



# lékárna a léky

PŘÍLOHA O PREVENCI A LÉČBĚ, ZDRAVÍ A NEMOCI, O LÉČIVECH A DOPLŇCÍCH STRAVY

Na stránkách této přílohy, i když je realizována jako inzertní, v příkladech hovoříme o konkrétních přípravcích, usilujeme o vzdělávání, a to zejména tam, kde existuje reálná možnost vyvolat odpovídající zájem široké veřejnosti o vlastní zdraví. Cílem této přílohy není podpora předepisování, prodeje nebo spotřeby léků, jejichž profily nebo příklady jsou zde uvedeny pro výše zmiňovanou edukaci.

Vydává: EDUKAFARM, s. r. o.

Kancelář: Peckova 9, 180 00 Praha 8  
tel.: 224 252 435, fax: 222 516 048,  
e-mail: edukafarm@edukafarm.cz,

Šéfredaktor: PharmDr. Zdeněk Procházka

Odborná redakce:

PharmDr. Vladimír Végh, Mgr. Lucie Kotlářová,  
MUDr. Pavel Kostiuk, CSc., MUDr. Jiří Slíva

Poradní sbor: www.edukafarm.cz

Design: ing. Jindřich Hurt, EDUKAFARM

## MÁTE TRÁVICÍ OBTÍŽE A CÍTÍTE SE OSLABENÍ?

Využijte přípravek SynBIO, který kombinuje probiotika obnovující rovnováhu střevní mikroflóry a imunomodulační beta-glukan. O zdravé střevo a imunitní systém je potřeba pečovat včas a dlouhodobě!

### Probiotické bakterie

Naše střevo osídluje miliardy bakterií, které si s námi v průběhu historického vývoje vytvořily tak silné vztahy, že naše životní funkce jsou s nimi velmi těsně spojeny. Nejedná se přitom pouze o správnou funkci trávení.

Střevo je orgán, ve kterém dochází k nejtěsnějšímu kontaktu s látkami z vnějšího prostředí. Bakterie, jež zde žijí, se proto nepodílejí pouze na trávicích procesech, ale svou aktivitou stimulují buňky imunitního systému ve stěně střeva a udržují ho tak v dobré kondici. Narůstající počet vědeckých studií potvrzuje, že správné vztahy v tomto systému se podílejí nejen na správném zažívání, ale také na prevenci jak akutních, tak chronických onemocnění.

### Beta-glukany

U beta-glukanů získaných z některých druhů hub, např. z hlívy ústřední, jsou pozorovány nejvýraznější imunomodulační vlastnosti. Obecně platí, že beta-glukany zvyšují odolnost organismu proti virovým, bakteriálním, plísňovým a parazitárním onemocněním, zvyšují obranyschopnost proti chemickým karcinogenům, zvyšují tvorbu červených a bílých krvinek a prodlužují dobu přežití při smrtelných dávkách ozáření.

### Kombinace probiotik a beta-glukanu je pro zdravé střevo ideální!

SynBIO obsahuje originální kombinaci probiotik a beta-glukanu, která příznivě a komplexně ovlivňuje rovnováhu střevní mikroflóry a zároveň posiluje imunitní systém. Jednotlivé složky mezi sebou navzájem spolupracují a jejich společným ovlivněním dochází ke vzájemnému zesílení účinnosti – k **synergickému** účinku. Tato kombinace je proto vhodná především při poruchách trávení (bolesti břicha, nadýmání, zácpa, průjem), u nichž je celkové posílení organismu vždy žádoucí.

**SynBIO obsahuje unikátní probiotika 4. generace Duolac™**



NA ZDRAVÍ ZÁLEŽÍ

*The Art of Natural Healthcare*

**SynBIO**



**Eucerin® krémový gel na opalování pro citlivou pokožku s antioxidantem AGR a vitamínem E představuje účinnou prevenci před vznikem slunečních alergií (např. polymorfní světlá erupce) a před škodlivým působením UV záření**

Doporučená maloobchodní cena je 499 Kč

**V naší internetové lékárně jen za 424 Kč**  
V prodeji na [www.samoleceni.cz](http://www.samoleceni.cz)



**Potřebujete vyřešit aktuální zdravotní problém?**

**Navštivte lékárnu na internetu**

**SAMOLÉČENÍ.cz**  
ZDRAVÍ, LÉKY a VY

- poradenství na základě zkušeností z praxe
- odbornost garantována vzdělávací společností Edukafarm
- registrováno u Státního ústavu pro kontrolu léčiv
- on-line poradna
- stálá akční cenová nabídka

# DEPRESE NENÍ SLABOSTÍ CHARAKTERU

## Jak se projevuje deprese?

Deprese je doprovázena snížením sebevědomím a ztrátou sebedůvěry, bezdůvodnými obavami a úzkostí, pocity méněcennosti a domnělého provinění, myšlenkami na sebevraždu, neschopností radovat se ze zážitků a věcí, které dříve těšily, nezájmem o sebe, svou práci, rodinu, přátele či své dosavadní záliby a koníčky. Deprese není slabostí charakteru, ale má příčinu v nerovnováze hladin některých přenašečů (zejména serotoninu) v mozku. Jde tedy o duševní poruchu, která není ovlivnitelná samotnou pacientovou vůlí, naštěstí je však dobře léčitelná.

## Depresivní náladu lze léčit!

Především nedostatečná snášenlivost syntetických léčiv je jednou z příčin, proč se v řadě medicínských oborů obrací pozornost k některým možnostem fytotherapie, především k tradičně užívaným léčivým bylinám. Jejich účinnost a bezpečnost se zkoumají v klinických studiích a posuzují z hlediska medicíny založené na důkazech. Mezi léčivé byliny s antidepressivními účinky patří třezalka tečkovaná a šafrán.

