

FRANCOUZSKÉ LÉKÁRNY ANEB JAK TO CHODÍ JINDE

Letos v září měl Pharma Profit jedinečnou příležitost navštívit historické město Lyon ve středovýchodní Francii a prohlédnout si tamní lékárny a obeznámit se s tím, jak to v nich funguje. Zároveň jsme se mohli také podívat, jak se vyrábějí homeopatika ve světoznámé firmě Boiron. V tomto článku se zaměříme na francouzské lékárenství.

Lyon leží v regionu Rhône-Alpes. Městem protékají řeky Rhôna a Saona a žije v něm přes půl milionu obyvatel. Pokud se ale k tomu připočtou příměstské části a satelitní městečka, počet obyvatel se vyšplhá na zhruba 1,7 milionu, což z Lyonu dělá druhou největší aglomeraci ve Francii hned po Paříži.

V centru Lyonu na Rue de la République se nachází Grande Pharmacie Lyonnaise, co do obrátu největší lékárna v celém regionu a třetí největší ve Francii. Ale i pokud jde o rozlohu, patří tato lékárna, která zabírá dvě patra, k těm hodně velkým.

JINÝ KRAJ, JINÁ PRAVIDLA

Provozovat lékárnu ve Francii znamená splnit řadu podmínek. V tomto ohledu tam platí přísná

pravidla. Otevřít či převzít lékárnu tam může pouze osoba, která má státní kvalifikaci doktora farmacie. Kromě toho musí lékárníci absolvovat šestiměsíční stáž v nemocnici či v lékárně, nebo šestiměsíční odbornou praxi jako asistent nebo zastupující lékárník. Existují sice případy, kdy lékárnu koupí investor, ten ale může být pouze jejím minoritním vlastníkem.

Zřizování lékáren je podmíněno také pravidly, která se týkají počtu obyvatel. Ve městech s více než 2 500 obyvateli je možné otevřít lékárnu, a to buď převodem nebo zřízením. Nové lékárny pak mohou být v obci zřízeny na každých dalších 4 500 obyvatel. V obci s méně než 2 500 obyvateli není možné lékárnu zřídit, pokud tam již dříve nefungovala. Jak upozorňují francouzští lékárníci,

výsledkem tohoto pravidla je, že v některých venkovských oblastech s nedostatečným počtem obyvatel není povoleno zřízení nové lékárny, přestože specifické vlastnosti území z hlediska izolace nebo dojezdových časů do míst, kde lékárna funguje, by přítomnost nové lékárny odůvodňovaly.

Dalším charakteristickým rysem je, že ve Francii neexistují lékárenské řetězce. Všechny lékárny jsou tam nezávislé. Maximálně se v některých případech stane, že se několik lékáren dohodne na určité spolupráci, ale to neznamená, že by se jedna podřizovala druhé a už vůbec, že by ztrácela svou nezávislost.

Ještě je třeba zmínit, že ve Francii mají lékárníci, zjednodušeně řečeno, monopol na výdej léků.

Pokud jde o léky na předpis, je to samozřejmost, ale týká se to i volně prodejných léků, které se ve Francii mohou prodávat pouze v lékárnách. Možnost zakoupit vyhrazená léčiva například na čerpacích stanicích, jako to jde u nás, tam neexistuje.

SLUŽBY V LÉKÁRNÁCH NEDÁVNO ROZŠÍŘILO OČKOVÁNÍ

Francouzi mohou ve svých lékárnách využívat i různé služby. Patří k nim například provádění antigenních či jiných rychlých diagnostických orientačních testů, farmaceutické konzultace u pacientů s bronchiálním astmatem, u těhotných žen a podobně.

Před dvěma lety se nabídka služeb rozšířila o očkování. K zavedení této služby v lékárnách přispěla pandemie covidu-19. Je třeba podotknout, že v lékárnách se provádí sezonní očkování, tedy konkrétně proti chřipce a covidu-19, a že za aplikaci vakcín v lékárně platí Francouzi 6,5 eura.

Také nás zajímalo, zda má lékárník ve Francii pravomoc vydat chronicky nemocnému i bez lékařského předpisu lék, který dlouhodobě užívá, když například jeho lékař neordinuje, a pacient by tedy mohl



zůstat bez léčby. Taková možnost existuje, aby se předešlo situaci, že pacientovo zdraví, či dokonce život budou bez léčby ohroženy. Pochopitelně je ale tento výdej léčiv ošetřen přísnými pravidly. Například výdej bez receptu je možný pouze jednou za měsíc léčby za předpokladu, že se už pacient

nějakou dobu léčí, tedy že mu byl předtím vydán recept na nejméně tři měsíce.

