

ΟΜΟΙΟ

- παθητική

ΙΑΤΡΙΚΗ

Τριμηνιαίο Επιστημονικό Περιοδικό

Τεύχος 54 (Νέα περίοδος τεύχος 25) τιμή: 4€

• Οκτώβριος - Νοέμβριος - Δεκέμβριος 2010



Ο ΓΙΩΡΓΟΣ

ΒΥΘΟΥΛΚΑΣ

ΕΠΙΤΙΜΟΣ ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ

ΤΟΥ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥ **ΑΙΓΑΙΟΥ**

ΠΟΣΟ

ΚΑΤΑΘΛΙΠΤΙΚΟΙ

ΓΙΝΟΜΑΣΤΕ

ΤΟ ΧΕΙΜΩΝΑ

Η ΧΡΗΣΗ

ΤΗΣ ΟΜΟΙΟΠΑΘΗΤΙΚΗΣ
ΣΤΗΝ

ΕΜΦΥΤΕΥΜΑΤΟΛΟΓΙΑ

ΚΑΙ ΤΗΝ

ΧΕΙΡΟΥΡΓΙΚΗ ΣΤΟΜΑΤΟΣ

ΚΟΨΤΕ

ΤΟ ΒΗΧΑ

ΣΤΟΝ ... ΒΗΧΑ

ΣΥΝΔΡΟΜΟ

ΠΟΛΥΚΥΣΤΙΚΩΝ

ΩΟΘΗΚΩΝ

Μετεκπαιδευτικά σεμινάρια

Διάρκεια εκπαίδευσης

ΕΝΑΡΞΗ **ΝΕΩΝ** ΣΕΜΙΝΑΡΙΩΝ

ΑΘΗΝΑ: ΚΑΘΕ ΔΕΥΤΕΡΑ ή ΤΕΤΑΡΤΗ
18:00 - 21:00

ΑΘΗΝΑ - ΘΕΣ/ΝΙΚΗ - ΠΑΤΡΑ - ΗΡΑΚΛΕΙΟ:
[Ολοκληνται σε 4 Σαβ/κα 1 κάθε μήνα]

Μεμονωμένα τμήματα μετεκπαιδευσης φαρμακοποιών

Φυτοθεραπεία, Αρωματοθεραπεία,
Ανθοθεραπεία, Γεμμοθεραπεία,
Κοσμητολογία, Μελισσοθεραπεία,
Άλατα Σούσλερ - ολιγοστοιχεία -
μέταλλα - λιθοθεραπεία

Διδάσκουν

Καθηγητές πανεπιστημίου, ιατροί,
φαρμακοποιοί.

Για εγγραφές μπορείτε να επικοινωνείτε με την
υπεύθυνη συντονισμού προγράμματος
κα. Λίγγρη Μαρία στα τηλ: 210 6470684-5,
Fax: 210 6451205 και κιν.: 6979 443204

Όλα τα Τμήματα είναι ολιγομελή
και θα τηρηθεί
σειρά προτεραιότητας

Εναλλακτική φαρμακευτική τεχνολογία

Το φαρμακείο δημιουργεί
"εναλλακτικό" εργαστήριο
και...

αποκτά φιλοσοφία - άποψη - στυλ,

έχει, πλέον, τους δικούς του "φανατικούς" πελάτες

διευρύνει την πελατεία του, αυξάνει τόσο τον όγκο πωλήσεων
όσο και το κέρδος του,

προσανατολίζεται στις αναπτυσσόμενες αγορές
(φυτοθεραπεία, ομοιοπαθητική, εναλλακτική θεραπευτική),

προσφέρει ακόμα πιο εξειδικευμένες υπηρεσίες και ο
φαρμακοποιός αξιοποιεί τις επιστημονικές του γνώσεις και το
κύρος του σε ακόμα μεγαλύτερο βαθμό.

Σε ποιούς απευθύνεται

Σε **φαρμακοποιούς**,
που θέλουν να διευρύνουν το αντικείμενο της εργασίας τους

Σε **πτυχιούχους βοηθούς φαρμακοποιών**,
που θέλουν να συμπληρώσουν τη σχετική εκπαίδευση και
γνώση τους

Περιεχόμενο εκπαίδευσης

Φαρμακευτική τεχνολογία για:

- Ομοιοπαθητική
- Φυτοθεραπεία
- Αρωματοθεραπεία
- Ανθοθεραπεία
- Γεμμοθεραπεία
- Λιθοθεραπεία
- Ολιγοστοιχεία
- Άλατα Σούσλερ
- Γαληνικές παρασκευές
- Καλλυντικά

Οργάνωση εργαστηρίου
Νομοθεσία

Διάρκεια εκπαίδευσης
60 ώρες

ΕΝΑΡΞΗ ΝΕΩΝ ΤΜΗΜΑΤΩΝ 2010-2011

Το **MEDICUM COLLEGE** με την πολυετή
πείρα του, είναι σε θέση να προσφέρει έγκυ-
ρες γνώσεις και εξειδίκευση, σε φαρμακο-
ποιούς, φοιτητές και βοηθούς φαρμακείων,
που θέλουν να διευρύνουν το αντικείμενο
της εργασίας τους και να ενισχύσουν - συ-
μπληρώσουν την εκπαίδευσή τους και τη
γνώση τους πάνω στις εναλλακτικές - συ-
μπληρωματικές θεραπείες.

Τα νέα ταχύρυθμα τμήματα του εκπαιδευτι-
κού προγράμματος της Εναλλακτικής Φαρ-
μακευτικής Τεχνολογίας θα ξεκινήσουν αρ-
χές Μαρτίου 2011.



ΕΙΣΗΓΗΤΕΣ:

- **ΓΙΩΡΓΟΣ ΠΑΠΑΪΩΑΝΝΟΥ** - ΦΑΡΜΑΚΟΠΟΙΟΣ
Δ/ΝΤΗΣ MEDICUM COLLEGE,
- **ΓΙΑΝΝΗΣ ΚΟΝΤΑΚΟΣ** - ΟΙΚΟΝΟΜΟΛΟΓΟΣ

**Α. ΤΜΗΜΑ ΕΝΑΛΛΑΚΤΙΚΗΣ
ΦΑΡΜ. ΤΕΧΝΟΛ. ΑΘΗΝΑΣ**

ΤΜΗΜΑ ΕΝΑΛΛΑΚΤΙΚΗΣ ΦΑΡΜ. ΤΕΧΝ. ΚΡΗΤΗΣ



ΕΙΣΗΓΗΤΕΣ:

- **ΓΙΩΡΓΟΣ ΠΑΠΑΪΩΑΝΝΟΥ** - ΦΑΡΜΑΚΟΠΟΙΟΣ
Δ/ΝΤΗΣ MEDICUM COLLEGE,
- **ΓΙΑΝΝΗΣ ΚΟΝΤΑΚΟΣ** - ΟΙΚΟΝΟΜΟΛΟΓΟΣ

ΕΙΣΗΓΗΤΕΣ:

- **ΓΙΩΡΓΟΣ ΠΑΠΑΪΩΑΝΝΟΥ** - ΦΑΡΜΑΚΟΠΟΙΟΣ Δ/ΝΤΗΣ MEDICUM COLLEGE,
- **ΒΑΣΙΛΗΣ ΦΩΤΙΑΔΗΣ** - ΔΙΕΥΘΥΝΤΗΣ ΚΕΝΤΡΟΥ ΟΜΟΙΟΠΑΘΗΤΙΚΗΣ ΘΕΣ/ΝΙΚΗΣ



**ΤΜΗΜΑ ΕΝΑΛΛΑΚΤΙΚΗΣ
ΦΑΡΜ. ΤΕΧΝΟΛ. ΘΕΣ/ΝΙΚΗΣ
2010-11**

Για εγγραφές μπορείτε να
επικοινωνείτε με την υπεύ-
θυνη συντονισμού προ-
γράμματος κα. Λίγγρη Μα-
ρία στα τηλ: 210 6470684-5,
Fax: 210 6451205 και κιν.:
6979 443204

Όλα τα Τμήματα είναι ολι-
γομελή και θα τηρηθεί
σειρά προτεραιότητας

ΟΜΟΙΟπαθητική Ιατρική
Τριμηνιαίο Επιστημονικό Περιοδικό
Τεύχος 54 (Νέα Περίοδος Τεύχος 25),
Οκτώβριος - Νοέμβριος - Δεκέμβριος 2010
Ετήσια συνδρομή 20 ευρώ Ελλάδα
Ετήσια συνδρομή 30 ευρώ Κύπρος

ΙΔΙΟΚΤΗΣΙΑ
ΕΚΔΟΣΕΙΣ
MEDICUM

Ασκληπιάδου 179, 114 71, Αθήνα
Τηλ: 210 6451506, 6462834, Fax: 210 6451205
www.medicum.gr/medicum
e-mail: medicum@medicum.gr

ΕΚΔΟΤΗΣ
Γιάννης Γ. Παπαϊωάννου

ΔΙΕΥΘΥΝΤΗΣ - ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΓΙΑ ΤΟ ΝΟΜΟ
Γιώργος Παπαϊωάννου

ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΟΣ ΔΙΕΥΘΥΝΤΗΣ
ΣΕ ΘΕΜΑΤΑ ΟΜΟΙΟΠΑΘΗΤΙΚΗΣ
Καθηγητής Γιώργος Βυθούλκας
Διευθυντής Διεθνούς Ακαδημίας
Κλασικής Ομοιοπαθητικής

ΕΠΙΣΤΗΜΟΝΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ
Καίτη Αντωνίου- Κεδηγιάννη, Βενετία Βέργου, Χρήστος
Ραμμένος, Κων/νος Τσιτινίδης, Χαρά Βαρσακέλλη, Λάζαρος
Δανιηλίδης, Αρίσταρχος Τσαμασλίδης, Βασίλης Φωτιάδης,
Γιάννης Ελευθεριάδης, Σπύρος Κυβέλλος, Οδυσσεάς
Κυριακού, Σωτήρης Μποτής, Αθηνά Ξανθάκου, Γιώργος
Παπαφίλιππου

ΑΡΧΙΣΥΝΤΑΚΤΗΣ
Άρης Μπερζοβίτης

ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ-ΣΥΝΤΟΝΙΣΜΟΣ ΥΛΗΣ
Μαρία Λίγγρη

ΕΙΔΙΚΟΣ ΣΥΜΒΟΥΛΟΣ
Μαρία Παπαϊωάννου

ΕΙΔΙΚΟΙ ΣΥΝΕΡΓΑΤΕΣ
Θεανώ Μπακογιάννη

ΕΜΠΟΡΙΚΟ ΤΜΗΜΑ - Δ/ΝΣΗ ΔΙΑΦΗΜΙΣΗΣ
Δημήτρης Δεληγιάννης

ΠΑΡΑΓΩΓΟΙ ΔΙΑΦΗΜΙΣΗΣ
Σπύρος Ρέππας, Κων/νος Βρούστης

ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΚΟ - ΣΕΛΙΔΟΠΟΙΗΣΗ
Medicum

ΕΚΤΥΠΩΣΗ - ΒΙΒΛΙΟΔΕΣΙΑ
SCRIPTA
Αλ. Οικονόμου 18-20
ΕΛΛΗΝΙΚΟ

Τα ενυπόγραφα άρθρα εκφράζουν αποκλειστικά τις γνώμες των
συγγραφέων τους και δεν απηχούν την γνώμη του περιοδικού.
Απαγορεύεται η αναδημοσίευση ή αναπαραγωγή μέρους ή όλου
του περιοδικού χωρίς την άδεια του εκδότη.

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

ΙΣΤΟΡΙΚΟ
ΓΕΓΟΝΟΣ ΓΙΑ ΤΗΝ
ΟΜΟΙΟΠΑΘΗΤΙΚΗ
ΙΑΤΡΙΚΗ ΣΤΗΝ
ΕΛΛΑΔΑ



ΚΟΨΤΕ ΤΟ ΒΗΧΑ
ΣΤΟ ΒΗΧΑ

26 σελ

32
σελ
Η ΧΡΗΣΗ ΤΗΣ
ΟΜΟΙΟΠΑΘΗΤΙΚΗΣ
ΣΤΗΝ
ΕΜΦΥΤΕΥΜΑ-
ΤΟΛΟΓΙΑ

ΤΑ ΑΝΤΙΒΙΟΤΙΚΑ
ΤΗΣ ΦΥΣΗΣ

40 σελ

ΛΙΠΑΡΑ
ΟΞΕΑ
σελ **52**

ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ
ΦΑΡΜΑΚΕΙΟΥ
ΠΑΥΛΙΔΟΥ
60 σελ

Βιβλίο
παρουσίαση
68 σελ

18
σελ
ΠΟΣΟ
ΚΑΤΑΘΛΙΠΤΙΚΟΙ
ΓΙΝΟΜΑΣΤΕ
ΤΟ ΧΕΙΜΩΝΑ

ΣΥΝΔΡΟΜΟ
ΠΟΛΥΚΥΣΤΙΚΩΝ
ΩΟΘΗΚΩΝ

30
σελ

ΤΟ ΛΙΓΟΤΕΡΟ
ΕΙΝΑΙ
ΠΕΡΙΣ-
ΣΟΤΕΡΟ

σελ **36**

50
σελ
ΤΟ ΦΑΡΜΑΚΕΙΟ
ΤΗΣ ΦΥΣΗΣ

ΖΕΟΛΙΘΟΣ
σελ **56**

ΕΠΙΣΤΟΛΕΣ

σελ **66**

ΔΕΛΤΙΑ
ΤΥΠΟΥ
ΝΕΑ ΠΡΟΪΟΝΤΑ
σελ **72**

Editorial

Η ανακήρυξη του Γιώργου Βυθούλκα ως επίτιμου καθηγητή του Πανεπιστημίου Αιγαίου αποτελεί σημαντικό ιστορικό γεγονός, καθώς και μεγάλη τομή στα ακαδημαϊκά πράγματα της χώρας. Αυτό δεν το λέμε εμείς. Το υποστήριξε στην σχετική τελετή ανακήρυξης ο καθηγητής Ανδρέας Τρούμπης, πρώην πρύτανης του Πανεπιστημίου Αιγαίου. Είπε και άλλα όμως ο κ. Τρούμπης, όπως ότι:

- «Υπάρχει μια παγκόσμια πραγματικότητα και μία ελληνική πραγματικότητα και αυτήν την πραγματικότητα οφείλει η ελληνική επιστημονική κοινότητα, να την αξιολογήσει, να την αντιμετωπίσει, να την αποδεχθεί ή να την απορρίψει με όρους επιστήμης, διαλόγου και λόγους συζητήσεως και όχι με οπαδισμό, εξορκισμό και εξοστρακισμό».
- «Τούτη εδώ η αναγόρευση είναι ένα μεγάλο βήμα, μπορεί και να είναι και άλμα».
- «Θέλουμε ξεκάθαρα δομές παροχής υπηρεσιών υγείας στον χώρο του Αιγαίου, καλύτερης επιμόρφωσης, καλύτερης εκπαίδευσης, ταχύτερης εισαγωγής των νεοτέρων επιτευγμάτων, αλλά και χώρο, όπου όλο αυτό το οικοδόμημα των μη συμβατικών θεραπευτικών πρέπει να μελετηθεί και να αποδοθεί στην ελληνική κοινωνία».
- «Εύχομαι η κίνησης που αφορά τον κύριο Βυθούλκα να ταράξει τα νερά και κυρίως να τιμήσει έναν άνθρωπο, ο οποίος πραγματικά έφερε για μία ακόμα φορά το όνομα τούτης εδώ της χώρας στο διεθνές προσκήνιο για ουσιώδη ζητήματα».

Όλα τα παραπάνω ειπώθηκαν από έναν διακεκριμένο επιστήμονα, από έναν άνθρωπο που δεν ανήκει στον χώρο της Ομοιοπαθητικής, αλλά θεωρεί χρέος του να βάλει ένα λιθαράκι για την ανάπτυξη της Ομοιοπαθητικής. Η τεκμηριωμένη εισηγητική ομιλία του Ανδρέα Τρούμπη για την αξία σε διεθνές επίπεδο του Γιώργου Βυθούλκα καταχειροκροτήθηκε από το κατάμεστο ακροατήριο του Δημοτικού Θεάτρου Μυτιλήνης, στις 3 Δεκεμβρίου 2010.

Μετά από όλα αυτά εμείς τι να πούμε; Τίποτα περισσότερο από ότι κάποιοι είναι πολύ «μικροί» για να αμφισβητήσουν τον Γιώργο Βυθούλκα. Κάποιοι που «φτιάχτηκαν» και πλούτισαν με τον αγώνα του να εγκαθιδρύσει την Ομοιοπαθητική στην χώρα μας είναι τουλάχιστον αγνώμονες. Είναι οι ίδιοι που καλυπτόμενοι κάτω από κάποιους φορείς έχουν το αλάθητο και εγείρουν διάφορες αξιώσεις.

Αυτό που πρέπει να γίνει κατανοητό από όλους είναι ότι η μεμψιμοιρία, η διάσπαση και η γκρίνια, δεν έχει ωφελήσει ποτέ κανένα. Οι πολίτες έχουν ανάγκη από τις

υπηρεσίες της Ομοιοπαθητικής, γι' αυτό και όλοι οι φορείς του χώρου θα πρέπει να συνεργάζονται στενά, προκειμένου να διεκδικήσουν από την πολιτεία την θέση που αξίζει στην Ομοιοπαθητική Ιατρική. Από αυτή εδώ την στήλη έχουμε πεί ότι δεν θα χαϊδέσουμε αυτιά κανενός και δεν θα επιτρέψουμε σε κανέναν να βλάψει την Ομοιοπαθητική και όλους εκείνους που αγωνίζονται και την υπηρετούν με ζήλο και θυσίες.

Ένα τελευταίο φαινόμενο που είδαμε στο www.homeopathy.gr είναι η επίθεση -άκουσον, άκουσον - που δέχονται τα ομοιοπαθητικά φαρμακεία, γιατί τα ομοιοπαθητικά φάρμακα είναι ακριβά. Μα καλά δεν γνωρίζουν ότι, όπως και στην κλασική ιατρική, υπάρχουν και ακριβά και φθηνά φάρμακα; Δεν γνωρίζουν ότι η κοστολόγηση τους διέπεται από ειδική νομοθεσία του υπουργείου Υγείας, το οποίο τα χαρακτηρίζει γαληνικά σκευάσματα, άρα και οι τιμές τους ακολουθούν την κοστολόγηση των γαληνικών σκευασμάτων, οι οποίες καθορίζονται ρητά και κατηγορηματικά με υπουργική απόφαση; Δεν γνωρίζουν δηλαδή ότι οι φαρμακοποιοί δεν καθορίζουν τις τιμές, αλλά η πολιτεία, όπως άλλωστε κάνει αντίστοιχα με όλα τα φάρμακα; Σε αντίθεση με την ιατρική επίσκεψη που κάθε γιατρός την καθορίζει από μόνος του.

Τα ομοιοπαθητικά φάρμακα δεν αυξήθηκαν, οι τιμές είναι ίδιες περίπου εδώ και 10 χρόνια. Άλλαξαν μόνο οι κλίμακες και προστέθηκαν όλες οι φαρμακοτεχνικές μορφές, που δεν υπήρχαν μέχρι σήμερα, για να υπάρχει επιτέλους η τελική εικόνα τιμών σε όλα τα φαρμακεία, τους ασθενείς και ενημερωτικά στους γιατρούς. Η Ελληνική Εταιρεία Ομοιοπαθητικών Φαρμακοποιών έστειλε τιμοκαταλόγους προς όλα τα μέλη της τον μήνα Αύγουστο του 2010. Στην δεκαετία, λοιπόν, αυτή οι πρώτες ύλες υπερτριπλασιάστηκαν και όμως δεν έγινε καμμία αύξηση. Το κόστος μιας συνταγής για ένα μήνα θεραπεία κυμαίνεται από 10 - 15 ευρώ.

Προσοχή κύριοι του www.homeopathy.gr οι φαρμακοποιοί δεν είναι απατεώνες, ούτε προσπαθούν να κάνουν «αρπαχτές» και να κερδοσκοπήσουν σε βάρος των ασθενών. Όλα αυτά και βέβαια σας είναι γνωστά. Προς τι, λοιπόν, οι «μπαχτές» στην ιστοσελίδα σας, τι προσπαθείτε να εξυπηρετήσετε; Υπάρχουν πολλά ζωτικά θέματα με τα οποία πρέπει να ασχοληθείτε. Αφήστε λοιπόν τις ίντριγκες, φροντίστε να είστε ενημερωμένοι, συνεργαστείτε σωστά με τους υπόλοιπους φορείς του χώρου της Υγείας, για να μπορέσουμε να συνεισφέρουμε από κοινού στην κρίση που περνάει η χώρα μας και την βιώνουμε καθημερινά όλοι.

Άρης Μπερζοβίτης

ΙΣΤΟΡΙΚΟ ΓΕΓΟΝΟΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΟΜΟΙΟΠΑΘΗΤΙΚΗ ΙΑΤΡΙΚΗ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ

Γιώργος
Βυθούλκας:

Είναι δικαίωμα του ασθενούς να επιλέγει τη θεραπευτική μέθοδο που επιθυμεί. Το συγκεκριμένο αυτό δικαίωμα θεωρείται αυτονόητο και αναμφισβήτητο από τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας, το Συμβούλιο της Ευρώπης, την Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ευρωπαϊκό Κοινοβούλιο. Επομένως δεν φαίνεται να κομίζω γλαύκας εις Αθήνας. Μην εκπλαγείτε όμως αν σας πω ότι δεν θεωρείται αυτονόητο στη χώρα μας.

Το Πανεπιστήμιο Αιγαίου
αναγόρευσε επίτιμο καθηγητή του
τον Γιώργο Βυθούλκα

Το Πανεπιστήμιο Αιγαίου αναγόρευσε στις 3 Δεκεμβρίου, σε επίτιμο καθηγητή του τον καθηγητή της Ομοιοπαθητικής Γιώργο Βυθούλκα, σε αναγνώριση της προσφοράς του στην Ομοιοπαθητική Ιατρική, αλλά και στο Πρόγραμμα Μεταπτυχιακών Σπουδών «Ολιστικά εναλλακτικά Θεραπευτικά Συστήματα – Κλασική Ομοιοπαθητική», που λειτουργεί στο Πανεπιστήμιο Αιγαίου από το 2007. Η τελετή της ανακήρυξης έγινε στο Δημοτικό Θέατρο Μυτιλήνης.

Ο πρόεδρος του Πανεπιστημίου Αιγαίου, καθηγητής Πάρις Τσιάρτας, ανοίγοντας την εκδήλωση αναφέρθηκε στην καθοριστική και καινοτόμο συμβολή του κ. Βυθούλκα στην ανάπτυξη και εδραίωση της Ομοιοπαθητικής Ιατρικής σε παγκόσμιο επίπεδο.

Ο πρώην Πρύτανης Καθηγητής Ανδρέας Τρούμπης



ας στον χώρο του Αιγαίου, καλύτερης επιμόρφωσης, καλύτερης εκπαίδευσης, ταχύτερης εισαγωγής των νεοτέρων επιτευγμάτων αλλά και χώρο όπου όλο αυτό το οικοδόμημα των μη συμβατικών θεραπευτικών πρέπει να μελετηθεί και να αποδοθεί στην ελληνική κοινωνία», είπε χαρακτηριστικά.

Και ο κ. Τρούμπης έκλεισε την ομιλία του λέγοντας: «Εύχομαι η κίνηση που αφορά τον κύριο Βυθούλκα να ταράξει τα νερά και κυρίως να τιμήσει έναν άνθρωπο, ο οποίος πραγματικά έφερε για μία ακόμα φορά το όνομα τούτης εδώ της χώρας στο διεθνές προσκήνιο για ουσιώδη ζητήματα».

Επόμενος ομιλητής ήταν ο πρόεδρος του τμήματος, καθηγητής Γιάννης Δαρζέντας ο οποίος μίλησε για τη ζωή και το έργο του Γιώργου Βυθούλκα, καθώς και για την προσφορά του στην Ομοιοπαθητική Ιατρική και τη συνεργασία του τελευταίου με το Πανεπιστήμιο Αιγαίου από το 2004.

Την εκδήλωση έκλεισε ο Γιώργος Βυθούλκας ο οποίος, με την τήβεννο του επίτιμου καθηγητή του Πανεπιστημίου Αιγαίου, μίλησε για τους «ανοιχτούς ορίζοντες» και την «ερευνητική διάθεση» του Πανεπιστημίου.

«Είναι δικαίωμα του κάθε ασθενούς να επιλέγει τη θεραπευτική μέθοδο που θέλει. Αυτό είναι αυτονόητο για τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας, για το Συμβούλιο της Ευρώπης για την Ευρωπαϊκή Επιτροπή και το Κοινοβούλιο, δεν θεωρείται όμως αυτονόητο στη χώρα μας», σημείωσε ο κ. Βυθούλκας. «Η σωστή ομοιοπαθητική εκ-

παίδευση είναι άμεσα συνυφασμένη με το επίπεδο ποιότητας της ζωής του ασθενούς. Αν θεσμοθετηθεί προπτυχιακό τμήμα Ομοιοπαθητικής, θα μπορούμε να μιλάμε για ασφάλεια και συνέπεια στο δικαίωμα του ασθενούς να επιλέγει την θεραπευτική που επιθυμεί. Αισιοδοξώ, γιατί το Πανεπιστήμιο Αιγαίου πρωτοπορεί και ξέρει να κρατά ψηλά τη σημαία της καινοτομίας».

ΟΜΙΛΙΑ ΑΝΔΡΕΑ ΤΡΟΥΜΠΗ

πρώην πρύτανη του Πανεπιστημίου Αιγαίου

Κύριε πρύτανη, κύριοι αντιπρυτάνεις, κύριε πρόεδρε, κύριε Βυθούλκα, κυρίες και κύριοι,

Στη συνέχεια το λόγο πήρε ο πρώην πρύτανης του Πανεπιστημίου Αιγαίου, καθηγητής Ανδρέας Τρούμπης, επί της πρυτανείας του οποίου πάρθηκε η απόφαση για την αναγόρευση του κ. Βυθούλκα.

«Η συγκεκριμένη εκδήλωση αποτελεί εις το διηνεκές ένα ιστορικό γεγονός στην αναπόδραστη τεκμηρίωση του ρόλου του ελληνικού πανεπιστημίου στην εξέλιξη των αναζητήσεων του ανθρώπου. Μόνο στο Πανεπιστήμιο Αιγαίου θα μπορούσε να γίνει η αναγόρευση αυτή», τόνισε ο κ. Τρούμπης.

Στη συνέχεια υπογράμμισε την ανάγκη να υλοποιηθεί το πρόγραμμα ιατρικών σπουδών στο Πανεπιστήμιο Αιγαίου και συγκεκριμένα στην Κω.

«Θέλουμε ξεκάθαρα δομές παροχής υπηρεσιών υγεί-

ΟΜΟΙΟΠΑΘΗΤΙΚΗ

Ενεργοποιεί τις φυσικές σας δυνάμεις!

- 3000 φάρμακα σε όλες τις δυναμοποιήσεις, σε όλες τις φαρμακοτεχνικές μορφές (Μητρικά βάμματα, δυναμοποιημένα διαλύματα, Εμβρεγμένες κόνες, Granules, Globules, Ampoules buvables, Comprimés, Ampoules inject). Άλατα Schuessler κ.α. σε συνεργασία με τις μεγαλύτερες εταιρίες της Ευρώπης.
- Οργάνωση και υποστήριξη ομοιοπαθητικού τμήματος φαρμακείων.
- Καθημερινή αποστολή σε όλη την Ελλάδα.
- Σεμινάρια φαρμακευτικής τεχνολογίας στην ομοιοπαθητική (Αθήνα και επαρχία).




MEDICUM
ΟΜΙΛΟΣ ΕΤΑΙΡΙΩΝ

Γ. ΠΑΠΑΙΩΑΝΝΟΥ & ΣΙΑ Ο.Ε.
Ασκληπείου 179 Τ.Κ. 11471 Αθήνα
τηλ.: 210.6451506 - 526, 210.6462834
fax: 210.6451205
e-mail: medicum@medicum.gr
www.medicum.gr

Θεωρώ ακαδημαϊκή τιμή, επιστημονικό καθήκον και προσωπική υποχρέωσή μου αναλαμβάνοντας την ευθύνη της προσφωνήσεως του επιβραβευμένου καθηγητού κ. Γεωργίου Βυθούλκα, όπως εκφράσω πρωτίστως τις θερμές ευχαριστίες μου και τα συγχαρητήρια μου προς τους ομότιμους ακαδημαϊκούς εταίρους μου.

Κύριε Πρύτανη, κυρίες και κύριοι,

Χωρίς περιστροφές, η σημερινή εκδήλωση αποτελεί και θα αποτελεί εις στο διηνεκές ένα ιστορικό γεγονός. Εγώ το γεγονός αυτό θα μου επιτρέψετε να το αντιλαμβάνομαι ως αναπόδραστη τεκμηρίωση του ρόλου του ελληνικού πανεπιστημίου στην εξέλιξη των αναζητήσεων του ανθρώπου με «Α» κεφαλαίο, γύρω από τα θεμελιωδέστερα ερωτήματα που απασχολούν την σκέψη του, που ταλαιπωρούν την λογική του, που ενοχλούν τον λογισμό του, την ψυχή και την καθημερινότητά του, που καθορίζουν την ποιότητα της ζωής του, όπως όλα αυτά επηρεάζονται από επιβεβλημένες οικονομικές επιταγές, διοικητικές πρακτικές και κοινωνικές σχέσεις και συμβάσεις εξουσίας και ανισότητας.

Και όπως καταλαβαίνετε όλα τούτα μεγεθύνονται, ιδιαίτερα στις τρέχουσες μέρες, όπου η τεράστια πολιτισμική κρίση, η οποία γίνεται ορατή ως οικονομική κρίση, θέτει υπό αμφισβήτηση όλα αυτά τα ζητήματα και μας καλεί να ξανασκεφτούμε μία σειρά από πράγματα. Η σημερινή εκδήλωση είναι μία μείζων τομή, ιστορική τομή στα ακαδημαϊκά πράγματα της χώρας.

Κύριε πρύτανη, κύριε πρόεδρε, κύριε Βυθούλκα, Πρέπει εγώ ενώπιόν σας αυτήν την στιγμή να εξηγήσω, γιατί θεωρώ ότι συμβαίνει αυτή η διαδικασία και γιατί το πανεπιστήμιο Αιγαίου ανέλαβε αυτήν την πρωτοβουλία. Επειδή το αντικείμενο των σπουδών μου είναι, όπως ξέρετε, η οικολογία, δηλαδή εν τοις πράγμασι μια αφηγηματική θα έλεγα επιστήμη στον χώρο βεβαίως της βιολογίας και των μαθηματικών, θα ήθελα να μου επιτρέψετε να παρουσιάσω την επιχειρηματολογία μου σαν ένα μωσαϊκό, σαν ένα πάζλ, το οποίο σιγά-σιγά θα κατασκευάσει την θεωρία αυτού που κάνουμε. Επιτρέπεται ιδιαίτερα όταν αναφερόμαστε σε εξαιρετικώς περίπλοκα αντικείμενα.

Θα ξεκινήσω λοιπόν με κάτι τελείως άσχετο και θα ήθελα απλώς να σας ενημερώσω για να τραβήξω την προσοχή σας γύρω από κάτι πολύ απλό. Σήμερα, στο Κανκούν του μακρινού Μεξικό, αρχίζει η διάσκεψη για το κλίμα. Μία διάσκεψη που είναι το πολιτικό παράκταμα της αποτυχίας της πολυδιαφημισμένης περσινής παγκόσμιας διάσκεψης της Κοπεγχάγης. Όπου ως γνωστόν δεν είχαμε μία ουσιώδη κατάληξη και πολιτικώς απεφασίσθη ότι ένα χρόνο μετά, από σήμερα δηλαδή, οι συζητήσεις ξαναρχίζουν με την ελπίδα ότι οι ηγεσίες των

κρατών θα έχουν πιο προχωρημένες ή επεξεργασμένες θέσεις.

Εκεί λοιπόν σήμερα θα υπάρξουν και θα μιλήσουν εγείροντας ζητήματα λογικής και πειθούς και κράτη και προσωπικότητες μεταξύ των τελευταίων, δηλαδή των προσωπικότητων, ας μου επιτραπεί να υπογραμμίσω τα ονόματα των κυρίων κυρίων Μασθάι από την Κένυα, του κυρίου Μπάσεϊ από την Νιγηρία ή της κυρίας Μπάρλοου από τον Καναδά. Υποθέτω ότι αναρωτιέστε γιατί σας την δίνω αυτήν την πληροφορία. Σας δίνω αυτή την πληροφορία γιατί θέλω να κάνω ένα βήμα παραπέρα και να σας πω ότι την Δευτέρα 6 του μηνός (2010), στην Στοκχόλμη, γίνεται η επίσημη παρουσίαση των βραβείων 2010 του Right Livelihood Award, γνωστού και ως Εναλλακτικού Βραβείου Νόμπελ.

Αν κοιτάξουμε λίγο ποιοι είναι αυτοί, οι οποίοι φέτος θα παραλάβουν το βραβείο αυτό και την αιτιολόγηση γιατί το παραλαμβάνουν, θα διαπιστώσουμε ότι η επιτροπή αυτού του βραβείου, του συλλογικού βραβείου, αποδίδει την τιμή αυτή στον κ. Μπάσεϊ από την Νιγηρία, διότι αφιέρωσε

ΑΝΔΡΕΑΣ ΤΡΟΥΜΠΗΣ:
Εύχομαι η κίνησης που αφορά τον κύριο Βυθούλκα να ταραξεί τα νερά και κυρίως να τιμήσει έναν άνθρωπο, ο οποίος πραγματικά έφερε για μία ακόμα φορά το όνομα τούτης εδώ της χώρας στο διεθνές προσκήνιο για ουσιώδη ζητήματα.



μία ζωή για να αναδείξει την πλήρη οικολογική και ανθρώπινη τραγωδία του τρόπου παραγωγής πετρελαίου, αλλά επίσης για το εμπνευσμένο έργο του να ενισχύσει το περιβαντολλογικό κίνημα στην Νιγηρία και παγκοσμίως. Απονέμεται επίσης στον επίσκοπο Κράουτλερ εκ της Βραζιλίας, διότι για μια ζωή δούλεψε για τα θέματα των ανθρώπινων και περιβαλλοντολογικών θεμάτων των ιθαγενών πληθυσμών του Αμαζονίου, καθώς επίσης και για τις προσπάθειες διάσωσης αυτού του μεγάλου και κρίσιμου οικοσυστήματος. Η οργάνωση «Σάπρος» από το Νεπάλ, διότι απέδειξε επί σειρά ετών την ισχύ της κινητοποίησης των ανθρώπινων κοινοτήτων για να αντιμετωπιστούν οι πολλαπλές αιτίες της ανθρώπινης φτώχειας και της αντιμετώπισης των προβλημάτων και των απειλών, που προέρχονται από την πολιτική βία και την αστάθεια. Και τέλος απονέμεται εις την οργάνωση «Γιατροί για τα ανθρώπινα δικαιώματα» του Ισραήλ, διότι το ανεξάρτητο πνεύμα τους τούς επέτρεψε να δουλέψουν για το δικαίωμα στην υγεία όλων των λαών τόσο του Ισραήλ όσο και της Παλαιστίνης.

Τα παραδείγματα αυτά σας τα ανέφερα, γιατί θέλω να αντιληφθείτε την φιλοσοφία που διέπει το βραβείο αυτό, το οποίο ιδρύθηκε το 1980, φέτος δηλαδή είναι η 31η απονομή του. Ιδρύθηκε από έναν Γερμανό-Σουηδό στοχαστή τον Jacob von Uexkull, ο οποίος έχει διατε-

λέσει και ευρωβουλευτής. Πριν από το 1980 ο εν λόγω ευρωβουλευτής πρότεινε εις την Ακαδημία Νόμπελ την επέκταση των βραβείων Νόμπελ, των γνωστών μας βραβείων Νόμπελ, σε πεδία όπως η Οικολογία, η αειφόρος ανάπτυξη, η Υγεία, τα ανθρώπινα δικαιώματα. Πεδία τα οποία, όπως γνωρίζετε, δεν εμπίπτουν εις τα κλασικά πεδία τα οποία τιμώνται από το κλασικό Ίδρυμα. Τούτο δεν κατέστη δυνατόν, διότι μερικά χρόνια προηγουμένως η Ακαδημία, όπως ξέρετε το 1969, εδέχθη την επέκταση των βραβείων Νόμπελ ιδρύοντας το Νόμπελ της Οικονομίας, το 1969, και έτσι δεν θέλησε σε σύντομο χρονικό διάστημα να οδηγηθεί σε περαιτέρω επέκταση. Και έτσι ιδρύθηκε το εν λόγω βραβείο.

Κυρίες και κύριοι,

Μέχρι σήμερα 144 προσωπικότητες έχουν λάβει το Εναλλακτικό Βραβείο Νόμπελ, ένα βραβείο το οποίο, όπως αντιλαμβάνεστε, αναφέρεται σε κρίσιμα ζητήματα, τα οποία άπτονται των μεγάλων προκλήσεων της ανθρώπινης κοινωνίας στον καιρό μας. Το 1996, με την αιτιολόγηση της απονομής τιμής στον άνθρωπο που κατάφερε να ξαναδώσει τα γράμματα κύρους εις την Επιστήμη της Ομοιοπαθητικής, το συγκεκριμένο βραβείο Νόμπελ απεδόθη εις τον σήμερα βραβεύόμενο καθηγητή κύριο Βυθούλκα.



Φαρμακείο Μ. Προβατά

έτος ίδρύσεως 1980

«Ο ΒΙΟΣ ΒΡΑΧΥΣ, Η ΔΕ ΤΕΧΝΗ ΜΑΚΡΑ, Ο ΔΕ ΚΑΙΡΟΣ ΟΞΥΣ»

Επιχειρήσεις ο Όμιλος



- Φαρμακοτεχνικά ομοιοπαθητικά σκευάσματα
- Γαληνικά φυτοθεραπευτικά σκευάσματα
- Ομοιοπαθητικά complex σε όλες τις μορφές (amp, pills, tabs, sol, cream)
- Άλατα susshler
- Φυτοθεραπεία
- Γεμμοθεραπεία
- Αρωματοθεραπεία - Αιθ. Έλαια παγκόσμια & ελληνικά
- Ανθοθεραπεία - Ανθοϊάματα ελληνικά, αγγλικά, αυστραλέζικα, αμερικάνικα κλπ
- Ayurveda

- Συμπληρώματα διατροφής
- Βιταμίνες
- Ολιγοστοιχεία
- Βότανα & μίγματα βοτάνων
- Τσάγια από όλο τον κόσμο
- Βιβλία
- Τρόφιμα Βιολογικά - Βασ. Πολτός - Μέλι - Γύρη & παρασκευάσματα αυτών
- Μεγάλη ποικιλία πρώτων φυτικών υλών
- Φυτικό & βιολογικά μακιγιάζ
- Φυτικά, φυσικά & βιολογικά καλλυντικά για όλους.
- Φυτικά καλλυντικά «ΑΝΘΕΙΑ»



210 61.12.944

210 80.25.029

210 80.62.596

Περικλέους 6

Μαρούσι

provata@otenet.gr

Και η μικρή ιστορία την οποία σας είπα δεν ήταν πλατιά-σμός, ήταν ανάγκη να γίνει κατανοητό γιατί πράγμα μιλάμε. Επιτρέψτε μου τώρα κύριε Βυθούλκα να κάνω ένα βήμα λίγο πιο πίσω, 20 χρόνια πίσω από το 1996 και να πάω στο 1976. Τότε λοιπόν, ήμουν ένα νέο παιδί, πρωτοετής φοιτητής στην Γαλλία, γύρναγα στις τρυφερές νύχτες μεταξύ Τουλούζης και Μονπελιέ στα μεγάλα και παμπάλαια αυτά πανεπιστήμια και βεβαίως τα έκθαμβα μάτια μου έβλεπαν μία άλλη κοινωνία, η οποία ήταν μία κοινωνία, που μόλις έβγαине από τον Μάη του '68, ήταν μία κοινωνία συγκρουσιακή, ήταν μία κοινωνία σε πλήρη εξέλιξη, αλλά μία κοινωνία, η οποία είχε και μέσα της -και το έβλεπες- πολύ ζων το σπέρμα του διαφωτισμού, όταν εις την πατρίδα που τότε άφησα ο διαφωτισμός ενδεχομένως να βαφτίζονταν εννοιολογικά με τον εξηλεκτρισμό.

Ένα από τα πράγματα που με είχαν εντυπωσιάσει περπατώντας τους δρόμους αυτών των πόλεων ήταν ότι δεξιά και αριστερά έβλεπα φαρμακεία, τα οποία είχανε μία μεγάλη ταμπέλα, η οποία έλεγε «Homéopathie - Allopathie». Καταλάβαινα ότι είναι κάτι το ελληνοπρεπές, αλλά δεν είχα την παραμικρή ιδέα τι σημαίνει αυτή η λέξη. Πέρασαν 3-4 χρόνια και διαπίστωσα το 1978-79 ότι η ιατρική σχολή του πανεπιστημίου της Τουλούζης, αλλά και αυτή του Μονπελιέ, στο 6ο έτος της Ιατρικής, μίας Ιατρικής στην οποία για να βγάλεις και να φτάσεις στο 6ο έτος περνάς τα μύρια όσα για την επιλογή, δηλαδή σχολές που μπαίνουν 2000 και αποφοιτούν 40, αν θέλετε είναι το ακριβώς αντίθετο αυτού που συμβαίνει σε εμάς που μπαίνουν 40 και αποφοιτούν 2000. Και διαπίστωσα λοιπόν, ότι υπήρχε ένα «Certificat», όπως το λένε, πιστοποιητικό C6 κιόλας, δηλαδή του έκτους έτους της Ιατρικής σχολής στην Ομοιοπαθητική. Δεν κατάλαβα ακόμα τι ήταν, οπότε θεώρησα ότι είναι απολύτως αναγκαίο να αρχίσω να ψάχνω και άρχισα να ψάχνω.

Και είδα περίεργα πράγματα, απολύτως άγνωστα ακόμα και σε εμένα που ήμουν μέσα στην σχολή Βιολογίας για να κάνω Οικολογία. Ένα από τα πρώτα πράγματα που βρήκα ήταν ένα βιβλίο, που είχε εκδοθεί τότε, βιβλίο υπογεγραμμένο από έναν μεγάλο στοχαστή τον Ivan Illich με τίτλο «Medical Nemesis». Το «Medical Nemesis» που ήταν το πρώτο ουσιώδες έργο κριτικής της ιστορίας των αντιλήψεων περί την υγεία, καθώς επίσης και των

αντιλήψεων για την οργάνωση των συστημάτων υγείας παγκοσμίως. Και λέω για δεξ, είναι και διαφορετικά τα πράγματα στον κόσμο, εκεί μέσα είδα για πρώτη φορά μερικά πολύ ενδιαφέροντα πράγματα που δεν τα είχα φανταστεί ποτέ. Είδα παραδείγματος χάριν μία κριτική της ασθένειας, εκεί το κατάλαβα ότι ασθένεια τελικά είναι η έλλειψη του σθένους. Αυτό είναι που μας δίνει μία άλλη ψυχολογική στάση απέναντι στο φαινόμενο αυτό. Οι Γάλλοι το ονομάζουν «maladie» και γρήγορα κατάλαβα ότι προέρχεται από μία σύντμηση της έννοιας «mal a dir», δηλαδή κακό να το λέω. Και αρχίζουμε να καταλαβαίνουμε ότι κάτι άλλο τρέχει κάτω από αυτήν την ιστορία, είναι θέμα αντιλήψεων, είναι θέμα προσπελάσεων και ψάχνοντας βρήκα ότι το 1844 ιδρύθηκε στην Αγγλία η Βρετανική Εταιρεία Ομοιοπαθητικής. **Βρήκα ότι το 1950 πέρασε νόμος στην Αγγλία που εγκαθιδρύει την Ομοιοπαθητική ως θεραπευτική στο χώρο της υγείας, την εντάσσει δε πλήρως εις το σύστημα υγείας. Φτάνοντας πλέον σήμερα, άκουσον άκουσον, το εθνικό σύστημα υγείας της Αγγλίας να έχει**

4 εν λειτουργία Ομοιοπαθητικά νοσοκομεία. Σήμερα... Άλλος κόσμος...

