



**АЛЬКА-ПРИМ®**  
**ЗРОБИ СВІЙ РАНОК ДОБРИМ**

\*Скидка предоставляется от цены, действующей в аптеке «Мед-сервис», на дату приобретения товара.  
Скидка действует с 01.12.15 по 31.01.16 г.

-10%\*



**БЛОГ  
КОСМЕТОЛОГА**

Зимний уход  
за лицом и телом

стр. 4



**ПРОФЕССИЯ –  
МАМА**

Правильный  
старт в будущее

стр. 10



**КАЛЕНДАРЬ  
АКЦИЙ**

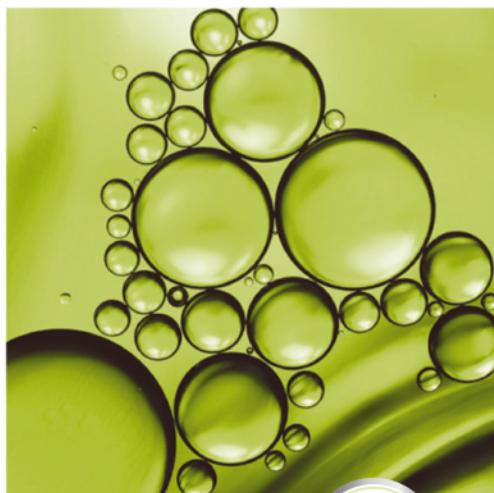
Сертификаты,  
купонов на скидку

стр. 30

САМОЛІКУВАННЯ МОЖЕ БУТИ ШКІДЛИВИМ ДЛЯ ВАШОГО ЗДОРОВЯ

# D'oliva

Інтенсивний догляд  
для будь-якого типу шкіри



№ 1\*



-20%\*

**Doliva Інтенсив крем**  
**Крем для обличчя № 1**  
**в аптеках Німеччини**

\*Скидка предоставляется от цены, действующей в аптеке «Мед-сервис», на дату приобретения товара.  
Скидка действует с 01.12.15 по 31.01.16 г.

**Запитуйте в аптеках**

[www.pharmatheiss.com](http://www.pharmatheiss.com)

**Виробник:** Др. Тайсс Натурварен ГмбХ, Mixelіnштрассе 10, 66424, Хомбург, Німеччина

Телефон горячей линии 0 800 50 52 53

## Содержание

### Блог косметолога

4 Зимний уход за лицом и телом



### Beauty – гид

6 Глубокое понимание эстетического совершенства вашей кожи

## Pharmaceras



### Профессия – мама

10 Правильный старт в будущее

12 Сезонные заболевания детей

13 Мамам на заметку



### Здоров всегда

14 Как облегчить дыхание?

15 Простуда: Битва цивилизаций

16 Отравление? На помощь придут сорбенты

17 Ренни. Оптимальный выбор при изжоге

18 Несколько мифов о лечении ОРВИ

20 Максимальный баланс в неидеальном мире: как выжить в условиях турбулентности

21 С чего начать здоровый образ жизни



### Мужчина и женщина

22 Про Это!



### Полезные рецепты

24 Тыквенное велюте

25 Салат с пряной зеленью, индейкой и клюквенным соусом



26 Beauty –list

27 Мамам на заметку

28 Азбука здоровья

30 Купоны на скидку

31 Календарь акций

# АЛОРА

Екстракт пасифлори. Сироп 100 мл, таблетки 100 мг

*Пріродний спокій*

СЕДАТИВНЕ СРЕДСТВО  
АЛОРА  
Сироп 100 мл  
Екстракт пасифлори

АЛОРА  
Вітамінно-спедативний лікарський препарат  
на РОСЛИННІЙ основі  
Екстракт рослини пасифлори

АЛОРА  
Спеціальні та седативні препарати  
20 таблеток, покритих оболочкою

NOBEL PHARMA

# МЕМБРАТОН®

УНІКАЛЬНА ХЕЛАТНА СПОЛУКА

**Погана пам'ять,  
втома, сон?**

**Допоможе  
Мембратон!**

МЕМБРАТОН®  
ЗАСІБ ДЛЯ ПОКРАЩЕННЯ  
ДІЯЛЬНОСТІ МОЗКУ

Блог косметолога

# Зимний уход за лицом и телом

*Выглядеть и чувствовать себя хорошо зимой не просто. Из-за воздействия снега, ветра и холода кожа становится капризной. Конечно, правильно ухаживать за кожей нужно в любое время года, но особенно следует уделить этому внимание зимой. Можно сказать: чем ниже столбик термометра, тем больше внимания необходимо нашей коже. Только специальный уход поможет вашей коже перезимовать с комфортом.*

## Что происходит с кожей зимой?

Наша кожа очень чувствительна к воздействию холода. На каждом квадратном сантиметре ее находится более 20 рецепторов, реагирующих на холод, и только 3 - на тепло.

Зимой особенно страдает кожа лица, ничем не защищенная от снежных выиг и мороза. Что же с ней происходит?

- Кожа шелушится, потому что на морозе резко падает активность сальных желез, сокращается выработка питающих и защищающих кожных жиров.

- Кожа обезвоживается, потому что повышается процент испарения влаги с ее поверхности. Это происходит из-за падения естественной влажности воздуха.

- Кожа краснеет, потому что из-за резких перепадов температуры возрастает нагрузка на сосуды, и в результате ухудшается кровоснабжение.

## «Морозные законы»

- Ни в коем случае не растирайте замерзшую кожу снегом. Льдинки только поранят. Лучше периодически массируйте на морозе щеки и нос давящими и пощипывающими движениями. Или попробуйте глубоко вдохнуть и задержать воздух. Вы почувствуете, как кровь приливает к лицу. Сделайте выдох.

- Любой крем наносите не менее чем за час до выхода из теплого помещения.

- Не увлекайтесь скрабами и пилингами. Достаточно 1 раз в неделю использовать пилинг на основе плаценты.

- Не забудьте, отправляясь за город, а тем более на горнолыжный

курорт, взять с собой «скорую помощь» - крем с действующим веществом – пантенол и любую гигиеническую помаду для губ. Крем с пантенолом будет полезен при ушибах, ранах, ожогах и обморожениях. А гигиеническая помада защитит губы от образования трещин.

- Не увлекайтесь умыванием кубиками льда, т.к. контрастные процедуры хороши летом. Зимой кожу лучше поберечь - ей и так нелегко противостоять погодным условиям.

- От кремов на гелевой основе зимой лучше воздержаться, или использовать их за 2 часа до выхода на улицу.

## Зимой кожа нуждается в питании и увлажнении

Зимой наша кожа, как и весь организм, особенно нуждается в витаминах. Больше употребляйте свежие овощи и фрукты (цитрусовые, киви, хурму, гранат). Делайте питательные, увлажняющие маски. Обязательно используйте ночной крем, потому что вечером кожа восстанавливается после стрессов и хорошо усваивает активные вещества.

Выбирайте средства для зимнего ухода за кожей с учетом ее природного типа и возраста. Обратите внимание на советы своего косметолога по уходу за кожей лица.

Всегда держите под рукой увлажняющий тоник или фильтрованную воду в виде спрея - они спасут кожу от агрессии сухого воздуха офиса или квартиры.

Общие рекомендации по уходу за кожей определенного типа.



## Уход за сухой кожей зимой

Кожа этого типа реагирует на морозную погоду шелушением. Для тщательного очищения сухой кожи нужно пользоваться мягкими средствами - молочком или сливками, которые восстанавливают кислотный покров кожи и обладают легким увлажняющим эффектом. После этой процедуры не рекомендуется пользоваться лосьоном, так как он сушит кожу. Лучше используйте тоники. В особенно трепетном уходе нуждается кожа вокруг глаз. Образование морщинок под глазами происходит потому, что секреция сальных желез на этих участках незначительна. Тонкая кожа в холодное время года становится все суще и суще, теряет эластичность и упругость. Поэтому следует делать маски для этого участка лица. Нанесите толстым слоем на очищенную кожу под глазами крем для век. Лягте и расслабьтесь. Через 15 мин. обязательно смойте остатки крема фильтрованной водой. Маски лучше всего усваиваются кожей в промежутке с 17.00 до 20.00. Чтобы избавиться от шелушащихся чешуек кожи используйте раз в неделю плацентарный пилинг.

## Уход за жирной кожей зимой

Такой тип кожи зимой себя чувствует хорошо. Кожа слегка блестит, но с этим недостатком легко справиться. Очищайте кожу утром и вечером молочком или пенкой. При умывании можно использовать спонж. Затем лицо необходимо хорошо высушить мягким махровым полотенцем и протереть лосьоном.

Телефон горячей линии 0 800 50 52 53

В качестве дневного и ночных кремов применяйте жirosодережащие и увлажняющие средства, чередуя их. Для высыхания и обезжиривания кожи раз в неделю применяются грязевые маски.

#### Уход за нормальной и комбинированной кожей зимой

Когда различие между Т-зоной и другими участками лица не слишком велико, кожа считается нормальной. Если же нос и подбородок обладают жирным блеском, а щеки шелушатся от сухости, в этом случае кожа по типу является комбинированной, или смешанной.

Косметологи утверждают, что чаще всего комбинированная кожа встречается у подростков. С возрастом активность сальных желез понижается, поры сужаются, комедоны, прыщики и покраснения проходят, и кожа, как правило, становится нормальной. Как правило, но не всегда! Так, многие женщины, давно вышедшие из пубертатного возраста, продолжают страдать от некрасивого жирного блеска на коже.

**Можно ли что-нибудь сделать в такой ситуации?**

Прежде всего, обладательницам комбинированной кожи надо тщательно за ней ухаживать, особенно за Т-зоной. Начало всех начал - основательное очищение, которое необходимо проводить как утром, так и вечером. Удаляя не только внешние загрязнения, но и сальную пленку, вы предотвратите появление угревой сыпи и нормализуете уровень pH кожи.

Комбинированной коже обычно подходят гели или пенки для умывания, но никогда не используйте - щелочное мыло. Сняв макияж, обязательно умойте лицо гелем, уделив особое внимание жирным участкам. Если кожа на щеках у вас очень сухая, то для ее очищения пользуйтесь молочком, а гель или пенку применяйте лишь для Т-зоны. Завершает процедуру очищения тоник, нормализующий работу сальных желез.

Самое главное в уходе за комбинированной кожей - индивидуальный подход. То есть для разных участков лица следует использовать разные средства. На Т-зону, например, ни в коем случае нельзя наносить жирные

питательные кремы. Это должны быть либо увлажняющие, либо специальные кремы для комбинированной кожи, которые нормализуют гидролипидный баланс и минимизируют различия между сухими и жирными участками.

Кстати, на сухую кожу можно наносить крем более обильно, чем на жирную. После нанесения прислушайтесь к своим ощущениям: если не чувствуется, что кожа перегружена и напряжена, если она спокойна и расслаблена, значит, средство выбрано правильно.

При чрезмерном салоотделении на носу, лбу и подбородке используйте более легкие крема.

Помните, что с переменой погоды должны меняться и косметические средства! Контрасты зимы, такие как мороз и пронизывающий ветер, пересушенный центральным отоплением воздух и резкий перепад температур, когда мы выходим из теплых помещений на улицу... Все это сильно травмирует кожу, и она нуждается в трепетном уходе.

Будьте красивы и здоровы!

