

Учредитель и издатель	ООО «ГРУППА РЕМЕДИУМ»
Директор	Евгения Макарова
Редакция	ООО «Ремедиум»
Руководитель Объединенной редакции	Ольга Смирнова smirnova@rosapteki.ru
Главный редактор	Михаил Алексеев alekseev@remedium.ru
Научный редактор	Алексей Водовозов vodovozov@rosapteki.ru
Ведущий редактор	Николай Литвак litvak@remedium.ru
Выпускающий редактор	Надежда Пронова
Корректор	Светлана Шведова
Рекламное агентство ООО «Р-Пресс»	Альбина Елеева Екатерина Жарова Юлия Калыгина Евгений Колесов Евгения Крылова Анна Луковкина reklama@remedium.ru
Отдел распространения	Галина Третьякова Марина Ткачева Андрей Качалин podpiska@remedium.ru
Дизайн и верстка	Жанна Липатова Елена Пилипенко Кристина Щастная Юлия Дорохова
Рисунок на обложке	Jan Bowman
Фотобанк	Depositphotos Inc., Shutterstock, Dollarphotoclub
Фото редактора	Михаил Шабалин
Адрес издателя и редакции:	105082, Москва, ул. Бакунинская, д. 71, стр. 10 Тел./факс (495) 780-34-25/26 (многоканальный)
Для корреспонденции:	105082, Москва, а/я 8 e-mail: rosapteki@remedium.ru

Издание зарегистрировано в Федеральной службе по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций (Роскомнадзор). Издается с сентября 1999 года.
Рег. свидетельство ПИ № ФС77-32554. Выдано 18 июля 2008 г.
Согласно ФЗ от 29.12.2010 № 436-ФЗ журнал «Российские аптеки» относится к категории продукции для детей старше 16 лет.
Номер подписан в печать 29.01.2016
Каталог «Роспечать» индекс 79739
Объединенный каталог «Почта России» индекс 27871

Общий тираж 25 000 экз. Тираж сертифицирован.
ABC Бюро тиражного аудита – ABC (www.press-abc.ru)

Цена свободная

Авторские материалы не обязательно отражают точку зрения редакции. Рукописи не рецензируются и не возвращаются. Любое воспроизведение опубликованных материалов без письменного согласия редакции не допускается. Редакция не несет ответственности за достоверность информации, опубликованной в рекламных материалах.

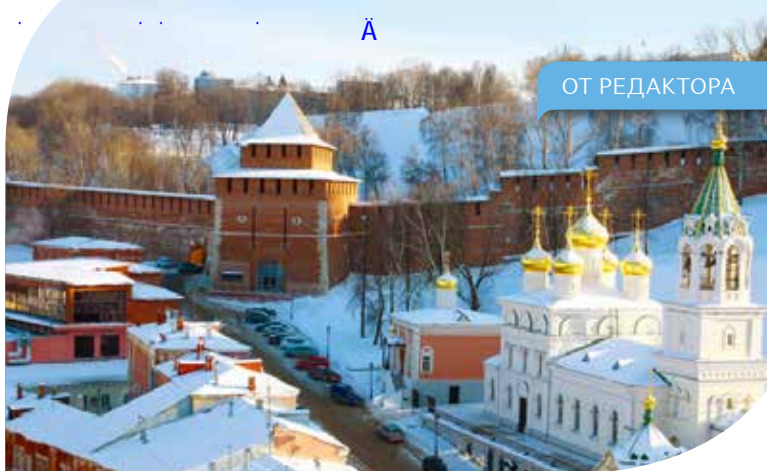
Материалы, отмеченные знаком ●, публикуются на правах рекламы.

© РОССИЙСКИЕ АПТЕКИ, 2016

Специализированное издание, предназначенное для медицинских и фармацевтических работников.

WWW.ROSAPTEKI.RU

ОТ РЕДАКТОРА



Михаил Алексеев,
главный редактор

Наступивший год обещает быть непростым. Но для профессионалов, хорошо знающих свое дело, сложная экономическая ситуация открывает новые перспективы. Судите сами: с началом кризиса спрос на аптечный персонал не только не упал, но даже увеличился. Усилившаяся конкуренция заставляет работодателей с удвоенной силой бороться за сотрудников, предлагая им максимально выгодные условия. Чтобы быть востребованным, первостольнику нужно сохранять и повышать свой профессиональный уровень, и мы с радостью помогаем в этом нашим читателям. Как повернуть общение с посетителем в нужное русло, буквально несколькими фразами подтолкнуть его к совершению покупки? Может ли социально ориентированный аптечный проект стать прибыльным? Стоит ли аптекам заниматься «серьезными» госпитальными препаратами? Ответы на эти и многие другие вопросы вы найдете в новом номере «Российских аптек». Будьте оптимистами и не упускайте новые возможности!



Рисунок
на обложке:
© Jan Bowman, UK

ПОДПИСКА
2016

ПОДПИШИСЬ
И ПОЛУЧИ ПРИЗ!

Подробности
на с.75



ТЕМА НОМЕРА
**ХУДЕЕМ ПОСЛЕ
НОВОГО ГОДА** **12**

- 4** **ФАРМНОВОСТИ**
- 8** **В ЦИФРАХ И ФАКТАХ**
Сезон простуд
- 12** **ТЕМА НОМЕРА**
10 продуктов для похудения
- 15** Тело, проснись!
- 16** Рецепт легкого ужина
- 18** **ЭЛЕМЕНТ**
Один в поле не воин
- 20** **СПЕЦПРОЕКТ**
Природа против кашля
- 22** **АПТЕЧНЫЙ ГИД**
Течет из носа?
- 24** **ИНСТРУКЦИЯ**
Сколько вешать в граммах?

- 28** **BEAUTY**
Идеальный завиток
- 29** Мороз и... сухость
- 30** Косметика для зимы
- 32** **ТЕЛО**
Растянутые заблуждения



40 ПРОСТО О СЛОЖНОМ
**КИСЛОТНАЯ
АТАКА**

- 34** **АПТЕКА В ГОРОДЕ**
Сибирское здоровье
- 44** **БАД**
Для здоровья печени
- 46** **БЕЗ РИСКА**
Формула алкогольной безопасности
- 48** **МЕДСОВЕТ**
Задайте вопрос эксперту
- 50** **НАШИ ДЕТИ**
Упал? Ушибся?
- 52** Третья четверть
- 54** Давай-ка отгадаем
- 56** **ТЕСТ**
Психология сделки

62

ЗА СТЕКЛОМ
АПТЕЧНЫЙ РЫНОК ТРУДА:
ЧТО ИЗМЕНИЛОСЬ?



76

МОЙ МИР
ССОРА
ПО СЦЕНАРИЮ



- 58** **ЕДА**
Ночной перекус
- 60** **ПО ЗАКОНУ**
Слово юристу
- 67** **ЮМОР**
Ученые шутят
- 68** **ИНТЕРВЬЮ**
Аптеки спецназначения
- 72** **МОЙ МИР**
Музыка нас связала
- 78** **ДОСУГ**
Проводим время с пользой
- 80** **DOLCE VITA**
Больше красок!