

MEDIUM



MED-ART

04/2022

MED-EXPO 2022
veľtrh lekárenstva
a farmácie

Profesia Farmaceut
na pracovnom trhu

Mení sa
duch doby
treba ho zachytiť

Verejné
obstarávanie
výhody a nevýhody

Antibiotická liečba
správna dispenzácia



Informácie o nových
liekoch a produktoch
pre lekárne



Servisné informácie
a aktivity spoločnosti
MED-ART



Informácie
o odborných
podujatiach



Odborné články
z oblasti farmácie
a medicíny

Zľava 50€

OMRON

na zdravotný DNA **Health** test v tlakomeroch OMRON

Cieľom partnerskej spolupráce medzi spoločnosťami DNA ERA a OMRON je prevencia v oblasti poznania svojich genetických predispozícií a pravidelného merania krvného tlaku pomocou certifikovaných tlakomeroch.

Vysoký krvný tlak a genetika - spoznajte sami seba.

V oblasti srdcovo-cievnych ochorení a problémov so srdcom patrí Slovensko na popredné priečky v Európe. Hypertenziou trpí veľké množstvo ľudí, pričom podľa štatistik polovica z nich netuší o tomto závažnom probléme, ktorý vedie k rozvoju ďalších ochorení.

Cieľom partnerskej spolupráce medzi spoločnosťami DNA ERA a OMRON je prevencia v oblasti poznania svojich genetických predispozícií a pravidelného merania krvného tlaku pomocou certifikovaných zdravotníckych pomôcok.

Hypertenzia, tichý zabijak

1,5 milióna Odhaduje sa, že na Slovensku trpí hypertenziou okolo 1,5 milióna ľudí.

46 % Ľudí s hypertenziou netuší, že ju má.

Medzi významné rizikové faktory pre vznik hypertenzie

patrí genetika, ktorá ovplyvňuje schopnosť tela regulovať krvný tlak alebo reagovať na nadmerný príjem soli. Vysoký krvný tlak môže byť spúšťačom ďalších geneticky podmienených srdcovo-cievnych ochorení, o ktorých sa ľudia častokrát dozvedia až pri ich nástupe. Hypertenziu delíme na 2 základné skupiny:

Esenciálna hypertenzia je komplikovaný stav vznikajúci na podklade mnohých faktorov, z ktorých nie všetky sú jasne definované a opísané. Systémy regulácie krvného tlaku sú výrazne ovplyvňované genetickými predispozíciami, vekom, pohlavím, životným štýlom a stravovaním jednotlivca. Dôležitými rizikovými faktormi vzniku hypertenzie sú nadváha až obezita, stres, fajčenie, poruchy metabolizmu tukov alebo zle kompenzovaná cukrovka.

Sekundárna hypertenzia vzniká na podklade jasne definovateľnej poruchy regulácie krvného tlaku. Medzi príčiny vzniku patria závažné poruchy obličiek a orgánov produkujúcich hormóny, poprípade niektoré typy nádorových ochorení. Liečba tohto typu hypertenzie je cieleňá na konkrétnu príčinu. Tvorí iba malú skupinu hypertenzií.

Výsledky analýzy vždy poruke



OBJAVTE OMRON M2

**pomôžte pacientom jednoducho a presne
rozpoznať riziko v pohodlí domova**



DNAERA

Balenie obsahuje
50€ poukážku
na nákup DNA testu

Viac informácií
v príbalovom letáku

50€ zľavu na zdravotný DNA Health test nájdete v každom akčnom balení tlakomeru OMRON s modrou nálepkou DNA ERA.

obsah

- 4 MENÍ SA DUCH DOBY – TREBA HO ZACHYTIŤ**
„Len tvorbou nových inovatívnych postupov sa môže lekárstvo udržať na pulze dňa,“ píše vo svojom úvodnom slove PharmDr. Ján Holec.
- 7 HĽADANIE DUŠE**
MED-ART vytvára trvalé hodnoty, a to vo svojom poslaní distribútora liekov, ale aj duchovné hodnoty, ktoré sú základom pre vznik vnútornej kultúry človeka.
- 8 VEĽKÉ VECI VZNIKAJÚ Z MALIČKOSTÍ**
Filozofiou MED-ART-u je pomáhať. Aj tento rok sme sa zapojili do týždňa dobrovoľníctva a pomohli pri záchranných projektoch historických pamiatok.
- 10 MED-EXPO 2022 A IX. ZOBORSKÉ LEKÁRNICKÉ DNI**
Facelift farmácie, alebo nová generácia farmaceutov? Odpoveď na otázku sme hľadali aj na najväčšom farmaceutickom veľtrhu na Slovensku a kongrese lekárnikov v Nitre.
- 14 XXX. KONGRES NEMOCNIČNÉHO LEKÁRENSTVA**
Nosnou témou tohtoročného kongresu bola „Farmaceutická starostlivosť pre vybrané skupiny pacientov“.
- 16 DEMOKRACIA JE SYSTÉM, NIE NÁHODA**
Príhovor prezidenta Slovenskej lekárskej komory k zvoleným i nezvoleným kandidátom do orgánov stavovskej samosprávy v novembrových voľbách.
- 18 PROFESIA FARMACEUT**
Aké je postavenie farmaceutov na pracovnom trhu, sme rozoberali v rozhovore s PR manažérkou a hovorkyňou spoločnosti Profesia Nikolou Richterovou.
- 21 PROBLEMATIKA OBALOVEJ LEGISLATÍVY A ZÁKONA O ODPADOCH V PRAXI**
Prehľad aktuálnych zmien európskej a slovenskej legislatívy výživových doplnkov odznel na workshope České a slovenské asociácie pro speciální potraviny v Kongresovom centre MED-ART v Nitre.
- 22 VEREJNÉ OBSTARÁVANIE LIEKOV A ZDRAVOTNÍCKYCH POMÔCOK**
Pilotný projekt „Centrálneho obstarávania“ z dielne Ministerstva zdravotníctva SR a jeho možné výhody či nevýhody.
- 24 MERANIE TEPLoty BEZ STAROSTÍ**
NRSYS ponúka riešenie na automatické monitorovanie teploty a vlhkosti priestorov lekárne.
- 28 PODPORA PRI ANTIBIOTICKEJ LIEČBE**
Poradíme možnosti asistovaného samoliečenia a doplnkovej starostlivosti v lekárni.
- 32 ĽUDSKÝ MIKROBIÓM. AKO FUNGUJE?**
Po celý život pomáhame formovať naše vlastné mikrobiómy. Prinášame pohľad na črevný mikrobióm a pochopenie súhry medzi mikróbmi a liekmi.
- 34 BÚŠENIE SRDCA – TYPICKÝ SYMPTÓM KLIMAKTÉRIA U ŽIEN**
Rady ako pomáhať ženám, aby mali búšenie srdca hlavne v období klimaktéria pod kontrolou.
- 36 MINIŠKOLA VETERINY**
Expedíciu a poradenstvo v lekárni v oblasti veterinárnej farmakológie pre chovateľov psov vám môže uľahčiť Veterinárny poradca pre farmaceutov. Hľadajte na www.somfarmaceut.sk
- 38 PHOVIA® – NOVINKA V DERMATOLÓGII U PSOV A MAČIEK**
Kožné ochorenia u psov a mačiek môže byť veľkou záťažou. Zaregistrovaná veterinárna technická pomôcka Phovia® je novou inovatívnou možnosťou liečby.

Vydavateľ/redakcia: MED-ART, spol. s r. o., Hornočermánska 4, 949 01 Nitra, **e-mail:** sekretariat@med-art.sk, **tel.:** 037/77 53 702. **Časopis MEDIUM je vydávaný za aktívnej pomoci vedenia spoločnosti MED-ART, spol. s r. o.:** PharmDr. Ján Holec, Mgr. Hilda Némethová, Ing. Jana Machalová, Ing. Peter Brandl, PharmDr. Marek Molitoris. **Redakcia: šéfredaktorka:** Beáta Račeková. **redakčná rada:** PharmDr. Petra Haár Némethová, Ing. Zlatica Látečková, PhDr. Katarína Felix, Ing. Monika Maradásová, Alexandra Dundová, DiS.art. **Vizuálna koncepcia a layout:** B DESIGN, s. r. o. **Distribúcia:** prostredníctvom obchodných zástupcov, vodičov a poštových zásielok zabezpečuje MED-ART, spol. s r. o.

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.

Mení sa duch doby – treba ho zachytiť

Keď píšem tento úvodník, je 17. november 2022. Spomínam na časy, kedy padla opona socialistického zriadenia Československej republiky. Aj my sme sa tešili, že budeme môcť ako lekárnici prevádzkovať svoje vlastné súkromné lekárne. Vtedy sme si na námestiach slúbili, čo neskôr naspieval po nežnej revolúcii Ivan Hoffman. Okolo nás boli nomenklatúrne kádre, ktoré nám za socializmu zamedzovali robiť si atestácie a odborne rásť. Vtedy na námestiach sme si slúbili lásku, slúbili vravieť pravdu len, slúbili sme si vydržať a postupne vytvárať nový „deň“. A ako ďalej vravia slová piesne Ivana Hoffmana, zobudili sme sa vtedy zo zlého sna. Mali sme v skutku prázdne ruky. Nevedeli sme nič o podnikaní v lekárňach. Pred 33 rokmi sme spolu tvorili nové zákony v zdravotníctve a formovali stavovské komory.



Odvtedy prešli už roky a zdá sa, že sa znova dostávame v zdravotníctve do doby, kedy budeme vystierať prázdne ruky. Preto naozaj všetci zdravotníci, vrátane nás lekárníkov, podajme si ruky. Veď strachu už bolo dosť. Budúcnosť zdravotníctva je v našich rukách. Kultúra a plnosť celého zdravotníctva spočíva v starostlivosti o harmóniu človeka.

Veľkú nádej mi dávajú práve schválené štandardy pre výkon prevencie kardiovaskulárnych ochorení v podmienkach verejných lekární. Toto považujem za obrovský krok v predprimárnej zdravotníckej starostlivosti vykonávanej v lekárňach. Aj my farmaceuti, ktorí vidíme, že dozrela plnosť časov, sa už osem rokov snažíme ukazovať klinický smer v projekte Medifo – lekárenská ambulancia. Len tvorbou nových inovatívnych postupov sa môže lekárenstvo udržať na pulze dňa. Lekárenstvo 21. storočia sa musí prebudiť z letargie len z expedičnej a poradenskej činnosti pri täre v lekárni. Musíme ako lekárnici myslieť po novom a nezaspať na vavrínoch rutínnej expedície. Preventívne výkony v lekárňach sa nutne musia zavádzať do medicínskej praxe. Zapájanie hlavne mladých farmaceutov do prevencie ochorení dnes už vo svete nie je žiadna novinka. Dnešný mladý farmaceut sa značne odkláňa od tradičného lekárenstva. Aj preto náš projekt Medifo roky poukazuje na celostný a konziliárny prístup k pacientovi za prítomnosti viacerých odborníkov – farmaceutov, ako i lekárov (viac na stránke www.medifo.sk).

Mení sa duch doby – treba ho zachytiť, spozorovať a zamyslieť sa nad ním. Vzájomná podpora farmaceutov a lekárov je kľúčová pri znižovaní rizika ochorenia. Predpokladom pre úspešnosť nášho zatiaľ nadčasového projektu budúcnosti je schopnosť lekárníkov klinicky sa dozvedať, počúvať pacienta, poradiť mu a zorientovať ho v obrovskej spleti informácií. Náš projekt je v skutku znamením modernej doby ako kreatívne podnikanie v tak špecifickom povolání, ako je lekárník a jeho lekáreň. My lekárnici sme vyštudovali fakultu, ktorá nás naučila vidieť veci celostne, ekologicky a intuitívne, a tak máme predpoklady spolu vytvárať harmóniu zdravia pacienta. Práve lekárnici sú povolání vytvárať harmóniu medzi zdravím a prírodou, a tak pripravovať predpoklady návratu k prírode. Naše lekárne nesmú prestať mať sortiment prírodného a prírodného charakteru. Toto je ozajstná kultúra komplexnej starostlivosti, ktorú pacient môže dostať len v lekárni.

”

Musíme ako lekárnici myslieť po novom a nezaspať na vavrínoch rutínnej expedície.

Dnešný svet je nesmierne globalizovaný a poprepájaný. Je konfrontovaný s rôznymi kultúrami a rôznymi liečebnými postupmi a často i rôznymi „šarlatánskymi“ metódami, v ktorých sa dá zachytiť i konzumizmus a bezcitnosť voči chorému. My farmaceuti musíme zostať na druhej strane. Tou stranou je strana starostlivosti.

Prajem vám, milí čitatelia, pred nadchádzajúcimi Vianocami a aj v novom roku 2023, aby prioritou lekární

zostala kultúra starostlivosti vo všetkých malých i veľkých činoch, ktoré denne konáte v lekárňach. Nezabudnite nikdy na rolu farmaceuta ako odborníka na lieko-liečebné poradenstvo.

Ján Holec

Vivat Alma Mater!

7. dekáda Farmaceutickej Fakulty Univerzity Komenského

18. októbra 2022 sa pod záštitou Ministerstva zdravotníctva SR uskutočnilo Slávnostné zasadnutie vedeckej rady a akademického senátu pri príležitosti 70. výročia založenia Farmaceutickej fakulty UK.

„Budovanie kvalitnej a sebavedomej farmaceutickej fakulty je nevyhnutnou podmienkou ku kvalitnej a sebavedomej farmácii. Sme si vedomí svojho unikátneho postavenia, v rámci farmácie aj slovenského vysokého školstva, a aj toho, aké náročné je udržať si svoje postavenie s víziou presadiť sa v medzinárodnej konkurencii. Rád by som týmito riadkami vzdal úctu a vyjadril poďakovanie všetkým, ktorí sa svojím každodenným úsilím a nezlomnosťou zaslúžili a stále zaslужujú o súčasné výnimočné postavenie fakulty,“ píše Ján Klimas vo svojom Úvodnom slove dekana v jubilejnom roku FaF UK v Bratislave a pokračuje: *„Nám, súčasníkom, prajem, aby sme si vzali dobré príklady z uplynulých 70 rokov a posunuli našu fakultu v nasledujúcom desaťročí opäť o kus ďalej.“*

Slávnostné zasadnutie vedeckej rady a akademického senátu pri príležitosti 70. výročia založenia Farmaceutickej fakulty UK sa uskutočnilo v Aule UK. Súčasťou programu bolo odovzdávanie pamätných medailí. Jednu z nich si prevzal aj zakladateľ našej spoločnosti MED-ART PharmDr. Ján Holec.

Pán Doktor, ako ho my v MED-ART-e familiárne voláme, je farmaceutom, ktorý svoje poslanie žije a naplňa každý deň. Je príkladom, inovátorom, dovoľm si povedať, aj reformátorom slovenskej farmácie, veď stál pri jej vzniku, rozkvetu, ale aj ťažkých časoch od začiatku.

Je nám cťou, že dekan Farmaceutickej fakulty UK, prof. PharmDr. Ján Klimas, PhD., MPH, touto medailou ocenil dlhoročnú spoluprácu a prínos pána Doktora Holeca, či už jeho prácou, publikáciami, alebo prostredníctvom spoločnosti MED-ART.

Vivat academia, Vivant professores, Vivat membrum quod libet, Vivant membra quae libet; Semper sint in flore.

Text: PharmDr. Petra Haár Némethová, marketing MED-ART



Hľadanie duše

*Nekonečné rady
nahých duší
sálajú bytím
vo vetre ...
... a každá z nich
ticho tuší,
že Iný je
a všetci niekde sme!*

Native Art

Hľadanie duše

V mesiaci september 2022 v Katedrále – Bazilike sv. Emeráma na Nitrianskom hrade bola inštalovaná a sprístupnená výstava pod názvom Radoslav Gazdík – človek, kňaz, fotograf, básnik. Svoju umeleckú tvorbu autor viackrát priniesol pred oči verejnosti aj v spolupráci so spoločnosťou MED-ART.

„Príležitosť dotýkať sa toho, čo je pekné, je stále okolo nás, možno i na obraz,“ sú slová z pamätnej kroniky MED-ART-u, ktoré v nej zanechal Radoslav Gazdík. Možno sa niektorí ešte pamätáte na jeho výstavy fotografií a poézie v našich firemných priestoroch v rokoch 2006 – 2009.

