

MEDIUM

časopis spoločnosti MED-ART

I N F O R M A Č N O - O D B O R N Ý Š T V R Ť R O Č N Í K
pre oblasť farmácie a veterinárnej medicíny, medicínsko-technických pracovníkov, odborníkov z oblasti výživy ľudí a zvierat

4/2015



MED-ART

dakujeme, že nám pomáhate pomáhať...

MED EXPO
NITRA
2015

II. Zoborské lekárnické dni
1. Slovenský farmaceutický veľtrh
s medzinárodnou účasťou

**EXPO
NITRA**
1. Slovenský farmaceutický veľtrh
s medzinárodnou účasťou



MED-ART

pre ľudských a veterinárnych lekárov,
farmaceutov a zdravotníckych pomôcok

pre odborníkov z oblasti farmácie a veterinárnej medicíny,
medicínsko-technických pracovníkov, odborníkov z oblasti výživy ľudí a zvierat

TERMÍNY SEMINÁROV na rok 2016

odbor: **rádiologický asistent**
už aj v Nitre



Nákup liekov cez internet



Starostlivosť o pokožku hlavy



Prevencia chorôb králikov

„Žena, ktorá chce byť krásna,
dbá o krásu svojich vlasov,
nechtov a pokožky.
**Užívam Biosil plus a som
maximálne spokojná.**“

Monika Židková
Miss ČR 1995 a Miss Europe 1995

nový obal
tradičný obsah

BIOSIL plus
VÝŽIVOVÝ DOPLNOK
1 tableta obsahuje: Kyselina 15 mg + Zink (Zn) 10 mg + D-gentianová
vápenná 6 mg + Biotin (vitamin H) 0,15 mg

BIOSIL PLUS
VÝŽIVOVÝ DOPLNOK
• vlasy
• pokožka
• nechty

NATUR VITA

Do nového roka v novom šate

Spoločnosť NATURVITA oznamuje svojim zákazníkom a predajcom, že od decembra 2015 začne dodávať výživový doplnok BIOSIL PLUS – výživa vlasov, nechtov a kože v novom obale

Ďakujeme za doterajšiu priazeň

Výživový doplnok



28



24



32



16



29



Z OBSAHU 4/2015

vyberáme

13 ODBORNÉ STRETNUTIA V NITRE S MEDZINÁRODNOU ÚČASŤOU

Výstavisko Agrokomplex Nitra uvítalo vo svojich priestoroch farmaceutov z celého Slovenska na II. Zoborských lekárnických dňoch a zároveň aj vystavovateľov na 1. Slovenskom farmaceutickom veľtrhu MED-EXPO 2015.

22 MÁTE INTÍMNY PROBLÉM?

Ak pociťujete pálenie, svrbenie či bolesť v intímnej oblasti, môžete mať nedostatok vlhčované vaginálne prostredie.

24 CELODENNÉ SEDENIE – PROBLÉM MODERNEJ DOBY

Pokiaľ ľudské telo permanentne sedí, stojí, leží alebo kráča a nedostáva dostatočné množstvo pohybovej výživy, tak rigidnie. To znamená, že degeneruje.

16 CHCETE BYŤ MILIONÁROM?

Európska komisia ponúka jeden milión Eur. O túto sumu môžete byť bohatší, ak vymyslíte test, ktorý lekárovi napovie, či pacient s infekciou horných dýchacích ciest potrebuje antibiotiká alebo nie. Test má byť rýchly, lacný, ľahko použiteľný pre lekárov a neinvazívny pre pacientov.

28 TRI „NAJ“ NOVEJ VETERINÁRIE 2015

Nová Veterinária je najväčšia, najkvalitnejšia a najinovatívnejšia odborná veterinárna akcia na Slovensku.

29 SPOZNAJTE KOGNITÍVNU PORUCHU PSOV A MAČIEK

Začiatkom októbra sa konalo sympóziu Univerzity veterinárneho lekárstva a farmácie v Košiciach venované zmenám správania starších psov a mačiek – od základného výskumu až k diagnostike a terapii.

32 SVETLO NAŠE KAŽDODENNÉ – ZDROJE A HISTÓRIA

Najznámejším reprezentantom umelého svetla je žiarovka. Elektrická energia sa v nej mení na svetelnú. Keďže sme pri „svetle“, nezaškodí spomenúť, že veľmi obľúbeným je aj svetlo betlehemské. Tradícia jeho dovozu na Slovensko sa začala až po páde totality.



■ 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, PharmDr. Zlatica Bártová ■ externí dopisovatelia: Mgr. Ing. Jozef Krajčí, RNDr. Alena Ondejčíková, Mgr. Dagmar Machničová, Ing. Pavol Machnič, PharmDr. Martin Milly ■ vizuálna koncepcia, layout a tlač: APEL, spol. s r. o., Nitra, www.apel.sk ■ distribúcia: prostredníctvom obchodných zástupcov, vodičov a poštových zásielok zabezpečuje MED-ART, spol. s r. o.

NEPREDAJNÉ

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.

SVIATKY POKOJA ČI PLYTVANIA?

Máme pred sebou sviatky pokoja alebo dni plné naháňačiek? Pre mnohých ľudí, ale tiež pre firmy, by sme ich mohli nazvať aj sviatkami plytvania. Všetko začína už niekoľko mesiacov pred adventom a Vianocami. Firemné večierky sú v trende, klienti si ich žiadajú. Všetci sa snažíme, aby boli čo najhonosnejšie. Veď pozvať zákazníkov na obyčajnú kapustnicu s klobásou už nie je dôstojné. Neraz sa mi zdá, že sme viac zaujatí množením aktivít, než pozornosťou voči ľuďom v našom bezprostrednom okolí. V zrýchlenom tempe a naháňaní si neuvedomujeme, že advent a Vianoce sú len vtedy, keď sa stretáme s ľuďmi pri skutočnom vianočnom pokoji.

Viem, že všetci veľa pracujete, a preto chcem dnešnú úvodníkovú myšlienku napriek koncoročnej hektike upriamiť na dôležité pojmy, ktorými sú trpezlivosť a vytrvalosť. Trpezlivosť a vytrvalosť v práci, ktorú denne robíte a robili ste ju počas celého roka. Za túto prácu vám možno ani nikto nepodakoval, aj keď z nej určite veľa ľudí okolo vás malo úžitok.

Nech ale aj napriek tomu zostane vaším cieľom schopnosť udržať si trpezlivosť a vytrvalosť až do konca roka. Nenechať sa strhnúť naháňaním za konzumom, keď iní začínajú plytvať, to je skutočné umenie. Nikto z nás nemá „čarodejnú paličku“ na všetko. Máme ale dôveru a skúsenosť, že poctivá a trpezlivá celoročná práca nás nikdy nenechá napospas ťažkostiam života. Aj takto sa dá adventný a vianočný pokoj potom zažívať celý rok. Poctivou prácou a trpezlivosťou sa aj sklamanie, ktoré sú prítomné v živote každého, ľahšie znášajú.

O Michelangelovi sa hovorí, že pri práci mal rád ticho a pokoj. Keď ho raz pri tvorbe sochy navštívili priatelia a pozorovali ho pri práci, niektorý z nich poznamenal: Zdá sa mi, že vo svojej práci pokračuješ dosť pomaly. Umelec odpovedal: Teraz som musel dielo trpezlivo vyhladiť a predtým som musel odstrániť drsnosť. Pery dostali iný výraz, svaly sú vydutejšie... Na to priateľ prehodil: Ale to sú predsa drobnosti. Michelangelo sa usmial: Áno, sú to drobnosti, ale z malých vecí a drobností v trpezlivosti vzniká krása a dokonalosť. A potom to už nie sú drobnosti.

Prajem vám, milí naši klienti, nech vaše trpezlivé dennodenné svedectvo je tým, čo prináša a dáva platnosť slovám. Mojm cieľom nie je ponúknuť detailnú a komplexnú analýzu súčasnej adventnej reality, ale rád by som vyzval vás, milí priatelia nášho časopisu, aby sme teraz v advente zachytávali znamenia doby, ktoré nám sám život a „nadpozemské vianočné Dobro“ neúnavne ponúka. Koľko znamení je denne prítomných aj v našich prevádzkach či v každodennom živote? Koľko príležitostí pred nás kladie sám život, uprostred negatívnych skutočností, ktoré ako vždy robia len viac hluku? Hľadáme príklady ľudí, ktorí nám dávajú odvahu žiť trpezlivo a vytrvalo! Len nepodľahnúť naháňačkám a plytvaniu. Zostaťme ľuďmi, ktorí síce žijú reálny život dnešnej doby, ale zachovajme si pritom adventný pokoj. Potom i pri vás budú ostatní zažívať advent a Vianoce každý deň. Nech advent je čas, ktorý s nami zatrasie tak, že sa následkom tohto otasu staneme pozornými voči sebe a iným. Možno potom začneme vnímať ešte intenzívnejšie, ako veľmi náš svet potrebuje zmenu. Prajem vám, nech je aj tohoročný advent takýmto prebudením, aby sme sa neprispôbili my svetu, ale aby sa svet prispôbil pokoji a skludnil sa. Tak zostane svet viac Božím i ľudským zároveň.

Želám vám, aby ste tohoročné Vianoce prežili v zdraví, šťastí a v pokoji, nech cez pokoj viac porozumiete komplikovanému svetu, v ktorom žijeme.

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

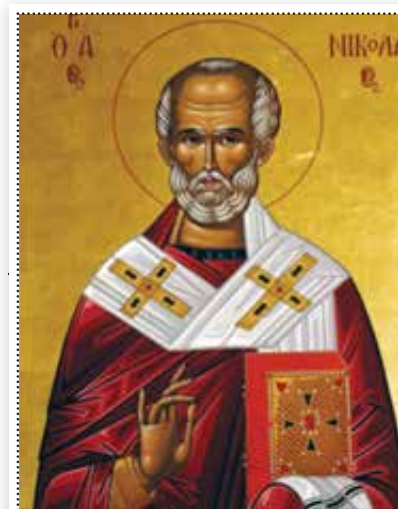


autor príspevku: Mgr. Lucia Šútorová

*„Nie ten, kto má mnoho,
je bohatý, ale ten,
kto veľa dáva.“*
Erich Fromm



NAJMÄ O DÁVANÍ BOL ŽIVOT SV. MIKULÁŠA NAJLEPŠÍ LIEK NA VŠETKY STRASTI ÚPRIMNÁ RADOŠŤ A SMIECH



Pri tejto príležitosti sa zamestnanci MED-ARTu so svojimi deťmi stretli v priestoroch Starého divadla Karola Spišáka v Nitre, kde ich čakalo milé predstavenie. Legendárna rozprávka Ľudmily Podjavorinskej o poučných dobrodružstvách malého a trochu lenivého vrabčiča Čima Čimčara. Deti ostali deťmi a svoje nadšenie počas predstavenia neskrývali. Dobré sa pobavili aj ich rodičia. Prejavila sa aj profesionalita hercov, ktorých z miery nevyviedol ani občasný plač detí. Za potlesku publika sa deti rozlúčili s vrabčičom Čimom.

Dávaniu sa vo svojom živote venujú aj boháci súčasnosti. Najbohatší muž sveta Bill Gates dal na charitu 27 miliárd dolárov.

Sv. Mikuláš je uctievaný najmä v gréckokatolíckej a pravoslávnej cirkvi, kde mu bolo zasvätených mnoho chrámov a kostolov. Počas svojho života vykonal sv. Mikuláš mnoho dobrého, a preto si ho ľudia vážia aj po jeho smrti. Mikuláš zomrel vo vysokom veku 6. decembra v Myre. Zdedil veľké bohatstvo, nenechal si ho však pre seba. Svoj majetok rozdal biednym ľuďom, sirotám a chudobným deťom. A práve vďaka tomuto jeho počinu vznikol zvyk obdarúvať každý rok v tento deň deti a vnúčatká darčekom.

Potlesk vystriedal úžas v rozžiarených detských tvárach – to už prišiel deťmi dlho očakávaný Mikuláš. Bol štedrý a všetkým rozdal sladké balíčky, ba niektorým i pochvalu za pripravenú básničku či pesničku. Niektoré deti dokonca obdarili Mikuláša vlastnoručne nakreslenou či vytvorenou maličkosťou.

Odkaz tohto sviatku je hlavne o dávaní. Sv. Mikuláš nám svojím životom dokazoval veľké cnosti duchovného a fyzického milosrdenstva, pokory, schopnosti stáť za svojim presvedčením aj za cenu perzekúcie. Všetko sú to mravné prednosti, ktoré sú dnes negované. Inšpirujme sa ním, pretože práve jeho vlastnosti potrebujeme ako soľ.

Netreba zabúdať na to, že všetci sme boli deťmi a takéto sviatky si treba stále pripomínať. Či už preto, aby sme sa aspoň v spomienkach vrátili do detských čias alebo preto, aby sme sa vedeli tešiť s našimi deťmi. Najlepší liek na všetky strasti je predsa len ten, ktorý pohladí dušu, a tým je určite úprimná radosť a smiech.



Pred predstavením bolo pre deti pripravené sladké občerstvenie



NIELEN TEORETICKY, ALE I PRAKTICKY

ŠKOLENIE TELEOPERÁTORIEK CALL CENTRA V JASNEJ

Call Centrum – Telemarketing a Centrum služieb zákazníkom – oddelenia MED-ARTu, od ktorých naši klienti, odberatelia či dodávatelia, na druhom konci telefónu očakávajú príjemný hlas, empatiu, odbornosť – skrátka kvalitu nami poskytovaných služieb.

„Ako na to? Ako neprepadnúť každodennej rutine a každý deň brať ako výzvu na sebarealizáciu, motiváciu, profesionálny rast?“ Túto otázku na začiatku školenia tímov Call Centra položil generálny riaditeľ PharmDr. Ján Holec a pokračoval: „Väčšinu času tráviť v práci. Premýšľate o tom, ako lepšie pohotovo a odborne reagovať na požiadavky klientov, ako byť vždy usmievavá a pozitívne naladená, ako zvyšovať svoj odborný rast, ako byť morálne či finančne lepšie ohodnotená. Na každú vašu otázku chceme dať odpoveď, na každý váš problém chceme nájsť riešenie. Predpokladom však je spoločný nadhľad, pozitívny prístup a ochota na sebe pracovať.“ V tomto duchu na dr. Holeca nadviazal aj externý školiťel dr. Miloš Šedovič. Vo svojom tréningu a kaučovaní zdôrazňoval, že aktívnemu počúvaniu sa hovorí tiež načúvanie a že **načúvanie si vyžaduje oveľa viac inteligencie ako rozprávanie**. Na praktických modelových situáciách ukázal, ako sa naladiť pre čo najefektívnejší výkon s využitím vnútornej motivácie, ako spoznať klienta a nastaviť operačnú formu komunikácie, ako rozvinúť svoj odborný i osobnostný potenciál.



Veľkou devízou školenia teleoperátoriek je možnosť fyzicky si prezrieť ponúkané produkty.



Milí čitatelia, kvalita a efektivita komunikácie, predajným zručnostiam, asertivite, zdolávaní námietok a pod. sme sa venovali dva dni a mohli by sme o tom písať ďalšie dve strany. Pre vás sú však z nášho interného vzdelávania určite oveľa zaujímavejšie a osozejšie informácie produktové, preto im aj v našom príspevku dávame väčší priestor.

Odbornú produktovú časť nášho školenia zahájil pán **Ladislav Adorján, zástupca firmy BATIST Medical**, ktorej produkty na náš trh dodáva firma **Fazzini**. Batist Medical je popredným výrobcom a distribútorom zdravotníckych a hygienických prostriedkov spotrebného charakteru v Českej republike.

V oblasti ošetrovania rán ponúka tradičné i moderné spôsoby starostlivosti o chorých – obvazy rôznych druhov, tvarov a použitých materiálov, ako napr. obvazy hydrofilné pletené, sterilné či nesterilné až do šírky 20 cm, trojrohé šatky vyrobené z úpletu viskózoze striže, fixačné obvazy Fixa-crep vysoko elastické s ťažnosťou cca 100 % na fixáciu kĺbov a oblých častí tela či Medi-crep, ktoré sú navyše i hypoalergénne, elastické obvazy Universal s ťažnosťou cca 110% a Mediflex s krátkym ťahom cca 60 %, ktorý je určený k liečbe žilového a lymfatického systému. Firma Batist má v ponuke i hadicové (tubulárne) obvinadlá, sádrové obvazy Gipsan, Ortho-fix a zinkoliehové obvinadlá.

Na dezinfekciu kože pred vpichom ihly pri podávaní injekcií slúži alkoholom napustený tampón z netkaného textilu Skin cleansing swab.

Hydrofilná gáza skladaná v hustote 17 alebo 20 nití/cm² v zložkách, v páse či v roľkách a prierezy z gázy majú široké využitie či už v nemocničných podmienkach alebo v ambulanciách.

HARTMANN

Thermoval[®]

teplomery

Thermoval kids
digitálny teplomer

- veselá detská potlač
- technológia pre zrýchlené meranie 10 sekúnd

Thermoval kids flex
digitálny teplomer

- pružná špička teplomera pre presnejšie a šetrnejšie meranie
- technológia pre zrýchlené meranie 10 sekúnd

Thermoval rapid
digitálny teplomer

- technológia pre zrýchlené meranie 10 sekúnd

Thermoval duo scan
infračervený teplomer

- presné výsledky merania do 3 sekúnd
- meranie na čele a v uchu

3 ROKY ZÁRUKA

Buničitá vata, ktorú má vo svojom portfóliu firma Batist, sa vyznačuje vysokou savosťou a dodáva sa v rôznych rozmeroch. Obvazová vata Flower zo 100% bavlny, alebo zmes bavlna/viskóza sa používa na kozmetické a lekárske účely, napríklad aj ako podkladový materiál pod sádku. K podobnému účelu slúži aj polstrovací obvaz Ortho-pad.

Zubno-lekárske valčeky sa využívajú v stomatológii k udržaniu suchého prostredia v ústnej dutine.

Široký je i **sortiment zdravotníckych náplastí** ako napr. Softpore, Filmpore, Silkpore a Elastpore. Posledné menované sa dodávajú v dvoch prevedeniach. S absorpčným vankúšikom + pad alebo bez vankúšika.

V oblasti hygieny sa ako jednorázové utierky, podložky či plachty používa Pervin vyrobený z netkanej textílie. Z výrobkov slúžiacich predovšetkým na ochranu pacientov a zdravotníckeho personálu sú to napríklad papier na vyšetrovacie stoly, rukavice sterilné i nesterilné, latexové, nitrilové alebo vynilové, jednorázové operačné oblečenie – masky, čiapky, plášte, operačné rúška a sety.

