



Собираем новогоднюю аптечку



Обзор новинок уходящего года

## 4 НОВОСТИ

### СЕЗОН

#### 8 НЕ ДО ЖИРУ!

Праздничная «защита» печени

#### 10 ТЕМНЫЙ ПИДЖАК? ЗАПРОСТО!

Обзор аптечных средств для борьбы с перхотью

### ФАРМКЛАСС

#### 18 ХОБЛ: ПРОБЛЕМЫ И РЕШЕНИЯ

Особенности применения бронхорасширяющих ЛС

#### 21 КАК СБРОСИТЬ ОКОВЫ?

Рациональное купирование болевого синдрома при  
пояснично-крестцовой радикулопатии

#### 24 ТЕНДЕНЦИИ АПТЕЧНОГО РЫНКА В 3 КВАРТАЛЕ 2013 ГОДА

Аналитический обзор

#### 32 СТАРТ ПРОДАЖ!

Что нового появилось в аптеках в этом году?

#### 34 АЛГОРИТМ ВЫБОРА

ПРОТИВОГЕМОРРОИДАЛЬНЫХ СРЕДСТВ

Нюансы применения различных препаратов

#### 36 ВЕСОМЫЕ АРГУМЕНТЫ

Работа с возражениями при рекомендации  
местного НПВП

### 38 СКРЫТАЯ УГРОЗА

Выясняем, хватает ли нашим покупателям кальция?

### 40 ГОРЯЧАЯ ЛИНИЯ

Фармацевтам отвечают врачи

### 41 ПИТАНИЕ БЕРЕМЕННЫХ

Листовка вашему покупателю

## ЗА СТЕКЛОМ

### 44 СЛОВО ЮРИСТУ

Аргументированные ответы на ваши вопросы

### 46 БОРИС КАГАНОВ: «СОВРЕМЕННЫЙ

ВРАЧ ДОЛЖЕН БЫТЬ И КЛИНИЧЕСКИМ

ДИЕТОЛОГОМ»

Проблемы современной диетологии глазами эксперта

## ТЕТ-А-ТЕТ

### 54 ПОСТАВЬ СЕБЕ ПЯТЕРКУ

Как повысить свою самооценку

### 57 СТРАХОВАНИЕ ЖИЗНИ: ПРЕДУСМОТРЕТЬ

МОЖНО ВСЕ

Особенности программ и рейтинг страховых компаний

### 60 ХВАТИТ СПАТЬ! ПОРА ТРЕНИРОВАТЬСЯ

С чего начать регулярные занятия физкультурой?

### 64 КНИЖНАЯ ПОЛКА



57

Страхуем самое дорогое



60

Как втянуться в «спортивный» режим?