

Pharma**NEWS**

ODBORNÝ ČASOPIS • 5-6/2016

PORNOSTAR
V REKLAMĚ NA DR.MAX

HILLARY CLINTON
A DONALD TRUMP
– SPOJIL JE ZLÝ CHLAPEC
FARMA BYZNYSU

SAŠA A JEHO PŘÍBĚH
NEMOCI MOTÝLÍCH KŘÍDEL

Rozdílné ceny na internetu
a v lékárně pacienti odrazují

PILULKA.CZ – MARTIN KASA:
„KAMENNÉ LÉKÁRNY
BUDOU SPÍŠE NA OBTÍŽ.“

NOVÉ OBCHODNÍ ZASTOUPENÍ



UKONČENÉ OBCHODNÍ ZASTOUPENÍ



AKČNÍ RABATOVÁ NABÍDKA



Pro objednání produktů společnosti TOPNATUR a produktů v rabatové akci, kontaktujte svého farmaceutického reprezentanta:

Více informací na
www.topnatur.cz

Západní Čechy	Ivana Fidlerová	+420 777 213 777	fidlerova@terezia.eu
Severní Čechy	Lenka Němečková	+420 734 112 752	nemeckova@terezia.eu
Praha	Petr Fišer	+420 604 940 063	fiser@terezia.eu
Jižní Čechy	Aleš Plecity	+420 733 605 716	plecity@terezia.eu
Východní Čechy	David Kulhánek	+420 777 822 237	kulhanek@terezia.eu
Severní Morava	Jan Knotek	+420 604 171 426	knotek@terezia.eu
Jižní Morava	Marie Kostelanská	+420 737 931 754	kostelanska@terezia.eu



PHARMA NEWS

Odborný časopis pro lékárníky a asistenty
5–6/2016, ročník XVI (vychází 5x ročně)

ŠÉFREDAKTORKA: Jana Jokešová

REDAKČNÍ RADA: Prof. MUDr. Vladimír Tesař,
DrSc., I. Interní klinika VFN UK; Doc. RNDr. Jiří
Portych, CSc., předseda Lékopisné komise MZ;
Zdeněk Rosenbaum, spisovatel

SPOLUPRACOVNÍCI REDAKCE: Filip Rosenbaum,
PharmDr. Andrea Kleinová, Rudolf Hála, Mgr. Lucie
Zimová, RNDr. Lenka Grycová Ph.D., Ing. Vít Syrový,
PharmDr. Tereza Holbová

REDAKCE: Helena Johnová – inzertní manager,
777 268 259, Pharma News s.r.o., Jakobiho 326,
109 00 Praha 10, tel: 274 861 189,
e-mail: pharmanews@pharmanews.cz

ADRESA PRO ČTENÁŘSKÉ DOPISY: Pharma
News s.r.o., Jakobiho 326, 109 00 Praha 10

VYDAVATEL: Pharma News s.r.o., Jakobiho 326,
109 00 Praha 10 • IČO: 278 75 121 • Místo vydání: Praha •
Vychází: 3. 6. 2016

GRAFICKÁ ÚPRAVA A REPRODUKCE: Art D,
Grafický ateliér Černý s.r.o., Žirovnická 3124, 106 00
Praha 10

TISK: EUROPRINT a.s.

MK ČR E 10677

**Spis. zn. – odd. C vložka 123365, vedená MS v Praze
23. 3. 2007**

Redakce nemůže ověřovat všechna fakta uvedená v příspěvcích a inzerátech. Za pravdivost, věcnou správnost a původnost příspěvku odpovídá jeho pisatel. V zájmu svobody slova zveřejňuje redakce i ty příspěvky a inzeráty, jejichž obsahem se nezotožňuje. Z dalších příspěvků vybírá nejpodstatnější myšlenky a vybraňuje si právo jejich rozsah krátit.

Nevyžádané rukopisy, fotografie a kresby redakce nevrací. Bez vědomí a souhlasu redakce nelze publikované materiály dále rozšiřovat.

Měníme se!

Krásný den, milí čtenáři. Tak jako každé dítě dorůstá a mění se, jde do puberty, tak i my se měníme.

Máme na to nárok, bude nám 16 let. Měníme písmo, měníme styl časopisu a jeho náplň. Už Vás nebavilo číst pouze odborné články, a protože my Vám nasloucháme, všímáme si a ptáme se, co byste chtěli, tak jsme se rozhodli pro změnu. Prolistujte časopis a uvidíte. Uvítáme Vaše názory a tipy na další témata. A přesně nejen ta odborná, ale ta, co se děje kolem nás, prostě ze života.

Vařte s námi, ochutnávejte vína nebo soutěžte! Vybrazte lístky na Sázavafest, potkejte se tam s námi a se známými osobnostmi. Můžete se s nimi fotit, povídat a nebo sbírat pro Vaše děti podpisy. A pak se úplně náhodou dostanete do Top Staru jako já loni s Kamilem Strihavkou. Když jsme se bavili, zrovna připravovali natáčení a Tomáš Kraus nás fotil, a pak začali natáčet a bylo to.

Nebo si jen tak na pohodu přijedte užít víkend. Soutěž najdete na straně 27, stačí jen poslat email či sms a nebo využít FB. Možností je tolik!

A další soutěž pro Vás najdete na straně 15. Vybrazte krásný kalendář s Jitkou Čvančarovou. Výhru věnovala charitativní organizace Debra. Samozřejmě musím také zmínit naše konference. Na konferencích náš servis pro Vás neustále inovujeme a přicházíme s novými aktivitami a přednáškami.

Těšte se na podzim, bude další vylepšení ☺.

Dnes máte ještě další překvapení. Dostali jste všichni dárek od společnosti Pharmind v podobě příbalu k časopisu – ovocné tyčinky Dr. Light fruit. Ať Vám chutná! Tyto tyčinky také budete moci ochutnávat celý podzim na konferencích Pharma News. Začínáme již 22.9.2016 v Hradci Králové v hotelu Tereziánský dvůr.

Přeji všem krásné léto, prožijte ho dle Vašich představ a těším se na viděnou.

Pohodové čtení Vám přeje

Jana Jokešová



MoraviaPharm s.r.o.
www.moraviapharm.eu

přijme pro lékárnu ve **Frenštátu pod Radhoštěm** zaměstnance na pozici:
MAGISTR FARMACIE, VEDOUCÍ LÉKÁRNY, FARMACEUTICKÝ ASISTENT

přijme pro svou provozovnu v **Kunčicích** zaměstnance na pozici:
MAGISTR FARMACIE

Nástup možný ihned, plný i částečný úvazek
Pošlete, prosím, životopis na: office@moraviapharm.eu



Číslo 1
doporučováno
maminkami

Objevte limitovanou kolekci Čím budu!

S pomocí českých maminek
jsme vybrali nejoblíbenější
dětské profese.



Kojenecké láhve Philips AVENT
usnadňují kombinaci kojení
a krmení z láhve.

Zakoupíte ve Phoenix, a. s.
a Alliance Healthcare s. r. o.
Více informací
na www.philips.cz/cimbudu

* Založeno na online průzkumu spokojenosti TNS
z prosince 2012, kterého se zúčastnilo více
než 22 000 uživatelů značek a výrobků pro děti
v USA, Velké Británii, Francii, Německu, Nizozemsku,
Rusku a Číně.

PHILIPS
AVENT



4



5

8



24

29



3 / Novinky

4 / Martin Kasa: ty kamenné budou spíše na obtíž...

5 / Zlý chlapec farma byznysu

6 / Sluneční alergie, basaliom

10 / Klimaktérium – hormony nejsou jediným řešením

12 / Nemoc motýlích křídel

15 / Debra ČR pomáhá pacientům s „nemocí motýlích křídel“

16 / Nevyléčitelná nemoc Sašenkovi změnila život

17 / První české léčebné konopí je v distribuční síti

18 / V kolagenech je zmatek!

20 / Výzkum a testování zařízení pro léčbu srdečních onemocnění

22 / Až 72 % Čechů padělaný lék nepozná

24 / Harpagophyt aneb dáblův dráp

26 / Nepovedený test D-testu na kloubní přípravky?

27 / Střípky

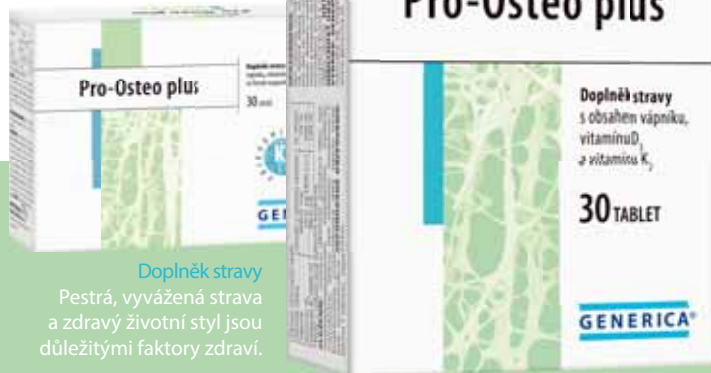
28 / Jak tráví volný čas naše moderátorka Soňa v létě?

29 / Chuť lahůdkového léta

30 / Olga Lounová: Vysněný cíl – Dakar

32 / Křížovka

unikátní
složení
pro zdravé
kosti



Doplňek stravy
Pestrá, vyvážená strava
a zdravý životní styl jsou
důležitými faktory zdraví.

Pro-Osteo plus

Jediný přípravek, který obsahuje kombinaci
3 synergicky působících látek v optimálních dávkách.

► Vápník 600 mg ► Vitamin D₃ 400 I.U. ► Vitamin K₂ 90µg

dostupné ve formě tablet nebo sáčků

Přípravek Pro-Osteo plus obsahuje přírodní formu vitamínu K₂, tzv. izomér MK-7. Tato forma má lepší biologickou dostupnost a v krevním séru zůstává déle v porovnání s jinými formami vitamínu K.

www.generica-bohemia.cz

PDK / APA – 3309268/3309268



GENERICA®

SanguiFLOW tbl. 30

Přírodní produkt pro zachování zdravého
průtoku krve a zdravého krevního tlaku.
Vědecky prokázána účinnost bez
nežádoucích vedlejších účinků.

Doporučená cena
pro pacienta **352 Kč**

Obsahuje Fruitflow®
150mg - přírodní
koncentrát z rajčat
a extrakt z vinné révy

Pro udržení konstantního zdravého průtoku krve se doporučuje užívat dlouhodobě 1 tableta denně. Lze užívat dlouhodobě. Při jednorázovém užití, například před plánovanou dlouhotrvající cestou anebo pobytem na lůžku, SanguiFLOW® začne fungovat po 1,5 hodině po užití a účinek přetrvává 12 – 18 hodin. Neobsahuje gluten, laktózu ani sacharózu.

doplňek stravy

Vividrin ectoin

Oční kapky
k léčbě a prevenci
příznaků alergické
konjunktivitidy

- přírodní složení – Ectoin 2 % a kyselina hyaluronová 0,24 %
- bez konzervačních látek
- ideální pro citlivé oči i pro děti
- vhodný pro nositele kontaktních čoček



zdravotnický prostředek

ZINCI SUN s vysokou ochranou SPF 50+

je určen pro velmi citlivou pokožku. Obsahuje nedráždivé UVA a UVB fyzikální a hybridní filtry, které dokážou ochránit pokožku v extrémních podmínkách v zimě i v létě. I jemná vrstva tohoto vodě odolného přípravku s mikročásticemi zinku spolehlivě ochrání pokožku před slunečním zářením a negativními vnějšími vlivy. ZINCI SUN plet nezatěžuje a je vhodný také pro děti.



VOC: 75ml 292Kč,
30ml lehce tónující 264Kč.



**Rozdílné ceny na internetu
a v lékárně pacienty odrazují**

Martin Kasa: *ty kamenné budou spíše na obtíž...*

Martin Kasa je známá postava českého internetu. V roce 1999 založil a vybudoval eshop Kasa.cz, který, ač dle jeho slov provozně neziskový, prodal za řádově stovky milionů korun.

Nyní je ústřední postavou projektu Pilulka.cz, který pod svá křídla láká lékárny, pod příslibem jejich rozvoje. Dvojí ceny, nižší „internetové“ versus vyšší „kamenné“, však k rozvoji lékáren vůbec nepřispívají. Byly diskutovány i na letošní konferenci Pharma Profit. Zákazníci a pacienti lékáren se při každé objednávce na Pilulka.cz a odběru v lékárně neustále přesvědčují, že klasické lékárny jsou předražené a nemá smysl nakupovat jinak, než přes internet. Tím se pacienti lékáren stávají zákazníci Pilulka.cz. Obdobně to proběhlo např. u knih a elektroniky. A lékárny jsou, za vlastního aktivního přispění, další v pořadí. Zajímalo nás tedy, jak se pan Kasa opravdu staví k lékárenství, jaké má vize, záměry, co přináší a jak vidí reálné budoucnost obecně českých lékáren a lékáren sítě Pilulka.cz

Nedívali jsme se ani tak na oficiální stanoviska, spíše nás zaujal jeho rozhovor a diskuze z 3.11.2015 na konferenci **eshopista**. Překvapivě otevřeně a nezaobaleně hovoří o projektu Pilulka.cz, o českých lékárnách, lékárnících, konkurenci, i plánech do budoucna. Zajímavý je i jeho postoj k internetovému výdeji léků na předpis, který plánuje spustit v nejbližší době. Jaký jsme z celého rozhovoru a diskuze získali dojem?

Stručně řečeno, starého psa novým kouskům nenaučíš. Z diskuze vyplynulo, že pan Kasa se snaží zopakovat, co se mu

už jednou osvědčilo. Co nejrychleji získat velký obrat a podíl na trhu internetového lékárenství a celý projekt Pilulka.cz se ziskem prodat strategickému investorovi.

Vybrali jsme několik odpovědí na otázky, které by vás mohly zajímat:

Jak je na tom Pilulka se ziskovostí?

Online není ziskový a nechceme, aby byl ziskový. Nechceme stopovat (zastavovat) aktivity na úkor růstu. Jsme v jednotkách milionů ztrátových, je to plánovaná ztráta. Investory zajímá celková hodnota aktiva. Investoři neřeknou „wow“, vydělali jste milion, no ale obrat je (jenom) deset milionů korun. **To asi těžko někomu střeším...** Internet je raketa směrem dopředu. Před deseti lety dělal Datart 2-3 miliardy, dneska dělá 4, takže se vlastně neposunul. Alza tou dobou dělala nějaké stovky milionů, dneska dělá desítky miliard. Ten trend je jasný, stane se v lékárenství, foodu, v FMCG (rychloobrátkové zboží), stane se obecně. Velké korporace nechtějí (do internetu) investovat. **Dává to šanci těm internetovým (nám) potom někomu něco takového prodat.**

Otázka na online recepturní výdej. Kdy plánujete tento segment spustit?

