

ΤΟ φαρμακείο σας



Το έντυπο διανέμεται δωρεάν από όλα τα συνεργαζόμενα φαρμακεία του ομίλου ΕΝΩΜΕΝΑ ΦΑΡΜΑΚΕΙΑ ΚΥΠΡΟΥ



Χαιρετισμός Συντακτικής Ομάδας

Ήλιος και παιδιά

Αλλεργική Ρινίτιδα και σκόνη

Λεπτίνη, γκρελίνη και παχυσαρκία

Μουσικοθεραπεία και Νευρολογία

Η σημασία της αντηλιακής προστασίας

Κοιλιοπλαστική

Ροχαλοπότο και Υπνική Άπνοια στην Παιδική Ηλικία



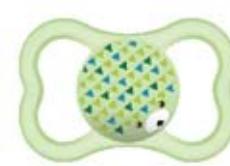
We speak only with the heart...



Original



Perfect



Air



mambaby.com

MAM Cyprus @mamcyprus

Moms choose MAM

Χαιρετισμός Συντακτικής Ομάδας

11η Έκδοση "Το Φαρμακείο σας"

Αγαπητοί αναγνώστες,

Το καλοκαίρι έφτασε, η θερμοκρασία ξεκίνησε να ανεβαίνει και είμαστε ένα βήμα πριν τις καλοκαιρινές μας βουτίες.

Το 11ο τεύχος του ενημερωτικού εντύπου «το Φαρμακείο σας», έρχεται να σας κρατήσει συντροφιά για ακόμα μια φορά, να δώσει λύσεις και απαντήσεις σε θέματα που σας αφορούν και να σας προετοιμάσει για τους θερμούς μήνες που έρχονται.

Διαβάζουμε λοιπόν σε αυτό το τεύχος για τη σχέση του ήλιου με τα παιδιά, πώς να αντιμετωπίσουμε την αλλεργική ρινίτιδα σε συνδυασμό με τη σκόνη στην ατμόσφαιρα, μαθαίνουμε για την κοιλιοπλαστική επέμβαση, μα και πολλά άλλα θέματα.

Εμείς, σαν συντακτική ομάδα, ευχόμαστε καλό καλοκαίρι και καλή ανάγνωση.

Η Συντακτική Ομάδα

Μαρία Πελεκάνου
Βασιλής Νικολάου
Βαγγέλης Λυσιώτης

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

Χαιρετισμός Συντακτικής Ομάδας	2
Ήλιος και παιδιά	3
Αλλεργική Ρινίτιδα και σκόνη	4 - 5
Λεπτίνη, γκρελίνη και παχυσαρκία	6
Μουσικοθεραπεία και Νευρολογία	7
Η σημασία της αντηλιακής προστασίας	8 - 9
Κοιλιοπλαστική	10
Ροχαλοτό και Υπνική Άπνοια στην Παιδική Ηλικία	11

Ιδιοκτήτης του εντύπου αυτού είναι τα Ενωμένα Φαρμακεία Κύπρου.

Βιομηχανική Περιοχή Ανατολικό,
Ταχ. Κώδικα: 8501, Ταχ. Θυρίδα: 62410,
Ταχ. Τομέας: 8064, Πάρος, Κύπρος.
Τηλ.: 00357 26 819 595
Φαξ: 00357 26 600 605
Email: info@kedifap.com
www.kedifap.com

ΑΠΑΓΟΡΕΥΕΤΑΙ η αναδημοσίευση και γενικά η αναπαραγωγή αυτών των κειμένων με οποιοδήποτε μέσο ή τρόπο, χωρίς τη γραπτή άδεια των Ενωμένων Φαρμακείων Κύπρου.

FREZYDERM

KIDS SUN CARE SPF 50+
WET SKIN SPRAY

Εφαρμογή και σε βρεγμένο δέρμα!
για ατελείωτο παιχνίδι κάτω από τον ήλιο!

NEO

Πολύ υψηλή προστασία
Στοχευμένος ψεκασμός
Λεπτόρρευστη διάφανη υφή

Δεν χρειάζεται σκούπισμα της επιδερμίδας πριν την εφαρμογή

www.frezyderm.com.cy
[Frezyderm Cyprus](#)

Ήλιος και παιδιά



Η σχέση του παιδιού με τον ήλιο είναι πολύ σημαντική. Με την έκθεση στον ήλιο συντίθεται η βιταμίνη D, απαραίτητη για την απορρόφηση του ασθεστίου και την ανάπτυξη των οστών.

Η χωρίς μέτρο όμως έκθεση στον ήλιο κατά την παιδική ηλικία, προκαλεί βλάβες στο DNA και μειώνει τη λειτουργικότητα των δερματικών κυττάρων μέχρι καταστροφής. Αυτό συνεπάγεται περισσότερες πιθανότητες ανάπτυξης δερματικού καρκίνου κατά την ενήλικη ζωή (μετά τα 50 χρόνια). Τα παιδιά είναι ιδιαίτερα ευαίσθητα στο έγκαυμα ανεξάρτητα από το χρώμα του δέρματος.

Ιδιαίτερη μέριμνα και μέτρα προστασίας επιβάλλονται αν:

- το παιδί είναι κάτω των 2 ετών
- έχει ανοιχτόχρωμη επιδερμίδα, κόκκινα ή ξανθά μαλλιά, ανοικτά μάτια ή λαμβάνει φαρμακευτική αγωγή (p.h. αντιβιοτικά, αντιεπιλοπτικά)
- έχει παρουσιάσει ευαισθησία στο δέρμα και τα μάτια ή έχει ατοπική δερματίτιδα

Τα μωρά κάτω των 12 μηνών δεν έχουν αναπτύξει πλήρως τους μηχανισμούς προστασίας έναντι της πλιακής ακτινοβολίας. Η χρήση αντηλιακού είναι επιβεβλημένη και πρέπει να επιλέγεται προϊόντα κατάλληλα για παιδιά.

