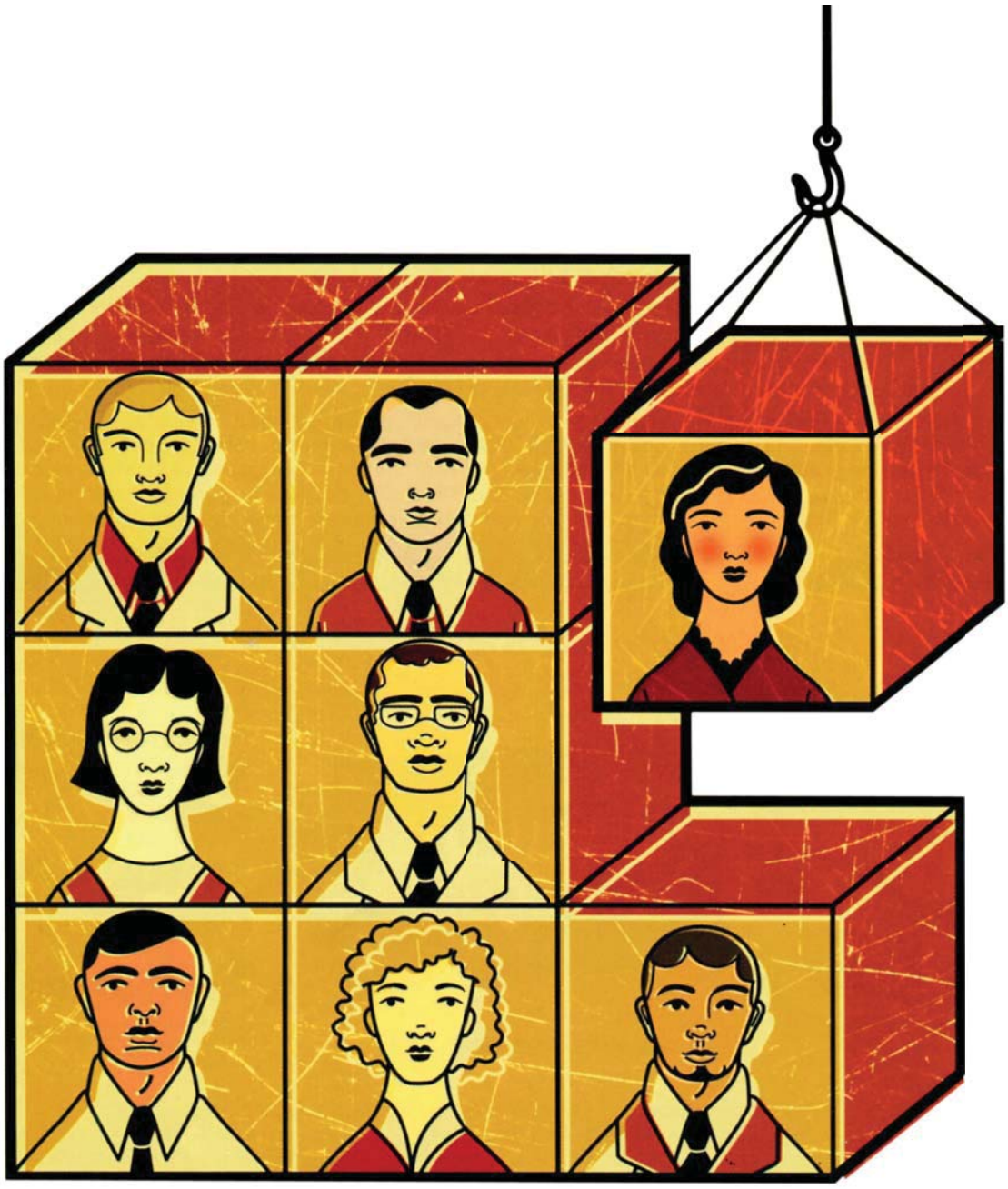
PHARMACY
management
ΚΑΙ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ
www.PharmaManage.gr
ΤΡΙΜΗΝΙΑΙΑ ΕΚΔΟΣΗ • ΜΑΡΤΙΟΣ 2015 • ΤΕΥΧΟΣ **25** • **ΧΑΡΑΜΗ ΑΕ** • ΛΕΩΦ. ΑΛΙΜΟΥ 34, 174 55 ΑΛΙΜΟΣ • **ΔΙΑΝΕΜΕΤΑΙ ΔΩΡΕΑΝ**

www.PharmaManage.gr



ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ
Δύσκολοι πελάτες
Πώς να τους διαχειριστείτε αποτελεσματικά

ΑΡΧΙΤΕΚΤΟΝΙΚΗ ΧΩΡΟΥ
Ανανεώστε και Οργανώστε τον χώρο σας

ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ
Δημιουργώντας ένα προϋπολογιστικό πλάνο

ΕΛΤΑ Hellenic Post
ΚΩΔΙΚΟΣ ΕΛΤΑ 21-0075
PRESS POST X+5 PRESS POST
ΠΛΗΡΩΜΕΝΟ ΤΕΛΟΣ
Τακ. Γραφείο ΚΕΜΠ.ΑΘΗΝΩΝ
Αριθμός Άδειας 1

Επιστροφές περιοδικών:
Χαραμή Α.Ε., Λ. Αλίμου 34, 174 55 Άλιμος

ΑΦΙΕΡΩΜΑ

Νέοι Συνεργάτες, Νέες αρμοδιότητες

ISSN 1791-860X

NEO!
ΔΥΟ ΔΙΠΛΩΜΑΤΑ ΕΥΡΕΣΙΤΕΧΝΙΑΣ

Liposomial Iron®
SiderAL®

ΝΕΑ ΕΠΟΧΗ ΣΤΗ ΧΟΡΗΓΗΣΗ ΣΙΔΗΡΟΥ ΑΠΟ ΤΟ ΣΤΟΜΑ

ΜΕΤΑFeΡΕΙ ... ΕΞΥΠΝΑ

Ο σίδηρος σε μορφή Sideral® (liposomial Iron®) περικλείεται σε μικροσφαιρίδια από φυσικά συστατικά «τύπου λιποσώματος» που λειτουργούν σαν «Δούρειος Ίππος» μεταφοράς του σιδήρου μέσω της πεπτικής οδού.

ΤΟ ΠΡΟΪΟΝΤΑ SIDERAL® ΠΡΟΣΦΕΡΟΥΝ

- **Υψηλή βιοδιαθεσιμότητα** ώστε **με μικρότερη λήψη σιδήρου να επιτυγχάνεται σημαντική και γρήγορη αύξηση των επιπέδων αιμοσφαιρίνης και φερριτίνης**, συγκρίσιμη ακόμα και με του ενέσιμου σιδήρου[1-4]
- **Εξαιρετική ανεκτικότητα χωρίς τις συνήθεις ενοχλητικές ανεπιθύμητες ενέργειες λόγω της προστατευμένης διέλευσης του σιδήρου μέσω του γαστρεντερικού σωλήνα**[1-4]
- **Χορήγηση μια φορά την ημέρα, οποιαδήποτε ώρα της ημέρας και ανεξάρτητα από τη λήψη τροφής**

ΔΕΝ ΑΠΟΖΗΜΙΩΝΕΤΑΙ

Σίδηρος & Βιταμίνη C

Σίδηρος, Φυλλικό οξύ, βιταμίνη C, D, B6& B12.

Προτεινόμενη Λ.Τ. 20€

Τα συμπληρώματα διατροφής δεν πρέπει να θεωρούνται υποκατάστατα της σωστής ισορροπημένης διατροφής και του υγιεινού τρόπου ζωής. **Αριθ. γνωστοποίησης ΕΟΦ. Sideral Forte: 86296/1-10-2014, Sideral Folico: 86295/1-10-2014**

1. 1er Curso Mediterraneo Multidisciplinal en anemia ferropenica, 8 de Junio de 2013, Milan. **2.** 2o Curso Mediterraneo Multidisciplinal en anemia ferropenica, 5 de Abril de 2014, Barcelona. **3.** Mafodda A et al, Randomized Phase II Trial of supplementation with oral liposomal iron versus intravenous iron in patients with chemotherapy-related anemia without iron deficiency treated with Darbepoetin alfa, I supplementi di TUMORI, a Journal of Experimental and Clinical Oncology, 2014;15(1):S82. **4.** Indriolo A. et al, P530 Comparison between liposomial iron and ferrous sulfate in patients with iron deficiency anemia and inflammatory bowel disease. A pilot controlled study, Poster presentations: Clinical, Therapy & observation (2014)

www.onlime.gr.

WinMedica
Serving Health for Life

Υπεύθυνος για την κυκλοφορία του προϊόντος στην Ελλάδα **WIN MEDICA A.E.**
Παπαδιαμαντοπούλου 41, 11528 Αθήνα, Ελλάδα, Τηλ.: 210 7488821, Φαξ: 210 7488827
Διεύθυνση αλληλογραφίας: Οιδίποδος 1-3 & Παράδρομος Αττικής Οδού 33-35,
15238 Χαλάνδρι, Τηλ. 2107488821, Fax 2107488827, **www.winmedica.gr**
Προϊόν έρευνας PharmaNutra Italy

www.anemia-sideral.gr

Αναζητείστε μας στα:

PHARMACY management ΚΑΙ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ
www.PharmaManage.gr

ΤΕΥΧΟΣ 25
ΜΑΡΤΙΟΣ 2015

Επικαιρότητα

05 **EDITORIAL**
06 **ΕΠΙΧΕΙΡΗΜΑΤΙΚΑ ΝΕΑ**
16 **ΠΡΟΪΟΝΤΑ ΟΜΟΡΦΙΑΣ**
20 **ΠΡΟΪΟΝΤΑ ΥΓΕΙΑΣ**
34 **ΤΑ ΝΕΑ ΑΠΟ ΤΟΝ ΚΟΣΜΟ**

Αφιέρωμα

38 **Νέοι Συνεργάτες, Νέες αρμοδιότητες**

Αναλύσεις

48 ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΦΑΡΜΑΚΕΙΟΥ
Δυο οικογενειακά φαρμακεία, Μια επιτυχημένη στρατηγική…
54 ΑΝΑΛΥΣΕΙΣ
Η συμβολή του φαρμάκου στη δημόσια υγεία Μια σύντομη και απαραίτητη ανασκόπηση
60 ΑΝΑΛΥΣΕΙΣ
Νέες απαιτήσεις, νέες υπηρεσίες
64 Η ΑΠΟΨΗ ΤΩΝ ΕΙΔΙΚΩΝ
ΔΙΑΤΑΡΑΧΕΣ ΜΝΗΜΗΣ Πώς μπορεί να συμβάλει ο Φαρμακοποιός
70 ΑΓΟΡΑ
Προϊόντα για το ΔΕΡΜΑ με τάση ακμής

Επικοινωνία

80 Η ΣΥΜΒΟΥΛΗ ΣΑΣ
Χρόνια Αποφρακτική Πνευμονοπάθεια (ΧΑΠ) Πρόληψη και Συμβουλή
86 ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ
Πελάτες 3ης ηλικίας και η ΣΥΜΜΟΡΦΩΣΗ τους με τη Φαρμακευτική Αγωγή
92 ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ
15 φυτά που αξίζει να γνωρίζουμε για αδυνάτισμα, τόνωση, στρες, για τη γυναίκα και τον άνδρα
102 ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΠΕΛΑΤΩΝ
Ιδιαίτερες και ευαίσθητες περιπτώσεις στον πάγκο του φαρμακείου… και πώς να τις χειριστούμε
116 ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΠΕΛΑΤΩΝ
ΔΥΣΚΟΛΟΙ ΠΕΛΑΤΕΣ Πώς να τους μιλήσετε; Πώς να τους διαχειριστείτε αποτελεσματικά;

Επιχειρηματικότητα

124 ΑΡΧΙΤΕΚΤΟΝΙΚΗ ΧΩΡΟΥ
Ριζικά ή επιμέρους, Ανανεώστε και οργανώστε τον χώρο σας
132 MERCANDIZING
Το Merchandizing των Συμπληρωμάτων Διατροφής στο σύγχρονο φαρμακείο
138 ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ
Δημιουργώντας ένα Προϋπολογιστικό ΠΛΑΝΟ
144 ΔΙΟΙΚΗΣΗ
QUICK BUSINESS REVIEW (QBR®) Η «φωτογραφία» της επιχείρησης

Μην ξεχνάτε να ενημερώνετε
το Περιοδικό για κάθε αλλαγή διεύθυνσης ή επωνυμίας στο
Τ.: 210 984 3274, info@PharmaManage.gr

ONETOUCH®
Verio®IQ

ΕΠΙΤΕΛΟΥΣ, ΟΙ ΤΑΣΕΙΣ ΓΛΥΚΟΖΗΣ ΑΙΜΑΤΟΣ ΔΕΝ ΜΠΟΡΟΥΝ ΝΑ ΚΡΥΦΤΟΥΝ ΠΟΥΘΕΝΑ.

Προτείνετε το OneTouch® Verio®IQ στους ασθενείς σας σε εντατικοποιημένο σχήμα ινσουλίνης

LIFESCAN
a Johnson & Johnson company

ONETOUCH®

Συμβατό μόνο με τις ταινίες ελέγχου OneTouch® Verio®.

LifeScan, LifeScan Logo, OneTouch® and OneTouch® Verio®IQ are trademarks of LifeScan Inc. © 2012 LifeScan Europe, Division of Cilag GmbH International AW 099-110A

ΤΡΙΜΗΝΙΑΙΑ ΕΚΔΟΣΗ
ΤΕΥΧΟΣ 25
ΜΑΡΤΙΟΣ 2015
ISSN 1791- 860x
Λεωφ. Αλίμου 34, 174 55 Άλιμος
T.: 210 984 3274
F.: 211 800 5575
www.PharmaManage.gr

ΙΔΙΟΚΤΗΤΗΣ

ΧΑΡΑΜΗ ΑΕ

Εκδόσεις & Υπηρεσίες Επικοινωνίας
Λεωφ. Αλίμου 34, 174 55 Άλιμος
T.: 210 984 3274 • F.: 211 800 5575
info@PharmaManage.gr

ΑΡΧΙΣΥΝΤΑΞΙΑ
Πόπη Χαραμή

ΒΟΗΘΟΣ ΑΡΧΙΣΥΝΤΑΚΤΗ
Δήμητρα Μαυρίδου

ΥΠΟΔΟΧΗ ΔΙΑΦΗΜΙΣΗΣ
Εμμανουέλα Τουρνά

ΚΑΛΛΙΤΕΧΝΙΚΗ ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ

ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΟ ΤΜΗΜΑ
Κατερίνα Κωστούλα
polyxromo@gmail.com
T.: 210 86 25 774

ΠΑΡΑΓΩΓΗ - ΕΚΤΥΠΩΣΗ
Pressious Arvanitidis ABEE
Λ. Κηφισίας 294 & Ναυαρίνου 27,
152 32 Χαλάνδρι
Το παρόν έντυπο είναι πιστοποιημένο κατά FSC®.
Το χαρακτηριστικό αυτό επιβεβαιώνει ότι οι Α΄ ύλες χαρτιού που χρησιμοποιούνται προέρχονται από υπεύθυνες πηγές.
Μάθετε περισσότερα στο www.fsc.org/pc.

Σ' ΑΥΤΟ ΤΟ ΤΕΥΧΟΣ ΣΥΝΕΡΓΑΣΤΗΚΑΝ
ΜΑΡΙΑΝΘΗ-ΤΑΞΙΑΡΧΟΥΛΑ ΧΑΤΖΕΛΛΗ
ΓΙΑΝΝΗΣ ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΣ
ΑΛΕΞΙΑ ROSPARS
ΟΛΙΝΑ ΗΛΙΑΔΟΥ
ΝΑΝΤΙΑ ΠΟΣΕΙΔΩΝΟΣ
ΙΩΑΝΝΑ ΑΝΤΩΝΙΑΔΟΥ
ΠΕΝΝΥ ΛΑΖΟΓΕΩΡΓΟΥ
ΓΙΩΤΑ ΚΟΥΤΣΟΠΟΥΛΟΥ
ΓΙΑΝΝΗΣ ΠΑΠΑΓΕΩΡΓΙΟΥ
ΣΤΕΛΙΟΣ ΜΟΥΣΑΜΑΣ
ΓΙΑΝΝΗΣ ΚΟΝΤΑΚΟΣ

Δεν επιτρέπεται η αναπαραγωγή με οποιονδήποτε τρόπο τμήματος ή ολόκληρου του έργου χωρίς την προηγούμενη γραπτή άδεια του εκδότη. Το περιοδικό έχει το δικαίωμα της επιλογής και συντόμευσης των άρθρων και δελτίων τύπου που λαμβάνει. Τα όποιας μορφής υλικά, φωτογραφίες κ.λπ. δεν επιστρέφονται.
Τα ενυπόγραφα άρθρα εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συγγραφέων τους.

Copyright © Χαραμή ΑΕ

Όταν έχετε τον πελάτη απέναντί σας

Κανένας δεν αμφισβητεί ότι σήμερα το εξωτερικό περιβάλλον της αγοράς επηρεάζει το εσωτερικό περιβάλλον κάθε επιχείρησης. Παρ' όλα αυτά, μέσα σε ένα κλίμα αβεβαιότητας και ασφυξίας στην αγορά, υπάρχουν κάποιοι αισιόδοξοι που συνεχίζουν να επιχειρούν και να επενδύουν σε χρόνο και χρήμα, ενώ κάποιοι απαισιόδοξοι και πολύ συντηρητικοί περιμένουν αδρανείς τις εξελίξεις.

Η κρίση στα φαρμακεία οφείλεται μόνο στη σημερινή οικονομική κατάσταση; Μα φυσικά όχι μόνο!
Διότι αν αυτό είναι αληθινό, γιατί τόσα φαρμακεία στην Ελλάδα εξελίσσονται και επιχειρούν με επιτυχία ακόμη και σήμερα;
Η αιτία του προβλήματος είναι αλλού. Είναι στην υπάρχουσα κουλτούρα αρκετών φαρμακοποιών να δουλεύουν με τον τρόπο που δούλευαν παλιά προ κρίσης. Είναι αυτοί που δεν θέλουν να συνειδητοποιήσουν την ανάγκη προσαρμογής τους στα νέα δεδομένα και στα νέα «θέλω» του πελάτη.
Το φαρμακείο οφείλει να ακολουθήσει την εποχή του.
Δεν είναι επανάσταση αλλά μια πραγματική ανάγκη εξέλιξης.

Το αδιαμφισβήτητο στοιχείο μοναδικότητας του φαρμακείου είναι ο επαγγελματίας υγείας που εργάζεται εκεί. Αυτό το στοιχείο της επιστημοσύνης αξίζει να αναδειχθεί με κατεύθυνση την ανθρώπινη προσέγγιση.
Ένας πελάτης που μπαίνει σε ένα φαρμακείο επιθυμεί να νοιώσει από την πρώτη στιγμή ότι αυτό το «κατάστημα» που πουλάει προϊόντα υγείας, διαθέτει και την εξειδίκευση της γνώσης πάνω στην υγεία.
Το φαρμακείο ανήκει στους πελάτες που σήμερα έχουν ανάγκη περισσότερο από ποτέ να τους ακούσουμε, να τους συμβουλέψουμε και να τους καθησυχάσουμε.
Όταν μιλάμε λοιπόν για εξέλιξη στο φαρμακείο οφείλουμε να επανεξετάσουμε όλες τις παραμέτρους που αναδεικνύουν τη γνώση του φαρμακοποιού.

Μέσα σε αυτό το περιβάλλον ο καθένας μας ας να αναζητήσει λύσεις και ας προβληματιστεί θετικά για το τι θέλει να κάνει.
Και μην ξεχνάτε ποτέ:
Πάντα θα υπάρχουν δυσκολίες...
Πάντα θα υπάρχει η αστάθεια, τίποτα δεν είναι δεδομένο...
Πάντα όμως έχουμε τον πελάτη απέναντί μας και αυτός είναι που κινεί τα νήματα πλέον!

Πόπη Χαραμή
Φαρμακοποιός
Σύμβουλος Φαρμακευτικών Υπηρεσιών
p.harami@PharmaManage.gr

Ολοκληρώθηκε με μεγάλη επιτυχία η

6η Διημερίδα + Έκθεση

«ΕΠΙΧΕΙΡΗΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ & ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ ΥΓΕΙΑΣ»

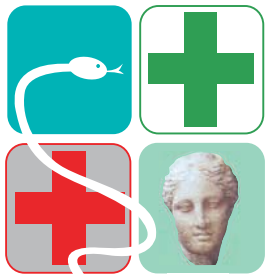
Με 91 ομιλητές, 28 Ομιλίες, 8 Στρογγυλά Τραπέζια και 26 Εργαστήρια και με τη συμμετοχή 113 εταιρειών

Online Πληροφορίες: http://www.pharmamanage.gr/6th_Conference.asp

Με μεγάλη επιτυχία ολοκληρώθηκε η 6η Διημερίδα + Έκθεση ΕΠΙΧΕΙΡΗΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ & ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ ΥΓΕΙΑΣ που πραγματοποιήθηκε στις 14 και 15 Φεβρουαρίου 2015, στο Εκθεσιακό Κέντρο Metropolitan Expo, δίπλα στο Αεροδρόμιο Αθηνών, προσελκύοντας 5.974 ολικούς (εκ των οποίων 4.753 μοναδικοί) επισκέπτες, Φαρμακοποιούς, Ιατρούς και συνεργάτες του χώρου.

Με 91 ομιλητές, 28 Ομιλίες, 8 Στρογγυλά Τραπέζια και 26 Εργαστήρια, και με τη συμμετοχή 113 εταιρειών, η 6η Διημερίδα + Έκθεση επικεντρώθηκε σε θέματα Marketing και Διαχείρισης, Επικοινωνίας και Πιστότητας Πελάτη, Τεχνολογίας και Συστημάτων Πληροφορικής, τομείς που αφορούν ιδιαίτερα τους Επιστήμονες Υγείας στη δύσκολη πλέον καθημερινότητά τους.

Οι επισκέπτες της 6ης Διημερίδας + Έκθεσης είχαν την ευκαιρία να επισκεφτούν τα περίπτερα των εταιρειών, να ενημερωθούν για τις τελευταίες εξελίξεις στο χώρο τους, να πάρουν ενδιαφέρουσες ιδέες από τις πρακτικές που έχουν ήδη υιοθετήσει συνάδελφοί τους και να αναζητήσουν λύσεις σε θέματα οργάνωσης του φαρμακείου ή του ιατρείου τους, βελτιστοποιώντας ταυτόχρονα την επικοινωνία τους με τον ασθενή πελάτη.



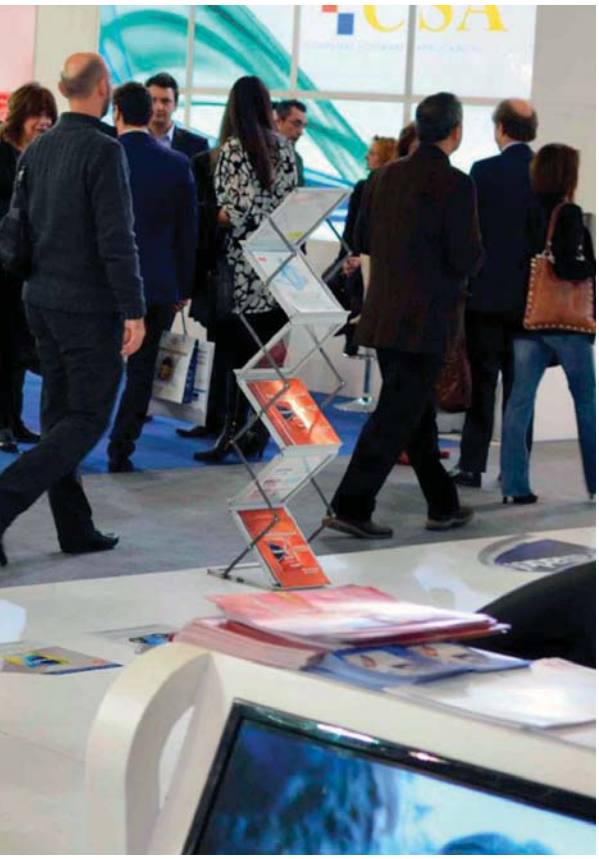
Τα στρογγυλά τραπέζια που πραγματοποιήθηκαν και τις 2 ημέρες κέρδισαν το ενδιαφέρον των συμμετεχόντων, δίνοντας την ευκαιρία για έναν γόνιμο διάλογο, μέσα από την ανταλλαγή απόψεων και την εξαγωγή ενδιαφερόντων συμπερασμάτων για τα επαγγέλματα υγείας, τις νέες αποστολές των φαρμακοποιών, αλλά και τις προοπτικές για το μέλλον.
Παράλληλα με το πλούσιο πρόγραμμα των ομιλιών έλαβαν χώρα και εκπαιδευτικά εργαστήρια που έδωσαν τη δυνατότητα στους συμμετέχοντες φαρμακοποιούς να δουν στην πράξη πως μπορούν να αντιμετωπίσουν συγκεκριμένες παθήσεις ή μικροπροβλήματα των ασθενών πελατών τους και να πάρουν ιδέες για νέες υπηρεσίες που μπορούν να τους προσφέρουν.

Οι αριθμοί μιλάνε από μόνοι τους

Η 6η Διημερίδα + Έκθεση ΕΠΙΧΕΙΡΗΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ & ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ ΥΓΕΙΑΣ φέτος, ανεβάζοντας τον πήχη ακόμα πιο ψηλά, αναβάθμισε τις παρεχόμενες υπηρεσίες της σε έναν διαφορετικό εκθεσιακό χώρο, στο Metropolitan Expo, που έδωσε τη δυνατότητα στις εταιρείες να προβληθούν με εντυπωσιακά περίπτερα και με τον καλύτερο δυνατό τρόπο, και για πρώτη φορά απευθύνθηκε και σε Ιατρούς με ένα ξεχωριστό πρόγραμμα ομιλιών και με τη συμμετοχή τους να ανέρχεται στο 18,9% των επισκεπτών.
Οι επισκέπτες αλλά και οι συμμετέχοντες επιβράβευσαν την προσπάθεια αυτή. Σύμφωνα με την Έρευνα Αξιολόγησης Κοινού που πραγματοποιήθηκε κατά τη διάρκεια της διημερίδας το 85% των επισκεπτών δηλώνει ότι η διημερίδα ικανοποίησε τις προσδοκίες τους, με το 76% να είναι πολύ ικανοποιημένο από το περιεχόμενο και τις ομιλίες, το 80% να είναι πολύ ικανοποιημένο από την Έκθεση και το 83% να είναι πολύ ικανοποιημένο από την τοποθεσία και τον χώρο.

management
management
Learn Invest

CU-CHEK



management
ACCU-CHEK
ACCU-CHEK

Νέο φαρμακείο από την Βογιατζόγλου Systems Α.Ε

Η **Βογιατζόγλου Systems Α.Ε**. ανέλαβε με επιτυχία τον σχεδιασμό, την επίπλωση και την κατασκευή του φαρμακείου του κου Ν.Τριχά και της κας Ε.Βαταμίδου στην Πετρούπολη, με γνώμονα τις απαιτήσεις και τις ανάγκες των φαρμακοποιών, αλλά και με έξυπνες ιδέες που εξασφάλισαν την υψηλή αισθητική και την πλήρη εργονομία του επαγγελματικού χώρου.

Οι φαρμακοποιοί επιθυμούσαν ένα φαρμακείο με ζεστά χρώματα και έντονη παρουσία ξύλου, αλλά ταυτόχρονα μοντέρνο και ιδανικό για την καθημερινότητα τους. Η Βογιατζόγλου Systems φρόντισε να εκμεταλλευτεί κάθε τετραγωνικό του χώρου, με τη σωστή οργάνωση των επίπλων που φέρουν ειδικό φωτισμό για την καλύτερη ανάδειξη των προϊόντων. Επίσης, η μελέτη της εξωτερικής όψης έγινε με τέτοιο τρόπο ώστε να προβάλεται το φαρμακείο σωστά, αλλά και να συνδυάζεται αρμονικά η εξωτερική όψη με το εσωτερικό του.

Νέα Συνεργασία

Advance Pharmacies – TJ X the Companies INC

Advance pharmacies
Σεβασμός στην επιλογή σας

Η Advance Pharmacies προχώρησε σε συμφωνία με τον διεθνή όμιλο TJX, ιδιοκτήτη μεγάλων αλυσίδων λιανικής πώλησης προϊόντων μόδας, ομορφιάς και οικιακής χρήσης. Αποτέλεσμα της συμφωνίας αυτής, είναι η διάθεση της μάρκαςThat'sBetter, στα καταστήματα του ομίλουTJX, Winners&Marshalls στον Καναδά και στη συνέχεια στη Βόρεια Αμερική.

that's better
skincare solutions
with acai berry

Η That's Better, είναι μία μάρκα φυσικών καλλυντικών προϊόντων, με επαναστατικές φόρμουλες που έχουν ως κύριο ενεργό δραστικό συστατικό το AcaiBerry, που αποτελεί ιδιοκτησία του πανελλαδικού δικτύου ανεξάρτητων φαρμακείων Advance και στην ελληνική αγορά, διατίθεται αποκλειστικά από τα φαρμακεία -μέλη του δικτύου.

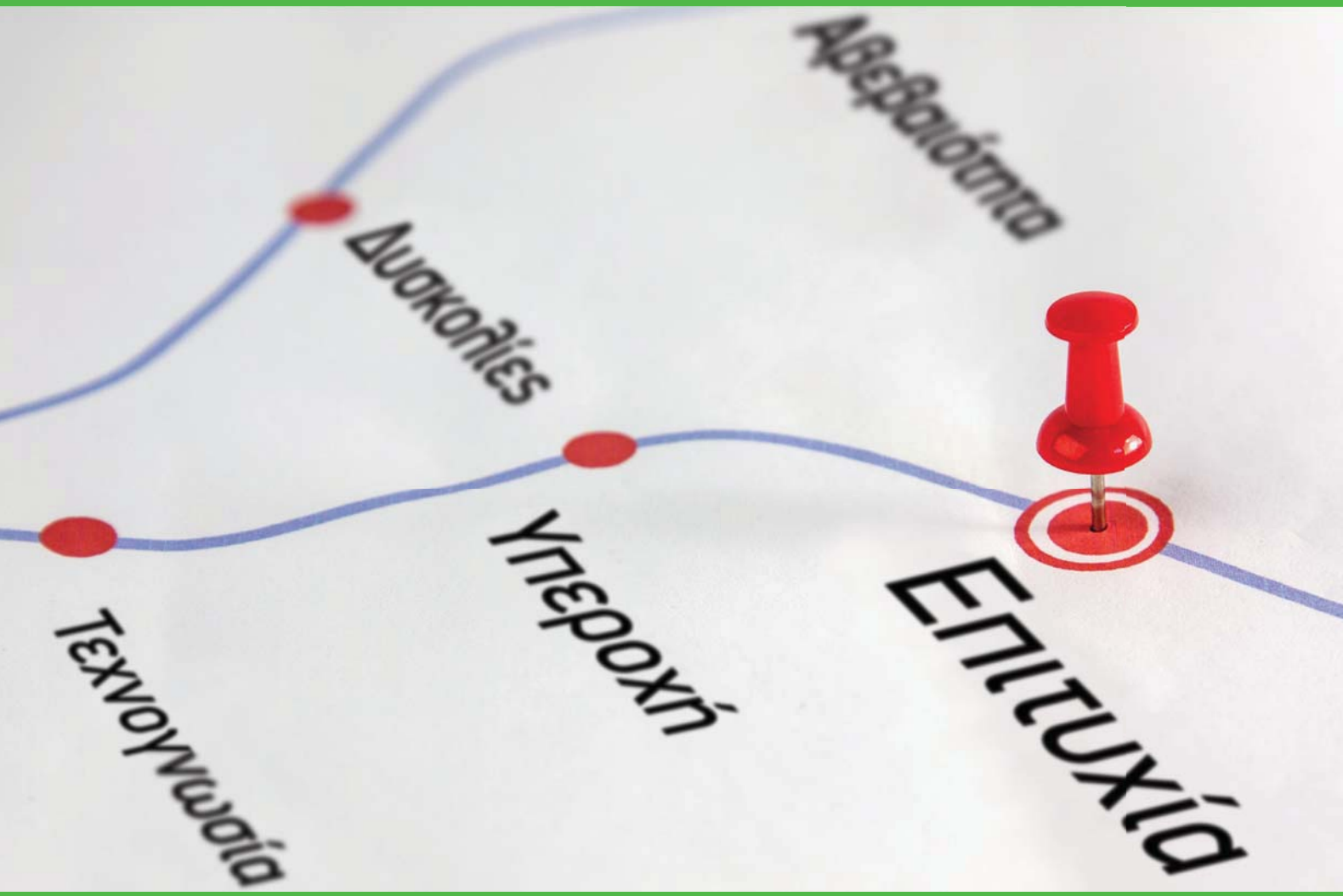
Η TJX, είναι μία εταιρεία λιανικής πώλησης προϊόντων μόδας, ομορφιάς και οικιακής χρήσης, με κύκλο εργασιών που ξεπερνάει τα 27.400 εκατομμύρια δολάρια, με 3.200 καταστήματα σε 6 χώρες και κατάταξη No 108 στο Fortune 500.

Εγκατάσταση ενός ακόμα ρομπότ φαρμακείου

Ένα ακόμα ρομπότ Rowa εγκαταστάθηκε σε ελληνικό φαρμακείο. Το ρομπότ, τύπου **Rowa Smart 550**, προμηθεύτηκε το φαρμακείο της κας Βαΐας Χρ. Ορδούδη στην πόλη των Σερρών. Η οργάνωση επάνω σε ένα νέο μοντέλο λειτουργίας, η μείωση του κόστους λειτουργίας, η αποδοτικότερη εκμετάλλευση του εμπορικού χώρου και ο περισσότερος χρόνος στην χρήσιμη επικοινωνία με τον πελάτη/ασθενή, συνιστούν σπουδαία στοιχεία επιτυχίας του φαρμακείου. Αυτά ακριβώς τα στοιχεία προσφέρουν τα συστήματα αυτοματισμού Rowa, προκειμένου το φαρμακείο να τοποθετηθεί πολύ ανταγωνιστικά στο νέο περιβάλλον που διαμορφώνεται.

Από την CSA Α.Ε

Μπορείτε να συνεχίσετε την
αναζήτηση της επιτυχίας μόνοι....



ή να ενταχθείτε στην ήδη επιτυχημένη ομάδα της ADVANCE Pharmacies!

Αλ. Παναγούλη 8 & Γούρδωνος, Ν. Ιωνία,
τηλ.: 210 2711840, fax: 210 2711841
contact@ advancepharmacies.gr
www.advancepharmacies.gr

Advance pharmacies
Σεβασμός στην επιλογή σας

«The box pharmacy»
στην Σπάρτη

Το «the box pharmacy» αποτελεί ένα σύγχρονο φαρμακείο και έχει σχεδιαστεί από την **Sopratutto Pharmacy Design,** έτσι ώστε να ανταποκρίνεται λειτουργικά, εργονομικά, αλλά και εμπορικά στις απαιτήσεις του ιδιοκτήτη. Βασικό στοιχείο στην μελέτη των εσωτερικών χώρων αλλά και της εξωτερικής όψης αποτέλεσε η σύνδεση του παλιού με τη νέα τεχνολογία. Στοιχεία ρετρό, όπως οι συρμάτινες απλίκες ,το πλακάκι, η ψηφιακή εκτύπωση σε χρωματισμούς σέπια από το μουσειακό φαρμακείο της οικογένειας στην Σπάρτη, η επιγραφή με κλασσική γραμματοσειρά της λέξης «φαρμακοπωλείον» στην εξωτερική πλευρά του φαρμακείου έρχονται να αναμειχθούν με στοιχειά νέας τεχνολογίας, όπως συρταριέρες φαρμάκων, φωτιστικά σε ράγες led, σύγχρονες προθήκες και την επένδυση με μεταλλικά πάνελ συγκεκριμένης κοπής σε laser σε 3 χρωματισμούς, στις δυο όψεις του κτιρίου.

«Cardiometabolic Summit 2015»
Νέα δεδομένα

Νέα δεδομένα για την αποτελεσματικότερη διαχείριση των ασθενών που διατρέχουν υψηλό καρδιαγγειακό κίνδυνο, καθώς πάσχουν τόσο από διαβήτη όσο και από δυσλιπιδαιμία παρουσιάστηκαν από διεθνούς εμβέλειας επιστήμονες σε περισσότερους από 400 Έλληνες επαγγελματίες υγείας, στην επιστημονική εκδήλωση «CardioMetabolic Summit», που πραγματοποιήθηκε στις 6 και 7 Φεβρουαρίου στην Αθήνα, υπό την αιγίδα 6 επιστημονικών εταιρειών και με την υποστήριξη των εταιρειών **MSD και ΒΙΑΝΕΞ.**

Το CardioMetabolic Summit» πραγματοποιήθηκε για δεύτερη συνεχόμενη χρονιά και φέτος είχε ξεχωριστό ενδιαφέρον, καθώς ανακοινώθηκαν σημαντικά συμπεράσματα σχετικά με τη μείωση του Καρδιαγγειακού Κινδύνου μέσω της ελάττωσης της LDL χοληστερόλης. Η επιστημονική αυτή εκδήλωση εστίασε στον ασθενή με καρδιομεταβολικά νοσήματα και συγκεκριμένα στον ασθενή με διαβήτη και δυσλιπιδαιμία -καθώς και οι δύο αυτές παθήσεις αποτελούν βασικές αιτίες εμφάνισης καρδιαγγειακών επεισοδίων, όπως είναι το έμφραγμα του μυοκαρδίου και το αγγειακό εγκεφαλικό επεισόδιο- και στη σημασία της ολιστικής αντιμετώπισής τους.

ITeQ: Digital Marketing υπηρεσίες

ΕΙΚΟΝΑ – ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ – ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑ

Τα ψηφιακά μέσα και τα κοινωνικά δίκτυα καθορίζουν τα αγοραστικά διλήμματα των καταναλωτών και επιβάλλουν στο σύγχρονο φαρμακείο να εφαρμόσει τις δικές του τεχνικές ψηφιακού marketing (digital marketing).
Η **ITeQ** παρέχει εξειδικευμένες λύσεις ψηφιακού marketing, με ψηφιακές οθόνες σε περισσότερα από 900 φαρμακεία σε όλη τη χώρα, προσφέροντας ανάπτυξη και υποστήριξη του περιεχομένου τους. Εξειδικευμένο προσωπικό φροντίζει καθημερινά για τη συντήρηση του δικτύου και τη δημιουργία εξατομικευμένων μηνυμάτων για το κάθε φαρμακείο ξεχωριστά.
Επιπλέον, η ITeQ έχει δημιουργήσει την πολυπληθέστερη πλατφόρμα ενημέρωσης στο Internet και τα smartphones, www.ifarmakeia.gr, (iFarmakeia & Farmakeia) για τα εφημερεύοντα φαρμακεία και για τις προσφορές των φαρμακείων, ενισχύοντας την «ηλεκτρονική» εικόνα του.
Τέλος, η εταιρεία αναλαμβάνει τη δημιουργία και διαχείριση σελίδων στο Facebook και εφαρμογών στα smartphones.

Προσφορά προβολής με 1 οθόνη

Για τη δημιουργία μέσου επικοινωνίας με τους πελάτες σας και τους περαστικούς με 1 οθόνη είτε στη βιτρίνα είτε πλησίον του πάγκου εργασίας. Ολοκληρωμένο σύστημα με οθόνη 22" στην βιτρίνα ή πλησίον του πάγκου εργασίας του Φαρμακείου.

*Ετήσια συνδρομή τεχνικής υποστήριξης και περιεχομένου 160€**

€250*

"Δημιουργήστε το δικό σας κανάλι επικοινωνίας!!

Προσφορά ολοκληρωμένης προβολής

Όχι μόνο για μηνύματα και εφημερίες στη βιτρίνα, αλλά και με οθόνη προβολής μηνυμάτων εντός του Φαρμακειου για την αξιοποίηση του χρόνου αναμονής και την ενδυνάμωση των αυθόρμητων πωλήσεων. Ολοκληρωμένο σύστημα με οθόνη 22" πλησίον του πάγκου εργασίας και οθόνη 27" στη βιτρίνα του Φαρμακείου.

*Ετήσια συνδρομή τεχνικής υποστήριξης και περιεχομένου 160€**

€490*

Η ITeQ από το 2007 παρέχει εξειδικευμένες υπηρεσίες marketing και επικοινωνίας στα Φαρμακεία.

Εκμεταλλευτείτε την προσφορά μας για την υπηρεσία οθονών με διαφημιστικά μηνύματα και εφημερίες, εκσυγχρονίστε το Φαρμακείο σας, επικοινωνήστε με ακόμα πιο αποτελεσματικό τρόπο με τον πελάτη σας.

Το ολοκληρωμένο σύστημα σήμανσης από την ITeQ περιλαμβάνει:

-Όλο το υλικό. Οθόνες από την LG και υπολογιστή αναπαραγωγής περιεχομένου ασφαλή από ιούς και χωρίς δυνατότητα πρόσβασης στο δίκτυο και τους σταθμούς εργασίας του φαρμακείου. Βάσεις στήριξης, καλωδίωση και τον λοιπό απαραίτητο βοηθητικό εξοπλισμό.
-Άδεια χρήσης προγράμματος (software) διαχείρισης περιεχομένου.
-Εγγύηση καλής λειτουργίας για 2 έτη με on site υποστήριξη αποκατάστασης βλαβών (περιλαμβάνεται και αντικατάσταση οθονών) ΧΩΡΙΣ επιπλέον κόστος!
-Εγκατάσταση από εξειδικευμένο προσωπικό της εταιρείας (ΔΩΡΕΑΝ έως και 80 χιλιόμετρα από την Αθήνα)
-Τηλεφωνικό κέντρο 24/7/365.

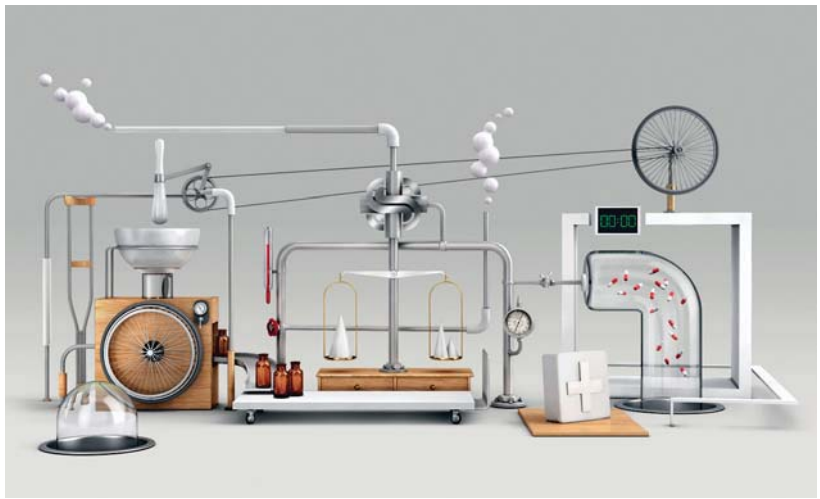
Και όλα αυτά χωρίς κανένα κόπο από το Φαρμακοποιό!

**Στις τιμές δεν περιλαμβάνεται ο Φ.Π.Α. 23%*

ITeQ
ΕΙΚΟΝΑ – ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ – ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑ

ITEQ Α.Ε | Σκρά 14 Καλλιθέα | Τ. 2109560030 | www.iteq.gr | iteq@iteq.gr

Νέες υπηρεσίες **στο καινούριο site της** ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ Α.Ε.



Η **ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ Α.Ε**. προσφέρει δωρεάν πέντε νέες ενότητες στο καινούριο site της www.syndesmossa.com, με τις οποίες επιθυμεί να βοηθήσει το φαρμακοποιό να βελτιώσει τις υπηρεσίες που παρέχονται στο φαρμακείο του και να παραμένει ενήμερος για όλες τις εξελίξεις στην πρακτική του.

Με ελεύθερη πρόσβαση στις ενότητες: *Συμβουλές & Επιστημονικό Υλικό* που καλύπτουν θέματα, όπως φυτική θεραπευτική, emergency compounding, ασφάλεια εργαστηρίου, φαρμακοτεχνία, νομοθεσία, φυτική θεραπευτική, κ.α.

Με πρόσβαση μετά από εγγραφή και σύνδεση στην περιοχή exclusive, στις ενότητες:

- *Φυτική Φαρμακευτική* (πρόσβαση σε πάνω από 100 μονογραφίες δρογών με αναλυτικές πληροφορίες)
- *Πρόσθετα Τροφίμων* (πρόσβαση σε πληροφορίες για πάνω από 300 ουσίες)
- *Patient Care* (πρόσβαση σε έτοιμες φόρμες σε μορφή word που θα μπορεί ο φαρμακοποιός να κατεβάσει και να μορφοποιήσει πληροφορίες για διασφάλιση ορθής φαρμακοθεραπείας, ενημέρωση ιατρών και ασθενών, προώθηση της υγείας και πρόληψης ασθενειών, προώθηση της ασφαλούς χρήσης των φαρμάκων).

δυναμική ΦΑΡΜΑΚΑΠΟΘΗΚΗ Α.Ε.

Ημερίδα **για την Απογραφή** στο Φαρμακείο

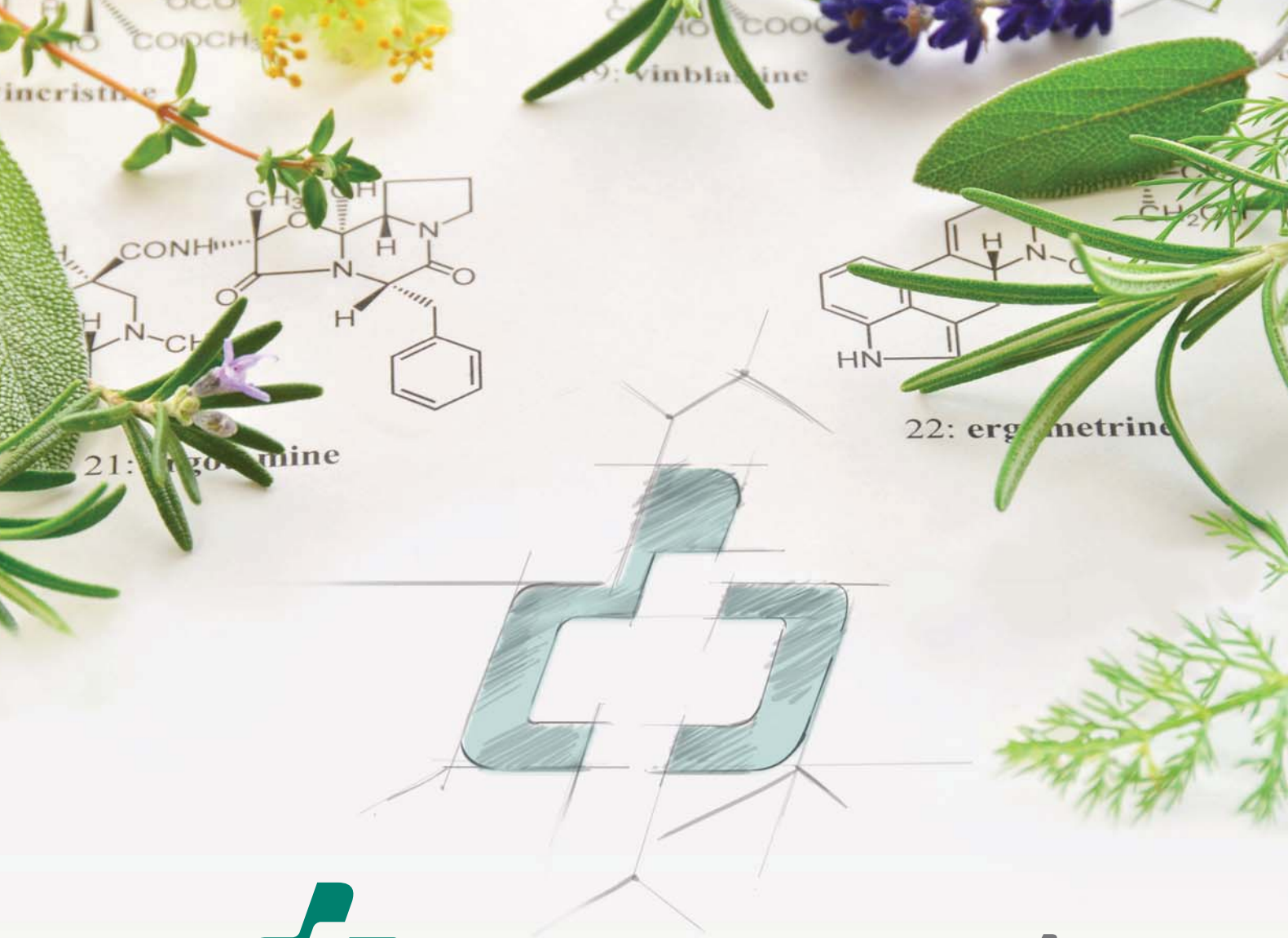
Ημερίδα με θέμα «**Απογραφή στο φαρμακείο Υποχρεώσεις, Εργαλεία, Προκλήσεις και Οφέλη**», διοργάνωσε η ΔΥΝΑΜΙΚΗ ΦΑΡΜΑΚΑΠΟΘΗΚΗ, στις 17 Δεκεμβρίου 2014, στο ξενοδοχείο Radisson Blu Park. Στόχος ήταν να αποσαφηνιστούν οι φορολογικές υποχρεώσεις των φαρμακοποιών, σύμφωνα με τις διατάξεις, για την απαιτούμενη σύνταξη απογραφής των φαρμακείων, αναδεικνύοντας παράλληλα τα επιχειρηματικά οφέλη από την τήρηση της αποθήκης, αξιοποιώντας το λογισμικό φαρμακείου. Εξίσου σημαντικός και ιδιαίτερος στόχος της Ημερίδας αυτής ήταν η προσωπική γνωριμία και επαφή με τα στελέχη της εταιρείας, όπως αποδείχτηκε από την ιδιαίτερα μεγάλη προσέλευση, αλλά και την ενεργό συμμετοχή.

Η εταιρεία δήλωσε: *«Ευχαριστούμε θερμά για την συμμετοχή σας και για τις εύστοχες παρατηρήσεις σας, τόσο στο πλαίσιο των ομιλιών όσο και στις κατ' ιδίαν συζητήσεις που ακολούθησαν. Πάνω απ' όλα όμως σας ευχαριστούμε για την εμπιστοσύνη στη συνεργασία μας. Σίγουρα η επικαιρότητα και οι εξελίξεις του κλάδου θα μας δώσουν το έναυσμα να ξανασυγκεντρωθούμε, αναζητώντας λύσεις, ανταλλάσοντας προβληματισμούς και απόψεις, αναβαθμίζοντας και ισχυροποιώντας τη συνεργασία μας».*

Ανακαινίσεις φαρμακείων **από την FORMA Pouranis**

Σε συνεχή συνεργασία με τον πελάτη, η εταιρεία αναλαμβάνει την πλήρη μελέτη του έργου, είτε πρόκειται για μερική είτε για ολική ανακαίνιση, από την αρχική ιδέα μέχρι την τελική παράδοση. Ξεκινώντας από τον περιβάλλοντα χώρο και προχωρώντας στο εσωτερικό του φαρμακείου, εστιάζει στη βέλτιστη διαμόρφωση του χώρου με κριτήριο την άνεση και την καλύτερη λειτουργική εκμετάλλευση του, ενώ παράλληλα προσβλέπει στο καλύτερο δυνατό αισθητικό αποτέλεσμα. Ακολουθώντας τις επιταγές της εποχής, η **FORMA Pouranis** προσφέρει ποικιλία επιλογών, από έτοιμα εξ' ολοκλήρου δικής της κατασκευής, αναζητώντας την χρυσή τομή ανάμεσα στην υψηλή ποιότητα και το χαμηλό κόστος.

Η εταιρεία δηλώνει έτοιμη να ανταποκριθεί σε όλες τις απαιτήσεις, είτε αυτές προϋπάρχουν στην αρχική ιδέα, είτε προκύψουν στην πορεία υλοποίησης του έργου, και με έμφαση στη λεπτομέρεια εγγυάται για το τελικό αποτέλεσμα.



δυναμική

ΦΑΡΜΑΚΑΠΟΘΗΚΗ Α.Ε.

Αξιοπιστία, Επάρκεια
Εξυπηρέτηση, Καινοτομία

www.dinamiki.gr

Λεύκτρων 6-8, 12133 Περιστέρι, Αττική. **Τηλ:** 210 57 99 600 **Fax:** 210 57 99 670 **email:** info@dinamiki.gr

Helioderm **για αντηλιακή πολυπροστασία της ευαίσθητης επιδερμίδας**

Το 2015, η CASTALIA κυκλοφορεί στην αντηλιακή της σειρά **Helioderm,** 3 νέα προϊόντα με εξαιρετικά λεπτόρρευστη υφή: μία αντηλιακή κρέμα για το πρόσωπο, την Fluide Legère SPF20, που προσφέρει ιδανική προστασία για τη λιπαρή/μικτή επιδερμίδα και δύο αντηλιακά γαλακτώματα για το σώμα, το Lait Fluide SPF50+ και το Lait Fluide S.P. SPF50+ χωρίς άρωμα.

Επιπλέον, η CASTALIA προτείνει εξαιρετικά ελκυστικές κι ανταγωνιστικές προσφορές με +50% δωρεάν προϊόν για τα αντηλιακά προϊόντα προσώπου και ειδικές τιμές για τα αντηλιακά προϊόντα σώματος 200ml.

Τα ερευνητικά εργαστήρια της CASTALIA, με «πάνω από 20 χρόνια τεχνογνωσίας στη βιολογία της επιδερμίδας», παρέχουν αξιόπιστες λύσεις με δερματολογικά και κλινικά ελεγμένα προϊόντα για όλες τις ηλικίες και κάθε τύπο επιδερμίδας.

Από την Lavipharm

Προϊόντα περιποίησης 50 Shades of Grey **στα φαρμακεία**

Σε μια νέα αποκλειστική συνεργασία με τα επίσημα καλλυντικά προϊόντα **50 Shades of Grey** προχωρά η εταιρεία Pharma-PLUS, και τα διακινεί τόσο μέσα από τα φαρμακεία του δικτύου, όσο και μέσα από το e-Shop, www.pharmaplus.gr.

Τα προϊόντα 50 Shades of Grey φέρουν την υπογραφή της διάσημης αμερικανίδας συγγραφέως El James και η συσκευασία τους ανήκει στα εξώφυλλα των bestsellers.

Η σειρά καλλυντικής περιποίησης 50 Shades of Grey περιλαμβάνει:

- Λάδι σώματος με αργανέλαιο και αιθέρια έλαια μαύρου γιασεμιού
- Αφρόλουτρο με σανταλόξυλο και μαύρο πιπέρι
- Λοσιόν σώματος με σανταλόξυλο και μαύρο πιπέρι
- Βούτυρο σώματος

Τα προϊόντα 50 Shades of Grey απευθύνονται τόσο σε άνδρες, όσο και σε γυναίκες καθώς διαθέτουν ουδέτερα, αλλά ιδιαίτερα αισθησιακά αρώματα.

Από την Pharmaplus

Προστασία από τον ήλιο και την ορμονική γήρανση **από τη NUXE!**

Η **σειρά αντηλιακής προστασίας με Ανθόνερο Υάκινθου και Ηλίανθο** εγγυάται λαμπερό μαύρισμα, απαλή και ενυδατωμένη επιδερμίδα, ενώ παράλληλα προστατεύει από τη φωτογήρανση με ισχυρά φυσικά αντιοξειδωτικά συστατικά. Τα εργαστήρια της NUXE καινοτομούν, καταθέτοντας δίπλωμα ευρεσιτεχνίας για τη συγκεκριμένη σειρά και εμπλουτίζοντάς την με 3 νέα προϊόντα: κρέμα προσώπου με spf 50, γαλάκτωμα προσώπου και σώματος με spf 30, αντηλιακό λάδι προσώπου και σώματος με spf30.

Η **σειρά συνολικής αντιγήρανσης NUXURIANCE,** για γυναίκες 55+, είναι ειδικά σχεδιασμένη για να αντιμετωπίσει τα σημάδια της ορμονικής γήρανσης, που προκαλούνται στην επιδερμίδα με το πέρασμα των χρόνων. Τα εργαστήρια της NUXE καινοτομούν χρησιμοποιώντας τρία πολύτιμα και σπάνια φυτικά συστατικά (σπόροι araucaria, κύτταρα bakau και ρίζα maca) σε συνδυασμό με ένα τετραπεπτίδιο, προκειμένου να ενισχύσουν την πυκνότητα του δέρματος, να επαναφέρουν τη φυσική του λάμψη και να μειώσουν τις καφέ κηλίδες.

Από την Pharmathen

Helioderm

Όμορφη, προστατευμένη από τον ήλιο επιδερμίδα

CASTALIA
LABORATOIRES DERMATOLOGIQUES PARIS

Αποτελεσματική αντηλιακή πολυπροστασία Helioderm με:

- **Φωτοσταθερό σύστημα φίλτρων Tinosorb™ M® & S®** και **TanActine** για προστασία από την ακτινοβολία UVB και UVA
- **Helioguard 365** για δράση ενάντια στη φωτογήρανση
- **Βιταμίνη Ε** κατά των ελευθέρων ριζών

8 στους 10* καταναλωτές προτείνουν Helioderm

*τελευταίες έρευνες καταναλωτών - Ιανουάριος 2013

ΧΩΡΙΣ PARABENS • ΔΕΡΜΑΤΟΛΟΓΙΚΑ ΕΛΕΓΜΕΝΑ • ΑΝΘΕΚΤΙΚΑ ΣΤΟ ΝΕΡΟ

ΡΩΤΗΣΤΕ ΤΟΝ ΔΕΡΜΑΤΟΛΟΓΟ Ή ΤΟΝ ΦΑΡΜΑΚΟΠΟΙΟ ΣΑΣ

Lavipharm

ΠΑΝΩ ΑΠΟ **20 ΧΡΟΝΙΑ** ΤΕΧΝΟΓΝΩΣΙΑΣ ΣΤΗ ΒΙΟΛΟΓΙΑ ΤΗΣ ΕΠΙΔΕΡΜΙΔΑΣ

www.castalia-derm.com CASTALIA

BEE RADIANT
σειρά αντιγήρανσης και λάμψης

Η APIVITA παρουσιάζει τη νέα σειρά περιποίησης προσώπου και ματιών **BEERADIANT**. Η νέα σειρά περιποίησης με βλαστοκύτταρα πορτοκαλιού ήρθε για να κάνει την αποτελεσματική αντιγήρανση πραγματικότητα, και να δώσει νέα διάσταση στην αποκατάσταση της λάμψης. Η BEERADIANT προσεγγίζει τη ζητούμενη λάμψη με μοναδικό τρόπο, ως αποτέλεσμα της μηχανικής αλληλεπίδρασης φωτός και ύλης, στηριζόμενη στην αποτελεσματική αντιγηραντική δράση και την εξομάλυνση του μικροανάγλυφου της επιδερμίδας.

Η σειρά περιλαμβάνει κρέμα ελαφριάς υφής, κρέμα πλούσιας υφής και κρέμα ματιών.

Από την Apivita

Υγρό πόσιμο κολλαγόνο,
με υαλουρονικό Οξύ από την myelements

Το brand myelements υποδέχεται την ολοκληρωμένη, προηγμένη φόρμουλα ομορφιάς, **BEAUTIN™COLLAGEN,** με υψηλής ποιότητας υδρολυμένο κολλαγόνο Peptan™, σε μορφή πεπτιδίων για αυξημένη απορρόφηση, ενισχυμένο με υαλουρονικό οξύ, και βιταμίνες A, B Complex, C και ψευδάργυρο. Ο συνδυασμός των στοιχείων της μοναδικής αυτής φόρμουλας προσφέρει πολλαπλά οφέλη στον οργανισμό: ενισχύει την υγεία και την ομορφιά της επιδερμίδας εκ των έσω, βελτιώνει την όψη του δέρματος & δυναμώνει τα μαλλιά και τα νύχια, ενδυναμώνει τους συνδετικούς ιστούς, τους χόνδρους και τις αρθρώσεις, ενώ έχει και αντιοξειδωτικές ιδιότητες. Είναι σε υγρή μορφή για εύκολη κατάποση, δεν αφήνει επίγευση ψαριού και είναι ιδιαίτερα εύπεπτο. Κυκλοφορεί σε δύο γεύσεις .

Από την ISO PLUS

HYDROVIT Anti-Dandruff
κατά της πιτυρίδας

Το **HYDROVIT Anti-Dandruff** Vitamins & Fresh Shampoo είναι ένα καθημερινό σαμπουάν, κατά της πιτυρίδας, του κνησμού, της λιπαρότητας και της ξηροδερμίας.

Συνδυάζει Zinc Pyrithione, ισχυρό αντιπιτυριδικό παράγοντα, D-Panthenol με ενυδατική και αντιφλεγμονώδη δράση και ω-λιπαρά οξέα με σημαντική ενυδατική δράση. Επιπλέον, βιταμίνη A, που επιδρά στην επιδερμική κερατινοποίηση και βοηθά στο σχηματισμό νέων κυττάρων, βιταμίνη E, που βοηθά στην προστασία από τις ελεύθερες ρίζες και τονώνει την κυκλοφορία του αίματος, βιοτίνη, η οποία προστατεύει από την ξηροδερμία ρυθμίζοντας την έκκριση του σμήγματος και παίζει σημαντικό ρόλο στην ανάπτυξη και την υγεία των μαλλιών και βιταμίνη B Complex με δερματοτροφικές και αντιφλεγμονώδεις ιδιότητες. Το προϊόν έχει εμπλουτιστεί με μενθόλη προσφέροντας στυπτικές, αντικνησμικές και ήπιες αντισηπτικές ιδιότητες, που δίνουν την αίσθηση φρεσκάδας και δροσιάς.

Από την Target Pharma

BIODERMA Photoderm
BRUME INVISIBLE SPF50+

Ξηρό λάδι για πρόσωπο, σώμα και μαλλιά, το **Photoderm BRUME INVISIBLE SPF50+** προστατεύει ακόμη και το ευαίσθητο έως δυσανεκτικό στον ήλιο δέρμα.

Χάρη στην αποκλειστική καινοτομία CELLULAR BIOPROTECTION® προστατεύει το DNA των κυττάρων, ενεργοποιεί τους φυσικούς μηχανισμούς άμυνας του δέρματος και προλαμβάνει τη φωτογήρανση, προσφέροντας έτσι καλύτερη εσωτερική προστασία κατά τη διάρκεια της έκθεσης στον ήλιο. Είναι εμπλουτισμένο με βιταμίνη E για ενισχυμένη αντιοξειδωτική δράση και πρόληψη της φωτογήρανσης. Με υποαλλεργική σύνθεση, χωρίς αλκοόλ, προσφέρει άριστη ανεκτικότητα και δεν ξηραίνει το δέρμα.

Η ελαφριά, μη λιπαρή υφή του δίνει ένα ματ αποτέλεσμα. Με διακριτικό άρωμα.

Από την Pharmathen

APIVITA

natural effective holistic

BEE RADIANT

ΠΡΟΛΑΜΒΑΝΕΙ ΚΑΙ ΛΕΙΑΙΝΕΙ ΤΙΣ ΡΥΤΙΔΕΣ

ΧΑΡΙΖΕΙ ΛΑΜΨΗ ΚΑΙ ΥΓΕΙΑ ΣΤΗΝ ΕΠΙΔΕΡΜΙΔΑ

με βλαστοκύτταρα πορτοκαλιού

ΜΟΝΑΔΙΚΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ μετά από 28 ημέρες χρήσης*
93% των γυναικών είδαν την επιδερμίδα τους πιο λαμπερή
93% των γυναικών είδαν την επιδερμίδα τους με λιγότερες ρυτίδες
90% των γυναικών είδαν την επιδερμίδα τους πιο γεμάτη
* Αξιολόγηση 30 γυναικών, ηλικίας 30-45 ετών, με εφαρμογή 2 φορές την ημέρα

έως 99% ΦΥΣΙΚΑ ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ

χωρίς parabens, σιλικόνη, προπυλενογλυκόλη, βουτυλενογλυκόλη, παραφινέλαιο, αιθανολαμίνη, φθαλικά, πολυκυκλικές μάσκες, νιτρομάσκες

Η ΣΕΙΡΑ BEE RADIANT ΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΕΙ: ΚΡΕΜΑ ΠΡΟΣΩΠΟΥ ΣΕ 2 ΥΦΕΣ & ΚΡΕΜΑ ΜΑΤΙΩΝ

www.apivita.com

VENOLEN plus & VENOLEN idrogel

για το φλεβικό σύστημα και τα κουρασμένα πόδια

Η ADELCO σε συνεργασία με την PHARMALINE λανσάρει από τις αρχές Φεβρουαρίου 2015 δύο νέα προϊόντα.

Το **VENOLEN *plus*** βοηθά στην ακεραιότητα του φλεβικού συστήματος, ενισχύει την τόνωση του αιμορροϊδικού πλέγματος και υποστηρίζει τη λεμφική παροχέτευση. Περιέχει: διοσμίνη 300mg, τροξερουτίνη 300mg, ξηρό εκχύλισμα ιπποκαστανέας 100mg και Βιταμίνη C 25mg.

Το **VENOLEN *idrogel*** ανακουφίζει τις γάμπες από το πρήξιμο και το αίσθημα βάρους, βοηθά στη διατήρηση της ελαστικότητας των αγγείων, ενυδατώνει, τονώνει και δροσίζει το δέρμα. Περιέχει: εσκίνη 1%, τροξερουτίνη 1% και ηπαρινοειδή (GAG) 0,6%.

Από την Adelco

Κολπικές κάψουλες tecnogyn flora

Πρόκειται για κολπικές κάψουλες που αποκαθιστούν την ισορροπία στην κολπική χλωρίδα. Περιέχουν το προβιοτικό Lactobacillus casei d.rhamnosus Döderlein (LCR35®) αλλά και πρεβιοτικά και ευβιοτικά που εξασφαλίζουν τη βιωσιμότητα και αποτελεσματικότητα του προβιοτικού.

Είναι κλινικά αποδεδειγμένο ότι το **tecnogyn flora** βοηθά:

- στη θεραπεία όλων των κολπικών μολύνσεων (μυκητιασικών & βακτηριακών)
- στην πρόληψη επανεμφάνισης της κολπίτιδας
- φυσικά στην ανακούφιση των συμπτωμάτων καύσου, κνησμού & υπερβολικών εκκρίσεων

Είναι ιδανικό για γυναίκες που αντιμετωπίζουν συχνά κολπικές μολύνσεις, παρουσιάζουν υποτροπή πολύ σύντομα μετά την αντιβιοτική αγωγή, ή παίρνουν αντιβιοτικά που διαταράσσουν την κολπική χλωρίδα.

Από την ΑΡΡΙΑΝΙ ΦΑΡΜΑΚΕΥΤΙΚΗ Α.Ε.

Οδοντόκρεμες υψηλής συγκέντρωσης φθορίου **αναχαιτίζουν 51% περισσότερες τερηδονικές βλάβες**

Η καθημερινή χρήση οδοντόκρεμας υψηλής συγκέντρωσης φθορίου οδηγεί στην αναχαίτιση 51% περισσότερων τερηδονικών βλαβών ρίζας απ' ότι οι απλές φθοριούχες οδοντόκρεμες ($p<0.00001$), σύμφωνα με πρόσφατη συστηματική ανασκόπηση του Πανεπιστημίου του Aachen στη Γερμανία. Η μελέτη των R.J. Wierichs και H. Meyer-Lueckel βασίζεται στη μετα-ανάλυση τριών ηλεκτρονικών βάσεων οδοντιατρικών δεδομένων, καλύπτοντας περισσότερους από 10.000 ασθενείς, και δημοσιεύθηκε πρόσφατα στο περιοδικό Journal of Dental Research. Η οδοντόκρεμα με 5000 ppm φθορίου είχε τη μεγαλύτερη αποτελεσματικότητα σε σύγκριση με άλλους παράγοντες (περιλαμβανομένων απλών οδοντοκρεμών με 1100-1450 ppm φθορίου), που εξετάστηκαν στη συστηματική ανασκόπηση.

Όπως δήλωσε και η Διευθύντρια Επιστημονικών Θεμάτων της **Colgate-Palmolive** Ευρώπης Baerbel Kiene: *«Ο κίνδυνος εμφάνισης τερηδονικών βλαβών στη ρίζα αυξάνεται ραγδαία στον ανεπτυγμένο κόσμο λόγω της γήρανσης του πληθυσμού. Υπάρχει έντονη ανάγκη για καλύτερη πρόληψη της τερηδόνας ρίζας και αυτή η νέα μελέτη δείχνει το σημαντικό ρόλο της οδοντόκρεμας με υψηλή συγκέντρωση φθορίου».*

«Ευαίσθητη» περιοχή; **Προστατέψτε την!**

tecnogyn® flora

Το tecnogyn flora είναι κολπικές κάψουλες που αποκαθιστούν την ισορροπία στην κολπική χλωρίδα. Περιέχουν το προβιοτικό Lactobacillus casei d.rhamnosus Döderlein (LCR35®) αλλά και πρεβιοτικά και ευβιοτικά που εξασφαλίζουν τη βιωσιμότητα και αποτελεσματικότητα του προβιοτικού.

Είναι κλινικά αποδεδειγμένο ότι το tecnogyn flora :

- ✓ *βοηθά στη θεραπεία όλων των κολπικών μολύνσεων (μηκητιασικών & βακτηριακών)*
- ✓ *βοηθά στην πρόληψη επανεμφάνισης της κολπίτιδας*
- ✓ *βοηθά φυσικά στην ανακούφιση των συμπτωμάτων καύσου, κνησμού & υπερβολικών εκκρίσεων.*

Το tecnogyn flora είναι ιδανικό για γυναίκες που:

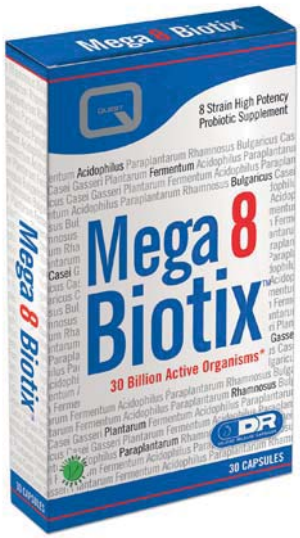
- ✓ *αντιμετωπίζουν συχνά κολπικές μολύνσεις*
- ✓ *παίρνουν αντιβιοτικά που διαταράσσουν την κολπική χλωρίδα*
- ✓ *έχουν συμπτώματα & ενοχλήσεις που παραπέμπουν σε κολπική μόλυνση*

ΜΟΝΟ ΣΤΑ ΦΑΡΜΑΚΕΙΑ

Διανέμεται απο την ARRIANI PHARMACEUTICALS S.A., τηλ. 210-6683000

Mega 8 Biotix

Προβιοτικά σε «mega-δόση»



Το **Mega 8 Biotix** της Quest είναι ένας μοναδικός συνδυασμός 8 διαφορετικών προβιοτικών (φιλικά βακτήρια), τα *L.acidophilus, L.rhamnosus, L.casei, L.plantarum, L.paraplantarum, L.bulgaricus, L.gasseri* και *L.fermentum*. Προσφέρει στο έντερο μια ποικιλία προβιοτικών που συμβάλλουν στην καλή λειτουργία του, ενώ με μία μόνο κάψουλα λαμβάνονται 30 δισεκατομμύρια (30x10⁹) προβιοτικά. Ανήκει στην ολοκληρωμένη σειρά προβιοτικών Biotix της Quest. Τα Biotix είναι τα μόνα προβιοτικά σε κάψουλες DRcaps για την απελευθέρωση των δραστικών συστατικών απευθείας στο έντερο.

Είναι κατάλληλο για χορτοφάγους και vegans. Χωρίς λακτόζη, αλάτι ή γλουτένη.

Από τη Douni Health Products

Remescar για ευρυαγγείες

Για τα πόδια, την κοιλιά και το πρόσωπο

Το **Remescar** είναι ένα καινοτόμο ιατροτεχνολογικό προϊόν, κλάσης IIa, με διπλό τρόπο δράσης, ειδικά σχεδιασμένο για την πρόληψη και την αντιμετώπιση των ευρυαγγειών στο δέρμα. Προσφέρει κλινικά αποδεδειγμένα, άμεση βελτίωση της επιφάνειας του δέρματος και αποτέλεσμα που διαρκεί. Η πρωτοποριακή του σύνθεση μειώνει εντυπωσιακά την εμφάνιση των ευρυαγγειών έως 49%. Η τεχνολογία Microlens Coated Crystals προσδίδει στο δέρμα λεία εμφάνιση με λιγότερες ατέλειες, ενώ το αδιαπέραστο φιλμ μακράς διαρκείας και οι παράγοντες προστασίας από τη UVακτινοβολία προστατεύουν την πάσχουσα περιοχή, οδηγώντας στη γρήγορη αποκατάστασή της. Τέλος, χάρη στις δραστικές του ιδιότητες δυναμώνει τους φλεβικούς ιστούς και εμποδίζει τη δημιουργία νέων αιμοφόρων αγγείων.

Από την Gerolymatos International

NeuroAge...για τη μνήμη

Τρεις εξειδικευμένες λύσεις προσφέρουν στους ενήλικες τα συμπληρώματα διατροφής Neuro*Age*, με πυρήνα την ενίσχυση της μνήμης και την καλή λειτουργία του εγκεφάλου.

Με την πρόσφατη κυκλοφορία 2 νέων προϊόντων, η σειρά αποτελείται πλέον από τρία εξειδικευμένα προϊόντα Neuro*Age*, σχεδιασμένα για να υποστηρίζουν τη γνωστική λειτουργία, την πνευματική εγρήγορση και τη διευκόλυνση του ύπνου, σ' έναν υγιή εγκέφαλο. Ο εγκέφαλος και το σώμα μας χρειάζονται απαραίτητα θρεπτικά συστατικά για να λειτουργήσουν σωστά, αφού η γήρανση του εγκεφάλου προκαλεί γνωστική εξασθένηση, διαταραχές ύπνου και έλλειψη συγκέντρωσης, και την ανάγκη αυτή έρχονται να καλύψουν το **Neuro*Age***, το **Neuro*Age* NRG**, καθώς και το **Neuro*Age* Sleep**.

Όλα τα προϊόντα της σειράς Neuro*Age* περιέχουν έναν αποτελεσματικό συνδυασμό βασικών συστατικών, κλινικά ελεγμένων και εγκεκριμένων από την EFSA, και έτσι εγγυώνται με ασφάλεια τη διατήρηση της συνολικής λειτουργίας του εγκεφάλου.

Από την ELPEN A.E.

BYDUREON®

ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ ΚΥΚΛΟΦΟΡΙΑΣ ΝΕΟΥ ΠΡΟΙΟΝΤΟΣ ΓΙΑ ΤΗ ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΗ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΤΟΥ ΔΙΑΒΗΤΗ ΤΥΠΟΥ 2

Η **Astra Zeneca** ανακοινώνει την κυκλοφορία και στην Ελληνική αγορά του νέου φαρμακευτικού ιδιοσκευάσματος **BYDUREON®**.

Το **BYDUREON®** περιέχει τη δραστική ουσία εξενατίδη και χορηγείται υποδόρια **ΜΙΑ** φορά **ΤΗΝ ΕΒΔΟΜΑΔΑ** για τη βελτίωση της γλυκαιμικής ρύθμισης σε ενήλικες με σακχαρώδη διαβήτη τύπου 2.

BYDUREON®: Ισχυρός και διαρκής γλυκαιμικός έλεγχος με ΜΙΑ υποδόρια χορήγηση ΜΙΑ ΦΟΡΑ την εβδομάδα!

- Ισχυρή μείωση της HbA_{1c} από -1,5% έως -1,9%[1]
- Διατήρηση της αποτελεσματικότητας έως και 6 έτη[2]
- Διατήρηση της απώλειας του σωματικού βάρους έως και 4,3kg στα 6 έτη[2]
- Σημαντικά λιγότερες γαστρεντερικές διαταραχές σε σύγκριση με την λιραγλουτίδη[3]

Το **BYDUREON®** ενδείκνυται για τη θεραπεία του σακχαρώδους διαβήτη τύπου 2 σε συνδυασμό με:

- Μετφορμίνη
- Σουλφονυλουρία
- Θειαζολιδινεδιόνη
- Μετφορμίνη και σουλφονυλουρία
- Μετφορμίνη και θειαζολιδινεδιόνη

σε ενήλικες στους οποίους δεν έχει επιτευχθεί ικανοποιητικός γλυκαιμικός έλεγχος με τη μέγιστη ανεκτή δόση με τις παραπάνω από του στόματος αγωγές[1]

Με αφορμή την κυκλοφορία του **ΠΡΩΤΟΥ ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΟΥ GLP1** αγωνιστή στην Ελλάδα, του **BYDUREON**, θα θέλαμε να ενισχύσουμε τον ρόλο του φαρμακοποιού στην υποστήριξη του ασθενή με ΔΤ2 δίδοντας τη δυνατότητα εκπαίδευσης αναφορικά με τον τρόπο προετοιμασίας και χορήγησης του φαρμάκου **BYDUREON**.

Για την εκπαίδευση σας από εξειδικευμένο νοσηλευτικό προσωπικό στον τρόπο προετοιμασίας και χορήγησης της ένεσης **BYDUREON** στο χώρο του φαρμακείου σας παρακαλούμε καλέστε στην Ανοιχτή Γραμμή Υποστήριξης **BYDUREON 216 800 14 62**
Δευτέρα - Παρασκευή: 8 π.μ. - 8 μ.μ.

BYD/00013/0/0115

ΣΥΝΤΟΜΕΣ ΣΥΝΤΑΓΟΓΡΑΦΙΚΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΤΟΥ ΠΡΟΪΟΝΤΟΣ ΠΕΡΙΕΧΟΝΤΑΙ ΕΝΤΟΣ ΤΟΥ ΕΝΤΥΠΟΥ

AstraZeneca
AstraZeneca A.E.
Θεοτοκοπούλου 4 & Αστροναυτών, 151 25 Μαρούσι,
Τηλ.: 210 6871500, Fax: 210 6859195, www.astrazeneca.gr

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΚΕΣ ΑΝΑΦΟΡΕΣ
1. Bydureon®. Περίληψη Χαρακτηριστικών του Προϊόντος, Οκτώβριος 2014.
2. R. R. Henry, E. J. Klein, J. Malloy, et. al., DUR ATION -1 Extension: "Efficacy and Tolerability of Exenatide Once Weekly (QW) Over 6 Years in Patients with T2DM", Poster Presented at the 74th Scientific Sessions of the American Diabetes Association,San Francisco, California, June 13–17, 2014.
3. Buse J.B., Nauck M., Forst T., et al., "Exenatide once weekly versus liraglutide once daily in patients with type 2 diabetes (DUR ATION -6): a randomised, open-label study", Lancet, 2013,381(9861):117-124

Μία φορά την εβδομάδα
BYDUREON®
εξενατίδη 2mg σκόνη και διαλύτης για εναιώρημα παρατεταμένης αποδέσμευσης για ένεση
Ισχυρός και διαρκής γλυκαιμικός έλεγχος

Iofolen για την εγκυμοσύνη και τη γαλουχία

Η διατροφή στην εγκυμοσύνη πρέπει να παρέχει επαρκή ενέργεια και θρεπτικά συστατικά προκειμένου να καλυφθούν τόσο οι ανάγκες του εμβρύου, όσο και οι ανάγκες της ίδιας της μητέρας. Για το λόγο αυτό, οι διαιτητικές συστάσεις για τις εγκύους παρουσιάζουν μερικές αξιοσημείωτες εξαιρέσεις σε σχέση με το γενικό πληθυσμό, αποσκοπώντας στη δημιουργία αποθεμάτων θρεπτικών ουσιών για την εμβρυϊκή ανάπτυξη και το θηλασμό.

Το **Iofolen** είναι ένα πλήρες πολυβιταμινούχο συμπλήρωμα που εξασφαλίζει στην μητέρα στοχευμένη χορήγηση με επιλεγμένα θρεπτικά συστατικά προκειμένου να καλυφθούν 100% οι διατροφικές ελλείψεις που τυχόν παρατηρούνται κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης και του θηλασμού.

Από την ITF Hellas

Regaine® Foam, θεραπεία αφρού κατά της τριχόπτωσης

Η τριχόπτωση είναι ένα πρόβλημα που απασχολεί πολλούς Έλληνες. Το 50% των ανδρών και το 30% των γυναικών εμφανίζουν ορατή αραίωση μαλλιών έως την ηλικία των 50 ετών. Η ανδρογενετική αλωπεκία (ΑΓΑ) αποτελεί τη συνηθέστερη αιτία τριχόπτωσης σε άνδρες και γυναίκες.

Το **Regaine® Foam** είναι το μόνο που περιέχει τη δραστική ουσία Μινοξιδίλη (5%) σε μορφή αφρού, η οποία αναστέλλει την τριχόπτωση και αναπτύσσει νέες τρίχες σε άτομα με ανδρογενετική αλωπεκία. Έχει αποδειχθεί κλινικά ότι σταματάει την τριχόπτωση ή αναπτύσσει νέες τρίχες σε 4 στους 5 άνδρες.

Εφαρμόζεται εύκολα, στεγνώνει και απορροφάται γρήγορα, ενώ μπορεί να χρησιμοποιηθεί με προϊόντα styling. Η εξελιγμένη σύνθεση του αφρού παρέχει μεγάλη ευκολία χρήσης, η οποία οδηγεί σε υψηλή συμμόρφωση στη θεραπεία και ως εκ τούτου μεγιστοποιεί τα αποτελέσματα.

Ενδείκνυται για άνδρες και γυναίκες. Δύο εφαρμογές την ημέρα με δόση 1mg είναι αρκετές για ορατά αποτελέσματα μέσα σε 16 εβδομάδες.

Από την Johnson & Johnson

OPTI-FREE®PureMoist **για τους φακούς επαφής**

Το νέο πρωτοποριακό υγρό καθαρισμού φακών επαφής **OPTI-FREE® PureMoist®** είναι σχεδιασμένο για να κρατάει τους φακούς επαφής ενυδατωμένους για 16 ώρες[1] αφού διαθέτει το επαναστατικό σύστημα HydraGlyde® Moisture Matrix. Παράλληλα, το διπλό σύστημα απολύμανσης με POLYQUAD® και ALDOX®, διασφαλίζει εξαιρετική δράση ενάντια στα βακτήρια, τους μύκητες και τις κύστες της Ακανθαμοιβάδας[2].

Διατίθεται σε συσκευασία 300ml καθώς και σε πρακτική συσκευασία ταξιδίου 90ml.

1. *OPTI-FREE® PureMoist® Multi-Purpose Disinfecting Solution package insert.* ***2.*** *Kern JR, Kappell G, Trinh H, et al. Antimicrobial properties of a novel contact lens disinfecting solution, OPTI-FREE® EverMoist®. Poster presented at: BLCA; May 2011; Manchester Central, UK.*

Από την Gerolymatos International

ActiCand® 30

Ιατροτεχνολογικό προϊόν για κολπική χρήση

Αποτελεσματικό στη θεραπεία της **αιδοιοκολπικής καντιντίασης** και στην **πρόληψη** των **υποτροπών** της

Το **Acticand 30** είναι ένα ιατροτεχνολογικό προϊόν για κολπική χρήση με μοναδική σύνθεση:

- Κιτρικό οξύ και όξινο ανθρακικό νάτριο, συστατικά τα οποία ευνοούν την ανάπτυξη CO_2 και έτσι δημιουργείται αναερόβιο περιβάλλον στον κόλπο, το οποίο περιορίζει την ανάπτυξη του *Candida* και ενθαρρύνει τον αποικισμό και τον πολλαπλασιασμό των γαλακτοβάκιλλων.
- Γαλακτοβάκιλλους Acidophilus LA02, οι οποίοι συντελούν στη μείωση του κολπικού pH και επαναφέρουν την κολπική μικροβιακή χλωρίδα.
- Γαλακτοβάκιλλους Fermentum LF10, η σύνθεση των οποίων έχει άμεση βακτηριοστατική και βακτηριοκτόνο δράση έναντι όλων των στελεχών του *Candida*.
- Αραβινογαλακτάνη και φυτικές ίνες φρουκτοολιγοσακχαριτών, συστατικά τα οποία αποτελούν αποκλειστική διατροφική πηγή ανάπτυξης των γαλακτοβακίλλων.

Λόγω της μοναδικής του σύστασης το **Acticand 30** είναι εξαιρετικά αποτελεσματικό στη θεραπεία της αιδοιοκολπικής καντιντίασης άλλα ταυτόχρονα επαναφέρει τη φυσιολογική χλωρίδα του κόλπου. Χάρη στη σύσταση του το **Acticand 30** διορθώνει και την αιτία η οποία δημιούργησε το πρόβλημα της αιδοιοκολπικής καντιντίασης.

ITF Hellas
Pharmaceuticals

Άρεως 103 & Αγ. Τριάδος 36, Τ.Κ: 175 62, Π. Φάληρο, Τηλ.: 210 93 73 330, Fax: 210 93 73 339
e-mail: info@italfarmaco.gr, www.italfarmaco.gr.

OneTouch Verio IQ:

Νέος μετρητής γλυκόζης αίματος

Οι καθημερινές ανάγκες αυτομέτρησης των ατόμων με σακχαρώδη διαβήτη, καλύπτονται ολοκληρωμένα με τις «έξυπνες» τεχνολογίες αιχμής του νέου μετρητή γλυκόζης αίματος, **OneTouch Verio IQ,** της εταιρίας Lifescan, Johnson & Johnson. Η τεχνολογία αυτοματοποιημένης εύρεσης τάσεων (pattern technology) απαλλάσσει τα άτομα με διαβήτη από τη χρήση του ημερολογίου καταγραφής αποτελεσμάτων. Ο μετρητής διαθέτει ταινίες μέτρησης νέας τεχνολογίας (smart scan technology) και φωτιζόμενη θύρα ελέγχου (illuminated test strip port) για να μπορεί η μέτρηση να γίνει και στο σκοτάδι. Έχει τέλος, μοντέρνο και εργονομικό σχεδιασμό, είναι μικρός, με εύκολα κουμπιά πλοήγησης, LCD έγχρωμη οθόνη υψηλής ανάλυσης που φωτίζει και με χρωματική κωδικοποίηση των αποτελεσμάτων.

Από τη Lifescan

Τεχνολογία ανέπαφης μεταφοράς GlucoMen AREO

Η **MENARINI DIAGNOSTICS** παρουσιάζει για πρώτη φορά το **GlucoMen Areo**, το μοναδικό σύστημα ανέπαφης μεταφοράς δεδομένων που επιτρέπει την εύκολη, γρήγορη αλλά και αξιόπιστη μεταφορά δεδομένων για τη διαχείριση του διαβήτη. Το υπερσύγχρονο λογισμικό του GlucoMen Areo επιτρέπει τη μεταφορά των μετρήσεων του σακχάρου στο κινητό, το tablet ή τον υπολογιστή χωρίς καλώδιο σύνδεσης με την τεχνολογία Near Field Communication (NFC), που συνδέει τις ηλεκτρονικές συσκευές μεταξύ τους ανέπαφα. Διαθέτει επίσης, δείκτες γεύματος και άσκησης, αντιστάθμιση θερμοκρασίας και αιματοκρίτη, ρυθμιζόμενους δείκτες υπέρ/υπό γλυκαιμίας, αλλά και μεγαλύτερη φωτιζόμενη οθόνη για ακόμη περισσότερη ευκολία.