# Флеботон

## ПОВЕРТАЄ ВАМ ТОН

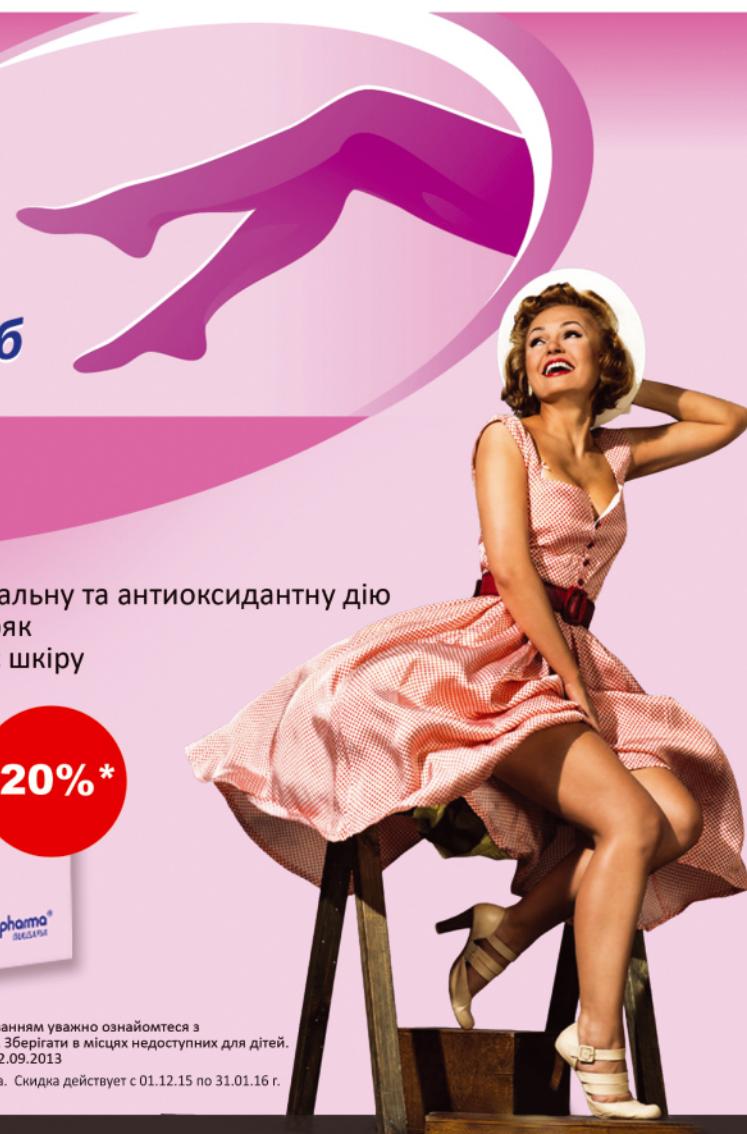
### капіляростабілізуючий засіб



- Має протизапальну та антиоксидантну дію
- Зменшує набряк
- Не подразнює шкіру

Реклама лікарського засобу. Перед застосуванням уважно ознайомтеся з інструкцією та проконсультуйтесь з лікарем. Зберігати в місцях недоступних для дітей.  
РП №UA-0747/01/01 видане МОЗ України 12.09.2013

\*Скидка предоставляется от цены, действующей в аптеке «Мед-сервис», на дату приобретения товара. Скидка действует с 01.12.15 по 31.01.16 г.



BEAUTY-ГИД

# PHARMACERIS:

## Глубокое понимание эстетического совершенства вашей кожи

Косметика, по своему греческому корню, трактуется как «опыт декорирования». В компании **PHARMACERIS** вышли за грань привычной трактовки. 14 специализированных серий, созданных с мыслью о наиболее взыскательных клиентах, обладающих экспертизой в вопросах эстетики, разработаны так, если бы у каждого дерматолога в его личном арсенале красоты появился продукт нового бренда.

### PHARMACERIS - БРЕНД, ВНУШАЮЩИЙ ДОВЕРИЕ

Доказательство признания высокой эффективности и безопасности препаратов Pharmaceras – это миллионы верных и удовлетворенных потребителей, а также большое доверие к бренду дерматологов, фармацевтов, гинекологов и акушерок, которые рекомендуют наши косметические продукты своим пациентам.



### БЕЗОПАСНОСТЬ

Косметическая лаборатория Dr. Irena Eris - это единственная компания в Польше и одна из немногих в мире, которая проводит собственные исследования *in vitro* и *in vivo* (аппликационные), которые помогают оценить воздействие препаратов на кожу. Благодаря этому все косметические препараты безопасны и эффективны.

Применение инновационных средств от Pharmaceras позволяет добиться хороших показателей в улучшении состояния и внешнего вида кожи с нарушенным липидным обменом, с пигментацией, склонной к образованию пор, угрей, воспалению. Бренд Pharmaceras ориентируется на выполнение таких задач, как нормализация кератинизации, то есть очистка от омертвевших частиц, чистка пор, их сглаживание, суживание, очищение от сальных пробок, ликвидация бактерий, которые являются причиной акне и угрей. Косметика Pharmaceras улучшает иммунитет, уменьшает синяки под глазами,

отеки и прочие неприятные явления, минимизирует неравномерную пигментацию, разглаживает кожу и способствует ее регенерации, а также защищает ее от неблагоприятных природных факторов. Восстанавливает поврежденные волосы, уменьшает их ломкость, сечение и способствует росту.

**Pharmaceras**

-30%\*

\*Скидка предоставляется от цены, действующей в аптеке «Мед-сервис», на дату приобретения товара. Скидка действует с 01.12.15 по 31.01.16 г.



Телефон горячей линии 0 800 50 52 53

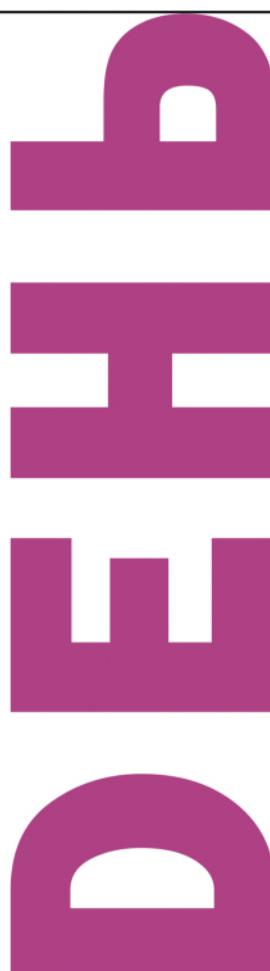
7

Уход за проблемной кожей требует особого внимания. Для продукции Pharmaceris используются только природные, абсолютно экологически чистые компоненты. Исключается содержание спирта, который может стать причиной аллергической реакции. Одной из характеристик есть полное отсутствие мыла, ароматных композиций и красителей. Все препараты подвергались дерматологическим исследованиям, а большая часть серии – еще клиническим исследованиям. Лечебная косметика Pharmaceris обладает своей спецификой. Полезные вещества в ее составе питают кожу и волосы необходимыми элементами, предотвращают выпадение и способствуют их росту. Отличительной чертой аптечной марки Pharmaceris является максимально возможное количество в составе природных эффективных компонентов, таких как экстракты и масла растений, а также витамины и микроэлементы.

Дермакосметические препараты Pharmaceris созданы группой экспертов, которые соединили дерматологические решения с технологически продвинутыми косметическими формулами, образуя 14 специализированных серий для наиболее требовательных, т.н. проблемных видов кожи. Каждая серия обеспечивает эффективный и безопасный уход за кожей с определенной дерматологической проблемой – указанной буквой в названии серии: F - тональные кремы, N - средства для решения проблем с капиллярами, S - солнцезащитные средства, W - средства, минимизирующие неравномерную пигментацию, A - для аллергической и чувствительной кожи, T - для лечения акне, H - для волос, B - для детей, M - для будущих мам и другие. Буквы в названии серии образуют алфавит здоровой кожи.



Косметика Pharmaceris - эксперт здоровой кожи!



DUCRAY  
LABORATOIRES DERMATOLOGIQUES

EAU THERMALE  
Avène



FRAIS MONDE

MILLE LILIVI

mythos olive tree cosmetics



КРАСИ

АПТЕКИ, ЯКИМ ДОВІРЯЮТЬ!

WWW.MED-SERVICE.COM.UA, ТЕЛЕФОН ГАРЯЧОЇ лінії 0800 50 52 53

\*Скидка предоставляется от цены, действующей в аптеке «Мед-сервис», на дату приобретения товара.  
Скидка действует с 01.12.15 по 31.12.15 г. Перечень акционных позиций уточняйте у фармацевтов.

# Переваги зубних паст та зубних щіток ТМ Colgate

Здоров'я зубів дуже важливо для здоров'я всього організму. Ця істина відома всім і ні в кого не викликає сумніву. Основні інструменти для підтримки чистоти і здоров'я зубів та всієї ротової порожнини - зубна паста і зубна щітка. Дуже важливо зробити правильний вибір, адже від цього залежить здоров'я зубів і ясен.

Тепер розглянемо детальніше продукти ТМ Colgate.



# ЗНИЖКИ до -40% \*\*

## на зубні щітки та зубні пасти ТМ Colgate

### Зубна паста Colgate Sensitive Pro-Relief Відбілююча 75 мл.

Зубна паста для чутливих зубів. Миттєво та надовго знижує чутливість зубів. Клінічно доведена PRO-ARGINtm формула, яку використовують стоматологи для зниження чутливості зубів у пацієнтів. М'яка формула пасті дбайливо видаляє плями з емалі, допомагає відновити природну білизну зубів.

### Зубна паста Colgate Total 12 Про-Здоров'я Ясен 75 мл.

Зубна паста має клінічно підтвердженну унікальну формулу, яка забезпечує надійний захист зубів та ясен від розмноження бактерій протягом 12 годин.

Її унікальна формула бореться зі шкідливими бактеріями, які викликають проблеми з яснами, допомагає знизити кровоточивість ясен до 88%.

### Зубна паста Colgate Оптик Уйт 75мл

Відбілююча зубна паста з високо-ефективними поліруючими мікрочастками містить інгредієнт, подібний тому, який використовують стоматологи.

Дбайливо видаляє потемніння з поверхні зубів, а також перешкоджає появі зубного каменю, допомагає зробити ваші зуби білішими на 1 тон за 1 тиждень.

### Зубна паста Colgate Тотал 12 Професійне Чищення (гель) 100 мл.

Зубна паста-гель має клінічно підтвердженну унікальну формулу, яка забезпечує надійний захист зубів та ясен від розмноження бактерій протягом 12 годин.

Містить спеціальний інгредієнт, який використовується стоматологами для гладких та яскравих зубів надовго.

### Зубна паста Colgate Потрійна Дія 150 мл.

Вигідна упаковка. Зубна паста надає потрійну дію: доведено захищає зуби від каріесу, допомагає видалити потемніння з поверхні емалі, забезпечує свіжий подих.

### Зубна щітка Colgate Шовкові нитки.

Щетинки у 17 разів тонші у порівнянні зі звичайною зубною щіткою. Для

глибокого та дбайливого чищення.

Переваги:

- щетинки в 17 разів тонші;
- ефективне та дбайливе чищення між зубами та вздовж лінії ясен;
- компактна голівка, що проникає навіть у важкодоступні місця.

### Зубна щітка Colgate 360 Оптик Уйт.

Забезпечує здоровіше чищення всієї ротової порожнини та природну білизну зубів.

Чистить не лише зуби, але і ясна, щоки та язик!

Переваги:

- подушечка для очищення язика та внутрішньої поверхні щік;
- спеціальні поліруючі щетинки допомагають м'яко видалити потемніння на емалі;
- відбілюючі чашечки.

### Зубна щітка Colgate Massager 1+1 безкоштовно.

Ефективно видаляє зубний наліт та м'яко масажує ясна.

Переваги:

- різномірні щетинки та зручна ергономічна ручка;
- м'які резинові щетинки з двох боків;
- гнучка голівка щітки.

### Зубна щітка Colgate 360 Суперчистота всієї ротової порожнини 1+1 у подарунок.

Забезпечує здоровіше чищення всієї ротової порожнини.

Чистить не лише зуби, але і ясна, щоки та язик!

Переваги:

- подушечка для очищення язика та внутрішньої поверхні щік;
- різномірна підстрижка щетини;
- м'які поліруючі чашечки.

### Зубна щітка Colgate Зіг Заг 2+1 у подарунок.

Для більш ефективного чищення міжзубних проміжків.

Переваги:

- вдосконалені багаторівневі щетинки, що перехрещуються;
- проникає навіть у важкодоступні місця;
- довші щетинки на кінчику зубної щітки.

**Акція діє з 01.12.2015 р. по 31.01.2016 р.**

\* У категорії засобів догляду за ротовою порожниною в Україні. За даними професійного опитування стоматологів в Україні, ТОВ «ІПСОС УКРАЇНА», 2013 р.

\*\*Знижка надається від ціни, що діє в аптекі «Мед-сервіс», на дату придбання товару.



Мыла ТМ «Prano» - это авторская разработка «Мед-сервис», представленная на рынке органической продукции для красоты и здоровья. В линейку входят натуральные косметические мыла семи разновидностей, отвечающие самым высоким требованиям аудитории: мыло с листьями крапивы, с маслом оливок, экстрактом амаранта, с настойкой пиона, с цветочной пыльцой, а также антисептическое и детярное.

Мы собрали наиболее популярные фиторецепты со всего мира, детально исследовали их в лаборатории и добавили исконно украинские ингредиенты. Для линейки мыл «Prano», сваренных по технологии «hand made», мы взяли английскую основу «Crystal SP-SG». Основное преимущество мыльной базы в том, что она не содержит щелочь, в ее состав входят только натуральные растительные компоненты. Органическая природа мыльной базы сочетает привычные свойства: плотную пену и бережное очищение при абсолютном гипоаллергенном эффекте.



Побалуйте свою кожу нежним прикосненiem нового мыла «Prano»

\*Скидка предоставляется от цены, действующей в аптеке «Мед-сервис», на дату приобретения товара.  
Скидка действует с 01.12.15 по 31.01.16 г.

