



POSEBNA PONUDA NOVEMBAR

**SAVETI  
I POPUSTI  
PO MERI  
VAŠEG  
ZDRAVLJA**



Ponuda traje od 01.11. do 30.11.2023. ili do isteka zaliha



## Pomoć stiže za 5 minuta!

Kada vam zapušen nos pravi probleme, SNUP sprej za nos donosi brzo rešenje. Aktivna supstanaca ksilometazolin efikasno smanjuje otok sluznice nosa i olakšava disanje kod zapušenog nosa, alergijske upale nosne sluznice i sinuzitisa.

Tražite pomoć, što brže? SNUP stiže.

Nazalna upotreba.

**SNUP** ...kad nos šalje S.O.S.

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



Lek SNUP 0,5 mg/mL, sprej za nos, rastvor namenjen je deci uzrasta 6-12 godina.

Lek SNUP 0,5 mg/mL sprej za nos, rastvor ne treba primenjivati duže od 5 dana.

Lek SNUP 1 mg/mL, sprej za nos, rastvor namenjen je odraslima i deci uzrasta preko 12 godina.

Lek SNUP 1 mg/mL sprej za nos, rastvor ne treba primenjivati duže od 7 dana.

**H** Hemofarm  
STADA GRUPA

## Svetski dan borbe protiv šećerne bolesti

U Srbiji više od 710 hiljada ljudi boluje od dijabetesa, tj. svaki osmi stanovnik naše zemlje ima dijabetes. Iako ovi rezultati zvuče zastrašujuće, dijabetes je bolest sa kojom se uz pravu edukaciju i lečenje može normalno živeti.

Pronalaženje ravnoteže između pravilne ishrane, fizičke aktivnosti i lečenja, osnova je dobrog života sa dijabetesom. Samokontrola tu može pomoći. Najdostupniji zdravstveni radnik, koji Vam može pomoći u sprovođenju samokontrole, je Vaš farmaceut. Zato, ako imate neko pitanje ili nedoumicu o pravilnoj upotrebi lekova, načinu ishrane ili samokontroli šećera u krvi, između dve posete lekaru - pitajte svog farmaceuta!

Vaše Apoteke PLUS

### Immusan C 800

5 u 1 kompleks vitamina i minerala (vitamin C, Cink, Vitamin D3, Selen i vitamin B12) za jači imunski sistem.



-10%

### Efferalgan\*



dobra cena

**SAVET  
MESECA**



Ukoliko su simptomi prehlade i gripe iskombinovani u vidu zapušenosti nosa, bola u sinusima, grlu, mišićima, sa ili bez povišene temperature, jedna tableta Defrinola može pomoći da pomenu te simptome ublaži i olakša tegobe na nekoliko sati.

Odrasle osobe i deca starija od 12 godina, kojima je lek i namenjen, ne treba da ga primenjuju duže od 3 dana.

### Defrinol\*



dobra cena

### Febricet\*



dobra cena

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

Aspirin 500, Aspirin Rapid\*



dobra cena

Spedifen\*



dobra cena

Septolete Total\*



dobra cena

Supradyn

Vitamini i minerali doprinose osećaju da ste puni energije i održanju dobrog imuniteta.



-10%

Aspirin plus C, 10 tableta\*



dobra cena

Propomint za decu i odrasle

Pomaže kod upala i infekcije usne duplje i ždrela.



-10%

Propomucil pastile i kesice 200,600

Pastile pomažu kod upale i bola u grlu, a kesice pomažu kod problema sa disajnim putevima praćenjem stvaranjem sekreta.



-10%

Bivits activa recovery

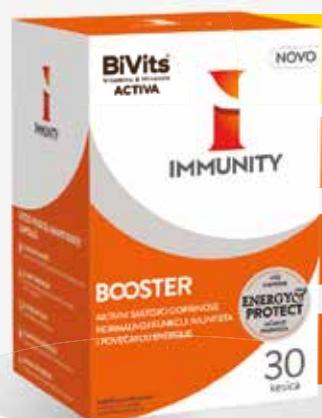
Doprinosi normalnoj imunoškoj funkciji i snažnoj antioksidativnoj zaštiti.