Το σύστημα GlucoMen Areo πληροί τις προδιαγραφές του προτύπου ISO 15197:2013
(0% συμμετοχή ασθενούς / 100% αποζημίωση από τα ασφαλιστικά ταμεία)

Livostin:

Τοπικό Αντιισταμινικό κατά της Αλλεργίας

Η αλλεργία αποτελεί μια μορφή σύγχρονης επιδημίας, με την αλλεργική ρινίτιδα και επιπεφυκίτιδα να αποτελούν τις πιο συχνές αλλεργικές παθήσεις. Ταλαιπωρεί πάνω από το 30% των Ελλήνων, από τους οποίους ο 1 στους 4 δεν γνωρίζει καν ότι πάσχει από κάποια μορφή αλλεργίας.

Το **Livostin** περιέχει Λεβοκαμπαστίνη 0,5mg/ml, έναν ισχυρό και εκλεκτικό ανταγωνιστή υποδοχέων Η1, και αποτελεί την αποτελεσματική και ασφαλή λύση για την αντιμετώπιση των συμπτωμάτων της αλλεργικής ρινίτιδας και αλλεργικής επιπεφυκίτιδας. Το Livostin είναι το μόνο που έχει ταχύτατη έναρξη και μακρά διάρκεια δράσης, δεν περιέχει κορτιζόνη και είναι κατάλληλο για καθημερινή χρήση ακόμα και σε παιδιά.

Διατίθεται σε 2 μορφές: Ρινικό σπρέι και κολλύριο.

Από την Johnson & Johnson

LIVOSTIN®
ΑΛΛΕΡΓΙΑ

Κερδίστε τη Μάχη κατά της Αλλεργίας!

Κατάλληλα για καθημερινή χρήση

Τοπικά Αντιισταμινικά

Η Περίληψη Χαρακτηριστικών των Προϊόντων δημοσιεύεται στη σελίδα 112

Johnson & Johnson CONSUMER AEE Αιγιαλείας & Επιδαύρου 4, Μαρούσι 15125, Αθήνα. Για πληροφορίες: 210-68.75.555

LIV/PHARM/PM/02-15

Αντιμετώπιση της διάρροιας
με το Dimexanol™

Το **Dimexanol™** της σειράς Benegast είναι ένα νέο προϊόν για τη διάρροια, που παράλληλα αποκαθιστά και ενισχύει την ενυδάτωση του οργανισμού. Το 100% φυσικό ενεργό συστατικό Morilyte™ που περιέχει, συνδυάζει για πρώτη φορά έναν, κλινικά αποδεδειγμένο για την αποτελεσματικότητά του, βρώσιμο φυσικό άργιλο (Διοσμεκτίτη), με από του στόματος χορηγούμενα άλατα ενυδάτωσης (ηλεκτρολύτες), για την καταπολέμηση της αφυδάτωσης. Το Morilyte™ σχηματίζει έναν προστατευτικό φραγμό στα εσωτερικά τοιχώματα του εντέρου, ο οποίος παγιδεύει και αποβάλλει τα παθογόνα μικρόβια και τις τοξίνες τους, εμποδίζοντας την εξάπλωση της λοίμωξης και παράλληλα απελευθερώνει ηλεκτρολύτες, για αποκατάσταση της ενυδάτωσης.

Το Dimexanol™ διατίθεται στα φαρμακεία σε αναβράζοντα δισκία, ενώ είναι κατάλληλο προς χρήση και σε παιδιά ηλικίας άνω των 5 ετών.

Από την Omega Pharma

XL-S Medical Max Strength

Το **XL-S Medical Max Strength** σε δισκία (ιατροτεχνολογικό προϊόν κλάσεως IIb) είναι το 1ο προϊόν που μειώνει την πρόσληψη θερμίδων που προέρχονται από τα 3 κύρια θρεπτικά συστατικά: υδατάνθρακες, σάκχαρα και λίπος. Περιέχει Clavitanol™, ένα φυσικό σύμπλεγμα που καλύπτεται από δίπλωμα ευρεσιτεχνίας, το οποίο μειώνει τη διάσπαση και απορρόφηση αυτών των θρεπτικών στοιχείων που μετατρέπονται σε θερμίδες.

Όπως όλοι οι κωδικοί του XL-S Medical και αυτό το προϊόν είναι για αγωγή ενός μήνα και έχει εγγύηση επιστροφής χρημάτων.

Από την Omega Pharma

Νέα σειρά αντικουνουπικής προστασίας
Jungle Formula

Η φαρμακευτική εταιρεία Omega Pharma ανακοίνωσε την κυκλοφορία της νέας σειράς απωθητικών κουνουπιών, Jungle Formula, που είναι εγκεκριμένη από το Υπουργείο Αγροτικής Ανάπτυξης και Τροφίμων και η σύσταση της βασίζεται στις δραστικές ουσίες που προτείνει το ΚΕΕΛΠΝΟ ως αποτελεσματικές για την αντιμετώπιση των κουνουπιών.

Στη σειρά περιλαμβάνονται τα ακόλουθα προϊόντα:

Jungle Formula Kids: Για παιδιά άνω των 2 ετών, για έως και 6 ώρες προστασίας.

Jungle Formula Strong Original: Για ενήλικες και παιδιά άνω των 12 ετών, για έως και 8 ώρες προστασίας.

Jungle Formula Strong Soft Care: Για ενήλικες και παιδιά άνω των 3 ετών, για έως και 6 ώρες προστασίας.

Jungle Formula Maximum Original: Το μόνο με άδεια κυκλοφορίας για DEET 50%. Για ενήλικες και παιδιά άνω των 17 ετών, για έως και 9 ώρες προστασίας.

Από την Omega Pharma

ΚΡΑΤΗΣΤΕ ΤΑ ΚΟΥΝΟΥΠΙΑ ΜΑΚΡΙΑ
ΜΕ ΤΟ «ΟΠΛΟ» ΤΗΣ ΕΠΙΛΟΓΗΣ ΣΑΣ

ΝΕΟ!

JUNGLE FORMULA
ΑΠΩΘΗΤΙΚΟ ΚΟΥΝΟΥΠΙΩΝ

Επιλέξτε το βαθμό προστασίας σας

IRF 1 2 3 4®
ΕΝΤΟΜΟΑΠΩΘΗΤΙΚΟΣ ΔΕΙΚΤΗΣ

Το μόνο με Εντομοαπωθητικό Δείκτη IRF®

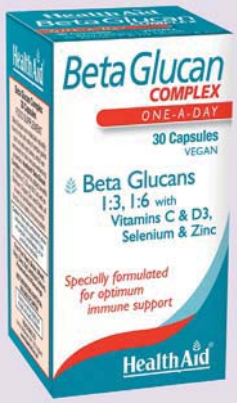
JUNGLE FORMULA MAXIMUM
ΤΟ ΜΟΝΟ ΑΝΤΙΚΟΥΝΟΥΠΙΚΟ με DEET 50%

Στα φαρμακεία

OMEGA PHARMA
Τηλ: 210 8188900
info@omega-pharma.gr

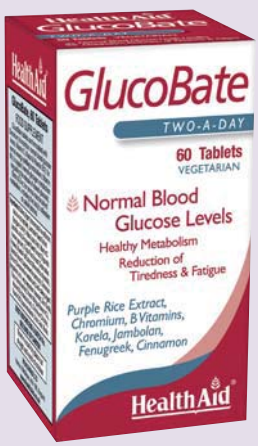
Νέα προϊόντα
από την HealthAid

Νέα προϊόντα είναι διαθέσιμα από την HealthAid με σκοπό να ολοκληρώσει τις κατηγορίες Ανοσοποιητικού & Καρδιάς - κυκλοφορικού και της ειδικής κατηγορίας Διαβήτης. Πιο συγκεκριμένα:



Beta Glucan COMPLEX 30 vecaps
Ειδικός συνδυασμός από Βήτα Γλυκάνες – φυτοστοιχεία, γνωστά για τις ευεργετικές τους ιδιότητες στην υγεία του ανοσοποιητικού και της καρδιάς (χοληστερίνη), μαζί με βιταμίνες και μέταλλα για θωράκιση του οργανισμού ενάντια σε λοιμώξεις και αλλεργίες για όλη τη διάρκεια του έτους.

VEGAN Omega 3-6-9 60vecaps
Απαραίτητα λιπαρά οξέα Ω3/6/9 από 2000mg έλαιο λιναρόσπορου(Flaxseedoil), ψυχρής πίεσης που συμβάλλουν στην υγεία της καρδιάς, του κυκλοφορικού, του εγκεφάλου και της επιδερμίδας.



GlucoBate 60vetabs
Μοναδικός συνδυασμός από βιταμίνες, μέταλλα και φυτικά συστατικά όπως κανέλα, τριγωνέλλα, μωβ ρύζι κ.α. που συμβάλλει στη διατήρηση υγιών επιπέδων γλυκόζης στο αίμα, στη ρύθμιση γλυκόλυσης & μεταγευματικού σακχάρου και στη σωστή αξιοποίηση των υδατανθράκων από τον οργανισμό.

Από την PHARMA CENTER

Νέα κυκλοφορία VIAGRA 50 mg

Η Pfizer Hellas ανακοινώνει την κυκλοφορία στην ελληνική αγορά του προϊόντος **VIAGRA 50 mg δισκία διασπειρόμενα στο στόμα**.

Θα διατίθεται σε συσκευασία των 4 διασπειρόμενων στο στόμα δισκίων (ODT) μπλε χρώματος.
Η νέα φαρμακοτεχνική μορφή του Viagra αφήνει ευχάριστη γεύση λεμονιού στο στόμα.

Από τη Pfizer Hellas

Πολυβιταμίνες Centrum
για τον άντρα και τη γυναίκα

Δύο νέες πολυβιταμίνες της σειράς Centrum, που καλύπτουν τις ειδικές διατροφικές ανάγκες των δύο φύλων κυκλοφορούν στην ελληνική αγορά: το Centrum MEN με ειδική σύνθεση για άνδρες και το Centrum WOMEN με ειδική σύνθεση για γυναίκες.

Το **CENTRUM MEN** είναι ένα συμπλήρωμα διατροφής με αυξημένες ποσότητες βιταμινών του συμπλέγματος Β, που συμβάλλουν στην υποστήριξη των καθημερινών αναγκών για ενέργεια και μαγνησίου, για τη διατήρηση της καλής λειτουργίας των μυών και της υγείας της καρδιάς.

Το **CENTRUM WOMEN**, έχει αυξημένες ποσότητες φυλλικού οξέος, για τη μείωση του αισθήματος κόπωσης, χάρη στο σημαντικό ρόλο του στην παραγωγή αίματος, ασβεστίου, για το σχηματισμό και τη διατήρηση υγιών οστών, σιδήρου, για το σχηματισμό των ερυθρών αιμοσφαιρίων και την αντιμετώπιση περιοδικών απωλειών αίματος κατά τον έμμηνο κύκλο.

Από την Pfizer Consumer Healthcare

Το Centrum είναι η περισσότερο κλινικά μελετημένη πολυβιταμίνη στον κόσμο**

Centrum®

No1* στον κόσμο!

Πολλαπλά οφέλη για κάθε ηλικία.

Αρ. Γνωστοποίησης ΕΟΦ: 15344/29.02.2012

Αρ. Γνωστοποίησης ΕΟΦ: 16173/02.03.2012

Αρ. Γνωστοποίησης ΕΟΦ: 70132/03.10.2012

Με το πέρασμα του χρόνου, οι ανάγκες σας αλλάζουν. Γι' αυτό, κάθε ηλικία έχει το δικό της Centrum.
Με πολλαπλά οφέλη και προσαρμοσμένα επίπεδα βιταμινών και μετάλλων στις ανάγκες κάθε ηλικίας.
Για να νιώθετε καλά και να ζείτε την κάθε στιγμή!

ΖΗΤΗΣΤΕ ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΑ ΑΠΟ ΤΟ CENTRUM!

ΣΥΜΠΛΗΡΩΜΑ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ ΜΕ **ΠΛΗΡΗ** ΚΑΙ **ΙΣΟΡΡΟΠΗΜΕΝΗ ΣΥΝΘΕΣΗ ΒΙΤΑΜΙΝΩΝ** ΚΑΙ **ΜΕΤΑΛΛΙΚΩΝ ΣΤΟΙΧΕΙΩΝ**

Pfizer

Υπεύθυνος κυκλοφορίας: Pfizer Hellas A.E., Λ. Μεσογείων 243, 154 51 Ν. Ψυχικό. Για πληροφορίες: 210-67.85.800

www.centrumvitamins.gr

Τα συμπληρώματα διατροφής δεν υποκαθιστούν την ισορροπημένη διατροφή αλλά τη συμπληρώνουν. Πριν τη χρήση, συμβουλευτείτε τις οδηγίες χρήσης που αναγράφονται σε κάθε συσκευασία.

**Μβάση τα αποτελέσματα αναζήτησης στο PubMed από Ιαν1982 έως Σεπ2013

*Στοιχεία IMS MAT/12/2012

CEN-21-Nov13

GREY

ΑΝΑΚΟΙΝΩΣΗ ΚΥΚΛΟΦΟΡΙΑΣ από τη Pharmathen

Tovanor® breezhaler®

ΒΡΩΜΙΟΥΧΟ ΓΛΥΚΟΠΥΡΡΟΝΙΟ

Κυκλοφόρησε πρόσφατα το **Tovanor® Breezhaler®** 44μg κόνις για εισπνοή, σε συσκευασία των 30 σκληρών καψακίων, το οποίο ενδείκνυται* ως βρογχοδιασταλτική θεραπεία συντήρησης για την ανακούφιση των συμπτωμάτων σε ενήλικες ασθενείς με χρόνια αποφρακτική πνευμονοπάθεια (ΧΑΠ).

Είναι μια νέα εισπνεόμενη θεραπεία ξηράς σκόνης κατάλληλη για άπαξ ημερησίως χορήγηση.

Κάθε παρεχόμενη δόση (η δόση που εξέρχεται από το επιστόμιο της συσκευής Breezhaler®) περιέχει 55μg βρωμιούχου γλυκοπυρρονίου, ισοδύναμη με 44μg γλυκοπυρρονίου.

Το προϊόν περιλαμβάνεται στη θετική λίστα.

** Tovanor® Breezhaler® 44μg - Περίληψη Χαρακτηριστικών Προϊόντος 19.06.2014.*

Xoterna®Breezhaler®

ΜΗΛΕΪΝΙΚΗ ΙΝΔΑΚΑΤΕΡΟΛΗ/ ΒΡΩΜΙΟΥΧΟ ΓΛΥΚΟΠΥΡΡΟΝΙΟ

Κυκλοφόρησε πρόσφατα το **Xoterna® Breezhaler®** 85μg/43μg κόνις για εισπνοή, σε συσκευασία των 30 σκληρών καψακίων, το οποίο ενδείκνυται* ως βρογχοδιασταλτική θεραπεία συντήρησης για την ανακούφιση των συμπτωμάτων σε ενήλικες ασθενείς με χρόνια αποφρακτική πνευμονοπάθεια (ΧΑΠ).

Είναι μια νέα εισπνεόμενη θεραπεία ξηράς σκόνης κατάλληλη για άπαξ ημερησίως χορήγηση.

Κάθε καψάκιο περιέχει 143μg μηλεϊνικής ινδακατερόλης ισοδύναμη με 110μg ινδακατερόλης και 63μg βρωμιούχου γλυκοπυρρονίου, ισοδύναμο με 50μg γλυκοπυρρονίου. Κάθε παρεχόμενη δόση (η δόση που εξέρχεται από το επιστόμιο της συσκευής Xoterna® Breezhaler®) περιέχει 110μg μηλεϊνικής ινδακατερόλης ισοδύναμη με 85μg ινδακατερόλης και 54μg βρωμιούχου γλυκοπυρρονίου, ισοδύναμο με 43μg γλυκοπυρρονίου.

Το προϊόν περιλαμβάνεται στη θετική λίστα.

** Xoterna® Breezhaler® 85μg/43μg - Περίληψη Χαρακτηριστικών Προϊόντος 12.06.2014*

ΒΟΗΘΗΣΤΕ ΝΑ ΓΙΝΟΥΝ ΤΑ ΦΑΡΜΑΚΑ ΠΙΟ ΑΣΦΑΛΗ ΚΑΙ ΑΝΑΦΕΡΕΤΕ ΟΛΕΣ ΤΙΣ ΑΝΕΠΙΘΥΜΗΤΕΣ ΕΝΕΡΓΕΙΕΣ ΓΙΑ ΟΛΑ ΤΑ ΦΑΡΜΑΚΑ ΣΥΜΠΛΗΡΩΝΟΝΤΑΣ ΤΗΝ ΚΙΤΡΙΝΗ ΚΑΡΤΑ

Συμπλήρωμα διατροφής

Urisanol Flash

Η εταιρεία Pierre Fabre Farmaka A.E. έχει εισάγει εδώ και έναν χρόνο τα συμπληρώματα διατροφής της σειράς Naturactive, Urisanol και Transit. Ως συνέχεια ανάπτυξης αυτής της σειράς προϊόντων κυκλοφόρησε ένα νέο προϊόν στην ελληνική αγορά, το **Urisanol Flash.**

Το Urisanol Flash είναι το μοναδικό προϊόν που περιέχει εκχύλισμα κράνμπερι σε συνδυασμό με αιθέρια έλαια. Ο συνδυασμός αυτός προσφέρει άμεση ανακούφιση στις λοιμώξεις του ουροποιητικού, καθώς και γενικότερη ενίσχυση του οργανισμού έναντι των λοιμώξεων.

Η σκληρή κάψουλα Urisanol Flash περιέχει εκχύλισμα κράνμπερι (Cranberry της Αμερικής), το οποίο αποδίδει 36mg προανθοκυανιδινών (PAC),δηλαδή την συνιστώμενη δόση για βακτηριοκτόνο δράση.

Η μαλακή κάψουλα περιέχει συνδυασμό 5 αιθέριων ελαίων: μέντα, γαρύφαλλο, θυμάρι, λεβάντα και κανέλα Κεϋλάνης.

Από την Pierre Fabre Farmaka AE

Βρεφικά γάλατα Rontamil

Η RONTIS HELLAS έχοντας επί 12 συναπτά έτη ενεργή παρουσία στο χώρο της βρεφικής διατροφής παραμένει πιστή στο όραμά της εισάγοντας στην ελληνική αγορά τα προϊόντα **Rontamil** του Ελβετικού οίκου RONTIS AG, τα οποία διατίθενται αποκλειστικά στα φαρμακεία. Η νέα σειρά βρεφικών γαλάτων Rontamil έχει αναπτυχθεί έτσι ώστε να βρίσκεται στην αιχμή της εξέλιξης της βρεφικής διατροφής, στην οποία απαιτείται όχι μόνο η κάλυψη των διατροφικών αναγκών των βρεφών, αλλά και η ενίσχυση του ανοσοποιητικού των βρεφών που δεν θηλάζουν ή έχουν γεννηθεί με καισαρική.

*Η εταιρεία **RONTIS HELLAS A.E.B.E.** ιδρύθηκε το έτος 1986 και έκτοτε κατέχει δεσπόζουσα θέση στην ελληνική αγορά. Αντιπροσωπεύει φημισμένους ιατρικούς οίκους του εξωτερικού, και συγχρόνως παράγει ιατροτεχνολογικά προϊόντα, στις εγκαταστάσεις της στη ΒΙ.ΠΕ. Λάρισας. Διαθέτει υποκαταστήματα στη Θεσσαλονίκη και στη Δυτική Ελλάδα.*

Συμπληρώματα διατροφής
από την Power Health

Memo Plus για τη μνήμη
Το Memo Plus είναι ένα ειδικό συμπλήρωμα διατροφής που περιέχει ένα ευρύ φάσμα φυσικών ενεργών συστατικών όπως φυτικά εκχυλίσματα Ginkgo biloba, δενδρολίβανου, L-Γλουταμίνη, Γλουταθειόνη, θεοβρωμίνη, βιταμίνες του συμπλέγματος Β, μαγνήσιο, ψευδάργυρο. Βοηθάει στην καλύτερη λειτουργία της μνήμης, στη συγκέντρωση και στην ευκολότερη μάθηση.

Power Foods μουρουνέλαιο
Το «Καθαρό Μουρουνέλαιο» της σειράς Power Foods, ιδανικό για μικρούς και μεγάλους, αξιοποιεί τα αναρίθμητα οφέλη μίας ακόμα δυναμοτροφής που συμβάλλει στην ανάπτυξη οστών και δοντιών, ενισχύει το ανοσοποιητικό σύστημα, καθώς και τη λειτουργία της όρασης. Κυκλοφορεί χωρίς βαρέα μέταλλα.

SiderAL Forte® και SiderAL Folico®
με λιποσωμική τεχνολογία

Η φαρμακευτική εταιρεία WinMedica κυκλοφορεί και στην Ελλάδα, τα πρώτα και μοναδικά παγκοσμίως, μη συνταγογραφούμενα σκευάσματα σιδήρου **SiderAL®Forte** και **SiderAL®Folico**, τα οποία αξιοποιούν την καινοτόμο λιποσωμική τεχνολογία για την per os χορήγηση σιδήρου. Η πρωτοτυπία των προϊόντων SiderAL® συνίσταται στο γεγονός ότι ο σίδηρος δεν είναι ελεύθερος, αλλά περικλείεται μέσα σε ένα μικροσφαιρίδιο από φυσικά συστατικά (λιπόσωμα). Η λιποσωμική τεχνολογία SiderAL® που καλύπτεται από δυο διπλώματα ευρεσιτεχνίας, προσφέρει υψηλή βιοδιαθεσιμότητα, ώστε με μικρότερη λήψη σιδήρου να επιτυγχάνεται σημαντική και γρήγορη αύξηση των επιπέδων αιμοσφαιρίνης και φερritίνης, συγκρίσιμη ακόμα και με του ενέσιμου σιδήρου. Προσφέρει επίσης εξαιρετική ανεκτικότητα, χωρίς τις συνήθεις ενοχλητικές ανεπιθύμητες ενέργειες, λόγω της προστατευμένης διέλευσης του σιδήρου μέσω του γαστρεντερικού σωλήνα. Τα προϊόντα παρασκευάζονται στην Ιταλία από την PharmaNatura.

Από την WinMedica

OnCall®Vivid, **καινοτόμος μετρητής σακχάρου αίματος**
υψηλών προδιαγραφών

Σχεδόν οι μισοί μετρητές σακχάρου που κυκλοφορούν στην Ελλάδα δεν διαθέτουν σύγχρονες προδιαγραφές, δηλαδή το ISO 15197:2013, με αποτέλεσμα να δείχνουν λανθασμένες τιμές, θέτοντας σε κίνδυνο τους ασθενείς σας. Η εταιρεία WinMedica μέσω της συνεργασίας της με την Αμερικανική εταιρεία ACON Laboratories Inc. εξασφαλίζει την αποκλειστική διάθεση στην Ελλάδα του διεθνώς καταξιωμένου μετρητή σακχάρου **OnCall®Vivid**.
Ο μετρητής OnCall®Vivid, είναι πιστοποιημένος με ISO 15197:2013 και διαθέτει ακρίβεια 100% στις μετρήσεις σε όλο το φάσμα των τιμών σακχάρου. Έτσι, οι διαβητικοί ασθενείς μπορούν να αισθάνονται απόλυτη εμπιστοσύνη και ασφάλεια στην διαχείριση του διαβήτη τους.
Τώρα μπορείτε να παραγγείλετε ταινίες σακχάρου OnCall®Vivid με έκπτωση ως και 25%. Στις 4 συσκευασίες ταινιών των 50 πληρώνετε μόνον τις 3. Παράλληλα στη συσκευασία παρέχεται δωρεάν και ένας μετρητής. Η προσφορά θα διαρκέσει μέχρι εξάντλησης των αποθεμάτων. Οι ταινίες αποζημιώνονται από όλα τα ασφαλιστικά ταμεία.

Από την WinMedica

Ευρώπη

Ένα νέο φαρμακευτικό μοντέλο υπό σχεδίαση

Η πλειονότητα των ευρωπαϊκών χωρών αντιμετωπίζουν μια κρίση, με συνέπεια οι κυβερνήσεις να έχουν την τάση να περιορίζουν τα κόστη, ιδίως αυτά που σχετίζονται με την υγεία. Την ίδια στιγμή όμως τα κόστη αυξάνονται λόγω της γήρανσης του πληθυσμού και της έξαρσης των χρόνιων νοσημάτων. Κατά συνέπεια οι Ευρωπαίοι ασθενείς βρίσκονται όλο και πιο συχνά αντιμέτωποι με δυσκολίες πρόσβασης σε φάρμακα άμεσης ανάγκης. Σε αυτό το πλαίσιο είναι αναγκαία η συνεργασία μεταξύ των επαγγελματιών υγείας. Για τον φαρμακοποιό αυτό σημαίνει ανάληψη νέων εργασιών και σταδιακά νέων αποστολών.

Ενα νέο μοντέλο άσκησης του επαγγέλματος του φαρμακοποιού έχει κάνει την εμφάνισή του σε πολλές χώρες της Ευρώπης, βασιζόμενο κυρίως σε νέες αποστολές για τον φαρμακοποιό και μια νέα μορφή αποζημίωσης που βασίζεται στην ανταμοιβή βάσει υπηρεσιών. Παρόλα αυτά, η ευρωπαϊκή εμπειρία δείχνει ότι αυτός ο νέος τρόπος άσκησης του επαγγέλματος πρέπει να παρέχει πειστικές αποδείξεις, προκειμένου να αναγνωριστεί από τους άλλους επαγγελματίες υγείας, αλλά και τους ασθενείς.

Στη Γαλλία για παράδειγμα, ο Φαρμακοποιός μπορεί ήδη να πραγματοποιήσει γρήγορους διαγνωστικούς ελέγχους, ενώ στο άμεσο μέλλον θα μπορεί και να εμβολιάζει. Στο Ηνωμένο Βασίλειο η νέα αποστολή του φαρμακοποιού έχει ήδη αναγνωριστεί και αμείβεται καλά για τις υπηρεσίες του, ενώ στην Ισπανία οι συμβουλευτικές υπηρεσίες του φαρμακοποιού δεν είναι ακόμη κοινή πρακτική.

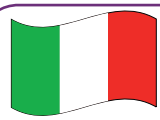
Για να είναι πετυχημένη αυτή η στροφή των Φαρμακοποιών, θα πρέπει να αλλάξει η εικόνα του επαγγέλματος και οι φαρμακοποιοί να εκπαιδευτούν επαρκώς για τις νέες αυτές υπηρεσίες και αποστολές. Επιπλέον, οι ιατροί θα πρέπει να αποδεχτούν την παραχώρηση αρμοδιοτήτων στους φαρμακοποιούς και τέλος το κοινό θα πρέπει να ενημερωθεί σωστά για τις νέες αυτές δυνατότητες του φαρμακοποιού.

Γερμανία

Όταν τα ταμεία αναθεωρούν τις αποζημιώσεις προς τους φαρμακοποιούς

Τα γερμανικά ασφαλιστικά ταμεία απορρίπτουν όλο και πιο συχνά και καμιά φορά χωρίς ιδιαίτερο σοβαρό λόγο, τις συνταγές που έχουν εκτελεστεί από τους φαρμακοποιούς, με την αιτιολογία ότι δεν τηρούν πλήρως τους υφιστάμενους όρους αποζημίωσης, με αποτέλεσμα να υπάρχει συνεχής διένεξη ανάμεσα στα φαρμακεία και τα ταμεία. Πρόκειται ουσιαστικά για την άρνηση του ταμείου να πληρώσει τον φαρμακοποιό για μια συνταγή που εκτελέστηκε από το φαρμακείο του.

Μέχρι το 2009, η αναθεώρηση της αποζημίωσης γινόταν μόνο κατόπιν σοβαρού λάθους ή προφανούς απάτης. Σήμερα όμως, αρκεί ένας φαρμακοποιός να παραλείψει να συμπληρώσει κάτι ή να κάνει λάθος στην ημερομηνία στη φόρμα συμπλήρωσης συνταγής και το ταμείο θα προβεί σε αναθεώρηση της αποζημίωσης του φαρμάκου, που έχει ήδη χορηγηθεί στον ασθενή. Για τα ταμεία, η πρακτική αυτή είναι ένας τρόπος για να μειώσουν τα έξοδά τους. Πολλοί φαρμακοποιοί όμως βλέπουν να τους αρνούνται δεκάδες χιλιάδες ευρώ για λάθη λιγότερο ή περισσότερο σοβαρά και καταφεύγουν σε δικαστήρια που τα κερδίζουν τα ταμεία. Μάλιστα το 2014, δύο φαρμακεία αναγκάστηκαν να κηρύξουν πτώχευση ως αποτέλεσμα μεγάλης αναθεώρησης των αποζημιώσεων τους. Την τρέχουσα περίοδο το υπουργείο ετοιμάζει νέα μέτρα για να μειώσει τα έξοδα και να εκσυγχρονίσει το σύστημα υγείας, ενώ τα συνδικάτα των Φαρμακοποιών κινητοποιούνται για να συμπεριληφθεί και η αναθεώρηση των αποζημιώσεων στη μεταρρύθμιση.



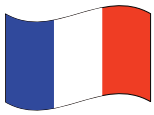
Ιταλία

Διατήρηση του μονοπωλίου, αλλά άνοιγμα του κεφαλαίου

Η κυβέρνηση εθνικής ενότητας οπισθοδρόμησε: Το σχέδιο νόμου που περιλάμβανε νέα μέτρα απελευθέρωσης του επαγγέλματος των φαρμακοποιών απέκτησε άλλες διαστάσεις. Αντίθετα με ότι προέβλεπε μέχρι πρότινος, τα παραφαρμακεία και τα πολυκαταστήματα δεν θα έχουν την εξουσιοδότηση να πουλάνε φάρμακα της κατηγορίας C. Παρόλα αυτά προβλέπεται το άνοιγμα του κεφαλαίου των φαρμακείων. Για τους ιδιοκτήτες των ιταλικών φαρμακείων, η απελευθέρωση της κατηγορίας C, που περικλείει 3740 φάρμακα που πωλούνται αποκλειστικά με συνταγογράφηση και χωρίς αποζημίωση από τα ασφαλιστικά ταμεία, θα είχε αρνητική επίδραση στον τζίρο τους. Σύμφωνα με τη φήμη που κυκλοφορούσε εδώ και πολλούς μήνες από τις φαρμακευτικές ενώσεις σχετικά με τα κοινωνικά δίκτυα και τα εξειδικευμένα site, το σχέδιο νόμου που θα κατατίθεντο από τον Πρόεδρο του Συμβουλίου Matteo Renzi, θα έδινε τη δυνατότητα πώλησής αυτής της κατηγορίας C και στα παραφαρμακεία, αλλά και στα πολυκαταστήματα.

Τελικά μέσω ανακοίνωσης στο Twitter ο Υπουργός Υγείας διαβεβαίωσε τους φαρμακοποιούς ότι *«η πώληση των φαρμάκων κατηγορίας C δεν θα απελευθερωθεί. Νίκη των ασθενών, ειδικά αυτών της τρίτης ηλικίας»*.

Αναφορικά με το άνοιγμα νέων φαρμακείων, η θέση που υιοθετήθηκε ήταν διφορούμενη. Με την πρόφαση ότι γίνονται δεκτές οι προτάσεις των φαρμακοποιών, δεν δόθηκε η άδεια να ανοιχθούν νέα φαρμακεία, αλλά σύμφωνα με το νέο ποσοστό ανά αριθμό κατοίκων, πλέον μπορεί να υπάρχει ένα φαρμακείο ανά 1500 κατοίκους και όχι ανά 3000 που ήταν μέχρι πρότινος. Επιπλέον, το Υπουργείο άνοιξε το κεφάλαιο στα φαρμακεία, γεγονός που ανοίγει το δρόμο σε οικονομικούς ομίλους ή σε εξωτερικές εταιρείες και καταργεί τους περιορισμούς σχετικά με τον αριθμό αδειών για να ευνοηθεί η οικονομία κλίμακος, σύμφωνα με τις δηλώσεις του Matteo Renzi. *«Προς το παρόν πρόκειται απλά για ένα σχέδιο νόμου που πρέπει να εξεταστεί από το Κοινοβούλιο. Θα το συζητήσουμε ώστε να πιέσουμε τους βουλευτές να προβούν σε διορθώσεις»*, αναφέρει ο Franco Caprino, Πρόεδρος της Federfarma Lazio.



Γαλλία

Νέος τρόπος ανταμοιβής των φαρμακοποιών

Ένας νέος τρόπος ανταμοιβής τέθηκε τελικά σε ισχύ την 1η Ιανουαρίου'15, και τα φαρμακεία μπορούν να τιμολογούν εφεξής στα ταμεία και την αμοιβή διακίνησης φαρμάκων. Έτσι η ανταμοιβή των φαρμακοποιών είναι πλέον μεικτή: εμπορικό περιθώριο κέρδους συν μια ανταμοιβή πώλησης ανά κουτί 0,82 ευρώ (συμπεριλαμβανομένου του φόρου) που μέχρι το 2016 θα γίνει 1,02. Παράλληλα οι φαρμακοποιοί μπορούν να τιμολογούν μια συμπληρωματική αμοιβή των 0,51 ευρώ για την εκτέλεση συνταγών άνω των 5 γραμμών ή πιο σύνθετων, ως αντιστάθμισμα για τη χορήγηση στον ασθενή ενός δοσολογικού πλάνου. Κάθε αμοιβή έχει τον δικό της κωδικό: HD (Αμοιβή διανομής), HC (Αμοιβή για σύνθετη συνταγή), HG (Αμοιβή για μεγάλη συσκευασία φαρμάκων).

Οι απόψεις βέβαια διίστανται. Ο Gilles Bonnefond, Πρόεδρος της Ένωσης των Συνδικάτων των Φαρμακοποιών (USPO), είναι πεπεισμένος ότι αυτός ο νέος τρόπος ανταμοιβής θέτει σε κίνδυνο το μέλλον των φαρμακοποιών γιατί ανοίγει τον δρόμο στο παιχνίδι του ανταγωνισμού ανάμεσα στα φαρμακεία. Ο Philippe Besset από την άλλη, Αντιπρόεδρος της Ένωσης των Συνδικάτων των Φαρμακοποιών της Γαλλίας (FSPF) δηλώνει: *«Όλα έγιναν καλώς και δεν υπήρξαν μεγάλες επιπτώσεις, παρόλο που ίσως κάποιες μικρές προσαρμογές είναι απαραίτητες»*.

Συνδεόμενα αντικείμενα (Connected objects) στο φαρμακείο

Τα ηλεκτρονικά συνδεόμενα αντικείμενα έχουν θέση στο φαρμακείο; Οι φαρμακοποιοί θα μπορούν να συμβουλεύονται τα εργαλεία αυτά; Ποια προστιθέμενη αξία θα μπορούσαν να δώσουν, όσον αφορά τη φροντίδα του ασθενούς ή τη βελτίωση της παρακολούθησής του; Σύμφωνα με μια πρόσφατη έρευνα που πραγματοποιήθηκε από την Ελβετική εταιρεία μελετών Soreon Research, που εξειδικεύεται στην ανάλυση της "συνδεόμενης" υγείας (connected health), τα συνδεόμενα αντικείμενα για την υγεία θα μπορούσαν να σώσουν από τον θάνατο 1,3 εκ ανθρώπους στον κόσμο μέχρι το 2020, εκ των οποίων οι 700.000 είναι νοσηλευόμενοι. Συγκεκριμένα αυτές οι έξυπνες κινητές συσκευές θα μπορούσαν να φανούν πολύ χρήσιμες στην παρακολούθησης της υγείας των νοσηλευόμενων. Για παράδειγμα η παρακολούθηση με αυτά τα αντικείμενα των ασθενών με σοβαρές καρδιαγγειακές παθήσεις θα επέτρεπε τη συνεχή προβολή του καρδιακού ρυθμού και θα έσωζε 230.000 ζωές.

Στη Γαλλία ο Οργανισμός Ηλεκτρονικής Υγείας ομαδοποιεί όλες τις εφαρμογές της τεχνολογίας, της πληροφορικής και των επικοινωνιών υπό το πρίσμα ενός ιατρικού στόχου. Πρόκειται για έναν προοδευτικό φορέα, σε πλήρη εξέλιξη, που αντιλαμβάνεται όχι μόνο την ανάπτυξη των νέων τεχνικών και εργαλείων, αλλά και την αλλαγή της σχέσης του επαγγελματία υγείας με τον ασθενή, μέσω της ανάπτυξης ενός μοντέλου όπου ο ασθενής θα έχει ενεργό ρόλο στην υγεία. Ο Οργανισμός αυτός βρίσκεται υπό εξέλιξη την παρούσα στιγμή, και μόνο κάποιες πλευρές του έχουν θεσμοθετηθεί νομικά, όπως είναι η ηλεκτρονική πώληση φαρμάκων, ο προσωπικός ιατρικός φάκελος, ο φαρμακευτικός φάκελος και κάποιες εφαρμογές τηλεϊατρικής.

Όσον αφορά την "κινητή" υγεία, όπου και ανήκουν τα συνδεόμενα αντικείμενα, τίποτα ή σχεδόν τίποτα δεν έχει γίνει ακόμα και τα πράγματα προμηνύονται να είναι σύνθετα, εάν υπολογίσουμε το γεγονός ότι έχουν γίνει πάνω από 100.000 αιτήσεις που δεν αφορούν μόνο ιατρικούς σκοπούς (κυρίως όσους σχετίζονται με χρόνιες παθήσεις), αλλά εφαρμογές που σχετίζονται με μέτρα φροντίδας σχετικά με την ευεξία ή τη φυσική κατάσταση.

Οι ασθενείς σήμερα απαιτούν όλο και περισσότερα νέα εργαλεία για την πληροφόρησή τους, την αυτοαξιολόγηση ή την αυτομέτρηση. Οι επαγγελματίες υγείας από τη μεριά τους προσδοκούν μια καλύτερη συνεργασία ενδοεπαγγελματική καθώς και βοηθητικά ή διαγνωστικά εργαλεία. Ο κλάδος υγείας δε, εκτός από την πρακτική ανάλυση των συλλεχθέντων δεδομένων, αναμένει και μείωση του κόστους μέσω της πρόληψης και της ευαισθητοποίησης των ασθενών.

Βέλγιο

Υποχρεωτική η εκπαίδευση για τους Φαρμακοποιούς

Μετά το βασιλικό διάταγμα της 8ης Ιουλίου 2014, οι Βέλγοι φαρμακοποιοί συνεχίζουν την εκπαίδευση τους, που πλέον είναι υποχρεωτική. Το διάταγμα αυτό που έχει τεθεί σε ισχύ από την 1η Ιανουαρίου 2015, καθορίζει το επίπεδο εκπαίδευσης που θα πρέπει να έχουν οι φαρμακοποιοί που ασκούν το επάγγελμά τους εντός φαρμακείου, αλλά και τον τρόπο υλοποίησης. Αν ο φαρμακοποιός καθορίσει ελεύθερα το ετήσιο πρόγραμμα δια βίου εκπαίδευσης που θα ακολουθήσει, θα πρέπει να συγκεντρώνει το λιγότερο 20 πόντους ετησίως από τους οποίους minimum οι 16 θα πρέπει να είναι στους τομείς Α και Β (φαρμακευτικές επιστήμες και φαρμακευτική φροντίδα) και τουλάχιστον 12 πόντους που θα συνδέονται με μια δραστηριότητα όπου η απαιτείται η παρουσία του. Και φυσικά η εκπαίδευση του θα πρέπει να γίνεται σε πιστοποιημένους φορείς. *«Αυτή η υποχρέωση…»*, τονίζει ο Alain Chaspierre, γενικός γραμματέας της Ένωσης γαλλόφωνων Φαρμακοποιών *«…δεν θεωρείται περιορισμός, αλλά αντίθετα κίνητρο για να διατηρηθεί ένα υψηλό επίπεδο ποιότητας στο φαρμακείο, σε αντιστοιχία με την ανάπτυξη του επαγγέλματος στον τομέα της φαρμακευτικής φροντίδας και της παροχής ποιοτικών υπηρεσιών στον πελάτη»*.

Ελβετία

Γιατροί διαθέσιμοι σε ...βίντεο εντός φαρμακείου

Περίπου δύο χρόνια μετά το ξεκίνημα της πιλοτικής εφαρμογής του και περίπου μετά από 5.000 περιπτώσεις συμβουλών, το netCare, μια εφαρμογή παροχής συμβουλευτικών υπηρεσιών μέσω βίντεο στο φαρμακείο, θα εφαρμοστεί σε όλα τα ελβετικά φαρμακεία. Τα περίπου 1350 φαρμακεία θα μπορούν να προτείνουν στους ασθενείς τους την υπηρεσία αυτή που θα τους επιτρέπει να συμβουλευτούν μέσω τηλεδιάσκεψης έναν γιατρό του Ιατρικού Κέντρου Medgate ή οποιονδήποτε άλλον ιατρό της επιλογής τους. Μέχρι τώρα η υπηρεσία αυτή ήταν διαθέσιμη σε πιλοτικό επίπεδο σε 200 φαρμακεία. Η διαδικασία έχει ως εξής: Ο πελάτης συμπληρώνει ένα σύντομο ερωτηματολόγιο και ο φαρμακοποιός στη συνέχεια προσεγγίζει τους διαθέσιμους χωρίς ραντεβού ιατρούς. Βάσει αυτών των στοιχείων και με τη βοήθεια αλγόριθμων που έχουν οριστεί από επιστήμονες (ιατρούς ή φαρμακοποιούς), κρίνεται αν ο ασθενής θα πρέπει να συνδεθεί μέσω βιντεοκλήσης με έναν ιατρό του Medgate ή με έναν άλλο επαγγελματία υγείας. Η εμπειρία των δύο αυτών χρόνων έδειξε ότι το 73% των περιπτώσεων μπόρεσαν να διευθετηθούν από τον φαρμακοποιό με τη βοήθεια της τηλεϊατρικής και μόνο το 20% των ασθενών έπρεπε να απευθυνθούν και σε έναν άλλο ιατρό.

Θα πρέπει να σημειωθεί ότι χάρη στη συνεργασία με τις ελβετικές τηλεπικοινωνίες, όλες οι εγγραφές δεδομένων αποστέλλονται αποκλειστικά μέσα από τους server της Swisscom. Τα δεδομένα ήχου και εικόνας μεταφέρονται με κωδικοποιημένη μορφή, κάτι που εγγυάται ότι θα μείνουν εμπιστευτικά. *«Το κόστος της αρχικής επένδυσης για να παρέχει κάποιος τη νέα αυτή υπηρεσία στο φαρμακείο του είναι αρκετά υψηλό. Χωρίς ένα πραγματικό κίνητρο είναι δύσκολο να γίνει αυτή η εγκατάσταση, αλλά τα φαρμακεία που το έχουν ήδη εφαρμόσει δεν θα το εγκατέλειπαν»,* διαπιστώνει η Martine Ruggli, υπεύθυνη του τμήματος «Διεπιστημονική Συνεργασία» της PharmaSuisse, της Ένωσης Ελβετικών Φαρμακείων. Η εφαρμογή NetCare ουσιαστικά είναι ένα εργαλείο που δίνει τη δυνατότητα στους Ελβετούς φαρμακοποιούς να τοποθετηθούν ως επαγγελματίες υγείας, χωρίς την παρουσία θεράποντων ιατρών.

Πρόταση για μείωση της τιμής των γενόσημων κατά 50%

Η ελβετική Ομοσπονδιακή Ένωση Δημόσιας Υγείας (OSFP) προτείνει την αυστηρή μείωση των τιμών των γενόσημων κατά 50%, ελπίζοντας έτσι ότι θα εξοικονομήσει περίπου 400 εκατομμύρια ευρώ. Η Ελβετία παίρνει ιδέες από το γερμανικό μοντέλο που ορίζει μια τιμή ανά δραστική ουσία και κάνει τις αλλαγές σε αυτό το επίπεδο. Η OSFP σχεδιάζει να ρυθμίσει τις τιμές δύο φορές πιο χαμηλά για κάθε δραστική ουσία. Οι φαρμακοβιομηχανίες όμως θα είναι ελεύθερες δυστυχώς να πουλάνε πιο ακριβά τα φάρμακά τους, αλλά η διαφορά στην τιμή δεν θα αποζημιώνεται από το ασφαλιστικό ταμείο και θα χρεώνεται πλήρως στον ασθενή. Η Intergenerika που συγκεντρώνει όλα τις εταιρείες γενόσημων που λειτουργούν στην Ελβετία, αξιολογεί ότι ένα τέτοιο σύστημα θα εμπόδιζε τους ασθενείς να λάβουν την συνηθισμένη αγωγή τους με τη μορφή ενός γαλληνικού σκευάσματος που τους ταιριάζει και θα οδηγούσε σταδιακά στη μείωση της συμμόρφωσης τους, και κατ' επέκταση της αύξησης των νοσηλευόμενων ασθενών και φυσικά του κόστους στη νοσηλεία.

Κολομβία

Οι Φαρμακοποιοί επιστρέφουν στα φαρμακεία

Στα φαρμακεία της Κολομβίας δεν θα βρείτε φαρμακοποιούς, αφού οι "Quimicos Farmacéuticos" όπως λέγονται, δεν δραστηριοποιούνται στο δίκτυο φαρμακείων της χώρας. Τη θέση τους έχουν πάρει τεχνικοί φαρμακείου ή ακόμα και απλοί έμποροι. Αυτό έγινε από το 1962 όταν η Κολομβία ήρθε αντιμέτωπη με μια μεγάλη δημογραφική αύξηση και γρήγορα υπήρξε σημαντική έλλειψη φαρμάκων και πτυχιούχων φαρμακοποιών. Το κράτος λοιπόν αποφάσισε να δημιουργήσει τους τεχνικούς φαρμακείου που μετά από τρία χρόνια σπουδών μπορούν να διαχειρίζονται και να κατέχουν ένα φαρμακείο. Το 1994 εισάγεται ένας νέος νόμος, επιτρέποντας στον οποιοδήποτε να μπορεί να ανοίξει φαρμακείο, ενώ ταυτόχρονα επαναπροσδιορίζεται ο ρόλος των φαρμακοποιών, που κάνουν μια σημαντική στροφή στη βιομηχανία και έτσι σταδιακά εξαφανίζονται από τα φαρμακεία, που πλέον δίνουν τη θέση τους στα φαρμακοπωλεία (drugstores). Το 2006, αντιμέτωπο με την υποβάθμιση του κλάδου υγείας και την εμφάνιση ανεπιθύμητων συνεπειών,το κράτος αποφασίζει ότι μόνο οι φαρμακοποιοί είναι αρμόδιοι για να δίνουν φαρμακευτικές συμβουλές και έτσι δημιουργεί κάποια μεταβατικά στάδια σπουδών για να επιτρέψει στους εμπόρους να γίνουν τεχνικοί φαρμακείου ή στους τεχνικούς φαρμακείου να γίνουν φαρμακοποιοί. Οι νέοι φαρμακοποιοί σήμερα, έχουν πλέον ενεργή συμμετοχή στη Διεθνή Ένωση Φαρμακοποιών ή στη Διεθνή Ένωση φοιτητών φαρμακοποιών, ανησυχούν για τις πολιτικές κατευθύνσεις στον τομέα της υγείας και θέλουν να αλλάξουν τα πράγματα στα φαρμακεία, διαθέτοντας μόνο προϊόντα υγείας και φάρμακα με συνταγή ιατρού, ενώ ο φαρμακοποιός θα είναι εξολοκλήρου αφοσιωμένος στον ασθενή και τη φαρμακευτική συμβουλή.

υψηλή διατροφική αξία!

rôntamil™

...ξεκίνημα ζωής

1 | Γάλα σε σκόνη 1ης βρεφικής ηλικίας έως τον 6ο μήνα

2 | Γάλα σε σκόνη 2ης βρεφικής ηλικίας από τον 6ο μήνα

3 | Γάλα ανάπτυξης με γεύση βανίλιας από το 12ο μήνα

Tr | Γάλα για βρέφη από τη γέννηση. Αντιμετώπιση δυσκοιλιότητας

AC | Γάλα για βρέφη από τη γέννηση. Αντιμετώπιση κολικών

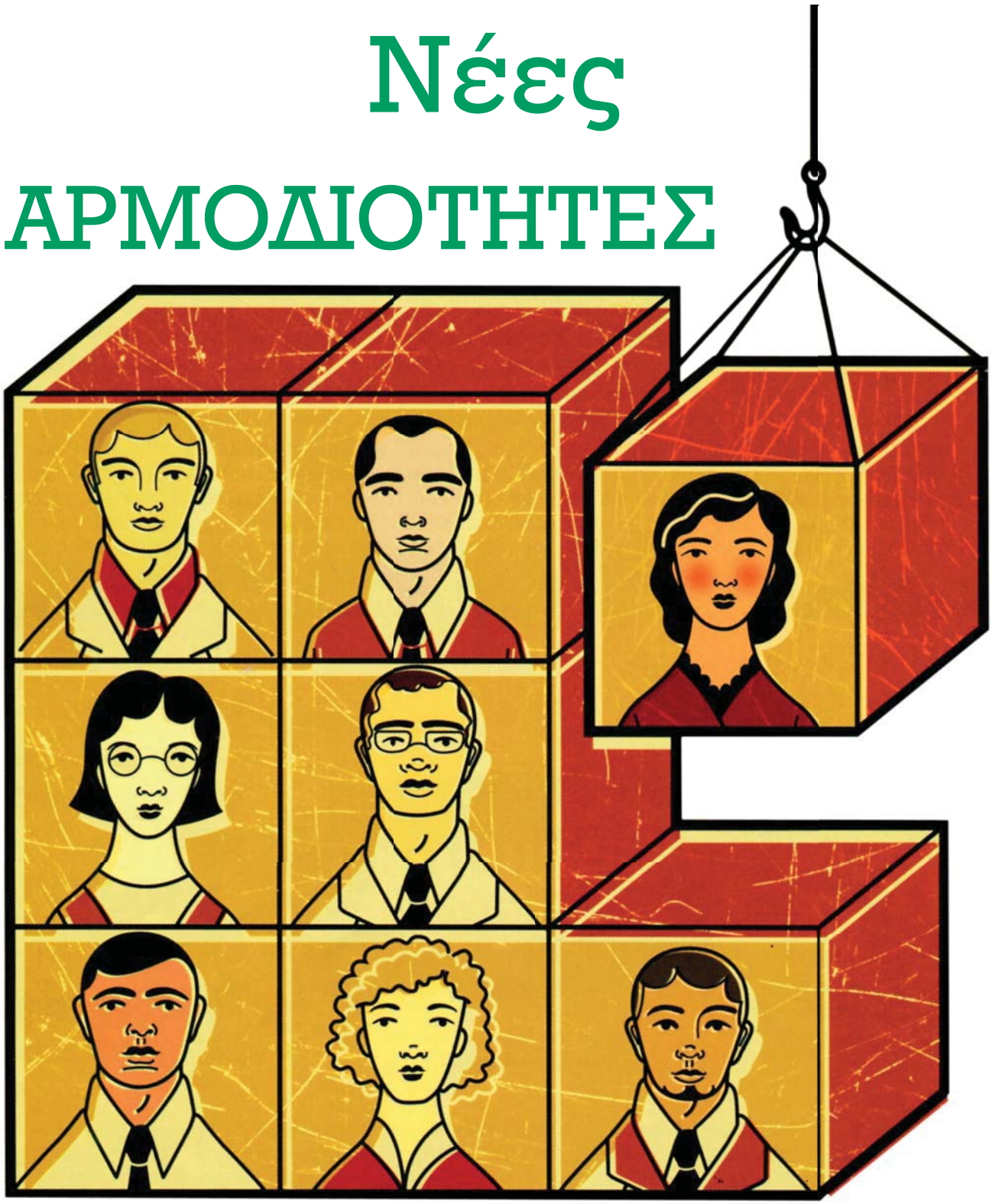
+ μόνο στα φαρμακεία

Σημαντική σημείωση:
Το μητρικό γάλα είναι η καταλληλότερη τροφή για τα βρέφη.

Rontis
Driven by innovation™

Υπεύθ. Κυκλ.: RONTIS HELLAS A.E.B.E.
Σωρού 38 151 25 Μαρούσι, Αθήνα // Τηλ: +30 210 6109090
email: infohellas@rontis.com // www.rontamil.gr
facebook.com/rontamil

Νέοι Συνεργάτες, Νέες ΑΡΜΟΔΙΟΤΗΤΕΣ



Νέοι συνεργάτες με αρμοδιότητες που δεν σχετίζονται με την άμεση εξυπηρέτηση των πελατών μπορούν να αναλάβουν δραστηριότητες, με στόχο να απαλλάξουν κατά ένα μεγάλο μέρος τους παραδοσιακούς υπαλλήλους, όπως είναι οι βοηθοί φαρμακοποιού, από εργασίες που δεν συνδέονται άμεσα με την εκτέλεση των συνταγών. Έτσι, οι τελευταίοι, θα έχουν περισσότερο χρόνο για την εξυπηρέτηση του πελάτη, αναπτύσσοντας σε μεγαλύτερο βαθμό την πολύτιμη υπηρεσία της συμβουλής.

Σήμερα, σε ένα φαρμακείο, οι εργασίες κατανέμονται κατά 50% στην εξυπηρέτηση πελατών και κατά ένα άλλο 50% κυρίως σε γραφειοκρατικές εργασίες, διαχείριση αγορών, διαχείριση του χώρου, διοικητικές εργασίες, κ.λπ. Κάποιοι φαρμακοποιοί έχουν ήδη τολμήσει να φέρουν νέους συνεργάτες στο φαρμακείο τους, όπως έναν υπεύθυνο logistics και merchandizer, μια αισθητικό ή μια διαιτολόγο και οι εμπειρίες τους ήταν πολύ θετικές.

Και δεν είναι μόνο τα μεγάλα φαρμακεία που έχουν ανάγκη από αυτές τις νέες θέσεις εργασίας, αλλά κυρίως τα μεσαία που έχουν σχεδόν τον ίδιο όγκο δουλειάς με τα μεγάλα.

Για παράδειγμα, η μηχανοργάνωση και η παρακολούθηση των πωλήσεων και αγορών είναι μια εργασία επίπονη για τον φαρμακοποιό. Αν θα υπήρχε η δυνατότητα να την αναθέσει σε έναν υπάλληλο, θα του απελευθέρωνε χρόνο για να ασχοληθεί με την ανεκτίμητη και απαραίτητη συμβουλή στους πελάτες του. Το ίδιο και η τακτοποίηση των προϊόντων στα ράφια και η επίβλεψη του στοκ, που θα μπορούσαν να γίνουν από κάποιον άλλο εκτός του βοηθού που πρέπει να βρίσκεται στον πάγκο εξυπηρέτησης. Ο ρόλος του φαρμακοποιού και του ειδικού βοηθού είναι να βρίσκονται στο πλευρό των πελατών τους!

Η τάση δε, πλέον, σε μικρές επιχειρήσεις είναι η απασχόληση περισσότερων υπαλλήλων με διαφορετικές αρμοδιότητες για λιγότερες ώρες (part time).

Αυτό που θα κάνει ένα φαρμακείο να ξεχωρίζει είναι ο βαθμός οργάνωσής του και πόσο αποδίδει το κάθε τμήμα του. Κάτι φυσικά που θα επιτευχθεί με τους κατάλληλους ανθρώπους. Η τοποθέτηση των κατάλληλων ατόμων στην κατάλληλη θέση δημιουργεί αυτομάτως μια ομαλή λειτουργία που διευκολύνει τη διαχείριση του φαρμακείου.

Η αγορά και οι ανάγκες ενός φαρμακείου αλλάζουν και θα πρέπει να αναδιοργανώσουμε το προσωπικό μας και τις αρμοδιότητές του.

Οι νέες ειδικότητες του φαρμακείου

Πωλήτρια:
Δίνει συμβουλές και πουλάει όλα τα προϊόντα εκτός από τα φάρμακα.

Υπεύθυνη ραφιών και χώρου:
Απασχολείται στη reception, τακτοποιεί τα φάρμακα και παραφάρμακα στα ράφια. Βάζει ετικέτες και τιμές στα προϊόντα. Ελέγχει τις παραγγελίες πριν να περαστούν τα στοιχεία ηλεκτρονικά. Φροντίζει τη βιτρίνα και στήνει τις προβολές.

Logistics manager:
Διαχειρίζεται την ακεραιότητα του «back office" (διαχείριση αποθέματος, διαπραγμάτευση αγορών, ανάθεση παραγγελιών και έλεγχος). Βγάζει τα στατιστικά των εμπορικών συναλλαγών (πωλήσεις, αγορές, έσοδα, έξοδα)

Assistant manager:
Βοηθάει τον φαρμακοποιό σε θέματα management (προετοιμασία και παρακολούθηση των συλλογικών συνεδριάσεων, των ατομικών ακροάσεων, βοήθεια στον καθορισμό των στόχων, εφαρμογή των πρωτοκόλλων ποιότητας, κ.λπ.) Είναι ο αντικαταστάτης του.

Γραμματέας:
Ασχολείται με τη διοικητική διαχείριση και τις πληρωμές, είναι υπεύθυνη για το τηλεφωνικό κέντρο, διαχειρίζεται την αλληλογραφία, παρακολουθεί την εσωτερική επικοινωνία του φαρμακείου, ασχολείται με τον υπολογισμό του ΦΠΑ (TVA) που έχει συγκεντρωθεί και την επιστροφή φόρου, διαχειρίζεται τις επιταγές και τις πληρωμές με τις τράπεζες.

Αισθητικός:
Ασχολείται με την προώθηση των δερμοκαλλυντικών και προσφέρει κάποιες extra υπηρεσίες ομορφιάς και ευεξίας στους πελάτες.

Διαιτολόγος:
Κάνει συνεδρίες με πελάτες που αντιμετωπίζουν κάποιο πρόβλημα υγείας και θα πρέπει να ακολουθήσουν ειδική διατροφή για να βοηθηθούν.

Γραμματέας: Μια θέση που αξίζει χρυσάφι!

Είναι δύσκολο να αποφασίσετε να προσλάβετε μια γραμματέα και ακόμα πιο δύσκολο να την εκπαιδεύσετε. Αλλά αυτοί που τελικά θα το τολμήσουν δεν την αποχωρίζονται. Όσο τα διοικητικά καθήκοντα σε ένα φαρμακείο αυξάνονται, η γραμματέας γίνεται όλο και πιο απαραίτητη για την εξεύρεση λύσεων.

Όλοι το κατανοούμε πλήρως: ένας φαρμακοποιός ή ο βοηθός του είναι περισσότερο χρήσιμοι πίσω από τον πάγκο του φαρμακείου, αντί να περνάνε τον χρόνο τους στην ουρά μιας τράπεζας.

Η ιδέα είναι λοιπόν, η πρόσληψη ενός ατόμου χωρίς φαρμακευτική εκπαίδευση για να του εμπιστευθείτε το σύνολο των διοικητικών καθηκόντων που συνήθως τα αναλαμβάνει η επιστημονική σας ομάδα. Δεν υπάρχουν επίσημες στατιστικές, αλλά το εγχείρημα να πάρετε βοήθεια από μια γραμματέα κερδίζει συνεχώς έδαφος. Βέβαια, τα μικρά ή μεσαία φαρμακεία διστάζουν ακόμα και προτιμούν να εμπιστευτούν τις αρμοδιότητες αυτές σε κάποιον βοηθό φαρμακοποιού. Οι κύριες επιφυλάξεις τους σχετίζονται με το οικονομικό. Ένας υπάλληλος ακόμα είναι αναμφισβήτητα ένα έξοδο που δεν μπορεί να συμπιεστεί και μέσα στο γενικό πλαίσιο αβεβαιότητας υπάρχουν επιφυλάξεις για την οποιαδήποτε μείωση του κέρδους της επιχείρησης. Φυσικά, υπάρχει και η λύση της ημιαπασχόλησης.

Όσον αφορά τα προσόντα της, η γραμματέας αυτή θα μπορούσε να έχει παρεμφερή προϋπηρεσία στον ιατρικό χώρο, αλλά θα μπορούσε να έχει προϋπηρεσία και στις επιχειρήσεις. Φυσικά, να μην ξεχνάμε ότι μια γραμματέας δεν μπορεί να κάνει τα πάντα και τα όρια της αποστολής και των αρμοδιοτήτων της θα πρέπει να είναι καθορισμένα από την αρχή. Το επίπεδο της εκπαίδευσής της, η διάθεσή της ή όχι να αναλάβει ευθύνες, καθώς και το επίπεδο της αυτονομίας της θα πρέπει να τεθούν επί τάπητος. Αλλά άπαξ και οι δυσκολίες ξεπεραστούν, λίγοι είναι αυτοί που επιζητούν την προηγούμενη οργάνωσή τους, γιατί η πελατεία έχει γίνει απαιτητική και αποζητά γρήγορη και σωστή εξυπηρέτηση στον πάγκο.

11 λόγοι για να προσλάβετε μια γραμματέα

1. Μια γραμματέας θα δώσει περισσότερο χρόνο στους πτυχιούχους του φαρμακείου για να ασχοληθούν με τη σωστή εκτέλεση των συνταγών. Θα υπάρξει καλύτερη ποιότητα στην εξυπηρέτηση πελατών και θα δημιουργηθεί μια νέα δυναμική στο φαρμακείο, χάρη σε ένα άτομο που θα βοηθά στις καθημερινές διοικητικές εργασίες.
2. Μια γραμματέας αμείβεται με λιγότερα χρήματα απ' ότι ένας βοηθός φαρμακοποιού, συνεπώς το να μετατρέπετε τους βοηθούς φαρμακοποιού σε υπάλληλους γραφείου, ακόμα και για κάποιες ώρες την εβδομάδα είναι και χάσιμο χρημάτων.
3. Εκτός από τη διαφορά τους στις οικονομικές απολαβές, μια γραμματέας είναι πιο αποτελεσματική από έναν βοηθό φαρμακοποιού, ο οποίος δεν έχει ιδιαίτερα κίνητρα και όρεξη για να ασχοληθεί με το «χαρτομάνι» και τη γραφειοκρατία.
4. Η διαχείριση των συνταγών είναι μια ευαίσθητη εργασία και χρειάζεται μια παρακολούθηση επειδή γίνονται αρκετές επιστροφές λόγω διοικητικών λαθών ή επειδή δεν είναι θεωρημένο το βιβλιάριο του ασθενή, κ.λπ. Μια καλή διαχείριση των συνταγών μπορεί να πάρει κατά μέσο όρο, ακόμη και μια ώρα την ημέρα.
5. Ακόμα και αν σας φαίνεται αστείο ή περίεργο, η διαχείριση των αναλωσίμων είναι πολύ ουσιώδης. Πρέπει να συμπληρωθούν λίστες, να εκτυπωθούν στοιχεία, γιατί εύκολα μπορεί να χαθεί ο έλεγχος. Η φαρμακευτική σας ομάδα θα διαχειριστεί με μεγαλύτερη δυσκολία αυτές τις εργασίες, σε σχέση με ένα άτομο που ασχολείται αποκλειστικά με αυτό.
6. Μια γραμματέας μπορεί επίσης να ασχοληθεί με τις ετικέτες των προϊόντων, τις αποστολές, αλλά και την τοποθέτηση των προϊόντων στα ράφια, κάτι που είναι επίσης σημαντικό για την εύρυθμη λειτουργία του φαρμακείου.
7. Οι πληρωμές και η διαχείριση του προσωπικού: Συνήθως αυτός που διαχειρίζεται τις πληρωμές του προσωπικού είναι ο λογιστής. Μια γραμματέας όμως μπορεί να φανεί χρήσιμη στη συλλογή των πληροφοριών, σχετικά με τις υπερωρίες, τις ημέρες άδειας, κ.λπ.
8. Το ταμείο: Είναι μια απαιτητική και ουσιώδης εργασία και τα μπλοκ των επιταγών τα διαχειρίζεται συνήθως η γραμματέας. Απαιτείται δε να δαπανά αρκετό χρόνο σε εξωτερικές δουλειές στις τράπεζες.
9. Λογιστήριο: Και σε αυτόν τον τομέα η γραμματέας μπορεί να κάνει μια προπαρασκευαστική δουλειά. Μπορεί να συγκεντρώνει τα τιμολόγια και να τα στέλνει στη συνέχεια στο λογιστή ή να κάνει κάποια πράγματα και η ίδια αν της το επιτρέπει η εκπαίδευσή της.
10. Η διαχείριση του τηλεφωνικού κέντρου είναι ένα ακόμα από τα πράγματα που μπορούν να κάνουν οι γραμματείς.
11. Η αποδέσμευση του φαρμακοποιού από όλες τις παραπάνω εργασίες προσφέρει υψηλότερο επίπεδο εξυπηρέτησης στον πελάτη, αυξάνει την πιστότητά του και κατά συνέπεια αυξάνονται οι πωλήσεις και ο τζίρος του φαρμακείου.

Logistics Manager και Assistant Manager: θέσεις εργασίας υψηλής κατάρτισης

Οι θέσεις αυτές μπορούν να καλυφθούν από άτομα με διαφορετικό υπόβαθρο, που όμως στην πλειονότητά τους έχουν κάνει σπουδές στα οικονομικά ή σπουδές marketing. Και αυτές οι νέες θέσεις εργασίας έχουν πολυάριθμα πλεονεκτήματα για τους φαρμακοποιούς. Ένα από αυτά είναι και το γεγονός ότι ο φαρμακοποιός απελευθερωμένος από πολλές διοικητικές εργασίες αποκτά περισσότερο χρόνο για να προσεγγίσει την ομάδα του και τους πελάτες του, περνώντας περισσότερο χρόνο πίσω από τον πάγκο, ενώ του δίνεται και η δυνατότητα να ασχοληθεί και με νέες υπηρεσίες.

Η ειδικότητα του assistant manager είναι ιδιαίτερα χρήσιμη και ωφέλιμη για το φαρμακείο. Διαχειρίζεται ότι σχετίζεται με επιχειρηματικά θέματα, όπως είναι η επικοινωνία, το marketing, το merchandising, κ.λπ. Στις αρμοδιότητές του περιλαμβάνεται η τοποθέτηση των εμπορευμάτων στα ράφια, ενώ προβαίνει επίσης σε εμπορικές προωθητικές ενέργειες και στη συνέχεια μετρά την αποδοτικότητά τους. Η θέση αυτή είναι απαραίτητη όταν το φαρμακείο διαθέτει παράλληλα και ένα ηλεκτρονικό κατάστημα.

Ο assistant manager είναι ουσιαστικά το δεξί χέρι του φαρμακοποιού σε θέματα management (προετοιμασία και παρακολούθηση των συναντήσεων εργασίας, των ατομικών ακροάσεων, καθορισμός των στόχων, εφαρμογή των πρωτοκόλλων ποιότητας εργασίας, κ.λπ.)

Είναι γεγονός ότι όσοι φαρμακοποιοί επιλέγουν να προσλάβουν τις νέες ειδικότητες συνεργατών που προαναφέρθηκαν, επωφελούνται και σε οικονομικό επίπεδο, αλλά και σε θέματα διαχείρισης. Μάλιστα, απαλλάσσοντας την υπόλοιπη ομάδα από εργασίες που δεν έχουν άμεση σχέση με τις δεξιότητές τους, τα πτυχία τους και το αντικείμενό τους, μπορούν να έχουν ένα θετικό αντίκτυπο στο υπόλοιπο προσωπικό και να τους κινητοποιήσουν περισσότερο.

Rowa Smart

Το ιδανικό σύστημα αυτοματισμού για μεσαία και μικρά φαρμακεία

Περάστε στη νέα εποχή.
Αντικαταστήστε τα συρτάρια σας,
ξενοιάστε από τη διαχείριση των φαρμάκων
και αφιερώστε χρόνο στους πελάτες σας

Χαρακτηριστικά

- Χωρητικότητα 9600 κουτιά σε μόλις 7,5 m^2
- Χωρίς περιορισμό πλήθους κωδικών
- Χωρίς περιορισμό τεμαχίων ανά κωδικό
- Ολοκληρωμένη παρακολούθηση των φαρμάκων σας
  - Ημερομηνίες λήξης
  - Απογραφή
  - Έλεγχος παραλαβών
- Τοποθέτηση και λειτουργία σε 2 ημέρες
- Αθόρυβη λειτουργία
- Απαράμιλλη αξιοπιστία
- 24ωρη τεχνική υποστήριξη και αντιμετώπιση βλαβών εντός 12 ωρών

Σε προσιτή τιμή και με δυνατότητα χρηματοδότησης μέσω ΕΣΠΑ!

CSA

Αποκλειστικός αντιπρόσωπος πωλήσεων & Τεχνικής υποστήριξης
Αλ. Παναγούλη 29 (Πρώην 51)
Αγία Παρασκευή, Τ.Κ. 153 43
Τηλ. Κέντρο: 210 6019530

CareFusion | Rowa

Παγκόσμιος ηγέτης στον αυτοματισμό φαρμακείων.
Πάνω από 4000 εγκαταστάσεις σε όλο τον κόσμο.

Μια αισθητικός στο φαρμακείο

Οι φαρμακοποιοί σήμερα καλούνται να προσφέρουν νέες υπηρεσίες και να εστιάσουν και στο παραφάρμακο για να διατηρήσουν την ανταγωνιστικότητά τους. Μια αισθητικός, εντός του φαρμακείου είναι ο καλύτερος τρόπος για να δώσουμε ώθηση στον τομέα της δερμοαισθητικής. Η αισθητικός όχι μόνο θα δώσει τις κατάλληλες συμβουλές στους πελάτες, παράλληλα μπορεί να τους προσφέρει και κάποιες θεραπείες προσώπου ή σώματος που θα της επιτρέψουν να προτείνει και να προωθήσει τα αντίστοιχα προϊόντα.

Αν δε το φαρμακείο σας διαθέτει και κάποιους επιπλέον χώρους, μπορείτε να δημιουργείτε μια καμπίνα ομορφιάς με μια πολυθρόνα μασάζ και να κάνετε τη διακόσμηση όσο πιο φιλόξενη γίνεται, ίσως με την προσθήκη χαμηλής μουσικής ή ακόμα και κάποιων κεριών με αιθέρια έλαια. Επιπλέον, η αισθητικός μπορεί να λειτουργήσει και σαν «οικοδέσποινα» στο φαρμακείο.

Ο στόχος είναι σαφής: να δείξουμε ότι το φαρμακείο είναι ένας χώρος φροντίδας της υγείας, της ομορφιάς και της ευεξίας των πελατών, όπου ασχολούμαστε πιο ολιστικά, σε αντίθεση με τα άλλα δίκτυα διανομής. Η δημιουργία ενός ξεχωριστού χώρου πώλησης των δερμοκαλλυντικών είναι πρωταρχικής σημασίας.

Και ο αντίλογος

Υπάρχει όμως και η άλλη όψη του νομίσματος. Κάποιοι φαρμακοποιοί πιστεύουν ότι μια αισθητικός είναι μια λανθασμένη επιλογή, διότι δείχνει ότι το φαρμακείο προσπαθεί να εδραιωθεί σε μια αγορά που τα σκήπτρα κατέχουν τα καταστήματα καλλυντικών ή τα ινστιτούτα αισθητικής. Υποστηρίζουν λοιπόν, ότι η παροχή μιας τέτοιας υπηρεσίας δεν θα προσδώσει κάτι στο κύρος του επαγγέλματος, αφού ως βασική προτεραιότητα του φαρμακοποιού πρέπει να παραμείνουν οι υπηρεσίες και οι συμβουλές υγείας. Φυσικά, η έννοια της υγείας εμπεριέχει και την έννοια της ομορφιάς και της ευεξίας, αλλά θεωρούν ότι ο τομέας της αισθητικής ίσως να απομακρύνεται αρκετά από την υγεία.

Δεν είναι όμως μόνο κάποιοι φαρμακοποιοί που διαφωνούν με την παρουσία των αισθητικών στο φαρμακείο. Πολλές αισθητικοί δεν επιλέγουν να εργαστούν σε ένα φαρμακείο γιατί αφενός δεν μπορούν να προσφέρουν ολόκληρη τη γκάμα των υπηρεσιών φροντίδας που θέλουν, ενώ δεσμεύονται να πρέπει να προωθήσουν μόνο τα προϊόντα που πωλούνται στο φαρμακείο. Άλλωστε, οι αισθητικοί που είναι καλές στις πωλήσεις προτιμούν να προσανατολιστούν στα πολυκαταστήματα με καλλυντικά γιατί θεωρούν ότι ανταποκρίνονται καλύτερα στις προσδοκίες τους.

Πάντα βέβαια θα πρέπει να έχουμε στο μυαλό μας ότι δεν μπορούμε να προωθήσουμε με τον ίδιο επιθετικό τρόπο ένα προϊόν ομορφιάς όπως προωθείται στα ανταγωνιστικά δίκτυα. Στο φαρμακείο η προσέγγιση γίνεται περισσότερο γύρω από τη θεραπεία προβλημάτων του δέρματος. Πάντως, όποιος και να ασχοληθεί τελικά με τα δερμοκαλλυντικά στο φαρμακείο, θα πρέπει σίγουρα να μπορεί να διαχειριστεί και νέες γκάμες προϊόντων για να είναι πιο ευέλικτος στη συμπληρωματική του πρόταση. Ίσως για αυτό η νέα τάση, ιδίως στο εξωτερικό είναι να προσλαμβάνονται πωλήτριες για τα παραφάρμακα, επειδή είναι πιο εξωστρεφείς και συνεπώς καλύτερες στην προώθηση των προϊόντων.

Μια διαιτολόγος στο φαρμακείο

Στην ελληνική πραγματικότητα ίσως είναι νωρίς ακόμα για αυτήν την ειδικότητα εντός φαρμακείου, τουλάχιστον σε μόνιμη βάση. Παρόλα αυτά κάποια φαρμακεία επιλέγουν τη συνεργασία αυτή, όχι για να αυξήσουν τις πωλήσεις τους, αλλά για να αυξήσουν την πιστότητα των πελατών τους, μέσω της βελτιωμένης φροντίδας που προσφέρουν στους ασθενείς-πελάτες τους. Πολλά προβλήματα υγείας συνδέονται με τη διατροφή. Πολλοί ασθενείς χρειάζονται εκπαίδευση πάνω στη θεραπεία τους, αλλά και στη διατροφή που θα πρέπει να ακολουθήσουν. Αν ο φαρμακοποιός διαπιστώσει ότι ο ασθενής-πελάτης έχει κάποιο πρόβλημα που χρήζει ειδικής παρακολούθησης, του κλείνει ένα ραντεβού με τον συνεργαζόμενο διαιτολόγο για να το συζητήσουν.

Τα πλεονεκτήματα ενός διαιτολόγου στο φαρμακείο

- Επεκτείνει τη γκάμα των παρεχόμενων υπηρεσιών στο ιατρείο.
- Επιτρέπει στην ομάδα του φαρμακείου να μάθει να εργάζεται ομαδικά και σε συνεργασία με άλλους επαγγελματίες υγείας.
- Αυξάνει την πιστότητα των πελατών χωρίς καμία εμπλοκή με το εμπόριο.
- Ενισχύει την εικόνα του φαρμακοποιού ως επαγγελματία υγείας και την εμπιστοσύνη που του δείχνει το κοινό.

Παρόλα αυτά η απασχόληση ενός διαιτολόγου στο φαρμακείο σας, ίσως φορτώσει με extra δουλειά τους άλλους υπαλλήλους, εξαιτίας του όγκου των ραντεβού που κάποιος άλλος υπάλληλος θα πρέπει να διαχειριστεί. Πριν επιχειρήσετε λοιπόν μια τέτοια συνεργασία, βάλτε στο μυαλό σας το γεγονός ότι θα πρέπει να υπάρχει καλή οργάνωση στο φαρμακείο για να ανταπεξέλθετε σε αυτήν τη δραστηριότητα. Τέλος, η συνεδρία με τον διαιτολόγο θα πρέπει να πραγματοποιείται σε έναν συγκεκριμένο χώρο του φαρμακείου, ίσως πιο απομονωμένο, για να είναι σίγουρος ο πελάτης-ασθενής για τον εμπιστευτικό χαρακτήρα της συμβουλευτικής υπηρεσίας.

Συμπερασματικά, οι νέες συνεργασίες που αναφέρθηκαν παραπάνω θα φέρουν νέες ιδέες και νέα πνοή στο φαρμακείο σας. ■

Πόπη Χαραμή

Systane® Ultra

Οφθαλμικές Λιπαντικές Σταγόνες
για την αντιμετώπιση της ξηροφθαλμίας [6]

Ανακουφίζει από τα συμπτώματα του ερεθισμού επιτυγχάνοντας άμεση άνεση και παρατεταμένη προστασία [1-5]

Χρησιμοποιείται και ενώ φοράτε τους φακούς επαφής σας [6]

1.Ousler GW, Michaelson C, Christensen MT. An evaluation of tear film breakup time extension and ocular protection index scores among three marketed lubricant eye drops. Cornea. 2007;26 :949–952. **2.** Christensen MT, Cohen S, Rinehart J, et al. Clinical evaluation of an HP-guar gellable lubricant eye drop for the relief of dryness of the eye. Curr Eye Res. 2004;28: 55–62. **3.** Hartstein I, Khwarg S, Przydryga J. An open-label evaluation of HP-Guar gellable lubricant eye drops for the improvement of dry eye signs and symptoms in a moderate dry eye adult population. Curr Med Res Opin. 2005;21:255–260. **4.**Maurice DM. The Charles Prentice Award Lecture 1989; The Physiology of Tears.Optometry & Vision Science. 1990 ; 67: 391–399. **5.** Ketelson HA, Davis J, Meadows DL. Characterization of a novel polymeric artificial tear delivery system. Poster A139 presented at the 2008 annual meeting of the Association for Research in Vision and Ophthalmology. April 27-May 1, 2008, Fort Lauderdale, FL. **6.** Systane Ultra ΦΟΧ

Systane Ultra_Καταχώρηση_July 2014

Alcon®

ΔΙΑΝΟΜΕΑΣ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ: ΑΛΚΟΝ ΛΑΜΠΟΡΑΤΟΡΙΣ ΕΛΛΑΣ ΑΕΒΕ
Κηφισίας 18, Μαρούσι, Αθήνα, 151 25, Τηλ: 210 68 78 300

Δημιουργείστε μια θέση εργασίας μοναδική

Ο φόρτος εργασίας, η ανάληψη νέων καθηκόντων ή η παροχή νέων υπηρεσιών στους πελάτες-ασθενείς του φαρμακείου μπορεί να δημιουργήσουν την ανάγκη απασχόλησης νέων συνεργατών. Μετά από μια εσωτερική αξιολόγηση μπορεί να προκύψει η ανάγκη δημιουργίας μίας ή περισσότερων νέων θέσεων εργασίας, προκειμένου ο φαρμακοποιός να αυξήσει την ανταγωνιστικότητά του. Αυτό που θα πρέπει να προσέξει είναι, το προφίλ του υποψηφίου να ανταποκρίνεται στις ανάγκες της συγκεκριμένης θέσης.

Τα βήματα για σωστή επιλογή

Δύο είναι τα πρωταρχικά ερωτήματα που πρέπει να θέσετε:

1. Γιατί να δημιουργήσω μια θέση εργασίας;
2. Ποια είναι η ανάγκη που πρέπει να καλυφθεί;

Το να απαντήσετε σε αυτά τα ερωτήματα είναι απαραίτητο για δύο λόγους: Πρώτον για να αξιολογήσετε την κατάσταση και να αποφασίσετε στη συνέχεια αν θα δημιουργήσετε τη συγκεκριμένη θέση ή όχι, και επιπλέον, άπαξ και το αποφασίσετε, να δημιουργήσετε το προφίλ του κατάλληλου υποψήφιου με ακρίβεια. Ας δούμε ποια βήματα πρέπει να γίνουν…

Βήμα 1ο Περιγράψτε την ισχύουσα κατάσταση στην επιχείρησή σας.

Μια νέα θέση εργασίας μπορεί να προκύψει από αλλαγές που γίνονται στον κλάδο υγείας ή στο περιβάλλον σας, όπως για παράδειγμα η άφιξη ενός νέου ιατρικού κέντρου στην περιοχή σας, η ανάπτυξη ενός εμπορικού κέντρου ή η παρουσία ενός ανταγωνιστικού φαρμακείου σε απόσταση αναπνοής. Είναι ουσιώδες να μελετήσετε σε βάθος την τοποθέτηση του φαρμακείου σας, την εμπορική στρατηγική και τη στρατηγική marketing, τα οικονομικά του, την οργάνωσή του, τις προοπτικές ανάπτυξης. Πριν κάνετε δηλαδή κάποια πρόσληψη θα πρέπει πρώτα να αναρωτηθείτε αν ανταποκρίνεται στις προτεραιότητες του φαρμακείου σας και αν οικονομικά προβλέπεται.

Βήμα 2ο Βελτιώστε την υπάρχουσα κατάσταση

Φροντίστε την καλύτερη οργάνωση της εργασίας και δώστε τις κατάλληλες αρμοδιότητες στην ομάδα σας, για να απαλλαγείτε από εργασίες που σας περιορίζουν το χρόνο να ασχοληθείτε με τις ανάγκες υγείας των πελατών σας.

Εδώ είναι απαραίτητη η αξιολόγηση του κάθε εργαζόμενου και η κινητοποίηση του για αποδοτικότερη εργασία.

Ενεργοποιώντας κάποιες διεργασίες ποιοτικού ελέγχου θα επιτρέψετε την αύξηση της παραγωγικότητας των υπαλλήλων σας και έμμεσα θα μειωθούν τα λάθη, τα κόστη, κ.λπ.

Ο λόγος τζίρος προ φόρων διά το κόστος προσωπικού (με τις εργοδοτικές εισφορές μαζί), σας δίνει μια απεικόνιση της παραγωγικότητας του προσωπικού σας.

Βήμα 3ο Καταγράψτε που αποσκοπεί η δημιουργία του συγκεκριμένου πόστου

Οι στόχοι αυτοί είναι άλλοτε ποιοτικοί και άλλοτε ποσοτικοί. Η αύξηση του ανθρώπινου δυναμικού στοχεύει στην αύξηση του τζίρου, αλλά και στη μεγαλύτερη ικανοποίηση του πελάτη. Η ανάπτυξη νέων τομέων στον κλάδο μπορεί επίσης να δικαιολογήσει την πρόσληψη ενός επιπλέον ατόμου με κατάλληλα προσόντα. Παρόλα αυτά, θα πρέπει να έχετε πολύ ξεκάθαρη αντίληψη της θέσης για να αποφύγετε αστοχίες πρόσληψης. Η θέση που θα δημιουργηθεί θα πρέπει να καλύψει μια συγκεκριμένη αποστολή (π.χ. ένα άνοιγμα σε νέες αγορές) ή συγκεκριμένες λειτουργίες, όπως να αναπτυχθεί για παράδειγμα ο τομέας των δερμοκαλλυντικών με μια αισθητικό ή των συμπληρωμάτων διατροφής με μια διαιτολόγο. Θα πρέπει δε να καθορίσετε με ακρίβεια την αμοιβή της θέσης, το είδος της εργασιακής σχέσης, την ιεραρχία, τις προοπτικές εξέλιξης, το ωράριο εργασίας, κ.λπ.

Βήμα 4ο Προσδιορίστε το προφίλ του ιδανικού υποψήφιου

Είναι πολύ σημαντικό να σεβαστείτε την αντιστοιχία ανθρώπου με τη θέση εργασίας. Θα πρέπει δηλαδή η προσωπικότητα, οι ικανότητες και η εκπαίδευση του υποψηφίου να συνάδουν με το πόστο που πρέπει να καλυφθεί, για να μπορέσει ο υπάλληλος να αμειφθεί αναλόγως και να είναι αποτελεσματικός. Η γνώση μιας ξένης γλώσσα για παράδειγμα θα ήταν ένα «ατού», αν το φαρμακείο σας είναι σε ένα τουριστικό μέρος. Επίσης, όσον αφορά την εκπαίδευση του υποψηφίου, εξετάστε αν χρειάζεστε έναν αρχάριο ή έναν πιο έμπειρο υπάλληλο και εξετάστε σε ποιόν τομέα δραστηριοποίησης και σε ποιον τύπο επιχείρησης έχει προϋπηρεσία και γνώσεις που θα μπορούσαν να φανούν χρήσιμες. Αναρωτηθείτε επίσης, ποια είναι τα στοιχεία της προσωπικότητας που θεωρείτε απαραίτητα για τον ιδανικό συνεργάτη, π.χ. φιλόδοξος, ευκολία προσαρμογής, ομαδικό πνεύμα ικανότητα λήψης αποφάσεων, αλλά και κάποιες πρακτικές πληροφορίες, όπως το αν είναι κάτοχος ΙΧ, ποιος είναι ο τόπος διαμονής του, η οικογενειακή του κατάσταση, η ηλικία, κ.λπ.

Οι Αναγκαίοι Προβληματισμοί

- Η εκάστοτε νέα δραστηριότητα στο φαρμακείο μου είναι βιώσιμη ή μήπως πρόκειται για μια στιγμιαία τάση;
- Η ελλιπής οργάνωση των υπηρεσιών που προσφέρονται στον πελάτη (λάθη, ξεχνάνε πράγματα, κ.λπ.) που οφείλεται;
- Μια αναδιοργάνωση θα βελτιώσει γρήγορα την παραγωγικότητα στο φαρμακείο μου;
- Οι υπάλληλοί μου είναι όλοι αποτελεσματικοί, λαμβάνουν ακριβείς οδηγίες για τους τομείς ευθυνών τους;
- Υπάρχουν θέσεις εργασίας που θα μπορούσαν να καταργηθούν;
- Υπάρχει καλή συνεργασία ανάμεσα στους υπαλλήλους του πάγκου και σε αυτούς που είναι στο back office ή στο χώρο του φαρμακοπωλείου;
- Συναθροίζεται πολύς κόσμος στο φαρμακείο μου;

Αν συμβαίνει κάτι από τα παραπάνω σκεφτείτε μήπως πρέπει να αναδιοργανώσετε το προσωπικό σας.

New!

Syndesmos

ΝΕΕΣ ΒΑΣΕΙΣ
ΑΠΟ ΤΗΝ ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ.

1.

CHEMCO BASE ΑΝΥΔΡΟΣ ΕΥΣΕΡΙΝΗ
400gr CODE: 029302

- Νέα, βελτιωμένη σύνθεση
- Εξαιρετική λιπόφιλη βάση με λεία υφή
- Σημαντικές μαλακτικές και ενυδατικές ιδιότητες
- Ικανότητα ενσωμάτωσης νερού έως και 50%
- Ικανότητα ενσωμάτωσης ελαίων και λιπαρών συστατικών
- Περιέχει υψηλό ποσοστό βαζελίνης με αποτέλεσμα να είναι κατάλληλη όταν επιθυμείται δράση εγκλεισμού
- Αυξάνει παροδικά την ενυδάτωση της κεράτινης στοιβάδας
- Δεν περιέχει αρώματα

ΤΙΜΗ
€5,16

2.