Профессия - мама

# Правильный старт в будущее

**Качественное питание — основа здорового будущего.**

**Питание в первые 1000 дней жизни: фундаментальная основа здоровья на долгие годы.**

Основы здоровья каждого человека закладываются в первые 1000 дней его жизни. Этот важный период отсчитывается от зачатия малыша и до того момента, когда ребенку исполнится два года. Именно в первые 1000 дней система генов настраивается, приобретает индивидуальные особенности функционирования.



## Белки — кирпичики жизни

Для здорового роста и гармоничного развития малыша в пище должно содержаться порядка 50 разнообразных веществ, однако первостепенную роль в этом вопросе играет белок. Белки неспроста называют кирпичиками жизни. С древности люди осознавали важность белков и их ключевую роль для здоровья человека. Само слово «протеин» (или белок) образовано от греческого *protos*, что означает «первый, важнейший».

Белок в рационе является источником аминокислот, которые в свою очередь необходимы для формирования мозга, мышечной ткани и других органов и систем организма малыша. Белок — это основной строительный материал человеческого организма.

Помимо строительной функции, белки играют важную роль в становлении и функционировании иммунной системы, системы пищеварения, закладывая основы здоровья в будущем.



В ситуациях, когда ребенок находится на грудном вскармливании, он получает оптимальное количество всех нутриентов, в том числе и белка. Когда же возникает необходимость в смешанном или искусственном вскармливании, важно подобрать ребенку «правильный» белок в составе детской молочной смеси.

## Белковое переедание

В качестве основы для детских смесей производители используют белок коровьего молока. Однако содержание белка в коровьем молоке составляет до 3,5 г на 100 мл, а это в 3 раза больше, чем физиологически необходимо ребенку. Коровье молоко отвечает потребностям телят, ведь им нужно максимально эффективно набрать вес, но категорически не подходит маленькому ребенку, для которого каждый избыточный грамм белка может означать риск для здоровья.

*М*рогательная  
защита

**-50%\***  
на вторую  
единицу

\*Скидка предоставляется от цены, действующей в аптеке «Мед-сервис», на дату приобретения товара. Скидка действует с 01.12.15 по 31.12.15 г.

Экспериментальные и клинические исследования последних 20 лет показали, что избыточное потребление белка у детей на первом и втором году жизни увеличивает скорость роста и риск развития ожирения, оказывая таким образом долгосрочное негативное программирующее влияние на здоровье грудного ребенка.

Для того чтобы обеспечить здоровый рост и развитие ребенка, не перегружая его незрелые органы, важно выбрать для питания продукт с адекватным количеством и качеством белка, чтобы ребенок получал ровно столько белка, сколько нужно. Это помогает снизить риск заболеваний в будущем.

## Создаем основу здорового будущего

Компания Нестле обладает многолетней экспертизой в области детского питания и постоянно уделяет большое внимание инновациям. Одной из передовых разработок Нестле является специальный белок **OPTIPRO®**, который содержится в детском молочке NAN® 3. **OPTIPRO®** — это адаптированный к потребностям малыша белковый комплекс, оптимальный по качеству и количеству. Он легко усваивается и не перегружает растущий организм ребенка избыточным количеством белка. Детское молочко NAN® 3 с **OPTIPRO®** обеспечивает гармоничный рост и развитие крохи, помогая создать надежную основу для его здорового будущего.

Ответственный выбор питания для ребенка первых двух лет жизни — бесценная возможность заложить крепкую основу здорового будущего наших детей.

«Мамы знают, что питание в первые 1000 дней жизни - фундаментальная основа здоровья на долгие годы»  
детский диетолог Елена Лисичкина.



# АКЦІЯ!\*

Купуй будь-яку упаковку  
Nestlé® NAN® 3, 4 400 г  
або 800 г зі знижкою  
**20%\***



Ідеально їжею для грудного малюка є молоко матері. ВООЗ рекомендує виключно грудне вигодовування протягом перших шести місяців життя і наступне введення прикорму при продовженні грудного вигодування. Компанія Nestlé® підтримує цю рекомендацію. Щодо строків та способу введення прикорму прохано наслідуватися з ліквідом. В акції беруть участь: суміш суха кисломолочна NAN® Кисломолочний 3, 400 г для дітей старше 12 місяців, суха молочна суміш NAN® OPTIPRO® 3, 400 г та 800 г для дітей від 12 місяців, суха молочна суміш NAN® OPTIPRO® 4, 400 г для дітей від 18 місяців, суха суміш NAN® OPTIPRO® НА Гіпоаллергенно 3, 400 г для дітей від 12 місяців. Дані продукти не є замінниками грудного молока. Власник торговельних марок: Сосєтє де Проді Нестле С.А., Веве, Швейцарія.

\*Знижка надається від ціни, що діє в аптекі «Мед-сервіс», на дату придбання товару. Знижка діє з 01.12.15 по 31.12.15 р.

Профессия - мама

# Сезонные заболевания детей

Для детских инфекционных заболеваний характерны высокая восприимчивость и цикличность, связанная с сезоном года. Высокая заболеваемость обусловлена многими факторами. Осенью это связано с тем, что дети возвращаются в коллективы (садики, школы), снижается температура (часто сильные перепады), снижается инсоляция. Низкий температурный режим и высокая влажность воздуха осенью и зимой повышает частоту острых респираторных заболеваний и гриппа.

## Механизм формирования заболеваний в осенне-зимний период

Самые распространённые заболевания зимой: грипп, ОРВИ, ангину, ларингит, бронхит, пневмония. В основном заражение происходит воздушно-капельным путем при непосредственном общении с больным человеком. Но возможны и другие пути передачи инфекции: с едой, питьем, через предметы общего пользования. После заражения наступает инкубационный период, когда микроорганизмы размножаются и накапливают продукты своей жизнедеятельности (токсины).

Симптомы заболевания при разных инфекциях проявляются различно, но общая картина сводится к следующему:

- слабость, недомогание;
- повышение температуры;
- потеря аппетита;
- катаральные явления (заложенность носа, насморк, кашель).

## Причины частых простудных заболеваний

Уже стал привычным термин «часто болеющие дети». Такая ситуация объясняется снижением иммунитета по следующим причинам:

- дети почти все время находятся в закрытых помещениях с высокой концентрацией патогенной микрофлоры. Кроме того, у ребенка снижается функция механизма терморегуляции и, попадая на свежий воздух, он быстро мерзнет;
- многочасовое просиживание за компьютером уменьшает двигательную активность, что замедляет обменные процессы;
- низкая температура воздуха ослабляет защитные силы ребенка, но при этом активируется инфекция, которая уже находились в организме в малом количестве. Она начинает размножаться и вырабатывать токсины.



## І лікує, і смакує

Любу донечку вкладали у м'яке, тепле і зручне ліжко та охоче виконували усі її забаганки. Мама читала в голос про пригоди Незнайки. Тато поспішив на ринок за «вітамінами», а з кухні долинав запаморочливий запах яблучної шарлотки — це бабуся старалася додогодити хворій онучці. Та що там казати, навіть традиційний Пертусин від кашлю на смак швидше нагадував цукерку, аніж гіркі ліки. Тому, коли раптом застудилася моя донечка, одразу ж згадала про сироп Пертусин.

### Зручно, смачно, ефективно

Втім, в аптекі не тільки підтримали мій вибір, але й розповіли про всю лінійку сиропів на рослинній сировині, які пропонує Запорізька фармацевтична фабрика «Віола», причому за цілком доступною ціною.

Сиропи у фармації — це так звані рідкі лікарські форми, призначенні для внутрішнього застосування. Їх використовують окремо або додають до складу інших лікарських форм, аби приховати гіркі чи кислі на смак лікарські речовини. Як правило, при виготовленні сиропів найчастіше використовують простиці цукор.

### Натуральний — значить безпечний

Сироп Пертусин, виробництва фармацевтичної фабрики «Віола», виготовлений на основі екстракту трави чебрецю, що має хороші відхаркувальні властивості.

Тому його рекомендують у комплексі інших препаратів при лікуванні запальних захворювань верхніх дихальних шляхів, зокрема, трахеїту і бронхіту, а також пневмонії і коклюшу у дітей.

Якщо дитину турбуює вологий кашель, краще спинитися на препараті виробництва фармацевтичної фабрики «Віола» Алтей кореня сироп, який сприяє відхаркуванню та ефективно виводить в'язке мокротиння при гострому і хронічному бронхіті, бронхіальний астмі, пневмонії, запальних і незапальних захворюваннях верхніх дихальних шляхів. Корінь солодких небезпідставно вважається ефективним засобом від кашлю і в традиційній, і в народній медицині. Якщо пожувати корінь цієї рослини, то можна заспокоїти навіть дуже сильний напад кашлю.

Сироп, виготовлений на основі солодких

стимулює відхаркування мокротиння при інфекційно-запальних хворобах верхніх дихальних шляхів та полегшує перебіг основного захворювання.

Сиропи, виготовлені на рослинній сировині, є ефективними при лікуванні різних видів кашлю, вони приємні на смак та легко ковтаються, тому можна не сумніватися, що навіть найвередливіша дитина не сприйматиме лікування сиропами як обтяжливі процедури.



-20%\*

САМОЛІКУВАННЯ МОЖЕ БУТИ ШКІДЛИВИМ ДЛЯ ВАШОГО ЗДОРОВЯ

\*Знижка надається від ціни, що діє в аптекі «Мед-сервіс», на дату придбання товару.  
Знижка діє з 01.12.15 по 31.01.16 р.



### Профилактика простудных заболеваний

*Профилактические мероприятия должны быть направлены на повышение сопротивляемости организма и предотвращение попадания инфекции в организм. Защите ребенка от инфекции способствует:*

- организация активного отдыха (пешие прогулки, катание на санках, посещение катка);
- рациональное питание, сбалансированное по витаминному и микроэлементному составу;
- соблюдение режима сна и отдыха;
- поддержание оптимальной температуры ( $20^{\circ}$ - $22^{\circ}$ ) и влажности воздуха (50%) в квартире;
- соблюдение личной гигиены (частое мытье рук с мылом).

Важной профилактикой гриппа является вакцинация перед эпидемическим сезоном. Если ваш ребенок, несмотря на все принятые меры, заболел, обращайтесь за медицинской помощью. Только врач может правильно поставить диагноз и предотвратить возможные осложнения. Будьте здоровы!



Главный врач медицинского центра «Здоровое поколение»,  
педиатр, Дупленко Наталья Валерьевна.

### Мамам на заметку

#### Если поднялась температура...

Для определения температуры вам необходим термометр. В ассортименте имеются ртутные, электронные, кожные, инфракрасные термометры, а также модели, которые используются для измерения температуры в подмышечной впадине.

#### Что касается жаропонижающих средств ...

На данный момент в педиатрии разрешены и рекомендованы жаропонижающие средства на основе парацетамола или ибuproфена. В аптечке стоит иметь представителей обоих видов, так как у каждого из них свои особенности.

#### Если заложен носик...

Для промывания носа нужны будут солевые растворы, которые эффективно очищают носовую полость и не имеют побочных эффектов. В качестве сосудосуживающих препаратов - капли в нос. Они устраниют отек слизистой и облегчат дыхание малыша. Применять сосудосуживающие капли следует только под контролем врача.

Для удаления скопившейся слизи из носика малыша поможет аспиратор:

- резиновая груша - самый простой назальный аспиратор
- механические аспираторы (трубочки) – удаляют слизистые загрязнения из детского носика с помощью маминого рта.
- электронный назальный аспиратор
- вакуумный аспиратор

**Внимание!** Если ваш малыш заболел, незамедлительно обратитесь к врачу!



**КУПОН  
НА СКИДКУ\*** **10%**  
**на жаропонижающие  
препараты для детей**



\*Скидка предоставляется при предъявлении купона из цены действующей в аптеке «Мед-сервис» на дату приобретения товара. Купон можно использовать один раз.

Период действия купона 01.12.15-31.01.16. Информационная поддержка: med-service.com.ua, горячая линия 0800505253. Звонки бесплатны со всех телефонов на территории Украины.

Здоров всегда

## Як полегшити дихання?

**Закладення носа в побуті називають нежиттю, а в науці ринітом.** Нежить – це запальний процес слизової оболонки порожнини носа, проявами якого можуть бути виділення слизового характеру, сухість або печіння в носовій порожнині, набряк слизової (закладення), чхання і, як наслідок, головний біль та сонливість.



До найбільш розповсюджених причин нежитю відносять вірусні та бактеріальні інфекції, спровоковані переохолодженням організму та ослабленням імунної системи, проте можлива й алергічна природа риніту.

Треба не забувати, що вчасно не вилікуваний риніт може привести до ускладнень, таких, як гайморит, отит та кон'юнктивіт. До наслідків не вилікуваного нежитю відносять також запалення дихальних шляхів: фарингіт, ларингіт, трахеїт, бронхіт, пневмонію та інші.

