



POSEBNA PONUDA — NOVEMBAR —



**SAVETI
I POPUSTI
PO MERI VAŠEG
ZDRAVLJA**

Ponuda traje od 1.11. do 30.11.2019. ili do isteka zaliha.

Šta još treba da uradite u 2019. godini?

Neispunjeni planovi svakom od nas donesu dozu nervoze i brige. Ali, šta kada nam neki plan pokvari iznenadna promena zdravstvenog stanja? Pomislimo li da je trebalo više pažnje da posvetimo sebi?

Kada u toku godine osmišljavate plan zdrave ishrane, redovnog vežbanja, boravka u prirodi i vremena u krugu porodice? Ukoliko već niste, vreme je da počnete.

Sredinom novembra obeležava se Svetski dan dijabetesa. Komplikacije ovog oboljenja predstavljaju jedan od vodećih uzroka smrtnih ishoda. Ali, posledice se mogu ublažiti ukoliko odlučimo da se više posvetimo potrebama našeg organizma.

Upravo zbog toga, od ovog izdanja, uvodimo novu uslugu za sve verne posetioce naših apoteka, dodatne pogodnosti u okviru **Kluba Senior plus**. Svakog meseca dobijaćete nove korisne informacije o određenom zdravstvenom stanju, prevenciji i terapiji, a tu su i dodatni popusti.

Pored toga, za sve naše pacijente, tu je i redovna mesečna ponuda.

Posvećeni vašim potrebama, uvek smo na raspolaganju da vam damo pravi savet i preporuku.

Vaše Apoteke plus



Preporuka farmaceuta

Gordana Tomić, spec. farm.
Apoteka PLUS Kod Sunčanog sata, Pančevo

Biti farmaceut znači pre svega biti human. Posao je odgovoran, svakodnevno moraš da budeš spreman da odgovoriš na mnogo poslovnih izazova. Nekada rad sa ljudima ume da bude iscrpljujući, ali je veliko zadovoljstvo kada im pomogneš u rešavanju njihovih zdravstvenih problema.

Prospan

Pre upotrebe detaljno pročitajte uputstvo. O indikacijama, merama opreza i neželjenim reakcijama na lek, posavetujte se sa lekarom ili farmaceutom.



dobra
cena

Bulardi

Ublažava simptome i skraćuje trajanje dijareje. Može se koristiti sa svim antibioticima.



-10%



OTKRIJTE TOPLU VODU



TYLOLHOT!

Lek primenjen u vidu toplog
napitka ublažiće **simptome prehlade i gripa.**

Sadržaj kesice rastvoriti u čaši tople vode i odmah popiti. Nije namenjen za primenu kod dece.

TYLOL[®] HOT, 6 kesica - Broj dozvole: 515-01-0685-11-001 od 21.04.2012. Nosilac dozvole: NOBEL ILIAC SANAYI VE TICARET AS - Predstavništvo, Beograd, Molerova 78

Pre upotrebe detaljno proučiti uputstvo! O indikacijama, merama opreza i neželjenim reakcijama na lek, posavetujte se sa lekarom ili farmaceutom.

Herbiko

Polikomponentni biljni sirupi za različite vrste kašlja, za decu i odrasle.



-10%

Paracetamol*



dobra
cena

Rapidol S*



dobra
cena

Vitamin D3

2000 I.U. (50µg) + inulin
Podrška metabolizmu, imunom,
koštanom, respiratornom i
kardiovaskularnom sistemu.



-10%

Aspirin Complex*



dobra
cena

Aspirin 500*



dobra
cena

Ecomer

Preporučuje se za jačanje imuniteta i poboljšanje opšteg stanja organizma.



-15%

Remostabil

Podiže nivo hormona sreće, eliminiše stres i nervozu, prevenira depresiju. Triptofan+matičnjak, pasiflora, glog, magnezijum, kalifornijski mak.



-15%

*Pre upotrebe detaljno pročitajte uputstvo. O indikacijama, merama opreza i neželjenim reakcijama na lek, posavetujte se sa lekarom ili farmaceutom.

Vitamin D₃ - potreban ili neophodan?

Sve veći broj studija ukazuje na značaj vitamina D₃ i na to da je njegov nivo u krvi dobar parametar za procenu opšteg zdravlja, s obzirom na to da ima brojne funkcije.