CHEMCO BASE ΕΝΥΔΡΟΣ ΕΥΣΕΡΙΝΗ
400gr CODE: 029300

CHEMCO BASE ΕΝΥΔΡΟΣ ΕΥΣΕΡΙΝΗ
100gr CODE: 029301

- Νέα, βελτιωμένη σύνθεση
- Λιπόφιλη βάση με ελαφριά, μεταξένια υφή
- Ευελιξία στη παρασκευή γαληνικών σκευασμάτων: περιέχει ήδη νερό 40% και μπορεί να ενσωματώσει άλλο 10%
- Εξαιρετική επαλειψιμότητα
- Σημαντικές μαλακτικές και ενυδατικές ιδιότητες
- Περιέχει υψηλό ποσοστό βαζελίνης με αποτέλεσμα να είναι κατάλληλη όταν επιθυμείται δράση εγκλεισμού
- Αυξάνει παροδικά την ενυδάτωση της κεράτινης στοιβάδας
- Δεν περιέχει αρώματα

ΤΙΜΗ
€4,80

ΤΙΜΗ
€2,90

3.

CHEMCO BASE AQUEOUS CREAM
400gr CODE: 029303

- Σύμφωνα με την επίσημη συνταγή της Φαρμακοποιίας
- Εξαιρετική υδρόφιλη βάση
- Χρήση σε όλους τους τύπους δέρματος
- Ελαφριά μη λιπαρή υφή
- Εξαιρετική επαλειψιμότητα
- Εύκολη ενσωμάτωση στο δέρμα μετά την εφαρμογή της χωρίς ίχνη λιπαρότητας
- Σημαντικές μαλακτικές και ενυδατικές ιδιότητες
- Δεν περιέχει αρώματα και λανολίνη

ΤΙΜΗ
€5,00

CHEMCO

ΣΥΝΔΕΣΜΟΣ Α.Ε.: Ψαρών 17 & Αιγίνης, 131 22 Ίλιον, T: 210 2693600, Fax: 210 2893603, E: info@syndesmossa.com, W: www.syndesmos.gr
ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ: Νερατζούλας 10, 105 12 Αχαρναί, T: 210 2449310

Δυο οικογενειακά φαρμακεία,

Μια επιτυχημένη στρατηγική...

Στη Λάρισα, ξεκίνησε αρχικά με ένα φαρμακείο ο κ. Βάϊος Παπαδόπουλος και ολοκλήρωσε το όραμα του με δύο φαρμακεία, έχοντας πλάι του τα παιδιά του, το νέο αίμα των φαρμακοποιών στην οικογένεια. Ακολουθώντας μια επιτυχημένη στρατηγική διοίκησης, όλα τα μέλη της ομάδας ατενίζουν με αισιοδοξία το μέλλον.

Η αρχή έγινε το 1985. Στην οδό Βενιζέλου 67, σε έναν από τους πιο πολυσύχναστους δρόμους του ιστορικού κέντρου της πόλης της Λάρισας, άνοιξε το φαρμακείο του ο κ. Βάϊος Παπαδόπουλος. Το 1992 το φαρμακείο μεταφέρθηκε στο νέο εμπορικό κέντρο της πόλης, στον πεζόδρομο της Ρούσβελτ, και συστεγάστηκε με το φαρμακείο της κ. Αντιγόνης Μότσιου Κατσούπα, *«την οποία ευχαριστούμε για την άψογη συνεργασία που είχαμε όλα αυτά τα χρόνια και της ευχόμαστε ότι καλύτερο για αυτήν και την οικογένειά της»* δήλωσε χαρακτηριστικά ο φαρμακοποιός. Εν τω μεταξύ, τα παιδιά του Βάϊου, Λάζαρος και Χρυσάνθη, ολοκληρώνοντας τις σπουδές τους στη φαρμακευτική, ανέλαβαν ως νεαροί φαρμακοποιοί να ακολουθήσουν την πορεία του πατέρα τους.

Στη συνέχεια, το 2013, ο χώρος του φαρμακείου μεταφέρθηκε στην οδό Ηρώων Πολυτεχνείου με την επωνυμία «Λάζαρος Παπαδόπουλος και Αντιγόνη Μότσιου-Κατσούπα», ενώ ταυτόχρονα ιδρύθηκε, σε ιδιόκτητο χώρο, το φαρμακείο του κ. Βάϊου Παπαδόπουλου και της κόρης του Χρυσάνθης στην οδό Κύπρου 64, σε ένα από τα πιο κεντρικά σημεία της πόλης, στην Κεντρική Πλατεία Λάρισας. Σήμερα, στα δύο φαρμακεία απασχολούνται οι τρεις φαρμακοποιοί, ο Βάϊος και τα παιδιά του, καθώς τον τελευταίο χρόνο η κ. Αντιγόνη Μότσιου-Κατσούπα συνταξιοδοτήθηκε.

«Τα δύο φαρμακεία εξυπηρετούν ποικιλία πελατών» μας λέει ο κ. Βάϊος Παπαδόπουλος. *«Το κοινό μας ξεκινά από την ηλικία των 20 χρόνων και καλύπτει όλο το ηλικιακό φάσμα.. Οι πελάτες είναι είτε μόνιμοι είτε περαστικοί, καθώς και επισκέπτες από άλλες περιοχές που βρέθηκαν στην πόλη μας για ιατρικούς ή όχι σκοπούς. Εκτός από τα φάρμακα, ιδιαίτερο ενδιαφέρον εντοπίζεται στα συμπληρώματα διατροφής και τα καλλυντικά σκευάσματα, με ιδιαίτερη έμφαση στα παρασκευάσματα του εργαστηρίου μας»*.

Λειτουργικοί χώροι για να αναδείξουν την προσφορά

Η εσωτερική αρχιτεκτονική των δύο φαρμακείων εξυπηρετεί τη λειτουργικότητά τους. Η τοποθέτηση των προϊόντων ακολουθεί τη λογική της εξυπηρέτησης των αναγκών των πελατών (θερμές και κρύες περιοχές).

«Επιλέξαμε το Merchandizing οργάνωσης ανά κατηγορία» επισημαίνει ο κ. Βάϊος Παπαδόπουλος, *«καθώς μετά από χρόνια εμπειρίας διαπιστώσαμε ότι είναι πιο εύκολη και αποδοτική η εξυπηρέτηση των πελατών. Όλα τα προϊόντα που διαθέτουν και τα δυο μας φαρμακεία ακολουθούν τις θεραπευτικές προτάσεις που αναζητούν οι πελάτες μας κι έτσι η επιλογή γίνεται χωρίς καθυστερήσεις και με μεγαλύτερη ευκολία.»*

Κάθε πελάτης που επισκέπτεται τον χώρο του φαρμακοπωλείου διακρίνει στα ράφια με εμφανή σήμανση όλες τις υποκατηγορίες των παραφαρμακευτικών προϊόντων: καλλυντικά, συμπληρώματα διατροφής, προϊόντα βρεφικής περιποίησης, οδοντιατρικά, διαγνωστικές συσκευές και υγειονομικό υλικό. Ακόμη, έχουν τοποθετηθεί ειδικοί χώροι προβολών σε γόνδολες, όπου αναδεικνύονται τα προϊόντα σε προσφορά. Τα συνταγογραφούμενα φάρμακα βρίσκονται σε συρταριέρες.

Το εργαστήριο παραγωγής των δύο φαρμακείων έχει αναπτυχθεί πλήρως σε ανεξάρτητο χώρο και πληροί τις τηρούμενες προδιαγραφές του ΕΟΦ, με ευρεία γκάμα παρασκευασμάτων.

Και τα δύο φαρμακεία συμπληρώνονται από κατάλληλους αποθηκευτικούς χώρους. Για την αποθήκευση υλικών και προϊόντων στο φαρμακείο της οδού Κύπρου χρησιμοποιείται το υπόγειο και το πατάρι, ενώ στο φαρμακείο της Πολυτεχνείου, ο πρώτος όροφος.

Ο σχεδιασμός όλων των χώρων έγινε με στόχο τη λειτουργική ανάπτυξη των φαρμακείων. Το προσωπικό δουλεύει άνετα και απερίσπαστα στα τμήματα των πωλήσεων, των παραλαβών, του εργαστηρίου και της αποθήκης, ακολουθώντας συγκεκριμένο πρωτόκολλο εργασίας.

Η ομάδα στηρίζει την καινοτομία

Εκτός από τους τρεις φαρμακοποιούς, τον Βάϊο, τον Λάζαρο και τη Χρυσάνθη, τους οποίους υποστηρίζει ηθικά και ψυχολογικά πάντα η μητέρα της οικογένειας, Κατερίνα, στα φαρμακεία απασχολούνται η αισθητικός κ. Αγλαΐα Καουνά, η αισθητικός κ. Τάνια Βαθράκη, η βοηθός φαρμακείου κ. Ανθή Ανδόνη και στο εργαστήριο η βοηθός κ. Χριστίνα Σβανά. Η συνεργασία τους είναι μακροχρόνια και βασίζεται στην αμοιβαία εμπιστοσύνη

που αναπτύχθηκε από την τριβή της καθημερινότητας. Οι τέσσερις αυτές κυρίες βοήθησαν, στήριξαν και στηρίζουν κάθε νέα επιχειρηματική δραστηριότητα του κ.

Βάϊου Παπαδόπουλου.
Κάθε μέλος της ομάδας έχει αναλάβει έναν συγκεκριμένο τομέα. Σε τακτά χρονικά διαστήματα, όμως, αναδιανέμονται οι εργασίες κυκλικά (rotation), ώστε όλοι να γνωρίζουν τις ανάγκες και τις υποχρεώσεις κάθε θέσης που αναλαμβάνουν. Η γενική εποπτεία ανήκει στον κ. Βάϊο Παπαδόπουλο, ο οποίος είναι υπεύθυνος και για τον καταμερισμό των εργασιών των μελών της ομάδας, ενώ ο γιός του Λάζαρος έχει αναλάβει τη διαχείριση της αποθήκης και των παραγγελιών των φαρμάκων, και η κόρη του Χρυσάνθη ασχολείται με τα καλλυντικά σκευάσματα.

Η επικοινωνία των φαρμακοποιών και του προσωπικού είναι συνεχής για την άμεση και αποτελεσματική ικανοποίηση των αναγκών των πελατών. Εκτός, όμως, από την καθημερινή επικοινωνία, η λειτουργικότητα της ομάδας βασίζεται και στις συναντήσεις εργασίας του προσωπικού σε εβδομαδιαία βάση.

«Στις εβδομαδιαίες αυτές συναντήσεις» συνεχίζει ο κ. Βάϊος, *«όλα τα μέλη της ομάδας συμμετέχουν ενεργά. Καθένας ενημερώνει για την κίνηση της εβδομάδας, αλλά και για τα νέα προϊόντα που διαθέτουμε, συζητάμε τα προβλήματα που παρουσιάζονται εσωτερικά και εξωτερικά, αξιολογούμε την κατάσταση και προχωρούμε μοιραζόμενοι τις εποικοδομητικές προτάσεις όλων. Στο τέλος της συνάντησης παρουσιάζεται καταγραφή αξιολόγησης και ανάλυσης πωλήσεων. Η τακτική αυτή προσφέρει πολλά οφέλη, καθώς καταγράφεται μεθοδικά η κινητικότητα της αγοράς και προλαμβάνονται πιθανές ελλείψεις και ανάγκες κάθε φαρμακείου ξεχωριστά. Η περιοδικότητα κάποιων στοιχείων των αναλύσεων αυτών,*

προσφέρει πολύτιμη εμπειρία στην αναζήτηση και παραγγελία προϊόντων. Τα φαρμακεία μας με αυτό τον τρόπο μπορούν να καλύψουν σε μεγάλο ποσοστό τις ανάγκες των πελατών τους και οργανώνουν συστηματικότερα τις παραγγελίες, τόσο σε φάρμακα, όσο και σε παραφαρμακευτικά προϊόντα».

Ο φαρμακοποιός δεν κάνει ένα μονοδιάστατο επάγγελμα

Όπως μας είπε ο κ. Παπαδόπουλος *«Η επιστημονική μας κατάρτιση είναι σημαντική, αλλά παραμένει μόνο ένα από τα επίπεδα που πρέπει να κατακτήσει ένας φαρμακοποιός-επιχειρηματίας και αυτό είναι κάτι που γνωρίζουμε πολύ καλά*

και το εφαρμόζουμε στην καθημερινότητά μας, έχοντας πάντα ως στόχο τη συνεχή εξέλιξή μας.
Οι αλλαγές που βιώνουμε τα τελευταία χρόνια, το μόνο που μας έχουν προσφέρει είναι αβεβαιότητα και δυσκολίες στη λειτουργία μας. Το μέλλον δεν προδιαγράφεται ευοίωνο, γι' αυτό και οφείλουμε να προστατέψουμε τη δουλειά μας. Η μονομερής αντιμετώπιση δεν προσφέρει κανένα όφελος, αντίθετα θα θέσει σε κίνδυνο ακόμη και την ύπαρξή μας.
Μόνο με τη μεθοδική οργάνωση, σε κάθε τομέα που αφορά το ελληνικό φαρμακείο, και τη συνεργασία τόσο μεταξύ φαρμακείων της ίδιας πόλης, όσο και φαρμακείων διαφορετικών πόλεων, θα μπορέσουμε να αυξήσουμε τη διαπραγματευτική μας δύναμη, να διαχειριστούμε ορθολογικά τα αποθέματά μας και να αντιμετωπίσουμε ό, τι απειλεί την επιχειρηματική μας επιβίωση.
Η υγεία αποτελεί προτεραιότητα όλων των ανθρώπων. Ασθενείς πάντα θα υπάρχουν γι' αυτό και τα φάρμακα είναι απαραίτητα. Εκτός, όμως, από τη φαρμακευτική περίθαλψη των ασθενών-πελατών, ένα φαρμακείο μπορεί να επεκτείνει τις υπηρεσίες του και στους τομείς της αποκατάστασης, της αποθεραπείας, της ομορφιάς και της περιποίησης.
Για την ανάπτυξη ενός φαρμακείου είναι απαραίτητη, κατά την άποψη μου, η δημιουργία προϊόντων (κυρίως παραφαρμακευτικών και καλλυντικών) από τους ίδιους τους φαρμακοποιούς (Private Labels) κατά μόνας ή ομάδες φαρμακοποιών (μέσω συνεταιρισμών ή άλλων ομάδων συνεργασίας), γιατί γνωρίζουμε καλύτερα απ' όλους τις ανάγκες των πελατών μας.
Η παραπάνω ιδέα αποτελεί μία επιχειρηματική πρόταση ανάπτυξης ενός φαρμακείου, η οποία μπορεί να έχει περιορισμένη απήχηση λόγω των σημερινών συνθηκών της κρίσης. Σήμερα, αυτό που αποτελεί άμεση προτεραιότητα στη χώρα μας είναι η εξασφάλιση της ισορροπίας των δεδομένων της οικονομίας μας, έτσι ώστε να υπάρξει αποτελεσματικός προγραμματισμός, ακόμη και προγραμματισμός επενδύσεων αν οι συνθήκες το επιτρέπουν. Αισιοδοξούμε όλοι γι' αυτό!» ■

Η επικοινωνία με τους πελάτες, κτίζει σχέσεις εμπιστοσύνης

«Στις πωλήσεις των παραφαρμακευτικών και καλλυντικών προϊόντων δεν παραλείπουμε να προσφέρουμε αρκετά δείγματα των προϊόντων των εταιρειών που επιλέγουν οι πελάτες μας, αλλά και δείγματα των προϊόντων που παράγονται στο εργαστήριό μας. Σκοπός μας δεν είναι απλώς η χορήγηση προϊόντων, αλλά μέσω της συνέργιας της επιστημονικής γνώσης με την τεχνική προσέγγισης της επικοινωνίας, προσπαθούμε να χτίσουμε μία σχέση εμπιστοσύνης με κάθε πελάτη μας. Με την επικοινωνία σε ατομικό επίπεδο επιδιώκουμε να είμαστε αποτελεσματικοί στη δουλειά μας. Στοχοθεσία μας είναι πρωτίστως η πρόληψη της υγείας κι έπειτα η σωστή αντιμετώπιση των προβλημάτων της πελατείας μας. Σκεφτόμαστε ως πελάτες, μπαίνουμε στη θέση των πελατών μας!

Αυτό λοιπόν που επιδιώκουμε είναι να κατανοούμε και να εξυπηρετούμε τις ανάγκες τους και με συνεχή ενημέρωση, με νέα προϊόντα και υπηρεσίες, να έχουμε τη δυνατότητα να προτείνουμε τις περισσότερες δυνατές επιλογές, προκειμένου ο πελάτης να φεύγει κάθε φορά ικανοποιημένος από τη συναλλαγή μαζί μας.

Τα φαρμακεία μας στηρίζουν όλα αυτά τα χρόνια την επιτυχία τους σε μία απλή σκέψη που χαρακτηρίζει, όμως, κάθε πράξη της ανθρώπινης δραστηριότητας: ***κάθε άνθρωπος έχει ανάγκη την ειλικρινή επικοινωνία κι ένα αληθινό χαμόγελο.***

Το ***ΧΑΜΟΓΕΛΟ*** *και η* ***ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ*** *ήταν και είναι τα δύο στοιχεία στα οποία βασίζεται η φιλοσοφία μας και φυσικά οι υπηρεσίες που προσφέρουμε. Η καλή διάθεση και το ευχάριστο κλίμα που ξεκινά από την ομάδα μας δεν απευθύνεται μόνο στους πελάτες, αλλά και στους συνεργάτες και στους προμηθευτές μας. Μας ενδιαφέρει πολύ και φροντίζουμε να χτίζουμε μακροχρόνιες σχέσεις συνεργασίας. Οι πελάτες είναι φίλοι μας. Έχουμε κατορθώσει κι είμαστε ιδιαίτερα ευτυχείς γι' αυτό, έχοντας σταθεροποιήσει μία βαθιά σχέση μαζί τους παρά τις αντιξοότητες που αντιμετωπίζει ο κλάδος των φαρμακείων και γενικότερα της οικονομίας για τους πολίτες.*

Αποτελεί βαθιά ικανοποίηση για μας το γεγονός ότι υπάρχουν άνθρωποι που τους γνωρίσαμε από τη νεαρή ηλικία τους, δημιούργησαν οικογένειες, μεγάλωσαν τα παιδιά τους, έχουν εγγόνια και συνεχίζουν να μας εμπιστεύονται και οι ίδιοι και οι οικογένειες των παιδιών τους. Φροντίζουμε συνεχώς να τους προσφέρουμε εξειδικευμένα και ποιοτικά προϊόντα και υπηρεσίες υψηλής αξίας, ανάλογα με τις απαιτήσεις τους. Εξυπηρετούμε με ιδιαίτερη προθυμία τον καθένα που μας εμπιστεύεται και λαμβάνουμε υπόψη μας τη γνώμη του». **Β. Παπαδόπουλος**

Νέο πρωτοποριακό διάλυμα καθαρισμού

OPTI-FREE® PureMoist από την ALCON

300ml+60ml ΔΩΡΟ

Ζητήστε σήμερα την προωθητική συσκευασία

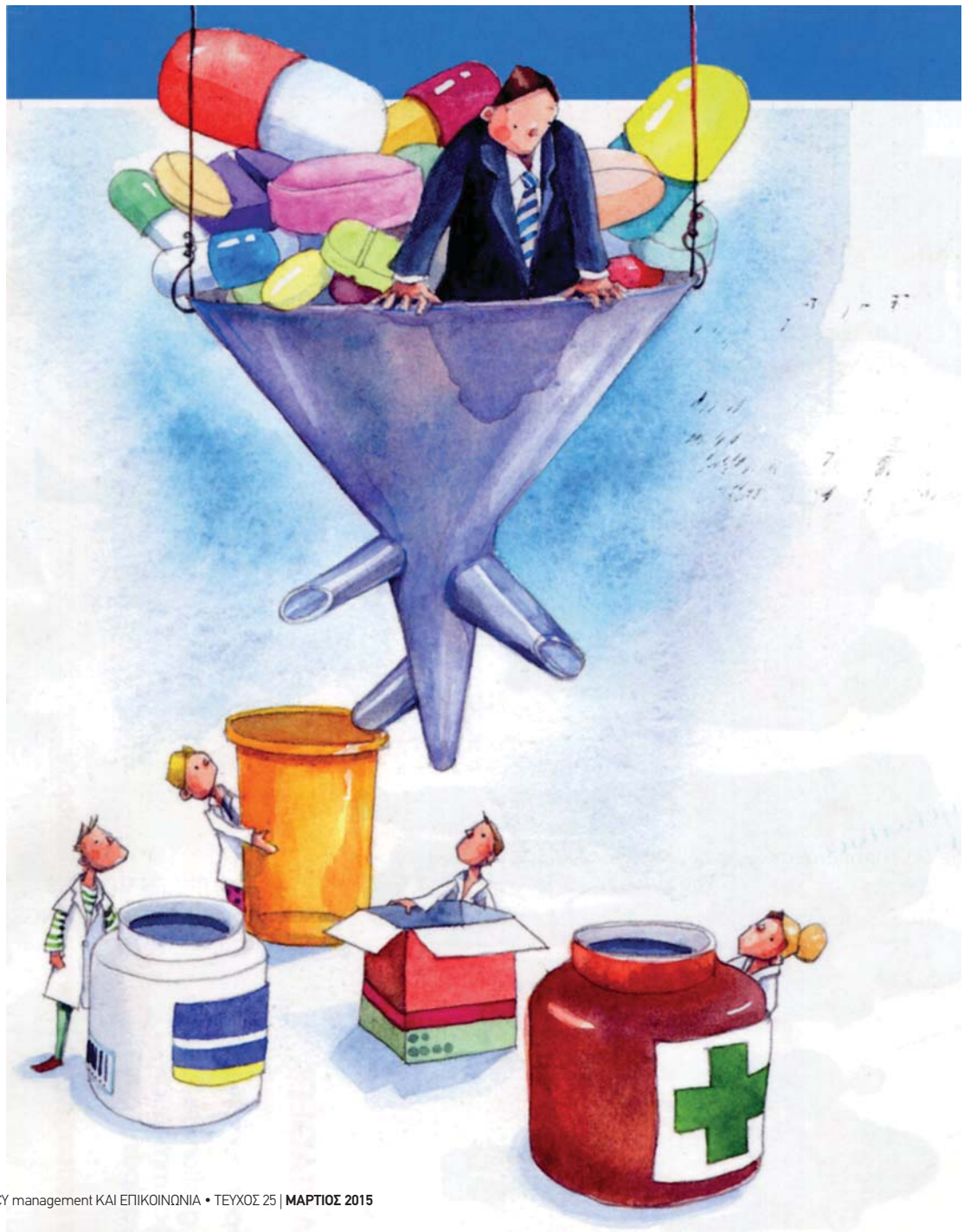
Gerolymatos International®
Serving health care since 1923

Τηλέφωνο παραγγελιών: 210 3500850

Alcon®
a Novartis company

Η συμβολή του φαρμάκου στη δημόσια ΥΓΕΙΑ

Μια σύντομη και απαραίτητη ανασκόπηση



Η θέση του φαρμάκου, μέσα στο φάσμα των δραστηριοτήτων που έχουν σαν στόχο την προστασία και προαγωγή της Δημόσιας Υγείας, έχει καθοριστεί από την αρχαιότητα, και μέχρι σήμερα αποτελεί μέρος της ανάπτυξης των νέων τεχνολογιών στον τομέα της υγείας.

Από τη **ΜΑΡΙΑΝΘΗ-ΤΑΞΙΑΡΧΟΥΛΑ ΧΑΤΖΕΛΛΗ**,

Υποψήφια Διδάκτορα της σχολής Νομικών, Οικονομικών και Πολιτικών Επιστημών Πανεπιστημίου Αθηνών

Φάρμακο: ορισμός – κοινωνικοοικονομικά χαρακτηριστικά

Όπως είναι γνωστό, «φάρμακο» είναι οτιδήποτε προορίζεται για χρήση με σκοπό να διαγνώσει, να αντιμετωπίσει, να θεραπεύσει, να προλάβει, να μετριάσει τα συμπτώματα ασθενειών σε ανθρώπους/ζώα ή με σκοπό να επιδράσει στη δομή/λειτουργίες του οργανισμού ανθρώπων/ζώων.

Είναι ένα προϊόν υψηλών προδιαγραφών με δύο βασικά μέρη. Το ένα είναι η δραστική ουσία που περιέχει, το άλλο -καθαρά τυπικό αλλά το ίδιο σημαντικό- αφορά τις πληροφορίες που παρέχονται από την εταιρεία που το παράγει, τις αρμόδιες αρχές που το ελέγχουν και τέλος από τους ιατρούς και τους φαρμακοποιούς που το συνιστούν.

Το φάρμακο όμως, πέρα από ορισμούς, αποτελεί ένα αναγκαίο κοινωνικό αγαθό το οποίο μελετήθηκε και αναπτύχθηκε, ώστε να προστατεύσει τη ζωή και την υγεία των ανθρώπων, καθώς και για να οδηγήσει σε μια όσο το δυνατόν μεγαλύτερη και ποιοτικότερη διάρκεια ζωής.

Επειδή, παγκοσμίως, θεωρείται «κοινωνικό αγαθό», δεν πρέπει να αντιμετωπίζεται σαν καταναλωτικό προϊόν, αλλά ως προϊόν που διαθέτει ένα ξεχωριστό προφίλ που το κάνει να διαφέρει από τα άλλα «αγαθά». Προορίζεται για θεραπευτικό ή προληπτικό σκοπό και ως τέτοιο «προϊόν» πρέπει να χρησιμοποιείται.

Το φαρμακείο είναι ο φυσικός χώρος χορήγησης των φαρμάκων στους πολίτες. Είναι ένας χώρος ανοιχτός στο κοινό που ελέγχεται από τις υγειονομικές αρχές της χώρας και του οποίου η διαχείριση έχει ανατεθεί σε έναν ειδικό επαγγελματία υγείας, τον φαρμακοποιό, που ορίζεται ως «ο ειδικός στο φάρμακο». Η ανάθεση αυτή παρέχει την απαιτούμενη ασφάλεια στη διαχείριση του φαρμάκου, ασφάλεια που βασίζεται στη σχέση εμπιστοσύνης του φαρμακοποιού με τον χρήστη καθώς και στη συμβουλευτική και στη φαρμακολογική γνώση που διαθέτει, με αποτέλεσμα την ορθή χρησιμοποίηση του και τη μείωση των κινδύνων που προκύπτουν από την κακή χρήση. Η μη ορθολογική χρήση των φαρμάκων, εκτός από τις επιπτώσεις στην υγεία του πληθυσμού, σημαίνει και στέρηση πόρων που θα μπορούσαν να διατεθούν για ένα καλύτερο σύστημα υγειονομικής περίθαλψης.

Το φάρμακο εκτός από την υγειονομική, ηθική και κοινωνική αξία, διαθέτει ένα σημαντικό κόστος που επιβαρύνει τόσο τον ίδιο τον ασθενή, όσο και το ασφαλιστικό του ταμείο.

Φάρμακο, θεραπεία και ασφάλεια χρήσης

Τα φάρμακα πολλές φορές μας βοηθούν στην αποκατάσταση της υγείας μας, αλλά δεν είναι πανάκεια**.** Η χορήγηση τους πρέπει να ακολουθεί κανόνες, τόσο επιστημονικούς όσο και δεοντολογικούς.
Τα προβλήματα υγείας είναι πολύπλοκα και εξατομικευμένα. Κάθε άνθρωπος πρέπει να αντιμετωπίζεται με ιδιαίτερο τρόπο και με ανάλογη εξατομικευμένη φαρμακευτική αγωγή όταν αυτό είναι αναγκαίο. Η αγωγή δίνεται από τον ιατρό για τον συγκεκριμένο ασθενή και όχι για όλους όσοι νομίζουν ότι έχουν την ίδια ή παραπλήσια ασθένεια.

Η ρύθμιση της φαρμακευτικής αγωγής με τα απολύτως απαραίτητα σκευάσματα είναι αναγκαία, όπως και η επιλογή πιο ευέλικτων δοσολογικών σχημάτων και νέων μορφών φαρμάκων, ώστε να εξασφαλίζεται η λήψη τους από τον ασθενή. Επιπλέον, η ρύθμιση αυτή στοχεύει στην αποτελεσματικότητα της αγωγής αλλά και στην ασφάλεια αυτού που τα λαμβάνει.

Για να έχει ένα φάρμακο θεραπευτική αξία και αποτελεσματικότητα πρέπει να χορηγηθεί στην κατάλληλη **θεραπευτική δόση.** Στο φαρμακευτικό κώδικα εξάλλου καθορίζονται οι μέγιστες ημερήσιες δόσεις των περισσότερων φαρμάκων.

Αν και τα φάρμακα είναι παρασκευασμένα για έχουν όσο το δυνατό εκλεκτικότερη δράση (όσο πιο εξειδικευμένη είναι, τόσο καλύτερα), υπάρχουν περιπτώσεις που παρουσιάζουν και κάποιες μη εκλεκτικές δράσεις, που ονομάζονται ανεπιθύμητες ενέργειες ή παρενέργειες. Λόγω της αυθαίρετης χρήσης φαρμάκων, είναι δυνατόν να προκληθεί «φαρμακογενής νόσος», γι' αυτό επιβάλλεται η αυστηρή τήρηση της συνταγογραφίας και των οδηγιών του ιατρού.

Μεγάλη σημασία για την προστασία της Δημόσιας Υγείας έχει η ασφάλεια των ασθενών, ήτοι η προστασία τους από περιττά προβλήματα ή ενδεχόμενες βλάβες, που σχετίζονται με την υγειονομική περίθαλψη.
Όπως σταθερά δείχνουν πρόσφατες μελέτες στην Ευρωπαϊκή Ένωση, σε έναν όλο και μεγαλύτερο αριθμό χωρών, διαπράττονται ιατρικά σφάλματα στο 10% περίπου των περιπτώσεων νοσηλείας σε νοσοκομεία, ενώ παράλληλα παρατηρούνται ανεπιθύμητες ενέργειες σε όλα τα επίπεδα της υγειονομικής περίθαλψης δηλαδή, στην πρωτοβάθμια και δευτεροβάθμια περίθαλψη, στη βοήθεια στο σπίτι, στην κοινωνική πρόνοια και ιδιωτική φροντίδα, καθώς και στη φροντίδα που αφορά εξαιρετικά σοβαρές και χρόνιες ασθένειες.
Κανένα φάρμακο δεν είναι ακίνδυνο και όλα έχουν ανεπιθύμητες ενέργειες, μερικές από τις οποίες μπορεί να γίνουν θανατηφόρες.

Κατά τον ΠΟΥ περίπου το 60% των ανεπιθύμητων ενεργειών μπορεί να προληφθεί.

Σε γενικές γραμμές οι ανεπιθύμητες ενέργειες μπορεί να οφείλονται:

- **Σε λάθος διάγνωση**
- **Στη συνταγογράφηση λάθος φαρμάκου ή του σωστού με λάθος δοσολογία**
- **Σε αντίδραση του ασθενή στο φάρμακο για αδιευκρίνιστους λόγους (γενετικούς, αλλεργικούς κ.λπ)**
- **Σε αυτοθεραπεία**
- **Στη μη συμμόρφωση με τις οδηγίες λήψης του φαρμάκου**
- **Σε αλληλεπίδραση με άλλα φάρμακα ή και τροφές**
- **Σε χρήση υποδεέστερων προϊόντων, η σύνθεση των οποίων δεν καλύπτει τα επιστημονικά στάνταρ και τα οποία στην πλειονότητα τους είναι άχρηστα (μη δραστικά) και συχνά επικίνδυνα**
- **Σε χρήση φαρμάκων «πλαστών» τα οποία δεν διαθέτουν δραστικά συστατικά ή διαθέτουν λάθος συστατικά και η χρήση τους μπορεί να αποβεί μοιραία.**

Η προστασία της Δημόσιας Υγείας στο θέμα αυτό, απαιτεί τη συνεργασία όλων των φορέων και είναι επιτακτική ανάγκη η τήρηση των κανόνων συνταγογράφησης, αλλά και της δεοντολογίας που διέπει το ιατρικό και το φαρμακευτικό επάγγελμα.

Πολυφαρμακία, μια πανάκεια της εποχής μας

Η πολυφαρμακία, αλλά και η κατάχρηση φαρμάκων όπως π.χ. των αντιβιοτικών, είναι εν πολλοίς και πρόβλημα της ελληνικής κοινωνίας.

Πολυφαρμακία είναι η ταυτόχρονη χρήση πολλών φαρμάκων στη θεραπεία μίας νόσου, υποδηλώνοντας αδιάκριτη, μη επιστημονική ή υπερβολική συνταγογράφηση. Αναφέρεται στα προβλήματα που μπορεί να προκύψουν όταν ένας ασθενής παίρνει περισσότερα φάρμακα από αυτά που του χρειάζονται πραγματικά.

Η πολυφαρμακία συνιστά ιδιαίτερο πρόβλημα για τον ηλικιωμένο πληθυσμό που αποτελεί το 13% του συνολικού πληθυσμού και καταναλώνει το 30% και πλέον όλων των συνταγογραφούμενων φαρμάκων.

Οι ηλικιωμένοι έχουν την τάση να παίρνουν πολλά φάρμακα. Συμπερασματικά, ο μέσος ασθενής ηλικίας άνω των 70 ετών παίρνει 4.5 φάρμακα με συνταγή και 3.5 από τα χορηγούμενα χωρίς συνταγή.

Το 80% των ασθενών παίρνουν φάρμακα μόνοι τους, χωρίς συνταγή ή την υπόδειξη του ιατρού και το ποσοστό αυτό αυξάνει με την ηλικία. Από αυτούς το 10-20% εισάγονται στα νοσοκομεία λόγω ανεπιθύμητων ενεργειών των φαρμάκων.

Η κατάχρηση των αντιβιοτικών επίσης, έχει οδηγήσει σε ανάπτυξη μηχανισμών ανθεκτικότητας των μικροοργανισμών σε αυτά.

Ο ΠΟΥ κρούει το κώδωνα του κινδύνου για το θέμα αυτό. Απαιτείται προσεκτική συνταγογράφηση ιδιαίτερα κατά τους χειμερινούς μήνες με την έξαρση των ιώσεων, εξάλλου τα αντιβιοτικά δεν δρουν εναντίον των ιών.

Ο ρόλος του φαρμάκου στην πρόληψη των νοσημάτων

Η πρόληψη σχηματικά διαιρείται σε τρία επίπεδα:

α) πρωτογενής πρόληψη: περιλαμβάνει τα μέτρα που αποσκοπούν στη μείωση της επίπτωσης μιας νόσου στον πληθυσμό, δηλαδή στον περιορισμό της εμφάνισης νέων περιπτώσεων.

β) δευτερογενής πρόληψη: αποσκοπεί στη μείωση του επιπολασμού μιας νόσου στον πληθυσμό, δηλαδή στην πρώιμη διάγνωση και θεραπεία. Μπορεί να γίνει σε ατομική βάση (check up) και ομαδική βάση (screening ή διαλογή).

γ) τριτογενής πρόληψη: στοχεύει στην πρόληψη της ανικανότητας, στην αποκατάσταση των βλαβών ή στην πρόληψη των υποτροπών από μία νόσο που έχει ήδη εγκατασταθεί.

Το φάρμακο έχει βρει τη θέση του και στα τρία επίπεδα πρόληψης και συμπεριλαμβάνεται στις στρατηγικές που εφαρμόζονται από τα Συστήματα Υγείας των χωρών, αλλά και από την κοινωνική τους πολιτική. Όσο αποτελεσματικότερη είναι η πρόληψη, τόσο πιο πετυχημένο θεωρείται το σύστημα υγείας που την εφαρμόζει. Τα εμβόλια, τα φάρμακα που χορηγούνται προληπτικά για την ελονοσία, τα φάρμακα για την πρόληψη των καρδιοπαθειών κ.ά., έχουν συνεισφέρει σε παγκόσμιο επίπεδο στη βελτίωση της υγείας του πληθυσμού, βελτιώνοντας τους δείκτες νοσηρότητας και θνησιμότητας.

Φαρμακοεπαγρύπνηση

Φαρμακοεπαγρύπνηση είναι η επιστήμη και οι δραστηριότητες που σχετίζονται με την ανίχνευση, την αξιολόγηση, την κατανόηση και την αποτροπή ανεπιθύμητων ενεργειών που σχετίζονται με τα φάρμακα.

Βασική αρχή της είναι το Ιπποκρατικό «ωφελείν» ή «μη βλάπτειν» και στόχος η διασφάλιση και η προαγωγή της υγείας.

Ως **ανεπιθύμητη ενέργεια** θεωρείται ένα μη επιθυμητό ιατρικό γεγονός που μπορεί να προκύψει σε έναν ασθενή μετά από τη χορήγηση φαρμακευτικού προϊόντος.

Οι επαγγελματίες υγείας έχουν υποχρέωση να αναφέρουν στον ΕΟΦ τις ανεπιθύμητες ενέργειες των φαρμάκων, όταν τις εντοπίζουν, συμπληρώνοντας την κίτρινη κάρτα. Επιπλέον, και οι καταναλωτές, πρέπει να αναφέρουν τις πιθανές ανεπιθύμητες ενέργειες στους παραπάνω φορείς, συμμετέχοντας έτσι στη διασφάλιση της ποιότητας των φαρμάκων και στην προστασία της Δημόσιας Υγείας.

Η ασφάλεια των ασθενών από τις ανεπιθύμητες ενέργειες των φαρμάκων, δηλαδή το πόσο ασφαλές είναι ένα φάρμακο, αποτελεί παγκόσμιο στόχο και γι αυτό έχουμε και συμμετοχή του ΠΟΥ μέσω του International Drug Monitoring Programme, που ξεκίνησε το 1968. Το δίκτυο αυτό αποτελείται από τα Εθνικά Κέντρα Παρακολούθησης, το αρχηγείο του ΠΟΥ στη Γενεύη, το I.D.M.P και το κέντρο παρακολούθησης της Ουψάλα (UMC). Μέλη του δικτύου είναι 98 χώρες και 32 συνεργαζόμενες, οι οποίες διαθέτουν ένα Εθνικό Δίκτυο Φαρμακοεπαγρύπνησης (pharmacovigilance) που συνεργάζεται και τροφοδοτεί με στοιχεία τον ΠΟΥ.

Η αναφορά πιθανής ανεπιθύμητης ενέργειας μπορεί να γίνει:

- **Στις τοπικές αρχές Υγείας (ΕΟΦ) μέσω της κίτρινης κάρτας**
- **Στον κάτοχο της άδειας κυκλοφορίας του φαρμάκου (οι κάτοχοι διαθέτουν σύστημα φαρμακοεπαγρύπνησης)**
- **Στον υπεύθυνο χορηγό της κλινικής μελέτης αν πρόκειται για φάρμακο υπό έρευνα**

Οι δραστηριότητες του προγράμματος αυτού επιγραμματικά είναι:

- Η αναγνώριση και η ανάλυση των νεοεμφανιζόμενων ανεπιθύμητων ενεργειών, οι οποίες έχουν σταλεί στη βάση δεδομένων του ΠΟΥ από τα Εθνικά Κέντρα των χωρών
- Η τροφοδότηση με στοιχεία της βάσης δεδομένων του ΠΟΥ που χρησιμοποιείται ως ερευνητική πηγή
- Η ανταλλαγή πληροφοριών μεταξύ του ΠΟΥ και των Εθνικών Δικτύων Φαρμακοεπαγρύπνησης των χωρών μελών (ΕΟΦ για την Ελλάδα)
- Η έκδοση εξειδικευμένων περιοδικών (WHO Pharmaceuticals Newsletter and Uppsala Reports), βιβλίων και οδηγιών διαχείρισης κρίσεων κατά τη φαρμακοεπαγρύπνηση
- Η προμήθεια των εργαλείων διαχείρισης των κλινικών πληροφοριών που αφορούν τις ανεπιθύμητες ενέργειες που έχουν αναφερθεί.
- Η εκπαίδευση και η παροχή συμβουλών στα Εθνικά Κέντρα των χωρών που συμμετέχουν.
- Το ειδικά σχεδιασμένο λογισμικό για τη διαχείριση περιπτώσεων που προκύπτουν (case report), κατάλληλο για τα Εθνικά Κέντρα
- Οι ετήσιες συναντήσεις των αντιπροσώπων των χωρών μελών στις οποίες συζητούνται επιστημονικά και οργανωτικά θέματα.
- Η μεθοδολογική έρευνα για την ανάπτυξη της φαρμακοεπαγρύπνησης και της εξέλιξης της ως επιστήμη.

Συμπέρασμα

Η ανάπτυξη καινοτόμων φαρμάκων συμβάλλει στη δυνατότητα δραστικής αντιμετώπισης ασθενειών που πριν μερικά χρόνια ήταν μοιραίες για τους πάσχοντες. Νέα εμβόλια, αντιβιοτικά, βιοτεχνολογικά προϊόντα, γονιδιακές θεραπείες είναι μόνο ορισμένα παραδείγματα της σύγχρονης φαρμακευτικής επιστήμης. Το φάρμακο κατέχει εξέχουσα θέση στη ζωή και την υγεία του πληθυσμού και έχει αποδειχθεί η χρησιμότητα του μέσα στους αιώνες. Έτσι, μέσα από την παρακολούθηση των δεδομένων ασφαλείας των φαρμακευτικών προϊόντων από τους επαγγελματίες υγείας και τους διεθνείς Οργανισμούς, εξασφαλίζεται το κοινωνικό δικαίωμα του πληθυσμού σε ασφαλή και αποτελεσματικά φάρμακα. ■

Colgate

Duraphat® 5000 ppm

Οδοντόπαστα υψηλής συγκέντρωσης φθορίου

ΠΕΡΙΛΗΨΗ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΩΝ ΠΡΟΪΟΝΤΟΣ

1.ΟΝΟΜΑΣΙΑ ΤΟΥ ΦΑΡΜΑΚΕΥΤΙΚΟΥ ΠΡΟΪΟΝΤΟΣ
DURAPHAT 5000, οδοντόπαστα 500 mg/100g

2.ΠΟΙΟΤΙΚΗ ΚΑΙ ΠΟΣΟΤΙΚΗ ΣΥΝΘΕΣΗ
1g οδοντόπαστας περιέχει 5 mg φθορίου (ως φθοριούχο νάτριο), που αντιστοιχούν σε 5000 ppm φθορίου.
Έκδοχα: 1 g οδοντόπαστας περιέχει 5 mg sodium benzoate.
Για τον πλήρη κατάλογο των εκδόχων βλ. παράγραφο 6.1.

3.ΦΑΡΜΑΚΟΤΕΧΝΙΚΗ ΜΟΡΦΗ
Οδοντόπαστα.
Πάστα χρώματος κυανού.

4.ΚΛΙΝΙΚΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ

4.1 Θεραπευτικές ενδείξεις
Πρόληψη τερηδόνας σε εφήβους και ενήλικες, ιδιαίτερα σε ασθενείς με κίνδυνο πολυτερηδονισμού (τερηδόνες μύλης και/ ή ρίζας).

4.2 Δοσολογία και τρόπος χορήγησης
Να χρησιμοποιείται μόνο από άτομα άνω των 16 ετών. Να μην καταπίνεται.
Βουρτσίστε με προσοχή σε καθημερινή βάση:
• απλώστε μία λωρίδα 2 εκ. στην οδοντόβουρτσα για κάθε βούρτσισμα. 2 εκ. οδοντόκρεμας παρέχουν μεταξύ 3mg και 5mg φθορίου.
• βουρτσίστε 3 φορές ημερησίως μετά από κάθε γεύμα.
• βουρτσίστε κάθετα στο δόντι, από τα ούλα προς την κορυφή του δοντιού. Το προσεκτικό βούρτσισμα χρειάζεται περίπου 3 λεπτά.
Τρόπος χορήγησης: Για οδοντική χρήση.

4.3 Αντενδείξεις
Αυτό το φαρμακευτικό προϊόν δεν πρέπει να χρησιμοποιείται σε περιπτώσεις υπερευαισθησίας στη δραστική ουσία ή σε κάποιο από τα έκδοχα.

4.4. Ειδικές προειδοποιήσεις και ιδιαίτερες προφυλάξεις κατά τη χρήση
Η οδοντόπαστα DURAPHAT 5000 δεν προορίζεται για χρήση σε εφήβους και παιδιά κάτω των 16 ετών, βλ. 4.2.
Η οδοντόπαστα αυτή περιέχει υψηλό ποσοστό φθορίου. Γι' αυτό πρέπει να ζητείται η γνώμη του οδοντιάτρου πριν να χρησιμοποιηθεί το προϊόν.
Υψηλός αριθμός δυνητικών πηγών φθορίου, μπορεί να προκαλέσει δηλητηρίαση από φθόριο. Πριν από την χρήση φαρμακευτικών προϊόντων που περιέχουν φθόριο όπως είναι το DURAPHAT 5000, πρέπει να γίνει εκτίμηση της συνολικής προσληφθείσας ποσότητας φθορίου (πόσιμο νερό, φθοριωμένο αλάτι, άλλα φάρμακα που περιέχουν φθόριο - δισκία, σταγόνες, μαστίχες ή οδοντόπαστες). Δισκία, σταγόνες, τσίχλες, γέλη ή βερνίκια που περιέχουν φθόριο, καθώς και φθοριωμένο νερό ή αλάτι πρέπει να αποφεύγονται, όταν χρησιμοποιείται η οδοντόπαστα DURAPHAT 5000.
Στους υπολογισμούς για τη συνιστώμενη ποσότητα πρόσληψης ιόντων φθορίου, η οποία είναι 0,05 mg/kg την ημέρα απ' όλες τις πηγές και η οποία δεν πρέπει να ξεπερνά το 1 mg την ημέρα, πρέπει να λαμβάνεται υπόψη πιθανή κατάποση οδοντόπαστας (κάθε σωληνάριο οδοντόπαστας DURAPHAT 5000 περιέχει 255mg ιόντων φθορίου).
Αυτό το προϊόν περιέχει βενζοϊκό νάτριο. Το βενζοϊκό νάτριο είναι μέτρια ερεθιστικό για το δέρμα, τα μάτια και τους βλεννογόνους.

4.5 Αλληλεπιδράσεις με άλλα φαρμακευτικά προϊόντα και άλλες μορφές αλληλεπίδρασης
Καμία γνωστή.

4.6 Κύηση και γαλουχία
Δεν υπάρχουν επαρκή στοιχεία από τη χρήση της οδοντόπαστας DURAPHAT 5000 σε έγκυες γυναίκες. Μελέτες σε ζώα κατέδειξαν τοξικότητα σε σχέση με την αναπαραγωγή μόνο μετά τη χορήγηση πολύ υψηλών επιπέδων φθοριούχου νατρίου.
Συνεπώς, αυτή η οδοντόπαστα δε θα πρέπει να χρησιμοποιείται κατά την κύηση και τη γαλουχία, εκτός αν έχει γίνει προσεκτική αποτίμηση της σχέσης κινδύνου-οφέλους.

4.7 Επιδράσεις στην ικανότητα οδήγησης και χειρισμού μηχανών Δεν εφαρμόζεται.

4.8 Ανεπιθύμητες ενέργειες
Διαταραχές του γαστρεντερικού συστήματος:
Δεν είναι γνωστή η συχνότητα (δεν μπορεί να εκτιμηθεί από τα διαθέσιμα στοιχεία): αίσθηση καύσου του στόματος.
Διαταραχές του ανοσοποιητικού συστήματος:
Σπάνιες (>1/10.000 έως <1/1.000):
Αντιδράσεις υπερευαισθησίας.
Αναφορά πιθανολογούμενων ανεπιθύμητων ενεργειών
Η αναφορά πιθανολογούμενων ανεπιθύμητων ενεργειών μετά από τη χορήγηση άδειας κυκλοφορίας του φαρμακευτικού προϊόντος είναι σημαντική. Επιτρέπει τη συνεχή παρακολούθηση της σχέσης οφέλους-κινδύνου του φαρμακευτικού προϊόντος. Ζητείται από τους επαγγελματίες του τομέα της υγειονομικής περίθαλψης να αναφέρουν οποιεσδήποτε πιθανολογούμενες ανεπιθύμητες ενέργειες μέσω του εθνικού συστήματος αναφοράς:
Εθνικός Οργανισμός Φαρμάκων,
Μεσογείων 284, GR-15562 Χολαργός, Αθήνα.
Τηλ: +30 213 2040380/337, Φαξ: +30 210 6549585,
Ιστότοπος: http://www.eof.gr

4.9 Υπερδοσολογία
• **Οξεία δηλητηρίαση από φθόριο**
Η τοξική δόση, δηλαδή η χαμηλότερη δόση που μπορεί να προκαλέσει συμπτώματα δηλητηρίασης, είναι 5 mg φθορίου ανά kg σωματικού βάρους.
Η δηλητηρίαση αυτή εμφανίζεται με τη μορφή πεπτικών ενοχλημάτων: έμετο, διάρροια, κοιλιακό άλγος. Σε εξαιρετικά σπάνιες περιπτώσεις μπορεί να αποβεί θανατηφόρος. Αν από ατύχημα καταποθεί σημαντική ποσότητα του φαρμακευτικού προϊόντος, ο ασθενής πρέπει να υποβληθεί άμεσα σε πλύση στομάχου ή να προκληθεί έμετος. Ο ασθενής πρέπει να πάρει ασβέστιο (μεγάλη ποσότητα γάλακτος) και πρέπει να βρίσκεται υπό ιατρική παρακολούθηση για αρκετές ώρες.
• **Οξεία δηλητηρίαση από μίνθη**
Η οδοντόπαστα DURAPHAT 5000 περιέχει μίνθη, η οποία αν κατά λάθος καταποθεί σε μεγάλες ποσότητες, ενδέχεται να προκαλέσει σπασμούς, ιδιαίτερα σε βρέφη και παιδιά.
• **Χρόνια δηλητηρίαση από φθόριο**
Η αδαμαντίνη θα εμφανίσει χρώση ή κηλίδες, αν η καθημερινή απορρόφηση φθορίου ξεπερνά το 1,5 mg ημερησίως για αρκετούς μήνες ή χρόνια, ανάλογα με το βαθμό της υπερδοσολογίας. Αυτό το φαινόμενο συνοδεύεται σε σοβαρές μορφές και από αυξημένη ευθραυστότητα της αδαμαντίνης. Θωράκιση των οστών (οστεοσκλήρυνση) παρατηρείται μόνο όταν η χρόνια πρόσληψη του φθορίου είναι υψηλή (πάνω από 8 mg ημερησίως).

5.ΦΑΡΜΑΚΟΛΟΓΙΚΕΣ ΙΔΙΟΤΗΤΕΣ

5.1 Φαρμακοδυναμικές ιδιότητες
Φαρμακοθεραπευτική κατηγορία:
Παράγοντες προφύλαξης ενάντια στην τερηδόνα
Κωδικός ATC: A01AA01.
Ο κύριος τρόπος της αντιτερηδονογόνου δράσης του φθορίου είναι μετά την ανατολή των δοντιών, τοπικά.
Πιστεύεται ότι και τα συμπληρώματα φθορίου μέσω της συστηματικής οδού δρουν επίσης κυρίως τοπικά (κατά την κατάποση, μέσω του σάλιου).
Υπάρχουν τρεις μηχανισμοί επίδρασης, που έχουν συσχετιστεί με το φθόριο:
• η ανασταλή της απομεταλλικοποίησης (μειώνοντας τη διαλυτότητα της αδαμαντίνης σε όξινο περιβάλλον)
• η προαγωγή της επαναμεταλλικοποίησης της αδαμαντίνης κατά τη διάρκεια της διεργασίας της τερηδόνας
• η βακτηριοκτόνος επίδραση ενάντια στα μικρόβια της οδοντικής πλάκας. Αυτό αναστέλλει τον πολλαπλασιασμό των βακτηρίων της οδοντικής πλάκας και προλαμβάνει την παραγωγή των οξέων, που προκαλούν την τερηδόνα.
Το φθόριο από μόνο του δεν είναι αρκετό για να εξαλείψει τη βακτηριακή πλάκα, ούτε είναι ολοκληρωμένη θεραπεία αντιμετώπισης της τερηδόνας.

5.2 Φαρμακοκινητικές ιδιότητες
Η οδοντόπαστα DURAPHAT 5000 δρα τοπικά στα δόντια, γι' αυτό δεν έχει θέση η συστηματική οδός χορήγησης. Ωστόσο, παρέχονται οι ακόλουθες πληροφορίες σε περίπτωση που από ατύχημα καταποθεί οδοντόπαστα κατά τη διάρκεια της θεραπείας.
Το φθόριο που καταπίνεται μετατρέπεται σε υδροφθορικό οξύ. Η μέγιστη συγκέντρωση επιτυγχάνεται εντός 30-60 λεπτών. Ο όγκος κατανομής είναι 1 L/kg. Τα ιόντα φθορίου κατανέμονται στα δόντια και στα οστά και δεν συνδέονται με τις πρωτεΐνες του πλάσματος.
Ο τελικός χρόνος ημιζωής κυμαίνεται μεταξύ 2-9 ωρών. Τα ιόντα φθορίου απεκκρίνονται κυρίως στα ούρα, αλλά μικρές ποσότητες μπορεί να απεκκριθούν στα κόπρανα και στον ιδρώτα. Δεν είναι γνωστό με ποια μορφή.

5.3 Προκλινικά δεδομένα για την ασφάλεια
Τα προκλινικά δεδομένα δεν αποκαλύπτουν ιδιαίτερο κίνδυνο για τον άνθρωπο, πέρα από τις σχετικές πληροφορίες που αναφέρονται στα άλλα σημεία της παρούσας Περίληψης Χαρακτηριστικών του Προϊόντος.
Μετά από χορήγηση από του στόματος φθοριούχου νατρίου σε ποντίκια, αρουραίους και κουνέλια, επίδραση στην αναπαραγωγή και έμβρυο-τοξικότητα παρατηρήθηκαν μόνο σε υψηλές δόσεις.

6.ΦΑΡΜΑΚΕΥΤΙΚΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ

6.1 Κατάλογος εκδόχων
• Σορβιτόλη υγρή (μη κρυσταλλική)
• Dental Type Silica
• Dental Type Silica (Precipitated)
• Πολυαιθυλενογλυκόλη 600
• Tetrapotassium pyrophosphate
• Ξανθάνης κόμμι
• Νάτριο βενζοϊκό (E 211)
• Νάτριο λαουρυλοθειικό
• Βελτιωτικό γεύσης δυόσμου (που περιέχει αιθέριο έλαιο μίνθης, πιπερώδους carvone, αιθέριο έλαιο δυόσμου, μίνθη, ανηθόλη και αιθέριο έλαιο λεμονιού)
• Σακχαρίνη νατριούχος
• Κυανό (E133) και
• Ύδωρ κεκαθαρμένο

6.2 Ασυμβατότητες
Δεν εφαρμόζεται

6.3 Διάρκεια ζωής
3 χρόνια

6.4 Ιδιαίτερες προφυλάξεις κατά τη φύλαξη του προϊόντος
Μη φυλάσσεται σε θερμοκρασία μεγαλύτερη των 25C.

6.5 Φύση και συστατικά του περιέκτη
51 g σε σωληνάριο (PE/PET/αλουμίνιο) με βιδωτό τάπα (πολυπροπυλένιο). Το σωληνάριο είναι συσκευασμένο σε χάρτινο κουτί.
Μεγέθη συσκευασίας
1 σωληνάριο x 51 g ή 3 σωληνάρια x 51 g

6.6 Ιδιαίτερες προφυλάξεις απόρριψης
Καμία ειδική υποχρέωση

7.ΚΑΤΟΧΟΣ ΤΗΣ ΑΔΕΙΑΣ ΚΥΚΛΟΦΟΡΙΑΣ
Colgate - Palmolive Εμπορική (Ελλάς)
Μονοπρόσωπη Ε.Π.Ε. Αθηνών 89, 18541 Πειραιάς

8.ΑΡΙΘΜΟΣ(ΟΙ) ΑΔΕΙΑΣ ΚΥΚΛΟΦΟΡΙΑΣ
69072/17-09-2013

9. ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ ΠΡΩΤΗΣ ΕΓΚΡΙΣΗΣ/ΑΝΑΝΕΩΣΗΣ ΤΗΣ ΑΔΕΙΑΣ 09-12-2005 / 17-09-2013

10. ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ ΑΝΑΘΕΩΡΗΣΗΣ ΤΟΥ ΚΕΙΜΕΝΟΥ
17-09-2013

ΤΡΟΠΟΣ ΔΙΑΘΕΣΗΣ Δεν απαιτείται ιατρική συνταγή
Λ.Τ.: 6,70 €

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ
1. Schirrmeister JF, Gebrande JP, Altenburger MJ, Monting JS & Hellwig E. Effect of Dentifrice Containing 5000 ppm Fluoride on Non-Cavitated Fissure Carious Lesions in Vivo After 2 Weeks. Am J Dent 2007, 20(4):212-216 2. Schaeken et al. Effects of fluoride and chlorhexidine on the microflora of dental root surfaces and progression of root-surface caries. J Dent Res 70 (2), 150-153, 1991 3. Baysan A, Lynch E, Ellwood R, Davies R, Petersson L. Reversal of Primary Root Caries Using Dentifrices Containing 5,000 and 1,000 ppm Fluoride. Caries Research 2001;35:41-46
4. Tavss EA, Mellberg JR, Jozlak M, Gambogi RJ, Fisher SW. Relationship between dentifrice fluoride concentration and clinical caries reduction. Am J Dent 2003, 16(6): 369-74

Βοηθήστε να γίνουν τα φάρμακα πιο ασφαλή και Αναφέρετε ΟΛΕΣ τις ανεπιθύμητες ενέργειες για ΟΛΑ τα φάρμακα Συμπληρώνοντας την «ΚΙΤΡΙΝΗ ΚΑΡΤΑ»

Φαρμακοεπαγρύπνηση: 210 8045712

Colgate

Duraphat® 5000 ppm

Οδοντόπαστα υψηλής συγκέντρωσης φθορίου

✓ Καθημερινή πρόληψη και αντιμετώπιση της τερηδόνας για άτομα 16 ετών και άνω

✓ Αποδεδειγμένη αναστροφή αρχόμενων τερηδονικών βλαβών

Θεραπευτική Ένδειξη		Αποτελεσματικότητα
	Αναστροφή τερηδόνας σχισμών	**Επαναλάτωση αρχόμενων τερηδονικών βλαβών σε σχισμές κατα 21%.[1]**
	Αναστροφή τερηδόνας ρίζας	**Επαναλάτωση αρχόμενων τερηδονικών βλαβών σε ποσοστό 55% μετά από 3 μήνες[2] και 75% μετά από 6 μήνες.[3]**
	Προστασία από την δευτερογενή τερηδόνα	**Πρόληψη της τερηδόνας κατά 70%.[4]**
	Προστασία από τερηδόνα σε ασθενείς με ξηροστομία (π.χ. λόγω σακχαρώδους διαβήτη, χήμειο-/ακτινοθεραπείας, φαρμακευτικής αγωγής).	
	Μείωση τερηδόνας όμορων περιοχών	
	Μείωση τερηδόνας σε ορθοδοντικούς ασθενείς	

Ανακαλύψτε την υψηλότερη προστασία που μπορεί να δώσει καθημερινά μια φαρμακευτική οδοντόκρεμα

Διατίθεται μόνο στα φαρμακεία

Αριθμός Άδειας Κυκλοφορίας: 69072/17-09-2013 • Διατίθεται χωρίς ιατρική συνταγή • Τιμή: 6,70€

QR CODE: Σκανάρετε εδώ »

Colgate Ο ΣΥΜΜΑΧΟΣ ΣΑΣ ΣΤΗΝ ΚΑΛΗ ΣΤΟΜΑΤΙΚΗ ΥΓΕΙΑ

COLGATE - PALMOLIVE Εμπορική (Ελλάς) Μ.ΕΠΕ, Αθηνών 89, Πειραιάς 185 41, τηλ. 210 48 31 900, www.colgate.com.gr

www.colgateprofessional.gr

Νέες απαιτήσεις, ΝΕΕΣ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ

Το εξωτερικό περιβάλλον επιβάλει την αλλαγή στον τρόπο λειτουργίας του φαρμακείου. Σύμφωνα με τον καθηγητή William Hsiao, «το σύστημα υγείας είναι ένα περίπλοκο και δυναμικό σύστημα».
Ο ορισμός αυτός μπορεί να ακούγεται απλός, αλλά είναι περιεκτικός και περιγράφει το σύστημα υγείας πλήρως.
Νέες υπηρεσίες πλέον σηματοδοτούν τον επιστημονικό ρόλο του σύγχρονου φαρμακοποιού.

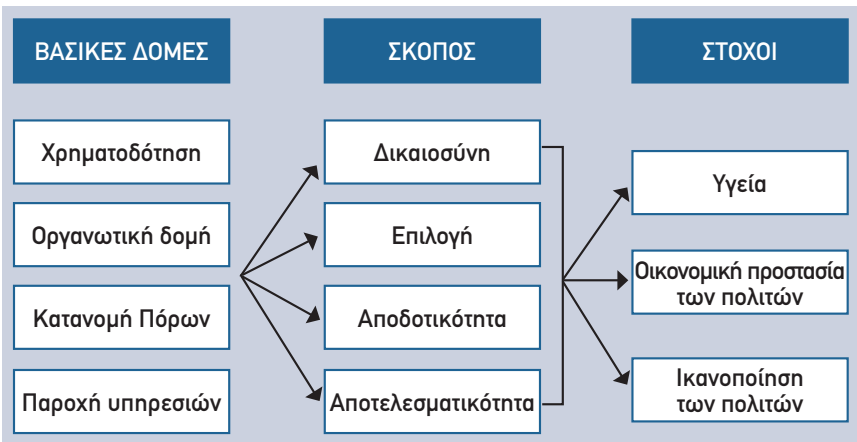
Από τον **ΓΙΑΝΝΗ ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟ**,

Φαρμακοποιό (MPharm), Οικονομολόγο Υγείας (MSc Health economics International Health Policy),
Υποψήφιο Διδάκτορα Πανεπιστημίου Αθηνών

Στόχοι του συστήματος υγείας μιας χώρας είναι η διατήρηση και η προαγωγή της υγείας των πολιτών, η οικονομική τους προστασία και η ικανοποίησή τους σχετικά με τις παρεχόμενες υπηρεσίες. Για την επίτευξη αυτών των στόχων απαιτείται η παροχή αποτελεσματικών και αποδοτικών υπηρεσιών σε όλους τους πολίτες.
Αυτό όμως εξαρτάται από τις βασικές δομές ενός συστήματος, οι οποίες είναι η οργάνωσή του, η χρηματοδότησή του, η κατανομή των πόρων και η επιλογή των παρεχόμενων υπηρεσιών. Γι' αυτό, η διαμόρφωσή τους πρέπει να γίνεται κατά τέτοιον τρόπο ώστε να επιτυγχάνονται οι στόχοι και οι σκοποί του συστήματος υγείας.

Ο δυναμικός χαρακτήρας του συστήματος υγείας

Από το σχεδιάγραμμα αυτό γίνεται κατανοητή η πολυπλοκότητα του συστήματος υγείας, όχι όμως και ο δυναμικός του χαρακτήρας. Το σύστημα υγείας δεν είναι απομονωμένο, επηρεάζεται από διάφορους εξωτερικούς παράγοντες. Το δημογραφικό πρόβλημα, η ραγδαία ανάπτυξη της τεχνολογίας, η ύπαρξη πολλών χρόνιων και μη μεταδοτικών παθήσεων, οι αλλαγές στον τρόπο ζωής, οι συνεχώς αυξανόμενες δαπάνες, η οικονομική κρίση, η ανεργία, και οι προσδοκίες του κόσμου δημιουργούν νέα δεδομένα, νέες συνθήκες και απαιτήσεις στις οποίες καλείται να προσαρμοστεί το σύστημα υγείας για να πετύχει τους στόχους του.



Νέες απαιτήσεις, νέες υπηρεσίες

Το κοινοτικό φαρμακείο είναι μέρος της οργανωτικής δομής του συστήματος υγείας, και πιο συγκεκριμένα της πρωτοβάθμιας φροντίδας υγείας. Ο ρόλος του, επομένως, θα πρέπει να προσαρμοστεί στις απαιτήσεις της εποχής. Πιο συγκεκριμένα, το κοινοτικό φαρμακείο εξυπηρετεί καθημερινά θέματα υγείας ικανού αριθμού πολιτών-ασθενών, επειδή η πρόσβαση σε αυτό είναι εύκολη, έχει τουλάχιστον συγκεκριμένο ωράριο και πάντοτε υπάρχει ένας επιστήμονας υγείας σε αυτό.
Όμως, ο ρόλος του φαρμακοποιού δεν μπορεί να περιοριστεί μόνο στην εκτέλεση της συνταγής. Για να αντεπεξέλθει στις νέες απαιτήσεις, είναι απαραίτητο να διαμορφωθούν νέες υπηρεσίες που θα συμβάλλουν στον έλεγχο και την αποτελεσματικότητα της φαρμακευτικής αγωγής, στη μείωση των ανεπιθύμητων ενεργειών, στην εκπαίδευση των ασθενών και στη συμμόρφωσή τους, όπως σε πολλές χώρες της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Σύμφωνα με τον PGEU (Annual Report 2010), οι υπηρεσίες του φαρμακείου μπορούν να κατηγοριοποιηθούν σε τρεις ομάδες:

- **Απαραίτητες υπηρεσίες:** Αυτές αποτελούν τον βασικό κορμό των υπηρεσιών και θα πρέπει να παρέχονται από όλα τα φαρμακεία. Σε αυτή την ομάδα ανήκουν η εκτέλεση των συνταγών, η ανακύκλωση των φαρμάκων, η εκτέλεση των επαναλαμβανόμενων συνταγών, η προώθηση των πιο σοβαρών περιστατικών στον κατάλληλο γιατρό, η καταγραφή των ανεπιθύμητων ενεργειών, η καταγραφή των προβλημάτων ποιότητας των φαρμάκων και η παροχή συμβουλής κατά την εκτέλεση της συνταγής.

- **Προχωρημένες υπηρεσίες:** Για την εφαρμογή αυτών των υπηρεσιών, ο φαρμακοποιός, εκτός από τη βασική εκπαίδευση, θα πρέπει να ενημερώνεται συνεχώς για όλες τις τελευταίες επιστημονικές εξελίξεις. Σε αυτή την κατηγορία ανήκουν η φαρμακοθεραπευτική ανασκόπηση, η φαρμακοθεραπευτική συμμόρφωση και η παροχή πρώτων βοηθειών.
- **Εξειδικευμένες υπηρεσίες:** Με αυτές τις υπηρεσίες, ο κοινοτικός φαρμακοποιός παρακολουθεί την αποτελεσματικότητα της φαρμακευτικής αγωγής των ασθενών με χρόνιες παθήσεις, βοηθάει τους ασθενείς που επιθυμούν να διακόψουν το κάπνισμα και προωθεί ενέργειες που συμβάλλουν στην προαγωγή της υγείας.

Στο επίκεντρο η συμμόρφωση με τη θεραπευτική αγωγή

Μέσω των παραπάνω υπηρεσιών, ο κοινοτικός φαρμακοποιός συμβάλλει στην εξοικονόμηση πόρων για το σύστημα υγείας και στη βελτίωση της ποιότητας ζωής των ασθενών. Πιο συγκεκριμένα, η ορθή εκτέλεση των συνταγών και ο έλεγχος της φαρμακευτικής αγωγής, αποτελούν τις κυριότερες δραστηριότητες του σύγχρονου κοινοτικού φαρμακοποιού. Αν και στην ουσία, αποτελούν απλές διαδικασίες, τα οφέλη τους είναι τεράστια όταν πραγματοποιούνται ορθά. Μειώνονται τα ποσοστά εμφάνισης κάποιας ανεπιθύμητης ενέργειας και αυξάνεται σημαντικά η συμμόρφωση των ασθενών. Παράλληλα, αυξάνεται η επισκεψιμότητα του φαρμακείου και αναπτύσσει μια άλλη σχέση με τον ασθενή-πελάτη, η οποία τον διαφοροποιεί σημαντικά από τους άλλους επιστήμονες υγείας. Επιπρόσθετα, το σύστημα υγείας μειώνει σημαντικά τους πόρους για την αντιμετώπιση μιας ανεπιθύμητης ενέργειας και ο ασθενής δεν σπαταλά επιπλέον χρήματα από την τσέπη του για να βελτιώσει ή και να διατηρήσει την υγεία του. Έχει υπολογισθεί ότι στη Μεγάλη Βρετανία κάθε χρόνο δαπανώνται 600 εκατομμύρια λίρες για την αντιμετώπιση των ανεπιθύμητων ενεργειών. Ένα ποσοστό από αυτές μπορούν να προβλεφθούν από τον κοινοτικό φαρμακοποιό, συμβάλλοντας σημαντικά στην εξοικονόμηση σημαντικών πόρων. Έχει υπολογιστεί επίσης, σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας, ότι μόνο το 50% των ασθενών με χρόνιες παθήσεις στις ανεπτυγμένες χώρες συμμορφώνονται πλήρως με τη φαρμακευτική αγωγή. Αυτό έχει ως συνέπεια στις Ηνωμένες Πολιτείες Αμερικής να τριπλασιάζονται οι επισκέψεις στους γιατρούς και ο ασθενής να αναγκάζεται να ξοδεύει επιπλέον 3000 δολάρια το χρόνο για να διατηρήσει την υγεία του. Για αυτό το λόγο, ο φαρμακοποιός οφείλει να εκπαιδεύσει τον ασθενή του σχετικά με την αγωγή που ακολουθεί, ώστε να μεγιστοποιήσει τα οφέλη της. Είναι σημαντικό λοιπόν, για παράδειγμα, ο φαρμακοποιός να εκπαιδεύει τον ασθματικό ασθενή για την ορθή χρήση της εισπνεόμενης συσκευής, αλλά να διαμορφώνει επίσης ένα ημερήσιο πρόγραμμα, σημειώνοντας πότε πρέπει να παίρνει τι, στον ασθενή που λαμβάνει πολλά φάρμακα. Θα πρέπει επίσης, να επισημανθεί ότι η μη συμμόρφωση των ασθενών είναι άμεσα συνδεδεμένη με την κατανάλωση σημαντικών πόρων, κάτι άλλωστε που φαίνεται στη Μεγάλη Βρετανία, της οποίας το σύστημα υγείας δαπανά 6 εκατομμύρια λίρες ετησίως για την αντιμετώπιση των προβλημάτων που δημιουργούνται λόγω της μη συμμόρφωσης. Μέσω της συμμόρφωσης, ο κοινοτικός φαρμακοποιός επιτυγχάνει τη μείωση των άμεσων δαπανών των ασθενών, όπως είναι μια δεύτερη επίσκεψη στο γιατρό, καθώς και των έμμεσων δαπανών των ασθενών, όπως είναι η απουσία από την εργασία. Σε αυτό θα πρέπει να προστεθεί η εκτίμηση και ο σεβασμός που κερδίζει ο φαρμακοποιός από τον ασθενή, γιατί ενδιαφέρεται πραγματικά για τον ίδιον και μετατρέπεται από έναν εκτελεστή συνταγών σε ένα επιστήμονα υγείας που βρίσκεται δίπλα στον ασθενή του.

Η καταγραφή των ανεπιθύμητων ενεργειών

Μια άλλη σημαντική υπηρεσία που σίγουρα θα αποτελεί μια από τις κύριες δραστηριότητες του φαρμακοποιού στο σύγχρονο φαρμακείο είναι η καταγραφή των ανεπιθύμητων ενεργειών. Σύμφωνα με τις νέες Ευρωπαϊκές Οδηγίες ο κοινοτικός φαρμακοποιός καλείται να παίξει έναν πιο ενεργό ρόλο στη φαρμακοεπαγρύπνηση ως άριστος γνώστης των φαρμάκων. Υπολογίζεται ότι στη Μεγάλη Βρετανία απαιτούνται 600 εκατομμύρια λίρες το χρόνο για την αντιμετώπιση των ανεπιθύμητων ενεργειών. Από αυτές ένα σημαντικό μέρος είναι προβλέψιμες από τους κοινοτικούς φαρμακοποιούς. Επειδή μάλιστα είναι ο τελευταίος επιστήμονας υγείας που θα έρθει σε επαφή με τον ασθενή, πριν αυτός πάρει τα φάρμακά του, καλείται να συμμετέχει ενεργά στη φαρμακευτική αγωγή του ασθενούς, ελέγχοντας για πιθανές αλληλεπιδράσεις και δίνοντας συμβουλές που μπορούν να τον προφυλάξουν από την εμφάνιση κάποιας ανεπιθύμητης ενέργειας.

Επιτακτική η ανάγκη εκσυγχρονισμού του επιστημονικού μας ρόλου

Για όλους αυτούς τους λόγους η Ευρωπαϊκή Ένωση ζητά τον εκσυγχρονισμό του ρόλου του φαρμακοποιού. Γίνεται, επομένως, αντιληπτό ότι η παροχή υπηρεσιών από το κοινοτικό φαρμακείο αποτελεί επιτακτική ανάγκη για την αναβάθμιση του ρόλου του και απαραίτητη προϋπόθεση για την επίτευξη των στόχων και των σκοπών του στη σύγχρονη εποχή.

Η απλή εκτέλεση των συνταγών που υπήρχε ως μοναδική δραστηριότητα για μερικές δεκαετίες μέσα στο φαρμακείο δεν είναι η μόνη λύση για αντιμετώπιση των προβλημάτων και των αναγκών των ασθενών. Ο ασθενής σήμερα είναι πιο απαιτητικός αλλά και πιο ενήμερος, ζητά να μάθει και να του λυθούν όλες οι απορίες από τους επιστήμονες υγείας. Για αυτόν τον λόγο, ο φαρμακοποιός θα πρέπει να αναβαθμίσει τη βασική του υπηρεσία δίνοντας στον πελάτη, συγχρόνως, όλες εκείνες τις πληροφορίες που θα συμβάλλουν στην κατανόηση της αγωγής, στη βελτίωση της αποτελεσματικότητάς της και στην ελαχιστοποίηση της εμφάνισης κάποιας ανεπιθύμητης ενέργειας. Καλείται λοιπόν, να αναδείξει τον επιστημονικό του ρόλο, που μέχρι σήμερα τον είχε θέσει σε δεύτερη μοίρα. ■

NUXE
PARIS

NUXE SUN

Αυτό το καλοκαίρι ζήστε μια μοναδική εμπειρία με την σειρά αντιηλιακών NUXE SUN!

- Νέα αντιηλιακή σειρά που προσφέρει **ιδανική προστασία από την ακτινοβολία UVA/UVB**, **προστασία ενάντια στη φωτογήρανση** και **λαμπερό μαύρισμα**
- **Ονειρεμένο άρωμα** και **εθιστικές υφές** που συνδυάζουν το καλοκαίρι με τον αισθησιασμό

NUXE, Η ΟΜΟΡΦΙΑ ΕΙΝΑΙ ΣΤΗ ΦΥΣΗ ΜΑΣ

Pharmathen
Innovation inspired by life

T.: 210 666 4805-6
www.pharmathen.com

Σε επιλεγμένα φαρμακεία

NUXE

ΔΙΑΤΑΡΑΧΕΣ ΜΝΗΜΗΣ

Πώς μπορεί να συμβάλει ο Φαρμακοποιός

Η κατηγορία συμπληρωμάτων διατροφής για την καλή λειτουργία του εγκεφάλου και την ενίσχυση της μνήμης προσφέρει μια μοναδική ευκαιρία ανάπτυξης στον Έλληνα Φαρμακοποιό.
Αυτό προκύπτει από το γεγονός ότι ικανοποιεί μία πραγματική ανάγκη της αγοράς, διότι η απώλεια μνήμης που σχετίζεται με την ηλικία επηρεάζει μεγάλο ποσοστό του πληθυσμού.

Από την **ΑΛΕΞΙΑ ROSPARS,**

Product Manager Τμήματος Consumer Health Care -ELPEN A.E. Φαρμακευτική Βιομηχανία.

Όταν είμαστε 15 χρονών και ξεχνάμε τον αθλητικό σάκο μας δεν ανησυχούμε. Στα 40 μας, εάν ξεχνάμε πού έχουμε βάλει τα κλειδιά του αυτοκινήτου μας, αρχίζουμε και αναρωτιόμαστε τι μπορεί να φταίει.
Πόσο συχνά και σε πόσους έχει εμφανιστεί αυτό το προσωρινό «blackout», αυτή η παροδική ανεπάρκεια μνήμης; Στις περισσότερες περιπτώσεις είναι γεγονός ότι πολλές φορές η μνήμη μας εγκαταλείπει, μπλοκάρει και δουλεύει με καθυστέρηση λόγω άγχους, κούρασης, στρες, εντατικών ρυθμών εργασίας, εκπαιδευτικών υποχρεώσεων.
Η μνήμη, μία από τις γνωστικές λειτουργίες, έχει κεντρικό ρόλο καθώς επιτρέπει στον εγκέφαλο να αποκτήσει, να αποθηκεύσει ή να χρησιμοποιήσει τις διαφορετικές πληροφορίες που συλλέγει.

Η Διαδικασία Γήρανσης του Εγκεφάλου

Ο εγκέφαλος μας είναι το πιο σημαντικό όργανο στο ανθρώπινο σώμα, με άλλα λόγια είναι το κέντρο ελέγχου μας και αναπτύσσεται σε αριθμό κυττάρων και σε όγκο όσο ο οργανισμός αναπτύσσεται. Τι συμβαίνει όμως όταν μεγαλώνουμε; Ο εγκέφαλος βλέπει τον αριθμό των υγιών νευρώνων να μειώνονται και τα κύτταρα του να καταστρέφονται και να πεθαίνουν, χωρίς να μπορούν να αντικατασταθούν. Η γήρανση του εγκεφάλου έχει σαν αποτέλεσμα να **«χάνεται»** η εργασιακή του ικανότητα, με άλλα λόγια να προκαλείται η αποκαλούμενη «γνωστική εξασθένηση».

Άλλοι παράγοντες που επηρεάζουν τη Γνωστική Εξασθένηση

- Έλλειψη πνευματικής δραστηριότητας
- Χρήση/κατάχρηση ουσιών: κάπνισμα, συχνή κατανάλωση αλκοόλ
- Έλλειψη σωματικής άσκησης
- Κακή διατροφή
- Χρόνιο στρες
- Συγκεκριμένες παθήσεις όπως: υψηλή αρτηριακή πίεση, διαβήτης, υψηλή χοληστερόλη, αθηροσκλήρωση, κατάθλιψη
- Μη επαρκής συμμετοχή σε κοινωνικές δραστηριότητες

Η γνωστική εξασθένηση έχει ως κύριες επιπτώσεις την έλλειψη συγκέντρωσης και τις διαταραχές στον ύπνο μας. Οι διαταραχές της μνήμης είναι κάτι αναπόφευκτο όσο μεγαλώνουμε. Θα εμφανιστούν κάποια στιγμή κατά τη διάρκεια της ζωής μας. Μπορούμε όμως να τις επιβραδύνουμε, υιοθετώντας έναν σωστό τρόπο ζωής και εντάσσοντας στην καθημερινότητα μας συνήθειες που θα έχουν θετικό αντίκτυπο στην καλύτερη λειτουργία του εγκεφάλου και κατ' επέκταση της μνήμης μας.

Η αγορά συμπληρωμάτων διατροφής για την ενίσχυση της μνήμης

Η κατηγορία συμπληρωμάτων διατροφής για την ενίσχυση της μνήμης στο φαρμακείο παρουσίασε αύξηση +61,2% σε τεμάχια (ΜΑΤ 04/2014) και σε αξία ανήλθε στο 1,4 εκ. € (+61,1% - ΜΑΤ 04/2014). *Στοιχεία IMS

Προσαρμοσμένο στις ανάγκες της κοινωνίας και των καταναλωτών, το φαρμακείο αλλάζει, μεταμορφώνεται και αναπτύσσεται. Είναι ένα κανάλι διανομής που προσφέρει ένα μεγάλο εύρος επιλογών σε συμπληρώματα διατροφής για την καλή λειτουργία του εγκεφάλου και την ενίσχυση της μνήμης.
Αυτή η κατηγορία συμπληρωμάτων διατροφής ικανοποιεί μία πραγματική ανάγκη των σύγχρονων υγιών ανθρώπων, που βιώνουν μια έντονη καθημερινότητα, παρουσιάζουν νοητική κούραση και δυσκολίες μνήμης. Αναζητάνε το προϊόν που θα συμβάλλει στη σωστή λειτουργία, την ενίσχυση και τη διαύγεια του υγιούς εγκεφάλου τους.
Λόγω της αύξησης του μέσου όρου βιωσιμότητας οι μεσήλικες & οι ηλικιωμένοι παραμένουν το μεγάλο κοινό.

Οι συμβουλές «κλειδιά»

Οι χρήσιμες συμβουλές που μπορείτε να παρέχετε στους πελάτες σας για τη διατήρηση της καλής λειτουργίας του εγκεφάλου και την ενίσχυση της μνήμης είναι:

Άσκηση – «Νους υγιής εν σώματι υγιεί»
- **Να περπατάει τουλάχιστον 30 λεπτά καθημερινά για να οξυγονώνει τον εγκέφαλο του.**
- **Να διαλέξει το άθλημα που του ταιριάζει: ποδηλασία, κολύμπι, ήπια γυμναστική, ποδόσφαιρο, ή οτιδήποτε άλλο τον ευχαριστεί.**

Ψυχική Διέγερση
- **Να ενημερώνεται διαρκώς (η διαδικασία μάθησης βοηθά τα νευρικά κύτταρα να αναπτυχθούν).**
- **Να προπονεί τον εγκέφαλο του για να μην «χάνει τις δυνάμεις του» (σταυρόλεξα, sudoku, παιχνίδια μνήμης).**

Διατροφή
- **Να προτιμά φαγητά που βοηθούν την υγεία του εγκεφάλου του, όπως ψάρια που είναι πλούσια σε Ω-3 λιπαρά οξέα, φρούτα και λαχανικά, που αποτελούν ένα πλούσιο οπλοστάσιο από βιταμίνες και άλλες θρεπτικές ουσίες.**
- **Να πίνει τουλάχιστον 1,5 λίτρο νερό την ημέρα.**

Στρες
- **Να ελέγχει το στρες του.**
- **Να μάθει να διαχειρίζεται σωστά το χρόνο του, τις δραστηριότητες και τις υποχρεώσεις του για να αποφεύγει στο βαθμό του δυνατού, δυσάρεστες καταστάσεις που είναι πηγή φθοροποιού στρες.**

Ύπνος
- **Να κοιμάται καλά.**
- **Να αποκτήσει συνήθειες που τον βοηθούν να χαλαρώσει το βράδυ πριν πάει για ύπνο, π.χ. να κάνει ένα ζεστό μπάνιο, να φάει ένα ελαφρύ γεύμα, να αποφύγει τον καφέ, το αλκοόλ και το τσιγάρο.**

Τάσεις και Ανάγκες του Καταναλωτή

Η άμεση και ταχύτατη πρόσβαση στην πληροφόρηση, ωθεί τους καταναλωτές του φαρμακείου να αναζητούν προϊόντα ασφαλή και αποτελεσματικά για να διατηρήσουν «σε καλή φόρμα» τον εγκέφαλο τους.

Ένα μυαλό... χειμώνα καλοκαίρι;

Το NeuroAge είναι μία σειρά συμπληρωμάτων διατροφής που υποστηρίζει την γνωστική λειτουργία, την πνευματική εγρήγορση και τη διευκόλυνση του ύπνου.

NeuroAge™

- Βοηθά στη διατήρηση της λειτουργίας του εγκεφάλου και την ενίσχυση της μνήμης. Περιέχει έναν αποτελεσματικό συνδυασμό βασικών συστατικών που έχει αποδειχθεί ότι βοηθά στην υποστήριξη ενός υγιούς εγκεφάλου.

- **Σίδηρος[1]:**
  - Συμβάλλει στη φυσιολογική γνωστική λειτουργία.
- **Παντοθενικό Οξύ[1]:**
  - Συμβάλλει στη φυσιολογική διανοητική απόδοση.
- **Ουριδίνη[2], Κυτιδίνη[2], (L)-Γλουταμίνη[2]**

NeuroAge™ NRG

- Έχει ειδικά σχεδιαστεί για να συμβάλει στην ενίσχυση της εγρήγορσης όταν χρειαστεί. Επιπλέον βοηθά στη διατήρηση της λειτουργίας του εγκεφάλου, της συγκέντρωσης και της μνήμης.

- **Σίδηρος[1], Παντοθενικό Οξύ[1], Ουριδίνη[2], Κυτιδίνη[2], (L)-Γλουταμίνη[2]**
- **+ Καφεΐνη[1]:**
  - Συμβάλλει στην ενίσχυση της εγρήγορσης και στη βελτίωση της συγκέντρωσης.
- **+ (L)-Θειανίνη:**
  - Συμβάλλει στη βελτίωση της γνωστικής λειτουργίας.

NeuroAge™ Sleep

- Έχει ειδικά σχεδιαστεί για να συμβάλει στη διευκόλυνση του ύπνου και στη μείωση του χρόνου μετάβασης στον ύπνο. Επιπλέον βοηθά στη διατήρηση της λειτουργίας του εγκεφάλου και της μνήμης.

- **Σίδηρος[1], Παντοθενικό Οξύ[1], Ουριδίνη[2], Κυτιδίνη[2], (L)-Γλουταμίνη[2]**
- **+ Μελατονίνη[1]:**
  - Συμβάλλει στη μείωση του χρόνου μετάβασης στον ύπνο.
- **+ Βαλεριάνα:**
  - Συμβάλλει στη διευκόλυνση του ύπνου.

1. Εγκεκριμένο Συστατικό efsa European Food Safety Authority **2. Κλινικά Ελεγμένο Συστατικό**

Συμπληρώματα Διατροφής με σίδηρο και παντοθενικό οξύ. Διαβάστε τις "Οδηγίες Χρήσης" για τη συνιστώμενη δοσολογία. Μην υπερβαίνετε τη συνιστώμενη ημερήσια δόση. Τα συμπληρώματα διατροφής δεν υποκαθιστούν την ισορροπημένη διατροφή και τον υγιεινό τρόπο ζωής. Φυλάσσεται μακριά από τα παιδιά.

Αριθμοί Γνωστοποίησης ΕΟΦ: NeuroAge 70674 / 4-10-2012, NeuroAge NRG 96836/7-11-2014, NeuroAge Sleep 96837/7-11-2014

Διατίθενται αποκλειστικά στα Φαρμακεία

NeuroAge

Κρατά τη μνήμη σε εγρήγορση.

Αποκλειστικός Διανομέας για την Ελλάδα:
ELPEN Α.Ε. Φαρμακευτική Βιομηχανία
Τμήμα Consumer Health Care
Λεωφ. Μαραθώνος 95, 190 09 Πικέρμι Αττικής, Τηλ.: 211 1865 347,
Εθνικής Αντιστάσεως 114, 551 34 Θεσσαλονίκη, Τηλ.: 2310 459 920-1
www.elpen.gr, farmakeia@elpen.gr

ELPEN

Φροντίδα για τον άνθρωπο

Ποιότητα και Ασφάλεια

Η σωστή επιλογή των συμπληρωμάτων διατροφής για την καλή λειτουργία του εγκεφάλου και την ενίσχυση της μνήμης απαιτεί προϊόντα των οποίων τα συστατικά εγγυώνται την ασφάλεια τους, είτε με έγκριση από την EFSA* (European Food Safety Authority), είτε μέσω κλινικών ελέγχων.

