

KÍGYÓ PATIKA

TÉL
magazin



*Minden kedves Olvasónknak
áldott, békés
Ünnepeket
kívánunk!*

ÖRÜLJÜNK EGYÜTT A
TÉLNEK!

**Rendeljen otthonából,
egyszerűen,
kényelmesen...**



**Keresse a Kígyó Patikát
az interneten is!**

Tartalom

Influenza	4
Stresszoldás	5
Influenza	6
Nátha	7
Egészséges bélflóra	8
D-vitamin	9
Fájdalomcsillapítás	10
Vitaminpótlás	11
Fizikai- és szellemi frissesség	12
Tekintettel a hölgyekre	13
Puffadás	14
Recept	15
Karácsonyi ajándékötlek	16
Karácsonyi ajándékötlek	17
Ízületi- és izomfájdalom	18
C-vitamin	19
Köhögés	20
Immunerősítés	21
Dohányzás	22
Hátfájás	24
C-vitamin-pótlás	25
Kontaktlencse	26
Vitaminpótlás	27
Orrhigiénia	28
Aranyér	29
Keresztretjtvény	30
Olasz natúrkozmetikumok	32

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 érvényesíthetőek, más akcióval nem vonhatóak össze, azok 2015. február 28-ig ill. a készlet erejéig érvényesek! A KUPON KEDVEZMÉNY esetében csak a kivágott és behozott kupon ellenében adhatunk engedményt!

ŐSZI SZÁMUNK REJTVÉNYÉNEK NYERTESEI:

FODOR JÓZSEFNÉ Szeged, Dugonics u.

LUKOVICS GABRIELLA Szeged-Kiskundorozsma, Petneházy u.

FÁBIÁN ISTVÁNNÉ Szeged, Csuka u.

VERSEK JÁTÉKUNK NYERTESE:

KORMÁNY ZOLTÁN www.facebook.com/zoltan.kormany.3

Megjegyzések:

- | | |
|---|---------------------------------------|
| 1. Petőfi Sándor: Szeptember végén | 4. Ady Endre: Párizsban járt az ősz |
| 2. Petőfi Sándor: Itt van az ősz itt van újra | 5. Zelk Zoltán: Ez már az ősz |
| 3. Dsida Jenő: Ősz | 6. Tóth Árpád: A vén ligetben |
| | 7. Paul Verlaine: Őszi chanson/sanzon |

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 Zrt. 6729 Szeged, Szabadkai út 20.

Nyomdavezető: Dornbach Péter

Termék manager: Szlobodnyik Péter

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

Az akcióink tájékoztató jellegűek, a pontos részletekről érdeklődjön patikánkban.

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

Lélekben fehér, tisztá karácsony

*Karácsony készül emberek!
szépek és tiszták legyetek!
Súroljátok föl lelketek,
csillogtassátok kedvetek,
Legyetek újra gyermekek
hogy emberek lehessetek!*

Wass Albert



Advent van! Készítjük szívünket, lelkünket a csodára: Jézus születésére.

Hit, remény, szeretet, öröm- ez Advent üzenete. Érezzük e ezt a hétköznapiaink rohanásában, vagy csak megállunk egy pillanatra gyertyát gyújtani, és gondolatunk már messze szaladnak az előttünk tornyosuló feladatok terhére magunkkal cipelve. Örök várakozásban éljük az életünket mindig, de Advent decemberi csendje hatalmába keríti az embert, hiszen nincs bizonytalanság a csoda érkezése felől, eljön akit várunk, eljön a Karácsony.

Miközben a gyertyák sorra elégnek, és meleg mézeskalács illat lengi be otthonainkat, lelkünkben is fehéren, csillogón hull a hó, és ünneplőbe öltözünk, mert az Angyalt így illik várni. De meghalljuk e a kopogtatást a lekiismeretünk ajtaján? Szembe tudunk e nézni önmagunkkal, cselekedeteinkkel, és az ajándékok mellé odatesszük e szívünket is, hogy általa igazi értéket adhassunk? És felcsendül a hálaének...

Sok mindent hagyunk magunk mögött ezen a karácsonyon is: a Kígyó Patika életében is sok-sok szakmai kezdeményezés, tenni akarás, siker és bánat ötvöződik. Reményeim szerint Önök, akik minket tisztelnek meg a bizalmukkal – hiszen betegségeiket osztják meg velünk – a legjobb helyen járnak! Szakmájukat szerető, és azt a legmagasabb szinten művelő kollegáim készséggel állnak az Önök rendelkezésére - ez ma az igazi értéke egy patikának! Ebben az évben a szakma is elismerte igyekezetünket és a Kígyó Patikának ítélte oda az "Az év kiváló Gyógyszertára!" - díjat! Köszönjük Önöknek, hogy ezt kiérdemelhettük! Büszkéek vagyunk arra, hogy a szakmaiságunk elismerést nyert, bízom benne, hogy minél több szegedi érzi úgy, hogy patikát - gyógyszerészt választani a minőség alapján érdemes!

Többi egyházi ünnepünkhöz viszonyítva a karácsonynak van egy különleges varázsa. Sokak számára a legszebb, a legérzelmeibb, legalábbis a gyermeki lelket a legmélyebben megható ünnep. Felnőttekként is, amennyiben földi korlátainkon túl meglátjuk a betlehemi csillag színfeletti ragyogását, akkor meglehet, hogy karácsony idejére elfeledjük világi kötelekeink kínzó szorítását.

Csendüljön hát a harang, zendüljön énekünk és karácsonyunkat tegyük erőtt adó és lelkünket megtisztító ünneppé.

A kis Jézusra tekintünk példaképként, hiszen szellemisége bennünk is tetten érhető, hatása általunk is megteremthető, hiszen ott van, ahol a tiszta szív, a feltétlen jószándék. Ezt üzeni a karácsony nekünk.

Áldott legyen ez a szent ünnep és nyújtson valamennyiünknek szeretetet, megbocsátást, békességet és mindenekelőtt egészséget – amiben hitem szerint – mi a Kígyó Patika valamennyi dolgozója segítségükre leszünk!

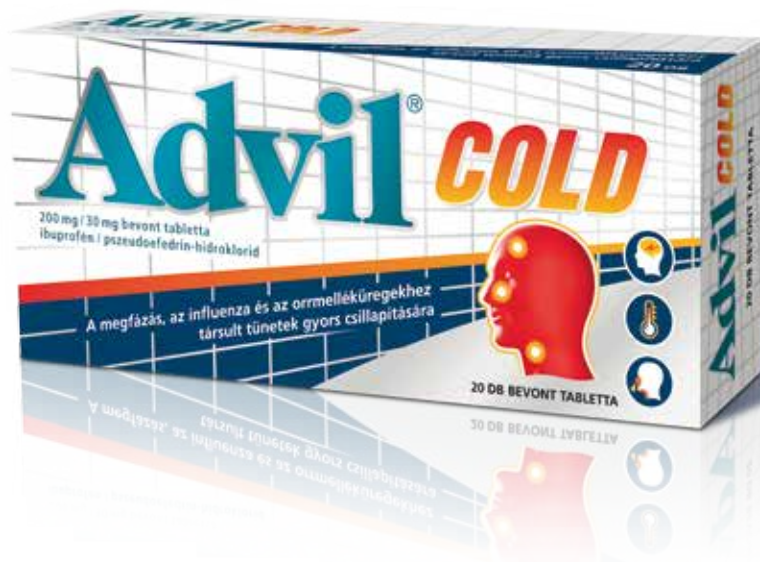


Dr. Zoltan Kormany

Dr. Zoltan Kriszta
gyógyszertárvezető

Tévhitek az orrdugulásról

Az orrdugulás a megfázás és az influenza legfeltűnőbb és legbosszantóbb tünete. Az orrdugulás egyik oka a duzzadt ornyálkahártya, másik oka pedig a duzzadt nyálkahártya által termelt fokozott orrváladék. Az ornyálkahártya gyulladása az immunrendszer reakciója arra, ha valami oda nem illő dolgot azonosít a szervezetben. Amikor a szervezet felismeri valami oda nem illő dolog jelenlétét (például influenzavírus), rögtön védekezni kezd el. Néhány sejt üzenetet küld a többinek, hogy a vérkeringés erősödjön meg azon a területen, ahol a gond van, olyan sejteket szállítva a „betolakodó” ellen, amelyek visszaverik a támadást. Ezek a sejtek olyan anyagokat rejtenek magukban, amelyek hatásosan veszik fel a harcot úgy, hogy közben reakcióba lépve a „betolakodókkal”, gyulladást okoznak, és eközben az érfalak áteresztő képessége is megnövekszik. Ennek a következménye, hogy az orr-nyálkahártya és az orrmelléküregek szó szerint megduzzadnak. Vagyis az orr- és az orrmelléküregek gyulladása az egészséges szervezet immunválasza, nem pedig a kórokozó, például a fertőzés tevékenysége. Az így elpusztított kórokozóktól pedig a szervezet a fokozott orrváladéktermeléssel igyekszik mielőbb megszabadulni.



A láz, az orrdugulás, a gyulladt torok, a fejfájás, a levertség és a fáradtság az influenza és a megfázás tipikus kísérő tünetei, amelyekről mindannyian szeretnénk minél hamarabb megszabadulni. Az új Advil® Cold hatékony megoldást kínál a megfázás és az influenza számos tünetének kezelésére. Az új Advil® Cold az ibuprofen és a pszeudoefedrin hatóanyagok kombinációjával csökkenti a lázat, mérsékli az orr és az orrmelléküregek dugulását, csillapítja a fájdalmat és gyulladáscsökkentő hatású. Az új Advil® Cold bevonat tabletta speciálisan az influenza és a nátha kellemetlen

tüneteinek enyhítésére kifejlesztett gyógyszer. Könnyen lenyelhető cukorbevonatú drasztikus gyógyszerformájú.

Már egy tabletta is érezhetően csökkenti a megfázásos és influenzás tüneteket, javítja a közérzetet. Javasolt adagja szükség szerint 1 vagy 2 tabletta 4–6 óránként, de 24 óra alatt max. 6 tabletta, 12 év alatti gyermekeknek azonban nem adható.

Vény nélkül kapható a gyógyszertárakban. Az új Advil® Cold-dal nemet mondhat a megfázásra.

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

Advil® Cold

bevonat tabletta,
10 db

EREDETI ÁR: 890.-

623.-

Egységár: 62,30.-/db
267.- megtakarítás

30%
kedvezmény



Advil® Cold

bevonat tabletta,
20 db

EREDETI ÁR: 1550.-

1085.-

Egységár: 54,25.-/db
465.- megtakarítás

30%
kedvezmény

KÍGYÓ PATIKA
ALAPÍTVA 1874



A KOCKÁZATOKRÓL ÉS A MELLÉKHATÁSOKRÓL OLVASSA EL A BETEGTÁJÉKOZTATÓT,
VAGY KÉRDEZZE MEG KEZELŐORVOSÁT, GYÓGYSZERÉSZÉT!
Egészségpénztári kártyára is megvásárolható. Vény nélkül kapható gyógyszer.



