

B I U L E T Y N I N F O R M A C Y J N Y

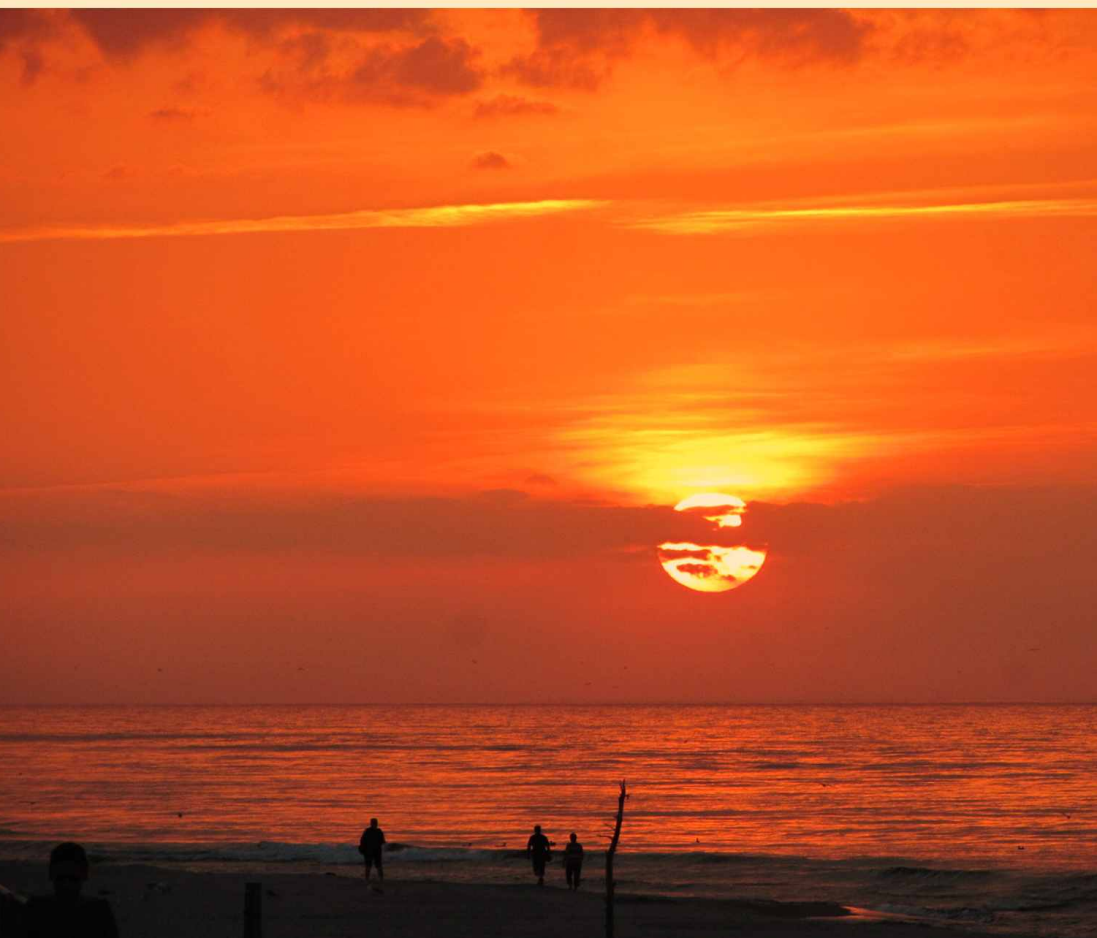
ŚRODKOWOPOMORSKIEJ OKRĘGOWEJ IZBY APTEKARSKIEJ W KOSZALINIE

Farmacja



POMORZA ŚRODKOWEGO

3 (245) Lipiec / Sierpień / Wrzesień 2018



Zachód słońca nad Bałtykiem.
Fot. R. Zarzycki



2018 r. Wiosna jesienią!
Fot. Rafał I. Zarzycki



Uroki jesieni.
Fot. R. Zarzycki





Cisza.
Fot. R. Zarzycki

FARMACJA POMORZA ŚRODKOWEGO

Spis treści Nr 3 (245) Lipiec / Sierpień / Wrzesień 2018

Poezja Weroniki Zarzyckiej.....	2
Słowo Pani Prezes.....	3
Unijne dotacje.....	4
Analiza informacji dotyczących dobrej praktyki sporządzania leków w aptece, zawartych w monografii „Leki sporządzane w aptece” do wydania	
XI Farmakopei Polskiej.....	11
Święci Kosma i Damian.....	22
Wiadomości.....	25
Z prasy.....	36
Miłe spotkanie historyków farmacji na XXVII Sympozjum Historii Farmacji w Stargardzie.....	41
Zespół Sekcji Historii Farmacji informuje.....	43
Aptekarskie love story.....	44
Lecznicze właściwości miodu.....	46
Remont biura Izby.....	51
Nasz chleb codzienny.....	55
Klub Seniorów Farmacji.....	57
Wycieczka Klubu Seniora naszej Izby do Świątłowa.....	58
List z Biecza.....	66
Na wesoło.....	68

FARMACJA POMORZA ŚRODKOWEGO

Biuletyn Środkowopomorskiej Okręgowej Izby Aptekarskiej w Koszalinie

75-401 Koszalin, ul. Jedności 5, tel./fax 94 341 43 04, tel. 342 50 26

Nr konta NRB: 58 1240 3653 1111 0000 4190 0527

Prezes Izby – mgr farm. Justyna Korzelska

Redaktor Naczelny – dr Jadwiga Brzezińska

Wydawca: Środkowopomorska Okręgowa Izba Aptekarska (Koszalin-Słupsk)

e-mail: oia.koszalin@wp.pl • www.oia.koszalin.pl

Za treść ogłoszeń redakcja nie odpowiada

ISSN 1231-5737

Świat melodii

Pośród chaosu i tętnienia życia,
Biegnie melodia w nutach ukryta;
Smyczek, wiola i rytm cymbałów,
Basetla, flety, głębia chorałów.

Muzyka podrywa się i w dal unosi,
Myśl odrywa od ziemi – brzmi;
Rozrywa nić smutku, radość głosi,
Koi przeżycia i odtąd w nas tkwi.

Czy płynie pieśń rzewna, czy skoczna,
Niesie ze sobą zawsze pocieszenie;
Nad nami wysoko, to znów pikuje,
Chmury odgarnia, bywa wspomnieniem.

Płyn pieśni i prowadź w nieznanie,
Otwieraj przestrzeń pośród gmatwaniny;
Dotknij tego co jest poranione,
A my wyrwani ze smutku, ciebie dogonimy.

Weronika Zarzycka
Koszalin, marzec 2015 r.

Koleżanki i Koledzy!

Z okazji zbliżającego się Dnia Aptekarza chcę życzyć Wam wytrwałości, nadziei i siły potrzebnej, aby z pasją uprawiać nasz zawód. Ważne jest, aby nasze środowisko jednoczyła zarówno chęć pomocy pacjentowi, jak i potrzeba powrotu do dawnej świetności naszego zawodu. Jesteśmy wykształceni, pracowici, dzięki temu służymy pacjentowi radą i pomocą.

Życzę Wam tylko wdzięcznych pacjentów, prawidłowo wystawionych recept oraz satysfakcji płynącej z uprawiania zawodu APTEKARZA !



prezes Justyna Korzelska

Unijne dotacje

Właściciele aptek, chcący unowocześnić swoją firmę, mogą ubiegać się o dotacje z kilku unijnych programów pomocowych. W ramach funduszy strukturalnych można uzyskać m.in. środki na modernizację budynku, w którym znajduje się apteka. Finansowany może być także zakup wyposażenia niezbędnego do prowadzenia działalności, albo zewnętrzne usługi doradcze, służące poprawie zarządzania w firmie.

W przypadku funduszy strukturalnych właściciel apteki traktowany jest tak samo, jak każdy inny przedsiębiorca prowadzący własną firmę. Wydaje się jednak, że szeroko pojęta branża farmaceutyczna może mieć większe szanse na uzyskanie dotacji niż inne, ponieważ jednym z podstawowych wymogów, które muszą spełniać projekty dofinansowywane ze środków unijnych, jest wprowadzanie rozwiązań innowacyjnych, których w tej branży nie brakuje. W ramach funduszy strukturalnych właściciele aptek mogą ubiegać się o wsparcie z kilku programów, w związku z tym możliwości otrzymania dofinansowania są bardzo szerokie.

Dla tych, co na dorobku

Właściciele pojedynczych aptek, którzy chcą np. zmodernizować budynek apteki, zakupić nowoczesny sprzęt potrzebny do przygotowania lub przechowywania leków, mogą ubiegać się o dotacje z programu „Mikroprzedsiębiorcy”, istniejącego w ramach Zintegrowanego Programu Operacyjnego Rozwoju Regionalnego (działanie 3.4). O wsparcie w tym wypadku mogą ubiegać się farmaceuci, którzy działają na rynku nie dłużej niż trzy lata, a ponadto w co najmniej jednym z dwóch ostatnich lat tzw. obrotowych:

- zatrudniali średniorocznie mniej niż 10 pracowników,
- osiągnęli roczny obrót netto ze sprzedaży towarów, wyrobów i usług oraz operacji finansowych nie przekraczający równowartości w złotych 2 milionów euro, lub
- wartość aktywów przedsiębiorstwa na koniec jednego z tych lat nie przekroczyła równowartości 2 milionów euro.

Wsparcie z programu jest bardzo szerokie, gdyż może dotyczyć nie tylko inwestycji w środki trwałe, ale również zewnętrzne usługi doradcze, służące np. poprawie zarządzania w firmie. W szczególności dofinansowywane mogą być następujące typy projektów: utworzenie, rozbudowa lub nabycie przedsiębior-

stwa, rozszerzenie zakresu działalności gospodarczej (utworzenie drugiej apteki), zmiana w sposobie świadczenia usług, unowocześnianie wyposażenia niezbędnego do prowadzenia działalności gospodarczej firmy. Na unijne pieniądze można liczyć, jeżeli nasze inwestycje wprowadzą jakąś innowacyjną zmianę w działalności apteki. Dofinansowane mogą być również projekty doradcze, świadczone przez zewnętrzne firmy konsultingowe. Generalnie tego typu usługi mają zwiększyć innowacyjność przedsiębiorstwa i podnieść jego konkurencyjność na rynku. W szczególności finansowane mogą być projekty związane ze zdobyciem nowej grupy klientów, komputeryzacją oraz poprawą zarządzania wewnątrz firmy.



Na jaką pomoc można liczyć

W przypadku projektów inwestycyjnych przedsiębiorca może ubiegać się maksymalnie o 50 tysięcy euro. Wsparcie wypłacane jest na zasadzie refundacji, to znaczy najpierw następuje realizacja projektu ze środków własnych (lub

z kredytu bankowego), a już po zakończeniu inwestycji można liczyć na zwrot części poniesionych nakładów.

Z funduszy strukturalnych nie zwraca się całości nakładów związanych z inwestycją, dlatego przedsiębiorca sam musi wyłożyć określoną sumę pieniędzy. Wysokość dofinansowania uzależniona jest od regionu, w którym funkcjonuje firma. Przedsiębiorcy umiejscowieni w Warszawie i Poznaniu mogą liczyć na zwrot 45 proc. kosztów kwalifikowanych poniesionych w związku z inwestycją. Firmy z Krakowa i Trójmiasta otrzymają zwrot w wysokości do 55 proc, natomiast działające w pozostałych regionach - do 65 proc. poniesionych nakładów.

Skąd wziąć środki na realizację projektu

Tak jak wspomniano wcześniej, dofinansowanie z funduszy strukturalnych odbywa się na zasadzie refundacji, dlatego przedsiębiorca na realizację inwestycji zapisanych w projekcie może korzystać ze środków własnych lub tzw. zewnętrznego finansowania (kredytu bankowego). Należy jednak zauważyć, że w przypadku projektów o wartości przekraczającej równowartość 10 tysięcy euro, liczonych w złotych, wsparcie (dotacja) może być udzielona pod warunkiem, że wnioskodawca sfinansuje co najmniej 25 proc. wartości projektu z kredytu zaciągniętego w banku. Wnioskodawca nie jest zobowiązany do zaciągania kredytu, jeżeli projekt jest finansowany z zastosowaniem leasingu. Przedsiębiorcy zobowiązani do zaciągnięcia kredytu muszą dołączyć do wniosku promesę udzielenia kredytu.

Obecnie 30 największych polskich banków, akredytowanych przez Polską Agencję Rozwoju Przedsiębiorczości, oferuje tzw. kredyty strukturalne, specjalnie przeznaczone dla firm ubiegających się o unijne środki. Lista banków znajduje się na stronie internetowej www.parp.gov.pl.

Jak przygotować i złożyć wniosek?

Programem „Mikroprzedsiębiorcy” zarządzają urzędy marszałkowskie i tam należy składać (bądź do regionalnych instytucji finansujących) wnioski o dofinansowanie, gdyż to one podejmują decyzję o przyznaniu pomocy. W pierwszej kolejności wnioskodawca ubiegający się o wsparcie powinien zapoznać się z wytycznymi do programu - znajdują się one na stronach internetowych www.zporr.gob.pl oraz urzędów marszałkowskich. Tam też dostępny jest wniosek o dofinansowanie, który należy wypełnić za pomocą specjalnego programu, tzw. generatora wniosków (na podstawie instrukcji). Wzór wniosku o dofinansowanie określa załącznik nr 2 do rozporządzenia ministra gospodarki i pracy z 10 listopada 2004 r. w sprawie określenia trybu składania i wzorów wniosków o dofinansowanie realizacji projektów w ramach Zintegrowanego Programu Operacyjnego Rozwoju Regionalnego 2004-2006 (Dz. U. nr 257, poz. 2575).

Projektodawca zobowiązany jest do złożenia wniosku do właściwego ze względu na lokalizację projektu urzędu marszałkowskiego (bądź regionalnej instytucji finansującej). Instytucje te samodzielnie określają terminy przyjmowania wniosków, osobno dla każdego województwa. Wnioski należy składać listem poleconym lub pocztą kurierską do właściwej instytucji wdrażającej, w wyznaczonym terminie. Uwaga! Nie ma jednolitych terminów przyjmowania wniosków, każde województwo samo je ustala. Informacje takie są na stronach internetowych poszczególnych urzędów.



Muzeum Farmacji w Sztokholmie.
Fragment ekspozycji

Inne programy

O pieniądze na inwestycje mogą ubiegać się również więksi przedsiębiorcy, będący właścicielami kilku aptek, działający na rynku dłużej niż 3 lata i zatrudniający więcej niż 10 pracowników. W takiej sytuacji można ubiegać się o wsparcie z Sektorowego Programu Operacyjnego - Wzrost Konkurencyjności Przedsiębiorstw (w skrócie SPO - WKR czyli działanie 2.3, dotacje na inwestycje). Pomoc w ramach działania 2.3 jest udzielana na zasadach refundacji wydatków, dlatego niezbędne jest zapewnienie środków finansowych przed rozpoczęciem inwestycji. Warto jednak pamiętać, że firmy nie mogą ubiegać się o dotacje na wcześniej rozpoczętą inwestycję lub już zakupione urządzenie. Wysokość wsparcia, na jakie może liczyć przedsiębiorstwo, zależy w dużej mierze od regionu, w którym prowadzona jest działalność. Wsparcie będzie wynosić od 30 do 50 proc. wydatków związanych z inwestycją, nie więcej jednak niż 1 250 000 zł na jedną inwestycję. Minimalnie można ubiegać się o 10 tys. zł. Przedsiębiorcom z powiatu warszawskiego i poznańskiego można sfinansować 30 proc. kosztów kwalifikowanych dokonanej inwestycji. W przypadku Wrocławia, Krakowa i Trójmiasta pomoc ta może sięgać maksymalnie 40 proc. kosztów kwalifikowanych. W pozostałych miejscach kraju wsparcie może wynosić do 50 proc. Przedsiębiorcy starający się o dotacje w kwocie równej lub wyższej niż 125 tys. zł będą zobowiązani do jednoczesnego finansowania inwestycji z kredytu bankowego w wysokości co najmniej 25 proc.

