

obsah



CO NÁS ZAJÍMÁ

- 6** Pacient a právo

KDO NÁS ZAJÍMÁ

- 7** MUDr. Eva Medová

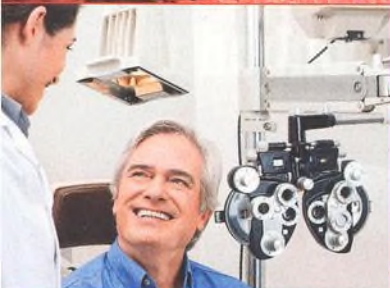
TÉMA

- 8** Co vydrží srdce?



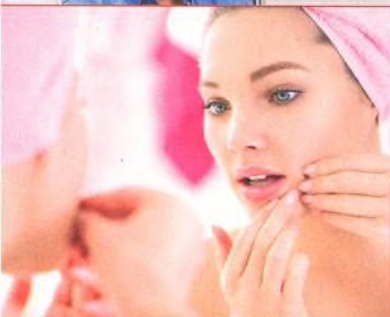
KLINIKA

- 16** Myomy a cysty
Jak rychle rostou a proč vadí
- 20** Muž na urologii
Jak neumřít na nádor?
Chodit na prevenci a nekouřit
- 26** Dětskou kůži netrápí jen kopřivky
- 32** Neléčená parodontitida vás připraví
o zuby a zdraví
- 36** Diabetická retinopatie
Kontroly na očním mají být pravidelné
- 40** Kde nám bude dobře
Domovy pro seniory mají Doporučený
standard kvality
- 42** Pacientův lékař a lékařův pacient
- 44** Lékař mě nechtěl informovat o mém
zdravotním stavu



ZDRAVÍ A KRÁSA

- 46** Návod na generační péči
- 54** Kouzlo konturování
Naučíte se umění vizážistů
- 56** Půlhodinka vibrací



JAK SE MÁTE?

- 60** Nela Boudová
Všechno souvisí se vším
- 64** Získejte figuru v obýváku



MŮJ DOMOV

- 66** Exotické ovoce
- 70** Bušení srdce a problémy s krevním tlakem
- 72** Kiwi
- 74** Strava pomáhá rakovině předcházet
i ji porazit
- 78** Zážitky blízké smrti
- 81** Truchlení má svá pravidla
Pozůstalí nemusejí trpět zbytečně
- 84** Kam to dáme?
- 88** Návraty psích tuláků



MŮJ DOMÁCÍ LÉKAŘ

Průvodce léčbou nemocí a zdravotních obtíží



Lékárník radí

- Které volně prodejné přípravky užíváme nejčastěji?
- Osvědčené tipy
- Pozor na kombinace účinných látek

6 problémů,

se kterými pomáhá
dermokosmetika

Návrat

k vydatnému
spánku

Jak si vybrat
vhodné přípravky
pečující o zuby

Podzimní
alergeny
na nás působí





obsah

Přílohu MŮJ DOMÁCÍ LÉKAŘ s námi připravili:



Mgr. Jakub Dvořáček, výkonný ředitel Asociace inovativního farmaceutického průmyslu (AIFP)



Martina Šimová, místopředsedkyně představenstva České asociace pro speciální potraviny



Mgr. Bc. Ivana Látalová, vedoucí lékárny Hvězdova v Praze, současně působící jako nutriční terapeutka



Mgr. Hana Šnajdrová, vedoucí lékárny při Thomayerově nemocnici v Praze



MUDr. Iva Pončáková, oddělení alergologie a klinické imunologie Nemocnice Na Homolce



MUDr. Karolína Kykalová, dermatoložka a primářka kliniky Esthesia v Praze



MUDr. Karel Urban, Klinika plastické chirurgie 1. lékařské fakulty UK a Nemocnice Na Bulovce



David Ševčík, odborný konzultant, PROFIMED s. r. o.

4

Rozdíl mezi lékem na předpis a volně prodejným lékem (OTC) je mimo jiné také v tom, že u OTC není stanovena úhrada pojišťovny, pacient si proto platí plnou cenu. A nejen to, pacient na sebe tím, že si sám OTC zakoupí, přebírá veškerou zodpovědnost.

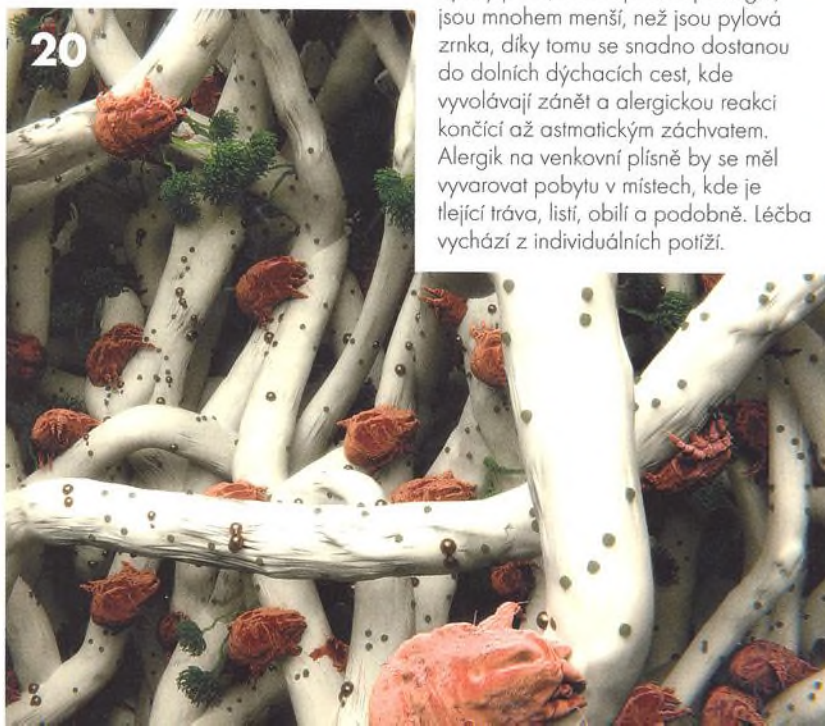
6



Rýma je akutní zánět sliznice nosní dutiny, projevující se jejím zduřením a vodnatým nebo hlenovitým výtokem z nosu. Zná ji asi opravdu každý, zpravidla trvá zhruba týden.

- 4 Orientujete se správně? Volně prodejné léky a doplňky stravy
- 6 ORL problémy
- 10 Máte silnou imunitu?
- 12 Neklidné trávení
- 14 Spolehnutí na klouby a kosti
- 18 Urologické problémy žen a mužů
- 20 Devatero podzimních alergenů
- 22 Boj o klidný spánek
- 24 Od podzimu se bráníme únavě
- 26 Ó problémů, se kterými pomáhá dermokosmetika
- 30 „Kosmetika“ pro zuby
- 32 Jak správně ošetřit krvácivé rány?

20



Spory plísní, které způsobují alergie, jsou mnohem menší, než jsou pylová zrnka, díky tomu se snadno dostanou do dolních dýchacích cest, kde vyvolávají zánět a alergickou reakci končící až astmatickým záchvatem. Alergik na venkovní plísně by se měl vyvarovat pobytu v místech, kde je tlející tráva, listí, obilí a podobně. Léčba vychází z individuálních potíží.

26



Příčinou akné bývají dispozice, které si neseme od předků, ať už jde o množství, velikost nebo reaktivitu mazových žlázek.