



13 RAD A TIPŮ JAK RYCHLE A ÚČINNĚ HOJIT RÁNY A ZÁNĚTY

Unikátnost přípravků ActiMaris



ActiMaris výrazně urychluje hojení širokého spektra ran a zánětů kůže a sliznic. Podporuje tvorbu nové tkáně, dodává ji kyslík, energii a minerální látky. Rychle rány čistí, snižuje jejich zánět, otok i zápach. Působí silně antisepticky - ničí viry, bakterie, plísně, kvasinky a spory. Je velmi dobře tolerovaný, bez nežádoucích nebo alergických účinků. Určen k aplikaci na **kůži i sliznici dutiny ústní, nosní a genitálií**. Vhodný také pro **děti, kojence, novorozence a těhotné ženy**.

- Bez konzervantů a stabilizátorů
- 100% přírodní přípravky
- Výrazně urychlují hojení
- Rychle snižují zánět a otok
- Eliminují škodlivé mikroby
- Bez vedlejších účinků



ActiMaris obsahuje aktivní, tzv. **singletový kyslík, mořskou sůl s 80 minerálními látkami a ionizovanou zásaditou vodu**. Tato jedinečná kombinace funguje jako přírodní antimikrobiální činidlo, které ránu účinně a velmi šetrně zbavuje bakterií, virů a plísní. Navíc dodává ráně kyslík a energii, které jsou potřebné pro úspěšné a rychlé hojení.

Účinnost a bezpečnost přípravků ActiMaris potvrdil Státní zdravotní ústav v Praze.

Výsledky potvrdily vysokou rychlosť a účinnost přípravků ActiMaris při eliminaci škodlivých mikrobů. ActiMaris dokáže rychle (do několika minut) ničit i velmi odolné bakterie (např. *Staphylococcus aureus*, *E.coli*, *Pseudomonas aeruginosa* a další) viry, plísně, kvasinky a dokonce i spory.



Afty



Afty se mohou objevit kdekoliv na sliznicích dutiny ústní, nejčastěji v oblasti vnitřní strany tváří, rtů, dále na patře, dásních nebo jazyku. Jsou patrné jako bělavé nebo nažloutlé, často rudě ohraničené vřídky.

V ústech se vám může objevit jeden nebo i více aftů. Mohou být citlivé až velice bolestivé a způsobovat nepříjemné pocity při jídle, pití nebo čištění zubů.

Co afty způsobuje?

Příčina tohoto onemocnění není přesně známa, ale mezi nejčastější příčiny může patřit:

- snížená imunita, oslabení organismu
- vysoké množství usazených škodlivin na sliznicích - kuřáci, lidé s rovnátky nebo zubními protézami
- nedostatek vitaminu B, kyseliny listové, železa
- dlouhodobý stres

Postup ošetření:

1. jeden či dva afty - aplikujte **ActiMaris Gel**
2. více aftů - použijte kombinaci **ActiMaris Sensitiv roztok** nebo **ActiMaris Forte roztok** (chronický stav či opakovaný výskyt) a **ActiMaris Gel**

Ze začátku aplikujte **3x denně**, nejlépe po jídle. ActiMaris Gel naneste přímo na aft ve vrstvě 2-3 mm a nechte působit. Gel se vstřebá zhruba do 5-10 minut. Jeho účinek však přetrvává 4-5 hodin. Aplikaci opakujte až do zmírnění či vymizení obtíží. Změna by měla být patrná již po několika prvních aplikacích.

Při **závažnějších** nebo **opakovaných potížích** doporučujeme sliznici dutiny ústní nejprve ošetřit roztokem ActiMaris Sensitiv nebo Forte. Nalijte si 2-3 polévkové lžíce např. do kelímku či sklenky a ústa roztokem důkladně vypláchněte. Výplach by měl trvat ideálně alespoň 30-60 sekund. Poté na jednotlivé afty naneste **ActiMaris Gel**. Po ošetření doporučujeme 15 minut nejít, nepít.

Akné



Akné je **nejčastější onemocnění kůže**, kterým trpí nejen dospívající, ale i dospělí. Je **zapříčiněno zánětem vývodů mazových žláz**.

Spolu s léčením samotných vřídků je nezbytné **zaměřit se i na příčinu jejich vzniku**. Tu není vždy jednoduché rozpoznat a často se na vzniku podílí více faktorů. Mezi **hlavní příčiny vzniku patří zvýšená tvorba mazu v souvislosti s hormonálními změnami, dědičnost, strava, kouření, stres, nevhodná péče o pleť či současně užívaná medikace**.

