majú lekárne vtedy, ak ich obrat prekračuje 250 tisíc eur za kalendárny rok. Táto suma je už hodnota vrátane DPH. Do tohto obratu sa nezahŕňajú priame platby od pacientov. Zároveň sa obrat 250 tisíc eur sleduje za každú zdravotnú poisťovňu samostatne. Pre povinnosť sa registrovať postačuje, ak je obrat prekročený v jednej zo zdravotných poisťovní, napríklad vo Všeobecnej zdravotnej poisťovni.

■ Ako prakticky zistiť, či lekárne obrat prekročila?

Lekáreň by si mala skontrolovať vo svojom lekárenskom softvéri koľko fakturovala na jednotlivé zdravotné poisťovne. Keďže ide o novú povinnosť, doporučujem si pozrieť údaje za rok 2016. Ak ste napríklad na Všeobecnú zdravotnú poisťovňu v roku 2016 fakturovali viac ako 250 tisíc eur, je predpoklad, že obrat prekročíte aj v roku 2017. Lekáreň by sa teda mala registrovať.

■ Dokedy musí byť registrácia hotová?

Lekárne musia mať registráciu vybavenú do 31. júla 2017. S registráciou však nedoporučujem čakať na poslednú chvíľu. Práve naopak, je vhodné ju vybaviť čo najskôr. Dôvodom je, že samotnému zápisu do Registra partnerov verejného sektora predchádzajú viaceré časovo náročné kroky. Zároveň predpokladáme nápor v posledných júlových dňoch. Keďže sa registrácia musí vybavovať iba elektronicky, nie je známe, či štátne systémy tento nápor elektronických registrácií zvládnu. Kvôli týmto dôvodom by lekárne mali termín 31. júl 2017 nemusela stihnúť a to by znamenalo automaticky sankcie.

■ Ako v praxi vyzerá proces registrácie?

V prvom kroku si musí lekárne nájsť a zazmluvniť oprávnenú osobu. Štát totiž ohľadne registrácie komunikuje výhradne s oprávnenou osobou. Prípadné listy, či žiadosti v tejto veci od samotnej lekárne neberie štát a jeho inštitúcie do úvahy. Oprávnená osoba potom musí pred samotnou registráciou vykonať sériu rôznych verifikácií. Kontroluje skutočných vlastníkov lekárne a zisťuje, či nie sú verejne činnými osobami. Tento proces nie je žiadna formalita. Práve naopak. Lekáreň by sa mala pripraviť na to, že bude musieť oprávnenej osobe predkladať rôzne notársky overené dokumenty a podpisovať viaceré čestné prehlásenia. Oprávnená osoba následne spracuje verifikačný dokument. Ten je povinnou prílohou návrhu na zápis lekárne do Registra partnerov verejného sektora. Ak je súd s dokladmi predloženými oprávnenou osobou spokojný, lekárne do registra zapíše.

■ Je zmluva s oprávnenou osobou iba formalita?

Oprávnená osoba komunikuje v mene lekárne so štátom. Ak spraví chybu, lekárne nebude do registra zapísaná alebo z neho bude vymazaná. Problém však nemusí vzniknúť hneď pri prvom zápise. Povinnosti oprávnenej osoby trvajú naďalej. V pravidelných intervaloch musí vykonávať overovania stavu vlastníckej štruktúry. Ak prišlo k akejkoľvek zmene, musí o nej v mene lekárne ihneď informovať súd. Ak by si tieto povinnosti oprávnená osoba neplnila, dostane od štátu pokuty, avšak trest postihne aj samotnú lekárne. Môže byť vymazaná z Registra partnerov verejného sektora, čo pre ňu vlastne znamená, že jej zdravotné poisťovne nemôžu ďalej preplácať dodané lieky. Zároveň budú lekárne aj jej predstavitelia pokutovaní sankciami do 100 tisíc eur. Výber oprávnenej osoby je teda dôležitý.

■ Kto môže byť oprávnená osoba?

Oprávnenou osobou môže byť advokát, notár, daňový poradca, audítor alebo banka. Tieto osoby majú vydané špeciálne licencie, ktoré preukazujú ich odbornosť vo svojej profesii. Činnosť vykonávajú buď ako fyzická osoba alebo majú založenú spoločnosť. Ak majú založenú spoločnosť, aj tá musí mať udelenú

licenciu na niektorú z vymenovaných činností.

Oprávnenou osobou nemôže byť ekonómka, účtovníčka, právnik či konzultant, ak nemajú licenciu na poskytovanie daňového poradenstva, advokácie či auditu.

Ešte upozorňujem, že oprávnené osoby majú zakázané používať sprostredkovateľov, či tretie osoby na výkon činností oprávnenej osoby. Oprávnené osoby musia vždy komunikovať s klientom napriamo. Ak to tak nie je, a lekárne osloví sprostredkovateľ, na mieste je zvýšená opatnosť.

■ Ako si vybrať oprávnenú osobu?

V prvom rade by sa lekárne pri výbere oprávnenej osoby mala uistiť, že komunikuje priamo s oprávnenou osobou. Čiže niekým, kto má oprávnenie na svoju činnosť. Pozor teda na rôznych sprostredkovateľov. Služby oprávnenej osoby sú platené. Náklady musia znášať lekárne. Treba rátať s tým, že si oprávnené osoby účtujú cenu za zápis do Registra partnerov verejného sektora a následne paušálne poplatky. Jedným z kritérií výberu teda môže byť cena. Ďalšími kritériami výberu oprávnenej osoby by mohlo ešte byť, aké má oprávnená osoba reálne skúsenosti na trhu. Či vie poradiť v špecifickej situácii, ktorú majú napríklad lekárne. Alebo či poskytuje klientom informačný servis pri zmene legislatívy a či ich bude informovať zrozumiteľne a včas a prípadných nových povinnostiach. Často je tiež vhodné si nechať oprávnenú osobu odporučiť od obchodného partnera, ktorý s ňou už má skúsenosti.

■ Ste oprávnená osoba, dá sa registrácia vybaviť aj cez vás?

Pracujem v spoločnosti A&T solutions, ktorá je daňový poradca. Na našu činnosť máme licenciu udelenú Slovenskou komorou daňových poradcov. Služby zápisu do registra partnerov verejného sektora bežne poskytujeme. Máme tím odborníkov, ktorí sa o klienta vedia komplexne a profesionálne postarať. Našou výhodou je, že sme špecialisti na zdravotníctvo a preto presne rozumieme potrebám subjektov v zdravotníctve a teda aj potrebám lekární. Okrem iného publikujeme odborné príspevky v Hospodárskych novinách a na našej webovej stránke www.atsolutions.sk. Záujemcom o zápis do Registra partnerov verejného sektora sme plne k dispozícii.

Na otázky odpovedala:

Ing. Marcela Bošková, oprávnená osoba Registra partnerov verejného sektora, daňová poradkyňa a riaditeľka zo spoločnosti A&T solutions. Špecializáciou daňovej poradkyne je oblasť zdravotníctva.



Problematike verejného obstarávania sme sa už venovali v poslednom vydaní štvrťročníka MEDIUM v roku 2016. Konštatovali sme, že verejné obstarávanie upravuje novela zákona o verejnom obstarávaní č. 343/2016 Z. z., ktorá vstúpila do platnosti 16. apríla minulého roka. Z predmetnej novely pre ústavné zdravotnícke zariadenia vyplýva dôležitý fakt. V prípade, že v akejkoľvek forme je ich zriaďovateľom štátna, verejnoprávna, resp. samosprávna inštitúcia, sú v zmysle § 7, ods.1, písm. d) tohto zákona verejným obstarávateľom povinným dodržiavať ustanovenia zákona o verejnom obstarávaní.

verejné obstarávanie vo verejných lekárňach prevádzkovaných nemocnicami



Ing. Mikuláš DUNDA, MPH
Key Account Manager Hospital MED-ART

Pri verejnom obstarávaní liekov je nevyhnutné spomenúť nepriamu novelu zákona o verejnom obstarávaní č. 282/2006 Z. z., na základe ktorej sa na obstarávanie liekov a zdravotníckych pomôcok nevzťahujú osobitné predpisy, teda pre potreby verejného obstarávania sa na lieky vzťahujú ustanovenia ako na tovar bežne dostupný na trhu. Preto sú nemocnice pri ich obstarávaní povinné používať metódy definované zákonom o verejnom obstarávaní.

Pomerne jasnú situáciu skomplikoval **prikaz č. 3 Ministra zdravotníctva SR Tomáša Druckera zo dňa 7. 6. 2016, v ktorom v čl. 1 s účinnosťou od 15. 6. 2016 okrem iného prikázal štatutárom nemocníc, kde je zriaďovateľom Ministerstvo zdravotníctva SR, aby:**

1. **vypovedali nájomné zmluvy** verejným lekárňam, ktoré sú umiestnené v priestoroch nemocníc, ak to nájomná zmluva umožňuje
2. **neuzatvárali žiadne nové nájomné zmluvy**, vrátane dodatkov k už existujúcim zmluvám s prevádzkovateľmi verejných lekární umiestnených v priestoroch nemocníc



3. **zdržali sa akéhokoľvek konania**, v dôsledku ktorého by došlo k predĺženiu platných nájomných vzťahov s prevádzkovateľmi verejných lekární, ktoré sú umiestnené v priestoroch nemocníc
4. **neprijímali žiadne rozhodnutie** týkajúce sa prenájmu nehnuteľného majetku nemocnice za účelom prevádzkovania zariadenia lekárenskej starostlivosti tretími osobami
5. minimálne 90 dní pred skončením nájomného vzťahu s verejnou lekárnou **požiadali príslušný orgán o vydanie povolenia na poskytovanie lekárenskej starostlivosti** v zariadení lekárenskej starostlivosti v takom rozsahu, v akom bolo prevádzkované držiteľmi povolenia ku dňu ukončenia nájomného vzťahu.

Týmto príkazom minister zdravotníctva de facto nariadil nemocniciam vo svojej pôsobnosti zriaďovať verejné lekárne.

V súlade s horeuvedeným príkazom podnikli viaceré nemocnice kroky smerujúce k získaniu povolenia k prevádzkovaniu lekárenskej starostlivosti a k dnešnému dňu ho aj viaceré získali. Následne boli postavené pred problém, akou formou obstarat' do verejnej lekárne lieky a zdravotnícke pomôcky, keďže v zmysle zákona o verejnom obstarávaní sú nespochybniteľne verejným obstarávateľom povinným pri obstarávaní dodržiavať ustanovenia tohto zákona.

Viaceré z nich oslovili Ministerstvo zdravotníctva SR, resp. Úrad pre verejné obstarávanie, ktoré im viac menej zopakovali všeobecnú a takmer nič nevysvetľujúcu formulku o ich povinnosti postupovať v zmysle platnej legislatívy.

Ak sa však bližšie pozrieme na zákon o verejnom obstarávaní, zistíme, že v konečnom dôsledku sa nejedná o problém. Tento zákon v § 7, ods. 1, písm. d) definuje väčšinu nemocníc ako „verejného obstarávateľa povinného pri obstarávaní dodržiavať ustanovenia tohto zákona“.

Paragraf č. 1 zákona o verejnom obstarávaní v ods. 2) zároveň exaktne definuje činnosti a tovary, na ktoré sa tento zákon nevzťahuje. Písmeno r) tohto odstavca hovorí, že tento zákon sa nevzťahuje ani na:

„civilnú zákazku na dodanie tovaru určeného na ďalší predaj alebo nájom tretím osobám, ak obstarávateľ nemá osobitné právo alebo výlučné právo predávať alebo prenajímať tento tovar a iná osoba môže ten istý tovar predávať alebo prenajímať za rovnakých podmienok ako obstarávateľ, okrem takejto zákazky, ak ju zadáva centrálna obstarávacia organizácia“.

Keďže v úvode článku sme definovali legislatívne normy, podľa ktorých sa pri verejnom obstarávaní hľadí na lieky a zdravotnícke pomôcky ako na bežne dostupný tovar, tak podľa viacerých právnych názorov možno použiť citované ustanovenie zákona aj na nákup liekov do verejnej lekárne. Jedná sa totiž rovnako o nákup tovaru na predaj tretej osobe (pacientovi), pričom za rovnakých podmienok môžu túto činnosť vykonávať aj iné subjekty (privátne verejné lekárne).

