

pharm skills

Итоги конкурса «Главный волшебник Деда Мороза»

Сборник лучших поздравлений



Новогодняя история #1

АЛМАЗОВА Наталья Николаевна

фармацевт, аптека «Виста», г. Алушта



❄ Пациент

Снегурочка – синдром дефицита внутреннего солнца.

❄ Проблема

Озноб, зябкость, вечная мерзлота в конечностях, несмотря на теплую погоду в резиденции.

Диагноз: «синдром дефицита внутреннего солнца» (гипотермия, на фоне длительного пребывания в сугробах).

❄ Рекомендация

1. Конечно же, теплый **чай-сбор** с шиповником (витамин С), имбирем (согревающий), липой и лимоном.
2. «**Сафистон**» при симптомах простуды, «**Тилорон**» как противовирусное, ведь праздник только начинается.
3. **Согревающие гели, крем** на основе капсаицина (если нет аллергии). Наносить на стопы.

Немедикаментозный совет:

Рекомендуется техника теплого дыхания для снятия стресса и танцевальные разминки у ёлки, для улучшения кровотока. И обязательно теплые носки из натуральной шерсти!

❄ Профессиональное обоснование

Травяные витаминные сборы – адекватная гидратация и витамины улучшают циркуляцию.

Согревающие мази улучшают периферическое кровообращение за счет рефлекторного действия.



Новогодняя история #2

КОВЫЛИНА Любовь Дмитриевна

фармацевт, АКГУП «Аптеки Алтая», с. Ребриха



❄ Пациент

Олень Рудольф – аллергический ринит от летящей в лицо пыли с подарков.

❄ Проблема

Бедный Рудольф! Его некогда сияющий нос, обычно такой чуткий к запахам рождественских елей и свежего снега, теперь постоянно чешется и заложен. Вместо радостного фыркания, он издает жалобные чихи, а его красная лампочка, символ праздничного настроения, тускнеет от постоянного слезотечения. Рудольф чувствует себя совершенно разбитым, ведь даже любимые морковки теперь кажутся ему менее аппетитными из-за заложенности носа.

❄ Рекомендация

Для Рудольфа, страдающего от аллергического ринита, рекомендуется комплексный подход, включающий:

1. **«Эзлор» , таблетки**
2. В качестве поддерживающей терапии могут быть полезны **Омега-3 жирные кислоты**.
3. Промывание носовых ходов стерильным **солевым раствором**.
4. **Режим соблюдать**. Крайне важно минимизировать контакт с аллергенами.

❄ Профессиональное обоснование

«Эзлор солюшн таблетс» , 5 мг.

Показания: аллергический ринит (устранение или облегчение чиханья, заложенности носа, выделения слизи из носа, зуда в носу, зуда неба, зуда и покраснения глаз, слезотечения).

Действующее вещество: дезлоратадин.

Неседативный антигистаминный препарат длительного действия. Является первичным активным метаболитом лоратадина. Подавляет высвобождение гистамина из тучных клеток. Действие дезлоратадина начинается в течение 30 минут после приема внутрь и продолжается в течение 24 часов.



Новогодняя история #3

УШАКОВА Елена Сергеевна

фармацевт, аптека «Первая помощь», г. Барнаул

❄ Пациент

Гном-упаковщик – сорвал спину, поднимая мешки с подарками.



❄ Проблема

Гном-упаковщик, герой предпраздничной гонки, теперь страдает от последствий своей усердной работы. Спина его, сорванная под тяжестью мешков с подарками, стала источником постоянной боли. Теперь даже легкое движение причиняет дискомфорт, омрачая предвкушение праздника.

❄ Рекомендация

Для облегчения боли и восстановления спины гному рекомендуется:

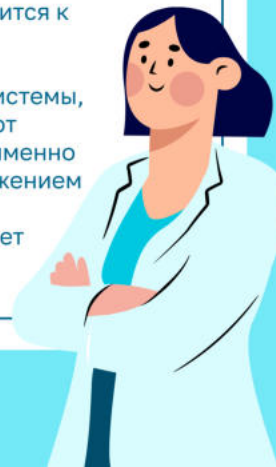
1. **Препарат:** «Толизор» в капсулах. От боли и спазмов в мышцах.
2. **Режим:** строго соблюдать **постельный режим** в течение 1-2 дней, избегая любых нагрузок на спину. Затем постепенно увеличивать активность, начиная с легких упражнений на растяжку и укрепление мышц спины, под руководством опытного гнома-физиотерапевта.
3. **Процедура:** применение **теплых компрессов** на область боли может принести облегчение. Также может быть полезен **легкий массаж** с использованием **разогревающих мазей**.

❄ Профессиональное обоснование

«Толизор» в капсулах

Действующее вещество: толперизон. Это вещество относится к группе миорелаксантов центрального действия.

Толперизон действует на уровне центральной нервной системы, блокируя передачу нервных импульсов, которые вызывают мышечные сокращения. Он не просто «обезболивает», а именно устраняет причину боли, связанную с чрезмерным напряжением мышц. Толперизон, как правило, хорошо переносится пациентами, что снижает риск побочных эффектов и делает лечение более комфортным.



Новогодняя история #4

ТАРАСОВА Любовь Сергеевна
провизор, аптека «63 плюс», г. Тольятти



❄ Пациент

Снеговик Овиль – насморк.

❄ Проблема

Снежный Овиль приболел,
Чих и насморк одолел...
Ни дышать, ни спать не может.

❄ Рекомендация

«Ринонорм» ему поможет,
Насморк и чиханью – бой!
«Ринонорм» берем с собой!

❄ Профессиональное обоснование

«Ринонорм», спрей назальный

Показания: острые респираторные заболевания с явлениями ринита (насморка), острый аллергический ринит, поллиноз, синусит.

Действующее вещество: ксилометазолин.

«Ринонорм» обладает сужающим действием на кровеносные сосуды в носу, что помогает уменьшить отечность и улучшить дыхание. Этот спрей назальный, что означает, что он вводится через нос и поэтому может быть использован в любом месте и в любое время.



Новогодняя история #5

ПОЛЯКОВА Инна Николаевна

фармацевт, аптека «Виста», г. Алушта

❄ Пациент

Гном-помощник – предновогодний хроностресс.



❄ Проблема

Жалобы: бессонница, нервозность, тревожность в предпраздничную неделю. «Всё забываю, все списки путаю «дамам мороженое – детям цветы», в голове – сумбур».

Диагноз: предновогодний хроностресс, нарушение циркадных ритмов и когнитивных функций на фоне переутомления.

