

KARIN KALJULÄTE



Tõnismäe tänava apteegi asejuhataja Merle Laast soovitab koduapteeki varuda organismi tugevdavaid preparaate.

Sügisene apteegiabi

Uurime, milliseid ravimeid peaks sügisel koduapteeki varuma.

Tõnismäe tänava apteegi asejuhataja MERLE LAAST, kui inimesel on selline tunne, et ta nagu hakkab haigeks jääma, millise ravimi järele peaks siis haarama?

“Kui see tunne tekib, soovitan küll aja maha võtta ning koju teki alla minna. Palju peaks jooma – teed, mahla, vett. Süüa võiks mett ja küüslauku. Ka soojad jalavannid on head, kui tundub, et haigus hakkab tulema.”

Kas pulbrijoogi segamisest võiks abi olla?

“Kuumad pulbrijoogid pole alati head, sest nendes on harilikult palavikku alandav toimeaine paratsetamool sees. Kui kõrget palavikku pole, siis kehatemperatuur alaneb pulbrijoogi mõjul veelgi ning tekib nõrkustunne. Ja mõel-

ge: kui võtate tööle kuuma joogi sisse, hakkate higistama, kusagil on aga näiteks tuuletõmbus. Siis on efekt oodatule vastupidine.

Pulbrijook tuleks jätta siiski häda juhuks. Viimasel ajal pooldatakse pigem seda seisukohta, et väikest palavikku ei peakski alla suruma, sest see on ju organismi kaitsereaktsioon – ta hakkab haigusega võitlema. Kui palaviku alla tõmbame, siis võitlust ei toimu.

Isiklikult ma neid nn gripteeseid ei poolda, sest nende koostises olev köharohi ei ole röga lahustava, vaid vaigistava toimega. Aga võib-olla teie köha puhul on vaja just röga lahustada. Ja te jällegi ei ravi ennast.”

Milliseid ravimeid sügisel profülaktikaks võtta – haigestumise oht ju niiskete ilmade ja

ONYCOR®
küünekasvu stimuleerimiseks

PAPS-20®
kergete lihase- ja liigesevaevuste korral

KLUX®
mao ülihappesuse ja kõrvetiste puhul

UNE-MATI®
sügava ja rahuliku une jaoks

PSORICOR-1®
peanaha ketenduse, punetuse ja kiheluse korral

PSORICOR-2®
naha kiheluse ja ketenduse puhul

VINLUX®
probleemse näonaha hoolduseks

PROPOLISE EKSTRAKT®
organismi tugevdamiseks

Saadaval apteekides!

www.massuno.ee