

PREVENCE KINETÓZY

In: zdravotní noviny Váš OSOBNÍ LÉKAŘ, červen 2007

Plánujeme-li cestu, je vhodné zvážit výběr dopravního prostředku. Rychlé změny rychlosti, prudké a časté zatáčky apod. zvyšují riziko vzniku kinetózy a zesilují závažnost průběhu. Kinetóza vzniká, jestliže se oči snaží zaostřit na pohybující se scenerii a vnitřní ucho, které pomáhá orientaci v prostoru, vysílá do mozku protichůdné signály. Při nervové formě kinetózy jsou základními příznaky závrať, tíha a bolest hlavy, slabost, ospalost. Žaludeční a střevní forma kinetózy se vyznačuje nechutenstvím, nevolností a případně zvracením. U srdečně-cévní formy kinetózy dochází ke zrychlení srdeční činnosti, zvýšení krevního tlaku a poruchám srdečního rytmu. Později se tep zpomaluje, dýchání se stává povrchovým a klesá tepenný tlak. Nejčastější je smíšená forma kinetózy, kdy se příznaky různě kombinují. Proti nevolnosti při cestování pomůže dimenhydrinatum 20 mg („travel-gum“) účinkující již při žvýkání, nemusí se polykat. Účinek nastupuje 15-30 minut po začátku žvýkání a přetrvává 1-3 hodiny. V případě potřeby se žvýká 1 perorální guma po dobu asi 10 minut, potom se vyplivne. Současně je vhodné zafixovat pohled na vzdálený nepohyblivý předmět a zvýšit proud vzduchu na obličej. Přitom je třeba se vyhnout alkoholickým nápojům a taktéž maximálně omezit kouření. Přejídání se tučnými a sladkými jídly a jízda nalačno zvyšují možnost vzniku kinetózy, proto je optimální jíst 1,5 - 2 hodiny před odjezdem. Strava má být spíše lehká, ale současně dostatečně energeticky hodnotná. Nevhodné je mléko a perlivé nápoje.

Žvýkejte 10 minut

TRAVEL-GUM 20mg

Cestujte jakkoliv... v pohodě!

Perorální guma proti nevolnosti při cestování

inovatívní léková forma
příjemný způsob podávání
rychlý nástup účinku

Výdej přípravku TRAVEL-GUM 20 mg není vázán na lékařský předpis.
Před použitím čtěte pozorně příbalovou informaci!
Volně dostupné ve vaší lékárně.

MEDA

MEDA Pharma s.r.o.
Záhřebská 33/577, Praha 2
+420 222 514 950
praha@medapharma.cz

www.travelgum.cz

www.medapharma.cz

Datum přípravy: 2. 11. 2006

TRAVEL GUM: Dimenhydrinatum 20 mg v 1 perorální gumě. Použití: Kinetózy (nevolnost a zvracení při cestách silničními dopravními prostředky, vlakem, letadlem nebo lodí) u dospělých a mladistvých. Osoby, u kterých je známo, že trpívají kinetózou, mají 15-30 minut před začátkem cesty žvýkat přibližně 10 minut 1 perorální guma Travel-Gum 20 mg. Pokud se přesto později vyskytnou obtíže, je třeba při prvních příznacích vyžvýkat ještě jednu perorální gumu, eventuelně další může být podáno až po 6 hodinách. Osoby, u kterých sklon ke kinetóze nebyl znám, mají Travel-Gum 20 vyžvýkat co nejdříve po výskytu prvních obtíží (nevolnosti, zvracení). Dospělí a mladiství mohou užít maximálně dávku 6-7 perorálních gum denně. Čtěte příbalový leták.