

KÍGYÓ PÁTIKA

magazin

GONDTALAN NYÁR

- Visszérteszt
- Szemszárazság
- Allergia
- Körömgomba
- Egészségbiztosítás

21
tipp

Hogy többet tudjon
SPÓROLNI!

A fotóhoz a helyszínt a Napfényfürdő Aquapolis Szeged biztosította!



ALAPÍTVÁ 1874

Telefon: 06 (62) 547-174

AZ ÉV MINDEN NAPJÁN NYITVA*

***Kivéve ünnepnapokon!**

SZOMBATON ÉS VASÁRNAP IS NYITVA!

LEGYEN KEVESEBB *a gyógyszerkiadása!*

ORSZÁGOS EGÉSZSÉGBIZTOSÍTÁSI PÉNZTÁR ORVOSI VÉNYE			
Az orvos adatai:			
Dr. Orvos Elek kardiológus 1124 Budapest, Orosz u. 9. Tel.: 3/999-999			
			 (21) 1103593107429716
Beteg neve, címe:		Születési dátum:	
Páciens Tihamér			
Cím: 2013 Darvas, Hipochonder u. 10.		ENY:	
Kor: 100 év			
EU:			
Tartózkodási ország kódja (A1-A99)		Költség dátuma:	
123456789		2015. 01. 01.	
Jogcímetek:		BNO:	
☒ Magyar		12345	
☐ EU-s		☐ Külföldi	
☐ Helyi		☐ Nemzeti	
☐ Egyéb		☒ Nemzeti	
Szakorvosi javaslatra vonatkozó adatok:		Terhesítési eredménye (szüléskor):	
Rp:			
Vérnyomáscsökkentő - A 200 mg 30x Scat. orig. No unam (I), D.S.: 1 x 1 Térítési díj: 1.095 Ft			
KÍGYÓ PATIKA JAVASLATA: Vérnyomáscsökkentő - B (A-val megegyező hatóanyag) 200 mg 30x Scat. orig. No unam (I), D.S.: 1 x 1 Térítési díj: 685 Ft Megspórolható havonta: 410 Ft Megspórolható évente: 4.920 Ft			
beteg aláírása		termék átvételének aláírása	
Kiadás dátuma: A termék kiadójának kézzel írt: A receptet végző kézjegye:			

KÍGYÓ PATIKA
ALAPÍTVÁ 1874

Jöjjön el hozzánk, és szakmai tanácsokkal látjuk el a helyes gyógyszereszedésről.

23380594

Tartalom

Multivitamin.....	4
Izom és ízületi fájdalmak.....	5
Lábdagadás, visszér	6
Allergia.....	7
Fertőtlenítés.....	8
Székrekedés.....	9
Szív- és érrendszeri problémák.....	10
Tekintettel a hölgyekre	11
Probiotikum	12
Bőrápolás.....	13
Szemszárazság	14
Érzékeny, vörös szem	15
Szellemi frissesség	16
Recept.....	17
Csontritkulás	18
Vércukormérés	19
Allergia.....	20
Égészséges körmök.....	21
Stresszoldás	22
Hátfájás	23
Fájdalomcsillapítás	24
Hasi fájdalom.....	25
Kontaktlencse ápolás.....	26
Napozás, fényvédelem	27
Égészségbiztosítás	29
Rejtvény.....	30
Olasz naturkozmetikumok.....	31

KEDVEZMÉNYEINKRŐL:

Magazinunk számos, nagy értékű kedvezményt ajánl Olvasóinknak. Fontos tudnivaló, hogy mind a RENDKÍVÜLI ÁRKEDVEZMÉNY, mind a KUPON KEDVEZMÉNY esetén akcióink csak a Kígyó Patikában érvényesíthetők, más akcióval nem vonhatóak össze, azok 2013. augusztus 31-ig ill. a készlet erejéig érvényesek! A KUPON KEDVEZMÉNY esetében csak a kivágott és behozott kupon ellenében adhatunk engedményt!

GYERMEKRAJZ PÁLYÁZATUNK NYERTESE:

VÓNEKI LAURA 5 éves

TAVASZI SZÁMUNK REJTVÉNYÉNEK NYERTESEI:

GÁBOR LÁSZLÓ Szeged, Hüvelyk u.

DÉKÁNYNÉ MOLNÁR EDIT Szeged, József Attila sgt.

TRÁJER BRIGITTA Szeged, Gyöngyvirág u.

Kígyó Patika Magazin

– a szegedi Kígyó Patika ingyenes kiadványa.

Kiadja: a PHARMA KÍGYÓ Kft. Felelős kiadó a társaság ügyvezetője.
6720 Szeged, Klauzál tér 3.

Tel.: +36 62/547-174, 62/547-175, Tel./fax: +36 62/425-252
e-mail: kigyopatika@kigyopatika.hu, honlap: www.kigyopatika.hu

Megjelenik: 83 000 példányban.

Nyomás, terjesztés: Lapcom Kft. Szeged

Tervezés, design: InfoPress Reklámtűdó +36 (30) 317-3509

Termék manager: Szlobodnyik Péter

Az esetleges nyomdai hibákért és a hirdetések tartalmáért felelősséget nem vállalunk!

Az akcióink tájékoztató jellegűek, a pontos részletekről érdeklődjön patikánkban.

A képek illusztrációk, a termékek megjelenése esetenként eltérhet az újságban megjelentektől!

Wass Albert:
A NYÁR MENT ÁT AZ ERDŐN

3

Lehajtott fejjel, nesztelen haladt,
Hiába volt felhőbe-halt a lelke:
azért az erdő mégis észrevette.

Egy szél indult valahol csoda-könnyű,
s az izgatott fák halk morajra keltek.
Harangvirágok összecsislingeltek,
s egyszerre feldalolt minden madár:
„A Nyár! A Nyár! A Nyár!”

A nyár megállt,
és felemelte halkán a fejét.
Szomorúan a fákra nézett,
megtörölte két könnyes szemét
és ment tovább.

A bükkök alján elhalt a beszéd.
Szél megtorpant. Madár elhallgatott.
Csak a patak szíve zakatolt
nyugtalanul, rémülve, akadozva.

A nyár ment át az erdőn,
s amerre elhaladt;
a néma erdő döbönt katonái
tisztelegve álltak sorfalat.

Az emberek nem figyelik, hogy tél van-e vagy nyár, ha boldogok.
Őnök észrevették, hogy a tél után itt a nyár? Ha igen, akkor....

Kosztolányi egyszer azt állította egy írásában, hogy a siker 90%-ban pszichológia kérdése. Ehhez önfegyelem, türelem, akarat, kitartás szükséges, csupa olyan dolog, ami bennünk van... Mert bennünk van, hiszen hányszor bizonyította mindenki a saját életében. Mert siker minden, ami örömet okoz a lelkünkben, minden apró kis öröm, ami ott van a hétköznapijainkban. Mégis mi az a gát, amitől sokan úgy érzik, hogy sikertelenek? Valójában saját magunkat kell legyőznünk: a mohóságunkat, a félelmeinket, az elbizakodottságunkat, a saját Énünket. Kérdés legyőzheti az Én az Énemet? Igen, csak induljunk el Délre.... Aki Délre jön, annak a napi tevékenységét fel kell adnia és magát el kell engednie. El kell engednie az „Énjét”. Meg fogja látni, hogy Én nélkül is egészen jól meg lehet élni. Az első tapasztalat, amit az ember tesz, hogy a „vagyok” eltűnt. Kék ég van, napfény van, meleg van, szél van, sós víz van, hajó van, zaj van.

A másik tapasztalat, hogy egyszerre elkezdenek nem sietni. Hiszen semmi sem sürgős. Minél lassabban és minél kevesebbet – ez lesz a mottó. Az ember észreveszi, hogy az Én, aki állandóan kergette, nincs. Megnyugszik, és attól a pillanattól kezdve mindenre ráér. A harmadik tapasztalat a legfontosabb: Nem kell mindig gondolkodnia. Gondolkodás helyett Délen az embernek a dolgok észébe jutnak. Csak úgy, minden különösebb erőfeszítés nélkül. Észrevették, hogy a déli országokban szinte nincs köztéri óra? Mert ráérnek... mégis pontosan tudják mikor kell felkelni, enni, bort inni, élvezni az életet. Ha pedig a Déli konyhát nézzük, mennyire egyszerű minden: csak térszta, hal, paradicsom... De mindezekből csoda varázsolható... A közlekedésük kaotikus, de mintha őket ez sem zavarná, sőt élvezik ha nyomják a dudát...

Tehát nincs más dolgunk, mint elindulni Délre, hiszen itt a nyár, érezzük minden pillanatban, mert az emberek többsége bizony észrevette, hogy a tél után... hirtelen nyár lett...

Lehet, nem kell messzire mennünk, hiszen valamennyien itt élhetünk Délen – Dél-Magyarországon.... – a boldogság itt van velünk ...

A Kígyó Patikában ismét azon dolgozunk, hogy betegek gyógyszerkiadásait a lehető legkevesebbre szorítsuk. Ezeket lehet spórolni, ha eljönnek és a gyógyszereszeinkkel konzultálnak. Hiszen Önökért vagyunk 139 éve.

Dr. Zolnay Kriszta
gyógyszerárvezető



Támogassa nyáron is családja egészségét!

Újra beköszöntött a nyár! A hőség megviseli szervezetünket, gyengíti fizikai és szellemi teljesítőképeségünket, csökkenti a koncentrációt. A megfelelő mennyiségű friss gyümölcs és zöldség elfogyasztása ilyenkor sem sokkal könnyebb, mint az év többi részében, ám sajnos a rohanó élettempó mellett még nyáron sem mindenki figyel erre. Pedig az egészséges életmód és a kiegyensúlyozott, vegyes étrend nagyon fontos. Bár egyetlen étrend-kiegészítő sem helyettesítheti ezt, egy megfelelően megválasztott multivitamin készítmény egyszerűen és gyorsan hozzájárul a szervezet megfelelő működéséhez szükséges vitamin- és ásványi-anyagbevitelhez. A Centrum®-ban található vitaminok és ásványi anyagok arányát a család igényeihez igazítottuk. A Centrum® minden korosztály számára kínál kiegyensúlyozott összetételű multivitamin. Ez azért kiemelkedően fontos, mert a megfelelő vitamin- és ásványianyagbevitel hosszú távon járul hozzá az egészség megőrzéséhez. A Centrum® A-tól Z-ig® összetételét a 12 éven felüli serdülők és a felnőttek igényeinek megfelelően alakítottuk ki. A Centrum® Silver A-tól Z-ig® multivitaminnal az 50 év feletti korosztálynak sem kell lemondania az aktív életmódról, a málna és citrom ízű Centrum® Junior A-tól Z-ig® rágótabletta pedig már 4 éves kortól adható.

Milyen területeken támogatják egészségünket a Centrum® összetevői?

ENERGIA-FELSZABADÍTÁS

A B-vitaminok (B1, B2, B6, B12), a mangán, a magnézium és a foszfor részt vesznek a normál energiatermelő anyagcsere folyamatokban. A vas az oxigén, a réz pedig a vas normál szállításában vesz részt a szervezetben. A B2-, a B6-, a B12-vitamin, a pantoténsav és a folsav hozzájárulnak a fáradtság és a kimerülés csökkenéséhez.



A Centrum® összetevői támogatják az egészséges szervezet felépítésének és működésének megőrzését. Egyetlen étrend-kiegészítő, így a Centrum® sem helyettesíti a kiegyensúlyozott, vegyes étrendet és az egészséges életmódot.

A teljesebb életért



IMMUNITÁS

Immunrendszerünk működése számos mikro- és makrotápanyagon alapszik. A megfelelő mennyiségű A- és C-vitamin, szelén, réz és cink bevitel hozzájárul az immunrendszer normál működéséhez.

EGÉSZSÉGES BŐR

Az egészséges bőr nemcsak javítja a külsőt, de egyéb folyamatokat is támogat, például a D-vitamin képződését. A Centrum® A-vitamint, cinket, niacint és biotint tartalmaz, melyek hozzájárulnak a bőr normál állapotának fenntartásához. A C-vitamin hozzájárul a megfelelő kollagéneképződéshez és ezen keresztül a bőr normál állapotának, működésének fenntartásához.

NORMÁL LÁTÁS

Tudományos adatok bizonyítják, hogy a megfelelő tápanyag-bevitel nagyban elősegítheti a szem egészségének megőrzését. A kulcselemek, mint az A- és B2-vitamin, valamint a cink hozzájárulnak a normál látás fenntartásához.

VÉDELEM A KÖRNYEZETI STRESSZ ELLEN

A légszennyezés, a napsugárzás és az ózon stresszhatásnak teszik ki a szervezetet. A Centrum® megszüntetni ugyan nem tudja őket, de a benne található antioxidáns komplexnek köszönhetően a szervezet sikeresen veheti fel a harcot velük szemben. A C-vitamin, az E-vitamin, a szelén és a cink hozzájárulnak a sejtek oxidatív stresszel szembeni védelméhez.

EGÉSZSÉGES CSONTOK

Csontjaink számos ásványi anyagot tartalmaznak és életünk során folyamatosan újjáépülnek. Ezek megfelelő utánpótlásához vitaminok és ásványi anyagok szükségesek. A Centrum® megfelelő tápanyagcsoportja kalciumot, illetve D- és K-vitamint tartalmaz, melyek hozzájárulnak az egészséges csontozat fenntartásához.



Pfizer Kft., 1123 Budapest, Alkotás u. 53.
MOM Park

25%
KEDVEZMÉNY

Centrum® Junior A-tól Z-ig®

rágótabletta
30 db
Étrend-kiegészítő

EREDETI ÁR: 2025.-
AKCIÓS ÁR:

1519.-

Egységár: 50.633.-/db

506.- megtakarítás

Centrum® A-tól Z-ig®

filmtabletta, 30 db
Étrend-kiegészítő

EREDETI ÁR: 2025.-
AKCIÓS ÁR:

1519.-

Egységár: 50.633.-/db

506.- megtakarítás

Centrum® Silver A-tól Z-ig®

filmtabletta
30 db
Étrend-kiegészítő

EREDETI ÁR: 2210.-
AKCIÓS ÁR:

1658.-

Egységár: 55.266.-/db

552.- megtakarítás

KÍGYÓ PATIKA

ALAPÍTVÁ 1874



KUPON
KEDVEZMÉNY

Fontos tudnivaló a 3. oldalán!
Az akció 2013. augusztus 31-ig, vagy a készlet erejéig tart!

- 25 mg diklofenák-kálium tablettánként
- vény nélkül kapható



Voltaren Dolo® 25 mg bevonat tabletta

Fájdalomcsillapító és gyulladáscsökkentő gyógyszer

Hatóanyaga: 25 mg diklofenák-kálium bevonat tablettánként

VÉNY NÉLKÜL KAPHATÓ!

A **Voltaren Dolo® 25 mg** bevonat tabletta enyhíti az izom és ízületi fájdalmakat, a hátfájást, fejfájást, fogfájást és a menstruáció következtében fellépő fájdalmakat. Emellett mérsékli a megfázás, illetve influenza tüneteit, beleértve az izomfájdalmakat és a torokfájást, valamint csökkenti a lázat.

A KOCKÁZATOKRÓL ÉS A MELLÉKHATÁSOKRÓL
OLVASSA EL A BETEGTÁJÉKOZTATÓT, VAGY KÉRDEZZE
MEG KEZELŐORVOSÁT, GYÓGYSZERÉSZÉT!

KÍGYÓ PATIKA

ALAPÍTVÁ 1874



**RENDKÍVÜLI
ÁRKEDVEZMÉNY**

Fontos tudnivaló a 3. oldalon!
Az akció **2013. augusztus 31-ig**, vagy a készlet erejéig tart!
A KOCKÁZATOKRÓL ÉS A MELLÉKHATÁSOKRÓL
OLVASSA EL A BETEGTÁJÉKOZTATÓT, VAGY KÉR-
DEZZE MEG KEZELŐORVOSÁT, GYÓGYSZERÉSZÉT!

VOLTAREN DOLO

25 mg bevonat tabletta,
20 db



EREDETI ÁR: **1470.-**

AKCIÓS ÁR:

1250.-

Egységár: 62,5.-/db

220.- megtakarítás

VOLTAREN DOLO

25 mg lágy kapszula,
20 db



EREDETI ÁR: **1590.-**

AKCIÓS ÁR:

1352.-

Egységár: 67,6.-/db

238.- megtakarítás

15%
KEDVEZMÉNY

Egészségpénztári kártyára is megvásárolható.
Vény nélkül kapható gyógyszer.



