

В номере

РОССИЙСКИЕ
АПТЕКИ

11 (379) • 2024

4 ФАРМНОВОСТИ

21 НЕТ СОЛИ – НЕТ БОЛИ

Представляем вашему вниманию хрестоматийный случай профессиональной фармацевтической консультации при отпуске рецептурного препарата. И что немаловажно – свидетелем его стал сам автор.

8 СПЕЦПРОЕКТ «ЗИМНЯЯ АПТЕЧКА»

Впереди зима – готовимся собирать «корзину» препаратов, которые пригодятся в любой семье.

24 ХРОНИЧЕСКАЯ БОЛЕЗНЬ ПОЧЕК

Она всегда становится следствием предшествующих заболеваний. Что означает выражение «моча в голову ударила», какими признаками проявляется хроническая болезнь почек и как ее лечить?

28 ГЛЮКОМЕТР – ЭТО ПРОСТО!

Руководство пользователя может быть настоящим камнем преткновения для покупателя. Помогаем преодолеть потребительский страх перед этим «фолиантом» и учимся читать его без страха.

32 ОРВИ И ГРИПП: КАК ПРЕДУПРЕДИТЬ ПОСЛЕДСТВИЯ?

Респираторные инфекции несут ответственность за почти половину случаев внебольничных пневмоний. Почему возникают осложнения ОРВИ, как они проявляются и какие средства помогают их предупредить?

34 ВЫХОД ИЗ ЛАБИРИНТА БОЛИ

Почти половина наших соотечественников выбирает лекарства без консультации с врачом – при условии, что проблема не слишком серьезная. Такая, как боль в спине. Представляем наглядный алгоритм успешной консультации.

42 НОВГОРОДСКИЙ ПУТЬ К ЗДОРОВЬЮ

Как крупная аптечная сеть смогла не только занять нишу на региональном фармрынке, но и сохранить процветающее успешное производство? Следуя традициям и не забывая о помощи людям. И это – не просто красивые слова.

Фото: Shutterstock/FOTODOM

44 УВОЛЬНЯЕТЕСЬ? ДЕЛАЙТЕ ЭТО ПРАВИЛЬНО!

Гладко нужно не только устраиваться на работу, но и уходить с нее. Рассказываем, что при этом нужно учитывать и где «подстелить соломки».

47 ТАКИЕ РАЗНЫЕ КОНФЛИКТЫ

Имеет ли право клиент снимать первостольника на видео? Ответ на этот и другие вопросы, связанные с недопониманием, – в материале эксперта.

52 «ХОЛОДНЫЕ» ПРОБЛЕМЫ

Кожа краснеет, шелушится, губы трескаются – подбираем косметику при традиционных сезонных запросах.



38 ПРИВИВКА ОТ РАКА

Так она есть или ее нет, вакцина от рака? Разбираемся со слухами об окончательной победе над злокачественным врагом, отделяя зерна от плевел.

40 СОТРУДНИЧАТЬ СО ВЗАИМНОЙ ВЫГОДОЙ

Далеко не всегда фармспециалисты встречают медицинских представителей хлебом-солью. Как изменить ситуацию? Предлагаем простую схему выстраивания взаимовыгодных отношений.



54 ЗНАКОМЬТЕСЬ, ПЕПТИДЫ!

Что представляет собой современная пептидная косметика и как выбирать средства, которые стоят потраченных на них денег?



58 ВЕСОВЫЕ ПЕРЕГИБЫ

Колебания массы тела – от слишком низкой до чересчур высокой: отвечаем на вопросы читателей, которые хотят сбросить или, наоборот, набрать килограммы.

60 ТЫКВУ – НА СТОЛ

Интересные и полезные факты об уникальном овоще, без которого сложно представить осень. Говорим о тыкве: от состава – до приготовления варенья из ее мякоти.

64 ВСТРЕЧАЕМ ПРЕМИАНТОВ

Представляем победителей Национальной литературной премии «Здравомыслие», учрежденной Минздравом РФ.

50 ОТДЫХ НЕ ОТКЛАДЫВАЕМ

Хотите жить не только качественней, но и дольше? Тогда научитесь ставить отдых на первое место. Объясняем, как прийти к этому решению и воплотить его в реальность.



30 ОРАНЖЕВОЕ ЛЕКАРСТВО

Около 200 биологически активных ингредиентов, почти 400 мг аскорбиновой кислоты в 100 граммах свежей ягоды, 18 из 22 известных свободных аминокислот – и все это в нашей, традиционной российской облепихе. Которая, конечно же, – не только ценный пищевой продукт, но и в какой-то степени лекарство.