Vitamin D₃ je važan za ceo organizam, a pre svega za zdravlje kostiju. Nedovoljne količine kod dece dovode do rahitisa, a kod odraslih se javljaju osteoporoza i osteomalacija, gde dolazi do razgradnje kostiju.

Nizak nivo ovog vitamina povezan je sa povećanim rizikom za razvoj kardiovaskularnih bolesti, astme kod dece, malignih oboljenja, multiple skleroze, poremećaja u okviru imunog sistema. Optimalne količine su važne i zbog plodnosti određene osobe. U pankreasu je neophodan za održavanje dobre sekrecije insulina. U mozgu je bitan za optimalno održavanje nervnog sistema, kao i za mišiće.

Da li imamo dovoljno vitamina D₃?

Sa manjom količinom od neophodne živi 64% stanovništva na celoj planeti. Postoje i delovi gde je deficit prisutan kod čak 80% ljudi. U Evropi sa nedovoljnom količinom vitamina D₃ živi 58% osoba.

Nizak nivo vitamina D₃ je postao problem javnog zdravlja. Šta je glavni uzrok?

Izlaganje suncu je osnovni izvor vitamina D₃, ali znamo da nam to nije u svakodnevnoj praksi zbog *brzog tempa* života. Pored ovog, značajni faktori za nastanak deficita vitamina D₃ su i zagađenje životne sredine, odeća i upotreba zaštitnih krema tokom izlaganja suncu, zimski period i što je veoma značajno nedovoljan unos vitamina D₃ putem hrane. Pored ovog, postoji i funkcionalni deficit vitamina D₃, koji je posledica različitih bolesti (bolesti jetre, bubrega usled pojačane urinarne ekskrecije vitamina D₃ i gojaznost)

Uz sve ovo dolazimo do zaključka da je suplementacija vitaminom D₃ neophodna. U zavisnosti od starosne dobi i opšteg stanja organizma zavisi i preporučena dnevna doza. Stoga je obavezna i konsultacija sa lekarom ili farmaceutom.

Ako već moramo da unosimo vitamin D₃ u vidu suplemenata, u širokom spektru vitamina, koji nam se danas nude, moramo biti mudri i odabrati onaj koji ima i druge benefite po zdravlje, a to je **VITAMIN D₃ SA INULINOM**, prebiotskom kulturom, koja ima blagotvorne efekte na crevnu floru.

mr pharm. Brankica Milinković



- za decu stariju od 6 godina i odrasle
- 1 kapsula dnevno

PropoMucil® pastile

NOVI UKUSI

PROPOMUCIL® pastile

- Snaga prirodnog N-acetilcisteina i ekstra propolisa, obogaćen cinkom i vitaminom C

- Ukus LIMUNA I MEDA, EUKALIPTUSA, ŠUMSKOG VOĆA, POMORANDŽE

PROPOMUCIL® pastile kod:

- upale grla (krajnika)
- bola u grlu
- afti

**REŠAVAJU UZROK
OTKLANJAJU
POSLEDICE!**

- N-acetilcistein smanjuje stvaranje bakterijskog biofilma čime omogućava da propolis deluje antimikrobno, a cink i vitamin C dodatno ojačavaju imunitet



EUCALYPTUS



FOREST BERRY



ORANGE



HONEY and LEMON



AbelaPharm

Senior PLUS



Mesec dijabetesa

Poštovani korisnici naše Kartice zdravlja,

Pred vama je nova usluga, koja podrazumeva dodatne mesečne popuste i pogodnosti.

Svaki mesec biće posvećen zdravstvenom problemu, koji ćemo obraditi kroz stručne tekstove i savete uz koje ćete dobiti pomoć da bolje razumete svoju bolest i držite je pod kontrolom, kao i da sprečite razvoj eventualnih komplikacija.

Za najvernije pripremili smo i poklone - nedeljne dozatore za lekove koje možete preuzeti u najbližoj apoteci iz mreže Apoteka plus, jer mi uvek nudimo uslugu više.



POKLON DOZATOR!

Prostamol uno*

Pre upotrebe detaljno pročitajte uputstvo. O indikacijama, merama opreza i neželjenim reakcijama na lek, posavetujte se sa lekarom ili farmaceutom.