Použití produktů ActiMaris na akné má velmi rychlý účinek. K výraznému **zlepšení** dochází **jíž za několik dní**, proces hojení je však individuální. Velkou výhodou je, že ActiMaris lze kombinovat s jinými krémy a make-upy, což je důležité zejména pro pacientky s akné.

Postup ošetření:

1. **Lehčí forma akné** - aplikujte kombinaci **ActiMaris Sensitiv roztok** a **ActiMaris Gel**
2. **Těžší forma akné** - aplikujte kombinaci **ActiMaris Forte roztok** a **ActiMaris Gel**

V obou případech stačí důkladně navlhčit vatový tampon a pleť očistit, nechat oschnout a následně přímo na jednotlivé vřídky aplikovat ActiMaris Gel ve vrstvě 2-3 mm. Ideální je aplikaci opakovat 2-3x denně, zpočátku samozřejmě čím častěji, tím lépe. U těžších forem akné postihujících rozsáhlejší kožní plochy doporučujeme před aplikací gelu přikládat na postižené plochy obklady - sterilní gázové krytí důkladně navlhčené roztokem ActiMaris Forte přiložíme na postiženou kůži a necháme působit po dobu 15-20 minut.

Akutní rány



Akutní rána je rána vzniklá v důsledku operace nebo úrazu a obvykle se hojí v krátkém čase a bez komplikací. Mimo operační rány se může jednat o odřeniny, řezné či tržné rány, popáleniny (viz. Kapitola o popáleninách), omrzliny, opruženiny, puchýře či bodnutí hmyzem.

Pooperační rány a jizvy

Rány po operačních zákrocích se hojí stejně jako každé jiné rány a je třeba k nim takto i přistupovat. Způsob a délka jejich hojení se mohou lišit ve vztahu k reparačním schopnostem tkání každého jednotlivce, ve vztahu k lokalitě rány, přítomnosti infekce v ráně, správnému ošetřování nejen rány, ale i dodržování hygieny okolí rány. Hojení je ovlivněno i celkovým stavem operovaného (přidružené choroby, věk, kondice), stavem výživy a imunitního systému. Na rychlosť hojení může mít vliv i přítomnost otoku rány a jejího okolí. ActiMaris snižuje otok, čímž urychluje hojení i ulevuje od bolesti. V případě použití přípravků ActiMaris pro zajištění nekomplikovaného hojení doporučujeme zahájit jejich používání již ve včasném pooperačním období.

V péči o jizvy doporučujeme používat přípravky ActiMaris již v rané fázi, kdy je jizva čerstvá a začervenalá.

Postup ošetření:

Výběr přípravků ActiMaris vhodný pro váš typ rány závisí na jejím umístění, velikosti a citlivosti v místě rány. Pokud to typ rány dovoluje, doporučujeme aplikovat vždy kombinaci **ActiMaris roztoku** ve formě obkladu po dobu 30 minut a **ActiMaris Gelu**, který následně na ránu nanesešte v souvislé vrstvě 1-2 mm. Při výběru varianty roztoku se řídte stavem rány. Pokud je rána čistá, bez hnusu či sekrece, postačí roztok Sensitiv. Pokud je na ráně bakteriální povlak, hnus či jiná sekrece, je vhodné použít roztok Forte, který rychleji ránu vyčistí.

Na čerstvé jizvy lze použít **ActiMaris Sensitiv roztok** ve formě obkladu s následnou aplikací gelu. Přípravky jizvu zmékčí a její začervenání dříve odezní.

Atopický ekzém



Atopický ekzém je onemocnění dlouhodobé. Jedná se o kožní zánět, který bývá **alergického původu**. Střídají se období klidu a období vzplanutí se silným výskytem ekzému. Toto onemocnění postihuje **především kojence, děti a mladistvé**, může přetrvat i do dospělosti.

Atopický ekzém má mnoho příčin. Mezi zásadní patří **dědičnost**. Riziko vzniku stoupá v případě

výskytu ekzému či jiných atopických onemocnění (alergická rýma, astma) v rodině. Další faktory vedoucí k rozvoji atopického ekzému se mohou lišit podle věku. U **kojenců** je to nejčastěji **strava**. U **dětí v předškolním věku** to bývají **infekce**, v pubertě potom **hormonální změny**. Stres a nešetrné zacházení s kůží (odmašťování či mechanické drhnutí) zvyšují riziko onemocnění.

