

APÓTEK

MÁNUDAGUR 17. SEPTEMBER 2012

Kynningarblað

Ráðgjöf
Heilsufarsmælingar
Hjúkrunarþjónusta
Vítamín
Lyf
Gjafavörur

Það þarf ekki að fara langt fyrir lágt lyfjaverð



Apótekið var stofnað árið 1996 og er með sex útsölustaði. Þar er boðið upp á lyf á lægra verði og gott úrval af annarri vöru. Nýjasta Apótekið var opnað á Garðatorgi í Garðabæ fyrr á árinu og hafa viðtökurnar verið góðar hjá heimamönnum.

Stefna Apóteksins er einföld og skýr: Að tryggja viðskiptavinum lyf, lausasölulyf og aðra vöru á lágu verði. Lyfja höfðar til skynsemi neytenda og býður hagstætt verð, einfalt vöruval, gott aðgengi og faglega þjónustu. Apótekin eru nú orðin sex talsins eftir að nýjasta Apótekið opnaði á Garðatorgi í Garðabæ í febrúar sl. Apótekið er einnig í Spönginni í Grafarvogi, Hólagarði í Breiðholti, Hagkaupum í Skeifunni, Setbergi í Hafnarfirði og á Akureyri. Apótekið þekkt á appelsínugula litnum.

Lágt lyfjaverð í 16 ár

Þó að útsölustöðum Apóteksins hafi farið fjölgandi að undanförunu er Apótekið langt frá því að vera nýtt á markaðnum. Fyrsta Apótekið var opnað árið 1996 og allt frá upphafi hefur það verið stefna Apóteksins að bjóða lágt lyfjaverð. Að sögn Elínar Kristjánsdóttur, lyfsöluþinghafar í Apótekinu á Garðatorgi, hafa Garðabæingar og aðrir úr nágrennasveitarfélögum tekið Apótekinu afar vel. „Nú þurfa Garðabæingar og aðrir hér í kring ekki að fara langt fyrir lágt lyfjaverð. Apótekið er fyllilega samkeppnishæft við þá ódýrustu á markaðnum,“ segir Elín.

„Við fengum strax mjög góð viðbrögð og eldra fólk er sérstaklega ánægt með að þurfa ekki að leita langt yfir skammt eftir lágu lyfjaverði,“ segir Elín.

Elín segir að Apótekið bjóði líka heimsendingarþjónustu á lyfjum án endurgjalds fyrir elli- og örorkulífeyrisþega og að aðrir sem eiga erfitt með að koma á staðinn geti líka fengið lyfin send heim



Starfsmenn Apóteksins í Garðabæ bjóða upp á gott vöruúrval, faglega þjónustu og hagstætt verð.

MYND/GVA

gegn vægu gjaldi. „Hjá okkur er líka boðið upp á mælingar á blóðþrýstingi og ekki er nauðsynlegt að panta tíma heldur bara að koma til okkar,“ segir Elín.

Gott vöruúrval

Apótekið býður einnig upp á lyfjaskömmtun sem er frábær kostur

fyrir þá sem taka mörg lyf að staðaldri. Lyfjunum er skammtað í litla poka, einn poka fyrir hverja inntöku. Með lyfjaskömmtun kemst betri regla á lyfjainntöku og öryggi eykst til muna.

Apótekið gefur reglulega út tilbóðsbækling sem dreift er í öll hús á höfuðborgarsvæðinu og á Akur-

eyri. Þar eru ýmis spennandi og hagstæð tilboð ásamt afsláttarmiðum sem veita 5% og 10% afslátt af lyfjum og öllum vörum. Það eina sem viðskiptavinir þurfa að gera er að koma með bæklinginn í næsta Apótek og þá fæst afsláttur af öllu sem keypt er.

