

listopad / 2025

Info HURTAP®

02

System kaucyjny
– wybór
czy obowiązek?
Aktualne informacje



03

Webinary
V | VERTIBOOK.PL
w listopadzie



04

Komunikacja inkluzywna

**Jak rozmawiać
z osobami
niewidzącymi**



06

Notatka z webinaru

**Zwierzę to również
pacjent** – farmaceuta
w opiece nad
czworonogiem cz. II



08

**Jesienny wzrost rynku
aptecznego.**
Większe wartości
– mniej opakowań
wg danych IQVIA i PEX



09

Świat Leku

**Więcej niż platforma
rezerwacyjna**



10

**Współczesna
medycyna
i farmacja
– razem dla pacjenta.**

Relacja z I Konferencji
Naukowo
– Szkoleniowej

11

Dobrostan farmaceuty
– przebudźcowanie,
FOMO i ćwiczenie
relaksacyjne



System kaucyjny w aptece – wybór czy obowiązek? Aktualne informacje

27 listopada odbył się webinar „Ustawa kaucyjna w aptece – wybór czy obowiązek?”, który poprowadził mgr farm. Marian Witkowski. Spotkanie miało na celu wyjaśnienie wątpliwości farmaceutów związanych z wejściem w życie systemu kaucyjnego od 1 października 2025 r. Jak podkreślił prowadzący, dla większości aptek nowe przepisy nie będą źródłem obaw – system nie jest dla nich obowiązkowy, a decyzja o przystąpieniu zależy wyłącznie od rodzaju sprzedawanego asortymentu.

1. LEGISLACJA

System kaucyjny został wprowadzony w nowelizacji ustawy z dnia 13 czerwca 2013 r. o gospodarce opakowaniami i odpadami opakowaniowymi, implementującą unijną dyrektywę tzw. SUP. Choć pierwotnym założeniem było wyłączenie aptek z tego obowiązku, w polskiej wersji przepisów znalazły się one w gronie podmiotów potencjalnie objętych systemem. Wywołało to duże zaskoczenie w środowisku farmaceutycznym i liczne interwencje ze strony samorządów zawodowych – OIA i NIA – do Ministerstwa Klimatu oraz Ministerstwa Zdrowia.

2. PRODUKTY OBJĘTE SYSTEMEM

Systemem kaucyjnym objęte są **opakowania napojów do bezpośredniego spożycia – zarówno szklane, plastikowe, jak i metalowe (puszki) – które posiadają specjalne oznaczenie graficzne systemu kaucyjnego**. Tylko produkty z takim symbolem podlegają obowiązkowi pobierania kaucji. Jeśli opakowanie spełnia techniczne kryteria (np. pojemność, materiał), ale nie ma oznaczenia systemowego, nie wchodzi w zakres ustawy i może być sprzedawane bez zmian.



3. PRODUKTY NIEOBJĘTE SYSTEMEM

Z obowiązku pobierania kaucji **wyłączone są leki na receptę, produkty OTC, wyroby medyczne oraz środki spożywcze specjalnego przeznaczenia żywieniowego**. W praktyce więc jedynie nieliczne suplementy diety w opakowaniach przeznaczonych do bezpośredniego spożycia mogą podlegać nowym przepisom.

4. KAUCJA NIE JEST SKŁADOWĄ CENY

Kaucja jest odrębną opłatą, niezwiązaną z ceną towaru. Na paragonie będzie widniała jako osobna pozycja, a jej wartość nie wchodzi w skład ceny produktu. Oznacza to, że farmaceuta nie dolicza kaucji do ceny sprzedaży, lecz pobiera ją oddzielnie – podobnie jak w przypadku tradycyjnych butelek zwrotnych.

5. KAUCJA W SYSTEMIE APTECZNYM

Producenci oprogramowania aptecznego Kamssoft już zaktualizowali systemy, aby umożliwić identyfikację produktów objętych systemem kaucyjnym. Na etapie przyjęcia dostawy apteka będzie mogła sprawdzić, czy dany produkt posiada oznaczenie kaucji. Nawet jeśli placówka nie zamierza wchodzić do systemu, zaleca się aktualizację bazy BL0Z, by móc zidentyfikować produkty objęte nowymi regulacjami.