Z uvedenej analýzy vyplýva, že nemocnica je verejným obstarávateľom, ale pri nákupe liekov a zdravotníckych pomôcok do verejnej lekárne nemusí používať žiadnu z metód verejného obstarávania. Pri výbere dodávateľa sa teda môže riadiť internými kritériami a prioritami, ako je spoľahlivosť distribútora, dostupnosť tovaru, metódy objednávaní a kvalita logistiky, resp. iné služby.

Za konzultáciu uvedenej problematiky ďakujem PharmDr. Eve Rybákovej z NsP Poprad a. s. a PharmDr. Vasilovi Šatníkovi zo Stredoslovenského ústavu srdcových a cievnych chorôb v Banskej Bystrici.



Odporúčam Seni,
pretože
ma presvedčila
prvotriedna kvalita
a široký výber
produktov

seni



Seni Lady sú optimálnym riešením pre dámy, ktoré si chcú život vychutnávať naplno a bez obmedzení.

Dostupné v 6 veľkostiach pre každý stupeň inkontinencie.



Objednajte si bezplatnú vzorku na www.seni-sk.sk



MED-ART

zo života farmaceutov

Od viacerých kolegov som opakovane počul otázku, prečo „toto všetko“ a „aký to má význam“ a nezriedka aj „čo z toho máš“. Nezriedka s podtónom konštatovania a, žiaľ, už aj priameho obvinenia v duchu „len tak by si to nerobil...“.



Slovenská lekárska komora – povinnosť byť lídrom

Najväčšou inšpiráciou posledných rokov sú pre mňa študenti farmácie, ktorí napriek mnohým študijným povinnostiam venujú značnú časť svojho voľného času práci v prospech študentských spolkov. Vydávajú časopis, organizujú mnohé podujatia, sprostredkujú medzinárodné výmeny, účasti na konferenciách, študijné pobyty či kontakt s budúcimi zamestnávateľmi. V tomto roku dokázali vyhrať prestížnu súťaž študentských časopisov **Štúrovo pero**, kde boli konfrontovaní s mnohými časopismi budúcich novinárov. Aj to je dôkazom univerzálnej a všestrannosti povolania farmaceuta.

Títo študenti pochopili moderný obsah pojmu samospráva. Akademická samospráva je našej stavovskej samospráve ideovo najbližšia; podobná všeobecná akceptácia by mala byť – a verím, že aj je – cieľom našich snažení. Tak ako spoločnosť rešpektuje akademickú nezávislosť, musí rešpektovať aj samosprávu stavovskú. Čokoľvek iné je latentným prejavom neslobody a som rád, že drvivá väčšina farmaceutov si túto skutočnosť uvedomuje a že počet členov Slovenskej lekárskej komory z mesiaca na mesiac rastie.

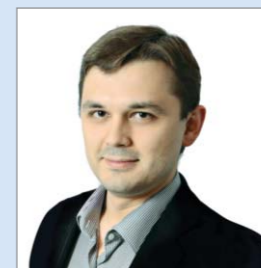
Byť však pasívnou inštitúciou, plniacou si iba zákonom stanovené úlohy, je málo na to, aby sme mohli hrdo niesť pojem samospráva. A tak ako sú aktivity našich budúcich kolegov nádejou a zárukou profesijnej budúcnosti, musí byť naša aktuálna činnosť jednak dôstojnou reflexiou spoločenskej prítomnosti a zároveň splatením dlhu našim predchodcom, ktorí nám zverili výsledky svojho osobného nasadenia. V tejto kombinácii sme povolaní byť ideovým lídrom lekárenstva.

S doznievaním a presahom vlnajších projektov SLeK v týchto dňoch štartuje kľúčová tohtoročná aktivita. To **doznievanie** je priam šokujúco vysoký záujem o publikácie vlnajších osvetových kampaní a **presahom** je jednak profesionalizácia činnosti sekretariátu, ale aj etablovanie nových vzdelávacích podujatí, spolupráca s novými partnermi či nový časopis. Kľúčovým projektom je osvetová kampaň **Interakcie liekov**.

Pacient dnes na internete hľadá a nachádza množstvo informácií. Bolo by naivné myslieť si, že tento fenomén doby zmeníme. Skrátka – aj my lekárnici musíme akceptovať technologický vývoj a naučiť sa **správne** reagovať na pacienta vyzbrojeného **nesprávnymi** informáciami. Zároveň je potrebné, aby sme aj vo virtuálnom svete dokázali obhájiť našu pozíciu a sebavedome deklarovať, že jediným relevantným a dôveryhodným zdrojom akejkoľvek informácie o lieku je farmaceut. Slovenská lekárska komora v tomto duchu nielen sprístupňuje všetkým občanom Slovenskej republiky najrozsiahlejšiu databázu liekových interakcií, ale zároveň túto aplikáciu prepája s konkrétnymi lekárnikmi.

Osobne sa na tento projekt veľmi teším – na jeho priebeh, realizáciu, ale aj na výsledky. Podobné projekty v zahraničí úspešne priniesli kvalitné dáta, ktoré dokázali presvedčiť regulátorov o prínose širšieho zapojenia lekárnikov do systému starostlivosti o pacienta. Naše intervencie dokážu zvýšiť compliance pacienta, zlepšiť zdravotné výsledky, ale aj prispieť k efektívnemu využívaniu vzácnych zdrojov. My vieme už dávno, minimálne od prelomovej publikácie Heplera a Strandovej z roku 1990, že farmaceut je kľúčový expert vo farmakoterapii.

Nastal čas, aby sa túto pravdu dozvedeli všetci.



PharmDr. Ondrej SUKEL
prezident Slovenskej lekárskej komory



Osvetové kampane SLeK

pokračujú témou venovanou interakciám liekov

Slovenská lekárska komora po úspešnom projekte osvetových kampaní, ktorý zrealizovala v minulom roku pri príležitosti Roka farmaceuta ako pomáhajúcej profesie, prináša jeho pokračovanie. Osvetová kampaň je v roku 2017 zameraná na problematiku interakcií liekov.

Interakcie liekov sa stávajú dôležitou témou, ktorej sa doposiaľ nevenovalo veľa pozornosti. Polymorbidity a súvisiaca polypragmázia potencujú riziko vzájomného spolupôsobenia liekov, ktoré môže viesť k vážnym nežiadúcim dôsledkom. Nemenej rizikové sú interakcie liekov s niektorými potravinami. Rozvoj poznatkov a technologický pokrok dnes umožňujú efektívne a rýchle zhodnotenie potenciálnych rizík vyplývajúcich z liekových interakcií.

Podľa prezidenta Slovenskej lekárskej komory PharmDr. Ondreja Sukeľu je kampaň určená predovšetkým pre farmaceutov vo verejných lekárňach, aktívne však zapája aj samotných pacientov. Súčasťou projektu je aktívny prístup do najväčšej databázy liekových interakcií pre lekáre a aplikácia pre pacientov, ktorá im poskytne možnosť rýchleho a laicky zrozumiteľného vyhodnotenia rizík užívanej kombinácie liekov. Pri vyššom klinickom riziku ponúkne pacientovi možnosť konzultácie v niektorej z lekární zapojenej do projektu.

Databáza obsahuje takmer 600 tisíc citácií odbornej literatúry a podrobnú charakteristiku viac než 160 tisíc potenciálnych liekových interakcií aj s ich klinickým významom a návrhom riešenia.

„Podobné projekty doposiaľ poskytovali informácie iba zdravotným poisťovníkam či lekárom – Slovenská lekárska komora tak prvýkrát aktívne zapojí do zodpovednosti za svoju liečbu aj pacientov,“ zdôraznil PharmDr. Ondrej Sukeľ.

Cieľom projektu je zvýšiť povedomie širokej verejnosti o liekových interakciách a predstaviť farmaceuta ako prvotného konzultanta problematiky liekových interakcií a lekáre ako relevantného zdroja akýchkoľvek informácií o liekoch. Kampaň zároveň umožní získanie celoslovenských údajov o rizikovej preskripcii, návrh intervencií a analýzu potenciálnych úspor verejných zdrojov.

Súčasťou je aj Akadémia liekových interakcií pre farmaceutov verejných a nemocničných lekární, na ktorých si prehľadujú svoje vedomosti o liekových interakciách. Lekári zo zapojených lekární absolvovali v uplynulých týždňoch dvojdnové vzdelávacie podujatie, ktoré sa uskutočnilo v Banskej Bystrici, Košiciach, Žiline a Bratislave. Na podujatiach si rozšírili svoje vedomosti v oblasti interakcií liekov a po úspešnom teste získali certifikát.

Slovenská lekárska komora zároveň sprístupní databázu liekových interakcií študentom a pedagógom Farmaceutickej fakulty Univerzity Komenského v Bratislave pre vedecké a pedagogické účely. „Sme radi, že aj týmto spôsobom môžeme ako stavovská organizácia prispieť k oslavám 65. výročia založenia Farmaceutickej fakulty a symbolicky tak vyjadriť vďaka za vzdelanie tisícok slovenských lekárníkov,“ uviedol prezident SLeK.

Prínosom projektu bude okrem identifikácie najčastejších rizikových kombinácií liekov aj poukázanie na neefektívnu terapiu či možné duplicity a z týchto údajov vyplývajúce návrhy na efektívnejšie využívanie verejných zdrojov. Skúsenosti zo zahraničia poukazujú práve na pozitívny vplyv zapojenia farmaceutov do hodnotenia farmakoterapie na výsledky pacientov, ako aj na zníženie nákladov na lieky za zdravotnú starostlivosť.

z pohoria Altaj

výživové doplnky

Evalar je jedným z najväčších výrobcov výživových doplnkov v Rusku už viac ako 25 rokov. V našej ponuke je viac ako 200 výrobkov na prírodnej báze. Poslaním spoločnosti je poskytnúť každému človeku príležitosť na zachovanie svojho zdravia a kvality života, a to prirodzenou cestou. Rozsah činnosti spoločnosti zahŕňa výrobu biologicky aktívnych prísad do potravín a špeciálnych potravinových výrobkov vo forme tabliet, kapsúl, tekutých koncentrátov a čajových vrecúšok.

V čom spočíva naša výnimočnosť? V nedotknutej časti pohoria Altaj má spoločnosť Evalar vlastné plantáže, na ktorých pestuje viac ako 30 druhov bylín, ktoré sú zdrojom najúčinnejších, čisto prírodných surovín. Evalar bol jedným z prvých výrobcov výživových doplnkov, ktorý vytvoril uzavretý cyklus výroby z plantáže až po finálny výrobok. Plantáže sa nachádzajú len 30 minút od výrobného závodu. Tento jedinečný systém vývoja produktov umožňuje kontrolu kvality na každom kroku výrobného procesu so zárukou vynikajúcej účinnosti a čistoty.

Kvalita výrobného procesu a produktov je zabezpečená aj certifikáciou európskych a amerických agentúr: GMP certifikovaná výrobná prax – USA a európske normy, ISO 9001, FSSC 22000 (Food Safety System Certification 22000). Spoločnosť Evalar po vykonaní auditu americkou spoločnosťou NSF International obdržala certifikát o zhode s GMP požiadavkami na biologicky aktívne NSF / ANSI 173 prídavné látky sekcie 8. Tieto požiadavky zodpovedajú požiadavkám CFR21, časť 111 kódexu federálneho zákona Úradu pre kontrolu potravín a liečiv (FDA – Food and Drug Administration). NSF International – nezávislá nezisková organizácia, aktívna v oblastiach – ochrana životného prostredia, ľudské zdravie, bezpečnosť potravín a pitná voda. Dobrovoľná certifikácia a audit podľa štandardov NSF International kladie veľmi prísne požiadavky na výrobcov a výrobné procesy s cieľom zabezpečiť vysokú kvalitu a bezpečnosť vyrábaných potravín. NSF Certifikát potvrdzuje, že výrobca skutočne venuje veľkú pozornosť zabezpečeniu vysoko kvalitných produktov a dohliada, aby ich výroba zodpovedala použitiu preukázateľne bezpečných surovín, aby výrobný proces bol podrobený prísnemu testovaniu hotových výrobkov v laboratóriu a spĺňal požiadavky všetkých ukazovateľov kvality a bezpečnosti. Okrem domáceho ruského trhu sú výrobky Evalar zastúpené vo viac ako 20 krajinách po celom svete. V súčasnej dobe sa 10 % produkcie exportuje a do roku 2020 export vzrastie na 15 %.

