

BIULETYN INFORMACYJNY
ŚRODKOWOPOMORSKIEJ OKRĘGOWEJ IZBY APTEKARSKIEJ W KOSZALINIE

Farmacja



POMORZA ŚRODKOWEGO

3 (249) Lipiec / Sierpień / Wrzesień 2019



Jesienne mgły na jeziorze.
Fot. R. Zarzycki



Skłócone gołębie.
Fot. R. Zarzycki



Mielno, Promenada Przyjaźni. Fot. R. Zarzycki



Wieczorny lot. Fot. R. Zarzycki





Cisza. Jezioro Żerdno na Pojezierzu Drawskim.
Fot. Magdalena Zarzycka

FARMACJA POMORZA ŚRODKOWEGO

Spis treści Nr 3 (249) Lipiec / Sierpień / Wrzesień 2019

Poezja Weronik Zarzyckiej.....	2
Słowo pani Prezes.....	3
Piknik rodzinny 2019.....	4
Po pierwsze: FARMACEUTA.....	14
Podsumowanie działalności Naczelnej Izby Aptekarskiej.....	19
Zasady oznakowania opakowań serializowanych produktów leczniczych.....	21
Wiadomości.....	27
Z prasy.....	34
Dawne leki.....	39
O receptach.....	40
Odrobina romantyzmu.....	42
Dobre rady dla Pani Domu.....	44
Aptekarska Noc Muzeów w Stargardzie.....	45
Z historii leków uzależniających – Liście koka i kokaina.....	48
Rota.....	52
Pasje mgr Mieczysława Marca aptekarza ze Słupska.....	54
Muzeum Farmacji w Warszawie nominowane do nagrody EUROPEJSKIE MUZEUM ROKU 2019.....	59
Przegląd prac magisterskich z zakresu historii farmacji.....	62
Zmarła pierwsza Prezes odrodzonego Samorządu Aptekarskiego.....	64
Jesienny smutek czy depresja?.....	66
Ukąszenia przez owady - profilaktyka i pierwsza pomoc.....	73
Słoneczny słonecznik.....	77
Na wesoło.....	80

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 hab. 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



Poziomkowe flirty

Wychylił się z ziemi listek poziomkowy,
Zagląając z gałązki ku niebieskim chmurom;
Obok niego przepływał strumień ruczajowy,
Przyglądał się poziomce wśród lasów i gór.

Posłały sobie spojrzenia przelotne
A flirt ten miał trwać póki żyją;
Strumień posyłał z echem całusy ulotne,
Ale liście krzaczka poziomki już kryją.

Rumienią się poziomki szukające słońca,
Które ogrzewając, promykami pieści;
Poziomki flirtują z promieniem bez końca,
Strumień w jeziorze zaginął bez wieści.

Weronika Zarzycka
Koszalin, sierpień 2000 r.

Koleżanki i Koledzy!

Okres letni powoli się kończy. Dla wielu był to czas relaksu i wypoczynku, dla kolegów pracujących w nadmorskich miejscowościach okres wytężonej pracy.

W listopadzie czekają nas wybory do naszego samorządu. Zapraszam wszystkich delegatów oraz zainteresowanych kolegów na Zjazd Sprawozdawczo-Wyborczy 23 listopada do Biblioteki Publicznej w Koszalinie.

We wrześniu obchodzimy Dzień Aptekarza. Każdy z nas wie, że to zawód bardzo odpowiedzialny, wymagający od nas nie tylko dużej wiedzy, ale również cierpliwości i empatii.

Wiem, że czasem ciężko jest wykonywać zawód farmaceuty, tym bardziej cieszą sukcesy naszych Kolegów.

W czerwcu mgr Dorota Pastok-Chomicka otrzymała stopień naukowy doktora w dziedzinie nauki medycznej i nauki o zdrowiu w dyscyplinie nauki farmaceutyczne na podstawie pozytywnych wyników rozprawy doktorskiej pt. „Farmakoekonomika u pacjentów leczonych w Kołobrzesckim Regionalnym Szpitalu z powodu kamicy pęcherzyka żółciowego w roku 2015” - gratulacje!!!

Pani dr hab. n. farm. Jadwidze Brzezińskiej tytuł naukowy doktora habilitowanego farmacji został przyznany w 2018 r., mgr Lech Jamka od lat zachwyca nas swoim talentem literackim oraz zaangażowaniem w sprawy samorządu lokalnego w związku z pełnieniem funkcji Radnego Gminy Biały Bór.

Dzielcie się z nami swoimi sukcesami zawodowymi i nie tylko!

Życzę Wam drodzy Koledzy, parafrazując słowa piosenki „szczęścia ile się da, miłości w bród, mądrych ludzi wokół...”

Pełniąc funkcję prezesa naszej Izby poznałam osobiście wielu z Was. Dziękuję za życzliwość, wsparcie i przyjaźń, której doświadczyłam w czasie tej kadencji.

Chciałabym Was w dalszym ciągu godnie reprezentować, dlatego proszę o Wasze głosy i poparcie podczas nadchodzących wyborów.



prezes Justyna Korzelska

Piknik rodzinny 2019

**8 czerwca w Parnowie odbył się
Piknik Rodzinny
dla członków naszej Izby.**

Pani prezes Justynie Korzelskiej bardzo zależało na zorganizowaniu spotkania, które zgromadziłoby naszych członków i ich rodziny.

Po długich przygotowaniach udało się wybrać odpowiednie miejsce, które dawało możliwość relaksu i rozrywki.

Piknik odbył się nad jeziorem Parnowskim, gdzie każdy znalazł miejsce dla siebie do relaksu i odpoczynku. Dzieci mogły pod okiem instruktora korzystać z jazdy konnej, bawić się pod okiem wyspecjalizowanych opiekunów.

Największą atrakcją okazała się wielka, dmuchana zjeżdżalnia z której korzystały nie tylko dzieci...

Zadbano także o podniebienie uczestników pikniku, na których czekały różne pyszności. Dania obiadowe, grill, ciasta, lody oraz przepyszne sałatki zadowolili każdego. Na pikniku bawili się starsi i młodszy.

Panie z koła Seniorów, z panią Urszulą Białek na czele, przyjechały specjalnie zamówionym busem. Pani Urszula Białek aktywnie uczestniczyła w pracach plastycznych razem z dziećmi, co można obejrzeć w zakładce „Galeria” naszej strony internetowej.

Dużą atrakcją był także pokaz walk rycerskich, w którym udział wzięli członkowie Akademii Rycerskiej z Koszalina. Dzieci i dorośli, oczywiście w specjalnych ochraniaczach mogli zmierzyć się z rycerzami w walce na miecze.

Co ważne, środki na zorganizowanie pikniku, pozyskano z zysków za prowadzenie naszej strony internetowej.

Pani prezes Justyna Korzelska już zbiera środki i planuje kolejny piknik w przyszłym roku. DO ZOBACZENIA!



**Pani Prezes mgr Justyna Korzelska
serdecznie witała wszystkich
przybywających na piknik.
Na zdjęciu
z mgr Weroniką Zarzycką.**





Przeciąganie liny, Panie i młodzież...





...Panowie



Wspólny posiłek.





Gościem na pikniku był wojewódzki Inspektor farmaceutyczny ze Szczecina, mgr. farm. Kazimierz Polecki.



Wielkim powodzeniem uczestników, cieszyła się dmuchana zjeżdżalnia.



Jezioro Parnowo jest też rajem dla wędkarzy.
Należy do nich także mgr Kazimierz Polecki.





Pokaz walk rycerskich, w wykonaniu członków Akademii Rycerskiej.





Uczestnicy pikniku podziwiali kunszt i zaangażowanie małych „rycerzy” pikniku.





Po pierwsze:

FARMACEUTA

Do apteki po poradę zagląda tylko 10 proc. Polaków. Większość wiedzę o lekach czerpie z internetu. Aptekarka **Małgorzata Telega przekonuje, że przed aptecznym okienkiem lepiej stawać jednak jako pacjent, nie jako klient.**

Drzwi do apteki otwiera starszy pan. Prosi o tabletki na kapiący z nosa katar. Aptekarka powstrzymuje go taktownie. - O ile pamiętam, choruje pan na nadciśnienie? - pyta, a gdy ten potwierdza, dodaje: - Proponuję więc krople, będą dla pana bezpieczniejsze. Może w aerozolu?

Pacjent daje się przekonać. Takich sytuacji Małgorzata Telega, współwłaścicielka jednej z koszalińskich aptek oraz członek rady Środkowopomorskiej Izby Aptekarskiej, ma bez liku. Jak podkreśla - nie jest tu sprzedawcą, lecz ekspertem w dziedzinie farmakologii, a apteka nie jest sklepem, lecz instytucją zdrowia publicznego.

Czubek lodowca

W czasach gdy paracetamol można kupić na stacji benzynowej lub w spożywczaku, podejście do nabywania leków może przypominać zwyczajne zakupy: klient wrzuca do koszyka towar, na który ma ochotę. Minie jeszcze trochę czasu, zanim Polacy nauczą się korzystać w pełni z wiedzy i doświadczenia farmaceutów. Aktualnie do apteki po poradę w zakresie drobnych dolegliwości zdrowotnych zagląda zaledwie 13 proc. rodaków, a dotyczącą leków - jeszcze mniej, bo 10 procent. Większość wiedzę o lekach zdobywa gdzie indziej, głównie w internecie.

11 kwietnia ruszyła pierwsza w historii tego zawodu kampania wizerunkowa pod nazwą „Po pierwsze farmaceuta”. Potrwa do września. Poprzedziły ją badania przeprowadzone przez agencję Biostat na zlecenie Fundacji Aflofarm i Naczelnej Izby Aptekarskiej.



- Z niektórymi osobami jestem w częstszym kontakcie: dzwonią, ślą recepty SMS-em, dopytują. To przypomina trochę kontakt z lekarzem rodzinnym - mówi M. Telega.

Ogólnopolska akcja ma przekonać klientów aptek, że kompetencje i uprawnienia aptekarza czynią go znakomitym doradcą w wielu dolegliwościach zdrowotnych.

Wydawanie leków to bowiem tylko wierzchołek góry lodowej tego, co farmaceuta może zrobić dla pacjenta. W lekkich dolegliwościach - np. w zapaleniu pęcherza, zatruciu pokarmowym, bieguncie, skaleczeniach, sezonowych alergiach - może zapewnić szybką pomoc. Także w początkowych objawach przeziębienia lub grypy wystarczy wizyta w aptece. A to nie wszystko.

Drzwi lodówki

Jako farmaceutka z 17-letnim stażem pani Małgorzata wie, o co zapytać, do czego przekonać, od czego odwieść. - Jeśli ktoś wchodzi do apteki z nastawieniem, że wszedł do sklepu po konkretny towar, to może być potraktowany adekwatnie do swojej postawy: jak klient - mówi z żalem. - Jeśli jednak osoba zakła-

da, że nie wie wszystkiego, jeśli przychodzi po poradę, będzie dla nas pacjentem. Od nas zależy, czy wolimy, abyśmy zostali poinformowani przez internetowego „doktora Google’a”, czy raczej żywego człowieka, który zna się na lekach.

Wiedzę o nich, jakiej nie posiadają przedstawiciele innych zawodów, farmaceutyci zdobywają podczas 5,5-letnich studiów, potem także podczas dodatkowych specjalizacji. To od nich dowiemy się, że parapet, łazienka czy nawet drzwi lodówki (gdzie podczas otwierania jej drastycznie zmienia się temperatura) nie są dobrym miejscem na przechowywanie leków.

- Ale to nie wszystko. Z biegiem lat zdobywamy nie tylko wiedzę stricte naukową, ale też tę, która wynika z doświadczenia spotkań z pacjentami - mówi pani Małgorzata. Między innymi dlatego rozmawia z nimi o tym, jak sprawdziły się podane leki, wprowadza do aptecznego asortymentu nowości oraz preparaty naturalne - ziołowe, miody, wody lecznicze.

To mój aptekarz

Pacjenci nie korzystają z wiedzy farmaceutów, bo nie są przyzwyczajeni, że po to wchodzi się do apteki. W blisko 14 tys. polskich aptek pracuje ich 27 tysięcy. Polacy spotykają się z nimi każdego dnia - codziennie nawet 2 mln pacjentów odwiedza apteki. Nie każdemu z aptekarzy udaje się przyzwycząić klientów do tego, że tu rozmawia się o lekach, o zdrowiu, a nawet o osobistych sprawach. Są jednak tacy sprzedawcy, którzy mają to wypisane na twarzy. Wówczas kupujący chętnie korzystają z ich czasu i umiejętności słuchania. - Mam swojego ulubionego aptekarza, on nigdy nie żałuje czasu na rozmowę - mówi pani Zdzisława, koszalinianka. - Zresztą tu wszyscy go lubimy, bo on umie słuchać i starannie wszystko objaśnia. Starsi ludzie potrzebują takiego cierpliwego podejścia, bo nie wszystko zrozumiemy od razu w gabinecie lekarza. Teraz właśnie zdarzyło się tak z przepisany dla mnie sterydem i musiałam zasięgnąć dodatkowej porady w aptece.

Chociaż trzy czwarte Polaków kojarzy pracę farmaceuty przede wszystkim ze sprzedażą leków, to ufa im ponad 90 proc. z nich. Niby paradoks, ale nierzadko rozmowa o lekach to dla kupującego pretekst do rozmowy w ogóle. Pani Zdzisława oczekuje, że gdy przychodzi do apteki, farmaceuta nie zbędzie jej paroma słowami. - Chwila rozmowy dużo daje, przecież nawet w zwykłym sklepie chciałoby się porozmawiać ze sprzedawcą. A w aptece to już w ogóle. Od tego człowiek lepiej się czuje - mówi.

Ta praca zmienia

Mężczyźnie kupującemu pampersy pani Małgorzata proponuje gazetkę medyczną dla żony. Zna oboje, dopytuje więc o operację okulistyczną, którą niedawno żona przeszła.

- Przychodzi mnóstwo ludzi ze swoimi kłopotami, nie tylko zdrowotnymi - mówi aptekarka i dodaje, że te spotkania zmieniają także ją samą.

- Zaskakuje mnie, jak coraz bardziej uczę się cierpliwości.

Moimi pacjentami w znacznej części są ludzie starsi i widzę, że nie tylko umiem ich coraz lepiej wysłuchać, ale że dużo się od nich uczę.

To niekiedy są dłuższe rozmowy, jak z panią, która opowiada historię swojej rodziny z Wołynia. Albo pozornie błahe - jak z kobietą robiącą zapasy leków, z których część wysła córce za granicę - pogawędka o tym, gdzie córka mieszka i czy matka osobiście jej te leki zawiezie. Fakt, nie ma to znaczenia, jeśli chodzi o wybór odpowiedniego specyfiku, ma jednak, gdy chodzi o wybór relacji, jaką pani Małgorzata chce tworzyć ze swymi pacjentami - zaufania. A zna - tzn. pamięta twarze, a nawet nazwiska około 60 proc. z nich. - Zresztą i oni rozpoznają nas na ulicy, w sklepie. - O, pani z apteki - reagują. Czasem ktoś przyniesie ciasto albo jabłka z działki, ktoś złoży życzenia świąteczne. To bardzo miłe, pokazuje, że ludzie związują się z nami, obdarzają zaufaniem.

Zastąpić lekarza?

Skończył się lek, który przyjmujesz stale, a twój lekarz jest na urlopie? W niektórych sytuacjach farmaceuta może wystawić receptę farmaceutyczną. Dotyczy to zwłaszcza takich chorób jak nadciśnienie, astma, cukrzyca, gdy pominięcie jednej dawki leku może mieć poważne konsekwencje. Jednak magister farmacji lekarza nie zastąpi. Ani nawet nie ma zamiaru. - Jeśli pacjent ma problem ze zgagą, potrafię mu pomóc - zapewnia pani Małgorzata. - Jeśli jednak widzę, że ten stan trwa zbyt długo, to wysyłam go na konsultację do lekarza, bo to może być coś poważniejszego.

Wymaga to jednak regularnego kontaktu z pacjentem. Według niej warto wybrać sobie nie tylko swoją aptekę, ale nawet swojego aptekarza. Dotyczy to zwłaszcza osób starszych i przyjmujących leki regularnie. - Wiem, co zażywa mój stały pacjent, dlatego mogę np. wyłapać, że niepotrzebnie łyka potas albo że dany lek wejdzie w interakcję z tym, który przyjmuje od dawna.

Maść ze skrzata?

Pan Władysław wpadł do apteki zmierzyć ciśnienie. Może w końcu zdecyduje się na własny ciśnieniomierz, na razie korzysta z aptecznego. Szacuje się, że aż 10 mln Polaków może mieć nadciśnienie, z czego jedna trzecia nawet o tym nie wie. Rozpoznać ten problem może farmaceuta, który pomoże zmierzyć ciśnienie lub nauczyć pacjenta, jak wykonać to samemu.

- Spędzamy po 8 godzin dziennie na 130 m kw. (bo tyle jest wymagane, by apteka mogła prowadzić działalność) i mogłoby się wydawać, że to jest nudne. A jednak tutaj tyle się dzieje - mówi aptekarka.

Dzieją się też rzeczy śmieszne: gdy komuś zdarza się poprosić o „ave Maryja” zamiast aviomarinu albo o czopki nitroglicerynowe zamiast glicerynowe. Aptekarze wymieniają się ciekawszymi anegdotami na forum internetowym. Są autentyczne, bo sami nie wpadliby na to, że cholinex to tabletki do ssania na „x” albo że maść ze skrzypu polnego można zapamiętać jako maść ze... skrzata polnego. - Przekręcania nazw leków, śmiesznych sytuacji jest mnóstwo - zapewnia pani Małgorzata. - Śmiejemy się razem z pacjentami. W aptecce naprawdę nie jest nudno.

Wolę aptekę

Pani Małgorzata początkowo zamierzała pójść na studia lekarskie, ale rozmyśliła się. - Zrozumiałam, że to nie będzie zawód dla mnie. To było natchnienie, tuż przed złożeniem podania o przyjęcie na uczelnię - mówi.

Jako magister farmacji mogła znaleźć zatrudnienie w wielu zawodach - w sanepidzie, przy produkcji leków, w przemyśle zielarskim, spożywczym, kosmetycznym, chemicznym, w nauce. A nawet w... kryminalistyce, jak jej kolega, obecnie policjant kryminalny, który bada losy leków w ustroju, czyli na przykład czym ktoś się otruł. - Ja jednak jestem bardzo szczęśliwa, pracując w aptece. I choć mamy obecnie trudny przełom w aptekarstwie, bo pojawia się wiele nowych przepisów, wchodzi e-recepta, to przychodzę do pracy z przyjemnością - mówi.