Na dofinansowanie mogą liczyć wyłącznie projekty, które są innowacyjne, wprowadzają jakąś nowość w działalności przedsiębiorstw. Wnioski z tego programu można składać do 18 sierpnia br.

Wnioski należy składać wprost do regionalnych instytucji finansujących, które działają w każdym województwie. Przedsiębiorca może przesłać wniosek wraz z wymaganymi załącznikami listem poleconym, pocztą kurierską lub dostarczyć te dokumenty osobiście do BIF właściwej dla lokalizacji projektu. Przedsiębiorca zobowiązany jest złożyć projekt w miejscu realizacji inwestycji. Dane teleadresowe RIF oraz szczegółowe informacje o programie znajdują się na stronie internetowej PARP.

Program, który przedstawiliśmy wyżej, nie jest jedynym, z którego mogą korzystać farmaceuci. Równie interesujący, a przede wszystkim mniej wymagający jest PHARE 2003. Istnieje w nim specjalny Fundusz Dotacji Inwestycyjnych, z którego można otrzymać dofinansowanie zakupu np. nowoczesnych urządzeń. Wysokość wsparcia wynosi od 2000 do 50 000 euro, ale nie więcej niż 40 proc. w powiatach Kraków, Wrocław, Trójmiasto; 50 proc. w pozostałych powiatach objętych programem. W ramach PHARE można zakupić sprzęt

i oprogramowanie komputerowe. Programem zarządza Polska Agencja Rozwoju Przedsiębiorczości.

Jak rozpocząć start?

Niezależnie od programu uzyskanie wsparcia finansowego inwestycji wymaga precyzyjnego przeanalizowania założeń i celów danego programu. Kluczowe znaczenie ma zatem znajomość kryteriów dostępu, celów i zasad, jakie przewidziano dla poszczególnych działań. Należy przy tym zwrócić uwagę na zapisy w regulacjach prawnych zarówno krajowych, jak i unijnych. Warto w tym przypadku zwrócić uwagę m.in. na kategorie kosztów kwalifikowanych, przewidziany tryb wyboru wykonawców czy dostawców usług bądź wyrobów, kryteria oceny projektu itd.

W przypadku niektórych programów istnieje potrzeba zaciągnięcia przez wnioskodawcę tzw. kredytu strukturalnego, którym sfinansuje część inwestycji. Tak jest w przypadku dotacji na inwestycje w ramach SPO - WKP, gdzie przedsiębiorca, który ubiega się o wsparcie wyższe niż 125 tys. zł, musi się o taki kredyt ubiegać.

We wszystkich programach, oprócz poprawnie wypełnionych wniosków, przedsiębiorcy muszą dołączyć bardzo wiele różnego rodzaju załączników (m.in. biznesplan, harmonogram rzeczowo-finansowy, zaświadczenie z urzędu skarbowego, ZUS itd.). Łącznie może być ich nawet kilkadziesiąt. Dlatego przed złożeniem wniosku należy skrupulatnie sprawdzić, jakie załączniki i w jakiej formie powinny zostać dołączone - brak choćby jednego z tych dokumentów dyskwalifikuje wniosek.

Składając wniosek, trzeba przestrzegać wszystkich terminów. Wszelkie spóźnienia również dyskwalifikują wnioskodawcę. Warto pamiętać, że przedsiębiorcy, którzy złożą wniosek na 7 dni przed upływem ostatecznego terminu, będą mieli możliwość poprawy drobnych błędów lub uzupełnienia brakującej dokumentacji. Później takiej możliwości już nie ma i nawet najprostszy błąd, np. brak jednego podpisu, dyskwalifikuje cały projekt. Ponadto wnioskodawcy, chcący uzyskać pomoc lub wskazówki dotyczące wypełnienia wniosku, mogą korzystać z bezpłatnej pomocy Punktów Konsultacyjno-Doradczych PARP, działających w całej Polsce (ich lista znajduje się na stronie www.parp.gov.pl).

Gdzie szukać pomocy?

Przygotowanie projektu może być skomplikowane i czasochłonne, gdyż oprócz wypełnienia wniosku przedsiębiorca musi dołączyć do niego wiele załączników, o których mowa wyżej. Dlatego, jeżeli nie czujesz się na siłach, możesz skorzystać z pomocy zewnętrznej. Do wyboru masz trzy rodzaje pomocy:

1) bezpłatną - w całym kraju działają Punkty Konsultacyjno-Doradcze PARP

(ogółem jest ich 168 - dane teleadresowe są na stronie PARP). Niestety, PKD nie wypełniają wniosków za przedsiębiorców, nie przygotowują biznesplanów itd. Ich pomoc ogranicza się do wyjaśnienia wszelkich zawiłości, z którymi styka się przedsiębiorca ubiegając się o dofinansowanie. Ta pomoc może być cenna w początkowym okresie ubiegania się o dotację (chodzi o wybór odpowiedniego programu itd.).

2) banki - jeżeli przedsiębiorca zdecyduje się na zaciągnięcie tzw. kredytu strukturalnego, może skorzystać z pomocy banku w zakresie przygotowania projektu o dofinansowanie. Część banków przygotowała kompleksowe programy doradcze dla firm ubiegających się o dotacje. Doradcy pomogą skompletować wniosek i przeprowadzić analizę finansową przedsięwzięcia itd.

3) firmy konsultingowe - świadczą usługi odpłatnie. Zazwyczaj jest to procent od wartości projektu (w Warszawie 3 proc). Ich usługi są kompleksowe, tzn. przygotowują projekt od początku do końca. Jednak przy wyborze takiej firmy warto zwrócić uwagę na jej doświadczenie (rekomendacje) i profesjonalizm, ponieważ na rynku działa bardzo wielu niekompetentnych konsultantów, którzy nie potrafią właściwie przygotować wniosku.

Tomasz Pietryga

Autor jest dziennikarzem „Gazety Prawnej”

Forum Farmaceutyczne nr 7/2005 (przedruk)

ANALIZA INFORMACJI DOTYCZĄCYCH DOBREJ PRAKTYKI SPORZĄDZANIA LEKÓW W APTECE, ZAWARTYCH W MONOGRAFII „LEKI SPORZĄDZANE W APTECE” DO WYDANIA XI FARMAKOPEI POLSKIEJ

Mgr farm. Jarosław Mateuszuk

W br. ukazało się wydanie XI Farmakopei Polskiej (FP XI) w wersji papierowej i elektronicznej.

Część podstawowa FP XI 2017 zawiera materiały IX wydania Farmakopei Europejskiej oraz wymagania narodowe - nieposiadające odpowiedników w Farmakopei Europejskiej. Data, od której obowiązują wymagania określone w części podstawowej FP to dzień 1 czerwca 2018 r. Nowością jest monografia szczegółowa „Leki sporządzane w aptece”, która jest publikowana w celach informacyjnych.

Należy podkreślić, że żaden przepis powszechnie obowiązującego prawa nie pozwala na nakładanie obowiązków na podmioty prowadzące apteki, wynikające z treści zawartych w analizowanej monografii FP XI. Monografia jest jedynie zbiorem wskazówek i zaleceń jakimi powinny kierować się apteki przy sporządzaniu leku w aptece ogólnodostępnej i szpitalnej.

Autorzy monografii postawili sobie za cel wprowadzenie właściwego systemu zapewnienia jakości dotyczącego sporządzania preparatów farmaceutycznych, na wzór systemu jakości w produkcji przemysłowej GMP - Zasady Dobrej

Praktyki Wytwarzania. Pierwszym rozdziałem monografii są wskazówki dotyczące dobrej praktyki aptecznej w zakresie sporządzania leków. Sporządzanie preparatu farmaceutycznego obejmuje:

- przygotowanie materiałów
- mieszanie i łączenie składników
- pakowanie i oznakowanie
- czynności kontrolne i dokumentowanie poszczególnych etapów.

O ile pierwsze trzy etapy są podstawowymi elementami nauczania Technologii Postaci Leku Recepturowego w ramach Farmacji Stosowanej, to w przypadku kontroli zapewnienia jakości przy sporządzaniu leków autorzy wskazują jakie działania należałoby wprowadzić, aby zapewnić odpowiednią jakość leku.

Autorzy proponują, w celu wdrożenia systemu zapewnienia jakości, wprowadzenie następujących działań:

- wyznaczenie osoby nadzorującej (farmaceuty) w przypadku wykonania leku recepturowego przez technika farmacji, w zakresie jego uprawnień zawodowych,
- wyznaczenie Osoby Odpowiedzialnej (farmaceuty) za system zapewnienia jakości,
- wdrożenie procesu dokumentowania sporządzania leku w aptece pod nadzorem Osoby Odpowiedzialnej (farmaceuty) poprzez zatwierdzenie procedur, instrukcji czy raportów.

Wyszczególniono obowiązki osoby sporządzającej lek (technik, farmaceuta) polegające na:

- zapewnieniu wykonania leku w odpowiednich warunkach, z zastosowaniem odpowiednich metod oraz procedur,
- użyciu składników i materiałów o odpowiedniej jakości,
- stosowaniu odpowiedniego ubioru (fartuchy jednorazowe, kombinezony, rękawice, czepki, maski i ochraniacze na obuwiu) w zależności od rodzaju wykonywanych czynności,
- właściwym przygotowaniu miejsca wykonania leku,
- stosowaniu utensylii i urządzeń niezbędnych do wykonywania leków w dobrym stanie i czystości,
- dokumentowaniu wykonanych czynności poprzez przygotowanie raportów, prowadzeniu ewidencji zużytych substancji i materiałów, ewidencjonowaniu recept,
- zgłaszaniu Osobie Odpowiedzialnej lub osobie nadzorującej nieprawidłowości lub podejrzeń w zakresie procedury wykonania leku.

W przypadku sporządzania leku przez technika farmaceutycznego osoba nadzorująca (farmaceuta) powinna:

- ocenić kompetencje zawodowe technika wykonującego lek,

- sprawdzić poprawność wypisania recepty,
- ustalić sposób sporządzenia, z uwzględnieniem oceny ryzyka niewłaściwej jakości sporządzanego leku, uwzględniając ilość niezbędnych czynności podczas wykonania leku, konieczność przeprowadzenia obliczeń, trwałość, indeks terapeutyczny substancji czynnych oraz drogę podania,
- zatwierdzić zużywane składniki, materiały i opakowania niezbędne w procesie wykonania leku,
- ocenić prawidłowość warunków i sposobu wykonania leku,
- ocenić jakość sporządzanego preparatu.

Osoba Odpowiedzialna wg Autorów monografii (farmaceuta wyznaczony w danej aptece) jest zobowiązana do:

- opracowania??? i nadzorowania systemu zapewnienia jakości,
- wycofywania z użycia substancji i opakowań nieodpowiednich jakościowo, ustalania okresu przydatności do użycia sporządzanych leków,
- zatwierdzania i wdrażania odpowiednich procedur, zapobiegających skróceniu okresu trwałości i zanieczyszczeniu sporządzanego leku,
- okresowego przeglądu raportów z wykonania leku,
- nadzorowania przeglądów wyposażenia, kalibracji urządzeń pomiarowych,
- ustalania harmonogramów szkoleń personelu fachowego sporządzającego leki,
- uczestnictwa w poszerzaniu swojej wiedzy poprzez udział w szkoleniach ciągłych, seminariach, konferencjach i studiowaniu literatury fachowej.

Autorzy monografii wskazują zasady prowadzenia odpowiedniej dokumentacji w formie papierowej czy elektronicznej, niezbędnej do zapewnienia właściwego systemu jakości sporządzania leku w aptece. Najważniejsze dokumenty to procedury, instrukcje i raporty, które powinny być zatwierdzone przez Osobę Odpowiedzialną w aptece.

Procedury, które zapewnią jednolitość postępowania podczas sporządzenia leku, powinny dotyczyć przygotowania pomieszczeń, wyposażenia używanego do sporządzania leku. etapów sporządzania poszczególnych rodzajów preparatów, pakowania i przechowywania ich po wykonaniu.

Instrukcje dotyczą sposobu wykonania poszczególnych czynności tzn. opisu wykonania danego leku z uwzględnieniem składników, ilości, kolejności dodawania, mieszania, rozpuszczania itp. pakowania do odpowiednich pojemników, obsługi niezbędnych urządzeń i utensylii oraz badania i obserwacji, które powinny być wykonane w celu potwierdzenia odpowiedniej jakości leku.

Raporty czy protokoły to dokumenty rejestrujące sposób sporządzenia leku, zawierające informacje o:

- użytych substancjach i materiałach z uwzględnieniem nazwy producenta,

- numeru serii, odmierzonych czy odważonych ilości,
- stosowanych procesach w sporządzaniu leku,
 - stwierdzonych odchyleniach w procedurze lub instrukcji,
 - rodzaju użytego opakowania,
 - opisie sporządzonego leku na etykiecie, oraz
 - dane dotyczące osoby sporządzającej ewentualnie nadzorującej, dane dotyczące pacjenta w celu jego potencjalnej konieczności identyfikacji, datę sporządzenia leku, kopię lub odpis recepty.

Wszystkie zalecane wskazówki czy zawarte informacje dotyczące sporządzania leków w aptece powinny być zgodne z aktualnie obowiązującym prawodawstwem krajowym, czyli ustawami i rozporządzeniami, w szczególności z ustawą Prawo farmaceutyczne i delegowanymi rozporządzeniami. Należy podkreślić, że żaden przepis powszechnie obowiązującego prawa na dzień dzisiejszy nie pozwala na nakładanie obowiązków na podmioty prowadzące apteki, wynikające z treści zawartych w analizowanej monografii FP XI. Monografia jest jedynie zbiorem wskazówek i zaleceń jakimi powinny kierować się apteki przy sporządzaniu leku w aptece ogólnodostępnej i szpitalnej.

W opracowaniu tekstu wykorzystałem fragmenty monografii „Leki sporządzane w aptece „ do wydania XI Farmakopei Polskiej.