Þrátt fyrir lágt verð er vöruúr-

valið í Apótekinu gott en þó svólitíð misjafnt eftir stöðum. Í öllum Apótekinum er gott úrval af vítamínum, bætiefnum, hjúkrunarvörum og hreinlætisvörum. Í stærstu Apótekinum, í Setbergi, Spönginni og á Garðatorgi, er jafnframt gott úrval af snyrtivörum, ilnum, sokkabuxum o.fl.

Betra líf með Arctic Root



20% afsláttur

2.024,-
Gildir út september.

EINSTÖK ÁHRIF
BETRI HEILSA
BETRA ÚTLIT



COGNICORE BROKKOLÍTÖFLURNAR

Eitt áhrifaríkasta bætiefni veraldar!

15% afsláttur

4.819,-
Gildir út september.

MINNA MÁL MEÐ SagaPro



Með SagaPro fækkar næturferðum á salemið, þú færð betri hvíld og lífsgæði aukast. Náttúruvara úr íslenskrum ætíðvönn.

15% afsláttur

1.689,-
Gildir út september.

10% AFSLÁTTUR

AF LYFJUM OG ÖLLUM VÖRUM
GEGN FRAMVÍSUN ÞESSA MIÐA!

Gildir út september.

GILDIR EKKI MEÐ ÖÐRUM TILBOÐUM.

