

#136

ΕΤΟΣ 23^ο

Ιούλιος
2012

Αύγουστος

φαρμακευτικός κόσμος



Δώστε στον πελάτη σας την επιστημονική συμβουλή που χρειάζεται, με μια ματιά!

www.f-gnosis.com

Το μικρομεσαίο φαρμακείο στη ζώνη του λυκόφωτος

Θεραπεία, όχι αποκατάσταση

Έχουμε έναν κόσμο ν' αλλάξουμε, μωρό μου...

Η μέρα της μαρμότας

Δεν μένει να χάσουμε τίποτ' άλλο

Ειρήνη Αγαθοπούλου

Φαρμακοποιός - Βουλευτής Κιλκίς του ΣΥ.ΡΙΖ.Α./ΕΚΜ

«Το βασικό αίτημα του φαρμακευτικού κλάδου πρέπει να είναι η αναγνώριση της προσφοράς του στο ελληνικό σύστημα υγείας»

Το επιχειρείν στο φαρμακείο:

Ο συναισθηματικά νοήμων ηγέτης

ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΕΙΣ:

Γιώργος Δημάκης | Μαρίνα Μαυρομάτη





Creative Office: Ιάκχου 8, Γκάζι 11854 / **M:** info@sopratutto.gr **T:** +30 2105247459 / **F:** +30 210



ΟΛΟΚΛΗΡΩΜΕΝΕΣ
ΠΡΟΤΑΣΕΙΣ
ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΥ
ΓΙΑ ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΑ
ΧΩΡΩΝ
ΥΨΗΛΗΣ
ΑΙΣΘΗΤΙΚΗΣ

ΕΠΕ
SOPRATUTTO



www.sopratutto.gr

The new pharmacy world!!



www.sopratutto.gr



Creative Office: Ιάκχου 8, Γκάζι 11854

M: info@sopratutto.gr

T: +30 2105247459

F: +30 2105247452

C: +306932617533 - Κουτσοπούλου Γιώτα
+306937097557 - Κουτσοπούλου Έλενα

ΕΠΕ
SOPRATUTTO



COVERDERM®

Luminous

Επαναστατική & πρωτοποριακή:

► εξειδικεύει τη λευκαντική της δράση
για κάθε φωτότυπο ξεχωριστά!

► καταπολεμά την παραγωγή
μελανίνης και στα 5 στάδια της
μέσα στο μελανοκύτταρο!

Φακίδες, πανάδες, κηλίδες της ηλικίας,
κηλίδες από τον ήλιο, σημάδια
εγκυμοσύνης, θαμπό και χρωματικά
ανομοιογενές δέρμα... «εξαφανίζονται»
μπροστά στη λάμψη της Luminous!

Η σειρά
Luminous της Coverderm,
εγγυάται* **100%**
αποτελεσματικότητα
και μείωση των
δυσχρωμιών έως και **93%**



Το πιο ολοκληρωμένο σύστημα
για την πιο λαμπερή σας επιδερμίδα!

Το μικρομεσαίο φαρμακείο στη ζώνη του λυκόφωτος



Σήμερα ζούμε
το λυκόφως του
μικρομεσαίου
φαρμακείου. Ήρθε
η κρίσιμη ώρα
να σταθμίσουν οι
ναυτιλλόμενοι την
πορεία τους στη
νύχτα για να βρεθούν
την καινούργια
μέρα σε πιο γαλήνια
νερά. Γιατί το μέχρι
τώρα ταξίδι τους το
σαρώνουν οι θύελλες.

Το λυκόφως είναι η χρονική περίοδος από την έναρξη της δύσης του ήλιου μέχρι την έλευση του πλήρους σκότους, όταν είναι δυνατή η παρατήρηση των αστερών, ενώ ταυτόχρονα είναι ορατός ο ορίζοντας από τον οποίο ο ναυτιλλόμενος μπορεί να κάνει άλλες παρατηρήσεις.

Σήμερα ζούμε το λυκόφως του μικρομεσαίου φαρμακείου. Ήρθε η κρίσιμη ώρα να σταθμίσουν οι ναυτιλλόμενοι την πορεία τους στη νύχτα για να βρεθούν την καινούργια μέρα σε πιο γαλήνια νερά. Γιατί το μέχρι τώρα ταξίδι τους το σαρώνουν οι θύελλες.

Η πορεία των μικρομεσαίων φαρμακείων προς την εξαφάνιση δεν υπακούει σε κάποια νομοτέλεια. Την απεργάζονται, εδώ και καιρό, μεθοδικά οι κυρίαρχες νεοφιλελεύθερες πολιτικές. Αυτές που έχουν εκφραστεί και στο παρελθόν ανοιχτά υπέρ της σοβαρής μείωσης του αριθμού των μικρών ατομικών φαρμακείων με το επιχείρημα ότι «κάθε νέο φαρμακείο συνιστά στοιχείο επιβάρυνσης της φαρμακευτικής δαπάνης», την ίδια στιγμή που ανοιγόκλειναν πονηρά τις πόρτες ενός, υποτίθεται, κλειστού επαγγέλματος. Αποκρύπτοντας ότι –στην πραγματικότητα– τα μεγάλα οικονομικά συμφέροντα που εκπροσωπούν, επιδιώκουν να αποσιλώσουν το έδαφος από τα πολλά μικρομεσαία φαρμακεία, το βασικό πυλώνα της φαρμακευτικής περίθαλψης, για να δημιουργήσουν τον απαραίτητο ζωτικό χώρο για τους μεγάλους «παίκτες» της φαρμακευτικής αγοράς.

Αυτές οι δυνάμεις, οι δυνάμεις των Μνημονίων –η Τρόικα και το Δ.Ν.Τ.– εκμεταλλευόμενες το υφεσιακό κλίμα και τη χρεωκοπία της υγείας (του ιεραρχικά πρώτου αγαθού του κοινωνικού κράτους) που οι ίδιες προκάλεσαν, αξιοποιώντας το προσκείμενο και στενά διαπλεγμένο με αυτές συνδικαλιστικό κατεστημένο και τα αργυρώνητα ΜΜΕ, προσφεύγοντας σε δοκιμασμένες μεθόδους κοινωνικού αυτοματισμού, αλλά και σε κάθε άλλο προπαγανδιστικό μέσο, ασκούν στο χώρο της φαρμακευτικής διανομής τεράστιες πιέσεις, με τρεις κυρίως στόχους.

Ο πρώτος είναι, όπως αναφέρθηκε, η –διά της εξαθλίωσης– δραστική μείωση του αριθμού των μικρομεσαίων φαρμακείων. Ο δεύτερος, η διάρρηξη του ιστού της συνδικαλιστικής και συνεταιριστικής τους συνοχής και στήριξης. Σε αυτά τα πλαίσια, η αξιοπιστία και η συνέπεια των ανυπάκουων και «αντιδραστικών» πρωτοβάθμιων συλλόγων πρέπει να πληγούν, οι συλλογικές συμβάσεις με τους ασφαλιστικούς φορείς να πεταχτούν στον κάλαθο των αχρήστων, η λογική του «διαίρει και βασίλευε» να διατρέξει κάθετα τον επαγγελματικό τους χώρο. Ως φυσική συνέπεια θα έρθει στη συνέχεια ο τρίτος στόχος: η πλήρης απελευθέρωση του επαγγέλματος στο ιδιοκτησιακό επίπεδο, με την καθιέρωση της νομικής μορφής των

Ανώνυμων Εταιρειών και η επακόλουθη ίδρυση αλυσίδων φαρμακείων αλλά και φαρμακείων στα πολυκαταστήματα και τα σούπερ μάρκετ.

Οι στόχοι αυτοί σε ένα μεγάλο βαθμό έχουν επιτευχθεί. Διαβρωμένο από τον ατομικισμό, τη μη συμμετοχικότητα, την παθητικότητα και την αδράνεια, καλλιεργημένα τα χρόνια της τεχνητής ευμάρειας, προδομένο (εκτός ελαχίστων φωτεινών εξαιρέσεων) από την άνευ όρων παράδοση κρατικοδίαιτων συνδικαλιστών, το μικρομεσαίο ατομικό φαρμακείο βρίσκεται ήδη στη ζώνη του λυκόφωτος. Στη θέση του, ο οικονομικά αδύνατος, ουσιαστικά πτωχευμένος Έλληνας φαρμακοποιός πρέπει να δομήσει τη νέα επαγγελματική του πραγματικότητα: το «φαρμακείο των φίλων».

Το «φαρμακείο των φίλων» είναι το αστικού τύπου φαρμακείο των πολλών φαρμακοποιών. Είναι το φαρμακείο που –στα χνάρια των ήδη πετυχημένων πολυσυστεγασμένων φαρμακείων– θα συσπειρώσει στα αστικά κέντρα τις φίλιες δυνάμεις του καθενός από εμάς: συναδέλφους με τους οποίους –ανεξάρτητα από γειτονιά, περιοχή ή άλλο γεωγραφικό προσδιορισμό– συνεργαζόμαστε, συμπορευόμαστε, συγχρωτιζόμαστε, συνδιασκεδάζουμε, είναι η παρέα μας. Κάποιος από αυτούς –ή εμείς οι ίδιοι– έχει ένα ιδιόκτητο ή ένα κεντρικό ή ένα μεγάλο φαρμακείο ή ένα φαρμακείο με κάποια σημαντική ή εμπορικά αξιοποιήσιμη ιδιαιτερότητα. Συστεγαζόμαστε σε αυτό. Συνενώνουμε τα κεφάλαια, το εμπόρευμα, την τεχνολογία, την εξειδίκευση, το χρόνο μας. Επιχειρούμε την ανασύνθεση, με νέα πρόσωπα και ιδέες, μιας κομματικά ακηδεμόνευτης συνδικαλιστικής εκπροσώπησης. Δημιουργούμε μεγαλύτερες μονάδες, ικανές να ανταγωνιστούν τα φαρμακεία των αλυσίδων και των σούπερ μάρκετ. Αν η νομική μορφή της Α.Ε. είναι το όπλο τους,

ας γίνει και δικό μας. Αν τους προσφέρει χρηματοδοτική και επενδυτική ευελιξία, το ίδιο μπορεί να προσφέρει και σε μας. Αν έχουν επάρκεια κεφαλαίων και εμπορευμάτων και συνεχές ωράριο, τα ίδια μπορούμε να έχουμε κι εμείς.

Τους πολεμάμε και με τα δικά τους όπλα αλλά –κυρίως– με τα αποκλειστικά δικά μας: στο «φαρμακείο των φίλων», ο φαρμακοποιός θα είναι ο επιστήμονας που θα ασκεί τη φαρμακευτική φροντίδα, θα παρασκευάζει τα εξειδικευμένα κατά ασθενή σκευάσματα, θα έχει την ευθύνη της φαρμακοθεραπείας του ασθενή.

Ο ορίζοντας στη ζώνη του λυκόφωτος είναι ακόμη διακριτός. Τα αστερία του είναι η δουλειά, η επιστήμη, το επάγγελμά μας. Θα χαθούν προσωρινά, τη νύχτα που έρχεται. Αύριο, ακόμη πιο λαμπερά, θα είναι πάλι εκεί να φωτίζουν το στερέωμα.

Τάκης Χονδρογιάννης
φαρμακοποιός – εκδότης



SCHOOL KIDS

Ψείρες; Κρατήστε τις μακριά
με τον πιο φυσικό τρόπο!



Με το άνοιγμα των σχολείων, τα κρούσματα εμφάνισης ψειρών παρουσιάζουν έξαρση. Ωστόσο υπάρχει τρόπος για να κρατήσετε σε «απόσταση» τους ενοχλητικούς επισκέπτες, από το κεφάλι του παιδιού σας. Ένας τρόπος απόλυτα φυσικός και αποτελεσματικός, με την σειρά **APIVITA SCHOOL KIDS**.

Τα τελευταία χρόνια οι ψείρες έχουν αναπτύξει ανθεκτικότητα στις χημικές, εντομοκτόνες ουσίες που χρησιμοποιούνται για την αντιμετώπισή τους. Η θεραπεία είναι χρονοβόρα, επίπονη και επιβαρύνει τον οργανισμό. «**Κάλλιον του θεραπεύειν, το προλαμβάνειν**», σύμφωνα με τον Ιπποκράτη.

Κρατήστε μακριά τις ψείρες, με τα προϊόντα **APIVITA SCHOOL KIDS**, που είναι ειδικά σχεδιασμένα για το ευαίσθητο δέρμα και τα μαλλιά των παιδιών και:

- Απωθούν αποτελεσματικά τις ψείρες, χάρη στην μοναδική τους φυσική σύνθεση, πλούσια σε λεμονοειδή από neem oil, αιθέρια έλαια τειόδενδρου, γεράνι και σιτρονέλλα.
- Απομακρύνουν αποτελεσματικά ψείρες και κόνιδες, στα πρώτα στάδια επιμόλυνσης χάρη στα λεμονοειδή από neem oil και το ξύδι.
- Καταπραΰνουν το τριχωτό της κεφαλής χάρη στη λεβάντα, την αλόη και την πανθενόλη που περιέχουν.
- Αφήνουν τα μαλλιά απαλά, ευκολοχτένιστα, με ευχάριστο άρωμα.

ΣΕΙΡΑ APIVITA SCHOOL KIDS

- ΠΑΙΔΙΚΗ ΛΟΣΙΟΝ ΓΙΑ ΤΑ ΜΑΛΛΙΑ
ΜΕ NEEEM OIL ΚΑΙ ΑΙΘΕΡΙΑ ΕΛΑΙΑ
- ΣΑΜΠΟΥΑΝ ΜΕ NEEEM OIL ΚΑΙ ΑΙΘΕΡΙΑ ΕΛΑΙΑ

Είναι δερματολογικά ελεγμένα, απολύτως ασφαλή, χωρίς ανεπιθύμητες δράσεις και μπορούν να χρησιμοποιηθούν άφοβα καθ' όλη την διάρκεια του έτους.
Κατάλληλα για παιδιά άνω των 2 ετών.

ΧΩΡΙΣ

Χημικά εντομοκτόνα, parabens, σιλικόνες, παραφινέλαιο προπυλενογλυκόλη, αιθανολαμίνες, χρωστικές, φθαλικά πολυκυκλικά & νιτρομάσκες

88-90% ΦΥΣΙΚΗ ΣΥΝΘΕΣΗ



smart pharmacy

διαφημιστική κατασκευαστική

- Ανακαινίσεις
- Αρχιτεκτονικές μελέτες
- Εικαστικές παρεμβάσεις
- Merchandising
- Σηματοδότηση

Φαρμακείο Γεωργίτσας Κωνσταντίνος (Λεωνίδιο)





Φωτορεαλιστική απεικόνιση

6 Editorial**12 Σχόλια:**

Σάσσα Αρβανιτάκη
Αργύρης Αργυρόπουλος
Γιάννης Δαγρές
Ανίκα Καρουζάκη
Γιώργος Κουτέπας
Λιάνα Κυριακούλη
Κώστας Μανωλόπουλος
Θανάσης Μέντας
Ηλίας Χαλιγιάννης

20 **Γιάννης Δαγρές:**
Το φαρμακείο και το μέλλον

22 **Γιώργος Κουτέπας:**
Η μέρα της μαρμότας

24 **Λευτέρης Μαρίνος:**
Θεραπεία, όχι αποκατάσταση

26 **Μανώλης Μιτάκης:**
Υπάρχει ακόμη πολλή σκόνη
στην ατμόσφαιρα

28 **Βασίλης Μπιρλιράκης:**
Φαρμακευτική πλοήγηση

30 **Κώστας Περαντζάκης:**
Εμπόδια στην άσκηση
φαρμακευτικής φροντίδας

34 **Συνέντευξη:**
Ειρήνη Αγαθοπούλου

40 **Παρουσίαση:**
Tsoumanis Pharmacy Design

42 **Το επιχειρείν στο φαρμακείο:**
Ο συναισθηματικά
νοήμων ηγέτης

50 **Ο γιατρός... βοηθός:**
Διακοπή του καπνίσματος:
Η σύγχρονη προσέγγιση
ενός παλιού και δύσκολου
προβλήματος

56 **Ό,τι απασχολεί**

58 **Το φάρμακο που προσέξαμε:**
Influvac sub-unit® (περιόδου
2012-2013) / απενεργοποιημένα
επιφανειακά αντιγόνα στελεχών
του ιού της γρίπης

Η ανεπιθύμητη... σελίδα:

Τικλοπιδίνη,
διάρροια και
πολύμορφο ερύθημα **60**

Τεκμηρίωσε το 62

**Η εποχή, το προϊόν,
ο προμηθευτής:**
Φθινόπωρο /
Λοσιόν Renokin /
Renokin Hellas **66**

Καλλυντική περιποίηση:
Η φροντίδα
των λεπτών,
ευαίσθητων και
εύθραυστων μαλλιών **70**

Καλλυντική περιποίηση:
Περιποίηση του δέρματος /
Το ραντεβού
του φθινοπώρου **76**

Παρουσίαση:
Βογιατζόγλου Systems A.E. **78**

Συνέντευξη:
Μαρίνα Μαυρομάτη **80**

Παρουσίαση:
ErgoΔομή
Τεχνική Κατασκευαστική **84**

Νέα προϊόντα 85

Παρουσίαση:
Power Health **94**

Παρουσίαση:
Klorane **96**

Οι ευκαιρίες της αγοράς 97

Επιχειρηματικά νέα 103

Συνέντευξη:
Γιώργος Δημάκης **112**

Πολιτισμός:
«Με δυο πούπουλα στην πλάτη»
Νέο βιβλίο-CD
από το Σούλη Λιάκο **115**

Παρουσίαση:
KDI Contract **116**

#136

Ιούλιος

Αύγουστος

2012

ΕΚΔΟΤΗΣ - ΔΙΕΥΘΥΝΤΗΣ
Τάκης Χονδρογιάννης

ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΣΥΝΤΑΞΗΣ
Νίκος Μπαμπούνης

ΣΥΝΤΑΚΤΕΣ
Λίνα Δερδελή
Ανδρέας Καλλιβακάς
Χάρης Κουτσούλας
Βασίλης Μπιρλιράκης
Αγγελική Προδρομίδη
Αναστασία Σαράφη
Κική Φέσκου

ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ ΕΞΩΦΥΛΛΟΥ
Νατάσσα Σέρβου

ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ ΕΝΤΥΠΟΥ
Εύη Μπάβα

ΑΤΕΛΙΕ - DTP
Χρύσα Δανιηλίδου

**ΔΙΕΥΘΥΝΤΡΙΑ MARKETING
& ΠΩΛΗΣΕΩΝ**
Βαρβάρα Τασάκου
(e-mail: b.tassakou@f-kosmos.gr)

**BUSINESS DEVELOPMENT
MANAGER**
Άρτεμις Ψαρρή
(e-mail: a.psarri@f-kosmos.gr)

ΟΙΚΟΝΟΜΙΚΗ ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ
RPS Ορκωτοί Ελεγκτές Λογιστές
Επιχειρηματικοί Σύμβουλοι Α.Ε.

ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ - ΛΟΓΙΣΤΗΡΙΟ
Ρίτα Κανδάκη
Ευγενία Αρβανιτίδου

**ΕΚΤΥΠΩΣΗ - ΒΙΒΛΙΟΔΕΣΙΑ -
ΣΥΣΚΕΥΑΣΙΑ**
Βιβλιοσυνεργατική Α.Ε.Π.Ε.Ε.

Τα ευυπόγραφα άρθρα εκφράζουν
τις απόψεις των συγγραφέων τους και
δεν απηχούν απαραίτητα τις θέσεις
του περιοδικού. Αναδημοσίευση,
αναπαραγωγή ή μετάδοση της ύλης
επιτρέπεται μόνο μετά από συνεννόηση
με τη διεύθυνση του περιοδικού.

Κωδικός εντύπου: 011740

www.f-kosmos.gr
(password: FK2007)



ακολουθήστε μας
ΦΑΡΜΑΚΕΥΤΙΚΟΣ ΚΟΣΜΟΣ



Σκανάρετε με το smart phone σας τον κώδικα QR στο εξώφυλλο του περιοδικού, χρησιμοποιώντας τη δωρεάν εφαρμογή **QR Reader**, και μεταφερθείτε στην ηλεκτρονική έκδοση του «Φαρμακευτικού Κόσμου».

*Το καθιερώνετε
και ευχαριζούμε*

*Το μοναδικό τεστ εγκυμοσύνης που σας δίνει την απάντηση
νωρίτερα από όλα τα άλλα, μόλις από την 5η ημέρα της πιθανής σύλληψης.*

2.136.120 τεμάχια πωληθέντα σε 10 χρόνια κυκλοφορίας



ΑΠΟΚΛΕΙΣΤΙΚΗ ΔΙΑΘΕΣΗ ΣΤΑ ΦΑΡΜΑΚΕΙΑ

ΜΕ ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΜΕΝΗ ΕΓΚΡΙΣΗ

CE 0197



ΒΙ.Π.Ε. Ν. ΡΑΙΔΕΣΤΟΥ
ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ,
Τ: 2310 365812, 2310 989603-4,
Ε: info@euromed.gr
www.euromed.gr

ΔΙΑΡΚΗΣ ΓΡΑΜΜΗ
ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ
801 11 33033

ΤΕΣΤ ΕΓΚΥΜΟΣΥΝΗΣ ΝΕΑΣ ΓΕΝΙΑΣ

γνωρίζω νωρίτερα, γνωρίζω καλύτερα

Ασθενείς και οδοιπόροι

Σάσσα Αρβανιτάκη

Καζάνι που βράζει η υγεία, στα όρια της έκρηξης. Φωνές απόγνωσης εκατομμυρίων ασφαλισμένων και χιλιάδων εργαζόμενων στον ευαίσθητο αυτό χώρο. Κι όλοι να έχουν δίκιο. Κι όλοι μαζί να μπορούν και να μην κάνουν τίποτα. Το τέρας της εξουσίας κουφό.

Πού να φανταζόμασταν κι εμείς τι διασημότητα μας επιφύλασσε η μοίρα; Να είμαστε κάθε μέρα πρώτο θέμα σε όλα τα κανάλια, σε κατάσταση πολέμου με όλους: με κράτος, μεταξύ μας, με ασθενείς και οδοιπόρους. Συν-οδοιπόροι και εμείς σε αυτό το Γολγοθά που ανεβαίνει και η υγεία, σε αυτή τη στράτα που διόδια ζητάει να της πληρώσει μόνο ο φαρμακοποιός. Αυτός που με τον οβολό του έστρωσε την ασφαλτο.

Και μετά το τέρας εκδικείται. Θα μας κάνουν, θα μας δείξουν, θα μας βάλουν στα σούπερ μάρκετ, θα μας μειώσουν τον αριθμό, θα μας κάψουν το λίπος, θα μας κάνουν σαπούνι! Για να επιβεβαιώσουν το ρητό «ουδείς ασφαλέστερος εχθρός του ευεργετηθέντος». Το τέρας, όμως, πρέπει να ξέρει ότι, για ό,τι προκύψει, ασθενής και οδοιπόρος αμαρτίαν ουκ έχει...

Η Σάσσα Αρβανιτάκη είναι μέλος του Φ.Σ. Αττικής

Αυτοκάθαρση τώρα

Αργύρης Αργυρόπουλος

Ο κλάδος μας είναι από τους περισσότερο συνεπείς στις υποχρεώσεις του έναντι στο κράτος. Πληρώνουμε πάντα στην ώρα μας την εφορία, το ΦΠΑ, ασφαλιστικές εισφορές, καθώς και τα λειτουργικά μας έξοδα που, αν και μεγάλα, καλύπτονται πάντα, αφήνοντας συχνά πίσω προσωπικές μας ανάγκες.

Υπάρχουν ωστόσο άλλοι τομείς όπου κάποιοι ελάχιστοι συνάδελφοι αμαυρώνουν τη συνολική μας εικόνα και προκαλούν συχνά με την αντιδεοντολογική τους συμπεριφορά, λειτουργώντας αθέμιτα έναντι των υπολοίπων. Καμιά φορά αυτή η αντισυναδελφική συμπεριφορά κουκουλώνεται και καταφέρνει να μένει κρυφή και ατιμώρητη. Όμως η ανάγκη και το επείγον της δυσμενούς σημερινής συγκυρίας δεν αφήνει περιθώρια ολιγωρίας. Πρέπει ο καθένας από εμάς να αλλάξει τον τρόπο λειτουργίας του φαρμακείου του. Η τυπικότητα πρέπει να περισσεύει σε κάθε τομέα και το κάθε φαρμακείο να είναι υπόδειγμα λειτουργίας μιας επιχείρησης. Οι σύλλογοι πρέπει να γίνουν αδέκαστοι τιμητές της αξιοπρέπειας του φαρμακευτικού επαγγέλματος και να εξαντλούν τις νομοθετημένες δυνατότητές τους. Αν δεν κάνουμε μόνοι μας τη δική μας κάθαρση, τότε θα την κάνουν άλλοι για μας, όχι με ήπιο, αλλά με πολύ βίαιο τρόπο, και κοντά στα ξερά θα καούν πολλά χλωρά.

Έχοντας στο πίσω μέρος του μυαλού μας πως, αργά ή γρήγορα, με το δικό μας τρόπο (συνενώσεις φαρμακείων) ή με κάποιον άλλο που θα μας επιβληθεί, ο αριθμός των φαρμακείων μάλλον θα μειωθεί, πρέπει στον καινούριο χάρτη που θα διαμορφωθεί να εκλείψουν εκείνοι που δεν λειτουργούν σύννομα. Αυτούς πρέπει εμείς οι ίδιοι να τους αποβάλλουμε σιωπηρά από τους κόλπους μας. Αν το κάνουμε εγκαίρως, η ζημιά θα είναι σίγουρα μικρότερη. Να μην ξεχνάμε πως η κάθαρση ξεκινά πάντα από τον ίδιο μας τον εαυτό και δεν είναι τίποτε άλλο από την απόλυτη έκφραση της αυτοσυντήρησης.

Ο Αργύρης Αργυρόπουλος είναι μέλος του Φ.Σ. Θεσσαλονίκης

Η ενότητα του κλάδου

Γιάννης Δαγρές

Η έμμεση χειραγώγηση ή η ευθεία επιβολή μπορούν να γίνουν ανεκτές σήμερα μόνο υπό προϋποθέσεις και μόνο αν υπηρετούν τους υποψήφιους χειραγωγούμενους. Η ενότητα λοιπόν στον κλάδο μας είναι πρώτιστα εθελοντική. Οι ίδιοι επιλέγουμε αν θα ακολουθήσουμε.

Οι διαστρωματώσεις και οι διαφορές των φαρμακείων είναι υπαρκτές και έντονες. Αλλά όχι τόσο έντονες ώστε να προσεγγίζουν σε βαρύτητα τα κοινά στοιχεία μας. Κατά δεύτερο λόγο λοιπόν, είμαστε όλοι ανεξάρτητοι ιδιοκτήτες των μέσων παραγωγής του εισοδήματός μας, μοιραζόμαστε ανάλογες έγνοιες και όνειρα και λειτουργούμε όλοι με τους ίδιους κανόνες και παραπλήσια όρια.

Τα δύο παραπάνω χαρακτηριστικά αποτελούν και τη βάση της ενότητάς μας. Δεν είναι θέμα εξαναγκασμού. Είναι αυθόρμητη συλλογική αλληλοσύνδεση πάνω σε κοινά θεμέλια.

Γι' αυτό και η λέξη «ενότητα» σε εμάς είναι μέχρι σήμερα πλεονασμός. Ό,τι και να συμβαίνει κατά περιόδους, όσο υπάρχουν αυτά τα δύο στο τέλος καταλήγουμε πάντα και με φυσικό τρόπο ενωμένοι, περισσότερο από πολλούς άλλους. Και αυτό είναι μεγάλη υπόθεση σήμερα.

Ο Γιάννης Δαγρές είναι μέλος του Δ.Σ. του Φ.Σ. Αττικής



La premiere fabrique d' architecture et de design.

une vision à 360°



Φαρμακείο Χρύση Ελένη - Άγιος Δημήτριος



advanced architecture design

ACAD E.E. - MOBIL M Hellas
Αυγής 37 Ν. Ηράκλειο
141 21 Αθήνα
Τηλ./Fax: 210 2820882
Κινητό: 6936 610652
E-mail: info@acad-mobil-m.gr
Web site: www.acad-mobil-m.gr



COUPECHOUX
19 rue de la Noue Bras de Fer
BP 76324 - 44263 NANTES cedex 2 - France
Tel. +33 (0)2 40 16 97 40 - Fax +33 (0)2 40 63 59 12
contact@mobil-m.com
www.mobil-m.com

Arte nobile

Ανίκα Καρουζάκη

Ευγενές επάγγελμα! Αναφέρομαι στους φαρμακοποιούς του 15ου αιώνα. Τα ονόματά τους γράφονταν στις χρυσές βίβλους· τα δικά μας γράφονται στα κιτάπια του «Τειρεσία»... Η «φαρμακευτική τέχνη» τους άξιζε τις ύψιστες τιμές· η δική μας φιλοδοξούν κάποιοι να στριμωχτεί ανάμεσα στα τυριά και τα λουκάνικα των σουπερ μάρκετ... Έτσι λένε τα νούμερα ότι πρέπει να γίνει. Είναι θέμα αριθμητικής. Αυτοί μιλάνε με νούμερα· εμείς μιλάμε με οράματα.

Έστω και αργά, χρειαζόμαστε έναν ευγενή αγώνα αντάξιο της ιστορίας του κλάδου μας. Αντάξιο της κοινωνίας μας, του λαού μας και των αγώνων που σε όλες τις δύσκολες στιγμές δώσαμε χέρι-χέρι. Μέσα από τα φαρμακεία οι πρόγονοί μας οργάνωναν τον αγώνα, τόσο στην τουρκοκρατία όσο και στην αντίσταση. Μαζί με τα πιο πρωτοπόρα μυαλά. Ας γίνουν ξανά τα φαρμακεία μας εντευκτήρια τέχνης, ιδεολογίας, πολιτικής!

Είμαστε ιστορικά ριζωμένοι στην ελληνική κοινωνία. Αυτό ισχύει πέρα και έξω από την αριθμητική. Και αυτό δεν το χαρίζουμε!

Η Αννίκα Καρουζάκη είναι μέλος του Φ.Σ. Αττικής

Η ελεύθερη αγορά είπατε;

Γιώργος Κουτέπας

Διαβάσαμε στο Βήμα (03/09) πως αναζητείται λύση για το υψηλό κόστος των τηλεφωνικών ραντεβού του Ε.Ο.Π.Υ.Υ., η κοστολόγηση των οποίων έχει αυξηθεί κατακόρυφα σε σχέση με το παρελθόν (μέσω του «184» η χρέωση ήταν 0,03 ευρώ, ενώ τώρα είναι από 0,99 ευρώ έως 1,18 ευρώ ανά κλήση). Ο ανταγωνισμός δεν λειτούργησε, καθώς όλες οι εταιρείες έκαναν χρήση της δυνατότητας χρέωσης στην ανώτατη προβλεπόμενη τιμή, η οποία μπορεί και ξεπερνά το 1 ευρώ. Δυστυχώς, τα παραπάνω αποκαλύπτουν την αλήθεια για τις ιδεοληψίες ότι η ελεύθερη αγορά έχει εύκολες λύσεις για τα προβλήματα υγείας. Εδώ δεν μπορεί να ρυθμίσει το κόστος ενός απλού και αδιαφοροποίητου «προϊόντος», όπως είναι το τηλεφωνικό ραντεβού στον Ε.Ο.Π.Υ.Υ. και θα βρει λύσεις για το πολύπλοκο, πολυπαραγοντικό και αυστηρών προδιαγραφών θέμα του φαρμάκου;

Ο Γιώργος Κουτέπας είναι αντιπρόσωπος του Φ.Σ. Αττικής στον Π.Φ.Σ.

Έχουμε έναν κόσμο ν' αλλάξουμε, μωρό μου... (σύνθημα σε τοίχο)

Λιάνα Κυριακούλη

Ν' αλλάξουμε έναν κόσμο που δεν μας ταιριάζει. Που μας πονάει. Μας διαλύει. Μας πνίγει. Με απαιτήσεις παράλογες. Με ρυθμούς τρελούς.

Μιλάει μόνο με αριθμούς, γιατί έπαψε να καταλαβαίνει τις λέξεις. Δεν παθιάζεται με ένα τραγούδι, αν αυτό δεν χορεύεται. Δεν γίνεται λιώμα διαβάζοντας ένα ποίημα. Δεν μπορεί να νοιώσει τα χρώματα και τις μυρωδιές της φύσης, ούτε όταν δραπετεύει από την πόλη. Ξέχασε πώς είναι το γαλάζιο της θάλασσας και το βαθύ μπλε του ουρανού όταν τελειώνει η μέρα. Ακούει την τηλεόραση για να γυρίσει στον ουρανό να δει την πανσέληνο.

Έναν κόσμο που επιβραβεύει τη διαφθορά, την απληστία, τη σκληρότητα, την αδικία. Που έμαθε να συμμορφώνεται χωρίς δεύτερη σκέψη, χωρίς απορία, χωρίς αντίσταση. Που απογείωσε την πολυτέλεια χωρίς τις περισσότερες φορές να μπορεί να τη στηρίξει. Που έμαθε αδιαμαρτύρητα να ζει μέσα στην παράνοια και να ικανοποιείται μ' αυτή. Που αγανακτεί στις πλατείες θέλοντας να γυρίσει πίσω, στο βόλεμά του.

Έμαθε να μη ζει· μόνο να επιβιώνει. Να μην ακούει· μόνο να φωνάζει. Να μην μαθαίνει· μόνο να πανικοβάλλεται. Να μην δίνει· μόνο να παίρνει. Να μην γελάει· μόνο να γκρινιάζει.

Έχουμε έναν κόσμο ν' αλλάξουμε. Αλλά πρώτα πρέπει να αλλάξουμε εσύ κι εγώ. Δεν γίνεται αλλιώς. Δεν γίνεται αργότερα...

Η Λιάνα Κυριακούλη είναι μέλος του Φ.Σ. Πειραιά



Αρχική » Προϊόντα » Δερματολογικά

Αντηλιακή Προστασία

Για να παραγγείλετε κάποια από τα προϊόντα μας, πατήστε το κουμπί 'Παραγγελία' στο δεξί μέρος της σελίδας. Για να δείτε και να τροποποιήσετε το καλάθι παραγγελίας, πατήστε το κουμπί 'Καλάθι Παραγγελίας'.

Βρεφική περιποίηση

Ατοπική δερματίτιδα

Παιδική Περιποίηση

Βρεφική Διατροφή

Ρινικά Εκνεφώματα

Γυναικολογική Περιποίηση

Ειδική Περιποίηση

Δερματολογικά προϊόντα

Διατροφή ενηλίκων

Συμπληρώματα Διατροφής

Φάρμακα

Ενυδάτωση - Αντιγηρανση

Περιποίηση Μαλλιών

Λιπαρό Δέρμα με Τζελ

Αντιμετώπιση των πτυχών

Περιποίηση Ποδιών

Αντηλιακή Προστασία

Γυναικολογική Περιποίηση

Δείκτης Χονδρική Τιμή (προ ΦΠΑ) Ποσότητα

Ένα νέο e-shop για τις καθημερινές παραγγελίες, εύκολο στη χρήση, με άμεση ανταπόκριση, αποκλειστικά για φαρμακεία.

Για την άμεση εξυπηρέτηση των καθημερινών αναγκών των φαρμακείων σε προϊόντα Frezyderm

Το frezyderm-orders.gr, δημιουργήθηκε από τη Frezyderm, έτσι ώστε οι φαρμακοποιοί να μπορούν να παραγγέλλουν ηλεκτρονικά τα προϊόντα της.

Το site έχει ευχάριστο και λειτουργικό περιβάλλον και ο επισκέπτης εκτός από την εύκολη εύρεση προϊόντων και εκτέλεση της παραγγελίας του, μπορεί παράλληλα να ενημερώνεται για τα νέα και τις προσφορές της εταιρείας.

Δυνατότητα παραγγελίας μπορούν να έχουν μόνο φαρμακεία στην Ελληνική επικράτεια.

Η διεύθυνση του site είναι www.frezyderm-orders.gr.

Στη μαύρη λίστα των τραπεζών

Κώστας Μανωλόπουλος

Να βάλουμε πλάτη, να κάνουμε υπομονή, να πρυτανεύσει η λογική κλπ. Έστω ότι έχουμε όλη την καλή διάθεση να το κάνουμε. Αλλά πώς, όταν ήδη εδώ και καιρό «μπαίνουμε μέσα»; Χωρίς το χρήμα να κινείται, η μόνη διέξοδος –πέρα από τους συγγενείς που ήδη έχουμε «μαθήσει»– είναι οι τράπεζες. Αλλά τα πράγματα έχουν αλλάξει άρδην. Από εκεί που μας έπαιρναν 15 φορές το μήνα τηλέφωνο για ανοιχτό επαγγελματικό δάνειο, η πόρτα τους είναι πιο κλειστή και από μαγαζί της παραλιακής Σάββατο βράδυ όπου έχεις πάει ασυνόδευτος. Λες «φαρμακείο» και μόνο που δεν σε πετάνε έξω με τις κλωτσιές. Έχουμε γίνει γυρολόγοι τραπεζών, αλλά αποτέλεσμα μηδέν. Όσοι πήγαν για δάνειο –και πήγαν πολλοί– είδαν τη γλύκα. Μόνο από το κράτος έχουμε να περιμένουμε λεφτά –και ξέρουμε όλοι ότι είναι ο μεγαλύτερος μπαταξής... Πόσο ακόμα θα το δανείζουμε;

Ο Κώστας Μανωλόπουλος είναι μέλος του Δ.Σ. του Φ.Σ. Αττικής

Οδηγίες προς ναυτιλλομένους

Θανάσης Μέντας

Καλώς ή κακώς, στο σημείο που φτάσαμε, πρέπει να περιοριστεί η φαρμακευτική δαπάνη. Δεν θα εξετάσουμε το πώς φτάσαμε ως εδώ και γιατί. Όταν το καράβι βουλιάζει κοιτάς να σωθείς, δεν κοιτάς να δεις ποιος φταίει.

Τι λοιπόν θα περιορίσει τη συνταγογραφία;

Δύο απλές κινήσεις που θα αποτρέψουν την αλόγιστη σπατάλη και από τους συνταγογράφοντες και από τους ασθενείς (στον καθένα για διαφορετικούς λόγους):

A. Συνταγογράφηση με δραστική από τους γιατρούς.

B. Πληρωμή στο φαρμακείο, υποβολή στο ταμείο και όσο πιο γρήγορη εξόφληση –τα ακριβά φάρμακα ας τα αναλάβει το κράτος (εναλλακτικά με γενναία αύξηση του ποσοστού συμμετοχής).

Κάθε μέρα που περνά και δεν παίρνονται τέτοια δραστικά μέτρα, τα πράγματα χειροτερεύουν.

Υ.Γ. Δεν υποστηρίζω ότι είναι τα σωστότερα μέτρα, αλλά είπαμε, όταν το καράβι βουλιάζει...

Ο Θανάσης Μέντας είναι μέλος του Δ.Σ. του Φαρμακευτικού Συλλόγου Κυκλάδων

Δεν μένει να χάσουμε τίποτ' άλλο

Ηλίας Χαλιγιάννης

Δεν υπάρχει καμία αμφιβολία ότι, στην Ελλάδα του Μνημονίου, το μέλλον του ελληνικού φαρμακείου διαγράφεται φρικτό. Τα μέχρι τώρα δεδομένα δείχνουν ότι βαδίζουμε με μαθηματική ακρίβεια στο σημείο μηδέν. Ίσως κάποιοι συνάδελφοι αποκαιρετήσουμε τον κλάδο. Πτωχευμένοι. Τα όνειρα των νεότερων στο επάγγελμα αποδεικνύονται εφιάλτες, χωρίς να μπορούμε ούτε οι ίδιοι να απαντήσουμε στο βασικότερο ερώτημα: γιατί;

Γιατί, συνάδελφοι, γνωρίζαμε εδώ και καιρό ότι η χώρα χρεοκόπησε κι εμείς εθελουφλούσαμε. Στρουθοκαμηλίζαμε. Θυσιαζόμασταν στο βωμό της επιστημονικής μας τιμής και της κοινωνικής ευαισθησίας. Γιατί πολύ απλά ελπίζαμε. Και δυστυχώς υπήρξαμε τα εξιλαστήρια θύματα.

Αν θέλουμε λοιπόν να μη χάσουμε την εσχάτη ελπίδα μας, πρέπει να είμαστε αποφασισμένοι να συνεχίσουμε να παλεύουμε. Όμως η πάλη προϋποθέτει σύγκρουση. Και η σύγκρουση έχει κόστος. Μπορούμε άραγε να το αντιληφθούμε και να συνεχίσουμε; Γιατί δεν έχουμε να χάσουμε τίποτα άλλο...

Ο Λοβέρδος είχε πει τη μοναδική μεγάλη αλήθεια: «Δεν υπάρχει σάλιο!»... Δεν τον ακούσαμε!

Ο Ηλίας Χαλιγιάννης είναι πρόεδρος του Φ.Σ. Ροδόλης

Για κάθε ανάγκη υγείας

υπάρχει η **Vitabiotics**



Επειδή κάθε οργανισμός θέλει εξειδικευμένη υποστήριξη

Όταν σε κάθε στάδιο της ζωής μας οι διατροφικές μας απαιτήσεις αλλάζουν, χρειαζόμαστε ένα συμπλήρωμα που καλύπτει κάθε φορά τις ιδιαίτερες ανάγκες του οργανισμού. Η γκάμα της Vitabiotics παρέχει τη μέγιστη υποστήριξη με ισορροπημένες και αποτελεσματικές συνθέσεις που δεν επιβαρύνουν τον οργανισμό με υπερβολικές δόσεις. Με 40 χρόνια εμπειρία, η Vitabiotics δημιουργεί συμπληρώματα που καλύπτουν πραγματικές ανάγκες υγείας.

Originally developed with

Prof. A. H. Beckett

Prof. A. H. Beckett
OBE, PhD, DSc
Professor Emeritus,
University of London



Η Vitabiotics γνωρίζει αυτό που θέλει η υγεία μου



Επικοινωνία – Ενημέρωση – Συμβουλή:
210 9941451, info@douni.gr
www.douni.gr





Ζωγράφου



Πάτρα



Πάτρα



Κοζάνη

Κηφισιά



Κηφισιά



Σπάρα



Σύρρα



Ελπίδα



Σπάρα

pharmacy

ΕΠΙΠΛΩΣΗ & ΣΗΜΑΝΣΗ ΦΑΡΜΑΚΕΙΟΥ | ΑΡΧΙΤΕΚΤΟΝΙΚΗ ΜΕΛΕΤΗ & ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ | ΥΛΟΠΟΙΗΣΗ ΚΑΤΑΣΚΕΥΑΣΤΙΚΟΥ ΕΡΓΟΥ



ΟΛΟΚΛΗΡΩΜΕΝΕΣ ΛΥΣΕΙΣ ΕΠΙΠΛΩΣΗΣ ΦΑΡΜΑΚΕΙΩΝ

www.voyatzoglou.gr

ΑΘΗΝΑ: 12 χλμ. Εθν. Οδού Αθηνών-Λαμίας, 144 51 Ματαμόρφωση, τηλ.: 210 2888645, fax: 210 2888699, e-mail: customer3.ath@voyatzoglou.gr

ΘΕΣ/ΝΙΚΗ: 10 χλμ. Εθν. Οδού Θεσσαλονίκης-Κατερίνης, 541 10 Σινδόρι, τηλ.: 2310 569721, fax: 2310 569719, e-mail: customer3.the@voyatzoglou.gr

γιάννης **δαγρές**

Το φαρμακείο και το μέλλον

Από τότε που η Ελλάδα μπήκε στην «εποχή του Μνημονίου» όλα άλλαξαν προς το χειρότερο για τα φαρμακεία, σε μια θλιβερή ευθυγράμμιση με τη συνολική πορεία της χώρας. Η ιστορία όμως ποτέ δεν τελειώνει ούτε προβλέπεται, όσο υπάρχουν άνθρωποι. «Τα πάντα ρει» μας δίδαξε ο αρχαίος σοφός –κι αυτό δεν ήταν έμπνευση· ήταν εμπειρική διαπίστωση.

Για εμάς τους φαρμακοποιούς, η λαϊκή παραφιλολογία προφητεύει σήμερα πολλά, μερικά από τα οποία εσχατολογικά. «Θα κλείσουν τόσα φαρμακεία», «Θα μας πετάξουν στις υπηρεσίες για να βγάζουμε ίσα τα έξοδά μας», «Θα καταστραφεί η χώρα κι εμείς μαζί της», «Θα μας φάνε οι μεγάλοι, όποιοι και αν είναι αυτοί». Κοινός παρανομαστής όλων αυτών των προφητειών είναι ότι όλες έχουν τελεσίδικα αρνητική έκβαση, με εμάς στον ρόλο του παθητικού θεατή-έρμαιου της δράσης κακών μόνο δυνάμεων. Είναι πιστευτό κάτι τέτοιο; Παθητικά έρμαια; Και μόνο κακές δυνάμεις; Πρώτον, η φύση έχει αληθινές «κόκκινες γραμμές». Ακόμη και σε εποχές πολύ χειρότερες από τις σημερινές, εξυπηρετούσαμε και εξυπηρετούμε πάντα μια αναπόδραστη ανθρώπινη ανάγκη. Τη φροντίδα της υγείας.

Δεύτερον, η Ελλάδα ήταν ανέκαθεν μια χώρα με μεγάλες σε έκταση κατοικημένες περιοχές γεωγραφικά απομονωμένες. Τα φαρμακεία διασπείρονται παντού γιατί δεν μπορούν να δραπετεύσουν από την προαιώνια κοινωνική πίεση που γεννιέται από το γεγονός αυτό και κυριαρχεί στα πάντα. Τρίτον, οι κρίσεις, όσο τρομακτικές και αν δείχνουν όταν τις διανύεις, είναι κι αυτές κομμάτι της αιώνιας παροδικότητας του χρόνου. Θέλουμε δεν θέλουμε, η κρίση θα τελειώσει κάποια στιγμή και θα την ακολουθήσει μια τελείως διαφορετική περίοδος ανάπτυξης και ευημερίας.

Τέταρτον, οι μεγάλοι είμαστε εμείς και με διαφορά. Αυτό το διασφαλίζει όχι μόνο η παρουσία μας παντού ως φαρμακείων, αλλά και η τωρινή δεσπόζουσα θέση μας και στο χονδρεμπόριο μέσω των συνεταιρισμών. Αυτό το ενισχύει η παραδοσιακή ιδιοσυγκρασία της συλλογικής συνείδησής μας ως έθνους, που μας κάνει να μη νοιώθουμε δέος, αλλά αποστροφή και κριτική διάθεση απέναντι στα «μεγάλα», που θεωρούμε ότι απειλούν την ελευθερία του έντονου ατομισμού μας.

Η αγορά είναι μια νέα δύναμη που διεκδικεί μια θέση ανάμεσα στις προηγούμενες. Δεν θα καταφέρει όμως ποτέ να την αποκτήσει. Δεν είναι φυσική διαδικασία, αλλά ανθρώπινη κοσμική επιλογή. Και όπως όλες οι επιλογές των ανθρώπων, σε αντίθεση με αυτές της φύσης, πάντα αργά ή γρήγορα περιθωριοποιούνται και αντικαθίστανται από κάτι άλλο στην αιώνια μάχη της ανθρωπότητας για καλύτερη οργάνωση της ζωής και ελέγχου του περιβάλλοντος.

Γιατί τα θυμίζουμε όλα αυτά; Απλώς γιατί έτσι είναι. Το τι θα γίνει με τα φαρμακεία κανείς δεν το ξέρει με βεβαιότητα. Το μόνο σίγουρο είναι ότι θα υπάρχουν, θα είναι στα χέρια μας, θα συνεχίσουν να βρίσκονται παντού και θα ακολουθήσουν και αυτά την πορεία της ιστορίας. Μετά την κρίση, ξανά η εξέλιξη μπροστά σε μια νέα εποχή. Είναι θέμα χρόνου. Κι αν θέλουμε, όποια μορφή και αν πάρουν τα φαρμακεία στο μέλλον, θα μας χωράει όλους. ●

Το τι θα γίνει με τα
φαρμακεία κανείς
δεν το ξέρει με
βεβαιότητα.
Το μόνο σίγουρο
είναι ότι θα
υπάρχουν, θα είναι
στα χέρια μας,
θα συνεχίσουν
να βρίσκονται
παντού και θα
ακολουθήσουν και
αυτά την πορεία
της ιστορίας. Μετά
την κρίση, ξανά η
εξέλιξη μπροστά σε
μια νέα εποχή.