**dobra
cena**

Quixx*

Pre upotrebe detaljno pročitajte uputstvo. O indikacijama, merama opreza i neželjenim reakcijama na medicinsko sredstvo, posavetujte se sa lekarom ili farmaceutom.



**dobra
cena**

Flexitol

Brzi rezultati u popravljanju stanja veoma suve, grube i kože sklone pucanju, karakteristične za šećernu bolest.



-10%

Kako da poboljšate kvalitet života sa dijabetesom

Dijabetes ili šećerna bolest je stanje u kome su povišene koncentracije glukoze u krvi. Nelečen, dijabetes može dovesti do brojnih komplikacija i ugroziti i sam život obolelog.



Bolest nastaje usled oštećenja ćelija pankreasa i posledično smanjenog lučenja hormona insulina ili zbog njegove smanjene aktivnosti, a često i usled oba činioca. Dijabetes spada u najčešća oboljenja, sa porastom broja novoobolelih, na šta u velikoj meri utiče gojaznost.

Bolest se uglavnom ispoljava kao tip 1 ili tip 2. Dijabetes tip 1 se razvija kod mlađih osoba usled naslednih faktora u kombinaciji sa faktorima spoljašnje sredine, dok tip 2 najčešće nastaje kod starijih osoba, usled promena na svim organima, pa i na pankreasu. Neretko, dijabetes se javlja i u periodu trudnoće (gestacioni dijabetes).

Dijabetes u velikoj meri narušava kvalitet života obolele osobe. Posebno su opasne komplikacije na krvnim sudovima: malim u oku, bubrežima i oko nerava i velikim, u predelu srca i mozga.

Dijabetesu prethodi predijabetes (10-12 god. ranije). Taj period je potrebno iskoristiti za promenu životnih navika kako bi se sprečila brzina napredovanja bolesti. Simptomi koji najčešće prate dijabetes su pojačan osećaj gladi i žeđi, učestalije mokrenje, gubitak telesne mase, umor i slabost, infekcije kože, svrab na telu i rane na stopalima.

Terapijski cilj u dijabetesu jeste držati koncentraciju glukoze na zadovoljavajućem nivou, sprečiti poremećaj metabolizma masti i varijacije krvnog pritiska. Veoma važan parametar koji se prati je glikozilirani hemoglobin, HbA1c.

Od velikog značaja su i korekcije u ishrani, koje podrazumevaju ravnotežu unosa hranljivih materija i pravilan raspored obroka. Na ovaj način se sprečava pojava gojaznosti i opasnost da pacijent upadne u stanje hipoglikemije (nedozvoljeno nizak nivo glukoze nakon uzimanja terapije i usled preskakanja obroka). Neophodan je i plan fizičkih aktivnosti, bar 3 puta nedeljno: hodanje, trčanje, plivanje ili vožnja bicikla.

Lečenje dijabetesa je složeno i zahteva angažovanje endokrinologa (interniste), neurologa, oftalmologa, stručnjaka za ishranu i farmaceuta.

Jedino pridržavanjem svih saveta, poštovanjem režima kontrola i održavanjem zadatih vrednosti glukoze moguće je sprečiti razvoj hroničnih komplikacija i povećati kvalitet života.

Značaj samokontrole u šećernoj bolesti

Šećerna bolest (dijabetes) je bolest koja traje celog života i ako nije dobro kontrolisana ostavlja ozbiljne posledice u smislu narušenog zdravlja i kvaliteta života osobe koja od nje boluje. Stoga je veoma važno držati nivo šećera u krvi u određenim granicama.

Na koji način se procenjuje da li je dijabetes dobro regulisan ili ne?

