

lek. Adam Dobrowolski

POZejusz



**ZALECENIA „GOTOWCE”
DOROŚLI**

SPIS TREŚCI

ZALECENIA – DOROŚLI („GOTOWCE”)

TREŚĆ ZALECEŃ NIE JEST SPONSOROWANA. 2

SŁOWEM WSTĘPU 2

PRZYGOTOWANIE DO BADAŃ 3

PROFILAKTYKA 40+ 3

USG JAMY BRZUSZNEJ 3

OCZYSZCZANIE JELIT PRZED KOLONOSKOPIĄ, KOLONOSKOPIA – PRZYGOTOWANIE 3

CIAŻA 6

PRZEZIĘBIENIE W CIAŻY 6

WYDMUCHIWANIE NOSA Z OPRÓŻNIENIEM ZATOK 6

ANTYBIOTYKI U CIĘŻARNEJ 6

TYPOWE PRZEZIĘBIENIE..... 7

OBJAWY OGÓLNE, BÓL I GORĄCZKA..... 7

GARDŁO..... 7

KATAR 8

MOKRY KASZEL 8

SUCHY KASZEL, GARDŁOWY 9

ŚWISTY OSŁUCHOWO / ALERGICZNY KASZEL 9

ZAPALENIE KRTANI, PSEUDOKRUP 9

ZATOKI..... 9

ANTYBIOTYK, ANTYBIOTYKI WYBRANE 11

GRYPA 12

GRYPA – POTWIERDZONA..... 12

SZCZEPIENIE PRZECIWKO GRYPIE..... 12

KRWAWIENIE Z NOSA	13
PODKRWAWIANIE Z NOSA	13
KRWAWIENIE Z NOSA	13
AFTA, NADŻERKA.....	14
ZAPALENIE UCHA.....	15
ZAPALENIE UCHA ZEWNĘTRZNEGO	15
ZAPALENIE UCHA WEWNĘTRZNEGO	15
CHOROBY OCZU, DOLEGLIWOŚCI OCZNE.....	16
WIRUSOWE ZAPALENIE SPOJÓWEK	16
BAKTERYJNE ZAPALENIE SPOJÓWEK	16
WYLEW SPOJÓWKOWY, WYLEW KRWAWEY DO SPOJÓWKI	16
GRADÓWKA / JĘCZMIENŃ	17
SUCHE OKO, SUCHE OCZY	17
CHOROBY UKŁADU MOCZOWEGO.....	18
ZAPALENIE PĘCZERZA MOCZOWEGO	18
ZAPALENIE UKŁADU MOCZOWEGO, ZUM, POWIKŁANE ZAPALENIE PĘCZERZA MOCZOWEGO. ODMIEDNICZKOWE ZAPALENIE NEREK	18
NEUROLOGIA, PSYCHIATRIA	19
NIEPOKÓJ / STRES / TREMA	19
OSTRY NIEPOKÓJ, LĘK	19
BEZSENNOŚĆ	19
DEPRESJA	20
ODSTAWIANIE PREGABALINY, UZALEŻNIENIE	21
PORAŻENIE BELLA, IDIOPATYCZNE PORAŻENIE NERWU TWARZOWEGO	21
PADACZKA, EPILEPSJA – LECZENIE CODZIENNE DO CZASU WIZYTY U NEUROLOGA I USTALENIA INDYWIDUALNEGO LECZENIA	22
CHOROBA MENIERA	23

BÓL	24
SILNY BÓL GŁOWY, MIGRENA, NEURALGIE, BÓLE MIESIĄCZKOWE.....	24
BÓLE SZYJNE / BÓLE KRĘGOSŁUPA / PLECÓW – SPORADYCZNE	24
RWA KULSZOWA, BÓLE GRZBIETU, KRĘCZ SZYI, BÓLE STAWÓW, „ZESPOŁY KORZONKOWE”	24
SILNY BÓL, NIEPRZEMIJAJĄCY PO NLPZ.....	26
RWA KULSZOWA, BÓLE GRZBIETU, ZESPOŁY „KORZONKOWE” – ZASTRZYKI DOMIĘŚNIOWE	26
SILNE NERWOBÓLE, BÓLE NEUROPATYCZNE	27
BÓLE MIĘŚNI, SKURCZE MIĘŚNI	28
CZĘSTE SKURCZE MIĘŚNI / NOCNE SKURCZE MIĘŚNI	28
ROZLUŻNIENIE MIĘŚNIA, SKURCZ MIĘŚNIA SZKIELETOWEGO, BOLESNY NAPIĘTY MIĘŚIEŃ	28
DYSLIPIDEMIE	29
DYSLIPIDEMIE, HIPERCHOLESTEROLEMIA.....	29
HIPERCHOLESTEROLEMIA, PODWYŻSZONY CHOLESTEROL	30
HIPERTRIGLICERYDEMIA, TRIGLICERYDY.....	30
PRZEWLEKŁA CHOROBA NEREK, NIEWYDOLNOŚĆ NEREK	32
CUKRZYCA	33
NIEPRAWIDŁOWA TOLERANCJA GLUKOZY, STAN PRZEDCUKRZYCOWY.....	33
CUKRZYCA TYP 2 ŚWIEŻO ROZPOZNANA – PIERWSZE LECZENIE.....	33
CUKRZYCA TYP 2 (NIETOLERANCJA METFORMINY)	35
CUKRZYCA TYP 2 (METFORMINA NIEWYSTARCZAJĄCA).....	35
CUKRZYCA TYP 2 (METFORMINA + 1 INNY LEK NIEWYSTARCZAJĄCE)	36
KLESZCZ, BORELIOZA	37
KLESZCZ – PODEJRZENIE, UGRYZIENIE.....	37
RUMIEŃ WĘDRUJĄCY, BORELIOZA, KLESZCZ	37