6. PLANOWANE ZMIANY OD 1 STYCZNIA

Trwają prace nad nowelizacją ustawy o opakowaniach, która ma doprecyzować zasady funkcjonowania systemu kaucyjnego. **Naczelną Izba Aptekarska oraz okręgowe izby aptekarskie – przy wsparciu GIF i MZ – zabiegają o ustawowe wyłączenie aptek z systemu kaucyjnego od 1 stycznia 2025 r.** Równocześnie mówi się o tym, że od 1 stycznia 2025 wszystkie punkty handlowe należące do systemu kaucyjnego, niezależnie od powierzchni (także poniżej 200 m²), będą miały obowiązek przyjmowania opakowań zwrotnych, szczególnie butelek szklanych wielokrotnego użytku.

Podsumowując, udział aptek w systemie kaucyjnym nie jest obowiązkowy. Apteka może dobrowolnie przystąpić do systemu, jeśli sprzedaje produkty objęte kaucją i chce pobierać opłatę. W pozostałych przypadkach nie musi podejmować żadnych działań. Dla większości placówek farmaceutycznych zmiany te nie będą miały wpływu na codzienną działalność.

STANOWISKO HURTAP SA

W nawiązaniu do powyższych kwestii informujemy, że w asortymencie HURTAP SA obecnie nie znajdują się produkty objęte systemem kaucyjnym. W najbliższym czasie nie przewidujemy również ich wprowadzania do oferty.

Jeśli w przyszłości zajdą zmiany w tym zakresie, niezwłocznie prześlemy Państwu stosowną informację.



WEBINARY | VERTIBOOK.PL

W LISTOPADZIE

Szkolenia zakończone testem

Pacjent z wynikiem badań laboratoryjnych w aptece
- jak interpretować i doradzać

2 pkt.

śr. 05.11 | 19:00

nagranie dostępne
do 12.11, 23:59



prof. dr hab. n. med.
Joanna Sikora

Odpowiedzialne planowanie
rodzicielstwa - rola świadomego
przygotowania obojga rodziców
przed rozpoczęciem starań
o dziecko

2 pkt.

czw. 06.11 | 19:00

nagranie dostępne
do 13.11, 23:59



dr n. med.
Jacek Tulimowski

Zasady farmakoterapii
u zwierząt
- lek z apteki?
Cz. 2

2 pkt.

pon. 10.11 | 19:00

nagranie dostępne
do 17.11, 23:59



dr n. farm.
Dominik Żyro



Dostępność

szkolenia online, bezpłatne i dostosowane do Twojego grafiku



Możliwość odtworzenia webinaru w ciągu 7 dni

jeśli nie możesz uczestniczyć na żywo lub chcesz wrócić do omawianych treści



Certyfikaty i punkty edukacyjne dla magistrów farmacji i techników farm.

każde szkolenie kończy się testem - za udział w szkoleniu
i zaliczenie testu otrzymasz **2 tzw. „twarde” punkty edukacyjne**



Zapisy i pełna lista szkoleń na [Vertibook.pl](https://vertibook.pl)

Kliknij w link lub zeskanuj kod QR, aby przejść
do szczegółów i zarejestrować się na szkolenia

PATRONAT



ORGANIZATOR



Komunikacja inkluzywna w aptece

- jak rozmawiać z osobami niewidzącymi

13 listopada obchodzimy Międzynarodowy Dzień Niewidomych. Data ta przypada w dniu urodzin Valentina Haüya, francuskiego pedagoga i założyciela pierwszej szkoły dla osób z niepełnosprawnością wzroku w Paryżu. Obchody tego dnia mają na celu **zwiększenie świadomości społecznej na temat wyzwań, z jakimi mierzą się osoby niewidzące, oraz docenienie rodzin, opiekunów, instytucji i organizacji**, które wspierają je w codziennym funkcjonowaniu.

To również dobra okazja, by przyjrzeć się, **jak w aptece rozmawiać z pacjentami o różnych potrzebach i jak stosować komunikację włączającą**, która pozwala każdej osobie czuć się traktowaną z szacunkiem i empatią.

CZYM JEST KOMUNIKACJA INKLUZYWNA?

Komunikacja inkluzywna (in. włączająca) to sposób porozumiewania się, który uwzględnia różnorodność ludzi i dąży do tego, by nikt nie czuł się pominięty, oceniany czy wykluczony. Chodzi o to, by język, ton i forma przekazu były dostosowane do odbiorcy, a jednocześnie pełne szacunku.