### Odborná redakce Edukafarm

(z podkladů MUDr. Jiřiny Kosové,  
Psychiatrické centrum Praha,  
3. LF UK, Praha)

*V současnosti je deprese nejčastějším psychiatrickým onemocněním v obecné populaci. Přibližně 25 % lidí prožije během života nejméně jednu epizodu deprese. Výskyt depresí v posledních desetiletích vzrůstá, přičemž od konce druhé světové války je zaznamenán posun počátku onemocnění do nižších věkových kategorií. Ženy trpí depresí přibližně dvakrát častěji než muži. Ve vztahu k věku onemocní depresí nejvíce mužů a žen v rozmezí 22–44 let.*

Z volně prodejných prostředků bývají tradičně používány zejména extrakty z třezalky. Jejich účinnost je poměrně dobře potvrzená u mírných až středně těžkých depresí. Nevýhodou však je nežádoucí ovlivnění účinku jiných léčiv (v kardiologii např. warfarin či digoxin, a také hormonální antikoncepce, jiná antidepressiva, antiepileptika). Pozornost je též potřeba věnovat fotosenzibilizaci (přecitlivělá reakce na sluneční světlo), zejména u osob se světlejší pletí.

Podobná antidepressivní účinnost byla však v současné době prokázána i u extraktu ze šafránu. Šafrán je tradičním prostředkem orientální medicíny při depresích a celkové sklíčenosti. Podobně jako u třezalky, je jeho účinek založen na ovlivnění hladiny serotoninu. K dispozici je několik klinických studií, jež prokazují podobnou účinnost extraktu ze šafránu a syntetických antidepressiv. Šafrán však měl výrazně méně nežádoucích účinků a nebyly zaznamenány žádné nežádoucí interakce s jinými léčivy.

Na našem trhu je extrakt ze šafránu v lékárnách dostupný v přípravku **Saframyl**. Patentovaný extrakt ze šafránu (*Satiereal*) spolu s L-tryptofanem a vitamínem B<sub>6</sub> příznivě ovlivňuje hladinu serotoninu a přináší úlevu při depresivních náladách.



- extrakt ze šafránu
- působí proti depresivní náladě
- ověřeno v klinických studiích

# BACILLUS CLAUSII – NOVÉ PROBIOTIKUM K PREVENCI ALERGIE U DĚTÍ

## Novinka přichází z Itálie

Italští pediatři ve své praxi a také v klinických studiích ověřili, že probiotický kmen *Bacillus clausii* působí příznivě tím, že stimuluje střevní imunitní systém, respektive zprostředkovává specifickou imunitní odpověď, a navozuje tak příznivou ochranu před rozvojem alergických onemocnění. Vynikajících zkušeností bylo dosaženo zejména u alergické rýmy a také u opakovaných infekcí, jejichž léčba je často spojena s antibiotiky. Proto je mimořádně důležité, že *Bacillus clausii* je rezistentní vůči širokému spektru antibiotik, a to vůči řadě penicilinové, cefalosporinové, tetracyklinové (i dalším), a měl by být užíván vždy společně s antibiotiky. Díky odolnosti vůči tak širokému spektru antibiotik, jež je výjimečnou vlastností mezi probiotiky, napomáhá *Bacillus clausii* obnově narušené střevní mikroflóry během užívání antibiotik.

## Probiotika a antibiotika

Podané probiotikum by mělo efektivně chránit střevní sliznici po dobu užívání antibiotika, přežít v jeho přítomnosti, a tak snižovat nepříznivý dopad antibiotické léčby. Tato vlastnost se probiotikům všeobecně přisuzuje. Realita je

### Odborná redakce Edukafarm

(z podkladů MUDr. Pavla Fruhaufa,  
Klinika dětského a dorostového lékařství,  
1. LF UK a VFN, Praha)

*Střevní mikroflóra má schopnost modulovat specifický imunitní systém ve střevě. Smysl probiotik tedy spočívá v přesměrování imunologické paměti ještě dříve, než je ustanovena imunitní odpověď na antigeny (látky tělu cizí) z okolního prostředí, tzn. během prvních let života dítěte. Ze všech probiotických kmenů se momentálně jeví v prevenci alergií jako nejvíce účinný Bacillus clausii.*

ovšem odlišná, protože běžně používané probiotické kmeny jsou odolné většinou pouze vůči úzké škále antibiotik. Situace je obdobná jako u patogenních (choroboplodných) bakterií. Některé bakterie vykazují odolnost vůči současně podávanému antibiotiku, jiné jsou k antibiotiku rezistentní a v jeho přítomnosti hynou, což člověk pozná tak, že antibiotika buď takzvané zaberou, či nikoliv. V oblasti odolnosti vůči antibiotikům má tedy *Bacillus clausii* výjimečné postavení.

## Bacillus clausii je obsažen v přípravku Probacin

*Bacillus clausii* se stal neodmyslitelnou součástí italské domácí lékárníčky pro své výše uvedené výjimečné účinky. Právě z důvodu dlouhodobé zkušenosti s touto látkou v pediatrii je *Bacillus clausii* ve své zemi u dětí podáván už od 6 měsíců věku (v době rizika vzniku alergických reakcí, infekcí a při každé léčbě antibiotiky). Vysoká účinnost a bezpečnost přispěly k tomu, že se přípravek s obsahem *Bacillus clausii* stal vítězem v oblasti volně prodejných přípravků používaných v Itálii. V českých lékárnách je dostupný od 1. 7. 2009 pod názvem Probacin.



doplňek stravy

- nový probiotický kmen
- nová léčivá forma

# ÚRAZY – ODVRÁCENÁ STRANA LETNÍCH RADOVÁNEK

## odborná redakce Edukafarm

Léto začíná, blíží se prázdniny a pro dospělé i děti to znamená zvýšenou pohybovou aktivitu, suchozemské i vodní sportování. Ale za všemi těmito radovánkami číhají leccjaká nebezpečí – především zvýšený výskyt úrazů.