Ένας κόσμος προφανώς συγκρουσιακός, αλλά και ένας κόσμος, ο οποίος έχει επιτρέψει να δούμε πολύ σοβαρά ζητήματα επιστημονικής κριτικής πάνω στο προβεβλημένο έργο του Γιώργου Βυθούλκα. Homeopathy- Medicine of the new man, The Science of Homeopathy, A New Model of Health and Disease, όλα βιβλία τα οποία είναι αγγλόφωνα και τα οποία σιγά σιγά, αφού έχουν μεταφραστεί σε πάμπολλες γλώσσες του κόσμου, μεταφράζονται πρόσφατα ή σχετικά πρόσφατα και στα ελληνικά. Είναι πολύ ωραίο και για εμάς που είμαστε θετικοί επιστήμονες και ουσιοκράτες να βλέπουμε ότι επί τω έργω αυτό, κύριε πρύτανη, υπάρχουν απολύτως ανάλογες διαδικασίες κρίσης, παρουσίασης, αντίκρουσης, κριτικής και ούτω καθεξής, όπως ακριβώς μπορεί να έχει συμβεί και στα papers, τα οποία έχετε γράψει εσείς. **Θα μου επιτρέψετε να πω,**

ΑΝΔΡΕΑΣ ΤΡΟΥΜΠΗΣ:
Μπορεί τούτη εδώ η αναγόρευση να είναι ένα μεγάλο βήμα, μπορεί και να είναι και άλμα.



Φάρμαξ

ΦΑΡΜΑΚΕΙΟ
ΚΥΡΙΑΚΙΔΟΥ ΚΑΛΙΟΠΗ

- ΦΑΡΜΑΚΑ
- ΟΜΟΙΟΠΑΘΗΤΙΚΑ
- ΔΕΡΜΟΚΑΛΥΝΤΙΚΑ
- ΦΥΣΙΚΑ ΚΑΛΥΝΤΙΚΑ
- ΣΥΜΠΛΗΡΩΜΑΤΑ ΔΙΑΤΡΟΦΗΣ
- ΦΥΤΟΘΕΡΑΠΕΙΑ
- ΑΡΩΜΑΤΟΘΕΡΑΠΕΙΑ
- ΓΙΑ ΤΗ ΜΗΤΕΡΑ & ΤΟ ΠΑΙΔΙ
- ΟΡΘΟΠΑΙΔΙΚΑ
- ΔΙΑΓΝ. ΣΥΣΚΕΥΕΣ - ΤΕΣΤ

Π. ΤΣΑΛΔΑΡΗ 54, ΚΕΡΑΤΣΙΝΙ, ΤΗΛ./FAX: 210 4322177

ΦΑΡΜΑΚΕΙΟ

Αγγελική Θεοδοσιοπούλου

- Ομοιοπαθητικά
- Φυτοθεραπεία
- Φυτικά καλλυντικά
- Προϊόντα Φυσικής Διατροφής
- Ανθοϊάματα

• Εργαστήριο Ομοιοπαθητικής

Πολυτεχνείου 33 & Πράσινου Λόφου
Ν. Ηράκλειο
τηλ & Fax: 210.2820244

ΦΑΡΜΑΚΕΙΟ

- ΟΜΟΙΟΠΑΘΗΤΙΚΗ
- ΦΥΤΟΘΕΡΑΠΕΙΑ
- ΑΡΩΜΑΤΟΘΕΡΑΠΕΙΑ

Βιβή Παπαδοπούλου
Θεοφιλοπούλου

Ηπείρου 16, Δάφνη - Υμηττός,
Τηλ.: 210 9018325, Fax: 210 9028443

ΦΑΡΜΑΚΕΙΟ

ΟΜΟΙΟΠΑΘΗΤΙΚΗ
ΦΥΤΟΘΕΡΑΠΕΙΑ
ΑΡΩΜΑΤΟΘΕΡΑΠΕΙΑ

ΒΑΣΙΛΙΚΗ ΚΟΛΟΚΟΤΣΑ - ΤΖΑΝΑΚΗ

Φιλοκτήτου 101 - Ίλιον
Τηλ. & Fax: 210 2631064

ότι έχει μείνει ιστορική η γνωστή σύγκρουση των **Campell- Βυθούλκα, το 1978, περί το πόσον δογματικός και ακραίος ομοιοπαθητικός στοχαστής είναι ο Βυθούλκας και αντιστρόφως πόσο σκεπτικιστής είναι ο κύριος Campbell, γύρω από το γνωστό παράδειγμα του αν και κατά πόσον και σε ποιο βαθμό τα αντιβιοτικά θεραπεύουν πλήρως την σύφιλη.**

Κυρίες και κύριοι,

Τα αποτελέσματα είναι αυτά που μετρούν και όχι οι αγκυλωμένες πεποιθήσεις και εν πάση περιπτώσει κυρίες και κύριοι, υπάρχει μια παγκόσμια πραγματικότητα και μία ελληνική πραγματικότητα και αυτήν την πραγματικότητα οφείλει η ελληνική επιστημονική κοινότητα να την αξιολογήσει, να την αντιμετωπίσει, να την αποδεχθεί ή να την απορρίψει με όρους επιστήμης, διαλόγου και λόγους συζητήσεως και όχι με οπαδισμό, εξορκισμό και εξοστρακισμό. Κυρίες και κύριοι, αυτά τα τρία στοιχεία -υπάρχουν και πολλά άλλα- οδήγησαν την Σύγκλητο του Πανεπιστημίου Αιγαίου από το 2005 μέχρι και σήμερα, κύριε πρύτανη, να κάνει την μεγάλη τομή και να πει ότι το πεδίο αυτό οφείλει η ελληνική ακαδημαϊκή κοινότητα να το μελετήσει, με όρους επιστημονικών προσπελάσεων και όχι με όρους ακραιφνούς γενικόλογης επίδειξης προσωπικών δογμάτων.

Κύριε Πρύτανη, ελπίζω να συμφωνείτε μαζί μου και να δεχτείτε ότι, αν έπρεπε κάπου να γίνει αυτή η αναγόρευση στην Ελλάδα, μόνο στο Πανεπιστήμιο Αιγαίου μπορούσε να γίνει. Μόνο στο Πανεπιστήμιο Αιγαίου γιατί από την ίδρυσή του το Πανεπιστήμιο αυτό στα πρώτα χρόνια και κόντρα σε διάφορες αντιλήψεις εισήγαγε στην ακαδημαϊκή σκέψη και πρακτική το περιβάλλον, την κοινωνική ανθρωπολογία κλπ. και σταματώ εδώ για να μην κάνω μακρύ τον κατάλογο και θεωρήσει ο κόσμος ότι είμαστε εδώ μία κοινότητα, η οποία δίνει συγχαρητήρια στον εαυτό της.

Μόνο στο Πανεπιστήμιο Αιγαίου θα μπορούσε να γίνει αυτό, διότι δεν θα ξεχάσω ποτέ όταν ρώτησα εντέλει τι είναι τελικά αυτή η Ομοιοπαθητική, το πρόβλημά μου τότε δεν ήταν μόνο ότι ερώτησαν «μα καλά εσύ Έλληνας δεν ξέρεις τι θα πει Ομοιοπαθητική», είναι ότι άρχισαν να μου κάνουν μάθημα περί του Ιπποκράτη. Άρχισαν να μου κάνουν μάθημα περί του Ιπποκράτη του Κώου, προερχόμενου δηλαδή από μία ζώνη γεωγραφική που αποτελεί συστατικό στοιχείο της επικράτειας αυτού εδώ του μεγάλου Πανεπιστημίου.

Με αυτά κλείνω, δηλώνοντας απόλυτα συνειδητοποιημένος για τον λόγο που τούτη η μέρα στο μέλλον και στην ιστορική καταγραφή των βημάτων που αναφέρατε κύριε πρύτανη μπορεί τούτη εδώ η αναγόρευση να είναι ένα μεγάλο βήμα, μπορεί και να είναι και άλλα.

Κοιτάζτε την άλλη απόφαση της Συγκλήτου μας, ότι πρέπει να προχωρήσουμε το πρόγραμμα των Ιατρικών Σπουδών στο Αιγαίο και μέσα σε αυτό το πρόγραμμα, νομίζω ότι θα κάνετε την μεγάλη τομή εσείς κύριε πρύ-

τανη, αν καταφέρετε να είστε πιο πειστικός από αυτό που καταφέραμε εμείς και να πιέσετε και να δώσετε να καταλάβει στην πολιτική ηγεσία του υπουργείου Υγείας, ότι δεν θέλουμε μία ακόμη Ιατρική σχολή στην Ελλάδα. Θέλουμε ξεκάθαρα δομές παροχής υπηρεσιών υγείας στον χώρο του Αιγαίου, καλύτερης επιμόρφωσης, καλύτερης εκπαίδευσης, ταχύτερης εισαγωγής των νεοτέρων επιτευγμάτων, αλλά και χώρο, όπου όλο αυτό το οικοδόμημα των μη συμβατικών θεραπευτικών πρέπει να μελετηθεί και να αποδοθεί στην ελληνική κοινωνία. Το μόνο που θα σας πω είναι το εξής: κάναμε τις κουβέντες αυτές τότε με τον κύριο Αβραμόπουλο λέγοντάς του ρυθμίστε τον χώρο. Είτε σας αρέσει είτε δεν σας αρέσει είναι μια πραγματικότητα, ρυθμίζοντας τον χώρο μεταξύ της ουσιώδους εφαρμογής αυτού του τεράστιου θεραπευτικού κόσμου και ενδεχομένων άλλων θεραπευτικών πρακτικών θα ανοίξετε και τον δρόμο σε αυτό που τόσο καιρό και τόσα χρόνια, περίπου 2500 χρόνια λείπει από την πατρίδα μας.

Δηλαδή να ξανασκεφτούμε τα ζητήματα υγείας, τα ζητήματα ευεξίας και αντιμετώπισης των τεράστιων ζητημάτων ζωής και θανάτου με τη σοφία και με όλες αν θέλετε αυτές τις προσπελάσεις που μας κληρονόμησαν οι τότε και που φαίνεται ότι συστηματικά λησμονούμε σήμερα.

Εύχομαι η κίνησης που αφορά τον κύριο Βυθούλκα να ταράξει τα νερά και κυρίως να τιμήσει έναν άνθρωπο ο οποίος πραγματικά έφερε για μία ακόμα φορά το όνομα τούτης εδώ της χώρας στο διεθνές προσκήνιο για ουσιώδη ζητήματα.

Συγχαρητήρια κύριε Βυθούλκα.

ΟΜΙΛΙΑ ΓΙΩΡΓΟΥ ΒΥΘΟΥΛΚΑ

Κύριε πρύτανη, κύριοι αντιπρυτάνεις, κύριε Τρούμπη, πρώην πρύτανη του Πανεπιστημίου Αιγαίου, κύριε Γιάννη Δαρζέντα, πρόεδρε του Τμήματος, αγαπητές φίλες και φίλοι,

Σήμερα είναι μία σημαντική βραδιά όχι μόνο για μένα προσωπικά, αλλά και για την Ομοιοπαθητική. Μία σημαντική βραδιά για μένα προσωπικά, γιατί μου αποδίδετε τιμή αναγορεύοντας με σε επίτιμο καθηγητή και γι' αυτό θα ήθελα να εκφράσω τις βαθύτατες ευχαριστίες μου σε όλα τα μέλη της Συγκλήτου που ψήφισαν θετικά και αποφάσισαν τη σημερινή αναγόρευσή μου και ιδιαίτερα στον κ. Ανδρέα Τρούμπη, διότι επί της δικής του πρυτανείας πάρθηκε αυτή η απόφαση.

Μία σημαντική βραδιά και για την Ομοιοπαθητική, η οποία έκανε δύσκολες διαδρομές προσκρούοντας στα τείχη του κατεστημένου.

Μου δίνει δύναμη και με γεμίζει με ενθουσιασμό το

" Η υγεία και η ευτυχία
είναι το μέτρο όλων των
πραγμάτων"

- ΕΠΙΚΟΥΡΟΣ

ΦΑΡΜΑΚΕΙΟ ΓΕΩΡΓΙΟΥ Ι. ΠΑΠΑΪΩΑΝΝΟΥ

- Ομοιοπαθητική, Φυτοθεραπεία,
- Αρωματοθεραπεία, Γεμμοθεραπεία,
- Οργανοθεραπεία, Λιθοθεραπεία,
- Βιοχημικά άλατα Schuessler,
- Ολιγοστοιχεία,
- Ανθοϊάματα,
- Φυτικά καλλυντικά,
- Συμπληρώματα διατροφής

Ασκληπιά 144, (τέρμα Ιπποκράτους), Νεάπολη, Αθήνας,
τηλ: 210.64.54.903, fax: 210.64.35.586, giorgospapaioannou@medicum.gr

ΠΛΗΡΩΣ ΕΞΟΠΛΙΣΜΕΝΟ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΟΜΟΙΟΠΑΘΗΤΙΚΗΣ



γεγονός ότι το Πανεπιστήμιο Αιγαίου είναι ένα Πανεπιστήμιο με ανοιχτούς ορίζοντες, ευρεία σκέψη, ερευνητική διάθεση.

Και αυτή την τάση και στάση του Πανεπιστημίου Αιγαίου αποδεικνύει και η απόφαση να θεσμοθετηθεί και να λειτουργήσει το μεταπτυχιακό πρόγραμμα σπουδών στην κλασική Ομοιοπαθητική. Εδώ και τέσσερα ακαδημαϊκά έτη, όπως γνωρίζετε, το πρόγραμμα αυτό λειτουργεί στη Σύρο, με πρόεδρο τον Γιάννη Δαρζέντα, με απόλυτη επιτυχία.

Το θέμα της σημερινής ομιλίας μου «Εκπαίδευση και Ομοιοπαθητική» είναι φλέγον όχι μόνο για την Ομοιοπαθητική, αλλά και για την ιατρική πράξη γενικότερα και εγείρει θέματα ευθύνης της πολιτείας, των κρατικών λειτουργιών και των ασκούντων την ιατρική πράξη ειδικότερα. Θα σας εκθέσω αναλυτικά τις σκέψεις μου.

Και θα ξεκινήσω με κάτι δεδομένο: **«Είναι δικαίωμα του ασθενούς να επιλέγει τη θεραπευτική μέθοδο που επιθυμεί»**. Το συγκεκριμένο αυτό δικαίωμα θεωρείται αυτονόητο και αναμφισβήτητο από τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας, το Συμβούλιο της Ευρώπης, την Ευρωπαϊκή Επιτροπή, το Ευρωπαϊκό Κοινοβούλιο. Επομένως δεν φαίνεται να κομίζω γλαύκας εις Αθήνας. Μην εκπλαγείτε όμως αν σας πω ότι δεν θεωρείται αυτονόητο στη χώρα μας.

Ακόμη και αν κάποιος θεωρητικά πει ότι ο ασθενής έχει τη δυνατότητα να αποφασίσει να ακολουθήσει θεραπεία στον ομοιοπαθητικό γιατρό, όπως γνωρίζετε τα ασφαλιστικά ταμεία δεν καλύπτουν την επίσκεψη και τα φάρμακα, στα δε νοσοκομεία δεν υπάρχει τμήμα Ομοιοπαθητικής. Επομένως η επιλογή είναι σχεδόν μονόδρομος. Τι σημαίνει όμως η αναγνώριση αυτού του απλού, αναμφισβήτητου, όπως θεωρούμε όλοι μας, δικαιώματος;

Προστασία του ασθενούς και κατά συνέπεια υπεύθυνη στάση της πολιτείας για τη διαφύλαξη των πολιτών της, αλλά και εγγυημένη και ολοκληρωμένη πολιτική υγείας. Η προστασία του ασθενούς θα διασφαλισθεί, όταν η πολιτεία ενδιαφερθεί για την άρτια και ολοκληρωμένη εκπαίδευση του ομοιοπαθητικού.

Κυρίες και κύριοι, η σωστή Ομοιοπαθητική εκπαίδευση είναι άμεσα συνυφασμένη με το επίπεδο της ποιότητας της θεραπείας του ασθενούς. Στη Δι-

εθνή Ακαδημία Κλασικής Ομοιοπαθητικής που ίδρυσα στην Αλόννησο το 1995 έχουν εκπαιδευθεί μέχρι τώρα περίπου 9.000 ομοιοπαθητικοί από 32 χώρες. Ποιο άλλο εκπαιδευτικό ίδρυμα της χώρας μας έχει καταφέρει να συγκεντρώσει τόσους ανθρώπους από όλα τα μέρη του κόσμου. Επομένως η ανάγκη για σωστή γνώση φαίνεται αυτονόητη, το γνωστικό αντικείμενο που παρέχει η Ακαδημία είναι, όπως δείχνουν τα στοιχεία, αρκετά άρτιο.

Όμως δεν αρκούν οι ιδιωτικές πρωτοβουλίες για να πει κανείς ότι στην Ελλάδα υπάρχει μέριμνα για τον ασθενή. Η σωστή Ομοιοπαθητική εκπαίδευση επιτυγχάνεται, όταν το κράτος προνοεί να παρέχεται με ακαδημαϊκή αρτιότητα και πληρότητα σε πανεπιστημιακό επίπεδο. Αυτό γίνεται σήμερα στο Πανεπιστήμιο Αιγαίου και συγκεκριμένα στο Μεταπτυχιακό της Κλασικής Ομοιοπαθητικής, όπου υιοθετήθηκε η διδασκαλία μου. Να πάω όμως ένα βήμα πιο πέρα... Αυτό είναι αρκετό για να διασφαλίσει τις προηγούμενες προϋποθέσεις;

Ένα τμήμα προπτυχιακών σπουδών Ομοιοπαθητικής σύμφωνα με τα διεθνή πρότυπα θα εξασφαλίσουν στην Ομοιοπαθητική την ακαδημαϊκότητα που της αξίζει. Συγχρόνως θα δοθεί η δυνατότητα στον εκπαιδευόμενο να εντρυφήσει σε βάθος στα γνωστικά μονοπάτια της Ομοιοπαθητικής και να προσλάβει οργανωμένα και με ακαδημαϊκότητα όλη την απαιτούμενη γνώση, η οποία είναι πολύπλοκη και ογκώδης.

Μία τέτοια προσπάθεια άρχισε να διαφαίνεται ότι θα



καρποφορήσει στην Κω, αλλά προς το παρόν βρίσκεται στα συρτάρια του υπουργείου Παιδείας. Εγώ προσωπικά όμως θα μου επιτρέψετε να σας πω ότι αισιοδοξώ για την εξέλιξη αυτού του θέματος, γιατί το Πανεπιστήμιο Αιγαίου έχει αποδείξει ότι πρωτοπορεί και ξέρει να κρατά ψηλά τη σημαία της καινοτομίας.

Κυρίες και κύριοι,
Η Ομοιοπαθητική είναι επιστήμη, είναι μία ολοκληρωμένη θεραπευτική μέθοδος. Έχει συγκεκριμένους νόμους και κανόνες.

Μετά από παρατηρήσεις που έκανα σε ασθενείς και σε χρονικό διάστημα περισσότερο από μισό αιώνα κατέληξα σε νέους, πιο λεπτομερείς τρόπους διείσδυσης στην ανθρώπινη ασθένεια.

Τα επίπεδα υγείας του ασθενούς και ο πλήρης ορισμός της υγείας θεωρώ ότι είναι μερικές από τις συνεισφορές μου στην ιατρική επιστήμη. Επομένως υπάρχει πολύ υλικό για έρευνα, για μελέτη, για επιστημονική εμβάθυνση, για ακαδημαϊκό προβληματισμό.

Αν τελικά θεσμοθετηθεί ένα τέτοιο ακαδημαϊκό προπτυχιακό τμήμα, θα μπορούμε να μιλάμε με ασφάλεια και συνέπεια για τη διαφύλαξη του δικαιώματος του ασθενούς να επιλέγει τη θεραπευτική μέθοδο που επιθυμεί.

Αλλά και το Πανεπιστήμιο Αιγαίου θα πρωτοπορήσει, γιατί θα αποτελέσει το κέντρο εκπαίδευσης και έρευνας στην Ομοιοπαθητική σε διεθνές επίπεδο, ενώ συγχρόνως θα προστατευθούν και τα εθνικά μας συμφέροντα, αφού όλοι γνωρίζουμε ότι οι γείτονες μας στην άλλη πλευρά του Αιγαίου έχουν ήδη αρχίσει να δημιουργούν στα παράλια σύγχρονα νοσηλευτικά ιδρύματα και εκπαιδευτικά κέντρα για να προσελκύσουν το διεθνές ενδιαφέρον. Και εσείς εδώ στο Αιγαίο ξέρετε να φυλάτε Θερμοπύλες.

Απόψε δεν είναι μία σημαντική βραδιά μόνο για μένα ή για την Ομοιοπαθητική, αλλά για τη νοσούσα ανθρωπότητα. Και το Πανεπιστήμιο Αιγαίου αποδεικνύει ότι ξέρει να λαμβάνει τα μηνύματα των καιρών και να τα μετουσιώνει σε πράξεις.

Θέλω να προσθέσω ότι έχω πραγματικά συγκινηθεί, ιδιαίτερα από τις ομιλίες των καθηγητών για το άτομό μου. Αισθάνομαι ότι μου προσέδωσαν πολύ περισσότερη τιμή απ' όση αξίζω. Αλλά, εν πάσει περιπτώσει, πιστεύω ότι αυτή η στιγμή είναι σημαντική για τη θεραπευτική, που πρόκειται να ακολουθήσει η ανθρωπότητα στα επόμενα χρόνια.

Σας ευχαριστώ



Ελένη Ρέλλια Τεριακή

- Φάρμακα
- Συμπληρώματα διατροφής
- Βρεφανάπτυξη
- Ομορφιά - Καλλυντικά
- Δώρο

Εργαστήριο Γαληνικών - Ομοιοπαθητικών ιδιοσκευασμάτων

Τ. Σεχιώτη 25, 22100 Τρίπολη
Τηλ: 2710-239077, 2710-232617
Fax: 2710-239077
Kiv: 6937-301280
e-mail: info@erellia.gr
url: www.erellia.gr

φαρμακείο



- Ομοιοπαθητικά - Αρωματοθεραπεία
- Φυτικά Καλλυντικά

Νησιανάκη Τερέζα

Κηφισίας 22 - Μαρούσι
τηλ. - fax 210 6855640



«Στην αρχή ο Θεός δημιούργησε τον ουρανό και τη γη.
Και η γη ήταν έρημη και κενή και το σκοτάδι ήταν βαθύ και το πνεύμα του Θεού κινήθηκε πάνω στα νερά.
Και ο Θεός είπε: Γεννηθήτω το φως και δημιουργήθηκε το φως.
Και ο Θεός είδε το φως ότι ήταν καλό και ο Θεός διαχώρισε το φως από το σκοτάδι.
Και ο Θεός ονόμασε το φως ημέρα και το σκοτάδι νύχτα και έτσι δημιουργήθηκαν το απόγευμα και το πρωί σε μία ημέρα».

ΠΗΓΗ:
<http://www.homeorizon.com>
ΑΠΟΔΟΣΗ ΣΤΑ ΕΛΛΗΝΙΚΑ:
Αθηνά Ξανθάκου
Παιδίατρος-Ομοιοπαθητικός

Πόσο καταθλιπτικοί γινόμαστε το Χειμώνα;

■ Ποια είναι η συμβολή της Ομοιοπαθητικής για να ξεπεράσουμε το πρόβλημα

Από την αρχή της Δημιουργίας, το φως θεωρήθηκε απαραίτητο για τη γέννηση και τη διατήρηση της ζωής. Μετά τη δημιουργία ζωής, αυτή η θερμότητα βοήθησε στη διατήρηση της ζωής. Στους αρχαίους πολιτισμούς οι άνθρωποι αναγνωρίζοντας τη σημασία της θερμότητας λάτρεψαν τον ήλιο σαν πηγή αυτών των χαρακτηριστικών.

Η ζωή δεν είναι πάντα ηλιόλουστη δυστυχώς, οι εποχές αλλάζουν και οι θνητοί πρέπει να αντιμετωπίσουν την κρύα αύρα του χειμώνα. Τα μικρά ζώα μπαίνουν σε χειμερία νάρκη, αλλά οι άνθρωποι πρέπει να αγωνιστούμε και να εργασθούμε κατά το χειμώνα.

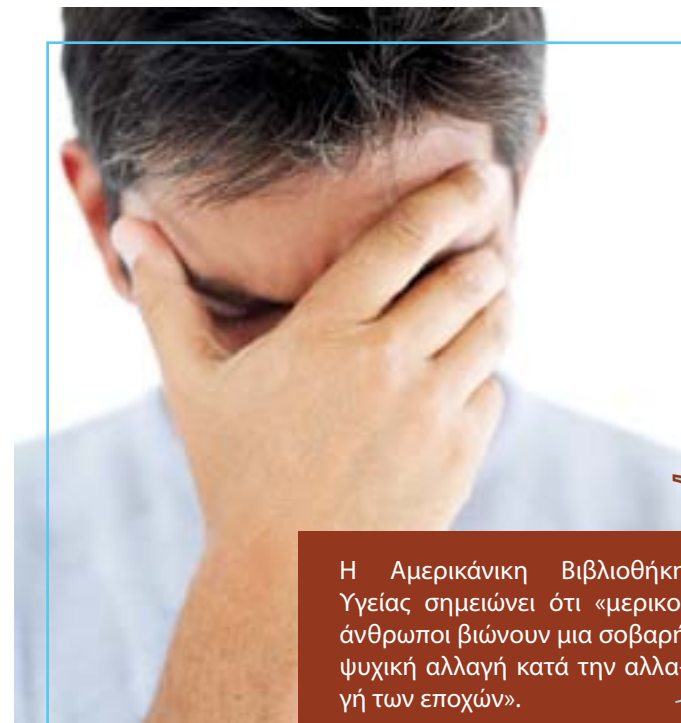
Γενικά ο χειμώνας φέρνει τεμπελιά και νωθρότητα, κάποιοι άνθρωποι θέλουν να αποσυρθούν και να αφήσουν τη ζωή να περάσει. Κατά τη διάρκεια των αιώνων οι ποιητές έχουν περιγράψει ένα αίσθημα θλίψης, απώλειας και λήθαργου που συνοδεύουν τις μικρές μέρες του φθινοπώρου και του χειμώνα.

Πολλοί από μας παρατηρούμε κούραση, μια αύξηση βάρους, δύσκολο ξύπνημα από το κρεβάτι και περίοδο μελαγχολίας, καθώς ο χειμώνας διαδέχεται το φθινόπωρο. Όμως κάποιοι άνθρωποι αισθάνονται υπερβολικά αυτά τα συμπτώματα. Η κατάθλιψη τους και η έλλειψη ενέργειας τους γίνονται εξουθενωτικά. Υποφέρουν στις σχέσεις τους και στην εργασία τους. Αυτή η κατάσταση γνωστή ως Εποχιακή Συναισθηματική διαταραχή(SAD) μπορεί να επηρεάσει 10 εκατομμύρια Αμερικάνους, ενώ η πιο ήπια «χειμωνιάτικη μελαγχολία» μπορεί να προσβάλλει ένα μεγάλο αριθμό ατόμων. «Η κατάθλιψη του χειμώνα», όπως το λέει και η λέξη είναι μια μορφή κατάθλιψης με κακή διάθεση που προσβάλλει ανθρώπους κατά το χειμώνα.

Τι είναι **Εποχιακή Συναισθηματική διαταραχή;**

Η Εποχιακή Συναισθηματική διαταραχή (SAD) είναι μία συναισθηματική διαταραχή κατά την οποία άνθρωποι με φυσιολογική ψυχική υγεία κατά το μεγαλύτερο μέρος του χρόνου, βιώνουν καταθλιπτικά συμπτώματα το χειμώνα ή λιγότερο συχνά το καλοκαίρι κάθε χρόνο.

Μπορεί να κοιμούνται πολύ, να έχουν λίγη ενέργεια και να επιθυμούν γλυκά και αμυλούχες τροφές. Μπορεί επίσης να αισθάνονται κατάθλιψη. Αν και τα συμπτώματα μπορεί να είναι βαριά, συνήθως αυτά επανέρχονται.



Η Αμερικάνικη Βιβλιοθήκη Υγείας σημειώνει ότι «μερικοί άνθρωποι βιώνουν μια σοβαρή ψυχική αλλαγή κατά την αλλαγή των εποχών».

ΦΑΡΜΑΚΕΙΟ



Dr. Ίνα Πιπεράκη - Θεοδοσοπούλου
Φαρμακοποιός

Κέντρο Φαρμακευτικής Φροντίδας
Pharmaceutical Care Center

- Φάρμακα • Εξειδικευμένα ιδιοσκευάσματα • Αρωματοθεραπεία
- Bach Remedies • Φυτοθεραπεία • Ayurveda • Θαλασσοθεραπεία
- Βότανα • Μέλι • Γύρη • Βασιλικός Πολτός • Καλλυντικά
- Είδη Βρεφικής Ανάπτυξης • Ορθοπαιδικά • Αθλητιατρικά
- Κτηνιατρικά • Ομοιοπαθητικά

Α. Γ. Παπανδρέου 4 (πρώην Χαλανδρίου)
151 27 Μελίτσια Τηλ./Fax: 210 8034169
e-mail: piperaki@aia.gr

ΣΥΣΤΕΓΑΣΜΕΝΑ ΦΑΡΜΑΚΕΙΑ

Νικόλαος Δαριλούλης
Αλίκη Κουτουρούση & ΣΙΑ Ο.Ε.

Ορθοπαιδικά
Ανατομικά Παπούτσια
Ομοιοπαθητικά
Γιγασόμετρα-Ζαχαρόμετρα

ΤΣΙΜΙΣΚΗ 7 & ΙΩΝΟΣ ΔΡΑΓΟΥΜΗ
ΤΗΛ 2310 547633 FAX 2310 547632
ΚΙΝΗΤΟ 6945-273.159
ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ

■ Ποιοί κινδυνεύουν
περισσότερο;

Το 70-80% των ανθρώπων με SAD είναι γυναίκες. Η πιο συνηθισμένη ηλικία έναρξης είναι γύρω στα 30, αλλά περιπτώσεις παιδικής SAD έχουν αναφερθεί και θεραπευθεί επιτυχώς. Υπάρχουν πολλοί περισσότεροι άνθρωποι που εμφανίζουν την πιο ήπια «χειμωνιάτικη μελαγχολία» σε σχέση με αυτούς που εμφανίζουν την πλήρη εκδήλωση της SAD.

Η συχνότητα της SAD αυξάνει, καθώς αυξάνει το γεωγραφικό πλάτος μέχρι σε ένα σημείο, αλλά δεν αυξάνει συνεχώς μέχρι τους πόλους. Φαίνεται ότι υπάρχει μια συσχέτιση μεταξύ της αρχικής ατομικής προδιάθεσης και του βαθμού έκθεσης στο φως.

PEDIAKID

Immuno-fortifiant

Για το Ανοσοποιητικό Σύστημα



Η Φυσική Απάντηση στην ενίσχυση του Ανοσοποιητικού σε παιδιά, εφήβους και ενήλικες

MEDICUM

ΑΠΟΚΛΕΙΣΤΙΚΟΣ ΑΝΤΙΠΡΟΣΩΠΟΣ ΚΑΙ ΔΙΑΝΟΜΕΑΣ ΓΙΑ ΕΛΛΑΔΑ ΚΑΙ ΚΥΠΡΟ: MEDICUM ΦΑΡΜΑΚΕΥΤΙΚΑ ΕΠΕ - ΚΑΛΛΥΝΤΙΚΑ, ΑΣΚΛΗΤΕΙΟΥ 179 - 114 Τ.Ι. ΑΘΗΝΑ ΤΗΛ: 210 543 1000 / FAX: 210 543 1005 www.medicum.gr - medicum@medicum.gr



■ Ποια είναι η **αιτία** του **συνδρόμου**;

Δεν έχει επιβεβαιωθεί η ακριβή αιτία του συνδρόμου.

Ποικίλες θεωρίες σχετικές με την έλλειψη της σεροτονίνης και τον πολυμορφισμό της σεροτονίνης ή την απελευθέρωση της μελατονίνης, η οποία παράγεται σε θαμπό φως και στο σκοτάδι από την επίφυση έχουν διατυπωθεί.

Πιθανόν να συσχετίζεται με την έλλειψη του φυσικού φωτός και τη χαμηλή θερμοκρασία κατά τους χειμωνιάτικους μήνες, αλλά αυτό είναι αβέβαιο και δεν υπάρχει καλή απόδειξη, γιατί είναι πιο συχνό στις βόρειες χώρες όπου οι ώρες της ημέρας είναι πιο σύντομες το χειμώνα.

Ποια είναι τα σημεία και τα **συμπτώματα** του **SAD**;

Τα συμπτώματα της SAD αρχίζουν το φθινόπωρο, κορυφώνονται το χειμώνα και υποχωρούν την άνοιξη. Η κλασική μείζονα κατάθλιψη περιλαμβάνει ελάττωση τη όρεξης, ελαττωμένο ύπνο και συχνά κακή όρεξη και απώλεια βάρους. Επίσης περιλαμβάνει:

- Κακή διάθεση που αρχίζει το φθινόπωρο ή το χειμώνα.
- Έλλειψη ενέργειας.
- Ευερεθιστότητα.
- Υπερφαγία και αύξηση του σωματικού βάρους (επίσης επιθυμία για υδατάνθρακες).
- Έλλειψη ενδιαφέροντος στη κοινωνικότητα.
- Αυξημένος ύπνος και υπνηλία την ημέρα.

Άλλο προφανές σύμπτωμα κατάθλιψης στους πάσχοντες είναι το στρες και οι δυσκολίες που αντιμετωπίζουν κατά το χειμώνα. Μοιάζει με οποιαδήποτε άλλη κατάθλιψη που είναι το αποτέλεσμα ενός στρεσογόνου γεγονότος. Κάποια άτομα με χειμωνιάτικη κατάθλιψη έχουν ήπια ή περιστασιακή ψυχική διακύμανση μανιακή την άνοιξη και το καλοκαίρι. Αν τα επεισόδια αυτά είναι σοβαρά, στα άτομα αυτά διαγιγνώσκονται ότι πάσχουν από διπολική διαταραχή.

Επιπλοκές: Μπορεί να οδηγήσει σε κάποιες περιπτώσεις σε αυτοκτονική διάθεση. Μπορεί συχνά ο ασθενής να εμφανίσει εικόνα διφασικής κατάθλιψης που να κάνει δύσκολο τον καθορισμό της περίπτωσης.



Πως μπορεί η **SAD** να **διαγνωσθεί**;

Με βάση την Αμερικάνικη Ψυχιατρική Εταιρία, για να τεθεί η διάγνωση της SAD πρέπει να υπάρχουν 4 κριτήρια:

- Καταθλιπτικά επεισόδια σε μια συγκεκριμένη χρονική περίοδο.
- Υφέσεις ή μανία / υπομανία επίσης σε χαρακτηριστική περίοδο.
- Αυτοί οι τύποι πρέπει να έχουν διαρκέσει 2 χρόνια, χωρίς να υπάρχει μη εποχιακή μείζονα κατάθλιψη κατά την ίδια περίοδο.
- Αυτά τα εποχιακά καταθλιπτικά επεισόδια να ξεπερνούν άλλα καταθλιπτικά επεισόδια κατά τη διάρκεια ζωής του ασθενή.

ΦΑΡΜΑΚΕΙΟ
ΜΠΟΥΜΠΟΥΚΑ
ΧΡΥΣΑΝΘΗ

- Ομοιοπαθητική • Φυτοθεραπεία
- Αρωματοθεραπεία
- Εργαστηριακά παρασκευάσματα
- Γεμμοθεραπεία • Λιθοθεραπεία

Π. ΤΣΑΛΔΑΡΗ 42 - ΚΕΡΑΤΣΙΝΙ
Τηλ: 210.43.15.439

ΦΑΡΜΑΚΕΙΟ
ΣΤΑΥΡΑΚΗΣ ΠΕΤΡΟΣ

- Εργαστήριο Ομοιοπαθητικής & Φυτοθεραπειών
- Δερμοκαλλυντικά
- Ορθοπαιδικά
- Συμπληρώματα διατροφής

ΚΑΡΔΙΤΣΗΣ & ΣΚΟΠΑΔΩΝ 7
ΝΕΡΑΪΔΑ - ΛΑΡΙΣΑ
Τηλ/Fax: 2410.626047

ΦΑΡΜΑΚΕΙΟ
ΣΩΚΡΑΤΗ Χ. ΠΑΝΑΓΙΩΤΙΔΗ

Ομοιοπαθητική
Φυτοθεραπεία
Αρωματοθεραπεία
Ιάματα Bach

Λ. ΠΗΓΗΣ & 17 ΝΟΕΜΒΡΗ 2 - ΜΕΛΙΣΣΙΑ
ΤΗΛ. 2108045368, FAX 2106136001

φαρμακείο

Χριστίνα Ν. Μητροπούλου

ΓΕΡΜΑΝΟΥ 96 & ΛΟΝΤΟΥ
ΤΗΛ: 2610 622909, ΠΑΤΡΑ

Πως μπορεί να **αντιμετωπισθεί**:

Εάν τα συμπτώματα είναι ήπια, δεν χρειάζεται θεραπεία. Οι ακόλουθες δραστηριότητες ή αλλαγές του τρόπου ζωής μπορεί να βοηθήσουν την πρόληψη της εποχιακής συναισθηματικής διαταραχής ή να βελτιώσουν τα συμπτώματα.

- Περάστε το λιγότερο 30 λεπτά έξω κάθε μέρα, κατά προτίμηση 1 ώρα περίπατο κάθε μέρα έξω.
- Γυμναστείτε. Αλλά εάν πιέσετε τον εαυτό σας να ξεκινήσει 15-20 λεπτά χορό με το ραδιόφωνο ή γρήγορο περπάτημα, μπορεί να βελτιωθεί η διάθεση σας.
- Βάλτε ένα ξυπνητήρι στο φως να χτυπά νωρίς το πρωί στο υπνοδωμάτιο.
- Διατροφικές συνήθειες: Γι' αυτούς που επιθυμούν γλυκά το χειμώνα, μια ισορροπημένη διατροφή μπορεί να βελτιώσει τη διάθεση. Ελαττώστε την καφεΐνη ή την πρόληψη του καφέ, καθώς αυτή καταπιέζει την σεροτονίνη. Μην προσθέτετε επιπλέον υδατάνθρακες στην καθημερινή σας διαίτα. Συμπεριλάβετε άφθονα λαχανικά, φρούτα, και πρωτεΐνες στη διατροφή. Εάν τρώτε γρήγορα ενδιάμεσα γεύματα συμπεριλάβετε ποπκορν, πλιγούρι βρώμης (το αυθεντικό, όχι επιδόρπιο) καρύδια, αυγά, το ασπράδι αυγού για ομελέτες, φυσικό βούτυρο, ολικής αλέσεως κράκερ και ψωμί, τυρί κόττατζ.
- Πείτε όχι στα δείπνα με το φως των κεριών. Ανάψτε τα φώτα τα Χριστούγεννα και τη Πρωτοχρονιά.

ΟΜΟΙΟΠΑΘΗΤΙΚΗ ΘΕΡΑΠΕΙΑ

Η **θεραπεία** για **SAD** περιλαμβάνει:

Φωτοθεραπεία: Ο ασθενής εκτίθεται καθημερινά σε έντονο φως για συγκεκριμένη χρονική περίοδο.

Φαρμακευτική θεραπεία: Οι επιλεκτικοί αναστολείς επαναπρόσληψης σεροτονίνης (SSRI) έχουν συνταγογραφηθεί στην θεραπεία της κατάθλιψης.

Γνωσιακή συμπεριφερειολογική θεραπεία.

ΟΜΟΙΟΠΑΘΗΤΙΚΗ ΘΕΡΑΠΕΙΑ

Η Ομοιοπαθητική έχει εξατομικευμένη προσέγγιση. Θεραπεύουμε τους ανθρώπους ως σύνολο και όχι τη νόσο. Για μας κάθε ασθενής είναι μια νέα περίπτωση, στην οποία πρέπει να επιλέξουμε τα χαρακτηριστικά συμπτώματα και να συνταγογραφήσουμε αντίστοιχα. Επίσης έχουμε μια ολιστική προσέγγιση, δηλαδή δεν δίνουμε φάρμακα μόνο για τοπικά προβλήματα. Συνταγογραφούμε για το σύνολο των συμπτωμάτων του ασθενή και με το όμοιο θεραπεύουμε τα συμπτώματα που αναφέρονται ή δεν αναφέρονται από τον ασθενή.

Ανεξάρτητα από τη σοβαρότητα της, για τον ομοιοπαθητικό η χειμωνιάτικη κατάθλιψη είναι ένα αληθινό χρόνιο νόσημα. Τα συμπτώματα της νόσου οφείλονται στην ατομική ευαισθησία ή στην αυξημένη ευπάθεια στο κρύο, καθώς το άτομο μέσα στο χειμώνα υποφέρει από τα παραπάνω προβλήματα. Καθώς βρίσκει παρηγοριά από τη τραχύτητα του κλίματος, αισθάνεται ασφαλής και καλύτερα. Με αυτόν τον ολιστικό τρόπο αντιμετώπισης, ένας ομοιοπαθητικός θεραπεύει συνολικά τον ασθενή, ώστε να γίνει ανθεκτικός στο κρύο. Η επιλογή του φαρμάκου πρέπει να βελτιώσει την ικανότητα του ασθενή να αντιμετωπίσει το κρύο ή να επανορθώσει την κατάσταση αυξημένης ευαισθησίας του. Έτσι ο ασθενής χρειάζεται ένα φάρμακο, το οποίο μαζί με την αλλαγή του τρόπου ζωής θα τον ανακουφίσει λαμβάνοντας υπόψη ότι για την πλήρη θεραπεία πρέπει να αφαιρεθεί το υποβόσκολο μίasma.

ΑΡΩΜΑΤΟΘΕΡΑΠΕΙΑ

OLIOSEPTIL

ο φυσικός
εναλλακτικός τρόπος
για να νιώθετε καλύτερα...

...τις ημέρες
που η γρίπη
σας ταλαιπωρεί



Olioseptil Bronches
Για τους Βρόγχους

Βοηθάει στον **καθαρισμό** και στην **προστασία** της φυσικής χλωρίδας του αναπνευστικού συστήματος, σε περιπτώσεις γρίπης, κοινού κρυολογήματος, βρογχίτιδας, τραχειοβρογχίτιδας, πνευμονίας, βροχικού άσθματος.



MEDICUM

ΑΠΟΚΛΕΙΣΤΙΚΟΣ ΑΝΤΙΠΡΟΣΩΠΟΣ ΚΑΙ
ΔΙΑΝΟΜΕΑΣ ΓΙΑ ΕΛΛΑΔΑ ΚΑΙ ΚΥΠΡΟ: MEDICUM
ΦΑΡΜΑΚΕΥΤΙΚΑ ΕΙΔΗ - ΚΑΛΛΥΝΤΙΚΑ
ΑΣΚΛΗΠΙΟΥ 179 - 114 71 ΑΘΗΝΑ
ΤΗΛ: 210 645 1506 - FAX: 210 645 1205
www.medicum.gr - medicum@medicum.gr

Κόψτε τον βήχα ...

■ Ποια είναι
η Ομοιοπαθητική προσέγγιση

Αναστάσιος Λειβαδίτης,
Ειδικός Παθολόγος - Ομοιοπαθητικός Ιατρός

Το αντανakλαστικό του βήχα έχει βασική σημασία για τη ζωή, γιατί ο βήχας είναι ο τρόπος, με τον οποίο οι αεροφόρες οδοί των πνευμόνων διατηρούνται ελεύθερες από ξένα σώματα.

Οι βρόγχοι και η τραχεία είναι τόσο ευαίσθητοι, ώστε κάθε ξένο σώμα ή άλλο ερεθιστικό αίτιο είναι σε θέση να προκαλέσει το αντανakλαστικό του βήχα. Από τις αεροφόρες οδούς ξεκινούν κεντρομόλα ερεθίσματα και οδεύουν κυρίως με το πνευμονογαστρικό νεύρο στον προμήκη μυελό. Εκεί τα νευρωνικά κυκλώματα του προμήκους πυροδοτούν μια ακόμα αυτόματη σειρά φαινομένων με τελική κατάληξη την έκλυση του βήχα.