Łucja Danielewska

Rzeczy pierwsze

Wrócić
Do rzeczy pierwszych
w białość
I chleb
w słowo
otwierające miłość
na przestrzal
w dotyk
wyzwalający włosy
z jarzma szpilek
wrócić

Z tomu wierszy: „Zakłęcia” Poznań 2000

Radca prawny Krzysztof Baka (Koordynatora BP NIA)
Radca prawny Elżbieta Waniewska
Aplikant radcowski Paweł Kucharczyk

PORADNIK PRAWNY

DOTYCZĄCY STOSOWANIA W APTECE PRZEPISÓW RODO

1. Od dnia 25 maja 2018 r. aktualizuje się obowiązek stosowania rozporządzenia Parlamentu Europejskiego i Rady (UE) 2016/679 z dnia 27 kwietnia 2016 r. w sprawie ochrony osób fizycznych w związku z przetwarzaniem danych osobowych i w sprawie swobodnego przepływu takich danych oraz uchylenia dyrektywy 95/46/WE (ogólne rozporządzenie o ochronie danych), zwanego dalej „Ogólnym rozporządzeniem o ochronie danych” lub „RODO”.
2. RODO będzie stosowane bezpośrednio, bez potrzeby implementowania go do polskiego porządku prawnego, co oznacza, że nie muszą być wydawane polskie ustawy lub rozporządzenia wykonawcze.
3. Zgodnie z art. 91 ust. 3 Konstytucji RP, przepisy RODO mają pierwszeństwo stosowania w przypadku kolizji z polskimi ustawami.
4. RODO ma zastosowanie do przetwarzania danych osobowych w sposób całkowicie lub częściowo zautomatyzowany oraz do przetwarzania w sposób inny niż zautomatyzowany danych osobowych stanowiących część zbioru danych lub mających stanowić część zbioru danych (vide art. 2 ust. 1 RODO).
5. Omawiając znaczenie RODO dla aptek ogólnodostępnych wyjaśnić należy na wstępie podstawowe pojęcia, które zawarte są w tym akcie normatywnym.
 - 1) „*dane osobowe*” to informacje o zidentyfikowanej lub możliwej do zidentyfikowania osobie fizycznej. *...Możliwa do zidentyfikowania osoba fizyczna*” to osoba, którą można bezpośrednio lub pośrednio zidentyfikować, w szczególności na podstawie identyfikatora takiego jak imię i nazwisko, numer identyfikacyjny, dane o lokalizacji, identyfikator internetowy lub jeden bądź kilka szczególnych czynników określających fizyczną, fizjologiczną, genetyczną, psychiczną, ekonomiczną, kulturową lub społeczną tożsamość osoby fizycznej;
 - 2) „*Przetwarzanie*” oznacza operację lub zestaw operacji wykonywanych na danych osobowych lub zestawach danych osobowych w sposób zautomatyzowany lub niezautomatyzowany, taką jak zbieranie, utrwalanie, organizowanie, porządkowanie, przechowywanie, adaptowanie lub modyfikowanie, pobieranie, przeglądanie, wykorzystywanie, ujawnianie poprzez przesłanie, rozpowszechnianie lub innego rodzaju udostępnia-

nie, dopasowywanie lub łączenie, ograniczanie, usuwanie lub niszczenie (art. 4 pkt 2 RODO):

- 3) „*administrator*” to osoba fizyczna lub prawna, organ publiczny, jednostka lub inny podmiot, który samodzielnie lub wspólnie z innymi ustala cele i sposoby przetwarzania danych osobowych (art. 4 pkt 7 RODO);
- 4) „*podmiot przetwarzający*” to osoba fizyczna lub prawna, organ publiczny, jednostka lub inny podmiot, który przetwarza dane osobowe w imieniu administratora;
- 5) „*odbiorca*” to osoba fizyczna lub prawna, organ publiczny, jednostka lub inny podmiot, któremu ujawnia się dane osobowe, niezależnie od tego, czy jest stroną trzecią;
- 6) „*dane dotyczące zdrowia*” to dane osobowe o zdrowiu fizycznym lub psychicznym osoby fizycznej - w tym o korzystaniu z usług opieki zdrowotnej- ujawniające informacje o stanie jej zdrowia.
6. Z przytoczonych norm prawnych wynika, że administratorem w rozumieniu RODO jest **podmiot prowadzący aptekę ogólnodostępną a nie kierownik apteki, farmaceuta, czy też technik farmaceutyczny.**
7. Podmiot prowadzący aptekę, w ramach apteki, musi przetwarzać, **co** najmniej dane zawarte na receptach i zapotrzebowaniach.
8. RODO przewiduje w art. 5 następujące „Zasady dotyczące przetwarzania danych osobowych”:
 - 1) **zasada zgodności z prawem, rzetelności i przejrzystości** - dane osobowe muszą być przetwarzane zgodnie z prawem, rzetelnie i w sposób przejrzysty dla osoby, której dane dotyczą;
 - 2) **zasada ograniczenia celu** - dane osobowe muszą być zbierane w konkretnych, wyraźnych i prawnie uzasadnionych celach i nieprzetwarzane dalej w sposób niezgodny z tymi celami;
 - 3) **zasada minimalizacji danych** - dane osobowe muszą być adekwatne, stosowne oraz ograniczone do tego, co niezbędne do celów, w których są przetwarzane;
 - 4) **zasada prawidłowości** — dane osobowe muszą być prawidłowe i w razie potrzeby uaktualniane; należy podjąć wszelkie rozsądne działania, aby dane osobowe, które są nieprawidłowe w świetle celów ich przetwarzania, zostały niezwłocznie usunięte lub sprostowane;
 - 5) **zasada ograniczenia przechowywania** - dane osobowe muszą być przechowywane w formie umożliwiającej identyfikację osoby, której dane dotyczą, przez okres nie dłuższy, niż jest to niezbędne do celów, w których dane te są przetwarzane;
 - 6) **zasada integralności i poufności** - dane osobowe muszą być przetwa-

rzane w sposób zapewniający odpowiednie bezpieczeństwo danych osobowych, w tym ochronę przed niedozwolonym lub niezgodnym z prawem przetwarzaniem oraz przypadkową utratą, zniszczeniem lub uszkodzeniem, za pomocą odpowiednich środków technicznych lub organizacyjnych.

9. Podmiot prowadzący aptekę, jako administrator w rozumieniu RODO, jest odpowiedzialny za przestrzeganie ww. zasad i musi być w stanie wykazać ich przestrzeganie (**zasada rozliczalności**).
10. Odnośnie zasady zgodności z prawem wskazać **należy, że przetwarzanie** danych jest zgodne z prawem, jeżeli odbywa się **na podstawie zgody osoby**, której dane dotyczą, lub na innej uzasadnionej podstawie przewidzianej prawem, tj. w RODO albo w innym akcie prawnym UE lub w prawie państwa członkowskiego, o których mowa w RODO.
11. Zgodnie z art. 6 ust. 1 lit. c RODO, przetwarzanie jest zgodne z prawem w przypadku, gdy przetwarzanie jest **niezbędne do wypełnienia obowiązku prawnego ciążącego na administratorze**. Jeżeli przetwarzanie odbywa się w celu wypełnienia obowiązku prawnego, któremu podlega administrator podstawę przetwarzania powinno stanowić prawo Unii lub prawo państwa członkowskiego. Wystarczające jest, gdy norma prawna stanowi. podstawę różnych operacji przetwarzania wynikających z obowiązku prawnego, któremu podlega administrator. W motywach RODO przyjmuje się, że prawo UE lub prawo państwa członkowskiego powinno określać także cel przetwarzania. Ponadto prawo to może doprecyzowywać ogólne warunki określone w RODO dotyczące zgodności przetwarzania z prawem, określać sposoby wskazywania administratora, rodzaj danych osobowych podlegających przetwarzaniu, osoby, których dane dotyczą, podmioty, którym można ujawniać dane osobowe, ograniczenia celu, okres przechowywania oraz inne środki zapewniające zgodność z prawem i rzetelność przetwarzania.
12. Przetwarzanie danych przez podmiot prowadzący aptekę jest niezbędne do wypełnienia obowiązku prawnego ciążącego na administratorze, tzn. obowiązku realizacji podstawowych zadań apteki, w tym wydawania leków na podstawie recept i zapotrzebowań.
13. Dane osobowe przetwarzane przez apteki obejmują „**dane dotyczące zdrowia**”.

Zgodnie z art. 9 ust. 1 RODO - co do zasady - zabrania się przetwarzania danych dotyczących zdrowia. Wyjątki, gdy zakaz ten nie ma zastosowania określa art. 9 ust. 2 RODO. W pierwszej kolejności rozważyć należy, normę z art. 9 ust. 2 lit. h RODO, zgodnie z którą zakaz przetwarzania „*danych dotyczących zdrowia*” nie ma zastosowania, gdy przetwarzanie jest niezbędne do celów

profilaktyki zdrowotnej lub medycyny pracy, do oceny zdolności pracownika do pracy, diagnozy medycznej, zapewnienia opieki zdrowotnej lub zabezpieczenia społecznego, leczenia lub zarządzania systemami i usługami opieki zdrowotnej lub zabezpieczenia społecznego na podstawie prawa Unii lub prawa państwa członkowskiego lub zgodnie z umową z pracownikiem służby zdrowia i z zastrzeżeniem warunków i zabezpieczeń, o których mowa w art. 9 ust. 3 RODO.

14. RODO wprowadza szereg nowych obowiązków informacyjnych dla administratora, przy czym rozróżnia przypadki, gdy:

- 1) administrator zbiera dane od osoby, której dane dotyczą;
- 2) administrator pozyskuje dane osobowe w sposób inny niż od osoby, której dane dotyczą.

Podmiot prowadzący aptekę, jako administrator w rozumieniu RODO, ma obowiązek podjąć odpowiednie środki, aby **w zwięzłej, przejrzystej, zrozumiałej i łatwo dostępnej formie, jasnym i prostym językiem udzielić osobie, której dane dotyczą, wszelkich ww. informacji**. Ponadto, zobowiązany jest w tej samej formie i tym samym językiem prowadzić wszelką komunikację z osobą, której dane dotyczą, w zakresie: prawa do uzyskania dostępu do danych (art. 15), prawa do sprostowania danych (art. 16), prawa do usunięcia danych - prawa do bycia zapomnianym (art. 17), prawa do ograniczenia przetwarzania (art. 18) zawiadamianie osoby, której dane dotyczą, o naruszeniu ochrony danych osobowych (art. 34).

15. Podmiot prowadzący aptekę, jako administrator w rozumieniu RODO, zobowiązany jest wdrożyć **odpowiednie środki techniczne i organizacyjne**, aby przetwarzanie odbywało się zgodnie z RODO i aby móc to wykazać. Przy ustalaniu odpowiednich środków należy uwzględnić: charakter, zakres, kontekst i cele przetwarzania oraz ryzyko naruszenia praw lub wolności osób fizycznych o różnym prawdopodobieństwie i wadze zagrożenia. Środki te są w razie potrzeby poddawane przeglądowi i uaktualnianiu.

16. Jeżeli jest to proporcjonalne w stosunku do czynności przetwarzania, ww. środki mogą obejmować **wdrożenie przez administratora odpowiednich polityk ochrony danych**.

17. **Istotne znaczenie ma norma zawarta w art. 29 RODO**, zgodnie z którą podmiot przetwarzający oraz każda osoba działająca z upoważnienia administratora lub podmiotu przetwarzającego i mająca dostęp do danych osobowych **przetwarzają je wyłącznie na polecenie administratora**, chyba że wymaga tego prawo UE lub prawo państwa członkowskiego. W myśl art. 32 ust. 4 RODO, administrator oraz podmiot przetwarzający podejmują działania w celu zapewnienia, by każda osoba fizyczna działająca z upo-

ważnienia administratora lub podmiotu przetwarzającego, która ma dostęp do danych osobowych, **przetwarzała je wyłącznie na polecenie administratora**, chyba że wymaga tego od niej prawo unii lub prawo państwa członkowskiego. Osoba działająca z upoważnienia administratora lub podmiotu przetwarzającego to osoby, które działają w ramach danego podmiotu, tzn. pracownicy i inne osoby przetwarzające dane.

18. Administrator może powierzyć przetwarzanie danych innemu podmiotowi.

Zgodnie z art. 4 pkt 8 RODO, „podmiot przetwarzający” to osoba fizyczna lub prawna, organ publiczny, jednostka lub inny podmiot, który przetwarza dane osobowe w imieniu administratora. Jeżeli przetwarzanie ma być dokonywane w imieniu administratora, może on korzystać wyłącznie z usług takich podmiotów przetwarzających, które zapewniają wystarczające **gwarancje** wdrożenia odpowiednich środków technicznych i organizacyjnych, by przetwarzanie spełniało wymogi niniejszego rozporządzenia i chroniło prawa osób, których dane dotyczą. Podmiot przetwarzający nie korzysta z usług innego podmiotu przetwarzającego bez uprzedniej **szczegółowej lub ogólnej pisemnej zgody** administratora.

19. Przetwarzanie danych osobowych przez podmiot przetwarzający odbywa się na podstawie umowy lub innego instrumentu prawnego, które podlegają prawu UE lub prawu państwa członkowskiego i wiążą podmiot przetwarzający i administratora, określają przedmiot i czas trwania przetwarzania, charakter i cel przetwarzania, rodzaj danych osobowych oraz kategorie osób, których dane dotyczą, obowiązki i prawa administratora. Ta umowa lub inny instrument prawny musi zawierać szereg postanowień szczegółowo określonych w art. 28 ust. 3 RODO.

20. Kolejny obowiązek nałożony przez RODO na administratora polega na rejestrowaniu czynności przetwarzania. Każdy administrator prowadzi rejestr czynności przetwarzania danych osobowych, za które odpowiada. W rejestrze tym zamieszcza się szczegółowo określone elementy. Rejestr mają formę pisemną lub formę elektroniczną. Administrator udostępnia rejestr na żądanie organu nadzorczego. Obowiązek prowadzenia rejestru nie ma zastosowania do przedsiębiorcy lub podmiotu zatrudniającego mniej niż 250 osób, chyba że przetwarzanie, którego dokonują, może powodować ryzyko naruszenia praw lub wolności osób, których dane dotyczą, nie ma charakteru sporadycznego lub obejmuje szczególne kategorie danych osobowych, o których mowa w art. 9 ust. 1, lub dane osobowe dotyczące wyroków skazujących i naruszeń prawa, o czym mowa w art. 10. Apteki są objęte obowiązkiem prowadzenia ww. rejestru, ponieważ przetwarzają szczególną kategorię danych

osobowych, o której mowa w art. 9 ust. 1 RODO, tj. dane dotyczące zdrowia.

21. Duże kontrowersje budzi stosowanie do aptek ogólnodostępnych przepisu art. 35 RODO. Norma ta stanowi, że jeżeli dany rodzaj przetwarzania - w szczególności z użyciem nowych technologii - ze względu na swój charakter, zakres, kontekst i cele z dużym prawdopodobieństwem może powodować wysokie ryzyko naruszenia praw lub wolności osób fizycznych, administrator przed rozpoczęciem przetwarzania **dokonuje oceny skutków planowanych operacji przetwarzania dla ochrony danych osobowych.**
22. W art. 37 RODO ustanowiono obowiązek wyznaczenia inspektora ochrony danych. Przepis ten stanowi, że administrator i podmiot przetwarzający wyznaczają **inspektora ochrony danych**, zawsze gdy:
 - a) przetwarzania dokonują organ lub **podmiot publiczny**, z wyjątkiem sądów w zakresie sprawowania przez nie wymiaru sprawiedliwości;
 - b) główna działalność administratora lub podmiotu przetwarzającego polega na operacjach przetwarzania, które ze względu na swój charakter, zakres lub cele wymagają regularnego i systematycznego monitorowania osób, których dane dotyczą, na dużą skalę; lub
 - c) **główna działalność administratora lub podmiotu przetwarzającego polega na przetwarzaniu na dużą skalę szczególnych kategorii danych osobowych, o których mowa w art. 9 ust. 1 RODO, oraz danych osobowych dotyczących wyroków skazujących i naruszeń prawa, o czym mowa w art. 10 RODO.**

Podmiot prowadzący aptekę będzie miał obowiązek wyznaczenia inspektora ochrony danych, gdy ustalone zostanie, że **główna działalność podmiotu prowadzącego aptekę polega na przetwarzaniu na dużą skalę danych dotyczących zdrowia.**

Zgodnie z motywem 97. RODO, jeżeli główna działalność administratora polega na przetwarzaniu na dużą skalę szczególnych kategorii danych osobowych, to w monitorowaniu wewnętrznego przestrzegania RODO administrator powinien być wspomagany przez osobę dysponującą wiedzą fachową na temat prawa i praktyk w dziedzinie ochrony danych.

23. **W Rozdziale VIII RODO określono środki ochrony prawnej, odpowiedzialność i sankcje.** Zgodnie z art. 82 ust. 1 RODO, każda osoba, która poniosła szkodę majątkową lub niemajątkową w wyniku naruszenia niniejszego rozporządzenia, ma prawo uzyskać od administratora **odszkodowanie za poniesioną szkodę.**

Administrator zostanie zwolniony z odpowiedzialności, jeżeli udowodni, że w żaden sposób nie ponosi winy za zdarzenie, które doprowadziło do pow-

stania szkody. Postępowanie sądowe dotyczące odszkodowania jest wszczynane przed sądem właściwym na mocy prawa polskiego.

