

# 100%

фармацевтична грижа

януари 2026

година XI

брой 121

*Как да се предпазим  
от студови увреждания  
при минусови температури?*

*8 мерки за предпазване от грип  
и продължително боледуване.*



Национално аптечно  
обединение от 700  
семејни аптеки  
[www.allianceservice.bg](http://www.allianceservice.bg)

## Съдържание:

Как да се предпазим от  
студови увреждания при  
минусови температури.....2

8 мерки за предпазване  
от грип и продължително  
боледуване.....6

Уважаеми читатели, Винаги търсете  
съвета на Вашия личен фармацевт.  
Самолечението е опасно!

ИЗДАВА:

**Алианс Сървис АД**  
Всички права запазени.

ГЛАВЕН РЕДАКТОР:  
**маг.-фарм. Аделина Любенова**

мейл: [office@allianceservice.bg](mailto:office@allianceservice.bg)  
[facebook.com/allianceservicebg](https://facebook.com/allianceservicebg)

ДИЗАЙН И ПРЕДПЕЧАТ:  
**Александър Тошев**

ПЕЧАТ:  
**Дегракс АД**

Редакцията не носи отговорност за  
съдържанието на платените публикации.

В изданието се използват авторски  
материали, информация от чуждестран-  
ния печат и интернет.

## Скъпи приятели,

С настъпването на Новата година ви желаем здраве, топлина  
и спокойствие в дома! Нека 2026 г. бъде година на баланс, на  
малки моменти на радост, на намаляване на стреса и бърнаута,  
и на повече грижа за себе си и близките.

Като семейни аптеки ние сме тук за вас – не само с лекарства.  
Познаваме вас и вашите истории, знаем какво е важно за семей-  
ството ви и се стараем да подкрепяме здравето с внимание, съ-  
причастност и съвети от сърце. За нас то е грижа, а не продажба.

В дигиталната ера и с влизането ни в еврозоната промените  
могат да изглеждат объркващи, но ние сме до вас – да ви помогнем,  
да ви ориентираме и да се погрижим за здравето ви по лесен и  
достъпен начин. За ваше удобство и спокойствие, разплащането  
с карти е желателно, за да направим посещението ви по-бързо,  
сигурно и безопасно.

През тази година сме подготвили отново множество обществени  
прояви съвместно с Инициативен комитет от магистър фарма-  
цевти, с цел повишаване на здравната култура и здраве. Следете  
нашите инициативи и полезни съвети на Facebook страницата на  
Сдружението и на официалния ни сайт. Така винаги ще сте инфор-  
мирани, подкрепени и сигурни, че не сте сами в грижата за здраве-  
то на вашето семейство.

През новата година обещаваме да бъдем вашият доверен съветник  
и приятел – близо до вас, с внимание и човешка съпричастност.  
Защото истинската грижа идва от сърце и се усеща от всеки,  
когото докосне.

Честита Нова година!

*С обич и грижа,  
Вашата семейна аптека*





# Хранителните добавки на „Алианс Сървиз“

През 2026 г. от „Алианс Сървиз“ оставаме все така ангажирани в подкрепата за вашето здраве. На рафтовете в аптеките на „Алианс Сървиз“, както и онлайн на [allianceservice.bg](http://allianceservice.bg) ще откриете нашата внимателно подбрана селекция от хранителни добавки, витамини и минерали за осигуряването на качествена суплементация на организма.

**[allianceservice.bg](http://allianceservice.bg)**





## Как да се предпазим от студови увреждания при минусови температури

– с акцент върху януарските студове през 2026 г.

Когато термометърът падне под нулата, тялото ни веднага реагира. Кръвоносните съдове се свиват, за да запазят топлината в жизненоважните органи, а пръстите, носът и ушите започват да се чувстват изстинали. Ако останем твърде дълго навън, рискът от измръзване и хипотермия не е за пренебрегване. Но студът под 0°C не влияе само на хората. Водата около нас замръзва,

образува се лед и слана, растенията преминават в покой, а животните търсят топлина и защита. Дори материалите около нас се променят – металите стават по-чупливи, а замръзналата вода в тръбите и почвата може да причини проблеми. Затова зимата изисква внимание и подготовка. Топли грехи, защита на ръцете и краката, и правилната грижа за растенията и дома – това

са малките, но важни стъпки, които правят студените дни по-безопасни и приятни. Студът под 0°C е предизвикателство, но също така и възможност да се свържем с природата и да се научим да се грижим за себе си по-осъзнато.