-15%

NOVO

ZA PRAVI RITAM  
IMUNITETA  
ČITAVE PORODICE



KADA ŽELIŠ DA KROZ SVAKI GUTLJAJ  
**UHVATIŠ RITAM** SA JAKIM IMUNITETOM

12 VITAMINA



9 MINERALA



3 BILJNA EKSTRAKTA



-15%



KADA HOĆEŠ DA IMUNITET DETETA  
**DRŽI PRAVI RITAM**

12 VITAMINA



7 MINERALA



EKSTRAKT  
PLODA ŠIPURKA



## Uloga hroma u prevenciji i terapiji dijabetesa

Dijabetes je najčešće endokrinoško oboljenje koje ima karakteristike savremene epidemije. U Republici Srbiji od dijabetesa boluje približno 750,000 osoba ili 13,2% odraslog stanovništva. U populaciji staroj od 40 do 74 godine, 40% ljudi ima predijabetes, odnosno stanje sa visokim rizikom za razvoj dijabetesa i kardiovaskularnih bolesti.

Insulinska rezistencija predstavlja „predijabetičko“ stanje koje prethodi nastanku dijabetesa tipa 2 (T2D). U stvari, insulinska rezistencija započinje godinama pre dijagnoze T2D, čak i pre prepoznavanja predijabetesa. Sa stanovišta javnog zdravlja, pacijenti rezistentni na insulin i T2D imaju povećanu sklonost ka višestrukom, udruženom morbiditetu koji uključuje periferne vaskularne bolesti, ishemiju srca i miokarda kao i makrovaskularne i mikrovaskularne komplikacije.

Mesto hroma u tretmanu dijabetesa definisano je njegovom ulogom u organizmu. Hrom je esencijalni oligoelement, neophodan za normalno funkcionisanje organizma i treba ga unositi hranom. S obzirom na to da je aktivni oblik hroma u organizmu složeni organski kompleks GTF (Glucose Tolerance Factor - faktor tolerancije na glukozu), koji čine hrom, vitamin B3 i glutation, te nedostatak hroma u ishrani može dovesti do poremećaja u regulaciji šećera i insulinske rezistencije, odnosno razvoja dijabetesa. Hrom poboljšava dejstvo insulina i održavanje normalnog nivoa šećera u krvi, povećava nivo HDL (dobrog) holesterola, istovremeno smanjuje nivo ukupnog holesterola i rizik od kardiovaskularnih oboljenja.

Kod pacijenata sa dijabetesom, a posebno kod onih koji već imaju kardiovaskularna oboljenja, postoji snižena koncentracija hroma u organizmu, kao i potreba za nadoknadom ovog oligoelementa. Pre-

poručen dnevni unos hroma iznosi od 50 do 200 mikrograma.

Danas, kada dijabetes i gojaznost primaju epidemijske razmere, Galenika ima u assortimanu dodatak ishrani - Oligogal® Cr, kojim se nadoknađuje nedostatak hroma u organizmu i smanjuje rizik od nastanka oboljenja.

Hrom je esencijalni mineral, koji spada u mikroelemente jer se u organizmu nalazi u maloj količini i neophodan je za normalno funkcionisanje čovekovog organizma.

Jedna kapsula Oligogal® Cr sadrži 100 mikrograma hroma (III), pakovanje 30 kapsula.

Oligogal® Cr se preporučuje:

- dijabetičarima u cilju povećanja efikasnosti insulina i sniženju povišenog nivoa šećera u krvi
- osobama sa povećanim rizikom za nastanak dijabetesa (smanjena tolerancija na glukozu, gojaznost, visok krvni pritisak, povećan nivo masnoća u krvi)
- gojaznim osobama u cilju poboljšanja podnošljivosti na glukozu, smanjenja telesne mase i regulisanja nivoa holesterola
- sportistima u cilju povećanja mišićne mase i snage, obnavljanja rezervi energije u mišićima i boljem „sagorevanju“ masnih naslaga
- srčanim bolesnicima u fazi oporavka posle srčanog infarkta kada se javlja nedostatak hroma
- osobama koje se nepravilno hrane u cilju održavanja normalnog sadržaja hroma u organizmu i sprečavanja poremećaja izazvanih njegovim nedostatkom

### Način primene

Dijabetičari i potencijalni dijabetičari: ujutru i uveče, po 1 kapsula, pre jela.

Gojazne osobe, sportisti, srčani bolesnici i osobe sa neodgovarajućom ishranom: po 1 kapsula, pre jela.

### Anbol cardio\*



dobra cena

### Oligogal Cr

Pomaže regulaciji nivoa šećera i holesterola u krvi.



-10%

### Cimet Cimisens

Doprinosi snižavanju i održavanju nivoa šećera u krvi, pa se njihova primena preporučuje kao pomoć kod pacijenata koji boluju od dijabetesa tipa 2.



-20%

### Hartikol plus

Pomaže kod održavanja normalnog nivoa holesterola u krvi.