Η **«Ευρωπαϊκή Αρχή Ασφάλειας Τροφίμων» ιδρύθηκε το 2002 και είναι ο υπεύθυνος οργανισμός που αξιολογεί την ασφάλεια και μελετά τη βιοδιαθεσιμότητα βιταμινών και ιχνοστοιχείων.*

Ποιες είναι οι Ευκαιρίες για τον Φαρμακοποιό

Το ανταγωνιστικό πλεονέκτημα του φαρμακείου είναι ότι αποτελεί ένα πολύ διαφοροποιημένο κανάλι πώλησης με πιστούς καταναλωτές. Προσδίδει αξιοπιστία στα συμπληρώματα διατροφής που προτείνει και συνδέει την ανάγκη του καταναλωτή για ένα αποτελεσματικό προϊόν για την ενίσχυση της μνήμης με την επιστημονική συμβουλή που μπορεί να παρέχει. ■

ΠΡΟΦΙΛ

Η κ. Αλεξία Rospars είναι πτυχιούχος Marketing & Communications και κάτοχος MBA από το ISEG Group Paris της Γαλλίας. Διετέλεσε Product Manager για 6 έτη στην Castalia Laboratoires Dermatologiques του Ομίλου Lavipharm. Σήμερα είναι Product Manager του Τμήματος Consumer Health Care της ELPEN Α.Ε. Φαρμακευτική Βιομηχανία.

ΟΙ ΕΠΙΧΕΙΡΗΜΑΤΙΚΕΣ ΜΑΣ ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ

Ο φαρμακοποιός, επενδύοντας στην ανάπτυξη της συγκεκριμένης κατηγορίας, μπορεί να προσελκύσει νέους πιστούς πελάτες, αυξάνοντας την κερδοφορία του και τη ρευστότητα του.

3 προτάσεις λοιπόν για την ανάπτυξη αυτής της κατηγορίας στο φαρμακείο:

1. Σωστή επιλογή συνεργασιών με εταιρείες

Ο φαρμακοποιός πρέπει να κάνει σωστή επιλογή εταιρειών στις συνεργασίες του, ώστε τα συμπληρώματα διατροφής που θα τοποθετήσει στο ράφι να προσδώσουν εγκυρότητα στην επιστημονική του συμβουλή. Συγκεκριμένα, πρέπει τα προϊόντα που θα επιλέξει να προσφέρουν ποιοτικές λύσεις στον καταναλωτή ώστε να γίνει πιστός πελάτης και για το προϊόν αλλά και για το φαρμακείο.
Παράλληλα, θα πρέπει να δει τις εταιρείες που έχει επιλέξει στη συγκεκριμένη κατηγορία ως «συμμάχους» σε όλη αυτή την προσπάθεια. Η αξιοποίηση προσφορών, ενημερωτικών εντύπων, εκπαιδευτικών σεμιναρίων, ειδικών ενεργειών προώθησης των προϊόντων, κ.λπ. μπορούν να τον βοηθήσουν και να αποτελέσουν ένα ισχυρό εργαλείο μάρκετινγκ για αυτόν.

2. Επένδυση στην εκπαίδευση

Σημαντικό ρόλο παίζει η επένδυση στη συνεχή εκπαίδευση τόσο του φαρμακοποιού όσο και των συνεργατών του για τη συγκεκριμένη κατηγορία προϊόντων όπως:

- Συμμετοχή σε προϊοντικές παρουσιάσεις των εταιρειών.
- Συνεχή επιμόρφωση για τη νομοθεσία των συμπληρωμάτων διατροφής π.χ. τονίζουμε στους πελάτες ότι τα συμπληρώματα διατροφής δεν υποκαθιστούν την ισορροπημένη διατροφή και τον υγιεινό τρόπο ζωής, αλλά τη συμπληρώνουν.
- Ανάθεση σε έναν υπάλληλο της κατηγορίας των συμπληρωμάτων διατροφής, ο οποίος θα παρέχει την κατάλληλη λεκτική προσαρμογή στην πρόταση πώλησης, ανάλογα:

  με την ηλικία του καταναλωτή π.χ. φοιτητής, εργαζόμενος/η 35+, μητέρα, ηλικιωμένος, κ.λπ.

  με την ανάγκη του π.χ. εξεταστική περίοδος, έντονη κατάσταση στρες, κ.λπ.

3. Χρήση σύγχρονων εργαλείων εμπορικής διαχείρισης και marketing

Η εφαρμογή τέτοιων εργαλείων θα πρέπει να αφορά:

Σωστό και επιτυχημένο «merchandising»

- Σωστή σήμανση εντός του φαρμακείου (δείκτες ραφιών, αξιοποίηση των οθονών, εφόσον υπάρχουν, με διαφημιστικά προϊοντικά μηνύματα, κ.ά.).
- Βελτίωση της ορατότητας των προϊόντων, είτε στο ράφι, είτε κοντά στο ταμείο μέσω stand πάγκου, εξασφαλίζοντας μία ικανοποιητική προβολή.

Αξιοποίηση προωθητικού υλικού των εταιρειών

- Διανομή έντυπου ενημερωτικού υλικού στο αντίστοιχο ηλικιακό κοινό.
- Τοποθέτηση ενημερωτικής καρτολίνας στο χώρο ή στη βιτρίνα.

Θεματικές Ενέργειες προώθησης

- Ο φαρμακοποιός μπορεί να επιλέξει να κάνει θεματικές ενέργειες προώθησης για αυτή την κατηγορία προϊόντων, επιλέγοντας για παράδειγμα την περίοδο πριν τις εξετάσεις ή την Παγκόσμια Ημέρα Νόσου Αλτσχάιμερ (21/09).

ΚΑΟΥΡΑ-ΔΥΣΠΕΨΙΑ;

ΑΝΑΚΟΥΦΙΣΗ
ΑΜΕΣΗ
ΠΟΥ ΔΙΑΡΚΕΙ
από την καούρα & τη δυσπεψία

νέο

Reduflux™

- Άμεση δράση
- Ανακούφιση που διαρκεί έως 4 ώρες

- 100% φυσικό ενεργό συστατικό
- Δεν περιέχει ζάχαρη
- Δροσερή γεύση μέντας
- Κατάλληλο κατά την κύηση & τη γαλουχία
- Πιστοποιημένο Ιατροτεχνολογικό προϊόν

benegast

OMEGA PHARMA

www.benegast.com/el | www.myeupepsia.gr | My Eupepsia

• Τηλ.: 210 8188 900 • info@omega-pharma.gr

ADRENALIN

Προϊόντα για το ΔΕΡΜΑ ΜΕ ΤΑΣΗ ΑΚΜΗΣ

Από τη **ΔΗΜΗΤΡΑ ΜΑΥΡΙΔΟΥ**

Η σύγχρονη εποχή χαρακτηρίζεται από τη μεγάλη έμφαση που δίνεται στην εξωτερική εμφάνιση. Τα προϊόντα λοιπόν που βελτιώνουν την επιδερμίδα και τις ατέλειες της κερδίζουν συνεχώς τις προτιμήσεις του καταναλωτικού κοινού. Ένα από τα συνηθέστερα προβλήματα του δέρματος είναι και η ακμή από την οποία «υποφέρει» μεγάλο μέρος των πελατών του φαρμακείου, που αναζητούν την πολύτιμη συμβουλή και καθοδήγηση του φαρμακοποιού για να επιλέξουν την κατάλληλη θεραπεία.

Ευτυχώς, πλέον η ακμή, με τη χρήση ολοκληρωμένων σειρών φροντίδας και θεραπείας μπορεί να θεραπευτεί και τα αποτελέσματα να είναι άμεσα ορατά στο ακνεϊκό δέρμα.

Η ακμή θεραπεύεται

«Δεν υπάρχει μορφή της ακμής που να μη θεραπεύεται σήμερα. Η ακμή μπορεί να προληφθεί και να θεραπευθεί σε ποσοστό 100%, αρκεί να υπάρξει έγκαιρη παρέμβαση από τον δερματολόγο, ο οποίος διαθέτει σύγχρονα ισχυρά όπλα που στοχεύουν με βιολογικό τρόπο στην αιτία της δημιουργίας της ακμής». Το μήνυμα αυτό μετέφερε ο παγκοσμίου φήμης Έλληνας καθηγητής Δερματολογίας του Πανεπιστημίου Freie Universität του Βερολίνου Δρ. Χρήστος Ζουμπούλης, αποδεχόμενος την πρόσκληση της Bioderma στη δορυφορική διάλεξη με θέμα: «Οι εξελίξεις στη μονοθεραπεία της ακμής».

«Η ακμή είναι η πιο συχνή νόσος και οι γνώσεις που είχαμε μέχρι πρόσφατα ήταν πεπαλαιωμένες», επισήμανε ο Δρ. Χρ. Ζουμπούλης, προσθέτοντας: *«Σήμερα γνωρίζουμε πως δεν προκαλείται από βακτήρια – κάτι το οποίο πιστεύαμε στο παρελθόν. Είναι θέμα ποιότητας των λιπιδίων του δέρματος και γι' αυτό τα προϊόντα αντιμετώπισης της ακμής στοχεύουν πια στη ρύθμιση των λιπιδίων του δέρματος με βιολογικό τρόπο, προκειμένου να επανέρχεται σε φυσιολογικά επίπεδα το σμήγμα. Η ακμή μπορεί να προληφθεί και οι εκδηλώσεις της να είναι πολύ πιο ήπιες, με άμεσο θετικό αντίκτυπο στην ψυχολογία των εφήβων»*.

Σε ποιους απευθύνονται τα δερμοκαλλυντικά προϊόντα για το δέρμα με τάση ακμής

Τα προβλήματα ακμής δεν αφορούν μόνο τις νεαρές ηλικίες, αλλά απασχολούν πολύ και τους ενήλικες. Οι εταιρείες λοιπόν, προκειμένου να είναι ανταγωνιστικές επεκτείνουν τη γκάμα των προϊόντων τους αλλά και τις ηλικίες στις οποίες απευθύνονται. Ειδικά στην ηλικία 30-45 ετών, όλο και περισσότεροι αντιμετωπίζουν τέτοιου είδους προβλήματα, με τις γυναίκες να είναι αυτές που ανησυχούν περισσότερο για την εμφάνισή τους, κάτι που τις κάνει τους πιο δυνατούς πελάτες σε αυτήν την κατηγορία.

Τα προϊόντα για δέρμα με τάση ακμής αποτελούν περίπου το 25% των συνολικών πωλήσεων των δερμοκαλλυντικών στο φαρμακείο για τον εξής λόγο: Η αντιμετώπιση της ακμής είναι ένας από τους συνηθέστερους λόγους που θα οδηγήσει κάποιον στο δερματολόγο. Και οι δερματολόγοι στην πλειονότητά τους θα προτείνουν και προϊόντα που δεν απαιτούν συνταγογράφηση, συμπληρωματικά με τη θεραπεία. Ο φαρμακοποιός λοιπόν, μπορεί να παίξει έναν σημαντικό ρόλο στην επιλογή του κατάλληλου προϊόντος, να συμβουλεύσει τον ασθενή-πελάτη και να μεταδώσει μέρος της τεχνογνωσίας του. Ανάλογα δε με την ηλικία του πελάτη θα πρέπει να προσαρμόσει και τον τρόπο προσέγγισής του.

Οι νέοι για παράδειγμα επηρεάζονται πολύ από την τηλεοπτική διαφήμιση και τους συνομήλικούς τους και επιλέγουν προϊόντα που τα γνωρίζουν από την προβολή τους στα media. Επιπλέον, είναι πιο ανοιχτοί στις καινοτομίες και δεν διστάζουν να δοκιμάσουν κάτι καινούργιο.

Τα δερμοκαλλυντικά προϊόντα για δέρματα με τάση ακμής, στο φαρμακείο

«Η ακμή χαρακτηρίζεται από φλεγμονή των σμηγματογόνων αδένων, η οποία συνήθως εμφανίζεται στο πρόσωπο και το άνω μέρος του σώματος (στέρνο και πλάτη). Για πολλά χρόνια, ο συνηθέστερος τρόπος αντιμετώπισής της ήταν οι φαρμακευτικές αγωγές. Τα τελευταία όμως χρόνια, οι μάρκες δερμοκαλλυντικών έχουν να προτείνουν ολοκληρωμένες σειρές προϊόντων με σημαντικό πλεονέκτημά τους την αποτελεσματικότητα σε συνδυασμό με την καλλυντική ευχαρίστηση. Αυτές οι σειρές περιλαμβάνουν ήπια προϊόντα για την καθημερινή υγιεινή και φροντίδα της επιδερμίδας με τάση ακμής, αλλά και πιο δραστικά κι εξειδικευμένα προϊόντα όπως κερατολυτικές κρέμες, ή κρέμες μηχανικής απολέπισης και προϊόντα στοχευμένης δράσης για τις ατέλειες. Τα δερμοκαλλυντικά προϊόντα για τα δέρματα με τάση ακμής χρησιμοποιούν στις συνθέσεις τους εξαιρετικά αποτελεσματικά συστατικά που μειώνουν την έκκριση του σμήγματος, εμποδίζουν την ανάπτυξη των βακτηριδίων κι εξυγιαίνουν την επιδερμίδα χωρίς να την ξηραίνουν. Αποτελούν μία εναλλακτική ή συμπληρωματική πρόταση στις φαρμακευτικές αγωγές και μία αναπτυσσόμενη αγορά που βοηθάει τον δερματολόγο και τον φαρμακοποιό να ικανοποιήσουν τις ανάγκες του πελάτη τους», επισημαίνει η κυρία Χρύσα Γκριέλα, Commercial Manager Consumer Health Division Lavipharm AE

Καθαρισμός και στη συνέχεια φροντίδα

Μια αποτελεσματική θεραπεία για την ακμή πρέπει να γίνεται σε δύο στάδια. Πρώτα γίνεται ο σωστός καθαρισμός και στη συνέχεια εφαρμόζονται τα προϊόντα φροντίδας κατά της ακμής.

Ο φαρμακοποιός λοιπόν θα πρέπει να εκπαιδεύσει και να συμβουλεύσει τους καταναλωτές, υποδεικνύοντάς τους πόσο σημαντικός είναι ο σχολαστικός καθαρισμός του δέρματος πριν από την εφαρμογή οποιουδήποτε προϊόντος κατά της ακμής. Είναι σημαντικό να τονίζει πόσο άρρηκτα συνδεδεμένα είναι τα προϊόντα αυτά μεταξύ τους για να πετύχουν τη μέγιστη αποτελεσματικότητα.

Όσον αφορά τις προτιμήσεις των καταναλωτών, τα προϊόντα καθαρισμού καταλαμβάνουν μεγάλο μερίδιο στην αγορά και ειδικά όσα από αυτά ξεπλένονται ή όσα είναι σε οικονομική συσκευασία. Το ίδιο ισχύει και για τα προϊόντα που απευθύνονται στο νεανικό κοινό, όμως θα πρέπει να επισημάνουμε ότι τα προϊόντα για τους ενήλικες κερδίζουν συνεχώς έδαφος, μειώνοντας την ψαλίδα. Ιδιαίτερης εκτίμησης χαίρουν και όσα προϊόντα είναι καινοτόμα, όπως τα προϊόντα δύο σε ένα, ή όσα «φλερτάρουν» με το μακιγιάζ, προσφέροντας ματ αποτέλεσμα. Τα προϊόντα με αντιφλεγμονώδη δράση μπορούν να χρησιμοποιηθούν σε όλα τα στάδια της ακμής και για αυτόν τον λόγο απευθύνονται σε ένα ευρύ κοινό, ενώ από τα αγαπημένα προϊόντα των δερματολόγων είναι αυτά που έχουν κερατολυτική δράση.

Μείζονος σημασίας η συμβουλή του φαρμακοποιού

Από τα στοιχεία που δημοσιεύονται κατά καιρούς σε διαφορετικές έρευνες προκύπτει ότι οι πωλήσεις των δερμοκαλλυντικών κατά της ακμής που πωλούνται στο φαρμακείο εξαρτώνται κυρίως από δύο παράγοντες: Αφενός από την αναγνωρισιμότητα της εν λόγω μάρκας και την τοποθέτησή της στην αγορά, αλλά κυρίως από την πολύτιμη συμβουλή του φαρμακοποιού και τη σχετική πρότασή του, που είναι ο πιο καθοριστικός παράγοντας για την επιλογή του προϊόντος. Ο δυνητικός πελάτης θα ενημερωθεί, θα ψάξει, θα ρωτήσει, αλλά στο τέλος θα εμπιστευθεί σχεδόν «τυφλά» το προϊόν που θα του προτείνει ο φαρμακοποιός του. Τα άτομα που θα απευθυνθούν στο φαρμακοποιό για να αντιμετωπίσουν τα πλέον ήπια στάδια ακμής (για τις σοβαρές περιπτώσεις θα πρέπει να απευθυνθούν στο δερματολόγο), «υποφέρουν» σε αισθητικό επίπεδο και για αυτό χρειάζονται τη συμβουλή του και τις πολύτιμες οδηγίες του. Για αυτόν τον λόγο, το φαρμακείο έχει υψηλότερες πωλήσεις στην κατηγορία αυτή σε σχέση με πολυκαταστήματα, όπως τα σούπερ μάρκετ και τα καταστήματα καλλυντικών.

Power HEALTH

CLASSICS

PLATINUM RANGE

Κλασικά ή Μοντέρνα, Μαύρα ή Πλατινέ, θα το λατρέψουν!

Το προϊόν δεν υποκαθιστά μία ισορροπημένη διατροφή.
Αρ. Γνωστ. ΕΟΦ: 88385: 18/11/2013

Hair Tone Nails & Skin της σειράς Classics Platinum Range από την Power Health.

Ένα συμπλήρωμα υψηλής διατροφικής αξίας το οποίο αποτελεί μία... Platinum φόρμουλα χάρη στο μοναδικό συνδυασμό φυσικών συστατικών που περιέχει:

• Βιταμίνες • Μέταλλα • Αμινοξέα • Εκχύλισμα κεχριού • MSM • Πυρίτιο

Μία κάψουλα καθημερινά ενισχύει την ανάπτυξη των μαλλιών σας και τα φροντίζει σε βάθος, προσφέροντας τα απαραίτητα θρεπτικά συστατικά που χρειάζονται για να έχουν:

• Υγεία • Δύναμη • Αντοχή • Λάμψη • Όγκο

Με το Hair Tone Nails & Skin έχετε μία ολοκληρωμένη πρόταση ομορφιάς που ενισχύει την αντοχή των νυχιών σας και προστατεύει το δέρμα σας από την πρόωρη γήρανση.

Η... πλατινένια σας επιλογή για όμορφα μαλλιά, γερά νύχια, νεανικό δέρμα.

Κατεβάστε ΔΩΡΕΑΝ το Application Vitamins Academy

GET IT ON Google play

Download on the App Store

Power HEALTH | ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΦΥΣΙΚΩΝ ΠΡΟΪΟΝΤΩΝ ΥΓΕΙΑΣ

από το φαρμακείο της φύσης...

30 ΧΡΟΝΙΑ

στο φαρμακείο της γειτονιάς!

www.powerhealth.gr

Τι προτείνουν οι εταιρείες

Η εταιρεία **Lavipharm** διαθέτει τη σειρά **Castalia DERMOPUR**, για την εντατική φροντίδα της ευαίσθητης λιπαρής ή με τάση ακμής επιδερμίδας. Ο αποτελεσματικός συνδυασμός των ενεργών συστατικών της μειώνει την έκκριση του σμήγματος, χαρίζοντας όμορφη, υγιή, με ματ όψη επιδερμίδα, προσφέροντας καθημερινή φροντίδα καθαρισμού και περιποίησης.

Η σειρά αποτελείται από:

Gel Nettoyant: Απαλό αφρίζον gel καθαρισμού προσώπου.
Shampoo Integral: Απαλό σαμπουάν και ντους.
Crème Matifiante*: Σμηγματορυθμιστική ενυδατική κρέμα προσώπου.
Crème Solaire*: Σμηγματορυθμιστική ενυδατική κρέμα προσώπου με αντηλιακό δείκτη SPF 30.
Lactoker: Κερατολυτική κρέμα προσώπου.
Crème Gommante: Κρέμα μηχανικής απολέπισης.
* κυκλοφορούν και με φυσικό χρώμα για την κάλυψη των ατελειών

Η σειρά **AKNICARE από τη Synchroline** αποτελεί την πρόταση της εταιρείας **Κώστας Παπαέλληνας** για τη θεραπεία της ακμής χωρίς ρετινοειδή και αντιβιοτικά. Τα προϊόντα **Aknicare**, χάρη στην πατενταρισμένη προηγμένη σύνθεση τους, που συνδυάζει 3 ενεργά συστατικά υψηλής αποτελεσματικότητας (triethylcitrate, ethyllinoleate, GT-Peptide-10), είναι τα μόνα πιστοποιημένα από την Ε.Ε. ως ιατροτεχνολογικά βοηθήματα (CE Medical Devices) για την κλινικά αποδεδειγμένη αποτελεσματικότητα τους στη θεραπεία της ήπιας και μέτριας ακμής, αφού δρουν συγχρονισμένα ενάντια και στους 4 παράγοντες στους οποίους οφείλεται η ακμή (σμηγματόρροια, υπερκερατινοποίηση, αποικισμός βακτηριδίων, φλεγμονή), χωρίς να εμφανίζουν ανεπιθύμητες ενέργειες. Η πλήρης σειρά AKNICARE, ειδικά σχεδιασμένη για τη φροντίδα και τη θεραπεία της ακνεϊκής επιδερμίδας, περιλαμβάνει προϊόντα για: τον καθαρισμό **(Aknicare Cleanser),** την καθημερινή φροντίδα **(Aknicare Cream),** θεραπεία προσώπου **(Aknicare Treatment Lotion & Aknicare Skin Roller)**, θεραπεία της ακμής στο στήθος & την πλάτη (**Aknicare Chest & Back**) και αντηλιακή φροντίδα **(Aknicare Sun & Aknicare Sun Teintee).**

Ειδικά για την εφηβική ακμή, η εταιρεία **Pharmathen** προτείνει τη σειρά **Sebium Global από την BIODERMA.** Κατά τη διάρκεια της εφηβείας, το δέρμα αλλάζει: γίνεται πιο παχύ, γυαλίζει και δημιουργεί τις προϋποθέσεις για την εμφάνιση ακμής. Το Sebium Global είναι μία εντατική φροντίδα νέας γενιάς που δρα κατά των βιολογικών αιτίων, αλλά και ενάντια στις συνέπειες των ατελειών της ακμής, χάρη στο κατοχυρωμένο μοναδικό συνδυασμό της πατέντας FLUIDACTIV® και ενός νέου ενεργού συστατικού, του Bakuchiol. Ενδείκνυται τόσο για τις φλεγμονώδεις (σπυράκια) όσο και για τις μη φλεγμονώδεις (μαύρα στίγματα) βλάβες. Αυτός ο νέος κατοχυρωμένος συνδυασμός FLUIDACTIV® και Bakuchiol έχει αντιβακτηριδιακές και καταπραϋντικές ιδιότητες, που σε συνδυασμό με δερματολογικά αναγνωρισμένους παράγοντες, δρουν απευθείας στα σπυράκια καταπολεμώντας τη φλεγμονή. Επιπλέον, μιμείται τις ιδιότητες της βιταμίνης Ε που είναι πολύ σημαντική για την προστασία των λιπιδίων του σμήγματος - και η οποία

BIODERMA

LABORATOIRE DERMATOLOGIQUE

Κάνε το σωστό

Ενημερώσου για τους κινδύνους του ήλιου και προστάτευσε το δέρμα σου

Photoderm

Η ΦΩΤΟ-ΥΠΕΥΘΥΝΗ ΔΕΣΜΕΥΣΗ

Η ΚΑΛΥΤΕΡΗ εσωτερική προστασία

CELLULAR BIOPROTECTION® PATENT

- Ενεργοποιεί τη φυσική άμυνα του δέρματος
- Προστατεύει το DNA των κυττάρων
- Προλαμβάνει τη Φωτογήρανση

Η ΚΑΛΥΤΕΡΗ εξωτερική προστασία

- Πολύ υψηλός δείκτης UVA (μέχρι και 3 φορές καλύτερη προστασία από οτι ορίζει η Ευρωπαϊκή νομοθεσία)
- Ασυναγώνιστη φωτοσταθερότητα: 98% αποτελεσματικότητα μετά από 2 ώρες
- Άριστη ανεκτικότητα

Pharmathen

T: 210 6604 300 | **Web:** www.pharmathen.com

εκλείπει από τα άτομα με ακμή -σταματώντας με βιολογικό τρόπο τη φυσιολογική διαδικασία της ακμής.
Η εφαρμογή του Sebium Global δύο φορές ημερησίως για 57 ημέρες, μειώνει σημαντικά τις φλεγμονώδεις βλάβες της ακμής στο 78% των ασθενών.

Η εταιρεία **Pierre Fabre** προτείνει τη σειρά **Cleanance της Avène,** μια εξειδικευμένη κίνηση καθαρισμού, που συνδυάζεται με μια πρωτότυπη θεραπευτική φροντίδα για το δέρμα με τάση ακμής.

Το **Cleanance Gel** καθαρίζει απαλά και εξυγιαίνει το δέρμα με τάση ακμής. Περιέχει Μονολαουρίνη® για ενισχυμένη σμηγματορρύθμιση και ματ αποτέλεσμα. Οι απαλοί καθαριστικοί του παράγοντες δεν ξηραίνουν και δεν ερεθίζουν το δέρμα, ενώ το ιαματικό νερό της Avène που περιέχει είναι καταπραϋντικό και δρα κατά των ερεθισμών. Χωρίς σάπωνα, αλκοόλη, paraben ή οξέα φρούτων, ξεπλένεται με νερό και είναι κατάλληλο για πρόσωπο και σώμα.

Η κρέμα **Cleanance EXPERT** προλαμβάνει τη δημιουργία των βλαβών ακμής και αντιμετωπίζει τις υπάρχουσες βλάβες, ανάλογα με τη βαρύτητά τους, διαφυλάσσοντας την ισορροπία των υγιών τριχοσμηγματικών θυλάκων. Η Μονολαουρίνη® ρυθμίζει την παραγωγή σμήγματος, και το ένζυμο Χ-Πρεσσίνη™, φυσιολογικό κερατολυτικό, μειώνει τα μαύρα στίγματα και λειαίνει την επιδερμίδα. Το ιαματικό Νερό της Avène καταπραΰνει το δέρμα, ενώ το Διολενύλιο®, ένα πρωτότυπο, κατοχυρωμένο, αντιφλεγμονώδες και αντιβακτηριδιακό συστατικό «παραπλανά» το P.acnes, για να μειώσει τον πολλαπλασιασμό του και να εξαφανίσει κοκκινίλες και σπυράκια. Η κρέμα αυτή αφήνει το δέρμα ενυδατωμένο και ματ με πουδρέ τελείωμα και αποτελεί εξαιρετική βάση μακιγιάζ.
Χρησιμοποιείται πρωί ή/και βράδυ μόνη της ή μαζί με την τοπική φαρμακευτική αγωγή.

Από την ίδια εταιρεία κυκλοφορεί επίσης και η σειρά **Keracnyl DUCRAY** με δύο προϊόντα:

Keracnyl gel moussant: Καθαρίζει, εξυγιαίνει και ενυδατώνει καθημερινά το δέρμα με ακμή. Κατάλληλο για όλες τις περιπτώσεις ακμής, από την πιο ήπια έως την πιο σοβαρή ακμή που αντιμετωπίζεται με φαρμακευτική αγωγή από το στόμα. Εφαρμόζεται δύο φορές την ημέρα και μπορεί να χρησιμοποιηθεί σε πρόσωπο και σώμα.
Keracnyl crème: Καθημερινή φροντίδα του δέρματος με ήπια φαγεσωρική ακμή. Αντιμετωπίζει αποτελεσματικά όλους τους παράγοντες της ακμής (υπερσμηγματόρροια, υπερπολλαπλασιασμός των κερατινοκυττάρων, φλεγμονή) με εξαιρετική ανεκτικότητα.
Εφαρμόζεται μία με δύο φορές την ημέρα για διάστημα τουλάχιστον 6 εβδομάδων.

Η εταιρεία **L'Oréal** προτείνει στην κατηγορία αυτή, τη σειρά **EFFACLAR της La Roche-Posay,** μια ολοκληρωμένη δερματολογική φροντίδα για το δέρμα με τάση ακμής. Συνδυάζοντας την ενισχυμένη αποτελεσματικότητα με το σεβασμό ακόμα και για το ευαίσθητο δέρμα, αποτελεί τη σειρά αναφοράς στην ακμή, τόσο στο δερματολόγο όσο και στο φαρμακείο*.
Το **EFFACLAR GEL** είναι ένα αφρώδες gel καθαρισμού για το λιπαρό και ευαίσθητο δέρμα που εξυγιαίνει σε βάθος, χωρίς να ξηραίνει ή να ερεθίζει το δέρμα. Απομακρύνει το πλεονάζον σμήγμα, αφήνοντας το δέρμα καθαρό και φρέσκο.

Μετά τον καθαρισμό μπορεί να χρησιμοποιηθεί η κρέμα **EFFACLAR DUO [+],** που προσφέρει επανορθωτική ενυδατική φροντίδα, μειώνει τις σοβαρές ατέλειες, εξυγιαίνει τους φραγμένους πόρους και καταπολεμά την εμφάνιση σημαδιών.
Η σειρά **EFFACLAR** περιλαμβάνει εξειδικευμένα προϊόντα για την καθημερινή φροντίδα του δέρματος με ακμή. Είναι κατάλληλη για τους έφηβους αλλά και για τους ενήλικες. Στη σειρά περιλαμβάνονται και ειδικά προϊόντα που συμπληρώνουν τη φαρμακευτική αγωγή.

**MetronAnalysis, Έρευνα συνταγογράφησης σε δερματολόγους στην Ελλάδα, 2013*

MASTER-AID®

CHITODERM® PLUS

Το **CHITODERM® PLUS** της **MASTER-AID** είναι ένα εξελιγμένο, πρωτοποριακό θεραπευτικό επίθεμα για **χρόνια έλκη.**
Το **CHITODERM® PLUS** είναι ιδανικό για τη φροντίδα και επούλωση επιμολυσμένων χρόνιων ελκών, καθώς επεμβαίνει ενεργητικά στο μικροπεριβάλλον τους με την έντονη αντιβακτηριδιακή, αντιφλεγμονώδη και αιμοστατική του δράση.
Παράλληλα προάγει την ιστολογική σύνθεση του δέρματος.
Η αποτελεσματικότητα του **CHITODERM® PLUS** οφείλεται στην παρουσία μιας μεμβράνης εμποτισμένης με χιτοζάνη (55gr/m²) που είναι προσαρμοσμένη στην επιφάνεια επαφής του επιθέματος.
Η πολύ μεγάλη δυνατότητα απορρόφησης (περίπου 3.600gr/m²) του εκκρίματος της πληγής από το επίθεμα μας εξασφαλίζει τις ιδανικές συνθήκες επούλωσης.

Το **CHITODERM® PLUS** της **MASTER-AID** είναι κατάλληλο για:

- ΕΛΚΗ ΚΑΤΑΚΛΙΣΗΣ
- ΔΙΑΒΗΤΙΚΑ ΕΛΚΗ ΠΟΔΙΟΥ
- ΦΛΕΒΙΚΑ ΚΑΙ ΑΡΤΗΡΙΑΚΑ ΕΛΚΗ
- ΕΓΚΑΥΜΑΤΑ 1ου ΚΑΙ 2ου ΒΑΘΜΟΥ
- ΔΕΡΜΑΤΙΚΟ ΜΟΣΧΕΥΜΑ ΔΟΤΗ

Health Plus S.A.
PHARMACEUTICALS - COSMETICS
Υγεία και Ομορφιά πάνε μαζί

ΡΩΤΗΣΤΕ ΤΟΝ ΦΑΡΜΑΚΟΠΟΙΟ ΣΑΣ

ΑΘΗΝΑ: Λ. ΒΟΥΛΙΑΓΜΕΝΗΣ 2 & ΘΑΣΟΥ 3, ΓΛΥΦΑΔΑ 166 75, ΤΗΛ. 801.700.77.01 (αστική χρέωση) - FAX. 210.9600.954
ΘΕΣ/ΚΗ: ΓΙΑΝΝΙΤΣΩΝ 31, ΒΑΛΚΑΝΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ, ΚΤΙΡΙΟ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ - ΤΗΛ / FAX: 2310.540575
ΑΝΤΙΠΡΟΣΩΠΟΣ ΚΥΠΡΟΥ **IAMA PHARMACEUTICALS Ltd**, ΤΗΛ. 2520.9500

Metro advertising

Η εταιρεία **ALES GROUPE** για ατέλειες λόγω ακμής προτείνει τη σειρά **LIERAC PRESCRIPTION** με προϊόντα δερματολογικά ελεγμένα, υποαλλεργικά, μη φαγεσωρογόνα[1] και με άρωμα χωρίς αλλεργιογόνα. [2]

Παρέχουν ρύθμιση της ακμής, χάρη στην τεχνολογία SKRL3, μια υπό κατοχύρωση ευρεσιτεχνία της LIERAC, που εξισορροπεί, προστατεύει και ενυδατώνει. Περιέχουν ενεργά συστατικά αναφοράς των προϊόντων: κερατολυτικά υδροξυοξέα, ψευδάργυρο που ρυθμίζει το σμήγμα και κατευνάζει, το αζελαϊκό οξύ grafted που εξυγιαίνει, το acnacidol BG που ρυθμίζει το σμήγμα και το sytenol A με δράση συναφή με το ρετινοϊκό οξύ.

[1] Εκτός από τον διφασικό ορό.

[2] Τα αναγνωρισμένα αλλεργιογόνα σύμφωνα με τον κανονισμό.

Η **Frezyderm** στην κατηγορία αυτή διαθέτει τα προϊόντα **Ac-Norm Medilike** που έρχονται για να συμπληρώσουν τη σειρά **Ac-Norm**. Πρόκειται για μια εναλλακτική προσέγγιση για την αντιμετώπιση των συμπτωμάτων της ακμής, καθώς η καινοτομία Medilike στηρίζεται σε δραστικά συστατικά ανάλογης αποτελεσματικότητας με αυτά των φαρμακευτικών μορίων. Εξασφαλίζεται λοιπόν, η άμεση και αποτελεσματική ανακούφιση των συμπτωμάτων και η δυνατότητα επιλογής θεραπευτικών σχημάτων χωρίς χρονικούς περιορισμούς και χωρίς καμία ανεπιθύμητη ενέργεια. Για αυτό τα προϊόντα αυτά είναι κατάλληλα ακόμη και για προεφήβους/ εφήβους, εγκύους και θηλάζουσες. Η σειρά αποτελείται από τα προϊόντα **Ac-Norm Medilike Effect 1, 2 και 3** για την αντιμετώπιση των συμπτωμάτων της ήπιας, μέτριας και σοβαρής ακμής αντίστοιχα. Είναι μη φαγεσωρογόνα, δερματολογικά ελεγμένα και δεν περιέχουν parabens.

Για τον καθαρισμό του ακνεϊκού δέρματος η εταιρεία **Target Pharma** προτείνει το **HYDROVIT Anti-Acne Wash.** Πρόκειται για ένα νέο καθημερινό καθαριστικό για λιπαρά με τάση ακμής και ακνεϊκά δέρματα. Η πλούσια και ενισχυμένη σύνθεση του το καθιστά ένα ιδανικό προϊόν για τη ρύθμιση της υπερέκκρισης σμήγματος και τη μείωση των μαύρων πόρων. Παράλληλα αναστέλλει τη δράση του ανθεκτικού στελέχους P. acnes. Έχει κερατολυτικές, αντισηπτικές, αντιμικροβιακές, αντιφλεγμονώδεις και αντιοξειδωτικές ιδιότητες, χάρη στο σαλικυλικό οξύ, το teatree oil, τα σουλφοπεπτίδια και τα αμινοξέα. Τη δράση του ενισχύει η αλλαντοΐνη και η πανθενόλη που προσφέρουν επούλωση και ενυδάτωση και το Bioecolia, ένα προβιοτικό συστατικό που ενισχύει την άμυνα της επιδερμίδας. Είναι κατάλληλο για παιδιά και για ενήλικες και είναι συμβατό με οποιαδήποτε φαρμακευτική αγωγή.

Τέλος, η ολοκληρωμένη σειρά **HELENVITA® ACNormal** της **ΦΑΡΜΕΞ ΑΕ** φροντίζει το λιπαρό και με τάση προς ακμή δέρμα, μέσω της συνεργιστικής ικανότητας των συστατικών της. Ειδικά το καινοτόμο συστατικό PHYCOSACCHARIDE AC (προέρχεται από τα καφέ φύκια Brown Algae-Laminaria digitata που ευδοκιμούν στις βραχώδεις ακτές της Αγγλίας και της Γαλλίας), συμβάλλει αποτελεσματικά στη ρύθμιση του σμήγματος, στην κερατόλυση, στην καταπράυνση και στην αναστολή της ανάπτυξης των βακτηριδίων. ■

HYDROVIT
HEALTHCARE

Eye & Lip Care
Cream

Καθημερινή κρέμα για την φροντίδα της ευαίσθητης περιοχής γύρω από τα μάτια, τα χείλη και το μεσόφρυο

- Προσφέρει ισχυρή αντιγηραντική και αντιρυτιδική δράση.
- Μειώνει τις λεπτές γραμμές, απαλύνει τις ρυτίδες και καθυστερεί την εμφάνιση νέων.
- Βοηθάει στη σταδιακή μείωση των μαύρων κύκλων.
- Έχει έντονα ενυδατικές και μαλακτικές ιδιότητες.
- Έχει αντιφλεγμονώδη, καταπραϋντική και ισχυρά αντιοξειδωτική δράση.

9 Μοναδικά Δραστικά Συστατικά σε μια Κρέμα

Δερματολογικά & Οφθαλμολογικά Ελεγμένο

✔ *Για όλες τις ηλικίες*

Target PHARMA HEALTHCARE

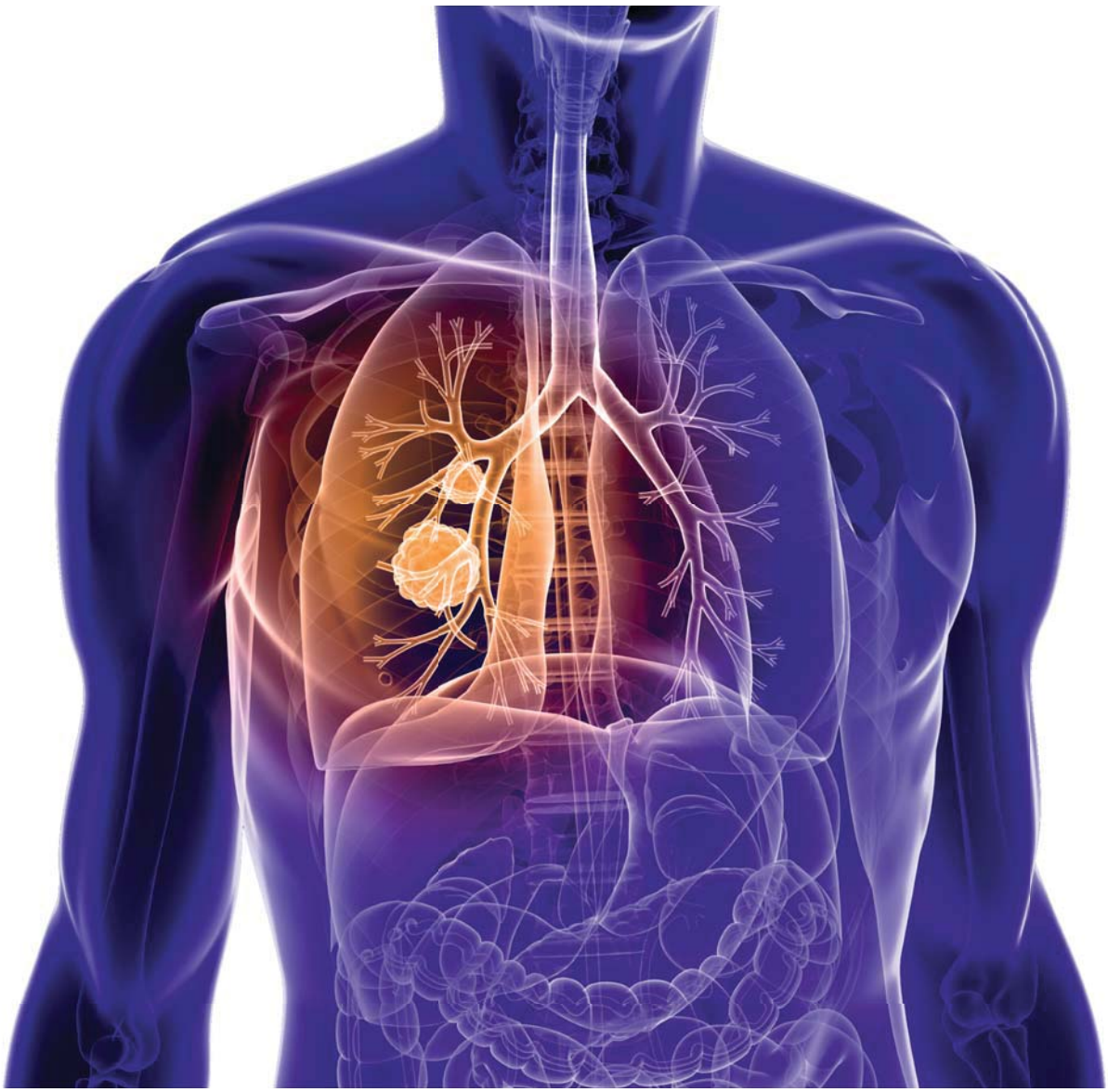
Δερματολογικά και οφθαλμολογικά ελεγμένο ✚ Διατίθεται μόνο στα φαρμακεία

Έδρα: Μενάνδρου 54, 104 31 Αθήνα, τηλ.: 210 5224830, fax: 210 5224838
Υποκατάστημα: Πρωτομαγιάς 17, 543 52 Κωνσταντινοπολίτικα Θεσ/νίκη, τηλ./fax: 2310 942896
e-mail: info@targetpharma.gr, http://www.targetpharma.gr

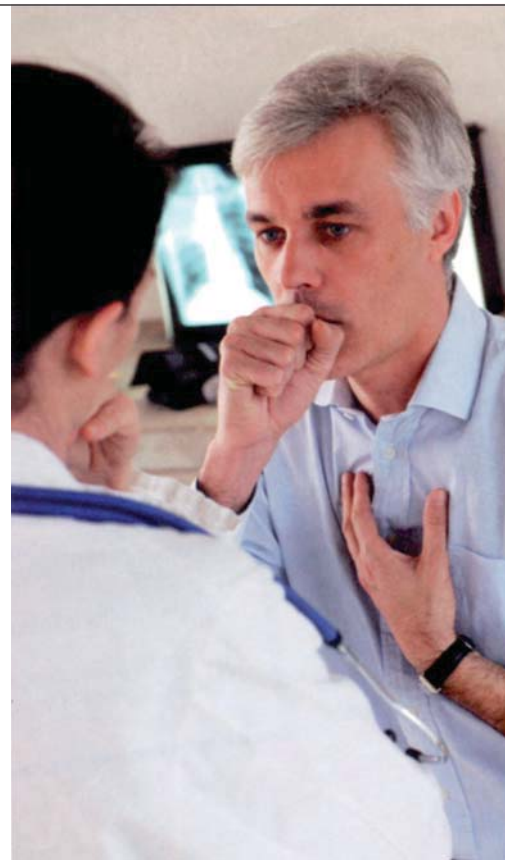
Υψηλή Ποιότητα Ελέγχου
ISO 9001 BUREAU VERITAS Certification
Nº 209508

Χρόνια Αποφρακτική Πνευμονοπάθεια (ΧΑΠ)

Πρόληψη και Συμβουλή



Η ΧΑΠ είναι η 3η αιτία νοσηρότητας και θνησιμότητας διεθνώς και κυρίως στον ανεπτυγμένο κόσμο.
Τα προτεινόμενα φάρμακα αντιμετωπίζουν τα συμπτώματα και βελτιώνουν σημαντικά την ποιότητα ζωής των ασθενών. Η μόνη αποτελεσματική παρέμβαση όμως, παραμένει η διακοπή του καπνίσματος.



Από την **ΟΛΙΝΑ ΗΛΙΑΔΟΥ**,

Φαρμακοποιό, Κλινική Φαρμακολόγο

Από την πλευρά του ασθενή

«Ο πατέρας μου δεν σταματάει να βήχει…»
«Ο αδερφός μου που είναι 58 ετών, λαχανιάζει μόλις ανέβει μια σκάλα…»
«Ο γιατρός μου είπε πώς έχω χρόνιο άσθμα, είναι σοβαρό;»
«Ο γιατρός μου με συμβούλεψε να διακόψω το κάπνισμα γιατί βήχω συνέχεια».
«Η μητέρα μου καπνίζει πάρα πολύ. Πρέπει να παίρνει κάθε μέρα μια εισπνεόμενη θεραπεία».

Φυσιοπαθολογία

Η χρόνια αποφρακτική πνευμονοπάθεια περιλαμβάνει ένα σύνολο συμπτωμάτων που συνδέονται άμεσα με δύο άλλες παθήσεις, το χρόνιο άσθμα και το πνευμονικό εμφύσημα. Το βασικό κοινό χαρακτηριστικό τους είναι ο μειωμένος αερισμός των πνευμόνων, που εξελίσσεται άλλοτε αργά και άλλοτε γρήγορα και είναι μη αναστρέψιμος.
Είναι ένα νόσημα του οποίου η εξέλιξη εξαρτάται από το κατά πόσο ο ασθενής υιοθετεί τις συμβουλές για σωστή καθημερινή υγιεινή και ακολουθεί πιστά τη θεραπεία του. Η πληροφόρηση και η εκπαίδευση παίζουν επίσης τον ρόλο τους.
Είναι μια ασθένεια χρόνια και φλεγμονώδης, που χαρακτηρίζεται από τη μείωση των αναπνευστικών αποθεμάτων. Συνδέεται άμεσα με το κάπνισμα. Οι ασθενείς με ΧΑΠ υποφέρουν, καθότι δεν μπορούν να αναπνεύσουν κανονικά.
Μπορεί κάποιος να υποψιαστεί ότι πάσχει από ΧΑΠ, εάν για 2 συνεχή χρόνια και για 3 τουλάχιστον συνεχείς μήνες έχει έναν παραγωγικό βήχα.
Μάλιστα, το 20% των ασθενών παρουσιάζουν μια χρόνια βρογχίτιδα και μια δυσκολία στην αναπνοή.
Η δυσκολία αυτή στην αναπνοή οφείλεται στη μορφολογική αλλοίωση των μικρών αεροφόρων οδών στο επιθήλιό τους, που καταλήγει σε μόνιμη ίνωση μη αναστρέψιμη. Αυτό καταλήγει σε επιβάρυνση της αναπνοής, μη καλή οξυγόνωση και συχνές επιπλοκές από λοιμώξεις του αναπνευστικού, ιογενούς ή βακτηριακής αιτιολογίας.

Συμπτωματολογία

Από πλευράς συμπτωματολογίας, αναγνωρίζεται το εξής τρίπτυχο:

- Βήχας
- Εκκρίσεις
- Δύσπνοια

Ο βήχας είναι επίμονος ή διακοπτόμενος, συνήθως πρωινός, με έξαρση το χειμώνα, και αποτελεί το βασικό σήμα κινδύνου για έναν υποψήφιο ασθενή. Ο βήχας συχνά συνοδεύεται από εκκρίσεις. Άλλο ένα σήμα κινδύνου είναι η δύσπνοια μετά από έντονη σωματική κόπωση, η οποία με τον καιρό επιδεινώνεται, όπως επίσης και με τις λοιμώξεις. Άλλο ένα σύμπτωμα είναι ο συριγμός κατά την αναπνοή, ο οποίος συνδέεται άμεσα με την αντιστρεψιμότητα του βρογχικού άσθματος. Τα συμπτώματα υποτροπιάζουν κατά τον ύπνο, με αϋπνία, ροχαλητό, πρωινούς πονοκεφάλους λόγω υποξαιμίας του εγκεφάλου, βρογχικές εκκρίσεις. Μπορεί να εμφανιστούν προβλήματα και στο θυμικό του ασθενή, όπως κατάθλιψη, αλλά και διαταραχές μνήμης. Τέλος, οι θωρακικοί πόνοι μάς κάνουν να ψάξουμε για πνευμονικό οίδημα, οισοφαγίτιδα, γαστροοισοφαγική παλινδρόμηση ή πνευμονοθώρακα, καθότι δεν αποτελούν σύνηθες σύμπτωμα. Η αιμόπτυση πρέπει να μας κάνει να ψάξουμε για κάποιο καρκίνο ή κάποια καρδιακή ανεπάρκεια.

Στον ιατρό: Ποιες οι απαραίτητες εξετάσεις

Η διάγνωση και η παρακολούθηση της ΧΑΠ θα πρέπει να προτείνεται συστηματικά στα άτομα υψηλού κινδύνου, όπως οι καπνιστές. Η διάγνωση πρέπει να γίνει με μεγάλη προσοχή, γιατί τα συμπτώματα μπορεί να συνδέονται και με μια άλλη πνευμονική νόσο που οφείλεται στο κάπνισμα, όπως ο καρκίνος των βρόγχων, ή με μια συνυπάρχουσα νόσο, όπως η καρδιοπάθεια για παράδειγμα.

Η διάγνωση περιλαμβάνει πολλά στάδια: κλινική εξέταση, εξέταση της αναπνοής με σπιρομέτρηση σε κατάσταση ηρεμίας και κατά την προσπάθεια, ακτινογραφία κ.λπ.

Αναμφισβήτητα η σπιρομέτρηση είναι η απαραίτητη διαγνωστική εξέταση για να αξιολογηθεί η σοβαρότητα της ΧΑΠ, που κατατάσσεται σε 4 στάδια, ξεκινώντας από ελαφράς μορφής μέχρι και πολύ σοβαρή. Αυτή η απλή εξέταση που είναι μια βασική διαγνωστική εξέταση, αφορά στη μέτρηση της αναπνευστικής λειτουργίας και κατά τη διάρκειά της ο ασθενής πρέπει να εκπνεύσει όσο το δυνατό περισσότερο σε ένα δευτερόλεπτο.

Ο μέγιστος όγκος που μπορεί να εκπνεύσει σε ένα δευτερόλεπτο συγκρίνεται με τη ζωτική αναπνευστική ικανότητα αναφοράς ενός υγιούς ατόμου στην ίδια ηλικία.

Η παρατήρηση της νόσου επιτρέπει τη μείωση της επιδείνωσης των συμπτωμάτων της ΧΑΠ αλλά και των εξάρσεών της.

Η θεραπεία

Η θεραπεία διαφέρει ανάλογα με τη σοβαρότητα της νόσου.

- Στους ασθενείς 1ου σταδίου δίνεται ένα βρογχοδιασταλτικό βραχείας δράσης ανάλογα με την περίπτωση.
- Σε ασθενείς 2ου σταδίου δίνουμε και ένα βρογχοδιασταλτικό μακράς δράσης.
- Σε ασθενείς 3ου σταδίου προσθέτουμε στο παραπάνω σχήμα και ένα κορτικοστεροειδές εισπνεόμενο, στην περίπτωση που ο ασθενής παρουσιάζει παροξύνσεις.
- Σε ασθενείς 4ου σταδίου, το θεραπευτικό σχήμα ολοκληρώνεται με την προσθήκη οξυγονοθεραπείας.

Εναλλακτικά, μπορεί να δοθεί η ροφλουμιλάστη, ένα νέο φάρμακο με ένδειξη για ασθενείς 2ου- 4ου σταδίου επιπρόσθετα των παραπάνω σχημάτων, σε περίπτωση που συνυπάρχει χρόνια βρογχίτιδα και επαναλαμβανόμενες παροξύνσεις.

Ακόμη, ως εναλλακτική λύση των βρογ-

Οι συμβουλές «κλειδιά»

Διακοπή του καπνίσματος

Πρωτεύων παράγοντας κινδύνου και επιδείνωσης της νόσου είναι το κάπνισμα. Η διακοπή του είναι ο μόνος τρόπος να αναχαιτιστεί η εξέλιξη της νόσου, καθότι τα φάρμακα βοηθούν μόνο στο να καθυστερήσει η επιδείνωση της. Να σημειωθεί πως η απόφραξη των πνευμόνων είναι αναστρέψιμη αν δεν είναι πολύ προχωρημένη.

Άσκηση

Το λάθος που κάνουν πολλοί ασθενείς είναι ότι νομίζουν πως με την άσκηση και την κίνηση επιδεινώνουν την κατάστασή τους και τα σταματούν τελείως, ενώ ισχύει το εντελώς αντίθετο. Με την κίνηση προβλέπεται αποκατάσταση της αναπνευστικής ικανότητας και είναι ένα μέσο θεραπείας που προσφέρεται σε ειδικά κέντρα αποκατάστασης, που όμως δε χαίρουν ιδιαίτερης αναγνώρισης από το κοινό στο οποίο απευθύνονται. Το πρόγραμμα που προτείνουν περιλαμβάνει την παρακολούθηση των ασθενών από πολλές ειδικότητες επιστημόνων, όπως νοσοκόμου, φυσιοθεραπευτή- κινησιολόγου, πνευμονολόγου κ.α., σε συνδυασμό πάντα με σωστή διατροφή και ψυχολογική υποστήριξη.

Εμβολιασμός

Ο αντιγριπικός εμβολιασμός επιτρέπει τη μείωση της εμφάνισης επιπλοκών που συνδέονται με την εμφάνιση της γρίπης και της νόσησης από αυτήν, κάτι που θα μπορούσε να αποβεί μοιραίο για έναν ασθενή με ΧΑΠ. Για τους ίδιους λόγους, θα πρέπει να γίνεται εμβολιασμός και για τον πνευμονιόκοκκο.

Άλλοι κανόνες

Οι ασθενείς πρέπει να καταναλώνουν ικανοποιητική ποσότητα νερού στη διάρκεια της ημέρας, ώστε να μπορούν να ρευστοποιούνται οι βρογχικές εκκρίσεις. Αλλά και να μάθουν να ελέγχουν το βήχα τους, ώστε να μπορούν να αποβάλλουν ευκολότερα τις βλεννώδεις εκκρίσεις τους, κάτι που μπορεί να τους το διδάξει ο κινησιοθεραπευτής.

Η απώλεια ορισμένων κιλών σωματικού βάρους, ίσως να μείωνε τη σοβαρότητα και την οξύτητα των συμπτωμάτων ασθενών προχωρημένου σταδίου.

Νέοι ορίζοντες στην βρογχοδιαστολή με LAMA

Tovanor®
breezhaler®
ΒΡΩΜΙΟΥΧΟ ΓΛΥΚΟΠΥΡΡΟΝΙΟ

Νέα

άπαξ ημερησίως αντιχολινεργική θεραπεία με άμεσο βρογχοδιασταλτικό αποτέλεσμα που διαρκεί...[1]

1. Περίληψη των Χαρακτηριστικών του Προϊόντος Tovanor® Breezhaler® (SmPC)

Για τη συνταγογράφηση του προϊόντος συμβουλευτείτε την Περίληψη Χαρακτηριστικών του Προϊόντος

TOV-A01-0914

Pharmathen
Innovation, inspired by life

Βοηθήστε να γίνουν τα φάρμακα πιο ασφαλή και Αναφέρετε ΟΛΕΣ τις ανεπιθύμητες ενέργειες για ΟΛΑ τα φάρμακα Συμπληρώνοντας την «ΚΙΤΡΙΝΗ ΚΑΡΤΑ»

ΦΑΡΜΑΤΕΝ ΕΛΛΑΣ ΑΕΒΕ
Λ. Μαραθώνος 144 - 153 51 Παλλήνη Αττικής
Κεντρικά Γραφεία: Λ. Κηφισίας 44 - 151 25 Μαρούσι Αττικής
Τηλ: 210 66 64 805-6, Φαξ: 210 66 64 804
web: www.pharmathen.com
mail: info@pharmathen.com

χοδιασταλτικών υπάρχει η θεοφυλλίνη, της οποίας όμως ο θεραπευτικός δείκτης είναι πολύ μικρός και την καθιστά όχι και τόσο δημοφιλή ως θεραπεία εκλογής.

Η παρόξυνση

Ορίζεται ως η επιδείνωση των συμπτωμάτων της ασθένειας και αντιμετωπίζεται με αύξηση της δόσης των βρογχοδιασταλτικών ή με συνδυασμό τους και με άλλες ουσίες. Εάν κρίνεται απαραίτητο θα μπορούσε να προταθεί και η κινησιοθεραπεία ως μέσο αντιμετώπισης. Η χρήση αντιβιοτικών ενδείκνυται όταν εντοπίζονται πυώδη πτύελα ή πυρετός. Η χορήγηση κορτιζονούχων σκευασμάτων ακολουθείται σε συγκεκριμένες περιπτώσεις ή σε εξάρσεις τύπου άσθματος.

Ο ρόλος του φαρμακοποιού

Θα πρέπει να συμβουλεύουμε τον ασθενή για όλες τις πτυχές της θεραπείας, η οποία είναι κατά βάση συμπτωματική, ώστε να μην είναι ανήσυχος και ανασφαλής και σε περίπτωση που προκύψει κάποια επιδείνωση ή κάποια παρενέργεια, να ενημερώσει το γιατρό του. Το ίδιο θα πρέπει να κάνει και στην περίπτωση που νιώσει πως η θεραπεία δεν του προσφέρει κάποια ανακούφιση από τα συμπτώματα.

Οι βασικές παρενέργειες από τα φάρμακα που χορηγούνται στη ΧΑΠ είναι οι εξής:

Αντιχολινεργικά: ξηροστομία, ταχυκαρδία, πονοκέφαλος, βρογχόσπασμος

Β-2 αγωνιστές: ταχυκαρδία, πονοκέφαλος, τρέμουλο, ερεθισμός του στόματος και του λαιμού

Κορτικοειδή: καντιτίαση του ρινοφάρυγγα, βραχνάδα στη φωνή, φαρυγγίτιδα ή δυσφωνία

Θεοφυλλίνη: γαστρεντερικά προβλήματα, πονοκέφαλος, αϋπνία, ταχυκαρδία

Ροφλουμιλάστη: διάρροια, ναυτία, πονοκέφαλος, κοιλιακός πόνος, χάσιμο βάρους

Σε καμία περίπτωση δεν θα πρέπει να διστάσουμε να ρωτήσουμε τον ασθενή αν έχει κάποιο από τα παραπάνω συμπτώματα, όσο ακολουθεί τη θεραπεία του.

Χρήση κατάλληλων συσκευών εισπνοής

Η εισπνοή της ξηράς σκόνης είναι συχνά η αιτία ενός ερεθισμού στο λαιμό με βήχα. Για τον λόγο αυτό πρέπει να ξεπλένουμε το στόμα μετά την εισπνοή από τη συσκευή. Η χρήση μιας συσκευής χωρίς

ξηρά σκόνη, χρησιμοποιώντας υγρό διάλυμα υπό πίεση, είναι προτιμητέα.

Όπως και να έχει η χρήση αυτών των συσκευών εισπνοής απαιτεί μια ενημέρωση και μια επίδειξη στον ασθενή από μέρους του φαρμακοποιού.

Επίσης, ο φαρμακοποιός πρέπει να παρουσιάζει στον ασθενή το σωστό τρόπο χρήσης και εφαρμογής της μάσκας νεφελοποιητή που ενδείκνυται για εκείνους. Μέσω της μάσκας μπορούν να εισπνεύσουν με ακρίβεια και τα φάρμακά τους, όπως το ιπρατρόπιο, το τιοτρόπιο, η σαλβουταμόλη κ.ά. Ο νεφελοποιητής βελτιώνει τη βιοδιαθεσιμότητα των φαρμάκων μειώνοντας τις παρενέργειές τους. Η αποτελεσματικότητα της μάσκας έγκειται στη σωστή τεχνική.

Πρέπει επίσης, να γίνει επίδειξη στον ασθενή για το πώς πρέπει να αναπνέει όσο εφαρμόζει τη μάσκα, και να τον ενημερώσουμε να ξεπλένει το στόμα του μετά την εισπνοή κορτικοστεροειδούς. Ακόμη, είναι σημαντικό να σημειώσουμε πως δεν μπορούν να χορηγηθούν μέσω μάσκας όλα τα φάρμακα.

Οξυγονοθεραπεία

Η οξυγονοθεραπεία συνιστάται όταν η μερική πίεση του οξυγόνου στο αίμα είναι κατώτερη των 55 mm Hg. Πρέπει να γίνεται υπό παρακολούθηση τόσο αναφορικά με τη σωστή εφαρμογή της, όσο και με το απαραίτητο χρονικό διάστημα εφαρμογής. Η αποτελεσματικότητά της συνδέεται με την καθημερινή διάρκεια εφαρμογής της. Δεν θα πρέπει να διστάζει κανείς να ενημερώσει τον ασθενή για όλα αυτά, καθότι είναι πληροφορίες που θα βελτιώσουν την ποιότητα ζωής του και την αποτελεσματικότητα της θεραπείας του. ■

Τσεκάρετε τις γνώσεις σας

1) Η ΧΑΠ προσβάλλει ανά τον κόσμο:
Α) 2 εκατομμύρια άτομα
Β) 20 εκατομμύρια άτομα
Γ) 200 εκατομμύρια άτομα

2) ΧΑΠ σε εξέλιξη συνήθως μεταφράζεται σε:
Α) Πνευμονική ίνωση
Β) Εμφύσημα
Γ) Πνευμονική αιμορραγία

3) Η βασική διαγνωστική εξέταση είναι:
Α) Σπιρομέτρηση
Β) Βρογχική ενδοσκόπηση
Γ) Ραδιογραφία

4) Η ινδακατερόλη είναι ένα β συμπαθητικομιμητικό φάρμακο βρογχοδιασταλτικό που χορηγείται:
Α) Από του στόματος
Β) Δρα άμεσα στα πρώτα λεπτά
Γ) Δρα όλο το 24ωρο μετά από μια μόνη λήψη.

5) Τα αντιχολινεργικά που χρησιμοποιούνται ευρέως στη θεραπεία της ΧΑΠ είναι:
Α) Δραστικά για 2-3 ώρες στο μέγιστο
Β) Ενδείκνυνται και για τους παροξυσμούς της νόσου
Γ) Χορηγούνται με προφύλαξη σε υπερτασικούς

Απαντήσεις:

1) Γ, 2) Α, 3) Α,4) Β και Γ, 5) καμία απάντηση δεν είναι σωστή

Καλώς ήλθατε στη νέα εποχή της διπλής βρογχοδιαστολής[1]

Xoterna®
Breezhaler®
ΜΗΛΕΪΝΙΚΗ ΙΝΔΑΚΑΤΕΡΟΛΗ/ΒΡΩΜΙΟΥΧΟ ΓΛΥΚΟΠΥΡΡΟΝΙΟ

Η νέα
άπαξ ημερησίως βρογχοδιασταλτική[1] θεραπεία για τους συμπτωματικούς ασθενείς με ΧΑΠ.

XOT-A01-0914

Xoterna® Breezhaler®
85μg/43μg

1. Περίληψη των Χαρακτηριστικών του Προϊόντος Xoterna®Breezhaler®(SmPC)

Για τη συνταγογράφηση του προϊόντος συμβουλευτείτε την Περίληψη Χαρακτηριστικών του Προϊόντος

Pharmathen
Innovation, inspired by life

Βοηθήστε να γίνουν τα φάρμακα πιο ασφαλή και Αναφέρετε ΟΛΕΣ τις ανεπιθύμητες ενέργειες για ΟΛΑ τα φάρμακα Συμπληρώνοντας την «ΚΙΤΡΙΝΗ ΚΑΡΤΑ»

ΦΑΡΜΑΤΕΝ ΕΛΛΑΣ ΑΕΒΕ
Λ. Μαραθώνος 144 - 153 51 Παλλήνη Αττικής
Κεντρικά Γραφεία: Λ. Κηφισίας 44 - 151 25 Μαρούσι Αττικής
Τηλ: 210 66 64 805-6, Φαξ: 210 66 64 804
web: www.pharmathen.com
mail: info@pharmathen.com

Πελάτες 3ης ηλικίας και η ΣΥΜΜΟΡΦΩΣΗ τους με τη Φαρμακευτική Αγωγή

Οι πελάτες 3ης ηλικίας είναι αδιαμφισβήτητα πολύ σημαντικό μερίδιο της πελατείας ενός φαρμακείου και παίζουν καθοριστικό ρόλο στην οικονομική του βιωσιμότητα. Η επικοινωνία και ιδιαίτερα η προσπάθεια για τη συμμόρφωσή τους στη θεραπεία, είναι πρωταρχικής σημασίας για τον φαρμακοποιό.

Από τη ΝΑΝΤΙΑ ΠΟΣΕΙΔΩΝΟΣ, Φαρμακοποιό

Οι ηλικιωμένοι συχνά αποτελούν το μεγαλύτερο ποσοστό του συνολικού πελατολογίου ενός φαρμακείου και αυτό το επιβεβαιώνουν στατιστικά δεδομένα που μαρτυρούν τη συνεχή γήρανση του πληθυσμού και την ταυτόχρονη αύξηση του μέσου όρου ζωής. Το εύθραυστο της υγείας τους, τους καθιστά επιρρεπείς σε ασθένειες και αυξάνει την ανάγκη τους για πρόληψη ασθενειών. Έτσι λοιπόν, η συχνότητα επίσκεψής τους στο φαρμακείο είναι πολύ μεγαλύτερη σε σχέση με άτομα μικρότερων ηλικιών, το ίδιο και η ποσότητα των φαρμάκων που καταναλώνουν.

Αναμφισβήτητα πρόκειται για μια κατηγορία πελατών που χρειάζεται πάντοτε ειδικό χειρισμό και συμπεριφορά. Αξιοσημείωτο επίσης είναι ότι οι περισσότεροι από αυτούς αναπτύσσουν ιδιαίτερους δεσμούς με τον φαρμακοποιό τους, καθώς βλέπουν στο πρόσωπό του έναν επιστήμονα και έναν φίλο ταυτόχρονα. Ο φαρμακοποιός είναι για αυτούς ο άνθρωπος που θα ενδιαφερθεί για την αγωγή τους, αλλά και για τα προσωπικά τους προβλήματα, αυτός που θα συζητήσει μαζί τους και ενδεχομένως θα τους βοηθήσει σε μια δύσκολη στιγμή, ειδικά τα τελευταία χρόνια που διανύοντας περίοδο κρίσης, οι αδυναμίες του συστήματος δημόσιας περίθαλψης συνεχώς αυξάνονται.

Φυσικά, αυτή η ιδιαίτερη σχέση δεν δημιουργείται εύκολα αλλά είναι αποτέλεσμα ενός διαρκή αγώνα να κερδίζουμε την εμπιστοσύνη τους καθημερινά και να τη διατηρούμε με την πάροδο των ετών. Για να το επιτύχουμε αυτό είναι σημαντικό να προσπαθούμε να κατανοήσουμε τις ανάγκες τους, την ιδιοσυγκρασία τους, τις ιδιαιτερότητές τους και την ψυχολογία τους και να προσαρμόζουμε τις υπηρεσίες μας ανάλογα με τις απαιτήσεις τους.

Ποιοι είναι και πώς θα επικοινωνήσουμε μαζί τους

Οι πελάτες 3ης ηλικίας είναι συναισθηματικοί και απαιτητικοί. Αναζητούν την προσοχή, τη συμβουλή μας και την κουβέντα μαζί μας, ενώ θέλουν να εξυπηρετούνται γρήγορα και κατ' αποκλειστικότητα από τον ίδιο τον φαρμακοποιό. Συνήθως είναι πιστοί σ 'αυτόν και τον εμπιστεύονται σε μεγάλο βαθμό, ενώ δεν αλλάζουν εύκολα συνήθειες. Στην πλειονότητά τους δεν είναι ανοιχτοί σε καινοτομίες και νέα προϊόντα, αλλά εύκολα θα τα δοκιμάσουν αν εμείς με έξυπνο τρόπο τους τονίσουμε τα οφέλη και τα πλεονεκτήματά τους σε σχέση με αυτά που χρησιμοποιούσαν μέχρι τώρα. Λόγω της ηλικίας τους είναι έμπειροι καταναλωτές και αναζητούν προϊόντα υψηλής ποιότητας σε προσιτές τιμές. Εκτιμούν τα γαληνικά σκευάσματα, καθώς πολλοί από αυτούς γνώρισαν το παραδοσιακό φαρμακείο όπου παρασκευάζονταν πλήθος φαρμακευτικών ειδών, αλλά και γιατί νιώθουν ξεχωριστοί όταν ετοιμάζουμε κάτι ειδικά γι' αυτούς. Τέλος, τους ικανοποιεί ιδιαίτερα να επισκέπτονται το φαρμακείο προκειμένου να κάνουν ένα μικρό check-up, να μετρήσουν την πίεση ή το σάκχαρό τους και να ζητήσουν τη συμβουλή και την παρέα του φαρμακοποιού, ιδιαίτερα όταν είναι συνταξιούχοι και έχουν άπλετο ελεύθερο χρόνο.

Φυσικά, πέρα από όλα αυτά, δεν θα πρέπει να παραλείψουμε το γεγονός ότι λόγω της μεγάλης ηλικίας τους, ενδεχομένως να αντιμετωπίζουν προβλήματα μνήμης και ακοής, γεγονός που δυσχεραίνει την επικοινωνία μαζί τους.

Η διαχείριση του ηλικιωμένου πελάτη

Ο λειτουργικός ρόλος του φαρμακοποιού στην εξυπηρέτηση του ηλικιωμένου πελάτη είναι εξαιρετικά σημαντικός και πολυδιάστατος καθώς στέκεται δίπλα του σαν επιστήμονας και σύμβουλος υγείας, σαν ψυχολόγος και σαν φίλος. Δεν είναι λίγες οι φορές που του προσφέρει μέχρι και οικονομική βοήθεια, «δανείζοντάς» του φάρμακα ή ακόμα και πιστώνοντας τη συμμετοχή του για μικρό χρονικό διάστημα. Ο φαρμακοποιός συμμετέχει ενεργά στη θεραπεία του ασθενούς, καθώς είναι υπεύθυνος να τον καθοδηγήσει σχετικά με τον τρόπο λήψης των φαρμάκων. Πολλές φορές είναι ο μόνος που γνωρίζει το σύνολο των φαρμάκων που λαμβάνει ένας ασθενής, οπότε είναι σε θέση να ελέγξει την παρουσία πιθανών αλληλεπιδράσεων καθώς επίσης

και να βοηθήσει τον ασθενή να επιλέξει το καταλληλότερο μη συνταγογραφούμενο φάρμακο ή ενδεχομένως και κάποιο συμπλήρωμα διατροφής.

Ο φαρμακοποιός είναι μια γέφυρα επικοινωνίας ανάμεσα στον ασθενή και τον θεράποντα ιατρό. Δεν είναι λίγες οι φορές που υπάρχει ανάγκη επικοινωνίας με τον γιατρό προκειμένου να αντιμετωπιστεί κάποια παρενέργεια ή να ρυθμιστεί κάποια δοσολογία. Επιπλέον, το ίδιο το φαρμακείο λειτουργεί σαν σημείο πρόληψης, τόσο με την απλή μέτρηση της πίεσης και του σακχάρου, όσο και με τη δύναμη της ενημέρωσης που διαθέτει, καθώς εύκολα μπορεί ο φαρμακοποιός να υπενθυμίζει στους πελάτες του τα ετήσια check-up τους και να τους τονίζει πόσο σημαντικά είναι για την πρόληψη χρόνιων ασθενειών. Τέλος, να μην παραλείψουμε την ενεργό συμμετοχή του φαρμακοποιού στον ετήσιο εμβολιασμό, καθώς αναλαμβάνει να ενημερώνει τις ομάδες υψηλού κινδύνου για την αναγκαιότητά του, αλλά αναλαμβάνει επίσης και την πραγματοποίησή του.

Για να μπορέσουμε σαν φαρμακοποιοί να κερδίσουμε τους πελάτες 3ης ηλικίας και να τους φέρουμε κοντά μας, είναι βασική προϋπόθεση να αλλάξουμε αντίληψη απέναντί τους και να μάθουμε να αντιμετωπίζουμε την κατάστασή τους ως κάτι φυσιολογικό. Άλλωστε, αυτή είναι η φυσική εξέλιξη της ζωής. Αυτό συνεπάγεται ότι πρέπει να τους αντιμετωπίζουμε με σεβασμό, αγάπη, υπομονή και κατανόηση. Κατά τη διάρκεια της εξυπηρέτησης δεν πρέπει να δείχνουμε εκνευρισμό και είναι απαραίτητο να τους αφιερώνουμε περισσότερο χρόνο, προκειμένου να τους κάνουμε να νιώσουν ότι είμαστε πάντοτε διαθέσιμοι να τους εξυπηρετήσουμε και να τους συμβουλέψουμε για οτιδήποτε χρειαστούν.

Η συμμόρφωση στη φαρμακευτική αγωγή, ένα δύσκολο έργο

Ως συμμόρφωση στη φαρμακευτική αγωγή ορίζεται η λήψη της σωστής δραστικής ουσίας, στη σωστή ποσότητα, σε συγκεκριμένη χρονική στιγμή στη διάρκεια της ημέρας και για ορισμένο χρονικό διάστημα, σύμφωνα με την οδηγία του θεράποντα ιατρού. Οποιαδήποτε απόκλιση από τα παραπάνω μπορεί να οδηγήσει σε μείωση της αποτελεσματικότητας της θεραπείας, μέχρι και σε επιπλοκές στην υγεία του ασθενούς.

Η μη συμμόρφωση στην αγωγή είναι σύνηθες φαινόμενο σε ασθενείς 3ης ηλικίας, καθώς υπολογίζεται ότι το ½ των ηλικιωμένων χρόνιων ασθενών δεν ακολουθούν πιστά την αγωγή τους. Αυτό συμβαίνει είτε λόγω σύγχυσης από τον μεγάλο αριθμό φαρμάκων, είτε λόγω κούρασης κατά τη διάρκεια μιας χρόνιας θεραπείας. Γενικά, αυτή η συμπεριφορά των ασθενών είναι αποδεκτή ως φυσιολογική από την επιστημονική κοινότητα, καθώς είναι γεγονός ότι η συμμόρφωση στη φαρμακευτική αγωγή απαιτεί μεγάλη προσπάθεια. Ωστόσο για να αντιληφθούμε την αξία της συμμόρφωσης στη φαρμακευτική αγωγή, αξίζει να αναφερθεί ένα απόσπασμα από έκθεση του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας (2003) σύμφωνα με το οποίο:

«Η αντιμετώπιση του προβλήματος της μη συμμόρφωσης στη θεραπεία, θα ήταν πιο σημαντική από οποιαδήποτε πρόοδο στην ιατρική».

Τα αίτια της μη συμμόρφωσης

- **Χρόνιες θεραπείες**. Όσο αυξάνεται η χρονική διάρκεια μιας αγωγής τόσο αυξάνονται και οι πιθανότητες ο ασθενής να μη την ολοκληρώσει σωστά.
- **Ασυμπτωματικές παθήσεις** οι οποίες λόγω της μη εμφάνισης δυσάρεστων συμπτωμάτων επαναπαύουν τον ασθενή και ο ίδιος αποφασίζει να διακόψει την αγωγή.

Tips καλής εξυπηρέτησης

- Τους υποδεχόμαστε πάντα με χαμόγελο, καλωσορίζοντάς τους και αποκαλώντας τους με το μικρό τους όνομα. Με αυτόν τον τρόπο τους κάνουμε να νιώθουν ξεχωριστοί και τους δίνουμε την αίσθηση της οικειότητας.
- Δημιουργούμε θετική ατμόσφαιρα, κάνοντας τους ερωτήσεις άσχετες με την υγεία τους που θα τους κάνουν να χαμογελάσουν.
- Οι ερωτήσεις που τους απευθύνουμε είναι προτιμότερο να μη μπορούν να απαντηθούν μονολεκτικά. Από τέτοιου είδους ερωτήσεις ξεκινάει πιο εύκολα ένας διάλογος και εξελίσσεται σε συζήτηση.
- Περιμένουμε πάντα να ολοκληρώσει ο πελάτης αυτό που θέλει να πει προτού απαντήσουμε.
- Κατά τη διάρκεια της συζήτησης και της εξυπηρέτησης μιλάμε πάντα αργά, καθαρά, δυνατά και κυρίως με απλό λεξιλόγιο. Αν χρειαστεί, χρησιμοποιούμε και τον γραπτό λόγο. Αποφεύγουμε τις λέξεις «γέρος» και «ηλικιωμένος».
- Αφιερώνουμε χρόνο στην επεξήγηση του τρόπου λήψης των φαρμάκων και επαναλαμβάνουμε όσες φορές χρειαστεί.
- Ο χώρος του φαρμακείου πρέπει να είναι κατάλληλα διαμορφωμένος για να τους υποδεχθεί. Να υπάρχει καρέκλα κοντά στον πάγκο, να μην υπάρχουν σκαλοπάτια ή άλλα σημεία που μπορεί να σκοντάψει κάποιο άτομο μεγάλης ηλικίας. Ο φωτισμός θα πρέπει να είναι επαρκής και η σήμανση στα ράφια ευδιάκριτη, ενώ δεν είναι υπερβολή η παρουσία ενός ιδιαίτερου χώρου για πιο προσωπικές συζητήσεις με τους πελάτες.

BAYER

υψηλό επίπεδο Ακρίβειας

Ο μετρητής γλυκόζης αίματος Contour™ XT προσφέρει ευκολία χρήσης και υψηλό επίπεδο ακρίβειας και αξιοπιστίας, που υπερβαίνει τα κριτήρια ISO 15197:2013[1-3].

- **Τεχνολογία ακρίβειας MULTIPULSE** που μέσω 7 παλμών ελαχιστοποιεί τα σφάλματα στα διάφορα στάδια της διαδικασίας μέτρησης.
- **Second-Chance sampling™** που επιτρέπει την επανατοποθέτηση αίματος στην ίδια ταινία μέτρησης σε περίπτωση που το πρώτο δείγμα δεν ήταν αρκετό.
- **Τεχνολογία No Coding™** που εξαλείφει τα σφάλματα λόγω λάθους κωδικοποίησης από τον χρήστη.
- **Γρήγορος χρόνος μέτρησης:** αντίστροφη μέτρηση 5sec.
- **Μικρό δείγμα αίματος:** 0,6μL.

Για διαβητικούς με βασικές ανάγκες μέτρησης

multi pulse Accuracy Technology

Second-Chance Sampling

NO CODING™

Ο μετρητής Contour™ XT χρησιμοποιεί μόνο τις ταινίες μέτρησης Contour™ NEXT

Αναφορές: 1. Bernstein R, Parkes JL, Goldy A, et al. A new strip technology platform for self-monitoring of blood glucose. J Diabetes Sci Technol. 2013;7(5):1386-1399. 2. International Organization for Standardization. In vitro diagnostic test systems-requirements for blood glucose monitoring systems for self-testing in managing diabetes mellitus. Geneva, Switzerland. 2013. 3. Οδηγός Χρήση Contour™ XT.

© 2014 Bayer HealthCare. Με την επιφύλαξη παντός δικαιώματος.

L.GR.DC.02.2014.0014

Για περισσότερες πληροφορίες καλέστε στο
801 11 40 200 (Δευ-Παρ, 8πμ-4μμ)

BAYER Contour next Ταινίες Μέτρησης Γλυκόζης Αίματος

BAYER Contour XT Σύστημα Παρακολούθησης Γλυκόζης Αίματος

- **Πολύπλοκα θεραπευτικά σχήματα**. Η ταυτόχρονη χορήγηση πολλών φαρμάκων και ειδικά σε ηλικιωμένα άτομα προκαλεί σύγχυση και οδηγεί είτε στη λανθασμένη λήψη των φαρμάκων, είτε στη διακοπή της αγωγής με επικίνδυνες συνέπειες για την υγεία του ασθενούς.
- **Προβλήματα μνήμης**. Σ 'αυτή την περίπτωση, ο ασθενής κινδυνεύει από υπερδοσολογία σε περίπτωση που ξεχάσει ότι έχει ήδη λάβει μια δόση ή σε μη αποτελεσματική αγωγή, επειδή θα ξεχάσει τελείως τη λήψη του φαρμάκου.
- **Ανεπιθύμητες ενέργειες και αίσθημα αναποτελεσματικότητας** της θεραπείας, που οδηγούν τον ασθενή σε διακοπή της αγωγής.
- **Έλλειψη σωστών οδηγιών λήψης φαρμάκων.** Αυτό μπορεί να οφείλεται σε παράληψη ή ακόμα και σε λάθος είτε του γιατρού, είτε του φαρμακοποιού.
- **Καθυστέρηση ανανέωσης των φαρμάκων του μηνιαίου κύκλου**. Αυτό μπορεί να συμβαίνει είτε λόγω απλής παράλειψης εκ μέρους του ασθενούς, είτε λόγω οικονομικών προβλημάτων ή ακόμη και λόγω ελλείψεων των φαρμάκων, γεγονός πάρα πολύ σύνηθες τους τελευταίους μήνες.
- **Έλλειψη σωστής ενημέρωσης.** Δυστυχώς, οι Έλληνες ασθενείς δεν είναι επαρκώς ενημερωμένοι σχετικά με την αξία της συμμόρφωσης στη θεραπεία και αγνοούν τις επιπλοκές που μπορεί να προκύψουν από την έλλειψη αυτής.

Τα επακόλουθα της μη συμμόρφωσης

- Το βασικότερο όλων είναι οι επιπλοκές που μπορεί να προκύψουν στην υγεία του ασθενούς. Τις περισσότερες φορές παρατηρείται αναποτελεσματικότητα της αγωγής ή υποτροπή της ασθένειας λόγω της πρόωρης διακοπής λήψης των φαρμάκων. Δεν είναι όμως λίγες οι περιπτώσεις που οι επιπλοκές προκύπτουν από υπερδοσολογία ή λήψη λανθασμένης δραστικής ουσίας.
- Θεωρητικά παρατηρείται μείωση της φαρμακευτικής δαπάνης γεγονός που ευνοεί το δημόσιο. Αυτό βέβαια αναιρείται αν υπολογίσουμε ότι για την αντιμετώπιση των επιπλοκών υγείας συχνά χρειάζεται νοσηλεία των ασθενών και ιατρική παρακολούθηση, γεγονός που αυξάνει τη δαπάνη και επιβαρύνει το δημόσιο σε πολύ μεγαλύτερο βαθμό.
- Σημειώνεται πτώση του τζίρου των φαρμακείων. Χαρακτηριστικά, σε ένα μέσο φαρμακείο με ποσοστό τζίρου σε συνταγογραφούμενα φάρμακα 70-80%, η μείωση του μηνιαίου κύκλου επανάληψης φαρμάκων από 35 σε 28 μέρες, μπορεί να επιφέρει αύξηση στο μηνιαίο τζίρο μέχρι και 5%.
- Καταγράφεται σημαντική απώλεια τζίρου στη φαρμακευτική βιομηχανία. Στην Αμερική υπολογίζεται ότι αυτή η απώλεια που προκαλείται από τη μη συμμόρφωση των ασθενών στη φαρμακευτική τους αγωγή, φτάνει μέχρι και τα 30 εκ. δολάρια ετησίως.

Ο ρόλος του φαρμακοποιού στη συμμόρφωση

Είναι βέβαιο ότι ο φαρμακοποιός από τη θέση που κατέχει μπορεί να συμβάλλει ενεργά στη συμμόρφωση των ασθενών με τη θεραπεία τους. Αυτό βέβαια δεν μπορεί να συμβεί αν περιοριζόμαστε στην απλή εκτέλεση των συνταγών.

Είναι αναγκαίο να βελτιωθούν οι παροχές και η ποιότητα επικοινωνίας με τους πελάτες μας, ιδιαίτερα με αυτούς της 3ης ηλικίας.

Δεν αρκεί να αναφέρουμε τον τρόπο λήψης των φαρμάκων!

Χρειάζεται να αφιερώσουμε χρόνο για να πληροφορήσουμε τον πελάτη σχετικά με την ασθένειά του, πως λειτουργούν τα φάρμακά του και γιατί είναι σημαντικό να τα λαμβάνει σωστά, τονίζοντας τα οφέλη της μακρόχρονης θεραπείας, αλλά και τα δυσάρεστα αποτελέσματα που μπορεί να επιφέρει η λανθασμένη λήψη της αγωγής. Ένα από τα βασικά μας καθήκοντα, ειδικά όταν εξυπηρετούμε ασθενείς που λαμβάνουν μεγάλο αριθμό φαρμάκων όπως οι ηλικιωμένοι, είναι να δίνουμε αναλυτικές γραπτές οδηγίες λήψης, δημιουργώντας ένα εβδομαδιαίο πλάνο, ενώ δεν πρέπει να παραλείπουμε να παροτρύνουμε τους ηλικιωμένους ασθενείς να χρησιμοποιούν τις ειδικές θήκες χαπιών, οι οποίες θα τους βοηθούν να θυμούνται τη λήψη των φαρμάκων τους.

Παράλληλα, η ενημέρωση των ασθενών σχετικά με την αξία της συμμόρφωσης με τη φαρμακευτική αγωγή μπορεί να γίνεται καθημερινά και εντατικά στο χώρο του φαρμακείου με τη διανομή ενημερωτικών φυλλαδίων ή ακόμη και την οργάνωση ειδικών εκδηλώσεων πληροφόρησης για το συγκεκριμένο θέμα.

Οι δυνατότητες που υπάρχουν για την ενίσχυση της συμμόρφωσης στη θεραπεία είναι πολύ μεγάλες, αλλά δυστυχώς δεν διαθέτουμε την υποδομή για να τις κάνουμε πραγματικές.

Δύο χαρακτηριστικά παραδείγματα από το εξωτερικό μας δείχνουν αυτή την κατεύθυνση:

Πιο συγκεκριμένα, στη Γαλλία υπάρχουν ήδη οργανωμένα τμήματα ενημέρωσης και κατάρτισης γιατρών και φαρμακοποιών, τα οποία αναλαμβάνουν να εκπαιδεύσουν τους επιστήμονες υγείας σχετικά με τους τρόπους προσέγγισης και επικοινωνίας με ηλικιωμένους και χρόνιους ασθενείς.

Στον Καναδά επίσης, φαρμακεία διαθέτουν άτομα που αναλαμβάνουν να υπενθυμίζουν τηλεφωνικά στους ασθενείς τη μηνιαία επανάληψη της αγωγής τους. Σε περίπτωση που ο ασθενής αρνηθεί, αναλαμβάνουν να τον καλέσουν σε συνάντηση με τον φαρμακοποιό προκειμένου να βρεθεί ο λόγος για τον οποίο ο ασθενής αποφάσισε να διακόψει την αγωγή του και στη συνέχεια, αν αυτό κριθεί απαραίτητο, επιδιώκεται συνάντηση και με τον θεράποντα ιατρό.

Μπορεί όλα αυτά να μοιάζουν ανέφικτα για την Ελλάδα, αλλά τίποτα δεν θα μπορέσει να εξελιχθεί αν δεν ξεκινήσει από κάπου, και εμείς οι φαρμακοποιοί μπορούμε να κάνουμε την αρχή. Άλλωστε, οι Έλληνες φαρμακοποιοί φημιζόμαστε για την ιδιαίτερη σχέση που αναπτύσσουμε με τους πελάτες μας και κυρίως με τους ηλικιωμένους.