Η αποτελεσματική πλιοπροστασία του παιδιού περιλαμβάνει:

- εφαρμογή αντηλιακού σε όλα τα ακάλυπτα μέρη του σώματος χωρίς να ξεναγήμει μύτη, αυτιά και πίσω από τα γόνατα
- τακτική επανάληψη της εφαρμογής ανά 2ωρο
- η χρησιμοποιούμενη ποσότητα πρέπει να είναι αρκετή (μία γεμάτη παλάμη τη φορά)
- φορέστε στο παιδί καπέλο με πλατύ γείσο και ρούχα χαλαρά πυκνής ύφασης
- αποφύγετε την ηλιόκθεση τις ώρες υψηλού κινδύνου: 11 π.μ – 4 μ.μ
- στην παραλία ή την πισίνα, η παραμονή πρέπει να είναι κάτω από σκιά και οπωσδήποτε να μην είναι παρατεταμένη

Τα παιδιά δέχονται το 80% της συνολικής πλιακής ακτινοβολίας που θα σωρεύσουν στη ζωή τους πριν τα 18-20 χρόνια, όχι τόσο στις διακοπές όσο στην καθημερινότητά τους (ψώνια, άθληση).

Η πλιοπροστασία χρειάζεται καθημερινά στη βόλτα, στο παιχνίδι, στο διάλειμμα, στον παιδικό σταθμό, στην παιδική χαρά, στις εξωτερικές αθλητικές δραστηριότητες.

lax-tab®
Δισακοδύλη

Ανακουφίζει από τη δυσκοιλιότητα

Ειδικά σχεδιασμένα δισκία για να δρουν τοπικά στην επιθυμητή περιοχή δράσης.

Συμβουλεύετε τον γιατρό ή τον φαρμακοποιό σας.
Παλεύτε μόνο στο φαρμακείο.
Δεν είναι απορία πως η ιατρική συντογή.
Πα περισσότερες πληροφορίες συμβουλεύετε το Φάλλο Θέρην Χρήσης ή την εξωτερική συσκευασία του προϊόντος.

Remedica
FOR A HEALTHIER WORLD

Remedica Ltd, Βιομ. Περιοχή Λεμεσού Τ. Κ. 51706, CY - 3508 Λεμεσός, Κύπρος Τηλ. + 357 25 553000, Φαξ, +357 25 390192 E-mail: Info@remedica.com.cy

www.remedica.eu

Αλλεργική Ρινίτιδα και σκόνη

Τις τελευταίες εβδομάδες βιώνουμε σε όλη την Κύπρο **το φαινόμενο της σκόνης με αισθητά μειωμένη την ποιότητα αέρα**. Τα επίπεδα σκόνης στην ατμόσφαιρα κυμαίνονται από λίγο πιο πάνω του επιπρεπτού ορίου (50μ g/m³) μέχρι και 10 φορές περισσότερο, σύμφωνα με τους ειδικούς. Διεθνείς μελέτες εκτιμούν ότι δύο δισεκατομμύρια μετρικοί τόνοι σκόνης με προέλευση της ερήμους της Αφρικής και Ασίας, μετακινούνται εποιώς στην ατμόσφαιρα της γης, μεταφέροντας μαζί τους, δύο τετράκις εκατομμύρια μικρο-οργανισμούς και άλλα οργανικά στοιχεία. Η παρατελέμενη ανομβρία των τελευταίων δεκαετιών δυσχεραίνει αυτή την κατάσταση.

Τα υψηλά επίπεδα σκόνης στην ατμόσφαιρα επιβαρύνουν το ανώτερο αναπνευστικό σύστημα, το οποίο φίλτραρει τον εισπνεόμενο αέρα, με αποτέλεσμα, οι ευπαθείς ομάδες του πληθυσμού να είναι πιο ευάλωτες. Συμπτώματα παρουσιάζει και ο γενικός πληθυσμός χωρίς προηγούμενο ιστορικό κάποιας πάθησης του αναπνευστικού συστήματος, αφού υπάρχει ευαισθητοποίηση στα νέα αλλεργιογόνα που παρασύρονται με τη σκόνη.

Η Αλλεργική Ρινίτιδα εκτιμάται ότι επηρεάζει το 10 - 41% του γενικού πληθυσμού στην Ευρώπη. Η μότη αποτελεί την είσοδο στην αναπνευστική οδό και συνεπώς όταν τα αιματίδια σκόνης και άλλων οργανικών στοιχείων έρθουν σε επαφή με το βλεννογόνο της μύτης, προκαλείται άμεσος ερεθισμός με την ενεργοποίηση των ανοσοσφαιρινών (Ig-E). Αυτό, οδηγεί στη γενικευμένη φλεγμονή ή Αλλεργική Ρινίτιδα, με τα συμπτώματα να περιλαμβάνουν φαγούρα, συμφόρηση και καταρροή της μύτης με συχνό φτέρωσμα και φαγούρα στα μάτια. Αυτά τα συμπτώματα μπορεί να διακυμαίνονται ανάλογα με τα επίπεδα σκόνης / αλλεργιογόνων στην ατμόσφαιρα και αυτά των γενικών επιπλέων ρύπων, με τον ασθενή να βιώνει «καλές» και «κακές» μέρες.

Η ρινίτιδα μπορεί να μην οφείλεται μόνο σε αλλεργικό παράγοντα αλλά να συνυπάρχει με άλλους τύπους. Επομένως, ο εντοπισμός για αποφυγή ερεθιστικών παραγόντων όπως κάπνισμα, αλκοόλ, φάρμακα κτλ., είναι πολύ σημαντικός για τον έλεγχο των συμπτωμάτων.
Οι ήπιες μορφές Αλλεργικής Ρινίτιδας πολλές φορές δεν χρίζουν θεραπεία



NUXE
INSTINCTIVE BEAUTY

huile prodigieuse®
Αφεθείτε σε μια απολαυστική
εμπειρία θρέψης για την επιδερμίδα
και τα μαλλιά σας.
Instinctive Beauty: Η ομορφιά είναι ένστικτο.

ΧΩΡΙΣ PARABENS, ΧΩΡΙΣ ΠΑΡΑΦΙΝΕΛΑΙΑ,
ΧΩΡΙΣ ΣΥΣΤΑΤΙΚΑ ΖΩΙΚΗΣ ΠΡΟΕΛΕΥΣΗΣ

Διανομή: C.A.Papaellinas Ltd, τηλ:22741741

laboratoire NUXE SAS - 19, rue Voltaire - 75009 Paris - RCS Paris 644 060 129. Crédits photo : Cédric Blir - Iris Veltige - Iris Veltige. Ευθυγράφηση: Βασιλεία Βασιλεία

Η διάγνωση γίνεται κυρίως από το ιστορικό του ασθενή και επιβεβαιώνεται μετά την κλινική εξέταση της μύτης με ενδοσκόπιο. Κάποιες κλινικές δοκιμασίες όπως με τοίμπομπα του δέρματος και RAST test, μπορεί να βοηθήσουν στην διάγνωση.

