

www.e-menessaptieka.lv

200 produktiem samazinām cenas



līdz **-20%**

Atlaides neattiecas uz medikamentiem un medicīnas ierīcēm, kas tiek iegādātas uz valsts kompensācijas receptēm.



MĪLĒTĀKAIS
ZĪMOLS LATVIJĀ**



LATVIJĀ LABĀKAIS
KLIENTU SERVISS
FARMĀCIJĀ***



ATBILDĪGĀKAIS
APTIEKU ZĪMOLS**



IEPĒRCIES
DROŠI

www.e-menessaptieka.lv

PRET SĀPĒM

220 mg apvalkotās tabletes
N10 **2.86 €**, N20 **2.96 €**

no **2.86**



Nalgedol

NAPROXENUM NATRICUM

Nalgedol piemīt ātra un ilgstoša, līdz pat 12 h, iedarbība pret galvassāpēm, menstruālām sāpēm, zobu sāpēm, muskuļu un locītavu sāpēm. Nalgedol indicēts pieaugušajiem un bērniem no 16 gadu vecuma. Lietošana: ieteicamā deva 1-2 tabl., ja nepieciešams, vēl 1 tabl. pēc 8-12 h.

Nalgedol присуще быстрое и продолжительное воздействие до 12 часов от головной боли, менструальных и суставных болей. Предназначен для взрослых и детей от 16 лет. Применение: рекомендуемая доза: 1-2 таблетки, если необходимо, то еще 1 таблетка после 8-12 часов.

Reklāmas devējs: SIA „KRKA Latvija”

Bezrecepšu zāles. Pirms zāļu lietošanas uzmanīgi izlasīt lietošanas instrukciju vai atbilstošu informāciju uz iepakojuma. Konsultēties ar ārstu vai farmaceitu par zāļu lietošanu.

ZĀĻU NEPAMATOTA LIETOŠANA
IR KAITĪGA VESELĪBAI!

IEKAISUŠAM KAKLAM

Spreji 20 ml

-15%

no **5.35 €** no **6.29 €**



Faringospray

100% dabīgi spreji pret kakla sāpēm. Satur smiltsērķsku un kļiņģerīšu eļļu. Pārklāj, dziedē un mitrina iekaisušo gļotādu, mazina sāpes un kairinājumu kaklā. Bērniem no 2 gadu vecuma un pieaugušajiem.

100% натуральные спреи против боли в горле. Содержат масло облепихи и календулы. Покрывают, исцеляют и увлажняют воспаленную слизистую оболочку, уменьшают боль и першение в горле. Детям с 2 лет и взрослым.

Medicīnas ierīce

Reklāmas devējs: SIA Silvanols

ATBALSTS IMUNITĀTEI

Kapsulas N14

-25%

10.69 € 14.25 €



Linex® Complex

Linex® complex ir laktobaktērijas papildinātas ar B1, B2, B6 vitamīniem un Zn - enerģijai un normālai imūnsistēmas darbībai. Pieaugušajiem un bērniem no 6 gadu vecuma, 1 līdz 2 kapsulas dienā.

Linex® complex это лактобактерии с дополнением витаминов B1, B2, B6 и Zn - для энергии и нормальной работы иммунной системы.

Reklāmas devējs: Sandoz d.d. Latvija filiāle, K.Valdemāra iela 33-29, Rīga. BS2012215900/2022/11

UZTURA BAGĀTINĀTĀJS! UZTURA BAGĀTINĀTĀJS
NEAIZSTĀJ PILNVĒRTĪGU UN SABALANSĒTU UZTURU.



www.e-menessaptieka.lv



www.menessaptieka.lv



[meness_aptieka](https://www.facebook.com/menessaptieka)



[menessaptieka](https://www.instagram.com/menessaptieka)



mobilā aplikācija

PRET SĀPĒM

400 mg apvalkotās tabletes
N10 **1.89 €**,
N100 **10.39 €**

no **189**



Ibuprofen® 400 mg

IBUPROFENUM

Lieto īslaicīgai sāpju ārstēšanai un kā pretdrudža līdzekli. Var lietot arī hronisku stāvokļu ārstēšanai. Pieaugušajiem un bērniem vecākiem par 15 gv.: 1-3 tabl. (400-1200 mg), maks. 3 tabl. (1200 mg) dienā.

Используется для кратковременного лечения боли и как жаропонижающее. Он также может быть использован для лечения хронических состояний. Взрослым и детям старше 15 лет: 1-3 табл., максимум 3 табл. в день.

Reklāmas devējs: Takeda Latvia

Bezrecepšu zāles. Pirms zāļu lietošanas uzmanīgi izlasīt lietošanas instrukciju vai atbilstošu informāciju uz iepakojuma. Konsultēties ar ārstu vai farmaceitu par zāļu lietošanu.

AKNĀM

300 mg kapsulas N30 **7.49 €**,
N100 **15.99 €**

no **749**



Essentiale® forte N

PHOSPHOLIPIDA EX SOIA

Aku slimību izraisītu sūdzību mazināšanai. Essentiale® forte N 300 mg lietošana pieaugušajiem un bērniem no 12 gv.: pa 2 kapsulām 3 reizes dienā.

Для облегчения симптомов, вызванных заболеваниями печени. Применение у взрослых и детей с 12 лет: по 2 капсулы 3 раза в день.

Reklāmas devējs: Sanofi-aventis Latvia SIA

Bezrecepšu zāles. Pirms zāļu lietošanas uzmanīgi izlasīt lietošanas instrukciju vai atbilstošu informāciju uz iepakojuma. Konsultēties ar ārstu vai farmaceitu par zāļu lietošanu.

PRET SAAUKSTĒŠANOS

Tabletes N20

-15%

5.91 € 6.95 €



ADDITIVA C vitamīns

Additiva ir atsvaidziņošs C vitamīnu saturošs dzēriens ar zemu kaloriju daudzumu un 1000 mg C vitamīna!

Additiva C vitamīni ar:

- Sarkano apelsīnu garšu,
- Citronu garšu.

Additiva ražotājam vitamīns C 1000 mg, N20
- ar vācu krāsainu apelsīnu
- ar vācu citronu.

Reklāmas devējs: AS Sirova Rīga

ZĀĻU NEPAMATOTA LIETOŠANA
IR KAITĪGA VESELĪBAI!

ZĀĻU NEPAMATOTA LIETOŠANA
IR KAITĪGA VESELĪBAI!

UZTURA BAGĀTINĀTĀJS! UZTURA BAGĀTINĀTĀJS
NEAIZSTĀJ PILNVĒRTĪGU UN SABALANSĒTU UZTURU.

IMUNITĀTEI

4000 SV sprejs 50 ml,
2000 SV sprejs 25 ml,
KID sprejs 25 ml

līdz **-20%**

no **10.68 €** no **13.35 €**



LYLsunD3

Zinātniski pierādīts augstas iedarbības efektivitātes D3 vitamīns spreja formā visai ģimenei! Vairāk par pētījumu www.lyl-micro.com. Viens flakons pietiekams 4 mēnešiem.

Витамин D3 с научно доказанной высокой эффективностью действия для всей семьи! Подробнее об исследовании на www.lyl-micro.com. Одного флакона хватает на 4 месяца.

Reklāmas devējs: SIA "pharm&med"

OPTIMĀLAM DZELZS LĪMENIM

Putojošās tabletes N30

-30%

16.56 € 23.65 €



tecnoFER

TecnoFER sastāvā ir dzelzs bisglicināta helāts, kas palīdz nodrošināt un uzturēt optimālu dzelzs līmeni organismā, ja tā netiek uzņemta ar uzturu un paaugstinātas nepieciešamības gadījumā. Lietošana: 1 putojošā tablete dienā.

TecnoFER содержит хелат железа бисглицинат, который помогает обеспечивать и поддерживать оптимальный уровень железа в организме, если он не поступает в организм и в случае повышенной потребности. Применение: 1 шипучая таблетка в день.

Reklāmas devējs: SIA Livorno Pharma

SIEVIETES SKAISTUMAM

Tabletes N60

1+1

17.96 €



LIVOL MULTI Sievietēm

LIVOL MULTI skandināvu kvalitātes vitamīnu un minerālvielu komplekss sievietēm. Satur B, D3, C un E grupas vitamīnus, folskābi, biotīnu, kalciju un dzelzi. Maksimālai iedarbībai un efektivitātei.

LIVOL MULTI vitamīni un minerālvielu komplekss sievietēm skandināvijas kvalitātes. Satur B, D3, C un E grupas vitamīnus, foliaskābi, biotīnu, kalciju un dzelzi. Maksimālam iedarbībai un efektivitātei.

Reklāmas devējs: Orkla Care UAB

UZTURA BAGĀTINĀTĀJS! UZTURA BAGĀTINĀTĀJS
NEAIZSTĀJ PILNVĒRTĪGU UN SABALANSĒTU UZTURU.

UZTURA BAGĀTINĀTĀJS! UZTURA BAGĀTINĀTĀJS
NEAIZSTĀJ PILNVĒRTĪGU UN SABALANSĒTU UZTURU.

UZTURA BAGĀTINĀTĀJS! UZTURA BAGĀTINĀTĀJS
NEAIZSTĀJ PILNVĒRTĪGU UN SABALANSĒTU UZTURU.

PRET SĀPĒM UN DRUDZI

Apvalkotās tabletes
N10 1.89 €, N30 5.65

no **1.89**



IBUSTAR® 400 mg

IBUPROFENUM

Vieglu vai vidēji stipru sāpju, kā arī drudža simptomātiskai ārstēšanai bērniem pēc 6 gadu vecuma un pieaugušajiem. Lietošana: informāciju par pareizu zāļu lietošanu skatīties lietošanas instrukcijā.

Для симптоматического лечения слабой и умеренной боли, а также в качестве жаропонижающего средства для детей после 6 лет и взрослых. Применение: информацию о правильном применении препарата смотреть в инструкции по применению.

Reklāmas devējs: SIA „Berlin-Chemie/Menarini BaltiĶ”, Bauskas iela 58a-605, Rīgā, LV-1004. Tālr. 67103210. LV_IBU-01-2021_V1_print / 01/2021

Bezrecepšu zāles. Pirms zāļu lietošanas uzmanīgi izlasīt lietošanas instrukciju vai atbilstošu informāciju uz iepakojuma. Konsultējies ar ārstu vai farmaceitu par zāļu lietošanu.

PRET IESNĀM

Menthol deguna aerosols
1 mg/ml 10 ml 4.36 €,
deguna aerosols 1 mg/ml 10 ml
3.96 €,
deguna pilieni 1 mg/ml 10 ml
2.99 €

no **2.99**



Xymelin

XYLOMETAZOLINI HYDROCHLORIDUM

Xymelin® atbrīvo degunu un atvieglo elpošanu. Lietošana: Pieaugušajiem un bērniem no 10 g. v. 2 – 3 pilieni vai 1 deva katrā nāsī, ne vairāk kā 3 reizes dienā. Lietot ne ilgāk kā 10 dienas.

Xymelin® освобождает нос и улучшает дыхание. Обычная доза: Взрослые и дети в возрасте от 10 лет – 2 до 3 капли или 1 доза аэрозоля в каждую ноздрю 2 – 3 раза в день, максимальная длительность лечения – 10 дней.

Reklāmas devējs: Takeda Latvia

Bezrecepšu zāles. Pirms zāļu lietošanas uzmanīgi izlasīt lietošanas instrukciju vai atbilstošu informāciju uz iepakojuma. Konsultējies ar ārstu vai farmaceitu par zāļu lietošanu.

AIZLIKTAM DEGUNAM

1 mg/50 mg/ml deguna
aerosols, šķīdums 10 ml

5.56



Otrinazil

XYLOMETAZOLINI HYDROCHLORIDUM, DEXPANTHENOLUM

Lieto pieaugušajiem un bērniem no 12 gadu vecuma. Devas: pa vienam izsmidzinājumam katrā nāsī līdz 3 reizēm dienā pēc nepieciešamības. Nepārsniedz 3 izsmidzinājumus dienā katrā nāsī.

Применение для взрослых и детей от 12 лет. Дозы: по 1 впрыскиванию в каждый носовой ход до 3 раз в день по необходимости. Не превышать 3 впрыскиваний в день в каждый носовой ход.

Reklāmas devējs: GlaxoSmithKline Latvia SIA PM-LV-OTRI-20-00008/MAY

Bezrecepšu zāles. Pirms zāļu lietošanas uzmanīgi izlasīt lietošanas instrukciju vai atbilstošu informāciju uz iepakojuma. Konsultējies ar ārstu vai farmaceitu par zāļu lietošanu.

ZĀĻU NEPAMATOTA LIETOŠANA
IR KAITĪGA VESELĪBAI!

ZĀĻU NEPAMATOTA LIETOŠANA
IR KAITĪGA VESELĪBAI!

ZĀĻU NEPAMATOTA LIETOŠANA
IR KAITĪGA VESELĪBAI!

PRET SAAUKSTĒŠANOS

Granulas iekšķīgi lietojama
šķīduma pagatavošanai pieaugušajiem N8

5.89



Fervex

PARACETAMOLUM, ACIDUM ASCORBICUM, PHENIRAMINI MALEAS

Optimāls sastāvs vienlaicīgai drudža, sāpju un rinīta ārstēšanai. Pa 1 pac. 2 – 3 reizes 24 stundās. Ieberiet paciņas saturu glāzē ar ūdeni, sajauciet līdz izšķīst, un tūlīt pat izdzeriet.

Оптимальный состав для одновременного лечения лихорадки, боли и ринита. По 1 пакету 2-3 раза в сутки. Высыпать содержимое пакетика в стакан с водой, перемешайте до полного растворения и сразу выпейте.

Reklāmas devējs: SIA Swiss Biopharma; Nr. PM-LV-2020-12-1789

Bezrecepšu zāles. Pirms zāļu lietošanas uzmanīgi izlasīt lietošanas instrukciju vai atbilstošu informāciju uz iepakojuma. Konsultējies ar ārstu vai farmaceitu par zāļu lietošanu.

LABĀKAM MIEGAM

Kapsulas N30

-30%

6.85 € 9.79 €



MELATONĪNS MAX + B6

Melatonīns palīdz samazināt iemīģāšanai nepieciešamo laiku. B6 vitamīns veicina normālu nervu sistēmas darbību un palīdz samazināt nogurumu un nesprēķu.

Мелатонин помогает сократить время необходимое для засыпания. Витамин B6 способствует нормальной работе нервной системы, помогает уменьшить усталость и апатию.

Reklāmas devējs: SIA Jonnex-Farma

UZTURA BAGĀTINĀTĀJS! UZTURA BAGĀTINĀTĀJS
NEAIZSTĀJ PILNVĒRTĪGU UN SABALANSĒTU UZTURU.