Παθήσεις του αναπνευστικού συστήματος, αλλά και όχι μόνο, προκαλούν εκτός των άλλων και βήχα. Χρήσιμο είναι να μη μας διαφεύγουν και άλλα αίτια (παθήσεις έξω ωτός, λήψη φαρμάκων, όπως αντιυπερτασικών, γαστροοισοφαγική παλινδρόμηση, ψυχολογικοί παράγοντες), που μπορούν να προκαλέσουν βήχα. Συνήθως δεν δυσκολευόμαστε στη διάγνωση, όταν το αίτιο είναι εμφανές, όμως υπάρχουν περιπτώσεις, συ-

νήθως χρόνιες, όπου η επιμονή του βήχα επιβάλλει την εξάντληση των γνώσεων του θεράποντα ιατρού.

Ας μη ξεχνάμε ποτέ, ότι η διάγνωση είναι υποχρεωτικά μία. Ο τρόπος προσέγγισης και θεραπείας είναι αυτός που αλλάζει από θεραπευτή σε θεραπευτή.

στον βήχα

PULSATILA

Ένα πολύχρηστο «αντιβηχικό» φάρμακο. Συνήθως οι γυναίκες ασθενείς είναι μάλλον πληθωρικές, ζεσταίνονται, θέλουν δροσερό αέρα και ύπαιθρο, ενοχλούνται από τους κλειστούς χώρους, από τα σφιχτά και τα πολλά ενδύματα.



Άτομα με ευμετάβλητη διάθεση και χαρακτήρα, συνήθως δεν διψούν, τρώνε λίγο, αλλά εύκολα παίρνουν βάρος. Στον ασθενή Puls ο βήχας είναι χαλαρός τις πρωινές ώρες, γίνεται σκληρός με χαρακτηριστική επιδείνωση την ώρα της βραδινής κατάκλισης.

Παιδιά λιγότερο ή περισσότερο παχύσαρκα που κρυολογούν και ταλαιπωρούνται από βήχα όταν κατακλίνονται. Τα modalities (αλλαγή θερμοκρασίας, θέση σώματος, ώρες επιδείνωσης κλπ), στην ασθενή Pulsatila είναι έντονα και χαρακτηριστικά.

SPONGIA

Έντονος σπαστικός, σπασμωδικός βήχας από ερεθισμό στο λάρυγγα ή την τραχεία, χωρίς απόχρεμψη.

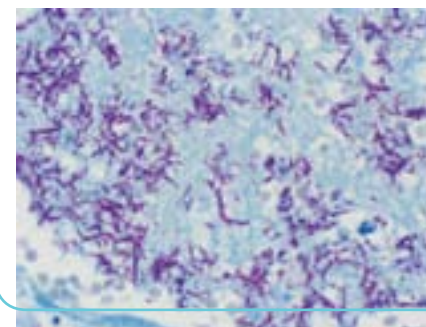
Λαρυγγίτιδα (ακολουθεί πολύ καλά μετά το Aconitum), συριγμός, αίσθημα πνιγμού. Όταν προσπαθήσει να μιλήσει ή να τραγουδήσει, χάνει τη φωνή του. Άτομα με φυματική προδιάθεση. Αίσθημα πληρότητας στο στήθος. Το παιδί ξυπνά τη νύχτα με αίσθημα πνιγμού και άγχους γιατί δε μπορεί να πάρει ανάσα.

Αναφέρω την περίπτωση ασθενούς, η οποία κάθε Άνοιξη παρουσίαζε ξηρό σπαστικό αλλεργικό βήχα, παροξυσμικού χαρακτήρα, με έντονο γδάρισμα και γαργάλημα στο λάρυγγα και τραχεία. Επρόκειτο για μια ομολογουμένως βασιανιστική περίπτωση.

Της δόθηκε Spongia 10M άπαξ και απηλλάγη ακαριαίως των συμπτωμάτων της, τουλάχιστον για διάστημα ενάμιση μηνός. Στην υποτροπή ξαναπήρε το ίδιο φάρμακο στην ίδια δόση για να απαλλαγεί τελείως των ενοχλημάτων της. Αυτό που κυρίως αξιολογήθηκε στη προκειμένη περίπτωση ήταν ο ξηρός, σκληρός, ερεθιστικός βήχας. Πριν λάβει τη Spongia είχε δοκιμάσει άλλα 3-4 φάρμακα χωρίς επιτυχία. Το εκπληκτικό στην συγκεκριμένη περίπτωση ήταν κυριολεκτικά η άμσηση (εντός ελαχίστων ωρών) απαλλαγή της ασθενούς από το βήχα. Άλλη μια απόδειξη ότι η Ομοιοπαθητική δεν είναι αυθυποβολή, δεδομένου ότι η ασθενής είχε λάβει πριν την βελτίωσή της και άλλα φάρμακα, στα οποία όμως (διότι δεν εκπληρωνόταν ο Νόμος των Ομοίων), ουδεμία ανταπόκριση είχε.

TUBERKULINUM

Βαθύ, ιδιοσυγκρασιακό φάρμακο. Φυματικοί ή άτομα με θετικό ιστορικό γονιών ή ακόμα και άτομα, τα οποία ήρθαν σε επαφή με φυματικό ασθενή και η αντίδραση Mantoux μετατράπηκε από αρνητική σε θετική. Φάρμακο για χρόνιες καταστάσεις.



Σούλη
Σταθοπούλου
φαρμακείο

- Ομοιοπαθητικά
- Φυτοθεραπεία
- Αρωματοθεραπεία
- Ανθοϊάματα
- Φυτικά καλλυντικά
- Δερμοκαλλυντικά
- Συμπληρώματα διατροφής
- Βότανα

ΠΛΗΡΩΣ ΕΞΩΠΛΙΣΜΕΝΟ

■ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ

φαρμακείο



Σούλη
Σταθοπούλου

Μεσογείων 431
Πλ. Αγ. Παρασκευής
Τηλ: 210.6396484, Fax: 210.6391879
E-mail: soulistathopoulou@yahoo.gr
www.pharmacyagiaparaskevi.gr

Ο ασθενής πέρασε ένα άσχημο, βαρύ κρυολόγημα, ταλαιπωρήθηκε για αρκετές μέρες και τελικά έμεινε ένας βήχας χωρίς απόχρεμψη, που δεν υποκύβει στα συνήθη αντιβηχικά σιρόπια. Ενθυμούμαι την περίπτωση ασθενούς, ο οποίος ζήτησε θεραπεία για επιμένοντα χρόνιο βήχα μετά από κρυολόγημα, που τον ταλαιπωρούσε για πολλούς μήνες.

Αρχικά πήρε διάφορα ομοιοπαθητικά φάρμακα χωρίς αποτέλεσμα. Η εκτίμηση ότι έπρεπε να αναζητήσω κάποιο βαθύτερο φάρμακο, εξαιτίας της αποτυχίας των μέχρι εκείνης της στιγμής ληφθέντων ομοιοπαθητικών φαρμάκων, με οδήγησε σε προσεκτικότερη μελέτη του ιστορικού του και την αξιολόγηση της θετικοποίησης της Mantoux μετά από κάποιο διάστημα εργασίας του, σε πνευμονολογική κλινική. Έλαβε Tuberkulinum 1M με εκπληκτική ανταπόκριση.

Άραγε σε πόσες περιπτώσεις έχουμε καταδικάσει την Ομοιοπαθητική για αποτυχία ή αναποτελεσματικότητα αντί να αποδεχτούμε και να ομολογήσουμε την άγνοια ή την ανικανότητά μας;

Σκεφτείτε λοιπόν το Tuberk σε χρόνιο επιμένοντα βήχα, σε άτομα με θετικό οικογενειακό ιστορικό φυματίωσης, σε άτομα που ήλθαν πολύ κοντά με άτομα πάσχοντα από φυματίωση.

Συμπληρώστε την εικόνα του Tuberk αναζητώντας επιπλέον χαρακτηριστικά του. (Χρόνιοι περιοδικοί πονοκέφαλοι, συνήθως νευρικής αιτιολογίας, απέχθεια στην τροφή, ιδιαίτερα στο κρέας, επιθυμία για μεγάλες ποσότητες κρύου νερού, επιθυμία για κρύο γάλα, εφίδρωση από διανοητική προσπάθεια, επιθυμία για φρέσκο αέρα, εύκολα κρυολογήματα, δυσκοιλιότητα κλπ).

PHOSPHORUS



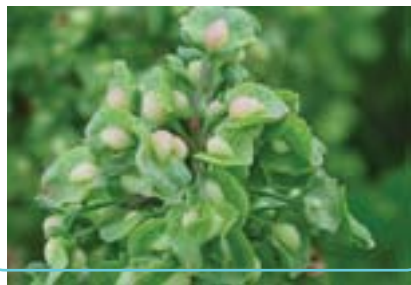
Άλλο ένα μεγάλο ιδιοσυγκρασιακό φάρμακο. Τι είναι αυτό που θα μας κάνει να σκεφτούμε το Phosph;

Τα χαρακτηριστικά του βήχα είναι στην περίπτωση του Phosph τα εξής: Επιδείνωση από τη ζέστη στο κρύο, από την ομιλία, το γέλιο, το τραγούδι, την ανάγνωση και η κλασική επιδείνωση του Phosph κατά την κατάκλιση στο αριστερό πλάι, την κίνηση ή την σωματική άσκηση. Ο βήχας είναι πνιγηρός με εύκολη απόχρεμψη, ενίοτε με αίμα. Αλλά αυτά τα χαρακτηριστικά τα έχουν κι άλλα δεκάδες φάρμακα.

Επομένως όλη αυτή την συμπτωματολογία πρέπει να την συνδέσουμε και να την συσχετίσουμε με ιδιοσυγκρασιακά χαρακτηριστικά. Στην προκειμένη περίπτωση τα στοιχεία εκείνα, τα οποία θα μας οδηγήσουν στην επιλογή του Phosph είναι η συνολική του εικόνα. Είναι σε όλους μας γνωστή και γνώριμη η ιδιοσυγκρασία του Phosph (σωματοδομή του, ψυχισμός, επιθυμίες, απέχθειες, modalities κλπ). Επομένως στην περίπτωση που έχουμε ασθενή Phosph πρέπει να ξεκινήσουμε με το ιδιοσυγκρασιακό του φάρμακο.

RUMEX

Ξαφνικές κρίσεις βήχα ερχόμενες σε κάθε αλλαγή θερμοκρασίας από την ζέστη στο κρύο και αντίστροφα.



Η ομιλία, το γέλιο μπορούν να προκαλέσουν τις κρίσεις αυτές. Αίσθημα τραχύτητας και γδαρσίματος στον φάρυγα και την τραχεία με πολύ δύσκολη απόχρεμψη. Ο ασθενής αγωνίζεται να βγάλει τα λίγα φλέγματα.

SENEGA

Το φάρμακο αυτό επηρεάζει τις βλεννογόνες καταρροϊκές καταστάσεις, κυρίως από το αναπνευστικό και ουροποιητικό σύστημα. Ταιριάζει περισσότερο σε παιδιά με τάση για παχυσάρκια και σε γυναίκες ψηλές, εύθυμες, χαριτωμένες. Το χαρακτηριστικό του βήχα στη Senega είναι το γδαρσιμο της τραχείας. Ο βήχας χειροτερεύει με την ομιλία και την προσπάθεια να μιλήσει έντονα και ζωηρά. Μολονότι υπάρχουν

πολλά φλέγματα στους βρόγχους η απόχρεμψη είναι δύσκολη και κολλώδης. Υγρά πλευριτίδα.

DROSERA

Κλασικό φάρμακο για την αντιμετώπιση του κοκίτη. Επηρεάζει έντονα το αναπνευστικό σύστημα, προκαλώντας σπασμωδικό καταρροϊκό και αιμορραγικό βήχα. Έχει πολύ καλή δράση σε φυματιώδεις καταστάσεις.



Βήχας βαθύς, υλακώδης, που σταματά την αναπνοή προκαλώντας ναυτία και εμετό. Ρινορραγία, βράγχος φωνής, σαν η φωνή να προέρχεται από κάποια κοιλότητα με αντήχηση. Αιμόπτυση, πονόλαιμος σε ομιλητές, ψάλτες, τραγουδιστές. Στον λάρυγγα υπάρχει η αίσθηση σαν κάτι από φτερό ή βαμβάκι που προκαλεί διαρκή βήχα.

CORALIUM RUBRUM

Επηρεάζει τους βλεννογόνους ιδιαίτερα του αναπνευστικού συστήματος. Ο ασθενής αισθάνεται πολύ κρύος όταν ξεσκεπάζεται. Διαρκής παροξυσμικός, σπασμωδικός βήχας, συνοδευόμενος από εμετό με κολλώδη νηματοειδή φλέγματα και εξάντληση.

Επίμονος υστερικός βήχας. Στην βαθιά εισπνοή έχει την αίσθηση του παγώματος της τραχείας και των μεγάλων βρόγχων. Οπισθορρινική καταρροή. Διαρκώς προσπαθεί να βγάλει τις βλέννες.

COCCUS CACTI

Επηρεάζει τους βλεννογόνους προκαλώντας καταρροϊκές καταστάσεις με κολλώδεις εκκρίσεις. Οι προσβολές αφορούν κυρίως τον ρινοφάρυγγα, τραχεία- βρόγχους και το ουροποιητικό σύστημα. Αφόρητη εσωτερική φαγούρα, με κάψιμο σαν από πιπέρι. Μόνιμη αίσθηση ότι κάποια κλωστή ξεκινά οπισθορρινικά και κατεβαίνει κάτω χαμηλά στον φάρυγγα.

Βήχας παροξυσμικός, έντονος κατά σταθερά διαστήματα με άφθονες καθαρές βλέννες σχοινοειδούς μορφής, σαν ταινίες. Ο βήχας είναι τόσο έντονος που μπορεί να καταλήξει σε εμετό.

MERHITIS

Πολύ μεγάλο φάρμακο για τον κοκίτη. Νευρική εξάντληση. Ατονία μετά την αποδρομή της νόσου.

Ο ασθενής θέλει να πάρει το μπάνιο του σε κρύο νερό. Αισθάνεται καλύτερα με το κρύο-παγωμένο νερό. Πνίγεται εύκολα, όταν τρώει ή πίνει. Σπασμωδικός ή κοκίτοειδής βήχας. Βήχας πνιγηρός, βίαιος. Κακοσμία απόχρεμψης. Άσθμα σε φυματικούς ή αλκοολικούς.

STANNUM METALLICUM

Η κύρια δράση του stannum είναι στο νευρικό σύστημα, προκαλώντας μεγάλη αδυναμία ιδιαίτερα στο στήθος και φάρυγγα. Μιλάει και κουράζεται εύκολα. Ξεκινά να τραγουδήσει και αμέσως εγκαταλείπει διότι δεν έχει δυνάμεις.

Στο stannum ο βήχας είναι βαθύς, η φωνή βραχνή. Εύκολη πυώδης απόχρεμψη με υφάλμυρη ή υπόγλυκη γεύση. Κάθε κίνηση τον κουράζει, θέλει τα ρούχα ανάλαφρα-χαλαρά. Ο βήχας επιδεινώνεται με την ομιλία, το τραγούδι το γέλιο και την κατάκλιση στο δεξιό πλάι.

Αυτό που θα μας οδηγήσει στο stannum είναι η μεγάλη εξάντληση και η μεγάλη κόπωση.

SAMBUCUS

Επενεργεί στο αναπνευστικό σύστημα, το δέρμα και τους νεφρούς. Ο ασθενής έχει ξαφνική ασφυξία και πνιγηρό βήχα, όταν πέφτει να κοιμηθεί ή ξυπνάει τα μεσάνυχτα από αίσθημα πνιγμού.



Τα χαρακτηριστικά στο sambucus είναι ότι τα ενοχλήματά του συνοδεύονται με έντονη εφίδρωση.

CAUSTICUM

Συγκαταλέγεται στην κατηγορία των μεγάλων ομοιοπαθητικών φαρμάκων. Δρα πάνω στα νεύρα κινητικά και αισθητικά, στους μύες, στην ουροδόχο κύστη και στον λάρυγγα.

Αφωνία, βράγχος φωνής σε τραγουδιστές ή ομιλητές. Ο ασθενής δεν έχει την δυνατότητα να βήξει δυνατά και να προκαλέσει απόχρεμψη, τα φλέγματα ξαναγυρίζουν πίσω. Τσουξίμο και πόνος στο λαιμό. Βήχας που παραμένει μετά τον κοκίτη.

Στην παρούσα εργασία παρουσιάστηκε ένας μικρός αριθμός φαρμάκων από τα εκατοντάδες της Ομοιοπαθητικής. Φάρμακα «μεγάλα» και φάρμακα «μικρά». Στην πραγματικότητα δεν υπάρχουν μικρά και μεγάλα φάρμακα, υπάρχουν απλώς φάρμακα. Το κάθε φάρμακο αν τύχει και το ταιριάζει κανείς με την ανάλογη - όμοια κλινική εικόνα του ασθενούς και επιφέρει την ίαση είναι ένα πολύ μεγάλο - καταπληκτικό φάρμακο.



Σε πάρα πολλά από τα λεγόμενα μικρά φάρμακα δε γνωρίζουμε όλο το φάσμα των συμπτωμάτων από τα διάφορα επίπεδα. Η επιλογή είναι δύσκολη τις περισσότερες φορές για το ποιο είναι το φάρμακο που θα χορηγήσουμε. Εδώ καλείται ο κάθε γιατρός να χρησιμοποιήσει όλο το οπλοστάσιο των γνώσεων του και την εμπειρία του για το καλύτερο αποτέλεσμα.

Είναι το σημείο αυτό που αναμετρώνται οι πραγματικές αξίες, η βαθιά κλασική γνώση της ιατρικής με την σε βάθος και πλάτος γνώση της Ομοιοπαθητικής, με το πλήθος εκείνων των ερασιτεχνών «ομοιοπαθητικών» είτε πρόκειται για γιατρούς, είτε οτιδήποτε μπορεί να βάλει ο ανθρώπινος νους!...



**Ταγάρα
Αναστασία
& ΣΙΑ Ο.Ε.**

- Ομοιοπαθητικά
- Φυτοθεραπεία
- Γερμοθεραπεία
- Αρωματοθεραπεία
- Συμπληρώματα διατροφής
- Δερμοκαλλυντικά
- Φυτικά Καλλυντικά
- Παιδικά
- Ορθοπεδικά
- Οδοντιατρικά

16ης Οκτωβρίου 9,
Κατερίνη
Τηλ: 23510-25639,
Fax: 23510-25669

ΣΥΝΔΡΟΜΟ ΠΟΛΥ-ΚΥΣΤΙΚΩΝ ΩΟΘΗΚΩΝ

Γράφει η **Μαρία Πέππα**
Γενικός-οικογενειακός ιατρός-ομοιοπαθητικός

Εκδηλώνεται με ποικίλα συμπτώματα όπως:

1. Υπογονιμότητα.
 2. Υπερανδρογοναιμία.
 3. Αυξημένη τριχοφυΐα, κυρίως στο πρόσωπο, στο στήθος και στην πλάτη.
 4. Ακμή.
 5. Αυξημένο βάρος.
 6. Ανδροειδή τριχόπτωση.
 7. Διαταραχές περιόδου. Οι γυναίκες που πάσχουν από το σύνδρομο αυτό δεν έχουν σταθερό κύκλο (αραιομηνόρρια), καθώς επίσης κάποιες μπορεί να μην έχουν και καθόλου περίοδο (αμηνόρρια).
- Η διάγνωση του συνδρόμου πολυκυστικών ωοθηκών γίνεται με βάση τα κλινικά συμπτώματα, με ορμονικές εξετάσεις (επίπεδα LH, FSH, βασικών ανδρογόνων, SHBG, DHEAS, προλακτίνης), καθώς επίσης με την διενέργεια υπερηχογραφήματος.



Είναι ένα από τα πιο συνηθισμένα ορμονικά προβλήματα των γυναικών αναπαραγωγικής ηλικίας και αφορά περίπου το 15-20% του γυναικείου πληθυσμού.

Καλύπτει ένα μεγάλο φάσμα κλινικών εκδηλώσεων που μπορεί να είναι ήπιες, όπως π.χ. διαταραχές περιόδου, μέχρι και πιο σοβαρές, όπως ο σακχαρώδης διαβήτης.

Το σύνδρομο πολυκυστικών ωοθηκών μπορεί να εμφανιστεί και λόγω κληρονομικής προδιάθεσης, αλλά και από την επίδραση περιβαλλοντικών παραγόντων.



ΜΕΤΡΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΤΟΥ ΣΥΝΔΡΟΜΟΥ

Η απώλεια βάρους για τις υπέρβαρες γυναίκες θεωρείται ένας από τους πιο σημαντικούς στόχους, διότι βοηθά σημαντικά στην αποκατάσταση των ορμονικών επιπέδων και στη βελτίωση του κύκλου. Σημαντική είναι επίσης η σωματική άσκηση και η σωστή διατροφή.

ΦΑΡΜΑΚΕΥΤΙΚΗ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ

Τα αντισυλληπτικά δισκία δίνονται για την ρύθμιση της περιόδου, καθώς επίσης πολλές φορές συνδυάζονται με αντιανδρογόνα, εάν η γυναίκα παρουσιάζει και ακμή.

Το πρόβλημα της υποτονικότητας αντιμετωπίζεται με φαρμακευτικά μέσα, όπως η κλομιφένη και η ενέσιμη ορμονική θεραπεία με γοναδοτροπίνες.

Όλα αυτά τα φάρμακα όμως έχουν άλλους κινδύνους, όπως π.χ. η κλομιφένη μπορεί να προκαλέσει διαταραχές οράσεως είτε παροδικές είτε κάποιες φορές και μόνιμες, διαταραχές διάθεσης, κεφαλαλγίες κτλ.

Η Ομοιοπαθητική μπορεί να βοηθήσει αξιοσημείωτα σε αυτές

τις περιπτώσεις. Είναι ολιστικό θεραπευτικό σύστημα, το οποίο αντιμετωπίζει τον ανθρώπινο οργανισμό ως ολότητα και όχι ως ξεχωριστά όργανα και συστήματα. Ενεργοποιεί τον ίδιο τον οργανισμό και ενισχύει τις θεραπευτικές του δυνάμεις, αποκαθιστώντας έτσι την διαταραγμένη του υγεία σε όλα τα επίπεδα της (την ψυχική, πνευματική και την σωματική). Είναι τελείως φυσική μέθοδος θεραπείας και χρησιμοποιεί ουσίες που προέρχονται από την φύση, οι οποίες διαφοροποιούνται κατά πολύ από τα χημικά φάρμακα.

Όταν μια γυναίκα αποφασίσει να ακολουθήσει την Ομοιοπαθητική ως μέθοδο θεραπείας για το σύνδρομο των πολυκυστικών ωοθηκών, θα πρέπει να ξέρει ότι μετά από τους πρώτους μήνες αγωγής της θα δει όλον τον οργανισμό της σταδιακά να δυναμώνει, ο κύκλος της σιγά - σιγά θα αρχίσει να επανέρχεται στους φυσιολογικούς ρυθμούς του, η τριχοφυΐα θα μειωθεί, καθώς και όλα τα υπόλοιπα συμπτώματα που παρουσιάζει, μέχρι και την πλήρη ίαση, χωρίς να χρειάζεται να επιβαρυνθεί με τα διάφορα χημικά σκευάσματα.

Εκτός όμως από αυτά τα συμπτώματα, θα διαπιστώσει ότι είναι πιο ανθεκτική στο να αρρωσταίνει, ενώ θα βρει ψυχική και πνευματική ισορροπία.

Συνήθως τα πρώτα αποτελέσματα αρχίζουν να φαίνονται από τον πρώτο μήνα αγωγής και με το πέρασμα των επόμενων μηνών θα είναι ακόμη πιο αισθητή η αλλαγή, με φυσικό και καθόλου επιβαρυντικό για τον οργανισμό της τρόπο, αρκεί να έχει υπομονή και να ακολουθεί πιστά τις οδηγίες του θεράποντα γιατρού της.

Η Ομοιοπαθητική μπορεί να βοηθήσει αξιοσημείωτα σε αυτές τις περιπτώσεις. Είναι ολιστικό θεραπευτικό σύστημα, το οποίο αντιμετωπίζει τον ανθρώπινο οργανισμό ως ολότητα και όχι ως ξεχωριστά όργανα και συστήματα.



Η χρήση της Ομοιοπαθητικής



στην εμφυτευματολογία

& την χειρουργική στόματος

Copyright: Μηνάς Ρηγάτος, Χειρ. Οδοντίατρος
Ειδ. Εμφυτευματολόγος-Περιοδοντολόγος-Ομοιοπαθητικός

Η βοήθεια της Ομοιοπαθητικής στην καλή πρόγνωση μιας γναθοχειρουργικής επέμβασης είναι μεγάλη. Ο ειδικός ομοιοπαθητικός μπορεί να προετοιμάσει τον ασθενή του μια εβδομάδα πριν την επέμβαση με τα κατάλληλα φάρμακα, ώστε να αποφύγουμε τον πόνο, το αιμάτωμα και το οίδημα και να βοηθήσουμε στην καλή επούλωση των ούλων, του οστού, των οστικών μοσχευμάτων και την οστεοενσωμάτωση των εμφυτευμάτων. Έντας ειδικός εμφυτευματολόγος-χειρουργός στόματος και ομοιοπαθητικός, μετά από την 20χρονη εφαρμογή της Ομοιοπαθητικής στην πρακτική μου, είδα με χαρά τους ασθενείς μου να μην πονάνε μετά τις επεμβάσεις, να έχουν πολύ μικρά και μειωμένης διάρκειας οιδήματα και απουσία αιματώματος και επιπλοκών.

Η βοήθεια της Ομοιοπαθητικής δεν σταματάει εδώ. Με βάση τα όσα έχω ήδη εφαρμόσει από το 1989, ασθενείς με γενικά προβλήματα υγείας, όπως διαβήτη, οστεοπόρωση και αυτοάνοσα νοσήματα, μπορούν να αποφύγουν προβλήματα με τα εμφυτεύματά τους, αν τους χορηγήσουμε την κατάλληλη φυτοθεραπευτική και Ομοιοπαθητική αγωγή.

Η έλλειψη παρενεργειών, τα άμεσα αποτελέσματα, το χαμηλό κόστος και η μείωση στο ελάχιστο της χρήσης αντιβιοτικών και αντιφλεγμονώδων φαρμάκων, είναι από τα βασικά πλεονεκτήματα της Ομοιοπαθητικής θεραπευτικής. Για αυτό το λόγο τα ομοιοπαθητικά φάρμακα είναι κατάλληλα για χρήση σε διαβητικούς, εγκύους γυναίκες, εξασθενημένα άτομα μεγάλης ηλικίας, ασθενείς με καρδιακή ανεπάρκεια, με νεφρική ανεπάρκεια και άτομα μεγάλης ηλικίας.

Τι είναι

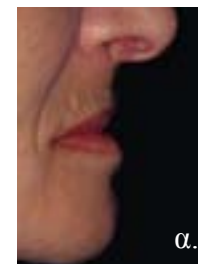
τα οδοντιατρικά εμφυτεύματα

Είναι τεχνητές ρίζες δοντιών, σε σχήμα κοχλία-βίδας ή κυλίνδρου, κατασκευασμένες από καθαρό τιτάνιο που σκοπό έχουν την αντικατάσταση των χαμένων φυσικών δοντιών.

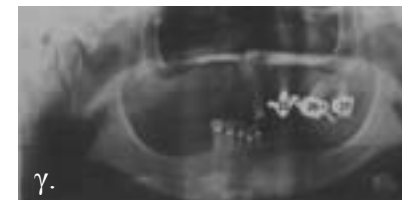
Τα οστεοενσωματωμένα εμφυτεύματα τοποθετούνται στα οστά των γνάθων με ειδικά εργαλεία τρυπανισμού και ενεργοποιούνται σε διάστημα 2-6 μηνών. Στο διάστημα αυτό το οστό που περιβάλλει το εμφύτευμα επουλώνεται και «ενσωματώνεται» με την εξωτερική επιφάνεια του εμφυτεύματος. Σε περιπτώσεις που ο όγκος του οστού είναι ανεπαρκής, μπορεί να αυξηθεί χρησιμοποιώντας οστικά μοσχεύματα.



Τα τελευταία 10 χρόνια μειώσαμε τον χρόνο εμφύθισης των εμφυτευμάτων στο οστό. Τροποποιήσαμε την επιφάνεια του τιτανίου (υλικού κατασκευής του εμφυτεύματος), ώστε ο χρόνος ενεργοποίησης να μειωθεί σε μερικές ώρες. Αυτό σημαίνει ότι ο ασθενής έρχεται στο ιατρείο χωρίς δόντια, τοποθετούνται τα εμφυτεύματα και λίγες ώρες μετά ο ασθενής φεύγει από το ιατρείο με τα καινούρια δόντια του βιδωμένα στα μόλις τοποθετημένα εμφυτεύματα. Αυτό μπορεί να γίνει μόνο όταν η σκληρότητα του οστού του ασθενούς είναι μεγάλη και ο όγκος του οστού είναι επαρκής.



α) Η ασθενής πριν την εμφύτευση. Η έλλειψη των δοντιών κάνει τα πλούσια χείλη της να φαίνονται ατροφικά.



γ) Αρχική κατάσταση της γνάθου της ασθενούς.

δ) Τα δόντια αφαιρέθηκαν και τοποθετήθηκαν 12 εμφυτεύματα στα οποία βιδώθηκαν γέφυρες.



β) Η ασθενής 2 μήνες μετά την εμφύτευση έχει ανακτήσει τα όμορφα χείλη της, χαμογελάει και μασάει σαν να είχε τα δικά της δόντια.

Είναι τα οδοντιατρικά εμφυτεύματα ασφαλή για τον οργανισμό;

Το σύνηθες υλικό που είναι κατασκευασμένα τα σύγχρονα εμφυτεύματα είναι το καθαρό τιτάνιο. Όλες οι εκτεταμένες και μακρόχρονες κλινικές και εργαστηριακές έρευνες δείχνουν ότι το υλικό αυτό είναι απόλυτα ασφαλές για τον ανθρώπινο οργανισμό, η τοξικότητά του και η πιθανότητα να προκαλέσει τη γέννηση νεοπλασματικών κυττάρων (καρκίνου) είναι μηδενική και η βιοσυμβατότητά του άριστη. Το βιοϋλικό αυτό χρησιμοποιείται με μεγάλη επιτυχία στην ορθοπεδική και γναθοπροσωπική χειρουργική για τα τελευταία 25 χρόνια. Δεν πρέπει να ξεχνάμε ότι πάνω από 1.000.000 οδοντιατρικά οστεοενσωματωμένα εμφυτεύματα έχουν τοποθετηθεί σε ασθενείς τα τελευταία 10 χρόνια σε Ευρώπη και Αμερική. Τα τελευταία 10 χρόνια κάποιες εταιρίες κατασκευής εμφυτευμάτων χρησιμοποιούν κράμα αλουμινίου, βαναδίου και τιτανίου για να μειώσουν σημαντικά το κόστος παραγωγής τους. Το βανάδιο είναι τοξικό και αλλεργιογόνο και η χρήση του πρέπει να αποφεύγεται. Ο ασθενής πρέπει να απαιτεί από το γιατρό του να μάθει για το είδος των εμφυτευμάτων που θα τοποθετηθούν στη γνάθο του. Εμφυτεύματα αμφιβόλου προελεύσεως, που στερούνται αυστηρούς εργαστηριακούς ελέγχους, πρέπει να μην γίνονται δεκτά από τους ασθενείς.

Πού

χρησιμοποιούνται τα οδοντιατρικά εμφυτεύματα

Πολλοί ασθενείς ανακαλύπτουν με την πάροδο του χρόνου ότι η λύση της τεχνητής οδοντοστοιχίας δεν μπορεί να αντικαταστήσει με επιτυχία τα φυσικά τους δόντια και παραπονιούνται για αισθητικά προβλήματα, πόνο και δυσφορία κατά τη μάσηση. Όσοι φορούν οδοντοστοιχία γνωρίζουν ίσως τα λειτουργικά και ψυχολογικά προβλήματα που δημιουργούνται, όταν η οδοντοστοιχία είναι ασταθής κατά τη διάρκεια της μάσησης ή όταν μιλούν ή γελούν.

Δύο έως οκτώ εμφυτεύματα τοποθετημένα στην πάνω ή στην κάτω γνάθο μπορούν να στηρίξουν μια νέου τύπου προσθετική εργασία (γέφυρα ή οδοντοστοιχία) που θα λύσει τα αισθητικά και λειτουργικά σας προβλήματα (μάσηση, ομιλία, γέλιο) με επιτυχία.

Σε περίπτωση που μόνο λίγα δόντια έχουν χαθεί, η τοποθέτηση των εμφυτευμάτων επιτρέπει την κατασκευή μίας ακίνητης γέφυρας χωρίς τροχισμό των γειτονικών δοντιών για την τοποθέτηση στεφανών.

ΠΛΗΡΩΣ ΕΞΟΠΛΙΣΜΕΝΟ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ
ΟΜΟΙΟΠΑΘΗΤΙΚΩΝ ΦΑΡΜΑΚΩΝ - ΦΥΤΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ

ΦΑΡΜΑΚΕΙΑ

ΠΑΡΑΜΥΘΕΛΛΗ ΚΩΣΤΑ-ΜΑΡΙΑ
Αγ.Ελευθερίου 4
(δίπλα στο ΙΚΑ)
Ν. Ζωή, Περιστέρι
τηλ & fax: 210.5744204

Εκτελούμε συνταγές:

- Ομοιοπαθητικές
- Φυτοθεραπείας
- Γεμμοθεραπείας
- Λιθοθεραπείας
- Άλλα Schuessler
- Γαλλικών σκευασμάτων

ΚΩΣΤΑ ΜΥΡΣΙΝΗ
ΠΑΡΑΜΥΘΕΛΛΗ - ΚΩΣΤΑ ΜΑΡΙΑ Ο.Ε.
Κοδριγκτώνος 2 & Κυψέλης 1
(έναντι πανελνίου Ευμύριου)
Πεδίον Αρεώς
τηλ & fax: 210.8820730

Ομοιοπαθητικά & φυτοθεραπευτικά σκευάσματα

που χρησιμοποιούνται στην εμφυτευματολογία

Στην κλινική πρακτική τα φάρμακα, ARNICA MONTANA, RUTA, HYPERYCUM, APIS, ECHINACEA και NATRUM SULFURICUM (απορρόφηση οιδήματος) χορηγούνται 7 με 10 μέρες προεγχειρητικά και 5 με 15 μέρες μετεγχειρητικά, σε δυναμοποιήσεις από 3X έως 1MK ανάλογα με την ιδιοσυγκρασία του ασθενή και την σοβαρότητα του περιστατικού. Τα βάμματα HYPERYCUM και CALENTULA δίνονται 3 μέρες πριν και για 10 μέρες μετά την επέμβαση (30 σταγόνες από το κάθε ένα σε 200 ml νερό – μπουκώματα 2-3 φορές την μέρα για 3-5 λεπτά). Η επουλωτική τους ικανότητα είναι εντυπωσιακή ακόμη και στα τραύματα που κλείνουν κατά δεύτερο σκοπό. Για την επιτάχυνση της οστικής επούλωσης ο συνδυασμός RUTA SYMPHYTUM CALCAREA PHOS (σε 6X) δίνει επίσης εξαιρετικά αποτελέσματα. Τα χορηγούμε για 3 τουλάχιστον μήνες μετά την επέμβαση σε καθημερινή λήψη.

APIS MELLIFICA

Προέλευση: Ζωική από το έντομο μέλισσα.
Δράση: Αντιφλεγμονώδης, αντιοιδηματική και αντισταμινική.
Χρήση: Χρησιμοποιείται στην οδοντιατρική για όλα τα οιδήματα αλλεργικής και μηχανικής (π.χ. οίδημα μετά από την εμφύτευση) αιτιολογίας.

ARNICA MONTANA

Προέλευση: Φυτική από τη ρίζα του φυτού «Arnica Montana».
Δράση: Αντιφλεγμονώδης, παυσίπονο. Απορροφάει τα αιματώματα και προλαμβάνει την εμφάνισή τους.
Χρήση: Το χορηγούμε πριν και μετά από κάθε επέμβαση. Όλοι οι μηχανικοί μετεγχειρητικοί τραυματισμοί (εξαγωγή, οστεοτομή) αποτελούν ένδειξη για τη χορήγηση του φαρμάκου.

CALENDULA OFFICIALIS

Προέλευση: Από το ομώνυμο φυτό.
Δράση: Αντισηπτική, επουλωτική, αναλγητική και αιμοστατική.
Χρήση: Στην οδοντιατρική χρησιμοποιείται με τη μορφή μητρικού βάμματος (TM), μετά από οποιαδήποτε επέμβαση στη στοματική κοιλότητα.

CALCAREA CARBONICA

Προέλευση: Είναι η χημική ένωση «ανθρακικό ασβέστιο», την οποία συλλέγουμε από το κέλυφος των οστρακοειδών.
Δράση: Η λήψη του ως ομοιοπαθητικό φάρμακο βοηθάει στην καλύτερη απορρόφηση και αφομοίωση του ασβεστίου από τον οργανισμό.
Χρήση: Το χορηγούμε μαζί με την CALCAREA PHOSPHORICA για να βοηθήσουμε τη γρήγορη επούλωση των οστικών βλαβών μετά από τη χρήση οστικών μοσχευμάτων.

CALCAREA PHOSPHORICA

Προέλευση: Είναι η χημική ένωση «φωσφορικό ασβέστιο». Αποτελεί το κυρίως συστατικό των οστών και της αδαμαντίνης των δοντιών μας.
Χρήση: Χορηγούμενο ως ομοιοπαθητικό φάρμακο βοηθά τη γρήγορη επούλωση των οστικών βλαβών μετά από τη χρήση οστικών μοσχευμάτων.

ECHINACEA ANGUSTIFOLIA

Προέλευση: Από το ομώνυμο φυτό.
Δράση: Φυσικό αντιβιοτικό που διεγείρει το ανοσοποιητικό σύστημα. Αντιφλεγμονώδες και αντισηπτικό.
Χρήση: Στην οδοντιατρική χρησιμοποιείται κυρίως ως φυσικό αντιβιοτικό.

HYPERICUM PERFORATUM

Προέλευση: Από το φυτό «βαλσαμόχορτο».
Δράση: Αντισηπτική, αναλγητική και επουλωτική.
Χρήση: Σαν μητρικό βάμμα έχει εξαιρετικές επουλωτικές και αντισηπτικές ιδιότητες και χρησιμοποιείται για στοματοπλύσεις σε οποιοδήποτε τραυματισμό ή επέμβαση στη στοματική κοιλότητα.

RUTA

Προέλευση: Από το φυτό «απήγανος» που συναντάμε στη Νότια Ευρώπη και Βόρεια Αφρική.
Χρήση: Στην Ομοιοπαθητική οδοντιατρική χρησιμοποιείται ως φάρμακο επιλογής, μετά από χειρουργικές επεμβάσεις της γνάθου με αποκόλληση κρημνού, επειδή έχει ισχυρή επουλωτική δράση επί του περιοστέου.

SYMPHYTUM

Προέλευση: Από το ομώνυμο φυτό.
Δράση: Έχει επιλεκτικότητα στο οστό και το περίοστεο.
Χρήση: Έχει εξαιρετική ικανότητα επούλωσης οστικών τραυμάτων και χρησιμοποιείται στη χειρουργική στόματος παράλληλα με τη χρήση οστικών μοσχευμάτων και εμφυτευμάτων, επιταχύνοντας την οστεοενσωμάτωσή τους.

Βιβλιογραφία

- 1.R.ZISSU: Matiere Medicale Homeopathique constitutionnelle (1989)
- 2.J.A LATHOUD: Etudes De Matiere Medicale Homeopathique (1932)
- 3.R.ZISSU-M.GUILLAUME: Manuel De Medecine Homeopathique (1985)
- 4.Dr. J. MICHAUD: Enseignement Supérieur d'Homeopathie (1993)
- 5.Dr. LEON VANNIER: La Typologie (1989)
- 6.MAX TETAU: Homeopathie (1981)
- 7.DENIS DEMARQUE-PIERRE JOLY: Etudier L'Homeopathie (1985)
- 8.CHRISTIAN GARCIA: Homeopathie terrain et odonto-stomatologie (1989)
- 9.JAN SCHOLTEN: Homeopathy and Minerals (1993)
- 10.ΓΕΩΡΓΙΟΣ ΒΥΘΟΥΛΚΑΣ: materia medica
- 11.RAJAN SANKARAN: The substance of Homeopathy (1999)
- 12.ΜΗΝΑΣ ΡΗΓΑΤΟΣ: Η Ομοιοπαθητική αντιμετώπιση των νόσων του Περιοδοντίου. Διπλωματική για το Πανεπιστήμιο Paris V σε Γαλλική Γλώσσα (1989).
- 13.ΜΗΝΑΣ ΡΗΓΑΤΟΣ: Manuel d'implantologie orale (Paris 1992)
- 14.ΜΗΝΑΣ ΡΗΓΑΤΟΣ: Ομοιοπαθητική για οδοντίατρους (Αθήνα 2009)

ΣΥΣΤ. ΦΑΡΜΑΚΕΙΑ
Τσαβλή Τσολάκη
Πηνελόπη -
Χατζευστρατίου
Ελευθερία & Σία Ο.Ε.

- Εργαστήριο Ομοιοπαθητικής • Βιολογικά φάρμακα
- Φυτικά προϊόντα • Ορθοπεδικά • Δερμοκαλλυντικά
- Παιδικά • Οπτικά

Εθνικής Αντιστάσεως & Βασ. Κων/νου γωνία, Πτολεμαίδα, τηλ & Fax: 24630 - 25979, 27271

ΕΥΦΡ. ΕΥΑΓΓ.
ΜΠΑΤΑΝΑ - ΠΑΠΛΩΜΑΤΑ
ΦΑΡΜΑΚΕΙΟ
Ομοιοπαθητικά - Βρεφικά

ΜΗΤΡΟΠΕΤΡΟΒΑ 39 - ΠΟΛΥΓΩΝΟ 11476
ΤΗΛ.: 210 64.30.689

φαρμακείο

ΟΜΟΙΟΠΑΘΗΤΙΚΑ
ΦΥΤΟΘΕΡΑΠΕΙΑ
ΑΡΩΜΑΤΟΘΕΡΑΠΕΙΑ
ΑΝΘΟΙΑΜΑΤΑ BACH
ΒΟΤΑΝΑ
ΦΥΣΙΚΑ ΚΑΛΥΝΤΙΚΑ
ΑΙΘΕΡΙΑ ΕΛΑΙΑ
ΑΛΑΤΑ SCHUESSLER
ΟΜΟΤΕΞΙΚΟΛΟΓΙΑ
ΒΙΟΛΟΓΙΚΑ ΠΡΟΙΟΝΤΑ
ΓΕΜΜΟΘΕΡΑΠΕΙΑ
ΜΕΛΙΣΣΟΘΕΡΑΠΕΙΑ

ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ .Φ. ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΣ
ΠΤΥΧΙΟΥΧΟΣ ΟΜΟΙΟΠΑΘΗΤΙΚΗΣ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟΥ ΑΙΓΑΙΟΥ

ΓΙΑΝΝΙΤΣΩΝ 4 - ΕΝΑΝΤΙ ΙΚΑ - ΠΑΤΡΑ
ΤΗΛ: 2610 453757 - 2610 461563
www.papfarm.com

Το λιγότερο είναι . . . ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΟ

■ Πως η λιγότερη Φροντίδα Υγείας μπορεί να έχει ως αποτέλεσμα καλύτερη Υγεία

Μετάφραση:
Γιώργος Κατσώνης



Εάν κάποια ιατρική φροντίδα είναι καλή, τότε η περισσότερη είναι καλύτερη. Σωστά;



Δυστυχώς δεν συμβαίνει συνήθως έτσι. Στις Ηνωμένες Πολιτείες της Αμερικής ο βαθμός χρήσης των κοινών ιατρικών υπηρεσιών διαφέρει σε μεγάλο βαθμό, αλλά οι μετρήσεις για θέματα υγείας δεν είναι καλύτερες, σε περιοχές όπου παρέχονται περισσότερες υπηρεσίες.(1) Στην πραγματικότητα, αληθεύει το αντίθετο. Κάποιες στατιστικές μετρήσεις για θέματα υγείας είναι χειρότερες σε περιοχές όπου οι κάτοικοι λαμβάνουν

περισσότερες υπηρεσίες υγείας.(2) Πως γίνεται η περισσότερη φροντίδα υγείας να έχει ως επακόλουθο χειρότερα αποτελέσματα για την υγεία; Σχεδόν όλες οι εξετάσεις, οι απεικονιστικές διαδικασίες, τα φάρμακα, οι χειρουργικές επεμβάσεις και οι προληπτικές διαμεσολαβήσεις, έχουν κάποιο κίνδυνο παρενεργειών. Σε μερικές περιπτώσεις αυτές οι αρνητικές επιδράσεις έχει αποδειχτεί ότι υπερκεράζουν τα πλεονεκτήματα – για παράδειγμα, το να χορηγούμε μετεμμηνοπαυσιακή ορμονική θεραπεία σε ασυμπτωματικές γυναίκες. (3) Σε άλλες περιπτώσεις κάποιες υπηρεσίες υγείας προσφέρονται χωρίς επαρκή τεκμηρίωση για τα πλεονεκτήματα τους. Για παράδειγμα, η αρθροσκοπική χειρουργική επέμβαση στο γόνατο για τη θεραπεία της οστεοαρθρίτιδας εφαρμόζονταν σε 650.000 ανθρώπους κάθε χρόνο στις Η.Π.Α. στα τέλη της δεκαετίας του 1990, παρά το γεγονός ότι αυτή η διαδικασία δεν φαινόταν να είναι ευεργετική για τον ασθενή. Τυχατοποιημένες μελέτες έδειξαν επανειλημμένα ότι αυτή η διαδικασία δεν έχει πλεονεκτήματα (4), αλλά όλοι οι χιλιάδες αυτοί ασθενείς εκτέθηκαν

...και Ομοιοπαθητικά
Φυτοθεραπεία
Αρωματοθεραπεία
Αιθέρια Έλαια
Φυτικά & Βιολογικά καλλυντικά
Δερμοκαλλυντικά
Ανθοϊάματα
Συμπληρώματα διατροφής
Βότανα
Ολιγοστοιχεία

TOP IMAGE ADV.