Človek, kňaz, fotograf, básnik, priateľ MED-ART-u, po ťažkej chorobe vo veku 49 rokov odišiel na večnosť. Jeho dielo však vďaka rodine a priateľom zostáva stále živé. Dôkazom je i prvá z ďalších pripravovaných výstav fotografií, ktorá bola otvorená v Nitre, v meste a na mieste, kde bol vysvätený za kňaza. *„Okno fotoaparátu je okom samotného fotografa, ktorý akoby nám chcel niečo ukázať alebo odkázať. Odkazuje nám, že treba byť pokorný pred svetom, ktorý nám Pán Boh daroval, treba sa k nemu správať veľmi citlivo a vážiť si všetko to, čo nám nielen v tej božej prírode odkazuje a zanecháva,“* uviedol na adresu autora kurátor výstavy RNDr. Peter Jurkovič.

Mal rád jednoduchosť a prirodzenosť, schopnosť vnímať maličkosti, krásu prírody. Smial sa, keď sa podkýnal v teréne. Hovoril, že nemá čas sa dívať pod nohy, keď chce vidieť prírodu okolo seba. Díval sa s pokorou a s otvoreným srdcom.

„Radko nežil individualistický spôsob života, ale svojimi dielami sa delil o všetko, čo cítil, prežíval a videl ako potrebné. Vytváral priestor s hodnotami. Cez svoje verše prinášal duchovnú kultúru aj pre ďalšie generácie. Bol pre mňa inšpirujúcim človekom,“ vyznal sa vo svojom príhovore na vernisáži generálny riaditeľ MED-ART-u PharmDr. Ján Holec. MED-ART vytvára trvalé hodnoty. Nielen vo svojom poslaní distribútora v zabezpečovaní dostupnosti liekov pre slovenského pacienta, ale aj duchovné hodnoty, ktoré sú základom pre vznik vnútornej kultúry človeka. MED-ART bol pri zrode a vydaní jeho knižných zbierok fotografií a poézie Pulzujúce ticho (2006), Kovanie bytia (2008) a aj ako jeden z mnohých vystavovateľov svojich diel v MED-ART-e svoje umelecké čítanie prezentoval v knihe Dotyky umenia (2009).



Pri príležitosti nedožitých 50-tich rokov bolo s podporou MED-ART-u vydané jeho celoživotné dielo Radoslav Gazdík NATIVE ART, ktoré je zbierkou jeho fotografií a básní, ale aj spomienok ľudí, ktorých počas svojho života svojím človečenstvom oslovil a motivoval. *„Objaviť cestu, ako sa priblížiť k tomu, čo nás obklopuje, je stále prítomná výzva. Možno jedným cvaknutím zastavíme, čo neustále odchádza,“* jedno z vyjadrení Radoslava Gazdíka na výstavách v MED-ART-e.

Text: Beáta Račeková, riaditeľstvo MED-ART

Veľké veci vznikajú z maličkostí

Život človeka a celá jeho ľudská činnosť je tvorbou hodnôt, a zároveň aj ich ochranou či úsilím o ich udržanie a rozvíjanie. V MED-ART-e sa snažíme inšpirovať hodnotami nášho patróna svätca sv. Medarda. Ľudskosť, empatia, úcta a ochota pomáhať sú hodnoty, ktorými sa nielen inšpirujeme, ale aj nimi žijeme. Dôkazom je i tohtoročné opätovné zapojenie sa do týždňa dobrovoľníctva, ktoré na Slovensku prebieha počas mesiaca september.



PODPORILI SME AKTIVITY OZ LEUSTACH

Tento rok si závod v Nitre vybral v rámci Dňa dobrovoľníctva občianske združenie Leustach – združenie na záchranu stredovekého architektonického dedičstva Nitrianskeho kraja. Manželia Blahoví, obaja pedagógovia, sa spolu so svojimi žiakmi z Nitry a okolia pred 18 rokmi rozhodli, že sa nebudú ďalej pozerať, ako chátra hrad Hrušov, a vzali si túto pamiatku pod svoj patronát.

Zo začiatku bolo ich cieľom esteticky zveľadiť areál hradu. Neskôr projekt prerástol do dlhoročnej postupnej rekonštrukcie a obnovy hradu spojenej s jeho prezentáciou. Postupne sa k dobrovoľníkom pridali ďalší žiaci a ich rodiny či priatelia a skauti z okolia. OZ Leustach funguje na báze dobrovoľníctva vo voľnom čase.

Dnes už spolupracujú s odborníkmi, ako sú reštaurátori, iní remeselníci a pracovníci architektonického výskumu. Manželia sa pri svojej práci inšpirujú aj návštevou iných hradov. Združenie je členom skupiny Zachráňme hrady.



Na hrade Hrušov prebiehajú väčšinu roka rekonštrukčné práce a architektonicko-historické a archeologické výskumy. Napriek tomu je areál verejnosti prístupný, a dokonca sú pre návštevníkov organizované rôzne akcie. Súčasťou hradného areálu sú aj informačné tabule rozmiestnené po celom hrade, kde si návštevníci môžu prečítať o jeho histórii a pozrieť obrázky, ako kedysi vyzeral. OZ Leustach skrášlilo aj okolie hradu, postavilo altánok či rôzne vzdelávacie herné prvky.

Nitrianski kolegovia, ktorým je téma dobrovoľníctva blízka, sa na hrade Hrušov stretli tretiu

septembrovú sobotu. Okrem pekného výletu v prírode Tribečského pohoria sme aj my svojou prácou prispeli k záchrane a obnove tohto hradu. Triedenie skál a kameňov a následné prevážanie vo fúrikoch a vedrách na jednotlivé podlažia hradu nám dali zabráť, no dobrý pocit z nezištnej pomoci a vzájomne strávený čas s kolegami a ich rodinami aj mimo pracoviska nás udržiavali vo veselej nálade. Silu pre náročný fyzický výkon sme si doplnili opekačkou v podhradí, ktorú uvítali hlavne deti. Príjemne strávený deň sme ukončili prehliadkou hradu so zaujímavým výkladom histórie v podaní Jozefa Blahu, vedúceho OZ Leustach.

POMOHLI SME OZ HRADBA ŠARIŠ

Deň dobrovoľníctva sa podarilo zorganizovať aj na závode Prešov. Cieľom našej pomoci bolo Občianske združenie Hradba Šariš, ktoré v spolupráci s mestom Veľký Šariš už vyše dve desaťročia obnovujú a konzervujú hrad Šariš. Pri organizácii dňa nám bol nápomocný kastelán hradu Ladislav Babuščák a pani Runa Tkáčiková ako členka združenia OZ Hradba Šariš. Pani Tkáčiková tiež aj ako sprievodkyňa na hrade spoluorganizuje rôzne akcie na podporu hradu Šariš a aj takýmto spôsobom prispieva k zbieraniu financií na jeho opravu.

Hrad patrí do extravilánu mesta Veľký Šariš. Mnohí zo zamestnancov ho poznajú ako atraktívnu turistickú lokalitu, ktorá sa v poslednom období začala viac obnovovať, a tak aj viac dostávať do povedomia ľudí. Hrad bol postavený v polovici 13. storočia na podnet kráľa Bela IV. a stal sa vojenským a administratívnym centrom. V roku 1687 ho zničil požiar.

V tomto roku sme sa k dobrovoľníkom, ktorí hrad Šariš obnovujú, pridali spolu s rodinami aj my. Rozdelili sme sa do dvoch pracovných skupín – na dospelých a mládež. Mladší pomocníci mali za úlohu ponatierať pódium, drevené konštrukcie na odpadkové koše, oplotenie. Dospelí sa snažili vyhrabať lístie a svojpomocne z prinesených kameňov postaviť múrik, ktorý má poslúžiť ako spevnenie terénu. Poobede, po zážitkovom občerstvení v lone prírody, sme uvítali prehliadku hradných objektov a exteriéru, ktorou nás s podrobným komentárom prevádzala pani Tkáčiková.

Filozofiou MED-ART-u je pomáhať. Sme radi, že sme mohli opäť podať pomocnú ruku a byť súčasťou pekných záchranných projektov. Dobrovoľníci sú ľudia s veľkým srdcom, ktorí neváhajú pomôcť všade tam, kde ich potrebujú. Sú to práve oni, vďaka komu sa nám darí robiť veľké veci. Sme vďační, že sa medzi nami nájde stále veľa kolegov, ktorí sa rozhodnú pre túto nezištnú, no zároveň úžasnú životnú cestu, akou dobrovoľníctvo bezpochyby je.

Text: Ing. Monika Madarászová, marketing MED-ART



”

DOBROVOĽNÍCI SÚ ĽUDIA S VEĽKÝM SRDCOM, KTORÍ NEVÁHAJÚ POMÔCŤ VŠADE TAM, KDE ICH POTREBUJÚ. SÚ TO PRÁVE ONI, VĎAKA KOMU SA NÁM DARÍ ROBIŤ VEĽKÉ VECI.





Facelift farmácie, alebo nová generácia farmaceutov?

MED-EXPO 2022

a IX. Zoborské lekárnické dni

V sobotu 10. septembra 2022 sa v Nitre na Výstavisku Agrokomplex konali IX. Zoborské lekárnické dni a najväčší slovenský farmaceutický veľtrh MED-EXPO. Zároveň prebiehalo XXIX. Sympóziu klinickej farmácie Lívie Magulovej. Ďakujeme všetkým zúčastneným za úžasnú atmosféru na podujatí, poďme si udalosť ešte raz priblížiť.



MED-EXPO A IX. ZOBORSKÉ LEKÁRNICKÉ DNI V ČÍSLACH:

- 509 účastníkov (farmaceutov a laborantov, vystavovateľov, prednášajúcich),
- 8 kreditov v SLeK a SKMTP,
- 53 vystavovateľov,
- 18 prednášajúcich a 7 účastníkov živých podcastov,
- 1 mini street food.

Odbornú časť IX. Zoborských lekárnických dní otvorili **PharmDr. Michal Holec** a **Mgr. Róbert Ďuriš**. V prednáške sa následne venovali stúpajúcim nákladom v lekárňach v roku 2022 a poskytli rady, ako sa s nimi vysporiadať. Popísali systém tvorby OTC, priblížili možnosti a formy akcií, ktoré

poskytujú výrobcovia, a popísali ich vplyv na tvorbu skladových zásob lekárne. Na konkrétnych príkladoch demonštrovali možnosti využitia týchto akcií na zlepšenie ekonomických parametrov lekárne – maržu a ziskovosť.

Tému „Funkčné poruchy trávenia a možnosti liečby“ priblížila účastníkom **PharmDr. Dana Pavelová**, ktorá odprezentovala aj výsledky multicentrickej observačnej štúdie robenej na úrovni lekární, do ktorej boli zaradení pacienti s dyspeptickými ťažkosťami.

Aká je úloha systémovej a topickej liečby hemoroidálneho ochorenia? Na túto otázku a mnohé iné dal farmaceutom a laborantom odpoveď **MUDr. Jozef Klucho**. O zápche z pohľadu etiológie a terapeutických možnostiach v rámci samoliečby hovoril **Mgr. Peter Klembala**. **Ing. Peter Socha, PhD.**, a **Peter Šulák** prezradili viac o výrobe kvalitných vitamínov, popísali výrobné a výskumné procesy vo výrobní firme európskeho dodávateľa vitamínov a priblížili aj proces zabezpečenia kvality či kontrolu kvality.

Roman Vall hovoril o hľadaní nových ciest v boji s infekciami a **MUDr. Zuzana Podmanická** o chrípke. Prínos a využitie suchého extraktu z brečtanových listov v rámci farmakoterapie pri akútnych zápaloch dýchacích ciest sprevádzaných kašľom a symptomatickej liečbe chronických bronchitíd odprednášal **Mgr. Peter Klembala**. **PharmDr. Katarína Sidorová** rozprávala o podpore protiinfekčnej imunity, **Ing. Kateřina Škachová** o sliznom filme a vplyve lipidovej vrstvy, **PharmDr. Karol Poloni** o fytoterapii v liečbe LUTS/BPH/OAB z pohľadu mužského zdravia. Doobedný blok ukončil **PharmDr. Tomáš Srnka** s prednáškou „Podvýživa súvisiaca s ochorením“, ktorou trpí každý tretí senior, každý štvrtý hospitalizovaný a 60 % onkologických pacientov. Naznačil dôležitosť včasnej diagnostiky podvýživy a jej riešenie, ktoré predstavuje enterálna výživa.



MED-ART

MED EXPO NITRA 2022 | Slovenský farmaceutický veľtrh s medzinárodnou účasťou

a IX. Zoborské lekárnické dni
10. september 2022, Výstavisko Agrokomplex Nitra



Po obede sme začali prednáškou o udržateľnosti prevádzkovania lekárne v súčasných podmienkach od **Ing. Jozefa Fiebiga**, nasledovala prednáška **Mgr. Martiny Šímovej** o prehľade európskej legislatívy pre doplnky výživy, **MUDr. Igor Šulc** priblížil efektívnu liečbu porúch hlasu a **MUDr. Pavol Anđel** problematiku výberu elektrických kefiek.

Súčasťou odborného programu boli aj živé podcasty na tému „Facelift farmácie, alebo nová generácia farmaceutov?“. Moderoval ich prezident Slovenskej lekárskej komory **PharmDr. Ondrej Sukel**. Živé podcasty vyšli exkluzívne ako Piatkové podcasty a sú zverejnené na www.somfarmaceut.sk.

4 PIATKOVÉ PODCASTY, KTORÉ NÁJDETE NA STRÁNKE WWW.SOMFARMACEUT.SK:

I. OČKOVANIE V LEKÁRNI. JE TO TU.

Prezentácia uskutočnených krokov smerujúcich k zaradeniu očkovania k štandardným pracovným činnostiam farmaceutov a tiež diskusia o možných rizikách, obavách, výhradách kolegov.

Diskutujúci: **PharmDr. Miroslava Snopková, PhD.**

II. MODERNÁ INDIVIDUÁLNA PRÍPRAVA LIEKOV. HODNOTA ZA PENIAZE?

Identifikácia miesta IPL v modernej farmakoterapii a nastolenie otázky jej kvality, rozsahu a všeobecnej potreby.

Diskutujúci: **PharmDr. Hajnalka Komjáthy, PhD.**

III. LEKÁRNIK AKO DIAGNOSTIK. MÁME NA TO?

Mnohé lekárne už v súčasnosti ponúkajú variabilný rozsah, či už asistencie pri selfdiagnostike, alebo priamo realizáciu rôznych vyšetrení a stanovenia rôznych biochemických parametrov. Tieto činnosti nie sú hradené z verejných zdrojov. Existuje spoločenská objednávka na výrazné rozširovanie týchto služieb?

Diskutujúci: **PharmDr. Ladislav Pôčik** a **PharmDr. Milota Beslerová**.

IV. VZDELANIE AKO KONKURENČNÁ VÝHODA. NAOZAJ?

Diskusia farmaceutov dvoch generácií, z ktorých jeden je aktuálne priamo zodpovedný za formovanie novej generácie farmaceutov a druhý má dlhoročné skúsenosti s prácou na rôznych typoch pracovísk, na ktorých uplatnil svoje školou získané vedomosti.

Diskutujúci: **prof. PharmDr. Ján Klimas, PhD., MPH** a **PharmDr. Vasil Šatník, PhD.**

Odbornú časť IX. Zoborských lekárskeho dní ukončila prednáška Biologické lieky v profylaxii migrény od **PharmDr. Lucie Čeruškovéj, CSc.**

XXIX. SYMPÓZIUM KLINICKEJ FARMÁCIE

Súčasne prebiehalo XXIX. Sympóziu klinickej farmácie Lívie Magulovej na tému „Profylaxia a liečba



infekčných ochorení z pohľadu (nielen) klinického farmaceuta“, ktoré usporadúvala Sekcia klinickej farmácie Slovenskej farmaceutickej spoločnosti, o. z. Slovenskej lekárskej spoločnosti a Slovenská zdravotnícka univerzita Bratislava. Po otvorení **PharmDr. Annou Oleárovou, PhD., MPH** a **PharmDr. Máriou Göböovou, PhD.**, si mali poslucháči možnosť vypočuť zaujímavé témy a výsledky aktuálnych výskumov.