❄ Рекомендация

1. Начнем с **успокаивающего** (для гнома только самое лучшее!): чай с пустырничком или мятой. Полезно и приятно.
2. **Магний + B6.**
3. **Глицин.**

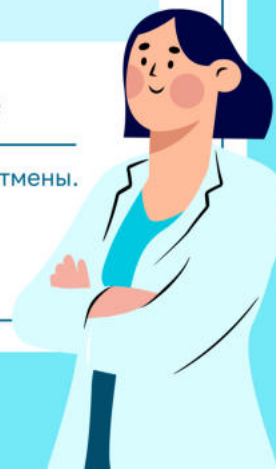
И лайфхак от меня:

- Строгий режим сна, никаких подарков после 23:00.
- За пять минут до сбора игрушек делать короткую сессию медитации осознанного дыхания.
- Завести блокнот для списков вместо reliance на память.
- Ароматерапии с маслом лаванды у рабочего места.

❄ Профессиональное обоснование

Мелисса – мягкое седативное действие без синдрома отмены.

Магний + B6: магний играет важную роль в регуляции нервной системы, работе мышц и борьбе с усталостью .



Новогодняя история #6

ПАНКРАТОВА Нина Ивановна

провизор, аптека «Магнит», г. Омск



❄ Пациент

Дед Мороз — устали глаза от круглосуточного чтения детских писем.

❄ Проблема

Синдром сухого глаза (ССГ) у Деда Мороза может быть связан с длительной зрительной нагрузкой от чтения детских писем, возрастными изменениями и другими факторами. Это состояние характеризуется нестабильностью слёзной плёнки, что приводит к сухости, жжению, покраснению и другим неприятным симптомам.

❄ Рекомендация

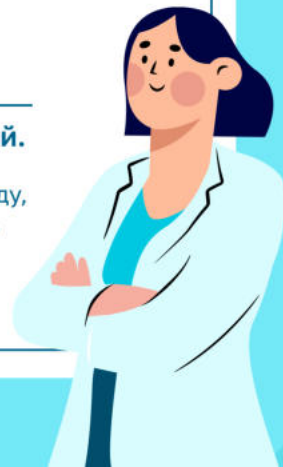
Для облегчения симптомов зрительного переутомления рекомендуется комплексный подход!

❄ Рекомендация

- Режим зрительной нагрузки:** соблюдать правило «20-20-20» — каждые 20 минут отводить взгляд от писем на 20 секунд и смотреть на объект в 6 метрах от себя; делать полноценные перерывы по 15 минут каждые 2 часа работы; снизить яркость окружающего освещения, чтобы избежать контраста с бумагой.
- Гигиена глаз:** использовать увлажняющие капли с гиалуроновой кислотой или карбомером (без консервантов, по 1 капле в каждый глаз 2–3 раза в день) — они восполняют дефицит слёзной жидкости и снимают сухость; вечером делать тёплые компрессы на закрытые веки (чистая салфетка, смоченная тёплой водой, на 5–10 минут) — это расслабляет мышцы и улучшает микроциркуляцию; рекомендованы капли «Гилан Комфорт».
- Общеукрепляющие меры:** обеспечить достаточный питьевой режим (1,5–2 л воды в день); включить в рацион продукты, богатые витамином А (морковь, тыкву) и омега-3 (лосось, грецкие орехи); выполнять простую гимнастику для глаз: круговые движения зрачками, моргание в течение 30 секунд, фокусировка на ближних и дальних предметах.
- Организация рабочего места:** убедиться, что письмо находится на расстоянии 30–40 см от глаз; использовать настольную лампу с тёплым светом, направленную на бумагу без бликов.

❄ Профессиональное обоснование

«Капли Гилан Комфорт» с гиалуроновой кислотой. Гиалуроновая кислота — это вещество с выраженными гидрофильными свойствами. Оно способно удерживать воду, за счет чего предотвращает пересыхание слизистой глаза. Препараты с гиалуроновой кислотой поддерживают нормальное состояние слезной пленки, помогают устранить покраснения, жжения и раздражения глаза.



Новогодняя история #7

КОЛОТОВА Надежда Петровна

фармацевт, аптека « Фармленд», г. Верхняя Пышма



❄ Пациент

Дед Мороз – симптомы простуды.

❄ Проблема

Одной холодной ночью, сквозь сон Дед Мороз услышал крики помощи, это был его олень Рудольф, потерявшийся в лесу. Обескураженный Дед Мороз выбежал на улицу в одной пижаме, забыв про шубу. Луна на звездном небе освещала путь и благодаря красному носу Рудольфа, друзья быстро встретились и вернулись домой. Но вот Дедушка Мороз успел простудиться.

❄ Рекомендация

Лечение должно быть комплексным!

❄ Рекомендация

1. Противовирусное средства «Тилорам» по 1 таб. в первые два дня, далее по 1 таб. через день, курс 6 таблеток.
2. «Ксилометазолин» с ментолом для облегчения насморка по 1 впрыскиванию 2-3 раза в сутки.
3. «Сафистон флю» для снятия симптомов: при температуре, при головной боли 1 пак растворить в стакане теплой воды, не более 3 пакетов в сутки.
4. «Тораксол СТ» при кашле по 30 мг 3 раза в сутки, предварительно растворив в небольшом количестве воды.
5. **Витамины** для иммунитета, питьевой режим, морсы с клюквой, отвары ромашки.
6. После выздоровления в течении года пропить курсом «ИммуноТрезан» 1 таблетка в сутки, курс 14 дней.

❄ Профессиональное обоснование

«ИммуноТрезан» – общетонизирующее средство для профилактики и лечения ОРВИ, повышает устойчивости организма к стрессовым ситуациям и неблагоприятным воздействиям окружающей среды, в период высоких интеллектуальных и тяжелых физических нагрузок. Относится к группе адаптогенных препаратов. Стимулирует выработку альфа и гамма интерферонов, что определяет спектр его биологической активности (иммуностимулирующее, адаптогенное), влияет на иммунный статус организма за счет активации клеточного и гуморального звеньев иммунитета, стимулирует фагоцитарную активность макрофагов. Способствуют повышению выносливости при физических и умственных нагрузках, уменьшают действие различных токсинов, повышают устойчивость организма к гипоксии, низким и высоким температурам и другим неблагоприятным факторам окружающей среды.



Новогодняя история #8

ИСАКОВА Галина Юрьевна

провизор и врач, госпиталь, Алтайский край



❄ Пациент

Олень Рудольф – аллергический ринит от летящей в лицо пыли с подарков.

❄ Проблема

Жалобы на:

- постоянное чихание при доставке подарков;
- зуд и раздражение в носу;
- водянистые выделения из носа;
- покраснение глаз и слезотечение.

