

V SKRBI ZA VAŠE ZDRAVJE

Kako proti gripi in prehladu?



 KRKA

*Naša inovativnost in znanje
za učinkovite in varne
izdelke vrhunske kakovosti.*

Se vas nekaj loteva?

Smrkate, kašljate, tožite zaradi bolečega grla? Morate imeti ves čas pri sebi zavojček papirnatih robčkov? Potem prav gotovo drži, da se vas je lotil prehlad. Hujše obolenje od prehlada pa je gripa. Je zelo nalezljiva in pogosta okužba dihalnih poti. Običajno jo spremljajo zvišana telesna temperatura, mrazenje, suh kašelj, glavobol, bolečine v mišicah in sklepih ter utrujenost. Vsi naštetimi simptomi vas prisilijo, da nekaj dni ostanete v postelji.

*V knjižici **Kako proti gripi in prehladu?** lahko preberete, kakšne so glavne razlike med gripo in prehladom, kako potekata obe obolenji in kakšno je njuno zdravljenje. Prav gotovo so zelo dobrodošli nasveti, kako lahko okužbo preprečite. V zadnjem času se veliko ljudi sprašuje, kakšna je razlika med novo in sezonsko gripo, zato smo se v knjižici dotaknili tudi tega aktualnega vprašanja. Po koristne nasvete smo se podali v lekarno in vam na koncu predstavili Krkino paleto zdravil, ki vam lahko pri lajšanju simptomov gripe in prehlada učinkovito pomagajo.*

Mirijam Černe Prelovšek

V skrbi za vaše zdravje, priloga Kako proti gripi in prehladu?

Izdajatelj: Krka, d. d., Novo mesto, Šmarješka cesta 6, 8501 Novo mesto.

Glavna urednika: Mirijam Černe Prelovšek, Primož Košir. Uredništvo: Metka Miklavič, Lili Voušek, Anja Lesar.

Lektorica: Marta Anžlovar. Urednici: Elizabeta Vrhovec Krevelj, Ksenija Koman. Oblikovanje: Sabina Mejak. Grafična priprava: Helena Albreht. Ilustracija: Gregor Lož.

Fotografije: Stanko Gruđen, iStockPhoto. Tisk: Tiskarna VeK, Koper, 2009. Naklada: 10.000 izvodov, 1. ponatis. ISSN 1854-6331. Nosilka vseh avtorskih pravic je Krka, d. d.,

Novo mesto. www.krka.si.



Ob novi gripi prihaja tudi sezonska

Sezonska gripa

Sezonska gripa, ki se v izbruhih pojavlja skoraj vsako jesen in zimo, je znana že več stoletij. Beseda influenza, strokovni izraz za gripo, naj bi izhajala iz srednjeveške latinske besede »influentia«, ki se je uporabljala predvsem v astrologiji in je pomenila »vpliv«. Prepričani so bili, da bolezen izvira iz »zlobnega vpliva« zvezd.

Šele v poznih 20. letih prejšnjega stoletja je bilo bolj znano, kaj povzroča sezonsko gripo. Humani virus gripe je bil odkrit leta 1933. Vse od odkritja pa do danes je znanost naredila velik napredek v proučevanju virusov, odpornosti (imunosti) in v molekularni biologiji.

Gripa je akutno virusno obolenje dihal. Obstajajo trije tipi virusa gripe. Pomembnejša sta tipa A in B, ki

povzročata epidemije t. i. sezonske gripe, medtem ko tip C redkeje povzroča bolezen.

