



OPALOVÁNÍ

Letošní léto travíme snad raději než kdy jindy venku. Ať už jsou to koupaliště, hory či třeba hrady a zámky. Všude bychom si měli dát pozor na sílu sluníčka, které nám sice dodává potřebný vitamín D, ale také UV záření, před kterým je třeba naší pokožku chránit.

Co je to vlastně UV záření? Může způsobit alergii?

Proč a jak se správně ochránit? Jaké zvolit opalovací přípravky a další způsoby ochrany před slunečními paprsky

ČTĚTE PODROBNĚ V ČLÁNKU ►

FOTOSENZITIVITA

Během slunečních dní je třeba dát si pozor i na reakce, které může vyvolat UV záření v kombinaci s užívanými léky, látkami chemického i přírodního původu. Kdy by se citlivější jedinci rozhodně neměli opalovat?

Připravili jsme pro vás seznam látek, které jsou potenciálně tzv. fotoaktivní. Jsou to jednak léky, užívané vnitřně i lokálně, ale i například vonné silice či bylinky.

PŘEČTĚTE SI ČLÁNEK kde najdete i rady, jak postupovat při léčbě fotoalergické nebo fototoxické reakce. ►

JAK UCHOVÁVAT LÉKY NA CESTÁCH



Ať už se v létě vydáváte kamkoliv, určitě sebou zabalíte i nějaké léky pro sebe a své nejbližší. Uchování léků, aby byly účinné, má svá pravidla. Přečtěte si je. ►

JAK NA PODRÁŽDĚNÉ OČI



Podráždění očí může mít řadu příčin. Ať už je způsobeno okolním ovzduším, delším časem před monitorem či dokonce zraněním, poradíme vám, jak ho řešit. ►

DEHYDRATACE U DĚTÍ



Děti mají odlišnou potřebu příjmu tekutin v různém věku života. A jinou než dospělí. Na jejich tělesné hmotnosti má voda vyšší podíl, než u dospělých. Kolik je jí tedy v jakém věku potřeba? ►

PŘÍČINY A LÉČBA PRŮJMU



Průjem je nejčastější onemocnění zažívacího traktu bez ohledu na věk. Příčin může být celá řada a trvání bývá různě dlouhé. Co jej způsobuje a jaké léky zvolit? ►