

LIJEKOVI

– vaši saveznici u
očuvanju zdravlja

*Vodič za osobe
starije životne
dobi o pravilnoj i
sigurnoj upotrebi
lijekova*



NASTAVNI ZAVOD ZA
JAVNO ZDRAVSTVO
DR. ANDRIJA ŠTAMPAR

Stvaramo zdraviju budućnost



GRAD
ZAGREB



Izdavač
Nastavni zavod za javno zdravstvo „Dr. Andrija Štampar“
Mirogojska cesta 16, Zagreb

Autori (abecednim redom)
Tanja Čorić, dr. med., spec. epidemiolog
dr. sc. Sanja Devčić, spec. psihijatrije, subspec. biologijske psihijatrije
Katarina Gvozdanić, mag. med. biokem., univ. mag. med.
prim. dr. sc. Marija Kušan Jukić, dr. med., spec. psihijatrije, subspec. soc. psihijatrije
Izv. prof. prim. dr. sc. Nada Tomasović Mrčela, dr. med., spec. obiteljske medicine

Urednički odbor
Karmen Arnaut, univ. mag. med. techn.
Mr. sc. Željka Bažulić Štimac, dr. vet. med.
Kristina Minea Štefančić, univ. mag. med. techn.
Dalma Sajko, mag. med. techn.

Odgovorni urednik
Prof. prim. dr. sc. Branko Kolarić, dr. med., spec. epidemiolog

Korektura
Jelena Jonke Badić, univ. mag. nov.

Oblikovanje, prijelom i grafička priprema
Suzana Draženović

Autorsko pravo na korištenje fotografija:
©2025 Profimedia - Red dot d.o.o.

ISBN: 978-953-6998-76-0

Priručnik je pripremljen u sklopu programa „Edukacija o racionalnoj upotrebi lijekova u domovima za starije osobe u Gradu Zagrebu“, sufinanciranog od Grada Zagreba, Gradskog ureda za socijalnu zaštitu, zdravstvo, branitelje i osobe s invaliditetom.

Predgovor

U današnje vrijeme, s produljenjem životnog vijeka i porastom kroničnih bolesti, pravilna i sigurna primjena lijekova ima sve važniju ulogu u očuvanju zdravlja i kvalitete života. Lijekovi nam pomažu da bolje upravljamo bolešću, ublažimo tegobe i održimo samostalnost, no istodobno zahtijevaju znanje, pažnju i odgovornost.

Kako starimo, naš se organizam mijenja – a te promjene utječu i na način na koji lijekovi djeluju u tijelu. Jetra i bubrezi sporije razgrađuju lijekove, a povećana osjetljivost na određene tvari može pojačati rizik od nuspojava. Stoga, terapija koja je u mlađoj dobi bila učinkovita i sigurna, u starijoj dobi često zahtijeva prilagodbu.

Ova brošura izrađena je s ciljem da osobama starije životne dobi, njihovim obiteljima i skrbnicima pruži jasan i pouzdan izvor informacija o tome kako sigurno koristiti lijekove. U njoj se nalaze objašnjenja o promjenama koje dolaze sa starenjem, savjeti kako izbjeći pogreške u uzimanju terapije zašto je važno pridržavati se uputa liječnika i kako prepoznati i spriječiti moguće nuspojave i interakcije lijekova.

Posebna pažnja posvećena je lijekovima koji se češće primjenjuju u starijoj populaciji – lijekovima za liječenje tjeskobe, depresije i demencije te visokog krvnog tlaka i infekcija. Naša je želja da svaka osoba razumije svoju terapiju, osjeća se sigurno i ima povjerenje u stručnjake koji brinu o njezinoj zdravlju. Upravo je zbog toga bilo važno da vas osnažimo da pitate prava pitanja, ohrabrimo da otvoreno razgovarate s liječnikom o svemu što vam nije jasno o terapiji i da aktivno sudjelujete u svom liječenju.

Zahvaljujemo svim autorima koji su sudjelovali u pripremi ovog priručnika, kao i Gradu Zagrebu, Gradskom uredu za socijalnu zaštitu, zdravstvo, branitelje i osobe s invaliditetom na potpori kroz program „Edukacija o racionalnoj upotrebi lijekova u domovima za starije osobe u Gradu Zagrebu“.

Nadamo se da će vam ova brošura biti koristan vodič i podrška na putu prema zdravijem, sigurnijem i kvalitetnijem životu.