Stačí uklouznout na travnatém svahu a přinejmenším pohmožděnina či odřenina je na světě. .

### Jak vznikají pohmožděny

Při pádech či prudkých pohybech jsou nejohroženějšími částmi těla svaly, šlachy, vazy, kosti a klouby. Nejčastěji dochází k podvrtnutím nebo pohmožděním – bolestivým stavům vzniklých úrazem, při nichž většinou není porušena celistvost tkání. Někdy jsou provázeny krevním výronem, např. při podvrtnutí kotníku se objevuje modřina na zevní nebo i vnitřní straně kolem hlezna. V mechanismu vzniku pohmožděnin může hrát, kromě nárazu zvenčí, významnou roli prudký tlak měkkých tkání na kost (pod vlivem nárazu zvenčí). Postižené místo oteče, je teplejší a bolestivé. Může dojít i k omezení funkce postiženého kloubu. V případě, že je zhmžděna končetina, objevuje se především bolestivost při pohybu, například při chůzi. Bolestivost postižené oblasti není vždy úměrná závažnosti poranění (pohmoždění může bolet víc než zlomenina).

### Kdy k lékaři a kdy se můžeme léčit sami?

První pomoc můžeme určitě poskytnout sami. Postižená část těla (např. končetina) by se měla uvést do klidu a uložit do zvýšené polohy. Při pohmožděních kloubů, výronech či podezření na vykloubení se doporučuje končetinu znehybnit a ledovat, což může zabránit rozvoji krvácení a otoků. Pokud je poraněná končetina či její části v nepřírozené poloze, nebo je výrazně omezena její pohyblivost, či bolesti postižené partie jsou veliké nebo přetrvávají několik dní, je třeba konzultovat lékaře. U nekomplikovaných pohmožděním si můžeme často pomoci sami. K ošetření pohmožděnin jsou k dispozici přípravky pro lokální aplikaci, které působí především protizánětlivě. Kromě lokálních přípravků s obsahem tzv. nesteroidních antirevmatik můžeme použít i Traumaplant – mast obsahující výtažek z kostivalu.

### Léčivý kostival

Kostival je léčivá rostlina s prospěšným působením na poranění měkkých tkání (svaly, klouby, šlachy). Výtažek z kostivalu působí protizánětlivě, proti bolesti a má hojivý účinek u podvrtnutí, pohmožděnin, ale i odřenin. V lékárnách se můžeme setkat s dalšími mastmi s obsahem kostivalu, ale Traumaplant je jediná mast tohoto druhu registrovaná jako lék, tedy přípravek, jehož účinnost i bezpečnost jsou doloženy klinickými studii. Obsahuje přesně odměřené množství kostivalu získaného ze šťávy čerstvě vyliisovaných nadzemních částí rostliny kostivalu cizího a neobsahuje tak toxické alkaloidy, které mohou při lokálním použití způsobit silné podráždění kůže a při dlouhodobém podávání i poškodit játra. Při výběru léku použitelného i u dětí je třeba navíc uvážit, že některé lokální přípravky s obsahem nesteroidních antirevmatik se smějí užívat až od 14-15 let, zatímco Traumaplant lze použít i u menších dětí. Je užitečné mít takovou mast v lékárníčce, především v období dovolených a prázdnin, kdy je pravděpodobnost poranění vysoká, především u dětí. Víme přece, že tito neuhlídatelní tvorové se svou velkou pohyblivostí a neopatrností jsou zkrátka riziková. Tak budme připraveni.



## PROFIL LÉČIVÉHO PŘÍPRAVKU

# TRAUMAPLANT

### Charakteristika:

Traumaplant je mast s protizánětlivým a hojivým účinkem, určená k lokální léčbě pohmožděnin a ran. Obsahuje komplex látek získaný lisováním šťávy z čerstvě natě kostivalu cizího (*Symphytum peregrini*). Mast působí na povrchu na otevřená poranění a je účinná i do hloubky, což má velký význam u hlubokých zánětů po tupých poraněních. Hlavními nositeli účinku jsou cholin, kyselina rozmarýnová a alantoin, což jsou vesměs látky s působením proti zánětu a otoku a s hojivým účinkem na rány. Cholin zlepšuje prokrvení zanícených tkání. Zároveň utěšňuje membránu kapilár a tím působí proti otokům. Kyselina rozmarýnová má kromě působení proti otokům také výrazné vlastnosti protizánětlivé. Alantoin podněcuje regenerační pochody v poškozené tkáni a podporuje hojení. Použitý emulzní systém mastového základu výrazně podporuje vstřebávání účinných látek a zdůrazňuje jejich protizánětlivý účinek.

### Statut:

Léčivý přípravek, volně prodejný v lékárnách.

### Složení:

Koncentrát šťávy vyliisované z čerstvě sklizené natě kostivalu cizího (*Symphytum peregrini*) v emulzním mastovém základu.

### Použití:

Traumaplant se používá k ošetření pohmožděnin, distorzí, bolestí svalů a kloubů a špatně hojících ran.

### Dávkování a způsob podání:

Přípravek je určen k zevnímu použití. Pokud není doporučeno jinak, nanáší se potřebné množství masti několikrát denně na postižené místo. Vhodné je použití formou mastového obvazu. Pokud při poranění obtíže neustoupí do tří dnů, je třeba přerušit léčbu a vyhledat lékaře. Bez porady s lékařem lze přípravek používat nejdéle 14 dní.

