

# ФИТОДОКТОР

№1 (60) ВЕСНА-ЛЕТО 2022

Возьмите журнал  
**БЕСПЛАТНО!**

## АКТУАЛЬНО О COVID

Чтобы ковид  
не испортил весну.  
ТОП-7 нутриентов  
от эксперта **8**

## АКТУАЛЬНАЯ ТЕМА

Из космоса в домашние аптечки **14**

## КРАСОТА И ЗДОРОВЬЕ

5 бьюти-идей  
для весенней  
перезагрузки **26**

ГОСТЬ НОМЕРА

# Анна Банщицкова

«Я научилась быстро восстанавливаться!» **6**

# Коллаген морской суперкомплекс 10 000 мг

Пептиды рыбного коллагена из Японии



- + коэнзим Q10
- + фитокерамиды
- + биотин
- + гиалуроновая кислота
- + витамины и минералы

*Beauty*



Красота кожи,  
волос, ногтей



Увлажнение  
кожи



Синтез  
коллагена

## Вам понравятся и другие формы коллагена



Порошок  
в пакетах и саше

Коллаген морской

Пептиды рыбного коллагена из Японии в высокой дозировке 6000 мг.



Таблетки

Коллаген с витамином С

Гидролизированный коллаген 6000 мг + витамин С.



Жевательный мармелад

Коллаген Мармеладные ягоды

2000 мг (4 мармеладные ягоды) – уникальная форма коллагена в виде вкусных жевательных пастилок.

«Эвалар» — первый и единственный российский производитель, выпускающий натуральные препараты по оригинальному международному стандарту качества GMP<sup>2</sup>.

Спрашивайте  
в аптеках!

 [evalar.ru](http://evalar.ru)  
8-800-200-5252

 [fitomarket.ru](http://fitomarket.ru)  
8-800-551-6120

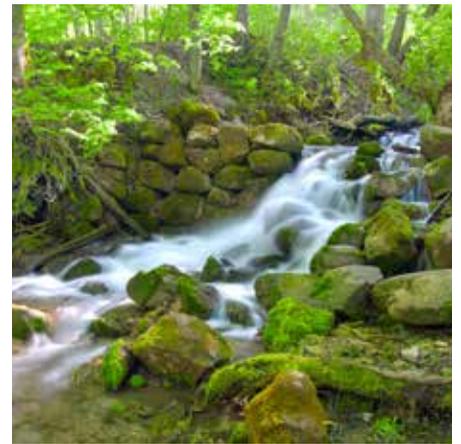
 [apteka.ru](http://apteka.ru)  
8-800-700-8888



Наведи камеру  
и узнай больше

<sup>1</sup> В ассортименте ЗАО «Эвалар». <sup>2</sup> Сертификат № C0170889-DS-2, NSF International.

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ



# Весна идет, весне дорогу!

С весной вас, дорогие читатели! Весна — это лучшее время для того, чтобы осуществить давно задуманное, что-то изменить в своей жизни или просто меняться к лучшему, развиваться, мечтать, но оставаться собой.

Мы решили посвятить этот выпуск прекрасным переменам в жизни. Начать предлагаю с нашей пятерки бьюти-идей для весенней перезагрузки. Вы узнаете, как вернуть красоту коже, остановить выпадение волос, вывести токсины и запустить процесс омоложения всего организма. Загляните на стр. 26–27.

Наш гость Анна Банщикова — актриса театра и кино, главная героиня любимого сериала поделилась секретами быстрого восстановления и рассказала, почему жен-

щина может стать счастливой в любом возрасте — стр. 6–7.

Весной кажется, что все станет проще: непогода останется в прошлом, а солнце зарядит энергией. Но если что-то пошло не так, и самое прекрасное время года не радует, возможно, вы столкнулись с хроническим стрессом и эмоциональным выгоранием. Тогда прямо сейчас загляните на стр. 12, и мы будем рады, если вы сможете себе помочь.

Продолжаем путешествие в удивительный мир полезных бактерий — пробиотиков. На этот раз поговорим о том, как они могут снизить холестерин, помочь при COVID-19 и других вирусных инфекциях. Все это на стр. 22–23.

Здоровая женщина — это красивая женщина — так считает Анна Банщикова, и мы с ней абсолютно согласны — именно поэтому весь номер посвятили женскому здоровью и красоте.

Желаю Вам легкой весны, внутренней гармонии и искренней радости!