Plánujeme to spustit letos. Ale není to povolené, takže hledáme nějakou cestu, kdy vlk se nažere a koza zůstane celá. Klasický zásilkový výdej nelze dělat. Budeme hledat cestu v kamenných lékárnách, tím se dostáváme k otázce, kde je máme a proč je tam máme, aby si tam lidé mohli ty věci vyzvednout. Lobbying samozřejmě

probíhá. V zahraničí (Německo, Dánsko...) lze dělat zásilkový výdej předpisových věcí. (My) oportunisticky čekáme, co bude. Dovedu si představit, že by se z ordinací lékařů stala výdejní místa (internetových) lékáren. Jsme na to připraveni a uvidíme, co bude. Víme mnohem lépe, kdo je náš zákazník, ne tím staromódním způsobem, jak to vědí kamenné lékárny.

Dotaz na lékárníky – jak školíte obsluhu pro odběr osobních výdejů?

Jsou to inteligentní lidé ti lékárníci, což je strašná výhoda při budování takové sítě. Mnohdy jim to nepálí úplně obchodně, nikdo je to neučil. Na fakultě je učí: nepřemýšlej, hlavně nic nepokaz.

A jaká je vize Piluky?

Pro nás to má 2 roviny. Po první etapě si řekneme, co dál. Teď je ambice asi 35 lékáren, pak si řekneme, jestli chceme na 100 - 150, nebo zůstaneme na pětaticeti, protože to nedává větší smysl. Pokud se trh v předpisovém portfoliu bude měnit... Internet nám poroste tak, že ty kamenné budou spíše na obtíž...

Je na zvážení lékáren, které se se serverem Pilulka.cz aktivně podílejí na přesunu lékárenského portfolia na internet, jestli je to skutečně v jejich zájmu. Dle slov pana Kasy, mohou být v blízké budoucnosti spíše na obtíž...

Celý rozhovor můžete shlédnout na Youtube kanále eshopista.cz, seznam videí Martin Kasa (Pilulka.cz).

Redakčně upraveno a kráceno



Zlý chlapec farma byznysu

jediný člověk, který dokázal dát dobromady Hillary Clintonovou a Donalda Trumpa

Martin Shkreli, jemuž nikdo v USA nemůže přijít na jméno, je přeci jen k něčemu dobrý: odhalil skrz naskrz prohnílý systém, který ohrožuje celý farmaceutický průmysl.

„Zlý chlapec farma byznysu“ Martin Shkreli přes noc zdrazil starý lék proti toxoplazmóze o pět tisíc procent. Ostatní firmy se od něj odtahují a přitom dělají to samé: Prudce navyšují ceny již zavedených léků. Mladíček Martin Shkreli, který se dříve živil jako manažer zajišťovacích fondů, se stal symbolem cenového vydírání. Jeho firma Turing Pharmaceuticals loni v srpnu koupila za 55 miliónů dolarů práva na výrobu léku Daraprim a jeho cenu zvýšila doslova přes noc o 5 tisíc procent. Cena jedné tablety tak vyletěla z 13,50 na 750 amerických dolarů (čili z 324 na 18 000 korun). Výrobní náklady přitom činí jeden dolar a v některých například kanadských online lékárnách, lze tabletu skutečně sehnat za 1,09 dolaru. Daraprim se používá již 62 let, obsahuje pyrimethamin, tedy látku účinnou proti parazitům. Úřad FDA lék schválil pro léčbu toxoplazmózy, akutní malárie i také pro profylaxi malárie (předcházení nemoci, která by mohla nastat). Původcem toxoplazmózy je prvok *Toxoplasma gondii*. Onemocnění má širokou škálu klinických projevů, postihuje nejen lidi, ale vůbec

savce, ale také ptáky. Obvykle se ovšem nijak viditelně neprojevuje, pouze u malé části postižených ji provází zánět uzlin, příznaky chřipky, poškození sítnice a centrálního nervového systému. Nebezpečná je pro lidi s oslabenou imunitou, proto se po zvýšení ceny Daraprimu ozvali především pacienti s AIDS i některými nádorovými nemocemi (jimž hrozí poškození mozku, křeče, ochrnutí, psychické poruchy, encefalitida, zánět osrdečníku, zápal plic aj.). Proti Shkrelimu se postavila sdružení lékařů i poskytovatelů péče v otevřeném dopise adresovaném firmě Turing Pharmaceuticals, kde uvedli, že „tato cena je pro pacienty neomluvitelná a pro zdravotnický systém neudržitelná“. Kandidátka na prezidentku Spojených států Hillary Clintonová označila krok firmy za nehoráznost a slíbila, že takové zdražování potrestá, jakmile dojde Bílý dům. Svojně ho nenávidí nejen Hillary Clintonová, ale i Donald Trump, který Shkreliho podnikání označil za „odporné“. Martin Shkreli, byl dokonce uvězněn za podvody, ale nikoliv při výrobě léků, ale

při machinacích ve svém přecházejícím působišti v hedgeovém (zajišťovacím) fondu. On sám v předvánočním rozhovoru pro Wall Street Journal ale vyslovil přesvědčení, že byl uvězněn právě kvůli navýšení ceny Daraprimu a označil tento akt za „opravdovou nespravedlnost“.

Martin Shkreli obviněný z podvodů s odvoláním na ústavní právo odmítl odpovídat v Kongresu na otázky zákonodárců ohledně cen léků. Výbor Sněmovny reprezentantů Shkreliho předvolal, aby se od něj dozvěděl, proč jeho firma mnohonásobně zvýšila cenu tradičního léku, který může zachránit životy.

Při slyšení ve výboru seděl Shkreli za stolem se zkříženýma rukama, opakovaně odmítal odpovídat na otázky o dopadech zvýšení cen léků na pacienty a na otázky reagoval smíchem, zíváním nebo točením tužkou, uvedla agentura Reuters.

„Hodlám se držet rady svého advokáta, nikoli vaší,“ řekl podnikatel jednomu ze zákonodárců. Pátý dodatek americké ústavy říká, že nikdo nesmí být nucen svědčit sám proti sobě.

„Těžko věřit, že náš lid reprezentují takoví imbecilové,“ napsal Shkreli po slyšení na svém twitterovém účtu. Díky své bezskrupulózní mladické aroganci veřejnost Shkreliho nenávidí, média jej ale milují.

Sluneční alergie, basaliom

Mgr. Lucie Zimová

Sluneční alergie je odborně označována jako tzv. světelná urtikaria (kopřivka) nebo polymorfní světelná dermatóza. Charakterizuje ji svědění, zarudnutí, kopřivka a tvorba pupínků na kůži už po krátkém vystavení intenzivnímu slunečnímu svitu.

U alergie na slunce v těle vznikají látky, které již samotným působením slunečního záření u citlivějších lidí vyvolávají změny na pokožce podobné alergické reakci. Počet osob s alergií na oslunění se bohužel stále zvyšuje hlavně v zemích, kde se střídají čtyři roční období, tj. v našich zeměpisných šířkách. Častěji bývají postiženy ženy mezi 20. a 40. rokem, ale může se objevit u každého z nás a nepříjemně nás překvapit jak u moře, tak na horách. Podle základních vyvolávajících příčin rozlišujeme tyto typy kožních reakcí na slunce:

1. Polymorfní světelná erupce (PLE - Polymorphous Light Eruption)

Nejčastěji diagnostikovaná sluneční alergie, polymorfní světelná erupce, vzniká vlivem volných radikálů vznikajících působením UV záření. PLE je u 80 % postižených vyvolána pouze zářením UVA, u 12 % zářením UVB a u 8 % společným působením UVA i UVB záření. Díky častému výskytu mezi členy rodiny se předpokládá možná genetická predispozice. K příznakům PLE patří svědivé pupínky, puchýřky a vřidky, nebo ložiska vyrážky a až krvácivé zarudnutí kůže.

K citlivosti pokožky dochází často na jaře po prvním prudkém oslunění (jarním oslunění, po příjezdu na dovolenou k moři). Nejvíce postižena bývají místa trvale vystavená slunečnímu záření (dekolt,

ruce, lýtka). První kožní příznaky obvykle nastupují již po několika hodinách na slunci. Na začátku je kožní vyrážka mimořádně silná, v průběhu léta, kdy kůže již slunci trochu přivykla, postupně mizí, na podzim se docela ztrácí. Bylo zjištěno, že se na polymorfní světelné dermatóze podstatně podílejí také volné radikály. Na zmírnění jejich příznaků (např. svědění kůže) existuje řada přípravků, které mohou pacienti zakoupit v lékárnách – např. DAPIS gel, který obsahuje přírodní složky, zmírňuje svědění kůže a je vhodný i pro citlivou pokožku.

2. Acne Aestivalis (Mallorca Acne)

Acne aestivalis vzniká působením UV záření v kombinaci s určitými složkami obsaženými v kosmetických či opalovacích přípravcích. Tyto látky způsobují podráždění a zánět mazového folikulu.

3. Fotoalergické a fototoxické reakce

Při **fotoalergii** se na kůži tvoří svědivá vyrážka s puchýřky a pupínky, vyvolaná látkami, které byly naneseny na pokožku, např. vonnými látkami v parfémeh nebo v krémech, UV ochranný filtr v prostředcích na ochranu před slunečním zářením, léčivé látky, u kterých vlivem světla došlo k chemické přeměně. Změny na kůži zpočátku vznikají jen na místech, kam dopadlo světlo. Později mohou postihnout i zakryté části těla.



Fototoxická reakce – světelná dermatóza z přímého vzájemného účinku UV světla a určitých látek (léčivé přípravky, luční rostliny a určité potraviny, např. citrusy, celer, fíky aj.). Vlivem UVA paprsků se molekulová struktura u nich změní tak, že na pokožce vyvolávají fototoxickou reakci, která je tím silnější, čím je UV záření vyšší a čím více je přítomno fotocitlivých molekul. Charakteristickou fototoxickou reakcí je dermatitida na luční trávy, kdy po pobytu na louce vznikají na pokožce různé otisky rostlin s rudými pruhy a čarami. Fototoxickou reakcí je i tzv. Berloqueova dermatitida, kdy se postižená místa kůže zabarvují do tmava. Vyvolává jí bergamotový olej, který může být v parfémeh, kolínských vodách nebo osvěžujících kapesníčcích. Olej způsobuje zvýšenou aktivitu buněk, které vytvářejí pigment. Zbarvená místa se mohou udržet na kůži i několik let.

Fotoalergizující látky se do kožní tkáně dostanou kontaktem nebo po systémovém podání a prakticky každá látka vyvolávající fototoxicitu může způsobit také fotoalergickou reakci. Přesto většina fotoalergických reakcí je zaznamenávána po topických léčivech, např. po antiseptících, lokálních antiflogisticích, vonných substancích, chemických slunečních filtrech aj.

4. Jiná onemocnění

Přecitlivělost na oslunění může být příznakem jiných chorob. Především

Užijte si sluníčko s opalovací kosmetikou sebamed.

Opalovací kosmetika sebamed představuje kosmetickou řadu pro hygienu a péči o normální, citlivou a problematickou kůži a během léta pomáhá udržovat pleť zdravou a krásnou.

Všechny produkty Sebamed opalovací řady mají pH 5.5, které podporuje obnovu kyselého kožního pláště pro zdravou pokožku. To podporuje přirozenou ochrannou funkci pleti a efektivně brání vysušení a podráždění, které je způsobeno vlivy okolního prostředí a patogeny.



u mladých žen je nutno vyloučit možné systémové autoimunitní onemocnění typu systémového lupus erythematosus (SLE). U malých dětí by se mělo pomyslet na erythropoetickou protoporfyrii, což je vzácné dědičné onemocnění, které se kromě citlivosti kůže na slunce projevuje postižením jater. U dospělých (zejména mužů) vzniká závažné postižení kůže po oslunění při onemocnění porfyria cutanea tarda.

Léčba

Při akutních projevech je vhodným postupem podání antihistaminik. Ta dokážou odstranit nebo zmírnit příznaky jako jsou svědění a zarudnutí pokožky.

Prevence

Při pobytu na slunci je vhodné používat ochranné prostředky, lehký prodyšný oděv, klobouk, sluneční brýle a vhodné opalovací přípravky. **Při sluneční alergii** je vhodné volit co **nejvyšší ochranné faktory** (SPF 50+) s nízkým alergenním potenciálem. Stále více dermatologických firem připravuje speciální řady ochranných opalovacích prostředků, které jsou testovány u slunečních alergií a dosahují prokazatelných výsledků. Tyto řady obsahují účinné antioxidačně působící komplexy (např. alfa-glukosyl-rutin (AGR)) protože nejnovější výzkumy ukazují, že na polymorfni světelné dermatóze se podstatně podílejí také volné radikály.

Preventivně při přecitlivělosti na UV záření lze užít **homeopatické léky** jako například *Hypericum perforatum* nebo *Natrum muriaticum* ve středním ředění. Homeopatické léky je možné při sluneční alergii využít i léčebně, zmenšují otok a zklidňují zarudlé plochy.

Sluneční alergie souvisí se zvýšenou sluneční aktivitou a výrazným oslabením ozonové vrstvy. Pozor bychom si měli dávat na první jarní sluneční paprsky, které bývají velmi zrádné. Po dlouhé zimě se většinou sluníčku nedočkavě vystavujeme. Intenzita slunečního záření je však značná i přesto, že není velké teplo. S pobytem na slunci bychom vždy měli postupovat opatrně, aby si tělo mohlo zvyknout. Jestliže Vás postihly po oslunění uvedené obtíže, zejména při intenzivních příznacích, neotálejte s návštěvou svého lékaře.



Ten kromě pečlivé anamnézy a fyzikálního vyšetření může provést laboratorní testy, které pomohou potvrdit nebo vyloučit výše jmenované stavy.

Přehnané **vystavování se slunci**, jeho UV záření, pleti nejen **škodí**, předčasně stárne, ale také může onemocnět. **Basaliom** je **nejčastější maligní (zhoubný) nádor kůže**, který postihuje především **starší osoby** okolo 70 let, ale v poslední době se bohužel vyskytuje u čím dál tím mladších jedinců.

INZERCE

Zklidňující gel při mírných projevech svědění



BOIRON
Kosmetický přípravek. K dostání u distributorů. www.boiron.cz

Objevuje se na jinak zdravé kůži, na místech vystavených slunečnímu záření. Až v 80 % případů to bývá horní polovina obličeje.

Jedná se o **jeden z nejlépe léčitelných nádorů**, který navíc nemá tendenci k metastazování. Musí být však včas léčen,

jelikož má tendenci k místně agresivnímu chování a může prorůst do svého okolí a ničit přilehlé tkáně. Má sklon k recidivám, tedy k opakovanému výskytu i po vyléčení.

Příčiny vzniku basaliomu

Hlavní příčinou je poškození basálních buněk pokožky, které je nejčastěji vyvoláno **UV zářením**.

Rizikové faktory basaliomu

Jako u většiny nádorových onemocnění hrají při vzniku basaliomu roli faktory **genetické** a faktory **prostředí**. Velmi významnou úlohu zastává především dlouhodobé a opakované vystavování pokožky **slunečnímu záření**, jehož UV složka je schopna poškodit DNA buněk stratum basale. Před průnikem UV záření do hlubších vrstev pokožky nás chrání kožní pigment **melanin**. Podle jeho množství je pokožka více nebo méně citlivá k poškození sluncem.