### Balení:

50 g nebo 100 g masti v tubě.

### Výrobce:

Harras Pharma Curarina, Německo

### Výhradní zastoupení a distribuce v ČR:

IBI, spol. s r. o.,  
Senovážné nám. 5, 110 00 Praha 1  
Tel./zázn.: 281 028 230, fax: 281 028 232  
e-mail: ibi@ibi.cz, www.ibi.cz



Lék k zevnímu užití  
Čtěte pečlivě příbalovou informaci



## PROČ JE DŮLEŽITÉ SLEDOVÁNÍ KREVNÍHO TLAKU?

Zvýšený tlak krve nijak nebolí, a ani jej není možné – kromě extrémních hodnot – rozpoznat. Smutnou skutečností však je, že vysoký tlak krve (hypertenze) je potenciálně smrtícím onemocněním. Zvýšený krevní tlak patří k nejvýznamnějším faktorům, které zvyšují riziko srdečně-cévních onemocnění. Ta jsou přitom v České republice nejčastější příčinou úmrtí jak u mužů, tak u žen.

Vědecký pokrok přinesl významný posun v možnostech léčby těchto onemocnění. Je však zapotřebí včas je rozpoznat a účinnost léčby v jejím průběhu správně kontrolovat. Kontroly krevního tlaku by se přitom neměly omezovat pouze na kontrolní vyšetření u lékaře. Měření krevního tlaku v domácích podmínkách není žádným složitým úkonem a přináší cenné informace o průběhu léčby.

Moderní měřicí přístroje jsou vybaveny řadou inteligentních funkcí, které se dokážou přizpůsobit širokému rozsahu měřených hodnot krevního tlaku, a jejich ovládání je velmi jednoduché. Tyto přístroje by podobně jako osobní váha měly patřit k výbavě domácností, v nichž si lidé uvědomují význam péče o vlastní zdraví.

Například tonometry na paži japonské firmy Omron, modely M6 a M6 Comfort, které najdete v lékárnách a prodejnách zdravotnických potřeb, jsou vybaveny technologií *Intellisense*, která nafukuje manžetu podle aktuálního tlaku, a brání tak bolestivému stlačení paže, dokáže zpracovat i nepravidelný srdeční tep, má velký displej a jednoduché ovládání jedním tlačítkem. Konstrukce manžety umožňuje měření v širokém rozsahu obvodu paže. Přesnost měření je klinicky ověřena na renomovaných lékařských pracovištích a splňuje veškeré požadavky České společnosti pro hypertenzi.

### tonometr na paži OMRON M6 Comfort



Více informací o krevním tlaku a jeho měření najdete na [www.krevnitlak.cz](http://www.krevnitlak.cz)

## DOPLŇKY STRAVY VÝZNAMNĚ PROSPÍVAJÍ OČÍM

Četné studie poukazují na přímou souvislost mezi výživou a zdravím očí. Dostatek antioxidantů ve stravě a v doplňcích stravy významně přispívá ke snížení rizik závažných očních onemocnění.

Zdravá strava má blahodárný vliv nejen na celkový zdravotní stav, ale důležitá je i pro oči. Bylo prokázáno, že oční tkáň a oční buňky potřebují ke své funkci kromě známého vitamínu A také vitaminy C a E

### Oči potřebují lutein a zeaxantin

Zrak se neobejde ani bez dvou klíčových antioxidantů: luteinu a zeaxantinu. Oba tyto karotenoidy ochraňují buňky sítnice před nežádoucími vlivy, jako jsou kouř, smog nebo sluneční záření. V kombinaci s dalšími antioxidanty snižují riziko například věkem podmíněné makulární degenerace, což je závažné oční onemocnění, které může vést až k praktické slepotě. Pokud chceme očím dopřát to nejlepší, je potřeba pravidelně jíst ovoce a zeleninu, kde se lutein a zeaxantin jako přirozené barvivo vyskytují. Optimální jsou papriky nebo listová zelenina. Zeaxantin se také nachází v pomerančích, mandarinkách nebo ve vaječném žloutku

### Výživa a doplňky stravy

Pouze zdravá strava však nestačí. Doporučuje se proto od určitého věku užívat i doplňky stravy, které očím dodají všechny potřebné látky v optimálním množství. Volně dostupným preparátem je například *Ocuvite® LUTEIN forte*. Díky struktuře tablet s postupným uvolňováním látek stačí tento doplněk stravy užívat pouze jednou denně.



Více na [www.ocuvite.cz](http://www.ocuvite.cz).

## ROTAVIROVÉ INFEKCE U DĚTÍ

Rotavirové infekce jsou v České republice ročně příčinou až 100 000 případů těžkých průjmů u dětí. Statistiky uvádějí, že do pěti let života se s rotavirovou infekcí setká více než 95 % dětí. Kvůli průběhu infekce se jedná o nejčastější příčinu hospitalizace u dětí.

### Život ohrožující průjmy

Rotavirus je virus, který infikuje povrch střevní výstelky a způsobuje těžkou formu gastroenteritidy – zánětu žaludku a tenkého střeva. Rotavirová gastroenteritida se projevuje horečkou, zvracením, bolestmi břicha a těžkým průjemem. Dochází tak k velkým ztrátám tekutin a k rychlému odvodnění organismu (dehydrataci). Tu křečky dětský organismus poměrně těžce snáší a často je na jeho stabilizaci potřebné dítě hospitalizovat. Zanedbání odborné péče by mohlo vést až k úmrtí dítěte.

