



Апотека Врање

ЗДРАВЉЕ ЗА СВЕ

Бр.2

Новине ЗУ Апотека Врање - Бесплатан примерак - Година I - Јул - Септембар 2010.

У ДРУШТВУ НАЈБОЉИХ
„Три звездице за квалитет“ (Стр. 3)

УСКОРО
Нови објекат Апотеке Врање (Стр. 3)

КОНГРЕСИ: Светски конгрес ФИП 2010.
Истраживачко путовање фармације (Стр. 4)

ИНТЕРВЈУ: Мр пх. спец. Драгана Совтић – ФКС
Ширење фармацеутских видика (Стр. 8)

НОВО У АПОТЕЦИ ВРАЊЕ
Гестовним говором до лека (Стр. 12)

ПИТАЈТЕ ВАШЕГ ФАРМАЦЕУТА
Флавоноиди – антиоксиданс крвних судова (Стр. 13)

Апотека Врање

КАЛЕНДАР ЗДРАВЉА И АКТИВНОСТИ

Јул - септембар 2010.

Јун
26.06.

Интерна провeра – Београд
**УНАПРЕЂЕЊЕ КВАЛИТЕТА У
ПРОЦЕСУ РАДА У АПОТЕЦИ И
БЕЗБЕДНОСТ ПАЦИЈЕНАТА**
Дипл. фармацеути
Јединствено удружење
Србије за квалитет

Септембар
18.09.

Стручни састанак – Врање
**САВРЕМЕНА ДИЈАГНОСТИКА
БРАЧНЕ НЕПЛОДНОСТИ**
Дипл. фармацеути
и фарм. техничари
Стручни састанак Врање
**ПРЕВЕНЦИЈА КАРДИОВАСКУЛАРНИХ
БОЛЕСТИ У ДИЈАБЕТЕСУ**
Дипл. фармацеути и фарм. техничари

Јул – Август

ЗАШТИТА ОД СУНЦА
Апотека Врање



Август

СВЕТСКА НЕДЕЉА ДОЈЕЊА
(Прва недеља августа)
Апотека Врање



**НАЦИОНАЛНА НЕДЕЉА
ПРОМОЦИЈЕ ДОЈЕЊА**
(Четрдесета недеља
у години – крај септембра
почетак октобра)
Апотека Врање

СВЕТСКИ ДАН СРЦА – 24.09.
(Недеља у трећој недељи месеца)
Апотека Врање



28.08. – 02.09.
Светски конгрес
**70. СВЕТСКИ КОНГРЕС
ФАРМАЦИЈЕ И
ФАРМАЦЕУТСКЕ НАУКЕ**
Дипл. фармацеути
Међународна
Фармацеутска федерација

**„ROC“ фармацеутска козметика у Апотеци Врање
10. новембра- ПРОМОЦИЈА И СКЕНЕР КОЖЕ**

Од октобра наша апотека је овлашћена за продају широке палете производа познате „ROC“ француске фармацеутске козметике, у оквиру чега је била и прва промоција. Основна карактеристика овог медицинског бренда је брзи anti-ageing (затезање коже и корекција бора). У оквиру овога у апотеци у центру Врања биће једном месечно организована промоција (ROC саветовалиште) где клијенти добијају савете-препоручу по типу и стању своје коже уз поклон крему. Прво наредно саветовалиште заказано је за 10. новембар, када ће стручњаци уз преглед – скенер коже препоручити адекватну негу и заштиту коже, која је и те како потребна у овим предстојећих хладним месецима.

25.09.

Међународни дан глувих
и наглувих особа
Нова фармацеутска услуга
**ИЗДАВАЊЕ ЛЕКОВА УЗ
КОРИШЋЕЊЕ ЗНАКОВНОГ ЛЕЗИКА**
Апотека Врање

Болеснима, а за лек!

Пашће и први снег, да ли „да покрије брег или да открије трагове“? Али, папири су на сувом и „сигурном“. Поготову када су у фиокама наших правосудних органа. И не годину, или две. Чак од 2005!! Прозивају. Тражили су изјаве. Правили записнике. Под микроскоп анализирали „Н.Н. пријаве“ које су писали „Н.Н. радници, Н.Н. забринути фармацеути Врања...“ Играмо се глувих телефона.

Намећу своју невиност, а на рачун озбиљних догађања у Апотеци Врање: запослени и менаџмент су 25. маја 2005. уочили компјутерску саботажу у пословању установе. Министарство здравља, не верујући о каквој дрскости и смелости арчења државне имовине се ради, одмах одобрило коришћење лиценцираног софтвера за пословање. Одлуком Управног Одбора Апотеке од 24. јуна 2005, ангажована програмерска кућа потврђује да стари софтвер није баш увек радио сам по својим првобитним параметрима програмирања. Убрзо, ревизорска кућа потврђује да је у финансијском делу било измена – брисање података у рачуноводству. Апотека Врање 16. септембра 2005. подноси Општинском Јавном Тужилаштву кривичну пријаву против више лица и **Ненада Ђелића** (тадашњи програмер установе) за кривично дело компјутерска саботажа. У јулу 2006. подноси допуну кривичне пријаве за компјутерску саботажу, по новим доказима, У 2008. апотекари пријављују врањској полицији и тужилаштву мањак - нестанак лекова из појединих апотека, пријављују и исечен кабл за видео надзор, фалсификоване рецепте... До 2010. године, нема ни вештачења, а у јануару 2010. стиже одговор из полиције врањске „... крађу нисте пријавили...“. Такав догађај није евидентиран у полицијске списе? Шта се овде дешава?

За утеху вест: Пред Основним судом у Врању 17. новембра 2010. видећемо се са нашим бившим радником Ненадом Ђелићем. Овога пута, после пет година ћутања институција, Апотека Врање по својој кривичној пријави (која није Н.Н. пријава) доказује да је било – сајбер криминала. Ех, пет година. Много ли је? Ипак, добро је – нису их појели скакавци.

Да ли Апотека Врање као установа од угледа коју региструју у Србији титулом квалитета- „Три звездице“, некеме и због нечега смета? Тек после много година, тек сада после смена у правосуђу, одледили су се кривичне пријаве које је поднела Апотека Врање. „НН пријаве против“ Апотеке и директорице су и даље „дежурна ставка“, па и у уредном информисању јавности. „Болест“ вреба у животу, али и у институцијама. О дијагнози прљавштине коју није у стању ни „први снег“ да покрије, тешко је на овако малом простору.

Да ли је потребно на овом месту рећи нешто отворено? Да. Иако ово није лист за такве ствари примећује се постојана веза између појединаца у полицији – тужилаштву и неких овдашњих локалних медија. Поново, сада позивају на инфо разговоре да би могли да прозивају? Личимо на прошлост. Сва огледала су, мислила сам поломљена 2000. године. Сада се види лице наличја.