CHOROBY ŻYLNNE	38
ZAKRZEPOWE ZAPALENIE ŻYŁ POWIERZCHOWNYCH, ZAPALENIE ŻYŁ	38
WZMOCNIENIE NACZYŃ, ŻYŁAKI, NIEWYDOLNOŚĆ ŻYLNNA	38
ŻYŁAKI ODBYTU, HEMOROIDY, GUZKI KRWAWNICZE	39
URAZY, ORTOPEDIA	40
ZWYRODNIENIE STAWU, CHOROBA ZWYRODNIENIOWA STAWÓW, KOKSARTROZA, GONARTROZA	40
STŁUCZENIE Z KRWIAKIEM	40
URAZ, SKRĘCENIE, ZWICHNIĘCIE, ZŁAMANIE	40
GANGLION / URAZ TKANEK MIĘKKICH STAWU	41
RANY, ZAKAŻENIA, OPARZENIA	42
RÓŻA / ZAKAŻENIE SKÓRY I TKANKI PODSKÓRNEJ	42
OTWARTA RANA Z PODEJRZENIEM ZAKAŻENIA	42
TRUDNO GOJĄCA SIĘ RANA, REGENERACJA RANY POURAZOWEJ	43
OPARZENIE, OPARZENIA, POPARZENIE, POPARZENIA	44
ZANOKCICA, ZAPALENIE BAKTERYJNE WAŁU PAZNOKCIOWEGO	44
DERMATOLOGIA	45
OPRYSZCZKA WARGOWA	45
PÓŁPASIEC, VZV	45
ODCISK NA SKÓRZE	45
KURZAJKA	46
ŁUPIEŻ PSTRY	46
GRZYBICA PAZNOKCI	46
GRZYBICA SKÓRY	47
ALERGIA SKÓRNA, UCZULENIE, ŚWIAD	47
TRĄDZIK POSPOLITY, BLIZNY POTRĄDZIKOWE	48
PRZEBARWIENIA POSŁONECZNE	49
NADPOTLIWOŚĆ	49
NADPOTLIWOŚĆ STÓP	50
CIŚNIENIE	51
NADCIŚNIENIE	51