*Prof. prim. dr. sc. Branko Kolarić, dr. med., spec. epidemiolog,
ravnatelj NZJZ "Dr. Andrija Štampar"*

Lijekovi i njihova upotreba

Tijekom života mnogi od nas počnu uzimati lijekove kako bi se lakše nosili s kroničnim bolestima, bolovima ili drugim zdravstvenim tegobama. Lijekovi mogu značajno poboljšati kvalitetu života – ali samo ako se uzimaju pravilno, uz dobru informiranost i podršku.

Prema načinu izdavanja, razlikujemo lijekove koji se izdaju na recept i lijekove koji se izdaju bez recepta.

Lijekovi na recept

Propisuje ih liječnik i koriste se za liječenje kroničnih ili akutnih bolesti. Svaki lijek na recept odabran je prema vašem zdravstvenom stanju i drugim lijekovima koje uzimate, stoga ih je važno uzimati točno prema uputama liječnika.

Lijekovi bez recepta

Dostupni su u ljekarnama i mogu pomoći kod blažih tegoba, poput glavobolje, prehlade, žgaravice ili alergije. Iako se mogu kupiti bez recepta, važno je koristiti ih s oprezom jer mogu imati nuspojave ili djelovati na druge lijekove koje već uzimate. Ako niste sigurni, uvijek se posavjetujte s liječnikom ili ljekarnikom.

Uz lijekove postoje još i dodaci prehrani. Oni se često koriste za „poboljšanje zdravlja“ ili kao prirodna podrška organizmu. Međutim i oni mogu utjecati na djelovanje lijekova, pojačati ili smanjiti njihov učinak.

Lijekovi su korisni kada se uzimaju s pažnjom – zato je znanje o njima prvi korak prema zdravlju.





Propisivanje lijekova – što očekivati od liječnika

Propisivanje lijekova nije samo izdavanje recepta – to je pažljiv i odgovoran proces koji uključuje procjenu vašeg zdravstvenog stanja, izbor najprikladnijeg lijeka te praćenje učinka terapije. Svaki lijek koji vam je propisan prilagođen je upravo vama – vašim potrebama, dijagnozi i drugim lijekovima koje već uzimate.



Važno je da lijekove uzimate točno onako kako vam je liječnik preporučio. Nemojte uzimati lijekove koji nisu propisani vama niti dijeliti svoje lijekove s drugima – čak i ako imate slične simptome.

Koraci u propisivanju lijekova

- **Procjena zdravstvenog stanja** – liječnik će razgovarati s vama o vašim tegobama, bolestima i drugim lijekovima koje uzimate. Procjena uključuje liječnički pregled, uvid u dostupnu medicinsku dokumentaciju te nalaze dijagnostičkih pretraga, kako bi se terapija mogla što bolje prilagoditi vašim potrebama.
- **Odabir najprikladnijeg lijeka** – bira se lijek koji će najbolje pomoći uz najmanje nuspojava. Ako je potrebno uzimati više lijekova, liječnik će nastojati propisati samo one koji su doista potrebni, učinkoviti i s poznatim nuspojavama. Na taj se način smanjuje rizik od neželjenih učinaka i osigurava da terapija bude što jednostavnija i sigurnija.
- **Upute o uzimanju** – dobit ćete jasne informacije o tome koliko lijeka uzimati, kada i koliko dugo.
- **Razgovor o nuspojavama** – liječnik će vas upoznati s mogućim nuspojavama i objasniti kako ih prepoznati i što učiniti ako se pojave.
- **Savjeti kada potražiti pomoć** – dobit ćete upute kome se obratiti u slučaju neželjenih učinaka ili promjena u zdravstvenom stanju.
- **Praćenje učinka terapije** – tijekom liječenja prati se Vaš odgovor na terapiju, a lijek ili doza mogu se po potrebi prilagoditi.

Vaša uloga u sigurnom uzimanju lijekova

- **Budite aktivni sudionik u svom liječenju** – informirajte se, postavljajte pitanja i sudjelujte u donošenju odluka.
- **Vodite evidenciju** – zapišite koje lijekove uzimate i kada.
- **Budite redoviti u uzimanju terapije** – lijek koji se ne koristi ne može pomoći
- **Obavijestite liječnika o svim promjenama** – uključujući nove tegobe, druge lijekove, dodatke prehrani ili biljne pripravke.

