

Család & Életmód



A 142 éves Kígyó Patika gondozásában!

15 Mi a fájdalom?

...tűrése felesleges!

Gyógyvízterápia 18

Napfényfürdő Aquapolis

Multivitamin Gyerekeknek 12

Kiegyensúlyozott fejlődés

20

Probiotikum

2

**Natúr
Szépségápolás**

20 éve Szeged Kedvence!

36

JOHN BULL PUB

Ragyogjon természetesen!

A L'Erbolario Olaszország piacvezető cége a természetes kozmetikumok terén. Filozófiánk szerves része volt mindig is a hagyományos fitoterápia és a modern kozmetológia ötvözése. Nekünk minden problémára van receptünk!

A L'Erbolario elnevezés az „erborare” évszázados kifejezést juttatja eszünkbe, melynek jelentése „gyógynövényeket gyűjteni a mezőkön, hogy kedvező tulajdonságaikat tanulmányozhassuk”. Vállalatunk célja biztonságos és hatékony kozmetikumok kifejlesztése.

2006 óta a nagy hagyományú cég natúrkozmetikumait Magyarországra is elhoztuk: hiszünk a gyógynövények végtelen hatóerejében, és hogy próbálják feltárni a bennük rejlő, de eddig még fel nem fedezett lehetőségeket, természetesen a legszigorúbb egészségügyi előírások betartásával. Termékeinket bőrgyógyászatilag is tesztelik Olaszország egyik legrégebbi és egyik legnagyobb tekintéllyel rendelkező egyetemén, állatkísérletek nélkül!

Készítményeink illatvilága és a felhasznált hozzávalók magas minősége elvárásolja használóját. Termékeink alapanyagát máig a bőkezű Földanya ajándékai képezik: frissen préselt növényi olajok, gyógynövény- és szirompárlatok, a legfinomabb kézműves munkával extra-hált növényi nedvek és esszenciák.

Minden problémára van receptünk: a teljes arc-, test-, és hajápolást lefedő kozmetikumaink közül válogathat mindenki kedvére.

Ismerje meg termékeinket,
látogasson el a szegedi
Kígyó Gyógyszertárba,
és fedezze fel Ön is a
L'Erbolario nyújtotta
csodálatos szépség
titkait!

L'ERBOLARIO

OLASZ NATÚRKOZMETIKUMOK



Tartalom

- 2 | **Natúr szépségápolás**
- 4 | **Hajápolás**
- 6 | **Fáj a hátam**
- 7 | **Műfogsor**
- 8 | **Visszér, aranyér?**
- 9 | **Torokfájás**
- 10 | **Szellemi frissesség**
- 11 | **Tavaszi fáradtság ellen**
- 12 | **Multivitamin gyerekeknek**
- 13 | **Aranyérbetegség**
- 14 | **Allergia**
- 15 | **Mi a fájdalom?**
- 16 | **Lábgomba**
- 17 | **Sebek, horzsolások és vágások**
- 18 | **Gyógyvízterápia**
- 20 | **Probiotikum nőknek**
- 22 | **Hasmenés**
- 23 | **Körömgomba**
- 24 | **Enterol Probiotikum**
- 25 | **Fülgyulladás**
- 26 | **Terhességi teszt**
- 27 | **Prosztata**
- 29 | **Magnézium**
- 30 | **Fogszakorvos**
- 31 | **Szabad légzés**
- 32 | **Horoszkóp**
- 33 | **Gyógynövény**



Téli számunk rejtvényének nyertesei:

Zvolenszki Jánosné Szeged, Paprika u.

Szalontai Edit Szeged, Keresztöltés u.

Furus Jánosné Szeged, Bihari u.

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 2016. június 15-ig ill. a készlet erejéig érvényesek! A KUPON KEDVEZMÉNY esetében csak a kivágott és behozott kupon ellenében adhatunk engedményt!

CSALÁD és ÉLETMÓD Magazin

A szegedi KÍGYÓ PATIKA ingyenes kiadványa

Kiadja: a Ph. M.CONSULTING Kft.Felelős kiadó a társaság

üzgyvezetője.1112 Budapest Kána út 3. A ép. B Iház. TT. 316.

Tel.: 30/9552330 email: g.csonka@agami.hu

Megjelenik: 83000 példányban

Nyomás: Lapcom Zrt. 6729 Szeged Szabadkai út 20.

Nyomdavezető: Dornbach Péter

Terjesztés: Lapcom Zrt.

Termék manager: Csonka Lili

Grafikai tervezés: Csonka Digitális Nyomda

Kreatív manager: Csonka Miklós

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!

„Biztos lehetsz benne, hogy mindig lesz tavasz,
s a folyó újra folyni fog, amikor felenged a fagy.”

/ Ernest Hemingway/

Tavaszköszöntő

Atavasz a megújulás időszaka, így külön örömmel tölt el, hogy kiadványunkat megújult arculattal készíthettük el. Reméljük, sok hasznos és érdekes információval tudunk szolgálni ezúttal is.

Az év egyik legszebb évszaka lehetőséget nyújt a nők és az édesanyák ünneplésére, melyhez szeretnénk mi is olvasnivalóval és egészségtippekkel szolgálni. Korán köszönt ránk idén a Húsvét is, ami azt is jelenti, hogy akiben van ilyen elszánás, akár vallásos hitükből adódóan vagy pusztán egészségi megfontolásból, lassan elkezdhetik a böjtölést. Elhatározni persze mindig könnyebb, mint véghezvinni, főleg egy olyan világban, ahol minden arra csábít, hogy egyél, igyál, vegyél... Negyven nap....nem kevés, bőven akad kísértés, de a böjtös életmód hamar érezteti hatását. Az ember jobban alszik, kevésbé fáradékony és még a testsúly is csökken. Többféle diéta létezik, itt az ide-

je, hogy kipróbáljanak egyet! A böjt mellett nagyon fontos a mozgás is. A téli lustálkodás után, a szép idő kezdetével keressenek egészségi állapotuknak megfelelő mozgásformát. A rendszeres testmozgás a legegyszerűbb módja, hogy harmóniában legyünk önmagunkkal.

Érdemes több figyelmet fordítani az egészségmegőrzésre. A természet ébredésekor jusson eszükbe a természetes gyógymódok alkalmazása, használják ki a gyógynövények gyógyító erejét!

Ehhez is próbálunk segítséget nyújtani új magazinunkkal, szakembereink pedig továbbra is várják Önöket tanácsaikkal az év MINDEN NAPJÁN a Kígyó Patikában!



Gyurisné dr. Török Éva

Gyurisné dr Török Éva
gyógyszertárvezető



Az olasz nők titka

Ha eszünkbe jut Sophia Loren, Isabella Rossellini vagy Monica Bellucci, úgy érezzük az olasz nő birtokában van valaminek, amire mi is vágyunk. Az olasz nő maga a stílus. Sokan azt mondják, egy olasz nő még a közérte sem megy le smink nélkül. Ám abban biztosak lehetünk, a titok másban rejlik.

szépség vitaminja* a Tricovel® tabletta már Magyarországon is kapható! A Tricovel® tablettát az 1889-ben alapított nagy múltú olasz gyógyszerállalat a Giuliani Hajhullás Elleni Kutatási Részlege fejlesztette ki a legmodernebb trichológiai (hajgyógyászati) kutatások eredményeit alapul véve. Összetételének

napi egyszeri bevétele elegendő a hatóanyagok állandó és elnyújtott felszabadulásának biztosításához. Tehát mindössze napi egy tabletta bevétele, lehetőleg a reggeli étkezés során, egész napos táplálást és védelmet biztosít a hajnak, hogy megőrizhesse hajának egészséges állapotát, ragyogását.



TRICOVEL®

Az innováció,
amellyel a haj új életre kel

TRICOVEL®
Biogenina 10 mg
Hajhullás elleni készítmény / innovatív tabletta

24 órás hatás - napi 1 db tabletta
Két hónapra keresztül

ÚJ

Olaszország
PIACVEZETŐ
hajszépség
vitaminja*

Biogenina® 10 mg

Innovatív, szabadalmaztatott
összetevő!

*Forrás: IMS 2014. - dobozban és értékben mért patikai forgalom a „Hajhullás elleni készítmények, Haj és bőr szépségvitaminok kapszula/tabletta” kategóriában. Olaszországban a Tricovel® Bioscalin® néven van forgalomban. TRV/230216/KP

Az igazi szépség ugyanis belülről fakad. A szépség az egészségből fakad. A szép nő pedig sugárzik. Ha megkérdezzük 10 férfit, mély egyetértésben válaszolják azt, hogy a szép bőr és szép haj az, amivel a szépség kezdődik. És bár sokan azt gondolják, ez nem mindenkinek adatik meg, jó, ha tudjuk, a sugárzóan szép és egészséges haj nem kiváltság! Tegyük hajunk szépségéért! Hiszen Olaszország piacvezető haj-

hatékonyaságát bőrgyógyászok ellenőrzése mellett lefolytatott klinikai vizsgálatok során tanulmányozták mind nők, mind férfiak esetén, melyek során a vizsgálatban részt vevők 2 hónapig alkalmazták a Tricovel® tablettát. Hatóanyaga az egyedülálló Biogenina komplex, mely európai és világszabadalmi oltalom alatt áll. A gyógyszeriparban kifejlesztett, nyújtott hatóanyagleadási technológiának köszönhetően a Tricovel®

Olaszország kedvence most kedvezményes, bevezető áron a Kígyó Patikában.

A Tricovel® tabletta étrend-kiegészítő. Nem szolgál betegség kezelésére, gyógyítására, megelőzésére. Az étrend-kiegészítő nem helyettesíti a kiegyensúlyozott, vegyes étrendet és az egészséges életmódot.

*Forrás: IMS 2014. - dobozban és értékben mért patikai forgalom a „Hair and nail nutrition products” kategóriában.

Olaszországban a Tricovel® Bioscalin® néven van forgalomban.

További információ: Exeltis Magyarország Kft., 1011 Budapest, Fő u. 14-18., tel.: +36 1 275 0338, +36 1 275 0343, fax: +36 1 275 3219; www.tricovel.hu



Tricovel Biogenina
10mg tabletta 30db

Eredeti ár: 7045.-

5636.-

Egységár: 187,87.-/db
1409.- Megtakarítás

20%
KEDVEZMÉNY

Hármas összetétellel az

IMMUNRENDSZER TÁMOGATÁSÁRA

Kapszulánként 500 mg **C-vitamin**,
1000 NE **D-vitamin** és 10 mg **cink**

...nap mint nap!

Szent-
Györgyi
Albert

VITAMINCSALÁD



ÚJ!

www.goodwill.hu

Étrend-kiegészítő, nem helyettesíti a vegyes étrendet és az egészséges életmódot.

Goodwill
PHARMA



140 éve
Szeged Szívében

Az év minden napján nyitva!

KUPONKEDVEZMÉNY

Az akció 2016. június 15-ig,
vagy a készlet erejéig tart!

Egyetlen étrend-kiegészítő, így a Szent-Györgyi Albert Immunkomplex kapszula sem helyettesíti a kiegyensúlyozott, vegyes étrendet és az egészséges életmódot.



Szent-Györgyi
Albert
Immunkomplex
kapszula 90db

Eredeti ár: 2890.-

2312.-

Egységár: 25,69.-/db
578.- Megtakarítás



20%
KEDVEZMÉNY



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 megszűnhetnek.

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 egész napos klaviatúra feletti görnyedéstől a hát izmai letapadnak, görcsöseké válnak, megjelenik a kínzó fájdalom.

A legfontosabb tanács ennek elkerülésére, ha rendszeres időközönként kis szüneteket tartunk, felállva kinyújtóztatjuk a tagjainkat, és pár apró tornagyakorlattal felfrissítjük az izmainkat.