W praktyce to oznacza m.in.:

- używanie określeń, które nie definiują osoby przez jej ograniczenia – np. osoba z niepełnosprawnością zamiast osoba niepełnosprawna, czy osoba niewidząca zamiast osoba niewidoma,
- skupianie się na możliwościach i potrzebach, a nie na deficytach,
- unikanie zdrobnień i tonu pobłażliwości,
- dawanie przestrzeni na samodzielność i wybór.



DLACZEGO TO WAŻNE W PRACY FARMACEUTY?

Apteka jest jednym z miejsc, w których pacjenci spotykają się z profesjonalistami ochrony zdrowia najczęściej. Dla wielu osób, zwłaszcza seniorów lub pacjentów z niepełnosprawnością, to właśnie rozmowa z farmaceutą jest kluczowym momentem, by dowiedzieć się, jak prawidłowo stosować leki i dbać o zdrowie.

Komunikacja włączająca w aptece pozwala:

- budować zaufanie i poczucie bezpieczeństwa,
- uniknąć nieporozumień,
- tworzyć przyjazną atmosferę i wizerunek apteki otwartej na każdego pacjenta.

JAK ROZMAWIAĆ Z OSOBĄ NIEWIDZĄCĄ

Oto kilka praktycznych wskazówek, które pomagają w codziennej pracy:

1. Zawsze zwracaj się bezpośrednio do pacjenta, nie do osoby towarzyszącej

2. Przedstaw się i poinformuj, gdzie jesteś.

np. „Nazywam się Anna Kowalska, jestem farmaceutką. Stoję po lewej stronie lady.”

3. Nie unikaj naturalnych zwrotów

Zwroty typu „Do widzenia!” są jak najbardziej odpowiednie – są częścią języka, a nie odniesieniem do wzroku.

Komunikacja inkluzywna w aptece

- jak rozmawiać z osobami niewidzącymi cd.

Czy wypada używać sformułowań typu „Proszę obejrzeć” czy lepiej powiedzieć „Proszę dotknąć”?



Fundacja Integralia, budująca świadomość na temat komunikacji włączającej, w jednym ze swoich materiałów edukacyjnych pokazała ciekawą scenkę sytuacyjną z udziałem pracownika sklepu i klienta z niepełnosprawnością wzroku: bit.ly/4hrpi6y.

Organizacja podkreśla, że używanie naturalnego języka w rozmowie z osobami z niepełnosprawnościami jest oznaką szacunku i równego traktowania. Nadmierna ostrożność lub unikanie pewnych słów może tworzyć niepotrzebny dystans.



4. Opisz, co robisz.

np. „Podaję lek, położyłam go na blacie przed panią.”

5. Nie chwytaj pacjenta za rękę – zaproponuj pomoc słownie.

np. „Czy chciałaby Pani, żebym pokazała drogę do drzwi?”

PIES PRZEWODNIK W APTECE



Osoby z niepełnosprawnością wzroku często poruszają się z pomocą psa przewodnika. Warto pamiętać, że **pies asystujący nie jest zwykłym zwierzęciem towarzyszącym – to wyszkolony pomocnik, który umożliwia swojemu opiekunowi bezpieczne i samodzielne funkcjonowanie.**

- **Pies przewodnik ma prawo wejść do apteki**, nawet jeśli obowiązuje tam zakaz wprowadzania zwierząt.
- **Nie wolno go dotykać, głaskać, wołać ani rozpraszać.** W czasie pracy pies skupia się na zadaniu – każda próba kontaktu może zaburzyć jego koncentrację i bezpieczeństwo opiekuna.

Taka świadomość wśród pracowników aptek to przejaw nie tylko empatii, ale też profesjonalizmu i gotowości do tworzenia przestrzeni dostępnej dla każdego pacjenta.



WRAŻLIWOŚĆ NA RÓŻNORODNOŚĆ



Komunikacja włączająca w aptece to nie tylko sposób rozmowy z osobami z niepełnosprawnością – to **postawa, która buduje zaufanie, profesjonalizm i empatię.** W aptece spotykamy osoby z niepełnosprawnością słuchu, pacjentów neuroatypowych, seniorów, obcokrajowców oraz osoby z trudnościami poznawczymi czy zaburzeniami mowy. Każda z tych sytuacji wymaga indywidualnego podejścia i otwartości.