**RENDKÍVÜLI
ÁRKEDVEZMÉNY!**

Fontos tudnivaló a 3. oldalon!
Az akció 2015. február 28-ig,
vagy a készlet erejéig tart!



A bennünket érő stresszt nagyon nehéz kiiktatni az életünkből, kevesen képesek hatni rá, elűzni az életükből. 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!

Legtöbbünk 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 agresszív-vé, válhatunk, úgy érezzük (és sajnos a környezetünkben élők is, akik mindezt általában nem érdemlik meg...), hogy szavaink, tetteink olyanokká válnak, mintha nem is önmagunk lennénk. Viták, veszekedések, családi és munka-

helyi konfliktusok, a hátunk mögött pedig aggódva, fejcsóválva 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 véseltük 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 érzelmi 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 ételmisszerek magnézium tartalmát. A magnézium tartalmú ásványvizek és gyógyvizek is a segítségünkre lehetnek a magnéziumpótlásban, csak hogy a szervesetlen 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!

Magne B6

bevont tableta,
50 db



EREDETI ÁR: 1726.-

1467.-

Egységár: 29,34.-/db
259.- megtakarítás

15%
kedvezmény

**RENDKÍVÜLI
ÁRKEDVEZMÉNY!**

Fontos tudnivaló a 3. oldalon!
Az akció 2015. február 28-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.

KÍGYÓ PATIKA
ALAPÍTVA 1874

Mit tehet a megfázás tünetei ellen?

Anátha 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 tünetei 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, az orrdugulás és az orrfolyás. Ezek a tünetek szinte majdnem mindenkinél jelentkeznek ilyen betegségek esetén, különböző hevességgel.

Mi áll a tünetek hátterében?

A láz immunreakció, a kórokozók ellen védekező fehérvérsz sejtekből felszabaduló anyagok váltják ki. A hőközpont által beállított hőmérséklet ezek hatására a normálnál 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 helyi kialakuló gyulladás, melytől szűró fájdalmat érezhetünk, a fejfájást pedig a láz és a folyadékhiányzás felborulása is okozhatja. S végül, de nem utolsósorban 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, ezért érezzük a fentiekben kívül fáradtnak, levertnek, enerváltnak 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 kellemes 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 fájdalomcsillapító hatóanyagot, orrdugulást és orrfolyást csökkentő szert valamint az immunrendszert támogató C-vitamint.

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 orrnyálkahártya duzzanatát csökkentő fenilefrin-hidrokloridot, az orrfolyást és irritációt csökkentő feniramin-maleátot, valamint a felső légúti megbetegedések esetén is pozitív hatású, immunrendszert támogató C-vitamint.

Vény nélkül kapható gyógyszer.
Novartis Hungária Kft. Consumer Health,
1114 Bp., Bartók Béla út 43-47.
Tel.: 457-66-56, 457-66-78,
e-mail: infoch.hungary@novartis.com
nct243/nov14



Akár 30% megtakarítás a 14 tasakos kiszereléssel!*

14 ADAG

Hatékony megoldás a megfázás tüneteinek enyhítésére!

Vény nélkül kapható gyógyszer. *A NeoCitran belsőleges por felnőtteknek 6 db-os kiszerelés tasakonkénti ajánlott fogyasztói árához képest.

NOVARTIS Novartis Hungária Kft. Consumer Health, 1114 Bp., Bartók Béla út 43-47.
Tel.: 457-66-56, 457-66-78, e-mail: infoch.hungary@novartis.com, www.novartis.hu
nct233/jul14

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

NeoCitran®
belsőleges por felnőtteknek
14 adag



EREDETI ÁR: 2150.-
1892.-
Egységár: 135,14.-/db
258.- megtakarítás

12%
kedvezmény

**RENDKÍVÜLI
ÁRKEDVEZMÉNY!**

Fontos tudnivaló a 3. oldalon!
Az akció **2015. február 28-ig**,
vagy a készlet erejéig tart!

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 tartuk 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,
eukaliptuszolaj

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 orrsprayk.

Az utóbbiakkal kapcsolatban elmondható, hogy manapság igen széles az orrcseppek és orrsprayk 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 zavaratlanabban 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**.

Néhány perc alatt és hosszú órákra szabaddá teszi orrát. A benne lévő egyedülálló illóanyag kombináció (mentol, kámfor és eukaliptuszolaj) pedig kényeztetik az orrot és a légzés tiszta, friss élményét nyújtják. Speciális szórófeje pedig hatékony, pontos, kényelmes alkalmazást biztosít.

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



Rhinospray®
Plus
orrspray,
10 ml



EREDETI ÁR: 1692.-
1523.-
Egységár: 152,3.-/ml
169.- megtakarítás

10%
kedvezmény



A KOCKÁZATOKRÓL ÉS A MELLÉKHATÁSOKRÓL OLVASSA EL A BETEGTÁJÉKOZTATÓT,
VAGY KÉRDEZZE MEG KEZELŐORVOSÁT, GYÓGYSZERÉSZÉT!
Egészségpénztári kártyára is megvásárolható. Vény nélkül kapható tramazolin hatóanyagú gyógyszer.

KÍGYÓ PATIKA
ALAPÍTVA 1874

Ha beteg a gyerek

Nem könnyű beteg gyerekkel otthon, hiszen van, aki magas láz mellett is jól érzi magát, más viszont nyugalmat szeretne maga körül, és magától is lefekszik. Éppen ezért felesleges is ilyenkor a kötelező ágyba kényszerítés. Inkább figyeljünk arra, hogy a szoba, ahol a kicsi van, normális hőmérsékletű legyen, még véletlenül se túl meleg. Szellőztessünk sokat!

Kényeztessük!

Betegén még a pancsolás sem biztos, hogy jól esik, ne erőltessük a kádban való úcsörgést vagy zuhanyozást. Bőven elég a cicamosdás vagy a mosdókesztyűs, langyos vizes mosakodás. Láz esetén a bőr gyorsan kiszárad. Krémezzük be a kicsit naponta akár többször is! A száj is jobban kiszárad, arra is figyeljünk! Sokan elkövetik azt a hibát, hogy túllöltöztetik a beteg gyermeket, noha ez nem jó, mert a szervezet így nem tudja olyan könnyen leadni a felesleges hőt. Ha szeretne felkelni, húzzunk a pizsamájára pulóvert és melegítőnadrágot, zoknit és papucsot is vegyen fel.

Játsszunk sokat!

Betegség idején lazíthatunk kicsit a szabályokon. Jól jönnek a mesék is a tévében, de még jobb, ha veszünk ilyenkor egy új könyvet vagy foglalkoztató füzetet – ez azért is jó, mert így a gyerek össze tudja kötni a gyógyulását a könyv befeljegyzésével. Ha már felkelhet, segíthet nekünk a kisebb otthoni dolgokban. Mivel játszani minden gyerek szeret, jópofa, amikor a játékot összekötjük valamilyen tényleges, például konyhai tevékenységgel. Megcsinálhatjuk közösen apa esti szendvicsét, de aki szeret gyurmázni, annak be lehet gyúrni egy adag tésztát is. Jó ötlet a fényképalbum nézegetése, a kézműveskedés és a bújócska is.



A gyors felépüléért

Sokat tehetünk azért, hogy a kicsik újra egészségesek legyenek, és hamarabb leküzdjék a betegségeket. Ilyenkor jól jönnek a természetes gyógymódok, a vitamindús gyümölcsök, gyógyteák, méz és hasmenés vagy antibiotikum kezelés esetén a probiotikumok. A probiotikumoknak fontos szerepük lehet a betegségek leküzdésében és abban, hogy minél gyorsabb legyen a felépülés.

Milyen probiotikumot válasszak?

Nem minden probiotikum egyforma. Különböző baktérium törzseket tartalmaznak, melyek közül van, ami ellenáll a gyomorsav pusztító hatásának és még az alsóbb bélszakaszt is ereje teljében éri el. Ilyen a Normaflore is, mely ráadásul csak természetes összetevőt tartalmaz. Íztelen, szagtalan, nyu-

AKTÍV BÉLFLÓRA, ELEVEN MINDENNAPOK



EGÉSZSÉG-
PÉNZTÁRI
SZÁMLÁRA IS



godtan belekeverhetjük akár tápszerbe vagy forró teába és a legapróbbaknak is adhatjuk. Miközben helyreállítja a bélflórát, vitaminok termelésére is képes*, ezáltal hozzájárulhat a szervezet vitaminellátásához. Így segíthet abban, hogy gyorsabban elmúljon a betegség és a család apraja-nagyja jól érezhesse magát.

* In vitro adatok alapján

www.normaflore.hu

Bacillus clausii-t tartalmazó vény nélkül kapható gyógyszer.

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
www.sanofi.hu



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

Normaflore

belsőleges szuszpenzió
20 x 5 ml



EREDETI ÁR: 2290.-
1947.-
Egységár: 19,47.-/ml
343.- megtakarítás

15%
kedvezmény

Normaflore

belsőleges szuszpenzió
30 x 5 ml



EREDETI ÁR: 3080.-
2618.-
Egységár: 17,453.-/ml
462.- megtakarítás

15%
kedvezmény

KÍGYÓ PATIKA
ALAPÍTVA 1874



A KOCKÁZATOKRÓL ÉS A MELLÉKHATÁSOKRÓL OLVASSA EL A BETEGTÁJÉKOZTATÓT,
VAGY KÉRDEZZE MEG KEZELŐORVOSÁT, GYÓGYSZERÉSZÉT!
Egészségpénztári kártyára is megvásárolható. Vény nélkül kapható gyógyszer.



Hat hét alatt lemerül a D-vitamin készletünk

A magyar lakosság mintegy kétharmada küzdhet D-vitamin-hiánnyal. Fontos tudni, hogy ennek az alapvető vitaminnak a pótlása hogyan járul hozzá egészségünk megőrzéséhez és a nyári hónapok valóban feltöltik-e D-vitamin-raktárainkat.

Közeledik az őszi-téli időszak, ami a mozgásszervrendszerrel foglalkozó szakember számára páciensei szempontjából sok veszélyt rejt magában. Hiszen nyáron a zöldségek gyümölcsök nagyobb választékban kaphatóak és a déli országokba irányuló családi nyaralások során halétel is gyakrabban kerül az asztalra. Nem beszélve a nyár fő örömről, a ragyogó napsütésről, a hosszú napfényes órák számáról. Télen azonban az idős emberek hajlamosak bezárkózni otthonukba, a dolgozó lakosság is munkahelye és otthona között ingázik, többnyire romlik a bevitt tápanyagok minősége, csökken a fizikai aktivitás és nem csak az idő, hanem hangulatunk is gyakran borússá válik.

