

СОДЕРЖАНИЕ

4 НОВОСТИ

СЕЗОН

8 ВКЛЮЧАЙ ВЕСНУ!
Помогаем организму выйти из спячки

10 СВЕТ ОЧЕЙ МОИХ
Для чего нужен витамин В₂

АКАДЕМИЯ КРАСОТЫ

12 ЧЕМ УСПОКОИТЬ КОЖУ
Советы врача-дерматовенеролога

14 ВСЕ В БАЛАНСЕ!
Здоровье кожи зависит от состояния кишечной микрофлоры

16 ВИТАМИНЫ ДЛЯ КОЖИ
Как «работает» витаминная косметика

ФАРМКЛАСС

20 ИЗБЫТОЧНАЯ МАССА ТЕЛА:
Считаем, предупреждаем, защищаемся

24 ПОЛНОЦЕННАЯ АЛЬТЕРНАТИВА
Когда дженерик равноценен оригинальному ЛС?

26 ОБОЙТИСЬ БЕЗ КОДЕИНА
Так ли необходим кодеин в обезболивающих?

28 ТАБЛЕТКА ОТ ДИСКОМФОРТА
Как помочь клиенту с жалобами на проблемы с пищеварением

31 ПО НУТРУ
Что посоветовать при тошноте, рвоте и других признаках диспепсии

32 ЛС-ДОСЬЕ

33 ЦИФРЫ И ФАКТЫ
Рынок препаратов для местного лечения заболеваний опорно-двигательного аппарата

34 ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ
На ваши вопросы отвечают врачи и юристы



Витамины красоты



Почему верят шарлатанам

- 35 ПРИРОДНАЯ ЗАБОТА О ПЕЧЕНИ**
Для чего нужны печени полиненасыщенные жирные кислоты (ПНЖК)
- 36 ВЕРНЫЙ ОТВЕТ**
Как выбрать максимально точный глюкометр
- 40 ПЛАСТЫРЬ ОТ БОЛИ**
В чем преимущества новой лекарственной формы НПВС

ПОДРОБНОСТИ

- 44 ЭРА ВИТАМИНОВ**
История спорной медицинской Нобелевки
- 45 ПРОСТОТА ХУЖЕ ВОРОВСТВА**
В чем секрет успеха медицинских «альтернативщиков»?
- 49 МУЖСКОЙ ВОПРОС**
Развенчиваем мифы об эректильной дисфункции
- 52 ЖИЗНЬ ЕСТЬ ДВИЖЕНИЕ**
Как защититься от гиподинамии?

НАШИ ДЕТИ

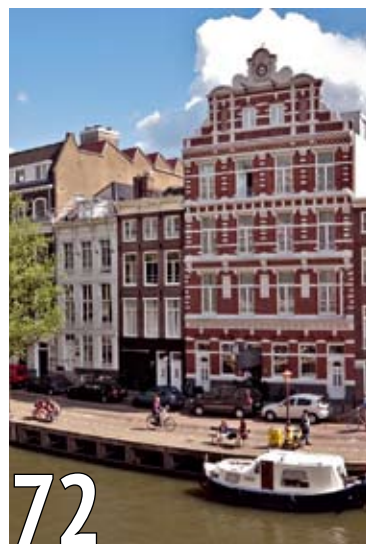
- 56 КОРМЯЩАЯ МАМА НА РАБОТЕ**
Как совместить карьеру и уход за грудным младенцем
- 60 КАНИКУЛЫ С ПОЛЬЗОЙ**
Защищаем ребенка от весенних простуд

ЖИЗНЬ И ПРОФЕССИЯ

- 64 ИРИНА ЧАЗОВА:**
«Жить в согласии с собой»
- 68 АПТЕЧНЫЙ МАРКЕТИНГ:**
ОЖИДАНИЯ vs РЕАЛЬНОСТЬ
Почему маркетинговые кампании так часто оказываются неэффективными
- 72 NEDERLANDSE APOTHEEK**
Что продается в голландских аптеках
- 76 ЗАВИСТЬ – ПОВОД ИЗМЕНИТЬСЯ К ЛУЧШЕМУ!**
Учимся управлять негативными чувствами
- 79 ВЕБ-ОБЗОР**
- 80 КНИГИ**



10 000 шагов к здоровью



Аптеки страны тюльпанов