To pierwszy artykuł z serii poświęconej różnorodności w aptece. W kolejnych wydaniach Info HURTAP przyjrzymy się innym aspektom różnorodności i podpowiemy, **jak w codziennej pracy farmaceuty tworzyć przestrzeń przyjazną dla wszystkich pacjentów.**

Źródła:

Poznaj zasady komunikacji włączającej, <https://integralia.pl/firmy/artykuly-eksperckie/komunikacja-wlaczajaca/>, [dostęp: 22.10.2025].
prof. dr hab. Ewa Kołodziejek, Komunikacja inkluzywna. Odpowiedzialność za słowo, <https://etykajazyka.pl/komunikacja-inkluzywna-odpowiedzialnosc-za-slowo/>, [dostęp: 22.10.2025].

ZWIERZĘ TO RÓWNIEŻ PACJENT – FARMACEUTA W OPIECE NAD CZWORONOGIEM CZ. II

NOTATKA Z WEBINARU
10.09.2025 | prowadzący:
dr n. farm. Dominik Żyro

✓ | VERTIBOOK.PL

Coraz więcej farmaceutów spotyka się z receptami wystawionymi przez lekarzy weterynarii. W poprzedniej części cyklu, opartej na webinarze Vertibook pt. „Zasady farmakoterapii u zwierząt – czy lek z apteki może trafić do zwierzęcia?” z udziałem **dr. n. farm. inż. Dominika Żyro**, omówiliśmy podstawowe zasady farmakoterapii u zwierząt i rolę farmaceuty w realizacji recept weterynaryjnych.

W tej części odwołujemy się ponownie do treści webinaru, koncentrując się na praktycznych przykładach dawkowania oraz poradach przydatnych w codziennej pracy.

Choć farmakoterapia zwierząt opiera się na tych samych zasadach farmakokinetyki i farmakodynamiki co u ludzi, jej stosowanie w praktyce wymaga uwzględnienia wielu czynników specyficznych dla gatunku, wieku, masy ciała i stanu zdrowia zwierzęcia. Warto przyjrzeć się kilku aspektom, które w codziennej pracy farmaceuty stają się istotne.

1. Dawkowanie i bezpieczeństwo – nie tylko przelicznik na kilogram

W farmakoterapii zwierząt nawet niewielkie różnice w dawce mogą mieć duże znaczenie. Przykładem jest **aspiryna**, której okres półtrwania u kota wynosi aż 38 godzin – stosowanie jej bez nadzoru weterynarza może być toksyczne. Różnice międzygatunkowe dotyczą także leków takich jak **meloksykam**, **spiramycyna** czy **dimenhydrinat**, gdzie dawki dla psów, kotów, koni i bydła są diametralnie różne. Podobnie **apomorfina**, stosowana u ludzi w chorobie Parkinsona, u psów służy do wywoływania wymiotów po spożyciu toksyn, a u kotów jej skuteczność jest mniejsza.



Farmaceuta, widząc receptę o nietypowej dawce lub dużej liczbie tabletek, powinien zachować czujność i w razie wątpliwości skonsultować się z lekarzem weterynarii – zwłaszcza gdy recepta dotyczy zwierząt gospodarskich.



2. Karencja – czas, który ma znaczenie także w aptece

Karencja to okres, jaki musi upłynąć od ostatniego podania zwierzęciu leku weterynaryjnego do momentu, gdy jego produkty (mięso, mleko, jaja) mogą być bezpiecznie przeznaczone do spożycia przez ludzi. Czas ten pozwala na całkowite usunięcie pozostałości substancji czynnych z organizmu zwierzęcia i jest kluczowy dla bezpieczeństwa żywności.

Wydając produkty lecznicze dla zwierząt gospodarskich, warto przypominać właścicielom o konieczności przestrzegania okresu karencji wskazanego w ulotce lub na opakowaniu leku. To nie tylko wymóg prawny, ale przede wszystkim praktyczny element ochrony zdrowia ludzi i odpowiedzialnego stosowania leków w hodowli.