Παράγοντες κινδύνου:

1. Γενετικοί παράγοντες
2. Έκθεση σε αλλεργιογόνα στη βρεφική πλικία
3. Ατμοσφαιρική ρύπανση
4. Έκθεση στα κάπνισμα
5. Κοινωνικο-οικονομικό επίπεδο

Προστατευτικοί παράγοντες:

1. Θηλασμός
2. Έκθεση σε κατοικίδια στη βρεφική πλικία
3. Υγιεινή

Η θεραπεία όπως έχει προαναφερθεί, συμπεριλαμβάνει την αποφυγή έκθεσης στα αλλεργιογόνα και συνχένει πλύσεις της μύτης με φυσιολογικό ορό για απομάκρυνση των ξένων σωμάτων. Η χορήγηση διά στόματος και τα τοπικά σκευάσματα κορτιζόνης, αποτελούν τον πιλώνα στην αντιμετώπιση της Αλλεργικής Ρινίτιδας. Πολύ συχνά συν-χορηγούνται και αντισταμνικά με τις μελέτες να δείχνουν ότι ο συνδυασμός έχει καλύτερα αποτελέσματα. Στους ασθενείς με σύγχρονη πάθηση του κατώτερου αναπνευστικού συστήματος (p.x. άσθμα ή χρόνια βρογχίτιδα) ο καλύτερος έλεγχος της Αλλεργικής Ρινίτιδας βελτιώνει αισθητά την νοσηρότητα και τα συμπτώματα της νόσου.

Η χειρουργική επέμβαση στην Αλλεργική Ρινίτιδα επικεντρώνεται κυρίως στις ρινικές κόγχες και πιθανή κύρτωση του ρινικού διαφράγματος για βελτίωση της απόφραξης και της καταρροής. Ο βλεννογόνος εξακολουθεί μετεγχειρτικά να αντιδρά σε αλλεργιογόνα, καθιστώντας την ανάγκη για χρήση κορτιζόνων σκευασμάτων μακροχρόνια. Παρόλα αυτά, η συνεχής έκθεση στα ίδια αλλεργιογόνα σιγά-σιγά κάνει τα συμπτώματα πιο ήπια. Η στρατηγική αυτή χρησιμοποιείται και σε σοβαρές αλλεργίες όπου ο ασθενής χορηγείται με το συγκεκριμένο συστατικό σε έλεγχόμενο περιβάλλον και σε μικρές ποσότητες για σταδιακή απευαισθητοποίηση.

Ακάρεα της οικιακής σκόνης

Το άκαρι της σκόνης είναι μικροσκοπικός οργανισμός που αναπτύσσεται σε

ιδιαίτερες συνθήκες υγρασίας και θερμοκρασίας στα ανθρώπινα νοικοκυριά. Δεν έχει να κάνει με το πόσο καθαρό είναι ένα σπίτι αφού ο ολοκληρωτικής εξάλειψης της σκόνης είναι αδύνατη. Τα ακάρεα παρουσιάζουν μεγαλύτερες συγκεντρώσεις σε μαξιλάρια, στρώματα, χαλιά και αποτελούν συχνή αιτία χρόνιας Αλλεργικής Ρινίτιδας. Τα ακόλουθα μέτρα βοηθούν στη μείωση του αριθμού των ακάρων της σκόνης:

- Καλός αερισμός στο σπίτι για μείωση της υγρασίας
- Αντικατάσταση πιθανών όπως χαλιά, κουρτίνες κτλ.
- Συχνός καθαρισμός με πλεκτρική σκούπα
- Χρήση καλυμμάτων στα στρώματα του κρεβατιού



Δρ. Παναγιώτης Συμεωνίδης MBChB, MRCS, DOHNS
Χειρουργός Ωτορινολαρυγγολόγος - Ρινολογίας και Πρόσθιας Βάσης Κρανίου

Πηγή: www.knowyourdoctor.com.cy



Excellence CRÈME

ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΗ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑ,
ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΗ ΠΕΡΙΠΟΙΗΣΗ, ΧΩΡΙΣ ΛΕΥΚΑ,
ΓΙΑ ΕΞΑΙΡΕΤΙΚΟ ΧΡΩΜΑ!



- ΝΕΑ ΠΛΟΥΣΙΑ ΣΥΝΘΕΣΗ ΠΟΥ ΠΡΟΣΤΑΤΕΥΕΙ, ΔΥΝΑΜΩΝΕΙ ΚΑΙ ΑΝΑΔΟΜΕΙ ΤΑ ΜΑΛΛΙΑ.
- ΠΛΟΥΣΙΟ ΚΑΙ ΛΑΜΠΕΡΟ ΧΡΩΜΑ ΜΕ ΔΙΑΡΚΕΙΑ
- ΧΩΡΙΣ ΛΕΥΚΑ

ΓΙΑΤΙ ΜΑΣ ΑΞΙΖΕΙ

L'ORÉAL
HAIR COLORIST/PARIS

Λεπτίνη, γκρελίν και παχυσαρκία

Η παχυσαρκία πλέον έχει αναγνωριστεί σαν μια ασθένεια του ενδοκρινολογικού συστήματος και έτσι ακριβώς πρέπει να αντιμετωπίζεται. Το γεγονός ότι τα παχύσαρκα άτομα συχνά αποτυχάνουν να ολοκληρώσουν την προσπάθειά τους να χάσουν τα περιπτά κιλά, δεν οφείλεται αποκλειστικά στην έλλειψη θέλησης αλλά και στην ανισορροπία των ορμονών που αυξάνουν ή μειώνουν την όρεξη, αναλόγως με τις θερμίδες που καταναλώνουν και με τις οικογένειες τροφών που καταναλώνονται.

Υπάρχουν πολλές, σχετικά άγνωστες, ορμόνες που έχουν ρόλο στην παχυσαρκία, οι οποίες αλληλοεπηρεάζονται. Αυτές είναι η ινσουλίνη, η λεπτίνη, η αντιπονεκτίνη και η γκρελίνη.

Η ινσουλίνη ανεβοκατεβαίνει κατά τη διάρκεια της μέρας ανάλογα με την κατανάλωση φαγητού ή με τις ώρες που έχουμε μένει χωρίς τροφή. Το κυριότερο πρόβλημα σε ένα παχύσαρκο άτομο είναι το γεγονός ότι η υπερβολική παραγωγή ινσουλίνης, αναγκάζει το σώμα μας να δημιουργεί αντίσταση στην ινσουλίνη και κατ' επέκταση το μεταβολικό σύνδρομο. Αυτό σημαίνει ότι το σώμα εκτίθεται σε υπερβολικές ποσότητες ινσουλίνης. Αυτό έχει συνδεθεί με τη μείωση παραγωγής μιας άλλης ορμόνης, της ορμόνης που παράγει την παραγωγή της λεπτίνης, της ορμόνης που παράγεται από τα λιποκύτταρα για να μας κάνει να σταματήσουμε να τρώμε.