Ogólne warunki nakładania administracyjnych kar pieniężnych zostały określone w art. 83 RODO. Podstawowa zasada, która ma kierować się organ nadzorczy to obowiązek zapewnienia, aby stosowane administracyjne **kary pieniężne**, w każdym indywidualnym przypadku były:

- 1) skuteczne;
- 2) proporcjonalne;
- 3) odstrasżające.

Źródło: www.nia.org.pl
(przedruk z biuletynu Farmacja Regionu Północno-Wschodniego-Białostockiej OIA)

Święci

KOSMA i DAMIAN

27 września obchodzimy święto Kosmy (lekarza) i Damiana (aptekarza).

Obu tych świętych przy łóżku chorego namalowała Siostra Rafaela Szymkowiak ze Zgromadzenia SS. św. Elżbiety w Poznaniu.

Święty Kosma (lekarz) siedzi przy łóżku chorego. Lewą rękę trzyma na jego ramieniu, a prawą wskazuje na krzyż. W tym geście jedną ręką odczuwa stan choroby pacjenta, a drugą uprasza dla niego zdrowie przez miłosierdzie Zbawiciela.

Natomiast św. Damian (aptekarz) odmierza płynny lek, aby go podać choremu.

Ten piękny obraz ukazuje współdziałanie obu świętych w leczeniu chorych.

Dzień 27 września obchodzony jest uroczyście przez aptekarzy, ale także przez lekarzy. To wspólne świętowanie świadczy o tym, że oba zawody muszą współdziałać dla dobra zdrowia chorego, tak jak to czynili święci Kosma i Damian.

Święci Kosma i Damian - patroni lekarzy i farmaceutów

Z okazji ich święta, które obchodzimy 27 września, pragniemy przypomnieć ich kult w całej Europie oraz oczywiście także w Polsce. Ich portrety malowało wielu artystów. Od ich imion powstało w naszym kraju wiele miejscowości. Przechytajcie!

W kościele S. Maria Antiqua przy Forum Romanum, u stóp Palatynu, budowli świeckiej rzymskiej, przebudowanej na kościół, który na skutek trzęsień ziemi zniszczony, został odkryty z pod zwalisk w latach 1901–1902, są resztki malowidła ściennego, przedstawiającego św. Kosmę i Damiana w kaplicy lekarzy.

W późniejszym średniowieczu przedstawiano bardzo często św. Kosmę i Damiana jako patronów lekarzy i aptekarzy z flaszeczką i słoikiem z lekarstwami, albo z przyrządami chirurgicznymi.

W malarstwie i rzeźbie włoskiej św. Kosma i Damian występują najczęściej we Florencji, jako patronowie rodu Medici, którzy nie wstydzili się swego pochodzenia od lekarsko-aptekarskiej rodziny i zachowali w swym herbie pigułki, dodając tylko na jednej z nich lilię andegaweńską na znak przynależności do stronnictwa papieskiego, a imię Kosmy (Cosimo) było częste w ich rodzie.

Jako lekarzy z odznakami swego zajęcia przedstawia naszych świętych Lorenzo di Bicci (1373–1452), malarz florencki, na obrazie znajdującym się obecnie w Uffiziach. Inny florentczyk Fra Filippo Lippi (1406–1469) na obrazie w Akademii we Florencji umieścił św. Kosmę po jednej stronie, a Damiana siedzącego po drugiej, w wysokich karbowanych biretach ludzi uczonych, dalej zaś św. Franciszka z Asyżu i św. Antoniego z Padwy. Na zamówienie Medicich wykonał Donatello piękne wypukłorzeźby, przedstawiając tych świętych w zakrystii kościoła S. Lorenzo we Florencji.

Bardzo wiele razy wyobrażał naszych świętych najbardziej uduchowiony florencki malarz Fra Angelico da Fiesole przy rozmaitych sposobnościach, a zwłaszcza malując obrazy na zamówienie Medicich.

Jako lekarzy uważano św. Kosmę i Damiana za obrońców przeciw zarazie, która w dawnych czasach tak często dziesiątkowała ludność miejską. Stąd to ich wyobrażenie na obrazach wotywnych, jako klęczących przed Madonną na tronie.

W Niemczech wcześniej rozwinęła się cześć św. Kosmy i Damiana. Już w połowie XII w. wyobrażano sceny z ich męczeństwa, jako patronów kościoła klasztornego w Essen na malowidłach stropu, mianowicie wrzucenie do morza, do ognia i ostrzeliwanie przywiązanych do krzyżów. Z pośród licznych późniejszych wyobrażeń dla nas są ciekawe dwa malowidła dobrze w Krakowie znane Jana Suessa z Kulmbachu, dziś w norymberskim muzeum.

W Katedrze gotyckiej na Wawelu, która była jeszcze w stanie budowy, zaczętej za Łokietka, a skończonej za Kazimierza Wielkiego, Magister Marcin w r. 1335 wznosił kaplicę św. Kosmy i Damiana. Inwentarz Katedry z r. 1563 podaje, że spadkobiercy biskupa Andrzeja Zebrzydowskiego (1560) przybudowali ją i ozdobili rzeźbami w kamieniu i malowidłami. W czasie restauracji Katedry odkryto piękne łuki z rozetami, naśladowanymi z kaplicy Zygmuntowskiej, zalepione gipsami z późniejszych czasów. Jan Michałowicz z Urzędowa wykonał tu bardzo oryginalny pomnik biskupa Zebrzydowskiego, w właściwym swym stylu, opartym tak na wzorach włoskich, jak niderlandzkich. Pod oknem umieszczono tablicę rodziny Zebrzydowskich, wśród których wspomniany jest sławny rokoszanie krakowski wojewoda Mikołaj, który za pokutę ufundował Kalwarię Zebrzydowską. Dziś ogólnie nosi kaplica nazwę Zebrzydowskich. Tak więc data pierwszej budowy, jak i pierwotny tytuł św. Kosmy i Damiana, wyszły z pamięci.



O bardzo wczesnej czci braci lekarzy u nas w Polsce świadczą ich imiona, nadawane od najdawniejszych czasów, spotykane w najstarszych dokumentach, jak i nazwy miejscowości, pochodzące od ich założycieli: Damianice, wspomniane przez Długosza w parafii Koniusza pod Miechowem, Damianów w powiecie garwolińskim, Dymiany we włoszczowskim i w ostrołęckim, Dymice w nieszawskim, a na Rusi rozmaite Demiany, Demianówki, Demkowce, Demnie, Dymidówki itd., a dalej Kosma w powiecie zgorzelickim na Śląsku, Kosmaczewo w plockim, Kosmała w wieluńskim, Kośmin w grójeckim i puławskim, Kosmów w kaliskim i hrubieszowskim, Kosmowo i Kosmówko w przasnyskim, Kosmy w kozienickim, Kosmyrzów, dziś Kocmyrzów pod Krakowem. Od przekreconego Kos, Kossak, pochodzą Kosaki na Mazurach pruskich, Kosarzew w lubelskim, w innym przekreśnieniu Kośmidry w siedleckim i lublinieckim, Kosobudy w Chojnickim, Kosowy i Kossowy i Kossowice, to znów Kuźmicze, Kuźmin albo Kośmin, Kuźmy i inne podobne. (Il. Kurj. Codz. z dn. 25.IX. 1933).

(Wiadomości Farmaceutyczne 1933, nr 51-52, s. 697-698)

Cukrzyca nadal groźna

Cukrzyca to pierwsza niezakaźna choroba uznana przez Światową Organizację Zdrowia za epidemię XXI wieku. Jak podaje Międzynarodowa Federacja Diabetologiczna, liczba zgonów z powodu tej choroby jest już wyższa niż spowodowanych przez HIV/AIDS, gruźlicę i malarię razem wzięte. Według prognoz WHO do 2030 r. cukrzyca stanie się siódmą najczęściej występującą przyczyną zgonów. W Polsce obecnie cierpi na nią ok. 3 mln osób, czyli ponad 10% dorosłej populacji. W ostatnim dziesięcioleciu liczba chorych z rozpoznaną cukrzycą wzrosła dwukrotnie. W leczeniu cukrzycy wykorzystuje się sześć grup leków: metforminę, pochodne sulfonilomocznika, akarbozę, inhibitory SGLT2, pochodne tiazolidynodionu oraz leki inkretynowe.

Ukazała się nowa Farmakopea Polska XI

Nowa Farmakopea Polska XI obowiązuje w Polsce od 1 czerwca 2018 r. Wydana została w wersji papierowej i elektronicznej przez Polskie Towarzystwo Farmaceutyczne w Warszawie. Tam można ją nabyć.

Nowością tej Farmakopei jest dodatkowa szczegółowa monografia pt. „Leki sporządzane w aptece”.

Sporządzanie leków recepturowych jest przedmiotem nauki i wykładów na Wydziałach Farmaceutycznych Akademii Medycznych w Polsce. Przypomnienie zasad przyrządzania leków recepturowych w związku z nowymi substancjami leczniczymi oraz nowymi możliwościami technicznymi jest zasadne.

Głos Koszaliński / Pomorza (1952-1989)

Ukazała się książka, która omawia działalność tej gazety codziennej, ukazującej się w okresie 1952-1989.

Rolą tej gazety było dostarczanie informacji, ale także wpływ na świadomość mieszkańców Pomorza Środkowego.

Autorka książki Elżbieta Mruszewicz dokonała przeglądu tej gazety jako źródła medialnego w ówczesnych możliwościach medialnych oraz opcji politycznej.

Jej relacje są bardzo ciekawe. Ukazują zarówno gospodarczy jak i społeczny obraz naszego regionu w drugiej połowie XX w. Inspirują do refleksji.

Wystawa obrazów

mgr farm. Wojciecha Dopierały

Aktywnie działające Stowarzyszenia Artystów „KołoBrzeg” zorganizowało kolejną wystawę malarską twórczości swoich członków. Wielkim zainteresowaniem i podziwem cieszyły się obrazy olejne farmaceuty mgr farm. Wojciecha Dopierały, który jest obecnie prezesem bardzo licznego Stowarzyszenia Artystów Plastyków.



Gratulujemy i cieszymy się z sukcesów naszego Kolegi!

Uzależnienie

Jeśli mówimy „uzależnienie” - to myślimy o alkoholizmie. Tymczasem jest także wiele innych uzależnień np. narkomania, hazard, papierosy, uzależnienie od dopalaczy, internetu, seksu...

Zapominamy, że uzależnieniem jest też np. niania zakupów bez potrzeby (bo ładne, tanie, przecena), mania jedzenia w nadmiarze (słodczyce, smaczne potrawy) pracoholizm...

Okazuje się, że nasz mózg może uzależniać się od substancji chemicznych, wprowadzanych do organizmu regularnie, lub czynności przynoszących nam zadowolenie emocjonalne. Domaga się wtedy nowej porcji dobrostanu emocjonalnego. A stan taki może być wywołany przez powtórzenie pewnej czynności lub spożywania pewnej substancji.

Nasz organizm ocenia, co przynosi mu zadowolenie w formie pokarmu czy przeżycia emocjonalnego. Domaga się postępowania w kierunku dalszego pozyskania tych walorów. Natomiast nie chce przyjmować pokarmu lub przeżyć, które ocenia jako negatywne dla siebie.

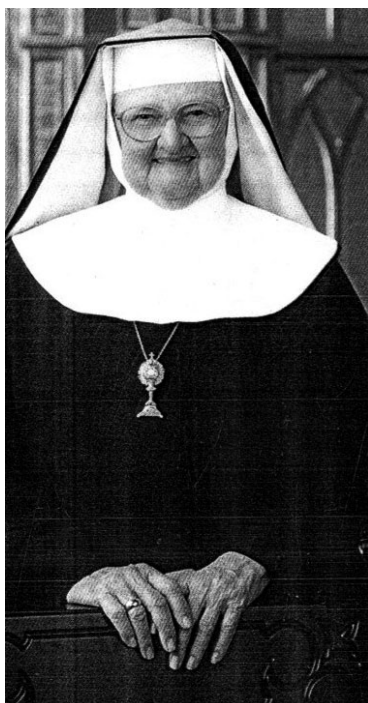
Zastanów się, czy Twój organizm też wydaje Ci rozkazy, co masz jeść, co masz robić. Warto to przemyśleć.

Święto naszych patronów św. Kosmy i Damiana obchodzimy 27 września

Tego dnia odbywają się centralne uroczystości w Warszawie. Ich organizatorem jest Naczelna Izba Aptekarska.

Najpierw goście i delegaci z Izb Regionalnych biorą udział w uroczystej mszy św. w intencji żywych i zmarłych farmaceutów.

Następnie w dużej sali teatralnej odbywa się uroczyste spotkanie gości i zasłużonych farmaceutów, reprezentujących aptekarzy z całej Polski. Po przemówieniach gości i prezesa Naczelnej Izby Aptekarskiej jest krótka przerwa na kawę. Następnie odbywa się uroczystość wręczania odznaczeń zasłużonym farmaceutom. Uroczystość kończy koncert, a potem wspólny obiad.



Rita Antoinette Pizzo,
czyli Matka Angelika
(1923-2016)

Telewizja Matki Angeliki wkracza do Polski

Kim była Matka Angelika, zakonnica amerykańska? Jej niezwykle charyzmat, droga życiowa, założenie katolickiej telewizji w Ameryce, która obecnie objęła cały świat.

Wkrótce ma się ukazać w Polsce książka o genialnej Matce Angelice (1923-2016). Miała ona ogromną ufność w pomoc Boga. Założona przez nią telewizja katolicka rozrosła się, obejmując globalny rynek katolickich mediów cyfrowych i multimedialnych.

Założona przez nią stacja katolicka CatholicNewsAgency/CNA//EWTN/wkrótce już dotrze do Polski. Będzie miała siedzibę we Wrocławiu.

Jan Matejko - 125 lat od jego śmierci

Mistrz sztuki malarskiej Jan Matejko ukazał w swoich obrazach dzieje Polski. Jego ogromne obrazy jak „Bitwa pod Racławicami” czy „Unia Lubelska” weszły do pamięci każdego Polaka.

Cieszył się wielką sławą, także za granicą. Angażował się w renowację zabytków Krakowa. Wielki patriota.

Sięgnijcie po nowe książki

Ukazał się nowy tomik wierszy Wiesławy Szymborskiej pt. „Sól”.

Zachęcam do nowej książki Krzysztofa Zanussiiego pt. „Uczyni ze swego życia arcydzieło”. Zanussi uważa, że lektura jego książki pomaga czytelnikom w dotarciu o siebie.

Akademia III wieku

W Warszawie założono „Akademię III wieku”. Są tam zajęcia dla seniorów, które uczą różnych praktycznych umiejętności zawodowych, jak bukieciarstwo, masaże, kosmetyka, informatyka itd.

Cieszą się dużym zainteresowaniem seniorów, którzy czując się na siłach uczą się różnych kwalifikacji, które przynoszą im satysfakcję i pracę.

Uwaga na kleszcze!

Pojawiło się wiele kleszczy. Gdy ukąszą tworzy się na ciele czerwona plamka, która nie boli. Ale to oznacza, że kleszcz wprowadził do organizmu człowieka zarazki boreliozy, choroby bardzo niebezpiecznej dla ludzi, atakuje ona kolejno różne organy ciała ludzkiego i kończy się śmiercią.

Ryzyko wyjazdów zagranicznych

Polski Resort Spraw Zagranicznych publikuje ostrzeżenia przed wyjazdami do poszczególnych krajów, stosując 4-stopniową skalę.

I - Zachowaj zwykłą ostrożność

II - Ostrzegamy przed podróżą

III - Nie podróżuj

IV - Opuść natychmiast

Np. w Tunezji plaża przy Hotelu Imperial jest stale strzeżona przez uzbrojone wojskowe brygady antyterrorystyczne (II).

Na terytorium Egiptu (III) istnieje stałe zagrożenie terrorystyczne m.in. na miejscach odwiedzanych przez turystów, miejsca kultu religijnego, bazy, centra handlowe, restauracje - bary, lotniska.