Co není ve Francii příliš rozšířené, je e-commerce v lékárenství. Některé lékárny sice mají zřízené své e-shopy, ale moc jich není.

SILNÁ POZICE HOMEOPATIE

Je sice pravda, že existují i menší lékárny, v nichž se vstoupivší pacient či zákazník ocitá ihned v blízkosti tary, ale lékárny střední velikosti a velké připomínají obrazně řečeno supermarkety s mnoha regály a uličkami, kde se pohybují zákazníci a vybírají si potřebné produkty. S ohledem na velikost lékárny se na ploše pohybuje i úměrný počet lékárníků a farmaceutických asistentů, kteří zákazníkům radí a pomáhají s výběrem.

Obvykle nikoliv poblíž vchodu, ale v zadní části lékárny se pak nachází sektor s tarami pro výdej léků na předpis.

Lékárny využívají kategorizaci, která se ovšem řídí v jistém ohledu jinými pravidly, než platí

.../...

inzerce



PEČUJTE O TO NEJCENNĚJŠÍ

SOLGAR,
ZLATÁ PEČETĚ KVALITY

Už desetiletí spojujeme výzkum, vědecké poznatky a sílu přírody, abychom vám mohli přinášet ty **nejkvalitnější doplňky stravy**.

Každé zlaté víčko lahviček Solgar ztělesňuje naši pečeti kvality a symbolizuje závazek dělat zdravý životní styl jednodušším.

Pečujte s námi o to nejcennější.

Produkty Solgar můžete zakoupit ve vybraných lékárnách.

www.solgar.cz | Solgar CZ

kupříkladu u nás. Názvy kategorií jsou velmi podobné jako v tuzemsku. Hlavní rozdíl ovšem tkví v tom, že v rámci kategorie mohou být zařazeny jak léčivé přípravky, tak doplňky stravy. Co ale nesmí být volně vystaveno, jsou například přípravky s obsahem paracetamolu, které mají lékárníci stejně jako léky na předpis u sebe za tárou.

Velmi rozšířenou a také silnou kategorií tvoří v tamních lékárnách homeopatika. Jde o samostatně vystavenou kategorii, v níž najdou zákazníci široký sortiment homeopatických přípravků, které jsou ale zároveň na základě svého určení vystaveny i v rámci jednotlivých kategorií, jako jsou například nachlazení, zažívání, dentální hygiena atd.

Že jsou ve Francii homeopatika oblíbená a žádaná, dokládá i fakt, že mezi desítku nejprodávanějších značkových volně prodejných léků se hned za přípravek Doliprane s obsahem paracetamolu řadí homeopatický přípravek Oscilloccinum. Na dalších příčkách pak figurují kupříkladu produkty, jako jsou Humex, Strepsils, ale také třeba Bepanthen.

Pokud jde přímo o monokomponentní homeopatika, lékárníci mezi těmi, které jsou nejoblíbenější a které jsou ze strany pacientů nejžádanější, jmenují například přípravek Arnica montana, Gelsemium, Ignatia, Apis mellifica a Nux vomica.

Obrátíme-li pozornost naopak k lékům na předpis, určitě stojí za zmínku, že ve Francii se příliš nevyužívá elektronická preskripce. S eReceptem odchází od lékaře málokdo, naprostá většina pacientů si odnáší recept v listinné podobě. Tím pádem v tamních lékárnách nebývají zavedeny rezervační systémy, které by se díky eReceptům daly využívat, aby pacient kvůli léku, který není skladem, do lékárny nemusel jít dvakrát. Je sice pravda, že v některých případech odešle do lékárny eRecept přímo lékař, ale jde spíše o případy ojedinělé.



NĚKOLIK POZNATKŮ A DOJMŮ

Také francouzští lékárníci, resp. pacienti pociťují výpadky některých léků, například antibiotik a dalších. Pokud jde o generickou substituci, jde o běžnou záležitost. Pakliže lékař na receptu ale vyznačí, že lék nesmí být zaměněn, žádný lékárník generickou substitucí neprovede.

Léky se do lékáren běžně zavázejí jednou denně. Pacient, který s receptem na lék, který v lékárně není skladem, přijde ráno, ho má většinou k dispozici večer.