IMUNITĀTE VIENĀ KAPSULĀ

JAUNUMS!

Kapsulas N60

-15%

26.68 € 31.39 €



Möller's D Vitamin Extra

D vitamīns (2000 SV) un omega-3 vienā kapsulā dienā 2 mēnešiem. D vitamīns veicina normālu imūnsistēmas darbību. Omega-3 taukskābes EPS un DHS veicina normālu sirds darbību*.

*Labvēlīgo ietekmi panāk, ikdienas uzņemot vismaz 250 mg DHS un EPS.

Vitamīns D (2000 ME) un omega-3 в одной капсуле каждый день на 2 месяца. Витамин D помогает нормальной работе иммунной системы. Omega-3 жирные кислоты ДГК и ЭПК способствуют нормальной работе сердца*.

* Положительный эффект достигается при ежедневном приеме не менее 250 мг ДГК и ЭПК.

Reklāmas devējs: Orkla Care UAB

UZTURA BAGĀTINĀTĀJS! UZTURA BAGĀTINĀTĀJS
NEAIZSTĀJ PILNVĒRTĪGU UN SABALANSĒTU UZTURU.

ZĀĻU NEPAMATOTA LIETOŠANA
IR KAITĪGA VESELĪBAI!

VITAMĪNI BĒRNIEM

Gumijas konfektes N60



-30%

9.16 € ~~13.09 €~~

Kids multi gummies

Vitamīnu un minerālvielu komplekss. Ieteicams bērniem no 4 gadu vecuma un pieaugušajiem pa 2 konfektem dienā.

Комплекс витаминов и минеральных веществ. Рекомендуется детям с 4-х лет и взрослым по 2 конфеты в день.

Reklāmas devējs: SIA Jonnex Farma

ENERĢIJAI

Putojošās tabletes N15



6⁸⁹

Berocca® Plus

Lieto, lai novērstu B, C grupas vitamīnu un cinka deficītu, kā arī to paaugstinātas nepieciešamības gadījumos, piemēram, intensīvas fiziskās slodzes un ilgstoša stresa laikā. Lietošana: pieaugušajiem un bērniem no 11 g.v. 1 putojošā tablete dienā.

Используется для предотвращения дефицита витаминов группы В, С и цинка, а также в случаях их повышенной необходимости, например, в период интенсивных физических нагрузок и длительного стресса. Использование: взрослым и детям в возрасте от 11 лет - 1 шипучая таблетка в день.

Reklāmas devējs: SIA Bayer L.LVMKT11.2019.1341

Bezrecepšu zāles. Pirms zāļu lietošanas uzmanīgi izlasīt lietošanas instrukciju vai atbilstošu informāciju uz iepakojuma. Konsultēties ar ārstu vai farmaceitu par zāļu lietošanu.

UZTURA BAGĀTINĀTĀJS! UZTURA BAGĀTINĀTĀJS NEAIZSTĀJ PILNVĒRTĪGU UN SABALANSĒTU UZTURU.

ZĀĻU NEPAMATOTA LIETOŠANA IR KAITĪGA VESELĪBAI!

C VITAMĪNS BĒRNIEM

100 mg/ml pilieni iekšķīgai lietošanai, šķīdums 30 ml

6⁴⁹

Cevikap

ACIDUM ASCORBICUM

C vitamīna šķīdums pilieni veidā, radīts īpaši bērniem. Lieto gan profilaksei, gan ārstēšanai. Pilienuš šķīdinātājā, sulā vai pievienot pie ēdiena. Kā norādīts instrukcijā vai uz iepakojuma.

Витамин С в виде капель, создан специально для детей. Принимать для профилактики и лечения недостатка витамина С. Капли растворить в чае, соке или в еде так, как указано в инструкции или на упаковке.

Reklāmas devējs: ZF POLPHARMA S.A. branch in Latvia

Bezrecepšu zāles. Pirms zāļu lietošanas uzmanīgi izlasīt lietošanas instrukciju vai atbilstošu informāciju uz iepakojuma. Konsultēties ar ārstu vai farmaceitu par zāļu lietošanu.



KAULIEM UN ZOBĪEM

Mīkstās kapsulas N60

1+1

10.35 €



Olidextrim 2000 IU

D3 vitamīns pieaugušajiem veicina kalcija un fosfora normālu uzsūkšanos, palīdz uzturēt normālu kalcija līmeni asinīs, kaulu un zobu veselību, normālu muskuļu un imūnsistēmas darbību. 1 kapsula dienā.

Витамин D3 взрослым помогает усваиванию кальция и фосфора, помогает поддерживать нормальный уровень кальция в крови поддерживает здоровье зубов, костей, мышечной и иммунной систем. 1 капсула в день.

Reklāmas devējs: ZF POLPHARMA S.A. branch in Latvia

D3 VITAMĪNS

Tabletes N96

-25%

12.08 € ~~16.40 €~~



ultra Vitamin D 2000 SV

D3 vitamīns svarīgs organisma vispārējās veselības, imunitātes un labsajūtas nodrošināšanai. Iepakojums 3 mēnešu kursam. Piemērots veģetāriešiem.

Витамин D3 поддерживает общее состояние здоровья, иммунную систему и благополучие организма. Для 3-х месячного курса. Подходит для вегетарианцев.

Reklāmas devējs: SIA Taula Rīga

ZĀĻU NEPAMATOTA LIETOŠANA IR KAITĪGA VESELĪBAI!

UZTURA BAGĀTINĀTĀJS! UZTURA BAGĀTINĀTĀJS NEAIZSTĀJ PILNVĒRTĪGU UN SABALANSĒTU UZTURU.

UZTURA BAGĀTINĀTĀJS! UZTURA BAGĀTINĀTĀJS NEAIZSTĀJ PILNVĒRTĪGU UN SABALANSĒTU UZTURU.

IMUNITĀTEI UN ENERĢIJAI

Košļājamās pastilas N120

-25%

13.40 € ~~17.86 €~~

Multi vegan™ GUMMIES

Multi vegan™ GUMMIES – jauni multivitamīni no New Nordic. Gardo pastilu sastāvā 9 vitamīni, kas piemēroti lietošanai visai ģimenei.

Multi vegan™ GUMMIES – это новые мультивитамины от New Nordic. В составе вкусной пастилы 9 витаминов, она удобна для использования всей семьей.



IMUNITĀTES ATBALSTAM

Pastilas N60

-15%

no 8.49 € no 9.99 €



Sambucus

Sastāvā esošais plūškoks *Sambucus nigra* palīdz un atbalsta organisma imūno sistēmu, kā arī palīdz uzturēt elpceļu veselību. Sambucus Kids gummies piemērotas bērniem no 3 gadu vecuma.

Sambucus nigra поддерживает иммунную систему организма.

Reklāmas devējs: A/S Sirowa Rīga

ONKOĻOGISKĀM SASLIMŠANĀM

Proteīna dzēriens 125 ml

-15%

10.10 € ~~11.88 €~~



Nutridrink Protein

Dzēriens ar augstu olbaltumvielu un kaloriju saturu mazā tilpumā. Ieteicams pie nepietiekama uztura, svara zuduma, spēka izsūkuma vai gatavojoties operācijai, ķīmijterapijas un staru terapijas laikā. Kā papildus uztura avots 2 - 3 pudelītes dienā vismaz 2 nedēļas. Īpašiem medicīniskiem nolūkiem paredzēta pārtika. Lietot tikai pēc ārsta ieteikuma un tā uzraudzībā!

Напиток с высоким содержанием белков и калорий в маленьком объеме. Рекомендуется при недостаточном питании, потере веса, нехватки сил или перед операцией, во время химиотерапии и лучевой терапии. Как дополнительное питание 2-3 бутылочки в день как минимум 2 недели. Продукты для специальных медицинских целей. Используйте только по назначению и под наблюдением врача!

Reklāmas devējs: SIA Nutricia

UZTURA BAGĀTINĀTĀJS! UZTURA BAGĀTINĀTĀJS NEAIZSTĀJ PILNVĒRTĪGU UN SABALANSĒTU UZTURU.

UZTURA BAGĀTINĀTĀJS! UZTURA BAGĀTINĀTĀJS NEAIZSTĀJ PILNVĒRTĪGU UN SABALANSĒTU UZTURU.

UZTURA BAGĀTINĀTĀJS! UZTURA BAGĀTINĀTĀJS NEAIZSTĀJ PILNVĒRTĪGU UN SABALANSĒTU UZTURU.

ZIVJU EĻĻĀM* atlaides

līdz **-25%**



1+1

12.99 €



-25%

no 10.77 € no 14.36 €



1+1

19.17 €



-25%

13.61 € 18.15 €



-20%

no 11.87 € no 14.84 €



līdz **-25%**

no 10.02 € no 11.79 €

* Sarakstu ar uztura bagātinātājiem, kuri piedalās akcijā, jautā farmaceitam.

UZTURA BAGĀTINĀTĀJS! UZTURA BAGĀTINĀTĀJS NEAIZSTĀJ PILNVĒRTĪGU UN SABALANSĒTU UZTURU.



LATVIJĀ LABĀKAIS
KLIENTU SERVISS
FARMĀCIJĀ™



Mēness ietekme uz miega kvalitāti. Mīts vai patiesība?

Tas, ka mēness fāzēm varētu būt ietekme uz cilvēka pašsajūtu, pamanīts jau sen – kāds, piemēram, pilnmēness laikā jūtoties nervozs, bet citam ir grūtāk aizmigt. Zinot, cik kvalitatīvam miegam ir būtiska nozīme mūsu veselībā un ikdienas gaitu kvalitātē, rodas jautājums, vai būtu jādomā, kā mēness ietekmi kontrolēt?

“Par mēness ietekmi uz miega kvalitāti ir veikti pētījumi, kas apstiprinājuši, ka tā pastāv,” teic **Dace Bērziņa, Veselības centru apvienības neiroloģe**. Ārste savā praksē ir novērojusi, ka nereti pacientu sūdzības, piemēram, par galvassāpēm, kļūst biežākas tieši pilnmēness laikā. Dažkārt sievietēm arī menstruālā cikla sākums sakrīt ar pilnmēness laiku.

PĒTĪJUMU TĒMAS UN ATKLĀJUMI

Mēness, būdams Zemes pavadonis, atrodas nemitīga kustībā, un gravitācija ir atkarīga no leņķa, kādā Mēness atrodas pret Sauli. Mēness fāžu maiņa atstāj ietekmi uz ūdeni, radot okeānos paisumus un bēgumus. Tāpat dažādi procesi dabā ir cieši saistīti, un cilvēks kā dabas daļa arī ir pakļauts mēness fāžu maiņām.

2003. gadā Bāzeles Universitātē Šveicē tika veikts pētījums, kurā iesaistīja salīdzinoši nelielu cilvēku skaitu, tomēr iegūtie rezultāti ir visnotaļ interesanti un ļauj secināt, kā mēness fāzes ietekmē miega kvalitāti. Tika fiksēts, ka pilnmēnesī cilvēkiem bija nepieciešams aptuveni par piecām minūtēm ilgāks laiks, lai aizmigtu, kā arī tas, ka miega ilgums bija par aptuveni divdesmit minūtēm īsāks. Turklāt pētnieki konstatēja, ka par 30% samazinājās ar dziļo miegu saistītā smadzeņu aktivitāte. Cilvēki bija jutīgāki uz apkārtējiem trokšņiem, ātrāk modās, tādējādi miega kvalitāte bija cietusi. Pētnieki uzskatīja, ka tas nebija saistīts ar gaismu, ko naktī izstaro mēness, jo pētījumā iesaistītie gulēja pilnīgi aptumšotās telpās. Tāpat secināja, ka mēness cikls ietekmē miegu pat tad, kad cilvēks neredz mēnesi un nezina tā faktisko fāzi. Savukārt 2013. gadā veiktais pētījums Ungārijā, Zemmelvisas universitātē (Semmelweis

University), liecina par to, ka miega traucējumi nav saistīti ar gaismu. Un tas nebūt nav viss – pētījumā, kurā alijās 319 cilvēki, veicot tiem somnogrāfiju, pilnmēness laikā novēroja zemāku miega efektivitāti, vājāku dziļā miega fāzi. Savukārt 2009. gadā Braitonā veiktajā pētījumā par noziedzību konstatēja, ka tieši pilnmēness laikā pieauga noziedzīgu darbību skaits un situācijās bija iesaistīts vairāk policijas virsnieku. Tāpat pētījumos fiksēts, ka pilnmēness maina cilvēku uzmanību, viņi kļūst uzbudinātāki, agresīvāki, ka novērota izteiktāka tendence rosīties, kaut ko darīt. Novērots, ka pilnmēness laikā dzīvnieki biežāk sakož cilvēkus. Tieši pilnmēness laikā ir raksturīga arī staigāšana miegā un bieži vien tiek fiksēts lielāks pašnāvību skaits.

Taču, neraugoties uz minēto pētījumu atklājumiem, joprojām aprakstītajos apstākļos vērā ņemama būtu arī citu ar pilnmēnesi tieši nesaistītu faktoru ietekme uz notikumiem un miega kvalitāti.

MĒNESS UN MELATONĪNS

Iepriekš minētais 2003. gadā veiktais pētījums atklāja – pilnmēness laikā asinīs izdalās mazāks melatonīna daudzums.

“Ir viedoklis, ka pilnmēness ietekme uz melatonīna izdalīšanos, iespējams, ir saistīta ar ļoti senu vēsturi, kad cilvēki medija, lai izdzīvotu. Tiek vilktas paralēles pat ar dzīvnieku pasauli – gaišās pilnmēness naktīs dzīvnieki, īpaši – gaļēdāji, ir nomodā un dodas medīt. Trauslāks miegs, protams, tādējādi ir tiem dzīvniekiem, kas var kļūt par medijumu. Arī gaismai ir nozīme melatonīna izdalīšanās procesā. Galvas smadzeņu centrā ir miega pulkstenis, kas reaģē uz gaismu. Jāņem vērā, ka ir pierādīta zilās gaismas, ko izstaro

televizors, dators, telefons, planšete, ietekme uz smadzeņu centru, īpaši, ja šīs ierīces lieto vakarā pirms iemigšanas,” atgādina VCA neiroloģe Dace Bērziņa.

Mēness fāzes mainīt vai atcelt nav mūsu spēkos, taču, ja ir sajūta, ka tās varētu ietekmēt miega kvalitāti, neiroloģe iesaka: “Par miega kvalitāti un režīmu svarīgi atcerēties vienmēr. Pilnmēness laikā jo īpaši vajadzētu izvairīties no jebkādam satraucošām situācijām. Atcerēsimies, ka labāk ir gulēt pilnīgā tumsā, kad logus aizklāj biezi aizkari, kas pasargā no mēness gaismas. Ja patiesi jūtat bažas, tuvojoties pilnmēness fāzei, var lietot kādu medikamentu, kas satur melatonīnu. Šie preparāti organismam nenodarīs pāri, taču ļaus ātrāk iemigt un labāk izgulēties.”