Prezentáciu meracích prístrojov – tlakomerov a teplomerov z portfólia f. Hartmann-Rico spol. s r. o. a názornú ukážku merania teploty predviedla pani **Balunová**.



Teplomery Thermoval sa delia do dvoch základných skupín: infračervené a digitálne. Najrýchlejšie a najšetrnejšie odmerajú teplotu teplomery infračervené.

Bezdotykový infračervený teplomer **Thermoval baby** meria teplotu na čele za 3 sekundy. Meria teplotu tela, predmetov aj okolia. Dotykový infračervený teplomer **Thermoval duo scan** veľmi rýchlo meria teplotu – za 1 sekundu v uchu, za 3 sekundy na čele. Digitálny teplomer **Thermoval kids flex** má ohýbnú špičku, je vhodný na meranie teploty malých detí, dojčiat a batoliat, je vodotesný, zmeria teplotu za 6 až 40 sekúnd v závislosti od miesta merania. Digitálny teplomer **Thermoval kids** je vhodný pre staršie deti, je vodotesný a zmeria teplotu za 10 až 40 sekúnd.

Digitálny teplomer **Thermoval rapid** pre dospelých je odolný voči vode, zmeria teplotu za 10 až 40 sekúnd. Digitálny teplomer **Thermoval standard** pre dospelých je cenovo výhodný,

odolný voči vode a zmeria teplotu za 40 až 90 sekúnd.

Tlakomery Tensoval spĺňajú všetky požiadavky monitorovania krvného tlaku v domácom prostredí: presnosť, pohodlnosť, rýchlosť a jednoduchosť merania.

Tensoval duo control meria rovnako presne ako ortuťový tlakomer, má duálny spôsob merania krvného tlaku, je vhodný pre ľudí s nepravidelným srdcovým rytmom.

Tensoval comfort je vysoko spoľahlivý a rýchly tlakomer vhodný aj pre ľudí s miernou srdcovou arytmiou, s pamäťou umožňujúcou uchovávať namerané hodnoty pre dvoch používateľov.

Tensoval comfort classic umožňuje ľahké a spoľahlivé meranie krvného tlaku za výhodnú cenu. Tiež je vhodný aj pre ľudí s miernou srdcovou arytmiou, pamäť uchováva namerané údaje pre jedného používateľa.

Tensoval mobil je veľmi presný, ľahko ovládateľný zápästný tlakomer, vhodný na meranie tlaku vzhľadom na malé rozmery i na cestách. V pamäti uchováva namerané hodnoty pre dvoch používateľov.

Prednášku a **prierez pančuchovým sortimentom** značky Maxis predniesol pán **Jarek Borák z firmy Maxis a. s.**

Zdravotné podporné pančuchové výrobky Relax napomáhajú cirkulácii krvi v dolných končatinách, slúžia ako prevencia vzniku kŕčových žíl, bolestiam a opuchom. Sú určené na každodenné používanie.



V 70 DEN-ovom vyhotovení sa vyrábajú lýtkové a stehenné pančuchy, a pančuchové nohavice (v ktorých je zabudovaný push-up efekt), 140 DEN-ové taktiež lýtkové, stehenné a pančuchové nohavice, ktoré sa však vyznačujú silnejším stiahnutím dolných končatin.

150 DEN-ové podkolenky, podobne ako podkolenky Travel, a 280 DEN-nové podkolenky sú vrúbkované, v rôznych farebných prevedeniach a sú určené na každodenné nosenie, vrátane cestovania.

Elastické stáhovacie nohavičky Lifting Briefs tvarujú postavu, držia tvar a spevňujú oblasť brucha.

Kompresívne pančuchy Micro sú vyrobené z veľmi jemného úpletu s vysokým podielom microvlákna, s antibakteriálnou a antiplesňovou úpravou. Majú moderný matný vzhľad. **Pančuchy Brilliant** sú vyrobené z vysoko kvalitných elastických materiálov, s chladivým účinkom a príjemným pocitom na dotyk. **Pančuchy Cotton comfort** obsahujú microcapsule striebra a aloe vera, ktoré zabráňujú množeniu baktérií a tým eliminujú vznik nepríjemných pachov.

Ramenné nápleky sa dodávajú v prevedení soft s jemným úpletom alebo effective s masívnym úpletom, s krajkou alebo lemom, prípadne s upínaním cez rameno, s rukavicou alebo bez rukavice.

Lýtkové pančuchy Mediven ulcer výrazne napomáhajú pri liečbe akútneho bercového vredu.

K uľahčeniu navliekania kompresívnych pomôcok slúži **navliekač pažných náplekov** a **navliekač pančúch Anna**.

Ako **doplňkový sortiment firma Maxis** ponúka ošetrojúci denný krém medi day, regeneračný nočný krém medi night, lepiaci krém na lepšie uchytenie kompresívnych pančúch, špeciálny tekutý prostriedok na ručné pranie, pracie vrečko pre pranie kompresívnych pančúch v automatickej práčke, gumové rukavice pre ľahšie obliekanie a vyzliekanie kompresívnych pančúch.

Všetky produkty boli vystavené na prezentačných stolíkoch a po skončení prednášky mali teleoperátorky CC možnosť nielen prezrieť si tento tovar zblízka, ale i vziať si ktorýkoľvek produkt do rúk a prípadné doplňujúce otázky smerovať na zástupcov dodávateľských firiem.

Môžeme s uspokojením skonštatovať, že náš cieľ sa podarilo naplniť a že účastníci interného vzdelávania a školenia získané poznatky môžu naplno využiť vo svojej práci.



autor príspevku: Pavel Machovec



CELOSLOVENSKÝ AKREDITOVANÝ SEMINÁR OKTÓBER + MED-ART = VYHNE

Táto rovnica platí už niekoľko rokov, je známa všetkým farmaceutom a, samozrejme, platila aj tento rok. V príjemnom a obľúbenom prostredí hotela Sitno sa v dňoch 9. až 11. 10. 2015 konal akreditovaný celoslovenský seminár organizovaný spoločnosťou MED-ART a RLeK Nitra, ktorého hlavnou témou bolo „Odborné poradenstvo v lekární“. Keď sme sa na záver pýtali klientov, ako sa im táto akcia páčila, počuli sme iba „bola naj...“, ostatne ako každý rok. A prečo? Lebo bola vysoko kvalitne pripravená nielen po organizačnej stránke, ale aj z pohľadu kvality prednášok.

Celé odborné-spoločenské stretnutie bolo organizované už od piatku, čo využila časť klientov zo vzdialenejších miest, ako aj farmaceuti nemocničných lekární. Pre všetkých boli pripravené športové aktivity a posedenie s priateľmi, bolo možné využiť aj služby hotelového wellness centra alebo školy varenia Foodie.

Náročný program sobotňajších prednášok zahájila Mgr. Katarína Mrázová zo spoločnosti **Topnatur**. Predstavila nielen produkty spoločnosti, ale aj ich použitie pre odstránenie zažívacích ťažkostí.

Mgr. Ján Babjak a jeho prednáška nazvaná **3 x 3 plus 4**, ktorá sa zamerala na patogenézu zápalov a ich liečbu, primárne s použitím prípravkov produktového radu Tantum verde. **Diferenciálna diagnostika kašľa a jeho liečba v praxi**, ktorú pripravila spoločnosť Boehringer Ingelheim, bola témou ďalšej prednášky, v ktorej sa poslucháči dozvedeli nielen o príčinách vzniku kašľa, ale spoznali aj jeho druhy a spôsoby liečenia. Samozrejmosťou bolo odporúčanie prípravkov podľa veku a druhu kašľa, ktoré je vhodné odporučiť pacientom. Veľký potlesk a veľmi zaujímavá diskusia. MUDr. Jana Mrázová sa vo svojej prednáške rozhodla prítomným vysvetliť „**Prečo kozmonauti užívajú Rakytník...**“. Profesionálne pripravená a informačne zaujímavá prednáška zaujala všetkých prítomných. Pani doktorka stručne vysvetlila vznik latinského názvu tejto veľmi zaujímavej rastlinky, poradila ako sa dá pestovať, ale hlavnou témou bolo použitie na rôzne indikácie, podporené bohatou praxou prednášajúcej.

Starostlivosť o detskú pokožku a ekzém. Túto tému pripravila MUDr. Miluše Kotalíková zo spoločnosti Bayer, ktorá okrem odborných informácií o koži, jej zložení, ochrane, ale aj o problémoch s atopickým ekzémom, docestovala na tento seminár až z Českej republiky predstaviť účastníkom novinku v ponuke pre najmenších pacientov – prípravok Bepanthen.

„**Život je ako jazda na bicykli. Aby ste udržali rovnováhu, musíte sa hýbať vpred**“. Týmto citátom Alberta Einsteina začal svoju prednášku výkonný riaditeľ družstva Vaša Lekáreň Mgr. Róbert Ďuriš. Na rozdiel od svojich predchádzajúcich prednášok nepredstavoval družstvo ako také, ale keďže družstvo Vaša Lekáreň už má za sebou niekoľko rokov fungovania, ukázal účastníkom veľmi názornou a pútavou formou, čo môžu získať zapojením sa do tohto projektu a predstavil aj aktuálne marketingové novinky, ktoré v týchto dňoch družstvo začína využívať.

Pani Katarína Naďová vo svojom príspevku rozoberala tému „**Chrípka v súčasnosti**“, očkovanie proti nej, zdravotné a ekonomické dopady chrípky v krajinách EÚ ako aj o zmenách v stratégii očkovania proti chrípke v SR.

Ing. Eva Stanislavská zo spoločnosti Generica a jej **Novinky v ponuke pre rok 2015** oboznámili účastníkov seminára s produktami nielen pre šetrné riešenie zápch, ale aj inovatívnym riešením pre suchú pokožku, riešením pre pacientov s laktózovou intoleranciou, ako aj s riešením príčin meteorizmu.

Tradičnou prednášajúcou je Mgr. Lenka Cesneková zo spoločnosti Mylan s. r. o. Jej predstavenie **Významu generických liekov v praxi lekárne** malo ako vždy veľmi vysokú úroveň. Zamerala sa nielen na trendy vývoja financovania liekov, ale aj na legislatívnu podporu generickej substitúcie, jej výhody pre pacienta ako aj pre lekára.

Prednášajúci zo spoločnosti Actavis, PharmDr. Róbert Peley a Ing. Petra Stejskalová, rozdelili svoju prednášku na dva bloky. V prvom ponúkli možnosti lokálnych antibiotík Dorithricin, v druhej časti sa potom zamerali na riešenie problémov suchého oka pomocou radu prípravkov Optive.

Trinity pobyt



Pobyt zahŕňa:

- ubytovanie na 2 noci v komfortnej 2-lôžkovej izbe
- raňajky formou bohatých bufetových stolov
- večere formou bohatých švédskych stolov alebo formou lahodného 3-chodového menu
- 2 x masáž chrbta
- fľaša kvalitného vína na izbe
- bezplatné pripojenie na internet
- bezplatné parkovisko



**3-dňový pobyt s polpenziou
pre 2 osoby v jednom z hotelov
siete TRINITY Hotels**

REZERVÁCIE NA:

e-mail: marketingnr@med-art.sk
tel.: **037/7753278**
mobil: **0907 729 043**

FOODIE víkend v Hoteli SITNO

Pobytový balík pre skutočných labužníkov!



Kulinárske štúdio FOODIE



**Chef's Table večera
s ukázkami prípravy a foodstylingu jedál**



Detské inšpiratívne 60 minútové kurzy

Príprava cesta na ranné pečenie



POBYTOVÝ BALÍK OBSAHUJE:

- Ubytovanie v dvojľôžkovej izbe s polpenziou
- Welcome drink pre celú rodinu
- Voľný vstup na premietanie filmov s gurmánskou tematikou v Mediatre
- Výlet na koziu farmu s ochutnávkou čerstvého syra
- Zber lesného ovocia, húb a bylín v okolí
- Neobmedzený vstup do „4Elements Aqua & Relax“
- Klasickú masáž chrbta
- Dvojpodlažný detský svet MiniMe Club pre deti od 0 do 12 rokov
- **Kulinárske štúdio Foodie:** Chef's Table večera + Obedové grilovanie pre celú rodinu + Večerný Foodie Class inšpirovaný filmami s kulinárskou tematikou + Pečenie domácich croissantov + Detské inšpiratívne kurzy varenia



V popoludňajších hodinách mnohým dobre padol relax v škole varenia pri vôňach chutného jedla.

Oslava 15 rokov pôsobenia na trhu a **Diamantová generácia GS Condro**. Táto téma, súťaž, losovanie a prednášajúci Mgr. František Laluch. Posledná prednáška pred obedom zaujala poslucháčov nielen informáciami o produktoch, ale aj informáciou o súťažiach pre pacientov, ktoré spoločnosť GreenSwan realizuje za rovnakých podmienok v Českej aj Slovenskej republike.

Lekáreň budúcnosti. Svoju predstavu o tom, ako by mohla vyzeráť, technické novinky v úspešnej lekární a veľa iných novinek zúčastneným predstavil výkonný riaditeľ NRSYS s. r. o. Ing. Jozef Fiebig. Pripravované trendy, ktoré spoločnosť NRSYS uvádza do reálnej praxe, zaujali všetkých prítomných. Zamestnankyňa spoločnosti ELI LLYLLI ČR, MUDr. Angelika Fialová, pripravila prednášku na zaujímavú tému – „**Tabuizované téma ve farmácii, jak můžeme pomoci**“. Problémy erektilnej disfunkcie, jej príčiny, výskyt, ale aj štúdie, či pacient ide takýto

problém riešiť skôr k lekárovi alebo k lekárnikovi, spolu s možnosťami liečby udržali pozornosť poslucháčov až do samého konca. Predposledná prednáška MUDr. Miroslava Malaya mala v tomto čase veľmi aktuálny obsah – **Prírodné liečivá pri bolesti kĺbov a svalov**. Kedže čím ďalej, tým viac pacientov sa odkláňa od syntetických analgetík a snaží sa svoje problémy riešiť pomocou prírodných liečiv a postupov, prehľad najčastejšie používaných spolu s možnosťami ich použitia bol pre farmaceutov prínosom.

Novinky na trhu, ktoré prináša spoločnosť Star Pharma a prednášajúci Ing. Augustín Dubníčka, PhD. uzavreli program prednášok vo veľkej prednáškovej sále. Počas celého dňa v osobitných priestoroch prebiehali prednášky na rôzne témy, ktoré ale spájalo **výživové poradenstvo v prevencii zdravia** a prednášajúci z inštitútu zdravého života Welko.

Pripravili pre návštevníkov seminára zaujímavé témy, praktické ukážky meraní, zostavovanie výživových plánov a veľa ďalšieho. Diskusie prednášajúcich s poslucháčmi pokračovali do neskorých popoludňajších hodín.

Po náročnom odbornom programe bol aj priestor na relaxáciu, či už vo wellness centre, v škole varenia Foodie alebo na prechádzke nádhernou jesennou prírodou. Všetci ale veľmi pozorne strážili čas, lebo na večer spoločnosť MED-ART pripravila pestrý program tematicky zameraný na Vinobranie a jesenný jarmok remesiel, ľudovú hudbu a tradičné zvyky. V tomto duchu svoje vystúpenie prispôbila aj Tanečná škola Old School Brothers, u ktorej spojenie ľudových krojov a moderného tanca bolo zaujímavým oživením. Ochutnávka vín, hudobná skupina Starmánia a neskôr diskotéka ukončila celý program stretnutia.

Na záver sa preto znovu iba rýchlo vrátim k zhodnoteniu celého víkendu od zúčastnených farmaceutov. Prvý tohtoročný seminár v Senci bol podľa ich vyjadrení skvelý. Druhý seminár v Starom Smokovci bol ešte lepší.

A posledný seminár znovu potvrdil tradíciu, ktorá hovorí, že tento seminár je vždy najlepší. Zaujímavé prednášky, perfektná organizácia, skvelý personál hotela Sitno a v neposlednom rade aj príjemné stretnutia s priateľmi. Ponúka sa preto otázka, čo skvelé dokážu organizátori pripraviť na budúci rok...

V rámci sústavného vzdelávania odbornej verejnosti spoločnosť MED-ART každoročne organizuje pre svojich odberateľov sériu akreditovaných prezentačno-vzdelávacích seminárov. Po skončení odbornej časti je vždy pripravený spoločenský program, atmosféru ktorého je možné využiť na diskusiu a prezentáciu výrobkov.

Termíny seminárov:

Celoslovenské semináre pre farmaceutov:

12. 03. 2016 Senec, hotel Senec

28. 05. 2016 Nový Smokovec, hotel Atrium

15. 10. 2016 Vyhne, hotel Sitno

Celoslovenský seminár pre zdravotníckych pracovníkov:

24. 09. 2016 Nitra, Výstavisko Agrokomplex

MED-EXPO 2016 – III. Zoborské lekárnické dni

2. Slovenský farmaceutický veľtrh s medzinárodnou účasťou

Celoslovenský seminár pre medicínsko-technických pracovníkov:

11. 06. 2016 Jasná, hotel Družba

**POZNAČTE SI
do kalendára pre rok 2016!**

UNIKÁTNY ODBOR V NITRE

ABY STE SA STALI RÁDIOLOGICKÝM ASISTENTOM,
NEMUSÍTE CESTOVAŤ DO KOŠÍC

Absolventom Strednej zdravotníckej školy (SZŠ) sa na trhu práce ponúka bohaté množstvo pozícií. V škole sa už sedemdesiat rokov vzdelávajú a pripravujú zdravotnícki pracovníci pre najušľachtilejšie, najhumánnejšie povolanie s jediným cieľom – poskytnúť kvalitnú ošetrovateľskú starostlivosť všetkým, ktorí ju potrebujú. K doterajším študijným odborom zdravotnícky asistent, farmaceutický laborant a diplomovaná všeobecná sestra pribudne nový študijný odbor vyššieho odborného vzdelávania **DIPLOMOVANÝ RÁDIOLOGICKÝ ASISTENT** od školského roku 2016/2017. Najbližšia škola, kde sa v odbore vzdelávajú, je Stredná zdravotnícka škola v Košiciach.

Odbor je určený pre absolventov stredných škôl s maturitou aj nezdravotníckeho zamerania či vysokoškolákom, ktorí sa rozhodli zmeniť svoje kariérne smerovanie. Študijný odbor vznikol ako odpoveď na dopyt po kvalifikovaných rádiologických technikoch na Slovensku aj v zahraničí, ktorí majú vzťah k pomáhajúcej profesii a sú zruční v informačno-komunikačných technológiách. Ide o jedinečnú profesiu, ktorá je dynamická a určená pre mladých ľudí vyvíjajúcich sa rutinne práci.