3. Przykłady stosowania popularnych leków u zwierząt

DIMENHYDRINAT (np. Aviomarin) na kg masy ciała:

- **Psy** 4-8 mg/kg m.c. co 8 godz. p.o., l.m., l.v. (max. 24 mg na dobę)
- **Koty** 12,5 mg/kg m.c. co 8 godz. p.o., l.m., l.v. (max. 37,5 mg na dobę)
- Nie ustalono dla dużych zwierząt
- Ludzie 0,7-1,4 mg/kg m.c. (max. 5,7 mg na dobę)



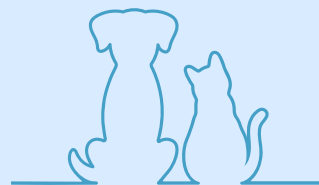
ZWIERZĘ TO RÓWNIEŻ PACJENT – FARMACEUTA W OPIECE NAD CZWORONOGIEM CZ. II CD.

NOTATKA Z WEBINARU
10.09.2025 | prowadzący:
dr n. farm. Dominik Żyro

V | VERTIBOOK.PL

GLICERYNA

- Działanie moczopędne i przeczyszczające
- Podawany w celu obniżenia ciśnienia śródocznego w leczeniu ostrej jaskry
- Przeczyszczający – nadaje treści jelitowej własności poślizgowe ze względu na higroskopijność wiąże wodę i ściąga ją do jelita lub do kanalików nerkowych
- Nie wchłania się z p.pok. – osmotyczny środek przeczyszczający
- Może powodować odwodnienie
- Dawkowanie 1–2 ml/kg m.c. co 8 godzin p.o.
- Nie ustalono dawkowania dla dużych zwierząt, a jedynie dla psów i kotów



IBUPROFEN – NLPZ (inhibitor COX)



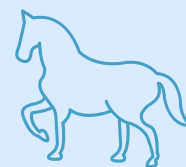
- Brak rejestracji dla jakiegokolwiek gatunku zwierząt
- **Przeciwwskazany szczególnie u zwierząt małych**
- Działanie wrzodotwórcze
- **Możliwe stosowanie u koni i bydła**
- Dz. niepożądane: wymioty, krwawienia, ciężkie owrzodzenia p.pok., uszkodzenie nerek, hamowanie płytek krwi
- Dawkowanie
 - ✓ Konie 25 mg/kg m.c. co 8 godz. p.o. do 6 dni
 - ✓ Przeżuwacze 14–25 mg/kg m.c./dobę
- Nie wolno stosować u zwierząt, których tkanki lub produkty są przeznaczone do spożycia przez ludzi



Leki dla ludzi vs. leki weterynaryjne – ciekawostka

KOŃSKA DAWKA LEKU

Popularny Bioprazol Bio Max zawiera **20 mg omeprazolu**, czyli substancji zmniejszającej wydzielanie kwasu solnego w żołądku. Stosuje się go u ludzi w leczeniu m.in. nadkwasoty, refluksu i choroby wrzodowej. Występuje w postaci kapsułek dojelitowych, które chronią substancję czynną przed działaniem kwasu żołądkowego.



Jego odpowiednik dla zwierząt – lek weterynaryjny Equizol to także **omeprazol, ale w dawce aż 400 mg!** Preparat przeznaczony jest dla koni, u których również mogą występować wrzody żołądka – szczególnie u koni sportowych narażonych na stres i nieregularne karmienie. Equizol ma formę pasty doustnej, którą podaje się bezpośrednio do pyska zwierzęcia za pomocą strzykawki dozującej.

Ta różnica wynika z masy ciała i metabolizmu – przeciętny koń waży nawet 500–600 kilogramów, więc jego „tabletkę” musi być proporcjonalnie większa.



Warto odwiedzić stronę Głównego Inspektoratu Weterynarii (GIW) – to wiarygodne źródło aktualnych informacji dotyczących m.in. farmacji weterynaryjnej:

<https://bit.ly/4nmD4sl>



Jesienny wzrost rynku aptecznego

WIĘKSZE WARTOŚCI - MNIEJ OPAKOWAŃ WG DANYCH IQVIA I PEX

Wrzesień 2025 roku przyniósł dla polskiego rynku aptecznego wyraźne odbicie.

Wg danych IQVIA wartość sprzedaży w aptekach stacjonarnych osiągnęła

5,1 mld zł

+ 10,7%
rok do roku

MNIEJ PRODUKTÓW, WIĘKSZA WARTOŚĆ

Wielkość rynku aptek stacjonarnych (liczba sprzedanych opakowań) spadła o **0,4%**, co sugeruje, że Polacy kupują mniej produktów, ale wydają na nie więcej. Wzrost wartości może wynikać z kilku czynników:

- rosnących cen leków i suplementów,
- przesunięcia sprzedaży w stronę droższych marek,
- rosnącego udziału segmentu leków na receptę (RX).