PAPILDINA FARMACEITS

Mēness Aptieka farmaceits Vadims Brižans ārstes sacīto papildina: „Aptiekas plauktos iegādājami daudzveidīgi miega kvalitāti uzlabojoši līdzekļi. Ja nepieciešams, piemērotākos receptu medikamentus varēs piemeklēt ārsts. Tas, ka zāles labi palīdz citam cilvēkam, nenozīmē, ka tās palīdzēs arī jūsu gadījumā. Arī bezrecepšu medikamentos ir miega hormons melatonīns un dažādi iemigšanu veicinoši, nomierinoši līdzekļi. Starp tiem ir līdzekļi, kas satur baldriānu, apīni, melisu, magniju un citas dabīgas izcelsmes vielas. Ja sliktā miega kvalitāte nav saistīta ar nemieru un stresu, tad nomierinošie līdzekļi palīdzēs ierobežotā mērā. Ir uztura bagātinātāji gan ar melatonīnu, gan tā kombinācijām ar ārstniecības augiem un nomierinošo aminoskābi L-teanīnu. Aktīvo vielu saturs tajos ir zemāks nekā bezrecepšu zālēs, tie ir paredzēti profilaktiskai lietošanai.”

ENERĢIJAI UN MUSKUĻIEM

Magnijs 400+B6+B12+B1+
Folskābe N30



-15%

6.71 € 7.89 €

Doppelherz® aktiv

Magnijs veicina normālu muskuļu darbību. B1 veicina normālu sirds darbību. B1, B6 un B12 un magnijs palīdz nodrošināt normālu enerģijas ieguves vielmaiņu un veicina normālu nervu sistēmas darbību.

Магний способствует нормальной функции мышц. B1 способствует нормальному сердцебиению. B1, B6 и B12 и магний помогают поддерживать нормальный энергетический обмен и способствуют нормальной работе нервной системы.

Reklāmas devējs: AS Sirova Rīga

NERVU SISTĒMAI

Tabletes N30



1+1

9.79 €

NERVO MAX

Vitaminu, minerālvielu un augu aktīvo vielu komplekss normālai nervu sistēmas darbībai un miegam, papildināts ar aminoskābēm. Lietošana: pieaugušajiem 1-2 tabletes dienā.

Комплекс витаминов, минералов и активных растительных веществ для нормальной работы нервной системы и для сна, с добавлением аминокислот. Применение: взрослым по 1-2 таблетки в день.

Reklāmas devējs: SIA Jonnex-Farma

UZTURA BAGĀTINĀTĀJS! UZTURA BAGĀTINĀTĀJS
NEAIZSTĀJ PILNVĒRTĪGU UN SABALANSĒTU UZTURU.

UZTURA BAGĀTINĀTĀJS! UZTURA BAGĀTINĀTĀJS
NEAIZSTĀJ PILNVĒRTĪGU UN SABALANSĒTU UZTURU.

NERVU SISTĒMAI

neuroREST kapsulas N24,
neuroOFFICE kapsulas N12



-20%

no 6.52 € no 8.15 €

BioChronoss

neuroREST – miega kvalitātei. Ar Sleep-NR un Rest-NR kompleksu. neuroOFFICE – fiziskajām un garīgajām darbaspējām. Ar NO-Stress un Brain-ON kompleksu.

neuroREST – для качества сна. С комплексами Sleep-NR и Rest-NR. neuroOFFICE – для физической и умственной работоспособности. С комплексами NO-Stress и Brain-ON.

Reklāmas devējs: SanoSwiss, UAB

NERVU SISTĒMAI UN MIEGAM

Kapsulas N30 + N30



1+1

10.29 €

**STOP STRESS®
STOP STRESS® Night**

STOP STRESS® sastāvs veicina normālu nervu sistēmas darbību, mazina nervozitāti un aizkatināmību. Problēmas ar aizmigšanu? Bezmiegs? STOP STRESS® Night var palīdzēt atbrīvoties no bezmiega!

STOP STRESS® снимает раздражительность и нервозность, восстанавливает деятельность нервной системы! Трудности при засыпании, бессонница? Ночная формула STOP STRESS® Night избавит Вас от бессонных ночей!

* Pērkot vienu, otrs tāds pats dāvanā.

Reklāmas devējs: SIA BF-Esse LTD

UZTURA BAGĀTINĀTĀJS! UZTURA BAGĀTINĀTĀJS
NEAIZSTĀJ PILNVĒRTĪGU UN SABALANSĒTU UZTURU.

UZTURA BAGĀTINĀTĀJS! UZTURA BAGĀTINĀTĀJS
NEAIZSTĀJ PILNVĒRTĪGU UN SABALANSĒTU UZTURU.

NERVU SISTĒMAI

Tabletes N60



1+1

10.89 €

MAGNESIUM B6 MAX

Magnijs un B6 vitamīns palīdz samazināt nogurumu un neapēku. Magnijs veicina normālu muskuļu darbību. Lietošana: pieaugušajiem 1 tablete dienā, uzdzerot glāzi ūdeni.

Магний и витамин B6 помогают уменьшить усталость и апатию. Магний способствует нормальной работе мышц. Применение: взрослым 1 таблетка в день, запивая стаканом воды.

Reklāmas devējs: SIA Jonnex-Farma

UZTURA BAGĀTINĀTĀJS! UZTURA BAGĀTINĀTĀJS
NEAIZSTĀJ PILNVĒRTĪGU UN SABALANSĒTU UZTURU.



MĒNESS APTIEKA
Ar īpašām rūpēm par Jums!

**AR ĪPAŠĀM RŪPĒM PAR JUMS
PĒC REKONSTRUKCIJAS ESAM
ATVĒRUŠI APTIEKAS:**

- **Ogrē**
Brīvības ielā 22
Rīgas ielā 23, (t/c Dauga)
- **Valmierā**
Rīgas ielā 46 (t/c Maxima)

Aptiekas darba laiku varat noskaidrot: <https://www.menessaptieka.lv/apteikas>

SAAUKSTĒŠANĀS UN IESNU LAIKĀ

Gels 20 g, gels ar pipeti, izsmidzināms līdzeklis 20 ml

-15%

no 3.59 € no 4.22€



Rinogel

Dabīgi līdzekļi saaukstēšanās un iesnu laikā, no 3 gadu vecuma. Rinogel-Silvanols un Rinogel spray satur smiltērskāši, dižegles, eikalipta un piparmētru eļļas. Izmēģinī Rinogel drops, kas mitrina, aizsargā un atvieglo elpošanu!

Натуральные средства при простуде и насморке, с 3-летнего возраста. Rinogel-Silvanols гел и Rinogel spray аэрозоль содержит масла облепихи, пихты, эвкалипта и мяты перечной. Попробуйте Rinogel drops, которые увлажняют и облегчают дыхание!

Reklāmas devējs: SIA Silvanols

PRET SAAUKSTĒŠANOS UN GRIPU

Pilieni 20 ml 5.69 €, pilieni 50 ml 8.99 €

no 5⁶⁹



AFLUBIN®

Homeopātiskas zāles gripas un saaukstēšanās profilaksei un ārstēšanai. Pilieni piemēroti pieaugušajiem un bērniem no 1 gada vecuma.

Гомеопатическое лекарство для профилактики и лечения гриппа и простуды. Для взрослых и детей от 1 года.

Reklāmas devējs: SIA Omega Pharma Baltics

Bezrecepšu zāles. Pirms zāļu lietošanas uzmanīgi izlasīt lietošanas instrukciju vai atbilstošu informāciju uz iepakojuma. Konsultēties ar ārstu vai farmaceitu par zāļu lietošanu.

ZĀĻU NEPAMATOTA LIETOŠANA IR KAITĪGA VESELĪBAI!

PRET SAAUKSTĒŠANOS

Cietās kapsulas N24

4⁹⁶



GRIPPOSTAD C

PARACETAMOLUM, ACIDUM ASCORBICUM, COFFEINUM, CHLORPHENAMINI MALES

Grippostad C ir zāles gripai līdzīgu simptomu un saaukstēšanās simptomu mazināšanai. Devas un lietošana pieaugušajiem un pusaudžiem, kuri vecāki par 12 gadiem ir 2 kapsulas 3 reizes dienā.

Grippostad C лекарство для уменьшения симптомов похожих на грипп и простуду. Дозы и применение взрослым и подросткам старше 12 лет: по 2 капсулы 3 раза в день.

Reklāmas devējs: SIA Jonnex-Farma

Bezrecepšu zāles. Pirms zāļu lietošanas uzmanīgi izlasīt lietošanas instrukciju vai atbilstošu informāciju uz iepakojuma. Konsultēties ar ārstu vai farmaceitu par zāļu lietošanu.

ZĀĻU NEPAMATOTA LIETOŠANA IR KAITĪGA VESELĪBAI!

PRET KAKLA SĀPĒM

Tabletes N16 6.39 €, N24 8.46 €

no 6³⁹



Strepsils® Intensive

FLURBIPROFENUM

Palīdz novērst kakla iekaisuma simptomus. Sastāvā esošai aktīvai vielai Flurbiprofēnam piemīt spēcīga pretsāpju, pretdrudža un pretiekaisuma darbība. Pieaugušiem un bērniem no 12 gadu vecuma.

Помогает предотвратить симптомы боли в горле. Действующее вещество флурбипрофен обладает сильным обезболивающим, жаропонижающим и противовоспалительным действием. Для взрослых и детей от 12 лет.

Reklāmas devējs: Reckitt Benckiser

Bezrecepšu zāles. Pirms zāļu lietošanas uzmanīgi izlasīt lietošanas instrukciju vai atbilstošu informāciju uz iepakojuma. Konsultēties ar ārstu vai farmaceitu par zāļu lietošanu.

PRET KAKLA SĀPĒM

1,5 mg/5,0 mg/ml aerosols izsmidzināšanai mutes dobumā, šķīdums 30 ml 6.46 €, 3 mg/1 mg sūkājamas tabletes N16 6.36 €, ar citronu un plūškoku 3 mg/1mg sūkājamas tabletes N16 6.46 €

no 6³⁶



Septabene

BENZYLAMINI HYDROCHLORIDUM, CETYLPIRIDINI CHLORIDUM

Septabene – unikāla aktīvo vielu kombinācija! Aerosolam un sūkājāmām tabletēm piemīt pretsāpju, pretiekaisuma un antiseptiska darbība. Lietošana: no 6 g.v. - 12 g.v.: Septabene tabletes: 3 tabletes dienā ik pēc 3-6 h. Septabene aerosols: 1 izsmidzinājums 3-5 reizes dienā. No 12 g.v.: Septabene tabletes: 3-4 tabletes dienā ik pēc 3-6 h. Septabene aerosols: 2 izsmidzinājumi 3-5 reizes dienā.

Уникальная комбинация активных веществ Septabene! Аэрозолю и таблеткам присуще обезболивающее, противовоспалительное и антисептическое воздействие.

Reklāmas devējs: SIA „KRKA Latvija”

Bezrecepšu zāles. Pirms zāļu lietošanas uzmanīgi izlasīt lietošanas instrukciju vai atbilstošu informāciju uz iepakojuma. Konsultēties ar ārstu vai farmaceitu par zāļu lietošanu.

ZĀĻU NEPAMATOTA LIETOŠANA IR KAITĪGA VESELĪBAI!

PRET SĀPĒM KAKLĀ

Pulveris paciņās N15

8⁷⁹



Furasol®

FURAGINUM SOLUBILE

Furasol® – mutes dobuma un rīkles iekaisuma, inficētu brūču, apdegumu, strutainu iekaisumu ārstēšanai. Lietošana: mutes dobuma un rīkles skalošanai 2-3 x dienā. Inficētu brūču, apdegumu un strutainu iekaisumu apstrādei 1-2 x dienā.

Furasol® – для лечения воспаления полости рта и горла, инфицированных ран, ожогов, гнойных воспалений. Для полоскания ротовой полости и горла: 1 пакет на 200 мл горячей кипяченой воды, использовать 2-3 раза в день.

Reklāmas devējs: AS Olainfarm

Bezrecepšu zāles. Pirms zāļu lietošanas uzmanīgi izlasīt lietošanas instrukciju vai atbilstošu informāciju uz iepakojuma. Konsultēties ar ārstu vai farmaceitu par zāļu lietošanu.

ZĀĻU NEPAMATOTA LIETOŠANA IR KAITĪGA VESELĪBAI!

IMUNITĀTEI

Pastilas N20, aerosols 20 ml

-30%

no 5.66 € no 8.09€



LARYGUARD®

Laryguard® sastāvā esošais cinks, C vitamīns veicina un palīdz uzturēt normālu imūnsistēmas darbību. Nesatur cukuru. Bērniem no 3 gadu vecuma.

Laryguard содержит цинк и витамин С способствует и помогает поддерживать нормальную иммунную функцию.

Reklāmas devējs: A/S Sirowa Riga

UZTURA BAGĀTINĀTĀJS! UZTURA BAGĀTINĀTĀJS NEAIZSTĀJ PILNVĒRTĪGU UN SABALANSĒTU UZTURU.

DEGUNA ĢĻOTĀDAS HIGIĒNAI

Aerosols 150 ml, pilieni 5 ml, N18

-10%

no 8.05 € no 8.94 €



Humer

Humer – vairāk nekā jūras ūdens! Izotonisks, neatšķaidīts, 100% jūras ūdens deguna ģlotādas mitrināšanai un ikdienas higiēnai. Piemērots zīdaiņiem no 1 mēneša, bērniem un pieaugušajiem.

Humer – больше, чем морская вода! Изотоническая, неразбавленная, 100% морская вода для увлажнения слизистой оболочки носа и ежедневной гигиены. Подходит для малышей от 1 месяца, детей и взрослых.

Medicīnas prece

Reklāmas devējs: SIA G.Miežis Arsts

ALERĢISKĀ RINĪTA SIMPTOMI

50 mikrogrami/ izsmidzinājuma deguna aerosols, suspensija

10⁰⁶

Flixonase

FLUTICASONI PROPIONAS

Simptomātiski ārstē alerģisku rinītu, kura cēlonis ir siena drudzis vai citi gaisā esoši alergēni. Pieaugušiem no 18 gadu vecuma: 2 devas katrā nāsī 1 reizi dienā. Kad simptomi tiek kontrolēti - 1 deva katrā nāsī 1 reizi dienā.

Симптоматически лечит аллергический ринит, вызванный сенной лихорадкой или другими аллергенами. Взрослые старше 18 лет: по 2 впрыскивания в каждый носовой ход 1 раз в сутки. После достижения контроля симптомов - 1 впрыскивание в каждую ноздрю 1 раз в сутки.