Jak zaznacza, jest osobą wierzącą i traktuje tę pracę jako swoje osobiste powołanie. - To dla mnie oznacza modlitwę za ludzi, którym służę, głębokie współczucie, zwłaszcza gdy recepta pokazuje mi, że ktoś rozpoczyna walkę ze śmiertelną chorobą. A niekiedy także towarzyszenie tej osobie w jej ostatniej drodze, bo zdarza się, że jesteśmy zapraszani na Msze św. pogrzebowe za naszych zmarłych pacjentów. Ich rodziny wiedzą, że byli z nami związani i zapraszają nas na te szczególne uroczystości.

- Przez te wszystkie lata pracy widzę, jak dobry wybór zrobiłam. Myślę, że tu zadziałał Duch Święty - podsumowuje Koszalińska farmaceutka.

Katarzyna MATEJEK
katarzyna.matejek@gosc.pl

Gość Niedzielny Koszalińsko-Kołoobrzeski nr 30/2019

PODSUMOWANIE DZIAŁALNOŚCI NACZELNEJ IZBY APTEKARSKIEJ



Podsumowania działalności Naczelnej Rady Aptekarskiej przez ostatnią kadencję

Prezes NRA Elżbieta Piotrowska-Rutkowska podsumowała trzy lata kadencji obecnego samorządu aptekarskiego. Skupiając się na wyzwaniach i celach, które farmaceuci postawili przed Naczelną Radą Aptekarską, udowodniła, że większość postulatów została już w dużym stopniu zrealizowana. Od uregulowania stosunków własnościowych w aptekach poprzez nowelizację Prawa farmaceutycznego, możliwość sprzedaży leków po likwidacji apteki, utrzymanie zakazu reklamy aptek, na zakończeniu prac nad projektem ustawy o zawodzie farmaceuty kończąc.

Niewątpliwym sukcesem była nowelizacja Prawa farmaceutycznego, nazywana popularnie Apteką dla aptekarza. Regulacja wprowadziła bezpieczeństwo i stabilizację na rynku, zatrzymała agresywną ekspansję sieci aptecznych, spowodowała też, że liczba zamykanych aptek spadła aż o połowę. Równie ważna dla farmaceutów regulacja, czyli ustawa o zawodzie farmaceuty, także jest na bardzo zaawansowanym etapie. Ministerialny zespół powołany do wypracowania projektu, w którego pracach brali udział członkowie samorządu aptekarskiego, zakończył już prace, a gotowy projekt czeka na podpis ministra. Ustawa o zawodzie farmaceuty zapewnia niezależność farmaceutom, której w dzisiejszej dobie tak bardzo im brakuje, podnosi rangę zawodu, jasno określa kompetencje i uprawnienia, a także stwarza solidne podstawy do wprowadzenia opieki farmaceutycznej w polskich aptekach. Aby to jednak było możliwe, należy przygotować otoczenie prawne, nad czym pracuje z kolei ministerialny zespół ds. opieki farmaceutycznej, w którym przedstawiciele NRA odgrywają wiodącą rolę. W 2019 r. planowany jest pilotaż wdrażający dodatkowe usługi farmaceutyczne dla pacjentów aptek.



Samorząd aptekarski, zdaniem prezesa NRA, położył nacisk na rozwiązania normujące i ułatwiające funkcjonowanie farmaceutów. Wspólnie ze Związkiem Powiatów Polskich wypracował koncepcję dofinansowania i uregulowania kwestii dyżurów nocnych. Wynegocjowany plan poprzedziły dziesiątki spotkań z Ministerstwem Zdrowia i setki godzin negocjacji. To jednak nie wszystko - utrzymanie zakazu reklamy aptek, a także walka o respektowanie prawa antykoncentracyjnego spowodowały, że rynek dostał szansę na zdrową konkurencję pomiędzy aptekami, a co za tym idzie na zapewnienie bezpieczeństwa pacjentom. Podobne w skutkach są także zapisy, które Naczelna Izba Aptekarska wniosła do najnowszego projektu nowelizacji ustawy Prawo farmaceutyczne. Na 66 stronach uwag do projektu zawarła m.in. postulaty dotyczące dowozu leków na receptę do niepełnosprawnych pacjentów jedynie przez farmaceutów, walkę z nielegalnym wywozem leków poprzez nałożenie dotkliwych kar dla dopuszczających się tego procederu czy obowiązek rejestracji i kontroli placówek obrotu pozaaptecznego.

Przez ostatnie trzy lata działania Naczelnej Rady Aptekarskiej obejmowały szerokie spektrum tematów i zagadnień kształtujących rynek aptek, na wielu płaszczyznach nadając mu europejski kierunek. Rozwiązania i trendy obecne w innych państwach docierają także do naszego kraju - informatyzacja, digitalizacja i cyfryzacja nie omijają polskich aptek. Aptekarze w ostatnim czasie stanęli przed wyzwaniem podłączenia swoich placówek do dwóch potężnych systemów: platformy e-zdrowie, pozwalającej m.in. na realizację e-recept i systemu weryfikującego autentyczność leków. Aby pomóc w sprostaniu oczekiwaniom regulatora, Naczelna Rada Aptekarska wynegocjowała 15 mln złotych dofinansowania na informatyzację aptek. Skuteczność działań samorządu ma więc odzwierciedlenie nie tylko w dokumentach i procedowanych aktach prawnych, ale także w realnych korzyściach, które odczuwają farmaceuci.

Prezes NRA swoje wystąpienie zakończyła omówieniem aktywności członków Rady. Uczestniczyli oni w najważniejszych spotkaniach, projektach, programach i debatach, których celem była publiczna dyskusja o systemie ochrony zdrowia, roli farmaceuty w rozwiązaniach kształtujących polski rynek farmaceutyczno-zdrowotny. Prezes NRA podkreśliła również znaczenie spójnej polityki informacyjnej i podniesienia standardów komunikacji, które stanowią nieodłączny element sprawnie funkcjonującej organizacji.

Małgorzata Pietrzak

Zasady oznakowania opakowań serializowanych produktów leczniczych

Mgr farm. Jarosław Mateuszuk

Podstawa prawna:

- DYREKTYWA PARLAMENTU EUROPEJSKIEGO I RADY 2011/62/UE z dnia 8 czerwca 2011 r. zmieniająca dyrektywę 2001/83/WE w sprawie wspólnotowego kodeksu odnoszącego się do produktów leczniczych stosowanych u ludzi - w zakresie zapobiegania wprowadzaniu sfałszowanych produktów leczniczych do legalnego łańcucha dystrybucji.
- ROZPORZĄDZENIE DELEGOWANE KOMISJI (UE) 2016/161 z dnia 2 października 2015 r. uzupełniające dyrektywę 2001/83/WE Parlamentu Europejskiego i Rady przez określenie szczegółowych zasad dotyczących zabezpieczeń umieszczanych na opakowaniach produktów leczniczych stosowanych u ludzi.
- Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 20 lutego 2009 r. w sprawie wymagań dotyczących oznakowania opakowań produktu leczniczego i treści ulotki (Dz. U. 2009, Nr 39, poz. 321).
- Rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 16 sierpnia 2018 r. zmieniające rozporządzenie w sprawie wymagań dotyczących oznakowania opakowań produktu leczniczego i treści ulotki (Dz. U. 2018, poz. 1626).

Obowiązki dotyczące oznakowania opakowań

leków serializowanych wynikające z dyrektywy fałszywkowej FMD:

W celu zwiększenia nadzoru nad obrotem produktem leczniczym w krajach UE dyrektywa wprowadziła obowiązek umieszczania na większości leków na receptę (z wyjątkami w załączniku nr 1 do rozporządzenia delegowanego) dwóch rodzajów zabezpieczeń: unikalnego identyfikatora (UI) w postaci kodu dwu-

wymiarowego oraz elementów wskazujących na otwarcie opakowania (ATD, anti-tempering devices). Wymogi dotyczą również preparatu OTC - Omeprazolu 20 mg i 40 mg w postaci kapsulek dojelitowych twardych. Wyłączenia dotyczą następujących grup produktów terapeutyczno-diagnostycznych:

- Homeopatyczne produkty lecznicze
- Generatory izotopów promieniotwórczych
- Zestawy
- Prekursory nuklidów promieniotwórczych
- Produkty lecznicze terapii zaawansowanej, które zawierają tkanki lub komórki lub składają się z nich
- Gazy medyczne
- Roztwory do żywienia pozajelitowego o kodzie anatomiczno-terapeutyczno-chemicznym („ATC”) zaczynającym się od B05BA
- Roztwory wpływające na równowagę elektrolitową o kodzie ATC zaczynającym się od B05BB
- Roztwory wywołujące osmozę diuretyczną o kodzie ATC zaczynającym się od B05BC
- Dożylny roztwory uzupełniające o kodzie ATC zaczynającym się od B05X
- Rozpuszczalniki i rozcieńczalniki, włącznie z płynami do irygacji, o kodzie ATC zaczynającym się od V07AB
- Środki cieniujące o kodzie ATC zaczynającym się od V08
- Testy na choroby alergiczne o kodzie ATC zaczynającym się od V04CL
- Ekstrakty alergenów o kodzie ATC zaczynającym się od V01 AA

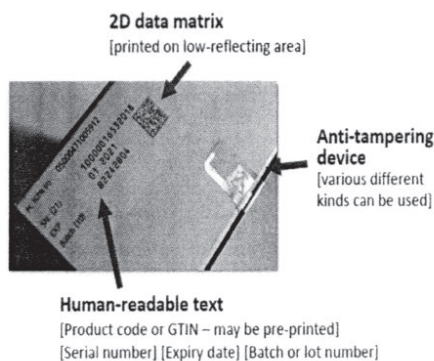
Informacje zawarte w niepowtarzalnym identyfikatorze (UI - Unique Identifier)

Na opakowaniach leków producenci drukują identyfikator, tzw. kod 2D w formacie Data Matrix, zawierający następujące elementy:

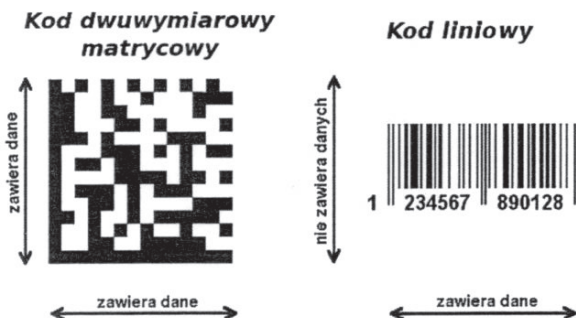
- Kod produktu umożliwiający rozpoznanie co najmniej nazwy, nazwy zwyczajowej, postaci farmaceutycznej, mocy, wielkości opakowania i rodzaju opakowania. W Polsce tym kodem jest kod EAN, który po dodaniu cyfry „0” z przodu staje się kodem GTIN. (oznaczenie na opakowaniu literami PC - **Product Code**)
- Ciąg znaków numerycznych lub alfanumerycznych o długości maksymalnie 20 znaków, wygenerowany przez deterministyczny lub nondeterministyczny algorytm randomizacyjny tzw. numer seryjny (oznaczenia na opakowaniu literami SN lub S/N - **Serial Number**);
- Numer serii (oznaczenia na opakowaniu literami **Lot** lub **S**)
- Termin ważności. (oznaczenia na opakowaniu literami **EXP** lub **Tw**) z zastrzeżeniami poniżej:

- Na opakowaniach zamiast określenia „Terminu ważności” można użyć skrótu „EXP” o ile dla określenia numeru serii użyto skrótu „Lot”, albo skrótu „Tw”, o ile dla określenia numeru serii użyto skrótu „S”, z koniecznością objaśnienia znaczenia skrótu na opakowaniu zewnętrznym lub bezpośrednim lub jeżeli to niemożliwe - w ulotce dla pacjenta w pkt. 5: „Termin ważności (EXP)” albo „Termin ważności (Tw)”.

FMD safety features – what to look for



Kod 2D Data Matrix – jest jednym z rodzajów kodów dwuwymiarowych, obok takich kodów 2D jak kod QR (Quick Response), Aztec Code, MaxiCode, PDF 417 i in. Do tej pory na opakowaniach produktów leczniczych stosowano kody jednowymiarowe (liniowe, kreskowe), które zawierały zakodowany EAN. Obecnie ze względu na wymóg zawarcia w niepowtarzalnym identyfikatorze większej ilości różnych informacji, na jak najmniejszej przestrzeni (niewielkie rozmiary opakowania leku) będą stosowane kody dwuwymiarowe. Poniżej przedstawowa różnica pomiędzy kodem jednowymiarowym, a kodem dwuwymiarowym:



Zalety kodów 2D w porównaniu do kodów 1D:

- większa pojemność,
- mniejsze rozmiary,
- możliwość znakowania drobniejszych przedmiotów,
- kodowanie wszystkich znaków alfanumerycznych, danych binarnych, grafiki, znaków języka japońskiego, hebrajskiego itp.
- lepsze zabezpieczenie danych przed uszkodzeniem.

Podstawowe rodzaje kodów 2D:

KOD	PDF 417	QR Code	Data Matrix
-----	---------	---------	-------------

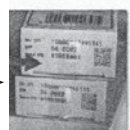


Rodzaj	Matrycowe	Spiętrzone barcode	Matrycowy
Ilość cyfr	2710	7089	3116
Ilość znaków	1850	4296	2355
Ilość bajtów	1018	2953	1018

Do umieszczenia na opakowaniu leku wybrany został kod 2D Data Matrix, ponieważ m. in. w porównaniu z kodem 2D QR wymaga na opakowaniu serializowanego leku mniejszej powierzchni do jego uwidocznienia. Kody 2D Data Matrix, w grafice czarno-białej, mogą być drukowane na białym, czarnym lub kolorowym tle, natomiast dla prawidłowego odczytu przez skaner istotny jest kontrast pomiędzy elementami ciemnymi i jasnymi.

FMD safety features - 2D data matrix

- Can be printed in reverse (white-on-black/colour)
- Scanners need to be set to recognise this format
- Seals or stickers should not obscure 2D matrix



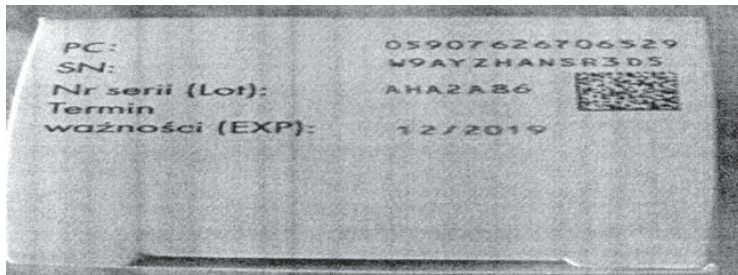
Obok kodów 2D Data Matrix konieczne jest uwidocznienie na opakowaniu leku 4 informacji zawartych w kodzie w układzie literowo-cyfrowym, możliwych do bezpośredniego odczytu:

- Kodu produktu **PC** umożliwiającego rozpoznanie co najmniej nazwy, nazwy zwyczajowej, postaci farmaceutycznej, mocy, wielkości opakowania i rodzaju opakowania. W Polsce tym kodem jest kod GTIN - Unikatowy Kod Przedmiotu Handlu (cyfra „0”+EAN);
- Numeru seryjnego **SN** - ciągu znaków numerycznych lub alfanumerycznych o długości maksymalnie 20 znaków, innego dla każdego, pojedynczego opakowania leku, w ramach tej samej serii (partii) i daty ważności;
- Numeru serii/partii **Lot** lub **S** (definicja wg ustawy Prawo farmaceutyczne: serią jest określona ilość produktu leczniczego lub surowca farmaceutycznego, lub materiału opakowaniowego, wytworzona w procesie składającym się z jednej lub wielu operacji w taki sposób, że może być uważana za jednorodną);
- Terminu ważności **EXP** lub **Tw**

Odczyt kodu 2D Data Matrix skanerem powoduje wyświetlenie ciągu cyfr i liter składającego się z powyższych 4 informacji, ułożonych jedna po drugiej, podzielonych tzw. Identyfikatorami Zastosowania (IZ)-dwucyfrowymi prefiksami:

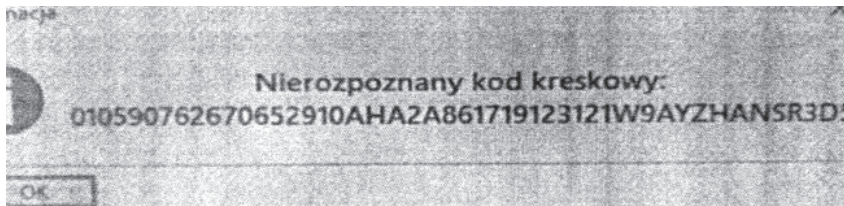
- ▶ IZ 01 - poprzedza numer towaru: numer jednostki handlowej PC=GTIN
- ▶ IZ 10 - poprzedza oznaczenie serii produkcyjnej Lot=S
- ▶ IZ 17 - poprzedza datę ważności EXP=Tw (w formacie: RRRMMDD)
- ▶ IZ 21 - poprzedza numer seryjny SN=S/N, który jest tworzony jako indywidualne oznaczenie każdego opakowania detalicznego /jednostkowego, wg zasad przyjętych w danej firmie producenckiej.

Struktura odczytu niepowtarzalnego identyfikatora zakodowanego w kodzie 2D Data Matrix w informatycznym systemie aptecznym:



Widok (na poprzedniej stronie) fragmentu opakowania serializowanego leku z czytelnymi informacjami:

PC: 05907626706529 (Kod produktu - GTIN) - prefiks 01 SN: W9AY-ZHANSR3D5 (Numer seryjny) - prefiks 21 Lot: AHA2A86 (Numer serii/partii) - prefiks 10 EXP: 12/2019 (Data ważności) - prefiks 17



Struktura odczytu (u góry) zeskanowanego kodu 2D Data Matrix leku przedstawionego na zdjęciu powyżej (w kolejności): **010590762670652910AHA-2A8611719123121W9AYZHANSR3D5** tzn.

01(prefiks)**05907626706529**(PC=GTIN)**10**(prefiks)**AHA2A861**(Lot)**17**(prefiks)**191231**(EXP w formacie RRMMDD)**21**(prefiks)**W9AYZHANSR3D5**(SN)

Znajomość struktury kodu i poszczególnych prefiksów może być użyteczna przy „ręcznym” wpisywaniu kodu (bez spacji, znaków interpunkcyjnych) na podstawie 4 informacji zawartych na opakowaniu (każda informacja jest poprzedzona właściwym dla niej prefiksem) np. w przypadku awarii skanera lub braku dostępu do systemu baz (brak połączenia internetowego).