V roku 2014 otvoril Evalar zastúpenie v Miami (USA), od roku 2015 je Evalar zastúpený aj vo Francúzsku a Austrálii. Centrála pre trhy východnej a juhovýchodnej Európy bola otvorená v roku 2016 na Slovensku, v Bratislave.

Ako firma orientovaná na zákazníka a trh zamestnáваме rad vysoko kvalifikovaných pracovníkov. Náborom špecialistov chceme dosiahnuť ambiciózne ciele rastu a úspešne uvádzať nové produkty na trh.



www.evalar.sk



Všetky naše produkty sú:



Bez obsahu lepku



Vhodné pre vegetariánov



Bez obsahu GMO

Od srdca k srdcu

FIBRILE – najväčšia skriningová štúdia v lekárňach na Slovensku V KONGRESOVOM CENTRE MED-ART V NITRE

Kongresové centrum MED-ART v Nitre uvítalo 18. mája 2017 účastníkov najväčšieho projektu kardiovaskulárnej prevencie v lekárňach s názvom Od srdca k srdcu. V roku 2017 je cieľom projektu hlavne prevencia cievnych mozgových príhod. Skriningové merania sa preto prednostne zameriavajú na meranie dvoch hlavných rizikových faktorov cievnej mozgovej príhody, a to hypertenzie a atriálnej fibrilácie – predsieňovej arytmie.

Projekt ADC Od srdca k srdcu zareagoval na upozornenia Európskej spoločnosti pre hypertenziu a Európskej kardiologickej spoločnosti, že trom zo štyroch prípadov mozgovej porážky spôsobenej atriálnou fibriláciou môžeme predísť, ak včas zachytíme problém. Súčasťou projektu sa preto stala aj odbornoskriningová populačná štúdia **FIBRILE** zameraná na prevenciu cievnych mozgových príhod v podmienkach verejných lekární na Slovensku. Primárnym cieľom štúdie je včasné zachytenie nediagnostikovanej alebo neliečenej atriálnej fibrilácie a hypertenzie u obyvateľov Slovenska.

Štúdia začala symbolicky 17. 5. 2017, kedy si celosvetovo pripomíname Svetový deň hypertenzie a potrvá až do októbra 2017. Zúčastniť sa jej môže každý lekárnik, ktorý sa do nej zaregistruje.

Podľa manažéra projektu Od srdca k srdcu, PharmDr. Petra Stanka, je potrebné sústrediť sa predovšetkým na erudované odborné znalosti lekárnikov pri interpretácii výsledkov meraní pacientovi. Pripomína, že projekt by mal bežným ľuďom otvoriť cestu k návštevám verejných lekární za účelom odborného poradenstva a aktívnej prevencie srdcovo-cievnych ochorení. Primárny skrining je najlepšou cestou ako zabrániť predčasným úmrtiam a invalidizácii ľudí a práve verejná lekáreň je ideálne miesto pre takéto aktivity. Najmä, ak si uvedomíme, že atriálna fibrilácia – predsieňová arytmia sa exponenciálne zvyšuje s narastajúcim vekom. Európska kardiologická spoločnosť upozorňuje, že vo vekovej kategórii 45 až 50 rokov sa vyskytuje asi u jedného promile ľudí, vo veku 55 až 60 rokov sa prejavuje už u 1 % obyvateľov, pri veku 65 až 70 rokov sa táto porucha srdcového rytmu zaznamenala u 5 % a pri veku nad 70 rokov až u 10 % obyvateľov.



Projekt ADC Od srdca k srdcu prezentoval manažér projektu PharmDr. Peter Stanko.



AKÁ JE ÚLOHA KAŽDÉHO LEKÁRNÍKA V PROJEKTE?

- prihlásiť sa do projektu ako osoba (projektu sa môže zúčastniť aj viac lekárnikov z jednej lekárne)
- zaobstarat' pre lekárne digitálny tlakomer microlife BP A 150 (zľava 50%), ktorý disponuje technológiou AFIB – okrem tlaku zaznamenaná aj prítomnosť atriálnej fibrilácie
- od 17. 5. (termín zahájenia štúdie FIBRILE) v lekárni merať záujemcom krvný tlak a prítomnosť atriálnej fibrilácie
- výsledky meraní zaznamenávať cez centrálny systém zaznamenávania výsledkov (priamo z lekárenského softvéru alebo cez vlastný mobil)
- v prípade záujmu sa zúčastniť školení na tému atriálna fibrilácia a správny postup pri jej detekcii v lekárni (pre lekárnikov zaangažovaných do štúdie FIBRILE zľava 50 % z účastníckeho poplatku)

AKÉ BENEFITY LEKÁRNÍKOM ÚČASŤ V ŠTÚDIU PRINESIE?

- vy a vaša lekáreň sa zúčastníte najväčšej skriningovej štúdie realizovanej vo verejných lekárňach
- po vykonaní potrebného počtu meraní sa stanete certifikovanou osobou pre skrining atriálnej fibrilácie
- prinesiete návštevníkom vašej lekárne unikátnu službu – včasnú detekciu najčastejšej srdcovej arytmie, atriálnej fibrilácie, ktorá spolu s nezistenou hypertenziou predstavuje najväčšiu hrozbu mozgovej porážky
- získate od dodávateľa zľavu pri nákupe tlakomerov značky microlife i ďalších produktov, ktorú lekáreň môže preniesť aj na záujemcov o kúpu tlakomerov v rámci domácej prevencie srdcovo-cievnych ochorení
- bude vám poskytnutá zľava 50 % na účasť na odborných školeniach zameraných na atriálnu fibriláciu a jej detekciu v lekárňach (máj 2017)

Tvorcovia projektu veria, že spoločne sa podarí vyčíslit' prínos lekárnikov pri šetrení verejných zdrojov v rámci prevencie cievnej mozgovej príhody i ďalších kardiovaskulárnych ochorení.



Prednášajúci a školiteľ, jeden z tvorcov projektu, PharmDr. Peter Matejka zo spoločnosti PharmINFO

Generálnym partnerom projektu Od srdca k srdcu je spoločnosť INTERPHARM Slovakia, a. s., dodávateľ digitálnych tlakomerov microlife s funkciou Afib, ktorá umožňuje detegovať riziko predsieňovej fibrilácie súbežne s meraním tlaku. Pozíciu hlavného partnera projektu prevzala najväčšia zdravotná poisťovňa na Slovensku, Všeobecná zdravotná poisťovňa. Nemenej významní sú aj odborní partneri projektu – Farmaceutická fakulta UK v Bratislave a Univerzita veterinárskeho lekárstva a farmácie v Košiciach. Ďalšími partnermi projektu sú lekáre BENU, Družstvo lekární, Dr. Max, PLUS lekáreň a Vaša Lekáreň.

microlife
Partner pre ľudí. Pre život.

Afib

Prevenia mozgovej porážky je možná

Riziko mozgovej porážky

Riziko srdcového infarktu

5 rokov záruka

22-42 cm

Digitálny tlakomer s detekciou atriálnej fibrilácie BP A150 AFIB

- technológia **AFIB** – včasná detekcia atriálnej fibrilácie pri meraní krvného tlaku
- technológia **MAM** – automatické 3-násobné meranie (nameraný tlak zodpovedá hodnotám v stave pokoja)
- pamäť na 30 nameraných hodnôt so záznamom času a dátumu merania
- univerzálna manžeta 22 až 42 cm
- adaptér 230 V/ 6 V – **ZDARMA**

Dovoz do SR: INTERPHARM Slovakia, a.s., Info: 02/40 200 400

www.microlife.sk

SWISS DESIGN



V období obrovskej konkurencie na trhu je práve rozhodovanie majiteľa o budúcnosti lekárne existenčne dôležité. Prioritou stále zostáva, aby sa práve do jeho lekárne pacient vždy rád vrátil. K tomuto cieľu prispieva sieť nezávislých lekární Vaša Lekáreň marketingovými nástrojmi, ktoré dokážu osloviť nielen pacienta, ale priniesť jednoznačné výhody pre majiteľa lekárne.

riešenie pre nezávislú lekárneň



Vaša Lekáreň, virtuálna sieť lekární, disponuje najširším sortimentom marketingových aktivít. Reálne funkčný marketingový model slúži v prvom rade cieľu získať a udržať zákazníkov. Zoskupenie lekární, ktoré sú vlastnené individuálnymi nezávislými majiteľmi a ktoré spája jednotná marketingová a obchodná stratégia, vzniklo už začiatkom roku 2012. V súčasnosti Vaša Lekáreň zoskupuje a svojimi marketingovými aktivitami zastrešuje viac ako 250 nezávislých lekární po celom Slovensku.

CIELE DRUŽSTVA – RAST A ZLEPŠENIE:

- ekonomického profitu lekárne
- jej konkurencieschopnosti na trhu
- počtu spokojných pacientov

MARKETINGOVÁ PODPORA:

- akciový leták 11x do roka
- TV reklama
- kupónová knižka
- zľavové kupóny – cieľom je zvýšiť nákupný košík pacienta
- kompenzácia doplatkov
- box na impulzný nákup s vystavením v impulznej zóne predaja
- online marketing – Facebook súťaže, kde noví Facebook fanúšikovia súťažia o zaujímavé ceny

BONUSY PRE LEKÁRNE:

- až 1 800 bonusovaných RX a OTC liekov
- profesionálny prístup zo strany projektového tímu a zázemie silnej distribučnej spoločnosti MED-ART
- podpora regionálnych manažérov
- pomoc s exteriérovým a interiérovým označením
- profesionálne riadený merchandising lekárne
- pravidelné školenia personálu na psychológiu predaja, cross-selling a pod.
- kompletná softvérová podpora



Nedávno sme navštívili Lekáreň Podzámska v Hlohovci, ktorá je aktívnym členom družstva Vaša Lekáreň. Krátky rozhovor pri šálke kávy nám poskytla vedúca lekárne PharmDr. Lucia Kováčiková.

zo života v lekárni Podzámska, Hlohovec



PharmDr. Lucia Kováčiková, vedúca Lekárne Podzámska (prvá zľava), s kolegyniami

■ Aká bola vaša cesta k povolaniu lekárnikovi?

Moja cesta k lekárenstvu nebola veľmi priama. Nikdy som nemala vybraté povolanie, ktorému by som sa chcela venovať. Veľmi ma bavila chémia a prírodné vedy. Neskôr som sa začala venovať účinkom chémie na ľudské telo, až som sa dostala k farmácii. Štúdium farmácie som absolvovala na Farmaceutickej fakulte Univerzity Komenského v Bratislave.



...poskytnúť čo najlepšiu odbornú a ľudskú starostlivosť...



■ Napĺňa povolanie lekárnik vaše očakávania?

Moja práca mi je koníčkom a naplnením. Núti ma obnovovať si informácie a učiť sa nové veci. Vo farmácii sa nikdy nenudíte.

■ Ako ste sa stali súčasťou družstva Vaša Lekáreň?

Súčasťou družstva Vaša Lekáreň sme od otvorenia našej lekárne. Veľmi sa nám páčil concept a začlenenie družstva. Súčasťou sme už druhý rok.

■ Odporučili by ste členstvo v družstve Vaša Lekáreň aj iným lekárnikom?

Byť súčasťou družstva Vaša Lekáreň by som odporučila každej lekárni. Družstvo Vaša Lekáreň je profesionálny concept, ktorý ponúka lekárnikom a lekármi všetko, čo potrebujú.

■ Aké sú vaše plány a vízie do budúcnosti?

Pre nás je hlavnou víziou neustále zlepšovanie našej práce a vzťahu so zákazníkom. Odporúčam pacientovi potrebné informácie, poskytnúť mu čo najlepšiu odbornú a ľudskú starostlivosť, aby mal pocit, že sme tu pre neho a radi mu pomôžeme. Pokúšame sa zmeniť pohľad ľudí na nás, lekárnikov. Venujeme sa preto aj rôznym projektom, aby v nás naši zákazníci a pacienti našli zdravotníckych pracovníkov, pre ktorých je zdravie pacienta prioritou.