И још једна вест: Апотека Врање и челни људи јесу на „мети“. Но, Они који „оштрим пером пуцају“ су трагично невешти. То се да континуирано читати. У вечности остају злоупотреба јавности као и дани пред нама...

Сузана Антић Ристић

Шеста национална конференција о сталном унапређењу квалитета здравствене заштите – Београд, 29. септембар 2010.

„ТРИ ЗВЕЗДИЦЕ“ ЗА КВАЛИТЕТ

У конкуренцији 35 здравствених установа – апотека у Србији, по квалитету пружених услуга Апотека Врање је категорисана са престижне „три звездице“. То је највиша категорија у оцени унапређења квалитета здравствене заштите. Апотека Врање се изборила за високо девето место са 82,16 поена и тиме се прикључила малом броју апотека и здравствених установа у Србији, које су освојиле ову престижну оцену квалитета и највиши ниво категоризације. На конференцији су саопштени резултати праћења квалитета рада ЗУ у периоду од августа 2009. до септембра 2010.

У систему здравствене заштите Србије већ шест година се спроводе активности на увођењу културе сталног унапређења квалитета. У ове активности се убрајају: задовољство корисника радом здравствене службе, професионално задовољство запослених, праћење показатеља рада у ЗУ, праћење рада комисија за квалитет и праћење континуираног усавршавања свих здравствених радника као предуслов за унапређење квалитета.

Конференција је одржана под покровитељством Министарства здравља Републике Србије уз сарадњу са РЗЗО и Институтом за јавно здравље „Батут“.

rang lista	naziv ustanove	broj poena	broj zvezda
1	Vrlja	88,23	3
2	Kraljevac	85,64	3
3	Zaprešić	85,40	3
4	Kikinda	85,17	3
5	Subotica	85,13	3
6	Stari Grad	84,69	3
7	Lom	83,00	3
8	Vrška	82,67	3
9	Vranje	82,16	3
10	Arandjelovac	81,40	3
11	Pula	79,86	2
12	Kraljevo	78,98	2
13	Novi Sad	78,87	2
14	Srebrenica	77,90	2
15	Senjska Mitrovica	77,22	2
16	Bogalja	77,15	2
17	Šabac	75,95	2
18	Kragujevac	75,61	2
19	Užice	72,97	2
20	Čorupki Mitrovica	69,58	2
21	Vatrog	68,27	2
22	Novi	67,57	2
23	Belovo	66,46	2
24	Žrnovnica	66,00	2
25	Plava	64,42	2
26	Bar	60,48	2
27	Lokanj	59,89	2
28	Čačak	58,39	2
29	Aguljina	57,92	2
30	Vitac	49,75	1
31	Šabanci	48,75	1
32	Prizor	48,75	1
33	Padina	48,74	1
34	Čapljina - Banić	13,80	0
35	Kanjska Mitrovica	0,00	0

УСКРО ...

НОВИ ОБЈЕКАТ АПОТЕКЕ ВРАЊЕ

У Врању, у улици „Партизански пут“ бб (испод Аутобуске станице) у финишу је опремање и добијање потребних дозвола за почетак рада још једне – 33. по реду пословне јединице Апотеке Врање. Почетак рада ове апотеке, површине близу 70 метара квадратних, планиран је до краја године.



Конгреси: Светски конгрес фармацеута ФИП 2010. - Лисабон



На 70. међународном конгресу ФИП одржаном од 28. августа до 2. септембра 2010. у Лисабону – Португалија, учествовали и фармацеути Апотеке Врање. Представнице наше апотеке по први пут у радном делу конгреса постер презентацијом “Фармацеути у превенцији остеопорозе”



ИСТРАЖИВАЧКО ПУТОВАЊЕ ФАРМАЦИЈЕ



Презентација Апотеке
Врање

Јубиларни седамдесети Светски конгрес фармације и фармацеутске науке одржан је од 28. августа до 2. септембра 2010. године у Лисабону. Главна тема овогодишњег конгреса у организацији Светске фармацеутске федерације је “Од молекула до лека па до постизања максималног терапијског исхода: фармацеутски истраживачки пут”.

На сесијама овогодишњег светског конгреса истакнута је савремена улога фармацеута у здравственом систему која се, када је у питању рад у јавној апотеци може огледати на пољима промоције здравља и превенције

болести, обављања најједноставнијих лабораторијских мерења у апотеци и правилне примене лекова.

Одржано је доста предавања на тему фармацеутске здравствене заштите засноване на доказима, савремених изазова и нових трендова у фармацеутској професији, побољшања исхода терапије повећањем степена compliance и adherence, фармаковигиланце, фармакогенетике, антимикробне резистенције, фармацеутске праксе, образовања кадрова.

(наставка на стр. 6.)

Апотека Врање: у корак са ИТ технологијом

ON LINE ТРЕБОВАЊЕ ЛЕКОВА

Апотека Врање је за сада прва и једина, од 8 државних апотека од Врања до Кладова, у оквиру Нишког дистрибутивног центра „Фармалогист“, која је почела од октобра 2010. да користи ову савремену интернет технологију

- On line требовање лекова је новина у нашем раду која је донела вишеструке предности, а пре свега брзо снабдевање лекова за све објекте Апотеке Врање у Пчињском округу. Предности су вишеструке: уколико лека нема у апотеци фармацеут може одмах пацијенту дати информацију да ли траженог лека има у понуди ове веледрогерије. Требовање лекова није условљено телефонским поруџбинама које су одузимале доста времена и које су морале бити у оквиру радног времена. Захваљујући интернет технологији сада се набавка може реализовати током целог дана, али и са било ког компјутера може се видети целокупни асортиман производа у понуди. Овај вид и предности модерног пословања, конкретно on line требовање нама фармацеутима даје више слободног времена које можемо посветити раду са пацијентима и другим активностима са циљем унапређења здравља наших суграђана, што свакако доприноси бољем квалитету услуге у апотеци - истиче **Мр пх. Апотеке Врање Јелена Ђорђевић.**

ЗДРАВ ЖИВОТ = ЗДРАВО СРЦЕ



Пише: Мр пх. Данијела Стевановић
(Огранак Трговиште)

Кардиоваскуларне болести представљају групу поремећаја срца и крвних судова - Здрава исхрана је једно од најбољих оружја у борби против КВБ

Од болести срца и крвних судова сваке године умире око 17,1 милион људи, што представља 30% свих смртних случајева у свету. Скоро половина оних који умиру од хроничних болести, укључујући и болести срца и крвних судова, су у најпродуктивнијем периоду живота-између 15 и 69 година старости.

Кардиоваскуларне болести чине и велики терет за економију једне државе. КВБ су углавном присутне код популације средњих година и веома често утичу на смањење прихода и штедње појединаца и њихових породица, што умањује социјални и економски развој заједница и нација.