Rotavirové infekce se přenášejí velmi často zanesením viru do úst, kontaktem mezi dětmi, kontaminovanými rukama, hračkami, ale i vzduchem. Rotavirové částice si na pevných předmětech uchovávají infekčnost až 10 dnů. Virus je poměrně odolný vůči různým dezinfekčním prostředkům, a jeho šíření tak není závislé např. na stavu domácnosti.

### Očkování je nejúčinnější metodou prevence

Jedinou možností, jak předejít nebezpečným průjmům u dětí, je očkování. Očkování proti rotavirovým infekcím ochrání dítě v nejkritičtější době od narození (očkovat je možné už po pár týdnech života) do pěti let. V Evropské unii je očkování doporučeno řadou odborných společností a v některých zemích je zahrnuto do běžného očkovacího kalendáře dětí. Vakcína RotaTeq, dostupná v České republice, zajišťuje vysokou míru ochrany před tímto typem infekcí. Přináší tak velmi cennou možnost ochránit sebe i své dítě před stresovou situací, jakou rozhodně každá hospitalizace přestavuje.

PharmDr. Vladimír Végh, Edukafarm, Praha



# FOTOSENZITIVITA U LOKÁLNÍCH NESTEROIDNÍCH ANTIFLOGISTIK

Fotoalergické reakce jsou vzácné. Postihují jen vnímavé osoby a jsou zprostředkovány buňkami imunitního systému. Působením světla dochází k přeměně na antigeny. Tyto reakce obvykle úporně svědí, nejsou závislé na intenzitě ozáření a přesahují plochy těla vystavené slunci.

Pro lokální nesteroidní protizánětlivá léčiva je typická fototoxicita. Tato reakce nesouvisí s imunitním systémem a může postihnout všechny jedince, bez ohledu na předchozí senzibilizaci. Chemická látka přijímá energii slunečního záření, aktivuje se a vznikají vysoce reaktivní radikály, které následně odpovídají za poškození pokožky.

Intenzita kožních projevů závisí na koncentraci vyvolávající látky ve tkáni a na dávce záření. Akční spektrum fototoxicky působících látek leží zejména v oblasti UVA záření (320–400 nm) a v oblasti viditelného světla (400–760 nm). Fototoxická reakce svým projevem připomíná vystupňované spálení sluncem, neodpovídající délce pobytu na slunci. Pozorujeme silné začervenání, otok, v těžších stadiích až tvorbu puchýřů. Často přetrvává pozánětlivá hyperpigmentace. Projevy nepostihují místa, která nebyla vystavena světlu.

## MUDr. Veronika Myjavcová Kožní oddělení, Pardubická krajská nemocnice, a.s.

*K léčbě bolesti svalů a kloubů různého původu se s výhodou používají nesteroidní protizánětlivá léčiva (antiflogistika). Výhodné je zejména místní podání, kdy je léčba více cílená a nedochází k dráždění žaludku. Obvykle je tato léčba spojena s minimálními nežádoucími účinky. V souvislosti s nastávajícím létem je však vhodné upozornit na zvýšené riziko typicky „letního“ nežádoucího účinku – možnou fotosenzitivní reakci.*

Ani v letním období není třeba vzdávat se možnosti léčit lokálními nesteroidními protizánětlivými léčivy. Nejdůležitější je však informovanost pacienta a prevence. Ačkoliv fototoxickou reakci může v různé míře vyvolat prakticky celá skupina NSA (diklofenak, ibuprofen, indometacin, ketoprofen, naproxen, piroxikam, kyselina salicylová), pouze některé výrobky na českém trhu mají informaci o preventivních opatřeních v příbalovém letáku, případně na obalu. Zároveň je nutné pacienty na možnost vzniku této reakce upozornit

a při místní léčbě nesteroidními protizánětlivými léčivy dodržovat několik jednoduchých pravidel:

- použít jen doporučené množství léčiva v závislosti na ošetřované ploše;
- ošetřit výhradně postiženou oblast;
- po aplikaci externa si umýt ruce mýdlem;
- chránit ošetřené místo před sluncem (event. soláriem) po dobu léčby a ještě minimálně dva týdny.

Ochrana proti slunečnímu záření je možná oděvem. Většina běžně nošených oděvů v jisté míře UV záření propouští, proto je potřeba se navíc chránit pomocí ochranných přípravků s UV filtrem. Byla provedena řada studií moderních širokospektrých přípravků, které ověřily jejich účinnost při prevenci fototoxické reakce. Tyto ochranné prostředky musí mít označení UVA v kroužku, které značí vysokou ochranu proti UVA záření, a co nejvyšší hodnotu SPF (ideálně 50+). Nanášejí se krátce po aplikaci lokálního protizánětlivého léčiva, přibližně 30 minut před plánovaným vystavením slunci, v dostatečném množství. Před viditelnou částí slunečního spektra však chrání především vhodné oblečení.

## NOVÉ MATERIÁLY PRO HOJENÍ RAN

Aktuální poznatky kladou důraz na vytvoření adekvátně vlhkého prostředí, které podporuje hojení ran a správnou tvorbu jizvy. Zároveň je však potřeba zabránit bakteriální kontaminaci rány a přiměřeně zachytávat možné mokvání a hnis, protože tyto rozkladné produkty mohou zpomalovat proces hojení. Pokrok ve výrobních technologiích umožňuje využívat v medicíně mnohé materiály s doslova revolučními vlastnostmi. Jedním z nich je aktivované uhlíkové vlákno.