Reklāmas devējs: GlaxoSmithKline Latvija SIA, CHLV/CHFLX/0010/19/NOV

Bezrecepšu zāles. Pirms zāļu lietošanas uzmanīgi izlasīt lietošanas instrukciju vai atbilstošu informāciju uz iepakojuma. Konsultēties ar ārstu vai farmaceitu par zāļu lietošanu.

ZĀĻU NEPAMATOTA LIETOŠANA IR KAITĪGA VESELĪBAI!

ROKU KOPŠANAI*

4.59 €



* Kosmētika

SIRDIJ UN ASINSRITEI

11.05 €



FOSFOLIPĪDI

8.10 €



KUŅĀ - ZARNU TRAKTAM

10.00 €



6.10 €



1+1*

ELPCEĻIEM

5.49 €



MULTIVITAMĪNI VĪRIETIM

17.96 €



IMUNITĀTEI

10.28 €



SIEVIETES SKAISTUMAM

18.49 €



ELPCEĻIEM

6.79 €



* Pēc vienu, otrs tāds pats dāvanā.

UZTURA BAGĀTINĀTĀJS! UZTURA BAGĀTINĀTĀJS NEAIZSTĀJ PILNVĒRTĪGU UN SABALANSĒTU UZTURU.

5.99



DĀVANA

Pērkot EASY BREATHE ICELAND MOSS SYRUP 120 ml*,
DĀVANĀ
EASY BREATHE OTERINO OINTMENT 15 ml

6.17



DĀVANA

Pērkot EASY BREATHE PERTUSIN SYRUP 120 ml*,
DĀVANĀ
EASY BREATHE OTERINO NASAL DROPS 10 ml

5.99



DĀVANA

Pērkot EASY BREATHE PINI PLUS SYRUP 120 ml*,
DĀVANĀ
EASY BREATHE NEO SPRAY 20 ml*

8.15



DĀVANA

Pērkot EASY BREATHE HOT DRINK N10*,
DĀVANĀ
EASY BREATHE LORO SPRAY 20 ml*

*UZTURA BAGĀTINĀTĀJS. UZTURA BAGĀTINĀTĀJS NEAIZSTĀJ PILNVĒRTĪGU UN SABALANSĒTU UZTURU.

PRET VĒDERA UZPŪŠANOS

240 mg mikstās kapsulas N10, N60, Baby pilieni ar aveņu garšu 30 ml

-15%

no 1.94 € no 2.28 €

Simetigast FORTE

Puncišiem pret gāzītēm! Atvieglo zidaiņiem un pieaugušiem kolikas, vēdera uzpūšanos, diskomfortu, kas saistīts ar gāzu uzkrāšanos. Zidaiņiem tikai 3 pilieni 6 x dienā! Pieaugušiem 1 kapsula 2 x dienā.

Животикам от газиков! Облегчает малышам и взрослым вздутие живота, колики, чувство перенатопления. Малышам только 3 капли 6 x день. Взрослым одна капсула два раза в день.

Reklāmas devējs: ZF POLPHARMA S.A. branch in Latvia



PRET DEDZINĀŠANU KUŅĢI

20 mg cietās kapsulas N14

2.79

Omeprazole Olainfarm

OMEPRAZOLUM

Samazina kuņģa skābes daudzumu, mazinot dedzināšanas sajūtu un skābo garšu mutē. Lietot vienu 20 mg kapsulu dienā. Lai panāktu pašajūtas uzlabošanu, kapsulas nepieciešams lietot 2-3 dienas pēc kārtas.

Уменьшает количество кислоты в желудке, уменьшая жжение и кислый вкус во рту. Одна капсула 20 мг в день. Для улучшения самочувствия, капсулы следует принимать в течение 2-3 дней подряд.

Reklāmas devējs: AS Olainfarm

Bezrecepšu zāles. Pirms zāļu lietošanas uzmanīgi izlasīt lietošanas instrukciju vai atbilstošu informāciju uz iepakojuma. Konsultēties ar ārstu vai farmaceitu par zāļu lietošanu.



ZĀĻU NEPAMATOTA LIETOŠANA IR KAITĪGA VESELĪBAI!

NOVĒRŠ DEDZINĀŠANAS SAJŪTU

JAUNUMS!

Košājamas tabletes N12

-15%

3.60 € 4.23 €



Ranigast S-O-S

Zibenīgi atvieglo dedzināšanu! Paredzēts gastroezofageālā skābes atvīlna simptomu (grēmu un vēdersāpju) mazināšanai. Ir efektīvs neatkarīgi no problēmas pamatcēloņa. 2 tabletes pēc galvenās maltītes.

Молниеносно облегчает изжогу! Показан для уменьшения симптомов желудочно-пищеводного рефлюкса (изжога, боль в животе). Эффективен не зависимо от причины проблемы. 2 таблетки после основного приема пищи.

Medicīniska ierīce.

Reklāmas devējs: ZF POLPHARMA S.A. branch in Latvia

GREMOŠANAS FERMENTI

Tabletes N15

1+1

4.10 €



GASTRONEX

Satur enzīmus amilāzi un proteāzi, kā arī papaijas (Carica papaya L.) augļu enzīmu - papaīnu. Sastāvā esošais kalcijs palīdz nodrošināt normālu gremošanas fermentu darbību.

Содержит энзимы амилазу и протеазу, а также энзим папайи (Carica papaya L.) - папайн. Входящий в состав кальций помогает обеспечить нормальную работу пищеварительных ферментов.

Reklāmas devējs: SIA Jonnex-Farma

UZTURA BAGĀTINĀTĀJS! UZTURA BAGĀTINĀTĀJS NEAIZSTĀJ PILNVĒRTĪGU UN SABALANSĒTU UZTURU.

PRET SĀPĒM VĒDERĀ

10 mg apvalkotās tabletes N20

4.99



BUSCOPAN®

HYOSCINI BUTYLBROMIDUM

Greimošanas un urogenitālā trakta spazmas, žultsceļu spazmas un diskinezija. Lietošana: pieaugušajiem un bērniem no 6 g.v.: pa 1-2 tabletēm 3-5 reizes dienā.

Спазмы желудочно-кишечного и урогенитального тракта, спазмы и дискинезия желчевыводящих путей. Применение: взрослые и дети от 6 лет: 1-2 таблетки 3-5 раз в день.

Reklāmas devējs: Ipsen Pharma. BUS-LV-000015 Sagatavots: 09.2020

Bezrecepšu zāles. Pirms zāļu lietošanas uzmanīgi izlasīt lietošanas instrukciju vai atbilstošu informāciju uz iepakojuma. Konsultēties ar ārstu vai farmaceitu par zāļu lietošanu.

ZĀĻU NEPAMATOTA LIETOŠANA IR KAITĪGA VESELĪBAI!

AIZCIETĒJUMU NOVĒRŠANAI

625 mg/90 mg/9 mg/ml rektālais šķīdums N4 5.86 €, N12 14.79 €

5.86



Microlax

SORBITOLUM, NATRII CITRAS, NATRII LAURILSULFOACETAS

Iedarbojas 5 - 15 min. laikā, mikstinot un sašķidrinoz izkārnījumus. Driķst lietot grūtniecības un bērna barošanas ar krūti laikā. 1 Microlax tūbiņas saturu ievada taisnajā zarnā. Bērniem līdz 3 g. uzgali ievadīt līdz pusei.

Действует в течение 5-15 минут, смягчая и разжижая стул. Может использоваться во время беременности и кормления грудью. Содержимое 1 тубика Microlax вводит в прямую кишку. Детям до 3 лет законечник вводить до половины.

Reklāmas devējs: Cilag GmbH International pārstāvēniecība Latvijā. LV-MX-2100001

Bezrecepšu zāles. Pirms zāļu lietošanas uzmanīgi izlasīt lietošanas instrukciju vai atbilstošu informāciju uz iepakojuma. Konsultēties ar ārstu vai farmaceitu par zāļu lietošanu.

PROBIOTIKAS

ACTIO kapsulas N15, N30, BABY drops pilieni 10 ml, Jogurt KID pilieni 10 ml

-15%

no 6.91 € no 8.13 €



Jogurt

Augstākās kvalitātes mikrokapulētas probiotikas visai ģimenei. Jogurt ACTIO kapsulas pieaugušajiem un bērniem no 6 gadiem. Jogurt Babydrops pilieni zidaiņiem. Jogurt KID tabletes bērniem no 3 gadiem.

Высококачественные молочнокислые бактерии для всей семьи. Jogurt ACTIO капсулы взрослым и детям с 6 лет. Jogurt KID таблетки для детей старше 3 лет. Jogurt BABYdrops капли для детей с рождения.

Reklāmas devējs: AS Olainfarm

UZTURA BAGĀTINĀTĀJS! UZTURA BAGĀTINĀTĀJS NEAIZSTĀJ PILNVĒRTĪGU UN SABALANSĒTU UZTURU.

PROBIOTIKAS

Pulveris N10

-40%

7.19 € 11.99 €



Lactobex®

Jaunākās paaudzes pienskābo un bifidobaktēriju komplekss ar unikālu patentētu dubulto apvalku, kas garantē baktēriju izdzīvošanu līdz 100 reizēm vairāk nekā bez apvalka.

Комплекс молочнокислых и бифидобактерий нового поколения с уникальной запатентованной двойной оболочкой, гарантирующей выживание бактерий до 100 раз больше, чем бактерий без оболочки.

Reklāmas devējs: AS "Grindeks"

UZTURA BAGĀTINĀTĀJS! UZTURA BAGĀTINĀTĀJS NEAIZSTĀJ PILNVĒRTĪGU UN SABALANSĒTU UZTURU.

ZĀĻU NEPAMATOTA LIETOŠANA IR KAITĪGA VESELĪBAI!

REHABILITĀCIJA PĒC COVID-19

Rehabilitācijas programma pēc pārslimotas Covid-19 vīrusa infekcijas

Galvenās Covid-19 komplikācijas:

- Elpas trūkums;
- Ilgstošas sūdzības par nespēku;
- Muskuļu vājums;
- Aizdusa;
- Ilgstošs klepus;
- Kognitīvie traucējumi u.c.

Rehabilitācijas programmas rezultāti:

- Tiek uzlabota elpošanas funkcija;
- Uzlabojas plaušu ventilācija;
- Uzlabojas bronhu drenāža;
- Samazinās muskuļu vājums;
- Palielinās fiziskā izturība;
- Stabilizējas emocionālais stāvoklis u.c.

Pieteikties

 epoliklinika.lv
 8828  677 999 77
 vca.lv

Ārstniecības iestādes kods: 0100-64120



**IEPĒRCIES
DROŠI**

www.e-menessaptieka.lv

MĒNESS APTIEKA
Ar īpašām rūpēm par Jums!



8555



www.e-menessaptieka.lv



**RECEPŠU ZĀĻU
PIEGĀDE
UZ MĀJĀM**

Darba dienās 9 - 18

**PASŪTI PRECI
NEIZEJOT
NO MĀJĀM**

**REZERVĒ MEDIKAMENTUS
UN CITAS PRECES
Mēness Aptieka**

**MOBILAJĀ APLIKĀCIJĀ
VAI www.menessaptieka.lv**

A VITAMĪNA AVOTS

Kapsulas N40

-15%

2.63 € 3.09 €



VITAMĪNS A

Nepieciešams redzes orgānu darbībai, stimulē adās reģenerāciju, rada pozitīvu ietekmi uz asaru, tauku, sviedru dziedzeru funkciju, uzlabo organisma pretošanos infekcijām.

Необходим для работы органов зрения, стимулирует регенерацию кожи, положительно влияет на функцию слезной, жировой, потовых желез, повышает сопротивляемость организма инфекциям.

UZTURA BAGĀTINĀTĀJS! UZTURA BAGĀTINĀTĀJS NEAIZSTĀJ PILNVĒRTĪGU UN SABALANSĒTU UZTURU.

KAIRINĀTĀM ACĪM

Acu pilieni

-15%

no 6.30 € no 7.41 €



Starazolin

Ātrs atvieglojums un ilgstoša mitrināšana sausām, nogurušām un kairinātām acīm! Cilvēkiem ar sausās acs sindromu, cilvēkiem, kas strādā ar datoru un kontaktlēcu valkātājiem. 2 pilieni 3 x katrā aci.

Быстрое облегчение и длительное увлажнение для сухих, уставших и раздраженных глаз! Людям с синдромом сухих глаз, людям, работающим за компьютером, тем, кто носит контактные линзы. 2 капли 3 x в день.

UZTURA BAGĀTINĀTĀJS! UZTURA BAGĀTINĀTĀJS NEAIZSTĀJ PILNVĒRTĪGU UN SABALANSĒTU UZTURU.

REDZEI

Tabletes N60

-40%

3.24 € 5.40 €



MELLENE MAX ar vitamīniem un cinku

A, B2 vitamīni un cinks palīdz uzturēt normālu redzi. Cinks palīdz nodrošināt normālu A vitamīna vielmaiņu. Lietošana: Pieaugušajiem un bērniem no 12 gadu vecuma pa 1 tableti dienā.

Витамины А, В2 и цинк помогают поддерживать нормальное зрение. Цинк помогает обеспечить нормальный метаболизм витамина А. Применение: Взрослым и детям старше 12 лет по 1 таблетке в день.

Reklāmas devējs: SIA Jonnex-Farma

UZTURA BAGĀTINĀTĀJS! UZTURA BAGĀTINĀTĀJS NEAIZSTĀJ PILNVĒRTĪGU UN SABALANSĒTU UZTURU.

JUTĪGĀM UN SAUSĀM ACĪM

Mitrinoši pilieni acīm 15 ml

-30%

7.77 € 11.10 €



OCUTEIN Sensitive PLUS

OCUTEIN Sensitive PLUS – mitrinoši pilieni acīm ar hialuronu un melleņu ekstraktu. Mitrina, palīdz mazināt kairinājumu, veicina acu reģenerāciju, piemēroti lietošanai kontaktlēcu nēsāšanas gadījumā.

OCUTEIN Sensitive PLUS – капли с гиалуроном и экстрактом черники для глаз. Увлажняют, помогают уменьшить раздражение, поддерживают регенерацию глаз, подходят при ношении контактных линз.

Medicīnas ierīce.

Reklāmas devējs: SanoSwiss, UAB

UZTURA BAGĀTINĀTĀJS! UZTURA BAGĀTINĀTĀJS NEAIZSTĀJ PILNVĒRTĪGU UN SABALANSĒTU UZTURU.

ACĪM

Kapsulas N30

-30%

no 12.10 € no 17.29 €



OCUTEIN

OCUTEIN FORTE – sausām acīm ar 15 mg luteīna un omega-3. OCUTEIN RETIN – mikroциркулācijai ar luteīnu 20 mg un ginkgo 45 mg. OCUTEIN BRILLANT – nogurušām acīm ar lielu 25 mg luteīna devu.