Średnia wartość sprzedaży w jednej aptece stacjonarnej wzrosła aż o **12,6%** do

416 tys. zł  

OTC I DERMOKOSMETYKI TRZYMAJĄ POZIOM

Segment CH (OTC, suplementy, dermokosmetyki) w aptekach stacjonarnych wzrósł o

1,6% 

Widać stabilny popyt, choć bez spektakularnych wzrostów.

Dla farmaceutów to sygnał, że produkty wspierające odporność czy pielęgnację skóry nadal są ważnym elementem koszyka zakupowego pacjentów, zwłaszcza w okresie jesiennym.

E-COMMERCE CORAZ MOCNIEJSZY

Sprzedaż internetowa produktów farmaceutycznych rośnie jeszcze szybciej niż rynek stacjonarny.

Wartość e-commerce osiągnęła **213 mln zł**  co oznacza **wzrost o 14,2%** rok do roku.

Liczba sprzedanych produktów online zwiększyła się o **9,9%**, ale średnia wartość pojedynczego zamówienia spadła do **123,61 zł (-3,3%)**.

To może oznaczać, że pacjenci kupują częściej, ale mniejsze ilości – np. uzupełniając zapasy suplementów i kosmetyków.

Udział sprzedaży internetowej w rynku CH wynosi już **9,1%**, co pokazuje, że kanał online staje się nieodzownym elementem dystrybucji farmaceutycznej.

TESTY DIAGNOSTYCZNE

+ 26% r/r

Tygodniowy raport PEX dotyczący testów diagnostycznych wskazuje, że w tygodniu 20.10-26.10.2025 liczba sprzedanych przez apteki testów MONO i COMBO do wykrywania wirusa SARS COV-2 jest o **26%** wyższa niż w analogicznym okresie ubiegłego roku (122 303 szt.). Ponadto liczba sprzedanych testów przez apteki w ostatnich 28 dniach względem analogicznego okresu poprzedniego roku wzrosła o **24%**.

PRZEZIĘBIENIA: SEZON RUSZY PÓŹNIEJ?

Według tygodniowych raportów PEX, sprzedaż produktów na przeziębienie **spadła w październiku w porównaniu z rokiem poprzednim**:

- w tygodniu 6-12 października – o **7%**,
- w tygodniu 13-19 października – o **18%**.

To może sugerować opóźnienie sezonu infekcyjnego – pacjenci jeszcze nie rozpoczęli intensywnego wykupywania preparatów przeciwko przeziębieniu.

Można przypuszczać, że intensyfikacja zakupów nastąpi w kolejnych miesiącach lub że sezon chorobowo-przeziębieniowy przebiegnie łagodniej niż zwykle.



WITAMINA D NA FALI WZROSTU

W październiku produkty z witaminą D notują wyraźny wzrost sprzedaży:

- w tygodniu 13-19 października sprzedaż tygodniowa była o **3%** wyższa niż rok wcześniej,
- w ujęciu 28-dniowym – wzrost liczby sprzedanych opakowań wyniósł **5%**.

To potwierdza rosnącą świadomość zdrowotną pacjentów i coraz częstsze sięganie po suplementację w okresie jesienno-zimowym.



Jesień 2025 to czas rosnących wartości sprzedaży i zmian w strukturze zakupów pacjentów. Rynek apteczny zyskuje na wartości, ale nie na wolumenie. Wzrosty w e-commerce i w segmencie witaminy D mogą wskazywać kierunek rozwoju na kolejne miesiące.

Świat Leku – więcej niż platforma rezerwacyjna

W dobie cyfryzacji i rosnących oczekiwań pacjentów wobec dostępności usług online, apteki coraz częściej sięgają po rozwiązania, które pozwalają łączyć świat cyfrowy z tradycyjną opieką farmaceutyczną. Jednym z liderów tego trendu jest **Świat Leku** – platforma, która nie tylko umożliwia rezerwację produktów z odbiorem w aptece (w modelu Click & Collect), ale także aktywnie wspiera farmaceutów i pacjentów merytoryczną wiedzą i codziennymi poradami dotyczącymi zdrowia i stylu życia.