Με άπλα λόγια, όταν τρώμε ένα μεγάλο γεύμα και ειδικά όταν είναι υψηλού γλυκαιμικού δείκτη (ζυμαρικά, γλυκά, ψωμί, πατάτες, αναψυκτικά), οι ορμόνες μας λειτουργούν ούτε ποτέ να αυξήσουν τη δημιουργία λίπους, αφού δεν είναι φυσιολογικό γι' αυτό να εκτίθεται σε αυτό το περιβάλλον. Έτσι, ένα τέτοιο γεύμα, όχι μόνο αυξάνει τη δημιουργία άμεσα λίπους, αλλά δημιουργεί και το περιβάλλον για να συνεχίσει το σώμα να προσθέτει λίπος μέχρι να του δώσουμε αντίθετα σημάτα.

4 σε 1

- ✓ Σταματά τη φαγούρα
- ✓ Καταπραΰνει τον ερεθισμό
- ✓ Ανακουφίζει άμεσα
- ✓ Δροσίζει ευχάριστα

To Fenistil® περιέχει μηλεινική διμεθινόνη. Η συνήθης χρήση του να μην υπερβαίνει τις 7 ημέρες.
ΔΙΑΒΑΣΤΕ ΠΡΟΣΕΚΤΙΚΑ ΤΙΣ ΟΔΗΓΙΕΣ ΧΡΗΣΗΣ - ΣΥΜΒΟΥΛΕΥΤΕΙΤΕ ΤΟ ΓΙΑΤΡΟ Ή ΤΟ ΦΑΡΜΑΚΟΠΟΙΟ ΣΑΣ.

www.remedica.gr

Fenistil® gel

CHCYP/CHFEN/0001/16

Τα κυριότερα σημαντικά αντίκτυπα ή ζητώντα παραρρυπήσει στον Οργανισμό GSK ή δικαιούονται του Οργανισμού GSK.

Σύμφωνα με τις τελευταίες έρευνες, για να ανατρέψουμε αυτό το περιβάλλον θα πρέπει να γίνει μια πολύ αυστηρή διατροφή με πολύ χαμηλές θερμίδες (800-1200 kcal) αλλά και πολύ χαμηλού γλυκαιμικού δείκτη για τουλάχιστον 10 μέρες, κάτι σαν αποτελέσμα. Ακολούθως, προσαρμόζεται μια διατροφή υψηλή σε πρωτεΐνη (περίπου 10gρ ανά σωματικό βάρος) και οι υπόλοιπες θερμίδες, υψηλές σε καλά λιπαρά και λιγότερους υδατάνθρακες, οι οποίοι αυξάνονται σε μέρες που υπάρχει άσκηση. Για να γίνει πιο σωστά αυτό, είναι καλό να ελέγχουμε συχνά την αντίσταση στην ινσουλίνη, όπως επίσης και τη επίπεδα λεπτίνης, αφού μπορεί να δημιουργηθεί επίσης αντίσταση, κάτι που σημαίνει ότι θα μπλοκάρει την όλη διαδικασία.

Από την άλλη, όταν ένα παχύσαρκο άτομο μπει στην διαδικασία να χάσει βάρος, συνήθως τους πρώτους 1-2 μήνες, η διαδικασία συνοδεύεται με επιτυχία. Οταν όμως περάσει αυτή τη περίοδο, το σώμα για να επιβιώσει αρχίζει να παράγει σε υψηλές ποσότητες μια άλλη ορμόνη, τη γκρελίνη, η οποία έχει ως αποκλειστικό ρόλο να αυξάνει την όρεξη. Έτσι βασικά, ενώ έχουμε χάσει κάποια κιλά και επειδή αυτό έχει γίνει απότομα, το σώμα μας για να μας "προστατέψει" από την αύξηση πάροπλη λίπη, παράγει τη γκρελίνη. Άρα το σώμα μας, παλεύει ενάντια στη θέλησή μας για άλλη μια φορά. Στο σημείο αυτό πρέπει να βρούμε τρόπους να ξεγελάσουμε το σώμα μας. Για παράδειγμα, η κατανάλωση ροφημάτων πολύ αργών υδατανθράκων (π.χ. Vitargo ή Carbozyme) πριν από ένα γεύμα, μπορεί να ξεγελάσει το σώμα μας, χωρίς να ανεβάσουμε υπερβολικά την ινσουλίνη.

Έτσι, είναι πολύ σημαντικό να υπάρχει συνεχής παρακολούθηση των ορμονών κατά τη διάρκεια μιας προσπάθειας να χάσουμε βάρος, αφού κάθε φάση πρέπει να αντιμετωπίζεται με διαφορετικές τακτικές για να ξεγελάσουμε το ίδιο μας το σώμα καθώς προσπαθεί να αποτρέψει την μείωση των αποθεμάτων ενέργειας που με τόσο κόπο είχε κτίσει.

Δρ. Χάρης Τύμβιος
BSc Biomedical Sciences, MSc Forensic Sciences
PhD Pharmacology, PgDip Sports and Exercise Physiology
SpMed Sports Medicine (cand.)

Μουσικοθεραπεία και Νευρολογία

Έχει αποδειχτεί μέσα από πολλές έρευνες ότι η μουσικοθεραπεία βοηθά αποτελεσματικά άτομα πληκτίς με νευρολογικές δυσκολίες και παθήσεις, καθώς η μουσική έχει τη δύναμη, την ικανότητα να ενεργοποιεί ποικιλά σημεία του εγκεφάλου.

Η μουσική μπορεί να λειτουργήσει για την επαναφορά και συντήρηση της μνήμης, για την αποκατάσταση της λειτουργικότητας του εγκεφάλου, την κίνηση, τη νόσηση και τη μνήμη.