Munka közben ügyeljünk arra, hogy egyenesen tartuk a hátunkat, és a legfontosabb szabály, hogy a monitor és a billentyűzet mindig pontosan középen álljon, hogy a testtartásunk ne eleve kifacsarodott 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.

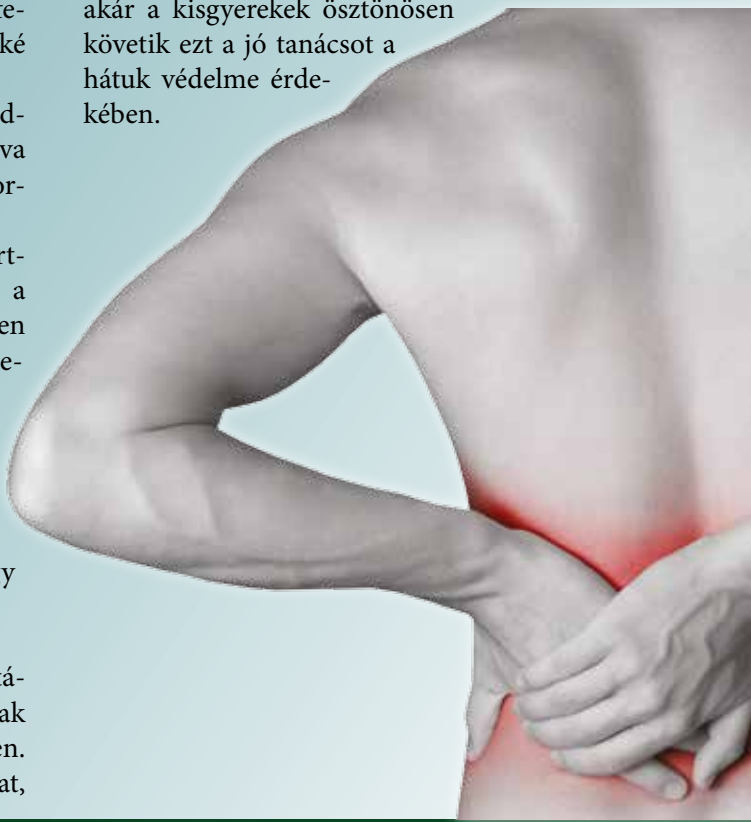
Sérülékeny csigolyák.

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 jó tanácsot a hátuk védelme érdekében.



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



Bátran mosolyogni!

Magabiztosan beszélni. Nyugodtan enni.

Természetes fogaink elvesztésének számos oka lehet. Okozhatja például sérülés, fogszuvasodás, vagy valamilyen szájüregi rendellenesség. Ha hiányzik egy vagy akár több foga, fogorvosa már biztosan beszélt Önnek a műfogsorról. A folyamatos használat, valamint a szája alakjának természetes változásai miatt műfogsora egy idő után általában kevésbé jól illeszkedik, amelynek következtében már nem tudja olyan mértékben használni, mint azelőtt. Ha elhanyagolja műfogsorát, a nem megfelelő illeszkedés sokkal súlyosabb problémák forrása is lehet. Éppen ezért nagyon fontos a műfogsor tisztán és megfelelő állapotban tartása. A műfogsorrögzítő egyúttal segít megszüntetni a

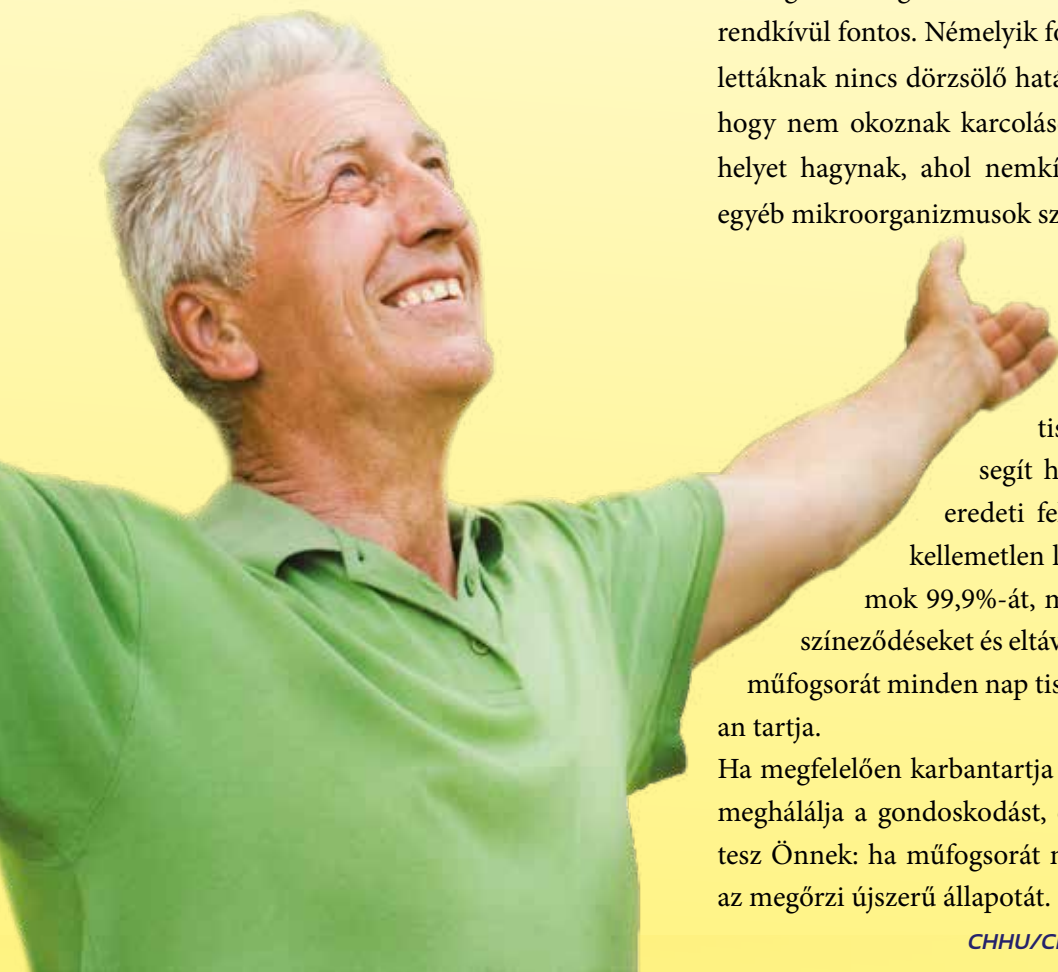
műfogsor lötyögését is, ami ugyancsak nagyon fontos. Ha ugyanis a műfogsor mozog, hozzádörzsölődhet az ínyhez, ami roppant kellemetlen érzés.

A műfogsor ápolása egy kis időt és türelmet igényel, azonban amikor hozzászokik a rutinhoz, úgy fognak eltelni a napjai, hogy nem kell külön odafigyelnie rá. Az első és legfontosabb dolog, amit a műfogsorápolásról tudnia kell, hogy a műfogsorokat a természetes fogaktól eltérő módon kell tisztán tartani. A **Corega** Erős Rögzítés műfogsorrögzítő krém gazdaságos, 70 g-os kiszerelésben is elérhető. Kellemes mentolos íze mellett egész napos, tartós rögzítést biztosít. A megfelelő rögzítésen kívül a műfogsor tisztítása is rendkívül fontos. Némelyik fogkrémtől eltérően a tabletáknak nincs dörzsölő hatása, ezért úgy tisztítanak, hogy nem okoznak karcolásokat, ezáltal kevés olyan helyet hagynak, ahol nemkívánatos baktériumok és egyéb mikroorganizmusok szaporodhatnak.

A **Corega** Fehérítő hatású műfogsor-tisztító tablettá tisztít és segít helyreállítani a műfogsor eredeti fehér színét. Elpusztítja a kellemetlen lehetet okozó baktériumok 99,9%-át, megszünteti a makacs elszíneződéseket és eltávolítja a lepedéket, ezáltal műfogsorát minden nap tisztán, frissen és ragyogóan tartja.

Ha megfelelően karbantartja műfogsorát, a műfogsor meghálálja a gondoskodást, és cserébe jó szolgálatot tesz Önnek: ha műfogsorát megfelelő módon ápolja, az megőrzi újszerű állapotát.

CHHU/CHPLD/0002/16



140 éve
Szeged Szívében

Az év minden napján nyitva!

KUPONKEDVEZMÉNY

Az akció 2016. június 15-ig,
vagy a készlet erejéig tart!



Corega Tabs Dental White
műfogsortisztító tablettá 30x

Corega XL 70g
műfogsorrögzítő krém



Eredeti ár: 1501.-
1276.-
Egységár: 42,53.-/db
225.- megtakarítás

Eredeti ár: 2181.-
1854.-
Egységár: 26,49.-/g
327.- megtakarítás



15%
KEDVEZMÉNY



Új segítség két régi problémára!

A visszeres panaszok, a seprűvénák megjelenése, a nehézlábérzés, a visszeres fájdalom banális problémának tűnnek, sokszor a rohanó élet természetes velejárójaként tekintünk rájuk. Holott az elhanyagolt visszeres betegség akár súlyos lábszárfekélyben is végződhet, érdemes ezért idejében megfelelő kezelést keresni. Az aranyér is korunk népbetegségének tekinthető. Ilyen esetekben a végbél nyálkahártyájában futó erek falának elvékonyodása, kitágulása okozza a panaszokat. Szerencsére akkor is van segítség, ha már kialakult a betegség.

A visszeres és aranyeres panaszok fő okozója a pangó vér, pontosabban a kitágult vénákban a vérkeringés nehezítettsége. A vénák fala a verőerekéhez képest sokkal vékonyabb, így a fokozódó nyomásnak kevésbé tudnak ellenállni, kitágulnak és kanyargóssá válnak. A vénákban speciális billentyűk – a vénabillentyűk – segítik a vér folyását; a szív felé engedik folyni a vért, visszafele azonban nem. Ha viszont a véna fala kitágul, a billentyűk nem tudnak rendesen zárni, ez a vér visszafolyásához, pangásához vezethet. Az emelkedett nyomás mellett a vizenyő (ödéma) keletkezésének is kedvez, az erek falán átszorgó folyadék a szövetek között megreked, és tovább fokozhatja a kellemetlen nyomás- és nehézlábérzést.

Sokat tehetünk azonban a panaszok ellen. Kerüljük az ülő életmódot és a túlzott megterhelést egyaránt, viszont a rendszeres séták az izmok megmozgatásával javítják a vénás elfolyást.

Már a visszér kialakulásától kezdve érdemes olyan gyógyszeres kezelést alkalmazni, ami segít a meggyengült falú vénák tónusának erősítésében, fokozza a vénák falában levő izomsejtek összehúzódását.



A **Venotec** hatóanyaga 600 mg mikronizált diozmin, amelynek egyik fő hatása a vénák tónusának fokozása. Emellett növeli a kapillárisok ellenállását, csökkenti az áteresztőképességüket, ezzel véd a vizenyő kialakulása ellen. Továbbá enyhíti a visszeres fájdalmat, a nehézlábérzést, az éjszakai lábikragörcsöket. Emellett az aranyér tüneteinek enyhítésében nagy hasznunkra lehet: az érfalak erősítése révén a már kialakult, gyulladt aranyeres csomók okozta akut panaszok enyhítésére is jól használható.

A **Venotec** gátolja a vénák tágulását, hatékonyan kezeli a visszér és aranyér okozta panaszokat. Gyorsan felszívódik, és – a helyileg használatos gélekkel szemben – mélyen, az izmok között futó vénákat elérheti. Napi 1 Venotec tablettával sokat tehet a visszeres panaszok ellen. Heveny aranyeres roham esetén pedig szedjen 4 napon keresztül napi 3 tablettát, majd további 3 napon keresztül napi 2 tablettát, hogy gyorsan enyhüljenek a panaszok.