Lijekovi su važan dio liječenja, ali njihova učinkovitost ovisi o pravilnom korištenju. Važno je da se osjećate slobodno razgovarati sa svojim liječnikom. I vašem liječniku je kao i vama važno da liječenje uspije, stoga pitajte sve što vam nije jasno, zapišite pred liječnikom upute koje dobijete i ne ustručavajte se ponovno pitati ako nešto zaboravite ili niste sigurni. Bolje je nazvati i provjeriti, nego pogrešno uzimati lijek. Zajednički rad s liječnikom i ljekarnikom pomaže da terapija bude sigurna, učinkovita i prilagođena vašim potrebama.

Lijekovi u starijoj dobi – što se mijenja?

Kako starimo, naš organizam se mijenja – a te promjene utječu i na način na koji lijekovi djeluju u tijelu. Zbog toga je važno razumjeti zašto se terapija u starijoj dobi često mora prilagoditi.

Što se mijenja u tijelu?

- **Bubrezi i jetra rade sporije** pa se lijekovi sporije razgrađuju i izlučuju iz organizma.
- **Smanjuje se mišićna masa i količina vode u tijelu**, zbog čega lijekovi koji se otapaju u vodi mogu postići veće koncentracije, nego inače.
- **Raste udio masnog tkiva** pa lijekovi koji se otapaju u mastima dulje ostaju u tijelu.
- **Smanjuje se razina proteina** na koje se lijekovi vežu, što može promijeniti njihovo djelovanje.
- **Slabe mehanizmi regulacije** krvnog tlaka, šećera u krvi i tjelesne temperature – tijelo se teže prilagođava promjenama koje lijekovi mogu izazvati.
- **Mogu se javiti problemi** koji otežavaju samostalno uzimanje lijeka, poput slabijeg vida, pamćenja ili drhtanja ruku.

Zbog svega navedenog, lijekovi u starijoj dobi:

- **dulje ostaju u tijelu,**
- **djeluju snažnije,**
- **češće izazivaju nuspojave.**



Zato liječnici nerijetko propisuju niže doze u odnosu na mlađe dobne skupine i redovito prilagođavaju terapiju, kako bi se osigurala sigurnost i učinkovitost liječenja.

Što je potrebno znati i na što trebate posebno paziti?

U starijoj dobi terapija lijekovima može biti složenija, osobito ako uzimate više lijekova istovremeno. Zato je važno znati kako lijekovi međusobno djeluju, kako ih pravilno uzimati i kada biti posebno oprezan.

Na što trebate obratiti pažnju:

- **Više lijekova = veći rizik od nuspojava**

Što više lijekova uzimate, veća je mogućnost da će se pojaviti neželjeni učinci. Redovita kontrola terapije pomaže u smanjenju tog rizika.

- **Međusobno djelovanje lijekova**

Neki lijekovi mogu pojačati ili oslabiti učinak drugih. Zbog toga je važno da liječnik zna sve što uzimate – uključujući i lijekove bez recepta.

- **Hrana i piće mogu utjecati na lijekove**

Na primjer, sok od grejpa može pojačati učinke nekih lijekova i izazvati nuspojave. Uvijek pitajte ljekarnika ili liječnika smijete li uzimati lijek s određenom hranom ili pićem.

- **Bezreceptni lijekovi, dodaci prehrani i biljni pripravci**

Iako se često smatraju „prirodnima“, oni mogu imati snažno djelovanje i utjecati na lijekove koje uzimate (primjerice ginko, gospina trava i drugi). Stoga se, prije nego ih počnete koristiti, posavjetujte s liječnikom ili ljekarnikom.

- **Kaskada propisivanja**

Ponekad se nuspojava jednog lijeka pogrešno protumači kao nova bolest pa se uvede dodatni lijek. Taj niz se zove kaskada propisivanja i može dovesti do novih nuspojava. Zato je važno da liječnik redovito pregledava vašu terapiju.

Praktični savjeti za svakodnevno uzimanje lijekova

Pravilno uzimanje lijekova može biti izazovno, osobito kada ih ima više. Uz nekoliko jednostavnih navika, možete povećati sigurnost i učinkovitost terapije.

Kako si olakšati svakodnevno uzimanje lijekova:

- **Vodite popis lijekova**

Zapišite sve lijekove koje uzimate – uključujući doze, vrijeme uzimanja i razlog. Popis nosite sa sobom na liječničke preglede.