Процес лікування здається простим, але це не так. Лікування нежитю повинно бути комплексним, тобто складатися з немедикаментозних заходів та відповідального використання медичних препаратів.

Не слід недооцінювати немедикаментозні засоби для лікування нежитю, а саме:

- По можливості гуляти на свіжому повітрі, в крайньому разі провітрювати приміщення, де перебуває людина з нежиттю.
- Слідкувати за температурою в приміщенні, особливо це актуально у зимовий період. Адже надмірне використання опалювальних приладів призводить до пересушування і без того запаленої слизової оболонки носа.
- Під час застудних захворювань лікарі радять випивати більше рідини, ніж зазвичай, тому що це полегшує процес так званого «збивання» температури тіла та зменшує в'язкість слизових

виділень як при нежиті, так і при кашлі.

- Інгаляції не гарячою водяною парою, ідеальний варіант – інгаляції за допомогою спеціального пристрою – небулайзера. В крайньому разі можна промивати ніс сольовими розчинами, що містять морську воду чітко визначеній концентрації. Щоб приготувати розчин для промивання носа в домашніх умовах, необхідно володіти спеціальними навикими, на щастя сучасна аптека має широкий вибір подібних засобів. Для симптоматичного лікування нежитю з метою відновлення дихання і поліпшення якості життя, сну та працездатності, найчастіше використовують місцеві судиннозвужувальні засоби (спреї та краплі в ніс).

Сучасні препарати допомагають доволі швидко (за 5-10 хвилин) усунути закладеність носа, відновити дихання і зняти набряк слизової. А тривалість дії, наприклад, засобів на основі діючої речовини оксиметазоліна, зберігається до 10-12 годин. Одним з таких засобів є препарат Нокспрей виробництва компанії «Сперко Україна».

Важливо пам'ятати, що судиннозвужувальні препарати, як і будь-які ліки, використовують тільки відповідно до інструкції медичного застосування.

**Використовуйте отримані знання, займайтесь профілактикою, це збереже здоров'я вам та вашим рідним.**



**САМОЛІКУВАННЯ ШКДЛИВЕ ДЛЯ ВАШОГО ЗДОРОВ'Я**

Здоров всегда

# ЗАСТУДА:

## Битва цивілізацій

Кожного року з приходом зими кількість випадків застудних та гострих респіраторних вірусних захворювань значно збільшується, перевищуючи 2 мільйони у так званий «спокійний» рік, та сягаючи 8 мільйонів у рік епідемії. Вберегтися від захворювання у такі періоди дуже важко. Звичайне загартовування допомагає людям захищати свій організм від наслідків несподіваного холоду, сильного дощу або злого вітру. Але якщо під час епідемії, спричиненої якимсь новим різновидом вірусу, на вас надихали у черзі, начхали у громадському транспорті, або накричали на стадіоні під час драматичного футбольного матчу, будьте морально готові невдовзі відчути головний біль, нежить, біль у горлі, підвищення температури та решту грипозно-застудних «принад». **Що ж робити, якщо це станеться?**

На Сході дуже популярний такий засіб боротьби із болем у горлі: хворий має сісти перед дзеркалом в позу лотоса, висунути язик якомога далі та рікати «р-р-р-р» протягом однієї хвилини, змінюючи інтонацію. Можливо, таким чином хворий зможе налякати застуду або ж стимулювати кровообіг в носоглотці та посилити місцевий імунний захист - це науковцям достеменно невідомо. Тому, аби ви не експериментували зі своїм здоров'ям, Bayer пропонує перевірений та ефективний засіб проти болю

у горлі – Орасепт із приємним вишневим ароматом. Він полегшує біль, пом'якшує подразнену слизову оболонку, не містить цукру і спирту, а також придатний для дітей з 2-х років.

Однак, окрім болю у горлі, нажаль, існують й інші неприємні симптоми застуди: головний і м'язовий біль, ломота у суглобах, підвищена температура тощо. Як позбавитися від них?

Стародавнє південно-корейське вчення Су Джок впевнено каже, що впливаючи на пальці рук та ніг можна швидко попрощатися із застудою. Все, що потрібно, – це обмотати другу фалангу великого пальця руки спиртовим компресом та чекати. На жаль, представники цього вчення не уточнюють дві важливі речі: скільки саме потрібно чекати, а також чи знімуться в результаті цього дійства всі симптоми застуди, або ж одужає лише друга фаланга великого пальця.

Тому у вашому розпорядженні обов'язково має знаходитись перевірений часом препарат «АНТИФЛУ», який подекуди називають «швидкою допомогою при застуді та грипі». Назва цього лікарського засобу відповідає його призначенню, адже у перекладі з англійської “anti” означає проти, а “flu”- грип, тобто АНТИФЛУ – це препарат “проти грипу”, точніше кажучи – проти його найболініших симптомів.



Ацетамінофен (або парацетамол), що входить до складу АНТИФЛУ, та-мує головний і м'язовий біль, ломоту у суглобах, зменшує підвищену температуру.

Судинозвужувальний компонент фенілефрин зменшує запальний набряк слизових оболонок, позбавляючи нежитю і полегшує дихання. Протиалергійна діюча речовина хлорфенірамін усуває набряк слизових оболонок дихальних шляхів, кон'юнктиви ока, свербіння у носі, чхання.

Вітамін С (аскорбінова кислота) підсилює імунітет та укріплює стінки кровоносних судин.

Окрім цього, якщо ви захворіли, візьміть лікарняний і лишіться вдома. Це вбереже від хвороби інших та зменшить ризик дуже серйозних ускладнень особисто у вас. Також слід ретельно прислухатися до порад лікаря, який знається на поточній ситуації значно краще за вас. І врешті-решт, якщо ви така вже незамінна людина у своїй команді, виконайте вдома частину роботи, що не супроводжується контактами з людьми: звіт, статтю, огляд, програму тощо. Або, навпаки, спробуйте відпочити від усього, щоб якісно надоложити все, коли будете у формі.

Бувайте здорові!



## Ліки нові, а історія давня

**Хлоргексидин-Віоля** – це розчин для зовнішнього застосування, який швидко та виражено впливає на бактерії, найпростіші та віруси.

**Радимо:**

- Мамам, які виховують жвавих та непосидючих діток - для дезінфекції рук, а також лікування подряпин і садин у домашніх умовах.
  - Підліткам, які втомилися воювати з ненависними прищами.
  - Чоловікам для зменшення подразнення після гоління.
  - Всім для лікування запальних захворювань порожнин рота та ясен.
- Хлоргексидин** - найефективніший антисептичний лікарський засіб!!!

\*Знижка надається від ціни, що діє в аптекі «Мед-сервіс», на дату придбання товару.  
Знижка діє з 01.12.15 по 31.01.16 р.

Хлоргексидин-Віоля — ефективний антисептик, який успішно використовується у медицині, косметології та в побуті. Цей препарат вартий почесного місця у вашій домашній аптекі



**Здоров всегда**

## Отруєння? На допомогу прийдуть сорбенти!

I.A. Боброва - лікар-інфекціоніст вищої категорії, доктор медичних наук (Головний лікар Центру сімейної медицини УЛДЦ, Головний інфекціоніст МОЗ України 2009-2011рр.).

Як би банально це не було, але ситуації, коли «щось з'їв або випив не те», трапляються з кожним. Ось і зараз - не за горами новорічні свята. І як водиться в Україні - зі щедрим та пишним столом. Наслідки гарного застілля можуть застати зненацька кожного. І тоді виникає перше запитання: а як же це «не те» вивести з організму, щоб швидко повернутися до нормального життя, та не зіпсувати свята ні собі, ні близьким? На допомогу прийдуть сорбенти!

### Як же працюють сорбенти?

Назва «сорбент» походить від латинського «sorbens», що означає поглинаючий. Ентеросорбенти - це спеціальні «сорбенти-поглиначі», що з'язують шкідливі речовини в шлунково-кишковому тракті з подальшим виведенням їх з організму. Якщо мова йде про отруєння, місія сорбенту зібрати на себе токсини і продукти їх розпаду, а потім швидко вивести їх з організму природним шляхом. Завдання у всіх сорбентів одне - допомогти нашому організму очиститися.

### А ось методи та механізми різni. Тому не всi сорбенти однаково ефективнi.

У дослідженні, проведенному Центром незалежних споживчих експертіз «ТЕСТ», взяли участь 6 найпопулярніших ентеросорбентів, що були куплені в аптеках, в тому

числі і СОРБЕКС® - гранульоване активоване вугілля у капсулах. У першу чергу фахівці досліджували одну з головних властивостей всіх сорбентів – питому поверхню, або площину всієї активної поверхні, що бере участь у захопленні та інактивації шкідливих речовин та токсинів. Звісно, чим ця площа більша, тим краще.

Саме сорбенти на основі активованого вугілля мають найбільш розвинену активну поверхню через спеціальну обробку – «активацію», звідтіль пішла і їх назва. Найбільша площа активної поверхні і сорбційного потенціалу виявилися у СОРБЕКС®: вони більш ніж в 3 рази перевищували інші вугільні сорбенти і в 150 разів відомий білий силікатний сорбент. Такі чудові властивості СОРБЕКС® пов'язані з унікальною структурою його гранул у вигляді пористої губки, яка збирає та знешкоджує всі шкідливі речовини.

В проведенному дослідженні СОРБЕКС® довів свою універсальність – здатність поглинати молекули різного походження та розмірів, що важливо в тому випадку, коли людина не знає чинник отруєння, а потрібно максимально швидко вивести його з організму для попередження несприятливих наслідків та розладів здоров'я. Тому завчасно треба подбати, щоб в домашній

або дорожній аптечці завжди був сорбент, який має три основні властивості або, образно кажучи, «сорбент три в одному»:

- 1) сильний - з потужним сорбційним потенціалом;
- 2) універсальний - здатний зв'язувати різноманітні за розміром та походженням токсичні молекули;
- 3) безпечний для людини (що не всмоктується в кров і максимально швидко виводиться з організму разом з токсинами в незмінному вигляді). За результатами всіх тестів СОРБЕКС® отримав найвищу оцінку. Капсули СОРБЕКС® відрізняються від «старого знайомого» активованого вугілля значно більшим сорбційним ресурсом, а гранульована форма випуску обумовлює більш тривалу дію протягом усього часу перебування в шлунково-кишковому тракті, що дозволяє скоротити кількість прийомів препарату і зменшити його дозу до 2 капсул 1-2 рази на добу. СОРБЕКС® застосовують внутрішньо, запиваючи водою, з інтервалом 1,5-2 години до, чи після прийому їжі та лікарських засобів.

Правильно обраний сорбент допоможе швидше впоратися з отруєнням, а це означає, що Ви не зіпсуете жодної радісної миті майбутніх свят та свого життя!

Не варто забувати, що у разі тяжкого отруєння краще не займатися самолікуванням, а негайно звернутися до лікаря.

**SORBEX®**

**ДОЛАЄ ОТРУЕННЯ,  
ПОВЕРТАЄ ДО  
ЗДОРОВОГО ЖИТТЯ!**



РЕКЛАМА ЛІКАРСЬКОГО ЗАСОБУ. Р.П. №UA/10156/01/01 від 10.10.2014 до 22.10.2019. ПЕРЕД ЗАСТОСУВАННЯМ ОБОВ'ЯЗКОВО ОЗНАЙОМТЕСЬ З ІНСТРУКЦІЄЮ ДЛЯ МЕДИЧНОГО ЗАСТОСУВАННЯ ПРЕПАРАТУ ТА ПРОКОНСУЛЬТИЙТЕСЬ З ЛІКАРЕМ. ЗБЕРІГАТИ В МІСЦЯХ НЕДОСТУПНИХ ДЛЯ ДІТЕЙ. Виробник: ТОВ «ВАЛАРТІН ФАРМА», Україна, 08130 Київська область, Києво-Святошинський район, с. Чайки, ул. Грушевського, 60.

WWW.SORBEX.UA

**САМОЛІКУВАННЯ МОЖЕ БУТИ ШКІДЛИВИМ ДЛЯ ВАШОГО ЗДОРОВ'Я**

САМОЛІКУВАННЯ ШКІДЛИВЕ ДЛЯ ВАШОГО ЗДОРОВ'Я

Здоров всегда

# Ренні

## оптимальний вибір проти печії!

Для здорової людини печія – прикра неприємність після проковтнутого на бігу гамбургера або щедрого святкового застілля. Здавалося б, дрібниця, але печія може негативно вплинути на настрої, працездатність та загальне самопочуття. Причина цього неприємного симптому – вплив кислого шлункового соку на ніжну слизову оболонку стравоходу. А оскільки причина в кислоті, то й вихід – у застосуванні протикислотних засобів, які по-науковому називаються антацидами.

