

# Ochorenia dýchacích ciest v tehotenstve



Bolesť a zápal hrdla .....	1
Kašeľ .....	3
Nádcha .....	4
Alergia .....	6
Horúčka a bolesť .....	8
Chríпка a nachladnutie .....	9

## Bolesť a zápal hrdla

Bolesť hrdla patrí k častým symptómom nachladnutia, angíny alebo zápalu dýchacích ciest. Ak bolesť pri liečbe trvá dlhšie ako 5 dní, alebo ju sprevádzajú horúčky či sťažené dýchanie, treba vyhľadať lekára. Všetky lieky (pastilky, kloktadlá, spreje), ktoré lokálne potlačajú bolesť a zápal hrdla sú dostupné v lekárňach bez lekárskeho predpisu. Treba však dať pozor, pretože **len niektoré sú vhodné a bezpečné pre tehotné a dojčiace ženy.**

Tehotné a dojčiace ženy by sa mali vyhnúť liekom, ktoré obsahujú **lokálne anestetikum** (na tlmenie bolesti) aj **antiflogistikum** (proti zápalu, bolesti), či už vo forme pastiliek na cmúľanie, spreju či kloktadla (Strepsils, Septotele, Strepfen, Neo-angin, Orofar...). Neodporúčajú sa ani lieky obsahujúce **jód**, kvôli riziku ovplyvnenia štítnej žľazy u matky a plodu (Jox). Aj v prípade rastlinných prípravkov treba byť obozretnejší počas tehotenstva. V liečbe boľavého hrdla pomáha kloktanie **šalvie**. Tá však pri vyšších dávkach zvyšuje napätie (tonus) maternice, takže aj šalviové pastilky, spreje či čaje radšej obmedzte.

**Kedže je väčšina prípravkov v tehotenstve kontraindikovaná alebo nie jednoznačne bezpečná, uvedieme len tie, ktoré sú bezpečné a ktoré môžete bez rizika používať.**

## Pastilky na cmúľanie

### **SEPTISAN pastilky**

- Septisan obsahuje liečivo aminotridekan, ktoré má antibakteriálne účinky, obsahuje aj antisepticky pôsobiaci mentol a mäťovú silicu
- môžu ho užívať aj tehotné a dojčiace ženy
- používa sa k liečbe akútnych infekcií ústnej dutiny a nosohltana, napr. pri zápaloch mandlí či ďasien
- užíva sa jedna pastilka 3-4 krát denne, ktorá sa nechá voľne rozpustiť v ústach, po aplikácii je vhodné 15-20 minút nejesť a nepiť

### **HOMEOGENE 9**

- homeopatický liek proti bolesti, páleniu a škrábaniu v krku, zápalom mandlí
- 1 tableta sa nechá voľne rozpustiť v ústach každú hodinu medzi jedlami. Pri zlepšovaní stavu môžete interval podávania predlžovať

### **HOMEOVOX**

- homeopatický liek, ktorý pôsobí pri chrapotu, únave hlasiviek, zápaloch hrtana a strate hlasu
- 2 obalené tablety sa nechajú voľne rozpustiť v ústach alebo v malom množstve vody medzi jedlami každú hodinu. Pri zlepšovaní stavu môžete interval podávania predlžovať.

## Kloktadlá

### **CHAMOMILLA-IVAX**

- rumančeková tinktúra, ktorá sa používa pri zápaloch v ústnej dutine a hltana
- do pohára vlažnej vody pridáte pól lyžičky roztoku a kloktáte 3-5 krát denne

### **CORSODYL**

- obsahuje protibakteriálne liečivo chlorhexidin
- používa sa na liečbu akútnych infekcií ústnej dutiny a nosohltanu – zápal mandlí, ďasien, afty, extrakcie zubov
- 1 lyžica roztoku sa kloktá 2-4 krát denne po dobu 30-60 sekúnd, roztok neprehltajte, po aplikácii je vhodné 15-20 minút nejesť a nepiť

# Kašeľ

Kašeľ je častým príznakom nachladnutia a infekcie dýchacích ciest. Ide o obranný reflex, ktorým sa telo snaží udržať si priechodné dýchacie cesty. Rozlišujeme kašeľ suchý, dráždivý, ktorý sa lieči **antitusikami**, ktoré znižujú dráždivosť dýchacieho centra alebo dýchacích ciest. Ďalej je to kašeľ vlhký, produktívny, hlienovitý, ktorý sa lieči **mukolytikami alebo expektoranciami**, ktoré uľahčujú odkašliavanie, rozkladajú a skvapalňujú hlieny a aktivujú očisťovacie funkcie dýchacích ciest.