-redakcia-

KYSLÍKOVÁ VODA

— VODA, KYSLÍK, ENERGIA, ZDRAVIE —

BEZ VODY ČLOVEK VYDRŽÍ TÝŽDEŇ. BEZ KYSLÍKA 5 MINÚT. DVE NAJDÔLEŽITEJŠIE ESENCIE ŽIVOTA. SPOJILI SME ICH PRE VÁS. NOVÁ KATEGÓRIA NA TRHU – OXYWATER. NEPOROVNATEĽNÁ S VODOU, NEPOROVNATEĽNÁ S ENERGETICKÝMI NÁPOJMI. ÚPLNE NOVÁ KATEGÓRIA.

VODA • KYSLÍK • ENERGIA • ZDRAVIE



NOVINKA NA TRHU:

UHORKA / LIMETKA OXYWATER SO ZACHOVANÝM OBSAHOM KYSLÍKA 90 mg/l (TEDA STÁLE S 12x VYŠŠÍM OBSAHOM KYSLÍKA AKO MÁ PITNÁ VODA).

NEOBSAHUJE NIELEN CUKOR, ALE ANI UMELE SLADIDLÁ, KTORÉ SÚ REÁLNE NEBEZPEČNEJŠIE AKO CUKOR, A ANI ŽIADNE ALTERNATÍVNE NEPREBÁDANÉ SLADIDLÁ (ANI STEVIU). CELÁ ZELENÁ OXYWATER JE POSTAVENÁ OKREM KYSLÍKA NA BÁZE CHUTI A HLAVNE VÔNE, KTORÁ SA OBJAVÍ PO OTVORENÍ PLECHOVKY. URČENÉ NIELEN PRE TÝCH, KTORÍ NEMAJÚ RADI CHUŤ ČISTEJ VODY. PRÍRODNÁ ARÓMA JE RAKÚSKA, Z REÁLNEJ UHORKY A LIMETY. **ZLOŽENIE: NÍZKO MINERALIZOVANÁ VODA, VYSOKO KONCENTROVANÝ KYSLÍK, PRÍRODNÁ PRÍCHUŤ UHORKA/LIMETKA, BEZ CUKRU, BEZ SLADIDLÁ, BEZ ALTERNATÍVNEHO CUKRU.**

OXYWATER / KYSLÍKOVÁ VODA V 250 ml PLECHOVKÁCH, KYSLÍK: 90 mg/l, TDS: 147,3 mg/l, PH: 7,43

- PRÍLEV PRIRODZENEJ VITALITY BEZ STIMULANTOV
- POCIT LAHKOSTI V ŽALÚDKU
- POCIT ČISTÝCH HLASIVIEK
- HLADKÝ POCIT ZUBOV BEZ POVĽAKU
- SILNÁ PREVENCIA PROTI CIVILIZAČNÝM CHOROBÁM, NAJMĀ ONKOLOGICKÝM
- NULA KALÓRIÍ
- ZVÝŠENÁ VÝKONNOSŤ PRI ŠPORTE
- DOSTATOČNE OKYSLIČENÁ KRV
- PODPORA MOZGOVEJ ČINNOSTI – IHNEĎ OKYSLIČENÝ MOZOG
- ZLOŽENIE: NÍZKO MINERALIZOVANÁ VODA A VYSOKO KONCENTROVANÝ KYSLÍK



KYSLÍK A VODA SÚ ZÁKLADNÉ ZLÚČENINY PRÍRODY. ICH ROVNOVÁHA URČUJE ŽIVOTNÚ VITALITU. ZÍSKAŤ VODU S VYŠŠÍM OBSAHOM KYSLÍKA ZNAMENÁ ZÍSKAŤ VYŠŠIU KVALITU ŽIVOTA PRE ČLOVEKA.



MOZOG SPOTREBUJE 20% Z CELKOVÉHO OBSAHU KYSLÍKA V TELE. PROSTREDNÍCTVOM CIRKULÁCIE KRVI SA ZLEPŠUJE ABSORPCIA VÝŽIVY A ZÁSOBOVANIE TKANÍV KYSLÍKOM. V MERANIACH SA TRANSPORTOM KYSLÍKOVEJ VODY DO MOZGU DOSIAHLO ZLEPŠENIE REGULAČNÝM MECHANIZMOM V TELE.



KYSLÍK SA POVAŽUJE ZA ÚČINNÝ PROSTRIEDOK NA UDRŽIAVANIE ZDRAVIA, KRÁSY A FYZICKEJ KONDÍCIE UŽ OD R.1960, KEDY N. SIROTIN, ČLEN AKADÉMIE LEKÁRSKYCH VIED V ZSSR ZAREGISTROVAL METÓDU KYSLÍKOVÝCH KOKTEILOV. PRI JEHO MERANIACH SA U ŠPORTOVCOV ZVÝŠIL VÝKON PRIEMERNE O 30%.



SLIZNICA ŽALÚDKA A ČREVÁ NEABSORBUJÚ KYSLÍK O NIČ HORŠIE AKO MECHÚRIKY PĽÚC. ZVÝŠENIE KONCENTRÁCIE PRI ŠOFÉROVANÍ MÔŽE BYŤ DÔLEŽITÝM FAKTOROM PRE ŠOFÉRA, KTORÝ HĽADÁ ALTERNATÍVU ENERGETICKÉHO NÁPOJA BEZ STIMULANTOV A CUKRU.



PITIE OKYSLIČENEJ VODY PREDSTAVUJE URČITÝM SPÔSOBOM NÁVRAT K POČIATOČNEJ FÁZE ČLOVEKA (PRENATÁLNE OBDOBIE), ČO MÔŽE MAŤ ROZHODUJÚCI VÝZNAM PRE MEDICÍNU V BUDÚCNOSTI.



MED-ART

predstavujeme vám



od života dostala druhú šancu, aby dávala nádej iným

Pred desiatimi rokmi jej diagnostikovali agresívnu formu rakoviny. Dnes by mohla Julianna Hložek Grmannová povedať, že dostala od života druhú šancu – preto, aby dávala nádej aj iným. Vďaka inšpirácii, ktorú jej prinieslo práve zákerné ochorenie, sa stala Podnikateľkou Slovenska za rok 2016. Je zakladateľkou úspešnej firmy OxySlovakia, ktorá stavia na poznatkoch kyslíkovej terapie.

PODNIKATEĽKA SLOVENSKA ZA ROK 2016

■ Čo vás viedlo k tomu, aby ste po prekonaní tohto ťažkého ochorenia začali podnikat?

Pracovala som pre telekomunikačného operátora a neskôr ako živnostník s obchodíkmi so šperkami. Avšak po vyliečení som sa cítila ešte slabá a takisto – nech to znie akokoľvek klišovitě – som sa od „serióznych“ problémov nedokázala vrátiť k tým „povrchným“, akým výber šperkov či kabeliek je. Okrem toho informácie, ktoré som počas ochorenia dostala a naštudovala, ma posunuli inam a ja som sa osobnú skúsenosť odhodlala poskytnúť aj verejnosti.

■ Ako zvládáte stres a problémy, ktoré podnikanie so sebou vždy prináša? Máte nejaký recept, ktorý by ste mohli poradiť aj iným?

Ja mám v krvi veľmi veľa pracovať, pretože práca ma naplňa. Podnikanie ma nestresuje, a to, že rozumiem produktu a že tento produkt je tak inovatívnym na trhu, ma akoby ochraňuje pred vyhorením.

■ Určite ste sa pred zavedením Oxywater na trh stretli aj so skeptikmi, ktorí vám asi cestu k presadeniu neľahčovali.

Vo svete je pojem OOT (oxygen oral therapy – pitie kyslíkovej vody) známy už od roku 1971. Mne samej inhalácie kyslíka v období choroby veľmi pomohli. Kým sme však Oxywater uviedli na trh a mali odborného garanta vo farmácii, na internete ma rozobrali na drobné, moje odpovede k príspevkom zakázali a nebolo možné vložiť ani len odkaz na vedecké práce.

■ Ocenením podnikateľka roka 2016 ste sa okrem iného stali dôkazom toho, že aj žena v podnikaní má svoje podstatné miesto a že podnikanie jej nerobí problém.

Všetky ženy na Slovensku, ktoré podnikajú, musia byť multifunkčné a hlavne stále ochotné učiť sa niečo nové. Keby mi bol kedysi niekto povedal, že budem musieť riešiť ako a koľko paliet uložiť efektívne do kontajnera rôznych typov, tak sa zasmejem. Našťastie, moja povaha nepozná slovo „nie“ a životné okolnosti ma ešte viac zocelili. Záujem a uznanie prichádza viac zo zahraničia ako zo Slovenska, uvidíme, ako to bude ďalej. Vždy, keď niečo nejde podľa mojich predstáv, zvyknem si pripomenúť, že Coca Cola predala v prvom roku činnosti 25 fliašiek nápoja.

■ Máte nejaké odporúčanie pre ľudí, ktorí chcú začať podnikat, ale nemajú dostatok odvahy alebo váhajú z iného dôvodu?

Ak chcete na trh priniesť niečo inovatívne, treba si urobiť prieskum, či to už niekto iný neprinesol. Ak by som do reklamy dokázala investovať viac, boli by sme niekde inde s edukáciou klientely, pretože pri vytváraní úplne nového odvetvia na trhu to nie je len o reklame či obale, ale aj o vzdelávaní klienta. On nemá odkiaľ vedieť, prečo si má každý deň dať jednu Oxywater v rámci jeho pitného režimu, nikdy sa s ničím takým nestretol. Ak idete podnikat napríklad s ďalšou proteínovou tyčinkou na trhu, v odvetví, ktoré už je zavedené, potrebujete už len buď totálne bombastický obal, rapidne nízku cenu, alebo odlišnú chuť. Kalkulácia s lojalitou Slovákov k slovenskej značke sa nie vždy vypláca. Závisť je ešte stále vyššia ako vedomie, že to, čo máme pod nosom, nám môže zlepšiť kvalitu života. Ocenenie od štátnej agentúry – Podnikateľka Slovenska – ma však utvrdilo v tom, že podnikanie má zmysel aj v našej krajine, a verím, že toto ocenenie zvýši našu dôveryhodnosť v očiach zahraničných partnerov.

-redakcia-



prof. MUDr. Andrea VENTURIN

- lekár – chirurg so špecializáciou na fyzické a rehabilitačné lekárstvo
- špecialista v oblasti forennej medicíny pre oblasť ortopédie v Nemocnici Univerzity Padova
- prednášajúci na univerzite Padova v odbore fyzioterapia a rehabilitácia
- hlavný odborník Ministerstva zdravotníctva pre ochorenia chrbtice
- konzultant pre Ministerstvo sociálnych vecí pre oblasť patológie chrbtice
- spoluautor Národných guidelines (odporúčaní) pre liečbu detí a dospelých s poruchami chrbtice
- vedecký riaditeľ a koordinátor vedeckých podujatí na národnej i medzinárodnej úrovni
- autor viac ako 60 odborných publikácií v oblasti rehabilitácie, ortopédie, elektrofyziológie
- člen viacerých odborných spoločností

Prinášame vám exkluzívny rozhovor, ktorý nám poskytol prof. MUDr. Andrea Venturin, prednášajúci na Celoslovenskom odbornom seminári MED-ART educatio v Hoteli Senec v Senci dňa 25. marca 2017.

bolestivé ochorenia kĺbov artritída, artróza

A MOŽNOSTI ICH LIEČBY

■ Často dochádza medzi ľuďmi k zamieňaniu pojmov artróza a artritída. Môžete, prosím, objasniť hlavné rozdiely medzi nimi?

Artróza a artritída sú úplne odlišné ochorenia postihujúce kĺby. Svojimi prejavmi sa však prelínajú a v konečnom dôsledku sa prejavujú rovnako – ako bolesť kĺbov.

Artritída je zápalové ochorenie. Nemá nič spoločné so zvýšenou záťažou a opotrebením kĺbov a je spôsobená vekom. U mnohých ľudí postihuje artritída celé telo, okrem kĺbov sa zápal môže rozšíriť do šliach, svalov, mäkkých orgánov. Najčastejšou formou je reumatická artritída.