Kožní projevy atopického ekzému:

- zčervenání
- otok
- mokvání
- výsev ložisek ekzému
- záхватové svrbění
- suchá kůže (ztráta schopnosti zadržovat vodu)
- jemné trhlinky v kůži

Postup ošetření:

1. Novorozenci, kojenci

U nejmenších dětí (novorozenců, kojenců) aplikujeme **ActiMaris Sensitiv roztok** tak, že navlhčíme sterilní krytí (gázu) a přiložíme na atopickou pokožku. Necháme působit 20-30 minut, ideálně **v průběhu spánku dítěte**. Postup opakujeme 2-3x denně, případně dle potřeby. Ke snížení zarudnutí, svědění a podráždění kůže dochází už během 30 minut od aplikace.

2. Děti v předškolním věku a v pubertě, dospělí

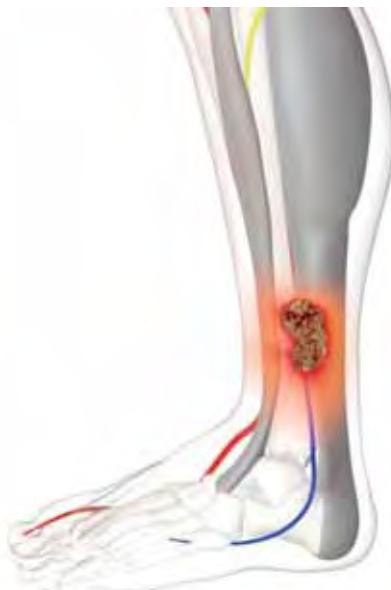
U takto starých dětí, případně dospělých je možné aplikovat, jak **ActiMaris Sensitiv roztok**, tak i **ActiMaris Forte roztok**, v závislosti na citlivosti pokožky a rozsahu ekzému. Postup ošetření je stejný jako u miminek. Pro zvláčnění pokožky doporučujeme kůži pravidelně promazávat neparfemovanými krémy.

Bércové vředy

Bércový vřed je nejčastějším typem chronické rány. Příčinou jeho vzniku je ve většině případů **chronická žilní nedostatečnost**. Odhaduje se, že v České republice trpí běrcovým vředem přibližně 45 000 osob nad 65 let věku. **Frekvence onemocnění se s věkem zvyšuje.**

Při léčbě běrcového vředu je potřeba vyléčit nejen samotný vřed, ale řešit také jeho příčinu:

1. **žilní původ** - vředy vznikají v důsledku chronické žilní choroby
2. **tepenný původ** - vředy vznikají v důsledku ischemické choroby dolních končetin
3. **smíšený původ** - vředy vznikají na základě více faktorů najednou, nejčastěji kombinací onemocnění žilního a tepenného systému dolních končetin



Postup ošetření:

1. **Čistá rána (bez hnisu/povlaku)** - aplikujte kombinaci **ActiMaris Sensitiv roztok** a **ActiMaris Gel**
2. **Povleklá, hnisačka rána** - aplikujte kombinaci **ActiMaris Forte roztok** a **ActiMaris Gel** (Forte roztok je silnější než Sensitiv - obsahuje 5x více singletového kyslíku a 3x více mořské soli, má rychlejší nástup účinku).

Před samotným ošetřením ránu nejprve šetrně osprchujeme, abychom ji zbavili zbytků masti, případně odloučených krust, v nichž se mohou udržovat mikroby. Roztok Sensitiv nebo Forte aplikujeme tak, že důkladně navlhčíme sterilní krytí a přiložíme na ránu formou obkladu. Tako navlhčené krytí necháme 20-30 minut působit. Ránu necháme krátce oschnout a poté přímo do rány aplikujeme ActiMaris Gel v souvislé vrstvě 1-2 mm a překryjeme sterilním krytím. Aby krytí nepřischlo k ráně a jeho následné odstranění nenarušilo nastartovaný proces hojení, doporučujeme po nanesení gelu přiložit na ránu nejprve např. tzv. mastný tyl (lze zakoupit běžně v lékárně) a teprve následně ránu překrýt sterilním krytím. Kombinaci roztoku a gelu aplikujeme na ránu alespoň 2x denně.

Opary



Opar na rtu je infekční onemocnění způsobené virem Herpes simplex typu I. Prvotní setkání s virem může proběhnout bez příznaků. Virus v těle zůstává doživotně. K projevům onemocnění může potom dojít kdykoliv v průběhu života nebo vůbec. Infekce se nejčastěji projevuje jako opar na rtu ve formě nepříjemně bolestivých puchýrků naplněných tekutinou. Frekvence

opakování výsevu puchýrků je značně individuální. Může k nim docházet každý měsíc, jednou za rok nebo i s odstupem několika let.

