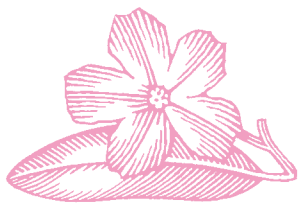


# KÍGYÓ PATIKA

TAVASZ  
magazin





A CSODÁLATOS SZÉPSÉG TITKAI  
**L'ERBOLARIO**

## OLASZ NATÚRKOZMETIKUMOK

L'ERBOLARIO

ACIDO IALURONICO



A hyaluronsav fáradhatatlan  
vízhordozó, lenyűgöző simító  
és tömörítő képességű alkotóelem.



A L'Erborario Hyaluronsavas termékcsaládjának minden tagja

**30% kedvezménnyel**  
**vásárolható meg Patikánkban!**

Próbálja ki Ön is a hyaluronsav nyújtotta innovatív  
anti-age kezelést, hogy bőre tiszta, szilárd, és tónusos legyen!  
Az akció 2014. június 6-ig, valamint a készlet erejéig érvényes.

TERMÉKEINKET KERESSE ÖN IS A SZEGEDI **KÍGYÓ PATIKÁBAN!**  
**WWW.LERBOLARIO-NATURKOZMETIKUMOK.HU**

# Tartalom

|                                   |    |
|-----------------------------------|----|
| Olasz natúrkozmetikumok.....      | 2  |
| Aranyér .....                     | 4  |
| Influenza .....                   | 5  |
| C-vitamin .....                   | 6  |
| Székrekedés .....                 | 7  |
| Nátha .....                       | 8  |
| Egészséges immunrendszer .....    | 9  |
| Stresszoldás .....                | 10 |
| Emésztési panaszok.....           | 11 |
| Izom- és ízületi fájdalom .....   | 12 |
| Fájdalomcsillapítás .....         | 13 |
| Kivörösödött, irritált szem ..... | 14 |
| Hasmenés .....                    | 15 |
| Recept.....                       | 16 |
| Gombás fertőzés .....             | 17 |
| Hurutoldás .....                  | 18 |
| Tekintettel a hölgyekre .....     | 19 |
| Gombás körömfertőzés .....        | 20 |
| Torokgyulladás.....               | 22 |
| Prostata problémák.....           | 23 |
| Hasi fájdalom .....               | 24 |
| Ízületi fájdalom .....            | 25 |
| Egészséges bélflóra .....         | 26 |
| Méregtelenítés .....              | 27 |
| Sportolással a reuma ellen .....  | 28 |
| Napozás, fényvédelem .....        | 29 |
| Rejtvény .....                    | 30 |

## 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 2014. június 6-ig ill. a készlet erejéig érvényesek! A KUPON KEDVEZMÉNY esetében csak a kivágott és behozott kupon ellenében adhatunk engedményt!

### TÉLI SZÁMUNK REJTVÉNYÉNEK NYERTESEI:

**GERA PÁLNÉ** Szeged, Római krt.

**TÓTH VINCÉNÉ** Szeged, Horváth M. u.

**IFJ. KÓNYA FERENC** Szeged, Rókusi rt.

## 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 Reklámtúdió +36 (30) 317-3509

**Termék manager:** Szlobodnyik Péter

Az esetleges nyomdai hibáért 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: Tavasz-várás

Érzed? Jön a tavasz,  
a fák alá  
már tarka-fátylú verőfényt havaz.  
A messzeségből hírnök érkezett:  
madár lebeg a rónaság felett,  
s fény szállt a holt avarra: Hóvirág.

Ugye testvér,  
csábítanak most halk melódiák,  
ezer kis visszatérő róna-dal,  
S ugye neked is tarka a világ,  
s az álmaid megannyi könnyű lepkék:  
már nemsokára zöldül a levél,  
és visszaszáll a tavasz és a fecskék,  
és a fecskékkel ő is visszatér...

Ha jönne már...  
ugye testvér, megálmodod mi lenne?...  
S egy kis meleg  
belopódzik halkan a szívedbe...

Nézem a naptárt, és bár megmondja nekem mikor van tél és tavasz, nyár és ősztudom, hogy az élet nemcsak ciklikus körforgás, évszakok változása, a múlt folyománya. Nem csupán az idő foglya vagyok, hanem alakíthatom is azt, az én időm megismételhetetlen, és értékes. Lelkem nemcsak a rohanó időre van méretezve, hanem sokkal többre, valami örökre is.

„Nemzedékek jönnek, nemzedékek mennek, de a föld örökké megmarad! Fölkel a nap, és lemegy a nap, siet vissza arra a helyre, ahol majd újból fölkel. A szél fúj délre, majd északra fordul, körbefordul a szél járása, és visszatér oda, ahonnan elindult.” – ezek a Prédikátor könyve írójának mondatai.

Akarva-akaratlanul az időre gondolok, és bár tudom, hogy az idő lineáris, visszafordíthatatlan, egyedi lehetőség, mérhető, a négy dimenzió egyike, mégsem tudok másra gondolni, mint Szent Ágoston szavaira: „Mi hát az idő? Ha senki sem kérdezi, tudom; ha kérdezik tőlem, s meg akarom magyarázni, nem tudom... Mert így van ez, Uram, Istenem, mérem, mérem, de mit mérek, nem tudom.”

Van, amikor nyomtalanul elillan, van, amikor csigalassúsággal jár. Néha alig tudjuk kivárni, néha meg tovasszáll. Van, amikor pénzt jelent, van, amikor határidőt, és van hogy egyszerűen kérdéseket és vágyakozást!

Az idő kincs, és megosztható azokkal, akiket szeretünk. A szeretethez idő kell, mondjuk sokszor. „Az idő, amit a rózsádra vesztegettel: az teszi olyan fontossá a rózsádat – mondta a Róka. Az idő, amit a rózsámra vesztegettem... – ismételte a kis herceg, hogy jól az emlékezetébe vesse.”

Az idő máris értelmet nyer, és örvendünk, hogy itt vagyunk, hogy élünk és létezzünk. A tavaszvárás napjai következnek... amiben már ott van a nyár ígérete. Így a boldog várakozás ideje is a tavasz. De van egy még szebb tavasz. Ami a szívedben, a lelkedben ébred. Mert ha a szívedben, a lelkedben tavasz él, akkor az ablakon túl lehet tél, lehet vihar, lehet bármi... ha kinézel, te csak virágzó magnóliát, nyíló virágokat, repdeső katicákat látsz. Mert a lelkedből látod. A tavaszt. Szíved tavaszát.

A Kígyó Patikába is beköszöntött a tavasz... Újult erővel segítünk mindenkinek, hogy havi gyógyszerkiadásait minél kisebbre csökkentsük. Kérem éljenek a lehetőséggel, jöjjenek el hozzánk és mi átnézzük a receptjeiket és tanácsot szolgálunk mindenkinek.

140 éve Önökért....



*Dr. Zolnay Kriszta*

**Dr. Zolnay Kriszta**  
gyógyszerértékesítő

# Amit tudni akart az aranyérről, de nem merte megkérdezni

A 21. század egyik legújabb népbetegségének is nevezhetnénk az aranyeres panaszokat. A modern kor életvitele, a kevés rost- és folyadékfogyasztás – azaz a nem megfelelő táplálkozás és a mozgásszegény életmód – miatt kialakuló idült székrekedés, az éjszakába nyúló ülőmunka, a kötőszövetek elgyengülése és a terhesség/szülés következményeként az emberek mintegy fele tapasztalja meg legalább egyszer élete során azokat a kellemetlen tüneteket, amikkel ez a betegség együtt jár.

Az aranyér elleni legjobb orvosság természetesen a megelőzés, a második pedig az első tünetek megjelenésekor elkezdett kezelés. A korai tünetek kezelése azonban sok embernek kellemetlenséget jelent.

Milyen lehetőségei vannak annak, akinél már kialakultak az első tünetek? Milyen gyógymód van a már kialakult aranyér kezelésére? Súlyosabb, nem múló panaszok esetén elkerülhetetlen orvosunk felkeresése – háziorvos vagy urológus szakorvos – aki megállapítja a betegség fokát, és a szükséges kezelési módot, ugyanis súlyosabb stádiumban már csak műtéti úton tudunk megszabadulni a betegségtől. A korai szakaszban azonban még rengeteg más, kevésbé fájdalmas módszer áll rendelkezésre.

Időben megkezdett és következetes kezeléssel megakadályozhatjuk, hogy a kezdetleges aranyér fájdalmas bántalomra fejlődjön. **A Sperti Preparation H® végbélkúp és végbélkenőcs hatékony megoldást jelent az aranyér kezelésére.** Belső aranyeres csomók kezelésére kúpot, a végbél környéki viszketésre és irritációra pedig kenőcsöt használhatunk.

**SPERTI PREPARATION H®**

**Ne üljön a problémán!**

**Hasznos tudnivalók az aranyérről**

**aranyerstop.hu**

**A Sperti Preparation H® termékek kizárólag természetes hatóanyagokat tartalmaznak.** Ez a természetesség azonban nem csökkenti a Sperti Preparation H® **klinikai vizsgálatokkal is alátámasztott hatásait**, melyek szerint **hatékonyan enyhíti a fájdalmat, a viszketést, az irritációt és a székletürítés során jelentkező diszkomfort érzést, továbbá elősegíti a gyógygyulást.**

Mik a jelei annak, ha megkörnyékez minket az aranyér? Ha égő, viszkető érzést tapasztalunk a végbél környékén, és ezt nem a durva fehérnemű vagy egyéb trauma okozta; ha a vécepapír fájdalmat okoz és/vagy véres; ha a széklet világosvörös véryomokat tartalmaz,

akkor nagyon nagy valószínűséggel bekerülünk az aranyeres betegek népes táborába.

Mi a legjobb tanács, amit adhatunk azoknak, akik a fenti tünetek bármelyikével szembesülnek? Amint csak lehet, kezdjük meg az enyhébb tünetek kezelését a patikákban vény nélkül kapható Sperti Preparation H® készítményekkel.

Vény nélkül kapható cápmájolaj és élesztősejt-kivonat tartalmú gyógyszer.



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

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



**SPERTI PREPARATION H®** végbélkúp, 12 db  
végbélkenőcs, 25 g



EREDETI ÁR: 1785.-  
AKCIÓS ÁR:  
**1428.-**  
Egységár: 57,12.-/g  
357.- megtakarítás

EREDETI ÁR: 1870.-  
AKCIÓS ÁR:  
**1496.-**  
Egységár: 124,66.-/db  
374.- megtakarítás

**KÍGYÓ PATIKA**  
ALAPÍTVÁ 1874



**RENDKÍVÜLI  
ÁRKEDVEZMÉNY**

Fontos tudnivaló a 3. oldalon!  
Az akció **2014. június 6-ig**, vagy a készlet erejéig tart!  
A KOCKÁZATOKRÓL ÉS A MELLÉKHATÁSOKRÓL  
OLVASSA EL A BETEGTÁJÉKOZTATÓT, VAGY KÉRDEZZE  
MEG KEZELŐORVOSÁT, GYÓGYSZERÉSZÉT!

# A megfázás hat problémája, és amit ellenük tehet

**A nátha és a megfázás több fronton intéz támadást a szervezetünk ellen, ezért érezzük úgy az első néhány órában – esetleg napon –, hogy szinte ledönt a lábunkról. Mindenki szeretné gyorsan jól érezni magát, de vajon mi lehet a nyerő taktika a nátha tünete ellen?**

**Felvenni ellenük a harcot? Nem lehetetlen, de a győzelemhez ismerni kell az ellenfelet is!**

A felső légúti betegségek – mint például a megfázás és az influenza – több fronton indítanak támadást a közérzetünk ellen. A számos kellemetlenség közül kiemelkedik a láz, a torokfájás, a végtag- és izomfájdalom, a fejfájás és az orrdugulás. Ez a hat tünet szinte majdnem mindenkinél jelentkezik ilyen betegségek esetén, különböző hevességgel.