S tím souvisí další, v tomto případě geneticky podmíněný rizikový faktor. Lidé se podle množství melaninu v kůži dělí do tzv. fototypů. **Lidé s fototypem 1 a 2** mají melaninu nejméně a hrozí u nich vyšší riziko poškození DNA basálních buněk. Z dalších faktorů je to pak nadměrné vystavování těla **radiační zátěži**, kdy hrozí zvýšené riziko pro vznik nejen kožních nádorů.

Zvýšené riziko sledujeme u lidí **imunosuprimovaných** (s vysoce oslabenou imunitou), ať už z důvodu

onemocnění (HIV, onemocnění krvinek, jiná nádorová onemocnění) nebo např. při léčbě systémových autoimunitních onemocnění, po transplantacích, při onkologické léčbě.

Existují i jiné choroby, u kterých je výskyt basaliomu velice častý. Patří sem geneticky podmíněné onemocnění **Xeroderma pigmentosum**. Lidé s touto diagnózou mají nedostatek enzymů zodpovědných za opravy DNA poškozené UV zářením. Jsou vysoce citliví na sluneční záření a dochází u nich k velmi časnému vzniku různých kožních nádorů, včetně basaliomu.

Další chorobou, při které je pozorován pravidelný výskyt basaliomu, je **Gorlinův syndrom**, což je geneticky podmíněné onemocnění, vyznačující se mnohočetnými basaliomy, kostními

odchylkami, šedým zákalem a vznikem kostních cyst.

Prevence basaliomu

Nezbytné je **vyvarování se všech rizikových faktorů**, způsobených vnějším prostředím. Na slunci bychom měli pobývat uvážlivě a neměli bychom se vystavovat přímému slunečnímu záření v poledních hodinách. Samozřejmostí je používání **opalovacích přípravků** v dostatečném množství, nošení slunečních brýlí a lehkého oděvu.

Příznaky a projevy basaliomu

Jak již bylo zmíněno, basaliom se nejčastěji vyskytuje na místech opakovaně

vystavovaných slunečnímu záření. Existuje několik variant, lišících se vzhledem a šířením. Většinou začíná jako **rostoucí**, někdy **hrbolatý tuhý uzlík** na kůži, který **má barvu kůže** a v okolí bývají patrné **rozšířené cévky**. Postupně dochází k propadnutí jeho středu, pak má **nerovné, vyvýšené okraje**. Jeho střed často **zvrhedovává**, ale bývá nebolestivý. Variantou je **pigmentovaný (hnědý až černý) basaliom**, který se liší pouze tím, že vzniká v místě přítomnosti melaninu. Vzácněji se může projevit jako tzv. **sklarodermiformní basaliom**, který má vzhled **žlutobílé**, tuhé, hladké, **nerovné jizvy**, opět bývají v okolí rozšířeny cévky. Tato forma většinou **nevředovává**. Tzv. **superficiální basaliom** je varianta s nejlepší prognózou, vznikající nejčastěji na trupu, jako červenohnědá ložiska, která se někdy mohou odlupovat a připomínat ekzém.

Léčba basaliomu

Léčba je většinou chirurgická. Odstraňuje se celá hmota nádoru a také část zdravé tkáně v okolí nádoru, aby bylo vyloučeno možné ponechání potenciálních nádorových buněk v okolní tkáni. Další možností je **kryoterapie**, kdy se nádor odstraňuje za použití tekutého dusíku. Ve speciálních případech může být použita **cytostatická léčba** (5 – fluoruracil), případně lokální terapie **imiquimodem**, což je látka imunomodulační, ovlivňující místní imunitní odpověď. Po léčbě bývá pacient **dlouhodobě sledován**, aby se zajistilo včasné objevení případné recidivy. Ve většině případů je léčba nekomplikovaná, s úspěšností léčby převyšující 95 %, u léčby recidiv 90 %.

Závěrem

Pokud na Vaší kůži pozorujete nějaký podezřelý útvar, překonejte ostych a strach z diagnózy a **navštivte co nejdříve lékaře**. V nejlepším případě se Vám uleví a zbavíte se stresu. Jestliže na kůži bohužel nález bude, tak obecně u léčby nádorů platí, že čím dříve se problém začne řešit, tím větší šanci má na zdárný úspěch. **Raději přijít desetkrát zbytečně než jednou pozdě!**



Klimaktérium

hormony nejsou jediným řešením

MUDr. Karel Metys

Klimaktérium znamená v životě ženy období přechodu od fáze reprodukční, neboli plodnosti, do fáze reprodukčního klidu. Během tohoto období dochází k vyhasnutí činnosti vaječníků a s tím souvisejícího poklesu až vymizení tvorby ženských pohlavních hormonů – estrogenů.

Klimaktérium se obvykle dostavuje u žen ve věku 45–55 let a postihuje asi tři čtvrtiny žen. Přibližně čtvrtina těchto žen pociťuje poměrně silné obtíže. V období reprodukce, kdy pravidelně probíhá menstruační cyklus, jsou hladiny hormonů v krvi regulovány na základě zpětné vazby z hypotalamu. Hypotalamus je orgán, který se nachází v mozku, vysílá prostřednictvím podvěšku mozkového chemické signály v podobě dalších hormonů, které regulují hladinu ženských hormonů v krvi na základě zpětné vazby. Jedná se o estrogeny a progestiny. Při vymizení produkce estrogenů ve vaječnících, konkrétně v Graafově folikulu, dochází ke zvýšené produkci regulačních hormonů z řídícího centra v mozku, což může vést k obtížím vasomotorické povahy, jako jsou *pocení, návaly horka a bolesti hlavy*.

Rozlišné projevy klimaktéria

Klimakterické potíže se rozdělují na akutní, subakutní a chronické. Akutní příznaky obtěžují ženy nejzřetelněji hned na začátku klimaktéria. Ženy mají potřebu je řešit okamžitě, protože mohou být velmi nepříjemné a negativně ovlivňovat kvalitu života. Patří sem již zmiňované návaly horka, pocení, poruchy spánku, výkyvy nálad, stavy podrážděnosti a nervozity.

Subakutní projevy souvisí se snížením libida, atrofií poševní sliznice, bolestí při pohlavním styku (dyspareunie). Zahrnují však také opakované výtoky z pochvy, záněty pochvy, nebo svědění zevních rodidel. Vyšší výskyt zánětů poševní sliznice souvisí se sníženou hladinou estrogenů a množstvím prospěšných laktobacilů na poševní sliznici. Tyto probiotické bakterie metabolizují cukr glykogen na kyselinu mléčnou, která je zodpovědná za kyselé prostředí poševní sliznice chránící prostředí pochvy před invazí škodlivých patogenních mikroorganismů, jako jsou kvasinky nebo chlamydie. Úbytek estrogenů je rovněž známkou oslabené funkce svalů pánevního dna, které mají důležitou funkci pro správné fungování močového měchýře a udržení moči. Nedostatek estrogenů může mít za následek větší citlivost močového měchýře, který vede k nekontrolovanému úniku moči při zakašlání, smíchu, námaze nebo chůzi do schodů. Jedná se o stresovou inkontinenci a tzv. hyperaktivní močový měchýř. Z medicínského hlediska jsou však nejzávažnější chronické projevy, ke kterým patří osteoporóza nebo zvýšené riziko kardiovaskulárních chorob.

Hormonální substituční terapie

Pro léčbu klimakterických obtíží se používají syntetické hormony. Jsou to obvykle

zvenčí podávané estrogeny v kombinaci s dalšími hormony progestiny. Jejich léková forma je většinou pevná. Velké oblibě se těší ovšem i transdermální systémy, kdy se kontinuální rychlostí vylučují z připevněné náplasti hormony kůží do krve. V závislosti na dávkovacím schématu známe sekvenční a kontinuální systémy. U sekvenčních systémů se hormony podávají 3 týdny. Pak se substituce na 1 týden přeruší a následuje krvácení ze spádu. Tento postup simuluje normální menstruační cyklus. Pro některé ženy nemusí být však hormonální substituce z různých důvodů vhodná.

Fytohormony a fytoestrogeny

Na světě najdeme látky pocházející z různých rostlin, které napodobují účinek estrogenů. Tyto látky obsažené většinou ve standardizovaných extraktech z rostlin jsou schopné se v nepřítomnosti estrogenů v krvi navázat na receptory v různých orgánech a simulovat jejich účinek. Tyto látky nazýváme fytoestrogeny. Mají podobnou strukturu jako lidský estrogen. I když proběhlo velké množství studií, které se snaží zmapovat účinek fytoestrogenů právě v období klimaktéria, nejrozsáhlejší studie byla uskutečněna s extraktem z oddenku severoamerické rostliny *Cimicifuga racemosa* (ploštičník hroznatý). Studie proběhla v Německu na souboru více než 6000 pacientek s projevy klimaktéria (1). Lékaře zajímalo srovnání účinnosti samotného extraktu z ploštičníku ve srovnání s kombinací ploštičníku a třezalky tečkované. Třezalka tečkovaná je známá svým účinkem na mírný až středně těžký stupeň deprese. Její užívání může mít tedy příznivý vliv na depresivní náladu právě v období přechodu. Během studie užívaly pacientky buď samotný ploštičník nebo ploštičník s třezalkou.

Jejich subjektivní stav byl hodnocen podle dotazníku tzv. Menopause Rating Scale (MRS), který velmi komplexně popisuje všechny obvyklé příznaky klimakteria – celkem 11 projevů na škále od 1-5. Nižší hodnota udává zlepšení potíží. MRS byl vyhodnocen v 0. den studie, po 3, 6 a případně i po 12 měsících léčby (1). Studie prokázala, že díky přidání třezalky k ploštičníku došlo ke zvýšení účinku přípravku. Vyššího účinku bylo dosaženo nejen u žen s klasickými vasomotorickými příznaky, ale také u žen s výkyvy nálad, mírnými depresemi či poruchami spánku. Doporučené dávkování bylo 1 až 2 tablety denně. Sledování pacientek trvalo celkem 12 měsíců. Po vyhodnocení

studie se ukázalo, že účinnost kombinace na návaly, pocení i psychické potíže je vyšší než při podávání samotného ploštičníku. *Účinky ploštičníku a třezalky tečkované se tedy při klimakterických potížích vzájemně doplňují.*

GS Merilin Harmony – přírodní řešení klimakteria s klinicky prověřenou účinností

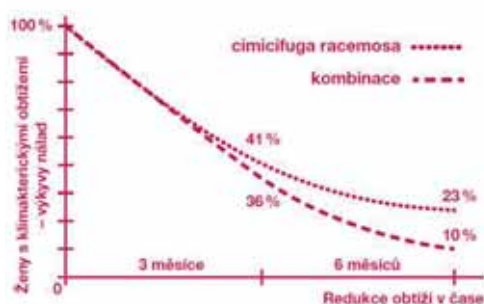
Na trhu v ČR je dostupný přípravek GS Merilin Harmony, který obsahuje standardizovaný extrakt ploštičníku hroznatého v denní dávce 20 mg. Triterpenické glykosidy v něm obsažené příznivě ovlivňují vasomotorické projevy klimakteria, u isoflavonů byl zase zkoumán hlavně jejich vliv na zlepšení psychické nálady. GS Merilin Harmony také obsahuje vápník a vitamin D3, které pozitivně působí na hustotu kostí. Tyto složky tak zlepšují bilanci kostní hmoty a mohou omezovat její úbytek. Nedostatek estrogenu v klimakteriu má za následek osteoporózu, kdy dochází k převaze úbytku kostní hmoty nad tvorbou kostí. Ženy tak

mají kvůli snížené pevnosti kostí zvýšené riziko komplikovaných zlomenin především krčku stehenní kosti. GS Merilin Harmony obsahuje navíc extrakt z nati třezalky tečkované (*Hypericum perforatum*) v denní dávce 150 mg. Třezalka je často označovaná jako induktor jaterních enzymů, který může ovlivňovat metabolismus, a tím i účinek některých souběžně podávaných léčiv. Nutno ovšem zdůraznit, že tato vlastnost byla u třezalky prokázána až v denní dávce 900 mg denně (2,3). Díky látkám jako hypericin a pseudohypericin je extrakt z třezalky vhodný u žen s převažující složkou psychosomatických projevů klimakteria.

(1) V. Briesse et al. *Maturitas* 57 (2007) 405–414.

(2) Roots I. et al. *Clin. Pharmacol. Ther.* 2000; 67: 159.

(3) Ernst E. *Possible interactions between synthetic and herbal medicinal products, Part 2: a systematic review of the direct evidence. Perfusion* 2000; 13: 60–70.



INZERCE

GS Merilin
Harmony

Krásná, zdravá, vitální...

Klinicky ověřená kombinace extraktů ploštičníku hroznatého a třezalky tečkované:

Po 6 měsících dochází k redukci klimakterických symptomů u **90 % žen**.¹

- **Ploštičník hroznatý** je vysoce účinný na fyziologické jevy klimakteria.
- **Třezalka tečkovaná** přispívá k psychické pohodě a harmonii.
- **Vápník a vitamin D₃** pro pevnost kostí.
- Bezpečný pro dlouhodobé užívání.
- Nezpůsobuje váhový přírůstek.



¹ Klinická studie provedená na 6141 ženách univerzitní klinikou v Rostocku, Německo. Department of Gynecology at the Universitäts Klinikum Suedstadt, Suedring 81, D-18059 Rostock, Germany.

Vysoce účinný, přírodní, nehormonální pro období klimakteria

NEMOC MOTÝLÍCH KŘÍDEL

Epidermolysis bullosa

Filip Rosenbaum

Geneticky podmíněné onemocnění kůže epidermolysis bullosa (srov. epidermolysis bullosa congenita), označované také jako „nemoc motýlích křídel“ můžeme ve skutečnosti definovat jako heterogenní skupinu onemocnění podobného klinického obrazu s poměrně vzácným výskytem. Nízká četnost výskytu je však bohužel pravděpodobně jediný kladný fakt, který tuto chorobu provází.



Vznik tohoto dědičného onemocnění, postihujícího i pacienty nejútlejšího věku, je podmíněn mutací některých z genů kódujících keratin, plectin, laminin, kolagen či integrin. Neboli těch genů, které se podílejí na vazbě epitelálních buněk a na stavbě kůže. Tyto mutace vedou k narušení soudržnosti zmíněných buněk, včetně jejich ukotvení na bazální laminu.

Výsledkem jsou pak projevy pro tuto nemoc typické, spočívající v odlučování různých částí pokožky za vzniku četných bolestivých puchýřů, často značného rozměru, otevřených ran a jiných kožních defektů. Obdobně bývají postiženy i sliznice pacienta. Rozvoj těchto příznaků může být samovolný, nejčastěji však bývá vyvolán působením tlaku či otěru (apod.)

na pokožku a to mnohdy i zcela nepatrného. Zcela patrně tak, samozřejmě závisle na míře postižení a formě onemocnění (viz. níže), vyvstává extrémně silné omezení běžných úkonů, až prakticky totální vyřazení pacienta z běžného života.