Příčiny reaktivace infekce a výsevu puchýrků se u každého jedince a v tom kterém období jeho života mohou lišit. **Mezi nejčastější příčiny patří:**

- snížení imunity a odolnosti organismu (horečka, nachlazení)
 - stresové vypětí
 - fyzická zátěž
 - emocionální vzrušení
 - období menstruace
-

Postup ošetření:

ActiMaris Gel naneste **přímo na opar ve vrstvě 2-3 mm** a nechte působit. Gel aplikujte nejlépe ihned a co nejčastěji, jakmile se opar začne rozvíjet, a to třeba i **3x během prvních 30 minut**. Takto bude efekt aktivního kyslíku nejrychlejší a nejúčinnější. Gel bude zasychat zhruba do 15 minut. Aplikaci dále opakujte **3x denně** i častěji až do vymizení obtíží. Změna by měla být patrná již po několika prvních aplikacích.

Pásový opar



Herpes zoster – neboli pásový opar je bolestivé virové onemocnění. Je způsoben stejným původcem jako plané neštovice. **Pásový opar** se může rozvinout kdykoliv během života u člověka, který v dětství plané neštovice prodělal. Po prodělání planých neštovic může virus přečkávat v některých buňkách našeho těla a v období oslabení organismu (stres, fyzická námaha, snížená imunita, nemoc) se tzv. „probudit“. Základním znakem onemocnění pásovým oparem je výsev puchýřků v ohraničených ložiscích na kůži podél postiženého nervu. Kožní nález je vnějším projevem virového zánětu nervu.

Pásový opar nemá inkubační dobu, jedná se o tzv. reaktivaci infekce. Onemocnění je infekční, období nakažlivosti trvá přibližně 1-2 dny před prvními příznaky a zhruba 5 dnů po objevení puchýřků (až do jejich kompletního zhojení krustou).

Pásový opar - příznaky a projevy

Prvním hlavním příznakem je svědění a bolestivost - pálení, trnutí, punutí v místě, kde se později (do 2 dnů) objeví zarudnutí a vytvoří se skupinka puchýřků. Puchýřky snadno praskají, uvolňuje se z nich nažloutlá tekutina, místo mokvá. Uvolněný mok zasychá a mění se ve strouppky, které se postupně odlupují. Onemocnění je často provázeno celkovou slabostí, mohou být i teploty.

Místem výskytu pásového oparu bývá nejčastěji kůže hrudníku, beder, oblasti čela a okolí. Pásový opar se však může rozvinout téměř kdekoli na těle.

Postup ošetření

Léčba pásového oparu by měla být zahájena co nejdříve po nástupu prvních příznaků (nejlépe do 3 dnů). Při podezření na rozvoj pásového oparu se co nejdříve obraťte na svého lékaře. Délka léčby je individuální, minimálně 7 dnů.

ActiMaris Gel naneste **přímo na opar ve vrstvě 1-3 mm** a nechte působit. Gel aplikujte nejlépe ihned, jakmile se opar začne rozvíjet, a to třeba i **3x během prvních 30 minut**. Takto bude efekt aktivního kyslíku nejrychlejší a nejúčinnější. Gel bude zasychat zhruba do 15 minut. Aplikaci dále opakujte **3x denně** až do vymizení obtíží. Změna by měla být patrná již po několika prvních aplikacích.

Při zasažení velkých ploch kůže doporučujeme používat **ActiMaris Sensitiv roztok formou obkladu**. Sterilní krytí (gázu) dostatečně nasáklé roztokem ActiMaris Sensitiv přiložte na postižené místo a nechte 20-30 minut působit. Teprve následně naneste ActiMaris Gel na jednotlivé puchýřky anebo plošně ve vrstvě cca 1-3 mm. V úvodu onemocnění opět aplikujte častěji, postupně přejděte na aplikaci 3x denně.

V případě, že opar už je vyschlý či strupovitý, doporučujeme ke zvláčnění a zhojení nejdříve aplikovat přípravek **ActiMaris Sensitiv roztok**. Roztokem navlhčenou gázu přiložte na postižené místo a nechte 15-20 minut působit.

Popáleniny 1. až 3. stupně

Popálenina je poškození kůže teplem (opařením, kontaktem s ohněm či jiným zdrojem tepla), chemickými látkami, elektrickým proudem nebo zářením. U dětí se nejčastěji jedná o popáleniny teplem.

Závažnost stavu závisí na rozsahu, lokalizaci, stupni poškození tkáně a na příčině popáleninového úrazu. Dalšími důležitými faktory jsou věk a komorbidity přidružené choroby postiženého. Stupeň poškození kůže závisí na teplotě, které je vystavena a na době působení. V případě chemických látok záleží na jejich typu a koncentraci.

Projevy popálenin:

I. stupeň

Dochází k povrchovému poškození kůže. Nejčastější jsou popáleniny od sluníčka. Kůže je **zarudlá, teplá, bolestivá a bez nebo s mírným otokem**. Většinou se rychle zhojí bez následků, nicméně se může prohloubit na stupeň II.



