## РОССИЙСКИЕ ПТЕКИ

20 октябРь (297) 2016

**Учрелитель и излатель** 

ООО «ГРУППА РЕМЕДИУМ»

Директор

Евгения Макарова

Редакция

000 «Ремедиум»

Руководитель

Ольга Смирнова smirnova@rosapteki.ru

Объединенной редакции Главный редактор

Михаил Алексеев

Руководитель

alekseev@remedium.ru Жанна Липатова

специальных проектов

lipatova@remedium.ru

Научный редактор

Алексей Водовозов vodovozov@rosapteki.ru

Ведущий редактор

Николай Литвак

litvak@remedium.ru

Выпускающий редактор

Надежда Пронова

Корректор

Светлана Шведова

Рекламное агентство 000 «Р-Пресс»

Ирина Домашева Екатерина Жарова

Юлия Калыгина Евгений Колесов Евгения Крылова Жанна Лапина Анна Луковкина 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

105082, Москва,

и редакции: 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

ля кого-то осень одета в багрец и золото, для кого-то - сопровождается слякотью и свинцовыми тучами. Причем не только на улице, но и в голове в виде сезонного аффективного расстройства, более известного как хандра осенняя. Да и покупатели в аптеку заходят не всегда самые приветливые, ведь это еще и время обострений. Но стоп, довольно пессимизма. Этот номер мы посвящаем антидепрессивному ликбезу. Для начала – простые правила самоорганизации, а также практические советы по борьбе с той самой осенней хандрой, которые подойдут как первостольникам, так и покупателям. Кроме того, мы расскажем, как сохранить физическую форму после 40 лет при суточном графике работы (гораздо проще, чем кажется на первый взгляд!). И наконец, совершим небольшой экскурс в будущее, чтобы узнать, во что превратится аптека лет через 30, когда лекарства можно будет печатать на биопринтере с учетом индивидуальных особенностей каждого пациента.

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 полписан в печать 24.10.2016 Каталог «Роспечать» индекс 79739 Объелиненный каталог «Почта России» инлекс 27871

Общий тираж 25 000 экз. Тираж сертифицирован. ПВР Бюро тиражного аудита – ABC (www.press-abc.ru)

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.

Материалы, отмеченные знаком •, публикуются на правах рекламы. © РОССИЙСКИЕ АПТЕКИ, 2016

Специализированное издание, предназначенное для медицинских и фармацевтических работников.

WWW.ROSAPTEKI.RU



РОССИЙСКИЕ



на обложке: Jan Bowman, UK

## 10 ПОДАРКОВ ДЛЯ ПЕРВЫХ ПОДПИСАВШИХСЯ В НОЯБРЕ



Таблетница «ПИЛЮЛЯ»

12 с вращающейся крышкой от компании «БОЛЕАР». Она содержит 15 7 отделений по числу дней недели и легко помещается в дамскую сумочку. 19

**TEMA HOMEPA** 

ВОЛШЕБСТВО САМООРГАНИЗАЦИИ

ФАРМНОВОСТИ

СЕЗОН

У вас простуда?

Возьмите это...

Дыхательное осложнение

ВЫБОР ПО ЗАПРОСУ

Лекарства от сухого кашля:

раз – и выбрал!

Хватит зудеть!

ТЕМА НОМЕРА

Усталость, которую нужно лечить

26 Как избежать осенней депрессии

АКТИВНЫЕ ПРОДАЖИ

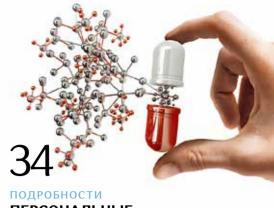
Двойная польза

СПЕЦПРОЕКТ

«ДИАБЕТИЧЕСКАЯ ШКОЛА»

**30** Дело техники

28



ПЕРСОНАЛЬНЫЕ **ЛЕКАРСТВА** 



БЫТЬ ГОТОВЫМ КО ВСЕМУ



		B DOKVCE

<b>32</b>	Ожирение и атеросклероз
	АНАТОМИЯ УСПЕХА

Всегда востребованы

за стеклом 43 Работать не вредно!

по закону

38

**50** 

**52** 

54

Слово юристу Дом с двойным дном

Подумаем о будущем

BEAUTY

60

**62** 

64

68

70

Диалоги о прекрасном

Зимние новинки

ФИТНЕС

Спрашивали?

Отвечаем!

мой мир

Не дай себе промокнуть!

ДОСУГ

DOLCE VITA

www.rosapteki.ru 3 2 РОССИЙСКИЕ АПТЕКИ 20 (297) ОКТЯБРЬ 2016 Ä