Artróza je degeneratívne ochorenie, ktoré vzniká pri nadmernom zaťažovaní kĺbov, v dôsledku toho dochádza k rýchlejšiemu opotrebovaniu chrupavky na kĺbových koncoch. Najviac sú preťažované veľké kĺby a najhoršia je jednostranná záťaž, napr. u športovcov. Pri prekročení určitej hranice opotrebenia chrupavky dochádza k poškodeniu kosti a rozvoju artrózy. Jej rozvoj teda vzniká v dôsledku rizikových faktorov.

■ O aké rizikové faktory sa môže jednať?

Rizikovým faktorom je rodinná anamnéza (pozor – nie dedičnosť), na základe ktorej majú určité osoby predispozície k tomuto ochoreniu, ďalej kĺbové preťaženie, obezita, fajčenie a čiastočne aj ženské pohlavie.

■ Čo je príčinou častejšieho výskytu tohto ochorenia u žien?

Jednak je to spôsobené hormónmi, ďalej ženy majú častejšie sedavý typ zamestnania a častejšie sa vyskytuje u nich nadváha.

■ Je možné predchádzať artritíde a artróze?

Pri artritíde nie je možné robiť prevenciu, no pri artróze áno. Prevenciou chápeme znižovanie rizikových faktorov predtým vymenovaných (fajčenie, sedavý typ zamestnania, nadváha a kĺbové preťaženie), prirodzene niektoré nemožno ovplyvniť – ako rodinnú anamnézu, pohlavie. Je potrebné kontrolovať si svoju hmotnosť, v prípade nadváhy ju znížiť, vyvíjať pohybovú činnosť, ale nie vrcholovo, pretože nadmerný šport môže tiež vytvárať traumy a mikrotraumy spôsobujúce artrózu. Umiernená, konštantná športová činnosť je však dobrým preventívnym faktorom.



■ Aká terapia je kľúčová na úspešnú liečbu artritídy?

Ozonoterapia je považovaná za efektívnu a bezpečnú terapiu pre odbúranie bolesti, pretože sa ukázala ako účinná pre zníženie zápalových procesov, ktoré sú typickým prejavom artritického ochorenia, navyše ozón je účinný z hľadiska jeho biostimulačného účinku na bunky na úrovni kĺbov. Využíva sa hlavne na liečbu bolestí chrbtice a bolestí nervov. Medicínsky ozón však bolo doteraz možné aplikovať len injekčne.

■ Hovorili ste o artritickom ochorení, resp. artritíde. Je táto terapia účinná aj pri artróze?

Áno, aj pri artróze je ozón, účinná látka ozonoterapie, používaný, aby sa potlačil zápalový účinok, ktorý súvisí s traumou, pretože u artrózy vznikajú traumatické problémy z hľadiska namáhania kĺbov.

■ Spomínali ste, že medicínsky ozón bolo doteraz možné aplikovať len injekčne. Existujú v súčasnosti iné spôsoby aplikácie ozónu na postihnuté miesta?

V zdravotníckej pomôcke Ozonicon® emulgel je už dostupný pre pacientov aj na domáce použitie na tlmenie bolesti, zápalu a obmedzenie zhoršenia stavu kĺbových chrupaviek. Prostredníctvom osobitného procesu ozón a jeho deriváty (kombinácia kyseliny olejovej a ozónu s kyselinou alfa-lipoovou a acetátom vitamínu E) pôsobia proti bolesti a proti zápalom. Tieto účinky zvyšuje prítomnosť iných zložiek v prípravku Ozonicon®: chondroitín sulfát blokuje vápenatenie chrupaviek, chráni ich a udržuje v pružnosti, glukozamín zabraňuje opotrebovaniu kĺbov podporou tvorenia novej chrupavky a obnovuje lubrifikačný efekt synoviálnej

tekutiny a fyto komplex diablov pazúr účinkuje proti bolesti a proti zápalom tým, že pôsobí na reťazec kyseliny arachidónovej.

■ V čom je Ozonicon® výnimočný?

Ozonicon® emulgel je zdravotnícka pomôcka s rýchlym vstrebávaním, ktorej použitie je indikované pri chronickej bolesti traumatického, artritického a reumatického typu. Prípravok Ozonicon® nemá vedľajšie kolaterálne účinky a môže byť použitý u všetkých subjektov, ktoré majú aj iné typy ochorení, napr. u onkologických pacientov. Tiež u tehotných žien a detí vo fáze rastu a vývoja, lebo nie je zložený z liečiv diklofenak a ibuprofén. Z tohto dôvodu ako jediný z gélov na lokálne použitie v prípade bolestí, zápalov a opuchov nie je kontraindikovaný pre tehotné a dojčiacie ženy a deti do 12 rokov veku. -redakcia-

**SUPER DRY FIT
TRICHO**

Nové telo sa kúpiť nedá,
ale môžete sa oň postarať po novom.

Ozonicon s TrioCross formulou

- znižuje bolesť
- pomáha pri liečbe zápalu
- vyživuje kĺby

Ozonicon®
INOVÁCIA V LIEČBE BOLESTI

Ozonicon® je zdravotnícka pomôcka. Emulgel pre lokálne použitie. Pred použitím si pozorne prečítajte príbalový leták a poraďte sa s lekárom alebo lekárnikom. Nie je kontraindikovaný u tehotných a dojčiacich žien.

GAF™ análny gél

nový zdravotnícky prostriedok

na liečbu ochorení v oblasti konečníka

V máji 2017 uviedla švajčiarska firma Noviere s. r. o. na trh nový zdravotnícky prostriedok GAF™ análny gél 15 ml. Dodáva sa v tube, ktorá obsahuje gél určený na liečbu análnych fisúr (G-gél na A-análne F-fisúry), hemoroidov a ďalších problémov postihujúcich oblasť konečníka, prejavujúcich sa hlavne bolesťou viac či menej viazanou na defekáciu a zápaly sliznice konečníka alebo kože v jeho okolí. Ide o produkt zmiernujúci príznaky a vo väčšine prípadov nepredstavuje kauzálnu, ale veľmi účinnú a rýchlu symptomatickú terapiu. Jeho aktívnymi zložkami sú sodná soľ kyseliny hyalurónovej (HA) a patentovaná koloidná forma iónov striebra – mikronizované metalické striebro (MMS™).

Hyaluronát sodný – polymérna zlúčenina, ktorá má v tomto produkte molekulovú hmotnosť 1,5 MDa – po aplikácii je schopný vytvárať tenkú vrstvičku gélu, ktorá bráni prieniku baktérií a nimi vytváraných toxínov z črevného obsahu do miest s narušeným povrchom sliznice alebo kože. Súčasne sliznicu, resp. pokožku, hydratuje, pretože molekula HA má schopnosť viazať na seba vysoký počet molekúl vody (približne 1 000 molekúl H₂O na jeden MDa HA), čím zlepšuje podmienky na granuláciu reparujúceho sa tkaniva.

To sa už s úspechom využíva pri liečbe stredne závažnej formy ľavostranej ulceróznej kolitídy, keď klyzma obsahujúca dve formy HA – s nízkou a vysokou molekulovou hmotnosťou – kombinuje mechanický bariérový efekt vysokomolekulárnej HA s hydratačným a tiež protizápalovým pôsobením nízkomolekulárnej HA (zdravotnícky prostriedok TRUD™ od švajčiarskej firmy MDT Int'l, na Slovensku tiež distribuovaný spoločnosťou Noviere s. r. o.). V klinickej štúdii sledujúcej účinnosť a bezpečnosť TRUDu pri liečbe trvajúcej 28 dní bola dosiahnutá v 46,7% terapeutická odpoveď, pričom bola endoskopicky overená úplná slizničná remisia takmer v štvrtine liečených pacientov. To potvrdilo vysokú účinnosť pôsobenia hyaluronátu na tlmenie zápalu prebiehajúceho v črevnej sliznici a črevnej stene.

Mikronizované metalizované striebro (MMS™) – je patentovaná koloidná forma iónov Ag⁺ vytvárajúcich častice s rozmerom cca 10 μm s vysokoporéznym povrchom, ktoré sa zachytávajú na bunkovej stene mikróbov. Stenu pri prieniku dovnútra mikrobiálnej bunky destabilizujú, narušujú činnosť enzýmov využívaných na transport bunkových nutričov a navyše blokujú bunkovú DNA – udržiavajú ju v aktívnej forme, ktorá neumožňuje rozvinúť procesy duplikácie genetického materiálu bunky.

Týmito mechanizmami sa narušuje homeostáza vnútra mikróbov, oslabuje sa využívanie energetických substrátov na výstavbu ich bunkových štruktúr a zastavuje sa proces delenia patogénnych organizmov. Vo svojom súhrne striebro spôsobuje smrť baktérií, húb aj kvasiniek, a to i tých, ktoré sa vyznačujú vysokou rezistenciou proti antibiotikám (St. aureus, Cand. albicans a i.). Po rozpade odumretého mikróba sa častica striebra opäť uvoľňuje do miesta aplikácie, a tak postupne eradikuje prítomnú patogénnu mikrobiálnu flóru.

Synergické pôsobenie oboch látok – navodzuje priaznivé podmienky na reparáciu narušenej sliznice alebo kože, a to i pri stavoch dosiaľ dlhodobo nereagujúcich na bežné liečebné postupy. GAF™ sa preto vynikajúco uplatňuje nielen pri liečbe análnych fisúr, ale nachádza uplatnenie i pri konzervatívnej liečbe hemoroidov, zápaloch sliznice rekta, análnych pišťal alebo pri análnom prurite vrátane foriem vyvolaných superinfekciou mikróbmí nereagujúcimi ani na „silné“ antibiotiká.

MUDr. L. H. Kroček

Literatúra (výber):

1. Hyaluronan: A Simple Polysaccharide with Diverse Biological Functions. Dicker et al. Acta Biomater. 2014 April; 0(4): 1558 – 1570.
2. Bactericidal effect of silver nanoparticles against multidrug-resistant bacteria. H.H. Lara et al. World J. Microbiol Biotechnol (2010) 26: 615 – 621.
3. Antibacterial activity and mechanism of silver nanoparticles on Escherichia coli. W-r Li et al. Appl Microbiol Biotechnol (2010) 85: 1115 – 1122.
4. Methods of treating hemorrhoids and anorectal disease – Patent number US5234914 A



Ústav Gampaha Wickramarachchi Aiyurveda vykonal dve štúdie, ktorých sa zúčastnilo po 50 dobrovoľníkov. Výsledky získané pre Rajayu Sugar Regulator ukázali, že celková hladina krvného cukru na konci vyšetrovania bola v normálnom rozmedzí. Tým sa preukázalo, že užívanie Rajayu Sugar Regulator má významnú účinnosť pri regulovaní celkovej hladiny cukru v krvi. SGPT, SGOT a kreatinín v sére ukázali, že Rajayu Sugar Regulator nespôsobil žiadne nežiadúce či vedľajšie účinky. Distribútor v ČR a SR vykonal testovanie na desiatich ľuďoch, ktorí trpia cukrovkou I. aj II. typu. Výsledky testovania takisto potvrdili účinky čaju RAJAYU Sugar Regulator.

Rajayu Sugar Regulator

cejlónsky zázrak

na zníženie hladiny cukru v krvi



Pitie čaju RAJAYU má pôvod v tradičnej prírodnej medicíne Hela Veda zo Srí Lanky. Hela Veda predstavuje bohatstvo odovzdané z generácie na generáciu. Ešte predtým ako zvyšný svet za koloniálnej éry objavil čaj, na Srí Lanke využívali členovia kráľovskej rodiny a vybraná spoločnosť blahodarne účinky odvarov bylín. Popíjali elixíry mladosti a zdravia v podobe čajov, akými sú práve RAJAYU.

Čaje RAJAYU majú blahodarný vplyv na ľudský organizmus a napomáhajú pri uzdravovaní. Starodávne receptúry s nimi súvisiace sa datujú až do roku 1681. Čisto prírodné produkty v súčasnosti vyrába spoločnosť Natures Beauty Creations na Srí Lanke, pre ktorú je kvalita vždy na prvom mieste, čo dokazuje okrem iného aj ocenenie zlatou medailou National Green Award, udeľovanou na Srí Lanke za ekologickú a dlhodobo udržateľnú produkciu. Závod spoločnosti Natures Beauty Creations sa nachádza na okraji pralesa, teda v tesnej blízkosti zdroja rýdzo prírodných surovín v podobe bylín, kríkov a stromov, z ktorých sa získava olej, vňaťky a základné prísady. Umiestnenie závodu je jednou zo záruk ekologickej výroby spoločnosti.