Liotion gél

A Liotion Gél hatékonyan kezeli a **visszeres** panaszokat és visszaadja lábaim könnyedségét.



A szép, egészséges lábért

A visszereesség tünetei enyhíthetők, kialakulása késleltethető. Ebben nyújthat segítséget a Liotion® gél rendszeres használata.

A Liotion heparin tartalmú gél, amely eredményesen használható a visszereesség kezelésére és már az első tünetektől kezdve alkalmazható.

A heparin egy természetes eredetű hatóanyag, amely **gátolja** az érfalon keresztül történő folyadékkijutást, vagyis a **lábduzzanatot**, **fájdalmas lábfeszülést**.

A Liotion gél magas heparin tartalmával tehát a visszereesség sokoldalú kezelésére alkalmas: csökkenti a lábdagadást, a gyulladás és duzzanat okozta fájdalmat, valamint csökkenti a nehéz láb érzést.

A Liotion gél:

- ~ **hűsítő hatása** azonnali felfrissülést nyújt a lábnak
- ~ **gyorsan felszívódik**
- ~ nem ragad, **nem hagy nyomot** a bőrön/ruhán
- ~ **kellemes illatú**

VISSZÉRTESZT

Válaszoljon az alábbi kérdésekre, írja mellé a válaszokat: IGEN, vagy nem, majd számolja össze, hány IGEN felelete van.

- | | I | N |
|---|--------------------------|--------------------------|
| • Ön nőnemű? | ☐ | ☐ |
| • 30 év feletti életkorú? | ☐ | ☐ |
| • Legalább 5 éve ülő/álló életmódot folytat (nem sportol és ülő munkát végez, vagy naponta több mint 6 órát áll)? | ☐ | ☐ |
| • Legalább 10 kg testsúlyfeleslege van? | ☐ | ☐ |
| • Legalább 1 terhességet kihordott? | ☐ | ☐ |
| • Naponta legalább 8 órát ül vagy áll munka közben? | ☐ | ☐ |
| • Szüleinél előfordult visszérbetegség? | ☐ | ☐ |
| • Heti 3 óránál kevesebbet sétál, úszik, kerékpározik, kocog, vagy tornázik? | ☐ | ☐ |
| • Gyakran van nehéz láb érzése (pl. melegben)? | ☐ | ☐ |
| • Megdagad estére a bokája? | ☐ | ☐ |

Értékelés:

Amennyiben legalább 3 kérdésre is IGEN-nel válaszolt, úgy fennáll Önnél a visszereesség kialakulásának kockázata, illetve a visszereesség bizonyos tünetei ki is alakulhatnak már. Ezek a tünetek beavatkozás nélkül rosszabbodhatnak, így érdemes odafigyelnie az életmódjára (sport, étkezés, vénás torna). Életmódbeli vagy kezelési tanácsért forduljon orvosához, gyógyszerészéhez.

LTHR130523X



A Liotion 1000 NE/g gél vény nélkül kapható, heparin hatóanyagú gyógyszer.

BERLIN-CHEMIE
MENARINI
Berlin-Chemie/A. Menarini Kft.
2040 Budörs, Neumann János u. 1.
Tel.: +3620-901-301

*IMS Sales DV MAT2/2013 adatai alapján a Liotion a legnagyobb forgalmú termék a C05B EphMRA terápiás csoportban.

**A KOCKÁZATOKRÓL ÉS A MELLÉKHATÁSOKRÓL
OLVASSA EL A BETEGTÁJÉKOZTATÓT, VAGY KÉRDEZZE
MEG KEZELŐORVOSÁT, GYÓGYSZERÉSZÉT!**

24%
KEDVEZMÉNY

Liotion® gél

A szép, egészséges lábért

100 g

EREDETI ÁR: 3288.-

AKCIÓS ÁR:

2499.-

Egységár: 24,99.-/g

789.- megtakarítás



KÍGYÓ PATIKA

ALAPÍTVÁ 1874

**RENDKÍVÜLI
ÁRKEDVEZMÉNY**

Fontos tudnivaló a 3. oldalán!

Az akció **2013. augusztus 31-ig**, vagy a készlet erejéig tart!

A KOCKÁZATOKRÓL ÉS A MELLÉKHATÁSOKRÓL
OLVASSA EL A BETEGTÁJÉKOZTATÓT, VAGY KÉRDEZZE
MEG KEZELŐORVOSÁT, GYÓGYSZERÉSZÉT!

Szénanáthás?

Elveszett a baráti jótanácsok, otthoni praktikák, varázsszerek és gyógyszeres kezelések útvesztőjében? Segítünk megtalálni a megfelelő megoldást!

Atavasz beköszöntével minden évben eljön a pollenszezon időszaka is, amikor a levegőben szálló virágpороk megnövekedett koncentrációja allergiás tüneteket vált ki az arra érzékenyekben – és hirtelen megszaporodik a tüsszögő és orrot fújó emberek száma.

Az allergia az immunrendszer túlzott reakciója olyan anyagokra, amelyek egészséges egyéneknek semmilyen választ nem váltanak ki a szervezetből. A tüneteket okozó anyagokat allergéneknek nevezzük. Ilyen allergiás reakciókat kiváltó allergének lehetnek például virágok pollenjei, állati szőrök, atka, penész spórák, különböző állatok mérgei, mikroorganizmusok, bizonyos élelmiszerek, gyógyszerek, vegyszerek, fémek stb. Az allergia, mivel az immunrendszer téves reakciója folytán alakul ki, nem gyógyítható, viszont hatékonyan kezelhető betegség.

Tévhit az allergia kezeléséről

Az allergiás tünetek csökkentésére manapság sokféle alternatív megoldás létezik, azonban a különböző varázsszerek, praktikák, csodakészülékek a legtöbb esetben csalódást okoznak az allergiás betegek számára...

Így ha az allergiás tünetek már megakadályozzák a szokásos napi életvitelt folytatásában, érdemes lehet a gyógyszeres kezelést, az ún. antihisztamin terápiát választani.

Használjunk hatékony megoldást az allergia okozta kellemetlen tünetek enyhítésére!

Az allergiás tünetek kezelésének különböző módjait ismerjük, azonban létezik egy hatékony megoldás: az antihisztaminok. Az antihisztaminok olyan gyógyszerek, amelyek használata nagyban csökkentheti az allergiával járó tüneteket és az azok okozta kellemetlenségeket. Azért is fontos mihamarabb egy hatékony terápiába belekezdeni, mert az allergia a zavaró, életminőségünket rontó tüneteken túl, csökkentheti akár az iskolai, vagy

a munkahelyi teljesítményünket is – például ha az orrdugulás miatt nem tudunk megfelelően aludni és kipihenni magunkat.

Az Allegra® egy olyan – az antihisztaminok csoportjába tartozó – recept nélkül kapható gyógyszer, amelyet abban az esetben javasolt szedni, ha a szezonális szénanátha tünetei közül legalább kettőt egyidejűleg, napi fél – 1 órán át, a hét több napján észlelünk magunkon. De mik is ezek a tünetek? A szénanáthás beteg a leggyakrabban tüsszögéstől, orrvizketéstől, orrvádadozástól, vagy éppen orrdugulástól szenvedhet, de ugyanakkor jellemző tünetek lehetnek a szemviszketés, könnyezés, a szem égő érzése, de a fentieket kísérheti akár torokfájás vagy viszketés, illetve köhögés is. Az Allegra® már 1 órán belül kifejti a hatását, így biztosít gyors megkönnyebbülést, hogy a szénanáthában szenvedők a pollenszezonban is aktív életet élhessenek. Használata

egyszerű és kényelmes, mivel napi 1 tabletta 24 órán keresztül enyhülést ad a szezonális allergiás betegeknek. És ami nagyon fontos: az Allegra® egyes, korábbi generációs antihisztaminokkal szemben nem okoz álmoságot, ezért szedhető járművezetés, vagy akár tanulás, vagy koncentrációt igénylő munka mellett is, az egyéni reakció kellő előzetes ellenőrzését követően.

Az Allegra® előnyös tulajdonságainak köszönhetően jelentősen javítja az allergiás betegek életminőségét, így Ön is teljes életet élhet az allergiaszezonban is!

www.allegra.hu

Fexofenadin-hidroklorid-tartalmú, vény nélkül kapható gyógyszer.
SANOFI-AVENTIS Zrt.
1045 Budapest, Tó utca 1-5. Telefon: (+36 1) 505-0050
Gyógyszerinformációs szolgálat: (+36 1) 505-0055
Web: www.sanofi.hu • PR.HU.FEX.13.05.01.

Allegra®
Teljes élet allergiásan

120 mg filmtabletta
30 db

180 mg filmtabletta FORTE
30 db

NEM ÁLMOSÍT

www.allegra.hu

SANOFI

**A KOCKÁZATOKRÓL ÉS A MELLÉKHATÁSOKRÓL
OLVASSA EL A BETEGTÁJÉKOZTATÓT, VAGY KÉRDEZZE
MEG KEZELŐORVOSÁT, GYÓGYSZERÉSZÉT!**

KÍGYÓ PATIKA

ALAPÍTVÁ 1874

**RENDKÍVÜLI
ÁRKEDVEZMÉNY**

Fontos tudnivaló a 3. oldalon!

Az akció **2013. augusztus 31-ig**, vagy a készlet erejéig tart!
A KOCKÁZATOKRÓL ÉS A MELLÉKHATÁSOKRÓL
OLVASSA EL A BETEGTÁJÉKOZTATÓT, VAGY KÉRDEZZE
MEG KEZELŐORVOSÁT, GYÓGYSZERÉSZÉT!

ALLEGRA®

120 mg filmtabletta,
30 db

EREDETI ÁR: **2350.-**
AKCIÓS ÁR:

1998.-

Egységár: 66,6.-/db

352.- megtakarítás

ALLEGRA® FORTE

180 mg filmtabletta,
30 db

EREDETI ÁR: **3420.-**
AKCIÓS ÁR:

2907.-

Egységár: 96,9.-/db

513.- megtakarítás

**15%
KEDVEZMÉNY**

Egészségpénztári kártyára is megvásárolható.
Vény nélkül kapható gyógyszer.

EP

A Betadine® oldat sokoldalúbb, mint gondolnánk!

Rengeteg felhasználási területe van: különböző sérülések: vágás, szúrás, horzsolás, égési sebek, felfekvés, gombás bőr és láb kezelése. Megismerheti, hogy hány helyzetben lehet szüksége a több mint 20 éve, generációk számára bevált **Betadine®** oldatra. Számtalan helyzetben szerezhetünk sérüléseket, de nyáron a strand és az utazás, a grillezés valamint a kertészkedés kiemelt odafigyelést igényel. A **Betadine®** kíméletes készítmény, mely jót tartalmaz, mégsem csíp. Fertőtleníti a sebet és környékét, így hozzájárul ahhoz, hogy a kisebb-nagyobb sérülések gyorsan és szépen gyógyuljanak. Fontos, hogy gyorsan ellássuk vele a sebeket, így érdemes minden tevékenységünk során kezünk ügyében tartani. **Minden táskában ott a helye!**

ANYUKÁKNAK

Mindennap történhet valamilyen apró baleset. Bár a játékszerek ma már egyre biztonságosabbak, a gyerekek persze azért értenek hozzá, hogy hogyan lehet mégis a játék során apróbb sebeket, horzsolásokat szerezni. Rádásul náluk a jelentéktelennek tűnő apróbb sebek is veszélyesek lehetnek. A játszótér rádásul ideális hely, hogy a sebek mellé fertőzéseket is gyűjthessenek a gyerekek. Ezért fontos, hogy egy-egy ilyen alkalom után alaposan tisztítsuk és fertőtlenítsük ezeket. **Betadine®**-ozás után folytatódhat a szórakozás!

Elsősegély: tiszta papír zsebkendőre cseppentve fertőtlenítsük a sebet és környékét belülről kifelé haladva.

KERTÉSZKEDÉS, KERTBEN, BALKONON

A kertészkedés felüdít és megnyugtatja a lelket. Persze igazán csak akkor tudjuk élvezni, ha nem kell a sérül-

seink miatt aggódni. Pedig a horzsolások, kisebb sebek, tüskék okozta szúrások a kerti munka természetes velejárói. Ezek azért lehetnek különösen veszélyesek, mert ilyenkor nem mindig van lehetőség azonnal lemosni, és a szennyezett környezet miatt a talajban lévő kórokozók közvetlenül a véráramba is juthatnak. Ezért legyen kéznél a kertész eszközök között egy flakon **Betadine®** oldat, mellyel megfelelően tisztíthatjuk és fertőtleníthetjük a kertészkedés után a sérüléseket, ezzel csökkenthetjük a fertőzés kockázatát.

KIRÁNDULÓKNAK ÉS KULLANCS KISZEDÉS UTÁN

A kirándulásokban az a legjobb, hogy egy időre elhagyhatjuk a zajos várost. A szűk ösvények, a fára mászás azonban a vidám élmények mellett veszélyeket is tartogatnak. A fakéreg lehorzsolhatja a lábunkat, a tüskés bokrok könnyen szúrt sebet okozhatnak, kullancsot szedhetünk össze. Bár a sérüléseket nehéz elkerülni, a fertőzéseket könnyedén el lehet, ha gondoskodunk a megfelelő fertőtlenítésről, ...amint visszatértünk a civilizáció kényelmébe.

UTAZÁSHOZ

Egy utazás mindig kalandokat tartogat. A kalandok pedig gyakran apróbb sérüléseket. A messzi tájak, az egzotikus vidékek egzotikus fertőzéseket is rejtenek, de persze egy balatoni strandolás során sem mindig kerülhetjük el a horzsolásokat. Nem árt erre felkészülni, hiszen egy apró sérülés elfertőződése is elronthatja az utazást. Ha erre előre felkészülünk és úti patikánkban a fertőtlenítőszer sem felejtjük ki, nem kell ezek miatt aggódni. Az azonnal ellátott sérülések esetében

már sokat tettünk a fertőzési kockázatok minimalizálására érdekében!

FÜRDŐZÉS, STRANDOLÁS, MEZITLÁBAS TEVÉKENYSÉG

A fürdőzés nem is annyira veszélytelen elfoglaltság, mint gondolnánk. A víz, a nedves közeg ugyanis sajnos a bakteriális vagy gombás fertőzések melegágya. Hatványozottabban érhet minket gombás fertőzés a nedves, páras helyeken. Ugyanígy az öltözők, kollégiumok, táborok közös zuhanyzója is rejthet nem várt lakókat.

Felhasználási tipp: A bőr fertőzését ilyenkor érdemes megelőzni, vagy **Betadine®** oldatos lábfürdővel kezelni, amely elpusztítja a bőrfelületen található gombákat, baktériumokat és akár vírusokat is. Az így fertőtlenített tiszta, száraz felületre pedig jöhet az esetleg előírt további kezelés.

SPORTOLÓKNAK

A sport kikapcsolódás. Akkor igazán élvezetes, ha beleadjuk szívünket, lelkünket. Ilyen esetekben nem mindig tudunk odafigyelni, óhatatlanul is becsúszik néhány kisebb-nagyobb sérülés, horzsolás. A sportolás során ezek a sebek könnyen érintkezésbe kerülnek a sportpálya vagy a tornaterem – nem túl tiszta – padlójával, beléjük folyhat a veríték. Ezek mind-mind az elfertőződés kockázatát növelik.

Sérülés esetén érdemes már az öltözőben gondoskodni a fertőtlenítésről, és szabadtéren is legyen a sporttáskában 1 flakon **Betadine®** oldat, hiszen minél gyorsabban ellátjuk a sérüléseket, annál biztosabbak lehetünk abban, hogy ezek valóban apróságok maradnak.

Professzionális fertőtlenítés

Tudta, hogy a **Betadine®** oldat a baktériumok mellett a gombákat és a vírusokat is elpusztítja?



anyukák barkácsolók kirándulók a konyhában utazáshoz sportolók

Olyan sokoldalú, hogy 1 db nem is elég!



* A készlet erejéig a patikákban.

Egis Gyógyszergyár Nyrt.
OTC Üzletág, 1134 Budapest, Lelkel u. 15.
Tel.: 803-2222, Fax: 803-2467



HU12/13BET2PA2
Lezárás dátuma: 2013. 04. 26.

15%
KEDVEZMÉNY

BETADINE®

oldat, bőr- és nyálkahártya
fertőtlenítőszer
30 ml

EREDETI ÁR: 1101.-

AKCIÓS ÁR:

936.-

Egységár: 31,2.-/ml

165.- megtakarítás



KÍGYÓ PATIKA

ALAPÍTVÁ 1874



Fontos tudnivaló a 3. oldalon!
Az akció 2013. augusztus 31-ig, vagy a készlet erejéig tart!

