



8

Гоммаж, скраб, пилинг?



14

Чтобы дышать свободно

4 НОВОСТИ

СЕЗОН

8 ГЕНЕРАЛЬНАЯ УБОРКА

Каким должно быть очищение кожи

14 СОВСЕМ НЕ ДЫШИТ НОС!

Подбираем средства для лечения затяжного насморка

16 СЛОВО ЭКСПЕРТУ

На вопросы отвечают уролог и инфекционист

ФАРМКЛАСС

20 СОВРЕМЕННЫЙ ПОДХОД

Этапы развития топической терапии
аллергодерматозов

23 БЕЗ СЛЕДА

Консультируем посетителей с травмами кожных
покровов

28 10 ФАКТОВ ОБ АНТИДЕПРЕССАНТАХ

Лекарства с шестидесятилетней историей

30 СБРОСЬТЕ НАПРЯЖЕНИЕ!

Как справиться со стрессом без вреда для здоровья

32 ЛУННЫЙ КАМЕНЬ

О функциях селена в организме человека

ПОДРОБНОСТИ

34 ПУЗЫРЬКОВЫЙ ЭФФЕКТ

За что присудили Нобелевскую премию 2013 года

36 ЩИТ ПРОТИВ ЯДА

Интервью с главным токсикологом Минздрава РФ
Юрием Остапенко

39 ЧТО РАССКАЖУТ НАМ ГОРМОНЫ?

Лабораторные исследования, необходимые для
оценки функции щитовидной железы

42 СТРОЙНОСТЬ БЕЗ ПРОСЧЕТОВ

Главные составляющие успешной борьбы
с избыточным весом

НАШИ ДЕТИ**48 ВИТАМИНЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ В ХОЛОДНОЕ
ВРЕМЯ ГОДА**

Помогаем покупателям сориентироваться
в ассортименте детских ВМК

50 АНГЛИЙСКИЙ ДЛЯ МАЛЫШЕЙ

С какого возраста можно начинать обучение ребенка
иностранному языку?

ЖИЗНЬ И ПРОФЕССИЯ**54 КАК ЛУЧШЕ ИЛИ КАК ВСЕГДА?**

Почему корпоративные стандарты обслуживания
так часто оказываются неэффективными

57 СЛОВО ЮРИСТУ

Консультация по правовым аспектам
аптечного дела

58 РАЗВОД И РАЗДЕЛ

Как правильно разделить совместно нажитое
имущество

60 ГИБЧЕ И СИЛЬНЕЕ

Гимнастика, защищающая от возрастных изменений
суставов

66 НЕ ПОЗВОЛЯЙ ДУШЕ ЛЕНИТЬСЯ

«Обломовщина» или двигатель прогресса?

69 ПОРТРЕТ ВАШЕЙ ЛЕНИ

Что может стоять за периодами апатии
или бездействия

71 КИНОЗАЛ**72 КНИГИ**

48

Курс на витаминизацию!



54

Все по стандарту!