Forráskezelési elv

A betegnek átadott kártyák szándékosan nem tartalmaznak irodalmi hivatkozásokat: a cél a gyors, közérthető használhatóság. A szakmai háttér azonban minden témánál külön dokumentált. A fejlesztési sorrendben először a releváns irányelvek és alkalmazási előírások alapján rögzül a biztonsági minimum, ezt követi a betegnyelvi egyszerűsítés.

[1] Deutsche Gesellschaft für Gastroenterologie, Verdauungs- und Stoffwechselkrankheiten (DGVS). S2k-Leitlinie Gastrointestinale Infektionen. Stand: 11/2023. Felhasználva: rehidráció, diéta, tüneti kezelés, probiotikumok és vörös zászlók.

[2] National Institute for Health and Care Excellence (NICE). Cough (acute): antimicrobial prescribing. NICE guideline NG120. Published 7 February 2019. Felhasználva: az akut köhögés természetes lefolyása, self-care, OTC lehetőségek és safety-netting.

[3] Morice AH, Millqvist E, Bieksiene K, et al. ERS guidelines on the diagnosis and treatment of chronic cough in adults and children. European Respiratory Journal. 2020;55(1):1901136. doi:10.1183/13993003.01136-2019.

[4] Parker SM, Smith JA, Birring SS, et al. British Thoracic Society Clinical Statement on chronic cough in adults. Thorax. 2023;78(Suppl 6):s3-s19. doi:10.1136/thorax-2023-220592.

[5] Magyarországi egészségügyi szakmai irányelvek nyilvános nyilvántartása - a végleges beadás előtt a releváns hazai irányelvek ismételt ellenőrzésére.

[6] NNGYK gyógyszeradatbázis. Robitussin Antitussicum szirup (OGYI-T-08102), betegtájékoztató. Felhasználva: adagolás és kontrollfeltételek. https://ogyei.gov.hu/gyogyszeradatbazis&action=show_details&item=17294 Ellenőrizve: 2026. szeptember 28.

[7] Shane AL, Mody RK, Crump JA, et al. IDSA 2017 Clinical Practice Guidelines for the Diagnosis and Management of Infectious Diarrhea. Clinical Infectious Diseases. 2017;65(12):e45-e80. Felhasználva: dehidráció, invazív fertőzésre utaló jelek, C. difficile kockázati expozíció, ORS és tüneti kezelés korlátai.

[8] National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases (NIDDK). Symptoms & Causes of Diarrhea / Viral Gastroenteritis. Felhasználva: felnőtt figyelmeztető tünetek, ≥6 híg széklet/nap, elhúzódás, dehidráció és magas kockázatú betegcsoportok. Ellenőrizve: 2026. szeptember 22.

[9] National Institute for Health and Care Excellence (NICE). Diarrhoea and vomiting caused by gastroenteritis in under 5s: diagnosis and management. CG84. Felhasználva: a gyermekútvonal külön kezelésének elve és a dehidrációs kockázati tényezők.

[10] InnoPharm. ORS rehidratációs granulátum terméktájékoztató. Felhasználva: egy tasak 250 ml vízben, napi egy tasak; orvosi ellenőrzés. https://innopharmkft.hu/termek/ors-rehidratacios-granulatum/ Ellenőrizve: 2026. szeptember 27.

[11] STADA. Racibum gyakori kérdések és termékinformáció; NNGYK gyógyszeradatbázis, OGYI-T-23316. Felhasználva: hatóanyag, gyógyszerforma, adagolás, kezelési idő és figyelmeztetések. https://www.racibum.hu/gyakori-k%C3%A9rd%C3%A9sek Ellenőrizve: 2026. szeptember 27.

[12] Opella. Normaflore Extra termékinformáció. Felhasználva: 4 milliárd/5 ml belsőleges szuszpenzió, napi egy tartály. https://www.normaflore.hu/termekek/normaflore-extra Ellenőrizve: 2026. szeptember 27.

[13] NIDDK. Eating, Diet, & Nutrition for Diarrhea. Felhasználva: tolerancia szerinti étkezés, koplalás kerülése és a panaszt fokozó ételek. https://www.niddk.nih.gov/health-information/digestive-diseases/diarrhea/eating-diet-nutrition Ellenőrizve: 2026. szeptember 27.

