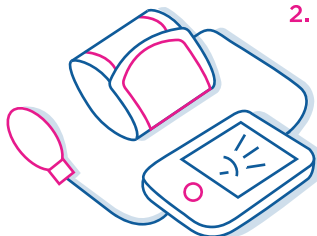


**1. Nauczy Cię obsługi urządzeń medycznych dostępnych w aptekach (inhalatora, nebulizatora, glukometru, ciśnieniomierza, termometru, odciągacza kataru, laktatora)**



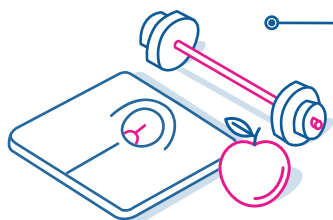
Farmaceuta udzieli wskazówek dotyczących użytkowania urządzeń medycznych pacjentom, którzy po raz pierwszy z nich korzystają. W przypadku wątpliwości podczas kolejnych prób użytkowania, farmaceuta może dać dodatkowe wskazówki, poprawić technikę, wyeliminować lub skorygować błędy. Wszystko po to, aby poprawić skuteczność leczenia lub pomiaru oraz ograniczyć prawdopodobieństwo działań niepożądanych lub błędnych wyników w urządzeniach pomiarowych.

**2. Zmierzy Twoje ciśnienie**



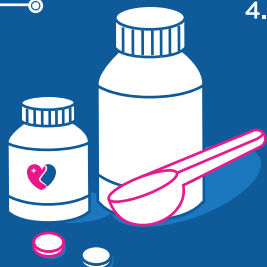
Szacuje się, że aż 10 mln Polaków może mieć nadciśnienie, a 1/3 z nich nawet o tym nie wie. Farmaceuta w aptece nauczy Cię, jak poprawnie zmierzyć ciśnienie tętnicze, doradzi częstotliwość pomiaru oraz poinformuje Cię o tym, jak ważne jest regularne wykonywanie pomiaru. Tylko właściwie mierzone ciśnienie pozwala skutecznie dobrać leki w terapii nadciśnienia.

**3. Doradzi, jak dbać o swoje zdrowie**



Farmaceuta ma szeroką wiedzę z zakresu promocji zdrowia i prowadzenia profilaktyki zdrowotnej. Udzieli pomocy w rzuceniu palenia papierosów i w walce z nadwagą. Doradzi odpowiedni styl życia lub zasugeruje zmianę nawyków. Pomoże w zakresie profilaktyki chorób przewlekłych.

**4. Udzieli pierwszej pomocy w przeziębieniu i grypie**



Po przeprowadzeniu krótkiego wywiadu z pacjentem cierpiącym na infekcję wirusową, jak przeziębienie i grypa, farmaceuta dobierze odpowiednie leki, a w przypadku niepokojących objawów, zaleci konsultację lekarską. Farmaceuta skutecznie pomoże w walce z katarą, bólem, gorączką, bólem gardła, kaszlem suchym i mokrym, zapaleniem zatok. Konsultacja z farmaceutą zapewni bezpieczeństwo stosowania leków na przeziębienie i wykluczy ryzyko powielenia tych samych substancji czynnych w przyjmowanych lekach.

**5. Udzieli pierwszej pomocy w drobnych dolegliwościach**



Farmaceuta dobierze odpowiednią farmakoterapię w przypadku drobnych dolegliwości, takich jak zapalenie pęcherza, lekkie zatrucia pokarmowe, biegunka.

**6. Sprawdzi interakcje pomiędzy lekami**



Przyjmowanie wielu preparatów zwiększa ryzyko zaistnienia niepożądanych interakcji pomiędzy nimi. Na leki wpływ mają również spożywane posiłki, napoje, np. soki owocowe czy alkohol, a także dym tytoniowy. Farmaceuta powie Ci, jak i kiedy przyjmować dany lek, jak łączyć go z innymi lekami oraz posiłkami. Zwróci uwagę na ewentualne interakcje i ich wpływ na terapię.

**7. Poinformuje o tańszym odpowiedniku leku**



Farmaceuta poinformuje o tańszym zamienniku leku, o ile oczywiście taki istnieje. Dzięki temu pomoże zmniejszyć koszt terapii i oszczędzić pieniądze pacjenta. Zamiennik to lek zawierający tę samą substancję czynną, w takiej samej dawce, podawany tą samą drogą i mający taką samą postać farmaceutyczną (np. tabletkę, kapsułkę, krem, maść) oraz te same wskazania do stosowania, co lek oryginalny.

