

популярный и полезный журнал для аптек

МИСТЕР БЛИСТЕР



№3 • март 2021

Упаковка важна, как и содержимое



ФАРМБИЗНЕС

Мир не готов
к новой пандемии

МИР МЕДИЦИНЫ

Образ жизни после 40:
правила и лайфхаки

ПРОФИЛАКТИКА

Тут боги разговляют
з людьми

Маска Сонце:

«Заради мистецтва витримаю все»

БІОКОН

30
РОКІВ
ТУРБОТИ ПРО КРАСУ
ТА ЗДОРОВ'Я



8 Березня

**Шановні пані,
колеги, дорогі жінки!**

Щиро вітаємо вас зі святом 8 Березня!
Бажаємо всім жінкам втілення заповітних мрій.
Нехай кохання, добро, злагода, здоров'я та
любов до професійної справи супроводжують
вас у житті. Щиро дякуємо за вашу працю,
своєчасні поради та турботу про здоров'я
відвідувачів аптек. Ми цінуємо, що 30 років
пліч-о-пліч ефективно працюємо разом!

З повагою та вдячністю за багаторічну
співпрацю, колектив Медичного «НВО «БІОКОН»



WWW.BIOKON.COM.UA

WWW.DOKTORBIOKON.COM

Доктор
Біокон

БІОНА

HIRUDO
DERM

МИСТЕР БЛИСТЕР

популярный и полезный журнал для аптек
№3 (201) 2021
Издается с 2001 года

Журнал зарегистрирован Государственным комитетом информационной политики, телевидения и радиовещания Украины
Свидетельство КВ № 13576 – 2550 ПР
от 26 декабря 2007 года

Соучредители
ЧП «Социальная Маркетинговая Инициатива»
ЧП «Максима Хелс Рисбчъ»

Издатель
ЧП «Социальная Маркетинговая Инициатива»
Адрес редакции:
08132, Украина, Киевская обл.,
г. Вишневое, ул. Черновола, 43,
тел./факс: (044) 593-38-85
info@mister-blister.com
https://mister-blister.com

Редакционная коллегия
Главный редактор Людмила Гурин
Литературный редактор Инна Мудла
Руководитель рекламного проекта Илона Устименко
Консультант по маркетингу Ольга Онисько
Медицинский редактор Ирина Сапа, канд. мед. наук
Корректор Светлана Грицай
Дизайн и верстка Александр Грипинич

Редакция не всегда разделяет мнение авторов публикаций.

При использовании материалов ссылка на журнал обязательна.

Фото: Shutterstock/FOTODOM UKRAINE
Фото на обложке: Shutterstock/FOTODOM UKRAINE

Все права защищены.

За достоверность рекламных материалов несет ответственность рекламодатель.

Печать: типография ЧП «Перша Друкарня»
Украина, Киев, ул. Выборгская, 84

Сдано в печать 22.02.2021
Подписано в печать 23.02.2021
Тираж 13 000 экз.

© Мистер Блистер, 2021

**РАСПРОСТРАНЯЕТСЯ
БЕСПЛАТНО
в аптеках
и фармацевтических фирмах
Украины**

Чтобы подписаться на журнал «Мистер Блистер», необходимо позвонить в редакцию по телефону 593-38-85 или отправить по электронному адресу podpiska@mister-blister.com следующую информацию:

- полное название аптеки,
- почтовый индекс,
- полный адрес,
- контактный телефон.

ФАРМБИЗНЕС

новини	4
перспектива. Мир не готов к новой пандемии	7
актуально. Фортеза – гідна відсіч «гострим лезам».	10

ПРАКТИКА

азбука здоров'я. Фармакогенетику – в каждую аптеку!	12
запас прочности. Дефицит кадров в аптеках США	14
технологии. Упаковка важна, как и содержимое.	17
за семью печатями. Под подозрением – тест-системы на антитела	20

МИР МЕДИЦИНЫ

правила игры. Психоделики в зоне особого внимания	24
nota bene. Турбіотик є – турбот немає.	27
время для себя. Образ жизни после сорока: правила и лайфхаки	30
є спосіб! Вдала комбінація заради імунного захисту	32

ПРОФИЛАКТИКА

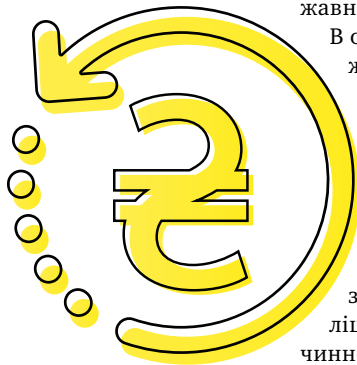
авторські подорожі. Тут боги розмовляють з людьми	34
страна детства. Болезнь любознательных упрямцев.	38
вузлик на пам'ять. Німесулід у гранулах – сучасна форма, добрий ефект	40
кинозал. Рекомендовано к просмотру	43

НА ДОСУГЕ

про зірок. Леся Патока: «Я втілила образ зі своїх снів»	46
тайны судьбы. Тароскоп для Украины и ее жителей	52
легкий взгляд. А ты нашел свое предназначение?	54

Збільшено перелік ліків, що підлягають реїмбурсації

Наказ МОЗ України від 15 лютого 2021 року № 251 «Про затвердження Реєстру лікарських засобів, що підлягають реїмбурсації, станом на 10 лютого 2021» надав чинності новому переліку таких ліків, вартість яких буде частково чи повністю компенсована пацієнтам за державний рахунок відповідно до програми «Доступні ліки».



В оновлену версію реєстру додали 33 позиції, загальна ж кількість препаратів у ньому становить 297. Перелік складається переважно з препаратів вітчизняних фармкомпаній, однак частка імпортованих ліків продовжує зростати. Значна частина списку – це протидіабетичні препарати на основі метформіну, їх у списку 36, також включені засоби для лікування серцево-судинних захворювань і багато інших. Зокрема, антикоагулянт варфарин, антигіпертензивний препарат ніфедипін і антиагрегант ацетилсаліцилова кислота. Нова редакція реєстру вже набула чинності, з повною її версією можна ознайомитись на веб-сайті МОЗ України.

Усупереч висновкам ВООЗ

Американське Управління з продуктів і ліків FDA схвалило застосування ремдесивіру для лікування коронавірусної хвороби, незважаючи на результати клінічних досліджень ВООЗ, які не підтвердили ефективність препарату при цьому діагнозі. У Сполучених Штатах використання ремдесивіру було дозволено в екстрених випадках з весни 2020 року, а зараз препарат став першим, який отримав дозвіл від регулятора для застосування при лікуванні COVID-19, повідомляє pharma.net.ua.

Офіційний портал з питань щеплення

Міністерство охорони здоров'я України спільно з партнерами запустило окремий інформаційний портал з питань вакцинації проти COVID-19 vaccination.covid19.gov.ua. На порталі можна дізнатися про етапи та цільові групи вакцинації, які вакцини будуть використовуватися та як відбуватиметься сам процес вакцинації в Україні. Крім того, вебсайт міститиме інформаційні панелі зі статистичними даними про перебіг вакцинальної кампанії в Україні. Усі дані на сайті будуть оновлюватися у режимі, наближеному до реального часу. Інформаційну підтримку для порталу надають Дитячий фонд ООН (ЮНІСЕФ) і Всесвітня організація охорони здоров'я. Нагадаємо, що в Україні вже працює інформаційний сайт covid19.gov.ua та національний контакт-центр МОЗ з питань COVID-19. Номер гарячої лінії: 0 800 60 20 19.



Розширення пакетів медичних послуг

Затвердження нових пакетів медичних послуг, які фінансуватимуться з бюджету у 2021 році, ініціює МОЗ України. Це, зокрема, передбачено проектом урядової постанови «Деякі питання реалізації програми державних гарантій медичного обслуговування населення у 2021 році». Пропонується додати такі пакети послуг, як «Ведення вагітності в амбулаторних умовах», «Лікування та супровід пацієнтів з гематологічними та онкогематологічними захворюваннями у дорослих та дітей у амбулаторних та стаціонарних умовах», «Стоматологічна медична допомога в амбулаторних умовах», «Психіатрична допомога, яка надається мобільними мультидисциплінарними командами», «Супровід та лікування дорослих та дітей, хворих на туберкульоз, на первинному рівні медичної допомоги», «Готовність до реагування на епідемії», «Лікування пацієнтів методом гемодіалізу в амбулаторних умовах». Фінансування пакетів має розпочатися з II кварталу цього року. Також проектом постанови передбачено залишити пакет «Стаціонарна допомога пацієнтам з гострою респіраторною хворобою COVID-19, спричиненою коронавірусом SARS-CoV-2». Отже, фінансування медичних закладів, які лікують пацієнтів із цим захворюванням, продовжиться.

Пологи після трансплантації матки

У Франції народилася перша дитина після трансплантації матки. Це здорова дівчинка вагою 1 кілограм 845 грамів. Пологи приймали у лікарні Фощ, що під Парижем. Пацієнтка на ім'я Дебора не мала матки через рідкісну хворобу. У березні 2019 року їй зробили пересадку матки від її матері, якій тоді було 57 років. На момент пологів 36-річна Дебора була на 33 тижні вагітності. За словами лікарів, мати й дитина почуваються добре. Трансплантат для Дебори не постійний, він був призначений для того, щоб вона лише раз народила дитину. Загалом у світі було близько 20 випадків пересадки донорської матки, повідомляє УНІАН.

ПАР продає вакцину від COVID-19

Влада Південно-Африканської Республіки повідомила, що не буде проводити імунізацію від коронавірусної інфекції препаратом від фармконцерну AstraZeneca, оскільки він продемонстрував у країні низьку ефективність проти нового мутованого COVID-19. Таку інформацію передає BBC. У ПАР шукають можливості обміну або продажу 1,5 млн доз вакцини від AstraZeneca. За словами глави МОЗ Звелі Мхізе, деякі країни вже хочуть її придбати.

Шанувальники «доктора Гугла»

Покладатися на Google у питаннях діагностики і лікування – ідея не з кращих, але схоже, що більшість жителів Великобританії схильні чинити саме так. Нове дослідження показало, що майже половина молодих людей, що живуть у цій країні, приймають рішення про купівлю лікарського засобу на підставі «консультації» з Google. Так, згідно з даними опитування, проведеного компанією Lenstore, 59% респондентів шукають у Google свої симптоми, перш ніж проконсультуватися з лікарем, і майже половина (45%) людей віком від 16 до 24 років купують ліки після визначення діагнозу, поставленого «доктором Гуглом». Аналогічним чином поведуться приблизно по 30% респондентів віком 25–34 і 35-44 років. Це досить тривожний результат, особливо в світлі дослідження, опублікованого минулого року, яке показало, що точність веб-сайтів і додатків для перевірки симптомів онлайн значною мірою варіюється і дає змогу поставити правильний діагноз тільки в 36% випадків.

Медики vs економісти

Імунітет до COVID-19 в Україні має не більш як 20% населення, а про набуття колективного імунітету серед українців говорити поки рано. Про це йдеться в дослідженні Київської школи економіки (KSE). За даними її фахівців, орієнтовно лише 13–20% людей в Україні перехворіли на COVID-19. Серед медичних працівників цей показник становить 13,4%. Фахівці у галузі медицини дотримуються іншої думки. Так, лікар-епідеміолог Андрій Александрін в ефірі телеканалу «Україна 24» заявив, що мінімум 19 млн жителів України вже перенесли коронавірус. «Це говорить про те, що ми вже досягаємо того колективного імунітету, який, за даними ВООЗ, свідчить, що буде зниження захворюваності. Сдине, я вважаю, що ми цей колективний імунітет заробили, як у середньовіччі. У нашій країні були створені всі умови для того, щоб люди інфікували одне одного, і ми перехворіли звичайним шляхом», – підкреслив Александрін. Такої ж точки зору дотримується і завідувачка відділу вірусних інфекцій Інституту епідеміології та інфекційних хвороб ім. Л.В. Громашевського Алла Мироненко. «Вже більше половини населення перехворіло на COVID-19. Отже, скорочується кількість тих, кого поки що коронавірус ominав. Врахуйте, що чимала частка людей перехворіли і навіть про це не знають, проте в них є антитіла. Нині вже є суттєвий прешарок населення, який не чутливий до цієї хвороби, тому що це вже в них позаду. Скоро взагалі не буде кому хворіти», – сказала вона в інтерв'ю glavcom.ua.

IMET®

для дітей
Діюча речовина: ібупрофен

Від жару та болю*1,2



Суспензія ібупрофену з полуничним ароматом*1,2

Не містить спирту та цукру*1,2

Виготовляється у ЄС*1,2

Більше інформації на сайті компанії berlin-chemie.ua



**BERLIN-CHEMIE
MENARINI**



Інформація про безрецептурний лікарський засіб для спеціалістів у галузі охорони здоров'я. РП. № UA/14969/01/01, РП. № 16881/01/01. **Лікарська форма.** Суспензія оральна. **Показання.** Короткотермінове симптоматичне лікування пропасниці та більового синдрому легкого і помірного ступеня. Зберігати в місцях, недоступних для дітей. **Протипоказання.** Підвищена чутливість до ібупрофену та інше. **Спосіб застосування.** Дозування препарату Imet® для дітей 2% та 4% розраховується залежно від маси тіла або віку, як правило, при застосуванні від 5 до 10 мг/кг маси тіла як разової дози та максимально 30 мг/кг маси тіла як загальної добової дози. **Побічні реакції.** Розвиток побічних реакцій залежить від дози, тривалості лікування та індивідуальної чутливості пацієнта. Якщо цей лікарський засіб необхідно приймати більше 3-х днів або тяжкість симптомів посилюється, слід звернутися до лікаря. За детальною інформацією звертатися до інструкції для медичного застосування лікарського засобу Imet® ДІТЯЙ 2%, 26.05.2020 №1250 та інструкції для медичного застосування лікарського засобу Imet® ДІТЯЙ 4%, 01.06.2020 №1285.

Виробник – Берлін Хемі АГ, Лабораторіус Алкала Фарма, СЛ, Фармасьєра Меньюфекчерінг СЛ. Представництво «Берлін Хемі/А. Менаріні Україна ГмбХ». Адреса: м. Київ, вул. Березняківська, 29, 7-й поверх. Тел.: +38 (044) 494-33-85, факс: +38 (044) 494-33-89.

1. Інструкція для медичного застосування лікарського засобу Imet для дітей 2%, 26.05.2020 №1250.
2. Інструкція для медичного застосування лікарського засобу Imet® ДІТЯЙ 4%, 01.06.2020 №1285.

*КОРОТКОТЕРМІНОВЕ СИМПТОМАТИЧНЕ ЛІКУВАННЯ ЛИХОМАНКИ ТА БОЛЬОВОГО СИНДРОМУ ЛЕГКОГО І ПОМІРНОГО СТУПЕНЯ

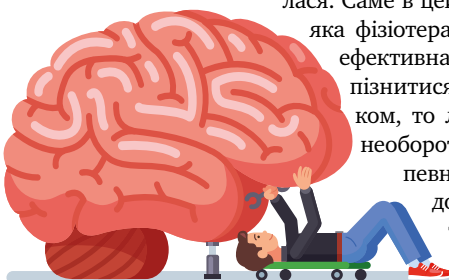
UA_IME-01-2021_V1_press. Останнє оновлення 26.01.2021.

Вартість ліків зростає

У 2021 році більшість світових фарм-гігантів підвищили ціни на понад як 300 ліків у США. Самі вони пояснюють це тим, що постраждали від наслідків пандемії COVID-19, яка скоротила кількість відвідувань лікарів пацієнтами і знизила попит на деякі ліки, повідомляє агентство Reuters. За даними 3 Axis, консалтингової фірми, яка працює з фармацевтичними та страховими компаніями, поставальниками сировини і фондами з питань ціноутворення, зростання цін становить 1–10%. Раніше в цій фірмі підраховували, що протягом 2020 року виробники ліків підняли ціни більш ніж на 860 препаратів у середньому на 5%.

Вікно можливостей для мозку

Учені з Університету Південної Австралії довели, що протягом двох тижнів після інсульту мозок пацієнта має унікальне вікно можливостей для перебудови. Отже, хворі здатні значною мірою відновити здоров'я. Але якщо цей процес з якихось причин сповільнюється, то в подальшому здатність мозку до самовідновлення знижується, свідчать результати дослідження, опубліковані в журналі Neurorehabilitation and Neural Repair. Ця наукова робота проводилася в Лондоні та Аделаїді, а вчені стежили за лікуванням 60 пацієнтів з інсультами протягом року після епізоду гострого мозкового порушення кровообігу. Вчені сканували мозок тих, хто пережив інсульт, протягом 12 місяців. У перші дні після шемічного інсульту мозок мав найвищу здатність змінювати і перелаштовувати свої нервові зв'язки, тому його пластичність збільшувалася. Саме в цей період будь-яка фізіотерапія найбільш ефективна. Якщо ж запізнитися з її початком, то людина може необоротно втратити певні можливості до руху, пам'яті, мовлення тощо.



Статини знижують побічний ефект антрациклінів?

Дослідники з Університету Торонто (Канада) повідомили, що у понад 2,5 тис. жінок, які отримували лікування антрацикліном з приводу раку молочної залози і паралельно приймали статини, була меншою частота госпіталізацій із серцевою недостатністю, пов'язаною з кардіотоксичними ефектами хіміотерапії, порівняно з жінками, які не приймали ці гіполіпідемічні засоби. Аналогічна тенденція спостерігалася і для більш як 1,3 тис. жінок, які одночасно лікувалися трастузумабом і статинами. Зростає кількість даних про те, що кардіотоксичність антрациклінів опосередкована інгібуванням топоізомери-2 бета і окислювальним стресом, такою самою може бути і кардіотоксичність трастузумабу. Автори роботи припустили, що статини можуть нівелювати ці процеси.



Зростає кількість даних про те, що кардіотоксичність антрациклінів опосередкована інгібуванням топоізомери-2 бета і окислювальним стресом, такою самою може бути і кардіотоксичність трастузумабу. Автори роботи припустили, що статини можуть нівелювати ці процеси.

Жирна риба – профілактика діабету

Людей, які регулярно вживають жирну рибу, значно знижений ризик розвитку діабету II типу. Схожа, але слабкіша кореляція є і при прийомі дієтичних добавок на основі риб'ячого жиру. Це результати проспективного дослідження, в якому аналізувалися дані 392 тис. жителів Великобританії, зареєстрованих у біобанку країни. На момент включення в дослідження у них не було діабету II типу і серцево-судинних захворювань. Середній період спостереження становив трохи більше 10 років, протягом яких у 7262 учасників був діагностований цукровий діабет. У тих же з них, хто щотижня з'їдав 1–2 або більше порцій жирної риби, рівень захворюваності на діабет II типу був на 22% нижчим, ніж у тих, хто цього не робив. Схожі результати зафіксовані й у вибірці учасників, які регулярно приймали добавки з риб'ячим жиром, хоча у них частота розвитку діабету II типу була нижчою лише на 9%.

Три поставальники вакцин в Україну

Наразі фахівці Державного експертного центру (ДЕЦ) МОЗ України завершують опрацювання заяв на реєстрацію вакцин від COVID-19 під зобов'язання для екстреного медичного застосування. Зокрема, ще 16 лютого була подана заява на реєстрацію вакцини Pfizer-BioNTech. Вакцину розробила німецька біотехнологічна компанія BioNTech спільно з американським фармацевтичним концерном Pfizer. Україна очікує 117 тис. доз вакцини від Pfizer-BioNTech у межах глобальної ініціативи COVAX. Уже зареєстрована в Україні вакцина Oxford/AstraZeneca. Вона розроблена Оксфордським університетом та британсько-шведською компанією AstraZeneca. Протягом першого півріччя Україна може отримати від 2,2 до 3,7 млн доз вакцини AstraZeneca/Oxford у межах глобальної ініціативи COVAX. Крім того, вакцина буде закуплена за державні кошти напряму у виробників. Очікується щонайменше 500 тис. доз вакцини AstraZeneca. Крім того, була подана заява на реєстрацію вакцини Sinovac Biotech. Це вакцина китайського фармацевтичного підприємства Sinovac Biotech, що спеціалізується на виробництві вакцин проти гепатиту та грипу. Перша партія вакцини Sinovac Biotech буде поставлена в Україну протягом 30 днів після офіційної реєстрації в Китаї, США, Великій Британії, Швейцарії, Японії, Австралії, Канаді, Ізраїлі, Індії, Мексиці, Бразилії або ж за централізованою процедурою реєстрації Європейського Союзу. Фахівці ДЕЦ готують експертні висновки щодо співвідношення «користь/ризик» та перевірки реєстраційних матеріалів у найкоротший термін, як того потребує законодавство України.

Мир не готов к новой пандемии

Опубликован седьмой «Индекс доступа к лекарствам» с интересными выводами и аналитикой. В этом документе указано, что в странах с низким и средним уровнем доходов населения доступ к лекарствам постепенно улучшается, но прогресс движется слишком медленно.

Рейтинг фармкомпаний

Фонд доступа к лекарствам (The Access to Medicine Foundation) – это некоммерческая организация со штаб-квартирой в Амстердаме. Раз в два года она публикует отчет – «Индекс доступа к лекарствам» и составляет рейтинг крупнейших фармкомпаний мира, оценивая их способность сделать свои препараты более доступными в небогатых странах. При составлении этого рейтинга используются три основных критерия:

- управление доступом;
- исследования и разработки;
- доставка продуктов.

В этом году компания GlaxoSmithKline сохранила за собой лидирующую позицию рейтинга, но лишь немного обогнала Novartis. Компания Pfizer впервые вошла в первую пятерку, заняв четвертое место. Также в числе пяти лидеров оказались Johnson & Johnson и Sanofi.

Восемь компаний, попавших в рейтинг, заранее разрабатывают планы быстрого доступа к своим препаратам (после их первого глобального запуска на рынок) для людей, живущих в странах с низким и средним уровнем доходов населения. Это значительный прогресс по сравнению с Индексом 2018 года, когда Novartis была отмечена как единственная компания, которая начала внедрять такой подход. План доступа может включать, например, справедливое ценообразование, до-

В Индексе отмечено, что лечение рака преобладает в сфере исследований неинфекционных заболеваний, как было и в 2018 году. А среди инфекционных заболеваний наибольшее внимание вновь уделено ВИЧ, туберкулезу, малярии и COVID-19.

бровольное лицензирование, пожертвование препаратов и пр. Он позволяет компаниям уравновешивать коммерческие интересы с социальной ответственностью, а людям – получать эффективные новинки фармации.

То, что планирование доступа расширяется, означает, что в будущем оно может стать стандартом для всей отрасли. Однако пока до этого далеко. Почти 42% из 154 проанализированных препаратов не имели стратегий доступа ни в одной из 106 стран.

Коммерчески неперспективно

С начала пандемии появилось много научных работ, направленных на борьбу с коронавирусом. Многие крупные фармкомпании откликнулись на проблему, поэтому вакцины были созданы в рекордно короткие сроки. Однако они мобилизовались только после того, как стало ясно, что эпидемия затронула все страны, открыв тем самым возможность получить значительные доходы. В целом же стимулы для участия фармкомпаний в предотвращении новых пандемий ограничены. Большинство инфекционных заболеваний распространены в основном в бедных странах, поэтому создание лекарств для их терапии совершенно непривлекательно с коммерческой точки зрения.

Из 63 наиболее перспективных продуктов против COVID-19, проанализированных экспертами, 5 относятся к противовирусным препаратам, 9 – к вакцинам и 11 – к лечению на основе антител, а остальные являются существующими перепрофилированными лекарствами. Однако эксперты успокоены, что многие продукты, находящиеся в разработке, будут сложно доставить пациентам из стран с низким и средним уровнем доходов либо



из-за их высокой стоимости, либо из-за технических требований к оборудованию и персоналу.