Είναι καιρός να κάνουμε ένα βήμα παραπάνω! ■

ΝΕΑ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑ

ΜΕΤΡΗΤΗΣ ΣΑΚΧΑΡΟΥ

GlucoMen® areo

Ήρθε με... ΑΝΕΠΑΦΗ ΜΕΤΑΦΟΡΑ

- Ανέπαφη μεταφορά δεδομένων (NFC)
- Δείκτες γεύματος & άσκησης
- Αντιστάθμιση αιματοκρίτη
- Αντιστάθμιση θερμοκρασίας
- Μεγάλη φωτιζόμενη οθόνη
- Ρυθμιζόμενοι δείκτες Υπό/Υπέρ-γλυκαιμίας

...και άλλα πολλά!

Πληροί τις απαιτήσεις του ISO 15197:2013 2η έκδοση

AODICTAD

MENARINI diagnostics
μέλος του φαρμακευτικού ομίλου the MENARINI Group (έδρα Φλωρεντία, Ιταλία)

Λεωφ. Βουλιαγμένης 575, 16451 Αργυρούπολη
Γραμμή Εξυπηρέτησης: 801 11 00500 *(210 9944 050 από κινητό)*
e-mail: inform@menarinidiagnostics.gr • www.menarinidiagnostics.gr

ελέγχουμε το διαβήτη™

15 ΦΥΤΑ που αξίζει να γνωρίζουμε

για αδυνάτισμα, τόνωση, στρες, για τη γυναίκα και τον άνδρα

Η φύση είναι γεμάτη με φυτά που έχουν μελετηθεί και χρησιμοποιηθεί παραδοσιακά για την ωφέλιμη δράση τους στον ανθρώπινο οργανισμό. Ιδιαίτερο ενδιαφέρον παρουσιάζουν ορισμένα από αυτά που φαίνεται ότι μπορούν να βοηθήσουν στο αδυνάτισμα, την τόνωση του οργανισμού, σε περιόδους στρες ή στην υποστήριξη συγκεκριμένων γυναικείων ή ανδρικών αναγκών. Ας τα δούμε λοιπόν…

ΓΙΑ ΑΔΥΝΑΤΙΣΜΑ

Το αδυνάτισμα είναι μια πραγματικά δύσκολη υπόθεση και προϋποθέτει μια ολοκληρωμένη προσπάθεια που θα περιλαμβάνει οπωσδήποτε μια ισορροπημένη διατροφή και ιδανικά και άσκηση. Συνδυαστικά με αυτά, κάποια φυτά μπορούν να βοηθήσουν είτε προάγοντας τις καύσεις, είτε βοηθώντας στην αποτοξίνωση του οργανισμού είτε υποστηρίζοντάς τον διατροφικά.

1. Πράσινος καφές

Ο πράσινος καφές (Green Coffee, *Coffea arabica*) είναι μη καβουρδισμένος καφές, πλούσιος σε χλωρογενικό οξύ. Το χλωρογενικό οξύ μπορεί, σύμφωνα με μελέτες, να ενισχύσει τη χρησιμοποίηση του λίπους έναντι των υδατανθράκων για την παραγωγή ενέργειας (καύση λίπους) και να συμβάλλει στη διατήρηση φυσιολογικών επιπέδων γλυκόζης στο αίμα. Επίσης, ο συνδυασμός του με την καφεΐνη στον πράσινο καφέ έχει αποδειχθεί ότι προάγει τη λιπόλυση και αυξάνει τη θερμογένεση (περισσότερες καύσεις).

Ο πράσινος καφές προσφέρει, επιπλέον, αντιοξειδωτική προστασία λόγω της υψηλής του περιεκτικότητας σε αντιοξειδωτικά. Μπορεί να προταθεί σε άτομα που ακολουθούν προγράμματα για απώλεια βάρους ανεξαρτήτως από το αν αυτά γυμνάζονται ή όχι.

Συμβουλή: Επιλέγουμε ένα συμπλήρωμα διατροφής που θα περιέχει τυποποιημένο εκχύλισμα από κόκκους πράσινου καφέ και θα αναγράφει την ακριβή ποσότητα χλωρογενικού οξέος ανά ταμπλέτα.
Τι πρέπει να προσέξουμε: Ο πράσινος καφές περιέχει καφεΐνη και πρέπει να αποφεύγεται ή να λαμβάνεται με προσοχή από άτομα που έχουν προβλήματα στον ύπνο, ή τους έχει συστηθεί από γιατρό να αποφεύγουν την καφεΐνη ή είναι ευαίσθητα σε αυτήν (μπορεί να προκαλέσει ταχυπαλμία, αϋπνία, ένταση, ευερεθιστικότητα κ.λπ). Επίσης, οι διαβητικοί θα πρέπει να ενημερώνονται ότι η κατανάλωσή του μπορεί να επηρεάσει τα επίπεδα του ζαχάρου τους στο αίμα.

Από την **ΙΩΑΝΝΑ ΑΝΤΩΝΙΑΔΟΥ**,

Βιολόγο BSc MSc, Επιστημονική σύμβουλο της Douni Health Products AE

2. Safflower

Παρόλο που ίσως λίγοι το γνωρίζουν, το safflower (*Carthamus tinctorius*) είναι η βασική πηγή του CLA που χρησιμοποιείται σε πολλά συμπληρώματα διατροφής. Το CLA (conjugated linoleic acid ή συζευγμένο λινολεϊκό οξύ) είναι ένα απαραίτητο λιπαρό οξύ που σύμφωνα με μελέτες βοηθά στη μείωση του σωματικού λίπους και παράλληλα στη διατήρηση της μυϊκής μάζας. Σε μελέτη κατά τη διάρκεια της οποίας χορηγήθηκε CLA σε υπέρβαρα άτομα, παρατηρήθηκε μείωση στο σωματικό τους λίπος κατά περίπου 9%. Σε άλλη μελέτη, άτομα που γυμνάζονταν και λάμβαναν 1,8g CLA ανά ημέρα για 12 εβδομάδες, παρουσίασαν μια σημαντική μείωση στο σωματικό λίπος συγκριτικά με εκείνα που έλαβαν placebo. Το CLA μπορεί να προταθεί σε άτομα που ακολουθούν κάποιο πρόγραμμα για απώλεια βάρους που περιλαμβάνει φυσική δραστηριότητα ή σε άτομα με φυσιολογικό βάρος που θέλουν να μειώσουν το ποσοστό λίπους στο σώμα τους και να αυξήσουν εκείνο του μυϊκού ιστού.

Συμβουλή: Επιλέγουμε συμπληρώματα διατροφής που περιέχουν Tonalin CLA ή Clarinol CLA και τα προτείνουμε παράλληλα με διατροφή και άσκηση.
Τι πρέπει να προσέξουμε: Είναι πιθανό ένα άτομο που χρησιμοποιεί CLA να βλέπει διαφορά στο σώμα του αλλά όχι στα κιλά του, ειδικά τον πρώτο καιρό. Αυτό εξηγείται από το γεγονός ότι το CLA παράλληλα με την καύση του λίπους, βοηθά στην αύξηση του μυϊκού ιστού, ο οποίος είναι πιο βαρύς από το λιπώδη.

3. Πράσινο τσάι

Το πράσινο τσάι (Green Tea, *Camelia sinensis*) είναι ιδιαίτερα γνωστό για τις αντιοξειδωτικές και αποτοξινωτικές του ιδιότητες. Παρόλο που οι απόψεις σχετικά με τη δράση του στο αδυνάτισμα διίστανται, το πράσινο τσάι είναι μια πολύ καλή πρόταση για τα άτομα που ξεκινούν μια διατροφή για απώλεια βάρους, επειδή βοηθά στη διούρηση και στην απομάκρυνση των τοξινών. Επιπλέον, η υψηλή του περιεκτικότητα σε πολυφαινόλες το καθιστά μια εξαιρετική πηγή αντιοξειδωτικών που ενισχύουν το ανοσοποιητικό σύστημα, μειώνουν το οξειδωτικό στρες στο σώμα, καθυστερούν τη γήρανση και μειώνουν τον κίνδυνο για προβλήματα υγείας που μπορεί να εμφανιστούν μελλοντικά, όπως οι καρδιαγγειακές παθήσεις.

Συμβουλή: Επιλέγουμε τυποποιημένο εκχύλισμα φύλλων πράσινου τσαγιού πλούσιο σε πολυφαινόλες σε περιόδους που υπάρχει έντονη ανάγκη αποτοξίνωσης.
Τι πρέπει να προσέξουμε: Το πράσινο τσάι είναι γενικά ασφαλές, αλλά περιέχει καφεΐνη και πρέπει να λαμβάνεται με προσοχή από άτομα με διαταραχές στον ύπνο ή ευαίσθητα σε αυτήν (μπορεί να προκαλέσει ταχυπαλμία, αϋπνία, ένταση, ευερεθιστικότητα κ.λπ., ειδικά όταν καταναλώνεται σε μεγάλες ποσότητες).

4. Acai

Το Acai (*Euterpe oleracea Mart.*) με τα χαρακτηριστικά μωβ του μούρα είναι μια από τις γνωστότερες υπερτροφές. Περιέχει ισχυρά αντιοξειδωτικά, όπως πολυφαινόλες, φλαβονοειδή, προανθοκυανίνες και ανθοκυανίνες, καθώς και βιταμίνες (B1, B2, B3, C & E), μέταλλα (κάλιο, νάτριο, ασβέστιο, μαγνήσιο, σίδηρο, χαλκό, ψευδάργυρο, φώσφορο και θείο), αμινοξέα, φυτικές στερόλες και ωμέγα-6 & 9, απαραίτητα λιπαρά οξέα. Η υψηλή θρεπτική αξία του και περιεκτικότητά του σε αντιοξειδωτικά, του έχουν δώσει τη φήμη ενός αντιγηραντικού «super-food». Το Acai αναδείχθηκε από την εκπομπή της Oprah Winfrey, όπου δεν προβλήθηκε μόνο η ισχυρή αντιοξειδωτική του δράση, η υψηλή περιεκτικότητά του σε θρεπτικά συστατικά και οι αντιγηραντικές του ιδιότητες, αλλά και τα οφέλη του ως ένα μέσο για την αύξηση του χαμηλού μεταβολισμού.

Συμβουλή: Δεν θα πρέπει να μπερδεύουμε τις υπερτροφές με τις πολυβιταμίνες. Οι υπερτροφές περιέχουν πολλά θρεπτικά συστατικά αλλά συνήθως σε μικρότερες ποσότητες από τις πολυβιταμίνες. Αν υπάρχουν κενά στη διατροφή, προτείνουμε πολυβιταμίνες. Αν θέλουμε μια γενική τόνωση του οργανισμού, μπορούμε να επιλέξουμε μια υπερτροφή.
Τι πρέπει να προσέξουμε: Το Acai θεωρείται γενικά ασφαλές.

Γυναίκες και άντρες δεν είμαστε ίδιοι.
*Γιατί να είναι οι **πολυβιταμίνες** μας;*

Vitabiotics **wellwoman**
ειδικά για τη γυναίκα

Vitabiotics **wellman**
ειδικά για τον άντρα

fullbox

Γυναίκες και άντρες δεν είμαστε ίδιοι. Γιατί να είναι οι πολυβιταμίνες μας; Τώρα, ο καθένας έχει τη δική του! ***Wellman,*** ειδικά για τον άντρα και ***Wellwoman,*** ειδικά για τη γυναίκα! Με βιταμίνες και ιχνοστοιχεία που δίνουν τόνωση και ενέργεια, θωρακίζουν τον οργανισμό, ενισχύουν το ανοσοποιητικό και βοηθούν στην καλή λειτουργία σώματος και πνεύματος.

Και για τις πλικίες 50 και άνω,
Wellman και Wellwoman 50 plus.

Πολυβιταμίνες Wellman και Wellwoman. Well being, για τον καθένα ξεχωριστά.

Συμπληρώματα διατροφής. Δεν υποκαθιστούν την ισορροπημένη διατροφή.
Αρ. Γνωστ. ΕΟΦ: Wellwoman Original 58643/06-10-2005, Wellwoman 50+ 74933/30-09-2013, Wellwoman Sport & Fitness 74931/30-09-2013
Αρ. Γνωστ. ΕΟΦ: Wellman Original 58644/06-10-2005, Wellman 50+ 70840/05-10-2012, Wellman Sport 74932/30-09-2013

Douni health products
ΑΠΟΚΛΕΙΣΤΙΚΟΣ ΑΝΤΙΠΡΟΣΩΠΟΣ • Τ 210 9941451 • E info@douni.gr
www.douni.gr

Like us facebook.com/VitabioticsGreece

VITABIOTICS
SCIENCE OF HEALTHY LIVING

ΓΙΑ ΕΝΕΡΓΕΙΑ & ΤΟΝΩΣΗ

Πολλά είναι τα φυτά που μπορούν να δώσουν ενέργεια. Ένα από τα πιο γνωστά είναι το Guarana (γκουαρανά).

5. Guarana

Το Guarana *(Paullinia cupana)*, με τις χαρακτηριστικές συστάδες, με τα μικρά κατακόκκινα φρούτα του είναι ένα από τα πιο γνωστά «ενεργειακά» φυτά και χρησιμοποιείται εδώ και αιώνες για την ενίσχυση των επιπέδων της ενέργειας και τη μείωση της σωματικής και πνευματικής κόπωσης. Τα οφέλη του αποδίδονται στην καφεΐνη, την guaranine και άλλα δραστικά συστατικά που περιέχονται κυρίως στα φρούτα του. Το Guarana προσφέρει ενέργεια που διαρκεί, χωρίς να παρατηρούνται σκαμπανεβάσματα στα επίπεδά της όπως συμβαίνει με άλλες πηγές καφεΐνης ή άλλες διεγερτικές ουσίες. Βοηθά ιδιαίτερα σε περιπτώσεις αδυναμίας, ατονίας ή κόπωσης που οφείλονται στη ζέστη, κατά την οδήγηση, σε περιόδους εξετάσεων ή έντονου στρες ή ακόμα και κατά τη διάρκεια έντονης πνευματικής ή σωματικής δραστηριότητας.

Συμβουλή: Προτείνουμε τη λήψη του το πρωί ή μέχρι το μεσημέρι. Μπορεί να χρησιμοποιηθεί και για την ενίσχυση των επιπέδων της ενέργειας πριν από αθλητικές δραστηριότητες.
Τι πρέπει να προσέξουμε: Το Guarana δεν προτείνεται σε άτομα με υψηλή πίεση και σε άτομα που πρέπει να αποφεύγουν την καφεΐνη ή είναι ευαίσθητα σε αυτήν.

ΓΙΑ ΣΤΡΕΣ, ΑΫΠΝΙΑ, ΔΙΑΤΑΡΑΧΕΣ ΔΙΑΘΕΣΗΣ

Το στρες, η αϋπνία και οι διαταραχές διάθεσης αποτελούν προβλήματα ιδιαίτερα συνήθη στη σύγχρονη εποχή. Η φύση έχει προνοήσει και για αυτά!

6. Χρυσή ρίζα (Rhodiola)

Η χρυσή ρίζα (*Rhodiola rosea*), περισσότερο γνωστή ως Rhodiola, είναι ένα βότανο με προσαρμοσιογόνο δράση που έχει την ικανότητα να βοηθάει τον οργανισμό να ανταπεξέλθει σε διάφορα είδη στρες, όπως χημικό, βιολογικό ή σωματικό. Σύμφωνα με μελέτες, η Rhodiola συμβάλλει στην αύξηση της πνευματικής και σωματικής απόδοσης, τη μείωση της κόπωσης λόγω αυξημένου άγχους, την οξυγόνωση του εγκεφάλου και των μυών και την ενίσχυση των επιπέδων της ενέργειας. Επίσης, επιδρά θετικά στο νευρικό σύστημα αυξάνοντας τη διάρκεια της αυτοσυγκέντρωσης και βελτιώνοντας τη μνήμη, τη διάθεση, την πνευματική ικανότητα και την απόδοση στην εργασία. Η Rhodiola θεωρείται ιδανική για άτομα που νιώθουν ατονία, έχουν μειωμένη απόδοση στην εργασία ή εμφανίζουν διάφορα συμπτώματα, όπως δυσκολία στον ύπνο, ευερεθιστικότητα ή κεφαλαλγίες, που προκύπτουν από έντονη φυσική ή πνευματική καταπόνηση.

Συμβουλή: Επιλέγουμε τυποποιημένο εκχύλισμα ρίζας Rhodiola για να εξασφαλίσουμε σταθερή περιεκτικότητα και αποτελεσματικότητα.
Τι πρέπει να προσέξουμε: Η Rhodiola θεωρείται από τα πιο ασφαλή βότανα και δεν υπάρχουν ιδιαίτερες αντενδείξεις. Παρόλα αυτά, αν χρησιμοποιούνται φάρμακα που επιδρούν στο κεντρικό νευρικό σύστημα, προτείνεται να λαμβάνεται η σύμφωνη γνώμη του γιατρού.

7. Σιβηριανό Τζίνσενγκ

Το Σιβηριανό Τζίνσενγκ (Siberian Ginseng, *Eleutherococcus senticosus)* είναι ένα βότανο με προσαρμοσιογόνο δράση το οποίο, σύμφωνα με μελέτες, προσφέρει ευεξία και βελτιώνει την ικανότητα του οργανισμού να αντιμετωπίζει το στρες. Πιο συγκεκριμένα, βοηθά το σώμα να μεταβολίσει τα βλαβερά λακτικά και πυροσταφυλικά οξέα που απελευθερώνονται σε καταστάσεις στρες, ενώ ταυτόχρονα βοηθά στην παραγωγή ενέργειας. Το Σιβηριανό Τζίνσενγκ είναι ιδανικό για άτομα με άγχος ή που εργάζονται σε περιβάλλον με πυρετώδεις ρυθμούς καθώς μπορεί να βοηθήσει στη βελτίωση της σωματικής και πνευματικής απόδοσης, έχει διεγερτική δράση και βοηθά το σώμα να ανταπεξέλθει στις αυξημένες απαιτήσεις.

Συμβουλή: Επιλέγουμε τυποποιημένο εκχύλισμα ρίζας Σιβηριανού Τζίνσενγκ για να εξασφαλίσουμε σταθερή περιεκτικότητα και αποτελεσματικότητα.
Τι πρέπει να προσέξουμε: Σε ευαίσθητα άτομα μπορεί να προκαλέσει ταραχή ή ταχυκαρδία. Να αποφεύγεται σε άτομα με υπέρταση. Συνήθως προτείνεται η διακοπή της χρήσης του για 1-3 εβδομάδες μετά από 30-60 ημέρες χρήσης (ακολουθείτε τις οδηγίες του εκάστοτε προϊόντος).

8. Βαλεριάνα

Η βαλεριάνα (*Valeriana officinalis*) θεωρείται ένα φυσικό ηρεμιστικό και υπνωτικό που έχει χρησιμοποιηθεί παραδοσιακά για την αντιμετώπιση της ευερεθιστικότητας, της νευρικότητας, της αϋπνίας και σε καταστάσεις υστερίας. Σύμφωνα με μελέτες, άτομα που υπέφεραν από αϋπνίες και χρησιμοποίησαν βαλεριάνα είχαν γενικά ευκολότερη και πιο ήσυχη μετάβαση στον ύπνο από άτομα που λάμβαναν τυπικά υπνωτικά ή κάποιο άλλο σκεύασμα τέτοιου τύπου. Επίσης, έχει αποδειχθεί ότι η βαλεριάνα βοηθά στη διατήρηση της ποιότητας και της διάρκειας του ύπνου, μειώνει το συχνό ξύπνημα, την ένταση και την ανησυχία και σε αντίθεση με μερικά φάρμακα, εξασφαλίζει έναν υγιή ύπνο, χωρίς να υπάρχει αίσθηση κούρασης την επόμενη ημέρα.

Συμβουλή: Επιλέγουμε τυποποιημένο εκχύλισμα ρίζας βαλεριάνας για να εξασφαλίσουμε σταθερή περιεκτικότητα και αποτελεσματικότητα.
Τι πρέπει να προσέξουμε: Η βαλεριάνα είναι ένα ισχυρό βότανο και έχει θεραπευτική δράση. Δεν πρέπει να λαμβάνεται παράλληλα με ηρεμιστικά, υπνωτικά ή άλλα φάρμακα που επηρεάζουν το κεντρικό νευρικό σύστημα χωρίς τη συμβουλή γιατρού. Επίσης, ενδέχεται να μειώσει την εγρήγορση.

9. Βαλσαμόχορτο

Το βαλσαμόχορτο (*Hypericum perforatum*), γνωστό και ως βότανο του Αγίου Ιωάννη (St. John's Wort) ή υπερικόν, έχει χρησιμοποιηθεί παραδοσιακά για τις ηρεμιστικές και αντικαταθλιπτικές του ιδιότητες. Η υπερισίνη, που περιέχεται στο βαλσαμόχορτο, έχει ηρεμιστικές και καταπραϋντικές ιδιότητες. Σύμφωνα με μελέτες, το εκχύλισμα από βαλσαμόχορτο μπορεί να μετριάσει τα συμπτώματα της κατάθλιψης, αυξάνοντας τη διαθεσιμότητα ορισμένων νευροδιαβιβαστών, όπως της σεροτονίνης, της νορεπινεφρίνης και της ντοπαμίνης στον εγκέφαλο, ενώ παράλληλα μπορεί να βελτιώσει συμπτώματα όπως η νευρικότητα. Μπορεί να βοηθήσει και σε εποχιακές συναισθηματικές διαταραχές.

Συμβουλή: Επιλέγουμε τυποποιημένο εκχύλισμα βαλσαμόχορτου για να εξασφαλίσουμε σταθερή περιεκτικότητα και αποτελεσματικότητα.
Τι πρέπει να προσέξουμε: Το βαλσαμόχορτο δεν πρέπει να λαμβάνεται σε συνδυασμό με αντικαταθλιπτικά φάρμακα. Επίσης, μπορεί να επηρεάσει την αποτελεσματικότητα ορισμένων φαρμάκων, π.χ. να μειώσει τη δράση των αντισυλληπτικών και των αντιισταμινικών. Σε μερικά άτομα μπορεί να παρατηρηθεί φωτοευαισθησία έπειτα από λήψη αφεψήματος από τα φύλλα του. Το πτητικό έλαιο του βοτάνου έχει ερεθιστικές ιδιότητες.

ΕΙΔΙΚΑ ΓΙΑ ΤΗ ΓΥΝΑΙΚΑ

Η ζωή κάθε γυναίκας είναι μια πρόκληση καθώς από πολύ μικρή ηλικία και για όλη της τη ζωή καλείται να αντιμετωπίσει διάφορες επώδυνες ή άβολες καταστάσεις, όπως την εμμηνόρροια, την εμμηνόπαυση, διαταραχές στις ορμόνες κ.α. Ορισμένα φυτά μπορούν να βοηθήσουν σημαντικά στη γυναικεία υγεία.

10. Λυγαριά

Η λυγαριά (*Vitex agnus castus*) είναι ένα βότανο που χρησιμοποιείται παραδοσιακά για την αντιμετώπιση των προεμμηνορροϊκών και εμμηνορροϊκών συμπτωμάτων. Μελέτες έχουν δείξει ότι συμβάλλει στη μείωση της ευαισθησίας, της διόγκωσης και του πόνου στο στήθος και την κοιλιά, των διαταραχών στη διάθεση, της ευερεθιστότητας, της νευρικότητας, της ακμής και άλλων συμπτωμάτων που σχετίζονται με την εμμηνόρροια. Η λυγαριά συμβάλλει στη ρύθμιση των ορμονών ειδικά κατά τις 15 τελευταίες ημέρες του κύκλου, εξομαλύνοντας τα επίπεδα της προγεστερόνης και μειώνοντας τα αυξημένα επίπεδα της προλακτίνης που ευθύνονται για πολλά από τα συμπτώματα του προεμμηνορροϊκού συνδρόμου (PMS).

Συμβουλή: Επιλέγουμε τυποποιημένο εκχύλισμα καρπών λυγαριάς για να εξασφαλίσουμε σταθερή περιεκτικότητα και αποτελεσματικότητα.
Τι πρέπει να προσέξουμε: Η λυγαριά μπορεί να αλληλεπιδράσει με φαρμακευτική αγωγή με ορμόνες (θεραπεία ορμονικής υποκατάστασης, δια στόματος χορηγούμενα αντισυλληπτικά ή ορμόνες φύλου). Αν λαμβάνονται τέτοια φάρμακα, είναι απαραίτητη η σύμφωνη γνώμη του γιατρού που τα έχει χορηγήσει. Σπάνια μπορεί να εμφανιστούν πονοκέφαλοι, αυξημένη ροή περιόδου ή αλλεργικές αντιδράσεις.

11. Νυχτολούλουδο

Το νυχτολούλουδο (Evening Primrose, *Oenothera*) έχει επίσης μελετηθεί για τη δράση του στη μείωση των συμπτωμάτων του προεμμηνορροϊκού συνδρόμου (PMS) και ιδιαίτερα το έλαιο από τους σπόρους και τα άνθη του. Το έλαιο νυχτολούλουδου είναι πλούσιο σε ωμέγα-6 λιπαρά οξέα, όπως το GLA (γάμμα λινολενικό οξύ). Το GLA μετατρέπεται στο σώμα σε προσταγλανδίνη Ε1, η οποία μπορεί να μειώσει τη δράση της προλακτίνης που είναι υπεύθυνη για μερικά συμπτώματα του PMS. Μελέτες δείχνουν ότι το έλαιο νυχτολούλουδου συμβάλλει στη μείωση του πόνου και της ευαισθησίας στο στήθος, του κοιλιακού πόνου, της κατάθλιψης, της ευερεθιστικότητας και της κατακράτησης υγρών που σχετίζονται με το PMS. Τα ωμέγα-6 μπορούν επίσης να συμβάλλουν στη γενική υγεία κατά την κλιμακτήριο, στην υγεία του δέρματος και της καρδιάς και στη μείωση του πόνου στο στήθος στις γυναίκες που θηλάζουν.

Συμβουλή: Επιλέγουμε τυποποιημένο εκχύλισμα νυχτολούλουδου για να εξασφαλίσουμε σταθερή περιεκτικότητα και αποτελεσματικότητα.
Τι πρέπει να προσέξουμε: Η χρήση του νυχτολούλουδου θεωρείται γενικά ασφαλής αλλά πρέπει να λαμβάνεται η σύμφωνη γνώμη του γιατρού πριν τη χρήση του αν λαμβάνονται ισχυρά αντιπηκτικά φάρμακα.

12. Κόκκινο Τριφύλλι

Το κόκκινο τριφύλλι (Red Clover, *Trifolium pratense*) χρησιμοποιείται από αρχαιοτάτων χρόνων για τις ευεργετικές του δράσεις σε διαφόρους τομείς της υγείας. Ιδιαίτερο ενδιαφέρον παρουσιάζει η δράση του κατά την εμμηνόπαυση, η οποία αποδίδεται στις περιεχόμενες σε αυτό ισοφλαβόνες, που είναι φυτοοιστρογόνα. Τα φυτοοιστρογόνα μιμούνται τη δράση των οιστρογόνων στο γυναικείο σώμα μέσω της πρόσδεσής τους σε υποδοχείς των οιστρογόνων. Με τον τρόπο αυτό, συμβάλλουν στη ρύθμιση των ορμονών και τη μείωση των συμπτωμάτων της εμμηνόπαυσης, όπως των εξάψεων, των εφιδρώσεων, της νευρικότητας κ.α. Μετα-ανάλυση κατά την οποία εξετάστηκαν 174 τυχαιοποιημένες μελέτες ελέγχου κατέληξε στο συμπέρασμα ότι, τα συμπληρώματα με φυτοοιστρογόνα είναι ασφαλή και δεν υπήρχε στατιστικά σημαντική αύξηση στο ποσοστό κολπικής αιμορραγίας, υπερπλασίας του ενδομητρίου, καρκίνου του ενδομητρίου και καρκίνου του στήθους στις γυναίκες που τα χρησιμοποίησαν.

Συμβουλή: Επιλέγουμε τυποποιημένο εκχύλισμα από τα άνθη του κόκκινου τριφυλλιού που να αναφέρει την ποσότητα των ισοφλαβονών.
Τι πρέπει να προσέξουμε: Η χρήση του δεν προτείνεται σε γυναίκες που ακολουθούν θεραπεία ορμονικής υποκατάστασης ή παίρνουν ισχυρά αντιπηκτικά φάρμακα, εκτός αν αυτό προταθεί από γιατρό. Σε αντίθεση με τις ισοφλαβόνες από σόγια, οι ισοφλαβόνες από κόκκινο τριφύλλι μπορούν να ληφθούν από άτομα με ιστορικό τροφικών αλλεργιών (στη σόγια ή αλλού) καθώς το κόκκινο τριφύλλι δεν προκαλεί αλλεργίες.

13. Cranberry

Το Cranberry (κράνμπερι, *Vaccinium macrocarpon*) είναι ένα φυτό που έχει συνδεθεί με την υγεία του ουροποιητικού συστήματος και την προστασία από ουρολοιμώξεις. Τα φρούτα του είναι πλούσια σε προανθοκυανιδίνες, οι οποίες αποτρέπουν την προσκόλληση και τον πολλαπλασιασμό παθογόνων μικροοργανισμών στο ουροποιητικό, μειώνοντας έτσι τον κίνδυνο ουρολοίμωξης. Μελέτες υποστηρίζουν ότι οι προανθοκυανιδίνες μπορούν να δράσουν και ενάντια στην *E.coli*, βακτήριο που ευθύνεται για το μεγαλύτερο ποσοστό των ουρολοιμώξεων. Άλλη μελέτη έδειξε ότι το Cranberry εμποδίζει την προσκόλληση της *E.coli* και στα επιθηλιακά κύτταρα του κόλπου. Φαίνεται λοιπόν ότι μπορεί να μειώσει και τον κίνδυνο κολπικών λοιμώξεων, ο οποίος μάλιστα είναι αυξημένος στις γυναίκες που υποφέρουν από επανεμφανιζόμενες ουρολοιμώξεις. Η αποτελεσματικότητα του Cranberry έχει αποδειχθεί τόσο σε νεαρές γυναίκες, όσο και σε γυναίκες μεγάλης ηλικίας, με ή χωρίς ιστορικό ουρολοιμώξεων.

Συμβουλή: Επιλέγουμε τυποποιημένο εκχύλισμα καρπών Cranberry, πλούσιο σε προανθοκυανιδίνες.
Τι πρέπει να προσέξουμε: Το Cranberry δεν πρέπει να χρησιμοποιείτε ως υποκατάστατο της αντιβίωσης. Μπορεί να λαμβάνεται παράλληλα με αυτή και σύμφωνα με τις οδηγίες του γιατρού, ενώ προτείνεται να χρησιμοποιείται και αφού ολοκληρωθεί η λήψη της αντιβίωσης προκειμένου να αποφευχθεί η υποτροπή της λοίμωξης.

pantoprazole

Pantium®

40mg

flying**colours**

PAN-ADV-01/2012

WinMedica
Serving Health for Life

ΑΘΗΝΑ: Παπαδιαμαντοπούλου 41, Τ.Κ. 115 28, Ιλίσια
Τηλ.: 210 7488 821-858-860 Fax: 210 7488 827, Τηλ. Παραγγελιών: 210 7488 839 • E-mail: info@winmedica.gr
ΘΕΣ/ΝΙΚΗ: Εθν. Αντιστάσεως 74 & Αίαντος, Τ.Κ. 551 33, Τηλ. 2310-488658 • Fax: 2310 488659

www.winmedica.gr
Για περαιτέρω επιστημονικές πληροφορίες απευθυνθείτε στο επιστημονικό τμήμα της WinMedica

ΕΙΔΙΚΑ ΓΙΑ ΤΟΝ ΑΝΔΡΑ

Οι άνδρες συχνά αναζητούν τρόπους για να ενισχύσουν τη λίμπιντο και τη σεξουαλική τους υγεία ή να διατηρήσουν την υγεία του προστάτη τους.

14. Maca

Το Maca (*Lepidium meyenii*) έχει χρησιμοποιηθεί παραδοσιακά για τη βελτίωση της ανδρικής σεξουαλικής υγείας και λειτουργίας, την αύξηση της αντοχής και την καταπολέμηση της κόπωσης, δράση για την οποία αναφέρεται συχνά και ως "Περουβιανό τζίνσενγκ". Υγιείς άνδρες που δοκίμασαν το Maca ανέφεραν βελτίωση στη λίμπιντο και σε μελέτη παρατηρήθηκε βελτίωση στον αριθμό και την κινητικότητα των σπερματοζωαρίων. Η δράση του Maca πιθανώς εξηγείται από την υψηλή περιεκτικότητά του σε αμινοξέα και άλλα θρεπτικά συστατικά. Η ρίζα του περιέχει αργινίνη, ιστιδίνη, φαινυλαλανίνη και τυροσίνη. Η αργινίνη έχει αποδειχθεί κλινικά ότι συμβάλλει στην ανδρική γονιμότητα, καθώς αυξάνει την παραγωγή και την κινητικότητα των σπερματοζωαρίων. Επίσης, βοηθά στην παραγωγή του νιτρικού οξειδίου και έχει αγγειοδιασταλτική δράση (ιδιότητα που έχει και η ιστιδίνη), με αποτέλεσμα να αυξάνεται η ροή του αίματος προς τα γεννητικά όργανα και να βελτιώνεται η σεξουαλική λειτουργία. Η ρίζα του Maca περιέχει επίσης υδατάνθρακες, φυτικές ίνες, βιταμίνες (B1, B2, B12, C και E), μέταλλα (ασβέστιο, ιώδιο, κάλιο, σίδηρο, μαγνήσιο, ψευδάργυρο κ.α.), αλκαλοειδή, ταννίνες, στερόλες κ.α.

Συμβουλή: Αξίζει να αναφέρεται ότι το Maca, πέρα από τη δράση του στη λίμπιντο και το ανδρικό αναπαραγωγικό, είναι ένα πολυθρεπτικό φυτό που τονώνει τον οργανισμό.
Τι πρέπει να προσέξουμε: Το Maca περιέχει ιώδιο και πρέπει να αποφεύγεται η υπέρβαση της δόσης του, ειδικά σε άτομα με προβλήματα θυρεοειδούς. Επίσης, πρέπει να ζητείται η σύμφωνη γνώμη του γιατρού πριν χρησιμοποιηθεί σε άτομα με υπέρταση (μπορεί να μειώσει τη δράση των αντι-υπερτασικών φαρμάκων).

15. Saw Palmetto

Το Saw Palmetto *(Serenoa serrulata)* είναι ένα βότανο που χρησιμοποιείται παραδοσιακά για την υγεία του προστάτη. Μελέτες δείχνουν ότι το εκχύλισμα από τους καρπούς του μπορεί να καταστείλει το σχηματισμό της διυδροτεστοστερόνης (DHT), η οποία είναι παράγωγο της τεστοστερόνης που όταν συσσωρεύεται στο ανδρικό σώμα προκαλεί καλοήθη υπερπλασία στον προστάτη. Καταστέλλοντας το σχηματισμό της DHT, το εκχύλισμα του Saw Palmetto συμβάλλει στη διατήρηση του προστάτη σε φυσιολογικό μέγεθος και στην καλή του λειτουργία. Για το Saw Palmetto έχει επίσης αποδειχθεί ότι μπορεί να μετριάσει συμπτώματα όπως η συχνουρία, η δυσκολία και ο πόνος στην ούρηση. Επίσης, λόγω της διουρητικής του δράσης μπορεί να μειώσει την κατακράτηση υγρών. Συνήθως χρειάζονται 4 με 6 εβδομάδες χρήσης για να εμφανιστούν τα πρώτα σημάδια βελτίωσης.

Συμβουλή: Επιλέγουμε τυποποιημένο εκχύλισμα καρπών Saw Palmetto για να εξασφαλίσουμε σταθερή περιεκτικότητα και αποτελεσματικότητα.
Τι πρέπει να προσέξουμε: Το Saw Palmetto δεν πρέπει να χρησιμοποιείται παράλληλα με φάρμακα για την υπερπλασία του προστάτη ή διουρητικά χωρίς τη συμβουλή γιατρού.

ΠΡΟΣΟΧΗ: Τα παραπάνω φυτά, παρά τα πολλαπλά οφέλη που έχουν στην υγεία, μπορεί να μην ενδείκνυνται σε ορισμένες περιπτώσεις, ειδικά όσα θεωρούνται βότανα και έχουν "θεραπευτική" δράση (όπως η βαλεριάνα, το βαλσαμόχορτο και το Saw Palmetto). Για το λόγο αυτό, όσοι βρίσκονται υπό φαρμακευτική αγωγή ή αντιμετωπίζουν προβλήματα υγείας προτείνεται να συμβουλεύονται το γιατρό τους πριν τη χρήση τους. Επίσης, τα παραπάνω δεν προτείνονται σε εγκύους, γυναίκες που θηλάζουν ή παιδιά, λόγω έλλειψης μελετών σε αυτές τις ομάδες του πληθυσμού.

Μην ξεχνάτε ότι... στη φύση υπάρχουν πολλά ακόμα φυτά που αξίζει να γνωρίσουμε!

Επιλεγμένη βιβλιογραφία: *Diabetes Metab Syndr Obes. 2012;5:21–27, Am J Clin Nutr. 2004;79(6):1118-1125, J Int Med Res. 2001 Sep-Oct;29(5):392-6, Mol Nutr Food Res. 2011 Jun;55(6):844–854, Nutr J. 2011;10:45, Phytomedicine. 2000;7(5):365-371, Phytomedicine. 2010 Jun;17(7):481-93, Phytomed 1994;1:63-76, Planta Medica 1986;37:175-77, Am J Med. 2006 Dec;119(12):1005-12, Pharmacol Biochem Behav 1982;17:65-71, Psychopharmacology 1985;87:406-409, J Psychiatr Res 1983;17:115-122, Pharmacopsychiatry 1997 Sep;30 Suppl 2:102-7, Pharmacopsychiatry 1998 Jun;31 Suppl 1:16-21, Arzneimittelforschung 1984;34(8):918-20, Minerva Ginecol. 2011 Jun;63(3):237-45, Acta Med Iran. 2012;50(2):101-6, Med Monatsschr Pharm. 2009 May;32(5):186-91, Phytomedicine. 2003 May;10(4):348-57, J Reprod Med. 1983 Jul;28(7):465-8, J Am Pharm Assoc (Wash). 2000 Mar-Apr;40(2):234-42, Gynecol Endocrinol. 2005 Nov;21(5):257-64, Herbal medicines: A guide for health-care professionals. London: Pharmaceutical Press 1996:227, Am J Med. 2009 Oct;122(10):939-46, Ginecol Obstet Mex. 2009 Nov;77(11):512-7, J Urol. 2007 Jun;177(6):2357-60, Asian J Androl. 2001 Dec;3(4):301-3, Andrologia. 2002 Dec;34(6):367-72, J Steroid Biochem. 1984;20:521-523,, J Steroid Biochem 1984;20:515-519, Curr Ther Res 1994; 55: 776-785, Int Urol Nephrol 1993;25: 565-569.* ■

ΦΥΣΙΚΑ

ΝΕΟ ΠΡΟΣΩΠΟ

SOLGAR®
Since 1947
Η ΕΠΙΣΤΗΜΗ ΤΗΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ

ΥΑΛΟΥΡΟΝΙΚΟ ΟΞΥ
ΣΕ ΦΥΣΙΚΟ ΣΥΜΠΛΗΡΩΜΑ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ

Το μοναδικό
που ανά ταμπλέτα παρέχει τον αποτελεσματικό συνδυασμό,

120 mg υαλουρονικού οξέος,
750 mg υδρολυμένου κολλαγόνου τύπου ΙΙ,
100 mg βιταμίνης C και
240 mg θειϊκής χονδροϊτίνης,

ΒΡΕΙΤΕ ΞΑΝΑ
τη ΝΕΑΝΙΚΗ σας
ΛΑΜΨΗ

Το προϊόν δεν αποτελεί υποκατάστατο μίας ισορροπημένης διατροφής.
Αριθ. Πρωτ. Γνωστοποίησης ΕΟΦ: 46802/26.6.2009

Μεγάλη γκάμα των προϊόντων της **ISOPLUS** θα βρείτε στα φαρμακεία με την ειδική σήμανση

ISOPLUS for a healthyme

SOLGAR® Since 1947 Η ΕΠΙΣΤΗΜΗ ΤΗΣ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ

healthyme.gr • application **healthymeUP!** for iOS & Android

ΑΘΗΝΑ: Τ. 210 95 79 707 • **ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ:** Τ. 2310 028 668
e-mail: info@iso-plus.gr • www.healthyme.gr

ΙΔΙΑΙΤΕΡΕΣ και ευαίσθητες περιπτώσεις στον πάγκο του φαρμακείου

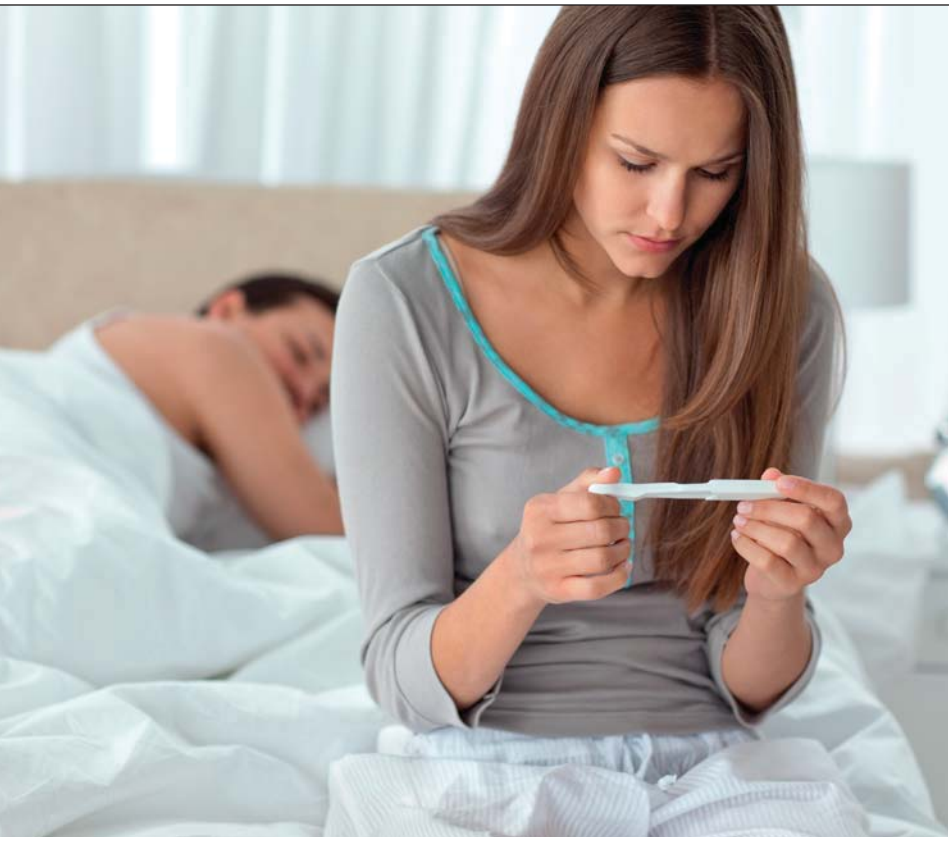
...και πώς να τις χειριστούμε

Ορισμένες καταστάσεις είναι δύσκολες ή πολύ ευαίσθητες στην επικοινωνία τους.
Στον πάγκο του φαρμακείου έχουμε συχνά πελάτες που χρειάζονται μια ιδιαίτερη προσέγγιση, γιατί αντιμετωπίζουν προβλήματα όπως, η υπογονιμότητα, η φροντίδα της ευαίσθητης περιοχής, η στυτική δυσλειτουργία, αλλά και ο θάνατος προσφιλών ατόμων, ο καρκίνος, οι χρόνιες παθήσεις, καταστάσεις που είναι δύσκολο να τις εκφράσουν με άνεση.
Τέλος, υπάρχουν και κατηγορίες πελατών που χρειάζονται μια ιδιαίτερη προσέγγιση όπως για παράδειγμα είναι οι τοξικομανείς, οι ασθενείς με Alzheimer κ.α.
Σε όλες αυτές τις περιπτώσεις ο διάλογος με τους πελάτες πρέπει να γίνεται με εμπιστευτικότητα και με ένα ιδιαίτερο τακτ.
Στο παρακάτω άρθρο θα αναφερθούμε ξεχωριστά στην κάθε περίπτωση και θα δώσουμε γενικές οδηγίες προσέγγισης και επικοινωνίας.

Υπογονιμότητα

Γιατί είναι μια ευαίσθητη κατάσταση;
Γιατί ένα ζευγάρι που δεν μπορεί να αποκτήσει παιδί υποφέρει.

Γιατί είναι προτιμότερο να οδηγήσουμε τον πελάτη σε ένα μέρος ήσυχο που εξασφαλίζει την εμπιστευτικότητα;
Γιατί είναι μια κατάσταση ευαίσθητη και θα πρέπει να διασφαλίσουμε ότι ο πελάτης κατανοεί όλες τις διαδικασίες της γονιμοποίησης φυσικής ή τεχνητής και της χρήσης των φαρμάκων που απαιτούνται. Το γεγονός ότι αυτή η διαδικασία και η θεραπεία μπορεί να είναι μακράς διάρκειας και επαναλαμβανόμενη, απαιτεί το διάλογο μεταξύ της πελάτισσας και του φαρμακοποιού. Κάθε μήνα μετά από το τεστ εγκυμοσύνης η γυναίκα γίνεται όλο και πιο ανήσυχη.
Είναι πολύ σημαντικό να γνωρίζουμε να ακούμε και να μιλάμε σε αυτά τα ζευγάρια!
Θα πρέπει να καθησυχάσουμε αυτά τα ανήσυχα ζευγάρια λέγοντας ότι σε μια γυναίκα 20-30 ετών η ικανότητα να συλλάβεις είναι μόνο 25% ανά κύκλο. Επί-



σης, θα πρέπει να γνωρίζουν ότι χωρίς αντισύλληψη και με τακτικές σεξουαλικές επαφές, το μέσο διάστημα για να γίνει σύλληψη είναι 3-4 μήνες και μπορεί να φτάσει μέχρι και έναν χρόνο χωρίς να υπάρχει κάποιο ιδιαίτερο πρόβλημα. Η υπογονιμότητα ορίζεται ως η απουσία της σύλληψης μετά τον έναν χρόνο τακτικών σεξουαλικών επαφών χωρίς προστασία.

Ρωτώντας το ζευγάρι από πότε προσπαθεί να αποκτήσει παιδί και ενημερώνοντάς το για αυτούς τους αριθμούς, είναι ένας τρόπος να τους καθησυχάσουμε.

Ποια είναι η διαδικασία της ιατρικής βοήθειας σε αυτές τις περιπτώσεις;

Αρχικά πρέπει να γίνουν ορισμένες ορμονικές εξετάσεις για να πιστοποιηθεί η υπάρχουσα ωορρηξία και στη συνέχεια υστεροσαλπιγγογραφία, ενώ ο άνδρας θα κάνει σπερματοδιάγραμμα. Στη συνέχεια, η γυναίκα επισκέπτεται τον ιατρό για σπερματεγχύσεις, υπέρηχους ή υποβάλλεται στη διαδικασία τεχνητής γονιμοποίησης και αυτό μπορεί να διαρκέσει αρκετό καιρό. Μάλιστα, ορισμένες γυναίκες λένε ότι τελικά δεν απέκτησαν παιδί σαν ζευγάρι, αλλά μαζί με την ιατρική τους ομάδα.

Αυτές οι γυναίκες συχνά μας εκφράζουν ένα αίσθημα αδικίας ότι υπάρχουν πολλές άλλες που κάνουν παιδιά που δεν θέλουν, ενώ εκείνες τα θέλουν. Επίσης, αισθάνονται άβολα όταν βλέπουν παιδιά ή εγκυμονούσες, γεγονός που τους αγχώνει στη σκέψη πιθανής αποτυχίας της θεραπείας τους.

Οι άντρες πάλι εκφράζουν συχνά ενοχές, έχοντας μια στύση και μια εκσπερμάτωση στα πλαίσια του φυσιολογικού και δεν μπορούν να διανοηθούν ότι μπορεί να έχουν μη ικανοποιητικά αποτελέσματα με το σπέρμα τους. Έτσι, συχνά αυτό το εκλαμβάνουν σαν μια προσβολή του ανδρισμού τους. Ο άντρας αισθάνεται συχνά πολύ πιο ένοχος από ότι η γυναίκα, η οποία τελικά είναι αυτή που θα υπομείνει αμέτρητες εξετάσεις και ιατρική βοήθεια μέχρι τη γονιμοποίηση.

Συχνά η ισορροπία μεταξύ του ζευγαριού διαταράσσεται και έτσι δεν έχουμε να αντιμετωπίσουμε μόνο τη γυναίκα αλλά το ζευγάρι. Εξάλλου, ένα μωρό δεν γίνεται μόνο του! Η αντίληψη ότι «*θα κάνω ένα παιδί εάν θέλω και όποτε το θέλω*» πολλές φορές δεν ευσταθεί. Ακόμη και η ιατρική, παρόλη την πρόοδό της έχει τα όριά της και η υπογονιμότητα πολλές φορές δεν εξηγείται και φυσικά δεν αντιμετωπίζεται. Ιδιαίτερα οι ψυχολογικοί παράγοντες παίζουν πολύ σημαντικό ρόλο. Επίσης συμβαίνει μετά από αποτυχία της τεχνητής γονιμοποίησης μια γυναίκα να μείνει έγκυος τελείως φυσιολογικά.

Οι συμβουλές «κλειδιά»

- **Είναι πάντα χρήσιμο να υπενθυμίζουμε τους απλούς κανόνες υγιεινής ζωής, όπως η διακοπή του καπνίσματος και του αλκοόλ, η μείωση ή η πρόσληψη βάρους, ώστε να υπάρχει μια καλή ισορροπία στον οργανισμό. Ιδιαίτερα το κάπνισμα έχει αποδειχτεί ότι δρα αρνητικά στην κινητικότητα του σπέρματος, καθώς και στην εμφύτευση του εμβρύου στη μήτρα. Η απώλεια βάρους σε μια παχύσαρκη γυναίκα βελτιώνει την ωορρηξία και προκαλεί λιγότερες επιπλοκές κατά την εγκυμοσύνη. Αντίθετα, μια ανεπάρκεια φυσιολογικού βάρους δεν επιτρέπει να γίνει σωστή ωορρηξία.**
- **Όσο για τη σεξουαλικότητα, συνιστούμε να υπάρχουν τακτικές επαφές καθ' όλη τη διάρκεια του κύκλου, αλλά κυρίως στην περίοδο της ωορρηξίας. Ένα τεστ ωορρηξίας θα δείξει τις γόνιμες μέρες.**

Η θλίψη αυτών των ζευγαριών είναι έντονη και σημαντική. Όταν τους μιλάμε, αντιλαμβανόμαστε ότι τα ζευγάρια αυτά δεν αναζητούν λύσεις, ούτε συμβουλές, γιατί οι περισσότεροι είναι καλά ενημερωμένοι. Εκείνο που είναι πιο σημαντικό για αυτούς είναι να τους ακούσουμε, να τους αφήσουμε να μας πουν τις ανησυχίες τους και να τους καθησυχάσουμε ότι υπάρχουν λύσεις και όλα θα πάνε καλά. Εδώ η ανθρώπινη προσέγγιση και η ενσυναίσθηση είναι οι πλέον σημαντικές!

ΝΕΟ

Κρυολόγημα; Hexa-λύση

Πονόλαιμος;

Hexalen® Spray

Θεραπεύει από τα πρώτα συμπτώματα

HEXFAM/PHARM/PM/02-15

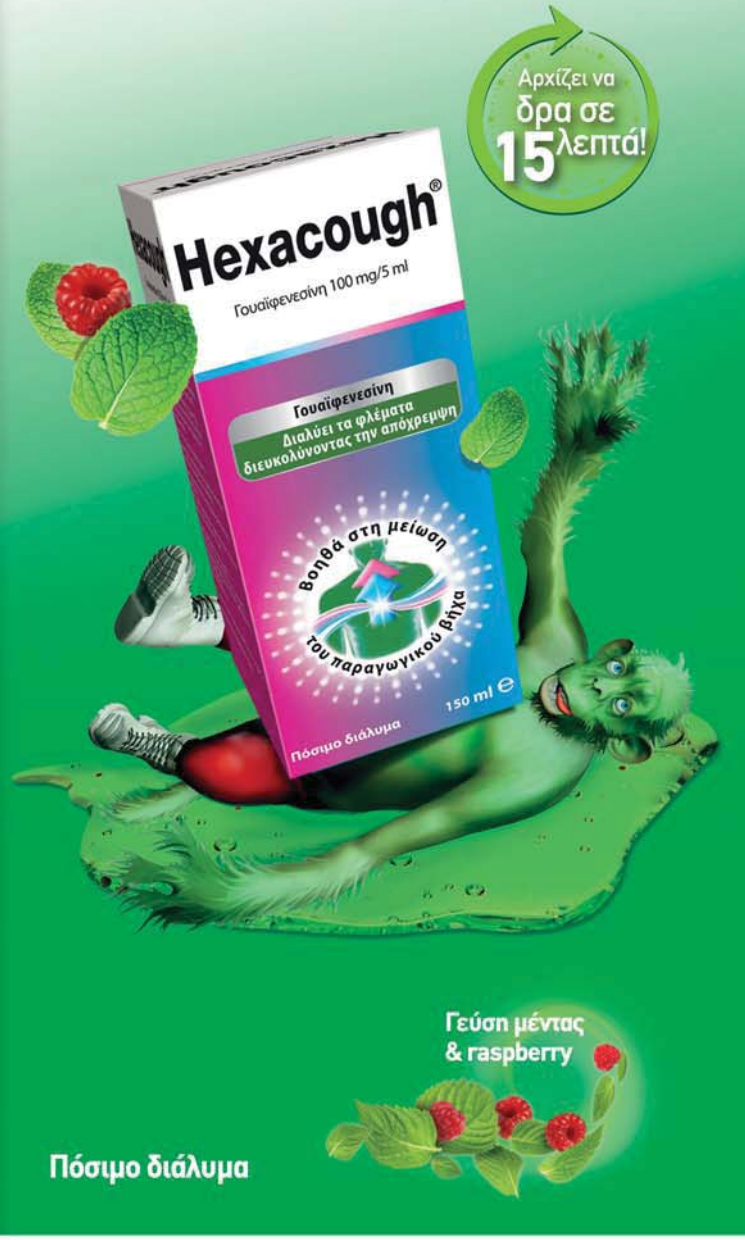
ΤΩΡΑ

- **2Χ περιεκτικότητα σε δραστική ουσία** για ισχυρή αντισηπτική δράση
- **Σε πρακτική μορφή spray** για ευκολότερη χρήση, όπου κι αν βρίσκεσαι

Βήχας με φλέματα;

Hexacough®

Απαλλάσσει από τα φλέματα, ανακουφίζει από τον βήχα



Johnson & Johnson Consumer A.E.E.: Αιγιαλείας & Επιδαύρου 4, Μαρούσι 15125, Αθήνα. Τηλ. Πληροφοριών: 210 68 75 528

Η Περίληψη Χαρακτηριστικών των Προϊόντων δημοσιεύεται στη σελίδα 112

GINESTRA

• Γαλακτικό οξύ • L.acidophilus LA 14 • Αγλυκόνες ισοφλαβόνων της σόγιας

Τώρα υπάρχει λύση για τη διατήρηση της ισορροπίας του κόλπου

ΓΙΑ ΜΙΑ ΦΥΣΙΟΛΟΓΙΚΗ ΟΛΟΚΛΗΡΩΜΕΝΗ ΔΡΑΣΗ

- Με μέγιστη ασφάλεια
- Χωρίς συστημικές επιπτώσεις
- Με δυνατότητα χρήσης κατά την εγκυμοσύνη

Για την αναπαραγωγική περίοδο ✓

Για την εγκυμοσύνη

Για την εμμηνόπαυση

14 ΚΟΛΠΙΚΑ ΔΙΣΚΙΑ

Ιατροτεχνολογικό Προϊόν

ΜΟΝΟ ΣΤΑ ΦΑΡΜΑΚΕΙΑ

adelco

Βιομηχανία Φαρμάκων & Καλλυντικών
Πειραιώς 37, 183 46 Μοσχάτο.
Τηλ. 210 4819311-13, Fax: 210 4816790
e-mail: info@adelco.gr, www.adelco.gr

PHARMALINE
from life to life

Προϊόν της Pharmaline Italy
Εισαγωγή διανομή από την
Adelco A.E.

Φροντίδα της ευαίσθητης περιοχής

Γιατί είναι μια ευαίσθητη περίπτωση;
Γιατί ο φαρμακοποιός πρέπει κατά την προσέγγισή του με τον πελάτη να αναζητήσει πληροφορίες για συμπτώματα που συνήθως είναι ενοχλητικά και αφορούν την περιοχή των γεννητικών οργάνων, γεγονός που αποτελεί ταμπού για τα περισσότερα άτομα. Πολλές γυναικολογικές ενοχλήσεις, όπως οι μυκητιάσεις, οι λοιμώξεις του ουροποιητικού, η ακράτεια ούρων, διαταραχές ορμονικές που συνδέονται με την εγκυμοσύνη, την εμμηνόπαυση, ή τον εμμηνορροϊκό κύκλο, συχνά απαιτούν τη συμβουλή του φαρμακοποιού για τη φροντίδα και υγιεινή της ευαίσθητης περιοχής. Παράλληλα είναι προτιμότερο σε αυτές τις περιπτώσεις να οδηγήσουμε τον πελάτη σε ένα ιδιαίτερο και ήσυχο μέρος μέσα στο φαρμακείο, που εξασφαλίζει την εμπιστευτικότητα. Οι ερωτήσεις πρέπει να απευθύνονται απλά, και οι συμβουλές μας για την επεξήγηση των φαρμάκων ή άλλων προϊόντων πρέπει να γίνονται χρησιμοποιώντας τις σωστές λέξεις και εκφράσεις που δεν θίγουν τον πελάτη.

LACTACYD Pharma

Φυσική ισορροπία της ευαίσθητης περιοχής, σε κάθε στάδιο της ζωής σας.

Η ευαίσθητη περιοχή απαιτεί ειδική φροντίδα σε κάθε ηλικία. Οι ορμονικές διακυμάνσεις κατά την εφηβεία, την έμμηνο ρύση, την εγκυμοσύνη ή την εμμηνόπαυση μπορούν να διαταράξουν την εύθραυστη ισορροπία της ευαίσθητης περιοχής. Έτσι, είναι σημαντικό να ακολουθείτε μια ολοκληρωμένη καθημερινή ρουτίνα που προλαμβάνει ερεθισμούς, δυσοσμία ακόμα και μολύνσεις. Αυτήν τη φροντίδα έρχεται να προσφέρει το **Lactacyd**, με εξειδικευμένα προϊόντα προσαρμοσμένα στις απαιτήσεις κάθε ηλικίας.
Το **Lactacyd** περιέχει φυσικό γαλακτικό οξύ και διεγείρει το σχηματισμό γαλακτοβάκιλλων, ο οποίος αποτρέπει τις μολύνσεις με την αποκατάσταση ή τη διατήρηση ενός ισορροπημένου κολπικού pH. Ήπιο και κατάλληλο για καθημερινή χρήση, ξεβγάζεται εύκολα ενώ χαρίζει αίσθημα φρεσκάδας και καθαριότητας που διαρκεί.
Με **Lactacyd**, έχεις αυτοπεποίθηση και αυτό φαίνεται!

Lactacyd Intimate Washing Lotion

Ήξερες ότι το στρες, τα στενά και συνθετικά ρούχα και τα κοινά σαπούνια μπορούν να διαταράξουν το pH του κόλπου;
Το **Lactacyd Intimate Washing Lotion** σέβεται και προστατεύει τη φυσική ισορροπία της ευαίσθητης περιοχής, προφυλάσσοντάς τη από ερεθισμούς και μολύνσεις, ενώ η απαλή σύνθεσή του χαρίζει φρεσκάδα και καθαριότητα όλη μέρα, κάθε μέρα!

Lactacyd Pharma Sensitive
No.1 σε απαλότητα

Ήξερες ότι στην εφηβεία, με την αρχή της έμμηνου ρύσης και τις ορμονικές μεταβολές, η ευαίσθητη περιοχή είναι πιο ευάλωτη σε ερεθισμούς και μολύνσεις;
Το **Lactacyd Pharma Sensitive**, με την ήπια σύνθεσή του, τόσο ήπια όσο το νερό, διατηρεί πάντα σε ισορροπία το pH του κόλπου, ενώ αποτελεί μια απαλή και ασφαλή καθημερινή φροντίδα που σε κρατάει φρέσκια και καθαρή.

Lactacyd Pharma with Antibacterials
24h αντιβακτηριακή δράση

Ήξερες ότι το 75% των γυναικών θα εμφανίσουν κάποια κολπική μόλυνση κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης τους;
Το **Lactacyd Pharma with Antibacterials**, χάρη στην αντιβακτηριακή σύνθεση και τις αντισηπτικές ιδιότητες του θυμαριού, αποτρέπει τον πολλαπλασιασμό των βακτηρίων ενώ αποκαθιστά τη φυσική ισορροπία της ευαίσθητης περιοχής στην ιδιαίτερα απαιτητική περίοδο της εγκυμοσύνης.

Lactacyd Pharma Moisturizing
24% αύξηση ενυδάτωσης

Ήξερες ότι στην εμμηνόπαυση, η πτώση των γυναικείων ορμονών, των οιστρογόνων, προκαλεί έντονη κολπική ξηρότητα;
Το **Lactacyd Pharma Moisturizing** ενυδατώνει και καταπραΰνει την ευαίσθητη περιοχή στην εμμηνόπαυση. Η σύνθεσή του, εμπλουτισμένη με το ενυδατικό σύμπλεγμα L2G, συμβάλλει στην αποκατάσταση και ενδυνάμωση της φυσικής υδρολιπιδικής μεμβράνης.

Lactacyd Pharma Soothing
2x καταπραϋντική δράση

Ήξερες ότι τα συμπτώματα της κολπικής δυσφορίας ταλαιπωρούν πολλές γυναίκες κι όμως μπορούν να αντιμετωπιστούν αποτελεσματικά;
Το **Lactacyd Pharma Soothing** ανακουφίζει από συμπτώματα όπως ερεθισμός, κνησμός, τσούξιμο και ερυθρότητα. Η ήπια σύνθεσή του, με εκχύλισμα μπλε μαργαρίτας και βισαβολόλη, απομακρύνει το ενοχλητικό έκκριμα στην περιοχή και καταπραΰνει τον λεπτό ή φλεγμονώδη βλεννογόνο.
Αποτέλεσμα: -92% μείωση των συμπτωμάτων ερεθισμού.

INTIMATE LOTION
- Ήπια καθημερινή υγιεινή

ΓΥΝΑΙΚΟΛΟΓΙΚΑ ΕΛΕΓΜΕΝΟ • ΧΩΡΙΣ ΣΑΠΟΥΝΙ •

SENSITIVE
- Ευαίσθητο δέρμα
- Αλλεργία στο άρωμα
- Εφηβεία

ΣΕ ΑΠΑΛΟΤΗΤΑ №1 ΣΕ ΑΠΑΛΟΤΗΤΑ

with ANTIBACTERIALS
- Έμμηνος ρύση
- Εγκυμοσύνη
- Λοχεία
- Άσκηση

ΑΝΤΙΒΑΚΤΗΡΙΑΚΗ 24h ΠΡΟΣΤΑΣΙΑ

MOISTURIZING
- Εμμηνόπαυση
- Ξηρότητα
- Ορμονικές διαταραχές

ΑΥΞΗΣΗ 24% ΕΝΥΔΑΤΩΣΗΣ

SOOTHING
- Συμπληρωματική αγωγή για κολπικές λοιμώξεις
- Αίσθημα καύσου, κνησμός, ερεθισμός

ΜΕΙΩΣΗ ΤΩΝ ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΩΝ ΕΡΕΘΙΣΜΟΥ -92%

Οι συμβουλές «κλειδιά»

- **Όχι αντισηπτικά κολπικά ντους, διότι ο κίνδυνος μίας κολπίτιδας αυξάνεται κατά 40% (εκτός αν το συνιστά ο γιατρός για μια περιορισμένη χρονική διάρκεια).**
- **Όχι προϊόντα ερεθιστικά όπως κλασικά αλκαλικά σαπούνια, ούτε αφρόλουτρα με έντονα αρώματα που συχνά προκαλούν αλλεργίες. Υπάρχουν ειδικά προϊόντα καθαρισμού για την ευαίσθητη περιοχή, υποαλλεργικά με ph 5-7.**
- **Προτείνουμε προϊόντα ενυδατικά και λιπαντικά σε περίπτωση ξηρότητας του κόλπου, καθώς και μια κρέμα ενυδατική, κατάλληλη για την περίπτωση αυτή.**
- **Τέλος, επισημαίνουμε ορισμένους κανόνες υγιεινής όπως: να χρησιμοποιούν τα χέρια μόνο για το πλύσιμο της ευαίσθητης περιοχής, να σκουπίζουν με απαλές κινήσεις με μια καθαρή πετσέτα χωρίς να τρίβουν, να αλλάζουν το εσώρουχο καθημερινά, το οποίο κατά προτίμηση να είναι βαμβακερό, κατά τη διάρκεια της περιόδου να αντικαθιστούν τις σερβιέτες ή τα ταμπόν τουλάχιστον 3 φορές τη μέρα και να αποφεύγουν τα στρίνκυς και τα πολύ στενά παντελόνια που λόγω της τριβής ευνοούν ερεθισμούς και λοιμώξεις αυτής της περιοχής.**

Διαταραχές στύσης

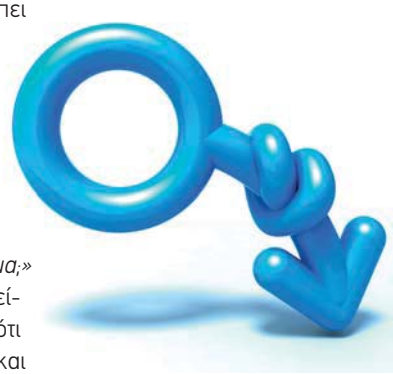
Γιατί είναι μια ευαίσθητη περίπτωση;

Γιατί οι διαταραχές της στύσης προκαλούν προβλήματα στη σεξουαλικότητα και στην ποιότητα ζωής του ατόμου και του συντρόφου του. Η στυτική δυσλειτουργία προσδιορίζεται ως μια ανικανότητα μόνιμη ή περιστασιακή της στύσης, και είναι πολύ σημαντικό να διαχωρίσουμε τις περιστασιακές διαταραχές που αφορούν το 47% των αντρών, από τις μόνιμες.

Γιατί πρέπει να οδηγήσουμε τον πελάτη σε ένα μέρος που εξασφαλίζει την εμπιστευτικότητα;

Γιατί ο πελάτης θα αισθανθεί πολύ πιο άνετα για να μιλήσει για το πρόβλημά του χωρίς να τον ακούν οι γύρω του. Σε αυτές τις περιπτώσεις, ο φαρμακοποιός πρέπει να διαβεβαιώσει ότι υπάρχουν λύσεις αποτελεσματικές και να κατευθύνει τον πελάτη στον ειδικό ιατρό. Θα πρέπει επίσης να υποψιαστεί για πιθανές τέτοιου είδους δυσλειτουργίες σε περιπτώσεις διαβητικών και υπερτασικών ασθενών. Είναι πολύ σημαντικό επίσης, να σιγουρευτεί ότι ο ασθενής έχει πολύ καλά καταλάβει τον τρόπο λήψης των φαρμάκων για τη στυτική δυσλειτουργία για να εξασφαλίσει τη μέγιστη αποτελεσματικότητά τους. Γενικά, θα πρέπει να ακούσει προσεκτικά τον ασθενή, να θέσει απλές αλλά στοχευμένες ερωτήσεις χωρίς όρους πολύ επιστημονικούς, και να κατευθύνει σωστά τον ασθενή στη θεραπεία.

Τα παράπονα εκφράζονται από τον ασθενή συνήθως αρκετά διακριτικά και περιφραστικά όπως «*κάτι συμβαίνει με εμένα στην πράξη*», «*δεν είμαι όπως πριν στο σεξ*». Όλα αυτά τα παράπονα είναι συχνά δύσκολο να βγουν στην επιφάνεια και απαιτούν τις κατάλληλες ερωτήσεις. Για να κατανοήσουμε καλύτερα το πρόβλημα του πελάτη και να τον οδηγήσουμε στην κατάλληλη θεραπεία και στον κατάλληλο ειδικό, θα πρέπει μετά να επαναδιατυπώσουμε με τακτ το πρόβλημά του, φροντίζοντας να μη χρησιμοποιούμε την έκφραση «*πρόβλημα στυτικής δυσλειτουργίας*», αλλά την έκφραση «*θέμα σεξουαλικής υγείας*». Κάνοντας μια διακριτική έρευνα, καλό είναι να ρωτήσουμε απλά: «*το βράδυ ή στο ξύπνημα υπάρχει πάλι θέμα;*» Αν η απάντηση είναι θετική πρέπει να είμαστε ξεκάθαροι και καθησυχαστικοί ότι δεν πρόκειται για μόνιμη ανικανότητα και ότι υπάρχουν λύσεις. Επίσης, μια πολύ κρίσιμη ερώτηση «*σε ποια φάση της επαφής έχετε δυσκολίες*» μας επιτρέπει να ξεχωρίσουμε αν πρόκειται για στυτική δυσλειτουργία ή για διαταραχές πρόωρης εκσπερμάτισης.



Αφού ο ασθενής ξεπεράσει το αρχικό δύσκολο στάδιο της συνομιλίας μαζί μας, μπορεί στη συνέχεια να μας μιλήσει με πιο πολλές λεπτομέρειες για το πρόβλημά του που τις περισσότερες φορές είναι ψυχολογικό, και συχνά οφείλεται σε προβλήματα μεταξύ του ζευγαριού, ανεργία, θάνατος προσφιλούς ατόμου, αλλά και σε αλκοολισμό, κατάχρηση ναρκωτικών ουσιών ή σε παθήσεις. Σε άτομα πάνω από 45 ετών θα πρέπει να συστήσουμε απαραίτητα μια επίσκεψη στο γιατρό γιατί οι διαταραχές της στύσης είναι ένα σημάδι καρδιαγγειακού κινδύνου.

Σε κάθε περίπτωση όμως πρέπει να αποσυμφορίζουμε την κατάσταση, να καθησυχάζουμε και να συμβουλεύουμε ότι σήμερα υπάρχουν αποτελεσματικές λύσεις για την αντιμετώπιση της στυτικής δυσλειτουργίας.

VIAGRA® ODT

(sildenafil citrate) orodispersable tablets

Οπουδήποτε,

ΟΠΟΤΕΔΗΠΟΤΕ!

VIA-06S-DEC14

1. VIAGRA 50 mg Δισκία διασπειρόμενα στο στόμα, Περίληψη Χαρακτηριστικών του Προϊόντος.

Pfizer **GLOBAL ESTABLISHED PHARMA BUSINESS**

PFI ER HELLAS A.E.
Λεωφ. Μεσογείων 243, 154 51 Ν.Ψυχικό, Τηλ. Επιστημονικής Ενημέρωσης: 210 67 85 800, Παραγγελιών: 210 81 99 060.

ΣΥΝΤΕΤΜΗΜΕΝΗ ΠΕΡΙΛΗΨΗ ΤΩΝ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΩΝ ΤΟΥ ΠΡΟΪΟΝΤΟΣ. VIAGRA (sildenafil). ΔΙΣΚΙΑ ΔΙΑΣΠΕΙΡΟΜΕΝΑ ΣΤΟ ΣΤΟΜΑ 50 MG

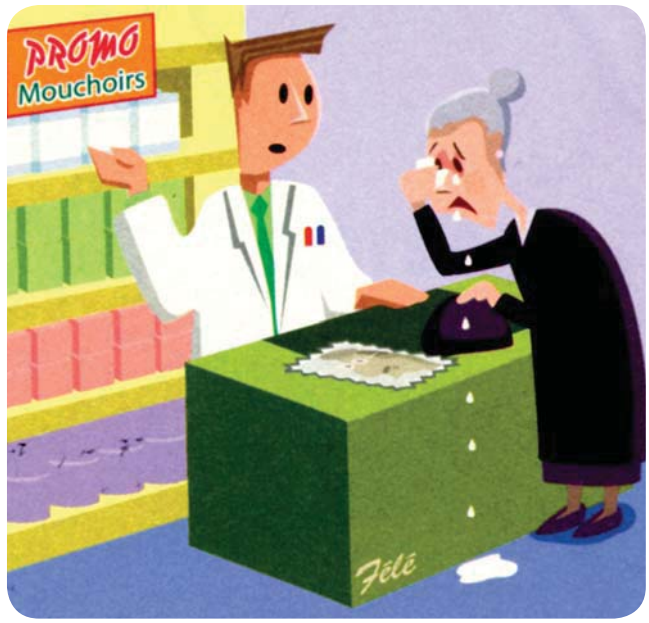
ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΕΣ ΕΝΔΕΙΞΕΙΣ: Το VIAGRA ενδείκνυται για ενήλικες άνδρες με στυτική δυσλειτουργία, η οποία είναι η ανικανότητα επίτευξης ή διατήρησης μίας επαρκούς στύσης για ικανοποιητική σεξουαλική δραστηριότητα. Για να είναι αποτελεσματικό το VIAGRA πρέπει να υπάρχει σεξουαλική διέγερση. **ΑΝΤΕΝΔΕΙΞΕΙΣ:** Υπερευαισθησία στη δραστική ουσία ή σε οποιοδήποτε από τα έκδοχα. Σύμφωνα με τις γνωστές επιδράσεις της επί της μεταβολικής οδού του μονοξειδίου του αζώτου/κυκλικής μονοφωσφορικής γουανοσίνης (cGMP), έχει δειχθεί ότι η σιλντεναφίλη ενισχύει τις υποτασικές δράσεις των νιτρωδών, και επομένως αντενδείκνυται η συγχορήγησή της με δότες μονοξειδίου του αζώτου (όπως το νιτρώδες αμύλιο) ή τα νιτρώδη σε οποιαδήποτε μορφή. Τα φάρμακα για τη θεραπεία της στυτικής δυσλειτουργίας, συμπεριλαμβανομένης της σιλντεναφίλης, δεν πρέπει να χρησιμοποιούνται σε άνδρες στους οποίους δεν συνιστάται η σεξουαλική δραστηριότητα (π.χ. ασθενείς με σοβαρές καρδιαγγειακές διαταραχές, όπως ασταθή στηθάγχη ή σοβαρή καρδιακή ανεπάρκεια).Το VIAGRA αντενδείκνυται σε ασθενείς με απώλεια της όρασης στον ένα οφθαλμό λόγω μη-αρτηριτιδικής πρόσθιας ισχαιμικής οπτικής νευροπάθειας (NAION), ανεξάρτητα από το αν το συμβάν αυτό έχει συσχετισθεί ή όχι με προηγούμενη χορήγηση ενός αναστολέα της PDE5 (βλ. παράγραφο Ειδικές προειδοποιήσεις και προφυλάξεις κατά τη χρήση). Η ασφάλεια της σιλντεναφίλης δεν έχει μελετηθεί στις ακόλουθες υποκατηγορίες ασθενών και επομένως αντενδείκνυται η χρήση της σε: σοβαρή ηπατική δυσλειτουργία, υπόταση (αρτηριακή πίεση < 90/50 mmHg), πρόσφατο ιστορικό εγκεφαλικού επεισοδίου ή εμφράγματος του μυοκαρδίου και γνωστές κληρονομικές, εκφυλιστικές αμφιβληστροειδοπάθειες, όπως η μελαγχρωστική αμφιβληστροειδοπάθεια (μία μειονότητα των ασθενών αυτών παρουσιάζουν γενετικές διαταραχές των αμφιβληστροειδικών φωσφοδιεστερασών). **ΕΙΔΙΚΕΣ ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΕΙΣ ΚΑΙ ΠΡΟΦΥΛΑΞΕΙΣ ΚΑΤΑ ΤΗ ΧΡΗΣΗ:** Πρέπει να προηγείται λήψη ιατρικού ιστορικού και φυσική εξέταση του ασθενή, ούτως ώστε να διαγνωστεί η στυτική δυσλειτουργία και να καθοριστούν τα πιθανά υποκείμενα αίτια, πριν εξεταστεί το ενδεχόμενο χορήγησης φαρμακευτικής αγωγής. Καρδιαγγειακοί παράγοντες κινδύνου: Πριν την έναρξη οποιασδήποτε θεραπείας για τη στυτική δυσλειτουργία, ο γιατρός πρέπει να κάνει εκτίμηση της καρδιαγγειακής κατάστασης του ασθενούς, δεδομένου ότι η σεξουαλική δραστηριότητα συσχετίζεται με ένα βαθμό καρδιαγγειακού κινδύνου. Η σιλντεναφίλη παρουσιάζει αγγειοδιασταλτικές ιδιότητες, που προκαλούν ήπια και παροδική μείωση της αρτηριακής πίεσης. Πριν τη συνταγογράφηση της σιλντεναφίλης, ο γιατρός πρέπει να εξετάζει με προσοχή εάν οι ασθενείς του με ορισμένες υποκείμενες νόσους θα μπορούσαν να επηρεασθούν δυσμενώς από τις αγγειοδιασταλτικές επιδράσεις του φαρμάκου, και ιδιαίτερα σε συσχετισμό με τη σεξουαλική δραστηριότητα. Στους ασθενείς με αυξημένη ευαισθησία στα αγγειοδιασταλτικά συμπεριλαμβάνονται και αυτοί με αποφρακτικές παθήσεις του χώρου εξόδου της αριστεράς κοιλίας (π.χ. στένωση της αορτής ή υπερτροφική αποφρακτική μυοκαρδιοπάθεια) ή εκείνοι με το σπάνιο σύνδρομο ατροφίας πολλαπλών οργανικών συστημάτων, που παρουσιάζουν σοβαρή δυσλειτουργία αυτόνομου ελέγχου της αρτηριακής πίεσης. Το VIAGRA ενισχύει το υποτασικό αποτέλεσμα των νιτρωδών (βλ. παράγραφο Αντενδείξεις). Μετά την κυκλοφορία του προϊόντος στην αγορά αναφέρθηκαν σοβαρά καρδιαγγειακά συμβάντα συσχετιζόμενα με ταυτόχρονη χρήση του VIAGRA, συμπεριλαμβανομένων εμφράγματος του μυοκαρδίου, ασταθούς στηθάγχης, αιφνίδιου καρδιακού θανάτου, κοιλιακής αρρυθμίας, αγγειακής εγκεφαλικής αιμορραγίας, παροδικού ισχαιμικού επεισοδίου, υπέρτασης και υπότασης. Οι περισσότεροι, αλλά όχι όλοι, από τους ασθενείς αυτούς είχαν προϋπάρχοντες καρδιαγγειακούς παράγοντες κινδύνου. Πολλά από τα συμβάντα αναφέρθηκε ότι συνέβησαν κατά τη διάρκεια της σεξουαλικής επαφής ή λίγο μετά από αυτή και μερικά αναφέρθηκε ότι συνέβησαν λίγο μετά τη χρήση του VIAGRA, χωρίς σεξουαλική δραστηριότητα. Δεν είναι δυνατόν να προσδιορισθεί εάν τα συμβάντα αυτά συσχετίζονται άμεσα με τους παράγοντες αυτούς ή με άλλους παράγοντες. Priapismός: Τα φάρμακα για την θεραπεία της στυτικής δυσλειτουργίας, συμπεριλαμβανομένης της σιλντεναφίλης, πρέπει να χρησιμοποιούνται με προσοχή σε ασθενείς με ανατομικές δυσμορφίες του πέους (όπως γωνίωση, ίνωση των σηραγγωδών σωμάτων ή νόσο του Peyronie) ή σε ασθενείς που η κατάστασή τους μπορεί να προδιαθέτει για priapismό (όπως η δρεπανοκυτταρική αναιμία, το πολλαπλούν μυέλωμα ή η λευχαιμία). Έχουν αναφερθεί παρατεταμένες στύσεις και priapismός με τη χρήση σιλντεναφίλης κατά την εμπειρία μετά την κυκλοφορία του προϊόντος στην αγορά. Σε περίπτωση που μία στύση διαρκεί για διάστημα μεγαλύτερο των 4 ωρών, ο ασθενής θα πρέπει να αναζητήσει άμεση ιατρική βοήθεια. Εάν ο priapismός δεν θεραπευτεί άμεσα, ενδέχεται να προκληθεί βλάβη των ιστών του πέους και μόνιμη απώλεια της σεξουαλικής ικανότητας. Ταυτόχρονη χρήση με άλλους αναστολείς PDE5 ή άλλες θεραπείες της δυσλειτουργίας στύσης: Η ασφάλεια και η αποτελεσματικότητα της σιλντεναφίλης, σε συνδυασμό με άλλους Αναστολείς PDE5 ή άλλες θεραπείες για την πνευμονική αρτηριακή υπέρταση (ΠΑΥ) που περιέχουν σιλντεναφίλη (REVATIO) ή άλλες μεθόδους θεραπείας της στυτικής δυσλειτουργίας, δεν έχουν μελετηθεί. Κατά συνέπεια η χρήση τέτοιων συνδυασμών δεν συνιστάται. Επιδράσεις στην όραση: Έχουν αναφερθεί, αυθόρμητα, περιπτώσεις διαταραχών της όρασης με τη χορήγηση της σιλντεναφίλης και άλλων αναστολέων της PDE5 (βλ. παράγραφο Ανεπιθύμητες ενέργειες). Έχουν αναφερθεί, αυθόρμητα και σε μια μελέτη παρατήρησης, περιπτώσεις μη αρτηριτιδικής πρόσθιας ισχαιμικής οπτικής νευροπάθειας, μιας σπάνιας κατάστασης, με τη χορήγηση της σιλντεναφίλης και άλλων αναστολέων της PDE5 (βλ. παράγραφο Ανεπιθύμητες ενέργειες). Οι ασθενείς πρέπει να ενημερώνονται ότι σε περίπτωση αιφνίδιας διαταραχής της όρασης, πρέπει να σταματήσουν τη λήψη του VIAGRA και να συμβουλευτούν άμεσα γιατρό (βλ. παράγραφο Αντενδείξεις). Ταυτόχρονη χρήση με ριτοναβίρη: Δεν συνιστάται η συγχορήγηση σιλντεναφίλης με ριτοναβίρη. Ταυτόχρονη χρήση με α-αδρενεργικούς αποκλειστές: Συνιστάται προσοχή, όταν η σιλντεναφίλη χορηγείται σε ασθενείς που λαμβάνουν έναν α-αδρενεργικό αποκλειστή, αφού η συγχορήγηση μπορεί να οδηγήσει σε συμπτωματική υπόταση σε ορισμένα ευπαθή άτομα. Αυτό είναι πιθανότερο να συμβεί μέσα σε διάστημα 4 ωρών μετά από τη χορήγηση της σιλντεναφίλης. Προκειμένου να μειωθεί το ενδεχόμενο εμφάνισης ορθοστατικής υπότασης, οι ασθενείς πρέπει να είναι αιμοδυναμικά σταθεροποιημένοι στη θεραπεία με α-αδρενεργικό αποκλειστή πριν από την έναρξη θεραπείας με σιλντεναφίλη. Θα πρέπει να εξετάζεται το ενδεχόμενο έναρξης χορήγησης της σιλντεναφίλης στη δόση των 25 mg. Επιπλέον, οι γιατροί θα πρέπει να συμβουλεύουν τους ασθενείς για το τι πρέπει να κάνουν σε περίπτωση που εμφανιστούν συμπτώματα ορθοστατικής υπότασης. Επίδραση στην αιμορραγία: Μελέτες με ανθρώπινα αιμοπετάλια υποδεικνύουν ότι η σιλντεναφίλη ενισχύει την αντισυγκολλητική επίδραση του νιτροπρωσσικού νατρίου in vitro. Δεν υπάρχουν στοιχεία για την ασφάλεια χορήγησης της σιλντεναφίλης σε ασθενείς με αιμορραγικές παθήσεις ή με ενεργό πεπτικό έλκος. Επομένως, η σιλντεναφίλη πρέπει να χορηγείται σε αυτούς τους ασθενείς μόνο μετά από προσεκτική αξιολόγηση των αναμενόμενων ωφελειών σε σχέση προς τους πιθανούς κινδύνους. Το λεπτό υμένιο που επικαλύπτει το δισκίο περιέχει λακτόζη. Το VIAGRA δεν θα πρέπει να χορηγείται σε άνδρες με σπάνιες κληρονομικές δυσανεξίες στη γαλακτόζη, ανεπάρκεια της Lapp λακτάσης ή δυσαπορρόφηση γλυκόζης-γαλακτόζης. Γυναίκες: Δεν ενδείκνυται η χρήση του VIAGRA από γυναίκες. **ΓΟΝΙΜΟΤΗΤΑ ΚΥΗΣΗ ΚΑΙ ΓΑΛΟΥΧΙΑ:** Το VIAGRA δεν ενδείκνυται για χρήση στις γυναίκες. Δεν υπάρχουν επαρκείς και καλά ελεγχόμενες μελέτες σε εγκύους ή σε γυναίκες που θηλάζουν. Σε μελέτες αναπαραγωγής σε αρουραίους και κουνέλια, μετά από χορήγηση σιλντεναφίλης από το στόμα, δεν παρουσιάστηκαν σχετιζόμενες με το φάρμακο ανεπιθύμητες ενέργειες. Δεν διαπιστώθηκαν επιδράσεις στην κινητικότητα ή τη μορφολογία του σπέρματος μετά από χορήγηση, από του στόματος, απλών δόσεων 100 mg σιλντεναφίλης σε υγιείς εθελοντές. **ΑΝΕΠΙΘΥΜΗΤΕΣ ΕΝΕΡΓΕΙΕΣ:** Σύνοψη του προφίλ ασφαλείας: Το προφίλ ασφαλείας του VIAGRA βασίζεται σε 9570 ασθενείς σε 74 διπλά τυφλές, ελεγχόμενες με εικονικό φάρμακο κλινικές μελέτες. Οι πιο συχνά αναφερθείσες ανεπιθύμητες ενέργειες σε κλινικές μελέτες σε ασθενείς υπό θεραπεία με σιλντεναφίλη, ήταν κεφαλαλγία, έξαψη, δυσπεψία, ρινική συμφόρηση, ζάλη, ναυτία, εξάψεις, οπτική διαταραχή, κυανοψία και όραση θαμπή. Οι ανεπιθύμητες ενέργειες που παρατηρήθηκαν μετά την κυκλοφορία του φαρμάκου στην αγορά έχουν συγκεντρωθεί, καλύπτοντας μία περίοδο > 10 χρόνια, κατ' εκτίμηση. Επειδή δεν αναφέρονται όλες οι ανεπιθύμητες ενέργειες στον Κάτοχο Αδείας Κυκλοφορίας και δε συμπεριλαμβάνονται όλες στη βάση δεδομένων ασφαλείας, οι συχνότητες αυτών των συμβαμάτων δεν μπορούν να καθοριστούν με αξιοπιστία. Παρακάτω παρατίθενται ανά συχνότητα (πολύ συχνές (≥1/10), συχνές (≥1/100 έως <1/10), όχι συχνές (≥1/1.000 έως <1/100), σπάνιες (≥10.000 έως <1/1.000), όλες οι κλινικές σημαντικές ανεπιθύμητες ενέργειες, οι οποίες παρατηρήθηκαν σε κλινικές μελέτες, με επίπτωση μεγαλύτερη από αυτή του εικονικού φαρμάκου. Επιπρόσθετα, καταγράφονται ως μη γνωστές, οι συχνότητες των κλινικώς σημαντικών ανεπιθύμητων ενεργειών που αναφέρθηκαν από την εμπειρία μετά την κυκλοφορία του προϊόντος στην αγορά. **Κλινικώς σημαντικές ανεπιθύμητες ενέργειες που αναφέρθηκαν με επίπτωση μεγαλύτερη απ' ότι το εικονικό φάρμακο σε ελεγχόμενες κλινικές μελέτες καθώς και κλινικώς σημαντικές ανεπιθύμητες ενέργειες που αναφέρθηκαν μετά την κυκλοφορία του προϊόντος στην αγορά. Πολύ συχνές:** Κεφαλαλγία. **Συχνές:** Ζάλη, οπτικές χρωματικές παραμορφώσεις**, οπτική διαταραχή, όραση θαμπή, παροδικό ερύθημα (flushing), εξάψεις, ρινική συμφόρηση, ναυτία, δυσπεψία. **Όχι συχνές:** Ρινίτιδα, υπερευαισθησία, υπνηλία, υπαισθησία, διαταραχές δακρύρροιας***, πόνος του οφθαλμού, φωτοφοβία, φωτοψία, υπεραιμία του οφθαλμού, λάμπτον βλέμμα, επιπεφυκίτιδα, ιλιγγος, εμβοές, ταχυκαρδία, αίσθημα παλμών, υπέρταση, υπόταση, επίσταξη, συμφόρηση κόλπων του προσώπου, νόσος γαστροοισοφαγικής παλινδρόμησης, έμετος, άλγος άνω κοιλιακής χώρας, ξηροστομία, εξάνθημα, μυαλγία, άλγος στα άκρα, αιματουρία, θωρακικό άλγος, κόπωση, αίσθηση θερμού, καρδιακός ρυθμός αυξημένος. **Σπάνιες:** Αγγειακό εγκεφαλικό επεισόδιο, παροδικό ισχαιμικό επεισόδιο, επιληπτική κρίση*, υποτροπή επιληπτικής κρίσης*, συγκοπή, μη αρτηριτιδική πρόσθια ισχαιμική οπτική νευροπάθεια (NAION)*, απόφραξη των αμφιβληστροειδικών αγγείων*, αιμορραγία του αμφιβληστροειδούς, αρτηριοσκληρυντική αμφιβληστροπάθεια, διαταραχή του αμφιβληστροειδούς, γλαύκωμα, έλλειμμα στα οπτικά πεδία, διπλωπία, οπτική οξύτητα μειωμένη, μυωπία, ασθενωπία, εξιδρώματα του υαλοειδούς σώματος, διαταραχή της ίριδας, μυδρίαση, όραση δίκην φωτοστεφάνου, οίδημα του οφθαλμού, διόγκωση του οφθαλμού, οφθαλμική διαταραχή, υπεραιμία του επιπεφυκότα, ερεθισμός του οφθαλμού, μη φυσιολογικό αίσθημα στον οφθαλμό, οίδημα βλεφάρου, δυσχρωματισμός του σκληρού, κώφωση*, αιφνίδιος καρδιακός θάνατος*, έμφραγμα του μυοκαρδίου, κοιλιακή αρρυθμία*, κολπική μαρμαρυγή, ασταθής στηθάγχη, συσφιγκτικό αίσθημα λαιμού, ρινικό οίδημα, ξηρότητα ρινικού βλεννογόνου, υπαισθησία στόματος, σύνδρομο Stevens-Johnson (SJS)*, τοξική επιδερμική νεκρόλυση (TEN)*, αιμορραγία πέους, priapismός*, αιματοσπερμία, στύση αυξημένη, ευερεθιστότητα. *Έχει αναφερθεί μόνο κατά τη διάρκεια της παρακολούθησης μετά την κυκλοφορία στην αγορά. **Οπτικές χρωματικές παραμορφώσεις: Πρασινοψία, Χρωματοψία, Κυανοψία, Ερυθροψία και Ξανθοψία. ***Διαταραχές δακρύρροιας: Ξηροφθαλμία, Δακρυϊκή διαταραχή και Δακρύρροια αυξημένη. Αναφορά πιθανολογούμενων ανεπιθύμητων ενεργειών: Η αναφορά πιθανολογούμενων ανεπιθύμητων ενεργειών μετά από τη χορήγηση άδειας κυκλοφορίας του φαρμακευτικού προϊόντος είναι σημαντική. Επιτρέπει τη συνεχή παρακολούθηση της σχέσης οφέλους/κινδύνου του φαρμακευτικού προϊόντος. Ζητείται από τους επαγγελματίες του τομέα της υγειονομικής περίθαλψης να αναφέρουν οποιεσδήποτε πιθανολογούμενες ανεπιθύμητες ενέργειες: **Ελλάδα**: Εθνικός Οργανισμός Φαρμάκων. Μεσογείων 284, GR-15562 Χολαργός, Αθήνα, Τηλ: + 30 21 32040380/337, Φαξ: + 30 21 06549585. Ιστότοπος: http://www.eof.gr. **Κύπρος**: Φαρμακευτικές Υπηρεσίες. Υπουργείο Υγείας. CY-1475 Λευκωσία, Φαξ: + 357 22608649. Ιστότοπος: www.moh.gov.cy/phs. **ΚΑΤΟΧΟΣ ΑΔΕΙΑΣ ΚΥΚΛΟΦΟΡΙΑΣ/ ΑΡΙΘΜΟΣ ΑΔΕΙΑΣ ΚΥΚΛΟΦΟΡΙΑΣ:** Pfizer Limited, Sandwich, Kent CT13 9NJ, Ηνωμένο Βασίλειο. EU/1/98/077/021. **ΤΟΠΙΚΟΣ ΑΝΤΙΠΡΟΣΩΠΟΣ:** Pfizer Ελλάς Α.Ε., Λ. Μεσογείων 243, 154 51 Νέο Ψυχικό, Τηλ: +30 210 6785800. **ΛΙΑΝΙΚΕΣ ΤΙΜΕΣ:** 50MG/TAB, BT x 4 δισκία : 24,77 €. **ΦΑΡΜΑΚΕΥΤΙΚΟ ΠΡΟΪΟΝ ΓΙΑ ΤΟ ΟΠΟΙΟ ΑΠΑΙΤΕΙΤΑΙ ΙΑΤΡΙΚΗ ΣΥΝΤΑΓΗ. ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ ΑΝΑΘΕΩΡΗΣΗΣ (ΜΕΡΙΚΗΣ) ΤΟΥ ΚΕΙΜΕΝΟΥ:08/2014. ΓΙΑ ΠΛΗΡΕΙΣ ΣΥΝΤΑΓΟΓΡΑΦΙΚΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΠΑΡΑΚΑΛΕΙΣΘΕ ΝΑ ΑΠΕΥΘΥΝΕΣΤΕ ΣΤΗΝ ΕΤΑΙΡΙΑ.**

Βοηθήστε να γίνουν τα φάρμακα πιο ασφαλή και Αναφέρετε
ΟΛΕΣ τις ανεπιθύμητες ενέργειες για
ΟΛΑ τα φάρμακα
Συμπληρώνοντας την «ΚΙΤΡΙΝΗ ΚΑΡΤΑ»

Ο θάνατος

Γιατί είναι μια ευαίσθητη κατάσταση;
Γιατί ενώ ο φαρμακοποιός δεν έχει εκπαιδευτεί για να μιλάει για το θάνατο, παρόλα αυτά τον αντιμετωπίζει κατά τη διάρκεια του επαγγέλματός του.

