



## Nieuwsbrief ACY-apotheken

nr. 3 nov 2008 - feb 2009

Geachte heer / mevrouw,  
Hierbij ontvangt u de derde nieuwsbrief van 2008. Hierin aandacht voor griep en verkoudheid, rij veilig met medicijnen en stoppen met roken.

### Griep en verkoudheid

Elk jaar is het weer hetzelfde liedje: van de herfst tot ver in het voorjaar worden er mensen ziek. **Verkoudheid**, een **griepje**, een **vol hoofd**, **hoesten**, soms **koorts**. Griep en verkoudheid komen allebei in de winter het meest voor en kunnen allebei geïrriteerde of ontstoken slijmvliezen in de neus en keel met zich meebrengen. Griep en verkoudheid gaan in de meeste gevallen vanzelf weer over. U kunt wel de **hinderlijke verschijnselen**, zoals keelpijn, hoesten, een verstopte neus of oorpijn **verlichten** met vrij verkrijgbare medicijnen. De medewerkers van uw ACY-apotheek adviseren u graag bij de **keuze** van het **juiste medicijn**. Kijk voor meer informatie op [www.acy.nl](http://www.acy.nl) en download de **folder Verkoudheid en griep** of kom langs in de apotheek.



### Rij veilig met medicijnen

Begin oktober gaf de minister van Verkeer en Waterstaat het startsein voor de **landelijke campagne** 'Rij veilig met medicijnen'. Deze campagne moet het publiek bewust maken van de **risico's van rijden onder invloed van geneesmiddelen**. In de campagnefolder en op de nieuwe website [www.rijveiligmetmedicijnen.nl](http://www.rijveiligmetmedicijnen.nl) staan adviezen en **tips** over het **gebruik** van **rijgevaarlijke medicijnen**. Sinds begin oktober wordt er **in de ACY-apotheken** een **persoonlijk advies** gegeven met betrekking tot de rijvaardigheid, afhankelijk van het soort geneesmiddel en de dosering. Kijk voor meer informatie op [www.acy.nl](http://www.acy.nl) of kom langs in uw ACY-apotheek voor een advies op maat.



### Stoppen met roken

De sigaret vaarwel zeggen. Een hele uitdaging! Door het rookverbod in de horeca zijn dit jaar al heel wat mensen deze uitdaging aangegaan. Heeft u zich ook voorgenomen te **stoppen met roken**? Gefeliciteerd! Wij realiseren ons dat u daar wel wat hulp bij kunt gebruiken. In de praktijk blijkt dat de slaagkans van mensen die hulp hebben bij hun stoppoging het grootst is. In uw ACY-apotheek vindt u een **speciale informatie-envelop** en een **uitgebreid assortiment** pleisters, kauwgom en andere



**hulpmiddelen om u te steunen bij het stoppen met roken**. Wat in uw situatie het meest geschikt is, hangt af van het aantal sigaretten dat u per dag rookt en uw persoonlijke voorkeur. **Vraag ons om advies**: wij helpen u graag! Wilt uw meer informatie? Download de folder stoppen met roken van onze website of kom langs in de apotheek.

### Extra openingstijden

Op **Tweede Kerstdag**, vrijdag 26 december, is Apotheek Ebbingepoort geopend van **12.00 tot 14.00 uur**. Op werkdagen zijn de ACY-apotheken geopend van 8.00 tot 18.00 uur. **Apotheek Ebbingepoort** is daarnaast **extra** geopend op vrijdagavond tot 19.00 uur en op zaterdag tussen 12.00 en 14.00 uur. Buiten deze openingstijden kunt u terecht bij de Apotheekpost in Zwolle.