Фактори ризика кардиоваскуларних болести

Постоје бројни фактори ризика за настанак кардиоваскуларних болести. На неке од њих, као што су пол, наслеђе и узраст, се не може деловати. Међутим, постоји велики број фактора ризика на које се може утицати и на тај начин се могу превенирати КВБ. Најзначајнији од њих су повишен крвни притисак, пушење, повишен LDL-холестерол, низак HDL-холестерол, дијабетес мелитус, гојазност, неадекватна исхрана, недовољна физичка активност.

Висок крви притисак је најчешћи фактор ризика за настанак КВБ зато га треба редовно пратити и одржавати његове вредности у границама нормале. Нормалне вредности крвног притиска су 120/80 mm Hg, а са сваким повишењем ових вредности повећава се и ризик за КВБ.

Занимљивости: природа и ми КОЈА ХРАНА – ХРАНИ СРЦЕ?

Један парадајз има четири коморе и црвен је. Наше срце има четири коморе и црвено је!

Сва истраживања показују да је парадајз пун лусореп-а и да је чиста храна за срце и његову крв.

Превенција

Здрава исхрана, физичка активност, смењ...

Здрава исхрана је једно од најбољих оружја у борби против КВБ. Храна коју конзумирате може утицати и на друге факторе ризика као што су већ поменути холестерол, затим дијабетес, крвни притисак и гојазност. **Препоручује се најмање 5 различити врста воћа и поврћа дневно, унос хране богате дијетним влакнима, смањење уноса соли, угљених хидрата, белог брашна. Такође треба уврстити у исхрану рибу најмање 2 пута недељно због садржаја омега 3 незасићених масних киселина и производе од целог зрна пшенице.**

Активирајте се и преузмите контролу над здрављем свога срца. **Само 30 мин физичке активности у току дана може помоћи у превенцији инфаркта и шлога. Ограничите унос алкохола на једно пиће дневно за жене а, два за мушкарце. Промените животни стил и ослободите се стреса смењом, јогом или неким себи својственим начином.**

Здравље вашег срца је у вашим рукама.

Пушење је такође веома значајан фактор ризика и са престанком пушења ризик за КВБ се смањује за 50% у току само једне године, а изједначава се са ризиком код непушача тек након 5-15 година. Зато реците не цигаретама и инсистирајте на околини без пушачког дима, јер и као пасивни пушач повећавате ризик за развој КВБ.

Повишен ниво LDL-холестерола, а са друге стране смањен ниво HDL (доброг) холестерола, доводи до стварања атеросклеротских плакова на зидовима артерија, њиховог сужења, а пре или касније може проузроковати инфаркт или шлог. Ниво холестерола у крви могуће је смањити ограниченим уносом засићених масти и холестерола, а повећаним уносом намирница које садрже незасићене масти и повећаном физичком активношћу.

Код особа са **дијабетес мелитус-ом 2 до 4 пута је повећан ризик за КВБ** па је веома важно контролисати дијабетес.

Гојазност је велики здравствени проблем савременог друштва широко распрострањен међу децом и међу одраслима. Гојазне особе са повећањем масне масе тела и то претежно интраабдоминалног масног ткива имају повишен ризик за КВБ. Величина интраабдоминалног масног ткива се процењује мерењем обима струка. Контролисана исхрана уз повећану физичку активност је једини начин за одржавање нормалне телесне тежине.



Грожђе виси у гроздовима облика срца. Свака боба личи на ћелију крви. Савремена истраживања показују да грожђе има виталну функцију у исхрани срца и крви.



Преко 500 постер презентација

Апотеку Врање на овогодишњем Конгресу представљали су аутор стручног рада **Мр пх. Милица Пешић** као и сараднице **Мр пх. Јасмина Арсић** и **Мр пх. спец. Гордана Станисављевић**, постер презентацијом на тему „Фармацеути у превенцији остеопорозе“. Постер презентација је урађена у сарадњи са Катедром за фармакокинетику и клиничку фармацију Фармацеутског факултета Универзитета у Београду.

Фармацеути у превенцији остеопорозе

Истраживање је спроведено у организационим јединицама Апотеке Врање. Циљна група за ово истраживање биле су жене старости преко 50 година. Резултати истраживања показали су да је 81.7% испитаница знало шта је остеопороза. Само се 19.4% обратило лекару у вези ове болести. Код пацијената који су се јавили лекару остеопороза је дијагностикована код 37.5% пацијената који чине 5.8% од укупног броја испитаница. Упоредивањем фактора ризика у подгрупама испитаница од 50 до 65 и преко 65 година примећен је значајан пораст фактора ризика у старијој популацији. **Интересантан је податак да су све испитанице које су отишле на проверу густине коштане масе то урадиле самоиницијативно, без препоруке лекара или фармацеута.**

Ово указује на чињеницу да активно учешће здравствених радника у превенцији ове болести, као и пораст свести пацијената морају да буду подигнути на много виши ниво. У закључку рада истакнуто је да фармацеути као најдоступнији здравствени радници имају значајну улогу у информисању пацијената.



Радови из апотекарске праксе из целог света: Постер презентација фармацеута наше Апотеке привукла велико интересовање учесника Светског конгреса

АКЦИЈЕ - ПРОМОЦИЈА ЗДРАВЉА

Наш стручни тим фармацеута наставио је праксу припреме препознатљивих брошура у складу са календаром промоције здравља, које су дистрибуиране у свим градовима региона где раде пословне јединице Апотеке Врање. Издавамо неке од акција.



SVETSKA
NEDELJA
DOJENJA



СВЕТСКА НЕДЕЉА ДОЈЕЊА НАЦИОНАЛНА НЕДЕЉА ПРОМОЦИЈЕ ДОЈЕЊА

Током дојења не би требало користити неке лекове. О томе је неопходно да се консултујете са лекаром или фармацеутом.

Најзначајније краткотрајно позитивно дејство дојења је јачање имунитета према микро-организмима.

□ **Такође постоје подаци о томе да:**

- Дојење смањује учесталост обољевања дојене деце од инфекција доњих дисајних путева, упале средњег ува запаљенских болести црева, дечијих канцера и дијабетеса типа I, па се сматра да дојење утиче на развој личног имунитета детета.
- Постоје подаци да дојење позитивно делује на развој интелигенције код деце.
- Дојење делује превентивно на прекомерну телесну тежину и гојазност код деце. Што дуже мајка доји своје дете, то је мањи ризик да ће то дете да буде гојазно.
- Крвни притисак и ниво холестерола у крви су нижи код одраслих особа које су дојене као деца.
- Ризик од развоја дијабетеса типа IИ код одраслих особа које су дојене као бебе је смањен.
- Дојење смањује учесталост астме, екцема, атопијског дерматитиса и алергијског ринитиса посебно код деце која имају наследне предиспозиције за ове болести.