Po faktech a poznatcích se chci podělit i o několik dojmů. Opravdu velký prostor je v lékárnách ve Francii vymezen pro kategorii dermokosmetiky. Kromě značek, které jsou k dostání i v tuzemsku, tam je rovněž široký výběr produktů značek pro nás ne příliš známých či přímo neznámých. Co člověka

také na první pohled zaujme, je velké množství teenagerů, kteří si v lékárně dermokosmetické produkty nakupují, aniž by bylo na první pohled patrné, že trpí výraznými kožními problémy. V lékárně jsou tam zvyklí pleťovou kosmetiku kupovat i lidé včetně mladistvých, aniž by měli problémy, jako je kupříkladu ekzém a podobně. Zatímco u nás většinou tyto lidi nakupují přípravky na ošetření pleti v drogeriích, ve Francii většina míří do lékáren.

Opravdu velký „frolm“ byl patrný v oddělení dermokosmetiky v Grande Pharmacie Lyonnaise. Důvodem je bezesporu kromě velmi široké nabídky produktů i skutečnost, že jde o jednu z nejlevnějších lékáren na dermokosmetiku ve Francii.

V této lékárně je obecně stále mnoho lidí, a to i těch, kteří si přicházejí vyzvednout lék na recept. Lékárna je opravdu obrovská, čemuž odpovídají i skladové zásoby. Pacienti jsou si tedy jisti, že tam svůj lék hned dostanou na rozdíl od menších lékáren, kde nebývají takové prostory, aby tam měli vše na skladě.

Jak už bylo řečeno, Grande Pharmacie Lyonnaise zabírá dvě patra, přičemž to horní je vymezeno na zdravotnické potřeby všeho druhu. Nachází se tam několik zkušebních kabin a zastoupen je velmi početný personál, který je pacientům, ať už si přijdou pro ortopedické či inkontinenční pomůcky, nejruznější přístroje nebo obuv, ale také například „zdravé“ hračky sloužící kupříkladu k rozvoji motoriky malých dětí, k dispozici při výběru a zkoušení produktů.

Nejen mě zaujalo, že v lékárnách je neustále bez ohledu na denní dobu mnoho lidí. Naši průvodci nám vysvětlili, že je to tím, že jinde bývá běžné, že se některé produkty, které lze ve Francii zakoupit pouze v lékárně, prodávají jednak v lékárnách, ale některé také v drogeriích a prodejnách zdravé výživy.

Markéta Grulichová
marketa.grulichova@atoz.cz



Vliv doplňků stravy s rybím tukem na vybrané kognitivní funkce u sportujících dětí

RNDr. Pavel Suchánek, IKEM, Praha; Institut dietologie a výživy; SVOZ MEDEA, Praha

Mgr. Jitka Tomešová, DiS., Katedra antropologie a genetiky člověka, Přírodovědecká fakulta, Univerzita Karlova, Praha

RNDr. Věra Lánská, CSc., Oddělení elektronických informačních zdrojů a datové vědy, IKEM, Praha

Úvod

Positivní vliv nenasycených mastných kyselin omega 3 na zdraví včetně nemoci srdce a cév [1] je již dlouho známý. Podle Nemo Study Group (2007) se dostatečná hladina omega 3 v krvi projevuje efektivnějším rozvojem kognitivních funkcí, schopností zapamatovat si a soustředit se [2]. I Framingham Study [2012] uvádí, že je vyšší omega 3 index spojený s větším objemem mozku a lepšími kognitivními funkcemi [3]. Omega 3 indexem je hodnoceno zastoupení omega 3 mastných kyselin v membránách erytrocytů a je stanoveno jako poměr součtu EPA (eikosapentaenové) a DHA (dokosaheptaenové) kyselin k celkovému počtu mastných kyselin na membráně erytrocytu. Za zdravou je považována hodnota nad 8 %, v evropské populaci však dosahuje pouze cca 4 %. Vhodným zdrojem omega 3 kyselin EPA a DHA jsou tuky z mořských ryb a kvalitní doplňky stravy, které je obsahují.

METODY A TESTOVANÁ SKUPINA

Cílem projektu OMEGA bylo zvýšit omega 3 index a prověřit jeho dopad na kognitivní funkce. Projekt probíhal mezi říjnem 2019 a srpnem 2020 mezi 121 dětmi (z toho 89 intervenovaných) ve věku 10-15 let ze tří dětských sportovních klubů se sledovaným stravovacím režimem. Součástí projektu bylo pravidelné stanovení antropometrických parametrů a edukace nutričními terapeuty o výživě sportujících dětí. Před a po intervenční fázi byly provedeny testy omega 3 indexu a psychologické testy. Pro intervenovanou skupinu byla zajištěna navíc dávka potravinového doplňku. Všechny sledované parametry byly statisticky zhodnoceny.