**Важно:** Човешкият организъм работи активно за поддържане на телесната температура около 36,5–37 °C.



Запомнете че, при излагане на студ:

- кръвоносните съдове в кожата се свиват, за да се запази топлината за жизненоважните органи;
- метаболизмът се увеличава, за да произвежда повече топлина;
- повишава се рискът от хипотермия (когато телесната температура спадне опасно надолу).

Този механизъм е доказан чрез множество физиологични наблюдения и експерименти в контролирани условия.

## Как да се предпазим?

### Студът и инфекции

Студеният въздух не причинява инфекции пряко — вируси и бактерии причиняват болестите. Но: изсушаването на носната лигавица и понижено кръвоснабдяване могат да намалят защитните бариери, а стоянето повишено време на закрито през зимата улеснява предаването на респираторни вируси.

Това е ключов механизъм за сезонните настинки и грипове, който е добре описан в епидемиологичните проучвания. Например: Вдишването на много студен въздух през устата по време на физическа активност охлажда долните дихателни пътища и прави тъканите по-податливи на вирусно увреждане.

## Кои са основните рискови състояния при екстремно студ?

### Хипотермия

Хипотермията настъпва, когато телесната температура падне под 35 °C. Тя може да прогресира бавно — особено когато човек не усеща очевидно студ:

Ранни симптоми:

- силно втрисане;
- обърканост;
- нарушена координация.

Ако не се реагира, може да настъпи загуба на съзнание.

Например в реални условия: Работник

на открито при температура около -20 °C, облечен неподходящо или с намокрени дрехи, може да развие хипотермия дори при умерена физическа активност.

### Измръзване

Измръзването засяга тъкани с най-малко кръвоснабдяване: пръсти, нос, уши.

Механизъм: Продължителна вазоконстрикция > липса на кислород и хранителни вещества > клетъчно увреждане.

При -20 °C с умерен вятър (wind chill) измръзване на открити части може да се развие за по-малко от 10 минути, ако кожата не е защитена.



### Как да се прогнозируем?

● Облекло „слоев принцип“ – облеклото трябва да служи на три функции:

**Базов слой** (вътрешен): влагоотвеждащи материали (избягвайте памук);

**Изоляционен слой:** Вълна или полар задържат топлин въздух;

**Външен слой:** Ветро- и водоустойчив.

Например: Скиори и планинари използват подобен модел – влагата се отвежда, топлината се задържа, студеният вятър не преминава.

● Дихателна защита

Дишането през носа затопля и овлажнява студения въздух, намалявайки шока върху белите дробове.

Шал е особено полезен при температури под  $-10^{\circ}\text{C}$ .

Например: Бегач, който бяга на  $-12^{\circ}\text{C}$  без защита на лицето, може да изпита бронхоспазм (свиване на дихателните пътища), което при някои хора прилича на астматичен пристъп.

● Хранене и хидратация – Студът повишава енергийните нужди. Топли, калорични бульони и хидратация (не само вода, но и електролити) помагат на тялото да поддържа метаболизма.

Например: Планинар, който приема топла храна и напитки редовно, поддържа по-добър енергиен баланс от този, който разчита единствено на сандвичи или студени напитки.

### Какви са опасностите при януарските студове през зимата на 2026 г.?

Януари е традиционно месец със стабилни студове, а тази година времето ще е сравнително мразовито, като според дългосрочни климатични модели и експертни анализи към декември 2025 г. първите десет дни на януари ще започнат с температури около и под нормата за сезона. Очакват се минимални температури между  $-5$  и  $0^{\circ}\text{C}$ , а дневните максимуми ще достигат до  $3-6^{\circ}\text{C}$ .

Най-студено се очаква обаче да е в края на януари, когато климатичните модели не изключват възможни арктични нахлувания. Те биха могли да доведат до значително застудяване, като в някои райони минималните температури могат да паднат до  $-12^{\circ}\text{C}$ , а в някои места и до стойности между  $-15$  и  $-20^{\circ}\text{C}$ , което прави последната десетдневка на януари претендент за най-студената в годината.

По този начин януари може да се окаже по-студен от обичайното, в частност в Северна и Западна България и край планинските райони, като подобно явление се дължи на феномена „Ла Ниня“, който обикновено носи по-студено от обичайното време над Европа. Ако атмосферните индекси (като Северноатлантическия осцилационен индекс или блокажи над Скандинавия) се задържат в негативна фаза, студен въздух от арктичните райони може да проникне на юг и изток.