Elementy determinujące niepowtarzalność identyfikatora UI

Podstawowym i jedynym elementem, który determinuje to, że każde opakowanie leku ma swój niepowtarzalny identyfikator jest zawsze numer seryjny. Oczywiście opakowania tego samego leku z różnych serii produkcyjnych będą różniły się numerem serii/partii Lot, datą ważności EXP i numerem seryjnym SN. Poniżej przykład dwóch opakowań tego samego leku zawierającego indapamid SR o tej samej mocy i wielkości opakowania GTINHPC, z tej samej serii produkcyjnej Lot i o tej samej dacie ważności EXP:



Powyzsze opakowania różnią się tylko numerem seryjnym SN, który w tym wypadku determinuje niepowtarzalność identyfikatora UI.

Podsumowanie

Od dnia 9 lutego 2019 r. na wszystkich szczeblach dystrybucji produktów leczniczych Rx obowiązują zapisy dyrektywy fałszywkowej FMD i rozporządzenia delegowanego w całej Unii Europejskiej (i niektórych innych krajach na świecie). Stopniowo będą pojawiać się w dystrybucji aptecznej opakowania produktów leczniczych oznakowanych według określonych zasad, które przedstawiłem powyżej. W chwili obecnej najczęściej leków pakowanych w tak oznakowane opakowania jest produkowanych przez kilka firm farmaceutycznych jak KRKA, GSK, Polpharma i in. Powyższa prezentacja ma na celu zapoznanie farmaceutów z nowymi informacjami (w nowym formacie) zamieszczanymi na opakowaniach serializowanych leków.

Przedruk z czasopisma „Farmacja Pomorsko-Kujawska”



Podrożały przesyłki pocztowe

Od 1 kwietnia podrożały przesyłki pocztowe. Zwykły list trzeba opatrzyć znaczkiem pocztowym za 3,20. Natomiast listy zagraniczne nie podrożały: 1 list kosztuje 5,00 zł. Listy grubsze i cięższe w kraju kosztują odpowiednio więcej. Pamiętajcie o tym!

Przypominamy o płaceniu składek członkowskich

Wynoszą one od 15 stycznia 2015 r. - 40 zł. Natomiast emeryci i renciści płacą 10 zł miesięcznie. Składki opłacamy na konto bankowe naszej Izby.

Nowa kadencja naszej Okręgowej Izby Aptekarskiej

W naszej Izbie (podobnie jak we wszystkich Okręgowych Izbach w kraju) odbyły się wybory delegatów do koszalińskiej Okręgowej Izby Aptekarskiej. Zjazd Delegatów (podamy termin później) wybierze skład Koszalińskiej Okręgowej Izby Aptekarskiej. Termin tego Zjazdu podamy później. Przy końcu roku odbędą się wybory do Naczelnej Rady Izby Aptekarskiej w Warszawie.

Dzień Aptekarza będzie w Warszawie

W tym roku wiele Izb Okręgowych zrezygnowało z organizacji Dnia Aptekarza ze względu na koszty organizacyjne tej imprezy. Tylko w Warszawie w dniu 26 września 2019 r. w Teatrze Syrena odbędzie się uroczyste spotkanie farmaceutów z okazji ich święta. Bliższe informacje przeczytajcie w internecie. Także w Naczelnej Izbie Aptekarskiej odbędą się wybory do prezydium Izby na kolejne 4 lata.

Piknik naszej Izby w czerwcu 2019 r.

Pierwszy raz w dziejach naszej Izby odbył się piknik dla wszystkich członków Izby wraz z ich rodzinami. Zorganizowała go pani prezes mgr farm. Justyna Korzelska. Wrażenia z tego pikniku naszej Izby przeczytajcie w innym miejscu naszego Biuletynu. Odbył on się przy pięknej pogodzie w czerwcu 2019 r.

Zmiany w Prawie Farmaceutycznym

Czerwiec przyniósł nam nowelizację Prawa farmaceutycznego, które miało ograniczyć proceder nielegalnego wywozu leków za granicę. Niestety, w efekcie tych zmian postawiono dużą część aptek w trudnej sytuacji i odebrano możliwość sprzedaży wielu leków bez recepty na fakturę. Naczelna Izba Aptekarska sprzeciwiała się tym zmianom już na wczesnym etapie procesu legislacji. Uwag tych jednych nie uwzględniono i kontrowersyjne przepisy weszły w życie. Wynikiem było wielkie zamieszanie, które doprowadziło do spotkania przedstawicieli Ministerstwa Zdrowia, Ministerstwa Sprawiedliwości i NIA. Po wielogodzinnych rozmowach przedstawiciele ministerstw uznali, że przepisy karne nie będą dotyczyły leków OTC i korekta przepisów nastąpi tak szybko, jak tylko będzie pozwalał kalendarz prac legislacyjnych w Parlamencie RP.

Jedzmy surówki!

Surówka z marchwi

30 dag marchwi

15 dag jabłek

3 łyżki gęstej śmietany

koncentrat róży lub zakwas z buraków

sól i cukier do smaku

Marchew dokładnie umyć, najlepiej wyszorować szczotką, opłukać bardzo starannie (bardzo młodą marchew nie można skrobać, jedynie ją skrupulatnie umyć) opłukać i rozdrobnić mikserem lub utrzeć na tarce. Wymieszać z jabłkami, przygotowanymi w ten sam sposób, i ze śmietaną. Przyprawić do smaku kwasem, solą i cukrem.

Surówka z kiszzonej kapusty

30 dag kwaszonej kapusty

10 dag cebuli

1 jabłko

3 łyżki oliwy lub oleju sojowego

pieprz i cukier do smaku

Kwaszoną kapustę posiekać, wymieszać z oliwą, obraną cebulą i jabłkiem (drobno posiekanym lub utartym na tarce).

Wymieszać z przyprawami do smaku (cukrem i pieprzem). Zamiast oliwy można wykorzystać śmietanę.

Surówka z porów i papryki

30 dag porów

4 strąki papryki

1 jabłko

3 marynowane śliwki

4 łyżki posiekanej zielonej pietruszki

1/4 szklanki oleju sojowego

sok z cytryny, sól i pieprz

Olej utrzeć z dodatkiem soku z cytryny, przyprawić do smaku solą i pieprzem, wymieszać z posiekaną pietruszką. Pory umyć bardzo dokładnie, aby pomiędzy liśćmi nie pozostały resztki ziemi. Umyte pory pokrajając w słomkę, wymieszać z olejem, paprykę i jabłko umyć, oczyścić z nasion, opłukać, pokrajając w makaronik i dodać do porów. Jabłko umyć, utrzeć na tarce z dużymi oczkami, wymieszać z surówką. Przyprawić do smaku solą i pieprzem. Można dodać nieco cukru.

Przygotowaną surówkę wyłożyć na salaterkę, ozdobić ćwiartkami marynowanych śliwek.

Uwaga Farmaceutici!

Zainteresujcie się czasopismem „PANACEA”. Jest ono wydawane przez Laboratorium Farmaceutyczne „Labofarm” (www.labofarm.pl). Na łamach pięknej kolorowej szacie graficznej. Na łamach tego pisma lekarze i farmaceutyci omawiają i przypominają rośliny lecznicze i ich działalność leczniczą.

Możemy je przypomnieć klientom apteki, zwłaszcza ludziom starszym. Zainteresują się oni chętnie działalnością ziół, które można nabyć w aptece, bez recepty, albo wyciągi z tych ziół.

Ludzie starsi bardzo lubią pić zioła i wierzą w ich skuteczność, dla zdrowia. Apteki, które promują zioła, będą chętnie odwiedzane, a pan Aptekarz, który

promuje zioła będzie chętnie odwiedzany i bardzo lubiany za doradztwo różnych ziół na dolegliwości emerytów.

Teraz kiedy Apteki „sieciowe” szaleją wabieniem klientów niższymi cenami, polscy Aptekarze muszą przyciągnąć klientów swoim serdecznym poradnictwem i rozmową. Nawiązać przyjazny kontakt, doradzić picie ziół, zapytać czy im pomogły. Tak zapewnią sobie stałych i wdzięcznych klientów. Mówiły mi o tym Koleżanki.

W ostatnim numerze z czerwca 2019 r. przeczytajcie koniecznie artykuł pt. „Naturalne sposoby oczyszczania organizmu z toksyn”. Znajdziecie tam doskonały materiał do rozmowy z klientami.



LEKI ZIOŁOWE

PANACEA

Można kupić te obrazy w Muzeum Uniwersytetu Jagiellońskiego

Szanowni Państwo,

Uprzejmie informuję, że Muzeum Farmacji UJ ma możliwość wykonania reprodukcji czterech obrazów przedstawiających Chrystusa jako aptekarza (Apothecarius Caelestis) w formatach oryginalnych i mniejszych. Zebrane w ten sposób pieniądze zostaną przeznaczone na zakup dla Muzeum Farmacji UJ obrazu Józefa Chełmońskiego pt. „Aptekarz”.



obraz nr 1 (II poł. XVII wieku)



obraz nr 2 (XVIII wiek)



obraz nr 3 (koniec XVII wieku)



obraz nr 4 (ok. 1700)

Dyplom dr n. farm. dla pani Doroty Pastok-Chomickiej

Serdecznie gratulujemy!

Dużo wysiłku kosztowało połączenie pracy zawodowej w aptecze z pracą naukową. Ale radość wielka, że została ona uwieczniona stopniem Doktora nauki farmaceutycznej.

Podziwiamy i gratulujemy naszej Koleżance z Kołobrzegu, mgr farm. Dorocie Pastok-Chomickiej, że pełniąc obowiązki kierownika apteki szpitalnej w Kołobrzegu równocześnie zaangażowana była pracą naukową. Jej badania naukowe zostały zrealizowane w 2019 roku, a jej praca doktorska została obroniona w dniu 11 czerwca 2019 r. na Uniwersytecie Poznańskim otrzymała godność dr nauk farmaceutycznych.

Podziwiamy jej zdolności, talent i wytrwałość w realizowaniu pracy doktorskiej przy równoczesnej pracy zawodowej jako kierownika apteki szpitalnej.

Uroczystość wręczenia dyplomu odbędzie się w listopadzie 2019 r. podczas której dyplomy dr n. farm. otrzymają także inne osoby, które uzyskały w tym roku dyplomy dr nauk farmaceutycznych.

Gratulujemy serdecznie. Cieszymy się, że posiadamy w naszym gronie koleżankę, która dzięki wytrwałym badaniom naukowym uzyskała dyplom i tytuł dr nauk farmaceutycznych.

Pragniemy przypomnieć, że dr n. farm. Dorota Pastok-Chomicka otrzymała w tym roku nominację Wojewody Zachodniopomorskiego na stanowisko Inspektora farmacji aptek szpitalnych w całym województwie zachodniopomorskim.

Serdecznie gratulujemy i cieszymy się!

Aptekarskie drogi do wolności

W nurt refleksji dotyczących wojny światowej z 1914-1920 wpisało się XXV Sympozjum Historii Farmacji Polskiego Towarzystwa Farmaceutycznego, które odbyło się w dniach 25-26 maja 2018 r. w Stargardzie. Jego honorowym patronem był Rektor Pomorskiego Uniwersytetu Medycznego w Szczecinie prof. dr hab. med. Bogusław Machaliński oraz Dyrektor Głównej Biblioteki Lekarskiej w Warszawie dr n. przyr. Wojciech Giermaziak.

Tematem obrad naukowych był wkład polskich aptekarzy w budowę i kształtowanie się niepodległości Polski po II wojnie światowej.

Organizatorem Sympozjum był dr n. farm. Jerzy Waliszewski ze Stargardu prezes Oddziału Szczecińskiego Sekcji Historii Farmacji PTFarm.

Wygłoszone na tym sympozjum referaty zostaną opublikowane w kilku broszurach. Obecnie ukazał się tom I tego wydawnictwa. Zawiera on 12 referatów wygłoszonych na Sympozjum w Stargardzie.

Kolejne Sympozjum Historii Farmacji odbyło się w dniach 23-25.V.2019 r. w Krasnobrodzie, woj. lubelskie. Relacje o nim podamy w następnym numerze Biuletynu.

Antybiotyki

W 2019 r. obchodzimy 100. rocznicę wynalezienia antybiotyków. Obecnie antybiotyki są najbardziej stosowanym lekarstwem. W wielu chorobach antybiotyki przyniosły życie.

Badania nad nowymi antybiotykami nie ustają.

Antybiotyki powinny być popijane wodą (letnią, nieprzegrzaną), sokiem czy innym napojem, ok. 200 ml), ale nie mlekiem! Zbyt mała ilość popijania wodą może spowodować, że antybiotyk nie dotrze we właściwy sposób do żołądka.

Muzeum Farmacji w Łodzi zaprasza...

wszystkich farmaceutów, ale także dzieci i emerytów. Jeśli posiadacie samochód i podróżujecie nim po Polsce, koniecznie odwiedźcie Muzeum Farmacji w Łodzi. Będziecie oczarowani jego wystrojem, klimatem wnętrza i ciekawymi, stale zmieniającymi wystawami.

Stała wystawa czaruje klimatem starej apteki. Fascynuje widok starych mebli, naczyń aptecznych ustawionych rzędem na półkach, a widok starych moździerzy na stole aptekarskim cieszy oko każdego farmaceuty, oglądającego Muzeum w Łodzi. Atmosfera starych mebli i naczyń aptekarskich wywiera silne wrażenie na współczesnych aptekarzy. Dawna przeszłość aptekarstwa przemawia silnie do serc współczesnych aptekarzy, mówi, że są dziedzicami zawodu, który od wieków przyrządza leki dla ludzi i zwierząt.

Zabytkowe wnętrza Muzeum Farmacji w Łodzi tym więcej czaruje zwiedzających, że zabytkowy wystrój starych aptek można znaleźć w niewielu tylko muzeach na świecie.



Stałymi i częstymi gośćmi Muzeum Farmacji w Łodzi są dzieci i emeryci. Dla nich organizowane są stale zmieniające się, ciekawe widowiska.

Są pokazy, jak dawniej przygotowywano leki, jakie rośliny mają działanie lecznicze, co pisali słynni poeci o lekach, roślinach i aptekach.

Inspiratorem tych ciekawych spotkań i programów jest pani mgr Anna Drzewuska, opiekun zbiorów.

Oprócz codziennej pracy w Muzeum Farmacji w Łodzi, potem w domu z wielkim zaangażowaniem obmyśla widowiska, które następnie zachwycają zwiedzających: dzieci i dorosłych.

Oto co mówi o swojej pracy:

Odwiedzają nas przede wszystkim dzieci i młodzież szkolna oraz emerytowani farmaceuci i przedstawiciele innych zawodów. Dla dzieci mamy lekcje muzealne, na których czynnie poznają pracę aptekarza i robią proszki, pigułki oraz czopki. Dla starszych są tematyczne spotkania poświęcone zasłużonym farmaceutom czy roślinom stosowanym w lecznictwie ludowym oraz w modnych teraz suplementach diety.

Ostatnia wystawa „*Nieźle ziółko*”

zaplanowana zupełnie inaczej. Nie omawiamy zastosowania ziół klasycznie, ale czytane są wiersze o roślinach. Zastosowana w leczeniu jest więc poezja i sztuka, a do niektórych ziół omawiane są ciekawostki.

Z „*Potopu*” Henryka Sienkiewicza został wybrany fragment, który opisywał - Jak zwiększyć ilość oleju w głowie? I co zrobić, by wyostrzył się dowcip? Zagłoba to opowiadał swoim towarzyszom. W celu uzyskania pozytywnego efektu - zalecane było żucie siemienia konopnego. Słuchacze, jednak nie dawali wiary tym opowieściom. Dopytywali Zagłobę - jak to może być, kiedy wiadomo, że żucie siemienia powiększa ilość oleju, ale w brzuchu.

Zajrzyjcie do Muzeum Farmacji w Łodzi, gdy będziecie przejeżdżać przez Łódź!

Wielkie upały w Polsce

Rok 2019 przyniósł wielkie upały w całej Europie, także w Polsce.

Pojawiły się wielkie upały, zwłaszcza na południu kraju (powyżej 40°). Prasa informuje, jak należy się zabezpieczyć, by nie utracić zdrowia. Ale nie do wszystkich to dociera. Zwłaszcza do ludzi starszych, którzy nie kupują gazet. Nie mają oni w oknie termometru, który pokazuje im 40 stopni (na dworzu). Nie wiedzą, że w Afryce, gdzie stale występują upały, także mężczyźni noszą białe szaty (do ziemi) i białe chusty na głowie. Podczas upałów nie należy nosić czarnego ubrania! Stąd wielka odpowiedzialność spoczywa na aptekarzach. Muszą informować swoich pacjentów-klientów, zwłaszcza ludzi starszych, jak mają się zachować wobec wielkich upałów. Zakupy robić rano i wieczorem. Nosić biały kapelusz lub chustkę. Zasłaniać okna, jeśli mieszkają na wysokich piętrach. Doradzić, jakie leki mogą przyjmować bez recepty, skierować do lekarza w przypadku pojawienia się objawów udaru mózgu.

W lecie nasila się inwazja bakterii w zbiornikach wodnych. Wywołują one choroby skórne, a pacjenci szukają leku i rady w aptece.



Wielki polski uczony - Jan Czochralski

W czasopiśmie „Farmacja Wielkopolska” ukazał się artykuł o osiągnięciach naukowych Jana Czochralskiego. Autorem tej ciekawej publikacji pt. „Wielki i zapomniany uczony Jan Czochralski” (1885-1953) jest dr n. farm. Jan Majewski z Poznania.

(„Farmacja Wielkopolska” nr 1/2019)

Wystawa objazdowa o Janie Czochralskim

W całym województwie Zachodniopomorskim do każdej szkoły dotarła wędrowna wystawa o życiu i dokonaniach Jana Czochralskiego, wielkiego polskiego fizyka i chemika.

(Biuletyn Roku Czochralskiego nr 9/10 - 2019)

Elektryczne hulajnogi

Ten szybki środek transportu lokomocji wynaleziony w Ameryce, stał się ostatnio popularny w Europie, zwłaszcza we Francji i Niemczech. Także w polskich miastach, mimo drogiej ceny (ok. 2 tys. zł) zaczynają być coraz bardziej popularne.