Антацидів на ринку багато, і вибирати з них той, що підходить найкраще, не завжди легко. Та якщо орієнтуватися на три головні критерії – ефективність, безпечність і, звичайно ж, вартість, розібраться буде нескладно. Для прикладу візьмемо Ренні, що починає діяти вже за дві хвилини після приймання, а його вартість – середня в сегменті антацидів. Прибавши Ренні, ви за помірну плату отримуєте гарантовану німецьку якість від Bayer. Ренні – препарат із високим профілем безпечності, здатний швидко й ефективно позбавити від печії; до того ж, він офіційно дозволений вагітним і мамам-годувальнницям. Окремо варто відмітити, що вартість дози Ренні можна співставити з ціною “дози” популярних народних засобів від печії: склянки молока або мінеральної води. Позбавитися від неприємних відчуттів за допомогою Ренні нині дешевше ніж проїхатися в метро чи маршрутці, випити чашку кави або з'їсти морозиво!

До того ж, Ренні має приємний

смак ментолу, м'яти чи апона. А це теж важливо, адже може виникати кілька разів, і тому приємніше щоразу приймати засіб, смак якого ми обираємо самі! Крім того, Ренні з м'ятним смаком не містить цукру, тому його можуть приймати пацієнти, що страждають на цукровий діабет.

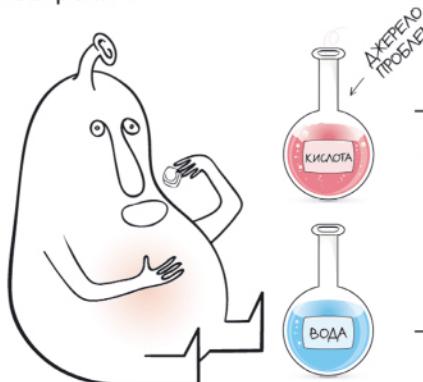
Дуже важливо, що до складу Ренні не входить алюміній, який може викликати низку серйозних побічних ефектів: починаючи від остеопорозу та остеомалляції і закінчуючи такою неприємністю, як закрепи\*.

-15%\*



Жувальні таблетки Ренні не потрібно запивати водою. Це набагато зручніше, аніж користуватися сусpenзією (до того ж побоюючись, що впродовж дня ліки можуть розлитися в жіночі сумочки або кишень піджака). Таблетку Ренні можна легко розжувати в той самий момент і саме там, де вас зненацька застане печія – на вулиці, в офісі, вдома чи в ресторані.

**Ренні –  
швидко, просто, від печії!**



**РЕННІ® ПОЧИНАЄ  
ДІЯТИ  
ЗА 2 ХВИЛИНИ!**

## Панкреатин –

Препарат для людей с функциональными  
расстройствами пищеварения.

Панкреатин №60:  
Реклама лікарського засобу. Панкреатин таблетки, вкриті оболонкою, кишковорозчинні. Діюча речовина: панкреатин; 1 таблетка містить панкреатин 250 мг. Перед вживанням лікарського засобу необхідно проконсультуватися з лікарем та обов'язково ознайомитися з інструкцією. Виробник: ПАТ «Вітаміні». Реєстраційне посвідчення МОЗ України № UA/0337/01/03 от 15.11.2013.



\*Знижка надається від ціни, що діє в аптекі «Мед-сервіс», на дату придбання товару.  
Знижка діє з 01.12.15 по 31.01.16 р.





Здоров всегда

## Декілька міфів про лікування ГРВІ

Напевно немає в світі людини, яка хоча би раз не пережила всі жахіття застуди. Наслідки її недолікованості можуть серйозно зашкодити здоров'ю. До ускладнень ГРВІ відносять бактеріальні риніти, отити, трахеїти, пневмонію, менінгіт, нейріт та радикалоневріт.

Це далеко не повний список загроз, які підстерігають при послабленому імунітеті. На жаль, антропогенний стрес та несприятливі умови середовища призводять до того, що імунна система піддається постійним випробуванням, через що ГРВІ стало повсякденним явищем. Через неналежну увагу до захворювання скуються одні й ті самі помилки. Нижче ми наводимо декілька розповсюджених міфів, які, на жаль, мають місце не лише серед пацієнтів, а й серед лікарів.

**«Застуда, яку лікують, триває тиждень, сама вона проходить за 7 днів»**

Це правда лише наполовину. І то, у випадках наявності міцного імунітету і за умов, що ОРВІ не стало стартом для запуску розвитку інших хвороб. А для цього лікар повинен забезпечити пацієнта надійним захистом від подальшого розповсюдження інфекції. В іншому випадку тяжкі наслідки ГРВІ пацієнт «розгрібатиме» тяжко й довго.

Пік захворюваності – це перша доба після ураження вірусом.

Дуже важливо в цей період забезпечити пацієнта великою кількістю теплої рідини і ліжком. Насамперед, необхідні препарати, що мають протиіруслний, антибактеріальний та противогрибковий ефект.

**Ні в якому разі не можна збивати температуру**

Це не так. Температуру, що перевищує 38°C, збивати потрібно. Існують думки, що підвищення температури сприяє утворенню інтерферонів і організм ефективніше бореться з інфекцією. Насправді ж, їх утворення стимулюється інтерлейкінами, які є медіаторами запалення і призводять до підвищення температури.



## Helpex® Ефект мазь

Зігріє м'яз, здола застуду – візьми з собою зручну тубу!

MoviHealth  
Pharmaceutical company, Switzerland

- 🕒 Ефективно усуває симптоми застуди та ГРВІ
- 🕒 М'яко зігріває
- 🕒 Надає ефект природної інгаляції
- 🕒 Ефективний склад в зручній тубі

РП МОЗ України №UA/11390/01/01 від 14.02.2011 Зберігати в недоступному для дітей місці. Відпускається без рецепту. Перед застосуванням обов'язково ознайомтеся з інструкцією та проконсультуйтесь з лікарем. Повна інформація про лікарський засіб міститься в інструкції для медичного застосування. Реклама лікарського засобу.

**САМОЛІКУВАННЯ МОЖЕ БУТИ ШКОДЛИВИМ ДЛЯ ВАШОГО ЗДОРОВЯ!**

\*Знижка надається від ціни, що діє в аптекі «Мед-сервіс», на дату придбання товару. Знижка діє з 01.12.15 по 31.01.16 р.

САМОЛІКУВАННЯ  
ШКОДЛИВИЙ  
ДЛЯ ВАШОГО ЗДОРОВЯ

# Анзибел



## Перемога над болем у горлі!

Р. п. № UA/10263/01/01, UA/10264/01/01, UA/10265/01/01. Представництво компанії «Нобель» в Україні: вул. Автозаводська, 2, м. Київ, 04074, тел.: (044) 586-20-64, факс: (044) 586-20-65. www.nobel.com.ua

Підвищена температура несе собою загрозу, насамперед, пацієнтам з проблемами серця. Згадаємо закон Лібермайстера: підвищення температури на 1°C викликає почастішення серцевого ритму на 8-10 ударів за хвилину.

Порушення роботи ЦНС, поява судом, порушення роботи ШКТ, зневоднення, порушення кровопостачання у внутрішніх органах далеко не повний список наслідків при наявності підвищеної температури.

Тому висновок – одностайні «так» на користь жарознижуючих засобів при ГРВІ.

### Потрібно пити гаряче!

Це помилка! Гаряче пити протипоказано! Висока температура напою є додатковим подразником для запалених слизових і тільки ускладнює перебіг хвороби. При високій температурі гаряче може спровокувати гіпертермію. Але пиття дійсно необхідне – тепле!

### Необхідність призначення антибіотика

Призначення антибіотика на початку захворювання – це помилка, потрібно не забувати, що ГРВІ – це вірусне захворювання.

Антибіотики призначаються, коли до вірусу приєдналася бактеріальна інфекція. Наша мета – цього не допустити.

На ранній стадії ж розвитку захворювання необхідно застосування місцевих лікарських засобів – препаратів з противірусною, антибактеріальною і протигрибковою активністю, аби не допустити розповсюдження інфекції і розвитку ускладнень.

### Отже, лікувати ГРВІ треба з першого дня захворювання

Важливо проводити симптоматичне лікування пацієнта, призначаючи йому жарознижувальні антигістамінні та противозапальні препарати.

Препарат **Анзибел** поєднує в собі етіологічне, симптоматичне

і патогенетичне лікування застуди. Завдяки таким складовим, як хлоргексидин, еноксолон та бензокайн, **Анзибел** забезпечує комплексне лікування пацієнта.

**Анзибел – перемога над болем в горлі!**

### Теплі напої з лікувальними властивостями

Можна піти традиційним шляхом і робити суміш води з малиновим чи смородиновим варенням. А можна скористатися препаратом із фруктовим смаком **Тайлолfen Хот**, який завдяки вмісту парацетамолу має жарознижувальний і обезболюючий ефект. А наявність хлорфенираміну малеату у **Тайлолfen Хот** дозволяє зменшити запальні реакції, набряки та гіперемію слизових оболонок верхніх дихальних шляхів, що дозволить вдихати життя на повні легені.

**Тайлолfen Хот легко та смаочно усуває симптоми грипа та застуди!**

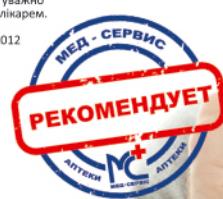
Мед-сервис рекомендует

# АМБРОЛІТИН

### Противокашлевое средство

Облегчает процесс выведения мокроты при влажном кашле. Сироп 15 мг/5 мл, 100 мл.

Реклама лікарського засобу. Перед застосуванням уважно ознайомтеся з інструкцією та проконсультуйтесь з лікарем. Зберігати в місцях недоступних для дітей. РП №UA/12426/01/01 видане МОЗ України 23.08.2012



-20%\*

САМОЛІКУВАННЯ МОЖЕ БУТИ ШКІДЛИВИМ ДЛЯ ВАШОГО ЗДОРОВЯ

\*Знижка надається від ціни, що діє в аптекі «Мед-сервіс», на дату придбання товару. Знижка діє з 01.12.15 по 31.01.16 р.



Здоров всегда

## Максимальный баланс в неидеальном мире: как выжить в условиях турбулентности



Просыпаясь утром, мы никогда не знаем, что ожидает нас в течение дня. Современный мир настолько интенсивен и многозадачен, что успеть все, достичь результата, преодолеть все трудности и вернуться вечером к семье и близким в хорошем расположении духа несмотря ни на что – подвиг, граничащий с героизмом.

Отбросив иронию и скепсис, объективно оценив образ жизни и ритм, можно сказать, что бесконтрольный прием лекарств, самолечение антибиотиками, попытка подобрать себе гормональный препарат, неправильное, нерегулярное и однообразное питание, недостаток в ежедневном рационе всех необходимых человеку веществ, употребление продуктов с обилием химических добавок, бесконтрольное голодание или соблюдение разнообразных диет без консультации с врачом, стрессы и депрессии, злоупотребление алкогольными напитками, курение – далеко не полный список человеческих слабостей, из которых состоят будни. Безусловно, все знают о вреде вышеперечисленного, но все равно уступают под натиском повседневных забот. Никого давно уже не напугать самыми подробными описаниями последствий, возникающих в результате такого образа жизни. Читать их просто нет времени, а когда результаты отражаются на здоровье и работоспособности, уже и не имеет смысла. Если образ жизни поменять не получится, будем сегодня говорить об альтернативных рецептах выживания без ущерба для ритма турбулентного мегаполиса.

И так, если хотя бы два пункта из списка слабостей системно прописались в вашем ежедневном графике, заработать дисбактериоз кишечника – вопрос времени и

ресурсов вашего организма.

### Как распознать?

Его симптомами могут быть чедование диареи и запоров, изжога, неприятный привкус во рту, урчание в кишечнике, метеоризм и распирающие боли в животе и это далеко не весь перечень. Все это создает чувство дискомфорта и неполноты. В настоящее время средств для лечения дисбактериоза в ассортименте аптек в достаточном количестве – как новых, так и проверенных временем. Все они обладают теми или иными свойствами или преимуществами. Могут быть пробиотиками (живые микроорганизмы, применение которых в адекватных количествах оказывает оздоравливающий эффект на организм человека) или же пребиотиками (это вещества, которые стимулируют рост и активность микроорганизмов кишечника, но при этом не перевариваются в организме человека). Чаще всего средство для лечения дисбактериоза относится или только к пробиотикам, или только к пребиотикам.

### Аверс-реверс

В перечень недостатков лекарственных препаратов для лечения дисбактериоза входят: действуют не на весь кишечник (или на тонкий, или на толстый), могут быть термолабильными, требуют хранения в холоде, эффективность некоторых клинически не

доказана.