A Venotec vény nélkül kapható gyógyszer.

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



A torkod a Te erősséged! Hatékony megoldás torokfájás ellen

**Septotele extra 3 mg/1 mg
szopogató tabletta**
**Septotele extra 1,5 mg/ml
+ 5 mg/ml szájnyálkahártyán
alkalmazott oldatos spray**

A torok és a garat gyulladását számos kórokozó kiválthatja. Leggyakoribbak a légúti vírusok, de a betegség hátterében bakteriális fertőzés is állhat. A nyálkásabb, esősebb, hidegebb időben könnyű elkapni a különböző fertőzéseket zsúfolt helyeken, így közlekedési járműveken, óvodákban, iskolai és munkahelyi közösségekben. A kórokozók cseppfertőzéssel, azaz köhögés, tüszéntés útján terjednek. A torokfájás a torok égető, szúró, kaparó érzéseként jelentkezik, a nyelés fájdalmas lehet. Ha a tünetek kezdeti stádiumban vannak, vagyis még nincs láz, csak maga a torokfájás, akkor javasolt a torokfertőtlenítő szopogató tabletta, illetve torokfertőtlenítő spray használata.

Összetétele folytán a **Septotele extra** készítmények a garatgyulladás vagy „torokfájás” (pharyngitis) kezdeti, ill. előrehaladott stádiumaiban egyaránt elbánnak a fájdalommal

és a gyulladással. Ez a kombináció a pharyngitis bármelyik stádiumában átfogó megoldást kínál.

Septotele extra 3 mg/1 mg szopogató tabletta, és a Septotele extra 1,5 mg/ml + 5 mg/ml szájnyálkahártyán alkalmazott oldatos spray benzidamin-hidrokloridot és cetilpiridinium-kloridot tartalmaz. A benzidamin-hidroklorid gyulladás-csökkentő és fájdalomcsillapító hatású.

A cetilpiridinium-klorid fertőtlenítőszer. Antiszeptikus hatása révén megszünteti a vírusos, bakteriális, vagy gombás fertőzés kiváltó okát, a fájdalomcsillapító és gyulladásgátló hatása révén a fertőzés következményeit is. A Septotele extra szopogató tabletta, valamint szájnyálka-

hártyán alkalmazott oldatos spray felnőttek és 6 év feletti gyermekek számára javallott gyulladáscsökkentőként, fájdalomcsillapítóként, és fertőtlenítőként torok-, szájüregi és fogíny-irritáció kezelésére, fogínygyulladás (gingivitis), garatgyulladás (pharyngitis), gégegyulladás (laryngitis) esetén.

A **Septotele extra** szopogató tabletta és spray 6 év alatti gyermekek számára ellenjavalltak. A megállapított gyógyszeradagot nem szabad túllépni. A Septotele extra készítmények legfeljebb 7 napig alkalmazhatók. Az optimális hatás érdekében nem ajánlott közvetlenül fogmosás előtt vagy az után alkalmazni a készítményeket. A **Septotele extra** készítmények alkalmazása terhesség során nem ajánlott. Szoptatásnál az újszülöttekre és csecsemőkre kifejtett kockázat nem zárható ki.



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



**Septotele Extra
szopogató tabletta 16db**

**Septotele Extra
torokfertőtlenítő
spray
30ml**

Eredeti ár: 1315.-

986.-

Egységár: 61,63.-/db
329.- megtakarítás

Eredeti ár: 1475.-

1106.-

Egységár: 36,87.-/ml
369.- megtakarítás



25%
KEDVEZMÉNY



Gondoljon az agyára!

A testedzés mellett gondoljunk mentális egészségünkre is!

Az agyi öregedés folyamata késleltethető. *Napjainkban egyre nagyobb teret kap az egészségtudatosság, ennek köszönhetően sokan kezdenek mozogni és odafigyelnek a táplálkozásukra is. Ez azonban nem elég, mert a gyengülő memória, kimerültség, hangulatingadozások, alvászavarok, szédülés, fülzúgás hátterében akár az agyi egészség gyengülése is állhat, érdemes tehát erre a területre is fokozottan koncentrálni.*

Kevesen tudják, hogy a kimerültség oka sokszor nem fizikai, hanem mentális eredetű. Hiába mozgunk eleget és étkezünk egészségesen, ha az „irányítóközpont” nem figyelünk, könnyen feledékennyé vagy ingerlékennyé válhatunk. Az életkor növekedésével ugyanis nem csak a külső változik, hanem az agy egészségi állapota is gyengülni kezd.

30 év körül először a képzettársító képességek kezdenek kopni, majd 35-40 év felett a stressz, a helytelen táplálkozás és a mozgáshiány következtében lassulhat az agyi vérkeringés, az erek rugalmassága csökken, sőt az agyunkban található erek be is szűkülhetnek. A kevesebb agyba jutó oxigén és glükóz mennyisége memóriazavarokhoz, ingerlékenységhez, alvásproblémákhoz és szédüléshez vezethet.

A középkorúaknál egyre sűrűbben fordulnak elő ilyen jellegű problémák, az agyi érbetegségek gyakorisága az elmúlt tíz évben több mint kétszeresére emelkedett. (KSH, 2014. július) Jellemző tünet, ha valaki egyre többször nem

találja a kulcsát, nem jutnak eszébe nevek vagy telefonszámok, és az újratanulás is nehezebbé válik számára. **Gondoljon az agyára!**

Az egészségügy fejlődésének köszönhetően egyre többen érik meg a 70-80 éves kort, de egyáltalán nem mindegy, milyen szellemi állapotban. Mivel a kognitív hanyatlás 60 éves kor fölött több mint 40 százalékra nő, elengedhetetlen időben felkészíteni a szervezetet erre az időszakra.

Mivel az agyi és a fizikai életkor eltérhet egymástól, rendkívül fontos, hogy ne csak a testünket, hanem az agyunkat is rendszeresen eddzzük és megfelelő módon tápláljuk, ezáltal ugyanis az agyi öregedés folyamata késleltethető!

A rendszeres agytorna mellett fontos tudni, hogy vannak olyan készítmények, amelyek védik a sejteket és szöveteket az oxigénhiány okozta károsodástól, illetve olyanok, amik a kezdődő szellemi hanyatlást és a demenciát kezelik hatékonyan.

Utóbbinak két fő csoportja van: egyrészt azok, amelyek az idegsejtek anyagcseréjét, egymással való kommunikációját javítják, másrészt azok, amelyek a mikrokeringésre fejtik ki hatásukat. Ilyen például az egyre népszerűbb ginkgo biloba, amely a páfrányfenyő levelének kivonata.

Igazolt hatékonyság

Tudományosan megalapozott klinikai vizsgálatok igazolják, hogy

egyes betegségekben egyértelműen kimutatható a ginkgo biloba jótékony hatása. A benne található flavonoidok hozzájárulnak a keringési rendszer normális működéséhez, a megfelelő véráramláshoz, ezáltal pedig a sejtek oxigénnel és tápanyagokkal történő ellátásához.

A növény másik alkotórésze a terpén, ami a vérlemezkék összetapadását, vagyis a vérrögképződést gátolja, emellett pedig javítja az agy működését, a sejtek energiaháztartását és a memóriát. Érdemes gyógyszer minőségű, a ginkgo biloba tisztított és beállított kivonatát tartalmazó terméket választani, és a rendszeres fizikai aktivitás mellett mentális edzéssel is erősíteni e létfontosságú szervünket.



A Bilobil Intense 120 mg kemény kapszula vény nélkül kapható gyógyszer.
Forgalmazza: TEVA Gyógyszergyár Zrt. 4042 Debrecen, Pallagi út 13.
A KOCKÁZATOKRÓL ÉS A MELLÉKHATÁSOKRÓL OLVASSA EL A BETEGTÁJÉKOZTATÓT, VAGY KÉRDEZZE MEG KEZELŐORVOSÁT, GYÓGYSZERÉSZÉT!



Bilobil Intense
120 mg
kemény kapszula
60db

Eredeti ár: 5452.-

4362.-

Egységár: 72,70.-/db
1090.- Megtakarítás



20%
KEDVEZMÉNY



A tavaszi fáradtság nem betegség!

Multivitaminnal orvosolhatók az évszakváltás kellemetlen tünetei

Fejfájás, szédülés, nyomottság, ingerlékenység – a tavaszi fáradtság jeleit szinte minden ember tapasztalja az évszak első napjaiban. Fontos tudni, hogy ez nem betegség, hanem természetes állapot, ami az évszakváltással együttjáró hormonális és életmódbeli változások következménye. Ez az időszak azonban nem tart örökké, és az átmenettel járó kellemetlenségek csökkenthetők komplex összetételű, vitaminokat és ásványi anyagokat tartalmazó multivitamin készítményekkel.

A napsütéses órák számának növekedésével együtt természetes igény lenne, hogy feltöltődve és energiával telve nézzünk szembe a hétköznapi kihívásaival. A tavasz első napjaiban azonban többnyire mégsem ezt tapasztaljuk: az aktív, tetterre kész énünk helyett aluszékony, kimerült, ingerlékeny önmagunk néz vissza ránk a tükörből. Nem kell azonban mindjárt betegségre gyanakodni, hiszen az évszakváltással együtt járó nyomottság természetes folyamat. Való igaz azonban, hogy a téli hónapokban kimerült energiatartalékokkal együtt még fogékonyabbá válunk a fertőzésekre és egyéb betegségekre.

Az átmeneti időszakban tapasztalható fáradtságérzet és aluszékonyosság elsősorban a hormonháztartás felborulásának következménye. A tél folyamán tapasztalható fényhiány miatt több melatonin képződik

a szervezetben, ami magával hozza a megnövekedett alvásigényt is. A napfényes órák növekedésével ugyan visszaáll a megszokott szintre az „alvási hormon” mennyisége, de a változás átmeneti zavart okoz az alvás-ébrenlét bioritmusában. A fénytelenység miatt emellett szerotoninhány is kialakul, ami depresszió, örömtelenség formájában jelentkezik. A hiányzó „boldogsághormo-



nok” a visszatérő tartós napsütés hatására is csak lassan, fokozatosan pótlódnak, ezért érdemes más formában, például mozgással, sporttal, kedvenc hobbijaink üzésével javítani a hangulatot.

Az évszakváltás másik kellemetlen velejárója, hogy tél végén, tavasz elején talán még a szokásosnál is könnyebben kapunk el betegségeket, ami a hűvösebb hónapok folyamán legyengült immunrendszer miatt lehetséges. Táplálkozásunkkal ugyanis nem viszünk be elegendő mennyiségű vitamint és ásványi anyagot, nyomelemeket a szervezetbe, amelynek következtében só- és vitaminhiánnyal is szembe kell néznünk. Ezt a legegyszerűbben komp-

lex multivitamin készítménnyel pótolhatjuk, amely tartalmazza a szervezet védekezőképességének helyreállításához és a tavaszi fáradtság tüneteinek enyhítéséhez szükséges legfontosabb összetevőket.

Az A-, B6-, B12- és a D-vitamin, a vas, a szelén, a réz és a cink elsősorban az immunrendszer normál működéséhez járul hozzá, míg a B2-, B5-vitamin, niacin, pantoténsav, C-vitamin és vas csökkenti az ilyenkor jellemző kifáradást és aluszékonytságot. A D-vitaminnak emellett az egészséges izomfunkció, a cinknek pedig a normál szellemi működés fenntartásában van kiemelkedő

szerpe.

A vásárolt készítmény kiválasztásakor érdemes az egyenletes felszívódást biztosító, úgynevezett retard multivitaminokat előnyben részesíteni, hiszen ezek a nap folyamán fokozatosan adagolják számunkra az említett vitaminokat és ásványi anyagokat. Ezáltal szervezetünk vitaminszintje hosszú órákon át egyenletesebb lehet.