ΟΜΟΙΟΠΑΘΗΤΙΚΟ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ

ΜΠΑΚΑΚΟΣ
BACACOS
ΦΑΡΜΑΚΕΙΟ / PHARMACY

Αγ. Κωνσταντίνου 3, Ομόνοια, Τηλ.: 210 5232631-5, Fax: 210 5234401, E-mail:pharmacy@bacacos.gr

Δυνατότητα αποστολής σε όλη την Ελλάδα

στον πόνο και στον κίνδυνο που συνδέεται με την χειρουργική επέμβαση. Ακόμα και αν μια ιατρική υπηρεσία φαίνεται να προσφέρει καθαρά ωφέληματα σε επιλεγμένες ομάδες ανθρώπων, μπορεί να οδηγήσει σε βλάβη, εάν χρησιμοποιηθεί από διαφορετικές ομάδες, ειδικότερα από ανθρώπους που έχουν λιγότερο σοβαρή μορφή της νόσου ή λιγότερο κίνδυνο να νοσήσουν.



Ας πάρουμε για παράδειγμα τα αντικαταθλιπτικά. Τα φάρμακα αυτά έδειξαν, σε πολλές τυχαιοποιημένες μελέτες, να είναι μια αποτελεσματική θεραπεία για τη βαριά κατάθλιψη, ενώ προσφέρουν πολύ μικρή ωφέλεια σε ανθρώπους που έχουν μόνο ήπιας μορφής κατάθλιψη. (5) Εάν χρησιμοποιούσαμε τα αντικαταθλιπτικά ευρέως σε ανθρώπους με ελαφρά κατάθλιψη, οι γνωστές παρενέργειες αυτών των φαρμάκων θα υποσκελίζουν τα πλεονεκτήματά τους. Ακόμα και εάν το συγκριτικό πλεονέκτημα μιας ιατρικής υπηρεσίας είναι το ίδιο, η ευρεία χρήση σε πληθυσμούς χαμηλού κινδύνου μπορεί να οδηγήσει σε βλάβες. Για παράδειγμα, η μαστογραφία είναι πιθανόν το ίδιο αποτελεσματική στη μείωση του κινδύνου για θάνατο από καρκίνο του μαστού στις νεαρές γυναίκες όσο και στις ηλικιωμένες. Επειδή όμως ο απόλυτος κίνδυνος για θάνατο από καρκίνο του μαστού είναι μικρότερος σε νεαρότερες γυναίκες απ' ό,τι στις μεγαλύτερες, το απόλυτο όφελος είναι μικρότερο. Από την άλλη όμως οι παρενέργειες της μαστογραφίας – ψευδώς θετικά ευρήματα, βιοψίες, άγχος και υπέρ-διαγνώσεις και θεραπείες για λανθάνοντες καρκίνους –

είναι τα ίδια και μπορούν να υπερκεράσουν τα πλεονεκτήματα. (6) Επιπλέον, βλάβη μπορεί να προκληθεί όταν διάφορες εξετάσεις και διαδικασίες επαναλαμβάνονται χωρίς λόγο. Για παράδειγμα, οι επαναλαμβανόμενες απεικονιστικές τομογραφίες, που γίνονται για «παρακολούθηση» διαγνωσμένων λίθων στα νεφρά, δεν έχουν κάποιο καθαρό κλινικό στόχο, αλλά συνδέονται με αυξημένο κίνδυνο καρκίνου οφειλόμενου στην ακτινοβολία. (7)

Στις Ηνωμένες Πολιτείες, η διαμάχη που αφορά στη μείωση της κατάχρησης ιατρικών υπηρεσιών, έχει εστιαστεί στο κόστος της φροντίδας, που δεν είναι απαραίτητη. Και πράγματι, εάν μειωθεί η χρήση ιατρικών υπηρεσιών σε περιοχές των Η.Π.Α όπου γίνεται υψηλή χρήση, έχει υπολογιστεί ότι θα μειωθεί κατά 20% το συνολικό κόστος παροχής φροντίδας υγείας. Η μείωση του κόστους, σαν δικαιολογία για τη μείωση των παρεχομένων ιατρικών υπηρεσιών, αντιμετωπίζεται με καχυποψία από πολλούς ανθρώπους, που εξισώνουν τη μείωση του όγκου της φροντίδας με την κατ' οικονομία χρήση. Η χρήση με οικονομία συνεπάγεται ότι κάποια υπηρεσία υγείας, που προσφέρεται με περιορισμούς, είναι μεν ευεργετική, αλλά αποκόπτεται απλά και μόνον για να εξοικονομηθούν χρήματα. Αλλά, όπως έχουμε αναφέρει πιο πάνω, υπάρχουν πολλοί τομείς της ιατρικής, όπου εάν αποφύγουμε τις εξετάσεις, τις τομογραφίες και τη θεραπεία, θα έχουμε στην πραγματικότητα καλύτερα αποτελέσματα για την υγεία των ασθενών.

«Το λιγότερο είναι περισσότερο», μια καινούργια σειρά άρθρων στο Archives, θα επισημαίνει καταστάσεις, όπου η υπερβολική χρήση ιατρικής φροντίδας μπορεί να οδηγήσει σε βλάβες και όπου η μειωμένη ιατρική φροντίδα είναι πιθανόν να οδηγήσει σε καλύτερη υγεία. Για παράδειγμα, μια σειρά άρθρων σε αυτό το τεύχος του Archives, τεκμηριώνει σοβαρές παρενέργειες των αναστολέων της αντλίας πρωτονίων, όπως αυξημένη αναλογία καταγμάτων, μολύνσεις από το *Clostridium difficile* και υποτροπιάζουσες διάρροιες που οφείλονται στο *Clostridium difficile*. (9-11) Προηγούμενες αναφορές έχουν επίσης τεκμηριώσει αυξημένο κίνδυνο πνευμονίας. (12-13) Βλάβες μπορούν να προκληθούν εάν αυτά τα συχνά χρησιμοποιούμενα φάρμακα συνταγογραφηθούν για περιπτώσεις όπου δεν έχουν όφελος, όπως στην δυσπεψία χωρίς έλκος. (8)

Υπάρχουν πολλοί λόγοι που εξηγούν γιατί οι κλινικοί γιατροί στις ΗΠΑ μπορεί να παρέχουν περισσότερη φροντίδα από όση χρειάζεται. Σε αυτούς περιλαμβάνονται τα συστήματα πληρωμής, τα οποία επιβραβεύουν δυσανάλογα τις διαδικαστικές πράξεις παρά τη κούβεντα με τους ασθενείς, οι προσδοκίες των ασθενών οι οποίοι εξισώνουν τις εξετάσεις και τον παρεμβατισμό με την καλύτερη υγεία, η αίγλη της τεχνολογίας, το γεγονός ότι μπορεί να είναι πιο γρήγορο να δώσεις οδηγίες για μια εξέταση ή να γράψεις μια συνταγή, από το να εξηγήσεις σε κάποιο ασθενή γιατί δεν του δίνεις θεραπεία, και βεβαίως, η αμυντική ιατρική. Άλλος λόγος είναι η «επεκτατικότητα της τεχνολογίας». Αυτό που

συνήθως συμβαίνει, μετά την έγκριση χρήσης σε άτομα υψηλού κινδύνου μιας καινούργιας ανακάλυψης, στα οποία άτομα η συγκεκριμένη ανακάλυψη προσφέρει αποδεδειγμένα οφέλη, είναι να επεκτείνεται η χρήση αυτής της καινούργιας τεχνολογίας σε ομάδες ατόμων χαμηλότερου κινδύνου. Στα άτομα αυτά τα οφέλη της εφαρμογής δεν υπερκαλύπτουν τον κίνδυνο. (15)

Τα στοιχεία δείχνουν ότι η παροχή υπερβολικών υπηρεσιών υγειονομικής περίθαλψης είναι πολύ πιθανό να συμβεί σε καταστάσεις στις οποίες δεν υπάρχουν ισχυρά αποδεικτικά στοιχεία για να τεκμηριώσουν τα οφέλη και τις βλάβες μιας υπηρεσίας. (16)

Το Archives έχει ως στόχο την αντιμετώπιση αυτού του ελλείμματος με τη δημοσίευση άρθρων που αποδεικνύουν ότι η προσφορά «περισσότερου» από ορισμένες δραστηριότητες στον τομέα της υγειονομικής περίθαλψης, οδηγεί σε «λιγότερη» υγεία. Με κατάλληλα άρθρα θα πρέπει να συγκρίνουμε τις στρατηγικές, που παρέχουν περισσότερες υπηρεσίες υγειονομικής περίθαλψης, με εκείνες που παρέχουν λιγότερες και θα πρέπει να ετοιμάσουμε μια συνολική αξιολόγηση τόσο για τα οφέλη όσο και για τις βλάβες. Θα δημοσιεύουμε επίσης σχόλια σχετικά με αυτά τα άρθρα και κλινικές καταγραφές που θα αποτυπώνουν το πώς περισσότερη φροντίδα μπορεί να οδηγήσει σε χειρότερα αποτελέσματα. Η ελπίδα μας είναι ότι αυτές οι καταγραφές θα δημιουργήσουν μελλοντικές μελέτες σχετικά με τους τρόπους για να κάνουμε περισσότερα, πράττοντας λιγότερα.

AUTHOR INFORMATION

Correspondence: Dr Grady, Department of Medicine, University of California, San Francisco, 1635 Divisadero St, Ste 600, San Francisco, CA 94115 (Deborah.Grady@ucsf.edu).
Financial Disclosure: None reported.
Author Affiliations: Department of Medicine (Dr Grady) and School of Medicine (Dr Redberg), University of California, San Francisco, and General Internal Medicine Section, San Francisco Veterans Affairs Medical Center (Dr Grady), San Francisco.

REFERENCES

1. Fisher ES, Wennberg DE, Stukel TA, Gottlieb DJ, Lucas FL, Pinder EL. The implications of regional variations in Medicare spending, part 2: health outcomes and satisfaction with care. *Ann Intern Med*. 2003;138(4):288-298.
2. Fisher ES, Wennberg DE, Stukel TA, Gottlieb DJ, Lucas FL, Pinder EL. The implications of regional variations in Medicare spending, part 1: the content, quality, and accessibility of care. *Ann Intern Med*. 2003;138(4):273-287.
3. Rossouw JE, Anderson GL, Prentice RL; et al, Writing Group for the Women's Health Initiative Investigators. Risks and benefits of estrogen plus progestin in healthy postmenopausal women: principal results from the Women's Health Initiative randomized controlled trial. *JAMA*. 2002;288(3):321-333.
4. Moseley JB, O'Malley K, Petersen NJ; et al. A controlled trial of arthroscopic surgery for osteoarthritis of the knee. *N Engl J Med*. 2002;347(2):81-88.
5. Fournier JC, DeRubeis RJ, Hollon SD; et al. Antidepressant drug effects and depression severity: a patient-level meta-analysis. *JAMA*. 2010;303(1):47-53. FREE FULL TEXT
6. Woloshin S, Schwartz LM. The benefits and harms of mammography screening: understanding the trade-offs. *JAMA*. 2010;303(2):164-165.
7. Smith-Bindman R, Lipson J, Marcus R; et al. Radiation dose associated with common computed tomography examinations and the associated lifetime attributable risk of cancer. *Arch Intern Med*. 2009;169(22):2078-2086.
8. Skinner J, Fisher E. Regional disparities in Medicare expenditures: an opportunity for reform. *Natl Tax J*. 1997;50(3):413-425.
9. Gray SL, LaCroix AZ, Larson J; et al. Proton pump inhibitor use, hip fracture, and change in bone mineral density in postmenopausal women: results from the Women's Health Initiative. *Arch Intern Med*. 2010;170(9):765-771.
10. Howell MD, Novack V, Grgurich P; et al. Iatrogenic gastric acid suppression and the risk of nosocomial *Clostridium difficile* infection. *Arch Intern Med*. 2010;170(9):784-790.
11. Linsky A, Gupta K, Lawler EV, Fonda JR, Hermos JA. Proton pump inhibitors and risk for recurrent *Clostridium difficile* infection. *Arch Intern Med*. 2010;170(9):772-778.
12. Sarkar M, Hennessy S, Yang Y-X. Proton-pump inhibitor use and the risk for community-acquired pneumonia. *Ann Intern Med*. 2008;149(6):391-398.
13. Herzig SJ, Howell MD, Ngo LH, Marcantonio ER. Acid suppressive medication use and the risk for hospital acquired pneumonia. *JAMA*. 2009;301(20):2120-2128.
14. Katz MH. Failing the acid test: benefits of proton pump inhibitors may not justify the risks for many users. *Arch Intern Med*. 2010;170(9):747-748.
15. Hobson K. Cost of medicine: are high-tech medical devices and treatments always worth it? *US News World Rep*. July 10, 2009. <http://health.usnews.com/articles/health/best-hospitals/2009/07/10/cost-of-medicine-are-high-tech-medical-devices-and-treatments-always-worth-it.html>. Accessed February 15, 2010.
16. Sirovich B, Gallagher PM, Wennberg DE, Fisher ES. Discretionary decision making by primary care physicians and the cost of U.S. health care. *Health Aff*. 2008;27(9):813-823.



ΟΜΟΙΟΠΑΘΗΤΙΚΟ Φαρμακείο

ΤΣΑΡΝΑΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ



- Ομοιοπαθητικά
- Φυτοθεραπεία
- Αρωματοθεραπεία
- Φυτικά καλλυντικά
- Αιθέρια Έλαια
- Συμπληρώματα διατροφής



Φαρμακείο 
Τσαρνάς Κωνσταντίνος
Αναπαύσεως 33
Ν. Ιωνία Βόλου
Τηλ/φαξ: 24210.66922

Ο χειμώνας επιτέλους έφτασε. Δυστυχώς όμως μαζί του φέρνει πάντα και ένα πλήθος ιώσεων και βακτηριακών λοιμώξεων που μας καταπονούν.

Είναι πολύ σημαντικό, λοιπόν, να υιοθετήσουμε υγιεινές διατροφικές συνήθειες και τακτική άσκηση, αλλά και να μάθουμε να χρησιμοποιούμε σωστά τα όπλα που μας παρέχει η φύση, προκειμένου να προφυλάξουμε τον οργανισμό μας, αλλά και να τον θεραπεύσουμε κατάλληλα, αν τυχόν χρειαστεί. Για χιλιάδες χρόνια τα φυτά παρέχουν στον άνθρωπο πολύτιμα δραστικά συστατικά με αντιμικροβιακή και αντιική δράση.

Σύμφωνα με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας είναι προτιμότερο να αναζητούμε θεραπευτικές ουσίες φυσικής προέλευσης, πριν καταφύγουμε στα κλασικά αντιβιοτικά. Αυτά, όσο ελαφρά κι αν είναι, διαταράσσουν την εντερική μικροβιακή χλωρίδα μειώνοντας τον αριθμό των φιλικών βακτηρίων, με επακόλουθο τις εντερικές διαταραχές, αλλά και τις μυκητιασικές και βακτηριακές λοιμώξεις στις γυναίκες.

ΤΑ Αντιβιοτικά

Κωνσταντίνα Πέππα
Φαρμακοποιός

Το όχι και τόσο δημοφιλές λόγω της οσμής του σκόρδο- ALLIUM SATIVUM- έχει χρησιμοποιηθεί σε όλες τις αρχαίες παραδόσεις ως ισχυρό αντιβιοτικό. Θεωρούσαν μέχρι και ότι διώχνει μακριά το λοιμό. Ο ίδιος ο Louis Pasteur τον 19ο αιώνα έκανε εργαστηριακές έρευνες μελετώντας το μηχανισμό θανάτωσης των μικροβίων. Νεότερες μελέτες αποδεικνύουν και μυκητοκτόνο, αλλά και αντιική δράση του σκόρδου. Θεωρείται ευρέως φάσματος αντιβιοτικό, χωρίς όμως να δημιουργεί ανθεκτικά σε αυτό στελέχη. Το πολύ ωφέλιμο δραστικό συστατικό του είναι η αλισίνη, η οποία όμως σε υψηλές θερμοκρασίες καταστρέφεται. Εμφανίζει και αντιπαρασιτική δράση, οπότε αντιμετωπίζει στελέχη Aspergillus, Bacillus cereus, Cryptosporidium, Herpes complex, Human cytomegalovirus, E.coli, Proteus vulgaris, Pseudomonas aeruginosa, Toxoplasma gondii κ.α.



Allium Sativum

Ένα άλλο πολύτιμο φυσικό συστατικό που χρησιμοποιήθηκε πολύ το 3.000 π.Χ. στην Αίγυπτο είναι η πρόπολη. Πρόκειται για φυσικό συστατικό της κυψέλης, το οποίο συνθέτει το μελίσι για την προστασία του απέναντι στους εισβολείς. Είναι κλασικό προϊόν μελισσοθεραπείας. Ο Αβικέννας, ιατρός και φιλόσοφος, το σύστηνε τον 11ο αιώνα σε επούλωση τραυμάτων από βέλη. Τόσο σε μορφή βάμματος όσο και σε μορφή κάψουλας μειώνει το χρόνο και την ένταση των συμπτωμάτων του κοινού κρυολογήματος. Αποτελείται κατά 50-55 % από ρητίνες, 20-35% από κερί, 5-10% από αιθέρια έλαια και περιέχει γύρη, περισσότερα από 40 διαφορετικά φλαβονοειδή, αλειφατικά οξέα, αμινοξέα, σάκχαρα, ένζυμα και βιταμίνες Β. Τα δραστικά συστατικά με τη μέγιστη αντιβιοτική δράση είναι η χρυσίνη και η τοταρόλη. Προστατεύει έναντι Listeria monocytogenes, παθογόνο βακτήριο που αποικίζει τη στοματική κοιλότητα. Έχει αντιμυκητιασική δράση έναντι στελεχών Microsporum και Candida που αποικίζουν το δέρμα. Εφαρμόζεται εξωτερικά όταν υπάρχουν δερματικές βλάβες και είναι πολύ δραστική έναντι του έρπητα των γεννητικών οργάνων.



Propolis

ΤΗΣ Φύσης



Echinacea

Πολύ δημοφιλές βότανο τα τελευταία χρόνια, μέλος της οικογένειας Asteraceae, είναι η Echinacea. Φυτρώνει κυρίως στα δάση της Β. Αμερικής. Παρόλο που υπάρχουν 9 διαφορετικά είδη, 3 είναι αυτά που παρουσιάζουν θεραπευτικό ενδιαφέρον: η E. angustifolia, η E. Purpurea και η E. pallida. Το είδος αλλά και το τμήμα του φυτού που έχει χρησιμοποιηθεί στο κάθε εμπορικό σκεύασμα παίζει μεγάλο ρόλο για τη δραστικότητα του. Τα ωφέλιμα δραστικά συστατικά που παρουσιάζουν αντιμικροβιακή δράση είναι πολυσακχαρίτες, αλκυλαμίδια και κιχορικό οξύ.

Σύμφωνα με τον FDA τα φρέσκα άνθη E. purpurea βοηθούν στην πρόληψη και τη θεραπεία του κοινού κρυολογήματος. Το δραστικό συστατικό, η εχινακίνη, είναι πολύ αποτελεσματικό σε σταφυλοκοκκικές και στρεπτοκοκκικές λοιμώξεις (6mg εχινακίνης in vitro ισοδυναμεί με μια μονάδα πενικιλίνης). Στην παραδοσιακή ινδιάνικη θεραπευτική δινόταν ως αντιφλεγμονώδες σε δάγκωμα φιδιού. Είναι καλύτερα να λαμβάνεται βάμμα σε μικρές και συχνές ημερήσιες δόσεις για δύο εβδομάδες, να γίνεται διακοπή για 1 εβδομάδα κ.ο.κ. Χρήση μεγαλύτερης διάρκειας από 6 εβδομάδες να αποφεύγεται, καθώς επιβαρύνεται το ανοσοποιητικό.

Στο αίμα επιταχύνει τη φαγοκυττάρωση και καταστρέφει τα βακτήρια. Βοηθά σε κοινό κρυολόγημα, γρίπη, μέση ωτίτιδα, φαρυγγίτιδα και έρπητα ζωστήρα. Μεγάλη σημασία όμως έχει να ληφθεί αμέσως μόλις κάνουν την εμφάνισή τους τα πρώτα συμπτώματα. Γι' αυτό σε περιόδους έξαρσης ιώσεων είναι προτιμότερο να λαμβάνεται προληπτικά σε κύκλους. Σε οξείες καταστάσεις 20-25 σταγόνες 3 φορές την ημέρα αρκούν. Επίσης γαργάρες σε φαρυγγίτιδα και αμυγδαλίτιδα 4 φορές την ημέρα.

Acerolla



Φυσική πηγή βιταμίνης C, το λεγόμενο κεράσι των Αντιλλών, η Acerola –MALPIGHIA GLABRA- παρέχει 100 φορές περισσότερη βιταμίνη C από το πορτοκάλι, 20 φορές περισσότερη από το guava και 10 φορές περισσότερη από το βατόμουρο. Περιέχει επίσης βιταμίνη A, B1, B2, νιασίνη, πρωτεΐνη, σίδηρο, ινοσιτόλη, φώσφορο και ασβέστιο. Είναι πραγματική φυσική ασπίδα κατά των χειμερινών ιώσεων, ιδανικό συμπλήρωμα για καπνιστές, των οποίων οι ανάγκες σε βιταμίνη C είναι αυξημένες και μπορεί να χρησιμοποιηθεί σε μορφή σκόνης, αλλά και ως μασώμενα δισκία από ενήλικες και παιδιά.

Ένα βότανο της αρχαίας κινεζικής θεραπευτικής είναι ο αστράγαλος –ASTRAGALUS MEMBRANOSUM –ενισχύει το ανοσοποιητικό σύστημα, μας προφυλάσσει από λοιμώξεις του αναπνευστικού, από γρίπη και κρυολόγημα που συνοδεύεται από υψηλό πυρετό, καθώς αυξάνει την παραγωγή T-λευκοκυττάρων που καταπολεμούν τις λοιμώξεις. Έχει φυσική αναλγητική και αντιφλεγμονώδη δράση και χρησιμοποιείται μέχρι και τοπικά σε πληγές. Στις ΗΠΑ έχει δοθεί πειραματικά σε άτομα που έχουν υποβληθεί σε χημειοθεραπεία και ακτινοβολίες. Είναι καλύτερα να λαμβάνεται τιτλοδοτημένο συμπλήρωμα σε δόσεις 250-500mgtr τρεις φορές την ημέρα για ενήλικες.

Astragalus



Χρήσιμο βότανο με φυσική αντιβιοτική δράση είναι και η υδραστίδα –HYDRASTIS CANADENSIS. Είναι πολύ βοηθητικό σε λοιμώξεις με βλεννώδεις εκκρίσεις, κυρίως του ανώτερου αναπνευστικού συστήματος. Δίνεται συχνά σε μέση ωτίτιδα, ρινίτιδα, φαρυγγίτιδα, ιγμορίτιδα, ακόμα και σε βακτηριακές λοιμώξεις του στομάχου και του εντέρου. Μεγάλη αποτελεσματικότητα εμφανίζει και σε ερπητοειδή νοσήματα (επιχειλίο ή ζωστήρα), αλλά και στη γυναικολογία για κολπικές πλύσεις. Το βάμμα της υδραστίδας λαμβάνεται 3 φορές ημερησίως από 15 σταγόνες.

Hydrastis Canadensis



Τα τελευταία χρόνια ολόένα και μεγαλύτερο έδαφος κερδίζει το ρόδι-PUNICA GRANATUM-χάρη σε μελέτες που αποδεικνύουν τις ευεργετικές επιδράσεις του στον ανθρώπινο οργανισμό. Ένα μέτριο ρόδι ημερησίως καλύπτει τις μεγαλύτερες ανάγκες μας σε βιταμίνη C και κάλιο. Ο Γάλλος νομπελίστας γιατρός Λικ Μοντανιέ το θεωρούσε μυστικό της μακροζωίας. Η ελλαγιτανίνη, τα φλαβονοειδή, τα αλκαλοειδή και η υψηλή συγκέντρωσή του σε τανίνες, μειώνουν σημαντικά το οξειδωτικό στρες και παρέχουν αντιμικροβιακή προστασία και θεραπεία απέναντι σε πολλές φλεγμονές.

Από την αρχαιότητα μέχρι και τις μέρες μας το θυμάρι –THYMUS VULGARIS-αποτελεί άριστο αντιμικροβιακό και απολυμαντικό παράγοντα, χάρη στο πολύ δραστικό αιθέριο έλαιο του. Περιέχει θυμόλη και καρβακρόλη, φλαβονοειδή, τριτερπένια και τανίνες. Εμφανίζει εντυπωσιακή δραστικότητα έναντι ανθεκτικών στελεχών Pseudomonas aeruginosa. Σε μορφή ροφήματος καταπραΰνει το βήχα, το συνάχι, τονώνει τα νεύρα και ξεκουράζει το πνεύμα. Επουλώνει τραύματα αν χρησιμοποιηθεί το αιθέριο έλαιο του τοπικά.



Φαρμακείο
Τσουκαλά Μάγδα

Αρωματοθεραπεία • Φυτοθεραπεία
Δερμοκαλλυντικά
Ορθοπαιδικά

Χέλμου 34,
Άγιος Στέφανος
τηλ/fax: 210.62.17.180

ΦΑΡΜΑΚΕΙΟ
ΧΡΗΣΤΟΠΟΥΛΟΣ ΣΤΕΡΓΙΟΣ

Εργαστήριο Ομοιοπαθητικής -
Φυτοθεραπείας
Δερμοκαλλυντικά
Ορθοπαιδικά

ΒΕΡΓΙΝΑΣ 49 - ΔΡΑΜΑ
Τηλ: 25210.34715
Fax: 25210.55083

Φαρμακείο

ΚΑΤΕΡΙΝΑ Χ. ΠΡΙΟΒΟΛΟΥ
Φαρμακοποιός

Ομοιοπαθητικά Φάρμακα
Φυτοθεραπεία
Αρωματοθεραπεία
Φυσικά Καλλυντικά

Φαρμακείο Σεβαστείας 33, Οικία Πελοποννήσου 14,
Ιλίσια Ιλίσια
Τηλ: 210 7719617, Τηλ: 210 7486321
Τηλ/Fax: 210 7704836

Eugenia Caryophyllus

Υπέροχα αρτύματα που δε λείπουν από κανένα σπιτικό τα Χριστούγεννα, αλλά όχι μόνο, το γαρύφαλλο -EUGENIA CARYOPHYLLUS- και η κανέλα -CINAMMOMUM ZEYLANICUM- έχουν εντυπωσιακή βακτηριοστατική και βακτηριοκτόνο δράση, γι'αυτό και βρίσκουν πολλές εφαρμογές. Το αιθέριο έλαιο απο το γαρύφαλλο βοηθά στη γρίπη, την ιγμορίτιδα και το κρυολόγημα. Αραιωμένο σε βάση ελαίου, με μασάζ ανακουφίζει από μυοσκελετικούς πόνους. Στην οδοντιατρική χρησιμοποιείται για στοματικές πλύσεις και γαργάρες ως αντισηπτικό.



Η δε κανέλα βοηθά στην ανακούφιση των συμπτωμάτων του κοινού κρυολογήματος. Περιορίζει την καταρροή και το βήχα και καταστέλλει την ανάπτυξη μικροοργανισμών που εισβάλλουν στον οργανισμό μας απο μολυσμένα τρόφιμα. Είναι τόσο ισχυρή που σύμφωνα με έρευνες είναι δυνατόν μέχρι και να περιορίσει την εξάπλωση του ιού της ασιατικής γρίπης.

Cinnamomum Zeylanicum

Cranberry



Μεγάλη μερίδα του πληθυσμού, κυρίως του γυναικείου, κατά τους χειμερινούς μήνες, αλλά και όλο το χρόνο, ταλαιπωρείται από κυστίτιδες και ουρολοιμώξεις, συχνά επαναλαμβανόμενες. Το CRANBERRY ανήκει στην οικογένεια των μούρων και αποδεδειγμένα ο χυμός του, πλούσιος σε τανίνες, όταν καταναλώνεται τακτικά, αντιμετωπίζει τα μικρόβια δραστικά, ακόμα και τα πιο ανθεκτικά στελέχη. Αυτό γιατί οι τανίνες αλλάζουν το σχήμα των μεμβράνων της E.coli και την καθιστούν ανίκανη να προσκολληθεί σε υγιή κύτταρα. Ειδικά στις υποτροπιάζουσες, αλλά και τις επαναλαμβανόμενες λοιμώξεις του ουροποιητικού συστήματος βρίσκει ευρεία εφαρμογή.



Lavandula Angustifolia

Βρίσκεται σχεδόν σε κάθε ντουλάπα λόγω των αρωματικών της ιδιοτήτων, όμως λειτουργεί θαυμάσια και ως φυσικό αντιβιοτικό. Η λεβάντα -LAVANDULA ANGUSTIFOLIA- ενισχύει το ανοσοποιητικό, αποτοξινώνει τον οργανισμό, έχει έντονη αναλγητική και αντιμικροβιακή δράση, γι' αυτό και χρησιμοποιείται σε δερματικές εκδορές ως επουλωτικό. Προάγει την απόχρεψη, γι'αυτό και δίνεται σε βρογχίτιδα, λαρυγγίτιδα και ιγμορίτιδα επικουρικά.

Eucalyptus

Παραδοσιακά σε βρογχίτιδα, άσθμα, βήχα και προβλήματα του αναπνευστικού χρησιμοποιούμε τον ευκάλυπτο-EUCALYPTUS GLOBULUS /EUCALYPTUS RADIATA-είτε βράζοντας φύλλα και κάνοντας εισπνοές, είτε στάζοντας αιθέριο έλαιο σε μαντηλάκι ή μπολ με ζεστό νερό, ώστε να εισπνέουμε τους ευεργετικούς ατμούς σε υγρή ατμόσφαιρα. Όχι μόνο κάνει βρογχοδιαστολή, αλλά και υπεραιμία, οπότε σε μορφή λαδιού για μασάζ ανακουφίζει από τον πόνο και τη δυσφορία που συνοδεύουν το κρυολόγημα.



Σημαντική αντιφλεγμονώδη, αλλά και αντιμικροβιακή δράση με εφαρμογές στην παραδοσιακή θεραπευτική, αλλά και την οδοντιατρική έχει το φασκόμηλο-SALVIA OFFICINALIS. Τονώνει την κυκλοφορία του αίματος, έχει αντιβιοτική δράση σε πονόλαιμο και ερεθισμένες αμυγδαλές, γι' αυτό και είναι πολύ ανακουφιστικές οι στοματοπλύσεις και οι γαργάρες με φασκόμηλο σε μισή κούπα νερό με προσθήκη 1 κ.σ μηλόξυδου. Δεν δίνεται σε εγκύους.

Salvia

Φαρμακείο

**ΔΑΔΙΩΤΗΣ Π.
EMMANΟΥΗΛ**



**Βότανα
Ομοιοπαθητικά
Φυτικά καλλυντικά
Δερμοκαλλυντικά
Συμπληρώματα
διατροφής
Personal Cosmetics
Αρωματοθεραπεία
Φυτοθεραπεία**

Λ. Καλυβίων 51,
Λαγονήσι
τηλ: 22910.70061
Fax: 22910.25009



Ένα λιγότερο συνηθισμένο φυτό, που όμως έχει πολύ ισχυρή αντιική δράση, ιδίως έναντι του ιού των ανθρώπινων θηλωμάτων είναι η στελλάρια -STELLARIA MEDIA. Βοηθά στην εκροή βλέννης, μαλακώνει και προστατεύει τους ερεθισμένους βλεννογόνους και προάγει την ανάρρωση. Η συνιστώμενη ημερήσια δόση του βάμματος της είναι 15-20 σταγόνες τρεις φορές την ημέρα.

Stellaria Media



Τέλος, ένα αρχαίο ιαπωνικό και κινέζικο θαυματουργό τρόφιμο-φάρμακο είναι το μανιτάρι shiitake -LENTINUS EDODES. Θωρακίζει το ανοσοποιητικό, καταπολεμά τους πόνους, την κόπωση και τη χοληστερίνη, ενώ πιστεύεται ότι εμφανίζει αντιική και αντινεοπλασματική δράση. Καταναλώνεται αποξηραμένο και μαγειρεμένο.

Lentinus Edodes

Πρέπει να έχουμε πάντα στο μυαλό μας ότι η φύση είναι σύμμαχός μας απέναντι σε όλες τις επιθέσεις. Ας εμπιστευτούμε όλοι, λοιπόν, αυτό το χειμώνα τα μαγικά γιατροσόφια των γιαγιάδων μας. Αυτές πάντα ξέρουν.

Ginger



Η γνωστή και απο τη μαγειρική πιπερόριζα- GINGER /ZINGIBER OFFICINALE- χρησιμοποιείται τώρα το χειμώνα ως καταπραϋντικό σε κρυολόγημα, βρογχίτιδα, γρίπη και πονόλαιμο. Ανακουφίζει από κοιλιακούς πόνους και διάρροια, είναι φυσικό αντιεμετικό και αναλγητικό σε ρευματικές παθήσεις. Χρησιμοποιείται είτε σε μορφή σκόνης ή ως ρίζα αυτούσια.



Μειώνει και προλαμβάνει τις ρυτίδες έκφρασης.

Αναγεννάει το δέρμα και διεγείρει τον κυτταρικό μεταβολισμό. Δίνει λάμψη και τόνώνει.

Αντιοξειδωτική δράση.

Αναζωογονεί την επιδερμίδα.

Αντιρυτιδικό. Με δράση Botox. Επεμβαίνει στη μυϊκή σύσπαση.

Με συσφικτικές, τονωτικές ιδιότητες. Διεγείρει την παραγωγή κολλαγόνου.

Εμποδίζει την αρνητική δράση των ελεύθερων ριζών.

ANTI-AGE SPRAY

Διατίθενται αποκλειστικά σε επιλεγμένα φαρμακεία

χωρίς έλαια
υποαλλεργικό

BABE

MEDICUM

ΑΠΟΚΛΕΙΣΤΙΚΟΣ ΑΝΤΙΠΡΟΣΩΠΟΣ ΚΑΙ ΔΙΑΝΟΜΕΑΣ ΓΙΑ ΕΛΛΑΔΑ ΚΑΙ ΚΥΠΡΟ: **MEDICUM**
ΦΑΡΜΑΚΕΥΤΙΚΑ ΕΙΔΗ · ΚΑΛΛΥΝΤΙΚΑ
ΑΣΚΛΗΠΙΟΥ 179 · 114 71 ΑΘΗΝΑ
ΤΗΛ: 210 645 1506 · FAX: 210 6451205
www.medicum.gr · medicum@medicum.gr

ΦΑΡΜΑΚΟΠΟΙΕ ...

ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟΥ



ΠΡΩΤΕΣ ΥΛΕΣ



ΥΛΙΚΑ ΣΥΣΚΕΥΑΣΙΑΣ



έχεις την **ΔΥΝΑΜΗ** να εξελιχθείς
επαγγελματικά ...
ΕΠΟΧΗ ΑΛΛΑΓΩΝ

Αντιμετώπισε την κρίση,
με το εργαστήριό σου και τα δικά σου προϊόντα.

Δημιούργησε την δική σου εικόνα.

Η **MEDICUM** μπορεί να σε **ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΕΙ**,
με σεμινάρια (Ομοιοπαθητικής, Φυτοθεραπείας,
Αρωματοθεραπείας, Γαληνικές παρασκευές, Καλλυντικά)
από εξειδικευμένο προσωπικό στο χώρο σου
και να σε **ΥΠΟΣΤΗΡΙΞΕΙ**
με οργάνωση και εξοπλισμό του εργαστηρίου σου,
με πρώτες ύλες και μηχανήματα.

Επικοινωνήστε μαζί μας
και θα δημιουργήσουμε
ΤΟ ΔΙΚΟ ΣΑΣ εργαστήριο

ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ

MEDICUM COLLEGE
ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΕΛΕΥΘΕΡΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ
εναλλακτικές - συμπληρωματικές θεραπείες, φυτοθεραπείες - θεραπείες λόγου
Ασκληπιού 179, τηλ. 210 6470884, fax. 210 6451205
e-mail: college@medicum.gr, www.medicumcollege.com



MEDICUM
ΟΜΙΛΟΣ ΕΤΑΙΡΕΙΩΝ

για περισσότερες πληροφορίες:
Ασκληπιού 179, 11471, Αθήνα
τηλ: 210.64.51.506,
Fax: 210.64.51.205
e-mail: medicum@medicum.gr
<http://www.medicum.gr>
<http://products.medicum.gr>

Τε ποιες παθήσεις να φανούν χρήσιμα

Τα φυτά που χρησιμοποιεί με επιτυχία η σύγχρονη βοτανοθεραπεία σε Ανατολή και Δύση, αριθμούν πια στις μέρες μας μερικές χιλιάδες.

Στην πλειονότητά τους παραμένουν παντελώς άγνωστα στο ευρύ κοινό, γιατί πολλά προέρχονται από μακρινές περιοχές του πλανήτη μας ή γιατί η χρήση τους απαιτεί γνώσεις, που μόνο οι ειδικοί διαθέτουν.

Υπάρχουν όμως και αρκετά βότανα, τα οποία στην Ελλάδα διατηρούν εδώ και πολλούς αιώνες την αίγλη τους, με αποτέλεσμα οι περισσότεροι άνθρωποι να μην τα αντιμετωπίζουν με φόβο ή καχυποψία. Τα ήπια κατά κανόνα δραστικότητας, αλλά και τελεσφόρα γιατρικά από τα φαρμακεία των βουνών και των κάμπων, αποτελούν ιδανικά μέσα για την αντιμετώπιση εκείνων των μικρών ενοχλήσεων που μας ταλαιπωρούν και αν δεν τους δείξουμε την απαιτούμενη προσοχή, εξελίσσονται ακόμα και σε σοβαρές καταστάσεις. Για τις αμυχές και τα απλά εγκαύματα, που συχνά όμως μολύνονται, για τις πεπτικές διαταραχές, οι οποίες δεν υποχωρούν εύκολα, για τον επίμονο βήχα και την φαρυγγίτιδα, ενάντια στο μόνιμο άγχος που μας καταδικάζει σε αϋπνία και μας εξαντλεί ψυχικά, για τους μυϊκούς πόνους και τα επώδυνα τσιμπήματα των εντόμων, καθώς και για πολλά ακόμα προβλήματα που όλοι μας κάποτε αντιμετωπίζουμε, τα φαρμακευτικά φυτά προσφέρουν αξιόπιστες και ασφαλείς λύσεις. Το να διατηρείτε ένα φυτικό φαρμακείο πρώτων βοηθειών στο σπίτι σας είναι πράγμα εύκολο, αλλά και πολύ χρήσιμο, καθώς με ελάχιστο κόστος θα σας προσφέρει πολλές φορές ανακούφιση. Για αρχή διαλέξτε διάφορα γνωστά βότανα. Φυλάξτε τα μακριά από την υγρασία και το ηλιακό φως, μέσα σ'

ένα σκουρόχρωμο κατά προτίμηση γυάλινο δοχείο. Προμηθευτείτε μικρή ποσότητα από το καθένα, αφού μετά από ένα περίπου χρόνο η δραστηριότητά τους μειώνεται σημαντικά και χρειάζεται αντικατάσταση. Εκτός από τα βασικά αυτά βότανα, τις δυνάμεις των οποίων θα αξιοποιείτε πίνοντας εγχύματα, κάνοντας γαργάρες και βάζοντας κομπρέσες, μπορείτε ακόμα να εξοπλίσετε το φυτικό σας φαρμακείο με μερικά δραστικά βάμματα και ορισμένες αλοιφές που σε ορισμένες περιπτώσεις μπορεί να αποδειχθούν σωτηρίες.

Κολλήστε πάνω σε ένα δοχείο μια ετικέτα, στην οποία θα γράψετε τι περιέχει και θα σημειώσετε και τον τρόπο χρήσης.

Για ιδανικά αποτελέσματα, τα βότανα που θα προμηθευτείτε, καλό θα είναι να έχουν συλλεγεί όσο το δυνατό πιο πρόσφατα, αλλά και να προέρχονται από βιολογικές καλλιέργειες, για να είναι απαλλαγμένα από υπολείμματα επικίνδυνων φυτοφαρμάκων. Ένας τρόπος που θα σας επιτρέψει να είστε βέβαιοι για την άριστη ποιότητα των φυτών που χρησιμοποιείτε, είναι να τα καλλιεργείτε και να τα αποξηραίνετε μόνοι σας (στη σκιά πάντοτε και όχι στον ήλιο). Μη φαντάζεστε ότι απαιτείται κάποια μεγάλη έκταση, μια γωνιά στον κήπο ή λίγες γλάστρες στο μπαλκόνι αρκούν για να έχετε όλο το χρόνο τις ποσότητες που σας χρειάζονται. Η καλλιέργεια των βοτάνων για πολλούς είναι μια απασχόληση πολύ ευχάριστη που συντελεί και στην καταπολέμηση του άγχους, μια κατάσταση που θεωρείται από τους μεγαλύτερους κινδύνους της υγείας μας. Ταυτόχρονα μας φέρνει σε στενή επαφή με τη φύση, η οποία γιατρεύει αργά, αλλά και σίγουρα τις αδυναμίες του σώματος και την ανισορροπία στο πνεύμα του ανθρώπου.

Μπορούν τα βότανα

Ο κήπος της υγείας

Αλόη (Aloe vera): Αν πάθετε κάποιο ελαφρύ έγκαυμα ή σας τσιμπήσει ένα έντομο, κόψτε αμέσως ένα μικρό κομμάτι από τα σαρκώδη φύλλα της και απλώστε τον παχύρρευστο χυμό της στο δέρμα.

Βαλεριάνα (Valeriana Officinalis): Μουλιάστε για λίγες ώρες μια ρίζα της σε μια κούπα κρύο νερό και πιείτε την σε περίπτωση έντονου άγχους ή υπερδιέγερσης.



Βασιλικός (Basilicum): Ένα έγχυμα από τα αρωματικά φύλλα του, τονώνει το στομάχι και περιορίζει το φούσκωμα.

Δεντρολίβανο (Rosmarinus Officinalis): Στα φύλλα του κρύβονται εξαιρετικές τονωτικές και σπασμολυτικές ιδιότητες.

Θυμάρι (Thymus Vulgaris): Το αφέψημα του φυτού χρησιμοποιείται ως αποχρεμπτικό σε περιπτώσεις κρυολογήματος με έντονο βήχα και σαν εφιδρωτικό για τον πυρετό.

Λεβάντα (Lavandula Officinalis): Τα άνθη της ως αφέψημα χρησιμοποιούνται πάρα πολύ σε πονοκεφάλους, πονόδοντους, άγχος, ένταση, νευραλγίες, ημικρανίες, ζαλάδες. Αν βάλουμε κάτω από το μαξιλάρι μας λίγα αποξηραμένα άνθη λεβάντας, χαλαρώνουμε και κοιμόμαστε ήρεμα.