U tehotných a dojčiacich žien je výber liekov proti kašľu obmedzený, nakoľo u väčšiny liečiv sa nerobilo klinické skúšanie a nie sú s nimi dostatočné skúsenosti. **Za bezpečné sa považujú lieky homeopatické (Stodal, Drosera) alebo niektoré sirupy na rastlinnej báze (Mucoplant sirup)**, ktoré uvádzame nižšie.

Z ďalších voľnopredajných liekov sa z rady antitusických liečiv (suchý kašeľ) javí bezpečným dextrometofan (Robitussin antitussicum), ale keďže nie sú k dispozícii špecifické údaje o jeho užívaní v gravidite alebo prestupe liečiva do materského mlieka, je možné ho užívať len na odporúčania lekára, ktorý by mal starostlivo zvážiť možné riziko. Z liečiv na vlhký kašeľ sa zdá byť bezpečný ambroxol (Mucosolvan, Ambrobene), kde klinické pozorovania po 28. týždni tehotenstva nepodali žiadny dôkaz o škodlivom účinku na plod, ale napriek tomu tieto údaje nie sú postačujúce a potrebná je konzultácia s lekárom.

Bezpečne môžete užívať nasledovné lieky

## **MUCOPLANT Skorocelový sirup, Dr. Muller Skorocelový sirup**

- rastlinný sirup, ktorý obsahuje extrakt zo skorocelu
- bezpečný pre tehotné aj dojčiace ženy
- vhodný je na akútny zápal dýchacieho traktu sprevádzaný kašľom

## **STODAL sirup**

- homeopatický sirup na oba druhy kašľa - tlmí suchý kašeľ, rozpúšťa hlieny a podporuje vykašliavanie hlienov pri vlhkom kašli
- liek sa obvykle užíva v dávke 1 polievková lyžica 3-5x denne u dospelých

## **DROSERA COMPOSE kvapky**

- homeopatické kvapky určené na dráždivý dusivý kašeľ, nočný kašeľ
- užíva sa 10 kvapiek 3x denne

# Nádcha

Nádcha sama o sebe nie je ochorenie, ide len o prejav (symptóm) iného ochorenia. Nádcha môže byť alergická a nealergická. U nealergickej nádchy je rozhodujúca dĺžka jej trvania. Akútna nádcha trvá krátko (pár dní) a súvisí s nachladnutím, najčastejšie je vírusového pôvodu. O chronickej nádche hovoríme vtedy, ak ťažkosti neustúpia do 14 dní liečby, tu už je vhodné odborné vyšetrenie.

Bežný pacient pri nádche najčastejšie siahne po lokálnych dekongestantoch t.z sprejoch a kvapkách do nosa, ktoré v priebehu niekoľkých minút uvoľnia upchatý nos stiahnutím ciev nosovej sliznice. Patria sem lieky typu Olynth, Nasivin, Muconasal, Otrivin či Sanorin. Ich užívanie u tehotných a dojčiacich žien je však stále predmetom diskusie. Nepatria k úplne bezpečným liekom, ani k liekom prvej voľby, najmä z dôvodu vyššieho rizika hypertenzie (vysoký krvný tlak) u tehotných žien. Absolútna kontraindikácia sa však neuvádza, len veľmi malé množstvo takéhoto liečiva sa dostáva do krvného obehu matky, potrebné je preto zvážiť prínos liečby a potenciálneho rizika. Niektoré z týchto liečiv sa vylučujú aj do materského mlieka, preto je dôležitá opatrnosť aj počas dojčenia. Na základe vyššie spomenutých skutočností tieto kvapky neodporúčame - najmä preto, že existujú iné voľnopredajné lieky na liečbu nádchy, ktorých užívanie je počas tehotenstva a dojčenia bezpečné. Patria sem nosné spreje a kvapky aj lieky na perorálne či orálne užívanie:

## Nosné prípravky s morskou vodou

Existujú dva typy prípravkov s obsahom morskej vody - izotonické a hypertonické. Oba typy sú vhodné pre tehotné i dojčiace ženy, aj na dlhodobé užívanie.