Дојење и мајци доноси додатне користи:

- Убрзава заустављање пост порођајног крварења.
- Убрзава враћање тонуса материце после порођаја.
- Привремено сузбија овулацију тако да на потпуно природан начин штити мајку од нове преурањене трудноће.
- Ризик од дијабетеса типа II и канцера дојке и јајника је смањен код мајки које доје своје бебе.
- Што дуже дојење штити мајку од пост порођајне депресије.
- Препоручује се да се са дојењем крене већ у првом сату након рођења. Дете треба дојити онда кад оно потражи без обзира на доба дана и ноћи.



Светски дан срца – 24.септембар

ЈА РАДИМ СРЦЕМ

Светски дан срца обележен је у више од 100 земаља, под слоганом „Ја радим срцем. Ми смо са партнерима у Врању и осталим градовима овај дан обележили уличном манифестацијом.



SVETSKI DAN SRCA

26. septembar 2010.g





Пише: Мр пх. Agron Mustafi
(огранак Прешево)

ТУБЕРКУЛОЗА – ГЛОБАЛНИ ПРОБЛЕМ

Иако је од открића бацила туберкулозе прошло више од 120 година и поред моћних антитуберкулотика који су се појавили средином 20. века, до очекиваног сузбијања туберкулозе није дошло. На почетку 21. века, туберкулоза је и даље веома актуелан проблем.

Туберкулоза је једна од најраширенијих заразних болести у свету и рачуна се да је њоме заражено између 2 и 3 милијарде људи. Сваке године се зарази око 9 милиона људи.

У последњих 10 година туберкулоза постаје глобални проблем у свету због HIV/AIDS епидемије, повећаног броја имиграната из земаља са високом инциденцом туберкулозе, повећања сиромаштва, наркоманије, бескућништва, повећаног броја људи у установама за збрињавање.

Шта је туберкулоза?

Туберкулоза (ТБЦ) је хронична бактеријска инфекција коју изазива *Mycobacterium tuberculosis*.

Који су узроци туберкулозе?

Бацил туберкулозе (*Mycobacterium tuberculosis*) је најчешћи узрочник туберкулозе у свету. Постоје и друге врсте бацила као што су *Mycobacterium africanum* који се појављује у западној Африци и *Mycobacterium bovis* који је често узрок заразе стока у Европи и Америци. Бацил туберкулозе може се пренети на човека преко млека и тај облик туберкулозе познат је као сточна туберкулоза. Узрочници туберкулозе могу бити и неке не туберкулозне микобактерије.

Ко је изложен ризику?

Деца, старе особе, хронични болесници... Свака трећа HIV позитивна особа умире од туберкулозе.

Како се преноси туберкулоза?

Заражено између 2 и 3 милијарде људи

У свету годишње од туберкулозе оболи 8-10 милиона људи (око 80% у најпродуктивнијим годинама живота) и око 3 милиона умре. Највећи број оболелих од туберкулозе живи у субсахарској Африци, југоисточној Азији и Јужној Америци. Туберкулоза је једна од најраширенијих заразних болести у свету и рачуна се да је њоме заражено између 2 и 3 милијарде људи. Сваке године се зарази око 9 милиона људи.

Туберкулоза је примарна болест која се преноси са болесника на здраве људе путем ваздуха, личних предмета болесника (гардероба, постељина...) и др.

Миграције, путовања и туризам у свету доприносе ширењу туберкулозе.

Који су симптоми туберкулозе?

Главни симптоми туберкулозе су: тежак кашаљ који траје 3 недеље и дуже, бол у грудима, искашљавање крви или спутума.

Од осталих општих симптома може се јавити слабост, умор, губљење телесне тежине, недостатак апетита, грозница, температура, знојење током ноћи.

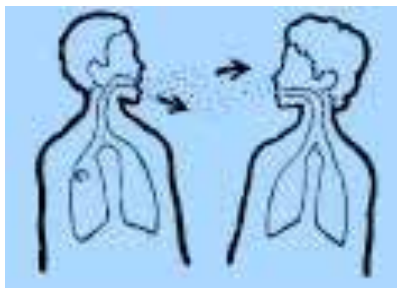
Превенција болести туберкулозе

Најбоља мера превенције је вакцинација деце BCG вакцином по рођењу. Остале мере превенције су: хигијена околине, дезинфекција апаратура и просторија, стерилизација предмета који долазе у контакт са оболелим итд.

Адекватна вентилација је најзначајнија мера спречавања преношења болести.

Сунчеви зраци уништавају *M. tuberculosis*.

Лечење туберкулозе траје дуго и ако се не спроводи по одређеном терапијском режиму, болест се може поново јавити.



Плућна туберкулоза

Однос плућне и ванплућне туберкулозе се није значајно променио у односу на ранији период. У укупном броју оболелих од туберкулозе у Србији без Косова и Метохије плућна туберкулоза чини 94%, а ванплућна 6% (у просеку) за протеклих 10 година. Такође, највећи је број оболелих мушкараца и жена у групи старијих од 40, а нарочито, у последње време, код старијих од 70 година, како мушкараца, тако и жена.

Извор: Статистички подаци „Републичког института за јавно здравље Др. М. Ј. Батут”

Интервју: Мр пх. спец. Драгана Совтић, главна и одговорна уредница гласника ФКС „Апотекарска пракса“

На свечаној промоцији првог броја новина „Здравље за све“ и конференцији за медије, које смо организовали 26. јула 2010. у Врању, осим званица и запослених Апотеке Врање, са нама је била и Драгана Совтић, главна и одговорна уредница гласника „Апотекарска пракса“

ШИРИТЕ ФАРМАЦЕУТСКЕ ВИДИКЕ

Уз честитке поводом оснивања новог часописа и новог вида информисања стручне јавности и пацијената, **Драгана Совтић** је, обраћајући се новинарима, нагласила значај издавачке делатности за фармацеутску делатност.

- Као фармацеут који се бави и новинарским послом, уредница сам „Апотекарске праксе“ која излази осам година, заиста ме радује када колеге започну издавачку делатност. У овом веку опште информисаности и изобиљу информација, тешко је селектовати тачне и меродавне информације. Фармацеути се ту добро сналазе зато што су тачност и прецизност основне карактеристике нашег посла. Та селекција меродавних информација заиста може кроз часописе као што је и „Здравље за све“, бити од велике помоћи како стручној тако и општој јавности.