Μελισσόχορτο (Melissa Officinalis): Πιείτε ένα έγχυμα από ξερά ή χλωρά φύλλα του φυτού για να ανακουφίσετε την δυσπεψία, τους κολικούς του στομάχου, τον μετεωρισμό, τους πονοκεφάλους, την αϋπνία και το στρες. Μειώνει επίσης την αυξημένη αρτηριακή πίεση του αίματος, βοηθά την ομαλή λειτουργία της εμμήνου ρύσεως.

Μέντα (Mentha Pipetita): Ανακουφίζει τον πόνο του στομάχου, είναι άριστο αντιεμετικό και βοηθάει αυτούς που υποφέρουν από ναυτία και εμετούς.

Φασκόμηλο (Salvia Officinalis): Το αφέψημα του φασκόμηλου μειώνει τα επίπεδα σακχάρου στο αίμα και αποτελεί ιδανικό ρόφημα για διαβητικούς. Κάντε γαργάρες και στοματικές πλύσεις με έγχυμα των φύλλων του για τις φλεγμονές του στόματος και του λαιμού ή πιείτε το αν θέλετε για να σταματήσετε την υπερβολική εφίδρωση.

Όσο πιο έντονα λούζονται από τις ηλιακές ακτίνες τα παραπάνω φυτά, τόσο πιο μεγάλη θα είναι η περιεκτικότητά τους σε δραστικές ουσίες.

Να θυμάστε επίσης ότι η αλόη, η βαλεριάνα, ο βασιλικός, το μελισσόχορτο και η μέντα, θέλουν πάντα το χώμα τους να είναι νοτισμένο, αντίθετα τα υπόλοιπα προαναφερθέντα προτιμούν αραιά ποτίσματα.

Φυτικό φαρμακείο πρώτων βοηθειών

Βάμμα Άρνικας (Arnica Montagna) Ενδείξεις: Επουλώνει τις πληγές και τους τραυματισμούς. Για μυϊκούς πόνους και μώλωπες.

Βάμμα Εχινάκας (Echinacea Augustifolia) Ενδείξεις: Γρίπη, λοιμώξεις του ανώτερου αναπνευστικού, κρυολογήματα, ενίσχυση της άμυνας του οργανισμού, ουλίτιδα και οδοντικά αποστήματα.

Βάμμα Καλέντουλας (Calendula Officinalis) Ενδείξεις: Πόνοι δυσμηνόρροιας, συντελεί στην κανονικότητα της εμμήνου ρύσης σε έφηβες, αλλά και σε γυναίκες μεγάλης ηλικίας. Γαργάρες σε στοματικά έλκη. Για ουρολιθιάσεις και λοιμώξεις ουροποιητικού.

Βάμμα Πασιφλόρας (Passiflora Incarnata) Ενδείξεις: Επίμονη αϋπνία, γαστρεντερίτιδες, ελαφρά εγκαύματα, οιδήματα, έλκη, δοθιήνες, αιμορροΐδες, σκασμένο δέρμα.

Αλοιφή Καλέντουλας (Calendula Officinalis) Ενδείξεις: Εγκαύματα, τσιμπήματα εντόμων, ερεθισμοί δέρματος, έκζεμα, τραύματα που επουλώνονται αργά.

Αλοιφή Άρνικας (Arnica Montagna) Ενδείξεις: Μώλωπες, μυϊκοί πόνοι, διαστρέμματα, ψύξη, οιδήματα.



ειδικό
ρεπορτάζ

Η χρησιμότητα των λιπαρών οξέων

Της **Μαρίας Λίγγρη**, Δημοσιογράφου

Τα κύρια συστατικά τόσο των λιπών όσο και των ελαίων αποτελούνται από γλυκερίνη και από τα λεγόμενα λιπαρά οξέα. Αυτό που διαφοροποιεί χημικώς τα λίπη είναι το είδος των λιπαρών οξέων που περιέχουν.

Τα λίπη ανάλογα με τα χημικά χαρακτηριστικά τους διακρίνονται σε **κορεσμένα** (στα κορεσμένα μεταξύ των ατόμων του άνθρακα, που υπάρχουν στα λιπαρά οξέα, δεν υπάρχει κανένας διπλός δεσμός), **μονοακόρεστα** (υπάρχει ένας μονός δεσμός) και τα **πολυακόρεστα** (υπάρχουν από 2 και πάνω διπλοί δεσμοί).

Το λίπος για τον περισσότερο κόσμο είναι συνώνυμο της παχυσαρκίας και θεωρείται σύμμαχος κάθε σοβαρής ασθένειας του σύγχρονου ανθρώπου. Όπως πολλές φορές έχει αναφερθεί, ο ανθρώπινος οργανισμός χρησιμοποιεί τα λίπη και τα έλαια σχεδόν αποκλειστικά για να αντλεί από τις καύσεις τους ενέργεια.

Επειδή όμως συνήθως καταναλώνουμε περισσότερα έλαια απ' όσα χρειαζόμαστε, με αποτέλεσμα να παχαίνουμε, να αυξάνεται η πίεση μας και να κινδυνεύουμε από καρδιαγγειακές παθήσεις και ένα πλήθος δυσλειτουργιών και ασθενειών, οι περισσότεροι άνθρωποι σκέφτονται ότι η αποφυγή όλων των λιπαρών είναι ο δρόμος για την αληθινή υγεία.

- Είναι όμως αυτή η πραγματικότητα;
- Είναι το λίπος συστατικό επιζήμιο για τον οργανισμό;
- Ποια είναι η αλήθεια για τα λιπαρά;



**τα ω-3
λιπαρά οξέα
ελαττώνουν πολύ
τον κίνδυνο
καρδιαγγειακών
νοσημάτων**

Τα κορεσμένα λιπαρά οξέα είναι τα ουσιαστικά βλαβερά συστατικά του διαιτολογίου μας. Υπάρχουν κυρίως (με ελάχιστες μόνο εξαιρέσεις), στα ζωικής προέλευσης λίπη (κρέας, γαλακτοκομικά) και επειδή περιέχουν πολλή χοληστερίνη, η κατανάλωσή τους δημιουργεί την αύξηση της ποσότητάς της στο αίμα με κατ' επέκταση τις γνωστές συνέπειες στην υγεία μας. Συστήνεται να μην υπερβαίνουν το 10% των ημερησίων αναγκών σε θερμίδες.

Τα μονοακόρεστα λιπαρά οξέα βρίσκονται κυρίως στα φυτικής προέλευσης έλαια και έχουν, σε ορισμένες δοσολογίες, ευεργετικές ιδιότητες. Τα έλαια αυτά ελαττώνουν την ενδογενούς προέλευσης κακή χοληστερίνη (LDL) χωρίς να επηρεάζουν την τιμή της καλής (HDL).

Τα πολυακόρεστα λιπαρά οξέα βρίσκονται στο ηλιέλαιο, στο αραβοσιτέλαιο, στο σογιέλαιο και σε ορισμένα ιχθυέλαια. Τα έλαια αυτά ελαττώνουν την συνολική χοληστερίνη του αίματος.

Στην πραγματικότητα όμως όλες οι λιπαρές τροφές, περιέχουν σε διαφορετικό βέβαια ποσοστό, κορεσμένα και ακόρεστα λιπαρά οξέα. Τα κορεσμένα λιπαρά οξέα είναι πολύτιμα για τον ανθρώπινο οργανισμό. Αυτά όμως που δε μπορεί να υποκαταστήσει και χωρίς αυτά δε μπορεί να επιβιώσει, είναι ορισμένα πολυακόρεστα, τα οποία χαρακτηρίζονται ως απαραίτητα λιπαρά οξέα (Α.Λ.Ο.).

Τα σημαντικότερα απ' αυτά είναι το α-λινολενικό οξύ (α-linolenic acid), το οποίο ανήκει στα ωμέγα-3 (ω-3) λιπαρά οξέα και το α-λινελαικό οξύ (linelonic acid), το οποίο ανήκει στα ωμέγα-6 (ω-6) λιπαρά οξέα.

Με βάση το α-λινολενικό οξύ ο ανθρώπινος οργανισμός συνθέτει και ορισμένα άλλα ω-3 λιπαρά οξέα, όπως είναι το εικοσιπενταενοϊκό οξύ (icosapentaenoic acid, EPA) και το εικοσιεξαενοϊκό οξύ (docosahexaenoic acid, DHA), τα οποία χρησιμοποιούνται ως συμπληρώματα διατροφής σε περιπτώσεις ανεπάρκειας ω-3 λιπαρών οξέων. Ενώ το λινελαικό οξύ παράγεται από το γ-λινολενικό οξύ, το διομο-γ-λινελαικό και το αραχιδονικό οξύ, τα οποία ανήκουν στα ω-6 λιπαρά οξέα.

Τα απαραίτητα λιπαρά οξέα χρησιμοποιούνται από τον οργανισμό

Udo's Oil™ 3•6•9 Blend

AP EOP: 78954/13-12-2006 - Α.Τ. 30,00 €



**θεμέλιο
z-Ω-ής!**

**Τα Μοναδικά φυτικά Ω-λιπαρά
με Πιστοποιημένα Βιολογικά Συστατικά**

100% από βιολογικούς σπόρους ηλιανθίου, σουσαμιού, νυκταλούδου, ηλιανθίου με ψυχρή πίεση.
Χωρίς ιχθυέλαια, επιβραρυμένα με βαρέα μέταλλα, ρύπους, διοξίνες.
Απόλυτα ασφαλή για όλες τις ηλικίες & για συνεχή χρήση.
Άριστη απορρόφηση και βιοδιαθεσιμότητα.

Τα Ω-λιπαρά είναι μια Φυσική Λύση!

- ✓ Ενισχύουν πνευματική απόδοση, συγκέντρωση και μνήμη (γνωστά σαν brain oils ή το καύσιμο του εγκεφάλου)
- ✓ Μειώνουν την κακή χοληστερίνη, τα τριγλυκερίδια και την πίεση
- ✓ Λιπαίνουν τις αρθρώσεις και βοηθούν στην πρόληψη της αρθρίτιδας
- ✓ Μειώνουν το χρόνο επουλώσεως τραυματισμών, πόνους - φλεγμονές
- ✓ Βελτιώνουν την ποιότητα της επιδερμίδας και είναι ωφέλιμα στη θεραπεία του εκζέματος και της ψωρίασης
- ✓ Βοηθούν στην καύση του αποθηκευμένου σωματικού λίπους
- ✓ Αυξάνουν την ενέργεια, την αντοχή και τη διάθεση
- ✓ Συμβάλλουν στην υγιή κύηση - λοχεία και στη βρεφική-παιδική ανάπτυξη
- ✓ Ευεργετικά για καταστάσεις ΠΕΣ, διαβήτη, καταθλιψης, Alzheimer



Τα Ω-λιπαρά αποτελούν το κύριο δομικό υλικό του εγκεφάλου (το 20%) και κάθε κυττάρου, ιστού, οστέου, οργάνου του οργανισμού, ο οποίος δεν μπορεί να τα παράξει μόνος του και είναι αναγκαία η λήψη τους μέσω της διατροφής.

Επισκεφτείτε το www.oilthemachine.com και το www.udoerasmus.com



Αποκλειστική Διανομή για Ελλάδα και Κύπρο
Τ: 2310 449 441, F: 2310 449 355
www.medmelon.gr
e-mail: info@medmelon.gr

Εισάγεται από τον Καναδά
FMD
www.floralhealth.com

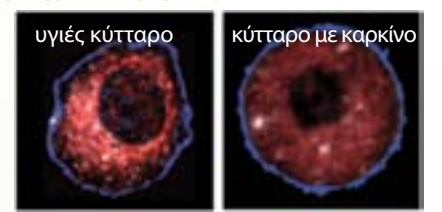
νισμό για τον σχηματισμό των κυτταρικών μεμβρανών της αιμοσφαιρίνης και των προσταγλανδινών. Οι προσταγλανδίνες παίζουν σημαντικό ρόλο σε πολλές βιοχημικές διεργασίες. Εμπλέκονται στη σύνθεση ορμονών, στη λειτουργία του ανοσοποιητικού συστήματος, στη σύνθεση του πόνου, στον περιορισμό των φλεγμονών, αλλά και στις λειτουργίες τόσο της καρδιάς όσο και των πνευμόνων. Αυτό όμως δεν ισχύει για όλες τις προσταγλανδίνες. Ορισμένες από αυτές είναι ευεργετικές, ενώ άλλες επιζήμιες, διότι εξουδετερώνουν τα ευεργετικά αποτελέσματα των πρώτων. Μεγάλες σχετικά ποσότητες των «κακών» προσταγλανδινών έχουν ως αποτέλεσμα την πρόκληση εγκεφαλικών επεισοδίων. Η ισορροπία των καλών και κακών προσταγλανδινών είναι σημαντική για την υγεία. Κάθε κύτταρο, ιστός, αδένας και όργανο εξαρτάται από την παρουσία των EFAs (Essential Fatty Acids – Απαραίτητα Λιπαρά Οξέα). Αποτελούν το κύριο δομικό υλικό κάθε κυτταρικής μεμβράνης, είναι αναγκαία για την κυτταρική διαίρεση και ανάπτυξη και ρυθμίζουν τη ζωτική κυτταρική δραστηριότητα. Τα λιπαρά οξέα είναι αναγκαία για το μεταβολισμό των πρωτεϊνών. Χωρίς αυτά, οι πρωτεΐνες μπορούν να είναι πολύ

τοξικές. Αυτό αναδείχθηκε για πρώτη φορά σε μια μελέτη με πειραματόζωα στις αρχές του 20ου αιώνα, όταν οι ερευνητές έβαλαν σκύλους σε ασιτία για μερικές εβδομάδες και μετά τάισαν κάποιους μόνο πρωτεΐνες. Αυτοί πέθαιναν γρηγορότερα απ' όσους συνέχιζαν να μην τρώνε καθόλου. Με άλλα λόγια, η πρωτεΐνη ήταν τοξική για τους πεινασμένους σκύλους. Αλλά όταν τους έδωσαν τις ίδιες πρωτεΐνες με ω-λιπαρά, οι σκύλοι ανάρρωναν πολύ γρήγορα από την ασιτία. Άνθρωποι σε δίαιτα με πολλές πρωτεΐνες ή μυϊκής ανάπτυξης ή χαμηλών λιπαρών ή λιποφοβικές μπορεί να εμπλακούν σε σοβαρά προβλήματα υγείας. Όταν απουσιάζουν τα ω-λιπαρά, οι πρωτεΐνες μπορούν να βλάψουν το ήπαρ, τους νεφρούς και άλλα εσωτερικά όργανα.

Πολλές μελέτες δείχνουν ότι τα ω-3 λιπαρά οξέα ελαττώνουν πολύ τον κίνδυνο εμφάνισης καρδιαγγειακών νοσημάτων, γεγονός που επισημάνθηκε αρχικά στους κατοίκους της Γροιλανδίας και ορισμένων περιοχών της Ιαπωνίας, οι οποίοι καταναλώνουν πολλά ψάρια. Σε μια μελέτη που δημοσιεύτηκε το 1998, στην οποία πήραν μέρος μερικές χιλιάδες μεσήλικες άντρες, αποδείχτηκε ότι εκείνοι που καταναλώναν ψάρια τουλάχιστον μια φορά την εβδομάδα, ελάττωσαν στο 50% τον κίνδυνο να πεθάνουν από καρδιά, σε σχέση με αυτούς που δεν έτρωγαν. Το 1996 Νορβηγοί επιστήμονες έδειξαν ότι άτομα τα οποία δε μπορούσαν να ρυθμίσουν την πίεσή τους με αντιυπερτασικά φάρμακα, το κατόρθωσαν παίρνοντας ιχθυέλαια ως διατροφικά συμπληρώματα. Μέσα σε λίγες βδομάδες

όσο και τη διαστολική τους πίεση. Νορβηγοί επίσης επιστήμονες διαπίστωσαν ότι το μωρουνέλαιο (πλούσιο σε ωμέγα λιπαρά οξέα) περιορίζει στο μισό την εμφάνιση καρκίνου των πνευμόνων. Αλλά και Έλληνες ερευνητές, όπως φαίνεται από μια εργασία που δημοσιεύθηκε το 1998 στο περιοδικό Cancer, έδειξαν πως τα ωμέγα-3 λιπαρά οξέα ενισχύουν το ανοσοποιητικό σύστημα. Από άλλες μελέτες των τελευταίων ετών προκύπτει ότι η ανεπάρκεια ω-3 λιπαρών μπορεί-εκτός από τις φλεγμονές και την εξασθένηση του ανοσοποιητικού συστήματος-να προκαλέσει κατάθλιψη, υπερκινητικότητα, νευρική ανορεξία, ανωμαλίες στο δέρμα κ.ά.

Τα ω-λιπαρά οξέα είναι χρήσιμα σε καρκινοπαθείς που βρίσκονται στο μετεγχειρητικό στάδιο, αλλά και στη ρευματοειδή αρθρίτιδα, γιατί έχουν αντιφλεγμονώδη δράση.



Σχετικές έρευνες έδειξαν πως όσες γυναίκες κατανάλωναν λιπαρά ωάρια δύο φορές την εβδομάδα εμφάνιζαν ρευματοειδή αρθρίτιδα κατά 43% λιγότερο, σε σχέση με αυτές που δεν έτρωγαν ψάρια. Οι διαβητικοί υποφέρουν από λειτουργική έλλειψη των λιπαρών οξέων. Τα υψηλά επίπεδα σακχάρου καθιστούν τα λιπαρά οξέα που βρίσκονται στους λιπώδεις ιστούς μη-διαθέσιμα. Η διατροφική συμπλήρωση με ω-λιπαρά έχει άμεσα θετική επίδραση στη χρησιμότητα της ινσουλίνης, υποδεικνύοντας ότι η αποτελεσματικότητά της εξαρτάται απ' αυτά. Στην πραγματικότητα, τα διατροφικά ω-3 μειώνουν την ποσότητα της ινσουλίνης που χρειάζονται οι διαβητικοί. Οι διαβητικοί φαίνεται να εμφανίζουν ανεπάρκεια σε γλινολενικό οξύ (GLA), πράγμα που οδηγεί σε δυσλειτουργία των νεύρων, επειδή τα προϊόντα μεταβολισμού του GLA, όπως αναφέρθηκε, είναι σημαντικά για τη δημιουργία και τη συντήρηση των μεμβρανών των κυττάρων των νεύρων. Πειράματα που έγιναν σε διαβητικούς με ελαφρά νευροπάθεια, έδειξαν ότι αυτοί που έπαιρναν 480 χιλιοστά του γραμμαρίου GLA την ημέρα βελτίωσαν σημαντικά τα αντανακλαστικά τους.

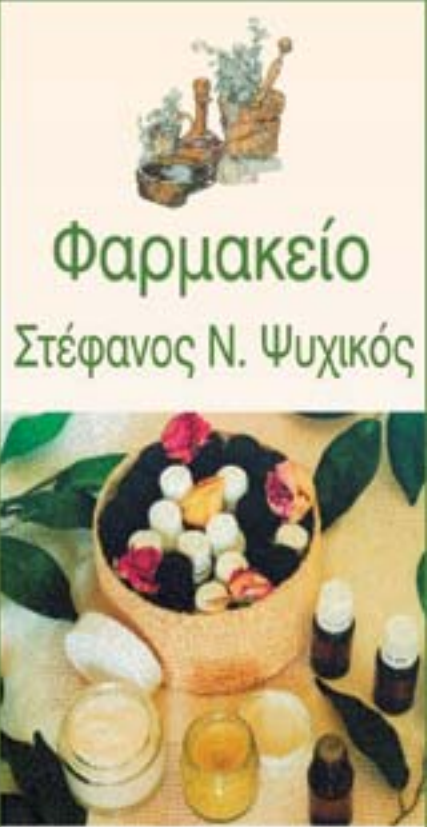
Γιατί χρειαζόμαστε τα θεμελιώδη λιπαρά;

Τα ω- λιπαρά επιτελούν πολλές λειτουργίες στις περίπλοκες διεργασίες του ανθρώπινου σώματος. Όταν λαμβάνονται στις κατάλληλες ποσότητες και αναλογίες από τις κατάλληλες πηγές, βοηθούν στο κτίσιμο και την διατήρηση της υγείας μας με τους εξής τρόπους:

Αυξάνουν την ενέργεια, τη ζωτικότητα και την αντοχή.	Αυξάνουν τη θερμογένεση, βοηθούν στο κτίσιμο μυών, προλαμβάνουν την μυϊκή καταπόνηση και επιταχύνουν την ανάρρωση από κόπωση.
Ενισχύουν το ανοσοποιητικό.	Δημιουργούν τα εικοσανοειδή, που ρυθμίζουν τις ανοσοποιητικές και φλεγμονώδεις αντιδράσεις και επιβραδύνουν τις αυτοάνοσες βλάβες.
Μειώνουν τους παράγοντες κινδύνου για καρδιαγγειακή νόσο.	Ειδικά τα Ω-3 ελαττώνουν τα υψηλά επίπεδα αρτηριακής πίεσης, τα τριγλυκερίδια, την Lp(A), το ινωδογόνο, την τάση για σχηματισμό θρόμβων και την φλεγμονή.
Βελτιώνουν την εγκεφαλική λειτουργία: διάθεση, οξύνοια, συμπεριφορά και όραση.	Είναι βασικά συστατικά του εγκεφάλου και του νευρικού συστήματος και απαραίτητα για την σύνθεση του νευροδιαβιβαστή σεροτονίνη. Η κατάθλιψη και άλλες εγκεφαλικές παθήσεις δείχνουν χαμηλά επίπεδα Ω-3.
Βοηθούν στη μείωση του βάρους.	Ανεβάζουν την διάθεση και την ενέργεια, ελαττώνουν την όρεξη και μπλοκάρουν τα γονίδια που παράγουν σωματικό λίπος.
Ρυθμίζουν τα όργανα και τους αδένες και ανακουφίζουν από το ΠΕΣ.	Το ήπαρ, οι νεφροί, ο θυρεοειδής και οι ενδοκρινείς αδένες απαιτούν EFAs.
Επιταχύνουν την ανάρρωση και την επούλωση.	Είναι αναγκαία για την κυτταρική ανάπτυξη και διαίρεση. Σχηματίζουν όλες τις κυτταρικές μεμβράνες.
Υποστηρίζουν την υγιή ανάπτυξη των παιδιών.	Ιδιαίτερα το νευρικό σύστημα από έμβryo μέχρι την ενηλικίωση απαιτεί μεγάλες ποσότητες EFAs.
Βελτιώνουν την πέψη και τη λειτουργικότητα του έντερου.	Ελαττώνουν τις φλεγμονές, που προκύπτουν από αλλεργίες και ελλειπή πέψη.
Λιπαίνουν τις αρθρώσεις, μειώνουν τις φλεγμονές, διατηρούν τα οστά δυνατά.	Έχουν ισχυρή αντιφλεγμονώδη δράση, ανακουφίζουν τους αρθρικούς πόνους, βοηθούν στην πρόληψη της αρθρίτιδας και της οστεοπόρωσης.
Προστατεύουν το γενετικό υλικό.	Ρυθμίζουν την έκφραση των γονιδίων και ειδικά τα Ω-3 εμποδίζουν την ανάπτυξη όγκων.
Δημιουργούν όμορφη υγιή επιδερμίδα.	Σημάδια έλλειψής τους είναι η ξηρή επιδερμίδα, τα θαμπά μαλλιά και τα εύθρυπτα νύχια. Βοηθούν σε δερματικές καταστάσεις, όπως έκζεμα, ψωρίαση και ακμή.

Τα συνηθισμένα συμπληρώματα διατροφής των απαραίτητων λιπαρών οξέων περιέχουν ορισμένα είδη ω-3 λιπαρών οξέων, όπως το EPA (εικοσιπενταενοϊκό) και το DHA (εικοσιεξαενοϊκό). Επίσης κυκλοφορούν σκευάσματα που περιέχουν α-λινολενικό (ωμέγα-3). Με τα σκευάσματα αυτά πρέπει να είμαστε ιδιαίτερα προσεκτικοί στην ημερομηνία λήξης, διότι τα ω-λιπαρά ως πολυακόρεστα αλλοιώνονται εύκολα, όταν εκτεθούν στο ηλιακό φως ή όταν θερμανθούν ή όταν έρθουν σε επαφή με μέταλλα. Ως συμπληρώματα διατροφής των ω-λιπαρών οξέων χρησιμοποιούνται σε ευ-

ρεία κλίμακα, ιχθυέλαια ή παλυακόρεστα έλαια φυτικής προέλευσης, τα οποία κυκλοφορούν σε κάψουλες και σε φιαλίδια. Τα έλαια πρέπει να έχουν παραληφθεί από ιχθείς ή σπόρους με προσεκτικές κατεργασίες, κατά την διάρκεια των οποίων η θερμοκρασία δεν πρέπει να υπερβαίνει τους 30°C. Πρέπει ακόμα να εμφιαλώνονται σε σκοτεινόχρωμα γυάλινα μπουκάλια ή πλαστικά φιαλίδια, να είναι αεροστεγή και όταν ανοιχτούν να φυλάγονται στο ψυγείο. Για να προστατευθούν από την οξείδωση πρέπει να συνοδεύονται από βιταμίνη Ε, η οποία ασκεί την προστασία αυτή ακόμα και μέσα στον ανθρώπινο οργανισμό.



- Φαρμακείο**
Στέφανος Ν. Ψυχικός
- Προϊόντα Φυσικής Διατροφής
 - Ομοιοπαθητικά
 - Αρωματοθεραπεία
 - Φυτικά Καλλυντικά
 - Ανθοϊάματα Bach
 - Ορθοπεδικά
 - Πλήρες Φαρμακευτικό Εργαστήριο
 - Παιδικά

Κ. Παλαμά 50 Γεροβουνό,
Καματερό
Τηλ.: 210 2313000
Fax: 210 2386586

ΖΕΟΛΙΘΟΣ

Ο χρυσός της Υγείας!

ΓΡΑΦΕΙ Ο Δρ ΓΕΩΡΓΙΟΣ ΖΑΚΥΝΘΙΝΟΣ
Αναπλ. Καθηγητής Ανώτατου Τεχνολο-
γικού Εκπαιδευτικού Ιδρύματος Καλα-
μάτας - Τμήμα Τεχνολογίας Τροφίμων.

που έχουν πραγματοποιηθεί κυρίως στο εξωτερικό αλλά και στη χώρα μας ο ζεόλιθος μπορεί να βρει αρκετές εφαρμογές, αλλά το μεγάλο του ατού είναι η χρήση του, έπειτα από κατάλληλη επεξεργασία, σαν φυσικό συμπλήρωμα της ανθρώπινης διατροφής.

Ένα φυσικό προϊόν με πολλές υποσχέσεις χάρη της μοναδικής του κρυσταλλικής δομής, όπου αντιγράφει την δομή ενός «τυπικού κυττάρου με τεράστια θα λέγαμε χυμοτόπια» που παγιδεύουν μέταλλα και οργανικές ενώσεις, τις οποίες αποσύρει με ασφάλεια από το σώμα, και αυτό επειδή ο Ζεόλιθος είναι ένα από τα λίγα αρνητικά φορτισμένα προϊόντα στη φύση.

Ένας φυσικός αποτοξινωτής του οργανισμού μας

Οι επιστήμονες συνεχίζουν τις έρευνές τους σχετικά με τον ζεόλιθο και μέχρι στιγμής τα αποτελέσματά τους που αναφέρονται σε περισσότερα από 200 άρθρα είναι εντυπωσιακά. Συγκεκριμένα φαίνεται ο Ζεόλιθος:

1. Να εγκλωβίζει τις ελεύθερες ρίζες μην αφήνοντας να λειτουργήσουν, λειτουργώντας ως ισχυρό αντιοξειδωτικό και να μπορεί να δώσει σημαντική βοήθεια σε προβληματικά κύτταρα. (LifeLink Pharmaceuticals, 2005).

2. Να βοηθά στην εξάλειψη των βαρέων μετάλλων, ιδίως του μόλυβδου, υδράργυρου, καδμίου, αρσενικού, αλουμινίου, κασσίτερου και του επιπλέον σιδήρου, χωρίς να αφαιρεί τα υγιή ιόντα και μέταλλα. Επίσης, καταργεί τα ραδιενεργά μέταλλα, όπως του καϊσίου και στροντίου-90, τα φυτοφάρμακα, τα ζιζανιοκτόνα, καθώς και άλλες τοξίνες από το σώμα, ουσίες που ενοχοποιούνται για την εμφάνιση πολλών προβλημάτων υγείας. Κι αυτό είναι ιδιαίτερα σημαντικό αν αναλογιστεί κανείς ότι αυτή τη στιγμή υπάρχουν περί τις 100.000 χημικές ουσίες γύρω μας (από τα φυτοφάρμακα στα τρόφιμα, το νερό που πίνουμε, τα αέρα που αναπνέουμε κ.ά.).

3. Τείνει να παγιδεύει τα αλλεργιογόνα από την κυκλοφορία του αίματος και την πεπτική οδό προτού να μπο

Ένα από τα πλέον πολύτιμα προϊόντα της φύσης με χίλιες δυο ιδιότητες υπάρχει στην Ελλάδα και στην ευρύτερη περιοχή της Θράκης.

Ο λόγος για τον ζεόλιθο, ο οποίος έχει τόσες πολλές εφαρμογές που πολλοί τον χαρακτηρίζουν μαγικό...

Σίγουρα θα αναρωτιέστε τι ακριβώς είναι ο ζεόλιθος. Πρόκειται λοιπόν για ένα φυσικό πορώδες υλικό με τεράστια ιοντοανταλλακτική ικανότητα χάρη στην οποία μπορεί να καθαρίζει τον οργανισμό δεσμεύοντας μέταλλα και οργανικές ενώσεις. Το όνομά του το πήρε από τα αρχαία Ελληνικά, Ζέω = βράζω και Λίθος = πέτρα. Η χρήση του μάλιστα είναι διαδεδομένη σε όλη την Ασία, καθώς χρησιμοποιείται 800 χρόνια τώρα στην παραδοσιακή ιατρική για την συνολική υγεία και ευεξία. Στις ΗΠΑ περιλαμβάνεται από τον FDA τον Οργανισμό Τροφίμων και Φαρμάκων στην λίστα των Γενικώς Αναγνωρισμένων ως Ασφαλών (GRAS) και θεωρείται ότι είναι «γενικώς ασφαλές».

Σύμφωνα με τα βιβλιογραφικά δεδομένα πλούσια πηγή εξαιρετικού ζεόλιθου είναι όλη η περιοχή της Θράκης, η καθαρότητα του οποίου αγγίζει το 95%, που τον κατατάσσει στην κορυφαία ποιότητα παγκοσμίως. Σύμφωνα με έρευνες

S SUPERFOODS™
Ta Best Sellers της φύσης!

Απολαύστε μια SUPERχροιά!

Τα προϊόντα της **Astra Medical Hellas Superfoods**, πέρα από όλους τους απαραίτητους επιστημονικούς και πλέον ποιοτικούς ελέγχους, στους οποίους υποβάλλονται κατά τη διάρκεια της παραγωγής τους, σφειλίζουν να καλύπτουν 100% και τις πέντε βασικές και αδιαπραγμάτευτες αξίες της φιλοσοφίας μας:

Χρησιμότητα για την υγεία και την καθημερινή ευεξία
Καινοτομία για σύγχρονες και εξειδικευμένες λύσεις
Ποιότητα για εγγυημένα αποτελέσματα
Ασφάλεια για συχνή και αξιόπιστη χρήση
Οικονομία για να τα απολαμβάνουν όλοι

Γι' αυτό, σήμερα, έχουμε δημιουργήσει την πιο ολοκληρωμένη σειρά φυτικών συμπληρωμάτων διατροφής, με υψηλά ποιοτικά χαρακτηριστικά! Έχουμε δημιουργήσει μια ισχυρή ομάδα, σύμμαχο για την επιτυχία κάθε φαρμακοποιού και την υγεία κάθε καταναλωτή!



Ινποφας

Super-δυναμική συμβολή στην πνευματική και σωματική σας απόδοση!

Με 190 και πλέον φυσικά συστατικά που καριζούν υγεία και ευεξία!



Ζεόλιθος Θράκη™

Super-αποτοξίνωση από κάθε βλαβερή ουσία!

100% φυσικό προϊόν που απομακρύνει τις βλαβερές ουσίες από τον οργανισμό. Απαραίτητο για όσους κάνουν δίαιτα ή αθλούνται.



Σπιρουλίνα Gold

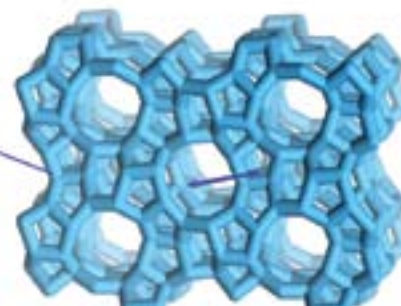
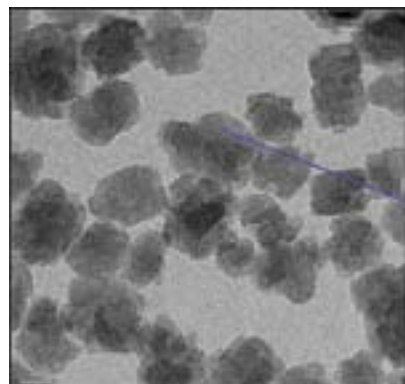
Super-δρόση για μέγιστη αντοχή, πλούσια σε πρωτεΐνες!

Ανώτερη ποιότητα χωρίς φυτο-οιστρογόνα



Με κάθε τοποθέτηση προϊόντων Superfoods στα φαρμακεία, αποκτάτε όμορφα και μοντέρνα display!

ASTRA MEDICAL HELLAS SUPERFOODS Ε.Π.Ε.
Τηλ.: 210 2527584
Διανομή B. Ελλάδος, Τηλ.: 2310 314155
www.superfoods.gr



- Σύμφωνα με μαρτυρίες, ο **ζεόλιθος** δημιουργεί μια αίσθηση **ευεξίας** και **ευφορίας** κυρίως λόγω της εξάλειψης των **τοξινών**

ρέσει το σώμα να αντιδράσει μειώνοντας κατά συνέπεια τα συμπτώματα από τα διάφορα τρόφιμα και τις περιβαλλοντικές αλλεργίες.

4. Ίσως να βελτιώνει την ηπατική λειτουργία με την εξάλειψη των φυτοφαρμάκων και ζιζανιοκτόνων από το σώμα.

5. Να αποτελεί ένα ισχυρό αντι-ηικό φυσικό προϊόν. Όπως αναφέρεται στην βιβλιογραφία, σε 40 ανέκδοτες μελέτες με περιπτώσεις έρπητα ζωστήρα, τα αποτελέσματα είναι εξαιρετικά. Επίσης προκαταρκτικές μελέτες δείχνουν ότι μπορεί να ανακουφίσει τη ρευματοειδή αρθρίτιδα, την σκλήρυνση κατά πλάκας, την ηπατίτιδα C, καθώς και το κοινό κρυολόγημα ή την γρίπη.

6. Να δημιουργεί μια φυσική ασπίδα στον οργανισμό με τη δημιουργία ενός άριστου επιπέδου pH (μεταξύ 7,35 και 7,45), η οποία με τη σειρά της ενεργοποιεί την υγιή λειτουργία του εγκεφάλου και ταυτόχρονα ένα ισχυρό ανοσοποιητικό σύστημα, ενώ παράλληλα δρα σαν άριστο φυσικό ισοτονικό.

7. Σύμφωνα με μαρτυρίες, ο ζεόλιθος δημιουργεί μια αίσθηση ευεξίας και ευφορίας κυρίως λόγω της εξάλειψης των τοξινών, ενώ σύμφωνα με προκαταρκτική έρευνα φαίνεται να συμβάλλει στην αύξηση της παραγωγής σεροτονίνης από τον οργανισμό.

8. Επίσης φαίνεται να έχει θετική συνδρομή στην οισοφαγική παλινδρόμηση, καούρα.

Ασφάλεια & παρενέργειες

Σύμφωνα με την αρθρογραφία είναι εξαιρετικά ασφαλές και μη τοξικό σε οποιοδήποτε επίπεδο: τα ίχνη του ζεόλιθου εξαλείφονται εντελώς από το σώμα μέσα σε 6 με 8 ώρες χωρίς να αφήνει κανένα κατάλοιπο. Δεν έχει καμία γεύση ή οσμή και μπορεί να λαμβάνεται με άδειο στομάχι. Ζεόλιθο Θράκης θα βρείτε σε όλα τα φαρμακεία σε μορφή δισκίου. Όσον αφορά τις παρενέργειες, κυρίως λόγω αποβολής των

τοξινών, ένα ελάχιστο ποσοστό χρηστών περίπου 1% έχει αναφέρει λίγο πόνο των μυών, κεφαλαλγία, εξάνθημα ή αίσθηση κακουχίας στα πρώτα στάδια της αποτοξίνωσης. Τα συμπτώματα αυτά οφείλονται στην έντονη αποτοξίνωση που προκαλεί και αντιμετωπίζονται με διακοπή της χρήσης για μερικές ημέρες ή με μείωση της ποσότητας. Πάντως καλό είναι να ξεκινά κάποιος με χαμηλή δοσολογία, ώστε να φτάσει το ένα γραμμάριο την ημέρα. Άλλη παρενέργεια είναι η αφυδάτωση που δημιουργείται με την αποβολή των τοξινών, αλλά αυτό δεν θα συμβεί εάν πίνουμε τουλάχιστον 10-12 ποτήρια νερό την ημέρα.

Πολύτιμος σύμμαχος στις δίαιτες αδυνατίσματος

Οι δίαιτες που οδηγούν σε γρήγορο αδυνάτισμα προκαλούν μια κατάσταση στον οργανισμό που ονομάζεται τοξίνωση, και αυτό γιατί σε κανονικές συνθήκες οι λιπόφιλες τοξίνες, όπως οι διοξίνες, είναι αποθηκευμένες στο λίπος του οργανισμού και απελευθερώνονται και αποβάλλονται αργά, αλλά σταθερά. Αν κάποιος χάσει μεγάλη ποσότητα λίπους απότομα τότε τεράστιες ποσότητες λιποφίλων τοξινών απελευθερώνονται στον οργανισμό με σοβαρές επιπτώσεις στην υγεία. Επομένως πριν κάποιος ξεκινήσει την προσπάθειά του για απώλεια βάρους ας φροντίσει να προμηθευτεί από το φαρμακείο ένα κουτάκι με ζεόλιθο, ώστε να αποβάλλονται οι βλαβερές ουσίες από τον οργανισμό, και να αδυνατίσει με ασφάλεια.

Σημείωση συντάκτη: Αυτό το άρθρο έχει ενημερωτικό χαρακτήρα και δεν έχει σκοπό να παρέχει ιατρική συμβουλή, διάγνωση ή θεραπεία.

ΝΕΑ ΣΕΙΡΑ ΚΑΤΑ ΤΗΣ ΑΚΜΗΣ



Διατίθενται αποκλειστικά σε επιλεγμένα φαρμακεία



- ΚΡΕΜΑ ΑΠΟΛΕΠΙΣΗΣ



- ΜΑΣΚΑ ΡΥΘΜΙΣΗΣ ΣΜΗΓΜΑΤΟΣ
- ΕΝΥΔΑΤΙΚΗ ΚΡΕΜΑ



- ΖΕΛ ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΥ ΠΡΟΣΩΠΟΥ
- ΣΤΙΚ ΓΙΑ ΤΑ ΣΠΥΡΑΚΙΑ
- ΣΥΣΦΙΚΤΙΚΗ ΤΟΝΩΤΙΚΗ ΛΟΣΙΟΝ

BABE
LABORATORIOS

MEDICUM
ΟΜΙΛΟΣ ΕΤΑΙΡΙΩΝ

ΑΠΟΚΛΕΙΣΤΙΚΟΣ ΑΝΤΙΠΡΟΣΩΠΟΣ ΚΑΙ ΔΙΑΝΟΜΕΑΣ ΓΙΑ ΕΛΛΑΔΑ ΚΑΙ ΚΥΠΡΟ: **MEDICUM** ΦΑΡΜΑΚΕΥΤΙΚΑ ΕΙΔΗ · ΚΑΛΛΥΝΤΙΚΑ ΑΣΚΛΗΠΙΟΥ 179 · 114 71 ΑΘΗΝΑ ΤΗΛ: 210 645 1506 · FAX: 210 6451205 www.medicum.gr · medicum@medicum.gr

Η Ειρήνη Παυλίδου είναι η νέα γενιά του φαρμακείου της Παυλίδου – Νεοφυτιδίου Ροδούς, που βρίσκεται επί 35 χρόνια στην πλατεία Ρίμινι του Ιλίου.

Αμέσως μετά την αποφοίτησή της το 2005, από την Φαρμακευτική Αθηνών, η εμπειρία και η σοφία της μητέρας της συνενώνεται με τον ενθουσιασμό και το μεράκι της νέας φαρμακοποιού, χαράζοντας μια νέα δημιουργική περίοδο για το φαρμακείο.

Επαναπροσδιορίστηκαν όλοι οι τομείς του φαρμακείου και με την τελευταία ανακαίνιση πολλοί από τους στόχους επιτεύχθηκαν.

Οι ιδέες που βρίσκονταν στο συρτάρι είναι έτοιμες για υλοποίηση και το φαρμακείο σε συνδυασμό με την εμπειρία και τη λαχτάρα της δημιουργίας, παρουσιάζει το νέο του πρόσωπο.

- Τι σας ώθησε να σπουδάσετε φαρμακευτική; Το γεγονός ότι είστε κόρη και ανιψιά φαρμακοποιού κατά πόσο επηρέασε την απόφασή σας;

Η αλήθεια είναι ότι το λογικό θα ήταν να είχε επηρεάσει την απόφασή μου για το επαγγελματικό μου μέλλον, αλλά λόγω του ελεύθερου περιβάλλοντος στο οποίο μεγάλωσα εγώ και τα αδέρφια μου και την πίστη που έδειχναν οι γονείς μου στις επιλογές μας, είχε ως αποτέλεσμα να μη με επηρεάσει σε σημείο ώστε να με κατευθύνει στην τελική μου απόφαση, μιας και όπως έλεγαν θα ήταν ο καρπός των δικών μας κόπων.

Βέβαια, με συμβούλεψαν και σίγουρα η Φαρμακευτική Σχολή ήταν μία από τις επιλογές μου στο μηχανογραφικό, αλλά η αγάπη μου για τη βιολογία και την έρευνα υπερίσχυε. Ήταν τελικά τυχερό όμως να φοιτήσω στη Φαρμακευτική Αθηνών, όπου οι δύο μεγάλες μου αγάπες, η βιολογία και η χημεία, συναντήθηκαν.

- Ο φαρμακοποιός πλέον εκτός από επιστήμονα και σύμβουλος υγείας, είναι και επιχειρηματίας που συνεχώς καλείται να δει το φαρμακείο του με ανήσυχο και επιχειρηματικό βλέμμα, ώστε να είναι βιώσιμο και κερδοφόρο. Πως πιστεύετε ότι επιτυγχάνεται αυτό;

Την ώρα αυτή, που καλούμαι να απαντήσω στο ερώτημα αυτό, πολλά μπορεί να αλλάξουν με το καινούργιο νομοσχέδιο για το μέλλον του φαρμακείου και της φαρμακευτικής κοινότητας γενικά. Παρόλα αυτά πάντα ήμουν υπέρμαχος της ιδέας, ότι το φαρμακείο πρέπει να αποτελεί παράλληλα και επιχειρηματική μονάδα και οι ανάγκες των καιρών το αποδεικνύουν περίτρανα. Εδώ και χρόνια διαφαινόταν ότι το φαρμακείο θα έπρεπε να αναθεωρήσει τα θεμέλιά του. Ο φαρμακοποιός, κατ' αρχήν, θα πρέπει να στραφεί στο εργαστήριο και να προσφέρει στον πελάτη φθηνά γαληνικά σκευάσματα άριστης ποιότητας. Παράλληλα θα πρέπει να έχει ανταγωνιστικές τιμές στα παραφαρμακευτικά προϊόντα, πιέζοντας και διαπραγμα-



Το φαρμακείο της Ειρήνης Παυλίδου βρίσκεται στην πλατεία Ρίμινι του Ιλίου

ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΦΑΡΜΑΚΕΙΟΥ

Ειρήνης Παυλίδου

Της Μαρίας Λίγγρη

τεύοντας σωστά με τους προμηθευτές για εκπτώσεις που θα έχουν ως τελικό αποδέκτη τον πελάτη. Εξασφαλίζοντας τα παραπάνω, θα μπορούσε ο φαρμακοποιός να επεκτείνει τις δραστηριότητές του δημιουργώντας ένα e-shop. Όσον αφορά τον τομέα του φαρμάκου, ο ρόλος του φαρμακοποιού θα πρέπει να είναι μόνο και μόνο συμβουλευτικός και διευκρινιστικός. Πολύ καλά εξειδικευμένο προσωπικό με συνεχείς μετεκπαιδεύσεις πρέπει να συμπληρώνει το έργο του φαρμακοποιού. Βέβαια, είναι απαραίτητο πια ο φαρμακοποιός να έχει πολύ καλές γνώσεις επί των οικονομικών, πανεπιστημιακού επιπέδου θα έλεγα, καθώς και σε θέματα marketing και management για την πιο σωστή διαχείριση της επιχείρησης.

