

Markmiðið persónuleg þjónusta og lágt lyfjaverð

Fámennt en góðmennt starfslið vinnur í Skipholtsapóteki og veitir persónulega þjónustu en þannig má halda vöruverði niðri. Auk þess er þar mikið úrval vítamína og fæðubótar efna.

„Okkar sérstaða er afar gott úrval af vítamínum og fæðubótar efnum en þar erum við með mörg góð vörumerki,“ segir Eyja Líf Sævarsdóttir, lyfjafraeðingur hjá Skipholtsapóteki.

Hún segir helsta markmið Skipholtsapóteks vera að veita persónulega þjónustu auk þess að halda lyfjaverði niðri. Það sé gert með fámennum en góðmönnum hópi starfsfólks.

„Við bjóðum upp á persónulega þjónustu og þótt við höfum ekki úr stórum flota starfsfólks að spila líður okkur eins og viðskiptavinir okkar séu mjög ánægðir. Fólk leitast mikið til okkar, bæði út af lágu lyfjaverði og svo vegna kvilla sem hrjá það, en það fær upplýsingar hjá okkur og virkilega persónulega þjónustu. Starfsfólkið býr yfir mikilli þekkingu og ef þekking okkar þrýtur höfum við aðgang að alls kyns uppflertirum sem hjálpa okkur að aðstoða fólk.“

Eyja Líf segir viðskiptavinir mikið spá í vöruverð þessi misserin og hún bendir fólk á að láta starfsfólk Skipholtsapóteks vita ef það finnur sams konar lyf á ódýrara verði annars staðar. „Við keppumst við að vera með þeim lægstu og þar sem við stöndum ekki sjálf í verðkönnunum höfum við beðið fólk að hjálpa okkur og benda okkur á ef verðið er lægra annars staðar.“



Starfsmenn Skipholtsapóteks: Sigríður Björnsdóttir í afgreiðslu, Eyja Líf Sævarsdóttir lyfjafraeðingur og Margrét Friðgeirsdóttir lyfjatækni.

FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Hún segir fólk einnig meðvitaðra um bætiefni og vítamín og heilsufar sitt almennt. „Fólk áttar sig á því að hægt er að bæta heilsufarið með vítamínum í stað lyfjagjafar. Sem lítið dæmi má nefna sinadrátt, sem kemur oft fram vegna skorts á magnesíum í líkamanum.

Fólk er líka orðið vakandi

fyrir d-vítamínþörf sinni en Íslendinga skortir gjarnan d-vítamín. Bæði byggir vítamínið upp bein og getur haft fyrirbyggjandi áhrif gagnvart sjúkdómum, til að mynda krabbameini.“

Af þeim vörumerkjum sem fást í vítamínum hjá Skipholtsapóteki má nefna Now, Nature's own, Windmill og Heilsu-vítamín.

„Við bjóðum upp á lítið af snyrtivörum, en erum þess í stað með góð græðandi krem fyrir hendur, fætur og húð, andlitskrem og gott vöruúrval fyrir eldra fólk sem er til dæmis að kljást við þvagleka. Og auðvitað allar þessar hefðbundnu apóteksvörur, sápur, krem og annað slíkt.“

Afsláttur í febrúar



15% AFSLÁTTUR AF NICOTINELL

Taktu skrefið og hættu að reykja með hjálp Nicotinell. Skipholtsapótek býður upp á gott úrval af Nicotinell-vörum og starfsfólk apóteksins aðstoðar þig við valið. Í febrúarmánuði er 15% afsláttur af öllum Nicotinell-vörum í Skipholtsapóteki.



20% AFSLÁTTUR AF VÍTAMÍNUM

Hvort sem það er A, B, C, D eða E þá býður Skipholtsapótek upp á fjölbreytt úrval af vítamínum sem styrkja líkama og sál. Starfsfólkið aðstoðar þig við valið á vítamíninu sem hentar þér og þú færð 20% afslátt af öllum vítamínum út febrúarmánuð.

20% AFSLÁTTUR AF JOHN FRIEDA-HÁRVÖRUM

Hár er höfuðprýði segir á góðum stað og John Frieda býður upp á hárvörur sem henta öllum. Nú í febrúar bjóðum við 20% afslátt af þessum fráberu hárvörum. Griptu tækifærið!



15% afsláttur af Nicotinell í Skipholtsapóteki út febrúar



Lækningaminjasafn Þjóðminjasafns Íslands er nú til húsa í Nesstofu.

● FYRSTI LYFJAFRÆÐINGURINN Á ÍSLANDI

Fyrsti lærði íslenski lyfjafræðingurinn var Björn Jónsson (1738-1798) lyfsali í Nesapóteki. Nesapótek eða landlæknisapóteki varð síðan að Reykjavíkrapóteki árið 1834 og var það lagt niður hinn 1. apríl 1999. Þetta elsta apótek á Íslandi hafði því verið á tveimur stöðum í 236 ár þegar því var lokað. Akureyr-arapótek starfaði frá 1819 til 1823 og svo á ný eftir 1836 og lyfjabúð var sett á stofn í Stykkishólmi árið 1835. Uppbygging lyfjafræðináms á Íslandi og fjölgun apóteka gekk því hægt fyrir sig.

Heimild: laeknabladid.is



Austurríska tónskáldið Franz Joseph Haydn (1732-1809) samdi gamanóperu sem gerist í apóteki.

● ÓPERA UM ÁST OG AFBRYÐISEMI

Apótekarinn eftir Franz Joseph Haydn er gamanópera um ást og afbrýðisemi. Grilletta er ung og efnuð stúlka, skjólstæðingur gamla apótekarans Sempronio. Hann hefur lítinn áhuga á apótekarastarfinu og kysi helst sjálfur að kvænast Grillettunni, en hún á sér tvo vonbiðla. Þeir eru hinn ríki Volpino og ungi pilturinn Mengone, sem starfar í apótekinu til að vera nálægt sinni heittelskuðu þótt hann kunnir lítt til verka. Eftir mikinn misbilning og fjaðrafok sigrar ástin að lokum og allt fellur í ljúfa löð.

● SHAKESPEARE-ÞYÐANDI OG LYFJAFRÆÐINGUR

Helgi Hálfðanarson (14. ágúst 1911-20. janúar 2009) var menntaður lyfjafræðingur og var lyfsali á



Húsavík og í Reykjavík. Hann var helsti þýðandi Íslendinga á 20. öld og þýddi meðfram vinnu

sinni öll leikrit Williams Shakespeare, gríska harmleiki eftir Æskýlos, Sófóklés og Evripídes, Pétur Gaut eftir Henrik Ibsen og mörg önnur þekkt leikrit í bundnu máli. Hann þýddi einnig Kóraninn og mörg ljóð frá Japan og Kína og töluvert frá Evrópu og víðar. Helgi skrifaði auk þess mikið um íslensk fræði og pistla í dagblöð og á mörg velheppnuð nýyrði í íslensku eins og til dæmis „heilkenni“ (syndrome).

Nicorette býður mesta úrval reykleysislyfja

Hvaða lyfjaform hentar þér?



Nicorette **lyfjatyggigúmmí**
Mest notaða lyfjaformið



Nicorette Invisi **plástur**
Einfaldasta lyfjaformið



Nicorette **tungurótartöflur**
Fyrirferðarminnsta lyfjaformið



Nicorette **nefúði**
Skjótvirkasta lyfjaformið



Nicorette **innsogslyf**
Sígarettulegasta lyfjaformið



Nicorette Freshdrops **munnsgöfllur**
Nýjasta lyfjaformið

nicorette® Auðveldar þér að hætta að reykja



Nicorette nikótínlyf eru fánleg án lyfseðils og eru notuð til meðferðar á nikótínfinn og til að draga úr fráhrarfseinkennum þegar reykjum er hætt eða þegar dregið er úr þeim. Skammtar eru einstaklingsbundnir eftir því hve mikið er reyktt en hámarksdagskammtar eru: Lyfjatyggigúmmí 24 stk, Innsogslyf 12 hlöki, Nefúði 80 úðar, Forðaplástur 1 stk, Tungurótartöflur 40 stk, Munnsgöfllu 15 stk, Leitnið til læknis eða lyfjafræðings ef þú ert á frekari upplýsingum um lyf. Þeir sem tengið hafa ofnæmi fyrir nikótíni eða öðrum innihaldsefnum lyfis, nýlegt hjartaáfall, óstöðuga versnandi hjartaöng, akvarlegar hjartsláttartruflanir, ómeðhöndlaðan háþrýsting eða nýlegt heilablóðfall eiga ekki að nota Nicorette. Börn yngri en 15 ára mega ekki nota Nicorette, og munnsgöfllurnar eru ekki ætlaðar yngri en 18 ára nema í samráði við lækni. Þungaðar konur og konur með barn á brjósti skulu eingöngu nota Nicorette í samráði við lækni. Lesið allan fylgiseðilinn vandlega áður en byrjað er að nota lyfið. Markaðsleyfishafi: McNeil Denmark ApS. Umboð á Íslandi: Vistor hf., Hörgatún 2, 210 Garðabæ.



● BRANDARI

Kona nokkur kemur inn í apótek og biður um arseník.

„Og hvað ætlarðu að gera við það?“ spyr apótekarinn.