Najlepiej spędzić urlop w kraju, jak zwykle dawniej. Warto poznać różne zakątki kraju. Nasz region zachodniopomorski oraz środkowopomorski zaprasza oferując piękne miejsca wypoczynkowe: morze, lasy, jeziora, zabytki, atrakcje...

Zarazki „ebola” atakują turystów w Afryce

Wirus „ebola” atakuje turystów w Kongo w sposób masowy. Także w innych krajach Afryki. Gorączka krwotoczna, wywołana przez wirusa „ebola” kończy się „piorunującą” śmiercią.

Koszmarne epidemia została ostatnio częściowo zatrzymana przez wynalezienie specjalnej szczepionki.

Wybierając się na urlop do Afryki trzeba się zabezpieczyć przed różnymi zagrożeniami epidemicznymi oraz niepokojami politycznymi.



Fragment ekspozycji Muzeum Farmacji w Krakowie.
Ze zbiorów własnych.

Wystawa o historii nurkowania

W pałacu Brunszwickingich w Kołobrzegu, w siedzibie Muzeum Oręża Polskiego, z okazji 100 rocznicy odzyskania Niepodległości zagościła wystawa historii nurkowania przez żołnierzy polskich. Na wystawie można się zapoznać z ubraniem nurka, jego ciężkich butach, o nakładaniu hełmu i podawaniu tlenu, o poruszaniu się po dnie twardym lub miękkim oraz o pracy nurka klasycznego w morzu. Dokładne informacje o pracy nurka personel Muzeum przekazywał zwiedzającym.

Wystawa była wielką atrakcją dla mieszkańców i turystów.

Została wypożyczona z Muzeum w Warszawie.

Babka zwyczajna
Plantago major L.



Liść jest stosowany jako środek powlekający, wkrztuśny, przeciwzapalny i gojący.

Zakład Ogrodniczy Żulicki w Kołobrzegu

Jeśli chcecie kupić kwiaty czy rośliny do naszych ogrodów, to wspaniałym przedsięwzięciem ogrodniczym, które trzeba odwiedzić jest w Kołobrzegu firma Żulicki. Jest to najlepsza, największa wzorowa oaza ogrodnictwa w Kołobrzegu. Egzystuje od kilku pokoleń ogrodniczych, Żulickich.

Tak pięknych, urodziwych kwiatów i roślin krajowych i egzotycznych nie znajdziecie nigdzie indziej.

Jak wejście do sklepu czy do cieplarni ogrodowej to poczujecie się jak Alicja w krainie czarów. Uroda znajdujących się tam kwiatów oszałamia pięknem. Nigdy i nigdzie nie spotkacie takiego cudownego królestwa kwiatów w ogromnych ilościach jak w ogrodach Żulickiego, które są przepiękną oazą kwiatów.

„Hortulus” w Dobrzycy

W pobliżu Koszalina w Dobrzycy znajduje się od 1992 r. na 70 ha powierzchni piękny „ogród z bajki”. Jest to ogromny park, złożony z licznych stylowych ogrodów. Możemy tam podziwiać np. ogród japoński, ogród skalny, ogród ziołowy, ogród wrzosowy, ogród francuski, wodny, rosarium, alpinarium i wiele innych urokliwych zakątków ogrodowych. Cały ten olbrzymi park ogrodowy można codziennie oglądać i zachwycać się różnorodnością stylów ogrodowych oraz licznymi okazami roślin. Można godzinami spoczywać wśród pięknych zakątków parkowych, oglądać stawy z nenufarami, fontanny, altanki, figurki ogrodowe, kwiaty przeróżne z całego świata.

Jest tam też dział sprzedaży sprzętu ogrodowego i książek o ogrodnictwie. Jest sprzedaż kwiatów i akcesoriów ogrodowych. Osoby indywidualne mogą zwiedzać ogrodnictwo w Dobrzycy bezpłatnie. A wycieczki z przewodnikiem wnoszą stosowną opłatę. Telefon informacyjny: 94 318 13 18.



Koncerty letnie w Bazylice Kołobrzeskiej

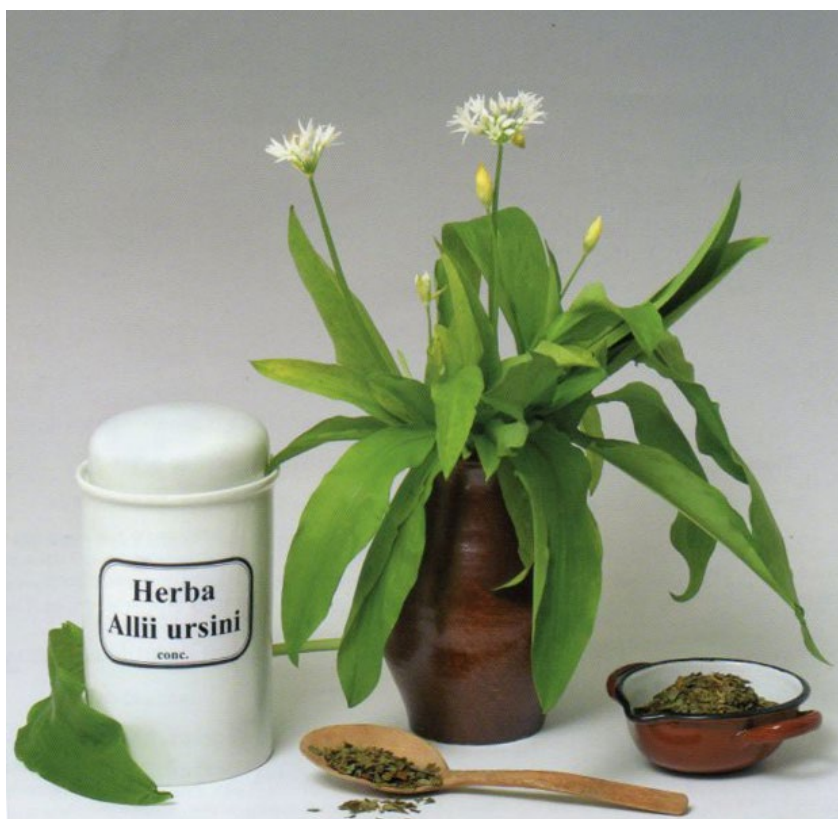
Od kilku lat koncerty w Bazylice Kołobrzeskiej stanowią wielką atrakcję dla wczasowiczów, turystów i mieszkańców-melomanów. Poświęcone są głównie muzyce klasycznej. Odbywają się w lipcu i sierpniu w każdy czwartek wieczorem.

W lipcu 2018 r. czwartkowy koncert w Bazylice Kołobrzeskiej zapoczątkował koncert Poznańskiego Chóru Chłopięcego.

Leczenie uzdrowiskowe

Nasz region jest bogaty w miejscowości uzdrowiskowe. Obecnie wiele obiektów uzdrowiskowych przeszło w ręce prywatne. Jaka jest dalsza przyszłość naszych nadmorskich uzdrowisk? Temat ten przewija się obecnie stale w dyskusjach lekarzy bardzo zaniepokojonych sytuacją w lecznictwie uzdrowiskowym.

Kiedyś leczenie uzdrowiskowe było łatwiej dostępne dla społeczeństwa, obecnie emeryci mają trudności z wyjazdem do uzdrowisk. Tymczasem jak



wykazały badania kuracja uzdrowiskowa przynosi ludziom starszym radykalną poprawę w ich schorzeniach przewlekłych i zmniejsza potem potrzebę na leczenie farmakologiczne.

Nadmiar chemii w żywności

Według badań i uczonych norweskich łosoś hodowany jest najbardziej toksyczną rybą na świecie. Inne badania wykazały, że w żywności zjadamy ok. 4-5 kg substancji chemicznych rocznie, słodcyce i barwniki wody przyczyniają się do epidemii otyłości już u dzieci, mięso, wędliny i drób są naszpikowane antybiotykami i hormonami, należy unikać produktów, seropodobnych, bo nie są produkowane z mleka lecz tłuszczów. Paszety zawierają tylko 20% mięsa, a resztę zmielone chrząstki, skórki i sztuczne dodatki.

Na tropach Ernesta Hemingwaya

Lekarz Marek Stachowicz, małżonek farmaceutki, którego mądre rady zamieszczamy co pewien czas w naszym Biuletynie, posiada tak niezwykły talent literacki i głęboką wiedzę psychologiczną. Ostatnio drukuje w Biuletynie Okręgowej Izby Lekarskiej w Koszalinie swoje relacje z podróży zagranicznych oraz naświetla znakomicie psychikę niektórych sławnych ludzi.

(Biuletyn Okr. Izby Lekarskiej w Koszalinie nr 5/2015)

Rocznik Kołobrzeski

Nakładem Wydawnictwa REDA w Kołobrzegu ukazały się pierwsze dwa tomy „Rocznika Kołobrzeskiego”. Książki te zawierają bardzo ciekawe publikacje dotyczące dziejów miasta Kołobrzegu od 1945 r. Są tam dzieje pierwszych osadników przybyłych z różnych kresów Polski do tego zrujnowanego miasta. Zakładali warsztaty pracy i różne placówki społeczne. Tworzyli wspólnotę „pionierów”. Tworzyli ojczyznę na tym zrujnowanym terenie.

W pierwszym tomie „Rocznika Kołobrzeskiego” zostały przedstawione dzieje założenia i funkcjonowania pierwszej apteki polskiej w Kołobrzegu przez mgr farm. Zofię Roźniecką oraz jej męża Władysława Roźnieckiego. Ich losy i pionierskie lata w Kołobrzegu przedstawiła dr hab. Jadwiga Brzezińska.

Natomiast w drugim tomie „Rocznika Kołobrzeskiego” zostały wydrukowane wspomnienia pierwszego lekarza urzędowego w Kołobrzegu Adama Gliń-



Ekspozycja lamp naftowych. Muzeum w Krośnie. Ze zbiorów własnych

skiego. Wspomnienia te nagrała i potem zredagowała również dr hab. Jadwiga Brzezińska.

Obie publikacje dokumentują pierwsze lata polskiej służby zdrowia w Kołobrzegu na Ziemi Koszalińskiej.

Warto nabyć oba tomy „Rocznika Kołobrzeskiego”. Oferuje je Wydawnictwo REDA w Kołobrzegu, ul. Emilii Gierczak 26 A

Stowarzyszenie turystyczno-uzdrowiskowe w Kołobrzegu

Rozwój prywatnych placówek turystycznych oraz uzdrowiskowych w Kołobrzegu jest imponujący. Istnieje już ok 100 takich placówek. Skłoniło to do zawiązania Regionalnego Stowarzyszenia Turystyczno-Uzdrowiskowego w Kołobrzegu. Stowarzyszenie to podejmuje starania, by Kołobrzeg miał charakter miejscowości uzdrowiskowej.

Kołobrzeg dawniej - album

Znakomity historyk naszego regionu, który specjalizuje się w dziejach dawnego Kołobrzegu, prof. Hieronim Kroczyński, wydał książkę albumową pt. Kołobrzeg dawniej.

Omówił w niej rolę Kołobrzegu jako modnego uzdrowiska w okresie od XIX w. do 1945 r.

Książka opatrzona bardzo licznymi zdjęciami, adresowana jest do turystów polskich, a także niemieckich, których jest coraz więcej. Dlatego teksty są drukowane zarówno w języku polskim, jak i niemieckim.

Książka ukazała się w Wydawnictwie REGA w Kołobrzegu, ul. Emilii Gierczak 26 A i tam można ją nabyć.



Jesienią często jest smutno...

Gdy jesienią słońca jest mało lub stale zasłaniają je chmury, do serc ludzkich wkrada się smutek. Idąc ulicami miasta widzimy kobiety o smutnych twarzach, blade, zmęczone, zniechęcone. Wracają smutne o domu, do codziennych obowiązków. Wtedy często wyżywają się na rodzinę. Złoszczą się, awanturują. Gdy takie awantury są częste i długie, dochodzi do konfliktów w rodzinie o nawet rozwodów. Czasem drobna sprzeczka na początku może doprowadzić stopniowo, gdy staje się coraz częstsza do tragicznych skutków. Z takiego domowego

„piekiełka”, gdzie szaleje awanturująca się żona, uciekają inni domownicy, a najpierw mąż.

Jak opanować stres, który w nas często narasta? Powodem może być jakaś przykrość w pracy, jakieś niepowodzenie, usłyszane złe słowo, niepokój o zdrowie. Pojedyncze objawy stresu można usunąć sięgaj po preparaty z walerianą. Nagromadzone stresi mogą doprowadzić do depresji.

Nie wolno wyładowywać swe stresi na bliskich w rodzinie. Co trzeba robić? Co pomaga skutecznie? Stres trzeba rozładować poza domem. Np. iść do parku i popatrzeć na drzewa, stawek czy rzeczkę... Jeżeli musimy wrócić z pracy najpierw do domu, to trzeba zacisnąć zęby, zamiast krzyczeć, zanucić jakąś piosenkę: trala, la... szybko uwinąć się w domu z obiadem i wyjść z domu. Można iść na spacer, do kina, na wystawę, na lody. Najlepiej pomaga na wszelaki „damski smutek” pójść do fryzjera, albo do ciucholandu i kupić sobie jakiś drobiazg. Zdziwiający jak nowa fryzura czy nowa apaszka mogą radykalnie zmienić nastrój kobiety.

J.B.



Ekspozycja lamp naftowych. Muzeum w Krośnie. Ze zbiorów własnych

Wyjeżdżając za granicę pamiętajcie...

Wyjeżdżając za granicę do krajów egzotycznych należy pamiętać, że za Wasze zdrowie odpowiadacie sami! Biuro Podróży jest jedynie organizatorem wycieczki i nie ma obowiązku informowania Was o konieczności szczepień czy zabranii pewnych leków.

Informacje te trzeba sobie samemu zebrać, poddać się odpowiednim szczepieniom, uzyskać informację o zagrożeniu chorobami, zabranii potrzebnych leków.

Zagrożeniem jest malaria i żółta febra, borelioza. Trzeba się dowiedzieć przez internet, co może nam grozić, jak się uchronić przed zarażeniem się. Pamiętać trzeba też o niebezpieczeństwie zainfekowanie się HIV. Ostatnio w kraju doszło do 1000 zachorowań na HIV rocznie w Polsce!

(Biuletyn Infor. Pom. Kuj. OIA nr 149/2018)

Obowiązek specjalizacji dla kierowników aptek?

Prowadzone są prace nad ustawą o zawodzie farmaceuty. Pojawił się problem, czy kierownik apteki musi mieć specjalizację? NIA chcąc poznać opinię farmaceutów, przygotowała ankietę poruszającą ten problem. Na razie większość głosów wypowiedziało się, że nie muszą mieć specjalizacji. Zobaczymy jak dalej pójdą ustalenia.

(Biul. OIA Pom. Kuj. nr 149/2018)

Rozważanie o zmianie czasu

Zmiana czasu z letniego na zimowy obowiązuje w całej Unii Europejskiej. Przynosi duże oszczędności, zwłaszcza dla krajów nordyckich. Dłuższy dzień - to możliwość korzystania dłużej ze światła dziennego. Cieszy zwłaszcza latem, gdy nawet po pracy można wyjść na spacer czy na wycieczkę. Zwłaszcza, że teraz w lecie w tym roku słońce wstaje wcześniej niż dawniej, bo już o 5 rano, a chowa się o 19-tej (latem!), gdy dawniej było słonecznie do 21.00. W internecie toczy się dyskusja, czy zmieniać co roku czas letni na zimowy.