Okrem odborného programu mohli účastníci navštíviť 53 vystavovateľov v rámci veľtrhu MED-EXPO, pochutiť si na bryndzových haluškách, quesadille či bezlaktózovom kari s tofu a jazmínovou ryžou na našom mini street foode, namiešať si vlastný čaj SUPER DEŇ či ČAROVNÁ ENERGIA v stánku MED-ART, navštíviť Kaviareň Som farmaceut a dať si skvelú kávu a pečený nanuk, vybaviť si potrebné náležitosti v Mobilnom sekretariáte SLeK či zúčastniť sa workshopu „Dentálna hygiena“.

Už teraz sa tešíme na ďalší ročník, ktorý sa uskutoční 9. 9. 2023 opäť na Výstavisku Agrokomplex v Nitre!

Text: PhDr. Katarína Felix, marketing MED-ART

XXX. KONGRES NEMOCNIČNÉHO LEKÁRENSTVA

Účinnosť a bezpečnosť farmakoterapie sú našou prioritou



Kongres nemocničných lekárníkov patrí k najvýznamnejším vzdelávacím podujatiam organizovaných pre farmaceutov na Slovensku a okrem vzdelávacích aktivít poskytuje možnosť participácie na tvorbe dokumentov, ktoré sú slovenským nemocničným farmaceutom sprostredkované Európskou asociáciou nemocničných lekárníkov (EAHP). O významnosti tohto podujatia svedčí aj to, že záštitu nad kongresom prevzala prezidentka Slovenskej republiky pani Zuzana Čaputová.

Svet okolo nás sa neustále mení a my sa mu musíme prispôbiť. Pandémia bola nemilým prekvapením, priniesla so sebou množstvo komplikácií a prinútila nás urobiť veľa zmien v činnostiach, ktoré sme považovali za tradičné a nemenné. Museli sme sa zastaviť, naučiť fungovať celkom iným spôsobom. Preto aj Sekcia nemocničných lekárníkov Slovenskej lekárskej komory pri organizovaní jubilejného XXX. ročníka musela počítat s eventualitou obmedzení Úradu verejného zdravotníctva, ktoré by im neumožnili zorganizovať podujatie prezenčnou formou. V takomto prípade mali organizátori pripravenú alternatívu v podobe dištančnej formy kongresu. Prezentácie či prednášky partnerov podujatia by presunuli do virtuálneho priestoru. Našťastie, nebolo nutné použiť tento variant a akciu sa podarilo zrealizovať prezenčnou formou. Konala sa v dňoch 13. 10. – 14. 10. 2022 v Bratislave, prvýkrát v priestoroch Hotela Falkensteiner, kde bola väčšina účastníkov zároveň aj ubytovaná.

FARMACEUTICKÁ STAROSTLIVOSŤ PRE VYBRANÉ SKUPINY PACIENTOV

Nosnou témou tohtoročného kongresu bola „Farmaceutická starostlivosť pre vybrané skupiny pacientov“. Ako uviedla predsedníčka sekcie nemocničného lekárenstva PharmDr. Ľubica Slimáková, MPH, v predslove zborníka abstraktov: „Výber témy nie je náhodný. Povinnosťou nemocničných farmaceutov je poskytovať pacientom čo najlepšiu možnú

farmaceutickú starostlivosť. Tieto bezprecedentné časy ukázali, že nemocniční farmaceuti sa vedia proaktívne prispôbiť rýchlym zmenám tak, aby mohli naplniť aktuálne potreby a záujmy všetkých skupín pacientov. Účinnosť a bezpečnosť farmakoterapie sú navždy našou prioritou.“

Po slávnostnom otvorení odbornú časť programu zahájil prezident EAHP, Dr. András Süle, MD, PhD., DSc., prednáškou s názvom „Proceedings of the Pharmaceutical Care Concept – How the COVID-19 pandemic has affected the frontlines roles of pharmacy“. Po ňom predstavil svoju víziu a stratégiu na roky 2022 až 2025 Štátny ústav pre kontrolu liečiv a prvý blok prednášok uzavrel prezident Slovenskej lekárskej komory PharmDr. Ondrej Sukeľ prednáškou, v ktorej rozobral nové modely farmaceutickej starostlivosti.

V ďalších blokoch nasledovali rôzne zaujímavé prednášky domácich aj zahraničných účastníkov, ktorí prišli z Bruselu, Prahy, Hradca Králové či Zürichu. Do odborného programu boli zapojené nielen nemocničné lekáreň, ale aj univerzity, výskumné a odborné pracoviská, distribučné spoločnosti a iné inštitúcie. Množstvo prednášok a prísne vymedzený časový priestor neumožňoval širokú diskusiu, o to viac si to vynahradzovali zúčastnení v kuloároch počas prestávok. Súčasťou kongresu boli aj posterové prezentácie a paralelné workshopy, napríklad „Perimenopauza v kocke“. Na tomto podujatí zároveň prebehla aj voľba predsedu a podpredsedu Sekcie nemocničných lekární Slovenskej lekárskej komory. Prvý deň kongresu ukončil spoločenský večer pre všetkých zúčastnených, ktorý sa konal v netradičných priestoroch Rivers Club, čo je loď ukotvená na pravom brehu Dunaja, neďaleko hotela, v ktorom sa konal kongres. Uvoľnená atmosféra, priateľské rozhovory či nádherný výhľad na Bratislavský hrad týčiaci sa nad riekou boli príjemným zakončením náročného štvrtka.

Druhý deň pokračoval ďalším odborným programom, ktorý bol ukončený zábavným kvízom, kde si mohli účastníci otestovať nielen svoje znalosti, ale aj pamäť, a následným záverečným slovom novozvolenej predsedníčky Sekcie NL SLeK, PharmDr. Ľubice Slimákovovej.

VEREJNÉ OBSTARÁVANIE – EFEKTÍVNY EKONOMICKÝ NÁSTROJ ALEBO NOČNÁ MORA NEMOCNIČNÉHO LEKÁRNÍKA?

Kongresu nemocničných lekárníkov sa zúčastnila aj tento rok spoločnosť MED-ART. Nielen ako vystavovateľ, ale aj aktívne s prednáškou autorov Ing. Dušana Koprdu a Ing. Mikuláša Dundu, MPH, s názvom „Verejné obstarávanie – efektívny ekonomický nástroj alebo nočná mora nemocničného lekárníka?“. Autori v nej prvý deň kongresu v III. bloku prednášok, ktorému predsedal PharmDr. Vasil Šatník



„Tieto bezprecedentné časy ukázali, že nemocniční farmaceuti sa vedia proaktívne prispôbiť rýchlym zmenám tak, aby mohli naplniť aktuálne potreby a záujmy všetkých skupín pacientov.“

*PharmDr. Ľubica Slimáková,
novozvolená predsedníčka Sekcie NL SLeK*

a PharmDr. Boris Dudík, rozobrali najpálčivejšie problémy, s ktorými sa väčšina nemocničných lekárníkov stretáva pri nákupe liekov a zdravotníckych pomôcok prostredníctvom verejného obstarávania, ktorého realizácia je v zmysle legislatívy pre väčšinu nemocničných lekární povinná. Okrem analyzovania najčastejších komplikácií, ktoré sa v procese verejného obstarávania vyskytujú, autori predstavili aj riešenia, ktoré súčasná legislatíva, resp. jej zmeny umožňujú. V prednáške bola zároveň aj analýza výhod a rizík, ktoré predstavuje proces „Centrálneho obstarávania liekov a zdravotníckych pomôcok“, ktorý pripravuje Ministerstvo zdravotníctva SR. O aktuálnosti témy svedčí aj množstvo otázok, ktoré nemocniční lekárníci adresovali po prednáške jej autorom pri vystavovateľskom stánku spoločnosti MED-ART.

Kvôli značnému záujmu uverejňujeme predmetnú prednášku na inom mieste tohto čísla časopisu.

Na základe reakcií drvivej väčšiny účastníkov môžeme konštatovať, že XXX. kongres nemocničných lekárníkov mal medzi poslucháčmi aj aktívnymi participantmi úspech. Takéto aktivity spájajú lekárske komunity, odborne ju posúvajú ďalej, dávajú priestor inováciám a sú kľúčové pre pokrok. Jubilejný ročník bol bohatý na hodnotné vstupy s kvalitným obsahom, preto sa už tešíme na XXXI. ročník.

Text: Alexandra Dundová, DiS.art, externý redaktor

Demokracia je systém, nie náhoda

Slovenská lekárska komora je od čias svojho vzniku v roku 1927 demokratickou inštitúciou. Opätovne sme si tento základný atribút pripomenuli v sobotu 12. novembra 2022, keď delegáti z viac než päťtisíc členov vybrali tých, ktorí budú riadiť stavovskú samosprávu v najbližších štyroch rokoch.

Len dva týždne pred týmito voľbami sme ako spoločnosť zažili voľby do orgánov samosprávy obcí, miest a krajov. Zvolili sme si 2 904 starostov a primátorov, 8 županov, 20 462 poslancov obecných a 419 poslancov krajských zastupiteľstiev – teda môžeme konštatovať, že necelých 24-tisíc občanov našej krajiny dostalo mandát formovať našu spoločnosť. Inak povedané – ani nie pol percenta občanov Slovenskej republiky bude hlasom zvyšných 99,5 % a chcem veriť, že si aj patrične uvedomujú túto zverenú zodpovednosť. Som rád, že medzi starostami a poslancami sú aj mnohí naši kolegovia, a som rád, že nie sú a nebudú iba pasívnymi účastníkmi rokovaní zastupiteľstiev, ale relevantnými a samosprávu formujúcimi činiteľmi – tak ako napríklad naša kolegyňa Lenka Ticháková, ktorá ako poslankyňa v obci Varín aktívne presadzovala zmenu názvu ulice Jozefa Tisa. Zatiaľ neúspešne, ale túto tému sa jej podarilo dotiahnuť až na pôdu Národnej rady a jej slová – „Za pravdu a spravodlivosť som si skomplikovala život. Neľutujem to!“ – sú inšpiráciou pre nás všetkých, ktorí zastávame volené funkcie a teda sme adresáti dôvery našich voličov.

K úspechu vo voľbách sa zvykne gratulovať a je to správne – vo väčšine prípadov je totiž volebný úspech výsledkom cieľavedomej snahy jednotlivca uspieť. Táto cieľavedomosť má mnoho podôb – viac či menej





”

Demokracia je systém a voľby sú rovnako systémom. Systém nevzniká náhodou, ale sa tvorí a súčasťou jeho tvorby sú aj komunikácia, dohody, vzťahy a definícia budúcej vyhovujúcej spolupráce.



kreatívnych, viac či menej prospešných a viac či menej legitímnych. V našej spoločnosti sú zatiaľ našťastie základnými atribútmi voľičského rozhodovania práca a výsledky; len málokedy sa stane, že rozhoduje marketingový mix počas kampane. V posledných voľbách ma však zaujala jedna vec – za menom kandidáta sa zvykne písať jeho profesia, povolanie či vykonávané zamestnanie. Mnoho kandidátov v tejto kolónke uvádzalo slovo „aktivista“ a mnoho z tých aktivistov boli jednotlivci – diplomaticky povedané – bez reálnych výsledkov, bez práce, často bez kvalifikácie, ale s množstvom hlučných rečí, nereálnych návrhov a lacných sľubov. Som rád, že tento druh kandidátov vo voľbách do našej lekárskej samosprávy nemáme. Je prirodzené, že súčasťou volieb je aj nespokojnosť – nespokojnosť nezvolených kandidátov či nespokojnosť voličov s výsledkom. Pokiaľ niekto nevymyslí lepší model volieb než väčšinový, demokratický, bude táto nespokojnosť súčasťou vyhlasovania výsledkov, a zároveň bude táto nespokojnosť akceleratorom ďalšej práce – nezvolených s cieľom budúceho zvolenia, ale aj zvolených s cieľom ukázať, že ich zvolenie bolo správne.

Preto by som, paradoxne, týmto textom nechcel blahoželať zvoleným – to už máme za sebou. Novým členom orgánov chcem iba zaželať, aby spokojnosť z výsledku nepovažovali za cieľ snaženia, ale štart naplňania vízií, s ktorými do volieb vstupovali. A – o to viac – chcem povzbudiť nezvolených, aby ich nespokojnosť s výsledkom volieb bola motiváciou rásť. Rásť až po minimálnu hranicu zvoliteľnosti. Rast a rozvoj sú totiž prirodzenou vlastnosťou života.

Demokracia je systém a voľby sú rovnako systémom. Systém nevzniká náhodou, ale sa tvorí, a súčasťou jeho tvorby sú aj komunikácia, dohody, vzťahy a definícia budúcej vyhovujúcej spolupráce. Individualizmus, uzavretosť a nadradenosť v demokracii nemajú čo hľadať a je prirodzené, že voliči (akikoľvek a v akýchkoľvek voľbách) tento druh správania odmietajú.

Som rád, že v orgánoch lekárskej samosprávy na najbližšie štyri roky nie je a nebude pre tieto vlastnosti miesto.

Text: PharmDr. Ondrej Sukeľ, prezident Slovenskej lekárskej komory



Zamestnávateľia za posledné roky výrazne znižujú nároky na farmaceutov. Kde a ako sa to prejavuje?



Najväčší pracovný portál na Slovensku Profesia.sk eviduje rekordný počet pracovných ponúk na farmaceutov a farmaceutky. Zvyšujúci sa dopyt však nie je sprevádzaný aj zvyšujúcim sa záujmom ľudí o túto pozíciu. Z tohto dôvodu vidíme, že firmy sú ochotné sa viac prispôbovať ľuďom. O tom, ako sa to prejavuje, nám odpovedala hovorkyňa spoločnosti Profesia Nikola Richterová.

● Ako sa vyvíja záujem firiem o farmaceutov, zvyšuje sa dopyt po nových ľuďoch?

Určite áno. Farmaceut či farmaceutka bola jedna z mála pozícií, pri ktorej sme v pandemickom roku 2020 nezaznamenali pokles v počte pracovných príležitostí. Naopak, zamestnávateľia uverejnili dovedy rekordný počet a za celý rok išlo o vyše 1 100 pracovných ponúk. Tento rekord bol však prekonaný už vlani, keď firmy uverejnili na túto pozíciu vyše 1 300 ponúk. Na konci roka však budeme mať nové rekordné číslo. Tento počet bol totiž v roku 2022 prekonaný aj napriek tomu, že ešte nie je koniec roka. Zamestnávateľia uverejnili do 22. novembra vyše 1 550 pracovných ponúk na farmaceutov, a to naozaj potvrdzuje, že dopyt po týchto odborníkoch sa zvyšuje.

● Kde vidíme najviac pracovných ponúk?

Aktuálne môžeme povedať, že dopyt je vysoký v každom jednom regióne na Slovensku. Keď sa pozrieme na celý trh práce na Slovensku, vo všeobecnosti môžeme vidieť, že veľká časť pracovných miest sa orientuje najmä v hlavnom meste a okolí. Zhruba 40 percent pracovných ponúk je práve v Bratislavskom kraji. Pri farmaceutoch je to však skutočne iné. Bratislavský región tvorí 29 percent spomedzi všetkých pracovných ponúk. Za ním nasleduje Trnavský, Trenčiansky, Žilinský a Banskobystrický kraj. Najmenej ponúk evidujeme v tomto roku v košickom regióne.

● Ako sa vyvíja záujem ľudí o túto pozíciu?

Naše čísla jasne ukazujú, že postupne zvyšovaný dopyt po farmaceutoch nie je sprevádzaný so zvýšeným počtom záujmu zo strany ľudí o túto pozíciu. Ešte v roku 2017 platilo, že na jednu pracovnú ponuku farmaceuta či farmaceutky na portáli Profesia.sk zareagovalo v priemere 6 ľudí. V roku 2018 predstavoval priemer 5 ľudí, v roku 2019 to bolo 4,7 a v roku 2020 to boli 4 uchádzači. Rekordné čísla pracovných ponúk spôsobili, že vlani na jednu pracovnú ponuku zareagovalo v priemere iba 3,2 uchádzača a v aktuálnom

roku je tento priemer dokonca iba 2,4. Toto jednoznačne potvrdzuje, že ľudí s týmto vzdelaním máme na Slovensku nedostatok. Zároveň ide o dôležitú informáciu pre uchádzačov. Kým pre zamestnávateľov je táto situácia nepríjemná, pre ľudí to znamená zníženú konkurenciu medzi kandidátmi o prácu a väčšie šance na zisk zamestnania.