## MI ÁLL A TÜNETEK HÁTTÉRÉBEN?

A **láz** immunreakció, a kórokozók ellen védekező fehérvérsejtekből felszabaduló anyagok váltják ki. A hőközpont által beállított hőmérséklet ezek hatására a normálisnál magasabb érték felé tolódik el. Van olyan elmélet, hogy a láz hasznos, mert segít a kórokozók elpusztításában, ám e tünet rendkívül levertté tud tenni bennünket. A **végtag- és izomfájdalom** szintén a védekező rendszer működése miatt lép fel: az immunrendszer működésében nagy szerepet játszó citokinek "mellékhatása". A **torokfájás** egy helyileg kialakuló gyulladás, melytől szúrós fájdalmat érezhetünk, a **fejfájást** pedig a láz és a folyadékhiánytartás felbillenése is okozhatja. S végül, de nem utolsó sorban az **orrdugulás és orrfolyás** a kórokozók támadását jelzi a felső légutakban. Látható tehát, hogy amit mi rosszul érzünk, az igazából a szervezetünk küzdelme a betegséggel. Ilyenkor minden energiánkat a fertőzés leküzdésére fordítjuk, ezért érezzük a fentiekén kívül

fáradtnak, levertnek, energiatlanak is magunkat. Ám rögtön adódik a kérdés: melyik tünettel foglalkozunk? A lázzal vagy az orrdugulással, a fej- vagy a torokfájással? Egyszerűnek tűnhet egy láz- és fájdalomcsillapító tablettával megoldani a főbb panaszokat, de az mit sem ér az orrdugulás vagy éppen az orrfolyás ellen. Biztos, hogy ez a legjobb megoldás?

## EGY JÓ FORRÓ ITAL...

A házi praktikák többsége (forró leves, C vitamin) valóban csökkenthetik egyik-másik kellemetlen tünetünket, ám a komplex kezeléshez komplex gyógymód kell. A gyógyszertárakban már jó ideje kaphatunk olyan forróital-porokat, amelyek egyben tartalmazzák a legfontosabb összetevőket: láz- és fájdalomcsil-

lapító hatóanyagot, orrdugulást csökkentő szert és az immunrendszert támogató C-vitamint. Mivel ezeket egy bögre forró vízben feloldva kell bevenni, a folyadékhiánytartásunk is pozitív irányba fordul, a forró ital pedig segít a láz csökkentésében, azaz a hőszabályozás helyreállításában.

Egyik ilyen szer a NeoCitran por, amely a megfázás következtében kialakuló torokfájás, láz, nátha, fejfájás és végtag-, illetve izomfájdalom kezelésére szolgáló gyógyszer. Tartalmaz fájdalom- és lázcsillapító hatású paracetamolt, az orrnjákhártya duzzanatát csökkentő fenilefrin-hidrokloridot, az orrfolyást és irritációt csökkentő feniramin-maleátot, valamint a felső légúti megbetegedések esetén is pozitív hatású immunrendszert támogató C-vitamint.



**NeoCitran®**

**Hatékony segítség közel 200 féle vírus okozta megfázás legyőzésében.\***

**A 14-es KISZERELÉSSEL AKÁR 30% MEGTAKARÍTÁS TASAKONKÉNT\*\***

Vény nélkül kapható gyógyszer

www.novartis.hu

\* Forrás: Az Egyesült Államok Járványügyi Központja által megadott adatok – <http://www.cdc.gov/getsmart/antibioticuse/URI/colds.html>

\*\* ajánlott fogyasztói ár, a NeoCitran por felnőtteknek 6 db-os kiszerelés tasakonkénti árához képest

Novartis Hungária Kft. Consumer Health, 1114 Budapest, Bartók Béla út 43-47. • Tel.: 457-6656, 457-6678, e-mail: infoch.hungary@novartis.com • nct231/feb14

# 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 2014. június 6-ig, vagy a készlet erejéig tart!

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

NEOCITRAN®

belsőleges por felnőtteknek, 14 adag

EREDETI ÁR: 2150.-

AKCIÓS ÁR:

**1892.-**

Egységár: 135,14.-/db

258.- megtakarítás



Egészségpénztári kártyára is megvásárolható.  
Vény nélkül kapható gyógyszer.



# Jovital<sup>®</sup>C Duo

## C-vitamin

- ✓ Nyújtott felszabadulással – bevont C-vitamin szemcsékkel
- ✓ Kettős aktivitással – bevont és bevonatlan C-vitamin szemcsékkel
- ✓ Cukor-és laktózmentesen
- ✓ Az immunrendszer védelméért



## Együtt jár az egészséggel!

[www.jovitalc.hu](http://www.jovitalc.hu)

étrend-kiegészítő

**MB** MAGYAR BRANDS 2013



Egis Gyógyszergyár Nyrt. OTC Üzletág, 1134 Budapest Lehel utca 15. Tel.: 803-2222, Fax: 803-2467, [www.egis.hu](http://www.egis.hu)

**15%**  
KEDVEZMÉNY

**Jovital<sup>®</sup>C Duo**

500 mg retard kapszula,  
30 db



EREDETI ÁR: 1249.-

AKCIÓS ÁR:

**1062.-**

Egységár: 35,4 -/db

187.- megtakarítás

**Jovital<sup>®</sup>C Duo**

500 mg retard kapszula,  
60 db



EREDETI ÁR: 2085.-

AKCIÓS ÁR:

**1772.-**

Egységár: 29,53 -/db

313.- megtakarítás

**Jovital<sup>®</sup>C Duo**

750 mg retard kapszula,  
30 db



EREDETI ÁR: 1720.-

AKCIÓS ÁR:

**1462.-**

Egységár: 48,73 -/db

258.- megtakarítás

**Jovital<sup>®</sup>C Duo**

750 mg retard kapszula,  
60 db



EREDETI ÁR: 2676.-

AKCIÓS ÁR:

**2275.-**

Egységár: 37,91 -/db

401.- megtakarítás

## KÍGYÓ PATIKA

ALAPÍTVÁ 1874



**KUPON**  
KEDVEZMÉNY

Fontos tudnivaló a 3. oldalon!

Az akció **2014. június 6-ig**, vagy a készlet erejéig tart!

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

Étrend-kiegészítő.

# Érezd magad jól a bőrödben!

**A** mikor székrekedéstől szenvedünk, többet érzünk múlt kellemetlenségnél. A haspuffadás, hasfájás és teltségérzet okozta kellemetlenségek mellett a legtöbb embernek úgy tűnik a székrekedés egész életüket negatívan befolyásolja és életminőségüket is jelentősen rontja. Ilyenkor a legcsinosabb ruhában is feszengünk, nem tudunk a munkánkra és a mindennapi teendőkre koncentrálni. Szinte rá van írva az arcunkra, hogy valami nincs rendben „odabent”.

A székrekedés súlyosságának mértéke igen változatos lehet: sokan csak átmenetileg, rövid ideig tapasztalják, míg mások esetében krónikus, hosszú időn át előforduló állapotról van szó, amely jelentős kényelmetlenséggel és fájdalommal jár.

## De mi is a székrekedés valójában?

A legtöbb ember egyszerűen a rendszertelen székletürítést értelmzi székrekedésként. Mások akkor is szorulásról beszélnek, ha a székletürítés nehéz, erőlködéssel jár, vagy utána elégtelen kiürítés érzete marad fent. A székrekedés oka különböző lehet, éppen ezért a kezelés is egyénre szabott, a speciális tüneteknek megfelelően kell, hogy történjen.

## Mi okozhat székrekedést?

1. Étrendünk megváltoztatása. Egy megterhelő fogyókúra éppúgy okozhat szorulást, mint a túlságosan zsíros, rostban szegény ételek fogyasztása.
2. Ha valami miatt felborul a napi rutin. Ez lehet egy utazás, költözés, új munkahely vagy környezetváltozás egyaránt.

3. Ha nem mozgunk eleget. Akár napi 20–30 perc mozgás is jótékony hatású lehet.

4. Bizonyos gyógyszerek mellékhatásként szintén székrekedést okozhatnak.

Ha úgy érezzük, hogy a székrekedés megakadályoz bennünket abban, hogy zavartalanul éljük életünket, érdemes körületekintően megválasztott és egyéni életvitelünkre szabott hashajtóhoz fordulnunk. Ugyanakkor nem mindegy, hogy a széles kínálatból milyen szert választunk, érdemes ugyanis néhány szempontot szem előtt tartanunk ezzel kapcsolatban.

## 1. Lényeges szempont, hogy a hashajtó kíméletes és biztonságos legyen.

A Dulcolax® tabletta hatásos, kíméletes megoldást nyújt a székrekedés kezelésében. A Dulcolax® tabletta hatóanyaga speciális védőbevonatának köszönhetően csak a vas-

tagbélben fejti ki a hatását, ott hat, ahol kell, nem terheli a szervezetet feleslegesen.

## 2. Hatása kiszámítható legyen, hogy zökkenőmentesen tudjuk életünket folytatni.

A Dulcolax® tabletta hatása kiszámítható: vegye be este, és másnap reggel könnyebben indul a nap. (Hatása: 6–12 óra)

## 3. A hashajtó alkalmazása könnyű legyen.

A Dulcolax® tabletta alkalmazása egyszerű: kicsi, könnyen lenyelhető.

## 4. Bizonyos élethelyzetekben (pl: utazás) nagyon gyors megoldásra is szükség lehet.

A Dulcolax® kúp formában is elérhető, mely alkalmazását követően 10–30 percen belül fejti ki hatását.

5. A Dulcolax® kúp és tabletta recept nélkül kapható a patikákban.

## Székrekedés?

### Tabletta vagy kúp?

2 féle

- ✓ **HATÁSOS**
- ✓ **KÍMÉLETES**
- ✓ **KISZÁMÍTHATÓ**

hashajtó gyógyszerrel a DÖNTÉS AZ ÖN KEZÉBEN VAN!

[www.szorulas.hu](http://www.szorulas.hu)

Boehringer Ingelheim

A Dulcolax 10 mg végbélkúp és a Dulcolax 5 mg gyomornedv-ellenálló bevont tabletta recept nélkül kapható biszodol hatóanyagú gyógyszer.

Székrekedés kezelésére  
GYOMORNEDV-ELLENÁLLÓ BEVONT TABLETTA 30 DB

Székrekedés kezelésére  
10 mg VÉGBÉLKÚP 6 DB

**Nem álom a megkönnyebbülés!**

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 2014. június 6-ig, vagy a készlet erejéig tart!

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

DULCOLAX®

5 mg gyomornedv-  
ellenálló bevont  
tabletta, 30 dbEREDETI ÁR: 945.-  
AKCIÓS ÁR:

756.-

Egységár: 25,20.-/db

189.- megtakarítás



DULCOLAX®

10 mg végbélkúp,  
6 dbEREDETI ÁR: 711.-  
AKCIÓS ÁR:

569.-

Egységár: 94,83.-/db

142.- megtakarítás

Egységépénztári kártyára is megvásárolható.  
Vény nélkül kapható gyógyszer.

# Hogyan kerüljük el a náthát és influenzát?

A megelőzés „tízparancsolata”! Mit tegyünk, ha mégis megbetegedtünk?

A járványos időszakban igyekszünk mindent megtenni annak érdekében, hogy elkerüljük a kellemetlen és nem is veszélytelen influenzás és náthás megbetegedéseket. A védőoltáson túl mit tehetünk, hogy elkerüljük a téli fertőzéseket? Érdemes megfogadni többek között az alábbi tanácsokat:

1. Gyakran mossunk kezet meleg vízzel és szappannal! Ha lehetőségünk van rá, használjunk kézfertőtlenítőt!
2. Ügyeljünk rá, hogy ne érintsük meg szemünket, orrunkat vagy szánkát piszkos kézzel!
3. Köhögéskor, tüsszentéskor mindig használjunk (lehetőleg papír) zsebkendőt! Ha nincs éppen kéznél, tenyerünk helyett a könyökhajlatunkba tüsszentsünk vagy köhögjünk!
4. Használat után a zsebkendőnket azonnal dobjuk zárt szemeteskosárba, vagy ha az nem elérhető, akkor az eldobásig lehetőség szerint tartsuk egy zárható tasakban!
5. Kerüljük az egyébként szokásos üdvözlési formákat (kézfogás, pusz)!)
6. Lehetőség szerint kerüljük az influenzás betegekkel történő érintkezést!
7. Munkahelyünkön rendszeresen tisztítsuk a gyakran használt tárgyakat, sok ember által megérintett felületeket (pl. asztal, billentyűzet stb.)!
8. Otthon és munkahelyünkön szellőztessünk minél gyakrabban!
9. Lehetőleg kerüljük a zsúfolt, zárt helyeket!
10. Készítsük fel immunrendszerünket a vírus-szezonra!



Mentol, kámfor,  
eukaliptuszosolaj

Ha pedig minden óvintézkedésünk ellenére mégis megbetegedtünk, tüneti kezelésként szóba jöhetnek többek között szükség esetén a láz- és fájdalomcsillapítók, a köptetők, a vitaminok és a kellemetlen orrdugulás megszüntetésére az orrcseppek vagy az orrspray.

Az utóbbiakkal kapcsolatban elmondható, hogy manapság igen széles az orrcseppek és orrspray választéka. Melyik formát érdemes választani?