Čaj RAJAYU Sugar Regulator je unikátnou zmesou bylín znižujúcich množstvo cukru v krvi. Je to 100% prírodný produkt bez kofeínu, konzervačných látok a farbív, klinicky testovaný srílanským inštitútom Gampaha Wickramarachchi Aiyurveda.

Čaj RAJAYU Sugar Regulator je unikátna zmes bylín znižujúcich množstvo cukru v krvi.

- 100% prírodný produkt bez kofeínu, konzervačných látok a farbív
- klinicky testovaný
- účinok RAJAYU Sugar Regulator je možné overiť meraním po jeho užití
- dlhodobo udržiava hladinu cukru v rovnováhe
- má pozitívny vplyv na funkciu pečene, čistí krv a zmiernuje žalúdočné ťažkosti
- odstraňuje neprijemný pocit sucha v ústach

ZLOŽENIE: Aegli Marmelos (tropický ovocný strom s českým názvom oslík ľúbezný), škoricca cejlónská, indický prestep pravý, citrónová tráva, škoricca casia, Salacia reticulata (miestny názov Kothala himbutu), tekvica brečtanová (Coccinia grandis), mučenka divoká.

Čaj RAJAYU Sugar Regulator dokáže množstvo cukru v krvi nielen znížiť, ale tiež ho dlhodobo udržiavať na nízkych hodnotách. Odstráni neprijemný pocit suchosti v ústach a na rozdiel od inzulínu nemá na organizmus nepriaznivé účinky.

Okrem toho pravidelné pitie dvoch až troch šálok denne zlepšuje funkciu pečene, čistí krv a zmiernuje žalúdočné ťažkosti.

PRÍPRAVA: pre dosiahnutie najlepších výsledkov použite jeden sáčok čaju RAJAYU Sugar Regulator na jednu šálku vriacej vody, nechajte 3-5 minút lúhovať. Odporúčame vypiť 2 až 3 šálky denne, podľa poklesu hladiny cukru v krvi.

DÔLEŽITÉ: Tento nápoj nie je liek. Neodporúča sa pre tehotné alebo dojčiacie matky a osoby mladšie ako osemnásť rokov.



Novière

ANÁLNY GÉL, nový zdravotnícky prostriedok švajčiarskej firmy Noviere na liečbu análnych fisúr, hemoroidov a ďalších ochorení konečníka. Unikátna kombinácia kyseliny hyalurónovej a MMS (mikronizovaného metalického striebra). Výborná znášanlivosť so zníženými bezpečnostnými rizikami.

Pôsobí miestne, zmiernuje bolesť – má protizápalové účinky
Uľavuje od svrbenia
Zvyšuje reepitelizáciu
Účinný pri inhibícii rastu baktérií a húb
Bezfarebný gél v 15 ml tube (liečba na 14 dní)

Novinka



Špecialista na použitie kyseliny hyalurónovej v ortopedii, športovej medicíne a gastroenterológii.

INFOLINKA: 911 298 325

WWW.NOVIERE.SK



vyznáte sa v slnečných filtroch prípravkov na opaľovanie?

Každá tretia diagnostikovaná rakovina je rakovina kože. Patrí teda medzi najčastejšie typy rakoviny. Odhadom sa každý rok v Európe zvyšuje počet diagnostikovaných rakovinou kože o 5 až 10 %. Podľa ročných odhadov WHO (Svetovej zdravotníckej organizácie) je diagnostikovaných až 130.000 melanómov a viac ako 2 milióny prípadov iných typov rakoviny kože, čo vedie k 66.000 úmrtiam ročne. Slnečné žiarenie vyvoláva aj ďalšie kožné problémy, akými sú slnečné alergie, predčasné starnutie pleti, pigmentové škvrny alebo melazma. Všetkým je nám nadmieru jasné, že sa pri pobyte na slnku musíme dostatočne chrániť. Na trhu je nepreberné množstvo prípravkov slnečnej ochrany rôznych stupňov, rôznych textúr a typov filtrov. Vyznáte sa v nich?

CHEMICKÉ FILTRE

Ich základom sú chemické substancie. Je potrebné nanášať ich na pokožku cca 30 min predtým než ju vystavíme slnečnému žiareniu. Fungujú tak, že absorbujú UV lúče, ktoré preniknú do kože a premieňajú ich na teplo. Chránia teda kožu pred spálením. Príliš veľa chemických slnečných filtrov môže ale spôsobovať alergie, upchávať póry a prispievať k tvorbe akné. Používania chemických filtrov sa obávajú aj ekológovia, pretože sa hromadia v tele živočíchov (rýb a ich predátorov). Našťastie existujú kozmetické firmy, ktoré k používaniu chemických filtrov pristupujú zodpovedne. Patrí medzi ne francúzska dermo-kozmetická značka Eau Thermale Avène. Jej slnečná starostlivosť v oranžových obaloch obsahuje iba 4 chemicko-organické filtre, ktoré poskytujú bezpečnú ochranu pred UVA i UVB žiarením, nie sú rozpustné vo vode, neobsahujú silikóny, vďaka čomu majú lepšiu biologickú odbúrateľnosť a rešpektujú oceány.

MINERÁLNE FILTRE

Predstavujú 100% prírodnú ochranu pred slnkom, pretože neprenikajú do kože. Pôsobia čisto fyzikálne – ako zrkadlo. Na koži vytvárajú vďaka jemným čiastočkám pigmentov bariéru, ktorá UV lúče odráža. Vďaka tomu sú prípravky obsahujúce minerálne filtre vhodné pre citlivú, intolerantnú a alergickú pokožku, a tiež pre pokožku malých detí. Ďalšou výhodou je, že pôsobia okamžite po nanosení. Nevýhodou môže byť biela stopa, ktorú po aplikácii zanechávajú na pokožke. V tom prípade oceníte ľahšiu konzistenciu, ako napr. Minerálny fluid SPF 50+ od Eau Thermale Avène, ktorý existuje aj v tónovacom variante. Oba fluidy sa ľahko nanášajú vďaka komplexu TiO₂ a ZnO, ktorý minimalizuje spomínanú bielu vrstvu. Chránia a hydratujú pokožku a môžu slúžiť aj ako podklad pod make-up. Tónovacia verzia navyše na pleti vykúzlí prirodzene opálený nádych.



EAU THERMALE
Avène



Minimálne množstvo a koncentrácia slnečných filtrov

Široké spektrum UVB-UVA

Fotostabilný

Vodovzdorný



OCHRANA

DNA
+
PRED FOTOSTARNUTÍM
+
PRED VOJNÝMI RADIKÁLMI

NOVINKA 2017
Inovatívna ochrana proti starnutiu

Zloženie sa nehromadí v organizme vodných živočíchov

Neobsahuje látky toxické pre vodné organizmy



SKIN PROTECT
OCEAN RESPECT
EKOLOGICKÝ PRÍSTUP

www.avenes.cz



Socio-environmentálny program pre ochranu ekosystému oceánu



Toskánsko – kopcovitá krajina zaliata slnkom, lemovaná alejami olivovníkov a príľahlými vinicami, oddávna priťahovala mnoho turistov. V jarnom mesiaci apríl sme sa preto rozhodli robiť spoločnosť účastníkom poznávacieho zájazdu organizovaného cestovnou kanceláriou Turancar do malebnej časti Talianska – Toskánska, kde sme navštívili mestá Florencia, Siena, Volterra, San Gimignano, Pisa, Luca a na spiatocnej ceste aj Benátky. Zájazd organizačne podporovali aj zástupcovia MED-ARTu – regionálny obchodný zástupca Renáta Lazoríková a marketingový zástupca Mgr. Silvia Babinčáková.

Toskánsko

SPOZNÁVALI SME SPOLU S VAMI

Kto ho raz navštíví, zamiluje si ho na celý život

Počas celej cesty nás sprevádzala skvelá sprievodkyňa pani Ľudmila Zoláková – človek nabitý pozitívnou energiou, ochotou a mnohými vedomosťami nielen o Taliansku. O každej krajine, ktorou sme práve prechádzali, nám prezradila mnohé perličky, a tak sme z každého navštíveného miesta odchádzali obohatení o nové zaujímavé poznatky a informácie.



Bodkou za príjemne prežitým dňom bola typická talianska večera v miestnej reštaurácii s výborným toskánskym vínom.

Toskánsko je často označované za jedno z najväčších centier renesančného umenia. Prvý deň zájazdu, počas návštevy svetoznámeho mesta Florencia, pri prechádzke uličkami a centrom mesta, sme obdivovali mnohé zo známych historických pamiatok – Michelangelovo námestie, Piazza Signoria s palácom Vecchio, Dómske námestie s katedrálou Duomo, kostol Santa Croce, Katedrálu Santa Maria del Fiore, most Ponte Vecchio. Nesmieme vynechať ani návštevu najznámejšej galérie v Toskánsku – Uffizi, ktorá vystavuje diela veľkých majstrov Botticelliho, Leonarda da Vinciho, Michelangela, Carravaggia, Rubensa či Rembrandta.

Druhý deň zájazdu nám otvorilo svoje brány historické mesto Siena, kde sme po prehliadke mesta Palazzo Publico, veže Torre del Magia a námestia Piazza del Campo mali možnosť presunúť sa na krátku prehliadku centra mestíčka Volterra. Treťou destináciou tohto dňa bolo historické mesto San Gimignano, v ktorom sme okrem prehliadky mesta s Bazilikou di Santa Maria Assunta, Dómu, Pallaza del Popolo ochutnali najlepšiu zmrzlinu na svete. Táto zmrzlina zo zmrzlinárne Dondoli je pripravovaná z čerstvého mlieka, domácich produktov a, samozrejme, s láskou. Určite práve preto vyhrala už štvrtýkrát na majstrovstvách sveta.



Večer sa niesol v priateľskom duchu pri ochutnávke toskánskeho vína, olejov a balsamica v luxusnom prostredí rodinného vinárstva. Prezentáciou všetkých produktov nás osobne sprevádzala jeho majiteľka. Ochutnávka predčila naše očakávania a uspokojila všetky naše zmysly.

Nelenili sme ani na tretí deň, a keďže k Taliansku neodmysliteľne patrí aj návšteva mesta Pisa, naše kroky smerovali práve tam. Vybehli sme na šikmú románsku vežu Torre Pendente, prešli sme sa po centre mesta a neskôr sme sa presunuli do historického mesta Luca. V popoludňajších hodinách sme absolvovali presun do letoviska Lido del Sole, kde sa klienti mohli nadýchať čerstvého morského vzduchu a tí odvážnejší si aj zaplávali.

Aby toho nebolo málo, v posledný deň zájazdu, pred odchodom na Slovensko sme navštívili nádherné talianske mesto na vode – Benátky. Rozdelili sme sa do niekoľkých skupín, niektorí dali na Kvetnú nedeľu prednosť svätej omši v chráme svätého Marka, iní príjemnému posedeniu pri kávičke na námestí, ostatní nákupu posledných suvenírov pred návratom domov.

Tešíme sa, že vďaka skúsenostiam sprievodkyne sme takmer bez čakania mohli navštíviť mnohé výnimočné miesta tejto krajiny.



Poďakovanie patrí všetkým – každý svojou troškou prispel k tomu, aby sa zájazd stal pre nás všetkých neopakovateľným zážitkom.

Toskánsko patrí jednoznačne medzi destinácie, ktoré sa oplatí navštíviť viackrát za život a užiť si jeho jedinečnú a nezabudnuteľnú atmosféru. Veríme, že aj do budúcnosti sa nám podarí takto príjemne stráviť čas mimo pracovných povinností všedných dní a že sa znova o rok stretneme na podobnej akcii.

Tešíme sa nabudúce, priatelia!



Mgr. Silvia Babinčáková,
Renáta Lazoríková

...krásne kopce s vinohradmi a mestá ako vystrihnuté z pohľadnice...