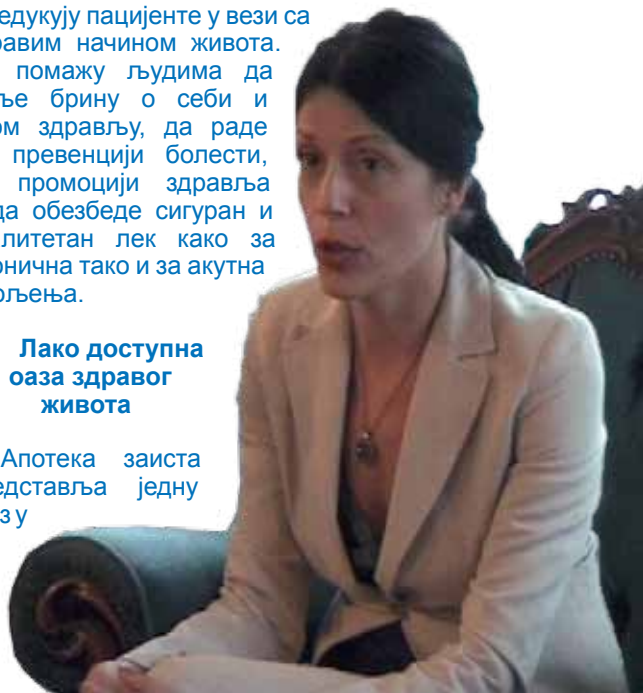
Апотеке – неискоришћени ресурс за унапређење здравља

Рад у Фармацеутској Комори Србије омогућава да са ширег аспекта сагледамо фармацеутску професију. Из више разлога апотеке суданас још увек не препозната снага здравственог система Србије као највећи неискоришћени ресурс за унапређење здравља. За то је више разлога: сва истраживања и у свету и у нашој земљи, кажу да већина људи прво, а понекад и једино контактира фармацеута у својој локалној апотеци. Фармацеути су изузетно доступна мрежа здравствених професионалаца од поверења. То су стручњаци за лекове који су компетентни

да едукују пацијенте у вези са здравим начином живота. Да помажу људима да боље брину о себи и свом здрављу, да раде на превенцији болести, на промоцији здравља и да обезбеде сигуран и квалитетан лек како за хронична тако и за акутна обољења.

Лако доступна оаза здравог живота

Апотека заиста представља једну оазу



здроног живота која је лако доступна, веома често ради и викендом или до касно увече. Како кажу наши пацијенти, апотеке представљају пријатније и мање формално окружење за консултације од, на пример Домова здравља.

АНКЕТА: Уз први број новина „Здравље за све“

ДА СЕ БОЉЕ УПОЗНАМО

Након првог броја новина, разговарали смо и питали наше читаоце – грађанке и грађане, али и запослене у Апотеци Врање, за прве утиске и шта би хтели да читају?



Ненад Китановић, Прешево: Нисам видео да друге фирме имају овакве новине. За похвалу. Нисам знао да сте овако велика фирма. Мислим да грађани имају другачији утисак о апотекарима – да раде само овако у апотеци. Али као што читам у новинама, имате баш много активности.



Венка Димитрова, Босилеград: Честитам и лепо је упознати и на овај начин ове наше апотекаре. Волела бих да читам текстове о самим апотекарима, колико је њихов посао одговоран и колико су професионални. Људи се њима пожале на тегобе и увек добију добар савет, препоруку, често су замена за лекара. Ја то практикујем. Мени је битно да је фармацеут насмејан, добре воље. То је тешко јер овде долазе болесни људи. Али

права - лепа реч је пола здравља. Честитам вам и наставите са новинама.

Зорица Јордановић, Огранак Трговиште: До сада нисмо били овако информисани, а ја овде радим дуго – још три године и идем у пензију. Издвојила бих текст о Европским ИСО стандардима, о континуираној едукацији. Предложила бих да буду текстови о активностима сваке апотеке на превенцији здравља – провера крвног притиска, шећера у крви и др.



Sevdije Mehmeti, Ogranak Prševac: Прочитала сам наше новине. Потребне су јер се на овај начин информисемо шта наше колеге раде у другим оградима. Кад пацијенти дођу по лекове, ми немамо времена да причамо шта све радимо у нашој установи. Зато су потребне и за пацијенте, да се информишу о раду.



ПРОМОЦИЈА СТРУЧНОСТИ И РАДА АПОТЕКЕ

Мр пх. Јасмина Арсић, директорка Апотеке Врање: Овим часописом, као једна од важних институција у здравственом систему Србије, чинимо још један корак ка корисницима наших фармацеутских услуга, али и ка унапређењу, стручној промоцији и очувању здравог живота. Кроз три године обележићемо 130 година од отварања прве апотеке у Врању. С тога, мисија часописа „Здравље за све“ је да нас подсети на прошлост, али и да отвара нове путеве у очувању и унапређењу здравства и фармације на овим просторима и уопште, - истакла је обраћајући се новинарима **Арсић**.



Конференција за медије

Уз све ово што сам навела, а заједно са великим бројем промоција, саветовања, контаката како видим са удружењима пацијената, са јако важним сертификатима система менаџмента квалитетом, Апотека Врање је заиста много постигла. Представљате ниво високог професионализма, али морам да нагласим надасве ентузијастичког рада свих запослених у овој установи.

Желим вам да временом постанете један незаобилазан извор знања и информација, ставова и мишљења у ширењу фармацеутских видика у вашој средини. Да часопис буде читан, важан, потребан онима којима је намењен.

ПРВИ И ЗА САДА ЈЕДИНИ ФАРМАЦЕУТСКИ ЧАСОПИС

„Здравље за све“ је једини тематски часопис фармацеута у региону јужне Србије, који издаје Апотека Врање. Тираж је, 500 примерака по издању, са тромесечном динамиком штампе и тематиком која је конципирана на стручни свеобухватни рад фармацеута у систему од 32 пословне јединице Апотеке Врање, едукацији и информисању јавности. У периоду иза нас, није забележена оваква издавачка делатност наше установе.



Десимир Анђелковић, Трговиште: Добре су информације о појединим болестима, а у циљу превенције и правилног лечења. Пишете о значају рада истурених јединица Апотеке Врање – овде раде у Радовници и Доњем Стајевцу. Оне су јако важне јер стари људи из удаљених села пешаче и по неколико километара да дођу до њих, узму лек или добију савет апотекара. Како би се лечили да ове апотеке не раде? Овде су љубазни и увек лепо упознају пацијента са начином коришћења лека.



Владимир Стојменов, Босилеград: На први поглед дизајн – одличан, садржај усмерен. По мени стипендије студентима је најјача рубрика у првом броју. Такође, интервју са директорком је мени дао целовиту слику о Апотеци Врање. Препоручио бих да и даље објављујете савета фармацеута као и информације о правима пацијената. Наставите да издајете новине и повећајте тираж.



Ејуп Лимани, Прешево: Има потребе за новинама - да се боље упознамо. Надам се да ћу увек добијати ваш лист, јер овде увек долазим по лекове на рецепт, мада је апотека удаљена од Дома здравља. Овде постоји језичка баријера, већина слабо разуме српски па би било добро да се преведу на албански.



ВИШЕ ЗНАЊА - СИГУРНА ЛИЦЕНЦА

Велико интересовање фармацеута и фармацеутских техничара Апотеке Врање али и приватних апотека, за едукацију свакако обезбеђује неопходан број бодова и очување лиценце. Али, новине и нова знања из области медицине, фармације и других области као што су комуникационе вештине, неминовно временом стварају потребу да све што се чује и научи, добро дође у свакодневном раду.