**Alliance**  
service

## Синбинорм БГ

Синбинорм БГ съдържаща живи лиофилизирани бактерии от видовете *Lactobacillus* и *Bifidobacterium*, разработен с цел да подпомага поддържането на нормален баланс на чревната микрофлора. Продуктът е подходящ за прием: при промени в хранителния режим; при прием на лекарства; при пътувания или промяна на средата. Пробиотичните бактерии в състава са естествени обитатели на стомашно-чревния тракт и допринасят за поддържането на микробиологичното равновесие в организма. Инулинът е надежден помощник в пречистването на тялото от тежки метали и радионуклиди. Редовната му консумация помага за укрепване на имунната система и храносмилателния тракт. Има благоприятен ефект върху костната тъкан, стимулирайки нейния растеж.

**Открийте пълната гама  
продукти на [allianceservice.bg](http://allianceservice.bg)**



## 8 мерки за предпазване от грип и продължително боледуване

Причинителите на остриите респираторни заболявания и на грипа се разпространяват основно по два начина – от човек на човек и при контакт със замърсени повърхности или предмети.

Някои хора са изложени на по-голям риск от тежко боледуване. Сред рисковите групи са бременни жени; лица с белодробни заболявания; въз-

растни, особено над 65 г.; малки деца, особено под 5 г.; новородени, особено недоносени и тези под 6-месечна възраст; хора с хронични заболявания, в т.ч. и имунокомпрометирани.

За опазване на нашето здраве, както и на здравето на нашите близки, познати, колеги и приятели, особено на тези, попадащи в рискови групи за тежко боледуване, семейните апте-

ки от „Алианс сървиз“ препоръчват спазването на 8 основни мерки:

### **1. Избягвайте, при възможност, близък контакт с болни хора**

Хора с оплаквания като втрисане, повишена температура, кашлица, болки в гърлото, болки в мускули, гла-



Воболие и отпадналост може да са заразени с грип или друго остро респираторно заболяване. Преустановете контактите си с тях. Ако това е невъзможно, увеличете разстоянието между Вас на поне 1-2 метра. Ако това не е възможно, намалете времето на контакт си с тях. Ако това не е възможно, носете медицинска маска за лице. Ако полагате грижа за лице, болно от грип или друго остро респираторно заболяване, намалете до възможното престоя при него, носете медицинска маска за лице (за предпочитане FFP2).

**2. Избягвайте струпвания на хора, особено на закрито.**

**3. Мийте или дезинфекцирайте ръцете си често.**

Хигиената на ръцете се осъществява чрез измиване с топла вода и сапун или прилагане на алкохол-съдържащи дезинфектанти за ръце. Мийте или дезинфекцирайте ръцете си често (напр. след като сте били на обществени места, в градския транспорт, преди хранене, след кашляне или кихане). Ако полагате грижа за болно лице, мийте ръцете си след контакт с него, с негови грехи, бельо, лични предмети или предмети и повърхности около него.

Ръцете се мият минимум 20 секунди

всеки път. След измиване с вода и сапун, ги подсушете изцяло. След дезинфекциране, оставете ги да изсъхнат.

**4. Избягвайте да пипате очите, носа или устата си, особено с неизмити ръце**

Вирусите често се разпространяват, когато човек докосне нещо, което е замърсено с тях и след това докосне очите, носа или устата си.

**5. Ако сте болен, прилагайте етикет на кашляне**

Покривайте носа и устата си с кърпичка или ръкав (но не и ръка), когато кашляте или кихате.

## Предпазване от грип

Изхвърляйте използваните кърпички на подходящо място и извършвайте правилно хигиена на ръцете.

**6. Почиствайте често повърхности и предмети и проветрявайте**

Често почиствайте или дезинфекцирайте повърхности и предмети, които се докосват/използват често, като дръжки на врати, бутони в асансьори, ключове за осветление, играчки, тоалетни, таблетки, телефони, компютри, маси, плотове и др. Увеличете честотата на проветряване.

**7. Ако сте болни, останете въкъщи и намалете контактите си с групи хора**



Ако сте диагностициран с грип или имате симптоми на остро респираторно заболяване, по време на период на повишена активност на грип и остри респираторни заболявания, препоръчително е да останете у дома, поне 4-5 дни след появата на симптомите, за да избегнат заразяването на други хора.

Обикновено възрастните, които са болни, могат да заразят другите приблизително един ден преди и пет дни след появата на симптомите, а децата приблизително седем дни след появата на симптомите, въпреки че заразният период може да варира в зависимост от няколко фактора (напр. имунния отговор на индивида и вируса). Въпреки това, за заразен следва да се приема всеки със симптоми, независимо от тяхната про-

дължителност. Ако не може да останете въкъщи по време на острата фаза на заболяването си, обмислете носенето на медицинска маска за лице на обществени места, в градския транспорт, лечебни заведения, аптеки, в дома и при контакт с други хора.