Урок COVID-19

По мнению экспертов ВОЗ, сегодня высокий эпидемический риск для всего мира несут 16 инфекционных заболеваний. К ним относят Конго-крымскую геморрагическую лихорадку, болезнь Эбола, малярию, вирус Нипах и пр. Однако большинству из них, а точнее говоря 10 из 16 патогенов не уделяется никакого внимания, поэтому ситуация 2020 года может повториться.

Урок COVID-19 заключается в том, что для обеспечения готовности к пандемии требуется вовлечь в разработку лекарств широкий круг частных и государственных организаций. Сюда должны входить компании, которые могут ускорить клинические исследования и одобрение продуктов, обеспечить их производство и поставки в глобальном масштабе. Даже в ускоренном темпе на создание вакцин требуется не менее года, поэтому разработку лекарств против патогенов с высоким эпидемическим потенциалом важно начинать до того, как разразятся новые эпидемии. ■

3 Києва – у регіони

Для логістики вакцин Міністерство охорони здоров'я провело розрахунків підтримки холодового ланцюга, сформувало потребу в холодильниках, термобоксах та інструментах контролю температур. Питаннями зберігання і транспортування вакцин Pfizer в Україні займатиметься приватна компанія «Фармасофт». Решту препаратів зможуть зберігати та постачати за рахунок ресурсів держпідприємства «Укрвакцина». Щотижня вакцини розвозитимуть з Києва на регіональні склади, після цього розпочнеться відлік їх розморожування: в області будуть передавати дози у розрахунок на п'ять днів, бо саме такий термін зберігання вакцин Pfizer після розморожування в температурному режимі від +2 до +8. Бригади вакцинаторів щодня братимуть препарати з регіонального складу і об'їжджатимуть тих, хто в цей день записаний на щеплення, а через півмісяця-місяць бригада приїде повторно, щоб вколоти другу дозу. МОЗ

планує проводити вакцинацію від COVID-19 у більш як 4 тис. пунктів, залучити до цієї роботи понад 500 мобільних бригад. Розглядається і можливість створення тимчасових центрів вакцинації, як у країнах ЄС.



Для тих, хто тяжко хворіє

Уряд України виділить понад 125 млн грн на закупівлю ліків для хворих з тяжкою формою коронавірусної інфекції, що перебувають на лікуванні в стаціонарах. Цю інформацію озвучила Ірина Садов'як, заступниця голови МОЗ. Вона пояснила, що для таких українців закуплять спеціальні препарати – тоцілізумаб і імуноглобулін. Обидва лікарські засоби в достатній кількості будуть спрямовані в регіони, в спеціалізовані лікарні, де перебувають хворі з COVID-19.

Чи потрібне поголовне щеплення від COVID-19?

До кінця осені цього року Міністерство охорони здоров'я України розраховує провести чотири етапи вакцинації від COVID-19, під час яких щеплення мають отримати майже 21 млн українців – люди, які перебувають у зоні ризику інфікування. Загальна ж мета вакцинації – охопити щонайменше 50% громадян. Такий відсоток необхідний для вироблення колективного імунітету. Наразі, за даними соціологічних досліджень, лише 43–45% українців готові до безкоштовної вакцинації.

А чи потрібне взагалі поголовне щеплення від COVID-19? Масову вакцинацію від коронавірусу назвали необхідною 40,6% українських медиків, 13,3% вважають, що вона недоречна. Про це свідчить опитування, проведене ActiveGroup, Всеукраїнським лікарським товариством і Асоціацією міст України. Дослідження також продемонструвало, що 24,5% медпрацівників вважають масову вакцинацію населення бажаною, але не обов'язковою, ще 21,7% не визначились. Окрім того, 45,8% підтримують масове тестування українців на коронавірус, 32,1% заявили, що це бажано, але не обов'язково, а 16,3% не вважають масове тестування потрібним, решта опитаних не визначились. Примітно, що у приватних медичних закладах масове тестування підтримують більше, ніж у державних та комунальних (55,9% порівняно з 45,5% та 45,6% відповідно).

Декретна відпустка корисна для матерів

У багатьох країнах світу оплачувана відпустка для догляду за дитиною з'явилася порівняно недавно. Нове дослідження, опубліковане American Economic Association, наочно показує важливість такого тривалого відновлення для молоді матері. Дослідники проаналізували стан здоров'я жінок у Норвегії, які народили до 1977 року, коли був ухвалений закон про оплачувану відпустку у зв'язку з вагітністю та доглядом за дитиною, і після. Сьогодні в цій країні матерям надається 46 тижнів відпустки зі збереженням 100% зарплати або 56 тижнів за умови виплати 80%. Науковці зосередилися на вивченні довгострокових наслідків цієї соціальної реформи. Насамперед вони оцінювали біометричні дані учасниць дослідження. Результати переконливо довели користь декретної відпустки. У жінок, що народили після ухвалення закону про її впровадження, індекс маси тіла був на 2,5–3% нижчим, на 10% був меншим ризик розвитку гіпертонії, вони рідше палили і більше займалися спортом, ніж ті, які стали матерями до ухвалення норми про оплачувану відпустку. Примітно, що найбільшу користь декрет приніс жінкам з невисоким рівнем доходу, які не могли собі дозволити довго сидіти вдома з дитиною за свій рахунок. Водночас аналіз фінансового становища учасниць дослідження не виявив великих змін у їхніх доходах і зайнятості до і після соціальної реформи. Науковці вважають, що цілющий ефект декрету полягає в зниженні рівня стресу, можливості фізичного і морального відновлення, а також у грудному вигодовуванні, що дуже важливе як для матері, так і для малюка.



КУЧИКУ® для найменших

Коли у родині з'являється немовля, батьки намагаються передбачити усе. Убезпечити помешкання, облаштувати дитячу кімнату, не забути про зручний візок, купити тепленький одяг, подбати про дитячу косметику і, звісно, зібрати аптечку про всяк випадок.

КУЧИКУ® Коліки – джерело важливого ферменту



Фермент лактази, що бере участь у перетравлюванні молока, а точніше – у розщепленні молочного цукру (лактози), потрібен малюкам для розвитку нервової системи. Надлишок у кишечнику молочного цукру, який утворюється через брак лактази, зумовлює болісні кольки, здуття, зригування. Дитина з лактазною недостатністю погано набирає вагу, піджимає ніжки, вигинається, плаче...

Почувши діагноз «лактазна недостатність», молоді батьки починають панікувати. Проте вроджений дефект цього ферменту зустрічається вкрай рідко. Зазвичай у малюків спостерігається тимчасова лактазна недостатність, яка минає, коли травна система дитини повністю дозріє. А доки це станеться, малюк потребує допомоги. Щоб усунути брак лактази, потрібно просто додати до раціону цей важливий фермент, наприклад, у вигляді крапель КУЧИКУ® Коліки. Дітям з лактазною недостатністю їх варто приймати під час кожного годування протягом перших 3–4 місяців життя.

КУЧИКУ® Протект – при проблемах зі шкірою



Навіть дуже ретельний догляд не відвертає ризик розвитку пелюшкового дерматиту. Отже, в аптечці немовляти обов'язково має бути профілактичний засіб, наприклад КУЧИКУ® Протект, який слід застосовувати при перших проявах подразнення шкіри: почервонінні, лущенні, попрілості тощо. Оксид цинку, який входить до складу цього крему, має антисептичну та протизапальну дію. Він не тільки знімає подразнення, а й, лішаючи на шкірі тоненький захисний шар, запобігає її подальшому контакту з подразнювальними речовинами та появі нових ушкоджень. Екстракти ромашки та алое у складі КУЧИКУ® Протект додатково пом'якшують та заспокоюють ніжну шкіру малюка. А мигдальна олія, екстракт листя оливи, гліцерин та D-пантенол, які також є компонентами крему, живлять та зволожують її. КУЧИКУ® Протект дозволено застосовувати з народження, цей продукт не спричиняє алергії, не містить барвників та парабенів. А у старших дітей ним можна змащувати місця невеликих опіків, порізів та подряпин.

КУЧИКУ® охолоджуючий пластир – надійний помічник



Корисним помічником для батьків дітей від 6 місяців і старше є КУЧИКУ® охолоджуючий пластир, який стане у пригоді у найрізноманітніших ситуаціях. Після наклеювання на шкіру охолоджувальний ефект пластира зберігається до 8 годин. Протягом цього часу його активний компонент – ментол – створює відчуття прохолоди. Ця органічна речовина здавна відома своєю знеболювальною дією, зумовленою відволікальним ефектом. Крім того, ментол має тонізувальні та протизапальні властивості, заспокоює і сприяє міцному сну.

КУЧИКУ® охолоджуючий пластир полегшить стан малюка при лихоманці, застуді, головному болю, перегріванні на сонці, укусах комах. Саме він допоможе, коли у немовляти ріжуться зубки. А старшим дітям – згодиться для знеболювання при дрібних травмах: вивихах, розтягненні м'язів та зв'язок.

КУЧИКУ® Електроліт – смачне відновлення балансу



У ранньому віці захворювання часто супроводжуються високою температурою, а також діареєю та блюванням. При таких станах найголовніше – не допустити зневоднення організму, яке може бути небезпечним. Слід давати дитині пити багато рідини, як рекомендують лікарі, але варто зауважити, що при зневодненні разом з нею організм малюка втрачає важливі мінерали. А щоб швидко відновити водно-солевий баланс, дитину з шестимісячного віку варто поїти не водою чи компотом, а спеціальним напоєм КУЧИКУ® Електроліт. До його складу, який, до речі, повністю відповідає рекомендаціям ВООЗ, входять білки, жири, глюкоза, натрій, калій, хлориди, цитрати, сіль – тобто всі ті речовини, які організм втрачає при зневодненні. КУЧИКУ® Електроліт не містить штучних підсолоджувачів, барвників, ароматизаторів та консервантів, проте має приємний смак завдяки вмісту натурального бананового пюре. Отже, напоїти ним дитину можна без зайвих умовлянь, що важливо як для батьків, так і для малюка.

Прочитали статтю?
Увага, конкурс!
Відповідайте
та перемагайте!



Щоби дізнатися подробиці,
переходь за посиланням
<http://bit.ly/2NPXoYj>
або скануй QR-код

Фортеза – гідна відсіч «ГОСТРИМ ЛЕЗАМ»

З чим тільки не порівнюють болісні відчуття у горлі та ротовій порожнині: з тортурами розпеченим залізом, з пекельним вогнем і навіть з порізами гострим лезом. Яскравих та влучних метафор назбиралося стільки, що хоч пісні складай! От лишень не до співів буде – саме через біль. Тому варто з ним розібратися.

Симптоми захворювання

Біль у горлі не омиває ні дорослих, ні дітей. Найчастіше він свідчить про гострі інфекційні захворювання ротової частини глотки (фарингіт, тонзиліт) і нерідко є головним симптомом при інфекціях верхніх дихальних шляхів або ГРВІ. Найтипівіші їхні ознаки – тривалий дискомфорт у горлі, першіння тощо.

Іноді ці симптоми виникають через переохолодження чи перенапруження горла, коли відразу активуються власні умовно-патогенні бактерії або грибки. От буквально зробиш тривалу доповідь – і голос втрачено, у горлі дере. Звісно, для профілактики болю у горлі можна менше говорити або уникати велелюдних місць. Та це майже нереально. Залишається вдаватися до оперативних дій із порятунку хворого горла: приборати подразнення, біль та запалення.

Одразу на усі ці симптоми спрямована дія Фортези – нестероїдного протизапального засобу місцевої дії, активна речовина якого – бензидаміну гідрохло-

рид. У вигляді спрею та розчину для полоскання рота ця сполука широко використовується у світі з початку 1960-х років для лікування хворих із запаленням і болями при різних станах в оториноларингології, стоматології, анестезіології¹.

Знімає запалення, знеболює вмить

Бензидаміну гідрохлорид проникає до осередків запалення, де чинить знеболувальну, протизапальну та антибактеріальну дію. Це, зокрема, було встановлено під час клінічних випробувань за участю 87 здорових добровольців. Так, при місцевому застосуванні на слизовій оболонці протягом 60 секунд бензидамін дає виражений анестезувальний ефект, який перевершує такий само у групі контролю (цетилпіридинію хлорид) і в групі плацебо (рідина для полоскання без антисептика та НПЗЗ), при цьому знеболення триває понад півтори години. На підставі цього зроблено висновок, що бензидаміну гідрохлорид надзвичайно корисний при лікуванні

пацієнтів з болем у порожнині рота і глотки через швидке зменшення болю².

Антибактеріальна дія бензидаміну гідрохлориду базується на його швидкому проникненні через мембрани мікроорганізмів з подальшим пошкодженням клітинних структур та порушенням метаболічних процесів у них. Відтак Фортеза нещадна до широкого спектра грамположитивних і грамнегативних бактерій, а також дріжджоподібних грибів роду *Candida*. Загалом бактерицидна активність бензидаміну визначалася проти 110 штамів бактерій³. Тому Фортезу рекомендують для лікування фарингіту, тонзиліту, гінгівіту та стоматиту. Призначають засіб також після видалення зубів, щоби зменшити больові відчуття та запальні процеси в яснах.

Для дорослих та дітей

Фортеза представлена в аптеках у формі розчину та спрею. Останній можна застосовувати дорослим та дітям з 4 років від 2 до 6 разів на день при болю в горлі та ротовій порожнині різного походження – як інфекційного (віруси або бактерії), так і будь-якого іншого (травми, оперативні втручання тощо). При гінгівіті, стоматиті та решті запальних захворювань доречно застосовувати розчин Фортези для полоскання ротової порожнини. У цій формі випуску засіб легко дозувати за допомогою мірного ковпачка, що постачається у комплекті. Фортеза розчин призначений для дорослих та дітей від 12 років. За потреби його можна розводити водою.

Фортеза починає діяти вже з першої хвилини застосування, а ефект тримається щонайменше півтори години. Тож можемо бути упевнені, що біль як від «гострого леза» можна приборкати завдяки Фортезі! ■



Ріже горло гострим лезом?

Застосовуйте



ФОРТЕЗАааААаАААа!

ФОРТЕЗА - спрей для ротової порожнини, 30 мл; розчин для ротової порожнини, 120 мл. **Склад:** діюча речовина: benzydamine; спрей для ротової порожнини: кількість 1 дози – 0,18 мл, що відповідає 0,270 мг бензидаміну гідрохлориду; розчин для ротової порожнини: 15 мл розчину містять 22,5 мг бензидаміну гідрохлориду. **Показання:** для симптоматичного лікування подразнень і запалень ротоглотки; для лікування болю, що зумовлений гінгівітом, стоматитом, фарингітом; у стоматології після екстракції зуба та з профілактичною метою. **Протипоказання.** Підвищена чутливість до діючої речовини або до інших компонентів препарату. **Побічні реакції.** Відчуття печіння, сухості у роті; гіпестезія ротової порожнини, нудота, блювання, набряк, зміна кольору язика, зміна смаку; реакція гіперчутливості; анафілактична реакція; ларингоспазм; бронхоспазм; фоточутливість; ангіоневротичний набряк; висипання, свербіж, кропив'янка; запаморочення, головний біль. Препарат містить парагідроксибензоати (метилпарабен), які можуть спричинити алергічні реакції уповільненої дії. **Форма відпуску.** Без рецепта. **Виробник:** «АБДІ ІБРАХІМ Ілач Санай ве Тіджарет А.Ш.», Туреччина для «Дельта Медікел Промоушнз АГ», Швейцарія. **Заявник:** «Дельта Медікел Промоушнз АГ». Р.П. **МОЗ України:** №UA/13797/01/01 від 22.07.2019; №UA/13797/02/01 від 22.07.2019. **Інформація про лікарський засіб.** Forteza/Фортеза, SCHONEN – зареєстровані торгові знаки «Дельта Медікел Промоушнз АГ». Повна інформація про застосування препаратів та повний перелік побічних реакцій містяться в інструкції для медичного застосування. Представництво «Дельта Медікел Промоушнз АГ»: вул. Чорновола, 43, м. Вишневе, Київська обл., 08132. DMUa.Fort.21.02.03

Фармакогенетику – в каждую аптеку!

Еще 5 лет назад фармакогеномику считали экзотикой. Провести такое тестирование пациентам предлагали в основном частные лаборатории наряду с анализами ДНК, устанавливающими «происхождение». В медицинской практике его проводили, только если побочные эффекты лекарств были связаны с риском для жизни. Но ситуация изменилась, и многие страны задумались о внедрении фармакогеномики в повседневную врачебную и аптечную практику.

Как минимум 95% населения

Фармакогенетика, или фармакогеномика, описывает взаимосвязь между вариациями в ДНК человека и метаболизмом, транспортом лекарств и реакцией на них. Целый ряд генетических особенностей влияет на то, как организм усваивает и перерабатывает активные компоненты лекарственных препаратов. Существование таких генных маркеров объясняет, почему люди по-разному реагируют на одну и ту же терапию. У одного стандартная доза лекарства вызывает нежелательные побочные действия, а другой не чувствует никакого эффекта от приема лекарства.

Перед назначением лекарств фармакогенетическое тестирование несет большую пользу. В зависимости от результатов отдельных тестов пациенты могли бы получить либо более высокую, либо более низкую дозу препарата, снизить риск возникновения побочных эффектов и улучшить результаты лечения.

Исследования показывают, что как минимум 95% населения имеет генети-

ческий вариант, влияющий на назначение хотя бы одного лекарства, поэтому такое тестирование будет полезным и для системы здравоохранения в целом. Правильно подобранная терапия повышает приверженность пациентов лечению, уменьшает количество повторных визитов к врачам и число обращений, связанных с побочными эффектами лекарств.

От теории к практике

Службы фармакогеномного тестирования уже работают в некоторых странах мира. Так, в Нидерландах их проводят врачи общей практики и фармацевты, прошедшие обучение. Они могут самостоятельно брать образец ДНК в виде мазка со внутренней стороны щеки пациента, отправлять его в лабораторию, а затем – использовать результаты тестирования, чтобы давать рекомендации по более безопасному и эффективному применению лекарств.

Национальная служба здравоохранения Великобритании планирует развернуть национальную программу фармакогеномного скрининга к 2025 году. Сегодня подобные исследования в стране практикуются лишь в системе вторичной медико-санитарной помощи для применения небольшой группы лекарств высокого риска. Однако эксперты сочли, что массовое тестирование с привлечением врачей первичного звена и фармацевтов принесет больше выгоды.

Результаты исследования

Эксперты Университета Восточной Англии выделили девять ключевых генетических маркеров, которые могут влиять на метаболизм 56 популярных

Путь к персонализированной медицине лежит через фармакогеномику, которая позволяет спрогнозировать атипичную реакцию человека на то или иное лекарство.

лекарств, которые часто отпускаются в аптеках страны. Наиболее распространенными из них являются анальгетики, антидепрессанты и ингибиторы протонной помпы. Исследователи оценили данные Национальной службы здравоохранения Великобритании за 2019 год о выдаче этих препаратов, чтобы узнать, сколько пациентов получают новые рецепты ежегодно и какое их количество может быть оптимизировано с помощью генетического тестирования. В результате обнаружилось, что более чем в одном из пяти случаев (21,1%) лекарства, рецепты на которые были выписаны в учреждениях первичной медико-санитарной помощи, имеют значимое взаимодействие с одним из девяти исследуемых генов. То есть в соответствии с международными фармакогенетическими рекомендациями следует провести дополнительное тестирование пациентов. Причем если бы этот скрининг применялся ко всем новым рецептам, то в одном из 11 случаев (9,1%) пришлось бы заменять назначенное лекарство или его дозы.

Таким образом, специалисты подсчитали, что внедрение фармакогеномного тестирования будет касаться 5,7 млн лекарств, выданных примерно 4 млн пациентов. Потенциально все они после проведения относительно недорогого теста могли бы значительно улучшить результаты лечения.

Лина СПИР ■



УРОХОЛУМ – СИЛА ПРИРОДИ ВІД ЦИСТИТУ!

- Полегшує сечовипускання
- Знімає спазм
- Має протизапальну дію



УРОХОЛУМ – рослинний препарат для лікування та профілактики циститів, сечокам'яної хвороби та захворювань нирок.

Інформація для професійної діяльності медичних та фармацевтичних працівників.

Склад лікарського засобу: 1 мл препарату містить водно-спиртовий екстракт (1:1) із суміші: моркви дикої плодів 0,2 г, ортосифону тичинкового листя 0,18 г, споришу трави 0,15 г, кукурудзи стовпчиків з приймочками 0,12 г, бузини чорної квіток 0,1 г, хвоща польового трави 0,1 г, хмелю суплідь 0,05 г, берези бруньок 0,05 г, звіробою трави 0,04 г, м'яти перцевої листя 0,01 г, допоміжна речовина – етанол 40%.

Показання для застосування: у складі комплексної терапії гострих та хронічних захворювань (неспецифічної інфекції) сечовивідних шляхів (цистит, уретрит) та нирок (пієлонефрит), хронічних неінфекційних захворювань нирок (нефрит, нефроз); сечокам'яна, нирковокам'яна хвороби та сольовий діатез (профілактика утворення конкрементів, в т.ч. після їх видалення); хронічний холецистит, дискінезія жовчовивідних шляхів.

Спосіб застосування та дози: дорослим та дітям віком від 12 років приймати перед вживанням їжі по 10-20 крапель, розводячи невеликою кількістю води, тричі на добу. Курс лікування визначається лікарем із врахуванням перебігу захворювання, характеру супутньої терапії та триває від 5 днів до 1 місяця. За призначенням лікаря курс терапії можна повторити. Категорія відпуску: без рецепта.

Ліцензія: серія АВ № 598036 від 11 липня 2012 р. РП МОЗ України № UA/11755/01/01.
Реклама лікарського засобу. Перед застосуванням обов'язково прочитайте інструкцію та проконсультуйтеся з лікарем. Зберігати в недоступному для дітей місці.
Препарат не гарантує 100% лікувального ефекту.
Виробник: ТОВ «ДНП «Фармацевтична фабрика», вул. Корольова, 4, с. Станишівка, Житомирська обл., 12430
ТМ Урохолум стала абсолютним фаворитом у категорії «Препарат для лікування захворювань нирок та сечовивідних шляхів».

Vishpha[®]
фабрика ліків
Сучасні формули здоров'я

Дефицит кадров в аптеках США

С тех пор как у покупателей США появилась возможность заказывать лекарства в Интернете, в том числе и рецептурные препараты, сотни независимых аптек вынуждены были закрыться, не выдержав конкуренции. Крупные сети тоже стали сокращать число торговых точек. Так, за последние пять лет количество аптек в третьей по величине сети США сократилось примерно на тысячу.

От не востребованности к ажиотажному спросу

Последствиями интернет-продажи лекарств для фармацевтов США стали сокращение числа рабочих мест, снижение зарплат и повышение нагрузки. Выпускникам фармшкол становилось все сложнее устроиться в аптеку.

В 2019 году Министерство труда США спрогнозировало, что рынок вакансий для фармацевтов уменьшится на 3% в ближайшее десятилетие. Действительно, еще минувшим летом американские аптеки сокращали свои штаты. Теперь же они мечтают вернуть людей назад, обращаются с мольбами к пенсионерам и недавно уволенным сотрудникам, обещая повышенные зарплаты и бонусы за подписание контрактов. Все дело в том, что розничные аптечные сети США принимают активное участие в массовой вакцинации против COVID-19, а специалистов для этого катастрофически не хватает.

Для расширения доступа к вакцинам против COVID-19 Министерство здравоохранения и социальных служб США сотрудничает с аптечными сетями CVS, Walgreens, Rite Aid, а также с крупными торговыми сетями, имеющими свои аптеки, – Walmart, Kroger, Costco и Publix.

Фармацевты и техники

Аптечная сеть Walgreens заявила, что планирует нанять около 25 тыс. человек в США, в том числе от 8 до 9 тыс. фармацевтов и других медицинских работников, которые будут делать прививки. Планирует значительно расширить свой штат и компания CVS – ищет как временных, так и постоянных сотрудников из числа фармацевтов, медсестер и аптечных техников.