Po absolvovaní štúdia sa rádiologický technik uplatní na trhu práce na Slovensku, v krajinách EÚ, v štátnych aj neštátnych, súkromných zdravotníckych zariadeniach na pracoviskách rádiodiagnostiky na úsekoch RTG, počítačovej tomografie, magnetickej rezonancie. Pracoviská rádioterapie a klinickej onkológie zaujmú absolventov štúdia prácou na lineárnom urýchľovači – najmodernejšom zariadení, ktoré je vybavené špičkovou technológiou. Ďalšou možnosťou uplatniť sa na trhu práce sú pracoviská nukleárnej medicíny zaoberajúce sa rádiodiagnostikou a liečbou pomocou rádiofarmák.

Profilovými predmetmi na prijímacie skúšky sú biológia a fyzika. Podmienkou na prijatie je aj vyjadrenie lekára



Štúdium zahŕňa 3 500 hodín teoretickej výučby a praktickej výučby. Praktická výučba v rozsahu najmenej 1 140 hodín a uskutočňuje sa v odborných učebniach a na pracoviskách rádiológie, nukleárnej medicíny, rádioterapie, počítačovej tomografie, nukleárnej magnetickej rezonancie a intervenčnej rádiológie.



lizačných, certifikačných študijných programoch a v programoch sústavného vzdelávania.

o zdravotnom stave uchádzača. Vyššie odborné štúdium prebieha trojročnou dennou formou, bezplatne. Ukončuje sa absolventskou skúškou. Doklad o dosiahnutom vzdelaní predstavuje vysvedčenie o absolventskej skúške, dodatok k vysvedčeniu a absolventský diplom. Doklady deklarujú získané požadované zručnosti absolventa na výkon činností samostatne, v spolupráci s lekárom.

Absolvent získava profesijný titul diplomovaný rádiologický asistent, dipl. r. a., ktorý sa uvádza za menom.

Profilujúcimi odbornými predmetmi vyššieho odborného štúdia sú: Klinická onkológia, Radiačná onkológia, Nukleárna medicína, Rádiologická fyzika, Rádiológia, Radiobiológia, Ochrana zdravia pred ionizujúcim žiarením, Rádiologická technika, Klinické cvičenia v rádiológii, Klinické cvičenia v radiačnej onkológii, Klinické cvičenia v nukleárnej medicíne, Základy výskumu, Odborná konverzácia v cudzom jazyku, Aplikovaná informatika.

Po ukončení štúdia majú absolventi možnosť pokračovať v ďalšom štúdiu v špecializačných, certifikačných študijných programoch a v programoch sústavného vzdelávania.



ODBORNÉ STRETNUTIA V NITRE S MEDZINÁRODNOU ÚČASŤOU



MED EXPO
NITRA
2015

II. Zoborské lekárnické dni
1. Slovenský farmaceutický veľtrh
s medzinárodnou účasťou

„USPEJE LEN TEN, KTO BUDE PRIPRAVENÝ
NA POŽIADAVKY ZÁKAZNÍKOV“

Výstavisko Agrokomplex Nitra uvítalo vo svojich priestoroch farmaceutov z celého Slovenska na II. Zoborských lekárnických dňoch a zároveň aj vystavovateľov na 1. Slovenskom farmaceutickom veľtrhu MED-EXPO 2015.

HODNOTENIE NA VÝBORNÚ

Všetko, čo sa koná po prvýkrát, koná sa vo veľkom očakávaní. MED-ART už niekoľko rokov organizuje pre farmaceutov odborné akcie, semináre. Farmaceutický veľtrh – prvý na Slovensku, inšpirovaný nemeckým Expopharmom, bola pre nás výzva. Ako sme uspeli? Z reakcií účastníkov akcie, či už farmaceutov alebo vystavovateľov, usudzujeme, že na výbornú.



II. ZOBORSKÉ LEKÁRNICKÉ DNI

Moderná a úspešná lekáreň

– odborný program s medzinárodnou účasťou

Na lekárnickom dni pod Zoborom sa vzdelávalo, diskutovalo a skúsenosti na medzinárodnej úrovni si vymieňalo 480 farmaceutov.

Program II. Zoborských lekárnických dní na tému „Moderná a úspešná lekáreň“ otvoril generálny riaditeľ spoločnosti MED-ART **PharmDr. Ján Holec**. Vo svojom vstupe mapoval 25-ročnú históriu slovenského lekárnického stavu, od roku 1990, keď sa

zišlo pár nadšencov s myšlienkou založiť lekárnickú komoru. Spomínal na časy, keď dodávky liekov do lekární boli raz za dva týždne až jeden mesiac, keď vo veľkosklade liekov a zdravotného materiálu bolo 2 000 položiek, keď na Slovensku bolo 350 lekární a v každej z nich bežne 8 až 30 zamestnancov. Kládol si však aj otázky: kam sa podeli hodnoty a podstata lekárenstva, kam sa vytratila kolegialita, tolerancia, vzájomné porozumenie a tak príznačné poslanie tohto remesla – teplo rúk lekárnik. Na záver ponúkol riešenie ako byť úspešnou a modernou lekárnou, ponúkol nový, už overený spôsob dialógu medzi lekármikmi, ponúkol propacientsky orientovaný projekt značky Vaša Lekáreň, ktorej je MED-ART neoddeliteľnou súčasťou.

Obchodný riaditeľ MED-ARTu **PharmDr. Michal Holec** vo svojom vstupe analyzoval štruktúru lekární v strednej a východnej Európe, zmeny a vývoj lekárenského trhu v SR. Prezentoval smerovanie obchodnej stratégie a súčasné priority spoločnosti MED-ART a poukázal na výhody členstva vo virtuálnej sieti Vaša Lekáreň, ktorými sú odbornosť, dlhodobá vízia, zmysluplný marketing, zlepšenie konkurencieschopnosti lekárne a pridaná hodnota – najvyššie bonusy.





Host z Českej republiky **Ing. Jan Rohrbacher**, executive Director Alliance Healthcare, zaujal prítomných účastníkov seminára trendmi a vývojom na českom lekárnickom trhu. Vo svojom príspevku sa dotkol oblastí ako globalizácia svetového farmaceutického trhu, vertikálna a horizontálna integrácia celého dodávateľského reťazca, virtuálny reťazec Alphega v Európe. Priniesol všeobecný pohľad na farmaceutický trh, distribútorov a reťazce lekární v ČR. Pre porovnanie prezentoval, že Alliance Healthcare a sieť Alphega v ČR má už 250 členov, tržný podiel v retaily 10 %, ročné tržby 3,6 mld. Kč bez DPH a priemernú výnosnosť spolupráce 2 %. Zaujímavý vstup ukončil odhadom budúceho vývoja a postavenia nezávislej lekárne na trhu.

Ďalšími, nemenej zaujímavými informáciami boli aktuálne a pripravované zmeny v stavovských predpisoch SLeK, prednesené prezidentom komory **PharmDr. Ondrejom Sukeľom** a informácie o pripravovaných aktivitách komory súvisiace s 25. výročím založenia SLeK.

Prof. PharmDr. Ján Kyselovič, CSc., garant pre Farmakológiu a Farmáciu z FaF UK v Bratislave, upriamil pozornosť prítomných na históriu farmaceutického vzdelávania na FaF UK a Projekt – Excelentná lekáreň, ktorý bol 2. najväčším akademickým edukačným projektom financovaným z privátneho sektoru s cieľom zvýšiť kvalitu vzdelávania farmaceutov a tým aj úroveň lekárskej starostlivosti.



O skúsenosti zo zahraničia v uplatňovaní nových trendov v lekárnictve sa podelil úspešný lekárnik, majiteľ lekárne z Rakúska, **Mag. Pharm. Thomas Müller-Uri**.

Lekárnici mali jedinečnú možnosť na seminári porovnávať lekárenský trh na Slovensku, v Čechách a v Rakúsku. Výsledky vlastných analýz, vzájomných



Teória verus prax. Výsledky vlastných analýz a skúseností boli témami na diskusiu aj medzi prof. Kyselovičom a Ing. Rohrbacherom.



Pracovný víkend využili farmaceutické firmy aj na doškolenie tímu teleoperátorov Call Centra MED-ARTu k novinkám v ich sortimente.

rozhovorov či získaných informácií z prezentácií, boli témami neutíchajúcej diskusie.

Štátny ústav pre kontrolu liečiv vykonáva v lekárnach štátnu dozornú činnosť. Téma najčastejšie sa vyskytujúci nedostatkov pri priebežných inšpekciách ŠUKLu v lekárnach v podaní **Jozefa Turzu** pripomenula farmaceutom, aby si precíznejšie skontrolovali zriaďovaciu či záznamovú dokumentáciu, kalibrovali teplomery s vlhkomermi vo všetkých priestoroch lekárne či dôslednejšie dodržiavali skladovacie podmienky liekov.

Biosimilárne lieky – lieky budúcnosti. O čo ide? Je tu pre ne priestor? Nad týmito otázkami sa zamýšľal **MUDr. Jiří Sliva, Ph.D.** z Ústavu farmakológie 3. LF UK Praha.

Dovoľte si úspech – vyzval lekárníkov výkonný riaditeľ NRSYSu **Ing. Jozef Fiebig**, technické novinky v úspešnej lekární – to je lekáreň budúcnosti. 51% mladých ľudí by radšej stratilo čuch, než by sa vzdalo technológií, preto moderná a úspešná lekáreň musí kopírovať nové trendy a zavádzať nové technológie a koncepty v reálnej praxi. Čo to znamená pre lekáreň? Trendy ako sú napr. webshop, anketový systém, elektronické objednávanie, LED cenovky, passbook... „Uspeje len ten, kto bude pripravený na požiadavky zákazníkov,“ zdôraznil prednášajúci na záver.

Lekárnik – optimista **Mgr. Martin Pilník** – téma: Cross-selling v lekární – doplnenie dispenzačného minima s cieľom dosiahnutia dispenzačného maxima. Vedomosti sú konkurenčná výhoda, preto aj do nášho odborného programu sme zaradili odporúčania pre category management, predajné zručnosti či procesný manažment.



Deti sa hrovou formou nielen podučili, ako sa správne starať o svoje zúbky, ale čas, ktorý ich rodičia trávil profesionálnym rozvojom, využili na kreslenie a tak veľmi obľúbené maľovanie na tvár.

SPRIEVODNÝ PROGRAM PRE DETI A DOSPELÝCH

MED-ART je známy tým, že svoju firemnú kultúru stavia na hodnotách rodiny a preto ani v tento pracovný víkendový deň nezabudol na ostatných rodinných príslušníkov. Pre deti a dospelých pripravil celý rad zaujímavých a lákavých sprievodných aktivít.

Sieť hotelov Trinity, s ktorou MED-ART spolupracuje pri organizovaní seminárov po celom Slovensku po celý rok, ponúkla napr. detské kino, tvorivé dielne, maľovanie nielen na papier, ale aj na tvár. Detský kútik zaplavený farebnými balónmi mal svoje čaro a kúzelnú atmosféru.

Aby úsmev detí bol vždy oslnivý, o to sa postaralo občianske združenie Zdravé ďasná, ktoré už v roku 2009 vytvorilo osvetový projekt Dental Alarm. Profesionálne školiteľky v spolupráci s firmou Curaprox Slovensko svojim neposedným „žiakom“ názorne vysvetľovali ako sa treba starať o zúbky a ako si ich správne čistiť. Ich školenie bolo prispôbené detskému chápaniu a vnímaniu a preto bolo prezentované hrovou, ale poučnou formou.

Spokojní mohli byť aj dospelí návštevníci našej celoslovenskej akcie. V rozľahlých priestoroch areálu AX si mohli vyskúšať a otestovať benefity osobného vozidla značky Peugeot a získať informácie a aj praktické skúsenosti z testovacej jazdy na našich elektromobiloch. Určite už každý z vás, našich čitateľov, vie, že MED-ART je od roku 2010 členom projektu Greenway, ktorý sa zameriava na ekologickú prepravu tovaru.



MED-EXPO – 1. SLOVENSKÝ FARMACEUTICKÝ VEĽTRH

42 vystavovateľov farmaceutickej výstavy predstavilo centrálné trhovisko pre všetko, čo sa týka farmácie, v zmysle našej hlavnej celodennej témy Moderná a úspešná lekáreň. Farmaceuti si tu našli informácie o najnovších produktoch, službách, trendoch a vývoji na farmaceutickom trhu či podnety na investičné rozhodnutia.



Vo výstavných stánkoch mali účastníci veľtrhu opäť možnosť nielen zoznámiť sa s novinkami jednotlivých výrobcov, ale aj diskutovať o už zabehnutých a overených produktoch.



Spoločnosti, ktoré tu vystavovali, si uvedomili, že ten, kto vytvorí úspešnú prezentáciu na tejto celoslovenskej výstave, osloví naraz na jednom mieste farmaceutov z rôznych slovenských regiónov a zároveň získa lepšiu východiskovú pozíciu pre ďalšie obchodné jednania a úspešné obchodné výsledky.

MED-EXPO je miestom obchodných stretnutí a rozhodnutí. Majitelia lekární a zdravotníckych zariadení prišli, aby sa tu zoznámili s najnovšími inováciami. Je to najlepšie miesto pre získanie priamych a nefiltrovaných informácií so spätnou väzbou o tom, či majú nové produkty alebo služby šancu na úspech. MED-EXPO ponúka výhody ako pre návštevníkov, tak i pre vystavovateľov. MED-EXPO slúži všetkým ako barometer najnovších trendov, myšlienok a technológií.

Pozývame vás už teraz na 2. Slovenský farmaceutický veľtrh MED-EXPO, ktorý sa bude konať 24. septembra 2016.

dočítali sme sa...

CHCETE BYŤ MILIONÁROM?

VYMYSLITE TEST, KTORÝ ODHALÍ,
ČI SÚ PRI LIEČBE POTREBNÉ ANTIBIOTIKÁ

Európska komisia bojuje proti nadmernému užívaniu antibiotík viacerými spôsobmi. Mnoho mikroorganizmov je už voči nim odolných. V hre sú miliardy eur i ľudské životy. Európska komisia (EK) ponúka jeden milión eur. O túto sumu môžete byť bohatší, ak vymyslíte test, ktorý lekárovi napovie, či pacient s infekciou horných dýchacích ciest potrebuje antibiotiká alebo nie. Komisia aj takýmto spôsobom plánuje zamedziť ich zbytočnému užívaniu. Chce test, ktorý bude rýchly, lacný a ľahko použiteľný pre lekárov a neinvazívny pre pacientov. Rozbehla preto súťaž.

Nádcha, zápal priedušiek, infekcie prínosových dutín, stredného ucha a krku sú jednými z hlavných ochorení, na ktoré sa predpisujú antibiotiká.

„Mnoho z týchto infekcií spôsobujú vírusy, kde antibiotiká nie sú ani efektívne, ani nevyhnutné,“ konštatuje EK.

Andrej Králik zo zastúpenia Európskej komisie na Slovensku hovorí, že v súčasnosti na trhu nie je test, ktorý by umožňoval rozlíšiť medzi vírusovou a bakteriálnou infekciou horných dýchacích ciest. „Spustenie súťaže má za cieľ stimulovať inováciu v tejto oblasti,“ hovorí.

Všeobecný lekár pre dospelých Marián Šóth potvrdzuje, že infekcie horných dýchacích ciest sú najčastejšími infekciami, a tým pádom sa na ne používa aj najviac antibiotickej liečby.

„Každá diagnostika, ktorá posúva naše možnosti, aj predpisovanie antibiotickej liečby aj možnosti zrýchlenia diagnostiky pacienta, je vždy na prospech,“ konštatuje na margo iniciatívy komisie.

ANTIBIOTIKÁM ČORAZ VIAC ODOLÁVAME

Antibiotiká výrazne znížili množstvo úmrtí pri infekčných chorobách. Avšak vďaka nášmu nadmernému užívaniu si na ne mnoho mikroorganizmov rokmi zvyklo, a teda sa stali odolnými. Práve táto rastúca antimikrobiálna rezistencia podľa údajov komisie zapríčiňuje v Európe ročne okolo 25 tisíc úmrtí a spôsobí ekonomické straty viac ako 1,5 mld. eur.

INOVÁCIE ZA MILIÓNY

Súťaž je otvorená ako fyzickým osobám, tak i firmám so sídlom v EÚ. Víťaz si na svoj účet pripíše jednotku a šesť núl, peniaze môže využiť na čokoľvek. Nebude viazaný použiť



výhru na konkrétny účel. Súťaž sa uzavrie na konci budúceho roka.

„Pokiaľ ide o ďalšie kroky smerujúce k masovej výrobe testu, to je síce ešte predčasné hodnotiť, ale komisia by pochopiteľne uvítala, aby sa test dostal čo najskôr na trh,“ uviedol Králik.

Komisia investovala od roku 1999 takmer 800 mil. eur do cezhraničného výskumu v oblasti antimikrobiálnej rezistencie. Mnoho projektov podľa Králika prinieslo ovocie. „Napríklad vďaka projektu NABATIVI sa podarilo vyvinúť úplne nové antibiotikum, ktoré sa teraz podrobuje klinickým skúškam,“ hovorí. Komisia to považuje za mimoriadny úspech, najmä ak za posledných 30 rokov sa podarilo vynájsť a umiestniť na trh len dve nové triedy antibiotík.

AJ NA SLOVENSKU SME MILIONÁRMÍ – V SPOTREBE

Slovensko patrí medzi krajiny s vyššou spotrebou antibiotík. V minulom roku sa u nás podľa údajov Národného centra zdravotníckych informácií spotrebovalo viac ako 5,3 milióna balení, za prvý polrok toho roka to bolo 3,2 milióna balení.

Napomôcť k zníženiu spotreby antibiotík môže podľa ministerstva zdravotníctva CRP test. Pediatri ho musia mať vo svojej výbave povinne, všeobecní lekári pre dospelých len „ak nedokážu zabezpečiť vyšetrenie krvi v laboratóriu do niekoľkých minút, vtedy CRP je vyšetrenie, ktoré pomerne presne rozlíši medzi bakteriálnym alebo iným, najčastejšie vírusovým pôvodom ochorenia,“ konštatuje hovorca rezortu Peter Bubla.

