

# У нашій офісній аптечці — Цитрік. А у вас?

Чим у вашій компанії займається директор з розвитку? Спостерігає за розвитком подій. А у нашій — передбачає події. Якраз тому, щойно за вікном засніжить, в офісній аптечці з'являється Цитрік — лікарський засіб для ефективного усунення симптомів грипу і ГРВІ

## ЗНОВУ ЗИМА. ЗНОВУ ГРИП І ЗАСТУДА

Щастить тим, кому вдається перезимувати без застуди чи грипу. Але, будьмо відверті, таких людей небагато. Підвищена температура тіла, кашель, нежить, біль у горлі — причиною цих неприємностей може бути і грип, і вірусна інфекція, і банальне переохолодження. Як зрозуміти, яке саме захворювання намагається вкласти нас у ліжко?

Терміном «ГРВІ» (гостра респіраторна вірусна інфекція) називають ті гострі респіраторні захворювання (ГРЗ), при яких доведена або передбачається етіологічна роль респіраторних вірусів. Грип діагностують лише при наявності характерних симптомів (особливо під час епідемії) або на підставі результатів лабораторного дослідження.

Грип і ГРВІ зумовлюють різні збудники — вірус грипу, парагрипозна, аденовірусна, риновірусна інфекція (загалом відомо понад 200 видів різних вірусів).

Ще одна відмінність — неоднаковий перебіг захворювань. Грип розпочинається раптово і супроводжується різким підвищенням температури тіла. Виражена інтоксикація організму проявляється ознобом, адинамією, м'язовим і головним болем, відчуттям ломоти у тілі, сухим кашлем із болем за грудиною. Натомість катаральні явища виражені помірно.

При ГРВІ зазвичай переважають катаральні ознаки, біль у горлі, вологий кашель. І лише потім на фоні цих явищ підвищується температура тіла, причому вона майже ніколи не перетинає позначку 38 °С.

Застуда найчастіше є наслідком переохолодження і має схожі з вірусними інфекціями симптоми. Проте вона може уражати різні органи, тому розрізняють і різні види ГРЗ: ларингіт, риніт, тонзиліт, фарингіт, бронхіт, бронхіоліт, назофарингіт.

## ПОТИСНУТИ РУКУ? НІ, НЕ ЗАРАЗ!

Джерелом вірусу є людина. Тому чим менше навколо людей, тим нижчий ризик занедужати. Однак дозволити собі тимчасово обмежити коло спілкування можуть хіба пенсіонери. А працівники офісів, навпаки, у період грипу та застуд ризикують чи не найбільше, оскільки мала площа приміщень, велика кількість персоналу, кондиціонування повітря, його сухість та зависока порівняно із санітарними нормами температура створюють сприятливе середовище для поширення вірусної інфекції.

Як боротися з вірусами? За допомогою дотримання простих, але дієвих правил.

Намагайтеся у всіх випадках, коли це можливо, ходити пішки, а не користуватися громадським транспортом.

Кожен працівник офісу за наявності найменших симптомів застуди повинен використовувати марлеву маску. Хоча вона не може зупинити вірус, але затримує краплинки слини, де вірусів особливо багато.

Якщо під рукою немає хустинки, кашляйте і чайте не в долоню, а у лікоть.

Руки хворого — таке саме джерело вірусу, як рот і ніс. Тому не треба постійно торкатися свого обличчя, а руки варто мити якомога частіше або ж регулярно протирати їх вологими серветками.

У період підвищеного ризику ГРВІ та грипу замість рукостискання під час привітання можна кивнути головою і всміхнутися.

Віруси здатні тривало зберігати активність у сухому і застоюваному повітрі, але швидко руйнуються у повітрі прохолодному, вологому і рухомому. Частіше провітрюйте офіс. Оптимальна температура — 20 °С, вологість — 50–70%.

Регулярно зволожуйте слизові оболонки носа за допомогою соляного розчину (одна чайна ложка кухонної солі на 1 л кип'яченої води) та прополоскуйте ним ротову порожнину.

Ймовірність вірусних захворювань зменшують активний спосіб життя, повноцінне харчування і нормальна тривалість сну.

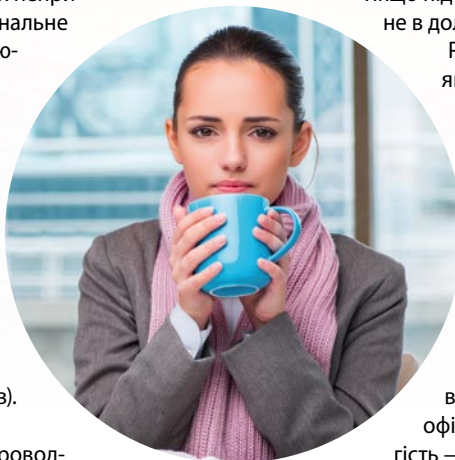
## ПРИ ПЕРШИХ СИМПТОМАХ ГРВІ — ГАРЯЧИЙ ЦИТРИК

Втім, не завжди профілактичні методи здатні нас захистити. Тому при перших ознаках хвороби прийміть Цитрік — комбінований препарат у формі порошку для приготування гарячого напою для лікування грипу і застуди.

Він містить 325 мг парацетамолу, 10 мг фенілефрину, 20 мг феніраміну та 50 мг вітаміну С. Парацетамол проявляє анальгезивну, жарознижувальну і слабо виражену протизапальну дію. Фенілефрину гідрохлорид зменшує набряк слизової оболонки носа. Феніраміну maleat діє протиалергічно, зменшує вираженість місцевих ексудативних проявів, сльозотечу, ринорею, свербіж в очах і носі. Аскорбінова кислота компенсує підвищену потребу організму у вітаміні С.

Отже, Цитрік ефективно усуває симптоми, які не дають нам активно і продуктивно працювати впродовж цілого робочого дня: підвищену температуру тіла, головний біль, сльозотечу, відчуття ломоти у тілі, біль у м'язах, дертя у горлі.

Цитрік — альтернатива лікарняному листку і правильне рішення для тих, кому ніколи хворіти.



# ЦИТРИК

Лікування симптомів грипу та застуди\*

Захворів на грип важко?

Прийми **ЦИТРИК**'а чашку!



Порошок для приготування розчину  
Містить: парацетамол, фенілефрин, фенірамін, вітамін С

\* - Інструкція для медичного застосування лікарського засобу Цитрік.

Реклама лікарського засобу Цитрік. Склад на 1 саше: парацетамол 325 мг, фенілефрину гідрохлорид 10 мг, феніраміну малеат 20 мг, аскорбінова кислота 50 мг. АТС код: N02B E51. Форма випуску: Порошок для орального розчину. Показання: Лікування симптомів грипу та застуди, включаючи гарячку. Протипоказання: Підвищена чутливість до будь-яких компонентів препарату. Тяжкий перебіг серцево-судинних захворювань, тяжкі порушення функції печінки та/або нирок. Побічні реакції: нервозність, безсоння, порушення функції печінки. Інформація подана скорочено відповідно до інструкції для медичного застосування лікарського засобу Цитрік. РП № UA/15885/01/01 від 29.03.2017. Для отримання більш детальної інформації про лікарський засіб ознайомтесь з інструкцією. Інформаційний матеріал для розміщення у спеціалізованих виданнях, призначених для медичних установ та лікарів, а також для розповсюдження на семінарах, конференціях, симпозиумах з медичної тематики. Виробник ПАТ "Фармак", вул. Фрунзе, 74, м. Київ, 04080, Україна.

Додаткова інформація за тел.: +38(044)496-87-87, e-mail: info@farmak.ua