A széles palettából **érdemes a korszerűbb orrspray formátumot választani**, mert:

- **hatékonyabb:** a cseppeket finom permetté porlasztja, és sokkal jobban bevonja az orrüreg belsejében a nyálkahártyát, sokkal jobban elterül, inkább bejut a távoli helyekre is, mint az orrcsepp;

- **kényelmesebb:** használatakor nem szükséges lefeküdni, percekig fekvő helyzetben maradni, tehát napi tevékenységünket lényegesen zavartalanabban folytathatjuk;
- **gazdaságosabb:** minden adag permet oda jut, ahová kell, nem pazarolunk el egy cseppet sem feleslegesen;
- **pontosabb:** minden adag pontosan azonos mennyiségű hatóanyagot juttat orrunkba.

A fenti elvárásoknak felel meg a **Rhinospray plus orrspray**. Hatóanyagával és illóanyagaival (mentol, kámfor, eukaliptuszosolaj) néhány perc alatt és hosszú órákon át szabaddá teszi orrát, a plusz illóanyagok kényeztetik az orrát és friss, hús érzést nyújtanak. Speciális szórófeje pedig hatékony, pontos, kényelmes alkalmazást biztosít.

Boehringer  
Ingelheim

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

15%  
KEDVEZMÉNY

**RHINOSPRAY  
PLUS**

orspray,  
10 ml

EREDETI ÁR: 1525.-

AKCIÓS ÁR:

**1296.-**

Egységár: 129,6.-/ml

229.- megtakarítás



**KÍGYÓ PATIKA**

ALAPÍTVÁ 1874

RENDKÍVÜLI  
ÁRKEDVEZMÉNY

Fontos tudnivaló a 3. oldalán!

Az akció **2014. június 6-ig**, vagy a készlet erejéig tart!

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

# Életre fel!

## Hogyan vehetjük fel a harcot a tavaszi fáradtsággal?

A hosszú, hideg, borongós téli hónapok alaposan rányomják bélyegüket hangulatunkra, fizikai és általános közérzetünkre, gyakran fáradtnak, levertnek érezzük magunkat, esetleg könnyebben legyűr bennünket egy-egy nátha is. Hiszen egészségünk elsődleges védvonalát az immunrendszer, melynek hatékony működéséhez elengedhetetlen a megfelelő vitamin- és ásványi anyag bevitel. A téli, vitaminhiányos időszakban a szervezet természetes védekezőképessége gyakran nem megfelelő. Ilyenkor szükség van némi extra támogatásra egészségünk megőrzése érdekében. Szervezetünk ösztönösen érzi, hogy mire van szüksége. Ilyenkor szinte szomjazzuk már a napfényt, a tavaszt, a jó levegőt, a fű illatát, a friss zöldségeket és gyümölcsöket.

Szerencsére van azonban megoldás addig is, amíg mindez várat magára. Egészséges életmóddal, testmozgással, megfelelő mennyiségű és minőségű pihenéssel, valamint kiegyensúlyozott, vegyes táplálkozással sokat tehet egészségéért, hogy ne döntse le a hosszú tél után a tavaszi fáradtság. Egy étrend-kiegészítő is nagyban hozzájárulhat vitamin- és ásványi anyag raktárainak feltöltéséhez, hogy újult erővel lendüljön ismét formába.

A **Multi-tabs® Immuno** étrend-kiegészítő termékcsalád egyedülálló hármas összetétellel rendelkezik: vitaminokat, ásványi anyagokat, valamint *Lactobacillus rhamnosus* GG-t (LGG®) tartalmaz. A C-vitamin, az A-vitamin, a D-vitamin,



a B6-vitamint, a B12-vitamint, a folsavat, a cinket, a vasat és a szelént hozzájárulnak az immunrendszer normál működéséhez. **Felnőtteknek a Multi-tabs® Immuno L tablettát, gyermekeknek pedig 4 éves kortól a Multi-tabs® Immuno Chewable rágótablettát ajánljuk**, amelyet a gyermekek finom epres-málnás íze miatt is szívesen fogyasztanak. Az ajánlott fogyasztási mennyiség 1 tabletta mindkét készítmény esetén.

A **Multi-tabs® termékcsalád harmadik tagja a Multi-tabs® Omega-3 Kid**. Bizonyára Ön is sokat hallott már az omega-3 zsírsavakról, amelyek olyan, ún. esszenciális telítetlen zsírsavak, amelyeket szervezetünk nem képes előállítani, ezért kívülről, a táplálékkal kell bevinnünk ezeket. **A Multi-tabs®**

**Omega-3 Kid segítségével minden nap hozzájárulhat a gyermeke számára megfelelő mennyiségű omega-3 zsírsav bevitelének biztosításához.** A készítményt kifejezetten gyermekek számára fejlesztették ki. Koncentrált omega-3 zsírsavakat tartalmaz: gazdag dokozahexaénsavban (DHA) és eikozapentaénsavban (EPA). Különlegesen finom, feketeribizli ízű, elrágatható kapszula, melyből napi 2 kapszula szedése javasolt gyermeke számára 4 éves kortól.

Az étrend-kiegészítő nem helyettesítheti a vegyes étrendet és az egészséges életmódot.



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

## KÍGYÓ PATIKA

ALAPÍTVÁ 1874



Fontos tudnivaló a 3. oldalon!  
Az akció **2014. június 6-ig**, vagy a készlet erejéig tart!

**Multi-tabs® IMMUNO L**  
tabletta  
30 db



EREDETI ÁR: 3445.-  
AKCIÓS ÁR:  
**2756.-**  
Egységár: 91,86.-/db  
689.- megtakarítás

**Multi-tabs® IMMUNO CHEWABLE**  
rágótabletta  
30 db



EREDETI ÁR: 3445.-  
AKCIÓS ÁR:  
**2756.-**  
Egységár: 91,86.-/db  
689.- megtakarítás

**Multi-tabs® OMEGA-3 KID**  
elrágatható kapszula  
30 db



EREDETI ÁR: 2462.-  
AKCIÓS ÁR:  
**1970.-**  
Egységár: 65,66.-/db  
492.- megtakarítás



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

# MAGNÉZIUMMAL – stressztelenül!

**L**egtöbbünk életének állandó kísérője a stressz. Van belőle rossz és jófajta is, bármilyen meglepő. Családi, munkahelyi, érzelmi vagy egészségi gondok: mind stresszokozók.

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 agresszívvé, 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. Viták, veszekedések, családi és munka-

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

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 vészeltük 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 ételmisszerben 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 tabletták, 50 db

EREDETI ÁR: 1726.-  
AKCIÓS ÁR:

**1467.-**

Egységár: 29,34.-/db

259.- megtakarítás



**KÍGYÓ PATIKA**  
ALAPÍTVÁ 1874

**RENDKÍVÜLI  
ÁRKEDVEZMÉNY**

Fontos tudnivaló a 3. oldalon!

Az akció 2014. június 6-ig, vagy a készlet erejéig tart!

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

# SZAKÉRTŐ MEGOLDÁS GYOMOR ÉS EMÉSZTÉSI PANASZOK KEZELÉSÉRE: **Git** TERMÉKEK



Vény nélkül kapható gyógyszerek.

SANOFI-AVENTIS Zrt. 1045 Budapest, Tó utca 1-5. - Telefon: (+36 1) 505 0050 – Fax: (+36 1) 505 0060

Gyógyszerinformációs szolgálat: (+36 1) 505 0055 - Web: www.sanofi.hu

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 2014. június 6-ig, vagy a készlet erejéig tart!

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

### ACIDO-GIT®

rágótabletta,  
40 db

EREDETI ÁR: 1136.-

AKCIÓS ÁR:

## 795.-

Egységár: 19,875.-/db

341.- megtakarítás



# 30%

KEDVEZMÉNY

Egészségpénztári kártyára is megvásárolható.  
Vény nélkül kapható gyógyszer.



**Flexagil**  
KRÉM

**Hatékony  
fájdalomcsillapító  
krém?**

**Hatóanyaga  
100%-ban  
természetes?**

**Kérdezze  
gyógyszerészét!**

Izom- és ízületi fájdalomra, rándulásra, húzódásra.  
OGYI-T-20774/02

Hatóanyag: fekete nadálytő gyökér folyékony kivonat.

**Merck Kft.**

1117 Budapest, Október huszonharmadika utca 6–10.

[www.merck.hu](http://www.merck.hu)

**MERCK**

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

**15%**  
KEDVEZMÉNY

**FLEXAGIL 50 g**  
Krém



EREDETI ÁR: **1352.-**

AKCIÓS ÁR:

**1149.-**

Egységár: 22,98.-/g

203.- megtakarítás

**FLEXAGIL 100 g**  
Krém



EREDETI ÁR: **2393.-**

AKCIÓS ÁR:

**2034.-**

Egységár: 20,34.-/g

359.- megtakarítás

**KÍGYÓ PATIKA**

ALAPÍTVÁ 1874



**RENDKÍVÜLI  
ÁRKEDVEZMÉNY**

Fontos tudnivaló a 3. oldalon!

Az akció **2014. június 6-ig**, vagy a készlet erejéig tart!

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



Egységárpénztári kártyára is megvásárolható.  
Vény nélkül kapható gyógyszer.

# NEM BÓKOL A PÁROD?

Van egy tuti tippünk! Ne fájjon emiatt a fejed!



**K**evés olyan bűgva csengő, női szíveket megmozgató szó van, mint a bók. Három apró betű, egymás mellett, tökéletes harmóniában. Micsoda tökéletesen eltalált szó! Ízlelgesseitek egy kicsit, merüljete el benne és idézzétek fel, mikor kaptatok legutoljára bókot kedvesetektől. Lányok, kik most kapásból sorolnátok az alkalmakat, legyetek hálásak a sorsnak! Lányok, kiknek vért izzadva sem jut most eszetekbe semmi, hozzátok szólunk, hogy ne fájjon a fejetek emiatt, idővel és kis rávezetéssel a párotok is rájön majd, mi is a dolga!

Csinin röppensz át a szobán, aztán megint, aztán megint... aztán már nem röppensz, hanem szép lassan sétálsz tova, míg választottad az újság napi sportrovatát böngészni. Jesszus, hiszen fel sem néz! Drágám? Igen? Hogy nézek ki? Pillanatnyi kipillantás az újság mögül. „Csiní vagy”. Aztán el is vettettük őt

megint két hasáb között. Éppen ott, ahol a szívből jövő bókokat. Persze, ha azt mondta volna „Jó a melled!” sem lennének sokkal boldogabbak. Nehéz eldönteni, ez vajon bóknak számít-e egyáltalán?

## MERT MILYEN IS A JÓ BÓK?

Tisztázzunk valamit, mielőtt félreértések támadnának. Bókot nem lehet marokszámra szórni. Nem lehet, mert akkor elveszti a súlyát, a fontosságát, a jelentőségét. Bókolni azoknak a nőknek kell, de azoknak aztán kötelezően, akik tesznek azért, hogy partnerük még vonzóbbnak, még csinosabbnak, még okosabbnak lássa őket. Mert ha teszel valamit a bókért és meg is kapod azt, az sokkal jobban esik, mint a naponta odavetett, de nem komolyan gondolt frázis. A jó bók a lelked mélyéig hatol, erőt ad, hitet, hogy egy jól működő párkapcsolatban vagy benne, ahol megbecsülnek. A jó bók mosolyt csal az arcodra, mely egész nap kitart. Egy kapcsolat elején, az ismerkedés fázisában még a férfiak sem olyan fukarak a bókolással. Dicsérik a szemünket, a mosolyunkat, az eszünket, az alakunkat. Persze ezt is el lehet szűrni, mert ha olyan dolgot jeleznek vissza, amit számtalanszor hallhattunk már, az nem olyan hatásos, és nem szól annyira a szívünkhöz. Csajosozás szakértők még azt is állítják, hogy a csak külső tulajdonságainkra tett megjegyzések kevésbé meggyőzőek és jólesők egy hölgy számára. Haladunk az időben előre, most már komoly kapcsolatban vagyunk benne, azt várnánk el párunktól, hogy most se feledkezzen meg arról, amit a kapcsolat elején még olyan könnyen adott. Egy kedves szó, egy kis odafigyelés sokáig kitaró erőt ad nekünk. Persze mindenkinek mások az elvárásai, dr. Gary Chapman szerint, aki állítja, több-

féle szeretetnyelven beszélünk, melynek csak egyike a dicsérő szavak nyelve, a kulcs az, hogy párunkhoz a saját szeretetnyelvén szóljunk, mert ő ebből fogja megérteni, szeretjük. Van, akinek a testi érintés, az ajándékok, az együttléti eltöltött minőségi idő, vagy néhány szívesen tett gesztus jobban latba esik, mint egy jól irányzott bók. Akárhogy is van, egy biztos, a szerelmet együtt kell megtanulni, együtt kell kitalálni, együtt kell rájöjjünk arra, mire van igénye a másiknak. És ezeket az igényeket meg kell beszélni. Ha te olyan vagy, hogy több figyelmet és bókot igényelsz, mondd el a párodnak, hogy tudja. Hiszen oly sokszor fájhat amiatt a fejed, hogy nem mondtad el nyíltan a pasidnak, hogy mit is vársz tőle ezzel kapcsolatban. Nem fogja kitalálni. Mert nem gondolatolvasó. És hogy hogyan lehet rávenni valakit arra, többet bókoljon nekünk? Bókoljunk mi is neki! A dicséret nagyon sokat számít, és hatásosabb fegyver, mintha folyton a szemére vetnénk, hogy mit nem csinált meg ma sem, és mit hiányolunk belőle ma is. Ellenben, ha sokszor jelzünk neki vissza pozitív dolgokat, ő is automatikusan többször dicsér majd minket. Ez egyfajta visszatükröződés. Ahogy mi viselkedünk vele, úgy viselkedik ő velünk. Egy orosz mondás szerint a nők a füllükkel látnak, vagyis míg a férfit a vizuális ingerek veszik le legkönnyebben a lábáról, addig a hölgyeket egy-egy jól elhelyezett bókkal lehet meglágyítani. Mi mégis elképzelhetőnek tartjuk, hogy a férfiaknak is jól esik, ha mi is bókolunk nekik. A pozitív visszajelzésre mindenki vágyik. Ha pedig így van, bízhatunk abban, hogy a sok-sok dicséret, rajongó tekintet és méltató szó, eléri hatását és a kölcsönösség elvén nekünk is lesz benne részünk. Érdemes kipróbálni ezt a trükköt, mert ha bejön, már emiatt sem kell fájjon a fejed!