- **Koristite kutiju za lijekove**

Tjedne kutije s pretincima za jutro, podne i večer pomažu da ne zaboravite uzeti lijek – i da ne uzmete isti lijek dvaput.

- **Postavite podsjetnike**

Alarm na mobitelu, sat ili bilješka na vidljivom mjestu mogu vas podsjetiti kada je vrijeme za lijek.

- **Uzimajte lijekove u isto vrijeme svaki dan**

Rutina pomaže da se lakše sjetite i smanjuje rizik od pogrešaka.

- **Pitajte ljekarnika za savjet**

Ako niste sigurni kako uzimati lijek, smijete li ga kombinirati s hranom ili imate pitanja o nuspojavama – ljekarnik vam može pomoći.

- **Ne mijenjajte terapiju “na svoju ruku”**

Ako imate nuspojave ili sumnjate da lijek ne djeluje, obratite se liječniku – nemojte prestajati uzimati lijek bez savjeta stručnjaka. Liječnik obiteljske medicine bi trebao barem jednom godišnje provjeriti koje sve lijekove koristi pacijent starije životne dobi, osobito ako boluje od više bolesti. Slijedom takvog postupka može se promijeniti doza lijeka, izvršiti ukidanje lijeka ili uključiti novi lijek.

- **Čuvajte lijekove pravilno**

Držite ih na suhom i hladnom mjestu, izvan dohvata djece. Provjerite rok trajanja.

- **Obavijestite liječnika o svim promjenama**

Ako počnete uzimati novi lijek, dodatak prehrani ili biljni pripravak – važno je da liječnik to zna.

Kako smanjiti rizike povezane s primjenom lijekova?

Lijekovi mogu biti iznimno korisni, ali njihova primjena zahtijeva pažnju i odgovornost. Uz nekoliko jednostavnih koraka možete značajno smanjiti rizik od nuspojava, pogrešnog uzimanja i neželjenih interakcija.

Budite informirani

- Vodite popis svih lijekova, dodatka prehrani i biljnih pripravaka koje uzimate.
- Zapišite zašto uzimate svaki lijek, kada ga trebate uzeti i kako.
- Pitajte svog liječnika i ljekarnika o mogućim nuspojavama, kako biste ih mogli na vrijeme prepoznati i spriječiti.

Pridržavajte se uputa

- Uzimajte lijekove točno prema uputama – u propisanoj dozi, u pravo vrijeme i na pravilan način.
- Nemojte preskakati doze niti sami prekidati terapiju, bez savjeta liječnika.
- Ne koristite tuđe lijekove, čak i ako imate slične simptome.

Organizirajte terapiju

- Na vrijeme podignite novu kutiju lijeka, kada je prethodna pri kraju.
- Koristite pomagala i podsjetnike – alarm na satu ili mobitelu, kutijice za lijekove s rasporedom po danima.
- Povežite uzimanje lijeka s dnevnom rutinom (npr. uz doručak).
- Ako imate poteškoće s pamćenjem, uključite članove obitelji ili skrbnike u praćenje terapije.

Razgovarajte s liječnikom i ljekarnikom

- Budite iskreni o svemu što uzimate, uključujući čajeve, vitamine i dodatke prehrani.
- Prijavite nove simptome ili poteškoće koje primijetite.
- Donesite sve lijekove na kontrolu, kada vas liječnik to zatraži.

Sigurno čuvajte lijekove

- Provjeravajte rok valjanosti lijekova.
- Ne čuvajte stare lijekove „za svaki slučaj“ – oni mogu biti neučinkoviti ili štetni.
- Lijekove kojima je istekao rok odložite u ljekarni, a ne u kućni otpad.

Kako si još možete pomoći?

- Zdravo se hranite i budite umjereni s alkoholom.
- Nemojte pušiti.
- Budite aktivni – redovito se krećite i vježbajte.
- Održavajte mentalno zdravlje – čitajte, razgovarajte, rješavajte križaljke.
- Njeguajte socijalne kontakte – druženje pozitivno utječe na zdravlje i dobrobit.



Tjeskoba, uznemirenost i nesanica

O bolestima...