A magyar lakosság több, mint hatvan százaléknál nem is a D-vitamin-szint normális fenntartásáról, hanem a D-vitamin-hiány pótlásáról kell gondoskodni. Egy átlagos felnőtt embernek 1500-2000 nemzetközi egység a napi D-vitamin-szükséglete (2012. D-vitamin konszenzus konferencia), mely igényt nyáron hiányállapot nélkül egészséges táplálkozással és napi húsz-huszonöt perc szűrt napfényen való tartózkodással biztosítani tudunk. Azonban a nyár elmúltával a D-vitamin-készletek 6 hét



alatt lemerülnek és a téli időszakokban egy egészséges szervezet sem tud elegendő mennyiségű D-vitaminhoz jutni. Ősszel egyre kevesebb napfény éri testünket, egyre kevesebbet tartózkodunk a szabadban, ráadásul az őszi-téli időszakban kevesebben figyelnek oda az egészséges, változatos és kiegyensúlyozott táplálkozásra, ezért már ősszel jelentkezhetnek a D-vitamin-hiány tünetei, tél végére pedig 10-ből 9 magyar ember szenved D-vitamin-hiányban.

A D-vitamin elengedhetetlen a csontok és fogak egészsége, valamint a normális izomműködés és erős immunrend-

szer szempontjából. Hiányának egyik következménye, csonttriturálás, szívélgtelenség, magas vérnyomás, immungyengeség, cukorbetegség lehet a következménye. Továbbá a D-vitamin-hiány növeli az vastagbél- és emlőrák, az idegrendszeri betegségek, továbbá a vese- és májbetegségek kialakulásának kockázatát. Pótláshoz különböző szájon át alkalmazható tablettákat, pezsgőtablettákat, rágótablettákat, kapszulákat, gyermekeknek pedig cseppeket használhatunk, melyek aktív D-vitamint tartalmaznak.

EUROVIT® D-vitamin

50 µg (2000 NE) tabletta,
30 db

60 db

120 db

EREDETI ÁR: 1144.-

915.-

Egységár: 30,50.-/db
229.- megtakarítás

20%
kedvezmény

EREDETI ÁR: 1830.-

1464.-

Egységár: 24,40.-/db
366.- megtakarítás

20%
kedvezmény

EREDETI ÁR: 2775.-

2220.-

Egységár: 18,50.-/db
555.- megtakarítás

20%
kedvezmény

Az Eurovit D-vitamin 50 µg (2000NE) étrend-kiegészítő kapszula. Az étrend-kiegészítő használata nem helyettesíti a kiegyensúlyozott vegyes étrendet és az egészséges életmódot.
Forgalmazza: TEVA Gyógyszergyár Zrt. 4042 Debrecen, Pallagi út 13.

KÍGYÓ PATIKA
ALAPÍTVA 1874

**KUPON
KEDVEZMÉNY!**

Fontos tudnivaló a 3. oldalon!
Az akció 2015. február 28-ig,
vagy a készlet erejéig tart!

IBUSTAR®

*Szabaduljon meg
gyorsan a fejfájástól!*

400 mg
ibuprofent
tartalmaz
MÁR 6 ÉVES KORTÓL* ADHATÓ!

**FÁJDALOMCSILLAPÍTÓ
ÉS GYULLADÁSCSÖKKENTŐ**

**BERLIN-CHEMIE
MENARINI**

Innovációval az életminőség javításáért

*20 testtömeg-kilogrammnál nehezebbtől

Berlin-Chemie/A Menarini Kft.
2040 Budaörs, Neumann János u. 1.
Tel.: 06-23-501-301



Vény nélkül kapható, ibuprofén hatóanyagú gyógyszer.

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

Ibustar®

400 mg filmtabletta
20 db



EREDETI ÁR: 1330.-

1064.-

Egységár: 53,2.-/db
266.- megtakarítás

20%
kedvezmény

**RENDKÍVÜLI
ÁRKEDVEZMÉNY!**

Fontos tudnivaló a 3. oldalon!
Az akció **2015. február 28-ig**,
vagy a készlet erejéig tart!

KÍGYÓ PATIKA
ALAPÍTVÁ 1874



A KOCKÁZATOKRÓL ÉS A MELLÉKHATÁSOKRÓL OLVASSA EL A BETEGTÁJÉKOZTATÓT,
VAGY KÉRDEZZE MEG KEZELŐORVOSÁT, GYÓGYSZERÉSZÉT!
Egészségpénztári kártyára is megvásárolható. Vény nélkül kapható gyógyszer.

A gyermekek egészsége

Minden szülő alapvető és természetes törekvése, hogy gyermeke egészséges fejlődését biztosítsa. Azt már régóta tudjuk, hogy az egészséges test és az egészséges lélek egymástól elválaszthatatlan, egyik sem létezhet a másik nélkül. Éppen ezért egyrészt meg kell adnunk gyermekeinknek a maximális szeretetet és törődést, amire lelki egyensúlyuk kialakulásához feltétlenül szükségük van, másrészt biztosítanunk kell számukra testi fejlődésük alapvető feltételeit, melyek közül az egyik legfontosabb a fejlődő szervezet megfelelő vitamin-, ásványi anyag- és nyomelem szükségletének biztosítása.

Sajnos mai felgyorsult világunkra egyre inkább jellemző a rohanás, az elkapkodott étkezések, a gyakran egészségtelen, rendszertelen vagy kevésbé változatos táplálkozás. Lassan közelegnek a karácsonyi ünnepek, amikor a szokásosnál több csokoládét, cukorkát, süteményt esznek a gyerekek. Ráadásul a főzelékek elkészítése során a különféle zöldségfélék vitamintartalmuk jelentős részét elveszíthetik, a friss gyümölcsök és zöldségek pedig tárolás közben is folyamatosan veszítenek értékes vitamintartalmukból. Így a gyermekek szervezetének vitamin-, ásványi anyag- és nyomelem szükségletét nem feltétlenül tudjuk csak a táplálékkal bevitt anyagokkal kielégíteni.

Miért fontosak a vitaminok a gyermekeknek?

A gyermek kiegyensúlyozott fejlődéséhez nélkülözhetetlenek a vitaminok, ásványi anyagok és nyomelemek. Ha tartósan a szükségesnél kevesebbhez jut hozzá a fejlődő szervezet, hiányállapot alakulhat ki, különböző tünetekkel: fáradékonyság, levertség, rossz közérzet, kimerültség, étvágytalanság, csökkent fizikai és szellemi teljesítmény, az ellenállóképesség csökkenése miatti gyakoribb megbetegedések.

A fejlődésben lévő szervezet rengeteg energiát emészt fel – főleg, ha fokozott szellemi és fizikai megterhelésnek van kitéve. Az

immunrendszer egészséges működéséhez nélkülözhetetlenek a vitaminok, ásványi anyagok és nyomelemek. Ezek közül is kiemelt jelentőségűek: A-, C-, D-, B₆-, B₁₂-vitaminok, folsav, szelén, cink, réz és a vas.

A **Béres Actival Junior** olyan komplex multivitamin, mely vitamin, ásványi anyag és nyomelem tartalmának köszönhetően hozzájárul a fejlődő szervezet megfelelő működéséhez.

A különböző, finom gyümölcsös ízekben kapható, mókás formájú rágótabletták közül minden gyerek megtalálja a kedvencét. Ráadásul egészségpénztári számlára is megvásárolható.



ACTJ1412AD

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



Béres Actival® Junior
rágótabletta,
60 db



EREDETI ÁR: 2159.-
1835.-
Egységár: 30,58.-/db
324.- megtakarítás

15%
kedvezmény



A KOCKÁZATOKRÓL ÉS A MELLÉKHATÁSOKRÓL OLVASSA EL A BETEGTÁJÉKOZTATÓT,
VAGY KÉRDEZZE MEG KEZELŐORVOSÁT, GYÓGYSZERÉSZÉT!
Egységpénztári kártyára is megvásárolható. Vény nélkül kapható gyógyszer.

KÍGYÓ PATIKA
ALAPITVA 1874

Hozd magad csúcsformába! Oszd be hatékonyan idődet!

Veled is gyakran előfordul, hogy egész nap rohansz, megállás nélkül dolgozol, és mégsem érsz tennivalóid végére? Mindezek nyomán pedig folyamatosan szorongsz, stresszel, és képtelen vagy lazítani? Ha nálad is ez a helyzet, az időbeosztással lehet a baj, amelyen azonban odafigyeléssel és hatékony tervezéssel könnyen segíthetsz. Íme néhány tipp ehhez.

1. Érzékszünk pontosan a munkahelyünkre! Ennek érdekében keljünk fél órával korábban, hogy a reggeli előkészületek során ne csússzunk meg! Ha ugyanis már eleve késve érkezünk az irodába, az egész napunk fel fog borulni.
2. Minden reggel állítsuk össze az aznap elvégzendő feladatok listáját, fontossági sorrendben, és eszerint próbáljunk haladni a nap folyamán! Így ha nem jön közbe semmi váratlan esemény, a nap végére már csak a kisebb feladatok maradnak, amelyeket gyorsan elvégezhetünk, de akár másnapra is halaszthatunk.
3. Ha ez sem segít, vezessünk néhány napig pontos feljegyzést arról, hogy mit csináltunk! Átnézve kiderülhet, mik okozzák a folyamatos csúszást. Ha ezeket a tevékenységeket ki tudjuk iktatni, vagy a rájuk fordított időt csökkenteni, hamarosan egyensúlyba kerülhetünk.
4. Ha határidőre kell elvégeznünk egy fontos feladatot, készítsünk tervet, nehogy kifussunk az időből! Vegyük végig az egyes részfeladatok sorrendjét valamint a rájuk szánt időt, és amennyire csak tudjuk, tartsuk magunkat a tervhez!



5. A hatékony időgazdálkodás érdekében jobb, ha beszüntetjük a hosszú telefonbeszélgetéseket, netes böngészéseket és cseteléseket, mert ezekkel észrevétlenül is értékes félórákat pazarolunk el.
6. Ha úgy érezzük, hogy már most is több a feladatunk, mint amennyit el tudunk végezni, bátran mondjunk nemet a kollégáktól érkező újabb kérésekre!
7. Az is lényeges, hogy munkavégzés után szánjunk elegendő időt pihenésre, sportlásra, szórakozásra, és gondoskodjunk arról, hogy a lazítás alatt egyáltalán ne gondoljunk a munkára!
8. Még eredményesebben tudjuk menedzselni az időnket, ha bizonyítottan hatékony multivitaminot szedünk. A Pharmaton Vital kapszula ginzengtartalma jótékony hatással van a szervezetre a stresszes időszakokban.*

Javítja a memóriát és növeli a koncentrációs képességet, így nő a szellemi teljesítőképesség is.**

A ginzeng standardizált kivonata (G115) mellett vitaminokat, ásványi anyagokat és nyomelemeket is tartalmazó szer ginzengtartalma a szellemi teljesítményre van jótékony hatással, a vitaminok, az ásványi anyagok és a nyomelemek pedig a fizikai kondíciót befolyásoló tényezőkre hatnak kedvezően.