Симптомы возникают, когда Рудольф мчится сквозь облака пыли от распаковываемых и упаковываемых подарков. Предварительный диагноз – аллергический ринит (сезонное обострение на пылевые аллергены).

❄ Рекомендация

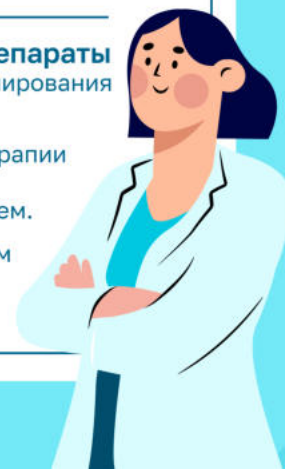
1. **Кромоглициевая кислота** (например, «Кромогексал») эффективна для профилактики и лечения аллергического ринита, особенно при контакте с аллергенами. Интраназально, по 1 дозе в каждый носовой ход 4–6 раз в день. Курс лечения – 4 недели.
2. **Антигистаминные препараты 2-го поколения** (например, «Цетиризин» или «Лоратадин») блокируют действие гистамина, уменьшая зуд, чихание и ринорею. Принимать 1 раз в сутки, что обеспечивает длительное действие (до 24 часов).
3. **Промывание носа** изотоническим раствором (физраствор или морская вода) для удаления аллергенов и пыли из носовой полости, увлажнение слизистой, 2–3 раза в день. Для приготовления физраствора используйте 0,9% раствор хлорида натрия.
4. **Профилактические меры:** увлажнение воздуха, минимизация контакта с аллергенами.
5. **Дополнительные рекомендации:** консультация врача-аллерголога, контроль состояния.

❄ Профессиональное обоснование

Кромоглициевая кислота и антигистаминные препараты назначаются для предотвращения симптомов, а не для купирования острого приступа.

Комплексный подход: сочетание медикаментозной терапии с промыванием носа и немедикаментозными методами обеспечивает более эффективное управление заболеванием.

Необходимость консультации врача: перед началом лечения важно провести диагностику и исключить другие возможные причины симптомов.



Новогодняя история #9

СЕРКОВА Елена Андреевна

фармацевт, аптека «Виста», г. Алушта



❄ Пациент

Снеговик – симптомы простуды.

❄ Проблема

Хандра, озноб, ломота в шариках, дисгармония.

❄ Рекомендация

Дорогой Снеговик,
Мы все знаем, как быстро может наступить потеря холодной свежести и весёлого настроения. Простудные симптомы могут испортить даже самые волшебные моменты, но не забудь, что ты – снежное создание, и у меня есть несколько волшебных рецептов, чтобы вернуть тебя к жизни!

1. **Имбирный чай с медом** (только, чур, не таять!)
2. **Противовирусное – адаптоген**
3. **«Антигрипин»**

❄ Профессиональное обоснование

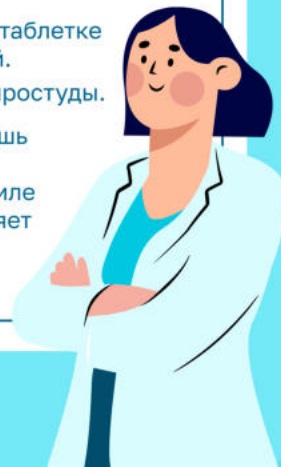
Имбирный чай не только согреет тебя, но и поможет в борьбе с простудными симптомами.

«Трекрезан» противовирусное придаст тебе силы по 1 таблетке 3 раза в день, затем по 1 таблетке. Курс лечения – 10 дней.

«Антигрипин» также поможет в борьбе с симптомами простуды.

Выбирайся на прогулку в тихий зимний лес, где ты сможешь подвергнуться свежему воздуху. Только берегай себя от холодных ветров! Скоро ты вернешься к своей снежной силе и снова создашь сладкие воспоминания для всех, кто гуляет вокруг!

С зимними объятиями, аптека.



Новогодняя история #10

ТРИНЕЕВА **Елизавета Александровна**
фармацевт, аптека № 178, г. Санкт-Петербург

❄ Пациент

Ледяной Снежный Пёс Барсик – личный сторож резиденции Деда Мороза.



❄ Проблема

Барсик активно участвует в подготовке подарков, таскает мешки и гоняет эльфов, но постоянно дрожит и жалуется на «ломоту в костях». Он утверждает, что его лапы стали «мятежными», а хвост будто застрял в вечном холоде.

❄ Рекомендация

1. Тёплые лапочные компрессы с сухим прогреванием по 10–15 минут 2 раза в день.
2. **Омега-3** в форме рыбьего жира по инструкции (для собак – специально дозированные капсулы).
3. **Витамин D3** для поддержки костей и суставов (по весу животного).
4. **Лёгкие прогулки** по снегу, чтобы мышцы и суставы разрабатывались, но без переохлаждения.

❄ Профессиональное обоснование

Омега-3 и витамин D3 укрепляют суставы, уменьшают воспаление и способствуют восстановлению подвижности.

Прогревание улучшает кровоток и снижает ощущение «замороженности» лап.

Всё это вместе помогает поддерживать здоровье костно-мышечной системы даже в условиях вечного мороза.



Новогодняя история #11

ВЫЛЕГЖАНИНА Людмила Сергеевна
фармацевт, аптека «Здравсити», г. Киров



❄ Пациент

Снегурочка — потеря голоса.

❄ Проблема

Долго находилась в льдинах и пропал голос, остался лишь шёпот, а хочется петь. При этом горло болит, скованное гирляндой из мелких льдинок.

❄ Рекомендация

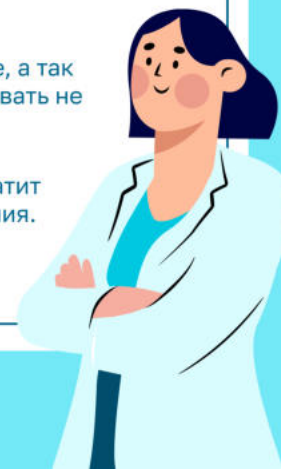
1. Соблюдать режим тишины, поменьше говорить, беречь шею от переохлаждения.
2. Полоскать горло «Оки» или «Кетопрофеном».
3. Рассасывать «Септолете».
4. Дополнительно внутрь пропить «Тонзилосепт».

❄ Профессиональное обоснование

«Оки» быстро снимет воспаление и уменьшит боль.

«Септолете» дополнительно будет снимать воспаление, а так же убивать вирусы, грибы и бактерии, которые могут вызвать не только боль, но и потерю голоса.

«Тонзилосепт» будет работать в комплексе, предотвратит осложнения и поможет избежать дальнейшего заболевания.