Η νευρολογική μουσικοθεραπεία είναι ένας κλάδος που αναπτύσσεται και τεκμηριώνεται τα τελευταία χρόνια. Νευρολόγοι μαζί με μουσικοθεραπευτές δημιουργούσαν μια σειρά από εξειδικευμένες μουσικοθεραπευτικές τεχνικές, όπου μουσικοθεραπευτές λαμβάνουν εξειδικευμένη εκπαίδευση για να μπορούν να βοηθήσουν αποτελεσματικά άτομα με νευρολογικές δυσκολίες/αναφέρεις. Στην Ευρώπη και την Αμερική πολλοί νευρολογοί μουσικοθεραπευτές εργάζονται σε νοσοκομεία, κέντρα αποκατάστασης κ.α., βοηθώντας άτομα με νευρολογικές αναπηρίες και δυσκολίες, ώστε να εξελιχθούν και να ανακτήσουν ικανότητες, σε συνεργασία με άλλους ειδικούς (νευρολόγος, φυσιοθεραπευτές κ.α.).

Τα νευρολογικά περιστατικά είναι πολλά και περιλαμβάνουν μεταξύ άλλων, την άνοια, το Alzheimer, νευρολογικές παθήσεις, αφασία, άτομα σε κώμα έπιπνιο ή μη, άτομα μετά από εγκεφαλικό, παιδιά με νευρολογικές παθήσεις, εγκεφαλική παράλυση ή μετά από απύχημα, απραξία, Σύνδρομο Ντάουν, Αυτισμό κ.α..

Η Μαρία και η Τερέζα

Αξιοσημείωτα είναι τα ακόλουθα περιστατικά που επιβεβαιώνουν τη σημασία της νευρολογικής μουσικοθεραπείας:

Η Μαρία, όταν ήταν 5 χρονών έπασχε από εγκεφαλική παράλυση και είχε δυσκολίες στην ομιλία, την κίνηση, την όραση και τη νόσηση. Οι στόχοι με τη Μαρία ήταν, μέσα από τραγουδάκια και αυτοσχέδιαστοικός ήχους (κατάλληλους για εκείνη - με βάση νευρολογικές τεχνικές), να βοηθήσει ν' αναπτύξει την ομιλία της και να νοιώσει αντιληπτή. Η μη λεκτική έκφραση που εξελίσσεται μέσα στις συνεδρίες μουσικοθεραπείας, το αυθόρυμπο μουσικό παιχνίδι με διάφορα μουσικά όργανα, τη βοηθήσει στην έκφραση των συναισθημάτων της, στην ανάπτυξη λεπτής και αδρής κίνησης αλλά και στην ανάπτυξη της αυτοπεποίθησης.

Μετά από κάποιο χρονικό διάστημα μουσικοθεραπείας, άρχισε να λέει κάποιες λέξεις που ήταν στα τραγούδια που χρησιμοποιούσαν κατά τη διάρκεια της θεραπείας, με στόχο να την βοηθήσει να αντιληφθεί τη μέρη του σώματός της. Έτσι, βλέπουμε πως η μουσικοθεραπεία δίνει δυνατότητες σε άτομα με αυτές τις δυσκολίες να εξελιχθούν και να αναπτυχθούν σε πολλούς τομείς.

Η Τερέζα ήταν 8 χρονών όταν υπέστη εγκεφαλική βλάβη και ήταν σε κωματώδη κατάσταση για περίοδο δύο μήνες στο νοσοκομείο όπου δουλευει. Η Τερέζα έπαιζε μουσική πριν το δυστύχημα και ήταν από τις καλύτερες μαθήτριες του σχολείου, όπως είχα ενημερωθεί από τους γονείς της. Γονείς και γιατροί έκριναν πως θα ήταν βοηθητικό για την ίδια να έχει συνεδρίες μουσικοθεραπείας. Η Τερέζα άρχισε μουσικοθεραπεία από τον καιρό που ήταν σε κωματώδη κατάσταση έτσι ώστε να την προσφέρει ένα οικείο περιβάλλον από μουσικές αναμνήσεις όπους θα βοηθούσε στο «ξύπνημά της».

Μετά από κάποιο χρονικό διάστημα άρχισε να κάνει κινήσεις και να ανταποκρίνεται στη μουσική που δημιουργούσα. Όταν ξύπνησε από το κώμα, η μουσικοθεραπεία είχε ως στόχο να τη βοηθήσει με την αποκατάσταση της συγκέντρωσης, της κίνησης και του λόγου. Είχε ως στόχο να τη βοηθήσει με τη λεκτική της έκφραση, τον έλεγχο της αναπονίας και τον έλεγχο της φωνής της. Τα τραγούδια που δημιουργήσαμε κατά τη διάρκεια της θεραπείας, ήταν πολύ βοηθητικά για την ψυχολογία της και η ανάγκη της να δημιουργήσει κάτι που την

εξέφραζε, ήταν ζωτικής σημασίας για την ίδια.

Η δύναμη της μουσικής

Η μουσική έχει τη δύναμη να φέρνει μνήμες στον εγκέφαλο, έχει την ικ

Η σημασία της αντηλιακής προστασίας

Η πλιακή ακτινοβολία UV που φτάνει στην επιφάνεια της Γης, μπορεί να προκαλέσει εξαιρετική ζημιά στο DNA των κυττάρων της επιδερμίδας, ο οποία σπάνια μπορεί να επιδιορθωθεί ολοκληρωτικά. Εκτός από τα άμεσα προβλήματα που μπορεί να δημιουργήσει, όπως το πλιακό έγκαυμα και οι φωτοαλεργίες, ιδιαίτερα επικίνδυνα είναι τα προβλήματα από τη χρόνια έκθεση στον ήλιο χωρίς τη σωστή προστασία. Από αυτά, τα κυριότερα είναι:

α) ο φωτογήρανση, β) η ανοσοκαταστολή και γ) οι καρκίνοι του δέρματος.

Οι φωτοδερματίδες αποτελούν ένα μεγάλο κεφάλαιο στην δερματολογία. Υπάρχουν αρκετά είδη φωτοδερματίδων, εκ των οποίων, μερικά είναι τα εξής:

1. πολυμορφική έκρηκη φωτός,
2. ακτινική κνήφη,
3. χρόνια ακτινική δερματίδα,
4. ακτινική θυλακίτιδα,
5. πορφυρία,
6. μελαχρωματική θροβοδερμία,
7. πλιακή κνίδωση,
8. σύνδρομο Cockayne.

Πολλές είναι επίσης οι ασθένειες που επιδεινώνονται με την επίδραση της πλιακής ακτινοβολίας όπως:

1. ερυθηματώδης λύκος,
2. ροδόχρους ακμή,
3. λευκό,
4. μέλασμα,
5. λειχήνας,
6. έρπης,
7. ακμή,
8. πολύμορφο ερύθημα.