Za najveći broj obolelih bolest je dobro regulisana ako je vrednost Hb_{a1c} manja ili jednaka 7% (53 mmol/l). U nekim slučajevima lekar može odrediti i nešto nižu ili višu vrednost Hb_{a1c} za ciljnu, ali ne višu od 8% (64 mmol/mol). Međutim, samo ovaj podatak najčešće nije dovoljan. Izuzetno je važno samostalno meriti vrednosti šećera u krvi. Treba meriti jutarnje vrednosti šećera nakon ustajanja, a pre uzimanja hrane (našte). Pored glikemija našte, za procenu regulisanosti šećerne bolesti treba raditi i celodnevne profile glikemije – šećer meriti neposredno pre i 1,5-2 sata nakon glavnih obroka (doručak, ručak i večera), i jedno merenje u toku noći (02-04h). Vrednosti glikemije našte i pre obroka treba da

budu između 4,4 i 7,2 mmol/l, dok dva sata nakon obroka vrednosti treba da budu do 10 mmol/l. Za mlađe osobe ili one kod kojih dijabetes kraće traje mogu se tražiti i niže vrednosti. Izmerene vrednosti glikemije se unose u dnevnik samokontrole i dnevnik je potrebno poneti na svaku kontrolu kod lekara.

Koliko često treba meriti šećer u krvi?

U tipu 1 dijabetesa treba kontrolisati dnevni profil najmanje dva puta nedeljno i glikemiju našte bar još jednom nedeljno. U tipu 2 dijabetesa na terapiji tabletama treba kontrolisati dnevni profil glikemije najmanje jednom mesečno, još jednom u toku nedelje glikemiju našte i jednom posle obroka. Kod osoba sa tipom 2 dijabetesa koji su na terapiji insulinom treba kontrolisati dnevni profil glikemija jednom nedeljno, još jednom u toku nedelje glikemiju našte i jednom posle obroka. Svi oboleli od dijabetesa treba češće da kontrolišu glikemije u slučaju akutne bolesti (infekcije, uzimanje nekih lekova i sl.), promena u načinu života (novi posao, putovanje, itd.), u slučaju pojačane fizičke aktivnosti ili neredovnog uzimanja obroka.

dr Marija Glavinić

ĐZ Zemun, Savetovalište za dijabetes

ACCUCHEK®

Sa Accu-Chek® meračima šećera u krvi
Pouzđano i lako ka zajedničkom cilju

Roche



ACCUCHEK® Active



ACCUCHEK® Performa

Pre upotrebe detaljno pročitajte uputstvo. O indikacijama, merama opreza i neželjenim reakcijama na medicinsko sredstvo posavetujte se sa lekarom ili farmaceutom.

Exedol sprej

Kapsaicin u sastavu pomaže kod nelagodnosti koje se najčešće javljaju u stopalima kao posledica dijabetesa - bol, trnci i žarenje.



-20%

Oligocal Cr

Nadoknađuje nedostatak hroma u organizmu. Hrom povećava efikasnost insulina i ima značajnu ulogu u metabolizmu šećera.



-20%

Utisept

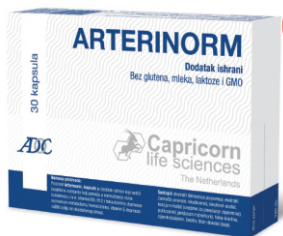
Sadrži patentirani ekstrakt hibiskusa. Može doprineti olakšanju tegoba i umanjenu osetljivosti urinarnog trakta.



-15%

Arterinorm

Prirodan i bezbedan, za efikasnu kontrolu lipidnog statusa i prevenciju nastanka i razvoja kardiovaskularnih bolesti. Klinički dokazana originalna formula sa trostrukim dejstvom.



-15%

Digestal

Može dovesti do ublažavanja simptoma poremećenog varenja hrane, nastalog zbog oslabljene funkcije pankreasa.



-15%

Sabesp

Pre upotrebe detaljno pročitajte uputstvo. O indikacijama, merama opreza i neželjenim reakcijama na medicinsko sredstvo, posavetujte se sa lekarom ili farmaceutom.



dobra
cena

PharmaS

Pravi put do zdravog stomaka



PharmaS

FLORIOTIC®

BOULARDII



Rezistentan

Možete ga uzimati istovremeno s antibioticima

Efikasno zaustavlja dijareju

Otporan na kiselu sredinu želuca

Sadrži 5 milijardi živih liofilizovanih kultura kvasaca *Saccharomyces cerevisiae* var *boulardii* I-3799 renomiranog francuskog proizvođača

**Probiotik
koji stomak menja nabolje.**

Imunosal

Jedinstvena podrška imunom odgovoru.
Preventivno ili kao dopuna terapiji, za
>12 god. i odrasle.