-20%

### Alfalipoin Forte

Doprinosi zaštiti ćelija od dejstva slobodnih radikala i sprečavanju njihovog oštećenja, ishranjuju periferne nerve, sprečavajući degenerativne promene.



dobra cena

### Magnettrans duo-active i Magnettrans 375 Direkt

Pomaže kod stanja povećanog stresa i kod grčeva u mišićima. Daje vam snagu za aktivan dan i miran san.



-20%

### Selen + Zn

Doprinosi pravilnoj funkciji imunskog sistema i tiroidne žlezde, uspešnoj plodnosti i zdravog stanja kože, kose i noktiju.



-20%

# Upoznajte dijabetes

**Š**ećer je jedan od najvažnijih izvora energije za Vaše telo, ali se može iskoristiti tek kada iz krvi uđe u ćelije. Da bi se to dogodilo, potrebna je dovoljna količina insulina. U dijabetesu se ne proizvodi dovoljno insulina u pankreasu i/ili su ćelije neosetljive na insulin. Zbog toga ulazak šećera iz krvi u ćelije nije adekvatan, a kao posledica raste vrednost šećera u krvi. Dijabetes je hronično stanje u kome postoji stalno povišen nivo šećera u krvi, a smanjen u ćelijama tela.

S ovom bolešću je, pridržavajući se pravila zdravog života, lečenja i pravilne ishrane, moguće kvalitetno i dugo živeti.

Pronalaženje ravnoteže između pravilne ishrane, fizičke aktivnosti i lečenja, osnova je dobrog života sa dijabetesom. Samokontrola tu može pomoći. To znači da sami pazite na svoj šećer u krvi i aktivno učestvujete u lečenju svoje bolesti. Samokontrola podrazumeva i samodisciplinu. To je izuzetno važno, jer mnogo toga što učinite tokom dana utiče na Vaš šećer u krvi. Vi sami svakodnevno uzimate svoje lekove. Vi odlučujete šta i kada jedete. Vi birate kako, kada i koliko ste fizički aktivni. Kod Vas je ključ Vašeg zdravlja.

Samokontrola nivoa šećera (kontrola glikemije) je sastavni deo lečenja šećerne bolesti i ujedno najbolji način da saznate kako hrana, lekovi i fizička aktivnost utiču na nivo šećera u krvi i koja je njihova međusobna veza.

Kontrola glikemije Vas stalno podstiče na oprez, daje Vam mogućnost korigovanja terapije i mogućnost intervencije u slučaju neke komplikacije. Aparati za merenje šećera u krvi (glukometri) su sada svima dostupni i sa velikom tačnošću Vam mogu pomoći da kontrolišete svoj šećer. Oni su laci za rukovanje i treba ih redovno koristiti.

Najbolji način da utvrdite da li je Vaša bolest dobro regulisana je redovno merenje šećera u krvi.

Nivo šećera u krvi treba da merite na pravi način i u vreme koje najefikasnije može da pokaže dnevne oscilacije.

## Šta je dnevni profil glikemije?

Dnevni profil glikemije predstavlja 7-8 merenja i beleženja rezultata, u toku istog dana, po sledećem rasporedu:

- pre svih glavnih obroka (doručka, ručka i večere) i 1,5-2 sata nakon njih
- uveče, pred spavanje
- u 3 sata ujutru (ovo merenje je neophodno samo kada je osoba na terapiji insulinom)

## Koliko često treba da merite nivo šećera u krvi?

Ako imate dijabetes tip 1 - uradite dnevni profil glikemije najmanje 2 puta nedeljno, a u međuvremenu prekontrolišite nivo glikemije naše najmanje još jednom nedeljno.

Ako imate dijabetes tip 2 i koristite lekove - uradite dnevni profil glikemije jednom mesečno, a u međuvremenu izmerite glikemiju naše i posle obroka još jednom nedeljno.

Ako imate dijabetes tip 2 i primete insulin - uradite dnevni profil glikemije jednom nedeljno, a u međuvremenu proverite glikemiju naše i posle obroka još jednom nedeljno.

**Imajte na umu:** samokontrola je jedini način da baš svakog dana znate kako je Vaša bolest regulisana. Dobro regulisana šećerna bolest znači da je vrednost Vašeg šećera u krvi na prazan stomak do 7,0 mmol/l, a dva sata nakon obroka ispod 9 mmol/l.

# Upotreba acetil-salicilne kiseline kod dijabetičara



vezana sa razvojem kardiovaskularnih bolesti.