Bolezniški znaki

Za sezonsko gripo je značilen nenaden pojav bolezenskih znakov. Inkubacijska doba (od okužbe do pojavnosti kliničnih znakov) navadno traja od 1 do 4 dni, v povprečju pa 2 dni. Pri tipični, nezapleteni obliki gripe tipa A se nenadno pojavijo sistemski znaki, kot so glavobol, visoka vročina, tresavica, suh kašelj, bolečine v mišicah in kosteh, slabost in izguba apetita. Pri hujših oblikah je značilna še huda izčrpanost. Dihalni znaki, kot so izcedek, zamašen nos in boleče žrelo, se sicer pojavijo, vendar so v prvih 3 dneh prekriti s sistemskimi znaki. Kašelj se običajno iz suhega spremeni v produktivnega z manjšimi količinami sluzi, ki ji je včasih

lahko primešan gnoj. Ko telesna temperatura pade in se dihalni znaki omilijo, lahko kašelj in slabost trajata še teden ali dva. Virus gripe tipa B lahko povzroči podobne klinične znake. Bolezen, ki jo povzroči virus gripe tipa C, pa se pojavlja le od časa do časa. Redko jo spremlja povišana telesna temperatura, še redkeje pa pride do hujših obolenj spodnjih dihal. Gripa je pogostejša pri otrocih. Pri odraslih s kroničnimi srčnimi in dihalnimi boleznimi, pri nosečnicah, otrocih in imunsko oslabljenih posameznikih se lahko razvije pljučnica.

Širjenje okužbe

Virus gripe se prenaša s kužnimi kapljicami (aerosoli), ki jih okuženi in oboleli širijo s kihanjem, kašljanjem, glasnim govorjenjem, pa tudi z neposrednimi in posrednimi stiki (npr. prek kljuk). Če nismo previdni, lahko viruse, ki na površinah povprečno preživijo do nekaj ur, z rokami prenesemo v usta ter na nosno in očno sluznico.

Preventiva

Cepljenje proti gripi je v preventivi primarnega pomena. Da bi bilo učinkovito, mora cepivo vsebovati podtipe virusa, za katerega predvidevajo, da bo najverjetneje povzročil gripo v tisti sezoni. Po vsem svetu natančno spremljajo, kateri tipi oz. podtipi virusa gripe so se pojavili v prejšnji sezoni, in na podlagi tega pripravijo ustrezno cepivo. Pri zdravih odraslih osebah lahko cepljenje proti gripi prepreči 70 do 90 % okužb. Posebno pomembno je za ljudi z večjim tveganjem za resne zaplete gripe.

Mednarodna zdravstvena organizacija cepljenje priporoča predvsem:

- oskrbovancem v domovih za ostarele,
- ljudem s kroničnimi boleznimi,
- drugim skupinam (npr. zdravstvenim delavcem, nosečnicam, otrokom od 6 mesecev do 2 let).

Prav tako so za preprečevanje okužbe in boleznih pomembni preprosti **higienski ukrepi**, s katerimi sebe in druge zaščitimo pred okužbo.



Redno in temeljito si umivajte roke z vodo in milom (posebno pred obroki). Z neumitimi rokami se ne dotikajte ust, nosu in oči.



Ko kašljate ali kihate, **uporabljajte papirnati robček**, s katerim pokrijete usta in nos. Po uporabi ga vrzite v koš za odpadke in si umijte roke.

Če nimate robčka, usta in nos prekrijte z zgornjim delom rokava. Roke si nato umijte z vodo in milom.



Izogibajte se rokovanju in objemanju, med pozdravljanjem bodite najmanj 1 meter od drugih oseb.

Ostanite doma, če imate naslednje simptome:

- nenaden pojav povišane telesne temperature nad 38 °C,
- mrazenje, glavobol, bolečine v mišicah in sklepih,
- kihanje, suh kašelj in bolečine v žrelu,
- občasno težko dihanje,
- vrtoglavico.

Pri otrocih se lahko pojavijo še bolečine v trebuhu, driska ali bruhanje.



Med pandemijo pristojni organi v nekaterih primerih priporočajo **uporabo zaščitnih higienskih mask**. Ti primeri se takrat natančneje določijo.

Kako ukrepamo, če zbolimo?

