

## В номере

РОССИЙСКИЕ  
АПТЕКИ

10 (378) • 2024

## 4 ФАРМНОВОСТИ

## 10 ХОЛОД И ГЛЮКОЗА

Как понижение температуры влияет на уровень сахара в крови и что посоветовать клиентам с сахарным диабетом осенью?

16 ПАРАДОКСЫ  
УПРАВЛЕНИЯ ПОДАГРОЙ

Почему, несмотря на наличие современных гипоурикемических препаратов, терапия «болезни королей» не всегда успешна?

19 ПРО УЧЕБНИКИ, ЧЕРВЕЙ,  
НОБЕЛЕВКУ И АПТЕКУ

Рассказываем, как связана крошечная нематода с открытием, которое, возможно, станет отправной точкой в создании инновационных лекарств от неизлечимых болезней.

## 22 НАЛЕТ НА МИНДАЛИНЫ

Каким бывает тонзиллит, кто его возбудители и как с ним успешно справляться – поговорим подробнее о воспалении небных миндалин.

## 26 КИСЛОТНЫЙ ЗАБРОС

ГЭРБ можно назвать молодой патологией, но вовсе не оттого, что ей страдают юноши и девушки. Представляем портрет болезни, которую диагностируют у 15–20% россиян самого разного возраста.

30 ЛЕЧЕНИЕ БОЛИ:  
ПРЕОДОЛЕВАЯ КОНСЕРВАТИЗМ

Клиент доказывает, что проверенные временем лекарства намного лучше, чем «все эти новые таблетки»? Ищем корень этого вредного убеждения, «выдергиваем» его и превращаем консерватора в прагматика.

12 ГЛАВНЫЕ  
ЗАБЛУЖДЕНИЯ  
О КАШЛЕ

Развенчиваем шесть мифов, которые прочно укрепились в сознании потребителей, а быть может, даже некоторых специалистов.

## 34 УТРОМ ИЛИ ВЕЧЕРОМ?

Ответ на вопрос, есть ли оптимальное время для приема лекарств, знает наука под названием хронофармакология.

38 МАМА,  
МЕНЯ ОБСЫПАЛО!

Почему у ребенка появляется сыпь и как ему помочь, если он покрылся мелкими зудящими прыщиками, объевшись шоколада или, скажем, арахиса?

## 40 ПЛЮС НА ПЛЮС

Позитивные последствия в результате сочетания разных лекарств друг с другом – это реально. В фокусе – шесть комбинаций, которые можно считать «полезными».

Фото: Shutterstock/FOTODOM

42 БУДУЩЕЕ  
УЖЕ СЕГОДНЯ

Главный сотрудник аптеки – не фармацевт, не провизор, а робот по имени Томас. Думаете, фантастика? Как бы не так! Рассказываем подробно о мечте, воплотившейся в реальность, в аптеке г. Владивостока.

## 46 5 ТИПИЧНЫХ СЛУЧАЕВ

Вопросы, которые рано или поздно становятся актуальными для большинства специалистов. Разбираем вполне классические ситуации, требующие помощи юриста.



## 32

ЭРДОСТЕИН –  
МУКОЛИТИК,  
КОТОРЫЙ  
УДИВЛЯЕТ

Он превращается сразу в три активных метаболита, а потом оказывает не менее трех эффектов на разные этапы патогенеза кашля. А также увеличивает концентрацию антибиотиков в бронхиальной слизи. Удивительно? Но это еще не все факты об эрдостеине.

50 РЕСУРС,  
ПОТОК  
И ДРУГОЕ

Что делать, если вроде и жив, и здоров, и даже отдохнул, а сил нет? Не торопиться ссылаться на исчезнувший ресурс, а поискать причины и найти выход из кризиса.

52 ОСЕННИЕ ШТРИХИ  
К УХОДУ ЗА КОЖЕЙ

Готовимся к самым распространенным сезонным запросам на средства для ухода за кожей.

54 40 +, ИЛИ ПОСЛЕ СОРОКА  
ЖИЗНЬ ТОЛЬКО  
НАЧИНАЕТСЯ

Рутинный уход за возрастной кожей должен содержать комплекс компонентов, противостоящих большей части механизмов старения. Выбираем оптимальную формулу, приправляем хорошим качеством и получаем отличный результат.

## 62 БЕГ НА МЕСТЕ

Многие замечают, что бежать на беговой дорожке легче, чем на улице. Почему? В чем сильные и слабые стороны таких тренировок? Осень – самое время расставить точки над i.

64 ЧТО ПОЧИТАТЬ  
ПОД ПЛЕДОМ

Представляем три книги, которые можно отнести к категории осенних. Они теплые и уютные – именно то, что нужно читать на удобном диване, приготовив чашку ароматного чая. Знакомьтесь!

58 И ХВОСТ,  
И ЧЕШУЯ

Рыба – это не только рыбий жир, но и множество ценных нутриентов. Какую пользу она приносит, сколько ее нужно есть, чтобы получить максимальный терапевтический эффект, – отвечаем на эти и другие насущные вопросы.



## 8

ТОП-3  
МЕДИЦИНСКИХ  
НОВОСТЕЙ ОСЕНИ

Трансплантация матки помогает справиться с бесплодием, миорелаксанты, похоже, неэффективны при боли в спине, а диета DASH снижает уровень жира в печени – знакомьтесь с этими фактами!