**Лариса Прокопьева,**  
генеральный директор  
фармацевтического холдинга  
«Эвалар»



- 4 ПУСТЬ ПИЩА БУДЕТ ЛЕКАРСТВОМ
- 5 НОВОСТИ КОМПАНИИ
- 6 ГОСТЬ НОМЕРА. Анна Банщикова: «Я научилась быстро восстанавливаться!»
- 8 АКТУАЛЬНО О COVID. Чтобы ковид не испортил весну. ТОП-7 нутриентов от эксперта Олеси Прониной
- 10 АКТУАЛЬНО О COVID. Доказано: вирус может вызывать тромбы. Как снизить риск тромбоза?
- 11 АКТУАЛЬНО О COVID. Путь коронавируса лежит... через желудок? Новые факты и рекомендации экспертов
- 12 СИЛА ПРИРОДЫ. Как дожить до отпуска и почему не радуется весна?
- 13 ПРОБЛЕМА ГОДА. Постковид: почему страдают мышцы и как им помочь?
- 14 АКТУАЛЬНАЯ ТЕМА. Из космоса в домашние аптечки. Универсальное лекарство для взрослых и детей
- 16 НОВЫЙ ПОДХОД. Хофицин с полей Алтая
- 17 ЖЕНСКОЕ ЗДОРОВЬЕ. Здоровье груди: просто о главном
- 18 АВТОРИТЕТНОЕ МНЕНИЕ. Убедилась, что на заводе может быть стерильно как в операционной
- 20 В ПОМОЩЬ ВАКЦИНАЦИИ. Экстракт семян грейпфрута поможет победить коронавирус
- 22 ИННОВАЦИИ. Пробиотик, снижающий холестерин
- 22 ИННОВАЦИИ. Пробиотик при COVID-19. Как связаны болезни дыхательных путей и кишечника: неожиданные результаты исследований и личный опыт
- 24 КАЧЕСТВО ЖИЗНИ. Красоту сохраняют фитоэстрогены
- 26 КРАСОТА И ЗДОРОВЬЕ. 5 бьюти-идей для весенней перезагрузки
- 28 ФИТОДОКТОР СОВЕТУЕТ. Заботимся о суставах. Чтобы двигаться по жизни легко и непринужденно
- 30 НОВИНКИ
- 32 РЕШАЕМ ПРОБЛЕМУ. Грибок: как лечить и не разориться
- 33 ВОПРОС – ОТВЕТ
- 34 ГДЕ КУПИТЬ?

## ФИТОДОКТОР №1 (60) ВЕСНА–ЛЕТО 2022

Учредитель и издатель: ООО «Фармавест».  
 Соучредители: ФГБОУ ВО «Алтайский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения РФ, ЗАО «Эвалар».  
 Адрес редакции, учредителя, издателя: 659332, Алтайский край, г. Бийск, ул. Социалистическая, 23/6, тел./факс: (3854) 39-00-31.

E-mail: farmawest@yandex.ru

Главный редактор: Т. Б. Мякишева.

Подготовка номера: редакция ООО «Фармавест».

Верстка: Павел Дегтярев.

Фотоматериалы: www.depositphotos.com.

Свидетельство о регистрации: ПИ № ФС77–21816 от 30.08.2005 г.

Федеральная служба по надзору за соблюдением законодательства в сфере массовых коммуникаций и охране культурного наследия.  
 Распространяется бесплатно на территории Российской Федерации.

Печать: ООО «Первый полиграфический комбинат», 143405, Московская область, г. Красногорск, п/о «Красногорск-5», Ильинское шоссе, 4-ый км.

Тираж: 6 600 000 экз.

Все материалы, опубликованные в журнале, охраняются законодательством об авторском праве. Любое воспроизведение, перепечатка материалов или их фрагментов на любом языке возможно только с письменного разрешения издателя.

Выход в свет: 01.03.2022 г.

Сравнение цен в журнале приведено по данным АО «Группа ДСМ», ООО «Аптчная сеть Эвалар» (Бийск) за 2020–2021 гг. Аналоги для сравнения выбраны по действующим компонентам. Цена в конкретной аптеке может отличаться от средней. Определение натуральности рекламируемых товаров дается по действующим компонентам в их составе. Ссылки на стандарт GMP подтверждаются Сертификатом GMP №C0170889-DS-2, NSF International (США), Заключением № GMP 0099–000 314/18 (РФ).