Če opazimo simptome, značilne za gripo, po telefonu pokličemo svojega zdravnika, ki nam bo svetoval, kaj storiti. Upošteevamo vse ukrepe, ki preprečujejo širjenje okužbe, poleg tega pa:

- se izogibamo naporom in počivamo,
- veliko pijemo (vodo, čaj, druge tople ali hladne napitke), da preprečimo izsušitev,
- smo pozorni na zdravstvene težave, zaradi katerih je treba obiskati zdravnika.



Zdravljenje

Zdravljenje sezonske gripe brez zapletov poteka simptomatsko. Zaradi slabega počutja, zmerno povišane telesne temperature (do 38 °C), nahoda in kašlja ni treba k zdravniku. Težave si skušamo lajšati z zdravili, ki jih v lekarni dobimo brez recepta.

Za zniževanje povišane telesne temperature in blažitev bolečin je najbolj varen paracetamol, saj povzroča manj neželenih učinkov. Acetilsalicilna kislina lahko pri otrocih do 15. leta izzove zelo nevaren Reyev sindrom. Paracetamol je v lekarnah na voljo v obliki tablet, sirupa za otroke in zrnc za pripravo toplega napitka. Izberete pa lahko

tudi kombinirana zdravila, ki poleg paracetamola vsebujejo še druge učinkovine, ki delujejo na več simptomov hkrati (znižujejo povišano telesno temperaturo, blažijo bolečine, zmanjšujejo izcedek iz nosu in občutek zamašenega nosu ter pomirijo dražeč kašelj). Ob vnetju v žrelu je priporočljivo jemanje oralnih antiseptikov, ki uničujejo mikrobo in tako preprečujejo širjenje okužbe in vnetja. Če pa nas že boli v žrelu, nam bodo pomagali antiseptiki z lokalnim anestetikom, ki blaži bolečino. Kašelj, ki moti počitek in dodatno izčrpava, lajšamo z antitusiki, ki pomirjajo suh in dražeč kašelj ter olajšajo dihanje in bolečine v prsih. Izberemo lahko

tudi sirupe z naravnimi izvlečki. Sirupi za izkašljevanje pomagajo pri produktivnem kašlju.

Kdaj moramo nujno poiskati zdravniško pomoč?

Če posumimo, da so nastopili zapleti, npr. pljučnica ali vnetje mišic, moramo takoj poiskati zdravniško pomoč. Prav tako jo moramo takoj poiskati, če:

- težko dihamo ali nas boli v prsih,
- smo zaspani, zmedeni in manj odzivni,
- se poslabša kronična bolezen.

Smo zboleli za sezonsko ali novo gripo?

Bolezni znaki sezonske gripe so podobni znakom nove gripe. Zdravnik bo posumil, da gre za okužbo z novim tipom virusa, če imamo znake, značilne za gripo,



in smo bili v stiku z bolnikom, pri katerem je potrjena nova oblika gripe. Jasna potrditev je mogoča samo z laboratorijskimi preiskavami. Kadar gripa (ali druga nalezljiva bolezen) izbruhne nenadno in se hitro širi na velikem zemljepisnem območju (po celini ali celo po vsem svetu), govorimo o pandemiji. Če širjenje gripe ni hitro in če poteka na omejenem zemljepisnem območju, pa govorimo o epidemiji. Sezonska gripa običajno poteka v obliki epidemije.

Je gripa ali samo prehlad?

Poleg sezonske gripe se tudi prehlad najpogosteje pojavlja v jesenskih in zimskih mesecih. Ravno zaradi tega in zaradi podobnih simptomov ju ljudje pogosto zamenjujejo. Tudi prehlad povzročajo različne vrste virusov. Zaradi njihove številčnosti in raznovrstnosti ter nenehnega spreminjanja nikoli ne postanemo popolnoma odporni proti njim. Zato se lahko vedno znova okužimo in zbolimo. Ravno zaradi številčnosti in nenehnega spreminjanja virusov tudi razvoj cepiva proti prehladu ni smiseln. Tako ostanejo edina preventiva zdrav način življenja in že omenjeni preprosti higienski ukrepi. Prehlad običajno poteka v milejši obliki. Telesna temperatura je redko povišana in bolezenski znaki se začnejo pojavljati postopoma: najprej značilna pekoča bolečina v žrelu in