Pojazd ten spowodował wiele nowych problemów: potrącanie pieszych na ulicach, brak miejsc na parkowanie, kłopoty z utylizacją, parkowaniem i inne.

(G.N. nr 24/2019)

15 rocznica przystąpienia do Unii Europejskiej

15 rocznicę tego faktu obchodziliśmy 1. maja 2019 r. Przez te lata Polska intensywnie się rozwijała, stając się nowoczesnym krajem. Dzięki darom z UE powstało wiele inwestycji w naszym kraju. Najbardziej widać to na naszych drogach. Zbudowano setki dróg szybkiego ruchu i autostrad. W obrębie krajów członkowskich UE możemy się przemieszczać bez paszportu. Możemy podejmować pracę w krajach unijnych zgodnie z naszym wykształceniem. Nie musimy nostryfikować dyplomów. Setki tysięcy Polaków podjęło pracę w UE, głównie w Wielkiej Brytanii, Niemczech, Holandii, w tym także farmaceutów. Zaszły duże zmiany w różnych dziedzinach życia.

(Biuletyn Pomorsko-Kujawskiej Okr. Izby Aptekarskiej nr 155/2019)

Uroczyste odsłonięcie tablicy pamiątkowej ku czci Rodziny Aptekarzy Fusków w Bieczu

W dniu 11. listopada 2019 r. w Bieczu na domu, w którym mieszkała przez 3 pokolenia zasłużona dla Polski rodzina Aptekarzy Fusków odbyła się uroczystość odsłonięcia tablicy pamiątkowej.

Uroczystość zorganizował prezydent miasta Biecza oraz wieloletni redaktor i wydawca „Gazety Farmaceutycznej” pan Wiktor Szukiel. Sprawozdanie z tej uroczystości oraz fotografie ukazały się w „Gazecie Farmaceutycznej”. Autorką z relacji uroczystości była dr Lidia Czyż.

Dziękujemy panu Szukielowi za udostępnienie nam fotografii.



Tablicę umieszczono na budynku mieszkalnym przy ul. Grodzkiej 11 w Bieczu, w którym mieściła się apteka rodu Fusków. Uroczyste odsłonięcie tablicy odbyło się 8 grudnia 2018 r.



Fot. Przedruk z Farmaceutycznego Poradnika-Kalendarza na rok 2019 za zgodą Wydawcy



Zdjęcie z 15 listopada 2018 r. budynku, w którym mieściła się apteka rodu Fusków.

Piękno i prostota

Każdy numer czasopisma „PANACEA”, oferujący bardzo ciekawe artykuły o bogactwie witamin w roślinach leczniczych, przynosi na ostatniej stronie okładki piękny kolorowy obraz jakiegoś mistrza malarskiego z ubiegłego wieku. Na obrazach tych zwykle przedstawiony jest oprócz postaci ludzkiej jakiś kwiat, owoc czy roślina lecznicza.

Czytając z zainteresowaniem ciekawy komentarz, bogaty w treści, jestem zawsze oczarowana niezwykle ciekawym omówieniem zamieszczonego tam obrazu. Omawia go bowiem znakomity artysta-malarz dr Tymoteusz Andrearczyk. Posiada on niezwykle dar interesującego omówienia obrazu, podkreślając jego zalety, piękno i motywy, których zwykły czytelnik pisma nie dostrzega.

Np. przy omawianiu obrazu przedstawiającego „Wenecjankę sprzedającą cebulę” omówił najpierw osobę artysty-malarza, który ten obraz namalował, gdzie i kiedy. Jego twórczość i cechy malarstwa, gdzie obraz się znajduje.

Następnie opisuje wszystkie elementy obrazu, wyjaśniając, co malarz chciał przez nie powiedzieć. Dlaczego użył światła lub koloru, malując pewne szczegóły obrazu. A czyni te wyjaśnienia z tak wielkim talentem i wiedzą malarską, że podążamy za jego słowami z zachwytem i wielkim zainteresowaniem.

Po przeczytaniu tekstu opisu obrazu patrzymy jeszcze długo na poszczególne szczegóły. Pragniemy zapamiętać piękno obrazu i myśli, które obraz skierował do nas, patrzących na jego dzieło.

.PANACEA. Centrum Fitoterapii w Gdańsku - poświęcony upowszechnianiu osiągnąć ziołolecznictwu. Nr 4-6/2019.

Krwawnik



Ogromny napływ migrantów ukraińskich do Polski

Są to ludzie młodzi, często z wykształceniem wyższym, którzy najpierw podejmują każdy rodzaj fizycznej pracy za niską opłatą. Potem jak zdobędą jakąkolwiek pracę i mieszkanie uczą się języka polskiego. W 8 miesięcy umieją już perfekcyjnie.

Wtedy startują do lepszych stanowisk i lepiej płatnych oraz do małżeństw z Polkami (cywilnych małżeństw), które łatwo unieważnić. Wtedy startują do lepszych stanowisk i lepiej płatnych. Małżeństwo z Polską daje im prawo stałego pobytu.

W Poznaniu żaden polski lekarz po studiach nie znajdzie pracy, bo zajęli je lekarze-ukraińcy. Prywatna lecznica ukraińska w Poznaniu wykonuje operacje zaćmy oka za 5 tys. zł i cieszy się dużym powodzeniem.

W ubiegłym roku zameldowało się w Poznaniu 10 tys. Ukraińców. W tym roku już 20 tys. do półroczna (do grudnia jeszcze wiele czasu).

Wiele firm w Polsce, aby zdobyć taniego robotnika reklamuje się na Ukrainie. Oblicza się, że w woj. poznańskim jest już ok. 100 tys. Ukraińców.

Młodzi Ukraińcy, nawet z wyższym wykształceniem, podejmują najpierw każdą pracę w fabrykach, przy budowie, czy transporcie. Kobiety sprzątają, pracują w Hipermarketach, sklepach z odzieżą lub jako opiekunki chorych, zarobione pieniądze odsyłają najpierw do rodzin, a potem sprowadzają żonę i dzieci, i zostają na stałe w Polsce. Obecnie Ukraińcy mają w Polsce specjalną opiekę prawną. Instytucje państwowe zajmują się ich skargami i problemami.

Obecnie w Polsce nie ma żadnego miasteczka gdzie nie byłoby przybyłych ze wschodu osiedleńców, którzy podjęli w Polsce pracę.

Polacy wyjechali do Anglii czy Holandii lub Niemiec - do pracy. Teraz ich miejsce w Polsce zajęli Ukraińcy ze wschodu. W Polsce stanowią tańszą siłę roboczą dla wszystkich prywatnych przedsiębiorstw. Nie muszą one im płacić żadnych opłat dodatkowych, jak ubezpieczenia.

W Łodzi powstał już prywatny Uniwersytet Ukraiński, który kształci techników farmaceutycznych. Wykłady dla nich odbywają się w soboty i niedzielę. Pracownicy ukraińscy weszli już do polskich aptek. Najpierw do aptek sieciowych, które z chęcią przyjmują tańszych pracowników, a polscy aptekarze są na „bezrobociu”, bo musieli zamknąć swoje apteki, (niektóre...).

Nowi mieszkańcy ze wschodu, którzy zalewają Polskę, nie chodzą do kościoła, głosują za nowoczesnymi poglądami.

Gazeta Koszalińska przedstawiła obszerny reportaż o migracji Ukraińców do Polski.

(Gazeta Koszalińska 8.08.2019)

Trzęsienie ziemi

Ostatnio prasa doniosła, że w dniach 17-18 lipca 2019 r. zatrzęsała się ziemia we Włoszech. Zawaliły się różne budynki. Panika ogarnęła ludność Włoch.

Fakt ten skłania do przypomnienia, że nie tak dawno miało miejsce trzęsienie ziemi także w Polsce. W dniu 21 września 2004 r. trzęsienie ziemi w skali 5 stopni Richtera nawiedziło północno-wschodnią Polskę. Wstrząsy ziemi odczuli także mieszkańcy Podlasia, Kujaw i Pomorza Zachodniego, także mieszkańcy Gdańska, Gdyni, Rumii i Wejherowa. O 13.10 podłoga się zatrzęsała. W wieżowcach tańczyła podłoga, meble się przesuwały. Druga fala wstrząsów była znacznie silniejsza. Dzieci zwolniono ze szkół, a dorosłych z pracy.

Później w prasie ukazała się notatką, że uczeni zastanawiają się, czy trzęsienie ziemi w północnej Polsce wywarły naturalne ruchy czy np. eksplozja.

(Rzeczpospolita 20.09. 2004)

Bożena Sawicka - Wiśniewska, Ryszard Wiśniewski

Apteka „Pod Opatrznością” w Turce nad Stryjem

Apteka „Pod Opatrznością” w Turce nad Stryjem istniała już w 1860 roku jako pierwsza w tym mieście. Właścicielem apteki był Zahar Johann. Prowadził ją do 1861 roku. Kolejnymi właścicielami apteki byli:

Piątek Michał 1862-1884

spadkobiercy Piątka Michała 1885-1890

Piątek Stanisław 1891-1893

Tannenbaum Chaim 1894

Tannenbaum Chaim i sp. 1895-1896

Arzt Henryk 1897-1914

Feldman Dawid 1921-1939

Ciągłość pracy apteki zapewniali dzierżawcy:

Kozicki Zygmunt 1890

Altschüler Salomon 1910-1914.

Czy i kiedy oraz komu Henryk Arzt sprzedał aptekę w Turce nad Stryjem nie ustalono.

Wiadomo jedynie, że w 1916 roku Henryk Arzt odkupił dzierżawioną od Gabryela Reina aptekę „Pod Archaniołem” w Drohobyczu. Z uwagi na brak dokumentów dostępnych dla autorów niniejszego opracowania dzieje apteki „Pod Opatrznością” w Turce nad Stryjem w

latach 1915 do 1920 są nieznanne (1,2,3,4).

Dawne leki

Ryc. 1

Patschouli. - paczulka wonna, syn. brodziec paczulka (*Pogostemon cablin* Blanco Benth.), roślina tropikalna, z której otrzymuje się olejek paczulowy o działaniu przeciwzapalnym i antydepresyjnym, ale przede wszystkim jest to wartościowy utrwalacz perfum.



Ryc. 2

Tacanta. (Tacamahaca) - prawdopodobnie Pulvis Tacamahacae - proszek z pestek owoców tropikalnego drzewa tamanu - *Calophyllum tacamahaca* Willd. Zarówno proszek, jak i olejek tamanu (*Oleum Tacamahacae*) wchodziły w skład dawnych preparatów leczniczych, np. *Emplastrum stomachicum*, syn. *aromaticum*, de Tacamahaca (p. *Pharmacopoea Universalis*, Weimar, 1846, t.2, s. 768). Olej tamanu to ceniony do dzisiaj środek o silnym działaniu przeciwzapalnym i przeciwbólowym o szerokim spektrum zastosowania, stosowany m.in. do leczenia zmian skórnych wywołanych trądem.

Naczynia apteczne - puszkki drewniane, Niemcy (?), XVIII w. (?), zbiory Muzeum Farmacji UJ CM (dar Apteki Społecznej nr 154 w Kłodzku, ul. Chrobrego 5, przekazany w 1953 r., nr inw. 2316).

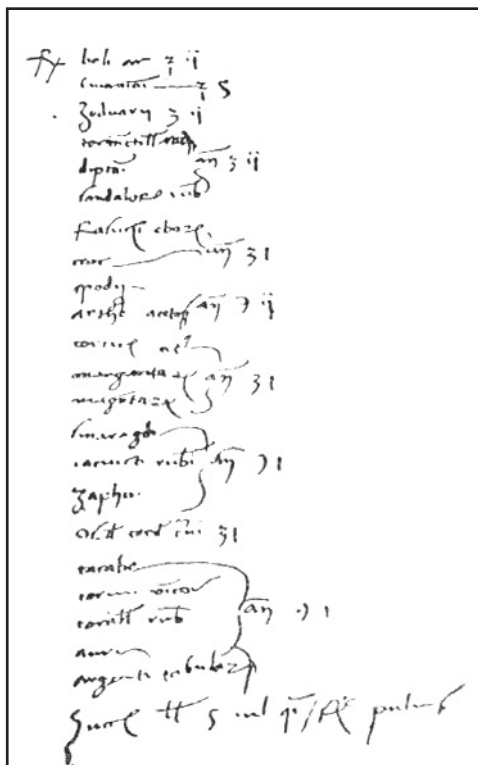


Iwona Dymarczyk

O RECEPTACH

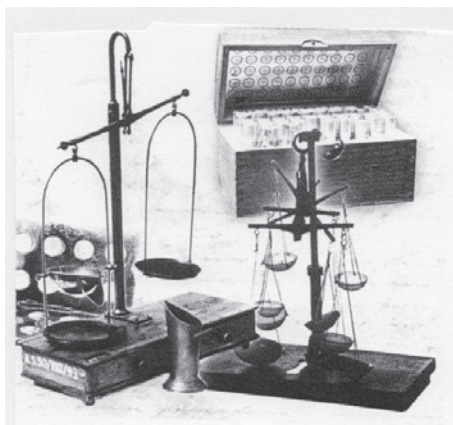
Pojęcie „recepta” w dosłownym tego słowa znaczeniu pojawiło się w momencie powstania aptek jako niezależnych od lekarzy samodzielnych podmiotów, a dokładnie od ukazania się konstytucji cesarza Fryderyka II z lat 1231-1240. Dopóki ordynowanie, przyrządzanie i wydawanie leków spoczywało w rękach tych samych ludzi tak długo recepta nie była potrzebna. Źródłostów recepty tkwi w łacińskim terminie *recipio* - przyjmuję, ordynację lekarza zawierającą pisemne polecenie wykonania i wydania przez aptekarza zapisanego leku.

Początkowo lekarze korzystali wyłącznie z ogólnych przepisów stosowanych w określonych objawach, z czasem zainteresowali się ich przyczynami i zaczęli



Recepta Mikołaja Kopernika
z początku XVI w.

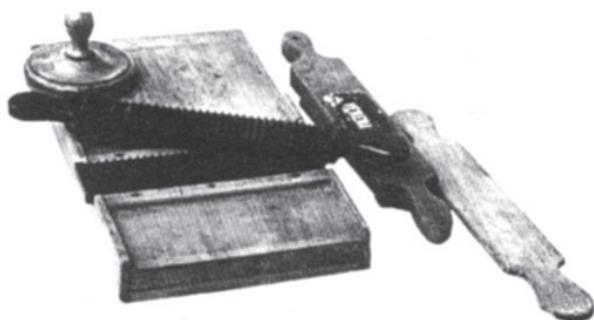
traktować pacjentów bardziej indywidualnie. Początkowo, za czasów Galena, zaczęły pojawiać się rękopisy zwane antydotariami zawierające odtrutki przeciw określonej chorobie. Przykładem jest *Compositiones medicamentorum* (I w n.e.), w którym poza opisem metod przyrządzania leków znalazło się ponad 270 formuł leków złożonych. Kolejnym przykładem jest średniowieczne arabskie *Antidotarium Mesue* z opisowymi receptami często cytowanymi w późniejszych lekospisach. Żyjący w XIV wieku lekarz, a zarazem biskup krakowski Jan Radlica w zasadzie posługiwał się surowcami roślinnymi, często jednak odnosił się do składników zwierzęcych zalecając łupież, mleko kobiety karmiącej i inne. Przykładem jest maść do okładów, której tłumaczenie z języka łacińskiego brzmi następująco:



Apteczne kopie recept (sygnaturki) ze zbioru własnego obejmującego ponad 200 egz., w tym unikalne z końca XIX w.

„Weż: mleka kobiety karmiącej dziewczynkę, dwa jaja łupieżu sprowadzającego sen, dobrze rozprowadź, mąki, maku, miodu po pół kwarty, zmieszaj to do konsystencji miękkiej maści i przyłóż na przednią część głowy; to polecamy robić po przejściu dni spod konstelacji Psa; teraz zaś będziesz brać z serwatki koziej jeden łyk często od rana w pięć godzin przed śniadaniem i po śniadaniu albo posiłku, będziesz spożywać... Bogu Cię oddaję.”

Podkreślić trzeba, że Radlica odnosi się do wskazań astrologicznych, tak ważnych, aż do końca XVIII wieku, zgodnie z którymi „wszystkie zioła mają być zbierane, gdy księżyc przybywa, przez co rosną ich lecznicze przymioty, bo gdy miesiąc schodzi, w nich też moc ginie”.



Odrobina *romantyzmu*

Wystawa obrazów olejnych i akrylowych dr farm. Doroty Pastok

Choć te kwiaty nie pachną, mają wiele zalet. Cieszą oczy, zastępują słowa. Są jak symbole, wyrażają uczucia i nastroje. Te kwiaty nie przemijają, nie więdną, ale znakomicie zdobią miejsce, w którym są eksponowane.

Dorota Pastok jest autorką znaczka Środkowopomorskiej Izby Aptekarskiej w Koszalinie i znaczka Sympozjum „Lek dla Kobiet”.

Była odznaczona Medalem im. Bronisława Koskowskiego.

Obrazami Doroty Pastok zainteresowały się Muzea Farmacji w Krakowie i Poznaniu, a teraz eksponujemy je w łódzkim muzeum.

Autorka obrazów umiejętnie łączy sztukę farmacji i sztukę malarstwa.

Na Uniwersytecie Medycznym w Lublinie, pod kierunkiem dr n. farm. Andrzeja Wróbla powstała praca magisterska o malarskiej twórczości polskich farmaceutów, poświęcona m.in. aktywności artystycznej

Doroty Pastok.

GRATULACJE DLA PANI DR DOROTY PASTOK z Kołobrzegu

Gratulujemy pani dr farm. Dorocie Pastok z Kołobrzegu uzyskania stopnia naukowego dr farmacji. Obrona jej pracy doktorskiej odbyła się w czerwcu 2019 r. na Uniwersytecie w Poznaniu. Tam odbędzie się w listopadzie 2019 r. uroczyste wręczenie dyplomu dr nauk farmaceutycznych.

Serdecznie gratulujemy!

Równocześnie przypominamy, że pani dr Dorota Pastok jest kierownikiem Apteki Szpitalnej w Kołobrzegu oraz piastuje funkcję specjalisty wojewódzkiego aptek szpitalnych na cały region województwa szczecińskiego.

Pani Dr Dorota Pastok posiada także wielki talent malarski. Przypominamy relacje z jej wystawy obrazów w Muzeum Farmacji w Łodzi.