Šóth, ktorý má CRP vo výbave svojej ambulancie, vysvetľuje, že tento test dokáže veľmi dobre určiť, či v tele pacienta existuje veľký zápal, a teda, či je dôvod predpisovať antibiotiká. Využíva ho však len vtedy, keď je presvedčený, že je to potrebné. Prúžok je drahý a musí ho zväčša hradiť lekár sám. Prepláca ho totiž len jedna zdravotná poisťovňa.

PREVENCIA PRED ANTIBIOTIKAMI

Bubla v tomto kontexte pripomína význam prevencie. Tá je základom toho, aby sa pacienti nemuseli vôbec liečiť antibiotikami. Vymenováva opatrenia, ktorými ministerstvo prispelo k zníženiu spotreby antibiotík na Slovensku, a to od dokumentu o podpore zdravia, cez kampane, ktoré ľuďom pripomínajú dôležitosť preventívnych prehliadok, až po vzdelávanie pacientov.

„Približne pred rokom spustilo Ministerstvo zdravotníctva SR veľkú informačnú kampaň „Pýtajte sa lekára“, cieľom ktorej je orientovať sa predovšetkým na pacientov, na občanov, ktorí navštevujú lekárov,“ uviedol Bubla.



NÁKUP LIEKOV CEZ INTERNET

NOVÉ INTERNETOVÉ LOGO ZARUČÍ
BEZPEČNOSŤ NÁKUPU LIEKOV CEZ INTERNET

Ako súčasť svojej politiky v boji proti falšovaným liekom zavádza Európska komisia používanie tzv. spoločného loga, ktoré umožní pacientom v EÚ identifikovať verejné lekáreň alebo výdajne zdravotníckych pomôcok prevádzkujúce internetový výdaj. Spoločným logom budú označené stránky všetkých subjektov, ktoré sú oprávnené vykonávať internetový výdaj v členských štátoch EÚ. Na Slovensku sa toto opatrenie dotkne viac ako 50 lekární.

Falšované lieky predstavujú v súčasnej dobe veľkú hrozbu pre verejné zdravie a bezpečnosť pacientov. Najčastejšie sa k nim pacienti dostávajú prostredníctvom rôznych anonymných internetových stránok. Pri nákupe liekov z takýchto zdrojov však hrozí dodanie falšovaných alebo nekvalitných liekov, ktoré neobsahujú to, čo deklarujú, naopak, môžu obsahovať zdraviu škodlivé látky a ich užitie môže viesť k výraznému poškodeniu zdravia pacienta.

Na to, aby sa zabránilo nákupe ilegálnych alebo falšovaných liekov, resp. nekvalitných a životu nebezpečných prípravkov, zavádza Európska komisia používanie tzv. spoločného loga. Týmto logom budú označené stránky legálnych internetových lekární a výdajní zdravotníckych pomôcok vo všetkých členských štátoch EÚ. Pacient, ktorý si bude chcieť zakúpiť lieky prostredníctvom internetovej lekárne, bude mať možnosť overiť si jej legitimitu. Kliknutím na logo bude automaticky presmerovaný na webovú stránku liekovej agentúry daného členského štátu, na ktorej sa nachádza zoznam všetkých subjektov oprávnených ponúkať predaj liekov na diaľku. V zozname si pacient vyhladá daný subjekt, aby sa ubezpečil, že uvedená lekáreň realizuje internetový výdaj v zmysle platných právnych predpisov, resp. povolenia.

V prípade, že pacient danú lekáreň v zozname nenájde, neodporúča sa mu pokračovať ďalej v nákupe. Spoločné logo pre internetový výdaj liekov má vo všetkých členských krajinách rovnaký dizajn a technické podrobnosti. Skladá sa z grafického obrazca s vlajkou štátu, v ktorom má daný subjekt povolenie na činnosť. Pod logom je uvedený text „Kliknutím overte legálnosť týchto webových stránok“ v domácom jazyku.



Klient, ktorý si bude chcieť zakúpiť lieky prostredníctvom internetovej lekárne, bude mať možnosť overiť si jej legitimitu kliknutím na takéto logo.

Povinnosť zaviesť a používať spoločné logo vyplýva z VYKONÁVACIEHO NARIADENIA KOMISIE (EÚ) č. 699/2014 o dizajne spoločného loga na identifikáciu osôb ponúkajúcich verejnosti predaj liekov na

diaľku, ako aj o technických, elektronických a kryptografických požiadavkách umožňujúcich overenie jeho pravosti. Logo je chránené ochrannou známkou a je duševným vlastníctvom Európskej komisie. Používanie spoločného loga v členských štátoch EÚ je podmienené podpisom licenčnej zmluvy s Európskou komisiou. Na Slovensku poverilo Ministerstvo zdravotníctva SR podpisom licenčnej zmluvy Štátny ústav pre kontrolu liečiv. Zmluva bola uzatvorená 17. júla 2015. V súčasnosti prebiehajú ďalšie právne akty medzi ŠÚKL a lekárnami/výdajňami zdravotníckych pomôcok, ktoré na Slovensku realizujú internetový výdaj.

Štátny ústav pre kontrolu liečiv už v minulosti vydal viacero oznamov, v ktorých vyzýval občanov na obozretnosť pri nákupe liekov cez internet. Pacientom odporúčal, aby si pred nákupom liekov cez internet overili na stránkach ŠÚKL, či sa daná lekáreň nachádza v zozname subjektov vykonávajúcich internetový výdaj. Štátny ústav týmto opätovne vyzýva verejnosť, aby v záujme vlastnej bezpečnosti postupovali pri nákupe liekov cez internet podľa vyššie spomínaných odporúčaní. Pripomíname, že prostredníctvom internetového výdaja možno na Slovensku ponúkať len lieky, ktoré sú v SR registrované a ktorých výdaj nie je viazaný na lekárske predpis.



CENA ZA INOVATÍVNE RIEŠENIA

SPOLOČNOSŤ TEREZIA COMPANY ZVÍTAZILA V PROJEKTE „OCENENIE ČESKÝCH PODNIKATELIEK“

5. novembra 2015 boli v pražskom kongresovom centre ZOOM na slávnostnom galavečeri ocenené víťazky 8. ročníka celorepublikového projektu Ocenenie českých podnikateliek. Najúspešnejšie české podnikateľky získali ocenenia v troch kategóriách podľa veľkosti firmy a tiež tri špeciálne ocenenia pod patronátom generálneho a hlavných partnerov projektu. OČP bolo založené v roku 2008 a jeho cieľom je podpora českých žien – podnikateliek.

„Počet prihlásených žien rastie každým rokom a to je pro mňa dôkazom, že sa naplňa jedno z dôležitých poslani projektu – budovať hrdé Česko! Prajeme si nájsť a predstaviť české ženy podnikateľky, ktoré naplnili svoje sny a túžby v pracovnom živote a sú ochotné sa o ne podeliť a inšpirovať ďalšie. Každá z ocenených žien mala iný motív začať podnikat' a má iný životný príbeh, ale majú spoločnú vnútornú silu, ktorá bude teraz inšpirovať a povzbudzovať ostatné. Spoločnou vlastnosťou je vytrvalosť, nadšenie, zodpovednosť a odhodlanie,“ hovorí zakladateľka projektu Helena Kohoutová.

Na základe ratingu a skóringu odborného garanta projektu, ktorým je CRIF – Czech Credit Bureau, bolo tento rok vybraných 17 929 obchodných spoločností vlastnených ženami. Do semifinále potom odborný garant nominoval a odporučil 649 českých podnikateliek s obrátom od 10 miliónov Kč ročne do cca 4 miliárd Kč ročne. Z tohto počtu vyšlo 86 finalistiek, ktoré porotcovia osobne kontaktovali, pretože v projekte se okrem ekonomických výsledkov hodnotí tiež osobný a podnikateľský príbeh. V kategórii Malá firma sa tento rok kvalifikovalo 55 finalistiek, v kategórii Stredná firma je to 21 finalistiek a konečne v kategórii Veľká firma postúpilo 10 finalistiek.

Nad slávnostným galavečerom poskytla záštitu ministerka práce a sociálnych vecí Michaela Marksová. „Dovoľte, aby som ocenila vaše aktivity, ktoré podporujú české ženy, podnikateľky. Môžem vás uistiť, že podporujem projekt, ktorý oceňuje transparentné firmy s dobrými ekonomickými výsledkami a zároveň poukazuje na ich hodnoty a spoločenskú zodpovednosť, ktorú držia vo svojich rukách české ženy,“ uviedla ministerka vo svojom vyjadrení.

Počas galavečera bolo vyhlásených 12 víťaziek v kategóriách malá, stredná a veľká firma, Cena ČSOB – Výnimočná podnikateľka, Cena za inovatívne riešenia pod patronátom Allianz a Výnimočný rast firmy pod patronátom Microsoft.

V kategórii „CENA ZA INOVATÍVNE RIEŠENIA“ – pod patronátom Allianz sa hodnotí inovatívny prístup firmy za posledné tri sledované roky bez ohľadu na kategóriu, v ktorej

ČO ZNAMENÁ ZNAČKA TEREZIA?

- zákazníci, ktorí si v lekárňach zakúpia výrobky pod značkou TEREZIA, majú istotu, že všetky dostupné suroviny pochádzajú od certifikovaných pestovateľov EÚ a vždy vykonávame audit dodávateľov surovín
- sme jedna z mála firiem, ktorá si necháva všetky výrobky posúdiť nezávislou štátnou inštitúciou a to SZÚ ČR (Státním zdravotním ústavem) a všetky výrobky majú Certifikát o zdravotnej bezpečnosti. Výrobky sa vyrábajú na území ČR za prísnych hygienických podmienok.
- vízia spoločnosti: našim cieľom je v prvom rade udržať vysokú kvalitu výrobkov, rozšíriť portfólio o nové, zatiaľ neznáme prírodné výrobky

„Allianz pojišťovna dlouhodobě podporuje inovační prostředí a inovace obecně. Chápeme proto, jak obtížné je vřhat se do neznáma a sázet na nevyzkoušené postupy. Za hlavní faktory, z vlastní zkušenosti, považujeme odvahu, vizi, energii a sílu dotáhnout nové věci až ke zdárnému konci. Je důležité, aby firma zdravě prosperovala a uměla se inovativně vyrovnat i s nepříznivým vývojem situace na trhu. **Naše letošní vítězka, paní Terézia Svátová, se společností TEREZIA COMPANY s. r. o., velmi inovativně podtrhuje ve svém podnikání zdraví a jeho nezbytnou podporu i v době, kdy se zdraví být cítíme a to za pomoci přírodních preparátů. Výrobky této společnosti i já sama dlouhodobě využívám a těším se další řadě výrobků, které společnost TEREZIA COMPANY s. r. o., uvádí na trh a je v tom velmi úspěšná,“** shrnuje regionální ředitelka společnosti Šárka Dolanská.



je firma zaradená a **prvenstvo získala spoločnosť TEREZIA COMPANY.**

Založila ju v roku 1990 pani Terézia Svátová ako rodinnú firmu, ktorá sa zaoberá vývojom, výrobou a distribúciou doplnkov stravy z liečivých húb a rastlín.

Ocenenie českých podnikateliek – vítazka v kategórii CENA ZA INOVATÍVNE RIEŠENIA pod patronátom Allianz – pani Terézia Svátová zo spoločnosti Terezia Company, s. r. o.



„V roku 2004 sme ako úplne prví registrovali hlivu ustricovitú v kapsuliach. Začiatky boli veľmi ťažké. Ľudia vôbec nevedeli, ako sa má hľiva v kapsuliach používať – volali, prichádzali... mysleli si, že je potrebné kapsulu zasadiť a vyrastie trs hlivy. Začali sme s edukáciou. Písali sme články do časopisov, zúčastňovali sme sa výstav, kde sme vysvetľovali priaznivé účinky hlivy ustricovej na ľudské zdravie. Dnes, po 11-tich rokoch od zavedenia hlivy ustricovej, je naša firma TEREZIA COMPANY najväčším výrobcom doplnkov stravy s hľivou ustricovitou na trhu a získala samostatnú kategóriu produktu na posilnenie imunity v lekárňach, vedľa vitamínov, kľbových preparátov a ďalších výrobkov,“ spomína Ing. Terézia Svátová, zakladateľka spoločnosti.

Prvenstvo má TEREZIA COMPANY tiež pri zavedení **rakytníku rašotliakového vo forme doplnkov stravy**. Najznámejšie z nich sú

multivitaminové želatinky RAKYTŇÍČEK s vysokým obsahom rakytníku, ktoré si zákazníci obľúbili, pretože vedia, že **rakytník obsahuje až 25x viac vitamínu C ako pomaranč alebo citrón** a je bohatý na ďalšie prírodné vitamíny.

Ďalšie prvenstvo máme v zavedení produktu **B17 APRICARC s marhuľovými jadrami s prirodzeným obsahom vitamínu B17**, ktorý sa užíva na podporu obranyschopnosti organizmu.

Dnes TEREZIA COMPANY zásobuje viac ako **7 000 lekární v 5 krajinách Európy** a stále rozširuje vývozné teritória a portfólio svojich produktov. Základnou filozofiou firmy je vývoj a zavádzanie nových originálnych produktov, ktoré na trhu neboli a neexistovali, sú funkčné a blahodárne pôsobia na ľudský organizmus. To, že výrobky skutočne fungujú, dokazujú zákazníci, ktorí sa k výrobkom spoločnosti Terezia Company znovu vracajú a užívajú ich aj dlhodobo.

V roku 2014 firma Terezia Company vyhrala v súťaži **Volba spotrebiteľov – Najlepší novinka v 2 kategóriách doplnkov stravy**:

- v kategórii pre dospelých s produktom HLIVA USTRICOVITÁ + LACTOBACILY na posilnenie imunity
- v kategórii pre deti s produktom RAKYTŇÍČEK multivitaminové želatinky s rakytníkom na posilnenie imunity

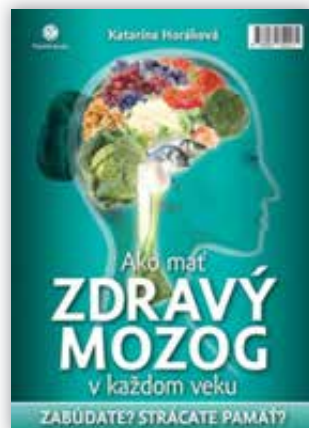
„Na záver mi dovoľte, aby som sa poďakovala všetkým zákazníkom, ktorí pred desiatimi rokmi dôverovali novému produktu HLIVA USTRICOVITÁ v kapsuliach a dodnes sa k našim výrobkom vracajú. Práve oni dokázali vytvoriť silný základový pilier pre novú kategóriu výrobkov. Zároveň ďakujem všetkým zamestnancom, všetkým externým konzultantom, lekárom a lekárnikom, ktorí nám dopomohli k súčasnému výsledkom. Ďakujem svojej rodine, ktorá ma podporila v presadzovaní mojich myšlienok a akceptovala čas, ktorý som venovala práci. Ďakujem svojmu synovi, ktorý posunul firmu medzi významných výrobcov prírodných doplnkov stravy do lekárenskej siete,“ uviedla Ing. Terézia Svátová, zakladateľka spoločnosti.



Ako mať zdravý mozog v každom veku

autor: prof. RNDr. Katarína Horáková, DrSc.

edícia: Ako byť zdravý v každom veku
rok vydania: 2014



Mozog nám umožňuje myslieť, analyzovať, syntetizovať situácie, prijímať rozhodnutia, pamätať si, priestorovo sa orientovať, učiť sa básne či riešiť zložité matematické úlohy. Aj preto by sme ho mali udržiavať zdravý a chrániť jeho funkčnosť v každom veku. Autorka upriamuje svoju pozornosť na základné komponenty stravy, ktoré sú podstatné pre plnohodnotnú prevádzku nervového systému. Dozvieme sa, čo je potrebné pre správne fungovanie mozgu a tiež, čo je nevyhnutné na jeho obnovu a optimálnu funkčnosť.

Vysvetľuje, prečo treba predchádzať Alzheimerovej alebo Parkinsonovej chorobe už od mladosti.

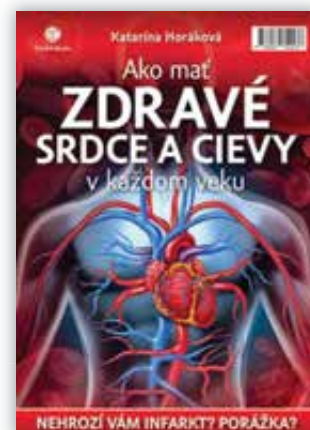
Kniha sa podrobne venuje následkom nezdravého životného štýlu na náš mozog. Jedným z faktorov vážneho ohrozenia našej mysle je dlhodobý stres. Autorka popisuje prameň dobrej nálady a spôsob výroby hormónov šťastia, poukazuje na to, čo spôsobuje psychickú labilitu a predovšetkým, čo je kľúčom k zdraviu nášho mozgu.

Ďalej sa dočítame, že pravidelným cvičením podporíme tvorbu nových mozgových buniek v každom veku a že počúvanie hudby pozitívne ovplyvňuje emocionálne a intelektuálne centrá mozgu. Kniha dáva každému šancu skvalitniť svoj život po všetkých stránkach a prežiť ho bez zabúdania a iných nepríjemných javov.

Ako mať zdravé srdce a cievy v každom veku

autor: prof. RNDr. Katarína Horáková, DrSc.

edícia: Ako byť zdravý v každom veku
rok vydania: 2015



Pokiaľ sa v našom živote neobjavia problémy so srdcom, človek si na starostlivosť oň ani nepomyslí. Dôkazom toho sú dostupné štatistické údaje. Podľa údajov WHO/EURO zomrie na Slovensku každý rok na choroby obehovej sústavy 508 ľudí na 100 tisíc obyvateľov, zatiaľ čo vo vyspelých krajinách Európy dosahuje úmrtnosť na srdcovo-cievne ochorenia 221 ľudí na 100 tisíc obyvateľov, teda o 56 percent menej.

Odborníci sa zhodujú na tom, že najdôležitejšou príčinou rozšírenia ochorení

srdca a ciev je nesprávny životný štýl, nezdravé stravovanie, nedostatok pohybu a rozšírené fajčenie.

Kniha čitateľom ozrejmí dôležitosť činnosti srdca, ciev a funkciu krvi. Zároveň priblíži, čo si spôsobujeme naším nezdravým životným štýlom, ako sami ovplyvňujeme zmeny krvného tlaku, srdcovú frekvenciu, zrážanlivosť krvi, ktorými, ak včas neliečime, si navodíme arytmiu srdca, anginu pectoris, srdcový infarkt, mozgovú porážku či choroby periférnych ciev. V publikácii nájdeme návody ako odhaliť prvé príznaky jednotlivých ochorení a tipy ako im pomocou správnej životosprávy a pohybu predchádzať.