Mit tehetünk a székrekedés ellen?

Hatásos, mégis kíméletes megoldás a szorulás leküzdésére

Kevés olyan ember van manapság, aki elmondhatja magáról, hogy világ életében rendben volt az emésztése, és még soha nem szenvedett székrekedésben. A szorulás kialakulásáért általában a rohanó, stresszes, mozgásszegény életmódunk és egészségtelen táplálkozásunk a felelős. Ezen legtöbbször nem tudunk változtatni, de az is előfordulhat, hogy az életmódváltás sem hozza meg a kívánt hatást. Ilyenkor érdemes gyógyszeres segítséghez fordulni.

A székrekedés kialakulásának hátterében a modern életformánkat jellemző civilizációs jelenségek a felelősek. A felgyorsult élettempóval ugyanis együtt jár a helytelen és rendszertelen táplálkozás, a mozgásszegény életmód, az állandósult stressz és a megszokott életvitelünket érintő folyamatos változás. Ehhez járul még hozzá, hogy bizonyos gyógyszerek (pl. az egyre többet által szedett antidepresszánsok) és egyes betegségek (pl. a mind többeket érintő cukorbetegség) hatására szintén gyakran alakul ki szorulás.

Sok esetben az életmódváltás is megoldás lehet: elegendő, ha többet mozgunk, kiegyensúlyozottabban étkezzünk, vagy ha megpróbáljuk elérni, hogy ne érjen bennünket sok stressz. Manapság azonban sajnos egyre kevesebb embernek van ideje vagy lehetősége arra, hogy életvitelének gyökeres megváltoztatásával tegye rendbe emésztését. Ha pedig mégis végre tudják hajtani ezeket a változtatásokat, még akkor sem biztos, hogy ez az ő esetükben is segíteni fog. Márpedig a gyakori szorulás jelentősen rontja az életminőséget: az ezzel a problémával küzdők gyakran panaszkodnak fáradtságra, puffadásra és hasi fájdalmakra, amelyek folyamatosan megkeserítik életüket. Vajon van-e hatékony megoldás a székrekedés ellen?

Ha az életmódváltás nem hozta meg a kívánt eredményt, vagy egyszerűen nincs lehetőségünk rá,

érdemes gyógyszeres segítséghez fordulunk. Nem árt azonban alaposan végiggondolnunk, hogy mik azok a szempontok, amelyeknek egy modern hashajtónak meg kell felelnie. Fontos, hogy **hatásos** legyen: szüntesse meg a szorulást és segítse elő a természetes bélmozgást. Emellett legyen **kíméletes**: ne terhelje meg feleslegesen a szervezetünket, azaz ne okozzon görcsöket és sóvesztést, a hatóanyaga pedig csak a hatás helyén, a vastagbélben fejtsen ki hatását. Végül, de nem utolsósorban kiemelt szempont a **kiszámíthatóság**: pontosan tudni akarjuk ugyanis, hogy a gyógyszer bevétele után mennyi idővel jelentkezik majd a kívánt hatás. Mindezek mellett az is lényeges, hogy **mi magunk választhassuk meg**, hogy helyzetünknek és gyógyszereszedési szokásainknak milyen típusú megoldás felel meg leginkább.

A felsorolt elvárások alapján ideális megoldást jelent a **Guttalax® cseppek** hatásos, mégis kíméletes és kiszámítható megoldást kínálva a székrekedés ellen.

A **Guttalax® cseppet** egyéni adagolhatóságának köszönhetően a család minden tagja használhatja: gyermekeknek orvosi tanácsra adható, és klinikai vizsgálatok bizonyítják, hogy szoptatás idején is biztonságosan alkalmazható. Emellett aranyeres panaszok esetén is ideális segítséget jelent a széklet lágyítására, így a székeléssel járó fájdalom elkerülésére. A nátrium pikoszulfát hatóanyagú **Guttalax® cseppek** recept nélküli gyógyszerként, 15 és gazdaságos, 30 milliliteres kiserelésben elérhető a patikákban.



A KOCKÁZATOKRÓL ÉS A MELLÉKHATÁSOKRÓL
OLVASSA EL A BETEGTÁJÉKOZTATÓT, VAGY KÉRDEZZE
MEG KEZELŐORVOSÁT, GYÓGYSZERÉSZÉT!

KÍGYÓ PATIKA

ALAPÍTVÁ 1874



Fontos tudnivaló a 3. oldalon!
Az akció **2013. augusztus 31-ig**, vagy a készlet erejéig tart!
A KOCKÁZATOKRÓL ÉS A MELLÉKHATÁSOKRÓL
OLVASSA EL A BETEGTÁJÉKOZTATÓT, VAGY KÉRDEZZE
MEG KEZELŐORVOSÁT, GYÓGYSZERÉSZÉT!

GUTTALAX®

belsőleges oldatos
cseppek, 30 ml

EREDETI ÁR: **1595.-**
AKCIÓS ÁR:

1356.-

Egységár: 45,2.-/ml

239.- megtakarítás



GUTTALAX®

belsőleges oldatos
cseppek, 15 ml

EREDETI ÁR: **1120.-**
AKCIÓS ÁR:

952.-

Egységár: 63,46.-/ml

168.- megtakarítás

15%
KEDVEZMÉNY

Egészségpénztári kártyára is megvásárolható.
Vény nélkül kapható gyógyszer.

EP

Negyven százalékkal növelheti a túlélés esélyeit az omega-3

Klinikai vizsgálatok már korábban is igazolták, hogy az elsősorban tengerből származó élelmiszerek és táplálék-kiegészítők által szervezetünkbe juttatott omega-3 zsírsav jelentősen csökkenti a szív- és érrendszeri megbetegedésekkel kapcsolatos kockázatokat. Ezek a betegségek Európa-szerte, így Magyarországon is a vezető halálokok közé tartoznak. Most azonban már egy másik, széles körű vizsgálat is alátámasztja a korábbiakat: ennek eredményei szerint az omega-3 zsírsav rendszeres bevitele akár 40%-kal nagyobb esélyt jelenthet a túlélésre.

A vizsgálatba több mint 12.000, infarktuson átesett személyt vontak be; egy részük diabéteszes (cukorbeteg) volt, más részük nem. Összesen 2466 – diabéteszes és nem diabéteszes – beteg a szokásos terápia, tehát pl. lipidcsökkentők, vérnyomáscsökkentők és véralvadásgátló gyógyszerek szedése mellett omega-3 zsírsavat is kapott, míg a többi beteget csupán a szokásos gyógyszeres terápiával kezelték.

A megfigyelés időtartama alatt 1517 haláleset következett be, ám a nyers halálozási arányszámok jelentősen eltértek az omega-3 zsírsavat szedő, illetve nem szedő betegcsoportok között. Az omega-3 zsírsavat nem szedő diabéteszeseknél 1 évre és 1000 főre számítva 90 haláleset fordult elő, míg az omega-3 zsírsavat szedő diabéteszeseknél 61. Az omega-3 zsírsavat nem alkalmazó, nem diabéteszes pácienseknél a halálesetek száma 1 évre és 1000 főre vetítve 46 volt, ugyanakkor

az omega-3 zsírsavat szedő, nem diabéteszeseknél mindössze 33. A bármilyen okból bekövetkezett halálozás kiigazított kockázati arányai is hasonló tendenciákat mutattak a vizsgált csoportokban.

Az omega-3 zsírsavval kiegészített terápia tehát egyértelműen közel 22%-kal csökkentette a teljes halálozási arányt. A vizsgálatok azt is kimutatták, nem mindegy, mikor kezd el szedni a beteg az omega-3 zsírsavat: az idejében, az infarktust követő 14 napon belül megkezdett omega-3 zsírsavas terápia 40%-kal növelte a túlélés esélyét, de jelentős túlélési előny mutatkozott még akkor is, ha 90 napon belül kezdte el szedni a beteg az omega-3 zsírsavat tartalmazó készítményt. Az eredmények a diabéteszesek és a nem diabéteszesek csoportjában is hasonlóak voltak, függetlenül az egyéb alkalmazott terápiától.

Mindez pedig nemcsak az érintettek számára lehet értékes információ, hiszen az omega-3 zsírsav rendszeres bevitele a megelőzésben is kiemelkedő szerepet játszhat, emellett számos kedvező hatással is rendelkezik. Javítja az endotél, vagyis a véredények belső falát bélelő, vékony sejtréteg működését, vérszír- és gyulladáscsökkentő, valamint véralvadásgátló hatású és szabályozza a szívritmust.

A jó minőségű, omega-3 tartalmú készítmény mentes a káros bomlástermékektől, megfelelően tiszta formában és a kívánatos koncentrációban tartalmazza a zsírsavakat. A hatóanyag-tartalom kulcsfontosságú, hiszen a kedvező egészségügyi hatá-

sok jelentkezése csak a kísérletekben bizonyított dózisok mellett várható el. Amennyiben a halolajkapszula szedése során nem jelentkezik halízú lehelet, úgy biztosak lehetünk abban is, hogy megfelelő technológiával kinyert, bomlástermékektől mentes készítményt választottunk.

Poole et al. Omega-3 Fatty Acids and Mortality Outcome in Patients With and Without Type 2 Diabetes After Myocardial Infarction: A Retrospective, Matched-Cohort Study, Clinical Therapeutics Vol. 35, Number 1, 2013



A KOCKÁZATOKRÓL ÉS A MELLÉKHATÁSOKRÓL OLVASSA EL A BETEGTÁJÉKOZTATÓT, VAGY KÉRDEZZE MEG KEZELŐORVOSÁT, GYÓGYSZERÉSZÉT!

10%
KEDVEZMÉNY

OMACOR

lágys kapszula,
28 db

EREDETI ÁR: 6042.-

AKCIÓS ÁR:

5438.-

Egységár: 194,2.-/DB

604.- megtakarítás



KÍGYÓ PATIKA

ALAPÍTVÁ 1874



**RENDKÍVÜLI
ÁRKEDVEZMÉNY**

Fontos tudnivaló a 3. oldalán!

Az akció 2013. augusztus 31-ig, vagy a készlet erejéig tart!

A KOCKÁZATOKRÓL ÉS A MELLÉKHATÁSOKRÓL OLVASSA EL A BETEGTÁJÉKOZTATÓT, VAGY KÉRDEZZE MEG KEZELŐORVOSÁT, GYÓGYSZERÉSZÉT!

Hogyan készülünk a vízparti nyaralásra? Pipáljuk ki a legfontosabbat a listánkon: az egészséget!

Itt a wellness hétvégék ideje és nemsokára elérkezik a várva várt strandszezon és a jól megérdemelt nyári szabadság. Hogyan érdemes készülnünk a vízparton töltött napokra, hogy valóban önfeledt legyen a kikapcsolódás? Hogyan előzhetjük meg a kellemetlen- ségeket, fertőzéseket?

Bár a wellness fürdőkben, aquaparkokban ellenőrzik a víz minőségét, ez közel sem nyújt maximális biztonságot, a természetes vizekben pedig még ennyire sem bízhatunk.

A fürdőruhák szoros, műszál anyagai és a fürdés teremtette nedves közeg remek táptalajt biztosít a kórokozó baktériumok és gombák számára. A nedves fürdőruháról, testfelszínről bevándorló kórokozók szemben a női intim területnek a hüvely egészséges nyálkahártyája biztosít megfelelő védelmet.

Abban az esetben, ha a hüvely nyálkahártyája, élettani mikroflórája sérült, a nők kiszolgáltatottá válnak a külvilágból, így a strandról, fürdőből érkező fertőzésekkel szemben.

Mit is jelent ez? A hüvely védelméért a nyálkahártyáján jelen lévő baktériumflóra felel. E baktériumflórát, mikroflórát normál körülmények között döntően a jó- tékony hatású tejsavbaktériumok az ún. lactobacillu- sok alkotják. A tejsavbaktériumok által termelt tejsav felel a hüvely normál, alacsony pH-értékének (pH 3,8-4,5) fenntartásáért, és ez a savas közeg akadályozza meg, hogy a hüvelyben (a hüvely nyálkahártyáján) a kórokozó baktériumok elszaporodjanak. Ahhoz, hogy a tejsavbaktériumok e védelmi szerepet betölthessék szükség van arra, hogy biztosított legyen tápanyagellá- tásuk. Ezt pedig a hüvely nyálkahártya sejtjeinek gliko- gén tartalma biztosítja számukra.

A tejsavbaktériumok tápanyagellátása, és szapo- ródásukhoz szükséges megfelelő környezet azonban számos élethelyzet során károsodhat. Ilyen lehet a hosszan elhúzódó menstruáció, méhen belüli fogam- zásgátló eszközök, hüvelygyűrű alkalmazása, anti- biotikum kezelés, gyakori irrigálás, illatosított intim higiéniai szerek használata, de a nagy hormonális változással járó várandósság, vagy a menopauza is ide sorolandó.

A nem megfelelő körülmények hatására a tejsavbakté- riumok száma lecsökken, és a pH-szint megemelkedik

(savasból lúgos irányba tolódik). Megbomlik a hüvely baktérium egyensúlya, és elszaporodnak a hüvelyben egyébként is jelen lévő, a szervezet immunológiai védekező mechanizmusát károsító baktériumok. Az így kialakult állapot orvosi neve bakteriális vaginózis, mely a leggyakrabban előforduló hüvelyfertőzés. A bakteriá- lis vaginózis, egyfajta belső fertőzés, melynek során a hüvely fertőzések elleni védelme lecsökken, és ez megnöveli a külvilágból, ahogy említettük strandokból, fürdőkből „összeszedhető” fertőzések kockázatát is.

Annak érdekében, hogy a strandolásról, nyári szabad- ságról csak kellemes élményeink maradjanak, azoknak, akik „fogékonyak” a női fertőzésekre, érdemes már a wellness hétvége, a strandolás előtt a megelőzésről gondoskodni. A patikákban kapható tejsav és glikogén tartalmú hüvelygélből hetente már 1-2 tubus használá- tával fenntarthatjuk a normál hüvelyi mikroflórát, és megelőzhetjük a kellemetlen állapot kialakulását. A gél tejsav tartalma helyreállítja a hüvely normál pH-ját; glikogén tartalma pedig tápanyagot szolgál a tejsavbaktériumok számára, így elősegítve a jótékony baktériumok, a tejsavbaktériumok megfelelő szapo- ródását.

A normál pH és a tápanyagok segítségével a védelmező tejsavbaktériumok elszaporodnak, így a hüvely természetes baktérium egyensúlya, mikroflórá- ja helyreáll. Ez a tejsav és glikogén tartalmú hüvelygél, a Lactofeel nem tartalmaz hormont, és tartósítószer- t, így hormonális fogamzásgátlás, de várandósság és szoptatás alatt is használható.

Miért rontanánk el a megérdemelt pihenést, ha egy kis odafigyeléssel kellően felkészül- hetünk a vízparti kikapcsolódásra? Pipáljunk ki mindent a listán: adjunk magunkra - ne csak a külsőnkre, az egészségünkre is!

A Lactofeel orvostechnikai eszköz, gyógyászati segédeszköz - CE 0344.

Egészségpénztári kártyára is megvásárolható.

A kockázatokról olvassa el a használati útmutatót, vagy kérdezze meg kezelőorvosát.

További információ:

www.lactofeel.hu,

info@ladeepharma.hu



Kellemes megoldás egy kellemetlen problémára

- Helyreállítja a hüvely normál pH-szintjét és az egészséges hüvelyflórát, ezáltal:
 - kezeli és megelőzi a bakteriális vaginózist,
 - semlegesíti a hüvely rendellenes szagát,
 - gyorsan enyhíti a rendellenes folyást, a kellemetlen érzést a hüvelyben.
- Egészségpénztári számla terhére, vény nélkül kapható a patikákban.

LadeePharma Kft. | 1036 Budapest, Lajos u. 48-66. E. ép. | e-mail: info@ladeepharma.hu | www.ladeepharma.hu | www.lactofeel.hu

A kockázatokról olvassa el a használati útmutatót, vagy kérdezze meg kezelőorvosát!

**A KOCKÁZATOKRÓL OLVASSA EL
A HASZNÁLATI ÚTMUTATÓT,
VAGY KÉRDEZZE MEG KEZELŐORVOSÁT!**

KÍGYÓ PATIKA

ALAPÍTVÁ 1874



Fontos tudnivaló a 3. oldalon!

Az akció **2013. augusztus 31-ig**, vagy a készlet erejéig tart!

A KOCKÁZATOKRÓL EL A HASZNÁLATI ÚTMUTATÓT, VAGY KÉRDEZZE MEG KEZELŐORVOSÁT!