Γιατί είναι προτιμότερο να μιλάμε σε έναν χώρο εμπιστευτικότητας;
Γιατί ένας πελάτης μας που πρόσφατα έχασε κάποιον δικό του μπορεί να εκδηλωθεί με κλάματα και έχει ανάγκη έναν χώρο εμπιστευτικότητας. Ο φαρμακοποιός αντιμετωπίζει συχνά άτομα που έχασαν κάποιο προσφιλές πρόσωπο μετά από μια μακρά ασθένεια ή ξαφνικά. Εδώ, το να ακούσουμε με ενσυναίσθηση τον πελάτη μας και να τον προσεγγίσουμε και να τον κατανοήσουμε, έχει μεγάλη σημασία.
Θα πρέπει να συμπεριφερθούμε ειλικρινά και φυσιολογικά. Αν ο πελάτης μας συγκινηθεί και κλάψει, ας τον αφήσουμε να εκδηλωθεί χωρίς να του λέμε «*μην κλαίτε*» και «*μη στενοχωριέστε*».
Κατ' αρχάς, υπάρχει η αναγκαιότητα να κατανοήσουμε αυτή την απώλεια για τον πελάτη μας. Το να υπάρχει θλίψη από μέρους του είναι κάτι το πολύ φυσιολογικό και συχνά η συνταγογράφηση ενός αντικαταθλιπτικού ή η πρόταση ενός φυσικού ηρεμιστικού είναι απαραίτητη. Εάν είστε πολύ κοντά στην οικογένεια του αποθανόντα, καλό θα είναι να ρωτήσετε λεπτομέρειες για το θάνατο, την κηδεία και αν αισθάνεστε ότι πρέπει να πάτε, καλό είναι να το κάνετε, όχι σαν φαρμακοποιός φυσικά, αλλά σαν φίλος.
Εάν ο πελάτης σας μετά το θάνατο του προσφιλούς του ατόμου θέλει να απομονωθεί ή δεν θέλει καμία συζήτηση μην επιμένετε. Το μόνο που μπορείτε να πείτε είναι: «*να ξέρετε ότι είμαι εδώ και όποτε χρειαστείτε να μου μιλήσετε είμαι στη διάθεσή σας*».
Θα πρέπει να αποφύγετε να πείτε για τον θανόντα «*είναι καλύτερα εκεί που πήγε δεν θα υποφέρει πια*». Σε γενικές γραμμές αποφύγετε κάθε προσωπική σας αντίληψη και τις «ψεύτικες» παρηγοριές. Δώστε απλά τα συλλυπητήρια σας ή προσωπικά ή ταχυδρομικά με μια ιδιόχειρα γραμμένη κάρτα, και μη χρησιμοποιείσετε ηλεκτρονικά μέσα αποστολής (sms, facebook, email).



Εξασφαλίστε την παρακολούθηση του πελάτη σας. Η διαδικασία αποκατάστασης της ψυχολογίας μετά το θάνατο προσφιλούς ατόμου είναι συνήθως 6-24 μήνες. Υπάρχουν βεβαίως και παθολογικές καταστάσεις, όπου ο συγγενής εξακολουθεί να ζει στο μυαλό του με τον αποθανόντα ή κάνει καταχρήσεις (αλκοόλ, τσιγάρο). Σε αυτές τις περιπτώσεις θα πρέπει να του πούμε «*βλέπω ότι κάτι δεν πάει καλά με εσάς. Έχετε σκεφτεί να απευθυνθείτε σε ειδικούς που μπορούν να σας βοηθήσουν*»;

Σε περιπτώσεις κατάθλιψης πείτε: «*Βλέπω ότι δεν τρώτε καλά, έχετε αδυνατήσει και με ανησυχεί. Ίσως κάποιος γιατρός μπορεί να σας βοηθήσει. Θέλετε να σας συστήσω κάποιον;*» Ακόμα και αν το άτομο αρνηθεί, ίσως κάποια άλλη φορά το αποδεχτεί.

Ο καρκίνος

Γιατί είναι μια ευαίσθητη περίπτωση;
Γιατί το να ζει ένας ασθενής με τον καρκίνο είναι κάτι το πολύ δύσκολο και στο φαρμακείο μπορεί να βρει την ανάλογη διαθεσιμότητα και συμβουλή.

Γιατί είναι απαραίτητο η συζήτηση να γίνει σε χώρο εμπιστευτικότητας;
Γιατί η όλη προσέγγιση και συζήτηση μπορεί να πάρει χρόνο και παράλληλα ο ασθενής δεν θέλει να τον ακούσουν οι άλλοι πελάτες και οι υπάλληλοι του φαρμακείου.
Ο φαρμακοποιός εδώ παίζει ένα σημαντικό ρόλο στη φροντίδα μετά την έξοδο από το νοσοκομείο που είναι μια δύσκολη περίοδος, όπου ο ασθενής βρίσκεται μόνος με την ασθένειά του στο σπίτι.
Οφείλει να καθησυχάσει τον ασθενή για το όφελος της θεραπείας του, να αντιμετωπίσει ορισμένες ανεπιθύμητες ενέργειες και να απαντήσει στις ανησυχίες αυτής της καινούριας ζωής. Επίσης, μπορεί να συμβουλέψει τους ασθενείς για να ανατρέξουν σε συλλόγους ασθενών με καρκίνο ή σε ειδικά web sites για περισσότερη ενημέρωση.
Ας μην ξεχνάμε επίσης, ότι ο φαρμακοποιός έχει έναν ρόλο «κλειδί» στην πρόληψη και τη διάγνωση ορισμένων μορφών καρκίνου.

ΠΕΡΙΛΗΨΗ ΤΩΝ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΩΝ ΤΟΥ ΠΡΟΪΟΝΤΟΣ LIVOSTIN® (Υδροχλωρική λεβοκαμπαστίνη)

1. ΕΜΠΟΡΙΚΗ ΟΝΟΜΑΣΙΑ ΤΟΥ ΦΑΡΜΑΚΕΥΤΙΚΟΥ ΠΡΟΪΟΝΤΟΣ: LIVOSTIN®. **2. ΠΟΙΟΤΙΚΗ & ΠΟΣΟΤΙΚΗ ΣΥΝΘΕΣΗ σε δραστικά συστατικά:** Levocabastine hydrochloride αντιστοιχεί σε Levocabastine 0.5mg/ml. Για τα έκδοχα βλέπε τμήμα 6.1. **3. ΦΑΡΜΑΚΟΤΕΧΝΙΚΗ ΜΟΡΦΗ:** Εκνέφωμα ρινικό (μικροεναιώρημα), Οφθαλμικές σταγόνες, εναιώρημα (στείρο μικροεναιώρημα, pH=6-8). **4.3 Αντενδείξεις:** Υπερευαισθησία σε οποιοδήποτε από τα συστατικά του Livostin. **(Εκνέφωμα ρινικό): 4.4 Ιδιαίτερες προειδοποιήσεις και ιδιαίτερες προφυλάξεις κατά τη χρήση:** Περιορισμένα στοιχεία υπάρχουν για τη στοματική χορήγηση λεβοκαμπαστίνης σε ασθενείς με νεφρική ανεπάρκεια. Η χορήγηση ρινικού εκνεφώματος Livostin σε ασθενείς με προσβολή της νεφρικής λειτουργίας πρέπει να γίνεται με προσοχή. (βλέπε τμήμα 5.2.4 Φαρμακοκινητικές Ιδιότητες – Απέκκριση). **4.8 Ανεπιθύμητες ενέργειες: 4.8.1 Στοιχεία κλινικών μελετών:** Η ασφάλεια του ρινικού εκνεφώματος Livostin εκτιμήθηκε σε 2328 ασθενείς που συμμετείχαν σε δώδεκα διπλά τυφλές κλινικές μελέτες ελεγχόμενες με μάρτυρα. Οι ανεπιθύμητες ενέργειες (ΑΕ) που αναφέρθηκαν σε >=1% των ασθενών στις κλινικές μελέτες παρουσιάζονται παρακάτω. Γαστρεντερικές διαταραχές Ναυτία. Γενικές διαταραχές και διαταραχές του σημείου εφαρμογής Πόνος,Κακουχία. Μολύνσεις και Φλεγμονές Κολπίτιδα. Διαταραχές του Κεντρικού Νευρικού Συστήματος Πονοκέφαλος, Ζάλη, Υπνηλία. Αναπνευστικές Θωρακικές και Μεσοθωρακικές Διαταραχές Φαρυγγολαρυγγικός πόνος, Επίσταξη, Βήχας. Επιπλέον ΑΕ που αναφέρθηκαν από ποσοστό <1% των ασθενών που θεραπεύτηκαν με ρινικού εκνεφώματος Livostin σε 12 κλινικές μελέτες: Γενικές Διαταραχές και Διαταραχές του σημείου εφαρμογής. Ερεθισμός στο σημείο εφαρμογής, Πόνος στο σημείο εφαρμογής, Ξηρότητα στο σημείο εφαρμογής, Αίσθημα καύσου στο σημείο εφαρμογής, Δυσφορία στο σημείο εφαρμογής. Αναπνευστικές, θωρακικές και μεσοθωρακικές Διαταραχές. Ρινική δυσφορία,Ρινική συμφόρηση. **4.8.2 Στοιχεία μετά την κυκλοφορία του προϊόντος:** Οι ανεπιθύμητες ενέργειες ταξινομούνται παρακάτω με βάση τη συχνότητα, χρησιμοποιώντας την εξής συνθήκη: πολύ συχνές (>1/10), συχνές (>1/100, <1/10), όχι συχνές (>1/1.000, <1/100), σπάνιες (>1/10.000, <1/1.000), πολύ σπάνιες (<1/10.000), συμπεριλαμβανομένων μεμονωμένων αναφορών. Οι ΑΕ που αυθορμήτως αναφέρθηκαν για το Livostin περιλαμβάνουν: • Καρδιακές Διαταραχές : Πολύ σπάνιες (<1/10.000): ταχυκαρδία • Διαταραχές Οφθαλμών: Πολύ σπάνιες (<1/10.000): Οίδημα του άνω βλεφάρου • Γενικές Διαταραχές και Διαταραχές στο σημείο εφαρμογής: Πολύ σπάνιες (<1/10.000): Αδιαθεσία • Διαταραχές του ανοσοποιητικού συστήματος: Πολύ σπάνιες (<1/10.000): υπερευαισθησία • Αναπνευστικές, Θωρακικές και Μεσοπνευμονικές Διαταραχές: Πολύ σπάνιες (<1/10.000): Βρογχοσπασμός, δύσπνοια, οίδημα της μύτης. **(Οφθαλμικές σταγόνες): 4.4 Ιδιαίτερες προειδοποιήσεις και ιδιαίτερες προφυλάξεις κατά τη χρήση**:Όπως με όλα τα οφθαλμικά παρασκευάσματα που περιέχουν χλωριούχο βενζαλκόνιο, οι ασθενείς πρέπει να συμβουλεύονται να μην φορούν μαλακούς (υδρόφιλους) φακούς επαφής κατά την διάρκεια της θεραπευτικής αγωγής με τις οφθαλμικές σταγόνες Livostin. **4.8 Ανεπιθύμητες ενέργειες: 4.8.1 Στοιχεία κλινικών μελετών:** Η ασφάλεια των οφθαλμικών σταγόνων Livostin εκτιμήθηκε σε 508 ασθενείς που συμμετείχαν σε τέσσερεις ελεγχόμενες από μάρτυρα κλινικές μελέτες και σε μία ανοικτή κλινική μελέτη. Όλες οι ανεπιθύμητες ενέργειες (ΑΕ) που αναφέρθηκαν από τους ασθενείς στις κλινικές μελέτες των οφθαλμικών σταγόνων Livostin παρουσιάζονται παρακάτω. Οφθαλμικές ανωμαλίες Οφθαλμικός ερεθισμός. 4.8.2 Στοιχεία μετά την κυκλοφορία του προϊόντος. Οι ανεπιθύμητες ενέργειες ταξινομούνται παρακάτω με βάση τη συχνότητα, χρησιμοποιώντας την εξής συνθήκη: πολύ συχνές (>1/10), συχνές (>1/100, <1/10), όχι συχνές (>1/1.000, <1/100), σπάνιες (>1/10.000, <1/1.000), πολύ σπάνιες (<1/10.000), συμπεριλαμβανομένων μεμονωμένων αναφορών. Οι ΑΕ που αυθορμήτως αναφέρθηκαν για το Livostin περιλαμβάνουν: • Διαταραχές Οφθαλμών: Πολύ σπάνιες (<1/10.000): Πόνος στο μάτι, Επιπεφυκίτιδα, Οίδημα του άνω βλεφάρου, Οφθαλμική υπεραιμία, θολή όραση • Γενικές Διαταραχές και Διαταραχές στο σημείο εφαρμογής: Πολύ σπάνιες (<1/10.000): Αίσθηση καύσου στο μάτι, ερυθρότητα οφθαλμού, άλγος οφθαλμού, οίδημα οφθαλμού, κνησμός οφθαλμού, δακρύρροια και θολή όραση • Διαταραχές του ανοσοποιητικού συστήματος: Πολύ σπάνιες (<1/10.000): αγγειονευρωτικό οίδημα, υπερευαισθησία • Διαταραχές του δέρματος και του υποδόριου ιστού: Πολύ σπάνιες (<1/10.000): δερματίτιδα εξ' επαφής, ουρτικάρια. Διαταραχές του νευρικού συστήματος: Πολύ σπάνιες (<1/10.000): πονοκέφαλος. **6.6 Κάτοχος της άδειας κυκλοφορίας:** Johnson & Johnson Hellas Consumer AE. Αιγιαλείας & Επιδαύρου 4, 151 25 Μαρούσι, Αθήνα, τηλ: 210 6875528. Περαιτέρω πληροφορίες της Περίληψης Χαρακτηριστικών των προϊόντων διατίθενται από τον κάτοχο άδειας κυκλοφορίας κατόπιν αιτήματος. Δεν απαιτείται ιατρική συνταγή.

ΠΕΡΙΛΗΨΗ ΤΩΝ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΩΝ ΤΟΥ ΠΡΟΪΟΝΤΟΣ HEXALEN® (Hexetidine)

1. ΕΜΠΟΡΙΚΗ ΟΝΟΜΑΣΙΑ ΤΟΥ ΦΑΡΜΑΚΕΥΤΙΚΟΥ ΠΡΟΪΟΝΤΟΣ: HEXALEN®. 2. ΠΟΙΟΤΙΚΗ ΚΑΙ ΠΟΣΟΤΙΚΗ ΣΥΝΘΕΣΗ σε δραστικά συστατικά: Hexetidine 0.2% w/v, Hexetidine: C21 H45 N3, 1.3 - bis (2-ethylhexyl) hexahydro-5-methyl-5-pyrimidinamine. **3. ΦΑΡΜΑΚΟΤΕΧΝΙΚΗ ΜΟΡΦΗ:** Στοματικό εκνέφωμα. **4.3 Αντενδείξεις:** Να μη χορηγείται σε παιδιά ηλικίας κάτω των 6 ετών. **4.4 Ιδιαίτερες Προειδοποιήσεις και Ιδιαίτερες Προφυλάξεις κατά τη χρήση:** Να μη χρησιμοποιείται για μακροχρόνια θεραπεία γιατί μπορεί να διαταράξει την ισορροπία της χλωρίδας της στοματικής κοιλότητας. Να χορηγείται με προσοχή σε παιδιά διότι υπάρχει κίνδυνος εμφάνισης λαρυγγοσπασμού που μπορεί, γενικά, να προκληθεί από την τοπική χρήση εκνεφωμάτων υπό πίεση καθώς και λόγω της ύπαρξης του μινθελαίου. Σε περίπτωση παρατεινόμενων συμπτωμάτων, για περισσότερες από 5 ημέρες, με ή χωρίς πυρετό, θα πρέπει να επανεκτιμάται η κατάσταση και να επιλέγεται η κατάλληλη θεραπεία. Δεν πρέπει να καταπίνεται. **4.8 Ανεπιθύμητες ενέργειες:** Το φάρμακο είναι γενικά πολύ καλά ανεκτό, με μικρή πιθανότητα πρόκλησης ερεθισμού ή ευαισθητοποίησης. Σε μερικούς ασθενείς έχει παρουσιασθεί ήπιος ερεθισμός της γλώσσας και των ιστών του στόματος. Άλλες πολύ σπάνιες ανεπιθύμητες ενέργειες είναι παροδική αναισθησία και αλλοίωση της γεύσης. Κάτοχος της άδειας κυκλοφορίας: Johnson & Johnson Consumer AE, Αιγιαλείας & Επιδαύρου 4, 151 25 Μαρούσι, τηλ. 210 6875786. Περαιτέρω πληροφορίες της Περίληψης Χαρακτηριστικών του Προϊόντος διατίθενται από τον κάτοχο άδειας κυκλοφορίας κατόπιν αιτήματος. Δεν απαιτείται ιατρική συνταγή.

ΠΕΡΙΛΗΨΗ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΩΝ ΤΟΥ ΠΡΟΪΟΝΤΟΣ HEXACOUGH®

1. ΕΜΠΟΡΙΚΗ ΟΝΟΜΑΣΙΑ ΤΟΥ ΦΑΡΜΑΚΕΥΤΙΚΟΥ ΠΡΟΪΟΝΤΟΣ: Hexacough. **2. ΠΟΙΟΤΙΚΗ & ΠΟΣΟΤΙΚΗ ΣΥΝΘΕΣΗ ΣΕ ΔΡΑΣΤΙΚΑ ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ:** Περιέχει 20mg γουαϊφενεσίνη ανά ml (100mg ανά 5ml). Επίσης κάθε ml περιέχει: Αιθανόλη 39.7mg, Γλυκόζη, Φρουκτόζη, Ponceau 4R (E124) 0.05 mg, Νάτριο 1.8 mg, Για την πλήρη λίστα με τα έκδοχα, βλέπε το τμήμα 6.1. **3. ΦΑΡΜΑΚΟΤΕΧΝΙΚΗ ΜΟΡΦΗ:** Πόσιμο διάλυμα. Διαυγές μέχρι μερικώς ιριδίζον κόκκινο υγρό. **4.3 Αντενδείξεις:** Η χρήση αυτου του προϊόντος αντενδείκυται σε άτομα με γνωστή υπερευαισθησία στην δραστική ουσία ή σε οποιδήποτε από τα έκδοχα. **4.4 Ιδιαίτερες προειδοποιήσεις και ιδιαίτερες προφυλάξεις κατά την χρήση:** Αυτό το προϊόν δεν πρέπει να χρησιμοποιείται σε επίμονο ή χρόνιο βήχα, όπως αυτόν που προκύπτει από το άσθμα ή όπου ο βήχας συνοδεύεται από υπερβολικές εκκρίσεις, εκτός αν κρίνει ο θεράπων ιατρός ότι είναι απαραίτητο. Ο επίμονος βήχας μπορεί να είναι σημάδι μίας σοβαρής ασθένειας. Εάν ο βήχας επιμείνει για πάνω από 1 εβδομάδα, επανεμφανίζεται ή συνοδεύεται από πυρετό, εξάνθημα ή επίμονο πονοκέφαλο, θα πρέπει να συμβουλευτείτε τον γιατρό σας. Το προϊόν θα πρέπει να χρησιμοποιείται με προσοχή σε άτομα με σοβαρή νεφρική ή ηπατική δυσλειτουργία. Η ταυτόχρονη χρήση κατασταλτικών του βήχα δεν συνίσταται. Ασθενείς με σπάνια κληρονομικά προβλήματα δυσανεξίας στη φρουκτόζη ή δυσαπορρόφησης γλυκόζης - γαλακτόζης δεν θα πρέπει να παίρνουν αυτό το φάρμακο. Το προϊόν αυτό περιέχει 4.7% κατά όγκο αιθανόλη (αλκοόλ), δηλ. ως και 400mg ανά δόση, που ισοδυναμεί περίπου με 10ml μπύρας, 4ml οίνου ανά 10ml δόση. Αυτό μπορεί να είναι επιβλαβές για τα άτομα που πάσχουν από αλκοολισμό. Η περιεκτικότητα σε αιθανόλη θα πρέπει να λαμβάνεται υπόψη σε έγκυες ή θηλάζουσες γυναίκες, παιδιά και ομάδες υψηλού κινδύνου όπως ασθενείς με ηπατική ή νεφρική νόσο ή επιληψία. Αυτό το προϊόν περιέχει κόκκινη χρωστική Ponceau 4R (E124), που μπορεί να προκαλέσει αλλεργικές αντιδράσεις. Το προϊόν αυτό περιέχει 17.6 mg νατρίου ανά 10 ml δόση. Αυτό θα πρέπει να ληφθεί υπόψη σε άτομα που ελέγχουν το νάτριο που λαμβάνουν από την δίαιτά τους. **4.8 Ανεπιθύμητες ενέργειες:**Οι ακόλουθες ανεπιθύμητες ενέργειες μπορεί να συσχετιστούν με τη χρήση της guaifenesin:Γαστρεντερικές ανωμαλίες: Γαστρεντερική δυσφορία, ναυτία, εμετός. (συχνότητα - δεν είναι γνωστή).Ανωμαλίες του Ανοσολογικού συστήματος: Αντιδράσεις υπερευαισθησίας (συχνότητα - δεν είναι γνωστή). Κάτοχος της άδειας κυκλοφορίας. Johnson & Johnson Hellas Consumer AE. Αιγιαλείας & Επιδαύρου 4, 15125, Μαρούσι, Αθήνα Ελλάδα, τηλ. 210 6875528. Περαιτέρω πληροφορίες της Περίληψης Χαρακτηριστικών του Προϊόντος διατίθενται από τον κάτοχο άδειας κυκλοφορίας κατόπιν αιτήματος. Δεν απαιτείται ιατρική συνταγή.

Βοηθήστε να γίνουν τα φάρμακα πιο ασφαλή και Αναφέρετε

ΟΛΕΣ τις ανεπιθύμητες ενέργειες για **ΟΛΑ** τα φάρμακα.
Συμπληρώνοντας την ΚΙΤΡΙΝΗ ΚΑΡΤΑ

Οι χρόνιοι ασθενείς

Το να καταπίνεις φάρμακα κάθε μέρα δεν είναι τόσο απλό..!

Ιδιαίτερα αν ο ασθενής είναι χρόνιος και θα πρέπει να δεχθεί ότι θα τα παίρνει εφόρου ζωής. Ανάμεσα στην αδιαφορία, την εξέγερση και την απάθεια, ο δρόμος προς τη συμμόρφωση στη θεραπεία είναι δύσκολος.

«Θέλω να τα παίρνω αλλά ξεχνάω», ή *«Γνωρίζω ότι πρέπει να τα παίρνω αλλά…»*

ή *«Αμέλησα ν' ανανεώσω τη συνταγή…»*, είναι λόγια που ακούγονται πολύ συχνά στον πάγκο του κάθε φαρμακείου.

Χρόνιες παθήσεις όπως υπέρταση, υπερχολιστεριναιμία, καρδιοπάθειες, διαβήτης, άσθμα, όποια και να είναι η παθολογία, η μη συμμόρφωση στη θεραπεία είναι δυστυχώς ένα δεδομένο και η επικοινωνία του φαρμακοποιού με τον ασθενή πολύ σημαντική.

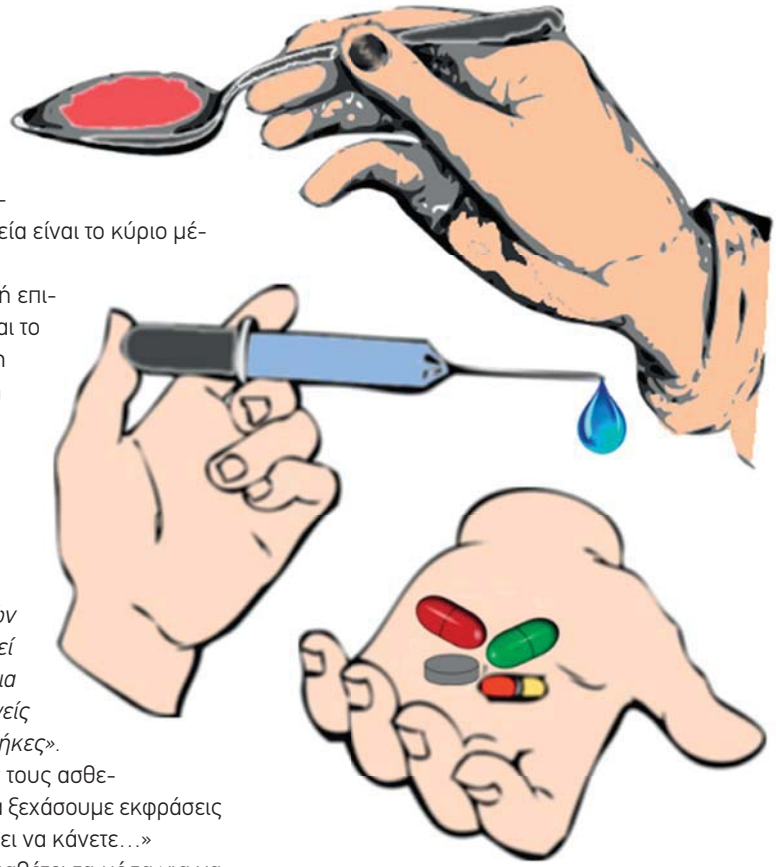
Η αποδοχή μιας χρόνιας πάθησης

Όταν μαθαίνουμε ότι έχουμε μια χρόνια πάθηση περνάμε ένα τραυματικό σοκ που διαταράσσει την ψυχολογία μας και περνάει από διάφορες φάσεις: άρνηση, εξέγερση, αλλά και αδιαφορία. Το να δεχθείς ότι είσαι άρρωστος, ιδιαίτερα όταν δεν έχεις ενοχλητικά συμπτώματα όπως ο διαβήτης, η χοληστερίνη, ορισμένες καρδιοπάθειες, δεν είναι σχετικά εύκολο. Το να γνωρίζουν σε βάθος την ασθένεια τους δεν είναι εύκολο για τους περισσότερους ανθρώπους. Το πλέον σημαντικό όμως, είναι να πειστούμε και να ελπίζουμε ότι ακολουθώντας την προτεινόμενη αγωγή θα τους βοηθήσει στην ποιότητα της ζωής τους και στην εξέλιξη της νόσου.

Φυσικά υπάρχουν διαφορές μεταξύ χρόνιων ασθενών. Ένας σταθεροποιημένος υπερτασικός, ή διαβητικός, με έναν ασθενή με νεφρική ανεπάρκεια που κάνει αιμοκάθαρση σε όλη τη ζωή του, δεν είναι το ίδιο…!

Αναμφισβήτητα, οι πιο σοβαρές χρόνιες παθήσεις με ενοχλητικά συμπτώματα που διαταράσσουν την ποιότητα ζωής, οδηγούν τον πάσχοντα σε έναν κόσμο που δεν γνωρίζει τους κανόνες του παιχνιδιού και θα πρέπει να μάθει να είναι αυτόνομος και υπεύθυνος για τον εαυτό του και τους γύρω του.

Μόνο στηριζόμενος σε αυτή τη λογική ο ασθενής θα φροντίσει την υγεία του. Όταν του επιβάλλουμε κάτι επειδή εμείς έτσι θεωρούμε ότι πρέπει να γίνει, αυτό συνήθως του είναι δύσκολα αποδεκτό. Αντίθετα, αν ο ίδιος ο ασθενής ανακαλύψει, μέσα από τη γνώση που του προσφέρουμε, τι θα πρέπει να κάνει για το καλό του, τότε η όλη αγωγή του είναι πιο θεμιτή γι' αυτόν.



Αντιμετωπίζοντας τους χρόνιους ασθενείς

- Η συμμόρφωση στη θεραπεία είναι το κύριο μέλημά μας
- Η θεραπευτική επιμόρφωση είναι το «κλειδί» για τη συμμόρφωση

Ο ΠΟΥ επισημαίνει: *«Δεν υπάρχει καμία μοναδική στρατηγική επικοινωνίας, ούτε ένα σύνολο στρατηγικών που να έχει φανεί αποτελεσματικά για όλους τους ασθενείς και όλες τις συνθήκες»*.

Σε όλους αυτούς τους ασθενείς καλό είναι να ξεχάσουμε εκφράσεις του τύπου «πρέπει να κάνετε…»

Το φαρμακείο διαθέτει τα μέσα για να αποφύγει το *«πρέπει να κάνετε…»*, ξεκινώντας και ανακαλύπτοντας με ερωτήσεις το επίπεδο γνώσης της πάθησης και τις ανάγκες του ασθενή:

«Γνωρίζετε τις επιδράσεις και τα οφέλη της θεραπείας που σας έγραψε ο γιατρός;»

«Αντιμετωπίζετε προβλήματα με την αγωγή σας;»

«Ποιες είναι οι δυσκολίες που αντιμετωπίζετε;»

«Μπορώ να σας βοηθήσω να τις ξεπεράσουμε;»

«Ο γιατρός σας έδωσε όλες τις απαραίτητες εξηγήσεις και πληροφορίες για την πάθηση και τη θεραπεία σας;

«Τις έχετε κατανοήσει καλά ή θέλετε να πούμε κάτι επιπλέον μαζί;»

Ερωτήσεις απλές που δεν απαιτείται να είστε ψυχολόγος ή κοινωνιολόγος στον πάγκο. Παράλληλα, η πληροφόρηση του ασθενή πάνω στην ασθένεια του παραμένει βασικό στοιχείο για να πετύχουμε να οδηγήσουμε τον ασθενή να πάρει από μόνος του μέρος στην απόφαση για τη ζωή και την υγεία του και να ξεπεράσει τις δυσκολίες της θεραπείας του.

Η βασική πληροφόρηση πρέπει να στηρίζεται στην πάθηση, και σε αρκετές περιπτώσεις στη διαιτητική, στην άσκηση και στον απαιτούμενο έλεγχο (π.χ. διαβήτης, χοληστερίνη, υπέρταση, καρδιοπάθειες…).

Η όλη διαδικασία της πληροφόρησης καλό θα είναι να γίνεται σε ένα μέρος του φαρμακείου που εξασφαλίζει την εμπιστευτικότητα.

Τοξικομανείς ή Αλκοολικοί

Γιατί είναι ευαίσθητες περιπτώσεις;
Γιατί και ο αλκοολισμός και οι χρήστες ουσιών είναι άτομα συνήθως μοναχικά και απομονωμένα, δεν έχουν οικογενειακές, κοινωνικές και επαγγελματικές σχέσεις.
Ιδιαίτερα για τον αλκοολικό που θέλει να διακόψει, χρειάζεται να τον οδηγήσουμε σε ένα χώρο εμπιστευτικότητας για να συζητήσουμε μαζί του και να τον διαβεβαιώσουμε ότι θα είμαστε δίπλα του για να τον βοηθήσουμε, μαζί φυσικά με τον ειδικό ιατρό.
Αυτή η έννοια της εμπιστευτικότητας που δημιουργούμε, συμβάλει στο να εγκαθιδρύσουμε μια αμοιβαία εμπιστοσύνη μεταξύ του ασθενή και του φαρμακοποιού.
Ιδιαίτερα όσον αφορά την υποδοχή του τοξικομανή, ο οποίος τις περισσότερες φορές μπαίνει στο φαρμακείο πολύ διακριτικά, το να χρησιμοποιήσουμε ουδέτερες ερωτήσεις είναι σημαντικό, όπως π.χ. να ρωτήσουμε τη διεύθυνσή του ή την παράλληλη λήψη άλλων φαρμάκων.
Δεν πρέπει σε καμία περίπτωση να δείξουμε ότι η παρουσία του μας ενοχλεί.
Αντίθετα, θα πρέπει να του πούμε ότι είμαστε εκεί για να τον βοηθήσουμε σε ότι χρειάζεται. Επίσης, πρέπει πάντα να καλημερίζουμε με χαμόγελο τον πελάτη, να τον ρωτάμε πως είναι αυτός και οι οικείοι του, αν τους γνωρίζουμε.
Με ένα «*καλημέρα πώς είσαστε;*» δημιουργούμε μια κοινωνικότητα μεταξύ μας. Επίσης, πρέπει να γνωρίζουμε να απαντάμε σε κάθε ερώτησή του.
Ένας τοξικομανής που παίρνει υποκατάστατα δεν είναι απλά ένας ασθενής, και έχει πολύ περισσότερη ανάγκη από τον φαρμακοποιό γιατί έχει τάση να τα υπερκαταναλώνει.
Συχνά όμως η παρουσία τοξικομανή στο φαρμακείο μπορεί να δημιουργήσει μια κακυποψία στους υπόλοιπους ανθρώπους που βρίσκονται εκείνη τη στιγμή εκεί, γι' αυτό και είναι καλύτερα να συζητήσουμε μαζί του σε ένα πιο εμπιστευτικό μέρος, ιδιαίτερα όταν δίνουμε θεραπείες υποκατάστασης, όπου θα πρέπει να δώσουμε πολύ αυστηρές και σαφείς οδηγίες. Αυτά τα άτομα είναι συχνά επίμονα, σε σύγχυση και προκλητικά και χρειάζεται εμπειρία για να τα χειριστούμε.
Οπωσδήποτε η ανθρώπινη προσέγγιση είναι απαραίτητη. Αντίθετα με τις υπάρχουσες αντιλήψεις, αυτά τα άτομα είναι ιδιαίτερα ευαίσθητα και έχουν ανάγκη από μια επαφή ανθρώπινη με το φαρμακοποιό που αποτελεί για αυτούς το πρώτο βήμα της επανένταξής τους στην κοινωνία. Η απλή παράδοση των φαρμάκων δεν αρκεί.
Συχνά βέβαια αυτά τα άτομα έχουν πολλούς γιατρούς για να τους συνταγογραφούνε φάρμακα. Αν πέσει αυτό στην αντίληψή μας θα πρέπει να το επισημάνουμε και αν είναι δυνατόν να μην προβούμε στη χορήγηση του φαρμάκου πριν έρθουμε σε επικοινωνία με τον συνταγογράφο.

Ο τοξικομανής είναι σαν μικρό παιδί, αν δεν τον συγκρατήσουμε θα θέλει να τα πάρει όλα, γιατί τα ναρκωτικά τον οδηγούν στην υπερβολή.

- Αν επιμένει να πάρει φάρμακα χωρίς συνταγή ή με μια πλαστή συνταγή, πρέπει να αρνηθούμε βασιζόμενοι στη νομοθεσία και δεοντολογία που διέπει τη διανομή του φαρμάκου. Είναι πολύ σημαντικό να ξέρουμε να λέμε όχι.

- Σε καμία περίπτωση όμως, δεν θα πρέπει να του χορηγούμε φάρμακα που χρειάζονται τη συνταγή γιατρού και σε αυτήν την περίπτωση θα πρέπει να του εξηγήσουμε και τη δική μας ευαίσθητη θέση.

- Όσον αφορά για φάρμακα ΜΗ.ΣΥ.ΦΑ τα οποία χορηγούνται χωρίς ιατρική συνταγή, θα πρέπει να τα δώσουμε, τονίζοντας τον κίνδυνο υπερδοσολογίας, αντένδειξης, συγχορήγησης με άλλα φάρμακα.

- Όσο για τις λέξεις και τις εκφράσεις μας, καλό είναι να αποφύγουμε εκφράσεις του τύπου «*αυτό δεν είναι καλό*», «*αυτό είναι επικίνδυνο για την υγεία*», «*αυτό είναι κακό*», γιατί τον ενοχλούν πολύ.

Σε γενικές γραμμές η διαδικασία διακοπής καπνίσματος, αλκοόλ και τοξικών ουσιών χρειάζεται μια μακρά περίοδο αποκατάστασης.

Ασθένεια Alzheimer

Η παθολογία αυτή είναι ένα βάσανο, τόσο για τους ασθενείς τους ίδιους, όσο και για τους οικείους τους. Είναι συνήθως οι συγγενείς που έρχονται για τα φάρμακα και τη συμβουλή στο φαρμακείο.

Συνήθως παραπονούνται ως εξής:

«Είμαι καταβεβλημένη ψυχικά και σωματικά γιατί αναγκάστηκα να βάλω τον πατέρα μου 83 χρονών σε ίδρυμα. Βιώνω αυτή την ενέργειά μου σαν μια αποτυχία να μπορέσω να διαχειριστώ την ασθένειά του και η μητέρα μου θεωρεί ότι με αυτή την πράξη τον εγκαταλείπουμε»

«Στηρίζω τον πατέρα μου που είναι 75 χρονών και υποφέρει από Alzheimer με τη φυσική μου παρουσία και με ψυχολογική και οικονομική υποστήριξη, αλλά έχω την εντύπωση ότι δίνω πολλά, χωρίς να παίρνω ανταπόκριση. Σε όλα αυτά έχω και την απέραντη θλίψη να τον βλέπω να χάνει σιγά σιγά το μυαλό του. Συχνά η υπομονή μου εξαντλείται και γίνομαι επιθετική».

Αυτή η αρρώστια αφορά όλο το περιβάλλον του ασθενή, που παίζει έναν πολύ σημαντικό ρόλο στη διαχείριση της. Όταν οι ίδιοι οι συγγενείς έχουν αναλάβει τη φροντίδα του ασθενή με Alzheimer, έχουν επωμιστεί έναν φόρτο ψυχολογικό και σωματικό.

Πώς να φροντίσουν στην καθημερινότητα αυτόν τον ασθενή αξιοπρεπώς;
Λόγω των διαταραχών του λόγου του ασθενή με Alzheimer και του προφορικού και του γραπτού, καθώς και της απώλειας μνήμης και κατανόησης των λέξεων, η επικοινωνία αυτών που τον φροντίζουν απαιτεί φαντασία και υπομονή.
Εδώ ο φαρμακοποιός μπορεί να βοηθήσει τα πρόσωπα που τον φροντίζουν, να τους πληροφορήσει και να τους κατευθύνει για όλα τα στάδια αυτής της ασθένειας. Ο ρόλος του λοιπόν είναι πολύ σημαντικός για να κατευθύνει το άτομο που φροντίζει αυτόν τον ασθενή.

Οι συμβουλές «κλειδιά»

- **Διατηρήστε μια σχέση ενήλικα προς ενήλικα, χρησιμοποιώντας ένα λεξιλόγιο απλό, αποφεύγοντας παιδιάστικες εκφράσεις.**
- **Συνδυάστε δύο ή περισσότερες από τις 5 αισθήσεις (όραση, ακοή, γεύση, αφή και οσμή) για να του μιλήσετε, διότι κάθε μια αίσθηση μπορεί να συμπληρώσει την άλλη.**
- **Μη διστάσετε να επαναλαμβάνετε πολλές φορές την ίδια πρόταση και να παρακολουθείτε τις εκφράσεις προσώπου και σώματος του ασθενή, ώστε να μάθετε τι κατάλαβε ή τι αισθάνεται.**
- **Να λέτε την αλήθεια χωρίς όμως να χρησιμοποιείτε ανησυχητικές λέξεις. Ο ασθενής θα πρέπει να ενημερωθεί για την αγωγή που τον αφορά.**
- **Ενθαρρύνετε τον ασθενή να εκφραστεί και να συμμετέχει σε ομαδικές δραστηριότητες για να καταπολεμήσετε την κατάθλιψη, την απάθεια και το κλείσιμο στον εαυτό του.**
- **Προσοχή στην κακή διατροφή.**
- **Η μείωση πρόσληψης τροφής είναι ένα σημάδι κινδύνου αυτής της ασθένειας και η διατροφή του ασθενή θα πρέπει να παρακολουθείται. Το να τον ζυγίζουμε συχνά είναι μια σωστή τακτική. Είναι επίσης σημαντικό να προσαρμόζουμε τα γεύματα στις δυνατότητες του ασθενή και να προσπαθήσουμε να διατηρήσουμε στο μέγιστο την αυτονομία στη λήψη της τροφής. Φυσικά η από του στόματος λήψη ειδικών θρεπτικών συμπληρωμάτων θα πρέπει να προτείνεται στους ασθενείς που χάνουν βάρος.**

Εξασφάλιση της αυτονομίας στην καθημερινότητα ζωής.
Θα πρέπει να εξασφαλίσουμε στο περιβάλλον του σπιτιού μια απλότητα σε έπιπλα και αντικείμενα, χωρίς να υπάρχουν επικίνδυνα μέρη ή συσκευές. Προσοχή σε ότι μπορεί να προκαλέσει μια πτώση και κατάγματα. Εγκαταστήστε συστήματα εντοπισμού όπως ένα βραχιόλι πομπό ή ένα ειδικό κινητό τηλέφωνο, ώστε να μπορεί να εντοπιστεί άμεσα ο ασθενής σε περίπτωση που χαθεί.

Συμπεράσματα

Πίσω από κάθε παθολογία ή μια ευαίσθητη κατάσταση να μην ξεχνάμε ότι υπάρχει ο άνθρωπος αλλά και οι γύρω του. Να είστε όμως σίγουροι ότι σχεδόν όλοι θέλουν την προσέγγιση, θέλουν να τους ακούσουμε και να συζητήσουμε μαζί τους, αλλά με διακριτικότητα.
Ο φαρμακοποιός οφείλει να εξηγήσει κάθε θεραπεία και τη σωστή της λήψη, να αναφερθεί σε τυχόν ανεπιθύμητες ενέργειες και να απαντήσει σε κάθε ανησυχία του πελάτη.

….και μερικές τελευταίες συμβουλές
Αποφύγετε τη στάση της συμπόνιας του στυλ *«αχ καημένο παιδί»*.
Παραμείνετε επαγγελματίας με ενσυναίσθηση με φράσεις *όπως «Κατανοώ την κατάστασή σας»*, δίνοντας αν είναι δυνατόν και μια δόση αισιοδοξίας *«Να δείτε ότι όλα θα πάνε καλά»*.
Ακόμη και σε καταστάσεις έντονης συγκίνησης ή θυμού, το να είστε διαθέσιμος να τον ακούσετε, κατευνάζει πάντα τα πνεύματα….! ■

Πόπη Χαραμή

ΔΥΣΚΟΛΟΙ ΠΕΛΑΤΕΣ

Πώς να τους ΜΙΛΗΣΕΤΕ;

Πώς να τους ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΤΕΙΤΕ αποτελεσματικά;

Ανυπόμονοι, αγχωμένοι, ακόμη και επιθετικοί… Είναι πολλοί οι πελάτες που προκαλούν αμηχανία και φέρνουν εσάς τους συνεργάτες σας σε δύσκολη θέση. Τι μπορείτε να κάνετε σε αυτές τις περιπτώσεις, πώς να τις προβλέψετε και πώς να υιοθετήσετε μια σωστή συμπεριφορά; Σαφείς οδηγίες συμπεριφοράς και αλληλεγγύη στην ομάδα εργασίας, επιτρέπουν να διαχειριστείτε με τον καλύτερο δυνατό τρόπο τους δύσκολους πελάτες.

Από την **ΠΕΝΝΥ ΛΑΖΟΓΕΩΡΓΟΥ**,

Φαρμακοποιό, με Μεταπτυχιακή Ειδίκευση στη Διοίκηση Μονάδων Υγείας

Το φαρμακείο είναι ένας χώρος όπου η δυσαρέσκεια επιδεινώνεται, προφανώς εξαιτίας των επιπτώσεων, που έχει το κάθε πρόβλημα υγείας στη συμπεριφορά του ασθενή. Επιπλέον, οι φαρμακοποιοί αντιμετωπίζουν πελάτες δύσκολους, αναποφάσιστους, φλύαρους, επίμονους ή ακόμη και επιθετικούς ή που χρήζουν ιδιαίτερης αντιμετώπισης, όπως τοξικομανείς, ψυχοπαθείς, ή τέλος ανθρώπους που επιμένουν να διεκδικούν αυτά που επιθυμούν τρομοκρατώντας τους άλλους.

Περιπτώσεις που εντείνουν τη δυσαρέσκεια ή προκαλούν ακόμη και θυμό

- Πολλοί πελάτες στην αναμονή (περιορισμένος χρόνος διαθέσιμος για τον ασθενή)
- Δεν τηρήθηκε μια συμφωνία (καθυστέρηση στην παραλαβή ενός προϊόντος, λάθος στη χορήγηση)
- Άλλαξαν οι όροι και οι προϋποθέσεις σχετικά με μια ασφαλιστική κάλυψη
- Άρνηση στην πρόταση άλλου γενόσημου φαρμάκου από αυτό που συστάθηκε από το γιατρό, λόγω μη διαθεσιμότητας του συγκεκριμένου σκευάσματος
- Διαγραφή από τη λίστα ασφαλιστικής κάλυψης ορισμένων φαρμάκων
- Πελάτης σε στερητικό σύνδρομο, άρνηση να δώσουμε ψυχότροπες ουσίες

Στις περισσότερες περιπτώσεις είναι άσκοπο να προσπαθήσετε να βρείτε από πού πηγάζει η δυσαρέσκεια. Ο πελάτης έχει την πεποίθηση ότι έχει πάντα δίκιο. Ειδικά, όταν είναι θυμωμένος είναι ανώφελο να προσπαθείτε να τον συμβουλέψετε. Θα πρέπει να τον αφήσετε να «ολοκληρώσει τη διαμαρτυρία του» και στη συνέχεια να τον ρωτήσετε τι θα μπορούσατε να κάνετε εσείς για το πρόβλημά του.

Θα πρέπει επίσης να αποφύγετε να χρησιμοποιήσετε εκφράσεις όπως *«ηρεμήστε»*. Επιπλέον, αν δεν μπορείτε άμεσα να τον εξυπηρετήσετε και να ασχοληθείτε με το πρόβλημά του, υποδείξτε του μια άλλη χρονική στιγμή που θα είστε διαθέσιμος γι' αυτόν. Θα δει θετικά τη διάθεσή σας να αφιερώσετε χρόνο ειδικά για αυτόν, σε μία ιδιωτική συνεδρία μαζί του!

Επιθετικότητα στον πάγκο. Ακούστε χωρίς να κρίνετε!

Η επιθετικότητα οφείλεται συνήθως σε μια απαίτηση που δεν ικανοποιήθηκε και μπορεί να εξελιχθεί σε λεκτική βία ή ακόμη και απειλή.

Μη δικαιολογείστε!

Πίσω από έναν επιθετικό άνθρωπο κρύβεται κάποιος που φοβάται και που αντιδρά έτσι για να ασκήσει πίεση που θα του επιτρέψει να πάρει τελικά αυτό που θέλει. Το να προσπαθήσετε να αναγνωρίσετε τους λόγους αυτής της επιθετικότητας είναι σαν να ρίχνετε λάδι στη φωτιά. Σε περίπτωση δικής σας υπευθυνότητας αποφύγετε φράσεις όπως: *«Το ξέχασα!»* ή *«Είχα πολύ δουλειά!»* Προτιμήστε μια φράση όπως *«Σας καταλαβαίνω και σας ζητώ συγγνώμη. Ας δούμε τι μπορώ να κάνω για σας τώρα!»*

Αλληλεγγύη στην ομάδα

Αν κάποιος συνεργάτης σας χάσει την ψυχραιμία του και γίνει επιθετικός απέναντι σε έναν πελάτη που δεν υποχωρεί από τις παράλογες απαιτήσεις του, αποφύγετε να επέμβετε ή να πείτε στον πελάτη *«Την επόμενη φορά ελάτε να σας εξυπηρετήσω εγώ»*. Το ίδιο ισχύει και αν κάποιος συνάδελφός σας συμπεριφέρεται με τρόπο που δεν εγκρίνετε. Αποφύγετε να του κάνετε παρατήρηση μπροστά στον πελάτη και επισημάνετε τις αλλαγές

που θα θέλατε να κάνει στη συμπεριφορά του μετά την αποχώρηση του πελάτη, σε μία ιδιωτική συζήτηση μαζί του.
Σε περιπτώσεις λοιπόν επιθετικής συμπεριφοράς είναι σημαντικό να κρατήσετε μια στάση άκαμπτη και καθαρά επαγγελματική, ενώ σε ακραίες περιπτώσεις μπορείτε να βοηθήσετε αυτούς τους πελάτες, παραπέμποντάς τους σε ένα κέντρο δημόσιας υγείας ή σε ένα ιατρείο ή ακόμα και να καλέσετε άμεσα για βοήθεια. Παράλληλα η ήρεμη και ευγενική αντιμετώπιση από μέρους σας μπορεί να αποσυμφορήσει την ένταση στις περισσότερες περιπτώσεις. Σε ακραίες ωστόσο περιπτώσεις που η επιθετικότητα του πελάτη ξεπερνά τα όρια της λεκτικής βίας, ενδεχομένως να είναι απαραίτητο να καλέσετε σε βοήθεια και την αστυνομία!

Αποφεύγοντας τη σύγκρουση

Για να αποφύγετε την ένταση υιοθετήστε μια ήρεμη στάση: ήπιος τόνος φωνής, αργή και καθαρή εκφώνηση των λέξεων, περιορισμένες χειρονομίες, επεξηγήσεις με στοιχεία και επανάληψη της ίδιας επιχειρηματολογίας 2 ή και 3 φορές, αν χρειάζεται. Θα πρέπει πολύ γρήγορα να γίνει εναλλαγή των ρόλων και εσείς που δέχεστε την επίθεση, να περάσετε στο ρόλο του «σωτήρα», αυτού που θα δώσει στον πελάτη τη λύση. Αν αισθάνεστε ότι υπάρχει μεγάλη ένταση μέσα σας θα πρέπει να παίξει το ρόλο αυτό ένας άλλος συνεργάτης σας.
Το πρώτο βήμα για να αντιμετωπίσετε τον δύσκολο πελάτη είναι να προσπαθήσετε να κατανοήσετε πως αντιλαμβάνεται αυτός την κατάσταση και τον τρόπο που σκέπτεται και δρα. Η δική σας συμπεριφορά είναι αυτή που θα βοηθήσει, προκειμένου το άτομο να ξεπεράσει τη συναισθηματική του φόρτιση, να σκεφτεί λογικά και να μεταβεί από το στάδιο της επιθετικότητας ή της δυσαρέσκειας, στο στάδιο της διαπραγμάτευσης για την εξεύρεση μιας αποτελεσματικής λύσης.
Άλλη μια αντιμετώπιση που μπορεί να έχει αποτέλεσμα είναι να δείξετε συμπάθεια ή ακόμη και φιλική διάθεση προς τον πελάτη, δίνοντας έμφαση σε λόγια και χειρονομίες κατανόησης, ακουμπώντας ακόμη και το μπράτσο ή τον ώμο του πελάτη, καθησυχάζοντας τον ή ακόμη και δικαιώνοντάς τον, με στόχο να ξεκινήσετε μια συζήτηση μαζί του στηριγμένη σε λογικά επιχειρήματα.

Η ενσυναίσθηση πάνω από όλα

Πολλοί πιστεύουν επίσης ότι οι δύσκολοι πελάτες δημιουργούνται σε μεγάλο βαθμό λόγω της ατμόσφαιρας του φαρμακείου και της αυστηρής, τυπικής πολλές φορές, αντιμετώπισης των πελατών. Αν όμως ακολουθήσετε μια στάση πιο ανθρώπινη και φιλική, με διάθεση σεβασμού και καλωσορίσματος προς τον πελάτη, οι συγκρούσεις θα είναι λιγότερες και η διαχείριση των προβλημάτων θα γίνεται πιο εύκολα. Ο ιδιοκτήτης του φαρμακείου λοιπόν, έχει την ευθύνη για το προσωπικό του και θα πρέπει να φροντίσει να εντάξει στην ομάδα του υπομονετικούς, ευγενείς και πρόσχαρους υπαλλήλους και να είναι πολύ προσεκτικός, ώστε να αποφύγει οξύθυμους, αδιάλλακτους ή ακόμη και ρατσιστές.

Άλλη προσέγγιση που θα σας βοηθήσει είναι να ακούτε προσεκτικά αυτούς τους πελάτες, να τους αφήνετε να μιλήσουν κάνοντας αρχικά ανοικτές ερωτήσεις και στη συνέχεια να περιορίζετε τη συνομιλία με κλειστές ερωτήσεις, οι οποίες αναγκαστικά θα πρέπει να απαντηθούν με ένα «Ναι» ή ένα «Όχι», με στόχο να οδηγήσετε τη συζήτηση στα λογικά συμπεράσματα που επιθυμείτε. Επίσης, είναι προτιμότερο να αντιμετωπίζετε αυτούς τους δύσκολους πελάτες μπροστά στους άλλους πελάτες, αντί να τους οδηγείτε σε μια γωνία του φαρμακοπωλείου ή στους κρυφούς χώρους του εργαστηρίου και της αποθήκης, ώστε να νιώθουν εκτεθειμένοι αντί για προστατευμένοι.

Διατηρώντας μια σκληρή στάση

Κάποιοι φαρμακοποιοί ακολουθούν μια πιο σκληρή στάση και σύσσωμο το προσωπικό συμβάλλει για να αντιμετωπιστεί ο επιθετικός πελάτης και να τον οδηγήσουν στην έξοδο.
Σε περίπτωση λάθους στη συνταγογράφηση μπορείτε να λήξετε τη συζήτηση καλώντας τον γιατρό που έγραψε τη συνταγή.
Σε τελική ανάλυση για να μη χαθεί το κύρος του φαρμακείου, δύο λύσεις υπάρχουν: από τη μια **ο αποκλεισμός του πελάτη** από το φαρμακείο (με το ρίσκο αυτός να διαβάλει το φαρμακείο στον περίγυρο του) και από την άλλη **η συμφιλίωση** με κάθε τίμημα, και η πολιτική του κατευνασμού (με το δυσάρεστο συναίσθημα να είστε υποχρεωμένοι να υποχωρήσετε για να μείνετε αρεστοί).

Μια ομαδική δουλειά

Θα πρέπει να εργαστείτε πάνω στη διαχείριση των δύσκολων πελατών, μιλώντας με την υπόλοιπη ομάδα σας, διότι η κάθε περίπτωση είναι διαφορετική και χρήζει της αντίστοιχης αντιμετώπισης. Κάποιοι τέτοιου είδους δύσκολοι πελάτες καλό είναι να εξυπηρετούνται αποκλειστικά από τον ίδιο υπάλληλο, κυρίως αυτόν που είναι πιο υπομονετικός, ενώ για άλλους η ομαδική αντιμετώπιση είναι απαραίτητη.

Nasonex®

(mometasone furoate aqueous nasal spray)

1 **Αλλεργική Ρινίτιδα**
(ενήλικες και παιδιά)

2 **Προφύλαξη Αλλεργικής Ρινίτιδας**
(χρήση 2-4 εβδομάδες πριν τη γυρεοφορία)

3 **Ρινικοί Πολύποδες**
(ενήλικες)

Ταχεία και **ισχυρή** ανακούφιση από τη **ρινική συμφόρηση**[1,2]

1 έτος

Καμία ένδειξη ατροφίας του ρινικού βλεννογόνου ακόμα και μετά από **1 συνεχές έτος χρήσης**[3,4]

⩽0.1%

Αμελητέα συστηματική βιοδιαθεσιμότητα (**⩽0.1%**), η **χαμηλότερη** μεταξύ όλων των ρινικών στεροειδών[3,4]

Πριν από τη συνταγογράφηση συμβουλευτείτε την Περίληψη Χαρακτηριστικών του Προϊόντος

JUST

MSD

MSD ΑΦΒΕΕ, ΑΘΗΝΑ: Αγ. Δημητρίου 63, 174 56 Άλιμος,
Τηλ.: 210 989 7300, www.msd.gr

Τμήμα Εξυπηρέτησης Πελατών **MSD**:
800 11 33 333 (χωρίς χρέωση)
210 98 97 383

Περίληψη Χαρακτηριστικών Προϊόντος

Nasonex®
(mometasone furoate aqueous nasal spray)

NASONEX® ρινικό εκνέφωμα

1. ΟΝΟΜΑΣΙΑ ΤΟΥ ΦΑΡΜΑΚΕΥΤΙΚΟΥ ΙΔΙΟΣΚΕΥΑΣΜΑΤΟΣ: NASONEX® 50 μικρογραμμάρια / ψεκασμό, Ρινικό εκνέφωμα, εναιώρημα. **2. ΠΟΙΟΤΙΚΗ ΚΑΙ ΠΟΣΟΤΙΚΗ ΣΥΝΘΕΣΗ**: Φουροϊκή μομεταζόνη (ως μονοϋδρική) 50 μικρογραμμάρια /ψεκασμό. Αυτό το φαρμακευτικό προϊόν περιέχει 0,2mg χλωριούχου βενζαλκόνιου ανά γραμμάριο. Για τον πλήρη κατάλογο των εκδόχων, βλ. παράγραφο 6.1. **4. ΚΛΙΝΙΚΑ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ: 4.1 Θεραπευτικές Ενδείξεις:** Το NASONEX® Ρινικό εκνέφωμα ενδείκνυται για χρήση σε ενήλικες και παιδιά 12 ετών και άνω για την θεραπεία των συμπτωμάτων της εποχιακής αλλεργικής ή χρόνιας ρινίτιδας. Το NASONEX® Ρινικό εκνέφωμα ενδείκνυται επίσης για χρήση σε παιδιά 6 έως 11 ετών για την θεραπεία των συμπτωμάτων της εποχιακής αλλεργικής ή χρόνιας αλλεργικής ρινίτιδας. Σε ασθενείς με ιστορικό μέτριων έως σοβαρών συμπτωμάτων εποχιακής αλλεργικής ρινίτιδας, μπορεί να αρχίσει προληπτική θεραπεία με NASONEX® Ρινικό εκνέφωμα έως τέσσερις εβδομάδες πριν αρχίσει η εποχή της γύρης. Το NASONEX® ρινικό εκνέφωμα ενδείκνυται για τη θεραπεία των ρινικών πολυπόδων σε ενήλικες ασθενείς από 18 ετών και άνω. **4.2 Δοσολογία και Τρόπος Χορήγησης:** Ύστερα από την αρχική προετοιμασία χρήσης της αντλίας ψεκασμού του NASONEX® Ρινικό εκνέφωμα (10 ψεκασμοί έως ότου επιτευχθεί ομοιογενής ψεκασμός), κάθε ψεκασμός παρέχει περίπου 100 mg εναιωρήματος φουροϊκής μομεταζόνης το οποίο περιέχει μονοϋδρική φουροϊκή μομεταζόνη που αντιστοιχεί σε 50 μικρογραμμάρια φουροϊκής μομεταζόνης. Εάν η αντλία ψεκασμού έχει παραμείνει ακρησιμοποίητη για 14 ημέρες και άνω, θα πρέπει να ακολουθηθεί εξ αρχής η διαδικασία της πρώτης χρήσης με 2 ψεκασμούς, έως ότου επιτευχθεί ομοιογενής ψεκασμός, πριν την επόμενη χρήση. *Εποχιακή ή Ολοετής Αλλεργική Ρινίτιδα:* **Ενήλικες (συμπεριλαμβανομένων και ηλικιωμένων) και παιδιά 12 ετών και άνω:** Η συνήθης συνιστώμενη δόση είναι δύο ψεκασμοί (50 μικρογραμμάρια / ψεκασμό) σε κάθε ρουθούνι μια φορά την ημέρα (συνολική δόση 200 μικρογραμμάρια). Μόλις τεθούν υπό έλεγχο τα συμπτώματα, μείωση της δόσης σε ένα ψεκασμό ανά ρουθούνι (συνολική δόση 100 μικρογραμμάρια) μπορεί να είναι αποτελεσματική για θεραπεία συντήρησης. Εάν τα συμπτώματα δεν ελέγχονται επαρκώς, η δόση μπορεί να αυξηθεί στη μεγίστη ημερήσια δόση των τεσσάρων ψεκασμών σε κάθε ρουθούνι ανά ημέρα (συνολική δόση 400 μικρογραμμάρια). Συνιστάται μείωση της δόσης όταν τα συμπτώματα τεθούν υπό έλεγχο. **Παιδιά ηλικίας μεταξύ 6 και 11 ετών:** Η συνήθης συνιστώμενη δόση είναι ένας ψεκασμός (50 μικρογραμμάρια ανά ψεκασμό) σε κάθε ρουθούνι μία φορά την ημέρα (συνολική δόση 100 μικρογραμμάρια). Το NASONEX® Ρινικό εκνέφωμα, εμφάνισε σε μερικούς ασθενείς με εποχιακή αλλεργική ρινίτιδα κλινικά σημαντική έναρξη της δράσης μέσα σε 12 ώρες μετά την πρώτη δόση. Παρόλα αυτά, μπορεί να μην επιτευχθεί πλήρες θεραπευτικό αποτέλεσμα μέσα στις πρώτες 48 ώρες. Γι' αυτό ο ασθενής θα πρέπει να συνεχίσει την τακτική χρήση για να επιτύχει πλήρες θεραπευτικό αποτέλεσμα. *Ρινικοί Πολύποδες:* Η συνήθης συνιστώμενη δόση για τους πολύποδες είναι δύο ψεκασμοί (50 μικρογραμμάρια/ψεκασμό) σε κάθε ρουθούνι μία φορά την ημέρα (συνολική ημερήσια δόση 200 μικρογραμμάρια). Εάν μετά από 5 έως 6 εβδομάδες τα συμπτώματα δεν ελέγχονται επαρκώς, η δόση μπορεί να αυξηθεί σε μία ημερήσια δόση δύο ψεκασμών σε κάθε ρουθούνι δύο φορές την ημέρα (συνολική ημερήσια δόση 400 μικρογραμμάρια). Η δόση πρέπει να μειώνεται όταν υποχωρήσουν τα συμπτώματα. Εάν δεν παρατηρηθεί βελτίωση των συμπτωμάτων μετά από 5 έως 6 εβδομάδες, εναλλακτικές θεραπείες θα πρέπει να εξετασθούν. Οι μελέτες ασφάλειας και αποτελεσματικότητας του ρινικού εκνεφώματος NASONEX® για τη θεραπεία ρινικών πολυπόδων έχουν διάρκεια τεσσάρων μηνών. Πριν την χορήγηση της πρώτης δόσης, ανακινείστε καλά τον περιέκτη και ενεργοποιήστε την αντλία ψεκασμού 10 φορές (μέχρι να εξαχθεί ομοιογενές εκνέφωμα). Εάν δεν χρησιμοποιηθεί η αντλία για 14 μέρες και άνω, επαναλαμβάνετε την διαδικασία της πρώτης χρήσης με 2 ψεκασμούς έως ότου επιτευχθεί ομοιογενής ψεκασμός. Ανακινείστε καλά τον περιέκτη πριν από κάθε χρήση. Το φιαλίδιο θα πρέπει να απορρίπτεται μετά τον αναγραφόμενο αριθμό ψεκασμών ή μέσα σε 2 μήνες από την πρώτη χρήση. **4.3 Αντενδείξεις:** Υπερευαισθησία σε οποιοδήποτε από τα συστατικά του NASONEX® Ρινικό εκνέφωμα. Το NASONEX® Ρινικό εκνέφωμα δεν πρέπει να χρησιμοποιείται όταν υπάρχει μη αντιμετωπισθείσα φλεγμονή του ρινικού βλεννογόνου. Εξαιτίας της ανασταλτικής δράσης των κορτικοστεροειδών στην επούλωση των τραυμάτων, οι ασθενείς οι οποίοι πρόσφατα υποβλήθηκαν σε χειρουργική επέμβαση στη μύτη ή υπέστησαν τραύμα στην περιοχή αυτή, δεν θα πρέπει να χρησιμοποιούν ρινικά κορτικοστεροειδή πριν την επούλωση του τραύματος. **4.4 Ειδικές προειδοποιήσεις και προφυλάξεις κατά τη χρήση:** Το NASONEX® Ρινικό εκνέφωμα θα πρέπει να χρησιμοποιείται με προσοχή, και μόνο όταν η χρήση του είναι απαραίτητη, σε ασθενείς με ενεργό ή μη ενεργό φυματιώδη μόλυνση του αναπνευστικού συστήματος, ή με μυκητιασικές, βακτηριακές μολύνσεις και συστηματικές μολύνσεις από ιούς οι οποίες δεν έχουν θεραπευθεί ή με απλό έρπη των οφθαλμών. Ύστερα από 12 μήνες θεραπευτικής αγωγής με το NASONEX® Ρινικό εκνέφωμα δεν υπήρχαν στοιχεία ενδεικτικά ατροφίας του ρινικού βλεννογόνου. Επίσης, η φουροϊκή μομεταζόνη είχε την τάση να φέρνει τον ρινικό βλεννογόνο πλησιέστερα προς την φυσιολογική ιστολογική εικόνα. Όπως συμβαίνει με οποιαδήποτε μακροχρόνια θεραπεία, ασθενείς που χρησιμοποιούν το NASONEX® Ρινικό εκνέφωμα για πολλούς μήνες ή περισσότερο καιρό, θα πρέπει να υποβάλλονται περιοδικά σε εξετάσεις για πιθανές αλλοιώσεις του ρινικού βλεννογόνου. Εάν αναπτυχθεί τοπική μυκητιασική μόλυνση της μύτης ή του φάρυγγα, μπορεί να απαιτηθεί η διακοπή της θεραπευτικής αγωγής με NASONEX® Ρινικό εκνέφωμα και η χορήγηση της κατάλληλης αγωγής. Η επιμονή των ρινοφαρυγγικών συμπτωμάτων αποτελεί λόγο διακοπής της χορήγησης του NASONEX® Ρινικό εκνέφωμα. Παρότι το NASONEX® θα ελέγξει τα ρινικά συμπτώματα στους περισσότερους ασθενείς, η ταυτόχρονη χρήση κατάλληλης συμπληρωματικής θεραπείας μπορεί να προσφέρει πρόσθετη ανακούφιση από άλλα συμπτώματα, ιδιαίτερα τα οφθαλμικά συμπτώματα. Δεν υπάρχουν αποδείξεις καταστολής του άξονα υποθαλάμου-υπόφυσης-επινεφριδίων, ύστερα από παρατεταμένη θεραπεία με NASONEX® Ρινικό εκνέφωμα. Ωστόσο, ασθενείς που αλλάζουν την αγωγή τους από μακράς διαρκείας συστηματική χορήγηση κορτικοστεροειδών στο NASONEX® Ρινικό εκνέφωμα, απαιτούν ιδιαίτερη προσοχή. Η διακοπή των συστηματικών κορτικοστεροειδών σε τέτοιους ασθενείς μπορεί να έχει ως αποτέλεσμα επινεφριδιακή ανεπάρκεια για κάποιους μήνες μέχρι να επαναληειτουργήσει ο άξονας υποθαλάμου-υπόφυσης-επινεφριδίων (ΥΥΕ). Εάν οι ασθενείς αυτοί εμφανίσουν ενδείξεις ή συμπτώματα επινεφριδιακής ανεπάρκειας, θα πρέπει να ξαναρχίσει η συστηματική χορήγηση κορτικοστεροειδούς και άλλων μορφών θεραπευτικής αγωγής και να εφαρμοσθούν τα κατάλληλα μέτρα. Κατά την μετάβαση από τα συστηματικά κορτικοστεροειδή στο NASONEX® Ρινικό εκνέφωμα μερικοί ασθενείς μπορεί να εμφανίσουν συμπτώματα στερητικού συνδρόμου από την διακοπή της συστηματικής χορήγησης των κορτικοστεροειδών (π.χ. πόνος στις αρθρώσεις ή/και στους μύες, κόπωση, και κατάθλιψη αρχικά) παρά την ανακούφιση των ρινικών συμπτωμάτων και θα απαιτηθεί ενθάρρυνση των ασθενών για την συνέχιση της θεραπευτικής αγωγής με NASONEX® Ρινικό εκνέφωμα. Η αλλαγή αυτή μπορεί επίσης να αποκαλύψει προϋπάρχουσες αλλεργικές καταστάσεις, όπως αλλεργική επιπεφυκίτιδα και έκζεμα, τα οποία δεν εμφανίζονταν κατά την προηγούμενη συστημική θεραπευτική αγωγή με κορτικοστεροειδή. Η ασφάλεια και η αποτελεσματικότητα του NASONEX® δεν έχουν μελετηθεί για χρήση στη θεραπεία μονόπλευρων πολυπόδων, πολυπόδων συνδεομένων με κυστική ίνωση ή πολυπόδων οι οποίοι αποφράσσουν εντελώς τις ρινικές κοιλότητες. Μονόπλευροι πολύποδες οι οποίοι είναι ασυνήθεις ή ανώμαλοι σε εμφάνιση, κυρίως εάν είναι ελκώδεις ή αιμορραγικοί, θα πρέπει να διερευνηθούν περαιτέρω. Ασθενείς που υποβάλλονται σε θεραπευτική αγωγή με κορτικοστεροειδή που πιθανόν να παρουσιάζουν ανοσοκαταστολή θα πρέπει να προειδοποιηθούν για τον κίνδυνο έκθεσης σε ορισμένες μολύνσεις (π.χ. ανεμοβλογιά, ιλαρά) και για την σημασία της ιατρικής παρακολούθησης στην περίπτωση που εκτεθούν σ' αυτές. Ύστερα από την χρήση ενδορινικών κορτικοστεροειδών, έχουν πολύ σπάνια αναφερθεί διάτρηση του ρινικού διαφράγματος ή αυξημένη ενδοοφθάλμια πίεση. Η αποτελεσματικότητα και η ασφάλεια του ρινικού εκνεφώματος NASONEX® για τη θεραπεία των ρινικών πολυπόδων σε παιδιά και εφήβους κάτω από 18 ετών δεν έχει τεκμηριωθεί. Μπορεί να παρατηρηθεί συστηματική δράση των ρινικών κορτικοστεροειδών, ιδιαίτερα στις υψηλές δόσεις που χορηγούνται για παρατεταμένες περιόδους. Καθυστέρηση της ανάπτυξης αναφέρθηκε σε παιδιά που ελάμβαναν ρινικά κορτικοστεροειδή στις εγκεκριμένες δόσεις. Συνιστάται τακτική παρακολούθηση του ύψους των παιδιών που λαμβάνουν παρατεταμένη θεραπεία με ρινικά κορτικοστεροειδή. Εάν παρατηρηθεί καθυστέρηση της ανάπτυξης, η θεραπευτική αγωγή θα πρέπει να επανεξετασθεί με στόχο τη μείωση της δόσης του ρινικού κορτικοστεροειδούς, εάν αυτό είναι δυνατόν, στη χαμηλότερη δόση με την οποία διατηρείται ο αποτελεσματικός έλεγχος των συμπτωμάτων. Επιπλέον, θα πρέπει να ληφθεί υπ' όψη η παραπομπή του ασθενούς σε ειδικό παιδίατρο. Η θεραπεία με υψηλότερες από τις συνιστώμενες δόσεις μπορεί να έχει ως αποτέλεσμα κλινικώς σημαντική καταστολή της λειτουργίας των επινεφριδίων. Εάν υπάρχουν ενδείξεις για χρήση υψηλότερων από τις συνιστώμενες δόσεις, τότε θα πρέπει να ληφθεί υπ' όψη η κάλυψη με επιπλέον σημαντικώς χορηγούμενα κορτικοστεροειδή κατά τη διάρκεια των περιόδων stress ή προγραμματισμένων χειρουργικών επεμβάσεων. **4.5 Αλληλεπίδραση με άλλα φάρμακα και άλλες μορφές αλληλεπίδρασης:** (Βλέπε 4.4 Ειδικές προειδοποιήσεις και προφυλάξεις κατά την χρήση των συστηματικών κορτικοστεροειδών). Διεξάχθηκε μια κλινική μελέτη αλληλεπίδρασης με λοραταδίνη. Δεν παρατηρήθηκαν αλληλεπιδράσεις. **4.6 Κύηση και Γαλουχία:** Δεν υπάρχουν επαρκείς ή καλά ελεγμένες μελέτες σε εγκύους γυναίκες. Ύστερα από την ενδορινική χορήγηση της μεγίστης κλινικής δόσης, η συγκέντρωση μομεταζόνης στο πλάσμα δεν ήταν μετρήσιμη. Έτσι ο κίνδυνος για το έμβρυο θεωρείται αμελητέος και η πιθανότητα τοξικότητας κατά την αναπαραγωγή, πολύ χαμηλή. Όπως συμβαίνει και με άλλα ρινικά κορτικοστεροειδή παρασκευάσματα, το NASONEX® Ρινικό εκνέφωμα δεν θα πρέπει να χρησιμοποιείται κατά τη διάρκεια της κύησης ή της γαλουχίας, παρά μόνο εάν τα πιθανά οφέλη για τη μητέρα δικαιολογούν τους πιθανούς κινδύνους για την μητέρα, το έμβρυο ή το βρέφος. Βρέφη που γεννήθηκαν από μητέρες οι οποίες ελάμβαναν κορτικοστεροειδή κατά την κύηση, θα πρέπει να παρακολουθούνται προσεκτικά για υποαδρεναλισμό. **4.7 Επιδράσεις στην ικανότητα οδήγησης και χειρισμού μηχανημάτων:** Καμία γνωστή. **4.8 Ανεπιθύμητες Ενέργειες:** Οι ανεπιθύμητες ενέργειες που σχετίζονται με τη θεραπευτική αγωγή και οι οποίες έχουν αναφερθεί κατά τη διενέργεια κλινικών μελετών για αλλεργική ρινίτιδα σε ενήλικες και εφήβους ασθενείς αναφέρονται παρακάτω (Πίνακα 1).

Πίνακας 1: Αλλεργική Ρινίτιδα-Ανεπιθύμητες ενέργειες που σχετίζονται με τη θεραπευτική αγωγή για το Nasonex® Ρινικό εκνέφωμα πολύ συχνές (> 1/10); συχνές (> 1/100, < 1/10); ασυνήθεις (> 1/1000, < 1/100); σπάνιες (> 1/10,000, < 1/1000); πολύ σπάνιες (< 1/10,000)

Διαταραχές του αναπνευστικού συστήματος, του θώρακα και του μεσοθωρακίου *Συχνές:*	Ρινορραγία, φαρυγγίτιδα, αίσθημα ρινικού καύσου, ερεθισμός ρωθώνων, εξέλκωση ρωθώνων
Γενικές διαταραχές και καταστάσεις της οδού χορήγησης *Συχνή:*	Κεφαλαλγία

Η ρινορραγία ήταν γενικώς περιορισμένη και μέτρια σοβαρότητας και συνέβη με μεγαλύτερη συχνότητα σε σχέση με το εικονικό φάρμακο (5%) αλλά σε συγκρίσιμη ή μικρότερη συχνότητα σε σύγκριση με τα ενεργά ρινικά κορτικοστεροειδή του ελέγχου τα οποία μελετήθηκαν (μέχρι 15%). Η συχνότητα όλων των άλλων ενεργειών ήταν συγκρίσιμη με αυτή του εικονικού φαρμάκου. Στον παιδιατρικό πληθυσμό, η συχνότητα των ανεπιθύμητων ενεργειών, π.χ., ρινορραγία (6%), πονοκέφαλος (3%), ενόχληση στη μύτη (2%) και φτάρνισμα (2%) ήταν συγκρίσιμη με αυτή του εικονικού φαρμάκου. Σε ασθενείς που λαμβάνουν θεραπεία για ρινικούς πολύποδες, η συνολική συχνότητα ανεπιθύμητων ενεργειών ήταν συγκρίσιμη με αυτή του εικονικού φαρμάκου και παρόμοια με αυτή που παρατηρείται σε ασθενείς με αλλεργική ρινίτιδα. Οι σχετιζόμενες με τη θεραπεία ανεπιθύμητες ενέργειες αναφερθείσες σε ≥1% των ασθενών σε κλινικές μελέτες για πολύποδες αναφέρονται παρακάτω (Πίνακας 2).

Πίνακας 2: Πολύποδες-Ανεπιθύμητες Ενέργειες ≥1% που σχετίζονται με τη θεραπεία για το Nasonex® Ρινικό Εκνέφωμα πολύ συχνές (>1/10); συχνές (>1/100, <1/10); ασυνήθεις (>1/1000, <1/100); σπάνιες (>1/10,000, <1/1000); πολύ σπάνιες (<1/10,000)

	(200 mcg μία φορά την ημέρα)	(200 mcg δύο φορές την ημέρα)
Διαταραχές του αναπνευστικού συστήματος, του θώρακα και του μεσοθωρακίου		
Λοίμωξη ανωτέρας αναπνευστικής οδού	συχνή	ασυνήθης
Ρινορραγία	συχνή	πολύ συχνή
Γαστρεντερικές διαταραχές		
Ερεθισμός του φάρυγγα	---	συχνή
Γενικές διαταραχές και καταστάσεις της οδού χορήγησης		
Κεφαλαλγία	συχνή	συχνή

Σε ασθενείς που έλαβαν θεραπεία για οξεία παραρρινοκολπίτιδα, η επίπτωση της ρινορραγίας για το NASONEX® ήταν 3,3% έναντι 2,6% για το εικονικό φάρμακο και παρόμοια με αυτή που παρατηρήθηκε για τους ασθενείς με αλλεργική ρινίτιδα που έλαβαν θεραπεία. Σπάνια, μπορεί να εμφανισθούν άμεσες αντιδράσεις υπερευαισθησίας, συμπεριλαμβανομένου του βρογχόσπασμου και της δύσπνοιας μετά την ενδορινική χορήγηση μονοένυδρης φουροϊκης μομεταζόνης. Πολύ σπάνια, αναφέρθηκαν αναφυλαξία και αγγειοοίδημα. Διαταραχές της γεύσης και της όσφρησης έχουν αναφερθεί πολύ σπάνια. Συστηματικές ενέργειες των ρινικών κορτικοστεροειδών μπορούν να εμφανισθούν, ιδιαίτερα όταν συνταγογραφούνται σε υψηλές δόσεις για παρατεταμένες περιόδους. **4.9 Υπερδοσολογία:** Εξαιτίας της αμελητέας (≤0,1 %) συστηματικής βιοδιαθεσιμότητας του NASONEX® η υπερδοσολογία είναι απίθανο να απαιτήσει άλλη θεραπεία εκτός από την παρακολούθηση καθώς και συνέχιση με την κατάλληλη δοσολογία σύμφωνα με την ιατρική συνταγή. Εισπνοή ή από του στόματος χορήγηση υπερβολικών δόσεων κορτικοστεροειδών κατά την διάρκεια μακρών περιόδων, μπορεί να οδηγήσει σε καταστολή της λειτουργίας του άξονα Υ.Υ.Ε. **7. ΚΑΤΟΧΟΣ ΤΗΣ ΑΔΕΙΑΣ ΚΥΚΛΟΦΟΡΙΑΣ:** MSD Α.Φ.Β.Ε.Ε., Αγίου Δημητρίου 63, 174 56 Άλιμος. **8. ΑΡΙΘΜΟΣ ΑΔΕΙΑΣ ΚΥΚΛΟΦΟΡΙΑΣ:** Ελλάδα: 13824/97/6-4-98. Ειδική Άδεια Κυκλοφορίας στην Κύπρο: S00595. **9. ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ ΕΚΔΟΣΗΣ ΤΗΣ ΠΡΩΤΗΣ ΑΔΕΙΑΣ:** Ελλάδα: 6 Απριλίου 1998. Κύπρος Ειδική Άδεια Κυκλοφορίας: 09 Μαρτίου 2009. **10. ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ (ΜΕΡΙΚΗΣ) ΑΝΑΘΕΩΡΗΣΗΣ ΤΟΥ ΚΕΙΜΕΝΟΥ:** Ελλάδα: 02 Ιουνίου 2011. **Λιανικές Τιμές:** Nasonex® 1FL 7,44€, Nasonex® 2FL 11,78€.

Βιβλιογραφία:

1. Berkowitz R.B. et al. Allergy Asthma Proc.1999 May-Jun;20(3):167-72. 2. Anolik R. et al. Ann Allergy Asthma Immunol.2008;100(3):264-271
3. Περίληψη Χαρακτηριστικών Προϊόντος NASONEX®. 4. Minshall E. et al. Otolaryngol Head Neck Surg. 1998;118(5):648-54

Βοηθήστε να γίνουν τα φάρμακα πιο ασφαλή και αναφέρετε **ΟΛΕΣ** τις ανεπιθύμητες ενέργειες για **ΟΛΑ** τα φάρμακα συμπληρώνοντας την **«ΚΙΤΡΙΝΗ ΚΑΡΤΑ»**

Δέκα συχνές περιπτώσεις που πρέπει να δουλέψετε με την ομάδα

Παρακάτω παραθέτουμε 10 σύνθετες περιπτώσεις που εντείνουν τη δυσαρέσκεια.