● Kde je možno situácia taká najzásadnejšia?

Aktuálne najviac uchádzačov reaguje v Bratislavskom a Košickom kraji. Najzložitejšiu úlohu majú zamestnávateľia v Nitrianskom a Banskobystrickom kraji. Kritická situácia je najmä v menších okresoch mimo krajských miest. Zohnať potrebných ľudí v malých regiónoch sa javí ako najzložitejšia úloha.

● Ako reagujú firmy na nedostatok ľudí? Znižujú napríklad svoje požiadavky na uchádzačov a uchádzačky?

Vzdelanie v odbore je vec, ktorá je nevyhnutná, tu sa zamestnávateľia teda nijak nepohnú. Napriek tomu však zamestnávateľia požiadavky znižujú, a to skutočne výrazne. Opäť by tu bolo dobré podotknúť, aká špecifická je pozícia farmaceutov. Je to naozaj ojedinelý prípad, kde evidujeme viac pracovných ponúk, ktoré sú vhodné pre absolventov oproti tým, ktoré požadujú predošlé skúsenosti. A treba podotknúť, že ten podiel ponúk, ktoré na miesto farmaceutov vôbec nevyžadujú prax, sa neustále zvyšuje. Kým v roku 2017 išlo o 54 percent ponúk, v roku 2020 to bolo už 69 a v aktuálnom roku ide dokonca až o 76 percent. Je to, samozrejme, reakcia práve na situáciu na trhu práce. Zamestnávateľia sa takýmto spôsobom snažia zvýšiť cieľovú skupinu uchádzačov, ktorí môžu prejavovať záujem o voľné miesto v ich firme.

● Ako je to s úväzkami? Dávajú napríklad zamestnávateľia dnes viac príležitostí aj na skrátený úväzok?

Debata o skrátených úväzkoch sú na Slovensku čoraz častejšie. U nás v Profesii často poukazujeme na to, že ich dostupnosť dáva viac priestoru



Nikola Richterová pracuje v Profesii vyše 5 rokov, kde pôsobí na pozícii PR manažérky a hovorkyne spoločnosti. Jej prácou je najmä tvorba analýz z trhu práce, ktoré prezentuje v médiách, na konferenciách či iných odborných podujatiach. Okrem toho je tiež moderátorkou podcastu Profesia v praxi, v ktorom rozoberá dôležité témy z oblasti práce. Dáta a poznatky z Profesie tu konfrontuje s názormi a skúsenosťami špecialistov a ľudí z rôznych povolání.

na hľadanie si práce napríklad matkám s malými deťmi, ale aj ľuďmi, ktorí sú v rôznych situáciách, prečo si nemôžu dovoliť pracovať full time. Oproti zahraničiu je slovenský trh práce v tomto menej flexibilný. Vidíme, že skrátené úväzky nie sú u nás stále nejakú populárne a vo všeobecnosti tvoria iba zhruba desatinu z celej ponuky. Práve nedostatok ľudí na trhu však môže tieto podmienky pre ľudí zlepšovať. Dobrým príkladom je v tomto prípade práve pozícia farmaceutov. Tu vidíme, že sú zamestnávateľia flexibilnejší a prispôsobivejší, ako nám ukazuje priemer. Dostupnosť skrátených úväzkov sa pritom rokmi tiež zvyšuje. Kým v roku 2017 platilo, že spomedzi inzerátov na farmaceutov ponúkalo skrátený úväzok zhruba 15 percent, aktuálne je to až 28 percent.

● Aké platy vidíme v pracovných ponukách na túto pozíciu?

Priemerný plat, ktorý uverejňujú zamestnávateľia v pracovných ponukách na farmaceutov a farmaceutky, predstavuje 1 467 eur v hrubom. Samozrejme, treba tu zdôrazniť, že ide o sumu, ktorá predstavuje minimum pre jednotlivé pozície.

Vieme, že zamestnávateľia uverejňujú do pracovných inzerátov často sumy, ktoré sú teda vhodné pre najjuniorších zamestnancov, ktorí môžu pôsobiť na danom pracovnom mieste. Je to spôsobené tým, že zákon im zakazuje si na pracovnom pohovore dohodnúť s uchádzačom nižší plat, aký garantovali v pracovnom inzeráte. Zároveň však treba dodať, že vidíme rozdiely medzi ponukami, ktoré vyžadujú a nevyžadujú prax. Tie, ktoré vyžadujú určitú prax, ponúkajú v roku 2022 v priemere 1 498 eur v hrubom. Tie, ktoré sú vhodné pre absolventov, ponúkajú v priemere sumu 1 301 eur v hrubom.

● Aj vzhľadom na nedostatok ľudí, ako sa zvýšil ponúkaný plat v porovnaní s predošlými rokmi?

Posledné roky sme pri tejto pozícii evidovali pomerne výrazné zvyšovanie miezd v pracovných inzerátoch. V roku 2019 predstavoval priemer 1 196 eur v hrubom. V roku 2020 to bolo 1308 eur. Vlni predstavoval priemer 1 368 eur a aktuálne sme v roku 2022 na priemernom ponúkanom plate vo výške 1 467 eur. Naše skúsenosti hovoria, že ak zamestnávateľia nevedia zohnať ľudí, tak ponúkaný plat je jedna z vecí, ktoré sa v inzerátoch upravujú najčastejšie.

● Ďakujem za rozhovor!

Spracoval: Beáta Račeková, šéfredaktorka časopisu



Prehľad najdôležitejších zmien v Zákonníku práce **od 1. 11. 2022**

S jednomesačným posunom sa napokon od prvého novembra dostáva do platnosti upravené znenie viacerých zákonov. Týkajú sa práv a povinností zamestnávateľov voči zamestnancom a naopak. Primárnym cieľom novelizácie je naplnenie európskych smerníc o rovnováhe medzi pracovným a súkromným životom rodičov a osôb s opatrovateľskými povinnosťami.

LIMITOVANÁ SKÚŠOBNÁ DOBA

Z novely vyplýva, že pri pracovnom pomere na dobu určitú nesmie skúšobná doba prekročiť polovicu jeho trvania. Zároveň platí, že skúšobná doba trvá maximálne 3 mesiace, resp. u vedúcich zamestnancov ide o lehotu 6 mesiacov.

PLATENÁ OTCOVSKÁ DOVOLENKA

Téma, ktorá bola predmetom mnohých spoločenských diskusií a rezonovala v médiách, sa dočkala rozuzlenia. Schválený návrh hovorí o vzniku inštitútu otcovskej dovolenky a tiež o tom, že otec dieťaťa môže poberať materské v rozsahu 14 kalendárnych dní v období šiestich týždňov od narodenia dieťaťa, a to aj v prípade, že materské či rodičovský príspevok sú vyplácané aj matke. Jednou zo zmien je aj vyššia ochrana pre otcov na otcovskej dovolenke voči jednostrannému ukončeniu pracovného pomeru zo strany zamestnávateľa.

ZÁKAZ ZASAHOVAŤ DO VÝKONU INEJ PRÁCE ZAMESTNANCA

S novembrovými zmenami v Zákonníku práce prichádza aj zákaz, ktorý nedovoľuje zamestnávateľovi obmedzovať zamestnanca vo výkone inej zárobkovej činnosti, mimo určeného pracovného času.

POSKYTOVANIE INFORMÁCIÍ ZAMESTNANCOM

Ak zamestnanec pracuje na dobu určitú alebo kratší pracovný čas a jeho pracovný pomer trvá viac ako 6 mesiacov, má ukončenú skúšobnú dobu a požiada o trvalý pracovný pomer, zamestnávateľovi vzniká povinnosť písomne odôvodniť svoje rozhodnutie o tejto žiadosti v stanovenej lehote. Po novom to bude potrebné splniť do jedného mesiaca od podania žiadosti. Pre firmy s menej ako 50 zamestnancami platí, že vyjadrenie musí byť zamestnancovi doručené najneskôr do 90 dní.

Brigádnici a pracovníci na dohodu budú vopred dostávať od zamestnávateľa písomne informácie o tom, kedy bude ich prítomnosť v práci vyžadovaná. Ak nebude pracovný rozvrh v súlade s písomnou informáciou, ktorá bola zamestnancovi poskytnutá, môže výkon práce odmietnuť. Výnimka platí, ak sa zamestnávateľ dohodne so zamestnancom, že si zamestnanec sám rozvrhuje pracovný čas, príp. priemerný týždenný



pracovný čas nepresiahne tri hodiny v období štyroch po sebe nasledujúcich týždňov.

OCHRANA ZAMESTNANCOV PRED UKONČENÍM PRACOVNÉHO POMERU ZA UPLATŇOVANIE ICH PRÁV

Týmto krokom chce úprava zákona eliminovať fakt, že sa na pracoviskách zamestnanci boja žiadať o nároky, ktoré im zo Zákonníka práce prislúchajú. Nechcú totiž, aby ich v budúcnosti zamestnávateľ z dôvodu uplatnených nárokov prepustil. Ak však dôjde k dôvodnému podozreniu, zamestnávateľ bude musieť preukázať, že skutočné dôvody ukončenia pracovného pomeru boli iné.

PRESNEJŠIE DEFINOVANÁ LEHOTA PRE PODANIE ŽALOBY NA NEPLATNOSŤ UKONČENIA POMERU

Štandardne je žalobu za neplatné ukončenie pracovného pomeru možné podať najneskôr do dvoch mesiacov odo dňa, kedy mal pracovný pomer skončiť. Zamestnávateľa a zamestnanci však nemali jasno v tom, či sa do dvojmesačnej lehoty zarátava aj predĺženie v dôsledku ochranného doby. Po novom sa už na spomínané predĺženie prihliadať nebude.

Zdroj: www.profesia.sk

Workshop v Kongresovom centre MED-ART

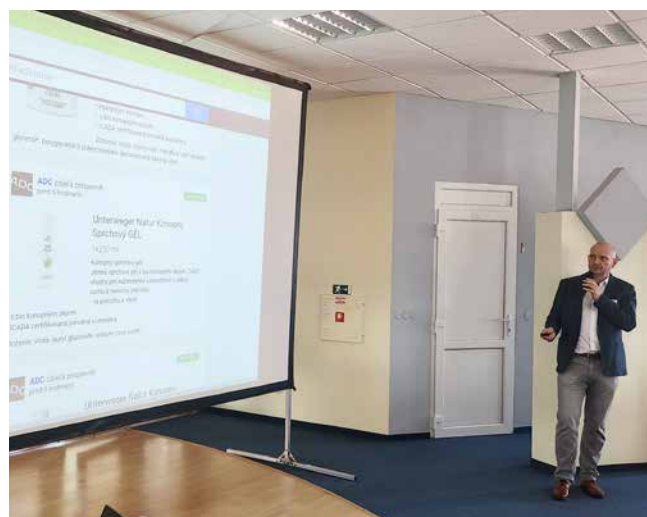
Problematika obalovej legislatívy a zákona o odpadoch v praxi

V novembri sa v MED-ART-e opäť uskutočnil Workshop České a slovenské asociácie pro speciální potraviny pre výrobcov a distribútorov výživových doplnkov a pre lekárne.

Pre účastníkov tohoto obľúbeného vzdelávacieho podujatia si organizátori opäť pripravili prehľad aktuálnych zmien európskej a slovenskej legislatívy týkajúcej sa výživových doplnkov. Okrem tejto, pre výrobcov veľmi dôležitej témy, sme sa tentokrát bližšie pozreli aj na problematiku obalovej legislatívy a zákona o odpadoch v praxi.

PREDSEDNÍČKA PREDSTAVENSTVA ČASP MARTINA ŠÍMOVÁ PREZIDENTKOU FSE

Česká a slovenská asociácie pro speciální potraviny (ČASP) je záujmovým združením právnických osôb, založeným v Českej republike v roku 2000, ktoré združuje výrobcov a distribútorov výživových doplnkov, a to na národnej úrovni pre Českú republiku a od roku 2020 aj pre Slovenskú republiku. Pôsobí taktiež na medzinárodnej európskej úrovni, kde je aktívnym členom európskej asociácie Food Supplements Europe (FSE) so sídlom v Bruseli. Obrovským úspechom nielen pre ČASP, ale aj pre Českú



i Slovenskú republiku je to, že predsedníčka predstavenstva ČASP, Mgr. Martina Šimová, pôsobí aj ako prezidentka európskej asociácie FSE, a to ako prvá zástupkyňa zo strednej a východnej Európy. ČASP je tiež členom svetovej asociácie IADSA (International Alliance of Dietary Food Supplement Associations) a pridruženým členom Potravinárskych komôr Českej i Slovenskej republiky.

WORKSHOP NABÍTY INFORMÁCIAMI

Novembrový Workshop ČASP opäť hostil MED-ART vo svojich kongresových priestoroch v Nitre a zúčastnilo sa ho takmer 80 zástupcov výrobných firiem, distribútorov a lekární. Nosná časť programu bola venovaná legislatívnym aktualitám, kde zazneli informácie od rečníkov z ČASP, Potravinárskej komory Slovenska a Úradu verejného zdravotníctva SR. Venovali sme sa novele zákona o potravinách, predaju po dátume minimálnej trvanlivosti, problematike nových potravín vo výživových doplnkoch, zdravotným a výživovým tvrdeniam či limitom pre použitie vitamínov a minerálov vo výživových doplnkoch. Spoločnosť PharmINFO účastníkom poskytla aj aktuálne informácie o trendoch predaja výživových doplnkov v rámci vybraných trhov. Osobné stretnutie po pandemickej prestávke bolo veľmi príjemné, ďalšiu príležitosť na spoločné rozhovory budeme mať už na jar 2023.

Mgr. Martina Kristiánová, MBA
predsedníčka Slovenského fóra
Česká a slovenská asociácie pro speciální potraviny



Verejné obstarávanie — efektívny ekonomický nástroj či nočná mora nemocničného lekárnik?

Zákon o verejnom obstarávaní číslo 343/2015 definuje v § 7, ods.1, písm. d) väčšinu ústavných zdravotníckych zariadení ako verejného obstarávateľa. V tejto súvislosti je zároveň dôležité, že na základe Zákona č. 282/2006 (nepriama novela zákona o verejnom obstarávaní) sa na obstarávanie liekov a zdravotníckych pomôcok nevzťahujú osobitné predpisy – táto novela definuje liek ako tovar bežne dostupný na trhu. Základným limitom pre vyhlásenie, resp. výber formy verejného obstarávania je hodnota zákazky.



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

FINANČNÉ LIMITY VO VEREJNOM OBSTARÁVANÍ

- Zákazka malého rozsahu (do 10 000 eur) zákon neupravuje formu obstarávania, hovorí však, že obstarávateľ má obstarávať maximálne hospodárne, najčastejšou metódou používanou v praxi je „prieskum trhu“.
- Zákazka s nízkou hodnotou (od 10 000 eur do 100 000 eur) obstarávanie prostredníctvom elektronickej platformy.
- Sprísnený režim (od 70 000 eur do 100 000 eur) povinnosť zverejnenia vo Vestníku VO a povinnosť viesť elektronicú komunikáciu.
- Od 100 000 eur do 140 000 eur (podlimitná zákazka) obstarávanie formou elektronickej platformy.
- Od 140 000 eur (nadlimitná zákazka) verejná súťaž.

METÓDY VEREJNÉHO OBSTARÁVANIA

Na základe vyššie definovaných finančných limitov, zákon o verejnom obstarávaní definuje „Metódy verejného obstarávania“.

Prieskum trhu:

- používa sa u zákaziek s malým rozsahom,
- vynaložené náklady by mali byť primerané jeho hodnote a cene,
- povinnosť kvartálneho zverejňovania,
- nevyžaduje sa písomná forma zmluvy,
- archivácia dokumentov – 5 rokov.