LACTOFEEL

hüvelygél 7x5 ml

EREDETI ÁR: **3495.-**

AKCIÓS ÁR:

2796.-

Egységár: 79,89.-/ml

699.- megtakarítás



20%
KEDVEZMÉNY

Egészségpénztári kártyára is megvásárolható.
Vény nélkül kapható orvostechnikai eszköz.



Baktériumbarátaink

Baktérium elsőre nem hangzik túl barátságosan. Ám mindössze három betű – PRO – az ellenkezőjére változtathatja a képet, és hamar megértjük: nem minden baktérium a „rosszakarónk”, sőt bizonyos típusainak nagyon sokat is köszönhetünk.

Mindannyian teljesen „sterilen”, vagyis mikroorganizmusok nélkül születünk.

Ám amint először levegőt veszünk, máris megindul a mindenféle láthatatlan lények megtelepedése, majd igen gyors elszaporodása. Nemsokára tízszer annyian élnek bennünk, mint ahány sejtből áll a szervezetünk, akár másfél-két kilót is kitesznek – csak a vastagbélben mintegy ötszáz féle faj lakik. Ijesztően hangzik, de ne kizárólag káros folyamatra gondoljunk. A baktériumok egy része valóban kórokozó, ám milliárdnyi olyan jótékony mikroorganizmus is tenyészik a szervezetünkben, amely „jóakarónk”: megakadályozza a kórokozók terjedését, egészséges bélflórát épít, serkenti az emésztést és erősíti az immunrendszert. Ezek a mikrobák az úgynevezett probiotikumok, vagyis bélbarát tejsavbaktériumok, melyek a bélrendszerben élnek. Eleve természetes alkotóelemei a mikroflóránknak, de kívülről is pótolhatók. A védekező rendszerünk központja az emésztőrendszer, azaz a bélnyálkahártya alatti limfoid szövet, amely a legnagyobb immunszövetet alkotja a szervezetünkben. A probiotikumok és e szövet együttesen fejtik ki a kórokozók és különböző káros anyagok elleni hatását. Az egészséges bélflórában jótékony és káros baktériumok milliárdjai élnek érzékeny egyensúlyban. Az itt zajló folyamatok azért tudnak hatással lenni a teljes testünkre, mert a nyirokszövet egy része a bélhez kapcsolódik. De az immunrendszerünk működéséhez szükséges legtöbb antitest is itt termelődik. Ám ha nem jut a testünkbe

ANTIBIOTIKUM KÚRA? GYOMOR- ÉS BÉLRENDSZERI PANASZOK?

Antibiotikum kúra esetén a bélflóra egyensúlya felborulhat, ami gyomor- és bélrendszeri panaszokat, hasmenést eredményezhet. Válassza a Béres ProBio6 komplex probiotikumot!



ProBio 6
kapszula



**Komplex probiotikum
a Bérestől a bélflóra és
az emésztőrendszer egészségéért!**

www.beres.hu



facebook.com/beres.klub

A Béres Egészségár – ProBio6 kapszula károsodott bélflóra esetén (pl. antibiotikus kezelés vagy gyomor- és bélrendszeri fertőzés után) a bélflóra egyensúlyának helyreállításához szükséges különleges táplálkozási igényhez igazított összetételű, jótékony probiotikus baktériumokat tartalmazó speciális – gyógyászati célra szánt – tápszer.

elég probiotikum vagy a meglévő állomány valami miatt csökken (antibiotikus kezelés, gyomor- vagy bélfertőzés), akkor ez az egyensúly megbillen, legyengülünk, védekezőképességünk romlik, és könnyebben megtalálnak minket a betegségek.

Honnan tudhatjuk, ha nincsen rendben a bélflóránk?

A fáradtság, gyengeség, rossz közérzet lehetnek az első jelek, de erre figyelmeztethetnek az emésztési zavarok, puffadás és hasonló is. A jótékony baktériumok komolyabb betegségeknel is gyakran segítenek: számos *Lactobacillus* és *Bifidobacterium* törzset jó eredménnyel alkalmaztak nemcsak utazók hasmenéses megbetegedéseinek kezelésére, de bélbetegségeknel is. A jó baktériumokat gyakran adják hozzá különféle élelmiszerekhez, vagy gyógyhatású szerekhez, de egy mikroorganizmust csak akkor lehet probiotikumnak nevezni, ha ellenálló a gyár-

tási folyamatokkal és az emésztőnedvekkel szemben, és bizonyítottan jótékony hatással van az egészségi állapotra.

A pro- és prebiotikumok kiegészítik egymás hatását, ezért érdemes mindkettőből fogyasztani különösen a téli megfázásos időszak után, főként, ha antibiotikumot kellett szednünk. Valamikor ez elkerülhetetlen, ám az efféle kúra alaposan „kiporszívózza” a szervezetet belülről, vagyis kiirt minden élő organizmust, nemcsak a kórokozókat, de a baráti élősködőket is – ezeket ilyenkor pótolni kell. De pontosan hogyan? Hiszen rengetegféle jótékony organizmus található az emberi szervezetben. Mivel a bélflóra egyensúlyzavara sem egyetlen baktériumtörzs hiányával magyarázható, ilyenkor a baktériumok több fajtáját érdemes egyszerre pótolni. Egy több baktériumtörzset, megfelelő csíraszámban tartalmazó készítménnyel nagyobb sikerrel járhatunk.

PROBIO 6
kapszula, 30 db

20%
KEDVEZMÉNY

EREDETI ÁR: 2698.-

AKCIÓS ÁR:

2158.-

Egységár: 71,93.-/db

540.- megtakarítás



KÍGYÓ PATIKA

ALAPÍTVÁ 1874

KUPON
KEDVEZMÉNY

Fontos tudnivaló a 3. oldalról!
Az akció 2013. augusztus 31-ig, vagy a készlet erejéig tart!

Neogranormon kenőcs - 80 éves szakértelem a babák bőréért

A Neogranormon kenőcs gyártását 80 évvel ezelőtt, 1933-ban megkezdtek és azóta is az egyik piacvezető készítmény első sorban a bababőr-ápolás, azon belül is a pelenkakiütés (pelenkadermatitisz) területén.

A pelenkadermatitisz kezelését a legtöbb anyuka előbb-utóbb kénytelen megtanulni, mert szinte minden gyermeknél előfordul legalább egyszer élete során. A betegség maga nem más, mint egyfajta bőrgyulladás, amely a pelenkával közvetlenül érintkező bőrfelületen alakul ki.

A pelenkadermatitisz kialakulásában szerepet játszhatnak a bőrfelülettel érintkező széklet és vizelet enzimeinek káros hatásai, a bőr kidörzsölése, valamint az allergiás reakció és a gombás fertőzés is. Ha a csecsemő bőrén hámsírt terület van, nagyobb eséllyel jelentkezik pelenkadermatitisz. Jellemző tünet a csecsemő nemi szerve és végbélnyílása környéki bőr pirossága, hámlása, ödémája. A betegség leggyakrabban a babák 6–12 hónapos korában fordul elő.

A Neogranormon kenőcs összetételénél fogva alkalmas a felülfertőzésnek kitett vagy fertőzött, nem tiszta sebalapú sérülések, horzsolások kezelésére, valamint az irritációnak kitett területek kezelésére. Hatékonyan segít a pelenkadermatitisz kezelésében és megelőzésében, fertőtlenítő, gyulladáscsökkentő hatása, valamint a cink-oxid nyújtotta védőréteg és bőrpuhító hatása miatt is.

A forgalomba hozatali engedély jogosultja:
TEVA Gyógyszergyár Zrt.,
4042 Debrecen, Pallagi út 13.



A BŐRGYÓGYÍTÓ

A Neogranormon kenőcs vény nélkül kapható gyógyszer!

HU/NEOGR/13/0008

A KOCKÁZATOKRÓL ÉS A MELLÉKHATÁSOKRÓL
OLVASSA EL A BETEGTÁJÉKOZTATÓT, VAGY KÉRDEZZE
MEG KEZELŐORVOSÁT, GYÓGYSZERÉSZÉT!

KÍGYÓ PATIKA

ALAPÍTVA 1874



RENDKÍVÜLI
ÁRKEDVEZMÉNY

Fontos tudnivaló a 3. oldalon!
Az akció **2013. augusztus 31-ig**, vagy a készlet erejéig tart!
A KOCKÁZATOKRÓL ÉS A MELLÉKHATÁSOKRÓL
OLVASSA EL A BETEGTÁJÉKOZTATÓT, VAGY KÉR-
DEZZE MEG KEZELŐORVOSÁT, GYÓGYSZERÉSZÉT!

NEOGRANORMON

kenőcs, 100 g



EREDETI ÁR: 2263.-

AKCIÓS ÁR:

1810.-

Egységár: 18,10.-/g

453.- megtakarítás

20%
KEDVEZMÉNY

Egészségpénztári kártyára is megvásárolható.
Vény nélkül kapható gyógyszer.



Szűrő, égő, idegentest érzés, irritáció? Szeme könnyen elfárad? Olykor homályosan lát? Talán könnyezik?

Ezek a tünetek a szemfelszín nem megfelelő nedvesítéséből adódhatnak, melyet összefoglalóan száraz szemnek vagy szemszárazságnak hívunk. A szemszárazság egy olyan állapot vagy betegség, amely a nem megfelelő mennyiségben vagy minőségben termelődő könny következtében alakul ki. Ilyen esetekben a szem felszínét borító könny instabillá válik és így nem képes biztosítani a szemfelszín egyenletes nedvesítését, száraz foltok jelenhetnek meg. A megfelelő mennyiségben és összetételben termelődő könny fontos szerepet játszik a tiszta látás fenntartásában és a szem kórokozóktól való védelmében.

Számos oka lehet annak, ha száraznak érzi a szemét: adódhat munkájával kapcsolatos szokásaiból, mint pl. a számítógép monitorja előtt eltöltött hosszú idő. Kiválthatja a környezet (légt Kondicionálás, füst, fűtés stb.). Egyes betegségek szintén hozzájárulhatnak a szemszárazsághoz (pl. allergia, cukorbetegség, reuma, bőrbetegségek stb.), valamint számos gyógyszer mellékhatásaként is felléphet (pl. béta-blokkolók, fogamzásgátlók, fájdalomcsillapítók, gyulladáscsökkentők stb.).

Világszerte több millió ember szenved szemszárazságban. Előfordulása a kor előrehaladtával nő, idősebbek körében gyakrabban, de a civilizációs ártalmaknak köszönhetően egyre több fiatal is érintett. Étkezési szokásaink (sós, zsíros ételek, alkohol fogyasztása, dohányzás) szintén negatív ha-

tással lehetnek könnytermelésünkre. Egyes koncentrációt igénylő tevékenységek (pl. olvasás, vezetés, számítógép) akár túlzott könnypárolgáshoz is vezethetnek, ha nem pislogunk eleget.

Hölgyek körében a természetes hormonváltozások következtében gyakrabban találkozhatunk ilyen panaszokkal.

Szeles, huzatos, hideg vagy extrém száraz környezetben gyakran fordul elő fokozott könnyezés, melynek oka a könny minőségi eltéréseiben kereshető. Ekkor a könnyben lévő olajozó, védő összetevők mennyisége kevesebb a normál könnyénél, mely pótlásra szorul.

Systane[®] Termékcsalád



A kontaktlencse-viselés vagy a napjainkban népszerű lézeres látásjavító műtétek (ill. szürkehályog műtétek) az idegi szabályozás megváltozása miatt átmenetileg szemszárazsághoz, kifejezett irritációhoz vezethetnek, ilyen esetekben alapvető a könny műkönyvekkel történő pótlása.

A szemszárazság nem gyógyítható, de kezelhető állapot, megfelelő készítmények alkalmazásával sokat javíthatunk a szemfelszín és a könny állapotán. A nedvesítő szemcseppek megvédik a szemfelszínt a további károsodástól és pótolják a nem megfelelő mennyiségben vagy minőségben termelődő könnyet.

A KOCKÁZATOKRÓL ÉS A MELLÉKHATÁSOKRÓL OLVASSA EL A BETEGTÁJÉKOZTATÓT, VAGY KÉRDEZZE MEG KEZELŐORVOSÁT, GYÓGYSZERÉSZÉT!

**20%
KEDVEZMÉNY**

ULTRA nedvesítő szemcsepp 10 ml	BALANCE nedvesítő szemcsepp 10 ml	GEL DROPS nedvesítő szemgél 10 ml	ULTRA UD nedvesítő szemcsepp 30x0,7 ml	SYSTANE nedvesítő szemcsepp 10 ml
				
EREDETI ÁR: 2539,- AKCIÓS ÁR: 2031,- Egységár: 203,1 /ml 508,- megtakarítás	EREDETI ÁR: 3300,- AKCIÓS ÁR: 2640,- Egységár: 264,- /ml 660,- megtakarítás	EREDETI ÁR: 3650,- AKCIÓS ÁR: 2920,- Egységár: 292,- /ml 730,- megtakarítás	EREDETI ÁR: 3570,- AKCIÓS ÁR: 2856,- Egységár: 136,- /ml 714,- megtakarítás	EREDETI ÁR: 2079,- AKCIÓS ÁR: 1663,- Egységár: 166,3 /ml 416,- megtakarítás

KÍGYÓ PATIKA

ALAPÍTVÁ 1874

**KUPON
KEDVEZMÉNY**

Fontos tudnivaló a 3. oldalon!
Az akció **2013. augusztus 31-ig**, vagy a készlet erejéig tart!
A KOCKÁZATOKRÓL ÉS A MELLÉKHATÁSOKRÓL
OLVASSA EL A BETEGTÁJÉKOZTATÓT, VAGY KÉRDEZZE
MEG KEZELŐORVOSÁT, GYÓGYSZERÉSZÉT!

Az ön szemei hajlamosak irritációra és vörösségre?

A jó látás és a szem védelme érdekében szükséges a stabil könnyhártya, amely a szem finom védőrétege. Biztosítja a látás-élesség magas fokú minőségét és fenntartja a szaruhártya áttetszőségét.

Ha a könnyhártya megsérül, akkor csökken a látás élessége, nehezebb lesz tekintetünket fókuszálni, ez pedig a szem kivörösödéséhez, irritációjához vezethet.

Az ön szemei hajlamosak irritációra és vörösségre?

Sok ember tapasztal enyhe irritációt, vörösséget és szemeduzzanatot időnként. Ez a káros környezeti hatásoknak kitett szem gyakori reakciója, a tavaszi és nyári hónapokban különösen sokszor előfordul. Például szénanátha, pollen túlérzékenység esetén. A kivörösödött, irritált szem a betegség látszatát keltheti, ami az első benyomást is befolyásolhatja bizonyos helyzetekben. Például egy állásinterjú alkalmával, vagy társasági összejövetelen, ahol szeretnénk jól mutatni, fontos a töké-

letes megjelenés. Az enyhe irritáció, szemvörösség és duzzanat nem csupán esztétikai probléma. Ezeket a tüneteket általában erős diszkomfort érzés, valamint a szemek dörzsölésének kényszere kíséri. Ez növeli a fertőződés veszélyét.

A szemek pirosságának számos oka lehet.

Külső tényezők és allergiás gyulladás (pl: füst, por, szél, klóros víz vagy kozmetikumok)



ALLERGIA



DOHÁNYFÜST



ÚSZÁS

A Visine® Classic szemcsepp az érzékeny, vörös szem megnyugtató hatására szolgál. Csökkenti a szem égető érzését, enyhe gyulladását, (a viszketést, fájdalmat és a nagyfokú könnyezést), visszaadja szemének egészséges kinézetét. Erősszehúzó hatású, ezáltal csökken a vérbősség. Hatása a be-cseppentést követő néhány percen

belül kialakul és 4–8 órán át tart. Csepegtessen naponta két-három alkalommal 1–2 cseppet mindkét szemébe, panaszai enyhítésére.

Forrás: az adatok a Johnson & Johnson Kft.-nél elérhetőek.

Visine classic szemcsepp

Vény nélkül kapható gyógyszer

Hatóanyag: tetrizolin-hidroklorid

Johnson & Johnson Kft., 2045 Törökbálint, Tó Park



VisC/leaflet/2013/05

A KOCKÁZATOKRÓL ÉS A MELLÉKHATÁSOKRÓL
OLVASSA EL A BETEGTÁJÉKOZTATÓT, VAGY KÉRDEZZE
MEG KEZELŐORVOSÁT, GYÓGYSZERÉSZÉT!