**ZWIĘKSZASZ
SPRZEDAŻ**

**ZYSKujesz
NOWYCH
PACJENTÓW**

ZARABIASZ 24/7

Nawet gdy Twoja apteka jest zamknięta



OSZCZĘDZASZ CZAS

Nie musisz prowadzić sklepu internetowego, aktualizować opisów produktów, kontrolować stanów magazynowych ani martwić się obsługą techniczną – Świat Leku robi to za Ciebie!



**A WSZYSTKO TO BEZ
DODATKOWYCH KOSZTÓW
I RYZYKA!**

Uczestnictwo jest bezpłatne, a niezrealizowane zamówienia nie obciążają apteki



WIEDZA I NARZĘDZIA DLA PACJENTÓW

Świat Leku to jednak coś znacznie więcej niż platforma sprzedażowa. To również źródło wiedzy i praktycznych narzędzi wspierających zarówno farmaceutów, jak i pacjentów. Na stronie działa sekcja „**Poradnik Świata Leku**”, w której regularnie publikowane są eksperckie artykuły, porady zdrowotne oraz praktyczne wskazówki z zakresu farmacji, stylu życia i profilaktyki. To cenna przestrzeń, która pomaga farmaceutom utrzymywać kontakt z pacjentem również po opuszczeniu apteki.

Dodatkowo, platforma udostępnia interaktywne narzędzia, takie jak:

- analizator objawów grypy, przeziębienia i COVID-19,
- kalkulator BMI,
- kalkulator WHR.

Świat Leku to także aktywny uczestnik życia społecznego online. W **mediach społecznościowych** platforma dzieli się wiedzą, promuje zdrowy styl życia i edukuje pacjentów, budując ich świadomość zdrowotną i zaufanie do aptek uczestniczących w programie.



Zostań częścią Świata Leku!

Dołącz do ponad 1200 aptek, które budują swoją obecność w internecie razem z naszą platformą.

Aby dowiedzieć się więcej nt. platformy i możliwości dołączenia, skontaktuj się ze swoim **Przedstawicielem Handlowym** z HURTAP SA lub napisz na adres kontakt@swiatleku.pl

Współczesna medycyna i farmacja – razem dla pacjenta. Relacja z I Konferencji Naukowo-Szkoleniowej

25 października 2025 r. na Uniwersytecie Medycznym w Łodzi odbyła się I **Konferencja Naukowo-Szkoleniowa „Współczesna medycyna i farmacja – razem dla pacjenta”**, organizowana przez **Okręgową Izbę Aptekarską w Łodzi** wraz z **HURTAP SA** i **Vertibook**.

Wydarzenie zgromadziło **300 uczestników** – farmaceutów, techników i przedstawicieli środowiska medycznego z całej Polski.

Podczas **pięciu godzin intensywnych wystąpień i dyskusji** eksperci z dziedzin medycyny i farmacji poruszali tematy istotne dla codziennej praktyki aptecznej i współpracy między zawodami medycznymi.

W programie m.in.:

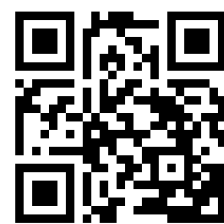


- **mgr farm. Łukasz Konka** i **dr hab. n. farm. Magdalena Jasińska-Stroschein** omówili zasady bezpiecznego dobierania terapii u osób starszych,
- **mgr farm. Marian Witkowski** i **mgr farm. Magdalena Osiecka-Pepłowska** przybliżyli aspekty prawne świadczenia opieki farmaceutycznej w Polsce – od regulacji prawnych do praktyki,
- **dr n. med. Marcin Noweta** mówił o stosowaniu leków biologicznych i lekach immunosupresyjnych w dermatologii,
- **dr n. med. Jacek Tulimowski** (pomysłodawca konferencji) podczas panelu o zdrowiu kobiet przedstawił aktualne rekomendacje dotyczące diagnostyki i leczenia w okresie około- i postmenopauzalnym oraz poruszył tematy takie jak choroba hemoroidalna, atrofia urogenitalna i rola gynobiotyków.

Podczas przerw uczestnicy mieli okazję odwiedzić **stoiska partnerów i producentów**, poznać nowości produktowe oraz porozmawiać o codziennych wyzwaniach pracy w aptece. Wydarzenie stało się również okazją do cennego **networkingu i wymiany doświadczeń**. Dziękujemy wszystkim uczestnikom, prelegentom i partnerom za obecność, aktywność i zaangażowanie.



