

**RICHTER GEDEON**

A minőségi gyógyítás szolgálatában.
Nemzedékeken át.

A mellékletet a Richter Gedeon Nyrt. támogatja

Hazai gyógyszerek



Mindenki számára fontos, hogy betegségére, bajaira folyamatosan korszerű és hatékony gyógyszerek álljanak rendelkezésére. Magyarországon a gyógyszer-fogyasztás évről-évre növekszik, jóllehet a gyógyszerek ára különösen érzékeny kérdés. A hazai gyártók által biztosított korszerű és hatékony készítmények komoly megtakarítást jelenthetnek, főleg azoknak, akik sokféle gyógyszert szednek, mert idősök vagy fiatalok, de krónikus betegségekben szenvednek. De ismerjüke a hazai gyógyszeripart? Megbízunk-e a hazai készítményekben vagy vakon hisszük, hogy a külföldi szer biztosan hatékonyabb? A gyógyszer bizalmi áru. Éppen ezért tudjon meg többet a hazai készítményekről, bővebb információért pedig kérdezze háziorvost vagy gyógyszerészt!

A hazai gyógyszeripar
A több mint száztíz éves múltra visszatekintő magyar gyógyszeripar Európában a legrégebbiek közé tartozik. Egyesíti magában az évszázados gyártási tradíciókat, az értékes szaktudást a modern technológiai csúcsmínőséggel. Emellett kiemelkedően fontos ágazata a nemzetgazdaságnak, nagyszámú munkavállalót foglalkoztat, erősen exportorientált, intenzív kutatás-fejlesztési tevékenységet folytat, és jelentős beruházásokat eszközöl. A hazai egészségügyi igények megbízható és stabil ellátását biztosítja. Szinte valamennyi terápiás területen korszerű és hatékony gyógymódot kínál elérhető áron, amely nemcsak az egyének, hanem a társadalomnak, ezáltal az országnak is anyagi előnyökkel jár.

Gyógyszergyártás Magyarországon
A gyógyszergyártás Magyarországon főként generikumok (az eredeti készítmény szabadalmának lejártá után bárki által szabadon gyártható gyógyszer) gyártására szakosodott, azonban emellett a hazai gyártók nagy hangsúlyt fektetnek az eredeti vegyületek, az ún. originális molekulák, hatóanyagok kutatására, illetve a különböző kémiai eljárások fejlesztésére is. A magyar gyógyszeripar legalább 20 originális gyógyszer kifejlesztésével büszkélkedhet. Többségüket Magyarországon és a közép-kelet-európai országokban hozták forgalomba, egy részüket azonban stratégiai partnerekkel közösen fejlesztették ki és vezették be,

például az USA-ban, Nyugat-Európában és Japánban. Mivel az originális fejlesztés sok időt (10-12 év) és rengeteg pénzt (800-1000 millió US dollár/készítmény) emészt fel, ilyen tevékenységet legtöbbször csak tőkeerős partnerrel együttműködve lehet végezni.

Magyar gyógyszerek a világban
A külföldön méltán elismert magyar gyógyszerek (késztermékek és hatóanyagok egyaránt) keresettek a világ piacán, több mint száz országban megtalálhatók. Például a magyar nőgyógyászati készítmények, fogamzásgátlók legnagyobb piaca az Egyesült Államok, de ezek a termékek jelentős sikereket értek el Angliában és az Európai Unió más országaiban is. A magyar készítmények, illetve hatóanyagok jelen vannak az Európai Unió, Kelet-Európa, Oroszország, a Független Államok Köössége országaiban, valamint az Egyesült Államokban és Japánban is. A gyógyszerek és hatóanyagok kutatás-fejlesztésével, gyártásával, forgalmazásával és exportjával foglalkozó hazai cégek a régióban is igen jelentős szerepet töltenek be.

Innováció
Az innováció, a fejlesztés kiemelt szerepet tölt be a hazai gyógyszergyártók stratégiájában. Tudatában vannak annak, hogy a sikert a fejlesztésben megmutakozó magas szintű szaktudás, a szüntelen innováció hozhatja meg. A siker hátterében a jól képzett munkaerő és a fegyelem is fontos tényező, de hangsúlyozni kell a magas szintű oktatást, a mérnöki-műszaki tudást és az orvosi, gyógyszerészti szakértelmet egyaránt. A hazai gyógyszeripari kutatás-fejlesztést százéves története során végigkísérte innovatív jellege, ezért az egész világon elismertté vált. Mindemellett a hazai gyártók folyamatosan újítják meg termékpaletájukat, egyre modernebb és hatékonyabb készítményeket vezetve be, korszerű terápiát biztosítva elérhető áron a magyar lakosság és a társadalombiztosító számára egyaránt.