Tjeskoba, osjećaj unutarnje napetosti, nemira i zabrinutosti, može se javiti u bilo kojoj životnoj dobi, ali je osobito česta kod starijih osoba. Uzrok može biti gubitak bliskih osoba, promjene u zdravlju, smanjenje socijalnih kontakata ili osjećaj nesigurnosti. Nesanica dodatno pogoršava stanje jer tijelo i um ne dobivaju potreban odmor. Ako se tjeskoba i nesanica javljaju često i traju dulje, mogu utjecati na raspoloženje, koncentraciju i svakodnevno funkcioniranje.

O lijekovima...

Benzodiazepini su lijekovi koji brzo djeluju na smanjenje tjeskobe i poboljšanje sna. Međutim, kod starijih osoba mogu izazvati neželjene učinke poput pospanosti, usporenosti, problema s ravnotežom i pamćenjem. To povećava rizik od padova, ozljeda i zbunjenosti. Dugotrajna primjena može dovesti do navikavanja pa se preporučuje kratkotrajna uporaba, uz redoviti nadzor liječnika. Lijekove nikada ne treba naglo prestati uzimati – prekid terapije mora biti postupan i vođen od strane stručnjaka.

Depresija

O bolesti...

Depresija u starijoj dobi često ostaje neprepoznata jer se simptomi pripisuju starenju. No, dugotrajna tuga, gubitak interesa, osjećaj bezvrijednosti, umor, promjene u apetitu i spavanju nisu normalan dio starenja. Depresija može biti povezana s gubitkom partnera, smanjenjem funkcionalnosti, osjećajem izolacije ili kroničnim bolestima. Važno je potražiti pomoć jer se depresija može uspješno liječiti.

O lijekovima...

Antidepresivi djeluju na kemijske tvari u mozgu koje reguliraju raspoloženje. Potrebno je nekoliko tjedana redovitog uzimanja da se osjeti učinak. Starije osobe mogu biti osjetljivije na nuspojave, poput suhoće usta, zatvora, nesigurnosti pri hodu ili promjena krvnog tlaka. Lijekove treba uzimati redovito, a svaku promjenu terapije dogovoriti s liječnikom. Uz lijekove, važna je i psihološka podrška, razgovor i uključivanje u aktivnosti.

Demencija

O bolesti...

Demencija je skup simptoma koji nastaju zbog oštećenja moždanih funkcija. Najčešći oblik je Alzheimerova bolest, ali postoje i druge vrste (vaskularna, frontotemporalna, Lewyjeva). Osobe s demencijom postupno gube sposobnost pamćenja, planiranja, donošenja odluka i obavljanja svakodnevnih aktivnosti. Promjene mogu biti blage u početku, ali s vremenom postaju izraženije. Važno je znati da demencija nije dio „normalnog starenja“ i da rana dijagnoza omogućuje bolju podršku i planiranje njege.

O lijekovima...

Lijekovi poput donepezila i memantina mogu usporiti napredovanje bolesti i poboljšati svakodnevno funkcioniranje. Kod izraženih promjena ponašanja (nemir, agresivnost, depresija) liječnik može propisati dodatne lijekove – antidepresive, stabilizatore raspoloženja ili lijekove za smirenje. Budući da osobe s demencijom mogu biti osjetljive na nuspojave, terapija se mora pažljivo prilagođavati i redovito pratiti od strane osoba koje brinu o osobi s demencijom.

Visoki krvni tlak

O bolesti...

Hipertenzija je „tiha“ bolest – često nema simptoma, ali dugoročno oštećuje krvne žile i organe. U starijoj dobi može biti povezana s drugim bolestima, poput dijabetesa, srčanih tegoba ili problema s bubrezima. Redovito mjerenje tlaka, kod kuće ili u ljekarni, pomaže u praćenju stanja.

O lijekovima...

Antihipertenzivi se uzimaju svakodnevno, često doživotno. Važno je ne preskakati doze i uzimati lijek u isto vrijeme. Nuspojave, poput vrtoglavice, umora ili učestalog mokrenja mogu se javiti, osobito pri promjeni terapije. Liječnik može prilagoditi dozu ili zamijeniti lijek. Uz lijekove, preporučuje se zdrava prehrana, smanjenje soli, tjelesna aktivnost i kontrola tjelesne težine.

Infekcije

O bolesti...

Starije su osobe osjetljivije na infekcije zbog oslabljenog imuniteta, kroničnih bolesti i uzimanja više lijekova. Infekcije mokraćnog sustava, pluća i probavnog trakta mogu brzo napredovati i izazvati komplikacije. Važno je prepoznati rane znakove – povišenu temperaturu, slabost, zbunjenost, bol ili promjene u mokrenju.