Četnost výskytu

V České republice trpí nemocí motýlích křídel přibližně tři sta pacientů, v rámci Evropy jde asi o třicet tisíc případů onemocnění a celosvětový výskyt se pohybuje okolo šesti set tisíc nemocných.

Formy onemocnění a jeho projevy

Epidermolysis bullosa (EB), jak jsme již zmínili, můžeme považovat za heterogenní skupinu onemocnění. V současnosti se rozlišují zejména tři formy vycházející z rozlišnosti genetických mutací, kožních

projevů i rozsahu a typu dalších obtíží. Jde o tzv. EB simplexní (49 %), EB dystrofickou (44 %) a EB junkční (9 %).

Velmi zjednodušeně lze říci, že posloupný výčet těchto forem odpovídá „výchozí hloubce“ narušení buněčných spojení. Zatímco u simplexní formy je tedy narušováno buněčné spojení v epidermis, u formy junkční jsou zasažena spojení ve spodních vrstvách epitelu a vzniku hlubokých kožních defektů.

Pozn. - Někdy se výše zmíněné tři formy ještě rozšiřují o formu čtvrtou – tzv. syndrom Kindlerové, jejíž výskyt je však velmi vzácný.

Dále je však u těchto forem možné rozlišit ještě okolo tří desítek podtypů. Tato rozmanitost tak ještě prohlubuje komplikace přesné diagnostiky a léčby.

Při mírném postižení je pacient schopen se relativně dobře zapojovat do běžného života, vážné formy onemocnění jsou bohužel smrtelně nebezpečné a téměř absolutně pacientovi zabraňují v běžných činnostech.

Dědičnost

EB je dědičné onemocnění, přičemž některé z jeho forem vykazují dědičnost autozomálně recesivní a jiné autozomálně dominantní. V případě autozomálně recesivní dědičnosti to naneštěstí znamená, že i zdravým rodičům, z nichž každý nese jednu genetickou změnu, hrozí 25% riziko narození potomka, u něhož se onemocnění rozvine. Ani jeden z rodičů přitom netuší, že danou změnu nese, neboť v jejich rodinách se nikdy dané onemocnění nemuselo vyskytnout.

Projevy

Onemocnění se často vyskytuje již v nejranějším věku, projevit se však může kdykoliv v průběhu života. Bohužel právě u nejmenších pacientů hrozí nejvážnější komplikace, které vážně ohrožují život malého pacienta.

Projevy nemoci motýlích křídel jsou značně rozmanité a mají individuální charakter. Obecně, jak již bylo zmíněno, jde o kožní deformity, k jejichž vzniku vinou extrémní „křehkosti“ kůže dochází i při působení nepříliš silného tlaku či tření. Můžeme tak pozorovat vznik četných bolestivých puchýřů a otevřených ran, zpravidla se špatnou hojivostí. Postižení se bohužel nevyhýbá ani sliznicím, čímž je komplikován i příjem potravy. Řada pacientů je tak odkázána na kašovitou stravu – polknutí jakéhokoliv tvrdšího sousta může vyvolat postižení jícnu. Kožní postižení prstové části rukou i nohou vede v některých případech k tvorbě srůstů až do podoby pahýlu, což pacientovi znemožňuje drtivou většinu běžných úkonů a je tak odkázán na pomoc nejbližších. Kromě kožních deformit nacházíme často i klinické projevy například ve vlasaté části hlavy, deformity zubů a v některých případech i postižení vnitřních orgánů, například ledvin.

Komplikace s příjmem potravy mohou vést k malnutrici, v řadě případů pozorujeme celkové neprospívání, poruchy růstu (zejm. malý vzrůst).

Chronické dráždění pokožky způsobené tímto onemocněním navíc přibližně sedmdesátinásobně zvyšuje riziko rozvoje spinocelulárního karcinomu (zhoubný nádor vycházející z epitelové tkáně).

Nemoc motýlích křídel je onemocněním dosud nevyléčitelným, které může vážně ohrožovat pacientův život. Ačkoliv možnosti léčby jsou značně omezené, mohou pacientovi pomoci ke zlepšení kvality života a jeho zapojení do společnosti. K tomu je ovšem také potřeba porozumění ze strany veřejnosti, ve které, bohužel, stále převládá spíše neinformovanost, zbytečné obavy a intolerance.

Epidermolysis bullosa simplexní

Simplexní forma je nejčastěji se vyskytující formou EB, u které je popsáno dalších jedenáct podtypů. Oproti dalším dvěma zmíněným formám má simplexní EB mírnější průběh.

Defekt buněčných spojení vychází u této formy z epidermis a v zásadě se projevuje

ve dvou hlavních variantách a to lokalizované a generalizované.

Lokalizovaná forma má četnější výskyt. Tvorba puchýřů může sice nastat kdekoliv na těle, nejčastější je ovšem jejich lokalizace na dlaních a ploskách nohou. Přítomné však bývá i postižení sliznic, vlasaté části hlavy, nehtů a polykací potíže způsobené poraněním jícnu.

Při generalizované formě dochází k postižení celého těla.

Epidermolysis bullosa junkční

Junkční forma má mezi ostatními formami onemocnění v ČR přibližně 9% zastoupení. Defekt mezibuněčných spojení nalézáme na úrovni přechodu bazální membrány kožního epitelu a jeho spodních vrstev. Puchýře a rány vznikají po celém těle a jejich vznik může často vyvolat i velmi jemný tlak nebo neopatrný dotyk.

Kůže je v tomto případě tak citlivá, že stačí např. otěr těsného švu na oblečení nebo opření ruky o desku stolu. Obdobnou citlivost vykazují i sliznice a jícen, dochází k postižení a vypadávání vlasů i zubů (přítomná zvýšená kazivost), rovněž je snížena kvalita nehtů a může dojít k jejich odloučení. Zasaženy bývají i hlasivky což vyvolává obtíže při mluvení a zastřený hlas pacienta.



Foto: Rudolf Hametner

Epidermolysis bullosa dystrofická

Tuto formu můžeme označit za nejzávažnější. Objevuje se ihned po narození, puchýře a rány mohou vznikat při silnějším dotyku nebo i samovolně. Vzniklé rány jsou přitom často velmi rozsáhlé a riziko infekce velmi vysoké. Postižení jícnu může extrémně omezovat polykání, ani příjem mixované potravy nebývá bezproblémový. Dochází k malnutrici a opoždění hormonálního vývoje. Pacienti mají potíže s vylučováním, objevují se poruchy krvetvorby, vypadávání vlasů, zubů a nehtů. Stoupá riziko osteoporózy a enormně se zvyšuje pravděpodobnost výskytu spinocelulárního karcinomu. U této formy rovněž může docházet ke srůstu prstů a tím ke ztrátě funkce ruky.

Léčba

Ačkoliv výzkum v oblasti genové terapie jde stále kupředu, je i v současnosti nemoc motýlích křídel klasifikována jako nemoc nevyléčitelná, která může vést k úmrtí pacienta. Ačkoliv některé metody spočívající v možnosti opravy postiženého genu(ů) poukazují na možnost léčby, jejich klinické využití má před sebou bohužel zatím stále dlouhou cestu.

Současná medicína se tedy může zaměřovat pouze na léčbu symptomatickou (viz. níže).

Život pacienta s EB

Míra omezení, kterou s sebou toto onemocnění přináší, zejména jeho vážnější formy, je pro zdravého člověka jen těžko představitelná.

Břímě tohoto onemocnění je velmi těžké nejen pro samotného pacienta, ale také pro jeho nejbližší, na kterých spočívá v převážné většině případů péče o něj.

Samotná péče o pokožku pacienta zabírá denně v průměru až tři hodiny času. Kůži je třeba pravidelně promašťovat, provádí se sterilní krytí lézí, ochrana kolen a loktů,

preventivní vyvazování prstů a ovazování celého těla.

To vše, včetně běžných činností, jakými je například oblékání, přijímání potravy, chůze a řady dalších, je provázáno bolestí. Zdravotní pojišťovny navíc nekryjí náklady na všechny potřebný materiál, a tak se

„Pacienti s EB mají oslabenou imunitu a kvůli otevřeným ranám na kůži jsou velmi náchylní k jakékoli infekci. Denně musejí přijímat řadu léků a doplňků stravy a také cvičit, aby jim netvrdly klouby a vyhnuli se řidnutí kostí. Nezbytné jsou časté návštěvy u lékařů na specializovaných odděleních a mnohdy i hospitalizace.“

připojuje i zátěž finanční, která, jakkoliv se oproti ostatní problematice EB může zdát nevýznamná, představuje samozřejmě další komplikaci již tak náročného poslání.

Naneštěstí, což je velmi smutné, se připojuje i sociální izolace a nepochopení ze strany veřejnosti, což mívá za následek zhoršení psychického stavu pacienta, který již tak trpí. Ani ti pacienti, kteří by se při zachování některých opatření mohli zapojit do běžného kolektivu k tomu často nedostávají příležitost a zůstávají nezaslouženě odříznuti od běžného života.

Ti, kteří pomáhají

V pojednání o nemoci motýlích křídel rozhodně nelze opomenout ty, kteří se bez vidiny zisku snaží ze všech sil pomoci pacientům trpícím touto chorobou i jejich nejbližšímu okolí. Nejen v České republice je to zejména charitativní organizace DEBRA ČR, z.ú., která se zasazuje o zvyšování kvality života pacientů s EB, jejich zapojení do běžného života, zvyšuje informovanost o tomto onemocnění a pomáhá pacientům a jejich rodinám se všemi jeho úskalími. Zejména, avšak nejen této organizaci, ale i všem, kteří se rozhodli s tímto onemocněním bojovat a pomáhat těm, kteří jim byli postiženi, proto patří obrovský dík.

Zdroje:

Bučková, H., Buček, J. (2004) *Epidermolysis bullosa congenita – co nového. Postgraduální medicína*. 3:294

Chovancová, D. Kaiserová, L. (2007) *Epidermolysis bullosa (choroba motýlích křídel)*. *Pediatr. prax*, 2:102–104.

<http://www.ebcentrum.cz/onemocneni-eb/>

<http://www.gate2biotech.cz/nove-moznosti-lecby-nemoci-motylich-kridel/>

<http://www.debra-cz.org/>

<http://www.spektrumzdravi.cz/academy/nemoc-motylich-kridel>



DEBRA ČR pomáhá pacientům s „nemocí motýlích křídel“

Charitativní organizace DEBRA

ČR, z.ú. byla založena v roce 2004, je členem mezinárodního uskupení DEBRA INTERNATIONAL, které na celém světě podporuje lidi se vzácným puchýřnatým onemocněním Epidermolysis bullosa congenita (EB) – v Česku nazývaným nemoc motýlích křídel.

Posláním DEBRA ČR je zvyšovat kvalitu života lidí trpících nemocí motýlích křídel a jejich rodinám. Snaží se zapojovat lidi s EB do plnohodnotného života, usiluje o to, aby nemocní a jejich rodiny dokázali čelit tíživé ekonomické situaci, psychickým a sociálním problémům. Mezi další významné cíle sdružení patří šíření osvěty nemoci motýlích křídel mezi laickou i odbornou veřejnost.

DEBRA ČR sídlí ve Fakultní nemocnici Brno, v areálu Dětské nemocnice, kde úzce spolupracuje s **Klinickým EB Centrem**. Propojení je velmi efektivním řešením pro pacienty s EB, přináší pacientům „komplexní péči“.

Patronkou organizace a velkou podporou je herečka Jitka Čvančarová.

Přispějte na veřejnou sbírku

DEBRA ČR organizuje veřejnou sbírku ve prospěch lidí žijících s EB. Peníze z transparentního účtu jsou využívány k zakoupení pomůcek a věcí, které potřebují konkrétní pacienti s EB.

Účet je transparentní, finanční tok lze sledovat prostřednictvím **webových stránek Raiffeisenbank**
Číslo účtu: 2166032028/5500

Další podrobné informace o nabízených službách a možnostech, jak pacienty s EB podpořit, naleznete na www.debra-cz.org.

Co našim uživatelům nabízíme?

- odborné sociální poradenství
- zdravotní a výživové poradenství
- psychologickou podporu
- přímou finanční podporu a pomoc nemocným s EB prostřednictvím veřejné sbírky
- realizaci projektů pro lidi s EB (ozdravný pobyt, odbornou konferenci,...)
- šíření osvěty o onemocnění EB

Veškeré služby a sociální poradenství jsou poskytovány zdarma.

SOUTĚŽ PRO VÁS!

Soutěžní otázka: **Kolik charitativních kalendářů na rok 2016 jsme prodali na e-shopu DEBRY ČR?**

- a) 1000 b) 1200 c) 1500 d) 1800 e) 2000

Své odpovědi pošlete e-mailem na info@debra-cz.org do 16.6.2016.

Do předmětu e-mailu, prosím, uveďte: „Soutěž – PHARMA NEWS“.

Ze správných odpovědí bude vylosován 1 výherce, který získá nástěnný charitativní kalendář DEBRA ČR.

Charitativní kalendář DEBRA ČR

fotografie
Lucie Robinson

12 osobností – 12 příběhů

patronka
Jitka Čvančarová



Newyléčitelná nemoc Sašenkovi změnila život

Sašenkova nemoc změnila vše

Nemoc motýlích křídel je označení pro velmi závažné vrozené onemocnění kůže Epidermolysis bullosa congenita, neboli EB. Lidé s touto diagnózou mají velmi křehkou a zranitelnou kůži, na které se tvoří bolestivé rány a puchýře.

Přestože nemoc motýlích křídel nelze dosud zcela vyléčit, daří se zlepšovat péči o takto nemocné. Zasluhu na tom mají organizace DEBRA, které vznikají v mnoha státech po boku specializovaných medicínských center. Také u nás nejde o charitativní organizaci DEBRA ČR a Klinické EB Centrum sídlící v Brně. Ne všude ve světě je však taková péče samozřejmostí.

Představujeme vám příběh jedenáctiletého chlapce s nemocí motýlích křídel, jehož rodiče se rozhodli opustit svůj domov, zaměstnání a celý dosavadní život, aby dali svému synovi Oleksandrovi možnost kvalitní lékařské péče.

„Sašenka se narodil v roce 2004 na Ukrajině. O jeho onemocnění nám řekli lékaři hned po porodu a dodali, že takové děti žijí 2 až 3 týdny,“ vzpomíná maminka malého Oleksandra. „Byli jsme z toho v šoku a nevěděli, co dál. Velkým štěstím bylo, že jsme v Čechách měli dobrého kamaráda, který byl také kmotrem našeho syna. Poslali jsme mu fotky Sašenky, on je ukázal českému lékaři a ten nám napsal, jaké mastičky a obvazy máme kupovat a jak správně ošetřovat ranky.“

V roce 2005 jsme jeli do nemocnice na Slovensko a od paní doktorky jsme se dozvěděli o organizaci DEBRA. Řekla nám také, že v Brně existuje specializované Klinické

EB Centrum, kde pomáhají pacientům, jako je náš Saša. Rozhodli jsme se přestěhovat do České republiky a začali sbírat potřebné doklady. To nám trvalo skoro 3 roky, ale vyšlo to a jsme rádi, že jsme tady!“ Nemoc motýlích křídel přináší velká omezení. Sašovi se velmi často tvoří puchýře na dlaních i na ploskách nohou. Každý krok je pro Sašu bolestivý, nemůže běžet stejně jako jeho vrstevníci. Přesto se mu jeho rodiče snaží dopřát „normální dětství“. Musí však přijmout riziko, že pokud jejich syn např. při hře upadne, budou následky mnohem závažnější než u zdravých dětí.