Az Eurovit Multilong vitamin kapszula vitaminokat, ásványi anyagokat és nyomelemeket tartalmazó étrend-kiegészítő kapszula. Az étrend-kiegészítő használata nem helyettesíti a kiegyensúlyozott vegyes étrendet és az egészséges életmódot.

Forgalmazza: Bioextra Zrt., 3000 Hatvan, Lőrinci út 20-22.



Nagyra és Egészségesre nőni!

A gyermekek folyton mozognak, felfedezik a világot, új dolgokat tanulnak, játszanak és rosszkodnak. Mindezek mellett nagyra és egészségesre nőnek.

A gyermekeknek a kiegyensúlyozott fejlődéshez vitaminokra és ásványi anyagokra van szükségük, ezért nagyon fontos a megfelelő, tápértékben gazdag változatos étkezés. Ez sok figyelmet igényel a szülőktől, de vannak időszakok, amikor nehéz biztosítani ezekből a létfontosságú tápanyagokból a megfelelő mennyiséget nap mint nap.

A **Multi-tabs Multi Kid**, vitaminokat és ásványi anyagokat tartalmazó étrend-kiegészítő készítmény cukorral és édesítőszerrel gyermekeknek 4 éves kortól adható. Málna-eper, TuttiFrutti és Cola-lime ízben.



Egyetlen étrend-kiegészítő, így a Multi-tabs Multi Kid sem helyettesíti a kiegyensúlyozott, vegyes étrendet és az egészséges életmódot.

Multi-Tabs Multi Kid rágótabletta 30db

Eredeti ár: 2645.-

1455.-

Egységár: 48,50.-/db
1190.- Megtakarítás



45%
KEDVEZMÉNY

Fájdalommentesen természetes hatóanyagokkal!

Tabutémának számít, így senki sem szeret beszélni róla, de az aranyérbetegség rendkívül gyakori, szinte azt mondhatjuk, élete során mindenki legalább egyszer találkozhat enyhébb vagy súlyosabb formájával. Az aranyérbetegség leggyakrabban az 50 év felettieket érinti, de ez nem azt jelenti, hogy a fiatalabb korosztály körében nem egyre gyakoribb ez a kínos probléma. Az elhízás, a rotszegény étrend okozta gyakori székrekedések, a terhesség és a szülés életkortól függetlenül mindenkinél kiválthatják. Elképzelhető, hogy sokáig nem utal semmi a problémára. A legelső jel, mely fel szokott tűnni, a székletürítéskor jelentkező vérzés: vércsíkok formájában a székletben vagy a WC-papíron, illetve vércseppek ürülése a végbélből. A vérzés rit-

kán számottevő, de súlyosabb esetekben spriccelő formája is előfordulhat, mely nagyon ijesztő. További tünetei: viszketés, fájdalom és kényel-

ható duzzanata a végbélnyílás körül, valamint a széklet szivárgása a végbélből. Tünetek észlelése esetén kezdje el aranyere kezelését a patikákban vény nélkül kapható **Sperti Preparation H[®]** kúppal és kenőccsel, azonban ha a tünetek nem enyhülnek, illetve súlyosbodnak, feltétlenül forduljon orvoshoz.



Kúp és kenőcs aranyeres panaszokra!

Csökkenti az aranyér okozta kellemetlen irritációt

Enyhíti a fájdalmat

Elősegíti a sebgyógyulást

metlen teltségérzet a végbélben és a végbeltájékon. Az érintettnek olyan érzése lehet, mint ha nem sikerült volna az összes székletet kiürítenie. További tünet lehet az erek kitapint-



Vény nélkül kapható cápmájolaj és élesztősejt-kivonat tartalmú gyógyszer.

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



Sperti Preparation H[®]
végbélkúp 12db

Sperti Preparation H[®]
végbélkenőcs 25g

Eredeti ár: 2194.-
1755.-
Egységár: 146,25.-/db
439.- megtakarítás

Eredeti ár: 1999.-
1599.-
Egységár: 63,96.-/g
400.- megtakarítás



20%
KEDVEZMÉNY

Átfogó megközelítés az allergia kezelésében!

Átfogó megközelítés az allergia kezelésében

Az esetek többségében az allergia nem csak egyféle tünettel jelentkezik. A szénanátha például tüsszögéssel, orrfolyással, könnyezéssel is járhat. Kombinált terápiával, különböző készítmények egyidejű használatával sokat tehetünk a kellemetlenségek megszüntetéséért.

Növényi pollenek, állati szőr, bizonyos vegyszerek, tisztítószerek válthatnak ki allergiát, de a sort még hosszan lehetne folytatni. Attól függetlenül, hogy mi okozza az allergiát, a gyógyszeres kezelések alapelve megegyező: minden esetben tüneteket kezelünk, ami a kiváltó okot ugyan nem szünteti meg, de a túlzott hisztamin termelésre visszavezethető tüneteket mérsékli.

Számos recept nélkül kapható készítmény segíthet az allergiás eredetű tünetek kezelésében. Ezek között megtalálhatók a helyi (lokális) készítmények, mint például szemcseppek vagy orrspray-k; melyek helyileg a meglévő tüneteket kezelik; valamint az egész szervezetet érintő (szisztémás) gyógyszerek, melyek a tünetek okozóját célozva fejtik ki

jótékony hatásukat. Ha a napi tevékenységek végzésében akadályozó, hosszabb ideje fennálló, és többféle tünettel jelentkező allergiát tapasztalunk, az orvos kombinált kezelést is javasolhat. Ez azt jelenti, hogy a szájon át szedhető készítményhez helyileg alkalmazhatót is tanácsol, például orrspray-t vagy szemcseppet.

Allegra termékcsalád

A szezonális szénanáthától, vagy egyéb, diagnosztizált allergiában szenvedők számára hatékony megoldást nyújthat az Allegra termékcsalád.

Az **Allegra 120mg** olyan fexofenadin-hidroklorid hatóanyagú, recept nélkül kapható allergiagyógyszer, amelyet abban az esetben javasolt szedni, ha a szezonális szénanátha tünetei közül legalább kettőt egyidejűleg észlelünk magunkon. Ezek a tünetek a következők: tüsszögés, orrvizketés, vizes orrfolyás, orrdugulás, szemvizketés, torokvizketés, szemünk égő érzése, könnyezése. Az **Allegra 120mg** filmtabletta hatóanyaga a második generációs antihisztaminok új csoportjába tartozik; így bizonyítottan nem álmosít, és autózvezetés és koncentrációt igénylő munka mellett is szed-

hető.

Az **Allegra Forte 180mg** vény nélkül kapható allergia elleni gyógyszer, hatóanyaga ugyancsak a fexofenadin-hidroklorid. Speciálisan az allergiás bőrkiütés tüneteinek megszüntetésére szolgáló készítmény, javítja a bőrallergiás betegek életminőségét, segít a tünetek csillapításában.

Az **Allenasal** recept nélkül kapható orrspray, hatóanyaga a xilometazolin-hidroklorid. Közvetlenül az orrba fújva az allergiás orrdugulás kezelésére szolgál, legyen szó akár szezonális, vagy egész évben fennálló allergiás reakcióról. Alkalmazása akkor javasolt, ha az allergiás orrdugulás a vezető tünet, és átmenetileg a tablettás antihisztamin (pl. Allegra 120 mg) kezelés mellett - egy helyileg alkalmazható orrspray-vel is ki szeretné egészíteni a terápiáját, elsősorban a tünetek gyors enyhítése érdekében. Végül az

allergiás kötőhártya-gyulladásban szenvedőknek. Allergiás kötőhártya-gyuladást okozhat valamilyen szezonális allergén: fák, fűfélék és gyomnövények pollenjei; vagy akár nem szezonális allergének, mint pl. penész, poratka vagy állatszőr, melyek szintén hasonló tüneteket idézhetnek elő, egész évben.

Az allergiás szemtünetek ritkán jelentkeznek önmagukban, általában más allergiás reakció is kíséri megjelenésüket, például szénanátha, vagy allergiás bőrtünetek. Ilyenkor a tünetek minél hatékonyabb kezelése érdekében általában helyileg alkalmazható szemcseppet és tablettá formában szedhető antihisztamint (pl. Allegra®-t vagy



Alleopti

nátrium-kromoglikát tartalmú, recept nélkül kapható szemcsepp segíthet az al-

Allegra® Fortét) is javasolhatnak a betegeknek.

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

Allegra 120 mg filmtabletta 30db



Eredeti ár: 2204.-

1873.-

Egységár: 62,43.-/db
331.- Megtakarítás

**15%
KEDVEZMÉNY**



Mi a fájdalom?

A fájdalom csoportosítása

A KOCKÁZATOKRÓL ÉS A MELLÉKHATÁSOKRÓL OLVASSA EL A BETEGTÁJÉKOZTATÓT VAGY KÉRDEZZE MEG KEZELŐORVOSÁT. Gyógyszerészeti Felelősségnyitási kártyára is megvásárolható. Vénus nélkül kapható augsuzer.

Sport, sauna, wellness

Nyárra formába lendülök és ebben a lábgomba sem akadályozhat meg.

Vége megérkezett a tavasz, nyílnak a hóvirágok, olvadnak a mínuszok, és velük együtt sokan szeretnék, ha a kilók is leolvadnának – hiszen a nappalok egyre hosszabbak, a szoknyák, nadrágok és felsők pedig egyre rövidebbek. Az új évszak beköszöntével sokan megfogadják, hogy most már tényleg lejárnak majd futni, elmennek edzeni vagy úszni. A szeszélyes időjárás azonban sokszor nem igazán kedvez a kültéri sportoknak, így a legtöbben az edzőteremben vagy az uszodában igyekeznek beváltani fogadalmukat. A tavaszi fáradtság kipihenésére pedig jól esik szaunázni, jakuzzizni és wellnessezni is – ezeken a helyeken viszont elkerülhetetlen a kö-

zös zuhanyzók, öltözők használata. Ugyanakkor az olyan párás és meleg helyiségek, ahol sok ember fordul meg mezítláb vagy ruha nélkül, közismerten kiváló táptalajt jelenthetnek a különböző gombaféléknek, még a rendszeres fertőtlenítés dacára is.

Ráadásul az év első hónapjaiban az sem érezheti magát biztonságban, aki kerüli a közös öltözők és zuhanyzók használatát. Az elmúlt hónapok zord hidegében hordott vastag zoknik, műszálas harisnyák, zárt cipők és bakancsok kiváló védelmet jelentettek a mínuszok ellen, viszont az általuk teremtett meleg, nedves környezet a gombás fertőzések melegágyának számít. És hiába cserélnénk le lassan a csizmánkat szandálra, ha bőrünk repedezett, hámlik, viszket, és a kellemetlen szagok sem akarnak elmúlni.

Nem meglepő tehát, hogy a bőrgombás fertőzés igen gyakori betegség, és alig akad olyan ember, aki élete során ne tapasztalta

volna meg valamilyen formában. Habár sokat tehetünk a megbetegedés kockázatának csökkentése érdekében, akkor sem kell megijedni, ha már betette lábát a fertőzés, hiszen otthonunkban is kényelmesen és könnyen kezelhetjük a problémát. Mivel a lábgombát egyszerre többféle gombafaj is okozhatja, így laboratóriumi vizsgálat nélkül szinte lehetetlen megállapítani, hogy milyen gombafajjal állunk szemben. Ezért fontos, hogy a bőrgomba kezeléséhez olyan készítményt válasszunk, amely minél több gombafaj ellen hatásos, un. széles spektrumú gombaellenes szer legyen, mint például a **Canesten Plus** termékek.

