

# РОССИЙСКИЕ АПТЕКИ

3 МАРТ (322) 2019

<b>Учредитель и издатель</b>	ООО «ГРУППА РЕМЕДИУМ»
<b>Директор</b>	Евгения Макарова
<b>Руководитель Объединенной редакции</b>	Ольга Смирнова smirnova@rosapteki.ru
<b>Главный редактор</b>	Михаил Алексеев alekseev@remedium.ru
<b>Руководитель специальных проектов</b>	Жанна Липатова lipatova@remedium.ru
<b>Научный редактор</b>	Алексей Водовозов vodovozov@rosapteki.ru
<b>Ведущий редактор</b>	Николай Литвак litvak@remedium.ru
<b>Выпускающий редактор</b>	Надежда Пронova
<b>Редактор</b>	Ольга Ройфман
<b>Корректор</b>	Наталья Карганова
<b>Рекламное агентство ООО «Р-Пресс»</b>	Ирина Домашева Екатерина Жарова Юлия Калыгина Евгений Колесов Александр Корниенко Евгения Крылова Жанна Лапина Сергей Подшморга Оксана Савельева reklama@remedium.ru
<b>Отдел распространения</b>	Галина Третьякова Марина Ткачева Андрей Качалин podpiska@remedium.ru
<b>Дизайн и верстка</b>	Елена Пилипенко Ульяна Жолло Юлия Дорохова
<b>Фотобанк</b>	Shutterstock.com
<b>Адрес издателя и редакции:</b>	105082, Москва, ул. Бакунинская, д. 71, стр. 10 Тел./факс (495) 780-34-25/26 (многоканальный)
<b>Для корреспонденции:</b>	105082, Москва, а/я 8 e-mail: rosapteki@remedium.ru



**Николай Литвак,**  
ведущий редактор

**В**есна – время вдохновения, свежих идей и дерзких экспериментов. Под ногами еще дотаивают запоздалые льдинки и высыхают последние лужи, а над головой уже расправилось лазурное, чуть подернутое прозрачной дымкой небо! После колких холодов и тревожного межсезонья так хочется вновь ощутить легкость, красоту и романтику! Для летящей походки и свободного дыхания мы подготовили наши фирменные алгоритмы выбора венотоника, деконгестанта и муколитика. Выглядеть лучше – и вам, и вашим покупателям – поможет детальный бьюти-гид по видам косметических средств. А еще дарим вам 6 роскошных идей для романтического путешествия, выбирайте по вкусу и настроению. Улыбайтесь – друг другу, постоянно покупателю, случайному прохожему, начинающему пригревать солнцу! Пусть у вас в душе царит радость, а в торговом зале – приятная суета от наплыва посетителей.

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 22.03.2019 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, 2019

Специализированное издание, предназначенное для медицинских и фармацевтических работников.

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

Рисунок на обложке:  
Shutterstock.com

Оформите  
подписку в апреле,  
зарегистрируйтесь  
на сайте [rosapteki.ru](http://rosapteki.ru)  
и получите  
**В ПОДАРОК**  
500 баллов на счет  
Клуба РА



Клуб РА – ваша  
возможность  
участвовать  
в конкурсах  
и викторинах  
«Российских  
аптек» в режиме  
онлайн,  
получая призы  
за правильные  
ответы.  
Подробнее о Клубе  
читайте на с. 54



- 4** **НОВОСТИ**
- 9** **СЕЗОН**  
Плющ обыкновенный:  
преимущества для всех  
и каждого
- 13** Дыханию – свободу!
- 16** Боль в горле:  
формула победы
- 18** **ДОСЬЕ**  
Менопауза: что важно  
знать?
- 22** Распечатайте мне таблетку
- 25** **ВЫБОР ПО ЗАПРОСУ**  
«Мне нужно средство  
от варикоза»
- 28** Препараты от кашля:  
дорогу – универсалам

ФОТО: Shutterstock.com

- 30** **ФИТОАЗБУКА**  
Подорожник большой:  
«след белого человека»  
в фармакологии
- 36** **ПОРТРЕТ БОЛЕЗНИ**  
24 марта – Всемирный день  
борьбы с туберкулезом
- 38** **ТЕСТ**  
Что ответить покупателю?
- 48** **ПО ЗАКОНУ**  
Слово юристу



44

**БИЗНЕС**  
**ЦИФРОВОЕ БУДУЩЕЕ  
ДЛЯ АПТЕКИ**



**32** **ПОДРОБНОСТИ  
РНК-ИНТЕРФЕРЕНЦИЯ  
ПРОТИВ БОЛЕЗНЕЙ**

- 50** Оформляем трудовые  
отношения
- 56** **ЗА СТЕКЛОМ**  
Для мам и малышей
- 58** Женский коллектив:  
все сложно
- 62** **АПТЕКА В ГОРОДЕ**  
Полет «Аиста»



**40** **В ФОКУСЕ  
КОНТРАЦЕПЦИЯ  
ПОСТФАКТУМ**

- 66** **BEAUTY**  
Встречаем весну!
- 68** Все в ваших руках
- 70** От А до Я
- 74** **ФИТНЕС**  
Хочу сеть на шпагат!
- 78** **ДОСУГ**