ODBORNÁ LITERATÚRA

NAŠE TIPY DO VAŠEJ KNIŽNICE

Pre nejedného z nás je dobrá kniha pohladením pre dušu. V čase blížiacich sa sviatkov sú to práve ony, po ktorých často siahame, aby sme ich prostredníctvom potešili aj našich najbližších. Knihou sa však dá nielen potešiť, môže taktiež pomôcť v rôznych ťažkostiach a naučiť nás zopár praktických vecí či pripomenúť informácie už zabudnuté.

Tejpovanie

autor: Daniel Weiss

rok vydania: 2015

Tejpy, elastické pestrofarebné pásky, nalepené na najrôznejších častiach tela, sa tešia čoraz väčšej obľube. Do širšieho povedomia sa dostávajú najmä prostredníctvom slávnych futbalistov, tenistov, atlétov a iných športovcov, ktorým sa tieto farebné pásy často vynímajú na vyrysovaných svaloch. Ide o japonský spôsob liečby Kinesio Taping, ktorý sa využíva najmä pri bolestiach pohybového aparátu a svalov. Prúžky, s ktorými sa „tepuje“, sú vysoko elastické, priehľadné a neobmedzujú pohyb. Koža je nimi pri každom pohybe jemne masírovaná, stimulujú krvný a lymfatický obeh, podporujú kĺby a upravujú svaly. Taping pomáha pri



Vlastnými silami proti bolestiam svalov a iným zdravotným problémom

ortopedických problémoch, uvoľňuje napätie chrbta a šije, je však účinný aj pri iných ťažkostiach, ako sú migrény či menštruačné bolesti.

Kniha Tejpovanie je jednak úvodom k tapingu ako takému, zahŕňa zaujímavé informácie o vývoji, materiáloch a účinkoch kineziologických a mriežkových tejpov. Zároveň sa môžete dočítať, pri ktorých zraneniach a bolestiach je tejpovanie účinné a má zmysel. Autor tiež uvádza popísané ilustrované návody, ako pri tejpovaní postupovať a ako taping správne vykonať.

S tejpami a mriežkovými tejpami, ktoré sa jednoducho nalepujú, máte poruke úplne nové možnosti prevencie a podpory hojenia.

ďakujeme, že nám pomáhate pomáhať

VITAMÍNOVÉ VODY ZO SLOVENSKA

Divas[®]
FOR WOMEN

WWW.DIVASDRINK.COM

Vitamínové vody Divas for Women majú prírodný charakter a ich základ tvorí **vysoký obsah vitamínu C, B6, B12, kyseliny pantoténovej**, ale nájdeme v nich aj kyselinu listovú. Práve tá je potrebná na látkovú premenu bielkovín a nukleových kyselín, a teda aj na tvorbu, obnovu a funkciu buniek ľudského tela. **Používame aseptické plnenie nápojov za studena v sterilnom prostredí**, čo zaručuje zachovanie vysokej kvality a hodnoty všetkých ingrediencií bez použitia konzervačných látok. Boli vyvinuté špeciálne pre ženy a ich potreby. Sú nízkokalorické, bez pridania bieleho cukru. Sladké sú vďaka fruktóze a prírodnému sladidlu stévia, ktorá je označovaná za sladidlo 3. tisícročia. Každá vitamínová voda má okrem príchute aj aktívnu látku.



BEAUTY BLUEBERRY & ACAI

Koenzým Q10 podporuje tvorbu energie.

Niacín prispieva k udržaniu zdravej pokožky. **Vitamin B12** prispieva k správnejmu fungovaniu nervového systému.

VITALITY GREEN LEMON & POMELO

L-karnitín na podporu rýchleho spaľovania tukov.

Kyselina pantoténová prispieva k správnej látkovej premene dôležitej pre tvorbu energie. **Vitamin B6** prispieva k zníženiu vyčerpania a únavy.



HEALTH POMEGRANATE & HIBISCUS

B-glukán na imunitu.

Vitamin C prispieva k správnejmu fungovaniu imunitného systému. **Kyselina listová** prispieva k správnej tvorbe krvi.



AKO RIEŠIŤ INTÍMNY PROBLÉM,

O KTOROM NERADI HOVORÍME?

Ak pociťujete pálenie, svrbenie či bolesť v intímnej oblasti, môžete mať nedostatočne zvlhčované vaginálne prostredie. Jedným z intímnych problémov, o ktorom sa často nehovorí, je suchosť pošvovej sliznice. Tá sa spája s úbytkom pohlavných hormónov u žien po menopauze, po pôrode, ale môžu sa s ňou stretnúť aj ďalšie ženy.

PREČO DOCHÁDZA K SUCHOSTI POŠVY?

„Suchosť pošvy vzniká kvôli hormonálnemu stavu počas dojčenia, kedy žena nemenstruuje a je prirodzene chránená pred ďalším možným otehotnením. Ženy po menopauze často pociťujú suchosť a pálenie, najmä pokiaľ ešte chcú sexuálne žiť. Lubrikácia u nich trvá dlhšie alebo je nedostatočná, pretože už nemajú toľko estrogénu,“ hovorí gynekologička MUDr. Zora Vasiľová.

ČO SA DEJE PRI SUCHOSTI POŠVY?

Nedostatočná tvorba pošvového sekrétu môže spôsobovať problémy aj pri pohlavnom styku. Ten býva pri nedostatočnej vlhkosti bolestivý, čo spôsobuje zranenia na sliznici, ktoré nielen prehlbujú bolesť, ale podporujú aj šírenie infekcií či pohlavných chorôb. Nedostatočná vaginálna vlhkosť spôsobuje u množstva žien odmietanie pohlavného styku.

ROVNOVÁHA A HYDRATÁCIA PRE VAŠE INTÍMNE PROSTREDIE

EFEKTÍVNE RIEŠENIE

intímneho problému
suchej pošvy vďaka
dvom zložkám

– kyseline hyalurónovej
a kyseline mliečnej

Prvý
vaginálny gél na
slovenskom trhu, ktorý
obsahuje kombináciu
oboch zložiek



KOHO SA MÔŽU TIETO PROBLÉMY TÝKAŤ?

Najčastejšie suchosť pošvy pociťujú
ženy, ktoré:

- majú zníženú hladinu estrogénov počas menopauzy
- majú zníženú hladinu estrogénov počas dojčenia
- podstupujú rádioterapiu alebo chemoterapiu
- podstúpili gynekologický zákrok
- dlhodobo užívajú hormonálnu antikoncepciu
- prekonávajú vaginálnu infekciu
- sú fajčiarky
- zažívajú nadmerný stres
- si často vykonávajú vaginálne výplachy

AKO RIEŠIŤ SUCHOSŤ POŠVY?

Nový vaginálny gél Hydrofemin obsahuje dve účinné látky. Kombináciou kyseliny hyalurónovej a kyseliny mliečnej je možné navrátiť príjemnú vlhkosť do intímnej oblasti.

Kyselina hyalurónová je prirodzenou súčasťou ľudského tela. Vytvára ochranný povlak, ktorý zvlhčuje, chráni, zabraňuje prenikaniu a rastu patogénnej flóry, urýchľuje prirodzený proces hojenia a regeneráciu poškodennej sliznice a podporuje prirodzené protizápalové procesy.

Kyselina mliečna vytvára potrebné, prirodzene kyslé prostredie v pošve a tak udržiava mikrobiálnu rovnováhu a zabraňuje šíreniu patogénnych baktérií. Doktorka Vasiľová poukazuje aj na pohodlnejšie používanie: „Aplikácia vo forme gélu je pre ženy jednoduchšia a praktickejšia.“

Viac info nájdete na: hydrofemin.sk



ďakujeme, že nám pomáhate pomáhať



UMÝVANIE VLASOV

ALEBO ČISTENIE VLASOVEJ POKOŽKY?

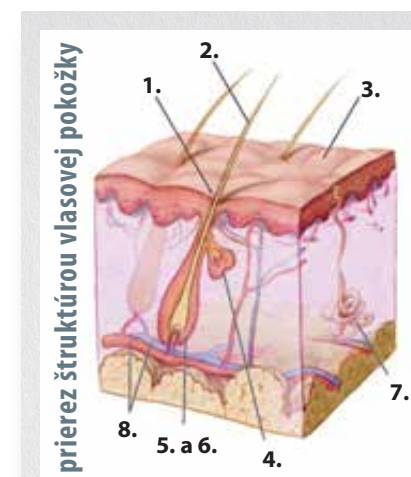
Zatiaľ čo pred niekoľkými rokmi stačilo umývať si vlasy iba raz týždenne, v dnešnej dobe je potrebné tento úkon opakovať už dvakrát do týždňa. Najmä obyvatelia veľkých miest, so znečisteným ovzduším plným smogu a prachu pociťujú, že ich vlasy sú už po pár dňoch silno zanesené nečistotami.



Nečistoty z ovzdušia sa však neusádzajú len na povrchu vlasov, ale dostávajú sa až na pokožku hlavy. Kým z tváre tieto nečistoty vieme ľahko odstrániť pomocou prípravkov na čistenie pleti, ktoré presne zodpovedajú typu našej pokožky, z hlavy ich odstraňujeme šampónom, ktorý je vhodný na očistenie vlasov. Avšak pri tomto úkone vôbec nemyslíme na to, že **pokožka na hlave je toho istého typu, ako aj pokožka tváre a potrebovala by preto takú istú starostlivosť.**

Prvým cieľom očistenia je, aby nebolo narušené mikroprostredie pokožky, bakteriálna flóra, lipidová vrstva, hodnota pH pokožky a funkčná rovnováha pilosebaceózne jednotky a mazovej žľazy. Preto je potrebné pri čistení vlasovej pokožky používať technicky a funkcionálne vhodnejšie čistiace prípravky ako pri umývaní vlasov. Iba takto môžeme zabezpečiť správnu hygienu pokožky.

Hlavný rozdiel medzi šampónom a čistiacim prípravkom na vlasovú pokožku nie je v použití povrchovo



1. otvor pilosebaceózne jednotky • 2. vlas
3. mikroflóra, hydrolipidová vrstva • 4. mazová žľaza (glandula sebacea) • 5. vlasová cibulka (bulbus pili) • 6. vlasová bradavica (dermálna papilla) • 7. potná žľaza • 8. krvné cievy

aktívnych látok, ale v ich pomere. V prípravkoch na čistenie tváre a vlasovej pokožky je menej nielen povrchovo aktívnych látok, ale aj menej penia, lebo primárnym cieľom je neutralizácia odmasťujúcich účinkov tým, že povrchovo aktívne látky kompenzujú esenciálnymi olejmi alebo voskom. Cieľom je, aby prípravok na pokožke nemal agresívny, odmasťujúci účinok, dôsledkom ktorého môže byť narušená rovnováha bakteriálnej flóry a hydrolipidovej vrstvy.

Šampóny, keďže sú určené na čistenie vlasov, často nemajú tieto dôležité vlastnosti, lebo po umytí sú vlasy ťažšie – vďaka olejom a voskom.

Z tejto analýzy vyplýva, že je ťažké vyrábať čistiace prípravky, ktoré by boli rovnako vhodné na vlasy i na vlasovú pokožku, lebo ich štruktúra je technicky aj chemicky iná. V dôsledku toho zákazník, ktorý používa šampón na očistenie vlasovej pokožky, časom nevyhnutne naruší rovnováhu činnosti hydrolipidovej vrstvy a pilosebaceózných jednotiek.

ČISTIACI PRÍPRAVOK NA POKOŽKU HLAVY

Bol vyvinutý špeciálne na liečbu (ošetrenie) pokožky hlavy. Hĺbkovo vyčistí pokožku hlavy a otvory pilosebaceózných jednotiek. Hodnota pH je 5,5 – mierne kyslá, nenaruší prirodzené pH pokožky hlavy. Obsahuje málo povrchovo aktívnych látok – pení len málo. Má účinok mierneho peelingu: účinkuje ako čistiaca maska, mechanicky čistí pokožku hlavy od nadmerného množstva mazu, olupujúci sa odumretých buniek a od nečistôt. Hĺbkovo vyčistí otvory vlasových váčkov: **voľný otvor vlasového váčku je nevyhnutný pre dostatočné zásobovanie kyslíkom a pre rast nových zdravých vlasov.**

hlavné účinné látky:

citrón:

neutralizuje pH pokožky, má čistiaci, osviežujúci účinok, odstráni nepríjemný zápach mastných vlasov

levandula:

má dezinfekčný, čistiaci účinok a vplyva na tvorbu epidermy

chmel:

anestetický účinok, zmierňuje svrbenie

kajeput:

je antibakteriálny – antimykotický



VITAL+ ACTIVE
DERMATOTREATMENTS FOR PHARMACIES



www.med-art.sk



CELODENNÉ SEDENIE

– PROBLÉM MODERNEJ DOBY

Objem času, ktorý trávim vo svojich zamestnaniach, je ohromný. Tí z nás, ktorí nemusia celý deň sedieť a niečo produkovať, majú o mnohé zbytočné problémy postarané. Ako nás ostatných degeneruje celodenné sedenie a čo s tým môžeme urobiť?

NEPODPORUJME DLHÉ SEDENIE V KANCELÁRIÁCH

Ľudské telo bolo stvorené k pohybu. Keď telu neposkytnete dostatočne pestrú pohybovú výživu, začne chátrať. Čo robíme celý deň v práci? Väčšina z nás odpovie, že sedí. Dajme si do kalkulačky 5 x 7 hodín celodenného sedenia v kancelárii, potom si k tomu pripočítajme sedenie v dopravných prostriedkoch, potom sedenie doma pri počítačoch, iPadoch, televízoroch, knihách a máme sumu sumárov pokojne aj 10 hodín každodenného sedenia (u niekoho viac, u niekoho menej). Ide o dlhé hodiny adaptácie na polohu, ktorá vôbec nie je pre naše telo výživná, ani prirodzená. Dôvod, prečo to nezachráni žiadne kvalitné kreslá, prečo celú situáciu ešte viac zhoršuje vzorné sedenie s vystretým chrbtom a prečo **úplne najhoršie je sedenie na FIT loptách**, si povieme až neskôr. Bez ohľadu na to, v akej polohe sedíte a na čom sedíte, je dlhé sedenie silný fyzický podnet, ktorý treba kompenzovať. Viete si predstaviť, že by ste sa adaptovali 10 hodín denne na nejakú inú (ne)pohybovú činnosť? Zrátajte si počet presedených hodín do roka a pochopíte závažnosť tejto situácie.

Akceptácia kultúry celodenného sedenia automaticky znamená akceptáciu fyzickej degenerácie. Tá je výsledkom adaptácie na dlhé hodiny sedenia každý deň v mesiaci, rok za rokom. Sedenie je v dnešnom svete úplne bežné. Lenže nie všetko, čo je bežné, je

*zároveň aj normálne a pre naše telo automaticky zdravé. V tomto prípade je opak pravdou. Preto **nič také ako zdravé sedenie neexistuje. Existuje len primerane dlhé sedenie s prestávkami v rôznych polohách, ktoré vás nedegenerujú.***

PREČO NÁS DLHÉ SEDENIE DEGENERUJE?

Je načase prestať považovať za normálnu kultúru celodenného sedenia. Pokiaľ ľudské telo permanentne sedí, stojí, leží alebo kráča a nedostáva dostatočné množstvo pohybovej výživy (nové výzvy), alebo sa nevyskytuje v nových pohybových úlohách, či nerieši nové pohybové situácie, tak rigidnie. To znamená, že degeneruje. To znamená, **že sa stávame disfunkčnými a strácame tak nárok sťažovať sa na neduhy nášho tela, o ktoré sa nijako nestaráme.** Ani mozog na tom nie je o nič lepšie a pokiaľ nedostáva dostatočne výživné pohybové podnety, stráca svoju plasticitu.

Za najhoršiu zo všetkých bežných činností preto považujeme špecializáciu na sedenie. Deti v školách, dospelí v zamestnaní alebo v domácnosti, taxikári, šoféri, kancelárske povolania. To všetko sú polohy modernej doby, ktorá má zásadný vplyv na naše zdravie. Ľudské telo bolo stvorené k pohybu, nie k sedeniu. Podľa doktora Feldenkraisa (jadrový fyzik, pohybový terapeut a vynikajúci džudista), **to, čo sa hýbe, je živé, čo sa nehýbe, je mŕtve.** Všetky základné procesy v ľudskom tele prebiehajú na

základe pohybu, či už je to tlkot srdca, dýchanie alebo prenos nervového vzruchu z mozgu do výkonného orgánu. Ak sa nehýbeme, najväčšie obmedzenia sa hromadia v kĺboch, ktoré majú za normálnych okolností paradoxne najväčší rozsah pohybu (ramená a bedrá). Obmedzenia v kĺboch spôsobujú opotrebovávanie iba určitých častí kĺbových plôch, čo môže z dlhodobého hľadiska spôsobovať kĺbové artrózy, zápaly, zranenia a rôzne nezvratné poškodenia pohybového aparátu.

Cieľom je preto hýbať sa, pretože sa môžeme hýbať a ak sa hýbať nebudeme, jedného dňa sa nám môže stať, že už nebudeme schopní sa hýbať.

Za najproblematickejšie časti ľudského tela považujeme najmä oblasti dolného a horného pletenca končatín (bedrá a ramená). Sú to miesta s najväčšou potenciálnou mobilitou, ale problém prichádza najmä vtedy, keď človek začne dlho sedieť a jeho svalstvo sa začne tejto polohe prispôbovať. **Špecializácia na sedenie je dnes problémom číslo jeden** a nielenže zvyšuje možnosti výskytu kardiovaskulárnych ochorení, ale je úzko spojené aj s ťažkosťami tráviaceho systému, lymfatického systému, hormonálneho systému a poruchami pohybového aparátu (**oslabené lopatkové svalstvo, skrátené bedrovo-driekové svalstvo, oslabené sedacie svalstvo**).

Sedenie je nebezpečné nielen pred počítačom a televízorom, ale aj pred tabuľou v školách. V skutočnosti niečo také ako zdravé sedenie neexistuje, je to len mýtus, ktorý vznikol ako marketingový ťah pre ľudí predávajúcich naozaj drahé stoličky pre ľudí, ktorí dlho sedia. A prečo? Aby mohli sedieť ešte dlhšie. Výsledok? Pozrime sa na bežné štandardy okolo seba (úplná akceptácia vysokého stupňa degenerácie).