Новогодняя история #12

ИСАНБАЕВА Гульназ Ильясовна

фармацевт, аптека «Ихлас», г. Набережные Челны



❄ Пациент

Баба Яга, костяная нога — в преддверии Нового года разболелась коленка.

❄ Проблема

А у меня болит моя коленка,
А как на дождь – ещё сильней болит.
Змеиным ядом тру себя без лени,
И заявляю, гордость не тая:
МЕНЯ НЕЛЬЗЯ ПОСТАВИТЬ НА КОЛЕНИ!
Одно-то ведь не гнётся у меня!

❄ Рекомендация

Змеиный яд, конечно, хорошо, только надо лечиться проверенными препаратами!

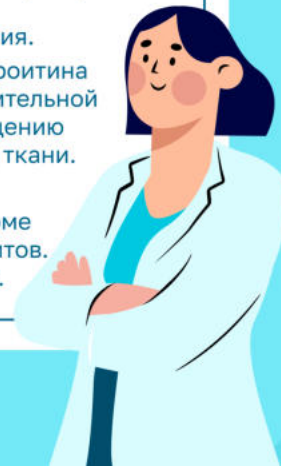
1. Возьмите лучше **«Диклофенак»** в виде геля, он хорошо снимет боль и воспаление. Мажьте 2-3 раза в день, он хорошо проникает в очаг боли и не оставляет жирных следов.
2. Так же в комплексе советую Вам **«Артрафик про»** в капсулах. Коленку надо лечить не только снаружи, но и внутри. Препарат будет уменьшать разрушение хряща в коленке и снимать воспаление, пейте по 2 таблетки 2-3 раза в день.
3. Пока первые 5 дней попейте **«Ибупрофен»** в таблетках, чтобы смогли разогнуть коленку.

❄ Профессиональное обоснование

«Диклофенак» – нестероидный противовоспалительный препарат, обладающий выраженными анальгезирующими и противовоспалительными свойствами для местного действия.

«Артрафик про» содержит глюкозамина сульфат и хондроитина сульфат, которые принимают участие в биосинтезе соединительной ткани и благодаря этому могут способствовать предотвращению процессов разрушения хряща и стимулируют регенерацию ткани.

«Ибупрофен» оказывает быстрое обезболивающее, жаропонижающее и противовоспалительное действие. Кроме того, ибупрофен обратимо ингибирует агрегацию тромбоцитов. Обезболивающее действие препарата продолжается до 8 ч.



Новогодняя история #13

ГАВРИКОВА Александра Дмитриевна

провизор, аптека «Магнит», г. Москва



❄ Пациент

Снегурочка – потеряла голос после ледяных репетиций.

❄ Проблема

Снегурочка столкнулась с острой дисфонией – её голос пропал после интенсивных репетиций в условиях пониженной температуры. Вероятно, произошло переохлаждение голосовых связок и раздражение слизистой гортани, что привело к осиплости и полной потере звучности голоса.

❄ Рекомендация

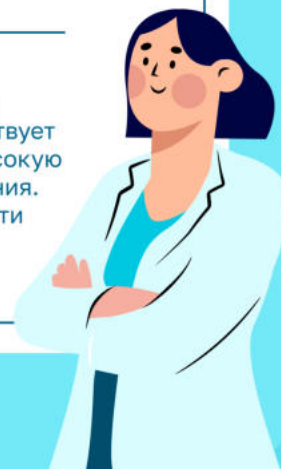
1. Обеспечить **голосовой покой**: полностью исключить разговоры, шепот и пение на 3–5 дней, чтобы дать связкам возможность восстановиться.
2. Поддерживать **оптимальный микроклимат**: увлажнять воздух в помещении до 50–60 % и поддерживать температуру 20–22 °С для снижения раздражения слизистой.
3. Пить **тёплые напитки**: некрепкий чай с мёдом (если нет аллергии), минеральную воду без газа комнатной температуры для смягчения гортани.
4. Проводить **ингаляции с физиологическим раствором** (0,9% NaCl) 2–3 раза в день по 5–7 минут для увлажнения слизистой.
5. Обратиться к **врачу-фониатру** для точной диагностики и исключения осложнений (ларингита, отёка связок). Специалист может назначить местные противовоспалительные препараты или физиотерапевтические процедуры.

❄ Профессиональное обоснование

Ингаляции с физиологическим раствором

Механизм действия: физиологический раствор (0,9% NaCl) увлажняет слизистую оболочку, уменьшает отёк и способствует восстановлению голосовых связок. Ингаляции создают высокую концентрацию раствора непосредственно в очаге воспаления.

Учёт особенностей: метод особенно эффективен при сухости слизистой, вызванной холодом или ингаляционными препаратами.



Новогодняя история #14

ДАНИЛКО Александра Олеговна

фармацевт, аптека №37, ООО «Акта - Крым», г. Симферополь

❄ Пациент

Мальчик Новый год, приемник Деда Мороза – симптомы простуды.



❄ Проблема

В ожидании своего выхода играл в снежки. Промочил ножки и простыл, получил насморк с вязкой мокротой и воспаленное горлышко с острой болью.

❄ Рекомендация

1. **Противопростудные чаи** («Антигриппин детский», «Фервекс детский»)
2. **Разжижаем слизь в носике** «Ринофлуимуцилом» или «Риностейном», **промываем** носик изотоническим или гипертоническим (при заложенности) раствором морской воды («Аква марис», «Аквафор»), при сильной заложенности **пр/конгестивные средства** не более 7-10 дней («Називин», «Африн»), также можно подключить внутрь **противовоспалительные препараты** на растительной основе («Синупрет», «Респиро Миртол»), **муколитики** («Флуифорт», «Флюдитек») и **противоотечное** («Эриус», «Аллервей», «Супрастинекс»).
3. **Для горлышка:** «Тантум верде» (таблетки или спрей), «Септолете Тотал», «Лизобакт» в таблетках или «Имудон».
4. **Для ингаляций** можно добавить пластыри на основе эфирных масел «Дыши» (клеятся на одежду и не мешают ребенку).
5. **Для поднятия иммунитета и улучшения настроения:** витамины «Витамишки Иммуно», «Супрадин Мишки Иммуно».
6. **И в обязательном порядке:** старые добрые мультики, сказки, мандарины, апельсины и теплые носочки, связанные бабушкой с большой любовью!

❄ Профессиональное обоснование

Собрала максимальную рекомендацию из безрецептурных современных эффективных и безопасных препаратов, которую можно варьировать в зависимости от состояния и особенностей организма ребенка. Расчет был для детей от 3х лет.