Kvůli častým ranám na ruku musí Sašenka nosit i preventivně ochranné rukavičky, které chrání jeho ruce před poraněním a také zabráňují srůstání prstů, ke kterému může v důsledku nemoci docházet. Kůže na ruku je natolik křehká, že ji poraní např. tlak při otevírání plastové lahve. Zranitelná je nejen kůže na povrchu těla, ale puchýřky se tvoří Sašenkovi i v ústech a v jícnu. Maminka mu proto musí upravovat všechno jídlo tak, aby bylo dostatečně měkké a neporanilo vnitřní sliznice. „Nejtěžší pro nás bylo naučit se s EB žít. Kvůli Sašenkově nemoci se změnilo hodně věcí. Místo bydliště i pohled na život. Celou rodinu to sblížilo. Saša je i přes všechna omezení, která EB přináší,



normální kluk. Rád maluje a hraje hry na počítači. Rád chodí do školy a učí se. Saša ví, že kvůli nemoci nemůže dělat hodně věcí. Hlavně se víc hýbat, běžet a skákat“, uvádí Sašova maminka a dodává: „Vždycky ale říká: Já to zvládnou, když se uzdravím. Že jo, mami?“

Vyléčení tohoto genetického onemocnění je bohužel zatím hudbou daleké budoucnosti. Moderní lékařské postupy a používání vhodných ošetrovacích materiálů však umožňují Sašenkovi i dalším takto nemocným prožívat co nejkvalitnější život. Díky péči rodiny a vstřícnému přístupu okolí, může Saša chodit do školy, kde má mnoho kamarádů.

Oleksandrovi rodiče jsou velmi vděční za pomoc, které se jim v Česku dostalo: „Jsme opravdu rádi, že jsme mohli přijet do Čech a seznámit se se všemi lékaři, kteří nám moc pomáhají. A také s lidmi z organizace DEBRA ČR. Všem moc děkujeme.“

První české léčebné konopí je v distribuční síti

Státní ústav pro kontrolu léčiv (SÚKL) se stal vlastníkem první části konopí pro léčebné použití, které vypěstovala společnost Elkoplast Slušovice s. r. o. na základě veřejné zakázky.

Konkrétně se jedná se o konopí *Cannabis sativa L.* s obsahem THC 19 % a CBD méně než 1 %.

První dodávka konopí o objemu 11,2 kg zamířila v druhé polovině března tohoto roku od pěstitele přímo do skladu smluvního distributora SÚKL. Odtud už může konopí putovat do jednotlivých lékáren napříč celou Českou republikou.

Lékárny, které chtějí konopí od distributora odebírat, uzavírají se SÚKL rámcovou smlouvu. Všechny informace vč. návrhu rámcové smlouvy jsou zveřejněny na stránkách <http://www.sukl.cz/konopi-k-lecebny-m-ucelum>.

Konopí pro léčebné použití se předepisuje výhradně formou **elektronického receptu s omezením**. Přístup do Registru pro

léčivé přípravky s omezením (RLPO), který je v nové podobě funkční od ledna 2015, je pro lékaře i lékárníky zajištěn prostřednictvím adresy: <https://erecept.sukl.cz>. Součástí aplikace je zároveň návod pro práci se systémem.

Vypěstované konopí	68,00 Kč bez DPH
Náklady na distribuci	9,75 Kč bez DPH
Obchodní přírůžka lékárny	Závisí na rozhodnutí lékárny
DPH	10 %

Konopí pro léčebné použití je připravováno a vydáváno ve formě tzv. individuálně připravovaného léčivého přípravku (IPLP). IPLP s obsahem konopí lze předepsat, připravit a vydat pouze v souladu s vyhláškou č. 236/2015 Sb., o stanovení podmínek pro předepisování, přípravu, distribuci, výdej a používání individuálně připravovaných léčivých přípravků

s obsahem konopí pro léčebné použití (dále jen „vyhláška o konopí“). Lékárna povede stejnou evidenci pro konopí jako pro jakoukoli jinou léčivou látku a navíc ještě jako pro návykovou látku uvedenou v příloze č. 1 nebo 5. Nařízení vlády o seznamu návykových látek, v souladu s požadavky zákona č. 167/1998 Sb., o návykových látkách a o změně některých dalších zákonů. Základ ceny českého konopí pro pacienty tvoří částka, kterou pěstitel nabídl v rámci veřejné zakázky, a to 68 Kč. K tomu se připočítávají náklady za distribuci a skladování ve výši 9,75 Kč za 1 g konopí. Pacientovi může být v lékárně vydáno nejvýše 180 g konopí pro léčebné použití měsíčně. Lékárnici naleznou základní informace o konopí pro léčebné použití na webových stránkách Státní agentury pro konopí pro léčebné použití www.sakl.cz.

Státní ústav pro kontrolu léčiv

INZERCE

FRONTLINE TRI-ACT[®] PRO PSY

PROTI BLECHÁM, KLÍŠŤATŮM A KOMÁRŮM.



ÚČINNOST **3 v 1**

www.frontlinecz.com

MERIAL
A SANOFI COMPANY

V kolagenech je zmatek!

To alespoň tvrdí MUDr. Karel Benda, M.B.A., který o nich přednáší na konferencích Pharma News.

Pane doktore, proč si to myslíte?

Právě na konferencích mám možnost seznámit se s informačními materiály různých firem. A docela často také zabrousím na jejich webové stránky. Přednáším jen čas od času, a proto si občas vyslechnu i nabídku některého firemního zástupce, který mne nezná. Musím říci, že někdy slyším neuvěřitelné věci.

Jak se ten zmatek, o kterém mluvíte, projevuje?

Řada výrobců kolagenních přípravků zdůrazňuje jednu čistotu, podruhé vstřebatelnost nebo dokonce teplotu denaturace kolagenů, potřetí třeba zas živočišný druh, ze kterého příslušný kolagen pochází. To jsou ve skutečnosti málo podstatné věci, ale matou veřejnost, a dost možná i pracovníky lékáren. Výrobci jako by si vůbec nepřipouštěli, že hlavní rozdíl mezi kolageny spočívá v něčem docela jiném.

Ted' jste trochu zaskočil i mne. V čem?

Především v jejich různém osudu v organismu, a tím i v jejich různých biologických účincích. Podívejte, kolagenní přípravky, které jsou u nás na trhu, lze velmi zjednodušeně rozdělit do dvou velkých skupin: na želatiny a přípravky obsahující hydrolyzované kolageny, tedy spíš kolagenní peptidy, a na ty, co obsahují nativní kolageny. Oba typy látek mají rozdílné vlastnosti, jiný účel podávání, diametrálně odlišné dávkování. Nedají se házet do jednoho pytle.

Ale všechny spadají do kategorie kloubní výživy, nebo ne? O té jsme nedávno ve Pharma News psali...

Vidíte, a přesně tohle není vůbec pravda. Želatiny a kolagenní peptidy, tam to platí,

ale nativní kolageny působí v organismu úplně jinak.

Opravdu? A jak?

Jejich kouzlu se říká navození, nebo, chcete-li, obnovení orální tolerance. Podstatou je, že malé dávky antigenu, v tomto případě nativního kolagenu, podané perorálně, se dostanou do kontaktu s buňkami lymfatické tkáně ve střevě a aktivují je, což prostřednictvím takové malé kaskády dalších látek ve výsledku vyvolá toleranci k onomu antigenu v celém organismu. Pokud organismus předtím proti takovému antigenu bojoval a ničil ho, teď přestane. Nebo se boj alespoň zmírní. Pochopit a správně využít princip orální tolerance, to by mělo velký význam u všech autoimunitních onemocnění, respektive u všech stavů, kdy imunitní systém organismu ničí antigeny vlastní. Pracuje

Řada výrobců kolagenních přípravků zdůrazňuje jednu čistotu, podruhé vstřebatelnost nebo dokonce teplotu denaturace kolagenů, potřetí třeba zas živočišný druh, ze kterého příslušný kolagen pochází. To jsou ve skutečnosti málo podstatné věci, ale matou veřejnost, a dost možná i pracovníky lékáren.

se na tom už dlouho, ale k výrobě léčivých přípravků výzkum dosud nedospěl, takže princip orální tolerance zatím využívají jen výrobci doplňků stravy. A ti o tom nesmějí příliš mluvit, bylo by to zdravotní tvrzení a ta jsou u doplňků stravy tabu.

Takže kolagen podaný perorálně navodí toleranci k vlastnímu kolagenu?

**MUDr. Karel Benda
*1962**

*Lékař a pedagog.
Pracoval jako chirurg
v Krajské nemocnici
v Českých Budějovicích
a na II. chirurgické
klinice VFN v Praze.
Nyní vyučuje na
Zdravotně sociální
fakultě Jihočeské univerzity a přednáší
na odborně vzdělávacích akcích.
Můžete se s ním setkat i na konferencích
PharmaNews.*



Ano. Ale musí to být nativní kolagen. Víte, kolagen, to je velká molekula, v přirozeném stavu stočená do trojitě šroubovice a spojená do fibril a vláken, případně do sítí, navíc prostoupená a obalená molekulami cukrů a vody. Už zachovat ji v tomto stavu při výrobě je těžké. V organismu pak musí projít žaludkem, odolat kyselinám a enzymům a dostat se bez úhony až k lymfatické tkáni v tenkém střevě. Naštěstí právě ona přirozená, nativní struktura jí v tom pomáhá. To, že je hůř stravitelný, nativnímu kolagenu paradoxně pomůže dostat se tam, kam má.

Dobrá, nativní kolagen tedy navodí toleranci k vlastnímu kolagenu. Ale k čemu je to dobré?

Je řada chorob a stavů, kdy si organismus vlastní kolageny ničí. Třeba revmatoidní artritida.

Právě u ní se možnost navození orální tolerance ke kolagenu před lety začala zkoumat. Teprve později se objevily práce o využití stejného principu u osteoartrózy.

U osteoartrózy? To přece není nějaké autoimunitní onemocnění?

Ne, ale také to už dávno není jen prosté degenerativní onemocnění. Že je

u osteoartrózy přítomen zánět, to se samozřejmě vědělo, ale měli jsme za to, že je to druhotná reakce na poškození chrupavky a okolních tkání. Pak se ale přišlo na to, že zánět je tam už na začátku, kdy změny na chrupavce jsou ještě minimální. Zanícená je synoviální membrána, váže se na ni komplement, jsou tam aktivované T-lymfocyty, které tlumí syntézu kolagenu II v chondrocytech a naopak podporují tvorbu enzymu, který kolagen štěpí. A u poloviny nemocných jsou přítomné i protilátky proti kolagenu II, což je jasná známka, že tolerance k němu, která by měla být úplná a bezvýhradná, taková není. Takže zánět nejenže není jen reaktivní, dnes se už dokonce řeší otázka, co bylo dřív – zánět nebo degenerace. A protože, jak jsem právě řekl, i u osteoartrózy si naše tělo ničí vlastní kolagen, princip orální tolerance by mohl tento proces když ne zastavit, tak alespoň zpomalit.

To by jistě bylo skvělé. A želatina nebo kolagenní peptidy orální toleranci obnovit neumí?

Bohužel ne. Látka, která ji má navodit, si musí až do kontaktu s buňkami GALT (lymfatická tkáň ve střevě, pozn. redakce) zachovat plnou antigenitu. A k tomu potřebuje být kompletní a v přirozeném stavu. Jinak ji imunitní systém nepozná.

A onen princip navození orální tolerance, to je nějaká novinka?

Kupodivu není. Její koncept byl formulován už na konci 70. let, intenzivně se zkoumá nejméně od let 90. Jedna z vůdčích laboratoří, která orální toleranci zkoumá, sídlí na Harvardu; studie vycházejí v časopisech prestižních vydavatelství, třeba u John Wiley & Sons. Když v PubMedu zadáte výraz „navození orální tolerance (oral tolerance induction)“ vyjede Vám skoro 1.700 studií. Zhruba dvě stovky z nich jsou o kolagenu.

Tak to bych nečekala...

Nu, je to tak. A zkoumá se dál. Orální tolerance je pro vědecký výzkum velkou výzvou, hlavně proto, že je to princip zcela fyziologický, netoxický a bezpečný.

Nativní kolageny dokáží vyvolat orální toleranci a omezit nadměrné odbourávání vlastního kolagenu. Ale my jsme tu nedávno psali o kolagenních peptidech a ty prý dokáží tvorbu kolagenu zvýšit. A nativní kolagen to prý neumí.

Aha, Vy narážíte na Oesserovu studii z roku 2003, vidíte? Oesser tenkrát použil kultury buněk hovězí chrupavky, bovinních chondrocytů, kultivoval je v přítomnosti kolagenního hydrolyzátu i nativních kolagenů a vyšlo mu, že hydrolyzát stimuloval tvorbu kolagenu II v chondrocytech, já vím. O tuhle studii se hodně opírali výrobci přípravků obsahujících kolagenní peptidy. Jenže ono uběhlo deset let a objevila se jiná, a velmi robustní studie z Německa, kterou realizovala Saskia Schadow s několika kolegy z univerzity v Kielu a Giessenu. Tenhle tým použil kultury lidských chondrocytů, kultivoval je s několika druhy kolagenních hydrolyzátů a dospěl ke zcela opačnému závěru. Tu větu si pamatuji doslova: „Žádný z testovaných kolagenních hydrolyzátů biosyntézu kolagenu nestimuloval.“ Ale taková už je věda. Nicméně kolagenní hydrolyzáty i želatina zůstávají dál ve hře – určitě jsou dobrým zdrojem aminokyselin a di- či tripeptidů, které tělo může dobře využít pro syntézu bílkovin, včetně kolagenů.

Tak to je překvapení. Ale další věc: někde jsem viděla srovnání denních dávek kolagenů a hodně mne udivilo, jak jsou u těch nativních malé. Má to smysl, tak miniaturní dávky?