Využitie elektronickej platformy:

- používa sa u podlimitných zákaziek,
- podmienkou je registrácia vyhlasovateľa aj uchádzača v zmysle zákona,
- vyhlasovateľ aj uchádzač sú anonymní,
- akceptovaním najnižšej predloženej ceny automaticky vzniká zmluvný vzťah,
- v prípade nedodržania zmluvy majú obe strany možnosť podať tzv. „negatívnu referenciu“ na základe, ktorej sú nekorektní dodávatelia, resp. odberatelia zaradení na „black list“ a 6 mesiacov sa nemôžu zúčastňovať verejného obstarávania prostredníctvom elektronickej platformy.

Verejná súťaž

- používa sa u nadlimitných zákaziek,
- vyhlásenie vo vestníku,
- neobmedzený počet uchádzačov,
- vyhlasovateľ definuje nediskriminačné podmienky, ktoré musí uchádzač splniť,
- uchádzači spĺňajúci podmienky súťažia v elektronickej aukcii.

Príkazy ministra zdravotníctva z roku 2016 ukladajú zdravotníckym zariadeniam vo svojej zriaďovateľskej pôsobnosti za povinnosť v súvislosti s verejným obstarávaním predkladať plán verejného obstarávania, taktiež definuje finančné hladiny, pri ktorých je potrebné žiadať súhlas, resp. oznamovať verejné obstarávanie ministerstva, a v záverečnej fáze ho informovať o výsledku verejného obstarávania, resp. žiadať odsúhlasenie výsledku VO.

NAJČASTEJŠIE CHYBY A KOMPLIKÁCIE PRI REALIZÁCIÍ VEREJNÝCH OBSTARÁVANÍ

- Vyššie uvedené príkazy ministra zdravotníctva v praxi reálne spôsobujú komplikácie, najmä čo sa týka nadväznosti časových horizontov pri ukončení platnosti a následnej účinnosti nových zmlúv z verejného obstarávania, čo následne generuje prieskumy trhu, ktoré zbytočne zaťažujú obe strany a v konečnom dôsledku aj tak ide o porušovanie zákona o verejnom obstarávaní.
- Zbytočná byrokratická záťaž – verejní obstarávatelia často žiadajú doklady a potvrdenia, ktoré legislatíva nevyžaduje. Okrem toho, že to zbytočne zaťažuje obe strany, v prípade námietok či súdnych sporov neúspešných uchádzačov existujú súdne precedensy, ktoré potvrdzujú neoprávnenosť takýchto požiadaviek zo strany verejného obstarávateľa.
- Veľké a nekonzistentné množstvo liekov v jednej skupine – pokiaľ obstarávateľ v snahe zjednodušiť si verejné obstarávanie liekov vytvorí veľké skupiny nekonzistentných liekov, často zbytočne vylúči z obstarávania viacerých účastníkov, ktorí nedisponujú tak širokým portfóliom produktov, a následne nie je splnený základný zmysel verejného obstarávania, a to vysúťažiť konkrétny produkt maximálne efektívne. Tento problém vzniká aj pri spájaní veľkého počtu častí do jednej aukcie.
- Veľké množstvo paralelne bežiacich častí u aukcií s fixným koncom – zvlášť v prípadoch, kedy je podmienkou aukcie len jeden fyzický prístup za každého uchádzača, nie je reálne možné sledovať tak veľké množstvo paralelne bežiacich aukcií, čo opätovne znamená, že obstarávateľ nevysúťaží časť produktov za najnižšiu cenu.

CENTRÁLNE OBSTARÁVANIE

Ministerstvo zdravotníctva v snahe skrátiť, zjednotiť a zjednodušiť proces verejného obstarávania liekov a zdravotníckych pomôcok pripravuje projekt tzv. „Centrálneho obstarávania“. Pilotný projekt realizovalo Ministerstvo zdravotníctva začiatkom roka 2020 a bolo doň zapojených 20 nemocníc. Na základe tohto pilotného projektu vieme predpokladať, aké výhody, resp. nevýhody môže generovať.

Výhody:

- Šetrenie kapacít nemocnice (personálnych, technických), aj keď je otázne, či túto výhodu nebude negovať následná náročnosť manažovania zmlúv, resp. obstarávania z tzv. „marketu“, ktorého vytvorenie projekt predpokladá.



- Zníženie cien liekov – taktiež diskutabilná výhoda, špecifickosť cenotvorby u liekov môže spôsobiť presný opak.
- Zjednodušenie procesu verejného obstarávania.

Nevýhody:

- Kolízia s existujúcimi verejnými obstarávaniami, kedy nemocnice majú uzatvorené zmluvy na konkrétne obdobie.
- Individuálne dohodnuté ceny, ktoré môžu byť nižšie než ceny, ktoré budú vysúťažené prostredníctvom Centrálneho obstarávania.
- Dostupnosť liekov – aj v súčasnosti, kedy nemocnice súťažias individuálne, vznikajú problémy s výpadkami liekov u výrobcov. V súčasnej dobe sa tento výpadok dá často nahradiť konkurenčným produktom. Ak však vznikne na základe „Centrálneho obstarávania“ dominancia určitých výrobcov, ostatní výrobcovia znížia, resp. úplne zastavia dodávky pre slovenský trh, a tieto nie je možné v krátkom časovom horizonte nahradiť.
- Nezávislosť liekového formulára – jednotlivé nemocnice prídu o možnosť určovať si konkrétne lieky, ktoré chcú objednávať, prednosť dostanú ekonomické argumenty pred ekonomickými.
- Nemocnice bez nemocničnej lekárne – takéto nemocnice sú zásobované verejnými lekárňami, čo v praxi môže spôsobovať viacero problémov.

Z uvedených skutočností vyplýva, že napriek potenciálnym komplikáciám sa realizovaním centrálneho obstarávania liekov zabezpečí predovšetkým dôsledné dodržiavanie zákona o verejnom obstarávaní a pomôže sa tak vyriešiť situácia najmä v tých nemocničných lekárňach, kde sa verejné obstarávanie liekov a zdravotníckych pomôcok z rôznych dôvodov doposiaľ nerealizovalo.

Meranie teploty bez starostí

Na všetkých prevádzkovateľov lekární sa vzťahuje zákonná povinnosť monitorovania teploty a vlhkosti priestorov na dennej báze, aby sa zabránilo akémukoľvek poškodeniu liekov, liečiv a pomocných látok teplom alebo vlhkom. ŠÚKL radí rôzne porušenia tejto povinnosti medzi najčastejšie zistené problémy v lekárňach. NRSYS preto prichádza s automatizovaným riešením, ktoré zabezpečí potrebnú ochranu, a zároveň šetrí lekárnikom prácu a pomáha predchádzať prípadným škodám.

Sledovanie teploty a relatívnej vlhkosti ovzdušia je povinnosťou každého lekárnika, ktorá rozhodne nie je novinkou. Napriek tomu medzi najčastejšie chyby, ktoré ŠÚKL lekárňam vytyka, patrí chýbajúci teplomer v chladničke či vo všetkých miestnostiach, kde sa skladujú lieky, používané teplomery nie sú kalibrované a napríklad aj fakt, že teplota a vlhkosť sa neevoluujú kontinuálne. Najmä v poslednom období zaznamenávam stále častejšiu diskusiu o zákonných rámcoch, povinnostiach lekární, no najmä reálnej vykonateľnosti týchto povinností. S kolegami sme sa preto pozreli na to, ako môžeme v týchto povinnostiach lekárňam pomôcť, odbremeniť ich od zbytočných starostí a navyše chrániť pred pokutami zo strany kontrolných orgánov.

ČO VYŽADUJE ZÁKON?

Vyhláška č. 129/2012 Z.z. o požiadavkách na správnu lekárenskú prax je dokument, ktorý by mal dôverne poznať každý lekárnik. § 30 tejto vyhlášky uvádza, že „lieky, liečivá a pomocné látky sa uchovávajú za podmienok určených držiteľom registrácie lieku, výrobcom liečiv (...), aby sa zabránilo akémukoľvek poškodeniu teplom alebo vlhkom. Teplota a vlhkosť sa denne počas prevádzky zaznamenávajú, kontrolujú a vyhodnocujú (...).“ V prílohe č. 1 je ďalej okrem iného uvedené, že „oficína a sklad liekov musia byť vybavené kalibrovaným teplomerom a vlhkomerom“.

Na prvý pohľad pôsobí táto regulácia veľmi jednoducho a zrejme. Lekárneň musí zaznamenávať teplotu v priestoroch, kde sú lieky skladované, aby sa predišlo ich „poškodeniu“, a teda prípadnému ohrozeniu účinnosti či dokonca života pacienta. Problém však vzniká s interpretáciou slovného spojenia „denne počas prevádzky“, ktoré je vo vyhláške uvedené. Lekárnici interpretujú pojem „prevádzka“ z hľadiska živnostenského úradu, teda prevádzka znamená počas otváracích hodín lekárne. ŠÚKL však má svoj vlastný pohľad. Podľa neho má sklad liekov nepretržitú prevádzku, keďže lieky sú v ňom naozaj uskladnené aj mimo otváracích hodín lekárne. Počas kontrol teda požadujú dokázať, že v priestoroch lekárne boli vhodné teploty nepretržite. Otázny je aj počet meraní teploty. Slovičko „denne“ znamená koľkokrát?

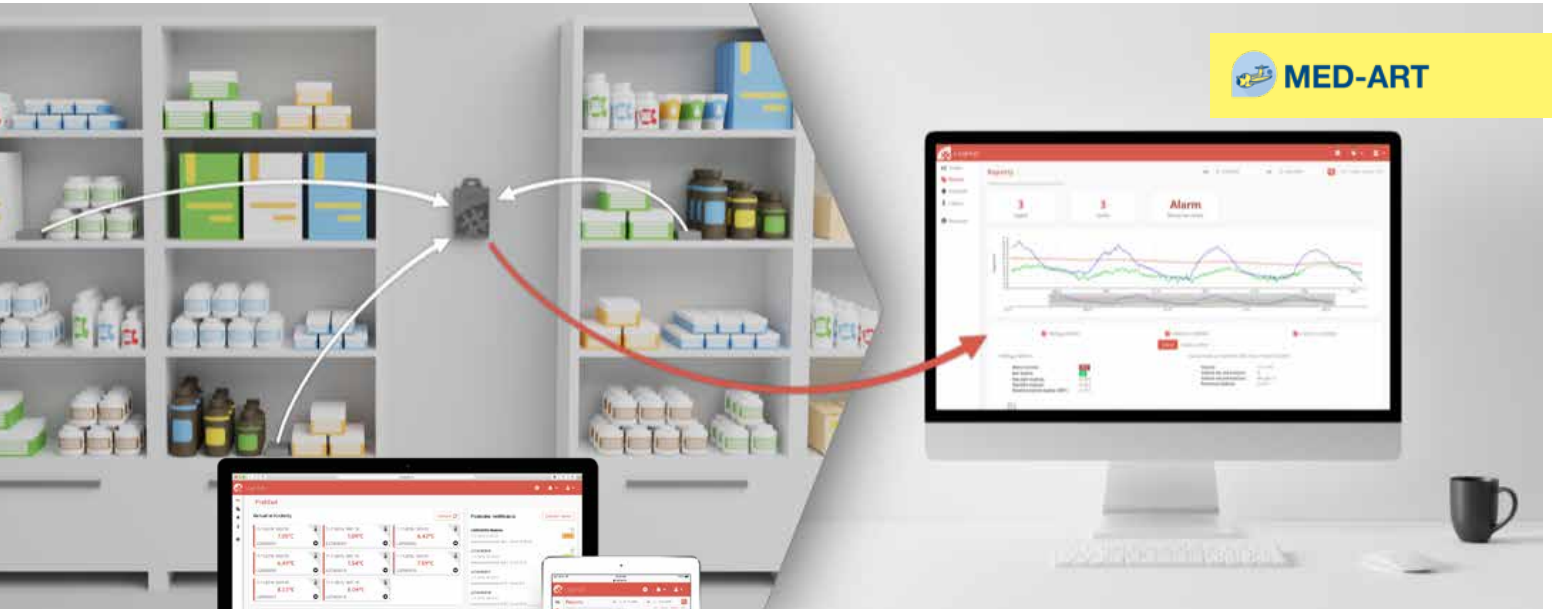
BEŽNÁ PRAX V LEKÁRNI

A tu nastáva problém. Dnes mi iste potvrdíte, že je bežnou praxou zaznamenávať nameranú teplotu aj vlhkosť ručne do formulára či zošita. Avšak keďže lekárnik nie je v práci mimo otváracích hodín lekárne, nie je ani schopný viesť záznamy o teplote, a teda nevie ani dokázať správnosť teploty pri skladovaní prípadnej kontrole. Práve preto sa táto povinnosť dostala medzi najčastejšie vytykané chyby zo strany ŠÚKL, hoci je pravdou, že zákon je v tomto smere nejednoznačný a pokiaľ je lekárnik dôsledný, vie si svoju pravdu „vyhádať“.

Vyhláška tiež hovorí, že „každé prekročenie limitu má byť preskúmané a zdokumentované, aby sa dalo posúdiť, do akej miery mohla byť výkyvom teploty ovplyvnená kvalita liekov, liečiv, pomocných látok a zdravotníckych pomôcok (...).“ Ako sa však môže teplota adekvátne „vyhodnocovať“, ak lekárnik nevie, ako dlho mal v chladničke alebo v sklade nevyhovujúce teploty? Lekárnik, ktorý robí záznam 1-krát za deň, by pri incidente (prekročení hraníc) musel počítať s najhorším scenárom, teda, že lieky boli celých 24 hodín vystavené teplotným šokom a pravdepodobne by ich mal všetky vyhodniť, čo sa, samozrejme, v praxi nemôže diať. Zvažovali sme preto, ako vyriešiť meranie teploty tak, aby to neobťažovalo personál v lekární, bežalo nepretržite, malo malú réžiu a informácie boli prenášané čo najpriateľnejšie pre lekárnika. Potrebovali sme bezdrôtové riešenie, aby ste nemuseli robiť zložitú a drahú montáž, a nepretržitý kontroling aj mimo pracovnej doby, včasné varovanie, aby nedošlo k veľkým škodám, napríklad vypnutím chladničky.

AKÉ JE NAŠE RIEŠENIE?

Keď zväžíme problémy, ktoré pri meraní teploty aj relatívnej vlhkosti vzduchu existujú, myslím, že každému napadne, že riešením je automatický systém s možnosťou akejsi signalizácie prekročenia povolených hodnôt. Podobné automatizované systémy už na trhu boli, no nezдалo sa nám, že tieto riešenia úplne vyhovujú potrebám lekární. Preto sme sa rozhodli prísť s vlastnou implementáciou, ktorá zodpovedá týmto potrebám a navyše priniesť aj pár vlastných „vychy-“



távk“. Prinášame do lekárni automatické monitorovanie, ktoré pozostáva zo senzorov namontovaných vo všetkých priestoroch lekárne, ktoré je nutné sledovať – v oficíne, laboratóriu, sklade, chladničke atď. Tieto senzory sú bezdrôtovo pripojené k centrále, ktorá zaznamenáva merané hodnoty, a všetky ukladá do cloudu, takže lekárnik má prístup k nepretržitým záznamom zo svojej lekárne. Každý senzor je označený menom a má nastavené svoje vlastné hodnoty teploty a vlhkosti. Je logické, že v chladničke potrebujeme udržiavať inú teplotu ako v sklade. V prípade, že sa nameraná hodnota vymyká nastavenej norme, systém automaticky upozorní lekárnika, že prišlo k zmene. Máte tak možnosť a dostatok času zareagovať napríklad na pokazenú chladničku. Požiadavky na implementáciu v prevádzke sú pritom minimálne – jediné, čo systém potrebuje, je pripojenie na internet a voľnú elektrickú zásuvku. Riešenie tiež nie je závislé od informačného systému, ktorý vo svojej lekárni používate, radi teda poskytneme toto riešenie každému lekárnikovi. Samozrejme, vám ponúkneme komplexné služby so zavedením, prevádzkou, kalibráciou a pod.