Новогодняя история #15

ТАТАРИНОВА Виктория Дмитриевна

фармацевт, аптека «Здравсити», г. Березники Пермский край

❄ Пациент

Почтальон Печкин обычно такой бодрый и вредный заболел накануне Нового года. «Ох, не могу я, - стонал Печкин, кутаясь в тулуп, - Совсем разболелся! Кто же теперь письма Деду Морозу доставит? Ребята без подарков останутся!»



❄ Проблема

Нос у Печкина покраснел, голова была ватная, глаза слезились. Под вечер и температура появилась. Шарик с Матроскиным побежали в лесную аптеку «Мудрый Филин», нужно было быстро спасать Печкина. В аптеке филин-фармацевт выдал им волшебные лекарства. Через день Печкина уже было не узнать, хворь как рукой сняло. Письма Деду Морозу были доставлены во время. В Простоквашино наступил Настоящий Новый год с подарками!

❄ Рекомендация

Итак, что же рекомендовал аптекарь-филин:

1. **«Тилорам» 125 мг** 6 таблеток – противовирусное и иммуностимулирующее действие. Эффективен на любой стадии заболевания. Для лечения по 1 таблетке первые два дня, затем по 1 таблетке в течении 4 дней.
2. **«Сафистон Флю»** – симптоматическое лечение во время ОРВИ и простуды. Для лечения по 1 пакетику 2-3 раза в день перед применением растворив в стакане (200 мл) теплой воды.

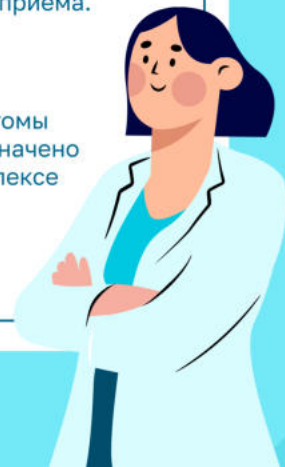
❄ Профессиональное обоснование

«Тилорон»

Индуктор образования интерферонов, всего одна таблетка в день. Прекрасно работает. Отлично переносится. Короткий курс приема.

«Сафистон Флю»

Это тройная комбинация (парацетомол + фенирамин + аскорбиновая кислота) удара при простуде. Снимает симптомы и облегчает течение заболевания. Таким образом было назначено противовирусное и симптоматическое лечение, что в комплексе дает быстрый результат и больной выздоравливает без осложнений.



Новогодняя история #16

МАРИНИНА Татьяна Васильевна

фармацевт, аптека № 12, г. Алушта



❄ Пациент

Гринч, похититель Рождества — геморрой.

❄ Проблема

К нам в аптеку обратился мистер Гринч. С очень деликатной проблемой. Во время его маленькой шалости (когда он пытался украсть подарки) из-за большого количества и тяжести подарков у него появился геморрой.

❄ Рекомендация

1. Рекомендовано **саше «Детралекс»** в дозе 3000 мг в сутки: по 1000 мг (содержимое 1 саше) утром, днём и вечером, в течение 4 дней. Затем по 2000 мг в сутки: по 1000 мг (содержимое 1 саше) утром и вечером) в течение последующих 3 дней.
2. **Свечи «Проктозан»** по 1 свече два раза (утром и вечером).
3. **«РелиБаланс»** по 1 саше в день, 20 дней.
4. **Соблюдать диету** и не употреблять алкоголь, мучное и сладкое, жирное и жареное. И, конечно же, **не поднимать тяжести.**

❄ Профессиональное обоснование

Очень важно соблюдать питание и регулировать стул, так как возможно ухудшение состояния. Так и поддерживать обязательно венотониками. Очень важно лечить геморрой не только снаружи, но и изнутри .



Новогодняя история #17

МАРКОВА Диана Витальевна

провизор, аптека «Столички» № 1426, г. Москва



❄ Пациент

Эльза из м/ф «Холодное сердце» – растянула руку.

❄ Проблема

Эльза получила растяжение руки вследствие чрезмерного увлечения волшебством. Она очень хотела, чтобы в Москве скорее пошел снег! Теперь у нее опухла и болит правая рука.

❄ Рекомендация

Рекомендую взять гель «Долобене». В составе компоненты, которые обладают противовоспалительным, противоотечным и анальгезирующим действием. «Долобене» следует наносить поверхностным слоем на кожу над пораженным участком кожи 2-4 раза в сутки.

❄ Профессиональное обоснование

Препарат «Долобене»

Препарат с антитромбическим и улучшающим регенерацию тканей действием. Также обладает противоотечным, противовоспалительным и обезболивающим действием. За счет гепарина и декспантенола будет происходить сильная регенерация ткани.

Действующее вещество: гепарин и декспантенол



Новогодняя история #18

АВETИСЯН Сюзанна Гагиковна

провизор, аптека № 77-1426, г. Москва



❄ Пациент

Принцесса Фиона из м/ф «Шрек» — пучит от лягушек.

❄ Проблема

Принцесса Фиона решила приготовить на ужин лягушек! Раньше она не пробовала их и рецепт взяла из интернета. Получилось очень вкусно, но после ужина ее мучили сильные боли и метеоризм!

❄ Рекомендация

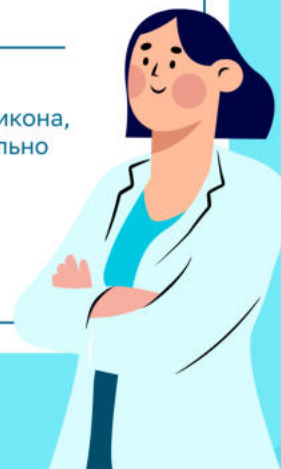
1. Я ее отговорила принимать чесночный отвар, вместо этого рекомендовала лекарственный препарат «Метеоспазмил»!

❄ Профессиональное обоснование

Препарат «Метеоспазмил»

Благодаря сочетанию двух компонентов, алверина и симетикона, которые снимаю спазм и выводят газы, это лекарство идеально подойдет принцессе Фионе при ее недомогании!

Действующее вещество: алверин и симетикон.



Новогодняя история #19

КОНДРАТЬЕВА Лариса Геннадьевна

провизор, аптека «Вита», г. Томск



❄ Пациент

Снежная баба – менопауза.

❄ Проблема

Жалобы на приливы, жар, начала таять, повышенная сухость кожи, потеря упругости кожи лица. Снижение либидо, снеговик стал не мил, перепады настроения.

