



### **Dažniausių Lietuvos gyventojų negalavimų dešimtukas**

Nesunkius negalavimus lietuviai vis dažniau linkę spręsti su profesionalaus vaistininko pagalba, teigia specialistai. Dažniausiai kreipiamasi dėl peršalimo ir gripo, taip pat kraujotakos ir širdies sutrikimų, įvairaus pobūdžio skausmo, virškinimo bėdų bei akių sudirginimo.

Absoliutūs negalavimų lyderiai, dėl kurių dažniausiai kreipiamasi į vaistininkus, yra peršalimas ir gripas.

Jei gripas puola, kai drėgna arba šalta, tai kraujotakos ir širdies sutrikimai lietuvius kamuoja ištisus metus. Treti pagal dažnumą yra negalavimai, susiję su skausmu. Pastaraisiais metais ypač pagausėjo besiskundžiančių dėl sudirgintų akių bei alerginių reakcijų. Dažniausių negalavimų dešimtuką tęsia šlapinimosi sistemos sutrikimai, kurie dažniausiai būna infekcinio pobūdžio. Dešimtuką užbaigia žaizdos ir sumušimai, kurie, anot vaistininkės, dažniausiai pasitaiko vasarą, taip pat – miego sutrikimai. Pastaruosius dažnai lydi nuotaikos svyravimai, nerimas ir kitoks psichologinis diskomfortas. Šie nusiskundimai būdingi rudenį ir pavasarį, kai padaugėja įtampos darbe ir namuose.

Dažniausių negalavimų dešimtukas:

1. Peršalimas ir gripas.
2. Kraujotakos sutrikimai ir širdies negalavimai.
3. Skausmas.
4. Virškinimo sistemos negalavimai.
5. Nesunkūs akių sudirginimai.
6. Alergija.
7. Šlapinimo sistemos sutrikimai.
8. Pūslelinė.
9. Žaizdos ir sumušimai.
10. Miego sutrikimai, nerimas, nuotaikos pablogėjimas.

**Parengė E.S.**