### Грейпфрут — «природный антибиотик»

Звание настоящего «природного антибиотика» грейпфрут заслужил благодаря нарингину, который является флавоновым гликозидом. Нарингин придает фрукту горький вкус и является главным активным компонентом. Он воздействует на иммунную систему, помогая организму противостоять вирусам и бактериям, канцерогенам и аллергенам. Используется для профилактики гриппа и новых вирусных инфекций, оказывает тонизирующее действие, улучшает работоспособность и устойчивость к нагрузкам и нервному напряжению; защищает организм от вредного воздействия свободных радикалов, нормализует состав кишечной микрофлоры. Нарингин улучшает метаболизм, обладает мощными

антиоксидантными свойствами, снижает уровень холестерина, препятствуя возникновению атеросклеротических бляшек, повышает эластичность кровеносных сосудов, укрепляя хрупкие капилляры и, тем самым, предотвращая появление кровоизлияний<sup>1</sup>.

Нарингин в оптимальной дозировке присутствует в современных средствах, содержащих экстракт семян грейпфрута (см. стр. 20).

<sup>1</sup> Князева А.В. НАРИНГИН И НАРИНГЕНИН: СТРОЕНИЕ, СВОЙСТВА, БИОЛОГИЧЕСКАЯ РОЛЬ // Материалы XI Международной студенческой научной конференции «Студенческий научный форум».

### Черный перец против воспаления

В современных условиях ученые постоянно ищут естественные способы борьбы с вирусами, в том числе с COVID-19. Совсем недавно был проведен ряд исследований, которые выявили противовирусные свойства пиперина — активного компонента черного перца. Пиперин снижает воспаление за счет сокращения производства воспалительных молекул и уменьшает выработку цитокинов. К тому же, он уменьшает накопление лейкоцитов и избыток жидкости в легких.

Однако, чтобы получить достаточное количество пиперина, не-

обходимо съесть около 100 г черного перца в день, что невозможно по понятным причинам. К счастью, сегодня пиперин можно найти в современных препаратах. Особенно хорошо он сочетается с куркумином, т. к. кроме своих положительных свойств он усиливает действие куркумина на 2000%<sup>2</sup> (см. стр. 15).

<sup>2</sup> Martini N. Turmeric // J. Prim Health Care 2019; 11 (2): 187–188.



**№1** По данным Euromonitor, российская компания Эвалар — в 2020 году лидер по объемам продаж мультикомпонентных биологически-активных добавок среди компаний в Восточной Европе, России и странах СНГ, и остается одним из лидеров в 2021 году



## «Эвалар» признан лидером по продажам БАД среди компаний Восточной Европы, России и СНГ

Впервые российская фармкомпания признана лидером в Восточной Европе. Международное исследовательское бюро Euromonitor International признало компанию «Эвалар» лидером по объемам продаж мультикомпонентных биологически активных добавок среди компаний Восточной Европы, России и стран СНГ. Исследователи анализировали рынки БАД в 20-ти странах: Беларуси, Боснии и Герцеговине, Болгарии, Хорватии, Чехии, Эстонии, Грузии, Венгрии, Латвии, Литве, Северной Македонии, Польше, Румынии, России, Сербии, Словакии, Словении, Украине.

**Лариса Прокопьева, основатель компании «Эвалар»:** «Для нас предмет особой гордости, что наша работа получила признание со стороны международных

исследовательских организаций. Нам удалось укрепить лидерство нашего бренда на рынке БАД, увеличив свою долю в ряде категорий. Все это стало возможным благодаря гибкой позиции компании — мы обновили свой ассортимент более чем на четверть, оперативно представив на аптечный рынок витаминно-минеральные комплексы современных форм выпуска, в том числе шипучие витамины, а также инновации, которые принял потребитель».

Euromonitor International — ведущий мировой поставщик глобальной бизнес-аналитики, осуществляет свою деятельность с 1972 года. Исследователи Euromonitor International анализируют данные по рынкам потребительских товаров из 210 стран, потребительский рынок РФ компания исследует с 90-х.

\* «Российская компания Эвалар — в 2020 году лидер по объемам продаж мультикомпонентных биологически-активных добавок в Восточной Европе, России и странах СНГ, и остается одним из лидеров в 2021 году». Источник: Euromonitor International Ltd; Исследование «Потребительское здоровье, Россия, 2021», розничные продажи в стоимостном выражении».

# Анна Банщикова: «Я научилась быстро восстанавливаться!»

**Главная «ищейка» российского кино Анна Банщикова полюбилась зрителю за сильный характер и простые женские слабости. Актриса не скрывает, что они с героиней сериала похожи, а еще уверена, что женщина может стать счастливой в любом возрасте, независимо от морщинок и килограммов.**

— Анна, когда поняли, что сцена — Ваше призвание?

— Я с детства, как говорится, впитала «запах кулис». Моя бабушка была актрисой в Театре музыкальной комедии в Петербурге, преподавала вокал, и я часто ходила на ее спектакли. Тогда уже поняла, что хочу стать актрисой.