A készítmény kedvező hatásait eddig több, mint negyven klinikai vizsgálat igazolta.

A PHARMATON VITAL EGÉSZSÉGPÉNZZÁRBA ELSZÁMOLHATÓ GYÓGYSZER!

*Usher JM et al, Physical Health 1995; 10: 97-111

** Murano S. Lo Rosso RR Prendo Medicina Argentina 1984; 71(4): 178-183



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

**Pharmaton®
Vital**

lágys kapszula
30 db

EREDETI ÁR: 2996.-

2696.-

Egységár: 89,87.-/db
300.- megtakarítás

10%
kedvezmény



**Pharmaton®
Vital**

lágys kapszula
60 db

EREDETI ÁR: 5132.-

4619.-

Egységár: 76,98.-/db
513.- megtakarítás

10%
kedvezmény

KÍGYÓ PATIKA
ALAPÍTVA 1874



A KOCKÁZATOKRÓL ÉS A MELLÉKHATÁSOKRÓL OLVASSA EL A BETEGTÁJÉKOZTATÓT,
VAGY KÉRDEZZE MEG KEZELŐORVOSÁT, GYÓGYSZERÉSZÉT!
Egészségpénztári kártyára is megvásárolható. Vény nélkül kapható gyógyszer.



Antibiotikum kezelés: nem csak a bélflóra sínyli meg, a hüvelyt is regenerálni kell!

Ma már egyre többen tudják, hogy antibiotikum-kezelés mellé probiotikum kell. A legkörültekintőbb kezelés is felboríthatja a bélflórát, de azt már csak kevesen tudjuk, hogy a hüvely flóráját hasonlóképpen befolyásolja az antibiotikum kezelés.

Az antibiotikum kezeléseknek köszönhetően számos betegség vált könnyen kezelhetővé, azonban, számos mellékhatásuk okozhat kellemetlenséget. A leggyakoribb nem kívánt tünetek abból adódnak, hogy a kórokozó baktériumok elpusztítása mellett, a szervezet számára hasznos, a bél-, és a hüvelyflóra egészséges egyensúlyát fenntartó baktériumokat is károsítják. A mindennapok során számos információt kapunk arról, mit tehetünk a bélflóra megóvásának, és visszaállításának érdekében, de hasonlóan fontos gondoskodni a női egészséget érzékenyen érintő hüvelyflóra egyensúlyáról is.

A bélflóra több száz fajta baktérium közössége, amely kiegyensúlyozott működése esetén sikerrel veszi fel a harcot a szervezetbe betolakodó káros baktériumokkal, vírusokkal szemben. A hüvelyflóra is hasonlóképpen működik. A hüvelyben különböző típusú baktériumok élnek; normál körülmények között a tejsavbaktériumok az ún. lactobacillusok vannak jelen a legnagyobb számban. A tejsavbaktériumok tejsavat termelnek, amely a hüvely normál, alacsony pH-értékének (pH 3,8–4,5) fenntartásáért felel. Többek között ez a savas közeg akadályozza meg a kórokozó baktériumok elszaporodását. Ha a tejsavbaktériumok száma lecsökken, és a pH-szint megemelkedik (lúgos irányba tolódik), ilyenkor megbomlik a hüvely baktérium-egyensúlya, és elszaporodnak a szervezet immunológiai védekező mechanizmusát károsító baktériumok. Az így kialakult állapot orvosi neve a bakteriális vaginózis,

mely a leggyakrabban előforduló hüvelyfertőzés. A hüvelyflóra mérsékelt aktivitása kiszolgáltatottá teszi a nőt a külvilágból érkező fenyegetésekkel szemben. A hüvely fertőzések elleni lecsökkent védelme megnöveli a szexuális úton terjedő fertőzések kockázatát is.

Ma már minden nő számára elérhető egy olyan tartósítószer és hormonmentes megoldás, mely során az egészségüket érintő kompromisszumokat sem szükséges vállalniuk. 2011 áprilisától már Magyarországon is kapható a klinikailag is tesztelt kettős hatású Lactofeel hüvelygél, amely képes helyreállítani a hüvely normál pH-ját és a hüvelyflórát. A patikákban és online webáruházakban is kapható készítmény természetes összetevői miatt a várandósság és szoptatás teljes ideje alatt is biztonságosan alkalmazható. A Lactofeel hatékonysága két összetevőben rejlik; tejsavat tartalmaz,

amely helyreállítja a hüvely normál pH-ját, és glikogént, amely tápanyagul szolgál a tejsavbaktériumok számára, így elősegítve a jótékony baktériumok megfelelő szaporodását. A normál pH és a tápanyagok segítségével a védelmező tejsavbaktériumok elszaporodnak, így a hüvely természetes egyensúlya helyreáll.

Fontos tehát, hogy antibiotikum-kezelés után gondoskodjunk ne csak a bél, hanem a hüvely flórájának helyreállításáról is.

A Lactofeel orvostechnikai eszköz, gyógyászati segédeszköz CE 0344. Egészségpénztári kártyára is megvásárolható.

További információ:
www.lactofeel.hu



Kellemes megoldás egy kellemetlen problémára

Exeltis
Rethinking healthcare

lactofeel
HÜVELYGÉL

KLINIKAILAG ISMERTÉNY
IGAZOLT HATÁS

- 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.

Exeltis Magyarország Kft.
1011 Budapest, Fő utca 14-18. | tel.: 06 1 275 0338, 06 1 275 0343 | fax: 06 1 275 3219 | e-mail: info.hu@exeltis.com
www.exeltis.hu | www.lactofeel.hu

Gyógyászati segédeszköz. Orvostechnikai eszköz. CE 0344

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

Lactofeel

hüvelygél,
7×5 ml



EREDETI ÁR: 3495.-
2796.-
Egységár: 79,89.-/ml
699.- megtakarítás

20%
kedvezmény

**KUPON
KEDVEZMÉNY!**

Fontos tudnivaló a 3. oldalon!
Az akció 2015. február 28-ig,
vagy a készlet erejéig tart!



A KOCKÁZATOKRÓL OLVASSA EL A HASZNÁLATI ÚTMUTATÓT,
VAGY KÉRDEZZE MEG KEZELŐORVOSÁT!
Egészségpénztári kártyára is megvásárolható.
Vény nélkül kapható orvostechnikai eszköz, gyógyászati segédeszköz!

KÍGYÓ PATIKA
ALAPÍTVA 1874

Espumisan®



Elég

a puffadásból!

Hasfeszülés?

Puffadás?

Szélgyörcs?

Felfúvódás?

Az Espumisan® hatóanyaga gyorsan segít a gázok felszaporodásából eredő tünetek (puffadás, szélgyörcs, kellemetlen, feszítő érzés) enyhítésében, majd felszívódás nélkül távozik. Szükség esetén akár hosszabb ideig is nyugodtan szedhető.



**BERLIN-CHEMIE
MENARINI**
Innovációval az életminőség javításáért.

Berlin-Chemie/A. Menarini Kft.
2040 Budaörs, Neumann J. u. 1.
Tel.: 23/501-301

ESP2014#1410#

Vény nélkül kapható, szimetikon hatóanyagú gyógyszer

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

Espumisan®

lágy kapszula
50 db



EREDETI ÁR: 1528.-

1299.-

Egységár: 25,98.-/db
229.- megtakarítás

15%
kedvezmény

KÍGYÓ PATIKA
ALAPÍTVÁ 1874



A KOCKÁZATOKRÓL ÉS A MELLÉKHATÁSOKRÓL OLVASSA EL A BETEGTÁJÉKOZTATÓT,
VAGY KÉRDEZZE MEG KEZELŐORVOSÁT, GYÓGYSZERÉSZÉT!
Egészségpénztári kártyára is megvásárolható. Vény nélkül kapható gyógyszer.



Csokis mentás Trüffel

HOZZÁVALÓK:

- (kb. 24 db)
- 20 dkg jóféle étcsokoládé
 - 13 dkg vaj
- egy kis csokor friss menta
- 2,75 dl zsíros házi tejszín (a fele sovány tejszín vagy tej is lehet)
 - 5 evőkanál méz
- a forgatáshoz:**
 - keserű kakaópor vagy csokireszelék

ELKÉSZÍTÉS:

- A csokoládét egy hőálló tálba tördeljük, a vajat rádobjuk. A friss mentát tömőfával vagy a kés fokával kissé megütögetjük, hogy minél több illat, aroma szabaduljon majd föl belőle. Egy kisebb lábasba rakjuk, a tejszínt ráöntjük. A mézzel édesítjük, ami majd remekül ellensúlyozza az étcsokoládé keserű ízét.
- Éppen csak 1 percig forraljuk, majd a vajas csokira szűrjük. Fakanállal addig keverjük, míg szép sima nem lesz, azután egy kisebb tepsibe simítjuk. A hűtőszekrény felső polcára tesszük kb. 1 órára, hogy megdermedjen.
- Ezután enyhén megnedvesített kézzel diónyi gombócokat formálunk belőle; olyan harapásnyiak legyenek, ne akkorák, mint egy golfabda. Keserű kakaóporba forgatjuk, tányérra rakjuk. Letakarva hűtőszekrényben tárolhatjuk, így 1-2 nappal karácsony előtt elkészíthető.

Jó tanács

Menta helyett jól megmosott narancs reszelt héjával vagy akár csiliporral is ízesíthetjük a csokoládés masszát, ahogy a tejszín mennyiségének a rovására kerülhet bele egy kevés finom likőr is. Kakaópor helyett kókusz- vagy csokireszelékbe, szeletelt mandulába vagy pirított őrölt mogyoróba is forgathatjuk.



A legszebb ajándék,
amit a két kezünkkel
alkotunk.
Ahelyett, hogy
megvennénk
valamelyik
sablondesszertet,
rokonaink, barátaink
meglepődve
bonthatják ki
a csak nekik készített
nyalánságokat!



KÍGYÓ PATIKA

ALAPÍTVÁ 1874

*Lépje meg szeretet
ünnepi csom*



6720 Szeged, Klauzál tér 3.
www.kigyopatika.hu

További információért
bizalommal gyógyszer

*teit kedvezményes
agjainkkal!*



URIAGE
EAU THERMALE
Az egészséges bőr forrása



LA ROCHE-POSAY
LABORATOIRE DERMATOLOGIQUE



BABE
LABORATORIOS

forduljon
észeinkhez!

Az ízületek és izmok védelme

Az ízületi- és izomfájdalmak sajnos népbetegségnek számítanak, egyaránt érintik az idősebb és a fiatalabb, aktívan sportoló korosztályt.

A legideálisabb megoldás a kialakuló fájdalom ellen, annak megelőzése. Fontos, hogy az étrendünkben kalciumban és magnéziumban gazdag ételek szerepeljenek. Kalciumban gazdag élelmiszer a tej, sajt, a joghurt, a tojás, az olajos magvak, a spenót, a sóska, a bab és a hal. Remek magnéziumforrásnak minősülnek az izomgörcsök és izomfájdalmak megelőzésére az olajos magvak, a búzacsíra, a hal, a görögdió, a brokkoli, a spenót, a banán, a bab és a rizs.