Testován byl doplněk stravy s olejem z tresčích jater a vitamínem D (Möllers). V denní dávce 5 ml obsahuje 1 200 mg omega 3 mastných kyselin, z toho bylo 400 mg EPA a 600 mg DHA, a 250 ug vitamínu A, 10 ug vitamínu D a 10 mg vitamínu E. Pro stanovení omega 3 indexu byl použit test z kapky zaschlé kapilární krve odebrané z prstu Omega-3 index Basic OmegaQuant®.

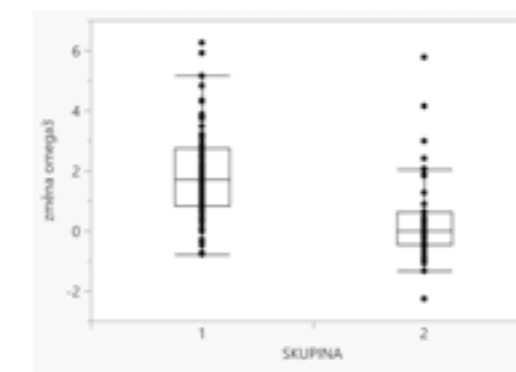
Kognitivní funkce byly hodnoceny Bourdonovým testem, který sleduje rychlost chápání, schopnost zapamatovat a znovu si vybavit danou předlohu. Testem je zjišťována také míra koncentrace, unavitelnost a celková přáceschopnost.

VÝSLEDKY A DISKUSE

Před zahájením intervence byl omega 3 index v obou skupinách dětí srovnatelný, 4,7 % v intervenované a 4,9 % v kontrolní skupině. Po ukončení projektu byl rozdíl statisticky významný (p = 0,0001). V intervenované skupině stoupl na

průměrných 6,5 %, v kontrolní pouze na 5,3 %. Průměrný rozdíl v omega 3 indexu v intervenované skupině dosáhl +1,8 %, ve skupině kontrolní +0,4 %. Bourdonovým testem byl na konci studie zjištěn statisticky významný (p = 0,0001) nárůst počtu správných odpovědí v intervenované skupině o +63,6 %, ve skupině kontrolní pouze o +39,3 %. Zlepšení výkonu v Bourdonově testu pozitivně korelovalo s nárůstem omega 3 indexu v celém souboru.

Graf: Změna omega 3 indexu v intervenované (box 1; +1,8 %) a kontrolní (box 2; +0,4 %) skupině



ZÁVĚR

V projektu OMEGA jsme potvrdili vliv změny omega 3 indexu na vybrané kognitivní funkce. U většiny testovaných v intervenované i kontrolní skupině došlo ke zvýšení omega 3 indexu a následně i ke zlepšení výsledků v Bourdonově testu. Rozdíl ve vzestupu omega 3 indexu byl u skupiny s rybím olejem statisticky významný, stejně jako rozdíl ve výsledku závěrečného testu kognitivních funkcí. Detailnější popis studie zde [4].

PODĚKOVÁNÍ

Podpořeno MZ ČR – RVO („Institut klinické a experimentální medicíny – IKEM, IČ 00023001“)

Projekt byl schválen etikou komisí Fakultní Thomayerovy nemocnice a IKEM pod číslem č.j. 25982/21; G-20-72

Studie byla podpořena doplňky stravy od firmy – Möllers ČR/ Vitana/ Orkla, číslo grantu 112/2019

PŘEHLED LITERATURY

- Wang C et al.: Effects of Omega-3 Fatty Acids on Cardiovascular Disease: Summary in AHRQ Evidence Report Summaries [2004]. Agency for Health Care and Quality.
- The NEMO Study: Effect of a 12-mo micronutrient intervention on learning and memory in well-nourished and marginally nourished school-aged children: 2 parallel, randomized, placebo-controlled studies in Australia and Indonesia. American Journal of Clinical Nutrition [2007]. 86, 1082-93.
- Tan ZS et al.: Red blood cell omega-3 fatty acid levels and markers of accelerated brain aging. Neurology [2012]. 78.
- Suchánek P a kol.: Vliv užívání doplňku stravy s rybím tukem na omega3 index a vybrané kognitivní funkce u aktivně sportujících žáků druhého stupně základních škol. Psychiatrie pro praxi [2021]. 22(2):110-115.

inzerce

MÖLLER'S
OMEGA-3 RYBÍ OLEJ Z NORSKA

SKANDINÁVSKÁ KVALITA
OD ROKU 1854

✓ Bohatý zdroj Omega-3 mastných kyselin EPA a DHA
✓ Zdroj vitamínů A, D a E

www.mollersomega3.cz

MÖLLER'S. Ranní dávka zdraví pro celou rodinu.