— Ваша героиня в сериале «Ищейка» Александра Кушнир — самостоятельная, темпераментная, в то же время искренняя и ранимая. Что вас объединяет?

— Все! Мы все меняемся в зависимости от обстоятельств. Она живая и разная, как и я очень собранная в работе, умеет сосредоточиться, забывая обо всем. И, конечно, я тоже очень искренняя и ранимая (смеется). Александру мы придумали с режиссером первых трех сезонов — Дмитрием Брусникиным. Она для меня абсолютно реальный человек, я как будто наблюдаю за ее жизнью. Это история про обычную женщину — уже не юную, со своими достоинствами и недостатками. Она предана работе и хочет женского счастья. А главное — дает надежду всем женщинам: у вас есть шанс найти, полюбить, родить... Все еще впереди.

— В новом сезоне обаятельный следователь летает на вертолете, взбирается на горы, мчит на велосипеде. Вы сами выполняли эти трюки?

— Да, все, что могу сделать и остаться в живых, делаю сама. Например, в сцене в ущелье летала на высоте около 100 метров, привязанная к тросам. Меня инструктировали мчсники, было очень страшно... На маленьком вертолете летала над морем. Но, конечно, есть сцены, в которых

я просто не имею права сама выполнять трюки. Это может сделать только человек очень рискованной, опасной и уважаемой профессии — каскадер.

— Актеры часто трудятся без выходных. Как вы планируете свою жизнь, чтобы времени хватало не только на работу?

— Вы правы, свободного времени очень мало. И мне важно использовать его по полной: разобраться с накопившимися делами, побыть с семьей. Именно поэтому я научилась быстро восстанавливаться.

Выбрала для себя таблетки Ацетил-глютамин от «Эвалар». Сильнейший антиоксидант, который принимаю регулярно. Это настоящая находка для молодости, красоты и моего здоровья в целом.

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

Ну и конечно, у меня говорящая фамилия — Банщикова — я очень люблю баню. Еще йогу и массаж.

А если знаю, что предстоит трудный день, то утром обязательно принимаю 5-гидрокситриптофан от «Эвалар».

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

— Расскажите, как для вас прошел карантин и период ограничений? Как заботитесь о здоровье сейчас?

— Когда начался первый этап карантина, мы как раз закончили снимать «Ищейку». Люди сидели дома, а я каждый день ездила на озвучивание, чтобы сезон скорее вышел в эфир. Знала, что его ждут. Нам хотелось поддержать тех, кто оставался в четырех стенах, дать возможность прикоснуться к ис-

кусству на любом расстоянии. В театре мы записывали флешмобы, читали рассказы Чехова, стихи Рождественского и другие произведения, записывали эфиры с артистами.

А о здоровье забочусь как все, наверное, — пью для укрепления иммунитета витамин D3 в высоких дозировках, как советуют специалисты.

Мне вот, например, нужно 10 000 МЕ. Но принимать горсть таблеток с низкой дозировкой не хочется. Поэтому нашла очень удобный вариант у «Эвалар» — жевательные таблетки Витамин D3 2000 МЕ + K2. Их удобно дозировать. По совету специалиста могу выпить сразу 5 таблеток 1 раз в неделю, а могу принимать по одной каждый день. Кроме того, в составе есть витамин K2. Он помогает витамину D3 лучше усваиваться.

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

— В третий раз Вы стали мамой в 42. Готовились к этой беременности?

— Я не готовилась ни к одной беременности. Это беременность готовилась ко мне. Родить в 40... в 42... — это прекрасно! Не вижу тут ограничений. Здоровье и желание — вот и все, что нужно.

— После родов Вы уже через пару недель вернулись на съемочную площадку. Что помогло так быстро восстановиться?

— Работа. У меня не было времени застревать, рефлексировать, думать о какой-то депрессии, о которой сейчас говорят. Мне надо сразу включаться в жизнь и заниматься любимым делом. Тогда все будет счастливыми — и родители, и дети.

— Как Вы воспитываете детей?

— В любви. Важно правильно направить в детстве: давать слушать качественную музыку, показывать хорошие фильмы, предлагать интересные книги. Если сразу привить вкус, потом они сами будут от-

личать хорошее от плохого и гениальное от бездарности.

— **Как-то Вы назвали себя самой антигламурной артисткой...**

— Ну что такое «гламур»? Что-то ненастоящее, искусственный образ. А я характерная актриса, мне не страшно быть любой. Потерять привлекательность боятся те, кто привык рассчитывать только на свою красоту и играть красавиц. Мои героини — обычные женщины. Счастливые и несчастные по-своему, иногда нелепые и смешные. В кино я была и женой Жукова, и директором овощебазы, учителем, зечкой в тюрьме, начальником уголовного розыска.