Zapraszamy do dalszego rozwoju z nami – podczas cotygodniowych webinarów Vertibook. Najbliższe szkolenia i nagrania webinarów dostępne na [Vertibook.pl](https://vertibook.pl)



PARTNERZY KONFERENCJI:



WSPÓŁORGANIZATORZY:



PATRONAT:



PATRONAT
MEDIALNY:



DOBROSTAN *farmaceuty*

Przebodźcowanie to jedno z najbardziej powszechnych zjawisk współczesności. Żyjemy w świecie, w którym nasz mózg niemal bez przerwy przetwarza sygnały – obrazy, dźwięki, wiadomości, powiadomienia. Zjawisko **FOMO** (fear of missing out, lęk przed tym, że coś nas ominie) sprawia, że trudno nam się odciąć, nawet wtedy, gdy naprawdę tego potrzebujemy.

Farmaceuci są w szczególnej sytuacji – codziennie funkcjonują w środowisku pełnym bodźców: kontakt z pacjentem, jednoczesna obsługa kilku systemów komputerowych, biurokracja, konieczność śledzenia zmian w prawie, a do tego nowinki medyczne i farmakologiczne. Wszystko to sprawia, że mózg nie ma chwili wytchnienia.

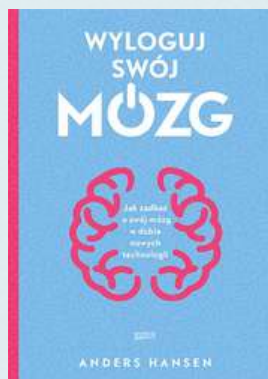
Dlatego na zakończenie biuletynu zapraszamy do pigułki informacji nt. dobrostanu i krótkiego ćwiczenia relaksacyjnego, które pomaga odzyskać równowagę i zatrzymać się na chwilę.

A. Hansen, Wyloguj swój mózg

Szwedzki psychiatra w przystępny sposób tłumaczy, **jak współczesna technologia wpływa na nasz umysł** – i dlaczego smartfony, media społecznościowe oraz nieustanny dopływ informacji sprawiają, że jesteśmy bardziej zmęczeni niż kiedykolwiek.

Autor podkreśla, że mechanizmy odpowiedzialne za nasze przebodźcowanie mają swoje korzenie w ewolucji – nasz mózg wciąż działa tak, jakby żył w świecie pierwotnym, gdzie nowe bodźce mogły oznaczać zagrożenie lub szansę.

Twórcy nowoczesnych technologii doskonale to rozumieją i wykorzystują nasze **atawizmy**, projektując aplikacje i media tak, by nieustannie przyciągały uwagę i pobudzały układ nagrody.



Źródło: wydawnictwoznak.pl

Hansen nie namawia do radykalnego odcięcia się od świata cyfrowego – proponuje raczej **świadome korzystanie z technologii**, by odzyskać kontrolę nad własnym czasem, uwagę i spokój.

Źródła:
Stres okiełznany – jak działa na nas stres i jak sobie z nim radzić – dr Agnieszka Mościcka-Teske (SWPS), <https://www.youtube.com/watch?v=njcl-2T9Qhg>
<https://www.gov.pl/web/baza-wiedzy/fomo---czyli-strach-przed-tym-co-nas-omija>
A. Hansen, Wyloguj swój mózg. Jak zadbać o swój mózg w dobie nowych technologii,

Ćwiczenie - “uziemiające”

Gdy czujesz się przeciążony nadmiarem informacji, możesz wykonać poniższe ćwiczenie:

Grounding 3-2-1: zmysły

Zatrzymaj się na chwilę. Weź spokojny wdech i wydech.
(Możesz zamknąć oczy, jeśli czujesz się komfortowo.)

3 rzeczy, które widzisz

(np. ekran telefonu, kubek, drzewo za oknem)



2 dźwięki, które słyszysz

(np. szum wentylatora, głos z korytaza)



1 rzecz, którą czujesz fizycznie

(np. oparcie krzesła, ciężar ubrania, temperatura)



Zakończ jednym spokojnym wdechem i wydechem.

UŚMIECH *na receptę*



Źródło: Portal opieka.farm



Listopadowe SUPERtrio

dla wsparcia organizmu

1000 mg witaminy C
w jednej saszetce!

**Bez dodatku
cukru,**
z ekstraktami
z 20 ziół!

**Połączenie
rutyny i witaminy C**
dla efektywnego
działania



Obserwuj nas na