**Izotonické roztoky** zvlhčujú nosovú sliznicu a majú regeneračný účinok, chýba im však účinok dekongesčný – uvoľnenie upchatého nosa.

**Hypertonické roztoky** využívajú osmotické javy na odstránenie opuchu nosovej sliznice a nepriechodnosti nosa – majú dekongesčný účinok (nie je tak výrazný ako u prípravkov typu Olynth, Muconasal, Nasivin...).

## **QUIXX sprej, PHYSIOMER hypertonický sprej**

- hypertonický nosový sprej uvoľňuje upchatie nosa a nosových dutín spôsobené nádchou, chrípkou alebo alergiami
- aktívne čistí nosové dutiny
- zvlhčuje nosovú sliznicu
- aplikuje sa 1-3 vstreky do každej nosnej dierky 2-3x denne.

## **MAR PLUS sprej, PHYSIOMER Gentle Jet**

- izotonický sprej na zvlhčenie, čistenie a ošetrovanie suchej nosovej sliznice a ako doplnok pri liečbe alergickej i nealergickej nádchy
- ošetruje podráždenú pokožku a sliznicu
- vhodný pri suchom zohriatom vzduchu, v klimatizovaných miestnostiach, v studenom počasí
- aplikuje sa 1 - 2 vstreky do každej nosnej dierky raz alebo niekoľkokrát denne podľa potreby

## Rastlinné kvapky a spreje

### **PINOSOL kvapky**

- rastlinné kvapky do nosa, ktoré obsahujú tymol, guajazulén, vitamín E, eukalyptový olej, silica mäty a borovicová silica
- liek možu bez rizika používať tehotné aj dojčiacie ženy pri akútnych a chronických zápaloch nosovej sliznice a nosohltana
- liek sa užíva obvykle v dávke 2-3 kvapky do oboch nosových dierok 3-5x denne

### **PANTHENOSE NOSOVÝ SPREJ S ALOE VERA**

- obsiahnutý **dexpantenol** aj **aloe vera** majú hojivé, regeneračné a hydratačné účinky
- je vhodný predovšetkým ako preventívny prostriedok pri pobyte v prostredí s nízkou relatívnou vlhkosťou a ako prevencia zápalov nosnej sliznice

### **PANTHENOSE NOSOVÝ SPREJ S EUKALYPTOM**

- sprej obsahuje eukalyptový olej, ktorý upokojuje podráždenú nosnú sliznicu, pôsobí antisepticky a pomáha rozpúšťať hlieny

## Homeopatické lieky proti nádche

### **EUPHORBIVM COMPOSITUM kvapky**

- homeopatikum na perorálne vnútorné užívanie, vhodné pre tehotné i dojčiacie ženy
- kvapky povzbudzujú vlastné liečivé mechanizmi organizmu pri akútnej a chronickej rinitíde (zápal nosovej sliznice) bez alebo s postihnutím prinosových dutín a zvukovodu
- prípravok sa obvykle užíva v dávke 10 kvapiek 3x denne, v akútnych stavoch každých 15 minút 10 kvapiek (maximálne však počas 2 hodín), neskôr sa dávkovanie upraví na 10 kvapiek 6x denne, Po zmiernení ťažkostí sa intervaly predlžujú
- kvapky sa užívajú pred jedlom s malým množstvom tekutiny (prípadne sa aplikujú rovno pod jazyk).

### **EUPHORBIVM COMPOSITUM sprej**

- homeopatický sprej do nosa
- povzbudzuje vlastné liečivé mechanizmi organizmu pri akútnej a chronickej rinitíde (zápal nosovej sliznice) bez alebo s postihnutím prinosových dutín a zvukovodu
- obvykle sa aplikuje 1-2 dávky 3-5x denne do každej nosovej dierky

## CORYZALIA tbl

- obľúbená homeopatická liečba nádchy a ochorení nosohltana
- liek sa obvykle užíva v dávke 1 obalená tableta každú hodinu od okamihu prvých prejavov choroby, nechá sa rozpustiť v ústach, v závislosti od zlepšenia stavu je možné intervaly predlžovať