На фоне такого ажиотажа мелкие сети и магазины, имеющие аптечные отделы, боятся растерять свой персонал. Они опасаются, что более крупные конкуренты переманят их сотрудников, в особенности технических специалистов, которые, как правило, работают с почасовой оплатой и зарабатывают меньше. Так, средняя годовая зарплата фармацевта, т.е. человека с высшим образованием, в 2019 году в США составила 128 090 долларов, а техников, которым требуется лишь диплом о среднем образовании или его эквивалент, — 33 950 долларов в год.

В последние годы аптеки и без того стремились нанять больше технических специалистов, чтобы освободить фармацевтов от административных задач и сэкономить на заработной плате. Теперь же спрос на них и вовсе возрос до небес, поскольку Министерство здравоохранения и социальных служб США разреши-

ло техническим специалистам, получившим специальный сертификат, вводить людям вакцины против COVID-19 (в каждом штате на этот счет свои требования). Техники могут не только делать прививки, но и изучать историю вакцинации пациентов, обрабатывать формы согласия и назначать приемы для получения второй дозы вакцины.

Впрочем, далеко не все американские фармацевты и техники спешат подписывать контракты с аптечными сетями. Многие из них справедливо считают, что их прекрасные предложения временные, лишь на время проведения вакцинации, и стараются найти более привлекательную постоянную работу.

Мобильные клиники в «пустынях»

Американская ассоциация фармацевтов подчеркивает, что дефицит специалистов может оказаться особенно значительным в сельской местности и небольших городках, где фармацевты являются едва ли не единственными специалистами в области здравоохранения, доступными на много миль.

«Аптечные пустыни», т.е. районы, где значительное число жителей имеет ограниченный доступ к сетевым или независимым аптекам, встречаются и в крупных городах США. Как правило, эта проблема касается в основном бедных районов, где проживают люди с низкими доходами без личного транспорта. Чтобы их вакцинировать, будут создавать мобильные клиники. Для работы в них могут также привлечь студентов-фармацевтов на добровольных началах. В США 144 фармацевтические школы, и каждый их студент обучен делать прививки. ■



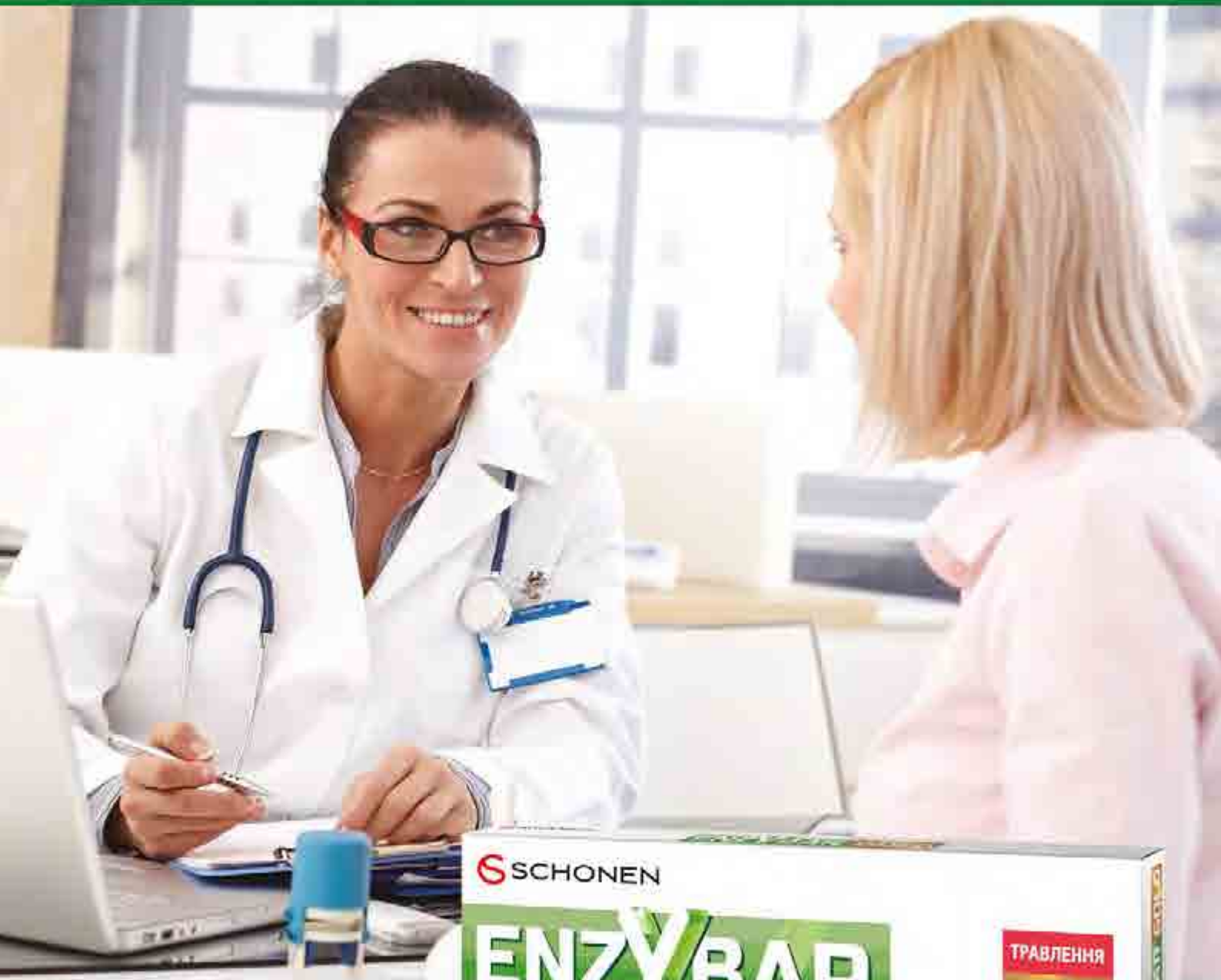
MULTIGRIP® ФІТО при застуді та ГРВІ

- ✓ *корисне тепле пиття*
- ✓ *містить натуральні активні компоненти*
- ✓ *потужний цинк та вітамін С*



3-4 саше на добу

15 сучасних ферментів для нормалізації травлення, щоб швидше відновитися



Читайте також про ферменти для засвоєння глютену та лактози на сайті Enzybar.eu



* Дивись склад в інструкції Ензібару Голд.
Реклама дієтичної добавки. Ензібар Голд не є лікарським засобом. Є застереження при застосуванні – дивись інструкцію. DMUA.ENZ.21.02.04

Упаковка важна, как и содержимое

Вакцины против COVID-19 компаний Pfizer/BioNTech и Moderna стали первыми мРНК-вакцинами в истории. Их выход на рынок стал важным событием, вызвавшим значительный интерес как профессионалов здравоохранения, так и широкой публики. Между тем мало кто знает, что технология их создания разрабатывалась более 15 лет. Суть ее в том, что средством доставки вакцины или другого препарата служат липидные наночастицы. Эта технология может иметь ключевое значение для будущего развития медицины и фармацевтики.

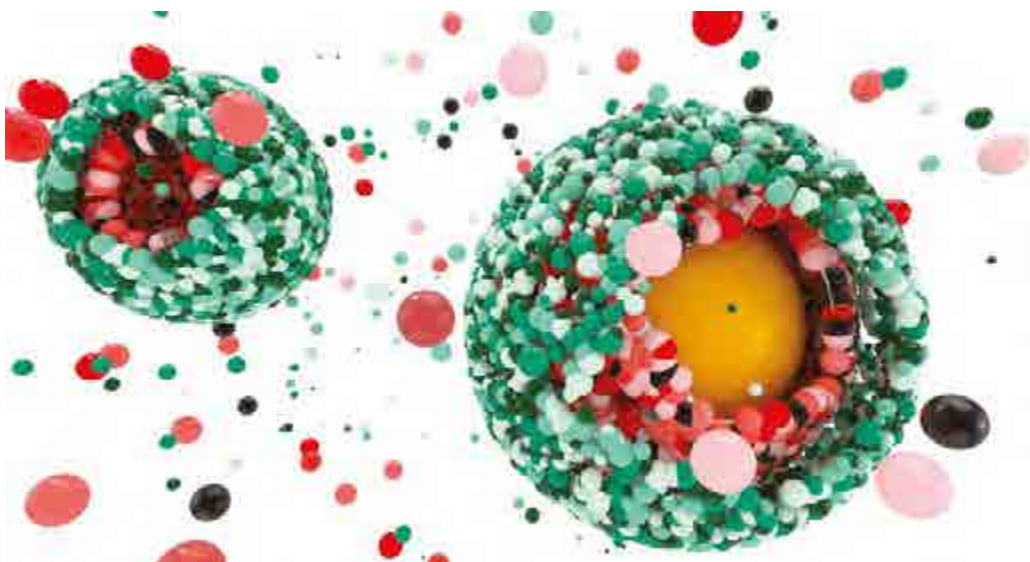
Прицельная доставка

Во второй половине XX века фармацевтическая промышленность была сосредоточена на низкомолекулярных препаратах. Преимущество этих лекарств в том, что они достаточно малы, чтобы пробраться сквозь мембраны живых клеток, которые состоят из двойного защитного слоя липидов, не повреждая их. Однако у этой способности есть обратная сторона: низкомолекулярные препараты не различают, в какие именно клетки им нужно проникнуть, и распространяются по всему организму. В результате в мишень, т.е. туда, где лекарство должно действовать, попадает лишь его небольшая часть, а попытки повысить дозу приводят к возникновению побочных эффектов.

Таргетированная, прицельная доставка лекарств считается будущим медицины. Проблема заключается в том, чтобы выяснить, как обеспечивать лекарствами одни клетки, избегая при этом их попадания в другие. Многие ученые считают, что ее решение кроется в использовании липидных наночастиц.

Для переноса питательных веществ и выведения отходов организм человека использует малень-

Благодаря липидным наночастицам можно доставлять препараты в мозг, а также проводить лечение генетических заболеваний до рождения, в утробе матери, пока патология не стала необратимой.



кие «пакеты» с пузырьками жира, а на специальных белках на их внешней стороне обозначает «адреса доставки». Еще в 1980-х годах ученые начали создавать такие липидные оболочки для лекарств. К настоящему времени существует около десятка препаратов на основе липосом для внутривенного введения, одобренных регулирующими органами по всему миру. Большинство из них содержат низкомолекулярные противораковые средства. Эффективность таких препаратов основана на способности небольших (< 100 нм в диаметре) липидных наночастиц проникать в опухолевые участки. Это становится возможным, поскольку сосудистая сеть опухоли может содержать отверстия диаметром до 200 нм, что позволяет мелким частицам проникать в ткань и нака-

пливаться в ней. Такой эффект, получивший название «усиленное проникновение и удержание», улучшает доставку лекарств в опухоль в 10 или более раз по сравнению с эквивалентными дозами лекарственного средства без липидного носителя.

Крупные молекулы

В 1990-х годах внимание разработчиков фармпрепаратов сместилось с низкомолекулярных соединений на биологические препараты, например нуклеиновые кислоты, – дезоксирибонуклеиновую (ДНК), малую интерферирующую рибонуклеиновую (миРНК), матричную рибонуклеиновую (мРНК)). Для терапевтического действия им требовались новые «большие» упаковки. Дело в том, что молекулы таких кислот слишком велики, чтобы само-

стоятельно пройти через защитные мембраны клеток. Так, если низкомолекулярные препараты могут иметь молекулярную массу 500 дальтон (биологическая единица, которая описывает количество атомов в молекуле), то нуклеиновые кислоты – несколько сотен тысяч дальтон.

Оказалось, что методы, используемые для загрузки низкомолекулярных лекарств в липидные наночастицы, нельзя применять к макромолекулам из-за их размера. Возникла еще одна проблема: введение в организм любого чужеродного генетического материала вызывало слишком быстрый иммунный ответ, который успевал уничтожить лекарства до того, как они начинали действовать.

У ученых родилась идея не помещать эти лекарства в крошечные пузырьки жира, а связывать с липидными наночастицами, которые будут доставлять их к месту назначения. Для того чтобы нуклеиновые кислоты соединились с жирами, им нужны противоположные электрические заряды. Однако все нуклеиновые кислоты имеют отрицательный заряд, и положительно заряженных жиров в природе тоже не существует. Катионные липиды (с положительным зарядом) сумели создать биофизики Калифорнийского университета, однако у живых существ эти частицы не работали, поскольку были очень велики и токсичны.

И все же решение проблемы найти удалось. После долгих исследований команда из Университета Британской Колумбии (Канада), работавшая с несколькими коммерческими компаниями, нашла способ связывать нуклеиновые кислоты с липидными частицами в кислом растворе. Затем они постепенно повышали pH до физиологических значений и добавляли жировые «шарики», чтобы создать более прочную упаковку. В результате нуклеиновая кислота внутри такой конструкции, или наноллипидного комплекса, оставалась прикрепленной и неповрежденной, а слой липидов снаружи позволял ей проникнуть внутрь клеток. К тому же на внешней поверхности липидного слоя могли размещаться «нацеливающие» антигены, пептиды или молекулы других лекарственных средств.

Настоящее и будущее липидных наночастиц

Первым одобренным генетическим препаратом, для доставки которого использовались липидные наночастицы, в 2018 году стал патисан компании Alnylam Pharmaceuticals, которая принимала участие в разработке ученых из Университета Британской Колумбии. Он лечит транстретин-опосредованный амилоидоз – генетическое заболевание, при котором разрушаются ткани сердца из-за неправильной формы одного белка, который обра-

зуется в печени. Этот препарат содержит малую интерферирующую РНК, которая «приказывает» клеткам печени не производить дефектный белок.

Еще одна компания, участвовавшая в разработке технологии загрузки крупных молекул в липидные частицы, а именно Acuitas Therapeutics предоставила Pfizer/BioNTech лицензию для их вакцины против COVID-19. А Moderna лицензировала эту же технологию от Acuitas Therapeutics еще в 2016 году и теперь тоже адаптировала ее для собственной вакцины.

Таким образом, именно этот научный прорыв привел к успеху первых мРНК-вакцин. Созданные учеными липидные наночастицы могут также доставлять другие лекарства, например, для иммунотерапии рака. Если ученые найдут уникальные антигены, выделяемые раком человека, то смогут применить нуклеиновые кислоты, кодирующие этот антиген, для создания иммунного ответа, который атакует опухоль.

Генетические препараты, такие как малая интерферирующая РНК, матричная РНК или плазмидная ДНК, потенциально могут обеспечить генную терапию ряда заболеваний. Например, применение мРНК-терапевтических средств – путь к предотвращению или излечению любого заболевания, характеризующегося дефицитом одного или нескольких ключевых белков. А использование миРНК могло бы помочь при болезнях, связанных с чрезмерной выработкой белков путем подавления патологических генов.

Конечно, для каждого нового лекарства или вакцины ученым придется выяснять, как доставить наночастицы в определенные ткани и органы. Для каждого вида клетки нужно будет найти уникальные маркеры, которые направят липидные наночастицы, наполненные лекарствами или нуклеиновыми кислотами, к месту их действия. Это непростая, но все же решаемая задача. Теперь, когда у ученых есть надежный транспорт в виде липидных наночастиц, их навигация, т.е. разработка новых методов терапии ранее неизлечимых заболеваний, – всего лишь дело времени.

Ольга ОНИСЬКО ■



Пікосен[®]

ПРИ ЗАПОРІ



Інформація для професійної діяльності медичних та фармацевтичних працівників.

Склад лікарського засобу: 1 мл містить: натрію пікосульфату 7,5 мг, касії листя екстракту сухого 10 мг. Показання для застосування: Запори або випадки, що потребують полегшення дефекації.

Спосіб застосування та дози. Дорослим і дітям віком від 12 років застосовувати по 10-20 крапель. ПІКОСЕН[®] слід приймати 1 раз на добу на ніч для того, щоб випорожнення кишечника відбулося наступного ранку. Категорія відпуску. Без рецепта.

Ліцензія: серія АВ №598036 від 11 липня 2012 р. Р.П. МОЗ України № UA/11154/01/01

Реклама лікарського засобу. Перед застосуванням обов'язково прочитайте інструкцію та проконсультуйтеся з лікарем. Зберігати в недоступному для дітей місці. Препарат не гарантує 100% лікувального ефекту.

Виробник: ТОВ «ДКП «Фармацевтична фабрика», вул. Корольова, 4, с. Станишівка, Житомирська обл., 12430.

Под подозрением – тест-системы на антитела

Уже которую неделю многие переболевшие коронавирусом люди в замешательстве: почему лабораторные тесты показывают у них отсутствие антител к инфекции даже после довольно тяжелого течения? Исследователей тоже беспокоит такое положение вещей, ведь по всем законам иммунологии этого быть не должно. Небольшая ревизия тест-систем на антитела к SARS-CoV-2 показала: дело не в иммунном ответе, а в системах, на которых тестируют украинцев.

Непредсказуемая «серая зона»

Еще в сентябре прошлого года в лаборатории иммунологии и вирусологии ГУ Институт педиатрии акушерства и гинекологии имени академика Е.М. Лукьяновой НАМН Украины начали активно исследовать уровень антител к SARS-CoV-2. Тогда росло количество заболеваемости среди сотрудников института, потому тестировали почти всех поголовно. Львиную долю коронавируса «отлавливали» на очень ранних этапах, еще до появления симптомов. Напомним: в этом учреждении медработники имеют дело с тяжелыми патологиями беременности, с осложнениями у новорожденных, поэтому лишняя нагрузка в виде ковида здесь ни к чему, а вот гипердиагностика – только на пользу.

– В то время мы часто наблюдали так называемую «серую зону», когда анализ не дает ни положительный, ни отрицательный результат, – рассказывает Борис Донской, кандидат биологических наук, иммунолог, исполняющий обязанности заведующего лабораторией. – Сотрудников с «серой зоной» в анализах отправляли сразу домой, на карантин. Да, они могли через несколько дней заражать своих родных, зато остальные члены нашего коллектива были в безопасности. Должен заметить, что конверсия почти мгновенная: если сегодня у человека обнаружены иммуноглобулины класса М, наличие которых говорит о недавно произошедшем заражении, то послезавтра уже будут высокие показатели более поздних иммуноглобулинов G. Лишь у небольшого процента коллег, которых отправили домой,

Факт фиксации заболевания, вызванного COVID-19, должен стать причиной отсрочки вакцинации от коронавируса минимум на полгода.

это была ложная тревога, и они возвращались на рабочие места через несколько дней. Мы, проверяя их, видели ту самую «серую зону», без изменений.

Ложная «серая зона» объясняется очень просто. Есть небольшая популяция людей, которые имеют иммунную память от перенесенных давно коронавирусных инфекций. Они и дают такую «серую зону». Иммунологи называют такой результат ложноположительным и точно не знают, защищены такие пациенты от актуального коронавируса или нет.

Сенсационный результат эксперимента

Борис Донской вместе Евгением Дубровским, врачом-инфекционистом Киевской городской клинической больницы №4, пошли на беспрецедентный эксперимент, к участию в котором пригласили тех, кто переболел коронавирусом, но антител к нему после выздоровления, согласно анализам, не имеет. Речь идет об иммуноглобулинах G (IgG), только они должны быть в крови человека после COVID-19.

– Мы протестировали этих добровольцев, – говорит Борис Владиславович. – Абсолютно у всех были высокие показатели антител! Мы задумались: как же надо было делать анализы, чтобы не увидеть ни одного? Еще полгода назад все можно было бы списать



Борис Донской и наш корреспондент



на лаборантские ошибки и спешку. Но сейчас в чем проблема? Ажиотажа в лабораториях уже нет, все спокойно. Подозрение сразу пало на тест-системы.

По словам Бориса Донского, в Украине используют тест-системы трех производителей. Изделия примерно одинаковые по стоимости и дизайну. Для эксперимента лаборатория приобрела все три и получила контрольную панель из Британии, чтобы проверить достоверность результатов.

– Эксперимент был абсолютно открытым, мы пригласили ученых, врачей, медицинских журналистов, – вспоминает Борис Владиславович. – Результат нас поразил! Система VITROTEST, на которой мы работали ранее, «поймала» и все однозначно положительные, и слабоположительные образцы. То есть наша лаборатория выявила антитела абсолютно у всех, кто болел COVID-19. Тест-системы двух других производителей, к сожалению, продемонстрировали неудовлетворительное качество. И именно их активно закупает государство, частные медцентры и лаборатории. Я призываю к тому, чтобы лаборатории делали собственные проверки контроля качества на местах, когда получают новую партию тестов или видят нетипичное отсутствие антител.

Сомнительная истина

В идеале перед прививкой для защиты от коронавируса необходимо делать иммуноферментный анализ (ИФА) и определять качественный и количественный состав антител. Но это, во-первых, может создать непомерную нагрузку на нашу систему здравоохранения, а во-вторых, до сих пор непонятно, при каком именно уровне антител можно не делать прививку. Одно ясно: при дефиците вакцин прививать тех, кто переболел, нерационально!

Перенесенные заболевания дают более мощную и долговременную иммунную память, чем вакцинация. Причем, чем ярче были симптомы болезни, тем она продолжительнее. Возможно, схожий эффект даст и РНК-вакцина, но об этом пока рано говорить. Также сложно сказать, насколько стойким будет иммунитет к ковиду: с SARS-CoV-2 мы живем только год.

– Прежде коронавирусы вызывали максимум насморк, но никак не пнев-

монию. Если вирус дальше слизистой носа не проникает, то и иммунная память о нем плохая, – объясняет Борис Донской. – Поэтому люди могли болеть таким коронавирусом пару раз в год. Организм не формирует активную защитную реакцию, когда опасности нет. Но как только вирус мутировал, начал глубже проникать в дыхательные пути и разрушать ткани – появляется довольно агрессивный иммунный ответ.

Дело времени и дозы

Есть группа людей, которые постоянно находятся в очагах заболевания, и при этом коронавирус их обходит. По словам Бориса Донского, это довольно типично для подавляющего большинства инфекций, исключая высокопатогенные вроде оспы или кори. Так работает неспецифический защитный иммунитет. Он делает людей более устойчивыми к инфицированию, но заболевание всего лишь отстрочивается до встречи с «большой дозой» коронавируса.

Известно и то, почему мужчины переносят ковид хуже, чем женщины. Мужской иммунитет более прямой и жесткий: на все чужеродные факторы, проникающие в организм, в том числе на коронавирус, он дает сильную реакцию. У женщин есть репродуктивная функция, поэтому их иммунная система должна подстраиваться под вынашивание плода, который для организма матери на 50% генетически не родной. Эта иммунологическая гибкость помогает женщинам переносить SARS-CoV-2 легче. А цитокиновые штормы – скорее проблема мужчин: их иммунная система не привыкла «останавливаться».

– Еще до коронавируса мои пациенты жаловались, что у них якобы плохой иммунитет, поэтому обычным насморком они болеют дольше других, – вспоминает Борис Владиславович. – Но все наоборот: если иммунная система понимает, что ее может занести на повороте, она выбирает такую медленную реакцию. Приучается не спешить и мудро реагировать на патогены, «думая» о перспективах. Поэтому я против любых самовольных манипуляций с иммунной системой и стимулирующими ее препаратами, а также противовоспалительными средствами.

По наблюдениям Бориса Донского, в наиболее контактной группе насе-

ления Украины, путешествующей и общающейся, иммунитет к коронавирусу сейчас на уровне не менее 40%. Эти люди как активные переносчики вируса получают коллективный иммунитет, которого достаточно, чтобы перестать распространять заболевание.

– И наша лаборатория, и другие наблюдают мощный спад активности вируса и первично-инфицированных, – резюмирует Борис Донской. – К лету, думаю, мы практически справимся с ним. Будет период затишья, как и в прошлом году, а осенью прогнозирую небольшие локальные вспышки. Не надо забывать, что определенная часть населения действительно сидит дома и снизила контакты до минимума. Они выйдут в свет, и кто-то из них таки переболеет, потому вирус пока не исчезнет совсем. Кроме того, надеюсь, Украина все-таки вакцинирует группы риска. Это позволит свести смертность почти к нулю. Не нужно прививать всех, достаточно поддержать тех, кому за 60 лет, и людей из группы риска по патологиям.