II. stupeň

Projevuje se tvorbou puchýřů. Tkáň pod puchýřem je narůžovělá. Čím hlouběji postižení zasahuje, tím tmavší je odstín červené barvy. Rána je **bolestivá**, na dotek citlivá a hojí se i několik týdnů. Často zůstává jizva.

III. stupeň

Dochází ke ztrátě kůže v celé její tloušťce a mimo jiné ke zničení nervových zakončení, popálenina je tedy nebolestivá. Rána se hojí měsíce a zůstávají po ní jizvy.

Postup ošetření:

Popáleniny jsou velice citlivé, a proto je i jejich ošetření často bolestivé. V **akutní fázi** rány aplikujte **ActiMaris Sensitiv roztok** ve formě obkladu po dobu 30 minut, alespoň 2x denně. Četnost aplikací však není omezena, častější aplikaci doporučujeme zejména v prvních hodinách po popálení. V této fázi rány vzhledem ke zvýšené citlivosti nedoporučujeme používat ActiMaris Forte roztok ani ActiMaris Gel.

Pokud je již vytvořena nová tkáň a citlivost rány není tak značná, je možné k roztoku přidat i **ActiMaris Gel**. Roztokem navlhčíte sterilní krytí (gázu), přiložíte na ránu a necháte 15-20 minut působit. Poté na ránu nanesete ActiMaris Gel v souvislé vrstvě 1-2 mm a zakryjete sterilním krytím. Aby krytí nepřischlo k ráně a jeho následné odstranění nenarušilo nastartovaný proces hojení,

doporučujeme po nanesení gelu přiložit na ránu nejprve např. tzv. mastný tyl (lze zakoupit běžně v lékárně) a teprve následně ránu překrýt sterilním krytím.

Proleženiny (dekubity)

Proleženiny (dekubity) jsou místa lokálního poranění kůže, případně i tkáně pod ní. Ke vzniku proleženin dochází dlouhodobým tlakem či kombinací tlaku a tření v určité oblasti povrchu těla.

Příčiny:

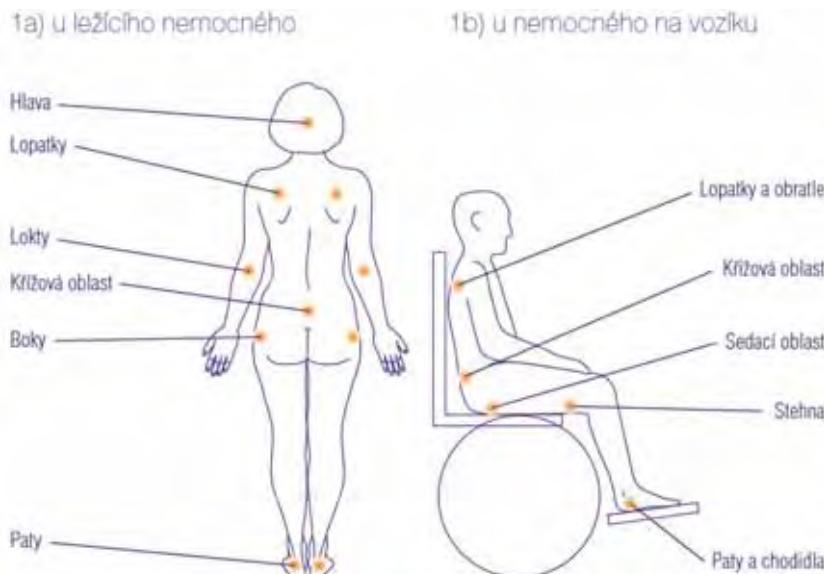
V závislosti na poloze těla dochází v místech neustálého kontaktu a tlaku k uzavření drobných cév a zhoršení prokrvení dané oblasti. Kvůli špatnému zásobování tkáně živinami a kyslíkem tak dochází k postupnému odumírání buněk. Rozsah poškození tkáně závisí na vzájemném působení několika faktorů:

- intenzity tlaku
- doby působení tlaku
- odolnosti tkání vůči tlaku
- celkového stavu postiženého (přidružená onemocnění, habitus, věk)
- stavu výživy
- vlivu zevního prostředí (teplota, vlhkost apod.)