„Ég ætla að eitra fyrir manninum mínum því hann er byrjaður að halda framhjá mér.“

„Ég get ekki selt þér arseník til þess,“ segir apótekarinn, „jafnvel þó að hann sé farinn að halda framhjá þér.“

Þá dregur konan upp mynd af manninum sínum í ástarleik við konu apótekarans.

„Ó,“ segir apótekarinn, „ég gerði mér ekki grein fyrir því að þú værir með lyfseðil.“



„Við leggjum okkur fram um að leysa hvers manns vanda,“ segir Axel Ólafur Smith, lyfsali í Lyfjum & heilsu í JL-húsinu.

FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Forvarnir og persónuleg þjónusta

Lyf & heilsa í JL-húsinu við Hringbraut býður upp á alla almenna þjónustu apóteka, auk þess sem áhersla er lögð á forvarnarpjónustu og persónuleg samskipti við viðskiptavinina.

„Markmið okkar er að bjóða lyf og aðrar heilsutengdar vörur sem auka lífsgæði viðskiptavina okkar,“ segir Axel Ólafur Smith, lyfsali í Lyfjum & heilsu í JL-húsinu. „Við vitum að viðskiptavinirnir koma til okkar með viðkvæm og persónuleg mál sem snúast um það sem skiptir okkur mestu máli – góða heilsu. Þess vegna leggjum við okkur fram um að veita persónulega, trausta og faglega þjónustu.“

Axel tók við starfi lyfsöluleyfis-hafa í Lyfjum & heilsu í JL-húsinu árið 2007 og hefur síðan lagt

sig fram við að bæta vöruframboð og þjónustu. „Lyf & heilsa í JL-húsinu hefur alltaf lagt áherslu á gott úrval af vítamínum og öðrum heilsuvörum. En þegar úrvalið er mikið er oft erfitt fyrir viðskiptavininn að átta sig á hvað hentur best og því erum við boðin og búin að aðstoða við rétta valið. Hjá okkur er líka gott úrval af hjúkrunarvörum, snyrtivörum og vönduðum barnavörum. Eldri borgurum og öryrkjum bjóðum við alltaf fimm prósentu afslátt af öllum vörum og bjóðum upp á lyfjaskömmun fyrir þá sem þess óska.“

Í Lyfjum og heilsu er líka boðið upp á forvarnarpjónustu í formi blóðþrýstingsmælinga, blóðsykursmælinga og blóðfitumælinga. „Við bjóðum upp á þrenns konar mælingar: blóðþrýstings-, blóðfitu- og

blóðsykursmælingu,“ segir Axel. „Slíkar mælingar geta gefið vísendingar um líkamsástand þitt til framtíðar.“

Við bjóðum einnig upp á sérhæfða ráðgjöf fyrir reykingafólk sem vill hætta að reykja. Við leggjum metnað okkar í að veita ávallt áreiðanlega ráðgjöf um heilbrigði og heilsu. Fólk getur leit að til okkar þegar það vill fræðast nánar um lyfin sem það tekur eða þegar það vill fá ráðleggingar um lyf sem ekki eru lyfseðilsskyld og aðrar heilsutengdar vörur. Við leggjum okkur fram um að leysa hvers manns vanda,“ segir Axel. „Við erum í góðu samstarfi við lækna- og stöðvarnar í hverfinu og lítum á okkur fyrst og fremst sem hverfisapótek, þótt við eigum líka stóran hóp viðskiptavina úr öðrum hverfum.“

Þjónusta við eldri borgara

Eldri borgarar og öryrkjar fá fimm prósentu afslátt af öllum vörum í Lyfjum & heilsu í JL-húsinu. Auk lyfjaskömmunar, sem er afar þægileg fyrir fólk sem tekur fleiri en eitt lyf að staðaldri, er einnig boðið upp á þá þjónustu að geyma fjölnota lyfseðla ef þess er óskað. Þá er engin hættu á að lyfseðillinn týnist og með einu símtali geta lyfin verið tilbúin þegar viðskiptavinurinn kemur í apótekið. Þessi þjónusta er í boði fyrir alla viðskiptavini.



Lyf & heilsa býður upp á lyfjaskömmun fyrir þá sem þurfa að taka fleiri en eitt lyf að staðaldri.



Lengri opnunartími í Vesturbænum

Lyf & heilsa í JL-húsinu býður nú upp á lengri opnunartíma en önnur apótek í vesturhluta borgarinnar.

Nú er opið til klukkan 22 öll kvöld vikunnar og á virkum dögum opnum við klukkan 8 á morgnana, sem kemur sér vel fyrir þá sem eru að koma

af heilsugæslustöðinni og vilja sækja sér lyf á leið til vinnu. Um helgar opnum við klukkan 10 og höfum opið til klukkan 22. Viðskiptavinir okkar kunna vel að meta lengri opnunartíma og hafa verið duglegir að nýta sér hann, jafnt snemma á morgnana og síðla kvölds.

Útgefandi: 365 miðlar ehf., Skaftahlíð 24, s. 512 5000
Umsjónarmenn auglýsinga: Sigríður Dagný Sigurbjörnsdóttir sigridurdagny@365.is s. 512 5462
og Sigríður Hallgrímsdóttir sigridurh@365.is s. 512 5432.



Barnið er gott fyrir barnið þitt

Börn eru viðkvæm fyrir utanaðkomandi áreiti og því inniheldur Barnalínan frá Gamla apóteki engin viðbætt ilm- og litarefni. Vörur í Barnalínunni eru íslenskar vörur þróaðar í samstarfi við lækna og lyfjafraeðinga.

Kremin, sápan, smyrslin og olíurnar fara mjúkum höndum um viðkvæma húð barnsins og því líður vel á eftir.



GAMLA APÓTEKIÐ
- án hégóma

BARNIÐ

ANDLITIÐ

HÚÐVÖRUR

www.lyfoghelsa.is

Lyf & heilsa
Við hlustum!

Konan segir skemmtilegast fyrir mig að vinna með fríðum flokki kvenna

Garðs Apótek er afbragðsdæmi um að með nýjum mönnum koma nýir siðir og ný tækifæri sem eru einkar hagstæð almenningi.

„Mig langaði að breyta til eftir mörg ár í starfi hjá lyfjaframleiðendum og keypti Garðs Apótek þegar það bauðst fyrir fimm árum. Ég er bjartsýnn að eðlisfari og þótti það spennandi áskorun, enda hefur gengið afar vel allar götur síðan,“ segir Haukur Ingason apótekari í Garðs Apóteki þar sem verslun og viðskipti hafa margfaldast síðan Haukur tók við lyfsöluleyfinu.

„Ég byrjaði á að lækka lyfjaverð allverulega og viðskiptavinir streymdu að. Síðan höfum við ávallt komið vel út úr verðkönnunum á lausasölulyfjum og lyfseðilsskyldum lyfjum og ótal snum verð með lágsta verð á landinu. Fljótlega tók ég svo húsnæði apóteksins í gegn, bæði að utan og innan, skipti um þak, glugga og setti upp ný skilti, ásamt því að stækka innra rýmið til mikilla muna með því að opna ónotuð herbergi. Garðs Apótek hefur því tekið miklum stakkaskiptum síðustu fimm ár og er nú orðið miklum mun opnara, rúmbetra og bjartara en áður,“ segir Haukur um apótekið sitt sem er sannkallað fjölskyldufyrirtæki.

„Frúin, sum barnanna okkar



Haukur Ingason apótekari í Garðs Apóteki þar sem sífellt fleiri koma til að kaupa lyf á lægra verði.

FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

og fleiri í stórfjölskyldunni vinna hér með mér og í apótekinu ríkir heimilislegt andrúmsloft. Fólki líkar vel að koma því starfsfólkið tekur vel á móti því, og margir njóta þess að tylla sér niður á notalegum „kaffibarnum“ okkar með tímarit eða bara í slökun á meðan þeir bíða eftir lyfjunum

sínum. Þá er viðtalsherbergi okkar fyrir viðkvæm mál viðskiptavinnanna vel nýtt, og einnig til blóðþrýstingsmælinga,“ segir Haukur sem fundið hefur mikla velvild nágranna sinna í Bústaðahverfinu, en viðskiptavinir koma víða að.

„Hverfisbúar hafa tekið okkur

opnum örmum og líkar vel við breytingarnar á þessu rótgróna apóteki, sem og hagstætt vöruverðið. Við erum líka alltaf að taka inn nýjar vörur og erum með sérsamninga í sölu næringardrykkja, þvagleggja og fleira sem fólk getur sótt beint til okkar. Þá erum við með úrval snyrti-

vara, ekki síst íslenskra húð- og heilsuvara og erum alltaf að bæta inn spennandi heilsuvörur,“ segir Haukur sem í Garðs Apóteki býður upp á lyfjaskömmtun fyrir þá sem óska og heimsendingar á öllu höfuðborgarsvæðinu ásamt póstsendingum um land allt.

„Eftir að lyfseðlar fengust sendir rafrænt í apótek hefur fólk á landsbyggðinni orðið meðvitaðra um tækifæri sín til að fá ódýrari lyf heimsend í póströfu, án þess að þurfa nokkurn tímann að fara sjálf í apótek um langan veg og á dýru bensínverði. Það er auðvitað miklu hagstæðari kostur, og æ fleiri sem nýta sér það,“ segir Haukur sem kann ákaflega vel við sig í apótekinu.