- Είναι γεγονός ότι ο ρόλος του φαρμακοποιού δεν περιορίζεται σε μια απλή χορήγηση φαρμάκων, αλλά θα πρέπει να εξελίσσεται μέσω της φαρμακοτεχνικής και επιστημονικής του γνώσης και της τεχνικής προσέγγισης της επικοινωνίας. Πιστεύετε ότι η σύνθεση αυτή είναι εφικτή και πόσο εύκολα την συναντούμε;

Σαφώς και είναι εφικτή. Ίσως να μη συναντάμε την προσέγγιση αυτή πολύ συχνά, διότι πιστεύω ότι πολλά φαρμακεία δεν έχουν τον κατάλληλο χώρο για να υποδεχτούν τον ασθενή με ηρεμία και υπομονή, προκειμένου να του παρέχουν το συμβουλευτικό του ρόλο, ένας ρόλος που θα πρέπει να είναι το άλφα και το ωμέγα του επαγγέλματός μας. Το επάγγελμα του φαρμακοποιού βρίσκεται καθημερινά στην πρώτη γραμμή πρωτοβάθμιας περίθαλψης και επίλυσης προβλημάτων υγείας. Πολύ λίγες οι ελεύθερες ώρες με τις πολλές παραμέτρους της δουλειάς μας, αλλά ο χρόνος που αφιερώνουμε σε κάθε τι που κάνουμε και σε κάθε ασθενή ξεχωριστά ήταν, είναι και θα είναι το μέλλον μας.

- Πιστεύετε πως αν με τις δυσκολίες που παρουσιάζονται -στην εφαρμογή των νέων μέτρων- ο φαρμακοποιός μπει στο εργαστήριό του, θα μπορέσει να αυξήσει τον τζίρο του, να λειτουργήσει πιο αποδοτικά και να δημιουργήσει σχέσεις μακροχρόνιας εμπιστοσύνης με τους πελάτες του;

Ναι, φυσικά, αλλά δεν φτάνει μόνον αυτό. Χρειάζονται συνδυαστικές κινήσεις. Το χτίσιμο μίας τέτοιας σχέσης δε γίνεται από μία μόνο κίνηση. Δοκιμαζόμαστε καθημερινά για την αξιοπιστία μας, τις συμβουλές μας και τις





πράξεις μας. Η αξία φαίνεται στο χρόνο και οποιαδήποτε προοπτική ανοίγεται μπροστά μας πρέπει να μεθοδεύεται, να υποστηρίζεται από την κατάλληλη γνώση, εμπειρία και εξοπλισμό. Μόνο έτσι θα αποδώσει το εγχείρημά μας, συναισθηματικά και οικονομικά. Μόνο έτσι σεβόμαστε αυτή τη σχέση και προοδεύουμε.

■ Ποια η σχέση σας με την Ομοιοπαθητική;

Η σχέση μου τώρα με την Ομοιοπαθητική χαρακτηρίζεται πλέον από πίστη και σεβασμό. Βέβαια, όπως όλες οι σχέσεις πέρασε από διάφορα στάδια. Στην αρχή ήταν ανύπαρκτη, άγνωστη σε μένα η σημασία της, τι αντιπροσώπευε και όπως σε πολύ κόσμο αμφισβητήσιμη. Με κέρδισε όμως μαθαίνοντας την και μελετώντας την, ήταν σαν να σπούδαζα πάλι από την αρχή. Τώρα πια για μένα είναι η λύση σε πολλά και η συνεχής αναζήτηση μέσα απ' αυτή. Είναι διέξοδος για μας, η επιστροφή μας στο εργαστήριο, εκεί που ανήκουμε.

■ Ασχολείστε πλέον ενεργά με το εργαστηριακό κομμάτι του φαρμακείου σας. Πόσο εύκολο ήταν να ενεργοποιήσετε το κομμάτι αυτό, ώστε να αποδώσει; Ακολουθήσατε κάποια περεταίρω εκπαίδευση;

Δεν μου φάνηκε δύσκολο γιατί ήταν πολύ ενδιαφέρον. Από τη στιγμή που το αποφασίσαμε, όλα μπήκαν σε μία σειρά και προγραμματίστηκαν μεθοδικά. Αρχικά ενημερωθήκαμε και εμπλουτίσαμε τις γνώσεις μας στο φαρμακοτεχνικό και εργαστηριακό κομμάτι. Τα σεμινάρια του Medicum College ήταν για μένα η εναρκτηριος- κινητήριος δύναμη και η ώθηση να μπω στο εργαστήριο του φαρμακείου μας. Είχαμε την υπομονή να το δούμε να αναπτύσσεται σταδιακά και σωστά. Ήταν εξάλλου επιλογή μας να μην ασχοληθούμε πριν από την εδραίωση του εργαστηρίου μερικώς με την παρασκευή των ομοιοπαθητικών, αλλά να περιμένουμε για την όσο το δυνατόν σωστότερη απόδοσή του, πληρώνοντας τις απαραίτητες προδιαγραφές. Δεν ήμασταν σίγουροι, ούτε φαινόταν από τη αρχή κατά πόσο θα αποδώσει, αλλά η επιθυμία ήταν μεγάλη. Σήμερα όμως, μετά από ένα χρόνο, είμαστε ευχαριστημένες και ενθουσιασμένες με τα επιτεύγματά μας.

■ Από τότε που ασχοληθήκατε και με το φαρμακοτεχνικό κομμάτι, έχετε παρατηρήσει κάποια

αλλαγή στη σύνθεση της πελατείας σας;

Ναι, έχουμε παρατηρήσει αλλαγή στη σύνθεση, η οποία δεν χαρακτηρίζεται, όπως ίσως θα περίμενε κάποιος, μόνον από νέους ανθρώπους, αλλά και μεγαλύτερους. Αυτό μας χαροποιεί ιδιαίτερα και μάλιστα οι πελάτες αυτοί είναι που έχουν παρακινήσει και τις οικογένειές τους να ακολουθήσουν αυτό το μονοπάτι. Δεν είναι συνυφασμένη η Ομοιοπαθητική με τη νεολαία, αλλά με την όρεξη για αναζήτηση και γνώσεις. Πλέον ο καταναλωτής δεν είναι παθητικός, αλλά πολύ καλός γνώστης των αναγκών του και του τρόπου ικανοποίησης αυτών. Από την πλευρά μας, αναζητάμε τη συζήτηση, την προσφορά γνώσεων και να είμαστε όλη μέρα στο εργαστήριο αν γίνεται, γιατί αυτή είναι η δουλειά μας. Μελανό σημείο στην προσπάθειά μας αυτή αποτελεί η κατευθυνόμενη συνταγογράφηση που δυστυχώς υπάρχει και γνωρίζω πως προβληματίζει, πλήττει και επηρεάζει πολλούς συναδέλφους.

■ Κατά καιρούς έχετε πραγματοποιήσει διάφορες ημερίδες στον χώρο του φαρμακείου σας για την ενημέρωση του πελάτη σας σε θέματα υγείας. Ποιος ήταν ο σκοπός και το όφελος αυτής της προσπάθειας;

Σκοπός των προσπαθειών μας αυτών είναι μόνον η ενημέρωση, η προσφορά γνώσεων για την διευκόλυνση της αντιμετώπισης μικρών καθημερινών προβλημάτων υγείας και φυσικά η εξύψωση της αξίας της πρόληψης. Μέσα από τη γνώση κατανοούμε και μέσα από την κατανόηση πολλές φοβίες και προκαταλήψεις ξεπερνιούνται. Σε αυτό αποσκοπούμε, στο να μπορούμε να συζητάμε για τα προβλήματα υγείας μας και να βρίσκουμε διέξοδους. Το όφελός μας είναι να δούμε τα πράγματα να αλλάζουν, ο πελάτης- ασθενής να μας εμπιστευτεί και η νοοτροπία της προκατάληψης να εξαφανιστεί, ώστε η πρόληψη να λάβει θέση και αξία. Θα αποτελούσε μικρή επιτυχία για μας αν νιώθαμε ότι βοηθήσαμε σε αυτή την αλλαγή.

■ Υπάρχει κάτι στο περιοδικό «Ομοιοπαθητική Ιατρική», που θα θέλατε να αλλάξει ή να διορθωθεί;

Δεν ξέρω τι να πω, δεν υπάρχει κάτι που θα ήθελα να αλλάξει, είναι όλα τόσο ευανάγνωστα και διευκρινιστικά. Μου αρέσει που απευθύνεται σε όλους και κάθε φορά καλύπτει τόσα πολλά θέματα υγείας. Θα ήθελα μόνο να βγαίνει πιο συχνά!..



Με την υπογραφή **Λευτέρης Τσικανδηλάκης**

ΑΡΧΙΤΕΚΤΩΝ ΜΗΧΑΝΙΚΟΣ Ε.Μ.Π.

Ο **Λευτέρης Τσικανδηλάκης** με εικοσαετή πορεία στον τομέα των αρχιτεκτονικών μελετών και του σχεδιασμού επαγγελματικών χώρων, με παράλληλα έντονη παρουσία στον χώρο του φαρμακείου, ενώ δημιουργεί και διαφυλάσσει ένα **προσωπικό στίγμα**, εκφράζει συγχρόνως την **προσωπικότητα** και απαντάει στις ανάγκες του εκάστοτε ιδιοκτήτη.

Η **"δυνατή" ιδέα** είναι ο κεντρικός άξονας του σχεδιασμού, η οποία ανανεώνει και προσδίδει φρεσκάδα, αλλά και ξάφνιασμα εξελίσσοντας την **ανθρώπινη εμπειρία**.

Ο σχεδιασμός εντάσσεται στη στοχευμένη στρατηγική διαμόρφωσης του **"image"** της επιχείρησης, εξασφαλίζοντας "προβολή" και "κύρος", εκφράζοντας την **εικόνα του σήμερα** και παραπέμποντας στις **μετεξελίξεις του μέλλοντος**.

Εκτός από **λειτουργικότητα** και **αισθητική** κάθε μορφή, κάθε γωνία ή επιφάνεια εκπέμπει τον **επαγγελματισμό**, την **αυστηρότητα** και την **αγάπη** για τη δουλειά του. Κάθε λεπτομέρεια αφηγείται κάτι **συναρπαστικό** και **αξέχαστο** στα μάτια εκείνων που εισέρχονται στον χώρο, μετατρέποντάς τον τελικά σε **εμπειρία συναισθημάτων**.

Εργονομία - Λειτουργικότητα - Αισθητική

Άριστη ποιότητα κατασκευής

Ελάχιστος χρόνος κατασκευής

Εναλλακτικές οικονομικά λύσεις

Άμεση τεχνική υποστήριξη και μετά την κατασκευή

Εγγύηση καλής λειτουργίας

Η κα. **Λυδάκη Νίτσα** δήλωσε:

"Η δημιουργία του νέου μου επαγγελματικού χώρου με την υπογραφή του Λευτέρη Τσικανδηλάκη μου άφησε μόνο όμορφες αναμνήσεις από μία άριστη συνεργασία που τη συνόδευσε η συνέπεια, η ποιότητα και ένα ιδιαίτερο και πολύ υψηλής αισθητικής αποτέλεσμα".

www.tsikandilakis.gr

Πατρός Αντωνίου 8, Τ.Κ. 712 02, Ηράκλειο - Κρήτης,
Τ: 2810 341 617, F: 2810 227 666, mailbox@tsikandilakis.gr

αλλά ... και τη δική σας !



ΦΑΡΜΑΚΕΙΟ ΛΥΔΑΚΗ ΝΙΤΣΑ, ΗΡΑΚΛΕΙΟ - ΚΡΗΤΗΣ



Επιστολές

■ Η άλλη άποψη για τα μαύρα σφραγίσματα

Δημήτρης Καλλιαντάς, Χειρ. Οδοντίατρος, www.kalliadass.com

Αξιότιμοι κύριοι,

Με αφορμή το άρθρο που αφορά το «ποιους κινδύνους προκαλούν τα μαύρα σφραγίσματα», που δημοσιεύθηκε στο έγκριτο περιοδικό σας «Ομοιοπαθητική Ιατρική» (τεύχος 53, σελίδα 14), θα ήθελα να κάνω κάποιες επισημάνσεις όσων αφορούν το επίμαχο αυτό θέμα που ταλαιπωρεί την οδοντιατρική επιστήμη από το 1856 μέχρι σήμερα.

Την πλήρη ανάπτυξη του θέματος μπορείτε να την διαβάσετε στο www.kalliadass.com Κλασική Ομοιοπαθητική και- οδοντική χειρουργική - Αμάλγαμα - Οδοντιατρικό Αμάλγαμα. Που είναι ο μύθος και που η αλήθεια:

Επειδή στο άρθρο έγιναν αναφορές και σε κλασικά ομοιοπαθητικά φάρμακα θα ήθελα να διευκρινίσω προς ενημέρωση του αναγνωστικού σας κοινού τα εξής:

Η κλασική Ομοιοπαθητική, αυτή δηλαδή που ίδρυσε ο Ιπποκράτης, θεμελίωσε ο Χάννεμαν, ανάδειξε ο Γ. Βυθούλκας, είναι επιστήμη πολυπλοκότητας πολύ καλά θεμελιωμένη, με νόμους, αρχές και κυρίως επιστημονική μεθοδολογία.

Το οδοντιατρικό αμάλγαμα, είναι κράμα του καθαρού υδραργύρου με άργυρο, κασσίτερο, χαλκό, ψευδάργυρο ή και με άλλα μέταλλα.

Αποτελεί τη στερεοποίηση του υδραργύρου σε θερμοκρασία περιβάλλοντος. Η σύνδεση του με τα

υπόλοιπα μέταλλα γίνεται με ιοντικό δεσμό (Κ.Μανωλκίδης-Κ.Μπέζας, 1969).

Έτσι η σύνδεση είναι ασταθής, άρα και η αποσύνδεση σχετικά εύκολη. Η ημιζωή όμως του υδραργύρου για τον οργανισμό είναι περίπου 70 ημέρες και απεκκρίνεται αργά από το σώμα κατά τη διάρκεια αρκετών μηνών. (Θ. Κουιμτζή, Κ. Σαμαρά - Κωνσταντίνου, 1998).

Επειδή γράφτηκε ότι «.....Ο ασθενής μετά την αφαίρεση του αμαλγάματος βρίσκεται σε ειδική Ομοιοπαθητική αγωγή.....για να απομακρυνθεί ο υδράργυρος από τον οργανισμό του και ότι η αγωγή αυτή διαρκεί 3 μήνες κλπ.», θα ήθελα να σας πληροφορήσω ότι κλασικά ομοιοπαθητικά φάρμακα για να απομακρυνθεί ο υδράργυρος από τον οργανισμό δεν υπάρχουν. Τα φάρμακα που συστήνονται, όπως το Mercurius solubilis, το dental amalgam (καινούργιο!), το solidago, το taraxacum κλπ. με σκοπό την απομάκρυνση του υδραργύρου και των άλλων μετάλλων από τον οργανισμό, όπως και για τον καθαρισμό του ήπατος, των νεφρών κλπ. δεν γνωρίζουμε αν έχουν τέτοιες ιδιότητες. Επομένως οι συστάσεις που αφορούν ομοιοπαθητικά φάρμακα με αυτές τις ιδιότητες είναι αυθαίρετες.

Αντίθετα με τα προηγούμενα υπάρχουν ομοιοπαθητικά φάρμακα που έχουν αποδειχθεί ότι αντιμετωπίζουν τις βλαπτικές συνέπειες (συμπτώματα) μετά από κατάχρηση υδραργύρου στα διάφορα υποσυστήματα του οργανισμού. Οι συνέπειες αυτές

όταν και όποτε εμφανισθούν, εμφανίζονται με τη μορφή συμπτωμάτων που είναι εν πολλοίς αποτυπωμένα επίσης στο Συμπτωματολόγιο.

Είναι γεγονός ότι πέρα από το όριο ανοχής του οργανισμού στο οποιοδήποτε υλικό, συνεπώς και στον υδράργυρο, ο οργανισμός θα αρχίσει να δίνει συμπτώματα από διάφορα υποσυστήματα του τα οποία απαιτούν το φάρμακο που στα pronings έχει δώσει όμοια συμπτώματα ή έχουν θεραπευτεί από αυτό.

Μια τέτοια ποικιλία συμπτωμάτων είναι αποτυπωμένη στο Συμπτωματολόγιο, όπως και τα φάρμακα που καλούνται να τα θεραπεύσουν. Τα αποδεδειγμένα αυτά συμπτώματα μέχρι τώρα είναι 51 σε όλα τα υποσυστήματα του οργανισμού τα δε ομοιοπαθητικά φάρμακα που τα καλύπτουν είναι από 1-23. Εξ αυτών το Mercurius solubilis για παράδειγμα, καλύπτει μοναδικά το σύμπτωμα... στόμα, γεύση, οσμή υδραργύρου... Αυτό σημαίνει πως το Mercurius solubilis μπορούμε να το χρησιμοποιήσουμε σαν ομοιοπαθητικό φάρμακο μόνο όταν έχουμε αυτή την μεταλλική γεύση στο στόμα και αφού συνυπολογιστούν και άλλα, σύμφωνα με το φάρμακο, συμπτώματα του ασθενούς. Αντίθετα αν ένας ασθενής παρουσιάσει κατάθλιψη μετά από εμφράξεις αμαλγάματος, χωρίς κανένα άλλο λόγο ή κάποιο μέλος από το ιατρικό προσωπικό του οδοντιατρείου που παρασκευάζει αμάλγαμα παρουσιάσει το ίδιο σύμπτωμα τότε θα μπορούσαμε να υποθέσουμε ότι η συμπτωματολογία αυτή πιθανόν να οφείλεται στο υλικό αυτό μιας και υπάρχει αντίστοιχη αναφορά στο Συμπτωματολόγιο και τα φάρμακα που την καλύπτουν προς το παρόν είναι το Aurum, Aur., Hep. Nitr-acid, Staph.

Επομένως για τους παραπάνω λόγους μετά την αφαίρεση παλαιών εμφράξεων κανένα κλασικό ομοιοπαθητικό φάρμακο δεν θα πρέπει να παίρνουν οι ασθενείς, εκτός αν υπάρχουν συμπτώματα που να δικαιολογούν τη λήψη του.

Ένα σύμπτωμα ή και ακόμα περισσότερο μια πάθηση είναι αποτέλεσμα πολλών συμπαράγοντων που αλληλεπιδρούν. Επομένως η προσέγγι-

ση της «επιστημονικής αλήθειας» απαιτεί άλλα εργαλεία και κυρίως άλλο τρόπο σκέψης.

Ο τρόπος αυτός για οδοντιάτρους-γιατρούς μέχρι στιγμής δεν διδάσκεται πουθενά αλλού παρά μόνο στο μεταπτυχιακό πρόγραμμα «Ολιστικά Θεραπευτικά συστήματα -κλασική Ομοιοπαθητική» του Πανεπιστημίου του Αιγαίου όπου μεταξύ άλλων μαθήματα, όπως η Συστημική Σκέψη -Θεωρία ή η Διαχείριση της πληροφορίας κλπ., μπορούν να εισαγάγουν τον θεράποντα (οδοντίατρο -γιατρό) σε έναν διαφορετικό τρόπο σκέψης, έτσι ώστε να μπορεί να προσεγγίζει την πολύπλοκη πραγματικότητα αντικειμενικά και όχι υποκειμενικά. Έτσι μόνο μπορεί να προσπερνιέται πραγματικά ο όποιος εμπειρισμός και η ανακρίβεια στην πληροφορία στον ευαίσθητο χώρο της υγείας.

Ευχαριστώ για την φιλοξενία
Δημήτρης Καλλιαντάς

my-pharmacy.gr
Φαρμακείο Ιακώβ Ευαγγελία - Ομοιοπαθητικό Εργαστήριο

Εργαστήριο Ομοιοπαθητικής - Φαρμακείο
Παρασκευή Ομοιοπαθητικών φαρμάκων από τον γράφοντα
Εργαστηριακά παρασκευάζονται
Baker's & Sulzberg's Solubilis
Aurum (Bach, C. Leonel, Australia)

Αντιστοιχισμός
Ομοιοπαθητικών φαρμάκων με
Aurum, Aur.,
Hep. Nitr-acid,
Staph.

Ανασφάλισμα 61, Παύλ. Πόλη, Σαντί 73106
Τηλ: 26210 16186, 944, 26210 80727, Email: info@my-pharmacy.gr

Βιβλιοπαρουσίαση

Τίτλος: CLASSICAL HOMEOPATHY FOR ANXIETY AND JEALOUSY

Εκδότης: Urs Maurer, Oberdorfstrasse 2, 6340 Baar Switzerland

ISBN: 3-9521004-5-5

Τιμή: 46 €

Classical Homeopathy for Anxiety & Jealousy



Κλασική Ομοιοπαθητική για το Άγχος και τη Ζήλεια

Αυτό το βιβλίο περιέχει τα πρακτικά του Ομοιοπαθητικού Μαθήματος από δώθηκε από τον Γιώργο Βυθούλκα και που φιλοξενήθηκε στο «The School for Classical

Homeopathy», στη Ζυρίχη, τον Οκτώβριο του 2001, μαζί με προσθήκες από τον Γιώργο Βυθούλκα.

Περιγράφονται τα 25 πιο σημαντικά φάρμακα για το άγχος και τη ζήλεια. Σε μια Συγκριτική Ομοιοπαθητική Φαρμακολογία, ο Γιώργος Βυθούλκας εξηγεί τις πιο σημαντικές διαφορές μεταξύ των διαφόρων σχετικών ομοιοπαθητικών φαρμάκων. Το βιβλίο αυτό μας προσκαλεί να μοιραστούμε την καταπληκτική εμπειρία του καθηγητή κ. Γιώργου Βυθούλκα. Αυτό το βιβλίο ζωντανεύει και εμπλουτίζεται με το μοναδικό στυλ διδασκαλίας του κ. Βυθούλκα, και της ομοιοπαθητικής και φιλοσοφικής αντίληψής του.

Τίτλος: Ζήσε το όνειρό σου

Συγγραφέας: Alastair Humphreys

Σελίδες: 128

Μεταφραστής: Ελένη Τουλούπη

ISBN: 978-960-364-423-1

Εκδόσεις: Διόπτρα

Τιμή με Φ.Π.Α.: 13,00 €

Ο Alastair Humphreys γύρισε όλο τον κόσμο με το ποδήλατό του διανύοντας 46.000 μίλια και αποσπώντας τον τιμητικό τίτλο του «μεγαλύτερου περιηγητή του αιώνα μας» από τον πολυβραβευμένο ρέκορντμαν Sir Ranulph Fiennes.

Στο βιβλίο Ζήσε Το Όνειρό Σου ο Alastair Humphreys μοιράζεται μαζί μας τις εμπειρίες του και γίνεται πηγή έμπνευσης για όλους εμάς που φοβόμαστε να τολμήσουμε.

Η περιπέτεια είναι εκεί έξω. Τολμήστε να ανακαλύψετε τους δρόμους της. Ο χρόνος ήδη κυλάει αντίστροφα. Μη σπαταλάτε ούτε ένα λεπτό.

ΓΙΑ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ: Εκδόσεις Διόπτρα, τηλ. 210-3805228



Τίτλος: Η Διατροφική Παράδοση στην Ελ-

λάδα, Ιστορικές και Πολιτιστικές διαδρομές

Συγγραφέας: ΓΕΡΑΣΙΜΟΣ Α. ΡΗΓΑΤΟΣ

viii+174 σελίδες 17x24

Μαλακό εξώφυλλο 2010

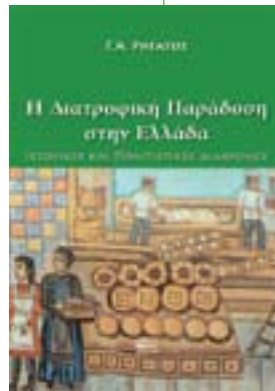
ISBN: 978-960-452-112-8

Τιμή (με Φ.Π.Α.): 20.00 €

Η βελτίωση του ανθρώπινου είδους συνδέθηκε στενά με τη διατροφή του. Αναφέρεται ότι από τα χρόνια της προϊστορίας η αύξηση του ύψους και της διάρκειας ζωής συνδυάστηκαν με την πλουσιότερη διατροφή. Υποστηρίζεται επίσης ότι η κρεοφαγία και η μαγειρική συντέλεσαν τόσο στην κοινωνική οργάνωση, όσο και στην ανάπτυξη του πολιτισμού.

Στο βιβλίο αυτό εξετάζονται τα στοιχεία που περιγράφουν τη διατροφή κατά τους ομηρικούς χρόνους, τις σχετικές γνώσεις της προϊποκρατικής ιατρικής, τα περί διαίτης βιβλία του Ιπποκράτη και των διαδόχων του, τα περί τροφής βιβλία του Γαληνού και των μεταγενέστερων γιατρών. Εξετάζονται επίσης τα σχετικά με τη διατροφή κατά τα συμπόσια, την κατανάλωση των βρώσιμων αγαθών από τις θυσίες και έργα που αναφέρονται ειδικά στην ψαροφαγία. Οι αναφορές στις περί διατροφής γνώσεις και αντιλήψεις των βυζαντινών στηρίζονται όχι μόνο σε βιβλία γιατρών αλλά και στα γραφόμενα από λόγιους, καθώς και σε λαϊκότερα κείμενα. Οι επόμενοι αιώνες κληρονομούν τις υπάρχουσες γνώσεις, τις εμπλουτίζουν με τα στοιχεία που συνεισφέρει ο διαφωτισμός και με τα νεότερα επιστημονικά δεδομένα και προσαρμόζουν τη διατροφή στις κοινωνικές απαιτήσεις της εποχής.

ΓΙΑ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ: ΒΗΤΑ Ιατρικές Εκδόσεις, τηλ. 210-6714371.



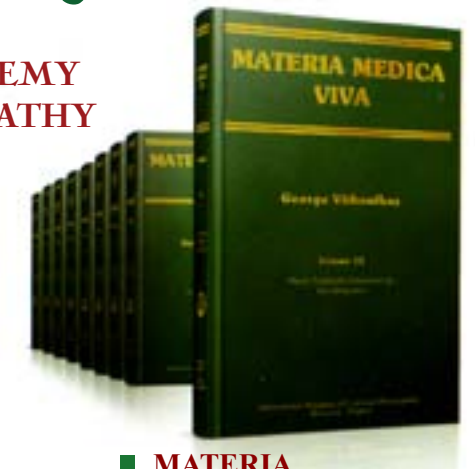
HOMEOPATHY BOOKS

By George Vithoulkas

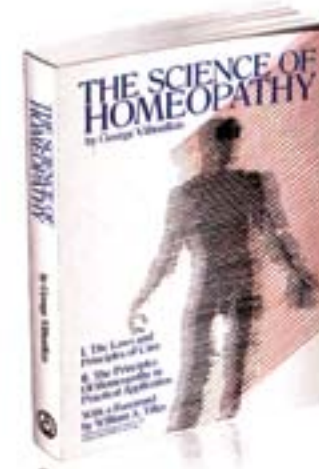
INTERNATIONAL ACADEMY OF CLASSICAL HOMEOPATHY

George Vithoulkas

Professor of Homeopathic Medicine. Born in Athens in 1932. Professor at the University of the Aegean, Greece, an Honorary Professor at the Moscow Medical Academy (Academy of Medical Sciences), a Professor at the Kiev Medical Academy and a Collaborating Professor at the Basque Medical University (2001-4).



MATERIA MEDICA VIVA



THE SCIENCE OF HOMEOPATHY



THE BERN SEMINARS



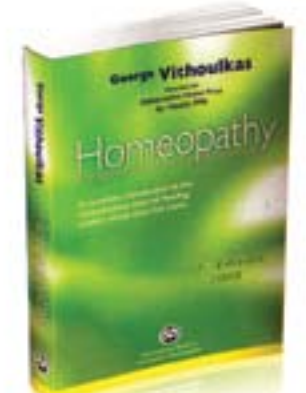
THE CELLE SEMINARS



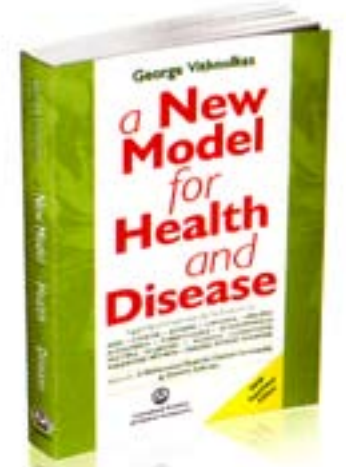
In 1996, he was honored with the Right Livelihood Award (also known as Alternative Nobel Prize, www.right-livelihood.org) "...for his outstanding contribution to the revival of homeopathic knowledge and the training of homeopaths to the highest standards".

The United Nations (Development Forum) consider this award "Among the world's most prestigious awards", while TIME Magazine called Jacob Uexkull, the award's initiator, one of the 37 "heroes" of 2005.

In 2000, George Vithoulkas was honored with the Gold Medal of the Hungarian Republic, by the country's President, Arpad Goncz, for his work in the homeopathic medicine. In 1995, he established the International Academy of Classical Homeopathy in Alonissos, Greece, where he serves as its director.



HOMEOPATHY MEDICINE FOR THE NEW MILLENNIUM



A NEW MODEL FOR HEALTH AND DISEASE

SUBSIDIARY OFFICE: (Academy)

Alonissos 37 005, North Sporades, Greece

Tel: 030 24240 65 142, Fax: +30 24240 65 147

E-mail: academy@vithoulkas.com

www.vithoulkas.com



ATHENS OFFICE

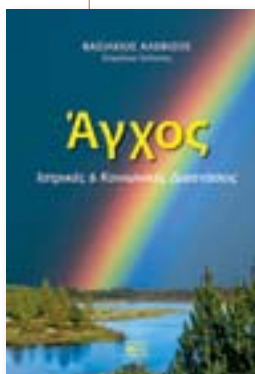
Center of Homeopathic Medicine S.A.

11, Fokeas Str., Athens 104 34, Greece

Tel & Fax: 030 210 82 56 687

E-mail: koivith@otenet.gr

Τίτλος: ΑΓΧΟΣ-Ιατρικές & Κοινωνικές Διαστάσεις
Επιμέλεια Έκδοσης: ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ ΑΛΕΒΙΖΟΣ
xii+524 σελίδες 17x24
Μαλακό εξώφυλλο 2008
ISBN: 978-960-452-046-6
Τιμή (με Φ.Π.Α.): 55,00 €



Νόσος με ιδιαίτερη σημασία και επικαιρότητα στην εποχή μας, το άγχος αποτελεί ένα από τα σημαντικότερα και συχνότερα αντικείμενα ενδιαφέροντος της σύγχρονης Ψυχιατρικής. Εξαιρετικό ενδιαφέρον, λοιπόν, έχει μια συνολική ανασκόπηση του θέματος, με τη συνδρομή σημαντικού αριθμού εμπειρογνομόνων διακεκριμένων στο αντικείμενο. Η προσπάθεια που συντόνισε ο Β. Αλεβίζος συγκεντρώθηκε σε βιβλίο με τίτλο «ΑΓΧΟΣ-Ιατρικές και κοινωνικές διαστάσεις» που κυκλοφορεί από τις Ιατρικές Εκδόσεις ΒΗΤΑ. Ο επιμελητής της έκδοσης Β. Αλεβίζος

ΓΙΑ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ: ΒΗΤΑ Ιατρικές
Εκδόσεις, τηλ. 210-6714371.

4

είναι αναπληρωτής καθηγητής Ψυχιατρικής του Πανεπιστημίου Αθηνών, με μακρά διδακτική και κλινική εμπειρία. Συμμετέχουν δεκάδες διακεκριμένοι ψυχίατροι του ακαδημαϊκού, αλλά και του ευρύτερου κλινικού χώρου. Το βιβλίο στοχεύει σε μια συνολική εξέταση του φαινομένου του άγχους, που πιθανότατα συνοδεύει τον άνθρωπο από την εμφάνισή του ως είδους, δηλαδή από το Homo sapiens. Επιχειρείται η αποτύπωση της εξελικτικής διαδρομής των αντιλήψεων του άγχους, από τις πρώιμες θεωρίες του 19ου αιώνα μέχρι τις σύγχρονες ψυχοδυναμικές, συμπεριφορολογικές, γνωσιακές και βιολογικές προσεγγίσεις. Καταγράφονται οι πολύμορφες εκδηλώσεις, τα συμπτώματα και οι επιπτώσεις του, διερευνάται η αιτιολογία και αξιολογούνται οι εφαρμοζόμενες θεραπευτικές αγωγές. Δεν παραλείπονται ακόμα αναφορές στις συνέπειες του άγχους για τον ίδιο τον ασθενή, την οικογένεια αλλά και το ευρύτερο κοινωνικό σύνολο.

Τίτλος: Οκτώ Ημέρες και μία Κυριακή
Συγγραφέας: Christy Lefteri
Σελίδες: 348
Μεταφραστής: Φωτεινή Πίπη
Εκδόσεις: Διόπτρα
ISBN: 978-960-364-424-8
Τιμή με Φ.Π.Α.: 18,00 €

Ιούλιος του 1974 σ' ένα μικρό νησί στην άκρη της Μεσογείου...

Η Κόκκη, μια γλυκιά Ελληνοκύπρια, γίνεται μάρτυρας των τραγικών γεγονότων που θα ακολουθήσουν και αιχμάλωτη μαζί με άλλες γυναίκες, μπορεί επιτέλους να μιλήσει για ένα καλοκαίρι, χρόνια πριν, όταν ένας νεαρός Τουρκοκύπριος ήρθε στο χωριό και φεύγοντας πήρε μαζί του την καρδιά της. Μπορεί τώρα πια να εκμυστηρευτεί πόσο της λείπει τόσα χρόνια, πόσο θα ήθελε να μάθει τι ήταν αυτό που τους οδήγησε στο χώρισμό...

Ο Αντέμ, ένας Τούρκος στρατιώτης, θα ξαναβρεθεί στην παλιά πατρίδα του και θα αναζητήσει σε κάθε σπίτι και γωνιά την εικόνα της γυναίκας που αγαπά όλα αυτά τα χρόνια. Μια αγάπη στις φλόγες των εχθροπραξιών.

Οκτώ ημέρες και μία Κυριακή... Πόσες αλήθειες μπορούν να ειπωθούν σε τόσο λίγο χρόνο; Πόσο πόνο, χαρά, ελπίδα μπορεί να κρύβουν; Τι να επιφυλάσσει άραγε το αύριο;



ΓΙΑ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ: Εκδόσεις Διόπτρα,
τηλ. 210-3805228

Τίτλος: αντιΔΙΑΙΤΑ
Συγγραφέας: Mimi Spencer
Σελίδες: 368
Μεταφραστής: Ουρανία Τουτουντζή
Εκδόσεις: Διόπτρα
ISBN: 978-960-364-425-5
Τιμή με Φ.Π.Α.: 16,00 €

101 μυστικά για να φαίνεστε πάντα αδύνατες και να ζήσετε με τις ατέλειές σας.

Αν τα κορμιά των πολύ αδύνατων μοντέλων που βλέπετε στα περιοδικά ομορφιάς έχουν αρχίσει να σας φαίνονται φυσιολογικά, τότε το βιβλίο αυτό δεν απευθύνεται σε εσάς.

Αν νομίζετε πως έφτασε η στιγμή να απελευθερωθείτε από την τυραννία της δίαιτας και να αξιοποιήσετε τα μυστικά της μόδας και της καλής διατροφής, αυτό το πνευματώδες, πρακτικό και... πικάντικο βιβλίο της «γκουρού» του στιλ Mimi Spencer είναι για εσάς. Το βιβλίο Αντιδίαιτα προτείνει μια ριζική αλλαγή στη νοοτροπία και τον τρόπο ζωής σας προκειμένου να αγαπήσετε πραγματικά τον εαυτό σας. Θα μάθετε:

- Να ετοιμάζετε εύκολα και γρήγορα γεύματα πλούσια σε βιταμίνες και με λίγες θερμίδες.
- Πώς να ντύνεστε σωστά και να αναδεικνύετε τα σωματικά σας προσόντα.
- Τρόπους φυσικής άσκησης που δεν απαιτούν ιδιαίτερο κόπο.
- Ποιο είναι το ιδανικό τζιν για το σωματότυπό σας.
- Πώς να διορθώσετε την εικόνα σας με μικρά έξυπνα τρικ.
- Να βρίσκετε τα κατάλληλα ρούχα και αξεσουάρ για κάθε περίπτωση.



Η ομορφιά δεν περνά απαραίτητα μέσα από τη δίαιτα

Από τις εκδόσεις ΒΗΤΑ κυκλοφόρησε το βιβλίο του ιατρού (νευρολόγου)-συγγραφέα Άγγελου Γέροντα με τίτλο «Η Ιατρική της Τέχνης», το οποίο περιλαμβάνει κείμενα με ποικίλη θεματολογία, όπως: (α) Η κυοφορία της Λογο-

θεραπείας στη φρίκη των στρατοπέδων συγκέντρωσης (μερικές σκέψεις στο κλασικό έργο του Victor Frankl), (β) Το δράμα ενός αθώου γίγαντα, από το έργο του Τζων Στάινμπεκ «Άνθρωποι και ποντίκια», (γ) Ο θεραπευτικός ρόλος της τέχνης (εισήγηση για το συνέδριο της Παγκόσμιας Εταιρείας Ιατρών Συγγραφέων), (δ) Η Νευρολογία στη λογοτεχνία. Μια περίπτωση, ένα σημείωμα.

Μέσα από τη διαφορετική αυτή θεματολογία επιχειρείται μια λογοτεχνική προσέγγιση της νόσου, το αγκάλιασμα Ιατρικής και τέχνης και η επισήμανση της θεραπευτικής ελπίδας, που η τέχνη και το κίνητρο για δημιουργία προσφέρουν μέσα στη σκληρή πραγματικότητα της διαταραχής ή της παρέκκλισης.

Τίτλος: ΙΑΤΡΙΚΗ ΤΗΣ ΤΕΧΝΗΣ
Συγγραφέας: ΑΓΓΕΛΟΣ Δ. ΓΕΡΟΝΤΑΣ
Ιατρός (νευρολόγος)
Σελίδες: 62
ISBN: 960-8071-55-0
Τιμή (με Φ.Π.Α.): 5 00 €



ΓΙΑ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ: ΒΗΤΑ Ιατρικές
Εκδόσεις, τηλ. 210-6714371.

Τίτλος: ΠΡΟΑΓΩΓΗ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ
ΘΕΟΛΟΓΙΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ
Συγγραφέας: ΜΑΡΙΑ Σ. ΒΑΣΙΛΕΙΑΔΟΥ
114 σελίδες 13,5x20,5
Μαλακό εξώφυλλο 2009
ISBN: 978-960-452-068-8
Τιμή (με Φ.Π.Α.): 10,00 €

Αυξημένο ενδιαφέρον για την προστασία και την ενίσχυση της ψυχικής υγείας παρατηρείται τα τελευταία χρόνια στη διεθνή επιστημονική κοινότητα. Σημαντικές προτάσεις παρουσιάζονται και συζητούνται, σε μια παγκόσμια προσπάθεια ελέγχου του ρυθμού αύξησης των ψυχικών διαταραχών. Στο πλαίσιο αυτό, και ιδιαίτερα προς την κατεύθυνση της ενίσχυσης των παραγόντων που προστατεύουν την ψυχική υγεία, κατέθεσε τη συμβολή της η Δρ Μαρία Βασιλείαδου, φέρνοντας στο προσκήνιο επιστημονικές προτάσεις και παρεμβάσεις, οι περισσότερες από τις οποίες υλοποιούνται ήδη με επιτυχία από Πανεπιστήμια της Ελλάδας και της Μεγάλης Βρετανίας.



Μεγάλη απήχηση έχει, τελευταία, η πρωτοποριακή της πρόταση: προαγωγή της ψυχικής υγείας μέσω της αξιοποίησης επιστημονικά τεκμηριωμένων γνώσεων από τον χώρο των ανθρωπιστικών επιστημών. Στο νέο της βιβλίο «ΠΡΟΑΓΩΓΗ ΨΥΧΙΚΗΣ ΥΓΕΙΑΣ-ΘΕΟΛΟΓΙΚΗ ΠΡΟΣΕΓΓΙΣΗ», που κυκλοφορεί από τις Ιατρικές Εκδόσεις ΒΗΤΑ με τη συνεργασία του Βρετανικού Educational Trust for Health Improvement through Cognitive Strategies, προτείνει την ενίσχυση των παραγόντων που προάγουν την ψυχική υγεία παράλληλα προς την ενίσχυση της πνευματικότητας του ανθρώπου. Αυτός είναι και ο στόχος του παρόντος βιβλίου, δηλαδή να καταγράψει τα βασικά προβλήματα της ψυχικής υγείας και να αναζητήσει σχετικά στοιχεία από την Αγιολογική και

Αγιοπατερική διδασκαλία, απ' όπου μπορούν να παραχθούν παρεμβάσεις σε ατομικό επίπεδο και σε επίπεδο δημόσιας υγείας. Αλλά και παραπέρα, από το υλικό αυτό μπορούν να δημιουργηθούν συστήματα αξιών κοινώς αποδεκτά από το θεραπευτή και τον ασθενή, και ανθρωποθεωριακές αρχές που θα ενταχθούν στα διεθνή θεραπευτικά συστήματα, ώστε να εμπλουτίσουν τις ιατρικές προσεγγίσεις με στοιχεία που προάγουν τη βελτίωση των υγιών χαρακτηριστικών του ανθρώπου και καταστέλλουν δυσπροσαρμοστικά πρότυπα σκέψης και συμπεριφοράς, τα οποία επηρεάζουν την ψυχική και συνακόλουθα και τη σωματική υγεία.

ΓΙΑ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ: ΒΗΤΑ Ιατρικές Εκδόσεις, τηλ. 210-6714371.



ΡΕΠΟΡΤΑΖ ΑΓΟΡΑΣ



Beyond Grape Seed® ΣΤΟΠ ΣΤΗΝ ΓΗΡΑΝΣΗ!

Το **Beyond Grape Seed**® παρασκευάζεται από σπόρους σταφυλιών (αυθεντικά *Masquelier's*™ OPCs - το αποτελεσματικότερο αντιοξειδωτικό στη φύση) με *myrtilla* και *cranberries*, για πρόσθετα βιοφλαβονοειδή και μέγιστη βιοδιαθεσιμότητα. Είναι 20 φορές δραστικότερο στην εξουδετέρωση των ελεύθερων ριζών από τη βιταμίνη C. Ευεργετικό για αγγεία, ευρυαγγείες, καρδιαγγειακό και όραση. Προστατεύει την υγεία του κολλαγόνου (λειτουργεί ως φυσικό καλλυντικό και αντιηλιακό εκ των έσω) και αποτελεί ασπίδα προστασίας για το ουροποιητικό (λόγω της περιεκτικότητας σε *cranberries*).

Προϊόν ΕΟΦ. Παρασκευάζεται στον Καναδά από την Flora για την MedMelon.

Τηλ. 2310449441, www.medmelon.gr

Γαλάκτωμα σώματος BABE για την ενυδάτωση του δέρματος

Για την ενυδάτωση του δέρματος η BABE δημιούργησε το γαλάκτωμα σώματος OAT MILK BODY MOISTURISER, που κυκλοφορεί από την MEDICUM μόνο στα φαρμακεία.

Το OAT MILK BODY MOISTURISER ενυδατώνει εντατικά, μαλακώνει, προστατεύει και καταπραΰνει την επιδερμίδα.