Комуникационе вештине

Како елиминисати стрес и сагоревање на послу?



Др сци. мед. Прим. Ержика Антић, Завод за јавно здравље Врање, подсетила нас је кроз „Комуникационе вештине“ и радионичарски приступ (курс прве категорије одржан 3. октобра у Врању), да ће наше свеобухватно знање и стручност имати веће резултате уколико поседујемо и развијамо наше комуникационе вештине у раду са пацијентима и у међусобном односу са колегама на послу. „Васпитање за здравље“ - нови курс прве категорије овог предавача је већ у примени.

- Курс „Комуникационе вештине“ је веома битан за здравствене раднике и фармацеуте због контакта са пацијентима, због боље сарадње и позитивног међусобног односа са колегама, да би имали што мање стреса на послу. Ове теме су корисне и могу помоћи и на послу и у породици, - истиче Антић.



Између осталих, у претходном периоду наши фармацеути и фармацеутски техничари су присуствовали курсевима, за које је владало велико интересовање:

У прелепом амбијенту Прохора Пчињског, 18. и 19. септембра одржана су два стручна предавања:

„Савремена дијагностика брачне неплодности“ - **Мр сци. Др. мед. Србољуб Арсић**



„Превенција кардио-васкуларне болести у *dijabetes melitusu* – **Проф. др Радивој Коцић**, клиника за ендокринологију КЦ Ниш, Медицински факултет Ниш.



МЛЕКО БЕЗ ЛАКТОЗЕ

У млеку од шећера преовлађује лактоза („млечни шећер“). У мајчином млеку лактоза се налази у концентрацији од око 7 gr/dl а у крављем, козјем и овчијем од 4,4 до 4.8 gr/dl.

Пише: Проф. др Срђан Тасић

Многи становници Србије, за разлику од народа северне Европе, након узимању млека, младог сира, кајмака, слатке павлаке или маслаца могу да имају доста непријатности. У старости је ово све израженије, а испољава се надутостију и грчевима што је често праћено дијарејом и боловима у стомаку.

Постоје различити степени интолеранције лактозе и неке особе не подносе ни најмању количину лактозе у храни. Није реч ни о каквој болести или поремећају, већ о природној појави старој колико и сам човек. Мало је познато да су људи касно, тек пре око 8000 година, почели да припитомљавају стоку, а самим тим и да користе млеко животиња. Ако ово време упоредимо са 500 000 година, односно са старошћу прапретка човека *Homo erectus*-а, видећемо да се са коришћењем млека домаћих животиња почело такорећи „тек јуче“.

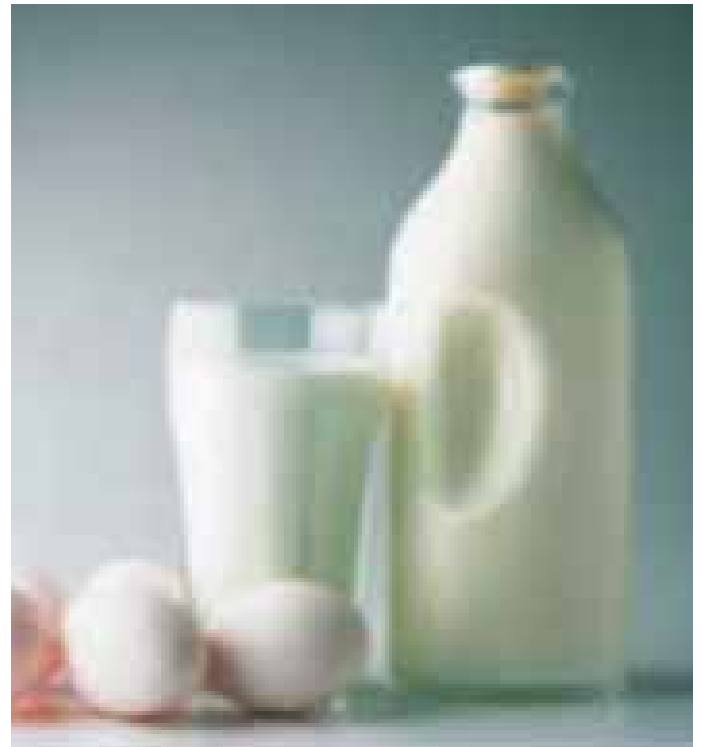
Да ли можете замислити реакцију организма нашег првог радозналост претка када је пробао млеко? Биохемичари би се кладили да му је млеко сметало и да је имао грчеве у стомаку. Проблема је том несрећнику додатно увећавала чињеница да то млеко није сметало њиховој деци.

Мач са две оштрице

Када деца попију млеко, млечни шећер се у танком цреву деловањем ензима разлаже на глукозу и галактозу. Са старошћу, многи људи имају све мање овог ензима тако да се лактоза нагомилава у цревима где везује воду. Деловањем цревних бактерија лактоза се разлаже на непожељне гасове који додатно надражују црева. Све ово је праћено дијарејом и боловима у стомаку који се често дијагностификују као „напад слепог црева“.

За разлику од становника јужне Европе, као и многих популација из Африке и Аустралије, становници северне Европе немају проблем са варењем млечног шећера, јер скоро све одрасле особе имају ензим за разлагање млечног

Ако баш волите слатко млеко а смета вам, одредите се за млеко без лактозе или за млеко у праху које не садржи лактозу



шећера. Зато је у њиховој исхрани уобичајено коришћење слатког млека и производа релативно богатих лактозом, као што су обрано млеко, бутер, слатка павлака и слично.

Како то да одрасли становници северне Европе данас могу да пију млеко и да им оно не смета, а њихови преци то нису могли? Одговор лежи у чињеници да лактоза може да опонаша витамин Д, који у организму има важну улогу у метаболизму калцијума. Овај витамин настаје од провитамина Д (који се у кожи под утицајем сунчеве светлости претвара у витамин Д). То практично значи да је више од 8000 година у северној Европи, као и у осталим деловима света са релативно малим бројем сунчаних дана, владао рахитис због недостатка витамина Д а, самим тим и калцијума. У то време ретки срећници којима због мутације није сметала лактоза, коришћењем млека и после периода детињства, побољшавали су своје ионако крхко здравље и тиме повећавали вероватноћу преживљавања и остављања потомства које је, као и они, имало способност коришћења млека целог свог живота.