„Starfið er afskaplega ánægjulegt og gefandi samskiptin við almenning, þótt konan segi skemmtilegast fyrir mig að vinna með fríðum flokki starfskvenna apóteksins,“ segir Haukur hlæjandi. „Við erum akkúrat í nýútreiknaðri miðju höfuðborgarsvæðisins og því í alfaraleið úr öllum áttum, en margir koma úr nágrannabæjunum og austan að, því aðgengi er gott og verðið einstakt, en margir láta uppi að þeir vilji síður versla við stóru lyfja-keðjurnar eftir hrunið og aðild kaupahéðnanna frægu að þeim.“

Garðs Apótek er opið alla virka daga frá klukkan 9 til 18, en lokað um helgar. Sími 568 0990. Sjá www.gardsapotek.is.

Einkarekið apótek í 55 ár

Garðs apótek er eitt af fáum einkareknum apótekum höfuðborgarsvæðisins og tengist hvorki lyfjakeðjum né eignarhaldsfélögum. Apótekið dregur nafn sitt af Hólmgarði 34, þar sem það var fyrst opnað í október fyrir 55 árum, en síðan flutti það að Sogavegi 108 þar sem það er nú til húsa.

Stofnandi og fyrsti lyfsali Garðs Apóteks var Mogens A. Mogensen.

Hann rak apótekið til ársins 1984 en þá tók Örn Ævarr Markússon við apótekinu og var lyfsali þess til loka ársins 1997. Jón R. Sveinsson tók næstur við lyfsöluleyfinu og rak apótekið til 1. ágúst 2006 að núverandi apótekari, Haukur Ingason, keypti Garðs Apótek og tók við lyfsöluleyfi þess. Haukur er því fjórði apótekariinn í meira en hálfri öld á sögu Garðs Apóteks.

Haukur er Kópavogsbúi, ættaður úr austri og vestri, frá Reyðarfirði og Ísafirði, stúdent frá Menntaskólanum í Kópavogi og lyfjafræðingur frá Lyfjafræðiháskólanum í Kaupmannahöfn. Eiginkona Hauks er Katrín Þórarinsdóttir úr Reykjavík, ættuð undan Eyjafjöllunum og frá Snæfellsnesi. Saman eiga þau fjögur börn.



Garðs Apótek er á horni Sogavegar og Réttarholtsvegur, en dregur nafn sitt af fyrstu heimkynnum sínum sem voru við Hólmgarð 34.

FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Einkarekið apótek

Lágt lyfjaverð - góð þjónusta



**GARÐS
APÓTEK**
- rétt leið

Sogavegi við Réttarholtsveg Opið kl. 9-18 • Sími 5680990 • www.gardsapotek



Aðalsteinn Loftsson, lyfsali í Lyfju í Lágmúla, segir ákveðin þáttaskil hafa orðið á íslenskum lyfjamarkaði með tilkomu fyrirtækisins. FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Frumkvöðull á markaði

Lyfja hefur um árabil staðið fyrir nútímavæðingu á íslenskum lyfjamarkaði.

Lyfja hf. var stofnuð árið 1995 og hóf rekstur lyfjabúðar í Lágmúla 5 árið 1996. Aðalsteinn Loftsson, lyfsali í Lágmúla, segir ákveðin þáttaskil hafa orðið á íslenskum lyfjamarkaði með tilkomu fyrirtækisins.

„Búðin var opnuð eftir að lög sem heimiluðu frjálsa sölu á lyfjum tóku gildi. Fram að því fengu menn úthlutað leyfi frá yfirvöldum og hálfgert lénsskipulag var við lýði, þar sem gamaldags apótek réðu ríkjum. Verðið var alls staðar það sama og því engin samkeppni í gangi. Lyfja breytti þessu öllu saman, var frumkvöðull í nútímavæðingu meðal annars með lækkun á lyfjaverði

og í aukinni þjónustu.“ Aðalsteinn segir fyrirtækið enn vera leiðandi á sviði nýjunga. „Þar sem Lyfja er má nálgast lyf í skömmtun eða í pósti fyrir þá sem búa langt í burtu frá viðkomandi apóteki,“ tekur hann sem dæmi, en Lyfja á og rekur fjórtán apótek og útibú í eigin nafni víðs vegar um landið. Þá býður Lyfja upp á bólusetningu við influensu á haustin á sambærilegu verði og heilsugæslustöðvar bjóða einstaklingum og í Lyfju í Lágmúla býðst ein fjölbreyttasta hjúkrunarþjónusta landsins.

„Hátt þjónustustig sést líka af tímariti sem við gefum út árfjórðungslega, Lifið heil, þar sem tekið er á ýmsum málefnum og er nýjasta tölublaðið tileinkað nýbökudum mæðrum,“ bendir Aðalsteinn á og bætir við Lyfja haldi líka úti vefsíðu, lyfja.is, sem geymir

ýmsan fróðleik, þar á meðal fullkomna lyfjabók. „Fólki gefst þar kostur á að senda inn fyrirspurnir og fá svör, en það getur auðvitað líka haft samband símleiðis í Lágmúla þar sem lyfjafræðingur situr fyrir svörum alla daga frá klukkan sjö á morgnana til eitt á nóttunni.“

Langur opnunartími er að hans sögn einn liður í aukinni þjónustu við viðskiptavinum Lyfju. „Í Lágmúla er opið frá klukkan sjö til eitt og á Smáratorgi frá átta á morgnana til miðnættis alla daga, en það nýta sér margir sem sækja Læknavaktina,“ bendir hann á og segir vel tekið á móti öllum viðskiptavinum.

„Hjá fyrirtækinu starfa í kringum 300 manns, sem eru boðnir og búnir til að aðstoða fólk eftir bestu getu.“

Fjölbreytt og góð þjónusta

- Lyfja hefur í mörg ár boðið upp á ýmsa þjónustu svo sem mælingar, ráðgjöf um heilsu og hjúkrunarvörur. Þar sem biðin getur oft verið löng á sjúkrahúsum getum við aðstoðað við að taka sauma, léttar sáraskiptingar auk þess sem við bjóðum upp á sprautun í Lágmúla milli kl. 10-12 virka daga.
- Í Lyfju Lágmúla veitum aðstoð og kennslu við sérhæfðar hjúkrunarvörur svo sem stómavörur og fylgihluti, barkastómavörur og fylgihluti, þvagleggi og fylgihluti, sykursýkisvörur, næringardrykki, sjúkrasokka, stuðnings- og þrýstisokka, einnig höfum við gott úrval af stoðvörum.
- Heimsendingarþjónusta er á vörum sem eru niðurgreiddar af Tryggingastofnun hjá Lyfju í Lágmúla. Á höfuðborgarsvæðinu er sent heim þrjá daga vikunnar auk þess sem við sendum þessar vörur um land allt.



Sigrún Gísladóttir, Sigríður Kristín Gunnarsdóttir og Hrönn Bernharðsdóttir. Guðbjörgu Sigurðar vantar á myndina.

Í LÁGMÚLA OG SMÁRATORGI MÆLUM VIÐ:

- Blóðþrýsting (boðið er upp á mælingu í öllum verslunum Lyfju)
- Blóðfitu (HDL, LDL og þríglyseríðar)
- Blóðsykur
- Blóðrauða (hemóglóbín)

- Beinþéttni
- Öndun og kolmónoxíð í útöndun
- Súrefnismettun í blóði

Í Lyfju í Lágmúla er opið frá klukkan 8 til 17 alla virka daga, laugar-

daga frá klukkan 11 til 15 og á Smáratorgi frá klukkan 8 til 12 mánu-daga til fimmtudaga. Þanta þarf tíma í Lyfju á Smáratorgi í síma 564-5600.