Επιπρόσθια, η λήψη διαφόρων φαρμάκων μπορεί να προκαλέσει φωτοευαίσθησία στην επιδερμίδα όπως για παράδειγμα τα παρακάτω:

1. αντιβιοτικά,
2. διουρητικά,
3. αντιψυχωσικά,
4. πρεμιστικά,
5. αντιυπερτασικά,
6. φάρμακα για τον Διαβήτη,
7. φάρμακα για τον έλεγχο των λιπιδίων,
8. NSAIDs.

Για όλα τα πιο πάνω, ο ρόλος του Φαρμακοποιού στην ενημέρωση του κοινού για την ορθή αντηλιακή προστασία και τη σωστή επιλογή του κατάλληλου αντηλιακού προϊόντος είναι πολύ σημαντικός.

Δεν πρέπει να ξεχνάμε ότι:

1. Τα πιο σκουρόχρωμα δέρματα βρίσκονται και αυτά σε κίνδυνο για την ανάπτυξη καρκίνου του δέρματος.



URIAGE EAU THERMALE

Bariésun
YOUR SKIN UNDER
VERY HIGH PROTECTION

NEW
SILKY TEXTURE, DRY TOUCH
EASY AND QUICK APPLICATION

THE MUST-HAVE
ULTRA-FLUID TEXTURE
POCKET SIZE

**MY SENSITIVE SKIN
IS PROTECTED FROM THE SUN**

DRUGOPHARMA: Αντηλιακός Κύπρου. Τηλ: 25570315. www.drogopharma.com
Uriage Cyprus

2. 15 λεπτά πλιακής έκθεσης στα χέρια και στο πρόσωπο, είναι αρκετά για τις καθημερινές ανάγκες δημιουργίας βιταμίνης D από τον ανθρώπινο οργανισμό. Επομένως, η χρήση αντηλιακής προστασίας δεν δημιουργεί έλλειψη βιταμίνης D.

3. Η χρήση του αντηλιακού δεν μας προστατεύει απέναντι στην υπέρυθρη IR ακτινοβολία, γι' αυτό προσοχή στην θερμοπληξία.

4. Η UV ακτινοβολία διεισδύει μέσα από τα σύννεφα τουλάχιστον κατά 80%, γι' αυτό η χρήση του αντηλιακού είναι απαραίτητη στις ευάλωτες ομάδες όλο τον χρόνο.

5. Η επιλογή του αντηλιακού πρέπει να γίνεται πάντοτε ανάλογα με τον τύπο και τις ανάγκες του δέρματος.



6. Το αντηλιακό προϊόν πρέπει να μπαίνει σε αρκετή ποσότητα πριν την έκθεση στον ήλιο, καθώς επίσης να επαναλαμβάνεται η άφθονη χρήση του, καθ' όλη τη διάρκεια της έκθεσης στον ήλιο και ιδιαιτέρως μετά το κολύμπι.

7. Το πλιακό έγκαυμα είναι εξαιρετικά επικίνδυνο στα παιδιά. Συμφώνα με μελέτες, 5 συνεχή έγκαυματα σε νεαρή πλικιά αυξάνουν κατά 80% τον κίνδυνο μελανώματος στους ενήλικες.

8. Η χρήση καλής ποιότητας γυαλιών πλίου είναι απαραίτητη για την προστασία των ματιών από την UV ακτινοβολία.

9. Υψίστη σημασία είναι η επιλογή ποιοτικού αντηλιακού προϊόντος λόγω των διαφόρων συνθέσεων που διατίθενται στην αγορά.

Τα αντηλιακά φίλτρα χωρίζονται σε 2 κατηγορίες: α) τα φυσικά φίλτρα που είναι ορυκτά και β) τα οργανικά φίλτρα που κατασκευάζονται εργαστηριακά. Τα φυσικά φίλτρα είναι φωτοσταθερά, δεν διεισδύουν στο δέρμα (εκτός αν είναι) και προστατεύουν αντανακλώντας την ακτινοβολία. Τα οργανικά φίλτρα καλύπτουν ένα μεγάλο φάσμα της UV ακτινοβολίας, χωρίζουν πιο ευχάριστες υφές αλλά δεν είναι πάντα τόσο φωτοσταθερά και κάποτε μπορεί να προκαλέσουν αλλεργίες.

Χρύσω Πετρίδη
Φαρμακοποιός

Χωρίς ορμόνες κολπικό τζελ για
την καταπολέμηση του
ξηρού κόλπου.
Ενυδατώνει, λιπαίνει και παρέχει
ταχεία ανακούφιση του
αιδιοκολπικού βλεννογόνου.
Ενυδάτωση που διαρκεί 3 ημέρες.

Χωρίς Paraben
και χωρίς άρωμα

Θηλυκότητα



Στόχος

Κάψιμο, φαγούρα, οδυνηρή σεξουαλική επαφή; Η ξηρότητα του κόλπου προκαλεί μια πραγματική αίσθηση δυσφορίας και αμηχανίας.

Για γυναίκες που πάσχουν από κολπική ξηρότητα ή σχετικές διαταραχές. Η ξηρότητα του κόλπου είναι μια δυσάρεστη εμπειρία που μπορεί να επηρεάσει όλες τις γυναίκες σε ορισμένα στάδια της ζωής: σε περίπτωση προεμμηνορροΐκών προβλημάτων, μετά τον τοκετό και κατά τη διάρκεια της εμμηνόπαυσης.

Χαρακτηριστικά προϊόντος

Η κολπική γέλη χωρίς ορμόνη Intimhae περιέχει υαλουρονικό οξύ, το οποίο βελτιώνει την άνεση του κόλπου αυξάνοντας την ελαστικότητα και την ευκαμφία του κολπικού βλεννογόνου.

Παρέχει γρήγορη ανακούφιση από τον ερεθισμό με επένδυση του κολπικού τοιχώματος. Διατηρεί καλή ενυδάτωση σχηματίζοντας μια προστατευτική μεμβράνη γύρω από τον κολπικό βλεννογόνο.

Οδηγίες χρήσης

Χρησιμοποιήστε ένα σωληνάριο την ημέρα, για 2-3 φορές την εβδομάδα. Εφαρμόζεται στον κόλπο το βράδυ πριν πάτε για ύπνο. Σε περίπτωση σοβαρής κολπικής ξηρότητας εφαρμόστε μια φορά ημερησίως για 7 ημέρες.