A **Canesten Plus** széles hatásspektrumának köszönhetően hatékony és gyors megoldást nyújt számtalan, fertőzést okozó gombafaj ellen. A fertőzött bőr mélyére hatolva szünteti meg a kellemetlen tüneteket, csökkenti a gyulladást és gyökerestől pusztítja el a gombát. Ráadásul elegendő naponta mindössze egyszer használni. A népszerű **Canesten Plus** krém mellett már a spray formátum is elérhető, amely egyszerű és praktikus használatot biztosít a nehezen elérhető helyeken.

A Canesten Plus krém és a Canesten Plus külsőleges oldatos spray vény nélkül kapható gyógyszerek bifonazol hatóanyaggal.
L.HU.MKT.CC.12.02.2016.0784
Bayer Hungária Kft., 1123 Budapest, Alkotás u. 50.



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



Gyengéden és hatékonyan!

Így kezeljük a tavaszi sérüléseket.

Vége megérkezett a tavasz, és vele a jó idő is, ébred a természet, nyílnak a virágok és csicseregnek a madarak, az örökmozgó gyerekek pedig már kint a szabadban is egyre többet tudnak játszani, fogócskázni, focizni, biciklizni vagy éppen görkorizni. Nagy lendülettel indulnak újra a világ felfedezésére, örülnek, hogy kiszabadulhatnak a négy fal közül – az örömet pedig szinte csak a kisebb-nagyobb esések, botlások és csúszások okozta sebek, horzsolások tudják beárnyékolni.

Nincs is benne semmi meglepő, hogy a kisebb sérülések a gyermekkor velejárói, valószínűleg nincs is olyan lurkó, aki életében egyszer ne szenvedne valamilyen sérülést, a mi vel a frászt

hozza a szüleire. Mindennapos, jól ismert esetek: elesik a játszótéren, leesik a bicikliről, elcsúszik a foci pályán. Nincs még veszélyérzetük a kicsiknek, ami óvatosságra intené őket, ezért szülőként nekünk kell felkészülni az elsősegélynyújtásra és a bibik eltüntetésére.

Sebgyógyítás és fertőtlenítés gyengéden – lehetséges?

Nem kell megijedni, ha gyermekünk kisebb sérülésekkel vagy horzsolásokkal jön haza a délutáni, hétvégi programokból, hiszen van megoldás a sebekre!

A Bepanthen Plus krémet úgy alkották meg, hogy a sérült bőrt nemcsak a fertőzésektől védi meg, de közben hűsítő hatása révén a fájdalmat is enyhíti, valamint elősegíti a bőr regenerálódását is - így gyorsítva a seb gyógyulását.

A Bepanthen Plus krém egy fertőtlenítő és a B5 provitamin kombinációjának köszönheti hatékonyságát. A klórhexidin egy olyan fertőtlenítőszer, amely a sebbe jutott kórokozókkal szemben harcol, így megelőzi a fertőzéseket, baktériumok és gombák ellen is hatékony. A B5 provitamin, más néven dexpanthenol, pedig segít újjáépíteni a sérült bőrt, elősegíti a természetes gyógyulást. A dexpanthenol már bizonyított a bőrregenerálás terén:

- Hozzájárul a bőr egészségének megőrzéséhez.
 - A dexpanthenol a bőr sejtjeiben gyorsan pantoténsav nevű vitaminná alakul át, amely serkenti az új szövetképződést és növeli a hegyszövet tartósságát.
 - Az alapvető fontosságú koenzim-A alkotórészeként minden sejt anyagcseréjében központi szerepet játszik.
 - Elengedhetetlenül szükséges a bőr és a nyálkahártyák hámszövetének felépítéséhez.
 - Fokozza sebgyógyulásnál a sejtosztódást és a kollagénrostok képződését, ezáltal biztosítja a bőr rugalmasságát.
- A gyerekek hadd játszanak kint a szabadban felszabadultan és vidáman, a Bepanthen Plus pedig majd gondoskodik a kisebb sérüléseikről – gyengéden, de mégis hatékonyan.

A Bepanthen Plus krém vény nélkül kapható gyógyszer, dexpanthenol és klórhexidin hatóanyaggal.
L.HU.MKT.CC.14.02.2016.0788
Bayer Hungária Kft., 1123 Budapest, Alkotás u. 50



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



Gyógyuljon Szegeden a Napfényfürdő Aquapolisban!

A napfény városában Szegeden, európai színvonalú, a legmagasabb öt csillagos minősítésű Napfényfürdő Aquapolisban korszerű gyógyászat várja az idelátogató gyógyulni vágyókat. A szegedi Dóra kút 1551m mélyéről feltörő 70 Celsius fokos nátrium-hidrogénkarbonátos gyógyvize kiválóan alkalmas mozgásszervi betegségek és csontritkulás kezelésére.



2010-ben megnyílt gyógyászati részlegünk az ország egész területéről fogadja az OEP által támogatott, illetve külföldi és belföldi vendégek számára is elérhető fürdőgyógyászati és fizioterápiás kezelésekre érkező pácienseket. Szakorvosaink felügyelete mellett vehetők igénybe legmodernebb balneológiai és úgynevezett nem vizes, de a fürdőkúrák jótékony hatásait fokozó fizioterápiás gyógykúránk, melyek együttes alkalmazása pácienseink mielőbbi felépülését segítik elő.



Lehetőség van nappali kórházass, komplex fürdőgyógyászati ellátások igénybevételére is, mely 10, illetve 15 alkalommal, hétfőtől-péntekig, a délelőtti vagy délutáni időszakban a gyógyfürdő szakorvosa által egyénre szabott kezelésekből álló kúra felvételét jelenti. A gyógykezelések között a páciensek kétágyas, szállodai színvonalú szobákban pihenhetnek nővéri felügyelet mellett.



Kezeléseink közül kiemelendő az egyéni szárazföldi, illetve az általunk bevezetett egyéni víz alatti gyógytorna, melyek során a betegség jellegétől függően a gyógytornász a pácienssel egyénileg foglalkozik, személyre szabott gyakorlatsorral.



Rendkívül hatékony a nyaki, derék- és más ízületek McKenzie gyógytornája, illetve a komplex hatású Pannónia függesztőrácsban végzett egyéni gyógytorna, mely ötvözi a hagyományos gyógytorna, masszázs, manuálterápia, stretching és erőfejlesztés elemeit, hatásspektruma rendkívül széleskörű a parézistól a fitnessig terjed.

Gyógyiszap kezeléseink során hévízi iszapot használunk. A szerves és szervetlen anyagokban gazdag iszap hőtároló képességének segítségével méregtelenít, fokozza a vérkeringést, pótolja a hiányzó ásványi anyagokat.

Glisson terápia a súlyfürdő kezelés szárazföldi alternatívája. A nyaki gerincszakasz nyújtására alkalmazzuk, leginkább porckorongbetegségek, cervicobrachialgia és kisizületi arthrosisok esetén.

A mélyoszillációs kezelés a pulzáló elektrosztatikus mező által kiváltott, a szövetek mélyébe hatoló oszcilláción alapul. A kezelést a terapeuta speciális kesztyűbe bújtatott kezével vagy kézi applikátor segítségével végzi. Javítja a szövetek anyagcseréjét, segíti a helyi oedemák felszívódását, gyorsítja a nyirokáramlást, fájdalomcsillapító, lazító hatású, javítja a mozgáskészséget.

Nyirokdrenázs, nyirokmasszázs komplex eljárás, mely az egész szervezetre hat. A vér- és nyirokkeringést aktivizáló különböző fogásokra épülő speciális szakértelmet igénylő masszázsfajta, mely elsősorban az arc, dekoltázs, mellkas, has, csípő, fenék, lábak területén alkalmazható. Kiknek jó a nyirokmasszázs? Javasolt megelőzés céljából a folyadékkegyensúly megtartása érdekében, méregtelenítő, regeneráló kúrák kiegészítéseként, fogyókúrázóknak rugalmasság megtartása érdekében, cellulit (narancsbőr) kialakulásának elkerülésére, immunerősítő, minden pangásos állapotban (oedema, vérömleny), fejfájás, migrén, műtetet, traumát követő hegesedés miatt.

Kinesio Tape, a kineziológiai tapasz az emberi bőrhöz hasonló rugalmas tapasz, amely gyógytornászaink által megfelelően felhelyezve a szervezet öngyógyító, mechanizmusát használja fel különböző problémák esetén. Alkalmazható sportsérülések, mozgásszervi problémák, húzódások esetén. Fájdalmat csillapít, növeli a mozgásterjedelmet, javítja az érintett izom funkcióját, fokozza az ízületi stabilitást.



Napfényfürdő Aquapolis Szeged

Wellness-, Gyógy-, Élmény- és Strandfürdő

6726 Szeged, Torontál tér 1.

Tel.: +36-62/566-488

email: info@napfenyfurdoaquapolis.hu

www.napfenyfurdoaquapolis.hu



Napfényfürdő
Aquapolis
Szeged

Ne csak a bélflórára gondoljunk!

Antibiotikum kezelés nőknél

Anők szervezete sokban különbözik a férfiakétól: igaz ez flórájukra is, hiszen a nőknek nem csak a bélflóra egyensúlyáról kell gondoskodni, hanem a hüvelyi flóráról is. Mindkettő fontos alkotóelemei a tejsavbaktériumok – más néven Lactobacillusok, melyeket az antibiotikum kezelések jelentősen károsíthatnak, ezért a nőknek gondolniuk kell a bélflóra mellett a hüvelyflóra egészséges egyensúlyára is.

Az antibiotikum kezelések következményei:

A téli időszakban rengetegen esnek áldozatául fertőzéseknek, így sokszor elengedhetetlen hogy a gyógyuláshoz antibiotiku-

mos kezeléssel essenek át. Nőknél azonban az antibiotikumok – amellet, hogy kiirtják a kórokozó baktériumokat - a bélflórában és a hüvelyflórában egyaránt károsíthatják a jótékony, egészséges egyensúlyt biztosító tejsavbaktériumokat is.

A Lactobacillusok számának csökkenése, esetleges hiánya amellet, hogy „melegágya” lehet a bélrendszeri fertőzéseknek, teret adhat a hüvelyben a fertőzést és gyulladást okozó gombák, baktériumok elszaporodásának is. Így nőknél egy esetleges antibiotikum kezelés nem csak hasmenést, hanem sok esetben olyan mellékhatásokat is okozhat, mint a bakteriális vagy gombás hüvelyfertőzések.

Bélflóra és hüvelyflóra összefüggése:

Ha a normál bélflóra felborul, a hüvelyflóra egyensúlya is veszélybe kerülhet. Ide tartozó érdekes tény, hogy szüléskor meghatározó az anya hüvelyflórája, hiszen ez alapján alakul ki a születendő gyermek bélflórája.

A jótékony tejsavbaktériumok pótlását a kutatóknak köszönhetően ma már nem kell – a korábban megszokott kellemetlen módon, tamponnal vagy egyéb helyi készítményekkel végeznünk, hiszen a Lactobacillusok ma már kapszulázott formában, szájon át vihetőek be a szervezetbe. Ezek a Lactobacillusok az emésztőcsatornán keresztül képesek eljutni a hüvelybe. Itt természetes és sokoldalú hatásuknál – pl. kitűnő megtapadó képességű, tejsavtermelő, baktericid termelő, gombaellenes, immunerősítő – fogva hozzájárulnak az egészséges flóra kialakulásához, fenntartásához, illetve megőrzéséhez.



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



**Bonolact®
Pro+femina**
14db probiotikum
kapszula

Eredeti ár: 3910.-

3324.-

Egységár: 237,43.-/db
586.- Megtakarítás



**15%
KEDVEZMÉNY**



Bonolact[®] Pro+kid



- ★ Antibiotikumok szedése vagy hasmenés esetén!
- ★ LGG[®], Lactobacillus rhamnosus GG-t tartalmaz!
- ★ Magyar fejlesztés!