LYFJA
- Lifið heil

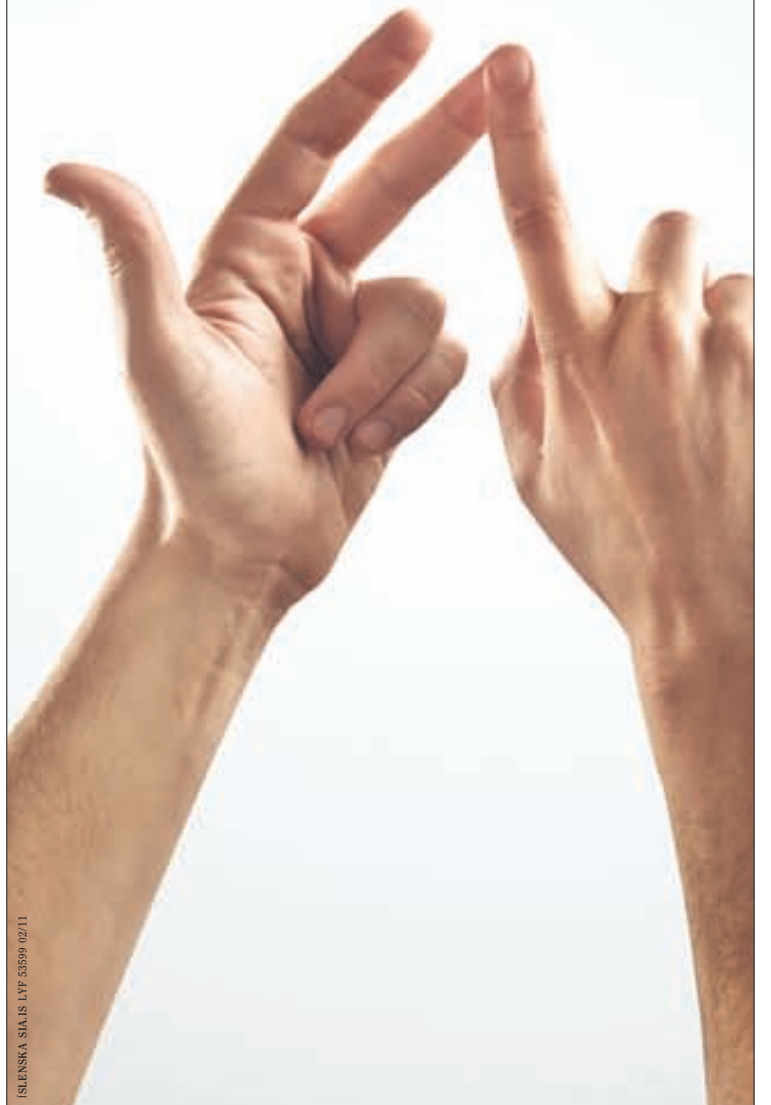
www.lyfja.is

+ Þú færð
lyfjaskömmtun
í þinni heimabyggð

Gott skipulag er mikilvægt - ekki síst þegar taka þarf inn mörg lyf. Tölvustýrð lyfjaskömmtun er öruggasta leiðin við að skammta lyf. Með því að pakka lyfjunum í sérstaka litla poka kemst betri regla á lyfjainntöku og öryggi eykst til muna.

- Aukin þægindi
- Handhægar pakkningar
- Meira öryggi
- Árangursríkari lyfjameðferð
- Lyfin gleymast síður
- Lyfin tekin í réttum skömmtum
- Lyfin tekin á réttum tíma
- Rétt lyf tekin inn

Kynntu þér málin í næstu verslun Lyfju.
Við erum þér ávallt innan handar.



ISLENSKA SIA IS LYF 53599 02/11

Lágmúla - Laugavegi - Garðatorgi - Smáralind - Smáratorgi - Setbergi - Borgarnesi
Grundarfirði - Stykkishólmi - Búðardal - Patreksfirði - Ísafirði - Bolungarvík
Blönduósi - Hvammstang - Skagaströnd - Sauðárkróki - Húsavík - Kópaskeri
Raufarhöfn - Þórshöfn - Egilsstöðum - Seyðisfirði - Neskaupstað - Eskifirði
Reyðarfirði - Fáskrúðsfirði - Höfn - Laugarási - Selfossi - Grindavík - Keflavík



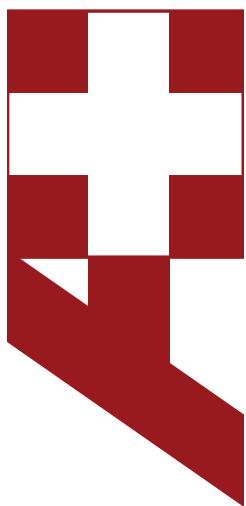
Árþékkjapótek er opið virka daga frá kl. 9-18.30 og laugardaga frá kl. 10-14



Árþékkjapótek

Hraunbæ 115
110 Reykjavík
Sími: 567 4200
www.arbaekarapotek.is

Apótek
Hafnarfjarðar



Opið
kl. 9-18.30
alla virka daga
kl. 10-16
á laugardögum

Tjarnarvellir 11, Hafnarfirði.

Allt er fertugum fært

Árþékkjapótek stendur á fertugu í ár en þar ríkir hlýlegur andi og afbragðs þjónusta sömu fjölskyldu lyfsala frá upphafi.

„Ég var nú mest úti í fótbolta á æskuárunum í Árbænum en kíkti við í apótekinu hjá pabba öðru hvoru og fékk áhuga á starfinu þegar ég komst til vits og ára,“ segir lyfjafræðingurinn Kristján Steingrímsson, sem tók við rekstri Árþékkjapóteks af föður sínum Steingrími Kristjánssyni um áramótin 1998.

„Pabbi opnaði apótekið 1971 í Hraunbæ 102a, en 2008 fluttum við í glæsilegt húsnæði að Hraunbæ 115, þar sem aðstaðan stækkaði til muna,“ segir Kristján, sem spilaði knattspyrnu með Fylki til margra ára og hefur unnið mestan sinn starfsaldur í Árbæ.

„Árbærinn er eins og bær í borginni og hér þekkjast flestir, sem mér þykir vinalegt. Árbæingar hafa frá upphafi haldið

tryggt við sitt hverfisapótek, enda vita þeir fyrir hvað við stöndum,“ segir Kristján um fertugt fjölskyldufyrirtækið.

„Lyfsala er helsta verkefni apóteksins og fá öryrkjar og elli-lífeyrisþegar tíu prósentu afslátt af lausasölulyfjum og vítamínunum. Þá leggjum við áherslu á lágt verð nikótínlyfja, sem er okkar framlag til að hjálpa fólki að hætta að reykja,“ segir Kristján. „Svo eru alltaf spennandi tilboð á heimasíðunni, eins og í aðdraganda Konudags þegar við bjóðum 20% afslátt af konuilmun,“ segir Kristján, strax farnir að hlakka til 40 ára afmælis Árþékkjapóteks í desember.

„Þá munum við gera sitthvað til hátíðabrigða og halda áfram okkar striki. Að vísu er pabbi hættur störfum en er alltaf hér með annan fótinn að fylgjast með stráknum og gamla apótekinu.“

Sjá www.arbaekarapotek.is



Kristján með starfsfólki sínu í Árþékkjapóteki, sem verður fjörutíu ára í desember, en þá verður sitthvað gert til hátíðabrigða í apótekinu.

FRÉTTABLAÐIÐ/PIETUR

Sjálfstætt í Hafnarfirði

Fyrir tæpu ári var Apótek Hafnarfjarðar opnað á Völlunum og var vel tekið af íbúum þar sem og í nærliggjandi hverfum.

„Okkar sérstaða hér í Hafnarfirði er að við erum eina sjálfstætt rekna apótekið, það er að segja, við tengjumst ekki neinum öðrum apótekum eða stærri keðjum,“ segir Magnús Sigurðsson, lyfsali í Apóteki Hafnarfjarðar á Tjarnarvöllum 11. Hann segir fólk spá meira í eignarhald á verslunum en áður. Mörgum líki betur að versla við minni sjálfstætt starfandi aðila en stórar keðjur.

Apótek Hafnarfjarðar var opnað í mars á síðasta ári og var vel tekið af íbúum á Völlunum sem og annars staðar í Hafnarfirði. Bæði er apótekið opið lengur en önnur apótek í bænum, til klukkan hálf sjö alla virka daga, og svo höfðu íbúar á Völlunum ekki haft

aðgang að apóteki í sínu nánasta umhverfi.

„Apótek er hluti af heilbrigðiskerfinu og því nokkuð sem allir íbúar þurfa að hafa greiðan aðgang að. Við erum ánægð með mótökurnar sem við höfum fengið en viðskiptavinahópur okkar hefur stækkað jafnt og þétt. Þar hjálpar eflaust til að við tökum öllum með bros á vör og persónulegri þjónustu. Við erum að fá sama fólk til okkar aftur og aftur. Við teljum okkur vera ódýran og góðan valkost fyrir alla á höfuðborgarsvæðinu og Reykjanesi.“

Vöruúrvalið er mjög breitt. Fyrir utan öll lyf er gott úrval af vítamínunum, hjúkrunarvörum, snyrtivörum, hárvörum og öllum þeim hefðbundnu vörum sem fást í apótekum. Apótek Hafnarfjarðar er opið frá klukkan 9-18.30 á virkum dögum og frá 10-16 um helgar.



Magnús Sigurðsson, lyfsali í Apóteki Hafnarfjarðar, segir mörgum líka betur að versla við minni sjálfstætt starfandi aðila.

FRÉTTABLAÐIÐ/GVA



Apótekari er örlagavaldur í leikriti Williams Shakespeare um Rómeó og Júlíu.

Ástardrykkir og önnur töfralyf

Apótekari er grískt orð sem var í upphafi starfsheiti heilbrigðisstéttar sem blandaði og dreifði lyfjum og öðrum lækningavörum til lækna, skurðlækna og sjúklinga, svipað og lyfsalar gera í dag, en þeir sinntu einnig ýmsum lækningum.



Fólk hefur leitað bótar meina sinna hjá apótekum frá örófi alda.

Fyrsta skráða heimildin um apótekara er í annarri Mósebók Biblíunnar, þar sem Guð gefur Móses uppskrift að hinni heilögu olíu sem hann átti að nota til að smyrja steintöflurnar með boðorðunum og tekur fram að hún verði að vera gerð samkvæmt reglum apótekara.

Salómon konungur vitnar einnig til apótekara og sömuleiðis koma þeir við sögu í Kantaraborgarsögum Chaucers og leikriti Shakespeares um Rómeó og Júlíu.