Ако е възможно, спазвайте дистанция от 1-2 метра от други хора, особено от хората в риск от тежко боледуване.

## **8. Носете медицинска маска**

По време на период на повишена активност на грип и остри респираторни заболявания медицински маски се използват от:

- медицински персонал;

Препоръчват се за:

- посетителите и пациентите в здравните заведения; лица от рисковите групи (с изключение на малки деца) на закрито – в магазини, обществен транспорт, обществени места.
- членове на семейството/домакинството или други лица, полагащи грижи за болни от грип или със симптоми на остро респираторно заболяване, при близък контакт (1-2 м) с него.
- болен от грип и остро респираторно заболяване при контакт с друго лице.

Медицинските маски трябва да се поставят и носят правилно (да покриват лицето от основата на носа до брадичката), за да спомогнат за намаляване на риска от заразяване, поради излагане на инфекциозни капчици и аерозол, особено ако се използват заедно с други превантивни мерки, като избягване на близък контакт и поддържане на добра хигиена на ръцете.

Медицинската маска се сменя след продължителна употреба (повече от няколко часа) или когато се замърси или навлажни. След смяна маската се изхвърля в подходящо място и се извършва незабавно хигиена на ръцете преди докосване на предмети, повърхности или контакт с хора.





# Билкова близалка за подпомагане на имунитета хранителна добавка

+ Цинк  
+ Витамин С  
+ Лайка  
+ Мащерка

без добавена захар  
с вкус на ягода



## Билкова близалка Горската аптека

Сканирай QR кода на опаковката за да чуеш  
приказката за деца „Горската аптека“!

BIOFAR

# Biogripin®



Грипът  
няма шанс –  
природен  
аспирин  
с ехинацея,  
прополис  
и ацерола!



Биогрипин на БИОФАР е хранителна добавка под формата на таблетки, която облекчава състоянието при грип и простуда и допринася за по-бързото и лесно възстановяване. Биогрипин се препоръчва за употреба през зимно-пролетния сезон и периода на грипните епидемии, когато имунната система е отслабена и уязвима. Продуктът е изключително подходящ към терапията с антибиотици за по-бързо възстановяване, както и за повишаване на общата издръжливост при състояние на физическа слабост. Биогрипин е произведен по защитена технология на френската лаборатория Биофар.





## КАК УСПЕШНО ДА ПОВИШИМ ИМУННИЯТ ОТГОВОР СРЕЩУ ВИРУСИТЕ? ВИРУСИТЕ АТАКУВАТ БЕЗ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ - БЪДИ ПОДГОТВЕН!

Есента често ни изненадва с внезапни и коварни вирусни нашествия, затова в този период е особено важно да се погрижим за имунитета си. Въщност, той е първият и най-сигурен защитник на здравето ни, от който зависи преодоляването на безброй здравословни проблеми. От неговата устойчивост се определя способността ни да удържим на шурма от вируси и да се предпазим от появата на инфекции.

**Медиците са категорични: Можем да повишим имунния отговор срещу болестите с помощта на кислорода.**

### НО КАК?

На всички ни е известно, че кислородът е необходим за функционирането и растежа на клетките и има пряко отношение към здравето ни. Оказва се, че Германият - наричан още минерал "чудо", действа на клетъчно ниво, като подобрява способността на клетките да генерират енергия, снабдявайки ги с кислород. Колкото повече се насищат клетките с кислород, толкова повече енергия се достига до всички органи и системи в тялото.

Доставяйки допълнително кислород до клетките по независим от хемоглобина начин, органичният германий укрепва нашия естествен механизъм за защита.

А как можем да снабдим тялото си с органичен германий? Гъба "Рейши" /*Ganoderma lucidum*/ наричана още

"Гъбата на безсмъртието" съдържа висока концентрация на органичен германий.

### КОЙ Е ДОСТАВЧИКЪТ НА КИСЛОРОД ДО ВСЯКА КЛЕТКА?

HAYDE на АБОФАРМА, който съдържа течен органичен германий (GE132), извлечен от гъбата "Рейши" и с добавен екстракт от спороносната ѝ част. Течният органичен германий в HAYDE доставя кислород до всяка клетка. Той притежава мощен антиоксидантен ефект и има способността да стимулира собствения имунен отговор, като активира макрофагите и увеличава производството на естествените Т-клетки убийци. Това е един вид "интелигентен имуномодулатор", тъй като органичният германий има способността да активира имунния отговор без да предизвиква хиперреакция в организма.