❄ Рекомендация

1. Порекommendую «**Ledy's formula**», менопауза день-ночь. Натуральный биокомплекс для облегчения симптомов пременопаузы. Устраняет приливы, восстанавливает сон, стабилизирует эмоциональное состояние. Не вызывает привыкания, без побочных эффектов.
2. Для профилактики остеопороза «**Кальцемин**». Комбинированный препарат, содержащий кальций, витамин Д и минералы. Регулярное применение способствует укреплению костей, улучшает плотность и структуру, снижает риск травм и переломов.
3. Для ухода за кожей лица дневной/ночной **крем-лифтинг «Neovadiol»** от Vichy. Восстанавливает плотность, повышает упругость кожи. Восполняет недостаток увлажнённости, стимулирует выработку собственного коллагена. Дополнительный уход сыворотка, крем для кожи вокруг глаз.
4. Частое явление при менопаузе – скачки давления. Обязательно контроль артериального давления. **Автоматический тонометр** от OMRON. Функции контроля пульса, давления, память измерений. И обязательно обследование и наблюдение врача гинеколога, эндокринолога.
5. **Рацион питания** обогатить овощами, зеленью, полезными жирами, медленными углеводами, уменьшить сахар и сладости. Режим сна, соблюдение циркадных ритмов, физическая активность, прогулки на свежем воздухе, дыхательные практики.

❄ Профессиональное обоснование

Компании **Фармамед, Контракт фармакал, VICHY и Омрон** занимают лидирующие позиции на российском рынке, рекомендованы Российской ассоциацией акушеров-гинекологов, терапевтов, эндокринологов. Производство биокомплексов отвечает международному стандарту качества.



Новогодняя история #20

КОНОПЛЕВА Наталья Николаевна

фармацевт, ООО «Пролек», г. Липецк



❄ Пациент

Кот в сапогах – больное горло.

❄ Проблема

Коту сегодня не до веселья. Его пригласили на новогодний праздник, который он ждал целый год. Котик так спешил, что забыл надеть сапоги, в результате – першение и боль в горле. Но он не хотел отменять новогоднее чудо и волшебное настроение и обратился к главному фармацевту Деда Мороза за помощью.

❄ Рекомендация

Снеговики предложили Коту в качестве лечения холодное молоко и мороженое, но главный фармацевт порекомендовал для восстановления таблетки для рассасывания **«МАКСИКОЛД ЛОР ТАБС» двойное действие**: по 1 таблетке каждые 3-6 часов, не более 5 таблеток в день и 3х дней.

Не следует принимать сразу перед или во время еды, применение только с 18 лет.

❄ Профессиональное обоснование

«МАКСИКОЛД ЛОР ТАБС» двойное действие
Обладает обезболивающим, противовоспалительным и жаропонижающим действием. Уменьшает отек, затруднение при глотании, боль и раздражение в горле за счет комбинированного действия флурбипрофена и цетилпиридиния хлорида.
Действующее вещество: флурбипрофен и цетилпиридиния хлорид.



Новогодняя история #21

ГОЛОВИНА Наталья Михайловна

провизор, аптека «Плюс»

❄ Пациент

Змей Горыныч — изжога.



❄ Проблема

Жалобы пациента: «пожар внутри», желудок не варит, не жизнь, а грусть...

❄ Рекомендация

Змею Горынычу посоветую невсасывающийся антацид «Фосфалюгель».

Немедикаментозный совет:

после еды не принимать горизонтального положения, отдохнуть немножко после еды и ограничить жирное, острое, маринованное.

❄ Профессиональное обоснование

«Фосфалюгель»

Препарат не вызывает синдром кислотного рикошета, это повышение выработки соляной кислоты в ответ на быстрое ощелачивание содержимого желудка. Единственный препарат, который содержит фосфат, а не гидроксид алюминия.

Принимается реже других антацидов, 2-3 раза в день. Также оказывает адсорбирующие действия, реже вызывает запоры.

Имеет приятный апельсиновый вкус, можно не разводить водой, не запивать, удобно брать с собой в дорогу.

Действующее вещество: фосфат алюминия.



Новогодняя история #22

КУРНОСКИНА Юлия Сергеевна

заведующая аптечным пунктом, г. Люберцы

❄ Пациент

Кай, мальчик 40 лет, менеджер IT компании – нервное истощение.



❄ Проблема

Кая ничего не интересует, скоро Новый год, а он не ждёт праздник. У него потеря памяти, плохой сон, холодные конечности, покалывания, головные боли, все раздражает, полная апатия. На работу ходит по инерции. Ничего его не радует, даже красавица жена и дети.

❄ Рекомендация

1. Ежедневно: «Тестобуст UltraSupps» по 2 капсулы утром с едой, **железо «Iron»** от Vitality по 1 таблетке, **витамин Д 2000 мг** от Vitality по 1 таблетке.
2. В обед: **Комплекс магния** от Vitality по 2 капсулы, **Витамины группы В** от Natrol по 2 таблетки.
3. Вечером: прогулки на природе не менее часа, затем «**Имбирный чай**» от Vitaverde, чтобы согреться, и хорошее кино с семьёй.

❄ Профессиональное обоснование

«Тестобуст UltraSupps» поднимет тестостерон, а это радость жизни мужчины и мышечная сила.

Железо «Iron» поднимет ферритин, **Витамины группы В** восстановят нервную проводимость, **Комплекс магния** успокоит нервную систему, **витамин Д** излечит от зимней хандры и подарит радость жизни и иммунитет.

А прогулка, чай и кино – это отличная психотерапия!



Новогодняя история #23

СУШКОВА Ирина Андреевна

провизор, аптека «Ригла», г. Архангельск



❄ Пациент

Эльф Гэндальф – аллергия на цитрусовые.

❄ Проблема

Эльф Гэндальф страдает от неожиданной для волшебного народа неприятности – у него аллергия на цитрусовые. Стоит ему лишь вдохнуть аромат апельсина или попробовать лимонный эликсир, как тут же появляется навязчивый зуд и россыпь волшебных (но крайне неприятных) искорков-волдырей на коже. Теперь даже в самых загадочных рецептах он тщательно избегает солнечных плодов, опасаясь внезапного «взрыва» аллергической реакции.

❄ Рекомендация

При аллергии на цитрусовые важно полностью исключить контакт с аллергеном и иметь под рукой средства для экстренной помощи.

1. **Гипоаллергенная диета** – основа лечения. Нужно исключить не только свежие цитрусовые, но и продукты, которые могут их содержать: соки, джемы, выпечку, косметику с цитрусовыми экстрактами. Рекомендуется вести **пищевой дневник**, чтобы отслеживать реакцию на продукты и фиксировать симптомы.
2. **Антигистаминные препараты** для купирования симптомов (например, таблетки «Цетиризин»).
3. Гель «**Контразуд**».

❄ Профессиональное обоснование

«**Цетиризин**» относится к антигистаминным препаратам второго поколения. **Механизм действия:** блокирует H1-гистаминовые рецепторы, что уменьшает высвобождение гистамина и купирует симптомы аллергии (зуд, сыпь, отёк).