Татьяна ПРИХОДЬКО ■



ZEST – це вітаміни, які краще засвоюються

Весна – час приймати вітаміни! Що порадити пацієнтам, які дедалі частіше цікавляться такими засобами? Кожному з них можна допомогти вибрати «саме його» ZEST від SCHONEN. ZEST – це сучасна вітамінна лінійка, яка допоможе задовольнити потреби навіть найвибагливішого споживача. У ній є особливі форми випуску, наприклад ородисперсні гранули, які не потрібно запивати водою, 3-шарові таблетки з поступовим вивільненням компонентів та смузі-вітаміни.

У потрібному місці та в потрібний час

Усі вже знають, що для відновлення сил, бадьорості, гарного настрою і чудового вигляду краще приймати не окремі вітаміни та мінерали, а комплекси таких біологічно активних речовин. При їх створенні виробники застосовують технології, які допомагають раціональному поєднанню компонентів, адже вітаміни мають бути певним чином «згруповані» всередині таблеток, щоб злагоджено діяти на користь організму, посилювати ефекти один одного, а не конкурувати між собою.

Ще одна вимога до виробництва таких комплексів – слід враховувати, що певні вітаміни та мінерали мають свій режим, час і місце засвоєння – різні відділи ШКТ. Ну, і, мабуть, найскладніше завдання: потрібно забезпечити надходження вітамінів не миттєво, відразу після прийому засобу, а впродовж цілого дня – так, як це відбувається при їх отриманні з продуктів харчування. І щоб водночас приймати комплекс було зручно – лише один раз на день.

Усі ці вимоги було враховано при створенні лінійки ZEST, яка відповідає стандартам якості SCHONEN. Наприклад, 4 комплекси у формі «розумних» 3-шарових таблеток виробляються за спеціальною запатентованою технологією MULTI-LAYER®. У кожному шарі таблетки зібрані компоненти-синергісти, які

добре поєднуються між собою та посилюють дію один одного. Тому ZEST у формі 3-шарових таблеток – це практично повне засвоєння вітамінів та мінералів протягом усього дня відповідно до потреб організму.

Завдяки технології MULTI-LAYER® компоненти діють у 3 етапи:

- Перший, «швидкий» шар вивільняється протягом 5 хвилин (абсорбція у шлунку)

- Другий, «середній» шар – упродовж 45 хвилин у верхніх відділах ШКТ (стравохід, шлунок і дванадцятипала кишка).

- Третій «продовжений» шар вивільняється протягом 8 годин (абсорбція в кишечнику).

ZEST Multivitamin, ZEST MgB6 Retard, ZEST Vitamin C Retard та ZEST Pozitiv вироблені за такою інноваційною технологією.

ZEST Multivitamin – базовий комплекс

Настав час, коли питання вітамінної підтримки імунітету в усіх на вустах. І справді, це дуже важливо, особливо після закінчення зими, коли люди щодня про це запитують в аптеці. Збалансована формула ZEST Multivitamin допоможе їм зміцнити захисні сили, покращити обмін речовин і зовнішній вигляд.

Zest Multivitamin – це інноваційний вітамінно-мінеральний комплекс з 100%* денною нормою вітамінів та мінералів у формі «розумних» 3-шарових таблеток. Технологія MULTI-

LAYER® сприяє диференційованому вивільненню компонентів у три фази: з першим шаром за 5 хвилин організм отримує водорозчинні вітаміни групи B та магній, з другим за 45 хвилин – мінерали, а з третім упродовж 8 годин надходять водорозчинні вітаміни C, H та жиророзчинні вітаміни. Завдяки технології MULTI-LAYER® засвоєння складових комплексу ZEST Multivitamin наближене до максимального.

ZEST MgB6 Retard – загаси полум'я, обирай спокій!

Магній – дуже важливий макроелемент, який вкрай потрібен для регуляції безлічі біохімічних процесів. Він не виробляється в організмі, а потрапляє туди лише з їжею. Ми отримуємо його з гарбузового насіння, авокадо, горіхів, цільнозернових круп тощо. Якщо магнію у раціоні не вистачає, про це можуть свідчити ознаки його



дефіциту: головний біль, підвищена збудливість і дратівливість, погіршення настрою, пам'яті та уваги; порушення серцевого ритму, стрибки артеріального тиску; біль у животі через спазми; м'язова слабкість. Яскравою ознакою вираженого браку магнію є судоми у литкових м'язах вночі. Крім неправильного харчування запаси цього макроелемента в організмі значно виснажуються внаслідок постійних стресів, причому неважливо, пов'язані вони з фізичним навантаженням (спортсмени, робітники, водії автотранспорту) чи з психологічними чинниками (менеджери, бізнесмени, вчителі). Отже, щоб організму вистачало магнію, слід раціонально харчуватися, уникати зайвих стресів і на додачу приймати ZEST Antistress MgB6 Retard, що містить магній та вітамін B6.

Встановлено, що біодоступність магнію вища, коли він потрапляє в організм у кількох низьких дозах протягом дня. Саме тому більшість препаратів магнію потрібно приймати по 6–8 таблеток на день, що дуже незручно. На відміну від інших, ZEST Antistress MgB6 Retard достатньо застосовувати лише по 1 таблетці на день. Завдяки технології MULTI-LAYER® магній потрапляє в організм поступово і засвоюється краще.

Отже, щоб загасити полум'я стресу, потрібен ZEST Antistress MgB6 Retard.

ZEST Pozitiv – будь завжди на позитиві!

Навесні більшість з нас відчувають занепад сил і виснаження. У когось ці ознаки настільки виражені, що виникає відчуття пригнічення, незрозумілої тривожності. Удень людина постійно не в гуморі, а вночі не може як слід відпочити та відновитися через безсоння. Пацієнту з такими скаргами буває не просто допомогти. Він не хоче приймати снодійні та заспокійливі ліки, бо вони мають побічні ефекти. Що ж порадити? Запропонуйте ZEST Pozitiv, до складу якого входить L-триптофан, екстракт грифонії, вітаміни PP та B6. Це особливі двошарові таблетки з поступовим вивільненням компонентів за технологією MULTI-LAYER®.

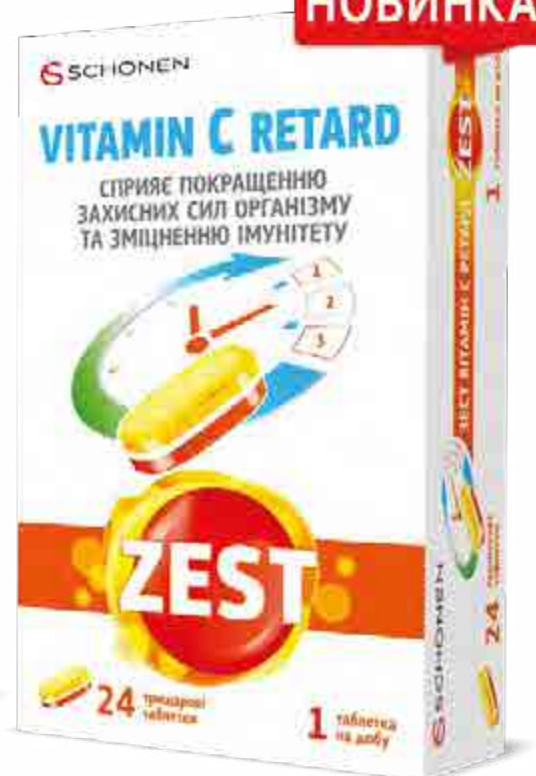
ZEST Pozitiv піднімає настрій, надає спокою і впевненості та сприяє покращенню сну. Річ у тім, що L-триптофан та екстракт грифонії є природними джерелами 5-гідрокситриптофану, який бере участь у синтезі серотоніну – «гормону щастя». Серотонін відповідає за регуляцію настрою, запобігає розвитку депресії, позитивно впливає на нерво-

ву систему. Крім того, незамінна амінокислота L-триптофан є попередником мелатоніну, який полегшує засинання та нормалізує сон. Вітаміни у складі засобу посилюють дію L-триптофану та грифонії. Отже, ZEST Pozitiv – це дія 2 в 1: покращення настрою вдень та якості сну вночі.

ZEST Vitamin C Retard – твій міцний імунітет!

Зустрічайте актуальну новинку для імунітету – ZEST Vitamin C Retard, що містить 1000 мг вітаміну C у 3-шаровій таблетці. Завдяки технології MULTI-LAYER® вітамін C засвоюється краще, адже надходить в організм протягом усього дня: «швидкий шар» з 250 мг вітаміну C розчиняється протягом 5 хвилин, «середній шар» містить 250 мг вітаміну C та вивільняється протягом 45 хвилин, «продовгований шар» – упродовж 8 годин (дає організму ще 500 мг вітаміну C).

Імунітет у порядку із ZEST Vitamin C Retard!



Психоделики В ЗОНЕ ОСОБОГО ВНИМАНИЯ

После реабилитации медицинской марихуаны, которая в результате долгих споров все-таки была легализована во многих странах мира и нашла применение для лечения самых разных заболеваний, фармацевтические компании начали уделять повышенное внимание психоделикам. Эти вещества имеют значительный терапевтический потенциал, но их использование пока запрещено или, по крайней мере, строго ограничено. Уже в 2021 году все может измениться.

Преодоление препятствий

Одним из главных препятствий для использования в медицине психоделических средств, также известных как галлюциногены, является строгое регулирование. После широкого их распространения в культуре хиппи в 1960-х годах конвенция ООН о психотропных веществах 1971 года поместила их в категорию с самыми жесткими ограничениями, в так называемый «Список 1», причем выше таких наркотиков, как фентанил, метамфетамин и кокаин. После этого практически все научные исследования психоделических веществ, которые активно велись с начала 40-х годов, были свернуты.

В последнее время «стигма» относительно этих средств исчезла. В университетах, научных лабораториях, регулирующих организациях и фармацевтических компаниях отношение к психоделикам изменилось. Именно поэтому в последние годы многие страны пересматривают устаревшую политику их обращения. Так, и в Европе, и в США регулирующие органы ослабили ограничения на использование метилendioксиметамфетамина (МДМА), который больше известен как экстази, и псилоцибина – активного вещества галлюциногенных грибов.

Еще одним препятствием долгое время было то, что выделять актив-

ные ингредиенты в многосоставных органических веществах дорого и сложно. По этой причине фармацевтика вообще не слишком активно занимается растениями. Непросто наладить выращивание и транспортировку психоделических грибов так, чтобы избежать изменения количества и качества содержащихся в них активных молекул. Сегодня дефицит псилоцибина фармацевтического качества касается даже лабораторий. Для своих экспериментов исследователи покупают его по невероятной цене – 7–10 тыс. долларов США за грамм.

С недавних пор появилась возможность синтезировать психоделические соединения в промышленных масштабах. Так, флагман отрасли – лондонская компания Compass Pathways PLC – разработала и запатентовала новый метод получения псилоцибина посредством химического синтеза. Другими словами, она нашла способ производить его без необходимости выращивать грибы. Искусственно синтезировать изоляты психоделических соединений пытаются и другие фармкомпании. Так, в ноябре 2020 года XPhyto объявила о соглашении с ведущим немецким университетом на эксклюзивную разработку патентованного биотехнологического процесса для промышленного производства псилоцибина фармацевтического качества. А в начале февраля ее канадское подразделение заключило контракт с Applied Pharmaceutical Innovation на синтез мескалина. Это природное соединение, обнаруженное в некоторых южноамерикан-



ских кактуссах, было признано относительно безопасным психоделическим препаратом и показало себя особенно многообещающим для лечения зависимости и депрессии.

Кризис антидепрессантов

Одной из главных причин, заставляющей исследователей уделять пристальное внимание психоделическим средствам, является кризис рынка селективных ингибиторов обратного захвата серотонина (СИОЗС) – лидеров среди антидепрессантов, которые сегодня занимают примерно 20% мирового рынка лекарств для сохранения психического здоровья, который, по данным Bloomberg, оценивается в 70 млрд долларов в год.

СИОЗС появились еще в 1987 году и, став по сути последним прорывом в борьбе с психическими заболеваниями, принесли огромную прибыль фармацевтическим компаниям. Однако их эффективность и безопасность продолжают подвергаться сомнению. По оценкам экспертов, 30% пациентов не получают эффективного лечения, принимая СИОЗС. К тому же срок действия патентов на многие обычные антидепрессанты начинает истекать. Именно поэтому, по прогнозам экспертов, текущий год откроет новую смелую альтернативу современным методам лечения психических заболеваний, число которых к тому же постоянно растет. Уже сегодня такими расстройствами, которые теоретически можно лечить психоделиками, страдают около 2 млрд человек во всем мире. К ним относятся люди с депрессией, посттравматическим стрессовым расстройством (ПТСР), зависимостью от отпускаемых по рецепту лекарств, пристрастием к алкоголю и сигаретам, хронической болью, тревогой и пр.

Психоделики обладают крайне низким потенциалом привыкания и считаются относительно безопасными препаратами. Зафиксирован случай, когда женщина, принявшая дозу ЛСД в 550 раз превышающую обычную, не только выжила без медицинской помощи, но и почувствовала себя лучше, избавившись от хронической боли.



Первые ласточки

Еще в марте 2019 года Управление по продуктам и лекарствам США (FDA) одобрило назальный спрей Spravato (эскетамин) от Janssen Pharmaceuticals для пациентов с устойчивой к лечению депрессией. Этот препарат стал первым новым антидепрессантом, вышедшим на рынок США за последние 20 лет. Ожидается, что при цене 6,7 тыс. долларов в месяц он будет приносить компании как минимум 1,3 млрд долларов в год.

И хотя формально эскетамин не является психоделиком (впрочем, он может иметь диссоциативные эффекты), именно он смог пробудить интерес фармацевтического сообщества к таким препаратам, как псилоцибин и МДМА, которым FDA не так давно присвоило статус «прорыв в терапии».

В настоящее время в Северной Америке и Европе насчитывается около 200 биотехнологических стартапов, которые борются за часть многомиллиардного рынка легальных психоделических фармацевтических препаратов, который вот-вот откроется. За последние пять лет резко выросло и число клинических исследований этих лекарств. Инвесторы незамедлительно среагировали на тенденцию и начали активно вкладывать деньги в разработку психоделиков. Так, Междисциплинарная ассоциация психоделических иссле-

дований США в 2020 году привлекла 30 млн долларов инвестиций, помимо 80 млн долларов, собранных ранее. Эти деньги позволят завершить третью фазу исследования использования МДМА для лечения посттравматического стрессового расстройства и получения одобрения FDA.

В Великобритании компания COMPASS Pathways привлекла более 115 млн долларов, чтобы вывести на рынок лекарство на основе псилоцибина для лечения депрессии. Канадская компания Sunovion получила финансирование в размере 45 млн канадских долларов (34,2 млн долларов США), что поможет ей провести исследования фазы II клинических испытаний по изучению использования сублингвальной пленки, содержащей псилоцибин, при большом депрессивном расстройстве. Компания планирует зарегистрировать свой препарат за пределами США в начале 2022 года, а еще год спустя – подать заявку в FDA.

Эффективность и безопасность

Эксперты ожидают, что психоделические лекарства произведут настоящую революцию в лечении психических расстройств. Уже понятно, что в первую очередь они будут использоваться для лечения депрессии, тревоги, посттравматического стрессового расстройства и злоупотребления психоактивными веществами.

Турбіотик є – турбот немає

З вересня по квітень дорослі й діти по кілька разів хворіють на застуду. ГРВІ, грип та інші подібні недуги часто-густо дають ускладнення. Тож для подолання отиту, синуситу, бронхіту і пневмонії лікарі призначають антибіотики. Без них обійтися складно, а іноді – неможливо. Тож це не обговорюється: виписав лікар рецепт на антибіотик – мусимо приймати. І тут постає питання дисбактеріозу...

Поганці отримують життєвий простір

Усім відомо – причому більшості з власного гіркого досвіду, що антибіотики вбивають не тільки патогенні мікроби, а й корисні. Йдеться насамперед про лакто- і біфідобактерії. Коли їхня кількість достатня, то кишечник працює, як годинник. А от після прийому курсу антибіотика неодмінно розвивається дисбактеріоз, тобто підвищене газоутворення (метеоризм), біль і спазми у животі, закріп або діарея. Причина цього в тому, що дружніх до організму людини бактерій стає замало, натомість умовно-патогенних – надто багато. Це, наприклад, клесієли, протеї, цитро- та ентеробактери, гриби роду кандиди тощо. Вони не з'явилися звідкілясь, а були в кишечнику і раніше, просто у мізерній кількості. А от після зумовленої антибіотиками масової загибелі лакто- і біфідобактерій, що становили переважну більшість «мікронаселення» кишечника, для різних «поганців» звільняється, так би мовити, життєвий простір.

Серед них чи не найбільш капосними є клостридії (*Clostridium*

difficile), які внаслідок прийому антибіотиків інколи починають домінувати у кишечнику. Саме з клостридіями часто пов'язана антибіотик-асоційована діарея (псевдомембранозний коліт). Її буває досить важко позбутися і доводиться знову приймати... антибіотики. Гірше за все, що це іноді не допомагає. Річ у тім, що існують нечутливі до більшості таких препаратів штами клостридій, і для ослаблених людей їх наявність може становити навіть смертельну небезпеку.

Безтурботне відновлення мікрофлори

Щоб повернути роботу кишечника до норми, після курсу лікування антибіотиками зазвичай радять приймати пробіотик, що містить корисні бактерії. Якщо ж цього не робити, то дисбактеріоз триватиме довше. А цей стан призводить до зниження імунітету, тобто зростає ризик укотре занедужати, і все почнеться з початку – і, можливо, знову доведеться приймати антибіотик! Розірвати це замкнене коло не просто, але є спосіб завадити йому утворитися.

Чи не спадало вам на думку, що було б добре не морочитися з відновленням корисної мікрофлори кишечника після прийому антибіотика, а запобігти її загибелі? Таку місію має Турбіотик Приантибіотик (SCHONEN) – це безтурботне відновлення мікрофлори одночасно з прийомом антибіотиків.

Турбіотик Приантибіотик здатен замінити собою традиційні пробіотики, еубіотики, симбіотики... Річ у тім, що це синергійний комплекс. До його складу включено два особливі

різновиди лакто- і біфідобактерій (*Lactobacillus acidophilus* – 1 млрд і *Bifidobacterium animalis ssp. lactis* – також 1 млрд), що мають високу стійкість до антибіотиків, а також ключовий елемент природного імунітету людини лізоцим, який бере участь у процесах знищення патогенів.

Корисним бактеріям Турбіотик Приантибіотик притаманна виражена антагоністична дія щодо умовно-патогенних мікробів, тобто лакто- і біфідобактерії комплексу буквально витісняють їх з кишечника. Лізоцим теж знешкоджує їх, а також хвороботворні бактерії, віруси і гриби. До того ж він активує місцевий імунітет, сприяє зменшенню запалення і посилює здатність слизових оболонок організму протистояти інфекціям.

Отже, Турбіотик Приантибіотик сприяє тому, щоби після прийому антибіотика порушень у роботі кишечника, зокрема діареї, не було.

Особливості прийому

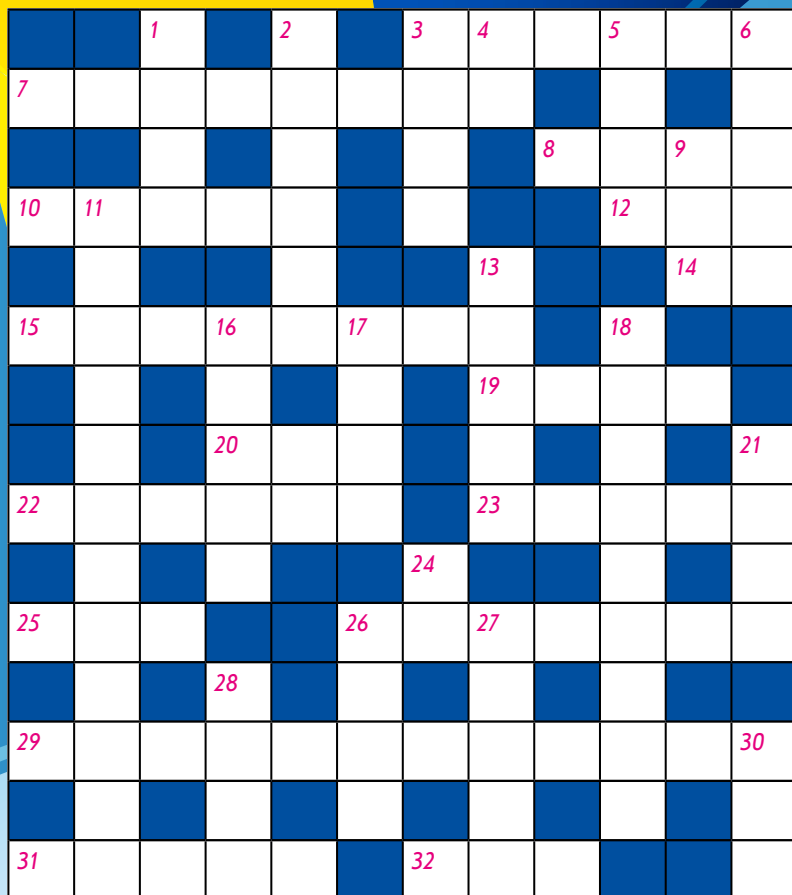
Турбіотик Приантибіотик можна приймати разом з абсолютно будь-яким антибіотиком, причому з першого дня. Спосіб застосування зручний – лише по 1 капсулі раз на добу. Це стосується і дорослих, і дітей від трьох років. Якщо малюкові складно проковтнути капсулу, то її можна розкрити, висипати вміст у чашку і додати чайну ложку води кімнатної температури.

Тож запам'ятайте: якщо призначено антибіотик, є сенс разом з ним придбати і Турбіотик Приантибіотик. Адже якщо Турбіотик є – турбот немає! ■



П'ЯТИХВИЛИНКА ДЛЯ РОЗМИНКИ

Розгадайте фармворд та знайдіть слова, з яких складається один з основних слоганів бренду Хьюмер.



Горизонталь. 3. Дворянський титул у країнах Західної Європи. 7. Ранковий прийом їжі. 8. Бути живим, існувати. 10. Обставина, за якої щось відбувається. 12. Діалектна назва рота. 14. Давньоєгипетський бог Сонця. 15. Хьюмера вистачить надовго, бо він використовується... 19. Те, чого прагнуть досягти. 20. Грецький бог, покровитель природи. 22. Завдяки Хьюмеру можна зменшити прояви... (назва симптому у родовому відмінку). 23. Форма випуску Хьюмера. 25. Прийменник, що вказує на відсутність симптомів. 26. Кістка у складі нижньої кінцівки. 29. Не змішаний з будь-якою рідиною. 31. Боязнь, побоювання. 32. Сучасна технологія лікування безпліддя (абр.)

Вертикаль. 1. Характеристика розчину, що входить до складу Хьюмера (частина слова). 2. Бамбуковий ліс біля Кіото (транскрипція). 3. Джерело для виготовлення Хьюмера. 4. Акціонерна компанія (абр). 5. Раптове загострення перебігу захворювання. 6. Життєдайний великий дощ. 9. Назва міста Сур у давнину. 11. Корисна складова частина Хьюмера. 13. Ім'я американського лікаря-трансплантолога. 16. Короткий текст на балоні Хьюмера. 17. Перелік страв. 18. Характеристика води, з якої виготовляють Хьюмер. 21. Родич яблуні, використовується при лікуванні деяких хвороб. 24. Річка в Італії. 26. Хьюмер використовується для профілактики цього захворювання (абр). 27. Те саме, що й медичний працівник. 28. Основний інгредієнт Хьюмера. 30. Проста речовина, складова найпоширенішого антисептика.



