

# РОССИЙСКИЕ АПТЕКИ

7–8 АВГУСТ–СЕНТЯБРЬ (316) 2018

Учредитель и издатель	ООО «ГРУППА РЕМЕДИУМ»
Директор	Евгения Макарова
Руководитель Объединенной редакции	Ольга Смирнова smirnova@rosapteki.ru
Главный редактор	Михаил Алексеев aleksejev@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 Пронова
Редакторы	Ольга Ройфман Снежана Шабанова
Корректор	Светлана Шведова
Рекламное агентство ООО «Р-Пресс»	Ирина Домашева Екатерина Жарова Юлия Калыгина Евгений Колесов Александр Корниенко Евгения Крылова Жанна Лапина reklama@remedium.ru
Отдел распространения	Галина Третьякова Марина Ткачева Андрей Качалин podpiska@remedium.ru
Дизайн и верстка	Елена Пилипенко Кристина Шастная Юлия Дорохова
Фотобанк	Shutterstock.com
Адрес издателя и редакции:	105082, Москва, ул. Бакунинская, д. 71, стр. 10 Тел./факс (495) 780-34-25/26 (многоканальный)
Для корреспонденции:	105082, Москва, а/я 8 e-mail: rosapteki@remedium.ru



**Алексей Водовозов,**  
научный редактор

«О сень, осень, ну давай у листьев спросим...» – пели когда-то девушки из группы «Лицей». Но лучше спрашивать у нашего журнала, потому что мы постарались собрать всю информацию по переводу аптеки на осенний режим работы. Изменяется не только погода, внося свои коррективы в набор лекарств, которые пользуются повышенным спросом. Заканчивается сезон отпусков, и правильно с ним расстаться – задача непростая, хотя и не такая уж невыполнимая, если знать несколько нюансов. Организм перестраивается под сокращающийся световой день, и тут ему тоже нужно помочь. Даже рабочие перекусы можно сделать своеобразным напоминанием о лете, мы собрали целых пять вариантов здорового питания на работе с «участием» овощей и фруктов. Школьники идут первый раз в первый класс, а их мамы и бабушки наконец-то решают добраться до ближайшего фитнес-клуба. Главное – не переусердствовать, впрочем, и этому тоже можно научиться, прочитав первый осенний выпуск «Российских аптек».

Издание зарегистрировано в Федеральной службе по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций (Роскомнадзор). Издается 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 31.08.18 Каталог «Роспечать» индекс 79739 Объединенный каталог «Почта России» индекс 27871

Общий тираж 25 000 экз. Тираж сертифицирован. АБС Бюро тиражного аудита – АВС ([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, 2018

Специализированное издание, предназначенное для медицинских и фармацевтических работников.

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



Рисунок на обложке:  
© Jan Bowman, UK

**ПРИЗ  
ЗА ПОДПИСКУ  
10 ПОДАРКОВ  
ДЛЯ ПЕРВЫХ  
ПОДПИСАВШИХСЯ  
В СЕНТЯБРЕ**

**НОВЫЕ СБОРНИКИ «100 ХИТОВ ПРОДАЖ» И «МАСТЕР-КЛАСС «УСПЕШНЫЕ ПРОДАЖИ».** В них вы найдете эффективные методики планирования ассортимента для руководителей аптек и профессиональные алгоритмы консультирования для первостольников.



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



- 4** **НОВОСТИ**  
ОПТИМАЛЬНЫЙ ВЫБОР  
**16** В правильном ритме
- 18** **RX-ZONE**  
Акне в вопросах и ответах
- 22** **ДОСЬЕ**  
Новая жизнь старых лекарств
- 25** «ФармФирма «Сотекс»: акцент на социальные проекты
- 29** **КОНСУЛЬТАЦИЯ**  
Боль в горле: оптимальное решение
- 32** Назальные деконгестанты: риски снижаются

ФОТО: Shutterstock.com

А

- 34** **ТЕСТ**  
Проверка знаний
- 36** **В ФОКУСЕ**  
Парацетамол: портрет молекулы
- 38** **ЗА СТЕКЛОМ**  
Таблетка на слом
- 40** **ЛИЧНЫЙ ОПЫТ**  
Своя аптека



**10** **СЕЗОН  
ОСЕННИЕ  
ОБОСТРЕНИЯ**

- 44** **АКТУАЛЬНО**  
Аптечный бизнес на пути к саморегулированию
- 48** **ПО ЗАКОНУ**  
Слово юристу
- 50** Предъявите документы!
- 54** **АНАТОМИЯ УСПЕХА**  
Опасное совершенство
- 58** Осенний марафон



RX-ZONE

РЕЦЕПТ ЕГО МОЛОДОСТИ



**66** **BEAUTY  
ЗАПРОС  
НА УВЛАЖНЕНИЕ**

- 62** **BEAUTY**  
Вот и лето пролетело...

СОВЕТЫ ПЕРВОСТОЛЬНИКУ

- 68** Отпуск, отпусти!
- 70** 5 идей для здорового перекуса
- 74** Первый раз – в фитнес-клуб
- 78** **ДОСУГ**

А