OCUTEIN FORTE – для сухих глаз, с лютеином 15 мг и омега-3. OCUTEIN RETIN – для микроциркуляции, с лютеином 20 мг + гинкго 45 мг. OCUTEIN BRILLANT – для усталых глаз, с высокой дозой лютеина 25 мг.

Reklāmas devējs: SanoSwiss, UAB

UZTURA BAGĀTINĀTĀJS! UZTURA BAGĀTINĀTĀJS NEAIZSTĀJ PILNVĒRTĪGU UN SABALANSĒTU UZTURU.

ACĪM

Tabletes N30, tabletes N28+kapsulas N28

-25%

no 15.88 € no 21.17 €



VISIONACE®

VISIONACE® satur melleņu ogu ekstraktu, luteīnu, A, B2 vitamīnus un cinku, kas palīdz uzturēt normālu redzi. VISIONACE® PLUS sastāvs papildināts ar omega-3 kapsulu un lielāku luteīna devu.

VISIONACE® содержит экстракт черники, лютеин, витамины А, В2 и цинк, который помогает поддерживать нормальное зрение. VISIONACE® PLUS составе добавлена капсула омега-3 и более высокие дозы лютеина.

Reklāmas devējs: SIA Taula Rīga

UZTURA BAGĀTINĀTĀJS! UZTURA BAGĀTINĀTĀJS NEAIZSTĀJ PILNVĒRTĪGU UN SABALANSĒTU UZTURU.

SIEKALU TESTU KOMPLEKTI COVID-19 TESTĒŠANAS PARAUGU NODOŠANAI CENTRĀLAJĀ LABORATORIJĀ



Ērtāka, ātrāka un pieejamāka iespēja koronavīrusa 2019-nCoV RNS noteikšanai

- Siekalu paraugu iegūsti mājās vidē bez diskomforta un savāktu materiālu nogādā *Centrālajā laboratorijā*
- Metodes atbilstība *Centrālajā laboratorijā* ir pārbaudīta (validēta) atbilstoši Latvijā izvirzītajām laboratorisko izmeklējumu prasībām
- Laboratoriskais izmeklējums tiek veikts, izmantojot polimerāzes ķēdes reakciju (PĶR) – metodi, ko izmanto iztriepju testēšanai, kas ņemtas no deguna-riekles gļotādas

€ 3³⁵

MĒNESS APTEIKA

komplekts siekalu paraugu savākšanai Covid-19 testam

€ 27

CL

Centrālā Laboratorija
www.laboratorija.lv

siekalu testa parauga testēšana *Centrālajā laboratorijā*

iegādājies arī

www.e-menessaptieka.lv

Šis ir skrīninga tests – ja rezultāts ir bijis pozitīvs, lai pārtrauktu pašizolāciju vai karantīnu, jāiegūst negatīvs deguna-riekles iztriepes tests.



LATVIJĀ LABĀKAIS
KLIENTU SERVISS
FARMĀCIJĀ™

REIBONI. Kad jāceļ trauksme?

Nav jābūt nopietni slimam, lai sajustu reiboni – to var radīt arī kāds īslaicīgs organisma stāvoklis. Tomēr ir svarīgi zināt, kā sev palīdzēt un kad nepieciešams vērsties pēc palīdzības pie ārsta. *Mēness Aptieka* farmaceiti vaicā padomu ekspertei – **neiroloģei Dacei Bērziņai**.

KAS IEGRIEŽ PASAULI?

“Nereti cilvēki par reiboni nodēvē ķermeņa nestabilitāti, taču tas ir kas cits. Reiboņa sajūta var būt divējāda – pasaule griežas ap tevi vai arī griežies tu pats. Reiboni, kad pasaule griežas ap tevi kā vilciņš, sauc par sistematizētu reiboni (*vertigo*). Savukārt tad, kad ir sajūta, ka it kā nēsā šurp turp, var domāt par nesistematizētu reiboni,” skaidro **Dace Bērziņa, Veselības centru apvienības neiroloģe**.

Ārste piebilst, ka tad, ja ir vilciņa sajūtas reibonis, vajadzētu vērsties pie ārsta vai, iespējams, pat nepieciešams izsaukt neatliekamo medicīnisko palīdzību. Taču, ja vilciņa sajūta ir īsu brīdi – līdz vienai minūtei – medicīniskā palīdzība nav jāsauc. Tādā gadījumā, visticamāk, pie vainas ir kristāliņi, kas atrodas iekšējā ausī.

AIZBĒGUŠAIS KRISTĀLIŅŠ

“Iekšējā ausī, kurā atrodas šķidrums jeb limfa, ir membrāna, pie kā turas kristāliņi. Tomēr kaut kāda iemesla dēļ, piemēram, veicot asāku kustību, kristāliņi no membrānas var atrauties. Tie mēdz ieslīdēt pusloka kanālos, kas atbildīgi par līdzsvaru un koordināciju. Uzsākot kustību ar galvu vai ķermeni, kristāliņš spēcīgi kairina receptorus. Ja ķermeņa vai galvas kustību pārtrauc, arī kristāliņš vairs nekairina. To sauc par labdabīgu stāvokļa atkarīgu reiboni, un parasti tad ir reiboņa sajūta konkrētā virzienā un īsu brīdi,” skaidro neiroloģe un iesaka sameklēt internetā eplej manevru (*Epley maneuver*) – īpaši izstrādātus vingrinājumus, ko veic, lai kristāliņu no pusloka kanāla dabūtu ārā.

“Pildot vingrinājumu, parasti reibst galva, un tādēļ cilvēki nereti pārtrauc to darīt, taču tas nav pareizi. Reibonis jāpārdzīvo, un poza būtu jānotur 60 sekundes, lai pa smaguma gradientu kristāliņš lēni nosēstos zemākajā

punktā. Vingrinājums palīdz kristāliņam iziet no pusloka kanāla un nokļūt atpakaļ vietā, kur tam ir jāatrodas. Vingrinājums jāveic trīs reizes dienā trīs dienas pēc kārtas. Pirms vingrinājuma izpildes gan ir svarīgi saprast, uz kuru pusi reibs – no kreisās uz labo vai otrādi. Tas ļaus secināt, kurā ausī kristāliņš ir mainījis vietu. Ja zināms, kura auss ir pie vainas, uz tiem sāniem jācenšas negulēt,” teic „Mēness aptiekas” eksperte. Ārste norāda, ka kristāliņa izslīdēšana no vietas nav vienīgais ar ausīm saistītais iemesls, kas var izraisīt reiboņus. Nereti tie rodas kādas vidusauss slimības dēļ vai tādēļ, ka vienā un otrā vidusausī ir spiediena atšķirības.

MĪKSTĀS PĒDAS

Dažkārt pacienti sūdzas neiroloģei, ka ejot it kā šūpo, nēsā. Šādos gadījumos ne vienmēr pie vainas ir ausis vai galvas smadzenes, bet gan kājas.

“Svarīgi, cik labi cilvēks sajūt kāju pēdas, jo arī nepareiza jušana pēdās var radīt reiboņu sajūtu. Tas mēdz notikt, ja ir polineuropātija vai kāda muguras slimība ar vairāku nervu saknīšu bojājumu. Kad mugurkaulā vairākas nervu saknītes ir iespiestas, ir traucēta pēdas stāvokļa jušana, un var būt sūdzības arī par reiboni līdzīgu nestabilitāti. Šādos gadījumos ir diezgan grūti palīdzēt, jo, pat lietojot medikamentus, stabilitātes sajūta atjaunojas ļoti lēni. Turklāt polineuropātijai ir tendence ar laiku pastiprināties.”

MIRKĻA VĀJUMS

Īslaicīga nestabilitāte, mainot pozu, nereti ir saistīta ar asinsvadu elastīgumu un asinsspiediena īslaicīgām svārstībām. “Ir sindroms, ko sauc par ortostatisku hipotensiju. Tas nozīmē arteriālā spiediena krišanos, pieceļoties stāvus no guļus stāvokļa. Šis stāvoklis ilgst vismaz trīs minūtes, un tā

laikā sistoliskais asinsspiediens krītas vairāk nekā par 20 mmHg, diastoliskais – vairāk nekā par 10 mmHg. Šo problēmu nevajadzētu atstāt bez ievērības. Ieteicams konsultēties ar ārstu, lai izņemtu par turpmākās diagnostikas nepieciešamību un terapiju.

KAD VAJADZĪGA STEIDZAMA PALĪDZĪBA

Ja reiboni atkārtojas bieži un nav atkarīgi no pozas maiņas, ja tos pavada slikta dūša, vemšana, ja nav iespējams ne pakustēties, ne ēst, noteikti jāmeklē medicīniskā palīdzība. *Mēness Aptiekas* eksperte skaidro: “Šādu simptomu iemesli vai būt dažādi. Viens no tiem – līdzsvara nerva iekaisums, ko var novērst ar specifisku terapiju. Otrs iemesls – neliels insults vietā, kam saistība ar līdzsvaru. Bet, ja ir vērojama arī vienas sejas puses notirpšana vai neveiklība rokā, kājā, vai, ja, izbāzot mēli, tās galiņš liecas uz vienu pusi, tie ir insulta simptomi, un neatliekama palīdzība jāizsauc nekavējoties. Saņemot atbilstošu palīdzību pirmajās piecās stundās pēc simptomu parādīšanās, var novērst paliekošas insulta sekas.”

SECINĀJUMS

Reiboņu rašanos provocē dažādi iemesli un apstākļi – dziļā jušana, auss slimības, vidusauss problēmas, spiediena izmaiņas, insults, neirīts. Ja reibonis ir piedzīvots pirmo reizi un tas ilgst vairāk par minūti, noteikti jāmeklē ārsta palīdzība, jo ir svarīgi noskaidrot reiboņa iemeslu. Ja atkārtojas īslaicīgi reiboni un ir zināms, kādēļ tie rodas, ikreiz saukt neatliekamo palīdzību nebūtu nepieciešams, taču, ja piemeklē reibonis, kāds nekad iepriekš nav bijis, jānododas pie ārsta vai, iespējams, jāizsauc neatliekamā medicīniskā palīdzība. Īpaši operatīvi tas darāms, ja vērojams kāds no iepriekšminētajiem insulta simptomiem, uzsver VCA neiroloģe Dace Bērziņa.



MAZINA ALERĢIJAS SIMPTOMUS

10 mg tabletes N10



5⁴⁹

Claritine®
LORATADINUM

Klīniski pārbaudīts un efektīvs risinājums alerģiskā rinīta un nātrenes simptomātiskai ārstēšanai. Lietošana: pieaugušajiem un bērniem no 6 g.v., kuru ķerm. masa pārsniedz 30 kg, 1 tablete reizi dienā.

Клинически проверенное и эффективное решение для симптоматического лечения аллергического ринита и крапивницы. Использование: взрослым и детям от 6 лет весом более 30 кг - 1 таблетка 1 раз в день.

Reklāmas devējs: SIA Bayer L.L.V.MKT04.2020.1363

Bezrecepšu zāles. Pirms zāļu lietošanas uzmanīgi izlasīt lietošanas instrukciju vai atbilstošu informāciju uz iepakojuma. Konsultēties ar ārstu vai farmaceitu par zāļu lietošanu.

ZĀĻU NEPAMATOTA LIETOŠANA IR KAITĪGA VESELĪBAI!

ATMIŅAI

40 mg apvalkotās tabletes N90



19¹⁹

Tanakan®

GINKGO BILOBAE EXTRACTUM NORMATUM (EGb761®)

Simptomātiskai kognitīvo traucējumu un vieglas demences ārstēšanai pieaugušajiem. Lietošana: pa trīs tabletēm divas reizes dienā.

Для симптоматического лечения когнитивных нарушений и лёгкой деменции у взрослых. Применение: по три таблетки два раза в день.

Reklāmas devējs: Ipsen Pharma. TAN-LV-000067. Sagatavots: 02.2020

Bezrecepšu zāles. Pirms zāļu lietošanas uzmanīgi izlasīt lietošanas instrukciju vai atbilstošu informāciju uz iepakojuma. Konsultēties ar ārstu vai farmaceitu par zāļu lietošanu.

ZĀĻU NEPAMATOTA LIETOŠANA IR KAITĪGA VESELĪBAI!

NEIROPĀTISKĀM SLIMĪBĀM

90 mg/40 mg/0,25 mg kapsulas N100



11¹⁹

Milgamma N

Milgamma N kapsulas satur B1 (benfotiamīnu), B6 un B12 vitamīnu kompleksu, kuru lieto neiropatisku slimību ārstēšanai, kā piemēram: diabētiskās polineuropātijas; nervu iekaisumu un sāpes (piemēram, muguras sāpes); tīršana un jušanas traucējumi kājās un rokās. Lieto pa 1 kapsulai 3-4 reizes dienā, vieglākos gadījumos pa 1-2 kapsulām dienā.

Капсулы Milgamma N содержат комплекс витаминов B1 (бенфотиамин), B6 и витамин B12, который применяют для лечения невропатических заболеваний, например: диабетической полинейропатии; воспаления нервов и болях (например, болей в спине); онемения и нарушения чувствительности в ногах и руках. Применение: по 1 капсуле 3-4 раза в день, в более легких случаях 1-2 капсулы в день.

Reklāmas devējs: Würwag Pharma GmbH&Co.KG/MIL/01/MA/2018

Bezrecepšu zāles. Pirms zāļu lietošanas uzmanīgi izlasīt lietošanas instrukciju vai atbilstošu informāciju uz iepakojuma. Konsultēties ar ārstu vai farmaceitu par zāļu lietošanu.

ZĀĻU NEPAMATOTA LIETOŠANA IR KAITĪGA VESELĪBAI!

SIRDS DARBĪBAI, ASINSRITEI

Kapsulas N30



-15%

12.57 € ~~14.79 €~~

Cardiopill

Vilkābele regulē sirdsdarbību, palielina skābekļa plūsmu, un uzlabo perifēro asinsriti. Cardiopill pamex Arterio satur marokas olīvkoka ekstraktu, kas veicina normālu asinsspiediena uzturēšanu. K vitamīns veicina normālu asinsreci un palīdz uzturēt kaulu veselību.

Crataegus laevigata регулирует сердцебиение, увеличивает поток кислорода и улучшает периферическое кровообращение.

Reklāmas devējs: A/S Sirowa Rīga

UZTURA BAGĀTINĀTĀJS! UZTURA BAGĀTINĀTĀJS NEAIZSTĀJ PILNVĒRTĪGU UN SABALANSĒTU UZTURU.

HOLESTERĪNAM UN ASINSRITEI

JAUNUMS!
Kapsulas N30



-15%

15.29 € ~~17.99 €~~

NatAspin® CONTROL

Holesterīna kontrolei un asinsritei. Sastāvā: natokināze, monakolīns K, koenzīms Q10 un citas augu sastāvdaļas.