To Intimhae λιπαίνει και διευκολύνει την σεξουαλική επαφή. Δεν είναι αντισυλληπτικό δεν είναι σπερματοκότονο, χωρίς ορμόνες και μπορεί να χρησιμοποιηθεί με προφυλακτικό κατά τη σεξουαλική επαφή.



P.O. Box 40126, Larnaka 6301, Cyprus
Tel: +357 24668899, Fax: +357 24669933
e-mail: info@tcc.com.cy web: www.tcc.com.cy

Κοιλιοπλαστική

Κοιλιά χαλαρωμένη με ραγάδες. Αρκετές φορές, αυτό είναι το αποτέλεσμα μετά από απότομη απώλεια βάρους, μετά από εγκυμοσύνες και βέβαια, με την πάροδο του χρόνου. Και ποιος δεν θα ήθελε να βελτιώσει αυτό το αποτέλεσμα και να έχει μία επίπεδη κοιλιά χωρίς χαλάρωση. Ποιος δεν θα ήθελε να έχει μια κοιλιά ωραία και επίπεδη που να τη δείχνει όπως άλλωστε, αρκετές φορές, το επιβάλλει και η ίδια η μόδα. Η Πλαστική Χειρουργική δίνει και εδώ λύση μέσω μίας επέμβασης. Της Κοιλιοπλαστικής.

Η διαδικασία

Η Κοιλιοπλαστική λοιπόν, είναι η επέμβαση που διορθώνει τη χαλάρωση της κοιλιάς. Δεν αποτελεί επέμβαση απώλειας βάρους αφού το λίπος που μπορεί να αφαιρεθεί με τη συγκεκριμένη επέμβαση είναι περιορισμένο. Συνήθως, η επέμβαση γίνεται με γενική αναισθησία. Η τομή γίνεται αρκετά χαμηλά, περίπου εκεί που γίνεται η τομή της καισαρικής τομής και σε σχήμα καμπύλης για να μπορεί να καλύπτεται με το ντυσίο μας. Γίνεται σε τέτοια θέση που να μπορεί να καλύπτεται και από το μαγιό μας. Συνήθως, χρειάζεται και μία τομή στο ύψος του ομφαλού για να μπορέσει ο ομφαλός να διατηρηθεί στη θέση του. Στη κλινική χρειάζεται να μείνει ο ενδιαφερόμενος 2 βράδια για παρακολούθηση. Στο σπίτι, πάρει φορώντας μία ειδική ζώνη. Τα δέράματα αφαιρούνται σταδιακά μέσα σε 2 εβδομάδες.

Που βοηθά

Με την Κοιλιοπλαστική μάς δίνεται η δυνατότητα να διορθώσουμε ταυτόχρονα και οποιαδήποτε χαλάρωση κοιλιακών μυών υπάρχει. Και ας μην ξεχνούμε, ότι όταν έκεινά είναι η διαδικασία της χαλάρωσης σε ένα σώμα, αυτή αφορά όχι μόνο τους ιστούς που βλέπουμε αλλά και τους ιστούς που δεν βλέπουμε, για παράδειγμα τους μύες. Οπότε, για να έχουμε ένα ωραίο, εμφανές και με διάρκεια αποτέλεσμα, πρέπει να διορθώσουμε την χαλάρωση όπου αυτή υπάρχει και σε όποιο βάθος υπάρχει. Και τη δυνατότητα αυτή, μόνο η συγκεκριμένη επέμβαση μάς τη δίνει. Εδώ, να τονίσουμε ότι άλλες θεραπείες όπως η λιποαναρρόφηση, σε μία χαλαρή κοιλιά, όχι μόνο δεν έχει να προσφέρει τίποτε αλλά μπορεί και να επιδεινώσει το πρόβλημα.

Και συνδυασμός

Αρκετές φορές, η Κοιλιοπλαστική μπορεί ταυτόχρονα να συνδυαστεί και με



άλλο χειρουργείο. Όσον αφορά τις εγκυμοσύνες, καλό είναι αυτές να έχουν ολοκληρωθεί έτσι ώστε ο Πλαστικός Χειρουργός να έχει στα χέρια του ό,τι χαλάρωση προκύψει, για να μπορεί να τη διορθώσει ολοκληρωτικά. Βέβαια, αν εκεί που γίνεται η τομή της καισαρικής τομής και σε σχήμα καμπύλης για να μπορεί να καλύπτεται με το ντυσίο μας. Συνήθως, χρειάζεται και μία τομή στο ύψος του ομφαλού για να μπορέσει ο ομφαλός να διατηρηθεί στη θέση του. Στη κλινική χρειάζεται να μείνει ο ενδιαφερόμενος 2 βράδια για παρακολούθηση. Στο σπίτι, πάρει φορώντας μία ειδική ζώνη. Τα δέράματα αφαιρούνται σταδιακά μέσα σε 2 εβδομάδες.

Δημιουργική λοιπόν και αυτή η επέμβαση της Πλαστικής Χειρουργικής αφού συμβάλει στη δημιουργία, στο πλάσιμο μίας εμφανισιακά πιο ωραίας κοιλιάς, πιο ωραίας σίλουέττας.

Γιατί, ας μην ξεχνούμε, στον δρόμο δεν περπατούν μόνες τους ωραίες κοιλιές χωρίς χαλάρωση. Περπατούν ωραίες φιγούρες, ωραίες σίλουέτες. Και αυτό καλείται η Πλαστική Χειρουργική να κάνει.

Χάρης Ζαβρίδης MD, PhD - Πλαστικός Χειρουργός
«Κέντρο Πλαστικής Χειρουργικής Χάρης Ζαβρίδης»
Λεωφ. Σπύρου Κυπριανού 20, 1075, Λευκωσία
Web-site: www.harriszavrides.com
e-mail: info@harriszavrides.com - Τηλ: 22445588



«Ποτέ δεν με είχε αποσκαλύσει το θέμα των ραγάδων μέχρι που έμαθα ότι είμαι έγκυος. Αναφατήθηκα αν υπάρχει κάτι που θα βοηθούσε να μην εμφανιστούν. Μια φίλη μου που γέννησε πέρυσι, χρησιμοποιούσε αρκετά το Bio-Oil, όπως και ο αδελφός μου, που έλεγε μάλιστα πως είναι ό,τι καλύτερο. Έτσι άρχισα να το χρησιμοποιώ και εγώ. Επιτυχώς όχι μόνο δεν απέκτησα ραγάδες, αλλά ίσσα-ίσσα το Bio-Oil βοήθησε την επιδερμίδα μου να ανακτήσει την ελαστικότητα που είχε πριν την εγκυμοσύνη.»