Preto ani FIT lopty nie sú riešením. Práve naopak, situáciu zásadným spôsobom ešte viac zhoršujú. Na to, aby ste sa udržali vo vystretej polohe (pravý uhol medzi končatinami a trupom), musíte na FIT lopte ešte výraznejšie zapájať bedrovo-driekovú časť svalov, ktorá sa ešte rýchlejšie skrakuje (spomeňte si na boľavé križe). Ak klasicky sedíte, je väčšia šanca, že si tieto svaly trochu uvoľníte a preto mnohých ľudí vidíte skôr „ležať“ na stoličke, ako sedieť. A to je v poriadku. Skrátenie týchto svalov spôsobuje zlé postavenie panvy, ktorá sa nedokáže efektívne zapájať do ďalších pohybov (ak chodíte športovať, hoci aj rekreačne), čo sa prenáša do ďalších nezdravých pohybových vzorcov, ktoré sú slabé, nedostatočné, prípadne aj rizikové. Ak chcete sedieť na FIT lopte, tak môžete, ale iba za predpokladu, že si dokážete prekrižiť nohy do tureckého sedu, v ktorom je už vhodné mať vystretý chrbát (meditačná poloha). Tak schválne, koľkí z vás to budú skúšať? Podľa nás nikto, preto riešenie spočíva v zmene firemnej kultúry, ktorá akceptuje nasledovné opatrenia.

VYTVORME NOVÚ FIREMNÚ KULTÚRU, KTORÁ NÁS PRESTANE DEGENEROVAŤ



Chápete už širšie súvislosti a dôvody, prečo celodenné sedenie je pre naše zdravie tak veľmi škodlivé? Aby sme zabránili mnohým problémom alebo zmiernili tie, ktoré už máte, máme pre vás inšpiráciu. Takto by mohla vyzeráť štruktúra dňa a nová kultúra pracovného prostredia, ktorá bude ohľaduplnšia k nášmu telu a jeho potrebám:

- prerušované sedenie (maximálne 2 hodiny sedenia bez prestávky)
- najneskôr každých 120 minút sa postaviť, urobiť na 5-10 minút iné pohyby a polohy, ktoré nevedú k spoteniu (tonizačné, strečingové, silové) a až potom sa vrátiť k sedeniu (dôležitá je pestrosť)
- akceptácia vo firemnej kultúre vykonávať prácu v stoj (standing desk), v kľaku (na špeciálnej stoličke alebo na zemi), v hlbokom drepe (squate na zemi/inde), v tureckom sede (jediná poloha, pri ktorej je vhodné sedieť s úplne vystretým chrbtom) alebo sedieť na zemi v sede rozkročnom a pracovať
- sedieť čo najviac pohodlne s čo najmenším tonusom v oblasti lona (bedrovo-driekovej časti): takže pokojne aj tak, že skoro ležíte (ten, kto to robí dávno, to intuitívne cíti)



Na to, aby ste sa na FIT lopte udržali vo vystretej polohe (pravý uhol medzi končatinami a trupom), musíte ešte výraznejšie zapájať bedrovo-driekovú časť svalov, ktorá sa ešte rýchlejšie skrakuje. Tak už viete, prečo vás napriek „zdravému sedeniu“ bolia križe?

- na poradách a pracovných stretnutiach stáť alebo čúpiť v hlbokom drepe
- pri ceste na WC, na kávu či inam, si urobiť batériu tonizačných, strečingových, silových a iných cvikov, ktoré pomôžu zlepšiť svalový tonus a vykompenzovať usedené telo (visenie, stojka o stenu, nosenie ťažkého bremena z bodu A do bodu B – napríklad krátke cvičenie, lastovička, strečing, iné)
- nesedieť na FIT loptách (až na výnimku tureckého sedu – bez držačky to bude asi veľká výzva) a nesedieť ani s príliš vystretým chrbtom (čo najviac odstrániť tonus v oblasti bedrovo-driekovej chrbtice).



autor príspevku: WALMARK

Etrixenal

250 mg tablety

Voľne predajný liek s účinnou látkou naproxen

špeciálne určený na akútnu bolesť pohybového aparátu*



účinná úľava od akútnej bolesti kĺbov, svalov alebo šliach s protizápalovým účinkom¹



plazmatický polčas až 15 hodín¹



nižšie kardiovaskulárne riziko^{1,2,3,4,5}



REFERENCIE: 1. Etrixenal (naproxen) schválený súhrn charakteristických vlastností lieku, dátum revízie textu April 2015; 2. Trelle S, Reichenbach S, Wandel S, Hildebrand P, Tschannen B, Villiger PM, Egger M, Juni P: Cardiovascular safety of non-steroidal anti-inflammatory drugs: network meta-analysis. BMJ 2011; 342: c7086. doi:10.1136/bmj.c7086; 3. McGeehan P, Henry D: Cardiovascular Risk with Non-Steroidal Anti-Inflammatory Drugs: Systematic Review of Population-Based Controlled Observational Studies. PLoS Med 2011; 8(9): e1001098. doi:10.1371/journal.pmed.1001098; 4. Varas-Lorenzo C, Riera-Guardia N, Calingaert B, Catellano J, Salvo F, Nicotri F, Sturkenboom M, Perez-Gutthahn S: Myocardial infarction and individual nonsteroidal anti-inflammatory drugs: meta-analysis of observational studies. Pharmacoepid Drug Safety 2013; 22: 559-570; 5. CNT collaboration: Vascular and upper gastrointestinal effects of non-steroidal anti-inflammatory drugs: meta-analyses of individual participant data from randomised trials Lancet 2013; 382: 769-779

SKRÁTENÁ INFORMÁCIA O LIEKU: NÁZOV LIEKU: Etrixenal 250 mg tablety. **ZLOŽENIE:** Jedna tableta obsahuje 250 mg naproxenu. **INDIKÁCIA:** Krátkodobá úľava od akútnej miernej alebo stredne silnej bolesti (kĺbov, svalov, šliach) u dospelých. **DÁVKOVANIE A SPÔSOB PODANIA:** Perorálne podanie. Užíva sa najlepšie s jedlom alebo po jedle. Výskyt nežiaducich účinkov môže byť znížený podávaním najnižšej účinnej dávky počas najkratšieho času potrebného na kontrolu príznakov. Dospelí: 500 mg ako počiatočná dávka, potom podľa potreby 250 mg každých 6 až 12 hodín, maximálna denná dávka po prvom dni je 750 mg. Pokiaľ sa príznaky po 7 dňoch liečby nelepšia, pacient sa má poradiť s lekárom. **Staršie osoby:** Je vhodné použiť najnižšiu účinnú dávku počas najkratšieho možného času, pretože staršie osoby sú viac náchylné k vzniku nežiaducich účinkov. Počas liečby nesteroidnými antireumatikami by mal byť pacient sledovaný s ohľadom na gastrointestinálne krvácanie. **Deti:** Použitie prípravku sa u detí neodporúča. **Kontraindikácie:** Pacienti s poruchou funkcie obličiek alebo pečene majú užívať najnižšiu účinnú dávku počas najkratšieho možného času. Etrixenal je kontraindikovaný u pacientov s vychádzajúcou hodnotou kreatinínu menej ako 30 ml/min. **KONTRAINDIKÁCIE:** Aktívny alebo peptický vred v anamnéze alebo aktívne gastrointestinálne krvácanie. Gastrointestinálne krvácanie alebo perforácia v anamnéze súvisiace s predchádzajúcou liečbou NSAID. Predchádzajúce krvácanie. Etrixenal sa nemá podávať pacientom, u ktorých kyselina acetylsalicylová alebo iné nesteroidné antilozistiká/analgetiká indukujú syndróm astmy, nádchy, nosových polypov alebo žihľavku, pretože u nich boli hlásené ťažké alergické reakcie, ktoré môžu byť fatálne. **Závažné zlyhanie obličiek, pečene alebo srdca:** Hemoragická diatéza. Naproxen je kontraindikovaný počas posledného trimestra gravidity. **INTERAKCIE:** NSAID môžu zvyšovať účinok antikoagulantov (warfarín, heparín). Nepodávajte súčasne dva a viac NSAID. Pacienti súčasne užívajúci hydantoiny, antikoagulanty, ďalšie NSAID, kyseliny acetylsalicylové alebo sulfonylureidy majú byť sledovaní s ohľadom na známky predávkovania týmito liekmi. K ďalším interakciám môže dôjsť pri súčasnom podaní s diuretikami, lithium, anti-hypertenzívami, ACE inhibítormi, antagonistami receptora angiotenzínu II, probenecidom, metotrexátom, srdcovými glykosidmi, cyklosporínom, mifepristónom, zidovudínom. Súbežné podávanie s kortikosteroidmi, antagregagčnými látkami alebo SSRI zvyšuje riziko gastrointestinálnych krvácaní a krvácania. Pacienti užívajúci chronické antibiotiká môžu mať zvýšené riziko vzniku kŕčov. Viac o interakciách viď Súhrn charakteristických vlastností lieku. **TEHOTENSTVO A DOJČENIE:** V priebehu prvého a druhého trimestra sa naproxen nesmie podávať, pokiaľ to nie je nevyhnutné. Naproxen je kontraindikovaný v treťom trimestri tehotenstva. Užívanie prípravku Etrixenal sa neodporúča počas dojčenia. **NEŽIADUCE ÚČINKY:** Medzi hlavné nežiaduce účinky patrí podobne ako u ostatných NSAID gastrointestinálne poruchy od miernych (pálenie záhy, nauzea, zápcha, hnačka, flatulencia, dyspepsia) po závažné (gastrointestinálne krvácanie, peptické vredy, perforácia). Medzi časté nežiaduce účinky (>1/100 až <1/10) patria ďalej: závraty, bolesť a točenie hlavy, ospalosť, parestézia, poruchy videnia, tinitus, edém, palpácie, dyspnoe, astma, kožné vyrážky, pruritus, žihľavka, ekchymóza, purpura, potenie, smäd. Komplexný zoznam nežiaducich účinkov je uvedený v schválenom Súhrne charakteristických vlastností lieku. V prípade výskytu nežiaducich účinkov sa má poslať hlásenie o podozrení na nežiaduci účinok. **UPOZORNENIE:** Etrixenal môže znižovať horúčku a zkožňovať poranenia. Znižuje agregáciu doštičiek a predlžuje dobu krvácania. Riziko gastrointestinálneho krvácania, ulcerácie a perforácie stúpa so zvyšujúcou sa dávkou nesteroidných antireumatík, u pacientov s anamnézou peptického vredu, u starších osôb, u pacientov liečených inými liekmi zvyšujúcimi gastrointestinálne riziko. U týchto osôb je vhodné zvážiť súčasné podávanie protektívnych látok (napr. misoprostol alebo inhibítory protizápalovej pumpy). Pri objavení gastrointestinálneho krvácania alebo vŕtadov musí byť liečba ukončená. Je potrebné liek opatrnejsie použiť u pacientov s poruchou funkcie obličiek. Boli hlásené prípady renálnej insuficencie a edému v súvislosti s liečbou NSAID. Nedá sa vylúčiť vznik rizika arteriálnych trombotických príhod, ktoré by ale malo byť nižšie než u ostatných NSAID. Pacienti s reaktívnymi kardiovaskulárnymi ochoreniami a ich rizikovými faktormi môžu byť liečení naproxenom len po starostlivom zvážení. Podávanie naproxenu sa neodporúča pre ženy užívajúce ošobné. Pacienti so vzácnymi dedičnými problémami s metabolizmom sacharidov by tento prípravok nemali užívať. Niektorí pacienti môžu pri užívaní prípravku Etrixenal pociťovať ospalosť, závraty, vertigo, nespavosť, vyčerpanie, poruchy zraku alebo depresie. V takom prípade nemajú riadiť vozidlo a obšahovať stroje. Ďalšie podrobnosti viď schválený Súhrn charakteristických vlastností lieku. **ČAS POUŽITELNOSTI:** 4 roky. **UCHOVÁVANIE:** Nevýžaduje zvláštne podmienky. **DRUH OBALU A BALENIE:** PVC/PE/PVDC/ALU blister, 10 a 20 tabliet. **DRŽITEĽ ROZHODNUTÍ O REGISTRÁCII:** Proenzi s.r.o., Oldrichovce 44, 739 61, Tmiec, Česká republika. **REGISTRAČNÉ ČÍSLO:** 29/0367/14-S. Liek nie je vyznačený z zoznamu liekov verejného zdravotného poistenia. Pred použitím si prečítajte úplnú informáciu o lieku. **DÁTUM POSLEDNEJ REVÍZIE TEXTU SPC:** April 2015. **DÁTUM VYHOTOVENIA MATERIÁLU:** 06/2015. **KONTAKTNÁ ADRESA:** Walmark, s.r.o., Hrabovská 252, 010 01 Žilina, 043/50 51 111, www.walmark.sk

* kĺbov, svalov alebo šliach

proenzi

Pohyb je život

www.etrixenal.sk

ÚĽAVA OD AKÚTNEJ BOLESTI

POMOCOU LIEČIVEJ LÁTKY NAPROXEN

Bolesť je vždy subjektívna a každý z nás vníma jej intenzitu inak. Základným cieľom pri liečbe bolesti je zníženie jej intenzity na úroveň, ktorá umožní človeku robiť každodenné bežné aktivity. Akútnu bolesť je možné riešiť veľmi úspešne a mala by byť adekvátne liečená, pretože existuje riziko, že ak nebude riešená, prejde do chronickej perzistentnej bolesti, ktorej liečenie je veľmi ťažké a zdĺhavé. Mnoho rokov výskumu predchádzalo objaveniu nesteroidných antireumatík (NSA), ktoré sú kľúčovou skupinou liečiv používaných pri úľave od bolesti pohybového aparátu. Jedným z najrozšírenejších nesteroidných antireumatík s veľmi dobrými analgetickými, protizápalovými i antipyretickými účinkami je liečivá látka naproxen, ktorej hlavnou prednosťou pre pacienta je minimálne riziko kardiovaskulárnych komplikácií.

AKO VZNIKÁ BOLEŠŤ?

Bolesť je vyvolaná škodlivým podnetom, ktorý uvoľňuje z traumatizovaného tkaniva tzv. mediátory bolesti, ktoré dráždia voľné nervové zakončenia senzorických neurónov, tzv. nociceptory. Informácia z miesta vzniku bolesti (nociceptorov) sa vo forme vzruchu šíri až do tela senzorického neurónu, ktorý je uložený v zadných rohoch miechy, kde je vzruch prevedený na ďalší neurón a vedený až do šedej mozgovej kôry, ktorá je zodpovedná za samotné uvedomenie si bolesti. Bolesť je vždy subjektívna a každý z nás jej intenzitu vníma inak.

NESTEROIDNÉ ANTIREUMATIKÁ – ZMIERNENIE INTENZITY AKÚTNEJ BOLESTI

Farmakologicky je možné intenzitu bolesti tlmiť na všetkých úrovniach vedenia bolesti, pričom na úrovni nociceptorov účinne pôsobia nesteroidné antireumatiká (NSA). Základným mechanizmom ich účinku je inhibícia tvorby cyklooxygenázy (COX), teda kľúčového enzýmu pri syntéze prostaglandínov, ktoré zvyšujú citlivosť nociceptorov k mediátorom bolesti. Cyklooxygenáza sa v našom organizme vyskytuje minimálne v dvoch izoformách COX-1 a COX-2. Zatiaľ čo sa COX-1 tvorí za bežných fyziologických podmienok a je zodpovedná za produkciu protektívnych prostaglandínov (chráni napr. žalúdok), COX-2 izoforma je indukovaná primárne pri rozvoji zápalu a vedie k tvorbe zápalových prostaglandínov (zvyšujú účinok mediátorov bolesti na nociceptoroch).

NESTEROIDNÉ ANTIREUMATIKÁ – GASTROTOXICITA A KARDIOTOXICITA

Neselektívne NSA inhibujú tvorbu oboch izoform cyklooxygenázy a tak účinne tlmia bolesť. Majú však spoločný nežiaduci účinok a to **gastrointestinálnu toxicitu**, ktorá je daná inhibíciou tvorby COX-1. Z tohoto dôvodu boli vyvinuté COX-2 selektívne inhibítory, tzv. „coxiby“, ktoré majú výrazne nižšiu gastrointestinálnu toxicitu. Nečakane sa však ukázalo, že **tieto lieky vykazujú kardiovaskulárnu toxicitu a po ich podávaní stúpa výskyt kardiovaskulárnych príhod**

(infarkt myokardu, iktus, kardiovaskulárne úmrtie). Vzhľadom na to, že kardiovaskulárne ochorenie spôsobuje 47 % všetkých úmrtí v Európe (a sú tiež najčastejšou príčinou úmrtia v Slovenskej republike), bolo zvýšené riziko kardiovaskulárnych príhod počas liečby NSA podrobené intenzívnemu výskumu, a je tak jedným z najviac preštudovaných nežiaducich účinkov lieku v celej histórii. Výsledky týchto systematických hodnotení a metaanalýz ukázali, že **výskyt kardiovaskulárnych príhod stúpa nielen po podávaní coxibov, ale i pri užívaní niektorých neselektívnych NSA**. Kardiotoxicita jednotlivých NSA sa významne líši a u niektorých NSA sa navyše prejavuje už v počiatočných fázach terapie.

NAPROXEN – NAJBEZPEČNEJŠIA VOLBA PRE PACIENTOV S VYSOKÝM RIZIKOM KARDIOVASKULÁRNYCH KOMPLIKÁCIÍ

Liečivá látka naproxen sa radí medzi neselektívne nesteroidné antireumatiká s veľmi dobrým analgetickým, protizápalovým a antipyretickým účinkom. Podobne ako u ostatných nesteroidných antireumatík je podávanie naproxenu spojené s rizikom gastrotoxicity, **unikátna je však jeho nízka kardiotoxicita v porovnaní s ostatnými neselektívnymi NSA a coxibmi**. Užívanie naproxenu je tak pre pacienta spojené s nižším rizikom vzniku kardiovaskulárnych komplikácií. Na rozdiel od iných často užívaných liečivých látok z rovnakej skupiny voľne predajných liekov napr. ibuprofenu a diklofenaku má naproxen dlhší plazmatický eliminačný polčas (až 15 hodín), čo umožňuje dosiahnutie stálej hladiny lieku, takže naproxen obvykle stačí podávať 2x denne. Naproxen tak lepšie tlmí bolesť počas noci a umožňuje aktívne prežiť deň. Medzi ďalšie výhody naproxenu sa radí tiež rýchly nástup účinku, a to približne do 1 hodiny. **Naproxen je z pohľadu dnes dostupných dát liekom prvej voľby u pacientov so zvýšeným kardiovaskulárnym rizikom a s nízkym alebo miernym gastrointestinálnym rizikom**. Napriek tomu by sa mal každý pacient poradiť s lekárom ohľadom vhodného dávkovania v prípade dlhodobého užívania.



www.med-art.sk

TRI „NAJ“ NOVEJ VETERINÁRIE 2015

OPÄŤ NA VYSOKEJ ODBORNEJ I SPOLOČENSKEJ ÚROVNI

Nová Veterinária je najväčšia, najkvalitnejšia a najinovatívnejšia odborná veterinárna akcia na Slovensku. Organizuje ju Slovenská asociácia veterinárnych lekárov malých zvierat (SAVLMZ) s príspevím odbornej garancie Slovenskej hipiatrickej asociácie a Združenia veterinárnych lekárov hospodárskych zvierat (SHA a ZVLHZ). Tento rok to bol 22. ročník, ktorý sa konal v Nitre v dňoch 23. až 25. októbra 2015.