Skráðar heimildir um verslanir apótekara, apótek, er þó ekki að finna fyrir en árið 754 þegar fyrsta apótekið var opnað í Bagdad. Þaðan dreifðist verslunarreksturinn um allan hinn íslamska heim; mörg dæmi eru um skráð apótek í íslamska hluta Spánar á elleftu öld og um svipað leyti fara apótek að skjóta upp kollinum annars staðar

í Evrópu. Þangað sótti fólk sér bót minniháttar meina og það var ekki fyrr en læknisstéttinni óx fiskur um hrygg á átjándu öldinni sem apótekarar hættu að stunda lækningar jafnframt lyfjagerðinni og færðust nær því hlutverki sem þeir hafa í dag.

Apótekarar notuðu sitt eigið mælikerfi til að tryggja nákvæma mælingu á þeim innihaldsefnum sem hvert lyf átti að innihalda og gátu menn átt von á sektum og jafnvel lögsókn ef efnin voru ekki í réttum hlutföllum í lyfjunum. Hins vegar blómstraði ýmiss konar undirheimabrásk í stéttinni og voru ástarlyf og aðrir töfradykkir vinsæl söluvara apóteka lengi fram eftir öldum.

Heimild: wikipedia.org

● **DÝR** Erlendis eru víða sérstök apótek fyrir dýr, þótt slíkt þekktist ekki enn á Íslandi. eru þau þá ýmist tengd dýraspítölum, sjálfstæð eða stunda netsölu. Dýraapótek hafa á boðstólum öll þau lyf sem notuð eru við algengustu kvillum dýra, í mismunandi styrkleikum og pakkningastærðum. Þar sem þarfir dýra og reglugerðir um lyf fyrir þau eru mjög ólík þörfum manna hefur víða þótt fara betur á því að halda dýraapótekum aðskildum frá venjulegum apótekum sem einbeita sér að lyfjum fyrir mannfólkið.



Eitt tæknivæddasta apótek Evrópu

Tölvustýrð lyfjaskömmun er örugg, fljótleg og hagkvæm að sögn Ragnheiðar Gunnarsdóttur, lyfjafræðings og lyfsala í Lyfjaveri við Suðurlandsbraut 22 í Reykjavík.

„Við notum ávallt nýjustu og bestu mögulega tækni við lagerhald og afgreiðslu lyfja.“ segir Ragnheiður Gunnarsdóttir, lyfsali í Lyfjaveri Suðurlandsbraut 22. Hún telur slíka afgreiðslu bæði örugga og hagkvæma. „Við erum eitt tæknivæddasta apótek Evrópu og höfum verið leiðandi í lágu lyfjaverði,“ lýsir hún.

Tölvustýrð lyfjaskömmun hentar að sögn Ragnheiðar vel fyrir einstaklinga á öllum aldri og sérstaklega fyrir þá sem taka inn að staðaldrí þrjú eða fleiri lyf á ólíkum tímum dagsins.

„Lyfjaskömmunin gengur þannig fyrir sig að lyfjunum er pakkað í skammta fyrir hverja inntöku. Notandinn fær þau afhent í rúllu þar sem hver dagskammtur er í litlum merktum poka,“ lýsir hún og segir rúlluna endast í 14 eða 28 daga. Á pökunum komi fram nafn lyfjanna, hvenær eigi að taka þau inn, hvaða læknir ávísi þeim, dagsetning og inntökutími þeirra. „Þetta

fyrirkomulag auðveldar notandanum að taka inn réttu lyfin á réttum tíma og eykur þannig öryggi hans,“ bendir hún á.

Lyfjaver hf. var stofnað 1998 og er brautryðjandi tölvustýrð lyfjaskömmun, sem hófst árið 1999. Ragnheiður segir starfsemi hafa vaxið hratt. „Fyrirtækið byrjaði með lyfjaskömmun í litlu rými en hefur þróast yfir í glæsilegt apótek og stóra heilsuverzlun. Það er í dag sennilega með fleiri viðskiptavinum en nokkurt annað apótek, enda þekkt fyrir lágt verð og góða þjónustu,“ segir hún og telur að með innflutningi lyfja samhliða því að nota ávallt nýjustu og bestu tækni hafi Lyfjaveri tekist að standa vörð um lágt lyfjaverð til neytenda.

Lyfjaver býður upp á heimsendingu lyfja. „Ef lyfseðlar berast okkur fyrir hádegi er hægt að senda lyfin heim samdægrurs á höfuðborgarsvæðinu alla virka daga. Póstsendingar út á land afhendast næsta virka dag fyrir utan örfáa staði á landinu en þá tekur tvo sólarhringa að afhenda lyfin,“ segir Ragnheiður. Hún segir einnig almenna upplýsingaþjónustu á staðnum og tekur dæmi. „Neytandinn getur hringt og fengið upplýsingar frá lyfjafræðingi um lyf og inntöku þeirra.“



Lyfja-skömmunarrúlla eins og Lyfjaver afgreiðir.



„Við reynum að nota okkur nýjustu og bestu tæknina til að standa vörð um lágt lyfjaverð til neytandans,“ segir Ragnheiður Gunnarsdóttir, lyfsöluleyfifhafi Lyfjavers.

FRÉTTABLAÐIÐ/GVA



Mikil þrýði þótti að gömlu innréttingunum í Reykjavíkurapóteki en þær eru nú í geymslu.



Guðjón Samúelsson teiknaði húsið sem Reykjavíkurapótek var starfrækt í á árunum 1930-1999. 365/LJÓSMYNDASAFN REYKJAVÍKUR



Séð inn um glugga gamla Reykjavíkurapóteks.

Apótekið í Austurstræti

Í nærri 70 ár var Reykjavíkurapótek starfrækt á horni Austurstrætis og Pósthússtrætis.

Ekki voru Reykvíkingar á eitt sáttir þegar Reykjavíkurapótekinu gamla, á horni Austurstrætis og Pósthússtrætis, var lokað 1. apríl árið 1999.

Sér í lagi voru það gömlu innréttingar apóteksins, sem voru friðaðar, sem fólk vildi síður sjá hverfa en þær voru settar

í geymslu í samráði við húsafriðunarnefnd.

Guðjón Samúelsson teiknaði árið 1915 húsið sem Reykjavíkurapótek stóð í en apótekið hóf ekki starfsemi í húsinu fyrr en árið 1930. Rætur Reykjavíkurapóteks má rekja allt aftur til ársins 1760, til fyrstu lyfjabúðarinnar á Íslandi, sem var í Nesi við Seltjörn. Apótekið komst í einkaeign árið 1833 og var starfrækt í húsi á horni Thorvaldsenstrætis og Kirkjustrætis. -jma



Starfsfólk Reykjavíkurapóteks á síðasta starfsári þess. Marólína Arnheiður Magnúsdóttir, Jóhannes Finnur Skaftason lyfjafræðingur, Ólöf Ólafsdóttir afgreiðslustúlka og Kristjana Aðalsteinsdóttir lyfjatæknir.

Úrval lífrænna afurða



Apótek Vesturlands hefur haslað sér völl í lífrænum vörum að sögn Ólafs Adolfs-sonar lyfsala.

„Apótek Vesturlands er með mikið vöruúrval en auk þess að bjóða allar almennar apóteksvörur höfum við haslað okkur völl í lífrænum vörum,“ segir Ólafur Adolfs-son lyfsali og bætir við að slíka þjónustu hafi vantað á Akranesi.

„Þetta er þjónusta við viðskiptavinum okkar sem til dæmis eru með ýmiss konar fæðuóþol eða sérþarfir. Við höfum verið með lífrænar vörur frá GMÓ Biónörum, Heilsu, Yggdrasil og fleirum. Einnig er boðið upp á breiða línu af lífrænum hreinlætis- og snyrtivörum eins og til dæmis háraliti, krem og smyrsl. Almenn má segja að úrval af lífrænum vörum sé að aukast hjá apótekum í takt við auknar kröfur og vitund viðskiptavina um heilnæmt lífverni.

Apótek eru í mörgum tilfellum orðin fyrsti viðkomustaður sjúklinga í heilbrigðiskerfinu. Því fylgir mikil ábyrgð og þess vegna er mjög mikilvægt að öll ráðgjöf sem starfsfólk apóteka veitir sé fagleg, vönduð og örugg.“



Ólafur Adolfs-son, lyfsali hjá Apóteki Vesturlands, segir sérhæft starfsfólk reyna að veita góða og trausta þjónustu og bjóða samkeppnishæft verð á hverjum tíma. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI



Fólk gerir meiri kröfur

Apótek Vesturlands var opnað á Akranesi fyrir tæpum fjórum árum. Ólafur Adolfs-son lyfsali segir viðtökurnar hafa verið góðar og að samkeppnisumhverfi apóteka fari batnandi.

„Baráttan er í fullum gangi,“ segir Ólafur Adolfs-son lyfsali í Apóteki Vesturlands. „Við erum himinlifandi með þær viðtökur sem við höfum fengið hér á Skaganum,“ bætir hann við og fagnar breyttu samkeppnisumhverfi apóteka.