Nejčastější místa vzniku:

Proleženiny se mohou vytvořit kdekoliv na těle. K místům nejnáchylnějším k jejich vzniku patří oblasti s malou vrstvou tukové a svalové tkáně, kde tlak zvenčí působí přímo proti kosti. Patří k nim:

- oblast nad křížovou kostí
- paty
- oblast sedacích kostí
- oblast nad velkými výčnělkami stehenní kosti
- vnější kotníky



Postup ošetření:

1. **Čistá rána (bez hnisu či povlaku)** - aplikujte kombinaci **ActiMaris Sensitiv roztok** a **ActiMaris Gel**.
2. **Povleklá, hnisavá rána** - aplikujte kombinaci **ActiMaris Forte roztok** a **ActiMaris Gel** (Forte roztok je silnější než Sensitiv - obsahuje 5x více singletového kyslíku a 3x více mořské soli, má rychlejší nástup účinku.)

Roztok Sensitiv nebo Forte aplikujeme tak, že důkladně navlhčíme sterilní krytí a přiložíme na ránu formou obkladu. Takto navlhčené krytí necháme 20-30 minut působit. Poté přímo do rány aplikujeme ActiMaris Gel v souvislé vrstvě 1-2 mm a překryjeme sterilním krytím. Aby krytí nepřischlo k ráně a jeho následné odstranění nenarušilo nastartovaný proces hojení, doporučujeme po nanesení gelu přiložit na ránu nejprve např. tzv. mastný tyl (lze zakoupit běžně v lékárně) a teprve následně ránu překrýt sterilním krytím. Tuto kombinaci roztoku a gelu aplikujeme na ránu alespoň 1x denně.

Zánět dásní a parodontóza



Izolovaný zánět dásní je první známkou onemocnění dásní a v této fázi je dobře léčitelný. Problém může nastat v případě, že je průběh zánětu mírný a jedinec tudíž mnohdy vůbec netuší, že zánětem trpí. Pokud se zánět dásní neléčí, může se postupně rozšířit na vazivo přiléhající k zubu a na kostěné lůžko zubu a přejít tak v parodontózu. Ta může vést až ke ztrátě zubů a nevratnému poškození čelisti v důsledku úbytku kosti.

Příznaky:

- krvácení z dásní
 - optické prodloužení zuba - zub má obnažený krček, protože ustoupila dásňa
 - širší prostory mezi zuby - zuby se rozestupují
 - zápach z úst
 - pachuť v ústech
 - ztráta zubů

Jak vzniká parodontóza?

1. Zubní plak

Zdravé dásně mají světle růžovou barvu, nasedají a pevně lnou ke každému zubu. Při čištění zubů kartáčkem, mezizubním kartáčkem nebo zubní nití nekrvácejí. Zubní plak se na zubech tvoří v průběhu celého dne. Je tvořen mimo jiné zbytky potravin a nápojů, ale i mikroorganismy. Pokud nedbáme na pravidelnou ústní hygienu a odstraňování zubního plaku, nahromaděný plak můžezpůsobit zánět dásní.

2. Zánět dásní

Prvním příznakem je krvácení z dásní během čištění zubů. Zanícená dáseň je zarudlá a citlivá, nemusí však bolet. Pokud dlouhodobě zánět neléčíme, může se rozvinout až do parodontózy.

3. Parodontóza

V případě, že zánět dásní zůstane neléčen, začne se pojivová tkáň mezi zubem a dásní postupně rozkládat a vznikají takzvané parodontální kapsy, které jsou plné bakterií a hnisu. Takový proces probíhá pomalu a často nepozorovaně po dobu několika let od prvních příznaků zánětu.

Nejčastější příčiny vzniku parodontózy:

- špatná ústní hygiena
 - kouření nebo žvýkání tabáku
 - diabetes
 - některé léky
 - poškozená plomba
 - hormonální změny v těhotenství
 - genetická predispozice
-

Postup ošetření:

1. **Zánět dásní** - při lokálních potížích v počátečním stádiu použijte **ActiMaris Sensitiv roztok**, případně v kombinaci s **ActiMaris Gelem**. Při pokročilém zánětu používejte **ActiMaris Forte roztok a ActiMaris Gel**.
2. **Parodontóza** - při chronickém stavu aplikujte kombinaci **ActiMaris Forte roztok a ActiMaris Gel**. Pokud se jedná o slabší formu parodontózy, postačí kombinace **ActiMaris Sensitiv roztok a ActiMaris Gel**.

Nejdříve vypláchněte ústa roztokem - roztok ponechte v ústech cca 30-60 sekund a vyplivněte. Pak na postižené dásně naneste gel a nechte působit. Gel se sám vstřebá zhruba do 10 minut. Případné zbytky gelu můžete potom vyplivnout. Tento postup opakujte minimálně 2x, ideálně 3x denně. Změnu pocítíte už po několika prvních aplikacích. Po ošetření doporučujeme 15 minut nejist, nepít.