IBHR140219

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 2014. június 6-ig, vagy a készlet erejéig tart!

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

IBUSTAR

400 mg filmtabletta,  
20 db

EREDETI ÁR: 1330.-

AKCIÓS ÁR:

**1064.-**

Egységár: 53,2.-/db

266.- megtakarítás



EGÉSZSÉGPÉNZTÁRI KÁRTYÁRA IS MEGVÁSÁROLHATÓ.  
Vény nélkül kapható ibuprofén tartalmú gyógyszer!



# Válassza a megfelelő Visine®-t

## Szemfáradtság, szemszárazság

A szemek kiszáradása és elfáradása jelentős probléma napjainkban. Ezen problémák fő oka életmódunk megváltozása: szinte mindenki használ számítógépet, néz televíziót, és rengeteg időt tölt légkondicionált, illetve fűtött helyiségekben. Ezek a tényezők – sok más mellett – megerőltetik a szemet és kedvezőtlen hatással vannak a szem nedvesedésére. A homokszerű szűrő vagy égető érzést a szemben, valamint a szemek túlterhelését leggyakrabban az irodában dolgozók érzékelik. A jó látás és a szem védelme érdekében szükséges a stabil könnyhártya, amely a szem finom védőrétege. Biztosítja a látásélesség 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 pirosságához, irritációjához vezethet.

## Az Ön szemei hajlamosak irritációra és vörösségre?

Sok ember tapasztal enyhe irritációt, vörösséget és szemduzzanatot időnként, melynek számos oka lehet, pl. füst, por, szél, klóros víz vagy kozmetikumok okozta irritáció, illetve allergiás gyulladás. 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 tökéletes megjelenés. Az enyhe irritáció, szemvörösség és duzzanat nem csupán esztétikai probléma. Ezeket a tüneteket általában erős diszkomfort érzés, valamint a szemek dörszölésének kényszere kíséri. Ez növeli a fertőződés veszélyét.



### A Visine® Classic szemcsepp

az irritált, kipirosodott szem megnyugtatóására szolgál. Csökkenti a szem égető érzését, enyhe gyulladását, (a viszketést, fájdalmat és a nagyfokú könnyezést), visszaadja szemének egészséges kinézetét.

Érösszehúzó hatása, ezáltal csökken a vörösség. Hatása a becseppentést követő néhány percen belül kialakul és 4–8 órán át tart. Csepegtessen naponta két-három alkalommal 1–2 cseppet az érintett szemekbe, panaszai enyhítésére.

Visine Classic 0,5 mg/ml oldatos szemcsepp. Vény nélkül kapható gyógyszer. Hatóanyag: tetrizolin-hidroklorid  
Visine Fáradt szemre folyékony gélcseppek, 10 ml, Visine Száraz szemre gélcseppek, 10 ml  
Orvostechnikai eszközök! Alkalmazás előtt kérjük, olvassa el a használati útmutatót!

Johnson & Johnson Kft., 1123 Budapest, Nagyenyed u. 8-14. VIS/ADV/2014/02

### A Visine® Fáradt szemre

folyékony gélcseppek egy természetes anyagot, TS-poliszacharidot tartalmaznak.

Ez az anyag alkalmazást követően keveredik a könnyfilmet alkotó természetes nyálkával, így biztosítva a kiegészítő nedvesítést és védelmet. Frissítő, enyhítő hatás túlterhelt, megerőltetett szemre.

A környezeti tényezők (pl. számítógéphasználat, olvasás és autóvezetés) miatti szemszárazság előjeleire utaló szemfáradtság, megerőltetés és irritáció mérséklésére és megelőzésére szolgáló nedvesítő készítmény.

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

18%  
KEDVEZMÉNY

### VISINE® CLASSIC

0,5 mg/ml szemcsepp, 15 ml  
Hatóanyag: tetrizolin-hidroklorid  
Vény nélkül kapható gyógyszer.



EREDETI ÁR: 1680.-  
AKCIÓS ÁR:

**1378.-**

Egységár: 91,87.-/ml  
302.- megtakarítás

### VISINE® FÁRADT SZEMRE

folyékony gélcseppek, 10 ml  
Orvostechnikai eszköz.



EREDETI ÁR: 1670.-  
AKCIÓS ÁR:

**1369.-**

Egységár: 136,9.-/ml  
301.- megtakarítás

### VISINE® SZÁRAZ SZEMRE

gélcseppek, 10 ml  
Orvostechnikai eszköz.



EREDETI ÁR: 1670.-  
AKCIÓS ÁR:

**1369.-**

Egységár: 136,9.-/ml  
301.- megtakarítás

## KÍGYÓ PATIKA

ALAPÍTVÁ 1874



RENDKÍVÜLI  
ÁRKEDVEZMÉNY

Fontos tudnivaló a 3. oldalán!

Az akció 2014. június 6-ig, vagy a készlet erejéig tart!

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

# Gyors megoldás hasmenés esetén

Az **Imodium® 2 mg kemény kapszula** különböző eredetű akut és krónikus hasmenés tüneti kezelésére javallt. Loperamid-hidrokloridot tartalmazó vény nélkül kapható gyógyszer, szájon át történő alkalmazásra.

## Mit nevezünk hasmenésnek?

Hasmenésnek a bélmozgás hirtelen fellépő erősödését nevezzük, ami napi több, mint három alkalommal laza vizes széklet ürítését eredményezi.

A vírusok és baktériumok gyakori okai a hasmenésnek, de hasmenést gyakran okoz más tényező is. Ilyen lehet például az idegesség, stressz, menstruáció, ételintolerancia, túl forró vagy fűszeres ételek vagy alkohol fogyasztása.

A kezelést mihamarabb meg kell kezdeni és nem szabad a tünetek enyhülésére várni. Az Imodium® hatása gyorsan kialakul, általában már az első adag bevétele után.

## A hasmenés kezelése három módon segíti a beteget:

- Visszaállítja az emésztőrendszer természetes egyensúlyát, ami a folyadékok és tápanyagok jobb felszívódását eredményezi.
- Megszünteti a hasmenés tüneteit.
- A betegek visszanyerhetik az életük feletti irányítást. Biztosítja a kényelmet, magabiztosságot, enyhíti a társas szorongást és csökkenti a napi rutinból kizökkentő tényezőket.

A szervezetnek normál körülmények között napi 2–3 liter folyadékra van szüksége. Hasmenés esetén ezt a mennyiséget megfelelő

mértékben növelnünk kell. Fogyasszunk vizet, ásványvizet, vagy fekete teát. Amikor a legnehezebb szakasz már elmúlt, diétás ételek fogyasztása javasolt. Kezdetben a keksz vagy a kenyér megfelelő. Később kiegészíthető tört főtt burgonyával, rizsszel vagy gyümölcsökkel, mint például az alma vagy a banán. A normál étkezésre való visszatérés fokozatosan és könnyen megvalósítható.

## Milyen következményei lehetnek a nem kezelt hasmenésnek?

A hasmenés kezelésének elmaradása folyamatos hasi fájdalmakhoz vezethet. Az érintettek otthon maradnak, elveszíthetik személyes szabadságukat. Nagyon ritkán kiszáradás is előfordulhat. De általánosságban befolyásolhatja mindennapi életünket, a közérzetünket és az életminőség romlását is eredményez-

heti. A hasmenésben szenvedők úgy érzik, képtelenek munkába menni, megbeszéléseken részt venni vagy gyermekeikre vigyázni. Tönkretetheti a nyaralást és megnehezítheti a szabadidős tevékenységeket.

Az Imodium® 2 mg kemény kapszula kétféle, 8 és 20 db-os kiszerelésben kapható. Gyors és hatékony megoldás a váratlan helyzetekben.

Imodium® 2 mg kemény kapszula  
Vény nélkül kapható gyógyszer  
Hatóanyag: loperamid-hidroklorid

Johnson & Johnson Kft.,  
1123 Budapest, Nagyenyed u. 8-14.  
IMO/ADV/2014/02



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 2014. június 6-ig, vagy a készlet erejéig tart!

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

IMODIUM®

2 mg kemény kapszula

Hatóanyag:

loperamid-hidroklorid

20 db

EREDETI ÁR: 1310.-

AKCIÓS ÁR:

1074.-

Egységár: 53,7.-/db

236.- megtakarítás



18%  
KEDVEZMÉNY

Egészségpénztári kártyára is megvásárolható.  
Vény nélkül kapható gyógyszer.



A tavasz zöldsége:

# Medvehagyma

## Tejszínes medvehagyma krémleves

### Hozzávalók:

- 1 nagy csokor medvehagyma
- 1 evőkanál olívaolaj
- 1 db nagyobb burgonya
- 1 kis fej vöröshagyma
- 1-2 gerezd fokhagyma
- 8 dl víz
- 1 leveskocka
- 2 dl főzőtejszín
- só
- bors

### ELKÉSZÍTÉS:

Az olajon megfonnyasztom az aprított vöröshagymát, rádobom az apróra kockázott burgonyát, felengedem a 8 dl meleg vízzel. Míg felforr, addig a medvehagymát megmosom, és vastag szárától megtisztítom.

Amikor a burgonya már majdnem megfőtt, beledobom a medvehagymát és a fokhagymát, forrástól számítva kb. 5–8 percig főzöm. Ezután botmixerrel jól eldolgozom.

Visszateszem a tűzhelyre, 1–2 kanál levestel elkeverem a tejszínt jó símára, és a gyöngyöző levesbe öntöm folytonos keverés mellett. Kóstolom, és ha kell, sózom, ízlés szerint borsozom. A tejszínnel csak egyet rottyanjon.

Kissé lehűtöm (langyosra), és pirított kenyérkockával, sajtos kenyérszelettel vagy reszelt sajttal tálalom.

### Jó tudni:

A végsőkig lecsupaszított piacon végre megjelenik a tavasz első hírnöke: a medvehagyma (*allium ursinum*). A magyar gasztronómiába pár éve berobbant növény töretlen népszerűségét talán épp ez a pionír szerep okozza. Friss, zamatos, tele az ébredő erdő, az erőre kapó tavasz illatával. Ízre a fokhagyma és a snidling ügyes keveréke. Lehet belőle levest készíteni, ízesíthetünk vele bármilyen főételt, készíthetünk vele fűszervajat, jó körözöttbe, tökéletes tésztákba, szósokba, salátákba. Egyszóval ezerarcú, hagymaízű csodanövény.

### Hol juthatunk hozzá?

A medvehagyma erdőkben, ligetes területeken nő. Virágzás előtt a fiatal, lándzsa alakú leveleit és a buzogányt formázó hagymáját érdemes gyűjteni, de ha nem kívánunk ezért messzire menni, akkor piacon, bioboltokban is érdemes körülnézni március vége felé. **A levelek formája hasonlít a gyöngyvirág leveleire, ami viszont mérgező,** így ha nem vagyunk biztosak, hogy jó levéllel van dolgunk, akkor a kezünk között kicsit össze kell morzsolni. Ha fokhagymaillat árad a tenyerünkről, akkor nem tévesztettük el!