### Максимальный баланс

В настоящее время появилось новое инновационное средство **Максибаланс** от компании ZandrA, которое благодаря своему уникальному составу имеет свойства как пробиотика, так и пребиотика и тем самым является мощным «оружием» против дисбактериоза. *Bacillus mesentericus* и *Clostridium butyricum* действуют как пребиотики в толстом кишечнике. *Bacillus mesentericus* выделяет мощный фактор стимуляции роста всех изученных видов бифидобактерий и лактобацил нормальной микрофлоры кишечника. *Clostridium butyricum* выделяет масляную кислоту, которая регулирует концентрацию воды и электролитов в кишечнике, стимулирует перистальтику и является источником питательных веществ для клеток слизистой оболочки кишечника. Другие же микроорганизмы, которые входят в состав Максибаланса, являются пробиотиками: *Streptococcus Faecalis* – активны в толстом кишечнике, а *Lactobacillus sporogenes* – работают в тонком. Они восполняют недостаток своих полезных микробов.

**Максибаланс** – надежное современное средство от дисбактериоза. С ним вы быстро сможете одолеть проблему дисбактериоза. А также **Максибаланс** в сравнении с другими средствами доступен по цене.



**Здоров всегда**

## С чего начать здоровый образ жизни

Здоровый образ жизни – это последовательно выстроенные составляющие определенного индивидуума для улучшения здоровья, профилактики заболеваний, а также повышения качества жизни.

Основными составляющими здорового образа жизни являются:

1. рациональное питание
2. регулярные физические нагрузки
3. отказ от вредных привычек
4. правильность построения своего тайм-менеджмента.

**Рациональное питание** рассматривает правильность соотношения белков, жиров, углеводов, витаминов, минералов и соблюдения водно-солевого баланса. В зависимости от данного соотношения можно достичь поставленной цели – набора мышечной массы, процесса уменьшения излишка жировой ткани, улучшения тонуса мышц и организма в целом, а также улучшения подвижности опорно-двигательной системы.

Обязательно нужно учитывать способ приготовления пищи, калорийность, объем одной потреб-

ляемой порции.

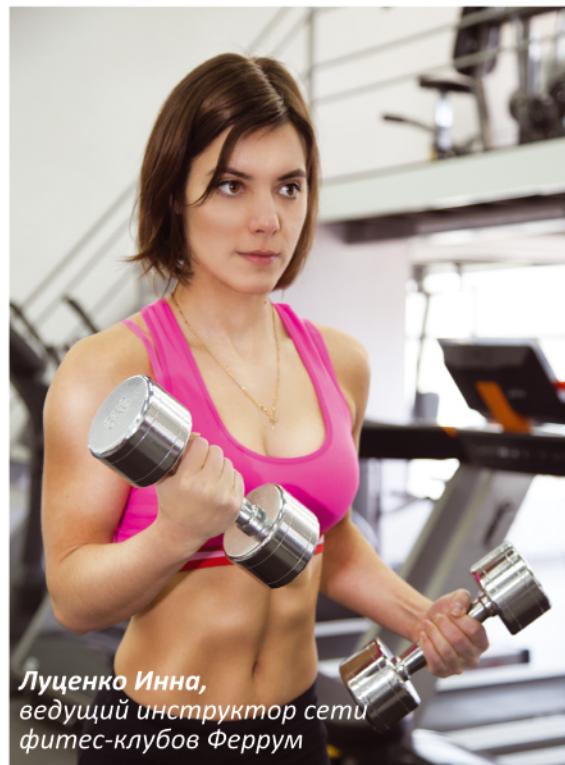
Количество приемов пищи желательно 6-8 раз в день, но небольшими порциями.

### Физические нагрузки.

Для уменьшения излишка жировой ткани рекомендуется аэробная нагрузка – степ-аэробика, силовые фитнес-направления, танцевальные направления. Очень важно следить в данном режиме за пульсовой зоной. В среднем пульсовая зона в районе 120-140 ударов в минуту, при которой можно получить желаемый результат.

Частота посещений таких фитнес-программ достаточна 3 раза в неделю по 60 минут.

Важным фактором здорового образа жизни является отказ от курения и алкоголя. **Вредные привычки** не позволяют работать в полном объеме.



**Луценко Инна,**  
ведущий инструктор сети  
фитнес-клубов Феррум

**Немаловажный компонент – построения дня:** отдых-труд-досуг. Рациональное построение дня и его систематичность выполнения даст результат гораздо быстрее и ваш организм будет благодарен, здоров и всегда в тонусе как внешне, так и внутри.

## Есть чтобы худеть.

### Как стать стройной: выбор нонконформиста

Рецептами здоровья делится автор рубрики Наталья Орлова

Каждый сезон тренд-сеттеры провозглашают новый модный приоритет. Герои светской хроники и модных показов сегодня уже не стесняются пышных форм, позиционируя их как часть уникального образа. В борьбе с лишними килограммами не просто хороши все средства, мы готовы идти на самые жесткие ограничения, чтобы расстаться с ними. Но постоянно выдержать марафон отказа от всего, аскеза и абсолютно правильное питание – первые враги хорошего настроения. Чтобы удержаться от излишеств и настроиться на здоровый образ жизни и благополучно преодолеть переходный период, поддержка просто необходима, особенно тем, кто стремится максимально быстро прийти в форму.

Препарат XLS MEDICAL – надежное и эффективное решение проблем при адаптации к здоровому образу жизни.

Он создан из натуральных растительных компонентов, он не заставит вас «бегать в туалет» чаще, чем нужно, не навредит вашему здоровью и не

позволит потерянным килограммам вернуться обратно. Его главное действующее вещество - **Litramine®** – это запатентованный комплекс растительных волокон, который обладает тройным эффектом:

- уменьшает аппетит и чувство голода;
- связывает до трети жиров;
- приводит в порядок желудочно-кишечный тракт без слабительного и мочегонного действия.

Современный препарат XLS MEDICAL в отличие от аналогов нейтрализует излишки приемов пищи, усиливая эффект от диеты либо специализированной системы питания.

Начните прямо сейчас, и через месяц вы уже увидите первые результаты и сможете гордиться собой. Наш 6-летний опыт работы с XLS MEDICAL в 20 странах Европы подтверждает качество и эффективность.



**XLS MEDICAL**



05.06.2015

**ДО**

05.02.2015

Не является лекарственным средством

Мужчина и женщина

## Про Это!

Ученые давно доказали, что любовь - это чувство, обусловленное работой некоторых гормонов. И за отношения между людьми отвечают те же участки мозга, которые ведают нашими потребностями. Но что в таком случае отвечает за нашу тягу к сексу? Человек, пожалуй, единственное животное, которое совокупляется не только ради продолжения рода. Поэтому нельзя сказать, что занятие любовью обусловлено только физиологией и инстинктами. Ведущую роль здесь играет психология сексуальных отношений.

### Психология современного секса

Ни для кого не секрет, что женщины и мужчины относятся к любовным утехам по-разному. Но в психологии отношений секс все же играет главную роль. Тем не менее одни стесняются, другие морально не приемлют ничего, кроме «классики». Вот и получается, что психологического комфорта достичь не просто. Но все же не будем забывать и об особенностях сексуальной психологии каждого пола в отдельности. Возможно и удастся найти компромисс в этом нелегком вопросе.

Психология современного секса в последние годы начала изучаться особенно активно. Нравственная сторона некогда запрещенного к открытому обсуждению вида отношений на сегодняшний день обрела самые откровенные и разнообразные формы. Рассмотрим две наиболее распространенные из них:

### Виртуальный секс.

Психология виртуального секса довольно проста. Он пользуется широкой популярностью во всем мире благодаря возможности его любителей скрыть

свои недостатки и комплексы. По ту сторону монитора компьютера не всегда можно понять, что там за человек и какой у него опыт. А самое главное – такой вид секса дает возможность партнерам реализовать свои фантазии, хотя бы на словах.

### Секс без обязательств.

Психология такого поведения объясняется нарушением человеческой нравственности. Прежде всего потому, что занятие любовью предполагает наличие чувств у обоих партнеров. Однако в современном мире все происходит быстро, цинично и грубо. Наличие секса без обязательств – это бич современного общества. В вечной будничной спешке и беготне найти постоянного партнера представителям обоих полов стало намного сложнее. Поэтому, не обращая внимания на морально-этическую сторону, многие находят в таком виде секса единственный способ получить удовлетворение. Однако минусом здесь является то, что после беспорядочной половой жизни людям намного сложнее начать нормальные и серьезные отношения и обрести постоянного партнера.

# Простекс



**ЗНИЖКА-15%**

Надається на препарат Простекс №10

діє в аптечній мережі "Мед-Сервіс" 01.12.2015-31.01.2016

### Показання для використання:

- Хронічний простатит
- Профілактика та лікування ускладнень після операцій на передміхурівій залозі

Реклама лікарського засобу.

Виробник ТОВ "ФЗ"БІОФАРМА" Україна 09100,  
Київська область, м. Біла Церква, вул Кіївська, 37

Реєстраційне посвідчення №UA/14209/01/01 згідно з наказом МОЗ України від 18.02.2015 №76

Перед застосуванням необхідно проконсультуватися з лікарем та ознайомитися з інструкцією.  
Зберігати в недоступному для дітей місці.

**САМОЛІКУВАННЯ МОЖЕ БУТИ ШКІДЛИВИМ ДЛЯ ВАШОГО ЗДОРОВ'Я**

Телефон горячей линии 0 800 50 52 53

САМОЛІКУВАННЯ ІЖІДЛИВЕ ДЛЯ ВАШОГО ЗДОРОВ'Я

Главное, чего стоит придерживаться, чтобы всегда быть сексуально удовлетворенным, это иметь постоянного, любимого партнера и не стесняться говорить о своих желаниях и фантазиях.

Так сложилось, что многие предпочитают не обсуждать с партнером свою сексуальную жизнь. Это равно касается как мужчин, так и женщин. Собственно говоря, поэтому в сфере интимной жизни присутствует много «темных пятен», которые среди большинства людей попросту принято игнорировать. Тысячи и миллионы людей живут ущербной сексуальной жизнью, предпочитая мириться с этим, а не пытаться решить свои проблемы. Правда, в последнее время есть некая положительная тенденция, связанная с просвещением этой стороны жизни человека

Благодаря развитию науки в мире существует множество брендов, ставших незаменимыми спутниками человека в его сексуальной жизни. Один из таких брендов – английский бренд Durex – помо-

гає решать людям их проблемы с 20-х годов 20-го века! Название бренда – это первые буквы английских слов Durability, Reliability and Excellence, что означает «прочность, надежность, превосходство». Среди прочих продуктов компания предлагает линейку интимных гелей. Интимные гели используются как для решения проблемы сухости влагалища, так и для усиления ощущений во время секса. Согласно последним исследованиям проблема сухости влагалища так или иначе касается практически 50% женщин, но особенно актуальна для молодых мам в первые месяцы после беременности, а также для женщин, находящихся в менопаузе. Стремясь соответствовать своему девизу, заложенному в название, при производстве продукции под брендом Durex очень много времени уделяется безопасности и надежности. Это позволяет компании-производителю создавать высококачественные товары. Интимные гели Durex изготовлены на водной основе, не оставляют пятен, не содержат спирта, легко смываются и их можно использовать с презервативами.



Вся продукция Durex соответствует мировым стандартам качества.



## КРАСА ВІД SOLGAR

ПРУЖНЯ ШКІРА. БЛІСКУЧЕ ВОЛОССЯ.  
МІЦНІ НІГТИ.

### SOLGAR «ГІАЛУРОНОВА КИСЛОТА 120 МГ»

Для молодості, пружності і сяйва шкіри необхідна вода. Але з віком вміст води помітно знижується. Завдяки Гіалуроновій кислоті, яка забезпечує оптимальний вміст води в шкірі, комплекс Solgar допомагає уповільнити процеси старіння і формування зморшок.

### КОМПЛЕКС НА ОСНОВІ НАТУРАЛЬНОЇ ОРГАНІЧНОЇ СІРКИ SOLGAR «ТАБЛЕТКИ ДЛЯ ШКІРИ, НІГТИВ ТА ВОЛОССЯ»

МСМ (метилсульфонілметан) бере участь у синтезі будівельних матеріалів шкіри. Вітамін С надає шкірі пружність і еластичність. Мідь захищає шкіру від пагубного впливу УФ-променів. Цинк дозволяє зменшити жирний блиск, а також допомагає уникнути сухості і ламкості волосся.

Виробник: СОЛГАР ВІТАМІН ЕНД ХЕРБ, США. Висновок СЕЕ № 05.03.02-03/69611 від 14.11.2014 р.  
Виробник: СОЛГАР ВІТАМІН ЕНД ХЕРБ, США. Висновок СЕЕ № 05.03.02-03/69610 від 14.11.2014 р.