Gyermekek számára kifejlesztett, 5 különböző előflórát tartalmazó készítmény

AZ ÉTREND-KIEGÉSZÍTŐ TERMÉKEK FOGYASZTÁSA NEM HELYETTESÍTI A KIEGYENSÚLYOZOTT TÁPLÁLKOZÁST.

www.bonolact.hu

Bonolact[®] Pro+kid speciális - gyógyászati célra szánt - tápszer károsodott bélfőrá (pl. antibiotikumok szedése, gyomor- vagy bélrendszeri fertőzések, illetve ennek következtében kialakult hasmenés) esetén. Öt különböző előflórát tartalmazó készítmény. Összetevők: maltodextrin, fruktooligoszacharid, baktériumtörzsek (Bifidobacterium longum, BB-536[®]; Bifidobacterium breve, M16V[®]; Bifidobacterium, BB-12[®]; LGG[®], Lactobacillus rhamnosus GG; Streptococcus thermophilus, TH-4[®]). A termék nyomonkövető tejet tartalmazhat. Adagolás: 3 hónapos kortól, ha az orvos máséket nem javasolja, 1 csupott mikróanalit (1g) granulátum, 1 éves kor felett 2x1 csupott mikróanalit granulátum adása javasolt naponta. Egy csupott mikróanalit granulátumot kimerítés után fel kell oldani langyos (37°C alatti) ételben vagy italban. Kívülről a fogyasztás előtt kell elkészíteni. Tápszerhez keverve is adható. Antibiotikum-kezelés alatt a Bonolact[®] Pro+kid alkalmazása legalább 3 órát a gyógyszer bevétele után javasolt. Tárolás: felbontás után száraz helyen, zárt kupakkal, és legfeljebb 25°C hőmérsékleten tárolandó. Felbontás után javasolt a doboz teljes tartalmának felhasználása az adagolásnak megfelelően. Fontos figyelmeztetés: A készítmény csak orvosi ellenőrzés mellett alkalmazható. Alkalmazása 3 hónapos kor alatti nem javasolt. A készítmény egyedül tápanyagforrásként nem használható. Az ajánlott napi mennyiség túllépése nem javasolt. Gyermeknek elől gondosan elvárando. A termék minőségét speciális csomagolás véd. Felnyitás után gondosan zárja vissza, használat alatt törekedjen arra, hogy a granulátum minél kevesebb ideig érintkezzen a légköri levegővel. Gyártó/Forgalomba hozatall engedély jogosultja: Magyar Tejgazdasági Kísérleti Intézet Kft. 9200 Mosonmagyaróvár, Lucsony u. 24. Magyarországi forgalmazó: Rubenza Kft. 2045 Törökbalint, Rópark u. 3.



R₂ Rubenza Pharma
www.rubenza.hu



140 éve
Szeged Szívében
Az év minden napján nyitva!

KUPONKEDVEZMÉNY

Az akció 2016. június 15-ig,
vagy a készlet erejéig tart!



**Bonolact[®]
Pro+Kid**
granulátum
30db

Eredeti ár: 2786.-

2368.-

Egységár: 78,93.-/adag
418.- Megtakarítás



15%
KEDVEZMÉNY



Egyetlen étrend-kiegészítő, így a Bonolact Pro+Kid sem helyettesíti a kiegyensúlyozott, vegyes étrendet és az egészséges életmódot.

AKÁRMILYEN OTTHONOS, nem jó folyton itt ülni



HASMENÉS esetén

Vény nélkül kapható, loperamid-hidroklorid tartalmú gyógyszer.
Sandoz Hungária Kft. 1114 Bp. Bartók Béla út 43-47. Tel: 06 1 430 2890, www.sandoz.hu

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

140 éve
Szeged Szívében
Az év minden napján nyitva!

ÁRKEDVEZMÉNY
Az akció 2016. június 15-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.

Lopedium 2mg kapszula 20db



Eredeti ár: 1450.-

1233.-

Egységár: 61,70.-/db
217.- Megtakarítás

15%
KEDVEZMÉNY



MÁR 1 DOBOZ MEGÖLI A KÖRÖMGOMBÁT

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



www.loceryl.hu
www.amorolfine.hu

A Loceryl 50 mg/ml gyógyszeres körömlakk amorolfint tartalmazó vény nélkül kapható gyógyszer.

EP kártyára is megvásárolható

Amennyiben gyógyszerünkkel kapcsolatban mellékhatás lépne fel, kérjük, késedelem nélkül az alábbi e-mail címen jelentse be: pharmacovigilance@ewopharma.hu
Dokumentum lezárásának dátuma: 2016.02.29. EWO/LOCERYL/2016/06

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

Forgalomba hozatali engedély jogosultjának helyi képviselője:
Ewopharma Hungary Kft., 1021 Budapest, Budakeszi út 73/f.
Tel.: +36 1 200-4650, fax: +36 1 398-0316, E-mail: info@ewopharma.hu
www.ewopharma.hu

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



Loceryl
50mg/ml
gyógyszeres
körömlakk
2,5ml

Eredeti ár: 6956.-

5565.-

Egységár: 2226.-/ml

1391.- Megtakarítás

**20%
KEDVEZMÉNY**



Enterol és az antibiotikum

Az antibiotikumok hatása:

A bakteriális fertőzések esetén alkalmazott antibiotikumok meggátolják a fertőzést okozó, kórokozó baktériumok szaporodását, vagy elpusztítják azokat. Az alkalmazott antibiotikumok több, különböző baktériumra fejtenek ki hatást, ennek megfelelően tehát más és más spektrumú antibiotikumokról beszélhetünk.

Az antibiotikumok mellékhatásai:

Eltérő spektrumuktól függően az antibiotikumok sajnos nem csupán a káros baktériumokat pusztítják el, hanem a bélflóra felépítésében kulcsfontosságú, „védő” baktériumok egy részét is.

A „védő” baktériumok pusztulása következtében megváltozhat a bélflóra összetétele, és felborulhat annak egyensúlya is. A bélflóra egyensúlyának megromlása miatt a „védő” baktériumok nem tudják megóvni az immunrendszert, és betölteni a kórokozó baktériummal szembeni védő szerepüket. A bélflóra sérülése következtében tehát legyengül a szervezet védelmi rendszere, így a hasmenést okozó baktériumok is könnyen megtelepedhetnek a bélrendszerben. Ezek a baktériumok pedig olyan toxint termelnek, amely hasmenéses tüneteket okoz.

Vizsgálatok kimutatták, hogy az antibiotikum-terápiában részesülő betegek akár 30%-ánál is megjelenhetnek a hasmenéses tünetek. Éppen ezért a normál flóra megőrzése és az antibiotikum okozta hasmenés megelőzése érdekében probiotikumok fogyasztása is ajánlott, kiegészítésként az antibiotikum-terápia mellé.

Az antibiotikum és a probiotikumok:

Az antibiotikumok a kórokozók mellett a baktériumalapú probiotikumok egyes baktérium összetevőit is elpusztíthatják. Emiatt a baktériumalapú probiotikum készítményeket nem szabad az antibiotikummal egy időben alkalmazni, csak az antibiotikum bevétele követő néhány órával később.

Az Enterol egyedülálló tulajdonságai:

A gyógyszer kategóriába tartozó probiotikumok között az **Enterol** egyedülálló, hiszen az antibiotikumokkal egy időben alkalmazható.

Az **Enterol** hatóanyaga a *Saccharomyces boulardii*, mely egy élesztőgomba ami ellenáll a baktériumok elpusztítására kifejlesztett antibiotikumoknak. Így az antibiotikumok nem képesek az élesztőgomba elpusztítására, a két gyógyszer akár egy időben is bevehető.

A gyógyszerbevételek számának csökkenése javíthatja a gyermekek együttműködését, hiszen kevesebbszer kell túlesni a kellemetlen bevételen. Ezzel egyidejűleg csökken az elfelejtett bevételek száma is, mivel nem órákkal az antibiotikum alkalmazása utáni időpontra kell időzíteni a probiotikum használatát.



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



Otipax fülcsepp

Otipax fülcsepp

fenazon, lidokain-hidroklorid

Gyulladáscsökkentő és fájdalomcsillapító hatású fülcsepp.

Kizárólag külsőleg használható!

Bizonyos fajta fülggyulladások okozta fájdalom helyi kezelésére, ép dobhártya mellett:

- pangásos heveny középfülggyulladás,
- vírusos influenza okozta fülggyulladás,
- légnyomásbántalom okozta fülggyulladás esetén.

Az akut középfülggyulladás tünetei:

- A fülfájdalom lehet a síró gyermek első tünete, amikor a kezét a fájdalmas

területre helyezi.

A fül fájdalmát láz kísérheti.

- Purulens fülfolyás jelzi a fül fertőzését és a perforációt. Ilyen esetben mintavétel szükséges.
- Egyéb szisztémás manifesztációk utalhatnak a fülre: láz, emésztési zavarok és viselkedésbeli vagy alvászavarok.

Az akut középfülggyulladás okai:

Az akut középfülggyulladás egy fertőzés alapú betegség, mely az esetek 60-70%-ában bakteriális.

Vény nélkül kapható gyógyszer!



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



Digitális fogamzásjelzés

Az egyetlen digitális fogamzásjelzős terhességi teszt, ami azt is megmutatja, hogy hány hetes a terhessége.

A hétszámlálóval ellátott **Clearblue Digital** terhességi teszt az első és egyetlen olyan teszt, amely olyan pontosan állapítja meg a teherbe esés idejét mint az ultrahangvizsgálat. A tesztbe épített Smart Dual Sensor™ nemcsak azt mutatja meg, hogy Ön „Terhes” (+) vagy „Nem terhes” (–), hanem azt is, hogy mennyire előrehaladott a terhessége.

Nagyon megbízható... Megmutatja, hogy Ön hány hetes terhes.

Ez olyan, mintha két teszt lenne egyben – először az esedékes menstruáció napjától kezdve több mint 99%-os pontossággal kimutatja, jelen van-e a terhességi hormon, ha pedig Ön terhes, azt is megmutatja, hány hét

– 1–2, 2–3, vagy 3-nál több (3+) hét – telt el a fogamzás óta. A hétszámláló 93%-os pontossággal állapítja meg, hogy Ön mikor esett teherbe.

Akár 5 nappal a menstruáció esedékessége előtt is használható.

A teszt olyan érzékeny, hogy akár a ki maradt menstruáció előtt 5 nappal is elvégezheti a tesztet.

Félreérthetetlen és világos, digitális eredmények

A „Terhes” (+) vagy „Nem terhes” (–) eredmény 3 percen belül megjelenik a képernyőn. Ha az eredmény „Terhes” (+), az is megjelenik, hogy mennyi idő telt el a fogamzás óta (1–2, 2–3, vagy 3+ hét).

Orvostechnikai eszköz.



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

140 éve
Szeged Szívében
Az év minden napján nyitva!

KUPONKEDVEZMÉNY

Az akció 2016. június 15-ig, vagy a készlet erejéig tart!

Clearblue
digitális terhességi teszt



Eredeti ár: 1999.-

1699.-

300.- Megtakarítás

15%
KEDVEZMÉNY



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

Prostamol[®] UNO

**Nem kell többé megállni
azért, mert muszáj!**

**Csak azért, ha
tényleg szeretnénk!**

A jóindulatú prosztata megnagyobbodás
okozta vizezési panaszok tüneti kezelésére.

A Prostamol uno 320 mg lágy kapszula serenoa repens (szabálpálma)
gyümölcsének kivonatát tartalmazó, vény nélkül kapható gyógyszer.



**BERLIN-CHEMIE
MENARINI**

2040 Budaörs, Neumann J. u. 1.
Telefon: +36 23 501 301



**Megkönnyíti
folyó ügyeit!**

PRO2016#5718M

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



140 éve
Szeged Szívében
Az év minden napján nyitva!