Amellett, hogy nagyon kellemes az íze, még egészséges is. Jót tesz a koleszterinszintnek, a vérnyomásnak és az emésztőrendszernek is.

A medvehagyma szezonnak nagyjából májusban van vége. Ha később is szeretnénk ezzel a növényvel ízesíteni, érdemes néhány csokornyit lefagyasztani, vagy olívaolajban fűszerolajnak eltenni.



## EXODERIL – Egyedülálló módon végez a bőrgombával\*

A bőr gombás fertőzése gyakori jelenség napjainkban is. A gomba szaporodásának a meleg, nyirkos környezet kedvez a leginkább. Ilyen körülményeket teremthetnek a rosszul szellőző, szoros cipők, az uszodai közös helyiségek, öltözők és zuhanyzók is. Nem meglepő hát, hogy különösen a lábat érintő gombás fertőzések számítanak népbetegségnek.

Fontos, hogy időben felismerjük a betegséget, hiszen a láb bőrének gombás fertőzése nem csupán esztétikai probléma. Az időben felismert és kezelt gombás fertőzés a kellemetlen panaszok gyors enyhülését eredményezheti és segíthet megakadályozni a betegség továbbterjedését más bőrterületekre, vagy akár a környezetünkben élőkre.

### A bőrgomba jellemző tünetei:

- viszkető, égő érzés a bőrön;
- gyulladt bőr, bőrpír;
- felázott, gyulladt bőrfelszín a lábujjak között;
- száraz, gyakran kirepedezett, finoman hámló talpak;
- ritkán apró, víztiszta belsejű hólyagok.

### Hogyan segíthet megelőzni a láb gombás fertőzését?

Fontos, hogy a mindennapos tisztítást követően alaposan szárítsa meg a lábát, különösen a lábujjak között. A műszálas anyagok viseletét célszerű kerülni. Lábán viseljen inkább tiszta pamut vagy gyapjú zoknit. Váltson gyakran cipőt, és időről-időre fertőtlenítsen a belső felületét. Olyan lábbelit viseljen, amely nem túl szoros és így engedi szellőzni a lábát.

Ajánlott a papucs viselése olyan helyeken, ahol mások mezítláb közlekednek: leggyakrabban a közös zuhanyzók, öltözők, uszodák és szaunák területén.

A közös textíliák használata is kerülendő, hiszen megtapadhatnak rajtuk a kórokozók. Ne használjon másokkal közösen törülközőt, ruhadarabokat.

Célszerű saját körömmollót vagy körömrészelőt használnia, így elejét veheti az esetleges fertőzés továbbterjedésének.

Legyünk óvatosak a házi kedvencekkel is! A fertőzés ugyanis terjedhet állatról emberre is, így bizonyos gombás megbetegedésekért a háziállataink lehetnek felelősek.

### Az Exoderil egyedülálló módon kezeli a gombás fertőzést!

- ✓ Egyedülálló gyulladáscsökkentő hatása révén gyorsan csillapítja a viszketést.\*
- ✓ A gombás fertőzést számos különböző gombafaj okozhatja. Az Exoderil széles hatásspektrumának köszönhetően a leggyakoribb megbetegedéseket okozó gombafajok többségét elpusztítja.
- ✓ Gombaellenes hatása mellett antibakteriális hatással is rendelkezik.

Az Exoderil naftifin tartalmú, vény nélkül kapható gyógyszer.

\*A vény nélkül kapható, helyileg ható gombaellenes gyógyszerek között egyedülállóan gyulladásgátló hatással is rendelkezik.

Felhívjuk figyelmét, hogy jelen cikk nem ad teljes körű tájékoztatást az adott betegségekről, azok kezeléséről, és nem helyettesíti a készítmény hivatalos Betegtájékoztatóját! További információért vagy tanácsért forduljon kezelőorvosához, gyógyszerészéhez!



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 2014. június 6-ig, vagy a készlet erejéig tart!  
A KOCKÁZATOKRÓL OLVASSA EL  
A HASZNÁLATI ÚTMUTATÓT,  
VAGY KÉRDEZZE MEG KEZELŐORVOSÁT!

EXODERIL®

10 mg/g krém,  
15 g

EREDETI ÁR: 1199.-

AKCIÓS ÁR:

1019.-

Egységár: 67,93.-/g

180.- megtakarítás



15%  
KEDVEZMÉNY

Egészségpénztári kártyára is megvásárolható.  
Vény nélkül kapható gyógyszer.



# Lássuk tisztán a légutakat!

## Miért fontos a váladékoldás?

A **légzés** feladata, hogy minden szervünket ellássa oxigénnel, a **légutak** feladata pedig a szállítás, a szabad áramlás biztosítása. Az állandó, akadály nélküli légáramlás elengedhetetlenül fontos az egészséges légzési feladatok ellátásában.

A **túl sok váladékképződés** vagy a **túl sűrű váladék** egyaránt problémákat okoz a légutakban:

1. csökken a légutakban az átjárható keresztmetszet, így kevesebb oxigén áramolhat át a légutakon,
2. a sűrű váladék a kórokozók melegágya: minél tovább pang a szervezetben, annál nagyobb a valószínűsége annak, hogy a beteg felülfertőződik, ezért nagyon fontos, hogy a váladékeltávolítás megkönnyítésére minden lehetséges eszközt felhasználjunk.

A légutakat belülről a **nyálkahártya** borítja be. A természet eleve gondoskodott egy „beépített” tisztító folyamatról: a nyálkahártyában lévő mirigyek **nyálkát** termelnek, amelyben megragadnak a különböző szennyező anyagok (pl. por, mikroorganizmusok), ezek egészséges szervezet esetén a nyálkahártyát borító **csillószőrök** segítségével folyamatosan haladnak (mint

egy futószalagon) a tüdőből a légcső és a szájüreg felé.

Ezt a természetes tisztító folyamatot, vagyis a váladék eltávolítását segítik elő a **váladék-** vagy **hurutoldók**, melyek a nyák mennyiségének jelentős növelése nélkül oldják azt, így könnyítve meg a felköhögést.

Az **ACC** hatóanyaga, az acetilcisztein, az egyik leghatásosabb nyákoldó:

- **gyorsan** kifejti a hatását,
- utolsó napi adagja pedig **akár kora este is bevehető, nem zavarja a nyugodt éjszakai pihenést.**

## Hol képződhet váladék a légutakban?

Bármilyen alsó légúti megbetegedés gyakori előzménye lehet egy egyszerű nátha. Mivel a fertőzések ritkán állnak meg a felső légút egyetlen pontján, egyre lejjebb terjedhetnek a kívülről bekerülő kórokozók a gégeből a légcsőbe, majd a hörgőkbe.

**Váladék egyaránt képződhet az alsó- és felső légutakban, amelynek eltávolítását** a felülfertőződés esélyének csökkentése, a gyógyulási folyamat felgyorsítása miatt is **érdemes elősegíteni:** nem csak hurutos köhögés, hanem erős orrváladékozás esetén is indokolt lehet hurutoldó alkalmazása.

Az **ACC** hatóanyaga, az acetilcisztein feloldja a hurutos váladékot, így gyorsan megtisztítja a légutakat:

**Hurutos köhögés esetén** javasolt az **ACC LONG 600mg pezsgótabletta** használata, amelyet hosszantartó hatása miatt naponta csak 1x kell alkalmazni.

**Erős orrváladékozás esetén** jólesik a meleg folyadék fogyasztása: az új, **citrom-méz ízű ACC Hot 200mg** akár forró teában is feloldható!

**Gyermekek** váladékoldására javasolt a **kellemes cseresznye ízesítésű ACC belsőleges oldat**, amely praktikus adagoló fecskedővel és mérőkupakkal is el van látva, ami megkönnyíti a pontos adagolást.



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

15%  
KEDVEZMÉNY

**ACC® LONG  
600mg**

pezsgótabletta  
10 db



EREDETI ÁR: 1654.-  
AKCIÓS ÁR:

**1406.-**

Egységár: 140,6.-/db  
248.- megtakarítás

**ACC® HOT  
200mg**

por belsőleges  
oldathoz  
20 db



EREDETI ÁR: 1590.-  
AKCIÓS ÁR:

**1352.-**

Egységár: 67,6.-/db  
238.- megtakarítás

**ACC®** 20mg/ml belsőleges  
oldat gyermekeknek 100 ml



EREDETI ÁR: 1126.-  
AKCIÓS ÁR:

**957.-**

Egységár: 9,57.-/ml  
169.- megtakarítás

KÍGYÓ PATIKA

ALAPÍTVÁ 1874



RENDKÍVÜLI  
ÁRKEDVEZMÉNY

Fontos tudnivaló a 3. oldalon!

Az akció **2014. június 6-ig**, vagy a készlet erejéig tart!

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

# Az egészséges hüvelyflóra helyreállításának szerepe a hüvelyi folyás kezelésében

**A megnövekedett mennyiségű, színes, esetleg kellemetlen szagú hüvelyi folyás számos okból jelentkezhet. Tévedés, hogy kizárólag gombás fertőzés okozhatja! A hüvelyi folyás ráadásul különféle káros panaszokkal társulhat: égő, csípő érzés, viszketés, fájdalom kísérheti, ami vizeléskor, vagy a szexuális aktus során lép fel.**

**Hüvelyi folyás számtalan okból kialakulhat.** Fizikai irritációt és váladékozást okozhat például a szexuális együttlét, ha nem kielégítő a nedvesedés vagy túl hosszán tart az aktus. Kémiai irritációt vagy allergiás reakciót okozhatnak kozmetikumok, síkosítók, gumióvszerek, tamponok, intim betétek, de akár az illatosított WC papír vagy az uszodavíz is. Meglehetősen gyakran áll a háttérben a hüvelyi pH megváltozása, túlzottan lúgos vagy savas irányban való eltolódása. Ez antibiotikum kezelés során vagy savas hüvelyöblítő szerek indokolatlan és felesleges használata következtében alakulhat ki. A változó korral vagy a terhességgel együtt járó hormonális eltérések is előidézhetik, de felléphet fogamzásgátlók szedése, vagy a teherbeesést elősegítő hormonkezelések kapcsán is.

**A hüvelyi folyást kórokozók is előidézhetik.** Ezek egy része szexuális érintkezés révén kerül be a női nemiszervekbe, ahol gyulladást okoznak. Ilyenek például a gonorrhoea, a chlamydia fertőzés, a trichomoniasis, amelyeket STD betegségnek nevezünk. Más baktériumok illetve a sarjadzógombák a hüvelyflóra elégtelen védőfunkciója miatt telepedhetnek meg illetve szaporodhatnak el a hüvelyben.

Ha fertőzésre gyanakszunk, az első és legfontosabb teendő a hüvelyváladékból készült kenet mikroszkópos vizsgálata. A kenetben jól láthatóak a gyulladás jelei, néhány esetben a kórokozó,

és az, hogy a hüvelyflóra egészséges-e vagy kóros. Ezután következik a váladék laboratóriumi vizsgálata, ahol tenyésztéssel vagy más eljárásokkal igazolják a kórokozók jelenlétét, és megvizsgálják, mi a leghatékonyabb kezelés az adott kórokozó esetében.

Ha a laboratórium segítségével azonosítottuk a kórokozót, annak célzott elpusztítására törekszünk. A kimutatott kórokozó függvényében antibiotikumokkal, gomba vagy parazita ellenes szerekkel kezeljük a beteget. Ezzel párhuzamosan vagy ezt követően azonban gondot kell fordítani a hüvelyflóra helyreállítására is, ami vagy eleve károsodott lehet, vagy a kezelés kapcsán gyengülhet meg.

**Számos esetben a hüvelyi folyást és a vele együtt járó kellemetlen tüneteket nem egy konkrét kórokozóval való fertőzés, hanem a hüvelyflóra egyensúlyának felborulása okozza.**

Ilyenkor a kezelés fő célja az egészséges hüvelyflóra helyreállítása, és az elért eredmény megtartása. Ebben felbecsülhetetlen segítséget jelentenek az egészséges hüvelyflórát helyreállító szerek.