## Alergia

Alergia patrí k častým ochoreniam, ktoré postihuje tehotné ženy. Väčšinou ide o alergickú nádchu, u niektorých tehotných sa stretávame so závažnejšou komplikáciou – bronchiálnou astmou. Príznaky alergickej nádchy sa objavujú najmä medzi 7. a 36. týždňom tehotenstva a zvyknú ustupovať medzi 2. a 24. týždňom po pôrode. Ku vzniku alergickej nádchy v tehotenstve prispieva zvýšená hladina hormónov – estrogénov. Tie sú zodpovedné za tzv. degranuláciu eozinofilov (určitý typ bielych krviniek; bunky imunitného systému), kedy dochádza k uvoľneniu pôsobkov a mediátorov, ktoré sú zodpovedné za zápal nosovej sliznice, tečúci nos a ďalšie príznaky alergie. Bohužiaľ, tieto ťažkosti sa môžu objaviť aj u žien, ktoré pred otehotnením známky alergie nemali.

### Liečba alergie v tehotenstve

Liečba alergie v tehotenstve a počas dojčenia patrí do rúk lekára, samoliečenie nie je vhodné, pretože takmer u všetkých liekov proti alergii chýbajú dostatočné klinické informácie o ich užívaní v tehotenstve a dojčení. Lekár musí preto starostlivo zvážiť pomer medzi rizikom pre plod a prínosom pre matku. Voľnopredajný liek, ktorý môžete užívať bezpečne aj bez porady s lekárom aj keď ste tehotná či dojčiaca je homeopatický liek Rhinallergy (viď nižšie).

Bežné perorálne lieky proti alergii obsahujúce liečivá **cetirizín**, **loratadín** a **desloratadín** (Zodac, Zyrtec, Claritine, Flonidan, Xyzal...) sú v sedem tabletových baleniach dostupné aj bez lekárskeho predpisu, avšak v prípade tehotných a dojčiacich žien sa užívajú len na odporúčanie lekára (gynekológ, alergológ).

## RHINALLERGY tbl

- homeopatický liek proti alergii
- vhodný pre tehotné aj dojčiace ženy
- pomáha pri pálení a slzení očí, výtoky z nosa, opuchu viečok, svrbení nosohltana a záchvatovitom kýchaní
- tableta sa rozpúšťa v ústach 3 až 6 krát denne, so zlepšením zdravotného stavu predlžujte intervaly podávania

### Liečba alergickej nádchy v tehotenstve

Pri alergickej nádche môžu tehotné i dojčiace ženy ako prevenciu i pri ťažkostiach používať spreje do nosa s obsahom morskej vody. Sú bezpečné a šetrné a nevzniká pri ich používaní návyk. Na základe rôznej koncentrácie solí rozlišujeme prípravky **hypertonické** a **izotonické**.

**Hypertonické roztoky** obsahujú väčšiu koncentráciu solí, znižujú opuch sliznice nosa, čím uvoľňujú upchaté dutiny a zmierňujú výtok. Podporujú aj činnosť riasinkového epitelu sliznice a odvádzanie nečistôt. Ich účinok nie je až taký výrazný ako u klasických nosových kvapiek, ale na rozdiel od nich sa môžu používať aj dlhodobo a sú podstatne šetrnejšie:

**PHYSIOMER ALERGIA A NOSOVÉ DUTINY** (sprej 135 ml))

**QUIXX** (sprej 30 ml) – sprej s mechanickým rozprašovačom

**QUISS SOFT** (sprej 30 ml) – obsahuje okrem hypertonického roztoku solí aj aloe vera na zvlhčenie sliznice

**SINOMARIN ADULT** (sprej 125 ml)

**Izotonické roztoky** sú roztoky s nižšou koncentráciou solí (ich koncentrácia zodpovedá fyziologickému roztoku). Podporujú činnosť riasinkového epitelu, teda zlepšujú čistenie nosa, na rozdiel od hypertonických roztokov však nos neuvolňujú. Používajú sa na čistenie a zvlhčenie nosovej sliznice, odvádzajú hlieny. Niektoré produkty sú obohatené o prídavné zložky, ktoré zlepšujú ich vlastnosti:

**STERIMAR** (sprej 50 ml)

**STERIMAR ml Cu** (sprej 50 ml) – morská voda s obsahom medi pri infekčnej nádche

**STERIMAR Mn** (sprej 50 ml) – morská voda s obsahom mangánu na prevenciu a podpornú liečbu alergickej nádchy

**MAR PLUS** (sprej 50 ml) – morská voda s obsahom dexpanthenolu na regeneráciu suchej alebo poškodenej sliznice

**PHYSIOMER GENTLE JET** (sprej 135 ml)

**ALIAMARE** (sprej 100 ml) – morská voda s kyselinou hyalurónovou na zvlhčenie, regeneráciu a čistenie nosa, má aj náhradný nástavec na aplikáciu do ucha

Voľnopredajné kvapky a spreje do nosa s obsahom protialergických liečiv (Vibrocil, Sanorin analergin) sa u tehotných žien môžu používať len po konzultácii s lekárom (alergológ, gynekológ).