A rendszeres testmozgás segíthet megelőzni vagy leküzdeni a túlsúlyt, ami az egyik legfőbb oka az ízületek túlterhelésének.

Megterhelő fizikai munkát végzőknél és ülő munkát végzőknél gyakran jelentkezik hát- és derékfájás, valamint nyak-, váll- és csuklófájdalom. A panaszok enyhítésére alkalmas gyakorlat a gerinc alsó részének lazítása a következőképpen: üljön egy székre, tegye terpeszbe a lábát, és fogja meg két kezével a két vádlóját (kívülről kulcsolja át a kezével), domborítsa a hátát, és maradjon ebben a pozícióban 20 másodpercig, engedje el a vádlóját, majd üljön fel egyenes felsőtesttel. Egy másik gyakorlat a nyak- és vállfájdalom megelőzésében segít: álljon fel egyenesen, a bal karjával nyúljon át a feje fölé és tartsa a kezét a jobb fülén. A kezével húzza a fejét kicsit balra, míg feszülést nem érez a nyakában. Tartsa ezt a pozíciót 10 másodpercig, majd ismételje meg ezt a gyakorlatot a másik oldalra is (jobb karjával bal füléhez).

Akár a hétköznapiakban, akár sportolás közben előfordulhat, hogy átesünk a ló túlsó oldalára.



Elég egy hirtelen mozdulat, vagy egy rosszul bemelegített testrész, és az óvatlanság következménye lehet izomfeszülés, túlterhelés, izomhúzódás, rándulás és ízületi fájdalom.

Az alkalmanként előforduló és az akut ízületi- és izomfájdalom csillapítására is van egy természetes megoldás: a ThermaCare®. Két változatban kapható: a thermo öv derék- és hátfájásra, a thermo pánt váll-, nyak- és csuklófájásra ajánlott.

Szabadalmaztatott technológiával működik: a thermo öv 8, míg a thermo pánt 12 órán át egyenletesen biztosítja a fájdalomcsillapításhoz szükséges mélyre ható hőt. A ThermaCare®-t nagyon könnyű használni, mivel működése is igen egyszerű. A ThermaCare® hatásmechanizmusa egy egyszerű fizikai-kémiai reakción alapszik: a légmentesen záródó tasak felbontása után a ter-

mék levegővel érintkezik. A szabadalmaztatott melegítőcellákban található összetevők (vas, aktív szén, sóoldat, víz) reakcióba lépnek az oxigénnel. Hőfejlesztő reakció indul: a ThermaCare® így éri el a terápiás hőfokot, amelyhez maximum 30 percre van szükség. A cellák burkolatát úgy tervezték meg, hogy megfelelő mennyiségű levegőt erresszenek át – így kerül előállításra a hosszantartóan biztosított egyenletes hő, ami a hatékony fájdalomcsillapításhoz szükséges.

A ThermaCare® nem csupán a tünetet, hanem a fájdalom forrását célozza, mivel ellazítja a feszült izmokat és fokozza a vérkeringést is. Az ultravékony thermo pánt illeszkedik az Ön nyakára, vállára, csuklójára – épp a fájdalom helyére. Az öv és a pánt is diszkréten hordható ruha alatt, így lehetővé teszi a szabad mozgást.

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

ThermaCare®

Thermo öv,
2 db



EREDETI ÁR: 1075.-

860.-

Egységár: 430.-/db
215.- megtakarítás

20%
kedvezmény

KÍGYÓ PATIKA
ALAPÍTVA 1874



A KOCKÁZATOKRÓL OLVASSA EL A HASZNÁLATI ÚTMUTATÓT
VAGY KÉRDEZZE MEG KEZELŐORVOSÁT!
Egészségpénztári kártyára is megvásárolható. Vény nélkül kapható gyógyászati segédeszköz.



Calcium-Sandoz + Vitamin C 1000 mg – 2 kg narancs C-vitamin erejével*

A C-vitamin nélkülözhetetlen szervezetünk élettani folyamatainak fenntartásában. Szabályozza a sejtek szénhidrát-, zsír- és fehérje anyagcseréjét, elősegíti a vörösvérsejtek érését, részt vesz a mellékvese-kéreghormon képzésben, elősegíti a sebgyógyulást, normál kötőszövetet biztosít, valamint növeli a szervezet ellenálló erejét a fertőző betegségekkel szemben.

A C-vitamin hiánybetegsége a skorbut, de ilyen szélsőséges hiányállapot szerencsére ritkán fordul elő. A hiányállapot kezdeti stádiumát, a C-vitamin hipovitaminózt észleljük inkább pl. fogínyvérzésként, ami a C-vitaminban bő táplálkozásra megszűnik. A felnőttek napi átlagos C-vitamin szükséglete 60–100 mg. Nehéz fizikai munkát végzők, terhes és szoptató anyák, gyermekek és időskorúak C-vitamin igénye azonban nagyobb.

C-vitaminban gazdag élelmiszerek a bogyósok, a citrusfélék, a káposztafélék és a csipkebogyó. A téli időszakban a savanyú káposzta fogyasztásával is gondoskodhatunk a megfelelő C-vitamin bevitelről.

Bizonyos betegségek, illetve életmódból adódó állapotok esetén a táplálkozással bevitt C-vitamin mennyiségén túl vitaminpótlásra lehet szükség.

- Hosszantartó lázas állapot esetén.
- Fertőző betegségekben a szervezet ellenállásának fokozására.
- A gyomor-bél rendszer megbetegedései esetén.
- Dohányzás.

- Állandó stressz.
- Fokozott alkohol fogyasztás.
- Egyoldalú táplálkozás során kialakult vitaminhiány esetén.

A Calcium-Sandoz + Vitamin C 1000 mg pezsgőtabletta kalcium és C-vitamin tartalmú, vény nélkül kapható gyógyszer, mely 2 kg narancsnak megfelelő C-vitamint rejt minden egyes tablettájában.*

Növelje ellenállóképességét a finom, narancs ízű Calcium-Sandoz + Vitamin C 1000 pezsgőtablettával!

*1 db közepes méretű, 150 g súlyú narancs 75 mg C-vitamint tartalmaz. Forrás: OÉTI 2013, Mennyi az ajánlott napi C-vitamin bevitel? A készítmény nem helyettesíti a kiegyensúlyozott és változatos étrendet.



**Calcium-Sandoz®
+ Vitamin C 1000 mg**



SANDOZ Sandoz Hungária Kft. 1114 Budapest, Bartók Béla út 43-47. • Tel.: +36 1 430 2890 • Fax: +36 1 430 2809 • www.sandoz.hu

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



**Calcium-Sandoz®
+ Vitamin C 1000 mg**
pezsgőtabletta,
10 db



EREDETI ÁR: 863.-
734.-
Egységár: 73,4.-/db
129.- megtakarítás

15%
kedvezmény



A KOCKÁZATOKRÓL ÉS A MELLÉKHATÁSOKRÓL OLVASSA EL A BETEGTÁJÉKOZTATÓT, VAGY KÉRDEZZE MEG KEZELŐORVOSÁT, GYÓGYSZERÉSZÉT!
Egészségpénztári kártyára is megvásárolható. Vény nélkül kapható, kalcium és C-vitamin tartalmú gyógyszer.

KÍGYÓ PATIKA
ALAPÍTVA 1874

Köhögés?

Az Ambroxol-Teva a megfázás bármely szakaszában segít leküzdeni a köhögést!

Ősszel és télen, a hideg idő beköszöntével, egyre többen fázunk meg. A megfázás és az influenza második leggyakoribb tünete a köhögés, ami a meghűléses megbetegedéseket végigkíséri: már a kezdeti szakaszban elkezdünk köhögni, a középső szakaszban is gyakran kínozz bennünket, hiszen a letapadt váladék nehezen akar felszakadni, de a záró szakaszban, miután a legtöbb tünet már elmúlt, a köhögés gyakran még mindig fennáll.

A köhögés megnehezíti mindennapjainkat, és sokszor éjszaka is zavarja a nyugodt pihenést. Ráadásul ilyenkor nem csak a beteg, hanem a környezete sem tudja kipihenni magát. Ezért már az elején érdemes vele foglalkozni, ráadásul, ha elhanyagoljuk akár komolyabb betegség is kialakulhat, például höröggyulladás vagy tüdőgyulladás.

Olyan készítményt érdemes választanunk a kezeléséhez, mely hatékonyan és gyorsan segít elindulni a gyógyulás útján azáltal, hogy felszakítja a lerakódásokat és segíti a légutak működésének helyreállítását.

A vény nélkül kapható Ambroxol-Teva segít leküzdeni a köhögést a megfázás bármely szakaszában. Nemcsak oldja a sűrű nyákokat, de segíti a légutak természetes működését is, hogy mihamarabb felszakadjon és gyorsan kiürüljön a váladék. Ezzel segítve az éjszakai nyugodt alvást és a gyorsabb felépülést. Az Ambroxol-Teva antibiotikummal egy időben is bevehető, így ha egyszerre kell szednünk, együtt is bevehetjük őket!

A széles termékcsaládból mindenki megtalálja a neki tetsző megoldást:

A jól bevált hagyományos tabletta praktikusan dozírozható. A szirup formátumot kedvelők választhatják a 0 éves kortól adható, kellemes málna ízű szirupot a gyermekek számára, míg a felnőtteknek a nagyobb hatásereőségű, szintén málna ízű belsőleges oldatot. A hosszantartó hatással rendelkező retard kapszulát azoknak ajánljuk, akik a kényelmes, napi egyszeri bevételt kedvelik.

Az Ambroxol-Teva termékcsalád bármelyik tagját is használjuk, a letapadt nyák gyorsan kiürül, ezáltal a köhögés nem zavarja többé az éjszaka nyugalmát.

Kedvező áron, akár egészségpénztári kártyára is megvásárolható! Ambroxol-Teva Le a köhögéssel.

Ambroxol-Teva 30 mg tabletta
Ambroxol-Teva 3 mg/ml szirup
Ambroxol-Teva 6 mg/ml belsőleges oldat
Ambroxol-Teva 75mg retard kemény kapszula

Ambroxol tartalmú vény nélkül kapható gyógyszerek.



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

Ambroxol -TEVA

3 mg/ml szirup,
100 ml

EREDETI ÁR: 1010.-

859.

Egységár: 8,59.-/ml
151.- megtakarítás

15%
kedvezmény



Ambroxol -TEVA

tabletta,
20 db

EREDETI ÁR: 840.-

714.

Egységár: 35,7.-/db
126.- megtakarítás

15%
kedvezmény



Téli vitaminpótlás – mit tegyünk, ha támad a csípős hideg?