**A Lactofeel hüvelygél tejsavat tartalmaz, amely hatékonyan semlegesíti a kellemetlen szagot, és helyreállítja a hüvely normál pH-ját. Glikogént is tartalmaz, amely tápanyagul szolgál a tejsavbaktériumok számára. A normál pH és a tápanyagok segítségével a védelmező tejsav-baktériumok elszaporodnak, és a hüvely természetes egyensúlya helyreáll, hatékonyan enyhítve a rendellenes folyást, a kellemetlen érzést, továbbá megakadályozza a hüvely káros szagának visszatérését.**

**Dr. Tisza Tímea**

bőr- és nemigyógyász, kozmetológus szakorvos  
HPV- és STD-centrumvezető



**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. | tel.: 06 1 275 0338, 06 1 275 0343 | fax: 06 1 275 3219 | e-mail: info@ladeepharma.hu  
Gyógyászati segédeszköz! [www.ladeepharma.hu](http://www.ladeepharma.hu) | [www.lactofeel.hu](http://www.lactofeel.hu) 

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

**KÍGYÓ PATIKA**

ALAPÍTVÁ 1874



Fontos tudnivaló a 3. oldalon!  
Az akció **2014. június 6-ig**, vagy a készlet erejéig tart!  
A KOCKÁZATOKRÓL OLVASSA EL  
A HASZNÁLATI ÚTMUTATÓT,  
VAGY KÉRDEZZE MEG KEZELŐORVOSÁT!

**LACTOFEEL**

hüvelygél 7x5 ml

EREDETI ÁR: **3495.-**

AKCIÓS ÁR:

**2796.-**

Egységár: 79,88.-/ml

699.- megtakarítás



Egészségpénztári kártyára is megvásárolható.  
Vény nélkül kapható orvostechnikai eszköz, gyógyászati segédeszköz!





## LOCERYL<sup>®</sup> lakk megöli a gombát

Gombás körömfertőzést bárki kaphat! Ha nem kezeli, rosszabbodhat vagy tovább terjedhet. Az egészséges körmök helyreállításához hatékony kezelésre van szükség.

A Loceryl gyógyszeres körömlakk:

- behatol a körömlemezbe
- elpusztítja a körömgombákat
- megelőzi a fertőzés terjedését



EP kártyára is megvásárolható

## Loceryl<sup>®</sup> lakk a láthatóan egészséges körmökért

Használja a Loceryl gyógyszeres körömlakkot hetente egyszer, amíg a fertőzött részek végleg gyógyulnak. Általában ez a kézen lévő körmöknél hat hónap, a lábkörmöknél 9-12 hónap.

A Loceryl 50 mg/ml gyógyszeres körömlakk egy gombaellenes gyógyszer. A Loceryl gyógyszeres körömlakk amorolfint tartalmazó vény nélkül kapható gyógyszer. Amennyiben gyógyszerünkkel kapcsolatban mellékhatás lépne fel, kérjük, késelem nélkül az alábbi e-mail címen jelentse be: [pharmacovigilance@ewopharma.hu](mailto:pharmacovigilance@ewopharma.hu)



A forgalomba hozatali engedély jogosultja:  
Galderma International, Tour Europlaza-La Défense 4.,  
20 Avenue André Prothin, 92927 La Defense Cedex, Franciaország



Ewopharma AG Magyarországi Kereskedelmi Képviselője  
1021 Budapest, Budakeszi út 73/I. Tel.: +36 1 200-4650,  
fax: +36 1 398-0316, E-mail: [info@ewopharma.hu](mailto:info@ewopharma.hu)

Dokumentum lezárásának dátuma: 2014.01.31. EWO/LOCERYL/2014/03

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

25%  
KEDVEZMÉNY

**LOCERYL<sup>®</sup>**

50 mg/ml gyógyszeres  
körömlakk  
2,5 ml – 75 kezelésre

EREDETI ÁR: 6200.-  
AKCIÓS ÁR:

**4650.-**

Egységár: 1860.-/ml; 62.-/kezelés  
1550.- megtakarítás



**KÍGYÓ PATIKA**

ALAPÍTVÁ 1874



**RENDKÍVÜLI  
ÁRKEDVEZMÉNY**

Fontos tudnivaló a 3. oldalon!

Az akció **2014. június 6-ig**, vagy a készlet erejéig tart!

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



Egységár: 1860.-/ml; 62.-/kezelés  
Vény nélkül kapható gyógyszer.

# KÍGYÓ PATIKA

ALAPÍTVÁ 1874

SZEGED, KLAUZÁL TÉR 3.

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:<br><b>Dr. Orvos Elek</b><br>kardiológus 1124 Budapest,<br>Orosz u. 9. Tel.: 3/999-999                                                                                                                                                            |                                                                    |
| <br>(21) 1103593107429716                                                                                                                                                      |                                                                    |
| Beteg neve, címe:<br>Páciens Tihamér<br>Cím: 2013 Darvas, Hipochonder u. 10.<br>Kor: 100 év                                                                                                                                                                       | Születési dátum: <input type="text"/><br>ENY: <input type="text"/> |
| Véleményező orvos kódja: <input type="text"/><br>123456789                                                                                                                                                                                                        | BNO: <input type="text"/><br>12345                                 |
| Kérelmés dátum: 2015. 01. 01.                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                    |
| Jogcíme: <input checked="" type="checkbox"/> Orvos                                                                                                                                                                                                                | <input type="checkbox"/> Gyógyász                                  |
| Seakörvosi javaslatra vonatkozó adatok: <input type="text"/>                                                                                                                                                                                                      |                                                                    |
| Rp:<br><b>Vérnyomáscsökkentő - A</b><br>200 mg 30x<br>Scat. orig. No unam (I), D.S.: 1 x 1<br><b>Térítési díj: 1.095 Ft</b>                                                                                                                                       |                                                                    |
| <b>KÍGYÓ PATIKA JAVASLATA:</b><br><b>Vérnyomáscsökkentő - B (A-val megegyező hatóanyag)</b><br>200 mg 30x<br>Scat. orig. No unam (I), D.S.: 1 x 1<br><b>Térítési díj: 685 Ft</b><br><b>Megspórolható havonta: 410 Ft</b><br><b>Megspórolható évente: 4.920 Ft</b> |                                                                    |
| beteg aláírása: _____ termék átvételének aláírása: _____ orvos aláírása: _____                                                                                                                                                                                    |                                                                    |
| Kiadás dátuma: _____<br>A termék kiadásának kézigye: _____<br>A recept végző kézigye: _____                                                                                                                                                                       |                                                                    |

**KÍGYÓ PATIKA**  
ALAPÍTVÁ 1874

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

# Streptfen®

ÚJ

## ERŐS\* GYÓGYSZER TOROKGYULLADÁSRA.

Ne felejtse el  
**BEVENNI!**

- gyorsan hat
- cukormentes

Vény nélkül kapható  
gyógyszerkészítmény  
flurbiprofén hatóanyaggal.

\* A flurbiprofén egy erős fájdalomcsillapító, lázcsillapító és  
gyulladáscsökkentő hatással rendelkező nem-szteroid gyulladásgátló szer.  
STR/13/015/v2 Az anyaglejárás időpontja: 2014.02.19.



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

15%  
KEDVEZMÉNY

**STREPFEN®**

cukormentes 8,75 mg  
szopogató tabletta,  
narancs ízű  
24 db

EREDETI ÁR: 1450.-  
AKCIÓS ÁR:

**1233.-**

Egységár: 51,375.-/db

217.- megtakarítás



**KÍGYÓ PATIKA**

ALAPÍTVÁ 1874



**RENDKÍVÜLI  
ÁRKEDVEZMÉNY**

Fontos tudnivaló a 3. oldalon!

Az akció **2014. június 6-ig**, vagy a készlet erejéig tart!

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



Egészségpénztári kártyára is megvásárolható.  
Vény nélkül kapható gyógyszer.

# Bátraké a szerencse!

- Ismerjük fel időben a jóindulatú prosztatamegnagyobbodást!
- Férfiaknak 50 év felett évente kötelező az urológiai szűrővizsgálat!

**A** vizelési nehézség 50 év felett minden második férfinél jelentkezhet, mint probléma. 50 éves kor felett a férfiak urológiai szakorvosi vizsgálata egyébként is javasolt, még abban az esetben is, ha nincsenek vizelési problémákkal kapcsolatos panaszuk.

A prosztata a serdülőkor végére éri el a felnőttkorra jellemző méretét, majd 35–40 éves életkortól kezdve újra növekedni kezd a hormonális változások miatt. A prosztata jóindulatú megnagyobbodása gyakori betegség, az 51–60 éves férfiak akár 50%-a is érintett lehet, az életkor előrehaladtával pedig ez az arány csak növekszik. Vizezési panaszokkal ajánlatos orvoshoz fordulni, 50 év felett pedig még panaszmentes esetben is ajánlott az évenkénti orvosi szűrővizsgálat. A szűrés akkor teljesíti alapvető feladatát, azaz akkor tudja megnövelni az egészségben megélt évek számát, ha megfelelő életkorban elkezdjük, és ezután rendszeresen meg is ismételjük.

## Mi történik egy ilyen szűrővizsgálaton a szakorvosi rendelőben?

Az urológus szakorvos először valószínűleg fel fog tenni néhány ellenőrző

kérdést. Ezekre akár érdemes legalább gondolatban felkészülni.

- Vékonyabb-e a vizelet sugara?
- Várni kell-e a vizelet indulására?
- Akadozik-e a vizelet sugara?
- Van-e parancsoló (sürgető) vizelési ingere?
- A vizelet elindításakor használ-e hasprést? (Vagyis kell-e erőlködni, hogy a vizelet meginduljon)
- Éjjel hányszor kell felkelni vizelni?
- Ki tudja-e üríteni a hólyagját vagy sem?

Ezután következik a prosztata végbélen át történő megtapintása. A vizsgálat járhat némi kellemetlenséggel, de érdemes egy nagy levegőt véve ezt a rövid időt (legfeljebb fél perc) rászánni, hogy megnyugodhassunk a negatív lelet tudatában. Indokolt esetben, azaz amikor az orvos valami szokatlan dolgot észlel a tapintás során, úgy ajánlhatja a prosztata specifikus antigén (PSA) szintjének meghatározását vérvétel útján. A kiugróan magas PSA szint információt szolgáltat a szakorvos számára a prosztatarák diagnózisának felállításában. Szükség esetén pedig szövettani mintavételre is sor kerülhet. Összességében tehát az urológiai szűrővizsgálat célja:

- A prosztata rosszindulatú betegségének (prosztatarák) időben történő felismerése.
- Szükség esetén a gyógyszeres kezelés megkezdése, és így – a vizelési panaszok súlyosbodásának megelőzése, vagy mérséklése.

Hazánkban jelenleg 140 000 vizelési gonddal küzdő beteget kezelnek szájon át szedhető gyógyszerrel, mint amilyen a Prostamol uno is.

A gyógyszeres kezelés hatására csökken a hólyagnyomás, javul a vizeletsugár intenzitása, ezért csökkennek a vizelési panaszok. A betegség előrehaladása késleltethető, hiszen megelőzhető a prosztata szövetének további megnagyobbodása. A Prostamol uno az amerikai törpepálma gyümölcsének kivonatát tartalmazza, jól tolerálható, tartósan is szedhető, a panaszok már hat hét után enyhülnek, a teljes hatás elérésére három hónap után lehet számítani. Ha hat heti kezelést követően sem érez javulást, érdemes orvoshoz fordulni.

A jóindulatú prosztatamegnagyobbodás kezelhető, egy igazán bátor férfi pedig nem fél szembenézni az igazsággal!

PRHR140214

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 2014. június 6-ig, vagy a készlet erejéig tart!  
A KOCKÁZATOKRÓL ÉS A MELLÉKHATÁSOKRÓL  
OLVASSA EL A BETEGTÁJÉKOZTATÓT, VAGY KÉRDEZZE  
MEG KEZELŐORVOSÁT, GYÓGYSZERÉSZÉT!

**PROSTAMOL UNO**

320 mg lágy kapszula,  
60 db

EREDETI ÁR: 4166.-

AKCIÓS ÁR:

**3333.-**

Egységár: 55,55.-/db

833.- megtakarítás



**20%**  
KEDVEZMÉNY

Egységépénztári kártyára is megvásárolható.  
Vény nélkül kapható gyógyszer.



## Mi okozhatja az emésztőrendszeri panaszaimat?

Önnél is szokott hasi fájdalom, kellemetlen görcsös érzés jelentkezni? Hol hasmenése van, hol szorulás kínozza? Nem kell a „legrosszabbra” gondolni; számos olyan oka lehet a panaszainak, ami vény nélküli gyógyszerrel is eredményesen kezelhető. Lehetséges, hogy „csupán” egészségtelen életmód okozza a panaszait, nem zárható ki egy esetleges gyógyszer mellékhatás sem, de az is előfordulhat, hogy irritábilis bélszindrómája (IBS) van.

IBS esetén a görcsös hasi fájdalom és feszülés érzése 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 időszakok napi, heti, de lehetséges, hogy néhány havi gyakorisággal váltják egymást, ez egyéntől függ, és nagy változatosságot mutathat. Az emésztőrendszeri panaszok mellett a betegek émelygést, fejfájást, szédülést is tapasztalhatnak. Az IBS tünetei gyakran hozhatók kapcsolatba munkahelyi vagy magánéleti problémákkal, stresszel, ugyanakkor nem mutatnak összefüggést az étkezéssel.