A TERAZ SLÚBENÉ „VYCHYTÁVKY“

Jednou zo spomínaných bežných chýb je fakt, že teplomery nie sú kalibrované, hoci je to ďalšie z nejasných tvrdení v zákone, a to najmä preto, že nie je jasné, ako často by sa mala kalibrácia vykonávať. V zásade by túto periódu mal určiť výrobca pri konkrétnom produkte. ŠÚKL do lekárni však prichádza s požiadavkou, aby mu lekárnici dokázali, že teplomer funguje správne, teda ako jediný dôkaz každému napadne vcelku nákladná pravidelná kalibrácia. Pri využívaní nášho riešenia sa o kalibráciu viac nestaráte. Systém si pamätá, kedy majú byť senzory opätovne kalibrované, a automaticky vás na to upozorní. My vám následne zašleme nové senzory, ktoré úplne jednoducho vymeníte aj sami v lekárni a my ich pomocou vzdialenej správy zapojíme do systému. Senzory, ktoré boli u vás, nám následne zašlete

a my zabezpečíme kalibráciu. Podobný obeh zabezpečíme aj v prípade, že sa niektorý senzor pokazí.

Veľkou výhodou nášho riešenia je aj to, že sme schopní pripojiť ho priamo na vašu WIFI. Bežne ponúkané riešenia na trhu totiž vyžadujú vlastnú SIM kartu, čo celé riešenie predražuje. Rozhodli sme sa ísť preto cestou pripojenia do už existujúcej siete. Tiež vieme, že varovanie o probléme potrebujete dostať čo najskôr a tam, kde sa nachádzate. Systém vám zašle sms-ku, email, môže vám aj zatelefonovať, nám to však pripadalo v pracovnej dobe obťažujúce. Prinášame vám preto možnosť nastaviť svoje otváracie hodiny, počas ktorých vás systém upozorní na zmenu teploty či vlhkosti priamo vo Pharmacy, namiesto toho, aby vám posielal správu na telefón. Je nám jasné, že podobné výkyvy môžu vzniknúť aj preto, že napríklad v lete otvoríte chladničku. Systém preto sám podobné odchýlky odfiltruje a neupozorňuje na ne.

Navyše, aby sme naozaj poskytli všetky informácie čo najskôr, prinášame vám možnosť samostatného monitorovania výpadku elektrickej energie. Ak dôjde k výpadku elektriny v čase mimo pracovnej doby a chladničku neotvárate, teplota sa v nej môže udržať ešte niekoľko hodín. Teplomer preto nemá šancu zaznamenať, že vznikol problém. Senzor umiestnený na pripojení chladničky do elektriny vás však môže varovať, že k výpadku došlo a vy tak získate niekoľko hodín náskok pri riešení vzniknutého problému. Ak sa elektrické pripojenie obnoví, systém vás o tom opäť informuje.

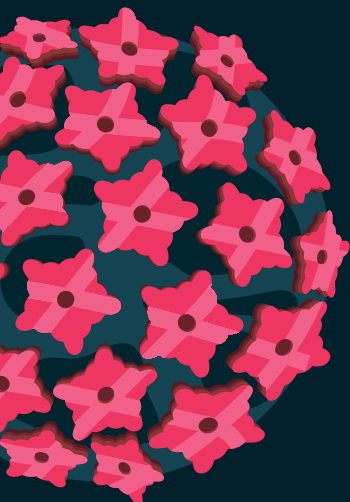
NRSYS dlhodobo pracuje na tom, aby lekárni čo najviac odbremenil od legislatívnych a administratívnych povinností a doprial mu čo najviac času pre pacienta. Pevne verím, že naše riešenie je opäť možnosť ako prispieť k uľahčeniu vašej práce. Ak vás zaujalo, budem rád, ak kontaktujete naše Centrum služieb zákazníkom alebo obchodné oddelenie, kde vám radi povieme viac.

Text: Ing. Jozef Fiebig, generálny riaditeľ NRSYS, s. r. o.

HPV!



HPV JE JEDINÝ RAKOVINOTVORNÝ VÍRUS, PROTI KTORÉMU EXISTUJE ÚČINNÁ PREVENČIA



HPV môže spôsobiť rôzne typy rakoviny aj po dlhej dobe od nákazy vírusom.¹

U dospelých sú účinnou prevenciou preventívne prehladky a očkovanie.²

U detí je účinnou prevenciou očkovanie. Očkovanie proti HPV je hrazené zo zdravotného poistenia iba pre 12-ročné deti.³

1. WHO. Fact sheet Cervical cancer. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/cervical-cancer>. Accessed 28.4.2022

2. Global strategy to accelerate the elimination of cervical cancer as a public health problem. Geneva: World Health Organization; 2020. Licence: CC BY-NC-SA 3.0 IGO.

3. Zoznam kategorizovaných liekov <https://www.health.gov.sk/?zoznam-kategorizovanych-liekov>

VIAC NA WWW.HPV.SK



MSD

INVENTING FOR LIFE

RAKOVINA, KTOREJ VIEME PREDCHÁDZAŤ

Fakt, že vírus HPV je zodpovedný za takmer všetky prípady rakoviny krčka maternice, je už dlhodobo overená skutočnosť. Napriek tomu, že rakovina krčka maternice je najčastejšie sa vyskytujúcou rakovinou spôsobenou vírusom HPV, nie je to jediné ochorenie, ktoré tento vírus vyvoláva. HPV infekcia sa týka rovnako mužov, žien aj detí.

Aké môžu byť následky nákazy HPV vírusom?

- HPV môže spôsobiť rakovinu krčka maternice, ale aj iné nádory, napr. rakovinu vulvy, vagíny alebo konečníka, tiež môže byť príčinou genitálnych bradavíc.
- S výnimkou rakoviny krčka maternice, na tieto typy rakovín neexistuje žiadny skrínigový program, ktorý by problém včas rozpoznal, a preto bývajú odhalené neskoro.
- HPV môže spôsobiť rôzne typy rakoviny aj dlhú dobu po nákuze vírusom.
- HPV sa môžu nakaziť aj muži, u ktorých vírus môže spôsobiť rakovinu konečníka alebo genitálne bradavice.

Ludský papilomavírus – HPV (Human Papillomavirus) je infekčný vírus, ktorý sa prenáša sexuálnym stykom, ale aj kontaktom slizníc. Je taký bežný, že sa s ním za život stretne skoro každý. Existuje viac ako 150 typov tohto vírusu. Niektoré sú neškodné, iné môžu spôsobiť rakovinu.

Aké sú formy prevencie?

Následkom nákazy HPV a HPV infekcii sa dá včas predísť:

- u dospelých sú účinnou prevenciou preventívne prehliadky u gynekológa, resp. urológa.
- u detí je účinnou prevenciou očkovanie.

Kto môže byť očkovaný?

- Vakcína je vhodná pre všetky vekové kategórie od 9 rokov a obe pohlavia.
- Očkovanie pre deti je ideálne pred sexuálnym debutom.
- Očkovanie proti HPV je plne hrazené zo zdravotného poistenia pre 12-ročné deti.
- Účinnosť očkovania je dokázaná aj v prípade aplikácie sexuálne aktívnym ľuďom.
- Ak už je človek nakazený jedným typom HPV, očkovacia látka ho ochráni pred zvyšnými HPV typmi obsiahnutými vo vakcínach proti HPV.

O prevencii pred HPV sa informujte u svojho lekára

Dôležitou prevenciou u žien je pravidelný skrínig u gynekológa. Pri ňom však lekár môže zistiť problém, až keď je na svete. U mužov, bohužiaľ nie sú dostupné skrínigy na odhalenie HPV vírusu.



VIAC NA WWW.HPV.SK



Správna dispenzácia:

Podpora pri antibiotickej liečbe

Antibiotiká sú skupinou liečiv určených na terapiu infekcií vyvolaných bakteriálnymi pôvodcami. V prípade inej ako bakteriálnej etiológie, antibiotiká účinné nie sú a ich podávanie nevedie k uzdraveniu pacienta, ale naopak, môže ho významne poškodiť.



LIEČBA ANTIBIOTIKAMI SA DELÍ NA TRI ZÁKLADNÉ SKUPINY PODĽA VZŤAHU K INDIKÁCIÍ A LABORATÓRNEJ DIAGNOSTIKE:

- **Empirická terapia** – postup, ktorý vychádza z veľmi všeobecných kritérií pre voľbu antiinfektív, kedy sa pred zahájením liečby nevykonáva žiadne mikrobiologické vyšetrenie zamerané na preukázanie pôvodcu infekcie a zistení jeho citlivosti.
- **Iniciálna /úvodná/ terapia** – k zahájeniu liečby vždy predchádza odber klinicky relevantných vzoriek biologického materiálu na mikrobiologické vyšetrenie.
- **Cielená terapia** – je selektívne zameraná na preukázaného pôvodcu infekcie, vychádza z výsledkov vyšetrenia citlivosti a je logickým pokračovaním iniciálnej terapie, kedy je možné na základe zistených výsledkov použiť antibiotikum nižšej generácie, ktoré má užšie spektrum a tým aj nižší tzv. selekčný tlak.

Dĺžka podávania antibiotík sa zásadne líši podľa typu diagnózy, závažnosti klinického stavu pacienta a podávaného antibiotika. Pokiaľ sa nezlepší klinický stav pacienta najneskoršie do 4 dní od zahájenia antibiotickej liečby, mala by byť vykonaná revízia diagnózy spolu s eventuálnou zmenou antibiotika. V priebehu tejto doby sú už k dispozícii výsledky pomocných laboratórnych vyšetrení (mikrobiologické, biochemické).

V globále pripadá najväčšie percento infekčných ochorení na infekcie dýchacích ciest a infekcie urogenitálneho traktu.

INFEKcie DÝCHACÍCH CIEST

V súčasnej dobe sa až 90 % antibiotík používaných v humánnej medicíne podáva v komunite, z toho až 80 % pri liečbe infekcií dýchacích ciest. V etiopatogenéze týchto ochorení hrajú primárnu úlohu vírusy, proti ktorým sú antibiotiká neúčinné.

Možnosti asistovaného samoliečenia a doplnkovej starostlivosti

1. ANTISEPTIKÁ (lokálne)
2. EXPEKTORANCIÁ A MUKOLYTIKÁ (systémovo)
3. SYSTÉMOVÁ ENZÝMOVÁ TERAPIA (substitúcia)

ANTISEPTIKÁ (lokálne)

Lokálne antiseptiká sa používajú pri infekciách hltanu, pri zápaloch mandlí a predovšetkým pri chorobách z nachladnutia.

Antiseptické pôsobenie uplatňované na sliznici dýchacích ciest môže pri krátkodobom použití napomôcť pri spomaľovaní šírenia infekcie a eradikácii pôvodcu bakteriálnej infekcie.



EXPEKTORANCIÁ A MUKOLYTIKÁ (systémovo)

Podpora vykašliavania patrí medzi základné alebo sprievodné terapeutické postupy pri mnohých akútnych a tiež chronických ochoreniach dýchacích ciest. Expektoranciá sa používajú pri liečbe akútnych ochorení horných a dolných dýchacích ciest, ako sú zápal priedušiek, nádcha, zápal prínosových dutín, zápal hrtana a hltana, prípadne pri závažnejších ochoreniach (akútne a recidivujúce zápaly dolných dýchacích ciest, chronická obštrukčná choroba pľúc, astma bronchiale a pod.).

Pri niektorých expektoranciách bolo preukázané, že pri súčasnom podávaní s antibiotikami typu amoxicilín, klaritromycín, ciprofloxacín a pod. zvyšujú koncentráciu týchto antiinfekčných liečiv v dýchacích cestách, čím zvyšujú ich účinnosť.

SYSTÉMOVÁ ENZÝMOVÁ TERAPIA (substitúcia)

Systémová enzýmová terapia je typom podpornej suplementačnej liečby, pri ktorej sa využívajú proteolytické enzýmy (bromelaín, papaín, trypsín, chymotrypsín a pankreatín, príp. amyláza a lipáza).

V prípade infekcií dýchacích ciest je možné indikovať enzýmovú terapiu pri chronických a recidivujúcich zápaloch horných aj dolných dýchacích ciest. Zároveň vykazuje SET potenciačný účinok na niektoré typy antibiotík pri ich súčasnom podávaní, a preto je možné ich indikovať ako podpornú liečbu.

UROGENITÁLNE INFEKcie

Infekcie urogenitálneho traktu sú druhou najčastejšou príčinou, kvôli ktorej býva zahajovaná antibiotická liečba. Na rozdiel od respiračných infekcií sú urogenitálne infekcie spôsobené väčšinou baktériami.

Liečba antibiotikami má v prípade urogenitálnych infekcií obvykle veľmi rýchlu klinickú odpoveď (spravidla do 24 hodín po zahájení



V GLOBÁLE PRIPADÁ NAJVIACŠIE PERCENTO INFEKČNÝCH OCHORENÍ NA INFEKcie DÝCHACÍCH CIEST A INFEKcie UROGENITÁLNEHO TRAKTU.



PharmDr. Peter Stanko
Univerzitná lekáreň FaF UK Bratislava

liečby). Úplná eradikácia baktérií alebo ich významný pokles v moči nastáva obvykle za 48 hodín po zahájení liečby podaním prvej dávky. Klinické príznaky infekcie horných močových ciest (napr. febrílie) môžu pretrvávajúť 48 hodín.

Možnosti asistovaného samoliečenia a doplnkovej starostlivosti

1. BRUSNICA VEĽKOPLODÁ (systémovo)
2. VAGINÁLNE ANTISEPTIKÁ (lokálne)
3. KYSELINA MLIEČNA (lokálne)

BRUSNICA VEĽKOPLODÁ (systémovo)

Hlavnými obsahovými zložkami kanadských brusníc (*Vaccinium macrocarpon*) sú proantokyandíny (PAC) a ďalšie látky. Za hlavnú obsahovú látku, ktorá ovplyvňuje infekcie močových ciest, sa považujú najmä PAC tvorené polymérnymi reťazcami flavonoidov. Proantokyandíny sa viažu na povrch baktérií a tým zabraňujú ich prichyteniu na epiteliálne bunky močového mechúra. **V prípade antibiotickej liečby akútnej infekcie močového mechúra sú prípravky s obsahom extraktu brusnice veľkoplodej vhodnou doplnkovou terapiou, ktorá môže urýchliť ústup subjektívnych ťažkostí a infekcie.**

VAGINÁLNE ANTISEPTIKÁ (lokálne)

Vaginálne antiseptiká sa používajú okrem iného pri bakteriálnych vaginózach, zmiešaných infekciách a infekciách neznámeho pôvodu. Niektoré z nich vykazujú súčasne analgetický, lokálne anestetický, protizápalový a antiexsudatívny účinok.

Spektrum účinku širokospektrálnych antiinfektív pokrýva najčastejších pôvodcov vulvovaginitíd: G+ baktérie (stafylokoky a streptokoky, *Gardanella vaginalis*), G- baktérie (*E. coli*, *Bacteroides*), ale účinkujú aj na plesne a kvasinky (vrátane *Candida*) a bičikovce (*Trichomonas*).

Dôležité je, že vaginálne antiseptiká nemajú žiadny negatívny vplyv na prirodzenú mikroflóru (predovšetkým na rod *Lactobacillus*).

Širokospektrálne antiseptiká napomáhajú rýchlejšej úprave nerovnováhy pH v prostredí pošvy, ktorá je typická pre infekčné zápaly vulvy a pošvy.

Vaginálne antiseptiká sa môžu indikovať aj počas antibiotickej liečby bakteriálnych vaginóz s cieľom skrátiť dobu liečby a prevencie vzniku sekundárnych infekcií.

KYSELINA MLIEČNA (lokálne)

Baktérie druhu *Lactobacillus acidophilus* štiepia glykogén, ktorý sa nachádza v pošvovom hliene. Vzniká kyselina mliečna a vytvára sa kyslé prostredie. Toto kyslé prostredie podporuje rast ďalších laktobacilov, čím bráni prítomnosti škodlivých baktérií a predchádza infekciám.

Prípravky s obsahom kyseliny mliečnej sú preto použiteľné nielen ako doplnok k liečbe tých typov vulvovaginitíd, pri ktorých dochádza ku odchýlke pH (bakteriálne vaginózy a pod.), ale aj v rámci procesu stabilizácie prirodzeného prostredia v pošve po akejkoľvek vaginálnej alebo systémovej antiinfekčnej liečbe. Prípravky s obsahom kyseliny mliečnej zároveň napomáhajú potláčať symptómy vulvovaginitíd, ako sú pocit pálenia a svrbenia a zapáchajúci výtok z pošvy. Využiteľné sú aj ako doplnok bežnej intímnej hygieny v prípade, ak existuje riziko nežiaduceho posunu pH v pošve (napríklad po nechránenom pohlavnom styku spojenom s ejakuláciou do pošvy).

