

СОДЕРЖАНИЕ

4 НОВОСТИ

СЕЗОН

7 КОГДА НЕ ХВАТАЕТ СОЛНЦА
Все о витамине D

8 ХОЛОД: ДРУГ ИЛИ ВРАГ?
Плюсы и минусы морозной погоды

12 ОСТАНОВИТЬ ПРОСТУДЫ
Профилактика обострений у часто болеющих детей

АКАДЕМИЯ КРАСОТЫ

15 МОРОЗ И КОЖА
Что должно быть в зимней косметичке

ФАРМКЛАСС

19 ТРЕУГОЛЬНИК ЭЙНТХОВЕНА
История изобретения электрокардиограммы

20 АЛКОГОЛИЗМ: ВЗГЛЯД ИЗ 1913 ГОДА
Читаем дореволюционный «Учебник трезвости»

24 НЕПОЛИТКОРРЕКТНЫЕ ЛЕКАРСТВА
Действие многих препаратов зависит от расы пациента

28 32 БОГАТЫРЯ
Как сохранить здоровье зубов и десен

30 5 ФАКТОВ О НАСМОРКЕ
Чем помочь заложенному носу

32 ТАКИЕ «СТРАШНЫЕ» ГОРМОНЫ
Правила безопасного применения топических кортикостероидов



8

Сюрпризы зимней стужи



24

Таблетки для разных народов

ПРАКТИКУМ

- 35** ЛС-ДОСЬЕ
- 36** ОСТОРОЖНО, ГОЛОЛЕД!
Правильные действия при ушибах
- 39** УДОБОВАРИМО
То, что вы хотели знать о ферментах
и не боялись спросить
- 42** ЗОНА ДОСТУПА
Опасны ли мобильные телефоны?

ЖИЗНЬ И ПРОФЕССИЯ

- 47** МАРИНА ШЕСТАКОВА:
«Жить с диабетом можно»
- 51** ДОМАШНЯЯ БУХГАЛТЕРИЯ
Учимся управлять семейными финансами
- 54** НЕ СГОРЕТЬ НА РАБОТЕ
Техника противопожарной безопасности в аптеке
- 56** В САМОМ СЕРДЦЕ СТОЛИЦЫ
В гостях у аптеки на Красной площади
- 60** ИЗА ДЗОТЦОЕВА: «Главное, что я до сих пор нужна»
Жизненный путь провизора с 64-летним стажем
- 66** УВЕКОВЕЧЕННАЯ РИНОФИМА
Какая болезнь вдохновила мастера Кватроченто
- 68** ЗАГАДОЧНЫЕ ФРАЗЕОЛОГИЗМЫ
Как рождаются устойчивые словосочетания
- 70** ВЕБ-ОБЗОР
- 72** КНИГИ



В помощь поджелудочной железе



Лечение диабета: новинки и прорывы