(GN 22.07.2018)

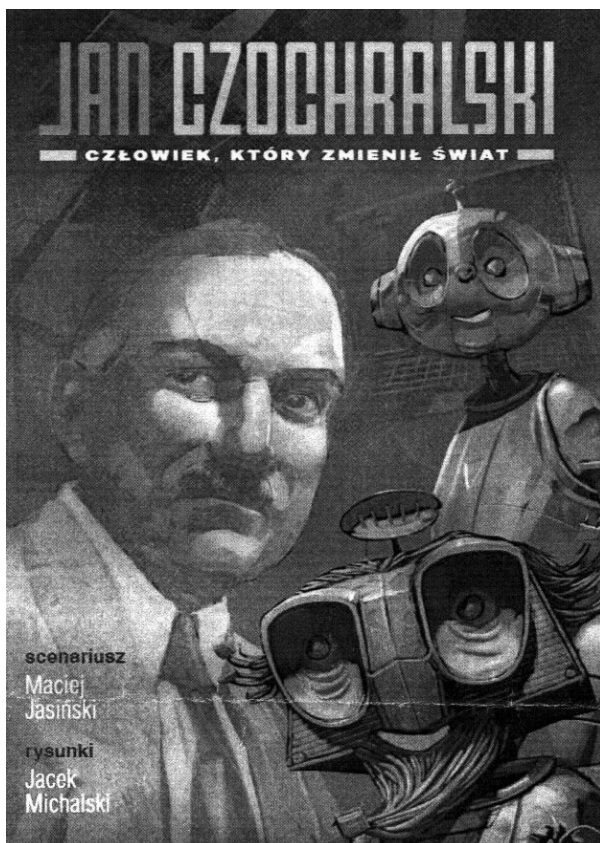
Relacje o prof. Janie Czochralskim

Zachęcam Czytelników naszego biuletynu do częstego zaglądania do internetu, gdzie ukazuje się od 7 lat „Biuletyn Roku Czochralskiego. Redaguje to pismo prof. dr hab. Paweł Tomaszewski. Ostatni numer przyniósł wiadomość, że w Kcyni, gdzie pochowany jest nasz znakomity uczony i wynalazca, podjęto prace nad renowacją grobowca tego uczonego Polaka.

Teraz w okresie lata niektórzy urlopowicze w podróży z południa kraju nad morze, zaglądają do Kcyni, miejsca urodzenia i śmierci naszego wielkiego uczonego i wynalazcy.

Czytajcie Biuletyn Roku Czochralskiego. Może będziecie mieli gości z zagranicy. Wtedy możecie się pochwalić opowiadając im o znakomitym Polaku wynalazcy Janie Czochralskim.

(Biul. Roku Czochralskiego nr 14,15,16/2018)



Urodzaj owoców

Upalne lato przyniosło wielki urodzaj owoców. Zwykle wszystkie owoce zabierali producenci fabryczni, którzy przerabiali owoce na soki czy dżemy, w tym roku był ogromny import owoców z zagranicy. (Nawet czosnek sprowadzamy z Chin!). W tej sytuacji producenci przetworów owocowych, kupując owoce zagraniczne, a polskim rolnikom zaoferowali w tym roku rekordowo niskie ceny.

Pełne skrzynki pięknych wiśni czy porzeczek stoją w ogrodach sadowników niesprzedane. Punkty skupu płacą rolnikom po 40 gr za 1 kg tych owoców. Do tej pory wytwórnice płaciły sadownikom 1,50 zł za kg owoców. Z tego sadownicy mieli 75 gr za kg za produkcję owoców, a 75 gr za kg płacili zbieraczom.

Teraz gdy w skupie oferują rolnikom tylko 40 gr za 1 kg owoców, żaden zbieracz nie zgodzi się za pracę za 20 gr zbierania wiśni z drzewa.

Proboszcz jednej parafii zaproponował swoim rolnikom, by ogłosili w internecie, że kto zbierze z drzewa w jego ogrodzie owoce, to otrzyma bezpłatnie połowę zebranych owoców. Wiadomość ta z internetu trafiła do mieszkańców Warszawy. Zaczęli co rano przyjeżdżać całymi rodzinami Warszawiacy, także siostry zakonne. Otrzymywali połowę uzbieranych owoców bezpłatnie.

Takie to problemy mają sadownicy polscy. Pamiętaj, gdy kupujesz owoce i warzywa dowiedz się, czy to są polskie produkty czy zagraniczne. Polskie są na pewno zdrowsze. Kupuj polskie owoce i polskie warzywa.

(GN 24.07.18 nr 10)



Narodowe Muzeum Techniki zaprasza

„Z naszej ziemi, to znaczy Polski” - *In Nostra Terra, scilicet Polonia*”

Z okazji jubileuszu odzyskania przez Polskę niepodległości, Narodowe Muzeum Techniki w Warszawie przygotowało wystawę plenerową dotyczącą polskich wynalazców pt. „Z naszej ziemi, to znaczy Polski”. Jest ona poświęcona wybitnym polskim naukowcom i inżynierom, którzy dzięki swoim osiągnięciom mieli istotny wpływ na światowy rozwój techniki. Ich pomysły znalazły zastosowanie w różnych obszarach życia, począwszy od motoryzacji, poprzez techniki wykorzystywane w wojskowości, transporcie, budownictwie, przemyśle oświetleniowym i wielu innych. Przykładowe nazwiska wynalazców i ich osiągnięć zaprezentowane na wystawie:

- Rudolf Modrzejewski, syn Heleny Modrzejewskiej - najpiękniejsze mosty w USA;
- Antoni Patek - najlepsze zegarki na świecie;
- Stefan Drzewiecki - łodzie podwodne;
- Kazimierz Prószyński - pierwsza na świecie kamera filmowa, pierwsze filmy, wcześniej niż bracia Lumiere;
- Tadeusz Marek - najlepsze silniki samochodowe, m.in. do Aston Martinów Jamesa Bonda.

Ekspozycja składa się z 14 estetycznych walców przestrzennych z nadrukowanymi treściami i elementami graficznymi, eksponatami umieszczonymi wewnątrz oraz monitorami multimedialnymi. Wystawę można oglądać na Bulwarach Jana Karskiego nad Wisłą aż do końca października 2018 r.

Małgorzata Staszewska-Wągradzka, NMT

(Biul. Roku Czochralskiego nr 17/2018)



Nielegalny wywóz leków z Polski

Od lat wewnętrzny rynek leków w Polsce jest uszczuplany przez nielegalny wywóz za granicę. Polski pacjent ma ogromne trudności z otrzymaniem leków ratujących życie bądź do leczenia przewlekłych chorób. Jak szacuje Naczelna Izba Aptekarska, w skali kraju chodzi o grupę ok. 200 preparatów zagrożonych wywozem. W wyniku tzw. odwróconego łańcucha rocznie z polskiego rynku ubywa leków o wartości od 1,5 do 2 miliardów zł. Pod koniec maja br. media obiegrała wiadomość o zatrzymaniu przez CBA członków tzw. mafii lekowej, działającej od 2014 r. Jak ustalono, mafia w latach 2017-2018 skupiła z aptek leki za kwotę 100 milionów zł. Chodliwe leki kupowane były na podstawie fałszywych dokumentów zapotrzebowań wystawianych na jedną z kontrolowanych przez zatrzymanych przychodni lekarskich (NZOZ).

Niepubliczne zakłady opieki zdrowotnej i inne uprawnione jednostki organizacyjne zaopatrują się w produkty lecznicze i wyroby medyczne w aptekach ogólnodostępnych na podstawie zapotrzebowań (Prawo farmaceutyczne art. 96. 1 pkt 3). Minister Zdrowia odrębnym Rozporządzeniem z 18 października 2002 r. z późn. zm. w sprawie wydawania z aptek produktów leczniczych i wyrobów medycznych w § 6.1 ustalił wzór zapotrzebowania na zakup ww. produktów i formalne wymogi, jakim winno odpowiadać. Życie pokazało, że tak ogólne zasady wystawiania zapotrzebowań można wykorzystywać w innym celu - skupowania leków z aptek ogólnodostępnych i wywozu ich za granicę.

Każdy pacjent w Polsce wie, tym bardziej aptekarz, że chory w przychodni otrzymuje poradę lekarską (ewentualnie wykonuje się mały zabieg chirurgiczny czy stomatologiczny) i na koniec receptę na leki, którą realizuje w aptece ogólnodostępnej według ustalonych zasad odpłatności. **NIE OTRZYMUJE NATO-
MIAST LEKÓW.**

Przychodnie lekarskie do swojej bieżącej działalności potrzebują - w zależności od rodzaju gabinetu lekarskiego - leków do zestawów przeciwwstrząsowych, apteczek pierwszej pomocy, leków znieczulających w gabinetach chirurgicznych i stomatologicznych, środków opatrunkowych, dezynfekcyjnych itp. Nie potrzebują natomiast leków przeciwcukrzycowych, przeciwzakrzepowych, onkologicznych, antybiotyków, leków psychiatrycznych, które są używane w lecznictwie zamkniętym.

Organy państwa zapowiadają ostrą walkę z nielegalnym wywozem leków. Mają być stosowane drastyczne kary finansowe, a także kary pozbawienia wolności. Minister Zdrowia planuje zmodyfikować niektóre przepisy dotyczące wystawiania zapotrzebowania na leki przez NZOZ.

mgr Lucjan Borys

(Przedruk z Biuletynu Informacyjnego Pomorsko-Kujawskiej Okr. Izby Aptekarskiej nr 149/2018)

Miłe spotkanie historyków farmacji na **XXVII** Symposium Historii Farmacji w Stargardzie

Nasz zaprzyjaźniony region - Pomorze Zachodnie - był organizatorem ogólnopolskiego XXVII Symposium Historii Farmacji w dniach 24-26.V.2018 r. w Stargardzie. Symposium takie jest organizowane co roku w innych regionach Polski. Na symposium w Stargardzie przybyli licznie farmaceuci zainteresowani historią farmacji ze wszystkich regionów kraju oraz z Niemiec i Litwy. Organizatorem Symposium była Sekcja Historii Farmacji Polskiego Towarzystwa Farmaceutycznego w Szczecinie pod kierunkiem dr Jerzego Waliszewskiego.

Trzeba podkreślić, że otwarcie obrad zaszczytliwą obecnością znakomici goście: Rektor Uniwersytetu Medycznego w Szczecinie prof. dr hab. Bogusław Machaliński, Marszałek Województwa Zachodniopomorskiego Olgierd Geblewicz, Prezydent Miasta Stargardu Rafał Zając, Dyrektor Głównej Biblioteki Lekarskiej w Warszewie dr hab. Wojciech Giermaziak, Redaktor Naczelny pisma „Czasopismo Aptekarskie” z Warszawy Wiktor Szukiel.

Obrady otworzyła przewodnicząca Zespołu Sekcji Historii Farmacji Polskiego Towarzystwa Farmaceutycznego dr n. o zdr. Lidia Maria Czyż podkreślając, że 100 rocznica odzyskania niepodległości ukierunkowała tematykę obrad na przypomnienie działalności polskich aptekarzy w obronie ojczyzny.

Referaty ilustrowane slajdami, wygłaszane były przez 2 dni. W programie znajdował się też referat dr hab. Jadwigi Brzezińskiej z Kołobrzegu pt. „Farmaceuci koszańscy na drogach do wolności”. Teksty wszystkich referatów zostaną opublikowane w Pamiętniku Symposium, który ukaże się drukiem.



Uczestnicy sympozjum podczas zwiedzania Muzeum. Fot. mgr farm. Jerzy Waliszewski

Dłgie wieczory majowe pozwoliły na spacery szlakiem zabytków Stargardu. Podziwiano zwłaszcza stare mury miejskie, bramy miejskie, i zabytkowe budowle wieloletniej stolicy Pomorza. Szczególne wrażenie wywołała zwłaszcza olbrzymia katedra oraz zabytki zgromadzone w Muzeum Miasta Stargardu. Znajduje się tam m.in. piękna zabytkowa apteka. Aż po sufit sięgające zabytkowe meble apteczne i liczne zabytkowe, piękne naczynia apteczne. Robią one ogromne wrażenie. Tu podczas NOCY MUZEÓW gromadzi się najczęściej zwiedzających, którym o dawnych dziejach aptekarstwa opowiada dr Jerzy Waliszewski.

Późne wieczory uczestnicy sympozjum spędzali na spotkaniach towarzyskich. Piękna pogoda i niezwykła gościnność gospodarzy sympozjum pozostały miłą pamięć o spotkaniu farmaceutów w Stargardzie.

J. B.

Zespół Sekcji Historii Farmacji informuje

Sekcja Historii Farmacji w Opolu, wspólnie z Muzeum Ziemi Opolskiej, zorganizowano wystawę „Od kramu aptecznego do apteki XXI wieku”.

Wszystkie Muzea Farmacji w kraju brały udział w majowej Europejskiej Nocy Muzeów, prezentując wystawy i pokazy specjalne z dziejów zawodu. Sekcje organizują też wystawy lokalne (Stargard, Opole, Warszawa).

W grudniu każdego roku odbywał się ogólnopolski Przegląd prac magisterskich zawierających treści dotyczące historii zawodu aptekarza, przygotowane nie tylko na polskich uniwersytetach medycznych. W XI Przeglądzie w 2016 r. wzięli w nim udział młodzi magistrowie farmacji z Litwy. Partnerem Przeglądu jest Instytut Historii PAN.

Inicjatywą Zespołu jest również ustanowienie wyróżnienia dla historyków zawodu aptekarza w postaci statuetki im. mgr farm. Antoniny Leśniewskiej.

Zespół pracował także na innych polach, w poszczególnych Sekcjach odbywały się przede wszystkim posiedzenia, podczas których omawiano sprawy bieżące ale przede wszystkim wspomniano najwybitniejszych przedstawicieli aptekarstwa, w ujęciu historycznym, a także tych, którzy odeszli na przestrzeni poszczególnych lat (Poznań, Łódź).

Poznań i Opole przygotowywały we wrześniu obchody Dnia Aptekarza z wystawami i wystąpieniami.

Ukazały się wydawnictwa związane z historią farmacji. Były to przede wszystkim Halina Cytryńska *Poznańskie apteki - wnętrza, historia, wyposażenie*; Jan Majewski *Sympozja Historii Farmacji z perspektywy ćwierćwiecza*; Lidia Maria Czyż *Służba farmaceutyczna Podkarpacia w latach 1944-2004 na tle przemian prawnych obrotu lekami*.

Każdorazowo, po zakończonych sympozyjach historii farmacji wydawano „Pamiętniki” dokumentujące wygłoszone referaty. Sekcja Rzeszowska przygotowała kolejne wydania „*Thesaurus'a Apothecarii*” oraz opracowanie A. Drygasa *Aptekarstwo polskie na Kresach*.

Sprawozdania Zespołu Historii Farmacji corocznie ukazywały się na łamach internetowego wydania *Newslettera*.

Dr Lidia Maria Czyż

Nieznajomy z pociągu

Był wieczór. Pociąg pędził stukając po szynach. W przedziale siedziała tylko jedna osoba. Monika wracała od chorej ciotki i zagłębiła się w rozmyślaniach. Ciotka nalegała, by rozejrzała się za jakimś mężem, bo źle jest kobiecie samotnej na starość. Monika miała już 35 lat i przezwisko „starej panny” przyłgnęło już do niej na dobre. Jako młoda dziewczyna przeżyła zawód miłosny. On, uroczy i kochany Jurek, zostawił ją dla innej, nic nie wartej kobiety. Po tym przeżyciu Monika wylała wiele łez i nie wierzyła już żadnym mężczyznom. Zresztą żaden już się jej nie podobał - tak, jak kiedyś Jurek. Razem z nim odeszło jej uczucie i ufność do ludzi. Zrobiła się zimna i oschła.

Skończyła farmację i z wielką pedanterią wykonywała swój zawód. Dokładność w aptece jest potrzebna. Była zawsze chwalona i stawiana za wzór innym koleżankom. Miała już własne mieszkanie, gdzie wszystko było ładnie ułożone, czyste, porządne, bez śladu kurzu czy nieładu.