Fissan baby



ΠΡΟΣΤΑΤΕΥΤΙΚΗ

ΚΑΤΑΠΡΑΪΝΤΙΚΗ

ΑΝΑΠΛΑΣΤΙΚΗ

ΑΝΤΙΕΝΖΥΜΑΤΙΚΗ

ΑΝΤΙΒΑΚΤΗΡΙΔΙΑΚΗ*

Αποτελεσματικότητα x5

Νέα κρέμα για συγκάματα 5 σε 1

Η Fissan Κρέμα για συγκάματα 5 σε 1 περιέχει ένα μείγμα ενεργών συστατικών και εκχυλισμάτων με αποδεδειγμένες για την επιδερμίδα ευεργετικές ιδιότητες. Το οξείδιο του ψευδαργύρου προστατεύει το δέρμα από τους εξωτερικούς παράγοντες, τις κοκκινίλες και τους ερεθισμούς. Παράλληλα, η πανθενόλη προάγει τη φυσική διαδικασία ανάπλασης της επιδερμίδας και τη βοηθά να παραμένει απαλή και ενυδατωμένη. Τέλος, οι καταπραΰντικές ιδιότητες της καλέντουλας συμβάλλουν στην ανακούφιση της επιδερμίδας από τη δυσάρεστη αίσθηση που προκαλούν οι ερεθισμοί.

*Το οξείδιο του ψευδαργύρου, χάρη στις έμμεσες αντιβακτηριδιακές του ιδιότητες, κρατά τους μικροοργανισμούς μακριά από το δέρμα, προστατεύοντάς το.



Φαρμακευτικά Εργαστήρια CANA Α.Ε. - Τομέας Φροντίδας Υγείας, Λεωφ. Ηρακλείου 446, 14122 Ηράκλειο Αττικής, τηλ.: 210 2883314, fax: 210 2830773, www.cana.gr, e-mail: healthcare@cana.gr



γιώργος κουτέπας

Η μέρα της μαρμότας

Οι σινεφίλ θα θυμούνται μια Αμερικάνικη κωμωδία του 1993 με τίτλο «Η μέρα της μαρμότας». Σε αυτήν ένας δημοσιογράφος που καλείται να καλύψει ένα τοπικό φεστιβάλ σε μια επαρχιακή πόλη της Αμερικής, κατά τη διάρκεια του οποίου μια μαρμότα –ζωάκι που ανήκει στην οικογένεια των τρωκτικών– προβλέπει, σύμφωνα με τους ντόπιους, την εξέλιξη του καιρού. Εκεί όμως ανακαλύπτει ότι βρίσκεται παγιδευμένος σε ένα κόλλημα του χρόνου και κάθε πρωί ξυπνάει υποχρεωμένος να ζήσει την ίδια μέρα ξανά και ξανά, χωρίς να μπορεί να ξεφύγει. Σαν κι εμάς δηλαδή...



Σε μια ιδιότυπη μέρα της μαρμότας αισθάνομαι ότι ζούμε οι φαρμακοποιοί εδώ και τρία χρόνια, όταν έρχεται ο χρόνος που πρέπει να γραφτούν κάποια άρθρα, να γίνουν κάποιες μελέτες ή να γίνει σχεδιασμός για την εξέλιξη του φαρμακείου. Μια θεματολογία που παρά τα τρία χρόνια που πέρασαν δεν έχει αλλάξει σχεδόν καθόλου.

Η φαρμακευτική δαπάνη που πρέπει να περικοπεί. Οι πληρωμές που καθυστερούν. Οι ελλείψεις των φαρμάκων. Το φαρμακείο που είναι ο εύκολος στόχος των παρεμβάσεων. Οι οριζόντιες περικοπές που επιλέγονται για να επιτευχθεί γρήγορα και εύκολα εξοικονόμηση. Η στημένη προπαγάνδα ότι οι φαρμακοποιοί έχουν υπερκέρδη ενώ προσφέρουν λίγα στο σύστημα υγείας. Τα άρθρα που γράφονται από τη μεριά μας για να αποδείξουν πως οι οριζόντιες πα-

ρεμβάσεις στο σύστημα έχουν μηδενικό αποτέλεσμα. Η επιβεβαίωσή τους όταν οι στόχοι αποτυγχάνουν ή είναι μικρότεροι των προσδοκιών. Και μαζί με αυτά, τα όνειρα για μια εξέλιξη των φαρμακείων που δεν προχωρούν. Τα σημεία στα οποία πρέπει να βελτιωθούν, οι υπηρεσίες που μπορούν να προσφέρουν, οι μορφές συνεργασίας που θα μειώσουν το κόστος λειτουργίας και θα αυξήσουν τις πιθανότητες βιωσιμότητάς τους παρά τις αντίξοες συνθήκες.

Τα ίδια θέματα ανακυκλώνονται. Αλλάζουν μόνο οι ημερομηνίες, τα οικονομικά στοιχεία και το περιβάλλον της κρίσης, που γίνεται όλο και πιο πιεστικό.

Τα ίδια, σε μεγαλύτερη κλίμακα, γίνονται και με την κρίση χρέους της Ελλάδας. Ελλείμματα, οριζόντιες περικοπές, ύφεση, αποτυχία στόχων, ελλείμματα, και το καθοδικό σπирάλ συνεχίζεται. Και η Ελλάδα και η ελληνική φαρμακευτική περίθαλψη είχαν όλες τις προϋποθέσεις να αποφύγουν αυτούς τους φαύλους κύκλους. Αρκούσε από την αρχή να εντοπιστούν τα σημεία της σπατάλης και να περιοριστούν ανεξαρτήτως πολιτικού κόστους. Μαζί με αυτό, να σχεδιαστεί ένα σταθερό επιχειρησιακό περιβάλλον με εγγύηση των όρων δραστηριότητας σε βάθος χρόνου, χωρίς ανατροπές και εκπλήξεις, χωρίς προσπάθειες εξυπηρέτησης ημετέρων και χωρίς εισαγωγή χαριστικών διατάξεων από το παράθυρο, όπως π.χ. αυτή του ωραρίου των φαρμακείων.

Χωρίς αυτό το σταθερό επιχειρησιακό περιβάλλον, όλες οι προσπάθειες πέφτουν στο κενό. Ποια πολιτική συνεργασιών να σχεδιάσεις, ποιες υπηρεσίες φαρμακείων να ενσωματώσεις, ποια δίκτυα να οραματιστείς; Η ίδια μέρα της μαρμότας επαναλαμβάνεται ξανά και ξανά.

Υπάρχει όμως μια ελπίδα. Η δυναμική του φαρμακείου, όσο και αν αποδυναμώνεται από τα προβλήματα, υπάρχει ακόμα. Αν δεν γίνει κάποια μεγάλη ζημιά με τις πληρωμές που θα οδηγήσει σε μαζικό κλείσιμο φαρμακείων και αν η απληστία κάποιων δεν τους οδηγήσει να συνάψουν παράλογες ατομικές συμβάσεις με τον Ε.Ο.Π.Υ.Υ. που δεν δικαιολογούνται από οικονομικό ορθολογισμό, υπάρχει ακόμα χρόνος να μπουν τα πράγματα σε μια ρότα, ώστε να μπορούμε να είμαστε βιώσιμοι και κομμάτι της όποιας φαρμακευτικής περίθαλψης υπάρξει. Γιατί και τα φαρμακεία ξαναγίνονται, και νέες συνεργασίες θα γίνουν, και οι πελάτες θα ξανάρθουν και οι συνταγές θα ξαναεμφανιστούν. Ένα μόνο αν καθεί δεν θα αναπληρωθεί ποτέ: η ρευστότητα. Όποιος βρεθεί τώρα με χρέος δεν θα ξαναμπει στην αγορά ποτέ. Για αυτό, συνάδελφοι, μεγάλη προσοχή στη διαχείριση αυτών των κρίσιμων μηνών...



Η FARAN αλλάζει και προχωρά ως ANGELINI



Η υγεία σας σε έμπιστα χέρια

ANGELINI

Ιδρύθηκε στην Ιταλία στις αρχές του 20^{ου} αιώνα. Τα φαρμακευτικά της προϊόντα κυκλοφορούν σε 60 χώρες σε όλο τον κόσμο και απασχολεί περί τους 3.700 εργαζόμενους. Η παρουσία της Angelini στην Ελλάδα ξεκίνησε το 2008 μέσω της εξαγοράς της Faran Laboratories S.A., μιας εταιρίας με περισσότερα από 50 χρόνια επιτυχημένης παρουσίας στην Ελληνική αλλά και διεθνή φαρμακευτική αγορά.

2012: Η FARAN ΜΕΤΟΝΟΜΑΖΕΤΑΙ ΣΕ ANGELINI PHARMA HELLAS A.B.E.E.

Η Angelini δραστηριοποιείται με πολύ σημαντική επιτυχία σε 5 κύριους θεραπευτικούς τομείς:

- Καινοτόμα και πρωτότυπα φαρμακευτικά σκευάσματα
- Συμπληρώματα διατροφής
- Γενόσημα φάρμακα
- Παραφαρμακευτικά προϊόντα
- Μη συνταγογραφούμενα φάρμακα (OTC)

ΑΠΟΣΤΟΛΗ ΜΑΣ

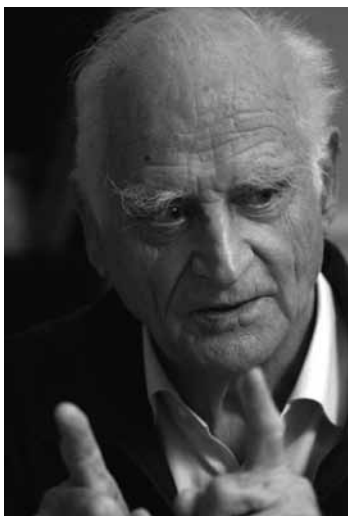
Η καθημερινή υγεία και ευεξία. Η κάλυψη των καθημερινών αναγκών της κάθε οικογένειας μέσω αποτελεσματικών και ασφαλών προϊόντων που διαφυλάττουν την υγεία και προάγουν την προσωπική φροντίδα.



Λευτέρης μαρίνος

Θεραπεία, όχι αποκατάσταση

Έχει σχεδόν πάντα ένα ξεχωριστό ενδιαφέρον να ανατρέχει κανείς σε ανθρώπους που έχουν την ευκολία να ταξιδεύουν ανάμεσα σε έννοιες, γενικότητες και αναλύσεις. Κατά καιρούς δε, αυτοί οι καλλιεργητές ιδεών μάς φιλοδωρούν με το να χρησιμοποιούν τα ακριβή αποστάγματα των αναζητήσεών τους, ώστε να εξηγούν ή να αποκαλύπτουν προοπτικές σε προβλήματα και καταστάσεις που σε εμάς τους υπόλοιπους παραμένουν περίπλοκα, δυσνόητα ή παρεξηγημένα.



Ο Μισέλ Σερ

Ένας από αυτούς και ταυτόχρονα από τους πιο σημαντικούς σύγχρονους φιλοσόφους των επιστημών, ο Γάλλος Μισέλ Σερ, για να εξηγήσει τι συμβαίνει σε ενεστώτα χρόνο, μας θυμίζει¹ ότι στο ιατρικό λεξικό ο όρος «κρίση» περιγράφει την κατάσταση ενός οργανισμού που είναι αντιμέτωπος με την ανάπτυξη ενός νοσήματος (μολυσματικού, νευρικού, αιματολογικού, καρδιακού) μέχρι το σημείο της τοπικής και καταστροφικής κορύφωσής του, η οποία θέτει σε κίνδυνο ολόκληρο τον οργανισμό: νευρική κρίση, κρίση άσθματος, αποπληξίας, επιληψίας, καρδιακή κρίση κλπ. Στην κατάσταση αυτή, που ακριβώς ονομάζεται κρίσιμη, το σώμα λαμβάνει εκ νέου και αφ' εαυτού μιαν απόφαση: είτε πεθαί-

νει είτε ακολουθεί μια εντελώς άλλη πορεία. Διακλάδωση και επιλογή, εκ νέου. Στην ευτυχέστερη περίπτωση που το σώμα, με την έξοδό του από την εν λόγω κρίση επιβιώνει, ακολουθεί μια άλλη οδό και θεραπεύεται.

Θεραπεία λοιπόν και όχι αποκατάσταση. Και αυτό γιατί η θεραπεία δεν αποκαθιστά την κατάσταση που υπήρχε πριν από το νόσημα, μια που κάτι τέτοιο θα οδηγούσε το σώμα ξανά σε μια ολόδια κρίση, αλλά υποδεικνύει μια καινούργια κατάσταση που διαμορφώνεται εκ νέου από τον οργανισμό και ονομάζεται ανάρρωση. Εν ολίγοις, η κρίση ωθεί το σώμα είτε προς το θάνατο είτε προς μια καινοτομία, η οποία το αναγκάζει να προβεί σε μια επινόηση.

Παραβάλλοντας τα προηγούμενα στην τωρινή επαγγελματική μας πραγματικότητα, θα μπορούσε κάποιος να ισχυριστεί, με την ελπίδα να μη φανεί υπερβολικός, ότι **καθώς το σώμα του φαρμακευτικού επαγγέλματος νοσεί (από την ύβρη τρίτων), προσβλέπει για ανάρρωση σε αυτές τις καινοτομίες που ενσαρκώνονται κυρίως από τη φαρμακευτική φροντίδα, την παρασκευή εξειδικευμένων κατά ασθενή σκευασμάτων (compounding) και τη συλλογική επιχειρηματικότητα.** Καινοτομίες απαραίτητες για να οδηγήσουν σε μια καινούργια ισορροπία, σταθερότερη και με ευνοϊκότερη προοπτική για όλους τους εμπλεκόμενους στην πρωτοβάθμια περίθαλψη και την οικονομία ολόκληρου του κλάδου υγείας.

Το βασανιστικό ερώτημα όμως είναι γιατί κάτι τέτοιο δεν είναι ορατό και δεν αποτελεί φανερά επιδίωξη τουλάχιστον για το μεγαλύτερο τμήμα του φαρμακευτικού πληθυσμού. Σε αυτό το σημείο θα ήταν χρήσιμο να επισημανθεί μια ουσιαστική διαφορά ανάμεσα σε εμάς και τους φιλοσόφους. Εκείνοι έχουν την πολυτέλεια να αντιμετωπίζουν ψύχραιμα το χρόνο, όπως και τις άλλες παραμέτρους των προβληματισμών τους. Για εμάς όμως τους καθημερινούς ανθρώπους ο χρόνος είναι πάντα αυστηρός, περιορισμένος και κρίσιμος, ισοδυναμώντας με το οξυγόνο. Και πλέον, καθώς ο αέρας τελειώνει, μας μένει είτε να αποφασίσουμε να χρησιμοποιήσουμε τα αποθέματα για να μετακινηθούμε σε ένα πιο ανοιχτό σημείο είτε να αφεθούμε και να επιτρέψουμε στη ζάλη της ανοξίας, ως ανομολόγητη παραίτηση, για να μας κοιμίσει και να παραδώσουμε τη φαρμακευτική περίθαλψη ξεψυχισμένη στους ανήμπορους πολίτες και ασφαλισμένους, υπό την επίβλεψη όλων των ειδών των υπερεθνικών πτωματοφάγων. Η επιλογή υπάρχει, η απόφαση όμως αναμένεται.

¹ Μισέλ Σερ, «Καιρός των κρίσεων», εκδ. Καλέντης 2011



Καλή Γαβριήλ

Κατασκευάζουμε το νέο φαρμακείο σας **μαζί!**

Μαζί επιτυγχάνουμε την πιο λειτουργική
σχεδίαση.

Μαζί διαλέγουμε τα καλύτερα υλικά.

Μαζί βρίσκουμε τις πιο οικονομικές λύσεις.



<http://www.farmatechika.gr>





μανώλης μιτάκης

Υπάρχει ακόμη πολλή σκόνη στην ατμόσφαιρα

Υπάρχει ακόμη πολλή σκόνη στην ατμόσφαιρα για να αναλογιστεί κανείς τι έγινε μέσα σε δυο χρόνια. Σήμερα πάντως έχουμε φτάσει στο ερώτημα: μα τι κάνει αυτός ο φαρμακοποιός; Παρασκευές φαρμάκων δεν κάνει· του τις πήρε η βιομηχανία. Ευθύνη δεν έχει· τη χαρίζουμε κατ' αποκλειστικότητα στους γιατρούς. Συμβουλές δεν δίνει· τι διάολο κάναμε τα ΜΗ.ΣΥ.ΦΑ. και το ίντερνετ; –για να μην χρειάζονται συμβουλές οι χρήστες. Ε, τι κάνει λοιπόν; Και τότε ανακάλυψαν τα rebate, τις καθυστερήσεις πληρωμών, και όλα τα υπόλοιπα που τα γνωρίζετε καλύτερα από εμένα. Και θα ανακαλύψουν κι άλλα, αν εμείς οι ίδιοι δεν αποφασίσουμε να δείξουμε τι δουλειά κάνουμε.



Ζητάω, για παράδειγμα, από φίλους φαρμακοποιούς ένα εμβόλιο για το παιδί μου. Βρίσκεται σε χώρο φυλασσόμενο, όπου η θερμοκρασία δεν πέφτει πάνω από 2°C. Κι όμως αυτό δεν το βλέπει ο πελάτης. Γιατί έπεισαν το φαρμακοποιό να κρύψει το σύστημα φύλαξης θερμοευαίσθητων φαρμάκων στο εργαστήριο, σαν να ήταν ένα απλό ψυγείο. Μην τυχόν και δεν έχει που να βάλει τις ταμπέλες των εταιρειών. Ξέρετε, αυτές που θα χρησιμοποιήσουν και αργότερα στα σούπερ μάρκετ... Τα φαρμακεία διαθέτουν air condition. «Φυσικά!», θα πουν και θα γράψουν οι ηλίθιοι του καταναλωτικά στοχευμένου marketing:

για να δροσίζεται ο πελάτης! «Λάθος!», λέω εγώ: έχουν κλιματισμό για να διατηρούν τα φάρμακα στη σωστή θερμοκρασία χειμώνα-καλοκαίρι. Γιατί τα περισσότερα φάρμακα είναι θερμοευαίσθητες οργανικές ενώσεις. Και παρόλο που χρησιμοποιείται ο κλιματισμός χειμώνα-καλοκαίρι, δεν έχω δει πουθενά μα πουθενά ένα θερμόμετρο να μετρά θερμοκρασία περιβάλλοντος χώρου δίπλα από τα κουτιά των φαρμάκων. Και ξέρετε γιατί; Γιατί κανείς δεν το απαίτησε από αυτούς που κατασκευάζουν συρταριέρες φαρμάκων. Και ξέρετε γιατί; Γιατί κανείς φαρμακοποιός δεν πιστεύει ότι με το να φυλάσσει σωστά τα φάρμακα επιτελεί κοινωνικό έργο.

Τέλος, τα φαρμακεία διαθέτουν και ζυγαριά. Άμα θέλει να πάει ο πελάτης να ζυγιστεί. Με μισό ευρώ μπορεί και σου δώσει και πρόγραμμα διαίτης –ε τι άλλο να την κάνει ο φαρμακοποιός τη ζυγαριά; Κι όμως, η ζυγαριά είναι όργανο σχεδιασμού της αποτελεσματικής εξατομικευμένης φαρμακευτικής αγωγής. Δεν είναι απλό εξάρτημα στο τμήμα προϊόντων αδυνατίσματος του φαρμακείου.

Όσοι καταλάβατε τι θέλω να πω, δείξτε στον κόσμο τη δουλειά σας.

Βάλτε θερμόμετρα στα ράφια. Φέρτε τα ψυγεία έξω. Ανοίξτε χώρο στις ζυγαριές· το μεταλλικό νόμισμα –μαζί με τη συμβουλή– κάντε το δώρο στον ασθενή. Ονοματίστε ένα χώρο στη συρταριέρα που θα φυλάτε τα φωτοευαίσθητα φάρμακα· φροντίστε να είναι ορατός από τους ασθενείς. Σβήστε τσιγάρα, απομακρύνετε τασάκια. Μεταφέρετε τις ταμειακές μηχανές μακριά από εκεί που δίνετε συμβουλές. Βάλτε τα γάλατα μακριά από το εργαστήριο. Αφήστε μια γραπτή εντολή στους καθαριστές να μην πλησιάζουν με χλωρίνη εκεί ενώ στα σούπερ μάρκετ δεν θα είχαν τον ενδοιασμό να τα βάλουν δίπλα από τα απορρυπαντικά.

Και αφού τα κάνετε αυτά, τότε μπορεί να μιλήσετε στους πελάτες για το ρόλο σας: για τον έλεγχο της συνταγής του γιατρού και το δικαίωμα του φαρμακοποιού να μην εκτελέσει μια συνταγή εάν προκύπτουν επιστημονικοί λόγοι. Για την αποκλειστικότητα στα φάρμακα που πρέπει να έχει το φαρμακείο. Και για το λόγο που κάποιοι σκόπιμα έκαναν τον κόσμο να μπερδέψει την αγγλική φράση mark up (35%) με το περιθώριο κέρδους του φαρμακείου –profit margin (21%).

Θα βγάλετε αυτές τις πληροφορίες, αυτά τα στοιχεία έξω; Θα τα «πουλήσετε» στους πελάτες σας; Ή θα αφήσετε τους προμηθευτές, τους ανταγωνιστές και τα ΜΜΕ να αποφαίνονται για το τι δουλειά κάνετε πραγματικά; ●

HARTMANN



No 1

σε πωλήσεις προϊόντων
ακράτειας στο χώρο
της Υγείας στην
Ελλάδα

Ολοκληρωμένη σειρά γερμανικών προϊόντων ακράτειας

Υψηλή τεχνολογία για άνεση και διακριτικότητα ημέρα και νύχτα

MoliMed® mini, midi, maxi

Σερβιέτες ελαφρής μορφής ακράτειας



Συσκευασία:
14 τεμάχια

MoliCare® Mobile

Σλιπ ημέρας για αυτοεξυπηρετούμενους



Συσκευασία:
14 τεμάχια

MoliCare® Mobile super

Σλιπ νυκτός για αυτοεξυπηρετούμενους



Συσκευασία:
14 τεμάχια

MoliCare® soft extra

Πάνες ημέρας για κλινήριες ασθενείς



Συσκευασία:
30 τεμάχια

MoliCare® soft super

Πάνες νυκτός για κλινήριες ασθενείς



Συσκευασία:
30 τεμάχια

MoliNea® plus

Υποσέντονα μίας χρήσης



Συσκευασία:
30 τεμάχια



ΑΠΟΚΛΕΙΣΤΙΚΗ ΔΙΑΝΟΜΗ ΣΤΟ ΧΩΡΟ ΤΟΥ ΦΑΡΜΑΚΕΙΟΥ

ΚΩΣΤΑΣ Α. ΠΑΠΑΕΛΛΗΝΑΣ (ΕΛΛΑΣ) Α.Ε.Β.Ε.

26ο χλμ. Παιανίας - Μαρκοπούλου, ΤΘ 182 - 194 00, Κορωπί Αττικής
Τηλ.: 210 6626201-7, fax: 210 6627081
e-mail: pharmacy@costaspapaellinas.gr, www.costaspapaellinas.gr



ΤΗΛ. ΠΑΡΑΓΓΕΛΙΩΝ
(για όλη την Ελλάδα):

210 66 26 201-7

Βασίλης **μπιρλιράκης**

Όσο αδιέξοδο
είναι να μείνουμε
σε αδράνεια και
να περιμένουμε
παθητικά να
περάσει η
«μπόρα», εξίσου
αδιέξοδο είναι
να προβούμε
σε κινήσεις
βεβιασμένες και
μεμονωμένες
οι οποίες δεν
είναι αποτέλεσμα
στρατηγικής
σκέψης.

Φαρμακευτική πλοήγηση

Εάν εμείς, οι Έλληνες φαρμακοποιοί, ως συλλογικότητα, δεν χρειάστηκε τις προηγούμενες δεκαετίες να προβληματιστούμε για το μέλλον μας, αυτό οφείλεται εν πολλοίς στο γεγονός ότι, τόσο εμείς όσο και η χώρα στο σύνολό της, πηγαίναμε, τρόπον τινά, με αυτόματο πιλότο.

Όμως η περίοδος αυτή τέλειωσε, πέρασε ανεπιστρεπτή, είτε το θέλουμε είτε όχι. Έχουμε εισέλθει σε μια νέα περίοδο στην οποία, εν μέσω θύελλας, μας ζητήθηκε να πάρουμε το τιμόνι του σκάφους στα χέρια μας προκειμένου να το διασώσουμε, μαζί με το σύνολο του πληρώματος και των επιβατών του (λαθραίων και μη).

Και εάν ο άμεσος στόχος είναι να υπερπηδήσουμε τους πρώτους έντονους κυματισμούς, ο μεσοπρόθεσμος και μακροπρόθεσμος στόχος είναι να προσεγγίσουμε ένα απάγγειο λιμάνι.

Αναγκαία προϋπόθεση γι' αυτό είναι να χαρακτηί πορεία και με τη βοήθεια της πυξίδας να ακολουθηθεί.

Κάθε πορεία περιλαμβάνει τρία βασικά χαρακτηριστικά:

- την παρούσα/αρχική θέση,
- την επιθυμητή/τελική θέση,
- τη διαδρομή που θα ακολουθηθεί.

Όσο όμως αρνούμαστε:

- να κάνουμε την αναγκαία αυτοκριτική (που θα μας χαρίσει την απαραίτητη αυτογνωσία) για το πώς εμείς από την πλευρά μας συμβάλαμε στη δημιουργία της κρίσης, τόσο της συλλογικής όσο και της εθνικής, και για το πώς μετατρέψαμε τα φαρμακεία μας σε μεταπρατικά σημεία και μεταβλήθηκαν και εμείς οι ίδιοι σε καθαρούς μεταπράτες,
- να υιοθετήσουμε τη διεθνή φαρμακευτική πρακτική που θέλει το φαρμακοποιό να αναλαμβάνει ευθύνη επί της φαρμακοθεραπείας του ασθενή, με ταυτόχρονο εκσυγχρονισμό των παραδοσιακών φαρμακευτικών πρακτικών της φαρμακοποιίας και της φαρμακοδιάθεσης,
- να αναζητήσουμε νέες κοινωνικές (με τους ασθενείς) και επιστημονικές (με το σύνολο των επιστημόνων υγείας) συμμαχίες που θα μας δώσουν μεγαλύτερα περιθώρια ελιγμών,
- να χρησιμοποιήσουμε ως πυξίδα μας τις ανάγκες του ασθενή, της κοινωνίας και της πολιτείας,

θα συνεχίσουμε να ομφαλοσκοπούμε καταμεσής του πελάγου, μέχρι να σαπίσει το κουφάρι του πλοίου μας και εν τέλει να βυθιστεί αΐτανδρο. ●

ΒΟΤΑΝΑ
ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΕΣ
ΕΚΧΥΛΙΣΜΟΙ
ΕΡΕΥΝΑ

KORRES

ΕΛΛΗΝΙΚΑ ΒΟΤΑΝΑ & ΒΙΤΑΜΙΝΕΣ

Νιώθετε διπλά
κουρασμένοι;

Προσφορά
1+1

ΚΟΡΙΣ ΕΛΑΧΑΡΙΝΗ
ΚΟΡΙΣ ΣΥΝΘΕΤΙΚΑ ΣΥΝΤΗΡΗΤΙΚΑ
ΚΟΡΙΣ ΣΥΝΘΕΤΙΚΕΣ ΑΝΤΙ-ΛΟΦΙΣΤΙΚΕΣ ΟΥΣΙΕΣ
ΚΟΡΙΣ ΣΥΝΘΕΤΙΚΕΣ ΧΡΩΣΤΙΚΕΣ
ΚΟΡΙΣ ΑΣΠΙΔΑΤΑΜΗ
ΚΟΡΙΣ ΣΥΝΘΕΤΙΚΑ ΒΕΛΤΙΩΤΙΚΑ ΓΕΥΣΗΣ

ΠΡΟΣΦΟΡΑ 1+1

Με κάθε συμπλήρωμα
διατροφής Korres,
ΔΩΡΟ η δεύτερη
συσκευασία.
Αναζητήστε τις
συσκευασίες με την
ειδική σήμανση.

ΣΤΑ ΦΑΡΜΑΚΕΙΑ

Τα συμπληρώματα διατροφής δεν πρέπει
να χρησιμοποιούνται ως αντικατάσταση μιας
οργανισμικής δίαιτας. Να φυλάσσονται
μακριά από τα παιδιά σε ξηρό και δροσερό
παραθήκη. Μην αναμιγνύονται με φάρμακα.
Δόση: 1-2 κάψουλες 2-3 φορές ημερησίως
με γεύση. Αρ. Πρωτ. Υγ. 5068/4025/2007/001
Υπεύθυνος εκδόσεως: Κρητική Οικονομία
Προϊόντα Α.Ε. Δροσίου 3, 14452 Αθήνα.
Τ 213 018 8500 F 213 018 8555

ΒΙΤΑΜΙΝΕΣ & ΕΛΛΗΝΙΚΑ ΒΟΤΑΝΑ

Μια μοναδική σειρά αποτελεσματικών και ασφαλών
συμπληρωμάτων διατροφής βασισμένη στην εμπειρία μας
από τη θεραπευτική χρήση στο φαρμακείο και στην
επιστημονική έρευνα.

ΤΑ ΠΡΟΪΟΝΤΑ

ΑΜΥΝΑ

ACEROLA & VITAMIN C
ΠΟΛΥΒΙΤΑΜΙΝΟΥΧΑ-ΤΟΝΣΗ
SPIRULINA, VITAMINS
& MINERALS
GINSENG, VITAMINS
& MINERALS
ROYAL JELLY, VITAMINS
& MINERALS

ΓΥΝΑΙΚΑ-ΙΣΟΡΡΟΠΙΑ

THE WOMEN'S WELLBEING
FORMULA με Ισοφλαβόνες Εσθίας,
Α-Λινολενικό οξύ, Ασβέστιο
& Βιταμίνες

ΜΑΛΛΙΑ

THE MEN'S HAIR FORMULA
με Equisetum, L-Κυστίνη,
L-Μεθειονίνη & Βιταμίνες

THE WOMEN'S HAIR FORMULA
με Σιτέλαιο, L-Κυστίνη,
L-Μεθειονίνη & Βιταμίνες

ΚΑΡΔΙΑΓΓΕΙΑΚΟ-ΚΥΚΛΟΦΟΡΙΚΟ
THE OMEGA FORMULA





κώστας περαντζάκης



Η διακοπή ή
η αλλοίωση
της ορθής
φαρμακοθεραπείας
είναι ένα
αναδυόμενο
πρόβλημα,
με προεκτάσεις
που είναι για την
ώρα δύσκολα
μετρήσιμες.

Εμπόδια στην άσκηση φαρμακευτικής φροντίδας

Ποια είναι τα προβλήματα που εμφανίζονται στην ορθή χρήση των φαρμάκων από τους ασθενείς, σύμφωνα και με τις αρχές της φαρμακευτικής φροντίδας;

- **Λάθος ένδειξη:** το φάρμακο δεν ενδείκνυται για την πάθηση ή η πάθηση δεν καλύπτεται από κάποιο φάρμακο.
- **Λάθος φάρμακο:** το σκεύασμα δεν είναι αποτελεσματικό ή προκαλεί ανεπιθύμητη ενέργεια ή αλληλεπιδρά με άλλα σκευάσματα.
- **Λάθος δόση:** η δόση είναι πολύ ψηλή ή πολύ χαμηλή, η διάρκεια θεραπείας ή το μεσοδιάστημα των δόσεων πολύ μεγάλο ή πολύ μικρό.

Αυτά είναι επιγραμματικά τα κύρια –φαρμακολογικά, θα λέγαμε– προβλήματα/εμπόδια για την ορθή φαρμακοθεραπεία. Υπάρχει όμως και μια σειρά άλλων εξίσου σημαντικών προβλημάτων, για τα οποία ο όρος συμμόρφωση, που συνήθως επιλέγεται, είναι μάλλον ελλιπής¹· θα μπορούσαμε να χρησιμοποιήσουμε τον όρο εφικτότητα ή δυνατότητα εφαρμογής της φαρμακοθεραπείας. Πιο συγκεκριμένα:

- Λάθος κατανόησης από τον ασθενή ή τον κηδεμόνα ως προς τον τρόπο λήψης του σχήματος.
- Έλλειψη διάθεσης λήψης των φαρμάκων (μειωμένη εμπιστοσύνη στα φάρμακα, στο σύστημα υγείας κλπ.).
- Μειωμένη ικανότητα λήψης από τον ασθενή (μνήμη, κινητικότητα).
- Δυσκολία λόγω φαρμακοτεχνικής μορφής (π.χ. μέγεθος χαπιών).

Υπάρχουν ωστόσο και «εξωγενείς» παράγοντες που εμποδίζουν την ορθή φαρμακοθεραπεία:

- Έλλειψη σκευάσματος στην αγορά, είτε μόνιμη (απόσυρση) είτε προσωρινή (π.χ. εξαγωγές, αλλαγές τιμών).
- Κόστος φαρμάκου απαγορευτικό για τον ασθενή (φάρμακα εκτός λίστας, αυξημένη συμμετοχή συνταγών, εκτέλεση συνταγών μετρητοίς λόγω μη πληρωμών από τον Ε.Ο.Π.Υ.Υ.)
- Δυσκολία εκτέλεσης συνταγής (περικοπές συνταγογράφησης, έλλειψη συνταγογράφων γιατρών, αδυναμία πρόσβασης σε φαρμακείο –π.χ. οφειλόμενη σε κινητοποιήσεις λόγω ασταθών κρατικών πληρωμών κλπ.).
- Τέλος, η οικονομική αυτονομία των φαρμακείων είναι απαραίτητη προϋπόθεση για την επαρκή και ολοκληρωμένη φαρμακοθεραπεία: πολύ απλά, αν κλείσει το φαρμακείο σου, πώς θα ασκήσεις φαρμακευτική φροντίδα;

Δεν θα πρέπει να ξενίζει η συνύπαρξη επιστημονικών και πρακτικών ή θεσμικών προβλημάτων. Το αποτέλεσμα που μας ενδιαφέρει είναι το ίδιο: η επίλυση προβλημάτων στην φαρμακοθεραπεία και η βελτίωση της υγείας των ασθενών. Η διακοπή ή η αλλοίωση της ορθής φαρμακοθεραπείας είναι ένα αναδυόμενο πρόβλημα, με προεκτάσεις που είναι για την ώρα δύσκολα μετρήσιμες. Κοινή διαπίστωση σε όλους τους επιστημονικούς φορείς υγείας (γιατρούς, φαρμακοποιούς, νοσηλευτές) είναι η πτώση στην ποιότητα των παροχών υγείας, με επιπτώσεις –δυστυχώς– και στο προσδόκιμο ζωής των συνανθρώπων μας. Οι φαρμακοποιοί θα πρέπει να προσπαθούμε για τη λύση και των επιστημονικών αλλά και των θεσμικών προβλημάτων. Είναι χρέος μας...

Ο Κώστας Περαντζάκης
είναι φαρμακοποιός M.Sc.
Κλινικής Φαρμακευτικής,
μέλος του Φ.Σ. Αττικής,
cost.pera@gmail.com

ΠΡΟΣΠΕΡΑΣΤΕ ΤΟ ΣΚΟΠΕΛΟ ΤΗΣ ΜΑΖΙΚΗΣ ΚΑΙ ΑΚΡΙΤΗΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΑΣ

ΜΕ ΤΟ ΕΓΧΕΙΡΙΔΙΟ
ΣΥΜΠΛΗΡΩΜΑΤΩΝ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ
ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΕΣ ΤΗΣ ΥΓΕΙΑΣ

Για πρώτη φορά

η τεκμηριωμένη γνώση
για τα συμπληρώματα διατροφής,
σ' ένα βιβλίο γραμμένο
αποκλειστικά για τον επαγγελματία
της πρωτοβάθμιας περίθαλψης



νέα έκδοση

Μπορείτε να απευθύνεστε και στους τοπικούς αντιπροσώπους μας:
Αθήνα: 210.86.75.851, 6944.988.234, **Έκθεση:** Παμφυλίας 13, Ν. Σμύρνη
Θεσσαλονίκη: 2310.30.74.12, 6932.724.967, **Έκθεση:** Λέλας Καραγιάννη 13, Τ.Κ. 55236 - Πανόραμα
Δυτική Ελλάδα, Ιόνια Νησιά & Πελοπόννησος: 6979.226.388
Κρήτη, Κυκλάδες, Δωδεκάνησα: 6972.280.129



ΤΟ ΩΡΑΙΟ ΑΠΟ ΜΟΝΟ ΤΟΥ ΠΕΙΘΕΙ *William Shakespeare*

www.thkohl.it info@thkohl.it

PARAIO

A.D. FRADILE



TH.KOHL
PHARMACY INTERIOR ARCHITECTURE

Είναι φαρμακοποιός και, από τον περασμένο Ιούνιο, το νεότερο μέλος του ελληνικού κοινοβουλίου. Στα 27 της χρόνια, η Ειρήνη Αγαθοπούλου αποφάσισε να ζητήσει από τους συμπολίτες της στο Κιλκίς να της δώσουν με την ψήφο τους την ευκαιρία και το δικαίωμα να τους εκπροσωπήσει στην κεντρική πολιτική σκηνή. Κι αυτοί την εμπιστεύτηκαν. Έτσι, σήμερα βρίσκεται στα κοινοβουλευτικά έδρανα, με όρεξη για δουλειά, για έργο ουσιαστικό. Είναι κι αυτή εκπρόσωπος μιας νέας γενιάς βουλευτών, με διάθεση ριζικής αλλαγής των γερασμένων αντιλήψεων και των αποδεδειγμένα λανθασμένων πρακτικών, που οδήγησαν τη χώρα στον επαχθή δανεισμό, στα βαριά μέτρα λιτότητας, στην απόγνωση, και μαζί τη δημόσια υγεία και τους λειτουργούς της στη σταδιακή κατάρρευση. Της γενιάς που θα προσπαθήσει να αποκαταστήσει την «τάξη των πραγμάτων». Της γενιάς στην οποία μπορούμε να ελπίζουμε.

Ειρήνη Αγαθοπούλου Βουλευτής Κιλκίς του ΣΥ.ΡΙΖ.Α./ΕΚΜ



«Το βασικό αίτημα του φαρμακευτικού κλάδου πρέπει να είναι η αναγνώριση της προσφοράς του στο ελληνικό σύστημα υγείας»

Τι σας παρακίνησε να αποφασίσετε να διεκδικήσετε τη θέση του εκπροσώπου του λαού στο ελληνικό κοινοβούλιο, αφήνοντας το φαρμακείο σας;

Η αλήθεια είναι ότι είχα μπει για τα καλά στο χώρο του φαρμακείου, ξεκίνησα να ασχολούμαι με την παρασκευή φυτοθεραπευτικών σκευασμάτων –κάτι που μου αρέσει πάρα πολύ– και δεν είχα κανένα λόγο να το εγκαταλείψω. Η υποψηφιότητά μου θα έλεγα ότι ήρθε εντελώς συγκυριακά.

Μέχρι πρότινος δεν ήμουν κομματικοποιημένη. Φυσικά είχα πολιτική αντίληψη και ήμουν πιο κοντά στο ΣΥΡΙΖΑ/ΕΚΜ. Γι' αυτόν το λόγο, και επειδή εδώ στο Κιλκίς γνωριζόμαστε όλοι λίγο-πολύ μεταξύ μας,

αποφάσισα να πάω στη συνέλευση όπου θα γινόταν η εκλογή των υποψηφίων. Εκεί λοιπόν δεν θα κρύψω ότι απογοητεύτηκα κάπως, διότι ακόμη και στις τόσο κρίσιμες στιγμές που ζούμε δεν υπήρχε «νέο αίμα» να αναλάβει πρωτοβουλίες: υποψήφιοι θα έμπαιναν άνθρωποι μεγάλης ηλικίας, χωρίς ιδιαίτερη διάθεση, «απλά για να κλείσει το ψηφοδέλτιο».

Έτσι, λοιπόν, και μετά από την παρότρυνση συντρόφων που βρίσκονταν στη συνέλευση, αποφασίσαμε τρεις νέοι άνθρωποι να κάνουμε αυτό το βήμα για να δώσουμε μια εναλλακτική πρόταση στους πολίτες του Κιλκίς, και ίσως και στους ίδιους τους εαυτούς μας. Και έπιασε! Οι ίδιοι είχαμε όρεξη και διάθεση για προσφορά τόσο

προεκλογικά όσο και μετεκλογικά, ενώ στον κόσμο είχε θετική απήχηση το γεγονός ότι νέοι άνθρωποι είναι πρόθυμοι να πάρουν την κατάσταση στα χέρια τους.

Τι πιστεύετε ότι μπορείτε να προσφέρετε από αυτή τη θέση;

Όλοι είδαμε πώς διαμορφώθηκε το ελληνικό κοινοβούλιο μετά και τις τελευταίες εκλογές. Πρωτοκλασάτα ονόματα από όλα τα κόμματα έμειναν εκτός κοινοβουλίου και τη θέση τους πήραν πολλοί νέοι άνθρωποι, τόσο στο χώρο της πολιτικής όσο και ηλικιακά. Αυτό σημαίνει ότι ο κόσμος πλέον θέλει οι εκπρόσωποί του να είναι σαν κι αυτόν. Να μην είναι επαγγελματίες πολιτικοί, ούτε καρεκλοκένταυροι. Να ξέρουν τα προβλήματα της τοπικής τους κοινωνίας και να έχουν διάθεση να τα αντιμετωπίσουν.

Το πιο βασικό απ' όλα για να λειτουργήσεις σωστά σαν πολιτικός είναι να έχεις πάντα στο μυαλό σου ότι δεν θα είσαι για πάντα πολιτικός. Ότι αύριο-μεθαύριο θα ξαναγυρίσεις στο επάγγελμά σου και στην προηγούμενη καθημερινότητά σου. Άρα ό,τι καλό κάνεις θα το απολαμβάνεις κι εσύ ο ίδιος στο μέλλον, ό,τι δεν κάνεις θα μετανιώνεις που δεν το έκανες τότε που μπορούσες. Θέλει βέβαια πολλή δουλειά, επιμονή και υπομονή, γιατί έχεις να παλέψεις με θηρία. Το βασικό είναι να είμαστε πάντα κοντά στον κόσμο, να ακούμε ό,τι έχει να μας πει και να το μεταφέρουμε εκεί που πρέπει να το μεταφέρουμε.

Από την ως τώρα κοινοβουλευτική σας εμπειρία, πώς αξιολογείτε τη δυνατότητα του κόμματος της αξιωματικής αντιπολίτευσης να επηρεάσει στην πράξη τους πολιτικούς χειρισμούς;

Δεν ξέρω εάν παλιότερα τα πράγματα ήταν διαφορετικά, από τη μικρή μου εμπειρία όμως στη Βουλή βλέπω ότι σήμερα η επιρροή της αξιωματικής αντιπολίτευσης στο κυβερνητικό έργο είναι πολύ μικρή. Και είναι μικρή γιατί η συγκεκριμένη κυβέρνηση δεν «παίζει» με δημοκρατικούς όρους, όσο βαρύ και αν ακούγεται αυτό. Πολλά θέματα τα οποία θα έπρεπε να φέρει στη Βουλή για ψήφιση δεν τα έχει φέρει, με τρανταχτό παράδειγμα το ξεπούλημα της ΑΤΕ.

Όμως αυτό δεν σημαίνει ότι παραδίδουμε τα όπλα. Έχουμε ένα πολύ σημαντικό έργο τώρα. Να φέρνουμε στην επιφάνεια ό,τι οι άλλοι αποκρύπτουν, να ασκούμε δριμεία κριτική στα αντιλαϊκά μέτρα, αποτρέποντας ό,τι είναι δυνατόν, και φυσικά να οριστικοποιήσουμε το πρόγραμμά μας –το οποίο κινείται σε εντελώς αντίθετη κατεύθυνση από τις σημερινές κυβερνητικές πολιτικές– για ενδεχόμενη διακυβέρνηση της χώρας στις επόμενες εκλογές.

Σίγουρα πάντως υπάρχει περιθώριο για την αξιωματική αντιπολίτευση, αν ασκήσει το ρόλο της σωστά, να επηρεάσει συγκεκριμένες αποφάσεις, ειδικά σε μια τόσο ρευστή κυβέρνηση. Τρανταχτό πρόσφατο πα-

ράδειγμα η ακύρωση του απεχθούς συμβιβασμού με τη Siemens. Ζητήσαμε ονομαστική ψηφοφορία για το άρθρο που συμπεριλάμβανε και το συγκεκριμένο συμβιβασμό –και μόνο στην υποψία ότι κάποιοι βουλευτές από την τρικομματική κυβέρνηση θα μπορούσαν να το καταψηφίσουν, ο υπουργός κ. Σταϊκούρας το απέσυρε την ίδια μέρα. Και σίγουρα δεν σταματάμε εδώ. Με όποια δύναμη μας δίνει η θέση της αξιωματικής αντιπολίτευσης, θα ακυρώσουμε πολλές ακόμη αντιλαϊκές διατάξεις.

Το πιο βασικό απ' όλα για να λειτουργήσεις σωστά σαν πολιτικός είναι να έχεις πάντα στο μυαλό σου ότι δεν θα είσαι για πάντα πολιτικός. Άρα ό,τι καλό κάνεις θα το απολαμβάνεις κι εσύ ο ίδιος στο μέλλον, ό,τι δεν κάνεις θα μετανιώνεις που δεν το έκανες τότε που μπορούσες.

Πώς βλέπετε την πορεία της ελληνικής κοινωνίας στο επόμενο διάστημα; Μπορείτε να διακρίνετε κάποια αχτίδα ελπίδας;

Η ελληνική κοινωνία οδηγείται στην εξαθλίωση. Και αν πριν λίγα χρόνια αυτό ακουγόταν κάτι μακρινό, τώρα είναι πολύ άμεσο. Ένα πολύ μεγάλο μέρος του πληθυσμού ζει κάτω από το όριο της φτώχειας, κοινωνικό κράτος και κράτος πρόνοιας σχεδόν δεν υπάρχουν, ο φυσικός μας πλούτος –και όχι μόνο– ξεπουλιούνται στο όνομα των χρεών προς τους δανειστές μας και η κυβέρνηση δεν φαίνεται να είναι διατεθειμένη να δώσει μια ανάσα έστω σ' αυτό τον κόσμο.

Η μόνη ελπίδα είναι η αντίδραση του κόσμου, η οποία έχει πολλές μορφές: μαζικές διαδηλώσεις, πρωτοβουλίες πολιτών για εναλλακτικό εμπόριο και δίκτυα αλληλεγγύης. Σε καμιά περίπτωση όλα τα παραπάνω δεν μπορούν να αντικαταστήσουν την Πολιτεία. Είναι όμως μια δοκιμασία η οποία μας δείχνει ξεκάθαρα ότι σαν πολίτες έχουμε δύναμη να κάνουμε πράγματα,

Η τριμερής κυβέρνηση -η οποία δυστυχώς περιλαμβάνει και αριστερό άλλοθι- έχει έναν και μοναδικό στόχο: το ξεπούλημα όλης της δημόσιας περιουσίας, την ιδιωτικοποίηση των πάντων και την κατάργηση κάθε μορφής κοινωνικού κράτους, κράτους που σέβεται τους πολίτες του. Και φυσικά από αυτές τις πολιτικές δεν μένει αλώβητος ούτε ο χώρος της υγείας.

ακόμη και αν δεν υπάρχει η παραμικρή βοήθεια από την Πολιτεία. Γι' αυτό και μπορώ να πω ότι διακρίνω κάποια ελπίδα, αλλιώς δεν θα ήμουν εδώ, θα είχα φύγει κι εγώ στο εξωτερικό. Ήρθε η ώρα να παλέψουμε και από μέσα για να αλλάξουμε αυτό το σύστημα.