SIMPTOMI	GRIPA	PREHLAD
trajanje	1 teden	5 do 10 dni
nastop simptomov	nenaden	postopen
vročina	visoka (nad 38 °C), traja 3 do 4 dni	redko
bolečine v mišicah	izrazite, pogosto	blage do zmerne, redko
izčrpanost	nenadna in izrazita	nikoli
kašelj	suh kašelj, pogosto se razvije v hujšo obliko	pokašljevanje
glavobol	izrazit, pogosto	blag do zmeren, redko
kihanje	redko	pogosto
zamašen nos	redko	pogosto
bolečine v žrelu	redko	pogosto
težave z očmi	bolečina pri premikanju oči, občutljivost za močno svetlobo (fotofobija), pekoče oči	solzenje

boleče požiranje, nato zamašen nos, izcedek iz nosu, pozneje še kašelj. Te znake lahko spremlja, predvsem pri otrocih, tudi zmerno povišana telesna temperatura. Znaki se največkrat pojavijo 2 do 3 dni po okužbi in trajajo 5 do 10 dni.

Značilne razlike med prehladom in gripo so v tabeli.

Primož Košir



Ecocid® S

VAREN IN UČINKOVIT



- ▶ **Razkužilo s širokim spektrom virucidnega, baktericidnega in fungicidnega delovanja.**
- ▶ **Učinkovito deluje tudi na povzročitelje nove gripe.**
- ▶ **Vodotopni prašek, enostaven za uporabo na vseh površinah.**
- ▶ **Varen za okolje, ljudi in živali.**



Biocide uporabljajte varno. Pred uporabo vedno preberite navodila in podatke o izdelku.

Podrobnejše informacije so na voljo pri proizvajalcu.

Krka, d. d., Novo mesto, Šmarješka cesta 6, 8501 Novo mesto, www.krka.si



Razkuževanje je sestavni del preventivnih ukrepov pri zaščiti pred boleznimi

Je skupek postopkov, s katerim zmanjšujemo število mikrobov na površinah in predmetih. Z njim ne uničimo vseh mikrobov, ampak njihovo število toliko zmanjšamo, da niso nevarni za naše zdravje. Za razkuževanje lahko uporabljamo različna sredstva.

Pridobljene izkušnje in lastno znanje so nam omogočili, da smo razvili razkužilo, ki zaradi sodobne in učinkovite sestave spada med vodilne v svetu. Osnovni in najpomembnejši lastnosti Ecocida S sta varnost in vsestranska uporabnost, saj ga lahko uporabimo za razkuževanje površin, opreme, tkanin in zraka. V 10 minutah učinkovito deluje na bakterije, viruse in glive. Učinkovito uničuje tudi viruse gripe. Ecocid S je primeren za razkuževanje v zdravstvenih ustanovah in javnih prostorih (športna središča, šole, hoteli, tovarne, pisarne), pa tudi v stanovanjih.

Z Ecocidom S hkrati očistimo in razkužimo. Tako preprečimo, da bi se mikrobi med čiščenjem raznesli.

Ecocid S je na voljo v lekarnah.



Nataša Čater, mag. farm.
Lekarna Žalec

Po nasvet v lekarno

Jesen poleg pisanih barv, megle in dežja s seboj prinaša tudi virusne okužbe, ki so vzrok, da se ljudje zatečejo po nasvet in pomoč v lekarno. Največkrat gre za virusne okužbe dihal, kot sta prehlad in gripa.