SKOK CIŚNIENIA, SKOKI CIŚNIENIA	52
NIEDOCIŚNIENIE, NISKIE CIŚNIENIE, HIPOTENSJA, ZMĘCZENIE	53
OBRZĘKI ZWIĄZANE Z ZASTOINOWĄ NIEWYDOLNOŚCIĄ SERCA, OBRZĘKI W NIEWYDOLNOŚCI NEREK, NIEWYDOLNOŚCI ŻYLNEJ, OBRZĘK NÓG, OBRZĘK CIASTOWATY	54
SERCE	55
NIESTABILNA CHOROBA WIEŃCOWA, CHOROBA NIEDOKRWIENNA SERCA, DŁAWICA PIERSIOWA, ZAPOBIEGANIE ZAKRZEPICY NACZYŃ WIEŃCOWYCH U OSÓB Z LICZNYMI CZYNNIKAMI RYZYKA, ZAPO- BIEGANIE ZAKRZEPICY ŻYLNEJ I ZATOROWOŚCI PŁUC U OSÓB DŁUGOTRWALE UNIERUCHOMIONYCH; PO PRZEBYTYM ZAWALE SERCA, STAN PO WSZCZEPIENIU POMOSTÓW AORTALNO-WIEŃCOWYCH; ANGIOPLASTYCE WIEŃCOWEJ	55
PROFILAKTYKA SERCOWO-NACZYNIOWA PRZY NISKIM RYZYKU	55
MIGOTANIE PRZEDSIONKÓW, PROFILAKTYKA	55
GINEKOLOGIA	57
ANTYKONCEPCJA	57
KŁYKOCINY KOŃCZYSTE, HPV – SZCZEPIENIE	57
TABLETKA DZIEŃ PO	57
UKŁAD POKARMOWY, WĄTROBA, JELITA	58
CHOROBA REFLUKSOWA PRZEŁYKU	58
CHOROBA WRZODOWA ŻOŁĄDKA/DWUNASTNICY	58
ERADYKACJA HELICOBACTER PYLORI	58
WĄTROBA, WSPOMAGANIE WĄTROBY, CHOROBY WĄTROBY, CHOROBA ALKOHOLOWA	59
USZKODZENIE WĄTROBY ALKOHOLOWE/POLEKOWE	59
STŁUSZCZENIOWA CHOROBA WĄTROBY, STŁUSZCZENIE	59
SZCZEPIENIE PRZECIWKO HBV, SZCZEPIENIE NA „ŻÓŁTACZKĘ”, HEPATITIS TYP B, ZAPALENIE WĄTROBY TYPU B	59
CLOSTRIDIUM DIFFICILE	60
BÓLE BRZUCHA, BÓL BRZUCHA O PRAWDOPODOBNIENIE CZYNNOŚCIOWYM CHARAKTERZE / WZDĘCIA / SKURCZE W BRZUCHU; CZYNNOŚCIOWE BÓLE BRZUCHA	61
CZYNNOŚCIOWE BIEGUNKI LUB ZAPARCIA	61
„JELITÓWKA”, NIEŻYT JELITOWY, ZATRUCIE POKARMOWE, BIEGUNKA, WYMIOTY	61
ZAPARCIA, ZAPARCIE, TWARDY STOLEC, KAMIENIE KAŁOWE	62
CHOROBA UCHYŁKOWA JELIT – ZAOSTRZENIE, UCHYŁKI JELITA GRUBEGO – NASILENIE OBJAWÓW	63

PASOŻYTY, OWSIKI, OWSICA, GLISTA, GLISTNICA, LAMBLIA, LAMBLIOZA	63
BRAK APETYTU	64
CHROMANIE PRZESTANKOWE, POPRAWA MIKROKRAŻENIA, MIKROKRAŻENIE, STANY NIEDOKRWIENIA MÓZGU, STAN PO UDARZE, BÓLE SPOCZYNKOWE, ANGIOPATIA CUKRZYCOWA, ZAROSTOWA CHOROBA NACZYŃ TĘTNICZYCH, ZMIANY TROFICZNE (ZESPÓŁ POZAKRZEPY, OWRZODZENIE PODUDZI, ZGORZEL), ANGIONEUROPATIE	65
UROLOGIA	66
PRZEROST PROSTATY / GRUCZOŁU KROKOWEGO / STERCZA	66
ZABURZENIA EREKCJI, ZABURZENIA WZWODU	66
DNA MOCZANOWA	67
NIEDOKRWISTOŚCI	68
NIEDOKRWISTOŚĆ Z NIEDOBRU ŻELAZA	68
NIEDOKRWISTOŚĆ Z NIEDOBRU WITAMINY B12 / KWASU FOLIOWEGO	68
TARCZYCA	69
NADCZYNNOŚĆ TARCZYCY	69
NIEDOCZYNNOŚĆ TARCZYCY	69



NEWSLETTER

www.pozejusz.pl

Zapisz się, aby otrzymać:

- ✓ kalkulator do leków pediatrycznych
- ✓ 250 pkt lojalnościowych
- ✓ kolejne wydania POZejusza dla kupców

POZejusz. Zalecenia „gotowce” – dorośli

lek. Adam Dobrowolski, nr PWZ lekarza: 3598147



© Copyright by lek. Adam Dobrowolski

Redakcja merytoryczna: lek., spec. pediatrii Alicja Jaremek, nr PWZ lekarza 7778527

Redakcja: Anna Skwarska

Korekta: Maciej Lidachowski

Projekt graficzny: Ewa Krefft-Bładoszewska

Skład: Anna Basista, Ewa Krefft-Bładoszewska

Ilustracja okładkowa: Midjourney, Adam Dobrowolski

Wydawca: Ef Ef Usługi Wydawnicze / www.ef-ef.pl



ISBN: 978-83-968107-3-1

**PORTAL OGŁOSZENIOWY
DLA LEKARZY**

www.doktorszuka.pl

SPRAWDŹ: ile zarabiają lekarze,
koszty wynajmu gabinetów,
wartość inwestycji w przychodnie.