A téli időszak komoly kihívás elé állítja saját magunk és gyermekeink szervezetét. A hideg és a szeles időjárás kedvez a megfázásos betegségek elterjedésének. Vitaminokban gazdag, friss gyümölcsöket ilyenkor nemigen találunk, immunrendszerünk fokozottabb igénybevételére miatt vitaminszükségletünk ugyanakkor megnőhet. A fényhiány miatt szervezetünk kevesebb D-vitamint tud előállítani, télen ennek pótlása is szükségessé válhat. Érdemes megfelelő vitaminkészítménnyel készülni.

Pótoljuk a hiányzó vitaminokat étrend-kiegészítőkkel

A vitaminok olyan vegyületek, amelyek kis mennyiségben ugyan, de nélkülözhetetlenek számunkra a szervezetünk különböző folyamataiban, ugyanakkor előállításukra nem, vagy nem mindig vagyunk képesek. A C-vitamint például szervezetünk nem tudja előállítani, a szükséges mennyiséget mindig a táplálékkal kell magunkhoz vegyük. A D-vitamin azonban – megfelelő napfény hatására – bennünk is képződik, ugyanakkor télen, amikor természetes napfény alig ér minket, ennek pótlása is szükséges lehet.

A vitaminokat a normál étrendben többnyire zöldségekkel és gyümölcsökkel vesszük magunkhoz. Télen nemigen találunk friss zöldséget és gyümölcsöt, és érdemes tudni, hogy a tartósított gyümölcsökben, a fagyasztott készítményekben, befőttekben, gyümölcslevekben sokszor az eredeti vitamintartalomnak csak a töredékét találjuk meg, mert a vitaminok egy része a tartósító eljárásnak köszönhetően elbomlik.

Télen ráadásul a vitaminszükségletünk is sokszor megnövekedhet, mert az immun-

rendszerünk fokozottabb próbatételnek van kitéve a változó időjárás, a meleg szobából a zord hidegbe való sokszori kilépés és a különböző kórokozók támadásai miatt.

Virgonc – új prémium gyermek vitamin család

„Az anyukák titkos fegyvere a virgonc és egészséges gyerekekért”

A Virgonc gyermek vitamincsalád, ökológiailag tiszta alapanyagokból, egyedi összetételű és megjelenésű készítményeket tartalmaz, gyermeke ízléséhez és ízvilágához igazítottan. Könnyen felszívódó szirupos és zselatinmentes gumimaci formában (növényi eredetű pektinből készül), 3 év feletti gyerekek és felnőttek részére.

A Virgonc C-vitamin narancs ízű gumicukor csipkebogyó kivonatot tartalmaz, mesterséges színezőanyagtól mentes, a C-vitamin hozzájárul az immunrendszer normál működéséhez. A Virgonc Multivitamin szőlő ízű gumicukor, a szervezet számára fontos vitaminokat és szelént tartalmaz.

Télen a gyermekek étvágyával is akadhatnak problémák. „A jó étvágyért” Virgonc szirup ezért a vitaminok mellett különböző gyógynövényeket is tartalmaz. Menta és gyömbér kivonata hozzájárul a normál emésztési folyamatokhoz, édeskömény és gyermekláncfű kivonata emellett növelheti az étvágyat is.

Készüljön velünk a télre, ismerje meg a Virgonc gyermek vitamincsalád tagjait!

KER/VIR/2014/12/01

(X)



Szirup: 150 ml

- Az immunrendszerért szirup • A jó étvágyért szirup
- Az egészséges csontokért és fogakért szirup • Magnézium B6 szirup

Gumicukor: 60x

- C-vitamin
- Multivitamin
- Vas



Halacska: 20x

- Omega-3

KÉRI PHARMA
Csoport

Az étrend-kiegészítő nem helyettesíti a kiegyensúlyozott, változatos, vegyes táplálkozást és az egészséges életmódot! Ne lépje túl az ajánlott napi adagot!

Virgonc
Teljes termékcsalád

20%
kedvezmény



Étrend-kiegészítő

**KUPON
KEDVEZMÉNY!**

Fontos tudnivaló a 3. oldalon!
Az akció 2015. február 28-ig,
vagy a készlet erejéig tart!

Az étrend kiegészítő nem helyettesíti a kiegyensúlyozott, vegyes étrendet és az egészséges életmódot.
Ne lépje túl az ajánlott napi adagot!

KÍGYÓ PATIKA
ALAPÍTVA 1874

SZÜKSÉGE VAN SEGÍTSÉGRE A LESZOKÁSHOZ?

Tudjuk, hogy a dohányzásról leszokni nagyon nehéz. A **nicorette®** többféle megoldást nyújt, válassza az Ön számára legmegfelelőbbet!

Rengeteg ok szól a leszokás mellett. Ha Önnek is eszébe jutott már, akkor megtette az első lépést egy cigarettamentes új élet felé. Azonban a dohányzás feladása nem könnyű (mivel ez az egyik legerősebb függőség) és nem mindenkinek sikerül önjerejéből. Ez az a pont, ahol a **nicorette®** által nyújtott nikotinpótló kezelés az Ön segítségére lehet. A **nicorette®** felismeri, hogy minden dohányos más, és hogy ennek megfelelően a leszokási módszerek között is különbség lehet. Ön talán egyik pillanatról a másikra akarja abbahagyni, vagy az is lehet, hogy először csak csökkentené a mennyiséget miközben nikotinpótlást alkalmaz. Bárhogy is döntsön, a **nicorette®** többféle terméket kínál, amelyeket arra terveztek, hogy úgy segítsen, ahogy Önnek a legjobb.

nicorette® gyógyszeres ráógumik

Azoknak a dohányosoknak, akik szívesen használnak gyógyszeres ráógumit a sóvárgás megszüntetésére. Egyénileg szabályozható mikor és mennyi nikotin jusson a szervezetbe. A **nicorette® gum** gyógyszeres ráógumi által nyújtott nikotinpótló terápia nagyban segítheti a leszokási folyamatot.

Hogyan működik?

A **nicorette® gum** gyógyszeres ráógumi rá-
gása közben nikotin szabadul fel és a nyálkahártyán keresztül a szervezetbe jut, hogy

csökkentse a sóvárgást és az elvonási tüneteket. A cigarettával szemben a **nicorette®** gyógyszeres ráógumi nem tartalmaz mérgező kátrányt, vagy szén-monoxidot.

nicorette® patch áttetsző transzdermális tapasz

Hogyan működik?

A **nicorette® patch** áttetsző transzdermális tapasz lassan nikotint ad le, ami a bőrön keresztül felszívódik. Így csillapíthatja a nikotin utáni sóvárgást és a megvonási tüneteket. A tapaszt 16 órán keresztül kell alkalmazni. A kezelés utánóza a dohányosokban a napi nikotin bevitel változását. Lefekvés előtt a tapaszt el kell távolítani, így nincs éjszakai nikotin bevitel, ami megzavarhatná az alvást. Fontos, hogy folyamatosan csökkentse a szervezetbe jutó nikotin mennyiségét a különböző hatáserősségű tapaszok segítségével egészen addig, amíg már nincsenek elvonási tünetei.

A leszokás előnyei

Egészségesebb megjelenés: Több oxigén-dús vér jut a bőrbe, így az frissebbnek néz ki. A dohányzás elhagyása a bőr korai öregedésére is jó hatással van.

Frisebb közérzet és illat: Kellemesebb lesz a lehellete, öltözeke és haja nem lesz füstszagú.

Fehérebb fogak: A fogait nem fogja elszínezni a kátrány, így nagyobb eséllyel maradnak fehérek.

Anyagi megtakarítás: A dohányzás költséges szokás. Meg fog lepődni mennyit spórolhat, ha egyszer felhagy a dohányzással. Ha Ön most 20 szálát szív naponta, akkor akár 297 110 Ft-ot spórolhat 1 év alatt!!! (814 Ft-os átlag doboz cigarettára árral számolva).

Gondoljon bele, mennyi mindent kezdhete azzal a pénzzel!

Sosem túl késő leszokni. Nem csak azért, mert jelentősen csökkenti a dohányzással összefüggő betegségek kockázatát, hanem azért is, mert az egészségi előnyök akkor kezdődnek, amikor ön az utolsó cigarettát is eldobta.



Nicorette® Icy White gum 2 mg gyógyszeres ráógumi (OGYI-T-10240/18)
Nicorette® Icy White gum 4 mg gyógyszeres ráógumi (OGYI-T-10240/22)
Nicorette® freshmint gum 4 mg gyógyszeres ráógumi (OGYI-T-10240/13-16)
Nicorette® freshfruit gum 4 mg gyógyszeres ráógumi (OGYI-T-10240/09-12)
Nicorette® patch áttetsző 10 mg/16 óra transzdermális tapasz (OGYI-T-10224/03-05)
Nicorette® patch áttetsző 15 mg/16 óra transzdermális tapasz (OGYI-T-10224/06-08)
Nicorette® patch áttetsző 25 mg/16 óra transzdermális tapasz (OGYI-T-10224/09-11)

Vény nélkül kapható gyógyszerek. Hatóanyag: nikotin.
Johnson & Johnson Kft., 1123 Budapest, Nagyenyed u. 8-14.

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

Nicorette®

Icy White gum 4 mg
gyógyszeres ráógumi
30 db

Hatóanyag:
nikotin



EREDETI ÁR: 1898.-

1613.-

Egységár: 53,77.-/db

285.- megtakarítás

15%
kedvezmény

KÍGYÓ PATIKA
ALAPÍTVA 1874



A KOCKÁZATOKRÓL ÉS A MELLÉKHATÁSOKRÓL OLVASSA EL A BETEGTÁJÉKOZTATÓT,
VAGY KÉRDEZZE MEG KEZELŐORVOSÁT, GYÓGYSZERÉSZÉT!
Egészségpénztári kártyára is megvásárolható. Vény nélkül kapható gyógyszer.



KÍGYÓ PATIKA

ALAPÍTVÁ 1874

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

www.gyongypatikak.hu

...mert a
legnagyobb
kincs az
egészség!

ÚJRA GLUTÉNMENTES TERMÉKEK A KÍGYÓ PATIKÁBAN!



ÚJDONSÁG:
vásároljon
lisztérzékenységet
kimutató
tesztet patikánkban!



EGYES TERMÉKEINK EGÉSZSÉGPÉNZTÁRI
KÁRTYÁRA IS MEGVÁSÁROLHATÓAK.

Gluténmentes termékek széles választékával várjuk lisztérzékeny betegeinket,
és azokat is, akik még nem tudják, hogy esetleg azok.

Lisztek, péksütemények, tészták, glutén-, tej-, tojásmentes finomságok.
Szakértelemmel várjuk a hét minden napján, nézzon be hozzánk!

Miért fáj a hátam?

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

A hátfájás leggyakoribb oka az életmódban keresendő.

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

Mindenki találkozott már a derékfájással.

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

Sérülékeny csigolyák.