KÍGYÓ PATIKA



RENDKÍVÜLI ÁRKEDVEZMÉNY

VISINE CLASSIC

szemcsepp, 15 ml

EREDETI ÁR: 1750.-

AKCIÓS ÁR:

1400.-

Egységár: 93.333.-/ml

350.- megtakarítás



20%
KEDVEZMÉNY



Ginkgo – az élet fája

A Ginkgo Biloba páfrányfenyő, mely a Föld történetének legidősebb fája és termő-képességét akár több száz éven át is megőrzi, ezért is nevezik az élet fájának.

A ginkgo biloba nagyszerű, anti-oxidáns hatású gyógynövény. Kínában a magját 5000 éve használják a gyógyításban.

A ginkgo biloba jótékony hatással lehet a szellemi teljesítőképességre, így szellemi munkát végzőknek is nagy segítséget jelenthet.

Kinek ajánlott a ginkgo biloba fogyasztása? 50 év felett mindenkinek, aki szellemi frissességre vágyik, illetve azoknak is, akiknek gond van a vérkeringésével. Megterhelő szellemi munkát végzőknek is javasolt.

Vizsgálatokkal igazolt hatásai:

A ginkgo flavonoidok hozzájárulnak a keringési rendszer normál működéséhez, a megfelelő véráramláshoz, így a sejtek oxigénnel és tápanyaggal való ellátásához.

A ginkgo biloba hozzájárulhat az időskori agyműködés megfelelő szinten tartásához.

Fontos antioxidáns tápanyag.



Ginkgo Biloba
120mg nyújtott hatású kapszula, 60 db
Napi ajánlott mennyiség: 1 kapszula

A KOCKÁZATOKRÓL ÉS A MELLÉKHATÁSOKRÓL
OLVASSA EL A BETEGTÁJÉKOZTATÓT, VAGY KÉRDEZZE
MEG KEZELŐORVOSÁT, GYÓGYSZERÉSZÉT!

20%
KEDVEZMÉNY

GINKGO BILOBA
120 mg kapszula, 60 db

EREDETI ÁR: 2350.-
AKCIÓS ÁR:
1880.-
Egységár: 31,333.-/db

470.- megtakarítás



KÍGYÓ PATIKA
ALAPÍTVÁ 1874

KUPON
KEDVEZMÉNY

Fontos tudnivaló a 3. oldalon!
Az akció **2013. augusztus 31-ig**, vagy a készlet erejéig tart!
A KOCKÁZATOKRÓL ÉS A MELLÉKHATÁSOKRÓL
OLVASSA EL A BETEGTÁJÉKOZTATÓT, VAGY KÉR-
DEZZE MEG KEZELŐORVOSÁT, GYÓGYSZERÉSZÉT!

Gazpacho

Hozzávalók 4 személyre:

- 40 dkg érett paradicsom
- 1 zöldpaprika
- 1 közepes uborka
- 1 kis fej hagyma
- 3 gerezd fokhagyma
- 2 evőkanál borecet
- 2-3 evőkanál olívaolaj

ELKÉSZÍTÉS:

A zöldségeket megmossuk, megtisztítjuk. A paradicsomot leforrázzuk és meghámozzuk.

A zöldpaprikát kicsumázzuk, az uborkát és a hagymát egészen apró kockákra vágjuk. A felaprózott zöldségekből 4 evőkanálnyit félreteszünk, a többi turmixkehelybe szórjuk, hozzáadjuk a fokhagymát, a borecetet, az olívaolajat, ízlés szerint sót, felöntjük 7-8 dl jéghideg vízzel, jól összekeverjük, lefedjük, és 3 órára behűtjük. Kiváló nyári frissítő leves!

Mindazt, amit betétként adnak a gazpachóba, „tropezonesnek” nevezik, s általában külön kis edénykében adják fel. Tropezone lehet például kocára vágott pirított kenyér, apróra vágott uborka, hagyma de akár sonka vagy hal is. Andalúziában a földiken dolgozó parasztok különféle zöldségeket is hozzáadtak a leveshez: cserépedényben zúzták szét a friss hozzávalókat. A friss, kenyeres zöldségkocktél laktató volt, a hőségben dolgozóknak erőt is adott, pótolta a kiizzadt sót és vizet.



Jó tudni:

A paradicsom fogyasztása igencsak elősegíti a szervezet fejlődését és az izmok erősödését. Tartalmának köszönhetően megtisztít és erőt ad. Antioxidáns és rákellenes táplálékunk. Nemcsak kellemes ízű, de nagyon jó hatással van az egész testre, leginkább a májra. Hatással van a mellékvese működésére, és csökkenti a prosztatarák kifejlődését.

A paradicsomlében sok az A-vitamin, s többek között ennek is köszönhető, hogy serkentőleg hat az immunrendszer működésére. Hatására hatékonyabb a T-sejtek működése a test védelmi erejében. Szintén A-vitamin tartalmának köszönhető, hogy rendkívül jól hat a bőrproblémák gyógyításában és a nap által okozott égések csillapításában. Hatékonyan közreműködik továbbá az ibolyántúli sugarak által tett rombolások gyógyításában.

A paradicsom is tartalmaz némi oxálsavat, de az emésztés serkentéséhez hozzájárul más savtartalma is. Részt vesz továbbá magában az emésztési folyamatban, a táplálék anyagcserei munkájában.

Az egyik legjobb tulajdonsága a paradicsomnak, hogy szinte a sír széléről hozza vissza a máját. Ez részben A-vitamin tartalmának köszönhető, vértisztító képességének és még számos hasznos anyagnak, amit tartalmaz. A paradicsom nemcsak belsőleg, de külsőleg is hat a test tisztítására. Ha nehezen gyógyuló sebre paradicsompakolást teszünk, megtisztítja a sebet és az hamarosan begyógyul. A paradicsomban található bioflavon a lycopene, ami kimondottan rákellenes anyag a szervezetünkben. Minél több ilyen anyag van bennünk, annál kisebb a kockázat a rákos megbetegedésre. A paradicsomban jelen levő A, C és E-vitaminok megvédik a test sejtjeit az oxigén szabadgyökök pusztító munkájától.



A kalcium és a D-vitamin

Kalcium

A kalcium a csontok alapvető építőeleme. Amennyiben nincs elegendő kalcium a vérben, a szervezet a csontokból (mint kalcium raktárból) vonja el azt. Ez pedig a csontok meggyengüléséhez, szilárdságuk elvesztéséhez vezethet. A kalcium azonban más életfunkciókhoz is nélkülözhetetlen: nem működne nélküle a szívizomzat, az immunrendszer és nem alvadna meg a vérünk. Az átlagos napi táplálkozással nem viszünk be megfelelő mennyiségű kalciumot szervezetünk igényeinek fedezésére, ezért kell ügyelni a kiegészítő kalcium-pótlásra.

D-vitamin

A kalcium felszívódásához, csontokba való beépüléséhez elengedhetetlenül szükséges a D-vitamin. Hiába van elegendő mennyiség az egyikből, ha a másik hiányzik.

Ideális esetben, a kellő napi D-vitamin mennyiség nagyrészt a bőrünkben lévő előalakokból alakul ki, a nap ultraibolya sugárzásának (UVB) hatására, kisebb részben táplálékkal kerül a szervezetünkbe. A megfelelő napi D-vitamin mennyiség tehát vagy megfelelő táplálkozással, vagy napi 15 perc tiszta napsütésben való tartózkodással, illetőleg ha mindezek nem megfelelőek vagy megoldhatóak, akkor kiegészítő D-vitamin készítmény bevitelével biztosítandó. Idős korban csökken a D-vitamin előalakjának mennyisége, a korrallal járó, csökkenő bőrvastagság pedig szintén gátolja a

CalciviD®
A nélkülözhetelen kalcium és D₃-vitamin kombináció.
Összetétel: 600 mg kalcium és 400 NE D₃-vitamin

KALCIUM- ÉS D-VITAMIN HIÁNY MEGELŐZÉSÉRE ÉS KEZELÉSRE IDŐSEKNEK, VALAMINT OSTEOPOROSIS KIEGÉSZÍTŐ TERÁPIÁJAKÉNT

BÉRES
CalciviD®
filmtabletta
kalcium / kolekalciferol
60 db

EGÉSZSÉGPÉNZTÁRI SZÁMLÁRA IS!

Töretlen biztonság

Vény nélkül kapható gyógyszer!

www.beres.hu facebook.com/beres.klub

A kockázatokról és mellékhatásokról olvassa el a betegtájékoztatót, vagy kérdezze meg kezelőorvosát, gyógyszerészét!

megfelelő mennyiségű vitaminképződést, még az egyébként elegendő idejű napon való tartózkodás esetén is. Nyilvánvaló, hogy a D-vitamin ellátottság szezonális ingadozást mutat, ősszel és télen a megfelelő napsugárzás kiesése miatt a D-vitaminhiány gyakoribb.

Nagyjából az egyetlen élelmiszerben található D-vitamin-forrást a halak (szardínia, makrél, lazac) jelentenék (kb. 300 Nemzetközi Egység /NE/). Ezt követi a halmájolaj, a tojássárgája (25 NE D-vitamin darabként), a máj és a vaj. Tekintve a hazai táplálkozási szokásokat és fényviszonyokat, nem meglepő, hogy az ajánlott napi mini-

mum 400 NE (télen 800 NE) D-vitamin bevitel messze elmarad a kívánatostól.

Mindezek miatt fontos a napi D-vitamin és kalcium kiegészítő pótlása. Együttes alkalmazásuk jobban kompenzálja a másik hiányát is. A megfelelő D-vitamin és kalcium bevitel segítségével hozzájárulhatunk a csontritkulás megelőzéséhez, és ha már kialakult a betegség, akkor segítségükkel lassíthatjuk a további romlást. A szervezet napi kalcium és D-vitamin szükséglete a különböző életkorokban is eltérő, nem beszélve arról, hogy az ajánlott mennyiségek csontritkulásban emelkednek.

**A KOCKÁZATOKRÓL ÉS A MELLÉKHATÁSOKRÓL
OLVASSA EL A BETEGTÁJÉKOZTATÓT, VAGY KÉRDEZZE
MEG KEZELŐORVOSÁT, GYÓGYSZERÉSZÉT!**

20%
KEDVEZMÉNY

CALCIVID
filmtabletta
60 db

EREDETI ÁR: 2830.-
AKCIÓS ÁR:

2264.-

Egységár: 37,7.-/db

566.- megtakarítás



KÍGYÓ PATIKA
ALAPÍTVÁ 1874

**RENDKÍVÜLI
ÁRKEDVEZMÉNY**

Fontos tudnivaló a 3. oldalon!
Az akció **2013. augusztus 31-ig**, vagy a készlet erejéig tart!
A KOCKÁZATOKRÓL ÉS A MELLÉKHATÁSOKRÓL
OLVASSA EL A BETEGTÁJÉKOZTATÓT, VAGY KÉRDEZZE
MEG KEZELŐORVOSÁT, GYÓGYSZERÉSZÉT!

Vércukormérés – kinek, mikor, hogyan?

Ma világszerte 385 millió ember él együtt a diabétesszel. Mivel a betegek száma folyamatosan nő, a cukorbetegség kezelése mára világméretű problémává vált. **A magyarországi cukorbetegek száma 700.000–800.000 közé tehető, a prediabeteses állapotokat is figyelembe véve az 1 milliót is elérheti.** A diabétesz népbetegség, amely jelentős terhet jelent a betegeknek, a betegek hozzátartozóinak, és az egészségügyi költségvetésnek egyaránt. **A látszólag egészséges személyek szűrésével pedig felismerhető a korai diabetes.** Számos gyógyszer-tárban már minimális összeg ellenében lehetőség van vércukorszint-mérésre: csupán a tesztcsík és a tű árát kell megfizetni, a készüléket a patikus adja.

A cukorbetegség egy olyan állapot, amelyben vagy a hasnyálmirigy nem termel elég inzulint, vagy a sejtek inzulin iránti érzékenysége csökkent, és így a sejtek nem képesek a cukor (glukóz) felvételére.

Cukorbetegségre kell gondolni, ha az alábbi tüneteket észleljük:

- szájszárazság, gyakori szomjúságérzet
- nagy mennyiségű folyadék fogyasztása
- gyakori vizeletürítés
- bőrvizketés
- fogyás

- gyakori fertőzések
- általános gyengeség, fáradékonyság
- homályos látás, szürke- ill. zöldhályog

Otthon is könnyen elvégezhető a vércukor önellenőrzése. Ma már egyszerűen használható és korszerű vércukormérők állnak a betegek rendelkezésére.

A cukormérés menete

1. Mossunk kezet meleg vízzel, szappannal!
2. Készítsük elő a cukormérőt a használati útmutatónak megfelelően!
3. Vegyünk ki egy tesztcsíkot a dobozból, és helyezzük a cukormérőbe!
4. Szúrjuk meg az egyik ujjbegyet! A szúrás mélysége a bőr vastagságától függ.
5. Szúrás után az ujjat lógatva várjunk néhány másodpercet, hogy kiserkenjen a vér!
6. Tartsuk a tesztcsíkot a vércsepp felületére, hogy az felszippanthassa!
7. Nyomjunk tiszta vattapamacsot a szúrás helyére, amíg eláll a vérzés!
8. A készülék kijelzőjén néhány másodperc elteltével megjelenik az eredmény.
9. Jegyezzük fel a vércukornaplóba – a mérés időpontjával és a körülményekkel együtt!

A cukormérők hibajelzéseit a használati utasítás segítségével értelmezhetjük. Jelezhetnek mérhetetlenül magas (HI) vagy alacsony (LO) vércukorszintet, az elemek kimerülését, a tesztcsík sérült voltát, túl kis mennyiségű vért, vagy elektronikus hibát.

Néhány hasznos tanács...

- A kéz melegítése, masszírozása tágítja az ereket, könnyebben nyerhető vércsepp.
- Ha az ujjbegyet oldalról szúrjuk meg, kíméljük a finom tapintás helyeit.
- Mindig ellenőrizzük a tesztcsík szavatossági idejét!

Kinek ajánlott ellenőriznie a vércukorszintjét?

MINDENKINEK!

A cukorbetegség kezdetben többnyire tünetmentes, de a szív-érrendszeri kockázat már ekkor is fokozott. Ezért fontos, hogy időnként mindenkinél történjen vércukormérés! Az inzulinval kezelte cukorbetegeknek kötelező naponta többször is megmérni, a tablettával kezelte cukorbetegnek elegendő heti 1–2 alkalom.



SelectMini™
Vércukor monitorozó rendszer

Vércukormérő α diszkrét és egyszerű méréshez

- ✓ Stílusos és diszkrét
- ✓ Pontos¹ mérési eredmények
- ✓ Gyors és egyszerű vércukormérés

Információ:
06 80 019 653
info@twinmed.hu



1. Megfelel az ISO 15197:2003 (E)-nak

A KOCKÁZATOKRÓL OLVASSA EL
A HASZNÁLATI ÚTMUTATÓT,
VAGY KÉRDEZZE MEG KEZELŐORVOSÁT!

KÍGYÓ PATIKA

ALAPÍTVÁ 1874



Fontos tudnivaló a 3. oldalon!
Az akció **2013. augusztus 31-ig**, vagy a készlet erejéig tart!
A KOCKÁZATOKRÓL EL A HASZNÁLATI
ÚTMUTATÓT, VAGY KÉRDEZZE MEG KEZELŐORVOSÁT!

ONE TOUCH SELECT MINI

vércukormérő, 1 darab/doboz + 10 darab tesztcsík
+ 1 db ujjbegyszűrő + 10 darab lándzsa az ujjbegyszűrőhöz

EREDETI ÁR: **8533.-**
AKCIÓS ÁR:

7253.-

Egységár: 7253.-/db

1280.- megtakarítás



15%
KEDVEZMÉNY

Egészségpénztári kártyára is megvásárolható.
Vény nélkül kapható orvostechnikai eszköz.



Az allergia nem banális betegség

Európában a szénanátha az egyik leggyakoribb allergiás megbetegedés, Magyarországon közel 2 millióan szenvednek tőle. Jellemzője a tüsszőgés, az orrfolyás, viszketés és az orrdugulás, de a betegek 70%-ánál allergiás szemtünetek is jelentkeznek (könnyezés, szemviszketés, szemvörösség). A kellemetlen tünetek befolyásolják a betegek mindennapi életét, igen megnehezítve a tanulást és a munkahelyi teljesítményt. A betegek életminőségét tovább rontja az éjszakai horkolás, az alvási panaszok és az álmoság, amely kihat nappali teljesítményükre is (a gyerekek iskolai teljesítménye is romlik). A leggyakoribb allergiás tüneteket kiváltó anyagok a pollenek és a házipor. Szoros kapcsolat áll fenn az allergiás nátha és az asztma között - nagyon sok allergiás rinitiszben szenvedő betegnél (különösen, ha nem megfelelően kezelik) később akár asztma is kialakulhat.