Záněty horních dýchacích a polykacích cest



Záněty horních dýchacích a polykacích cest patří mezi nejčastější onemocnění, která v průběhu života postihnou každého člověka.

Projevy se liší podle toho, zda se jedná o akutně probíhající nebo chronické onemocnění. **Akutní onemocnění** vzniká rychle, trvá krátce a je doprovázeno intenzivními příznaky (zvýšená teplota až horečka, silné bolesti v krku, rýma a pocit ucpaného nosu, bolesti hlavy, případně i kašel v důsledku zatékání hlenů do dolních dýchacích cest). **Chronické onemocnění** má vleklý, dlouhotrvající průběh, příznaky jsou nižší intenzity.

Příčiny:

Akutní záněty sliznice v oblasti hltanu, krčních mandlí, nosu a vedlejších nosních dutin bývají nejčastěji způsobeny **viry a bakteriemi**, případně i **kvasinkami a plísněmi** (mykotické infekce). Chronické záněty mohou vzniknout i na alergickém podkladě.

Místní projevy onemocnění:

- **Infekční záněty nosu a vedlejších nosních dutin:** akutní rýma, pocit ucpaného nosu, bolesti hlavy v oblasti čela a čelistí, zatékání hlenů do krku
- **Infekční záněty hltanu a krčních mandlí:** škrábání v krku, bolesti v krku, bolestivé polykání, pocit „knedlíku“ v krku
- **Chronický zánět hltanu** - může se rozvinout postupně např. u stavů po odstranění krčních mandlí, u kuřáků, při dlouhodobém omezení nosní průchodnosti a dýchání ústy (chronické škrábání v krku, pocit sucha v krku, časté nucení k odkašlávání)
- **Chronický zánět krčních mandlí** (bolesti, škrábání v krku, tvorba čepů v mandlích, zápach z dutiny ústní)

Postup ošetření:

U zánětů hltanu a krčních mandlí:

- Doporučujeme používat roztoky **ActiMaris Sensitiv** nebo **ActiMaris Forte** ke **kloktání a výplachům dutiny ústní**.
- Používejte 2-3x denně, zpočátku doporučujeme používat i častěji. Četnost použití a délka období používání není omezena.
- **Roztoky používejte neředěné!**
- Kloktání i výplachy dutiny ústní provádějte nejlépe po jídle. **Aplikace by měla trvat ideálně alespoň 30-60 sekund.**
- Po aplikaci doporučujeme min. 15 minut nejíst, nepít.
- Změna by měla být patrná již po několika prvních aplikacích.

U zánětů sliznice nosní dutiny a vedlejších nosních dutin:

- K výplachům nosní dutiny doporučujeme používat roztok **ActiMaris Sensitiv**.
- Výplach lze ideálně provést konvičkou určenou k výplachům nosu (dostupná v lékárnách).
- Do konvičky nalijte přiměřené množství **ActiMaris Sensitiv roztoku** (přibližně 2 až 3 lžíce, roztok neředěte!). Roztok aplikujte pomocí konvičky do nosu. Nad umyvadlem hlavu lehce předkloňte a natočte k jednomu rameni. Do výše položené nosní dírky pomalu konvičkou nalejte roztok ActiMaris napolohujte hlavu tak, aby roztok hned nevytekl a nechte chvíli působit (alespoň 2-3 minuty). Postup opakujte i na druhé straně. Potom se můžete vysmrkat.
- V případě silného zahlenění doporučujeme před aplikací ActiMaris roztoku nejprve provést důkladný výplach nosu vlažným solným roztokem (konvička vlažné vody z vodovodu + přibližně půl kávové lžičky mořské soli).

Přípravky **ActiMaris** prokazatelně **ničí nejširší spektrum mikrobů (bakterie, viry, kvasinky, plísně)**, které se podílejí na infekcích v oblasti horních dýchacích i polykacích cest. U lehčích forem zánětu může být lokální aplikace ActiMaris dostačující léčbou bez ohledu na to, zda se jedná o virový nebo bakteriální zánět.

I u těžších forem bakteriálních zánětů, kde lékař rozhodne o nutnosti **celkové antibiotické léčby**, doporučujeme současně používat **ActiMaris roztok** ke kloktání nebo výplachům nosu. Lokálně používaný přípravek ActiMaris podpoří urychlení nástupu antimikrobiální léčby. Nástup lokálního antimikrobiálního účinku ActiMaris je okamžitý a může vést k rychlé úlevě.

Záněty zevních genitálíí a pochvy



Záněty zevních pohlavních orgánů jsou nejčastějším gynekologickým onemocněním dětského věku v souvislosti se zanedbanou nebo nesprávnou hygienou. Ze stejné příčiny se však mohou vyskytovat v kterémkoliv věku, u starších žen i v souvislosti se změnami povrchových vrstev kůže.