Apótekið
- einfalt og ódýrt

Njóttu stundarinnar án verkja



Ibúfen®

– Bólqueyðandi og verkjastillandi

Notkunarsvið: Ibúfen inniheldur Ibúprófen sem er bólqueyðandi, verkjastillandi og hitalækkandi lyf. Ibúfen tilheyrir flokki lyfja sem kölluð eru NSAID lyf (bólqueyðandi lyf sem ekki eru stera). Ibúfen er notað við vægum til meðal miklum verkjum eins og höfuðverk, migreni, tanppinu, úðaverkjum og hita. **EKKI MÁ TAKA IBÚFEN:** Þeir sem hafa ofnæmi fyrir Ibúprófeni, öðrum skyldum lyfjum eða einhverju hjálparefnanna. Þeir sem fengið hafa ofnæmisviðbrögð eins og astma, nefrenslu, útblot með kláða eða ef varir, andlit, tunga eða háls hafa bólgnað upp eftir að hafa tekið Ibúprófen eða skyld lyf. Þeir sem þjáðst hafa af sárum eða blæðingum í maga eða smáþörmum (skeifugörm) í tengslum við fyrri notkun bólqueyðandi verkjalyfja, þjáðst núna af sárum eða blæðingum í maga eða smáþörmum (skeifugörm) eða hafa áður þjáðst af slíku, tvisvar eða oft, með alvarleg lifrar-, nýrna-, eða hjartavandamál (kransæðasjúkdómur meðtaldir), þeir sem þjáðst af umtalsverðum vöskvortum (vegna uppkasta, niðurgangs eða of litillar vökvaneyslu), eru með einhverjar blæðingar (blæðingar í heila meðtaldir), eru með sjúkdóm af óþekktum uppruna sem leiðir til óeðlilegrar myndunar blóðfrumna. **Sérstök varnaraðrir:** Þeir sem eru með rauða ulfa (SLE) eða aðra sjálfnefnisjúkdöma, arfgengjan sjúkdóm sem hefur áhrif á blóðrauða, hemaglóbin (purpuraveiki), langvarandi bólgujúkdöma í þörmum eins og bólgur í ristli með sárum (sáranstílbólgu), bólgur í meltingarvegi (Crohn's) eða aðra maga- eða þarmsjúkdöma, truflanir á blóðfrumnamyndun, vandamál tengd blóðstorknun, ofnæmi, ofnæmiskvef, astma, langvarandi bólgur í nefslímhúð, kinnbeinaholum, kokeitlum eða langvarandi teppusjúkdöma í öndunarvegi, blóðrásarkvilla í slagæðum handleggja og fóta, lifrar-, nýrna- eða hjartavandamál eða háan blóðþrýsting, nýkomnir úr meiriháttar skurðaðgerð eða ekki að nota lyfið. **Meðganga/brjóstgjöf:** Ibúprófen má ekki taka á síðustu 3 mánuðum meðgöngu. Aðeins ætti að nota Ibúfen á fyrstu 6 mánuðum meðgöngu í samráði við lækni og ef það er algerlega nauðsynlegt. Ibúprófen getur gert konum erfiðara með að verða þungaðar. Þessi áhrif ganga til baka þegar hætt er að taka lyfið. Ibúprófen berst í brjóstmjólk í litlum mæli og brjóstgjöf þarf yfirleitt ekki að hættu meðan á skammtima meðferð stendur. Ef lengri tíma meðferð er áætluð, ætti að meta hvort hættu eigi brjóstgjöf. **Aukaverkanir:** Svartar, tjörkenndar hægðir eða blóðlituð uppköst (sár í meltingarvegi með blæðingum), brjóstsvíði, kvíðverkir, meltingartruflanir, truflanir í meltingarfærum s.s. niðurgangur, ógleði, uppköst, vindgangur og harðliff, sárarmyndun í meltingarvegi með eða án rofs, þarmabólga og versnandi bólgur í ristli og meltingarvegi (Crohn's) og pokamyndun í digurgími (rof eða fístar), smásjávar blæðingar frá þörmum sem geta leitt til blóðleysis, sára og bólgu í mumi, höfuðverkur, svífa, svimi, sundi, þreyta, æsingur, svefnleysi og viðvæmni. **Skammtastærðir:** Fullorðnir og unglingar eldri en 12 ára (≥ 40 kg): 200-400 mg sem einn skammtur eða 3-4 sinnum á dag með 4-6 klst. millibili. Hámarks dagsskammtur er 1200 mg. Börn 6-9 ára (20-29 kg): 200 mg, 1-3 sinnum á dag á 4-6 klst. fresti eftir þörfum. Hámarks skammtur er 600 mg á dag. Börn 10-12 ára (30-40 kg): 200 mg, 1-4 sinnum á dag á 4-6 klst. fresti eftir þörfum. Hámarks skammtur er 800 mg á dag. Sjá nánar í fylgiseðli. Börn 12 ára og yngri eiga ekki að nota Ibúfen nema í samráði við lækni. Lyfið er ekki ætlað börnum yngri en 6 ára. Lesið vandlega leiðbeiningar sem fylgja lyfju. Nóvember 2011.



FYRSTA APÓTEKIÐ

Reykjavíkur Apótek var fyrsta apótekið á Íslandi. Björn Jónsson, lyfjafræðingur, fékk fyrstur manna hér á landi leyfi til að opna apótek og var það gert árið 1772.

Apótekið var rekið samfleytt í tæp 230 ár en því var lokað árið 1999. Reykjavíkur Apótek var rekið í Nesstofu þar til árið 1833 þegar það var flutt í Thorvaldsenstræti 6. Það var lengi vel eina apótekið í Reykjavík eða allt til ársins 1919 þegar Stefán Thorarensen stofnaði Laugavegsapótek.

Þorsteinn Scheving Thorsteinsson keypti Reykjavíkur Apótek árið 1919. Tíu árum síðar keypti Þorsteinn húsíð við Austurstræti 16 en þangað flutti apótekið þann 11. febrúar 1930 og var þar allt til ársins 1999 en húsíð var lengi kennt við Reykjavíkur Apótek.

Heilsufarsmælingar og hjúkrunarþjónusta í Lyfju

Parft þú í tékk fyrir veturinn? Það getur komið sér vel að eiga aðgang að fagfólki utan sjúkrastofnana til að spara biðtíma og fyrirhöfn. Í Lyfju í Lág múla hafa viðskiptavinir aðgang að ráðgjöf fagfólks auk þess sem vöruúrvalið er mikið.

