

В номере

РОССИЙСКИЕ
АПТЕКИ

5 (384) • 2025

4 ФАРМНОВОСТИ

8 В ДАЧНУЮ АПТЕЧКУ

Лето, пикник, гриль, боль – ассоциация, знакомая очень многим. Изменить ее позволяют препараты панкреатина, которые в сезон шашлыков пользуются особым спросом.

11 ПОКОРИТЕЛЯМ КАМЕННЫХ ДЖУНГЛЕЙ

По некоторым данным, число туристов, предпочитающих урбанистическое направление, в последние годы выросло наполовину, и это отрадно: в городах есть что посмотреть. Главное – подготовиться к такому путешествию.

14 А У ВАС ЕЩЕ НЕТ ГЛЮКОМЕТРА?

Стоит ли рекомендовать прибор для определения уровня глюкозы в крови людям без установленного диагноза сахарного диабета? Да, и мы выбрали убедительные аргументы в пользу этой тактики.

16 В СООТВЕТСТВИИ С ТРЕБОВАНИЯМИ

При запросе обезболивающих препаратов пациенты выделяют три главных критерия. Какие именно требования важны для потребителя и как подобрать препарат, который им отвечает?

20 АПТЕЧНЫЙ КВЕСТ – ПРОТИВ БОЛИ В ГОРЛЕ

Алгоритм рекомендации препаратов от боли в горле стандартный. Но у посетителей аптек всегда есть в запасе что-то эдакое. Посмотрим, что приготовила для наших читателей героиня квеста.

22 ПОМОГАЕМ ЖИТЬ БЕЗ БОЛИ

Вспоминаем портрет посетителя с синдромом раздраженного кишечника и помогаем облегчить ему жизнь.



24 ЛЕКАРСТВА БЕЗ СНА

Лунатизм, ночные кошмары, сонный паралич – не выдумка режиссеров ужасов, а реальность, которая может быть связана с приемом ряда лекарственных препаратов.

32 ЧТОБЫ СИЛЫ ВОЗВРАЩАЛИСЬ

Астения – не просто усталость, но и целый ряд последствий: от когнитивных нарушений до депрессии. Правильно подобранная фармакотерапия помогает справиться со всеми сложностями и снова встать на ноги.

34 ЧТО-ТО ЧЕШЕТСЯ

При расчесывании кожи активируется центр удовольствия в мозге, а заодно и усиливается выброс гистамина. Именно поэтому препаратами первого ряда при зуде становятся антигистаминные средства.



28

ПРЕОДОЛЕВАЕМ БАРЬЕРЫ

Страх показаться навязчивым, дефицит времени, а может, стеснительность? Что мешает фармацевтам продавать активно и как справиться с этими проблемами?

36 ПРОВЕРЕННЫЙ ГОДАМИ

Среди лекарств, без которых нельзя представить современную медицину, множество выходцев из прошлого века – от инсулина до нимесулида. И если с первым все понятно, то ко второму есть вопросы.

38 ВИТАМИНОВ БЫВАЕТ МНОГО

Дойти до гипervитаминоза, конечно, сложно. Но нет ничего невозможного для человека с флаконом таблеток. Какие дозы становятся опасными и как проявляются основные гипervитаминозы?

42 ДЕЛО ВКУСА

Что случится, если мороженое перестанет быть сладким, а лимон – кислым? Ничего страшного, но радости в нашем мире точно станет меньше, чего лучше не допускать. Разбираемся, какие препараты изменяют вкус и как с этим бороться.

46 МЕДОСМОТРЫ ДЛЯ ФАРМСПЕЦИАЛИСТА

Знаете ли вы, что медосмотр, связанный с профессиональной деятельностью, должен оплачивать работодатель?

48 ЮРИДИЧЕСКАЯ КОНСУЛЬТАЦИЯ

Можно ли в аптеку с собаками, что делать, если работодатель заставляет идти в отпуск, как быть с фальшивой купюрой? Отвечаем на животрепещущие вопросы.



52 НЕ БОЛЕЙ!

Простуды одна за другой? Возможно, первопричина вовсе не в инфекции, а в стрессе. Предлагаем пять способов выхода из «кризиса болезненности».

54 СПАСАТЕЛЬНЫЙ КРУГ В ОКЕАНЕ ФАРМЫ

Франчайзинг в фармрознице? «Почему бы и да!» – решили в «Фармии» и открыли настоящую аптечную франшизу.

56 ЗАЩИТИ СЕБЯ САМА

Представляем must have летней косметологической корзины, в которой нуждаются все без исключения посетительницы аптек.

62 ВРЕМЯ НАЙДЕТСЯ

Если вам некогда идти на тренировку, не спешите ставить крест на своей физической активности. Ведь даже пятиминутка может приносить пользу!

64 НАТУРАЛЬНЫЕ АНТИДЕПРЕССАНТЫ

Это не только коттики, но и короткие истории из аптечной жизни.



59 10 ПРОДУКТОВ ДЛЯ ПОХУДЕНИЯ



Яйцо с сосиской – это здоровая еда? Вполне! Как и вареная картошка, суп, горький шоколад и др. Встречайте 10 лучших продуктов для похудения.