Theresa and Roxi

To Bio-Oil® συμβάλλει στην ελαστικότητα της πιθανότητας σχηματισμού των ραγάδων κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης, αιχάντωντας την ελαστικότητα του δέρματος. Θα πρέπει να εφαρμόζεται δύο φορές την ημέρα από την έναρξη του δεύτερου τριμήνου. Για αναλυτικές πληροφορίες και αποτελέσματα κλινικών δοκιμών του προϊόντος επισκεφθείτε το bio-oil.com. Το Bio-Oil® είναι διαθέσιμο στα φαρμακεία στην προτεινόμενη τιμή πώλησης των €12 (60ml), €19,95 (125ml) και €27,95 (200ml). Τα απομικά αποτελέσματα διαφέρουν.



Νέα Συσκευασία Ιδια Σύνθεση

Ροχαλπτό και Υπνική Άπνοια στην Παιδική Ηλικία

Τι είναι το Ροχαλπτό και ποια η σημασία του στα παιδιά;

Το ροχαλπτό, ως γνωστό, είναι όχι που παράγεται κατά τη διάρκεια του ύπνου και μπορεί να επιφέρει αιφύνιση στους υπολοίπους, έστω και αν προέρχεται από ένα παιδί. Τα αίτια του ροχαλπτού όμως στα παιδιά είναι διαφορετικά απ' ότι στους ενήλικες. Το συνήθερο αίτιο στα παιδιά, είναι η μερική απόφραξη του ρινοφάρυγγα ή/και του οροφάρυγγα, δηλαδή του πίσω μέρους της μύτης ή/και του πίσω μέρους του στόματος. Αυτό μπορεί να υπεισέλθει περιστασιακά από ένα απλό κρυστολόγημα ή εποικιακή αλεργική ρινίτιδα, αλλά και πιο μόνιμα, από υπερτροφία των αδενοειδείων (κρεατάκια) ή/και των αμυγδαλών.

Το ροχαλπτό όμως στα παιδιά, πέραν της ενοχλητικής φύσης του, δεν εμπεριέχει κανένα απολύτως κίνδυνο για την υγεία του παιδιού. Είναι συνήθως παροδικό και υποχωρεί με την ανάπτυξη του παιδιού και την υποχώρωση της υπερτροφίας των αδενοειδείων. Λόγος ανησυχίας υπάρχει μόνο εάν το ροχαλπτό συνοδεύεται από υπνική άπνοια.

Τι είναι η υπνική άπνοια;

Η υπνική άπνοια είναι η επιαναλαμβανόμενη διακοπή της αναπνοής, τόσο από το στόμα όσο και από τη μύτη κατά τη διάρκεια του ύπνου, για μικρό χρονικό διάστημα (συνήθως μερικά δευτερόλεπτα). Η υπνική άπνοια συνήθως συνοδεύεται από ροχαλπτό. Η άπνοια μπορεί να είναι αποφρακτική (λόγω απόφραξης της αναπνευστικής οδού) ή/και καπνίτες μπορεί να είναι και κεντρική (λόγω εγκεφαλικής δυσλειτουργίας του κέντρου της αναπνοής). Η συνότερη άπνοια στα παιδιά είναι η αποφρακτική.

Παιτί είναι σημαντική η έγκαιρη διάγνωση και αντιμετώπιση της υπνικής άπνοιας;

Η υποξαίμια δηλ. η χαμηλή οξυγόνωση του αίματος που δημιουργεί η άπνοια,

Ολοκληρωμένη αντιμετώπιση της ωτίτιδας με τις ωτικές σταγόνες Flavaco®

Μοναδικός συνδυασμός τεσσάρων συστατικών

- Πολυμερής Β και η Νεομυκίν. Είναι αντιβιοτικά δραστικά εναντίον ευρέως φόρματος θετικών και αρνητικών κατά gram βακτηρίων.
- Αμινακρίν. Είναι ένα ιοχύρο βακτηριοστατικό όπου ενεργεί κατά οργανισμών που συνάντησε σε λοιμώξεις του αυτού.
- Υδροκορτιζόν. Είναι ιοχύρο αντιφλεγμονώδες.
- Βενζοκαΐν. Είναι τοπικό αναισθητικό.

Σε όλα τα φαρμακεία

MSJ ΟΙΚΟΥΝΤΣΑΚΗΣ ΑΓΓΕΛΟΠΟΥΛΟΣ Α.Ε. 22056200



Δοσολογία: 2-4 σταγόνες, σύμφωνα με τις οδηγίες του ιατρού.
Μπορεί να χρησιμοποιηθεί από ενήλικες και παιδιά.

10 ml/ΑΣΙ[®]
Flavaco®
with hydrocortisone
Otic drops
ANTI-INFLAMMATORY

μαζί με την κακή ποιότητα ύπνου και τις παρατεταμένες μικρές προσπάθειες αποκατάστασης της αναπνοής, μπορούν να επιφέρουν σοβαρά προβλήματα στην ανάπτυξη και την υγεία του παιδιού. Προβλήματα όπως απώλεια βάρους, πνευμονία, υπέρταση και καρδιακή ανεπάρκεια. Επίσης μπορούν να επιφέρουν νευροψυχολογικές διαταραχές όπως υπερκινητότητα, υευρικότητα, κόπωση καθώς και χαμηλές επιδόσεις στο σχολείο.

Πώς διαγνωστεί η υπνική άπνοια;

Η διάγνωση της υπνικής άπνοιας στα παιδιά είναι στις περισσότερες περιπτώσεις καθαρά κλινική, σε αντίθεση με τους ενήλικες, στους οποίους χρειάζονται επιπλέον εξετάσεις. Αυτό σημαίνει ότι βασίζεται κυρίως στο ιστορικό που περιγράφεται από τους γονείς και στην κλινική εξέταση από τον γιατρό. Στις περιπτώσεις που πάρουν μεταξύ

επιπλέον αριθμό αιφύνισης στη διάρκεια του ύπνου ή τη διαρκεία του

algofen®

Duofast



**ΕΝΙΣΧΥΜΕΝΗ
ΔΡΑΣΗ ΚΑΤΑ ΤΟΥ ΠΟΝΟΥ**

Αυτό το προϊόν περιέχει πρεκταμόλη και καψεΐνη

Πριν από τη χρήση διαβάστε τις ενώκλινες σόγιες.

ILC
MEDOCHMIE