Frjá upphafi hefur verið starfandi hjúkrunarfræðingur í Lyfju í Lág múla og nú starfa þar einnig þrjár sjúkrálfar. Hjúkrunarþjónusta Lyfju veitir ýmsa sérhæfða þjónustu, t.d. aðstoð og kennslu á sérhæfðar hjúkrunarvörur, s.s. stómavörur og fylgihluti, barkastómavörur, þvagleggji, sykursýkisvörur, næringardrykki og stuðning- og þrýstisokka. Jafnframt er gott úrval af ýmsum stoðvörum. Heimsendingarþjónusta er á mánudögum, miðvikudögum og föstudögum úr Lyfju Lág múla á vörum sem eru niðurgreiddar af Sjúkratryggingum og auk þess eru sendar sérhæfðar hjúkrunarvörur um land allt.

Mælingar

Auk þess að veita ráðgjöf um hjúkrunarvörur er boðið upp á ýmsar mælingar. Ein vinsælasta mælingin um þessar mundir er



beinþéttimæling. Viðskiptavinir, og þá sérstaklega konur, eru í auknum mæli farnir að átta sig á mikilvægi þess að fylgjast vel með beinþéttinni svo grípa megi til viðeigandi ráðstafana í tíma. Í Lyfju í Lág múla og á Smáratorgi er einnig boðið upp á mælingu á súrefnismettun í blóði, blóðrauðamælingu (hemaglóbin) og öndunarmælingu ásamt blóðfitu-, blóðsykurs- og blóðþrýstingsmælingu. Blóðþrýstingur er mældur í öllum verslunum Lyfju. Ekki þarf að panta tíma í mælingu í Lág múla en æskilegt er að panta tíma á Smáratorgi. Mælingarnar hafa notið vaxandi vinsælda og kunna viðskiptavinir vel að meta gott aðgengi að ýmsum sérhæfðum mælingum.

Ráðgjöf og aðstoð

Hjúkrnarfólk Lyfju veitir einnig góð ráð við fjölmörgu sem við kemur heilsu og heilsufarstengdum vandamálum. Lagt er mikið upp úr því að útvega þær vörur sem viðskiptavinir þarfnast. Einnig geta viðskiptavinir fengið aðstoð við að fylla út reikninga vegna tryggingartengdra vara á grundvelli skírteinis. Í Lyfju í Lág múla eru einnig fjarlægðir saumar, skipt um umbúðir á minni sárum og sprautað.

Yfirferð og áfylling á sjúkrakassa er þjónusta sem mikið er nýtt bæði af einstaklingum og félagasamtökum. Mikilvægt er að láta yfirfara sjúkrakassa reglulega svo að allt sé til alls þegar á reynir.

Úrval næringardrykkja

Þeir sem þurfa sérstaka tegund næringar geta einnig fengið góð ráð og leiðbeiningar hjá starfsfólki Lyfju. Gott úrval almennra



Hjúkrnarþjónusta Lyfju í Lág múla veitir ýmsa sérhæfða þjónustu, til dæmis aðstoð og kennslu á sérhæfðar hjúkrunarvörur.

næringardrykkja er í boði, til dæmis frá Semper og Nutricia, Build up og Adosan. Einnig er gott úrval af næringu fyrir þá sem hafa efnaskiptasjúkdóminn P.K.U.

Lyfja hvetur viðskiptavini til að

leita til þeirra með hvaðeina sem þeir þurfa aðstoð með. Hjúkrnarfólk og lyfjafræðingar veita faglega og góða ráðgjöf og markmið Lyfju er að veita framúrskarandi þjónustu og aðstoða viðskiptavini við að finna bestu lausnina.



Haukur Ingason apótekari í Garðs Apóteki með flottustu afgreiðslustúlkum bæjarins sem eru í senn rómaðar fyrir hugguleika, hlýlegar móttökur og afbrigðs þjónustu.