Naopak, v tom je právě pointa. A, bohužel, i další zmatek. Kolagenní peptidy jsou prostě zdrojem surovin pro tvorbu vlastních bílkovin, včetně kolagenů. Podávají se v denních dávkách zhruba od 3 do 10 gramů, aby jich organismus měl prostě dost po ruce. Mimochodem – my můžeme celkem slušnou dávku kolagenu, samozřejmě tepelně degradovaného, získat i z potravy. Ve 100 gramech nejlibovějšího vepřového je asi 1 gram kolagenu, v bůčku 2 gramy, ve vařené vepřové kůži přes 10 gramů. Víc je ho v hovězím – v tom nejméně prorostlém zhruba kolem 1,5 gramu, v lojovatějším až kolem 5 gramů. Nejhůř vychází kuřecí

– v prsních řízcích je jen něco přes půl gramu kolagenu, v prsíčkách s kůží asi dvojnásobek. Příjem z potravy má ale své nevýhody – vepřové je tučné, hovězí drahé, museli bychom jíst maso denně a podobně. Takže ona klasická kloubní výživa může být přijatelným kompromisem. Ale zase: mluvíme o gramech; přípravek, kde je kolagenu 20 miligramů, se za efektivní kloubní výživu skutečně považovat nedá.

Úlohou nativních kolagenů není živit, ale dostat se do střeva a tam obnovit orální toleranci ke kolagenu. K tomu stačí opravdu malá množství. Zkoušely se různé dávky, zjistilo se dokonce, že mají různé účinky, ale zdá se, že orální toleranci umí navodit dávky kolem 20 mikrogramů. A to je také zhruba množství, jaké vidíme v přípravcích s nativními kolageny. Ale jedno je jisté: dávky nativních a hydrolyzovaných kolagenů se nedají přímo srovnávat, to bychom míchali hrušky s jablky. Jinak s nativními kolageny se v potravě téměř nesetkáme – snad jen v tatarském bifteku, ale tam je hlavně kolagen I. Syrové chrupavky, kde je nativní kolagen II, ty ohryzává asi málokdo z nás...

A jaký je tedy závěr, pane doktore? Nejlepší jsou nativní kolageny?

Já když slyším tyhle superlativy, tak mi naskakuje husí kůže. Nejlepší kolagen na trhu! Senzace! Bomba! Teta Kateřina ze Saturnina by nejspíš pronesla něco v tom smyslu, že samochvála smrdí. Není náhodou, že právě takovéhle výkřiky často doprovázejí neúplné, zavádějící nebo dokonce zcela mylné informace. A jsme zase u toho zmatku v hlavách spotřebitelů.

Nejlepší... nativní kolageny jsou prostě jiné. Získávají se složitěji, používají se v jiných dávkách a prospívají jiným mechanismem. Nakonec právě o tom jsme docela dlouho mluvili.

Díky za rozhovor!

Redakce

Přesný 3D model urychluje výzkum a testování zařízení pro léčbu srdečních onemocnění

Pracovníci Fakulty strojní ČVUT v Praze a jihlavské VŠPJ propojili své znalosti a zkušenosti a spolupracují na celosvětovém projektu „Living Heart“, který má ambice být jedním z klíčových přelomů ve světě medicíny.

Společně se budou podílet na vývoji a výzkumu pro léčbu srdečních onemocnění. Díky modelu „Living Heart“ může tým pracovníků a studentů provádět virtuální testy a vizualizace srdeční odezvy způsobu, které nejsou při fyzickém testování možné. Společnost Dassault Systèmes, hlavní partner projektu, poskytla pro účely projektu software v hodnotě několika milionů korun.

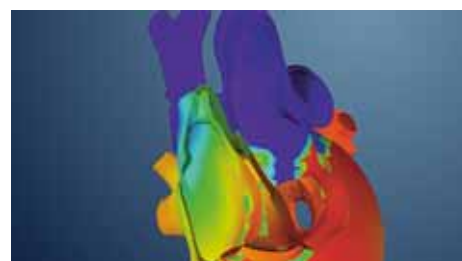
Model „Living Heart“ má propracované anatomické detaily srdce a proximálních cév, oblouk aorty, plicní tepny, horní dutou žílu a ústí ostatních cév napojené na oběhový krevní systém.

Dynamická odezva modelu srdce je řízena realistickou elektrickou strukturální fyzikou. Prototyp „Living Heart“ představuje zdravé srdce, které může být po modifikacích využito pro studium vrozených vad nebo srdečních onemocnění, a to úpravou

„Jsme nadšeni z možnosti spolupracovat na výzkumu srdce a podílet se na vývoji modelu Living Heart. Je to obrovská příležitost a výzva pro naši laboratoř kardiiovaskulární biomechaniky,“ řekl Jan Veselý z Fakulty strojní ČVUT v Praze.

tvaru a vlastností tkání ve snadno ovladatelném softwarovém editoru. Kromě toho lze do simulátoru zahrnout také lékařské přístroje a studovat jejich vliv na funkci srdce, ověřovat jejich účinnost a předpovědět spolehlivost v různých podmínkách. Lze tak například vyhodnotit optimální typ, velikost a umístění koronárních stentů, aby bylo dosaženo jejich nejlepšího výkonu.

„Je skvělé, že se nám podařilo tento unikátní projekt přivést k životu a že se díky němu mohou čeští akademici z ČVUT a VŠPJ postavit po boku předních osobností světové medicíny. Věříme, že se díky této spolupráci podaří dosáhnout průlomových poznatků v oblasti technologií a inovací. Budeme



rádi, když se do projektu postupně zapojí i další vědci a kardiologové z celé České republiky,” řekl Tomáš Ivančík, Simulation Consultant, Dassault Systèmes.

Na základě platformy 3DEXPERIENCE od Dassault Systèmes byla vytvořena vědecky ověřená 3D aplikace pro realistickou simulaci čtyřkomorového lidského srdce.

Ta je vůbec prvním produktem svého druhu. Na projektu „Living Heart“ pracují přední

kardiologové, farmaceutické společnosti a akademičtí výzkumníci z celého světa, kteří se společně podílejí na zhodnocení využití simulovaného srdečního modelu k testování zdravotnických zařízení, zlepšování klinické diagnózy a vedení předoperačního plánování. Mezi významné členy patří regulační vědecké organizace, jako je Úřad pro kontrolu potravin a léčiv (FDA) a Konsorcium pro inovaci zdravotnických zařízení (MDIC – Medical Device Innovation Consortium).

U testování se používá metoda crowdsourcingu, jež chrání duševní vlastnictví každého člena, ale zároveň umožňuje sdílet společný výsledek.



Doporučte i Vy originál ze Švýcarska!

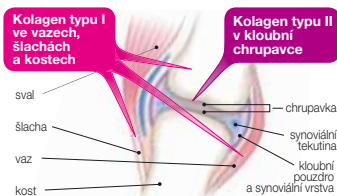
Cemio KAMZÍK® jako jediný v ČR obsahuje kombinaci nativního kolagenu NC I®, nativního kolagenu NC II® a vitamínu C, který napomáhá správné tvorbě kolagenu v kloubech, vazech, šlachách i chrupavkách.

V přípravku Cemio KAMZÍK® jsou použity kolageny s ochrannou známkou NC I® a NC II®, které zajišťují maximální čistotu a původ látek a označují špičkový, tzv. nativní kolagen v jeho přirozené podobě trojitě šroubovice. Tím se Kamzík odlišuje od drtivé většiny kolagenových přípravků na trhu!

Cemio KAMZÍK® obsahuje:

- Kolagen NC I® 16 mg
- Kolagen NC II® 20 µg
- Vitamin C 20 mg

Pouze 1 snadno polykatelná kapsle denně!



Cemio KAMZÍK® je vyroben ve Švýcarsku.

Získání nativního kolagenu z přírodního zdroje vyžaduje složitý technologický proces a také speciální vysoce šetrnou metodu při jeho zapracování do konečné formy kapslí. Přípravek Cemio KAMZÍK® je proto vyráběn v renomované švýcarské farmaceutické továrně, která tuto metodu ovládá na špičkové úrovni.



Podělte se
o radost z každého skoku
a užíjte si luxusní
švýcarské lázně!



Kupte 2 Kamzíky
pro sebe a své blízké a získáte navíc

1 měsíc kúry
ZDARMA!



Vitamin C je důležitý pro správnou tvorbu kolagenu v kloubních chrupavkách.

Více na www.cemiokamzik.cz/jarnisoutez

Zdravá přírodní svačinka ovocná tyčinka Dr. Light Fruit!

Šťavnaté ovocné tyčinky Dr. Light Fruit jsou skvělou recepturou na to, jak nahustit přírodní cenné látky do malé sladké tyčinky! Rychlá energie, obrovská koncentrace vitamínů, minerálů, bioaktivních látek, které vás okamžitě ožíví. A to vše čistě z přírody. Rychlé, kvalitní jídlo na cesty i do kanceláře!



www.pharmind.cz



Chuťově bohatá ovocná tyčinka Dr. Light Fruit VISIO-BAR je obohacena o biologicky aktivní komplex MGD-Complex, vitamíny a minerály (citrát zinku, vitamin B2, vitamin B1), které odlehčí namáhaným očím.



Aktivní energie v přírodní formě! Ovocná tyčinka Dr. Light Fruit ENERGY-BAR je speciálně složená směs sušeného ovoce, zázvora, koncentrovaných šťáv a Energy-Complex (L-theanin, extrakt ze zeleného čaje, kyselina nikotinová) pro rychlé získání energie.



Bomba pro zdraví a obranyschopnost! Jedinečná kombinace ovoce, biologicky aktivního komplexu MGD-Complex, a vitamínů (vitamin C, vitamin E, vitamin A) v ovocné tyčince Dr. Light Fruit IMMUNO-BAR, která je vhodná pro každého, kdo potřebuje posílit svou imunitu.



Ovocná tyčinka Dr. Light Fruit SLIMSTYLE-BAR je kombinací sušeného exotického ovoce, ovocných šťáv a obohacena biologicky aktivní komplex Slim-Complex (bromelain, papain, chrom pikolinát) pro podporu metabolismického spalování.

Uspadňují hubnutí a zároveň dodávají energii k pohybu a činnosti!



Více než
85% ovoce

Až 72 % Čechů padělaný lék nepozná

Každý měsíc hlásí Státní ústav pro kontrolu léčiv (SÚKL) nový výskyt padělků léků a počet odhalených případů narůstá. Často se jedná o specializované přípravky na předpis, jako jsou antibiotika nebo cytostatika. Nelegální léky ale mohou obsahovat zdraví škodlivé látky a jejich užití může přímo ohrozit zdraví člověka. Riziko narůstá v souvislosti s tím, že více než 72 % Čechů by padělaný lék nepoznalo. Část si také předpisové léky obstarává přes internet, kde je riziko koupě nelegálního léčivého přípravku největší. To vyplynulo z aktuálního průzkumu Asociace inovativního farmaceutického průmyslu (AIFP).



Padělané léky představují závažnou hrozbu pro zdraví pacientů. „Pokud už nějakou účinnou látku obsahují, může jít o jiné množství, než je doporučené dávkování. Časté jsou také případy, kdy lék obsahuje naprosto jiné látky, jako třeba křídou. Setkali jsme se i s tím, že padělek obsahoval jed na krysy. Důvodem může být fakt, že nelegální léky se často vyrábí v nevhodných a nehygienických podmínkách,“ uvádí Duncan Elson, expert na bezpečnost léků.

Nebezpečí číhá uvnitř

Nelegální léčiva a padělky jsou zrádné v tom, že se tváří jako originální. Téměř tři čtvrtiny Čechů tvrdí, že by je od pravých léků nerozeznalo. „Zkopírovat balení není pro padělatele problém. Falešný lék často

Systém ověřování léků

- Vychází ze Směrnice Evropského parlamentu a Rady 2001/83/ES stanovující podrobná pravidla pro ochranné prvky na obalech humánních léčivých přípravků.
- Sdružuje subjekty napříč dodavatelským řetězcem tak, aby bylo možné sledovat cestu léku od výrobce až k pacientovi.
- Ověření původu léku bude prováděno pomocí speciálního 2D kódu umístěného na balení.

odhalí až snaha o jeho dohledání podle čísla šarže nebo chemický rozbor, což běžný člověk pochopitelně nemůže udělat,“ uvádí Jakub Dvořáček, výkonný ředitel AIFP a dodává: „Právě kvůli ochraně pacientů vzniká

systém ověřování léků. Kra-
bičky budou od roku 2018
opatřeny speciálním 2D
kódem, který lékárník načte
a uvidí, zda je lék pravý.“

Pomoc při pochybách

Systém by mohli využívat i lidé, kteří si lék zakoupí na internetu. Právě to je způsob, kudy se padělané léky dostávají k uživatelům nejčastěji. „Nejedná se přitom jen o volně prodejné léky a doplňky stravy. Podle

našeho průzkumu* si až desetina lidí po internetu obstarává i specializované léky na předpis. Nejčastěji se jedná o antibiotika nebo cytostatika, která se používají k léčbě nádorových onemocnění,“

informuje Jakub Dvořáček z AIFP. I takto zakoupené léky by pacienti při pochybách mohli donést do lékárny a s lékárníkem si pomocí 2D kódu ověřit jejich pravost. „V tuto chvíli zkoumáme připravenost zdravotního prostředí na zavedení systému a všechny možnosti, jak bychom jej mohli využívat, abychom pacienty co nejvíce ochránili,“ informuje o aktuálním stavu projektu Jakub Dvořáček. Právě lékárníkům lidé důvěřují nejvíce. V případě podezření na neoriginální lék by se 70 % z nich obrátilo o radu právě na ně. Oproti roku 2013** se důvěra

v lékárníky zvýšila o 14 %. Další nejčastější možností, kam by se pacienti obrátili, je na svého ošetřujícího lékaře.

** Průzkum pro AIFP provedla společnost IPSOS, s.r.o. na vzorku běžné populace. Účastnilo se jej 518 respondentů. Sběr dat probíhal ve dnech 28. 4. – 3. 5. 2016.*

*** Průzkum v roce 2013 probíhal stejnou metodou na vzorku 516 respondentů.*



HARPAGOPHYT

aneb **ĎÁBLŮV DRÁP**

RNDr. Lenka Grycová, Ph.D.

Lidové léčitelství je sice obecný pojem, který ovšem nelze sjednotit pro celou planetu. To, co je v jedné zemi lidovým léčitelstvím, může být v jiné zemi oficiálně uznávaným lékařským postupem. Obecně uznávané pravidlo říká, že člověk by se měl léčit bylinami, které rostou v jeho přirozeném prostředí. Z tohoto hlediska bychom se měli věnovat heřmánku, lípě, kopřivám, kostivalu, jitrocelu a mnoha dalším léčivkám, které hojně rostou na území České republiky.

Lidové léčitelství je sice obecný pojem, který ovšem nelze sjednotit pro celou planetu. To, co je v jedné zemi lidovým léčitelstvím, může být v jiné zemi oficiálně uznávaným lékařským postupem. Obecně uznávané pravidlo říká, že člověk by se měl léčit bylinami, které rostou v jeho přirozeném prostředí. Z tohoto hlediska bychom se měli věnovat heřmánku, lípě, kopřivám, kostivalu, jitrocelu a mnoha dalším léčivkám, které hojně rostou na území České republiky.

Ale poděkovali by nám pacienti za takovou radu? Spíš asi ne. Jak říká jedno staré pořekadlo, zoufalé situace žádají si zoufalé činy. Proto jsme dnes ponořeni do cizokrajných herbářů, hledáme dávno zapomenuté léčebné postupy mnohdy velmi starých civilizací, proto experimentujeme na poli botaniky.