Якщо ви знайшли ключові слова та склали один зі слоганів Хьюмера, то відскануйте QR-код і заповніть форму. Автори 100 перших правильних відповідей отримають тематичний сувенір від Хьюмера. Відповіді на фармворд – у наступному номері. Правильна відповідь на запитання щодо слова, прихованого у головоломці, розміщеній у №2 за 2021 рік: Діжон.

КОРИСТЬ НЕРОЗВЕДЕНОЇ МОРСЬКОЇ ВОДИ



ПЕРЕМОЖНА СИЛА

100% морської води
для м'якого промивання носа



ВИБІР РОКУ*

* «Хьюмер 150 для дітей», «Хьюмер 150 для дорослих» та «Хьюмер 050 Гіпертонічний» є переможцями міжнародного фестивалю-конкурсу «Вибір року» у 2013, 2014, 2015, 2016, 2017, 2020 рр.

Реклама медичних виробів. «Хьюмер 050 Гіпертонічний», «Хьюмер 150 для дорослих», «Хьюмер 150 для дітей». Декларації відповідності №Н050/01/UA, №Н150/01/UA. Виробник: «Лабораторієз УРГО», Франція. Перед застосуванням обов'язково проконсультуйтеся з лікарем та уважно ознайомтеся з інструкцією. Є протипоказання. DMUA.HUM.20.05.02



Проскануй
та дізнайся
більше!

Образ жизни после сорока: правила и лайфхаки

То, как выглядит и чувствует себя женщина в 40–50 лет, часто зависит от баланса гормонов в ее теле. И кожа, пожалуй, – один из самых ярких индикаторов этих колебаний. О тонкой взаимосвязи внутреннего и внешнего рассказывают Ольга Ефименко, акушер-гинеколог, доктор медицинских наук, и Татьяна Святенко, дерматовенеролог, профессор, доктор медицинских наук.

Не как долго, а насколько хорошо

Главный виновник изменений женской внешности после 40–45 лет вовсе не сила гравитации, которая все тянет вниз (в том числе и ткани лица), а угасание работы фолликулярного аппарата яичников.

– В 35–50 лет производство половых гормонов эстрогенов в них снижается на 35%, прогестерона на все 75%, – рассказывает Ольга Ефименко. – А поскольку рецепторы к эстрогенам есть практически во всех органах – в мозге, сосудах, коже, волосах, ногтях, от гормонального дефицита в конце концов страдают все системы. Раздражительность, плаксивость, депрессии вполне могут быть результатом эстрогенового недостатка в головном мозге, а сердечные проблемы – отголоском нехватки эстрогенов в сосудах.

Не секрет, что женская красота с балансом половых гормонов связана напрямую. Чем меньше эстрогенов вырабатывают яичники, тем хуже производство коллагена, состояние слизистых, подкожной клетчатки. Так что морщины, сухость кожи, выпадение волос, ломкость ногтей, потеря блеска в глазах – прямые последствия дефицита этих гормонов. И тут возникает когнитивный диссонанс между внешними изменениями и внутренним состоянием, когда чувствуешь себя на 25, но отражение в зеркале это не подтверждает. Ситуацию подогревает изменение стандартов восприятия возраста в обществе, ведь сегодня 45–50 – время расцвета, второй молодости, очередного образования и новых возможностей. А тут депрессия и морщины!

– Результаты последних социальных опросов в Европе говорят о том, что вопросы качества жизни люди ставят даже выше вопроса ее спасения, – делится Татьяна Святенко. – Философия «Not how long, but how well» («Не как долго, а насколько хорошо») становится все более популярной. И к нам, дерматологам, идут именно за этим «хорошо» – повышением качества жизни.

Пополнение эстрогенов

Женщинам, перешагнувшим 45-летний рубеж, Ольга Ефименко рекомендует, прежде всего, прислушаться к своему внутреннему состоянию: спросить себя, интересно ли мне жить, изменилось ли за последнее время мое отношение к жизни?

– Если ничего не радует, все раздражает, – это первые маячки эстрогенного дефицита, – считает Ольга Ефименко. – Стоит посетить гинеколога, сделать маммографию, изучить вопрос гормонально-заместительной терапии и восполнения эстрогенного дефицита, поскольку без правильного ведения женщины гинекологом в этом возрасте даже самые прогрессивные anti-age процедуры могут не давать ожидаемый результат.

Сегодня на волне популярности – фитогормоны: гормональные пластыри и биодобавки с экстрактами соевых бобов, дикого мексиканского ямса, корня крапивы. Ими можно ограничиться, если менопауза и, собственно, менопауза протекают легко и незаметно. Они, действительно, способны оказывать мягкое гормоноподобное действие. Но реально покрыть недостаток эстрогенов и снять неприятные проявления «переходно-



го возраста» могут только синтетические эстрогены.

– К сожалению, у нас к заместительной гормональной терапии по-прежнему относятся с недоверием, – утверждает Ольга Ефименко. – В Украине ее проходят примерно 2% женщин, хотя реально нуждаются 50%! Для сравнения: в Дании, Швеции, Германии метод практикуют до 40%. А ведь кроме депрессии и морщин на лице дефицит эстрогенов провоцирует скачки давления, развитие остеопороза. Вовремя назначенная терапия сразу налаживает жизнь: настроение улучшается, нормализуется сон, прекращается сердцебиение, исчезают приливы, головокружение, и кожа с благодарностью реагирует на поставки извне недостающих эстрогенов.

Меню и движение

Решающее значение в возрасте эстрогенного дефицита имеет образ жизни. Важно внимательно следить за тем, что вы кладете на свою тарелку (количество котлет в ней после 45 должно стремительно уменьшаться). Продукты, содержащие добавленный сахар и переработанные углеводы (мясные полуфабрикаты, белый хлеб, картофель фри, соки из пакетов, сладкие газированные напитки, крекеры и пр.), резко повышают уровень глюкозы в крови.

– Коже от этого мало пользы, ведь в ответ на скачки сахара организм начинает производство аге-веществ – продуктов соединения белков и жиров с углеводами, разрушающих коллаген, способствующих образованию морщин и провисанию кожи, – объясняет Татьяна Святенко. – Тарелка молодости всегда наполовину заполнена фруктами и овощами: клетчатка тормозит скачки глюкозы в крови. Про достаточное количество воды знают все. Нет смысла насиловать себя в этом плане, но чистой воды, зеленого чая и напитков без сахара нужно выпивать из расчета 30 мл на один килограмм веса ежедневно.

С алкоголем ситуация двоякая. С одной стороны, итальянские ученые настаивают на профилактике климактерического синдрома с помощью двух

Никакой крем или сыворотка не омолаживает так, как отсутствие вредных привычек, нормальный вес, прямая спина и хорошее настроение.

«дринков» в день, а именно – 200 г красного сухого вина ежедневно. Качественное красное вино и пиво содержат много фитоэстрогенов, поэтому прекрасно воздействуют на сердечно-сосудистую, женскую половую систему, а значит, и на кожу. Похожим антиоксидантным эффектом обладают 50 г хорошего коньяка. Но, с другой стороны, если с аперитивом переборщить – целебный нектар может превратиться в губительную отраву.

Принципиально движение: 150 минут аэробной активности в неделю повышают выработку коллагена и эластина и в 30, и в 50 лет. А еще для сохранения молодости кожи стоит поменьше скрючиваться над планшетами и смартфонами. Все знают, что шея первой выдает женский возраст, а все потому, что постоянно подвергается растяжению и скручиванию и в определенный момент теряет тонус. Самая тяжелая нагрузка для кожи шеи – статичные сжатие и деформация в течение нескольких минут. Именно с этим связан феномен «tech neck» – «техношеи», когда морщины возникают в связи с постоянным использованием различных девайсов. В отличие от компьютера, который обычно стоит на столе, телефон и планшет мы держим в руках, наклонив голову под углом в 30 градусов. И в этой неудобной позе можем оставаться достаточно долго. Проходит время, и на шее преждевременно появляются глубокие складки. Профилактика «техношеи» – контроль осанки и постоянное изменение позы, если вы читаете текст со смартфона. Хорошая идея – периодически делать упражнения для мышц шеи.



Ревизия в косметичке

Старение во многом связано с нарушениями кровообращения в микрососудах кожи, когда сахара, обломки белков, токсины вместо того, чтобы выводиться с кровотоком, задерживаются вокруг клеток.

– После 45 очень важно восстановить и поддерживать здоровое кровообращение, от этого напрямую зависит работа фибробластов, а значит, – производство коллагена, эластина, гиалуроновой кислоты, – объясняет Татьяна Святенко. – Важный союзник микроциркуляции – ниацинамид – водорастворимый витамин В3, активный компонент косметических средств нового поколения. Флеш-средства с ниацинамидом расширяют сосуды, делают их более эластичными, придают коже легкий розовый оттенок. Уместно включить их в ежедневный уход после сорока. Из профессиональных процедур хорошо работают в этом направлении старые добрые микротоки, LPG, массаж.

С косметикой ни до 40, ни после вообще не стоит перебарщивать. Для ежедневного ухода вполне достаточно качественного средства для очищения кожи (хорошо, если это будет микробиом-friendly средство с пробиотиками и пребиотиками), дневного и ночного кремов по типу кожи, можно добавить раз в неделю увлажняющие тканевые маски.

И еще важно: минимум пребывания на солнце, максимум движения. Излучайте спокойствие и чаще улыбайтесь – эта проверенная anti-age тактика еще никогда не подводила.

Виктория КУРИЛЕНКО

Вдала комбінація заради імунного захисту

Серед усього, що впливає на здоров'я, тільки 10% належить медичній допомозі, по 20% – спадковості та впливу довкілля, а 50% – способу життя. Тобто найреальніший резерв для збереження здоров'я – у відсутності шкідливих звичок, забезпеченні достатньої фізичної активності, здоровому сні та оптимальному харчуванні, збалансованому за макро- і мікронутрієнтами.

Дефіцит вітамінів

Щойно пандемія почала свій поступ планетою, як всі заговорили про дефіцит вітаміну D та цинку і важливість їх прийому. Так, вони мають велике значення для функціонування імунної системи. Вітамін D3 впливає на активність клітин імунної системи, сприяє усуненню запального процесу. Його дефіцит вважають одним з факторів ризику розвитку ГРВІ. Профілактичні властивості прийому вітаміну D3 в сезон ГРВІ та грипу пов'язують зі стимулюванням синтезу антимікробних білків, здатних руйнувати мікробні патогени та віруси. Вітамін С як антиоксидант потрібен імунній системі для боротьби з інфекціями в умовах підвищеного окислювального стресу під час захворювання. Не менше значення для повноцінної та адекватної імунної відповіді мають також вітаміни Е та групи В.

Другий після заліза

Особливої популярності у профілактиці вірусних захворювань цього року набув цинк. Він потрібен для синтезу білків противірусного захисту організму людини, регулює розмноження, поділ та функціонування клітин імунної системи. Цинк необхідний нам протягом усього життя – від внутрішньоутробного розвитку і до глибокої старості. Він входить до групи так званих незамінних мікроелементів, так само

Для профілактики ГРВІ у дітей від 3 до 12 років достатньо 1 жувальної таблетки Deflu Захист Цинк, для дорослих – 1–2 таблетки на добу протягом місяця. Курс можна повторити через 1 місяць.

як і залізо, йод, мідь, селен тощо^{1,2}. За поширенням в організмі людини цинк посідає друге місце після заліза. В організм він надходить з їжею, основним його джерелом є тваринний білок. Якщо цинку ми отримуємо замало, то підвищується ризик розвитку аутоімунних, інфекційних і онкологічних захворювань^{3,4}.

Доступна форма мінералу

Здавалося б, все так просто – для профілактики ГРВІ потрібні вітаміни та цинк на додачу. І споживачі масово почали скуповувати засоби з таким складом. Утім, ніхто не замислювався над тим, скільки має бути цинку у комплексі, у якій формі він краще засвоюється, як визначити дозову в перерахунку на елементарний цинк. Ось вам і макрозавдання одного мікроелемента!

За висновками Управління з контролю за продуктами і ліками США (FDA), статус GRAS (Generally

Regarded as Safe – міжнародне визнання безпеки та дозвіл на необмежене використання в харчовій і фармацевтичній промисловості, безпечно застосування у дітей з перших днів життя) мають гліцинат, сульфат, ацетат, глюконат, оксид і карбонат цинку. Кожна з цих солей постачає в організм різну кількість елементарного цинку. Приміром, цинк глюконат – лише 13%, а цинк гліцинат – 30%. До того ж на засвоєння мікроелемента організмом значно впливає стан здоров'я ШКТ. Але достовірно відомо, що хелатні форми цинку вважають найдоступнішими для організму людини⁵.

У фокусі уваги

Хелатний цинк – це форма мінералу у поєднанні з амінокислотою (комбінація органічного та неорганічного компонентів). Зовні ця сполука нагадує клешню краба і тому називається хелат (від лат. «chele» – клешня). До його незаперечних переваг належить висока біодоступність навіть при станах, коли засвоєння компонентів порушене, немає достатнього харчування тощо.

Саме хелатна форма – гліцинат цинку (15 мг) – входить до складу таблеток Deflu Захист Цинк. Вони також містять вітаміни D3 (400 МО), С, В2 і В6. Це вдала комбінація компонентів для імунного захисту. І дуже важливо, що Deflu Захист Цинк – це жувальні таблетки. Їх розсмоктування або розжовування сприяє прямій противірусній дії цинку на слизових оболонках. ■



SCHONEN

Дефлю®
Deflu®

ДОЛАЄ
ДОПОМАГАЄ
ДБАЄ

**ВІРУСИ
ДОЛАЮ***

**ОДУЖАТИ
ДОПОМАГАЮ**

**ПРО ЗДОРОВ'Я
ДБАЮ**



1 2 3
ПРИ ГРВІ

*Дефлю® Сільвер містить у складі іони срібла, яким притаманна властивість інактивувати деякі штами вірусів грипу, ентеровірусів, аденовірусів. Чекман І.С., Мовчан Б. А. Наносеребро: технології получения, фармакологіческие свойства, показания к применению // Мистецтво лікування – 2008. – №5(51). – С. 32–34, Представництво «Дельта Медікал Промоушнз АГ» (Швейцарія) в Україні: 08132, м. Вишневе, вул. Чорновола, 43, тел.: +380 (44) 585 00 41. Реклама медичного виробу: **ДЕФЛЮ® Сільвер Ніс спрей**: Декларація про відповідність №01-18/02 в.2. **ДЕФЛЮ® порошок для орального розчину**. **ДЕФЛЮ® ЗАХИСТ ЦИНК**. Не є лікарськими засобами. Мають побічні ефекти та протипоказання. За більш детальною інформацією звертайтеся до листків-вкладишів. На правах реклами. DM.Def.21.02.01

Тут боги розмовляють з людьми

Греція... Про цю країну можна розповідати тисячу разів, і щоразу нове. В історії європейської цивілізації вона стала важливим перехрестям античності та першохристиянства, тож і розповідь нині буде про античні оракули та святилища еллінських богів, про християнські монастирі і храми. Я постаралася обрати ті місця, про які мало знають пересічні туристи, але які дихають минувиною і сакральністю еллінського духу.

Вдало, чесно, впевнено

У давньогрецькій міфології була Гестія – богиня домашнього вогнища, найстарша донька першобогів Кроноса і Реї, богиня настільки поважана, що її навіть не зображували в людському образі, натомість вогонь у кожній домівці – це і була Гестія, її образ і суть. «Почати з Гестією» – вислів, який у еллінів означав «вдало, чесно і з впевненістю».

Нашу велику мандрівку Грецією почнемо в Салоніках, адже тут знаходиться святиня, яка має дотичність і до християнської історії України з часів Русі. Маю на увазі базиліку святого Дмитра Солунського, зведену в кінці IV ст. н.е. на місці, де в перші роки того ж таки століття римський громадянин і проконсул Фессалонікійської області Римської імперії Дмитрій, який мав християнське виховання, був убитий за свою віру. Не знаю, чи смерть від списів стала мученицькою для професійного

воїна, яким був св. Дмитрій, але чудо його смерті в іншому. Коли буквально через сто років гробницю відкрили, його мощі мироточили – причому так, що поряд з похованням поставили чашу, в яку це миро збирали. Навіть османи, які захопили Салоніки в XV столітті, вважали цю рідину панацеєю від багатьох хвороб, тож у легендах святий називається ще Дмитрієм Мироточцем. У всякому разі, так говорить переказ. А сам св. Дмитрій Солунський став патроном військової справи, воїнського подвигу і патріотизму, недарма київські князі-християни вважали його своїм небесним заступником, і Михайлівський Золотоверхий попервах був Дмитрівським монастирем. Одна з найкоштовніших фресок звідти – це саме Дмитро Солунський.

На гостини до дванадцятьох

Далі наш шлях пролягає до Олімпу, щоб побачити на власні очі, де ж жили

ті дванадцяттеро, яким поклонялися елліни. Біля підніжжя цієї гори лежить стародавнє місто Діон, відкрите в 1928 році і досі до кінця не розкопане. Вважається, що тут було святилище всіх олімпійських богів і місце, де прочани могли скласти їм шану, бо ж на сам Олімп підніматися було заборонено. Також тут був культурний центр з театром, суспільними лазнями, стадіоном і агорою. Досі під спекотним сонцем Македонії можна побачити і кам'яні «контрольні ваги», на яких перевіряли, чи не обманув торговець, і місця, де стояли святилища богів-олімпійців, і публічні вбиральні, і відбитки босих ніг античної пори. Прочани, які приходили сюди, залишали свій слід у буквальному сенсі, щоб боги пам'ятали, що який-небудь Леонідас з Аттики приходив подякувати комусь з богів або про щось попросити. Тут, серед старих осокорів і кущів граната досі дзвенить енергія молитов, які шепотіли тогочасні люди, звертаючи погляди до «багатоверхинного Олімпу», що завмер вдалині...

Зараз Олімп – національний природний заповідник, де проживає багато рідкісних видів тварин і птахів, росте приблизно тисяча ендеміків. Щороку бажаючі піднімаються на одну з вершин священної гори. Враховуючи, що Олімп – це не гора, а швидше гірський масив, всі туристичні доріжки промарковані, і суворо заборонено ухилятися від прокладених маршрутів, а на саму вершину можна йти тільки зі спеціальним провідником (підйом і спуск триває два дні). Ми ж обмежилися точкою, куди можна доїхати транспортом (приблизно 1200 метрів) і прогулялися тро-



Скельні монастирі-метеори

Оскільки грецька міфологія дійшла до нас не в священних текстах, а в творах Гомера і Гесіода, в поемах пізніших, вже римських авторів, то питання, чи так все дійсно виглядало з еллінськими священними культами, чи це творча фантазія – наразі сказати важко. Але вся європейська цивілізація в її творчо-філософському контексті виросла з еллінської культури.

хи лісовою стежкою. Природа тут настільки велична, що відчувається святість. І для мене Олімп – місце, де залишився шматочок мого серця...

Якщо ви будете поблизу Олімпу, то раджу завернути у Вергіню. Зараз це маленьке селище, а раніше тут була столиця Македонського царства. Село прославилось на цілий світ у 70-х роках минулого століття, коли тут було знайдено непограбовану гробницю Філіппа II, батька Олександра Македонського. Окрім самого Філіппа в кургані була похована його остання дружина, а також Роксана, законна дружина великого завойовника та їхній малолітній син Олександр Молодший. Кілька років тому в гробниці був відкритий вражаючий музей – експонати, ледь підсвічені в напівтьмі, створюють відчуття причетності до вічності, яка сповиває царські прикраси і зброю. Особливо вражають детально і витончено зроблені золоті вінці з дубового листа і крихітних жолудів. У 1996 році гробниця була внесена в список ЮНЕСКО (а всього на території Греції 18 пам'яток зі списку).



Метеори й іронія долі

Одна з найвідоміших локацій Греції – скельні монастирі-метеори. Що тут було в античні часи – не знає ніхто, але від початку християнства ці місця нерозривно пов'язані з самітниками, які селилися спершу в природних печерах-ямках на виступах скель, потім почали будувати на верхівках обителі. Перший скельний монастир пов'язують з старцем Афанасієм, який прийшов сюди з Афона, шукаючи, де можна наодинці спілкуватися з Богом. Але святе місце порожнім не буває, звістка про самітника рознеслася просторами Фессалійської долини, і дуже швидко ці прямовисні скелі стали населятися іншими такими ж самітниками. Так утворилося об'єднання монастирів-метеор. Історія їхня така ж

нерівномірна, як історія самої Греції – були підйоми, були спади, але завжди це місце вважалося осяяним Божою благодаттю. «Малим Афоном» його називали, і так є досьогодні.

У старі часи монахи практично не контактували з мешканцями навколишніх сіл, тільки зрідка котрийсь з монахів спускався мотузяною драбинкою або спеціальним кошиком, закріпленим на лебідці, вниз, щоб узяти якихось харчів (або ж люди кляли харчі в кошик і подавали знак, що можна піднімати). Але в 20-х роках минулого століття монахи, яких ставало дедалі менше, спустилися зі своїх скель – змінився світ, і монастирський уклад теж потроху став мінятися. Поступово монастирі зачиналися, дедалі менше юнаків прагнули самотньої молитви, але треба було ще 40 років, щоб про монастирі-метеори заговорив цілий світ і вони стали дивом природи і туристичною атракцією. І як це часто буває, до цього прислужився кінематограф.

В одному з фільмів про Джеймса Бонда ключові епізоди відбуваються в метеорах. Після його прокату в світі до скель рушили орди туристів. Тоді ж до скельних монастирів були зроблені сходи, якими тепер бажаючі можуть туди піднятися. Є певна іронія долі в тому, що мешканці метеорів, які споконвіку прагнули усамітнення на вершечках цих дивовижних прямовисних скель, тепер залежать самим своїм живанням від туристів, які здебільшого шукають тут не просвітління, а видовища, створеного природою і християнськими самітниками...



Монастир Осіос-Лукас

Далі нас чекав довгий переїзд горами і долами північної Греції до крихітного селища Додоні, де в древності знаходився знаменитий і найдавніший в Елладі оракул. Це було святилище Зевса, і оракулом тут був старезний дуб, в шелесті листя якого і вчували відповідь на запитання. Додонський оракул згадується в «Одіссеї» Гомера: за легендою шматок цього дуба був врізаний у ніс корабля «Арго» і давав підказки аргонавтам по ходу плавання. Під час розкопок були знайдені таблички, на яких прочани писали свої запитання до оракула: «Чи я батько цих дітей?» «Хто украв мою шерсть?» – в усі часи людей цікавили ті самі питання. Після завоювання Еллади Римською імперією святилище було закрите, завоювальники вбачали в ньому символ непокори, а пізніше імператор Феодосій, борючись з язичницькими культами, звелів викорчувати дуба...

Додону відкрили лише на початку ХХ століття, а в 50-х роках на місці, де за легендою стояв той самий дуб, археолог, який розкопав святилище, посадив молоденький дубок, який за 60 років перетворився на велике дерево. Якщо притулитися до нього, то можна почути шелест і голос того, древнього дуба, адже коріння нового дерева переплелось із залишками старого, а як кажуть лісники, дерево живе доти, доки живе коріння. Тож інформація нікуди не поділася. Мені в Додоні дуже сподобалося – тихо і спокійно, відчувається дихання Вічності...

Містерії давні й сьогочасні

У мандрівці Грецією в один із ранків всі боги велють зустріти сонце. Особливо якщо ночівля – біля підніжжя знаменитого храму Посейдона на мисі Суніон. Древні елліни вважали цей мис краєм світу, і всі мореплавці, вирушаючи в далеку дорогу, складали тут молитви Посейдону, щоб непостійний бог морів був прихильним до них. Зараз усі туристи ідуть на Суніон споглядати захід сонця (як вважається, один з найкрасивіших у світі), але знайте, що світанок там теж дивовижний.