Prehlad in gripa sta virusni obolenji, ki se širita kapljično in z rokami. Prehlad je najpogostejše obolenje zgornjih dihalnih poti, povzročča ga več kot 200 različnih vrst virusov. Pojavlja se vse leto, vendar pa je pogostejši jeseni in pozimi. Gripa (influenca) je zelo nalezljiva virusna bolezen, a je bolj sezonska (od oktobra do aprila). Pogosto povzročča epidemije, lahko pa pride tudi do

pandemije, ko se bolezen razširi po vsem svetu.

Kako si lahko pomagati z zdravili za samozdravljenje?

Ob prvih znakih prehlada in gripe je pomembno, da si znate pomagati sami. Pravo mesto za strokovni nasvet so zagotovo lekarne, kjer vam farmacevti svetujemo o zdravljenju, lažšanju simptomov in uporabi izdelkov za samozdravljenje, presodimo pa tudi, ali morate obiskati zdravnika. Zelo koristne informacije najdete tudi na spletnih straneh proizvajalcev zdravil, npr. na www.krka.si ali na www.ezdravje.com.

Zdravljenje je najbolje začeti v prvih dneh, saj so takrat znaki najizrazitejši. V lekarni vas vprašamo, kdaj se je bolezen začela, kakšni so simptomi, ali ste že uporabljali kakšno zdravilo za lajšanje teh simptomov, ali imate še kakšne druge bolezni. Nato vam svetujemo ustrezno obliko samozdravljenja. Zdravila, ki jih dobite v lekarni, so varna in učinkovita pomoč pri lajšanju simptomov gripe in prehlada.

Vneto grlo blažimo z antiseptiki, ki odpravljajo blage okužbe v ustih in grlu ter preprečujejo razvoj resnejših bakterijskih obolenj. Ker vneto grlo pogosto spremlja bolečina, so nekaterim antiseptikom dodani še lokalni anestetiki, ki pomagajo odpraviti močnejše bolečine v grlu in olajšati požiranje.

Glavobol in povišano telesno temperaturo ter bolečine v mišicah in sklepah zdravimo z zdravili proti bolečinam in za zniževanje povišane telesne temperature. Priporočamo tudi veliko tekočine in jemanje vitaminov (zlasti vitamina C).

Pri **kašlju** moramo biti pozorni na to, kakšen je. Poznamo dve obliki. Pri produktivnem kašlju v dihalnih poteh nastaja preveč bronhialne sluzi, ki ovira prehod zraka v pljuča in iz njih. Kašelj je globok, izloča se veliko sluzi.

Zdravimo ga z zdravili (ekspektoransi), ki pomagajo razredčiti sluz, da jo tako lažje izkašljamo. Pri suhem in dražečem kašlju pa sluz ne nastaja. Kašelj se zaradi lokalnega draženja sluznice pojavlja v napadih, posebno ponoči. Bolnika zelo izčrpa. Zdravimo ga z zdravili za pomirjanje kašlja (antitusiki), ki delujejo na center za kašelj v podaljšani hrbtenjači.

Nosne težave nastanejo, ko virusi napadejo nosno sluznico. Ker se krvne žile v njej razširijo, pride v sluznico več tekočine, zato oteče in začne proizvajati še več sluzi. Dekongestivi so zdravila, ki ožijo krvne žile v nosni sluznici ter zmanjšajo otekanje in proizvodnjo sluzi. Tako pomagajo odmašiti nos.

V lekarni farmacevti presodimo, kdaj morate obiskati zdravnika. K zdravniku napotimo starejše od 65 let, mlajše otroke ter nosečnice in doječe matere. Obisk pri zdravniku je potreben tudi, kadar prehladni simptomi trajajo dlje kot 7 dni, pri povišani telesni temperaturi, ki traja več kot 3 dni, pri težkem dihanju in požiranju, pri hujših bolečinah v žrelu, ki trajajo več kot 3 dni, in pri kašlju, ki vztraja več kot 7 dni, če je izloček kašlja zelenkast ali se v njem pojavlja kri, pri glavobolu in bolečinah v predelu sinusov, pri bolečinah v ušesih.