Csak náthás vagyok vagy ez már allergia?

Fontos annak tisztázása, hogy nátháról vagy allergiáról van-e szó, mert a két betegség kezelése eltérő. Ha évről évre ugyanazok a tünetek térnek vissza, nagyjából az év azonos időszakában, nem járnak lázzal vagy hőemelkedéssel és tartósan megmaradnak még egy hét után is, akkor nagy valószínűséggel allergiáról van

szó. Ebben az esetben érdemes allergológus szakorvost felkeresni, aki egy bőrteszt vagy vérteszt segítségével azt is meg tudja mondani, hogy pontosan mi váltotta ki a tüneteket.

Milyen gyógyszert válasszak?

Az allergiás betegségek kezelésének leghatékonyabb módja az allergiát kiváltó **allergének elkerülése**, de az esetek többségében ezt elég nehéz megvalósítani.

A patikában sokféle vény nélkül kapható gyógyszer közül választhatunk. Enyhe/középsúlyos allergiás nátha kezelésére elsősorban antihisztaminok ajánlhatók (orr-spray vagy tabletták formájában), erős orrdugulás vagy súlyosabb tünetek esetén pedig vényköteles szteroidos orrspray alkalmazása válhat szükségessé. **A helyileg alkalmazható antihisztaminok (pl. Allergodil® orrspray) már enyhe és átmeneti tünetek esetén is ajánlottak, mert közvetlenül az orrnyálkahártyán hatnak, így nagyon gyorsan, már 15 perc múlva érezhetően csökkenti az allergiás orrtüneteket.* Az Allergodil® orrspray ráadásul hatékonyabban csökkenti az orrdugulást, mint az antihisztamin tabletták.* Az Allergodil® orrspray szteroid- és tartósítószer mentes gyógyszer, amely már 6 éves kortól biztonságosan alkalmazható.**

Az Allergodil® az egyetlen recept nélkül kapható orrspray, amely hatékonyan kezeli mind a 4 allergiás orrtünetet (orrdugulás, viszketés, orrfolyás, tüsszőgés), és tartósan alkalmazható az orrnyálkahártya károsodása nélkül.

A **kromoglikát tartalmú** recept nélkül kapható orrspray csak a szénanátha tüneteinek megelőzésére alkalmasak, mert hatásuk lassan, 2-4 hét alatt alakul ki. Jól tolerálhatók, de naponta 4-6-szor kell alkalmazni őket.

Fontos tudni, hogy a főként megfázásos orrdugulás esetén alkalmazott, vény nélkül kapható orrsprayk és orrcseppek nem alkalmasak az allergiás nátha kezelésére. Az orrdugulást ugyan néhány perc alatt csillapítják, de a többi allergiás tünetre nem hatnak. 7-10 napnál hosszabb ideig alkalmazva hozzájárulnak, kezelhetetlen orrdugulást és az orrnyálkahártya tartós károsodását okozhatják. Allergiások csak kiegészítő kezelésként alkalmazzák, a lehető legrövidebb ideig!

*Horak F et al. Ther Clin Risk Manag. 2008;4(5):1009-22.



Allergia?
Allergodil®
ORRSpray és SZEMCSEPP
Recept nélkül kapható a patikákban!
www.meda.hu • www.meda.se • www.allergodil.hu

A KOCKÁZATOKRÓL ÉS A MELLÉKHATÁSOKRÓL
OLVASSA EL A BETEGTÁJÉKOZTATÓT, VAGY KÉRDEZZE
MEG KEZELŐORVOSÁT, GYÓGYSZERÉSZÉT!

15%
KEDVEZMÉNY

ALLERGODIL
oldatos orrspray
10 ml

EREDETI ÁR: 1804.-
AKCIÓS ÁR:
1533.-
Egységár: 153,3.-/ml
271.- megtakarítás



KÍGYÓ PATIKA
ALAPÍTVÁ 1874

**RENDKÍVÜLI
ÁRKEDVEZMÉNY**

Fontos tudnivaló a 3. oldalon!
Az akció **2013. augusztus 31-ig**, vagy a készlet erejéig tart!
A KOCKÁZATOKRÓL ÉS A MELLÉKHATÁSOKRÓL
OLVASSA EL A BETEGTÁJÉKOZTATÓT, VAGY KÉRDEZZE
MEG KEZELŐORVOSÁT, GYÓGYSZERÉSZÉT!

Számoljon le a körömgombával, ezúttal sikeresen!

A köröm gombás fertőzése az egyik leggyakoribb lábat érintő megbetegedés¹. Jellemző tünetei között említhetők a köröm sárgás elszíneződése, lemezes töredezése, megvastagodása és deformálódása is. A gombás köröm nem gyógyul meg magától, kezelni szükséges. Ennek elmulasztása, a fertőzés továbbterjedését, vagy akár mások megfertőzését is okozhatja.

A probléma leginkább a felnőtteket érinti; az előfordulási gyakoriság az életkor előrehaladtával növekszik (bár a fertőzés gyermekeket is érinthet) és a férfiaknál valamivel gyakoribb. Természetesen az előfordulás kockázatát az életkoron és a nemen felül számos tényező befolyásolhatja, diabétesz esetén például az előfordulás kockázata kétszeres. A körömgomba gyakran társul bőrgombásodással is – mi több, valójában a hiányosan, vagy egyáltalán nem kezelt bőrgombás fertőzések terjednek tovább, és okozzák a körömgombát². A körömgomba makacs fertőzés, hosszan tartó kezelést igényel. A gyógyulás záloga a helyesen megválasztott kezelési mód és a türelem: a javasolt terápiás időszakot tartsuk be! Fontos, hogy minél korábban kezdjük meg a kezelést és ne hagyjuk a fertőzést elhatalmasodni. Amikor az érintettség már a körömágyra is kiterjed, csak a jelentős mellékhatásokkal járó „tabletás kezelés”, rosszabb esetben a köröm sebészi úton történő eltávolítása segíthet. Jó hír, hogy a körömgombás megbetegedések 74%-a nem ennyire súlyos³, nem érinti a körömágyat. Ha kétsége van körömgomba-fertőzése súlyosságáról, az Ön számára megfelelő



www.mycosan.hu

kezelési módszerről, konzultáljon orvosával.

Enyhe és közepesúlyos, a körömlemezt érintő fertőzések esetében javasolt a Mycosan® alkalmazása. A Mycosan® szabadalmaztatott, bioaktív gombaölő széruma behatol a köröm belsejébe, stabilizálja a köröm szerkezetét, és áthalatva a körömön táplálja és ellenállóbbá teszi a körömágyat. Ezzel nemcsak a későbbi visszafertőződésnek lehet elejét venni, de a köröm felületén keletkező filmbevonatnak hála, az átfertőződés is elkerülhetővé válik.

A Mycosan® hatását széleskörű laboratóriumi kutatások és klinikai vizsgálatok támasztják alá. Ilyen tesztekben a Mycosan® bioaktív szérumának hatékony kezelése révén 10 napon belül a gombák több mint 99%-a elpusztult.

Nagyobb a valószínűsége a körömgombásodásnak, ha

- elmúlt 60 éves
- cukorbeteg, vagy immunrendszere legyengült
- körömsérülése, vagy benőtt körme van
- olyan cipőt hord, amelyben lába izzad
- gyakran tartózkodik meleg, párás helyen (zuhanyzók, szaunák, stb.)

A gombás köröm:

- sárgás (barna), vagy fehér színűvé válik
- megvastagszik
- barázdálttá válik
- a köröm alól fehér, morzsálékos anyag távolítható el
- a körömágy felől kezdődő fájdalmas, gennyező gyulladás jellemezheti

Hogyan előzhető meg?

- lefekvés előtt mossa meg és szárítsa meg alaposan a lábát, majd használjon gombaellenes készítményt
- kényelmes lábbelit viseljen, melybe nem izzad be a lába
- viseljen pamutsockit, melyet cseréljen ki, ha a lába beleizzadt
- ne adja kölcsön senkinek iszallóját, törülközőjét
- nyilvános öltözőben, zuhanyzóban viseljen papucsot

Hasonló körülmények közt került sor a betegek bevonásával végzett tesztekre is. Ezekben bizonyosodott, hogy a Mycosan® gyors eredményességet biztosít: a körömgombás fertőzésében szenvedő résztvevők közel háromnegyedénél (71%) a Mycosannal végzett négyhetes kezelést követően nem volt kimutatható a körömgomba⁴. A vizsgálati csoport többi tagjánál pedig a kimutatható gombák mennyisége 84%-kal csökkent. A résztvevők saját elmondása szerint a javulás első jelei már 10 nap után láthatóak voltak a körömön.

¹ Baran R et al. Br J Dermatol 2000; 142:1177-83

² Gupta AK et al. Int J Dermatol 1997; 36: 783-7

³ European Onychomycosis Observatory (EUROO) Study

⁴ Kember Research; Independent Trial; April 2010; data on file

KÍGYÓ PATIKA

ALAPÍTVÁ 1874



Fontos tudnivaló a 3. oldalon!
Az akció 2013. augusztus 31-ig, vagy a készlet erejéig tart!

MYCOSAN

körömgomba elleni ecsetelő, 5 ml

EREDETI ÁR: 4200.-

AKCIÓS ÁR:

3360.-

Egységár: 672.-/ml

840.- megtakarítás



20%
KEDVEZMÉNY

Egészségpénztári kártyára is megvásárolható.
Vény nélkül kapható orvostechnikai eszköz.



A bennünket érő stresszt nagyon nehéz kiiktatni az életünkéből, kevesen képesek hatni rá, elűzni az életükéből. A stressz viszont él és virul bennünk: feszültséget, és általa számos kellemetlen tünetet képes okozni. Például azzal, hogy belső harmóniánk egyik örét, a magnéziumot csökkenti a szervezetben. Szerencsére van megoldás: a tudatos magnéziumpótlás. Az már nem mindegy, milyen formában és milyen magnéziummal.

MAGNÉZIUMMAL – stressztelenül!

Legtöbbünk életének állandó kísérője a stressz. Van belőle rossz és jófajta is, bármilyen meglepő. Családi, munkahelyi, érzelmi vagy egészségi gondok: mind stressz-okozók.

helyi konfliktusok, a hátunk mögött pedig aggódva, fejcsoválva összesúgnak az – amúgy hasonlóan stresszes – kollégák, szeretteink: „valami nagyon nem stimmel nála”!

Ahogy a sikeres vizsga, az esküvő, az előléptetés – utóbbiak persze ritkábbak, rövidebb ideig hatnak, pedig ők a pozitív „játékosok”. Ha a feszültség, amelyet a stressz okoz, állandósul az életünkben, odáig fajulhat a helyzet, hogy szinte alig vagyunk képesek uralkodni magunkon. Türelmetlenné, akár agresszív-
vé, válhatunk, úgy érezzük (és sajnos a környezetünkben élők is, akik mindezt általában nem érdemlik meg...), hogy szavaink, tetteink olyanokká válnak, mintha nem is önmagunk lennénk. Víták, veszekedések, családi és munka-

Ha képesek vagyunk ilyenkor kívülről látni önmagunkat és keresni a megoldást, a hatékony segítséget, az fél gyógyulás. Ha korábban a hasonló mértékben ránk zúduló lelki vagy fizikai megpróbáltatást könnyebben vésztük át, elsőként jusson eszünkbe, hogy valószínűleg a szervezetünk magnéziumraktárai ürültek ki. A magnézium ugyanis hozzájárul az idegrendszer normál működéséhez, ezért a kiegyensúlyozott közérzethez szinte nélkülözhetetlen a megfelelő mennyiségű magnéziumbevitel.

A stresszen kívül más tényezők is befolyásolják a szervezet magnézium szintjét: például az erős szellemi vagy fizikai igénybevétel. Vizsgaidőszak alatt, aktív sportolás, fizikai munka közben, vagy épp a terhesség során megnő a szervezetünk magnézium igénye, melyre a megoldás a tudatos és megfelelő magnéziumpótlás. Számos élelmiszerben van magnézium, tehát a szervezet szükségletének egy részét a táplálkozással bevitt magnézium is adhatja, ez azonban általában nem elegendő. A hüvelyesek, mint a bab, a borsó, a lencse, a szója, a mák, a napraforgó- és a tökmag is jó magnézium pótlók lehetnek, azonban a modern növénytermesztési eljárások és főzési szokások sajnos jelentősen csökkentik az élelmiszerek magnézium tartalmát. A magnézium tartalmú ásványvizek és gyógyvizek is a segítségünkre lehetnek a magnéziumpótlásban, csak hogy a szervezetlen sók elég rossz hatásfokkal szívódnak fel a szervezetben – mint például a magnézium-oxid is.

Ezért ajánlatos biztosra menni optimális felszívódást biztosító magnézium készítmény szedésével. Az viszont kicsit sem mindegy, melyiket választjuk!

A KOCKÁZATOKRÓL ÉS A MELLÉKHATÁSOKRÓL
OLVASSA EL A BETEGTÁJÉKOZTATÓT, VAGY KÉRDEZZE
MEG KEZELŐORVOSÁT, GYÓGYSZERÉSZÉT!

15%
KEDVEZMÉNY

MAGNE B6
bevont tabletta, 50 db

EREDETI ÁR: 1726.-
AKCIÓS ÁR:

1467.-

Egységár: 29,34.-/db

259.- megtakarítás



KÍGYÓ PATIKA

ALAPÍTVÁ 1874



**RENDKÍVÜLI
ÁRKEDVEZMÉNY**

Fontos tudnivaló a 3. oldalán!

Az akció **2013. augusztus 31-ig**, vagy a készlet erejéig tart!

A KOCKÁZATOKRÓL ÉS A MELLÉKHATÁSOKRÓL
OLVASSA EL A BETEGTÁJÉKOZTATÓT, VAGY KÉRDEZZE
MEG KEZELŐORVOSÁT, GYÓGYSZERÉSZÉT!

Miért fáj a hátam?

Valójában a kérdés nem az, hogy miért fáj, hanem az, hogy miért nem. Antropológusok szerint ugyanis a hátfájás egyidős az ember felegyenesedésével, vagyis a kellemetlen tünetekért egyenesen az evolúció a felelős. Egy átlagos személy élete során akár három alkalommal is szenved komoly hátfájástól, és még többször enyhébb fájdalomtól. Szerencsére megfelelő kezeléssel és testmozgással a kisebb fájdalmak egy-két nap alatt megszüntethetők.

A hátfájás leggyakoribb oka az életmódban keresendő.

Az ember nem arra teremtett az evolúció során, hogy egy széken üljön naphosszat. Különösen nem arra, hogy mindezt egy számítógép monitora és billentyűzete előtt tegye. Az egésznapos klaviatúra feletti görnyedéstől a hát izmai letapadnak, görcsöseké válnak, megjelenik a kínzó fájdalom. A legfontosabb tanács ennek elkerülésére, ha rendszeres időközönként kis szüneteket tartunk, felállva kinyújtóztatjuk a tagjainkat, és pár apró tornagyakorlattal felfrissítjük az izmainkat. Munka közben ügyeljünk arra, hogy egyenesen tartsuk a hátunkat, és a legfontosabb szabály, hogy a monitor és a billentyűzet mindig pontosan középen álljon, hogy a testtartásunk ne eleve kicsavarodott legyen.

Mindenki találkozott már a derékfájással.

A hátunk alsó része, vagyis a derekunk van a legnagyobb igénybevételnek kitelve, nem csoda hát, ha itt jelentkezik a legtöbb fájdalom. Az izmok könnyen meghúzódhatnak, megrándulhatnak egy rossz mozdulattól vagy nem megfelelő terheléstől.

Sérülékeny csigolyák.

Rossz testtartás, hirtelen mozdulat vagy terhelés hatására a csigolyák vagy a porckorongok elmozdulhatnak intenzív és szűnni nem akaró fájdalom kíséretében. Ilyenkor a gyógyulás is hosszadalmasabb folyamat, mint egy enyhébb fájdalom esetében, és gyakran igényli az orvos segítségét.