Muzeum im. prof. Janan Muszyńskiego w Łodzi, ol. Wolności 2
tel./fax 42 632 17 15, e-mail: muzeumfarmacji@doz.pl
www.muzeumfarmacji.eu



Dobre rady dla Pani Domu

Odświeżanie mebli

Tampon waty zanurzamy w mieszaninie oleju lnianego i spirytusu (1:1), okręcamy go lnianą szmatką. Przecieramy nim kilkakrotnie meble i pozostawiamy do wyschnięcia. Już suche – polerujemy do nadania połysku.

Sprzątamy łazienkę

Umywalka, wanny, miski, toalety - będą idealnie czyste i lśniące, jeśli je wyczyścimy szorstką ściereczką zanurzoną w roztworze soli i terpentyny.

Kafelki łazienki

znakomicie zmywa się myjkę - szmatką zwilżoną denaturatem, zaś żółte plamy na emalii wanny i zlewozmywaka usuwa gorący ocet.

Jeśli plamy lub zacieki są zestarzałe - zwłaszcza po kąpiącej wodzie - zastosoować można emulsję do zmywania parkietów. Nakłada się ją na poźółkłe miejsca i pozostawia na kilka minut, a następnie posypuje sodą oczyszczoną i energicznie pociera. Po zażółceniach nie będzie śladu.

Myjemy kryształ

Przedmioty z kryształu myjemy szmatką zwilżoną w denaturacie.

Myjemy zaś w ciepłej wodzie z mydłem i domieszką amoniaku (2-3 łyżeczki na 1 L wody).

Nalot z kryształów usuwa się ciepłym octem z solą.

Natomiast wazonny lub karafki pokryte osadem w środku, wyczyścimy wlewając do nich ciepły ocet z kilkoma kawałkami świeżego drobno pokrajanego ziemniaka. Dzięki tym zabiegom kryształy są lśniące i przejrzyste.

Aptekarska Noc Muzeów w Stargardzie

W sobotę 8 maja 2019 r. Muzeum w Stargardzie zaprosiło na bezpłatne oglądanie swoich zbiorów.

Co roku pan dr farm. Jerzy Waliszewski, znakomity historyk farmacji, współwłaściciel Apteki Nowej w Stargardzie organizuje w czasie Nocy Muzeum w Stargardzie specjalne prelekcje historyczne dla osób zwiedzających wystawę podczas Nocy Muzeów.

Co roku podczas Nocy Muzeów pan dr Jerzy Waliszewski, kierownik Apteki w Stargardzie, opowiada licznie zgromadzonej publiczności dzieje i zasługi aptekarzy. Ciekawe opowieści i demonstracje dawnych utensylii aptekarskich przyciągają co roku podczas Nocy Muzeum tłum ciekawych zwiedzających.

W tym roku pan aptekarz dr farm. Jerzy Waliszewski zadziwił zwiedzających Muzeum w Stargardzie podczas Nocy Muzeum.

Przygotował bowiem całe przedstawienie, gdzie miejscowi aktorzy odegrali spektakl teatralny w starodawnych strojach, a na scenie znajdowały się starodawne meble aptekarskie sprzed dwóch wieków.

Całe przedstawienie ukazywało pracę aptekarza w Stargardzie przed dwoma wiekami.

Posłuchajcie relacji z tego wyjątkowego wydarzenia w Stargardzie pana aptekarza dr Jerzego Waliszewskiego.

Galeria postaci:

pryncypał, madame, zielarka, pomocnik, uczeń w aptecznej oficynie

Na stałej wystawie aptekarskiej w głównym budynku przy Rynku Staromiejskim prezentowaliśmy tym razem realia stargardzkiej apteki z roku 1899. Wystąpiło trzech aktorów i jedna aktorka. Ale zanim do tego doszło nastąpi-

ły czasochłonne przygotowania. Trzeba było wybrać i przywieźć ze Szczecina dwa stroje dla mojej żony: strój madame Lisavety Meisner i strój zielarki Anny Borek. Gimnazjalista Tymon Gralak (w roli ucznia Maksa) i licealista Bartosz Szczerba (grający pomocnika Leo) też musieli skompletować stroje. Na próby poświęciliśmy trzy niedzielne popołudnia i wieczór piątkowy (próba generalna). Jako pryncypał Herman Schleif czuwałem nad wszystkim i... nauczyłem się swojej roli.

Przygotowania do spektaklu = (wysiłek + czas)

Wyrozumiała dyrekcja MAH udostępniła nam zaplecze mebli historycznych na wystawie. Z Apteki Nowej przewiozłem 60 urządzeń, przyborów, drobiazgów. Przecież nie mogliśmy używać eksponatów wystawowych. W sobotę rano zbieraliśmy z żoną glistnik, pokrzywę, babkę, a znajoma dostarczyła ogrodową konwalię. Mąż Pani dyrektor Jolanty Aniszewskiej dostarczył specjalny fotel. Dzielnie wspomagał nas Pan Piotr Tarnawski. Pani Joanna Fijałkowska opracowała plakat i ulotki objaśniające poszczególne scenki. Z naszej apteki ofiarowaliśmy substancje zużyte podczas spektaklu i okolicznościowe pieczątki.

Scenki rodzajowe w XIX-wiecznej aptece

Tym razem noc muzeów na wystawie aptekarskiej nie była pomyślana jako pokaz lecz jako rodzaj spektaklu. Zaprosiliśmy uczestników do Apteki Pod Żółtą Gwiazdą (obecna ul. Kard. St. Wyszyńskiego 23) sprzed 120 lat. W pierwszej scenie ojciec przyprowadził 13-letniego chłopca Maksa na naukę do apteki. Od razu przystąpił on do swoich codziennych obowiązków: obcierania apteki z kurzu, fasowania maści i proszków, wycinania sygnatur, zawijania waty w paczki, rozdzielania pomady, rozlewania eliksiru do zębów i wody kolońskiej do butelek, nalepiania etykiet, stemplowania reklamą bibuły do pakowania. Biegał cały dzień posyłany do piwnicy po wody mineralne, do zielarni po suche korzenie, do materialni po fasunki. Od czasu do czasu pryncypał udzielał mu paternoster, wbijał mu apteczną łacinę do głowy i zasady pracy.

W kolejnej odsłonie pojawił się pomocnik Leo, już 4,5 roku kondycjonujący w aptece. Był prawą ręką pryncypała i szykował się do egzaminu czeladniczego. Nastawiał nalewkę z pokrzywy w dużym, miedzianym perkolatorze i zawzięcie mieszał puder różany dla pewnej damy. Po przyjacielsku pouczał ucznia jak ma nasypywać proszki w opłatki, omawiał wody mineralne i polecał do przyniesienia defekty czyli braki występujące przy pierwszym stole.

O godz. 20:00 przybyła madame Lisaveta Meisner. Niby pofatygowana się po odbiór swojego pudru różanego, ale tak naprawdę chciała poplotkować i pobyc w miłym towarzystwie. Madame Lisaveta zainteresowała się najnowszymi perfumami, mydłami i kakao. Zechciała także wypić czekoladę zaparzoną przez pomocnika Leo.

W czwartej odsłonie pryncypał Herman Schleif (postać historyczna) wprowadzał pomocnika, ucznia i zebranych w tajniki apteki, prezentował zebranych swoją aptekę, naczynia, urządzenia i reklamowane specjały apteczne: kakao, czekoladę, mydła lecznicze i toaletowe, perfumy, wina węgierskie etc.

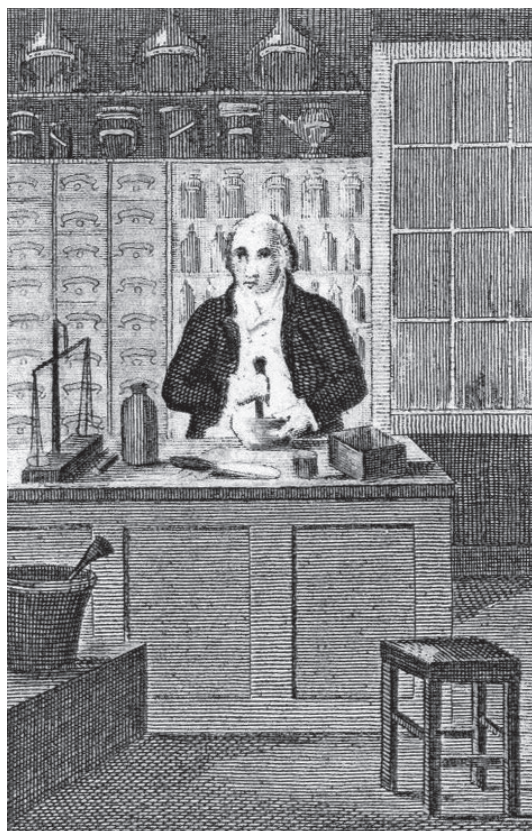
Duże poruszenie w Aptecie pod Złotą Gwiazdą uczyniło wejście zielarki Anny Borek (scenka piąta) z naręczami świeżych ziół. Opowieściom o zbiorze ziół majowych i ich właściwościach nie było końca. Pozostało tylko targowanie się odnośnie zapłaty za dostarczone rośliny.

O godz. 23:00 nastąpił finał. Wystąpiliśmy razem prezentując pełną gamę preparatów, które sporządziliśmy tego pamiętnego dnia.

Ta Noc Muzeów było bardzo specyficzna, miała wiele walorów, kosztowała mnóstwo pracy. Wielka szkoda, że media papierowe i internetowe prawie nie zauważyły naszej wspaniałej Nocy Muzeów. Ubolewam nad tym w imieniu muzealników i mojego zespołu.

DBAJCIE O SIEBIE.

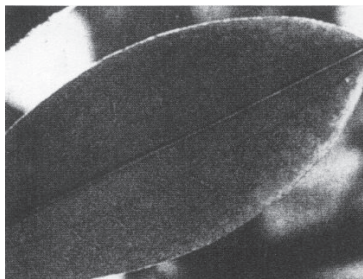
Wasz aptekarz Jerzy Waliszewski
Autor jest farmaceutą, zastępcą kierownika Apteki Nowej



Z HISTORII LEKÓW UZALEŻNIAJĄCYCH

Liście koka i kokaina

Według starego podania indiańskiego, legendarny Manco Kapak - syn boga słońca, założyciel dynastii Inków zstąpił z gór koło jeziora Titicaca i ofiarował ludziom boską roślinę. Miała ona: „rozweselać smutnych, zmęczonym i wyczerpanym dodawać nowych sił oraz nasycać głodnych”.



Rośliną tą był krzew kokainowca (łac. *Erythroxylon coca*), którego uprawa długo udawała się tylko w gorących dolinach Andów. Pod koniec XIX w. główny alkaloid jego liści nazwany kokainą, znalazł zastosowanie w chirurgii, jako środek miejscowo znieczulający. Wkrótce stał się też, niestety, znanym na całym świecie niebezpiecznym narkotykiem.

Początkowo liście kokainowca, uznawanego za roślinę obdarzoną przymiotami nadprzyrodzonymi, były używane jedynie przez najwyższych kapłanów i władców państwa Inków, jako środek pomocny w poszukiwaniu prawdy oraz w nawiązywaniu bezpośredniego kontaktu z bogami i duchami przodków. Za pomocą koki wprowadzano się w stan odurzenia w czasie świąt kulturowych lub podczas zaklęcia demonów, sprowadzających choroby i śmierć. Uprawa kokainowca przez niższe warstwy społeczeństwa była surowo karana, gdyż tamtejsi szamani już dobrze znali jego właściwości. Wiedzieli, że podnosi on ciśnienie krwi, ułatwia oddech, usuwa zmęczenie i dodaje sił, uśmierza uczucie głodu, lecz w zbyt dużych dawkach powoduje ekstazę, przyczyniając się do powstania nałogu. Stąd też niewielkie i ściśle określone porcje liści koki przydzielano tylko ciężko pracującym robotnikom, posłańcom - biegaczom i żołnierzom, a także wszystkim mężczyznom z okazji uroczystych świąt. Kobiety nie miały prawa *zażywać* koki w żadnych okolicznościach. Pomimo wymienionych zakazów i ograniczeń, wraz z upływem czasu liście koki stały się codzienną używką szerokich mas

ludności i cenionym lekiem na różne choroby. Nagminnie zażywali je mieszkańcy gór w celu usunięcia zmęczenia, wywołanego brakiem tlenu. Podróźni żuli tzw. „cocada”, czyli zwijane liście koki z wapnem gaszonym i popiołem, jako skuteczny środek gaszący pragnienie, dający poczucie dobrego nastroju i wzrastającej wydolności fizycznej. Używano je również w celu wywołania miłych przeżyć podczas spotkań w grupie. Kokainowiec chronił domy przed niebezpieczeństwem, gwarantował powodzenie w miłości i zamożność.

Po hiszpańskiej konkwiście „boska roślina” stała się wśród ludności Peru podstawowym środkiem płatniczym. Płacono nią nawet część podatków. Wraz z wprowadzeniem gospodarki pieniężnej produkcja koki znacznie wzrosła, a pod koniec XVI w. handlowano nią na wielką skalę. Dlatego też Hiszpanie obłożyli ją wysokim cłem przy wywozie, a następnie objęli monopolem państwowym.

Początkowo liście kokainowca uznawano za roślinę obdarzoną przymiotami nadprzyrodzonymi.

Z AMERYKI DO EUROPY

Pierwsze informacje na temat kokainowca dotarły do Europy już w 1500 r.

Pisał o nim, m.in. Nicolaus Monardes (1493-1578) lekarz hiszpański, profesor uniwersytetu w Sewilii, podróżnik specjalizujący się w kolekcjonowaniu surowców leczniczych z Nowego Świata. W 1750 r. przywieziono do Europy żywe krzewy tej rośliny. Jej fragmenty można do dzisiaj oglądać w Muzeum Historii Naturalnej w Paryżu.

Próby wyizolowania związków czynnych z kokainowca podejmowano od końca XVIII w. Jednak dopiero w 1860 r. Albert Niemann, asystent profesora F Wohlera w Getyndze wyizolował z liści koki alkaloid, który nazwał kokainą. Niebawem sprzedawano ją w różnych produktach, np. w papierosach, napojach gazowanych oraz gumie do żucia. Natomiast tę o najwyższej czystości można było nabyć bez recepty w każdej drogerii. Wielką popularnością cieszyły się apteczne preparaty galenowe sporządzone z liści koki. Do najbardziej znanych tego typu przetworów należały wyciągi na czerwonym winie. Był to ulubiony napój wzmacniający wielu sławnych XIX - wiecznych postaci, m.in. francuskich kompozytorów Ch. Gounoda (1818-1893) i J. Masseneta (1842-1912) oraz papieża Leona XIII (1810-1903).

NAJWIĘKSZE ODKRYCIE MEDYCyny

Wśród lekarzy panował pogląd, że kokaina jest jednym z największych odkryć medycyny. Zygmunt Freud (1856-1939) nazwał ją środkiem o prawie

Ze względu na właściwości narkotyczne kokainy, stopniowo zastępowano ją w medycynie syntetycznymi środkami znieczulającymi, np. prokainą, tetrakainą, lidokainą i anestetyną.

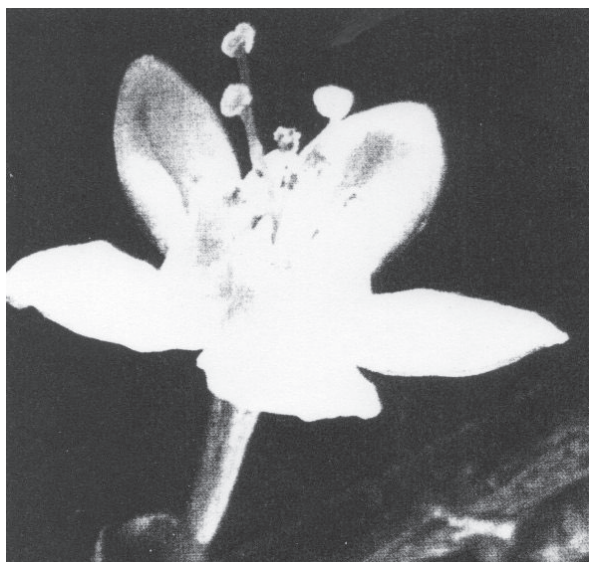
niewiarygodnych właściwościach leczniczych. W artykule zamieszczonym w piśmie „The Lancet” w 1885 r. stwierdzono: „Możliwości terapeutycznego wykorzystania kokainy są tak liczne, że wartość tego leku zaczyna dopiero być doceniana”. Zalecano ją w ogólnym osłabieniu, depresji i nadmiernej drażliwości. Stwierdzono, że wzmacnia ona dziąsła i zęby, uśmierza bóle brzucha. W leczeniu syfilisu była stawiana wyżej niż słynny gwajak. Napar pomagał ponoć astmatykom, a maść łagodziła skutki oparzeń i ran. Odnotowano też przypadki wyleczenia nią żółtaczki, zapalenia i obrzęków płuc oraz cholery.

KOKAINA W ANESTEZJOLOGII

Do rozpowszechnienia kokainy, jako środka miejscowo znieczulającego przyczynił się austriacki oftalmolog Karol Koller (1857-1944), który w 1884 r. zastosował jej rozcieńczony roztwór przy zabiegu usunięcia zaćmy. Na przełomie XIX i XX w. berliński chirurg Ludwig Schleich (1859-1922) oraz amerykański chirurg z uniwersytetu w Baltimore William Halsted (1852-1922) wynaleźli metodę znieczulenia całych obszarów ciała za pomocą wstrzykiwania kokainy w pnie nerwowe lub tkanki. Natomiast inicjatorem kokainowego znieczulenia lędźwiowego był James Corning (1855-1923) z Nowego Jorku. Wymienione metody anestezji zostały zastosowane w salach operacyjnych na całym świecie.

KOKAINIZM

Bardzo szerokie i często bezkrytyczne stosowanie kokainy w medycynie stało się przyczyną rozwoju narkomanii kokainowej. W okresie międzywojennym była ona uważana za narkotyk ekskluzywny, używany w środowiskach intelektualnych i artystycznych. Z drugiej strony sięgali po nią gangsterzy, handlarze i panie z „półświatka”. Określano ją jako „śnieg”, „puder” lub „koko” i powszechnie wączano, wdychano, palono, a niekiedy wstrzykiwano dożylnie. W większych miastach Europy i Stanów Zjednoczonych powstawały sekty kokainowe z własnymi giełdami, nocnymi lokalami i biurami pośrednictwa. W Polsce kokainizm nie stanowił w tym czasie większego problemu społecznego, chociaż używanie kokainy stało się modne wśród przedstawicieli awangardy artystycznej. Próbował ją, a następnie szczegółowo opisał przejawy uzależnienia i jego skutki Stanisław Ignacy Witkiewicz (1885-1939), znany dramatopi-



sarz, malarz, teoretyk sztuki i filozof, autor groteskowo-fantastycznych utworów teatralnych i powieści.