Η περιεκτικότητά του σε βρώμη βοηθάει τα ευαίσθητα και αλλεργικά δέρματα να επαναφέρουν το υδρολιπιδικό τους στρώμα. Λειτουργεί σαν αποσυμφορητικό του δέρματος χωρίς να αφήνει λιπαρότητα και στεγνώνει γρήγορα. Έχει υποαλλεργική σύνθεση και δεν προκαλεί ερεθισμούς και αλλεργίες.

Ενδείκνυται ειδικά για δερματοπάθειες, ερυθρήματα, ηλιακά εγκαύματα, φλεγμονές και δερματικούς κνησμούς, όπως και για ενυδάτωση σε θεραπείες του κυκλοφορικού συστήματος και δερματίτιδα που προκαλείται από αιμοκάθαρση, καθώς και στην αφυδάτωση του δέρματος σε κατάκοιτους. Απλώνεται καθημερινά με απαλό μασάζ μέχρι να απορροφηθεί.

Στη σύνθεση του περιλαμβάνει βρώμη, αλόη, χαμομήλι και βουτυρόδεντρο.

Το OAT MILK BODY MOISTURISER διατίθεται μόνο από τα φαρμακεία και κυκλοφορεί σε συσκευασία των 500 ml.

Αποκλειστικός αντιπρόσωπος για Ελλάδα και Κύπρο:
Medicum - Γ.Ι. Παπαϊωάννου & Σια Ο.Ε.
Ασκληπίου 179, 114 71 Αθήνα.
Τηλ: 210-6451506, Fax: 210-6451205.
www.medicum.gr
e-mail: medicum@medicum.gr



Ζελ από την BABE για τα κουρασμένα πόδια

Για τα κουρασμένα πόδια η BABE δημιούργησε το TIRED LEGS, ένα δροσερό, μη λιπαρό ζελ, που κυκλοφορεί από την MEDICUM μόνο στα φαρμακεία.

Το TIRED LEGS ξεκουράζει, αναζωογονεί, καταπραΰνει και ανακουφίζει τα κουρασμένα πόδια. Η αγγειοσυσταλτική του δράση μειώνει την διαπερατότητα και την ευθραυστότητα των τριχοειδών αγγείων, ενώ η αντιφλεγμονώδης δράση της βιταμίνης P καταπραΰνει το πρήξιμο των ποδιών, ενεργοποιώντας τη φλεβική κυκλοφορία. Η δροσερή υφή του αφήνει μια ευχάριστη αίσθηση φρεσκάδας και ευεξίας. Ενδείκνυται για όσους ασχολούνται με τον αθλητισμό, αλλά και για καθιστικές δουλειές, κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης, καθώς και ως βοηθητική ουσία σε κλινικές και ιατρικές θεραπείες (σκληροθεραπεία και χειρουργική).

Απλώνεται καθημερινά στις επηρεασμένες περιοχές με απαλές κυκλικές κινήσεις με φορά προς τα πάνω. Συνιστάται μια πιο

εντατική θεραπεία το καλοκαίρι και μια συντήρηση κατά τη διάρκεια της χρονιάς. Καλύτερα είναι τα αποτελέσματα αν το προϊόν χρησιμοποιηθεί κρύο.

Το TIRED LEGS διατίθεται μόνο από τα φαρμακεία και κυκλοφορεί σε συσκευασία 200 ml.

Αποκλειστικός αντιπρόσωπος για Ελλάδα και Κύπρο:
Medicum - Γ.Ι. Παπαϊωάννου & Σια Ο.Ε.
Ασκληπίου 179, 114 71 Αθήνα.
Τηλ: 210-6451506, Fax: 210-6451205.
www.medicum.gr
e-mail: medicum@medicum.gr



Μην υποφέρετε. Ανθίστε!

Το **Menofema** είναι μια επαναστατική φυσική φόρμουλα με μικροθρεπτικά στοιχεία για την υποστήριξη του γυναικείου οργανισμού σε καταστάσεις όπως εμμηνόπαυση, προεμμηνορρυσιακό σύνδρομο (ΠΕΣ) ή ορμονικού στρες. Παρασκευάζεται αποκλειστικά από οργανικά άνθη λουλουδιών και περιέχει ένζυμα, βιταμίνες, μέταλλα και φυτοθρεπτικά.

ΔΕΝ είναι γύρη μελισσών, **ΔΕΝ** είναι ορμόνες, **ΔΕΝ** περιέχει σόγια ή φυτοοιστρογόνα. Σύμφωνα με πληθώρα πολλών ερευνών και κλινικών δοκιμών, η αποτελεσματικότητά του Menofema στην μείωση των συμπτωμάτων της εμμηνόπαυσης και του ΠΕΣ (εξάψεις, εφιδρώσεις, κατακράτηση υγρών, κακός ύπνος, πόνοι, ευερεθιστότητα κ.ά.) αγγίζει το 96%.

Είναι η πρώτη σε πωλήσεις φυσική βοτανική φόρμουλα στην Σκανδιναβία!

Προϊόν ΕΟΦ. Παράγεται στον Καναδά από την **FLORA** και διανέμεται αποκλειστικά από τη **MedMelon**.

Τηλ. 2310449441, www.medmelon.gr



Φαρμακείο

ΜΕΛΛΗΝΟΥ ΡΑΝΙΑ

Εργαστήριο Ομοιοπαθητικής και Φυτοθεραπείας

Αρωματοθεραπεία

Φυτικά Καλλυντικά

Ανδοϊάματα Bach

Ayurveda

Βότανα

Personal Cosmetics

Συμπληρώματα Διατροφής

Βρεφικά Είδη

Ορθοπαιδικά

Ανατομικά Υποδήματα

25ης Μαρτίου 26,
21100 Ναύπλιο
τηλ: 27520 29844
e-mail: rmel@otenet.gr



ΡΕΠΟΡΤΑΖ ΑΓΟΡΑΣ

Σπιρουλίνα Gold EUBIAS™

Η **Spirulina Gold Eubias™** θεωρείται η κορυφαία ποιότητα στον κόσμο γιατί καλλιεργείται στην Αυστραλία, σε ένα περιβάλλον με μηδενική μόλυνση, μέσα σε κρυστάλλινο πεντακάθαρο μεταλλικό νερό.



Η μοναδική μέθοδος αποξήρανσης που ακολουθείται είναι πατενταρισμένη για 20 χρόνια. Με περισσότερα από 90 ενεργά συστατικά, βιταμίνες και μέταλλα, η **Spirulina Gold Eubias™** προσφέρει στον οργανισμό ριζική αναζωογόνηση. Χάρη στην υψηλή συγκέντρωση βιταμινών που περιέχει, θωρακίζει από ασθένειες και συμβάλλει σε μεγάλο βαθμό στη μείωση της κόπωσης και του άγχους. Ταυτόχρονα, η **Spirulina Gold Eubias™** αποτρέπει την πλουσιότερη πηγή φυσικής πρωτεΐνης και αμινοξέων στον κόσμο, καθώς περιέχει 60-70% πρωτεΐνη υψηλής ποιότητας. Δεν περιέχει φυτοοιστρογόνα, κάτι πολύ σημαντικό για μεγάλο αριθμό γυναικών.

Οδηγίες χρήσης: Λαμβάνετε 1 δισκίο 3 φορές την ημέρα πριν από κάθε γεύμα.

Οδηγίες για την φύλαξη του προϊόντος: Το προϊόν διατηρείται σε δροσερό και ξηρό μέρος (<25°C). Φυλάσσεται μακριά από τα παιδιά.

Συστατικά: Κάθε δισκίο περιέχει 300mg σπιρουλίνας (χωρίς έκδοχα).

Η **Spirulina Gold Eubias™** εντάσσεται στα τρόφιμα που κυκλοφορούν σύμφωνα με τη νομοθεσία της Ε.Υ.

Παρασκευάζεται στην Ε.Υ. για λογαριασμό της **ASTRA MEDICAL HELLAS SUPERFOODS**, σύμφωνα με κανονισμούς G.M.P., ISO9001:2008, ISO22000:2005, T.S.E. και non-G.M.O. Αποτελεί Ελληνικό Εμπορικό Σήμα.

Σπιρουλίνα Gold EUBIAS™
240 ΦΥΤΙΚΑ ΔΙΣΚΙΑ
Ανώτερη ποιότητα
χωρίς φυτο-οιστρογόνα

Υπεύθυνος κυκλοφορίας: **ASTRA MEDICAL HELLAS SUPERFOODS Ε.Π.Ε.**, Λαχανά 4 - Ν. Φιλαδέλφεια, 143 42 Αθήνα, Τηλ./Fax: 210 25 27 584

www.superfoods.gr

«STOP AKN BABE»

Εξειδικευμένη σειρά κατά της ακμής από την BABE

Την εξειδικευμένη σειρά κατά της ακμής «STOP AKN» δημιουργήσε η BABE. Είναι μια σειρά αποκλειστικά σχεδιασμένη για την φροντίδα του λιπαρού ακνείκου δέρματος, που υφίσταται θεραπείες κατά της ακμής. Περιλαμβάνει προϊόντα υποαλλεργικά και μη φαγεσωρογόνα και ακολουθεί τα 3 βασικά βήματα στην φροντίδα του δέρματος: ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΣ, ΑΠΟΛΥΜΑΝΣΗ, ΘΕΡΑΠΕΙΑ.

Πιο συγκεκριμένα η σειρά αποτελείται από τα εξής προϊόντα:

- Ζελ καθαρισμού προσώπου.
- Απολεπιστική κρέμα.
- Συσφικτική τονωτική λοσιόν.
- Μάσκα ρύθμισης σμήγματος.
- Στικ για τα σπυράκια.
- Ενυδατική κρέμα.
- Ενυδατική κρέμα για επιδιόρθωση του δέρματος.

Η σειρά «STOP AKN» διατίθεται μόνο από τα φαρμακεία.

Αποκλειστικός αντιπρόσωπος για Ελλάδα και Κύπρο:
Medicum - Γ.Ι. Παπαϊωάννου & Σια Ο.Ε.
Ασκληπιού 179, 114 71 Αθήνα.
Τηλ: 210-6451506, Fax: 210-6451205.

www.medicum.gr

e-mail: medicum@medicum.gr



Ομοιοπαθητικά Φαρμακεία

Στα οποία μπορείτε να βρείτε
και το περιοδικό μας.

Όσα φαρμακεία θέλουν να διαθέτουν το περιοδικό μας
(τουλάχιστον 10 τεύχη)

Ν. ΑΤΤΙΚΗΣ

ΑΓΙΟΙ ΑΝΑΡΓΥΡΟΙ: (210)

- Α. ΜΑΤΖΑΚΟΥ – ΚΑΡΑΣΤΑΤΗΡΗ, Κεφαλληνίας 98, τηλ: 2629305

ΑΓ. ΑΡΤΕΜΙΟΣ: (210)

- ΤΑΟΥΪΛ ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ, Δαμαγηντού 29, τηλ: 7511559, fax: 7511262

ΑΓΙΑ ΒΑΡΒΑΡΑ: (210)

- ΔΙΜΕΛΗΣ ΔΗΜΗΤΡΗΣ & ΣΙΑ Ο.Ε., Μεσογείων 5 & Μεγ. Αλεξάνδρου 121, τηλ/fax: 5445544

ΑΓΙΑ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ: (210)

- ΒΛΑΧΟΣ ΓΕΡΑΣΙΜΟΣ, Πελοποννήσου 13, τηλ: 6006566, fax: 6080145
- ΗΛΙΟΠΟΥΛΟΣ ΗΛΙΑΣ, Αγ. Ιωάννου 7, τηλ: 6391427
- ΜΟΥΖΑ-ΚΟΚΚΑΛΑ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ, Αγ. Τριάδος 21, τηλ: 6008523, fax: 6001486
- ΣΤΑΘΟΠΟΥΛΟΥ ΣΟΥΛΗ, Μεσογείων 431, (Πλ. Αγ. Παρασκευής) τηλ: 6396484, fax: 6391879
- ΦΡΑΓΚΙΣΚΟΥ ΝΙΟΒΗ, Αγ. Ιωάννου 63, τηλ: 6011164
- ΧΟΥΝΤΑΣ Μ. ΝΙΚΟΛΑΟΣ, Μεσογείων 535, τηλ: 6393735

ΑΓΙΟΣ ΣΤΕΦΑΝΟΣ: (210)

- ΤΣΟΥΚΑΛΑ ΜΑΓΔΑ Χελμού 34, τηλ: 6217180
- ΦΡΑΓΚΟΥ ΣΟΦΙΑ - ΚΑΟΥΝΗΣ ΘΕΟΔΩΡΟΣ, Τραπεζούντος 36, τηλ: 8141731

ΑΓΙΟΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ [ΜΠΡΑΧΑΜΙ]: (210)

- ΚΑΚΟΝΙΚΟΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ, Αττάλου 3 & Αγ. Δημητρίου 178, τηλ: 9316462
- ΜΑΛΛΙΑΡΟΥ-ΠΑΠΑΔΑΤΟΥ ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ, Αγ. Δημητρίου 144, τηλ: 9735516

ΑΙΓΑΛΕΩ: (210)

- ΔΗΜΗΤΡΙΟΥ ΕΥΤΥΧΙΑ, Αναγεννήσεως 2, τηλ: 5902050, fax: 5319605
- ΚΑΛΟΓΕΡΟΠΟΥΛΟΣ ΣΤΕΛΙΟΣ, Ιερά Οδός 314, τηλ: 5312422 κιν: 6977447515, e-mail: kalogst@otenet.gr
- ΣΙΣΚΟΥ – ΜΠΟΥΤΣΚΟΥ ΖΩΗ, Αν. Παπούλα 79 & Μεγ. Αλεξάνδρου, τηλ: 5442822
- Β. ΠΑΥΛΟΥ & ΣΙΑ Ε.Ε., Δημαρχείου 28 (πλ. Εσταυρωμένου) τηλ/fax: 5312210

ΑΚΡΟΠΟΛΗ: (210)

- ΣΙΣΜΑΝΟΓΛΟΥ ΜΑΡΙΑ & ΣΙΑ, Ε.Ε., Διονυσίου Αεροπαγίτου 10, τηλ/fax: 3240098,

ΑΛΙΜΟΣ: (210)

- ΣΑΜΟΛΗΣ ΑΝΤΩΝΗΣ, Λ. Ιωνίας 65, τηλ/fax: 9912717

ΑΜΠΕΛΟΚΗΠΟΙ: (210)

- ΑΘΑΝΑΣΟΥΛΗΣ ΗΛΙΑΣ & ΣΙΑ Ο.Ε., Λ. Μεσογείων 46, τηλ/fax: 7751507
- ΑΝΑΝΙΑΔΗΣ ΕΥΑΓΓΕΛΟΣ, Βουρή 6 & Λάμψα (έναντι πλαϊνής πύλης Γηρ/μείου Αθηνών), τηλ: 6913944, κιν: 6936913944
- ΚΑΛΟΓΕΡΟΓΙΑΝΝΗΣ ΧΡΗΣΤΟΣ, Πανόρμου 71-73, τηλ: 6910567
- ΚΑΡΚΑΖΗΣ ΧΡΗΣΤΟΣ, Κηφισίας 101, τηλ: 8222042, Fax: 2117707520, ckarkazispharmacy@gmail.com
- ΚΟΝΤΟΥ – ΚΩΝΣΤΑΝΤΑΚΟΥ ΓΕΩΡΓΙΑ, Λ. Ριανκούρ 57 (μετρό Πανόρμου), τηλ/fax: 6915267
- ΛΑΣΚΑΡΑΤΟΥ ΚΟΡΝΗΛΙΑ, Φωκίδος 6, τηλ: 7784027
- ΜΑΝΤΑ ΓΕΩΡΓΙΑ & ΣΙΑ Ο.Ε., Βασ. Σοφίας 112, τηλ: 7711428
- ΕΥΦΡ. ΕΥ. ΜΠΑΤΑΝΑ-ΠΑΠΛΩΜΑΤΑ, Μητροπέτροβα 39 ΠΟΛΥΓΩΝΟ, τηλ/fax: 6430689
- ΠΑΠΑΧΑΡΙΣΗΣ ΠΩΡΓΟΣ & ΣΙΑ Ε.Ε., Αμψάκου 9, τηλ/fax: 7487256
- ΠΑΤΗΛΑ ΚΑΛΛΙΟΠΗ, Σεβαστοπόλεως 82, τηλ: 6925743
- ΠΕΧΛΙΒΑΝΟΥ ΑΛΚΜΗΝΗ Ο.Ε., Πουλίου 8 & Αμαλιάδος (από Λ. Αλεξάνδρας 213), τηλ& fax: 6424360
- ΣΑΚΕΛΛΑΡΙΟΥ ΑΓΑΜΕΜΝΟΝΑΣ, Πουλίου 18 & Λαμίας, τηλ/fax: 6462290
- ΤΖΙΤΖΙΚΟΥ-ΑΠΟΣΤΟΛΟΠΟΥΛΟΥ ΣΟΦΙΑ Ο.Ε., Μεσογείων 29, τηλ: 7774212

ΑΝΟΙΞΗ: (210)

- ΠΑΣΧΑΛΙΔΗΣ ΑΡΗΣ, Ανοίξεως Σταμάτας 2 (πλ. Ανοίξεως), Τηλ: 6219328

ΑΝΩ ΠΑΤΗΣΙΑ: (210)

- ΓΙΑΝΝΙΤΣΗΣ ΠΕΤΡΟΣ, Πατησίων 294 Β', τηλ: 2281380, ΑΓΙΟΣ ΛΟΥΚΑΣ
- ΔΗΜΗΤΡΑΚΑΚΗΣ ΣΤΕΛΙΟΣ, Λασκαράτου 10, τηλ: 2230852, fax: 2230813
- ΤΣΑΜΠΕΡΗΣ ΣΤΡΑΤΗΣ, Χρ. Σμύρνης 45, τηλ: 2016600, ΑΓ. ΕΛΕΥΘΕΡΙΟΣ

ΑΝΩ ΠΕΤΡΑΛΩΝΑ: (210)

- ΣΚΑΡΤΑΔΟΥ ΤΣΑΜΠΙΚΑ-ΠΕΤΡΟΥΛΑ, Τριών Ιεραρχών 163, τηλ: 3458675 κιν. 6977222200
- ΣΕΛΑΜΤΖΗ ΟΥΡΑΝΙΑ & ΣΙΑ Ο.Ε., Πλ. Κοίλης 15, τηλ: 3470600

ΑΡΓΥΡΟΥΠΟΛΗ: (210)

- ΛΥΜΠΕΡΟΠΟΥΛΟΣ ΑΝΑΣΤΑΣΙΟΣ, 25ης Μαρτίου 18, τηλ/fax: 9942544

-ΑΣΠΡΟΠΥΡΓΟΣ: (210)

- ΓΚΙΟΚΑΣ ΑΝΑΣΤΑΣΙΟΣ & ΣΙΑ Ο.Ε., Λ. Δημοκρατίας 20, τηλ: 5573243, fax: 5576116

ΑΧΑΡΝΑΙ: (210)

- ΠΑΓΩΝΑ ΑΡΓΥΡΩ, Λ. Θρακομακεδόνων 10, τηλ/fax: 2443437

ΒΑΡΗ: (210)

- ΚΑΦΦΑ ΣΟΦΙΑ, Βασ. Κωνσταντίνου 32, τηλ: 8970092

ΒΟΤΑΝΙΚΟΣ: (210)

- ΣΥΣΤΕΓ. ΦΑΡΜΑΚΕΙΑ ΚΑΣΤΡΙΩΤΗ ΗΛΙΑ-ΚΑΣΤΡΙΩΤΗ ΜΑΡΙΑ Ο.Ε., Σπ. Πάτση 101, τηλ: 3464521

ΒΟΥΛΑ: (210)

- ΜΑΜΑΗ ΙΩΑΝΝΑ, Βασ. Παύλου 76, τηλ/fax: 8955323,

ΒΟΥΛΙΑΓΜΕΝΗ: (210)

- ΓΙΑΝΝΑΤΟΥ ΤΕΡΕΖΑ, Θησέως & Ήρας 2, τηλ: 9670954, fax: 9670597
- ΙΦΙΓΕΝΕΙΑ ΡΗΓΟΠΟΥΛΟΥ-ΤΣΑΚΑΡΙΣΙΑΝΟΥ, Λ. Ποσειδώνος & Πλ. Νυμφών, τηλ: 8962347, 8962341

ΒΡΙΛΗΣΙΑ: (210)

- ΖΗΣΟΥ ΔΑΦΝΗ, Λ. Πεντέλης 7Α, τηλ: 6855824, fax: 6847881
- ΙΩΑΝΝΟΥ ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ, Ολύμπου 65 & Αλφειού 17, τηλ: 8102162
- ΤΣΟΥΤΣΙΑΣ ΓΙΑΝΝΗΣ, Ομήρου 2, τηλ: 8040981

ΒΥΡΩΝΑΣ: (210)

- ΚΑΝΕΛΛΟΠΟΥΛΟΥ ΕΥΓΕΝΙΑ, Εμπεδοκλέους 94 (πλησίον καιν. Ο.Τ.Ε.), τηλ: 7620413, τηλ/fax: 7621719

ΓΑΛΑΤΣΙ: (210)

- ΑΓΓΕΛΗ ΣΟΦΙΑ, Αγ. Γλυκερίας 11, τηλ: 2929277,
- ΔΕΛΗΤΣΙΚΑΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ, Σαπφούς 4, τηλ: 2135695, fax: 2911841
- ΔΟΓΚΑ ΒΑΣΙΛΙΚΗ, Παπαφλέσσα 3, τηλ: 2138170
- ΧΡΙΣΤΟΔΟΥΛΟΥ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ, Καραϊσκάκη 3, τηλ: 2923480, fax: 9354218

ΓΕΡΑΚΑΣ: (210)

- Ζ. ΔΕΛΑΠΟΡΤΑ – ΟΥ. ΜΑΓΙΑΦΑ Ο.Ε., Λ. Μαραθώνος 117, τηλ: 6612137
- ΚΥΡΙΔΗΣ ΙΩΑΝΝΗΣ & ΣΙΑ Ο.Ε., Λ. Γέρακα 86, τηλ: 6614088

- ΞΑΝΘΑΚΟΥ ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ, Λεωφ. Σπάτων 46, τηλ: 6047065
- ΠΙΣΣΑ ΕΙΡΗΝΗ, Θεσσαλονίκης 10 & Ηλείας, τηλ: 6048880

ΓΛΥΚΑ ΝΕΡΑ: (210)

- ΓΕΡΑΡΔΗ ΜΑΙΡΗ, Άννης Μαρίας 19 & Σάμου, τηλ/fax: 6659265

ΓΛΥΦΑΔΑ: (210)

- ΚΑΪΛΑΝΤΖΗ ΕΥΑ, Αρετής 47 & Βενεζουέλας (Άνω Γλυφάδα), τηλ: 9605402
- ΚΟΥΤΡΟΥΜΑΝΟΥ – ΒΑΞΕΒΑΝΑΚΗ ΕΛΕΝΗ & ΣΙΑ Ο.Ε., Μεταξά 37, τηλ: 8944093, fax: 8945833
- ΜΕΝΗ ΜΙΧΑΛΑ - ΣΤΑΥΡΟΣ ΚΟΚΚΑΛΑΣ, Λαζαράκη 3, τηλ: 8944592
- ΜΠΑΡΜΠΑΤΣΗ ΑΝΝΑ, Γούναρη 168 (Άνω Γλυφάδα), τηλ: 9642525
- ΠΑΝΟΥΤΣΟΠΟΥΛΟΥ- ΕΦΟΡΑΚΟΠΟΥΛΟΥ ΜΑΡΙΑ Ε.Ε., Λαζαράκη 33, τηλ: 8980903
- ΠΑΠΠΑ ΣΟΦΙΑ - ΠΑΠΠΑ ΔΕΣΠΟΙΝΑ, Μαραγκού 21, τηλ: 8983571

- ΣΥΜΙΝΗ ΚΑΤΕΡΙΝΑ, Όλγας 58 (Άνω Γλυφάδα, τηλ/fax: 9632517
- ΑΔΑΜΟΠΟΥΛΟΥ ΣΤΑΥΡΟΥΛΑ & ΣΙΑ Ε.Ε., Μεταξά & Γρ. Λαμπράκη 17, τηλ: 8943733, fax: 8982449

ΓΟΥΔΙ: (210)

- ΚΡΗΤΙΚΟΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ, Παπαδιαμαντοπούλου 121, τηλ: 7706021, fax: 7706212

- ΜΟΣΧΟΣ ΣΠΥΡΙΔΩΝ, Ηφαιστίωνος 8 (Πλ. Ελευθερίας), τηλ/fax: 7489260

ΔΑΦΝΗ: (210)

- ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΥ – ΘΕΟΦΙΛΟΠΟΥΛΟΥ ΣΤ., Ηπείρου 16, τηλ: 9018325

ΕΛΛΗΝΙΚΟ: (210)

- ΔΟΥΖΕΝΗ-ΝΤΟΒΙΝΟΥ ΜΑΡΙΑ & ΣΙΑ Ο.Ε., Ιασωνίδου 47, τηλ: 9640312, fax: 9618628

ΖΩΓΡΑΦΟΥ: (210)

- ΚΑΡΑΣΜΑΝΗΣ ΑΝΤΩΝΗΣ, Δαβάκη Πίνδου 11 & Ελ. Βενιζέλου, τηλ: 7757661
- ΠΑΠΑΣΑΝΔΑΣ ΘΩΜΑΣ, Ισοκράτους 9 -13, τηλ: 7700093
- ΧΡΙΣΤΟΠΟΥΛΟΣ ΧΡΗΣΤΟΣ, Κουσιίδου 56, τηλ: 7709534
- ΧΡΟΝΟΠΟΥΛΟΥ ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ & ΣΙΑ Ο.Ε., Γρ. Αυξεντίου 71 (Άνω Ιλίσια), τηλ: 7774010, fax: 7774055

ΗΛΙΟΥΠΟΛΗ: (210)

- ΑΝΤΩΝΟΠΟΥΛΟΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ, Μ. Αντύπα 51, τηλ: 9711089
- ΚΑΛΟΓΕΡΟΠΟΥΛΟΥ-ΠΑΝΤΑΖΟΠΟΥΛΟΥ ΦΩΤ. – ΒΑΣΙΛΙΚΗ ΚΑΛΟΓΕΡΟΠΟΥΛΟΥ & ΣΙΑ Ο.Ε., Σ. Βενιζέλου 30, τηλ: 9923560
- ΠΡΟΚΟΥ ΛΩΡΑ, Λ. Πρωτόπαππα 14-16, τηλ: 9951524

ΙΛΙΟΝ: (210)

- ΚΟΛΟΚΟΤΣΑ-ΤΖΑΝΑΚΗ ΒΑΣΙΛΙΚΗ, Φιλοκτήτου 101, τηλ/fax: 2631064
- ΣΥΣΤ. ΦΑΡΜΑΚΕΙΑ ΚΕΧΑΓΙΑ ΧΡΙΣΤΙΝΑ – ΜΑΓΓΟΥ ΙΩΑΝΝΑ Ο.Ε., Αγ. Νικολάου 96, τηλ/fax: 5028880
- ΣΥΣΤ. ΦΑΡΜΑΚΕΙΑ Α. ΛΥΚΟΥΡΕΣΗΣ - ΚΑΡΑΜΠΑΤΣΟΥ Μ., Πριάμου 125 (Κεντρική Πλατεία), τηλ: 2615873
- ΝΕΟΦΥΤΙΔΟΥ - ΠΑΥΛΙΔΟΥ ΡΟΔΩ, Ιπποδαμείας 77, τηλ/fax: 2615044

ΙΛΙΣΙΑ: (210)

- ΣΥΣΤ. ΦΑΡΜΑΚΕΙΑ ΠΑΡΑΣΚΕΥΟΠΟΥΛΟΥ ΚΛΑΡΕΤΗ – ΚΡΕΚΑΣ Ε., Ποταμιάνου 2 (πίσω από το Holiday Inn), τηλ/ fax: 7221589
- ΠΡΙΟΒΟΛΟΥ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ, Σεβαστείας 33, τηλ/fax: 7704836

ΚΑΛΑΜΑΚΙ: (210)

- ΚΟΡΡΕΣ ΑΠΟΣΤΟΛΟΣ, Καλαμακίου 29, τηλ: 9810945

ΚΑΛΛΙΘΕΑ: (210)

- ΔΕΣΠΟΙΝΑ ΕΜΜΑΝΟΥΗΛ-ΒΑΘΗ, Σκρά 94, τηλ: 9588776
- ΔΙΔΩΝΑΚΗ ΕΙΡΗΝΗ, Σοφοκλέους 190, τηλ: 9567619
- ΝΥΧΑΣ ΜΙΧΑΗΛΗΣ, Δαβάκη 22, τηλ: 9578485
- MARIANGELICA SENESE, Δοϊράνης 177, τηλ: 9593800

ΚΑΛΟΓΡΕΖΑ: (210)

- ΑΚΙΑΝΙΔΟΥ ΕΥΤΥΧΙΑ, Βυζαντίου 95, τηλ: 2795560

ΚΑΛΥΒΙΑ: (22990)

- ΛΑΜΠΡΟΣ ΚΟΥΡΗΣ, Χρήστου Ράπτη 43, τηλ: 47033

ΚΑΜΑΤΕΡΟ: (210)

- ΓΙΑΝΝΑΚΟΠΟΥΛΟΥ ΣΟΦΙΑ & ΣΙΑ Ο.Ε, Θράκης 81, τηλ/fax: 2315461
- ΨΥΧΙΚΟΣ ΣΤΕΦΑΝΟΣ & ΣΙΑ Ο.Ε., Κ. Παλαμά 50, τηλ: 2313000

ΚΑΠΑΝΔΡΙΤΙ: (22950)

- ΝΟΤΗΣ ΓΡΗΓΟΡΗΣ, Λ. Αθηνών Καλάμου 8, τηλ: 52140

ΚΑΡΕΑΣ: (210)

- ΚΑΤΣΙΚΑΚΗ - ΓΟΥΝΕΛΑ ΣΟΦΙΑ, 28^{ης} Οκτωβρίου 15, τηλ: 7653196

ΚΑΤΩ ΠΑΤΗΣΙΑ: (210)

- ΜΑΝΔΗΛΑΡΗ ΖΑΧΑΡΟΥΛΑ, Παρασκευοπούλου 131, τηλ: 8541659
- ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΥ ΑΓΓΕΛΙΚΗ, Ζυμπρακάκη 66-68, τηλ: 8326286

ΚΗΦΙΣΙΑ: (210)

- Α. ΑΓΓΕΛΙΝΑ & ΣΙΑ Ο.Ε.,Τατοίου 111, τηλ/fax: 8070894
- ΔΕΛΑΠΟΡΤΑΣ ΣΠΥΡΟΣ, Κοραή 30, τηλ: 8080002
- ΠΕΤΡΟΠΟΥΛΟΥ ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ, Αγ. Τρύφωνος 19, (Αλώνια), τηλ/fax: 8089557
- ΤΡΙΑΝΤΑΦΥΛΛΗ ΛΕΝΑ – ΜΠΑΚΑΚΟΥ, Κηφισίας 281, τηλ: 8012309, 8012691

ΚΟΛΩΝΑΚΙ: (210)

- ΝΙΚΟΛΟΠΟΥΛΟΥ ΙΩΑΝΝΑ, Σόλωνος 97, τηλ/fax: 3802220

ΚΟΛΩΝΟΣ: (210)

- ΚΟΥΤΕΛΗΣ ΝΙΚΟΣ, Λένορμαν 249, τηλ: 5135918
- ΜΩΡΕΛΛΑ – ΚΑΦΙΡΗ ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ & ΣΙΑ Ο.Ε., Κρέοντος 78, τηλ: 5122919

ΚΟΡΩΠΙ: (210)

- ΝΙΚ. ΑΥΓΕΡΙΝΟΣ – ΧΡΙΣΤ. ΑΥΓΕΡΙΝΟΥ Ο.Ε., Β. Κωνσταντίνου 138, τηλ: 6623565, fax: 6020107
- ΣΠΕΡΕΛΑΚΗ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ, Λ. Αττικής 49, τηλ: 6622209, fax: 6622292

ΚΟΥΚΑΚΙ: (210)

- ΣΥΣΤ. ΦΑΡΜΑΚΕΙΑ ΑΙΚ. ΚΥΡΙΤΣΗ - ΜΑΥΡΗ Ι. ΚΥΡΙΤΣΗ Ο.Ε., Δημητραπεκοπούλου 111-113, τηλ: 9214435, fax: 9230998

ΚΥΨΕΛΗ: (210)

- ΓΩΓΟΥ Κ., Κερκύρας 65, τηλ: 8816606
- ΚΑΜΠΟΥΡΗ ΓΑΡΥΦΑΛΛΙΑ, Ιαπετού 29, τηλ: 8659713
- ΚΩΣΤΑ ΜΥΡΣΙΝΗ - ΠΑΡΑΜΥΘΕΛΛΗ ΚΩΣΤΑ ΜΑΡΙΑ Ο.Ε., Κοδριγκτώνος 2 & Κυψέλης 1 (έναντι Πανελληνίου Γυμναστηρίου), τηλ/fax: 8820730
- ΝΙΚΟΛΑΚΟΠΟΥΛΟΥ ΑΛΕΞΑΝΔΡΑ, Κυψέλης 38, τηλ/fax: 8811691

Λ. ΑΛΕΞΑΝΔΡΑΣ: (210)

- ΜΠΟΥΖΙΝΕΚΗΣ ΙΩΑΝΝΗΣ, Λ. Αλεξάνδρας 48, τηλ: 8228830, φαξ: 8847206

ΛΑΓΟΝΗΣΙ: (22910)

- ΔΑΔΙΩΤΗΣ Π. ΕΜΜΑΝΟΥΗΛ, Λεώφ. Καλυβίων 51, τηλ: 70061, fax: 25009

ΛΑΜΠΡΙΝΗ: (210)

- ΠΑΠΑΧΡΗΣΤΟΥ ΗΛΙΑΝΑ, Χριστιανουπόλεως 46, τηλ: 2933080

ΜΑΡΚΟΠΟΥΛΟ: (22990)

- ΕΛΕΝΗ ΒΕΛΛΟΥ - ΜΕΛΑ, Ευαγγελιστρίας & Σωτηρίου 1, (ένατι Ι.Κ.Α.- πλησίον Ο.Τ.Ε.), τηλ/fax: 24801
- ΛΑΔΑ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ, Σουνίου 58, τηλ: 40033

ΜΑΡΚΟΠΟΥΛΟ ΩΡΟΠΟΥ: (22950)

- ΠΑΠΑΛΕΞΗ ΠΟΛΥΞΕΝΗ, τηλ/fax: 79061

ΜΑΡΟΥΣΙ: (210)

- ΓΕΩΡΓΙΑΔΟΥ ΜΑΡΙΑ, Πεντέλης 26, τηλ: 8022258
- ΚΑΡΑΚΟΥΤΣΗ ΓΕΩΡΓΙΑ, Φραγκοκλησιάς 40, τηλ: 6851919
- ΛΙΟΛΙΟΥ ΚΑΤΣΑΡΗ ΜΑΛΒΙΝΑ, Βασ. Σοφίας 39 (Πλ. Κασταλίας), τηλ: 8061181, fax: 6142922

- ΝΗΣΙΑΝΑΚΗ ΤΕΡΕΖΑ, Κηφισίας 22, τηλ: 6855640

- ΠΑΝΙΤΤΗ ΤΖΙΝΕΡΒΑ-ΕΛΕΝΑ, Αγ. Κωνσταντίνου 6, τηλ: 6106815
- ΠΑΝΟΥΣΗΣ ΜΙΧΑΗΛ, Αγ. Κων/νου 46, τηλ: 6198768

- ΠΡΟΒΑΤΑ ΜΑΡΙΑ, Περικλέους 6, τηλ: 8062596

ΜΕΓΑΡΑ: (22960)

- ΧΑΤΖΗΔΗΜΗΤΡΙΟΥ ΚΩΝ/ΝΟΣ, 28ης Οκτωβρίου 129, τηλ: 29705

ΜΕΛΙΣΣΙΑ: (210)

- ΚΟΝΙΚΟΥ ΒΑΛΕΝΤΙΝΗ, Ελ. Βενιζέλου 3, τηλ: 8043301
- ΠΑΝΑΓΙΩΤΙΔΗΣ ΣΩΚΡΑΤΗΣ & ΣΙΑ Ο.Ε., Λ. Πηγής & 17ης Νοέμβρη 2, Τηλ: 8045368, fax: 6136001

- ΠΙΠΕΡΑΚΗ ΣΤΑΥΡΟΥΛΑ, Λ. Ανδρέα Παπανδρέου 4, τηλ: 8034169

- ΦΩΤΟΠΟΥΛΟΥ ΕΥΣΤΑΘΙΑ, Π. Τσαλδάρη 27, τηλ/fax: 6134912

ΜΟΣΧΑΤΟ: (210)

- ΑΝΑΓΝΩΣΤΟΠΟΥΛΟΣ ΜΑΡΙΟΣ, Κωνσταντινουπόλεως 59, τηλ: 4812029
- ΜΠΟΤΣΙΝΗ ΚΥΡΙΑΚΗ, Σολωμού 80Α, τηλ: 9480515

ΝΕΑ ΕΡΥΘΡΑΙΑ: (210)

- ΔΟΥΒΗ ΝΤΙΝΑ, Εθνικής Αντιστάσεως 28 & Λυθρί, τηλ: 6206211, fax: 8077527
- Ε. & Δ. ΖΩΓΡΑΦΟΥ Ο.Ε., Ελ. Βενιζέλου 85, τηλ: 8000289 fax: 8001431
- ΝΙΚΕΛΛΗ ΑΙΜΙΛΙΑ, 25^{ης} ΜΑΡΤΙΟΥ 1, τηλ/fax: 8001110

ΝΕΑ ΙΩΝΙΑ: (210)

- ΜΟΣΧΟΒΗΣ ΧΑΡΑΛΑΜΠΟΣ, Ελ. Βενιζέλου 22, τηλ: 2759464, fax: 2776642
- ΠΕΡΓΑΝΤΑ ΓΙΑΝΝΟΥΛΑ & ΣΙΑ Ο.Ε., Μεσολογγίου 46 (πίσω από τον ΟΤΕ) τηλ: 2772430, fax: 2770135
- ΠΙΤΣΕΛΗΣ ΖΗΖΗΣ, Αλέκου Παναγούλη 9, τηλ/fax: 2718576

ΝΕΑ ΠΑΛΑΤΙΑ: (22950)

- ΠΑΥΛΟΠΟΥΛΟΥ- ΦΩΤΟΠΟΥΛΟΥ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ, Μαρμαρά 3-5, τηλ: 31933

ΝΕΑ ΣΜΥΡΝΗ: (210)

- ΚΟΥΡΟΥΣΙΑ ΒΑΣΙΛΙΚΗ, Ελ. Βενιζέλου 124, τηλ: 9312912, 9313689, fax: 9313491
- ΣΥΣΤ. ΦΑΡΜΑΚΕΙΑ ΚΡΙΚΕΤΟΥ ΑΓΓΕΛΙΚΗ- ΚΩΝΣΤ. ΜΠΑΛΑΣΚΟΝΗ Ο.Ε., Στρ. Πλαστήρα 73, τηλ/fax: 9345966
- ΤΥΛΛΙΑΝΑΚΗ ΔΑΝΑΗ, Πλαστήρα 21, τηλ/fax: 9319184

ΝΕΑ ΦΙΛΑΔΕΛΦΕΙΑ: (210)

- ΣΥΣΤ. ΦΑΡΜΑΚΕΙΑ ΤΑΝΤΑΡΟΥ ΓΕΩΡΓΙΑ - ΠΑΠΑΣΤΑΘΗ ΒΑΣΙΛΙΚΗ Ο.Ε., Πίνδου 12, τηλ/fax: 2523056

ΝΕΑ ΦΙΛΟΘΕΗ: (210)

- Σ. ΣΠΑΝΟΥΔΗ & ΣΙΑ Ο.Ε., Λ. Καποδιστρίου 18, τηλ/fax: 6899540

ΝΕΑΠΟΛΗ: (210)

- ΠΑΠΑΪΩΑΝΝΟΥ ΓΕΩΡΓΙΟΣ, Ασκληπίου 144, τηλ: 6435586, 6454903

ΝΕΟ ΗΡΑΚΛΕΙΟ: (210)

- ΘΕΟΔΟΣΙΟΠΟΥΛΟΥ ΑΓΓΕΛΙΚΗ, Πράσινου Λόφου 12 & Πολυτεχνείου 33, τηλ: 2820244
- ΚΑΜΠΕΡΗ ΑΓΓΕΛΙΚΗ & ΣΙΑ Ε.Ε., Μ. Αντύπα 88, τηλ: 27164036
- ΚΟΛΛΙΑ ΚΑΛΙΝΑ, Αυγής 35 & Ματρόζου, τηλ/fax: 2828555
- ΛΑΓΟΣ ΜΑΝΘΟΣ, Σαλαμίνας 10 (έναντι Τρία Αστέρια), τηλ: 2816217

ΝΕΟ ΨΥΧΙΚΟ: (210)

- ΚΟΥΤΣΙΑΝΑ - ΠΑΝΟΤΟΠΟΥΛΟΥ ΝΙΚΗ, Πλ. Αγίας Σοφίας, τηλ: 6744654
- ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΥ - ΛΙΑΚΟΠΟΥΛΟΥ ΕΥΘΥΜΙΑ & ΣΙΑ Ο.Ε., Αγ. Γεωργίου 66, τηλ: 6749862
- ΣΑΜΟΥΧΟΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ, Ψυχάρη 1, τηλ/fax: 6713285
- ΣΙΩΡΗ ΕΛΕΝΗ, 25ης Μαρτίου & Ξάνθου 1, τηλ: 6745039

ΝΕΟΣ ΒΟΥΤΖΑΣ: (22940)

- ΠΑΤΕΡΑΚΗΣ ΜΙΧΑΗΛΣ, Χρυσοστόμου Σμύρνης 10, τηλ/fax: 78992

ΟΜΟΝΟΙΑ: (210)

- ΜΠΑΚΑΚΟΣ Κ. ΓΕΩΡΓΙΟΣ, Αγ. Κων/νου 3, τηλ: 5232631-5

- ΠΑΠΑΓΕΩΡΓΙΟΥ ΕΥΑ, Σταδίου 46 & Αρσάκη 2, τηλ: 3225363

ΠΑΓΚΡΑΤΙ: (210)

- ΘΕΟΛΟΓΗ ΕΛΕΝΗ, Βασ. Γεωργίου Β΄ 50 & Αστυδάμαντος, τηλ/fax: 7248800
- ΚΟΡΡΕΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ, Ερατοσθένους & Ιβύκου 8, τηλ: 7222774
- ΚΟΡΡΕΣ ΧΡΙΣΤΟΔΟΥΛΟΣ, Δαμαγητού 77, τηλ: 7014098
- ΣΕΙΡΑΔΑΚΗΣ ΧΑΡ., Σπ. Μερκούρη 58-60, τηλ: 7236226
- ΠΑΠΑΝΙΚΟΛΑΟΥ ΝΙΚΟΣ, Κύπρου 10 (συνέχεια Φρύνης), τηλ/fax: 7658214, Ν. ΠΑΓΚΡΑΤΙ
- ΦΙΛΙΑΝΟΣ ΜΑΡΚΟΣ, Κρησίλα 16 & Ευράνωρος, τηλ: 7523341

ΠΑΙΑΝΙΑ: (210)

- ΑΝΤΩΝΙΟΥ ΜΑΡΙΑ - ΑΓΓΕΛΙΚΗ, Στάμου Νικολάου Σταματίου 23Α, τηλ: 6029210
- ΠΑΛΑΙΟ ΦΑΛΗΡΟ: (210)**
- ΑΨΟΚΑΡΔΟΥ ΣΟΦΙΑ, Αλκυόνης 23, τηλ: 9814349, fax: 9851284
- ΓΚΟΥΛΙΟΥΡΗ Ν. ΑΡΤΕΜΙΣ, Πρωτέως 78, τηλ/fax: 9832250
- ΖΩΓΡΑΦΑΚΗ ΜΑΡΙΝΑ, Αγ. Αλεξάνδρου 49, τηλ: 9830249
- ΚΙΚΙΔΟΥ ΔΕΣΠΟΙΝΑ, Αγ. Αλεξάνδρου 100, τηλ: 9850437
- ΝΟΡΜΑ ΚΑΘΟΠΟΥΛΗ – ΠΑΤΕΛΛΗ, Ζησιμοπούλου 39, τηλ: 9420333, κιν: 6974430071
- ΠΑΛΑΙΟ ΨΥΧΙΚΟ: (210)**
- ΣΥΣΤ. ΦΑΡΜΑΚΕΙΑ ΒΑΣΙΛΟΠΟΥΛΟΣ ΠΑΝ. – ΤΡΑΝΟΥΔΗ ΕΛ. Ο.Ε., 28ης Οκτωβρίου 2, τηλ: 6714526, fax: 6779490