Okrem sprejov do nosa môžu tehotné a dojčiace ženy proti alergickej nádche užívať homeopatický liek proti **CORYZALIA**, ktorého užívanie je v tomto období bezpečné. Coryzalia sa obvykle užíva v dávke 1 obalená tableta každú hodinu od okamihu prvých prejavov choroby. V závislosti od zlepšenia stavu je možné intervaly predlžovať.

Ak sa alergológ rozhodne pre liečbu, uprednostňujú sa tzv. antihistaminiká 2. generácie cetirizín a loratidín (**Zodac, Zyrtec, Claritine, Flonidan...**), s ktorými už majú lekári dlhoročné skúsenosti. (Štúdia z roku 2007 prebiehajúca v Čechách nezistila významne zvýšený výskyt vrodených vývojových chýb u detí matiek, u ktorých sa alergická nádcha v tehotenstve liečila práve týmito liečivami.) Tieto informácie sú však stále nepostačujúce, a lekár musí brať do úvahy možné riziko, aj čo sa týka dojčiacich žien, nakoľko sa tieto liečivá dostávajú aj do materského mlieka. Skúsenosti s tzv. antihistaminikami 3. generácie – levocetirizín, desloratadín, rupatadín sú menšie, keďže tieto lieky sa na trhu používajú kratšie a nie sú k dispozícii žiadne klinické údaje o vystavení tehotných žien takýmto liečivám. Výber liečby závisí opäť od starostlivého uváženia lekára. Ak je nevyhnutná liečba kortikoidnými sprejmi do nosa, prednosť sa dáva liečivu budesonid.

### **Na čo netreba zabúdať**

- odstrániť z prostredia spúšťače alergie - alergény (roztoče, srst', peľ, prach, stres...)
- vhodná je klimatická liečba, ktorá zahŕňa pobyt vo vysokohorských a prímorských podmienkach – čistejšie ovzdušie s minimálnym výskytom alergénov a iných spúšťačov

#### **Najdôležitejšie režimové opatrenie pre dieťa je prestať fajčiť!**

- aktívne či pasívne fajčenie dokázateľne zvyšuje rozvoj alergického ochorenia dieťaťa
- fajčenie ženy v tehotenstve zvyšuje už v prvých dvoch rokoch veku dieťaťa riziko vzniku astmy
- zákaz fajčenia platí počas celého tehotenstva a dojčenia

## **Horúčka a bolesť**

Horúčka je stav kedy telesná teplota vystúpi nad 38 °C. Často je sprievodným javom nachladnutia, infekčnej choroby, chrípky, zápalových stavov a iných ochorení. Lieky, ktoré znižujú zvýšenú telesnú teplotu sa nazývajú antipyretiká. Keďže tieto lieky súčasne tlmia aj bolesť, presnejšie označenie je analgetika-antipyretika. Niektoré lieky okrem znižovania telesnej teploty a bolesti pôsobia aj proti zápalu – nesteroidné antiflogistiká. V tehotenstve a v období dojčenia ich môžete používať len v nevyhnutných prípadoch. Silnú alebo dlhotrvajúcu bolesť, vysokú horúčku a obdobie prvého trimestra treba konzultovať s lekárom.

Horúčkovité ochorenie budúcej mamičky môže predstavovať riziko pre nenarodené dieťa, preto je dôležité akékoľvek ochorenie matky prejavujúce sa zvýšenou teplotou riešiť. Najbezpečnejším liečivom na tlmenie bolesti a zníženie teploty je **paracetamol** (Paralen, Panadol) počas celého obdobia tehotenstva a dojčenia.