### Aktivované uhlíkové vlákno

Obvazové materiály s aktivním uhlím se vyrábějí z celulóзовého vlákna, které je podobné jako medicínální uhlí při vysoké teplotě karbonizováno bez přístupu vzduchu. Vznikající uhlíkové vlákno má vysokou pevnost a pružnost, je z něj možné vytvářet textilie, které lze skládat, ohýbat a stříhat bez strachu z třepení. Zároveň si ponechává charakteristické vlastnosti aktivovaného uhlí – tj. vysoký stupeň vnitřní porozity. Podobně jako aktivované uhlí v plynové masce dokáže toto uhlíkové vlákno absorbovat řadu organických látek, jedů, mikroorganismů i zápach. Absorpce bakterií do nitra vlákna je fyzikálním principem antibakteriálního působení. Výhodně se tyto materiály proto používají u těžce se hojících, mokvajících, hnisajících a infikovaných ran v době čištění. Podle charakteru rány může být takový obvaz ponechán na ráně až několik dní, a významně se tak snižuje potřeba převazů.

### Odborná redakce Edukafarm

(s využitím podkladů prof. MUDr. Aleny  
Pospíšilové, Dermatovenerologická  
klinika, Lékařská fakulta MU a FN, Brno)

*Moderní obvazové materiály plní kromě základní funkce ochrany rány mnohé další funkce, často jsou proto nazývány jako „terapeutické“ obvazové materiály. Vycházejí z poznání přirozeného mechanismu opravy poškozené tkáně a snaží se vytvořit ideální prostředí pro zacelení rány.*

### Jak vypadá moderní léčba a hojení ran?

Moderní obvazové materiály se značně liší od tradičně používané gázy. Funkční materiály, jako je např. aktivované uhlíkové vlákno, představují dnes významnou pomoc v mnoha komplikovaných případech, které by tradičními prostředky nebyly řešitelné.

Moderní léčba využívá prostředků, které vytvoří v ráně přiměřené vlhké prostředí, ve kterém mohou probíhat buněčné a biochemické procesy, směřující k výstavbě nové granulační tkáně a uzavření rány nově vytvořeným epitelem. Příkladem nejnovější 3. generace přípravku pro léčbu a hojení ran je absorpční krytí s uhlíkovým vláknem Tecasorb.

### Jaký je přínos pro pacienta?

Například zmiňovaný Tecasorb je přípravek, který má silnou absorpční schopnost (absorbuje bakterie, toxiny, pachy – má účinek deodorační), staví krvácení, je netoxický, nesenzibilizuje (nevyvolává alergické reakce), podporuje čištění rány, urychluje nástup granulační fáze a celého procesu hojení. Je měkký, poddajný, tvarovatelný, přizpůsobivý kožnímu povrchu, lehce aplikovatelný i snímatelný, nemocného netraumatizuje. Využití tedy má u infikovaných defektů (typu bércového vředu apod.), kde se významně podílí na čištění rány, vytvoření přiměřeně vlhkého prostředí a urychlení hojivého procesu. Tecasorb tedy má široké použití. K dispozici je v lékárnách.



# Glyvenol® 400

tribenosidum

**- lék pro Vaše nohy, o který se můžete skutečně opřít**

Znáte ten pocit těžkých, oteklých nebo unavených nohou?

## TEST

ANO NE

Bolí Vás nohy?

 

Máte sedavé zaměstnání nebo naopak dlouho stojíte?

 

Je Vám více než 35 let?

 

Cítíte někdy pocit těžkých unavených nohou?

 

Máte dědičné dispozice pro křečové žíly?

 

Trápí Vás nadváha či vysoký krevní tlak?

 

Cestujete na dlouhé vzdálenosti?

 

Kouříte?

 

Odpověď/a jste ANO na většinu otázek?

**Tak právě pro Vás a Vaše nohy může být Glyvenol® 400 tím správným řešením.**

Pokud Vás trápí bolest nohou, nejste v tom sami. Sedavé zaměstnání, dlouhé stání nebo jen vysoké podpatky mohou způsobit problémy s cirkulací krve v dolních končetinách.

Glyvenol® 400 je schválený léčivý přípravek, který pomáhá udržovat elasticitu žil krevního oběhu, zmenšuje otoky a působí příznivě na ústup zánětu a bolesti<sup>1</sup>. Bezpečnost přípravku byla ověřena dlouhodobým používáním<sup>1</sup>.

Glyvenol® 400 je doporučován mnoha praktickými lékaři a 9 z 10 pacientů je s jeho účinkem<sup>2</sup> spokojeno.

**Glyvenol® 400 - lék pro Vaše nohy, o který se můžete skutečně opřít.**

Zeptejte se svého lékaře či lékárníka.

Glyvenol® 400 je lék k vnitřnímu užití. Léčivá látka Tribenosidum. Pečlivě čtěte příbalový leták. GLY-002/05/2009

Reference:

1. Spc-Glyvenol (datum poslední revize textu 26. 9. 2007)
2. Gfk HealthCare, Market research 145.493 - Venotonics - Glyvenol, 2007. Zadávatel Novartis.



**NOVARTIS**

Novartis s. r. o. Pharma, Nagano III., U Nákladového nádraží 10, 130 00 Praha 3  
Tel.: 225 775 111, Fax: 225 775 222, [www.novartis.com](http://www.novartis.com)

## RACIONÁLNÍ POMOC PŘI HUBNUTÍ

PharmDr.  
Vladimír Végh

Edukafarm, Praha

*Dosažení ideální tělesné hmotnosti a její udržení je tématem zaujímavým tisíce, ne-li miliony stránek novin, časopisů, knih i internetu. Je to zcela pochopitelné – tělesná hmotnost je spojena s důsledky jak zdravotními, tak i sociálními. Lidské tělo je nastaveno na přežití a nestačilo se dosud přizpůsobit trvale dostačujícímu příjmu potravy.*



Zdravotní dopady obezity vedou k řadě chorobných příznaků. Ano – v tomto ohledu je obezita nemoc, která by se měla léčit. Pokud se k problému obezity postavíme tímto způsobem, je potřeba hledat pomoc v odborné léčbě.