PREČO NAJVÄČŠIA, NAJKVALITNEJŠIA A NAJINOVATÍVNEJŠIA?

Najväčšia je počtom zúčastnených veterinárnych lekárov, počtom zaregistrovaných sestier a študentov, počtom vystavujúcich firiem, počtom odborných sekcií, rozsahom a dĺžkou prednášok, priestorom pre uzatváranie biznisu medzi lekármi a firmami.

Najkvalitnejšia je vďaka účasti špičkových svetových prednášajúcich, výberom aktuálnych odborných tém, možnosťou výberu medzi 5 odbornými sekciami, každoročnou publikáčnou činnosťou, lukratívnym zázemím v Nitre a tradičným proslovensky orientovaným spoločenským programom.

Najinovatívnejšou je pre simultánne preklady, kompletné nahrávanie prednášok v HD kvalite s prekladom, prepracovaný a prehľadný systém registrácie, sprievodný program vo forme súťaží a kvízov, zvýhodnené vložné pre študentov – členov SAVLMZ a sestričky, on-line hlasovanie počas prednášok, video denníky, darčeky made in Slovakia.

Tento rok sa na ňu registrovalo **628 účastníkov**. Predkongres SPDD: 41 lekárov, z toho 5 ČR (25 účastníkov len predkongres), samotný kongres NV 2015: 484 lekárov, z toho 32 ČR, 67 študentov z toho 5 ČR, 52 sestier, z toho 5 ČR, firmy: **74 vystavovateľov**. Akcia ponúkla najväčšiu koncentráciu veterinárnych lekárov a firiem na jednom mieste spojenú s kvalitným odborným programom v 5 sekciách (**Spoločenské zvieratá, Kone, Hospodárske zvieratá, Drobné cicavce, Veterinárne sestry**) predkongresový deň SPDD.



TRI „NAJ“:

Spolahlivosť, rýchlosť, profesionálny prístup, na Novej veterinárii prezentovali aj zástupcovia spoločnosti MED-ART. Našou veľkou prednosťou je 24-ročná skúsenosť, čoho dôkazom sú naši spokojní zákazníci.



V Posterovej sekcii sme prispeli prekladom 3 FECAVA posterov o zodpovednej antibiotikoterapii vo veterinárnej praxi. V exhibičnej zóne nechýbali ani zaujímavé a poučné novinky či súťaže.

Sobotňajší kultúrny program bol pre každého z nás nezabudnuteľný. Svetové a muzikálové hity predviedol Martin Hudec, muzikálový spevák a moderátor celého večera a Lenka Rakarová, muzikálová speváčka. Vystúpila aj skupina Credance – jedna z najúspešnejších tanečných skupín zostavená z muzikálových tanečníkov.

Tešíme sa na vašu účasť na Novej Veterinárii 2016, ktorá sa bude konať v dňoch 21. až 23. októbra 2016, ako inak než v Nitre.



Auditórium tvorila odborná verejnosť spolu s domácimi a zahraničnými študentami

KOGNITÍVNA PORUCHA PSOV A MAČIEK

SYMPOZIUM UVLaF V KOŠICIACH

Dňa 6. októbra 2015 sa konalo sympóziu venované zmenám správania starnúcich psov a mačiek **Spoznajte kognitívnu poruchu psov a mačiek – od základného výskumu až k diagnostike a terapii.** Sympóziu zastrešila rektorka Univerzity veterinárskeho lekárstva a farmácie v Košiciach prof. MVDr. Jana Mojžišová PhD. v spolupráci s Neuroimunologickým ústavom a Neurobiologickým ústavom Slovenskej akadémie vied. Podujatie sa konalo v reprezentatívnych priestoroch auly Teologickej fakulty Katolíckej univerzity v Košiciach. O aktuálnosti diskutovanej problematiky svedčí prejavovaný záujem zo strany súkromných veterinárnych lekárov, ale aj prítomnosť nemalej skupiny študentov UVLaF, ako budúcich kolegov z praxe.

Sympóziu predstavilo kognitívnu poruchu psov a mačiek v celom svojom spektre, od základnej vedy až po klinickú medicínu – prinieslo to najlepšie, čo svetová veda v tejto oblasti v súčasnosti ponúka. O svoje skúsenosti a vedomosti sa prišli podeliť najväčší svetoví odborníci v danej oblasti. Dr. Gary Landsberg



prof. MVDr. Jana Mojžišová PhD.
– rektorka UVLF v Košiciach



Úvodná prednáška pripadla prof.
MVDr. Mariánovi Kozákovi PhD.



Eniko Kubinyi



doc. Žilka
Neuroimunologický ústav – SAV



z kanadskej North Toronto Veterinary Behaviour Specialty Clinic; Dr. Sagi Denenberg absolvent UVLF momentálne pôsobiaci na University of Bristol; Joseph Araujo z kanadskej firmy Intervivo Solutions a Enikő Kubinyi z Eötvös University Budapest. Slovenské farby hájili MVDr. Aladár Madari z UVLaF, ktorý vypracoval nový jednoducho aplikovateľný diagnostický postup umožňujúci skorú diagnostiku ochorenia a identifikoval jednotlivé štádiá ochorenia a MVDr. Dáša Čížková DrSc. z Neurobiologického ústavu SAV, ktorá vyvíja nový koncept liečby kognitívnej poruchy psov s využitím kmeňových buniek.

V priebehu niekoľkých hodín **poslucháči získali komplexný prehľad o ochorení, ktoré sa pomaly stáva najčastejšie sa vyskytujúcou chorobou centrálného nervového systému psov a mačiek netraumatického pôvodu.** Dozvedeli sa o moderných preventívnych a terapeutických metódach a získali informácie o aktuálnom výskyte ochorenia na Slovensku. Hoci prednášky prebiehali v anglickom jazyku, bol zabezpečený simultánny preklad do slovenčiny.

Priaznivé ohlasy na konané sympóziu zo strany zúčastnených, ako i organizátorov veľmi potešilo a utvrdilo nás v tom, že na Slovensku je stále záujem o získavanie nových kvalitných poznatkov a informácií. Taktiež pozitívne ohlasy zo strany prednášajúcich nám otvárajú dvere pre rozvinutie ďalšej spolupráce vo forme výmeny našich skúseností so skúsenými veterinárskymi lekármi z celého sveta.



PREVENCIA CHORÔB KRÁLIKOV

PRÍPRAVKY NA ZLEPŠENIE CELKOVEJ KONDÍCIE A ODOLNOSTI

Chovatelia králikov sa na nás často obracajú s otázkami ako predísť zdravotným problémom v ich chovoch. Najčastejšie otázky sa týkajú nafukovania králikov, nádchy, prevencie proti moru a myxomatóze.

Problém nafukovania u králikov súvisí s fyziológiou ich tráviacej sústavy. Králik je bylinožravec, čiže prevažuje u neho mikrobiálne trávenie. Pre správne fungovanie tráviacich procesov potrebuje dostatok celulózy, funkčnej vlákniny.

Preto základom krmnej dávky králikov by malo byť kvalitné lúčne seno, slama. Veľmi dobré je, ak majú králiky možnosť ohryzovať vetvičky stromov či kríkov. Vhodným krmivom je potom jačmeň, ovos, mrkva, topinambury, zemiaky, repa, po postupnom návyku zelené krmivo, všetko, čo sa v záhrade urodí. Trávenie králika nie je dobre prispôbené na trávenie veľkého množstva bielkovín, ktorých vysoký obsah je v pšenici, lucerne, ďateline, granulovanom krmive. Preto tieto krmivá odporúčame zvlášť pri problémoch v chove obmedziť. Bielkoviny si králik tvorí aj v slepom čreve, ktoré má podobnú funkciu ako predžalúdky u prežúvavcov. K nafúknutiu – nadmernému množstvu plynu v črevách – dôjde najčastejšie pri zmenách krmiva, keď sa tráviace procesy a črevná mikróflóra nestihli ešte prispôsobiť tráveniu nového krmiva alebo po strese (zmeny teploty, presun, manipulácia...).

V týchto situáciách vzniká dysbakteriáza, keď oportúnne (potenciálne patogénne) mikroorganizmy, ktoré sú

vždy prítomné v tráviacej sústave králika, sa premnožia na úkor probiotických mikroorganizmov.

K oportúnnej mikróflóre patria napr. klostrídie, kokcidie, niektoré kmene E. coli, Candida albicans a pod.

Ich premnoženie sa prejaví tvorbou nadmerného množstva plynu, nechutenstvom, hnačkou. Živnou pôdou na premnoženie oportúnnych mikroorganizmov sú nedostatočne natrávené bielkoviny. Preto aj najúčinnějšíou prevenciou je udržiavanie dostatočného množstva symbiotickej mikróflóry v tráviacej sústave králikov. Na tento účel je

vhodný a účinný prípravok PRORABIT a PROTEXIN PROFESIONAL. Na podporu trávenia pri zmenách krmiva sa osvedčil prípravok CITROENZYMIX, ktorý obsahuje pepsín v citráto-fosfatovom pufre.

Podanie akýchkoľvek antimikrobiálnych látok (antikokcidiká, antibiotiká) stav dysbakteriázy len zhorší a problémy v chove následne dlhodobo pretrvávajú, aj keď hneď po podaní antimikrobiálnych látok sa klinický stav môže na určitú dobu upraviť. Dysbakteriáza má aj ďalšie následky – zníženie celkovej odolnosti zvierat a náchylnosť na iné choroby.



Na prevenciu i liečbu zdravotných problémov u králikov má spoločnosť Bioveta široké portfólio prípravkov

VAKCÍNY PRE KRÁLIKY

Pestorin Neo inj. – vakcína proti moru králikov

- očkovanie králikov proti moru od 10. týždňa veku
- v prípade nepriaznivej nákazovej situácie možno vakcínu použiť už v 6. týždni veku s revakínáciou o 4 týždne
- u chovných králikov každoročná revakínácia proti moru
- dávkovanie 0,5 ml s. c.
- balenie: 1x10 ml, 1x20 ml, 5x20 ml

Myxoren inj. sicc. – vakcína proti myxomatóze králikov živá MXT

- vakcinácia klinicky zdravých králikov od 10. týždňa veku, v ohrozených lokalitách už od 4. týždňa veku s revakínáciou o 6 týždňov
- ďalšie vakcinácie o 6 mesiacov od poslednej vakcinácie
- v oblastiach s nepriaznivou nákazovou situáciou je vhodné chovné králiky vakcinovať dvakrát ročne, na jar a revakcinovať v lete
- pre hobby králiky je k dispozícii aj v jednotlivých dávkach
- dávkovanie: prepichnutím ušnice alebo s. c. alebo bezihlovým aplikátorom
- balenie: lyofilizovaná vakcína je dodávaná v 7 ml liekovkách, zriedovač v 5 ml a 20 ml liekovkách
- 1 x 10 dávok, 5 x 10 dávok, 1 x 20 dávok pre s. c. aplikáciu
- 1 x 50 dávok, 5 x 40 dávok, 1 x 80 dávok, 5 x 80 dávok pre bezihlovú aplikáciu
- 1 x 50 dávok, 5 x 50 dávok, 1 x 100 dávok, 5 x 100 dávok pre aplikáciu prepichnutím ušnice

Pestorin Mormyx inj. sicc. – kombinovaná vakcína proti moru a myxomatóze králikov

- na ochranné očkovanie klinicky zdravých králikov jedným vpichom proti moru a myxomatóze od 10. týždňa veku
- v prípade nepriaznivej nákazovej situácie:
 - a) vakcinácia monovalentnou vakcínou proti myxomatóze (Myxoren) od 4. týždňa veku s revakínáciou v 10. týždni veku Pestorin Mormyx, medzi aplikáciou obidvoch vakcín má byť minimálne 2-týždňový odstup
 - b) vakcinácia vakcínou Pestorin Mormyx od 6. týždňa veku s revakínáciou o 4 týždne
- u chovných zvierat sa odporúča ďalšia revakínácia vakcínou Pestorin Mormyx v šesťmesačných intervaloch
- pre hobby králiky je k dispozícii aj v jednotlivých dávkach
- balenie: 1 x 1 dávka, 5 x 1 dávka, 10 x 1 dávka, 1 x 10 dávok, 1 x 20 dávok, 5 x 20 dávok

Pasorin – OL inj. – inaktivovaná vakcína proti pasteurelóze králikov

- olejová vakcína na očkovanie králikov proti pasteurelóze od 4. týždňa veku
- po aplikácii navodzuje vysoké hladiny protilátok proti aktuálnym kmeňom
- P. multocida (sérotyp A,D)
- dávkovanie 0,5 až 1 ml s. c.
- balenie: 100 ml



Odporúčaná vakcinačná schéma proti pasteurelóze vakcínou

vek králika v týždňoch	veľkosť vakcinačnej dávky
4	0,5 ml
7	1 ml
10	1 ml

Ďalšie pravidelné vakcinácie vždy jednou vakcinačnou dávkou 1x za 6 mesiacov po 1 ml.

Odporúčaný postup pri prevencii kokcidiózy, enterokolitídy, nafukovania:

- krmivá podávané králikom nemajú obsahovať antikokcidiká ani antibiotiká!
- samiciam podávať probiotické prípravky PRORABBIT, PROTEXIN PROFESIONAL počas gravidity aj počas kojenia – zamiešaním do krmiva
- v čase pôrodu a po pôrode podávať prípravok CARNIFARM – na zvýšenie množstva a kvality mlieka (1 – 2 ml na 5 kg ž. h. do vody), ROBORAN H
- počas odstavu mláďatám pridávať do pitnej vody prípravok CITROENZYMIX 10 ml na 5 – 10 litrov pitnej vody, ako prvé krmivo predkladať kvalitné lúčne seno, jačmeň, do krmiva podávať probiotiká – všetkým zvieratám v chove podávať raz mesačne minimálne po dobu 7 dní probiotiká PRORABBIT, PROTEXIN PROFESIONAL, pri zmenách krmiva aj prípravok CITROENZYMIX podávať pri každej zmene krmiva (10 ml / 5 – 10 litrov vody)
- zmeny krmiva robiť postupne, králikom predkladať prípravok HUMAC NATUR

Na podporu rastu mláďat:

- sa osvedčilo podávanie prípravkov PRORABBIT, CARNIFARM, AMINOVIT, VITAPLASTIN, VITAMINUM H protect, ROBORAN H

Prevencia pečenej kokcidiózy:

- prípravok SILIVET, probiotiká, správna asanácia trusu

Prevencia teplotného stresu:

- dostatok pitnej vody, chladok, dostatok priestoru, prípravok CARNIFARM

Nádcha, kašeľ, prevencia dýchacích problémov, podpora liečby infekčných chorôb:

- NEFROVET, AMINOVIT, MENTOVET, VITAMINUM A, HUMAC NATUR, VITAMINUM H, drvený cesnak, mrkva

Pri hnačke:

- diéta (kvalitné lúčne seno) a dostatok pitnej vody, CARBO fito, PRORABBIT, CITROENZYMIX, PROTEXIN PROFESIONAL, HUMAC NATUR, zistiť príčinu hnačky – liečba na základe stanovenej diagnózy

Pri nekvalitnom krmive, podozrení na otravu:

- výmena krmiva, resp. odstránenie zdroja otravy, prípravky: HUMAC NATUR, SILIVET, PRORABBIT, PROTEXIN PROFESIONAL, AMINOVIT, VITAMINUM H, ROBORAN H

Prevencia vnútorných parazitov:

- cibuľová kaša, cesnak, CITROENZYMIX, PROPOUL, PROTEXIN PROFESIONAL, HUMAC NATUR, asanácia prostredia

Pri výskyte vonkajších parazitov:

- EKOSIP – posyp na zvieratá, na prostredie, vitamín B1 – tiamin alebo B-komplex, VITAMINUM H, AMINOVIT, probiotiká, PRORABBIT, PROTEXIN PROFESIONAL, vyčistenie prostredia. Prípravok BIO KILL sa používa len na ošetrenie prostredia, nie na zvieratá určené na konzum pre ľudí.



SVETLO NAŠE KAŽDODENNÉ

SLNKO, SVIEČKY... A ROZLÚČKA S KLASICKÝMI ŽIAROVKAMI

Svetlo je viditeľná forma energie pohybujúcej sa rýchlejšie než hocičo iné vo vesmíre – šíri sa rýchlosťou 300.000 m/s. Bez svetla by sme nič nevideli. Hlavným zdrojom takejto energie pre nás je Slnko. Ono je ústredným telesom slnečnej sústavy, ktoré nám dodáva takmer všetku energiu. Je súčasťou galaxie a našou najbližšou hviezdou s priemerom 1,4 milióna kilometrov. Hoci je vzdialené až 150 miliónov km, svetlo z neho na našu planétu dopadne už za 8 minút a je také silné, že keby sme sa dívali priamo doň, poškodilo by nám zrak. V noci, keď je časť Zeme od Slnka odvrátená, používame umelé svetelné zdroje, ktoré však osvetlia iba predmety, lebo ich energia je v porovnaní so slnečnou nepatrná.

Z histórie vieme, že Slnko bolo dlho jediným zdrojom svetla na Zemi a dozvedáme sa aj fakt, že zdroj umelého svetla prostredníctvom ohňa ľudia objavili v dávnej minulosti. Pripomína nám to aj stará grécka báj o Prometeovi, ktorý priniesol ľuďom navzdory Diovi z Olympu oheň, za čo bol potrestaný a nesmierne dlho za to trpel. Už Neandertálci sa naučili založiť oheň a neskôr Číňania už začali používať nielen tepelnú, ale aj svetelnú energiu. Tým, že ľudia ovládli oheň, ktorý využívali už aj doma na teplo i svetlo, neboli až tak odkázaní na Slnko. Postupne sa začali používať sviečky, olejové lampy, pochodne, fakle a po nich sa už objavili lampy petrolejové a plynové, ktoré sa však veľmi neosvedčili (smrdeli), ale aj tak vydržali dosť dlho a používali sa až do konca XIX. storočia, kedy sa žezla moci nad svetlom ujala elektrina.

