

### НОВОСТИ

- 4 Калейдоскоп
- 7 Поздравляем победителя!
- 8 Учтены все мнения

### СЕЗОН

- 11 НЕЗАМЕНИМАЯ И ЛЕГЕНДАРНАЯ  
Полезные свойства «аскорбинки»
- 12 К ОТВЕТУ!  
Проверьте свои знания об иммуномодуляторах
- 14 В РЕЖИМЕ ЗИМНЕГО ВРЕМЕНИ  
Сезонные закупки
- 16 ПРОБЛЕМА В ГОЛОВЕ?  
Выбираем правильное средство от перхоти

### ФАРМКЛАСС

- 21 «ИММУННАЯ» НОБЕЛЕВКА  
История великих открытий
- 26 ДО ДРОЖИ В РУКАХ  
От чего возникает тремор
- 29 5 ФАКТОВ о болезнях мочевых путей
- 30 КОГДА КИШЕЧНИК БЬЕТ ТРЕВОГУ  
Фитотерапия острого и хронического колита
- 34 НОВЫЕ ТЕХНОЛОГИИ — БЕЗУПРЕЧНОЕ КАЧЕСТВО  
Системы контроля фитопродукции
- 36 ПОМОЩНИКИ ПИЩЕВАРЕНИЯ  
Что вам известно о ферментных препаратах



Правильные ответы на тест  
об иммуномодуляторах



Арсенал фитосредств  
для лечения колита

## ПРАКТИКУМ

- 39** ЗУБ ЗА ЗУБ  
Противовоспалительные средства для полости рта
- 41** НИЧЕГО ЛИШНЕГО  
Консультирование клиента с избыточным весом
- 44** БУДЕМ ЛЕЧИТЬСЯ?  
Как повысить комплаентность
- 47** ДВЕ ПОЛОСКИ СЧАСТЬЯ  
Инструкция по выбору тестов на беременность
- 50** ВОЖДЬ КРАСНОГЛАЗЫХ  
Вредит ли зрению компьютер?
- 54** МОЛОЧНЫЙ ПЕРЕКУС  
Портрет полезного продукта



Молоко, кефир и йогурт – что выбираем и с чем едим

## ЖИЗНЬ И ПРОФЕССИЯ

- 59** НИКОЛАЙ НЕКРАСОВ:  
Болезнь поэта
- 60** ЮРИЙ ШЕЛЫГИН:  
«Мы боремся за каждого!»
- 64** ВЫХОД ЕСТЬ!  
Снижаем стрессогенность работы
- 68** КАК ОТВЕЧАТЬ НА КРИТИКУ  
Советы психолога
- 70** ВЫ СПРАШИВАЛИ...  
На ваши вопросы отвечают юристы и врачи
- 73** MADE IN JAPAN  
Японские аптеки
- 76** ПРИТЯЖЕНИЕ СЛОВ  
Уроки лингвиста для тех, кто хочет говорить правильно
- 78** WEB-ОБЗОР
- 80** Книги



У нас в гостях главный колопроктолог МЗ РФ