



RIZIKO RAKOVINY SNÍŽÍTE AŽ O 30 %, KDYŽ NEBUDETE KOUŘIT

Lékárníci se zapojili k únorovému Světovému dni boji proti rakovině. Nejvýznamnější jednotlivou příčinou rakoviny je kouření, to způsobuje až 90 % rakoviny plic. Kromě toho způsobuje kouření také dalších 13 různých druhů rakoviny a mnoho dalších onemocnění.

Jak cigarety způsobují rakovinu? Jejich kouř obsahuje přes 70 kancerogenů - látek, které rakovinu způsobují. Ty se při aktivním i pasivním vdechnutí cigaretového kouře dostávají krví do celého těla a mění DNA v buňkách, poškozují geny a způsobují nekontrolované dělení buněk a vznik nádoru.

Co je nikotin a jak účinkuje na organismus?

[DALŠÍ INFORMACE ►](#)

LÉKÁRNÍCI VÁM POMOHOU S ODVYKÁNÍM KOUŘENÍ

Kouření je závislost, není lehké s ním přestat. Proto je úspěšnost odvykání bez pomoci velmi nízká. S odbornou pomocí se však úspěšnost odvykání zvyšuje několikanásobně. V České republice v současnosti funguje vedle 41 center pro závislé na tabáku také 148 lékáren, ve kterých vedou vyškolení lékárníci s pacienty konzultace v rámci odvykání kouření.

Pacientům, kteří odvykají za pomoci odborných center v lékárnách, některé pojišťovny na jejich léčbu přispívají - VZP částkou 2 500 Kč, OZP částkou do výše 4 000,- Kč.

Seznam lékáren, které konzultace v rámci odvykání kouření provádějí, najdete [ZDE ►](#)

LÉKY NA KAŠEL



Kašel je častým a nepříjemným příznakem infekcí dýchacích cest. Je to obranný reflex, který udržuje průchodnost dýchacích cest. Jak na vlhký a jak na suchý kašel?... [►](#)

SPRÁVNÁ VÝŽIVA VE VYŠŠÍM VĚKU



Pestrá a vyvážená strava je důležitá v každém věku, podceňovat by ji neměli ani senioři. Přispívá k dobré kondici a vitalitě. Jak se tedy správně stravovat?... [►](#)

CHLORELLA



Chlorella je velmi oblíbeným způsobem detoxikace organismu. Přinášíme vám shrnutí účinků chlorelly a správného způsobu užívání... [►](#)

„O LÉCÍCH“



Znáte složení a množství účinné látky v užívaném léku se vyplácí. Některé z nich obsahují pouze jednu účinnou látku, jiné mohou obsahovat hned více takových látek... [►](#)