### КАКВО ПОЛУЧАВАМЕ С HAYDE?

Д-р Полина Гоцева - Цонева, специалист по вътрешни болести, белодробни болести и туберкулоза. Началник отделение по пневмология и фтизиатрия, МБАЛ Разград.



Д-р Полина Гоцева - Цонева

HAYDE е ефективен при имунен дефицит, вирусни инфекции и за

засилване на имунната система. Продуктът е особено подходящ при пациенти с хронична дихателна недостатъчност и хронична обструктивна белодробна болест. Той повлиява изключително добре състоянията на белодробна недостатъчност или астма.

Подходящ е и при пациенти с бронхит, пневмония и заболявания на дихателната система, при които нуждата от насищане на клетките с кислород и изграждане на устойчив имунитет е жизнено важно!

HAYDE има изразен енергизиращ ефект и помага за справяне с умората и депресивните състояния. Не е тайна за никой, че случаите на тревожност, депресия и хронична умора, често съпътстват, понякога дори с месеци, хората, които са преболедували COVID-19.

Д-р Пенка Ценкова - Пулмолог (Белодробни болести), Вътрешни болести, МБАЛ Вито София и частен кабинет.



Д-р Пенка Ценкова

Ефектите на екстракт от гъба Рейши и течния органичен германий върху имунната система са доказани на базата на модулиращите ефекти върху цитокини (IL-6, TNF-α, IL-1β, IL-8). Потиска се нискостепен-

ното възпаление при инфекция. Също така, значим факт е, че HAYDE променя формата на еритроцитите. Те стават гъвкави и преминават през тесни и увредени зони. Профилира тромбозата и се комбинира с други продукти влияещи върху коагулацията.

Наблюденията показват, че *Ganoderma lucidum* протеазата може да свърже тромбин, различен от активното място и да причини забавяне на времето за съсирване, предизвикано от тромбина.

HAYDE притежава антифиброчно действие. Екстрактът от *G. lucidum* намалява ензимната експресия на циклооксигеназа 2 (COX-2) и увеличава синтеза на азотен оксид в клетките, което повлиява възпалителния процес.

Използвам HAYDE и при пациенти с хронична обструктивна белодробна болест, астма и други възпалителни заболявания.

Установявам, че HAYDE има много добър ефект и при симптоми като умора, задъхване, слабост на мускулите.

HAYDE използвам и при пациенти след болнично лечение, при които възстановителният период е по-продължителен. Съчетанието на HAYDE с дихателна гимнастика и разходки и прием на антитромбозни или антикоагулантни медикаменти (индивидуално по преценка за всеки пациент, с проследяване), скъсяват оздравителния им период.



MÖLLER'S 170 years

## ЕМБЛЕМАТИЧЕН БРАНД, ЕКСПЕРТЪТ В ЕСТЕСТВЕНИТЕ ОМЕГА-3 ОТ НАД 170 ГОДИНИ.



| Съставки                      | 6-15 ml | 15-3 ml |
|-------------------------------|---------|---------|
| Масло от черен дроб на треска | 1000 mg | 1000 mg |
| Витамин D                     | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин E                     | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин A                     | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин K                     | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B12                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B6                    | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B2                    | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B1                    | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин C                     | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B5                    | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B3                    | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B4                    | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B7                    | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B9                    | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B10                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B11                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B12                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B13                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B14                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B15                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B16                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B17                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B18                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B19                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B20                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B21                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B22                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B23                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B24                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B25                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B26                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B27                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B28                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B29                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B30                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B31                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B32                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B33                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B34                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B35                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B36                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B37                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B38                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B39                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B40                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B41                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B42                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B43                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B44                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B45                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B46                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B47                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B48                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B49                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B50                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B51                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B52                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B53                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B54                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B55                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B56                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B57                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B58                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B59                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B60                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B61                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B62                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B63                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B64                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B65                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B66                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B67                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B68                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B69                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B70                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B71                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B72                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B73                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B74                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B75                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B76                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B77                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B78                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B79                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B80                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B81                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B82                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B83                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B84                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B85                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B86                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B87                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B88                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B89                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B90                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B91                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B92                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B93                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B94                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B95                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B96                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B97                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B98                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B99                   | 1000 IU | 1000 IU |
| Витамин B100                  | 1000 IU | 1000 IU |

ДОЗИРОВКА: Кърмата от 1 месец: 2.5 ml/ден. Бебета над 6-месечна възраст, деца и възрастни: 5 ml/ден.