Acetil-salicilna kiselina je među prvim sintetisanim lekovima, a danas je jedan od najčešće korišćenih lekova širom sveta. Pripada grupi nesteroidnih antiinflamatornih lekova (NSAID). Pored ublažavanja bolova, snižavanja telesne temperature i smanjenja upale (u nešto višim dozama), acetil-salicilna kiselina (u dozama od 75 mg - 150 mg dnevno) može sprečiti stvaranje krvnih ugrušaka. Doze acetil-salicilne kiseline, od 100 ili 75 mg sprečavanju slepljivanje i nagomilavanje krvnih pločica (trombocita) i na taj način sprečavaju nastajanje krvnih ugrušaka (tromba) koji može izazvati delimičnu ili potpunu bokadu krvnog suda u srcu ili mozgu.

Aktuelne smernice Evropskog kardiološkog društva (ESC) o lečenju kardiovaskularnih bolesti kod pacijenata sa dijabetesom preporučuju primenu niskodozne acetil-salicilne kiseline u sekundarnoj prevenciji kardiovaskularnih događaja kod pacijenata koji su imali srčani udar ili hiruršku intervenciju na srcu u cilju poboljšanja prokrvljenosti.

Postoji više vrsta dijabetesa: tip-1 (insulin zavisni Diabetes melitus) koji nastaje usled smanjenog ili potpunog prestanka lučenja insulina, i tip-2 (insulin nezavisni Diabetes melitus) nastaje usled smanjene osetljivosti ćelija na delovanje insulina, jedna od najčešćih bolesti u starijoj populaciji.

Ono što je zabrinjavajuće jeste da skoro 40% osoba sa tipom 2 dijabetesa nema postavljenu dijagnozu i ne zna za svoju bolest. Broj osoba sa tipom 2 dijabetesa je mnogostruko veći (oko 95%) u odnosu na osobe sa tipom 1 dijabetesa.

Pacijenti sa dijabetesom su u povećanom riziku od razvoja kardiovaskularnih bolesti sa manifestacijama koronarne arterijske bolesti, srčane insuficijencije, atrijalne fibrilacija i moždanog udara, kao i bolesti aorte i perifernih arterija. Pored toga, dijabetes je glavni faktor rizika za razvoj hronične bolesti bubrega, koja je sama po sebi po-

Kod pacijentata koji boluju od dijabetesa, koji imaju dokazanu kardiovaskularnu bolest i koji su u veoma visokom kardiovaskularnom riziku, može se razmotriti primena niskih doza acetil-salicilne kiseline (75mg - 100mg).

Obavezno konsultujte Vašeg lekara pre nego što prvi put primenite ovaj lek.

### Odoval S

Pomaže u ublažavanju tegoba nastalih usled hroničnog stresa, a može se koristiti i za opuštanje kod nesanice.



-20%

### Ci-tri-mag

Doprinosi normalnom funkcionisanju mišićnog i nervnog sistema tokom perioda intenzivnog fizičkog i mentalnog napora, pojačanog stresa ili zamora.



-10%

### Bulardi probiotik

Doprinosi zaustavljanju dijareje, normalizaciji rada creva, ublažuje simptome i skraćuje trajanje već postojeće dijareje.



-10%

### Oligegal Zn

Doprinosi normalnoj funkciji imunog sistema, održavanju normalnog vida, plodnosti i reprodukciji.



-15%

### Magnezijum 400 + B kompleks

Doprinosi normalnom funkcionisanju mišića i nervnog sistema.



-10%

### Probiotic

Obogaćuje crevnu mikrofloru i tako doprinosi očuvanju zdravlja i funkcije digestivnog trakta.



-20%

### Brufen Vivo i Brufen granule 400\*



dobra cena

### Alkakaps Omega 3

Pomaže u prevenciji i nakon kardiovaskularnih događaja, kod povećanog nivoa triglicerida i holesterola u krvi, kod povišenog krvnog pritiska i za jačanje imuniteta.