Контроль холестерина и кровообращение. В состав: натокиназа, монаколин К, коэнзим Q10 и другие растительные ингредиенты.

UZTURA BAGĀTINĀTĀJS! UZTURA BAGĀTINĀTĀJS NEAIZSTĀJ PILNVĒRTĪGU UN SABALANSĒTU UZTURU.

DZIRDEI

Tabletes N60, N120



-25%

no 15.67 € no 20.89 €

Tone™

Oriģinālas skandināvu tabletes, kurās ir dzirdei noderīgas bioloģiski aktīvās vielas: divdaivu ginka, melleņu, griķu, alpiņijas sakņu un ariņu pumpuru ekstrakti, kā arī niacīns, kālijs un magnijs.

Оригинальные скандинавские таблочки, в составе биологически активные вещества, полезные для нашего слуха: экстракты гречихи, ягод черники, корней альпинии, шишек хмеля, ниацин, калий и магний.

Reklāmas devējs: UAB "New Nordic"

UZTURA BAGĀTINĀTĀJS! UZTURA BAGĀTINĀTĀJS NEAIZSTĀJ PILNVĒRTĪGU UN SABALANSĒTU UZTURU.

PRĀTAM

Tabletes N30, tabletes N28 + kapsulas N28



-25%

no 19.69 € no 26.25 €

Neurozan

Neurozan nodrošina smadzenes ar ikdienā nepieciešamajām uzturvielām optimālai smadzeņu darbībai. Uzlabo garīgās darbaspējas - atmiņu, koncentrēšanos, stiprina nervu sistēmu, noturību pret stresu. Samazina nogurumu un nespēku.

Обеспечивает питательными веществами для оптимального функционирования мозга. Улучшает умственную работоспособность - память, концентрацию внимания, а также укрепляет нервную систему и устойчивость к стрессу. Снижает утомляемость.

Reklāmas devējs: SIA Taula Rīga

UZTURA BAGĀTINĀTĀJS! UZTURA BAGĀTINĀTĀJS NEAIZSTĀJ PILNVĒRTĪGU UN SABALANSĒTU UZTURU.

SIEVIETĒM MENOPAUZĒ

Kapsulas N56



-20%

26.55 € ~~33.19 €~~

Femarelle

Neatkarīgi no tā, vai Jums ir 40, 50 vai 60 gadi, Femarelle® produktu līnija ir domāta tieši Jums. Tā izstrādāta atbilstoši sievietes organisma vajadzībām dažādos menopauzes periodos.

Независимо от того, вам 40, 50 или 60, новая линия Femarelle® разработана с учетом потребностей организма женщины в различные периоды менопаузы.

Reklāmas devējs: SIA ELVIM

UZTURA BAGĀTINĀTĀJS! UZTURA BAGĀTINĀTĀJS NEAIZSTĀJ PILNVĒRTĪGU UN SABALANSĒTU UZTURU.



LATVIJĀ LABĀKAIS
KLIENTU SERVISS
FARMĀCIJĀ™

Iegurņa pamatnes fitness.

Kā tas noder, un kad jāķeras pie citām metodēm?

“Fitness – tas skan pārāk skarbi. Tēma ir delikāta, un tikpat maigi ir arī iegurņa muskuļu un iesaistītās sistēmas. Pirms uzsākt vingrošanu, rūpīgi jāizvērtē, vai un kas tieši ir nepieciešams. Tātad pareizi jādiagnostiķē problēma,” teic **Baiba Putniņa, Veselības centru apvienības proktoloģe.**

Ginekologa apmeklējums sievietēm ir pierasts, arī vīriešu uroloģiskā veselība tiek arvien biežāk un vairāk akcentēta, īpaši novembrī – ūsu mēnesī, taču tēmas zem jostasvietas visiem joprojām ir diezgan liels tabu. “Par tik intīmām problēmām, kā, piemēram, urīna un fēču nesaturēšana, gan vīrieši, gan sievietes parasti klusē, kaut arī tās pastāv, turklāt, sasniedzot noteiktu vecumu vai pārslimojot kādu slimību, vairāk vai mazāk skar gandrīz ikvienu. Nerunāšana rada ilūziju, ka problēmu nav, un cilvēks, kuru šāda kaite piemeklējusi, jūtas viens, izolēts, mēģina ar to sadzīvot, kā spēji,” atzīst Baiba Putniņa.

KAS LIECINA, KA JĀMEKLĒ SPECIĀLISTS?
• Urīna vai fēču nesaturēšana
• Smērēšanās
• Gāzu nesaturēšana
• Neskaidras velkošās sāpes iegurnī vai vēdera lejasdaļā
• Intīmās dzīves sarežģījumi – sāpes dzimumakta laikā vai nejutīgums

PROBLĒMĀM DZIMUMA NAV, BET IEMESLI IR ATŠĶIRĪGI

Vīriešiem iegurņa muskulatūras problēmas rodas retāk, un galvenokārt tās ir saistītas ar kādu hronisku slimību, pārciestu operāciju vai traumu, kuras tādēļ radusies fēču nesaturēšana, iegurņa noslīdēšana vai obstruktīvas defekācijas sindroms. Tomēr – ne tikai. Proktoloģe novērojusi agrāk nebijušu tendenci: “Jauni vīrieši, kuri ir veseli un aktīvi, pārāk centīgi uztur savu fizisko formu – daudz trenējas, lieto arī steroidus. Taču, pārlieku aktīvi un nepareizi trenējoties, viņi iedzīvojas tādā problēmā kā hipertonuss.”

Savukārt sievietēm izmaiņas iegurņa muskulatūras darbībā biežāk ir tieši fizioloģiskas, jo dzīves laikā sievietes ķermenis ir pakļauts dažādiem procesiem – pubertātei, grūtniecībai, dzemdībām, menopauzei, kas izraisa ārkārtīgi lielas izmaiņas gan hormonu, gan muskuļu līmenī un atsaucas uz iegurņa pamatni. “Katrā dzīves posmā organismā var notikt kaut kas nepareizs, kaut kas var nojukt. Dažkārt organisms nespēj adaptēties un var rasties problēmas, ko noteikti ir svarīgi risināt.”

Precīza diagnoze ir izšķiroši svarīga

Ja ir urīna vai fēču nesaturēšana, noslīdējums, neskaidras izcelsmes sāpes vai spazmas vai arī pastāvīgas sāpes iegurņa zonā, jāmeklē speciālists, kurš pareizi diagnosticēs problēmu.

“Svarīgi saprast, pie kura speciālista – urologa, ginekologa, proktologa vai gastroenterologa (lai izslēgtu blakusslimības) – vajadzētu vērsties. Ne vienmēr pie vaines ir muskulatūra. Iespējams, tas ir audzējs vai hroniska slimība. Ja nav uzstādīta pareiza diagnoze, nekādā gadījumā nedrīkst uzsākt pildīt vingrinājumus vai, vēl ļaunāk, doties uz kādu stimulējošo fizioterapijas procedūru. Īpaši svarīgi ir izslēgt visas iespējamās, tostarp, ļaundabīgās slimības, ja cilvēkam ir jau piecdesmit gadu un vairāk. Tikai tad, kad tas izdarīts, var domāt par muskuļu aktivizēšanu un vingrošanu, pretējā gadījumā var nodarīt lielu ļaunumu.”

Lai noteiktu muskuļu bojājumu, var veikt anorektālo manometriju, urodinamiku vai kādu neirogrāfisku izmeklējumu. Anorektālā manometrija parāda, vai

problēma ir taisnās zarnas un iegurņa pamatnes muskuļos, vai arī pie vaines ir kas cits, piemēram, nervu nospiedums pie muguras skriemeļu bojājuma vai diska protrūzija (tad iegurņa muskulatūras treniņš nepalīdzēs). Ja noskaidrojas, ka muskulis ir bojāts un to nevar atjaunot, būs jāiesaista palīgusmuskulatūra. Ja tas nelīdz, atsevišķos gadījumos var palīdzēt pildvielu injekcijas vai ķirurģiska ārstēšana.

“Ja nekāda cita diagnoze nav atklāta, piemeklēt atbilstošus vingrinājumus un apmācīt, kā tos veikt, var fizioterapeits, kurš specializējies iegurņa muskulatūras problēmu risināšanā,” norāda Baiba Putniņa.

PIRMS UZSĀKT IEGURŅA FITNESSU

Tomēr vispirms noteikti jāpārskata arī savi ieradumi. “Vajadzētu sākt ar ikdienas rūpēm par savu ķermeni, saprotot, vai uzturs ir sabalansēts un šķiedrvielām bagāts, vai pietiekami tiek uzņemts šķidrums, vai vēders “iziet” regulāri. Ne mazāk svarīgi ir apzināties, kā dzīvo – pastāvīgā emocionālā un fiziskā stresā vai harmonijā ar sevi un pasauli. Ir vērtīgi apdomāt, kāds ir dienas ritms un režīms, kāds ir dzīvesveids. Ja, piemēram, darbs ir sēdošs, tas ietekmē pilnīgi visu ķermeņa muskuļu darbību, tostarp, iegurņa pamatnes muskuļus. Svarīga ir arī pareiza stāja un elpošana,” norāda proktoloģe.

VINGROT AR JĒGU

Visticamāk, ir nācies dzirdēt par Kēgela vingrinājumiem, kas ir iegurņa muskulatūras treniņa pamats. Vingrinājumus var izpildīt ikdienā gan mājās, gan, piemēram, braucot sabiedriskajā transportā. Taču, lai darītu pareizi un tiem būtu jēga, nepieciešama speciālista konsultācija.

“Pētījumos konstatēts, ka lielākā daļa sieviešu Kēgela vingrinājumus izpilda nepareizi. Diemžēl tā var satrenēt tos muskuļus, kurus trenēt nav nepieciešams, un radīt papildu problēmas, ko pēc tam ir vēl grūtāk risināt. Tādēļ nevajadzētu žēlot laiku un līdzekļus, lai vismaz pāris reizi apmeklētu fizioterapeitu, jo īpaši, ja sarežģījumi radusies pēc dzemdībām, hroniskas, smagas fiziskas slodzes vai operācijas iegurnī. Noderīgi būtu aiziet pie speciālista, arī tuvojoties menopauzei, jo pēc menopauzes mainās sievietes fizioloģija, gravitācijas ietekmē noslīdēšana ir neizbēgama, un tā notiek ne tikai, izmainot sejas ovālu, bet arī iegurņa pamatni. Būtu vēlams iemācīties, kā pareizi kustināt iegurņa muskuļus, lai šie vingrinājumi jau laikus iegultos zemapziņā un kļūtu par ikdienas darbību,” teic proktoloģe un piebilst, ka ar vīriešiem var noderēt iegurņa muskulatūras vingrināšana. Vīriešu riska grupā esot tie, kuri pārcietuši dažāda veida prostatas operācijas, kā rezultātā radušās anatomiskas un fizioloģiskas izmaiņas. Tad vingrošana var nākt par labu, taču, ja ir pilnīga urīna nesaturēšana, vingrošana vien, visticamāk, nelīdzēs. Veselai sievietei, kurai nav nekādu sūdzību, taču viņa vēlas palīdzēt savam iegurnim un tādēļ ir sameklējusi vingrojumu kompleksu un to regulāri pilda, būtu rūpīgi jāvēro, kā jūtas ķermenis. Ja kāds vingrinājums rada nepatīkamas izjūtas, tas jāpārtrauc un jākonsultējas ar speciālistu.

NOPIETNĀKA PALĪDZĪBA – TRENAŽIERI

To klāsts Latvijā ir diezgan plašs. “Piemēram, ir tādi trenāžieri, kuros cilvēks sēž kā krēslā un saņem iegurņa muskulatūras magnētisko stimulāciju. Pieejama arī tā sauktā biofeedback terapija. Tā ir

pamata metode, kas aktivizē iegurņa muskuļus un iemāca tiem strādāt. Pacientam atkarībā no diagnozes ievieto vai nu rektālo, vai vaginālo zondi, papildus izmantojot elektroplāksterus gan stimulācijai, gan muskuļu koordinācijas kontrolei. Iekārtai ir daudz programmu, ko var piemērot konkrētā pacienta vajadzībām. Metodi pielieto ambulatoros apstākļos divas reizes nedēļā. Atkarībā no patoloģijas un izvēlētas programmas uz terapiju jāierodas piecas, desmit vai pat divdesmit reizes. Šī metode pasaulē ir atzīta par zelta standartu pēc smagas invazīvas iejaukšanās, piemēram, rektocēles vai prolapsa korekcijas,” skaidro Baiba Putniņa. Rektālie, vaginālie vai abdominālie (vēdera) muskuļi tiek atslābināti vai stimulēti, izmantojot elektrostimulāciju, turklāt pacients pats ar savu spēku paceļ iegurņa muskulatūru un to stiprina. Kādēļ tas ir labāk, nekā kaut ko darīt mājas apstākļos? Proktoloģe pamato: “Jo cilvēks ir pieslēgts aparatūrai un redz, vai dara pareizi, vai muskuļi ir pietiekami sasprindzināti vai atslābināti, turklāt pats var mainīt arī elektrostimulācijas intensitāti, lai procedūra sagādātu tikai patīkamas izjūtas. Tādēļ šo metodi sauc par atgriezeniskās saites metodi – pacients gan dara visu pareizi, gan kontrolē procesus. Labs rezultāts ir garantēts! Tiesa, ir jābūt motivētam kādu laiku terapiju turpināt, jo ar vienu reizi nepietiks.” Ārste uzsver, ka šī metode ir noderīga, ja moka vēdera aizcietējumi, ja ir nesaturēšana, ja ir noslīdējusi zarna, maksts vai izstaiņusies sieniņa starp taisno zarnu un vagiņu. Biofeedback terapiju var rekomendēt gan ginekologs, ja konstatē agrīnu noslīdēšanu, gan proktologs, ja atklāj, ka pacientam ir, piemēram, pēcoperācijas izmaiņas, nesaturēšana, hroniski aizcietējumi. Standarts ir desmit terapijas reizes. “Pie noteiktām patoloģijām, piemēram, hipertonusa, rezultātu var just jau pēc dažām terapijas reizēm – ir vērojams atslābums, samazinās iegurņa sāpju sindroms. Taču, ja ir ļoti novājināta iegurņa muskulatūra, lai sasniegtu pozitīvu rezultātu, vajadzēs krietni vairāk laika. Lai vai kā, par daudz nebūs, jo, ja ir izvēlēta pareiza programma, ļaunumu nodarīt nevar,” apgalvo proktoloģe.