### MÖLLER'S PURE MOM & BABY

- Най-чистата форма на Омега-3, без аромати, антиоксиданти, токсини, чисто масло от черен дроб на треска, съдържащо естествено Витамин D и Витамин A.
- Препоръчва се на всички, които обичат рибния вкус, особено по време на бременност, кърмене и за бебета след първия месец.
- DNA помага на бебето да развие мозъка си още от бременността.
- Намалява риска от преждевременно раждане, преди 34-та седмица, с 3% за нормална бременност и с 6% за рискова бременност.
- Повишава хранителната стойност на кърмата.
- Подпомага развитието на зрението, мозъка, мисленето, паметта, съня и движението.
- Според проучвания, даването на 10 ml/ден масло от треска в началото на 17 седмици от бременността и през първите 12 седмици от кърменето повишава IQ на децата с 4.1 пункта, когато са на 4 години. Бъдещото психично здраве на бебето зависи и от диетата на майка му и от това колко Омега-3 тя получава дневно.



| Съставки                                                    | За 2 желирани рибки | %RDI* |
|-------------------------------------------------------------|---------------------|-------|
| Концентрирано Рибено масло (масло от натурални фосфолипиди) | 540 mg              | -     |
| Омега-3 мастни киселини:                                    |                     |       |
| - EPA (Ейкозопентаенова киселина)                           | 374 mg              | -     |
| - DHA (Докозаеикенова киселина)                             | 280 mg              | -     |
| - Ейкозопентаенова киселина (EPA)                           | 54 mg               | -     |
| Витамин D                                                   | 10 µg = 400 IU      | 200%  |

### MÖLLER'S ЖЕЛИРАНИ РИБКИ

- DNA помага за развитието на мозъка и зрението.
- EPA и DHA допринасят за нормалната сърдечна функция.
- Витамин D допринася за нормалното усвояване на калция и фосфора, със значителна роля в поддържането на здравето на костите и ставите.
- По-добра имунна система.
- По-малко инфекции, по-малко настинки и по-малко респираторни проблеми.

### MÖLLER'S МАСЛО ОТ ЧЕРЕН ДРОБ НА ТРЕСКА 120 КАПС

MÖLLER'S (120 капсули) съдържа и витамини A (25 mg), за подпомагане на сърдечната функция и имунната система, за подобряване на зрението, кожата, косата.



ДОЗИРОВКА: За 6+ деца и възрастни: 2 капс./ден

#### 112, 30 ИЛИ 150 КАПУСИ



| Съставки                                                   | 112 капсули     | 30 капсули     | 150 капсули     |
|------------------------------------------------------------|-----------------|----------------|-----------------|
| Концентрирано рибено масло (масло от черен дроб на треска) | 674 mg          | 380 mg         | 674 mg          |
| Омега-3 мастни киселини:                                   |                 |                |                 |
| - EPA (Ейкозопентаенова киселина)                          | 470 mg          | 250 mg         | 470 mg          |
| - DHA (Докозаеикенова киселина)                            | 350 mg          | 190 mg         | 350 mg          |
| Витамин D                                                  | 30 µg = 1200 IU | 10 µg = 400 IU | 30 µg = 1200 IU |
| Витамин E                                                  | 10 µg = 40 IU   | 3 µg = 120 IU  | 10 µg = 40 IU   |

ДОЗИРОВКА: За 6+ деца и възрастни: 2 капс./ден

### MÖLLER'S FORTE

- Möller's Forte Omega 3 X 150 caps има 5 кутии, всяка с 2 блистера x 15 caps x 30 caps/кутия.
- Подобрена формула с естествени антиоксиданти.
- EPA и DNA допринасят за нормалната сърдечна функция.
- DNA помага на мозъка да се развива и на зрението.
- Витамин D допринася за нормалната имунна система и за здравето на костите и зъбите.
- Витамин E допринася за защитата на клетките срещу окислителния стрес.