Ще одне чудо Греції, мало відоме пересічним туристам, – монастир Осіос-Лукас (Святого Луки, але не того, котрий євангеліст, а іншого). Повірте, мене важко вразити в саме серце, але цьому монастирю XI століття вдалося. Я зайшла туди – і остовпіла. Зі стін на мене дивилися фрески Софії Київської (до речі, Осіос-Лукас і Софія будували-



ся приблизно в один час). Буває таке відчуття, знаєте? Коли ти десь вперше, але відчуваєш, що ти вдома... Історія цього християнського грецького монастиря пов'язана і з рицарями-тамплієрами, і з османами, але найпрекрасніше, що в ньому є, – це фрески візантійської школи, які не можна фотографувати, але так сталося, що їхні знімки у мене є. Здається, що ці фрески зроблені тією ж самою рукою, що й Оранта на Нерушимій стіні в Києві. Звісно, це тільки спорідненість художньої школи, але як потужно це перегукується на рівні світовідчуття і культурних сенсів, закладених з дитинства.

А якщо вам захочеться чогось вже абсолютно нетуристичного, але древнього і містичного, то раджу заїхати в Елевзін, містечко неподалік Афін, де відбувалися основні містерії давньої Еллади. Якими саме вони були, ніхто до кінця не знає, адже уста всіх посвячених замкнуті назавжди, це була умова посвяті. Вважається, що Елевзінські містерії були пов'язані з пізнанням того, що відбувається з людиною після смерті. До речі, єдиний на всю древню Грецію жертвожник Аїда, бога підземного царства мертвих, знаходився саме тут. У Аїда не було ні храмів, ні вівтарів, а в Елевзіні – був, і, як вважалося, там же знаходиться і один із входів до його царства.

Наша подорож почалася у Салоніках, а закінчити її я б хотіла в Афінах. Я люблю Афіни, хоча багато хто дивується тому. Це місто кримінально небезпечне, воно брудне і нещире, заангажоване туристами –

кажуть мені. Так, у Афін, як і в будь-якого великого міста, є безліч проблем. Але... любов, знаєте, вона не вибирає. Це місто, де досі чується стукіт сандалів Перікла і Сократа по каменях агори. І вони перегукуються – так гармонійно – з ляском ранкових жалюзі, коли відкриваються перші кав'ярні й туристичні крамнички. Це місто, де каву «по-грецьки» (і не приведи боги назвати її «турецькою»!) приносить офіціант з профілем древнього героя, і в густи міцно завареного напою можна почитати свою долю, спрядену старими мойрами, які продають фісташки в тіні олив під Акрополем. Афіни – місто, де я ходжу старовинними вулицями як у себе вдома, де відчувається ритм європейської цивілізації в її суттєвій основі. Щоразу, як я там буваю, Афіни чіпляються за поділ сукні і не хочуть відпускати, надихають своєю древністю, яка вигулькує в найнесподіваніших місцях і вчить відчувати пульс і вічність у миті «тут і тепер», а це відчуття безцінне навіть на короткий час. Це місто-вчитель, а любов до вчителя мудрості – це один з найвищих проявів любові, як вчать грецькі філософи. А ще тут на кожному кроці старі вулички носять імена Вакха і Гермеса, і повсюди збереглися старі вівтарі, на них і зараз кладуть монети з усіх куточків світу, і щодня сотні гідів на всіх мовах повторюють імена старих богів. А отже, вони живуть... І продовжують розмовляти з людьми.

Громоваця БЕРДНИК, ■
письменниця, співавторка
мандрівного проекту «Спіраль Сили»

Гедерин – спільне рішення для сухого та вологого кашлю!



- Для лікування сухого та вологого кашлю¹
- Не містить цукру та штучних барвників
- Підходить для всієї родини²

Інформація для професійної діяльності медичних та фармацевтичних працівників.

Склад лікарського засобу. 1 мл сиропу містить сухого екстракту листя плюща (при вмісті гедеракозиду С 14%) 4,5 мг.

Показання для застосування. Гострі запальні захворювання дихальних шляхів, що супроводжуються кашлем; симптоматичне лікування хронічних запальних захворювань бронхів.

Спосіб застосування та дози. Внутрішньо застосовувати дітям віком від 2 до 6 років по 2,5 мл сиропу 3 рази на добу; дітям віком від 6 до 10 років – по 5 мл сиропу 3 рази на добу; дорослим та дітям віком від 10 років – по 5-7,5 мл сиропу 3 рази на добу. Тривалість лікування становить до 7 днів. Для досягнення стійкого терапевтичного ефекту рекомендують продовжити терапію ще 2-3 доби після поліпшення стану.

Побічна дія. У пацієнтів з підвищеною чутливістю можливі алергічні реакції; іноді шлунково-кишкові розлади (нудота, діарея).

Протипоказання. Підвищена чутливість до компонентів препарату. Містить сорбітол і не рекомендується для застосування у хворих з непереносимістю фруктози. Діти віком до 2 років.

Ліцензія: серія АВ № 598036 від 11.07.2012 р. РП МОЗ № UA/7526/01/01 від 08.11.2017.

Реклама лікарського засобу. Перед застосуванням необхідно проконсультуватись з лікарем та обов'язково ознайомитись з інструкцією. Зберігати в недоступному для дітей місці. Виробник: ТОВ «ДКП «Фармацевтична фабрика», вул. Корольова, 6. 4. с. Станишівка, Житомирська обл., 12430.

¹Мукоактивні препарати в лікуванні бронхіту у дітей: фокус на препарати з екстрактом плюща д.ф.н., проф. О.Я. Міщенко. Сучасна педіатрія. Україна 2(106)/2020 (63-68) ²Для дорослих та дітей від 2-х років. Фаворит споживачів – 2017 р. у категорії «Препарат для лікування кашлю». Фаворит споживачів – 2018 р. у категорії «Препарат для лікування кашлю».

Болезнь любознательных упрямцев

Для родителей, хотя бы раз боровшихся с повышенным ацетоном у ребенка, словосочетание «ацетонемический синдром» эмоционально сравнимо с надвигающимся торнадо. Боли в области поджелудочной, непрекращающаяся рвота, слабость, граничащая с потерей сознания... В итоге – «скорая», госпитализация, капельница и строгая диета на долгие месяцы. По статистике в подобной ситуации в нашей стране побывал каждый пятый ребенок в возрасте от 3 до 7 лет. В чем причины повышения ацетона в крови и как с этим справляться? Попробуем разобраться вместе с профессором гастроэнтерологом Лидией Курило.

Откуда и почему?

Все было как будто хорошо, и вдруг у ребенка рвота, высокая температура, а изо рта подозрительно пахнет ацетоном. Если такая ситуация возникает однократно, речь идет об ацетонемическом кризе, если же кризы повторяются, врачи ставят диагноз «ацетонемический синдром» (АС). Что же это такое?

– Ацетонемическим синдромом называют комплекс симптомов, вызванных повышенным содержанием в крови кетонных тел: ацетона, ацетоуксусной кислоты и β-оксимасляной кислоты – продуктов неполного окисления жирных кислот, образующихся при распаде кетогенных аминокислот, – объясняет Лидия Курило. – Это явление, кетонемия, сопровождается ацидозом, т.е. смещением кислотно-щелочного баланса организма в сторону увеличения кислотности, и ацетонурией –

появлением ацетона в моче. Налицо все признаки отравления.

Предрасположенность к ацетонемическому синдрому, как правило, следует искать в наследственности ребенка. Интересно, что чаще с этой проблемой сталкиваются мальчики. К числу провоцирующих факторов специалисты относят:

- Погрешности в питании, например, чрезмерную любовь к жирной и белковой пище (особенно к мясу). Часто первый приступ возникает спустя несколько часов после употребления яиц, шоколада, майонеза.
- Вирусные инфекционные заболевания.
- Стрессы, переутомление. Фактором-провокатором развития ацетонемического синдрома часто бывают испуг, боль, конфликт, избыток эмоций, перегревание, физическое напряжение.

- Реакклиматизацию после отпуска, дальних поездок.

Группа риска

Чаще всего проблема повышенного ацетона встречается у детей с так называемой нервно-артритической аномалией конституции (НААК).

– Такие детки отличаются повышенной возбудимостью нервной системы, у них возможны энурез, логоневроз, тики, нарушения обмена веществ, в младенчестве проявляющиеся атопическим дерматитом, кожными аллергическими заболеваниями, общей болезненностью. К ним чаще «пристают» вирусные инфекции, они чаще других имеют проблемы с желудком и кишечником, – объясняет Лидия Курило. – «Ацетоники» худенькие, любознательные, но одновременно и плаксивые, упрямые, с плохим аппетитом и чутким сном.

Зачастую первые приступы случаются в двухлетнем возрасте и прекращаются только к 10–12 годам. Однако сохраняется высокая вероятность развития болезней-спутников: подагрического криза, ВСД по гипертоническому типу, артериальной гипертензии. Поэтому дети с НААК рассматриваются как группа риска и подлежат диспансерному наблюдению педиатра, эндокринолога, психоневролога.

Как спасаться

Криз, самое яркое проявление АС, как правило, возникает утром. Температура подскакивает до 38–39 °С, ребенка мучает многократная рвота, он жалуется на слабость, боль в жи-



О вкусной и здоровой пище при ацетонемическом синдроме

Можно	Ограничить	Нельзя
Мясные продукты		
Мясо взрослых животных (говядина, нежирная свинина, крольчатина, индюшатина), яйца (одно в день) – вареные или в виде омлета	Колбасы, консервы	Супы и борщи на мясном, костном бульоне; телятина, мясо молодой птицы; субпродукты (печень, почки, мозги); копчености
Рыба и морепродукты		
Морская рыба, зеленые и бурые водоросли	Селедка (вымоченная), рыба соленая, икра рыбная, консервы, нерыбные продукты моря (криль, крабы, крабовые палочки)	Супы на рыбном бульоне, рыба речная (за исключением судака, щуки), раки
Овощи и блюда из них		
Супы на овощном отваре, картофель, свекла, морковь, огурцы, кабачки, белокочанная капуста, лук, редис, салат, укроп	Борщи с использованием томатов, томаты оранжевые, цветная капуста в сыром виде, редька, блюда из бобовых и гороха	Супы на грибном отваре, зеленый борщ, томаты красные и розовые, баклажаны, сладкий перец, цветная капуста отварная, грибы белые и шампиньоны, шпинат, щавель, петрушка, ревень, кетчуп, аджика, майонез
Крупяные, мучные изделия и сладости		
Каша гречневая, овсяная, рисовая, кукурузная; сухари, несдобное печенье; мармелад, желе, лукум, карамель	Макаронные изделия, бисквит, кекс	Сдоба, слоеное тесто, чипсы; кондитерские изделия с кремом; шоколад
Фрукты и ягоды		
Сладкие яблоки, груши, персики, абрикосы, черешня, сладкие ягоды, виноград, арбуз, дыня	Бананы, киви, финики, инжир, мандарины	Кислые фрукты (яблоки, вишни, апельсины)
Молочные продукты		
Молоко, кефир, ряженка, творог, плавленый сыр, брынза	Сметана, сливки, твердый нежирный сыр	Йогурт, жирный творог и сыр
Напитки и соки		
Сухофрукты (урюк, сливы, курага, изюм) в виде компота; морсы из черной смородины, клюквы, кисели; соки с мякотью, фреши; чай зеленый, лимонный напиток	Черный чай	Отвар шиповника, кофе, холодные и газированные напитки, соки из концентратов

воте (в районе пупка) и изо рта у него появляется запах ацетона. Такое состояние опасно, поскольку организм быстро обезвоживается, а интоксикация растет. Поэтому с вызовом врача медлить нельзя.

– Необходимо оказать ребенку сильную помощь – промыть желудок раствором 1–2% гидрокарбоната калия и заняться его «выпаиванием», – рекомендует Лидия Курило. – По-

дойдет щелочная минеральная вода без газа, сладкий чай с лимоном, раствор солей-электролитов. Жидкость надо давать дробно, небольшими порциями во избежание повторной рвоты. Суточный объем жидкости, который должен выпить ребенок, рассчитывается так: 120 мл на 1 кг массы тела. При весе, к примеру, 15 кг – это 1,8 л жидкости. Если выпаивание не дает результатов и

состояние ребенка все хуже и хуже, понадобится инфузионная (внутривенная) терапия. Она проводится в условиях стационара.

После купирования приступа показан прием лекарственных средств, улучшающих метаболические процессы в организме (кокарбоксилаза, АТФ, комплексные средства с витаминами группы В, карнитином, лизинном и пр.), а также препаратов, способствующих нормализации уровня мочевой кислоты в крови.

Рекомендации по питанию

По мнению профессора Лидии Курило, правильная диета – лучший помощник в борьбе с ацетонемическим синдромом. Основные принципы питания таковы:

- Соблюдение гипокетогенной диеты, исключающей продукты, содержащие пуриновые основания, и ограничивающей продукты, содержащие жиры.
- Частое дробное питание – 5–6 раз в день.
- Отказ от насильственного кормления (объем порции, а также продукты в рамках диеты должен выбирать сам ребенок).
- Обильное питье с использованием щелочных, а также слабоминерализованных минеральных вод, лимонного напитка, зеленого чая.

На диету!

Когда ацетон только начинает расти (первые предвестники: вялость, снижение активности, тошнота, отказ от еды, головная боль и т.д.), ребенок не должен голодать. Однако заставлять его есть тоже не стоит. На этом этапе показана ацетогенная диета – овсяная, гречневая, кукурузная каши на воде, картофельное пюре без добавления масла, галетное печенье, запеченные сладкие яблоки. Постепенно при купировании рвоты и улучшении общего состояния диету можно расширять за счет молока, кефира, овощного супа, мяса. Затем еще в течение 2–3 недель питание должно быть щадящим – без приправ, копченостей, маринадов. При ответственности блюда, приготовленные на пару или в отваренном виде (стол №5). Отныне счастливые времена шоколадок и чипсов для ребенка заканчивается, начинается период строгого следования диете.

Виктория КУРИЛЕНКО ■

Німесулід у гранулах – сучасна форма, добрий ефект

Перше місце серед скарг, з якими люди звертаються до сімейних лікарів, терапевтів та провізорів, посідають симптоми ГРВІ. А на другому місці – больовий синдром. Він буває гострий або хронічний, інтенсивний або слабко виражений. Загалом біль супроводжує приблизно 70% всіх захворювань¹. Чи завжди треба намагатися його зменшити і як саме?

Проблема больового синдрому

У багатьох випадках біль стає наслідком запальних процесів різної локалізації. Взагалі біль та запалення зазвичай тісно пов'язані, а для пацієнта вони створюють значний дискомфорт. Ще гірше те, що тривалий та сильний біль дуже шкодить організму. Він суттєво знижує якість життя, збільшує кількість госпіталізацій, зумовлює появу тривоги і депресії. Мало того, біль може дестабілізувати серцево-судинну систему, що стає загрозою життю людини.

Згідно з даними Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВОЗ), у розвинених країнах за поширенням біль можна порівняти з пандемією: у 52% усіх випадків надання невідкладної медичної допомоги саме він є причиною звернень пацієнтів до лікарів на первинному рівні².

Вибираючи препарат німесуліду, слід звертати увагу на виробника препарату і дотримання ним стандартів належної виробничої практики (GMP).

Проблема болю набула великого значення, тому що часто він стає хронічним через те, що людина неправильно лікується в гострому періоді. Правильна тактика – діяти треба відразу при появі болю, якомога раніше. При цьому важливо раціонально вибирати препарат для знеболення.

Понад 40 років у медицині

Арсенал засобів зі знеболювальною дією нині дуже широкий. Це, насамперед, нестероїдні протизапальні препарати (НПЗП). Серед них є добре перевірені часом. Приміром, селективний інгібітор циклооксигенази-2 (ЦОГ-2) німесулід використовується у медицині більш як 40 років. Він має виражену протизапальну дію, тому застосовується в лікуванні остеоартриту з больовим синдромом.

Швидкість знеболювальної дії німесуліду досить значна: уже через 30 хвилин після прийому всередину людина, як правило, відчуває поліпшення стану. Максимальний знеболювальний і протизапальний ефект розвивається через 1–3 години.

Особливістю молекули німесуліду є і те, що його концентрація може бути вищою в осередку запалення, наприклад у тканині суглоба, ніж у плазмі крові, що підвищує безпеку його застосування. Німесулід характеризується також нейтральним рН, що робить його менш шкідливим для слизової оболонки шлунка щодо розвитку диспепсичних порушень порівняно із НПЗП, які мають карбоксильну або кетоенолатову групу, яка створює кислотне середовище³. Серед переваг німесуліду слід згадати й те, що він швидко всмоктується в травній системі і швидко з неї виводиться, тобто

не накопичується, а тому мінімально впливає на обмінні процеси.

Форма випуску має значення

Прийом будь-якого НПЗП впродовж тривалого періоду може спровокувати небажані реакції з боку шлунково-кишкового тракту (ШКТ) і серцево-судинної системи, особливо у людей з хронічними недугами (артеріальна гіпертензія, ішемічна хвороба серця, гастрит, пієлонефрит, сечокам'яна хвороба, бронхіальна астма тощо). У цьому плані німесулід теж має перевагу – він добре переноситься і зрідка зумовлює побічні ефекти, що було доведено низкою наукових досліджень¹.

Препарати німесуліду випускаються в різних лікарських формах. Якщо потрібне швидке досягнення ефекту і водночас незначний ризик небажаних реакцій з боку ШКТ, є сенс звернути увагу на сучасні засоби німесуліду у вигляді розчинних гранул для приготування питної суспензії. У формі гранул німесулід швидко створює терапевтичну концентрацію в сироватці крові, тому швидше забезпечує ефект порівняно з таблетованою формою. Крім того, німесулід у гранулах коротший час взаємодіє зі слизовою шлунка, тим самим знижуючи ризик розвитку контактного пошкодження і побічних реакцій.

Отже, якщо людину турбує біль, препаратом вибору може бути німесулід у формі гранул. Приймати його бажано негайно, щоб нормалізувати самопочуття пацієнта і знизити ризик хронізації патологічного процесу. Перевагами німесуліду є прогнозований ефект, добра переносимість та наявність інноваційних форм випуску. ■

Інформація про лікарський засіб.
1. Лімаєвська Г.Р., Чисова Н.В. Німесулід при лікуванні острої та хронічної болю в клінічній практиці // Медичний совет, №11, 2017.
2. Мелюх Л.Ф. Больовий синдром, його вплив на організм і підходи до ефективного знеболення у практиці сімейного лікаря // Укр. мед. часопис, 2015, №4(108) – Укр. МІ.
3. Лунічук С. Швидке та ефективне усунення больового синдрому у пацієнтів із гострим податринним артритом // Український ревматологічний журнал, 2020, №10. DOI:10.26907/21.02.02



АФФИДА



ФОРТ - німесулід

Лікування гострого болю



Інформація про лікарський засіб АФФИДА ФОРТ-німесулід. РІТН UA/12718/01/01 від 11.10.2017. Дієча речовина: Німесулід. Лікарська форма: Таблетки для орального застосування. Фармакотерапевтична група: Неселективні нестероїдні протизапальні засоби. Код АТХ M01A X17 / Показання: Лікування гострого болю, первинної дисменореї. Німесулід слід застосовувати тільки як препарат другої лінії. Рішення про призначення німесуліду потрібно прийняти на основі оцінки усіх ризиків для конкретного пацієнта. Протипоказання: Висока підвищена чутливість до німесуліду або до будь-якого компонента препарату. Гіперсенсибілізні реакції в анамнезі (бронхітози, риніт, кропив'янка) у зв'язку із застосуванням ацетилсалicyлової кислоти або інших нестероїдних протизапальних препаратів. Гепатотоксичні реакції на німесулід в анамнезі. Супутнє застосування інших речовин з потенційно гепатотоксичністю. Алкоголізм та наркотична залежність. Шлунково-кишкові кровотечі або перфорації в анамнезі, пов'язані з використанням інших суцільних нестероїдних протизапальних засобів. Висока шлункова або дванадцятипалої кишки у фазі загострення, наявності в анамнезі виразки, перфорації або кровотечі у травному тракті. Наявність в анамнезі цереброваскулярних кровотечі або інших кровотечень, а також захворювань, що супроводжуються кровоточивістю. Тяжкі порушення згортання крові. Тяжкі серцеві недостатності. Тяжкі порушення функції нирок. Порушення функції печінки. Пацієнти з підвищеною температурою тіла та/або з підозрюваними симптомами. Дітями вік до 12 років. Влі примісто вагітності на період годування груддю. Гібетичний синдром, необхідність одержати на підставі доступних даних. Порушення з боку кровообігу та лімфатичної системи. Рідко: анемія, віруснофілія. Дуже рідко: тромбоцитопенія, лейкоцитоз, пурпура. Порушення з боку зяникої системи. Рідко: ренальна недостатність. Дуже рідко: алопеція. Порушення метаболізму та харчування. Рідко: гіперкаліємія. З боку потлики. Рідко: набуття стійкої нечутливості, інші жвавія гіперкаліємія. Порушення з боку зяникої системи. Неміцтво: запам'ятовування. Інше: запам'ятовування. Дуже рідко: мезенцефаліт (синдром Фрея). Порушення з боку органів зору. Рідко: нечіткість зору. Дуже рідко: роговиці зору. Порушення з боку органів слуху та вестибулярного апарату. Дуже рідко: отитомієлітис. Серйозні порушення. Рідко: мієлома. Сухожилт розрив. Інше: артритоз, гіперкаліємія. Рідко: мієлома, набільність артеріального тиску, гірлітис. З боку дихальної системи, органів грудної клітки та середостіння. Інше: задишка. Дуже рідко: плевра, бронхітис. З боку кровоночного тракту. Часті: діарея, нудота, блювотня, ікота, запор, метеоризм, гастрит, колаген у травному тракті, виразка та перфорація дванадцятипалої кишки або шлунка. Дуже рідко: біль у животі, диспепсія, стоматит, виражене чи часте кровотеча. З боку печінки та жовчівної системи. Часті: збільшення рівня ферментів печінки. Дуже рідко: гепатит, мезенцефаліт (фільмозний) гепатит, із летальним наслідком, у тому числі хронічний, холестаз. З боку шкіри та її придатків. Інше: свербіж, висип, підвищена пітливість. Рідко: еритема, дерматит. Дуже рідко: кропив'янка, ангіоневротичний набряк, набряк обличчя, еритема поліморфна, синдром Стивенса-Джонсона, токсичний епідермальний некроліз. З боку м'язів та скелетно-м'язової системи. Рідко: мієалгія, мієалгія, запам'ятовування. Дуже рідко: мієоломієлітис, мієоломієлітис, мієоломієлітис, мієоломієлітис, мієоломієлітис. Рідко: мієоломієлітис. З боку нирок та сечовидільної системи. Рідко: дисурія, гематурія, затримка сечовипускання. Дуже рідко: ниркова недостатність, олігурія, інтерстиціальний нефрит. Застосування та місця реалізації на території України. Рідко: набряк. Рідко: мієоломієлітис, мієоломієлітис. Дуже рідко: мієоломієлітис. Категорія відпуску: За рецептом. DMLA AFF 21.02.01

S SCHONEN

Сучасна* технологія диклофенаку



Комбінація диклофенаку негайного
та пролонгованого вивільнення



Виробник:
Свісс Капс ГмбХ/
Swiss Caps GmbH

1-2 капсули на добу

* Під сучасною мається на увазі технологія виробництва Divido® (Divided Dose) – пелети з активної речовини у твердій желатинової капсулі.