„Í dag eru lyfjafræðingar að opna ný apótek en það hafði ekki sést um langa hríð. Við opnuðum á Akranesi 30. júní 2007 og innleiddum með því samkeppni í lyfsölu á Akranesi.“ Ólafur segir kröfur neytenda og breytt hugarfar almennings eiga stóran þátt í

að fleiri sjálfstæð apótek komi nú inn á markaðinn. „Þó að þjónusta apóteka sé í sjálfu sér nokkuð einleitt er hún í eðli sínu mjög persónuleg. Svigrúm til verðtilboða er ekki mikið þar sem smásöluálagning á lyfjum er lág og verðmunur milli apóteka því gjarnan lítill. Eignarhaldið skiptir hinn almenna neytanda miklu máli. Nú dugur ekki lengur að breyta um nafn á apótekum eða kalla sig Emil til að blekkja neytendur.

Fólk gerir sér far um að sneiða hjá ákveðnum eigendum og leggur það jafnvel á sig að sækja apóteksþjónustu um langan veg. Við sem rekum annaðhvort hverfisapótek eða apótek úti á landi þekkjum það að þjónustan er mjög persónuleg og við leggjum áherslu á þann þátt. Oft er það líka svo að þeir sem eiga mikið undir því að hlutirnir gangi

eru tilbúnir að leggja meira á sig fyrir viðskiptavininn.“

Ólafur segir ríkið hins vegar hafa verið að færa þjónustu út úr apótekinum yfir til heilðsölnunnar. „Þar nefni ég atríði eins og þjónustu við stómasjúklinga, þjónustu í sambandi við sérhæfða næringu og fleira. En ef smásölustiginu er sleppt hverfur ákveðin nærþjónusta, sem er að mínu mati miður. Erindi fólks í apótek eru persónuleg og gott er að geta sest niður með lyfjafræðingnum sínum og rætt málin frekar en að þurfa að gera það í síma eða í tölvupósti. Hér í Apóteki Vesturlands er sjö manna vösk sveit sem telur tvo lyfjafræðinga, lyfjatakni og sérhæft afgreiðslufólk. Við reynum að veita góða og trausta þjónustu og bjóða samkeppnishæft verð á hverjum tíma.“

Sjáfstætt og óháð apótek sem þorir að taka þátt í óheftri samkeppni.



APÓTEK
VESTURLANDS
– til betra lífs

Afgreiðslutímar:
Virka daga 9–18
Laugardaga 10–14
Sunnudaga 12–14



„Starfsfólk okkar býr yfir áratuga reynslu,“ segir Margrét Vigfúsdóttir í miðrið ásamt starfsfólki Reykjavíkur Apóteks við Seljaveg.

FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Föstum viðskiptavinum fer stöðugt fjölgandi

Reykjavíkur Apótek er sjálfstætt apótek við Seljaveg í Reykjavík. Þar leggur starfsfólk áherslu á persónulega þjónustu og gott vöruúrval.

„Viðtökurnar hafa verið gríðarlega góðar en við opnuðum Reykjavíkur Apótek hinn 21. mars árið 2009. Þessi tvö ár hafa verið viðburðarík og sannarlega hafa Vesturbæingur, Seltirningar og aðrir borgarþáar tekið okkur opnum örmum,“ segir Margrét Birgisdóttir, lyfsali og eigandi Reykjavíkur Apóteks á Seljavegi.

Hún segir að apótekið sé nú komið með stóran hóp fastra viðskiptavina sem stækki óðum. „Við erum sjálfstætt apótek og það er ákveðinn meðbyr með sjálfstæðum apótekum í þessu árferði og við finnum fyrir því. Bæði má segja að þjónustan sé persónulegri og fólki finnst þetta skipta verulegu máli.“

Margrét segir að samkeppni í smásölu lyfja hafi vantað í þennan bæjarhluta. Því hafi hún ásamt félögum sínum ákveðið að opna apótek í Vesturbænum. „Við erum



Reykjavíkur Apótek býður heimsendingarþjónustu á lyfjum fyrir eldri borgara og öryrkja um allan bæ.

vel staðsett. Reykjavíkur Apótek liggur vel við umferð viðskiptavina á leið til og frá vinnu. Einnig sækja margir þjónustu í verslanir á Grandanum og koma þá við hjá okkur í leiðinni. Aðkoma að apótekinu er góð og hér eru næg bílastæði. Við bjóðum upp á alla almenna apóteksþjónustu og reynum að uppfylla væntingar viðskiptavina varðandi vöruúrval. Við leggjum okkur fram um að veita persónulega og góða þjónustu og hagstætt verð.“

Reykjavíkur Apótek býður

einnig upp á heimsendingu á lyfjum fyrir eldri borgara og öryrkja, þjónustu sem Margrét segir fólki í hverfinu nýta sér töluvert. „Þetta er mikilvæg þjónusta fyrir þá viðskiptavini sem ekki eiga heiman-gengt. Fólk nýtir sér þetta mest hér í hverfinu en við sendum um allan bæ. Í Reykjavíkur Apóteki starfa alls sjö manns, tveir lyfjafræðingar og starfsstúlkur sem búa yfir áratuga starfsreynslu úr apóteki. Við viljum leggja okkur fram um að veita framúrskarandi þjónustu.“

Íslenskar vörur vinsælar

„Hér í Reykjavíkur Apóteki bjóðum við upp á mikið úrval af íslenskum vörum, meðal annars frá Purity Herbs, Villimey og einnig vörur frá Önnu Rósu grasalækni sem hún kallar tinktúrur. Vörur frá SagaMedica eru einnig gríðarlega vinsælar, sem og húddroparnir frá Sif Cosmetics,“ segir Margrét Birgisdóttir, en íslenskar vörur hafa verið stór hluti af vöruúrvali Reykjavíkur Apóteks frá opnun.

„Þetta eru mikið til húðvörur, krem og olíur en einnig sólhattur og hvönn til inntöku. Einnig erum við með hefðbundnar apóteksvörur frá Pharmarctica, íslensku framleiðslufyrirtæki á Grenivík.

Við höfum smám saman aukið úrvalið af því að það er almennur áhugi fyrir því að kaupa íslenskar



101 Apótek hefur aukið jafnt og þétt við úrval sitt af íslenskum vörum.

FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

gæðavörur og eru þessar vörur því mjög vinsælar. Margar af erlendu snyrtivörum hafa

hækkað töluvert í verði, sem gerir íslensku vörurnar mjög vel samkeppnishæfar.“

Í hjarta Reykjavíkur!



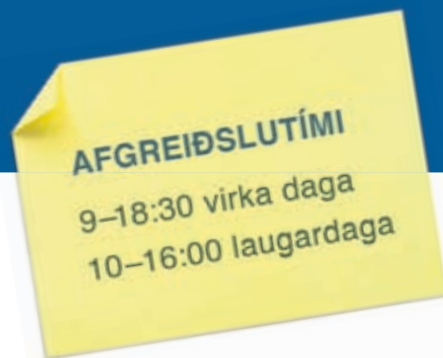
Apótekið þitt

í gamla Héðinshúsinu við Seljaveg 2.

Reykjavíkur Apótek er sjálfstætt starfandi apótek sem leggur áherslu á persónulega þjónustu og hagstætt verð. Apótekið er í gamla Héðinshúsinu við Seljaveg 2.

Við þökkum góðar viðtökur á þeim tæplega 2 árum sem apótekið hefur starfað.

Öryrkjar og eldri borgarar njóta sérkjara hjá okkur.



Reykjavíkur  Apótek

Seljavegur 2 | Sími: 511-3340
Fax: 511-3341 | www.reyap.is




Verið velkomin í
Urðarapótek
- nýtt einkarekið
apótek í Grafarholti

Við bjóðum upp á alla hefðbundna lyfjafræðilega þjónustu s.s. lyfjaskömmtnun, blóð- þrýstingsmælingar og heimsendingar lyfja. Vekjum athygli á að allir rafrænar lyfseðlar gilda hjá okkur.

Hlökkum til að sjá þig!

Vinlandsleið 16, Grafarholti
113 Reykjavík - Sími 577 1770
urdarapótek@urdarapótek.is
www.urdarapótek.is




Kæmtu við í kvennapótekinn!
LAUGARNES
APÓTEK
SÍMESTÆTT

Við bjóðum upp á fría skömmtnun lyfja og fría heimsendingu!

Ódýr lyf

Laugarnesapótek
- Sjálfstætt apótek!

OPÍÐ 9-18
alla virka daga

Kirkjuteigi 21
105 Reykjavík
Sími 553-8331
www.apótek.is



Guðrún, lengst til hægri, ásamt starfsfólki sínu í Urðarapóteki.

FRÉTTABLAÐIÐ/GVA

Draumur Guðrúnar rættist í apótekinu

Guðrún Pálsdóttir lyfsali lét drauminn rætast þegar hún opnaði apótek, Urðarapótek, í huggulegu húsnæði við Vinlandsveg 16 í Reykjavík á síðasta ári.

„Ég fékk hugmyndina eftir að hafa ráðið mig í vinnu hjá litlu apóteki í Laugarnesi og draumurinn fór að hreiðra um sig. Hafði fram að því starfað um árabíl við markaðssetningu á lyfjum og hélt að þessi vettvangur ætti ekki við mig. Annað kom heldur betur á daginn, ég ákvað að láta drauminn rætast og sagði þáverandi starfi mínu lausu og opnaði mitt eigið apótek þann 10.10. í fyrra,“ rifjar Guðrún upp og segir hrunið hafa orðið til þess að fleiri litlir einkaaðilar gerðu slíkt hið sama.