Tanácsok a fájdalom elkerülésére:

Ahogy a fentiekben már említettük a megfelelő mozgás, tornagyakorlatok és a helyes testtartás alkalmazásával jelentősen csökkenthető a fájdalom kialakulásának kockázata. Fontos, hogy kellő mennyiségű és minőségű pihentető alvást is biztosítsunk a testünknek, a kellően kemény, de rugalmas felületű ágy és egy alacsony párna is nélkülözhetetlen ahhoz, hogy a szervezetünk regenerálódhasson a napi hajtás után. Általános tanács továbbá, hogy sohase hajoljunk, hanem inkább guggoljunk le, és úgy emelkedjünk fel. Ilyenkor ugyanis a hát izomzata helyett a láb dolgozik. Érdekes megfigyelni, hogy a természeti népek vagy akár a kisgyerekek ösztönösen követik ezt a jótanácsot a hátuk védelme érdekében.

Fájdalomcsillapítás vény nélkül kapható gyógyszer segítségével:

Persze eljön az az eset, amikor minden elővigyázatosságunk ellenére a fájdalom mégis megjelenik, és ilyenkor minél előbb szabadulni szeretnénk tőle, visszatérve a megszokott életünkhöz. Hatékony megoldás a hát, illetve az izmok és ízületek közepes és erős fájdalomának kezelésére a vény nélkül kapható **Voltaren Emulgel Forte 20 mg/g gél**. Naponta

**2X TÖBB HATÓANYAG*
AKÁR 12 ÓRÁS
FÁJDALOMCSILLAPÍTÓ HATÁS**



**Voltaren Emulgel Forte®
20 mg/g gél**

A **Voltaren Emulgel Forte®** 20 mg/g gél az ízületek és az izmok, közepes és erős fájdalommal járó elváltozásai esetén enyhíti a fájdalmat és csökkenti a gyulladást. Így tartós fájdalomcsillapítást nyújt, akár **12 órán** át.

VÉNY NÉLKÜL KAPHATÓ!



kétszer alkalmazva akár 12 órán át csillapítja a fájdalmat. Egyedülálló formulája a mélyen elhelyezkedő, gyulladt szövetekben fejt ki hatását: csökkenti a gyulladást és enyhíti a fájdalmat az ízületekben és az izmokban.

**A KOCKÁZATOKRÓL ÉS A MELLÉKHATÁSOKRÓL
OLVASSA EL A BETEGTÁJÉKOZTATÓT, VAGY KÉRDEZZE
MEG KEZELŐORVOSÁT, GYÓGYSZERÉSZÉT!**

KÍGYÓ PATIKA

ALAPÍTVA 1874



Fontos tudnivaló a 3. oldalon!
Az akció **2013. augusztus 31-ig**, vagy a készlet erejéig tart!
A KOCKÁZATOKRÓL ÉS A MELLÉKHATÁSOKRÓL
OLVASSA EL A BETEGTÁJÉKOZTATÓT, VAGY KÉRDEZZE
MEG KEZELŐORVOSÁT, GYÓGYSZERÉSZÉT!

VOLTAREN EMULGEL FORTE

20 mg/g gél,
100 g

EREDETI ÁR: **2392.-**
AKCIÓS ÁR:

2033.-

Egységár: 20,33.-/g

359.- megtakarítás



**15%
KEDVEZMÉNY**

Egészségpénztári kártyára is megvásárolható.
Vény nélkül kapható gyógyszer.



Fordítva sem jobb a helyzet

Rendetlen férfiak, házsártos nők?

Egy párkapcsolatban örök vitatéma, ki mennyire rendetlen, mennyi gondot, és pluszmunkát okoz a másiknak. Pedig felesleges ezen pörgetni magunkat, léteznek trükkök, hogy ne fájjon állandóan a rendetlenség miatt a fejünk.

Szerelmünk hajnalán észre sem vesszük mennyire rendetlen a párunk. Csendben és mosolyogva szedjük össze a fürdőben szétdobált zoknikat, és zokszó nélkül mosogatunk el vacsora után. Aztán egy idő után feltűnik a fogkrémrel összeköpködött mosdókagyló, de még mindig szó nélkül tűrjük a terhényságot. Végül egy szép napon robban a bomba, és üvöltöni kezdünk: „elég, nem vagyok cseléd!” Mit lehet ilyenkor tenni? A tapasztalatok azt mutatják, gyakorlatilag semmit. Megváltoztatni valakinek a gyerekkora óta kialakult, otthonról hozott igényeit, szokásait szinte lehetetlen. Ha egy férfitől ugyanis az édesanyja nem követelte meg, hogy rendet hagyjon maga után, akkor ezt felnőtt fejjel is nagyon nehezen fogja megtenni. Próbálkozni azonban mindig érdemes, hiszen a kis változás is változás, de állandó panaszkodással és sértődésekkel csak elmérgesítjük a helyzetet.

3 tipp a neveléshez

- Sokszor a rendetlenség oka nem is a férfi, hanem a gyűjtögető életmód, vagyis a sok kacat, ami az évek során felhalmozódott a lakásunkban. Találjunk egy napot, amikor közösen végigmegyünk mindenhol és megszabadulunk a feleslegtől.
- Kedvesen és ne házisárányként értsük meg, számunkra fontos a harmónia. Beszéljünk meg vele három állandó dolgot, amit feltétlenül neki kell rendbe tennie. Legyen például övé a beágyazás, a szemét levívése, a mosogatógép bepakolása. Így talán ezeket nem felejtí el.



IBHR130604

- Végső esetben alkalmazzunk csak brutalitást. Addig ne pakoljunk el, amíg akad a szekrényben tiszta ruhája és ne mossuk el az edényeket, amíg van miből enni. Egyszer csak észreveszi, hogy elfogyott minden és valamit tenni kell!

A pedáns férfi is fejtájtást okoz!

Bár ritka, mint a fehér holló, de akad férfi, aki ha este lefekszik, nem dobálja szanaszét levetett ruháit, inkább élére hajtogatva akasztja fel a fogasra a nadrágját. Hátborzongató, de létezik ilyen! S bármennyire gyakran kívánjuk is, bárcsak a mi hercegünk is imádná mosogatni, rossz hírünk van: a pedáns férfi épp olyan zavaró, és idegesítő, mint a rendetlen. A nők ugyanis ösztönösen arra lettek kódolva, hogy gondoskodjanak. Ha valaki rendszeresen gyorsabban rendet rak, mint mi, akkor frusztráltak és sértettek leszünk. Egy idő

után úgy érezzük rendmániás párunk mellett, hogy nőiességünkön esett csorba, hogy átvette a szerepünket. Egyfajta kritikának vesszük, hogy mire hazaérünk már kimosott, kitergetett és összegyűjtötte utánunk szanaszét szórt fülbevalóinkat. Sajnos ebből is sok vita származhat.

A legjobb, amit tehetünk

Alapvetően fogadjuk el, hogy a nő dolga a rendrakás. Igyekezzünk emiatt a lehető legkevesebbet morgolódni. Főleg akkor, ha láthatóan párunk az élet más területein mindent megtesz a családjáért. Gondolkodjunk el azon, vitáink vajon nem a mi túlzott elvárásainkból fakadnak? Néha egy kis rendetlenség is belefér a hétköznapiakba. Törekedjünk egyensúlyra, és akkor biztos, hogy nem okozunk saját magunknak rengeteg felesleges fejtájtást.

A KOCKÁZATOKRÓL ÉS A MELLÉKHATÁSOKRÓL
OLVASSA EL A BETEGTÁJÉKOZTATÓT, VAGY KÉRDEZZE
MEG KEZELŐORVOSÁT, GYÓGYSZERÉSZÉT!

20%
KEDVEZMÉNY

IBUSTAR

400 mg filmtabletta,
20 db

EREDETI ÁR: 1190.-

AKCIÓS ÁR:

952.-

Egységár: 47,6.-/db

238.- megtakarítás



KÍGYÓ PATIKA

ALAPÍTVÁ 1874



**RENDKÍVÜLI
ÁRKEDVEZMÉNY**

Fontos tudnivaló a 3. oldalon!

Az akció **2013. augusztus 31-ig**, vagy a készlet erejéig tart!

A KOCKÁZATOKRÓL ÉS A MELLÉKHATÁSOKRÓL
OLVASSA EL A BETEGTÁJÉKOZTATÓT, VAGY KÉRDEZZE
MEG KEZELŐORVOSÁT, GYÓGYSZERÉSZÉT!

Emésztőrendszeri panaszoknál gondoljon az IBS-re is!

Hónapok óta hasi fájdalom, kellemetlen görcsös érzés gyötri? Ez hasmenéssel vagy székrekedéssel, netán ezek váltakozásával jár együtt? Nem kell rögtön a „legrosszabbra” gondolnia: lehetséges, hogy irritabilis bél szindrómája (IBS) van, éppúgy, mint a hazai lakosság mintegy 10-20%-ának. Az IBS az emésztőrendszer működési zavara, ami nem jár együtt szervi elváltozásokkal, így a különféle emésztőszervi vizsgálatok (pl. ultrahang) sem mutatnak kóros eltérést.

IBS esetén a görcsös hasi fájdalom, puffadás, hasi feszülés érzése és az esetleg derékba is kisugárzó fájdalom legalább hat hónapja fennáll. A hasi panaszok a székletürítést követően általában mérséklődnek, és a hasmenés és a székrekedés váltakozásával függhetnek össze. A hasmenéses és székrekedéses periódusok napi vagy akár néhány havi gyakorisággal válthatják egymást. Az IBS-es panaszok általában nem csak a gyomor-bél rendszerre korlátozódnak. A betegek – az említett panaszok mellett – gyakran számolnak be émelygésről, fejfájásról, szédülésről vagy akár heves szívdobogásról is. Az IBS szerteágazó tünetei gyakran hozhatók kapcsolatba munkahelyi vagy magánéleti problémákkal, stresszel. A panaszok jelentkezése ugyanakkor nem függ össze az étkezéssel (pl. zsíros étel fogyasztásával).

Az IBS elsősorban a 20-50 éves korosztály betegsége. Jellemzően jó általános állapotban lévő egyéneknél lép fel, 30-40 év körül kezdődő tünetekkel. A betegek mintegy 2/3-a nő.

Az IBS kezelésében eredménnyel használható készítmények jelentős része recept nélkül is kapható a gyógyszertárakban. Attól függően, hogy az IBS-sel együtt járó tünetcsoportból mi a vezető panasz, különféle hatóanyagok vagy azok kombinációi alkalmazhatók a kellemetlenség orvoslására. Hasi fájdalmak, görcsök esetén simaizomgörcs-oldó hatóanyagú szer (pl. mebeverin) ajánlható, ami a felváltva jelentkező hasmenéses, székrekedéses panaszokat is orvosolja, a bélműködést normalizálja, így az IBS-es betegek életminőségét észrevehetően javítja. A mebeverin hatóanyag hazánkban még újnak számít, mivel alig egy éve jelent meg a vény nélküli gyógyszerek palettáján. Alkalmazásával kapcsolatban azonban nagy mennyiségű pozitív tapasztalattal rendelkezünk, hiszen több mint hetven országban már évtizedek óta javasolják és alkalmazzák ezt a nálunk elnyújtott hatóanyagleadású, ún. retard kemény kapszula formájában hozzáférhető hatóanyagot. A mebeverin tízéves kor fölött alkalmazható, és előírászerű szedése esetén a mellékhatások (egyéni érzékenység miatti allergiás reakciók) nagyon ritkák. Gyakori hasmenés esetén hasmenésgátlókat lehet ajánlani (pl. loperamid), székrekedésnél étrendi változtatások vezethetők be (pl. rostfogyasztás) és kíméletes székletlágyítókat (pl. laktulóz) is ki lehet próbálni. Puffadásnál simaizomgörcs-oldót (pl. mebeverin) vagy puffadást csökkentő patikaszeret (pl. szimetikon) érdemes használni. Az előbbieken túlmenően a bélműködésre jótékony hatást kifejtő probiotikumok, gyógy-

növényes készítmények alkalmazásával is próbálkoznak.

Az IBS-ben javasolt étrendi és életmód-beli változtatások közül lényeges a puffasztó, valamint a zsíros ételek kerülése, a dohányzás, koffein- és alkoholfogyasztás, ráógumizás, továbbá a mesterséges édesítőszer mellőzése, de legalábbis csökkentése. A rostfogyasztásnak fokozatosan kell beépülnie az étrendbe, így egyre nagyobb rostmennyiség fogyasztható el a panaszok súlyosbodása nélkül.

A mennyiben Ön is hasi fájdalomra, görcsökre, puffadásra, székrekedésre vagy hasmenésre szeretne megoldást találni, gondolnia kell az IBS lehetőségére is. Panaszaiával felkeresheti gyógyszerészét, aki megfelelő gyógyszer(ek)e)t tud Önnek ajánlani, valamint a háziorvosával is beszélhet tüneteiről.



A KOCKÁZATOKRÓL ÉS A MELLÉKHATÁSOKRÓL
OLVASSA EL A BETEGTÁJÉKOZTATÓT, VAGY KÉRDEZZE
MEG KEZELŐORVOSÁT, GYÓGYSZERÉSZÉT!

KÍGYÓ PATIKA

ALAPÍTVÁ 1874



**RENDKÍVÜLI
ÁRKEDVEZMÉNY**

Fontos tudnivaló a 3. oldalon!

Az akció **2013. augusztus 31-ig**, vagy a készlet erejéig tart!
A KOCKÁZATOKRÓL ÉS A MELLÉKHATÁSOKRÓL
OLVASSA EL A BETEGTÁJÉKOZTATÓT, VAGY KÉRDEZZE
MEG KEZELŐORVOSÁT, GYÓGYSZERÉSZÉT!

DUSPATALIN

200 mg retard kemény
kapszula, 30 db

EREDETI ÁR: **2226.-**

AKCIÓS ÁR:

1981.-

Egységár: 66,03.-/db

245.- megtakarítás



11%
KEDVEZMÉNY

Egészségpénztári kártyára is megvásárolható.
Vény nélkül kapható gyógyszer.



Kontaktlencse nyáron is!

Családi nyaralás a tengernél, balatoni hétvége a haverokkal, hirtelen felindulásból elkövetett bungee jumping... A kontaktlencse-viselés ma már olyannyira a napi rutin szerves részévé vált, akár a fogmosás. Éppen ezért az önfeledt nyári szórakozás közben gyakran meg is feledkezünk róla, pedig pont ez az az időszak, amikor különös figyelmet kellene szentelnünk a kontaktlencsénk tisztán tartására!

Kétségtelen, hogy a legtöbb nyári program legyen az sport, vagy üdülés sokkal élvezetesebb kontaktlencsében, mint szemüvegben! Éppen ezért kiemelten fontos, hogy ha a nyaralás ideje alatt is a kontaktlencse mellett tesszük le a voksot, ne csak az előnyöket, hanem az esetleges veszélyeket is tisztán lássuk!

Az, hogy nem látjuk, nem jelenti, hogy nem létezik...

Úszás vagy a féktelen vízi bolondozások közepette, hajlamosak vagyunk megfeledkezni arról, hogy a vízben baktériumok és mikroorganizmusok milliói vesznek körbe minket, és jelentenek veszélyt kontaktlencsénk tisztaságára! Ezek a szemmel láthatatlan fertőzésforrások ugyanis könnyen megtapadnak a kontaktlencsén, és így érintkeznek a szemünkkel is. Ha nem vagyunk résen az álomnyaralás, hamar rémálommá válhat...

Mi lehet a megoldás?

A legegyszerűbb megoldás, ha a nyaralás vagy strandolás idejére olyan eldobható kontaktlencsére váltunk, mint például a SofLens Daily Disposable. Ebben az esetben minden nap friss kontaktlencse kerül a szemünkbe, így a strandolás közben megtapadó baktériumok a viselés rövidsége miatt nem jelenthetnek igazi veszélyt szemünk egészségére nézve.

Ha azonban erre a rövid időre sem szeretnénk napi lencsére váltani, fokozottan kell figyelniünk a kontaktlencse tisztítására és tárolására, ami a

megfelelő ápolófolyadék kiválasztásával kezdődik. Ehhez minden esetben kérjük szemészorvos, optometrista tanácsát.

Általánosságban azonban elmondható, hogy a legkényelmesebb és legbiztonságosabb megoldást a multifunkciós ápolószerek jelentik, amilyen például a ReNu MultiPlus kontaktlencse ápolófolyadék is. A ReNu, ugyanis nem csak a kontaktlencse tárolására szolgál, hanem nedvesíti a szemet és eltávolítja a kontaktlencse-viselés során lerakódott fehérjéket is. Sokoldalúan tisztít, öblít és fertőtleníti, ami egy a Balaton partján eltöltött nap után verhetetlen előnyt jelent az egyszerű sóoldatokkal szemben.