Інформація про лікарський засіб. АРГЕТТ ДУО №20. РП1 МІА/12811/01/01 від 27.03.2018. Діюча речовина. Диклофенак. Лікарська форма. Капсули з модифікованим вивільненням тверді. Фармакологічна група. Нестероїдні протизапальні та протиреوماتичні засоби; глікоди одстоїної кислоти і споріднені речовини. Код АТХ М01А В05. Показання. Симптоматичне лікування болю та запалення при: ревматоїдному артриті, анкілозуючому спонділіті, остеоартриті, спонділоартриті, більшому синдром різної локалізації, лозасулобовому ревматизмі; набряку з більшим синдромом або постравматичних запаленнях. Протиіказання. Підвищена чутливість до диклофенаку, сої, арахісу або інших інгредієнтів препарату, виразка шлунка або кишечника; також порушення функції печінки або нирок; також порушення функції серця; кровотечі та ін. Побічні реакції. Головні болі, запаморочення, вертіго, підвищення рівня трансаміназ, нудота, блювання, висипання та ін. Якщо малими місце тяжкі побічні ефекти, лікування слід припинити. Категорія відпуску. За рецептом. Виробник. Свісс Капс ГмбХ/Swiss Caps GmbH. Місцезнаходження виробника та адреса місця провадження його діяльності. Грассінгерштрассе 9, 83043 Бад Айблінг, Німеччина/Grassingerstrasse 9, 83043 Bad Aibling, Germany. Заявник. Дельта Медікал Промоушнс АГ/Delta Medical Promotions AG. Місцезнаходження заявника. Опернбахгассе 26, Цюріх CH-8001, Швейцарія/26 Oetenbachgasse, Zurich CH-8001, Switzerland. DMJA.ARG.21.02.03.

Рекомендовано к просмотру

В марте на экранах Украины – три новых украинских фильма, одна комедия и две драмы: сын полицейского чиновника идет работать простым патрульным, десятилетний мальчишка из немецкой колонии под Одессой убегает во внутренний мир от ужасов красного террора, а женщины, живущие по две стороны от линии разграничения на Донбассе, рассказывают правду о своих чувствах.



«Нереальный КОПец»

Режиссер: Александр Беляк

В ролях: Дмитрий Ступка, Богдан Юсипчук, Станислав Боклан, Борис Барский, Влад Яма

Первая украинская полицейская комедия скроена по голливудским лекалам, но этим она и интересна – сможем ли мы снять остроумную злободневную историю о тех, кого привыкли ругать? А так как в работе обычных копов веселого мало, то смеяться нам предложено над полицейским, который даже пистолет в руках толком держать не умеет. И так, сюжет, отчасти напоминающий сериал «Мажор»: президент издал указ, согласно которому дети всех чиновников должны учиться и работать в Украине. Начальнику полиции пришлось вернуть на время своего сына Василия из США и устроить его рядовым патрульным полицейским. Понятно, что парень не рад такому повороту дела, но у него есть суровый напарник – лейтенант Богдан, который намерен сделать из него настоящего мужчину, а заодно – подготовить к ведомственному чемпионату, результаты которого будет оценивать сам глава государства. Судя по шуткам в трейлере, законы жанра соблюдены*.

2021,
Украина

* Полицейские в фильме ездят на локсовом Porsche Panamera.

«Антон и красная химера»

Режиссер: Заза Урушадзе

В ролях: Никита Шланчак, Никита Дзяд, Наталия Рюмина, Олег Симоненко

Этот последний фильм грузинского режиссера Зазы Урушадзе, номинанта на «Золотой глобус» и «Оскар» за снятую ранее военную драму о событиях в Абхазии «Мандарины», – тоже о войне. Но о более давней и происходившей на территории Украины. Место и время: 1919 год, немецкая колония Гильдендорф неподалеку от Одессы*. В селе на берегу лимана живет немецкая семья, в которой растет десятилетний мальчишка Антон. Однажды в поселение приезжают вооруженные люди, которые заявляют колонистам, что советской власти нужен хлеб. Селяне не спешат отдавать выращенное, и тогда в ход идут силовые методы. Но дети есть дети, и они видят мир по-своему. Антон и его друг-одногодка Яша воспринимают происходящее как игру, их больше интересуют облака, проплывающие над лиманом. Кстати, у Антона есть реальный прототип – канадский писатель Дейл Эслер, потомок немецких колонистов, написал по воспоминаниям дяди книгу «Антон, его друг и русская революция». Эта история легла в основу сценария.

2019,
Украина,
Грузия,
Литва

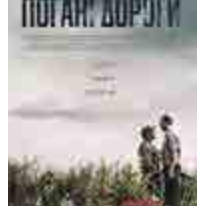


Обзор подготовила Анастасия ХАРЛАМОВА

«Плохие дороги»

Режиссер: Наталья Ворожбит

В ролях: Игорь Колтовский, Андрей Лелюх, Оксана Черкашина



Режиссерский дебют сценариста сериала «Поймать Кайдаша» – драма о войне на Донбассе*. Лента состоит из пяти новелл, созданных на основе реальных историй, которые Наталья Ворожбит услышала, собирая материал для сценария военной драмы «Киборги». Потом была одноименная пьеса, которую сначала поставили на театральной сцене Лондона, а затем – Киева. И вот теперь – фильм. Пять историй показывают маленькие кусочки жизни по обе стороны линии разграничения, причем в каждой из них на первый план выходят женщины. По мнению автора, ей было важно показать свой личный взгляд на события, происходящие на востоке Украины, причем по горячим следам. В этом смысле фильм получился почти документальным. Хотя темы всех новелл разные: любовь, доверие, предательство, ненависть и нарушение личных границ. Такая себе война с женским лицом, показанная максимально честно.

2020,
Украина

* Во время премьеры на Венецианском кинофестивале лента получила за инновационность премии Cinema di Verona.

ІСТОРІЯ БРЕНДУ у запитаннях та відповідях

Цей бренд відомий давно. «Містер Блістер» описав усі його властивості, особливості призначень та ведення фармацевтичної опіки, задокументував усі його кроки на українському фармринку. Ми так часто згадували його на сторінках журналу, що вирішили провести своєрідну вікторину. А чому б і ні? Ви матимете нагоду не лише ще раз перевірити свої знання про Бронхостоп, а й отримати винагороду за правильні відповіді.

- 1 Виробник Бронхостопу – компанія Kwizda Pharma – заснована в Австрії:**
 - а) у 1935 році
 - б) у 1538 році
 - в) у 1853 році
- 2 Kwizda Pharma – це**
 - а) спілка європейських фармацевтів
 - б) сімейний бізнес, для його власників дуже важливі традиції, послідовність і дотримання високих стандартів якості
 - в) завод, на якому виробляють упаковки для сучасних ліків
- 3 Завдяки постійному науковому пошуку Kwizda Pharma регулярно розширює свій асортимент і створює**
 - а) інноваційні лікарські засоби
 - б) товари для збереження і зміцнення здоров'я
 - в) усе вище перераховане
- 4 Рослини, що стають основною сировиною препаратів Kwizda Pharma, вирощують**
 - а) на індійських полях
 - б) на альпійських луках
 - в) на українських чорноземах
- 5 Який з типів кашлю потрібно неодмінно лікувати?**
 - а) продуктивний (той, що супроводжується відділенням мокротиння)
 - б) непродуктивний (сухий)
 - в) обидва типи
- 6 Чим небезпечний продуктивний кашель?**
 - а) пошкоджує м'язи грудної клітки
 - б) мокротиння, що утворюється надміру, може стати середовищем для розмноження мікробів
 - в) відлякує людей, що навколо
- 7 Чим небезпечний сухий кашель?**
 - а) спричиняє зневоднення організму
 - б) пошкоджує слизову оболонку дихальних шляхів
 - в) руйнує смакові рецептори
- 8 У складі препаратів лінійки Бронхостоп**
 - а) амброксолу гідрохлорид
 - б) екстракти традиційних для нас рослин – трави тим'яну та кореня алтеї
 - в) карбоцистеїн
- 9 Природні компоненти, що входять до складу Бронхостопу, допомагають**
 - а) при сухому кашлі
 - б) при вологому кашлі
 - в) при сухому і вологому кашлі
- 10 Сухий екстракт трави тим'яну**
 - а) усуває сухий кашель та полегшує дихання
 - б) сприяє покращенню апетиту
 - в) має заспокійливий ефект
- 11 Рідкий екстракт кореня алтеї має**
 - а) відхаркувальну дію
 - б) захисну дію, оберігаючи слизову оболонку від впливу подразників
 - в) усе вище перераховане
- 12 В Україні Бронхостоп зареєстровано у формі**
 - а) сиропу і пастилок
 - б) розчину і сиропу
 - в) сиропу, розчину і пастилок

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Дайте відповіді на запитання тесту. Якщо вони правильні, то з літер, якими ці запитання позначені, ви легко складете назву дистрибуторської компанії, що у 2009 році вивела бренд Бронхостоп на український фармриннок. Вам це вдалося? Відскануйте QR-код та заповніть форму. Автори перших 50 правильних відповідей отримують тематичні сувеніри від бренду Бронхостоп.



БРОНХОСТОП®

ТИМ'ЯН

АЛТЕЯ

ВІД
2 РОКІВ

ТИМ'ЯН



**Рослинний препарат з Австрії
для лікування сухого
та вологого кашлю**

Реклама лікарського засобу. Відпускається без рецепта. Перед застосуванням обов'язково проконсультуйтеся з лікарем та ознайомтеся з інструкцією.
БРОНХОСТОП® СИРОП, 120 мл. Р.П. №UA9915/02/01 від 05.07.2019 р. БРОНХОСТОП® ПАСТИЛКИ, пастилки, №20. Р.П. №UA9915/01/01 від 22.07.2019 р. Виробник: «Квізда Фарма» GmbH, Австрія.
Представник виробника в Україні: «Дельта Медікал Промоушнз АГ», вул. Чорновола, 43, м. Вишневе, Київська обл., 08132, тел.: (044) 585-00-41. DMUA.BRO.21.02.02

Леся Патока: «Я втілила образ зі своїх снів»

У дванадцяти епізодах шоу «Маска» на телеканалі «Україна» на сцену вийдуть 22 герої. Та впізнати їх одразу навряд чи вдасться: костюми продумані таким чином, що здогадатися, хто під маскою, майже неможливо. Вже сьогодні представники формату шоу в різних країнах визнають, що версія «України» перевершила інші за масштабами, унікальністю та енергетикою героїв. 14 з 22 їхніх образів створила художниця з костюмів Леся Патока.



- Шоу «МАСКА» – це формат масштабного проєкту The Masked Singer («Співак у масці»).
- Права на адаптацію формату телеканал «Україна» придбав у компанії Fremantle.
- Українська адаптація The Masked Singer складатиметься з 12 епізодів.
- Шоу The Masked Singer виходить у 29 країнах світу, серед яких – США, Німеччина, Франція, Італія, Китай, Австралія тощо.
- Згідно з правилами шоу, знаменитості, одягнені в незвичайні костюми, під якими неможливо їх впізнати, виконують популярні композиції на сцені. Судді шоу разом з глядачами намагаються дізнатися, хто ці таємничі особи. Один із учасників буде розкривати секрети в кожній програмі. Переможця обирають судді і глядачі шляхом голосування.

– Леся, колись ти говорила, що мрієш про проєкти з нестандартними завданнями. Шоу «Маска» дало можливість тобі здійснити бажане?

Частково – так. А окрім цього, на 100% шоу особисто для мене стало доказом того, що мої можливості дуже широкі. Я вкотре переконалася, що не існує нічого неможливого. Усі заборони і кордони – лише у нашій голові. У шоу «Маска» ми дуже творчо впоралися із завданням і показали як нашій країні, так і всьому світові, що в Україні можуть робити дуже крутий контент.

– Перед тим, як стати до роботи над образами шоу, ти вивчала оригінальний формат «Маски»? Що найдивніше тобі було у ньому?

Звичайно, вивчала: дивилася і корейські версії, і американські. Найдивніше мені було те, що все разом це складає фантастичний вінегрет. Я не могла повірити, що таке в принципі можливо. Тому що у шоу немає визначеної естетики, прив'язки до якоїсь певної епохи, приміром, Відродження чи Ренесансу чи, навпаки, майбутнього. В ньому зміксовані непеоднувані персонажі! Можуть поруч стояти Тістечко, Єдиноріг та Сексі-Кішечка. Спочатку це трохи спантеличило. Але потім я усвідомила, що це чудово, коли у тебе немає якихось обмежень і можна робити абсолютно різнопланових героїв, які згодом стануть кумирами для жінок і чоловіків, дітей та підлітків.

– Ти працювала за вимогами авторів шоу?

Нам поставили технічні завдання, як дотриматися формату шоу, але при цьому не було ніяких бар'єрів. Не було й вимог робити конкретно тих чи інших

героїв. Тобто я мала волю творити на власний розсуд. Керівництво каналу сказало: «Пропонуй все, що ти хочеш». Я створила тоді понад 60 мудбордів (міні-презентацій майбутнього дизайну. – Авт.) і представила на розгляд 60 різнопланових концепцій та героїв. З них канал обрав 20. І лише тоді я взялася до ескізів.

– Я знаю, наскільки ти завжди поринаєш у процес роботи над своїми образами, спостерігала, як кайфуєш від результатів. Скажи, будь ласка, тут, у шоу «Маска», ти відірвалася?

Так, але... частково. Бо зазвичай у мене є ще більші плани, ще ширші масштаби. І багато чого хотілося б реалізувати уже з тими поправками, які я усвідомила після першого сезону «Маски».

– Плануються нові сезони?

Офіційного підтвердження наразі немає. Та я дивлюся на той ажіотаж, який створило це шоу, на те, яку кількість творців та глядачів притягнуло, яку реакцію воно викликає загалом, і мені здається, що логічно, якщо буде другий сезон.

– Зараз, коли все пошито і відзнято і лишається дивитися ефірі, тобі хочеться щось переробити в костюмах? Виникали думки, що тут інакше треба було шити/клеїти/малювати?

Дивлюся усі епізоди, звичайно. І майже все вже зараз зробила би інакше. Так, мені хочеться вдосконалюватися. Є вже робота над помилками. Наша команда зустрічалася з керівництвом каналу. Вони питали мою думку – що би я змінила, що мені сподобалося чи не сподобалося. Ми багато про це говорили. Власне, є



куди рости. Є завдання робити ще фантастичніші речі, які можуть розкриватися протягом шоу. Приміром, я досягла би таких ефектів, щоби герої... горіли, у них здіймалися крила. Або, як ми жартували, у Дракона був би мокрий носик.

– Чи є у тебе найулюбленіший персонаж?

У нашої команди є улюблені костюми, але у поєднанні з героями усередині. Бо коли ми одягаємо людину, то костюм оживає. І це – фантастика! Я не можу назвати тих, хто мені особливо до душі, бо це буде не толерантно до решти персонажів. Бо ж до кожного я доклала свої зусилля та руки. Моя команда створила 12 масок із зірками усередині. Є ще 13 герой. Це Ворон. Він – запрошений гість, бере участь лише один раз у програмі. Але є й 14 герой – Химера – мікс багатьох образів, який з'явиться в остан-

ньому ефірі. Він з моїх снів, і тому я вважаю його одним зі своїх фаворитів.

– Які найлегші за трудовозатратами та найскладніші персонажі?

Найлегшим для нас було Жабеня. Там немає такої великої деталізації, як у решти персонажів. Воно досить просте і навіть мінімалістичне. Найскладнішими для команди були, напевно, Дракон та Сом. На двох у них лише луски – вісім тисяч деталей. Спочатку їх нарізали на лазерному обладнанні, а потім дівчата вручну тижнями виклеювали, аби створити фантастично реальну фактуру. Особисто для мене найскладнішим був Носоріг. Його створювали останнім, і лівову частину я робила власноруч. Тема ресайклінгу (переробки вживаних речей та побутових відходів. – Авт.) досить непроста. І щоби герой не став купою сміття, довелося перероблювати його декілька разів і навіть переносити через це зйомки.

– Розкажи про роботу над маскою Сонце. Образ досить величний, наскільки комфортно тобі було у його променях творити?

Чудово! Як кажуть мої кравчині, є така прикмета: коли герой позитивний і в нього класна енергетика, то костюм дуже легко шиться. Коли персонаж зі складним характером по життю, то ламаються голки. Зараз, з плином часу, я можу сказати, що це стовідсотково підтверджена гіпотеза. Сонце шилося класно, все дуже злагоджено виходило, не дивлячись на те, що у героя досить копіткий у виконанні костюм. Зрештою все було зроблено з любов'ю і позитив-



ними емоціями. І навіть фантастичний ореол, що важить близько п'яти кілограмів, ми зробили досить легко, якщо порівнювати зі створенням деталей для інших образів. Сонце – це боєць на цьому шоу. Ця людина вдягала маску з двосантиметровим прорізом для очей, і ніхто досі не може зрозуміти, як їй вдавалося все бачити. Але тим не менш обмежений огляд не заважав герою танцювати, спускатися на тросах і навіть сідати на шпагати. Ця людина, чи не одна з героїв шоу, сказала, що костюм її повністю влаштує і нічого не треба перероблювати. Виявляється, вона дуже любить Азію та спеку, і її не лякала задуха, яка утворювалася всередині маски. Я захоплююся цією людиною, бо вона суперпрофесіонал. Сонце полонило усіх людей, що були на знімальному майданчику, і за кулісами. Бо Сонце це дійсно – супервелич.

– Як створювався костюм для Сонця?

Золоті пір'їни, що прикрашають ореол персонажа, їхали до нас трьома партіями з Китаю. А височенні чоботи, що сягають стегон, робили вітчизняні майстри на замовлення. Я вже й не згадаю, скільки днів і ночей ми разом з феями витратили на викладку перлин на прозорому боді, що повторює шкіру. Людина, що одягла цю маску, фактично позбавлена огляду, повітря, у неї під ногами вічно плутається розкішний шлейф. З кожним її виступом я втрачала за кулісами мову через те, що вона виторяла у такому костюмі, без можливості роздивитися навсібіч і танцюючи на височенних підборах.

Сонце своєю красою осявало не лише нашу команду. Представники росій-



ського формату цього шоу після перегляду наших сюжетів перед тим, як створювати свій другий сезон, настільки були захоплені нашими героями, що навіть позичили образи Сонця і Носорога. Тепер вони з'являться у їхньому шоу.

– Тебе вкажуть як авторку образів, сподіваюся?

Не думаю. Розумієш, за оригінальним форматом The Masked Singer усі права на моїх героїв, усе, що я вигадала і створила, переходить їм – від ескізів до самих костюмів та ідеї. І це стає такою спільною світовою базою даних цього шоу. Тобто в будь-якій країні можуть брати і втілювати ці образи.

– Робота кипіла і вдень, і вночі. Де ти брала сили та натхнення?

Та сил завжди бракує, а з натхненням інколи ще складніше. Насправді дуже важко його генерувати всередині себе, а ще важче, коли ти є керівником і головною феею, яка має надихати усю команду. Після такого темпу і безсонних ночей, коли ти просто здуваєшся, знайти завзяття для команди набагато важче. Намагалася підтримувати бойовий дух команди за допомогою цукерок або гарних відгуків на стадії зйомок візитівок. Справжній фідбек ми отримуємо лише зараз, коли є ефіри. А тоді не було зворотного зв'язку від глядачів, і команда подеколи не відчувала, наскільки крутий контент ми робимо.

– Ти сама можеш назвати свою роботу в шоу своїм найбільшим проектом?

Найбільшим проектом минулого року – точно може. І наймасштабнішим у всій Україні. Але маю надію, що це не

найбільший проект мого життя, а лише класний старт до нових звершень.

– Про що тепер мріє неугамовна Леся Патока?

У мене дуже багато мрій. І усі пов'язані з мистецтвом, з творчістю, з тим, щоби доносити людям щось прекрасне. Це не про «створювати гарні речі», а про те, що потрібно нести просвітницьку функцію. Тому наші герої – не просто зайчики і котики. Кожен образ має власну історію та глибокий підтекст. От, приміром Мольфар. Ми хотіли донести до українців, хто такі мольфари і чому ми маємо ними пишатися. Чим унікальний для України футуристичний Кіберпанк Буйвол? Цей образ – про енергозберігальні технології та альтернативні джерела енергії. Буйвол може жити вічно, бо «харчується» сонячною енергією.

Носоріг популяризує ідею ресайклу. Мені хотілося, щоби таких просвітницьких ідей було трохи більше у шоу, тому я давала собі волю у постах у соцмережах. Розповідала про героїв уже у всій красі і доносила задуми ширше, аніж, можливо, люди бачили з екранів телевізорів.

А одна з найближчих моїх мрій – це реалізація досить масштабного етно-проекту, пов'язаного із зимовими святами. Він поєднає мистецтво і моду і буде націлений на молодь. Наразі я на фінальній стадії створення його презентації. А далі ходитиму до меценатів і надихатиму їх своїми ідеями, аби знайти гроші на реалізацію проекту. Він наразі не є комерційним. Але має стати своєрідною презентацією України, оболонкою того образу, який наша держава транслює у світ.

Людмила ГУРИН ■

АЛПЕ ХАЙ-ТЕК

Гідроколоїдний



Знімає біль,
захищаючи пошкоджені
нервові закінчення



Сприяє загоєнню,
не зумовлює
подразнень



Стійкий до вологи
і дає змогу шкірі
дихати



Діє до 24 годин



Гідроколоїд – речовина, що утворює гель усередині адгезивних з'єднань, матеріал – поліуретан, гіпоалергенний клей, гідроколоїдна маса відтворює всі деталі поверхні шкіри, має еластичну форму.

Проти пухирів та вологих мозолів

Крок 1.

Перед наклеюванням
обробити та висушити
місце нанесення

Крок 2.

Нагріти пластир
теплом руки для
кращого приклеювання

Крок 3.

Зафіксувати,
уникаючи утворення
нерівностей

Ваш помічник у боротьбі з вірусами та бактеріями

За підрахунками вчених, у середньому 15–18% дітей нашої країни належать до тих, що часто хворіють на ГРВІ. Серед дорослих також багато хто нездужає ледь не щомісяця. Організм виснажується боротьбою з однією інфекцією, не встигає відновити сили, як його вражає вже інша. Це замкнене коло можна спробувати розірвати за допомогою Флувиру.

Чому діти часто хворіють?

Нормою для дітей раннього віку фахівці вважають 3–5 випадків ГРВІ на рік. Якщо ж їх 8–10, і нездужання зазвичай триває понад 2 тижні, дитину називають такою, що часто хворіє¹. Респіраторні інфекції не становлять значної небезпеки, але їх регулярність спричиняє порушення в організмі. Через них формуються постійні приховані осередки інфекції, що призводить до хронічного тонзиліту, риносинуситу, рецидивів отиту та появи алергії (атопічний дерматит, риніт тощо). У таких дітей тривалий час може бути субфебрильна температура, почервоніння горла, збільшення мигдаликів та лімфовузлів, астения, порушення травлення внаслідок дисбактеріозу кишечника. Згодом їм важко навчатися в школі, бо доводиться часто пропускати уроки через хвороби, знижується якість життя. Зрештою, страждає вся родина.

То чому ж діти хворіють буквально щомісяця? Учені пояснюють це спадковими чинниками. Якщо мати та батько малюка у ранньому або зрілому віці часто хворіли на застуди та ГРВІ, мали хронічні порушення з боку ШКТ і алергічні реакції, то збільшується ймовірність того, що такі самі проблеми матиме й їхня дитина.

Курс на зміцнення організму

Щоб зменшити частоту респіраторних захворювань у дітей та дорослих, слід зміцнювати імунітет. Однак важливо

Вплив Флувиру на імунітет

З одного боку, під впливом Флувиру посилюється захист від інфекцій, оскільки він підвищує активність фагоцитів та рівень імуноглобуліну А, поліпшує розпізнавання патогенів, збільшує кількість Т-клітин, що їх убивають, та синтез протимікробних речовин (дефензинів, бактеріоцинів). З іншого боку, Флувир пригнічує імунну відповідь, якщо вона надмірна, тобто сприяє профілактиці алергічних і аутоімунних недуг.