Urðarapótek býður upp á alla hefðbundna apóteksvöru og gott úrval af vítamínum, barnavörum og snyrtivörum.

„Við bjóðum upp á lyfjaskömmtnun, blóðþrýstingsmælingar, heimsendingar og svo auðvitað góða og persónulega þjónustu,“ bendir Guðrún á.

Viðtökurnar segir hún hafa farið langt fram úr væntingum, viðskiptavinir og þá sérstaklega íbúar í hverfinu hafi tekið apótekinu fegins hendi. „Fólk er afar jákvætt, vill versla hér og hafi það óskir eða tillögur leggjum við okkur fram við að laga okkur eftir þeim.“

Allar nánari upplýsingar á www.urdarapótek.is.



Laugarnesapótek á sér langa og farsæla sögu að sögn Hönnu Maríu Siggeirsdóttur sem er hér ásamt samstarfskonum sínum.

FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Dekrum við kúnnana

Laugarnesapótek er rótgróið sjálfstætt apótek sem býður upp á skömmtnun lyfja, persónulega þjónustu og bestu verð hverju sinni.

„Laugarnesapótek á sér langa sögu, stofnað árið 1964 af Christian Ziemsen“ segir Hanna María Siggeirsdóttir apótekari og eigandi Laugarnesapóteks í dag. „Í þá daga voru hverfisapótek mjög algeng, þóttu sjálfsgöð þjónusta við íbúa borgarinnar og voru hluti af kjarna hverfisins. Fjöldi og staðsetningu apóteka var stýrt frá heilbrigðisráðuneytinu“ útskýrir Hanna. Hún keypti apótekið ásamt eiginmanni sínum árið 1997. „Ég hef þó aðeins verið apótekari hér frá 2006,“ upplýsir hún. Hún hefur langa reynslu af apótekarastarfinu enda hefur hún unnið við það í tæp 30 ár, fyrst í Stykkishólms Apóteki og síðan í Apóteki Vestmannaeyja.

En hver eru sérkenni Laugar-

nesapóteks? „Við bjóðum upp á persónulega þjónustu og dekrum við hvern einasta kúna,“ segir Hanna glaðlega. Hún nefnir sem dæmi að þau skammti fyrir fólk í skammtaöskjur endurgjaldslaust, en fyrir slíka þjónustu sé greitt víða annars staðar. „Þá sendum við líka ókeypis heim til fólks,“ segir Hanna og tekur fram að í Laugarnesapóteki sé reynt að halda verðinu í lágmarki bæði á lyfjum og öðrum vörum.

Vegna hinnar góðu þjónustu sem fólk fær hjá Hönnu Maríu og samstarfskonum hennar á Laugarnesapótek marga fasta viðskiptavinir sem jafnvel koma langt að og hafa verslað í apótekinu í fjöldamörg ár. „Fólk kann einnig að meta að við erum einkarekið apótek,“ segir Hanna glöð í bragði og býður alla velkomna í Laugarnesapótek að Kirkjuteigi 21 á horninu á Kirkjuteigi og Gullteigi, gegnt Laugarnesskólanum.

Apótekari eitt ást-sælasta skáld Breta

John Keats (1795-1821) var enskt skáld sem orti í anda rómantísku stefnunnar og er ásamt Byron og Shelley talinn eitt áhrifamesta skáld annarar kynslóðar skálda sem aðhylltust stefnuna. Færri vita hins vegar að frá fjórtán ára aldri var Keats lærlingur hjá Thomas Hammond, skurðlækni og apótekarara, og að loknu því námi, haustið 1815, innritaðist hann í lækni- og lyfjafræði við Guy's Hospital, sem nú er hluti af King's College í London, og útskrifaðist sem apótekari árið 1816.

Keats vann þó aldrei fyrir sér sem apótekari því ljóðlistin átti hug hans allan auk þess sem heilsu hans hrakaði hratt þau ár sem hann átti ólifðu.

Fyrstu ljóð hans komu út fjórum árum fyrir dauða hans og var vel tekið af gagnrýnendum. Það var þó ekki fyrr en eftir dauða hans sem frægðarsólin fór að rísa fyrir alvöru og í lok níttjándu aldar var



John Keats

hann orðið eitt dádasta enska skáld allra tíma.

Áhrif hans á seinni tíma skáld eru óumdeilanleg, meðal annars lét Jorge Luis Borges hafa það eftir sér að fyrstu kynnin af ljóðum Keats hefðu verið merkilegasta bókmenntareynsla lífs síns.

● BIBLÍA BÓND-

ANS Elsta handbók sem fundist hefur um lyfja-gerð í Kína er Shennong Bencao Jing, sem þýða má gróflega sem biblíabóndans um rætur og jurtir, en hún er frá fyrstu öld eftir Krists burð. Hún var skrifuð á tímum Hanveldisins og talið er að hinn goðsagnakenndi Shennong hafi skrifað hana. Áður höfðu meðal annars fundist listar með uppskriftum af lyfjum við ýmsum algengum kvillum, kallaðir Uppskriftir gegn 52 kvillum, sem fundust í Mawangdui-grafhýsinu sem innsglað var árið 168 fyrir Krist.



● KÚREKINN Í LYFJABÚÐINNI

Kvikmyndin Drugstore Cowboy, sem þýða má sem Kúrekinn í lyfjabúðinni, var frumsýnd árið 1989 og hlaut góðar viðtökur gagnrýnenda og áhorfenda. Leikstjóri var Gus Van Sant, sem einnig skrifaði handritið ásamt Daniel Yost, upp úr skáldsögu eftir James Fogle. Tónlistina samdi Elliot Golden-thal. Matt Dillon leikur aðalhlutverkið og Kelly Lynch, Heather Graham og William S. Burroughs koma einnig við sögu. Myndin var að mestu tekin upp í Portland í Oregon.

Drugstore Cowboy kom Van Sant á kort kvikmyndaáhugamanna og var valin á topp tíu lista Gene Siskel og Rogers Ebert yfir bestu myndir ársins 1989.



● SAGA PENSILÍNS

Franskur læknanemi, Ernest Duchesne að nafni, uppgötvaði bakteríudrepandi eiginleika pensilíns fyrstur manna þegar hann skoðaði mygluna Penicillium glaucum sem notuð er til að búa til gorgonzola-ost. Þetta var árið 1896 en uppgötvun hans vakti enga sérstaka athygli. Heiðurinn af uppgötvun pensilíns er venjulega eignaður skoska vísindamanninum Alexander Fleming (1881-1955) sem enduruppgötvaði það árið 1928.



Hröð og góð afgreiðsla án mikillar fyrirhafnar

Bílaapótek Lyfjaval býður upp á ýmsa möguleika sem henta í nútímapjóðfélagi.

„Alveg óhætt er að segja að viðtökur hafi verið og séu enn glimrandi góðar, enda erum við enn að þessu sex árum eftir að farið var af stað,“ segir Þorvaldur Árnason, framkvæmdastjóri Lyfjaval, sem opnaði bílaapótek á Íslandi árið 2005.

Bílaapótekið sinnir almennri lyfja-sölu, sem má bæði nálgast í hefðbundnu apóteki í rúmgóðu húsnæði að Hæðarsmára 4 eða í bílalúgu hinum megin á húsnæðinu. Fyrirtækið er hið eina sinnar tegundar hérlendis og á sér fáa líka á Norðurlöndunum að sögn Þorvaldar. „Þetta var algjör nýlunda hér á sínum tíma og er enn einstakt, en við fórum út í þennan rekstur til að svara brýnni þörf á meiri sveigjanleika í þjónustu við viðskiptavinum og sáum brátt að ekki var vanþörf á.“

Kostina segir hann enda marga. „Lúgan gefur ýmsa möguleika sem henta vel í nútímapjóðfélagi. Þetta fyrirkomulag hentar til dæmis vel hreyfihömluðum, öldruðum eða fötluðum og öðrum sem eiga af einhverjum ástæðum erfitt um vik með að nálgast sín lyf með hefðbundnum hætti. Þeir þurfa ekki að leita að bílastæði og jafnvel ganga langt heldur geta fengið sín lyf afgreitt beint í bílinn,“ tekur hann

sem dæmi og segir þjónustuna einnig hafa nýst vel fjölskyldufólki sem kemur með börn sín af læknavaktinni eða þeim sem eru í tímaþröng.

„Hafi viðkomandi verið svo forsjáll að láta senda rafrænan lyfseðil á okkur er heldur engin bið þegar á staðinn er kominn þar sem búið er að taka allt saman, hvort sem fólk fer inn í apótek eða beint í bílalúguna. Þannig að þetta ætti að spara fólki heilmikla fyrirhöfn og óþarfa tímasóun,“ bendir Þorvaldur á og bættir við á báðum stöðum gefist viðskiptavinunum síðan sá kostur að fá ráðgjöf lyfjafræðings.

En hvenær er Bílaapótekið opið? „Apótekið, það er verslunin sjálf, er opið frá klukkan 10 til 18 alla virka daga,“ segir Þorvaldur en opnunartími bílalúgunnar er mun rýmri. „Já, hún er höfð opin alla daga vikunnar frá klukkan 10 til 23, sem ætti að nýtast vel þeim sem komast til dæmis ekki á hefðbundnum vinnutíma á virkum dögum.“

Hann getur þess að Lyfjaval reki að auki tvær verslanir í eigin nafni, eina í Álftamýri og aðra í Mjóddinni. „Þar er allt til alls, lyf, snyrtivörur og annað sem prýða má hefðbundin apótek,“ lýsir hann, en Lyfjaval í Álftamýri er haft opið frá 9 til 18.30 virka daga og Lyfjaval í Mjóddinni frá 9 til 18.30 virka daga og frá 12 til 16 á laugardögum.