— **Вы не боитесь лишних килограммов, не пользуетесь косметикой. В чем секрет?**

— Я всю жизнь в одном весе, хотя никогда не сидела на диетах и люблю вкусную еду. Косметика и костюмы — это работа для меня. Как я люблю шутить, крашусь и одеваюсь только за деньги (смеется). Вне работы моя кожа должна отдыхать. К тому же без макияжа я выгляжу лучше и моложе. Не защищаюсь и не закрываюсь от мира, наоборот, очень люблю простую настоящую жизнь, как она есть.

Вообще, достаточно самой чувствовать себя красивой.

Поддержать состояние кожи, волос и ногтей можно изнутри. Мне подошел Морской коллаген Эвалар. Это легкие для усвоения пептиды рыбного коллагена из Японии в форме порошка. Я могу добавить его в любую еду или напиток. На съемки или репетиции беру с собой Коллаген Эвалар в мармеладных ягодах. Очень удобно и вкусно.

Реклама

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

— **В одном из эпизодов Ваша героиня Кушнир говорит: «Сейчас время женщин». Согласны с ней?**

— Конечно. Сегодня мы, женщины, у руля своей жизни: решаем, изобретаем, выбираем. Мне нравится, что сейчас женщины могут достигать успеха, благодаря собственным способностям и талантам, быть такими selfmade (сделавшими себя сами — прим. ред.). Они вызывают у меня большое уважение. Всем женщинам я искренне желаю сил. Держаться, любить жизнь, любить себя. Посмотрите за окно. Там солнце? Идите гулять! Наслаждайтесь, влюбляйтесь и будьте собой!

Беседовала Снежана Манакова

Перед трудным днем утром  
обязательно принимаю  
5-гидрокситриптофан  
от «Эвалар»

# Чтобы ковид не испортил весну ТОП-7 нутриентов от эксперта Олеси Прониной



Кто бы мог подумать, что мы с вами начнем изучать греческий алфавит! А все потому, что именно его буквами ученые обозначают штаммы нового коронавируса. К сожалению, он быстро мутирует, вызывая одну волну пандемии за другой. В таких условиях важной мерой профилактики болезней является вакцинация и ревакцинация, а также дополнительная поддержка иммунитета с помощью нутрицевтиков. А если вы уже переболели, они помогут бороться с проявлениями постковидного синдрома и снизить риск повторной инфекции. Сейчас я напому о биологически активных веществах, которые могут вам помочь!

## Витамин С

Это один из наиболее популярных витаминов для поддержания защитных сил в сезон респираторных вирусных инфекций. По наблюдениям экспертов из Новой Зеландии, у 70–80% людей с COVID-19 отмечается дефицит витамина С. Его применение в составе комплексной терапии новой коронавирусной инфекции и в постковидном периоде способствует восстановлению сосудистой оболочки, которая поражается вирусными токсинами, борьбе с окислительным стрессом и воспалением, а также поддержанию в норме свертываемости крови. Она, как известно, повышается при COVID-19, что может стать причиной тромбозов.

Обратите внимание на нашу линейку шипучего витамина С, совмещающего в себе пользу со вкусом.

### Витамин С в шипучих таблетках от «Эвалар» — это:

- большой выбор дозировок: 2000 мг (максимум<sup>1</sup>), 1200 мг, 1000 мг, 900 мг или 250 мг в одной таблетке
- легкодоступная шипучая форма<sup>2</sup>
- отсутствие в составе консервантов и глутена
- яркий цитрусовый вкус.



ГДЕ КУПИТЬ?  
Смотрите  
на стр. 34–35

### А еще мы выпускаем Витамин С 500 мг Суперкомплекс в капсулах, Витамин С 900 мг Аскорбат кальция в порошке и Витамин С 100 мг Аскорбат кальция в таблетках. Эти препараты содержат витамин С в особой некислотной форме аскорбата, который<sup>3</sup>:

- быстрее усваивается и дольше сохраняет активность
- подходит для пациентов, имеющих проблемы с желудочно-кишечным трактом
- безопасен для желудка.



<sup>1</sup> В ассортименте ЗАО «Эвалар». <sup>2</sup> Шевченко А. М. Особенности производства быстрорастворимых лекарственных форм. Медицинский бизнес, 2005; 2–3. <sup>3</sup> Подтверждено СоГР № АМ.01.07.01.003. R.000359.11.20 от 20.11.2020 г., АМ.01.07.01.003. R.000087.03.21 от 04.03.2021 г., АМ.01.07.01.003. R.000046.02.21 от 09.02.2021 г.