Benátky

SPOZNÁVALI SME SPOLU S VAMI ...úzke uličky, gondoly, bohatá história

Benátky, ktoré sa nazývajú aj Venezia, Venecia či Venice, sú jedným z najlákavejších cieľov pre cestovateľov, ktorí radi siahnu po histórii, slávnych miestach a vôbec po miestach, ktoré je nutné v Taliansku vidieť. Toto obľúbené mesto sa nachádza na severe Talianska a je hlavným mestom regiónu Veneto. Benátky sa rozprestierajú na 118 ostrovoch Benátskeho zálivu pozdĺž Jadranského mora. Sú tiež nazývané kráľovnou Jadranského mora a od roku 1987 si vyslúžili miesto na zozname svetového dedičstva UNESCO.

Začiatky Benátok siahajú až do 5. storočia, kedy bol tento ostrov neobývaný a pustý. Usídlili sa tu barbari, ktorí mesto vystavali od základov. V 8. storočí osady zjednotil vládca ľudu Dóža, vymanili sa spod Byzantskej nadvlády a vytvorili samostatný štát. V roku 829 sem priniesli relikvie sv. Marka,

ktorý sa stal aj patrónom ostrova. V roku 1866 sa Benátky pripojili k Talianskemu kráľovstvu a zabezpečovali mu spojenie s Orientom. Okrem spojitosti domov s vodou sa v Benátkach nachádza obrovské množstvo historických pamiatok, sôch a mramorových stavieb.

PIAZZA SAN MARCO

Piazza San Marco, alebo Námestie svätého Marka, známe tiež ako Piazzeta, je veľké námestie, na ktorom sú koncentrované veľmi zaujímavé objekty – Bazilika svätého Marka, Dóžov palác, zvonica a rôzne múzeá.

BAZILIKA SV. MARKA

Neprehliadnuteľná stavba na Námestí Svätého Marka, ktorá dominuje celému námestiu. Bazilika bola vybudovaná dvomi benátskymi obchodníkmi v roku 828 a boli v nej umiestnené pozostatky svätého Marka. Títo obchodníci údajne prepašovali telo Sv. Marka z Egypta zabalené v bravčovom mäse, aby zabránili jeho odhaleniu colníkmi v prístave. Tento spôsob zvolili preto, lebo colníci vyznávali islam – náboženstvo, ktoré považuje prasa a bravčové mäso za nečisté. Pôvodná budova však bola zničená požiarom a pozostatky boli na dlhé stáročia stratené. Odvtedy tu stálo množstvo kostolov a až koncom 11. storočia bola postavená súčasná bazilika, ktorá získala dnešnú podobu začiatkom 20. storočia. Pri jej otvorení v roku 1904 sa ako zázrakom zosunul stĺp, ktorý odhalil zostatky Sv. Marka, o ktorých sa predpokladalo, že boli zničené požiarom. Odvtedy sú uchované v krypte.



KAMPANILA

Jedna z najcharakteristickejších stavieb Benátok je Kampanila, v originále Campanile di San Marco, čiže Zvonica sv. Marka. Vysoká 98,6 metra stojí oddelene od Baziliky sv. Marka. Jej základy stoja od roku 912, ale dostavať sa ju podarilo až o dve storočia neskôr. Počas svojej existencie plnila úlohu delostreleckej strelnice pri obliehaní Benátok, odbýjala čas, plnila úlohu majáku pre lode plaviace sa po lagúne. Horná zvonica, ktorá je dnes rozhradňou pre turistov, disponuje zvonmi, z ktorých najväčší Marangona váži 3,6 tony. Zvon Nona váži 2,5 tony a jeho zvuk oznamoval poľudnie. Aj ďalšie zo zvonov ako Maleficio, Mezza Terra alebo Trottiera oznamovali odlišnú udalosť, či už to boli zasadnutia vlády alebo popravy. V roku 1902 sa veža zrútila. Predstavitelia mesta rozhodli, že bude postavená nová zvonica, ktorej veža bude úplne rovnaká ako pôvodná. Nová, teda súčasná zvonica, bola dostavaná v roku 1912. Obsahuje dokonca pôvodný materiál, no výrazne ju odľahčili a modernizovali. Práve na Kampanile v roku 1609 predviedol Galileo Galilei svoj vynález, ďalekohľad.

DÓŽOV PALÁC

Na Námestí Sv. Marka, vedľa baziliky, stojí majestátny Dóžov palác, v ktorom sa nachádza veľa umeleckých pokladov nevídanej hodnoty. O neobyčajnú výzdobu sa postarali najlepší benátski umelci, medzi ktorými boli renesanční maliari Paolo Veronese či Giacompo Robusti, známy ako Tintoretto. Na boku paláca sa nad kanálom nachádza Most nárekov, ktorý spája Dóžov palác s bývalým väzením, do ktorého odvádzali odsúdencov na smrť práve po tomto moste, z ktorého mali poslednú možnosť vidieť mesto a more.

Gondoly tvoria neodmysliteľnú časť života v Benátkach už od 11. storočia. Čo je vlastne gondola? Je to dlhá loďka, ktorá len vyzerá, že je vratká a už už sa ide prevrátiť, pritom ide o loď, ktorej sa netreba báť. Ich stavba presne počíta s podmienkami, ktoré pre plavbu tieto člny majú. Benátky sú známe aj tým, že sú karnevalovým mestom. Slovo karneval pochádza z talianskeho „carne levare“, čo znamená odprieť si mäso, a preto sa karneval koná v období pred 40-dňovým pôstom. Dôležitú úlohu

zohrávajú masky, pod ktorými sa skrývajú sociálne rozdiely a ľudia sa tak môžu zabaviť ako rovnocenní. V rámci Európy je vari najslávnejším podujatím svojho druhu. Miesto konania, Námestie sv. Marka, oživa najmä večer úchvatnými predstavami a pochodmi. Koncentruje sa tu množstvo ľudí v neuveriteľných kostýmoch od výmyslu sveta, slávnostné sprievody pripomínajúce históriu mesta, pochodujúci zástupcovia všetkých stavov, cechov, vojaci, princezné a, samozrejme, hluční muzikanti.

Zo slávnych osobností, ktorých mená sa spájajú s Benátkami, možno spomenúť cestovateľa Marca Pola, známeho svojou dobrodružnou cestou do Číny, nemenej slávny je dobrodruh Giacomo Casanova. Z hudobníkov treba spomenúť Claudia Monteverdiho, ktorý bol kapelníkom u Sv. Marka v Benátkach. Antonio Vivaldi patrí k najznámejším benátskym skladateľom, ktorý bol v r. 1703 vysvätený za kňaza, bol učiteľom hry na husliach, dirigentom, skladateľom a patril k najvýznamnejším huslistom svojich čias.

V Benátkach pôsobili aj Tizian, Veronese, Bellini, Giorgione – maliari benátskej neskoréj renesancie. Účastníci zájazdu, organizovaného spoločnosťami Fazzini, Maxis a MED-ART, mali možnosť vidieť



Benátky na vlastné oči a zažiť nezabudnuteľné chvíle v tomto nádhernom meste.

Eva Miháliková





prázdniny už klopú na dvere

Opäť je tu to čarovné obdobie, kedy sa jar pomaly prelína do leta... prázdniny už takmer klopú na dvere, vzduch je voňavý a stále teplejší, no slnečné lúče ešte nepália príliš silno... ideálne obdobie na spoznávanie nepoznaného... Tak cestujte s nami...



DNES PRE VÁS VYBERÁME:



OKRUH JUŽNÝM ANGLICKOM

Počas tohto poznávacieho zájazdu navštívite historické mesto Canterbury v Južnom Kente s veľkolepou katedrálou, ktorá je jednou z najstarších a najznámejších kresťanských pamiatok v Anglicku. Presuniete sa na južné pobrežie, kde vás cestou čaká prehliadka Leeds Castle – najromantickejšieho stredovekého vodného anglického hradu, ktorému svojho času vládol aj slávny Henry VIII. Čaká na vás tiež Portsmouth – mesto s významným námorným prístavom, múzeom a základňou Royal Navy. Prehliadka historických dokov, HMS Victory – vlajková loď admirála Nelsona alebo Mary Rose – vlajková loď Henricha VIII. Transfer do stredovekého mestečka Salisbury – návšteva katedrály s jednou z najvyšších veží v Anglicku (123 m). Návšteva Stonehenge – táto magická, niekoľko tisíc rokov stará stavba, je opradená mnohými legendami a je zapísaná medzi pamiatkami UNESCO. Nasleduje návšteva mesta Bath, ktoré je postavené okolo prírodných horúcich prameňov – prehliadka zachovalých rímskych kúpeľov a historického centra. Transfer do Hampton Court Palace – jeden z najkrajších a najzaujímavejších anglických kráľovských zámkov s očarujúcimi záhradami a labyrintom. Podvečer príchod do Londýna, známa atrakcia Londýnske oko s nezabudnuteľným výhľadom na mesto z výšky 135 m. Nebude chýbať celodenná prehliadka Londýna: Buckinghamský palác,

Westminster Abbey s katedrálou, Parlament a Big Ben. Presun loďou po Temži ku kedysi kráľovskej pevnosti Tower, ktorá bola v minulosti aj obávaným väzením, a k otváraciemu mostu Tower Bridge. Návrät loďou naspäť do mesta, pokračovanie prehliadky: Trafalgar Square s Národnou galériou, Picadilly Circus.

POBALTIE

Spoznáte Kaunas – bývalé hlavné mesto Litvy, známe stredovekou architektúrou a zvonovými koncertmi. K najznámejším pamiatkam patrí Katedrála sv. Petra a Pavla, pozostatky hradu, synagóga, radnica, mešita, palác Massalského a Kostol sv. Archanjela Michaela. Presunieme sa k Národno-historickému kultúrnemu parku Trakai, kde navštívime unikátny ostrovný hrad Trakai. Neskôr prehliadka hlavného mesta Litvy – Vilnius. Mesto je plné prepletených uličiek a centrum starého mesta je zapísané do zoznamu UNESCO. Litovci nazývajú Vilnius „mestom baroka“, pretože sa tu nachádza množstvo stavieb z tohto obdobia. V podvečer transfer do Lotyšska, ubytovanie v hoteli v blízkosti Rigy. Ďalší deň vás čaká transfer do Estónska. Príchod v poludňajších hodinách do mesta Tartu, druhého najväčšieho mesta v Estónsku, sídla niekoľkých univerzít. Medzi najvýznamnejšie pamiatky patrí Kostol sv. Jána, Mestská radnica, zvyšky katedrály z 13. storočia, botanická záhrada, hlavná nákupná trieda a okolie radničného námestia.



Pozriete sa aj do národného parku Lahemaa, kde môžete zažiť neopakovateľnú atmosféru na brehu Baltského mora, uprostred jazier, mokradí a lesov ďalekého severu. Zastávka v nádhernom mestečku na pobreží Käsnu. Transfer do estónskeho hlavného mesta Tallinnu (UNESCO). Mestské centrum tvorí hlavné námestie s radnicou, Ratsapotheke – patrí medzi najstaršie lekárne sveta, dom Bratstva čiernych hláv, Chrám sv. Alexandra Nevského a sv. Mikuláša Divotvorcu, palác Kadriorg a Kostol sv. Oľafa, Mikuláša a Ducha svätého. Nevynecháte ani prehliadku lotyšského hlavného a najväčšieho mesta Riga. Historické centrum je v zozname UNESCO. Najvýznamnejšími pamiatkami mesta sú Rižský dóm s jedinečným organom, Rižský hrad s múzeom lotyšskej histórie, múzeum zahraničného umenia, Kostol sv. Petra, Kostol sv. Jána, Prašná veža zo 14. storočia, Dom u čiernych hláv a mnohé iné. Presuniete sa späť do Litvy, zastávka na Hore krížov, neďaleko mesta Šiauliai. Pokračovanie v ceste do mesta Klaipėda. Prehliadka tretieho najväčšieho mesta Litvy, známeho dlhoročnou tradíciou spracovávania jantáru. Zaujímavá bude i plavba na piesočný polostrov Kurská kosa, ktorý sa tiahne od Kaliningradského polostrova ku Klaipėde a oddeľuje Kurský záliv od Baltského mora. Kosa je chráneným prírodným územím na zozname UNESCO. Budete mať možnosť okúpať sa v mori a prechádzať sa po plážach s bielym pieskom.