## **PARALEN, PANADOL tablety**

- účinnou látkou je paracetamol, ktorý znižuje horúčku a tlmí bolesť malej až strednej intenzity,
- **v obvyklých terapeutických dávkach patrí medzi bezpečné lieky v tehotenstve a dojčení**
- neužívať dlhodobo bez porady s lekárom

## **IBALGIN, NUROFEN, MIG 400, VOLTAREN**

- účinnou látkou je ibuprofen (v prípade Voltarenu diklofenak), ktoré tlmia bolesť, znižujú horúčku a potláčajú zápal
- názory odborníkov na bezpečnosť týchto liekov u tehotných žien sú rôzne
- určené sú na krátkodobé užívanie v prvom a druhom trimestri tehotenstva, v treťom trimestri sú kontraindikované kvôli možnému nepriaznivému vplyvu na srdcovo-cievny systém plodu
- **užívať sa môžu len na odporúčanie lekára v prísne indikovaných prípadoch**

## **Chríпка a nachladnutie**

Chríпка, vysoké horúčky, závažné, dlhotrvajúce a opakujúce sa ťažkosti počas tehotenstva patria do rúk lekára. Väčšina liekov používaných na liečbu nachladnutia, horúčky, upchatého nosa či bolesti hrdla je v období tehotenstva a dojčenia kontraindikovaná. Pri nevyhnutných prípadoch musí lekár často zvažovať pomer medzi prínosom liekov pre matku a možným rizikom pre plod. U mnohých liekov stále chýbajú dostatočné skúsenosti s ich užívaním v tehotenstve. U dojčiacich žien je to trochu jednoduchšie, keďže pri vážnejšom ochorení a nutnom užívaní liekov je možnosť dojčenie počas liečby prerušiť. Každopádne lieky užívajte len keď je to nevyhnutné.

V tejto sekcii sa budeme venovať nezávažným bežným ochoreniam, pri ktorých si môžete pomôcť voľnopredajnými liekmi, ktorých užívanie je v tehotenstve a v období dojčenia bezpečné. Liekom na prechladnutie typu Coldrex, Theraflu, Paralen hot drink, Paralen plus, Nurofen stopgrip a Modafen sa určite vyhnite.

## Liečba

Na podpornú liečbu chrípky a nachladnutia v tehotenstve a v období dojčenia sa zvyknú podávať najčastejšie **homeopatické lieky** (Oscillococcinum, Paragrippe), lieky obsahujúce **zmes biologicky aktívnych látok**, ktoré aktivujú imunitný systém, veľmi vhodné je zvýšiť prísun **vitamínu C** (Celaskon, Cetebe).

### **OSCILLOCOCCINUM**

- homeopatický liek, ktorý sa používa už pri prvých prejavoch chrípky...“keď na Vás niečo lezie“
- granulky z jednej tubičky sa vysypú pod jazyk a nechajú rozplynúť ráno a večer, najlepšie nalačno
- možno užívať aj preventívne počas zvýšeného výskytu vírusových infekcií v dávke jedna tubičku raz týždenne

### **PARAGRIPPE**

- homeopatický liek, ktorý sa užíva pri rozvinutom chrípkovom stave s bolesťami kostí, svalov, hlavy a pocitom únavy
- užívajú sa 2 tablety každú 1-2 hodiny, tablety sa nechajú voľne rozpustiť v ústach alebo v malom množstve vody
- pre kompletnú homeopatickú liečbu chrípky sa odporúča užívať súčasne Paragrippe aj Oscillococcinum

### **CELASKON, CETEBE**

- vitamín C posilňuje odolnosť organizmu pri infekčných ochoreniach ako je chrípka a nachladnutie
- jeho zvýšená potreba sa vyžaduje aj v záťažových a stresových situáciách organizmu ako je tehotenstvo, dojčenie, u športovcov, fajčiarov, pri nadmernej fyzickej a duševnej záťaži.
  
- odporúčané denné dávky vitamínu C nie sú pre tehotné a dojčiace ženy presne stanovené, aj názory odborníkov sú rôzne, všeobecne to je od 90-1500 mg v závislosti od životného štýlu, najmä výživy
- ak užívate vysoké dávky vitamínu C dlhodobo je dôležité ho vysadzovať postupne, nie naraz, pretože rozbehnutý metabolizmus by mohol veľmi rýchlo spotrebovať všetok vitamín C v tele a hrozil by akútny nedostatok (paradoxná hypovitaminóza) u dieťaťa tehotnej či dojčiacej ženy.

***Uvedené informácie neslúžia ako náhrada návodu na použitie lieku ani nenahrádzajú návštevu lekára. Pred užitím lieku si dôkladne prečítajte príbalovú informáciu lieku.***