O lijekovima...

Antibiotici liječe bakterijske infekcije, ali ih treba uzimati točno prema uputi liječnika. Prerani prekid terapije može dovesti do povratka infekcije i razvoja otpornosti bakterija. Antibiotici ne djeluju na viruse pa se ne koriste kod prehlade ili gripe. Nuspojave uključuju probavne smetnje, a korisno je uz terapiju piti dovoljno tekućine i paziti na prehranu. Lijekove ne treba čuvati „za svaki slučaj“ – uvijek se mora koristiti nova terapija propisana od strane liječnika.



Kako si olakšati svakodnevno uzimanje lijekova?

- **Vodite popis lijekova**

Zapišite sve lijekove koje uzimate – uključujući doze, vrijeme uzimanja i razlog. Popis nosite sa sobom na liječničke preglede.

- **Koristite kutiju za lijekove**

Tjedne kutije s pretincima za jutro, podne i večer pomažu da ne zaboravite uzeti lijek – i da ne uzmete isti lijek dvaput.

- **Postavite podsjetnike**

Alarm na mobitelu, sat ili bilješka na vidljivom mjestu mogu vas podsjetiti kada je vrijeme za lijek.

- **Uzimajte lijekove u isto vrijeme svaki dan**

Rutina pomaže da se lakše sjetite i smanjuje rizik od pogrešaka.

- **Pitajte ljekarnika za savjet**

Ako niste sigurni kako uzimati lijek, smijete li ga kombinirati s hranom ili imate pitanja o nuspojavama – ljekarnik vam može pomoći.

- **Ne mijenjajte terapiju na svoju ruku**

Ako imate nuspojave ili sumnjate da lijek ne djeluje, obratite se liječniku – nemojte prestajati uzimati lijek bez savjeta stručnjaka.

- **Čuvajte lijekove pravilno**

Držite ih na suhom i hladnom mjestu, izvan dohvata djece. Provjerite rok trajanja.

- **Obavijestite liječnika o svim promjenama**

Ako počnete uzimati novi lijek, dodatak prehrani ili biljni pripravak – važno je da liječnik to zna.



Literatura

1. Bergman Marković B., Diminić Lisica I., Katić M. i suradnici. Smjernice u praksi obiteljskog liječnika. 2. dopunjeno i obnovljeno izdanje. Zagreb: Medicinska naklada, 2025.
2. Cvek J, Balažin A, Tomić S. Interakcije biljnih s konvencionalnim lijekovima. Kem. Ind. 2011; 60 (6): 343–349.
3. Duraković Z i suradnici. Gerijatrija medicina starije dobi. Zagreb: C.T. – Poslovne informacije; 2007.
4. Finnish Medicines Agency Fimea (Fimea). Medication of the elderly [Internet]. Helsinki: Fimea; [citirano 2025-11-03].
Dostupno na: https://fimea.fi/en/for_public/medication-of-the-elderly
5. Galić S, Tomasović Mrčela N i suradnici. Priručnik iz gerontologije, gerijatrije i psihologije starijih osoba – psihologija starenja. Osijek: Medicinska škola Osijek; 2013. [citirano 2025 -12- 02].
Dostupno na:
<https://web-arhiva.skole.hr/ss-medicinska-os/upload/ss-medicinska-os/images/static3/1236/File/prirucnik.pdf>
6. HeMED. Problemi vezani uz lijekove u starijih osoba [Internet]. Zagreb: HeMED; [citirano 2025-11-03].
Dostupno na: <https://hemed.hr/Default.aspx?sid=11843>
7. Peter Lamy Center on Drug Therapy and Aging; Maryland Poison Center. Safe medicine use: A guide for older adults and caregivers [Internet]. Baltimore (MD): University of Maryland School of Pharmacy; [n.d.] [citirano 2025-11-03].
Dostupno na: <http://www.pharmacy.umaryland.edu/centers/lamy/>

Lektura i jezično uređivanje provedeni su uz pomoć AI asistenta Copilot.

BILJEŠKE

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.



NASTAVNI ZAVOD ZA
JAVNO ZDRAVSTVO
DR. ANDRIJA ŠTAMPAR

Stvaramo zdraviju budućnost



GRAD
ZAGREB