Az IBS elsősorban a 20–50 éves korosztály betegsége, jellemzően jó általános állapotban lévő egyéneknél lép fel, és a betegek mintegy 2/3-a nő.

Mivel próbálkoznak a kellemetlenségben érintettek? Változatos a paletta, jellemzően többféle gyógyszert kombinálnak az „öngyógyító betegek”: görcsoldókat, hasfogókat, székletlágyítókat szednek, puffadáscsökkentőket vesznek be, de probiotikumokkal, gyógynövényes készítményekkel is történnek próbálkozások, sok-

szor eredménytelenül.

Az IBS-sel járó szerteágazó panaszok kezelésére megoldást nyújthat egy hazánkban újnak számító hatóanyag, a mebeverin. A kemény kapszula formájú gyógyszert a világ több mint hetven országában már évtizedek óta alkalmazzák. A mebeverin többféle tünet, így a görcsös hasi fájdalom, a puffadás, illetve a felváltva jelentkező hasmenéses, székrekedéses panaszok orvoslásában egyaránt segítség lehet. A komplex hatású mebeverin a bélműködést, az emésztést normalizálja, így az IBS-es betegek életminőségét észrevehetően javíthatja, – rendszeres szedésével több gyógyszer helyett akár egyetlen szerrel rendezhetők az IBS-es problémák.

*Ha Ön is az emésztőrendszeri panaszainak okát szeretné kideríteni, válaszolja meg a következő 5 kérdést, ami segíthet annak eldöntésében, hogy Ön is érintett lehet-e az IBS-ben!*

### 1. Emésztőrendszeri panaszai hasi fájdalommal, esetleg görcsökkel is együtt járnak?

A. Igen, szoktam tapasztalni, de ezek székletürítést követően jellemzően enyhülnek.

B. Nincsenek sem hasi fájdalmaim, sem hasi görcseim.

### 2. Mióta állnak fenn az emésztőrendszeri panaszai?

A. Hosszabb ideje, már hónapok vagy évek óta.

B. Az elmúlt hetekben, napokban jelentkeztek csak.

### 3. Az elmúlt időszakban megváltozott-e a székletnek az állaga, a székletürítés gyakorisága?

A. Igen, rövidebb-hosszabb ideig tartó székrekedéses és hasmenéses időszakok váltakoznak.

B. Nem változott.

### 4. Étkezéssel összefüggésbe hozható a hasi tünetek jelentkezése?

A. Nem, általában függetlenek attól, hogy mit eszem.

B. Igen, általában zsíros, fűszeres, nehezen emészthető ételek evése után lépnek fel.

### 5. Az emésztőrendszeri problémái kapcsolatba hozhatók munkahelyi vagy magánéleti problémákkal, stresszel?

A. Ha stresszes vagyok, gyakrabban és/vagy intenzívebben tapasztalom a hasi panaszokat.

B. A stressz nem változtat az emésztőrendszeri panaszaimon.

A mennyiben döntően „A” válaszai vannak, lehetséges, hogy Önnél is – akárcsak a hazai lakosság mintegy 15 %-ánál – az IBS okozza az emésztőrendszeri kellemetlenségeket. Nem kell megijednie, mert a tünetek vény nélkül kapható gyógyszerekkel is orvosolhatók. Forduljon bizalommal a gyógyszerészhöz tanácsért, – akár a fenti kérdéssorral a kezében, és együtt megtalálják a megoldást a problémára.

DU/FEB/1402/2014. február 22.

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

11%  
KEDVEZMÉNY

### DUSPATALIN

200 mg retard kemény kapszula, 30 db

EREDETI ÁR: 2226.-

AKCIÓS ÁR:

1981.-

Egységár: 66,03.-/db

245.- megtakarítás



## KÍGYÓ PATIKA

ALAPÍTVÁ 1874

RENDKÍVÜLI  
ÁRKEDVEZMÉNY

Fontos tudnivaló a 3. oldalon!

Az akció 2014. június 6-ig, vagy a készlet erejéig tart!

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



Egységár: 66,03.-/db  
Vény nélkül kapható gyógyszer.

## Mozgásszervi panaszaira napi egyszeri gyógyszerbevitel is elegendő lehet

Úgy tűnik, az ízületeket, porcokat érintő, különböző erősségű fájdalommal és alkalmanként gyulladással járó problémák a korral járnak; a felnőttek és az idősödő generáció jelentős részét érintik. A térd, csípő, könyök, váll és gerinc porcainak kopásával és kínzó fájdalmakkal járó mozgás – az oszteoartrózis – a megszokott életvitelében is akadályozhatja az érintetteket. Az éjszakai, hajnali hasító, erős fájdalommal társuló reumás ízületi gyulladás – ami az idő múlásával a mozgásfunkciók beszűkülésével is járhat – tipikusan reggelente okoz mozgási nehézségeket.

Akár kopásos, akár reumás jellegű a mozgásszervi panasz, a betegek közérzetének a javítása, a mozgás szabadságának a visszaadása és az éjszakai alvás nyugalmának a biztosítása érdekében a fájdalom csillapítása mindkét esetben létfontosságú. Emellett, reumás jellegű elváltozásoknál a gyulladás orvoslása is szükséges. A gyógyszerek közül elsősorban a fájdalomcsillapító és gyulladáscsökkentő hatással egyaránt rendelkező, úgynevezett nem-szteroid gyulladáscsökkentők (NSAID) ajánlhatók a mozgásszervi panaszok enyhítésére. Ebbe a gyógyszercsoportba számos, régóta ismert hatóanyag tartozik, amik a legkülönbözőbb márkaneveken sorakoznak a gyógyszertárak polcain, és döntő többségük vény nélkül is megvásárolható. Az ibuprofén mellett például a diklofenák, a naproxén, a meloxicám, illetve a ketoprofén is az NSAID kategóriába sorolható.

Mi az, ami megkülönbözteti az egyik fájdalomcsillapító és gyulladáscsökkentő hatóanyagot a másiktól? A szakemberek a terápiás hatás mellett a várható mellékhatásokat és azok gyakoriságát is figyelembe veszik, ugyanis az optimális hatóanyag és megfelelő gyógyszerkészítmény csak ezek ismeretében választható ki. Az NSAID-ok mellékhatásait tekintve számos nemzetközi vizsgálat eredményével támasztható alá az, hogy az ibuprofén, az említett hatóanyagokkal összehasonlítva, ritkábban okoz gyomor- és bélrendszeri, fekélyes panaszokat, valamint a szív- és érrendszerre kifejtett esetleges mellékhatásai alapján is az elsődlegesen választandó hatóanyagok közé tartozik.

Ha az ibuprofénre esik a választás, akkor is széles a paletta. A gyógyszer technológiai fejlesztéseknek köszönhetően vannak olyan készítmények, amik gyors hatóanyag-felszabadulást ígérnek, ezeknek

köszönhetően egy hirtelen fellépő fejfájás viszonylag hamar megszüntethető. Azonban a napokon, heteken át tartó, kínzó ízületi panaszok esetén máshoz kell fordulni: olyan készítményre van szükség, aminek a hatóanyagtartalma elnyújtottan szabadul fel; azaz olyan gyógyszerre, amit nem kell naponta 3–4 alkalommal bevenni és mégis elérhető a kiegyensúlyozott fájdalomcsillapító és gyulladáscsökkentő hatás, a panaszok enyhülése. Sok beteg nyugodt alvása biztosítható egy olyan készítménnyel, amit este bevéve 24 órán át biztosított a szervezetben az egyenletes hatóanyag-szint, és a reggeli ébredéskor sem érez fájdalmat a beteg.

Az előbb megfogalmazott elvárásoknak megfelelően már hazánkban is kapható olyan, 800 mg

ibuprofén tartalmú nyújtott hatású, ún. retard tabletta, ami napi egyszeri alkalmazással is egy egész napon át tartó tünetmentességet eredményezhet. Az előírások szerint 1–2 tabletta esti bevétele gyógyírt kínálhat a fájdalommal és gyulladással járó mozgásszervi panaszokra, és fájdalommentességet biztosíthat az egyébként problémás hajnali, reggeli órára is.

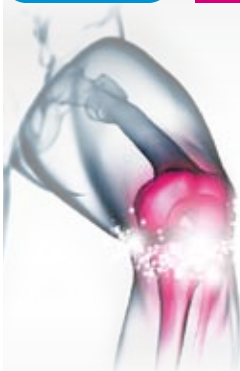
Bár a 800 mg ibuprofén tartalmú retard tabletta recept nélkül kapható a gyógyszertárakban, a használat megkezdése előtt lényeges a gyógyszerrel, kezelőorvossal való egyeztetés, ugyanis bizonyos betegcsoportoknál és egyes, egyéb gyógyszerek szedése esetén körültekintést igényel a gyógyszer alkalmazása.



Kényszerítse térdre a fájdalmat!

**BRUFEN®**  
(ibuprofen)

800 mg retard tabletta



- Arthrosis és rheumatoid arthritis okozta gyulladás és fájdalom csillapítására
- A Brufent rendszerint elegendő naponta egyszer bevenni
- Az egyenletes felszívódásnak köszönhetően a fájdalomcsillapítás tartós és folyamatos!



Vény nélkül kapható, ibuprofen hatóanyagú gyógyszer. További információért, kérjük, forduljon az Abbott Laboratories (Magyarország) Kft.-hez!  
1095 Budapest, Lechner Ödön fasor 7.  
Tel.: (361) 465-2100, Fax: (361) 465-2199  
www.abbott.hu  
Lezárás dátuma: 2013.09.08.  
Marketing-kód: BR/SEP/13/03



[www.nagyonfaj.hu](http://www.nagyonfaj.hu)

**Abbott**  
A Promise for Life

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 2014. június 6-ig, vagy a készlet erejéig tart!

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

BRUFEN®

800 mg retard tabletta,  
30 db

EREDETI ÁR: 2400.-

AKCIÓS ÁR:

**2136.-**

Egységár: 71,2/-/db

264.- megtakarítás



11%  
KEDVEZMÉNY

Egészségpénztári kártyára is megvásárolható.  
Vény nélkül kapható, ibuprofen hatóanyagú gyógyszer.



# LACTIV PLUS. AZ EGÉSZSÉG GYŐZELME.

**A**z egészséges bélfloóra segíti az emésztést és támogatja a szervezet természetes védekező mechanizmusait.

## De miért is fontos ez?

A bélcsatornában élő 400 különféle baktériumfajból álló bélfloóra nélkülözhetetlen az emberi szervezet kiegyensúlyozott működéséhez. A szervezet számára fontos vitaminok közül a B-vitaminok jelentős részét ezek a baktériumok termelik. Ezen túlmenően a bélfloóra "lakói" gátolják a kórokozó baktériumok megtelepedését és elszaporodását, valamint csökkentik a gyulladást keltő anyagok termelődését. Fontos szerepük van a védekező rendszer működésében, ugyanis az immunsejtek 70%-a a hasunkban található. A bélfloóra károsodása gyakran vezethet hasmenéshez, hasfájáshoz, puffadáshoz, hányingerhez, valamint székrekedéshez. A bélfloóra egyensúlyát olyan hétköznapi dolgok is fel tudják borítani, mint a vírusok, baktériumok, az antibiotikumok szedése, a helytelen táplálkozási szokások, vagy a stressz.

Ha egy bélfertőzés miatt hasmenésünk van, netán egy beteg-

ség miatt antibiotikumot kell szednünk, nem csak a bélfloóránk károsodik, de az immunrendszerünk is gyengül, és sokszor fáradékonyak lehetünk. Hogy gyorsan túljussunk a kellemetlenségeken, és maradéktalanul regenerálódjunk, a szervezetünknek teljes támogatásra van szüksége.

Az újgenerációs Lactiv Plus termékcsalád ebben nyújthat segítséget. A Lactiv Plus segít pótolni a jótékony baktériumokat antibiotikum-kúra, hasmenés, vagy bélfertőzés esetén. Kétszer annyi élőflórát tartalmaz, mint a Lactiv, valamint B és már C-vitamint is, mely utóbbi hozzájárul az immunrendszer normál működéséhez.

A Lactiv Plus Balance szuszpenzió ötféle élőflórát tartalmaz, megújult összetételben a kiváló hatékonyságért. A benne lévő C vitamin hozzájárul az immunrendszer normál működéséhez, a B6-vitamin részt vesz a normál energiatermelő anyagcsere-folyamatokban, a B2-vitamin, a niacin, és pantoténsav összetevők pedig hozzájárulnak a fáradtság és a kimerülés csökkentéséhez.