Περνώντας στο χώρο της υγείας, πώς έχετε βιώσει μέχρι σήμερα την τριβή σας με το ελληνικό σύστημα υγείας;

Η αλήθεια είναι ότι εγώ ανέλαβα το φαρμακείο ακριβώς την περίοδο που ξεκίνησε η κρίση. Φυσικά κανείς τότε δεν περίμενε ότι δύο χρόνια μετά θα φτάναμε σε αυτό το σημείο. Από την πρώτη στιγμή δηλαδή που ανέλαβα έζησα τις μη πληρωμές από τα ταμεία, τις μειώσεις τιμών από τη μια στιγμή στην άλλη, και γενικά το ξεκίνημα της σταδιακής απαξίωσης του επαγγέλματος του φαρμακοποιού από τις κατά καιρούς πολιτικές ηγεσίες. Και μέσα σε δύο χρόνια φτάσαμε εδώ που φτάσαμε. Να είμαστε αναγκασμένοι σαν κλάδος να κάνουμε συνεχείς απεργίες και αναστολή πίστωσης στα ταμεία, να ταλαιπωρούμε τον κόσμο, να αποκτά μια δυσπιστία ο ασθενής προς τον φαρμακοποιό του και φυσικά να φτάνει και αυτός στο σημείο να μην έχει τη φαρμακευτική περίθαλψη που δικαιούται βάσει του ελληνικού Συντάγματος.

Τώρα βέβαια η κατάσταση είναι ακόμη χειρότερη, λόγω των μειώσεων και στους μισθούς και τις συντάξεις. Η κυβέρνηση -διά στόματος κ. Σαλμά- υποστηρίζει ότι δεν υπάρχουν ελλείψεις φαρμάκων στην αγορά, ότι το μόνο που συμβαίνει είναι ότι οι ασθενείς τα αγοράζουν από την τσέπη τους, πράγμα ασήμαντο για κάποιους που δεν ξέρουν πώς είναι να μην έχεις. Ο πρώτος μήνας μπορεί να πέρασε ανώδυνα. Δεν είμαι σίγουρη όμως ότι και για τον δεύτερο και για τον τρίτο ο κόσμος θα έχει την πολυτέλεια να ξαναγοράσει τα φάρμακά του.

Πώς έχουμε φτάσει σε αυτό το σημείο;

Δυστυχώς κάθε μέρα συνειδητοποιούμε ακόμη περισσότερο το πόσο ανοργάνωτο κράτος είμαστε. Από τη μεταπολίτευση και μετά ακούγαμε συνεχώς μεγαλεπήβολα σχέδια, τα οποία όμως αποδείχτηκε το πόσο κακό και γρήγορο σχεδιασμό είχαν. Αναφέρομαι σε

όλη τη δομή και λειτουργία αυτού του κράτους, που φυσικά παρέσυρε και τη φαρμακευτική περίθαλψη. Δεν υπήρξε ποτέ ένα οργανωμένο και πλήρως διαμορφωμένο σύστημα ελέγχου της φαρμακευτικής δαπάνης. Από τις εταιρείες, τους γιατρούς, τους φαρμακοποιούς, αλλά ακόμη και τους ασθενείς. Και τώρα που έφτασε ο κόμπος στο χτένι, προσπαθούμε απλά να μπαλώσουμε τρύπες, όπως κάναμε πάντα άλλωστε σε αυτή τη χώρα.

Η ηλεκτρονική συνταγογράφηση, για παράδειγμα, είναι κάτι το οποίο θα έπρεπε να γίνει πολύ νωρίτερα, αλλά με σωστό σχεδιασμό. Μέχρι αυτή τη στιγμή έχουν δαπανηθεί άπειρα λεφτά και στην ουσία ακόμη η ηλεκτρονική συνταγογράφηση δεν έχει πλήρη λειτουργία.

Επίσης ένα μεγάλο ερώτημα είναι το γιατί αφήνουμε τις πολυεθνικές εταιρείες φαρμάκων να αλωνίζουν στη χώρα μας και δεν δίνουμε κίνητρα στην ελληνική φαρμακοβιομηχανία. Πρέπει επιτέλους η κυβέρνηση να θέσει τους δικούς της κανόνες και να μην υπακούει στους κανόνες των πολυεθνικών.

Πώς κρίνετε την έως τώρα θητεία της κυβέρνησης σε σχέση με την υγεία;

Η τριμερής κυβέρνηση -η οποία δυστυχώς περιλαμβάνει και αριστερό άλλοθι- έχει έναν και μοναδικό στόχο: το ξεπούλημα όλης της δημόσιας περιουσίας, την ιδιωτικοποίηση των πάντων και την κατάργηση κάθε μορφής κοινωνικού κράτους, κράτους που σέβεται τους πολίτες του. Και φυσικά από αυτές τις πολιτικές δεν μένει αλώβητος ούτε ο χώρος της υγείας.

Η υγεία, από αγαθό, τείνει να γίνει είδος πολυτελείας. Ακούμε καθημερινά τα μεγαλεπήβολα σχέδια της κυβέρνησης για ανάπτυξη «ιατρικού τουρισμού» και χιλιάδες άλλα, δεν ακούμε όμως τι έχει σκοπό να κάνει με τους χιλιάδες ανασφάλιστους ασθενείς, με το κλείσιμο νοσοκομείων, με τις ελλείψεις σε φάρμακα, τις ελλείψεις σε ιατρικό προσωπικό και άλλα τόσα προβλήματα που δυσχεραίνουν τη ζωή των πολιτών. Προχωρούν στην πραγμάτωση των επιταγών της Τρόικας χωρίς να λαμβάνουν καθόλου υπόψη τους την κοινωνία -κάτι το οποίο δεν φαίνεται να είναι διατεθειμένοι να αλλάξουν,

διότι όσες φορές και αν θίξαμε το θέμα εμείς, αλλά και άλλοι βουλευτές της αντιπολίτευσης, μέσα στο Κοινοβούλιο, οι απαντήσεις ήταν τόσο διπλωματικές όσο και επιμελώς «άσχετες» με το ερώτημα.

Σίγουρα ως φαρμακοποιός έχετε νιώσει και η ίδια τις συνέπειες της πρωτοφανούς κρίσης στην οποία έχει βρεθεί ο κλάδος μας. Πώς αξιολογείτε τη στάση της Πολιτείας απέναντί μας;

Είναι ευτύχημα ότι η κοινοβουλευτική ομάδα του ΣΥΡΙΖΑ/ΕΚΜ περιλαμβάνει ένα σχετικά μεγάλο αριθμό επαγγελματιών του χώρου της υγείας, οι οποίοι γνωρίζουν καλύτερα από τον καθένα τα προβλήματα του κλάδου τους και είναι σε θέση να τα φέρουν στην πρώτη γραμμή.

Ολόκληρος ο χώρος της υγείας αυτή τη στιγμή απαξιώνεται επιμελώς. Επιστήμονες, όπως γιατροί, φαρμακοποιοί αλλά και νοσηλευτικό προσωπικό αντιμετωπίζονται με το χειρίστο τρόπο από την κυβέρνηση. Μας αναγκάζουν να ασχολούμαστε με γραφειοκρατικά θέματα, μας στερούν δεδουλευμένα χρήματα –χωρίς τα οποία δεν υπάρχει δυνατότητα αγοράς νέων φαρμάκων– και στην ουσία απαιτούν από τους γιατρούς να δουλεύουν εθελοντικά, αφού δεν πληρώνονται, και από τους φαρμακοποιούς να παίζουν το ρόλο των ασφαλιστικών ταμείων, χορηγώντας φάρμακα με πίστωση στους ασθενείς.

Ο κλάδος των φαρμακοποιών είναι ένας κλάδος που τόσα χρόνια έχει σταθεί στο ύψος των περιστάσεων και ασκεί το λειτούργημά του με τον καλύτερο δυνατό τρόπο. Υπάρχουν φυσικά και οι εξαιρέσεις, αλλά και εκεί το φταίξιμο είναι και της Πολιτείας, διότι δεν λαμβάνει αυστηρά μέτρα και δεν εφαρμόζει τις αρμόζουσες κυρώσεις.

Ποιο από αυτά τα αιτήματα του κλάδου είναι αυτό για το οποίο περισσότερο αξίζει να παλέψουμε;

Το βασικό αίτημα του φαρμακευτικού κλάδου πρέπει να είναι η αναγνώριση της προσφοράς του στο ελληνικό σύστημα υγείας και η μη υποβάθμισή του. Όλα ξεκινούν από εκεί και εκεί πρέπει να επικεντρωθούμε. Όσον αφορά το οικονομικό κομμάτι και τα χρέη των ασφαλιστικών ταμείων προς τα φαρμακεία, είναι άλλο ένα μεγάλο θέμα, διότι εγκλωβίζει τον φαρμακοποιό και δεν του επιτρέπει να ασκεί το λειτούργημά του όπως θα έπρεπε. Συνεχώς φαρμακεία κλείνουν, κι αυτό πρέπει να το εμποδίσουμε. Διότι όσο ασθενέστερος γίνεται ο κλάδος, τόσο πιο εύκολα μπορούν να εισβάλουν στη συνέχεια οι πολυεθνικές, να εμπορευματοποιήσουν την υγεία και να υποβαθμίσουν τον ρόλο του επιστήμονα-συμβούλου φαρμακοποιού της γειτονιάς.

Ποια η άποψή σας για τις μεθόδους διεκδίκησης που έχουμε υιοθετήσει οι φαρμακοποιοί μέχρι σήμερα;

Οι καταστάσεις στις οποίες ζούμε είναι πρωτόγνωρες για όλους μας, επομένως προηγούμενη εμπειρία σε τέτοιο βαθμό δεν υπάρχει. Αυτή τη στιγμή όμως οι δι-



εκδικήσεις του κλάδου είναι πολύ σοβαρές. Από αυτές εξαρτάται η επιβίωσή του, άρα και οι μέθοδοι διεκδίκησης πρέπει να είναι ανάλογες. Πρέπει να καταλάβουμε τη σοβαρότητα της κατάστασης και να δράσουμε συνολικά. Προσωπικά οφέλη δεν υπάρχουν τη δεδομένη στιγμή και αυτό είναι που πρέπει να γίνει σαφές. Εάν ο κλάδος απαξιωθεί, αυτό θα μας βλάψει όλους, δεν θα επιβιώσει κανείς.

Δυστυχώς όμως έχουμε να κάνουμε και με το χώρο του φαρμάκου, με έναν χώρο ο οποίος κρατά στα χέρια του σε μεγάλο βαθμό τις ζωές των συμπολιτών μας, και γι' αυτό ίσως να θέλαμε να ασκήσουμε άλλες μεθόδους διεκδίκησης, αλλά αυτό ίσως να μην είναι δυνατό. Γιατί αν κλείσεις, για παράδειγμα, όλα τα φαρμακεία της χώρας για μια βδομάδα, θα κινδυνέψουν ανθρώπινες ζωές. Πρέπει να ασκήσουμε ισχυρά μέτρα πίεσης, διασφαλίζοντας όμως ταυτόχρονα ότι δεν θα κινδυνέψουν άνθρωποι.

Το μεγαλύτερο ερώτημα αυτή τη στιγμή ίσως είναι το πώς θα μπορούσε να καταστεί βιώσιμος ο Ε.Ο.Π.Υ.Υ.

Σύμφωνα με μια μελέτη της ΕΣΔΥ που διάβασα τελευταία, ο βασικός και κύριος χρηματοδότης του Ε.Ο.Π.Υ.Υ., για να καταστεί βιώσιμος, πρέπει να είναι το κράτος, με ποσοστό από 0,6 έως 1,0% του προϋπολογισμού, και όχι 0,4% ή και λιγότερο που είναι σήμερα.

Αυτή είναι η πρώτη και κύρια συνθήκη για να επιβιώσει ο οργανισμός. Όλες οι υπόλοιπες μορφές χρηματοδότησής του είναι δευτερεύουσες –και δεν θα μπορούσε άλλωστε να είναι διαφορετικά, γιατί τα ποσά που απαιτούνται είναι τεράστια.

Το δεύτερο βασικό στοιχείο είναι ότι όταν δημιουργή-

Πρέπει η κυβέρνηση να λάβει σοβαρά μέτρα:
την τιμολόγηση του φαρμάκου, τον ποιοτικό έλεγχο
των γενοσήμων από τον ΕΟΦ, τον έλεγχο της πιστωτικής
πολιτικής των εταιρειών προς τα φαρμακεία
και τις φαρμακαποθήκες, την προώθηση
της ελληνικής εθνικής φαρμακοβιομηχανίας...

θηκε ο Ε.Ο.Π.Υ.Υ. ανέλαβε κάποια έξοδα, χωρίς όμως να φροντίσει να έχει και τους ανάλογους πόρους. Και αναφέρομαι στις εισφορές και στην ιατροφαρμακευτική δαπάνη των ασφαλισμένων των επιμέρους ταμείων, τα οποία, αν τους περίσσευε κάτι, θα έδιναν και στον Ε.Ο.Π.Υ.Υ. τώρα που δεν περισσεύει τίποτε, μένει και ο Ε.Ο.Π.Υ.Υ. χωρίς χρηματοδότηση.

Γι' αυτό λέμε ότι ο αρχικός σχεδιασμός ήταν πολύ επιφανειακός και έφτασε ο Ε.Ο.Π.Υ.Υ. αυτή τη στιγμή να χρωστάει σε όλους, από τους γιατρούς και τους φαρμακοποιούς μέχρι τους ασθενείς.

Τι πρέπει λοιπόν να γίνει; Πώς θα βγει η υγεία από αυτό το τέλμα;

Εξορθολογισμός είναι η λέξη κλειδί κατά τη γνώμη

μου. Αυτή τη στιγμή οι μεγάλες πολυεθνικές είναι αυτές που θέτουν τους όρους στην αγορά του φαρμάκου, αντί να τους θέτει η Πολιτεία. Πράγμα καταστροφικό για τους ασθενείς, αλλά και για το ίδιο το κράτος. Πρέπει η κυβέρνηση να λάβει σοβαρά μέτρα. Μέχρι στιγμής μόνο προχειρότητες έχουμε δει, που τελικά οδηγούν σε αδιέξοδο.

Και αυτά τα μέτρα πρέπει να ξεκινούν από την τιμολόγηση του φαρμάκου, τον ποιοτικό έλεγχο των γενοσήμων από τον ΕΟΦ, τον έλεγχο της πιστωτικής πολιτικής των εταιρειών προς τα φαρμακεία και τις φαρμακαποθήκες –με νομοθετικές ρυθμίσεις– και, γιατί όχι, την προώθηση της ελληνικής εθνικής φαρμακοβιομηχανίας. Επιπλέον, η χρηματοδότηση των νοσοκομείων είναι ένα πολύ σημαντικό θέμα. Η νοσοκομειακή πρωτοβάθμια περίθαλψη είναι βασικός άξονας ενός ανεπτυγμένου κράτους πρόνοιας, εδώ όμως είναι εντελώς παραμελημένη.

Κατά την προσωπική σας άποψη, τι μπορούμε να περιμένουμε στο ορατό μέλλον στους τομείς της υγείας και της φαρμακευτικής περίθαλψης στην Ελλάδα;

Εάν η κυβέρνηση συνεργασίας συνεχίσει τις ίδιες πρακτικές, τις επιταγές της Τρόικας δηλαδή, φοβάμαι ότι στο άμεσο μέλλον θα έχουμε ολική κατάρρευση του συστήματος υγείας.

Η ιατροφαρμακευτική περίθαλψη είναι πρωταρχική αρμοδιότητα της Πολιτείας και αναφέρεται στο υπέρτατο αγαθό, τη ζωή. Παρ' όλα αυτά, η χρηματοδότηση για την υγεία είναι μηδαμινή αυτή τη στιγμή και δεν θέλουμε να ξέρουμε πόσο θα πέσει ακόμη αν οι δανειστές μας απαιτήσουν και άλλες περικοπές. Έτσι, θα οδηγηθούμε σταδιακά στην ιδιωτικοποίηση της υγείας και την εμπορευματοποίηση της υγειονομικής περίθαλψης. Ο έχων δηλαδή θα μπορεί να περιθάλλεται και να αγοράζει τα φάρμακά του, ο μη έχων δεν θα μπορεί. Πρέπει να αντισταθούμε άμεσα λοιπόν σε όλα αυτά, γιατί όπως η ζωή δεν είναι εμπόρευμα, δεν μπορεί να είναι εμπόρευμα ούτε η υγειονομική περίθαλψη. Είναι υποχρέωση του κράτους να την παραχωρεί στους πολίτες του, κι αυτή είναι η δική μας διεκδίκηση. ●



Σε διαδήλωση εκπαιδευτικών και γιατρών στην Αθήνα, το Σεπτέμβριο



Η Tsoumanis Pharmacy Design διαθέτει μια βιομηχανική μονάδα κατασκευής επίπλων φαρμακείου με εξειδικευμένα τμήματα παραγωγής και σύγχρονο μηχανολογικό εξοπλισμό.

Έπιπλα φαρμακείου...

- Σχεδιασμένα και προσαρμοσμένα στο προσωπικό ύψος του φαρμακοποιού, δημιουργώντας εταιρική ταυτότητα.
- Λειτουργικά και ευέλικτα στην προϊόντική κατανομή.
- Για στοχευμένη εμπορική προβολή.
- Τοποθετημένα εργονομικά στο χώρο.
- Με διαχρονικό design, στην καλύτερη ποιότητα και στην πιο ανταγωνιστική τιμή.

ΠΡΟΣΦΑΤΟ ΕΡΓΟ:

ΚΑΤΑΣΚΕΥΗ ΦΑΡΜΑΚΕΙΟΥ ΣΥΝΟΛΙΚΟΥ ΕΜΒΑΔΟΥ 140τ.μ. ΣΤΗΝ ΗΛΙΟΥΠΟΛΗ
ΗΜ/ΝΙΑ ΟΛΟΚΛΗΡΩΣΗΣ: ΙΟΥΝΙΟΣ 2012



ΦΑΡΜΑΚΕΙΟ ΚΟΦΦΑ-ΚΑΛΥΒΑ / ΗΛΙΟΥΠΟΛΗ

TSOUMANIS PHARMACY DESIGN

Ηφαίστου 60, ΒΙ.ΠΕ. Κορωπίου, Τ.Κ. 19400

T: 210 6627910, Φ: 210 6627912, tsoumanis@tsoumanis.com.gr



«Μια ευχάριστη διαδρομή,
μια άψογη συνεργασία,
ένα τέλειο αποτέλεσμα»



TSUMANIS PHARMACY DESIGN

Μελέτη, σχεδιασμός, κατασκευή και επίπλωση φαρμακείου Μαρίας Κόφφα-Καλύβα



«Κύριε Τσουμάνη,

Θερμά συγχαρητήρια και πολλά ευχαριστώ για το φαρμακείο-κόσμημα που μας ετοιμάσατε.

Είναι σημαντικό για έναν επιχειρηματία να ακούει, να καταγράφει σωστά τις επιθυμίες των πελατών του, να τις μεταφράζει σε έργο, αλλά και να πείθει γι' αυτά που ο ίδιος σχεδιάζει και πιστεύει ότι πρέπει να γίνουν.

Το φαρμακείο τελείωσε στην ώρα του, μέσα από μια ευχάριστη διαδρομή, μια άψογη συνεργασία και ένα τέλειο αποτέλεσμα.

Πιστεύω, κύριε Τσουμάνη, πως σ' αυτό το έργο δεν βάλατε μόνο τεχνογνωσία, αλλά και μεράκι, καρδιά και ψυχή.

Θα ήταν άδικο να μην ευχαριστήσω τους συνεργάτες σας, τη Λίτσα, την Έλενα και όλους όσους δούλεψαν με την καθημερινή επίβλεψή σας. Ήσασταν μια δεμένη, ζεστή ομάδα με αγάπη για αυτό που κάνατε και σεβασμό προς την οικογένειά μου.

Να είστε πάντα καλά και να δίνετε χαρά στους επαγγελματίες, κυρίως στα νέα παιδιά, φαρμακοποιούς και μη, προφέροντάς τους ένα όμορφο και λειτουργικό περιβάλλον εργασίας.

Ευχαριστούμε και πάλι,

Μαρία Κόφφα-Καλύβα
Φαρμακοποιός

Νίκη Καλύβα
Φαρμακοποιός –
Αισθητικός-Κοσμητολόγος»



ανδρέας καλλιβωκάς

Ο συναισθηματικά νοήμων ηγέτης

Ο τρόπος με τον οποίο συντονίζονται και συνεργάζονται οι εργαζόμενοι μιας επιχείρησης έχει θετικό ή αρνητικό αντίκτυπο στην εξυπηρέτηση που τελικά προσφέρεται στους πελάτες της. Ανάλογα με το βαθμό επικοινωνίας, τη σχέση που υπάρχει στην «εσωτερική εργασιακή αλυσίδα», στην οποία ο ηγέτης αποτελεί τον ακρογωνιαίο λίθο, αντίστοιχη επιτυχία υπάρχει και προς το εξωτερικό περιβάλλον της επιχείρησης.

Μια επιτυχημένη και διαρκώς αναπτυσσόμενη επιχείρηση δεν αποτιμάται μόνο σε αριθμούς, αλλά και ως προς το κατά πόσον δημιουργεί ευτυχισμένους ανθρώπους, τόσο στο εσωτερικό της περιβάλλον (εργαζόμενοι) όσο και στο εξωτερικό της περιβάλλον (εξωτερικοί συνεργάτες), όπως και σε σχέση με το βαθμό της κοινωνικής της ευθύνης.

Ο δεκάλογος του συναισθηματικά νοήμονα ηγέτη

Οι βασικές δεξιότητες του συναισθηματικά νοήμονα ηγέτη, που αποδεικνύονται όλο και πιο σημαντικές για το συντονισμό των ανθρώπων, παρουσιάζονται στο δεκάλογο κατά Ryback (1998) που ακολουθεί:

- Κάνει εποικοδομητική κριτική.
- Διαθέτει ενσυναίσθηση και δείχνει κατανόηση.
- Είναι ειλικρινής για τα συναισθήματα και τις προθέσεις του.
- Είναι πάντα παρών, έτοιμος να αναλάβει τις ευθύνες του.
- Δίνει σημασία στη λεπτομέρεια, χωρίς να ξεχνά την ευρύτερη εικόνα.
- Είναι υποστηρικτικός και κάνει τους υφισταμένους του να αισθάνονται ξεχωριστοί.
- Είναι αποφασιστικός και επιλύει τις συγκρούσεις άμεσα.
- Δείχνει ζήλο και κυνηγά την επιτυχία, χωρίς όμως αυτό να του γίνεται βραχνάς.
- Έχει αυτοπεποίθηση.
- Αφήνει στους γύρω του χώρο να αναπνεύσουν και να αυτενεργήσουν.

Η συναισθηματικά νοήμων ηγεσία είναι το κλειδί στις επιχειρήσεις που είναι ταγμένες στην εξυπηρέτηση των πελατών τους. Έρευνες πάνω στην αναγνώριση των άριστων ηγετών απέρριψαν τα τυπικά κριτήρια (δείκτης νοημοσύνης, τεχνικές δεξιότητες, προσωπικότητα κλπ.) και κατέληξαν σε τέσσερις ικανότητες που ανήκουν στη συναισθηματική νοημοσύνη και αποτελούν τα ισχυρά σημεία των αστέρων:

- κίνητρο για επίτευξη αποτελεσμάτων
- ικανότητα ανάληψης πρωτοβουλιών
- δεξιότητες στη συνεργασία και
- ικανότητα καθοδήγησης των ομάδων.

Το ερώτημα είναι εάν οι άριστοι ηγέτες διαθέτουν εγγενώς τις δεξιότητες αυτές ή εάν μπορούν και να τις διδαχτούν. Η απάντηση είναι ότι συμβαίνουν και τα δύο: είναι σίγουρο ότι υπάρχει κάποιος γενετικός παράγοντας στη συναισθηματική νοημοσύνη, σημαντικό όμως ρόλο παίζει και το περιβάλλον, δηλαδή η εκπαίδευση, με φυσικό επακόλουθο όχι την ανάπτυξη του γνωστικού αντικειμένου, αλλά τη διαπλάτυνση του μορφωτικού επιπέδου.

Οι διαστάσεις της ηγεσίας που αποδίδουν το θετικό συναισθηματικό τόνο στην επιχείρηση περιλαμβάνουν:

- Όραμα
- Ελπίδα
- Έμπνευση
- Ρίσκο/κουράγιο
- Λειτουργία του ηγέτη ως πρότυπο
- Χτίσιμο εμπιστοσύνης
- Διαφάνεια/ειλικρίνεια
- Συμβουλευτική/coaching.



Το στίλ ηγεσίας του συναισθηματικά νοήμονα ηγέτη

Οι άριστοι, οι πιο αποτελεσματικοί ηγέτες φαίνεται πως χρησιμοποιούν κάποια στίλ ηγεσίας τα οποία εναλλάσσουν επιδέξια ανάλογα με την περίπτωση. Το οραματιστικό, το συμβουλευτικό, το ανθρωπιστικό και το δημοκρατικό στίλ ηγεσίας αποτελούν σίγουρες μεθόδους για την εδραίωση της αρμονίας στην επιχείρηση. Το καθοδηγητικό και το καταπιεστικό στίλ ηγεσίας μπορούν ίσως να αποβούν χρήσιμα κατά περίπτωση και εφόσον εφαρμόζονται με ιδιαίτερη προσοχή, σε απόλυτα συγκεκριμένες περιόδους, όπως θα δούμε παρακάτω.

Οραματιστικό στίλ ηγεσίας

Συμβαίνει συχνά οι άνθρωποι να ξεκινούν ένα έργο με ενθουσιασμό και ειλικρινή δέσμευση για την επιτυχημένη του ολοκλήρωση, όσο όμως ο καιρός περνά και αντιμετωπίζουν διάφορες δυσκολίες, ο αρχικός ενθουσιασμός να φθίνει και η εκτέλεση του έργου να δυσχεραίνεται.

Μέσα από έναν ειλικρινή διάλογο με τον κάθε εργαζόμενο, ο οραματιστής ηγέτης κατανοεί τι λειτουργεί καλά και τι όχι και μέσα από αυτό το διάλογο ενδυναμώνεται η πρωτοβουλία των εργαζομένων και η πεποίθηση ότι μπορούν οι ίδιοι να χειριστούν αποτελεσματικά την κατάσταση. Στην περίπτωση αυτή κάνει συμπαίκτες και συμπρωταγωνιστές την ίδια του την ομάδα, προσδίδοντας ιδιαίτερη αξία στα άτομα που την αποτελούν. Αισθάνονται ότι ξεχωρίζουν από τους υπόλοιπους εργαζόμενους σε άλλες επιχειρήσεις του ίδιου τομέα, και αυτό δίνει τεράστια δυναμική στην επιχείρηση.

Οι ικανότητες του οραματιστή ηγέτη

Χρησιμοποιώντας την αυτοπεποίθηση και την αυτεπίγνωση, ο οραματιστής ηγέτης διατυπώνει έναν αληθινό σκοπό για τον ίδιο, τον οποίο εναρμονίζει με τις κοινές αξίες της ομάδας του.

Θεωρεί την εξάπλωση των γνώσεων και των πληροφοριών δύναμη, και το κάνει με τέτοιο τρόπο ώστε όλοι οι εργαζόμενοι να αισθάνονται ότι συμμετέχουν.

Το συνολικό αποτέλεσμα για την επιχείρηση από το οραματιστικό στίλ ηγεσίας είναι ιδιαίτερα θετικό.

Συμβουλευτικό στίλ ηγεσίας

Στο συμβουλευτικό στίλ ηγεσίας, ο ηγέτης-σύμβουλος επικεντρώνεται στην ανάπτυξη των εργαζομένων και στον εντοπισμό των δυνατών τους σημείων και των αδυναμιών τους και τη σύνδεσή τους με τις προσωπικές και επαγγελματικές τους φιλοδοξίες.

Ανάγκη από συμβουλευτικό στίλ ηγεσίας έχουν κατά βάση στην αρχή της καριέρας τους οι ικανοί και φιλόδοξοι εργαζόμενοι. Ο κάθε εργαζόμενος όμως έχει την ανάγκη της συμβουλής του ηγέτη, για να νοιώθει ότι είναι πάντα δίπλα του. Βέβαια, αν δεν εφαρμοστεί σωστά, το συμβουλευτικό στίλ ηγεσίας μπορεί να καταλήξει σε «ατομική

επιθεώρηση». Δηλαδή ο ηγέτης, θεωρώντας ότι συμβουλευεί, να λέει στους εργαζόμενους πώς να κάνουν τη δουλειά τους.

Στην περίπτωση αυτή, ο εργαζόμενος αισθάνεται ότι ο ηγέτης τον βλέπει σαν εργαλείο πωλήσεων και τον επιτηρεί, αίσθηση που τον κάνει να νοιώθει υποτιμημένος και, αντί να τον κινητοποιεί, οδηγεί σε πτώση της απόδοσής του.

Οι ικανότητες του ηγέτη-συμβούλου

Το συμβουλευτικό στυλ ηγεσίας αντιστοιχεί προς τη δεξιότητα της συναισθηματικής νοημοσύνης που συνδέεται με την ανάπτυξη των άλλων. Για να λειτουργήσει ο ηγέτης σαν σύμβουλος, εξερευνώντας τις αξίες και τους στόχους των εργαζομένων και βοηθώντας τους να διευρύνουν τις δεξιότητές τους, είναι απαραίτητο να διαθέτει αυτεπίγνωση και ενσυναίσθηση.

Το συνολικό αποτέλεσμα για την επιχείρηση από την εφαρμογή του συμβουλευτικού στυλ ηγεσίας είναι θετικό. Αν και δεν επικεντρώνεται απευθείας στους στόχους και στα αποτελέσματα, επιτυγχάνει με έμμεσο τρόπο να τα κερδίζει.

Ανθρωπιστικό στυλ ηγεσίας

Χαρακτηρίζεται από το ανοιχτό μοίρασμα των συναισθημάτων, το οποίο βασίζεται στη δημιουργία σχέσεων και στη συναδελφικότητα. Ο ηγέτης που εφαρμόζει αυτό το στυλ ηγεσίας εκτιμά τους ανθρώπους και τους βάζει πάνω απ' όλα.

Το ανθρωπιστικό στυλ ηγεσίας δημιουργεί θετικό εργασιακό κλίμα και είναι ιδανικό σε κάθε περίπτωση που απαιτεί συντονισμό.

Οι ικανότητες του ανθρωπιστικού ηγέτη

Αυτό το στυλ ηγεσίας συνδέεται με τη δεξιότητα της συνεργατικότητας. Οι ηγέτες που το εφαρμόζουν ενδιαφέρονται για τη δημιουργία καλών διαπροσωπικών σχέσεων



και την καλλιέργεια φιλικών αλληλεπιδράσεων. Μάλιστα, προτιμά τους δεσμούς αυτούς να τους χτίζει σε περιόδους ηρεμίας και να δρέπει τους καρπούς αργότερα, όταν αρχίσει η πίεση της δουλειάς.

Σημαντικό επίσης ρόλο παίζει η δεξιότητα διαχείρισης συγκρούσεων, ιδιαίτερα στις περιπτώσεις κατά τις οποίες ο ηγέτης καλείται να δημιουργήσει μια αρμονική ομάδα εργασίας από ανταγωνιστικά μεταξύ τους άτομα.

Δημοκρατικό στυλ ηγεσίας

Το δημοκρατικό στυλ ηγεσίας είναι η άριστη λύση σε περιπτώσεις που ο δημοκρατικός ηγέτης δεν είναι σίγουρος για το πώς πρέπει να ενεργήσει ή γνωρίζει λιγότερα για το θέμα από ό,τι οι συνεργάτες του. Αφιερώνοντας χρόνο για να ακούσει τις ιδέες τους, ο ηγέτης τους δημιουργεί αισθήματα εμπιστοσύνης και σεβασμού και με τη βοήθειά τους διαμορφώνει άποψη για τον καλύτερο τρόπο χειρισμού της κατάστασης.

Στις περιπτώσεις που υπάρχει ο χρόνος για τον προγραμματισμό σειράς συναντήσεων, το δημοκρατικό στυλ ηγεσίας επιτυγχάνει να συλλέξει πολύτιμη ανατροφοδότηση και καταλήγει σε ομοφωνία.

Οι ικανότητες του δημοκρατικού ηγέτη

Το δημοκρατικό στυλ ηγεσίας βασίζεται στην ομαδικότητα και τη διαχείριση των συγκρούσεων. Οι δημοκρατικοί ηγέτες δημιουργούν την αίσθηση ότι ενδιαφέρονται ειλικρινά να ακούσουν τις σκέψεις και τα προβλήματα των εργαζομένων. Λειτουργούν περισσότερο σαν μέλη της ομάδας παρά σαν διευθύνοντες. Διαπρέπουν στην επικοινωνία και είναι άριστοι ακροατές. Είναι ανοιχτοί και έτοιμοι να ακούσουν ακόμη και σκληρές αλήθειες. Πιστεύουν ότι όλα τα προβλήματα μπορούν να λυθούν μέσα από τη συζήτηση και τον ειλικρινή διάλογο, αντιμετωπίζοντας κατάματα την πραγματικότητα.

Καθοδηγητικό στυλ ηγεσίας

Χαρακτηρίζεται από την έντονη επιθυμία του καθοδηγητικού ηγέτη να φέρει γρήγορα αποτελέσματα.

Αυτό το στυλ ηγεσίας αποδίδει στην περίπτωση νέων και ικανών εργαζομένων που έχουν μεγάλη όρεξη για τη δουλειά τους αλλά δεν τη γνωρίζουν ακόμη πολύ καλά. Γι' αυτό και δέχονται με ενθουσιασμό την καθοδή-

MEDICUM



COLLEGE

ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΕΛΕΥΘΕΡΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ
εναλλακτικές - συμπληρωματικές θεραπείες - ψυχοθεραπείες - θεραπείες λόγου

Μετεκπαιδευτικά σεμινάρια

Διάρκεια εκπαίδευσης

ΕΝΑΡΞΗ ΝΕΩΝ ΣΕΜΙΝΑΡΙΩΝ

ΑΘΗΝΑ: Τετάρτη 24 Οκτωβρίου 2012 18:00 - 21:00
Σαβ. 20, Κυρ. 21 Οκτωβρίου 2012
4 Σαβ/κα - 1 Σαβ/κο το μήνα.

ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ: Σαβ. 10, Κυρ. 11 Νοεμβρίου 2012
4 Σαβ/κα - 1 Σαβ/κο το μήνα.

ΚΡΗΤΗ: 4 Σαβ/κα - 1 Σαβ/κο το μήνα.

ΠΑΤΡΑ: 4 Σαβ/κα - 1 Σαβ/κο το μήνα.

Μεμονωμένα τμήματα μετεκπαιδευσης φαρμακοποιών

Φυτοθεραπεία, Αρωματοθεραπεία,
Ανθοθεραπεία, Γεμμοθεραπεία,
Κοσμητολογία, Μελισσοθεραπεία,
Άλατα Σούσερ - ολιγοστοιχεία -
μέταλλα - λιθοθεραπεία

Διδάσκουν

Καθηγητές πανεπιστημίου, ιατροί,
φαρμακοποιοί.

Με τη συμμετοχή της κ. Πόπης Χαραμή,
Φαρμακοποιού, εκδότη του Περιοδικού
Pharmacy management & Επικοινωνία

Με θέμα: Οργάνωση Επικοινωνίας
προϊόντων ιδιωτικής ετικέτας -
Οικονομικά και ποιοτικά οφέλη

Εναλλακτική φαρμακευτική τεχνολογία

Το φαρμακείο δημιουργεί
"εναλλακτικό" εργαστήριο
και...

αποκτά φιλοσοφία - άποψη - στυλ,

έχει, πλέον, τους δικούς του "φανατικούς" πελάτες

διευρύνει την πελατεία του, αυξάνει τόσο τον όγκο πωλήσεων
όσο και το κέρδος του,

προσανατολίζεται στις αναπτυσσόμενες αγορές
(φυτοθεραπεία, ομοιοπαθητική, εναλλακτική θεραπευτική),

προσφέρει ακόμα πιο εξειδικευμένες υπηρεσίες και ο
φαρμακοποιός αξιοποιεί τις επιστημονικές του γνώσεις και το
κύρος του σε ακόμα μεγαλύτερο βαθμό.

Σε ποιους απευθύνεται

Σε **φαρμακοποιούς**,
που θέλουν να διευρύνουν το αντικείμενο της εργασίας τους

Σε **πτυχιούχους βοηθούς φαρμακοποιών**,
που θέλουν να συμπληρώσουν τη σχετική εκπαίδευση και
γνώση τους

Περιεχόμενο εκπαίδευσης

- Φαρμακευτική τεχνολογία για:
- Ομοιοπαθητική
 - Φυτοθεραπεία
 - Αρωματοθεραπεία
 - Ανθοθεραπεία
 - Γεμμοθεραπεία
 - Λιθοθεραπεία
 - Ολιγοστοιχεία
 - Άλατα Σούσερ
 - Γαληνικές παρασκευές
 - Καλλυντικά

Οργάνωση εργαστηρίου
Νομοθεσία

Όλα τα Τμήματα είναι ολιγομελή και θα τηρηθεί
σειρά προτεραιότητας. Για εγγραφές μέχρι 16
Οκτωβρίου 2012 έκπτωση 20%

γηση και τις συμβουλές του ηγέτη, τις ακολουθούν κατά γράμμα και αποδίδουν γρήγορα.

Καταπιεστικό στιλ ηγεσίας

Χαρακτηρίζεται από την έντονη επιθυμία του ηγέτη να επιβάλει τις απόψεις του. Ο καταπιεστικός ηγέτης απαιτεί άμεση υπακοή, χωρίς να τον απασχολεί το «εχθρικό» εργασιακό κλίμα που δημιουργείται. Δεν τον ενδιαφέρει να ακούσει τις απόψεις και τις προτάσεις των υπαλλήλων του, θέλει απλά να υλοποιήσουν άμεσα τις εντολές του. Στήριζεται στην εξουσία που του δίνει η θέση του, χωρίς να ερμηνεύσει ή να αιτιολογήσει τις διαταγές του.

Ακόμη όμως και το καταπιεστικό στιλ ηγεσίας μπορεί να αποβεί αποτελεσματικό σε συγκεκριμένες περιπτώσεις και για σύντομο μόνο χρονικό διάστημα, για παράδειγμα στα πολύ αρχικά στάδια μιας αλλαγής ή σε περιόδους κρίσης, όπου χρειάζεται οι εργαζόμενοι να ακολουθήσουν με απόλυτη ακρίβεια συγκεκριμένο και προμελετημένο σχέδιο δράσης. Άλλη μια περίπτωση που θα μπορούσε το καταπιεστικό στιλ ηγεσίας να

είναι αποτελεσματικό είναι όταν υπάρχουν προβληματικοί εργαζόμενοι.

Ο καταπιεστικός ηγέτης διαθέτει συναισθηματικό αυτοέλεγχο, πρωτοβουλία και έντονα κίνητρα επιτυχίας. Η εφαρμογή όμως καταπιεστικού στιλ ηγεσίας, με εξαίρεση τις πιο πάνω πολύ συγκεκριμένες περιπτώσεις, αποβαίνει αρνητική για την επιχείρηση.

Ο σωστός συνδυασμός των στιλ ηγεσίας, σε σωστές δόσεις και τις σωστές στιγμές, αποβαίνει σε όφελος των επιχειρήσεων και στους 3 τομείς που οφείλουν να δραστηριοποιούνται: στην εσωτερική πελατειακή αλυσίδα, στον εξωτερικό πελάτη και στην ανάπτυξη εταιρικής κοινωνικής ευθύνης, ώστε να μπορούμε να μιλήσουμε για ηγεσία και όχι για ηγεμονία.

Διαβάστε ακόμη: ■ Robert Axelrod. Η εξέλιξη της συνεργασίας. Καστανιώτης, 1998
■ Daniel Goleman. Η συναισθηματική νοημοσύνη: Γιατί το «EQ» είναι πιο σημαντικό από το «IQ»; Ελληνικά Γράμματα, 1998 ■ Daniel Goleman, Richard Boyatzis, Annie McKee. Ο νέος ηγέτης. Ελληνικά Γράμματα, 2002 ■ Δημήτρης Μπουραντάς. Ηγεσία. Ο δρόμος της διαρκούς επιτυχίας. Κριτική, 2005.

Ο Ανδρέας Καλλιβωκάς είναι φαρμακοποιός M.Sc., μέλος του Φ.Σ. Αχαΐας, info@kallivokas.gr



Κατασκευή site | e-shop | Banners

φαρμακευτικός κόσμος

η πιο αξιόπιστη επιλογή για το φαρμακείο σας στην πιο συμφέρουσα σχέση ποιότητας - τιμής



Κατασκευή ηλεκτρονικού καταστήματος (e-shop)

Θα σας επιτρέψει πωλήσεις 24 ώρες το 24ωρο, 7 ημέρες την εβδομάδα. Εύκολη διαχείριση προϊόντων, παραγγελιών, του φαρμακείου & της επιχείρησής σας.

Κατασκευή banner

Ελκυστικός και σύγχρονος σχεδιασμός, για τη μέγιστη επισκεψιμότητα & προβολή των προϊόντων-υπηρεσιών σας.

Δημιουργία εξατομικευμένων διαδικτυακών εφαρμογών

Χρήση των πιο προηγμένων τεχνολογιών, που ανταποκρίνονται & στις πιο απαιτητικές ανάγκες για την επίτευξη των στόχων σας.

ρωτήστε μας:
210 2829552



Centrum®

Cardio

Όλα τα οφέλη του Centrum
συν κάτι επιπλέον για την καρδιά σας



Νέο Centrum Cardio.

Συμπλήρωμα διατροφής με πλήρη και ισορροπημένη σύνθεση βιταμινών, μεταλλικών στοιχείων και φυτικές στερόλες. Συμβάλλει στη διατήρηση της καλής λειτουργίας της καρδιάς.

- 1000mg φυτικές στερόλες για τον έλεγχο της χοληστερόλης.
- Βιταμίνες Β₁, C και Μαγνήσιο που συμβάλλουν στη διατήρηση της καλής λειτουργίας της καρδιάς.
- Ασβέστιο και Βιταμίνη D για τη διατήρηση της αρτηριακής πίεσης, η οποία βρίσκεται σε φυσιολογικά επίπεδα.



www.centrumvitamins.gr

Υπεύθυνος κυκλοφορίας: Pfizer Hellas A.E., Α. Μεσογείων 243, 154 51 Ν. Ψυχικό. Για πληροφορίες: 210-99.49.500

Η ποικίλη και ισορροπημένη διατροφή και ο υγιής τρόπος ζωής είναι σημαντικά. Τα συμπληρώματα διατροφής δεν πρέπει να χρησιμοποιούνται ως υποκατάστατα μιας ποικίλης διατροφής. Πριν τη χρήση διαβάστε προσεκτικά τις οδηγίες που περιλαμβάνονται στη συσκευασία.



Με την υπογραφή

Λευτέρης Τσικανδηλάκης
ΑΡΧΙΤΕΚΤΩΝ ΜΗΧΑΝΙΚΟΣ Ε.Μ.Π.

Είπαν για εμάς ...

Φαρμακείο Σακελλαρίδου Αποστολία στην Εύβοια

"Χαρακτηρίζω τη σχέση μου με τον Λευτέρη Τσικανδηλάκη άψογη. Αρχιτέκτονας με σοβαρότητα και συνέπεια στη δουλειά του. Διαθέτει φοβερή φαντασία και ιδιαίτερη γνώση στον χώρο του φαρμακείου. Η λειτουργικότητα και η ποιότητα κατασκευής είναι άριστες. Τον εκτιμώ ιδιαίτερα".



Φαρμακείο Συλλινγάκης Ιω- άννης - Σταυρακάκη Νανά στη Θεσσαλονίκη

"Επαγγελματική δουλειά στοχευμένη στις απαιτήσεις του κάθε φαρμακείου. Αποτέλεσμα λειτουργικό, εντυπωσιακό και τελικά μοναδικό".



Φαρμακείο Πενίδης Κων/νος στον Άγιο Νικόλαο Κρήτης

"Λεπτομερής και σύγχρονη εργασία, ωραίο περιβάλλον με οργανωμένη ομάδα συνεργειών. Το αποτέλεσμα είναι τέλειο για ένα σύγχρονο φαρμακείο του μέλλοντος".



Φαρμακείο Πρινάρης Γιώργος στο Ηράκλειο Κρήτης

"Η άψογη συνεργασία με τον Λ. Τσικανδηλάκη και την ομάδα του είχε ως αποτέλεσμα την υλοποίηση ενός καλαίσθητου και λειτουργικού φαρμακείου. Μέσα σε ελάχιστο χρονικό διάστημα με την εμπειρία του, το εξαιρετικό του γούστο και την αποδοτικότητα της ομάδας του έκανε το όνειρό μου πραγματικότητα. Αισθάνομαι ότι ένα ευχαριστώ δεν είναι αρκετό για να εκφράσω την ευγνωμοσύνη και την ικανοποίησή μου για το τελικό αποτέλεσμα που ξεπέρασε τη φαντασία μου".



αλλά... και τη δική σας !

Η επιτυχημένη πορεία εκτός Κρήτης, στην Αθήνα και την υπόλοιπη Ελλάδα συνεχίζεται!

Η φιλοσοφία του αρχιτεκτονικού γραφείου Τσικανδηλάκης Λευτέρης στηρίζεται στην **άμεση συνεργασία** με τον πελάτη, ώστε να αξιοποιούνται σε μέγιστο βαθμό τα **ιδιαίτερα χαρακτηριστικά** και οι **ανάγκες** του εκάστοτε φαρμακείου. Η στενή συνεργασία με τον πελάτη εξασφαλίζει ένα διαφορετικό, κάθε φορά, αισθητικό αποτέλεσμα δημιουργώντας έναν άκρως προσωπικό χώρο, καθώς αντιπροσωπεύει τις **επιθυμίες** και την **προσωπικότητα** του πελάτη, ακολουθώντας παράλληλα το σύγχρονο σχεδιαστικό ύφος του αρχιτεκτονικού γραφείου. Με **καινοτόμες ιδέες** εντάσσει νέα δεδομένα που αφορούν στον **σύγχρονο ρόλο** και τη **νέα εικόνα** που πρέπει να έχει σήμερα το φαρμακείο και δημιουργεί λύσεις που εξυπηρετούν με τον καλύτερο τρόπο τις ιδιαιτερότητες του χώρου σας εξασφαλίζοντας **μοναδικό και σύγχρονο χαρακτήρα** που απέχει από τη συνήθη τυποποίηση, προσδίδοντας μια **"νέα δυναμική"** στο περιβάλλον του φαρμακείου σας και καθιστώντας το ανταγωνιστικό στην αγορά. Η μελετητική ομάδα του αρχιτεκτονικού γραφείου δουλεύοντας **διαφορετικά** και **εξειδικευμένα** κάθε μελέτη και παράλληλα δίνοντας ιδιαίτερη βάση στο ότι οι σημερινές δύσκολες μέρες μπορούν να ξεπεραστούν δίνοντας το μέγιστο των ικανοτήτων και των δυνατοτήτων του ο καθένας ξεχωριστά, αλλά και όλοι μαζί σαν μία δυνατή ομάδα, προσφέρει στους πελάτες ένα **άρτιο αποτέλεσμα**, όχι μόνο **αρχιτεκτονικά** αλλά και **εμπορικά**.