1. **Ο πελάτης που δεν θέλει να περιμένει** είτε γιατί είναι απαιτητικός, είτε γιατί δεν δέχεται να κάνει υπομονή, είτε γιατί έχει μεγάλη ιδέα για τον εαυτό του και απαιτεί να τον αντιμετωπίζουν διαφορετικά.
   Απαντάμε: *«Παρακαλώ περιμένετε τη σειρά σας για να εξυπηρετηθείτε εκτός εάν οι κυρίες και οι κύριοι που περιμένουν υπομονετικά τόση ώρα επιθυμούν να σας παραχωρήσουν τη θέση τους».*
2. **Ο πελάτης που δεν έχει το βιβλιάριο υγείας του,** ούτε συνταγή μαζί του και επιθυμεί να τα προσπεράσει για να πάρει τα φάρμακα που θέλει, χωρίς να δέχεται τους κανονισμούς *(«Με γνωρίζετε…», «Δεν είναι τόσο σοβαρό…», «Δεν μπορώ να βρω τον γιατρό μου…»)*
   Απαντάμε: *«Λυπάμαι δεν μου επιτρέπουν οι κανονισμοί να σας εξυπηρετήσω, είναι πάνω από τις αρμοδιότητές μου».*
3. **Ο πελάτης που δεν έχει το βιβλιάριο υγείας θεωρημένο**. *(«Δεν είναι πρόβλημα για εσάς να με εξυπηρετήσετε …»)*
   Απαντάμε: *«Θα πρέπει να θεωρήσετε το βιβλιάριό σας».*
4. **Ο πελάτης που τα βρίσκει πάντα όλα πολύ ακριβά**. *(«Είναι πιο φτηνό στο φαρμακείο Χ… Είναι απίστευτο! Είστε κλέφτες…!»)*
   Απαντάμε: *«Αν θέλετε μπορούμε να ακυρώσουμε την απόδειξη και να σας επιστρέψουμε τα χρήματά σας».*
5. **Ο πελάτης που δεν θέλει να πληρώσει**. *(«Ήταν δικό σας λάθος, εγώ έχω δίκιο, και δεν θέλω να πληρώσω τίποτα…»)*
   Απαντάμε: *«Σας έχουμε χρεώσει με το τίμημα που σας αναλογεί και μόνο. Έχετε υποχρέωση να μας εξοφλήσετε, κύριε».*
6. **Ο πελάτης που επιστρέφει ένα φάρμακο και επιμένει να το δεχτούμε**. *(«Δεν το άγγιξα, δεν το θέλω πια, δεν θέλω να το πάρω, σας το επιστρέφω!»)*
   Απαντάμε: *«Δεν γίνονται δεκτές επιστροφές φαρμάκων για λόγους ασφαλείας, δυστυχώς δεν μπορούμε να το δεχτούμε ακόμη και στην περίπτωση που η συσκευασία του είναι άθικτη τίποτα δεν μας διαβεβαιώνει για τις συνθήκες φύλαξης του προϊόντος. Και εσείς ως πελάτης δεν θα θέλατε να σας προμηθεύσουμε με ένα φάρμακο που μας είχε επιστραφεί από έναν άλλον πελάτη. Αυτό προβλέπεται από τη νομοθεσία και δεν μπορούμε να το παραβούμε».*
7. **Ο πελάτης που αψηφά τη δική σας γνώση και σας επιτίθεται** *(«Δεν ξέρετε τίποτα, δεν κάνετε καλά τη δουλειά σας, είσαστε ανίκανοι…»)*
   Απαντάμε: *«Το φαρμακείο μας είναι ανοικτό για όλους τους πελάτες που μας χρειάζονται και μας επιλέγουν».*
8. **Ο πελάτης που τα μεγαλοποιεί όλα**, είτε πρόκειται για ένα μικρό λάθος, είτε για ένα μικρό εμπόδιο. *(«Είστε απαράδεκτοι, δεν είστε επαγγελματίες…»)*
   Απαντάμε: *«Μπορούμε να βρούμε λύση στο πρόβλημά σας κύριε. Κάνετε λίγη υπομονή!»*
9. **Ο πελάτης που αμφισβητεί τις γνώσεις του φαρμακοποιού.** *(«Ο γιατρός δεν μου μίλησε για αυτό…, θα περιμένω αύριο να τον ρωτήσω…, δεν έχω ανάγκη να πάρω αυτό που μου προτείνετε…»)*
   Απαντάμε: *«Η δική μου σύσταση είναι αυτή, ωστόσο μπορείτε να συμβουλευτείτε και το γιατρό σας».*
10. **Ο πελάτης που δεν έχει συνταγή και θέλει ένα υποχρεωτικώς συνταγογραφούμενο φάρμακο.** *(«Δεν έχετε το δικαίωμα να μου το αρνηθείτε. Έχω συνηθίσει να το παίρνω. Είμαι άρρωστος. Πρέπει να με βοηθήσετε…»)*
    Απαντάμε: *«Λυπάμαι κύριε, χρειάζεται οπωσδήποτε συνταγή γιατρού για να σας δώσουμε αυτό το φάρμακο».*

Αντιμετωπίστε τις κλασικές περιπτώσεις

- Αν πρόκειται για δικό σας λάθος, συμμεριστείτε τη δυσαρέσκεια του πελάτη και ζητήστε συγνώμη προτείνοντας μια εναλλακτική λύση.
- Αν πρόκειται για αλλαγή κατάστασης, κατανοήστε τους φόβους του ασθενή και χωρίς να σχολιάσετε θετικά ή αρνητικά, επαναλαμβάνετε τις αλλαγές χωρίς να δημιουργείτε διαμάχη.
- Στην περίπτωση ενός φλύαρου πελάτη, αφήστε τον να εκφραστεί για λίγο και στη συνέχεια κάντε του μια κλειστή ερώτηση για να πάρετε τη συζήτηση στα χέρια σας.
- Αντιμέτωποι με τη μόνιμη δυσαρέσκεια: Υποχωρήστε και αφήστε τον να μιλήσει. Στη συνέχεια βρείτε ένα σημείο συμφωνίας.
- Αγχωμένος πελάτης: αν δεν έχετε τον απαιτούμενο χρόνο για να διευθετήσετε το θέμα του καθησυχάστε τον και διαβεβαιώστε τον ότι θα ασχοληθείτε ξανά μαζί του, προτείνοντάς του να έρθει ξανά για μια ατομική συνεδρία σε χρόνο που εσείς θα ορίσετε.
- Με τον πελάτη που «τα ξέρει όλα» αποφύγετε να συγκρουστείτε μαζί του ή να του υπογραμμίσετε ένα λάθος του.
- Δείξτε ότι ακούτε τις διαμαρτυρίες του πελάτη λέγοντας *«ναι», «εντάξει», «καταλαβαίνω», «σας ακούω»*. Μείνετε συγκεντρωμένος στα γεγονότα και να μην αντιδράσετε στις συναισθηματικές εντάσεις του πελάτη. Να αποφεύγετε να χρησιμοποιείτε συχνά επιστημονικούς όρους δύσκολα κατανοητούς από τον πελάτη.
- Να μη διστάσετε να απειλήσετε ότι θα φωνάξετε την αστυνομία σε περίπτωση που χαθεί ο έλεγχος.

ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΖΟΝΤΑΣ τους ΔΥΣΚΟΛΟΥΣ ΠΕΛΑΤΕΣ

Τι πρέπει να κάνετε

- Να δείχνετε στον πελάτη ότι είστε αξιόπιστος.
- Βοηθήστε τον να δει το όφελος από τη δική σας παρέμβαση, αποφεύγοντας τη δραματοποίηση.
- Εκφράστε καθαρά και με ακρίβεια τα κίνητρα και τις προθέσεις σας.
- Διατηρήστε την επαφή με τον πελάτη.
- Κάντε αναφορά στη νομοθεσία και τους κανονισμούς.
- Ορίστε τα όρια.
- Παραμείνετε φιλικός και ευγενικός.
- Δείξτε του σεβασμό.
- Διαβεβαιώστε ότι τον στηρίζετε, τον προστατεύετε.

Τι να αποφεύγετε

- Να εκνευρίζεστε.
- Να προσπαθείτε να κυριαρχήσετε επί του άλλου.
- Να αντιτίθεστε συστηματικά.
- Να κάνετε πολλές ερωτήσεις (καλύτερα βρείτε μια λύση).
- Να γίνεστε παρανοϊκοί.
- Να παραιτηθείτε αντί να ξεκαθαρίσετε τις παρεξηγήσεις.
- Να υιοθετείτε έναν ειρωνικό τόνο.

6 κανόνες για να αντιμετωπίσετε τους δύσκολους πελάτες

1. **Προλαμβάνω από την υποδοχή**
   Οι δύσκολοι πελάτες πρέπει να αντιμετωπίζονται προληπτικά με την είσοδο τους στο φαρμακείο (καλωσόρισμα, χαμόγελο). Συνιστάται να υιοθετήσετε μια διαδικασία διαχείρισης που θα επιτρέψει να μειωθεί ο χρόνος αναμονής για την εξυπηρέτηση τους και συνεπώς η δυσαρέσκεια.
2. **Να μη νιώθετε ότι είστε ο στόχος**
   Πολλοί από τους δύσκολους πελάτες είναι άρρωστοι, αγχωμένοι, πιεσμένοι, γι' αυτό και η επιθετικότητά τους είναι περιστασιακή. Είναι λοιπόν καλύτερο να παίρνετε αποστάσεις και να μη νιώθετε ότι στοχεύουν προσωπικά σε εσάς. Κατευνάζουμε τον επιθετικό τόνο με έναν ισορροπημένο και ήρεμο τόνο, χωρίς ειρωνεία.
3. **Να παραδέχεστε ένα λάθος**
   Ο φαρμακοποιός δεν είναι αλάνθαστος. Οφείλει να είναι ικανός να αναγνωρίσει ένα λάθος της ομάδας του, για να ανακουφίσει τον πελάτη, χωρίς όμως να αναζητά αναγκαστικά τον υπαίτιο. Θα πρέπει να μάθετε να λέτε: *«Λυπούμαστε. Καταλαβαίνω το παράπονό σας. Θα κάνουμε τα πάντα για να λύσουμε το πρόβλημα»*.
4. **Να μη φανεί σαν θύμα ο πελάτης**
   Η αποφασιστικότητα σας στον τρόπο έκφρασης και η ηρεμία σας είναι ένας καλός τρόπος για να αποφύγετε την κλιμάκωση της έντασης και να μη ληφθεί σαν θύμα ο επιτιθέμενος πελάτης μπροστά στους άλλους καταναλωτές που μπορεί να πάρουν το μέρος του από αλληλεγγύη. Κάποιες λέξεις κλειδιά μπορούν επίσης να δώσουν τέλος στη σύγκρουση και να μειώσουν τους τόνους: *«Ας πάμε κατευθείαν στο πρόβλημά σας… Θα βρούμε μαζί μια λύση…»*
5. **Έγκαιρη παρέμβαση για να μειωθούν άμεσα οι εντάσεις**
   Αν η ένταση είναι πολύ μεγάλη απομονώστε γρήγορα τον πελάτη. Αφήστε τον να εκφραστεί χωρίς να τον διακόπτετε, σημειώνοντας τα σημαντικά σημεία της δυσαρέσκειάς του. Δείξτε κατανόηση και προσπαθήστε να καταλάβετε τους ισχυρισμούς του. Πριν απαντήσετε, ηρεμήστε τον πελάτη για να τον κάνετε να σας ακούσει. Επαναλαμβάνετε ήρεμα την ίδια επιχειρηματολογία. Δείξτε ότι θα κάνετε το καλύτερο δυνατό για να επιλύσετε το πρόβλημά του.
6. **Αυτογνωσία**
   Για να διαχειριστούμε τους άλλους σε δύσκολες περιπτώσεις πρέπει να συνειδητοποιήσουμε και να κρίνουμε τον δικό μας τρόπο συμπεριφοράς. ■

ΝΕΟ

πόδια κοιλιά πρόσωπο

remescar
INNOVATIVE | MEDICAL | ESTHETIC

Αντιμετώπιση + Πρόληψη

για ΕΥΡΥΑΓΓΕΙΕΣ

ΕΩΣ **49%**
ΜΕΙΩΣΗ ΤΩΝ ΕΥΡΥΑΓΓΕΙΩΝ*

ΕΠΙΣΤΡΟΦΗ ΧΡΗΜΑΤΩΝ 100% ΕΓΓΥΗΣΗ

ΚΩΔΙΚΟΣ	Περιγραφή Είδους	Χ.Τ.	Φ.Π.Α.	Π.Λ.Τ.
422310	Remescar (για ευρυαγγείες), 50ml	19,66 €	13%	29,99 €
422311	PREPACKED STAND 6TMX REMESCAR ΓΙΑ ΕΥΡΥΑΓΓΕΙΕΣ, 50ml	117,96 €	13%	

Το **Remescar για Ευρυαγγείες** είναι ιατροτεχνολογικό προϊόν **κλάσης IIα**

*decrease of spider veins appearance in a star (red spectrum) value performed in a clinical test during 3 months.

Gerolymatos International®
Serving health care since 1923

www.remescar.com
www.gerolymatos-otc.com

Για περισσότερες πληροφορίες - παραγγελίες
210 3500850 - 2310 582520

Στα φαρμακεία

Ριζικά ή επιμέρους, ΑΝΑΝΕΩΣΤΕ και οργανώστε τον χώρο σας

Δεδομένης της οικονομικής κρίσης των τελευταίων ετών και όσων αυτή έχει παρασύρει στο πέρασμα της, η ανανέωση – ανακαίνιση του χώρου σας είναι πιο απαραίτητη από ποτέ! Σήμερα, ο καταναλωτής έχει πληθώρα επιλογών σε σχέση με το πρόσφατο παρελθόν, γι' αυτό και η ανακαίνιση του χώρου σας έχει πρωταρχικό σκοπό να τον καταστήσει μοναδικό, να τον κάνει να ξεχωρίσει από τη «μάζα» παρόμοιων επιχειρήσεων.

Από τη **ΓΙΩΤΑ ΚΟΥΤΣΟΠΟΥΛΟΥ**,

Interior Designer και ιδιοκτήτη της Sopratutto company

Σίγουρα μια ανακαίνιση ολική ή επιμέρους, επιτρέπει στο φαρμακοποιό να αυξήσει τις πωλήσεις του ή ακόμα και να τις διατηρήσει σταθερές, αφού το οικονομικό πλαίσιο είναι πιο δύσκολο, το περιθώριο κέρδους για τα συνταγογραφούμενα φάρμακα μειώνεται και κατά συνέπεια πρέπει να αυξηθούν οι πωλήσεις των παραφαρμάκων, κάνοντας τον χώρο του φαρμακείου πιο ελκυστικό και πιο εμπορικό.

Είναι πολύ σημαντικό φυσικά, ο κάθε χώρος να έχει μια ταυτότητα.

Ο χαρακτήρας του χώρου ενός καταστήματος εισχωρεί στο υποσυνείδητο του περαστικού-υποψήφιου πελάτη, προσελκύοντας την προσοχή του, εξάπτοντας το ενδιαφέρον του να τον παρατηρήσει, να τον προσεγγίσει και εν τέλει να εισέλθει σε αυτόν για την αγορά προϊόντων.

Η μερική ανακαίνιση (relooking) δίνει αξία σε αυτό που ήδη υπάρχει

Πρόκειται για μια γρήγορη και οικονομική λύση, αποτελεσματική όσον αφορά την ελκυστικότητα του αποτελέσματος. Συνιστάται σε περιπτώσεις που ο χώρος μας απαιτεί να πραγματοποιηθούν ορισμένες εργασίες, αλλά χρειάζεται προσοχή, δεδομένου ότι η ανακαίνιση δεν περιορίζεται μόνο στη διακόσμηση.

Για τη βελτίωση της επαγγελματικής απόδοσης είναι πολύ σημαντικό στο χώρο να υπάρχει σύμπνοια, αρμόνια και ένα ολοκληρωμένο αισθητικά αποτέλεσμα. Με λίγα λόγια ο χώρος πρέπει απαραίτητα να αποτελεί ένα αδιάρρηκτο σύνολο, να αποπνέει μια ολοκληρωμένη εικόνα.

Στόχος της μερικής ανακαίνισης είναι να δώσει αξία στα ήδη υπάρχοντα στοιχεία και να τα ενσωματώσει στην όποια νέα αλλαγή με τον καλύτερο δυνατό τρόπο. Έτσι το φαρμακείο σας θα δείχνει πιο όμορφο κι ευχάριστο χωρίς ριζικές αλλαγές στη διαρρύθμιση, με μια ανανέωση ίσως στο φωτισμό, ή ακόμα και με την προσθήκη νέων επίπλων.

Είναι δεδομένο πως μια ανανέωση στο χώρο επιδρά θετικά στην ψυχολογία των πελατών αλλά και της ομάδας του φαρμακείου. Σύμφωνα με υπολογισμούς ειδικών, μια μερική ανακαίνιση στο χώρο μπορεί να επιτύχει αύξηση 5-10% στις πωλήσεις μιας επιχείρησης.

Ένας χώρος προσεγμένος, καλαίσθητος και καθαρός παρακινεί τον πελάτη να περάσει περισσότερο χρόνο σε αυτόν και κατά συνέπεια να αυξήσει το αγοραστικό του ταξίδι ανάμεσα στα προϊόντα. Παράλληλα, τα άτομα του φαρμακείου νιώθουν «περήφανοι' για τον χώρο που εργάζονται με αποτέλεσμα να γίνονται πιο εργατικοί και αποδοτικοί.

Ολική ανακαίνιση για ριζική αλλαγή.

Μια τέτοιου είδους ανακαίνιση προτείνεται σε φαρμακεία που θέλουν να αλλάξουν ριζικά, θέλουν να τοποθετηθούν διαφορετικά στην αγορά και να δημιουργήσουν ένα ευνοϊκό περιβάλλον που θα σχετίζεται με τη νέα «αποστολή» του φαρμακοποιού, προτείνοντας ταυτόχρονα ανταγωνιστικές υπηρεσίες.

Σε αυτήν την κατηγορία συγκαταλέγονται ακόμα κι εκείνα τα φαρμακεία που θέλουν επί παραδείγματι να κάνουν μια προσθήκη χώρου ή να μεταφερθούν σε ένα νέο σημείο ή ακόμα και να εγκαταστήσουν στον ήδη υπάρχοντα χώρο έναν αυτόματο πωλητή φαρμάκων (robot).

Συνήθως τέτοιες εργασίες γίνονται περίπου στα 9 με 11 χρόνια λειτουργίας και η εμπειρία έχει δείξει ότι αν προβείτε σε μια ολική ανακαίνιση οι πωλήσεις του φαρμακείου σας μπορούν να αυξηθούν 15 - 25%.

Πλάνο δράσης

Για μια τέτοια λοιπόν εκτεταμένη ανακαίνιση καλό θα ήταν να ορίσετε ένα "budget' που θα έχετε καταρτίσει προσεχτικά, συνυπολογίζοντας και τον χρόνο που απαιτείται για την απόσβεση της επένδυσης αυτής.

Πριν ξεκινήσετε οποιαδήποτε εργασία θεωρείται εκ των ων ουκ άνευ να απευθυνθείτε σε έναν ειδικό σύμβουλο αρχιτεκτονικής του χώρου, με πείρα σε κατασκευές κι ανακαινίσεις φαρμακείων, έτσι ώστε να σας προτείνει σχέδια προσαρμοσμένα στις επιθυμίες και τις ανάγκες σας.

Είναι πολύ σημαντικό για τον σύμβουλο – designer να αντιληφθεί τη στρατηγική που θέλει να υιοθετήσει ο φαρμακοποιός. Για παράδειγμα, ποιον τομέα θέλει να αναπτύξει ή αν θέλει να προσθέσει νέες σειρές παραφαρμακευτικών προϊόντων ή να δημιουργήσει ιδιαίτερους χώρους για την ανάπτυξη υπηρεσιών υγείας ή ομορφιάς (συμβουλευτική καμπίνα, καμπίνα αισθητικής περιποίησης, κ.λπ.).

Το επίπεδο της ικανοποίησης σας με τη διεκπεραίωση του έργου, εξαρτάται σε μεγάλο βαθμό από τον σύμβουλο – designer που θα επιλέξετε.

Ο σύμβουλος οφείλει να κάνει μια έρευνα αγοράς για να εξετάσει τον ανταγωνισμό στην περιοχή σας, ώστε να καταλάβει καλύτερα το περιβάλλον που βρίσκεται το φαρμακείο. Το πώς θα υλοποιηθεί το project εξαρτάται από το αν υπάρχει εκεί γύρω ένα μεγάλο φαρμακείο ή αν η περιοχή βρίσκεται σε ανάπτυξη ή σε ύφεση. Στη συνέχεια κι αφού υπολογιστούν οι παράμετροι αυτοί, συνδέεται η επιθυμία του φαρμακοποιού με τις δυνατότητες της τοπικής αγοράς και αναλύονται διεξοδικά όλα τα υπάρχοντα αδύνατα σημεία του φαρμακείου.

Άπαξ κι αποσαφηνιστούν τα παραπάνω, ο σύμβουλος είναι σε θέση να προτείνει λύσεις με σεβασμό πάντα στο budget του πελάτη.

Παρουσιάζεται αναλυτικά το πλάνο της ανακαίνισης, οι χρεώσεις, οι οποίες θα πρέπει να είναι ακριβείς, καθώς κι ένας ακριβής προγραμματισμός του χρόνου των εργασιών, πότε αρχίζουν και πότε θα ολοκληρωθούν, ώστε να γνωρίζει ο φαρμακοποιός αν θα χρειαστεί να κλείσει το φαρμακείο κάποιες ημέρες και ποιες ακριβώς. Σημειώνεται πως με μια καλή οργάνωση το φαρμακείο θα μπορούσε να παραμείνει ανοιχτό στην πλειονότητα των περιπτώσεων. Για αυτό, πέρα από το κόστος, η αμοιβαία εμπιστοσύνη σύμβουλου και φαρμακοποιού παραμένει η βάση μιας επιτυχημένης ανακαίνισης.

Πάντως, καλό είναι να έχετε στο μυαλό σας ότι οι πελάτες σας θα πρέπει να είναι ενήμεροι για τα σχέδια ανακαίνισης του φαρμακείου και τις ημερομηνίες υλοποίησης της. ■

Τα Tips μιας επιτυχημένης ανακαίνισης

- ✓ **Δεν θα πρέπει να κάνετε ανακαίνιση ή ανανέωση στο χώρο σας χωρίς τη συμβουλή ειδικού, ιδιαίτερα όταν απαιτούνται γκρεμίσματα τοίχων και κατά συνέπεια απειλείται η στατικότητα του κτιρίου.**
- ✓ **Η ανακαίνιση θα σας στοιχίσει πολύ λιγότερα χρήματα αν την αναλάβει ένα οργανωμένο συνεργείο κάτω από την επίβλεψη πολιτικού μηχανικού, αρχιτέκτονα ή interior designer και ο λόγος είναι απλός: αυτοί γνωρίζουν καλά την αγορά υλικών και έχουν σωστά συνεργεία με αποτέλεσμα δουλειά χωρίς πειραματισμούς.**
- ✓ **Μια σωστή μελέτη θα σας εξασφαλίσει την ορθή αξιοποίηση του χώρου σας και ο νέος σχεδιασμός θα καλύψει όλες σας τις ανάγκες με οικονομικό, γρήγορο και σίγουρο τρόπο.**
- ✓ **Καλό θα ήταν να απαιτήσετε την υπογραφή συμφωνίας με όποιον επιλέξετε να αναλάβει την ανακαίνιση, πριν από την έναρξη των εργασιών.**
- ✓ **Με γνώμονα τα παραπάνω, τα οφέλη μιας ανακαίνισης είναι πολλά. Ο χώρος σας θα γίνει πιο λειτουργικός καλύπτοντας τις σύγχρονες ανάγκες, θα αντιμετωπίσετε τα χρόνια τεχνικά προβλήματα και θα εκμεταλλευτείτε έξυπνα τα τετραγωνικά σας κερδίζοντας επιπλέον χώρο.**
- ✓ **Η ανακαίνιση δεν πρέπει να προσφέρει μόνο οικονομική υπεραξία αλλά και αισθητική!**

μελέτη/κατασκευή/σύγχρονων/εμπορικών/φαρμακείων

SOPRATUTTO
PHARMACY DESIGN

ΙΑΚΧΟΥ 8 , ΓΚΑΖΙ 11854
T:+30 2105247459
F:+30 2105247452
M:info@sopratutto.gr
WWW.SOPRATUTTO.GR

facebook/pharmacy by sopratutto

ΣΥΝΟΠΤΙΚΗ ΠΕΡΙΛΗΨΗ ΤΩΝ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΩΝ ΤΟΥ ΠΡΟΪΟΝΤΟΣ Tovanor Breezhaler

▼Το φάρμακο αυτό τελεί υπό συμπληρωματική παρακολούθηση. Αυτό θα επιτρέψει τον ταχύ προσδιορισμό νέων πληροφοριών ασφάλειας. Ζητείται από τους επαγγελματίες του τομέα της υγειονομικής περίθαλψης να αναφέρουν οποιεσδήποτε πιθανολογούμενες ανεπιθύμητες ενέργειες. Βλ. παράγραφο 4.8 για τον τρόπο αναφοράς ανεπιθύμητων ενεργειών.

1. ΟΝΟΜΑΣΙΑ ΤΟΥ ΦΑΡΜΑΚΕΥΤΙΚΟΥ ΠΡΟΪΟΝΤΟΣ: Tovanor Breezhaler 44 μικρογραμμάρια κόνις για εισπνοή, σκληρά καψάκια. **2. ΠΟΙΟΤΙΚΗ ΚΑΙ ΠΟΣΟΤΙΚΗ ΣΥΝΘΕΣΗ:** Κάθε καψάκιο περιέχει 63 μικρογραμμάρια βρωμιούχου γλυκοπυρρονίου ισοδύναμο με 50 μικρογραμμάρια γλυκοπυρρονίου. Κάθε παρεχόμενη δόση (η δόση που εξέρχεται από το επιστόμιο της συσκευής εισπνοής) περιέχει 55 μικρογραμμάρια βρωμιούχου γλυκοπυρρονίου ισοδύναμη με 44 μικρογραμμάρια γλυκοπυρρονίου. Έκδοχο(α) με γνωστές δράσεις: Κάθε καψάκιο περιέχει 23,6 mg λακτόζης (ως μονοϋδρική). Για τον πλήρη κατάλογο των εκδόχων, βλ. παράγραφο 6.1. **3. ΦΑΡΜΑΚΟΤΕΧΝΙΚΗ ΜΟΡΦΗ:** Κόνις για εισπνοή (σκληρό καψάκιο). Διαυγή, πορτοκαλί καψάκια που περιέχουν λευκή κόνι, με τυπωμένο τον κωδικό του προϊόντος «GPL50» με μαύρο χρώμα πάνω από μία μαύρη ράβδο και το λογότυπο της εταιρείας ( ) τυπωμένο με μαύρο χρώμα κάτω από τη μαύρη ράβδο. **4. ΚΛΙΝΙΚΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ**: **4.1 Θεραπευτικές ενδείξεις**: Το Tovanor Breezhaler ενδείκνυται ως βρογχοδιασταλτική θεραπεία συντήρησης για την ανακούφιση των συμπτωμάτων σε ενήλικες ασθενείς με χρόνια αποφρακτική πνευμονοπάθεια (ΧΑΠ). **4.2 Δοσολογία και τρόπος χορήγησης:** Δοσολογία: Η συνιστώμενη δόση είναι η εισπνοή του περιεχομένου ενός καψακίου άπαξ ημερησίως, με χρήση της συσκευής εισπνοής Tovanor Breezhaler. Το Tovanor Breezhaler συστήνεται να χορηγείται την ίδια ώρα της ημέρας κάθε ημέρα. Αν παραληφθεί μία δόση, η επόμενη δόση θα πρέπει να ληφθεί όσο το δυνατό πιο σύντομα. Στους ασθενείς θα πρέπει να δίδεται η οδηγία να μη λαμβάνουν περισσότερες από μία δόση την ημέρα. Ειδικοί πληθυσμοί: *Ηλικιωμένος πληθυσμός:* Το Tovanor Breezhaler μπορεί να χρησιμοποιηθεί στη συνιστώμενη δόση στους ηλικιωμένους ασθενείς (75 ετών και άνω) (βλ. παράγραφο 4.8). *Νεφρική δυσλειτουργία:* Το Tovanor Breezhaler μπορεί να χρησιμοποιηθεί στη συνιστώμενη δόση σε ασθενείς με ήπια έως μέτρια νεφρική δυσλειτουργία. Σε ασθενείς με σοβαρή νεφρική δυσλειτουργία ή νεφροπάθεια τελικού σταδίου για την οποία απαιτείται διύλιση το Tovanor Breezhaler θα πρέπει να χρησιμοποιείται μόνο εάν το προσδοκώμενο όφελος υπερτερεί του ενδεχόμενου κινδύνου (βλ. παραγράφους 4.4 και 5.2). *Ηπατική δυσλειτουργία:* Δεν έχουν διεξαχθεί μελέτες σε ασθενείς με ηπατική δυσλειτουργία. Το γλυκοπυρρόνιο απομακρύνεται κυρίως μέσω νεφρικής απέκκρισης και, ως εκ τούτου, δεν αναμένεται καμία σημαντική αύξηση της έκθεσης σε ασθενείς με ηπατική δυσλειτουργία. *Παιδιατρικός πληθυσμός:* Δεν υπάρχει σχετική χρήση του Tovanor Breezhaler στον παιδιατρικό πληθυσμό (κάτω των 18 ετών) για την ένδειξη ΧΑΠ. Τρόπος χορήγησης: Μόνο για χρήση διά εισπνοής. Τα καψάκια πρέπει να χορηγούνται μόνο με χρήση της συσκευής εισπνοής Tovanor Breezhaler (βλ. παράγραφο 6.6). Τα καψάκια δεν πρέπει να καταπίνονται. Στους ασθενείς θα πρέπει να δίδονται οδηγίες για το σωστό τρόπο χορήγησης του προϊόντος. Ασθενείς οι οποίοι δεν παρουσιάζουν βελτίωση στην αναπνοή θα πρέπει να ερωτηθούν εάν καταπίνουν το φάρμακο αντί να το εισπνέουν. Για οδηγίες σχετικά με τη χρήση του φαρμακευτικού προϊόντος πριν από τη χορήγηση, βλ. παράγραφο 6.6. **4.3 Αντενδείξεις:** Υπερευαισθησία στη δραστική ουσία ή σε κάποιο από τα έκδοχα που αναφέρονται στην παράγραφο 6.1. **4.4 Ειδικές προειδοποιήσεις και προφυλάξεις κατά τη χρήση:** Δεν ενδείκνυται για χρήση σε οξέα επεισόδια: Το Tovanor Breezhaler είναι μία άπαξ ημερησίως, μακροχρόνια θεραπεία συντήρησης και δεν ενδείκνυται για την αρχική θεραπεία οξέων επεισοδίων βρογχόσπασμου, δηλ. ως θεραπεία διάσωσης. Υπερευαισθησία: Άμεσες αντιδράσεις υπερευαισθησίας έχουν αναφερθεί μετά την χορήγηση του Tovanor Breezhaler. Εάν εμφανισθούν σημεία που να υποδηλώνουν αλλεργικές αντιδράσεις (συγκεκριμένα δυσκολίες στην αναπνοή και την κατάποση, διογκωμένη γλώσσα, χείλη και πρόσωπο), κνίδωση, δερματικό εξάνθημα, θα πρέπει να διακόπτεται αμέσως το Tovanor Breezhaler και να υποκαθίσταται με εναλλακτική θεραπεία. Παράδοξος βρογχόσπασμος: Σε κλινικές μελέτες με Tovanor Breezhaler δεν παρατηρήθηκε παράδοξος βρογχόσπασμος. Ωστόσο, παράδοξος βρογχόσπασμος έχει παρατηρηθεί με άλλη θεραπεία εισπνοής και ενδέχεται να είναι απειλητικός για τη ζωή. Εάν παρουσιαστεί αυτό, η χρήση του Tovanor Breezhaler θα πρέπει να διακόπτεται αμέσως και να χορηγείται εναλλακτική θεραπεία. Αντιχολινεργική δράση: Το Tovanor Breezhaler θα πρέπει να χρησιμοποιείται με προσοχή σε ασθενείς με γλαύκωμα κλειστής γωνίας ή κατακράτηση ούρων. Οι ασθενείς θα πρέπει να ενημερώνονται σχετικά με τα σημεία και τα συμπτώματα του οξέος γλαυκώματος κλειστής γωνίας, να διακόπτουν τη χρήση του Tovanor Breezhaler και να επικοινωνούν άμεσα με τον ιατρό τους σε περίπτωση που εμφανίσουν κάποιο από αυτά τα σημεία ή συμπτώματα. Ασθενείς με σοβαρή νεφρική δυσλειτουργία: Μέτρια μέση αύξηση της συνολικής συστηματικής έκθεσης (AUC_{last}) έως 1,4 φορές παρατηρήθηκε σε άτομα με ήπια και μέτρια νεφρική δυσλειτουργία και έως 2,2 φορές σε άτομα με σοβαρή νεφρική δυσλειτουργία και νεφροπάθεια τελικού σταδίου. Σε ασθενείς με σοβαρή νεφρική δυσλειτουργία (εκτιμώμενος ρυθμός σπειραματικής διήθησης κάτω των 30 ml/min/1,73 m^2), συμπεριλαμβανομένων των ασθενών με νεφροπάθεια τελικού σταδίου για την οποία απαιτείται διύλιση, το Tovanor Breezhaler θα πρέπει να χρησιμοποιείται μόνο εάν το προσδοκώμενο όφελος υπερτερεί του ενδεχόμενου κινδύνου (βλ. παράγραφο 5.2). Αυτοί οι ασθενείς θα πρέπει να παρακολουθούνται προσεκτικά για δυνητικές ανεπιθύμητες ενέργειες του φαρμάκου. Ασθενείς με ιστορικό καρδιαγγειακής νόσου: Ασθενείς με ασταθή ισχαιμική καρδιακή νόσο, ανεπάρκεια αριστεράς κοιλίας, ιστορικό εμφράγματος μυοκαρδίου, αρρυθμία (εξαιρουμένης της χρόνιας σταθερής κολπικής μαρμαρυγής), ιστορικό επιμήκους συνδρόμου QT ή των οποίων το QTc (μέθοδος Fridericia) υπέστη επιμήκυνση (>450 ms για τους άνδρες ή >470 ms για τις γυναίκες) είχαν αποκλειστεί από τις κλινικές δοκιμές, και επομένως η εμπειρία σε αυτές τις ομάδες ασθενών είναι περιορισμένη. Το Tovanor Breezhaler πρέπει να χρησιμοποιείται με προσοχή σε αυτές τις ομάδες ασθενών. Έκδοχα: Οι ασθενείς με σπάνια κληρονομικά προβλήματα δυσανεξίας στη γαλακτόζη, έλλειψη λακτάσης Lapp ή κακή απορρόφηση γλυκόζης- γαλακτόζης δεν πρέπει να πάρουν αυτό το φάρμακο. **4.5 Αλληλεπιδράσεις με άλλα φαρμακευτικά προϊόντα και άλλες μορφές αλληλεπίδρασης:** Η συγχορήγηση του Tovanor Breezhaler με άλλα φαρμακευτικά προϊόντα που περιέχουν αντιχολινεργικά δεν έχει μελετηθεί και, ως εκ τούτου δε συστήνεται. Σε μία κλινική μελέτη σε υγιείς εθελοντές, η σιμετιδίνη, ένας αναστολέας της μεταφοράς οργανικών κατιόντων που θεωρείται ότι συντελεί στη νεφρική απέκκριση του γλυκοπυρρονίου, αύξησε την ολική έκθεση (AUC) του γλυκοπυρρονίου κατά 22 % και μείωσε τη νεφρική κάθαρση κατά 23%. Με βάση το εύρος αυτών των μεταβολών, δεν αναμένεται καμία κλινικά σημαντική φαρμακευτική αλληλεπίδραση όταν το γλυκοπυρρόνιο χορηγείται παράλληλα με σιμετιδίνη ή άλλους αναστολείς της μεταφοράς των οργανικών κατιόντων. Η ταυτόχρονη χορήγηση του Tovanor Breezhaler και της από του στόματος εισπνεόμενης ινδακατερόλης, ενός β_2-αδρενεργικού αγωνιστή, υπό σταθερές συνθήκες και των δύο δραστικών ουσιών, δεν επηρέασε τη φαρμακοκινητική των δύο φαρμακευτικών προϊόντων. **4.6 Γονιμότητα, κύηση και γαλουχία:** Εγκυμοσύνη: Δεν διατίθενται κλινικά δεδομένα σχετικά με τη χρήση του Tovanor Breezhaler σε έγκυες γυναίκες. Μελέτες σε ζώα δεν κατέδειξαν άμεση ή έμμεση τοξικότητα στην αναπαραγωγική ικανότητα (βλ. παράγραφο 5.3). Το γλυκοπυρρόνιο πρέπει να χρησιμοποιείται κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης μόνο εάν το όφελος για τη μητέρα υπερτερεί του δυνητικού κινδύνου για το έμβρυο. Θηλασμός: Δεν είναι γνωστό εάν το βρωμιούχο γλυκοπυρρόνιο απεκκρίνεται στο ανθρώπινο γάλα. Ωστόσο, το βρωμιούχο γλυκοπυρρόνιο (περιλαμβανομένων και των μεταβολιτών του) απεκκρίνεται στο μητρικό γάλα των αρουραίων (βλ. παράγραφο 5.3). Η χρήση του γλυκοπυρρονίου από γυναίκες που θηλάζουν θα πρέπει να εξετάζεται μόνο εάν το αναμενόμενο όφελος για τη γυναίκα είναι μεγαλύτερο από το δυνητικό κίνδυνο για το έμβρυο (βλ. παράγραφο 5.3). Γονιμότητα: Μελέτες αναπαραγωγής και άλλα δεδομένα σε ζώα δεν υποδεικνύουν ανησυχία σχετικά με τη γονιμότητα τόσο στους άνδρες όσο και στις γυναίκες (βλ. παράγραφο 5.3). **4.7 Επιδράσεις στην ικανότητα οδήγησης και χειρισμού μηχανών**: Το γλυκοπυρρόνιο δεν έχει καμία ή έχει ασήμαντη επίδραση στην ικανότητα οδήγησης και χειρισμού μηχανών. **4.8 Ανεπιθύμητες ενέργειες:** Περίληψη του προφίλ ασφάλειας: Η συχνότερη αντιχολινεργική ανεπιθύμητη ενέργεια ήταν η ξηροστομία (2,4 %). Η πλειονότητα των αναφορών ξηροστομίας θεωρήθηκαν ότι σχετίζονται με το φαρμακευτικό προϊόν και ήταν ήπιες, ενώ καμία από αυτές δεν ήταν σοβαρή. Το προφίλ ασφάλειας χαρακτηρίζεται περαιτέρω από άλλα συμπτώματα που σχετίζονται με τις αντιχολινεργικές επιδράσεις, συμπεριλαμβανομένης της κατακράτησης ούρων, τα οποία ήταν όχι συχνά. Παρατηρήθηκαν επίσης γαστρεντερικές διαταραχές περιλαμβανομένων της γαστρεντερίτιδας και της δυσπεψίας. Ανεπιθύμητες ενέργειες που σχετίζονται με την τοπική ανοχή περιελάμβαναν ερεθισμό του λαιμού, ρινοφαρυγγίτιδα, ρινίτιδα και παραρρινοκολπίτιδα. Συνοπτικός πίνακας ανεπιθύμητων ενεργειών: Οι ανεπιθύμητες ενέργειες που αναφέρθηκαν κατά τους πρώτους έξι μήνες δύο κύριων συγκεντρωτικών δοκιμών Φάσης III διάρκειας 6 και 12 μηνών παρατίθενται κατά κατηγορία συστήματος οργάνων σύμφωνα με το MedDRA (Πίνακας 1). Μέσα σε κάθε κατηγορία συστήματος οργάνων, οι ανεπιθύμητες ενέργειες ταξινομούνται με βάση τη συχνότητα, με πρώτες τις συχνότερες ανεπιθύμητες ενέργειες. Εντός κάθε κατηγορίας συχνότητας εμφάνισης, οι ανεπιθύμητες ενέργειες του φαρμάκου παρατίθενται κατά φθίνουσα σειρά σοβαρότητας. Επιπροσθέτως, η αντίστοιχη κατηγορία συχνότητας για κάθε ανεπιθύμητη ενέργεια βασίζεται στην παρακάτω σύμβαση: πολύ συχνές (≥1/10), συχνές (≥1/100 έως <1/10), όχι συχνές (≥1/1.000 έως <1/100), σπάνιες (≥1/10.000 έως <1/1.000), πολύ σπάνιες (<1/10.000), μη γνωστές (δεν μπορούν να εκτιμηθούν με βάση τα διαθέσιμα δεδομένα).

Πίνακας 1. Ανεπιθύμητες ενέργειες που αναφέρθηκαν στη συγκεντρωτική εξάμηνη βάση δεδομένων

ΑΝΕΠΙΘΥΜΗΤΕΣ ΕΝΕΡΓΕΙΕΣ	ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ ΣΥΧΝΟΤΗΤΑΣ
Λοιμώξεις και παρασιτώσεις	
Ρινοφαρυγγίτιδα[1)]	Συχνές
Ρινίτιδα	Όχι συχνές
Κυστίτιδα	Όχι συχνές
Διαταραχές του ανοσοποιητικού συστήματος	
Υπερευαισθησία	Όχι συχνές
Αγγειοοίδημα[2)]	Όχι συχνές
Διαταραχές του μεταβολισμού και της θρέψης	
Υπεργλυκαιμία	Όχι συχνές
Ψυχιατρικές διαταραχές	
Αϋπνία	Συχνές
Διαταραχές του νευρικού συστήματος	
Κεφαλαλγία[2)]	Συχνές
Υπαισθησία	Όχι συχνές
Καρδιακές διαταραχές	
Κολπική μαρμαρυγή	Όχι συχνές
Αίσθημα παλμών	Όχι συχνές
Διαταραχές του αναπνευστικού συστήματος, του θώρακα και του μεσοθωρακίου	
Συμφόρηση κόλπων του προσώπου	Όχι συχνές
Παραγωγικός βήχας	Όχι συχνές
Έρεθισμός του λαιμού	Όχι συχνές
Επίσταξη	Όχι συχνές
Διαταραχές του γαστρεντερικού συστήματος	
Ξηροστομία	Συχνές
Γαστρεντερίτιδα	Συχνές
Δυσπεψία	Όχι συχνές
Τερηδόνα των οδόντων	Όχι συχνές
Διαταραχές του δέρματος και του υποδόριου ιστού	
Έξάνθημα	Όχι συχνές
Διαταραχές του μυοσκελετικού συστήματος και του συνδετικού ιστού	
Άλγος στα άνω και κάτω άκρα	Όχι συχνές
Μυοσκελετικό θωρακικό άλγος	Όχι συχνές
Διαταραχές των νεφρών και των ουροφόρων οδών	
Ουρολοίμωξη[2)]	Συχνές
Δυσουρία	Όχι συχνές
Κατακράτηση ούρων	Όχι συχνές
Γενικές διαταραχές και καταστάσεις της οδού χορήγησης	
Κόπωση	Όχι συχνές
Έξασθένιση	Όχι συχνές

1) Πιο συχνά για το γλυκοπυρρόνιο παρά για το εικονικό φάρμακο στη 12μηνη βάση δεδομένων μόνο.

2) Έχουν ληφθεί αναφορές υπερευαισθησίας κατά την εμπειρία μετά την κυκλοφορία σε σχέση με τη χρήση του Tovanor Breezhaler. Οι αναφορές αυτές έγιναν οικειοθελώς από ένα πληθυσμό ακαθόριστου μεγέθους, και για αυτό δεν είναι πάντα δυνατός ο αντικειμενικός υπολογισμός της συχνότητας ή ο καθορισμός της αιτιολογικής συσχέτισης με την έκθεση στο φάρμακο. Επομένως, η συχνότητα υπολογίσθηκε με βάση την κλινική εμπειρία.

3) Παρατηρήθηκε πιο συχνά για το γλυκοπυρρόνιο παρά για το εικονικό φάρμακο σε ενήλικες >75 ετών μόνο.

Περιγραφή επιλεγμένων ανεπιθύμητων ενεργειών: Στη συγκεντρωτική εξάμηνη βάση δεδομένων, η συχνότητα της ξηροστομίας ήταν 2,2% έναντι 1,1%, της αϋπνίας 1% έναντι 0,8% και της γαστρεντερίτιδας 1,4% έναντι 0,9% για το Tovanor Breezhaler και το εικονικό φάρμακο αντίστοιχα. Η ξηροστομία αναφέρθηκε κυρίως κατά τη διάρκεια των πρώτων 4 εβδομάδων της θεραπείας με διάμεση διάρκεια τεσσάρων εβδομάδων στην πλειονότητα των ασθενών. Ωστόσο, στο 40 % των περιπτώσεων τα συμπτώματα συνεχίστηκαν για ολόκληρη την περίοδο των 6 μηνών. Δεν αναφέρθηκαν νέα περιστατικά ξηροστομίας για τους μήνες 7-12. Αναφορά πιθανολογούμενων ανεπιθύμητων ενεργειών: Η αναφορά πιθανολογούμενων ανεπιθύμητων ενεργειών μετά από τη χορήγηση άδειας κυκλοφορίας του φαρμακευτικού προϊόντος είναι σημαντική. Επιτρέπει τη συνεχή παρακολούθηση της σχέσης οφέλους-κινδύνου του φαρμακευτικού προϊόντος. Ζητείται από τους επαγγελματίες του τομέα της υγειονομικής περίθαλψης να αναφέρουν οποιεσδήποτε πιθανολογούμενες ανεπιθύμητες ενέργειες μέσω του εθνικού συστήματος αναφοράς: Εθνικός Οργανισμός Φαρμάκων, Μεσογείων 284, GR-15562 Χολαργός, Αθήνα, Τηλ: + 30 21 32040380/337, Φαξ: + 30 21 06549585, Ιστότοπος: http://www. eof.gr **4.9 Υπερδοσολογία:** Υψηλές δόσεις γλυκοπυρρονίου μπορεί να οδηγήσουν σε αντιχολινεργικά σημεία και συμπτώματα για τα οποία η συμπτωματική θεραπεία μπορεί να ενδείκνυται. Οξεία δηλητηρίαση μετά από ακούσια από του στόματος κατάποση καψακίων Tovanor Breezhaler είναι απίθανο να συμβεί λόγω της μικρής από του στόματος βιοδιαθεσιμότητας (περίπου 5 %). Τα μέγιστα επίπεδα στο πλάσμα και η συνολική συστηματική έκθεση μετά από ενδοφλέβια χορήγηση 150 μικρογραμμαρίων βρωμιούχου γλυκοπυρρονίου (ισοδύναμο με 120 μικρογραμμάρια γλυκοπυρρονίου) σε υγιείς εθελοντές ήταν αντίστοιχα περίπου 50 φορές και 6 φορές υψηλότερα από τη μέγιστη και συνολική έκθεση σε σταθερή κατάσταση που επιτεύχθηκε με τη συνιστώμενη δόση (44 μικρογραμμάρια άπαξ ημερησίως) του Tovanor Breezhaler και ήταν καλά ανεκτά. **6.6 Ιδιαίτερες προφυλάξεις απόρριψης και άλλος χειρισμός:** Θα πρέπει να χρησιμοποιείται η συσκευή εισπνοής που παρέχεται με κάθε νέα συνταγή. Κάθε συσκευή εισπνοής πρέπει να απορρίπτεται μετά από χρήση 30 ημερών. **7. ΚΑΤΟΧΟΣ ΤΗΣ ΑΔΕΙΑΣ ΚΥΚΛΟΦΟΡΙΑΣ:** Novartis Europharm Limited, Wimblehurst Road, Horsham, West Sussex, RH12 5AB, Ηνωμένο Βασίλειο **8. ΑΡΙΘΜΟΣ(ΟΙ) ΑΔΕΙΑΣ ΚΥΚΛΟΦΟΡΙΑΣ:** EU/1/12/790/001-006 **9. ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ ΠΡΩΤΗΣ ΕΓΚΡΙΣΗΣ/ΑΝΑΝΕΩΣΗΣ ΤΗΣ ΑΔΕΙΑΣ:** 28.09.2012 **10. ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ ΑΝΑΘΕΩΡΗΣΗΣ ΤΟΥ ΚΕΙΜΕΝΟΥ:** 19.06.2014. Λεπτομερή πληροφοριακά στοιχεία για το παρόν φαρμακευτικό προϊόν είναι διαθέσιμα στον διαδικτυακό τόπο του Ευρωπαϊκού Οργανισμού Φαρμάκων http://www.ema.europa.eu **11. ΤΡΟΠΟΣ ΔΙΑΘΕΣΗΣ:** Με ιατρική συνταγή **12. ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΗ Λ.Τ TOVANOR® BREEZHALER® 44μg:** 42,47 € (Σε περίπτωση τροποποίησης του ΔΤ ισχύει η νεότερη τιμή, συμπεριλαμβανομένου ΦΠΑ όπως ισχύει). Περαιτέρω πληροφορίες διατίθενται από τον Τοπικό Αντιπρόσωπο του κατόχου της Άδειας Κυκλοφορίας.

Βοηθήστε να γίνουν τα φάρμακα πιο ασφαλή και Αναφέρετε ΟΛΕΣ τις ανεπιθύμητες ενέργειες για ΟΛΑ τα φάρμακα Συμπληρώνοντας την «ΚΙΤΡΙΝΗ ΚΑΡΤΑ»

www.voyatzoglou.gr

ΟΛΟΚΛΗΡΩΜΕΝΕΣ ΛΥΣΕΙΣ ΕΠΙΠΛΩΣΗΣ ΦΑΡΜΑΚΕΙΩΝ

ΒΟΓΙΑΤΖΟΓΛΟΥ SYSTEMS

ΑΘΗΝΑ: 12 χλμ. Εθν.Οδού Αθηνών-Λαμίας, 144 51 Μεταμόρφωση, τ: 210 2888645, f: 210 2888699, e-mail: customer3.ath@voyatzoglou.gr
ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ: 26ης Οκτωβρίου 35, 546 27 Θεσσαλονίκη, τ: 2310 569700, f: 2310 569719, e-mail: customer3.the@voyatzoglou.gr

ΣΥΝΟΠΤΙΚΗ ΠΕΡΙΛΗΨΗ ΤΩΝ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΩΝ ΤΟΥ ΠΡΟΪΟΝΤΟΣ Xoterna Breezhaler

▼ Το φάρμακο αυτό τελεί υπό συμπληρωματική παρακολούθηση. Αυτό θα επιτρέψει τον ταχύ προσδιορισμό νέων πληροφοριών ασφάλειας. Ζητείται από τους επαγγελματίες του τομέα της υγειονομικής περίθαλψης να αναφέρουν οποιεσδήποτε πιθανολογούμενες ανεπιθύμητες ενέργειες. Βλ. παράγραφο 4.8 για τον τρόπο αναφοράς ανεπιθύμητων ενεργειών.

1. ΟΝΟΜΑΣΙΑ ΤΟΥ ΦΑΡΜΑΚΕΥΤΙΚΟΥ ΠΡΟΪΟΝΤΟΣ: Xoterna Breezhaler 85 μικρογραμμάρια /43 μικρογραμμάρια, κόνις για εισπνοή, σκληρά καψάκια **2. ΠΟΙΟΤΙΚΗ ΚΑΙ ΠΟΣΟΤΙΚΗ ΣΥΝΘΕΣΗ:** Κάθε καψάκιο περιέχει 143 μg μηλεϊνικής ινδακατερόλης ισοδύναμη με 110 μg ινδακατερόλης και 63 μg βρωμιούχου γλυκοπυρρονίου ισοδύναμο με 50 μg γλυκοπυρρονίου. Κάθε παρεχόμενη δόση (η δόση που εξέρχεται από το επιστόμιο της συσκευής εισπνοής) περιέχει 110 μg μηλεϊνικής ινδακατερόλης ισοδύναμη με 85 μg ινδακατερόλης και 54 μg βρωμιούχου γλυκοπυρρονίου ισοδύναμο με 43 μg γλυκοπυρρονίου. Έκδοχο(α) με γνωστές δράσεις: Κάθε καψάκιο περιέχει 23.5 mg λακτόζης (ως μονοϋδρική). Για τον πλήρη κατάλογο των εκδόχων, βλ. παράγραφο 6.1. **3. ΦΑΡΜΑΚΟΤΕΧΝΙΚΗ ΜΟΡΦΗ:** Κόνις για εισπνοή (σκληρό καψάκιο): Καψάκια με διαφανές κίτρινο καπάκι και φυσικό διαφανές σώμα που περιέχουν μία λευκή έως σχεδόν λευκή κόνη, με τον κωδικό προϊόντος «IGP110.50» τυπωμένο με μπλε χρώμα κάτω από δύο μπλε ράβδους στο σώμα και το λογότυπο της εταιρείας ( ) τυπωμένο με μαύρο χρώμα πάνω στο καπάκι. **4. ΚΛΙΝΙΚΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ: 4.1 Θεραπευτικές ενδείξεις:** Το Xoterna Breezhaler ενδείκνυται ως μια βρογχοδιασταλτική θεραπεία συντήρησης για την ανακούφιση των συμπτωμάτων σε ενήλικες ασθενείς με χρόνια αποφρακτική πνευμονοπάθεια (ΧΑΠ). **4.2 Δοσολογία και τρόπος χορήγησης:** Δοσολογία: Η συνιστώμενη δόση είναι η εισπνοή του περιεχομένου ενός καψακίου άπαξ ημερησίως, με χρήση της συσκευής εισπνοής Xoterna Breezhaler. Το Xoterna Breezhaler συστήνεται να χορηγείται την ίδια ώρα της ημέρας κάθε ημέρα. Αν παραληφθεί μία δόση, θα πρέπει να ληφθεί το συντομότερο δυνατό την ίδια ημέρα. Στους ασθενείς θα πρέπει να δίδεται η οδηγία να μη λαμβάνουν περισσότερες από μία δόση την ημέρα. Ειδικοί πληθυσμοί: *Ηλικιωμένος πληθυσμός:* Το Xoterna Breezhaler μπορεί να χρησιμοποιηθεί στη συνιστώμενη δόση στους ηλικιωμένους ασθενείς (75 ετών και άνω). *Νεφρική δυσλειτουργία:* Το Xoterna Breezhaler μπορεί να χρησιμοποιηθεί στη συνιστώμενη δόση σε ασθενείς με ήπια έως μέτρια νεφρική δυσλειτουργία. Σε ασθενείς με σοβαρή νεφρική δυσλειτουργία ή νεφροπάθεια τελικού σταδίου για την οποία απαιτείται διύλιση θα πρέπει να χρησιμοποιείται μόνο εάν το προσδοκώμενο όφελος υπερτερεί του ενδεχόμενου κινδύνου (βλ. παραγράφους 4.4 και 5.2). *Ηπατική δυσλειτουργία:* Το Xoterna Breezhaler μπορεί να χρησιμοποιηθεί στη συνιστώμενη δόση σε ασθενείς με ήπια έως μέτρια ηπατική δυσλειτουργία. Καθότι δεν υπάρχουν διαθέσιμα δεδομένα για την χρήση του Xoterna Breezhaler σε ασθενείς με σοβαρή ηπατική δυσλειτουργία, απαιτείται προσοχή σε αυτούς τους ασθενείς (βλ. παράγραφο 5.2). *Παιδιατρικός πληθυσμός:* Δεν υπάρχει σχετική χρήση του Xoterna Breezhaler στον παιδιατρικό πληθυσμό (κάτω των 18 ετών) στην ένδειξη ΧΑΠ. Η ασφάλεια και αποτελεσματικότητα του Xoterna Breezhaler σε παιδιά δεν έχουν ακόμα τεκμηριωθεί. Δεν υπάρχουν διαθέσιμα δεδομένα. Τρόπος χορήγησης: Μόνο για χρήση διά εισπνοής. Τα καψάκια δεν πρέπει να καταπίνονται. Τα καψάκια πρέπει να χορηγούνται μόνο με χρήση της συσκευής εισπνοής Xoterna Breezhaler (βλ. παράγραφο 6.6). Στους ασθενείς θα πρέπει να δίδονται οδηγίες για το σωστό τρόπο χορήγησης του προϊόντος. Ασθενείς οι οποίοι δεν εμφανίζουν βελτίωση στην αναπνοή θα πρέπει να ερωτηθούν εάν καταπίνουν το φάρμακο αντί να το εισπνέουν. Για οδηγίες σχετικά με τη χρήση του φαρμακευτικού προϊόντος πριν από τη χορήγηση, βλ. παράγραφο 6.6. **4.3 Αντενδείξεις:** Υπερευαισθησία στις δραστικές ουσίες ή σε κάποιο από τα έκδοχα που αναφέρονται στην παράγραφο 6.1 **4.4 Ειδικές προειδοποιήσεις και προφυλάξεις κατά τη χρήση:** Το Xoterna Breezhaler δεν πρέπει να χρησιμοποιείται ταυτόχρονα με φαρμακευτικά προϊόντα που περιέχουν άλλους μακράς δράσης β-αδρενεργικούς αγωνιστές ή μακράς δράσης μουσκαρινικούς ανταγωνιστές, δηλαδή παράγοντες που ανήκουν στις φαρμακοθεραπευτικές κατηγορίες στις οποίες ανήκουν και τα συστατικά του Xoterna Breezhaler (βλέπε παράγραφο 4.5). Άσθμα: Το Xoterna Breezhaler δεν πρέπει να χρησιμοποιείται για την αντιμετώπιση του άσθματος καθώς δεν υπάρχουν δεδομένα για αυτή την ένδειξη. Οι μακράς δράσης β_2-αδρενεργικοί αγωνιστές πιθανόν να αυξήσουν τον κίνδυνο σοβαρών ανεπιθύμητων ενεργειών σχετικών με το άσθμα, περιλαμβανομένων θανάτων σχετικών με το άσθμα, όταν χορηγούνται για το άσθμα. Δεν ενδείκνυται για χρήση σε οξείες καταστάσεις. Το Xoterna Breezhaler δεν ενδείκνυται για την αντιμετώπιση οξέων επεισοδίων βρογχόσπασμου. Υπερευαισθησία σχετική με την ινδακατερόλη: Άμεσες αντιδράσεις υπερευαισθησίας έχουν αναφερθεί μετά την χορήγηση της ινδακατερόλης, ενός από τα συστατικά του Xoterna Breezhaler. Εάν εμφανισθούν σημεία που να υποδηλώνουν αλλεργικές αντιδράσεις (συγκεκριμένα δυσκολίες στην αναπνοή και την κατάποση, διογκωμένη γλώσσα, χείλη και πρόσωπο, κνίδωση, δερματικό εξάνθημα), η θεραπεία θα πρέπει να διακόπτεται αμέσως και να χορηγείται εναλλακτική θεραπεία. Παράδοξος βρογχόσπασμος: Σε κλινικές μελέτες με Xoterna Breezhaler δεν παρατηρήθηκε παράδοξος βρογχόσπασμος. Ωστόσο, παράδοξος βρογχόσπασμος έχει παρατηρηθεί με άλλη θεραπεία εισπνοής και ενδέχεται να είναι απειλητικός για τη ζωή. Εάν παρουσιαστεί αυτό, η θεραπεία θα πρέπει να διακόπτεται αμέσως και να χορηγείται εναλλακτική θεραπεία. Αντιχολινεργικές επιδράσεις που σχετίζονται με το γλυκοπυρρόνιο: *Γλαύκωμα κλειστής γωνίας.* Δεν διατίθενται δεδομένα για ασθενείς με γλαύκωμα κλειστής γωνίας και, ως εκ τούτου, το Xoterna Breezhaler θα πρέπει να χρησιμοποιείται με προσοχή σε αυτούς τους ασθενείς. Οι ασθενείς θα πρέπει να ενημερώνονται σχετικά με τα σημεία και τα συμπτώματα του οξέος γλαυκώματος κλειστής γωνίας και να ενημερώνονται για να διακόπτουν τη χρήση του Xoterna Breezhaler σε περίπτωση που εμφανίσουν κάποιο από αυτά τα σημεία ή συμπτώματα. *Κατακράτηση ούρων.* Δεν διατίθενται δεδομένα για ασθενείς με κατακράτηση ούρων και, ως εκ τούτου, το Xoterna Breezhaler θα πρέπει να χρησιμοποιείται με προσοχή σε αυτούς τους ασθενείς. Ασθενείς με σοβαρή νεφρική δυσλειτουργία: Μέτρια μέση αύξηση της συνολικής συστηματικής έκθεσης (AUC_{tau}) στο γλυκοπυρρόνιο έως 1,4 φορές παρατηρήθηκε σε άτομα με ήπια και μέτρια νεφρική δυσλειτουργία και έως 2,2 φορές σε άτομα με σοβαρή νεφρική δυσλειτουργία και νεφροπάθεια τελικού σταδίου. Σε ασθενείς με σοβαρή νεφρική δυσλειτουργία (εκτιμώμενος ρυθμός σπειραματικής διήθησης κάτω των 30 ml/min/1,73 m^2), συμπεριλαμβανομένων των ασθενών με νεφροπάθεια τελικού σταδίου για την οποία απαιτείται διύλιση, το Xoterna Breezhaler θα πρέπει να χρησιμοποιείται μόνο εάν το προσδοκώμενο όφελος υπερτερεί του ενδεχόμενου κινδύνου (βλ. παράγραφο 5.2). Αυτοί οι ασθενείς θα πρέπει να παρακολουθούνται προσεκτικά για δυνητικές ανεπιθύμητες ενέργειες του φαρμάκου. Καρδιαγγειακές επιδράσεις: Το Xoterna Breezhaler θα πρέπει να χρησιμοποιείται με προσοχή σε ασθενείς με καρδιαγγειακές διαταραχές (στεφανιαία νόσος, οξύ έμφραγμα του μυοκαρδίου, καρδιακές αρρυθμίες, υπέρταση). Οι β_2-αδρενεργικοί αγωνιστές μπορεί να παράγουν κλινικά σημαντική καρδιαγγειακή επίδραση σε ορισμένους ασθενείς, όπως μετράται με αυξήσεις του σφυγμού, της αρτηριακής πίεσης ή/και συμπτωμάτων. Σε περίπτωση που παρουσιαστούν τέτοιες επιδράσεις με αυτό το φαρμακευτικό προϊόν, ενδέχεται να είναι απαραίτητη η διακοπή της θεραπείας. Επιπροσθέτως, έχει αναφερθεί ότι οι β-αδρενεργικοί αγωνιστές παράγουν ηλεκτροκαρδιογραφικές (ΗΚΓ) αλλαγές, όπως επιπεδοποίηση του επάρματος Τ, παράταση του διαστήματος QT και καταστολή του τμήματος ST, παρά το ότι η κλινική σημασία αυτών των παρατηρήσεων είναι άγνωστη. Επομένως, οι μακράς δράσης β2-αδρενεργικοί αγωνιστές πρέπει να χρησιμοποιούνται με προσοχή σε ασθενείς με γνωστή ή εικαζόμενη παράταση του διαστήματος QT ή που κάνουν θεραπεία με φαρμακευτικά προϊόντα που επηρεάζουν το διάστημα QT. Ασθενείς με ασταθή ισχαιμική καρδιακή νόσο, ανεπάρκεια της αριστερής κοιλίας, ιστορικό εμφράγματος του μυοκαρδίου, αρρυθμία (εξαιρουμένης της χρόνιας σταθερής κολπικής μαρμαρυγής), ιστορικό επιμήκους συνδρόμου QT ή των οποίων το QTc (μέθοδος Fridericia) υπέστη επιμήκυνση (>450 ms) είχαν αποκλειστεί από τις κλινικές δοκιμές, και επομένως δεν υπάρχει εμπειρία σε αυτές τις ομάδες ασθενών. Το Xoterna Breezhaler πρέπει να χρησιμοποιείται με προσοχή σε αυτές τις ομάδες ασθενών. Υποκαλιαιμία: Οι β_2-αδρενεργικοί αγωνιστές μπορεί να παράγουν σημαντική υποκαλιαιμία σε ορισμένους ασθενείς, η οποία έχει τη δυνατότητα να παράγει ανεπιθύμητες καρδιαγγειακές επιδράσεις. Η μείωση του καλίου ορού είναι συνήθως παροδική και δεν απαιτείται συμπλήρωμα. Σε ασθενείς με σοβαρή ΧΑΠ, η υποκαλιαιμία μπορεί να ενισχυθεί από υποξία και συγχορηγούμενη θεραπεία, γεγονός που μπορεί να αυξήσει την ευαισθησία σε καρδιακές αρρυθμίες (βλ. παράγραφο 4.5). Κλινικά σημαντικές επιδράσεις υποκαλιαιμίας δεν έχουν παρατηρηθεί σε κλινικές μελέτες με Xoterna Breezhaler στη συνιστώμενη θεραπευτική δόση (βλ. παράγραφο 5.1). Υπεργλυκαιμία: Εισπνοή υψηλών δόσεων β_2-αδρενεργικών αγωνιστών μπορεί να παράγει αυξήσεις της γλυκόζης πλάσματος. Κατά την έναρξη της θεραπείας με Xoterna Breezhaler, η γλυκόζη πλάσματος θα πρέπει να παρακολουθείται πιο στενά σε διαβητικούς ασθενείς. Κατά τη διάρκεια κλινικών μελετών, κλινικά αξιοσημείωτες μεταβολές της γλυκόζης αίματος ήταν γενικά συχνότερες σε ασθενείς με Xoterna Breezhaler στη συνιστώμενη δόση (4.1%) σε σχέση με εικονικό φάρμακο (2.3%). Το Xoterna Breezhaler δεν έχει ερευνηθεί σε ασθενείς με ανεπαρκώς ρυθμιζόμενο σακχαρώδη διαβήτη. Γενικές διαταραχές: Το Xoterna Breezhaler πρέπει να χρησιμοποιείται με προσοχή σε ασθενείς με διαταραχές σπασμών ή θυρεοτοξίκωση και σε ασθενείς που παρουσιάζουν ασυνήθιστη ανταπόκριση σε β_2-αδρενεργικούς αγωνιστές. Έκδοχα: Οι ασθενείς με σπάνια κληρονομικά προβλήματα δυσανεξίας στη γαλακτόζη, έλλειψη λακτάσης Lapp ή κακή απορρόφηση γλυκόζης-γαλακτόζης δεν πρέπει να πάρουν αυτό το φάρμακο. **4.5 Αλληλεπιδράσεις με άλλα φαρμακευτικά προϊόντα και άλλες μορφές αλληλεπίδρασης:** Η ταυτόχρονη χορήγηση από του στόματος εισπνεόμενης ινδακατερόλης και γλυκοπυρρονίου, σε συνθήκες σταθερής κατάστασης και για τα δύο συστατικά, δεν επηρέασε τη φαρμακοκινητική κανενός εκ των δύο συστατικών. Δεν έχουν διεξαχθεί ειδικές μελέτες αλληλεπίδρασης με το Xoterna Breezhaler. Οι πληροφορίες αναφορικά με την πιθανόντητα αλληλεπιδράσεων βασίζονται στην πιθανότητα αλληλεπιδράσεων καθενός από τα δύο συστατικά του. Δεν συνιστάται η ταυτόχρονη χρήση: *Αποκλειστές β-αδρενεργικών:* υποδοχέων Οι αποκλειστές β-αδρενεργικών υποδοχέων μπορεί να εξασθενίσουν ή να ανταγωνίζονται τη δράση των β_2-αδρενεργικών αγωνιστών. Επομένως, το Xoterna Breezhaler δεν θα πρέπει να χορηγείται μαζί με αποκλειστές των β-αδρενεργικών υποδοχέων (συμπεριλαμβάνονται οφθαλμικές σταγόνες), εκτός εάν υπάρχουν σοβαροί λόγοι για τη χρήση τους. Όταν απαιτείται, θα πρέπει να προτιμώνται καρδιοεκλεκτικοί αποκλειστές των β-αδρενεργικών υποδοχέων, παρά το ότι θα πρέπει να χορηγούνται με προσοχή. *Αντιχολινεργικά:* Η συγχορήγηση του Xoterna Breezhaler με άλλα φαρμακευτικά προϊόντα που περιέχουν αντιχολινεργικά δεν έχει μελετηθεί και, ως εκ τούτου, δεν συνιστάται (βλ. παράγραφο 4.4). *Συμπαθομιμητικοί παράγοντες:* Η παράλληλη χορήγηση λοιπών συμπαθομιμητικών παραγόντων (μεμονωμένα ή ως μέρος συνδυασμένης θεραπείας) μπορεί να ενισχύσει τις ανεπιθύμητες ενέργειες της ινδακατερόλης (βλ. παράγραφο 4.4). Απαιτείται προσοχή στην ταυτόχρονη χρήση: *Θεραπεία για την υποκαλιαιμία:* Η παράλληλη θεραπεία για υποκαλιαιμία με παράγωγα μεθυλοξανθίνης, στεροειδή ή μη καλιοσυντηρητικά διουρητικά μπορεί να ενισχύσει την πιθανή υποκαλιαιμική δράση των β_2-αδρενεργικών αγωνιστών, επομένως πρέπει να χρησιμοποιούνται με προσοχή (βλ. παράγραφο 4.4). Να λαμβάνεται υπόψη κατά την ταυτόχρονη χρήση: *Αλληλεπιδράσεις που βασίζονται στο μεταβολισμό και μεταφορείς:* Αναστολή των βασικών παραγόντων που συντελούν στην κάθαρση ινδακατερόλης, του CYP3A4 και της P-γλυκοπρωτεΐνης (P-gp) αυξάνει τη συστηματική έκθεση σε ινδακατερόλη μέχρι δύο φορές. Το μέγεθος των αυξήσεων της έκθεσης λόγω αλληλεπιδράσεων δεν θέτει τυχόν θέματα ασφάλειας δεδομένης της εμπειρίας ασφάλειας της θεραπείας με ινδακατερόλη σε κλινικές μελέτες μέχρι ενός έτους σε δόσεις μέχρι δύο φορές τη μέγιστη συνιστώμενη θεραπευτική δόση ινδακατερόλης. *Σιμετιδίνη ή άλλοι αναστολείς της μεταφοράς των οργανικών κατιόντων:* Σε μία κλινική μελέτη σε υγιείς εθελοντές, η σιμετιδίνη, ένας αναστολέας της μεταφοράς οργανικών κατιόντων που θεωρείται ότι συντελεί στη νεφρική απέκκριση του γλυκοπυρρονίου, αύξησε την ολική έκθεση (AUC) του γλυκοπυρρονίου κατά 22% και μείωσε τη νεφρική κάθαρση κατά 23%. Με βάση το εύρος αυτών των μεταβολών, δεν αναμένεται καμία κλινικά σημαντική φαρμακευτική αλληλεπίδραση όταν το γλυκοπυρρόνιο χορηγείται παράλληλα με σιμετιδίνη ή άλλους αναστολείς της μεταφοράς των οργανικών κατιόντων. **4.6 Γονιμότητα, κύηση και γαλουχία:** Εγκυμοσύνη: Δεν διατίθενται τα δεδομένα από τη χρήση του Xoterna Breezhaler στις έγκυες γυναίκες. Μελέτες σε ζώα δεν κατέδειξαν άμεση ή έμμεση τοξικότητα στην αναπαραγωγική ικανότητα σε κλινικά σχετικές εκθέσεις (βλέπε παράγραφο 5.3). Η ινδακατερόλη μπορεί να αναστείλει τον τοκετό λόγω χαλαρωτικής δράσης στον λείο μυ της μήτρας. Επομένως, το Xoterna Breezhaler πρέπει να χρησιμοποιείται κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης μόνο εάν το όφελος για τη μητέρα υπερτερεί του δυνητικού κινδύνου για το έμβρυο. Θηλασμός: Δεν είναι γνωστό εάν η ινδακατερόλη, το γλυκοπυρρόνιο και οι μεταβολίτες τους απεκκρίνονται στο ανθρώπινο γάλα. Τα διαθέσιμα φαρμακοκινητικά/τοξικολογικά δεδομένα έδειξαν απέκκριση της ινδακατερόλης, του γλυκοπυρρονίου και των μεταβολιτών τους στο μητρικό γάλα των αρουραίων. Η χρήση του Xoterna Breezhaler από γυναίκες που θηλάζουν θα πρέπει να εξετάζεται μόνο εάν το αναμενόμενο όφελος για τη γυναίκα είναι μεγαλύτερο από το δυνητικό κίνδυνο για το έμβρυο (βλ. παράγραφο 5.3). Γονιμότητα: Μελέτες αναπαραγωγής και άλλα δεδομένα σε ζώα δεν υποδεικνύουν ανησυχία σχετικά με τη γονιμότητα τόσο στους άνδρες όσο και στις γυναίκες. **4.7 Επιδράσεις στην ικανότητα οδήγησης και χειρισμού μηχανών:** Αυτό το φαρμακευτικό προϊόν δεν έχει καμία ή έχει ασήμαντη επίδραση στην ικανότητα οδήγησης και χειρισμού μηχανών. Παρόλα αυτά, η παρουσία ζάλης πιθανό να επηρεάσει την ικανότητα οδήγησης και χειρισμού μηχανών (βλ. παράγραφο 4.8). **4.8 Ανεπιθύμητες ενέργειες:** Η παρουσίαση του προφίλ ασφάλειας βασίζεται στην εμπειρία με το Xoterna Breezhaler και τα επιμέρους συστατικά. Περίληψη του προφίλ ασφάλειας: Η εμπειρία για την ασφάλεια με το Xoterna Breezhaler προέρχεται από την έκθεση στη συνιστώμενη θεραπευτική δόση για διάστημα έως 15 μηνών. Το Xoterna Breezhaler παρουσίασε παρόμοιες ανεπιθύμητες ενέργειες με εκείνες των επιμέρους συστατικών. Καθώς περιέχει ινδακατερόλη και γλυκοπυρρόνιο, στο συνδυασμό μπορεί να αναμένεται ο τύπος και η βαρύτητα των ανεπιθύμητων ενεργειών που σχετίζονται με κάθε επιμέρους συστατικό. Το προφίλ ασφάλειας χαρακτηρίζεται από τα τυπικά αντιχολινεργικά και β-αδρενεργικά συμπτώματα που σχετίζονται με τα επιμέρους συστατικά του συνδυασμού. Άλλες πολύ συχνές ανεπιθύμητες ενέργειες που σχετίζονται με το προϊόν (έχουν αναφερθεί σε ποσοστό τουλάχιστον 3% των ασθενών για το Xoterna Breezhaler και επίσης μεγαλύτερο από ότι για το εικονικό φάρμακο) ήταν ο βήχας και το στοματοφαρυγγικό άλγος (συμπεριλαμβανομένου του ερεθισμένου λαιμού). Περιληπτικός πίνακας των ανεπιθύμητων ενεργειών: Οι ανεπιθύμητες ενέργειες που αναφέρθηκαν κατά τους πρώτους έξι μήνες δύο κύριων συγκεντρωτικών δοκιμών Φάσης III διάρκειας 6 και 12 μηνών (Κύρια εξάμηνη βάση δεδομένων ασφάλειας) παρατίθενται κατά κατηγορία συστήματος οργάνων σύμφωνα με το MedDRA. Μέσα σε κάθε κατηγορία συστήματος οργάνων, οι ανεπιθύμητες ενέργειες ταξινομούνται με βάση τη συχνότητα, με πρώτες τις συχνότερες ανεπιθύμητες ενέργειες. Εντός κάθε κατηγορίας συχνότητας εμφάνισης, οι ανεπιθύμητες ενέργειες του φαρμάκου παρατίθενται κατά φθίνουσα σειρά σοβαρότητας. Επιπροσθέτως, η αντίστοιχη κατηγορία συχνότητας για κάθε ανεπιθύμητη ενέργεια βασίζεται στην παρακάτω σύμβαση: πολύ συχνές (≥1/10), συχνές (≥1/100 έως <1/10), όχι συχνές (≥1/1.000 έως <1/100), σπάνιες (≥1/10.000 έως <1/1.000), πολύ σπάνιες (<1/10.000), μη γνωστές (δεν μπορούν να εκτιμηθούν με βάση τα διαθέσιμα δεδομένα).

Πίνακας 1. Ανεπιθύμητες ενέργειες που αναφέρθηκαν στην κύρια 6-μηνη βάση δεδομένων ασφαλείας.

ΑΝΕΠΙΘΥΜΗΤΕΣ ΕΝΕΡΓΕΙΕΣ	ΚΑΤΗΓΟΡΙΑ ΣΥΧΝΟΤΗΤΑΣ
Λοιμώξεις και παρασιτώσεις	
Λοίμωξη του ανώτερου αναπνευστικού συστήματος[2]	Πολύ συχνές
Ρινοφαρυγγίτιδα[2]	Συχνές
Ουρολοίμωξη[2]	Συχνές
Παραρρινοκολπίτιδα[2]	Συχνές
Ρινίτιδα[2]	Συχνές
Διαταραχές του ανοσοποιητικού συστήματος	
Υπερευαισθησία[2]	Όχι συχνές
Διαταραχές του μεταβολισμού και της θρέψης	
Σακχαρώδης διαβήτης και υπεργλυκαιμία[2]	Όχι συχνές
Ψυχιατρικές διαταραχές	
Αϋπνία[2]	Όχι συχνές
Διαταραχές του νευρικού συστήματος	
Ζάλη[2]	Συχνές
Κεφαλαλγία[2]	Συχνές
Παραισθησία[2]	Όχι συχνές
Οφθαλμικές διαταραχές	
Γλαύκωμα[1]	Όχι συχνές
Καρδιακές διαταραχές	
Ισχαιμική καρδιοπάθεια[2]	Όχι συχνές
Κολπική μαρμαρυγή[2]	Όχι συχνές
Ταχυκαρδία[2]	Όχι συχνές
Αίσθημα παλμών[2]	Όχι συχνές
Διαταραχές του αναπνευστικού συστήματος, του θώρακα και του μεσοθωρακίου	
Βήχας[2]	Συχνές
Στοματοφαρυγγικό άλγος περιλαμβανομένου ερεθισμού του λαιμού[2]	Συχνές
Παράδοξος βρογχόσπασμος[3]	Όχι συχνές
Επίσταξη[2]	Όχι συχνές
Διαταραχές του γαστρεντερικού συστήματος	
Δυσπεψία[2]	Συχνές
Τερηδόνα των οδόντων[2]	Συχνές
Γαστρεντερίτιδα[3]	Συχνές
Ξηροστομία[2]	Όχι συχνές
Διαταραχές του δέρματος και του υποδόριου ιστού	
Κνησμός/εξάνθημα[2]	Όχι συχνές
Διαταραχές του μυοσκελετικού συστήματος και του συνδετικού ιστού	
Μυοσκελετικός πόνος[3]	Συχνές
Μυϊκός σπασμός[2]	Όχι συχνές
Μυαλγία[2]	Όχι συχνές
Άλγος στα άνω και κάτω άκρα[3]	Όχι συχνές
Διαταραχές των νεφρών και των ουροφόρων οδών	
Απόφραξη ουροδόχου κύστης και κατακράτηση ούρων[2]	Όχι συχνές
Γενικές διαταραχές και καταστάσεις της οδού χορήγησης	
Πυρεξία[1]	Συχνές
Θωρακικό άλγος[2]	Συχνές
Περιφερικό οίδημα[2]	Όχι συχνές
Κόπωση[2]	Όχι συχνές

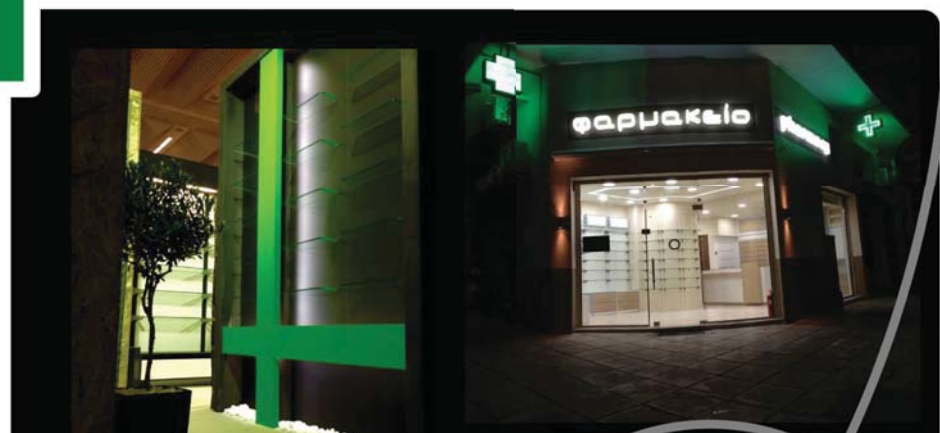
1) Ανεπιθύμητη ενέργεια που παρατηρήθηκε με το Xoterna Breezhaler αλλά όχι με τα επιμέρους συστατικά.
2) Ανεπιθύμητη ενέργεια που παρατηρήθηκε με το Xoterna Breezhaler και τουλάχιστον με ένα από τα επιμέρους συστατικά.
3) Ανεπιθύμητη ενέργεια που παρατηρήθηκε τουλάχιστον με ένα από τα επιμέρους συστατικά, αλλά όχι με το Xoterna Breezhaler- κατηγορία συχνότητας σύμφωνα με την παράγραφο 4.8 της Περίληψης των Χαρακτηριστικών του Προϊόντος των επιμέρους συστατικών.

Περιγραφή επιλεγμένων ανεπιθύμητων ενεργειών: Ο βήχας ήταν συχνός, αλλά συνήθως ήπιας έντασης. Αναφορά πιθανολογούμενων ανεπιθύμητων ενεργειών: Η αναφορά πιθανολογούμενων ανεπιθύμητων ενεργειών μετά από τη χορήγηση άδειας κυκλοφορίας του φαρμακευτικού προϊόντος είναι σημαντική. Επιτρέπει τη συνεχή παρακολούθηση της σχέσης οφέλους-κινδύνου του φαρμακευτικού προϊόντος. Ζητείται από τους επαγγελματίες του τομέα της υγειονομικής περίθαλψης να αναφέρουν οποιεσδήποτε πιθανολογούμενες ανεπιθύμητες ενέργειες μέσω του εθνικού συστήματος αναφοράς: Εθνικός Οργανισμός Φαρμάκων, Μεσογείων 284, GR-15562 Χολαργός, Αθήνα, Τηλ: + 30 21320 40380/337, Φαξ: + 30 210 6549585, Ιστότοπος: http://www.eof.gr **4.9 Υπερδοσολογία:** Δεν υπάρχουν πληροφορίες αναφορικά με κλινικά σχετική υπερδοσολογία με το Xoterna Breezhaler. Υπερδοσολογία πιθανόν να οδηγήσει σε υπερβολικές επιδράσεις τυπικές των β_2-αδρενεργικών διεγερτικών παραγόντων, δηλ. ταχυκαρδία, τρόμος, αίσθημα παλμών, κεφαλαλγία, ναυτία, έμετος, υπνηλία, κοιλιακές αρρυθμίες, μεταβολική οξέωση, υποκαλιαιμία και υπεργλυκαιμία ή πιθανόν να προκαλέσει αντιχολινεργικές επιδράσεις όπως αυξημένη ενδοφθάλμια πίεση (προκαλώντας άλγος, διαταραχές της όρασης ή ερυθρότητα οφθαλμού), επίμονη δυσκοιλιότητα ή δυσκολίες στην ούρηση. Ενδείκνυται υποστηρικτική και συμπτωματική θεραπεία. Σε σοβαρές περιπτώσεις, οι ασθενείς θα πρέπει να νοσηλεύονται. Για τη θεραπεία των β_2-αδρενεργικών επιδράσεων, μπορεί να ληφθεί υπόψη η χρήση καρδιοεκλεκτικών β αποκλειστών, αλλά μόνο υπό την επίβλεψη ιατρού και με εξαιρετική προσοχή, εφόσον η χρήση αποκλειστών των β-αδρενεργικών υποδοχέων μπορεί να προκαλέσει βρογχόσπασμο. **6.6 ΙΔΙΑΙΤΕΡΕΣ ΠΡΟΦΥΛΑΞΕΙΣ ΑΠΟΡΡΙΨΗΣ ΚΑΙ ΑΛΛΟΣ ΧΕΙΡΙΣΜΟΣ:** Θα πρέπει να χρησιμοποιείται η συσκευή εισπνοής που παρέχεται με κάθε νέα συνταγή. Κάθε συσκευή εισπνοής πρέπει να απορρίπτεται μετά από χρήση 30 ημερών. **7. ΚΑΤΟΧΟΣ ΤΗΣ ΑΔΕΙΑΣ ΚΥΚΛΟΦΟΡΙΑΣ:** Novartis Europharm Limited, Wimblehurst Road, Horsham, West Sussex, RH12 5AB, Ηνωμένο Βασίλειο **8. ΑΡΙΘΜΟΣ(ΟΙ) ΑΔΕΙΑΣ ΚΥΚΛΟΦΟΡΙΑΣ:** EU/1/13/863/001-006 **9. ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ ΠΡΩΤΗΣ ΕΓΚΡΙΣΗΣ/ΑΝΑΝΕΩΣΗΣ ΤΗΣ ΑΔΕΙΑΣ:** 19.09.2013 **10. ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ ΑΝΑΘΕΩΡΗΣΗΣ ΤΟΥ ΚΕΙΜΕΝΟΥ:** 12.06.2014. Λεπτομερή πληροφοριακά στοιχεία για το παρόν φαρμακευτικό προϊόν είναι διαθέσιμα στον διαδικτυακό τόπο του Ευρωπαϊκού Οργανισμού Φαρμάκων: http://www.ema.europa.eu **11. ΤΡΟΠΟΣ ΔΙΑΘΕΣΗΣ:** Με ιατρική συνταγή **12. ΕΝΔΕΙΚΤΙΚΗ Λ.Τ. XOTERNA® BREEZHALER® 85/43μg:** 70,93 € (Σε περίπτωση τροποποίησης του ΔΤ ισχύει η νεότερη τιμή, συμπεριλαμβανομένου ΦΠΑ όπως ισχύει). Περαιτέρω πληροφορίες διατίθενται από τον Τοπικό Αντιπρόσωπο του κατόχου της Άδειας Κυκλοφορίας.