Na jakiejś stacji wsiadł mężczyzna i rozpoczął rozmowę. W mroku nie widziała jego twarzy, tylko zgrabną sylwetkę. Wracał od matki. Myślał, że przyjeździe do niego i zajmie się córeczką. Niedawno pochował żonę. Długo chorowała. Zadłużył się. Dziecko potrzebuje opieki, a on ma pracę związaną z wyjazdami. Ale matka jest chora. Nie wie co począć.

W ciemnym pociągu ludzie lubią się zwierzać, wyrzucać z siebie swoje troski i kłopoty. Monika poczuła sympatię do nieznajomego i współczucie. Pomógł jej wysiąść w miasteczku. Wtedy na peronie zobaczyła, że był przystojnym mężczyzną. Powiedziała więc, że pracuje tu w aptece. A on, że nazywa się Karol i może kiedyś ją odwiedzi.

Po pewnym czasie zadzwonił telefon. To był nieznajomy z pociągu. Zalał pewną sprawę urzędową w miasteczku i prosił o spotkanie. Umówili się w restauracji. Dobrze im się rozmawiało. Potem było kilka listów i telefonów. Zaprosił ją na sobotnio-niedzielną wycieczkę, w której towarzyszyła mu córeczka. To zalęknione małe stworzonko podbiło serce Moniki. Długo nagromadzona miłość macierzyńska odezwała się w jej sercu. Przytuliła małą do siebie i szybko zdobyła zaufanie dziecka.



Postanowili się pobrać. Monika zlikwidowała swe mieszkanie i przeniosła się do Karola. Ciotka przyjechała, aby pomóc zagospodarować się na nowym. Nie szczędziła przy tym rad. Musisz się wyżyć swoich wad staropanińskich. Nie zrzędzić i nie krytykować. Być tolerancyjna, pogodna, ze wszystkiego zadowolona. Nie zepsuj swego losu, swego i jego życia. Jesteś odpowiedzialna za szczęście jego i dziecka.

Monika uśmiechnęła się do ciotczynek rad. Poczwała nagle taki przyływ sił i energii, że potrafi sprostać wszystkim wyzwaniom losu.

opr. Jadwiga Brzezińska

LECZNICZE WŁAŚCIWOŚCI MIODU

**Miód zaliczany jest do najwartościowszych produktów pszczelich
Badania farmakologiczne i kliniczne ostatnich dziesięcioleci
wykazały jego korzystne działanie w wielu dolegliwościach.**

Odznacza się on właściwościami leczniczymi w przypadku chorób serca i układu krążenia, zaburzeń układu nerwowego, schorzeń układu oddechowego, chorób przewodu pokarmowego oraz w chorobach skóry i błon śluzowych.

Ostatnio mówi się o korzystnym działaniu miodu w chorobach nowotworowych. Z jednej strony ma on wzmacniać działanie cytostatyków, a z drugiej strony zmniejszać możliwość przerzutów komórek nowotworowych do innych narządów.

Według lekarzy z krajów zachodnich miód okazał się skutecznym środkiem w zakażeniach chirurgicznych. U chorych z zainfekowanymi ranami pooperacyjnymi, przewlekłymi owrzodzeniami i ropniami dawał często lepsze efekty lecznicze niż powszechnie stosowane antybiotyki. Miód stosuje się także w leczeniu ran oparzeniowych. Zauważono, że stosowany zewnętrznie wspomaga proces gojenia na drodze oczyszczania rany z chorej tkanki, działania antybiotycznego i tworzenia zdrowej tkanki ziarninowanej.

Z fachowego piśmiennictwa wynika, że miód stosowany jest w leczeniu owrzodzeń na tle cukrzycowym, zakażonych ran odleżynowych i nowotworowych, a także owrzodzeń zgorzelińowych i gruźliczych. Wykorzystywany jest w leczeniu pleśniawek u noworodków, guzów krwawnicowych odbytu (hemoroidów), nadżerek szyjki macicy, a także w okulistyce, m.in. w trudnym do leczenia zapaleniu opryszczkowym rogówki. Warto dodać, że osłabia działanie używek takich jak kawa i alkohol.

Przykłady działania miodu w wybranych schorzeniach wewnętrznych.

• W schorzeniach serca i układu krążenia

Niezależnie od rodzaju i miejsca pochodzenia miód charakteryzuje się następującym działaniem na serce i układ krążenia: zwiększa siłę skurczu i wydolność mięśnia sercowego, rozszerza naczynia wieńcowe i polepsza krążenie, obniża ciśnienie tętnicze krwi, zwiększa diurezę i działa przeciwartmicyjne. W terapii stosowany jest przede wszystkim jako środek wspomagający podstawowe leczenie w takich chorobach jak nerwica i zaburzenia rytmu serca oraz choroba niedokrwienna serca.

Miód przyjmowany profilaktycznie zmniejsza dolegliwości towarzyszące dusznicy bolesnej oraz obniża ciśnienie tętnicze, co z powodzeniem wykorzystuje się u kobiet w ciąży z nadciśnieniem.

Stąd wniosek, że regularne zażywanie miodu przez dłuższy okres może w znacznym stopniu polepszyć stan zdrowia w przypadku schorzeń sercowo-naczyniowych.

• Działanie uspokajające

Wśród wielu właściwości miodu na uwagę zasługuje jego wpływ na układ nerwowy. Odnacza się łagodnym działaniem uspokajającym, nasennym i zmniejszającym skutki nadmiernego napięcia nerwowego.

Miód wpływa na poprawę czynności ośrodkowego układu nerwowego i przyczynia się do odnowy sił psychicznych organizmu. U osób zdrowych wzmagą intensywność pracy umysłowej. Dłuższe podawanie dzieciom wpływa korzystnie na ich rozwój psychiczny i umysłowy oraz przyczynia się do zwiększenia odporności na zakażenia. Działanie miodu okazało się szczególnie skuteczne u dzieci osłabionych i wyniszczonych na skutek nerwicy.

Miód okazał się dobrym środkiem leczniczym w zwalczaniu bólu głowy, zwłaszcza pochodzenia migrenowego. Jest także cennym lekiem wspomagającym terapię nerwic różnego pochodzenia.

Sposób i ilość przyjmowania miodu zależą od rodzaju schorzenia. Na ogół w cięższych przypadkach stosowany jest on samodzielnie, w cięższych natomiast łącznie z podstawowym leczeniem. Przeciętnie w celach uspokajających i nasennych oraz w nerwicach poleca się przyjmowanie 1 lub 2 łyżek stołowych miodu 3 razy dziennie (60-120 g).

Miód przyjmuje się po rozpuszczeniu w ciepłej, przegotowanej wodzie, na 1-2 godziny przed posiłkiem, a wieczorem na pół godziny przed snem. Leczenie prowadzi się przez 1-2 miesiące. Po kilkutygodniowej przerwie kurację można powtórzyć. Zazwyczaj u osób nerwowych, szczególnie u ludzi starszych i dzie-

ci powyżej 5 roku życia, wystarczy codzienne spożywanie 1-2 łyżeczek miodu przed snem.

Przy bezsenności i nadpobudliwości nerwowej poleca się rozpuszczanie miodu w wodzie mineralnej, mleku, herbacie z cytryną (łyżka stołowa miodu i sok z połowy cytryny na szklankę napoju), a także w naparach z kwiatostanów lipy, liści melisy i szyszek chmielu.

W celu wzmocnienia działania miodu na ośrodkowy układ nerwowy wskazane jest łączenie go z sokami lub wyciągami roślinnymi, na przykład z nalewką lub intraktem z waleriany, a także z intraktem z głogu. Do 100 g miodu dodaje się 10 g leku płynnego i po wymieszaniu przyjmuje się 1 łyżeczkę przed snem. Przykładem gotowego preparatu jest miód z melisą (miód z dodatkiem 1 proc. koncentratu z liści i ziela melisy).

• Górne drogi oddechowe

Miód stosowany jest często w stanach przeziębieniowych. Powinien być używany w fazie początkowej, gdy proces chorobowy nie jest jeszcze zaawansowany. Wówczas zwiększa on odporność organizmu i chroni drogi oddechowe przed rozwojem zakażenia.

Ze względu na właściwości upłynniające wydzielinę oskrzelową z powodzeniem stosowany jest w ostrych i przewlekłych zapaleniach oskrzeli. Stąd jego obecność w wielu syropach wykrztuśnych. Wspomagająco stosowany bywa także w pylicy i gruźlicy płuc.

Dobrym rozwiązaniem jest dodawanie miodu do naparów z surowców zielarskich łagodzących podrażnienia błony śluzowej dróg oddechowych i rozrzedzających śluz, takich jak liść szalwii, liść podbiała, liść i korzeń prawoślazu, ziele tymianku, kwiat lipy i owoc kopru włoskiego. Napary przygotowuje się zwykle w proporcji: 1 łyżka stołowa ziół na szklankę wrzącej wody. Po odsączeniu i ostudzeniu do naparu dodaje się 1-2 łyżki stołowe miodu (20-40g). Otrzymany napar stosowany jest zwykle 3 razy dziennie przed jedzeniem (łącznie 60-120 g miodu).

Dzieciom podaje się mniejsze ilości miodu, zwykle 3-6 łyżeczek od herbaty dziennie (25-50g).

Działanie wykrztuśne wykazują także miody odmianowe; lipowy, spadziowy ze spadzi drzew iglastych, tymiankowy i nostrykowy, a także ziołomiody: sosnowy, tymiankowy i świerkowy.

• W schorzeniach żołądka

Pałeczka *Helicobacter pylori* u wielu ludzi powoduje zakażenia żołądka i związane z tym poważne schorzenia tego narządu. Drobnoustrojowi temu

przypisuje się przewlekłe zapalenie, chorobę wrzodową i raka żołądka. Poza toksynami, omawiana pałeczka przyczynia się do wytwarzania przez organizm pacjenta kilku niepożądanych substancji. Należą do nich: czynniki transkrypcyjne NF-KB i AC-1, biorące udział w chorobie nowotworowej żołądka oraz enzym cyklooksygenaza 2, odpowiedzialny za powstawanie substancji wywołujących stany zapalne żołądka, zwanych cytokinami.

Dobre rezultaty przynosi leczenie miodem zakażeń przewodu pokarmowego. Podany chorym, w tym małym dzieciom, skracał czas trwania biegunki i wysokiej gorączki. Wyraźną poprawę stwierdzono również u chorych z wrzodziejącym zapaleniem jelit.

SKŁAD CHEMICZNY MIODU	
Składniki	Średnia zawartość
WĘGLOWODANY	77%
– cukry redukujące	61,9 - 77,7%
– glukoza	30%
– fruktoza	38%
– sacharoza (miód gryczany - miód wrzosowy)	0,8% - 7,7% (śr. 1,3 %)
– melencytoza (miodyt spadziowe)	do 10%
KWASY ORGANICZNE	
(jabłkowy, glukonowy, cytrynowy)	0,05% - 1,2%
BIAŁKO	0,35%
Enzymy (inwertaza, amylazy, oksydaza glukozy, katalaza, lizozym) Związki flawonoidowe (rutyna, hesperetyna, apigenina)	50 µg/g
WITAMINY	
– B ₁ , B ₂ , B ₆ , kwasy: foliowy, nikotynowy, pantotenowy – C (kwas askorbionowy)	22 µg/g
BIOPIERWIASTKI	
– makroelementy: potas, fosfor, magnez, wapń – mikroelementy: żelazo, krzem, siarka, miedź, cynk, fluor, mangan	0,3%

• W leczeniu wątroby

Miód wykazuje cenne działanie zapobiegawcze i lecznicze w chorobach wątroby i dróg żółciowych. Przyczyniają się do tego głównie łatwo przyswajalne cukry proste glukoza i fruktoza (70-80 proc.) niezbędne dla prawidłowego odżywiania i odtruwania komórek wątrobowych. Cenne działanie, polegające na obniżaniu poziomu substancji lipidowych w wątrobie i zwiększeniu wydzielania żółci przez pęcherzyk żółciowy, wykazuje cholina. Obecność w miodzie enzymów trawiennych również przyczynia się do poprawy funkcjonowania tych ważnych narządów.

Miód stosuje się samodzielnie lub łącznie z podstawową terapią leczniczą w ilości 1-2 łyżek stołowych 3 razy dziennie (60-120 g), na godzinę przed jedzeniem. Dzieciom podaje się odpowiednio mniej, tj. 3 razy dziennie po 1 łyżeczce (ok. 25g). Kurację można prowadzić przez 2-3 miesiące.

prof. dr hab. n. farm. BOGDAN KĘDZIA
mgr farm. ELŻBIETA HOŁDERNA-KĘDZIA
Instytut Roślin i Przetworów
Zielarskich w Poznaniu

GAZETA FARMACEUTYCZNA 10/2005

Remont biura Izby

W czerwcu przeprowadzony został remont części pomieszczeń biurowych w siedzibie naszej izby.

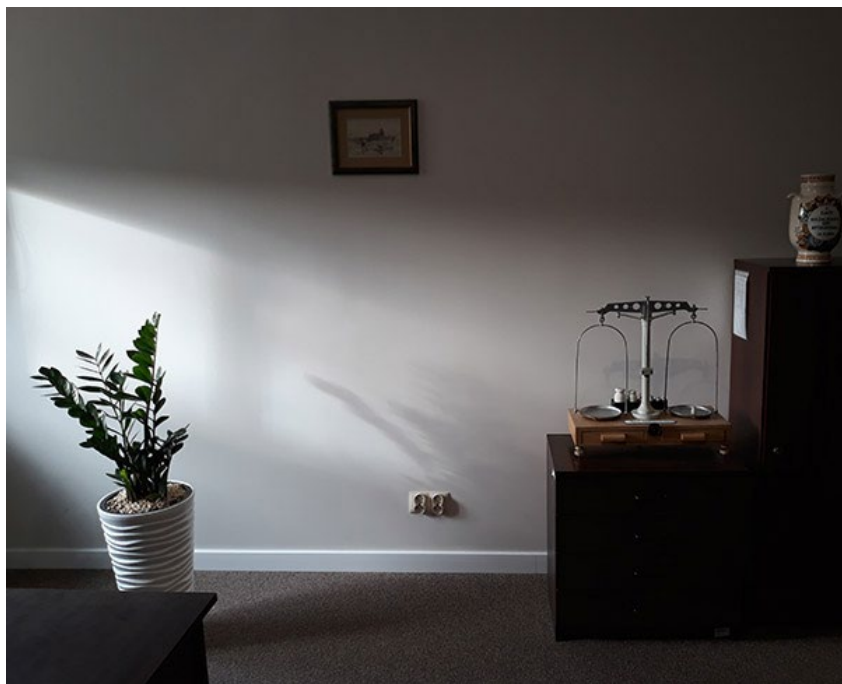
Sprawa remontu bardzo leżała mi na sercu, bo stan ścian i podłóg przedstawiał się już od dłuższego czasu raczej ponuro.

Remont przeprowadzony został bardzo sprawnie, choć kosztował bardzo dużo pracy zarówno ekipę remontową jak i Panie z biura izby.

Wymieniono instalację elektryczną, podłogi, wygładzono i pomalowano ściany.

Teraz biuro izby prezentuje się dużo bardziej przyjaźnie. Mam nadzieję za jakiś czas odświeżyć resztę pomieszczeń.

prezes Justyna Korzelska









Nasz chleb codzienny

W skład każdego ciasta przeznaczonego do głębokiego mrożenia wchodzi też polepszacz, o których producent nie ma obowiązku informowania konsumenta. Są one stosowane nagminnie, a oferta w internecie od kilkudziesięciu producentów obejmuje ich kilkaset rodzajów. Przykładowe zalety zastosowania polepszaczy to: duża objętość pieczywa, równomierna struktura miękiszu, doskonały miękisz, duża porowatość, optymalna objętość pieczywa, tradycyjny smak, odpowiedni aromatyczny posmak i barwa, chrupiąca skórka, złocisto-brązowa skórka, ładnie popękana skórka, dłuższa świeżość pieczywa, łatwiejsze krojenie wypieczonego pieczywa, stabilna jakość pieczywa, stabilizacja produktu podczas zamrażania i rozmrażania. Jeden z producentów polepszaczy zapewnia, że jego preparat zapewnia pieczywu specjalną strukturę, która w małym stopniu wchłania sosy, co jest ważne w przypadku pieczywa używanego w gastronomii.