0-800-30-19-47 | [www.solgar.com](http://www.solgar.com)



Since 1947

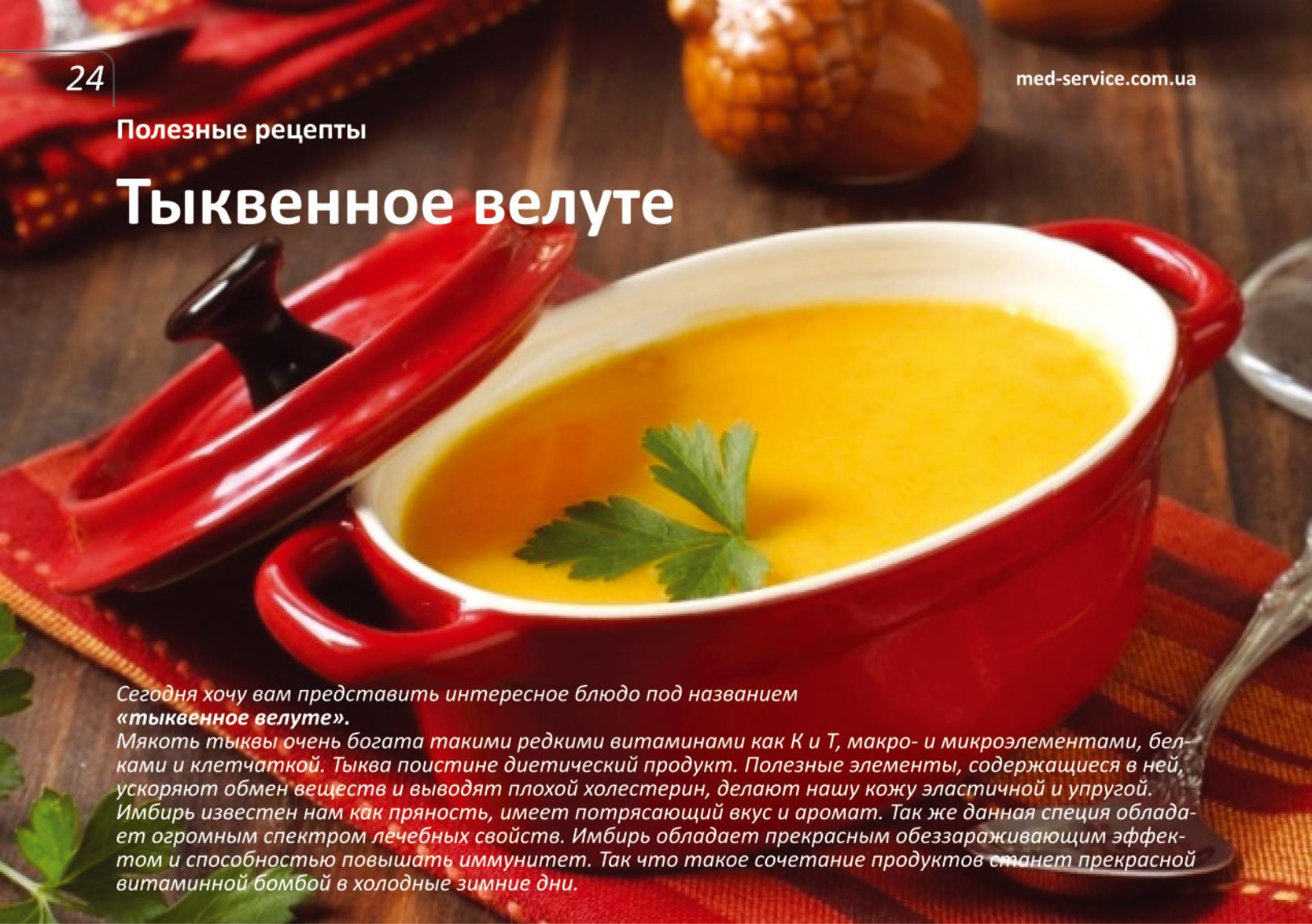
Вітаміни | Мінерали | Рослини



НЕ є ЛІКАРСЬКИМ ЗАСОБОМ

Полезные рецепты

# Тыквенное велуте



Сегодня хочу вам представить интересное блюдо под названием «тыквенное велуте».

Мякоть тыквы очень богата такими редкими витаминами как К и Т, макро- и микроэлементами, белками и клетчаткой. Тыква поистине диетический продукт. Полезные элементы, содержащиеся в ней, ускоряют обмен веществ и выводят плохой холестерин, делают нашу кожу эластичной и упругой.

Имбирь известен нам как пряность, имеет потрясающий вкус и аромат. Так же данная специя обладает огромным спектром лечебных свойств. Имбирь обладает прекрасным обеззараживающим эффектом и способностью повышать иммунитет. Так что такое сочетание продуктов станет прекрасной витаминной бомбой в холодные зимние дни.

- 400 г тыквы
- 50 г лука репчатого
- 1 зубчик чеснока
- 25 г корня имбиря
- 1 щепотка карри
- 700 г прозрачного куриного бульона
- 100 г сливок больше 30% (не сладкие!)
- 50 г маскарпоне или любого другого крем-сыра
- масло сливочное для жарки
- соль, специи по вкусу
- (мускатный орех, перец черный молотый)

Приготовление: 30 - 40 минут +1 час на охлаждение  
Подготовка: 15-20 минут.

Температура подачи: холодная  
Порции: 4



Овощи очистить, вымыть и нарезать ломтиками. Имбирь очистить, натереть на мелкой терке, добавить щепотку карри и перемешать. В сковороду или сотейник с толстым дном добавить топленое сливочное масло, разогреть и погрузить нарезанный лук. Сразу же понизить температуру жарки лука и протомить его 3-5 минут. К луку добавить ломтики тыквы и залить бульоном, довести до вкуса солью и специями. Варить под крышкой 30-40 минут на среднем огне, до полной готовности тыквы. За 5 минут до конца варки добавить смесь из имбиря.

Отваренную овощную смесь перетереть до однородной консистенции, добавить крем сыр и все хорошо перемешать. Полученную массу охладить и разлить по порциям, поставить на 1 час в холодильник.

Сливки взбить в плотную пышную массу и разлить в формочки, где находится наш велуте. Присыпать сливки немножко мускатным орехом.

## Полезные рецепты

# Салат с пряной зеленью, индейкой и клюквенным соусом

- 1 средний пучок рукколы
- 1 средний пучок шпината
- 1/2 стакана свежей клюквы
- 1/2 стакана сахара
- 1 яблоко (сладких сортов)
- 1 ч. л сока лимона
- 400 г филе индейки
- 2 ст. л оливкового масла
- 1 ст. л бальзамического уксуса (желательно белого)
- 1 ч.л жидкого меда
- масло растительное
- соль, специи по вкусу
- веточка тимьяна

Приготовление: 20 -25 минут . + 30 минут на охлаждение соуса

Температура подачи: холодная, мясо птицы - теплое

Порции: 4

Филе индейки вымыть и обсушить. В миске смешать растительное масло, соль, перец, тимьян и поместить филе индейки в маринад. Тщательно помассировать мясо, насытив его всеми ароматами специй, и оставить мариноваться на 5 минут. Затем поместить в разогретую духовку ( $t^{\circ}$  160C) и выпекать до готовности 15 минут. Клюкву вымыть, перебить блендером, процедить через сито. В сотейник с толстым дном вылить наш фреш-пюре из клюквы и добавить сахар. Клюквенный соус довести до кипения и, снизив температуру, готовить до полного растворения сахара, соусу дать остить.

#### **Готовим заправку для салата.**

Оливковое масло взбить венчиком с добавлением бальзамического уксуса и меда, довести до вкуса солью и свежемолотым перцем. Яблоки очистить от семян, нарезать тонкими слайсами и взбрызнуть соком лимона. Листья зелени вымыть, обсушить.

#### **Теперь собираем салат.**

В большой миске смешать листья зелени, яблоки, заправку. Выложить на порционные тарелки. Мясо индейки нарезать слайсами, выложить сверху салата и полить клюквенным соусом.

*Приятного аппетита!  
Сергей Батура  
шеф-повар, галерея кафе Van Gog,  
Днепропетровск.*



**-20%**

Різдвяна знижка  
від ТМ Фармона

**СОЛОДКА ТУРБОТА**  
для ніжної шкіри рук  
та ваших ніжок

Знижка розповсюджується  
на будь-які креми для рук  
Світ Сікрет,  
Хербал Kea 100мл,  
креми для Hir  
Хербал Kea 100мл

**FARMONA**  
*natural*

Ексклюзивний представник ТМ Фармона (Польща) в Україні  
Фармацевтична компанія «Натурфарм»

**Alpi fresh**

Крем для тела ТМ Alpi Fresh  
сделает вашу кожу мягкой  
и нежной, как шелк.  
Кожа вновь станет  
гладкой и упругой.  
Попробуйте, и вы откроете  
секрет вечной молодости!

**-20%\***

**ELENSEE**

Соль для ванн с эфирными  
маслами - отличный способ  
восстановить организм  
после умственного и  
физического переутомления,  
предотвратить простуду и  
ускорить процесс  
выздоровления при общем  
недомогании.

**-25%\***

**BEAUTYDERM**

Жидкие маски  
ТМ BEAUTY DERM -  
невероятно простые и  
эффективные косметические  
средства для сохранения  
молодости и красоты.

**NEW!**

**fito косметик**

Маски и глина  
ТМ ФИТОкосметик  
содержат только  
натуральные компоненты,  
постоянно заботясь о красоте  
и здоровье вашей кожи.

**-25%\***

Ты  
создана  
быть  
самой-  
самой!

**-25%\***

Косметика по уходу за кожей малышей  
TM Johnson's baby

**ВСЕГДА БОЛЬШЕ!**

**-20%\***

**Muumi®**

Высококачественные финские эко подгузники MUUMI, созданы из экологически чистых натуральных материалов.

**-20%\*\***

**BABY TEAM**

Высококачественные и безопасные аксессуары для детей: бутылочки, соски, пустышки, прорезыватели, детская посуда, погремушки и игрушки. Продукция ТМ Baby team создана для того, чтобы дарить положительные эмоции малышам и родителям!

**-15%\***

**NUTRICIA Nutrilon**

Детская смесь ProNutra+ - уникальный сбалансированный комплекс, созданный экспертами после 30 лет исследований грудного молока. С ProNutra+ Вы каждый день уверены, что Ваш малыш получает компоненты, которые крайне необходимы для успешного и полноценного развития. Эффективность Nutrilon с ProNutra+ доказана клинически.

**-15%\*\***

**HiPP**

Детские фруктовые пюре ТМ HiPP богаты витамином С и помогают укреплению защитных свойств организма Вашего ребенка. Для своих продуктов HiPP использует только отборные фрукты, прошедшие через особо строгую систему контроля.

**1+1=3\*\*\***

**NUK**

Широкий ассортимент детских аксессуаров: бутылочки для кормления, детские соски, пустышки, посуда для детей, зубные кольца, поильники и чашки, продукция для туалета и купания. Каждый из продуктов NUK создан для того, чтобы превратить материнство в самое прекрасное время в жизни женщины!

**-20%\*\***

\*Скидка предоставляется от цены, действующей в аптеке «Мед-сервис», на дату приобретения товара. Скидка действует с 01.12.15 по 31.01.16 г.

\*\*Скидка предоставляется от цены, действующей в аптеке «Мед-сервис», на дату приобретения товара. Скидка действует с 01.12.15 по 31.12.15 г.

\*\*\*Скидка предоставляется от цены, действующей в аптеке «Мед-сервис», на дату приобретения товара. Скидка действует с 15.12.15 по 15.01.16 г.

**АКЦІЯ**

# НАЗІК neo-ангін®

Свобода вільного дихання

ВИРОБЛЕНО В НІМЕЧЧИНІ

-20%\*

**НЕО-АНГІН® З ТРИАКТИВНОЮ ФОРМУЛОЮ\*\*\*:**  
ПОЛегшує біль у горлі,  
Зменшує запалення,  
Усуває інфекції рота та горла

**ЕФЕКТИВНА КОМБІНАЦІЯ 2 ДІЮЧИХ РЕЧОВИН\*\***

**КСИЛОМЕТАЗОЛІН + ДЕКСПАНТЕНОЛ**  
успаковка та полегшує носове дихання

**НАЗАЛЬНИЙ СПРЕЙ**  
сприяє засошенню та захищє слизову оболонку носа

## РИНЗА ЕСТЬ ПРОСТУДЫ НЕТ!



### ПРЕИМУЩЕСТВА ПРЕПАРАТА



Способствует устранению основных симптомов простуды и гриппа

Широкий выбор форматов и вкусов

Благодаря витамину С порошок укрепляет защитные силы организма

Одной упаковки хватает для минимально рекомендованного курса лечения



Ринза горло з лимоном № 100, РП № UA/2079/01/01 від 06.11.2014.  
Ринза хотспіс з вітаміном С зі смаком АЛТЕЙ-ЧИНА, порошок для орального розчину, РП № UA/4335/01/01 від 01.05.2011.  
Ринза хотспіс з вітаміном С зі смаком ЛІМОНА, порошок для орального розчину, РП № UA/4337/01/01 від 01.05.2011.  
Ринза хотспіс з вітаміном С зі смаком ЧОРНОЇ СМОРОДИНИ, порошок для орального розчину, РП № UA/4338/01/01 від 01.06.2011.  
Виробник: ЮкрФармАптека (Лабораторія) (зареєстрована фірма «Д/к. Кемпака» відповідно до Пор. 4).  
Перед застосуванням слід обов'язково ознайомитися з інструкцією та необхідно провіднуватися з лакром.