ĪPAŠA PIESARDZĪBA PĒC DZEMDĪBĀM

Sievietes pēc dzemdībām nereti uzsāk intensīvu vingrošanu, lai pēc iespējas ātrāk zaudētu svaru un atgūtu plakanu vēderu. “Tas ir ļoti slikti, jo iegurņa pamatnes muskulatūra pēc dzemdībām ir novājināta, iespējams, traumēta (ir plīsumi, rētas). Intensīvi noslogojot vēdera presi, palielinās spiediens uz iegurņa pamatni. Īpaši bīstami, ja papildus veic arī spēka vingrinājumus ar hantelēm vai ko tamlīdzīgu. Pēc dzemdībām fiziskās aktivitātes jāuzsāk lēnām un saudzīgi. Liela nozīme ir elpošanai – kad ir slodze, piemēram, paceļot kaut ko smagāku vai ceļoties kājās no gultas, tas jā dara izelpojot,” iesaka Baiba Putniņa.

TERRAPIJAS ALTERNATĪVA – INTĪMPREČU VEIKALOS

Stimulatori, ko var nopirkt intīmpreču veikalos un pasūtīt internetā, arī var noderēt iegurņa muskulatūras treniņam, tomēr tikai tad, ja problēma ir neliela un ir noskaidrots, ka to nerada nopietna slimība. “Vislabāk tomēr būtu konsultēties ar fizioterapeitu par to, kādus vingrinājumus veikt, un tad papildus var izmantot kādu masāžas ierīci. Intīmpreču veikalu piedāvājumā dažas ierīces ir patiešām labas un var palīdzēt, ja tās lieto pareizi. Tā varētu būt alternatīva, ja nav iespēju regulāri tikt pie terapijas ambulatori. Tomēr, pērkot internetā vai intīmpreču veikalā, jāraugās, lai prece būtu sertificēta un kvalitatīva,” brīdina proktoloģe Baiba Putniņa.



URĪNĒĻIEM

Tabletes N30



-30%

6.71 € 9.59 €

URONEX

Nātres palīdz uzturēt urīnizvadsistēmas veselību un stiprina organismu. Kīpols stiprina organisma aizsargspējas pret mikroorganismiem, piemīt antioksidantu īpašības.

Крапива помогает поддержать здоровье мочепускающей системы и укрепляет организм. Чеснок укрепляет защитные силы организма от микроорганизмов, обладает антиоксидантными свойствами.

Reklāmas devējs: SIA Jonnex Farma

UZTURA BAGĀTINĀTĀJS! UZTURA BAGĀTINĀTĀJS NEAIZSTĀJ PILNVĒRTĪGU UN SABALANSĒTU UZTURU.

NIERĒM

Kapsulas N30



-15%

10.07 € 11.85 €

Fitolizyna nefrocaps PLUS

Unikāla 7 augu ekstraktu kombinācija ir kompleksa pieeja urīnpūšļa un citu urīnceļu pareizu darbību uzturēšanai. 1 kapsula 2 x dienā.

Уникальная комбинация экстрактов 7 трав - это комплексный подход к поддержанию правильной работы мочевого пузыря и других органов мочевыводящей системы. 1 капсула 2 x в день.

Reklāmas devējs: ZF POLPHARMA S.A. branch in Latvia

UZTURA BAGĀTINĀTĀJS! UZTURA BAGĀTINĀTĀJS NEAIZSTĀJ PILNVĒRTĪGU UN SABALANSĒTU UZTURU.

URĪNĒĻIEM

Kapsulas N15 + N15



-15%

11.52 € 13.55 €

Soluro® DUO

Soluro® DUO sastāvā D-mannoze un augstas koncentrācijas lielloģu dzērveņu ekstrakts, un purva dzērveņu koncentrāts, kas iegūts izmantojot unikālu tehnoloģiju, lai saglabātu ogās esošās dabiskās vielas.

Soluro® DUO содержит высокую концентрацию экстракта клюквы крупноплодной и концентрат клюквы болотной, которые получены с использованием уникальной технологии.

Reklāmas devējs: SIA "AD Smart"

UZTURA BAGĀTINĀTĀJS! UZTURA BAGĀTINĀTĀJS NEAIZSTĀJ PILNVĒRTĪGU UN SABALANSĒTU UZTURU.

GARŠĪGS VITAMĪNU AVOTS

Balzams 250 ml

-15%

6.96 € 8.19 €

Nefrosan

Nefrosan ir garšīga dzērveņu sula, ko var lietot kā vitamīnu avotu saaukstēšanās sezonā. Ieteicamā diennakts deva ir 2 ēd.karotes.

Nefrosan - вкусный клюквенный сок, который можно использовать как источник витаминов в холодное время года. Рекомендуемая суточная доза 2 столовых ложки.

Reklāmas devējs: SIA Silvanols

UZTURA BAGĀTINĀTĀJS! UZTURA BAGĀTINĀTĀJS NEAIZSTĀJ PILNVĒRTĪGU UN SABALANSĒTU UZTURU.

URĪNĒĻIEM

Zarnās šķīstošās mīkstās kapsulas N100

14⁹⁹

ROWATINEX

ROWATINEX indicēts ar urolitiāzi saistītu urīnceļu spazmu un iekaisuma ārstēšanai. Veicina arī urīnizvadsistēmas akmeņu šķīšanu un izvadīšanu. Lietošana: iekšīgi, lietošanai. Parastā deva ir 1 kapsula 3-4 reizes dienā pirms ēšanas. Nav ieteicams bērniem.

ROWATINEX показан для лечения мочекаменной болезни и воспалений мочевыводящих путей, связанных с мочекаменной болезнью. Он также способствует растворению и удалению камней из мочевыводящих путей. Использование: для приема внутрь. Обычная доза - по 1 капсуле 3-4 раза в день до еды. Не рекомендуется детям.

Reklāmas devējs: JSC "Litfas"

Bezreceptu zāles. Pirms zāļu lietošanas uzmanīgi izlasīt lietošanas instrukciju vai atbilstošu informāciju uz iepakojuma. Konsultēties ar ārstu vai farmaceitu par zāļu lietošanu.

ZĀĻU NEPAMATOTA LIETOŠANA IR KAITĪGA VESELĪBAI!

PROBIOTIKAS

Iekšīgi lietojamas kapsulas N15, vaginālās kapsulas N6

-20%

no 10.55 € no 13.19 €



Eccillin

5 miljardi dzīvu pienskābo baktēriju. Atjauno dabīgo maksts mikrobiotu. Veido aizsargbarjeru pret patogēniem. Palīdz samazināt ar vaginālo un vaginālo saistītos simptomus.

5 миллиардов живых кислomолочных бактерий. Восстанавливает естественную микрофлору влагалища. Образуе защитный барьер от патогенов. Помогает уменьшить симптомы, связанные с вагинозом и вагинитом.

Medicīnas ierīce.

Reklāmas devējs: SIA Orivas

TENA Pants – ne vien produkts, bet arī labāka dzīves kvalitāte!



www.tena.lv | linfo@essity.com | TENALatvija

*Akcijas atlaide ir spēkā tikai pirkumiem par pilnu cenu – bez ārsta receptes.

Atlaides **-15%***

Akcijas periods: 01.03.-31.03.2021.

Piedāvājums TIKAI



www.e-menessaptieka.lv

-20%

Dental
Delight



-30%

Elgon MEN



-25%

CECE Med



dāvana

-25%

CECE Med



-25%

Beau green



-20%

EVOLU



-25%

Sincero Salon
Facial Roller



-20%

Kabrita



-25%

DR Brown's



lidz
-35%

Bambo



Piedāvājums TIKAI



www.e-menessaptieka.lv

līdz
-25%

Avène



-15%

Clinique



-15%

Estée Lauder



-20%

Nuxe



-25%

HEALTH &
BEAUTY



-40%

Lierac



-20%

Mincer Pharma



-25%

BABE



www.e-menessaptieka.lv



Oral-B

Atlaides līdz 35%



INTĪMAJAI HIGIĒNAI

līdz **-25%**



DERMOXEN

LENITIVO intimās higiēnas gēls menopauzes laikā. LENITIVA nomierinošs intīmais krēms. Paredzēts niezes un apsārtuma mazināšanai ārējā intīmajā zonā. HYDRA mitrinošas vaginālās sveces.

LENITIVO интимный очищающий гель. Рекомендуется женщинам в период менопаузы. LENITIVA успокаивающий крем для интимной гигиены. HYDRA увлажняющие вагинальные свечи.

MUTES DOBUMA KOPŠANAI

līdz **-25%**



GUM

Bērnu zobu pastas GUM KIDS un JUNIOR gan piena zobu, gan arī pastāvīgo zobu kompleksai ikdienas kopšanai un jo īpaši kariesa rašanās profilaksei. GUM ORTHO – pastiprināta kariesa profilakse un aizsardzība pret smaganu kairinājumu breķešu vai ortodontisko sistēmu valkāšanas laikā.

Детские зубные пасты GUM KIDS и JUNIOR для комплексного ежедневного ухода и профилактики возникновения кариеса, как у молочных, так и у постоянных зубов. GUM ORTHO – усиленная профилактика кариеса и защита от раздражения десен во время ношения брекетов или ортодонтических систем.

MUTES HIGIĒNAI

līdz **-30%**



LISTERINE

Listerine - mutes skalošanas līdzekļi. Regulāra lietošana palīdz uzturēt veselus zobus, smaganas un nodrošināt svaigu elpu. Starp Listerine produktiem katrs var izvēlēties piemērotāko savām vajadzībām.

Ополаскиватели Listerine – необходимый элемент за уходом полости рта. Регулярное использование поддерживает здоровье зубов, десен и освежает дыхание. Среди Listerine каждый найдет свой ополаскиватель для своих потребностей.

HIGIĒNAS PRECES

Autiņbikses N14

1+1*

no 11,66 €



Dailee Pant

DAILEE Pant PREMIUM SUPER M, L, XL cilvēkiem ar aktīvu dzīvesveidu un vidēju nesaturēšanas pakāpi. Šīs bikses ir viegli uzvelkamas un novelkamas - kā parastas apakšbikses. Biksīšu autiņi ar unikālo COMFORT DRY tehnoloģiju vēl labākai aizsardzība pret noplūdi.

DAILEE PANT PREMIUM SUPER M,L, XL. Для людей с активным образом жизни и умеренным недержанием мочи. Эти штанишки легко надевать и снимать - как и обычные трусики. Подгузники-трусики с уникальной технологией COMFORT DRY еще лучшая защита от протечек.

*Pēc vienu, otrs tāds pats dāvana.

**Neattiecas uz valsts kompensējamo medicīnas ierīču sarakstā iekļautām precēm

HIGIĒNAS PRECES

līdz **-15%**



Seni

Seni Lady un Seni Man ir augstas kvalitātes uroloģiskie ieliktniņi sievietēm un vīriešiem, kas rūpējas par sevi un komfortu. Ieliktniņi nodrošina sausuma sajūtu!

Seni Lady, Seni Man это урологические прокладки высшего качества. Прокладки обеспечивают ощущение сухости и позволяют чувствовать себя уверенно в любой жизненной ситуации.

Reklāmas devējs: SIA TZMO Latvija

PRET KĀJAS NAGA SĒŅĪTI

Komplekts ar sēņīti inficētu nagu apstrādei

līdz **-20%**

23.95 € 29.94 €



Scholl

Iznicina 99,9% sēņītes. Palīdz novērst infekcijas izplatīšanos un atkārtošanos.

Scholl komplekts dla избавления от грибка ногтей – уничтожает 99,9% грибка. Помогает предотвратить распространение и рецидив инфекции.

Reklāmas devējs: Reckitt Benckiser

BIODERMA

LABORATOIRE DERMATOLOGIQUE



JUTĪGAI ĀDAI
Sensibio

-20%



BIOĻĢIJA DERMATOĻĢIJAS LABĀ

Latvija, 10.02.2021.

Eucerin

EFEKTĪVS IEDARBĪBĀ
UZ 3 REDZAMAJĀM ĀDAS
NOVECOŠANĀS PAZĪMĒM:

- Izlīdzina grumbas ar hialuronskābi
- Samazina vecuma plankumus* ar patentētu tiamidolu
- Uzlabo ādas elastību ar arktīnu

JAUNUMS



PATENTĒTS
TIAMIDOLS

HYALURON-FILLER + ELASTICITY 3D SERUMS

*Pirmie rezultāti redzami 2 nedēļu laikā.

PRET ĀDAS NOVECOŠANOS

JAUNUMS!

DĀVANA



LA ROCHE POSAY HYALU B5

La Roche Posay zīmols tiek papildināts ar jaunu produktu līniju – Hyalu B5. Sejas kopšanas produkti piemēroti jutīgas ādas atjaunošanai un stiprināšanai, ka arī piemērots lietošanai pēc estētiskajām procedūrām. Sastāvā esošās aktīvās vielas redzami atjauno ādu un uzlabo tās tvirtumu.

La Roche Posay Hyalu B5 uvlānjošais un pretvecuma ādas kopšanas līdzeklis.

*Pērkot jebkuru Hyalu B5 līnijas produktu dāvanā saņem Hyalu B5 serumu 10 ml. Dāvanu skaits ierobežots.

SAUSAI ĀDAI

-15%



Linola®

Linola® - izcili līdzekļi sausiai ādai! Linola® produktu sastāvā ir linolskābe, kam ir liela nozīme ādas dabīgo aizsargspēju uzturēšanā. Linola® produkti palīdz ādai novērst mitruma zuduma cēloņus un veicina ādas atjaunošanos.

Linola® - превосходные средства для сухой кожи! Продукты Linola® содержат линолевую кислоту, имеющую большое значение в поддержании природных защитных свойств кожи. Продукты Linola® помогают коже устранить причины потери влаги и способствуют восстановлению кожи.

Reklāmas devējs: AS Sīrowa Rīga

SAUSAI, JUTĪGAI ĀDAI

-15%

no 3,18 € no 3,74 €



ESSEX

Essex ādas kopšanas līdzekļi ir piemēroti jutīgai ādai bērniem un pieaugušajiem visam ķermenim ikdienas lietošanai. Essex nomierina, atjauno un saglabā ādas dabisko mitrumu. Krēms paredzēts sausākai ādai, losjons piemērots arī sejas ādas kopšanai. Nesatur smaržvielas.

Essex средства для ухода за кожей подходят при ежедневном уходе за чувствительной кожей всего тела детей и взрослых. Essex успокаивает, восстанавливает и поддерживает естественную влажность кожи. Крем предназначен для более сухой кожи, лосьон подходит для ухода за кожей лица. Не содержит отдушек.

