

Учредитель и издатель ООО «ГРУППА РЕМЕДИУМ»

Руководитель  
Объединенной редакции  
smirnova@rosapteki.ru

Главный редактор  
Михаил Алексеев  
alekseev@remedium.ru

Руководитель  
специальных  
проектов  
Жанна Липатова  
lipatova@remedium.ru

Научный редактор  
Алексей Водовозов  
vodovozov@rosapteki.ru

Ведущий редактор  
Николай Литвак  
litvak@remedium.ru

Выпускающий редактор Надежда Пронина

Редактор Ольга Ройфман

Рекламное агентство  
ООО «Р-Пресс» reklama@remedium.ru

Отдел распространения  
Марина Ткачева  
Андрей Качалин  
podpiska@remedium.ru

Фотобанк Shutterstock.com

Адрес издателя  
и редакции:  
105005, г. Москва,  
наб. Академика Туполева,  
д. 15, к. 2  
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). Издаётся 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 20.11.2019  
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](http://www.press-abc.ru))

Типография ООО «ТФП» 170006, г. Тверь, Беляковский пер., д. 46

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.

© РОССИЙСКИЕ АПТЕКИ, 2019

Специализированное издание, предназначенное  
для медицинских и фармацевтических работников.

[WWW.ROSAPTEKI.RU](http://WWW.ROSAPTEKI.RU)

ОТ РЕДАКТОРА



**Алексей Водовозов,**  
научный редактор

**П**редпоследний в этом году номер журнала традиционно оказывается ну очень научным, ведь в нем мы рассказываем о лауреатах Нобелевской премии по медицине или физиологии. Работа, отмеченная этой наградой, открыла новое направление поиска эффективных лекарств против рака. Мы также познакомим вас с новыми технологиями контроля уровня глюкозы в крови, некоторые из которых уже доступны и в России, и заглянем в светлое цифровое будущее аптеки. Вас ждут научно обоснованные рекомендации по борьбе с насморком, устранению негативных последствий антибиотикотерапии и противостоянию грибковой инфекции. Напоминаем, что до подведения итогов года в Клубе РА и финальной раздачи призов осталось меньше месяца! Чтобы войти в число победителей, зарабатывайте баллы на сайте [rosapteki.ru](http://rosapteki.ru). Ну а в помощь тем, кто еще не определился с планами на приближающиеся праздники, наша традиционная подборка необычных, интересных и при этом доступных по бюджету вариантов новогоднего отдыха для всей семьи.

Рисунок на обложке:  
Shutterstock.com

Первые  
10 подписавшихся  
в декабре получат  
**В ПОДАРОК**  
набор косметических  
средств  
**Oh!my LIPS**  
от Eveline Cosmetics

Жидкая матовая помада с витамином E и комплексом MOIST-IN COLOUR SYSTEM обеспечивает губам оптимальный уровень увлажнения и гарантирует превосходное покрытие на несколько часов. Инновационный контурный карандаш идеально моделирует и подчеркивает линию губ.


[www.rosapteki.ru/podpiska](http://www.rosapteki.ru/podpiska)


- 4** Новости  
**СЕЗОН**  
**11** Осень – без боли в суставах  
**14** Экспресс-метод борьбы с насморком  
**ДОСЬЕ**  
**20** Главный по ритмам  
**ВЫБОР ПО ЗАПРОСУ**  
**26** Насморк у ребенка: кто виноват и что делать?  
**В ФОКУСЕ**  
**31** Двойная сила против грибковой инфекции  
**ПОРТРЕТ БОЛЕЗНИ**  
**34** Осторожно, бронхи закрываются

ФОТО: Shutterstock.com

- 39** КОНСУЛЬТАЦИЯ  
Первая линия борьбы с болью  
**42** НАУКА  
Ну, за кислород!  
**44** БИЗНЕС  
Цифровое будущее аптеки  
**46** В автоматическом режиме  
**48** «Сотекс» принимает поздравления  
**ЗА СТЕКЛОМ**  
**50** Фармаконадзор в аптеке



**16** ДОСЬЕ  
АНТИБИОТИК  
ПЛЮС/МИНУС ФЛОРА

- ПО ЗАКОНУ**  
**56** Что нового в трудовом законодательстве?  
**60** Слово юристу  
**АПТЕКА В ГОРОДЕ**  
**62** Без пяти минут музей  
**BEAUTY**  
**68** Кожа под защитой

**36** ПОДРОБНОСТИ  
ДИАБЕТ ПОД ЦИФРОВЫМ  
КОНТРОЛЕМ



**66** АНАТОМИЯ УСПЕХА  
ЛУЧШЕ ПОМОГИТЕ  
МАТЕРИАЛЬНО!

- ФИТНЕС**  
**74** Восстанавливаем форму!  
**ДОСУГ**  
**78** Куда поехать на Новый год?  
**80** ЮМОР