**8. Zadba o bezpieczeństwo Twoich leków**



Farmaceuta precyzyjnie wyjaśni zasady przechowywania i przewożenia leków, aby nie straciły swojego działania terapeutycznego. Wskaże, które leki powinny być przechowywane w lodówce. Poinstruuje o dawkowaniu i skutkach ubocznych.

**9. Dobierze leki do apteczki wakacyjnej**



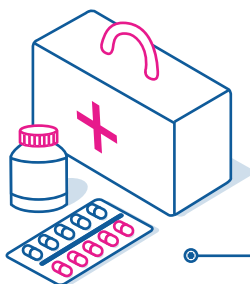
Farmaceuta dobierze leki pierwszej potrzeby oraz leki na częste wakacyjne dolegliwości, wskaże dawkowanie i sposób przyjmowania oraz przechowywania. Farmaceuta przypomni również o zapasie leków, które pacjent przyjmuje regularnie.



#### 10. Przeprowadzi dermokonsultację

Farmaceuta doradzi postępowanie w przypadku różnych schorzeń skórnych. Poradzi także, jak zadbać o odpowiednią pielęgnację skóry, włosów i paznokci. Dysponuje całą gamą leków bez recepty, suplementów i preparatów, które efektywnie i bezpiecznie działają na chore miejsca. Ponadto może wcześniej rozpoznać poważniejsze schorzenie i zalecić wizytę u lekarza. Farmaceuta jest pomocny w przypadku: oparzeń słonecznych, atopowego zapalenia skóry, wyprysków, trądziku, potówek, ciemniuchy, odpieluszkowego zapalenia skóry, pokrzywki, grzybicy, łupieżu o różnym charakterze, użądleń i ugryzień, a także zmian skórnych związanych z wiekiem.

#### 11. Przejrzy domową apteczkę



Gdy pacjent ma w domu wiele leków, może poprosić farmaceutę o przegląd swojej apteczki. Farmaceuta sprawdzi przede wszystkim czy leki są dobrze przechowywane, wyeliminuje te, którym upłynął termin ważności, przedstawi wskazania i zasady przyjmowania oraz wyedukuje pacjenta w temacie powielania tej samej substancji czynnej, która może być zawarta w lekach o różnej nazwie handlowej.

Wejdź na [www.popierwszefarmaceuta.pl](http://www.popierwszefarmaceuta.pl)  
i zobacz co farmaceuta może zrobić dla Ciebie!

 /popierwszefarmaceuta



Po pierwsze  
**farmaceuta**

Organizatorzy akcji:



Fundacja  
**Aflofarm**



Naczelna Izba Aptekarska

Patroni medialni:

**mgr.farm**  
jestem.farmaceutą

poradnikzdrowie

na:Temat

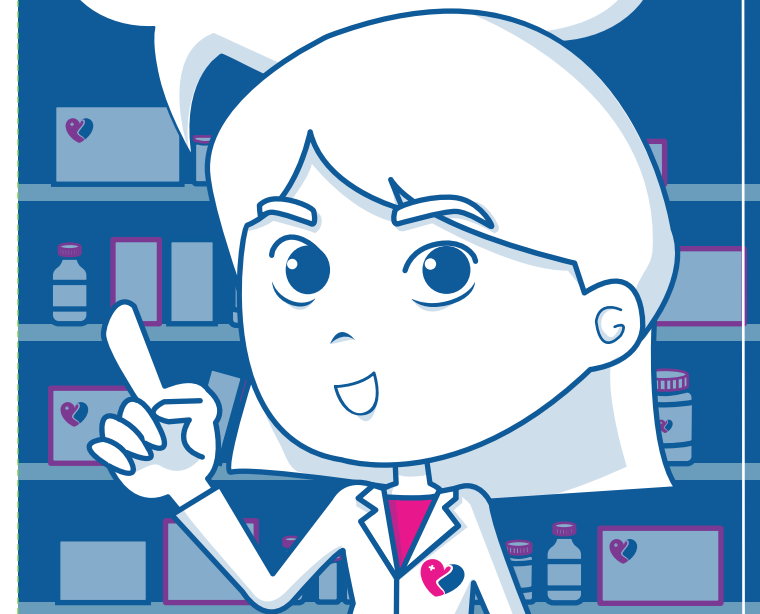


Po pierwsze  
**farmaceuta**

**Kampania**  
edukacyjna

**PONAD 90%  
POLAKÓW UFA  
FARMACEUTOM!**

Czy wiesz, co...  
**farmaceuta**  
może zrobić  
**dla Ciebie?**



Organizatorzy akcji:

 Fundacja **Aflofarm**



Naczelna Izba Aptekarska