Harpagofyt ležatý (*Harpagophytum procumbens*) je právě jednou takovou léčivou rostlinou. Jeho přirozené prostředí je na

jiném kontinentě, jeho léčebné využití si předávají místní kmeny mnohdy jen ústně. A přesto, nebo možná právě proto je harpagofyt pro nás zajímavou rostlinou. A jedním z důležitých faktů je jeho působení na bolest.

Harpagofyt je na pohled velmi hezkou rostlinou z čeledi sezamovitých (*Pedaliaceae*). Jeho květy s růžovo-purpurovou barvou podobné květům náprstníku jsou velmi pohledné, a přestože rostlina má až 1,5 metru dlouhé stonky, vytváří spíše přízemní poléhavý porost. Jelikož rostlina je doma v jižní Africe, reaguje velmi citlivě na období sucha, kdy nadzemní část prakticky odumírá. Jediné, co pak přežívá, jsou kořeny, které vytvářejí dosti rozvětvený systém a druhotné hlízy.

Lidový název je odvozen od zahnutých ostnů na plodech rostliny. Mimo označení ďáblův dráp se můžeme setkat s takovými názvy jako čertovo kopyto, čertův spár, dnavá bylina nebo hákovitá rostlina. Tady se ovšem můžeme dostat do



bludného kruhu. Lidové názvy a zvláště ty s „čertem“ v názvu totiž mohou označovat více jak jednu léčivku. Proto pod označeními čertovo kopyto a čertův spár nalezneme v literatuře také plavuň vidlačku.

Harpagofyt je velmi žádanou léčivkou, o čemž svědčí i fakt, že díky velké poptávce a doslova nájezdu zájemců z okolních zemí, je rostlina v Africe na pokraji vyhynutí. Za posledních více jak šedesát let klesl výskyt harpagofytu v přirozeném prostředí o dvě třetiny. Proto byla bylina zařazena mezi chráněné rostliny a pro komerční účely se zakládají plantáže. A proč je harpagofyt tak vzácný? Jihoafrické kmeny využívají léčivé účinky kořene při potížích se zažíváním, při kožních onemocněních, ale hlavně při bolestivých stavech vyvolaných artrózou, revmatem nebo dnou. A bolest je pro člověka neoddělitelnou průvodkyní celým životem. S bolestí se rodíme a s bolestí umíráme. Bolest je to, co nám ubírá síly, a jsme

ochotni zkusit cokoliv, jen aby se nám ulevilo.

Využívanou částí rostliny jsou druhotné kořenové hlízy. Bylina se užívá ve formě extraktů (vodného, vodně-alkoholového) nebo ve formě suchého extraktu standardizovaného na obsah harpagosidu. Dávkování závisí na typu zdravotního problému, u bolestí záleží i na typu bolesti. Důležitými obsahovými látkami jsou iridoidy (1-3 %) – mimo harpagosid také harpagid a prokumbid, dále jsou to flavonoidy, fenolové glykosidy (acteosid a isoacteosid), dalšími látkami jsou tetrasacharidové struktury, triterpeny, či steroly.

Obsažený harpagosid hraje důležitou roli v inhibici biosyntézy látek, které se podílí na degenerativním průběhu revmatických onemocnění. Studie, které se věnovaly využití extraktu, prokázaly terapeutické výsledky nejen u degenerativních onemocnění pohybového aparátu, ale také u bolesti v bederní části páteře. Od roku 1953, kdy se harpagofyt dostal poprvé do Evropy, vyšlo mnoho studií, které

popisovaly analgetický a protizánětlivý efekt a působení proti artróze. Obsah komerčně vyráběných preparátů v Evropě se pohybuje v rozmezí 200–480 mg extraktu. Doporučená denní dávka pro analgetický a antirevmatický efekt odpovídá 4,6 g suchého kořene, což je ekvivalentem přibližně 50 mg harpagosidu.

Přestože je harpagofyt předmětem zájmu už od padesátých let minulého století, povědomost o této bylině je velmi malá. Ale přestože je tato bylina málo známá, je považována za rostlinu první volby při bolestech pohybového aparátu. Zvláště pak je vyzdvihováno použití při chronických bolestech.

Lidové léčitelství v Jižní Africe používá harpagofyt mimo bolest při poruchách trávení, jako tonikum, při nemocech krve, jako antipyretikum a analgetikum včetně bolestí v těhotenství. Evropské léčitelství pak doporučuje tuto rostlinu (mimo pohybový aparát) také při metabolických obtížích jater, ledvin, žlučníku a močového měchýře. Ohledně těhotenství je Evropa opatrnější. Přestože spousta studií ukazuje

na léčebný efekt extraktu, data, která by pokryla bezpečnost při užívání v těhotenství, nejsou dostatečná. Z kontraindikací je mimo těhotenství třeba dbát opatrnosti také při žaludečních a dvanácterníkových vředech, u osob se zvýšenou citlivostí, u alergiků a u pacientů se žlučovými kameny.

*„Medicus curat, natura sanat“
Lékař léčí, příroda uzdravuje.*

Zdroje:

Wichtl M. et al: Herbal drugs and Phytopharmaceuticals, Mepharma 2003.

Rystonová I.: Průvodce lidovými názvy rostlin, Academia Praha 2007.

Grünwald J., Jänicke Ch.: Zelená lékárna, Svojtka Praha 2008.

Chevallier A.: Rostliny léčí, Slovart Praha 2008.

Farmer-Knowlesová: Léčivé rostliny od A do Z, Metafora Praha 2010.

INZERCE

FLEXIHARPAN 435 mg®

harpagophyti radix

Dlouhá je cesta před námi!

Přírodní řešení
pro bolesti kloubů

Zakoupíte v lékárně

Zkrácená informace o přípravku Flexiharpan 435 mg®

Název: Flexiharpan 435 mg®. Složení: 1 tvrdá tableta obsahuje Harpagophyti radix 435 mg v jedné tabletce, odpovídá Harpagosidum nejméně 5,2 mg. Pomocné látky: Magnesium-stearát, koloidní hydratovaný oxid křemičitý, hypromelosa. Terapeutické indikace: Tradiční rostlinný léčivý přípravek užívaný k úlevě mírných bolestí kloubů. Dávkování a způsob podání: K perorálnímu podání. Pro dospělé. Dávkování: 1 tableta ráno, v poledne a večer při jídle, zapíjí se velkou sklenicí vody. Přípravek nemá být užíván déle než 4 týdny. Kontraindikace: Hypersenzitivita na léčivou látku nebo na kteroukoliv pomocnou látku. Pokud je bolest kloubu provázána otokem kloubu, zarudnutím nebo horečkou, je třeba, aby pacienta vyšetřil lékař. Z důvodu předběžné opatrnosti by pacienti s gastrickými nebo duodenálními vředy neměli přípravek obsahující hlízu harpagofytu užívat. Při užívání přípravku pacienti s kardiovaskulární chorobou je třeba opatrnosti. Fertilita, těhotenství a kojení: Vzhledem k nedostatku údajů se užití přípravku Flexiharpan 435 mg v těhotenství a při kojení nedoporučuje. Nežádoucí účinky: Gastrointestinální poruchy: průjem, nevolnost, zvracení, bolest břicha. Poruchy CNS: bolest hlavy, závrať. Poruchy kůže a podkoží: alergické kožní reakce. Doba použitelnosti: 5 let. Zvláštní opatření pro uchovávání: Uchovávat při teplotě do 25 °C v původním obalu, aby byl přípravek chráněn před světlem a vlhkostí. Druh obalu a velikosti balení: Hnědý PVC kontejner s 45 nebo 150 tabletkami, s víčkem s LDPE bezpečnostním uzávěrem. Ne všechen velikosti balení musí být na trhu.

Humánní léčivý přípravek. K vnitřnímu užití. Není vázán na lékařský předpis. Čtěte pečlivě příbalový leták. V případě výskytu nežádoucích účinků se poraďte s lékařem nebo lékárníkem.

Expharma

Expharma s.r.o., Dlouhá 36, Praha 1, 110 00, info@flexiharpan.cz

Nepovedený test D-TESTU na kloubní přípravky?

V časopise D-test 5-2016 vyšel test kloubních přípravků pod názvem „Po čem klouby touží?“. S ohledem na silnou reakci odborníků, především z řad farmaceutů, chceme upozornit na závažné nedostatky a zkreslující informace, které z testu vyplývají a kterým může veřejnost snadno podlehnout.



Odborníky, kteří spolupracují s časopisem PharmaNews, nemile překvapila již kritéria výběru přípravků. Není stanoveno, že by kloubní přípravky musely obsahovat obě látky ze skupiny SYSADOA. I pro léčebné účely se užívá látka jedna. V testu tedy nejsou například přípravky jako Arthrona, GS Condro, Glukosamin active.

Doporučené dávky prezentované časopisem D-test také nejsou z odborného hlediska správné. U glukosamin sulfátu je dávka stanovena pro léčivé přípravky 1500 mg na den. U chondroitin sulfátu je tato dávka 800 mg na den, nikoliv 1200 až 1500 mg. Důsledkem je neobjektivita, doporučování nesmyslně vysokých dávek přípravků a překračování dávek doporučených výrobcem. Tyto dávky jsou stanoveny i s ohledem na obsah dalších látek v přípravcích a nelze na základě obsahu látky jedné doporučovat užívání celého přípravku nad dávku doporučenou výrobcem. Obzvláště, když na každé krabičce je zákonem požadovaná věta: „Nepřekračujte doporučené dávkování“. Například při časopisem doporučené dávce 12 kapslí přípravku Orling Chondrotin 1200 uživatel užije také 8 mg mědi, 800 % referenční hodnoty denního příjmu. Nabádat uživatele k užívání dávek vyšších než stanovuje výrobce je tedy silně nezodpovědné.

Zavádějícím způsobem je prezentovaná „dávka“. U některých přípravků to je denní dávka (3 tobolky Orling Chondrotin 1200) u jiných jedna tableta, i když doporučená dávka jsou tablety 3 (např. Proenzi 3+). Výsledkem je silně

zkreslující graf, ze kterého vyplývá, že Chondrotin 1200 obsahuje více účinných látek v denní dávce než Proenzi 3+, i když ve skutečnosti to je přesně naopak.

V části tabulky „Dodržení deklarace“ uvedená procenta nesouvisí s procentem deklarovaného a zjištěného množství. Není jasné, co procento udává, nebo jak k němu redakce došla. Spotřebitel může nabýt dojmu, že přípravek obsahuje pouze 57 % deklarovaného množství (uspokojivě), i když dle naměřených hodnot plně vyhovuje.

Zcela záhadnou je volba vítěze testu. Obdobný přípravek, plně vyhovující, se shodným složením a za polovinu ceny (!) skončil v poli poražených.

Na důvěryhodnosti testu nepřidá ani to, že nebyla zmíněna laboratoř, ve které byla měření prováděna. Není známo, jestli je na tento typ měření akreditovaná. I když odchylka měření 15 % u glukosamin sulfátu se jeví jako reálná, odchylka pouze 3,2 % u chondroitin sulfátu budí u odborníků silnou nedůvěru.

Celý dizajn testu je velmi nešťastný, a prezentace výsledků zavádějící. I pro seriózní výrobky renomovaných výrobců vyznívá nepříznivě.

Od časopisu D-test, který se prezentuje jako objektivní médium, bychom očekávali více. Přinejmenším objektivní výsledky.

Požádali jsme redakci D-testu o vyjádření k testu kloubních přípravků.

Do uzávěrky se nám, bohužel, nikdo nevyjádřil.



Pornografie? Tato slečna prý točí nejen reklamu na Dr. Max, ale mnohem více.

Známé lékárenské síti Dr. Max se přihodil pořádný trapas. Na reklamní kampaň si nevybrali příliš vhodného adepta. Konkrétně jde o ženu, která potenciálním zákazníkům lékárny z reklamní kampaně nabízí kartu výhod. Dotyčná plavovláska totiž účinkovala i v pikantním videu, kde se svlékla úplně do naha. Upozornil na to český novinář Michael Skřivan.

Mluví lékáren společnosti Dr. Max přiznal, že žena v minulosti natáčela pikantnosti a zároveň se objevila i v reklamě jejich společnosti. „Od samotné aktérky víme, že jde o záležitost starou asi dva a půl roku – tedy mnohem starší než kampaň Dr. Max ČR – a podle jejího vyjádření chtěla tímto způsobem vyřešit složitou finanční situaci,“ ozřejmil situaci Michal Petrov, mluvčí, který komunikuje za českou pobočku lékáren. Zároveň přiznal, že to firmě není příjemné. „Není nám to příjemné, protože to kompromituje dobré jméno lékárenské sítě Dr. Max.“

Zdroj: extra.cz, topky.sk
redakčně kráceno

Festivaly



Festival Young for young 2016

Kdy: 1. červen 2016 – 4. červen 2016

Kde: Divadelní 15, 434 01 Most

www.divadlo-most.cz

Tradiční divadelní festival zve své fanoušky do Městského divadla v Mostě i do Divadla rozmanitostí, a to od 1. do 4. června 2016. Diváci se mohou těšit na Městská divadla pražská, Divadlo Bolka Polívky, Západočeské divadlo Cheb, studentská představení Pražské konzervatoře, VOŠ herecké a pohádky.

Společenské akce

Balíme na dovolenou - móda a kosmetika do kufru

Kdy: 6. červen 2016 17:00 – 20:00

Kde: Dominikánská 11, 602 00 Brno-střed

www.pohyblivysvatek.cz

Naučíme vás, jak se na běžnou dovolenou sbalit do příručního zavazadla, aniž by vás zaskočilo nečekané počasí či společenská událost.



Festivaly



Festival Young for young 2016

Kdy: 11. červen 2016 10:00 – 21:00

Kde: Centrální park Pankrác, 140 00 Praha 4

www.praha4.cz/

Přijďte se bavit, poznávat a ochutnávat jiné kultury. Pojdte strávit barevný den plný chutí, vůní, hudby a tance. Můžete zakusit tradiční i méně tradiční pochoutky z různých koutů světa. Užijte si pěvecká a taneční vystoupení. Čekají vás workshopy pro děti, přednášky a bohatý doplňkový program...



Mým koníčkem se stala před dvěma lety péče o ženy.

Pravděpodobně jsem čekala na správnou chvíli. A ta přišla. Jsem nadšená z každého setkání a moc mě baví, když vidím, jak jsou spokojené moje klientky, když jim ukazují, že mohou být krásné a atraktivní, to jsou chvíle, které opravdu miluji. Hledám ženy, které by chtěly vypadat ještě krásněji, mít zdravou pleť. Naučím Vás zdarma, jak se správně nalíčit.

Pořádáme mini kurz líčení i fotoproměny s profíky. Hledáme modelky na líčení a nabízíme možnost kariéry. Pokud máte zájem stát se na chvíli modelkou neváhejte mne kontaktovat.

Každá žena si zaslouží být výjimečná a krásná.