MYND/ANTON

Viðskiptavinum fjölgar bara og fjölgar í Garðs Apóteki

Garðs Apótek er vel þekkt fyrir lágt lyfjaverð og úrvals þjónustu. Meðal nýjunga í apótekinu eru stómavörur, þvagleggir og næringardrykkir. Margir viðskiptavinir koma gagnert þangað til að kaupa fæðubótarefni og vítamín sem fást þar í miklu úrvali.

Viðskiptavinum fjölgar bara og fjölgar þótt við auglýsum ekki mikið. Það kemur til af því að við höfum alltaf komið mjög vel út ur verðkönnunum á lyfjum, hvort sem um er að ræða lyfseðils-skyld lyf eða lyf sem eru seld án lyfseðils," segir Haukur Ingason apótekari í Garðs Apóteki.

Hann segir æ fleiri komast að raun um að hægt sé að gera góð kaup á fleiru en lyfjum í Garðs Apóteki.

„Margir koma gagnert til að kaupa fæðubótarefni og vítamín sem fást í úrvali, hjúkr-unarvörur, snyrtivörur og næringardrykki, því verð er almennt lágt í apótekinu.“

Að sögn Hauks kunna viðskiptavinir því einkar vel að Garðs Apótek sé einkarekið.

„Eftir bankahrunið er fólk orðið meðvit- aðra um við hvern það verslar og virðist hafa

fengið nóg af lyfjakeðjum, hvort sem þær heita Lyf og heilsa, Lyfja, Apótekið, Apótekarinn eða Skiphólts Apótek," upplýsir Haukur.

Í Garðs Apóteki er notalegt kaffihúsaðhorn þar sem hægt er að setjast niður með ilm- andi kaffi, te eða vatnsglas í boði hússins.

„Hverfisbúar koma hingað oft og tíðum og stundum er apótekið eins og hverfismiðstöð þar sem íbúarnir hittast og spjalla saman," segir Haukur ánægður.

„Við erum í leiðinni fyrir íbúa stærstu hverfa borgarinnar og með tilkomu raf- rænna lyfseðla finnst mörgum þægilegt að hringja á undan sér, láta taka til lyfin sín og sækja þau á heimleiðinni upp í Breiðholt, Árbæ eða Grafarvog og nágrennasveitar- félögin Mosfellsbæ, Kópavog, Garðabæ, Hafnarfjörð og víðar," segir Haukur.

Það sem gerir Garðs Apótek að fyrsta vali

viðskiptavina er þó fyrst og fremst fyrir- myndarþjónusta og hlýlegt viðmót starfs- fólksins, í kaupauka við lága verðið.

„Nýverið jukum við þjónustu í kringum stómavörur og þvagleggir, og nú geta þeir sem nota slíkar vörur snúið sér til okkar og fengið þær afhentar í apótekinu eða sendar heim til sín, hvert á land sem er," segir Haukur og bætir við:

„Svo eru alltaf einhverjir sem segjast koma bara af því hér starfi flottustu af- greiðslustúlkur bæjarins, en ég sel það ekki dýrara en ég keypti það, eins og svo margt annað," segir Haukur og brosir.

Garðs Apótek er á horni Sogavegs og Réttarholtsvegs, við brúna yfir Miklubraut. Sími 5680990. Opíð er virka daga frá klukkan 9 til 18 en lokað um helgar. Sjá nánar á www.gardsapotek.is.



Garðs Apótek er á horni Sogavegs og Réttarholtsvegs, við brúna yfir Miklubraut. Á efri hæð hússins hefur nú opnað Læknastöðin Sogavegi. MYND/ANTON

Einkarekið apótek

Lágt lyfjaverð - góð þjónusta



**GARÐS
APÓTEK**
- rétt leið

Sogavegi við Réttarholtsveg Opíð kl. 9-18 • Sími 5680990 • www.gardsapotek

Óvæntur glaðningur

Þegar skropið er eftir lyfjum eða apótekaralakkrís til lyfsalans opnast mýmörg tækifæri til að koma færandi hendi heim, með glaðning úr óvæntum áttum. Hér gefast hugmyndir að þakklátri leið að hjarta konunnar eftir stuttan skreppitúr í apótekið.