Minőség
Gyógyszert mindig azonos, kiváló minőségben kell előállítani. A szakértelem mellett kiemelkedő szerepe van a modern berendezéseknek és gyártási technológiák alkalmazásának. A nemzetközi színvonalú gyártást garantálják a hazai gyártóknál érvényben lévő fejlett minőségbiztosítási rendszerek. A hazai gyártók szigorúan betartják mind a hazai, mind a nemzetközi szakmai szabályozásokat és irányelveket, amelyeket magyar

(Országos Gyógyszerészeti Intézet), európai minőségellenőrző intézmények, valamint a legszigorúbb gyógyszer-engedélyezési hatóság, az amerikai FDA a termelés minden területén rendszeresen ellenőrznek. A készítmények minősége megfelel a legmagasabb követelményeknek. A magyar gyógyszer a világ bármely piacán megállja helyét.

Helyettesíthetőség
Számos betegség kezelésére van helyettesítő hazai készítmény, amely hatékony és kedvező árú. Egy gyógyszert akkor tekinthetünk helyettesíthetőnek, ha a gyógyszer azonos hatóanyagot tartalmaz, és az OGYI által elismerten egyenértékű. Ez azt jelenti, hogy az egyik gyógyszerrel elkezdett kezelés a helyettesítő gyógyszerrel egyedileg beállítva problémamentesen folytatható, hiszen ezeknek a készítményeknek biológiai hatása megegyezik, biológiaiilag egyenértékűek, amit a gyógyszer nyilvántartásba vétele, törzskönyvezése során komoly hatósági vizsgálatok és követelmények támasztanak alá. Az egyenértékűség feltétele az azonos hatóanyagtartalom, mennyiségben, minőségben egyaránt, tehát a gyógyszerek hatékonysága garantált az adott terápiás területen belül. Számos terápiás területen alkalmazhatók tehát a korszerű és kedvező árú hazai készítmények, amelyek kémiai és biológiai szempontból is egyenértékűek, ezáltal jó helyettesítők.

Hogyan kerülnek forgalomba?
Tudni kell, hogy csak olyan termék hozható forgalomba Magyarországon – miként minden európai uniós országban is –, amely törzskönyvezve van. A hatóságok három feltételt alkalmaznak a készítmény elbírálására, ezek a minőség, a biztonságosság és a hatásosság. A gyógyszer törzskönyvezését követően a vény nélkül kapható és nem támogatott készítmények azonnal forgalomba hozhatók, mert ezek árát, majd az árak változását is a gyártók határozzák meg. Az Országos Egészségbiztosítási Pénztár (OEP) által támogatott gyógyszereknél a piacra kerülés előfeltétele az ár és a társadalombiztosítási (TB) támogatás mértékének meghatározása is. A gyógyszer árát és a támogatás mértékét az OEP honlapján (www.oep.hu) teszi közzé, a termék csak ez után hozható forgalomba. Ezeknél a készítményeknél a beteg térítési díja nemcsak a gyártóktól (árcsökkentés), hanem a TB-támogatás mértékétől és annak változásaitól is függ.

dr. Zalai Károly gyógyszerész

Kucsera Gábor: A vadvízi evezés nem az én sportom!

Kucsera Gábor ezúttal nem kajakkal, hanem vitorlással szelte a vizet. Az olimpikon a vadvízi evezést is kipróbálta. A sportember lapunknak elárulta: ott valóban a víz az úr, ez pedig neki annyira nem jön be.



Kucsera Gábor számára a kikapcsolódást a család jelenti

A háború és a gomba miatt drágul a csoki

Történelmi csúcsok közelében tartja magát a kakaó ára a nemzetközi piacokon. Ennek legfőbb oka, hogy Elefántcsontpartot – a világ legnagyobb kakaóexportőr országát – hónapokig polgárháború sújtotta. S noha a háborúnak vége, az afrikai kakaóbab-száállítás még mindig akadozik.

Bélai Krisztina, a Magyar Édes-séggyártók Szövetségének titkára szerint elkerülhetetlennek tűnik a drágulás, de az egyes cégek saját felelőssége, hogyan építik be az áraikba a kakaó- és cukorárak emelkedését. – Ami bizonyos: valahogyan minden gyártónak meg kell birkóznai a problémával. Nem szerencsés az

édességyártók számára a világpiaci helyzet, ráadásul a gazdasági válság kezdete óta közel 10 százalékkal visszaesett a csokoládékereslet. Érdekesség, hogy aki viszont vásárol, az egyre inkább a minőségi, magas kakaótartalmú csokoládét keresi.

Bélai hozzátette: a kakaóár emelkedése nem kizárólag az

elefántcsontparti eseményekkel függ össze. A nagyjából két éve tartó, folyamatos áremelkedésnek részben oka lehet a tőzsdei spekulációk mesterséges áremelő hatása, részben a kakaóbab-ültetvényeket rendre megtámadó vírusfertőzések, gombák és a kedvezőtlen időjárás okozta romló termésátlag is.

EM

Óvatosan bánjunk a szűz olívaolajjal!