Jana Jokešová
Nezávislá kosmetická poradkyně Mary Kay
jana.jokesova@seznam.cz
www.marykay.cz/janajokesova

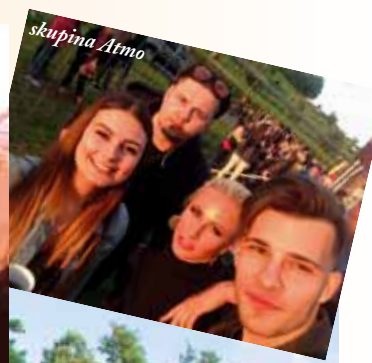
Jak tráví volný čas

naše moderátorka Soňa v létě?

Přijedte i vy na

Sázavafest.

Potkejte, vyfoťte se
a popovídejte si
s českými
a zahraničními
celebritami.



SOUTĚŽ PRO VÁS!

www.sazavafest.cz

Vybrajre vstupenky na Sázavafest 2016.

Kdy a kde se koná Sázavafest?

Své odpovědi pošlejte na e-mail:
pharmanews@pharmanews.cz,
sms na tel.: 604 268 259
nebo na FB Pharma News.

Vstupenky můžete zakoupit
na www.ticketspot.cz
a www.ticketportal.cz

Chut' lahůdkového léta

Čerstvý pstruh na grilu



Na 4 porce budeš potřebovat:

4 středně velké čerstvé pstruhy, zbavené vnitřností
4 větvičky čerstvého rozmarýnu
1 citron
extra panenský olivový olej
sůl a čerstvě mletý pepř

Na rozpálený gril dáme pstruhy naplněné rozmarýnem, dvěma kolečky citronu, osolené a opepřené, pokapané olivovým olejem.

Grilujeme 5-10 min. z každé strany.

Podáváme s chlebem a salátem.



Vína k pokrmům vybral sommelier Martin Vošmera z WineWorld.

wine world

Riesling



Pstruh má velmi jemné rybí maso, ke kterému je ideálním partnerem jedinečný minerální Riesling 2013 z vinařství Kramer z těch nejlepších vinic v okolí rakouského Falkensteinu. Toto víno je přímo stvořené pro pstruha na grilu se špetkou rozmarýnu. Díky své hravosti, jiskrnosti a dlouhotrvající chuti si získá srdce všech milovníků minerálnějších Rieslingů.

Recepty pochází z knihy
Kuchařka pro mého muže.

K dostání na www.smartpress.cz

Na 4 porce budeš potřebovat:

3 římské saláty
1 vejce
půlku francouzské bagety
8 lžic extra panenského olivového oleje
2 stroužky česneku
4 lžíce šťávy vymačkané z citronu
2 lžičky ančovičkové (sardelové) pasty
1 lžíce kvalitní worcesterské omáčky
1 lžíce bílého vinného octa
sůl a čerstvě mletý pepř
6 lžic strouhaného parmezánu

Jako moučník doporučujeme italské Tiramisu. Tento výborný recept a spousty dalších naleznete ve zmíněné kuchařce!



Salát Caesar

Do vroucí vody vložíme na 45 vteřin celé vejce. Po vyjmutí ho při pokojové teplotě necháme vychladnout. Saláty natrháme, z bagety nakrájíme kostičky a osmahneme na krutony. V misce smícháme: rozmačkaný česnek, citr.šťávu, ančovičky a worchester, vinný ocet, sůl, pepř, nakonec přidáme vychladlé vejce. Postupně přiléváme 6 lžic oleje. Vymícháme do hladka. Vše smícháme a posypeme parmezánem.

Solar de Becquer
Crianza 2013



Krémovitost a jemná struktura tohoto dezertu vyžaduje velmi specifické víno. Tím je Solar de Becquer Crianza 2013 ze španělské oblasti Rioja. Jemná ovocnost tmavých bobulí, která jde ruku v ruce s krémovostí díky zrání na americkém barrique sudu vrcholí v dlouhém čokoládovém dozvuku na patře. Díky své plnosti a jemnosti zaručuje výjimečný zážitek.

Clarendelle rosé 2012



Kombinace lehkého letního salátu a ideálně vychlazeného rosé vína je nepřekonatelná. Díky kombinaci Cabernet Sauvignonu (76%) a Merlotu (24%), která je typická pro tuto oblast Bordeaux, má Clarendelle rosé 2012 skvěle vyváženou ovocitou chuť s příjemným kořenitým aroma. Jemnost a noblesa v každém doušku. Nezůstanete jen u jedné skleničky.

Recepty redakčně upraveny. Detailní postup najdete v knize a na www.pharmanews.cz v aktuálním vydání.

Olga Lounová:

Vysněný cíl – DAKAR

Hezký den přeji. Nezlobte se, ale mě tak fascinuje představa malé dívenky, která se v Osečné řítí z kopce v dřevěné motokárce, že prostě musím začít otázkou, jak a kdy jste se dostala k rallye závodům a co vás na nich tak nadchlo?

Popravdě jsme měli udělané takové káry ze spodní strany kočárků. Romantika malé vísky je právě v tom, že se holky často dostanou do klučíčí party. Navíc nás rodiče brávali na závody jako diváky. Když jsem získala možnost jet po natáčení filmu o rally závodech Tacho zkušební exhibicí, neváhala jsem ani minutu.

Co v tomhle sportu považujete za svůj největší úspěch a máte v tomhle směru nějaký vysněný cíl?

Už to, že můžu usedat za volant pravidelně v rámci mistrovství České republiky, považuji za úspěch. Letos mě čeká celá sprint série.

Vysněným cílem by mohla být účast alespoň na jednom závodu mistrovství světa. A taky DAKAR.

Naším čtenářům jsem zapomněl sdělit, že Osečná je místem, kde jste vyrůstala. Můžete na chvíli, prosím, zavzpomínat na svoje dětství a na to, jakým dítětem jste byla?

Dychtivým, bych tak řekla.

Chodila jsem na všechny kroužky, které se u nás nabízely. Bavilo mě zkoušet a poznávat nové věci. S partou sousedských dětí jsme byli pořád venku a něco vymýšleli. K tomu jsem od páté třídy jezdila skoro každý víkend na vandry s kytarou a skvělou partou lidí, Zbojníci. Pak jsem taky jezdila na koncerty s kapelou. S rodiči jsme zase podnikali výlety. Mimochodem jsem z ještě menší části Osečné, ale velmi vzácné, z lázeňského místa Lázně Kunderatice. Všude jsem ale měla chuť vystupovat.

Po ukončení studia na Pedagogické fakultě v Liberci jste zamířila do Prahy a získala absolutorium na Konzervatoři Jaroslava Ježka v Praze. Co vás nasměrovalo k umělecké činnosti?

To kdybych věděla! Naši jsou spíš pragmatičtí. Ale oba rodiče mají chuť budovat, a když budujete, tak taky tvoříte. Asi tam jsou základy. Od mala jsem ale zpívala na všech vánočních besídkách a ve sboru, učila se na kytaru. Hodně jsem četla. Na vandrech se naučila pomáhat přírodě a ostatním. To všechno dohromady vyklíčilo v duši básnířky a písničkářky, která vkládá vše, co chce říct, do písní.

Jak moc bylo obtížné prosadit se na současné scéně a co v tomto ohledu považujete za zásadní zlom?

U nás je obtížné se dostat přes předsudky. Ten, kdo přijde na koncert, pustí si pár mých písní na Youtube, pochopí lépe, kdo jsem, než skrze média.

Zajímal by mě také, jak se tak říká, „tvůrčí proces“ vedoucí ke vzniku hudby a písňových textů. Kde (kdy, s kým) se vám nejlépe skládá?

Po dobrém koncertě mám vždycky chuť tvořit. Jindy zase, když není dobrý den. Nebo vidím něco zajímavého. Zní to divně, přijde to vždy v neočekávanou chvíli, neznamená to ale, že bych to měla přestat pokoušet. Chuť si zahrát, přeroste většinou v chuť něco nového zkusit, někdy ale je z toho jen to hraní.

Vaše první kapela se prý jmenovala „Modré houpáčky“. Můžu vás rozhoupat zase k troše vzpomínání na tuhle i ostatní skupiny, ve kterých jste účinkovala?

Mě na mé práci baví nejvíc koncertování. Chystám na zimu turné. Živý kontakt s diváky, pohledy z očí do očí. Očekávání. Potěšení. Zklamání. Překvapení. A to dělám doteď. S Modrými houpáčkami jsem objela české folkové štace. S Calatheou zase Evropské Gothic - rockové a rockové koncerty. Německo, Polsko, Chorvatsko i Česko. Bylo to perfektní.

Co hobby a koníčky? Kromě rallye se, tuším, věnujete například thajskému boxu? Máte ještě nějaké další záliby?

Ted' se už naplno začínám připravovat na zimní turné 2016. Jsem optimista. Chci předvést kromě skvělé živé muziky i nějakou menší show. Zatím je to přísně tajné. Ale kondici si udržuji právě thajským boxem a Body Body cvičením nebo posilovnou DrFit, jógou.

Jak pečujete o své zdraví? Přeci jenom se věnujete i sportům, kde hrozí neustále nějaké zranění...

Cvičím. Jím zdravěji. Občas hřeším, ale snažím se ovládat. Každé ráno vypiju sklenici vody s citronem s doplňky stravy na vlasy, vitamíny, minerály jako kalcium, magnézium a další. Dbám na vitamín B17, protože věřím, že je prevencí rakoviny a infarktů. Nepiju kafe.

Jaký životní úspěch vás osobně nejvíce potěšil?

To, že se můžu plnohodnotně živit muzikou, je nevychutnatelný pocit. Děkuji všem, kteří mi to umožňují a ještě mi

dávají velmi najevo, že jim moje skladby pomáhají v životě. Slyšet, že máte léčivý hlas, je také úspěch, za který jsem šťastná.

A naopak, je něco, co považujete za svůj největší neúspěch?

Bohužel, mi některé věci dlouho trvají. Například než se odvážím ukázat nové nápady, je už pak pozdě je ukázat. Takhle jsem, myslím, proplývala několik krásných záležitostí. Co nadělám, nejspíš jsem perfekcionalistka.

Máte nějaké oblíbené motto nebo životní moudro, které vás zvlášť oslovuje? Never Quit. Nikdy to nevzdávej. Holt nikdy nevíte, jak moc blízko jste byli.

Ještě bych se rád zeptal na vaše muzikálové role. Která vám zatím osobně nejvíce sedla a můžeme se těšit i na vaše další muzikálová působení?

Dlouho jsem muzikály nedělala a zase dlouho nebudu, pokud nepřijde nějaká opravdu velká pecka. Jsem ještě k vidění v Mamma mia v Kongresovém centru. To byla právě třeba ta pecka, která nešla odmítnout. A když už jsem byla v Praze kvůli divadlu, tak jsem vzala krásný komediální muzikál Mýdlový princ. Hity pana Neckáře. A kultovní Angeliku.

Před několika lety jste zaujala značné množství diváků se svou show „Optický klam“. Kde se zrodil tenhle nápad a jak náročné bylo zvládnout - nevím jak to jinak nazvat - akrobatickou choreografi?

Bylo to náročné na přípravu. Zkoušky s kapelou. Do toho tréninky akrobacie a tance. Zpěv a písně jsou na prvním místě, ale chtěla jsem působení textů podpořit ještě i obrazově. Je to síla, vdechnout život slovům a vysílat směr srdce diváka přímým zásahem všech smyslů.

Co by vám v současnosti udělalo největší radost?

Vyprodané turné. Kdyby mi dopadla jedna velká spolupráce v Los Angeles. A kdyby bylo v Čechách víc optimismu. Nevzdám to.

S přáním všeho nejlepšího za odpovědi děkuje Filip Rosenbaum



NOVINKA
S KYSELINOU
HYALURONOVOU

Eucerin

Sun Protection
50+
SUN FLUID
ANTI-AGE
FACE

**Hlubková sluneční ochrana
s péčí proti vráskám**

MEDICÍNSKÁ PÉČE PRO KRÁSNOU PLEŤ
ODBORNÉ PORADENSTVÍ 466 029 444 WWW.EUCERIN.CZ

Autor: Yan	Geometrické těleso	Jižní plod	Národ	Latinská spojka	Mořská želva		Letňanský podnik	Pohodný	Západočeské město	Osidla		Tenká kůra	Česká řeka	Obránce v kopané
Cenina						Mongolský kočovník					Iniciály tří králů Černý pták			
Mušle						1. díl tajenky Druh papouška								
Semita				Český prozaik Nesnáz					Kunovité šelma Střevíc					
Značka elektron-voltu			Psací potřeby Radní					Obyvatel Pyrenejí Plovoucí dok					Mrtvý jazyk	Motouz
Skrblíctví							Znoj Stepní pták				Horský skřítek Špatnost			
	Bicí hudební nástroj	Jméno herce Jiráka Ochotní				Otázka Unie						Setina hektaru Opuchlina		
Obilná zrna					Lesní zvíře Název písmene					Hra s čísly Prohra v šachu				
2. díl tajenky									Námět Chem. zn. Titanu					
Předložka				Kryt motoru							Zájmeno osobní			
Africký veletok				Severozápad (zkr.)			Vlákno k šití				Vada			

Tajenku zasílejte na adresu Pharma News, Jakobiho 326, 109 01 Praha 10 – Petrovice, na e-mail: pharmanews@pharmanews.cz nebo SMS na tel.: 777 268 259 do 1. 9. 2016. 10 luštitelů odměníme. **Výherci křížovky z března 2016:** Mirka Šimková, Staré Pavlovice; Eliška Fučíková, Znojmo; Mgr. Olga Kourková, Jihlava; Mgr. Libichová Iva, Olomouc; Polechová Andrea, Praha 10; Mgr. Petra Štěrbová, Pardubice; Alice Vespalcová, Brno; RNDr. Gajdorusová, Praha 2; Veronika Konopáčová, Červenka; Lenka Hynková, Jihlava

PROFESIONALITA A PRESTIŽ

Elegantní,
sportovní, nebo formální...

Vytvořte si svůj styl
profesního oblékání.

Cadenza.

Přijďte nás navštívit
do naší značkové prodejny Cadenza.

Těšíme se na Vás.

Otevírací doba

po-pá 7:30 – 18:00,

sobota 9:00 – 14:00 hodin.


Cadenza®

zelená linka 800 148 830

www.cadenza.cz



Eucerin®



Osvobodte se od **slunečních alergií!**

- ▶ Unikátní antioxidační komplex AGR prokazatelně omezuje vznik alergických reakcí na sluneční záření.
- ▶ Vysoce účinné UVA/UVB filtry spolehlivě chrání před škodlivými vlivy UV záření i velmi citlivou pokožku.
- ▶ Bez barviv, parfemace a emulgátorů.

MEDICÍNSKÁ PÉČE PRO KRÁSNOU PLEŤ. EXKLUZIVNĚ V LÉKÁRNÁCH.

WWW.EUCERIN.CZ

ODBORNÉ PORADENSTVÍ ☎ 466 029 444