Projevují se svěděním v oblasti zevních genitálíí, pálením při močení nebo po něm, potížemi při sexuálním styku, případně výtokem, špiněním a krvácením ze zevních genitálíí.

Postup ošetření:

Přípravky ActiMaris lze úspěšně použít u **mykotických zánětů** projevujících se bělavými povláčky a drobnými defekty na kůži i sliznicích genitálíí, provázených nepříjemným svěděním. Lze je použít také u **herpetických virových infekcí (opary v oblasti zevních rodidel)**, stejně jako u **bakteriálních zánětů**. U bakteriálních zánětů bývá typická zarudlá, teplá a zdůřelá kůže genitálíí, citlivá na dotek. Při infekci vlasových váčků vznikají tzv. furunkly - ohrazená drobná zánětlivá ložiska, která mohou splývat i ve větší plochy. Přípravky ActiMaris lze použít i při zánětech pochvy, provázených často svěděním, pálením zevního genitálu a výtoky z pochvy.

1. Nejprve proveďte běžnou hygienu zevních genitálíí.
2. **V případě izolovaných zánětlivých ložisek** (jeden či dva opary, furunkly) - aplikujte na ložiska **ActiMaris Gel**.
3. **Více ložisek, neohraničený zánět, zánět pochvy** - použijte kombinaci **ActiMaris Sensitiv roztok** nebo **ActiMaris Forte roztok** (obklady, oplachy, výplachy) a **ActiMaris Gel**.

ActiMaris Gel naneste **přímo na opar, furunkl ve vrstvě 2-3 mm** a nechte působit. Gel aplikujte nejlépe ihned, jakmile se opar začne rozvíjet, a to třeba i **3x během prvních 30 minut**. Takto bude efekt aktivního kyslíku nejrychlejší a nejúčinnější. Gel bude zasychat zhruba do 15 minut. Aplikaci dále opakujte **3x denně** až do vymizení obtíží. Změna by měla být patrná již po několika prvních aplikacích.

Roztok Sensitiv nebo **Forte** aplikujte tak, že důkladně navlhčíte sterilní krytí a přiložíte na oblast genitálíí formou obkladu. Takto navlhčené krytí necháte přibližně 20 minut působit. Poté krytím navlhčeným roztokem ActiMaris doporučujeme zevní genitálie setřít. Jsou-li současně patrná ohrazená zánětlivá ložiska, aplikujte na ně **ActiMaris Gel** v souvislé vrstvě 1-2 mm. Obklady

roztokem ActiMaris nebo kombinaci ActiMaris roztok a gel doporučujeme použít 2x denně. Roztoky ActiMaris (dle závažnosti zánětu Forte nebo Sensitiv) lze použít i k výplachům pochvy. Aplikujte 10-20 ml roztoku v neředěné formě, alespoň **2x denně**.

Zápach z dutiny ústní



Zápach z dutiny ústní je nepříjemný příznak, který je nejčastěji spojen se špatnou hygienou dutiny ústní, ale může provázet i některá závažná onemocnění. V případě západu z dutiny ústní doporučujeme navštívit v první řadě lékaře oboru ORL a stomatologie k vyloučení případného závažného onemocnění.

Některá onemocnění a stav, které se mohou projevovat zápachem z úst:

- špatná hygiena dutiny ústní
- chronický zánět krčních mandlí s tvorbou čepů
- povleklý jazyk
- zubní plak, zánět dásní, paradontóza
- nádorové onemocnění dutiny ústní, horních dýchacích a polykacích cest
- stav v pooperacích krčních mandlí - přibližně první dva týdny po operaci, dokud nedojde k odloučení povlaků z lůžek
- poruchy trávení

Postup ošetření:

Doporučujeme používat roztoky **ActiMaris Forte** nebo **ActiMaris Sensitiv** ke kloktání a výplachům dutiny ústní. **Roztoky používejte neředěné!**

1. **V úvodu** léčby doporučujeme používat **ActiMaris Forte roztok** 3x denně (výplachy dutiny ústní, kloktání). Podle subjektivní potřeby lze aplikovat i častěji.
2. **Po zlepšení stavu** doporučujeme dlouhodobě zařadit do hygieny ústní dutiny výplachy **ActiMaris Sensitiv roztokem** alespoň 2x denně.

Kloktání i výplachy dutiny ústní provádějte nejlépe po jídle. **Aplikace by měla trvat ideálně alespoň 30-60 sekund.** Po ošetření doporučujeme **15 minut nejíst, nepít.**