Βοηθήστε να γίνουν τα φάρμακα πιο ασφαλή και Αναφέρετε ΟΛΕΣ τις ανεπιθύμητες ενέργειες για ΟΛΑ τα φάρμακα Συμπληρώνοντας την «ΚΙΤΡΙΝΗ ΚΑΡΤΑ»

Αυτόματοι Πωλειτές

Εξελιγμένα Συστήματα Επίπλωσης
Φαρμακείων Ιατρείων Καταστημάτων



FORMA® SINCE 1980 POURANIS

FORMA
Α. ΠΟΥΡΑΝΗΣ & ΣΙΑ Ο.Ε.
ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ
ΠΕΡΙΟΧΗ ΑΕΡΟΔΡΟΜΙΟΥ
Τ. 2310 617474 Φ. 2310 617590
www.formapouranis.gr
2014 - 2015

Το MERCHANDIZING

των Συμπληρωμάτων Διατροφής

στο σύγχρονο φαρμακείο

Η κατηγορία των Συμπληρωμάτων διατροφής εξελίσσεται ραγδαία τα τελευταία χρόνια λόγω της ανάγκης του καταναλωτή για σωστή διατροφή, πρόληψη και ευ ζην. Συνεπώς, η προβολή τους στο χώρο απαιτεί να προσαρμοστεί στις απαιτήσεις του πελάτη για γρήγορη και σωστή εξυπηρέτηση. Το merchandizing και το management του ραφιού ακολουθούν εδώ τους δικούς τους κανόνες. Ακολουθήστε τους…

Από τον **ΓΙΑΝΝΗ ΠΑΠΑΓΕΩΡΓΙΟΥ**,

Φαρμακοποιό, Επιστημονικό Συνεργάτη της HealthAid

Το ελληνικό φαρμακείο, παρ' όλες τις κρίσεις και τα εμπόδια που αντιμετωπίζει κατά καιρούς, εξελίσσεται σε ένα σύγχρονο κατάστημα υγείας. Έχει αποσύρει πλέον από την παραδοσιακή του βιτρίνα και τα ράφια όλα τα φάρμακα και τα έχει κλείσει στις συρταριέρες, τις οποίες τώρα ανοιγοκλείνει μόνο για την εκτέλεση των συνταγών.

Έτσι, άφησε ελεύθερο χώρο στα ράφια, με εύκολη πρόσβαση για τον κάθε πελάτη, τοποθετώντας σε αυτά όλες τις κατηγορίες των OTC και παραφαρμάκων.

Το φαρμακείο μεταμορφώνεται σιγά-σιγά από χώρο κάλυψης φαρμακευτικής ανάγκης, σε χώρο συμπλήρωσης και βελτίωσης της υγείας, δηλαδή ευζωίας.

Μέσα σε αυτή τη μεγάλη κατηγορία των OTC, βρίσκονται τα Συμπληρώματα Διατροφής, τα οποία ξεκινούν εκεί που τελειώνει το αμιγώς φάρμακο και αρχίζει το λεγόμενο εναλλακτικό, φυτοθεραπευτικό, προληπτικό και προστατευτικό της υγείας.

Είναι αξιοσημείωτο ότι η αγορά των συμπληρωμάτων διατροφής «τρέχει» με ανάπτυξη περίπου +10% κάθε χρόνο. Αυτό μπορεί να σημαίνει για ένα μέσο φαρμακείο, αύξηση του κύκλου εργασιών σε πολλαπλάσιο αριθμό (10-50%), ανάλογα με τη βάση του τζίρου των συμπληρωμάτων διατροφής που είχε δημιουργήσει στο παρελθόν.

«Πεδίον δόξης λαμπρό» λοιπόν, τη σήμερον ημέρα, και ενώ σε άλλους κλάδους επικρατούν αντίθετες τάσεις, το φαρμακείο μπορεί να σηκώσει πρώτο τη σημαία της ανάπτυξης!

Για να μπορέσουμε όμως, να ανταποκριθούμε στην ανάδειξη στο χώρο μιας τόσο σημαντικής κατηγορίας, όπως τα συμπληρώματα διατροφής, μέσα σε ένα καλά οργανωμένο φαρμακείο, καλό θα ήταν να λάβουμε υπόψη μας τους κυριότερους, αλλά και σημαντικότερους παράγοντες που συντελούν σε αυτό.

1 Η κατηγοριοποίηση προϊόντων

Το τεράστιο φάσμα χρήσης των συμπληρωμάτων διατροφής, ως φυτικά θεραπευτικά (Herbals), ως βοηθήματα Υγείας (Remedies), ως λειτουργικά και αποτελεσματικά σκευάσματα (functional), ως life style προϊόντα (beauty), απαιτεί την ανάγκη κατηγοριοποίησής τους ανάλογα με τον τρόπο που συμβάλλουν στη διατήρηση της υγείας (καρδιά-κυκλοφορικό, ενέργεια, τόνωση, αποτοξίνωση, αρθρώσεις, γαστρεντερικό, αναπαραγωγικό, ουροποιητικό, ανοσοποιητικό, τόνωση κ.α.)
Η τοποθέτηση λοιπόν των Διατροφικών Συμπληρωμάτων στα ράφια, καλό θα ήταν να γίνεται ανα κατηγορία δράσης και όχι ανά μάρκα. Αυτό είναι το λεγόμενο category marchandizing, που διευκολύνει την επιλογή του πελάτη ανάλογα με την ανάγκη του.
Με τον τρόπο αυτό καλύπτονται και οι τρεις τύποι καταναλωτών που αναζητούν λύση στο χώρο του φαρμακείου. Συγκεκριμένα:

- ***Ο μη ενημερωμένος καταναλωτής*** *(not aware)*
  Είναι αυτός που θα ανακαλύψει τα συμπληρώματα διατροφής, βλέποντάς τα στον πάγκο, στα ράφια ή στα stand προϊόντων, διαβάζοντας την «ένδειξη ραφιού»(π.χ. υγεία αρθρώσεων, μνήμης κ.λπ.), θα αντιληφθεί κάποια πιθανή ανάγκη του και θα έχει τη δυνατότητα ελεύθερης επιλογής.

- ***Ο δοκιμασμένος καταναλωτής*** *(heavy user)*
  Εδώ, ο καταναλωτής γνωρίζει το προϊόν που λαμβάνει και για ποιο λόγο το χρειάζεται. Άρα, θα ανατρέξει στην αντίστοιχη κατηγορία στο ράφι, ενδεχομένως, θα μπει στη διαδικασία σύγκρισης με άλλα ομοειδή προϊόντα και θα αναζητήσει περισσότερα στοιχεία. Έτσι, θα επιλέξει το πιο συμφέρον για αυτόν σκεύασμα, ενώ παράλληλα του προκαλείται το ενδιαφέρον να ανατρέξει και σε άλλες κατηγορίες για άλλες του ανάγκες.

- ***Ο καταναλωτής που ζητά τη συμβουλή του φαρμακοποιού*** *(seeking consultant)*
  Αυτός είναι έτοιμος να δεχθεί τις προτάσεις του φαρμακείου ή τις εναλλακτικές προτάσεις στο ράφι από τις διαφορετικές μάρκες και θα επιλέξει τελικά αυτό που του χρειάζεται.

2 Η Περιοχή δράσης

Η τοποθεσία και το πελατειακό περιβάλλον (δηλαδή αν το φαρμακείο βρίσκεται σε κεντρική ή συνοικιακή ή περιοχή διερχομένων ή τουριστική ή κοντά σε άλλο ίδρυμα υγείας, ομορφιάς, αθλητισμού κ.λπ.) αποτελούν έναν ιδιαίτερο παράγοντα στρατηγικής στην προβολή των συμπληρωμάτων διατροφής. Η περιοχή δράσης του φαρμακείου ρυθμίζει σε μεγάλο βαθμό τους κανόνες στις επιλογές του φαρμακοποιού, όσον αφορά την ποικιλία των μαρκών, το μέγεθος της σειράς προϊόντων, την επέκταση σε ειδικούς κωδικούς, κ.α.
Άρα, η περιοχή δράσης δίνει το στίγμα για το τι πρέπει να τοποθετηθεί στα ράφια, πως θα εμφανισθεί το τμήμα Health-Care στο σύνολο του χώρου πώλησης και ποια προϊόντα πρέπει να τοποθετούνται σε θέση άμεσα ορατή από τον καταναλωτή. Επίσης, θα πρέπει να επιλέξουμε σημεία από τα οποία σίγουρα θα περάσει ο πελάτης κατευθυνόμενος στον πάγκο εξυπηρέτησης, αλλά και το τι θα περιλαμβάνουν οι «γόνδολες προβολής» και πώς θα προβληθούν τα εποχιακά προϊόντα (π.χ. αδυνατιστικά) ή τα προϊόντα σε ειδική προσφορά, ή με δωρεάν παροχή σε κάθε αγορά.

3 Ο ρόλος της πρότασης του φαρμακοποιού

Οι ιδιαίτερες επεμβάσεις του φαρμακοποιού στην ενημέρωση και επεξήγηση σε συγκεκριμένες κατηγορίες, αφού εκείνος γνωρίζει τις βασικές ανάγκες των πελατών του από τις πολλαπλές επισκέψεις τους, μπορούν να υποστηρίξουν την πώληση και συνιστούν σημαντικό παράγοντα που θα βοηθήσει στην ανάπτυξη του τμήματος των συμπληρωμάτων διατροφής.
Καλό είναι ο φαρμακοποιός να τοποθετεί τα συμπληρώματα διατροφής κοντά του στον πάγκο εξυπηρέτησης, είτε στο κοντινότερο ράφι, είτε πάνω στον πάγκο, ώστε να έχει την ευχέρεια να τα δουλεύει με άνεση και να τα προωθεί καλύτερα κυρίως συμπληρωματικά με τη φαρμακευτική αγωγή.

Νικήστε «κατά κράτος» την κατακράτηση υγρών με *Aquaflow* της *Health Aid!*

[action]

Aquaflow της Health Aid για την κατακράτηση υγρών.

Το **Aquaflow** της **Health Aid** είναι συνδυασμός αποτοξινωτικών βοτάνων που βοηθούν στην αποβολή των επιπλέον υγρών και των τοξινών από τον οργανισμό και επιτρέπουν να βάλετε τέλος στο φούσκωμα, στη δυσφορία και στο πρησμένο σώμα. Είναι ιδανικό και για κάθε προσπάθεια αδυνατίσματος. Νικήστε κατά κράτος την κατακράτηση υγρών φυσικά και αποτελεσματικά με **Aquaflow** από τη **Health Aid.**

HEALTH AID LTD - Harrow, London, England.

Μόνο στα Φαρμακεία Από τη

PHARMA CENTER
ΣΥΜΠΛΗΡΩΝΕΙ ΤΗΝ ΥΓΕΙΑ

Τηλ.: 210 9604511
www.pharmacenter.gr

HealthAid®
VITAMIN SUPPLEMENTS

4 Η αξιοπιστία της μάρκας και της εταιρείας-προμηθευτή

Η επιλογή μιας μάρκας συμπληρωμάτων διατροφής πρέπει να γίνει με βασικό κριτήριο την ποιότητα των προϊόντων και την αξιοπιστία της εταιρείας-προμηθευτή, με σαφή διαχωρισμό κατηγοριών και με γνώμονα τις ιδιαίτερες ανάγκες των πελατών του φαρμακείου. Λαμβάνοντας υπόψη του τα ανωτέρω προαναφερθέντα κριτήρια, μαζί με τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά της κάθε εταιρείας στα πιο εξειδικευμένα προϊόντα-συνθέσεις, ο φαρμακοποιός ως επιστήμονας υγείας, θα κληθεί να τα προτείνει στους πελάτες του, εγγυώμενος την ασφάλεια και την αποτελεσματικότητά τους.

5 Το management των προϊόντων στον χώρο

Τέλος, τα προϊόντα της κατηγορίας αυτής θα πρέπει να τοποθετούνται στα ράφια με τις ανάλογες σημάνσεις, όπως είναι οι δείκτες ραφιού, είτε σε stand πάγκου ή επιδαπέδιο, μαζί με το διαφημιστικό και ενημερωτικό υλικό, όπως φυλλάδια, δείγματα κ.α.
Ας μην ξεχνάμε ότι σκοπός των ανωτέρω ενεργειών και παραγόντων είναι να επιτευχθεί η λειτουργική και άμεση προβολή της κατηγορίας μέσα στο φαρμακείο, ώστε και το αποτέλεσμα να είναι υψηλού επιπέδου, αλλά και να γίνει εύκολη η συναλλαγή με τον πελάτη. Ο στόχος είναι τελικά η εξυπηρέτηση του πελάτη, στο μικρότερο δυνατό χρόνο, φέρνοντας σε επαφή τον ίδιο τον χρήστη με το προϊόν, ώστε να γίνεται πολύ πιο εύκολο το έργο του φαρμακοποιού.

Για να συνοψίσουμε λοιπόν, πρέπει να ξεκινήσουμε την οργάνωση του τμήματος συμπληρωμάτων διατροφής, βιταμινών, διαιτητικών, φυτικών και θεραπευτικών προϊόντων με «όραμα», τη διευκόλυνση της επιλογής που θέλουμε να δώσουμε στους καταναλωτές που μπαίνουν καθημερινά στο φαρμακείο μας.

Η όλη στρατηγική μας δηλαδή πρέπει να είναι **πελατοκεντρική** αλλά και επιστημονικά τεκμηριωμένη, δηλαδή να περάσουμε το μήνυμα της κατηγοριοποίησης βάσει των αναγκών του πελάτη και να κάνουμε αισθητό τον ρόλο του επιστήμονα φαρμακοποιού άμεσα. Αυτό σημαίνει ότι πρέπει να αναδείξουμε στο χώρο τις επιλογές των μαρκών που έχουμε κάνει και πιστεύουμε ότι απευθύνονται σε αυτόν, γιατί γνωρίζουμε τα πλήρη χαρακτηριστικά του και όχι μόνο την κατάσταση της υγείας του, αλλά και τα κοινωνικοοικονομικά του κριτήρια, που πολλές φορές συντελούν στην απόφαση αγοράς.

Έτσι, θα είμαστε σίγουροι ότι θα πετύχουμε την καλύτερη οικονομική απόδοση του ραφιού των συμπληρωμάτων διατροφής, η οποία πρέπει σήμερα να μεγιστοποιηθεί όσο το δυνατόν περισσότερο, για να καλύψει κενά από τα μειωμένα «μερίσματα» των φαρμάκων και των περιθωρίων κέρδους τους, λόγω των πολλαπλών μειώσεων που έχουν προηγηθεί. Παράλληλα, με το προσεγμένο merchandizing αυτής της κατηγορίας θα ανταποκριθούμε καλύτερα στις απαιτήσεις του σύγχρονου καταναλωτή, κάτι που πρέπει να είναι και ο κύριος στόχος μας. ■

PHARMACY® management ΚΑΙ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ
www.PharmaManage.gr

MEDICAL® management ΚΑΙ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ
www.MedicalManage.gr

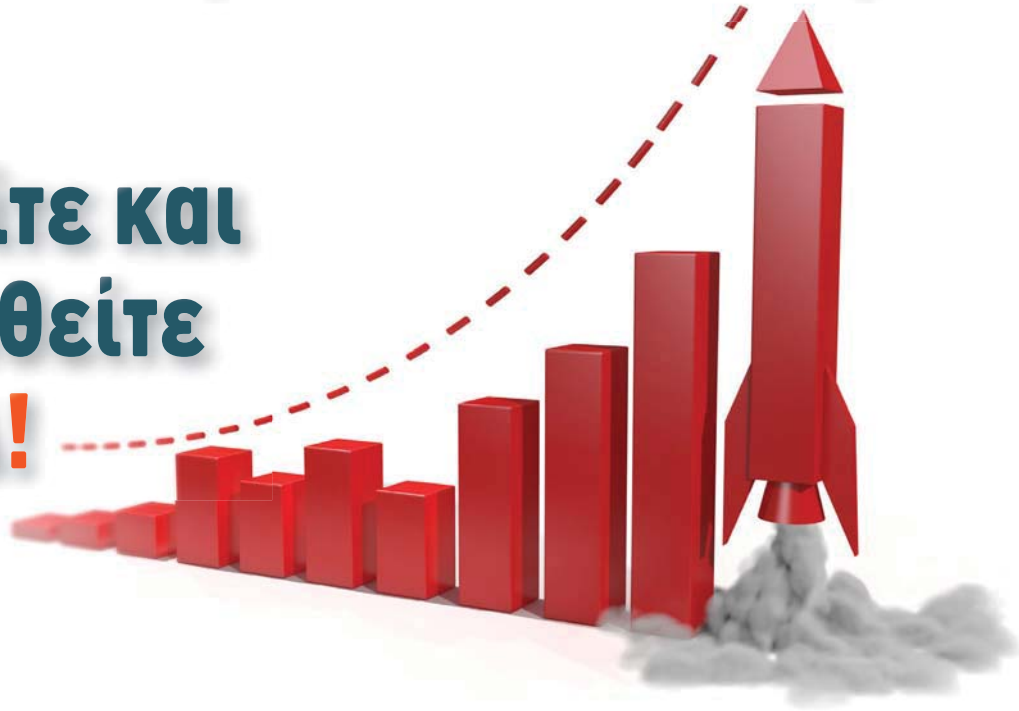
lti Learn to Invest by GreekShares.com

Φεβρουάριος 2015

Η Επιρροή του Εντύπου, των Digitals, των Socials και των Events μας σε

257.000

Αναγνώστες και Επισκέπτες



Προβληθείτε και Επωφεληθείτε ΤΩΡΑ!

ΧΑΡΑΜΗ ΑΕ

Λ. Αλίμου 34 • 174 55 Άλιμος
Τηλ: 210 984 3274 • Fax: 211 800 5575 • info@PharmaManage.gr

Δημιουργώντας ένα ΠΡΟΫΠΟΛΟΓΙΣΤΙΚΟ ΠΛΑΝΟ

Κάποτε, η εκπόνηση ενός προϋπολογιστικού πλάνου (budget) για την επόμενη χρονιά για το φαρμακείο σας ήταν στη σφαίρα της φαντασίας, κυρίως γιατί δεν υπήρχε η ανάγκη. Τα θέματα τιμών και κερδών ήταν ρυθμισμένα από άλλους, και το μόνο που έπρεπε να φροντίσετε ήταν πώς να διατηρήσετε τον κόσμο που έμπαινε –εύκολα– στο φαρμακείο.

Πλέον όμως, για να έχετε μια ξεκάθαρη μακροπρόθεσμη εικόνα για την επιχείρησή σας, θα πρέπει να έχετε μια ξεκάθαρη διαχείριση σε μικροοικονομικό επίπεδο.

Από τον **ΣΤΕΛΙΟ ΜΟΥΣΑΜΑ**,

Γενικό Διευθυντή Δικτύου φαρμακείων Pharma PLUS, Ομίλου Lavipharm

Το να ετοιμάσετε ένα budget, δεν είναι απλή υπόθεση. Πρέπει να έχετε ξεκάθαρη σκέψη τι είδους φαρμακείο θέλετε να έχετε και βέβαια να κάνετε και κάποιες σημαντικές προβλέψεις.

Τι έγινε την προηγούμενη χρονιά;

Σημαντική βάση για τη δημιουργία του budget είναι η αποτύπωση των αποτελεσμάτων της προηγούμενης χρονιάς, τόσο από οικονομική πλευρά, όσο και από άποψη αποθεμάτων.

Η ύπαρξη ενός πλήρους μηχανογραφικού συστήματος και ενός αναλυτικού αρχείου ειδών είναι τεράστια βοήθεια για να δείτε ποιες είναι οι πωλήσεις σας ανά κατηγορία. Αυτό θα σας δώσει μία πραγματική ακτινογραφία της επιχείρησής σας. Έχει μεγάλη διαφορά εάν οι πωλήσεις αφορούν κυρίως φάρμακο, ή καλλυντικό και συμπληρώματα διατροφής. Επίσης, εάν λόγω περιοχής για παράδειγμα, η κατηγορία των βρεφικών έχει σημαντικό μερίδιο στις πωλήσεις, είναι σημαντικό να το γνωρίζετε για να φροντίσετε να «χτίσετε» ένα σωστό budget για την επόμενη χρονιά.

Εάν το αναλυτικό και πλήρες αρχείο δεν υπάρχει, τότε θα πρέπει να απευθυνθείτε στο λογιστή σας. Τουλάχιστον θα σας δώσει την εικόνα του καθαρού σας τζίρου και πώς αυτός επιμερίστηκε ανάμεσα στις διάφορες κατηγορίες του ΦΠΑ.

Ήρθε η ώρα για τον στόχο

Έχοντας πλέον την εικόνα της προηγούμενης χρονιάς, ήρθε η ώρα να θέσετε τον βασικό μακροπρόθεσμο στόχο για το φαρμακείο σας. Τι είδους φαρμακείο θέλετε να έχετε κατά προτεραιότητα τα επόμενα χρόνια;

1. Φαρμακείο που εξυπηρετεί κυρίως το φάρμακο και περιστασιακά το παραφάρμακο;
2. Φαρμακείο που εξυπηρετεί το φάρμακο, αλλά θέλει να αναπτύξει στο μέγιστο τις πωλήσεις των καλλυντικών και παραφαρμακευτικών ειδών;
3. Φαρμακείο που θα έχει πληρότητα και προτεραιότητα σε συμπληρώματα διατροφής, ΜΗΣΥΦΑ, ομοιοπαθητικά και άλλες εναλλακτικές θεραπείες, που έχουν και μεγαλύτερη κερδοφορία;
4. Κάτι άλλο, που ταιριάζει στις γνώσεις σας και στην περιοχή που βρίσκεται το φαρμακείο σας;

Με βάση τον παραπάνω στόχο, ήρθε η ώρα να κατανείμετε δυνάμεις: Στόχους πωλήσεων, ανάγκες σε προσωπικό, καταμερισμός εργασίας, εμπόρευμα, χώρος στο φαρμακείο, τυχόν επενδύσεις σε νέα ράφια, γόνδολες κ.λπ.

Επίσης, ερωτήματα που θα πρέπει να απαντηθούν είναι τα εξής:

1. Ποια η κερδοφορία κατά μ.ο. στην κάθε κατηγορία προϊόντων;
2. Ποια είναι τα πάγια έξοδα του φαρμακείου;
3. Ποια είναι τα μεταβαλλόμενα έξοδά του;
4. Υπάρχουν δάνεια που επιβαρύνουν το φαρμακείο;
5. Έχει γίνει κάποια επένδυση (π.χ. σε νέα έπιπλα) που αποσβένεται κατά ένα ποσοστό κάθε χρόνο;

Πωλήσεις

Για να θέσετε το στόχο πωλήσεων για τη δημιουργία του budget, χρειάζεστε τα εξής:

1. Τον μακροπρόθεσμο στόχο του φαρμακείου (που ήδη θέσατε παραπάνω)
2. Τις εξωτερικές συνθήκες της αγοράς (π.χ. αναμένουμε νέες μειώσεις τιμών στα φάρμακα, γνωρίζουμε ότι οι εταιρείες συμπληρωμάτων θα διαφημίσουν πολύ τα προϊόντα τους την επόμενη χρονιά κ.λπ.)
3. Τις τυχόν ιδιαιτερότητες της περιοχής που βρίσκεται το φαρμακείο σας (π.χ. συνοικιακό και με πολύ συγκεκριμένο κοινό μεγάλης ηλικίας, σε επαρχιακή πόλη, όπου η αγορά συμπληρωμάτων διατροφής δεν είναι ακόμη ώριμη… κ.λπ.)

Μπορεί ένα budget να έχει ως στόχο μικρότερες πωλήσεις από την προηγούμενη χρονιά; Το πιο πιθανό όχι, εκτός εάν εξωτερικοί παράγοντες (βλ. μείωση τιμών των φαρμάκων από το κράτος) έχουν καθορίσει κάτι τέτοιο.
Φυσιολογικά όλοι θέλουμε ανάπτυξη και στοχεύουμε σε αυτήν, ιδιαίτερα στις κατηγορίες που έχουμε θέσει ως προτεραιότητα. Αυτή είναι μια αισιόδοξη προοπτική.
Επομένως, δημιουργώντας το budget της επόμενης χρονιάς, βάζουμε υψηλότερους στόχους στις κατηγορίες υψηλής προτεραιότητας και χαμηλότερους στόχους στις κατηγορίες χαμηλής προτεραιότητας.

Κόστος προϊόντων - Μεικτό κέρδος

Μετά το στόχο των πωλήσεων, ήρθε η ώρα για το στόχο της κερδοφορίας, που προκύπτει μέσα από τον υπολογισμό του κόστους των προϊόντων.
Και σε αυτό το σημείο το να γνωρίζετε αναλυτικά τις κατηγορίες από τις οποίες έρχονται οι πωλήσεις σας είναι πολύ σημαντικό. Για κάθε κατηγορία πρέπει να λάβετε υπόψη ποιο είναι το markup που έχετε ορίσει ότι ισχύει μεταξύ χονδρικής και λιανικής, καθώς και να υπολογίσετε τις εκπτώσεις που παίρνετε συνολικά από τους προμηθευτές σας.

Για το φάρμακο, το markup ορίζεται από το κράτος, επομένως, αυτό που έχετε να κάνετε είναι:

1. Να ορίσετε σε ποιες κατηγορίες φαρμάκου θα στοχεύσετε, ανάλογα με τη συνταγογράφηση των ιατρών της περιοχής σας.
2. Να έρθετε σε συμφωνία με τη φαρμακαποθήκη σας για το εάν θα έχετε έκπτωση ή όχι.
3. Να αποφασίσετε εάν θα προμηθεύεστε απευθείας από κάποιες εταιρείες φαρμάκου, διεκδικώντας μεγαλύτερη έκπτωση, αλλά αυξάνοντας το απόθεμα.

Για τις υπόλοιπες κατηγορίες πρέπει:

1. Να ορίσετε το markup που θέλετε να έχετε ανά κατηγορία.
2. Να επιλέξετε τους βασικούς προμηθευτές με τους οποίους θα συνεργαστείτε και να καθορίσετε εκπτώσεις και πιστωτικά επίτευξης στόχων. Να θεωρήσετε ότι θα καλύπτετε τα υπόλοιπα από την αποθήκη σας με κέρδος μόνο το markup.
3. Να καθορίσετε τις εκπτώσεις, με τις οποίες θα πουλάτε προς τους καλούς σας πελάτες.
4. Να καθορίσετε τι γίνεται σε περιπτώσεις επιστροφών ληγμένων προϊόντων (για ασφάλεια υπολογίστε ένα ποσοστό 1-2% επί των πωλήσεων ως κόστος απομείωσης αξίας εμπορεύματος, απωλειών λόγω κλοπών ή ληγμένων).

Με βάση τα παραπάνω, θα προκύψει το κόστος των προϊόντων για κάθε κατηγορία.

Ποιο είναι το μεικτό κέρδος με το οποίο εν τέλει δουλεύετε;
Θα το βρείτε αφαιρώντας το κόστος προϊόντων από τις πωλήσεις σας.
Συνήθως η άποψη που επικρατεί είναι ότι το μεικτό κέρδος είναι το markup. Αυτό είναι λάθος και μπορούμε να το καταλάβουμε στο παρακάτω παράδειγμα:
Έστω ότι ένα προϊόν έχει χονδρική τιμή 10€ και mark up 35%. Ποια είναι η κερδοφορία του;
Η Λιανική τιμή σύμφωνα με τα παραπάνω είναι 13,5€ και η κερδοφορία του (μεικτό κέρδος) 3,5€/13,5€ = 25,9%
Άρα το mark up 35% ισοδυναμεί σε αυτή την περίπτωση με κερδοφορία 25,9%. Το κόστος προϊόντος σε αυτή την περίπτωση είναι 100%-25,9%=74,1%

Έξοδα

Τα έξοδα κάθε επιχείρησης χωρίζονται σε πάγια (σταθερά) και σε μεταβλητά.
Πάγια έξοδα είναι τα έξοδα που έχει το φαρμακείο σας ανεξάρτητα από το εάν μία ημέρα λειτουργεί ή είναι αργία. Ως τέτοια, ορίζονται το ενοίκιο (ή το ποσό του δανείου σε περίπτωση αγοράς ενός καταστήματος), το κόστος λογιστή, οι μισθοί των υπαλλήλων, οι ασφαλιστικές εισφορές...
Μεταβλητά έξοδα είναι αυτά που μπορούν να μεταβληθούν ανάλογα με τη λειτουργία του φαρμακείου ή όχι: π.χ. ρεύμα, νερό, τηλέφωνο, αναλώσιμα κ.λπ.

Το σημαντικό στα έξοδα είναι η απόφαση του φαρμακείου για το προφίλ που θέλει να δώσει και την ποιότητα των υπηρεσιών που θέλει να προσφέρει στους πελάτες του.

Το φαρμακείο που επενδύει δυναμικά στο παραφάρμακο χρειάζεται τους ανάλογους υπαλλήλους.
Παράδειγμα 1: Θέλετε το φαρμακείο σας να αναπτύξει τον τομέα των καλλυντικών κατά 30% την επόμενη χρονιά. Για να γίνει αυτό πράξη, θα πρέπει να υπολογίσετε την πρόσληψη μιας αισθητικού που θα βοηθήσει στην επίτευξη αυτού του στόχου.
Παράδειγμα 2: Θέλετε το φαρμακείο σας να δώσει έμφαση στα συμπληρώματα διατροφής. Επιλέγετε εταιρείες- προμηθευτές και δίνετε τον ανάλογο χώρο στα ράφια. Όσον αφορά την εκπαίδευση του ανθρώπινου δυναμικού, η συντηρητική απόφαση μπορεί να είναι να εκπαιδευτεί κάποιος από την ομάδα του φαρμακείου (ή ο ίδιος ο φαρμακοποιός) και η επιθετική απόφαση να προσλάβετε έναν διατροφολόγο που αναλαμβάνει να «χτίσει» σωστά τον τομέα αυτόν από την αρχή.

Στη δημιουργία του budget, όσον αφορά τα **έξοδα των υπαλλήλων** πρέπει να προσέξετε:

Το 2014 ήταν δύσκολο για το δικό σας φαρμακείο;

Εμείς στο Δίκτυο φαρμακείων Pharma PLUS το κάναμε πιο **εύκολο.** Πώς;

Προμηθευτικό Κέντρο Παραφαρμάκου

Κοινές αγορές σε εξαιρετικές τιμές

Καινοτόμες Προωθητικές Ενέργειες

Αύξηση επισκέψεων **10,5%***

Αύξηση πωλήσεων παραφαρμάκου **9,3%***

210.000 Κάτοχοι Κάρτας προνομίων

plus card

1ο Διαφημιζόμενο Δίκτυο Φαρμακείων

ΔΙΚΤΥΟ ΦΑΡΜΑΚΕΙΩΝ

Pharma PLUS

Καινοτομία στην Υγεία

Για να γίνετε κι εσείς μέλος του δικτύου, **επικοινωνήστε** στο **210 6691804** ή στο **pharmaplus.gr**

*12μηνο του 2014 σε σχέση με το 12μηνο του 2013

ΠΡΟΜΗΘΕΥΤΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΠΑΡΑΦΑΡΜΑΚΟΥ • ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΠΡΟΜΗΘΕΥΤΩΝ • ΠΛΗΡΗΣ ΜΗΧΑΝΟΡΓΑΝΩΣΗ • ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΑΝΘΡΩΠΙΝΟΥ ΔΥΝΑΜΙΚΟΥ • ΑΡΧΙΤΕΚΤΟΝΙΚΗ ΠΡΟΤΑΣΗ - ΚΟΙΝΗ ΕΙΚΟΝΑ ΦΑΡΜΑΚΕΙΩΝ • ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ ΧΩΡΟΥ ΚΑΙ ΚΑΤΗΓΟΡΙΩΝ ΠΡΟΪΟΝΤΩΝ • ΕΠΙΧΕΙΡΗΜΑΤΙΚΟ ΠΛΑΝΟ • ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΗ ΚΑΡΤΑ ΠΕΛΑΤΗ PLUS CARD • ΕΝΕΡΓΕΙΕΣ MARKETING ΚΑΙ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ

Pharma PLUS A.E., Οδός Αγίας Μαρίνας, Τ.Θ. 59, 190 02 Παιανία Αττικής, **T** 210 6691 804, **F** 210 6691 819, **E** pharmaplus@lavipharm.com, **www.pharmaplus.gr**

ΠΕΡΙΛΗΨΗ ΤΩΝ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΩΝ ΤΟΥ ΠΡΟΪΟΝΤΟΣ BYDUREON®

1.ΟΝΟΜΑΣΙΑ ΤΟΥ ΦΑΡΜΑΚΕΥΤΙΚΟΥ ΠΡΟΪΟΝΤΟΣ
Bydureon 2 mg κόνις και διαλύτης για ενέσιμο εναιώρημα παρατεταμένης αποδέσμευσης
2. ΠΟΙΟΤΙΚΗ ΚΑΙ ΠΟΣΟΤΙΚΗ ΣΥΝΘΕΣΗ
Κάθε φιαλίδιο περιέχει 2 mg εξενατίδης.
Για τον πλήρη κατάλογο των εκδόχων, βλέπε παράγραφο 6.1.
4. ΚΛΙΝΙΚΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ
4.1 Θεραπευτικές ενδείξεις
Το Bydureon ενδείκνυται για τη θεραπεία του σακχαρώδους διαβήτη τύπου 2 σε συνδυασμό με Μετφορμίνη - Σουλφονυλουρία - Θειαζολιδινεδιόνη - Μετφορμίνη και σουλφονυλουρία - Μετφορμίνη και θειαζολιδινεδιόνη σε ενήλικες στους οποίους δεν έχει επιτευχθεί ικανοποιητικός γλυκαιμικός έλεγχος με τη μέγιστη ανεκτή δόση με τις παραπάνω από του στόματος αγωγές. **4.3 Αντενδείξεις** Υπερευαισθησία στη δραστική ουσία ή σε κάποιο από τα έκδοχα που αναφέρονται στην παράγραφο 6.1. **4.4 Ειδικές προειδοποιήσεις και προφυλάξεις κατά τη χρήση** Το Bydureon δεν πρέπει να χορηγείται σε ασθενείς με σακχαρώδη διαβήτη τύπου 1 ή για τη θεραπεία της διαβητικής κετοξέωσης. Το Bydureon δεν πρέπει να χορηγείται με ενδοφλέβια ή ενδομυϊκή ένεση. Αυτό το φάρμακο περιέχει λιγότερο από 1 mmol νατρίου (23 mg) ανά δόση, δηλ. ουσιαστικά είναι 'ελεύθερο νατρίου'. *Νεφρική δυσλειτουργία* Σε ασθενείς με νεφροπάθεια τελικού σταδίου που υποβάλλονται σε αιμοδίαλυση, οι εφάπαξ δόσεις εξενατίδης δις ημερησίως αύξησαν τη συχνότητα και τη σοβαρότητα των ανεπιθύμητων ενεργειών στο γαστρεντερικό σύστημα. Για το λόγο αυτό το Bydureon δεν συνιστάται για χρήση σε ασθενείς με νεφροπάθεια τελικού σταδίου ή σοβαρή νεφρική δυσλειτουργία (κάθαρση κρεατινίνης < 30 ml/min). Η κλινική εμπειρία σε ασθενείς με μέτρια νεφρική δυσλειτουργία είναι πολύ περιορισμένη και η χρήση του Bydureon δεν συνιστάται. Σπάνια έχουν αναφερθεί αυθόρμητες αναφορές διαταραχών στης νεφρικής λειτουργίας με την εξενατίδη, που περιλαμβάνουν αύξηση της κρεατινίνης του ορού, νεφρική δυσλειτουργία, επιδείνωση χρόνιας νεφρικής ανεπάρκειας και οξείας νεφρικής ανεπάρκειας, που μερικές φορές απαιτεί αιμοδίαλυση. Μερικά από αυτά τα περιστατικά εμφανίστηκαν σε ασθενείς που παρουσίαζαν διαταραχές οι οποίες πιθανώς να έχουν επίδραση στην ενυδάτωση του οργανισμού, περιλαμβανομένων ναυτίας, εμέτου και/ή διάρροιας και/ή έκαναν χρήση φαρμακευτικών προϊόντων που είναι γνωστό ότι επιδρούν στην νεφρική λειτουργία/ κατάσταση ενυδάτωσης. Τα συγχορηγούμενα φαρμακευτικά προϊόντα περιελάμβαναν αναστολείς του μετατρεπτικού ενζύμου της αγγειοτενσίνης, ανταγωνιστές της αγγειοτενσίνης-ΙΙ, μη στεροειδή αντιφλεγμονώδη φαρμακευτικά προϊόντα και διουρητικά. Μετά από υποστηρικτική αγωγή και διακοπή των αιτιογενών παραγόντων που πιθανά τις προκάλεσαν, περιλαμβανομένης της εξενατίδης, παρατηρήθηκε αναστροφή της διαταραγμένης νεφρικής λειτουργίας. *Σοβαρή γαστρεντερική νόσος* Το Bydureon δεν έχει μελετηθεί σε ασθενείς με σοβαρή νόσο του γαστρεντερικού συστήματος, συμπεριλαμβανομένης της γαστροπάρεσης. Η χορήγηση του φαρμάκου συνήθως συσχετίζεται με γαστρεντερικές ανεπιθύμητες ενέργειες, περιλαμβανομένης της ναυτίας, του έμετου και της διάρροιας. Για το λόγο αυτό, η χρήση του Bydureon δεν συνιστάται σε ασθενείς με σοβαρή νόσο του γαστρεντερικού συστήματος. *Οξεία παγκρεατίτιδα* Η χρήση αγωνιστών των υποδοχέων του GLP-1 έχει συσχετισθεί με ένα κίνδυνο εμφάνισης οξείας παγκρεατίτιδας. Ανθόρμητες αναφορές περιστατικών οξείας παγκρεατίτιδας έχουν υπάρξει σπάνια με το Bydureon. Απόδρομή της παγκρεατίτιδας παρατηρήθηκε μετά από υποστηρικτική αγωγή, αλλά πολύ σπάνια παρατηρήθηκαν περιστάσεις νεκρωτικής ή αιμορραγικής παγκρεατίτιδας και/ή θανάτου. Οι ασθενείς θα πρέπει να ενημερώνονται για τη χαρακτηριστική συμπτωματολογία της οξείας παγκρεατίτιδας που είναι το παρατεταμένο σοβαρό κοιλιακό άλγος. Εάν υπάρχει υποψία παγκρεατίτιδας, το Bydureon πρέπει να διακόπτεται, εάν η οξεία παγκρεατίτιδα επιβεβαιωθεί το Bydureon δεν πρέπει να επαναρχίζει. Συνιστάται προσοχή σε ασθενείς με ιστορικό παγκρεατίτιδας. *Συγχορηγούμενα φαρμακευτικά προϊόντα* Η συγχορήγηση του Bydureon με ινσουλίνη, παράγωγα Dpeπτιλαλανίνης (μεγλιτινίδες), αναστολείς των α-γλυκοσιδασών, αναστολείς της διπεπτιδυλικής πεπτιδάσης-4 ή άλλων αγωνιστών των υποδοχέων του GLP-1 δεν έχει μελετηθεί. Η συγχορήγηση του Bydureon με εξενατίδη δις ημερησίως (BYETTA) δεν έχει μελετηθεί και δεν συνιστάται. *Υπογλυκαιμία* Όταν το Bydureon συγχορηγήθηκε με σουλφονυλουρία σε κλινικές δοκιμές, ο κίνδυνος υπογλυκαιμίας αυξήθηκε. Επιπλέον, στις κλινικές μελέτες, οι ασθενείς με ήπια νεφρική δυσλειτουργία που λάμβαναν συνδυασμένη αγωγή με σουλφονυλουρία, παρουσίασαν αυξημένη συχνότητα εμφάνισης υπογλυκαιμίας συγκριτικά με τους ασθενείς με φυσιολογική νεφρική λειτουργία. Για να μειωθεί ο κίνδυνος εμφάνισης υπογλυκαιμίας που σχετίζεται με τη χρήση σουλφονυλουρίας, πρέπει να εξετάστεί το ενδεχόμενο μείωσης της δόσης της σουλφονυλουρίας. *Ταχεία απώλεια βάρους* Ταχεία απώλεια βάρους με ρυθμό άνω του 1,5 kg την εβδομάδα έχει παρατηρηθεί σε ασθενείς που λάμβαναν εξενατίδη. Απώλεια βάρους, υπό αυτόν το ρυθμό, μπορεί να έχει επιβλαβείς συνέπειες. *Αλληλεπίδραση με τη βαρφαρίνη* Με τη συγχορήγηση βαρφαρίνης και εξενατίδης έχουν αναφερθεί ορισμένα περιστατικά αυξημένου INR (Διεθνής Ομαλοποιημένη Σχέση), τα οποία ορισμένες φορές σχετίζονταν με αιμορραγία (βλέπε παράγραφο 4.5). *Διακοπή της θεραπείας* Μετά τη διακοπή της θεραπείας, η δράση του Bydureon μπορεί να συνεχιστεί καθώς τα επίπεδα της εξενατίδης στο πλάσμα μειώνονται σε διάστημα 10 εβδομάδων. Αυτό θα πρέπει να λαμβάνεται υπόψη κατά την επιλογή άλλων φαρμακευτικών προϊόντων και την επιλογή της δόσης τους, καθώς οι ανεπιθύμητες ενέργειες μπορεί να συνεχιστούν και η αποτελεσματικότητα μπορεί, τουλάχιστον εν μέρει, να υπάρχει έως ότου μειωθούν τα επίπεδα εξενατίδης. **4.5 Αλληλεπιδράσεις με άλλα φαρμακευτικά προϊόντα και άλλες μορφές αλληλεπίδρασης** Τα αποτελέσματα μιας μελέτης στην οποία χρησιμοποιήθηκε παρακεταμόλη ως δείκτης γαστρικής κένωσης δείχνουν ότι η επιβράδυνση της γαστρικής κένωσης από το Bydureon είναι μικρή και δεν αναμένεται να προκαλέσει κλινικά σημαντικές μειώσεις στο ποσοστό και στην έκταση της απορρόφησης των φαρμακευτικών προϊόντων που συγχορηγούνται από το στόμα. Έτσι, δεν απαιτείται προσαρμογή της δόσης για φαρμακευτικά προϊόντα που εισπραξέονται από την καθυστερημένη γαστρική κένωση. Όταν χορηγήθηκαν δισκία παρακεταμόλης 1.000 mg, είτε με γεύμα είτε χωρίς γεύμα, μετά από 14 εβδομάδες θεραπείας με Bydureon, δεν παρατηρήθηκαν σημαντικές μεταβολές στην AUC της παρακεταμόλης, σε σύγκριση με την περίοδο ελέγχου. Η Cmax της παρακεταμόλης μειώθηκε κατά 16% (σε νηστεία) και κατά 5% (με γεύμα) και ο tmax αυξήθηκε από περίπου 1 ώρα κατά την περίοδο ελέγχου σε 1,4 ώρες (σε νηστεία) και 1,3 ώρες (με γεύμα). *Σουλφονυλουρίες* Μπορεί να απαιτείται προσαρμογή της δόσης της σουλφονυλουρίας λόγω του αυξημένου κινδύνου υπογλυκαιμίας που σχετίζεται με τη θεραπεία με σουλφονυλουρία (βλέπε παραγράφους 4.2 και 4.4). Έχουν πραγματοποιηθεί οι ακόλουθες μελέτες αλληλεπίδρασης με χρήση 10 μg εξενατίδης δις ημερησίως, αλλά όχι με χρήση εξενατίδης εφάπαξ εβδομαδιαίως: *Αναστολείς της αναγωγάσης του υδροξυ-μεθύλ-γλουταρυλικού-συνενζύμου Α (HMG CoA)* Όταν η εξενατίδη δις ημερησίως συγχορηγήθηκε με εφάπαξ δόση λοβαστατίνης (40 mg), παρατηρήθηκε μείωση της AUC και Cmax της λοβαστατίνης κατά περίπου 40% και 28% αντίστοιχα, ενώ παρατηρήθηκε καθυστέρηση 4 ωρών στην τιμή Tmax, σε σχέση με τη χορήγηση μόνο λοβαστατίνης. Σε κλινικές δοκιμές ελεγχόμενες με εικονικό φάρμακο διάρκειας 30 εβδομάδων, η συγχορήγηση εξενατίδης δις ημερησίως και αναστολέα της αναγωγάσης του HMG CoA δεν συσχετίσθηκε με σταθερές αλλαγές του λιπιδαιμικού προφίλ. (Βλέπε παράγραφο 5.1). Αν και δεν απαιτείται προσαρμογή της δόσης, το λιπιδαιμικό προφίλ θα πρέπει να παρακολουθείται καταλλήλως. *Βαρφαρίνη* Όταν χορηγήθηκε βαρφαρίνη 35 λεπτά μετά την εξενατίδη δις ημερησίως, παρατηρήθηκε καθυστέρηση του Tmax κατά 2 ώρες περίπου. Δεν παρατηρήθηκαν κλινικά σχετικές επιδράσεις στις τιμές Cmax ή AUC. Αναφέρθηκε αύξηση της τιμής του INR κατά την συγχορήγηση βαρφαρίνης και εξενατίδης δις ημερησίως. Το INR θα πρέπει να παρακολουθείται κατά την έναρξη της θεραπείας με Bydureon σε ασθενείς που λαμβάνουν βαρφαρίνη και /ή κουμαρινικά παράγωγα (βλέπε παράγραφο 4.8). *Δηξοξίνη και λισινοπρίλη* Σε μελέτες αλληλεπίδρασης αναφορικά με την επίδραση της εξενατίδης δις ημερησίως στη δηγοξίνη και τη λισινοπρίλη δεν παρατηρήθηκαν κλινικά σχετικές επιδράσεις στη Cmax ή την AUC, ωστόσο παρατηρήθηκε καθυστέρηση του tmax κατά περίπου 2 ώρες. *Αιθινυλοιστραδιόλη και λεβονοργεστρέλη* Η χορήγηση συνδυασμού αντισυλληπτικής αγωγής από το στόμα (30 μg αιθινυλοιστραδιόλης και 150 μg λεβονοργεστρέλης) μία ώρα πριν από τη λήψη της εξενατίδης δις ημερησίως δεν διαφοροποίησε τις τιμές AUC, Cmax ή Cmin της αιθινυλοιστραδιόλης ή της λεβονοργεστρέλης. Η χορήγηση αντισυλληπτικής αγωγής από το στόμα, 35 λεπτά μετά τη λήψη της εξενατίδης, δεν επηρέασε την τιμή AUC, αλλά οδήγησε σε μείωση της Cmax της αιθινυλοιστραδιόλης κατά 45% και της Cmax της λεβονοργεστρέλης κατά 27-41% ενώ παρατηρήθηκε καθυστέρηση στην tmax κατά 2-4 ώρες λόγω καθυστερημένης γαστρικής κένωσης. Η μείωση της Cmax έχει περιορισμένη κλινική σημασία και έτσι δεν απαιτείται προσαρμογή της δόσης των από του στόματος χορηγούμενων αντισυλληπτικών. *Παιδιατρικός πληθυσμός* Οι μελέτες αλληλεπίδρασης της εξενατίδης έχουν πραγματοποιηθεί μόνο σε ενήλικες. **4.8 Ανεπιθύμητες ενέργειες** *Περίληψη των χαρακτηριστικών ασφάλειας* Οι πιο συχνά αναφερόμενες ανεπιθύμητες ενέργειες (≥ 5 % των υπό θεραπεία με Bydureon) σχετίζονταν κυρίως με το γαστρεντερικό σύστημα (ναυτία, έμετος, διάρροια και δυσκοιλιότητα). Η πιο συχνά αναφερόμενη, μεμονωμένη, ανεπιθύμητη ενέργεια ήταν η ναυτία, η οποία σχετίστηκε με την έναρξη της θεραπείας και μειούνταν με το χρόνο. Επίσης παρατηρήθηκαν αντιδράσεις στο σημείο της ένεσης (κνησμός, οζίδια, ερύθημα), υπογλυκαιμία (με σουλφονυλουρία) και κεφαλαλγία. Οι περισσότερες ανεπιθύμητες ενέργειες που σχετίστηκαν με το Bydureon ήταν ήπιες έως μέτριας έντασης. Σπάνια έχουν αναφερθεί οξεία παγκρεατίτιδα και οξεία νεφρική ανεπάρκεια, μετά την κυκλοφορία της εξενατίδης δις ημερησίως στην αγορά (βλέπε παράγραφο 4.4). *Περίληψη των ανεπιθύμητων ενεργειών σε μορφή πίνακα* Η συχνότητα των ανεπιθύμητων ενεργειών του Bydureon από κλινικές μελέτες με επίπτωση ≥ 1 % συνοψίζεται στον Πίνακα 1 παρακάτω. Οι πηγές των δεδομένων περιλαμβάνουν δύο ελεγχόμενες με εικονικό φάρμακο μελέτες (10 και 15 εβδομάδων) και 3 δοκιμές που συνέκριναν το Bydureon με την εξενατίδη δις ημερησίως (μια μελέτη 30 εβδομάδων), τη σιταγλιπτίνη και την πιογλιταζόνη (μια μελέτη 26 εβδομάδων) και την γλαργινική ινσουλίνη (μια μελέτη 26 εβδομάδων). Οι υπάρχουσες θεραπείες περιελάμβαναν δίαιτα και άσκηση, μετφορμίνη, σουλφονυλουρία, θειαζολιδινεδιόνη ή συνδυασμό από του στόματος αντιδιαβητικών παραγόντων. Επιπλέον, ο Πίνακας 1 περιλαμβάνει ανεπιθύμητες αναφορές συμβάντων τα οποία είτε δεν παρατηρήθηκαν σε κλινικές μελέτες (η συχνότητα θεωρείται ως μη γνωστή) ή που παρατηρήθηκαν σε κλινικές μελέτες χρησιμοποιώντας τη βάση δεδομένων των κλινικών μελετών για να υπολογιστεί η συχνότητα. Στον Πίνακα 2 παρακάτω αναφέρονται οι ανεπιθύμητες ενέργειες που παρατηρήθηκαν μετά την κυκλοφορία του προϊόντος και σε κλινικές δοκιμές με εξενατίδη δις ημερησίως και οι οποίες δεν παρατηρήθηκαν με το Bydureon με επίπτωση ≥1 % αναφέρονται κατωτέρω:

Πίνακας 1: Ανεπιθύμητες ενέργειες του Bydureon που διαπιστώθηκαν από κλινικές μελέτες και αυθόρμητες αναφορές

Κατηγορία οργανικού συστήματος / όροι ανεπιθύμητων ενεργειών	**Συχνότητα εμφάνισης**					
	Πολύ συχνή	**Συχνή**	**Όχι συχνή**	**Σπάνια**	**Πολύ σπάνια**	**μη γνωστή**
Διαταραχές του ανοσοποιητικού συστήματος						
Αναφυλακτική αντίδραση						X[2]
Διαταραχές του μεταβολισμού και της θρέψης						
Υπογλυκαιμία (με μια σουλφονυλουρία)	X[1,3]					
Μειωμένη όρεξη		X[1,3]				
Διαταραχές του νευρικού συστήματος						
Κεφαλαλγία		X[1,3]				
Ζάλη		X[1,3]				
Διαταραχές του γαστρεντερικού						
Εντερική απόφραξη			X[4]			
Οξεία παγκρεατίτιδα (βλέπε παράγραφο 4.4)						X[2]
Ναυτία	X[1,3]					
Έμετος	X[1,3]					
Διάρροια	X[1,3]					
Δυσπεψία		X[1,3]				
Κοιλιακό άλγος		X[1,3]				
Νόσος γαστροοισοφαγικής παλινδρόμησης		X[1,3]				
Διάταση της κοιλίας		X[1]				
Ερυγή		X[1]				
Δυσκοιλιότητα	X[1]					
Μετεωρισμός		X[1,3]				
Διαταραχές του δέρματος και του υποδόριου ιστού						
Κνιδώδες και βλατιδώδες εξάνθημα						X[2]
Κνησμός και/ή κνίδωση			X[1]			
Αγγειονευρωτικό οίδημα						X[2]
Αποστήματα και κυτταρίτιδα της θέσης ένεσης						X[3]
Διαταραχές των νεφρών και των ουροφόρων οδών						
Διαταραγμένη νεφρική λειτουργία, περιλαμβανομένων οξείας νεφρικής ανεπάρκειας, επιδεινούμενης χρόνιας νεφρικής ανεπάρκειας, νεφρικής δυσλειτουργίας, αυξημένης κρεατινίνης ορού (βλέπε παράγραφο 4.4).						X[2]
Γενικές διαταραχές και καταστάσεις της οδού χορήγησης						
Κνησμός της θέσης ένεσης	X[1]					
Κόπωση		X[1,3]				
Ερύθημα της θέσης ένεσης		X[1]				
Εξάνθημα της θέσης ένεσης		X[1]				
Υπνηλία		X[1]				

[1] Συχνότητα με βάση τα δεδομένα κλινικών μελετών του Bydureon. n= 592 σύνολο, (ασθενείς σε σουλφονυλουρία n= 135)
[2] Συχνότητα με βάση τα δεδομένα ανθόρμητων αναφορών του Bydureon.
[3] Οι αντιδράσεις ήταν στην ίδια κατηγορία συχνότητας στην ομάδα χορήγησης εξενατίδης δις ημερησίως.
[4] Συχνότητα με βάση τα δεδομένα κλινικών μελετών του Bydureon n=2898 (περιλαμβανομένων όλων των ολοκληρωμένων μακροχρόνιων μελετών αποτελεσματικότητας και ασφάλειας)
[5] Αναφορές μετά την κυκλοφορία του προϊόντος

Πίνακας 2: Οι ανεπιθύμητες ενέργειες που παρατηρήθηκαν από αυθόρμητες αναφορές μετά την κυκλοφορία του προϊόντος και σε κλινικές δοκιμές με την εξενατίδη δις ημερησίως και οι οποίες δεν παρατηρήθηκαν με το Bydureon με επίπτωση ≥1% αναφέρονται κατωτέρω:

Κατηγορία οργανικού συστήματος /όροι ανεπιθύμητων ενεργειών	**Συχνότητα εμφάνισης**					
	Πολύ συχνή	**Συχνή**	**Όχι συχνή**	**Σπάνια**	**Πολύ σπάνια**	**μη γνωστή**
Διαταραχές του μεταβολισμού και της θρέψης						
Αφυδάτωση, γενικά σχετιζόμενη με ναυτία, έμετο και/ή διάρροια.				X[2]		
Διαταραχές του νευρικού συστήματος						
Δυσγευσία			X[2]			
Διαταραχές του δέρματος και του υποδόριου ιστού						
Υπεριδρωσία		X[1]				
Αλωπεκία				X[2]		
Γενικές διαταραχές και καταστάσεις της οδού χορήγησης						
Εξασθένιση		X[1]				
Αίσθηση εκνευρισμού		X[1]				
Παρακλινικές εξετάσεις						
Διεθνής ομαλοποιημένη σχέση αυξημένη με ταυτόχρονη χρήση βαρφαρίνης, ορισμένες αναφορές σχετιζόμενες με αιμορραγία (βλέπε παράγραφο 4.4).				X[2]		

[1] Συχνότητα βάσει δεδομένων κλινικών δοκιμών της εξενατίδης δις ημερησίως
[2] Συχνότητα βάσει ανθόρμητων αναφορών της εξενατίδης δις ημερησίως.

Περιγραφή επιλεγμένων ανεπιθύμητων ενεργειών *Υπογλυκαιμία* Η συχνότητα εμφάνισης της υπογλυκαιμίας αυξήθηκε όταν το Bydureon συγχορηγήθηκε με σουλφονυλουρία (15,9 % έναντι 2,2 %) (βλέπε παράγραφο 4.4). Για να μειωθεί ο κίνδυνος εμφάνισης της σχετιζόμενης με τη χρήση σουλφονυλουρίας, υπογλυκαιμίας, μπορεί να εξεταστεί το ενδεχόμενο μείωσης της δόσης της σουλφονυλουρίας (βλέπε παραγράφους 4.2 και 4.4). Το Bydureon σχετίστηκε με σημαντικά χαμηλότερη συχνότητα εμφάνισης επεισοδίων υπογλυκαιμίας από ό,τι η γλαργινική ινσουλίνη σε ασθενείς που λάμβαναν επίσης θεραπεία με μετφορμίνη (3% έναντι 19%) και σε ασθενείς που λάμβαναν επίσης θεραπεία με μετφορμίνη και σουλφονυλουρία (20% έναντι 42%). Σε όλες τις μελέτες, τα περισσότερα επεισόδια (96,8% n=32) υπογλυκαιμίας ήταν ήπια και απέδραμαν με από του στόματος χορήγηση υδατανθράκων. Αναφέρθηκε ένας ασθενής με μείζονα υπογλυκαιμία, καθώς είχε χαμηλή τιμή γλυκόζης στο αίμα (2,2 mmol/l) και χρειάστηκε υποστήριξη με από του στόματος θεραπεία με υδατάνθρακες, η οποία οδήγησε σε αποδρομή του επεισοδίου. *Ναυτία* Η πιο συχνά αναφερόμενη ανεπιθύμητη ενέργεια ήταν η ναυτία. Στους ασθενείς που έλαβαν θεραπεία με Bydureon γενικά, το 20% ανέφερε τουλάχιστον ένα επεισόδιο ναυτίας, έναντι του 34% των ασθενών που λάμβαναν εξενατίδη δις ημερησίως. Τα περισσότερα επεισόδια ναυτίας ήταν ήπιας έως μέτριας έντασης. Με τη συνέχιση της θεραπείας, η συχνότητα μειών θηκε στους περισσότερους ασθενείς που αρχικά εμφάνισαν ναυτία. Το ποσοστό διακοπής του φαρμάκου λόγω ανεπιθύμητων ενεργειών ανήλθε σε 6% για τους ασθενείς που έλαβαν θεραπεία με Bydureon, και σε 5% για τους ασθενείς που έλαβαν εξενατίδη δις ημερησίως σε ελεγχόμενη δοκιμή διάρκειας 30 εβδομάδων. Οι πιο συχνές ανεπιθύμητες ενέργειες που οδήγησαν τους ασθενείς στη διακοπή της θεραπείας σε οποιαδήποτε ομάδα θεραπείας ήταν η ναυτία και ο έμετος. Διακοπή λόγω ναυτίας ή εμέτου συνέβη σε ποσοστό <1% για τους ασθενείς που λάμβαναν Bydureon και 1% για τους ασθενείς που λάμβαναν εξενατίδη δις ημερησίως. *Αντιδράσεις της θέσης ένεσης* Στην ελεγχόμενη φάση των μελετών διάρκειας 6 μηνών, παρατηρήθηκαν πιο συχνά αντιδράσεις της θέσης ένεσης στους ασθενείς που λάμβαναν Bydureon έναντι των ασθενών που λάμβαναν συγκριτικό παράγοντα (16% έναντι εύρους 2-7%). Αυτές οι αντιδράσεις της θέσης ένεσης ήταν γενικά ήπιες και συνήθως δεν οδήγησαν σε απόσυρση από τις μελέτες. Οι ασθενείς μπορεί να λαμβάνουν μέτρα για την ανακούφιση των συμπτωμάτων, ενώ συνεχίζουν τη θεραπεία. Κατά τις επόμενες ενέσεις, θα πρέπει να χρησιμοποιείται διαφορετικό σημείο ένεσης κάθε εβδομάδα. Κατά τη διάρκεια της εμπειρίας μετά την κυκλοφορία, αναφέρθηκαν περιστατικά αποστήματος και κυτταρίτιδας της θέσης ένεσης. Μικρά υποδόρια οζίδια της θέσης ένεσης παρατηρήθηκαν πολύ συχνά στις κλινικές δοκιμές, σύμφωνα με τις γνωστές ιδιότητες των σκευασμάτων από πολυμερή μικροσφαιρίδια (D,L-lactide co-glycolide). Τα περισσότερα μεμονωμένα οζίδια ήταν ασυμπτωματικά, δεν επηρέασαν τη συμμετοχή στη μελέτη και απέδραμαν σε 4 έως 8 εβδομάδες. *Ανοσογονικότητα* Ως αναμένεται από τις δυνητικά ανοσογονικές ιδιότητες των πρωτεϊνικών και πεπτιδικών φαρμακευτικών προϊόντων, οι ασθενείς μετά από θεραπεία με Bydureon ενδέχεται να αναπτύξουν αντισώματα έναντι της εξενατίδης. Στους περισσότερους ασθενείς που αναπτύχθηκαν αντισώματα, οι τίτλοι των αντισωμάτων μειώθηκαν προοδευτικά. Η παρουσία αντισωμάτων (υψηλοί ή χαμηλοί τίτλοι) δεν αποτελεί προγνωστικό παράγοντα του γλυκαιμικού ελέγχου σε κάθε μεμονωμένο ασθενή. Στις κλινικές μελέτες του Bydureon, περίπου το 45% των ασθενών είχαν χαμηλούς τίτλους αντισωμάτων έναντι της εξενατίδης στο καταληκτικό σημείο της μελέτης. Συνολικά, το ποσοστό των θετικών σε αντισώματα ασθενών ήταν σταθερό σε όλες τις κλινικές δοκιμές. Συνολικά, το επίπεδο του γλυκαιμικού ελέγχου (HbA1c) ήταν συγκρίσιμο με αυτό που παρατηρήθηκε στους ασθενείς χωρίς αντισωματικούς τίτλους. Κατά μέσο όρο, στις μελέτες φάσης 3, το 12% των ασθενών είχαν υψηλότερο τίτλο αντισωμάτων. Σε ένα ποσοστό αυτών, η γλυκαιμική ανταπόκριση στο Bydureon ήταν απούσα στο τέλος της ελεγχόμενης περιόδου των μελετών. Το 2,6% των ασθενών με τον υψηλότερο τίτλο αντισωμάτων δεν εμφάνισε καμία βελτίωση της γλυκόζης, ενώ το 1,6% δεν εμφάνισε καμία βελτίωση ενώ ήταν αρνητικό σε αντισώματα. Οι ασθενείς που ανέπτυξαν αντισώματα στην εξενατίδη έτειναν να έχουν περισσότερες αντιδράσεις της θέσης ένεσης (για παράδειγμα: ερυθρότητα και κνησμό του δέρματος), αλλά κατά τα άλλα έτειναν να έχουν παρόμοια ποσοστά και τύπους ανεπιθύμητων ενεργειών με τους ασθενείς χωρίς αντισώματα στην εξενατίδη. Για τους ασθενείς υπό θεραπεία με Bydureon, η συχνότητα εμφάνισης δυνητικών ανοσογονικών αντιδράσεων της θέσης ένεσης (συχνότερα κνησμό, με ή χωρίς ερύθημα) στη μελέτη διάρκειας 30 εβδομάδων και στις δύο μελέτες διάρκειας 26 εβδομάδων ήταν 9%. Οι αντιδράσεις αυτές παρατηρήθηκαν λιγότερο συχνά σε ασθενείς αρνητικούς σε αντισώματα (4%) σε σύγκριση με ασθενείς θετικούς σε αντισώματα (13%), με μεγαλύτερη συχνότητα εμφάνισης στους ασθενείς με υψηλότερους τίτλους αντισωμάτων. Η εξέταση δειγμάτων θετικών σε αντισώματα δεν αποκάλυψε καμία σημαντική διαταραχούμενη αντιδραστικότητα με παρόμοια ενδογενή πεπτίδια (γλυκαγόνη ή GLP-1). *Ταχεία απώλεια βάρους* Στη μελέτη των 30 εβδομάδων, περίπου το 3% (n=4/148) των ασθενών υπό θεραπεία με Bydureon εμφάνισαν τουλάχιστον μία χρονική περίοδο ταχείας απώλειας βάρους (καταγεγραμμένη απώλεια βάρους σώματος μεταξύ δύο διαδοχικών επισκέψεων της μελέτης μεγαλύτερη από 1,5 kg/ εβδομάδα). Αυξημένος καρδιακός ρυθμός. Σε ομαδοποιημένες κλινικές μελέτες του Bydureon παρατηρήθηκε μέση αύξηση του καρδιακού ρυθμού (ΚΡ) κατά 2,6 παλμούς το λεπτό (bpm, beats per minute) από την αρχική τιμή (74 bpm). Δεκαπέντε επί τοις εκατό των ασθενών που έλαβαν Bydureon είχαν μέσες αυξήσεις του ΚΡ ≥10 bpm. Περίπου 5% έως 10% των ασθενών των άλλων θεραπευτικών ομάδων είχαν μέσες αυξήσεις του ΚΡ ≥10 bpm. Αναφορά πιθανολογούμενων ανεπιθύμητων ενεργειών Η αναφορά πιθανολογούμενων ανεπιθύμητων ενεργειών μετά από τη χορήγηση άδειας κυκλοφορίας του φαρμακευτικού προϊόντος είναι σημαντική. Επιτρέπει τη συνεχή παρακολούθηση της σχέσης οφέλους-κινδύνου του φαρμακευτικού προϊόντος. Ζητείται από τους επαγγελματίες του τομέα της υγειονομικής περίθαλψης να αναφέρουν οποιεσδήποτε πιθανολογούμενες ανεπιθύμητες ενέργειες μέσω του εθνικού συστήματος αναφοράς που αναγράφεται στο Παράρτημα V.

10. ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ ΑΝΑΘΕΩΡΗΣΗΣ ΤΟΥ ΚΕΙΜΕΝΟΥ: 24 Ιουλίου 2014
Λεπτομερή πληροφοριακά στοιχεία για το προϊόν είναι διαθέσιμα στην ιστοσελίδα του Ευρωπαϊκού Οργανισμού Φαρμάκων (EMA) http://www.ema.europa.eu
Το ποσοστό επιχορήγησης από τους οργανισμούς κοινωνικών ασφαλίσεων είναι 90%. Φαρμακευτικό προϊόν για το οποίο απαιτείται ιατρική συνταγή.
BYDUREON 2MG/VIAL BTx4x (1VIALx2MG+1SYRx0,65ML SOLV + σετ χορήγησης)
Χ.Τ.: 84,84€ Ν.Τ.: 73,81€ Λ.Τ.: 108,43€
Για περισσότερες πληροφορίες απευθυνθείτε στο ιατρικό τμήμα της εταιρείας AstraZeneca
Θεοτοκοπούλου 4 & Αστροναυτών, 151 25 Μαρούσι
Τηλ.: 210 6871500
Fax: 210 6859195
www.astrazeneca.gr

Βοηθήστε να γίνουν τα φάρμακα πιο ασφαλή και αναφέρετε **ΟΛΕΣ** τις ανεπιθύμητες ενέργειες για **ΟΛΑ** τα φάρμακα συμπληρώνοντας την **«ΚΙΤΡΙΝΗ ΚΑΡΤΑ»**

Μία φορά την εβδομάδα
BYDUREON®
εξενατίδη 2mg σκόνη και διαλύτης για εναιώρημα παρατεταμένης αποδέσμευσης για ένεση
Ισχυρός και διαρκής γλυκαιμικός έλεγχος

AstraZeneca

BYD/0010/1/2014

Α. Ο μισθός υπολογίζεται ως ονομαστικός. (μεικτός)
Β. Να προσθέσετε τις εργοδοτικές εισφορές που προκύπτουν από τους μισθούς (θα σας βοηθήσει ο λογιστής σε αυτό).
Γ. Να υπολογίσετε 14 μισθούς ετησίως.
Δ. Να συμπεριλάβετε τυχόν bonus που θα δώσετε σε περίπτωση επίτευξης στόχων.

Έξοδα marketing

Δεν νοείται σύγχρονη επιχείρηση χωρίς έξοδα προώθησης. Αυτά ξεκινούν από οτιδήποτε αναφέρει το όνομα του φαρμακείου, όπως υλικά συσκευασίας, κάρτες του φαρμακείου, ποδιές υπαλλήλων και περιλαμβάνουν επίσης έξοδα για βιτρίνες, σημάνσεις ραφιών, ρεγκλέτες, καθώς και κάθε είδους ενέργεια που θα σας βοηθήσει να φτάσετε στο στόχο των πωλήσεων που έχετε θέσει (αυτοκόλλητα βιτρίνας, κρεμαστά, δείκτες ραφιού, σήμανση στην πόρτα κ.λπ.).Επίσης ένα σύγχρονο έξοδο προβολής είναι και το digital marketing (δημιουργία ενός web site…).

Άλλα έξοδα

Στα άλλα έξοδα έχετε συνήθως τα έξοδα που αφορούν την υποστήριξη του φαρμακείου (Αμοιβή σε συμβούλους, λογιστές, διακοσμητές, μηχανογράφηση… κ.λπ.)

Προϋπολογισμός του Καθαρού κέρδους προ τόκων, φόρων και αποσβέσεων

Το καθαρό κέρδος προ τόκων, φόρων και αποσβέσεων είναι το αποτέλεσμα της αφαίρεσης από το μεικτό κέρδος του συνόλου των εξόδων, που αναφέρθηκαν αναλυτικά παραπάνω.
Υπάρχει δάνειο προς Τράπεζα; Τότε αφαιρείτε και τους ετήσιους τόκους που πληρώνετε.
Έχετε επενδύσει σε έπιπλα, υπολογιστές κ.λπ; Τότε αφαιρείτε την ετήσια απόσβεση όπως θα σας την ορίσει ο λογιστής σας.
Αφαιρώντας τα παραπάνω, μένει το καθαρό κέρδος προ φόρων. Τη φορολογία που αντιστοιχεί μπορεί να σας την υπολογίσει ο λογιστής σας, τουλάχιστον ως ένα ποσοστό, με βάση την ισχύουσα κλίμακα φορολόγησης.

Παρακολούθηση

Εάν το να ετοιμάσετε ένα budget σας φαίνεται «βουνό», πρέπει να γνωρίζετε ότι αφού το ετοιμάσατε, είσαστε μόλις στο 50% της δουλειάς. Το υπόλοιπο 50% (και για κάποιους και παραπάνω) είναι να το παρακολουθείτε κάθε μήνα. Με την παρακολούθηση, είστε σε θέση να προλαμβάνετε και να κάνετε τις απαραίτητες διορθωτικές κινήσεις κατά τη διάρκεια του έτους.

Συμπέρασμα

Κλείνοντας, θα ήθελα να σημειώσω, ότι όσο τα περιθώρια κέρδους και οι πωλήσεις στενεύουν, τόσο η διαχείριση αποκτά μεγαλύτερη σημασία. Και εάν ήδη γνωρίζετε ότι η διαχείριση των αποθεμάτων είναι πολύ σημαντική για το θέμα της ρευστότητας, η δημιουργία και παρακολούθηση του budget του φαρμακείου σας είναι ακόμα πιο σημαντική, γιατί αποτελεί τη βάση για τη λειτουργία της επιχείρησης σας με ΚΕΡΔΟΦΟΡΙΑ. Εάν αυτό δεν είναι εφικτό να το κάνετε μόνοι σας, τότε σας προτείνω να απευθυνθείτε σε ένα δίκτυο φαρμακείων ή σε ένα σύμβουλο φαρμακείου, που και θα σας βοηθήσει να υλοποιήσετε τους στόχους σας και να σας δείξει το δρόμο για ανάπτυξη και μεγαλύτερα περιθώρια κέρδους. ■

TIPS ΓΙΑ ΕΝΑ ΝΕΟ ΦΑΡΜΑΚΕΙΟ

- ✓ Κάνε έρευνα αγοράς στην περιοχή που θα λειτουργήσει το νέο φαρμακείο σου.
- ✓ Καθόρισε το προφίλ του φαρμακείου που θέλεις να «χτίσεις».
- ✓ Επίλεξε κατηγορίες και στρατηγικούς συνεργάτες προμηθευτές.
- ✓ Διαφοροποιήσου σε προϊόντα, όπου αυτό είναι εφικτό.
- ✓ Επένδυσε στη γνώση και την παροχή υπηρεσιών.
- ✓ Επίλεξε σωστούς υπαλλήλους και ανάθεσέ τους μετρήσιμους και ρεαλιστικούς στόχους.
- ✓ Ετοίμασε ένα 3ετές πλάνο με στόχο την απόσβεση εντός αυτού του διαστήματος.
- ✓ Παρακολούθησε κάθε μήνα τους στόχους που έχεις θέσει και όπου χρειάζεται, κάνε αναθεώρηση.

ΒΑΣΙΚΕΣ ΑΡΧΕΣ ΕΝΟΣ BUDGET

- Ξεκαθάρισε το προφίλ που θέλεις να έχει το φαρμακείο σου σε λίγα χρόνια.
- Χρησιμοποίησε ένα πλήρες μηχανογραφικό με κατηγορίες και πλήρες αρχείο ως βάση.
- Βάλε υψηλότερους στόχους στις κατηγορίες προτεραιότητας.
- Επένδυσε στο ανθρώπινο δυναμικό.
- Ενδυνάμωσε τις εμπορικές σου συμφωνίες.
- Επένδυσε στο marketing.
- Παρακολούθησέ το κάθε μήνα και κάνε τις απαραίτητες διορθωτικές κινήσεις.

QUICK BUSINESS REVIEW (QBR®)

Η «φωτογραφία» της επιχείρησης

«Υψηλής προστιθέμενης αξίας εργαλείο διάγνωσης και αξιολόγησης. Απαραίτητη προϋπόθεση επιχειρηματικής επιτυχίας του φαρμακείου....».

Υπό το βάρος της καθημερινής διαχείρισης και της πολυπλοκότητας στην εφαρμογή μιας νέας στρατηγικής, ή απλώς λόγω έλλειψης εμπειρίας, οι φαρμακοποιοί καταφεύγουν συχνά σε έναν εξωτερικό σύμβουλο για την αξιολόγηση της επιχείρησης τους, ώστε να δουν πιο καθαρά τις δυσλειτουργίες της και να δώσουν μια νέα ώθηση στο φαρμακείο τους.

Από τον **ΓΙΑΝΝΗ ΚΟΝΤΑΚΟ**,

Managing Partner kmc®, www.kontakosmc.gr

Η αξιολόγηση είναι ένα εργαλείο αποτίμησης της επιχείρησης, που εφαρμόζεται τόσο στο καθαρά οικονομικό πεδίο (διαχείριση, λογιστικά), στο εμπορικό πεδίο (merchandising, παρουσίαση προϊόντων, συγκριτική αξιολόγηση), όσο και σε θέματα ποιότητας των λειτουργιών (προσωπικό, εξοπλισμός, τεχνικές marketing) του φαρμακείου.
Ο σύμβουλος καλείται να αξιολογήσει και να διαγνώσει που βρίσκεται η επιχείρηση, συσχετίζοντας τους δείκτες της με τους δείκτες της αγοράς.
Οι δείκτες αυτοί είναι αποτέλεσμα της σφαιρικής αξιολόγησης που ονομάζετε **Quick Business Review (QBR®).**

Το QBR® είναι ένα σύγχρονο επαγγελματικό εργαλείο αξιολόγησης και αποτίμησης της επιχείρησης στα βασικά πεδία που την αποτελούν. Παρέχει «μια φωτογραφία» της λειτουργίας της επιχείρησης και «παίρνει τον σφυγμό» της, ώστε να τροποποιήσει τους βασικούς κώδικες λειτουργίας που συχνά είναι προβληματικοί.

Η διάγνωση πρέπει να γίνεται πάντα από έναν εξωτερικό σύμβουλο σε συνεργασία με το φαρμακοποιό, κι αυτό γιατί είναι δύσκολο να κατανοήσει ο φαρμακοποιός λόγω της καθημερινής ροής, τα προβλήματα λειτουργίας του φαρμακείου του και να προβεί σε διορθωτικές κινήσεις.

Οι ιδιοκτήτες φαρμακείου που οδηγούνται σε μια τέτοιας μορφής αξιολόγηση, στοχεύουν σε μία εσωτερική και εξωτερική πληροφόρηση, υψηλής προστιθέμενης αξίας.

Εσωτερική πληροφόρηση/ διάγνωση

Ο σύμβουλος καλείται από τον ιδιοκτήτη του φαρμακείου που κρούει το καμπανάκι κινδύνου. Οι ιδιοκτήτες που οδηγούνται σε μια τέτοια αξιολόγηση το κάνουν για να βελτιώσουν κάποιες διαδικασίες της πρακτικής τους. Χωρίς την εξωτερική παρέμβαση είναι δύσκολο να κατανοήσουμε τα προβλήματα λειτουργίας και να προβούμε σε αλλαγές.

Τα προβλήματα ρευστότητας, η έλλειψη κερδοφορίας, η μείωση της πολυπλοκότητας, μια ομάδα που δεν συνεργάζεται καλά, ένας προβληματικός ισολογισμός, ο έλεγχος ποιότητας ή ακόμα και νέες υπηρεσίες που θέλουν να παρέχουν, οδηγούν τους φαρμακοποιούς στο να καλέσουν έναν ειδικό σύμβουλο για αξιολόγηση.
Αρκετοί φαρμακοποιοί αποζητούν την αξιολόγηση και για πιστοποίηση της ποιότητας εργασίας (ISO). Μπορεί όμως να γίνει αξιολόγηση και για να υιοθετηθούν και να αξιολογηθούν νέες υπηρεσίες του φαρμακείου ή νέες δραστηριότητες.
Επίσης, συμπεριλαμβάνονται και θέματα σχετικά με την οργάνωση του χώρου, το merchandizing, την επικοινωνία, τα προβλήματα που αντιμετωπίζει, αλλά και τη σχέση του με άλλους επαγγελματίες υγείας.

Επιπλέον, ένας λιγότερο εμφανής στόχος μιας αξιολόγησης μπορεί να είναι η βελτιστοποίηση του management. Και κάτι τέτοιο ζητούν όλο και περισσότεροι φαρμακοποιοί που θέλουν να πάνε τη διαχείριση της επιχείρησής τους ένα βήμα πιο πέρα από την απλή σχέση με τον λογιστή τους.

Τέλος, υπάρχει και η περίπτωση όπου ο ιδιοκτήτης του φαρμακείου καλείται είτε να συνεργαστεί-συστεγαστεί, είτε να πουλήσει την επιχείρηση του. Ένα απαραίτητο βήμα πριν ξεκινήσει η διαπραγμάτευση της συνεργασίας ή της πώλησης ενός φαρμακείου είναι η αξιολόγηση, που θα του επιτρέψει να καταλάβει το παρόν και το μέλλον του φαρμακείου προς συνεργασία ή πώληση, για να κάνει καλύτερα τα σχέδια του στο μέλλον. Μια ολοκληρωμένη αξιολόγηση θα βοηθήσει στο να διαγνώσει τα δυνατά σημεία του φαρμακείου και τις αδυναμίες του.

Το QBR® είναι βασικό και απαραίτητο εργαλείο διάγνωσης και πληροφόρησης για τον φαρμακοποιό και ακολουθεί συγκεκριμένη μεθοδολογία.

Μεθοδολογία QBR®

Η γενική διάγνωση

Σε πρώτη φάση εξετάζεται η θέση του φαρμακείου σε συνάρτηση με το περι-

βάλλον του (κατάσταση της τοπικής αγοράς) και ελέγχονται οι βασικές πληροφορίες, για να αξιολογηθεί το ιστορικό του και η ταυτότητα των διαχειριστών του. Το φαρμακείο είναι σε τροχιά ανάπτυξης, σε στασιμότητα ή σε ύφεση;
Παράλληλα πρέπει να γίνει αξιολόγηση του ήδη υπάρχοντος πελατολογίου, αλλά και του εν δυνάμει πελατολογίου που υπάρχει σε αυτή τη γεωγραφική ζώνη για να αποκτηθεί μια καλή γνώση του (ηλικία, φύλο, αγοραστική δύναμη, ανάλυση του ανταγωνισμού).
Ο στόχος είναι να υπάρξει μια εικόνα της δυνητικής πελατείας, αλλά και μια μελλοντική εικόνα, έτσι ώστε ο φαρμακοποιός να προβεί σε κατάλληλες ενέργειες ή να πιστοποιήσει εάν προγενέστερες επενδύσεις θα αποβούν κερδοφόρες.

Η εμπορική διάγνωση
Ο ιδιοκτήτης του φαρμακείου οφείλει να εξετάσει τον ανταγωνισμό, τα εμπορικά κέντρα, τα κέντρα διοίκησης, τους ιατρικούς χώρους, να μελετήσει τις προοπτικές της γενικής δραστηριότητας της περιοχής του, την πεζοδρομημένη ροή και τους αυτοκινητόδρομους.
Θα πρέπει να εξεταστούν λοιπόν τα παρακάτω κριτήρια:

- η **προσφορά του σημείου πώλησης** (η ποιότητα και η εικόνα του φαρμακείου)
- το **πόσο ελκυστικό είναι το φαρμακείο - Positioning** (ευκολία πρόσβασης, σήμανση, εμπορική τοποθέτηση, κατάσταση της βιτρίνας, επίπλωση).

Με στόχο την ανάπτυξη, θα πρέπει να διαγνώσουμε τις προοπτικές εξέλιξης και να αναγνωρίσουμε τις βελτιώσεις και τις αλλαγές που πρέπει να γίνουν (υλοποίηση των εργασιών, ανάπτυξη νέων κατηγοριών, προσαρμογή του αποθέματος, κ.λπ.).

Η χρηματοοικονομική διάγνωση
Εξετάζεται ένας συγκεκριμένος αριθμός αρχείων, ιδιαίτερα οι τρεις τελευταίοι ισολογισμοί και οι λογαριασμοί με τα αποτελέσματα. Ωστόσο, σε μια επιχείρηση αυτό που έχει το μεγαλύτερο ενδιαφέρον για να εκτιμήσει κάποιος την αξία, δεν είναι τόσο οι λογαριασμοί, αλλά η πραγματική αξία που κρύβεται πίσω από αυτούς.
Για αυτό ο σύμβουλος πρέπει να συγκεντρώσει συμπληρωματικές πληροφορίες μαζί με τον ιδιοκτήτη όπως: τη χρηματοδότησή του (τι σχέση έχει με τις τράπεζες;), τις επενδύσεις του (δάνεια, leasing, τις εγγυήσεις), την οικονομική ευρωστία της επιχείρησής του και το ποσό των τρεχόντων λογαριασμών των προμηθευτών του.
Επίσης, πρέπει να δούνε τι συμφωνίες έχει κάνει ο ιδιοκτήτης με τους διάφορους συνεργάτες και προμηθευτές του.
Πώς έχει γίνει καταμερισμός του κεφαλαίου; Είναι εντάξει με τις φορολογικές του υποχρεώσεις;
Τέλος, ο σύμβουλος θα αναλύσει το περιθώριο κέρδους, τη διαχείριση των αγορών και των γενικών εξόδων, καθώς και το απόθεμα.

Η διάγνωση σχετικά με το προσωπικό
Δεν θα πρέπει να αμελούμε τη σπουδαιότητα του προσωπικού στο χώρο του φαρμακείου και την εταιρική κουλτούρα που χτίζει ο ιδιοκτήτης φαρμακοποιός μαζί με τους συνεργάτες του. Είναι αποδοτικό το προσωπικό του φαρμακείου; Έχει τις σωστές κατευθύνσεις από τον ιδιοκτήτη; Βρίσκεται ο εργαζόμενος στην κατάλληλη θέση; Έχει το κατάλληλο προϊοντικό μείγμα για να εργαστεί; Ποια είναι η πολιτική της μισθοδοσίας (υπάρχουν πριμ, μπόνους συγκεκριμένα πλεονεκτήματα); Πώς αξιολογείται και παρακινείται το προσωπικό;

Η διάγνωση σχετικά με τον εξοπλισμό
Ο σύμβουλος θα αξιολογήσει τον εξοπλισμό προς εκμετάλλευση και θα εκτιμήσει εάν και πόσο αποδοτικός είναι. Αυτό αρχίζει με τους χώρους του φαρμακείου και τον τρόπο με τον οποίο ο εξοπλισμός παρουσιάζεται μέσα σε αυτούς. Θα εκτιμηθεί η παλαιότητα, το μέγεθος, τα υλικά κατασκευής, κ.λπ.

Η διάγνωση σχετικά με την εξωστρέφεια (ενέργειες Marketing)
Εξετάζονται όλες οι δράσεις εξωστρέφειας του φαρμακείου όπως, η ύπαρξη ή όχι κάρτας πελάτη, αν αποστέλλονται ή όχι μηνύματα για εκδηλώσεις ή ειδικές προσφορές στα παραφάρμακα, αν διαθέτει το φαρμακείο την κατάλληλη οργάνωση και τα συστήματα για να κατηγοριοποιεί το πελατολόγιο και να επικοινωνεί κάθε φορά σε διαφορετικά κοινά (target groups), αν γίνεται χρήση Newsletter, αν δίδονται ενημερωτικά φυλλάδια με την υπογραφή του φαρμακοποιού, αν χρησιμοποιεί οθόνες πολλαπλών δυνατοτήτων (digital signage) για την προβολή της δραστηριότητας στα παραφάρμακα και γενικά οτιδήποτε συμβάλλει στην προβολή και στην εξωστρέφεια των δραστηριοτήτων του φαρμακοποιού και της εργασίας του.

Τελικά, όλες οι απαντήσεις που θα δοθούν θα επιτρέψουν στον ιδιοκτήτη του φαρμακείου να εντοπίσει τα ρίσκα της επιχείρησης και τις ευκαιρίες ανάπτυξης.

Συνοψίζοντας, η μεθοδολογία QBR® που ακολουθείται είναι:

Στάδιο 1: Πλήρης καταγραφή της «εικόνας» του φαρμακείου.
Στάδιο 2: Διάγνωση των δυνατών, αδύνατων σημείων του φαρμακείου, καθώς και των ευκαιριών του (S.W.O.T. Analysis) με τη χρήση εργαλείων όπως έρευνα μυστικού πελάτη (mystery shopping) και σύγχρονων συστημάτων Reporting.
Στάδιο 3:
Πλάνο δράσης που θα εκφράζει τις δυνατότητες του φαρμακείου, αλλά ταυτόχρονα θα υποστηρίζει το όραμα και τη στρατηγική που επιθυμεί ο φαρμακοποιός ν' ακολουθήσει.

Σημείωση: *Έχουμε ήδη εφαρμόσει το QBR® σε πάνω από 600 φαρμακεία σε όλη την Ελλάδα. Με τη συνεργασία των ιδιοκτητών των φαρμακείων κατεγράφησαν άμεσα αποτελέσματα με αύξηση των πωλήσεων έως και 70% και αύξηση της κερδοφορίας και της ρευστότητας έως και 50%.* ■

Πόσο σίγουροι είστε για τη μέτρηση του σακχάρου των ασθενών σας;

Τώρα μπορείτε να είστε πολύ!

Ο μετρητής σακχάρου αίματος On Call Vivid προσφέρει:

- 100% ακρίβεια ✓
- Ευκολία στη χρήση, χωρίς κωδικοποίηση ✓
- Αυτόματη διόρθωση του αιματοκρίτη ✓
- Προειδοποίηση για εμφάνιση κετονών ✓
- Προηγμένες λειτουργίες για διαχείριση της νόσου ✓

On Call® Vivid

Η αξιόπιστη λύση για την υγεία σας.

WinMedica
Serving Health for Life

Παπαδιαμαντοπούλου 41 | Ιλίσια | 115 28 | Αθήνα
Τηλ. 210 7488821 | Fax 210 7488827 **www.winmedica.gr**

ΝΕΟ ΜΟΝΑΔΙΚΟ ΠΡΟΪΟΝ
ΣΤΗΝ ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΑΓΟΡΑ

URISANOL
Flash

Για την ενίσχυση του οργανισμού στις λοιμώξεις

ΑΜΕΣΗ ΑΝΑΚΟΥΦΙΣΗ

Αρ. Γνωστοποίησης ΕΟΦ: 65907/10-4-13
Π.Λ.Τ. 9,80 €

Cranberry
36 mg PAC* + **Αιθέρια έλαια**

ΘΕΡΑΠΕΙΑ 5 ΗΜΕΡΩΝ

1 σκληρή κάψουλα + 1 μαλακή κάψουλα

2 ΦΟΡΕΣ ΤΗΝ ΗΜΕΡΑ

Αιθέρια Έλαια (ανά κάψουλα)

Μέντα	12,9 mg
Γαρύφαλλο	4,3 mg
Θυμάρι	4,3 mg
Λεβάντα	4,3 mg
Κανέλα Κεϋλάνης	4,3 mg

naturactive
ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ PIERRE FABRE

Pierre Fabre
FARMAKA S.A.
Λ. Μεσογείων 350,
15341, Αγία Παρασκευή
Τηλ. 210 7234 582, Fax. 210 7234 589