Ze względu na właściwości narkotyczne kokainy, stopniowo zastępowano ją w medycynie syntetycznymi środkami znieczulającymi, np. prokainą, tetrakainą, lidokainą i anestetyną. W farmacji stosowanie kokainy, jako składnika leków ograniczono ostrymi przepisami, a jej produkcję uregulowano międzynarodowymi postanowieniami Konwencji Genewskiej z 1925 r. Mimo to, w XX w. stopniowo narastała i nadal narasta liczba odurzających się nią osób - tym razem dotyczy to również młodzieży i dzieci na coraz większych obszarach świata. Eksperymenty nad kokainą, prowadzone przez chemika -samouka z Los Angeles doprowadziły do otrzymania substancji o nazwie „crack”, składającej się z kokainy i sody oczyszczonej. Produkt ten dodaje się do papierosów zawierających tytoń lub marihuanę lub też pali się w fajce wodnej. Daje on szybszą i intensywniejszą reakcję niż wążanie zwykłej kokainy. Jest odpowiedzialny za większe zniszczenie organizmu i bardziej gwałtowne zachowania. Od początku XX w. „crack” jest uważany za jedną z najgroźniejszych substancji uzależniających.

Dr farm. Katarzyna Hanisz

Pracownia Historii Farmacji i Muzeum W Katedrze Historii Medycyny i Farmacji AM w Łodzi

Mgr farm. Justyna Mularczyk

Apteka „Centrum” w Łodzi

ROTA

Tekst popularnie przyjęty dzisiaj wraz ze zwrotką podaną przez prawnuczkę Marii Konopnickiej, Joannę Modrzejewską:

*Nie rzucim ziemi skąd nasz ród,
Nie damy pogrześć mowy!
Polski my naród, polski lud,
Królewski szczep Piastowy,
Nie damy, by nas zniemczył wróg...
- Tale nam dopomóż Bóg!*

*Do krwi ostatniej kropli z żył
Bronić będziemy Ducha,
Aż się rozpadnie w proch i w pył
Krzyżacka zawierucha.
Twierdzą nam będzie każdy próg...
- Tak nam dopomóż Bóg!*

*Nie będzie Niemiec pluł nam w twarz
Ni dzieci nam germanił.
Orężny wstanie hufiec nasz,
Duch będzie nam hetmanił.
Pójdziem, gdy zabrzmi złoty róg...
- Tak nam dopomóż Bóg!*

*Nie damy miana Polski zgnieść
Nie pójdziem żywo w trumnę
Na Polski imię, na Jej cześć
Podnosim czoła dumne.
Odzyska ziemię dziadów - wnuk
- Tak nam dopomóż Bóg!*

Wolno, majestatycznie Muz. Feliks Nowowiejski

1. Nie rzu-cim zie - mi, skąd nasz ród,
nie da-my po - grześć mo - wy,
pol - ski my na - ród, pol - ski lud,
kró - lew-ski szczep Pia - sto - wy.
Nie da-my, by nas gnę - bił wróg.
1-3. Tak nam do-po - móż Bóg!
Tak nam do - po - móż Bóg!

ROTA POLONII AMERYKAŃSKIEJ

*Polska nam w żyłach tętni krew
I polskie serce w piersi
- Więc idziem na Ojczyzny zew
W wierności jej najszczerzi
Nas nie rozdzieli żaden wróg -
Tak nam dopomóż Bóg,
Tak nam dopomóż Bóg.*

*Gwiazdzisty sztandar nam się wplół
W ojczystą biel i czerwień,
I obu Matkom polski lud
Ślubował służyć wiernie.
Jeden nam cel wśród trudnych dróg
Tak nam dopomóż Bóg,
Tak nam dopomóż Bóg.*

*To solidarność polskiej krwi
Wyznacza nasze dzieje,
Nasze Millenium, wieki, dni,
I przyszłość i nadzieję.
Wspólnej wolności zabrzmiał róg -
Tak nam dopomóż Bóg,
Tak nam dopomóż Bóg.*

*Niech Jasnogórskiej Pani blask
Rozświecili naszą ziemię
I niechaj pancierz Bożych łask
Umocni polskie plemię.
By przeciwności naród zmógł -
Tak nam dopomóż Bóg,
Tak nam dopomóż Bóg.*

Zbigniew Chałko

Pasje mgr Mieczysława Marca



aptekarza ze Słupska

Gazeta Farmaceutyczna ogłosiła plebiscyt na aptekarzy, którzy poza pracą zawodową w aptece mają jakieś swoje ulubione hobby, którym wyróżniają się w środowisku.

Z naszej Izby zasłużone laury w różnych dziedzinach pozazawodowych zdobywa mgr Mieczysław Marzec, właściciel i kierownik Apteki „Piastowskiej” w Słupsku, który w wyżej wymienionym plebiscycie został uhonorowany statuetką „Jeden zawód – tysiące pasji”.



Na balu w Mielnie w tańcu z synową mgr farm. Anną Brzozowską-Marzec

Po studiach na Wydziale Farmaceutycznym Akademii Medycznej w Łodzi wrócił do Słupska i w 1965 r. rozpoczął pracę w Wojewódzkiej Stacji Krwiodawstwa, kierując pracownią chemiczno-analityczną. Swoją ogromną energię i żywotność kreował w różnych organizacjach, towarzystwach i kręgach przyjaciół. Udzielał się aktywnie w PTF-armie i samorządzie aptekarskim., pełniąc pierwszoplanowe role (uzyskał medal im. I. Łukasiewicza i medal B. Koskowskiego), był członkiem zarządu oddziału Polskiego Towarzystwa Hematologicznego. Działal w Słupskim Kole Szaradzystów oraz w Słupskim Klubie Fajczarskim, gdzie odnosił również sukcesy.



Personel Apteki „Piastowskiej” w Słupsku.

Siedzą od lewej: tech.farm. Anna Nowakowska, pomoc apteczna Danuta Kropidłowska, tech. farm. Lidia Schmidt, mgr farm. Dorota Sobotka-Krawczyk.

Stoją: mgr farm. Mieczysław Marzec z synami - Witoldem i Andrzejem

Pan Mieczysław jest uzdolniony aktorsko, świetnie recytuje, potrafi zabawić publiczność licznymi satyrami, czuje się na scenie jak ryba w wodzie. W czasie studiów występował w studenckim kabarecie. Może się pochwalić sukcesami w kilku konkursach recytatorskich, między innymi w ogólnopolskich konkursach o „Złoty Eskulap”, organizowanych dla pracowników służby zdrowia. Wszyscy wspominamy z zachwytem jego programy artystyczne na balach i spotkaniach. W Kole PTFarm w Słupsku organizował „Andrzejki” z programem rozrywkowym i tańcami. Miał zawsze masę pomysłów na uświetnienie spotkań, integrujących farmaceutów i ich rodziny. Gdy był w szkole średniej chciał

zostać aktorem. Uległ jednak perswazji rodziny i w ostatniej chwili zrezygnował z egzaminu wstępnego. Mówi, że tego nie żałuje, gdyż bezpieczniej jest dla pacjentów, jeżeli został farmaceutą zawodowym a aktorem-amatorem, niż miałooby być odwrotnie (śmieje się).



Kolacja wigilijna z bezdomnymi

Pan Mieczysław wszędzie wnosi inicjatywę, śmiałe pomysły i aktywizację środowiska. Zawsze jest wielkim optymistą i wierzy, że promowane idee zrealizują się w dobrym i szczęśliwym kształcie. Posiada ujmujący sposób bycia i jest wszędzie bardzo lubiany. Uważa, że każde „coś jeszcze” to nie tylko satysfakcja, lecz również doza relaksu.

Od paru lat najwięcej wolnego czasu poświęca rozrywkom umysłowym, między innymi układa krzyżówki do biuletynu Naczelnej Izby Aptekarskiej „Forum Farmaceutyczne” oraz do „Aptekarskiego Magazynu Torfarmu”. Nowością jest opracowywanie zagadek dla najmłodszych pacjentów apteki „Apteka Piastowska Dzieciom” i wydawanie ich w formie comiesięcznych wkładek do czasopism, które apteka prenueruje dorosłym pacjentom.

Jego współczujące ubogim serce przejawiało się też w zainicjowaniu Oddziału Towarzystwa Pomocy Bezdomnym im. św. Brata Alberta w Słupsku, któremu przewodniczył przez dziesięć lat. Zdobywał wolontariuszy i potrzebne fundusze. Za jego kadencji powstały dwa schroniska dla bezdomnych. Za swoją pracę



Kolędnicy od lewej: starszy diabeł M. Marzec, młodsza diablona A. Brzozowska-Marzec, młodszy diabeł W. Marzec, starsza diablona A. Marzec w głębi anioł Józefa Marzec (mama).



Mistrzostwa Polski w wolnym paleniu fajki w Łodzi. (Niestety, bez większego sukcesu).
Siedzą od prawej: mgr farm. Mieczysław Marzec,
sędzia stolikowy, mgr farm. Witold Marzec.



Z rodziną na działce: od prawej Mieczysław Marzec (siedzi bokiem), synowie Mariusz i Witold, żona Anna Marzec, gość.

w tej dziedzinie został uhonorowany godnościami „Zasłużony dla Towarzystwa” oraz „Honorowy Członek Towarzystwa”. W tym roku został nominowany do nagrody ministra.

Dziennikarz Gazety Farmaceutycznej pan Marcin Podlewski, odwiedził Pana mgr M. Marca w Słupsku i zdumiał się kolekcją fajek, przyborów fajczarskich, dyplomami i nagrodami. Zachwycił się przede wszystkim sympatyczną, twórczą i pełną ciepła osobowością Pana Mieczysława. Napisał wspaniały reportaż o naszym Koledze ze Słupska, którym rozsławił jego działalność i liczne zamiłowania w całym kraju. Artykuł ten z kolorowymi zdjęciami ukazał się w nr 4/05 Gazety Farmaceutycznej.

Gratulujemy i cieszymy się z wyróżnienia.

dr hab. Jadwiga Brzezińska

Muzeum Farmacji w Warszawie nominowane do nagrody **EUROPEJSKIE MUZEUM ROKU 2019**

Nagroda Europejskie Muzeum Roku (The European Museum of the Year Award - EMYA) została ufundowana po raz pierwszy przez Brytyjczyków: Kennetha Hudsona, Richarda Hoggarta i Johna Lettsa pod auspicjami Rady Europy w 1977 r. i jest najbardziej prestiżową nagrodą muzealną w Europie. Obecnie organizatorem wyróżnienia dla najlepszego muzeum w Europie jest Europejskie Forum Muzeów (European Museum Forum – EMF).

O nagrodę mogą ubiegać się zarówno muzea działające jako instytucje publiczne, jak i prywatne. Nie jest brana pod uwagę ich wielkość, nie są też preferowane wybrane zakresy tematyczne. Podczas oceny uwzględnia się wyjątkowość działalności danego muzeum (m.in. skierowanie jej do szerokiej publiczności i zastosowanie innowacyjnych rozwiązań w prezentowaniu zbiorów).

Europejskie Forum Muzeów, oprócz EMYA, przyznaje również serię nagród powiązanych i specjalne wyróżnienia. Nominowane muzea (maksymalnie 50) są wizytowane, a następnie podczas konferencji, z udziałem najlepszych specjalistów w dziedzinie muzealnictwa, uczestnicy konkursu prezentują swoje placówki i odbywa się uroczysta gala wręczenia nagrody. W tym roku miejscem konferencji będzie Muzeum Wojennego Dzieciństwa (Muzej ratnog djetinjstv, War Childhood Museum) w Sarajewie (22-25 maja 2019 r.).

Wśród czterech polskich muzeów, nominowanych do Nagrody Europejskie Muzeum Roku 2019, znalazło się Muzeum Farmacji im. mgr Antoniny Leśniewskiej (Antonina Leśniewska Museum of Pharmacy) w Warszawie (Oddział Muzeum Warszawy).



Otwarcie wystawy stałej pt. *Res pharmaceuticae* w Muzeum Farmacji im. mgr Antoniny Leśniewskiej w Warszawie (5 września 2017 r.)
(fot. Grażyna Kułakowska)

W środku kustosz Muzeum prof. dr hab. Iwona Arabas

Warto też wspomnieć, że w 2004 r. zgłoszono do nagrody EMYA Muzeum Farmacji (*Museu da Farmácia*) w Lizbonie, co stanowiło ogromne wyróżnienie dla tej placówki.

Muzeum Farmacji im. mgr Antoniny Leśniewskiej w Warszawie zostało założone w 1985 r. Początkowo Muzeum mieściło się budynku przy ul. Marszałkowskiej 72. Pod tym adresem funkcjonowała w okresie międzywojennym apteka należąca do A. Leśniewskiej. W 1996 r. zbiory przeniesiono do siedziby przy ul. Skierniewickiej 16/20. Od 2002 r. Muzeum stało się Oddziałem Muzeum Historycznego m. st. Warszawy (od 2014 r. - Muzeum Warszawy) i zlokalizowane jest na Starym Mieście przy ul. Piwnej 31/33.

Kustosami tego ważnego ośrodka popularyzacji wiedzy o historii farmacji byli: dr Teodor Kikta (1985-1994) i mgr Grażyna Sokólska-Miłosińska (1994-1996). Od roku 1996 funkcję tę pełni dr hab. Iwona Arabas, prof. PAN, która zrealizowała wiele bardzo udanych inicjatyw w zakresie muzealnictwa farmaceutycznego.

Dnia 5 września 2017 r. otwarto aktualną ekspozycję stałą w Muzeum Farmacji im. mgr Antoniny Leśniewskiej. Nosi ona tytuł *Res pharmaceuticae* i w nowoczesny sposób ukazuje historię farmacji. Poszczególne jej części to: *Officina sanitatis*, przedstawiająca wnętrze apteki z okresu międzywojennego; *Materia medica*, prezentująca kolekcję naczyń aptecznych, utensyliów i opakowań leków (uporządkowana według działania leku); *Kolor i szlif* - dotycząca szkła wykorzystywanego do produkcji naczyń aptecznych; *Forum magistry Antoniny Leśniewskiej (1866-1937)* - ukazująca przykład kobiety dążącej z determinacją do wyższego wykształcenia farmaceutycznego. Bardzo cennym eksponatem są wspomnienia A. Leśniewskiej wydane w języku rosyjskim w Sankt Petersburgu w 1901 r. Część wystawy prezentuje leki medycyny Kampo (stosowane również obecnie w Japonii).

Zbiory Muzeum były udostępnione do zwiedzania szerszej publiczności m.in. podczas 43. Międzynarodowego Kongresu Historii Farmacji (43rd International Congress for the History of Pharmacy), który odbył się w dniach 12-15 września 2017 r. w Warszawie.

Muzeum Farmacji im. mgr Antoniny Leśniewskiej zorganizowało również wiele ekspozycji czasowych, np. *Skarb Bałtyku. Burszty*

w lecznictwie (26 kwietnia - 30 listopada 2012 r.), *Dziedzictwo kulturowe warszawskiego farmaceuty Ferdynanda Karo na tle inwentaryzacji świata* (11 czerwca - 10 grudnia 2015 r.), *Farmacja na Uniwersytecie* (7 września - 13 października 2017 r. w Starej Bibliotece Uniwersytetu Warszawskiego). Wystawom towarzyszyły starannie wydane katalogi z bogatymi bibliografiami. W Muzeum odbywają się także lekcje muzealne oraz różnorodne spotkania i wykłady poświęcone historii aptekarstwa i rozwojowi nauki o lekach.



Fot. Fragment *Officina sanitatis* w Muzeum Farmacji im. mgr Antoniny Leśniewskiej w Warszawie (fot. Grażyna Kułakowska)

dr n. farm Elżbieta Rutkowska

Przegląd prac magisterskich z zakresu historii farmacji

Dr hab. farm. Elżbieta Rutkowska

Warszawa, 18 stycznia 2019 r.

Z inicjatywy Ogólnopolskiej Sekcji Historii Farmacji Polskiego Towarzystwa Farmaceutycznego (dalej: PTFarm.) i Instytutu Historii Nauki im. Ludwika i Aleksandra Birkenmajerów Polskiej Akademii Nauk odbył się w dniu 18 stycznia 2019 r. w siedzibie Zarządu Głównego Polskiego Towarzystwa Farmaceutycznego w Warszawie (ul. Długa 16) *XIII Przegląd prac magisterskich z zakresu historii farmacji*.

Zebranych powitali: dr hab. Anna Trojanowska, prof. PAN z Instytutu Historii Nauki im. L. i A. Birkenmajerów Polskiej Akademii Nauk oraz dr n. o zdr. Lidia Maria Czyż - Przewodnicząca Ogólnopolskiej Sekcji Historii Farmacji PTFarm.

Na *XIII Przegląd prac magisterskich z zakresu historii farmacji* zgłoszono 6 prac magisterskich z uczelni medycznych w Poznaniu, Warszawie i Wrocławiu.

Autorzy zaprezentowali następujące zagadnienia: Tomasz Bober (Wrocław) „*Plaga Justyniana*” a „*Czarna Śmierć*” - *analiza krytyczno-porównawcza dwóch wielkich europejskich epidemii* (promotor: prof. dr hab. Bożena Płonka-Syroka), Wiktoria Koszuda (Poznań) *Diagnostyka laboratoryjna w polskim piśmiennictwie lekarskim w okresie zaborów* (promotor: prof. dr hab. Anita Magowska), Marta Lorenz (Wrocław) *Sytuacja zdrowotna na froncie wojny krymskiej (1853-1856) w świetle źródeł z epoki* (promotor: prof. dr hab. Bożena Płonka-Syroka), Weronika Maria Walczewska (Warszawa) *Historia odkrycia penicyliny i wprowadzenia jej na rynek farmaceutyczny* (promotor: dr hab. Iwona Arabas, prof.



PAN), Iweta Ścisła (Poznań) *Charakterystyka społeczno-demograficzna studentów poznańskiego Wydziału Farmaceutycznego w latach 1945-1955* (promotor: dr n. hum. Katarzyna Pękacka-Falkowska). W Przeglądzie nie mogła uczestniczyć Anna Grzesiak (Poznań), która zgłosiła pracę *Farmaceutyczna socjologia Poznania w XIX i pierwszej połowie XX wieku* (promotor: dr n. hum. Katarzyna Pękacka-Falkowska).