Seveda pa je bolezen bolje preprečevati kot zdraviti! Najprej morate s higieno



in pravilnim umivanjem rok preprečiti prenose okužb. Poskrbeti morate tudi za močan imunski sistem. K temu pripomorejo zdrava, uravnotežena prehrana, bogata z vitamini in minerali, razporejena v 5 dnevni obrokov, redna telesna vadba, gibanje na

svežem zraku, pitje zadostne količine tekočin, izogibanje alkoholu, kavi, kajenju, izogibanje stresu, dovolj spanja in seveda izogibanje javnim, zaprtim prostorom, kjer je veliko ljudi. Kapljične okužbe se namreč širijo vsaj 1 meter od bolne osebe.

Pomagate si lahko s pripravki, ki okrepijo imunski sistem, vendar morate vedeti, kateri je pravi za vas in kako ga uporabiti. Lekarna je pravo mesto, kjer lahko te izdelke kupite in dobite ustrezne informacije o njihovi uporabi.

Z dobro voljo, zadovoljstvom in pravimi nasveti v jesenske in zimske dni!

SE TE NEKAJ LOTEVA?

Hitro vzemi Daleron COLD3!
Pomaga pri gripi in prehladu.



DELUJE
ŽE V
20
MINUTAH!



www.krka.si

 KRKA

Pred uporabo natančno preberite navodilo!
O tveganju in neželenih učinkih se posvetujte z zdravnikom ali s farmacevtom.

Krkina pomoč pri gripi in prehladu



Zdravila, ki vam jih priporočamo za lajšanje simptomov gripe in prehlada, lahko v lekarnah dobite brez recepta. Izdelana so po načelih sodobne farmacevtske stroke, so preizkušeno učinkovita, varna in kakovostna ter namenjena za lajšanje in zdravljenje tistih zdravstvenih težav, ki jih lahko odpravite sami.

blaga okužba razvila v resnejša obolenja zgornjih dihal, npr. v vnetje srednjega ušesa ali vnetje obnosnih votlin. Vsak izdelek iz družine Septolete je nekoliko drugačen, vendar sta prav za vse značilni **učinkovitost** in **varnost**. To smo potrdili tudi v lastnih kliničnih raziskavah, ki so jih opravili priznani strokovnjaki.

Septolete in **Septolete D** svetujemo pri začetnih okužbah, ko vas v grlu pesene-



Pri vnetju in bolečini v grlu so Septolete prava rešitev.

Septolete vsebujejo učinkovite antiseptike, ki dobro prodrejo v najbolj skrite dele sluznice ust in grla, kjer delujejo protimikrobno na najpogostejše bakterijske povzročitelje vnetja v grlu, npr. na streptokoke in stafilokoke. Antimikotično delujejo na glivo *Candida albicans*. Tako preprečijo, da bi se sprva

tita neprijetno skelenje in praskanje. Poleg antiseptika vsebujejo še kombinacijo naravnih sestavin, ki zmanjšujejo občutek bolečine, olajšajo dihanje in dajejo prijeten in osvežilen okus. Pri blagih okužbah vam bodo pomagale tudi **Neoseptolete z okusom zelenega jabolka, limone in divje češnje**.





NOVO

Septolete plus – hitro nad močnejšo bolečino.

Septolete plus so nepogrešljive, kadar je bolečina v grlu že močnejša. Poleg antiseptika vsebujejo tudi lokalni anestetik, ki hitro olajša neprijetno bolečino. Zato pravimo, da delujejo dvojno: na povzročitelja okužbe v grlu in protibolečinsko. Protibolečinski učinek nastopi hitro in je dolgotrajen. Vse to je značilno tudi za nove **Septolete plus z okusom medu in limete**.

Namenjene so tistim, ki iščete rešitev za boleče grlo, imate radi svežino in prijeten okus po medu. Septolete plus z okusom medu in limete boste prepoznali po lični zlato rumeni embalaži. Na voljo so v vseh lekarnah.