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

## Витамин D

Наряду с витамином С, он входит в перечень шести витаминов, которые необходимы для нормального функционирования иммунной системы, согласно заключению Европейского управления по безопасности пищевых продуктов. Результаты исследований говорят о том, что дефицит «солнечного» витамина может повышать восприимчивость организма к вирусам и стать причиной более тяжелого течения COVID-19. Витамин D помогает обеспечить дополнительную защиту легких от нового коронавируса, принимая участие в регуляции рецептора ACE2, посредством которого возбудитель проникает в клетки.

На восполнение дефицита витамина D также важно обратить внимание после вакцинации или ревакцинации от COVID-19, ведь при его низком уровне антитела вырабатываются гораздо менее активно.

Для восполнения потребности в «солнечном» витамине взрослые и дети с 3 лет<sup>1</sup> могут принимать **Витамин D<sub>3</sub> 500 МЕ в каплях** от «Эвалар».

Главные достоинства этого препарата:

- 100% натуральный<sup>1</sup> легкоусваиваемый витамин D<sub>3</sub> на кокосовом масле
- удобное дозирование: 5000 МЕ в 10 каплях
- нейтральный вкус и запах
- отсутствие спирта
- экономный расход препарата (360 доз в 1 флаконе 10 мл)
- сырье высокого качества (BASF SE, Германия).



<sup>1</sup> Подтверждено СоГР № АМ.01.07.01.003. R.000116.11.19 от 15.11.2019 г.

[fite.market.ru](https://fite.market.ru) 8-800-551-6120
 [apteka.ru](https://apteka.ru) 8-800-700-8888
 [evalar.ru](https://evalar.ru) 8-800-200-5252

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

## Витамины группы В

О них тоже нельзя забывать! Например, витамины B<sub>6</sub>, B<sub>9</sub> (фолиевая кислота) и B<sub>12</sub> очень важны для полноценной выработки антител. Дефицит одного только витамина B<sub>6</sub> снижает уровень иммунных клеток лимфоцитов, нарушая их созревание. Витамин B<sub>9</sub> способен подавлять активность фермента, обеспечивающего проникновение коронавируса в клетки. А витамин B<sub>12</sub> снижает активность другого фермента, который необходим для размножения возбудителя COVID-19. У переболевших людей B-комплекс может применяться в постковидном периоде, например, при неврологических нарушениях, анемии и не только.

Компания «Эвалар» выпускает **витамины группы В** в обычных и шипучих таблетках. Оба препарата содержат легкоусваиваемые формы<sup>1</sup> важнейших витаминов группы В в сбалансированных дозировках. А в шипучих таблетках они дополнительно усилены витамином С и цинком.

<sup>1</sup> Подтверждено СоГР № АМ.01.07.01.003. R.000106.03.21 от 17.03.2021 г., АМ.01.07.01.003. R.000357.11.20 от 20.11.2020 г.

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

## Дигидрокверцетин

Дигидрокверцетин словно создан для помощи в защите от COVID-19 и борьбы с ее последствиями. Во-первых, дигидрокверцетин способствует поддержанию физиологических функций дыхательной системы, тонуса бронхов и проходимости воздуха в них, кровообращения в легких. Во-вторых, он помогает поддерживать в норме прочность, эластичность и проницаемость стенок сосудов, предотвратить загущение крови и снизить риск тромбозов. А еще дигидрокверцетин наделен иммуномодулирующими свойствами и считается эталонным антиоксидантом.

Обратите внимание на актуальную новинку — **Дигидрокверцетин 100 мг** от «Эвалар». Каждая таблетка содержит максимум<sup>1</sup> дигидрокверцетина — 100 мг. В производстве препарата мы используем только высококачественное сырье лиственницы сибирской со степенью очистки 98–100%<sup>2</sup>.

<sup>1</sup> В ассортименте ЗАО «Эвалар». <sup>2</sup> По данным внутреннего входного контроля. Протоколы № С-754, С-966, С-96.

**Fito**market.ru  
8-800-551-6120

**apteka.ru**  
8-800-700-8888

**evalar.ru**  
8-800-200-5252

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

## Мелатонин

Многим из нас гормон мелатонин известен как биорегулятор цикла сна и бодрствования. Но на самом деле его свойства гораздо более широки. К примеру, он обладает иммуностимулирующим действием. При снижении уровня мелатонина уменьшается выработка ряда важных иммунных клеток. Также этот гормон наделен противострессовыми свойствами, играет роль довольно мощного антиоксиданта и даже антистресс-компонента.