Φαρμακείο Αλεξίου Μάνια στην Αθήνα

"Εκφράζω την απόλυτη ικανοποίησή μου για το αποτέλεσμα της πρόσφατης συνεργασίας μου με το Αρχιτεκτονικό Γραφείο του Λευτέρη Τσικανδηλάκη. Η πρωτοποριακή σχεδίαση, ο επαγγελματισμός, οι άμεσες και σωστές τεχνικές οδηγίες, ο έγκαιρος και αποτελεσματικός συντονισμός των συνεργειών και η συνεχής επίβλεψη των εργασιών οδήγησαν σε ένα εξαιρετικό αποτέλεσμα ενός νέου εντυπωσιακού φαρμακείου, το οποίο διακρίνεται για τη λειτουργικότητα και τη διαφορετικότητά του. Η εμπειρία του Γραφείου στην κατασκευή φαρμακείων ήταν εμφανέστατη, καθώς ο κατ'επανάληψη παρενέβη και βελτίωσε, εκ των υστέρων, επί μέρους τεχνικά ζητήματα, τα οποία είχαν προσυμφωνηθεί και εκτελεστεί, προκειμένου να επιτύχει ένα ακόμη καλύτερο αποτέλεσμα που θα προσιδίαζε στη συγκεκριμένη κατασκευή. Εξαιρετική επιλογή, που επιβεβαιώθηκε από το αποτέλεσμα της συνεργασίας μας".





Συνέντευξη με τον **Μιλτιάδη Μαρκάτο**
| Πνευμονολόγο |

Διακοπή του καπνίσματος:

Η σύγχρονη προσέγγιση ενός παλιού και δύσκολου προβλήματος

Είναι ελάχιστοι οι καπνιστές που δεν αναγνωρίζουν την αρνητική επίπτωση του καπνίσματος στην υγεία τους, αλλά και... στην τσέπη τους. Σε μια χώρα με μεγάλο ποσοστό καπνιστών, όπως η Ελλάδα, φράσεις όπως «πρέπει να το κόψω», «προσπαθώ να το ελαττώσω» είναι γνώριμες στην καθημερινότητα των περισσότερων. Εμείς όμως, όταν ζητηθεί στην πράξη η επιστημονική μας συμβουλή, είμαστε άραγε σε θέση να δώσουμε πληροφορίες πιο συγκεκριμένες από τις σκόρπιες γνώσεις που ίσως έχουμε συκρατήσει από διάφορες, αμφίβολης εγκυρότητας πηγές;

Ο πνευμονολόγος Μιλτιάδης Μαρκάτος μας μίλησε για το βήματα που πρέπει να ακολουθήσει κάποιος για να κόψει το κάπνισμα και τις θεραπευτικές επιλογές που μπορούν να τον βοηθήσουν σ' αυτή του την προσπάθεια.

Πόσο εύκολο είναι να κόψει κάποιος το κάπνισμα;

Το κάπνισμα, το οποίο πλέον θεωρείται νόσος από την Παγκόσμια Οργάνωση Υγείας, αποτελεί ένα τεράστιο πρόβλημα για την υγεία παγκοσμίως. Πρόκειται για μια πανδημία η οποία ξεκίνησε από τη στιγμή που έγινε βιομηχανική η παραγωγή των τσιγάρων. Στην Ελλάδα ο επιπολασμός του καπνίσματος είναι 37,5%-42%.

Από τους καπνιστές, ποσοστό περίπου 70% έχουν σκεφτεί να διακόψουν το κάπνισμα έστω μία φορά, 35% προσπαθούν να το διακόψουν τουλάχιστον μία φορά το χρόνο, αλλά μόνο 6% από αυτούς καταφέρνουν να διατηρήσουν την αποχή από το κάπνισμα. Υψηλότερα ποσοστά αποχής επιτυγχάνονται όταν οι

καπνιστές ζητούν βοήθεια για τη διακοπή του καπνίσματος από τους ειδικούς. Ακόμη και τότε όμως, η σταθερή αποχή από το κάπνισμα είναι δύσκολη και συχνά απαιτούνται πολλές προσπάθειες πριν επιτευχθεί μακροπρόθεσμο αποτέλεσμα.

Έχει παρατηρηθεί ότι οι καπνιστές που δεν καταφέρνουν να διακόψουν το κάπνισμα συνήθως έχουν ορισμένα κοινά χαρακτηριστικά, όπως για παράδειγμα χαμηλό μορφωτικό επίπεδο, μικρό ενδιαφέρον για τις θεραπείες συμπεριφοράς που υποβοηθούν την προσπάθεια διακοπής, αναφέρουν κατάχρηση αλκοόλ ή άλλων εθιστικών ουσιών και/ή έχουν ψυχιατρικά νοσήματα. Επιπλέον, σήμερα καπνίζει



μεγαλύτερο ποσοστό γυναικών σε σχέση με το παρελθόν και οι γυναίκες συνήθως εκδηλώνουν εντονότερα συμπτώματα στέρησης νικοτίνης και μεγαλύτερη καταθλιπτική διάθεση κατά τη διάρκεια των προσπαθειών διακοπής του καπνίσματος, με αποτέλεσμα να ανταποκρίνονται λιγότερο στις θεραπείες με υποκατάστατα νικοτίνης.

Ποιες είναι οι «παρενέργειες» της διακοπής του καπνίσματος;

Οι περισσότεροι καπνιστές έχουν εξάρτηση από τη νικοτίνη, η οποία ορίζεται ως το καθημερινό κάπνισμα 10-14 τσιγάρων, για πολλές εβδομάδες, με στοιχεία ανοχής στη νικοτίνη (δηλαδή έλλειψη των αρνητικών δράσεων της νικοτίνης, όπως π.χ. της ναυτίας) και παρουσία συμπτωμάτων στέρησης κάθε φορά που επιχειρείται διακοπή του καπνίσματος (όπως δυσφορία, άγχος, ευερεθιστότητα, ελαττωμένη καρδιακή συχνότητα, αϋπνία, αυξημένη όρεξη και μεγάλη επιθυμία για κάπνισμα).

Εκτός από τη θετική ενέργεια που δίνει η νικοτίνη (δηλαδή την ικανοποίηση που παίρνει κανείς όταν καπνίζει), τα συμπτώματα στέρησης και την έντονη επιθυμία για κάπνισμα, υπάρχουν και δευτερεύουσες δράσεις της νικοτίνης και της χρήσης καπνού, που συμβάλλουν στη συνέχιση του καπνίσματος και στην υποτροπή του καπνίσματος, όπως είναι η αλλαγή στη

διάθεση (δηλαδή η ελάττωση των αρνητικών αισθημάτων), η ελάττωση του άγχους, ο έλεγχος του βάρους και η καλύτερη συγκέντρωση.

Πώς μπορεί ο καπνιστής να βοηθηθεί στην προσπάθειά του;

Δύο προσεγγίσεις έχουν ένδειξη ισχυρής αποτελεσματικότητας για τη διακοπή του καπνίσματος: η φαρμακευτική αγωγή και η συμβουλευτική παραίνεση. Η κάθε μέθοδος είναι αποτελεσματική από μόνη της, αλλά ο συνδυασμός και των δύο επιτυγχάνει τα υψηλότερα ποσοστά αποτελεσματικότητας στη διακοπή του καπνίσματος. Εάν ο καπνιστής θέλει να διακόψει, πρέπει να βοηθηθεί με ένα σχέδιο διακοπής, με το οποίο θα πρέπει να καλύπτονται τα παρακάτω ζητήματα:

- Συγκεκριμένη ημέρα διακοπής, το προτιμότερο σε διάστημα 2 εβδομάδων (προσπάθεια εύρεσης μιας «ειδικής» ημέρας για απόλυτη διακοπή, με συμβολική σημασία).
- Πρακτικές συμβουλές για τη διακοπή (π.χ. τι βοήθησε από το ιστορικό προηγούμενων διακοπών, αλλά και ποιοι παράγοντες συντέλεσαν στην αποτυχία).
- Πιθανά συμπτώματα στέρησης από τη διακοπή της νικοτίνης και ο τρόπος με τον οποίο ο ασθενής θα τα αντιμετωπίσει πρακτικά, ιδιαίτερα κατά τις πρώτες εβδομάδες μετά τη διακοπή.

- Αναζήτηση βοήθειας από την οικογένεια και του φίλου (ιδιαίτερα από τον/την σύντροφο ή σύζυγο).
- Εξατομικευμένο σχέδιο δράσης.

Όλοι οι καπνιστές πρέπει να ενημερώνονται για τα φαρμακευτικά σκευάσματα που μπορούν να βοηθήσουν στη διακοπή του καπνίσματος και όσοι καπνίζουν πάνω από 10 τσιγάρα/ημέρα πρέπει να ενθαρρύνονται να τα χρησιμοποιήσουν (είτε σε ιατρεία διακοπής καπνίσματος ή κατά την παρακολούθηση στο ιατρείο του πνευμονολόγου).

Ο τακτικός επανέλεγχος στο ιατρείο διακοπής είναι σημαντικός στη διαδικασία διακοπής του καπνίσματος. Περισσότερες συχνές επισκέψεις χρειάζονται για την εκτίμηση της απάντησης στη φαρμακευτική θεραπεία. Ακόμη και η τηλεφωνική επικοινωνία είναι χρήσιμη.

Υπάρχουν κάποια πράγματα που πρέπει ο πρώην καπνιστής να έχει στο μυαλό του;

Η σημασία της απόλυτης αποχής είναι πρωταρχική. Οι παράγοντες κινδύνου για μια πιθανή αποτυχία είναι πολλοί: π.χ. η λήψη αλκοόλ, η παρουσία άλλων καπνιστών στο στενό περιβάλλον του.

Διάφορες καταστάσεις μπορεί να πυροδοτήσουν ξανά την ανάγκη για κάπνισμα, ακόμη και μετά από μεγάλες περιόδους αποχής. Αυτές μπορεί να σχετίζονται με την ανάγκη για έλεγχο της αύξησης του βάρους, ψυχιατρικών διαταραχών (αλλαγής διάθεσης ή ελάττωσης του άγχους) ή καταστάσεων χρόνιου πόνου.

Η πιο γνωστή θεραπεία για το κάπνισμα είναι η υποκατάσταση νικοτίνης. Πώς λειτουργεί;

Η θεραπεία υποκατάστασης της νικοτίνης (Nicotine Replacement Treatment, NRT) είναι μια κλασική προσέγγιση φαρμακευτικής θεραπείας για τη διακοπή του καπνίσματος. Έχει ως στόχο να αντικαταστήσει τη νικοτίνη που προσλαμβάνεται από τα τσιγάρα, ελαττώνοντας έτσι τα συμπτώματα στέρησης που παρουσιάζονται με τη διακοπή του καπνίσματος.

Διάφορες καταστάσεις μπορεί να πυροδοτήσουν ξανά την **ανάγκη για κάπνισμα**, ακόμη και μετά από **μεγάλες περιόδους αποχής**. Μπορεί να σχετίζονται με την **ανάγκη για έλεγχο της αύξησης του βάρους**, **ψυχιατρικών διαταραχών** ή **καταστάσεων χρόνιου πόνου**.

Οι θεραπείες NRT είναι γενικά καλά ανεκτές. Οι δόσεις καθορίζονται σύμφωνα με τον αριθμό των τσιγάρων που καπνίζονται την ημέρα. Η διάρκεια της χρήσης πρέπει να περιορίζεται στην επιτρεπόμενη για κάθε μορφή NRT.

Μία μορφή της θεραπείας είναι οι **τσίκλες νικοτίνης**. Μασώντας την τσίκλα απελευθερώνεται νικοτίνη, η οποία απορροφάται από το βλεννογόνο του στόματος. Μεσολαμβάνουν 3-5 λεπτά πριν αρχίσουν να υποχωρούν τα στερητικά συμπτώματα. Η οδηγία είναι να μασιέται ένα τεμάχιο κάθε 1 ως 2 ώρες, κατά τη διάρκεια της ημέρας, για 6-8 εβδομάδες, ελαττώνοντας σταδιακά τη δόση σε ένα τεμάχιο κάθε 2 ως 4 ώρες για 7-9 εβδομάδες και στη συνέχεια ένα τεμάχιο κάθε 4-8 ώρες για 10 ως 12 εβδομάδες. Η προτεινόμενη διάρκεια θεραπείας είναι 12 εβδομάδες. Οι ανεπιθύμητες ενέργειες από την τσίκλα είναι ήπιες, παροδικές ενοχλήσεις, όπως ναυτία, έμετος, δυσπεψία και ερυγές. Το κύριο πλεονέκτημα της τσίκλας είναι η δυνατότητα που δίνεται σε κάθε καπνιστή να ρυθμίσει τη δόση ανάλογα με τις ανάγκες του. Όμως το κύριο μειονέκτημα είναι η πιθανή υποθεραπεία.

Τα **δερματικά αυτοκόλλητα νικοτίνης** δρουν απελευθερώνοντας ένα σταθερό ποσό νικοτίνης κατά τη διάρκεια της ημέρας και μπορούν να επικολλώνται στο δέρμα των χεριών και του θώρακα, σε σημεία που δεν φαίνονται, σε καθαρό δέρμα, σε διαφορετικές θέσεις κάθε ημέρα, το πρωί μετά την αφύπνιση και να αφαιρούνται το βράδυ πριν τον ύπνο. Η κύρια ανεπιθύμητη ενέργεια από τη χρήση τους είναι ο ερεθισμός του δέρματος. Η συνιστώμενη διάρκεια θεραπείας είναι 8-12 εβδομάδες. Το συνιστώμενο δοσολογικό σχήμα



Nasonex[®]

(mometasone furoate aqueous nasal spray)

1 Αλλεργική
Ρινίτιδα
(ενήλικες και παιδιά)

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

3 Ρινικοί
Πολύποδες
(ενήλικες)



Ταχεία και ισχυρή ανακούφιση
από τη ρινική συμφόρηση^{1,2}

1 Έτος

Καμία ένδειξη ατροφίας του ρινικού
βλεννογόνου ακόμα και
μετά από 1 συνεχές έτος χρήσης^{3,4}

≤0.1%

Αμελητέα συστηματική βιοδιαθεσιμότητα
(≤0.1%), η χαμηλότερη μεταξύ όλων
των ρινικών στεροειδών^{3,5}



MSD ΑΦΒΕΕ, ΑΘΗΝΑ: Αγ. Δημητρίου 63, 174 56 Αθήνα,
Τηλ.: 210 989 7300, ΒΟΡΕΙΑ ΕΛΛΑΔΑ: 9^η χλμ. Θεσ/νίκης-Θέρμης,
570 01 Πύρρα, Τηλ.: 2310 863 634, Fax: 2310 863 687, www.msd.gr



Συν-προώθηση με την εταιρεία:

ΒΙΑΝΕΞ Α.Ε. ΑΘΗΝΑ: Οδός Ταταίου 146 71, Ν. Ερυθραία Τηλ.: 210 800 9111,
ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ: Β. Χατζή 2, Τηλ.: 2310 833 893
ΠΑΤΡΑ: Μαζώνος 131, Τηλ.: 2610 221 397, www.vianex.gr



Τμήμα Εξυπηρέτησης Πελατών MSD:

800 11 33 333 (χωρίς χρέωση)
210 98 97 383

είναι 15mg για 4 ή 8 εβδομάδες, 10mg για 2 εβδομάδες και 5mg για 2 εβδομάδες, με δυνατότητα εξατομίκευσης ανάλογα με τις ιδιαιτερότητες του κάθε καπνιστή.

Ποιες άλλες θεραπευτικές προσεγγίσεις υπάρχουν;

Εκτός της NRT, για τη φαρμακευτική υποβοήθηση της διακοπής καπνίσματος χρησιμοποιούνται ακόμη η υδροχλωρική βουπροπιόνη βραδείας αποδέσμευσης και η βαρενικλίνη, αλλά και κάποια αντικαταθλιπτικά και αγχολυτικά.

Η **υδροχλωρική βουπροπιόνη** είναι ένας εκλεκτικός αναστολέας των νευρώνων επαναπρόσληψης των κατεχολαμινών. Ο μηχανισμός με τον οποίο ενισχύει την ικανότητα αποχής από το κάπνισμα σχετίζεται με τη μειωμένη επαναπρόσληψη της ντοπαμίνης. Συνιστώμενη δόση είναι τα 150mg δύο φορές την ημέρα. Η θεραπεία ξεκινά με δόση 150mg την ημέρα για τις πρώτες 6 ημέρες, με αύξηση στα 300mg την ημέρα (150mg δύο φορές την ημέρα) από την 7η ημέρα και μετά. Η συμβουλή που δίνεται στους καπνιστές που λαμβάνουν υδροχλωρική βουπροπιόνη είναι να συνεχίζουν το κάπνισμα μέχρι την ημερομηνία διακοπής του καπνίσματος, που ορίζεται μέσα στις πρώτες δύο εβδομάδες θεραπείας. Η προτεινόμενη διάρκεια θεραπείας είναι οι 7 έως 12 εβδομάδες. Αντίθετα με την NRT, η θεραπεία με υδροχλωρική βουπροπιόνη ξεκινά αμέσως με την προσπάθεια διακοπής του καπνίσματος.

Οι ανεπιθύμητες ενέργειες περιλαμβάνουν άγχος, ξηροστομία, κεφαλαλγία, αϋπνία και εξάνθημα και είναι ήπιες. Οι πιο σοβαρές παρενέργειες είναι οι σπασμοί, οι οποίοι δεν παρουσιάζονται συχνά και συσχετίζονται με παράγοντες κινδύνου όπως η επιληψία.

Εκτός της θεραπείας υποκατάστασης νικοτίνης, για τη **φαρμακευτική υποβοήθηση** της διακοπής καπνίσματος χρησιμοποιούνται ακόμη η **υδροχλωρική βουπροπιόνη** βραδείας αποδέσμευσης και η **βαρενικλίνη**, αλλά και κάποια **αντικαταθλιπτικά** και **αγχολυτικά**.



Επίσης, πρέπει να χορηγείται με προσοχή σε ασθενείς με ιστορικό κρανιοεγκεφαλικής κάκωσης, αλκοολισμό ή σακχαρώδη διαβήτη.

Η **βαρενικλίνη** είναι μερικός διεγέρτης, εκλεκτικός για τους α4β2 υποτύπους των νικοτινικών υποδοχέων της ακετυλοχολίνης. Συνδυάζει επομένως δύο πολύ σημαντικές δράσεις: αφενός διεγείρει τους υποδοχείς αυτούς και αφετέρου ανταγωνίζεται τη δράση της νικοτίνης στους ίδιους υποδοχείς. Αυτό έχει ως αποτέλεσμα να προσφέρει ανακούφιση από το στερεοτικό φαινόμενο και συγχρόνως να μπλοκάρει τη διαδικασία που ευθύνεται για την απόλαυση που αισθάνεται ο καπνιστής όταν καπνίζει. Οι πιο συχνές ανεπιθύμητες ενέργειες του φαρμάκου είναι η ναυτία και τα έντονα όνειρα. Η ναυτία είναι ήπιας ή μέτριας βαρύτητας και για αυτό το λόγο συνιστάται η χορήγηση του φαρμάκου με την τροφή και πολύ νερό. Η δοσολογία ορίζεται ως 0,5mg από του στόματος άπαξ ημερησίως για 3 ημέρες, κατόπιν 0,5mg δις ημερησίως για 4 ημέρες, κατόπιν 1mg δις ημερησίως έως το τέλος της θεραπείας (τυπικά για 12 εβδομάδες). Τέλος, είναι γνωστό ότι το κάπνισμα και η κατάθλιψη συνδέονται, αλλά δεν είναι τεκμηριωμένο το κατά πόσον αυτό αντανάκλα μια κοινή γενετική προδιάθεση ή νευροχημικές δράσεις της νικοτίνης. Η **νορτριπτυλίνη**, ένα τρικυκλικό αντικαταθλιπτικό, έχει φανεί αποτελεσματικό. Όμως, για το φάρμακο αυτό δεν έχει χορηγηθεί άδεια για τη χρήση του στη διακοπή του καπνίσματος, παρόλο που η αποτελεσματικότητά του έχει τεκμηριωθεί σε κλινικές μελέτες.

Σε επίπεδο **εναλλακτικών θεραπειών**, ανασκόπηση 20 μελετών δεν βρήκε κανένα όφελος από το βελονισμό σε σχέση με τον εικονικό βελονισμό. Η εφαρμογή του βελονισμού ίσως είναι καλύτερη από το να μην υπάρχει καμία παρέμβαση, αλλά μάλλον τα αποτελέσματά του οφείλονται σε εικονική δράση. ●

Maxalt[®]

(rizatriptan)



Τμήμα Εξυπηρέτησης Πελατών MSD:

800 11 33 333 (χωρίς χρέωση) ή

210 98 97 383



Αγίου Δημητρίου 63
174 56, Αθήνα
Τηλ.: 210 98 97 300
www.msd.com



Ποιες είναι οι νέες προειδοποιήσεις για τις στατίνες σύμφωνα με το FDA;

Σύμφωνα με νέες μελέτες, απώλεια μνήμης και σύγχυση αναφέρεται σε όλα τα προϊόντα στατίνης και στις ομάδες κάθε ηλικίας. Όσον αφορά δε στο διαβήτη, το FDA αναφέρει αύξηση στα επίπεδα σακχάρου στο αίμα και εμφάνιση διαβήτη τύπου 2. Μια άλλη ανεπιθύμητη ενέργεια η οποία, παρότι έχει τύχει της προσοχής των γιατρών, εν τούτοις το FDA δεν την αναφέρει, είναι η ζημιά που προκαλείται στους μύες. Οι ασθενείς παραπονιούνται για πόνους στα γόνατα και στους ώμους, ενώ ένα μικρό ποσοστό των ασθενών αυτών μπορεί να παρουσιάσει μια σπάνια πάθηση, την ραβδομυόλυση.

Τι είναι η ραβδομυόλυση και τι μπορεί να την προκαλέσει;

Η ραβδομυόλυση είναι κλινικό και

έρευνα - επιμέλεια:
ΚΙΚΗ Φέσκου



εργαστηριακό σύνδρομο που χαρακτηρίζεται από βλάβη των μυϊκών κυττάρων και οδηγεί σε κυτταρικό θάνατο και απελευθέρωση των ενδοκυττάρων συστατικών (K⁺, P, μυϊκών ενζύμων) στον εξωκυττάριο χώρο. Τα αίτια της μπορεί να είναι τραυματικά (από άμεση μυϊκή βλάβη) ή μη τραυματικά (μετά από έντονη άσκηση, μετά από σπασμούς, σε θυρεοτοξική κρίση, σε διαβητική κετοξέωση, σε υποθυρεοειδισμό). Διάφορα φάρμακα, τοξίνες, λοιμώδεις μυοπάθειες ή ηλεκτρολυτικές διαταραχές μπορούν επίσης να οδηγήσουν σε ραβδομυόλυση, ενώ περίπου το 15% των ασθενών αναπτύσσουν οξεία νεφρική ανεπάρκεια.

Ποια φάρμακα προκαλούν δερματική φωτοευαισθησία;

Οι κυριότερες κατηγορίες φαρμάκων που προκαλούν δερματική φωτοευαισθησία είναι τα αντισηπτικά, οι τετρακυκλίνες, οι σουλφοναμίδες, φάρμακα για την ακμή, ηρεμιστικά, αντισυλληπτικά, αντιδιαβητικά, η αμιοδαρόνη, τα αντικαταθλιπτικά, οι β-αναστολείς, καθώς και μη στεροειδή αντιφλεγμονώδη συχνά λαμβανόμενα.

Τι συμβουλεύει η Βρετανική Ρυθμιστική Υπηρεσία Φαρμάκων και Προϊόντων Υγείας (MHRA) για τη σιταλοπράμη (citalopram, π.χ. Seropram) και την εσιταλοπράμη (escitalopram, π.χ. Ciprallex);

Η σιταλοπράμη και η εσιταλοπράμη δεν πρέπει να χορηγούνται: α) σε ασθενείς με γνωστή επιμήκυνση του διαστήματος QT και β) σε συνδυασμό με άλλα φάρμακα που είναι γνωστό ότι προκαλούν επιμήκυνση του διαστήματος QT, καθώς προέκυψαν στοιχεία που δείχνουν δόσοεξαρτώμενη αύξηση του διαστήματος QT στο ηλεκτροκαρδιογράφημα.

Επίσης, η MHRA συμβουλεύει τους γιατρούς να προσέχουν πολύ όταν πρόκειται να χορηγήσουν τα συγκεκριμένα σκευάσματα σε ασθενείς με κοιλιακή αρρυθμία ή με κίνδυνο ανάπτυξης ριπιδοειδούς ταχυκαρδίας (Torsade de Pointes). Άτομα υψηλού κινδύνου είναι ακόμη αυτά με ιστορικό συμφορητικής καρδιακής ανεπάρκειας, έμφραγμα μυοκαρδίου, βραδυαρρυθμίες, προδιάθεση για υποκαλιαιμία ή υπομαγνησισαίμια.

Ποιες είναι οι νέες προτεινόμενες ημερήσιες δόσεις σιταλοπράμης;

- 40mg ημερησίως για τους ενήλικες (προηγούμενη δοσολογία 60mg),
- 20mg ημερησίως για ασθενείς ηλικίας μεγαλύτερης των 65 ετών (προηγούμενη δοσολογία 30mg),
- 20mg ημερησίως για ασθενείς με ηπατική δυσλειτουργία (προηγούμενη δοσολογία 30mg).

Ποια είναι η διαφορά μεταξύ μωρουνέλαιου και ιχθυέλαιου;

Το μωρουνέλαιο προέρχεται από το συκώτι της μωρούνας και είναι πλούσιο σε βιταμίνη Α και D, ενώ περιέχει σχετικά μικρή ποσότητα ω-3 λιπαρών οξέων. Το ιχθυέλαιο, αντίθετα, προέρχεται από το λίπος των ψαριών και περιέχει σε μεγάλη συγκέντρωση μόνο ω-3 λιπαρά οξέα. ●

Συστήματα αυτοελέγχου FreeStyle χωρίς κωδικοποίηση



Για μια καλύτερη
εμπειρία μέτρησης



- Σχεδιασμός ZipWick για ευκολότερη τοποθέτηση αίματος
- Αξιοπιστία αποτελεσμάτων¹



Περισσότερη εξασφάλιση
στον αυτοέλεγχο του διαβήτη



Χρησιμοποιούνται
και με το μετρητή
Precision Xceed

- Μέτρηση γλυκόζης και κετόνης στο αίμα
- Ευκολία στη χρήση



FreeStyle

¹ Test C, Robinson N, Sirtori T, et al. Accuracy evaluation of five blood glucose monitoring systems obtained from the pharmacy.
A European multicentre study with 417 subjects.
In: FreeStyle and FreeStyle Precision, ZipWick and Precision Xceed test strips. Abbott Diabetes Care.



Influvac sub-unit® (περιόδου 2012/2013)

απενεργοποιημένα
επιφανειακά αντιγόνα
στελεχών του ιού της γρίπης

από την Abbott

Η γρίπη είναι μια ασθένεια που μπορεί να εξαπλωθεί γρήγορα και προκαλείται από διαφορετικούς τύπους στελεχών που μπορεί να μεταλλάσσονται κάθε έτος. Αυτός είναι και ο λόγος για τον οποίο μπορεί να είναι χρήσιμος ο εμβολιασμός κάθε χρόνο. Ο μεγαλύτερος κίνδυνος γρίπης υφίσταται κατά τους μήνες μεταξύ Οκτωβρίου και Μαρτίου και συνεπώς είναι συνετό ο εμβολιασμός να πραγματοποιείται στις αρχές του φθινοπώρου.

Το Influvac sub-unit® είναι ένα εμβόλιο που χρησιμοποιείται για την προφύλαξη από τη γρίπη, ιδιαίτερα σε άτομα που διατρέχουν αυξημένο κίνδυνο εμφάνισης επιπλοκών που σχετίζονται με τη γρίπη, και ενδείκνυται σε ενήλικες και παιδιά ηλικίας 6 μηνών και άνω. Περιέχει επιφανειακά αντιγόνα (αιμοσυγκολλητίνη και νευροαμινιδάση) των ακόλουθων στελεχών του ιού της γρίπης, που έχουν καλλιεργηθεί σε γονιμοποιημένα αυγά όρνιθας, από υγιείς πληθυσμούς πτηνών:

- **A/California/07/2009 (H1N1)** - προερχόμενο στέλεχος που χρησιμοποιείται είναι ο ιός NYMC X-181,
- **A/Victoria/361/2011 (H3N2)** - προερχόμενο στέλεχος που χρησιμοποιείται είναι ο ιός IVR-165,
- **B/Wisconsin/1/2010** - προσομοιάζον στέλεχος που χρησιμοποιείται είναι ο ιός NYMC BX-39, που προέρχεται από το B/Hubei-Wujiagang/158/2009.

Μετά τον εμβολιασμό η ανοσοπροστασία επιτυγχάνεται κατά κανόνα σε 2 έως 3 εβδομάδες και η διάρκεια της ανοσίας μετά τον εμβολιασμό ποικίλλει, αλλά συνήθως κυμαίνεται από 6 έως 12 μήνες.

Η δοσολογία για τους ενήλικες και τα παιδιά ≥ 36 μηνών είναι εφάπαξ ενδομυϊκή ή βαθιά υποδόρια χορήγηση 0,5ml. Σε παιδιά ηλικίας 6-35 μηνών μπορούν να χορηγηθούν δόσεις 0,25ml ή 0,5ml, εφόσον η χορηγούμενη δόση συμφωνεί με τις υπάρχουσες εθνικές συστάσεις. Σε παιδιά ηλικίας 6-35 μηνών που δεν έχουν προηγουμένως εμβολιαστεί, πρέπει να χορηγείται δεύτερη δόση μετά από τουλάχιστον 4 εβδομάδες.

Η συμβουλή στον ασθενή

Ο εμβολιασμός αντενδείκνυται σε άτομα με υπερευαισθησία στα αυγά, καθώς μπορεί να περιέχει ίχνη όπως οβαλβουμίνη και πρωτεΐνες όρνιθας.

Ο εμβολιασμός πρέπει να αναβάλλεται σε ασθενείς με εμπύρετη νόσο ή οξεία λοίμωξη.

Το εμβόλιο Influvac sub-unit® δεν πρέπει σε καμιά περίπτωση να χορηγείται ενδοαγγειακά, παρά μόνο ενδομυϊκά ή βαθιά υποδόρια.

Ενημερώστε τον ασθενή ότι, σε περίπτωση ενδογενούς ή ιατρογενούς ανοσοκαταστολής, η αντισωματική απάντηση είναι πιθανόν να είναι ανεπαρκής.

Το Influvac sub-unit® θα πρέπει να φυλάσσεται σε ψυγείο (+2°C έως +8°C) και να αφήνεται να φτάσει σε θερμοκρασία δωματίου πριν από τη χρήση.



influvac Sub-Unit®

Περιέχονται επιφανειακά αντιγόνα (αιμοσυγκολλητίνη και νευροαμινιδάση) των στελεχών των γρίπης αναλόγων αυτών που προτάθηκαν από τον Π.Ο.Υ. για την περίοδο 2012-2013



influvac
Sub-Unit®

Α-95991 ΗΡΕΣΙΣ/ΕΠΕΛΕ - ΑΝΑΦΟΡΑ

Η διαφήμιση είναι σύμφωνα με την ισχύουσα νομοθεσία - Υπουργική Απόφαση ΔΥΤ.Διαγ.Β3657
#ΕΚ 588/24.1.06 και την κώδικα δεοντολογίας του ΙΦΕΕ

Πριν τη συνταγογράφηση συμβουλευθείτε την πλήρη Περιλήψη Χαρακτηριστικών του Προϊόντος.
Για περισσότερες πληροφορίες απευθυνθείτε στην εταιρεία Abbott Laboratories (Ελλάδα) ABEE

ABBOTT LABORATORIES (ΕΛΛΑΣ) Α.Β.Ε.Ε.

Αθήνα: Λ. Βουλιαγμένης 512, 174 56 Άλιμος, Τηλ. 210 99 85 222
Θεσ/νίκη: 12^ο χλμ Νέας Εθνικής Οδού Θεσσαλονίκης-Ν. Μουδανιών,
Μέγαρο Θερμικής, Τ.Θ. 60682 - 570 01 Θέρμη, Τηλ. 2310 810 470

 **Abbott**
A Promise for Life

Τικλοπιδίνη, διάρροια και πολύμορφο ερύθημα

Η **διάρροια** είναι η εμφάνιση χαλαρών ή υδαρών κενώσεων τουλάχιστον τρεις φορές σε ένα εικοσιτετράωρο. Τη μεγαλύτερη σημασία έχει η σύσταση των κενώσεων παρά ο αριθμός τους.

Το **πολύμορφο ερύθημα** είναι φλεγμονώδης νόσος, αποτέλεσμα ανοσολογικής αντίδρασης σε φάρμακα ή λοίμωξη. Μπορεί να εμφανιστεί στο δέρμα με «πολύμορφους» τρόπους. Η πιο σοβαρή (και μερικές φορές θανατηφόρα) μορφή της νόσου ονομάζεται σύνδρομο Stevens-Johnson.

Η **τικλοπιδίνη** είναι μια θειενοπυριδίνη που αποκλείει τους υποδοχείς ADP της κυτταρικής μεμβράνης των αιμοπεταλίων, εμποδίζοντας τη συσσώρευσή τους. Χρησιμοποιείται ως αντιαιμοπεταλιακό φάρμακο αντί του ακετυλοσαλικυλικού οξέος ή της κλοπιδογρέλης.

Κλινικό Περιστατικό

Άνδρας 62 ετών εμφανίζει τους τελευταίους δύο μήνες υδαρή διάρροια με ταυτόχρονη ανορεξία και απώλεια βάρους (περίπου 10 κιλά).

Καθημερινά, τους τελευταίους 12 μήνες, λαμβάνει 10mg σιμβαστατίνη (π.χ. Zocor), 20mg εναλαπρίλη (π.χ. Renitec) και 25mg υδροχλωροθειαζίδη (π.χ. Lobivon-Plus), ενώ εδώ και δύο μήνες έχει προσθέσει στη θεραπεία του 500mg τικλοπιδίνη (π.χ. Ticlid).

Δεν παρουσιάζει συμπτώματα όπως ναυτία, εμετό, κοιλιακό πόνο ή πυρετό. Οι αιματολογικές και μη εξετάσεις είναι απολύτως φυσιολογικές. Η φυσική εξέταση δεν έδειξε κάτι πέραν κάποιων δερματικών βλαβών που εμφανίστηκαν σχεδόν ταυτόχρονα με την έναρξη της διάρροιας. Πρόκειται για πολυάριθμες μικρές κνησμώνιδες φυσαλίδες χρώματος καφέ-μωβ, διάσπαρτες στον κορμό και τα άκρα. Η βιοψία που έγινε σε δείγμα δέρματος συνέβαλε στη διάγνωση πολύμορφου ερυθήματος.

Εφόσον η τικλοπιδίνη ήταν το τελευταίο φάρμακο που προστέθηκε στη θεραπεία πριν την εμφάνιση των γαστρεντερικών και δερματικών συμπτωμάτων, αποφασίστηκε η διακοπή της χρήσης της και η αντιμετώπιση της διάρροιας με λοπεραμίδη (π.χ. Imodium). Τις επόμενες τρεις ημέρες η διάρροια εξαφανίστηκε και βελτιώθηκαν τόσο η όρεξη όσο και η εικόνα των δερματικών βλαβών. Εντός πέντε εβδομάδων το σωματικό βάρος του ασθενή αποκαταστάθηκε, ενώ ο κνησμός εξαφανίστηκε.

(Borras-Blasco J, Navarro-Ruiz A, Gutierrez-Casbas A, Matarredona-Catala J, Gonzalez-Delgado M. (2002). Multiple fixed drug-eruption and diarrhea with ticlopidine. *Ann Pharmacother*, 36: 344-345)

Σχόλιο

Οι πιο συνήθεις ανεπιθύμητες ενέργειες της τικλοπιδίνης είναι η οξεία διάρροια, ο κνησμός, η ναυτία και η δυσπεψία, ενώ από τις πιο σοβαρές είναι η ουδετεροπενία.

Η χρόνια διάρροια (συνήθως υδαρής) επαγόμενη από την τικλοπιδίνη είναι ένα σπάνιο γεγονός που εμφανίζεται έναν με δύο μήνες μετά την έναρξη της θεραπείας.

Ο μηχανισμός πρόκλησης της διάρροιας από την τικλοπιδίνη δεν έχει απολύτως διευκρινιστεί. Πιστεύεται πως εμπλέκονται φυσιοπαθολογικοί μηχανισμοί που μεταβάλλουν την εντερική κινητικότητα και προκαλούν ένα είδος δυσασποροφθητικού συνδρόμου.

Ο κνησμός είναι η πιο κοινή δερματικού τύπου ανεπιθύμητη ενέργεια της τικλοπιδίνης που εμφανίζεται στο 5% των ασθενών που λαμβάνουν το φάρμακο. Σπάνια αναφέρονται σοβαρές δερματικές αντιδράσεις μετά από χρήση τικλοπιδίνης.

Νέα της Φαρμακοεπαγρύπνησης

FDA: Νέα προειδοποίηση για τη δροσπιρενόνη (π.χ. Yasmin): Αυξημένος κίνδυνος θρομβοεμβολικού επεισοδίου.

EMA: Ρανελικό στρόντιο (Protelos): Αυξημένος κίνδυνος σοβαρών δερματολογικών αντιδράσεων.

ΕΟΦ: Σύσταση για μη χρήση της φιγκολιμόδης (Gilenya) σε ασθενείς με συγκεκριμένα καρδιαγγειακά προβλήματα.

Η αναφορά ανεπιθύμητων ενεργειών είναι δικαίωμα και υποχρέωση του Έλληνα φαρμακοποιού.

Λύση: $\eta \text{ } 01 : \mu \text{ } 01 \mu \text{ } 03 \text{ } \eta \text{ } \text{ } \eta \text{ } 01 : \mu \text{ } 01 \mu \text{ } 03 \text{ } \eta \text{ } \text{ } \eta \text{ } \text{ }$

Έλεγχος Γνώσεων

1. Ποιος εθνικότητας ασθενείς παρουσιάζουν αυξημένη πιθανότητα Συνδρόμου Stevens-Johnson μετά από χρήση καρβαμαζεπίνης (Tegretol);
α) Σουηδοί
β) Έλληνες
γ) Κινέζοι Χαν

2. Ποιο αντιπαρκινσονικό φάρμακο σχετίζεται με την ανάπτυξη καρδιακής ίνωσης μετά από μακροχρόνια χρήση;
α) Λεβοντόπα (π.χ. Sinemet)
β) Καμπεργολίνη (Dostinex)
γ) Αμανταδίνη (π.χ. Symmetrel)

ΦΑΡΜΑΚΕΥΤΙΚΟ ΟΙΝΟΠΝΕΥΜΑ 95°

FIRST AID

- Κατάλληλο για απολύμανση του δέρματος πριν από την ένεση
- Για καθαρισμό του δέρματος
- Για αντισηψία χεριών
- Σαν ψυκτικό υπό μορφή επιθεμάτων (κομπρέσες)
- Σε εμπύρετες καταστάσεις
- Για μικροτραυματισμούς και τσιμπήματα εντόμων
- Κατάλληλο για εντριβές
- Μόνο για εξωτερική χρήση

Δραστικό συστατικό: **αιθανόλη 95°** (οινόπνευμα)
με κουπόνι του Ε.Ο.Φ.



Παρασκευάζεται στην Ελλάδα



- ✖ Να μην χρησιμοποιείται σε ανοικτές πληγές
- ✖ Να αποφεύγεται η επαφή με τους βλεννογόνους, τα μάτια και τα γεννητικά όργανα
- ✖ Η παρατεταμένη χρήση μπορεί να προκαλέσει ξηροδερμία
- ✖ Συμβουλευτείτε το γιατρό σας ή το φαρμακοποιό σας πριν από τη χρήση.

Χονδρική τιμή: 1.80€ (240ml) / 2,27€ (420ml) | Λιανική τιμή: 2,59€ (240ml) / 3,26€ (420ml)

Τηλ. παραγγελιών: **22960 25567 & 6977332026**

Παράγεται από τη
Γεώργιος Δραγώτης Α.Ε.Β.Ε. - Φαρμακευτικά και Καλλυντικά Προϊόντα

Με λευκό κουπόνι από τον Ε.Ο.Φ.



Άκουσα ότι, αν πίνω καθημερινά πράσινο τσάι, δεν θα πάθω καρκίνο



Το τσάι είναι από τα πλέον διαδεδομένα ροφήματα παγκοσμίως. Ο τρόπος με τον οποίο πίνεται, αλλά και η ποσότητα που καταναλώνεται, διαφέρει από τόπο σε τόπο, ανάλογα με το πολιτισμικό υπόβαθρο και τις συνήθειες του πληθυσμού.

Από το φυτό *Camellia Sinensis* παρασκευάζονται τρεις βασικές μορφές τσαγιού: το μαύρο τσάι, το πράσινο τσάι και το Oolong. Σχεδόν το 75% της παγκόσμιας σοδειάς μετατρέπεται σε μαύρο τσάι, το 21-23% σε πράσινο τσάι και το 2% σε Oolong.

Στο τσάι του *Camellia Sinensis* περιέχονται πολυφαινόλες και, πιο συγκεκριμένα, μια υποομάδα που ονομάζονται κατεχίνες. Οι κατεχίνες είναι ισχυρά αντιοξειδωτικές ουσίες.

Έχει διατυπωθεί η άποψη πως οι πολυφαινόλες που βρίσκονται στο πράσινο τσάι έχουν την ικανότητα να καταστέλλουν τον κυτταρικό πολλαπλασιασμό και, επομένως, έχουν προστατευτική δράση έναντι του καρκίνου.

Το ερώτημα που θέτει ο ασθενής θα πρέπει να το μεταμορφώσουμε σε κλινικό ερώτημα. Επομένως, θα μπορούσε να διατυπωθεί με την εξής μορφή: «Στην προσπά-

θεια πρόληψης του καρκίνου, η χρήση ροφημάτων από πράσινο τσάι είναι περισσότερο αποτελεσματική από καμία παρέμβαση;».

Ως φαρμακοποιοί, οφείλουμε να απαντήσουμε τεκμηριωμένα στο ερώτημα του ασθενή και όχι απλά να του παραθέσουμε μια πληροφορία την οποία διαβάσαμε σε ένα βιβλίο ή μία μόνο μελέτη.

Για να απαντήσουμε τεκμηριωμένα, θα πρέπει να μελετήσουμε το σύνολο των κλινικών δοκιμών που έχουν γίνει επί του ζητήματος, κάτι που φυσικά δεν είναι εφικτό από ένα και μόνο άτομο. Για το λόγο αυτό, αναζητούμε την τεκμηριωμένη αυτή πληροφόρηση σε βάσεις δεδομένων, όπως το Cochrane Collaboration (Ιδρυμα για την Τεκμηριωμένη Πληροφόρηση στο Χώρο της Υγείας), στις οποίες μπορούμε να εντοπίσουμε τέτοιες ανασκοπήσεις κλινικών μελετών.

Πράγματι, στο Cochrane Collaboration υπάρχει δημοσιευμένη μια ανασκόπηση 51 κλινικών μελετών, στις οποίες συμμετείχαν περισσότεροι από 1,6 εκατομμύρια άτομα. Από τις μελέτες αυτές, οι 27 ερευνήσαν τη σχέση μεταξύ κατανάλωσης πράσινου τσαγιού και καρκίνου του πεπτικού συστήματος, οι πέντε τη σχέση με τον καρκίνο του μαστού, άλλες πέντε με τον καρκίνο του προστάτη και οι υπόλοιπες τη σχέση με άλλες μορφές καρκίνων.

Το συμπέρασμα που εξαγάγουν οι συγγραφείς της ανασκόπησης είναι το εξής:

«Τα στοιχεία που προκύπτουν από την ανασκόπηση είναι ανεπαρκή και αντικρουόμενα. Επομένως, δεν μπορούν να γίνουν οποιεσδήποτε συστάσεις σχετικά με την κατανάλωση πράσινου τσαγιού για την πρόληψη του καρκίνου. Τα αποτελέσματα αυτής της ανασκόπησης θα πρέπει να ερμηνευτούν με προσοχή, καθώς οι περισσότερες από τις μελέτες που εξετάστηκαν πραγματοποιήθηκαν στην Ασία, όπου η κατανάλωση πράσινου τσαγιού είναι ευρύτατα διαδεδομένη. Η πόση πράσινου τσαγιού σε τακτική βάση και σε μέτριες ποσότητες φαίνεται να είναι ασφαλής».

Δεν πρέπει να ξεχνάμε ότι η τελική κλινική απόφαση δεν μπορεί να βασίζεται μόνο στα τεκμήρια, αλλά είναι σύζευξη τεκμηρίων, κλινικής εμπειρίας του θεραπευτή και ιδιαιτεροτήτων του ασθενή. ●

Boehm K, Borrelli F, Ernst E, Habacher G, Hung SK, Milazzo S, Horneber M. (2009). Green tea (*Camellia sinensis*) for the prevention of cancer. Cochrane Database of Systematic Reviews, Issue 3



20 Ώρες ενυδάτωσης
σε κάθε σταγόνα.*

Προτείνετε το διάλυμα που διατηρεί τους φακούς ενυδατωμένους για μεγαλύτερο χρονικό διάστημα.

Το διάλυμα πολυπληθών χρήσεων
Biotrue® συνδυάζει τρεις
βιο-εμπνευσμένες καινοτομίες:

- 👁️ Ταιριάζει με το pH των υγιών δακρύων
- 💧 Χρησιμοποιεί ένα λιπαντικό που βρίσκεται φυσιολογικά στα μάτια
- ⊕ Διατηρεί ενεργές συγκεκριμένες επωφελείς πρωτεΐνες των δακρύων

Εμπνευσμένο από τη βιολογία των ματιών σας, το Biotrue® κάνει πιο εύκολη τη χρήση φακών επαφής.** Ίσως αυτός να είναι και ο λόγος που:

- 💧 Το Biotrue® προτιμάται σε αναλογία 3:1 από το OPTI-FREE RepleniSH¹
- 💧 97% των χρηστών που δοκίμασαν το Biotrue®, έμειναν ικανοποιημένοι¹
- 💧 Το 80% των χρηστών συμφωνούν πως το Biotrue® είναι πιο άνετο από τα υπόλοιπα διαλύματα που έχουν χρησιμοποιήσει¹

Αποστολοπούλου 73, Κάτω Χαλάνδρι 152 31, Τηλ.: 210 67 48 170, Fax: 210 67 48 234
E-mail: info.gr@bausch.com

BAUSCH + LOMB

* Ανταλλάγματα μιας in vitro μελέτης στην Αμερική που διεξάχθηκε για να αξιολογηθεί την αποτελεσματικότητα ενυδάτωσης παραγόντων από διάφορα υγιή φακούς απόκλισης υδρογέλης σε μια περίοδο 20 ωρών.
** Βασισμένο σε μια έρευνα ικανοποίησης ατόμων στην Αμερική. 1. Μελέτη προοπτική καταναλωτών (Δεκέ 2010) που διεξάχθηκε από τους Bausch & Lomb και Ridgeway ανάμεσα σε 201 καταναλωτές που είχαν δοκιμάσει Biotrue, σε τρεις άλλους σε 130 δοκίμασαν Biotrue και OPTI-FREE RepleniSH. © 2011 Bausch & Lomb Incorporated. Bv™ denote trademarks of Bausch & Lomb Incorporated. All other product/brand names are trademarks of their respective owners. PHOD4120

ΦΘΙΝΟΠΩΡΟ - ΧΕΙΜΩΝΑΣ

2012-2013



APOLLON
international
ano to 1989

CLAUDIA NARDI
ano to 1890

NATURELLE
COMFORT

NATURUOMO
COMFORT



OTAFUKU
ORIGINAL



APOLLON
international
απο το 1989



Μόδα & Ποιότητα
στο ανατομικό παπούτσι

Καλέστε μας στο 210 2850659 για να σας στείλουμε τον δικό σας κατάλογο.

www.apolloninternational.com



Φθινόπωρο

Λοσιόν Renokin

Renokin Hellas

η εποχή

Η τριχόπτωση, που ξεκινά με τις πρώτες μέρες του φθινοπώρου, είναι το πρώτο σημάδι ότι το καλοκαίρι είναι πλέον παρελθόν. Η αλλαγή της εποχής και του κλίματος επηρεάζουν αρνητικά το τριχωτό της κεφαλής και τον κύκλο ζωής της τρίχας, με αποτέλεσμα την απώλεια μαλλιών. Φυσιολογικά, ο άνθρωπος χάνει 50-100 τρίχες ημερησίως. Απώλεια μαλλιών πάνω από αυτόν τον αριθμό ονομάζεται παθολογική τριχόπτωση και δυστυχώς συνδυάζεται με άγχος και χαμηλά επίπεδα αυτοεκτίμησης.