VŠEOBECNÁ PODPORA PRI ATB LIEČBE

Bez ohľadu na dôvod antibiotickej liečby, jej stav a úspešnosť je pre ňu vhodné zabezpečiť čo najefektívnejšie fungovanie a zároveň kompenzovať stavy, ktoré bývajú priamym dôsledkom antibiotickej terapie.

Možnosti asistovaného samoliečenia a doplnkovej starostlivosti

1. PROBIOTIKÁ (substitúcia)
2. VITAMÍN C A ZINOK (substitúcia)
3. REHYDRATÁCIA

PROBIOTIKÁ (substitúcia)

Probiotiká sú živé mikroorganizmy, ktoré podávané v dostatočnom množstve majú preukázateľne priaznivý účinok na hostiteľa (príjemcu). V podstate ide o také baktérie, ktoré svojou prítomnosťou v organizme potláčajú rast patogénnych mikroorganizmov a majú aj ďalšie priaznivé účinky na organizmus človeka.

Keďže počas systémovej antibiotickej liečby môže dochádzať súbežne k zníženiu populácie probiotických kmeňov prirodzene sa vyskytujúcich v tráviacom trakte, je vhodné počas antibiotickej liečby, ako aj krátko po jej ukončení, sprevádzať liečbu antibiotikami aj vhodnou probiotickou substitúciou.

VITAMÍN C A ZINOK (substitúcia)

Niektoré antibiotiká znižujú vstrebávanie vybraných vitamínov a minerálov, predovšetkým vitamínu C, vitamínu E, vitamínu K, zinku, vápnika a magnézia.

Vitamín C a zinok sú nevyhnutné pre správne fungovanie imunitného systému, ktorý je vplyvom prebiehajúcej bakteriálnej infekcie, ale aj v dôsledku indikovanej antibiotickej liečby vystavený nadmernej záťaži.

Z uvedených dôvodov je vhodné počas prebiehajúcej terapie antibiotikami substituovať vitamín C a zinok.

REHYDRATÁCIA

Základom správneho účinku väčšiny perorálne podávaných liečiv je dostatočná hydratácia organizmu. Nedostatok tekutín môže mať negatívny vplyv na mieru absorpcie a distribúcie perorálne užívaných liečiv.

V prípade antibiotík, u ktorých miestom účinku majú byť mäkké a parenchymatické tkanivá, je dostatočná hydratácia organizmu spoločným faktorom ich dostatočného prieniku na miesto určenia a tým aj ich antimikrobiálnej účinnosti.

Zvýšené nároky na rehydratáciu sú pri antibiotickej liečbe kladené v prípade, ak sa ako nežiaduci účinok antibiotík objavia hnačkovité stavy.

Medardovo čaro Sypaná čajová zmes s obsahom vitamínu C

Výrazne aromatická zmes, ktorá vznikla spojením šípok, ibišteku s orientálnymi koreninami a čiernym čajom. Obsahuje vitamín C, má antioxidačné vlastnosti a pozitívne vplyva na kontrolu glykémie. Je vhodný na podporu trávenia, imunity a pre diabetikov.

Spôsob prípravy:

Na prípravu 1 litra čaju zalejeme 8 čajových lyžičiek obsahu balenia. Necháme vylúhovať 3 minúty, následne obsah zlejeme a pridáme citrón alebo limetku.





Ľudský mikrobióm: Ako funguje?

Na našom poslednom seminári ma veľmi zaujala prezentácia o črevnom mikrobióme. Verím, že tento prehľad zaujme aj vás.

Každý z nás má vo svojom tele vnútorný komplexný ekosystém baktérií, ktorý nazývame mikrobióm. Rôznorodé množstvo mikróbov, možno nájsť v ľudskom tele na miestach, ako je gastrointestinálny trakt, dýchacie cesty, koža a reprodukčný systém. Spoločenstvá baktérií a iných mikroorganizmov vytvárajú lokalizovaný mikrobióm, ktorý hrá zásadnú úlohu v zdraví a chorobe. Podľa Katedry chémie a biochémie na University of Colorado „ľudský mikrobióm pozostáva z 10 – 100 biliónov symbiotických mikrobiálnych buniek a je tvorený predovšetkým z baktérií v čreve. Mikrobióm nie je len pasívnym okoloidúcom, ale aktívne ovplyvňuje viaceré funkcie hostiteľa vrátane cirkadiálneho rytmu, nutričných reakcií, metabolizmu a imunity.“

Po celý život pomáhame formovať naše vlastné mikrobiómy – a navyše sa prispôbujú zmenám v našom prostredí. Napríklad stav jedla, ktoré jeme, spánok, množstvo baktérií, ktorým sme denne vystavení, a úroveň stresu, s ktorým žijeme, pomáhajú určiť stav mikrobiómu.

Zloženie mikrobiómu sa môže medzi jednotlivcami výrazne líšiť a môže kolísť na základe zmien v stravovaní, vystavenia novým prostrediam a akútnych alebo chronických zmien spojených s ochorením.

Poškodenie mikrobiálnej komunity, ktoré prekoná tolerančné schopnosti tela, spôsobuje dysbiózu a rozšírenie špecifických mikrobiálnych druhov nad ostatné, čo sa následne podieľa na rozvoji mnohých chorôb ako sú zápalové ochorenia čriev (IBD), autoimunitné a alergické poruchy, Alzheimerova choroba, depresia a rakovina.

Črevný mikrobióm je nápomocný pri energetickom metabolizme a imunitnej odpovedi. Poruchy prospešných interakcií hostiteľ-mikrób spôsobujú aberantnú aktiváciu imunitných buniek, čo následne vedie k chorobám a metabolickým poruchám, ktoré zahŕňajú imunitu, vrátane ulceróznej kolitídy a Crohnovej choroby, obezity, cukrovky a iných.

Porovnanie mikrobiómov zdravých jedincov s chorými jedincami ukazuje, že jedinci, ktorí čelia akútnym alebo chronickým ochoreniam, majú menšiu diverzitu mikroorganizmov a sú náchylnejší na infekciu cudzími patogénmi, v dôsledku znížených funkcií ich imunitného systému.

LIEČIVÁ A MIKROBIÓM

Liečivá a mikrobióm majú na seba obojsmerný vplyv. V nedávnom skríningu liekov mala takmer jedna štvrtina z viac ako 1 000 liekov podávaných na rôzne ochorenia, ale neboli to antibiotiká, antibakteriálne účinky pri testovaní proti 40 kmeňom ľudských črevných baktérií. V inej štúdii sa 176 z 271 liekov inkubovaných so 76 ľudskými črevnými mikróbmi výrazne rýchlejšie metabolizovalo tak, že sa znížila hladina lieku o viac ako 20 %.

Nové objavy v oblasti liekov a biologickej dostupnosti liečiv sa zameriavajú na identifikáciu a dodávanie farmakologicky účinnej látky, ktorá je potenciálne zameraná na špecifickú molekulárnu zložku. Ľudský mikrobióm v celej svojej komplexnosti hrá integrálnu úlohu pri udržiavaní funkcií hostiteľa, ako je metabolizmus a imunita. Dysregulácia v tomto zložitom ekosystéme je však spojená s rôznymi chorobami, od zápalového ochorenia čriev až po rakovinu.

Liečivá a baktérie majú na seba nepopierateľný vplyv a pochopenie súhry medzi mikróbmi a liekmi by mohlo viesť k novým terapeutickým cestám alebo k zmenám v spôsobe podávania existujúcich liekov. Ľudský mikrobióm môže nielen ovplyvniť naše metabolické funkcie, ale má tiež silné schopnosti v modulácii farmakoterapie, pretože mikróby ovplyvňujú farmakokinetiku a farmakodynamiku liekov.

Vzhľadom na veľkú úlohu, ktorú mikrobióm zohráva v imunita a naopak, je dôležité implementovať správne stratégie zacielenia pri vývoji systémov dodávania liekov.

S ďalším výskumom, ktorý sa vykonáva na tieto kľúčové témy, vrátane imunomodulácie prostredníctvom mikrobiálneho zloženia, prebiotického a probiotického inžinierstva a cielených formulácií, by mohlo dôjsť k výraznému zlepšeniu liečby chorôb.

ZDROJE:

G. Galazzo: *Development of the Microbiota and Associations With Birth Mode, Diet, and Atopic Disorders in a Longitudinal Analysis of Stool Samples, Collected From Infancy Through Early Childhood*

P. Zimmermann: *Association between the intestinal microbiota and allergic sensitization, eczema, and asthma: A systematic review*

Valeria M. Juarez: *Microbiome as an immune regulator in health, disease, and therapeutics*



POŠKODENIE MIKROBIÁLNEJ KOMUNITY, KTORÁ PREKONÁ TOLERANČNÉ SCHOPNOSTI TELA, SPÔSOBUJE DYSBIÓZU A ROZŠÍRENIE ŠPECIFICKÝCH MIKROBIÁLNYCH DRUHOV NAD OSTATNÉ, ČO SA NÁSLEDNE PODIEĽA NA ROZVOJI MNOHÝCH CHORÔB AKO SÚ ZÁPALOVÉ OCHORENIA ČRIEV (IBD), AUTOIMUNITNÉ A ALERGICKÉ PORUCHY, ALZHEIMEROVA CHOROBA, DEPRESIA A RAKOVINA.



PharmDr.
Petra Haár Némethová,
farmaceut



Búšenie srdca ako jeden z typických symptómov klimaktéria u žien

Obdobie klimaktéria prináša do života ženy veľa zmien. Táto fyziologická životná etapa prichádza na začiatku pozvoľna, potom zvykne udrieť plnou silou. Najčastejším a veľmi nepríjemným príznakom hormonálnych zmien ženy v tomto období sú návaly horúčav. Hormóny estrogén a progesterón, ktoré pri tomto „proces“ zohrávajú dôležitú úlohu, však môžu spôsobovať aj ďalšie ťažkosti ako napríklad búšenie srdca.

KLIMAKTÉRIUM TRVÁ AJ 10 ROKOV A MÁ VIACERO FÁZ

Klimaktérium, alebo ľudovo nazývaný prechod, začína u žien individuálne. Najčastejšie prichádza v období od 45. do 55. roku života. Môže nastúpiť aj oveľa skôr alebo, naopak, neskôr. Celé obdobie klimaktéria trvá približne 10 rokov a delí sa na štyri fázy: premenopauzu, perimenopauzu, menopauzu a postmenopauzu (obdobie po poslednej menštruácii). Počas tohto polčasu života ženy sa postupne spomaľuje činnosť vaječníkov, pričom sa výrazne znižuje produkcia ženských hormónov – estrogénov a gestagénov.

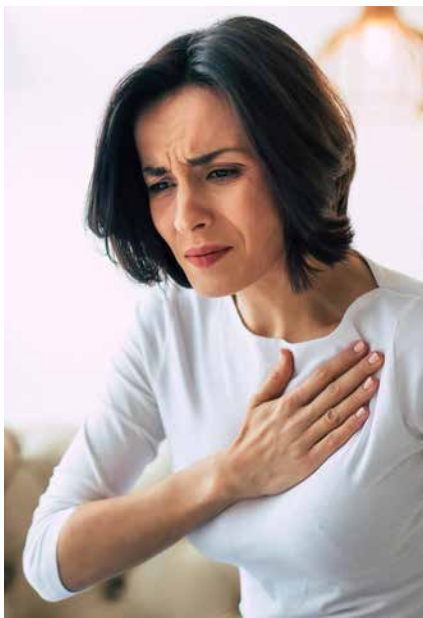
Všetky fázy klimaktéria sú mnohokrát sprevádzané novými, pre ženu nepoznanými pocitmi. U každej ženy prebieha prechod individuálne, najčastejšie sú návaly horúčav, zmeny nálad, suchosť pošvy a veľmi často sa objavuje aj búšenie srdca, tzv. palpitácia. Nepravidelný srdcový rytmus u žien v klimaktériu je spôsobený zníženou produkciou estrogénu. Tento hlavný ženský hormón má okrem iného vplyv aj na krvný tlak a cholesterol. Jeho nedostatok tiež stojí za zvýšeným odbúraním vápnika z kostí, osteoporózou, rovnako za ukladaním tukových látok a vápnika do stien ciev, čo môže spôsobovať ich stuhnutie (aterosklerózu) a to môže viesť až k srdcovému infarktu.

ČO ROBIŤ, ABY ŽENY MALI BÚŠENIE SRDCA POD KONTROLOU?

Viacere štúdie poukazujú na spojenie medzi zdravým srdcom a menštruáciou. Ženy, ktoré majú pravidelný menštruačný cyklus, sú menej vystavené srdcovým ochoreniam ako ženy, ktoré majú menštruáciu občas alebo vôbec. „Búšenie srdca ako jeden z typických symptómov klimaktéria trápi nejednu ženu. Príde nečakane, môže trvať 3 – 5 minút, niekedy aj dlhšie. Väčšinou nejde o nič závažné, žena je však právom vystrašená, keďže sa doposiaľ s týmto nestretla. Obava a úzkosť z neznámeho, môžu prispieť k zhoršeniu príznakov,“ hovorí MUDr. Adriana Šimková, PhD, všeobecná lekárka a hlavná odborníčka Ministerstva zdravotníctva pre všeobecné lekárstvo.

ČO BY MALA ŽENA UROBIŤ, ABY MALA BÚŠENIE SRDCA POD KONTROLOU, AK MÁ ZÁROVEŇ PODOZRENIE, ŽE PRICHÁDZA KONIEC OBDOBIA PLODNOSTI?

„Vyhľadať gynekológa, ktorý rozhodne o ďalšej liečbe, šitej na mieru pre ženu. Môže zvoliť napríklad substitúciu hormónmi, ktoré nahrádzajú, respektíve vyrovnávajú hladinu ženských pohlavných hormónov. Ak žena môže užívať hormóny, je to najideálnejšia voľba. Vyžaduje sa však



disciplína pacientky – musí absolvovať pravidelné preventívne prehliadky, vrátane mamografie,“ hovorí MUDr. Adriana Šimková. Podľa jej slov príznaky pri liečbe ustupujú (a to nielen búšenie srdca) do približne 2 – 3 mesiacov. Navyše je žena chránená aj pred srdcovo-cievnymi komplikáciami, ako je napríklad srdcový infarkt či cievna mozgová príhoda. „Na interných oddeleniach alebo na jednotkách intenzívnej starostlivosti pribúdajú ženy vo vyššom veku. Mladšie ročníky tam takmer nenájdete.“

NESTRESUJTE, ÚLAVA EXISTUJE

Búšenie srdca v období tzv. prechodu by ženy rozhodne nemali podceňovať. Ak nevedia, čo ho môže spôsobovať, je potrebné vyhľadať všeobecného lekára. Ten vie vo svojej ambulancii odhaliť príčinu ťažkostí, resp. ochorenia, ktoré môže príznaky zhoršovať. „V niektorých prípadoch nastaví liečbu alebo pošle pacienta na iné odborné vyšetrenia. Ak je žena riziková pacientka, lekár nastaví pravidelné kontroly, a to najmä vtedy, ak indikuje lieky napríklad na spomalenie pulzu,“ hovorí MUDr. Adriana Šimková.

Pri búšení srdca si žena môže pomôcť napríklad užitím magnézia. „Niektoré ženy siahajú aj po užití benzodiazepínov. Tu chcem upozorniť na možnosť vývoja syndrómu závislosti, a preto, ak pociťuje úzkosť, je vhodné sa poradiť s psychiatrom o vhodnom liečive, ktoré by uľavilo a zastabilizovalo výkyvy. No a potom sú tu voľnopredajné tzv. fytoestrogény z radu prírodných produktov, po ktorých siaha veľa žien v období tzv. polčasu. Možnosť alternatívnej liečby tu je, neexistujú však relevantné štúdie o jednoznačnej bezpečnosti a účinnosti. Preto pred ich užitím odporúčam poradiť sa s lekárom,“ dodáva MUDr. Adriana Šimková.