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

Tanácsok a fájdalom elkerülésére:

Ahogy a fentiekben már említettük a megfelelő mozgás, tornagyakorlatok és a helyes testtartás alkalmazásával jelentősen csökkenthető a fájdalom kialakulásának kockázata. Fontos, hogy kellő mennyiségű és minőségű pihentető alvást is biztosítsunk a testünknek, a kellően kemény, de rugalmas felületű ágy és egy alacsony párna is nélkülözhetetlen ahhoz, hogy a szervezetünk regenerálódhasson a napi hajtás után. Általános tanács továbbá, hogy sohase hajoljunk, hanem

inkább guggoljunk le, és úgy emelkedjünk fel. Ilyenkor ugyanis a hát izomzata helyett a láb dolgozik. Érdekes megfigyelni, hogy a természeti népek vagy akár a kisgyerekek ösztönösen követik ezt a jótanácsot a hátuk védelme érdekében.

Fájdalomcsillapítás vény nélkül kapható gyógyszer segítségével:

Persze eljön az az eset, amikor minden elővigyázatosságunk ellenére a fájdalom mégis megjelenik, és ilyenkor minél előbb szabadulni szeretnénk tőle, visszatérve a megszokott életünkhöz. Hatékony megoldás a hát, illetve az izmok és ízületek közepes és erős fájdalmának kezelésére a vény nélkül kapható Voltaren Emulgel Forte 20mg/g gél. Egyedülálló formulája a mélyen elhelyezkedő, gyulladt szövetekben fejt ki hatását: csökkenti a gyulladást és enyhíti a fájdalmat az ízületekben és az izmokban.



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

**Voltaren®
Emulgel Forte**

20 mg/g gél
100 g

EREDETI ÁR: 3066.-

2698.-

Egységár: 26.98.-/g
368.- megtakarítás

12%
kedvezmény

KÍGYÓ PATIKA
ALAPÍTVÁ 1874



A KOCKÁZATOKRÓL ÉS A MELLÉKHATÁSOKRÓL OLVASSA EL A BETEGTÁJÉKOZTATÓT,
VAGY KÉRDEZZE MEG KEZELŐORVOSÁT, GYÓGYSZERÉSZÉT!
Egészségpénztári kártyára is megvásárolható. Vény nélkül kapható gyógyszer.



Miért fontos a C-vitamin?

A C-vitamin hiányakor kialakuló betegségek, mint például fertőzések, a skorbut, az egyik legrégebben ismert hiánybetegség, már a XVI. század elején leírták. Ez a betegség nagy pusztításokat okozott háborúk és éhínségek idején, illetve a hajósnepeknél. Egyes hajósnepek felismerték, hogy a gyümölcsöt is tartalmazó étrend a hosszú hajútakon segít a skorbut megelőzésében.

Szent-Györgyi Albert 1928-ban mellékveséből fedezett fel egy addig ismeretlen anyagot, melyet ezután paprikából is kimutatott, aszkorbinsavnak nevezte el. A C-vitamin azóta csodálatos karriert futott be.

A C-vitamint nem tudja szervezetünk előállítani, muszáj táplálékkal bejuttatnunk. Amennyiben erről nem gondoskodunk, hiánytünetek jelent-

kezhetnek, mint például fertőzések iránti fogékonyság, gyulladások, lassú sebgyógyulás, vérzékenység, ínsorvadás, izombántalmak.

Az aszkorbinsavnak sok egyéb jótékony hatása van a szervezetünkre, fokozza szervezetünkben az immunrendszer működését, jelentősen csökkenti a meghűléses betegségek tüneteit.

Hiányában bőrünk száraz és repedezett lesz. Gyorsítja a műtét utáni sebgyógyulást, valamint gyorsítja a fogíny, az erek a csontok és a fogak fejlődését, gyógyulását.

A C-vitamin antioxidáns hatású. Ez azt jelenti, hogy kémiaiag olyan szerkezetű, hogy képes megkötni a szabadgyököket és ezáltal hozzájárul számos kórkép elleni védekezéséhez

a szervezetnek. A szabadgyökök a sejteink számára nélkülözhetetlen oxigénből képződnek, káros hatású, agresszív tulajdonságú molekulák. Sok betegség kialakulásában felelőssé teszik őket.

A természetes C-vitamin megtalálható a citrusfélék gyümölcsseiben, például a citrom, narancs, grapefruit, illetve bogyós növényekben, zöldségekben.

A napi minimális C-vitamin szükséglet 60 mg, de ez csak ahhoz szükséges, hogy ne alakuljon ki skorbut.

Ha környezetünkben influenzajárvány terjed, vagy megbetegszünk, nyugodtan el lehet kezdeni a bejuttatott C-vitamin mennyiségét növelni.

Importőr: INTERPHARM Hungary Kft., 6722 Szeged, Jósika u.1. 1.em.9.

www.jamieson.hu

Jamieson C-vitamin

500 mg,
100+20 db

EREDETI ÁR: 2990.-
2691.-
Egységár: 22,42.-/db
299.- megtakarítás

10%
kedvezmény

Jamieson C-vitamin

nyújtott hatású 1000 mg,
100+20 db

EREDETI ÁR: 4990.-
4491.-
Egységár: 37,42.-/db
499.- megtakarítás

10%
kedvezmény

Az étrend kiegészítő nem helyettesíti a kiegyensúlyozott, vegyes étrendet és az egészséges életmódot.
Ne lépje túl az ajánlott napi adagot!

**KUPON
KEDVEZMÉNY!**

Fontos tudnivaló a 3. oldalon!
Az akció 2015. február 28-ig,
vagy a készlet erejéig tart!

Egy kontaktlencse ápolószer, amit az emberi szem biológiája ihletett

Tudta, hogy a bőröndhal felépítése ihlette a mérnököket a mai áramvonalas autók létrehozására? És azt, hogy a pillangók hatást gyakoroltak a LED technológia fejlődésére?

Ha nem hívják fel rá külön a figyelmünket, talán fel sem tűnik, hogy egyre inkább körbevesznek minket a bio-inspirációs újdonságok. Ez nem is csoda, hiszen jelenlétük teljesen természetes. Ez a cél!

Bár a bio-inspiráció újszerű fogalomnak tűnik, korántsem új tudományos megközelítést értünk alatta! Gondoljunk csak a repülésre és Da Vinci-re. A híres 15. századi polihisztnak is az élővilág volt a legnagyobb műzsája. Megdöbbentően pontos repülőgép terveit például a madarak mozgásának tanulmányozására alapozta.

Természetesen az idő múlásával egyre többen merítettek ötletet ezerarcú környezetünkől, és készítettek olyan hasznos eszközöket, melyek jelentősen megkönnyítik mindennapjainkat, vagy éppen egészségesebbé teszik életünket! Ilyen a Biotrue is! A Bausch + Lomb kontaktlencse ápolószere, melyet a szem biológiája ihletett!

Mi is nyújthatna többet a szemünknek, mint az egészséges emberi könny pH-értékével megegyező kontaktlencse ápolószer?

Az egészséges emberi szem folyamatosan képes fenntartani magának a tökéletes környezetet! Így miért is keresnénk máshol az inspirációt arra, hogy hogyan ápoljuk kontaktlencsénket? A Biotrue egyedi összetételét úgy alkották meg, hogy annak kémhatása az egészséges emberi könny pH-értékével megegyezzen, és ez által képes legyen fenntartani a szem természetes állapotát.

Kétségtelen, hogy az ősz legizgalmasabb programjai, legyen az túrázás, wellness vagy akár külföldi városnézés, sokkal kényelmesebbek lehetnek kontaktlencsében, mint szemüvegben!



Ilyenkor azonban hajlamosak vagyunk megfeledkezni arról, hogy hosszú órák óta kontaktlencsét viselünk! Rosszabb esetben jön az égető, szűrő érzés, mely a legjobb pillanatokat is beárnyékolja!

Ezek a jól ismert kellemetlen tünetek sok mindentől függhetnek, például az ápolószertől is! A legtöbb kontaktlencse ápolószer ugyanis csak 10 maximum 16 órán keresztül képes kifejteni nedvesítő hatását. Ezzel szemben a Biotrue, akár 20 órán keresztül képes biztosítani azt a kényelmet, melyre mindannyian vágyunk!

Persze az egészséges kontaktlencse viselés, nem merül ki abban, hogy szakember segítségével kiválasztjuk a számunkra legmegfelelőbb ápolófolyadékot! Legyen szó a Biotrue-ról, vagy bármely más ápolószerről, a kényelmes és egészséges kontaktlencse-viseléshez a helyes ápolásán keresztül vezet az út!

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

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

A bio-inspiráció, forradalmasítja a kontaktlencse ápolószerek világát is! A Biotrue a szem ápolásának egy új dimenziójához vezet, mely majdnem olyan figyelemre méltó, mint maga a szem.

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

Biotrue

Kontaktlencseápoló,
300 ml

EREDETI ÁR: 4460.-

3568.-

Egységár: 11.893.-/ml
892.- megtakarítás

20%
kedvezmény



Renu

Kontaktlencseápoló,
360 ml

EREDETI ÁR: 4070.-

3460.-

Egységár: 9.61.-/ml
610.- megtakarítás

15%
kedvezmény



**KUPON
KEDVEZMÉNY!**

Fontos tudnivaló a 3. oldalon!
Az akció 2015. február 28-ig,
vagy a készlet erejéig tart!

Életre fel! Hogyan vehetjük fel a harcot a téli levertséggel?

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 védvonala 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 zöltségeket 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-vitamin, a B12-vitamin, a folsav, a cink, a vas és a szelén 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 tablettát 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 táp-

lálékkal 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, elrágható kapszula, melyből napi 2 kapszula szedése javasolt gyermeke számára 4 éves kortól.



Készüljön a hideg időszakra a Multi-tabs IMMUNO-val!

AJÁNDÉK SAPKA

Multi-tabs A Multi-tabs Immuno L-hez most egy praktikus téli kötött sapkát adunk ajándékba! Keresse az akciós csomagot a patikákban.*

* A készlet erejéig!

**Multi-tabs®
IMMUNO L**

tabletta,
30 db



**AJÁNDÉK
SAPKA**

EREDETI ÁR: 3445.-

2756.-

Egységár: 91,86.-/db
689.- megtakarítás

20%
kedvezmény

Vény nélkül kapható gyógyszernek nem minősülő gyógyhatású készítmény.
Az étrend-kiegészítő nem helyettesítheti a vegyes étrendet és az egészséges életmódot.

**KUPON
KEDVEZMÉNY!**

Fontos tudnivaló a 3. oldalon!
Az akció 2015. február 28-ig,
vagy a készlet erejéig tart!



STÉRIMAR®

MERCK



MCST403/141202

A STÉRIMAR orrspray 100%-ban természetes, izotóniás, szűrt tengervíz oldat, amely gyermekeknek és felnőtteknek javasolt a mindennapi orrápolás érdekében. Elősegíti az orrfújást és visszaállítja az orrüreg természetes nedvességtartalmát.