Савет свим одраслим особама којима смета млеко био би да користе јогурт, кисело млеко, кефир, киселу павлаку, као и све друге производе са ниским садржајем лактозе. У овим прерађевинама деловањем бактерија млечнокиселинског врења од лактозе настаје млечна киселина. На овај начин млеко нисте искључили из употребе и нисте ничим ускраћени - напротив, у великом сте макробиотском добитку, јер киселомлечни производи садрже више витамина од млека

Ако баш волите слатко млеко а смета вам, одредите се за млеко без лактозе или за млеко у праху које не садржи лактозу и продаје се под ознакама „free of lactose“ (FL) или „libre de lactosa“. По укусу је слично обичном млеку и сигурно ће вам пријати. Што је најважније, оно може да буде спасоносно за неке бебе које већ од првог дана не подносе исхрану млеку због лактозе или beta-laktoglobulina у њему. Ове бебе када попију млеко имају дијареју и мршаве због поремећаја метаболизма електролита. Треба знати да је, на срећу, реч о ретком синдрому код деце који је најчешће у појединим популацијама.

Увођењем нове специјализоване фармацеутске услуге - издавање лекова и пружање стручних информација пацијентима употребом гестовног говора, Апотека Врање и Међуопштинска организација глувих и наглувих особа обележиле 25. септембар, Међународни дан глувих



Конференција за новинаре: (с лева) Јасмина Арсић, Снежана Симоновић, Милан Богдановић, Биљана Марковић, Сашка Шурбатовић

ГЕСТОВНИМ ГОВОРОМ ДО ЛЕКА

У апотеци у главној улици „Стефана Провенчаног“ у Врању, две наше колегинице **Сашка** и **Биљана** сада уз коришћење знаковног језика, сваког радног дана од 70:30 до 20:30 сати, са више разумевања и без баријере у комуникацији, услужују глуве и наглуве пацијенте. Лакше је и њима, а и нашим пацијентима који сада не морају да се сналазе како да фармацеуту објасне који им је лек потребан или да добију појашњење о употреби лека.

- Јако је битно и велики је корак напред свих запослених и руководства ове установе у приближавању и пружању адекватних услуга на доступан начин особама са инвалидитетом. Велики је значај употребе геста за глуву особу, јер на тај начин се уважава различитост и јача самопоштовање. Ово је прва, колико знамо и једина јавна установа и предузеће у Врању које је обезбедило, прилагодило простор и услуге особама са инвалидитетом. Надамо се да неће бити последња. Овакве услуге су веома потребне нашим суграђанима, - истакла је на конференцији за новинаре **Снежана Симоновић**, секретар Међуопштинске организације глувих и наглувих особа.

- У свим нашим апотекама смо одредили и означили простор где особе са инвалидитетом без чекања могу одмах добити потребне лекове и информације, - истакла је **Јасмина Арсић**, директорка и нагласила да је специјализована фармацеутска услуга уз коришћење знаковног језика наставак великог пројекта Апотеке Врање у развоју друштвене одговорности.

Хигијенске пелене свакодневна потреба

„Удружењу особа са паралигијом“, са својих преко 80 чланова највећим удружењем особа са инвалидитетом, Апотека Врање је у сарадњи са Инфармом, а у оквиру наставка акције хуманитарне помоћи, уручила 6 пакета хигијенских пелена. - Сви наши чланови користе инвалидска колица и пелене су увек потребне. Очекујемо да се Апотеци Врање придруже друга предузећа и установе јер нам је потребно још пелена, катетера, урин кеса, - истиче **Срђан Трајковић**, председник удружења.



Милан Богдановић, председник организације глувих и наглувих особа истиче да је важно што се на овај начин данас обележава Међународни дан глувих особа, и додаје - *Нама је важно да не чекамо у реду и када покажемо рецепт да питамо уколико нам није јасна употреба лека. Неопходно је када тражим лек, ако ме боли глава, имам мучнину или температуру, да апотекар разуме мој проблем и да ми одговори гестом. Задовољни смо што таквих проблема овде у апотеци неће више бити.*

Две наше колегинице – фарм. техничарке **Сашка Шурбатовић** и **Биљана Марковић**, у јуну ове године похађале су школу „Знаковног језика“ и научиле око седамсто појмова гестовног говора: *Учити гестовни говор је за нас било нешто ново и изазов. Није било лако, али смо јако задовољне када пацијентима одговоримо гестом – прво изненађење на лицу, а затим осмех, запиткивање где смо научиле гестовни говор и неизбежна захвалност на разговору и разумевању.*

Из рада синдиката

ЗИМНИЦА НА ТРИ РАТЕ

Синдикална организација самосталног синдиката Апотеке Врање, почетком октобра почела је са првим испорукама разноврсне зимнице, смрзнутог пецива, киселог програма, млечних производа и др. У синдикалној понуди је смрзнута риба, такође на вишемесечну отплату обуставом од зараде.

0 0 0

РЕКРЕАТИВНИ ОДМОР

- Самостални синдикат запослених у здравству и социјалној заштити Србије, обезбедио је за 15 чланова овог синдиката из Пчињског округа бесплатан боравак на рекреативни одмор. Једно место је резервисано за члана синдиката Апотеке Врање, - саопштила је **Драгана Милошевић**, председница синдиката наше установе.

ФЛАВОНОИДИ - АНТИОКСИДАНС КРВНИХ СУДОВА



Пишу: Мр пх. Александра Стаменковић



Мр пх. Владица Ђорђевић,
приправник
(Огранак Владичин Хан)

Флавоноиди су биљни полифеноли који спадају у групу антиоксиданаса. Присутни су у многим биљкама као што су винова лоза, млечни коров, глог, гинко билоба, соја, зелени чај и многе друге.



Загађивачи животне средине, нека хемијска једињења, метали у вишку, дејство јонизујућих зрачења, одређена патолошка стања (стрес), могу иницирати стварање екстремне количине слободних радикала тј. реактивних облика кисеоника у организму, који могу да оштете биомолекуле, ћелијске компоненте, ткива и последично организам у целини.

Флавоноиди су биљни полифеноли који спадају у групу антиоксиданаса. Присутни су у многим биљкама као што су винова лоза, млечни коров, глог, гинко билоба, соја, зелени чај и многе друге. Једно од најважнијих деловања флавоноида је **антиоксидативно деловање у крвним судовима** где смањују учесталост појаве атеросклерозе. Срчана обољења тренутно су један од водећих узрока смртности у свету па би употреба флавоноида смањила број људи који пати од ове врсте болести.

Флавоноиди црвеног вина

Флавоноиди у црвеном вину, заједно са антиоксидансима из маслиновог уља и свежег воћа и поврћа, којим је богата медитеранска кухиња, могу допринети заштити од кардиоваскуларних болести. Флавоноиди доводе до пораста нивоа ХДЛ-а (доброг холестерола), снижавају ниво ЛДЛ-а (лош холестерол) у плазми и смањују оксидативни стрес у тромбоцитима чиме спречавају агрегацију тромбоцита и успоравају процес атеросклерозе у крвним судовима.