Doposud byly všechny léky pro snížení tělesné hmotnosti dostupné pouze na lékařský předpis. V lednu 2009 však farmaceutická společnost GlaxoSmithKline (GSK) získala povolení, aby kapsle s obsahem 60 mg orlistatu, uváděné na trh pod názvem Alli, byly v zemích Evropské unie k dispozici jako volně prodejné léčivý přípravek.

### Orlistat

Orlistat blokuje v trávicím ústrojí činnost enzymu nazývaného lipáza, a omezuje tak vstřebávání tuků ze střeva. Tím dochází ke snížení energetického příjmu právě na úkor tuků. Celkový příjem živin přijatých z potravy se tak posouvá ve pro-

spěch bílkovin a sacharidů. Orlistat působí jen ve střevě, minimálně se vstřebává do krve, a proto pouze nepatrně ovlivňuje ostatní léčbu.

### Léčivý přípravek Alli

Alli je registrován jako léčivý přípravek a podobně jako ostatní léky prochází řadou klinických testů, které zaručují jeho účinnost a bezpečnost. Právě jeho velmi příznivý bezpečnostní profil stojí za uvolněním do volného prodeje v lékárnách

Alli není zázračnou pilulkou na hubnutí, zřetelně však pomáhá lidem, kteří se rozhodli se svou tělesnou hmotností něco dělat. Jeho správné místo je v kombinaci s redukční dietou s nízkým obsahem tuků, kde pomáhá nejen zhubnout, ale rovněž změnit stravovací návyky a ozdravit životní styl. Součástí léčby přípravkem Alli je proto celá řada podpůrných nástrojů, které najdete na webových stránkách [www.alli.cz](http://www.alli.cz).



Léčivý přípravek k vnitřnímu užití. Obsahuje orlistat. Před použitím čtěte pečlivě příbalovou informaci.

více informací na **SAMOLÉČENÍ.cz**

# O DIABETOLOGII S PROFESOREM KVAPILEM

## 1) Co nového bychom mohli říci pacientům s cukrovkou?

Diabetologie je jedním z oborů medicíny, a jako taková je založena na vědecké bázi. Cukrovka (diabetes mellitus) je proto zkoumána ze všech možných úhlů s cílem pochopit ještě lépe mechanismy, které vedou ke vzniku jejích jednotlivých typů, a současně s cílem zlepšit možnosti léčby. V poslední době byly uveřejněny výsledky celé řady klinických studií, o jejichž dopadu na léčbu pacientů s cukrovkou se nyní diskutuje. Podle mého soudu jednoznačně potvrdily, že cílem léčby má být u naprosté většiny nemocných dosažení takového stavu, kdy je v krvi koncentrace cukru (glykemie) stejná jako u zdravého člověka. Dále tyto výsledky potvrdily, že pro léčbu, která je cílena k dosažení normálních hodnot krevního cukru, je nutno využívat takové postupy a léky, které nezvyšují riziko hypoglykemie („přestřelení“ účinku, které sníží koncentraci cukru v krvi víc, než je zapotřebí). Ale to nejdůležitější je zjištění, že kvalitní léčba skutečně v dlouhodobějším výhledu významně sníží ohrožení infarktem, sníží riziko všech komplikací cukrovky a prodlouží život pacientů.

## 2) Do lékařské praxe byla nedávno uvedena nová účinná látka – sitagliptin. Co konkrétně přináší tato nová látka pro pacienty?

Sitagliptin je prvním představitelem zcela nové třídy léků na cukrovku. Zjednodušeně je možno říci, že jeho účinek je zprostředkován jeho schopností upravit odchylky přítomné v organismu pacienta s diabetem 2. typu. Je prakticky stejně účinný jako dosavadní „tabletky“ na cukrovku (perorální antidiabetika). Jeho hlavní výhodou je, že nezvyšuje riziko hypoglykemie (výše zmíněného snížení cukru pod normální hodnoty).

## 3) Pro které pacienty je tento nový lék vhodný?

Je jedním z léků, jež lze použít v kombinaci s metforminem, což je látka, kterou se obvykle začíná při léčbě cukrovky 2. typu. Bohužel, nenahradí inzulín, a u pacientů, kteří inzulín užívají, není podání sitagliptinu ještě povoleno. Co je však nejdůležitější, sitagliptin pomáhá pacientům dosáhnout a udržet normální hodnoty krevního cukru, nicméně dokáže to pouze u těch nemocných, kteří dodržují základní pravidla životosprávy předepsané lékařem. I když by si to řada nemocných přála, sitagliptin nenahradí dietu a pohyb. Podle dosavadních zkušeností se zdá, že je to lék bezpečný, u nějž právě



prof. MUDr. Milan Kvapil, CSc., MBA  
předseda České diabetologické společnosti  
a přednosta II. interní kliniky LF UK,  
FN v Motole

přestřelení účinku a snížení cukru pod hodnoty zdravého člověka nehrází.

## 4) Velký význam má samozřejmě životospráva pacientů. Lze pozorovat u pacientů nějaký trend ke zlepšování sebedisciplíny,

## nebo se při pokroku medicíny začínají více spoléhat na léčbu?

Podrobně tyto trendy nebyly zkoumány, a tak nemohu přesně popsat vývoj v čase. Nicméně jsem přesvědčen, že pokud se podaří vytvořit systém profesionálně školených edukátorů (zdravotníci, kteří jsou vyškoleni k výuce pacientů), pak by se mohlo podařit zlepšit výsledky té základní složky léčby diabetu 2. typu – dodržování diety a vhodného pohybového režimu.