ΠΑΛΛΗΝΗ: (210)

- ΓΚΟΡΜΟΛΙΑ ΕΥΔΟΞΙΑ, Γρηγορίου Ε΄8, τηλ: 6666495, fax: 6665306
- ΓΕΩΡΓΙΑ ΠΑΠΑΝΙΚΟΛΑΟΥ ΠΑΪΚΑ ΣΤ. & ΣΙΑ Ο.Ε., Edison & Ιθάκης 1, τηλ/fax: 6669121

ΠΕΝΤΕΛΗ: (210)

- ΚΩΤΣΟΓΙΑΝΝΗ ΔΗΜΗΤΡΑ, Βασ. Γεωργίου 3, τηλ/fax: 8030209, ΠΑΛΑΙΑ ΠΕΝΤΕΛΗ

ΠΕΡΙΣΤΕΡΙ: (210)

- ΒΟΥΡΒΑΧΑΚΗ – ΜΕΤΑΞΑ ΔΕΣΠΟΙΝΑ, Αγ. Κηρύκου 63, τηλ: 5745972
- ΣΥΣΤ. ΦΑΡΜΑΚΕΙΑ ΛΥΓΔΑ ΑΣΠΑΣΙΑ-ΛΥΓΔΑΣ Ε. ΝΙΚΟΛΑΟΣ Ο.Ε., Π. Τσαλδάρη 37, τηλ: 5716881
- ΜΠΑΤΖΑΚΑΚΗ ΜΑΡΙΑ, Παν. Τσαλδάρη 85, τηλ: 5748880
- ΝΑΟΥΜ ΓΕΩΡΓΙΟΣ, Πεισάνδρου 14, τηλ/fax: 5740130
- ΠΑΡΑΜΥΘΕΛΛΗ - ΚΩΣΤΑ ΜΑΡΙΑ, Αγ. Ελευθερίου 4 (δίπλα στο Ι.Κ.Α.), τηλ: 5744204
- ΤΙΓΚΟΥ ΧΑΡΑ, Πελοπίδα 212, τηλ: 5755167
- ΤΣΕΡΤΟΥ ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ, Βασ. Αλεξάνδρου 46, τηλ/fax: 5721020

ΠΕΤΡΟΥΠΟΛΗ: (210)

- ΑΜΠΑΤΖΗ ΧΑΡΙΚΛΕΙΑ, Πλούτωνος 11 & Ηφαίστου, τηλ/fax: 5065324

ΠΛ. ΑΜΕΡΙΚΗΣ: (210)

- ΓΑΡΔΙΚΗΣ ΜΑΝΟΣ-ΤΣΕΛΕΠΗ ΜΑΡΙΑ, Αγ. Μελετίου 80, τηλ: 8676867
- ΚΑΣΤΑΝΑ-ΚΑΣΑΡΤΖΙΔΗ ΕΥΤΥΧΙΑ, Μεθύμνης 46, τηλ: 8617558
- ΚΑΣΑΡΤΖΙΔΗ ΠΗΝΕΛΟΠΗ, Πατησίων 167, τηλ: 8670115
- ΚΟΡΩΝΙΟΥ-ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΥ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ, Γ΄ Σεπτεμβρίου 145, τηλ: 8223087
- ΝΙΚΟΠΟΥΛΟΣ ΠΕΡΙΚΛΗΣ, Πατησίων 185, τηλ: 8673354

ΠΛ. ΒΙΚΤΩΡΙΑΣ: (210)

- ΑΦΟΥΞΕΝΙΔΗ - ΚΑΛΑΝΤΖΗ ΔΗΜΗΤΡΑ, Αριστοτέλους 59, τηλ: 8216042
- ΔΡΙΒΑΣ Ι. Ν. 3ης Σεπτεμβρίου 72, τηλ: 8222700
- ΠΑΠΑΪΩΑΝΝΟΥ ΤΟΥΛΙΤΑ, Κοδριγκτώνος 22, τηλ: 8233717

ΠΛ. ΚΟΛΙΑΤΣΟΥ: (210)

- ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΥ ΡΕΑ, Νάξου & Ιππολύτου 18, τηλ: 2019931
- ΦΙΛΙΠΠΟΥ ΑΓΓΕΛΙΚΗ, Πατησίων 271, τηλ: 2013689

ΠΟΡΤΟ ΡΑΦΤΗ: (22990)

- ΠΑΠΠΑ ΧΡΥΣΑ, Λ. Πόρτο Ράφτη 34, τηλ/fax: 84440
- ΒΕΡΓΟΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ, Πάροδος Λεώφ. Γρέγου -Θέση Ντρίβλια, τηλ/fax: 85450

ΡΑΦΗΝΑ: (22940)

- ΚΥΡΙΑΚΟΥ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ, Εθν. Αντιστάσεως & Καρόλου Κούν, τηλ/fax: 31830

ΣΕΠΟΛΙΑ: (210)

- ΟΙΚΟΝΟΜΑΚΗ ΑΓΙΣΤΡΙΩΤΗ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ & ΣΙΑ Ο.Ε., Σεπολίων 78, [Πλ. Άγιος Μελέτης], τηλ: 5123600

ΣΠΑΤΑ: (210)

- ΜΑΓΟΥΡΗ ΟΛΥΜΠΙΑ & ΣΙΑ Ο.Ε., Δημάρχου Χρ. Μπέκα 100, τηλ: 6635135

ΣΥΝΤΑΓΜΑ: (210)

- ΛΙΒΑΣ ΖΑΧΑΡΙΑΣ, Σοφοκλέους 18, τηλ: 3217022
- ΜΑΡΟΥΛΗΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ, Πανεπιστημίου 6, τηλ: 3609741, fax: 3609742
- ΠΟΛΙΤΗΣ ΣΠΥΡΟΣ, Φιλελλήνων 7, τηλ: 3236060

ΦΙΛΟΘΕΗ: (210)

- ΣΧΟΛΕΙΑΔΗ - ΚΥΡΙΑΖΑΝΟΥ ΕΛΙΣΑΒΕΤ, Βασ. Γεωργίου β΄ 11, τηλ/fax: 6749827, ekyriazanou@yahoo.gr

ΧΑΪΔΑΡΙ: (210)

- ΕΛ. ΚΩΝΣΤΑ – Ι. ΜΑΝΙΚΑΡΟΣ, Στρ. Καραϊσκάκη 82, τηλ: 5985845
- ΜΑΓΟΥΛΑΣ ΑΔΑΜΑΝΤΙΟΣ, Νικ. Πλαστήρα 14, τηλ/fax: 5821855
- ΜΠΑΡΜΠΟΥΝΗ ΕΛΕΝΗ, Ηρώων Πολυτεχνείου 59, τηλ: 5811900
- ΣΑΚΟΠΟΥΛΟΣ ΘΕΟΔΩΡΟΣ, Γ. Παπανδρέου 4 (Δάσος Χαϊδαρίου), τηλ/fax: 5813912

ΧΑΛΑΝΔΡΙ: (210)

- ΚΑΠΠΟΥ ΜΑΡΙΝΗ, Κ. Βάρναλη 56 Γ΄, τηλ: 6816610
- ΚΑΛΑΜΠΟΚΙΔΟΥ ΛΙΑ, Παπάγου 14, τηλ/fax: 6854902
- ΚΑΦΙΡΗΣ ΕΥΑΓΓΕΛΟΣ, Ολύμπου 92, τηλ: 6838626
- ΣΩΤΗΡΟΠΟΥΛΟΥ ΣΤ. - ΜΑΚΡΗ Β. Ο.Ε. Ανδρ. Παπανδρέου 8, τηλ: 6814883

ΧΟΛΑΡΓΟΣ: (210)

- ΓΚΙΟΥΡΔΑ ΧΡΙΣΤΙΝΑ, Βουτσινά 65 (Πλ. Δημοκρατίας), τηλ: 6528036
- ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ Θ. ΤΟΡΒΑΣ & ΣΙΑ Ε.Ε., 17ης Νοεμβρίου 56, (Έναντι πλατείας Κύπρου), τηλ: 6546777

ΠΕΙΡΑΙΑΣ:

ΚΕΝΤΡΟ: (210)

- ΑΘΑΝΑΣΙΟΥ ΑΡΣΕΝΙΟΣ, Ελ. Βενιζέλου & Βούλγαρη 95, τηλ: 4178719

- ΕΠΙΤΡΟΠΟΥ ΣΑΒΒΑΣ, Μπουμπουλίνας 38, τηλ: 4297313 fax: 4100249
- ΖΑΒΙΑΚΑ ΕΛΕΝΑ & ΣΙΑ Ο.Ε., Λακωνίας 30 & Φ. Κορυτσάς, τηλ/fax: 4202225
- ΚΟΝΤΟΔΗΜΟΥ Α. ΑΡΓΥΡΩ, Αλκιβιάδου 121-123, τηλ: 4115529, fax: 4225052
- ΛΟΥΒΗΣ ΕΥΣΤΑΘΙΟΣ, Β. Γεωργίου Β4, τηλ: 4113232
- ΜΠΑΡΜΠΑΓΙΑΝΝΗ ΣΤΑΥΡΟΥΛΑ, Μητρώου 66, τηλ: 4535829
- ΟΙΚΟΝΟΜΙΔΗΣ ΣΤΕΦΑΝΟΣ, Καραολή & Δημητρίου 78, τηλ: 4112989
- ΣΙΔΗΡΟΠΟΥΛΟΥ ΜΑΡΙΑ, Ελ. Βενιζέλου 47, τηλ: 4122720
- ΤΣΙΑΚΟΥ ANNA, ΑΓ. Ελευθερίου 134, τηλ: 4827715 KAMINIA
- ΤΣΙΑΚΟΥ – ΤΕΝΤΟΛΟΥΡΗ ΞΑΚΟΥΣΤΗ, Χίου 30, τηλ/fax: 4823744, KAMINIA

ΚΕΡΑΤΣΙΝΙ: (210)

- ΚΥΡΙΑΚΙΔΟΥ ΚΑΛΛΙΟΠΗ & ΣΙΑ Ε.Ε., Π. Τσαλδάρη 54, τηλ: 4322177
- ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΥ ΔΕΣΠΟΙΝΑ, Γρ. Λαμπράκη 517, τηλ: 4008676
- ΣΥΣΤ. ΦΑΡΜΑΚΕΙΑ ΣΠ. ΜΑΡΤΙΚΑ – Θ. ΜΑΡΤΙΚΑ Ο.Ε. Ελευθερίου Βενιζέλου 177, τηλ: 4621107
- ΜΟΥΤΑΦΙΔΗΣ ΙΩΑΝΝΗΣ - ΘΩΜΑΙΔΟΥ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ Ο.Ε., Λ. Δημοκρατίας 123, τηλ: 4310765, fax: 4310442
- ΜΠΟΥΜΠΟΥΚΑ ΧΡΥΣΑΝΘΗ, Π. Τσαλδάρη 42, τηλ: 4315439
- ΡΗΝΙΩΤΗΣ ΜΙΧΑΗΛΣ, Τσαλδάρη 17, τηλ: 4000207, 4004453, κιν: 697722200

ΚΟΡΥΔΑΛΛΟΣ: (210)

- ΚΡΟΣΕΝΣΚΗ-ΔΕΒΕΤΖΟΓΛΟΥ ΒΙΚΤΩΡΙΑ, Μπουμπουλίνας 28, τηλ: 4963570, fax: 4961069, ΑΝΩ ΚΟΡΥΔΑΛΛΟΣ

ΝΙΚΑΙΑ: (210)

- ΠΑΡΙΔΟΥ – ΑΝΑΓΝΩΣΤΟΥ ΜΑΙΡΗ, Π. Ράλλη 150 (έναντι κρατικού Νικαίας), τηλ/fax: 4952422
- ΣΑΪΤΗ ΑΘΑΝΑΣΙΑ, Παν. Τσαλδάρη 125 (πεζόδρομος), τηλ/fax: 4917216

ΥΠΟΛΟΙΠΗ ΕΛΛΑΔΑ

Ν. ΑΙΤΩΛΟΑΚΑΡΝΑΝΙΑΣ

ΑΓΡΙΝΙΟ: (26410)

- ΣΑΝΤΖΟΥΚ ΣΑΜΙΡ, Πλατεία Χατζοπούλου 12, τηλ: 45495, fax: 46707

Ν. ΑΡΓΟΛΙΔΟΣ

ΑΡΓΟΣ: (27510)

- ΜΠΑΝΤΑΝΑΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ & ΣΙΑ Ο.Ε., Παν. Τσαλδάρη 7, τηλ: 66106, κιν: 6944310070
- ΤΑΡΝΑΡΗ ΣΟΦΙΑ, Τέρμα Ηρακλέους, τηλ: 68820

ΝΑΥΠΛΙΟ: (27520)

- ΜΕΛΛΟΥ ΟΥΡΑΝΙΑ, 25ης Μαρτίου 26, τηλ: 29844

N. ΑΡΚΑΔΙΑΣ

ΤΡΙΠΟΛΗ: (2710)

- ΒΑΣΙΛΕΙΟΥ Θ. & ΣΙΑ Ε.Ε., Σπάρτης 40 (έναντι ΙΚΑ), τηλ: 221111

- ΡΕΛΛΙΑ – ΤΕΡΙΑΚΗ ΕΛΕΝΗ, Τ. Σεχιώτη 25, τηλ: 239077
- ΣΑΒΒΑΚΗ ΕΥΣΕΒΙΑ, Κύπρου 1, τηλ: 237472

N. ΑΧΑΪΑΣ

ΑΙΓΙΟ: (26910)

- ΚΟΚΚΙΝΟΥ - ΣΠΗΛΙΟΠΟΥΛΟΥ ΚΥΡΙΑΚΗ & ΣΙΑ Ο.Ε. Ανδρονόπουλου 17, τηλ/fax: 21609, κιν: 6936662022
- ΠΑΝΤΑΖΟΠΟΥΛΟΥ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ & ΣΙΑ Ο.Ε. Γρηγορίου Ε' 88, [Πλ. Δεξαμενής] τηλ/fax: 20772

ΠΑΤΡΑ: (2610)

- ΣΥΣΤ. ΦΑΡΜΑΚΕΙΑ ΑΛΕΞ. ΓΙΑΜΑ - ΚΩΝ. ΒΑΣΙΛΟΠΟΥΛΟΣ, Αγ. Ιωάννη Πράτσικα 90, τηλ: 341723
- ΓΙΩΤΟΠΟΥΛΟΥ - ΚΥΡΙΑΖΗ ΓΑΡΥΦΑΛΛΙΑ, Γούναρη 113, & Σωτηριάδου, τηλ: 624534
- ΣΥΣΤ. ΦΑΡΜΑΚΕΙΑ ΠΛΑΚΟΓΙΑΝΝΑΚΗ ΚΑΛΛΙΒΩΚΑ Μ. - ΚΑΛΛΙΒΩΚΑΣ Α. Ο.Ε., Κορίνθου 204 – 206, τηλ/fax: 277162, 276886, κιν: 6944913565
- ΚΟΤΣΙΡΙΛΟΥ ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ – ΚΟΤΣΙΡΙΛΟΣ ΧΡΗΣΤΟΣ, Αγ. Τριάδος 52 & Βορ. Ηπείρου 3, τηλ: 329283
- ΛΑΤΣΗΣ ΔΗΜΗΤΡΗΣ, Μεσολογγίου 2 & Αθ. Διάκου, τηλ: 327820
- ΜΗΤΡΟΠΟΥΛΟΥ ΧΡΙΣΤΙΝΑ, Γερμανού 96 & Λόντου, τηλ/fax: 622909
- ΜΠΑΛΑΦΟΥΤΗ ΓΕΩΡΓΙΑ, Ζακύνθου 27-29, τηλ/fax: 429990
- ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ, Γιαννιτσών 4, τηλ: 453757

- ΠΡΟΣΕΛΕΝΤΗΣ – ΧΙΩΝΗΣ ΒΑΣΙΛΕΙΟΣ, Κορίνθου 34, τηλ: 427878
- ΡΑΠΤΗΣ ΙΩΑΝΝΗΣ, Κολοκοτρώνη 52, τηλ: 279009
- ΣΥΣΤ. ΦΑΡΜΑΚΕΙΑ ΤΡΙΒΥΖΑ ΚΑΤΕΡΙΝΑ - ΤΡΙΒΥΖΑ ΜΑΡΙΑ Ο.Ε., Αρέθα 73, τηλ: 421145
- ΧΑΧΑΛΗ ΚΥΡΙΑΚΗ, Κορίνθου 309, τηλ: 223567

N. ΔΡΑΜΑΣ

ΔΡΑΜΑ: (25210)

- ΚΟΛΛΑΣ ΙΩΑΝΝΗΣ, Ιουστινιανού 52, τηλ: 48444, κιν: 6973779726
- Γ. ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΣ & ΣΙΑ Ο.Ε., Αγαμέμνωνος 35, τηλ: 27600
- ΧΡΙΣΤΟΠΟΥΛΟΣ ΣΤΕΡΓΙΟΣ, Βεργίνας 49, τηλ: 39715, fax: 55083

N. ΕΥΒΟΙΑΣ

ΑΜΑΡΥΝΘΟΣ: (22290)

- ΣΥΣΤ. ΦΑΡΜΑΚΕΙΑ ΑΜΑΡΥΝΘΟΥ & ΣΙΑ Ο.Ε., Βασ. Κωνσταντίνου & 16ης Οκτωβρίου, τηλ: 37763

ΧΑΛΚΙΔΑ: (22210)

- ΔΗΜΗΤΡΙΟΥ - ΔΕΜΕΤΖΟΥ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ, Ελ. Βενιζέλου 77, τηλ: 82210

N. ΕΒΡΟΥ

ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗ: (25510)

- ΑΘΑΝΑΣΙΑΔΟΥ ΕΥΑΝΘΙΑ, 14ης Μαΐου 53, τηλ: 26478, fax: 88595

- ΑΝΤΩΝΑΡΟΥ ΖΑΦΕΙΡΩ & ΣΙΑ Ο.Ε., 28^{ης} Οκτωβρίου 16, τηλ: 29082
- ΖΗΚΙΔΟΥ ΑΣΠΑΣΙΑ, Παλαιολόγου 51 & Κομνηνών, τηλ: 35223, fax: 36440
- ΚΑΪΣΑΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ & ΣΙΑ Ε.Ε., 14ης Μαΐου 88, τηλ: 20667, fax: 88492, e-mail: gkaisas@otenet.gr

ΟΡΕΣΤΙΑΔΑ: (25520)

- ΑΛΓΙΑΝΝΑΚΗΣ ΣΑΒΒΑΣ & ΣΙΑ Ο.Ε., Ευριπίδου 96, τηλ: 28477

N. ΗΛΕΙΑΣ

ΠΥΡΓΟΣ: (26210)

- ΑΔΑΟΥ – ΛΑΜΠΡΑΚΟΥ ΔΙΟΝΥΣΙΑ, Πατρών 8, τηλ: 22616

N. ΗΜΑΘΙΑΣ

ΑΛΕΞΑΝΔΡΕΙΑ: (23330)

- ΔΕΜΕΡΤΖΙΔΟΥ ΓΕΩΡΓΙΑ, Βετσοπούλου 32Α, τηλ: 23023
- ΚΟΚΚΙΝΟΥ ΦΡΟΣΩ, Δ. Βετσοπούλου 45, τηλ: 23362

N. ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ

ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ: (2310)

- ΑΝΑΣΤΑΣΙΑΔΟΥ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ, Κηφισίας 2, τηλ: 412771, fax: 414055
- ΑΡΓΥΡΙΟΥ ΕΛΕΝΗ, Τριανταφυλλίδη 2, τηλ: 481585 ΚΑΛΑΜΑΡΙΑ
- ΓΑΓΑΛΗ ΠΕΛΑΓΙΑ, Εθν. Αντιστάσεως 7Β', τηλ: 447997, fax: 482368, ΚΑΛΑΜΑΡΙΑ
- ΓΕΩΡΓΙΑΔΗΣ Λ. ΣΩΤΗΡΗΣ, Καπ. Γκόνη 24, τηλ: 416658, 423285, ΚΑΛΑΜΑΡΙΑ
- ΓΕΩΡΓΙΑΔΟΥ - ΤΣΟΚΑΝΟΥ ΓΕΩΡΓΙΑ, Ατλαντίδος 35-37, τηλ/fax: 925797, ΚΑΤΩ ΤΟΥΜΠΑ
- ΓΚΑΤΖΟΥΛΗ ΑΓΟΡΙΤΣΑ & ΣΙΑ Ο.Ε., Τσιμισκή 102, τηλ: 231822
- ΓΟΥΝΑΡΗ ΠΑΓΩΝΑ, Ολυμπιάδος 103, τηλ: 776576, ΕΥΟΣΜΟΣ ΘΕΣ/ΝΙΚΗΣ
- ΓΡΑΜΜΑΤΙΚΟΠΟΥΛΟΣ Α. ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ 25ης Μαρτίου 100, τηλ: 325830, fax: 334691, ΧΑΡΙΛΑΟΥ
- ΔΑΝΙΛΟΥΛΗΣ ΝΙΚΟΣ – ΚΟΥΤΟΥΡΟΥΣΗ ΑΛΙΚΗ & ΣΙΑ Ο.Ε., Τσιμισκή 7 & Ίωνος Δραγούμη, τηλ: 547633, fax: 547632

- ΚΑΛΟΓΕΡΑΣ Β. ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ, Γυμνασ. Μυστακίδου 33, τηλ/fax: 309054, ΧΑΡΙΛΑΟΥ
- ΚΑΛΛΟΝΑ ΦΩΤΕΙΝΗ, Πλ. Μ. Αλεξάνδρου, ΚΑΡΔΙΑ ΘΕΣ/ΝΙΚΗΣ τηλ: 23920-65155
- ΚΑΡΟΥΣΟΥ ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ, Α. Τζουμαγιάς 19 – Παπάφη, τηλ/fax: 926404, Αγ. Φανούριος, ΤΟΥΜΠΑ
- ΚΑΤΡΑΝΤΣΙΩΤΗ ΑΝΝΑ, Παλαιών Πατρών Γερμανού 21 τηλ/fax: 262049, fax: 262012, ΘΕΣ/ΝΙΚΗ ΚΕΝΤΡΟ
- ΚΟΚΚΙΝΗ ΦΩΤΕΙΝΗ, Επταπυργίου 57, τηλ: 634333, ΣΥΚΙΕΣ
- ΚΟΥΛΟΥΜΠΡΙΔΗΣ – ΡΑΠΤΗ, Μπότσαρη 53, τηλ: 824632
- ΦΑΡΜΑΚΕΙΟ ΒΑΣΣΑΜΟ, ΚΥΖΙΡΟΓΛΟΥ ΟΛΓΑ ΛΑΖΟΥ Γρ. Λαμπράκη 65, τηλ/fax: 917902, ΑΝΩ ΤΟΥΜΠΑ
- ΜΑΛΑΘΟΥΝΙΑΔΟΥ ΛΑΣΚΑΡΙΝΑ, Φιλιππουπόλεως 13, τηλ: 746037, ΑΜΠΕΛΟΚΗΠΟΙ
- ΜΑΥΡΟΜΑΤΗ ΑΝΔΡΟΜΑΧΗ & ΣΙΑ Ο.Ε., Μιαούλη 6 τηλ: 23920-63693, ΠΛΑΓΙΑΡΙ ΘΕΣ/ΝΙΚΗΣ
- ΜΠΑΣΟΓΛΟΥ ΑΝΔΡΕΑΣ, Μακροχωρίου 1, τηλ: 436323, ΚΑΛΑΜΑΡΙΑ
- ΝΙΚΟΛΑΪΔΗΣ ΣΠΥΡΙΔΩΝ & ΣΙΑ Ο.Ε., 25ης Μαρτίου 66, τηλ: 311528
- ΠΑΝΤΕΛΙΔΗΣ ΧΑΡΑΛΑΜΠΟΣ, Πλ. Δημοκρατίας 2, τηλ: 798107, ΣΙΝΔΟΣ, ΘΕΣ/ΝΙΚΗΣ

- ΠΑΣΧΑΛΙΔΟΥ ΑΡΣΕΝΙΑ, Γ. Σεφέρη 39, τηλ/fax: 322373, ΧΑΡΙΛΑΟΥ
- ΡΕΠΑΝΕΛΗ ΑΠ. ΜΑΡΙΑ, Μ. Τειρεσία 3 (διασταύρωση Δελφών με Κωνσταντινουπόλεως), τηλ: 848234
- ΣΑΡΔΕΛΗΣ ΧΑΡΑΛΑΜΠΟΣ & ΣΙΑ Ο.Ε., Φιλίππου 38, τηλ: 23920-75355, ΠΕΡΑΙΑ ΘΕΣ/ΝΙΚΗΣ
- ΣΤΑΜΑΤΗ ΕΛΕΝΗ – ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ, Πόντου 68, τηλ/fax: 416244, ΜΕΤΑΜΟΡΦΩΣΕΩΣ - ΚΑΛΑΜΑΡΙΑ
- ΣΤΑΥΡΑΚΑΚΗ – ΣΥΛΛΙΓΝΑΚΗΣ, Εγνατίας 142, τηλ: 238828
- ΣΦΕΤΣΑΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ, Ίωνος Δραγούμη 69, τηλ: 536883
- ΤΑΧΤΑΛΙΔΟΥ ΔΗΜΗΤΡΑ, Γρηγορίου Ε' 26, τηλ: 317505
- ΤΖΩΓΑ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ, Εθν. Αντιστάσεως 42, τηλ: 433774, ΚΑΛΑΜΑΡΙΑ
- ΤΡΟΥΛΑΚΗ – ΣΙΤΑΡΙΔΟΥ ΜΑΡΙΑ, Καραβαγγέλη 11, τηλ: 655566, ΗΛΙΟΥΠΟΛΗ
- ΤΣΑΚΙΡΟΓΛΟΥ ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΣ & ΣΙΑ Ο.Ε., Εγνατία 72, τηλ: 236468, fax: 236358
- ΤΣΙΤΣΕΛΗ ΝΙΚ. ΑΙΜΙΛΙΑ, 28^{ης} Οκτωβρίου 35, τηλ/fax: 574774, ΚΑΛΟΧΩΡΙ ΘΕΣ/ΝΙΚΗΣ
- ΤΣΟΥΚΑΛΑΣ ΙΩΑΝΝΗΣ - ΝΤΑΟΥΤΖΑ ΙΩΑΝΝΑ Ο.Ε., Κύπρου 28, τηλ/fax: 638048, ΣΥΚΙΕΣ ΘΕΣ/ΝΙΚΗΣ
- ΦΑΝΟΥΛΑ ΚΑΤΕΡΙΝΑ & ΣΙΑ Ο.Ε., Κομνηνών 63, τηλ/fax: 344206, ΠΑΝΟΡΑΜΑ
- ΧΡΗΣΤΟΥ ΕΛΕΝΗ, Κανάρη 10 & Αγ. Αθανασίου 6, τηλ/fax: 460208, Ν. Ρεδεστός, Δήμου ΘΕΡΜΗΣ

N. ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ

ΙΩΑΝΝΙΝΑ: (26510)

- ΔΟΓΟΡΙΤΗΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ, Κεντρική Πλατεία 10, τηλ/fax: 71537

N. ΚΑΒΑΛΑΣ

ΚΑΒΑΛΑ: (2510)

- ΧΑΡΑΛΑΜΠΙΔΗΣ ΧΑΡΑΛΑΜΠΟΣ, Υψηλάντου 27, τηλ/fax: 833652

N. ΚΑΡΔΙΤΣΗΣ

ΚΑΡΔΙΤΣΑ: (24410)

- ΚΕΦΑΛΑ ΝΤΙΝΑ & ΣΙΑ Ο.Ε., Ιεζεκίλ & Χαρίτου, τηλ/fax: 74126

N. ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ

ΑΡΓΟΣ ΟΡΕΣΤΙΚΟ: (24670)

- ΘΕΟΧΑΡΗ ΑΝΤΙΓΟΝΗ, Μ. Αλεξάνδρου 5, τηλ: 43343

N. ΚΙΛΚΙΣ

ΚΙΛΚΙΣ: (23410)

- ΑΓΑΘΟΠΟΥΛΟΣ Θ. ΔΗΜΗΤΡΗΣ, Αγ. Γεωργίου 5, τηλ/fax: 24400
- ΠΕΤΜΕΖΑΣ ΝΙΚΟΣ, Νέα Σάντα ΚΙΛΚΙΣ, τηλ: 64194

N. ΚΟΖΑΝΗΣ

ΚΟΖΑΝΗ: (24610)

- ΜΟΥΣΑΦΕΙΡΟΠΟΥΛΟΥ ΔΗΜΗΤΡΑ, Μεθώνης 1, τηλ: 38003

ΠΤΟΛΕΜΑΪΔΑ: (24630)

- ΤΣΑΒΛΗ – ΤΣΟΛΑΚΗ ΠΗΝ. -ΧΑΤΖΗΕΥΣΤΡΑΤΙΟΥ ΕΛ. & ΣΙΑ Ο.Ε., Εθν. Αντιστάσεως & Βασ. Κων/νου (γωνία), τηλ: 25979, fax: 27271

N. ΚΟΡΙΝΘΙΑΣ

ΖΕΥΓΟΛΑΤΙΟ: (27410)

- ΣΥΣΤ. ΦΑΡΜΑΚΕΙΑ ΣΙΑΠΚΑΡΑ ΑΓΓ. - ΣΙΑΠΚΑΡΑ ΜΑΡ. Ο.Ε., τηλ: 54232

ΚΙΑΤΟ: (27420)

- ΔΕΛΗΓΙΑΝΝΗΣ ΠΑΝΟΣ, Εθν. Αντιστάσεως 20, τηλ: 23503

ΚΟΡΙΝΘΟΣ: (27410)

- ΚΡΙΕΜΠΑΡΔΗ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ, Εθν. Αντιστάσεως 93, τηλ: 80680
- ΜΑΜΑΛΟΥΚΑΣ Γ. & ΣΙΑ Ο.Ε., Ζωγ. Πυλαρινού 72, τηλ: 22067 fax: 73797

ΛΟΥΤΡΑΚΙ: (27440)

- ΔΕΔΕΣ ΣΩΤΗΡΙΟΣ, Ελ. Βενιζέλου 62-64, τηλ: 21817

ΜΕΛΙΣΣΙ: (27430)

- ΜΠΑΣΙΟΥΚΑ ΜΑΡΙΝΑ & ΣΙΑ Ε.Ε., Παλαιά Εθνική οδός Αθηνών-Πατρών 167, τηλ: 61966

ΞΥΛΟΚΑΣΤΡΟ: (27430)

- ΚΛΑΔΟΥΧΟΣ ΑΝΤΩΝΗΣ, Π. Τσαλδάρη 61, τηλ: 23644

N. ΛΑΚΩΝΙΑΣ

ΓΥΘΕΙΟ: (27330)

- ΚΑΛΑΠΟΘΑΚΟΣ Π. ΛΕΩΝΙΔΑΣ, Ερμού 19 & Κάστορος, τηλ: 22566, οικ: 22934

ΜΟΝΕΜΒΑΣΙΑ: (27320)

- ΓΚΟΥΒΟΥΣΗ - ΦΟΥΝΤΟΥΛΑΚΗ ΓΕΩΡΓΙΑ, τηλ/fax: 61444

ΣΠΑΡΤΗ: (27310)

- ΖΑΡΑΦΩΝΙΤΗΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ, Λυκούργου 75, τηλ: 22838, fax: 89021

N. ΛΑΡΙΣΗΣ

ΛΑΡΙΣΑ: (2410)

- ΣΤΑΥΡΑΚΗΣ ΠΕΤΡΟΣ, Καρδίτσης & Σκοπάδων 7 (περιοχή Νεραΐδα), τηλ/fax: 626047

N. ΜΑΓΝΗΣΙΑΣ

ΒΟΛΟΣ: (24210)

- ΔΡΙΚΑΚΗ ΚΟΝΔΥΛΙΑ, Γκλαβάνη & Αλεξάνδρας 122, τηλ: 33121
- ΜΕΤΣΟΒΙΤΟΥ ΣΟΝΙΑ, Ιωλκού 17 (πρώην Ελ. Βενιζέλου), τηλ: 21773
- ΠΑΝΑΓΙΩΤΟΠΟΥΛΟΥ ΑΣΠΑΣΙΑ, Ιωλκού 227, τηλ: 42900

- ΤΣΑΡΝΑΣ ΚΩΝ/ΝΟΣ, Αναπαύσεως 33, τηλ/fax: 66922, Ν. ΙΩΝΙΑ ΒΟΛΟΥ

- ΤΣΑΤΣΟΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ – ΤΣΑΤΣΟΥ ΓΕΩΡΓΙΑ Ο.Ε., Κ. Καρτάλη 102, τηλ/fax: 29947

N. ΜΕΣΣΗΝΙΑΣ

ΚΑΛΑΜΑΤΑ: (27210)

- ΑΛΕΞΙΔΟΥ ΕΛΙΣΑΒΕΤ, Αριστομένους & Παισανία 2, τηλ: 22223
- ΑΝΑΣΤΑΣΟΠΟΥΛΟΥ ΣΤΑΥΡΟΥΛΑ, Φαρών 186, τηλ: 95521
- ΔΗΜΗΤΡΟΠΟΥΛΟΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΗΣ & ΣΙΑ Ο.Ε., Μακεδονίας 18, τηλ: 84098
- ΜΑΡΑΝΤΟΣ ΝΙΚΟΛΑΟΣ, Αριστομένους 79, τηλ: 84925

ΠΥΛΟΣ: (27230)

- ΛΟΠΑΣ ΙΩΑΝΝΗΣ, Ρωμανός ΜΕΣΣΗΝΙΑΣ, τηλ: 41740, fax: 41333

N. ΞΑΝΘΗΣ

ΞΑΝΘΗ: (25410)

- ΙΣΑΑΚΙΔΟΥ Μ. - ΓΡ. ΔΙΟΥΔΗ Ο.Ε., Μπρουκούμη 9, τηλ: 26981

- ΠΑΠΑΜΑΡΚΑΚΗΣ ΙΩΑΝΝΗΣ & ΣΙΑ Ο.Ε., Παν. Τσαλδάρη 16, τηλ: 71676

Ν. ΠΕΛΛΑΣ

ΑΡΙΔΑΙΑ: (23840)

- ΜΑΡΚΟΥ ΜΑΡΙΑ, τηλ: 28060, ΣΩΣΑΝΔΡΑ ΑΡΙΔΑΙΑΣ
- ΧΡΗΣΤΟΥ ΠΕΛΑΓΙΑ, Λοχαγού Πασσά 1, τηλ: 24298

ΓΙΑΝΝΙΤΣΑ: (23820)

- ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΥ ΙΩΑΝΝΑ, Ταγμ. Γεωργούλη 7, τηλ: 25444

ΕΔΕΣΣΑ: (23810)

- ΠΕΤΡΙΔΗΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ, Γεωργίου Πέτσου 2, τηλ: 26158

Ν. ΠΙΕΡΙΑΣ

ΚΑΤΕΡΙΝΗ: (23510)

- ΣΥΣΤ. ΦΑΡΜΑΚΕΙΑ ΖΙΩΓΑ – ΕΞΑΡΧΟΥ ΑΝΝΑ - ΖΙΩΓΑ ΔΗΜΗΤΡΑ Ο.Ε., Σαρανταπόρου 1, τηλ: 27865
- ΤΑΓΑΡΑ ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ & ΣΙΑ Ο.Ε., 16ης Οκτωβρίου 9, τηλ: 25639, fax: 25669
- ΤΡΙΑΝΤΑΦΥΛΛΟΥ ΝΙΚΟΣ, Ι. Κοσμά & Αγ. Λαύρας (γωνία), τηλ: 38528

Ν. ΡΟΔΟΠΗΣ

ΚΟΜΟΤΗΝΗ: (25310)

- ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΑ ΚΑΛΟΥΔΗ – ΖΟΥΜΑ, Ορφέως 28, τηλ/fax: 24640

Ν. ΣΕΡΡΩΝ

ΣΕΡΡΕΣ: (23210)

- ΚΑΛΑΪΤΖ ΔΑΦΝΗ & ΣΙΑ Ε.Ε., Βενιζέλου 29, τηλ/fax: 52900
- ΤΣΑΝΤΙΡΗ ΖΩΗ, Εμ. Ανδρόνικου & Νικ. Πλαστήρα (γωνία), τηλ/fax: 27977

Ν. ΦΘΙΩΤΙΔΑΣ

ΛΑΜΙΑ: (22310)

- ΧΑΔΟΣ ΛΟΥΚΑΣ, Ροζάκη Αγγελή 73, τηλ/fax: 25125
- ΔΕΛΗΓΙΑΝΝΗΣ ΗΛΙΑΣ, Αβέρωφ 40, τηλ: 46758

ΝΗΣΙΑ

ΚΑΛΥΜΝΟΣ: (22430)

- ΚΑΛΛΙΟΠΗ ΠΑΤΕΛΛΗ & ΣΙΑ Ο.Ε., Πατριάρχου Μαξίμου 15, τηλ: 28468, fax: 50887

ΚΕΑ: (22880)

- ΝΙΚΟΛΑΪΔΗΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ, ΚΟΡΗΣΣΙΑ ΚΕΑΣ, τηλ: 22000, κιν: 6972326246

ΚΕΡΚΥΡΑ: (26610)

- ΠΑΝΔΗ ΧΡΙΣΤΙΝΑ & ΣΙΑ Ο.Ε., Σολωμού 2, τηλ: 39281

ΚΕΦΑΛΛΟΝΙΑ: (26710)

ΑΡΓΟΣΤΟΛΙ

- ΚΩΝΣΤΑΝΤΑΤΟΣ ΒΑΣΙΛΗΣ, Σιτεμπόρων 56 & Βανδώρου, τηλ: 23955

ΚΡΗΤΗ

Ν. ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ

ΗΡΑΚΛΕΙΟ: (2810)

- ΚΟΚΟΚΙΟΣ ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ – ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ ΚΟΥΤΑΝΤΟΥ, Λ. Καλοκαιρινού 217, Τηλ/fax: 287038
- ΟΡΦΑΝΟΥΔΑΚΗΣ ΧΑΡΑΛΑΜΠΟΣ, Αντ. Καστρινάκη 30Α' τηλ: 211451
- ΠΑΤΤΑΚΟΥ ΝΙΚΗ, Λ. Κνωσσού 171, τηλ: 238556

ΧΕΡΣΟΝΗΣΟΣ: (28970)

- ΜΗΤΣΑΚΗ ΕΥΑ, Παραλιακός Μαλλίων - Στελίδας, τηλ/fax: 32132, www.i-pharmacy.gr, ΛΙΜΕΝΑΣ ΧΕΡΣΟΝΗΣΟΥ
- ΧΑΡΑΛΑΜΠΑΚΗΣ ΧΡΗΣΤΟΣ, Ελ. Βενιζέλου 99, τηλ: 22201

Ν. ΡΕΘΥΜΝΟΥ

ΡΕΘΥΜΝΟ: (28310)

- ΚΑΚΟΓΙΑΝΝΑΚΗ Κ. – ΚΑΛΟΓΕΡΑΚΗ & ΣΙΑ Ο.Ε., Θ. Μοάτσου 8-10, τηλ: 22187, fax: 25375
- ΚΟΛΕΛΗΣ ΚΩΣΤΑΣ, Εμ. Πορτάλιου 25, τηλ: 50348
- ΜΑΝΩΛΕΣΑΚΗ ΜΑΡΙΑ, Κουντουριώτη 17, τηλ: 28305
- ΦΡΑΓΚΙΑΔΑΚΗΣ ΔΗΜΗΤΡΗΣ, Ν. Ασκούτση 2, τηλ: 25813

Ν. ΧΑΝΙΩΝ

ΧΑΝΙΑ: (28210)

- ΝΤΑΟΥΚΑΚΗ ΜΑΡΙΑ & ΣΙΑ Ο.Ε., Σκαλίδη 106-108, τηλ/fax: 90210
- Ε. ΠΑΠΑΔΑΚΗ & ΣΙΑ Ο.Ε., Τζανακάκη 44, τηλ: 58221, 57065
- ΠΕΤΡΙΤΑΚΗ – ΑΤΣΑΛΑΚΗ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ, Πλ. Σοφ. Βενιζέλου 11, τηλ: 45747
- ΣΑΚΚΑ ΕΥΑΓΓΕΛΙΑ, Δασκαλογιάννη 43, Παλιά Πόλη, τηλ: 56188, Fax: 00727, E-mail: sales@my-pharmacy.gr

ΜΥΤΙΛΗΝΗ: (22510)

- ΜΑΥΡΑΓΑΝΗΣ ΣΠΥΡΟΣ Ο.Ε., Καβέτσου 5, τηλ: 20729
- ΟΥΖΟΥΝΕΛΗ ΜΕΛΠΟΜΕΝΗ, Ερμού 43, τηλ: 28535

ΠΑΡΟΣ: (22840)

- ΣΥΨΑΣ ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ, τηλ: 51550, ΝΑΟΥΣΑ ΠΑΡΟΥ

ΡΟΔΟΣ: (22410)

- ΓΙΩΡΓΟΣ Ι. ΑΛΑΦΑΚΗΣ, Θεοτοκοπούλου 36, τηλ: 22285, fax: 75248, ΑΓ. ΑΝΑΡΓΥΡΟΙ
- ΕΥΘΥΜΙΑΔΗΣ ΧΑΡΑΛΑΜΠΟΣ, Μιχ. Πετρίδη 65, τηλ: 67830

**ΕΤΗΣΙΑ
ΣΥΝΔΡΟΜΗ
ΓΙΑ ΤΟ ΠΕΡΙΟΔΙΚΟ
ΟΜΟΙΟΠΑΘΗΤΙΚΗ
ΙΑΤΡΙΚΗ
20€**



ΕΘΝΙΚΗ: 132/140 349-58
ALPHA: 14 200 200 200 4601
EUROBANK: 099 02000 87013

ΔΙΚΑΙΟΥΧΟΣ:
 Γ.Ι.ΠΑΠΑΪΩΑΝΝΟΥ & ΣΙΑ Ο.Ε.

ΟΝΟΜΑΣΤΙΚΗ ΚΑΤΑΘΕΣΗ



MANTZIOS

ΑΠΟ ΤΟ 1963

ΜΕΛΕΤΗ ■ ΣΧΕΔΙΑΣΗ ■ ΚΑΤΑΣΚΕΥΗ ■ ΠΟΙΟΤΗΤΑ

Προσφέρουμε ολοκληρωμένες προτάσεις Φαρμακείου, σε μοντέρνο ή κλασικό ύφος.

Οικονομικές λύσεις, με απόλυτη εργονομία και καλαισθησία.

Για σας που ζείτε συνεχώς μέσα στον επαγγελματικό σας χώρο, και σέβετε τον φίλο – πελάτη.

ΣΑΡΠΗΔΟΝΟΣ 42 ΑΘΗΝΑ, ΤΗΛ.: 210 5124028, ΦΑΞ: 210 5150206
 e.mail: info@mantzios.com, www.mantzios.com

το απαραίτητο **εργαλείο** του Ομοιοπαθητικού Φαρμακείου και όχι μόνο...

- Ονοματολογία
- Δυναμοποιήσεις
- Φαρμακοτεχνικές μορφές
γαληνικού σκευάσματος
- Κωστολόγηση
- Στατιστικά στοιχεία
συνταγών/πελάτη-ιατρό/
φάρμακο & δυναμοποίηση

εύκολο
στη
χρήση

ακόμα και στο **μη εξοικειωμένο**
φαρμακοποιό
ή βοηθό φαρμακείου

Medicum
HomeoPlus

- Στατιστικά στοιχεία:
- Συνταγή/πελάτη
- Συνταγή/ιατρό & πελάτη
- Συνταγές/ιατρό
- Πωλήσεις φαρμάκων
- Ομαδοποίηση φαρμάκων &
δυναμοποιήσεων/ημέρα, μήνα, χρόνο



MEDICUM HOMEOPATHY
ΑΣΚΛΗΠΙΟΥ 179 - 114 71 ΑΘΗΝΑ
ΤΗΛ: 210 645 1506 - FAX: 210 6451205
www.medicum.gr - medicum@medicum.gr