

## esimeste külmadega suur?

“Soovitan punast päevakübarat, greibiseemne ekstrakti, ternespiimakapsleid või C-vitamiini.”

## Kui kiiresti profülaktiline efekt tekib, mulle tundub näiteks punane päevakübar väga nõrk?

“Tugevam immuunsus haiguste vastu tekib alles kuuri läbides, kindlasti mitte paari kolme päevaga. Profülaktilisi abinõusid tuleks hakata kasutama umbes kuu enne haigusperioodi. Kuur võiks kesta kuni kaks kuud, annustamine on kirjas pakendil.”

## Kui temperatuur kerkib päris palju, mis ravim selle tarvis kodus peaks olema?

“Paratsetamool on kõige tõhusam – seda on apteegis saadaval tableti kujul, lastele siirupi ja küünaldena. Aspiriini

võib samuti võtta, kuid peaks teadma, et aspiriini vedeldab verd ning ei sobi inimesele, kellel on maoga probleeme. Seepärast ei saa aspiriini ka kõigile soovitada.”

## Kõige tavalisem haigus sügisel on nohu...

“Nohu vastu on saadaval erinevaid ninatilku ja aerosoole, mis alandavad turseid, kuid kuivatavad limaskesti. Seepärast ei soovitaks neid rohkem kui nädal kasutada. Nina võib loputada merevee preparaadiga, see sobib väga hästi lastele. On olemas ka sissevõetavaid ravimeid.”

## Kuidas vitamiinidega on? Hiina meditsiin ütleb, et neid tuleks võtta pigem sügisel, sest kevadeks peab juba varu organismis olemas olema.

“Mina arvan, et kuna meie



kliimas valmivad kodumaised aed- ja köögiviljad sügisel, peaks just nendest vajalikud vitamiinid kätte saama. Välismaistes puuviljades on liiga palju säilitusaineid ja muid kemikaale. Pigem soovitaksin talvel vastu kevadet teha paarikuune vitamiinikuur. Aasta läbi pole mõtet vitamiine võtta. Tegelikult sõltub kõik inimese eluviisidest – kui ta ei söö korralikult, ei maga ennast välja, ei liigu värskes õhus, siis organism nõrgenebki ning on vastuvõtlik viirustele.”

## Antibiootikumide apteegid ikka veel ilma retseptita ei müü?

“Arstid võtavad analüüsid ja selgitavad välja, kas tegu on viirusinfektsiooni või bakteriaalse infektsiooniga. Antibiootikumide on vaja viimasel juhul. Mingil juhul ei tohiks ise end ravima hakata, kui juhulikul eelmisest haigusest antibiootikumide järel. Vale ravi korral võib tekkida ravimi resistentsus.”

## Vahel tekib poole antibiootikumikuuri ajal tunne, et nüüd aitab – süda läheb pahaks ja... Jätaks nüüd järele!

“Kindlasti ei tohi kuuri pooleli jätta. Kõrvale võiks võtta piimhappebakteri preparaate, mis toetaksid meie organismi – et ei tekiks kõhulahtisust ega muid kaasnähte.”

KAJA PRÜGI



**TULE KLIENDIKS, LIITUMINE TASUTA!**



## OKTOOBRI SOODSAD KLIENDITOOTED:

### Eucerin Modelliance päevakreem, 50 ml

Nahka pinguldav päevakreem.

**419 kr**  
tavahind 483.50

### Parodontax hambapasta, 75 ml

Aitab ära hoida igemete veritsemist ja igemepõletikku.

**75 kr**  
tavahind 92.90

### Neo-Angin\* 24 losengi

Kurgu-, neelu- ja igemepõletike korral. Antiseptiline ja valuvaigistav ravim. Toimeained: 2,4 diklorobensüülalkohol, amüülmetakresool ja levomentool.

**49 kr**  
tavahind 56.70

### Oxal silmatilgad, 10 ml

Niisutavad tilgad kuivale silmale.

**139 kr**  
tavahind 164.90

### Centrum 60 tabletti

Multivitamiinide ja mineraalide kompleks.

**195 kr**  
tavahind 239.30

\* Tähelepanu. Tegemist on ravimiga. Enne tarvitamist lugege tähelepanelikult pakendi infolehte. Kõikumuste tekkimisel pidage nõu arsti või apteekriga.

## OLETE OODATUD ÜLIKOOI APTEEKIDESSE ÜLE EESTI!

Ülikooli Apteegi **Viru Keskuse** apteek, Viru Väljak 4/6, **Tallinn**, tel 610 1340, faks 610 1341. Avatud E–P 9–21.

Ülikooli Apteegi **Viru Keskuse Kristiine** haruapteek, Endla 45, **Tallinn**, tel 665 0552, faks 665 0553. Avatud E–P 10–21.

Ülikooli Apteegi **Tartu** apteek, Küüni 5b, Tartu, tel 734 6810, faks 730 0845. Avatud E–R 9–20, L–P 10–18.

Ülikooli Apteegi **Pärnu** apteek, Rüütli 30, Pärnu, tel 447 2740, faks 447 2741. Avatud E–R 8.30–19, L 9.30–17, P 9.30–14.30.

Ülikooli Apteegi **Kuressaare** apteek, Raekoja 1, Kuressaare, tel 453 0561, faks 453 0562. Avatud E–R 9–19, L 9–16, P 10–16.

Ülikooli Apteegi **Viljandi** apteek, Tartu 1, Viljandi, tel 433 3070, faks 433 3860. Avatud E–R 8.30–18, L 9–15, P suletud.

Ülikooli Apteegi **Narva** apteek, Puskini 19, Narva, tel 357 2712, faks 357 2370. Avatud E–R 9–19, L–P 10–18.

Ülikooli Apteegi haruapteek **Mustlas**, Kuressaare 4, Mustla alev, Tarvastu vald, Viljandi maakond, tel/faks 436 6131. Avatud E–R 8.30–16.30, L–P suletud.

Y A Tervisepood, Jaama 13, **Haapsalu**, tel 473 1264, faks 473 1263. Avatud E–R 9–18, L 9–15, P suletud.

Oktoobrikuu sooduspakkumised kehtivad 1.–31.10.2008 või kuni kaup on jätkub. Tavahind on toote normaalhind Ülikooli Apteegis.