LÉKÁRNICKÉ KAPKY

SKAUTSKÁ POMOC LÉKÁRNÁM
608 737 587
Každý den 08:00 - 19:00
www.skautskapomoclekarnam.cz

E-newsletter České lékárnické komory 11/2020 LISTOPAD

SÁM DOMA A NEMOCNÝ

Ať už jde o obávaný koronavirus, nebo jiné virové onemocnění, samoléčba je teď fenomén. Lékařům máte spíš volat a osobně raději nikam nechodit, pokud to není nutné. Poradit se můžete ale i s Vaším lékárníkem. Lékárny zůstávají otevřené a bezpečné.

Jaké léky mít raději doma v zásobě, kdyby se objevila horečka, kašel a další příznaky nemoci? Odpovědi na tyto a další otázky přinášejí lékárnice Mgr. Michaela Bažantová a Mgr. Lucie Kovářová.

PODROBNĚ, JAK SI PORADIT DOMA S NEMOCÍ ▶

BOLESTI HLAVY Z ROUŠKY

V současné době se bez roušky neobejdeme. Nošení roušky je považováno za účinnou a v momentální situaci nezbytnou pomoc proti šíření koronaviru. Někomu nošení příliš nevadí, jinému může působit nepříjemnosti a každý se těší na okamžik, kdy roušku může z obličeje sundat. Lékárníci nyní řeší s pacienty situace, kdy si přicházejí pro léky na bolest hlavy v souvislosti s nošením roušek.
Proč může z nošení roušky bolet hlava? Co k bolesti hlavy vede? A především, jak si můžeme pomoci, aby nás hlava z nošení roušky nebolela?

JAK SI PORADIT S BOLESTMI HLAVY Z ROUŠKY ▶

SPRÁVNÉ DÁVKOVÁNÍ LÉKŮ

Dodržování správného dávkování léků je důležité pro dosažení požadovaného účinku léku a co nejnižších nežádoucích účinků. Na čem závisí? Co dělat, když si lék zapomenete vzít? ▶

KDY (NE)UŽÍVAT ANTIBIOTIKA

Užívání antibiotik má svá pravidla, jako u všech jiných léků. Nepomáhají při nachlazení či chřipce, jsou účinná pouze proti bakteriálním infekcím. Kdy a jak antibiotika správně užívat? ▶

PSYCHOSOMATIKA

Jaký je vliv psychiky na lidské zdraví? Tělo a mysl jsou neoddělitelné, vzájemně se ovlivňují. Jak si poradit se stresovými situacemi, kterým je naše tělo nyní vystaveno více? ▶

PROBIOTIKA

Probiotika jsou živé bakterie, které příznivě ovlivňují naše zdraví. Najdeme je ve vybraných potravinách a též v různých lékových formách ve vaší lékárně. Kdy je užívat a jak je vybrat? ▶