| СЪСТАВИ                           | На 5 ml               | На 10 ml              |
|-----------------------------------|-----------------------|-----------------------|
| Масло от черен дроб на треска     | 444 mg                | 892 mg                |
| Омега-3 мастни киселини:          |                       |                       |
| - EPA (Ейкозопентаенова киселина) | 310 mg                | 620 mg                |
| - DHA (Докозаеикенова киселина)   | 240 mg                | 480 mg                |
| Витамин D                         | 10 µg = 400 IU (200%) | 20 µg = 800 IU (400%) |
| Витамин E                         | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин A                         | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин K                         | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B12                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B6                        | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B2                        | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B1                        | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин C                         | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B5                        | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B3                        | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B4                        | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B7                        | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B9                        | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B10                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B11                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B12                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B13                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B14                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B15                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B16                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B17                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B18                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B19                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B20                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B21                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B22                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B23                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B24                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B25                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B26                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B27                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B28                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B29                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B30                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B31                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B32                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B33                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B34                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B35                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B36                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B37                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B38                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B39                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B40                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B41                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B42                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B43                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B44                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B45                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B46                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B47                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B48                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B49                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B50                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B51                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B52                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B53                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B54                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B55                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B56                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B57                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B58                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B59                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B60                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B61                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B62                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B63                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B64                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B65                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B66                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B67                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B68                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B69                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B70                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B71                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B72                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B73                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B74                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B75                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B76                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B77                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B78                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B79                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B80                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B81                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B82                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B83                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B84                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B85                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B86                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B87                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B88                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B89                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B90                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B91                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B92                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B93                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B94                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B95                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B96                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B97                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B98                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B99                       | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |
| Витамин B100                      | 20 µg = 80 IU (40%)   | 40 µg = 160 IU (80%)  |

ДОЗИРОВКА: Децa: 5 ml / ден; деца над 11 години и възрастни: 10 ml/ден

### MÖLLER'S C ВКУСОВЕ

- Масло от черен дроб на треска, съдържащо Витамин D, A и E.
- Подпомага развитието на мозъка: повишаване на коефициента на интелигентност, памет, концентрация, способност за по-добро учене, по-фокусирано.
- Развитие на ретината, за по-добро зрение.
- Основна роля в костната система и растежа на зъбите, благодарение на естествения витамин D от треската, който фиксира калция в тялото.
- По-силен имунитет - не се простудява толкова често, нисък риск от инфекции и ал



# Здравето е щастие с продуктите на Магналабс



## Магнетон **ЛИКУИД** 1800 mg ВИСОКОУСВОИМ МАГНЕЗИЕВ БИСГЛИЦИНАТ ХЕЛАТ

- За нормалното функциониране на нервната система и мускулите.
- При симптоми на нервност, раздразнителност, тревожност, апатия.
- Намалява чувството на умора и изтощение.
- При Магnezиев дефицит при бременност.
- При мускулни крампи, изтръпване.



## ХидраБан

### ПЕДИАТРИЧНИ РЕХИДРИРАЩИ СОЛИ И ПРОБИОТИК ЗА ДЕЦА

- ✓ *Saccharomyces boulardii*
- ✓ *Lactobacillus acidophilus*
- ✓ *Bifidobacterium longum*
- ✓ 20 billion CFU

• Подпомага възстановяването на организма при състояния, свързани със загуба на течности и минерали.





*Същата формула.  
Същият интимент комфорт.  
По-дискретно име*





## КАКВО ТРЯБВА ДА ЗНАЕМ ЗА ИНФРАЧЕРВЕНИТЕ ТЕРМОМЕТРИ?

Може да изглежда, че измерването на температурата е лесно нещо, което може да се направи по всяко време и при всякакви условия. Но всъщност дори измерването на телесна температура има своите правила и процедури, особено когато се използват термометри с инфрачервена технология.

Докато стъклениите и цифровите термометри извършват директно измерване на температурата на човешкото тяло, при измерването в ухото или на челото се извършва измерване на температурата във вътрешността на тялото чрез инфрачервеното му лъчение. Дори и при правилно извършено измерване, тя може да се различава от температурата, установена чрез ректално, орално и аксиларно измерване. От медицинска гледна точка ректално измерената температура (в ануса) е най-близка до вътрешната температура на тялото.

Едно от основните предимства на инфрачервените термометри е бързината на измерване. Обикновено резултатът се появява на екрана в рамките на 1 до 3 секунди. Това ги прави изключително подходящи за малки деца. Измерването на температурата може да бъде направено неусетно, докато детето спи или си играе. Ето на кои

особености обаче е важно да се обърне внимание:

- Телесната температура се влияе от температурата на околната среда, от възрастта, стреса, продължителността на съня, хормоните и физическата активност. Следователно не е подходящо да се измерва температурата навън, както и след физическа активност.
- Термометърът и лицето, чиято температура се измерва, трябва да бъдат в стая със стайна температура поне 30 минути преди измерването.
- Измерването в ухото и на челото може да даде различни резултати, тъй като температурата на челото се влияе по-силно от външните въздействия в сравнение с температурата на тъпанчетата.
- След измерване в ухото почистете добре сензора за измерване. Непочистен сензор може да бъде причина за разпространение на инфекция и не гарантира точност на резултата.
- При измерване на челото винаги сканирайте един и същи участък. В противен случай може да има разминаване на стойностите.