Détár Enikő: Nincs egységes recept a méregtelenítésre

Új örület hódít az Egyesült Államokban: az olívaolaj-diéta. Többek között Serena Gomez és Sarah Jessica Parker is rendszeresen fogyaszt olívaolajat, Elizabeth Hurley pedig a reggeleket egy-két evőkanál szűz olívával kezdi. Détár Enikő is hallott az olívaolaj jótékony hatásáról, ám nem hisz az esztelen méregtelenítésben. A dietetikus is óvatosságra int.

– Természetgyógyász ismerőszám az olívabogyó magját ajánlotta például gyomorbántalmakra – mondta el lapunknak Détár Enikő. – Az olívaolaj-kúrát én még nem próbáltam ki. Nem hiszek abban, hogy létezik egy mindenki számára megfelelő módszer a méregtelenítésre. Igyekszem egészségesen étkezni. Talán sokan nem gondolnák rólam, de gyakran főzök, és lehetőleg természetes alapanyagokat használok, például falusi tojást. Persze a süteményekből nem hagyom ki a cukrot, de a kávéhoz már nem teszek. Egy dolgot viszont nagyon fontosnak tartok: az emberi test nagyrészt vízből áll, és ezért figyelek arra, hogy kellő utánpótlást kapjon a szervezetem: 2-3 liter vizet mindig megiszom naponta.

Hartmann Gabriella dietetikus szerint az olívaolaj alapvetően egészséges, azonban meg kell válogatni, hogy milyen típusát fogyasztja az ember.

– Az igazán egészséges olívaolajat az első sajtolásból készítik: ezek az úgynevezett extra szűz olívaolajok. Az olívaolajok között is találunk olyan típust, például a sansa olajokat, amelyek feldolgozása során annyi kemikáliát alkalmaznak, hogy talán még a sertézsőr alkalmazása is egészségesebb lehet helyettük.



Détár Enikő lehetőleg természetes alapanyagokból főz

A dietetikus elmondta: az éhgyomorra bevett olívaolajnak hashajtó hatása lehet. A béltisztításnak ez a módja túlságosan drasztikus, ezért nem is javasolná.

– Ha méregtelenítésről van szó, akkor más, kevésbé megterhelő megoldások is vannak. A léböjtúra az egyik jó megoldás, azonban ott is ügyelni kell arra, hogy annak is van bevezető és levezető szakasza is. Egy másik megoldás lehet a rizs-, burgonya-, víznapokból álló méregtelenítő kúra.

Gombás

Egészségesebb kenyérrel az áremelés ellen

A pékáruk drágulása ellen a Magyar Pékszövetség azt szorgalmazza, hogy a szakma készítsen több kovászos kenyeret és kevesebb liszt-tartalmú péksüteményeket.

– Annak érdekében, hogy a fogyasztók jól járjanak, azt javasoljuk a péküzemeknek, hogy a minőségi, kovászos kenyerek gyártására álljanak át – mondja Varga László, a Magyar Pékszövetség elnöke. – Ennek előállítási költsége és az ára hasonló mértékű, mint a nagyüzemi technológiával készített kenyéré. Ránézésre ugyan a kovászos kenyeret nem lehet megkülönböztetni a többbitől, ízre viszont sokkal finomabb, egészségesebb. Szerencsére azt tapasztaltuk, hogy egyes malmok



A kovászos kenyér ízre sokkal finomabb, egészségesebb

a befértekkel ellentétben nem emeltek árat, és esetenként tartalék búzakészletek is előkerültek. A liszt árának nagyobb mértékű csökkenésére csak az aratás időszakában lehet számítani.

Varga László ugyancsak javasolta, hogy a pékségek inkább a péksütemények gyártására álljanak át, amelyeknek eleve kisebb a liszt-tartalmuk, és emiatt egészségesebbek.

gb

Hajós András körbekerekezte a Balatont



Hajós András közlekedési eszközként tekint bringájára

Hajós András nagy híve a kerékpározásnak. Rendszeresen bicajra pattan, és már a Balatont is körbetekerte.

– Már öt éve rendszeresen bicajjal közlekedem Budapesten. Igaz, ha túl rossz az idő, akkor inkább az autót választom, és akkor is, ha például a gyekeket kell fuvarozni. Egyre jobb a kerékpározást segítő infrastruktúra a fővárosban, ugyanakkor annak vagyok a híve, hogy a meglévő utakon is jó lenne, ha minél többen biciklizni pattannának.

Bár újabb és újabb változatai vannak a kétke-rekűeknek, Hajós András a tradíciók híve. – Egy forgatáson volt alkalmam kipróbálni különféle kerékpárokat, például olyat is, amelyet szinte fekvé kell tekerni. Ennek ellenére számomra a legjobb a hagyományos változat.

Bár Hajós András már Balaton környéki kerékpártúrán is részt vett, nem hobbiként tekint a biciklizésre. – Sosem gondoltam úgy a kerékpározásra mint sportolásra vagy szabadidős tevékenységre. Praktikus közlekedési eszközként tekintek rá.

G. B.