-25%

Caffetin cold max*



dobra
cena

Rupurut*



dobra
cena

Tantum verde*



dobra
cena

Marsovci

Kompleks beta-glukana, vitamina i
minerala za decu, koji povoljno utiču
na imunitet, rast, razvoj i apetit.



-15%

Alkakaps Shark Oil

Jedinstvene materije iz ajkuline jetre:
omega 3, vitamini A i D, mogu pomoći
imunom odgovoru.



-10%

Aktivni uglj

Brzo dejstvo, pomoć u ublažavanju
stomačnih problema i rešavanju
simptoma mamurluka i nadutosti.



-10%

Andol C*



dobra
cena

*Pre upotrebe detaljno pročitajte uputstvo. O indikacijama, merama opreza i neželjenim reakcijama na lek, posavetujte se sa lekarom ili farmaceutom.

Beviplex

Podmiruje dnevne potrebe organizma za vitaminima B grupe i nadoknađuje njihov nedostatak.

-10%



Oligogal Se

Doprinosi jačanju imuniteta, održanju prirodne ravnoteže u organizmu i usporavanju starenja.

-10%



Pro nerv

Prirodna alternativa za smirenje: stres, napetost, nesanica, razdražljivost, pojačana mentalna aktivnost. Antioksidans i pomoć u zaštiti od KVS i malignih oboljenja.

-10%



Metafex*

Pre upotrebe detaljno pročitajte uputstvo. O indikacijama, merama opreza i neželjenim reakcijama na lek, posavetujte se sa lekarom ili farmaceutom.

dobra
cena



Virasoothe

Gel i gel u spreju za hlađenje i olakšavanje simptoma ovčjih boginja. Deluje zaštitno i može da umanjiti formiranje ožiljaka.

-20%



Ichtyol šampon+regenerator

Blage materije, ne isušuje kosu i kožu, prevencija i tretman pojave peruti, pogodan za masnu kosu, smanjuje crvenilo i svrab.

-15%



pH 5.5

ViraSoothe™

Care Virasoothe Care Virasoothe Spray Gel

Gelovi za hlađenje i olakšanje simptoma
kod ovčijih boginja



- Trenutni efekat prijatnog hlađenja
- Efikasno sprečava svrab, češanje i infekciju kože
- Prevenirira ožiljke
- Primenjuje se 2-3 puta dnevno ili kad god je potrebno ublažiti simptome
- Bezbedan za sve uzraste od 6 meseci.*

* Deca mlađa od 6 meseci
uz lekarski nadzor

Bez češanja.

Pre upotrebe pročitati uputstvo! O nameni i neželjenim reakcijama na medicinsko sredstvo posavetujte se sa lekarom ili farmaceutom.

 **Hemofarm**
STADA GRUPA

Bebicol

Probiotik za grčeve kod beba, prevenciju i dopunu tretmana antibiotske dijareje i očuvanje ravnoteže crevne flore od prvog dana.



-20%



FerriMore

Preporučuje se kod anemije, doprinosi normalnom stvaranju crvenih krvnih zrnaca.



-10%



Herbafast Fiber

Suzbija glad, smanjuje telesnu težinu i eliminiše toksine iz organizma.



-20%



Oligovit

Najvažniji vitamini i minerali u periodu rasta i razvoja, stanjima neadekvatne ishrane, premorenosti i oporavka, kao i tokom trudnoće i dojenja.



-20%



Pantenol krem i mast

Za suhu kožu, kao i kod ogrebotina, trenja ili pritiska, za ublažavanje nelagodnosti, crvenila, iritacija i svraba.



-20%



Farlin činija i set za ishranu

Činija 360° sprečava prosipanje i olakšava hranjenje. Nelomljivi set sadrži poslužavnik, viljušku, čašu i činiju.



