



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 přináší 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 nevdává, 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? ►