Ertu með á nútunum þegar kemur að heitustu vítamínunum nú um mundir? Hví ekki að kaupa glas af einhverju uppbyggjandi til að efla heilsu, þrótt og úthald þinnar heittelskuðu?

Mikilvægar mælingar

Apótek bjóða upp á margvíslaga þjónustu auk þess að selja lyf, snyrtivörur og ýmislegt fleira. Mörg apótek bjóða upp á helstu heilsufarsmælingar, svo sem blóðþrýstingsmælingar, blóðsykursmælingar og blóðfitumælingar.

Blóðþrýstingsmælingar

Allir sem komnir eru á miðjan aldur ættu að láta mæla blóðþrýstinginn reglulega. Þannig er hægt að bregðast við og koma í veg fyrir ýmis áföll, svo sem kransæðastíflu og heilablóðfall. Blóðþrýstingurinn getur gefið mikilvægar vísendingar um heilsufar en hann er alltaf gefinn sem tvær tölur, efri og neðri mörk. Eðlilegt er að efri mörk blóðþrýstings séu undir 130 og neðri mörk undir 85.

Blóðsykursmælingar

Blóðsykursvandamál hafa aukist til muna á undanförunum árum. Við borðum meiri sykur og erum undir stöðugt meira álagi, en það eru tveir veigamiklir þættir í röskun á blóðsykri. Hækkun blóðsykurs er ekki bundin við aldur og því er ástæða fyrir alla að láta mæla blóðsykurinn reglulega. Ef grunur leikur á að um sykursýki sé að ræða er þannig hægt að grípa strax til aðgerða. Einkenni hækkunar blóðsykurs eru til dæmis þreyta, þorsti, tíð þvaglát, lystarleysi og þyngdartap.

Blóðfitumælingar

Mælt er með að þeir sem eru orðnir tvítugir láti mæla blóðfitu á minnst fimm ára fresti. Blóðfitumæling mælir magn kólesteróls í blóði. Margar rannsóknir benda til þess að magn fitu í blóðinu tengist hættunni á að fá hjarta- og æðasjúkdóma. Sérstaklega hefur kólesterólið verið talið skaðvaldur í þessu samhengi. Þegar kólesterólmagn er hátt í blóði hefur það tilhneingingu til að setjast að í veggjum slagæða. Með tímanum veldur þetta þykkun og hörðun á slagæðaveggnum sem getur leitt til þregsla í æðaholi og minnkaðs blóðstreymis. Ef þetta gerist í kransæðum er hætta á að ekki berist nægjanlegt blóðstreymi til hjartavöðvans.



HÖFUÐVERKUR - TANNVERKUR - TÍÐAVERKUR - MÍGRÉNI - HITI

NYTT Hraðvirkt bólgueyðandi verkjalyf

ibusin rapid
ibuprofen

fæst án lyfseðils í apótekum

LYFIS **ratiopharm**

Markaðsmál. Ibusin rapid er virkt lyf til verkjalyfis og bólgueyðandi. Þetta lyf er notað til að draga úr verki og hita. Ibusin rapid er notað við verkjalyf og bólgueyðandi verkjalyf. Ibusin rapid er notað við verkjalyf og bólgueyðandi verkjalyf. Ibusin rapid er notað við verkjalyf og bólgueyðandi verkjalyf. Ibusin rapid er notað við verkjalyf og bólgueyðandi verkjalyf. Ibusin rapid er notað við verkjalyf og bólgueyðandi verkjalyf.