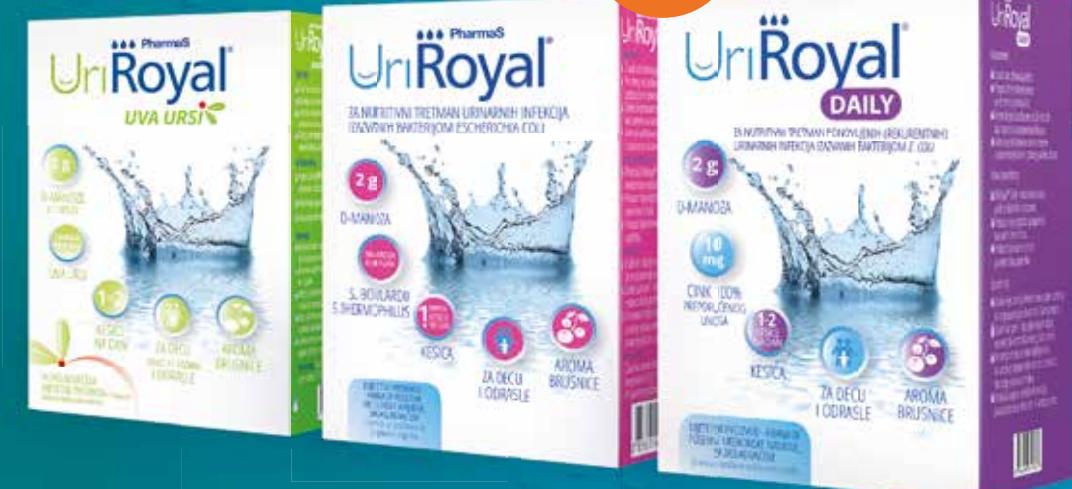
-25%

### Dijetetski proizvod

– hrana za posebne medicinske namene, sa zaslađivačem

-20%

# SNAŽNA ODBRANA OD URINARNIH INFEKCIJA



Dobro došli u naš  
Klub roditelj PLUS

Roditelj  
PLUS



Ispunite uslove i ostvarite pravo  
na popuste i poklon neseser  
za hranu za bebe.

Popuste iz Roditelj PLUS mogu iskoristiti roditelji, koji su članovi Kluba Roditelj PLUS i imaju Karticu zdravlja. Popusti se ne sabiraju.

VitUp D3+K1,  
VitUp D3 + DHA, VitUp D3

Pomaže optimalan rast i razvoj kostiju i zuba, funkcionišanje mišića i imunog sistema uz dodatak vitamina K1 ili omega-3 masnih kiselina.



-20%

Imunobeta gukan sirup i kapsule

Doprinosi jačanju imuniteta i poboljšava odbranu organizma od virusa i bakterija. Za decu i odrasle.



-20%

Marsovci

Vitamini i minerali za brzu podršku imunom sistemu.



-30%

Bepanthen mast 100g

Pomaže kod procesa regeneracije kože i stabilizovanja prirodne funkcije kožne barijere.



-20%

Babymed kozmetika

Medicinska kozmetika za negu osetljive kože beba.



-20%

Vitamin C 500mg i 1000 mg kesice

Doprinosi očuvanju imunog sistema, sintezi kolagena i zaštiti od slobodnih radikala naročito kod sportista, osoba izloženih stresu, pušačima.



-15%

Infacol\*



dobra  
cena

Bio-Oil

Pomaže u poboljšanju izgleda ožiljaka, strija i hidrataciji kože.



-20%

Mamavit plus

Preporučuje se za potrebe ishrane kod žena koje planiraju trudnoću, kod trudnica i kod dojilja.



### Graminn

Doprinosi očuvanju normalnih funkcija prostate i celog urinarnog sistema.



-20%

### Detralex\*



dobra cena

### Glukozamin sulfat 500

Doprinosi smanjenju bola i poboljšanju funkcije zglobova.



-20%

### Khan

Pomaže kod reumatskih tegoba, lumbaga, neuralgija i ukočenosti, kao i kod iščašenja i istegnuća nastalih prilikom fizičkih aktivnosti.



-20%

### Kansen vaginalete\*



dobra cena

### Hemorrhial Plus

Ciljano rešenje za hemoroide, proktitis, analne i perianalne fisure. Ublažava svrhab i neugodnosti u rektalnoj regiji i štiti rektalnu mukozu.



-30%

### Voltaren\*



dobra cena

### Espumisan\*



dobra cena

*Nadmudrite kašalj*

# Pulmínt® sirupi

-20%



- pomažu kod svih vrsta kašila
- ublažavaju bol u grlu i promuklost
- formulisani na bazi biljnih sastojaka
- bez šećera

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

Simelax™

Simegas™

## KONTROLA JE U VAŠIM RUKAMA!

**Simegas™** smanjuje grčeve i bolove  
i sprečava stvaranje gasova i nadutosti.

**Simelax™** se koristi kod hroničnog zatvora,  
a posebno u slučajevima kada je povezan  
sa prekomernim stvaranjem  
gastrointestinalnog gasa i nadutošću.

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