Reklāmas devējs: SIA Bayer L.L.V.MKT.06.2020.1383



-40%

Šampūni un maskas matu kopšanai



Krēmi sejas ādas, roku, pēdu kopšanai

-66%
9.99 €
29.39 €

Krēms ādai ap acīm



-25%
no 46.43 €
no 61.90 €

Sejas ādas kopšanai



-20%

Sejas ādas attīrīšanai un mitrināšanai

-15%

Sejas ādas kopšanai

-25%
18.44 €
24.59 €

Serums skropstu pagarināšanai

1+1
2.36 €

Mitrinošs lūpu balzams



ĀDAS SKAISTUMAM

Kapsulas N30



-20%
17.03 € 21.29 €

LYL ASTAXANthin

Astaksantīns, spēcīgākais un tīrākais iz dabā sastopamajiem antioksidantiem. Uzlabo ādas kopējo veselības stāvokli, mazina krunciņas un pigmentācijas plankumus, veicina kolagēna atjaunošanos.

Astaksantīns, самый мощный и чистый из известных в природе антиоксидантов. Уменьшает потерю влажности кожи и образование пигментных пятен, способствует регенерации коллагена.

Reklāmas devējs: SIA "pharm&med"

SKAISTUMAM

Perfectil® Plus SKIN
tabletes N28+ kapsulas N28,
Perfectil® Plus HAIR tabletes N60



-25%
no 20.96 € no 27.95 €

Perfectil® Plus

Skaistuma vitamīni rūpēm par ādu, matiem un nagiem. Biotīns ādai, cinks matiem, selēns nagiem. Trīskārša iedarbība arī dziļākajos ādas slāņos. Skaistuma SPA viena tabletē.

Витамины для красоты ухаживают за кожей, волосами и ногтями. Биотин для кожи, цинк для волос, селен для ногтей. Тройной эффект даже в самых глубоких слоях кожи. Beauty SPA в одной таблетке.

Reklāmas devējs: SIA Taula Rīga

VESELIEM MATIEM UN NAGIEM

Manželveida tabletes N90



-20%
13.82 € 17.27 €

LIVOL Extra Beauty

Rūpīgi atlasīti un sabalansēti augu ekstrakti, vitamīni un minerālvielas, piedalās šūnu reģenerācijas procesos un palīdz atjaunoties ādas, matu un nagu struktūrai.

Тщательно подобранные и сбалансированные экстракты растений, витамины и минералы, участвующие в процессах регенерации клеток и способствующие восстановлению структуры кожи, волос и ногтей.

Reklāmas devējs: Orkla Care UAB

UZTURA BAGĀTINĀTĀJS! UZTURA BAGĀTINĀTĀJS
NEAIZSTĀJ PILNVĒRTĪGU UN SABALANSĒTU UZTURU.

UZTURA BAGĀTINĀTĀJS! UZTURA BAGĀTINĀTĀJS
NEAIZSTĀJ PILNVĒRTĪGU UN SABALANSĒTU UZTURU.

UZTURA BAGĀTINĀTĀJS! UZTURA BAGĀTINĀTĀJS
NEAIZSTĀJ PILNVĒRTĪGU UN SABALANSĒTU UZTURU.

-20%



Dušas želeja ķermeņa kopšanai

1+1
3.89 €

Nagu kopšanai



-15%
2.26 €
2.66 €



Roku kopšanai

-30%



Ķermeņa ādas kopšanai

-15%
2.71 €
3.19 €



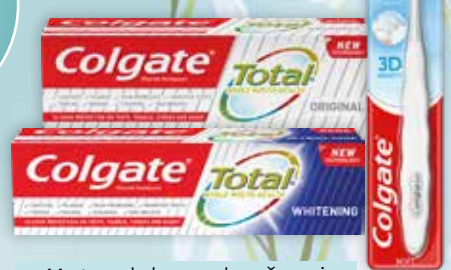
Sieviešu higiēnai

-15%
42.42 €
49.91 €



Menstruālā piltuve

-30%
no 2.09 €
no 2.99 €



Mutes dobuma kopšanai

MATIEM

Tabletes N30, N90



-30%
no 18.38 € no 26.25 €

HAIR VOLUME™

Hair Volume™ sastāvā ir augu ekstrakti, aminoskābes un vitamīni, tās ieteicams lietot visiem, kuri vēlas uzturēt veselīgu, kuplu un skaistu matu augšanu jebkurā vecumā. Hair Volume™ satur arī dabiskus ekstraktus, aminoskābes un vitamīnus. Rekomendēta visiem, kuri vēlas uzturēt veselīgu matu augšanu jebkurā vecumā.

Reklāmas devējs: UAB "New Nordic"

SKAISTUMAM

Kapsulas N32

LYSI Omega-3 BEAUTY

LYSI Omega-3 Beauty – skaistumam, matiem, ādai, nagiem. Sastāvā A un B grupas vitamīni, C vitamīns, selēns, biotīns un cinks. Palīdz uzturēt matu veselību un veicina ādas un gļotādas veselību. Palīdz uzturēt nagu veselību.

LYSI Omega-3 Beauty – для красоты волос, кожи, ногтей. В состав входят витамины группы А и В, витамин С, селен, биотин и цинк. Помогает поддерживать здоровье волос и способствует здоровью кожи и слизистых. Помогает поддерживать здоровье состояние ногтей.

Reklāmas devējs: SIA Oribalt Rīga

-25%
19.49 € 25.99 €



ĀDAI, MATIEM, NAGIEM

JAUNUMS!
Pulveris N28



-20%
31.99 € 39.99 €

SKIN

Skaistai ādai, matiem un nagiem – kolagēns, hialuronskābe, dabīgs C vitamīns (acerola) un minerāli – magnijs un cinks. Tikai 1 paciņu dienā. Bez ķīmiskām palīgvielām. Ieteicamais kurss 2 – 3 mēneši.

Для красивой кожи, волос и ногтей – коллаген, гиалуроновая кислота, натуральный витамин С (ацерола) и минералы – магний и цинк. Всего 1 пакетик в день. Без химических добавок. Рекомендуемый курс 2 – 3 месяца.

Reklāmas devējs: SIA BIOFARMACIJA

UZTURA BAGĀTINĀTĀJS! UZTURA BAGĀTINĀTĀJS NEAIZSTĀJ PILNVĒRTĪGU UN SABALANSĒTU UZTURU.

UZTURA BAGĀTINĀTĀJS! UZTURA BAGĀTINĀTĀJS NEAIZSTĀJ PILNVĒRTĪGU UN SABALANSĒTU UZTURU.

UZTURA BAGĀTINĀTĀJS! UZTURA BAGĀTINĀTĀJS NEAIZSTĀJ PILNVĒRTĪGU UN SABALANSĒTU UZTURU.

IMUNITĀTEI

Tabletes N50

-15%

1.53 € 1.80 €



Askorutin

C vitamīns palīdz nodrošināt normālu enerģijas ieguves vielmaiņu, veicina normālu nervu sistēmas un imūnsistēmas darbību, palīdz samazināt nogurumu un nespēku.

Витамин С помогает обеспечивать нормальный энергообмен, стимулирует нормальную работу нервной и иммунной систем, помогает уменьшить усталость и слабость.

Reklāmas devējs: SIA ELPIŠ

UZTURA BAGĀTINĀTĀJS! UZTURA BAGĀTINĀTĀJS NEAIZSTĀJ PILNVĒRTĪGU UN SABALANSĒTU UZTURU.

NERVU SISTĒMAI

Pilieni iekšķīgai lietošanai 25 ml, 90 ml

-15%

no 2.54 € no 2.99 €



Korvalols N

Ieteicams iemigšanas grūtību gadījumos, jo piparmētras eļļas un apiņa eļļas izejvielas nomierina nervu sistēmu, veicina iemigšanu un nodrošina veselīgu miegu.

Рекомендуется при проблемах с засыпанием, так как масло мяты перечной и масло хмеля успокаивают нервную систему, помогают заснуть и обеспечивают здоровый сон.

Reklāmas devējs: AS Rīgas Farmaceutiskā fabrika

UZTURA BAGĀTINĀTĀJS! UZTURA BAGĀTINĀTĀJS NEAIZSTĀJ PILNVĒRTĪGU UN SABALANSĒTU UZTURU.

ATVIŅŅA SIMPTOMU ĀRSTĒŠANAI

Zarnās šķīstošas cietās kapsulas N14

2⁶⁹



Omeira 20 mg

OMEPRAZOLUM

Omeprazols samazina kuņģa izdalītās skābes daudzumu. Atviļņa simptomu īslaicīgai ārstēšanai. Lietošana: 1 kapsula no rīta tukšā dūšā, uzderot pusglāzi ūdens.

Омепразол снижает количество кислоты, выделяемой в желудке. Для краткосрочного лечения симптомов гастроэзофагального рефлюкса. Применение: 1 капсула утром натощак, запивая половиной стакана воды.

Reklāmas devējs: SIA Jonnex-Farm

Bezrecepšu zāles. Pirms zāļu lietošanas uzmanīgi izlasiet lietošanas instrukciju vai atbilstošu informāciju uz iepakojuma. Konsultējieties ar ārstu vai farmaceitu par zāļu lietošanu.

ZĀĻU NEPAMATOTA LIETOŠANA IR KAITĪGA VESELĪBAI!

KAULIEM UN IMŪNSISTĒMAI

Kapsulas N30

-20%

3.75 € 4.69 €



D3 – KAPS

Palīdz uzturēt normālu kalcija līmeni asinīs, kaulu un zobu veselību. Veicina normālu muskuļu un imūnsistēmas darbību. 1 kapsula dienā.

Помогает поддерживать нормальный уровень кальция в крови, здоровье костей и зубов. Способствует нормальному функционированию мышц и иммунной системы. 1 капсула в день.

Reklāmas devējs: SIA Jelgavfarm

UZTURA BAGĀTINĀTĀJS! UZTURA BAGĀTINĀTĀJS NEAIZSTĀJ PILNVĒRTĪGU UN SABALANSĒTU UZTURU.

VITAMĪNI UN MINERĀLVIELAS

Tabletes N30

-20%

5.64 € 7.05 €



MultiKomplekss VISIEM

Vitamīnu un minerālvielu komplekss. Lietošana: pieaugušajiem 1 tablete dienā.

Комплекс витаминов и минеральных веществ. Применение: взрослым по 1 таблетке в день.

UZTURA BAGĀTINĀTĀJS! UZTURA BAGĀTINĀTĀJS NEAIZSTĀJ PILNVĒRTĪGU UN SABALANSĒTU UZTURU.

PROTĒŽU LĪMES

-15%

5.52 € 6.49 €



Blend-a-dent

Blend-a-dent protēžu līmes sniedz lielisku stiprinājumu, aizsardzību un komfortu, kā arī svaigu elpu visas dienas garumā pateicoties vieglas piparmētras garšai un līmes antibakteriālajam īpašībam.

Клей для зубных протезов Blend-a-dent обеспечивает превосходную фиксацию, защиту и комфорт, а также свежее дыхание в течение дня благодаря легкому вкусу свежей мяты и антибактериальным свойствам клея.

Reklāmas devējs: SIA SANITEX

KAULIEM UN ZOBĪEM

Tabletes N30

-15%

7.40 € 8.71 €

Oriovit Osteo premium

Oriovit OSTEO premium satur četras sastāvdaļas. Tas ir kalcija, C, K un D vitamīna papildu avots. Iepakojums vienam mēnesim. Nesatur līpekli (glutēnu), bez laktozes, bez cukura.

Oriovit Osteo premium содержит четыре компонента - это дополнительный источник кальция, витамина С, К и D. Упаковка на один месяц. Не содержит глютен, лактозы, без сахара.

Reklāmas devējs: Orion Pharma



UZTURA BAGĀTINĀTĀJS! UZTURA BAGĀTINĀTĀJS NEAIZSTĀJ PILNVĒRTĪGU UN SABALANSĒTU UZTURU.

AKNĀM

Tabletes N25

1+1

10.39 €



Lagosa

Lagosa satur mērdadža ekstraktu silimarīnu, kas labvēlīgi ietekmē aknas.

Lagosa содержит экстракт расторопши пятнистой - силимарин, который благоприятно воздействует на печень.

Reklāmas devējs: WÖRWAG Pharma GmbH & Co. KG. LAG/01/MA/2018

UZTURA BAGĀTINĀTĀJS! UZTURA BAGĀTINĀTĀJS NEAIZSTĀJ PILNVĒRTĪGU UN SABALANSĒTU UZTURU.

LOCĪTAVĀM, SKRIMŠĻIEM

Kapsulas N60

-25%

15.74 € 20.99 €



Cemio Gemze

Īpaša kombinācija, kuras sastāvā esošie tīrās formas kolagēni NC I®, NC II® tipa ar vitamīnu C palīdz saglabāt locītavas, skrimšļus un kaulus. Izstrādāts un ražots Šveicē pēc patentētās CollPure® tehnoloģijas. Tikai 1 kapsula dienā, viens iepakojums pietiek 2 mēnešu kursam. Prieks ar katru lēcienu!

Особая комбинация, содержащая в своем составе коллагены типа NC I®, NC II® в чистом виде и витамин С, помогает сохранить суставы, хрящи и кости. Создано и произведено в Швейцарии по запатентованной технологии CollPure®. Всего 1 капсула в день, упаковка рассчитана на 2-месячный курс. Радость с каждым прыжком!

Reklāmas devējs: Cemio Switzerland

UZTURA BAGĀTINĀTĀJS! UZTURA BAGĀTINĀTĀJS NEAIZSTĀJ PILNVĒRTĪGU UN SABALANSĒTU UZTURU.

* Aktivitātes produktu regulārās pārdošanas cenas un cenas ar atlaidi Jums ir iespēja uzzināt tuvākajā Mēness aptiekā. Aktivitātes produktu skaits ir ierobežots. Preču sortiments aptiekās var atšķirties. Cenas attiecas uz pilniem iepakojumiem. Preču fotoattēliem ir tikai ilustratīvs raksturs. Izdevumā norādītajai informācijai var būt neparedzētas izmaiņas, par ko pircēji tiks informēti aptiekās. Ja cenas vai cita informācija izdevumā un aptiekā nesakrīt, lūdzam uzskatīt cenas vai informāciju avīzē par drukas kļūdu. Izdevumā norādītās atlaides ir spēkā Veselības kartes īpašniekiem. Cenas norādītas eiro ar PVN. Atlaides neattiecas uz medikamentiem. Atlaides nesummējamas

** Cenas norādītas AS "SENTOR FARM APTEIKAS" aptiekās un tās var atšķirties sekojošās Mēness Aptiekā zīmola aptiekās: aptieka Lavanda "Ceļmalas", Daugmale, Ķekavas novs; Jelgavas Lielā aptieka Uzvaras iela 3, Jelgava; SIA Veselības aptieka Vidzemes šos. 18-1, Garkalne; Māras aptieka Ceriņu iela 2a, Jumprava; aptieka fl.Lēdmanē "Jaunšinkas", Lēdmane; aptieka Nota Bene Pērnavas iela 4b, Jelgava; Aptieka Bite Dārza iela 6, Līgatne