HARTMANN



## Veroval® baby

Безконтактен инфрачервен термометър



## Veroval® Ухо / Чело

Инфрачервен термометър за измерване в ухото и на челото



### Thermoval Standard

Електронен термометър

Обичайно измерва телесна температура за 60 сек (ректално) и от 90 сек до 3 мин (подмишница)



### Thermoval Rapid

Електронен термометър

Обичайно измерва телесна температура за 10 сек (ректално), за 30 сек (орално) и от 40 сек до 3 мин (подмишница)



### Thermoval Flex

Електронен термометър

С гъвкав накрайник - подходящ за възрастни, бебета и малки деца. Измерва за 10 сек (ректално) и от 40 сек до 3 мин (подмишница)

# Novalac

Млека за кърмачета и малки деца

Формула на растителна основа,  
която облекчава няколко проблема  
едновременно



Клинично потвърдено,  
че Novalac Rice AR се понася от  
**100%** от бебетата с алергия към  
белтъка на кравето мляко<sup>1</sup>.



- регулира регургитацията<sup>1-3</sup>
- нормализира консистенцията на изпражненията<sup>2,3</sup>
- подобрява съня и настроението<sup>2,3</sup>



БЕЗ  
ЖИВОТИНСКИ  
ПРОТЕИН



БЕЗ  
СОЯ



БЕЗ  
ГЛУТЕН



БЕЗ  
ЛАКТОЗА



БЕЗ  
ГМО

Кърмата е най-добрата храна за кърмачетата. Млечните формули Novalac се използват само по препоръка на експерти в медицината, фармацевтиката, храненето или друг специалист, отговорен за грижите за майката и детето.

1. Vandenplas et al. Eur J Pediatr. 2014 Sep;173(9):1209-16. | 2. Dupont et al. BMC Pediatr. 2016 Jul 18;16:96. | 3. Dupont et al. J Pediatr Gastroenterol Nutr. 2015 Oct;61(4):456-63

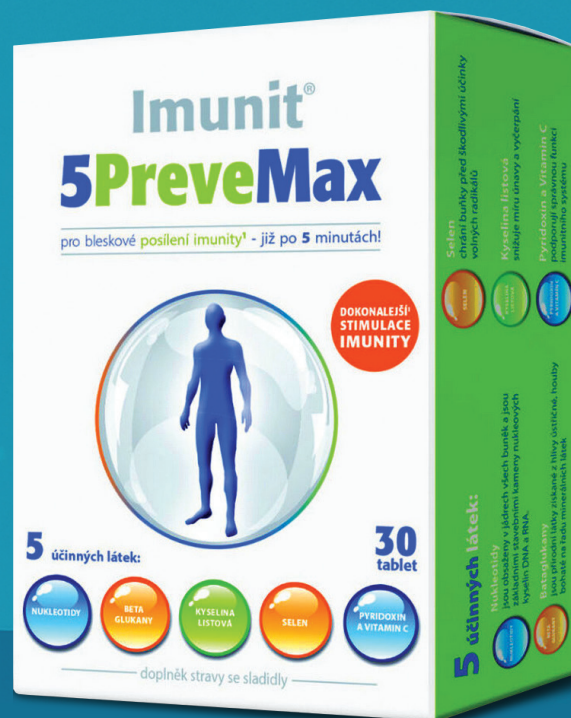
 **MEDIS** Consumer Health

UP Medi-Europa SA | [www.novalac.bg](http://www.novalac.bg)



# Imunit<sup>®</sup> 5PreveMax

Уникален природен продукт  
за бърз имунитет!





**Alliance**  
service

*УроФорс*

УроФорс е хранителна добавка, която съдържа стандартизиран екстракт от плодове на американска червена боровинка (*Vaccinium macrocarpon*), екстракт от стръкове на златна пръчица (*Solidago virgaurea*), екстракт от плодове на хвойна (*Juniperus communis*), екстракт от листа на бреза (*Betula pendula*, *Betula alba*) и екстракт от стръкове на коприва (*Urtica dioica*).

Комбинация от петте екстракта спомага за прочистване на уринарния тракт. Допринася за нормалното функциониране на пикочните пътища. Подпомага здравето на бъбреците и поддържа здрава лигавицата на пикочния мехур. Проявява антиоксидантния ефект и подпомага имунната защита на организма.

**Открийте пълната гама  
продукти на [allianceservice.bg](http://allianceservice.bg)**