**Гексорал®**

**Снимите  
боль с горла**

-30%\*

Гексорал действует быстрее, чем можно ожидать.

- ОБЛЕГЧАЕТ боль в горле
- БОРЕТСЯ с инфекцией
- АКТИВЕН в течение 12 часов

Гексорал таблетки Гексорал раствор Гексорал аэрозоль Гексорал спрей

Лечите горло сейчас, чтобы не разболеться сильнее

**Алтейка**  
ГАЛИЧФАРМ

Багатокомпонентний рослинний відхаркувальний засіб на основі екстракту алтеї лікарської.

-20%\*

АЛТЕЙКА ГАЛИЧФАРМ  
ЕКСТРАКТ АЛТЕЇ, що звільняє від кашлю

**АЦЦ®**

-20%\*

АЦЦ® 20 мг/1 мл АЦЦ® 100 мл Sandoz АЦЦ® 20 мг/1 мл АЦЦ® 100 мл Sandoz

АЦЦ® з 1-го дня кашлю.  
Не чекай ускладнені!

**АЦЦ®.**  
**Швидше за кашель.**

\*Кашель, як симптом захворювання органів дихання з в'язким важковідокремлюваним мокротинням.

РП №UA/8072/02/01. Реклама підрозділу засобів дихання. Перед застосуванням лікарського засобу необхідно провіднуватися з інструкцією та обов'язково ознайомитися з інструкцією на лікарський засіб. Ви можете звернутися до фахівця з питаннями про побічні реакції та/або відсутність ефективності лікарського засобу. Повідомлення про замовлення зважено згідно з Указом Президента України від 29.07.2010 р. № 785-УЗ. Кількість: 100 штук. Код: 04-27-АЦЦ-СІС-1215.

САМОЛІКУВАННЯ ШКІДЛИВЕ ДЛЯ ВАШОГО ЗДОРОВ'Я

# САМОЛІКУВАННЯ ШКІДЛИВЕ ДЛЯ ВАШОГО ЗДОРОВ'Я

**Резістол®**

-20%\*

Засіб для лікування гострих та хронічних інфекцій дихальних шляхів і носоглотки.

**ЛІНЕКС®**

Баланс починається зсередини

-20%\*

Засіб, що нормалізує мікрофлору кишечника.

Р.П. ВЗНН 300200000. Речовини належать засобу: Лінекс - засіб, який побудував реальні. Для діагностичного та терапевтичного застосування. Умови та методи застосування та правила умов та професійної ефективності засобу зазначені в інструкції. Ви можете познайомитися з побічною реакцією та/або відсутністю ефективності засобу засобу представника замовленої за адресою або телефоном: вул. Амосова 12, м. Київ, 03680, тел. +38(044) 495-28-66 [www.sandoz.ua](http://www.sandoz.ua). КМ (04-07-ЛНН-ОТС-1215

**Уролесан**

Засіб рослинного походження для лікування та профілактики захворювань нирок та сечових шляхів.

-20%\*

**КОПАЦИЛ**

три компоненти  
проти головного болю

-20%\*

Знеболювальний засіб при слабкому або помірновираженому бальовому синдромі.

**Доло Веда**

Засіб при болі в спині, запаленні в суглобах і м'язах

**Доло Веда** крем для зневиняльної терапії  
Доло Веда крем 25г

**Гліцисед**

Засіб, який активізує природні механізми боротьби зі стресом, нормалізує сон і не викликає звикання.

-20%\*

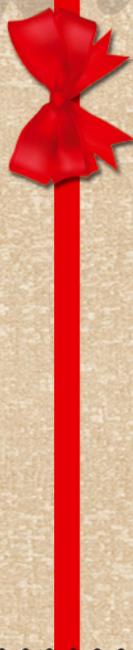
Антистресовий препарат  
Гліцисед<sup>®</sup> антистресовий препарат  
знижує психомоторне напруження  
підвищує розумову функціональність  
нормалізує сон

период действия  
01.12.2015 - 29.02.2016



телефон горячей линии  
**0800505253**

## ПОДАРОЧНЫЙ СЕРТИФИКАТ на получение скидки\*



**АПТЕКИ, КОТОРЫМ ДОВЕРЯЮТ!**

[med-service.com.ua](http://med-service.com.ua)



**-25%**



**-40%**



\*Сертификат выдается при совершении покупки от 200 грн с НДС. Сертификат 0,50 грн с НДС. Сертификат дает право на приобретение тонометров и ингаляторов ТМ Dr. Frei, дермокосметики ТМ Vichy, средств по уходу за полостью рта ТМ GUM, подушек для сна Ultracool со скидкой, указанной на сертификате. Скидка распространяется от цены, действующей в аптеке "Мед-сервис". На один чек скидка распространяется от цены, действующей в аптеке "Мед-сервис". Сертификат на приобретение товара не входит в акции. Внешний вид акционных упаковок оставляет за собой право отказать от размещения в аптеке "Мед-сервис". Помимо первичного акционного упаковки упаковка может быть изменена. Указанное в аптеке "Мед-сервис" количество действующих сертификатов ограничено. Информация о действующих сертификатах и акциях может меняться в зависимости от политики компании "Мед-сервис".

Купон на скидку 30%\*  
на природную  
косметику D'oliva.

**Doliva**  
VITALFRISCH



**-30%**

\*СКИДКА ПРЕДОСТАВЛЯЕТСЯ ПРИ ПРЕДОСТАВЛЕНИИ КУПОНА.  
СРОК ДЕЙСТВИЯ СКИДКИ 01.12.15 – 31.01.16

Купон на скидку 25%\*  
на косметику MYTHOS,  
Laktion и Frais Monde



FRAIS MONDE  
Terme di Répole



**-25%**

\*СКИДКА ПРЕДОСТАВЛЯЕТСЯ ПРИ ПРЕДОСТАВЛЕНИИ КУПОНА.  
СРОК ДЕЙСТВИЯ СКИДКИ 01.12.15 – 31.01.16

Купон на скидку 25%\*  
травяные чаи  
PRANO

**PRANO**  
NATURAL HARMONY



**-25%**

\*СКИДКА ПРЕДОСТАВЛЯЕТСЯ ПРИ ПРЕДОСТАВЛЕНИИ КУПОНА.  
СРОК ДЕЙСТВИЯ СКИДКИ 01.12.15 – 31.01.16

Купон на скидку 25%\*  
на витамины  
ТМ Смарт Омега  
для взрослых и детей

**СМАРТ  
ОМЕГА**



**-25%**

\*СКИДКА ПРЕДОСТАВЛЯЕТСЯ ПРИ ПРЕДОСТАВЛЕНИИ КУПОНА.  
СРОК ДЕЙСТВИЯ СКИДКИ 01.12.15 – 31.01.16

Купон на скидку 30%\*  
на Энтеросель,  
15 г саше №15

**КРЕОМА-ФАРМ**  
ЕКОЛОГІКОХОДННА ФІРМА  
ЕНТЕРОСЕЛЬ



**-30%**

\*СКИДКА ПРЕДОСТАВЛЯЕТСЯ ПРИ ПРЕДОСТАВЛЕНИИ КУПОНА.  
СРОК ДЕЙСТВИЯ СКИДКИ 01.12.15 – 31.01.16

**КУПОН -10%  
НА ВСЕЙ АСОРТИМЕНТ**

**MED-SERVIS**



**-10%**

\*СКИДКА ПРЕДОСТАВЛЯЕТСЯ ПРИ ПРЕДОСТАВЛЕНИИ КУПОНА.  
СРОК ДЕЙСТВИЯ СКИДКИ 01.12.15 – 29.02.16

# КАЛЕНДАРЬ АКЦИЙ

НАШИ ЛУЧШИЕ ПРЕДЛОЖЕНИЯ ДЛЯ ВАС

01.12.15 - 31.01.16

**-10% СКИДКА**  
для пенсионеров



В аптеках "Мед-сервис" скидка 10% для пенсионеров по карте лояльности Забота

01.12.15 - 29.02.16

**до -50% СКИДКА**  
по сертификату



При покупке от 200 грн. получи сертификат на скидку: 50% на медтехнику, 25% на дермокосметику TM Vichy, 40% на средства по уходу за полностью рта TM Gum, 40% на подгузники TM Huggies  
Стоимость сертификата 0,50 грн. с НДС

14.11.15 - 31.12.15

**-25% АКЦИЯ**  
день красоты



Каждую субботу в аптеках "Мед-сервис-beauty" скидка 25% на эксклюзивную косметику TM MUTHOS, TM Mille Uliv и TM Frais Monde и другие мировые бренды

25.12.15 - 31.12.15

**до -50% АКЦИЯ**  
снегопад цен



В аптеках "Мед-сервис" скидки до 50%.  
Перечень товара уточняйте у фармацевта

01.12.15 - 31.12.15

**до -50% АКЦИЯ**  
моментальная скидка



Купи косметику MYTHOS, Mille Uliv и Frais Monde в аптеках "Мед-сервис-beauty" и выбери себе моментальную скидку до 50% по скретч-карте

На постоянной основе

**!!!% АКЦИЯ**  
для владельцев дисконтных карт



Совершай покупки в аптеках "Мед-сервис" по карте лояльности "МС-Клуб" и получай еще больше персональных скидок.

Журнал «Здравствуйте с нами» №2 2015 г.,  
01.12.2015 г.  
Учредитель ООО «Мед-сервис Групп»  
Телефон горячей линии 0 800 50 52 53  
[www.med-service.com.ua](http://www.med-service.com.ua)  
Руководитель проекта Тимошенко О.Б.  
Главный редактор Лисичкина Е.А.  
Ведущий дизайнер Гречаная Е.А.  
Адрес издательства и редакции: Украина, 49000, г.  
Днепропетровск, ул. Серова, 4  
Свидетельство о регистрации КВ №21195-10995  
ПР от 30.01.2015  
Напечатано в типографии ЧП «Астро»  
г. Харьков, ул. Золочевская, 1  
Подписано к печати 18.11.2015  
Тираж 200 000  
Распространяется среди покупателей аптек  
«Мед-сервис». Рекомендованная цена 9,96 грн. с НДС.

Ответственность за достоверность рекламной информации несет рекламодатель.  
Рекламодатель несет ответственность за наличие лицензии и сертификации продукции и услуг в порядке, предусмотренном законодательством.  
Запрещается использовать статьи, опубликованные в журнале, без письменного согласия редакции.

АНКЕТА

ФИО

Область

Город

Адрес

Почтовый индекс

Телефон

E-mail

Я даю согласие на обработку  
моих персональных данных

Подпись



love sex



# КУПУЙ ІНТИМНІ ГЕЛЬ-ЗМАЗКИ ЗІ ЗНИЖКОЮ **-20%**



## ОТРИМАЙ МАКСИМУМ ЗАДОВОЛЕННЯ з інтимними гелями-змазками DUREX® PLAY

Інтимні гель-змазки Durex, висновок державно-санітарно-епідеміологічної експертизи №05.03.02-03/20963 від 27.03.2014.  
Виробник: "Reckitt Benckiser Healthcare Manufacturing (Thailand) Ltd", 65 Moo 12, Lardkrabang - Bangplee - Yai, Samutprakarn 10540, Thailand.  
Уповноважена організація / Імпортер: ТОВ "Рекітт Бенкізер Хаусхолд Енд Хелс Кер Україна", м. Київ, просп. Московський, 28а, літера «Б», оф. 80,  
тел.: +38 (044) 390 50 41. Телефон гарячої лінії: 0 800 505 150, безкоштовно по Україні зі стаціонарних телефонів.

Перед застосуванням обов'язково ознайомтеся з інструкцією та проконсультуйтесь з лікарем.

Скидка предоставляется от цены, действующей в аптеке "Мед-сервис" на дату приобретения товара.

Компания оставляет за собой право изменять цены на протяжении акционного периода и не несет ответственности за печатные ошибки.  
Допускается наличие акционных товаров не во всех аптеках "Мед-сервис". Фото товаров могут отличаться от товаров, которые находятся в продаже.  
Подробности на сайте: [www.med-service.com.ua](http://www.med-service.com.ua) или по телефону 0800 505253. Звонки с мобильных и стационарных телефонов бесплатны