Частым проявлением постковидного синдрома становятся бессонница и депрессивное расстройство. Мелатонин участвует в нормализации сна и работает как естественный антидепрессант. При этом он не вызывает зависимости и привыкания, в отличие от синтетических препаратов.

Представляем вам лекарственное средство **Мелатонин Эвалар**. В каждой таблетке препарата содержится 3 мг мелатонина, синтезированного из аминокислот растительного происхождения<sup>1</sup>. Обратите внимание, что на сегодняшний день Мелатонин Эвалар — самое выгодное по цене лекарственное средство от бессонницы на основе мелатонина<sup>2</sup>.

А теперь препарат выпускается в упаковках не только с 20, но и с 40 и даже 100 таблетками по еще более выгодной цене<sup>3</sup>.

<sup>1</sup> Инструкция по медицинскому применению лекарственного препарата Мелатонин Эвалар, рег. номер: ЛП-005295. <sup>2</sup> По данным Ежемесячного розничного аудита фармацевтического рынка России, проводимого АО «Группа ДСМ» (DSM Group), по итогам 2020 года. Аналог для сравнения выбран среди самых распространенных на рынке препаратов мелатонина по действующему веществу и дозировке в упаковках минимального количества таблеток — № 20, 24, 30. <sup>3</sup> В сравнении с препаратом Мелатонин Эвалар № 20 и № 40 по данным apteka.ru на 20.12.2021 г.



РЕКЛАМА  
ИМЕЕТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЕ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

## Магний

Знаете ли вы, что в нашем организме есть 5 магний-зависимых белков, которые принимают участие в естественной защите от нового коронавируса? Клинические исследования показали, что дефицит магния при таких заболеваниях, как сахарный диабет 2 типа, ожирение, атеросклероз, артериальная гипертензия повышает риск тяжелого течения COVID-19. Кроме того, магний обеспечивает защиту нашего сердца как одной из «мишеней» для коронавируса и является важным регулятором сосудистого тонуса. Недостаток магния ассоциирован с повышенной свертываемостью крови, а достаточное поступление минерала — важное условие для снижения риска сердечно-сосудистых осложнений после COVID-19.

А какой магний принимаете вы? Мы рекомендуем обратить внимание на **Магний хелат** от «Эвалар». Препарат содержит магний в аминокислотной хелатной форме, обеспечивающей его максимальное усвоение без побочных эффектов со стороны желудочно-кишечного тракта: вздутия, запоров и диареи<sup>1</sup>.

Магний хелат можно принимать даже подросткам с 14 лет, а также беременным и кормящим женщинам<sup>1,2</sup>.

<sup>1</sup> Подтверждено СоГР № АМ.01.07.01.003.R.000464.08.21 от 25.08.2021 г. <sup>2</sup> По консультации с врачом.

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ



РЕКЛАМА

## Цинк

Он по праву считается одним из ключевых элементов, обеспечивающих высокую активность защитных сил и барьерную функцию слизистых оболочек. Цинк участвует в образовании иммунных белков, в регуляции интенсивности воспаления и в антиоксидантной защите организма. В лабораторных экспериментах была обнаружена способность цинка блокировать размножение РНК-вирусов. К этому семейству возбудителей относится и новый коронавирус.

А сегодня цинк привлекает особое внимание еще и как нутриент, помогающий защитить печень и другие органы от токсического воздействия лекарств, в том числе применяемых при COVID-19.

Компания «Эвалар» выпускает два монопрепарата цинка с высокой<sup>1</sup> дозировкой микроэлемента 25 мг.

### Цинк хелат Эвалар в таблетках

- Единственный<sup>2</sup> препарат цинка в легкодоступной аминокислотной хелатной форме, обеспечивающей максимальное усвоение минерала<sup>3</sup>.
- Разрешен беременным и кормящим женщинам<sup>3,4</sup>.
- Не вызывает побочных эффектов со стороны желудочно-кишечного тракта.
- Экономичная упаковка — 100 таблеток.



ГДЕ КУПИТЬ?  
Смотрите на стр. 34–35

### Цинк 25 мг в шипучих таблетках

- Легкодоступная<sup>5</sup> шипучая форма.
- Разрешен вегетарианцам.
- Без глютена, красителей и консервантов.
- Приятный вкус манго.