Daleron COLD3. Pomaga pri gripi in prehladu. Deluje že po 20 minutah.



Daleron COLD3 je klinično preizkušeno zdravilo za samozdravljenje pri gripi in

prehladu. S kar tremi učinkovinami hkrati deluje na vse simptome, ki spremljajo gripo in prehlad: odmaši zamašen nos in zmanjša izcedek iz nosu, olajša glavobol in bolečine v mišicah in sklepih, zniža povišano telesno temperaturo ter pomiri suh in dražeč kašelj. Ker začne delovati že po 20 minutah, se boste hitro počutili bolje. Učinek Dalerona COLD3 traja najmanj 6 ur.

Daleron C in Daleron C za otroke. Za dobro počutje brez vročine in bolečin.



Če imate zvišano telesno temperaturo, ki jo spremljajo glavobol ter bolečine v mišicah in sklepih, poleg tega pa zaradi bolečega grla tudi težje požirate, vam priporočamo **Daleron C**. Vsebuje zrnca s paracetamolom, ki znižuje povišano telesno temperaturo in deluje protibolečinsko. Za povečanje telesne odpornosti je dodan še vitamin C. Ker je treba zrnca raztopiti v kozarcu vode ali čaja, hkrati zaužijete tudi tekočino, kar je pri lažšanju simptomov gripe in prehlada zelo priporočljivo. **Sedaj je na voljo tudi novo, večje pakiranje zdravila Dalerona C, in sicer po 24 vrečk.**

Otrokom, starejšim od 2 let, so namenjena zrnca **Daleron C za otroke**.

Trpotčev in jegličev sirup Herbion – premagajte nadležni kašelj s pomočjo narave!



Trpotčev sirup Herbion vsebuje izvlečka iz listov ozkolistnega trpotca in cvetov gozdnega slezenovca ter vitamin C. Sluzi iz trpotca in slezenovca v tankem sloju prekrijejo sluznico dihalnih poti in tako preprečijo draženje, ki sproži kašelj. Zato trpotčev sirup Herbion svetujemo pri suhem kašlju, ki spremlja okužbe zgornjih dihalnih poti.



Jegličev sirup Herbion vsebuje izvlečka iz korenine jegliča in zeli vrtno materine dušice ter mentol. Saponini korenine jegliča pospešijo izločanje

bronhialne sluzi, razredčijo gosto sluz in olajšajo izkašljevanje. Eterično olje vrtno materine dušice pa skupaj z mentolom deluje antiseptično. Zato jegličev sirup Herbion svetujemo za lažje izkašljevanje pri produktivnem kašlju. Jemljemo ga samo čez dan in ne zvečer.

Panatus pomiri suh in dražeč kašelj.



Panatus je antitusik, ki pomaga pomiriti in odpraviti suh, dražeč kašelj. Hkrati zmanjšuje napetost bronhialnega mišičja ter olajša dihanje in bolečine v prsih. Na voljo je v različnih oblikah (sirup in tablete), ki so primerne za otroke in odrasle. Ker ne vsebuje sladkorja, je primeren tudi za sladkorne bolnike.

Mirijam Černe Prelovšek

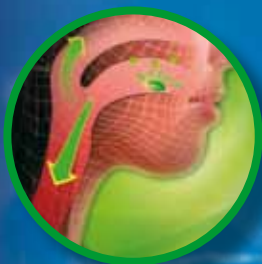
Pred uporabo natančno preberite navodilo! O tveganju in neželenih učinkih se posvetujte z zdravnikom ali s farmacevtom.



COLD3

DALERON

*Bliskovito deluje na
simptome gripe in prehlada.*



Septolete®

In vaše grlo spet deluje.



PANATUS®

Za noč brez kašlja.



Krka, d. d., Novo mesto
Šmarješka cesta 6
8501 Novo mesto
www.krka.si