NIEKOĽKO POZNATKOV O ZDROJOCH UMELEHO SVETLA

O ohni sme si už vyššie niekoľko viet povedali. Najjednoduchším a najvýznamnejším zdrojom takého svetla boli (ešte aj sú) sviečky. **Prvé sviecy vyrobili v Egypte z včelieho vosku** (3 000 rokov pred Kristom), potom to boli Číňania, ktorí 200 rokov pred Kristom ich začali vyrábať z vorvanieho tuku a o niečo neskôr Indiáni z rybieho oleja. Je známe, že u nás sa sviečky zväčša šúľkového tvaru a knôtu (z prírodnej bavlny či syntetického nylónu) vyrábali remeselné (loj, vosk, smola). Najskôr to boli mäsiari, ktorí mali k dispozícii zvierací loj. Spomínané produkty na výrobu tela sviec neskôr nahradil dodnes používaný parafín, ktorý vzniká

ako vedľajší produkt pri destilácii surovej ropy. Onedlho sa sviečkárske remeslo osamostatnilo a spolu s mydlármi a včelármi vznikli najmä na západnom Slovensku (od r. 1620) aj ich cechy. V polovici XIX. storočia ich bolo 63 v 32 mestách (z toho na východe iba 7 – v Košiciach). V minulom storočí ich u nás vyrábala iba firma IGNIS Hlohovec (od roku 1966 len vo Vrbovcích). Žiada sa poznamenať, že **pri procese ich horenia vzniká teplo od 800, až do 1 400 stupňov Celsia** vydávajúc plameňom pekné nažltlé svetlo. Sviečka má významné postavenie doposiaľ. Jej voňavé, jemné, ba až príjemné magické svetlo, vhodné doma, v reštauráciách či kaviarňach i vinárňach, ale aj inde, nás sprevádza pri najroznejších oslavách a príležitostiach. **Chvíle so sviečkou napomáhajú vášni, potešeniu, nadšeniu, zhovorčivosti, náklonnosti i intímnosti a údajne pália (likvidujú) zlú energiu v ľuďoch.** Aj pre kresťanov majú sviece hlboký zmysel a význam, či už je to paškál, krstné, prvoprijímajúce i birmovné a vianočné sviece, blažejské či hromničné, oltárne i omšové, cintorínske a napokon i pohrebné.

Svetlo je vlastne elektromagnetické žiarenie, ktoré je vďaka svojej vhodnej vlnovej dĺžke viditeľné okom (od infračerveného po ultrafialové). **Jeho základnými vlastnosťami sú svietivosť (amplitúda), farba (frekvencia) a polarizácia (uhol vlnenia).** Už od Newtonových čias (XVII. stor.) vieme, že biele svetlo sa skladá z červenej, oranžovej, žltej, zelenej, modrej a fialovej farby. Táto škála farieb (resp. svetiel, ktoré môžeme vidieť vo forme dúhy) vytvára človeku viditeľné biele svetlo.

Najznámejším reprezentantom umelého svetla je žiarovka.



Elektrická energia sa v nej mení na svetelnú.

Objavili ju nezávisle na sebe viacerí vynálezcovia (nemecký hodinár Heinrich Göbel (1854), Brit J. Swann (1878) a napokon Američan Thomas Alva Edison, ktorý si ju dal patentovať (21. októbra 1879). Žiarovka pracuje na princípe zahrievania vodiča (vlákna) el. prúdom. **Pri vysokej teplote zatavené vlákno** (uhlík, osmium, volfram) **v sklenenej banke** (najskôr vo vákuu, neskôr plnené inertným plynom) **sa rozžeraví až na teplotu 2 500 stupňov Celsia a tak vytvára biele svetlo** so životnosťou cca 1 000 hodín. Najväčším jej nedostatkom je, že **až 92 % energie mení na teplo a iba 8 % na svetlo** a tento fakt prináša jej zánik. Ešte je potrebné povedať, že prvú fabriku na výrobu žiaroviek otvoril v Menloparku v New Jersey 1. októbra 1880 a údajne v nej pracoval aj vynikajúci vynálezca Nicola Tesla a dnes je najväčšou fabrikou na ich výrobu firma Siemens (z vlákien: osmium a volfram – z toho vznikol aj názov firmy – OSRAM), kde pracuje vyše 40 000 ľudí.

V súčasnom období sa prestávajú vyrábať a existovať klasické žiarovky (s príkonom 100 W a vyšším, matné a číre). Postupne tak bude aj so žiarovkami s nižším príkonom a v krátkej budúcnosti majú prestať existovať. Svietiacia účinnosť žiaroviek je veľmi nízka (2 – 5 %, ostatná ich spotrebovaná energia sa mení na teplo...) a **moderné, odporúčané LED žiarovky majú 30 až 40 %, čaká tieto veľká budúcnosť, najmä ak si uvedomíme, že takmer ¼ vyrobenej el.**



Každé odpálenie svetielka odkazuje ďalej tiché pranie, aby sa pokoj a mier šírili v ľudských srdciach presne tak, ako sa od človeka k človeku šíri plameň Betlehemskeho svetla.



Atmosféra šírenia betlehemskeho svetla na námestí v Bardejove, kde ho pravidelne na Štedrý deň vítajú spoločne obľúbeným ekumenickým ceremoniálom (t. r. už po 20-tykrát) za účasti všetkých piatich kresťanských cirkví.



energie na svete sa spotrebuje na svietenie.

Aj preto prijala Európska únia prostredníctvom svojej Komisie pre energetiku úlohy a rozhodnutie s cieľom v čo najkratšom čase začať maximálne šetriť elektrickou energiou. Znamená to, že zavedenie modernejších, aj keď zatiaľ drahších svietidiel (halogénové žiarovky, kompaktné žiarivky a polovodičové LED lampy), nám postupne prinesie značnú finančnú úsporu. V súčasnosti existujú aj isté úsporné žiarivky, ktoré sú však nebezpečné pri prasknutí, nakoľko rozptýlená ortuť z nich je vysoko jedovatá a pri neopatrnom postupe jej odstraňovania spôsobujú ľuďom zdravotné problémy nervového systému. V takej situácii je treba miestnosť dôkladne vyčistiť, vyvetrať a odísť z nej minimálne na 15 minút.

Keďže sme pri „svetle“, nezaškodí spomenúť, že **veľmi obľúbeným je aj svetlo betlehemske.** Tradícia jeho dovozu na Slovensko sa začala po prestrihnutí ostnatých drôtov z rakúskeho Linza. **Tento vianočný dar nad dary sa každoročne odoberá z Baziliky Narodenia Pána v Betleheme a roznáša po celom svete, aby sa naplnili atribúty jeho posolania a to nielen radosť z narodenia Pána, ale aj lásky k blížnym.** Jeho plamienok s radosťou ľudia dobrej vôle vnášajú do chrámov a príbytkov, aby spestrilo a zároveň zvýraznilo myšlienky nádeje, pokoja, zmierenia i odpustenia a najmä lásky.

Pozastavme sa, milí priatelia, nad týmto pojednaním, ktorým chceme pripomenúť, že bez svetla, či už toho slnečného alebo umelého, nemôže život ako taký, tobôž človeka, na svete existovať.

Zlo neexistuje...

VIANOČNÉ POSOLSTVO

Profesor na univerzite položil svojim študentom otázku: „Je všetko, čo existuje, stvorené Bohom?“

Jeden zo študentov nesmel odpovedať: „Áno, je to stvorené Bohom.“

„Stvoril Boh všetko?“ pýtal sa ďalej profesor.

„Áno, pane,“ odpovedal študent.

Profesor ďalej pokračoval: „Ak teda Boh stvoril všetko, znamená to, že Boh stvoril aj zlo, ktoré existuje. A vďaka platnosti princípu: naša činnosť určuje nás samotných, je teda Boh zlo.“

Keď si toto študent vypočul, stíchol. Profesor bol sám so sebou spokojný.

Zrazu zdvihol ruku iný študent. „Pán profesor, môžem vám položiť otázku?“

„Samozrejme,“ odpovedal profesor.

Študent sa postavil a spýtal sa: „Existuje chlad?“

„Čo je to za otázku, samozrejme, že áno, tebe nikdy nebolo chladno?“

Študenti sa zasmiali otázke spolužiaka, ale ten pokračoval: „V skutočnosti, pane, chlad neexistuje, v súlade so zákonmi fyziky je v skutočnosti chlad iba neprítomnosť tepla. Človeka a predmety môžeme popísať a určiť ich energiu na základe prítomnosti alebo vytvorenia tepla, ale nikdy nie na základe prítomnosti či vytvorenia chladu. Chlad nemá svoju jednotku, ktorou by sme ho mohli merať. Slovo chlad sme si vytvorili my, ľudia, aby sme mohli popísať to, čo cítime v neprítomnosti tepla.“

Študent pokračoval: „Pán profesor, existuje tma?“

„Samozrejme, že existuje,“ odpovedal profesor.

„Opäť nemáte pravdu, tma takisto neexistuje. V skutočnosti je tma vďaka tomu, že nie je prítomné svetlo. Môžeme skúmať lúč za lúčom, ale tma sa zmerať nedá. Tma nemá svoju jednotku, v ktorej by sme ju mohli merať. Tma je len pojem, ktorý si vytvorili ľudia, aby pomenovali neprítomnosť svetla.“

Následne sa mladík spýtal: „Pane, existuje zlo?“

Tentoraz profesor neisto odpovedal: „Samozrejme, vidíme to každý deň, brutalita vo vzťahoch medzi ľuďmi, trestné činy, násilie, všetko toto nie je nič iného, než prejav zla.“

Na to študent odpovedal: „Zlo neexistuje, pane. Zlo je len neprítomnosť dobra, teda Boha. Zlo je výsledkom neprítomnosti lásky v srdci človeka. Zlo prichádza rovnako, ako keď prichádza tma alebo chlad – teda v neprítomnosti svetla, tepla a lásky.“

Profesor si sadol.

Ten študent bol mladý Albert Einstein.

Pripomíname si: Albert Einstein predložil pred 100 rokmi 25. novembra 1915 Pruskej akadémii vied konečnú verziu gravitačného zákona, známeho ako všeobecná teória relativity. Býva tiež označovaná ako Einsteinova gravitačná teória.

Výhercovia čitateľskej súťaže z čísla 3/2015:

Martina Filipovičová, Komjatice • Mária Zrubecová, Zvolen • Jana Suchá, Svit • Iveta Tomanová, Partizánske • Štefan Gibala, Nitra-Dražovce •
Katarína Hornáková, Trnava • Jarmila Mičudová, Vrútky • Jana Krásna, Sereď • Ľudmila Senderáková, Šarišské Michalany • Viera Bírová, Stará Ľubovňa

Výhercovia získavajú **6-dielnu sadu vykrajovačov vianočných ozdôb a zdobiacu ceruzku Delícia** od známeho českého výrobcu Tescoma.

Gratulujeme všetkým vylosovaným a ďakujeme všetkým vám, ktorí ste sa po celý rok 2015 pravidelne zapájali do našej čitateľskej súťaže. Teší nás, že sme mohli oceniť peknými výhrami v každom čísle desiatich z vás. Veríme, že vám výhry priniesli potešenie a dobre vám slúžia.

Hyalutidin® HC Aktiv

Jedinečný výživový doplnok s hyaluron-chondroitin komplexom pre pohybový aparát človeka.

Výživový doplnok novej generácie, unikátny svojím hyaluron-chondroitin komplexom (HCK) s efektom vnútro kĺbovej aplikácie. Je určený ako prevencia opotrebenia kĺbov, následného vzniku artrózy alebo k zabráneniu jej ďalšieho rozširovania.

Jedinečné zloženie. Vysoká koncentrácia účinných látok. Protizápalový účinok vedúci k zastaveniu zápalu a utlmeniu bolesti. Kvalitatívne doplnenie kĺbovej tekutiny a posilnenie jej funkcie v kĺbe. Zastavenie degradácie kĺbovej chrupavky a jej následná obnova. Dlhodobé pôsobenie bez rizika vzniku vedľajších účinkov. Dermatologický efekt v pôsobení na organizmus. Vysoká vstrebateľnosť účinných látok a rýchla absorpcia k depozitným miestam. Maximálny komfort užívania a príjemná chuť.

Určený:

Všetkým osobám ako prevencia opotrebenia kĺbov a súčasť komplexnej starostlivosti o pohybový aparát. Športovcom ako súčasť komplexnej starostlivosti o pohybový aparát a ako prevencia vzniku problémov. Deťom a mládeži pre bezproblémový vývin a vývoj pohybového aparátu. Všetkým osobám počas rehabilitácie po prekonaných úrazoch či operáciách pohybového aparátu. Všetkým osobám s enormným zaťažením pohybového aparátu spôsobeným ťažkou fyzickou prácou alebo nadvahou.

Tebexerol® Immunoxel

Výživový doplnok na rastlinnej báze so širokospektrálnymi účinkami na posilnenie imunity (humorálna a bunková imunita, vrodená imunita, regenerácia, protizápalové a protiradičné účinky). Pôsobí na špecifickú imunitu, čo umožňuje zameranie sa na reguláciu bunkovej a humorálnej imunity.

Tento produkt je vhodný najmä v prípadoch, ak sú pri liečbe podávané antibiotiká a iné imunosupresiva. Normalizuje počet lymfocytov a zloženie ich subpopulácií, funguje ako regulačný mechanizmus imunity, reguluje jej činnosť a produkciu monokínov a lymfokínov, normalizuje funkciu tvorby protilátok podľa typu imunoglobulínu.

Určený:

Všetkým osobám so zníženou imunitou organizmu. Osobám dlhodobo užívajúcim antibiotiká a iné supresiva. Osobám s infekciou tuberkulózy, MOR/TB, XOR/TB. Pacientom infikovaným vírusom HIV. Deťom a mládeži s častými ochoreniami spôsobenými zníženou imunitou organizmu. Starším ľuďom na posilnenie imunity organizmu a zvýšenie kvality života.

Hyalutidin® DC Aktiv

Jedinečný výživový doplnok s hyaluron-chondroitin komplexom pre pohybový aparát všetkých plemien psov a mačiek.

Výživový doplnok novej generácie, unikátny svojím hyaluron-chondroitin komplexom (HCK) s efektom vnútro kĺbovej aplikácie. Je určený ako prevencia opotrebenia kĺbov, následného vzniku artrózy alebo k zabráneniu jej ďalšieho rozširovania.

Jedinečné zloženie. Vysoká koncentrácia účinných látok. Protizápalový účinok vedúci k zastaveniu zápalu a utlmeniu bolesti. Kvalitatívne doplnenie kĺbovej tekutiny a posilnenie jej funkcie v kĺbe. Zastavenie degradácie kĺbovej chrupavky a jej následná obnova. Vysoká vstrebateľnosť účinných látok a rýchla absorpcia k depozitným miestam.

Určený:

- všetkým plemenám psov a mačiek s vyšším vekom alebo zaťažením s prejavom opotrebenia a s bolesťami kĺbov
- všetkým plemenám psov a mačiek v priebehu roka v závislosti na stupni zaťaženia a ako prevenciu a starostlivosť o pohybový aparát
- všetkým pracovným plemenám psov pri vyššej záťaži pohybového aparátu pri vykonávanej práci
- všetkým šteniatám a mačencom od troch mesiacov v období maximálneho rastu ako podporu pre správny vývin pohybového aparátu
- všetkým mladým pracovným plemenám psov ako prevenciu a podporu funkcie pohybového aparátu pred zahájením výcviku
- všetkým plemenám starších psov a mačiek pre predĺženie ich aktívneho veku
- všetkým psom a mačkám po úrazoch alebo prekonaní kĺbovej operácie ako prevenciu možnosti vzniku artrózy

Myosedam®

Výživový doplnok na rastlinnej báze určený na podporu aktivácie a regenerácie svalových vlákien. Jeho unikátne prírodné zloženie stimuluje svalové vlákna a urýchľuje ich regeneráciu tromi spôsobmi. Aktiváciou mitochondrií vo svalových bunkách zvyšuje tvorbu adenosín-tri-fosfátu (ATP). Zrýchlením nervových impulzov v nervových zakončeníach svalov zvyšuje svalové kontrakcie a podporuje silový výkon. Urýchľuje vyplavovanie kyseliny mliečnej zo svalových buniek.

Jedinečné prírodné zloženie. Vysoká koncentrácia účinných látok. Urýchlenie regenerácie po ťažkých tréningoch alebo zápasoch. Získanie vyššieho stupňa svalovej kondície za kratší čas. Antidopingovo testovateľný.

Určený:

Profesionálnym a rekreačným športovcom na zvýšenie svalovej výkonnosti, urýchlenie regenerácie a odstránenie svalovej horúčky. Všetkým osobám na urýchlenie rehabilitácie svalových vlákien, spôsobených úrazom alebo svalovou horúčkou.



Milí čitatelia časopisu MEDIUM,

*ďakujeme vám za priazeň, ktorú ste nám venovali v práve sa končiacom roku 2015.
Veríme, že ste si vždy našli na stránkach nášho časopisu tému, ktorá vás zaujala, či informácie,
ktoré obohatili vaše poznatky a pomohli vám vo vašej profesii.
Ak aj v budúcom roku vezmete do rúk tento časopis, bude to pre nás potešením,
no súčasne i záväzkom tvoriť ho tak, aby mal pre vás stále význam a hodnotu.*

*Prichádzajú najkrajšie sviatky v roku – radostné, čarovné, bohaté, pokojné, láskyplné...
Je veľkým šťastím, ak Vianoce s takýmito prívlastkami môžeme naozaj prežívať, precítiť každú chvíľku
strávenú s našimi najbližšími, potešiť ich nielen darčekom, ale predovšetkým milým slovom,
pochopením, prejavenu podporou a láskou či pocitom spolupatričnosti.*

*V novom roku vám chceme zaželať predovšetkým zdravie, úspechy osobné i profesionálne,
pri dosahovaní ktorých sa vám spoločnosť MED-ART snaží svojimi aktivitami pomáhať.
Nech čaro sviatkov zostane prítomné vo vašich srdciach v každom dni nového roka
a dodáva vášmu životu ten správny zmysel.*

redakcia časopisu MEDIUM

**Pour Félicitér
2016**



ďakujeme, že nám pomáhate pomáhať...