розуміти, що його стимулятори, навіть рослинні, чинять «примусову» активацію імунної системи, а це може згодом спровокувати розвиток аутоімунних захворювань. Такі засоби в жодному разі не можна давати дітям. Кращою альтернативою є симбіотик Флувир[®], що містить п'ять живих штамів пробіотичних бактерій. Їхня кількість у Флувирі – 15 млрд, у Флувирі для дітей – 7,5 млрд, а підтримувати боєздатність цієї величезної «армії» допомагають фруктоолігосахариди. Важливо, що бактерії, які входять до складу Флувиру, є компонентами власної мікрофлори кишечника людини, а фруктоолігосахариди – природними харчовими інгредієнтами, які сприяють корисній дії пробіотиків².

Було проведено багато клінічних досліджень Флувиру. Приміром, в Італії у них загалом взяли участь понад 700 дорослих. Виявилось, що завдяки цьому симбіотику тривалість нездужання скоротилася на 30%, симптоми були менш виражені, а у майбутньому ці люди в 1,5 разу рідше хворіли на ГРВІ та аж у 5 (!) разів рідше підхоплювали грип³.

Вітчизняні науковці вивчали вплив Флувиру на дітей, що часто хворіють.

Їхній висновок: курс прийому симбіотики впродовж місяця сприяє покращенню загального стану 70% маленьких пацієнтів². Це означає, що у них не тільки нормалізується субфебрильна температура, зменшуються катаральні явища (риніт, біль у горлі) та втомлюваність, а й стає раціональнішою і правильнішою робота імунітету.

Можна навіть вагітним

Головні сили імунної системи сконцентровані в лімфоїдній тканині. Вона є на всіх слизових оболонках, але найбільше її в кишечнику – там зосереджено понад 70% імунних клітин. Тож логічно, що Флувир[®] діє через вплив на неї. Єдиним його «побічним ефектом» може стати покращення у роботі органів травлення. Тому Флувир[®] для дітей дозволено давати малюкам від двох місяців, а Флувир[®] можна приймати від 12 років і дорослим без обмежень, навіть вагітним, яким протипоказана більшість засобів. Корисний Флувир[®] і людям похилого віку. Випускається цей симбіотик у формі саше з порошком. Застосовувати його зручно – лише один раз на день.



Докладніше про Флувир

Флувир® - коли ти знаєш, де живе імунітет



Додай сили своєму
ІМУНІТЕТУ

ПРИШВИДШУЄ ОДУЖАННЯ*
ЗАПОБИГАЄ УСКЛАДНЕННЯМ*

Вживати по 1 саше на добу протягом місяця

Тароскоп для Украины и ее жителей

Общество. Время возрождения и активизации, вдруг все словно просыпаются от спячки, чувствуют в себе большую силу, готовность идти вперед и сражаться за правое дело.

Политика. Вероятны решения о перезагрузке системы, перевыборах или громких отставках. То есть можем столкнуться с революцией, инициированной сверху.

Экономика. Здесь тоже предстоят кардинальные изменения, осуществление серьезных и системных реформ.

Международные отношения. Все будет традиционно – вежливо, предсказуемо, без отступления от протокола ни на йоту. Денег стране не дадут, но покажут высокий класс дипломатии.



Март 2021 года



Овен 21.03–20.04



Работа. Ваша деятельность наконец-то оправдывает ожидания – есть чем заняться и проявить лучшие качества, вы чувствуете себя очень нужными, а то, что делаете, – важным. И в то же время особо не перенапрягаетесь.

Деньги. Много обещаний и иллюзий, но очень мало конкретики. Перед вами рисуют чудесные замки, в которых прячутся несметные богатства, но это мало похоже на правду. В общем, пока кормят завтраками, а не финансами.

Личная жизнь. Время конструктивного и в то же время милого душевно-

го общения, когда все нюансы оговариваются, обещания выполняются, комплименты уместны и взаимны, есть место любви и благодарности.

Телец 21.04–20.05



Работа. Вы уже не сидите на месте, а передвигаетесь, отправляетесь в развозы и командировки. Могут поступить предложения изменить место работы, например, возглавить филиал фирмы в другом городе.

Деньги. Месяц обещает быть очень удачным в плане финансов, они не только интенсивно к вам приходят, но

еще и сохраняются. Вы на чем-то здорово экономите, и это тоже финансовый успех.

Личная жизнь. Есть что-то в ваших нынешних связях, что требует если не доработки, то постоянного совершенствования. О том, чтобы расслабиться и отдохнуть, речи нет, вы постоянно трудитесь над тем, чтобы вам в отношениях было комфортно.

Близнецы 21.05–21.06



Работа. Предстоит ответственная и целенаправленная деятельность, когда не получится трудиться спустя рукава, а придется каждый день четко планировать.

Деньги. Доход стабильный и достаточно значительный, в том числе и от дополнительных источников. Чем больше вы будете тратить, тем больше средств начнет приходить!

Личная жизнь. Цените то, что у вас уже есть, и тех, кто рядом. И пусть это не бурный фонтан эмоций и не дубайский принц на белом верблюде, зато это надежный и верный человек, которого вы уже хорошо знаете.

Рак 22.06–22.07



Работа. Конкуренция не дремлет и наступает на пятки. Значит, застой вам не грозит, вы с удвоенной силой отправляетесь на поиски того, что бы вдохновило вас и поразило других.

Деньги. Очень успешный финансовый период, когда вы уже присматриваете не только новую работу, чтобы поступления увеличить, но и намечаете новые значительные расходы – планируете купить машину, недвижимость, поехать в путешествие.

Личная жизнь. Запускаются новые возможности улучшить и активизировать это направление для тех, кто был уже слегка подзабыл, как это – ощущать родную душу рядом.

Лев 23.07–23.08



Работа. Происходит решительное наступление по всем фронтам. Вы не просто тихо сидите в уголке и работаете, а требуете, побуждаете, вдохновляете, иногда и заставляете. Себя или других.

Деньги. Сейчас могут быть не очень большие поступления, так что вам придется научиться грамотно распоряжаться тем, что есть, а то и задействовать все запасы.

Личная жизнь. Удивительный период, когда вы активны во всех сферах, в том числе и в любовной – успеваете и на свидания походить, и о высоком поговорить, и домашними делами заняться, и о семье позаботиться.

Дева 24.08–22.09



Работа. Перспективы намечаются туманные, ваш работодатель или коллеги не высказывают ясные мысли и намерения, а изъясняются очень непонятно. И вы не знаете, чего вам от них ожидать.

Деньги. Не самый лучший период для финансов, все словно замерло, и вы не понимаете, что сейчас лучше делать – ждать поступлений, напоминать должникам, экономить или расслабиться – и будь что будет.

Личная жизнь. Говорят, что кому не везет в деньгах, тому везет в любви. И для вас сейчас это действительно сбывается, потому что эмоциональная жизнь активизируется, вы почувствуете себя любимыми и любите.

Весы 23.09–23.10



Работа. Новые идеи могут занести вас на новую работу, а то и должность, где будет возможность проявить

свои ум и смекалку, креативность и способность быстро соображать в критических ситуациях.

Деньги. Сохраняйте сейчас то, что уже есть, разумно распоряжаясь всеми доступными ресурсами. И позаботьтесь о дополнительной сохранности и безопасности имущества и средств.

Личная жизнь. Спокойствие и уверенность в чувствах. Вы отлично проводите время с любимыми, некоторые даже на курортах или в теплых краях.

Скорпион 24.10–22.11



Работа. Повышение по службе, о котором вы давно мечтали, сейчас вполне осуществимо. Ваши амбиции требуют реализации, а повышенная работоспособность и искусство управлять не останутся незамеченными.

Деньги. Вы найдете новые способы зарабатывания денег, придумаете что-то совершенно неожиданное и сами удивитесь своей креативности.

Личная жизнь. Поступают новые предложения от друзей сердечных, которые вам весьма льстят. Впрочем, это может быть одно предложение, но зато весьма и весьма долгожданное.

Стрелец 23.11–21.12



Работа. Вырисовываются хорошие перспективы в деятельности, и в марте вы постепенно будете переориентироваться на новые направления, переходить на новые рельсы, тщательно продумывая все шаги.

Деньги. Поступления сейчас достаточно умеренные. Но вы не привыкли жить на широкую ногу, поэтому всего хватает, или вы сами себя в этом убеждаете. А может, уже пора несколько расширить свои желания?

Личная жизнь. Будет много поводов порадоваться, отметить вместе замечательные праздники. У одиноких есть шанс встретить свою любовь на каком-то веселом мероприятии.

Козерог 22.12–20.01



Работа. Только решительность и активность, только смелые и даже безрассудные действия! Вы начинаете двигаться вперед с новыми силами, пробуждаетесь и с энту-

зиазмом работаете, показывая другим пример трудолюбия.

Деньги. Чувствуете себя наполненными и вполне довольными. И теми деньгами, что к вам приходят, и теми, что вам удалось сэкономить. Разрешаются понемногу вопросы, связанные с недвижимостью, бумагами, оформлением прав и т.д.

Личная жизнь. Милые сердцу люди входят в вашу жизнь, и это могут быть связи, тянущиеся из прошлого, возврат старой любви или начало отношений с давно знакомыми приятелями или поклонниками.

Водолей 21.01–19.02



Работа. Активизируется умственная сфера, вы много будете работать головой, все время что-то решая, обдумывая, просчитывая, анализируя, подводя итоги, разрабатывая концепции и планируя свершения.

Деньги. Вам будут много обещать, но пока в этом месяце не очень много давать. Надежда на хорошие поступления остается, и вы будете жить мыслями о грядущих заработках и о том, куда их потратить.

Личная жизнь. Вы поставили все на паузу и словно ждете чего-то. То ли первого шага своего партнера, то ли благоприятных условий, то ли встречи. В любом случае стоит рассчитывать не на бурные проявления страстей, а скорее на длительный период воздержания.

Рыбы 20.02–20.03



Работа. Вы ощущаете прилив бодрости и сил, постоянно находитесь на виду, на первых ролях, показываете самые лучшие результаты, которыми будут довольны все – и вы, и руководств, и коллеги.

Деньги. Доходы сейчас весьма значительные и вполне регулярные. Могут быть поступления как от основного места работы, так и от бизнеса или продажи чего-то. Вероятна также помощь родственников.

Личная жизнь. Вам сейчас не хочется активизировать отношения, слишком многое нужно продумать и осознать, разобратся с собой, собственными чувствами и желаниями. А уже потом и о других думать.

По картам таро подготовила
Соломия КОЛОСОК, психолог ■



Вас еще не мутит от этого термина? От его мистификации? Иногда хочется создать курс-антидот: «Вывожу из иллюзии о смысле жизни. Снимаю чужой морок...»

На днях моя знакомая пошла к очередной провидице, чтобы узнать свое предназначение. Информация о настоящем, подлинном жизненном пути, предназначенном некой высшей силой, не давала ей покоя. Тетя долго хмурилась, молчала, а потом сообщила, что никакой миссии у моей знакомой нет. При всем ее уважении... упс. Обычная себе жизнь, так бывает.

– Представляешь? Моя жизнь лишена всякого смысла! – билась в конвульсиях по светлому образу подруга. Женщина, своими мозолями выстроившая прекрасный брак и столь же прекрасный бизнес, пережившая подростковый возраст троих детей, не сломав ни в одном личностности...

– Чужого смысла, – чуть не вырвалось у меня, но из уважения к драматичности момента я промолчала.

Как принять свою ординарность? Как не спутать ее с ничтожностью, не скатиться в самообесценивание? Не пойти на дно реки своих слез?

«О, нормальная ведьма, – подумала я. – Ответственная. Повезло».

Видали-слыхали мы ситуации острее, когда из чужого воспаленного мозга рождались великие Предназначения. Здесь большая буква не случайна. «Прикинь, я создана, чтоб вести за собой людей», – восторжен-

но сообщали мне не единожды. «Ага, осталось выяснить куда», – как всегда про себя молчала я. Но это еще полбеды, можно создать блог и водить людей в собственные мысли. Куда опаснее звучало предназначение: «Оказывается, это именно в этой стране я посредственность. Нужно уехать в далекие страны, и там моя жизнь круто изменится». В итоге существование на родине сужалось до поискового радара «как свалить» и окутывалось дикой ненавистью к среде, которая ограничивала некие великие дары и способности.

– Я должна написать книгу! – из серии безобидных предназначений.

– Ага, напиши! Книгу о том, как ты писала книгу, чтоб наконец-то реализовать свое предназначение.

Из самых распространенных: «Я не вижу вас вместе! Он блокирует твой потенциал! Реализация только после развода»... Надо вводить новую графу в причинах разводов – не сошлись предназначениями.

Что движет человеком в поисках великого смысла жизни? Тебя без него как бы... недостаточно? Страшно подумать, какие требования к себе особенному начинаются после находки!

И чем плоха миссия просто жить? Как получается: косо-криво, порой красиво. Искать свои смыслы, оплакивать свои разочарования, начинать и заканчивать тогда, когда чувствуешь, что пора, а не когда «надо». Найти высший смысл в самом факте своего существования и в опытах, которые ты проживаешь.

Мне вообще кажется, что предназначение – это про выбор. Ежедневно. Тот, который мы решились сделать, и тот, на который не хватило смелости или хватило совести. Это мое предположение, не более.

Один из самых популярных запросов в Гугле: как найти дело всей своей жизни? А дело ее половины не подойдет? Предназначение – оно одно до скончания веков? Передумать и найти себя в другом уже нельзя? Уверена, даже те счастливицы, которые с первой попытки нашли свою идеальную профессиональную нишу, с удовольствием вносят в жизнь кучу других активностей. Во всем новом есть энергия, которая дает силы на ежедневную рутину. Десяток или более любимых дел вполне тянут на призвание и предназначение. И в этом порой рождается настоящая мистика: врач вдруг пишет книгу, на страницах которой тысячи людей находят что-то, чего нет в его кабинете. И что в таком случае будет его предназначением? Сотни операций или одна-единственная строчка, которая перевернула тысячи жизней?..

Все-таки это про выбор. Потратить время на что-то, к чему услышал зов. Не отмахиваться от возможностей, которые дает мироздание, и вовремя отказываться от того, что не по размеру. Это про быть в контакте с собой. Идти своей дорогой.

Смысл открывается в том, что мы искренне любим, а не в том, что нам навязали... И к гадалке не ходи.

Татьяна ПРИХОДЬКО ■

Еспумізан® бебі

Симетикон



Еспумізан®
позбавляє здуття.
Мама спокійна,
спокійне дитя.

- 🔹 **НАЙВИЩА** концентрація симетикону 100 мг/мл *
- 🔹 **ЕКОНОМІЧНО** - 1 флакон 30 мл - більше 5 тижнів лікування **
- 🔹 **ЛЕГШЕ** знайти в темряві ***

Реклама безрецептурного лікарського засобу. Діюча речовина – 1 мл крапель орального, емульсії містить симетикону 100 мг. Перед прийомом обов'язково ознайомтесь з інструкцією для медичного застосування Еспумізан Бебі від 06.02.2020 №270 та проконсультуйтеся з лікарем. **Показання для застосування.** Симптоматичне лікування при скаргах з боку шлунково-кишкового тракту, пов'язаних із газоутворенням, наприклад, метеоризм, в тому числі в післяопераційний період; колики у немовлят. **Протипоказання.** Підвищена чутливість до симетикону або до інших компонентів препарату, повна кишкова непрохідність. **Особливості застосування.** Препарат слід використовувати з обережністю у пацієнтів з обструктивними захворюваннями шлунково-кишкового тракту. При першій появі, а також при повторних або стійких скаргах треба провести клінічне обстеження. Через можливість проковтування дитячи мірного стаканчика необхідно тримати його у недоступному для дитячої місії. Лікарський засіб також тримати в недоступному для дитячої місії. Препарат містить 199,17 мг сорбіту в 1 мл крапель, тому його не слід призначати хворим із рідкісною спадковою формою непереносимості фруктози. РП. МОЗ України UA/10476/01/01. **ВИРОБНИК** – БЕРЛІН ХЕМІ АГ, Глінікер Вег 125, 12489, Берлін, Німеччина. **Адреса Представництва** «Берлін Хемі/А. Менаріні Україна ГмбХ» – м. Київ, вул. Березняківська, 29. Тел.: +38(044)494-33-88, факс +38(044)494-33-89.

* Серед суспензій симетикону, що зареєстровані в Україні і показані для лікування колик у немовлят, сайт driz.com.ua. ** Із розрахунку мінімальної кількості крапель (5) на прийом 4 рази на добу під час або після годування (для лікарського засобу Еспумізан® Бебі 30 мл).

*** За рахунок світліни флуоресцентного покриття упаковки.

UA_E8-03-2020-Visual_завт_18.02.2020.

BERLIN-CHEMIE
MENARINI

САМОЛІКУВАННЯ МОЖЕ БУТИ
ШКІДЛИВИМ ДЛЯ ВАШОГО ЗДОРОВ'Я

Респеро Миртол | Респеро Миртол форте

дистилат суміші ректифікованих ефірних олій евкалипта, солодкого апельсина, мирта та лимона



ПРИ ГОСТРОМУ СИНУСИТІ ЗНАЧНЕ ПОЛЕГШЕННЯ СИМПТОМІВ ТА ЗМЕНШЕННЯ ПОТРЕБИ В АНТИБІОТИКАХ VS ПЛАСЕВО²

1 капсула

2 показання
(бронхіт та синусит)^{1*}



Інформація про безрецептурний лікарський засіб для професійної діяльності спеціалістів у галузі охорони здоров'я. Фармакотерапевтична група. Код АТХ R05C. Відхарувальні засоби, за винятком комбінованих препаратів, що містять протикашльові засоби. **Склад Респеро Миртолу:** 1 капсула містить 120 мг дистилату суміші ректифікованих ефірних олій евкалипта, солодкого апельсина, мирта та лимона. **Склад Респеро Миртолу Форте:** 1 капсула містить 300 мг дистилату суміші ректифікованих ефірних олій евкалипта, солодкого апельсина, мирта та лимона. **Показання.** У складі комплексної терапії гострого і хронічного бронхіту, при запаленні придаткових пазух носа (синусит). **Протипоказання.** Підвищена чутливість до компонентів препарату; запальні захворювання шлунка, кишечника та жовчовивідних шляхів; тяжкі порушення функції печінки. **Спосіб застосування та дози.** Капсули Респеро Миртолу рекомендовано приймати за 30 хвилин до їди, заливаючи великою кількістю прохолодної води або іншими напоями. Дорослим та дітям віком від 10 років рекомендовано приймати по 2 капсули 4-5 разів на добу при клінічній картині гострого запалення. При хронічному процесі приймати по 2 капсули 3 рази на добу. Таке ж дозування рекомендоване при довготривалій терапії. Для поліпшення ранкового відходження мокротиння при хронічному бронхіті рекомендовано приймати додатково 2 капсули Респеро Миртолу ввечері, перед сном. Дітям віком від 3 до 10 років (данний препарат призначати дітям у той період, коли вони можуть самостійно ковтати капсулу): при клінічній картині гострого запалення дітям рекомендовано приймати по 1 капсулі 4-5 разів на добу, з метою створення умов для поліпшення свідомості потрібно приймати перед сном; при хронічному процесі приймати по 1 капсулі 3 рази на добу. Таке ж дозування рекомендоване при довготривалій терапії. Для поліпшення ранкового відходження мокротиння при хронічному бронхіті рекомендовано приймати додатково 1 капсулу Респеро Миртолу ввечері, перед сном. **Препарат застосовувати у період проявів симптомів захворювання та протягом 2-4 днів після їх зникнення. Спосіб застосування та дози. Капсули Респеро Миртолу Форте** рекомендовано приймати за 30 хвилин до їди, заливаючи великою

кількістю прохолодної води або іншими напоями. Дорослим та дітям віком від 10 років при клінічній картині гострого запалення приймати по 1 капсулі 3-4 рази на добу, з метою створення умов для поліпшення свідомості потрібно приймати перед сном. При хронічному процесі приймати по 1 капсулі 2 рази на добу. Таке ж дозування рекомендоване при довготривалій терапії. Для поліпшення ранкового відходження мокротиння при хронічному бронхіті рекомендовано приймати додатково 1 капсулу Респеро Миртолу Форте ввечері, перед сном. Дітям віком від 6 до 10 років (данний препарат призначати дітям у той період, коли вони можуть самостійно ковтати капсулу) призначати по 1 капсулі 2 рази на добу. Препарат застосовувати у період проявів симптомів захворювання та протягом 2-4 днів після їх зникнення. **Побічні реакції.** Рідко (від 1 до 10 випадків на 1000) можуть виникати більові явища і дискомфорт у шлунково-кишковому тракті. Дуже рідко (від 1 до 10 випадків на 10000) може виникати нудота, блювання, діарея. Також спостерігаються поодинокі випадки алергічних реакцій, у тому числі висипи на шкірі, свербіж, почервоніння, набряк обличчя, задишка, циркуляторні порушення. У 1 випадку на 10000 може виникати загострення жовчонкам'яної і сечокам'яної хвороби. **Виробник.** Г. Поль-Боскамп GmbH & Co. KG, Kfz/G Pohl-Boskamp GmbH & Co. KG, Kieler Straße 11, 25551 Хоенлокед, Німеччина/ Kieler Strasse 11, 25551 Hohenlockstedt, Germany, РІП №4948/01/01, МР4948/01/02. Для докладної інформації дивись повну інструкцію для медичного застосування лікарського засобу Респеро Миртол та Респеро Миртол Форте (затверджено наказом МОЗ України № 1957 від 25.08.2020). Для особистого використання, для професійної діяльності медичних та фармацевтичних працівників. Матеріал для ознайомлення спеціалістів у галузі охорони здоров'я під час проведення конференцій, семінарів. За додатковою інформацією про лікарський засіб звертайтеся за адресою: представництво «Берлін-Хемі/А.Менаріні Україна ГмБХ» в Україні, 02098, м. Київ, вул. Березнянська, 29, тел.: (044)494-33-88, факс: (044) 494-33-89.

1. Інструкції для медичного застосування препарату Респеро Миртол та Респеро Миртол Форте № 1957 від 25.08.2020. 2. Federspil P, Wulkow R, Zimmermann L. Wirkung von Myrtol® standardisiert bei der Therapie der akuten Sinusitis-Ergebnisse einer doppelblinden, randomisierten Multicenterstudie gegen Placebo [Effects of standardized Myrtol® in therapy of acute sinusitis-results of a double-blind, randomized multicenter study compared with placebo]. Laryngorhinologie. 1997;76(1):23-27. На основі результатів рандомізованого, подвійного сліпого, плацебо-контрольованого, багатцентрового дослідження, в якому оцінювали більшу ефективність препарату (300 мг x 4) та/або іншої ефірної олії порівняно з плацебо на підставі оцінки симптомів до та після лікування, потреби у застосуванні антибактеріальних засобів та необхідності подальшого лікування. Ступінь тяжкості синуситу оцінювали за шкалою оцінки симптомів; для включення в дослідження необхідно було отримати 10 з 25 максимально можливих балів. Загалом у дослідження було включено 331 пацієнта з діагнозом гострий неускладнений синусит, з яких 330 були включені до аналізу всіх рандомізованих пацієнтів, а 291 – до аналізу ефективності. До аналізу всіх рандомізованих пацієнтів ефективності були включені 109/94 пацієнтів у групі застосування препарату Миртол®, 110/97 пацієнтів – у групі застосування ефірних олій та 111/100 пацієнтів – у групі плацебо. Пацієнти були рандомізовані для отримання препарату Миртол® 300 мг щодня або 300 мг ефірної олії щодня, або плацебо щодня протягом 6 ± 2 днів під час періоду подальшого спостереження, який тривав 14 днів.

* У складі комплексної терапії гострого і хронічного бронхіту, при запаленні придаткових пазух носа (синусит). UA-RES-01-2021-V1 – Visual. Затверджено 04/01/2021



**BERLIN-CHEMIE
MENARINI**