**Prostamol
Uno 320mg
lágykapszula
60db**

Eredeti ár: 4180.-

3553.-

Egységár: 59,22.-/db
627.- Megtakarítás

**15%
KEDVEZMÉNY**



ÁRKEDVEZMÉNY
Az akció 2016. június 15-ig,
vagy a készlet erejéig tart!

Vény nélkül kapható gyógyszer.



*Az év minden
napján nyitva!*

*www.kigyopatika.hu
webshop*



Gyűrje le a magnéziumhiányt!

A magnézium létfontosságú ásványi anyag. Mi miért köszönhetünk neki? Szükség van rá a fehérje-, zsír- és szénhidrátanyagcseréhez, az energia- és inzulintermeléshez, az izomzat és az idegrendszer jó működéséhez és a csontozat felépítéséhez. A hivatalos napi szükséglet gyermekeknél 50-250 milligramm, felnőtteknél 300-400 milligramm, a férfiaknál valamivel több, mint a nőknél.

A teljes kiőrlésű gabonából készült termékek a lehető legjobb magnéziumforrásnak számítanak. A barnake-

tápanyagok.

A szervezetünkben lévő magnézium (mintegy 30 gramm) nagy része csontjainkban található, de van belőle izmainkban, szerveinkben és a vérünkben is. A magnéziumhiánynak többféle oka lehet, a nem megfelelő táplálkozás mellett például bélbetegségek okozhatják a felszívódás csökkenését. Nagy mennyiségű magnézium távozhat a szervezetből hasmenés vagy egyes vízajtók és vérnyomáscsökkentők szedése esetén, de krónikus gyulladásos betegségek és alkoholizmus mellett is rendszerint alacsony a szintje.

Megnő a szervezet magnéziumigénye fokozott fizikai igénybevétel, intenzív mozgás során, valamint terheség és szoptatás alatt. A magnéziumhiány gyakori tünetei lehetnek: ingerlékenység, idegesség, koncentrálóképesség csökkenése, feledékenység, izomgyengeség, izomgörcsök, érelmeszesedés, szívritmuszavarok, magas vérnyomás, emésztési problémák, alvászavar, szokatlan fáradtság.

Klinikai kutatások bizonyították, hogy a magnézium kedvező hatását migrén, szív- és agyi érrendszeri betegségek, cukorbetegség és Alzheimer-kór esetén is.

A Béres Magnézium 250 mg + B6 filmtabletta kiválóan felszívódó magnézium-kombinációt tartalmaz. Már napi egy Béres Magnézium+B6 filmtabletta biztosítja szervezete számára a megfelelő magnézium-mennyiséget.

BÉRES MAGNÉZIUM_{250mg} + B₆ Kiválóan felszívódó magnézium kombináció



nyér, -tészta vagy -rizs rendszeres fogyasztása megfelelő magnéziumellátást biztosít. Igen gazdag magnéziumforrást jelentenek többek között a hüvelyesek, olajos magvak (napraforgómag, szezámag), a zöld, leveles zöldségek és a héjában sült burgonya is. A zöldségekből főzés hatására a magnézium kioldódhat, ezért ne főzzük túl, inkább pároljuk, grillezzük, vagy sütőzacskóban készítsük el őket, hogy ne vesszenek kárba az értékes

Egyetlen étrend-kiegészítő, így a Béres Magnézium 250mg+B6 sem helyettesíti a kiegyensúlyozott, vegyes étrendet és az egészséges életmódot.

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

140 éve
Szeged Szívében
14 év minden napján nyitva!

ÁRKEDVEZMÉNY
Az akció 2016. június 15-ig,
vagy a készlet erejéig tart!



Béres Magnézium 250mg+B6
filmtabletta
90db



Eredeti ár: 2450.-
1960.-
Egységár: 21,78.-/db
490.- Megtakarítás

20%
KEDVEZMÉNY

Vény nélkül kapható gyógyszer.



Ambuláns szájsebészet, fogászati implantológia (műgyökér beültetés).

- Betegvizsgálat
- Szaktanácsadás
- Felvilágosítás
- Fogágy és szájnyálkahártya
higiénés tanácsadás
- Tervkészítés
- Fogászati prevenció
- Röntgenfelvétel
- Fogkö eltávolítás
- Fogtisztítás
- Fogfehérítés
- Gyermekfogászat



Rendelési idő:

Hétfő: 14:00-18:00

Kedd, Szerda, Péntek: 11:00-18:00

Csütörtök: 8:00-18:00

6724 Szeged,

Mikszáth Kálmán u. 10. fsz. 3.

Tel.: (62) 321-451, (30) 635-5567

E-mail: hoppenthalerdr@gmail.com

Dr. Hoppenthaler János Fogszakorvos
www.hoppenthaler.hu

A kezelések éber nyugtatásban (bódításban) is elvégezhetők.

Hitek és tévhitek a náthával kapcsolatban.

A z ősztől tavaszig tartó influenza és a különböző felső légúti betegségek szezonja során a leggyakoribb betegség az úgynevezett „megfázás”, amelynek csaknem mindig kísérője a nátha.

Mindannak ellenére, hogy gyakori és sokakat érintő problémáról van szó, a felső légúti betegségekkel és a náthával kapcsolatban számos olyan tévhit létezik, amely akadályozza a hatékony kezelést. Az alábbiakban összegyűjtöttünk közülük néhányat:

1. A felső légúti betegségek csak hideg, csapadékos időben fordulnak elő.

Hamis: Bár valóban ebben az időszakban fordulnak elő leggyakrabban ezek a betegségek, száraz, meleg időben is gyakorta kialakulhatnak, olyan helyzetben például, amikor szervezetünk nagy hőmérsékletkülönbségeknek van kitéve, legyen szó légkondicionáló használatáról vagy a nappali és az éjszakai hőmérséklet közötti jelentős ingadozásról.

2. Nemcsak influenza, hanem nátha ellen is védekezhetünk védőoltással.

Hamis: Míg az előbbi az influenzavírus különböző változatai okozzák és van ellene védőoltás, addig az utóbbi kialakulásáért a leggyakrabban az úgynevezett rhinovírusok okolhatók, oltani pedig nem lehet ellene.

3. Az influenza és a nátha tünetei megegyeznek.

Hamis: Az influenza esetében a fő tünetek a láz, a hidegrázás, a fejfájás, a fokozott izomfájdalom, a száraz köhögés, az orrdugulás, azaz több az általános, egész testet érintő tünet. A náthás embert hőemelkedés, torokfájás és torokkaparás, száraz köhögés, orrdugulás, orrfolyás, szemváladékozás, fejfájás és tüsszentés kínozza.

4. A náthából hét-tíz nap alatt lehet felgyógyulni.

Részben igaz: A vírusos eredetű nátha általában hét-

tíz nap alatt múlik el, ha azonban a nátha bakteriális eredetű vagy a nem megfelelő kezelés nyomán bakteriális felülfertőzés jön létre, olyan szövődmények alakulhatnak ki, mint az arcüreggyulladás, a légsző- vagy hörghurut illetve a tüdőgyulladás, amelyekből sokkal hosszabb ideig tart a felgyógyulás.

5. Nátha ellen leghatékonyabb kezelés az antibiotikum-kúra.

Hamis: Influenza és nátha esetén is az első körben tüneti kezelést (orrspray, lázcsillapító, köptető és vitaminok)

kell alkalmazni, s csak a tünetek súlyosbodása illetve a szövődmények kialakulása esetén lehet influenza esetén antivirális szereket és antibiotikumot, a nátha felülfertőződése illetve a bakteriális eredetű nátha esetén pedig antibiotikumot szedni.

6. A nátha kezelésekor nem kell külön foglalkoznunk az orrdugulással.

Hamis: A nátha tüneti kezelésénél nagyon lényeges momentum az orrban lévő váladék oldása és eltávolítása, az orrnyálkahártya duzzanatának csökkentése és

a melléküreg kivezető nyílásainak szabadabbá tétele. Ha ugyanis bedugul az orrunk, optimális közeg jön létre a kórokozók szaporodása és a szövődmények kialakulása számára.

Az orrdugulás megszüntetésére orrspray használata ajánlott. Megfelelő megoldást jelent a **Rhinospray plus orrspray** alkalmazása, amely az egyetlen olyan Magyarországon forgalmazott orrspray, amelynek aktív hatóanyaga a tramazolin. A gyógyszer percek alatt és hosszú órákra megszünteti az orrdugulást. Emellett a hozzáadott mentol, eukaliptusz és kámfor friss, tiszta és hűs érzetet biztosít.

A speciális szórófejnek köszönhetően a Rhinospray plus hatóanyaga a nyálkahártya kiterjedt területére jut el, egyenletes koncentrációban és mindig azonos adagokban.

A Rhinospray plus egészségpénztárban elszámolható, tramazolin hatóanyagú gyógyszer.

A rockázatokról és a mellékhatásokról olvassa el a betegájékoztatót, vagy kérdezze meg kezelőorvosát, gyógyszerészét!

Boehringer Ingelheim

140 éve
Szeged Szívében
Az év minden napján nyitva!

ÁRKEDVEZMÉNY
Az akció 2016. június 15-ig, vagy a készlet erejéig tart!



Rhinospray Plus orrspray
10ml

Boehringer Ingelheim

Eredeti ár: 1856.-
1670.-
Egységár: 167.-/ml
186.- Megtakarítás

10% KEDVEZMÉNY

KOS

Március 21. - Április 20.



Egész életed során figyelned kell néhány testrészedre, s ezeket a szabályokat sportolás közben is érdemes betartanod. Sérülékeny a gerincoszlopod, ezért ügyelj az egyenes testtartásra, és figyelj oda, hogy milyen ágypöttyet használsz. Ha ugyanis ez nem megfelelő, akkor komoly problémákat okozhat.

BIKA

Április 21. - Május 20.



Néhány dolog, amelyre általában jobban oda kell figyelned egészséged megőrzése érdekében: gyomor- bélrendszered fokozottabban érzékeny, hiszen vannak dolgok az életben, amelyeket, képletesen szólva „nem vesz be a gyomrod”, és ez testi szinten is megjelenhet.

IKREK

Május 21. - Június 21.



Sérülékenyebb terület szervezetedben a hörgők területe, (téli viszonylatban érdemes jobban vigyáznod rá) a légcsőved, légző rendszered. Sportolás, házimunka, barkácsolás alkalmával fokozottabban kell óvnod kezeidet, karjaidat, javaslom, hogy ilyen tevékenységeknél viselj védőkesztyűt.

RÁK

Június 22. - Július 22.



Érzékeny terület szervezetedben a gyomrod és a nőgyógyászati szervek (elsősorban a méh). Nőgyógyászati tekintetben rendszeres szűrővizsgálat szükséges, melleidet, pedig magadnak is ellenőrizd megfelelő gyakorisággal.

OROSZLÁN

Július 23. - Augusztus 22.



Hátad, keringésed érzékenyebb, mint általában a többi embernek. Csontrendszeredre figyelned kell, javaslom, hogy fogyassz rendszeresen kalciumot, tartalmazó készítményeket. Alkalmanként ingadozó lehet a vérnyomásod, ami nagyon megviselhet a hétköznapi szintjén.

SZÜZ

Augusztus 23. - Szeptember 22.



Hajlamod lehet viszszes panaszokra, esetleg viselj gyógyharisnyát, vagy pedig valamilyen krém formájában kapható készítményt alkalmazz. Idegeidet nem szabadna túlterhelned, ezen a területen sokkal érzékenyebb vagy a megszokottnál.

MÉRLEG

Szeptember 23. - Október 22.