Persze az egészséges kontaktlencse-viselés, nem merül ki abban, hogy szakember segítségével kiválasztjuk a számunkra legmegfelelőbb ápolófolyadékot! Legyen szó a ReNu MultiPlus-ról, vagy bármely más ápolószerről, a kényelmes és

egészséges kontaktlencse-viseléshez a helyes ápoláson keresztül vezet az út!

Ehhez csak néhány egyszerű, de annál fontosabb szabályt kell szem előtt tartanunk:

- Mindig tiszta kézzel fogjunk hozzá a kontaktlencse behelyezéséhez és eltávolításához!
- Az ápolószeres flakon tetejét még tiszta kézzel se érintsük meg!
- Az ápolószert ne hígítsuk vízzel, vagy más folyadékkal!
- Minden alkalommal használjunk friss ápolószert!
- A lencsetárolót véletlenül se vízzel, hanem ápolófolyadékkal öblítsük és hagyjuk megszáradni a levegőn!
- Cseréljük havonta a lencsetárolókat!
- Mindig tartsuk be a kontaktlencsék csereidejét!

BAUSCH+LOMB
See better. Live better.



A KOCKÁZATOKRÓL OLVASSA EL
A HASZNÁLATI ÚTMUTATÓT,
VAGY KÉRDEZZE MEG KEZELŐORVOSÁT!

20%
KEDVEZMÉNY
+60 ml BIOTRUE
AJÁNDÉK!

RENU® MULTIPLUS®

multifunkciós ápolószert
360 ml

+60 ml BIOTRUE
AJÁNDÉK!

EREDETI ÁR: 4070.-
AKCIÓS ÁR:
3256.-

Egységár: 9,044.-/ml

814.- megtakarítás



BIOTRUE

multifunkciós ápolószert
300 ml

+60 ml BIOTRUE
AJÁNDÉK!

EREDETI ÁR: 4460.-
AKCIÓS ÁR:
3568.-

Egységár: 11,893.-/ml

892.- megtakarítás

KÍGYÓ PATIKA

ALAPÍTVÁ 1874

KUPON
KEDVEZMÉNY

Fontos tudnivaló a 3. oldalon!

Az akció 2013. augusztus 31-ig, vagy a készlet erejéig tart!

A KOCKÁZATOKRÓL EL A HASZNÁLATI
ÚTMUTATÓT, VAGY KÉRDEZZE MEG KEZELŐORVOSÁT!

Gyermeink bőre és a napsugárzás

A gyermekek következetes és hatékony fényvédelme kiemelten fontos, mivel a csecsemők és kisgyerekek bőre jóval érzékenyebben reagál a napsugárzásra, mint a felnőtteké. A melanociták fejletlensége miatt kevesebb melanin termelődik a bőrükben, aminek következtében háromszor több UV sugarat nyel el a bőrük, mint a felnőtteké, így könnyebben le is ég. Gyermekekben tartózkodunk legtöbbször a szabadban, így az egész életünk során begyűjtött UV sugárzás fele 18 éves korig ér bennünket, ráadásul a gyermekek bőrét érő napsugárzás elősegíti az anyajegyek megjelenését, melyek később növelik a melanóma kockázatát. Továbbá a kicsiknek sokkal nagyobb a bőrfelszínük a testtömeghez viszonyítva. Fontos tudni, hogy nem csupán a nyári napsugarak károsak, hanem már április, május hónapban is komoly veszélynek vannak kitéve a kicsik. A csecsemőket és a világos bőrű kisgyermeket egyáltalán nem szabad közvetlen napra vinni. Amennyiben van rá esély, hogy gyermekünket a babakocsiban közvetett módon nap éri, vagy félárnyékban játszik, feltétlenül kenjük be a bőrét fényvédővel. A csecsemők számára legbiztonságosabbak azok a készítmények, amelyek nem tartalmaznak kémiai, csupán fizikai szűrőket.

A napfény káros hatásainak veszélye ellen fizikai és kémiai napfényszűrő anyagokat fejlesztettek ki, ám ez a felületi védelem soha nem teljes. Fontos tehát kiegészítő védelmet alkalmazni a bőr sejteinek szintjén is. Ilyen fejlesztést tartalmaz a **Bioderma Photoderm** termékcsaládja, mely az első biológiai aktív, sejtszintű fényvédelmet biztosító termékcsalád, amely egyszerre biztosít külső és belső védelmet az alkalmazott széles spektrumú UVA és UVB szűrők és a szabadalmazott **Cellular BIOprotection®** aktív sejtszintű fényvédő hatóanyagok segítségével. Ez az egyedülálló összetétel megóvjá a sejt DNS-t és a létfontosságú sejtalkotókat, emellett

serkenti a sejtek természetes védekező reakcióit. A **Photoderm Kid** termékek maximális védelmet nyújtanak a kisgyerekek számára és az egyedülálló Cellular BIOprotection® sejtvédelem mellett a termékek C-Peptidet is tartalmaznak. A KID termékeket megtalálja **Spray vagy Tej** formájában, mely utóbbi kék indikátorral rendelkezik, aminek köszönhetően könnyen látható a már kezelt felület (a kék szín eltűnik).

Amennyiben túlérzékeny, kémiai szűrőket nem toleráló a bőre, ajánljuk a **Photoderm Mineral SPF 50+** készítményt, amely kizárólag fizikai szűrőket tartalmaz, ezért már **1 éves kor alatt is használható**.

Barnuljunk biztonsággal!

Aki fehér, érzékeny, leégésre hajlamos bőrrel rendelkezik, használjon nagyon magas faktorszámú SPF 50+-os fényvédőt. A kettes,

hármás (könnyen barnuló) bőrtípusúak kezdjék a napozást legalább 30-as fényvédő faktorral ellátott készítménnyel, majd ha már szereztek egy kis szint, áttérhetnek alacsonyabb faktorszámra is. A fényvédők a felvitel után húsz perccel fejtik ki hatásukat, ezért a napozás előtt fél órával érdemes bekenni a bőrt, és két óra elteltével meg kell ismételni a felvitelt. Bánjunk a naptejzel bőkezűen – ha ugyanis túl vékonyan visszük fel, nem biztosítja a flakonon feltüntetett fényvédelmet, csupán annak töredékét. Egy felnőtt teljes testfelületére hat teáskanálnyi az ajánlott mennyiség. A déli órákban egyáltalán nem javasolt a napon tartózkodni.

Amennyiben valóban komolyan vesszük és betartjuk a barnulásra vonatkozó szabályokat, lelkiismeretfurdalás és bőrproblémák kialakulása nélkül élvezhetjük egészségesen a napbarnított bőrszínünket!



KÍGYÓ PATIKA

ALAPÍTVÁ 1874



Fontos tudnivaló a 3. oldalon!
Az akció **2013. augusztus 31-ig**, vagy a készlet erejéig tart!

PHOTODERM KID 50+

spray, 200 ml

AKCIÓS ÁR:
5990.-

Egységár: 29,95.-/ml

1+1 AKCIÓ



PHOTODERM KID 50+

naptej, 100 ml

AKCIÓS ÁR:
4990.-

Egységár: 49,90.-/ml

1+1 AKCIÓ



GYÖNGY
PATIKÁK

Szegeden az
Önök Gyöngy patikája a
KÍGYÓ PATIKA

ALAPÍTVÁ 1874



...mert a
legnagyobb
kincs az
egészség!

*Szakértelemmel, odafigyeléssel, rendszeres egészségügyi
mérésekkel és folyamatos akciókkal várjuk a legnagyobb
hazai patikakör tagjainál.*

www.gyongypatikak.hu

Ön felkészült a váratlan helyzetekre?



Az egészség az egyik legdrágább kincsünk – bár ameddig megvan, nem veszünk róla tudomást. Azonban, ha úgy érezzük, elveszítjük, mindent megadnánk érte.

Egy hirtelen jött komoly betegség a család valamennyi anyagi tartalmát felemészti.

Ma még tervezzük a gyerekek jövőjét, a lakás, házvásárlást, a nyaralást, a nyugodt nyugdíjas éveket és egyszer csak az orvos azt mondja, ... Bármikor, bármelyikünkkel megtörténhet.

Rosszindulatú daganat, szívinfarktus, agyvérzés, szívkoszorúér műtét. Mind-mind olyan súlyos betegség, mely a legtöbb esetben minden előjel nélkül egyik pillanatról a másikra jelentkezik, komoly változásokat okozva a család életében.

Hazánkban a 36–45 év közötti nők esetében vezető halálozási ok a rákos betegség, 45 éves kor fölött, pedig mindkét nemnél a szív- és érrendszeri panaszok. Megdöbbentő adat, hogy a daganatos betegségekben elhunytak több, mint 40%-a 65 év alatti.

Ilyen esetekben mindent odaadnánk, csak hogy újra minden a régi legyen, bármilyen anyagi áldozatot is felvállalva.

Ezekben a helyzetekben tudunk olyan anyagi segítséget nyújtani, ami azonnal mozgósítható, pont a legszükségesebb időben érkezik, és biztosítja a gyógyuláshoz szükséges anyagi hátteret, mely sokszor jelentősen befolyásolja a betegség kimenetelét.

Ön felkészült anyagiilag egy ilyen nem várt helyzetre? Sajnos a magyar lakosság több mint 80%-a magának sem vallja be, hogy nincs alternatívája.

...Pedig mindezt most még megteheti, nem is gondolná milyen minimális ráfordítással. Érdeklődjön, legyen tisztába lehetőségeivel! Adjon esélyt magának és családjának!

Miért jó az egészségbiztosítás?

- Nő a biztonságérzete, mert fedezetet nyújt a betegség miatt jelentkező extra kiadásokra.
- Éppen a legszükségesebb időben érkezik.
- Szabad felhasználást tesz lehetővé (orvosi ellátás, újabb diagnózis felállítása, alternatív kezelések, külföldi gyógykezelés, stb...)
- A pénz önmagában nem gyógyír de, anyagi biztonságot teremt a nehéz időszakokban.

AZ ÖN PÉNZÜGYI
TANÁCSADÓJA:

MOLNÁR ILDIKÓ
70/458-56-73

molnar.ildiko.aniko@metlifenet.hu

KÍGYÓ PATIKA

ALAPÍTVÁ 1874



Tegyen saját maga és családja anyagi biztonságáért! Most még dönthet!

Név:

Telefon:

Cím:

Életkor:

Hozza be patikánkba ezt a jelentkezési szelvényt, és
nyerjen egy értékes ajándékcsomagot!

MEGFEJTÉS, 1. RÉSZ	A MÉLYBE	ÁBÉCÉNK UTOLSÓ BETŰJE	REZSÓ KÖZÉPSŐ RÉSZE!	... BERGMAN; SVÉD FILM- RENDEZŐ IZÜLETI BETEGSÉG	1. RÓMAI SZÁMMAL ÉV, ANGOLUL	AZ IDŐJÁRÁS EGÉSZSÉG- ÜGYI HATÁSA- IT KUTATÓ TUDOMÁNYÁG	LAUDA AIR (OSZTRÁK LÉGITÁRSÁ- SÁG) REP- TÉRI KÓDJA	CIPŐFÜZŐ VÉGE!	A KÉN VEGYJELE	KÖZÉP- AFRIKAI ÁLLAM LAKÓJA	
AMPER, RÖV.	50, RÓMAI SZÁMMAL										
A KÁLIUM VEGYJELE	MEGFEJTÉS, 2. RÉSZ NEM DOBO- ZOLT (ÁRU)										Á
POZÍCIÓBAN VANI!		KIS FALU SOMOGYBAN ISKOLAI HIÁNYZÁS VAN ILYEN							HATÁROZOTT NÉVELŐ		
GRAND SPORT INJECTION, RÖV. VAN ILYEN VÍZ, SZER, KEZELÉS ÉS ÜDÜLŐ IS			CSEH HEGYSÉG ÉS NEMZETI PARK NEVE IS ARANYGÜRÜ KÖZEPE!					BOSZNIA- HERCEGOVINA AUTÓJELE	A TÖZSDE RÉGIES NEVE		
				ERŐSEN CSÍPÓ			SILÁNY BOR				
GRAMM, RÖV.				AZ ITTRIUM VEGYJELE			SOK BAJJAL JÁRÓ, ZAVA- ROS (ÜGY)				
... MÁRIA- SIRALOM; KORAI NYELV- EMLEKÜNK					NAGYON KEDVEL VALAMIT						
LA ...; BOLÍVIA AD- MINISZTRATÍV SZÉKHELYE 3. BETŰNK					VÉRKERING- TETŐ MASINA OPERA- CIÓKNÁL						
					AZ ÉSZAK- AMERIKAI NAGY- TAVAK EGYIKE					SPANYOL AUTÓJEL	
CIGARETTA, BIZ. SZÓVAL					SZÍN A MA- GYAR KÁR- TYÁBAN, FŐZE- LÉKNÖVÉNY IS				FŐNÉV, RÖV. (SZÓTÁRBAN)	VÁLASZ	
TASZÍT, NYOM									AKADÁLYOZ		
SCHÜTZ ...; KEDVES EMLEKŰ SZÍNÉSZNŐ					ESTEFELE!			GENITIVUS, RÖV.			
KATONAI, RÖV.							PULISZKA, TÁJSZÓVAL	MOUNTAIN BIKE, RÖV.			
					KÖZÉPKOR!		KÖNNYEDÉN FELVESZ				
ATLÉTIKA(I) RÖV.			ADÁSVÉTELE- KET BONYOLÍT A SIEMENS JELE	KÖZÉPFÜL!	A MANYSI REGÉK HŐSE (OTIR) NÉV- VÁLTOZATA	IRTÓZIK, NAGYON FÉL					
AZ USA SZÖVETSÉGI ÁLLAMA, FŐVÁROSA JUNEAU						LÁP, HÍNÁR, TÁJSZÓVAL					
			KIS, KICSI, ANGOLUL AZ EGYIK JÁTEKOS A MÉTÁBAN			TÁJVEDELMI KÖRZET, RÖV.		FÉRFINÉV (ÁPR.11.) ... VÁLIK: OLYANNÁ ÁLAKUL ÁT			
RÖVID KÖTŐSZÓ ŰR, JAPANBAN MAGA, UDVARIASAN		HEBEHURGYA, TÁJSZÓVAL MÉHEK GYŰJTÖTTE ÉDESSEGE							A MŰLT IDŐ EGYIK JELE		
NORVÉG AUTÓJELZÉS	ALMA ...; AZ ISKOLÁNK, EGYETEMÜNK					GIZELLA RITKA BECÉZÉSE				OSZTRÁK AUTÓJELZÉS	
A TÖBBES SZÁM JELE	KÉTJEGYŰ BETŰNK					AZONOS RÓ- MAI SZÁMOK				A RÁDIUM VEGYJELE	
					KEREK OMLÓS SÜTEMÉNY						A NITRÓGÉN VEGYJELE
EGYIK OLLA- LON SEM, PONTOSAN A CENTRUMBAN	K				DEHOGY!						

Helyes megfejtőink között három ajándécsomagot sorsolunk ki.

Ha nyerni szeretne, hozza be a

Kígyó Patikába zárt borítékban a megfejtést. Írja mellé nevét, lakcímét, telefonszámát.

Beküldési határidő: 2013. augusztus 31.

A nyerteseket postai úton értesítjük!



A CSODÁLATOS SZÉPSÉG TITKAI

L'ERBOLARIO

OLASZ NATÚRKOZMETIKUMOK



A fehér tea gyengédsége,
páratlan illata
az intimitást és a
spirítualitást fejezi ki...



TERMÉKEINKET KERESSE ÖN IS
KÍGYÓ PATIKÁBAN!

WWW.LERBOLARIO-NATURKOZMETIKUMOK.HU

KÍGYÓ PATIKA

ALAPÍTVÁ 1874



KUPON
KEDVEZMÉNY

Fontos tudnivaló a 3. oldalon!
Az akció 2013. augusztus 31-ig, vagy a készlet erejéig tart!

A CSODÁLATOS SZÉPSÉG TITKAI

L'ERBOLARIO

OLASZ NATÚRKOZMETIKUMOK

TELJES ÁRUKÉSZLETÉRE
20% KEDVEZMÉNYT
BIZTOSÍTUNK PATIKÁNKBAN!

20%
KEDVEZMÉNY





**Bízom a hazai,
megbecsülést érdemlő
szakértelemben.**

Dr. Zolnay Kriszta
gyógyszerész

A hazai orvoslás és a hazai gyógyszergyártás
világ színvonalú eredményekre képes.
A Richter Gedeon több mint 110 éve biztos partner
a gyógyításban, élen jár a kutatás-fejlesztésben,
kiváló készítményekkel segíti az egészség megőrzését.



RICHTER GEDEON

Rólunk gondoskodik