Starannie przygotowane prezentacje spotkały się z dużym zainteresowaniem słuchających i stały się podstawą interesującej dyskusji.

Zauważono również, że przeglądy prac magisterskich poświęcone historii farmacji, których pomysłodawcą i długoletnim współorganizatorem był dr n. farm. Jan Majewski (Honorowy Przewodniczący Ogólnopolskiej Sekcji Historii Farmacji PTFarm.) są inicjatywą potrzebną. Warto przypomnieć, że pierwszy taki przegląd odbył się w 2006 r., a ze strony Instytutu Historii Nauki im. L. i A. Birkenmajerów Polskiej Akademii Nauk z dużym zaangażowaniem zajmowała się przeglądami do 2018 r. prof. dr hab. Halina Lichocka, przyczyniając się do promowania i popularyzowania wiedzy dotyczącej historii farmacji.

Uczestnicy *XIII Przeglądu prac magisterskich z zakresu historii farmacji* otrzymali dyplomy uznania (zaprojektowane przez Sylwię Tulik - absolwentkę Liceum Sztuk Plastycznych im. Tadeusza Brzozowskiego w Krośnie oraz Wydziału Sztuki Uniwersytetu Rzeszowskiego) i nagrody książkowe, m.in. publikację autorstwa Stefana Zameckiego pt. *Problematyka naukoznawcza na łamach periodyku „Nauka Polska”. Jej potrzeby, organizacja i rozwój* (Warszawa 2016).

Redaktor Naczelny „Czasopisma Aptekarskiego” Wiktor Szukiel ofiarował Album artystki Agaty Słyk (wydany w ramach projektu Galeria Farmapress, który jest inicjatywą edytorską Wydawnictwa Farmapress) oraz *Kalendarz Farmaceutyczny na 2019 rok*. Również Muzeum Warszawy przekazało autorom prac upominki.

Zmarła pierwsza Prezes odrodzonego Samorządu Aptekarskiego

mgr farm. **Edwarda Kędzierska**



Naczelna Rada Aptekarska oraz polscy aptekarze z żalem żegnają zmarłą dnia 4. kwietnia 2019 roku panią magister farmacji Edwardę Kędzierską, pierwszego w historii odrodzonego samorządu aptekarskiego Prezesa Naczelnej Rady Aptekarskiej. Jej odejście jest bolesną stratą dla całego środowiska.

Edwarda Kędzierska wniosła ogromny wkład w rozwój aptekarstwa polskiego. Była orędownikiem reaktywowania samorządu aptekarskiego i aktywnie uczestniczyła w działaniach, które doprowadziły do jego odrodzenia. Środowisko aptekarzy i farmaceutów darzyło ją wielkim zaufaniem, którego wyrazem

było powierzenie Edwardzie Kędzierskiej przez I Krajowy Zjazd Aptekarzy funkcji Prezesa Naczelnej Rady Aptekarskiej w latach 1991-1995. W tym czasie odrodzony samorząd aptekarski stał się dojrzałą organizacją zdolną do podejmowania działań na wszystkich płaszczyznach. Była znakomitym aptekarzem,

a w wykonywanie zawodu wkładała całe swoje serce i wielkie zamiłowanie. Edwarda Kędzierska dużą część swojej pracy poświęciła rozwojowi profesjonalnych kadr aptekarskich. Pod jej opieką szkolili się młodzi farmaceuci rozpoczynający drogę zawodową. Ambicja, powołanie i pasja Edwardy Kędzierskiej sprawiły, że jej uczniowie byli dumni z bycia farmaceutą. Była także bardzo życzliwym człowiekiem, zawsze miała czas, służyła dobrą radą i nie szczędziła koleżeńskiej pomocy. Była wzorem aptekarza dbającego o swoich pacjentów, przez co zasłużyła na ich wdzięczność i nieprzemijającą pamięć. Swoją postawą i zawodowymi dokonaniem Edwarda Kędzierska wpisała się na trwałe w chlubną tradycję samorządu aptekarskiego.

Za zasługi dla chwały, pożytku i rozwoju aptekarstwa została odznaczona Złotym Krzyżem Zasługi oraz odznaczeniami samorządowymi: Medalem im. prof. Bronisława Koskowskiego i tytułem Strażnika Wielkiej Pieczęci Aptekarstwa, które są wyrazem najwyższego uznania członków samorządu aptekarskiego.

Cześć jej pamięci.

(przedruk z Biuletynu „FARMACJA” Okręgowej Izby Aptekarskiej w Białymstoku)



Jesienny smutek

czy depresja?

Jesienne smuteczki...

Wpływ zmian pogody na samopoczucie człowieka obserwujemy już od zarania dziejów ludzkości. Dopiero jednak w XIX w., wraz z początkami rozwoju psychologii i psychiatrii, zaczęło się dokładniejsze badanie wpływu zmian pogodowych na stan psychofizyczny ludzi.

Nadeszła jesień, dni są coraz krótsze, z coraz mniejszą ilością światła słonecznego. Obniża się ilość serotoniny - neuroprzekaźnika odpowiedzialnego za dobre samopoczucie. Brak tego neuroprzekaźnika doprowadza do smutku, przygnębienia i rozdrażnienia. Inne objawy to: wyraźny brak energii, apatia, lęk, drażliwość, kłopoty z koncentracją, wahania nastroju, brak motywacji do działania, zobojętnienie. Impulsy nerwowe docierające do szyszynki i podwzgórza stymulują wydzielanie hormonów w ilości zależnej od ilości światła. Światło w oku zostaje zamienione na impuls nerwowy, który biegnie dalej do różnych struktur mózgowia, na które oddziałuje. W uproszczeniu można powiedzieć, że depresja sezonowa to zaburzenia w obszarze nastroju spowodowane zmniejszeniem ilości światła. Stąd występowanie depresji tego typu związane jest z okresem jesienno-zimowym. Objawy ustępują wraz z nadejściem wiosny. Po raz pierwszy terminu **choroba afektywna sezonowa (SAD)** użył Rosenthal.

Depresja i jej objawy

Depresję sezonową należy odróżnić od depresji klinicznej, związanej z zaburzeniami emocjonalnymi na głębszym poziomie psychicznym. Depresji klasycznej zwykle towarzyszy beśsenność, utrata apetytu i chudnięcie. Natomiast u większości chorych na depresję sezonową występują objawy zupełnie odwrotne: nadmierna senność, wzmożony apetyt oraz wzrost wagi ciała nawet o

sześć kilogramów lub więcej. Przygnębieniu zimowemu najczęściej towarzyszą umiarkowany smutek i ospałość, które nie są na tyle silne, by zakłócić normalne funkcjonowanie - nie uniemożliwiają podejmowania codziennych decyzji, nie wpływają na efektywność pracy i stosunki z innymi ludźmi. Nie występuje też ogromny apetyt, szczególnie na produkty zawierające węglowodany.

Nowoczesne leki przeciwdepresyjne skutecznie łagodzą objawy depresji, a ich działanie jest zauważalne dopiero po około od 2 do 6 tygodni. Leki te są zazwyczaj dobrze tolerowane - nie powodują uzależnienia, niektóre z nich można łączyć z innymi lekami.

Podział leków przeciwdepresyjnych ze względu na mechanizm działania:

- Trójcykliczne leki przeciwdepresyjne, tzw. TLPD (zwane tak z powodu budowy chemicznej) - to grupa leków najstarszych, ale ciągle używanych i ważnych, odznaczających się wysoką skutecznością, nie zawsze jednak dobrą tolerancją i szeregiem przeciwwskazań do ich stosowania (jaskra, choroby serca i inne). Przedstawicielami są imipramina i doxepin.
- Blokery wychwytu zwrotnego serotoniny, tzw. SSRI (Selective Serotonin Reuptake Inhibitors) - bardzo cenna i ciekawa grupa leków, łatwiejsza w stosowaniu ze względu na mniejszą liczbę przeciwwskazań i często dobrą tolerancję. Siła ich działania leczniczego jest zasadniczo mniejsza od leków trójcyklicznych, choć zdarza się, że są skuteczne i w ciężkich depresjach. Należą tu fluoksetyna, fluwoksetyna, sertralina, paroksetyna, citalopram.
- Selektywne inhibitory wychwytu zwrotnego noradrenaliny - wenlafaksyna.
- Inhibitory MAO opóźniają rozkład chemiczny amin biogenicznych przez hamowanie enzymu monoaminoksydazy, np. moklobemid.
- Inhibitory wychwytu zwrotnego noradrenaliny i dopaminy NDRI (bupropion).
- Inhibitory wychwytu serotoniny blokujące receptor 5HT₂ (nefazodon, trazodon).
- Antagoniści receptorów 5HT₂, alfa₂, 5HT₃ (mirtazapina).
- Leki o innych mechanizmach działania (tianeptyna).

Czasem w leczeniu depresji stosuje się neuroleptyki, karbamazepinę, anksjolityki oraz hormony tarczycy. W zapobieganiu nawrotom choroby obok soli litu pomoc może lamotrygina.

Stres i emocje w naszym życiu

Całe nasze życie składa się z emocji. Towarzyszą nam od chwili urodzin i są bardzo ważne dla naszego zdrowia psychicznego. Świat bez emocji byłby smutny i nieciekawym, pozbawiony kolorytu. Dzisiejsze tempo życia stawia przed nami

wysoką poprzeczkę - niełatwo temu sprostać. Wszechobecny stres, niepewność jutra, nadmiar lub brak pracy, niehigieniczny tryb życia to tylko niektóre z czynników zaburzających równowagę psychiczną. Natężenie i odbiór emocji jest zróżnicowane osobniczo. Na taką samą sytuację różne osoby mogą zareagować w bardzo różny sposób. **Stres jest nieodłącznym elementem naszego życia**, towarzyszy nam w pracy, w rodzinie, w relacjach z ludźmi, w sytuacjach dnia codziennego. Jest normalną i zdrową reakcją naszego organizmu na wydarzenia zarówno przyjemne, jak i te przykre. Jednak zbyt silny lub przewlekły niszczy naszą psychikę i zdrowie. Umiejętność radzenia sobie ze stresem oznacza dążenie do równowagi między zewnętrznymi wymaganiami i reakcjami na nie oraz poszukiwanie takiego poziomu stresu, który zwiększa naszą energię i motywację.

Stres wywołany dostosowaniem się do zmian i punkty stresu przedstawia poniższa tabelka:

Sytuacje życiowe (pozytywne i negatywne emocje) i poziom stresu

Rodzaj kryzysu	Punkty
śmierć współmałżonka	100
rozwód	73
utrata pracy	65
pogorszenie warunków życia	63
zmiana osobistych przyzwyczajeń	48
pogodzenie się ze współmałżonkiem	45
ciąża	40
zmiana warunków pracy lub godzin pracy	39
wysoki kredyt - spłata	31
dokonanie wybitnego osiągnięcia	28
zmiana miejsca zamieszkania	20
zmiana rodzaju rozrywek	19
wakacje	13
Boże Narodzenie	12

Różnica pomiędzy chwilowym pogorszeniem nastroju u pacjenta a chorobą przewlekłą może być trudna do wychwycenia dla farmaceuty, dlatego

gdy ziołowe preparaty lecznicze przestają pomagać naszym pacjentom, należy skierować ich do specjalisty.

Energia... skąd ją czerpać jesienią?

Jeśli pozwala na to pogoda, korzystajmy z dobrodziejstw jesiennego słońca. Wraz z nadejściem chłódów nie rezygnujemy z długich spacerów, które pozwolą nam dotlenić organizm. Podczas zwykłej przechadzki doskonale pracują mięśnie, wzmacniają się kości, wyrównuje ciśnienie krwi i obniża poziom cholesterolu. Oddech staje się regularny, a tętno miarowe. Ale czasami warto spróbować czegoś nowego, np. nordic walking. Można uprawiać go w każdym klimacie, dowolnym terenie, na wszystkich nawierzchniach i o każdej porze roku. To idealny sport dla dzieci, nastolatków, rodziców i dziadków. Poprzez użycie specjalnie zaprojektowanych kijków wzmacniają się mięśnie górnej części tułowia i ramion, a okolice barków ulegają rozluźnieniu. Pracuje ok. 90% wszystkich mięśni ciała. Dodatkowo, po takim 45-minutowym marszu można stracić nawet 1,2 kg! To ważne, bo przecież jesienią mamy większą ochotę na kaloryczne słodkości - zjedzenie czekolady pobudza wytwarzanie endorfin, tzw. hormonów szczęścia.

Regularne ćwiczenia tai-chi i pilates poprawiają trawienie i relaksują. Okresowo sięgnijmy po multiwitaminowe preparaty zawierające makro- i mikroelementy. Spirulina (wyciąg z alg) stanowi naturalny koncentrat ważnych dla życia związków mineralnych, pierwiastków śladowych, witamin, enzymów i innych związków witalnych oraz szczególnie cennego nośnika witalizującej energii światła, tzw. biofotonów. Żeńszeń wzmacni nasz organizm i doda energii. Magnez z wit. B₆ złagodzi objawy przewlekłego zmęczenia i stresu. Pomocniczo na poprawę nastroju skuteczne są leki ziołowe oparte na wyciągu z dziurawca zwyczajnego, kozłka czy melisy lekarskiej.

A długie jesienne wieczory wykorzystajmy na miłe spotkania w gronie przyjaciół. Warto sprawić sobie od czasu do czasu drobne przyjemności: seans filmowy w kinie, dobra książka, ulubiona muzyka...

mgr farm. Katarzyna Bekier

Piśmiennictwo:

1. Święcicki Ł., *Nastroje. Zaburzenia Afektywne w Teorii i Praktyce*
2. Święcicki L., *Choroba afektywna sezonowa - historia, epidemiologia, symptomatologia, patogeneza. Dyskusje o Depresji*, 2003
3. *Psychiatria w praktyce ogólnolekarskiej*, 2007
4. Rymaszewska J., Pracownia Psychiatrii Konsultacyjnej i Medycyny Behavioralnej, Katedra i Klinika Psychiatrii Akademii Medycznej we Wrocławiu
5. *Postępy Higieny Medycyny Doświadczalnej*, 2009
6. *Psychofarmakologia w ilustracjach. Leki przeciwdepresyjne*, Stahl S. M., 2010
7. *Farmakologia*, t. 1-2, 2010, PZWL
8. *Podstawy psychofarmakologii*, t. 1. *Teoria i praktyka*, Stahl S. M., 2009, via medica



Mgr farm. Bogdan Biliński

*Nadchodzą długie jesienne wieczory...
Dla niektórych z nas to pora stukających do drzwi
smutków i nasilającej się depresji.*

Pomoże dziurawiec

Najprostszym rozwiązaniem są tabletki. Tymczasem niekoniecznie musimy zaraz sięgać po antydepresanty syntetycznie wyprodukowane w fabrykach. Czasem wystarczy zmiana trybu życia, trochę dobrej muzyki, rozmowa z przyjaciółmi. Można także spróbować skorzystać ze środków, które przygotowała dla nas dobroczynna Natura, zwłaszcza że ich stosowanie nie niesie z sobą ryzyka wystąpienia tak wielu niepożądanych objawów jak po preparatach syntetycznych.

Chciałbym dzisiaj przedstawić Państwu ziółko, które wszyscy dobrze znamy, a o którym czasem tak niewiele wiemy... To dziurawiec zwyczajny (*Hypericum perforatum* L.), zwany również świętojańskim zieleń lub zieleń św. Jana. Jako roślina lecznicza znany był już w starożytności. Według legendy zieleń dziurawca leczył swych pacjentów ojciec medycyny, Hipokrates. W terapii wielu schorzeń stosował go również Dioskorydes - znany lekarz grecki z I wieku n.e. W Polsce na pierwszy ślad stosowania dziurawca natrafiono podczas badania wykopalisk w Biskupinie.



W średniowieczu uważany był za roślinę magiczną, a XVI-wieczny słynny lekarz Paracelsus określił dziurawiec jako „arnikę dla nerwów”. Roślina ta należy do rodziny dziurawcowatych Guttiferae. Rodzaj dziurawiec obejmuje ok. 350 gatunków roślin zielnych lub drzewiastych rosnących głównie w obszarach

o klimacie subtropikalnym, rzadziej w strefach umiarkowanych. W Polsce występuje 9 gatunków, z których najważniejszy ze względów użytkowych jest dziurawiec zwyczajny. Rośnie na suchych łąkach, ugorach, skrajach lasów, rzadko jako chwast pól uprawnych. Jest to bylina o łodygach do jednego metra wysokości, dołem zdrewniałych. Niewielkie, wydłużone i osadzone naprzeciwległe liście posiadają przeświecające punkty, które są zbiorniczkami olejków eterycznych. Od czerwca do sierpnia na szczytach pędów tworzą się gęste kwiatostany z licznymi żółtymi pięciopłatkowymi kwiatami. Surowcem są szczytowe części pędów dziurawca, zebrane w początkowym okresie kwitnienia.

W surowcu znajdują się flawonoidy, pochodne kwercetyny - hyperozyd, izokwercytryna i rutozyd. Oprócz tego zawiera on olejek (pinen) i związki diantronowe - hiperycynę i pseudohiperycynę oraz garbniki katechinowe, leukocyjanidyny, żywice, kwasy organiczne, pektyny, cholinę, sole mineralne, cukry, witaminy A i C. Nasiona zawierają hyperforynę, posiadającą antybiotyczne właściwości.

Dziurawiec to jedna z najbardziej wszechstronnie działających roślin leczniczych. Do dzisiaj w lecznictwie ludowym uważany jest za lek uniwersalny. Współczesne ziołolecznictwo potwierdziło wielostronne działanie dziurawca używanego w postaci naparów, wyciągów, mieszanek i preparatów ziołowych. Stosowany wewnętrznie rozszerza naczynia krwionośne narządów wewnętrznych, działa żółciopędnie, moczopędnie, uspokajająco, przeciwbakteryjnie i tonizująco przy ogólnych osłabieniach. Wykazuje także działanie przeciwskurczowe na mięśnie przewodu pokarmowego i dróg żółciowych, a także mięśnie gładkie naczyń krwionośnych. Działanie dziurawca jest powolne i stopniowe. Obecne w surowcu katechiny powodują uszczelnienie i uelastycznienie drobnych naczyń krwionośnych. Surowiec działa przeciwbakteryjnie w stosunku do bakterii Gram +. Po podaniu większych dawek wyciągu dziurawca obserwuje się działanie antydepresyjne.

