



ODBORNÉ PORADENSTVÍ V LÉKÁRNÁCH

S končícím rokem bilancujeme a také si dáváme nové cíle či předsevzetí. Nebo si jen přejeme něco málo změnit a začít s rokem nadcházejícím pečovat o své zdraví. Lékárníci vám v tom pomohou!

Odborné poradenství v lékárnách dnes poskytují zdravotničtí profesionálové již v sedmi oblastech. Lékárníci vám pomohou například s odvykáním kouřením či s podporou ve snižování hmotnosti. Poradenství je garantováno Českou lékárnickou komorou. Pacienti tak mají zajištěno, že jim službu poskytuje odborník, který se v daném oboru vzdělává a má vědomosti o nejnovějších poznatcích.

KOMPLETNÍ SEZNAM OBLASTÍ A LÉKÁREN ►

ON-LINE PORADNA

Vedle odborného poradenství v lékárnách garantuje Česká lékárnická komora i on-line poradnu na portálu pro pacienty Lékárnické kapky.

Ne vždy máte cestu do lékárny, abyste se zeptali svého lékárníka nebo je váš dotaz intimnějšího rázu a chcete mít pro konzultaci klid svého domova. Na internetu dnes najdete po zadání dotazu do vyhledávače desítky či stovky odkazů se „zaručenou“ odpovědí. Neriskujte. Pošlete dotaz skutečným zdravotníkům, kteří vám s vašim problémem odborně poradí.

PORADNA PRO PACIENTY ►

ALKOHOL – PŘÍTEL, KTERÝ (NE)POMÁHÁ



Příležitostí, kdy si připijeme na zdraví je v tomto období nejvíce. Informace o prospěšných účincích alkoholu nejsou dokázané, ač bychom si to třeba přáli. Kolik alkoholu obsahují jednotlivé nápoje a proč to s pitím nepřehánět? ►

PÁLENÍ ŽÁHY



Pálení žáhy patří mezi nejčastější zažívací potíže. Ačkoliv je to zvláště na konci roku, při hojnosti dobrot, hodně těžké, nejjednodušší je při pálení žáhy přistoupit k režimovým opatřením a odlehčit jídelníček. Jak na to? ►

POZOR NA LÉKY ZA VOLANTEM



Rušněji je koncem roku i na silnicích, kdy vyrážíme na návštěvy nebo třeba na hory. Kromě zimní výbavy je ale třeba řešit ještě další podstatnou věc, která má vliv na bezpečnost jízdy. Jsou to léky, které mohou ovlivnit naši schopnost řídit. ►

JAK SI PORADIT S KOCOVINOU?



Ráno se probudíte a říkáte si, že jste si tu další skleničku dávat neměli... Situace, na kterou má každý ten svůj „nejlepší recept“. Co ale můžeme pro naše tělo skutečně udělat, aby mohlo alkohol odbourat a proč rozhodně neužívat léky s paracetamolem? ►