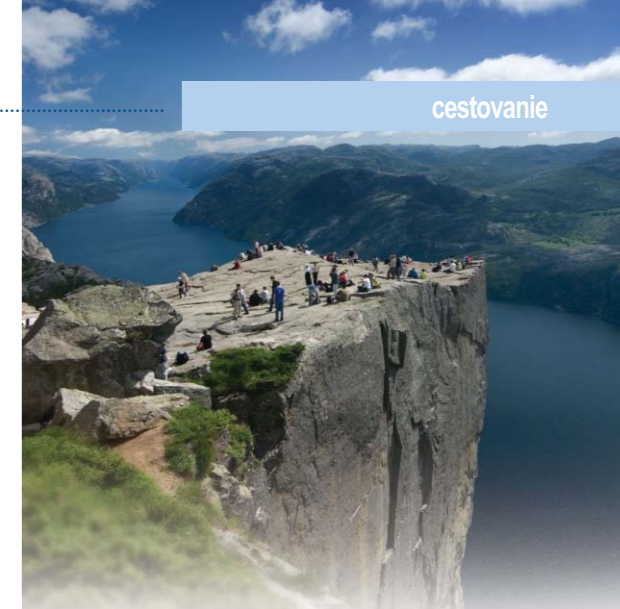
POLSKO – MAZÚRSKE JAZERÁ A POBREŽIE BALTSKÉHO MORA

Pôjdete do oblasti Veľkých mazurských jazier, k národnému parku Wigry, výnimočnému pre svoju bohatú flóru a faunu. Plavba loďou cez najkrajšie zo všetkých mazurských jazier – Wigry. Prehliadka romantického kamaldulského kláštora na brehu jazera. Pokračovanie k najväčšiemu jazeru Sniardwy až do malebnej dedinky Mikolajki. Dostanete sa aj k najkrajšej barokovej stavbe Poľska, ktorou je jezuitský kláštorňý komplex Svätá Lipka. Jedinečný je nielen prepychovou vnútornou výzdobou, ale najmä organom z roku 1721 s pohyblivými sa postavami Panny Márie a Archanjela Gabriela. Zastávka vo Fromborku, ktorého dominantou je nádherný katedrálňý komplex. Súčasťou komplexu je aj múzeum jedného z najznámejších Poliakov – Mikuláša Kopernika, slávneho astronóma. Pokračovanie k hradnému komplexu Malbork, ktorý je najslávnejším križiackym hradom Poľska, zároveň aj najväčšou gotickou stavbou z tehál a je zapísaný v zozname UNESCO.



Nasledujúce dni absolvujete prehliadku mesta Gdynia. Prehliadka najcharakteristickejšej časti mesta – prístavu s kotviacim múzeom – torpédoborec Blyskawica a storočný trojstážnik Dar Pomorza, Múzeum poľského námorníctva, Oceánografické múzeum s akváriom. Zastávka na plážach Baltského mora s krásnym bielym pieskom v mestečku Sopot. Popoludní prehliadka mesta Gdansk, kedysi nazývaného „Aurea Porta“ – Zlatá brána Poľska. Prehliadka najkrajšej časti mesta – Ulica Długa a Długi Targ, pešia zóna lemovaná historickými budovami, zakončená na oboch koncoch architektonicky zložitými mestskými bránami. Táto časť sa nazýva aj Kráľovská cesta. Nemožno minúť ani najkrajšiu ulicu starého mesta, Mariacka. Symbolom mesta je Neptúnova fontána pred budovou súdu, ale aj 700-ročný Žuraw.

Viac informácií k jednotlivým zájazdom a množstvo ďalších zaujímavých cestovateľských ponúk nájdete na: www.turanca.com



ŠKANDINÁVSKY OKRUH

Absolvujete celodennú prehliadku Kodane: kráľovský palác Amalienborg, Mramorový kostol, prístav, Palác Christianborg, Katedrála, Radnica, fakultatívne návšteva Kruhovej veže s krásnym výhľadom na mesto, časť Nyhavn, symbol mesta Malá morská víla. Na druhý deň vás čaká krátky tranzit do Švédska. Dopoludnia prehliadka mesta Malmö – hrad, radnica, prístav, námestie Gustav Adolfs torg, mrakodrap Turning Torso – najvyšší mrakodrap v Škandinávii. Presun do mesta Helsingborg, prehliadka: radnica, pevnosť, športoviská, ktoré preslávili mesto. Nasledujúci deň dopoludnia absolvujete prehliadku Göteborgu – radnica, fakultatívne plavba loďou po okolí centra mesta. Transfer a podvečer príchod do Osla, prehliadka historickej časti mesta, parlament, katedrála, národné divadlo, kráľovský palác, prechádzka v Parku Vigeland s viac ako 200 sochami zo žuly, bronzu a železa. Nevynecháte olympijské múzeum Holmenkollen (lyžiarsky areál), múzeá Vikingov, Kon-Tiki, námorníctva, Lysefjord – fjord svetla. Čaká vás turistická vychádzka na Preikestolen (Kazateľnica), ktorá trvá asi 4 hodiny. Preikestolen pripomína kamenný stĺp vystupujúci z masívu a týči sa 604 m priamo nad Lysefjordom – návštevníka očarí neopakovateľný výhľad.



Medzi najčastejšie otázky pri zvažovaní kúpy elektrického vozidla určite patria tie o možnostiach nabíjania. „Kde budem nabíjať?“ „Môžem s elektrickým vozidlom jazdiť iba po meste, alebo môžem podniknúť aj cesty na dlhšie vzdialenosti?“ „Koľko mi vydrží baterka?“

nabíjacia infraštruktúra pre elektrické vozidlá na Slovensku

strategické rozmiestnenie pre plynulú jazdu

voltia

MOŽNOSTI NABITIA BATÉRIE

Ako sme už spomínali v predchádzajúcom článku o riadení elektrických dodávok, je niekoľko spôsobov ako sa batéria dá dobíť. Prvým je nabíjanie doma alebo vo vybraných zariadeniach prostredníctvom klasickej zásuvky, čím sa dá elektromobil plne nabiť za 8 – 12 hodín. Tento spôsob je ideálny najmä na nabíjanie počas noci. Ďalšou možnosťou je stredne rýchle nabíjanie cez takzvané wallboxy, ktoré umožňujú nabitie elektromobilu za 4 – 6 hodín. Na Slovensku máme momentálne 37 takýchto wallboxov a vodiči ich nájdu najmä v hoteloch, na firemných parkoviskách či v reštauráciách. Najrýchlejším spôsobom, ako si nabiť svoj elektromobil, je nabitie prostredníctvom rýchlonabíjacej stanice, kde si vodič do 30 minút dokáže nabiť 80 % batérie štandardného elektromobilu (s batériou do 30 kWh), čo predstavuje dojazd 120 – 150 km, v závislosti od profilu jazdy a klimatických podmienok. Pri kúpe elektromobilu si však treba dať pozor na to, či vozidlo obsahuje rýchlonabíjací konektor, tzv. DC nabíjací konektor určený pre nabíjanie elektromobilu jednosmerným prúdom, nakoľko nie všetky elektrické či hybridné vozidlá sú ním vybavené.

NABÍJACIE STANICE NA SLOVENSKU

Nabíjacia infraštruktúra sa na Slovensku začala budovať len nedávno. Éra rýchlonabíjacích staníc pre elektromobily sa začala písať v roku 2014, keď spoločnosť Greenway Infrastructure v priebehu januára až marca postavila prvých 15 nabíjacích staníc tohto typu. Podľa zdroja www.nabky.sk je na Slovensku momentálne dostupných 31 rýchlonabíjacích staníc, z čoho 20 patrí práve do siete spoločnosti Greenway. Nie všetky rýchlonabíjacie stanice mimo sieť GreenWay sú však plnohodnotné, tzn. určené pre všetky typy elektrických vozidiel. Často obsahujú len 1 rýchlonabíjací konektor typu CHAdeMO, preto treba byť pri návšteve týchto staníc opatrný. Sieť GreenWay umožňuje komfortné a plnohodnotné využitie elektromobilu na celom území Slovenska a navyše, vďaka spolupráci s roamingovými partnermi, aj v ďalších 8 krajinách v Európe. Nabíjacie stanice spoločnosti Greenway tak-

isto umožňujú nabíjanie nielen cez DC konektory, ale aj cez AC rýchlonabíjací konektor typ 2 (Mennekes).

ROZMIESTNENIE NABÍJACÍCH STANÍC

„Nabíjacie stanice sú strategicky rozmiestnené popri hlavných cestných ťahoch, pri diaľniciach D1, D2 a rýchlostnej ceste R1 tak, aby vodičom elektrických vozidiel umožnili plynulú jazdu od hraníc s Českou republikou až do Košíc. Stanice sú umiestnené v maximálne asi 80 km vzdialenosti jedna od druhej, maximálne do 3,5 km od zjazdu z diaľnice,“ povedal Michal Parišek zo spoločnosti Greenway. „Miesto pre umiestnenie nabíjacej stanice musí spĺňať niekoľko kritérií. Musí mať dostatočnú kapacitu na pripojenie, ako aj dostatočný počet parkovacích miest, ktoré umožní vyhradenie dvoch miest pre elektrické vozidlá. V blízkosti je potrebná dostupná občianska vybavenosť, WC, obchod alebo kaviareň,“ dodal.

PROGRAM SPOLUTVORBY NABÍJACEJ SIEŤE

Predpokladá sa, že sieť nabíjacích staníc sa v budúcnosti bude postupne zhusťovať. „Aj keď je v súčasnosti rast počtu nabíjacích staníc úmerný rastu počtu elektrických vozidiel na našich cestách, v budúcnosti aj vďaka rôznym podporám pre zvýhodnenie nákupu elektrických vozidiel môže ich počet rásť rýchlejšie. Vtedy bude treba uvažovať aj o možnostiach dotácií pre akceleráciu výstavby a rozšírenie našej nabíjacej siete,“ povedal Michal Parišek. Pre každého, kto by chcel podporiť rozvoj elektromobility na Slovensku, ponúka spoločnosť Greenway aj program spolupráce nabíjacej siete. Ktokoľvek sa môže stať vlastníkom nabíjacej stanice a ponúkať služby nabíjania verejnosti. Spoločnosť Greenway pomôže s výberom stanice, dodá a nainštaluje stanicu, zapojí ju do siete GreenWay, aby bola viditeľná a zdieľateľná s ostatnými užívateľmi siete a poskytne správu, zúčtovacie služby, monitoring, servis a údržbu stanice. Pomáha tak vytvárať svet, v ktorom čistý vzduch, čistá voda a čistejšie životné prostredie budú na prvom mieste a v prospech všetkých.

MED-ART – partner elektromobility



NÁPLASTI COSMOS



EKONOMICKÝ RAD

Cosmos Klasická Textilná (6 cm x 1 m; 8 cm x 1 m)
Cosmos Klasická vodeodolná (6 cm x 1 m; 8 cm x 1 m)
Cosmos Klasická z netkanej textilie (6 cm x 1 m; 8 cm x 1 m)
Cosmos Pevná (strip) - delená (6 x 2; 8 x 4)
Cosmos Pevná (6 cm x 1 m; 8 cm x 1 m)



COSMOS HREJIVÉ

Cosmos Hrejivá náplasť s kapsaicínom KLASICKÁ
Cosmos Hrejivá náplasť s kapsaicínom JEMNÁ
Cosmos Relaxačná a hrejivá náplasť s vôňou levandule
Cosmos Chladivý/hrejivý gélový vankúšik



COSMOS TRADIČNÉ

Cosmos Jemná; Cosmos Pružná; Cosmos Vodeodolná;
Cosmos Detská; Cosmos Do vody; Cosmos na Šport



COSMOS HOJIVÉ

Cosmos Na opary; Cosmos Na popáleniny; Cosmos Na odreniny



COSMOS TWIN TEC

Cosmos Na pluzgiere na päte; Cosmos na pluzgiere na prstoch;
Cosmos na pluzgiere XL; Cosmos na pluzgiere MIX;
Cosmos na kurie oká



„VEZMITE SI ZO SLNKA LEN TO NAJLEPŠIE“

Dominika

Dominika Cibulková



Daylong™

Kvalita a výskum zo Švajčiarska 

Inovatívny
transparentný aerosol
s aplikáciou 360°

www.daylong.sk