## 5) Mnozí pacienti jsou po informacích velmi lační, jak mohou poznat hodnověrné informační zdroje?

Je přirozeností člověka, že hledá snadná a jednoduchá řešení. Obecný návod na rozpoznání kvalitních zdrojů informací od těch podvodných nelze poskytnout, ale myslím, že ty zdroje, které nabízejí zázračný účinek, aniž by pacient musel přiložit ruku k dílu, seriózní informace neposkytují. V životě není nic zadarmo, a když to někdo tvrdí, vždy se nakonec ukáže, že to bylo mámení. Je jedna rada, která funguje ve všech civilizacích a kulturách: máš-li problém, jdi a snaž se jej vyřešit. Samo se nic nespraví. Jednoznačně to platí i pro léčbu diabetu. Léky za pacienta nevyřeší nic, pokud on sám nepomůže.

Rozhovor vedl: PharmDr. Vladimír Végh,  
Edukafarm, Praha





**náplast  
proti  
bolesti,  
zánětu,  
otoku**

- ☺ na „GOLFOVÝ či TENISOVÝ loket“ ...
- ☺ na BOLEST svalů a zad...
- ☺ na BOLEST kloubů, či ZÁNĚT šlach...

# Flector® EP Tissugel

**aplikační forma:** náplast – balení 2 nebo 5 ks

- ☺ jednoduchá aplikace přímo na postižené místo
- ☺ nepřetržitý a rovnoměrný účinek po dobu 12 hodin
- ☺ urychlení léčby bez zatížení trávicího ústrojí



Pozorně si přečtěte příbalovou informaci. O vhodném použití přípravku se poraďte se svým lékařem či lékárníkem.

## Výhradní zastoupení a distribuce:

**IBI**, spol. s r.o.®  
Senovážné nám. 5, 110 00 Praha 1  
Tel./zázn.: 281 028 230, fax: 281 028 232,  
e-mail: ibi@ibi.cz, www.ibi.cz

## Výrobce:



IBSA Institut Biochimique SA  
Lugano, Švýcarsko

# ENTERINA – REVOLUCE V BOJI PROTI DĚTSKÉMU PRŮJMU

## Odborná redakce Edukafarm

*Probiotika jsou v současnosti považována za novou metodu biologické terapie s minimem nežádoucích účinků, nízkými ekonomickými náklady a s velkými perspektivními možnostmi v různých oborech lékařství. V dětském lékařství mají probiotika stále větší uplatnění, a to pro svoji bezpečnost.*

### Probiotika v léčbě průjmu u dětí – šetrná a účinná volba

V roce 2008 schválila Evropská společnost pro dětskou gastroenterologii, hepatologii a výživu (ESPGHAN) podávání probiotik jako velmi účinného a efektivního, a zároveň mimořádně šetrného prostředku pro potlačení akutního průjmu u dětí. Z hlediska bezpečnosti je podávání probiotik, na rozdíl od ostatních přístupů k léčbě akutních průjmů, velmi bezpečné, jelikož probiotika sama tvoří součást vlastní střevní mikroflóry zdravých jedinců.

Zásadní význam při používání probiotik u dětí má jejich optimální forma – dětem do tří let by měly být léky podávány v tekuté formě, měly by být chuťově přijatelné, dětmi oblíbené a jejich aplikace by měla být pro rodiče praktická. Dosud se výrobci probiotik potýkali s problémem, jak omezit vliv vlhkosti na stabilitu probiotik, které ve vlhkém prostředí hynou a ztrácejí svůj regenerační účinek při průjmu. Tato skutečnost odporuje používání vodných roztoků a kapek. Zároveň se hledala taková forma, která by byla pohodlná pro přípravu, dala by se jednoduše aplikovat na cestách a vyžadovala by minimální podmínky pro podání dítěti (vysypávání, rozpouštění v tekutinách atd.).

### Konečně nová léková forma pro děti

V poslední době byla vyvinuta exkluzivní dětská léková forma, která řeší výše zmíněný problém – probiotika jsou uložena samostatně v uzávěru lahvičky a do tekutého prostředí v lahvičce jsou přenesena až bezprostředně před užitím. Tím se řeší zásadní problém jejich životaschopnosti. Zároveň se dětem dostává tolik žádaná tek-

tá léková forma, přičemž samotné účinné probiotikum je převedeno do tekuté formy těsně před vlastní aplikací. Tato dětská forma probiotik splňuje i požadavek snadné aplikace na cestách.

### Enterina – potencionané probiotikum na průjem u dětí

Přípravek, který obsahuje zmiňovanou lékovou formu, se jmenuje Enterina. Je určen na akutní průjem u dětí, čemuž odpovídají jak vlastnosti jednotlivých obsažených probiotických kmenů, tak i obsah dalších podpůrných látek působících regeneračně na střevní sliznici. Enterina je doplněk stravy dostupný v lékárnách, který obsahuje probiotika, vitaminy skupiny B a vitamin K. Je dodáván jako 7 jednorázových lahviček. Jak bylo řečeno výše, zatímco probiotika a vitaminy se nacházejí v uzávěru lahvičky, roztok fruktózy, inulinu a koncentrovaná šťáva z plodů borůvek tvoří obsah samotné lahvičky. Roztok probiotik vznikne promícháním a protřepáním až před podáním dítěti.

Přípravek Enterina – jak svým složením s obsahem probiotik, tak svou exkluzivní dětskou lékovou formou – se stává jedinečným, efektivním a zároveň velmi šetrným prostředkem v boji s dětským akutním průjmem. Z hlediska aplikace se jedná o průlomový způsob podávání, zajišťující životaschopné probiotikum v tolik žádané tekuté formě pro děti.



více informací na [SAMOLÉČENÍ.cz](http://SAMOLÉČENÍ.cz)