A kockázatokról és mellékhatásokról olvassa el a dobozon található használati útmutatót, vagy kérdezze meg kezelőorvosát, gyógyszerészét!

Stérimar® baby

orrhigiéna,
100 ml

EREDETI ÁR: 2595.-

2284.-

Egységár: 22,84.-/ml
311.- megtakarítás

12%
kedvezmény



Stérimar®

orrspray,
100 ml

EREDETI ÁR: 2621.-

2306.-

Egységár: 23,06.-/ml
315.- megtakarítás

12%
kedvezmény



KÍGYÓ PATIKA
ALAPÍTVÁ 1874



A KOCKÁZATOKRÓL ÉS A MELLÉKHATÁSOKRÓL OLVASSA EL A BETEGTÁJÉKOZTATÓT,
VAGY KÉRDEZZE MEG KEZELŐORVOSÁT, GYÓGYSZERÉSZÉT!
Egészségpénztári kártyára is megvásárolható. Vény nélkül kapható orvostechnikai eszköz.

ARANYEREM - NEKEM?!

Ezt a riadt kérdést senki sem teszi fel szívesen magának, igaz? Még kisebb a hajlandóság arra, hogy orvoshoz forduljunk, ha felmerül az aranyér gyanúja. A statisztikák szerint csak minden negyedik ember keresi fel az orvost, pedig az aranyér-betegség gyakori. Főleg az ötven év feletti korosztálynak okoz több problémát, de a betegség már évtizedekkel előbb is megjelenhet. Aranyérnek nevezzük a végbél zárását biztosító izmon belüli vagy kívüli visszér-fonatok kitágulását. Az így kialakult csomókat csak vékony nyálkahártya fedi.

Az aranyér-betegség és szövődményeinek tipikus tünetei, panaszai a következők: gyulladás, fájdalom, viszketés, váladékozás, illetve a nyálkahártya sérülését követő vérzés.

Az aranyér-betegség nőket is, férfiakat is érint. A székrekedés, nehéz súlyok emelése is szerepel az okok közt, csakúgy, ahogy a túlsúly, az ülőmunka vagy a mozgásszegény életmód. A hormonháztartás megváltozása, illetve a fokozott hasúri nyomás miatt könnyebben kialakul, ezért tapasztalja a fájdalmas tüneteket sok kismama.

A betegek zöme, amikor végbéltáji vérzést tapasztal, azonnal arra gondol: „Aranyerem van!”. A tünetek zömét valószínűleg sokan az ismerősöktől kapott információk alapján „diagnosztizálják”. A vérzés, főként, ha nagy mennyiségű, nemcsak aranyérből származhat, ezért ilyen esetben mindenképpen forduljunk szakorvoshoz! Ugyanez vonatkozik arra az esetre is, ha a többi aranyeres panasz nem szűnik meg a patikában használt készítmények használata után.

A proktológia a sebészetnek az a szakterülete, mely a végbél megbetegedéseinek tüneteivel és kezelésével foglalkozik. A proktológus szakorvos pontosan meghatározza a betegség mibenlétét, súlyos esetekben műtétet is javasolhat. Az elhanyagolt, gyulladt aranyér nemcsak a fájdalmas tünetek miatt veszélyes, hanem azért is, mert szövődmények alakulhatnak ki. Ezek lehetnek végbéltáji sipolyok, tályogok, de akár súlyos aranyeres krízis is. Előzzük meg a szövődményeket!



Vény nélkül kapható gyógyszer, hatóanyaga: előlt E.coli!

Ha enyhíteni kívánjuk a kínzó panaszokat, a patikákban többféle készítményből választhatunk. A Reparón® végbélkúp és -kenőcs hatóanyaga speciális, előlt baktériumkultúra. Ez a hatóanyag a bőrre és nyálkahártyára való felvitele után immunválaszt vált ki, így fokozza az érintett szövetek természetes védekezőképességét. Gyulladáscsökkentő hatása és elősegíti a sebgyógyulást.

A Reparón® készítmények segítségével eredményesen kezelhető az aranyérral járó fájdalom, gyulladás, viszketés és a végbélnyílás környékének berepedezése. Használatuk megakadályozhatja a lehetséges szövődmények kialakulását.

Tudta, hogy a Reparón® Magyarország piacvezető* aranyér elleni készítménye?

A gyógyulás érdekében néhány tanácsot azonban otthoni és orvosi kezelés mellett is érdemes betartani:

- ✓ növényi rostokban gazdag étrend
- ✓ sok folyadék fogyasztása (főképp ásványvíz és gyógyteák)
- ✓ rendszeres testmozgás
- ✓ alkohol és csípős ételek fogyasztásának elhagyása
- ✓ rendszeres székelési szokások kialakítása
- ✓ körületekintő higiénés szokások alkalmazása:
 - a végbél környékének langyos vizes lemosása székelések után
 - gyulladásgátló, fertőtlenítő ülőfürdők (pl.: kamillás, zsályás)
- ✓ túlsúlycsökkentés

Ülőpárnával tehermentesítheti a végbél tájékát.

A fenti tanácsok következetes alkalmazása is hozzásegíti a mielőbbi gyógyuláshoz.

*Forrás: IMS OTC Dataview, MAT/10/2014, eladás dobozszámban, 10A1 piac

EGIS www.reparon.hu

HU/14/15REP/1A1 • Lezárás dátuma: 2014. december 1.

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



Reparon®
végbélkúp,
10 db

EREDETI ÁR: 1635.-
1455.-
Egységár: 145,5.-/db
180.- megtakarítás

11%
kedvezmény



A KOCKÁZATOKRÓL ÉS A MELLÉKHATÁSOKRÓL OLVASSA EL A BETEGTÁJÉKOZTATÓT,
VAGY KÉRDEZZE MEG KEZELŐORVOSÁT, GYÓGYSZERÉSZÉT!
Egészségpénztári kártyára is megvásárolható. Vény nélkül kapható gyógyszer.



Reparon®
végbélkenőcs,
25 g

EREDETI ÁR: 1854.-
1650.-
Egységár: 66.-/g
204.- megtakarítás

11%
kedvezmény

KÍGYÓ PATIKA
ALAPÍTVA 1874

	RANGBAN A FŐNÖK UTÁNI SZEMÉLY	HAZÁNK AUTÓJELE GUMI- OBJEKTÍV	A SUZUKI EGYIK MODELLJE	AZ OLASZ RÁDIÓ ÉS TELEVÍZIÓ NÉVBETŰI	INNEN A TÚL- OLDALRA	A NITROGÉN VEGYJELE	SZÜLINAPI KEREK SÜTEMÉNY		POKO- LIAN IZMOS	OPUS (MŰ, LATINUL), RÖVIDEN	A SÖR TETEJÉN ÚSZIK!	FEJLŐDIK, PIROSO- DIK AZ ALMA	HOZZÁ HASONLÓ EGYÉNI- SÉGŰ
TÖBBBŐL A JOBBAT KERESI FÉLÉV!	EFELŐL (ÉR- DEKLÓDIK) MEGFEJTÉS, 1. RÉSZ							MŰVÉSZ- LELKŰ MEGFEJTÉS, 3. RÉSZ					
						TOJÁS- RAKÓ, LAT. FEGYVER- TARTOZÉK							
... SERTÉS- BORDA; HAGYMÁS SÜLT HÚS					BALKÁNI NÉP VOLT E NAPON					NAGY, ANGOLUL NEMI JELLEG			
... MOORE; AMERIKAI FILMSZ- TÁR				ILYEN HEGYCSÜCS A KÉKES IS ŐSZVÉGI!						KICSINYÍ- TÓ KÉPZŐ FORRASZ- TÓFÉM, CIN			
OTT AZ ELEJÉN!		BOSNYÁK FŐVÁROS A FÖLDRE PAKOLÓ										A FLUOR VEGYJELE GAZDASÁ- GI ÁGAZAT	
SZÖNYEG- ÁRUHÁZ NÉVBETŰI							A CSILLA- GÁSZAT MŰZSÁJA						
TEA, NÉMETÜL							A FRANCIA KÁRTYA EGYIK SZÍNE				POCSAJ HATÁRAI! HÁZI- SZÁRNYAS		
NÉMÁN KÍSÉR!							ZÚRÓS VÉG!			PATRÍCIA, BECÉZVE ID. ELŐTAG: NAGY-			
ÁBÉCÉNK ELSŐ BETŰJE	NÉVELŐ	MINERÁ- LIÁK					NORVÉG AUTÓJEL		DÉLI HA- TÁRFOLYÓ KÖZÉPEN ELÍR!				
OLLÓS VÍZI- ÁLLAT							GYÖNGÉ- DEN KAROL, ÁTFOG					KASSZITE- RIT, CIN- TARTALMŰ ÁSVÁNY	
KERTÉSZ, KUBIKOS SZERSZÁMA			ÁRKÁD (ÉPÜLET- ELEM)	BECÉZETT OLIVÉR	ORMÁNY VÉGEI!	GRAMM, RÖVIDEN	MEGFEJTÉS, 2. RÉSZ KAZAH FO- LYÓ (ilek)						P
105, RÓMAI SZÁMMAL		...-WOOGIE (TÁNC NEVE) PÁRATLAN VEKNI!							BÁNYA- VÁGAT AZ EGYIK APOSTOL				
ÁTLÓS SZÖVÉS- MINTA						LAKÓTE- LEP, RÖV. SPORTSZER MÁRKANÉV				MŰVÉSZI TESTKÉP FALU A BA- KONYALJÁN			
NAGYBÁCSI, BIZ. (NÉM. ERE- DETŰ SZÓ)					EGYIK MEGYÉNK GÉPET OLAJOZ						FÓNIX HANGZÓI SVÁJC NOB-JELE		
ABLAKOT KITÁR				ELVÁRT FELTÉTTEL A TETE- JÉRE								A KÁLIUM VEGYJELE TELESPORT, RÖVIDEN	
KÖZÉPEN NYOM!		FONALAT ERŐSÍT HÍD KÖZÉPE!					LÁTKÉP, OLASZ SZÓVAL (veduta)						
	T								Ő				!

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: 2015. február 28.

A nyerteseket postai úton értesítjük!

ALAPÍTVÁ 1874

Telefon: 06 (62) 547-174

***Kivéve ünnepnapokon!**

LEGYEN KEVESEBB a gyógyszerkiadása!

KÍGYÓ PATIKA
ALAPÍTVÁ 1874

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



A tökéletességre és a
szépségre való törekvés...



**LEPJE MEG SZERETTEIT KARÁCSONYRA
A L'ERBOLARIO CSODÁLATOS NATÚRKOZMETIKUMAIVAL!**

Az ünnepek alatt minden megrendelés mellé L'erbolario díszdobozt,
15.000.- Ft feletti vásárlás esetén exkluzív L'erbolario ünnepi
díszcsomagolást adunk ajándékként!

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