Флавоноиди млечног корова

Комплекс флавоноида (силимарин) добијен из млечног корова (лат. Сулибум марианум), побољшава функционисање јетре и њене детоксикационе капацитете. Утврђено је да силимарин повећава синтезу и активност ензимских система и на тај начин је истовремено повећано уклањање слободних радикала. Може се успешно примењивати код различитих обољења јетре, између осталог цирозе, хроничног хепатитиса, масне јетре, као и код упале жучних канала.

Флавоноиди гинка билобе

Модерна медицинска наука признаје свестрана својства гинка, како у очувању здравља, тако и у лечењу многих поремећаја. Истраживачи лековитих својстава гинка највише истичу његова снажна антиоксидативна својства, која потичу од високог садржаја флавоноида. Гинко значајно побољшава мождану циркулацију чиме подстиче готово све мождане активности. Побољшава меморију и моћ концентрације, отклања депресивне тегобе и осећање тескобе (анксиозност).

Флавоноиди зеленог чаја

Зелени чај (лат. Camellia sinensis) је изузетно јак антиоксиданс. Флавоноиди зеленог чаја имају велики значај код свих стања код којих би антиоксидативни ефекти могли бити од велике користи, као што су кардиоваскуларна обољења, дислипидемија, астма, артритис, дијабетес типа 2. Зелени чај је све чешће саставни део многих козметичких препарата јер флавоноиди успоравају старење коже. Најновија истраживања показују да флавоноиди зеленог чаја смањују могућност појаве рака плућа, желуца и простате.

Флавоноиди соје

Флавоноиди соје (лат. Glycine max) повећавају садржај колагена у кожи и тиме имају повољно деловање против старења коже. Осим тога, инхибирају стварање нових масних ћелија (adipocita) и прекидају таложње поткожног масног ткива. Повољно делују и на еластичност вена, смањују крхкост капилара и штите их од пуцања.

Флавоноиди чоколаде

Све чоколаде нису једнако здраве. У белој чоколади нема „здравих“ флавоноида док црна чоколада, богата какаом, може допринети смањењу крвног притиска и повећати способност организма да преради шећер из хране. Сматра се да дневна доза од 31 милиграма флавоноида, којима је какао богат, може особу подмладити за 3,2 године.



Новина ЗУ Апотека Врање
БЕСПЛАТАН ПРИМЕРАК
Година I Број 2
Јул – Септембар 2010.

Издавач:

Здравствена Установа Апотека Врање
17500 Врање

E-mail: apotekavranje@nadlanu.com
www.apotekavranje.rs

Главни и одговорни уредник:

Сузана Антић Ристић, дипл. новинарка

Уређивачки Колегијум:

Гордана Станисављевић, мр пх. спец

Милица Пешић, мр пх.

Јелена Ђорђевић, мр пх.

Сузана Спасић, мр пх.

Лидија Јовановић, мр пх.

Радмила Ристић, мр пх.

Оливера Григоров, мр пх.

Данијела Стевановић, мр пх.

Зоран Марковић, мр пх.

Сузана Савић, дипл. еци

Саша Трајковић, дипл. еци

Адреса редакције:

17500 Врање,

Стефана Првовенчаног 43

Телефон: (+381 17) 400 730; 400 731

Факс: (+381 17) 400 732

E-mail редакције:

infoapoteka@nadlanu.com

www.apotekavranje.rs

Припрема:

Студио „Image“ Лесковац

(+381 16) 260 602

stdimage@gmail.com

Штампа:

Аурора О.Д. Врање

Тел: (+381 17) 414 346

Тираж: 500 примерака

Здравље у времену (2)

ПРВЕ САВРЕМЕНЕ АПОТЕКЕ

Крај деветнаестог и почетак двадесетог века биће време бурних историјских догађаја. Крај Династије Обреновић, али и Балкански рат. Потом Први земаљски рат... Врање је делило судбину времена које људи нису могли да мењају, а још мање на њега да утичу.



Велимир Карић
(радио од
1883. - 1905.)

Прва савремена апотека у Врању - 1883.

Деценију ипо након ослобођења од Турака и деценију након што је **Велимир Карић** отворио прву апотеку, варош врањска добиће и другу.

Друга врањска апотека

Десило се то **1892.године.** - **Михајло Мика Јанковић** је добио концесију за другу врањску апотеку. Он је приватну апотеку фелшера Наума адаптирао за рад и варош врањска је добила другу савремену апотеку.

Он је студије фармације завршио у царствујушћем Бечу 1890. године. Две године након тога добиће концесије за отварање апотеке у Врању. Својим искуством из Беча Мика је помогао трговцима са југа Србије и њиховим удружењима да више тргују са Аустро Угарском. Почели су да стижу и за то време „модерни лекови“ са Запада.



Михајло Јанковић
(радио од
1892. до 1901.)

Храбри и одважни савети

Када Велимир Карић, први врањански варошки фармацеут пређе 1905. године на рад у престонички Београд, од њега ће апотеку преузети **магистар фармације Јован Јовановић**. Пре вароши у коју ће доћи и где ће га задесити смрт, Јовановић ће радити у Београду и Нишу. Забележено је да је студије завршио у Грацу.

На болесне и изнемогле Јова-новић је својим саветима деловао „храбрим и одважним саветима“.

Сиромашне је добром речју и подршком, често поклањајући сирупе и лекове, терао да се сопственом снагом издигну изнад немаштине. Умро је у Врању 1910. године. Пред почетак Балканског рата Јовановићеву апотеку преузеће **Боривоје Марић**, из Смедерева и такође аустријски ђак.



Јован Јовановић
(радио од 1906. - 1910.)

Биће то време покорне коју обележава тифус. Варош је била претворена у прави избеглички логор. Лекови нису могли да се наплаћују од несрећних људи па је Марић лекове поклањао покушавајући да што више људи од тифуса.

У Вашој Апотеци Врање

**„Стефана Првовенчаног“ бр. 43
ВРАЊЕ**

СПРЕЦИЈАЛИЗОВАНА АПОТЕКА ЗА ГЛУВЕ И НАГЛУВЕ ОСОБЕ

Радним данима од 07:30 до 20:30 сати



Поштоване суграђанке и суграђани,

Поштујући свакодневне животне потребе наших грађанки/а са инвалидитетом, од 25. септембра 2010. унапредили смо наш рад и увели нову фармацеутску услугу уз употребу знаковног језика за глуве и наглуве особе.

Током целог радно дана глува лица могу добити лекове, потребне информације као и адекватну фармацеутску услугу уз комуникацију гестовним говором са нашим фармацеутима.

**Специјализована апотека налази се у центру Врања,
у улици „Стефана Првовенчаног“ број 43 (у пешачкој зони).**

Ваша Апотека Врање



Ваша

АПТЕКА ВРАЊЕ

2010.



www.apotekavranje.rs apotekavranje@nadlanu.com

Тел: 017/400 730; 400 731 Факс: 017/400 732

17500 Врање Стефана Провенчаног 43