«**Контразуд**» содержит диметинден – антигистаминный препарат первого поколения. Его применение обосновано при местных кожных реакциях (зуд, крапивница, укусы насекомых). Блокирует H1-гистаминовые рецепторы, уменьшая зуд и раздражение кожи. Обладает местноанестезирующим и охлаждающим эффектом благодаря гелевой основе.

Почему гель может быть рекомендован: для локального применения при зуде и кожных проявлениях аллергии, вызванных контактом с цитрусовыми или другими аллергенами. Быстрое начало действия (через несколько минут) и максимальный эффект через 1–4 часа.



Новогодняя история #24

БАХМУТОВА Наталья Григорьевна
заведующая аптекой, аптека № 16, г. Донецк



❄ Пациент

Медведь Михаил Потапович — «стоит» желудок, общее недомогание.

❄ Проблема

В аптеку зашел медведь Михаил Потапович.
Михаил Потапович: Здравствуйте!
Фармацевт: Здравствуйте!
Михаил Потапович: Предложите мне, пожалуйста, что-нибудь от тяжести в желудке. Переел новогодних салатов. И еще чувствую общую слабость и усталость.

❄ Рекомендация

Фармацевт: Я хочу предложить Вам:

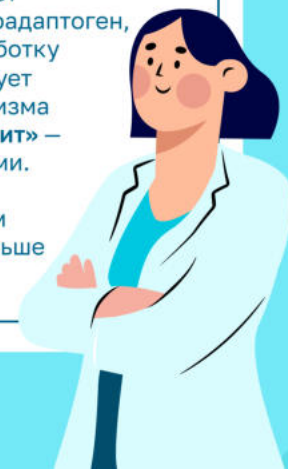
1. «Актиприд» по 1 таблетке 3 раза в день до еды.
2. «Нетугаст» по 1 таблетке 3 раза в день.
3. «Панкреатин» 10 000 по 1-2 таблетки с едой.
4. «Иммунорезан» по 1 таблетке в день 14 дней.
5. «Витамин С» в дозировке 500 мг 1 раз в день.
6. «Магнепассит» по 1-2 таблетки 3 раза в день после еды.
7. И здоровый полноценный сон.

Михаил Потапович: Давайте. Спасибо за рекомендацию, особенно сон, это то, что мне сейчас нужно)))

❄ Профессиональное обоснование

«Актиприд» — стимулятор моторики ЖКТ, препарат для «ленивого» желудка. «Нетугаст» — восстанавливает нормальную физиологическую активность мускулатуры кишечника, нормализует висцеральную чувствительность, тем самым обеспечивает анальгетический эффект при абдоминальном болевом синдроме. «Панкреатин» поможет поджелудочной железе. «Иммунорезан» — новый иммуноадаптоген, имеющий двойной механизм действия, стимулирует выработку интерферона, что положительно на иммунитет, способствует повышению выносливости, повышает устойчивость организма к гипоксии, низким и высоким температурам. «Магнепассит» — поможет организму справиться с повышенными нагрузками.

Сон и отдых способствуют быстрому восстановлению. Чем меньше сил мы расходует на активные движения, тем больше ресурсов остается у организма для борьбы с болезнью.



Новогодняя история #25

СЕРЕБРЯКОВА Ольга Анатольевна

провизор, аптечный пункт «Планета Здоровья», г. Балашиха



❄ Пациент

Матушка Зима – простуда.

❄ Проблема

Если послушать «сказки Ленского леса», то можно о Матушке Зиме узнать. А если приехать в село Яренск Архангельской области, то можно её воочию увидеть. Что с нами собственно и произошло. Ждала нас, гостей, зимняя волшебница: сосульки мариновала, снежки в бочонках солила, баночки с консервированным северным сиянием наделала, да вот незадача – простудилась!

❄ Рекомендация

Мы знали, куда ехали, поэтому **«Иммунотрезан»** у нас был под рукой. Поделились с матушкой Зимой и дали экспертную рекомендацию:

Сегодня по 1 таблетке три раза в день выпить, а начиная с завтрашнего дня – по 1 в сутки принимать. А уж если в следующий раз почувствует недомогание, так сразу по 1 таблетке в течение 10 дней употребить, чтобы повысить устойчивость организма к переохлаждению.

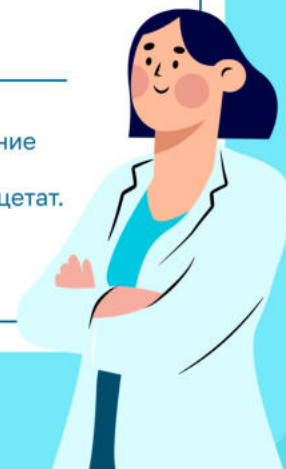
Матушка Зима чудо-средство попробовала, нас поблагодарила, город Каргополь показала и с мезенской росписью познакомила. С этого самого времени **«Иммунотрезан»** занимает почетное место в её домашней аптечке!

❄ Профессиональное обоснование

«Иммунотрезан»

Иммуноадаптоген, удобен в приёме. Возможно использование как для лечения, так и для профилактики.

Действующее вещество: оксиэтиламмония метилфеноксиацетат.



Новогодняя история #26

АЛЕКСЕЕВА Виктория Александровна

фармацевт, «Ставропольские городские аптеки»,
г. Кисловодск



❄ Пациент

Белочка – проблемы с ЖКТ.

❄ Проблема

Белочка, помогая Деду Морозу собирать подарки для детей, не удержалась и объелась грильяжа. У нее давно проблемы с животиком, а здесь и подавно. Доктор Айболит, осмотрев Белочку, выписал ей препарат с действующим веществом «Итоприд».

❄ Рекомендация

Белочке рекомендован препарат **«АКТИПРИД солюшн таблетс»**

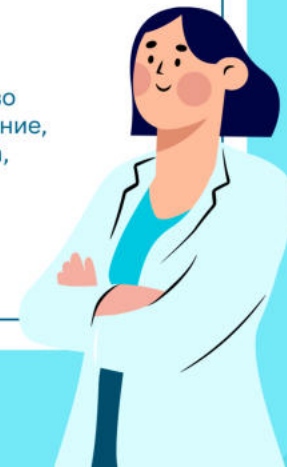
❄ Профессиональное обоснование

«АКТИПРИД солюшн таблетс»

Препарат удобно принимать: таблетку надо развести в 50 мл воды, получив суспензию и выпить до еды.

Действующее вещество: итоприд в дозировке 50 мг.