**Ha antibiotikum-kúra, vagy bélfertőzés miatt felborul a belső egyensúlyod, az újgenerációs Lactiv Plus termékcsalád kiváló választás!**

C-VITAMIN  
KÉTSZERES  
élőflóra tartalom

Jó hogy találtuk  
a Lactiv Plus!

TEVA

15%  
KEDVEZMÉNY

## LACTIV

Élőflórát és vitaminokat  
tartalmazó granulátum,  
10x2g tasak



EREDETI ÁR: 1690.-  
AKCIÓS ÁR:

**1437.-**

Egységár: 143,7.-/tasak

253.- megtakarítás

## LACTIV PLUS BALANCE

Élőflórát és vitaminokat  
tartalmazó szuszpenzió,  
8x7 ml



EREDETI ÁR: 1770.-  
AKCIÓS ÁR:

**1505.-**

Egységár: 26,87.-/ml

265.- megtakarítás

## KÍGYÓ PATIKA

ALAPÍTVÁ 1874



KUPON  
KEDVEZMÉNY

Fontos tudnivaló a 3. oldalon!

Az akció 2014. június 6-ig, vagy a készlet erejéig tart!

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

## Görög Zitát elkerüli a tavaszi fáradtság

### A modell nem bízza a véletlenre: a hármas hatásra esküszik

Görög Zita tele van tervekkel, talán még soha nem volt ennyire elfoglalt. Az elmúlt hetekben gőzerővel készült a Nagy Duettre, és annak végeztével máris újabb feladatokon töri a fejét. Közben pedig két óvodás csemetéje mellett családanyaként bizonyít nap mint nap, és komoly szervezést igényel az is, hogy találkozni tudjon párjával, aki Belgiumban él. Nemcsoda hát, hogy Zitának több energiára van szüksége mostanában. Ennek érdekében tudatosabban figyel külső-belső harmóniájára. Rendszeresen edz, alaposan megválogatja, milyen ételleket tesz a családi asztalra. Ennek pozitív hatása nem marad el, de az i-re a pontot a komplex méregtelenítés teszi fel.

„Az én olvasatomban a mozgás-étkezés-méregtelenítés hármassal és az elengedhetetlen pozitív szemléletmóddal áll össze a test és a lélek harmóniája. Ráadásul érzem a jótékony hatást, sőt meg is lepett, hogy mennyire energikus vagyok a méregtelenítő program óta, de már közben is éreztem, hogy kevésbé voltam fáradékony, mint korábban. Ezt a környezetemben többen is észrevették, és mikor kérdezték, minek köszönhető, elárultam a titkomat. Így az édesanyám és különös módon férfi ismerőseim is kipróbálták a Silegon Méregtelenítő Kapszulákat, és biztatásomra több mozgást iktattak be életükbe. Hajtotta őket, hogy rajtuk is látszódni fog a változás” – tette hozzá Zita.

A fiatal anyuka számára több szempontból is könnyebbég a Silegon Méregtelenítő Kapszulák segítségével történő tisztulás. Egyrészt azért, mert a mozgás és az egészséges falatok mellett a méregtelenítés már csak egy pillanatnyi időráfordítást igényel, másrészt pedig a folyamat egyáltalán nem drasztikus, így sokkal könnyebben tartható, mint mondjuk egy böjt vagy egy szigorú fogyókúra.

A gyönyörű modellről sokan nem tudják, de korábban igen problémás volt a bőre, hamar megérezte a negatív hatásokat. Nem csoda, hiszen a fotózások alkalmával használt erős smink, az időjárás viszontagságai, a stressz, a kevés alvás és a rendszertelen táplálkozás mind-mind nyomot hagynak, ha nem védekezünk ellene.

„Nem is gondoltam volna, hogy a bőrömre ennyire pozitív hatással lesz a méregtelenítés! Egyszer csak azt vettem észre, hogy kevesebb smink is elég. Úgy vélem, a bőrünket leginkább a szennyeződések és mérgeanyagok viselik meg, ettől tűnhet szürkébbnek, fakóbbnak. A méregtelenítő kúra jót tett az arcbőrömnek is, a hétköznapiakon nem is kell annyi alapozót használnom! Azt tapasztaltam, hogy a rendszeres mozgás és az egészségtudatos táplálkozás kiegészítve a kapszulákkal, sokkal energikusabbá tett. Egyébként vallom, hogy belsőnk rendbetétele elengedhetetlen, testi és lelki vonatkozásban egyaránt. Ha

pedig a belsőnk rendben van, az sugározni fog kifelé is” – osztja meg tapasztalatait a csodaszép kétgyermekes anyuka.

A hogy tehát Zita mondja, az igazi feltöltődés titka a testi-lelki megújulás. A megfelelő táplálkozás, a testmozgás és a méregtelenítés hármasa. Ráadásul ebben a témában a nők különleges figyelmet érdemelnek, hiszen ők sérülékenyebbek a férfiaknál. Orvosiilag bizonyított tény ugyanis, hogy azonos ártalmak esetén a problémák nőknél hamarabb és intenzívebben jelentkezhetnek. Érdemes tehát hármas pajzzsal védeni magukat.

Az étrend-kiegészítő használata nem helyettesíti a kiegyensúlyozott, vegyes étrendet és az egészséges életmódot.

Forgalmazó:  
TEVA Magyarország Zrt.



KÍGYÓ PATIKA

ALAPÍTVÁ 1874



Fontos tudnivaló a 3. oldalon!  
Az akció 2014. június 6-ig, vagy a készlet erejéig tart!

SILEGON

Méregtelenítő Kapszulák 140 mg  
60 db

EREDETI ÁR: 3100.-

AKCIÓS ÁR:

2480.-

Egységár: 41,3.-/db

620.- megtakarítás



Máriatövis-kivonatot és lecitint tartalmazó étrend-kiegészítő lágyzseltin kapszula.



**Napfényfürdő  
Aquapolis  
Szeged**

# SPORTOLÁSSAL A REUMA ELLEN

Bizonyára mindenkinek volt már olyan érzése, hogy a nap végére úgy érezte, „meg se tud mozdulni, mindene fáj”, akár ülőmunkával, akár fizikai munkával telt a napja.

Bármilyen hihetetlennek tűnik, aki ilyenkor mégis le tudja győzni a fáradtságát és rászánja magát egy kis testmozgásra, maga is megtapasztalja, hogy valóságos csoda fog történni vele. A mozgás befejezése után mintha kicserélték volna, sokkal frissebbnek, üdébbnek, „fiatalabbnak” érzi magát.

Hogyan lehetséges ez? A rendszeresen végzett testedzés rendkívül jó hatással van mind a keringés, mind a légzés szervrendszerére, megelőzhető a magas vérnyomás kialakulása, erősödik a szívizom, nő a tüdőkapacitás, megelőzhető a 2-es típusú cukorbetegség kialakulása, az izzadással pedig méreganyagok távoznak a bőrön keresztül szervezetünkől.

A gravitáció ellen végzett mozgások, mint a futás, lépcsőzés, súlyozás a csonttömeg megtartásában segítenek, valamint fokozzák a csontújráképződést, ezáltal megelőzhető a csonttritkulás.

Izmaink erősödése következtében ízületeink is védettebbé válnak a külső behatások ellen, idős korban ez fontos a stabilitás megtartása végett, hiszen így kisebb a kockázata az eleséseknek. Az ízületekben fokozódik az ízületi folyadék termelődése, ezáltal javul a mozgásterjedelem, csökken a meglévő fájdalom is, nő az ízület teherbíró képessége.

A Szegedi Napfényfürdő Aquapolisban kiváló lehetőség van a rendszeres testmozgásra, a SZUE medencéiben az úszásra, illetve gyógytornászaink irányításával a különböző vízi gyógytorna kezelésekre, kondicionáló, csonttritkulás megelőző vízi- és tornatermi foglalkozásokra, akár egyénre szabott terápia formájában is.

A víznek nemcsak a kedvező kémiai hatásait tudjuk kihasználni – ezt a termálmedencék nyújtják –, hanem a felhajtóerő révén a fizikai hatásait is, így akár az úszás, akár a víztorna kezelése során jelentős eredményeket tudunk elérni a reumás betegségek kezelésében. Ehhez hozzájárulnak még az egyéb gyógyfürdőkezelések is, mint a gyógymasszázs, a súlyfürdő, az iszappakolás, a vízsugármasszázs is.



# Személyre szabott fényvédelem

A napsugarak különböző hullámhosszal és energiával rendelkeznek, ezért különböző mértékben hatolnak be a bőrbe, és a szervezetre gyakorolt hatásuk is eltérő. Melegítenek bennünket, javítják kedélyállapotunkat, segítik a napi ritmusunk kialakulását. Lehetővé teszik bőrünkben a D-vitamin előállítását, ami elengedhetetlen a kalcium csontokba való beépüléséhez.

A napsugárzás negatív hatásáért elsősorban az UV sugárzások okolhatóak, amelyek leégést, bőrgyulladást okozhatnak (UVB), mely növeli a bőrrák kialakulásának esélyét (UVB/UVA) és bőröregedéshez vezetnek (UVA).

A napfény káros hatásainak kiküszöbölésére fizikai és kémiai napfényszűrő anyagokat fejlesztettek ki, ám ez a felületi védelem soha nem teljes. Fontos tehát kiegészítő védelmet alkalmazni a bőr sejtjeinek 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 Bioderma Photoderm termékcsaládja az első termékcsalád, ami minden bőrtípusra, bőrproblémára megfelelő fényvédő készítményt kínál.

Kisgyermek számára a **Photoderm Kid** termékek maximális védelmet nyújtanak az egyedülálló **Cellular Bioprotection®** sejtvé-



delem mellett a termékek C-Peptidet is tartalmaznak, ami különösen magas védelmet biztosít a szabad gyökök károsító hatása ellen. 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).

Egy éves kor alatt, illetve esetenkénti túlérzékenység esetén tilos minden kémiai szűrő alkalmazása a bőrön, ilyen esetekre ajánljuk a **PhotodermMineral SPF 50+** készítményt, amely kizárólag fizikai szűrőket tartalmaz, ezért már 1 éves kor alatt is biztonságosan használható.

## Barnuljunk biztonsággal!

Fontos tudni, hogy nem csupán a nyári napsugarak károsak, hanem már április, május hónapban is komoly veszélynek vagyunk kitéve.

Aki fehér, érzékeny, leégésre hajlamos bőrrel rendelkezik, használjon magas faktorszámú, bőrének megfelelő fényvédő

terméket. A kettős, hármas (könnyen barnuló) bőrtípusúak kezdjék a napozást legalább 30-as fényvédő faktorral ellátott készítménnyel. Amennyiben bőrproblémája van kiemelten fontos a megfelelő készítmény kiválasztása, mely nem csak a fényvédelemnek tesz eleget, hanem az adott probléma tüneteit és okait is kezeli (zsíros, pattanásos bőr, pigmentfoltok, rosacea, bőröregedés...stb.)

A fényvédők a felvitel után körülbelül húsz perccel stabilizálódnak a bőrön, ezért a napozás előtt fél órával fontos bekenni a bőrt, és két óra elteltével célszerű megismételni a felvitelt. 11-től 15 óráig 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 2014. június 6-ig, vagy a készlet erejéig tart!

**PHOTODERM  
KID 50+**

Tej, 100 ml

EREDETI ÁR: 5990.-  
AKCIÓS ÁR:

**2995.-**

Egységár: 29,95.-/ml

2995.- megtakarítás



**PHOTODERM  
MAX SPF 50+**

spray, 400 ml  
családi kiszerelés

EREDETI ÁR: 6990.-  
AKCIÓS ÁR:

**3495.-**

Egységár: 8,74.-/ml

3495.- megtakarítás



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

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: 2014. május 31.**

A nyerteseket postai úton értesítjük!

# LXR

Kiváló minőségű magyar  
étrend-kiegészítők  
Bereczki Zoltán színművész  
ajánlásával!  
[www.lxr.hu](http://www.lxr.hu)



KERESSE A KÍGYÓ PATIKÁBAN!

[www.uriage.hu](http://www.uriage.hu)

Magyarországon is megjelent  
a francia Uriage termálvíz alapú  
dermokozmetikai termékcsalád!

# URIAGE

E A U T H E R M A L E



Bevezető akció  
a Kígyó Patikában:

most bármely második  
megvásárolt Uriage  
termék ára\*:

990 Ft

KÍGYÓ PATIKA

ALAPÍTVÁ 1874

\*Vásároljon egy Uriage terméket a Kígyó Patikában és válasszon mellé a teljes Uriage termékválasztékból szabadon egy második terméket, melyet akciónk keretében 990 Ft-os áron adunk Önnek.

Az akciós áron vásárolt termék eredeti ára nem lehet magasabb a teljes áron vásárolt termékénél. Más akciókkal nem összevonható.