Do polepszaczy należą też dwa związki dodawane obowiązkowo do ciasta przeznaczonego do głębokiego mrożenia: E282 (propionian wapnia) zapobiegający pleśnieniu ciasta oraz E202 (sorbinian potasu) mający działanie konserwujące. Udokumentowano, że każdy z tych składników może wywoływać reakcje alergiczne, astmę, podrażnienia skóry czy żołądka.

Aromaty i emulgatory

Środek do przetwarzania mąki - kwas askorbinowy jest otrzymywany metodami chemicznymi. Jego rola polega na wzmacnianiu struktury ciasta (tworzy mostki siarczkowe we włóknach glutenu, podczas miesienia ciasta przyłącza do nich tlen). Jest jednym z podstawowych składników polepszaczy piekarskich.

Wymienione w składzie grahamek emulgatory to związki chemiczne zatwierdzone do użytku przez Unię Europejską. Ich celem jest utrzymanie równomiernego rozproszenia użytego oleju rzepakowego w mrożonym cieście. E472e to mono- i diglicerydy kwasów tłuszczowych estryfikowane kwasem mono- i diacetylowinowym, natomiast E471 to mono- i diglicerydy kwasów tłuszczowych.

**Tradycyjna bułka
grahamka zawiera
6 składników**

**Bułka grahamka
z marketu zawiera
13 składników**

W deklarowanym składzie innego pieczywa występuje m.in. substancja nadająca żółty kolor skórce. Zawiera ono też środki do przetwarzania mąki, stabilizatory E263, E450, E339, barwnik E160a (karoten) i aromat. Stabilizatory mają na celu zachowanie lub poprawę struktury produktu. W omawianym przypadku zastosowano:

E263- octan wapnia (zakazany w Australii, Japonii, Kanadzie, Nowej Zelandii),

E450 - mieszanka sześciu różnych difosforanów (zakazany w USA), E339 - sole sodowe kwasu fosforowego,

Aromaty stosowane w produktach spożywczych, dopuszczone do użytku przez UE, to chyba najbardziej prężna gałąź przemysłu chemicznego. W dokumencie unijnym Rozporządzenie Parlamentu Europejskiego i Rady (WE) NR 1334/2008 z dnia 16 grudnia 2008 r. w sprawie środków aromatyzujących i niektórych składników żywności o właściwościach aromatyzujących do użycia w oraz na środkach spożywczych znajduje się ich kilka tysięcy (rozd. III, Załącznik I), z czego do stosowania w wyrobach piekarskich dopuszczono 262 substancje. Chętnych zachęcam do lektury tegoż rozporządzenia.

„Świeże wypieki” z supermarketów, produkty chlebobopodobne, mają naprawdę niewiele wspólnego ze świeżym pieczywem wypiekaniem w tradycyjnych piekarniach. Zgodnie z opiniami piekarzy nadają się one do spożycia tylko w ciągu 3-6 godzin po wypieku.

Pamiętajmy też o tym, że składniki pokarmów, które mogą zostać strawione i wchłonięte do krwiobiegu, są wykorzystywane przez organizm jako materiał budulcowy, odżywczy lub regulujący. Te składniki, które nie zostaną wykorzystane przez organizm, są wyłapywane przez wątrobę, która w razie potrzeby unieszkodliwia niektóre z nich. Ona też ma swoje granice wytrzymałości.

Wybór jak zwykle należy do konsumenta.

Barbara Zielonka

Autorka jest technologiem żywności.

(Nasz Dziennik, 22.08.16)

KLUB SENIORÓW FARMACJI

Przy naszej Koszalińskiej Środkowopomorskiej Okręgowej Izbie Aptekarskiej działa od dawna Klub Seniora. Niektórzy mówią „Nestora” Organizatorem i wspaniałym kierownikiem tego Klubu była przez dłuższy czas mgr Maria Terlecka. Teraz objęła funkcję kierownika Klubu Seniora pani mgr Urszula Białek.

Pierwsze spotkanie Farmaceutów-Emerytów regionu Koszalińskiego odbyło się z inicjatywy pani prezes naszej Izby mgr Marii Mach. Nieco później odbyło się spotkanie opłatkowe Seniorów Izby w 2008 r. Na początku 2009 r. został utworzony Klub Seniora naszej Izby, a funkcję kierownika Klubu objęła pani mgr Maria Terlecka. Była ona pełna energii i zdolności organizacyjnych. Wszyscy podziwiali, jak potrafiła ona wyszukać w pobliżu Koszalina ciekawe i atrakcyjne miejscowości czy zabytki leśne i zorganizować transport. Każdy wyjazd autokarem całej grupy Koła Emerytów był wielką atrakcją dla uczestników.



Cudownie było w gronie zaprzyjaźnionych, miłych koleżanek, przyjaciół aptekarskiego „fachu” spędzić romantyczne spotkania przy ognisku, w atrakcyjnych miejscowościach czy pachnącym lesie.

Każda wycieczka była inna. Każdą wspominaliśmy z rozmarzeniem i radością. Pozostały po tych wspaniałych wycieczkach piękne wspomnienia oraz fotografie.

Ale w 2016 r. odbyły się wybory do nowego zarządu Środkowopomorskiej Okr. Izby Apt. Pani mgr Maria Terlecka weszła do Komisji Zarządu Izby i zrezygnowała z funkcji kierownika Klubu Seniora.

Wtedy funkcję kierownika Klubu Seniora objęła pani mgr Urszula Białek. Właśnie zrezygnowała ona z funkcji kierownika apteki, co było coraz bardziej uciążliwą funkcją w związku z licznymi trudnościami. Miała jednak dużo zapału i energii działania. Podjęła się funkcji kierownika Klubu Seniora. Będziemy teraz na łamach naszego Biuletynu opisywać kolejne wyjazdy, atrakcyjne spotkania i wycieczki Klubu Seniora pod kierunkiem pani mgr Urszuli Białek.

Zapraszamy do udziału w tych imprezach Klubu Seniora i do czytania o tych imprezach w naszym Biuletynie. **J.B.**

Wycieczka Klubu Seniora naszej Izby do Światłowa

Nazwa tej miejscowości nic nie mówi. A jest tam Muzeum Kultury Ludowej Pomorza. Światłowo jest miejscowością wiejską. Bywa też nazywane „Stolicą Krainy w kratę”. Jest bowiem przykładem budownictwa szkieletowego w kratkę, typowego dla regionu Pomorza. Ze względu na to, że wieś ta jest położona z dala od popularnych szlaków komunikacyjnych, zachowała układ przestrzenny od czasów średniowiecznych.

Muzeum składa się z 15 budynków, zrewitalizowanych chat wiejskich, które znajdują się w trzech punktach wsi. Dzięki temu poszczególne obiekty (budynki) są stale pod okiem mieszkańców wsi.

Jakże wszystkie inne chałupy wiejskie w tej wsi stanowią element muzealny. Mieszkańcy hodują kury, kaczki, gęsi, a w oborach mają krowy i konie.

Dwie panie emerytki zabrały na wycieczkę swoje wnuki. Trzeba było widzieć, jak te dzieci się cieszyły widząc prawdziwą krowę, gęś czy konia, których nie widziały nigdy. Teraz prawdziwa krowa czy gęś była nich wielką atrakcją.

Przewodnikiem na wycieczce był pan Mikołaj, który oprowadzał po zagrodach, pokazywał warsztaty: tkacki, kowalski, stolarski. Widzieliśmy jak gospodynie przygotowywały chleb do pieczenia, piekły chleb w dużych piecach chlebowych. Potem częstowały nas świeżo upieczonym chlebem.

Z dużym zainteresowaniem obejrzelśmy wystawę multimedialną obrazującą kulturę wiejską Pomorza do 1945 r., a także kulturę osadników po 1945 r.

Wycieczkę zakończył pyszny obiad wiejski: pierogi z gęsiny. Pogoda dopisała. Humory także.

mgr Urszula Białek















List z Biecza



Dziś źle się czuję, więc przytoczę tylko trochę wspomnień z moich wojennych przeżyć, gdy kierowałem apteką wojskową na froncie walk w Egipcie. Posłuchajcie!

Mieliśmy wykopane rowy dla nas daleko na wydmach, dokąd biegamy podczas wyjątkowo interesujących nalotów, widać bowiem stamtąd lotnisko i port. A jest wtedy na co patrzeć. Kiedyś kanonada przyłapała nas w połowie drogi i musieliśmy przywarować do ziemi.

1940. El Dikheila. Egipt. Tylko raz zbudziła nas syrena. Artyleria prała ogniem zaporowym jak się patrzy. O dziwo, nawet Egipcjanie spod aptecznych okien walili ze swoich (starachowickich) dział, aż się ziemia trzęsła, a czerwone błyskawice z luf raz po raz rozdzierały mrok przepięknej nocy. Pękające nad głowami szrapnele w skrzyżowaniach świetlnych smug reflektorów rozrywały się gęsto i rozpryskiwały jak iskry ogni bengalskich na choince w Boże Narodzenie. W jednostajnym huku dział baterii lądowych i morskich nawet nie rozróżniało się detonacji bomb. Ale słychać było ciężki warkot bombowców. Była właśnie pełnia i wielka tarcza księżycza świeciła wysoko, a fantastycznie skłębione chmury co chwilę ją przesłaniały, rzucając cień na białe piaski pustyni.

Dziś wstałem wcześniej, bo służba, a chłodny i rześki ranek oraz precyzyjny wschód wprawiły mnie w doskonałe usposobienie. Księżyc jeszcze nie zaszedł, bledziutka jego i okrągła gęba przysłonięta była do połowy ciemniejszym, subtelnym obłoczkiem, jakich dużo unosiło się na tle fioletowego nieba. Ze strony przeciwnej krwistoczerwony odbłask na chmurce świadczył, że tarcza słoneczna jest już tuż, tuż... Po paru minutach wychylił się jej maleńki rąbek zza mglistego pasma pustyni, a szerokie jezioro rozświetliło się blaskiem jasnym i czystym. Zameldowali mi się podoficer służbowy i dowódca warty. Ruchem brody wskazałem im lecące klucze dzikich gęsi i, zdaje się, czajek. Kto wie, czy nie leciały z Polski?... Właśnie startowało kilkadziesiąt czarnych maszyn. Wzbiły się w powietrze z potężnym hukiem i poczęły się formować, a ptaki spokojnie leciały dalej, gdzieś za szeroko rozlane wody jeziora, ku rozwidłonej delcie Nilu.

Zza wydm dzielących mnie od lotniska startowały coraz to nowe maszyny i formując się po trzy, odlatywały w stronę morza, w stronę Grecji.

19 XI 1940. El Dikheila. Egipt. Ledwie zdążyłem się położyć, rozległo się wycie syreny. Ponieważ już od pewnego czasu kładę się w ubraniu, wskoczyłem więc tylko w buty, założyłem bluzę i czapkę, złapałem najcieplejszy koc – i do rowu. Tak do godziny 23 było, nie wiem ile razy, może sześć, może osiem. Śpiący byłem straszliwie i dla odegnania snu wyłączyłem co chwila z dziury. Kanonada była gęsta i z lądu i z morza. Ciężkie karabiny maszynowe waliły pięknie seriami, a czerwone ich pociski jak wielkie rozżarzone jajka leciały w górę posłusznie w kolejce, aż przyjemnie było patrzeć. Ale i ci z góry też robili swoje i nie zasypiali gruszek w popiele, bo nad Aleksandrią mocniejsze błyski i głuche detonacje świadczyły, że jest tam ciepło, i to dobrze ciepło. W pewnym momencie zabłyśły nagle reflektory za jeziorem i zagładając bardzo wysoko w niebo prowadziły w naszym kierunku niewidzialne maszyny, ciężko pracujące motorami. Nagle w huraganowym ogniu artylerii przeciwlotniczej odróżniłem świst inny, jakby szepleniący. Pociski naszej artylerii i ich odłamki tak nie świszczwały. Instynktownie skuliłem się na dnie kiepskiego zresztą rowu. Do pierwszego świstu dołączył drugi, trzeci, czwarty i piąty, zlewając się w jeden, z każdą sekundą bliższy, wyraźniejszy i głośniejszy. Leciały bomby. Czuję, że spadną blisko, może tuż obok, a może?... Nie. Pięć prawie równoczesnych detonacji złało się z ogólnym hukiem. Piasek i kamienie posypały mi się na głowę ze ścian rowu. Pięć bomb spadło obok, nad jeziorem: trzy do wody, jedna na brzeg, a jedna na pusty garaż.

20 XI 1940. El Dikheila. Egipt. Nalot nie trwał długo. Poszliśmy spać. Włosi jednak zrobili figła i o północy tak jakoś przylecieli, że najpierw spadły bomby, później grzały działa, a dopiero potem zawyła syrena i uderzył gong na alarm.

23 XI 1940. El Dikheila Egipt. Już trzy noce przeszły bez nalotów i bombardowań. Wreszcie wyspaliśmy się nieco. Czemu przypisać ten spokój. Czy lotnictwo włoskie jest całkowicie zaabsorbowane w Grecji? Czy też aparaty bombardujące zajęte są na naszym froncie w Pustyni Zachodniej?

Na dziś dość tych strasznych wspomnień!

Teraz ściska mi się serce, gdy myślę o tamtych, groźących nam co dzień niebezpieczeństwach „z nieba”.

Ale teraz nowe, młode pokolenie farmaceutów nie słyszało o groźbie wojny i o losie nas żołnierzy... Niech przeczytają tych kilka kartek z moich wspomnień...

Wiesław Fusek



na wesoło



Małżonkowie

Żona mówi do męża:

– Czemu ty traktujesz mnie jak powie-
trze?

Odpowiada mąż zasłonięty gazetą:

– Bo tak samo, bez ciebie nie mógłbym
żyć.

Przed bale

Przed bale Kowalski patrzy na żonę,
wychodzącą z salonu piękności.

– No cóż – wzdycha – zrobili co mogli.

Na lekcji biologii

– Jak długo żyje mysz? – pyta pani na
lekcji.

– To zależy od kota – odpowiada Jasio.

Biedak

– Mamo, daj mi 2 złote dla biednego
pana – prosi Jaś.

– A gdzie ten pan?

– Na rogu ulicy, sprzedaje lody.

U lekarza

Przychodzi pacjent do lekarza i skarży się
na bóle. Lekarz po zbadaniu mówi:

– Musi pan dużo chodzić na spacer. Kil-
ka razy w tygodniu przydałby się panu
nawet długi marsz.

– A kiedy mam chodzić? Przed pracą,
czy po pracy?

– A jaki ma pan zawód? – Listonosz!

Jaś przychodzi do apteki

– Proszę o tabletki przeciwbólowe –
mówi Jaś.

– A co cię boli? – pyta pan aptekarz.

– Na razie nic. Ale tatuś wkrótce wróci z
wywiadówki.

Cud nad Wisłą

Na lekcji historii nauczyciel pyta
uczniów:

– Co wam się kojarzy z cudem nad Wi-
słą?

– Adam Małysz!

Policjant

Co mówi policjant, który łapie złodzieja
na gorącym uczynku?

– Jesteś złodziejem, paragraf dziesiąty,
przykazanie siódme.

Rozmawiają dwie kobiety

Od czasu do czasu odwiedzam lekarza,
przecież musi z czego żyć. Potem z re-
ceptą idę do aptekarza. Aptekarz też musi
z czego żyć. Potem wylewam lekarstwo
do zlewu, a tabletki na śmiecie, ja też mu-
szę żyć.