Показания: симптомы заболеваний ЖКТ, такие как чувство переполнения желудка, вздутие живота, быстрое насыщение, дискомфорт и болезненность в эо, рвота, изжога, тошнота, снижение аппетита, а также показана при хронических гастритах и функциональной диспепсии.



Новогодняя история #27

ИВАНЦОВА Екатерина Васильевна

провизор, аптека «Озерки», г. Санкт-Петербург



❄ Пациент

Илья Муромец — усталость, слабость, упадок сил на фоне ОРВИ.

❄ Проблема

Ранним морозным утром в резиденцию Деда Мороза к главному фармацевту постучался Илья Муромец.
 - Ты что это, Илья, не в дозоре? - удивился фармацевт
 -Да хворь на меня напала неведомая. Вирус какой-то зловередный. Симптомов-то даже явных и нет, а вот силушку будто богатырскую отнимает. Посоветуй что-то действенное, только наше, русское. А то порошками заморскими меня уже Яга накормила, женьшенем напоила — не работает....

❄ Рекомендация

Есть у меня для тебя одно чудо-средство. «**Иммунорезан**» называется. Уже 55 лет на страже здоровья! Иммуитет укрепляет, чтобы вирусы тебя не одолевали, но самое ценное — энергию дает! Но не на час-два, а потом снова без сил, а накопительный и мощный эффект. Это потенциальное средство для повышения выживаемости организма в экстремальных условиях. И богатырям своим — Добрыне Никитичу и Алёше Поповичу тоже для профилактики прихвати. Оно вам ох как пригодится в дозоре — организм сам будет работать, как отлаженная система без сбоев!!! Ни один печенег не проскочит!

❄ Профессиональное обоснование

«Иммунорезан»

Нашему богатырю советуем иммунорезан (ОКСИЭТИЛАММОНИЯ МЕТИЛФЕНОКСИАЦЕТАТ) — единственный иммуномодулятор с выраженными адаптогенными свойствами. Он разработан еще в СССР как средство для повышения выживаемости организма в экстремальных условиях. Уникальный двойной механизм действия:

1. Укрепляет иммунитет
2. Повышает выносливость при физических и умственных нагрузках

Для лечения ОРВИ: в составе комплексной терапии взрослым и детям старше 12 лет назначают в первый день 3 таблетки в сутки, в последующие 7 дней по 1 таблетке в сутки. Всего курс 10 таблеток, длительность курса 8 дней.

Для профилактики ОРВИ, простуды и гриппа: взрослым и детям старше 12 лет назначают по 1 таблетке (200 мг) в сутки после еды. Всего курс 14 таблеток (суммарная доза 2800 мг), длительность курса 14 дней.



Новогодняя история #28

ШУКЛИНА Алла Иосифовна

провизор, аптека «Апрель», г. Кисловодск



❄ Пациент

Хлопушка – вздутие живота.

❄ Проблема

Однажды, одна маленькая Хлопушка собралась на праздник, но так плотно поела конфетти, что у нее случилась «неприятность» с животом. Хлопушка очень боялась, что раньше празднования Нового года лопнет!

❄ Рекомендация

Рекомендовала Хлопушке препарат «Нетугаст».

❄ Профессиональное обоснование

«Нетугаст»

Препарат идеально подходит при жалобах Хлопушки на дискомфорт, спазмы и боли в области живота, вздутие и расстройство кишечника.

Действующее вещество: тримебутин.



Новогодняя история #29

САЛАМАНИНА Светлана Вячеславовна

фармацевт, аптека «Надежда Фарм», г. Нижний Новгород

❄ Пациент

Чебурашка – диатез, пищевая аллергия.



❄ Проблема

Все мы знаем этого невероятного персонажа из детства. Он любит апельсины, и перед премьерой 2 части фильма, снятого о нём и предвкушая Новый год, Чебурашка переел мандаринов и апельсинов, его щёки покраснели, всё зудит и доставляет дискомфорт.

❄ Рекомендация

1. К сожалению, придётся для начала ограничить употребление апельсинов, т.к. это главный триггер. Задача – вывести скопившийся аллерген, в этом поможет **«Энтеросгель»** («Полисорб», «Алесорб», «Солосорб»).
2. Антигистаминные препараты: **«Супрастин»** («Аллервей», «Супрастинекс», «Зодак», «Цетрин»).
3. При выраженных симптомах: **«Дексаметазон»**.
4. Наружно для снятия зуда и покраснения: **«Фенистил»**, **«Контразуд»**, при выраженных симптомах – **«Адвантан»**, **«Тридерм»**, **«Белодерм»**.
5. Для активации клеток защищающих в кишечнике от аллергии: пробиотики **«Энтерол»** («Бифиформ», «Энтеролактис», «Бак-сет», «Аципол»).
6. Ферменты: **«Крегран»** («Мезим», «Фестал», «Креон»).

❄ Профессиональное обоснование

«Энтеросгель» обладает выраженными сорбционным и детоксикационным свойствами. Нужен для исключения пищевого аллергена из организма.

«Супрастин» – антигистаминный препарат первого поколения.

Снимает первые выраженные симптомы пищевой аллергии.

«Фенистил» гель помогает снять дискомфорт на коже. Благодаря гелевой основе противоаллергическое и противозудное действие с легким охлаждающим эффектом начинается уже через несколько минут после нанесения.

«Адвантан» обладает высокой эффективностью в борьбе с раздражением, зудом, воспалением и аллергией на коже. Достаточно одного нанесения в сутки для облегчения зуда и воспаления.

«Энтерол» – уникальный небактериальный пробиотик, поддерживает здоровую микрофлору кишечника. Снижает воспаление и укрепляет местный иммунитет.

«Крегран» нужен при погрешностях в питании, трудностях с перевариванием определённых групп продуктов. Новый год на носу и переедания скорее всего будут, а в нашем случае есть непереносимость продукта и погрешности в питании за новогодним столом.



Новогодняя история #30

ШАПОВАЛОВА Наталья Владимировна

провизор, аптека «Ставропольские городские аптеки»,
г. Ставрополь



❄ Пациент

Щелкунчик – поранился от орехов.

❄ Проблема

Щелкунчик колот орехи для новогодних пряников и поранился. Ему надо срочно обработать царапинки, чтобы вернуться на елку.

❄ Рекомендация

Рекомендуем комбинированный крем для наружного применения «Д-Пантенол Плюс Антисептик».

❄ Профессиональное обоснование

Крем «Д-Пантенол Плюс Антисептик»

Обладает антисептическими свойствами, отлично подходит для царапин, ссадин и небольших ран и ускоряет заживление. Форма крема очень быстро впитывается, не вызывая дискомфорта и не оставляет следы на одежде.

Действующее вещество: декспантенол и хлоргексидина биглюконат.





www.pharmskills.ru