το προϊόν

Το ζητούμενο στη σύγχρονη εποχή είναι η πρόληψη και η αναχαίτηση του φαινομένου της παθολογικής τριχόπτωσης. Όσο πιο έγκαιρα αναγνωρίσουμε το πρόβλημα και όσο πιο πρώιμα δραστηριοποιηθούμε, τόσο μεγαλύτερη είναι η επιτυχία στην αντιμετώπιση της τριχόπτωσης. Γι' αυτό το λόγο η πρόληψη της τριχόπτωσης, ένα φαινόμενο που κορυφώνεται κατέξοχιν τους μήνες Οκτώβριο και Νοέμβριο, πρέπει να ξεκινήσει νωρίτερα, πριν ακόμη και από την έναρξη του φθινοπώρου.

Για το πρόβλημα τόσο της αντρικής όσο και της γυναικείας τριχόπτωσης, η Renokin Hellas προτείνει το πρόγραμμα αναζωογόνησης μαλλιών Renokin. Πρόκειται για να επιστημονικό πρόγραμμα φροντίδας

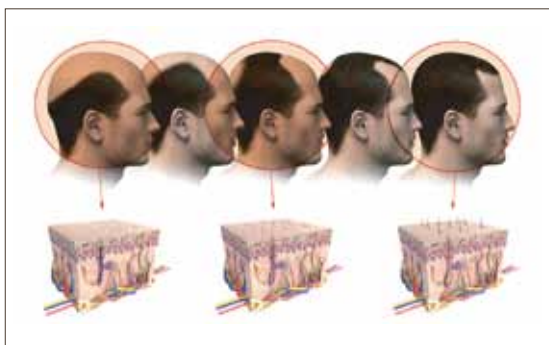
των μαλλιών το οποίο περιλαμβάνει ενεργά συστατικά που αποτρέπουν την τριχόπτωση και προωθούν την επανεμφάνιση νέων μαλλιών, έχοντας πρωτοποριακά ισχυρή δράση και υψηλή αποτελεσματικότητα.

Η δράση

Ομάδα καθηγητών-ερευνητών από το πανεπιστήμιο Cornell της Νέας Υόρκης, αφού μελέτησαν ενδελεχώς το μεταβολικό μονοπάτι γέννησης και απόπτωσης του τριχικού κυττάρου, κατάφεραν μετά από σειρά ετών να δημιουργήσουν μια μοναδική φόρμουλα. Στα 10 ενεργά συστατικά του διαλύματος Renokin, περιλαμβάνονται τα πλέον ισχυρά και ασφαλή συμπλέγματα πρωτεϊνών, υπεύθυνα για την

επανεμφάνιση νέων μαλλιών. Τα κατοχυρωμένα με δίπλωμα ευρεσιτεχνίας βιομιμητικά πεπτίδια τελευταίας τεχνολογίας μιμούνται τους φυσιολογικούς μηχανισμούς ανάπτυξης της τρίχας και διεγείρουν τα κύτταρα των τριχών, με αποτέλεσμα να διατηρούν το θύλακα της τρίχας ζωντανό και υγιή, ούτως ώστε να πετυχαίνουμε λαμπερά, πλούσια και γεμάτα όγκο μαλλιά.

Η αποτελεσματικότητα



Η αποτελεσματικότητα της λοσιόν Renokine υποστηρίζεται με ισχυρές αποδείξεις τόσο in-vitro όσο και in-vivo δοκιμών. Κλινικές μελέτες που διενεργήθηκαν σε Αμερική και Γερμανία δείχνουν αύξηση του τριχωτού της κεφαλής κατά μέσο όρο $\approx 15\%$.

Επίσης, τεκμηριωμένη βιβλιογραφία από διεθνή επιστημονικά περιοδικά αποδεικνύει την ασφάλεια και αποτελεσματικότητα του συγκεκριμένου σκευάσματος σε όλες τις ηλικίες και για τα δύο φύλα [βλ. Zhang J., He X.C., Tong W.-G., et al. (2006). Bone Morphogenetic Protein Signaling Inhibits Hair Follicle Anagen Induction by Restricting Epithelial Stem/Progenitor Cell Activation and Expansion. *Stem cells*, 24: 2826-2839; Oujii Y., et al. (2007). Effects of Wnt-10b on hair shaft growth in hair follicle cultures. *Biochemical and Biophysical Research Communications*, 359: 516-522].

Τα πλεονεκτήματα

Σε σχέση με άλλα προϊόντα κατά της τριχόπτωσης το Renokine είναι το μόνο καλλυντικό προϊόν που μπορεί να χορηγηθεί σε παιδιά ηλικίας 4 ετών και άνω, σε εγκύους και σε γυναίκες σε γαλουχία. Εκτός της εποχικής τριχόπτωσης μπορεί να χρησιμοποιηθεί σε όλες τις μη ουλωτικές αλωπεκίες, ανδρογενετικού τύπου, διάχυτες και γυροειδείς αλωπεκίες. Πολύ καλά αποτελέσματα έχει και σε ουλωτικές αλωπεκίες, όπως για παράδειγμα σε περιπτώσεις λειχήνα και λύκου. Ένα επίσης πλεονέκτημά του, έναντι όλων των άλλων προϊόντων κατά της τριχόπτωσης, είναι το γεγονός ότι δεν προκαλεί ερυθρότητα, ξηρότητα και ερεθισμούς

και επίσης δεν λαδώνει τα μαλλιά, κάτι ιδιαίτερα σημαντικό για τις γυναίκες.

Τα αποτελέσματα της λοσιόν Renokine είναι άμεσα εμφανή. Σταματάει την τριχόπτωση σε 2 μήνες και προωθεί την επανεμφάνιση νέων μαλλιών χωρίς παρενέργειες. Εκτός του ότι δεν λαδώνει τα μαλλιά, δεν χαλάει τη φόρμα τους μετά την εφαρμογή.

Η εφαρμογή

Η εφαρμογή του Renokine είναι πολύ απλή. Η αγωγή γίνεται καθημερινά με 3 ψεκασμούς πρωί-βράδυ σε στεγνά μαλλιά. Για τις επόμενες 3 ώρες, η περιοχή ψεκασμού δεν θα πρέπει να λουστεί.

Σημεία προσοχής

Θα πρέπει να τονίσετε στον ασθενή-καταναλωτή ότι οι ψεκασμοί θα πρέπει να γίνονται από κοντινή απόσταση και να έχουν περιοχή-στόχο το δέρμα του τριχωτού και όχι τις τρίχες.

Οι συνδυασμοί

Για συνδυαστική δράση προστασίας από την τριχόπτωση και την αύξηση της επανεμφάνισης νέων μαλλιών, προτείνεται η χρήση της Λοσιόν Renokine παράλληλα με το Σαμπουάν και την Κρέμα αναζωογόνησης μαλλιών Renokine.



Renokin Hellas

ο προμηθευτής

Η εταιρεία Renokin Hellas είναι μία από τις πιο σύγχρονες αλλά ταυτόχρονα και πιο νέες εταιρείες στο χώρο του φαρμακείου. Η δράση της στην Ελλάδα ξεκίνησε το Σεπτέμβριο του 2011 και μέχρι στιγμής έχει καταφέρει να κάνει αισθητή την παρουσία της με προϊόντα που εμπιστεύονται τόσο γιατροί δερματολόγοι και επιστήμονες υγείας, όσο και οι ίδιοι οι ασθενείς, οι οποίοι καθημερινά επιβεβαιώνουν την αποτελεσματικότητα της δράσης των σκευασμάτων Renokin.



Τα γραφεία της Renokin Hellas στην Κόρινθο

Η οργάνωση

Η διευθύντρια πωλήσεων της εταιρείας Γεωργία Γκότση προϊστάται του τμήματος λογιστηρίου και της ομάδας πωλήσεων. Οι τρεις πωλητές της εταιρείας φροντίζουν για την ενημέρωση και την εξυπηρέτηση των φαρμακοποιών σε όλη τη χώρα.

Η έδρα της Renokin Hellas βρίσκεται στην Κόρινθο (Πατρών 98 & Μεταμόρφωσης Σωτήρος, Τ.Κ. 20100).

Η φιλοσοφία

Σκοπός των στελεχών της εταιρείας είναι η εισαγωγή στην ελληνική αγορά προϊόντων πρωτότυπων και καινοτόμων, που ανταποκρίνονται στις σύγχρονες απαιτήσεις και τις νέες συνθήκες διαβίωσης. Θεμέλιος λίθος της εταιρείας είναι το ανθρώπινο δυναμικό της, που, παρά τη δύσκολη συγκυρία, δίνει τον καλύτερό του εαυτό για τη γνωστοποίηση και την προβολή των προϊόντων της Renokin Hellas.

Το δυνατό σημείο

Η εταιρεία θεωρεί ως δυνατότερο σημείο της τη μοναδικότητα του προϊόντος –δεν υπάρχει άλλο παρόμοιο προϊόν στην παγκόσμια αγορά– σε συνδυασμό με τα άριστα αποτελέσματα που ως τώρα έχουν φανεί από τη χρήση του, τα οποία του δίνουν μια ιδιαίτερη δυναμική για την όλο και μεγαλύτερη διείσδυσή του στην αγορά. Σε αυτή την πορεία τα στελέχη της Renokin Hellas υπολογίζουν ιδιαίτερα στον Έλληνα φαρμακοποιό, και γι' αυτό σκοπεύουν να εργαστούν ακόμη πιο εντατικά για να κερδίσουν την εμπιστοσύνη του.

Η σχέση με το φαρμακείο

Οι σχέσεις εμπιστοσύνης μεταξύ φαρμακοποιού και εταιρείας είναι κάτι που χτίζεται μέσα στο χρόνο. Η εταιρεία Renokin Hellas επενδύει σε αυτή τη σχέση αλληλοϋποστήριξης και βρίσκεται στο πλευρό του Έλληνα φαρμακοποιού παρόλη την ασφυκτική οικονομική κατάσταση. ●

Η Renokin Hellas
επενδύει στη σχέση
αλληλοϋποστήριξης
με το φαρμακοποιό
και βρίσκεται
στο πλευρό του
παρόλη την ασφυκτική
οικονομική κατάσταση.



η Ακρίβεια των Master-Aid σε τιμή καθόλου ακριβή !

Η **Master-Aid** διακρίνεται πάντα για την υψηλή ποιότητα και την προσιτή τιμή των προϊόντων της. Αυτή άλλωστε είναι και η αιτία της απόλυτης σχέσης εμπιστοσύνης που έχει αναπτυχθεί με τους χιλιάδες πελάτες της που χρησιμοποιούν περισσότερο από 25 χρόνια τα προϊόντα της.

Τώρα, η **Master-Aid** παρουσιάζει τα νέα της πρωτοποριακά προϊόντα, τα πιεσόμετρα **Perfecta** και **Evolution**, που διακρίνονται για την «ακρίβειά» τους. Δηλαδή για την σωστή ένδειξη της αρτηριακής πίεσης, πλεγμένη και πιστοποιημένη από τον Ευρωπαϊκό Οργανισμό Υγείας.



perfecta

- Ένδειξη συστολικής και διαστολικής πίεσης και σφυγμού.
- Μέσος όρος των 3 τελευταίων μετρήσεων.
- IHB - Ένδειξη αρρυθμιών.
- Μνήμη 60 σετ μετρήσεων.
- Αποταμίευση ενέργειας: Αυτόματη απενεργοποίηση εάν δεν χρησιμοποιηθεί για πάνω από 2 λεπτά.
- ESH - αξία: Το **Perfecta** έχει επικυρωθεί σύμφωνα με το Διεθνές Πρωτόκολλο της Ευρωπαϊκής Κοινότητας Υγείας.
- Εργονομική, άνετη περιχειρίδα μέτριου μεγέθους (22-36 cm).
- Δυνατότητα αποθήκευσης για μεταφορά.
- Συμπεριλαμβάνονται 4 μπαταρίες AAA.

evolution

- LCD οθόνη με μεγάλα γράμματα 82x60 mm.
- Ένδειξη συστολικής και διαστολικής πίεσης και σφυγμού.
- Μέσος όρος των 3 τελευταίων μετρήσεων.
- IHB-Ένδειξη αρρυθμιών.
- Διπλή λειτουργία. Η συσκευή μπορεί αυτόματα να αποθηκεύσει 180 σετ μετρήσεων για δύο χρήστες (2x90).
- WHO ένδειξη: Ταξινόμηση της πίεσης του αίματος σύμφωνα με την Παγκόσμια Οργάνωση Υγείας.
- Αποταμίευση ενέργειας: Αυτόματη απενεργοποίηση.
- ESH αξία: Το **Evolution** έχει επικυρωθεί σύμφωνα με το Διεθνές Πρωτόκολλο της Ευρωπαϊκής Κοινότητας Υγείας.
- Εργονομική, άνετη περιχειρίδα μέτριου μεγέθους (22-36cm).
- Δυνατότητα αποθήκευσης για μεταφορά.
- Συμπεριλαμβάνονται 4 μπαταρίες «AA» και ένας αντάπτορας AC/DC.



ΑΘΗΝΑ: Λ. ΒΟΥΛΙΑΓΜΕΝΗΣ 2 & ΘΑΣΟΥ 3, ΓΛΥΦΑΔΑ 166 75, ΤΗΛ. 801.700.77.01 (αστική χρέωση) - FAX. 210.9600.954
ΘΕΣΣ/ΚΗ: ΓΙΑΝΝΙΤΣΩΝ 31, ΒΑΛΚΑΝΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ, ΚΤΙΡΙΟ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ - ΤΗΛ / FAX: 2310.540575

Website: www.health-plus.gr • E-mail: info@health-plus.gr



Απόσπασμα από το βιβλίο
«Κοσμητολογία»,
Η συμβουλή του φαρμακοποιού»,
Δρ. Marie-Noëlle Estrade,
Επιμέλεια: Βασιλική Μπουρνάζου,
εκδ. Φαρμακευτικός Κόσμος

Η φροντίδα των λεπτών, ευαίσθητων και εύθραυστων μαλλιών

Τα όμορφα, υγιή, μαλλιά είναι ουσιαστικό στοιχείο μιας ωραίας εμφάνισης, μαγνητίζοντας χωρίς αμφιβολία τα βλέμματα. Έτσι, όταν παρουσιάζουν αδυναμία, γίνεται επιτακτική ανάγκη για εφαρμογή μιας αποτελεσματικής θεραπείας που θα αποκαταστήσει τη χαμένη τους λάμψη και θα δώσει τον απαραίτητο όγκο.

ΤΑ ΛΕΠΤΑ ΜΑΛΛΙΑ

Αν και είναι γενικά υγιή, τα λεπτά μαλλιά, για λόγους που καθορίζονται γενετικά, έχουν διάμετρο μικρότερη από το μέσο όρο, δηλαδή 50-60μm αντί για 70μm που είναι το φυσιολογικό, γεγονός που διαταράσσει τις μηχανικές τους ιδιότητες και τα καθιστά πιο εύθραυστα από τη φύση τους. Συνήθως είναι ανοιχτόχρωμα.

Διάγνωση της κατάστασης του δέρματος

Οπτική εξέταση

Τα μαλλιά γενικά:

- είναι άτονα
- δεν έχουν όγκο
- «ηλεκτρίζονται» εύκολα
- χτενίζονται δύσκολα.

Εξέταση δια της αφής

Τα μαλλιά είναι **εύθραυστα**, σπάνε, **κάνουν πιο εύκολα ψαλίδα** από ό,τι τα μαλλιά με μεγαλύτερη διάμετρο και οι άκρες τους είναι **ξεφτισμένες**.

Διάλογος

Οι ερωτήσεις που πρέπει να θέσετε
■ Το χτένισμά σας διατηρείται;
■ Τα μαλλιά σας ήταν πάντα χωρίς όγκο;
■ Είναι εύθραυστα τα μαλλιά σας; Αν ναι: Πάντα ήταν εύθραυστα;

Υγιεινή των μαλλιών**Οι στόχοι**

- Απαλός καθαρισμός ανάλογα με την κατάσταση του τριχωτού της κεφαλής (ξηρό, λιπαρό, με πιτυρίδα κλπ.), με σεβασμό στη φυσική μεγαλύτερη ευθραυστότητα των μαλλιών.
- Ενίσχυση της ανθεκτικότητας του στελέχους της τρίχας, ώστε να διατηρηθεί η ακεραιότητά της.
- Μόνωση των τριχών, ώστε:
 - να αυξηθεί τεχνητά η διάμετρός τους και έτσι να αποκτήσουν συμπληρωματικό όγκο, χωρίς να βαρύνουν
 - να επιτευχθεί αντιστατική δράση, να διευκολυνθεί το ξεμπέρδεμα και το χτένισμα των μαλλιών.
- Να αποκτήσουν ζωντάνια τα μαλλιά, ώστε να διατηρείται καλύτερα το χτένισμα.

Η συμβουλή σας

Να χρησιμοποιείται απαλό σαμπουάν, που περιβάλλει τις τρίχες και δίνει όγκο, μία ή δύο φορές την εβδομάδα.

Συμπληρωματικές συμβουλές

Δεδομένου ότι τα μαλλιά αποκτούν τον όγκο τους από το τριχωτό της κεφαλής, συνιστάται να στεγνώνει πρώτα αυτή η περιοχή μετά το λούσιμο, κατά προτίμηση με το κεφάλι προς τα κάτω.

Φροντίδα των μαλλιών**Οι στόχοι**

Πέραν του καθαρισμού, είναι οι ίδιοι με εκείνους των προϊόντων υγιεινής.

Η συμβουλή σας

Συστήστε να εφαρμόζεται στις ρίζες, και λιγότερο στο μήκος των μαλλιών, ένα προϊόν για μετά το λούσιμο που μονώνει, αναδομεί και δίνει όγκο στις τρίχες.

Κύριες δραστικές ουσίες

- Ουσίες που μονώνουν και δίνουν όγκο: κατιονικές ενώσεις κλπ.
- Αναδομητικές: αμινοξέα, εκχύλισμα αμυγδαλού, πρωτεΐνες σιταριού, κερατίνη, ιχνοστοιχεία: Cu, Si, Zn κλπ.

Να αποφεύγεται:

- κάθε επιθετικός παράγοντας που μπορεί να επιδεινώσει τη φυσική ευθραυστότητα των μαλλιών και να αλλοιώσει τις τρίχες
- η χρήση σκούφων και καπέλων, όταν δεν υπάρχει πραγματική ανάγκη, διότι κάνει πιο πεσμένα και άτονα τα μαλλιά και αυξάνει το στατικό ηλεκτρισμό.

ΤΑ ΕΥΑΙΣΘΗΤΑ ΜΑΛΛΙΑ

Οι αποχρωματισμοί, οι βαφές, οι περμανάντ και το ίσιωμα, εξαιτίας των αλκαλικών, οξειδωτικών ή των αναγωγικών παραγόντων που χρησιμοποιούνται, διαταράσσουν τη δομή των μαλλιών, τα οποία μπορεί να γίνουν εύθραυστα και ευαίσθητα, χάνοντας κυρίως την ελαστικότητα, τη ζωντάνια, τη λάμψη και την απαλότητά τους.

Το pH της τρίχας, που φυσιολογικά είναι όξινο (4,5-5,5) και παρέχει φυσική ανθεκτικότητα, διαταράσσεται βαθιά από την αλκαλικότητα που είναι απαραίτητη γι' αυτές τις τεχνικές. Έτσι μπορεί να προκληθούν βλάβες στο στέλεχος της τρίχας, οδηγώντας σε απώλεια των ιδιοτήτων του.

Το άτομο που εφαρμόζει αυτές τις τεχνικές ομορφιάς θα πρέπει να είναι καλά εκπαιδευμένο και το σημαντικότερο: οι τεχνικές αυτές δεν θα πρέπει να χρησιμοποιούνται πολύ συχνά ή συσσωρευτικά.

Διάγνωση της κατάστασης των μαλλιών**Οπτική εξέταση**

- Τα μαλλιά είναι ξηρά και θαμπά.
- Το τριχωτό της κεφαλής μπορεί να εμφανίζει κοκκινίλες, λέπια κλπ.

Οι οξειδωτικές βαφές (κυρίως οι αζωχρωστικές, οι διαμίνες p-φαινυλενίου ή φαινυλενοδιαμίνες, οι διαμίνες p-τολουενίου) μπορούν να προκαλέσουν αλλεργικές αντιδράσεις που εκδηλώνονται με κοκκινίλες, κνησμό, ακόμη και με εκζεματώδεις βλάβες στο τριχωτό της κεφαλής, ενώ μπορεί να παρατηρηθούν επίσης στον αυχένα, στα αυτιά, στις βλεφαρίδες, πάνω στα χέρια κ.α. Συχνά μπορεί να εμφανιστεί και ως έκζεμα στο πρόσωπο.

Εξέταση δια της αφής

Τα μαλλιά σπάνε πιο εύκολα, είναι άτονα και έχουν πόρους.

Διάλογος

Η οπτική εξέταση και η εξέταση δια της αφής δεν επιτρέπουν πάντα να καθοριστεί με βεβαιότητα αν έχουν χρησιμοποιηθεί μία ή πολλές από αυτές τις τεχνικές. Θα πρέπει να ρωτήσετε τον πελάτη, ώστε να μπορείτε να δώσετε κατάλληλες συμβουλές.

Υγιεινή των μαλλιών**Οι στόχοι**

- Απαλός καθαρισμός των μαλλιών και παροχή θρεπτικών και αναδομικών στοιχείων.
- Εξουδετέρωση της υπερβολικής αλκαλικότητας που οφείλεται στα προϊόντα βαφής, αποχρωματισμού και περμανάντ, με τη χρήση όξινων προϊόντων.
- Αντιστάθμιση της επιθετικής δράσης αυτών των προϊόντων με την παροχή ενυδατικών και λιπιδικών ουσιών.
- Σταθεροποίηση του χρώματος χωρίς να μεταβληθεί η τονικότητα.
- Ενίσχυση της λάμψης στο χρώμα και τις ανταύγειες.
- Αποκατάσταση της ελαστικότητας στις μπούκλες.
- Δημιουργία όγκου στα μαλλιά.
- Απαλά και λαμπερά μαλλιά ώστε να γίνουν πιο όμορφα, χωρίς να βαρύνουν, και να γίνει πιο εύκολο το ξεμπέρδεμα και το χτένισμά τους.
- Προστασία των μαλλιών από τις υπεριώδεις ακτινοβολίες, ώστε να αποφευχθεί η αλλοίωση του χρώματος.

Η συμβουλή σας

- Λούσιμο με απαλό σαμπουάν που περιέχει θρεπτικές και αναδομικές ουσίες, μία ή δύο φορές την εβδομάδα. Στη δεύτερη εφαρμογή, να αφήνεται να δράσει 3-5 λεπτά.
- Αν το τριχωτό της κεφαλής είναι λιπαρό, να χρησιμοποιείται κατάλληλο προϊόν στο ένα από τα δύο λουίσματα την εβδομάδα,



ώστε να ρυθμιστεί η σμηγματόρροια, και να εφαρμόζεται κατά μήκος των μαλλιών και στις άκρες ένα επανορθωτικό προϊόν για μετά το λούσιμο.

- **Να ξεπλένεται το σαμπουάν με άφθονο χλιαρό νερό.** Στο τελευταίο ξέβγαλμα το νερό να είναι πιο δροσερό και να **συνδυάζεται με ένα όξινο προϊόν** (όπως ξίδι ή χυμό λεμονιού), το οποίο θα κάνει πιο λεία τα κύτταρα του περιτριχίου της τρίχας και θα δώσει λάμψη στα μαλλιά.

Φροντίδα των μαλλιών**Οι στόχοι**

Πέραν του καθαρισμού, είναι οι ίδιοι με εκείνους των προϊόντων υγιεινής.

Η συμβουλή σας

- **Μία φορά την εβδομάδα, μετά το λούσιμο,** να εφαρμόζεται σε σκουπισμένα μαλλιά ένα «βάλασμο» ή μια μάσκα για να ενισχυθεί και να παραταθεί η επανορθωτική δράση του σαμπουάν. Να αφήνεται να δράσει για 5-10 λεπτά και μετά να ξεπλένεται με άφθονο νερό.
- **Αν τα μαλλιά είναι βαμμένα ή αποχρωματισμένα,** να εφαρμόζεται καθημερινά σε στεγνά ή βρεγμένα μαλλιά ένα **προστατευτικό προϊόν** που περιέχει φίλτρα για τον ήλιο και ενυδατικές ουσίες.
- **Αν τα μαλλιά έχουν περμανάντ,** να εφαρμόζεται καθημερινά σε στεγνά ή βρεγμένα μαλλιά ένα **προϊόν που** τα προστατεύει, δίνει ζωντάνια στις μπούκλες που έχουν τάση να χαλαρώνουν και χαρίζει λάμψη και απαλότητα.

Κύριες δραστικές ουσίες

- **Όξινες:** μηλόξυδο κ.ά.
- **Αναδομτικές:** αμινοξέα, ΑΗΑ, βιταμίνες Β5, Η κ.ά.
- **Λιπαντικές:** φυτικά έλαια (κάρδαμο, σόγια κλπ.) κ.ά.

Να αποφεύγεται:

- η πολύ συχνή χρήση βαφής, αποχρωματισμού, περμανάντ και ισιώματος
- η ταυτόχρονη χρήση πολλών από αυτές τις τεχνικές (π.χ. βαφή, μες, περμανάντ).

ΤΑ ΕΥΘΡΑΥΣΤΑ ΜΑΛΛΙΑ

Η ομορφιά και η υγεία των μαλλιών εξαρτώνται από την τέλεια κατάσταση του βολβού της τρίχας και της δερματικής θηλής που εξασφαλίζουν την οξυγόνωση και τη θρέψη της τρίχας. Μάλιστα, ο βολβός αντλεί από το αγγειακό σύστημα του τριχωτού της κεφαλής όλα τα στοιχεία που είναι απαραίτητα για τον πολλαπλασιασμό των βλαστικών κυττάρων και για τη

ΘΡΕΨΗ ΚΑΙ ΑΝΑΔΟΜΗΣΗ ΓΙΑ ΤΑ ΞΗΡΑ ΚΑΙ ΕΥΘΡΑΥΣΤΑ ΜΑΛΛΙΑ

Η εξαιρετική επανορθωτική δύναμη
της χουρμαδιάς της ερήμου

ΚΑΤΟΧΥΡΩΜΕΝΗ ΕΥΡΕΣΙΤΕΧΝΙΑ

ΑΠΟΔΕΔΕΙΓΜΕΝΗ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ*

Θρέψη των μαλλιών: 89%

Γέμισμα της τρίχας: 96%

Απαλότητα: 93%

Ευκολία στο χτένισμα: 93%

www.klorane.gr

www.facebook.com/klorane.gr

Η χουρμαδιά της ερήμου, είναι ένα θαυμαστό δέντρο που περνάει όλη της τη ζωή αντιστεκόμενη στις δύσκολες συνθήκες του περιβάλλοντός της. Αν και φύεται στο πλέον άγονο περιβάλλον, παράγει εξαιρετικά πλούσιους καρπούς. Από αυτούς τους καρπούς, τα Εργαστήρια Klorane απέκτησαν με τη μοναδική Διαδικασία Καθαρής Εκκύλισης (Botanical Expertise®) που σέβεται το περιβάλλον οικοσύστημα, ένα καθαρό εκκύλισμα πολύ πλούσιο σε απαραίτητα λιπαρά οξέα, κεραμίδια καθώς επίσης αμινοξέα και πολυσακχαρίδια. Τα συστατικά αυτά είναι «βιομιμητικά» και δρουν συνεργικά για να ανταποκριθούν στις πιο μεγάλες απαιτήσεις των ξηρών κατεστραμμένων και εύθραυστων μαλλιών για να τους προσφέρουν ΘΡΕΨΗ, ΑΝΘΕΚΤΙΚΟΤΗΤΑ και ΠΡΟΣΤΑΣΙΑ. Επιπλέον το εκκύλισμα με χουρμά της ερήμου συνδυάζεται με ένα υδρόλυμα από πρωτεΐνες σιταριού, μια αληθινή φυτική κερατίνη που δρα βιομιμητικά με την κερατίνη της τρίχας για να ενισχύσει τη σταθερότητά της.

Αποτέλεσμα: Η ολοκληρωμένη σειρά με χουρμά της ερήμου επανορθώνει την ακεραιότητα του στελέχους της τρίχας και την ελαστικότητα των μαλλιών, χαρίζοντάς τους μεταξένια όψη και περισσότερη ανθεκτικότητα προστατεύοντάς τα από τις καθημερινές επιθέσεις.



* Αποτελέσματα της χρήσης του συνδυασμού και των τριών προϊόντων της σειράς Σαμπάν + Κρέμα ημέρας + Μάσκα που πραγματοποιήθηκε σε 60 γυναίκες με ξηρά μαλλιά για 21 ημέρες.

ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΑ

KLORANE

ΜΕ ΤΗ ΔΥΝΑΜΗ ΤΗΣ ΦΥΣΗΣ

σύνθεση των διαφορετικών συστατικών της τρίχας, ιδίως της κερατίνης και της μελανίνης.

Αν η κερατίνη είναι καλής ποιότητας, η τρίχα είναι γερή και τα μαλλιά είναι όμορφα και έχουν ζωντάνια. Αντίθετα, αν ο βολβός δεν διαθέτει ορισμένα στοιχεία ζωτικής σημασίας για την καλή κατάσταση της κερατίνης, αυτή δεν μπορεί πλέον να παίξει το ρόλο της και η τρίχα χάνει τις ιδιότητες και τη δύναμή της.

Πολλοί ενδογενείς ή εξωγενείς επιθετικοί παράγοντες μπορούν να αποτελέσουν την αιτία αυτής της διαταραχής. Έτσι, όλοι οι τύποι μαλλιών μπορούν να βρεθούν χωρίς ζωντάνια σε κάποια περίοδο του χρόνου, είτε είναι ξηρά είτε λιπαρά, είτε έχουν τάση για πιτυρίδα είτε όχι.

Γενικά, αυτό συμβαίνει συνήθως:

- μετά από καλοκαιρινές διακοπές
- μετά από μια περίοδο κόπωσης ή στρες ή μετά από μια εγκυμοσύνη, ασθένεια, χειρουργική επέμβαση κλπ.
- εξαιτίας επιθετικής παρέμβασης: βαφή, αποχρωματισμός, περμανάντ κλπ.

Διάγνωση της κατάστασης των μαλλιών

Οπτική εξέταση

Τα μαλλιά είναι θαμπά και βαριά.

Εξέταση δια της αφής

Τα μαλλιά είναι πιο εύθραυστα από ό,τι συνήθως, σπάνε, είναι άτονα και χτενίζονται δύσκολα. Μερικές φορές μπορεί ακόμη και να παρατηρηθεί περισσότερη τριχόπτωση από τη φυσιολογική. Οι προϋπάρχουσες διαταραχές επιδεινώνονται και έτσι παρατηρείται περισσότερη σημηματόρροια, αν τα μαλλιά είναι λιπαρά, περισσότερη πιτυρίδα, αν το τριχωτό της κεφαλής έχει τάση για πιτυρίδα, ή αντίθετα αυξημένη ξηρότητα και μεγαλύτερη απώλεια της ελαστικότητας του τριχωτού της κεφαλής, αν το τριχωτό είναι από τη φύση του ξηρό.

Διάλογος

Οι ερωτήσεις που πρέπει να θέσετε

- Πώς σας φαίνονται τα μαλλιά σας αυτόν τον καιρό;
- Είναι πιο εύθραυστα από ό,τι πριν;
- Όταν τα χτενίζετε, το χτένισμα διατηρείται;
- Έχετε μεγαλύτερη τριχόπτωση από ό,τι συνήθως;
- Είχατε υπερβολικό στρες ή υπερκόπωση τον τελευταίο καιρό;
- Υποβλήθηκατε σε χειρουργική επέμβαση;

Υγιεινή των μαλλιών

Οι στόχοι

- Απαλός καθαρισμός του τριχωτού της κεφαλής και των μαλλιών, ώστε να αποκτήσουν και πάλι τη φυσιολογική τους ισορροπία.
- Ενίσχυση της τρίχας.
- Διέγερση της τοπικής μικροκυκλοφορίας, ώστε να εξασφαλιστεί η βέλτιστη οξυγόνωση και θρέψη του βολβού της τρίχας.
- Μαλλιά που ξεμπερδεύονται και χτενίζονται πιο εύκολα.
- Επαναφορά του όγκου στα μαλλιά.
- Καλύτερο κράτημα στο χτένισμα.

Η συμβουλή σας

Συστήστε στον πελάτη να λούζεται με απαλό σαμπουάν που να περιέχει **τονωτικές ουσίες**, μία ή δύο φορές την εβδομάδα. Στη δεύτερη εφαρμογή, να αφήνει το σαμπουάν να δράσει για 3-5 λεπτά. Να ξεπλένει με άφθονο νερό.

Φροντίδα των μαλλιών

Οι στόχοι

Πέραν του καθαρισμού, είναι οι ίδιοι με εκείνους των προϊόντων υγιεινής.

Η συμβουλή σας

- Πριν από το λούσιμο να απλώνεται σε χωρίστρες ένα **αναζωογονητικό προϊόν φροντίδας** στο τριχωτό της κεφαλής, ώστε να ενισχυθούν οι ρίζες των μαλλιών. Να αφήνεται όση ώρα χρειάζεται ώστε να απορροφηθεί καλά.
- Μετά το λούσιμο να χρησιμοποιείται ένα **ενισχυτικό και τονωτικό προϊόν φροντίδας**, το οποίο θα δώσει λάμψη και γυαλάδα στα μαλλιά.

Συμπληρωματικές συμβουλές

Συστήστε στον πελάτη να κάνει θεραπεία από το στόμα με ένα προϊόν που να περιέχει θειούχα αμινοξέα (κυστεΐνη, κυστίνη, μεθειονίνη), βασικά λιπαρά οξέα, ιχνοστοιχεία (Ca, Cu, Se, Si, Zn), βιταμίνες (B1, B2, B5, B6, B9, C, E, H, PP), όπως: αλφάλφα, κάρδαμο, ζελατίνη, έλαιο βουγγλώσσου, σπόρων σιταριού, φουντουκιού, ξηρών καρπών, νυχτολούλουδου, σόγιας κ.ά., μαγιά μύρας, τσουκνίδα κ.ά.

Κύριες δραστικές ουσίες

- **Ενισχυτικές, αναδομητικές:** αμινοξέα, πρωτεΐνες σιταριού, κερατίνη, ιχνοστοιχεία (Ca, K, P, S, Si κλπ.), τσουκνίδα, εκουϊζέτο, βιταμίνες B5, B6 κλπ.
- **Διεγερτικές της μικροκυκλοφορίας:** φλαβονοειδή, προανθοκυανιδόλες, κιχόννη, viburnum prunifolium, βιταμίνη PP κλπ.

Να αποφεύγεται:

- κάθε επιθετικός παράγοντας που μπορεί να επιδεινώσει την προσωρινή ευθραυστότητα των μαλλιών. ●

Pharma Academy | 2012

Johnson & Johnson
CONSUMER AE

Εξειδικευμένο πρόγραμμα επιστημονικής και επιχειρηματικής κατάρτισης

Η γνώση οδηγεί το φαρμακοποιό στη νέα εποχή

Στο σημερινό περιβάλλον, κερδισμένοι είναι ο **φαρμακοποιός** που θα αναδειχθεί **σύμβουλος υγείας** και **καταρτισμένος επιχειρηματίας**.

Η **Johnson & Johnson** συνεχίζει να βρίσκεται στο πλευρό του φαρμακοποιού με το **Pharma Academy**. Μετά την επιτυχημένη ολοκλήρωση των 2 πρώτων κύκλων σεμιναρίων του 2012, το **Pharma Academy** συνεχίζει το Φθινόπωρο του 2012 με τον 3ο εκπαιδευτικό κύκλο.

Σεμινάρια

Θεσσαλονίκη | Σάββατο 3 Νοεμβρίου

Αθήνα | Σάββατο 10 Νοεμβρίου

3ος κύκλος σεμιναρίων

Τριχόπτωση

Οι θεραπείες που ανεβάζουν την αυτοπεποίθηση των πελάτων σας

Βρεφική περιποίηση

Ξεκλειδώνοντας την ευκαιρία της Βρεφικής Περιποίησης στο φαρμακείο με Φυσικά Ενεργά Συστατικά

Αναζητικά το πρόγραμμα στο www.pharma-academy.gr
Για περισσότερες πληροφορίες καλέστε στο **800-500-1555**
(γραμμή χωρίς χρέωση).

Η γνώση οδηγεί στην ανάπτυξη

Johnson & Johnson
CONSUMER AE





λίνα δερδελή

Περιποίηση του δέρματος Το ραντεβού του φθινοπώρου

Κάθε εποχή του χρόνου βλέπουμε ότι οι ανάγκες της επιδερμίδας των πελατών μας αλλάζουν. Ιδιαίτερα το φθινόπωρο, που για τους περισσότερους οι διακοπές έχουν τελειώσει και πλέον έχει αρχίσει να τους απασχολεί η φωτογήρανση, η αφυδάτωση και οι «τύψεις» για τον ελλιπή καθαρισμό και τη γενικότερη παραμέληση του δέρματός τους το καλοκαίρι. Τώρα, λοιπόν, είναι η καλύτερη περίοδος να φροντίσουν τον εαυτό τους, κάνοντας μερικά απλά και εύκολα βήματα. Σ' αυτό όμως θα χρειαστούν και την βοήθεια του ειδικού, δηλαδή τη δική σας.

“ Τι μπορώ να κάνω τώρα όταν όλο το καλοκαίρι το δέρμα μου δεν ενυδατωνόταν επαρκώς; ”

Το πιο γρήγορο και πρακτικό που μπορούμε να προτείνουμε είναι ένας ενυδατικός ορός, τον οποίο η πελάτισσα θα χρησιμοποιεί καθημερινά μαζί με την κρέμα της, πρωί και βράδυ. Σημαντικό είναι, αν διαπιστώσουμε ότι οι ανάγκες της επιδερμίδας της πελάτισσάς μας είναι αυξημένες (δέρμα αρκετά αφυδατωμένο, με αίσθηση τραβήγματος) να προτιμήσουμε έναν ενισχυμένο ορό υαλουρονικού οξέως, ο οποίος θα βοηθήσει στην καλύτερη διαχείριση του ενδοκυττάριου υγρού και στη συγκράτηση περισσότερου κολλαγόνου. Έτσι, αυξάνουμε την επουλωτική και αναπλαστική του ικανότητα. Φροντίζουμε βέβαια πάντα να υπενθυμίσουμε ότι αυτό από μόνο του δεν αρκεί...

“ Τι παραπάνω μπορώ να κάνω για μια πλήρη φροντίδα μετά το καλοκαίρι; ”

Το βασικότερο είναι να τροφοδοτήσουμε την πελάτισσά μας με ένα

πλήρες ντεμακιγιάζ, καθώς και μια μίνι ενυδατική θεραπεία που μπορεί να εφαρμόσει μόνη της στο σπίτι, κυρίως με διάφορες μάσκες. Να βεβαιώσουμε επίσης ότι η πελάτισσα γνωρίζει τον σωστό τρόπο χρήσης των προϊόντων, ακόμη κι αν γίνουμε λίγο κουραστικοί με την επανάληψη. Σίγουρα μια επεξήγηση των βημάτων θα βοηθήσει στην εμπέδωση, π.χ. ότι αν χρησιμοποιήσουμε κάποιο peeling σε μη καθαρό δέρμα υπάρχει κίνδυνος μόλυνσης, ότι ένα ενζυμικό ή λεπτόκοκκο peeling αφαιρεί τα νεκρά κύτταρα, βοηθώντας έτσι στην απορρόφηση του ορού και της κρέμας εν τω βάθει.

“ Ποια κρέμα να χρησιμοποιήσω τώρα; Ενυδατική ή αντιρυτιδική; ”

Μια από τις πιο συχνές ερωτήσεις! Παρόλο που, όπως αναφέραμε παραπάνω, οι ανάγκες της επιδερμίδας έχουν αλλάξει, αυτό δεν σημαίνει ότι αντικαθιστούμε την αντιρυτιδική με ενυδατική κρέμα, κυρίως στις ώριμες επιδερμίδες. Μπορούμε απλά να ενισχύσουμε την ενυδάτωση της αντιρυτιδικής κρέμας με έναν ενυδατικό ορό που εφαρμόζεται, όπως γνωρίζουμε, πριν την κρέμα και δεν «βαραίνει» καθόλου.

“ Τι να κάνω με τις πανάδες που εμφανίστηκαν; ”

Δυστυχώς οι πανάδες και οι δυσχρωμίες είναι από τις πιο δύσκολες περιπτώσεις. Μπορούμε να προτείνουμε κάποιο λάδι ή ορό με οξέα φρούτων ή βιταμίνη C, τονίζοντας ότι ποτέ δεν τα χρησιμοποιούμε στη διάρκεια της μέρας, καθώς μπορεί να φέρουν αντίθετα αποτελέσματα. Τα εφαρμόζουμε τη νύχτα και κατά τη διάρκεια της ημέρας χρησιμοποιούμε οπωσδήποτε αντηλιακή κρέμα, είτε είναι χειμώνας είτε καλοκαίρι. Τις ίδιες συμβουλές μπορούμε να δώσουμε και σε περιπτώσεις πανάδων που έχουν προκληθεί από εγκυμοσύνη, εμμηνόπαυση, ξανθυντικές κρέμες ή ακόμα και από laser. ●



Οι κηλίδες απασχολούν 2 στις 3 γυναίκες*.

Η εμφάνιση κηλίδων στην επιδερμίδα δεν οφείλεται μόνο στην ηλικία. Ο ήλιος, οι ορμόνες, το στρες προκαλούν την εμφάνιση κηλίδων σε γυναίκες κάθε ηλικίας.

Τα Εργαστήρια Vichy προσδιόρισαν τους διαφορετικούς τύπους κηλίδων & δημιούργησαν μία καινοτόμο φροντίδα για όλες τις κηλίδες.

ΙΔÉΑΛΙΑ PRO

ΕΝΤΑΤΙΚΗ ΔΙΟΡΘΩΤΙΚΗ ΦΡΟΝΤΙΔΑ
ΕΝΑΝΤΙΑ ΣΕ ΟΛΟΥΣ ΤΟΥΣ ΤΥΠΟΥΣ ΚΗΛΙΔΩΝ

5 τύποι κηλίδων με βάση το σχήμα, το χρώμα και την περιοχή του προσώπου που συνήθως εντοπίζονται



Ανακάλυψη που παρουσιάστηκε στο Παγκόσμιο Συνέδριο Δερματολογίας.

11 χρόνια έρευνας κυρίως στην Ασία, όπου οι κηλίδες αποτελούν πραγματική εμμονή για τις γυναίκες, οδήγησαν σε μία μοναδική γνώση: **ΟΙ ΚΗΛΙΔΕΣ ΔΗΜΙΟΥΡΓΟΥΝΤΑΙ ΒΑΘΙΑ ΜΕΣΑ ΣΤΟ ΔΕΡΜΑ.**

Γι' αυτό η Vichy συνδύασε τα πιο ισχυρά δραστικά συστατικά στο 1^ο σύμπλοκο που δρα βαθιά στο δέρμα για να καταπολεμήσει τις κηλίδες.



Nathalie Broussard
Διδάκτωρ
Φαρμακευτικής
Διευθύντρια
διεθνούς
επιστημονικής
επικοινωνίας Vichy

ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑ DRM BRIGHT™ (EPERULINE, PROCYSTÉINE, BITAMINE Cg) + LHA

Για 1^η φορά σε μια φροντίδα ενσωματώνεται η Τεχνολογία DRM Bright™ + LHA (το DRM είναι η σύντηξη της λέξης "derm") για να καταπολεμήσει τις κηλίδες στην πηγή της δημιουργίας τους και να εμποδίσει την εμφάνισή τους, χωρίς να διαταράξει τη λειτουργία των μελανοκυττάρων. 11 ευρεσιτεχνίες.

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΙΚΟΤΗΤΑ ΚΛΙΝΙΚΑ ΑΠΟΔΕΔΕΙΓΜΕΝΗ

Σε 7 ημέρες ομοιόμορφη και λαμπερή επιδερμίδα**.

Σε 2 μήνες:

- μείωση 17% στο μέγεθος των κηλίδων
- μείωση της έντασης των κηλίδων έως 2 τόνους

Ανακαλύψτε τη νέα φροντίδα ΙΔÉΑΛΙΑ PRO στο www.vichyacademy.gr



VICHY
LABORATOIRES

*Δοκιμή καταναλωτών, 132 γυναίκες 40-50 ετών, καταναλώτριες φαρμακευτικών ή παραφαρμακευτικών προϊόντων κατά της γήρανσης και των κηλίδων.
**Προσωπικές αξιολογήσεις κάτω από δερματολογικό έλεγχο, 40 γυναίκες.

Βογιατζόγλου Systems A.E.

Σε όλα τα σημαντικά σημεία

1

Φαρμακείο
N. Χαριτόπουλου
στη Σταμάτα



Η Βογιατζόγλου Systems A.E.

ανέλαβε με επιτυχία
την υλοποίηση τριών νέων
φαρμακείων: του
N. Χαριτόπουλου στη Σταμάτα,
της Θ. Τσίτσου στην Κηφισιά
και του Σ. Αμπατζόγλου
στο Κολωνάκι.

Αναλαμβάνοντας τη μελέτη,
το σχεδιασμό, την επίπλωση και
την κατασκευή, κατάφερε να
παραδώσει τρία ολοκληρωμένα
φαρμακεία που πραγματικά
εντυπωσιάζουν, σχεδιασμένα
με γνώμονα τις απαιτήσεις
και τις ανάγκες του
κάθε φαρμακοποιού.



2

Φαρμακείο
Θ. Τσίτσου
στην Κηφισιά



Είναι η δεύτερη φορά που η οικογένεια Αμπατζόγλου εμπιστεύεται τη **Βογιατζόγλου Systems A.E.** Μετά την επιτυχημένη τους συνεργασία το 2007 στο φαρμακείο στη συμβολή των οδών Αιόλου & Μητροπόλεως, στο κέντρο της Αθήνας, η εταιρεία ανέλαβε τη διαμόρφωση του δεύτερου φαρμακείου του Σ. Αμπατζόγλου, στο Κολωνάκι.

Ο πρωτοποριακός σχεδιασμός της **Βογιατζόγλου Systems A.E.** δημιούργησε ένα λειτουργικό περιβάλλον, που δίνει παράλληλα στον επαγγελματικό χώρο μια αίσθηση «φρεσκάδας» και ανανέωσης. Η διαδικασία αποπεράτωσης του έργου υπήρξε πρόκληση για τους ανθρώπους της εταιρείας, λόγω του κεντρικού σημείου της θέσης του φαρμακείου αλλά και του περιορισμένου χρόνου παράδοσης.

Ιδιαίτερη προσοχή δόθηκε στον τομέα του φαρμάκου. Η σχεδιαστική ομάδα της **Βογιατζόγλου Systems A.E.** προνόησε για τη δυνατότητα διαχείρισης μεγάλου όγκου φαρμάκων, φροντίζοντας ώστε να καλυφθεί κατά το δυνατόν μικρότερη έκταση του ισογείου, διευκολύνοντας έτσι το φαρμακοποιό. Επιπλέον, έγινε μελέτη για την πλήρη εκμετάλλευση του χώρου σε επίπεδο προβολής των προϊόντων, ενώ στο υπόγειο του κτηρίου κατασκευάστηκε σύγχρονο εργαστήριο.

Με την αρχιτεκτονική μελέτη αντιμετωπίστηκαν αποτελεσματικά τα κατασκευαστικά ζητήματα, ενώ με τη μελέτη φωτισμού αναδείχτηκε η ποιότητα του χώρου και των προϊόντων. Η **Βογιατζόγλου Systems A.E.** εκμεταλλεύτηκε αποτελεσματικά σωστά το ύψος του φαρμακείου και, σε συνδυασμό με την κατάλληλη επίπλωση, δημιούργησε ένα χώρο φιλικό προς τον πελάτη αλλά και ιδανικό για την καθημερινότητα του φαρμακοποιού. ●

3

**Φαρμακείο
Σ. Αμπατζόγλου
στο Κολωνάκι**





Μαρίνα Μαυρομάτη Μαγειρική στο... εργαστήριο!