Hjá Bílaapóteki Lyfjaval fá viðskiptavinir skjóta og góða þjónustu að sögn Þorvaldar.

Lyfjaval er einkarekið fyrirtæki sem rekur þrjú apótek, Lyfjaval Mjódd, Lyfjaval Álftamýri og Lyfjaval Hæðarsmára.



Lyfjaval býður fólki að geyma fyrir það lyfseðlana og er hægt að sækja lyfin þegar því hentar best.

Öryggi og lipurð í fyrirrúmi

■ GEYMSLA LYFSEÐLA

Oft finnst fólki þægilegt að hafa lyfseðlana sína á öruggum stað. Lyfjaval býður fólki að geyma fyrir það lyfseðlana og finnst mörgum þægilegt að hringja í apótekið og biðja um að tiltekin lyf séu tilbúin þegar þeim hentar.

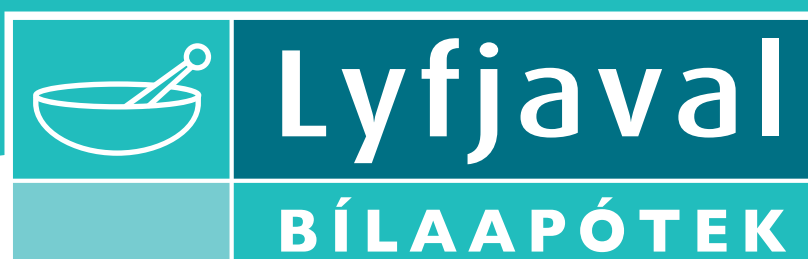
■ HEIMSENDING

Lyfjaval býður viðskiptavinum sínum heimsendingarþjónustu á höfuðborgarsvæðinu. Fastar heimsendingar eru kl. 17-18 virka daga en í neyðartilfellum er möguleiki að fá heimsendingu á öðrum tímum.

EKKI FLÆKJA MÁLIÐ!

við afgreiðum lyfin beint í bílinn

Fáðu lyfseðilinn sendann rafrænt í Bílaapótekið og stytta biðina eftir lyfjunum



Opið 10-23 alla daga vikunnar



Bílaapótekið er við Reykjanesbraut (við hliðina á Smáralind)

Vatnslosandi og hreinsandi Birkisafi 20% afsláttur í febrúar

Birkisafinn frá Salus (birch juice) er afar vatnslosandi, þetta er mild jurtt sem ertir ekki nýrun og er einstaklega virk gegn bjúg. Birkisafinn hefur verið sérstaklega vinsæll hjá þeim sem vilja léttast enda örvar hann vatnslosun og styður við náttúrulega úthreinsun líkamans, en eins og flestir vita er úthreinsun líkamans mikilvæg fyrir líkamlega og andlega vellíðan. Eitt stau er drukkið að morgni, og virknin kemur í ljós mjög fljótlega. Léttari líkami léttari lund.



BIO-CULT CANDÉA 15% afsláttur í febrúar



Bio-Kult Candéa hylki innihalda vinveitta gerla, hvítlauk og grape seed extract.

Candida sveppasýking getur orsakað fæðuþol, útbrot á húð, kláða á kynfærasvæði sár í munni, brjóstsviða og skapsveiflur. Tvö hylki á dag er góð vörn gegn candida sveppasýkingu. 100% náttúruvara, örugg fyrir börn, barnshafandi og mjólkandi mæður.

THERA TEARS 15% afsláttur í febrúar

AUGNPREYTA OG PURRKUR?
Thera Tears gervitár og gel

- Loksins á Íslandi!
- Engin rotvarnarefni
- Haldast lengur í augnum
- Handhægar dagsumbúðir með tappa



VITEYES 15% afsláttur í febrúar

Augnvítamín með zinki og luteini.

- Aðeins tvö hylki á dag
- Sérþróað af læknum með tilliti til augnbotnahrönnunar



 **Apótekið**
– einfalt og ódýrt



Kristjana Samúelsdóttir ásamt starfsfólki Apótekarans í Spönginni.

FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Fagmennska í fyrirrúmi

Apótekið leggur ríka áherslu á hagstætt verð og góða þjónustu.

Í Spönginni í Grafarvogi er apótek sem ekki ber mikið á en státtar af góðu vöruúrvali og afbragðs þjónustu. Kristjana Samúelsdóttir lyfsali hefur töglin og hagldirnar í stjórn Apóteksins og segir stefnuna skýra, að bjóða vörur á sem hagkvæmstu verði. Apótekið hefur boðið lyf á lægra verði í tæp fimmtán ár og er með apótek á fjórum stöðum, í Spönginni, Skeifunni, Hólagarði og á Akureyri.

„Já, við leggjum áherslu á hagstæð verð, einfalt og gott vöruúrval og aðgengi,“ segir Kristjana og bætir faglegri þjónustu á listann. „Til dæmis erum við með ný tilbod á lausasöluþingum og

annarri vöru í hverjum mánuði en þau er hægt að kynna sér á heimasíðunni www.apotek.is. Samhliða því gefum við út tilbodsþækling, sem er dreift í hús í Reykjavík og á Akureyri. Viðskiptavinir sem mæta með hann fá aukaafslátt af völdum vörum, núna fæst til dæmis fimm prósent afsláttur í fyrstu komu og tíu í annarri.“

Kristjana tekur fram að vöruúrvalið sé ívið fjölbreyttara í rúmgóðu húsnæði í Spönginni en í öðrum útibúum Apóteksins þótt þar sé líka margt í boði. „Og vilji viðskiptavinir okkar annars staðar festa kaup á vöru sem aðeins fæst í Spönginni er lítið mál að senda hana með pósti,“ útskýrir hún og getur þess að eins sé boðið upp á heimsendingarþjónustu gegn vægu gjaldi sem nýtist til dæmis þeim sem eiga af

einhverjum ástæðum erfitt með að nálgast vöruna. Gott sé þá að leggja inn pöntun snemma dags og varan sé svo yfirleitt keyrð út seinni partinn.

„Við leggjum mikið upp úr því að auðvelda viðskiptavinum okkar lífið. Til marks um það bjóðum við upp á vélstyrða skömmtunarpjónustu í gegnum Lyfjalausnir, en þá er kennitölu viðkomandi slegið inn í vél sem skammtar honum sín lyf, starfsmaður gengur úr skugga um að allt sé rétt og lyfið síðan afhent viðskiptavini í handhægum umbúðum hjá okkur. Þessi vélstyrða skömmtun og mikla eftirlit dregur talsvert úr hættu á mistökum.“

Loks segir Kristjana boðið upp á blóðþrýstingsmælingar í Apótekinu gegn vægu gjaldi, ekki þurfi þá að panta tíma með fyrirvara heldur sé nóg að mæta á svæðið.

Lyfjaskömmtun í Apótekinu

Í öllum fjórum Apótekinum geta viðskiptavinir fengið lyfjaskammta afhenta auk þess sem boðið er upp á heimsendingu.

Lyfjaskömmtun er þjónusta sem hentar þeim sem þurfa að taka inn mörg lyf. Lyfjum er vél-skammtað í sérstaka poka sem eru mjög handhægir og tryggja að rétt lyf, í réttum skammti sé tekið á réttum tíma. Einnig er þá yfirfarið hvort öll lyf viðkomandi passi saman gagnvart til dæmis milliverkunum.

Betri regla kemst á lyfjainntöku og öryggi eykst til muna. Með lyfjaskömmtun má einnig koma í veg fyrir að lyfjabirgðir safnist upp á heimilinu og minna af lyfjum fer til spillis ef gera þarf breytingar á lyfjagjöfni.

LYFJASKÖMMTUN:

- Hentar vel þeim sem taka lyf að staðaldri.
- Lyfin eru skömmtuð í poka. Einn fyrir hvern inntökutíma.
- Hver poki er merktur með:
 - Nafni og kennitölu notanda
 - Heiti lyfjanna og magni
 - Inntökutíma lyfjanna
 - Hvaða lækni ávísaði lyfjunum og þökkunarnúmeri



Viðskiptavinir geta fengið lyfjaskammta afhenta auk þess sem boðið er upp á heimsendingu.

FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

- Skammtað er fyrir 1-4 vikur í senn.
- Tryggir árangursríkari lyfjameðferð.
- Eykur öryggi við lyfjainntöku.
- Eykur hagræðingu og nýtingu lyfjanna.

Til þess að fá lyfin sín skömmtuð þarf að fá skömmtunarseðla

hjá lækni fyrir öllum þeim lyfjum sem á að skammta. Síðan þarf að koma með lyfseðlana í Apótekið og ganga frá þjónustusamningi. Fyrsti skammturinn er tilbúinn 1-3 dögum seinna og hann má sækja í Apótekið eða fá sendan heim.

Komdu í Apótekið eða hringdu í okkur til að fá nánari upplýsingar.