ČO TEDA UROBIŤ, KEĎ SA TELO ŽENY MENÍ A DÁVA TO NAJAVO RÔZNYMI SPÔSOBNAMI?

V každom prípade je potrebné navštíviť všeobecného lekára, ktorý pacienta bude inštruovať ďalej. Keďže estrogén chráni aj srdce, ktoré je teraz viac zraniteľné, odporúčame merať si pravidelne tlak s dôrazom na pulz, ktorý môže byť v tomto období zrýchlený.

Každý kvalitný, ideálne kalibrováný tlakomer meria súbežne s krvným tlakom aj tepovú frekvenciu. Tá by pri pokojovom režime nemala presiahnuť 60 úderov za minútu. Krátkodobé zvýšenie nemusí ešte indikovať zdravotné problémy. Pri dlhodobejšom zvýšenom tepe by žena mala spozornieť a poradiť sa so svojim lekárom. A tak, ako si pacienti zapisujú alebo prístroj ukladá hodnoty krvného tlaku, pozornosť sa venuje aj tepu. Sledovať a zdieľať zdravotné údaje s lekárom môžu pacienti napríklad pomocou tlakomeru OMRON M7 Intelli IT. V pohodlí domova dokáže upozorniť na riziko fibrilácie predsiení srdca – atriálnej fibrilácie. Upozorní aj na detekciu nepravidelných pulzov či na nebezpečnú rannú hypertenziu.

Riziko srdcovo-cievnych ochorení v období klimaktéria je vyššie ako kedykoľvek predtým. Všetko sa však dá ustáť a žena môže ďalej žiť plnohodnotný život bez obmedzení. Zdraviu prospieja pohyb, zdravá strava a netreba zabúdať aj na psychickú potravu vo forme radostí, ktoré život prináša.

Text: Celimed, s.r.o.

VEDELI STE, ŽE:

- **Správny tep** je ukazovateľom funkcie a výkonnosti cievneho systému.
- **Správna frekvencia** sa mení podľa záťaže, pri pokojovom režime by nemala presiahnuť 60 úderov za minútu.
- **Vyššia srdcová frekvencia** vzniká vtedy, keď telo potrebuje viac kyslíka. Kratšie intervaly sťahov pomáhajú srdcovému svalu.
- **Dlhodobý zvýšený pulz** – 90 až 100 úderov za minútu – sa nazýva tachykardia a môže viesť k srdcovému zlyhávaniu.
- **Dlhodobý zvýšený pulz** sa neobjavuje len u žien v menopauze, môže súvisieť aj s cukrovkou, poruchami štítnej žľazy, stresom, obezitou a tiež kofeínom.
- **Nepravidelný rýchly tep** môže byť tiež príznakom fibrilácie predsiení.
- **Ženy** majú vo všeobecnosti **vyšší pulz** ako muži.
- **Šport chráni vaše srdce.** Srdcový tep sa pri športovej aktivite síce krátkodobu zdvihne, aby sa telo dostatočne okysličilo, avšak z dlhodobého hľadiska je trénovanejšie.





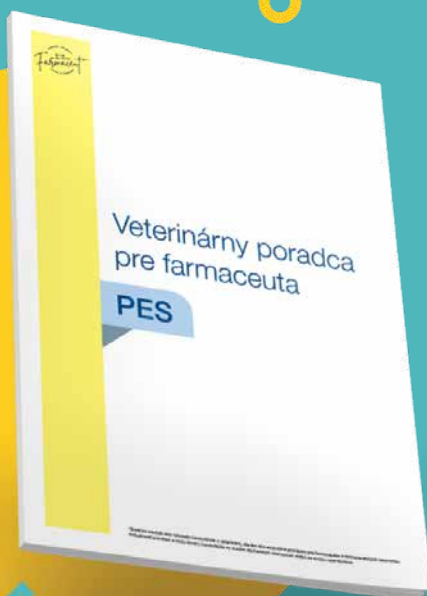
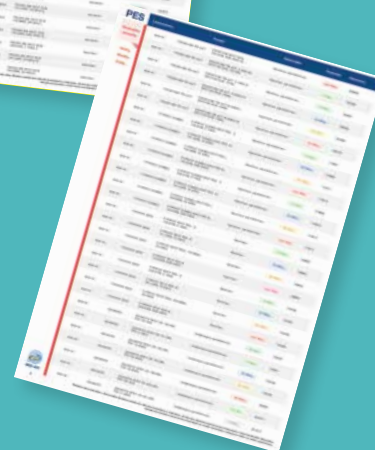
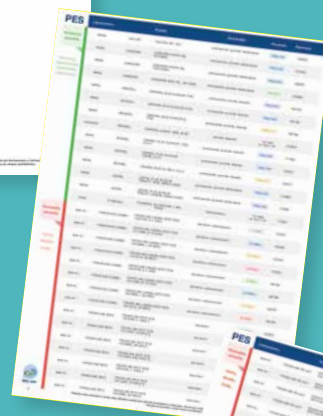
Stiahnite si Veterinárneho poradcu pre farmaceuta: PES*

Autor: PharmDr. Patrícia Martišovičová, spoluautor: MVDr. Ivan Fiebig
<https://somfarmaceut.sk/veterinarny-poradca-pre-farmaceuta/>



V poradcovi nájdete položky z kategórie:

- Vnútročné parazity
- Vonkajšie parazity
- Relax, spánok, upokojenie
- Uši
- Oči
- Zuby
- Probiotiká
- Hnačka
- Imunita
- Rany
- Maškrty
- Osteoporóza
- Konzervy
- Granuly



* Brožúra neslúži ako náhrada konzultácie u veterinára, ale iba ako edukačná pomôcka pre farmaceutov a farmaceutických laborantov. Aktuálnosť položiek a kódu tovaru konzultujte so svojim obchodným zástupcom alebo so svojou operátorkou.

Praktická príručka pre farmaceuta

Milí kolegovia, som veľmi rada, že vám môžem predstaviť jedinečnú odbornú, pracovno-obchodnú pomôcku „Veterinárny poradca pre farmaceutov“, ktorú si môžete stiahnuť na stránke www.somfarmaceut.sk.

Vo Veterinárnom poradcovi pre farmaceuta nájdete základné informácie, ktoré vám v praxi uľahčia expedíciu a poradenstvo v oblasti veterinárnej farmakológie pre chovateľov psov. Všetky odporúčané veterinárne lieky a doplnky spomenuté v brožúre sú voľnopredajné.

Brožúra je rozdelená na základe indikácií, s ktorými sa najčastejšie v praxi stretávame. Nájdete si danú indikáciu a následne už podľa účinnej látky alebo aj váhy si vyberiete, čo by bolo vhodné poradiť chovateľovi pri vašej odbornej expedícii.

Mojou prácou v humánno-veterinárnej lekárni som za roky praxe získala množstvo informácií v liečbe zvierat. My farmaceuti sa potrebujeme orientovať v komplexnej škále farmakológie, teda aj veterinárnej farmácií. Takto vznikla myšlienka začať robiť Miniškolu veteriny a následne spraviť niečo pre vás všetkých do praxe vo forme veterinárneho poradcu. Aby som aj vám zjednodušila prácu v lekárni s veterinárnym sortimentom, predkladám túto praktickú príručku. Myslím si, že ako farmaceuti hráme dôležitú úlohu v komplexnom organizme, nielen humánnom, ale i veterinárnom. Ľudia majú dôveru v nás lekárnikov ako odborníkov a uprednostňujú poradenstvo v lekárni pred inými cestami, ako napríklad len jednoduchým kúpením produktu v chovprodukte, kde chovateľ nemôže dostať odborné farmakologické poradenstvo z klinického, patologického a fyziologického pohľadu.



VŠETKY DOMÁCE ZVIERATÁ POTREBUJÚ NIELEN DOMÁCU, ALE AJ ODBORNÚ LEKÁRENSKÚ STAROSTLIVOSŤ.

BENEFITY LEKÁRNE

Do lekárne si viete lieky objednať do pár hodín, lekáreň je otvorená dlhšie ako veterinárne ambulancie a je to najbližšie prístupné odborné pracovisko. Odporúčam vám aj spoluprácu s miestnym veterinárnym lekárom, kde ako farmaceut i veterinár vytvoríte konziliárny tím. Takýmto postupom uľahčíme prácu veterinárom, ktorých zámerom by malo byť hlavne diagnostikovať, nie predávať lieky. Nechajme veterinárnych lekárov diagnostikovať a my lekárnici pomôžeme v ďalšom doliečení pacienta či v prevencii pred ochoreniami.

Uvedomujem si situáciu, že v lekárňach je nízka koncentrácia veterinárnych liekov a liečiv. Myslím si však, že je vhodné využiť možnosť rozšíriť si portfólio svojej lekárne aj o veterinárny sortiment a získaním väčšej návštevnosti lekárne si zvýšiť aj svoj zisk. Zamerajte sa na lieky a doplnky, ktoré máte v tejto brožúrke, a toto bude posúvať vašu lekáreň dopredu. Využite túto možnosť, môžete tak pomáhať všetkým zvieratám.

MOJA RADA NA ZÁVER?

Vytlačte si aspoň jednu kópiu veterinárneho poradcu do lekárne, nikdy neviete, kedy sa na vás pacient obráti s prosbou vyliečiť svojho člena rodiny. Do budúcnosti mám ambíciu postupne pre vás pripraviť veterinárneho poradcu aj pre iné zvieratá.

Text: PharmDr. Patrícia Martišovičová, Vaša Lekáreň Zdenka Nitra
široký sortiment humánnych, veterinárnych liekov a chovateľských potrieb



Phovia® – novinka v dermatológii a prvé skúsenosti

Kožné ochorenia sú často dlhotrvajúce a ich liečenie je zdĺhavé. Okrem toho sa choré zviera môže stať zdrojom infekcie pre svoje okolie. Spoločnosť Vetoquinol uviedla na trh technológiu, ktorá sa ukazuje ako významná pomoc pri liečbe kožných ochorení. Ide o terapeutický systém Phovia® využívajúci pozitívny účinok svetelného žiarenia na zdravie pokožky ľudí a zvierat. Táto nová technológia sa využíva aj v humánnej medicíne, kde pomáha pri liečbe akné, vredov predkolenia alebo tzv. diabetickej nohy.

Zatiaľ čo o biologických účinkoch infračerveného a ultrafialového žiarenia sme presvedčení a sú dôvodom našich obáv z nadmerného opaľovania, účinok viditeľného svetla, ktorý tvorí len malú časť svetelného spektra, zvyčajne nie je taký známy. Pozitívny účinok viditeľného svetla na živé bunky sa označuje ako fotobiomodulácia – FBM.

Systém Phovia® pozostáva z lampy, ktorá vyžaruje neškodné viditeľné modré svetlo, a gélu, ktorý toto svetlo premieňa na užitočné žiarenie. Gél sa aplikuje priamo na kožu a po ožiarení lampou uvoľňuje širokospektrálne fluorescenčné žiarenie priamo do kože. Medzi gélom a pokožkou sa takto nevytvorí priestor, v ktorom by sa svetlo mohlo odrážať alebo rozptyľovať. Táto situácia pripomína používanie imerzného oleja pod objektívom mikroskopu. Jav, pri ktorom látka po ožiarení vonkajším zdrojom emituje svoje vlastné žiarenie, sa označuje ako fluorescencia. Niektorí z nás ho poznajú z baru, kde pôvodne bezfarebný gin-tonik zrazu pod UV lampou zažiarí na modro. Vráťme sa však k systému Phovia®: Veterinárny lekár pripraví aktívny gél a nanesie ho v tenkej vrstve na postihnuté miesto. Výhodou je, že gél dokáže pokryť aj ťažko dostupné miesta, ako je napríklad vonkajší zvukovod, ťažko dostupné kožné záhyby atď. Potom na dve minúty osvetlí oblasť špeciálnou lampou. Toto ošetrenie by sa malo vykonávať dvakrát týždenne, ale obe aplikácie možno spojiť do návštevy veterinárnej ambulancie raz týždenne.

Čo sa stane po ožiarení? Spočiatku si nevšimneme žiadne zmeny. Po krátkom čase môže, ale nemusí pokožka sčervenat' alebo zblednúť, tieto prípadné symptómy však čoskoro vymiznú. Aj keď nič nevidíme, v rane a jej okolí prebiehajú intenzívne zmeny. Hlavným účinkom fluorescenčného svetla na tkanivo je aktivácia enzýmov (najmä cytochróm c oxidázy)

a zvýšenie produkcie ATP. Zjednodušene možno ATP označiť za univerzálny zdroj energie pre väčšinu bunkových činností. Zdravá pokožka a podkožné bunky dostávajú akúsi „energetickú injekciu“ alebo, dalo by sa povedať, dodatočnú „životnú silu“. Zvyšuje sa produkcia kolagénu, ktorý je základom novej pokožky. Rýchlejšie rastú cievy, ktoré prekrvujú nové tkanivo. Rana sa rýchlejšie zahojí a nová koža je silná a odolná.

Baktérie prítomné v poranenej oblasti sú tiež vystavené účinku fluorescenčného žiarenia. Ich bunky však nedokážu s energiou narábať tak dokonale a pri jej náhlom nadbytku odumierajú.

Ako som už spomenul na začiatku, systém Phovia® je vhodný na podporu liečby hnisavých aj nehnisavých kožných ochorení. Energia fluorescenčného svetla preniká maximálne do hĺbky niekoľkých milimetrov, čo obmedzuje použitie FBM skutočne len na pokožku. Veľmi dobré výsledky poskytuje aj pri hnisavých interdigitálnych ochoreniach (interdigitálna furunkulóza) a komplikovaných zápaloch vonkajšieho zvukovodu. Rýchlejšie hojí aj rany po operáciách a úrazoch. Použitie FBM pri veľkých ranách, napríklad po mastektómii alebo odstránení nádoru, je vhodnou terapiou. U zvierat, ktoré opakovane trpeli určitými kožnými ochoreniami, napríklad hnisavou dermatitídou na alergickom základe, pozorujeme, že po liečení pomocou FBM sa bezproblémové obdobie niekoľkonásobne predlžuje.

Systém Phovia® nemá za cieľ nahradiť tradičné terapie, ale môže ich dopĺňať a ich kombinácia je pre pacienta prospešná. Čas hojenia hnisavých ochorení sa skrúti približne o polovicu. Samotný zákrok je bezbolestný a okrem naniesenia a následného umytia aktívneho gélu sa lekár vôbec nedotýka pokožky. Niektoré temperamentné zvieratá je ťažké udržať v pokoji dve minúty. Skúsený chovateľ to ľahko zvládne a dá sa pomôcť aj podaním upokojujúceho prostriedku pre zviera (napríklad Zylkene®) približne hodinu pred zákrokom.

Systém Phovia® skrúca čas hojenia, a tým aj čas podávania liekov. Najdôležitejšie je, že skrúca čas bolesti, svrbenia a nepohodlia našich domácich miláčikov. A práve v tom vidím jeho hlavnú výhodu.

Text: MVDr. Viktor Kočí, CSc., Product manager Vetoquinol, s. r. o.

PHOVIA®

Regenerácia kože silou svetla

*svetelná
terapia*



Kožné ochorenie u psov a mačiek môže byť veľkou záťažou.

Dlhotrvalá liečba, dlhé obdobie vášho miláčika v ochrannom golieri a zdanlivo nekonečné čakanie, než ho budete môcť znovu pohladiť a pomazať sa.

Existujú však aj iné možnosti!

Svetelná terapia

(t.j. fotobiomodulácia) napomáha zlepšiť stav pokožky. Je vedecky dokázané, že urýchľuje regeneráciu kože. Ide o neinvazívnu a vyskúšanú procedúru, ktorá je k dispozícii v tejto ordinácii. Porozprávajte sa s veterinármi o nových inovatívnych možnostiach, ktoré vám môžeme ponúknuť.

Phovia® je zaregistrovaná veterinárna technická pomôcka. Len pre zvieratá.



Pour féliciter 2023

S príchodom vianočného obdobia prichádza aj čas poďakovať sa tým, zásluhou ktorých mohol byť uplynulý rok úspechom. A tak v duchu Vianoc...

Ďakujeme a prajeme vám príjemné prežitie sviatkov a šťastný nový rok!



MED-ART