Tested szabályozórendszerei sérülékenyebbek a megszokottnál, így előfordulhat, hogy allergia lép fel nálad, esetleg bőrbántalmak jelentkeznek. Hólyaghurutra fokozottabb hajlamod van, ilyen panaszok esetén rendkívül sok folyadék elfogyasztásával általában lehet a bajon segíteni.

SKORPIÓ

Október 23. - November 21.



Sérülékeny terület szervezetedben hólyagod, nemi- és kiválasztó szerveid. Fertőzésekre nagyobb a hajlamod, mint a megszokott, tehát vírusos időszakban ne menj túlszűfolt, oxigénhiányos helyekre. Lábad területe is érzékenyebb, mindig ügyelj a megfelelő cipő, lábbeli kiválasztására.

NYILAS

November 22. - December 21.



Sérülékeny terület szervezetedben az artériák, a comb, csípő, medence térsége. Az átlagosnál jobban kell vigyáznod a hörgők területére, mellkasodra. Hőrhurutod gyakran lehet, erre az öltözködésnél, ruházatod megválasztásánál is ügyelj téli viszonylatban.

BAK

December 22. - Január 20.



A rendszeresen végzett masszázs nagyon jótékony hatással bírhat egész szervezetedre, ugyanis megóv téged a „lemerevedéstől”, amire hajlamos vagy. Végtagjaid egyes időszakokban érzékenyebbek, s a téli időszakokban fokozottabban kell figyelned arra, hogy meg ne sérüljenek, hiszen a csúszós utakon könnyebben eleshetsz.

VÍZÖNTŐ

Január 21. - Február 19.



Sérülékeny terület a csontrendszered területe, ezért javaslom neked, hogy időben kezdj el szedni kalciumot, tartalmazó készítményeket. Idegrendszeredet sem szabad túlterhelned, megfelelő életmóddal mindig találj meg a módját annak, hogy pihenj és kiakapszódj.

HALAK

Február 20. - Március 20.



Szervezetedben sérülékeny terület a lábfej, lábujjak, mirigyrendszer, nyirokrendszer és a szervezet szállítórendszere. Ezért azután bizonyos időszakokban előfordulhatnak nálad allergiák reakciók, gombás fertőzések az immunrendszer gyengébb volta miatt. Bokasüllyedés, illetve lúdtalp is felléphet.

FÜBEN, FÁBAN ORVOSSÁG

Évezredes tapasztalatot őriznek a gyógynövények, amelyek sokféle panaszra nyújtanak enyhülést. A természetes gyógymódok mellett azonban szükségünk van a gyorsabban és célzottan ható korszerű gyógyszerekre is. Bölcs döntést igényel, hogy mikor melyiket érdemes alkalmazni, ám sok esetben kombináltan alkalmazva hamarabb felépülhetünk.

Míg pl. az antibiotikumok a baktériumok egyes típusai ellen hatásosak, addig a gyógynövények a baktériumok mellett a vírusok és a gombák ellen is eredményesen vehetik fel a küzdelmet. Ezen hatás mellékhatások nélkül segíti a gyógyulást, tartósan erősítve az immunrendszert. Gyógyító növényeink alkalmazásakor viszont türelmesebbnek kell lennünk, hisz általában több időt vesz igénybe a gyógyulás, de a szervezet megerősödve kerül ki a fertőzésből. Fontos azonban tudni, hogy mikor kell orvoshoz fordulnunk a szövődmények elkerülése érdekében. A mindennapi életben jelentkező panaszok közül pl. a meghűléses problémák jól kezelhetők egy-egy csésze illatos gyógyteaival.

Echinaceae: megelőzésre, immunvédelem fokozására,

Csipkebogyó:

magas C-vitamin tartalma miatt a védekező rendszer erősítéséhez nélkülözhetetlen,

Hársfa- és bodzavirág: a megfázás kezdeti stádiumában használható, kitűnő izzasztókúrára. A tea elfogyasztása után ajánlott ágyba bújni.

Lándzsás útifű, mályva, kakukkfű:

nátha, torokfájás, köhögés esetén hatásos,

Grépfruitmag kivonat: természetes antibiotikum, több mint 700 baktériumtörzs, továbbá gombák, vírusok és paraziták ellen is hatásos.

A gyógyteák házilag is könnyedén, gyorsan elkészíthetőek, általában kellemes aromájúak. Forrázás után citrommal és mézzel ízesíthetjük, amikor már iható hőmérsékletű.

Gyurisné dr Török Éva
gyógyszertárvezető



Oldies: mediterrán valóság

Az az alapgondolat, hogy masszív régi épület bontásából származó elemekkel készítenek újat, jól bevált a világ számos helyén, ahol fogadót, éttermet, szállodát vagy borházat hoztak létre. Magához a megvalósításhoz csupán két dolog kell: az újrahasznosításra alkalmas alapanyag és jó ízlés.

Nos, az Oldies a tulajdonosok jó ízlését dicséri: a terek arányosak, az anyagok rusztikusan egyszerűek, az ételek szépek, a hangulat mediterrán. Aki belép, úgy érzi, valahol egy nagyon hosszúra elnyújtott déltengeri partszakasz végtelenül otthonos miliőjébe érkezett, de nem tudja eldönteni, hogy Katalónia, Provence vagy Szicília ez a hely, ezért úgy dönt, hogy mindegyik.

A tulajdonosok egy 140 esztendőös fővárosi épület bontásának anyagaiból válogatva hozták létre ezt a különleges hangulatot árasztó éttermet. Általában a csupasz téglafal és a pácolt gerenda különösen nagy üvegfelületekkel együtt nyeri el a vendégek bizalmát, de egyáltalán nem mindegy, hogy milyenek az arányok. Lehet a gerenda nyomasztó, a téglá szegényes és az üveg zavaróan csillogó, ám itt olyan kellemes összhangját teremtették meg a hagyományos anyagoknak, mintha Vivaldi tervezte volna hangjegyekből.

Az Oldies nem megy át a szomszédba egy kis mediterráneumért. Ő maga az. Van például Pernod, amit csak délen isznak jól behűtve vagy jéghideg vízzel felöntve. Ez az az ánizslikőr, aminek a zamata és aromája szabályosan rabul ejti a fogyasztóját. Van sok hideg sör is. És van originális olasz habzóbor, ami nem csak a gondolkodást, de az étvágyat is gerjeszti. Vagy ott van az articsóka, aminek pusztán kiejtése mögött zúgni kezd a tenger. S ne feledjük az érlelt sonkák sorát, a méretes olívbogyókat és a hamisítatlan aragóniai paellát!

Az ízek orgiája volna ez a hely? Nagyon valószínű. A füge összeköltözik a párolt káposztával, a kelkáposzta az almával, a kukukkfű a kukoricakrémmel. A fűziós konyha nagy találkozásai jönnek itt létre hidegen, melegen, forrón, gránitlapon és különleges formájú csészékben. Mindezekhez bőséges italválaszték párosul és persze az az esztétikai élmény, ami a bontott anyagok újjászületésével, a merészségbe kevert kreativitással és a barátságos felszolgálással jött létre.

És még valami: minden természetes anyag – legyen az fa, kő, étel, ital, zöldség, fűszer, sajt, tehát minden a helyén van, mondhatni kifogástalan mediterrán hangulatban kényeztetni a család apraját-nagyját.



Oldies, Szeged, Oroszlán u. 6.

Nyitva tartás: minden nap 11:00-tól 01:00-ig

e-mail: oldiesszeged@gmail.com,

asztalfoglalás: +36 30 799 7575



A BŐR ÖNMAGA

INSPIRÁLTA A BIODERMÁT,
HOGY AKTIVÁLJA BŐRÜNK
TERMÉSZETES VÉDEKEZŐKÉPESSÉGÉT
A NAPSUGARAKKAL SZEMBEN



Photoderm Spray SPF 30

MAGAS FÉNYVÉDELEM, AMELY
AKTIVÁLJA A BŐR TERMÉSZETES
VÉDEKEZŐKÉPESSÉGÉT

A Cellular Bioprotection® szabaddalom megőrzi és stimulálja a sejtek természetes védekezőképességét a napsugárzással szemben. UV/A és UV/B elleni hatékonysága révén véd a napsugárzás azonnali jelentkező veszélyeitől. Külső és belső védelmet nyújt a bőrnek. Így bőrünk hosszantartóan ellenállóvá válik a nap káros sugaraival szemben.

BIOLÓGIA A BÖRGYÓGYÁSZAT SZOLGÁLATÁBAN

BIODERMA

LABORATOIRE DERMATOLOGIQUE

Főnyomtatvány a 3. oldalon!



140 éve
Szeged Szívében

Az év minden napján nyitva!

KUPONKEDVEZMÉNY

Az akció 2016. június 15-ig,
vagy a készlet erejéig tart!



**Bioderma
Photoderm
Spray
SPF 30
200ml**

Eredeti ár: 5741.-

4306.-

Egységár: 21,53.-/ml
1435.- Megtakarítás



25%
KEDVEZMÉNY



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

20 éve Kedvenc...! John Bull Pub

Ha megkérdezzük a szegedieket, melyik a város legjobb étterme, biztosak lehetünk abban, hogy mindeki az első három között említi az Oroszlán utcai John Bullt. A valaha franchise rendszerű hálózatban sokféle pub, étterem, söröző jött létre szerte a világon, ám a szegedi az első évétől kezdve sikeresen ötvözte a laza hangulatú pub és a komoly konyhára építő, tradicionális étterem erejéit. Így maga lett a megbízhatóság szimbóluma.

A miliő viktoriánus korabeli angol pub: a berendezés (padlószőnyeg, bőr és plüss) egységes, autentikusan brit, mintha London belvárosában lennénk. Ott, mint tudjuk, kevéske ételféleség és sok sör a jellemző. Itt viszont a legjobb európai konyhákkal veszi fel a versenyt a választék. A levestől a hideg és meleg előételeken és a húsféleségek gazdag választékán át a halakig és tésztákig – a divatos salátákról vagy a tatár többféle elkészítéséről nem is beszélve – ez itt a mindentudás egyeteme.

Ha megkérdezik, mi a titka a mi John Bullunknak, az első gondolat az állandóság. A berendezés a húsz év alatt többször változott, de minden egyes bővülést önértékeire építette a hely. A felszolgálók a legjobbak közül valók, példamutatóan értenek a kínált ételekhez és italokhoz. Külön erényük, hogy jól ismerik a nem kevés törzsvendég egyedi kívánságlistáját. A konyha pazar. Minden íz a helyén van, minden tányér ízléses, minden adag bőséges. Az italválaszték abszolút versenyképes, mert minden szegmensben rendkívül széles szortimentet biztosít.

A két tulajdonos a konzervatív üzletpolitika mintája. Két évtizede kerültek Szegedre és azóta bölcsen, higgadtan, nagy szorgalommal, a piac rezdüléseit okosan értelmezve, immár sok embernek munkát adva teszik a dolgukat. A jó gazda gondosságával naponta tesztelik a konyhát, sőt minden szakácstól naponta új kreációt várnak, amelyek közül az kerül az étlapra, amit kijelöl a közös bölcsesség.

A folyamatos, de mértéktartó változások sorába illeszkedett, amikor a pincében megnyílt a söröző borozója. A tulajdonosok már ekkor, bő egy évtizeddel ezelőtt jól látták, hogy dinamikus fog nőni a borfogyasztás, amihez megfelelő teret kellett létrehozni.

A szinte mindig teltházás, de sohasem zsúfolt, a futballmeccsek idején egyedi hangulatú pubban mindig friss és egészséges, vitaminokban gazdag, szezonális alapanyagokból készülnek a csodálatos ételek.

John Bull Pub
Szeged, Oroszlán u. 6.

Asztalfoglalás:

+36 (62) 484 217

+36 (30) 700 7426

e-mail: johnbullpub@szemernet.hu