Przed wszystkim stosowany jest jako lek rozkurczający w chorobach wątroby i dróg żółciowych, w chorobie wrzodowej żołądka i dwunastnicy, w zaburzeniach czynności przewodu pokarmowego i gruczołów wewnętrznego wydzielania. Ponadto w depresji, wyczerpaniu nerwowym itp. Wykazano także pobudzające działanie dziurawca na pracę serca.

Zewnętrznie stosuje się dziurawiec jako środek ściągający, przyspieszający regenerację tkanek i gojenie się ran przy odmrożeniach, oparzeniach, leczeniu trudno gojących się ran i chorób skórnych.

Występująca w ziele dziurawca hyperycyna zwiększa wrażliwość ustroju na promieniowanie słoneczne. Zbyt duże dawki hyperycyny, w połączeniu mogą spowodować oparzenie słoneczne.

mgr farm. Bogdan Biliński

UKĄSZENIA PRZEZ OWADY - profilaktyka i pierwsza pomoc

Czyż nie byłoby pięknie w ciepły, letni wieczór bawić się i spędzać czas na świeżym powietrzu? Niestety o tym samym myślą tuziny owadów, które właśnie wtedy rzucają się na nas, kąsają, kłują, wysysają z nas krew pozostawiając po sobie swędzące bąble.

Ukłucie czy ugryzienie - dla objawów nieistotne...

Większość insektów jest nieszkodliwa dla człowieka, ponieważ tylko niektóre gatunki spośród nich kłują lub gryzą ludzi - np. komary, bąki, osy, pszczoły i szerszenie wśród owadów kłujących albo pchły i kleszcze wśród owadów gryzących.



Podczas kłucia lub gryzienia do ludzkiej tkanki dociera ślina owada. W jego miejscu powstaje okrągły punkt na skórze, który czerwieni się, swędzi i nabrzmiewa. Wkrótce może zostać też mechanicznie podrażniony na skutek drapania lub pocierania ubraniem, a rosnąca opuchlizna powoduje nasilenie się objawów. Objawy te, to wynik reakcji obronnych organizmu na obce białka występujące w ślinie owada.

Doraźna pomoc po ukąszeniu ...

Natychmiastowe schłodzenie ukąszonego miejsca zapobiega rozprzestrzenianiu się substancji obcych wstrzykniętych przez owada i przerywa rozwijające się reakcje zapalne. Chłodzenie można przeprowadzić za pomocą zimnego

kompresu lub żelu. Leki przeciwhistaminowe w formach żelowych miejscowo wpływają na reakcje alergiczne, a miejscowe anestetyki mogą być skuteczne w przypadku silnego świądu, swędzenia i bólu występującego po ukąszeniach przez osy, pszczoły i szerszenia. Należy pamiętać, że pszczoły atakują w samoobronie - przy ukąszeniu żądło pszczoły łącznie z tylną częścią jej tułowia odrywa się i pozostaje w tkance człowieka, a pszczoła umiera. Żądło to należy natychmiast usunąć, aby w miejscu ukłucia pozostała możliwie najmniejsza ilość trucizny.

Uwaga: nagły przypadek!

Ukąszenia przez pszczoły, osy czy szerszenia w szyję lub język, względnie w błonę śluzową jamy ustnej wymagają natychmiastowej pomocy lekarskiej, ponieważ powstające obrzmienie w rejonach gardła może doprowadzić do uduszenia. Lekarz pogotowia ratunkowego, w celu wywołania szybkiej reakcji obronnej organizmu, wstrzykuje dożylnie lek przeciwhistaminowy i kortyzon. W niektórych przypadkach może być konieczna stała obserwacja ukąszonego w szpitalu, np. w przypadku reakcji alergicznych. Wkrótce po gwałtownej reakcji skórnej, u ludzi mających alergię na jad pszczeli pojawiają się duszności i objawy wstrząsu anafilaktycznego. Pacjenci najczęściej reagują skrajnie niespokojnie. Pojawia się hiperwentylacja, puls przyspiesza, a tętno spada. Kończyny stają się zimno-wilgotne i bladoszare, a twarz błednie. W takim przypadku natychmiastowa pomoc lekarska jest bardzo ważna. W celu stabilizacji układu krążenia lekarz pogotowia wstrzykuje adrenalinę. Przeciwno alergicznym reakcjom zapalnym są stosowane glikokortykosteroidy i leki przeciwhistaminowe. Przeciwno duszności może okazać się konieczna teofilina. Między jadem pszczół i os a jadem szerszeni występuje alergia krzyżowa.

Pacjenci, którzy wiedzą, że mają alergię na jad pszczół, przynajmniej w lecie, kiedy ryzyko ukąszeń przez pszczoły jest duże, powinni nosić ze sobą niezbędne leki i w razie konieczności samodzielnie zrobić sobie iniekcję.

Nie każdy obrzęk jest dramatyczny!

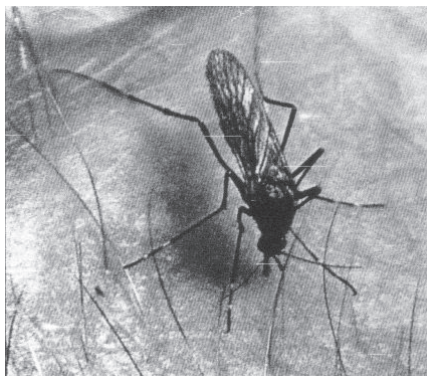
Często pacjenci utożsamiają silne reakcje miejscowe z alergią. W przypadku obrzmienia stawów najpierw wskazane są doustne leki przeciwhistaminowe. Przy cięższych obrzmieniach mogą jednak być stosowane zapobiegawczo. W przypadku obrzmienia ze stanem zapalnym sensowne jest stosowanie maści lub aerozoli zawierających glikokortykosteroidy.

Zaczerwienienie i obrzęk, które utrzymują się przez kilka dni po ukąszeniu przez owada, niejednokrotnie doprowadzają do powstania wtórnej infekcji. Zdarza się to szczególnie często po ugryzieniu przez bąki. W tym przypadku pomocne są okłady z riwanolu lub maści z jodowanym powidonem. Jeżeli stan

zapalny objemie dużą powierzchnię, to może okazać się konieczne zastosowanie terapii antybiotykowej.

Choroby układowe wywołane ukąszeniem przez komary

Podczas gdy w naszej szerokości geograficznej uciążliwe ukąszenia przez komary są niegroźne, to w tropikalnych i subtropikalnych strefach są one obarczone wysokim ryzykiem. W tym przypadku dużą nadzieję pokłada się w profilaktyce malarii i liczy się na jej skuteczność.



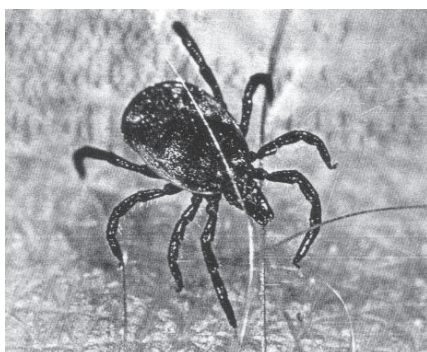
Ugryzienia przez pchły

Ugryzienia przez pchły dają typowe objawy. Mamy tutaj do czynienia najczęściej z ugryzieniami w trzech skupieniach, zlokalizowanymi blisko siebie na pewnym obszarze skóry. Leczenie, podobnie jak przy ukąszeniach komarów, jest objawowe. Aby było ono skuteczne i trwałe, ważne jest znalezienie źródła pochodzenia pcheł. Pchły na krótko przedostają się do krwi i potrafią ją wysssać z ludzkiej skóry. Poza tym żyją w ubraniach, tekstyliach lub sierści zwierząt, najczęściej psów i kotów.

Należy odpowiednio stosować środki przeznaczone dla niszczenia pcheł na zwierzętach domowych i w pomieszczeniach. Wszystkie tekstylia powinny być prane w możliwie gorącej wodzie.

Ugryzienia przez kleszcze

Ugryzienia przez kleszcze są przede wszystkim uciążliwe, ale również potencjalnie bardzo niebezpieczne, ponieważ istnieje duże ryzyko zarażenia boreliozą lub FSME. Najważniejsze jest szybkie usunięcie kleszcza za pomocą odpowiednich szczypiec. W celu zapobiegnięcia infekcji wtórnej miejsce ugryzienia powinno być dobrze zdezynfekowane. Niestety, mimo dezynfekcji nie można wykluczyć przeniesienia przez kleszcza boreliozy czy FSME.



Pierwszym objawem boreliozy jest rumień wędrujący (*Erythema chronicum migrans*), który może występować do pięciu miesięcy w miejscu ugryzienia. Pojawia się on w postaci wypukłego zaczerwienienia, które poszerza się kółkiem, a potem nagle zaczyna od środka blednąć.

Dodatkowo mogą się pojawić mylące objawy, jak gorączka, nieokreślone odczucia chorobowe, bóle stawów. W tym przypadku wymagane jest przeprowadzenie antybiotykoterapii.

Przeciwno FSME nie ma jeszcze skutecznej terapii. W przypadku pobytu w rejonach objętych ryzykiem zarażenia FSME godna polecenia jest profilaktyczna immunizacja.

Lepiej zapobiegać niż leczyć!

Oczywiście łatwiej jest zapobiegać ukąszeniom lub ugryzieniom przez owady niż leczyć ich skutki. W tym celu można na przykład ubrać się tak, aby przykryć jak największą powierzchnię skóry lub stosować środki odstrasżające, którymi spryskuje się odkrytą skórę, a także instalować moskitiery w oknach i drzwiach.

W ten sposób możemy utrzymać owady od nas z daleka spędzając czas na powietrzu w letni wieczór lub mając otwarte okna w mieszkaniu.

dr Kirsten Lennecke

Tłumaczyła mgr farm. Monika Jacyszyn

Źródło: Deutsche Apotheker Zeitung 31/2005

Fot. SAVIO

Zagadka - zgadnijcie o kim mówi

fraszka Jana Sztudyngera

Za słońcem się obraca twarzą
Potem dojrzały spuszcza głowę,
dojrzałość mu odjęła mowę.
A ja bez przerwy kręcę głową
gdy widzę jakąś piękność nową,
i myślę sobie przeto smętnie
żem niedojrzały permanentnie.

Słoneczny słonecznik

Od dawna już dla celów leczniczych używa się zarówno jego kwiatów jak i nasion - pestek. Wyróżnia się zasadniczo dwie odmiany słonecznika: o dużych nasionach, przeznaczonych do bezpośredniego spożycia i do wypieku pieczywa (jako dodatek) oraz odmianę o małych nasionach, używanych najczęściej do tłoczenia z nich oleju na zimno. Obie odmiany mają wiele zalet zdrowotnych i dietetycznych. Można powiedzieć, że słonecznik swe własności terapeutyczne czerpie wprost ze słońca, do którego wystawia swoją głowę.

Kwiatki równe pestkom

Zalety kwiatków słonecznika (Flos Helianthi) są raczej mało znane. Ale warto od lipca do października zebrać brzeżne języczki kwiatowe z koszyczków, ususzyć je w warunkach naturalnych - w cieniu, przewiewie lub w suszarniach do 40 stopni C. i przechowywać w szczelnie zamkniętych naczyniach. Tak przygotowany surowiec bogaty jest w związki czynne: saponozydy trójterpenowe, alkohole trójterpenowe, flawonoidy, kartenoidy, cholina, związki gorzkie, węglowodany i sole mineralne.

Odvary z kwiatów słonecznika nieznacznie obniżają gorączkę. Stosuje się je na ogół w połączeniu z kwiatem lipy lub bzu czarnego w przeziębieniach i grypie. Związki gorzkie zwiększają wydzielanie soku żołądkowego i ułatwiają trawienie. Odvary z kwiatów stosowane zewnętrznie np. w formie kompresów, ułatwiają wchłanianie wybroczyn i wylewów oraz obrzęków spowodowanych urazami i zwichnięciami.

Jeszcze do niedawna słonecznik (*Helianthus annuus* L.) można było spotkać niemalże w każdym ogródku. Obecnie, jak się wydaje, nie jest on już tak popularny. Niestety, gdyż ta, pochodząca z Meksyku roślina, sprowadzona do Europy w XVI wieku, jest nie tylko ładna (wszak stała się inspiracją dla niejednego wielkiego malarza), lecz także może mieć korzystny wpływ na nasze zdrowie.

Pestki - samo zdrowie

Nasiona słonecznika to także prawdziwa skarbnica pożytecznych związków. Przede wszystkim białka i tłuszczów nienasyconych, ponadto witamin E i F, prowitamina A, witaminy z grupy B, bogaty zestaw soli mineralnych, makro- i mikroelementy (cynk, potas, wapń, żelazo). Nasiona słonecznika wspomagają leczenie schorzeń skóry np. trądzika i łojotoku, wypadanie włosów. Mają dobry wpływ na przemianę materii i system nerwowy. Są użyteczne w chorobach prostaty. Poprawiają pamięć, koncentrację i ostrość widzenia.

Bardzo dobre opinie ma olej słonecznikowy tłoczony na zimno. Występujące w nim nienasycone kwasy tłuszczowe, identyfikowane jako tzw. witamina F, przyczyniają się do regeneracji i właściwej elastyczności skóry. Ponadto zapobiegają miażdżycy, zmniejszają poziom cholesterolu. Olej stosowany z witaminą C (np. do sałatek) przeciwdziała tworzeniu się kamieni żółciowych.

Ponieważ sezon kwitnienia słonecznika mamy w pełni, możemy spróbować swoich umiejętności robiąc maść ze świeżych (lub suszonych) kwiatów słonecznika, według przepisu podanego przez mgr farm. Honoratę Milczarek-Szałkowską w „Wiadomościach Zielarskich” z 1999 r.

DANIELA SIELSKA
Bibliografia u autorki



Słonecznik i babka

Około 1/4 l kwiatów słonecznika i 1/4 umytych, lekko osuszonych liści babki zalać (25 dkg) świeżym, niesolonym smalcem, delikatnie rozpuszczonym w 1 szklance oleju słonecznikowego. Po dokładnym wymieszaniu składników, najlepiej w emaliowanym garnku, pozostawić całość na 24 godziny. Następnie ogrzewać na słabym ogniu, często mieszając, aż tłuszcz zacznie wrzeć. Odstawić z ognia i ostrożnie przecedzić. Rozlać do małych, wyprazonych stoików.

Smarować skórę w miejscach z wybroczynami, siniakami, rankami. Przy dużych obrzękach robić kompresy z maści. W schorzeniach prostaty wmasować maść w okolicę gruczołu krokowego 3-4 razy dziennie oraz pić zioła: liść brzozy, pokrzywy, czarnej porzeczki i korzeń pokrzywy w równych ilościach. Korzeń pokrzywy gotować ok. 20 min. i zalać wywarem liście pozostałych surowców (a jedną łyżkę mieszanki 1 szklanka wody). Zioła pić dwa razy dziennie, można dosłodzić miodem z aloesu lub żyworożdki pierzastej.

Maść można też wykonać, w opisany sposób, z kwiatów słonecznika i liści żyworożdki pierzastej, przetrzymywanych na dolnej półce lodówki ok. 6-7 dni. Maść działa bardzo skutecznie, dość szybko znikają stany zapalne i obrzęknięcia. Należy ją systematycznie wmasowywać w okolice gruczołu krokowego, pić zioła i jeść dużo surówek.

Zielarze zalecają też profilaktycznie spożywać 2-3 łyżki pestek słonecznika dziennie. Mogą robić to wszyscy, w każdym wieku. Pestki tej roślinki są bardzo cennym produktem dietetycznym oraz - jak twierdzi moja red. naczelnia - smakowym. Wystarczy, jej zdaniem, nasiona słonecznika uprażyć w odrobinie masła (lub bez) na patelni i dodawać do każdej niemal sałatki. Pycha i jakie zdrowe!



Fot. R. Zarzycki



na wesoło



Rekordy

Pan Jan kupił parasol. Z obawy, by mu ktoś go nie skradł – przykleił kartkę z napisem: „Parasol ten jest własnością boksera, który zdobył mistrzostwo Anglii. Wróć za 5 minut”.

Pewnego dnia znalazł w kawiarni na wieszadle zamiast swego parasola uczeptioną kartkę: „Parasol zabrał szybkobiegacz, który zdobył mistrzostwo Anglii. Już nie wróci”.

Anioł

U bramy raju staje zbłąkana dusza.

- Skąd przychodzisz? – pyta św. Piotr.
- Z ziemi.
- Jakie były ostatnie słowa, które tam usłyszałeś?
- Prowadziłem samochód, kiedy moja żona powiedziała: – Kochanie będziesz aniołem – jeśli pozwolisz mi przez 5 minut prowadzić wóz...
- Wejź, wejź przyjacielu, zostałeś aniołem.

Sprawozdanie

W rubryce reporterskiej pewnej małej prowincjonalnej gazety Francji ukazała się notatka następującej treści:

We wczorajszym wydaniu informowaliśmy, że w czasie pożaru domu przy ulicy Długiej pan Aboit i jego małżonka musieli w bieliźnie uciekać przez okno.

Jak nas jednak informują, pan Aboit nie jest żonaty.

Koleżanka

- Jak tylko będę miała minutę czasu, to przyjdę do ciebie na godzinkę.

Małżonek

Żona skarży się mężowi:

- Dawniej w okresie narzeczeństwa byłeś dla mnie bardziej czuły!

Na to mąż odpowiada:

- Przecież nie pędzi się za autobusem, którego już się dogoniło!

Okulary

Fryzjer z małej wiejskiej miejscowości stwierdził, że traci wzrok i wybrał się na konsultację do lekarza. Ten zalecił mu noszenie okularów. Kupił więc je i nosił z dumą, uważając, że dodają mu powagi.

Pewnego dnia wdowa po miejscowym notariuszu nosząca ciężką żalobę, spotkała fryzjera na ulicy i pyta:

- Czy teraz lepiej pan widzi?
- Jak 20-letni młodzieniaszek, proszą księdza proboszcza!

Nieporozumienie

Kierowniczka pensjonatu do nowego kuracjusza:

- Postaram się, aby pan czuł się tutaj, jak u siebie w domu.
- Ależ proszę pani, ja tu przyjechałem na wypoczynek!

Też powód

- Wie pani, gdybym ja był w raju zamiast Adama, świat wyglądałby zupełnie inaczej.
- Dlaczego?
- Bo ja nie lubię jabłek.