[14] NHS England. Pharmacy First. Hét gyakori állapot meghatározott klinikai ellátási útvonalai; a szolgáltatás indulása: 2024. január 31. https://www.england.nhs.uk/primary-care/pharmacy/pharmacy-services/pharmacy-first/ Ellenőrizve: 2026. szeptember 28.

[15] Erni P, von Overbeck J, Reich O, Ruggli M. netCare, a new collaborative primary health care service based in Swiss community pharmacies. Research in Social and Administrative Pharmacy. 2016;12(4):622-626. doi:10.1016/j.sapharm.2015.08.010.

[16] Amador-Fernández N, Benrimoj SI, Olry de Labry Lima A, et al. Strengthening patients' triage in community pharmacies: A cluster randomised controlled trial to evaluate the clinical impact of a minor ailment service. PLoS ONE. 2022;17(10):e0275252. doi:10.1371/journal.pone.0275252.

A 24 betegkártya frissítéséhez használt források

A betegoldali lapok 2026. szeptember 28-i egységesítése a korábbi 24 témás csomagból, a hasmenés- és köhögésminta szerkezetében készült. Az alábbi témánkénti források az önellátási tanácsokat és a

továbbirányítási pontokat támasztják alá. A külföldi ellátási és gyógyszerkiadási jogosultságok nem kerültek átvételre. Konkrét készítmény csak a hazai alkalmazási előírás és a beteg egyéni jellemzőinek ellenőrzése után írható a kitölthető mezőbe.

01. Hasmenés — NIDDK. https://www.niddk.nih.gov/health-information/digestive-diseases/diarrhea/symptoms-causes

02. Székrekedés — NHS Constipation. https://www.nhs.uk/conditions/constipation/

03. Gyomorégés és reflux — NHS Heartburn. https://www.nhs.uk/conditions/heartburn-and-acid-reflux/

04. Puffadás és görcs — NHS Bloating. https://www.nhs.uk/symptoms/bloating/

05. Torokfájás — NHS Sore throat. https://www.nhs.uk/symptoms/sore-throat/

06. Száraz köhögés — NICE NG120. https://www.nice.org.uk/guidance/ng120/chapter/recommendations

07. Hurutos köhögés — NICE NG120. https://www.nice.org.uk/guidance/ng120/chapter/recommendations

08. Megfázás és orrdugulás — NHS Common cold. https://www.nhs.uk/conditions/common-cold/

09. Láz és fejfájás — NHS Fever and headaches.
https://www.nhs.uk/symptoms/fever-in-adults/ ;
https://www.nhs.uk/symptoms/headaches/

10. Allergia és szénanátha — NHS Hay fever. https://www.nhs.uk/conditions/hay-fever/

11. Szemszárazság és irritáció — NHS Dry eyes. https://www.nhs.uk/symptoms/dry-eyes/

12. Fülzsírdugó — NHS Earwax. https://www.nhs.uk/conditions/earwax-build-up/

13. Hólyaghurutra utaló panasz — NHS UTI. https://www.nhs.uk/conditions/urinary-tract-infections-utis/

14. Hüvelyi gombás panasz — NHS Thrush. https://www.nhs.uk/conditions/thrush-in-men-and-women/

15. Aranyeres panasz — NHS Piles. https://www.nhs.uk/conditions/piles-haemorrhoids/

16. Afta és szájnyálkahártya — NHS Mouth ulcers. https://www.nhs.uk/conditions/mouth-ulcers/

17. Izom- és ízületi fájdalom — NHS Sprains. https://www.nhs.uk/conditions/sprains-and-strains/

18. Derékfájdalom — NHS Back pain. https://www.nhs.uk/conditions/back-pain/

19. Lábba sugárzó fájdalom — NHS Sciatica. https://www.nhs.uk/conditions/sciatica/

20. Rovarcsípés és viszketés — NHS Bites. https://www.nhs.uk/conditions/insect-bites-and-stings/

21. Kisebb égés és napégés — NHS Burns. https://www.nhs.uk/conditions/burns-and-scalds/

22. Kisebb seb és műtét utáni heg — NHS Wounds and scars.
https://www.nhs.uk/conditions/cuts-and-grazes/ ; https://www.nhs.uk/conditions/scars/

23. Vaspótlás és fáradtság — NHS Iron deficiency. https://www.nhs.uk/conditions/iron-deficiency-anaemia/

24. Utazási gyógyszercsomag — CDC Yellow Book. https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK620961/