Τη γνωρίσαμε μέσα από το μπλογκ της Il laboratorio di mm_skg, όπου μοιράζεται τα τελευταία χρόνια τις συνταγές της μαγειρικής της τέχνης, στην ελληνική και την ιταλική γλώσσα, με το ψευδώνυμο mm_skg: M.M. είναι τα αρχικά του ονόματός της, ενώ το SKG είναι ο διεθνής κωδικός του αεροδρομίου της Θεσσαλονίκης, κληροδότημα από την εποχή των πολύ συχνών επισκέψεών της στην αγαπημένη της Ιταλία, τη χώρα που –αν και δεν σπούδασε εκεί, όπως ίσως θα περίμενε κανείς– την έχει σημαδέψει με τη γλώσσα και τον πολιτισμό της. Όπως μας είπε η Θεσσαλονικιά συνάδελφος Μαρίνα Μαυρομάτη, στη φαρμακευτική του Αριστοτελείου Πανεπιστημίου την οδήγησε η αγάπη της για τη χημεία και το εργαστήριο. Ολόκληρη όμως η ζωή της είναι, σύμφωνα με την ίδια, συνδυασμένη με την έννοια του εργαστηρίου (laboratorio στα ιταλικά). Ξεκινώντας από την κουζίνα, που θα μπορούσαμε να παρομοιάσουμε με εργαστήριο, περνώντας από τα εργαστηριακά μαθήματα της Φαρμακευτικής και καταλήγοντας στο εργαστήριο του φαρμακείου...

Τι σημαίνει η μαγειρική για σένα;

Στην κουζίνα μπήκα από πολύ μικρή. Η γιαγιά Ανδρομάχη, σαν γνησία Πολίτισσα, είχε μια ιδιαίτερη κουλούρα γύρω από το φαγητό· εκτός από το ότι μαγειρεύει υπέροχα, αντιμετώπιζε το φαγητό όχι μόνο ως ανάγκη, αλλά και ως απόλαυση. Από πολύ μικρά, μαζί με τον αδελφό μου, παίζαμε τους βοηθούς της γιαγιάς στην κουζίνα, και η μεγάλη αγάπη μας ήταν φυσικά τα γλυκά. Όταν ήμουν γύρω στα 12 με είχε πιάσει μια μανία με τη ζαχαροπλαστική, είχα περάσει μάλιστα ένα ολόκληρο καλοκαίρι φτιάχνοντας τούρτες και πάστες, ενώ η μαμά μου με κυνηγούσε για να βγω επιτέλους από την κουζίνα... Ακόμη και όταν αργότερα έμενα μόνη μου, πάντα φρόντιζα να μαγειρεύω κάτι στο σπίτι, ακόμη και κάτι εντελώς απλό και της ώρας. Βέβαια, όταν απέκτησα οικογένεια, το να ετοιμάζω φρέσκο φαγητό για όλους και κάθε μέρα, το θεωρούσα αυτονόητο, ακόμη και αν έπρεπε να ξενυχτώ για να προλάβω, κάτι βέβαια που το κάνουν και πολλές συναδέλφισσες... Η σχέση μου με την μαγειρική αναθερμάνθηκε και πήρε μια διαφορετική τροπή περίπου 4 χρόνια πριν, όταν έχοντας πρόσφατη μια επίσκεψη στη Ιταλία, άρχισα να ψάχνω για αυθεντικές ιταλικές συνταγές τις οποίες θα μπορούσα να παρασκευάσω στη δική μου κουζίνα.

Η σχέση σου όμως με την Ιταλία δεν σταματά εκεί...

Η σχέση μου με την ιταλική γλώσσα και την ιταλική κουλούρα γενικότερα, πρόεκυψε, όπως προκύπτουν όλοι οι μεγάλοι έρωτες: εντελώς απρόσμενα! Γύρω στο 1990, με αφορμή τη μετάδοση από την κρατική



Μερικές από τις δημιουργίες της συναδέλφου mm_skg

τηλεόραση, της όπερας του Μπιζέ, Κάρμεν, ανακαλύπτω ξαφνικά το μαγικό κόσμο του λυρικού τραγουδιού. Ανακαλύπτοντας σιγά-σιγά τη λυρική μουσική, μαγεύομαι από τις ιταλικές όπερες και κυρίως αυτές του Βέρντι. Κάποια στιγμή σκέφτηκα ότι «πάρα πολύ ωραία τραγουδάνε, αλλά τι λένε;» και αποφάσισα να προσπαθήσω να μάθω ιταλικά για να έχω μια ιδέα για την υπόθεση του έργου, αλλά κυρίως για το πώς ακουλούσσε η μουσική το λιμπρέτο -ας μην ξεχνάμε ότι η μουσική σε μια όπερα παίζει συνοδευτικό και αφηγηματικό ρόλο. Έτσι, προμηθεύτηκα μια απλή μέθοδο εκμάθησης της ιταλικής και, με το λεξικό ανά χείρας, ξεκίνησα να μαθαίνω τα ιταλικά. Τα ιταλικά ήταν η τρίτη ξένη γλώσσα που επιχειρήσα να μάθω, μετά τα γαλλικά –τα οποία τα ξεκίνησα από πολύ μικρή, αφού και η μητέρα μου ήταν καθηγήτρια γαλλικών– και τα αγγλικά –στα οποία είμαι επίσης αυτοδίδακτη.

Με τα ιταλικά όμως η σχέση μου αποδείχτηκε καρμική και συνέχισα να εμπλουτίζω το λεξιλόγιό μου διαβάζοντας ό,τι ιταλικό έντυπο ή βιβλίο μπορούσα να βρω. Το αστείο ήταν ότι κάποιες φορές χρησιμοποιούσα τις αρχαϊζουσες εκφράσεις που είχα μάθει μέσα από τα λιμπρέτα από τις όπερες, καθώς πρόκειται για κείμενα του 1800. Το περίεργο είναι ότι είχα αποκτήσει και σωστή προφορά, σε μια γλώσσα που δεν είχα ποτέ διδαχτεί, γιατί συνέχιζα να ακούω ακατάπαυστα ιταλική όπερα. Στο εντωμεταξύ απέκτησα φίλους στην Ιταλία, μέσω αλληλογραφίας, με τους οποίους αρχίσαμε να ανταλλάσσουμε επισκέψεις. Για αρκετά χρόνια ταξίδευα πολύ συχνά στην Ιταλία και η επαφή μου με τη γλώσσα και την κουλτούρα ήταν συνεχής. Με το πέρα-

σμα των χρόνων και με τη δημιουργία της οικογένειας οι επισκέψεις στην Ιταλία δεν είναι πλέον τόσο συχνές, αλλά η επαφή με τους φίλους μου διατηρείται. Ακόμη και η ενασχόλησή μου με το διαδίκτυο έγινε από την ανάγκη να διατηρήσω επαφή με τους φίλους μου από το εξωτερικό.

Κάποια στιγμή όμως το αξιοποίησες και για τη δημιουργία του blog σου...

Το blog ξεκίνησε αυθόρμητα και χωρίς συγκεκριμένο σκοπό. Επικοινωνώντας μέσα από διάφορα forum μαγειρικής και από γκρουπ μαγειρικής στο facebook, και πάντα στα ιταλικά, κάποια στιγμή μου ζητήθηκε να παρουσιάσω κάποιες από τις δικές μου συνταγές. Αφού έγραψα κανα-δυο φορές, και έτυχα μάλιστα θερμής υποδοχής, σκέφτηκα ότι είναι καλύτερα να δημιουργήσω έναν δικό μου «τοίχο» όπου θα αναρτώ τις συνταγές μου, από το να τις γράφω στους... «τοίχους» των άλλων.

Οι αναρτήσεις του blog είναι γραμμένες στα ελληνικά και τα ιταλικά, και περιστασιακά στα αγγλικά. Μάλιστα ξεκίνησε με την αντίστροφη σειρά, δηλαδή βάζοντας τις αναρτήσεις πρώτα στα ιταλικά και μετά στα ελληνικά, αφού δημιουργήθηκε με αφορμή τις ανταλλαγές συνταγών με τους Ιταλούς φίλους μου. Βλέποντας όμως ότι τελικά είχε μεγαλύτερη απήχηση στο ελληνικό κοινό, η σειρά αντιστράφηκε.

Τι συνταγές ανεβάζεις;

Οι συνταγές που αναρτώ στο blog προέρχονται κυρίως από την παραδοσιακή ελληνική και ιταλική κουζίνα, αλλά και από την τουρκική. Βέβαια, καθώς μου αρέσουν



οι πειραματισμοί και σχεδόν ποτέ δεν ακολουθώ μια συνταγή κατά γράμμα, πολλές φορές προκύπτουν και διάφορες δικές μου παραλλαγές. Υπάρχουν επίσης και κάποιες συνταγές της γιαγιάς Ανδρομάχης, αν και δυστυχώς οι περισσότερες χάθηκαν, αφού δεν σκέφτηκε κανείς ποτέ να τις καταγράψει. Τέλος, υπάρχουν και κάποιες δικές μου συνταγές, που προκύπτουν από τους συνεχείς πειραματισμούς μου και από το συνδυασμό των γνώσεων που απέκτησα σε βασικές συνταγές μαγειρικής, με την περιέργεια για το πάντρεμα διαφορετικών υλικών και γεύσεων.

Ποια ήταν λοιπόν η πορεία του blog;

Στην αρχή, εκτός από τις συνταγές μαγειρικής, αναρτούσα επίσης φωτογραφίες αλλά και κάποια ενημερωτικά άρθρα για την άλλη μεγάλη μου αγάπη, τα φαρμακευτικά φυτά. Αφού πέρασε ο πρώτος χρόνος, και αφού διαπίστωνα ένα αυξανόμενο ενδιαφέρον από τους επισκέπτες, δημιουργήθηκε η ανάγκη να προβληθεί το blog, οπότε έπρεπε να του αποδώσω μια πιο ξεκάθαρη ταυτότητα. Έτσι, δημιούργησα ένα δεύτερο, πιο προσωπικό blog, το **m&m_skg**, όπου μετέφερα ότι δεν είχε σχέση με τη μαγειρική. Εκεί εκθέτω συστηματικά φωτογραφίες, ενημερωτικά άρθρα για φαρμακευτικά φυτά, κάποιες σύντομες αναρτήσεις σχετικά με την όπερα και το ιταλικό τραγούδι, είναι δηλαδή πιο κοντά σε ένα είδος ηλεκτρονικού ημερολογίου. Το **Il laboratorio di m&m_skg** παρέμεινε ένα είδος τετραδίου μαγειρικής, το οποίο όμως απέκτησε και την αποστολή να μεταδίδει πολιτιστικά στοιχεία: μετά από σχετική έρευνα στο διαδίκτυο ή σε διάφορα έντυπα, προσπαθώ να δώσω, με όσο το δυνατόν μεγαλύτερη ακρίβεια, διάφορες πληροφορίες σχετικά με την προέλευση κάποιας παραδοσιακής συνταγής, με έθιμα που σχετίζονται με ένα παρασκεύασμα, αλλά και στοιχεία για διάφορα υλικά που δεν είναι τόσο συνηθισμένα. Αυτή η προσπάθεια λειτουργεί

αμφίδρομα, δηλαδή παρέχει πληροφορίες για ελληνικές συνταγές και έθιμα στους ιταλόφωνους, αλλά και πληροφορίες για αντίστοιχα ιταλικά στους Έλληνες. Τέλος, προσπαθώ να μεταδώσω κάποιες γνώσεις που έχω γύρω από τη σωστή διατροφή, και που προέρχονται φυσικά από το επάγγελμά μου.

Γενικά η ανταπόκριση των αναγνωστών του blog έχει ξεπεράσει κατά πολύ τις αρχικές μου προσδοκίες. Ήδη υπάρχουν αρκετοί μόνιμοι αναγνώστες, οι οποίοι συνεχώς αυξάνονται. Με πολλούς μάλιστα από αυτούς έχου-
με ήδη αρχίσει να αναπτύσσουμε φιλικές σχέσεις.

Πόσο συχνά ανανεώνεις την ύλη σου;

Δεν υπάρχει κάποιο συγκεκριμένο πρόγραμμα ανανέωσης των αναρτήσεων του blog, καθώς κινείται σε ερασιτεχνικό επίπεδο. Το 2012 οι αναρτήσεις ανέρχονται σε 23 ανά μήνα μέχρι στιγμής, δηλαδή περίπου 5 αναρτήσεις την εβδομάδα. Καθώς είμαι μάχιμη φαρμακοποιός και η παρουσία μου στο φαρμακείο είναι συνεχής και αδιάλειπτη, η εύρεση ελεύθερου χρόνου, τόσο για την πραγματοποίηση των συνταγών, για τη φωτογράφιση, αλλά και για την συγγραφή των αναρτήσεων, είναι ένα πρόβλημα... Τις περισσότερες συνταγές τις παρασκευάζω κατά τη διάρκεια του Σαββατοκύριακου. Η συγγραφική δουλειά γίνεται όποτε βρω ελεύθερο χρόνο, και πολλές φορές έχω ξημερώσει γράφοντας αναρτήσεις. Συνήθως υπάρχει στην άκρη μια σειρά από συνταγές που για διάφορους λόγους δεν πρόλαβα να ετοιμάσω για δημοσίευση, οπότε υπάρχει πάντα διαθέσιμο υλικό για επεξεργασία.

Τελικά τι αισθάνεσαι ότι κερδίζεις;

Σίγουρα το όφελος δεν είναι οικονομικό. Το κέρδος που αποκομίζω από τις διαφημίσεις που υπάρχουν στο blog μου είναι μηδαμινό. Έτσι κι αλλιώς, όλο αυτό έγινε από μια προσωπική ανάγκη αναζήτησης και εκτόνωσης. Πρώτα απ' όλα βρήκα στη μαγειρική μια δημιουργική διέξοδο από το υπερβολικό άγχος αυτής της δύσκολης εποχής που διανύουμε. Νομίζω ότι δεν είναι τυχαίο ότι το blog δημιουργήθηκε κατά τις απεργίες και κινητοποιήσεις του περσινού Ιανουαρίου, όταν αρχίσαμε να συνειδητοποιούμε πόσο έμελλε να αλλάξει η ζωή μας. Η ενασχόλησή μου με κάτι εντελώς διαφορετικό από τη δουλειά μου, αλλά και με κάτι σίγουρα πιο ευχάριστο και εντελώς ξένο από τα προβλήματα που αντιμετωπίζουμε τόσο ως άτομα αλλά και γενικά, ως χώρα, με ηρεμεί και με αναζωογονεί.

Γενικά κατά καιρούς μου αρέσει να εμβαθύνω και να αποκτώ γνώσεις γύρω από διάφορα θέματα που μου τραβούν την προσοχή. Η απόκτηση γνώσεων γύρω από τεχνικές και υλικά στη μαγειρική, και ακόμη πιο πολύ στη ζαχαροπλαστική, έχει βελτιώσει φυσικά κατά πολύ τον τρόπο που μαγειρεύω. Εξάλλου η ευτυχία είναι κρυμμένη σε άπλα πράγματα και μια κουβέντα επιβράβευσης και ικανοποίησης από τους ανθρώπους που αγαπάς, είναι καλύτερη και από το ακριβότερο δώρο. ●



ακόμα μεγαλύτερη

Ακρίβεια

GR-CXTPWDAD-0512

Νέος εύκολος στη χρήση μετρητής γλυκόζης αίματος CONTOUR™ XT και νέες ταινίες μέτρησης CONTOUR™ NEXT της Bayer.

Εξαιρετική ακρίβεια για αποτελέσματα που μπορείτε να εμπιστευέστε.

Μοναδική τεχνολογία πολλαπλού - παλμού που μετράει το δείγμα 7 φορές

Τεχνολογία No Coding™ που εξαλείφει σφάλματα από λάθος κωδικοποίηση

Μετρήσεις που δεν επηρεάζονται από πολλές κοινές ουσίες παρεμβολής

Τεχνολογία Sip-in Sampling® που βοηθάει στη σωστή μέτρηση με την πρώτη φορά



Επισκεφθείτε μας στη διεύθυνση bayerdiabetes.gr ή καλέστε μας στο **801 11 40 200** (χωρίς χρέωση).



**Contour
next**
Ταινίες Μέτρησης Γλυκόζης Αίματος



**Contour
XT**
Σύστημα Γενετικού Κώδικα
Γλυκόζης Αίματος

ΕργοΔομή **Τεχνική Κατασκευαστική** Γρήγορα, οικονομικά, με άποψη

Δεν είναι λίγο να ξεκινάς τη δημιουργία ενός φαρμακείου από το μηδέν και σε τρεις εβδομάδες να ολοκληρώνεις την κατασκευή, δημιουργώντας ένα σύγχρονο, λειτουργικό και αισθητικά μοναδικό επαγγελματικό χώρο, διατηρώντας παράλληλα το κόστος χαμηλά. Η ΕργοΔομή θέλει να μπορεί να υποσχεθεί στους φαρμακοποιούς ότι το φαρμακείο των ονείρων τους δεν είναι κάτι το απλησίαστο.



Η ΕργοΔομή, στοχεύοντας στη μοναδικότητα, μελετάει τον εκάστοτε χώρο και αποδίδει σε κάθε πελάτη την ιδανική λύση για το φαρμακείο του.

Οι έννοιες της εμπορικής αρχιτεκτονικής, του μάρκετινγκ και της σύγχρονης λειτουργίας ενός φαρμακείου αποτελούν τους πυλώνες της νοοτροπίας και της ποιότητας της δουλειάς της εταιρείας.

Η απουσία τυποποίησης, τα έπιπλα με προσωπικότητα και η προσαρμογή στα δεδομένα του φαρμακοποιού υπόσχονται ένα άρτιο, οικονομικό και μοναδικό αποτέλεσμα. ●



νέα προϊόντα



IMMIFLEX®

από την ΠΑΝ.ΣΥ.ΦΑ. Α.Ε.

Το Immiflex® αποτελεί ένα νέο συμπλήρωμα διατροφής σε μορφή κάψουλας, το οποίο στοχεύει στην τόνωση και ενίσχυση της φυσικής άμυνας του οργανισμού.

Περιέχει 1.3/1.6 β-γλυκάνη (Wellmune WGP), ένα φυσικό πολυσακχαρίτη, ο οποίος έχει την ιδιότητα να τονώνει το ανοσοποιητικό σύστημα, την πρώτη γραμμή άμυνας του οργανισμού, και να προάγει την καλή λειτουργία του. Είναι ιδανικό για όσους θέλουν να βοηθηθούν σε περιόδους έντονου στρες, όσους κάνουν έντονη σωματική άσκηση, καθώς και για άτομα των οποίων το ανοσοποιητικό σύστημα καταπονείται ιδιαίτερα στην καθημερινή τους ζωή.

Την Τετάρτη 5 Σεπτεμβρίου πραγματοποιήθηκε η παρουσίαση του προϊόντος, στην οποία συμμετείχαν μέλη Δ.Σ. συνεταιρισμών φαρμακοποιών από όλη την Ελλάδα, γενικοί διευθυντές, διευθυντές πωλήσεων, στελέχη των τμημάτων πωλήσεων, εκπρόσωποι του κλαδικού τύπου, καθώς και ο πρόεδρος και στελέχη της Ομοσπονδίας Συνεταιρισμών Φαρμακοποιών Ελλάδας.

Η διοργάνωση και διεξαγωγή της εκδήλωσης πραγματοποιήθηκε από την εταιρεία ΠΑΝ.ΣΥ.ΦΑ. Α.Ε., η οποία και ανέλαβε την αποκλειστική εισαγωγή και διάθεση του προϊόντος στην Ελλάδα.



Από την εκδήλωση παρουσίασης του Immiflex®



Από τα αριστερά προς τα δεξιά: Samo Borko, διευθύνων σύμβουλος της SB Biotech, Allen Porter, αντιπρόεδρος διεθνών πωλήσεων της BIOTHERA Inc., Δημήτριος Τριανταφυλλίδης, πρόεδρος της ΠΑΝ.ΣΥ.ΦΑ., Bengt Hansson, διευθύνων σύμβουλος της AB Immitec Nutrition, Dr. Paul Clayton, επισκέπτης καθηγητής Φαρμακοδιατροφικής στο Πανεπιστήμιο του Πεκί, Παναγιώτης Καραγιάννης, γενικός διευθυντής της ΠΑΝ.ΣΥ.ΦΑ.

ΕΜΠΟΡΙΑ - ΔΙΑΝΟΜΗ:



www.pansyfa.gr

1 CONTOUR™ XT & CONTOUR™ NEXT | BAYER HELLAS

Ο Τομέας Διαβήτη της Bayer Hellas, παρουσιάζει το νέο μετρητή σακχάρου αίματος Contour™ XT και τις νέες ταινίες μέτρησης Contour™ Next. Ο Contour™ XT είναι εξοπλισμένος με την καινοτόμο τεχνολογία πολλαπλού παλμού που αξιολογεί το δείγμα αίματος 7 φορές προσφέροντας έτσι εξαιρετικά ακριβή αποτελέσματα. Το νέο μετρητή συνοδεύουν οι νέες ταινίες μέτρησης Contour™ Next παρέχουν ακόμη μεγαλύτερη εξειδίκευση στη συλλογή ηλεκτρονίων γλυκόζης από το ένζυμο και ακόμη μεγαλύτερη σταθερότητα κάτω από ένα ευρύ φάσμα συνθηκών συντήρησης, φύλαξης και μεταφοράς. Με τη νέα γενιά του συστήματος αυτομέτρησης της Bayer, τα άτομα με διαβήτη μπορούν να κατανοήσουν ακόμα καλύτερα τη διαχείριση του διαβήτη τους και να πετύχουν απλές νίκες καθημερινά.



1
διαγνωστικά

2 EVOLUTION & PERFECTA | της Master-Aid | HEALTH-PLUS S.A.

Η Health Plus παρουσιάζει τα αυτόματα ψηφιακά πιεσόμετρα μπράτσου Evolution και Perfecta. Έχουν ενδείξεις συστολικής και διαστολικής πίεσης και σφυγμού, όπως και αρρυθμιών, ενώ δίνεται η δυνατότητα εξαγωγής του μέσου όρου των 3 τελευταίων μετρήσεων. Το Evolution έχει δυνατότητα αποθήκευσης 180 σετ μετρήσεων για δύο χρήστες (2x90), LCD οθόνη με μεγάλα γράμματα (82x60mm), αλλά και ένδειξη WHO (σύστημα ταξινόμησης της πίεσης του αίματος σύμφωνα με την Παγκόσμια Οργάνωση Υγείας), με χρωματική διαβάθμιση με πράσινο, κίτρινο και κόκκινο στην αριστερή μεριά της οθόνης. Το Perfecta έχει μνήμη για 60 σετ μετρήσεων.

**3 BRONCOLD SYRUP | της HealthAid | PHARMA CENTER S.A.**

Το φυσικό αντιβηχικό σιρόπι για τον βήχα, τον πονόλαιμο και την καταρροή Broncold Syrup περιέχει συνδυασμό φυτικών συστατικών ειδικά μελετημένων για άμεση και αποτελεσματική ανακούφιση. Η μέντα καταπολεμά τα συμπτώματα του κρυολογήματος, όπως τον ερεθισμένο λαιμό, τον πυρετό και τον πόνο των μυών, ο γλυκάνισος είναι παραδοσιακό θεραπευτικό για την αποσυμφόρηση της μύτης και καταπράυνση του βήχα και η κόκκινη πιπεριά ανακουφίζει από την καταρροή, τον πονόλαιμο, τον επίμονο βήχα και το κρυολόγημα. Κατάλληλο για όλους, από 6 ετών και άνω. Δεν προκαλεί υπνηλία.



3
συμπληρώματα διατροφής

4 V-VEIN | της HealthAid | PHARMA CENTER S.A.

Το V-Vein είναι μια αποτελεσματική φυτική σύνθεση της Health Aid, για την ανακούφιση των ποδιών από τα προβλήματα που προκαλεί η κακή κυκλοφορία του αίματος: πρήξιμο, αίσθημα βάρους, κόπωση, πόνο κλπ. Διατηρεί υγιές κυκλοφορικό σύστημα, προλαμβάνει το σχηματισμό κιρσών και ανακουφίζει τα πόδια από την πολύωρη ορθοστάση. Περιέχει το Ginkgo Biloba (αντιοξειδωτικό), Ginger (αντιφλεγμονώδες), Citrus bioflavonoid και Grape Seed (βιοφλαβονοειδή), Bilberry (εξουδετερώνει τις ελεύθερες ρίζες και τις τοξίνες και προωθεί την κυκλοφορία), Cayenne, Bromelain (με αντιπηκτική δράση), Vitamin C (βοηθά στην κυκλοφορία του αίματος, ελαττώνει τη συγκόλληση των αιμοπεταλίων). Διατίθεται σε συσκευασία 60 φυτοσμπλετών, στη Χ.Τ. των 13,04€ και τη Λ.Τ. των 19,90€.



4

5 ΑΝΔΡΙΚΗ ΣΕΙΡΑ | ΚΟΡΡΕΣ

Η ανδρική σειρά Κορρές επιστρέφει με νέες, ανανεωμένες συσκευασίες: δυναμικό σκούρο background, με κυρίαρχα τα λευκά και μαύρα fonts, και μεταλλικές ή καφέ αποχρώσεις. Όλες οι ανάγκες περιποίησης της ανδρικής επιδερμίδας και των μαλλιών καλύπτονται από φυσικές φόρμουλες με κλινικά αποδεδειγμένη δράση –άλλο ένα βήμα στη συνεχόμενη προσπάθεια της Κορρές να δημιουργεί φυσικές λύσεις με πρωτοποριακά, εξειδικευμένα δραστικά συστατικά υψηλής αποτελεσματικότητας. Η σειρά περιλαμβάνει την κρέμα ξυρίσματος για μαλακό και εύκολο ξύρισμα Αψέντι, το γαλάκτωμα για μετά το ξύρισμα Καλέντουλα & Ginseng, το υγρό ζελέ καθαρισμού προσώπου Ginseng, την αντιρυτιδική κρέμα SPF15 Κάστανος & Ρούσκο, την ενυδατική κρέμα SPF6 Borage και το τονωτικό σαμπουάν Μαγνήσιο & Πρωτεΐνες Σιταριού.



5
καλλυντικά

ImmiFlex®

FINE AD

Η ασπίδα του οργανισμού!



**Αποδεδειγμένη
τόνωση του
ανοσοποιητικού**



Καθημερινά, ιοί, βακτήρια, παράσιτα, μύκητες, κούραση, άγχος, κακή διατροφή και ύπνος καταπονούν και απειλούν τον οργανισμό. Τώρα, όμως, υπάρχει ένας πολύτιμος σύμμαχος, το **ImmiFlex**®! Χάρη στο φυσικό πολυσακχαρίτη β-γλυκάνη και τη Βιταμίνη D3 που περιέχει, το **ImmiFlex**® ενισχύει σημαντικά το αμυντικό σύστημα και ενεργοποιεί τα μάχιμα κύτταρά του. Ο τύπος β-γλυκάνης που περιέχεται στο **ImmiFlex**® (1.3/1.6 β-γλυκάνη Wellmune WGP) προέρχεται από τα κυτταρικά τοιχώματα της μαγιάς ζύμης με πατενταρισμένη διαδικασία παραγωγής για να μην προκαλεί δυσανεξία.

Πληθώρα μελετών έχουν πιστοποιήσει τη δράση της Wellmune WGP σε μοριακό επίπεδο, ενώ επιπλέον μελέτες που συνέκριναν τη Wellmune WGP με εικονικό φάρμακο σε ομάδα ανθρώπων με υψηλή σωματική καταπόνηση και άγχος, απέδειξαν μείωση της κούρασης και της έντασης και αυξημένη διανοητική διαύγεια.

ImmiFlex®: θωρακίζει αποτελεσματικά την υγεία όλης της οικογένειας!

ΕΜΠΟΡΙΑ - ΔΙΑΝΟΜΗ:



ΠΑΝ.ΣΥ.ΦΑ.

ΠΑΝΣΥΦΑ Α.Ε.Ε., Αιγαίου 35, 194 00 Κορωπί, Αττική, τηλ.: 210 9645223, fax: 210 9607482, e-mail: pansyfa@otenet.gr, www.pansyfa.gr

www.immiflex.gr

6 HERB BALSAM COLORANT | KOPPEΣ

Η μόνη βαφή μαλλιών χωρίς αμμωνία Herb Balsam Colorant, με πρωτεΐνες σιταριού και βρώμης, κυκλοφορεί σε επτά νέες, ζεστές αποχρώσεις στην παλέτα του χρυσού και της κανέλας. Πρόκειται για την πρώτη μόνη βαφή μαλλιών χωρίς αμμωνία, την οποία παρουσίασε η Κορρές το 2001 και έγινε σύντομα ιδιαίτερα δημοφιλής, αναδεικνύοντας τη μάρκα σε Νο1 στις βαφές μαλλιών στο φαρμακείο (IMS Κατηγορία Βαφές Μαλλιών 2001-2011). Η Herb Balsam Colorant, με κρεμώδη υφή, προσφέρει φυσικό, ομοιόμορφο χρώμα και καλύπτει τα λευκά και γκρίζα μαλλιά ήδη από την πρώτη χρήση. Προστατεύει, αναζωογονεί και δίνει όγκο και λάμψη στα μαλλιά, χάρη στην εξαιρετικά υψηλή περιεκτικότητα σε εκχυλίσματα βοτάνων.

7 COMBLEUR PRÉCISION | της Ophycée | GALÉNIC

Η Galénic παρουσιάζει τον ορό ακριβείας για τις τοπικές ρυτίδες με αγνό απόσταγμα από κυανοφύκη Combleur Précision. Μετά από 30 χρόνια έρευνας πάνω σ' αυτό το αρχέγονο συστατικό και σε συνεργασία με το CNRS, για 1η φορά τα Εργαστήρια Pierre Fabre κατάφεραν να συνθέσουν το αγνό απόσταγμα από κυανοφύκη, αποκλειστικό κατοχυρωμένο συστατικό κατά της γήρανσης με αποδεδειγμένη αποτελεσματικότητα στην επαναδόμηση του δέρματος, που επαναδραστηριοποιεί τη σύνθεση φυσικού υαλουρονικού οξέος, όπως επίσης και τα γονίδια ινών ελαστίνης και κολλαγόνου, για να συσφίξει ορατά το δέρμα. Εφαρμόζεται με ακρίβεια πάνω στις ρυτίδες στο πόδι της χίνας ανάμεσα στα φρύδια, στο μέτωπο και στη ρινοπαραϊακή αύλακα (περιοχή γύρω από τα χείλη). Διατίθεται σε display 6 τεμαχίων με tester. Λιανική τιμή 38€.

8 HYDROVIT ANTI-ACNE WASH & HYDROVIT ANTI-ACNE LOTION | TARGET PHARMA

Η εταιρεία Target Pharma κυκλοφορεί δύο νέα δερμοκαλλυντικά προϊόντα: το καθημερινό καθαριστικό Hydrovit Anti-Acne Wash, σε συσκευασία 150ml, και την καθημερινή δροσερή, μη λιπαρή λοσιόν Hydrovit Anti-Acne Lotion, σε συσκευασία 200ml. Περιέχουν σαλικυλικό οξύ, tea tree oil, σουλφοπεπτίδια, αμινοξέα, αλλαντοΐνη, πανθενόλη και bioecolia, ενώ η Hydrovit Anti-Acne Lotion περιέχει επιπλέον αζελαϊκό οξύ. Τα δύο νέα προϊόντα, μαζί με την Hydrovit Anti-Acne Cream, αποτελούν μια ολοκληρωμένη και εξειδικευμένη σειρά την Hydrovit Anti-Acne Line για λιπαρά με τάση ακμής και ακνεϊκά δέρματα. Η πλούσια και ενισχυμένη σύνθεσή τους τα καθιστά ιδανικά για τη ρύθμιση της υπερέκκρισης σμήγματος, τη μείωση των πόρων, καθώς και την αναστολή δράσης του ανθεκτικού στελέχους P. acnes.

9 IDÉALIA PRO | VICHY

Η Vichy παρουσιάζει τη νέα Idéalia Pro, που αποτελεί την 1η βαθιά διορθωτική περιποίηση που δρα σε όλους τους τύπους κηλίδων, για μια πιο ομοιόμορφη και λαμπερή επιδερμίδα.

Η τεχνολογία της Idéalia Pro βασίζεται στην μελέτη των βαθύτερων αιτιών που δημιουργούν τις κηλίδες. Προστατεύοντας τους ινοβλάστες και το περιβάλλον τους, η Idéalia Pro κατορθώνει να διορθώσει όλους τους τύπους κηλίδων, επεμβαίνοντας στο μέγεθος, το χρώμα και τον αριθμό τους. Μπορεί να χρησιμοποιηθεί κάθε εποχή του χρόνου, μόνη της ή σε συνδυασμό με τη συνηθισμένη καθημερινή περιποίηση. Χρησιμοποιείται σε όλο το πρόσωπο, το πρσί ή/και το βράδυ.

10 LIFTACTIV SERUM 10 | VICHY

Η Vichy παρουσιάζει τον ορό νεότητας Liftactiv Serum 10 σε νέο, μεγαλύτερο μέγεθος 50ml. Το Liftactiv Serum 10 σχεδιάστηκε για να προστατεύει και να αυξάνει την αποτελεσματικότητα του βασικού του συστατικού, της ραμνόζης.

Η πολύ υψηλή συγκέντρωση αυτής της ουσίας (10%) δημιούργησε μια καινοτόμο φόρμουλα με αποδεδειγμένα αντιγηραντικά αποτελέσματα. Η ραμνόζη, το υαλουρονικό οξύ και το ιαματικό νερό της Vichy αποτελούν ένα συνδυασμό τριών ενεργών συστατικών που διεισδύουν ταχύτερα στο θηλώδες δέρμα (Derm Source), καθιστώντας το πιο μαλακό, τρέφοντάς το και βελτιώνοντας την ελαστικότητά του. Το αποτέλεσμα είναι άμεση αντιρυτιδική δράση, σύσφιξη και ενυδάτωση. Είναι κατάλληλο για όλους τους τύπους επιδερμίδας.

καλλυντικά



6



7



8



9



10

XII



βράδυ

πρωί

IX

III

απόγευμα

μεσημέρι

VI

COVERDERM®

Αναλλοίωτη ομορφιά, όλη μέρα!

Τα **μόνα** make-up που
δεν σας «προδίδουν» στη μέση της ημέρας!

- Φυσική κάλυψη για 24 ώρες*
- Υψηλή αντηλιακή προστασία • 100% αδιάβροχα • Υποαλλεργικά
- Μη φαγεσворόνα (ιδανικά για ακνεϊκά δέρματα)
- Κατάλληλα για όλους τους τύπους δέρματος

* Κλινικά αποδεδειγμένη διάρκεια!



Make-up

Concealer με
αντιγηραντική φροντίδα

11 PROPOLINE HAIR CARE | APIVITA

Η Aпивita παρουσιάζει την ολοκληρωμένη αγωγή Propoline κατά της τριχόπτωσης για γυναίκες και άνδρες, που βοηθά στον περιορισμό της τριχόπτωσης και ευνοεί την ανάπτυξη υγιών μαλλιών, συνδυάζοντας τη μέγιστη αποτελεσματικότητα με συνθέσεις υψηλής φυσικότητας από 86%-99%.

Η σειρά περιλαμβάνει λοσιόν σε μορφή spray και τονωτικό σαμπουάν, με λούπινο & δάφνη για τις γυναίκες, με λούπινο & δενδρολίβανο για τους άνδρες. Επιπλέον, στη σειρά περιλαμβάνεται διατροφικό συμπλήρωμα κατά της τριχόπτωσης με L-κυστίνη και βασιλικό πολτό, κατάλληλο για άνδρες και γυναίκες.



11

12 SUNLIGHT HAIR SPRAY | της Camoil Johnz | ZARBIS

Η Zarbis παρουσιάζει το νέο Sunlight Hair Spray, με ειδικές ποικιλίες από χαμομήλι βιολογικής καλλιέργειας, πλούσιες σε απιγενίνη, κερσετίνη και βισαβολόλη, που φωτίζουν φυσικά το χρώμα των μαλλιών, πρωτεΐνες σιταριού που τρέφουν και αναδομούν την τρίχα, καθώς και προβιταμίνη B5, που ενυδατώνει και απαλύνει τα μαλλιά. Χωρίς parabens, σιλκόννη, αμμωνία, οξυζενέ ή τεχνητά αρώματα, με 93% φυσικά συστατικά. Είναι κατάλληλο για παιδιά και για χρήση σε βαμμένα μαλλιά. Διατίθεται στην προτεινόμενη Λ.Τ. των 7,50€.



12

13 547 ΚΑΦΕ & 902 ΜΑΥΡΟ | SAFE STEP

Η SafeStep παρουσιάζει τα δύο νέα σχέδια των ανατομικών υποδημάτων της. Τα υποδήματα SafeStep χαρίζουν ξεκούραστα και υγιή πόδια στην καθημερινότητα, χάρη στην άριστη ποιότητα υλικών και στο μοναδικό ανατομικό πάτο.

Ορθοπεδικοί γιατροί, αναγνωρίζοντας την ποιότητα και τον εξαιρετικό ανατομικό σχεδιασμό, των υποδημάτων SafeStep, τα συνιστούν ως τα καταλληλότερα, για τις καθημερινές ανάγκες βάδισης. Επιπλέον, η ποιότητα του δέρματος και η εξαιρετική αισθητική τους δίνουν εξαιρετική κομψότητα στις επαγγελματικές δραστηριότητες, τις κοινωνικές εκδηλώσεις, τις εξόδους.

13

**14 HALLS EXTRA STRONG & ΓΛΥΚΥΡΡΙΖΑ** | FREZYDERM

Η Frezyderm, σε συνεργασία με την Kraft Foods, εταιρεία-ηγέτη στην αγορά τροφίμων και ζαχαρωδών, εισάγει στην ελληνική αγορά αποκλειστικά για το φαρμακείο τα νέα προϊόντα Extra Strong και Γλυκύρριζα της πολύ γνωστής μάρκας Halls. Οι καραμέλες Halls, με πατενταρισμένη συνταγή Mentho-Lyptus®, η οποία συνδυάζει τη μενθόλη με το φυσικό έλαιο ευκαλύπτου, μαλακώνουν και δροσίζουν το λαιμό και βοηθούν στην καλύτερη αναπνοή. Η Halls Extra Strong έχει επίπεδο μενθόλης 5 και η Γλυκύρριζα επίπεδο μενθόλης 3. Είναι κατάλληλες και για όσους παρακολουθούν την πρόσληψη σακχάρων στη διατροφή τους, καθώς δεν περιέχουν σάκχαρα ή υδατάνθρακες που προέρχονται από ζάχαρη. Διατίθενται αποκλειστικά από τη Frezyderm, σε πρακτικό, επανασφραγισμένο σακουλάκι των 65gr.



14

15 OPTICALM | OMEGA PHARMA HELLAS S.A.

Η Omega Pharma παρουσιάζει τη νέα γενιά προϊόντων οφθαλμικής φροντίδας της σειράς Opticalm. Το οφθαλμικό σπρέι Lipomyst αποκαθιστά τη λιπιδική στιβάδα, προσφέροντας άμεση ανακούφιση από ξηροφθαλμία, κοπιωπία (κόπωση των οφθαλμών), κνησμό και ερεθισμό των οφθαλμών, δακρύρροια.

Εφαρμόζεται σε κλειστά βλέφαρα και είναι κατάλληλο για καθημερινή χρήση, ακόμη και με φακούς επαφής και μακιγιάζ. Η αποστειρωμένη ενυδατική οφθαλμική λοσιόν Gouttes Bleues προσφέρει ανακούφιση από τα συμπτώματα της κοπιωπίας (κνησμό, αίσθημα καύσου, ενοχλητικό πόνο, κεφαλαλγία, ερυθρότητα οφθαλμών), η οποία επιτυγχάνεται μέσω μηχανικής δράσης που στοχεύει στην ενυδάτωση του κερατοειδούς χιτώνα. Περιέχει μείγμα αποσταγμένων ανθόνερων όπως κενταύριον, αγριολιόφυλλο (μελιλιωτός), σαμπούκο, χαμομήλι και αμαμηλίδα.



15

Η SafeStep σας προσφέρει

- Διαρκή κάλυψη επαναληπτικών παραγγελιών
- Μεγάλη ποικιλία σχεδίων και χρωμάτων

- Εξαιρετική ποιότητα υλικών
- Υψηλά περιθώρια κέρδους
- Τμήμα εξυπηρέτησης πελατών

Επικοινωνήστε μαζί μας, για να λάβετε τον πλήρη κατάλογο των προϊόντων μας

ΑΠΟ ΤΟ 1950
**SAFE
STEP**
ΑΝΑΤΟΜΙΚΑ ΥΠΟΔΗΜΑΤΑ

Τα υποδήματά μας διαφημίζονται

σε περιοδικά, ένθετα εφημερίδων και τηλεόραση, ενώ μέσω τηλεφωνικής υποστήριξης κατευθύνουμε τους καταναλωτές στα συνεργαζόμενα φαρμακεία της περιοχής τους



283 | vison, μαύρο
προτεινόμενη τιμή 49 €



221 | μαύρο, vison
προτεινόμενη τιμή 49 €



153 | κονιάκ, μαύρο, κόκκινο,
σιέλ, καφέ
προτεινόμενη τιμή 69 €



214 | vison, μαύρο
προτεινόμενη τιμή 49 €



80 | vison, γκρι
προτεινόμενη τιμή 69 €



547 | μαύρο, vison
προτεινόμενη τιμή 49 €



63 | μαύρο, vison
προτεινόμενη τιμή 69 €



FI 70 | μπλε, μπορντώ, μαύρο
προτεινόμενη τιμή 29 €



6015 | γκρι, μπλε, καφέ
προτεινόμενη τιμή 29 €



Η κ. Άννα Πανταζή,
φαρμακοποιός
Πειραιά, προτείνει
τα υποδήματα
SafeStep

902 | vison, μαύρο
προτεινόμενη τιμή 49 €



6137 | καφέ, μπορντώ, μαύρο
προτεινόμενη τιμή 29 €



Κεντρική Διάθεση: Κρητικού Πελάγους 6-8, 13341 Άνω Λιόσια - Τηλ.: 210-2487270
www.safestep.gr, e-mail: ram@rambler.gr

16 PEHA-SOFT® NITRILE WHITE POWDERFREE | HARTMANN

Η Hartmann παρουσιάζει τα εξεταστικά και προστατευτικά γάντια χωρίς λάτεξ, από λευκό, συνθετικό καουτσούκ νιτριλίου Peha-soft® nitrile white powderfree. Χάρη στην ειδική εσωτερική τους επένδυση από πολυμερές τοποθετούνται πολύ εύκολα. Διαθέτουν ανάγλυφη επιφάνεια στην περιοχή των δακτύλων για τέλεια ικανότητα σύλληψης. Είναι εξαιρετικά ελαστικά, ανθεκτικά στο σκίσιμο και ασφαλή, ενώ έχουν τέλεια εφαρμογή και άψογη απτική αίσθηση, για χρήση στο αριστερό ή στο δεξί χέρι. Χρησιμοποιούνται ως ανθεκτικά γάντια μιας χρήσης σε όλους τους τομείς όπου το προσωπικό διατρέχει κίνδυνο μόλυνσης. Είναι κατάλληλα για άτομα με υπερευαίσθησία στην πούδρα των γαντιών ή με αλλεργίες στην πρωτεΐνη του λάτεξ (αλλεργία τύπου I). Διατίθενται σε διάφορα μεγέθη.

17 PEHA-TEX® | HARTMANN

Η Hartmann παρουσιάζει τα υφασμάτινα γάντια από καθαρό βαμβάκι Peha-tex®, φιλικά προς το δέρμα και αεροδιαπερατά. Έχουν ανατομικό σχήμα και ενίσχυση στα δάκτυλα για άψογη εφαρμογή, ενώ είναι εξαιρετικά ανθεκτικά χάρη στις ενισχυμένες ραφές, με δυνατότητα πλυσίματος και αποστείρωσης. Ενδείκνυνται για προστασία για τα χέρια, ειδικότερα για χρήση στον τομέα της δερματολογίας κατά τη διάρκεια θεραπειών με εξαιρετικά λιπαρές ή αργά απορροφήσιμες από το δέρμα αλοιφές, π.χ. σε περιπτώσεις νευροδερματίτιδας, για πολύ ξηρές επιδερμίδες ή για τη θεραπεία δερματικών εκζεμάτων, επίσης για προστασία έναντι αλλεργιογόνων εξ επαφής ή ως προστασία του δέρματος κατά τη χρήση ελαστικών γαντιών οικιακής χρήσης. Διατίθενται σε διάφορα μεγέθη.

18 SCHOOL KIDS | APIVITA

Η Aπivita παρουσιάζει τη σειρά School Kids, με neem oil & αιθέρια έλαια, για φυσική πρόληψη και ολοκλήρωση της αντιφθειρικής προστασίας, που είναι ειδικά σχεδιασμένη για τη φροντίδα του παιδικού δέρματος και τριχωτού. Τα προϊόντα, κατάλληλα για παιδιά από 2 ετών και πάνω, συνδυάζουν τη γρήγορη και εύκολη εφαρμογή και την αποτελεσματικότητα με την ασφάλεια και τη φυσικότητα. Ταυτόχρονα, έχουν ευχάριστο άρωμα και όμορφη παιχνιδιάρικη συσκευασία, μετατρέποντας τη δυσάρεστη διαδικασία της απομάκρυνσης των ψειρών σε παιχνίδι, και χρησιμοποιούνται άφοβα καθ' όλη τη διάρκεια του χρόνου. Η σειρά περιλαμβάνει τα παιδικά λουσινά για τα μαλλιά (90% φυσική σύνθεση), στην τιμή των 10,80€, και σαμπουάν για παιδιά (88% φυσική σύνθεση), στην τιμή των 8,50€.

19 GLASS CUBES | INNOVO CONSTRUCTIONS

Η Innovo Constructions παρουσιάζει τη νέα σύνθεση Glass Cubes, για την προβολή των προϊόντων με διαφάνεια και σαφήνεια. Τα διαχωριστικά μπορούν να τοποθετηθούν το ένα πάνω στο άλλο, με δυνατότητα για αναρίθμητους συνδυασμούς, ανάλογα με τα είδη και τον αριθμό των προϊόντων.

20 PHARMACARD | K.PROVOLI

Η PharmaCard αποτελεί μια κάρτα πιστότητας αποκλειστικά για τους πελάτες των φαρμακείων. Οι πελάτες κερδίζουν διπλά: από τις παροχές και τις εκπτώσεις σε παραφάρμακα, καλλυντικά και άλλα είδη φαρμακείου, που προσφέρει το φαρμακείο από το οποίο την απέκτησαν, αλλά και από τα επιπλέον προνόμια που προσφέρει η ίδια η PharmaCard στους κατόχους της, μέσω των ολοένα αυξανόμενων συνεργαζόμενων επιχειρήσεων. Αυτά τα προνόμια περιλαμβάνουν παροχές υγείας από τον Όμιλο Ιατρικού Αθηνών και το κέντρο μεταμόσχευσης μαλλιών Bergmann Kord, μόνιμες εκπτώσεις και προσφορές σε διάφορες επιχειρήσεις, όπως τα Βιβλιοπωλεία Ιανός, τα Ξενοδοχεία Airotel, τα κομμωτήρια Nicolas, τα κέντρα περιποίησης νυχιών Mariella Nails και το Kurland Spa, έκτακτες προσφορές και δώρα. Περισσότερες πληροφορίες στο www.pharmacard.gr

16



17



18



19



20





Ολοκληρωμένες λύσεις
σύνθεσης φαρμακείου
Ανατροπή στο κατεστημένο



Φαρμακείο Μ. Αυβίζου
Αχαρνά



Φαρμακείο Γ. Μαρτάκη
Πέραμα

Ο τρισδιάστατος σταυρός ειδικής κατασκευής κάνει αισθητή την παρουσία του νέου φαρμακείου στο Πέραμα. Στον εσωτερικό χώρο η ευρύχωρη ρεσεψιόν υπόσχεται στους πελάτες άριστη εξυπηρέτηση, ενώ παράλληλα μπορεί να τους παρέχει μια στάση ανάπαυσης με τα ενσωματωμένα σκαμπό. Λειτουργικές βιτρίνες δύο όψεων κοσμούν τις τζαμαρίες δίνοντας την δυνατότητα στον πελάτη να αυτοεξυπηρετηθεί. Η πρωτότυπη οροφή διαμορφώνει την ατμόσφαιρα του χώρου ανάλογα με τη χρωματική της απόδοση.

www.innovo.gr

Χονδρική και λιανική πώληση εξοπλισμού φαρμακείων



Power Health

Νέα προϊόντα για το φθινόπωρο και το χειμώνα

Η Power Health, η ελληνική εταιρεία φυσικών προϊόντων υγείας που εδώ και 3 δεκαετίες φροντίζει την ελληνική οικογένεια με εναλλακτικές λύσεις που βελτιώνουν την ποιότητα ζωής των μελών της, υποδέχεται το φθινόπωρο και το χειμώνα με 5 νέα προϊόντα που έχουν όλες τις προϋποθέσεις να γίνουν οι καλύτεροι σύμμαχοι στη δύσκολη καθημερινότητα. Με στόχο να προσφέρει προϊόντα που κλείνουν μέσα τους τη δύναμη της ελληνικής φύσης, η Power Health δημιούργησε τα Power Foods, μια νέα σειρά προϊόντων που αποτελείται από φυσικές τροφές, οι οποίες από μόνες τους λειτουργούν ευεργετικά στον οργανισμό, αξιοποιώντας τρεις θησαυρούς υγείας: τη μαστίχα, το ρόδι και το ιπποφαές.



ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΜΑΣΤΙΧΑ: Η μαστίχα αποτελεί ένα μοναδικό φυσικό συστατικό υγείας και ευεξίας –ελληνικής καταγωγής και παγκοσμίου φήμης. Περιέχει πάνω από 80 πολύτιμα θρεπτικά συστατικά, όπως φυτοστερόλες και πολυφαινόλικά μόρια, ενώ η ισχυρή αντιφλεγμονώδης δράση της, χάρη στο ελεανολικό και ολεανολικό οξύ που περιέχει, την κάνει μοναδική και ιδανική για το πεπτικό σύστημα. Η Ελληνική Μαστίχα αποτελεί ένα ακόμη πρωτοποριακό προϊόν, αφού είναι το μοναδικό σε αναβράζουσα μορφή. Ένα εξαιρετικό συμπλήρωμα διατροφής με ευχάριστη γεύση που συμβάλλει στην καλή λειτουργία του πεπτικού συστήματος και ανακουφίζει από τις στομαχικές διαταραχές, προσφέροντας ηρεμία και καλή υγεία στον οργανισμό.

ΡΟΔΙ: Το ρόδι είναι πλούσιο σε βιταμίνες (Α, C, E, φυλλικό οξύ), σίδηρο, κάλιο, φυτικές ίνες και αντιοξειδωτικές ουσίες, όπως ελλαγικό οξύ, πολυφαινόλες, τανίνες, ανθοκυανίνες. Ένας πολύτιμος θησαυρός της φύσης που η Power Health αξιοποιεί, προσφέροντας το Ρόδι σε αναβράζουσα μορφή, ένα υψηλής ποιότητας φυσικό συμπλήρωμα διατροφής με τιτλοποιημένο εκχύλισμα από ρόδι και βιταμίνη C. Προσφέρει ισχυρή αντιοξειδωτική προστασία, συμβάλλει στην καλή λειτουργία της καρδιάς, προστατεύει τα αγγεία, προλαμβάνει την πρόωρη γήρανση και χαρίζει ευεξία.



ΙΠΠΟΦΑΕΣ: Το ιπποφαές, με πάνω από 190 συστατικά, αποτελεί την πιο πλούσια σε θρεπτικά συστατικά τροφή. Περιέχει αμινοξέα, βιταμίνες, μέταλλα, ιχνοστοιχεία, ακόρεστα λιπαρά οξέα (Ωμέγα 3, 6, 7, 9), φυτοστερόλες και αντιοξειδωτικά, όπως καροτενοειδή και φλαβονοειδή. Αυξάνει την αντοχή του οργανισμού, ενισχύει την πνευματική και σωματική απόδοση, προσφέρει όλα τα οφέλη των Ωμέγα λιπαρών οξέων, αντιοξειδωτική προστασία και χαρίζει ενέργεια και ευεξία. Μια φυσική πηγή δύναμης και ενέργειας που μπορεί να γίνει ένα καθημερινό πολυτονωτικό.

MULTI+MULTI KIDS: Ένα νέο μέλος μπήκε στην οικογένεια της επιτυχημένης σειράς Multi+Multi. Η πολυβιταμίνη Multi+Multi Kids, ειδικά μελετημένη για παιδιά, περιέχει στην ιδανική αναλογία όλες τις απαραίτητες βιταμίνες, όπως, βιταμίνη C, B1, B2, B3, B5, B6, φυλλικό οξύ, D3 και E. Συμπληρώνει τη διατροφή τους, ενισχύει το ανοσοποιητικό τους σύστημα, βελτιώνει τη σωματική και πνευματική ανάπτυξη, τονώνει φυσικά τον οργανισμό τους, για να τα βγάζουν πέρα κάθε μέρα και να είναι γεμάτα υγεία και δύναμη. Έχει ευχάριστη γεύση που θα αγαπήσουν.



VITA C KIDS: Και η οικογένεια της βιταμίνης C μεγάλωσε με τη Vita-C Kids. Ειδικά μελετημένη για παιδιά από την ηλικία των 4 ετών, κάθε δισκίο περιέχει την ιδανική ποσότητα βιταμίνης C, αποτελώντας φυσική ασπίδα προστασίας του οργανισμού τους από το κρυολόγημα και τις ιώσεις, συμβάλλοντας στην υγεία των ούλων και των δοντιών, καθώς και στην απορρόφηση του σιδήρου, ενώ τους χαρίζει ενέργεια και δύναμη. Έχει ευχάριστη γεύση πορτοκάλι.



Ψείρες; Τους μένουν μόνο 15 λεπτά ζωής!

fleriana
all natural

ΟΛΟΚΛΗΡΩΜΕΝΗ ΑΝΤΙΦΘΕΙΡΙΚΗ ΣΕΙΡΑ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗΣ ΚΑΙ ΠΡΟΛΗΨΗΣ

98%

ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΙΚΟ
ΜΕ ΤΗΝ ΠΡΩΤΗ
ΕΦΑΡΜΟΓΗ

fleriana
all natural

ΦΥΣΙΚΟ
ΣΑΜΠΟΥΑΝ
ΓΙΑ ΤΗΝ
ΑΠΟΜΑΚΡΥΝΣΗ
ΤΗΣ ΨΕΙΡΑΣ &
ΤΗΣ ΚΟΝΙΔΑΣ

98%
ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΙΚΟ
ΜΕ ΤΗΝ ΠΡΩΤΗ
ΕΦΑΡΜΟΓΗ
ΙΣΑΝΙΚΟ ΓΙΑ ΟΛΗ
ΤΗΝ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ

ΣΑΜΠΟΥΑΝ
ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ



fleriana
all natural
LICE PROTECTOR
ΦΥΣΙΚΟ SPRAY
ΓΙΑ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑ
ΑΠΟ ΤΙΣ ΨΕΙΡΕΣ
ΧΩΡΙΣ ΤΙΣ
ΕΠΙΧΙΝΔΥΝΑ
ΧΗΜΙΚΑ
ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΙΚΟ
ΚΑΙ ΕΥΧΑΡΙΣΤΑ
ΣΤΗ ΧΡΗΣΗ
ΙΣΑΝΙΚΟ ΓΙΑ ΟΛΗ
ΤΗΝ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ

SPRAY
ΠΡΟΛΗΨΗ

ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ

Φυσικό σαμπουάν Fleriana

Περιέχει εκχύλισμα καρύδας και φυσικά ενεργά συστατικά. Αποτελεί ιατροτεχνολογικό προϊόν με πιστοποίηση CE και κλινικά αποδεδειγμένη αποτελεσματικότητα. Η φυσική σύνθεσή του δρα άμεσα και εξουδετερώνει 98% την ψείρα και την κόνιδα, με την πρώτη εφαρμογή, μέσα σε 15 λεπτά! Πλούσιο σε φυσικά συστατικά φροντίζει τα μαλλιά αφήνοντας μία δροσερή αίσθηση καθαριότητας.

ΠΡΟΛΗΨΗ

Προληπτική λοσιόν Fleriana Lice Protector

Κρατάει μακριά τις ψείρες παρέχοντας πλήρη προστασία και πρόληψη. Το μοναδικό με έγκριση από το Υπουργείο Γεωργίας.

- Χωρίς επικίνδυνα χημικά
- Αποτελεσματικά και ευχάριστα στη χρήση
- Υποαλλεργικά
- Κατάλληλα για παιδιά

**Power
HEALTH**

από το φαρμακείο της φύσης... στο φαρμακείο της γειτονιάς!

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΦΥΣΙΚΩΝ ΠΡΟΪΟΝΤΩΝ ΥΓΕΙΑΣ

KLORANE

Η λάμψη του καλοκαιριού διατηρείται και το φθινόπωρο...

Η άφιξη του φθινοπώρου δεν είναι απαραίτητο να συνοδεύεται από μελαγχολική διάθεση. Τα Εργαστήρια Klorane βοηθούν να διατηρηθεί η χαρούμενη διάθεση των διακοπών, παρέχοντας προϊόντα με φυσικά συστατικά που χαρίζουν στα μαλλιά και το σώμα ζωντάνια και λάμψη.



Ο Σεπτέμβριος έρχεται και η τριχόπτωση κάνει την εμφάνισή της. Η Klorane προτείνει τη λύση ενός **αποκλειστικού συνδυασμού κινίνης και καφεΐνης για την αντιδραστική τριχόπτωση, στα αδύναμα μαλλιά.**

Το συμπυκνωμένο εκχύλισμα κινίνης είναι ένα δραστικό συστατικό με ισχυρές δυναμωτικές ιδιότητες, που έχει **αποδεδειγμένη και κατοχυρωμένη διεγερτική δράση στον τριχοθύλακα. Η αποτελεσματικότητά του είναι πιο ενισχυμένη όταν συνδυάζεται με την καφεΐνη**, που έχει κι αυτή αποδεδειγμένες ιδιότητες κατά

της τριχόπτωσης. Το **Cure de force** της Klorane είναι η λύση για την αντιδραστική τριχόπτωση, καθώς διεισδύει στην ίνα της τρίχας για να την ενυδατώσει και να τη δυναμώσει. Έτσι, διεγείρει την ανάπτυξη των μαλλιών και σταματά την τριχόπτωση.



Ο Σεπτέμβριος είναι συνώνυμος με την αύξηση των υποχρεώσεων: φόρτος εργασίας μετά την άδεια, επιστροφή των παιδιών στο σχολείο και γενικότερα ένα 24ωρο που «δεν φτάνει». Με αυτά τα δεδομένα, η Klorane προωθεί το **Dry shampoo**, ένα πρωτοποριακό σαμπουάν σε μορφή σπρέι για **«λούσιμο χωρίς νερό»**, που οφείλει τις καθαριστικές του ιδιότητες σε ένα μοναδικό συνδυασμό ενεργών συστατικών με πολύ μεγάλη απορροφητική ικανότητα (άμυλο αραβόσιτου και ρυζιού, φυσικά απορροφητικά μικροσφαιρίδια), που **καθαρίζουν τα μαλλιά απομακρύνοντας κάθε ξένο στοιχείο.** Έτσι, με μερικούς ψεκασμούς, στο χρόνο ρεκόρ των 2 μόνο λεπτών, η μαγική αυτή πούδρα απορροφά την έκκριση σμήγματος και χαρίζει καθαρά και ανάλαφρα μαλλιά. Επιπλέον, προσφέρει **μοναδικό styling** –αυτός είναι άλλωστε ο λόγος που το εμπιστεύονται και σταρ του Χόλιγουντ όπως η Sarah Jessica Parker, η Christina Aguilera και ο διάσημος Γάλλος μόδιστρος Karl Lagerfeld.



Το δέρμα τώρα το φθινόπωρο έχει ακόμη περισσότερη ανάγκη για ενυδάτωση, μετά την παρατεταμένη έκθεση στον καλοκαιρινό ήλιο. Η περιποίηση του δέρματος γίνεται απόλαυση με τη **σειρά Αφρόλουτρων της Klorane**, με προϊόντα ιδανικά ακόμη και για το **ευαίσθητο και ξηρό δέρμα**, χάρη στο θρεπτικό **εκχύλισμα βλαστού λεύκας.** Δεν περιέχει σάπωνες, parabens και φαινοξυαιθανόλη, ενώ έχει ουδέτερο pH. Τα προϊόντα της σειράς κυκλοφορούν σε **10 αρώματα**, με **ζωηρά χρώματα.** Το νέο αφρόλουτρο **«Χειμωνιάτικη θαλπωρή»**, με τις νότες της πικάντικης κανέλλας, του αναζωογονητικού πορτοκαλιού και του τονωτικού τζίντζερ, αποτελεί το κατάλληλο κλείσιμο για μια κουραστική μέρα.

οι ευκαιρίες της αγοράς

PHARMALINE™

Προσφορά για τα νέα φαρμακεία

Η Pharmaline™ προσφέρει μία **γερμανική συρταριέρα τύπου Η** τεσσάρων στηλών 1,02μ. και ένα **γερμανικό ψυγείο φαρμάκων** 280 λίτρων στην ειδική τιμή των **5981,63€ + ΦΠΑ** και δωρεάν μεταφορά σε όλη την Ελλάδα, Κύπρο και Βουλγαρία. Η προσφορά ισχύει για όσο διαρκούν τα αποθέματα.

Η Pharmaline™ ειδικεύεται στον εξοπλισμό, τη μελέτη και την κατασκευή φαρμακείων, από το ιδιωτικό μέχρι το νοσοκομειακό φαρμακείο, ακολουθώντας τις πιο σύγχρονες μεθόδους, με τον πιο εξελεγμένο διαθέσιμο εξοπλισμό στην ευρωπαϊκή αγορά. Με πάνω από 840 κωδικούς προϊόντων και περισσότερους από 400 πελάτες, έχει εξοπλίσει ιδιωτικά φαρμακεία, νοσοκομεία, κλινικές, νομαρχίες, ακόμη και το φαρμακείο της αμερικανικής πρεσβείας στην Αθήνα. Η Pharmaline™ καλύπτει όλη την Ελλάδα, από τον Έβρο μέχρι την Κρήτη, ενώ επεκτείνεται και σε άλλες χώρες.



www.pharmaline.gr

ΚΑΣΕΤΙΝΕΣ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗΣ ΤΗΣ ΤΡΙΧΟΠΤΩΣΗΣ ΚΑΙ ΚΑΣΕΤΙΝΕΣ ΛΕΥΚΑΝΣΗΣ SPOT END

από τη FREZYDERM

Η Frezyderm προσφέρει την **αγορά τεσσάρων πακέτων** από τις παρακάτω κασετίνες **στην τιμή των τριών**:
 Για την αντιμετώπιση της τριχοπτώσης: ■ **Hair Force Shampoo Women** με **δωρό** τη **Hair Force Mask** 100ml.
 ■ **Hair Force Shampoo Men** με **δωρό** τη **Hair Force Lotion** 50ml. ■ **Hair Force Monodose Day/Night** με **δωρό** την **αγωγή 8 ημερών Hair Force Monodose Day/Night**.
 Για την αντιμετώπιση των δερματικών κηλίδων: ■ **Spot End Day Cream** με **δωρό** τη **Spot End Night Cream** 25ml. ■ **Spot End Hand Cream** με **δωρό** τη **Spot End Corrective** 15ml. ■ **Spot End Night Cream** με **δωρό** τη **Spot End Essence Gel** 25ml.

**HYALUROVIT της HealthAid**

από την PHARMA CENTER S.A.

Η Pharma Center διαθέτει το νέο **Υαλουρονικό Οξύ 150 mg**, που διατηρεί το δέρμα ενυδατωμένο, απαλό και νεανικό, σε ειδική προσφορά γνωριμίας με το φαρμακοποιό **6+3 δωρό (33% έκπτωση)** –προτεινόμενη Λ.Τ. **29,90€** (30 φυτοταμπλέτες). Η προσφορά ισχύει μέχρι τέλος Οκτωβρίου.

**ΣΤΑΥΡΟΣ ΦΑΡΜΑΚΕΙΟΥ**

από την INNOVO CONSTRUCTIONS

Η Inno Construction προσφέρει τον πράσινο σταυρό **Farmacross** τεχνολογίας full led, διπλής όψευς, με ισόβια διάρκεια ζωής 100.000 ώρες, στην τιμή των **2.100€** (από την αρχική τιμή των 2.500€). Το λογισμικό του είναι προγραμματιζόμενο 100% με αποχρώσεις του πράσινου, κείμενο, ώρα, ημερομηνία, θερμοκρασία, κινούμενα σχέδια. Οι διαστάσεις του είναι 120x120cm.

**A/W 12-13 LIMITED EDITION GIFT SETS**

από την KOPPEΣ

Η Κορρές παρουσιάζει τα νέα Limited Edition Gift Sets για το φθινόπωρο και το χειμώνα. Η αντιρυτιδική και συσφιγκτική κρέμα ημέρας **Μαύρη Πεύκη** ή η **κρέμα νύχτας της ίδιας σειράς** συνδυάζεται με την **κρέμα ματιών ως δωρό**. Παράλληλα, τρία **Limited Edition Gift Sets** προσφέρουν το άρωμα **Iris / Lily of the Valley / Cotton** ή το **Paeonia / Vanilla / Amber / Pear** με **δωρό** το αντίστοιχο αρωματικό **Body Milk** και το **Vetiver Root / Green Tea / Cedarwood (Pour Homme)** με **δωρό** το ομώνυμο **After-Shave**.



COVERDERM PERFECT FACE COMBI PACK

από τη FARMECO A.E.

Η Coverderm προσφέρει το Perfect Face Combi Pack, που περιλαμβάνει ένα **make-up Coverderm Perfect Face**, με **δωρό** μία **αδιάβροχη μάσκα Coverderm Perfect Lashes** για ολοκληρωμένο μακιγιάζ που διαρκεί όλη μέρα.



ΚΑΣΕΤΙΝΕΣ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗΣ ΤΗΣ ΤΡΙΧΟΠΤΩΣΗΣ ΚΑΙ ΚΑΣΕΤΙΝΕΣ ΛΕΥΚΑΝΣΗΣ SPOT END

από τη FREZYDERM

Για την αντιμετώπιση της τριχόπτωσης η Frezyderm προσφέρει σε κασετίνα: ■ το **Hair Force Shampoo Women** με **δωρό** τη **Hair Force Mask** 100ml. ■ το **Hair Force Shampoo Men** με **δωρό** τη **Hair Force Lotion** 50ml. ■ τις **Hair Force Monodose Day/Night** με **δωρό** το επιπλέον αγωγή 8 ημερών **Hair Force Monodose Day/Night**. Επιπλέον, προσφέρει 3 κασετίνες με προϊόντα της σειράς **Spot End** για την αντιμετώπιση των δερματικών κηλίδων: ■ **Spot End Day Cream** με **δωρό** τη **Spot End Night Cream** 25ml. ■ **Spot End Hand Cream** με **δωρό** τη **Spot End Corrective** 15ml. ■ **Spot End Night Cream** με **δωρό** τη **Spot End Essence Gel** 25ml.



SUPER PACK ΣΥΣΚΕΥΑΣΙΕΣ & ΔΩΡΟ VIT C 135

από την POWER HEALTH

Η Power Health προσφέρει νέες μεγαλύτερες συσκευασίες των δημοφιλών προϊόντων **Echinacea Extra**, **Πολυβιταμίνη Multi+Multi** και **Vit C 1000** με **20+4 δισκία δωρό**. Επιπλέον, σε κάθε προϊόν δίνεται **δωρό** μία **συσκευασία Βιταμίνη C 135mg** σε κανονικό μέγεθος των 20 δισκίων.



EYES EDITION

από τη VICHY

Στα πλαίσια των προϊόντικών πακέτων Vichy Eyes Edition, με την αγορά μιας κρέμας περιποίησης προσώπου, ημέρας ή νύχτας, των σειρών **Liftactiv**, **Neovadiol Gf** ή **Aqualia Thermal**, προσφέρεται η περιποίηση ματιών της ίδιας σειράς σε ιδιαίτερα ελκυστική τιμή: **5,30€** (αντί 25,30€) για τις κρέμες ματιών **Liftactiv** και **Neovadiol Gf** και **2€** (αντί 16€) για την κρέμα ματιών **Aqualia Thermal**. Η προσφορά ισχύει μέχρι τα μέσα Οκτωβρίου.





ΕΨΙΛΟΝ[®]

αναλώσιμα φαρμακείου

Klimatsidas

VISTART
PHARMACY PROMOTION

ΑΝΑΖΗΤΕΙΣΤΕ ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΑ ΠΡΟΪΟΝΤΑ
ΚΑΙ ΤΟΝ ΤΙΜΟΚΑΤΑΛΟΓΟ ΜΑΣ ΣΤΟ SITE:

www.epsilonk.gr

www.facebook.com/Epsilonk.Vistart

ΑΝΑΛΩΣΙΜΑ



ΔΙΑΦΗΜΙΣΗ



ΕΠΙΓΡΑΦΕΣ

ΦΑΡΜΑΚΕΙΟ

ΦΑΡΜΑΚΕΙΟ



NASONEX® ρινικό εκνέφωμα

ΟΝΟΜΑΣΙΑ ΤΟΥ ΦΑΡΜΑΚΕΥΤΙΚΟΥ ΙΔΙΟΣΚΕΥΑΣΜΑΤΟΣ NASONEX® 50 μικρογραμμάρια / ψεκασμό, Ρινικό εκνέφωμα, εναιώρημα. **ΠΟΙΟΤΙΚΗ ΚΑΙ ΠΟΣΟΤΙΚΗ ΣΥΝΘΕΣΗ:** Φουοική μομεταζόνη (ως μονοδρόκη) 50 μικρογραμμάρια / ψεκασμό. Αυτό το φαρμακευτικό προϊόν περιέχει 0,2mg κλωριδαίου βενζαλκόνιου ανά γραμμάριο. Για τον πλήρη κατάλογο των εκδόχων, βλ. παράγραφο 6.1. **ΘΕΡΑΠΕΥΤΙΚΕΣ ΕΝΔΕΙΞΕΙΣ:** Το NASONEX® ρινικό εκνέφωμα ενδείκνυται για χρήση σε παιδιά 6 ετών και άνω για την θεραπεία των συμπτωμάτων της εποχιακής αλλεργικής ή χρόνιας αλλεργικής ρινίτιδας. Σε ασθενείς με ιστορικό μέτρων έως σοβαρών συμπτωμάτων εποχιακής αλλεργικής ρινίτιδας, μπορεί να αρθεί προληπτική θεραπεία με NASONEX® ρινικό εκνέφωμα έως τέσσερις εβδομάδες πριν αρχίσει η εποχή της γύρης. Το NASONEX® ρινικό εκνέφωμα ενδείκνυται για τη θεραπεία των ρινικών πολυπόδων σε ενήλικες ασθενείς από 18 ετών και άνω.

ΑΝΤΕΝΔΕΙΞΕΙΣ: Υπερευαίσθηση σε οποιοδήποτε από τα συστατικά του NASONEX® ρινικό εκνέφωμα. Το NASONEX® ρινικό εκνέφωμα δεν πρέπει να χρησιμοποιείται όταν υπάρχει μη αντιμετωπίσιμη φλεγμονή του ρινικού βλεννογόνου. Εξαιτίας της ανασταλτικής δράσης των κορτικοστεροειδών στην επουλωτική των τραυμάτων, οι ασθενείς οι οποίοι πρόσφατα υποβλήθηκαν σε χειρουργική επέμβαση στη μύτη ή υπέστησαν τραύμα στην περιοχή αυτή, δεν θα πρέπει να χρησιμοποιούν ρινικά κορτικοστεροειδή πριν την επουλωτική του τραύματος.

ΕΙΔΙΚΕΣ ΠΡΟΕΙΔΟΠΟΙΗΣΕΙΣ ΚΑΙ ΠΡΟΦΥΛΑΞΕΙΣ ΚΑΤΑ ΤΗ ΧΡΗΣΗ: Το NASONEX® ρινικό εκνέφωμα θα πρέπει να χρησιμοποιείται με προσοχή, και μόνο όταν η χρήση του είναι απαραίτητη, σε ασθενείς με ενεργό ή μη ενεργό ψυχιατρικό μόνιμο ή προσωρινό ανασταλτικό σύστημα, ή με μυκητιασικές, βακτηριακές, μυκητιασικές και συστηματικές μολύνσεις από τους οποίους δεν έχουν θεραπευθεί ή με απλή ή ρητή των οφθαλμών. Υστερα από 12 μήνες θεραπευτικής αγωγής με το NASONEX® ρινικό εκνέφωμα δεν υπάρχουν στοιχεία ενδεικτικά στροφής του ρινικού βλεννογόνου. Επίσης, η φουοική μομεταζόνη είχε την τάση να φέρνει τον ρινικό βλεννογόνο πλησιέστερα προς την φυσιολογική ιστολογική εικόνα. Όπως συμβαίνει με οποιοδήποτε μακροχρόνια θεραπεία, ασθενείς που χρησιμοποιούν το NASONEX® ρινικό εκνέφωμα για πολλούς μήνες ή περισσότερο καιρό, θα πρέπει να υποβάλλονται περιοδικά σε εξετάσεις για πιθανές αλλοιώσεις του ρινικού βλεννογόνου. Εάν αναπτυχθεί τοπική μυκητιασική μόλυνση της μύτης ή του φάρυγγα, μπορεί να απαιτηθεί η διακοπή της θεραπευτικής αγωγής με NASONEX® ρινικό εκνέφωμα και η χορήγηση της κατάλληλης αγωγής. Η επιμονή των ρινοφaringγγικών συμπτωμάτων αποτελεί λόγο διακοπής της χορήγησης του NASONEX® ρινικό εκνέφωμα. Παρότι το NASONEX® θα ελέγξει τα ρινικά συμπτώματα στους περισσότερους ασθενείς, η ταυτόχρονη χρήση κατάλληλης συμπτωματικής θεραπείας μπορεί να προσφέρει πρόσθετη ανακούφιση από άλλα συμπτώματα, ιδιαίτερα τα οφθαλμικά συμπτώματα. Δεν υπάρχουν αποδείξεις καταστολής του άξονα υποθαλάμου-υπόφυσης-επινεφριδίων, ύστερα από παρατεταμένη θεραπεία με NASONEX® ρινικό εκνέφωμα. Ωστόσο, ασθενείς που αλληλοδρούν την αγωγή τους από μακρές διαρκείας συστηματική χορήγηση κορτικοστεροειδών στο NASONEX® ρινικό εκνέφωμα, απαιτούν ιδιαίτερη προσοχή. Η διακοπή των συστηματικών κορτικοστεροειδών σε τέτοιους ασθενείς μπορεί να έχει ως αποτέλεσμα επινεφριδιακή ανεπάρκεια για κάποιους μήνες μέχρι να επαναλειτουργήσει ο άξονας υποθαλάμου-υπόφυσης-επινεφριδίων (ΥΥΕ). Εάν οι ασθενείς αυτοί εμφανίσουν ενδείξεις ή συμπτώματα επινεφριδιακής ανεπάρκειας, θα πρέπει να ξαναρχίσουν τη συστηματική χορήγηση κορτικοστεροειδών και άλλων μορφών θεραπευτικής αγωγής και να εφαρμόζονται τα κατάλληλα μέτρα. Κατά την μετάβαση από τα συστηματικά κορτικοστεροειδή στο NASONEX® ρινικό εκνέφωμα μερικοί ασθενείς μπορεί να εμφανίσουν συμπτώματα στρεπτικού συνδρόμου από την διακοπή της συστηματικής χορήγησης των κορτικοστεροειδών (π.χ. πόνος στα αρθρώματα ή/και στους μύες, κόπωση, και κατάθλιψη ορικό) παρά την ανακούφιση των ρινικών συμπτωμάτων και θα απαιτηθεί ενδάρκυνση των ασθενών για την συνέχιση της θεραπευτικής αγωγής με NASONEX® ρινικό εκνέφωμα. Η αλληλοδρία αυτή μπορεί επίσης να αποκαλύψει προϋπάρχουσες αλλεργικές καταστάσεις, όπως αλλεργική επιπεφυκίτιδα και έκζεμα, τα οποία δεν εμφανίζονταν κατά την προηγούμενη συστηματική θεραπευτική αγωγή με κορτικοστεροειδή. Η ασφάλεια και η αποτελεσματικότητα του NASONEX® δεν έχουν μελετηθεί για χρήση στη θεραπεία μονοθηρικών πολυπόδων, πολυπόδων συνδεδεμένων με κυστική ίνωση ή πολυπόδων οι οποίοι απορροφούν εντελώς τις ρινικές κοιλότητες. Μονοθηρικοί πολυπόδες οι οποίοι είναι ασυνήθεις ή ανώμαλοι σε εμφάνιση, κυρίως εάν είναι ελκώδεις ή αιμορραγικοί, θα πρέπει να διερευνηθούν περαιτέρω. Ασθενείς που υποβάλλονται σε θεραπευτική αγωγή με κορτικοστεροειδή που πιθανόν να παρουσιάζουν ανασταλτικότητα θα πρέπει να προειδοποιηθούν για τον κίνδυνο έκθεσης σε ορισμένες μολύνσεις (π.χ. ανεμοβλογιά, ιλαρά) και για την σημασία της ιατρικής παρακολούθησης στην περίπτωση που εκτεθούν σ' αυτές. Υστερα από την χρήση ενδορινικών κορτικοστεροειδών, έχουν παύσει ανάλογα αναφέρει διάτρηση του ρινικού διαφράγματος ή αυξημένη ενδοοφθαλμική πίεση. Η αποτελεσματικότητα και η ασφάλεια του ρινικού εκνέφωματος NASONEX® για τη θεραπεία των ρινικών πολυπόδων σε παιδιά και εφήβους κάτω από 18 ετών δεν έχει τεκμηριωθεί. Μπορεί να παρατηρηθεί συστηματική δράση των ρινικών κορτικοστεροειδών, ιδιαίτερα στα υψηλές δόσεις που χορηγούνται για παρατεταμένες περιόδους. Καθυστέρηση της ανάπτυξης αναφέρθηκε σε παιδιά που έλαβαν ρινικά κορτικοστεροειδή στις εγκατεστημένες δόσεις. Συνιστάται τακτική παρακολούθηση του ύψους των παιδιών που λαμβάνουν παρατεταμένη θεραπεία με ρινικά κορτικοστεροειδή. Εάν παρατηρηθεί καθυστέρηση της ανάπτυξης, η θεραπευτική αγωγή θα πρέπει να επανεξεταστεί με στόχο τη μείωση της δόσης των ρινικών κορτικοστεροειδών, εάν αυτό είναι δυνατόν, στη χαμηλότερη δόση με την οποία διατηρείται ο αποτελεσματικός έλεγχος των συμπτωμάτων. Επιπλέον, θα πρέπει να ληφθεί υπ' όψη η παραγωγή του ασθενούς σε υδατικό περιβάλλον. Η θεραπεία με υψηλότερες από τις συνιστώμενες δόσεις μπορεί να έχει ως αποτέλεσμα κλινικά σημαντική καταστολή της λειτουργίας των επινεφριδίων. Εάν υπάρχουν ενδείξεις για χρήση υψηλότερων από τις συνιστώμενες δόσεις, τότε θα πρέπει να ληφθεί υπ' όψη η κλίση με επιπλέον σημαντικούς

χορηγούμενα κορτικοστεροειδή κατά τη διάρκεια των περιόδων stress ή προγραμματισμένων χειρουργικών επεμβάσεων. **ΑΝΕΠΙΘΥΜΗΤΕΣ ΕΝΕΡΓΕΙΕΣ:** Οι ανεπιθύμητες ενέργειες κατηγοριοποιούνται σύμφωνα με την Κατηγορία Οργάνου Συστήματος και τη συχνότητα. Οι κατηγορίες συχνότητας εμφάνισης ορίζονται σύμφωνα με την ακόλουθη σύμβαση: Πολύ συχνές (>1/10), Συχνές (>1/100, <1/10), ασυνήθεις (>1/1000, <1/100), σπάνιες (>1/10000, <1/1000), πολύ σπάνιες (<1/10000). Οι ανεπιθύμητες ενέργειες που σχετίζονται με τη θεραπευτική αγωγή και οι οποίες έχουν αναφερθεί κατά τη διενέργεια κλινικών μελετών για αλλεργική ρινίτιδα σε ενήλικες και εφήβους ασθενείς είναι οι εξής: Διαταραχές του αναπνευστικού συστήματος, του θώρακα και του μεσοθωρακίου: Συχνές: Ρινορραγία, φαρυγγίτιδα, αίσθημα ρινικού καύσου, ερεθισμός ριβίωνων, εξήλκωση ριβίωνων. Γενικές διαταραχές και καταστάσεις της οδού χορήγησης: Συχνή: Κεφαλαλγία. Η ρινορραγία ήταν γενικώς περιορισμένη και μέτριας σοβαρότητας και συνβίβ με μεγαλύτερη συχνότητα σε σχέση με το εικονικό φάρμακο (5%) αλλά σε σύγκριση η μικρότερη συχνότητα σε σύγκριση με τα ενεργά ρινικά κορτικοστεροειδή του ελέγχου τα οποία μελετήθηκαν (μέχρι 15%). Η συχνότητα όλων των άλλων ενεργειών ήταν σύγκριση με αυτή του εικονικού φαρμάκου. Στον παιδιατρικό πληθυσμό, η συχνότητα των ανεπιθύμητων ενεργειών, π.χ., ρινορραγία (6%), πονοκέφαλος (3%), ενόχληση στη μύτη (2%) και φτάνισμα (2%) ήταν σύγκριση με αυτή του εικονικού φαρμάκου. Σε ασθενείς που λαμβάνουν θεραπεία για ρινικούς πολυπόδες, η συνολική συχνότητα ανεπιθύμητων ενεργειών ήταν σύγκριση με αυτή του εικονικού φαρμάκου και παρόμοια με αυτή που παρατηρείται σε ασθενείς με αλλεργική ρινίτιδα. Οι σχετιζόμενες με τη θεραπεία ανεπιθύμητες ενέργειες αναφερόμενες σε ≥1% των ασθενών σε κλινικές μελέτες για πολυπόδες ήταν οι εξής: **NASONEX® ρινικό εκνέφωμα (200mcg μία φορά την ημέρα):** Διαταραχές του αναπνευστικού συστήματος, του θώρακα και του μεσοθωρακίου: Συχνές: Λοίμωξη ανώτερης αναπνευστικής οδού, ρινορραγία. Γενικές διαταραχές και καταστάσεις της οδού χορήγησης: Συχνή: Κεφαλαλγία. **NASONEX® ρινικό εκνέφωμα (200mcg δύο φορές την ημέρα):** Διαταραχές του αναπνευστικού συστήματος, του θώρακα και του μεσοθωρακίου: Ασυνήθεις: Λοίμωξη ανώτερης αναπνευστικής οδού, Πολύ συχνή: Ρινορραγία, Γαστρεντερικές διαταραχές: Συχνή: Ερεθισμός του φάρυγγα. Γενικές διαταραχές και καταστάσεις της οδού χορήγησης: Συχνή: Κεφαλαλγία. Σε ασθενείς που έλαβαν θεραπεία για αόξια παραρρινικόλη, η επίπτωση της ρινορραγίας για το NASONEX® ήταν 3,3% έναντι 2,6% για το εικονικό φάρμακο και παρόμοια με αυτή που παρατηρήθηκε για τους ασθενείς με αλλεργική ρινίτιδα που έλαβαν θεραπεία. Σπάνια, μπορεί να εμφανισθούν άμεσες αντιδράσεις υπερευαίσθησης, συμπεριλαμβανομένου του βρογχόσπασμου και της δύσπνοιας μετά την ενδορινική χορήγηση μονοδρόκης φουοικής μομεταζόνης. Πολύ σπάνια, αναφέρθηκαν αναφυλαξία και αγγειοόδημα. Διαταραχές της γύρας και της όσφρησης έχουν αναφερθεί πολύ σπάνια. Συστηματικές ενέργειες των ρινικών κορτικοστεροειδών μπορούν να εμφανισθούν, ιδιαίτερα όταν συνταγογραφούνται σε υψηλές δόσεις για παρατεταμένες περιόδους. **ΤΡΟΠΟΣ ΔΙΑΘΕΣΗΣ:** Φαρμακευτικό προϊόν για το οποίο απαιτείται ιατρική συνταγή. **ΚΑΤΟΧΟΣ ΤΗΣ ΑΔΕΙΑΣ ΚΥΚΛΟΦΟΡΙΑΣ:** MSD Α.Φ.Β.Ε.Ε., Αγίου Δημητρίου 63, 174 56 Αθήνα. **ΑΡΙΘΜΟΣ ΑΔΕΙΑΣ ΚΥΚΛΟΦΟΡΙΑΣ:** Ελλάδα 13824/97/6-4-98. **ΕΙΔΙΚΗ ΑΔΕΙΑ** Κυκλοφορίας στην Κύπρο 500595. **ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ ΕΚΔΟΣΗΣ ΤΗΣ ΠΡΩΤΗΣ ΑΔΕΙΑΣ:** Ελλάδα: 6 Απριλίου 1998, Κύπρος: Ειδική Άδεια Κυκλοφορίας: 9 Μαρτίου 2009. **ΗΜΕΡΟΜΗΝΙΑ (ΜΕΡΙΚΗΣ) ΑΝΑΘΕΩΡΗΣΗΣ ΤΟΥ ΚΕΙΜΕΝΟΥ:** Ελλάδα: 2 Ιουνίου 2011. Για την πλήρη περίληψη των χαρακτηριστικών του προϊόντος παρακαλούμε να απευθυνθείτε στην MSD Α.Φ.Β.Ε.Ε. Ελλάδα, Αγίου Δημητρίου 63, 174 56 Αθήνα, Τηλ.: 210 9897 300.

ΛΙΑΝΙΚΕΣ ΤΙΜΕΣ: 1FL: 12,05 €, 2FL: 22,12 €.

Βιβλιογραφία:

1. Berkowitz R.B. et al. Allergy Asthma Proc. 1999 May-Jun;20(3):167-72
2. Anolik R. et al. Ann Allergy Asthma Immunol. 2008;100(3):264-271
3. Περίληψη Χαρακτηριστικών Προϊόντος NASONEX®
4. Minshall E. et al. Otolaryngol Head Neck Surg. 1998;118(5):648-54
5. Derendorf H. Allergy 2008;63:1292-1300

Βασήσατε να γίνουν τα φάρμακα πιο ασφαλή:
Συμπληρώστε την "ΚΙΤΡΙΝΗ ΚΑΡΤΑ"
Αναφέρετε:

- ΌΛΕΣ τις ανεπιθύμητες ενέργειες για τα Νέα Φάρμακα [N].
- Τις ΣΟΒΑΡΕΣ ανεπιθύμητες ενέργειες για τα Γνωστά Φάρμακα.

επιχειρηματικά νέα



P2 PASARELLA srl

Συνέχιση της επιτυχημένης πορείας στην Ελλάδα

Η P2 Pasarella srl συνεχίζει την κατασκευή και την ανακαίνιση φαρμακείων σε όλη την Ελλάδα, δημιουργώντας επαγγελματικούς χώρους που ανταποκρίνονται στις πιο σύγχρονες απαιτήσεις, με νέες εξαιρετικά ανταγωνιστικές τιμές, προσαρμοσμένες στην τρέχουσα οικονομική πραγματικότητα.

Με έδρα το Desio του Μιλάνου (Ιταλία) και σε ένα υπερσύγχρονο ιδιόκτητο εργοστάσιο, η ιταλική εταιρεία P2 Passarella Srl. διακρίνεται για τη σύγχρονη αντίληψη του σχεδιασμού της, την ξεχωριστή ποιότητα κατασκευής, την υψηλή αισθητική, την εμπειρία και επαγγελματική αρτιότητα του ανθρώπινου δυναμικού της. Η εταιρεία Γ. Μαλούχος & Co, που αντιπροσωπεύει τα προϊόντα της P2 Passarella Srl. στην Ελλάδα, διευθύνεται από τον αρχιτέκτονα Γιώργο Μαλούχο, έναν επαγγελματία με εμπειρία και πλούσιο έργο στο χώρο του φαρμακείου από το 1992.

Πρωταρχικός στόχος της Γ. Μαλούχος & Co και της P2 Passarella Srl. είναι να εξακολουθήσουν να προσφέρουν και να υλοποιούν μια ολοκληρωμένη αρχιτεκτονική παρέμβαση, βασισμένη σε επιστημονικά τεκμηριωμένες προτάσεις και σε μεθόδους κατασκευής με προϊόντα υψηλής αισθητικής και εξαιρετικών ποιοτικών προδιαγραφών.



PASSARELLA srl
ARREDAMENTI FARMACIE

Αρχιτέκτων

Γ. ΜΑΛΟΥΧΟΣ & Co

Κατασκευές & εξοπλισμοί Φαρμακείων

BAUSCH+LOMB

Νέες κτηριακές εγκαταστάσεις

Η Bausch+Lomb Ελλάδος, ύστερα από 13 έτη παρουσίας στην ελληνική αγορά και στα πλαίσια ανάπτυξης και βελτίωσης των παρεχόμενων υπηρεσιών, μεταφέρθηκε από τις 3 Σεπτεμβρίου σε νέες εγκαταστάσεις.

Το νέο κτήριο βρίσκεται στο Κάτω Χαλάνδρι, επί της οδού Αποστολοπούλου 59B, και στεγάζει τα παρακάτω τμήματα: Vision Care, Χειρουργικό τομέα, Εξυπηρέτηση Πελατών, Οικονομική διεύθυνση και Κέντρο αποθήκευσης και διανομής φακών επαφής. Το κτήριο περιλαμβάνει, μεταξύ άλλων, ένα πλήρως εξοπλισμένο επίπεδο όπου θα λειτουργεί το εκπαιδευτικό κέντρο της Bausch+Lomb.

Πιο συγκεκριμένα, διαθέτει εκπαιδευτικό εφαρμοστήριο φακών επαφής, αίθουσα επιμορφωτικών σεμιναρίων, καθώς και εκπαιδευτικό κέντρο χειρουργικών επεμβάσεων. Σύντομα θα ανακοινωθεί το πρόγραμμα σεμιναρίων Vision Care για το 2013, στο οποίο θα μπορεί να συμμετάσχει κάθε ενδιαφερόμενος οπτικός.

Επιπλέον, στο κτήριο στεγάζεται το κέντρο αποθήκευσης και διανομής φακών επαφής, όπου φυλάσσονται και αποστέλλονται τα προϊόντα, σύμφωνα πάντα με τις παγκόσμιες προδιαγραφές της Bausch+Lomb.

Η είσοδος του κτηρίου

**ΓΕΡΟΥΛΜΑΤΟΣ INTERNATIONAL A.E.B.E.**

Διάθεση του αντιφθειρικού Resultz™

Η εταιρεία Γερολυμάτος International A.E.B.E. ανακοίνωσε ότι είναι ο νέος υπεύθυνος διάθεσης για το καινοτόμο αντιφθειρικό προϊόν Resultz™.

Το Resultz™ είναι ένα αντιφθειρικό προϊόν με κλινικά αποδεδειγμένη αποτελεσματικότητα στην εξουδετέρωση των ψειρών και την απομάκρυνση των κονιδίων χωρίς χημικά παρασιτοκτόνα, εξασφαλίζοντας αποτελεσματικότητα με 10 μόνο λεπτά εφαρμογής. Το δραστικό συστατικό isopropyl myristate του Resultz™ καταστρέφει το κέρινο περίβλημα των ψειρών, με αποτέλεσμα αυτές να αφυδατώνονται και έτσι να εξουδετερώνονται, ενώ με την επαναλαμβανόμενη χρήση του προϊόντος δεν αναπτύσσουν ανθεκτικότητα.

Η συσκευασία του περιέχει ειδική

χτένα για την αποτελεσματική αφαίρεση των ψειρών και των κονιδίων. Το προϊόν διατίθεται σε φιαλίδιο των 100ml και σε spray των 150ml.

**ΛΕΥΤΕΡΗΣ ΤΣΙΚΑΝΔΗΛΑΚΗΣ ΚΑΤΑΣΚΕΥΑΣΤΙΚΗ**

Σχεδιάζοντας το φαρμακείο του μέλλοντος

Με μεγάλη επιτυχία το αρχιτεκτονικό γραφείο Τσικανδηλάκης Λευτέρης και η «Λευτέρης Τσικανδηλάκης Κατασκευαστική» ολοκλήρωσαν το φαρμακείο Αλεξίου Μάνια στην Αθήνα.

Η κ. Αλεξίου δήλωσε: «Εκφράζω την απόλυτη ικανοποίησή μου για το αποτέλεσμα της πρόσφατης συνεργασίας μου με το αρχιτεκτονικό γραφείο του Λευτέρη Τσικανδηλάκη. Η πρωτοποριακή σχεδίαση, ο επαγγελματισμός, οι άμεσες και σωστές τεχνικές οδηγίες, ο έγκαιρος και αποτελεσματικός συντονισμός των συνεργείων και η συνεχής επίβλεψη των εργασιών οδήγησαν το εξαιρετικό αποτέλεσμα ενός νέου εντυπωσιακού φαρμακείου, το οποίο διακρίνεται για τη λειτουργικότητα και τη διαφορετικότητά του. Εξαιρετική επιλογή, που επιβεβαιώθηκε από το αποτέλεσμα της συνεργασίας μας».

Το αρχιτεκτονικό γραφείο Τσικανδηλάκης Λευτέρης και η «Λευτέρης Τσικανδηλάκης Κατασκευαστική» προσφέρουν λύσεις που εξασφαλίζουν άριστη ποιότητα, ακολουθούν πάντα το καινοτόμο και σύγχρονο σχεδιαστικό ύφος του αρχιτεκτονικού γραφείου και είναι προσαρμοσμένες οικονομικά στις απαιτήσεις των σημερινών δύσκολων εποχών. Συνεχίζοντας την επιτυχημένη πορεία τους, οι εργασίες στο φαρμακείο Τζωρακοελευθεράκης Κώστας στο κέντρο του Ηρακλείου Κρήτης ξεκίνησαν και το έργο θα ολοκληρωθεί στα πλαίσια του συμφωνημένου χρονοδιαγράμματος, με αισθητικό αποτέλεσμα που αντιπροσωπεύει τις επιθυμίες και την προσωπικότητα του κ. Τζωρακοελευθεράκη.

Τρισδιάστατη απεικόνιση του φαρμακείου Κώστα Τζωρακοελευθεράκη στο κέντρο του Ηρακλείου Κρήτης, όπως θα είναι μετά την ολοκλήρωση των κατασκευαστικών εργασιών.



HYDROVIT

HEALTHCARE

Anti-Acne® line

Νέα ολοκληρωμένη φροντίδα
για την καθημερινή αντιμετώπιση
της ακμής και της λιπαρότητας



HYDROVIT ANTI-ACNE WASH | 150ml

Καθημερινό καθαριστικό για λιπαρά με τάση ακμής και ακνεϊκά δέρματα.

Ιδιότητες:

- Ρύθμιση υπερέκκρισης σμήγματος
- Μείωση πόρων (μαύρα στίγματα)
- Αναστολή της δράσης του P. acnes
- Αντιμικροβιακή, αντιφλεγμονώδης και αντιοξειδωτική δράση
- Ενυδατικές, επουλωτικές και καταπραυντικές ιδιότητες
- Χρησιμοποιείται σε θυλακίτιδες, ιδρώες, ιδρωταδενίτιδες



HYDROVIT ANTI-ACNE LOTION | 200ml

Καθημερινή, δροσερή, μη λιπαρή λοσιόν, ιδανική για λιπαρά με τάση ακμής και ακνεϊκά δέρματα.