-10%





Apoteka PLUS je paket usluga, koje možete naći širom Srbije.
Posebna ponuda iz ovog kataloga važi u sledećim objektima:



ApotekaPLUS



ApotekaPLUS



www.apotekaplus.rs

**ALEKSANDROVAC
BRAĆA FILIPOVIĆ**

29. novembra 47, lokal 2,
037/35-55-730

**BABUŠNICA
ANTIĆ**

Živojina Nikolića Brke 16,
010/383-888
Ivice Miladinovića 1,
010/383-777

**BEOGRAD
MAGISTRA ŽIVANOVIĆ**

Mileve Marić Ajnštajn 54 lokal 6,
011/7138-084
Trgovačka 30a,
011/239-3490

SELIĆ

Kralja Petra 62, 011/3286-540

SING PHARM

Dositejeva 20, 011/7853-802

SUNCE PHARM

Ljubiše Miodragovića 29,
011/34-33-156
Generala Štefanika 47,
011/770-25-40
Ljube Davidovića 1,
011/28-32-116
Generala Štefanika 19,
011/630-70-41
Stevana Filipovića 8,
011/406-12-07

VIDA

Branka Krsmanovića 5,
011/4095-929

**BORČA
PULS**

Ivana Milutinovića 9,
011/27-22-986

**ĆIĆEVAC
BRAĆA FILIPOVIĆ**

Karađorđeva 128, 037/812-266

**ĆUPRIJA
VIVA**

Karađorđeva 49, 035/8475-494
Anđe Ranković 17, 035/8473-494
Kneza Miloša 68/1, 035/8871-430

**GROCKA
LENA FARM**

Bulevar oslobođenja 29,
011/8500-223
Srpsko-grčkog prijateljstva 13,
011/8501-002

**JAGODINA
NEVEN**

Kneginje Milice 16, 035/232-101
Stevana Prvovenčanog 3, 035/252-801

**KLADOVO
TALIA**

22. septembra 17, 019/801-801
TALIA PLUS

Ivana Kosančića 7a, 019/233-120

**NIKINCI
MELEM**

Koste Nađa 3, 022/443-511

**NIŠ
NEVENPHARM**

Trg Svetog Save 11, 018/530-401

**OBREŽ
VIVA**

Save Kovačevića 1, 037/791-161

**OSTRUŽNICA
SUNCE PHARM**

Karađorđeva 13, 011/80-71-216

**PANČEVO
KOD SUNČANOG SATA**

Kikindska bb, 013/335-637
Miloša Obrenovića 5, 013/315-396
Nikole Tesle 3, 013/342-637
Veljka Vlahovića 11a, 013/33-11-31
Svetog Save 109, 013/347-013
Makedonska 115a, 013/370-419

**PARAĆIN
BRAĆA FILIPOVIĆ**

Bore Petrovića bb, 035/568-795
Majora Marka 32, 035/568-147
Vojvode Mišića 74b, 035/568-606
Vožda Karađorđa 19, 035/562-594

FILIPOVIĆ ANA

Tome Živanovića bb, 035/760-555
Selo Donje Vidovo, 035/8525-104

**PIROT
ANTIĆ**

Lava Tolstoja 1B, 010/312-012
Trg Republike 134, 010/322-834

**POŽEGA
VIDA**

Nemanjina 55, 031/811-563

**RABROVO
SELIĆ**

Vidovdanska 9, 012/885-007

**RESAVICA
VIVA**

6. Avgusta, lamela 2a,
035/627-915

**STARČEVO
KOD SUNČANOG SATA**

Pančevački put 9, 013/633-512

**SUBOTICA
PHARMAVIT**

Arsenija Čarnojevića 17,
024/571-064

**SURČIN
SING PHARM**

Vojvodanska 77, 011/7853-803
Vojvodanska 271, 011/7853-804

**ŠABAC
MELEM**

Andre Jovanovića 2a,
015/343-371
Zanatlijska 32, 015/300-750
Stojana Novakovića 20,
015/341-644

**UŽICE
IVA**

Dimitrija Tucovića 83a,
031/510-600

MENTA

Užičke republike 195,
031/554-111
Slanuška 2, 031/525-200

**VARVARIN
VIVA**

Ulica slobode 120, 037/787-027

**VELIKA PLANA
PLANA L**

Miloša Velikog 110,
026/514-778

**VELIKO GRADIŠTE
SELIĆ**

Trg Mladena Miloradovića 5,
012/663-047

**VRANJE
NOVA PHARM**

Bore Stankovića 1, 017/420-870

**ZLATIBOR
IVA**

T.C. Jezero, 031/846-263
T.C. Pijaca, 031/841-829