Ιδιότητες:

- Ρύθμιση υπερέκκρισης σμήγματος
- Μείωση πόρων (μαύρα στίγματα)
- Αναστολή της δράσης του P. acnes
- Αντιμικροβιακή, αντιφλεγμονώδης και αντιοξειδωτική δράση
- Ενυδατικές, επουλωτικές και καταπραυντικές ιδιότητες
- Χρησιμοποιείται σε θυλακίτιδες, ιδρώες, ιδρωταδενίτιδες



HYDROVIT ANTI-ACNE CREAM | 50ml

Κρέμα για την καθημερινή αντιμετώπιση της ακμής και της λιπαρότητας.

Ιδιότητες:

- Ρύθμιση υπερέκκρισης σμήγματος
- Μείωση πόρων (μαύρα στίγματα)
- Αντιφλεγμονώδης και αντιβακτηριακή δράση
- Αναστολή της δράσης του P. acnes
- Ενυδατικές και καταπραυντικές ιδιότητες
- Χρησιμοποιείται σε θυλακίτιδες, ιδρώες, ιδρωταδενίτιδες

Η HYDROVIT Anti-Acne® Line:

Είναι κατάλληλη για παιδιά και ενήλικες

Είναι συμβατή με φαρμακευτική αγωγή

Δεν ξηραίνει και δεν ερεθίζει
την επιδερμίδα

Δεν προκαλεί φωτοευαισθησία

Δερματολογικά ελεγμένα + Διατίθενται μόνο στα φαρμακεία

Έδρα: Μενάνδρου 54, 104 31 Αθήνα, τηλ.: 210 5224830, fax: 210 5224838

Υποκατάστημα: Πρωτομαγιάς 17, 543 52 Κωνσταντινοπολίτικα Θεσ/νίκη, τηλ. & fax: 2310 942896
e-mail: info@targetpharma.gr, http://www.targetpharma.gr

**PAUL HARTMANN
HELLAS A.E.**

Κυκλοφορία
του νέου καταλόγου
προϊόντων φαρμακείου



Η Paul Hartmann Hellas A.E. σε συνεργασία με την εταιρεία Κώστας Α. Παπαέλληνας (Ελλάς) Α.Ε.Β.Ε., τον αποκλειστικό της συνεργάτη πώλησης-διανομής στο χώρο του φαρμακείου, κυκλοφόρησε τον νέο κατάλογο προϊόντων φαρμακείου στην ελληνική αγορά. Ο κατάλογος περιλαμβάνει ολοκληρωμένη γκάμα στις παρακάτω κατηγορίες προϊόντων:

- γαζοεπιδεσμικά προϊόντα
- επίθεματα τραυμάτων
- φαρμακεία Πρώτων Βοηθειών
- θερμόμετρα-πιεσόμετρα
- αισθητική υγιεινή
- προϊόντα ακράτειας
- περιποίηση δέρματος
- φροντίδα ασθενών
- προϊόντα πρόληψης κινδύνου (χειρουργείου)

Για παραγγελίες, επίσκεψη στο χώρο σας και τυχόν ερωτήσεις, μη διστάσετε να έρθετε σε επαφή με το συνεργάτη της Κώστας Α. Παπαέλληνας (Ελλάς) Α.Ε.Β.Ε. που σας εξυπηρετεί.

ΤΟΜΕΑΣ ΔΙΑΒΗΤΗ BAYER HELLAS

Ολοκληρώθηκε με επιτυχία ο 1ος κύκλος εκπαιδευτικών σεμιναρίων

Ο 1ος κύκλος σεμιναρίων του Τομέα Διαβήτη της Bayer Hellas με θέμα «Η Αξία της Αυτομέτρησης και ο Ρόλος του Φαρμακοποιού στη Διαχείριση του Διαβήτη», που πραγματοποιήθηκε σε πέντε πόλεις της Ελλάδας –Αθήνα, Θεσσαλονίκη, Λάρισα, Ηράκλειο και Πάτρα– ενημέρωσε περισσότερους από 400 φαρμακοποιούς και βοηθούς φαρμακείων το διάστημα Μαΐου-Ιουνίου.

Το πρώτο μέρος του σεμιναρίου περιλάμβανε γενική επισκόπηση της ασθένειας από εξειδικευμένο γιατρό ενδοκρινολόγο, με εισαγωγή στη φυσιολογία, στην ταξινόμηση, στα συμπτώματα και στις επιπλοκές του διαβήτη τύπου 1 και 2 αλλά και κύησης. Ακολούθησε ενημέρωση για τη θεραπευτική αντιμετώπιση του διαβήτη, υπογραμμίζοντας τα οφέλη της σωστής διατροφής, της άσκησης, της φαρμακευτικής αγωγής και της αξίας της αυτομέτρησης.

Το δεύτερο μέρος του σεμιναρίου περιλάμβανε ανάλυση των συστημάτων αυτομέτρησης, χρήσιμες και πρακτικές συμβουλές για το σωστό τρόπο μέτρησης και παρουσίαση των νέων καινοτόμων προϊόντων και υπηρεσιών του τομέα διαβήτη της Bayer Hellas.

**PHARMA CENTER S.A.**

10 χρόνια παρουσίας της Health Aid στα ελληνικά φαρμακεία

Το 2003 ο Σπύρος Τερζόπουλος έχοντας ολοκληρώσει 2 επιτυχημένες δεκαετίες (1982-2002) παρουσίας στην αγορά των συμπληρωμάτων διατροφής, πρωτοστατώντας πάλι στις εξελίξεις, δημιουργεί την νέα επιχειρηματική του δραστηριότητα, εισάγοντας στην Ελλάδα τη γνωστή αγγλική σειρά Health Aid Vitamin Supplements.

Σήμερα η Health Aid έχει καθιερωθεί στα ελληνικά φαρμακεία ως η πιο αξιόπιστη και πλήρης σειρά συμπληρωμάτων διατροφής, με ολοκληρωμένη κατηγοριοποίηση που ικανοποιεί όλες τις ανάγκες του σύγχρονου φαρμακείου αλλά και των καταναλωτών. Η Pharma Center έθεσε και πέτυχε σαν στόχο να γίνει κέντρο προϊόντων φαρμακείου, με αποκλειστικό σημείο πώλησης μόνο τα φαρμακεία, όπως προβλέπει και η νομοθεσία του Ε.Ο.Φ. για τα συμπληρώματα διατροφής. Η εταιρεία στεγάζεται σε ιδιόκτητες εγκαταστάσεις στην Γλυφάδα, που ο ίδιος ο Σπύρος Τερζόπουλος δημιούργησε σαν

πρότυπο κέντρο εμπορίας ΜΗ.ΣΥ.ΦΑ., όπου στεγάζονται όλες οι διοικητικές υπηρεσίες, το τμήμα μάρκετινγκ και το τμήμα πωλήσεων.

Ο ιδρυτής της Pharma Center, Σπύρος Τερζόπουλος



Health Aid

Πλήρης Προβιοτική Ισορροπία για όλους



CranProbio για γυναίκες

Ειδικό για γυναίκες με **3 είδη Προβιοτικών (5 δις)**, Κράνμπερυ & Γκρέιφφρουτ, με φυσικές αντιβακτηριακές ιδιότητες, βοηθά στις μυκητιάσεις, κυστίτιδες & καντινιδιασείς. Δεν αφήνει τα μικρόβια να προσκολληθούν στα τοιχώματα της ουροδόχου κύστης και διατηρεί την ισορροπία της κολπικής χλωρίδας.

ImmuProbio για άμυνα

Συνδυασμός με **50 δις από 10 διαφορετικά προβιοτικά**, για αναπλήρωση των φιλικών βακτηρίων και την υγεία του ανοσοποιητικού. Προλαμβάνει τις διαταραχές της εντερικής χλωρίδας από την λήψη φαρμάκων (αντιβιοτικών κ.ά), μειώνει την διάρροια ή την δυσκοιλιότητα και βελτιώνει την απορρόφηση των διατροφικών συστατικών. Αποτελείται από ειδικά στελέχη, που δεν καταστρέφονται από τα οξέα του στομάχου.

KIDZProbio για παιδιά

Προβιοτικά **2 δις με βιταμίνες A, C, D & E** για τη διατήρηση υγιούς πεπτικού των παιδιών. Συνιστάται μαζί με τα αντιβιοτικά, γιατί καταστρέφουν την ισορροπία της εντερικής χλωρίδας, για μείωση της διάρροιας & στη δυσανεξία στη λακτόζη. Για παιδιά **1 έτους & άνω, με υπέροχη γεύση βατόμουρου**.

HEALTH AID LTD - Marlborough Hill, Harrow, London, England

Μασώμενες
Ταμπλέτες



PHARMA CENTER
Υγεία • Φροντίδα • Ομορφιά

Τηλ.: 210 9604511
www.pharmacenter.gr


HealthAid
VITAMIN SUPPLEMENTS

FARMECO A.E.

Συμμετοχή στη διεθνή έκθεση Eurasia 2012

Το περίπτερο της Farmeco A.E. στην Eurasia 2012



Η εταιρεία προηγμένων δερμοκαλλυντικών Farmeco A.E. δι-εύρυνε την προβολή της στις διεθνείς εκθέσεις, συμμετέχοντας φέτος για πρώτη φορά στη Beauty Eurasia, που πραγματοποιήθηκε στις 14-16 Ιουνίου στην Κωνσταντινούπολη.

Το προσεγμένο και κομψό περίπτερό της Farmeco A.E. επισκέφτηκαν επαγγελματίες και συνεργάτες από όλες τις χώρες της ευρύτερης περιοχής, όπως το Ιράν, το Ιράκ, το Αζερμπαϊτζάν, η Συρία, η Γεωργία και η Τουρκία.

Ιδιαίτερα ενδιαφέρουσα ήταν η παρουσίαση των νέων προϊόντων Coverderm. Στη σειρά Camouflage προστέθηκε η αδιάβροχη μάσκα Perfect Lashes, ενώ το ενδιαφέρον κέντρισαν τόσο το 24ωρο make-up σώματος Perfect Legs fluid, όσο και το νέο αντλιακό Filteray Body Plus Deep Tan Spray, που επιταχύνει το μαύρισμα κατά 65% σε 11 μόνο ημέρες.

Η παρουσία της Farmeco A.E. στην έκθεση στέφτηκε με επιτυχία και η εταιρεία ανανέωσε το ραντεβού της για το 2013, υποσχόμενη ακόμη μεγαλύτερη ανάπτυξη.

www.sirtarieres.com

TH. KOHL | WILLACH | HUWILL | HAFELLE
WILLACH FAMA 7007 ΚΑΙΝΟΥΡΓΙΕΣ

γερμανικές συρταριέρες φαρμάκων

- 1,40 - 2,10cm ύψος, 70 - 1,20cm βάθος, 40cm πλάτος
- αποτελούμενες από 12 μονά και 2 διπλά συρτάρια

πωλούνται
στην τιμή των **1000€**
η στήλη

Παρέχουμε **συντήρηση** και **ανταλλακτικά**
για όλες τις συρταριέρες, αλλά και οτιδήποτε
άλλο αφορά τον **εξοπλισμό φαρμακείου**

«ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΣΟΦΙΑ: Η ΓΗ ΚΑΙ ΟΙ ΑΝΘΡΩΠΟΙ»

Νέο βιβλίο από τον πρόεδρο και διευθύνοντα
σύμβουλο της Hartmann, Πάνο Κορωνάκη-Rolf

Το νέο λεύκωμα του Δρ Πάνου Κορωνάκη-Rolf, προέδρου και διευθύνοντα συμβούλου της Hartmann, και της φιλόλογου Μαρίας Μπατζίνη «Ελληνική σοφία: η γη και οι άνθρωποι» κυκλοφόρησε πρόσφατα από τις εκδόσεις Τόπος. Οι συγγραφείς αναφέρουν: «Η ελληνική γη εμπνέει τη δημιουργία. Αυτό το λεύκωμα αναδεικνύει τη σχέση της Ελλάδας με τους ανθρώπους της. Τον ελληνικό Τόπο και τον ελληνικό Λόγο. Ο τόμος περιέχει πάνω από εκατόν πενήντα επιλεγμένα γνωμικά και αποφθέγματα Ελλήνων φιλοσόφων, συγγραφέων, καλλιτεχνών, ποιητών, πολιτικών, επιστημόνων και επιχειρηματιών από την αρχαιότητα μέχρι σήμερα. Συγκροτεί έτσι ένα ενδιαφέρον δείγμα της ελληνικής σοφίας, αλλά, ταυτόχρονα, και μια πλούσια φωτογραφική αποτύπωση της ελληνικής γης και των ανθρώπων της».

Ο Δρ Πάνος Κορωνάκης-Rolf και η Μαρία Μπατζίνη έχουν ήδη συυπογράψει τις εκδόσεις «Η Αρχαία Ελλάδα και ο Σύγχρονος Μάνατζερ» (2009) και «Εν Δελφοίς Σοφία: Τα παραγγέλματα των επτά σοφών» (2011).



Επισκεφθείτε το καινούργιο μας site στο...

Home - Medonshelf | Επιπλώση | ανακα...

www.medonshelf.com



Most Visited Getting Started Suggested Sites Web Slice Gallery



ΑΡΧΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΚΑΤΑΣΤΗΜΑΤΑ ΠΡΟΪΟΝΤΑ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ ΤΑ ΝΕΑ ΜΑΣ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ

ΜΕΛΕΤΑΜΕ, ΣΧΕΔΙΑΖΟΥΜΕ ΚΑΙ ΥΛΟΠΟΙΟΥΜΕ ΦΑΡΜΑΚΕΙΑ
ΜΕ ΓΝΩΜΟΝΑ ΤΗΝ ΠΟΙΟΤΗΤΑ, ΤΗΝ ΛΕΙΤΟΥΡΓΙΚΟΤΗΤΑ
ΚΑΙ ΤΟ ΜΟΝΑΔΙΚΟ ΥΦΟΣ, ΣΕ ΕΡΓΟΣΤΑΣΙΑΚΕΣ ΤΙΜΕΣ

Γιατί ο στόχος μας είναι να αυξήσουμε τις πωλήσεις σας



ΠΟΙΟΤΗΤΑ ΟΙΚΟΝΟΜΙΑ ΑΞΙΟΠΙΣΤΙΑ



ΜΕΛΕΤΗ



ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ



ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ



ΚΑΤΑΣΚΕΥΗ

Η ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΥ ΦΑΡΜΑΚΕΙΩΝ MEDONSHelf
ΙΩΑΝΝΗΣ ΚΟΥΤΣΙΟΥΚΟΣ ΜΟΝ ΕΠΕ ΠΡΟΣΦΕΡΕΙ
ΤΟΝ ΗΛΕΚΤΡΟΝΙΚΟ ΣΤΑΥΡΟ 3D LED ΣΤΗΝ ΤΙΜΗ ΤΩΝ
1.950 € + ΦΠΑ (ΧΩΡΙΣ ΕΞΟΔΑ ΤΟΠΟΘΕΤΗΣΗΣ)



MEDONSHelf ΔΡΑΜΑΣ 54-ΑΘΗΝΑ ΤΚ 10444
ΤΗΛ. 2105134014 ΦΑΞ. 2105134436 ΚΙΝ. 6974913143

E-mail: info@medonshelf.com
Website: www.medonshelf.com

Ένας Τρόπος Ζωής

ΠΟΥ ΑΝΑΝΕΩΝΕΙ ΚΑΙ ΕΝΔΥΝΑΜΩΝΕΙ ΤΟ ΣΩΜΑ,
ΤΟ ΠΝΕΥΜΑ ΚΑΙ ΤΗ ΔΙΑΘΕΣΗ

The Callanetics Exercise Method

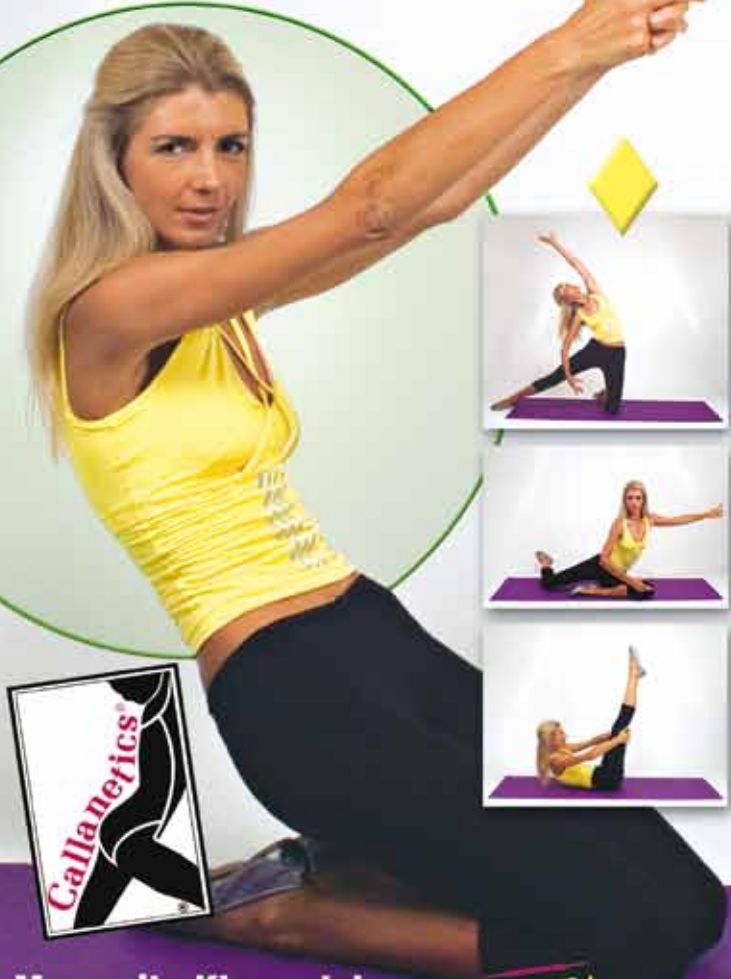
Η Μέθοδος Εκγύμνασης Callanetics είναι μια μοναδική μέθοδος αναερόβιας άσκησης η οποία έχει αναγνωριστεί ως ένας από τους καλύτερους τρόπους μυϊκής τόνωσης.

Το Callanetics είναι ένα επαναστατικό πρόγραμμα εκγύμνασης μηδενικής κρούσης (δηλαδή χωρίς κραδασμούς) που τονώνει και συσφίγγει το κορμί σας.

Οι ασκήσεις αποτελούνται από μικρές, ανεπαίσθητες κινήσεις που δεν τραντάζουν ή πιέζουν, κι επομένως δεν καταπονούν τις αρθρώσεις σας. Οι ασκήσεις είναι σχεδιασμένες να δουλεύουν στους μείζονες μυς του σώματος, και σε μεγάλο βάθος των μυϊκών ινών, χωρίς να τους κάνουν ογκώδεις.

Πρόκειται για ένα πλήρες, ολοκληρωμένο πρόγραμμα που θα επαναφέρει το σώμα σας στη σφιχτή, σφριγηλή και νεανική του μορφή - και ταυτόχρονα θα προστατεύει και τη μέση σας.

Οι ασκήσεις Callanetics ισοδυναμούν με επτά ώρες συμβατικής γυμναστικής ή με είκοσι ώρες αερόμπικ.



Margarita Khraputskaya

Τηλ. 6977-782789
www.callanetics.com

ΑΜΕΣΑ
ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ
ΜΕ ΤΙΣ ΠΡΩΤΕΣ
ΣΥΝΑΙΝΗΤΕΙΣ

110 επιχειρηματικά νέα

FREZYDERM

frezyderm-orders.gr: νέο e-shop για online παραγγελίες

Η Frezyderm για την πιο άμεση εξυπηρέτηση των καθημερινών αναγκών των φαρμακείων δημιούργησε το νέο site www.frezyderm-orders.gr, στο οποίο οι φαρμακοποιοί θα μπορούν να παραγγέλνουν τα προϊόντα της εταιρείας. Το site έχει ευχάριστο και λειτουργικό περιβάλλον και ο επισκέπτης, εκτός από την εύκολη εύρεση προϊόντων και την άμεση εκτέλεση της παραγγελίας του, μπορεί παράλληλα να ενημερώνεται για τα νέα και τις προσφορές της εταιρείας. Δυνατότητα παραγγελίας έχουν μόνο φαρμακεία που βρίσκονται στην Ελληνική επικράτεια.



K-PROVOLI

Διοργάνωση του 12ου PHARMA point

Ο Φαρμακευτικός Σύλλογος Θεσσαλονίκης διοργανώνει και φέτος το PHARMA point, στις 13-14 Οκτωβρίου 2012, στο Συνεδριακό Κέντρο «Ι. Βελλίδης» στη Θεσσαλονίκη, υπό την αιγίδα του Πανελληνίου Φαρμακευτικού Συλλόγου, με θέμα «Φάρμακο, φαρμακευτική περίθαλψη και φαρμακείο στην Ελλάδα του 2012».

Στο πλαίσιο του συνεδρίου θα πραγματοποιηθούν συζητήσεις για τα νέα δεδομένα στον χώρο του φαρμάκου, της φαρμακευτικής περίθαλψης και του φαρμακείου, όπως διαμορφώνονται στην Ελλάδα του 2012, και στην Ευρωπαϊκή Ένωση των 27. Επιπλέον, κατά τη διάρκεια των εργασιών του συνεδρίου θα συζητηθούν θέματα που αφορούν την επιστημονική έρευνα και τα νέα δεδομένα στην ανάπτυξη νέων φαρμάκων.

Τέλος, στο συνεδριακό κέντρο «Ι. Βελλίδης» θα λειτουργήσει έκθεση όπου οι εταιρείες-εκθέτες θα έχουν τη δυνατότητα για πιο ουσιαστική επαφή με χιλιάδες φαρμακοποιούς και συμμετοχή στην προσπάθεια τόνωσης της φαρμακευτικής αγοράς. Μεγάλος χορηγός του συνεδρίου είναι η εταιρεία Φάρμασερβ-Λίλλυ. Χορηγοί επικοινωνίας του συνεδρίου είναι η εφημερίδα «Μακεδονία», τα περιοδικά «Με Υγεία» και «Φαρμακευτικό Δελτίο», το Health Daily και το pharmacorner.gr.



12. PHARMA point

13-14 Οκτωβρίου 2012 - Συνεδριακό Κέντρο «Ι. Βελλίδης», Θεσσαλονίκη

Ενισχύστε τις πωλήσεις σας!

+Pharma Card



Η εμπορική λύση για το **φαρμακείο** Κάρτα πιστότητας πελάτη από την **K•Provoli**

www.pharmacard.gr

Επιλέξτε την κάρτα παροχών και προνομίων **PharmaCard**
και προσφέρετε στους πελάτες σας:

- Παροχές και εκπτώσεις του **φαρμακείου** σας σε παραφάρμακα και καλλυντικά.
- Ειδικά **προνόμια** και **εκπτώσεις** σε **συνεργαζόμενες επιχειρήσεις** όπως*:



*Ο κατάλογος των συνεργαζόμενων επιχειρήσεων διευρύνεται συνεχώς



Τηλ: 210 2715032, fax: 210 2714437
e-mail: pharmacard@kprovoli.gr, www.pharmacard.gr

Στα 28 του χρόνια, τον βρίσκουμε στο οικογενειακό φαρμακείο στο Νέο Ηράκλειο, την ίδια στιγμή που η παράλληλη παρουσία του στην εναλλακτική μουσική σκηνή συγκεντρώνει τα ενθουσιώδη σχόλια μουσικόφιλων και κριτικών.

Το συγκρότημα Baby Guru, στο οποίο είναι μέλος μαζί με τους παιδικούς του φίλους Γιάννη Καρρά και Άξιο Ζαφειράκο, χαρακτηρίζεται από πολλούς ως ένα από τα καλύτερα ελληνικά συγκροτήματα των τελευταίων ετών, έχοντας ηχογραφήσει δύο δίσκους και μετρώντας πολλά live σε όλη την Ελλάδα.

Ο Γιώργος Δημάκης μας μίλησε για το παρόν και το μέλλον του συγκροτήματος, αλλά και για το πώς η «αξιοπρεπής, καθαρή, αλλά και λίγο στατική και συντηρητική» δουλειά του φαρμακοποιού συνδυάζεται με τις εξαντλητικές πρόβες, τα νυχτερινά live και την προοπτική μιας καριέρας στη μουσική...



Γιώργος Δημάκης

Ο Prins Obi, οι Baby Guru και μια seventies ματιά στη μουσική

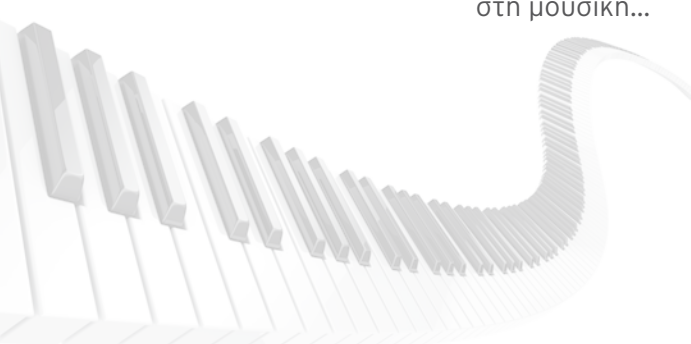
Η παρουσία σου στα μουσικά πράγματα συνοδεύεται από το ψευδώνυμο Prins Obi. Γιατί αυτό;

Θα έλεγα ότι το ψευδώνυμο κάπως σε απελευθερώνει και σε βάζει σ' ένα ρόλο, ότι τώρα κάνεις μουσική· ξεχνάς την καθημερινότητά σου, τη ρουτίνα, και μπορείς πια να δημιουργήσεις πιο ελεύθερα. Οι Baby Guru είναι κι ένας τρόπος να ξεφεύγουμε από την καθημερινότητά μας.

Άλλωστε αυτό είναι η τέχνη για μένα. Είναι αυτό που μπορεί έστω και για λίγο να σε κάνει κάτι άλλο, να σε στείλει κάπου αλλού.

Ποια είναι η θέση της τέχνης, της μουσικής εν προκειμένω, στη ζωή σου;

Γενικά έχω ασχοληθεί αρκετά με τη μουσική. Παίζω πιάνο από μικρό παιδάκι, από δευτέρα-τρίτη δημοτικού. Αργότερα πήρα το πτυχίο στο πιάνο και τώρα τελειώνω και φωνητική.



Όσο ήμουνα στο λύκειο, έμπλεξα με συγκροτήματα, κάτι που συνέχισα σε όλα τα φοιτητικά μου χρόνια. Τότε, στο σχολείο, παίζαμε με τα ίδια παιδιά που είμαστε τώρα στο συγκρότημα. Μετά διαλυθήκαμε, κάναμε κάποια άλλα σχήματα και ξαναβρεθήκαμε πριν από δυόμισι χρόνια, όπου ξεκινήσαμε για πλάκα, για να θυμηθούμε τα παιδικά μας χρόνια, να δοκιμάζουμε ιδέες, και βλέπαμε ότι έβγαιναν αβίαστα πολλά κομμάτια. Υπήρξε μια άλφα απήχηση της δουλειάς μας και το συνεχίσαμε.

Τι μουσική παίζετε;

Θα μπορούσα να πω ότι είναι ένα κράμα ψυχεδελο-kraut-ροκ, πολύ επηρεασμένο από τα seventies.

Γενικά τα ακούσματά σου ποια είναι;

Ακούω πάρα πολλά και διαφορετικά πράγματα, όπως και τα άλλα δύο παιδιά στο συγκρότημα. Έχουμε μια εμμονή με τα sixties και τα seventies, την ψυχεδέλεια, το progressive. Μας αρέσουν τα αφρικάνικα κρουστά, η πρώιμη ηλεκτρονική μουσική, η γερμανική πειραματική σκηνή του '70, το λεγόμενο kraut rock. Μας αρέσουν πολλά πράγματα και συνεχώς ακούμε μουσική, ο καθένας μόνος του, αλλά και όλοι μαζί καθόμαστε και κάνουμε ακροάσεις, γιατί αυτό διαμορφώνει μια κοινή αισθητική βάση στην μπάντα.

Γενικά, μπορώ να πω ότι στη ζωή μου μού αρέσουν δύο βασικά πράγματα: ν' ακούω δίσκους και να γράφω δίσκους.

Πες μας λοιπόν για αυτό το δεύτερο σκέλος.

Πριν από ενάμιση χρόνο βγήκε το πρώτο άλμπουμ των Baby Guru, το ντεμπούτο μας και τώρα μόλις έχει κυκλοφορήσει το δεύτερό μας άλμπουμ, το «Pieces». Όλες οι εγγραφές γίνονται στο χώρο που χρησιμοποιούμε σαν στούντιο, στο υπόγειο του ντράμερ μας, που το έχουμε διαμορφώσει γι' αυτή τη χρήση. Μας είναι πολύ εύκολο, γιατί μένουμε κοντά όλοι. Είναι πολύ μεγάλη πολυτέλεια όποτε σου έρχεται η έμπνευση να μπορείς να έχεις το στούντιο. Δεν χρειάζεται να περιοριστείς, να πεις ότι πρέπει να δουλέψουμε π.χ. 8:00-10:00, όπως σ' ένα επαγγελματικό στούντιο. Και επειδή πήγε καλά το πρώτο άλμπουμ, μας βοήθησε η δισκογραφική μας, η Inner Ear, να πάρουμε ακριβότερα μηχανήματα κι έτσι πια έχουμε εξοπλιστεί ακόμα καλύτερα.

Γράφετε πάντα οι τρεις σας;

Ναι, είναι η ίδια σύνθεση που έχουμε και στα live. Βέβαια στο στούντιο είναι πιο ελεύθερα τα πράγματα. Παίζουμε πολλά όργανα ο καθένας, δεν υπάρχουν σαφείς ρόλοι. Τώρα, αν κάποια στιγμή χρειαστούμε ορχήστρα θα φέρουμε κι άλλους.

Στο live, βέβαια, κάνει ο καθένας αυτό που κάνει καλύτερα: εγώ είμαι στη φωνή και τα πλήκτρα, ο Άξιος στο μπάσο και ο Γιάννης στα ντραμς.

Στο δεύτερο άλμπουμ, μας βοήθησε στα φωνητικά και μια πολύ καλή μας φίλη, η Χριστίνα Κοζυράκη, που είναι

πλέον και το ανεπίσημο τέταρτο μέλος της μπάντας. Θα μας βοηθάει από εδώ και πέρα και στα live, όπου θα παίζει κρουστά και θα κάνει και κάποια φωνητικά.

Πώς γράφετε τα κομμάτια;

Το πρώτο άλμπουμ γράφτηκε πιο πολύ από τζαμαρίσματα, δεν ετοίμαζε κανένας τίποτα από πριν. Ξεκινούσαμε κάθε απόγευμα μετά τις δουλειές μας δοκιμάζοντας μια ιδέα και το βράδυ είχε διαμορφωθεί ένα τρακ. Το «Pieces» είναι πιο δομημένο, έχει πέσει πιο πολλή δουλειά στη σύνθεση και στην ενορχήστρωση.

Παράλληλα έχουμε αναλάβει και τον τομέα της παραγωγής. Δεν υπάρχει δηλαδή παραγωγός από πάνω μας να μας λέει τι να κάνουμε. Μόνο στο τέλος πια της ηχογράφησης γίνεται ένα mastering από την εταιρεία, για να στέκεται καλύτερα ο ήχος στα κοινά στερεοφωνικά. Μέχρι και τη μεξή όμως την κάνουμε εμείς.

Στα κομμάτια σας χρησιμοποιείτε αγγλόφωνους στίχους. Γιατί αυτό;

Γιατί μεγαλώσαμε ακούγοντας αυτό το είδος μουσικής, όχι για κάποιο άλλο λόγο. Μας άρεσε. Αν προέκυπτε και κάτι με ελληνικό στίχο δεν θα το σνομπάρουμε, απλώς μεγαλώσαμε μ' αυτά.

Η αλήθεια για τους στίχους είναι ότι στο πρώτο άλμπουμ κυριαρχούσε πολύ ο ντανταϊσμός. Δηλαδή πολλές φορές, επειδή δεν ετοιμάζαμε τίποτα από πριν, την ώρα που γράφαμε το κομμάτι, μου ερχόντουσαν επί τόπου οι μελωδίες της φωνής και ό,τι σκεφτόμουν το έγραφα σ' ένα χαρτί και τα έλεγα. Πολλές φορές μάλιστα δεν έλεγα τίποτα, ήταν απλά συλλαβές, ρυθμικά pattern για να στηρίξω τις νότες.



Τα μέλη των Baby Guru. Από αριστερά: ο Γιάννης Καρράς, ο Γιώργος Δημάκης και ο Άξιος Ζαφειράκος



Το «Pieces» έχει πιο πολλούς στίχους, έχει κι ένα χαλαρό θεματικό άξονα. Αναφέρεται κατά κάποιον τρόπο στον ήλιο και την επίδρασή του στη ζωή των ανθρώπων, για το πώς στέκει ως σύμβολο ελπίδας και αναγέννησης.

Ποιος επιμελείται το εικαστικό μέρος;

Τα δύο επίσημα κλιπ τα που έχουν βγει τα έχει επιμεληθεί ένας κολλητός φίλος, ο Βασίλης Κατσούμπης, σκηνοθέτης, με το ψευδώνυμο «Ντιπ για ντιπ». Ως προς τις φωτογραφίες, θα δουλεύουμε από εδώ και πέρα σταθερά με μια φίλη, την Ευτυχία Βλάχου, η οποία θα κάνει και όλη τη φωτογράφιση για το δεύτερο άλμπουμ. Ένας άλλος φίλος, ο Δημήτρης Παπαδάτος, σχεδίασε το artwork αυτού του δεύτερου δίσκου, το οποίο μας άρεσε πάρα πολύ, και λέμε να αναλάβει αυτός το art direction από εδώ και πέρα.

Θέλουμε δηλαδή να έχουμε μια σφικτή ομάδα, να είμαστε μόνο εμείς και να μην εμπλέκονται καθόλου εξωτερικοί παράγοντες. Δεν είναι ότι δεν εμπιστευόμαστε την εταιρεία μας, η οποία έχει πολύ καλή αισθητική, αλλά μας αρέσει να έχουμε απόλυτο

έλεγχο σε ό,τι κάνουμε, να βάζουμε τη δική μας αισθητική σε όλα τα επίπεδα.

Σε επίπεδο ζωντανών εμφανίσεων, πώς έχετε κινηθεί μέχρι τώρα;

Έχουμε παίξει σ' αρκετά μέρη σ' όλη την Ελλάδα, και σε πολλά gigs στην Αθήνα. Έχουμε παίξει στο Bios, στο Gagarin 205, στο K44, στο Six D.O.G.S. και σ' άλλα venues. Γενικά ως τώρα έχουμε αρκετά καλή απήχηση. Έχουμε κόσμο που ενδιαφέρεται πολύ για μας, κι αυτό μας τιμάει, μας δίνει δύναμη να βελτιωθούμε και να κάνουμε ακόμη καλύτερα πράγματα.

Από 'κει και πέρα, υπάρχει ένα ενδεχόμενο –το λέω με μεγάλη επιφύλαξη– να δοκιμάσουμε την τύχη μας στο εξωτερικό με το δεύτερο άλμπουμ. Μπορεί δηλαδή να κανονιστεί αρχικά μια ολιγοήμερη περιοδεία στην Ευρώπη, και στη συνέχεια βλέπουμε.

Μπορεί όλο αυτό να συνδυαστεί με τη δουλειά σου στο φαρμακείο;

Είναι αρκετά δύσκολο. Προκύπτουν gigs, κάνεις πρόβες για να ηχογραφήσεις, η μπάντα έχει γενικά πολλή δουλειά. Αν θέλεις να κάνεις κάτι σωστό και σοβαρό θέλει δουλειά σ' όλα τα επίπεδα.

Από την άλλη, το φαρμακείο είναι μια δουλειά που θέλει χρόνο –να 'ναι καλά και η μητέρα μου που, όντας κι αυτή φαρμακοποιός, με διευκολύνει με το ωράριο–, θέλει να αφοσιωθείς, να είσαι ευγενικός και ώρες-ώρες είναι λίγο δύσκολο να ανταποκριθείς όπως πρέπει αν π.χ. είχες ένα κουραστικό live το βράδυ κλπ. Όμως σου φέρνει και μια ισορροπία, γιατί βλέπεις και την άλλη πλευρά της ζωής.

Δηλαδή;

Άλλο είναι να βγαίνεις το βράδυ και να κάνεις live, να ηχογραφείς, να συναναστρέφεσαι μουσικούς και καλλιτέχνες, κι άλλο να βλέπεις μετά το πρωί πώς είναι πραγματικά ο κόσμος. Γιατί βλέπεις ένα αντιπροσωπευτικό δείγμα ανθρώπων όταν είσαι σ' ένα φαρμακείο. Βλέπεις τι συμβαίνει, σε φέρνει στην πραγματικότητα, σε προσγειώνει. Απλά καμιά φορά γίνεται λίγο πιεστικό, είναι σαν να έχεις διπλή ζωή.

Πώς βλέπεις λοιπόν να εξελίσσεται αυτή η «διπλή ζωή»;

Να πω την αλήθεια, νομίζω ότι αν αναλώνεσαι σε δύο χώρους ίσως κάποια στιγμή καθηλωθείς στη μετριότητα. Είναι βέβαια μια μεγάλη απόφαση το να πω ότι θα αφοσιωθώ αποκλειστικά στη μουσική. Πρέπει να δω ότι υπάρχει μια σωστή προοπτική, γιατί, να πω την αλήθεια, δεν είμαι άνθρωπος που μπορώ να ζήσω με ελάχιστα λεφτά ή να τρώω τα λεφτά των γονιών μου.

Αν μη τι άλλο, το φαρμακείο σου εξασφαλίζει μια αξιοπρεπή ζωή ακόμα. Και είναι ένα αντικείμενο που το έχω σπουδάσει και μ' αρέσει, δεν με πέταξαν εδώ τυχαία, με το ζόρι. Αλλά η αλήθεια είναι ότι χρωστάω στον εαυτό μου να πάρω μια γενναία απόφαση και να δω πού θα αφοσιωθώ πλήρως, πού θα δώσω τις δυνάμεις μου. ●

Το να πρέπει να τρέχεις
σε πρόβες, live,
ηχογραφήσεις και
μετά το πρωί να είσαι
ξανά στο φαρμακείο
γίνεται καμιά φορά λίγο
πιεστικό. Είναι σαν να
έχεις διπλή ζωή.



«Με δυο πούπουλα στην πλάτη»

Νέο βιβλίο-CD από το Σούλη Λιάκο

Μετά την έντονη εντύπωση που άφησε πριν 4 χρόνια με το δίσκο «Το μέσα μου βουνό», ο συνάδελφος φαρμακοποιός Σούλης Λιάκος επανέρχεται στα δισκογραφικά δρώμενα με ένα CD με 13 τραγούδια, που συνοδεύεται από βιβλίο με 9 διηγήματα.

Ολόκληρη η δουλειά αυτή επικεντρώνεται στη συλλογή στιγμών και συναισθημάτων της παιδικής ηλικίας του δημιουργού, όπως βιώνονται από ένα παιδί αλλά καταγράφονται από ένα μεγάλο. Με περιεχόμενο σαφώς βιογραφικό και έντονα εξομολογητικό, ο Σούλης Λιάκος ξεδιπλώνει μνήμες και σκέψεις, σκιαγραφώντας έναν ολόκληρο κόσμο, οριστικά χαμένο πια, τον κόσμο των παιδικών και εφηβικών του χρόνων. Τραγούδια και κείμενα δραματικά, ερωτικά, αλλά και σκωπτικά, αναλαμβάνουν να ταξιδέψουν τον αναγνώστη σε αυτή την αναζήτηση της χαμένης παιδικότητας.

Μια ιδιαιτερότητα της εκφραστικής αυτής προσπάθειας του Σούλη Λιάκου είναι η συμπόρευση του στιχουργικού λόγου και της μελωδίας με το γραπτό κείμενο, σε μια σχέση συμπληρωματική: τα 9 διηγήματα του βιβλίου, έχοντας τους ίδιους τίτλους με αντίστοιχα τραγούδια του CD, επισημαίνουν

την «αναγκαιότητα» να διαβαστούν-ακουστούν, να βιωθούν και να ερμηνευτούν παράλληλα, με το ένα να επεξηγεί και να σχολιάζει το άλλο.

Ο ήχος των τραγουδιών ισορροπεί επιδέξια ανάμεσα στο σύγχρονο και το παραδοσιακό, ντύνοντας με το κατάλληλο κάθε φορά ένδυμα τους στίχους του δημιουργού, με μια αμεσότητα και αυθεντικότητα, χωρίς εύκολους εντυπωσιασμούς και ενορχηστρωτικές μανιέρες. Στην τολμηρή εκφραστική του προσπάθεια ο Σούλης Λιάκος βρήκε εξαιρετικούς συμμάχους τη Γλυκερία και τον Βασίλη Λέκκα, αλλά και την ωριμότητα νέα φωνή της Αλεξίας Χρυσομάλλη, ενώ ο ίδιος ερμηνεύει τα περισσότερα από τα τραγούδια του δίσκου. Την ενορχήστρωση έκανε ο συνθέτης με τη βοήθεια του Διαμαντή Καραγιαννακίδη και την επιμέλεια του δίσκου έκανε ο Άγγελος Σφακιανάκης.

Το βιβλίο-CD «Με δυο πούπουλα στην πλάτη» διανέμεται σε φυσική μορφή από τη Sound Forge σε Ελλάδα, Κύπρο και Ευρώπη, ενώ είναι διαθέσιμο και σε ηλεκτρονική μορφή στα μεγάλα διαδικτυακά δισκοπωλεία. ●

Ο Σούλης Λιάκος σπούδασε κλασική κιθάρα και ανώτερα θεωρητικά στην Ελλάδα και φαρμακευτική στην Ιταλία. Συνοδοιπόρος και παιδικός φίλος του Νίκου Ζιώγαλα, δεν εγκατέλειψε ποτέ τη Βέροια, την πόλη όπου γεννήθηκε, ζει και δημιουργεί, έχοντας διαγράψει μια αξιόλογη καλλιτεχνική πορεία, που τον έχει πια καθιερώσει, δίνοντάς του εξέχουσα θέση στην ελληνική μουσική σκηνή.

Δισκογραφικά τον έχουμε ήδη γνωρίσει με τις δουλειές «Βοήθεια! Κολλήσαμε» το 1995, «Την μπερτα μου ανεμίζω» το 1999, «Το μέσα μου βουνό» το 2003 (που επανεκδόθηκε το 2008).

KDI Contract

Ολική ανακαίνιση
του φαρμακείου
Λαζαρίδου
στο Γαλάτσι



Η KDI Contract υλοποίησε την κατασκευαστική μελέτη και την ολική ανακατασκευή (οροφές, πατώματα, διαρρύθμιση του χώρου, φωτισμό, κλιματισμό και εξαερισμό, εξωτερικές όψεις, προμήθεια και τοποθέτηση επίπλων, πάγκων εργασίας και ειδικών κατασκευών κλπ.) του φαρμακείου της Ευγενίας Λαζαρίδου στο Γαλάτσι. Η ίδια η κ. Λαζαρίδου μας μίλησε για τη συνεργασία της με την KDI Contract:



Πώς θα περιγράφατε τη συνεργασία σας με την KDI;

Καθ' όλη τη διάρκεια της ανακαίνισης η συνεργασία με την KDI ήταν άριστη. Τήρησε απόλυτα το χρονοδιάγραμμα εκτέλεσης του έργου -μέσα στον Αύγουστο- ενώ δέχτηκε και εκτέλεσε με προθυμία αλλαγές της τελευταίας στιγμής.

Πώς κρίνετε το τελικό αποτέλεσμα;

Το αποτέλεσμα της ανακαίνισης μας άφησε πολύ ικανοποιημένους δεδομένου ότι έπρεπε να «παντρευτούν» απόψεις των γονέων και των παιδιών φαρμακοποιών που εργάζονται στον ίδιο χώρο.

Πιστεύετε ότι έχει βελτιωθεί η εμπειρία των πελατών σας από τον επαγγελματικό σας χώρο;

Η συντριπτική πλειοψηφία δέχτηκε το «νέο» φαρμακείο με ενθουσιασμό και ικανοποίηση. Λίγοι μόνο πελάτες, κυρίως τρίτης ηλικίας, μας είπαν ότι εύρισκαν εξίσου ικανοποιητική και την προηγούμενη μορφή του φαρμακείου.

Εσείς πώς έχετε βιώσει το νέο αυτό περιβάλλον;

Όλοι οι εργαζόμενοι (έξι άτομα) είναι σαφώς περισσότερο ικανοποιημένοι στο νέο περιβάλλον λόγω της καλύτερης εκμετάλλευσης του χώρου και των νέων ευκολιών που βρίσκονται στη διάθεσή τους.

Πόσο εύκολα θα συστήνατε την KDI Contract σε κάποιο συνάδελφό σας φαρμακοποιό που θα επιθυμούσε αναβάθμιση του εργασιακού του χώρου;

Χωρίς κανέναν ενδοιασμό. Είναι κάτι που το έχουμε κάνει ήδη, και ο λόγος είναι ότι η KDI απαρτίζεται από υπεύθυνους επιστήμονες και άριστους επαγγελματίες.



Φαρμακείο: «Λαζαρίδου-Παπαδοπούλου Ευγ. & ΣΙΑ ΟΕ»

Τοποθεσία: Τραλλέων 61 - Γαλάτσι

Αρχιτεκτονική μελέτη: KDI Contract (www.kdi.gr)

Έργο: Ολική ανακαίνιση





ΤΕΧΝΙΚΗ - ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΗ

Έβρου 90 • 115 27 Αθήνα

T: 210 7712309 • F: 210 7712318

E: info@kdi.gr • www.kdi.gr





ΦΑΡΜΑΚΕΙΟ ΣΑΚΟΠΟΥΛΟΣ





ΤΕΧΝΙΚΗ - ΑΝΑΠΤΥΞΙΑΚΗ

Η KDI Contract αντιμετωπίζει κάθε περίπτωση Φαρμακείου, από τη **Μελέτη** μέχρι και την **Κατασκευή**, ως μεμονωμένη, ξεχωριστή και επιτυχημένη επιχείρηση.

Διαθέτει στελέχη ικανά να προσδώσουν στο δικό σας Φαρμακείο τη δική του ξεχωριστή **Προσωπικότητα και Μοναδικότητα**.

Η KDI Contract έχει ήδη κατασκευάσει τα **Πρότυπα Φαρμακεία του Μέλλοντος**.

Τα επόμενα είναι τα δικά σας.

Η KDI Contract μελετάει, κατασκευάζει και εξοπλίζει επαγγελματικούς χώρους φαρμακείων μέσα από συνεργασίες και αποκλειστικές αντιπροσωπείες, κορυφαίων ευρωπαϊκών και ελληνικών οίκων.

KDI Contract • Τεχνική - Αναπτυξιακή

Έβρου 90 • 115 27 Αθήνα • T: 210 7712309 • F: 210 7712318 • E: info@kdi.gr • www.kdi.gr

Πλούσια λαμπερά και γεμάτα όγκο μαλλιά

RENOKIN

Πρόγραμμα αναζωογόνησης μαλλιών

Αποτρέπει την τριχόπτωση και ενισχύει την επανεμφάνιση νέων μαλλιών χωρίς παρενέργειες

**Έχετε ασθενείς που αντιμετωπίζουν
πρόβλημα τριχόπτωσης;**



**Είναι οι ασθενείς σας ικανοποιημένοι
με το προϊόν που χρησιμοποιούν;**



**Η λύση στην έντονη τριχόπτωση
δεν είναι η μεταμόσχευση μαλλιών.**

**Βοηθήστε τους ασθενείς σας να σώσουν την εικόνα τους,
με τη θεραπεία αναζωογόνησης μαλλιών**

RENOKIN

- Είναι αποτελεσματικό • Είναι ασφαλές
- Δεν έχει παρενέργειες



RENOKIN
Hellas

Αποκλειστικός Αντιπρόσωπος
Τηλέφωνο Επικοινωνίας: 6984 887271

ΕΝΦΑΡΕΛ

Αποκλειστική Διανομή
Τηλέφωνο Επικοινωνίας: 210 2844561 -3

ΘΑ ΤΟ ΒΡΕΙΤΕ ΑΠΟΚΛΕΙΣΤΙΚΑ ΣΤΑ ΦΑΡΜΑΚΕΙΑ

www.renokin.gr