РЕКЛАМА

<sup>1</sup> Соответствует 167% от рекомендуемого уровня суточного потребления, но не превышает верхний допустимый уровень. <sup>2</sup> В ассортименте ЗАО «Эвалар» среди препаратов, содержащих цинк. <sup>3</sup> Подтверждено СоГР № КЗ.16.01.98.003. Е.000043.01.20 от 20.01.2020 г. <sup>4</sup> По консультации с врачом. <sup>5</sup> Шевченко А. М. Особенности производства быстрорастворимых лекарственных форм. Медицинский бизнес, 2005; 2–3.

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

**Берегите себя, своевременно ревакцинируйтесь и не забывайте о важности нутритивной поддержки!**



От тромбов  
защищает  
и память  
улучшает!

## Доказано: вирус может вызывать тромбы Как снизить риск тромбоза?

Ученые определили, что белки коронавируса влияют на сосудистую систему — поражают внутреннюю оболочку сосудов, вызывая их воспаление и повышенную свертываемость крови<sup>1</sup>. Это может привести к образованию тромбов — основному фактору сосудистых катастроф. Даже если коронавирус протекал в легкой форме, риск осложнений еще долго остается высоким.

### COVID-19 провоцирует инсульт

Согласно исследованиям, частота сосудистых осложнений в виде инсульта у переболевших COVID-19 в восемь раз выше, чем у пациентов с гриппом. Отмечен резкий рост «молодых инсультов» у переболевших в возрасте от 20 до 45 лет. Причем у многих из них не было никаких «классических» факторов риска его возникновения<sup>2</sup>.

Известно, что при коронавирусе увеличивается проницаемость сосудов. Чтобы не допустить потери крови, организм запускает защитный механизм образования тромбов. Чем активнее иммунная система отражает атаку коронавируса, тем выше скорость тромбообразования. Тромбы нарушают кровоснабжение головного мозга и при стечении неблагоприятных обстоятельств могут послужить причиной инсульта. По предположению экспертов, новый омикрон-штамм будет влиять на состояние сосудов так же негативно, как и предыдущие штаммы.

Из-за нарушения кровоснабжения мозга могут возникать и когнитивные расстройства: ухудшение памяти и внимания, снижение интеллектуальных способностей. По наблюдениям ученых, это один из самых стойких симптомов постковидного синдрома, который может сохраняться дольше 6 недель<sup>3,4</sup>.

Выбирая средство для лечения и профилактики повышенного тромбообразования, обратите внимание прежде всего на натуральные препараты.

Одно из них — лекарственное средство **Гинкоум**. Это 100% натуральное<sup>1</sup> лекарство с клинически доказанным действием:

- защищает от тромбов, снижая вязкость крови и улучшая ее текучесть;
- улучшает память, внимание и умственную активность, восстанавливая мозговое кровообращение.

Выпускается в трех дозировках: 40, 80 и 120 мг. В 2 раза выгоднее по цене<sup>2</sup>.

Гинкоум от компании «Эвалар».

**От тромбов защищает и память улучшает!**

<sup>1</sup> Определение натуральности дается по действующим компонентам. <sup>2</sup> По сравнению с аналогичным препаратом; по данным маркетингового агентства АО «Группа ДСМ», по итогам 2020 г.



ГДЕ КУПИТЬ?  
Смотрите  
на стр. 34–35

apteka.ru 8-800-700-8888 evalar.ru 8-800-200-5252

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

<sup>1</sup> Rossana Rauti, Meishar Shahoha, Yael Leichtmann-Bardoogo Effect of SARS-CoV-2 proteins on vascular permeability // bioRxiv. The preprint server for biology. March 01, 2021. <https://doi.org/10.1101/2021.02.27.433186>. <sup>2</sup> Информация Роспотребнадзора со ссылкой на исследования американских и израильских ученых. <sup>3</sup> Хэллин С. Дж., Макивор С., Уайатт Г. и др. Симптомы после выписки и потребности в реабилитации у выживших после инфекции COVID-19: перекрестная оценка. J. Мед Вирол 2020. <sup>4</sup> Дель Брунто О, Ву С, Мера А, Рекальде и др. Снижение когнитивных функций у лиц с легкой симптоматической инфекцией SARS-CoV-2 в анамнезе: продольное проспективное исследование, посвященное когорте населения. Eur J Нейрол 2021.



# Путь коронавируса лежит... через желудок?

## Новые факты и рекомендации экспертов

Известно, что важную роль в развитии гастрита, язвенной болезни и даже рака желудка играет бактерия хеликобактер пилори. А знаете ли вы, что она может способствовать заражению COVID-19? Сегодня в России доступен уникальный метабиотик на основе метаболитов особого штамма лактобактерий, который разработан специально для борьбы с хеликобактером. А согласно новым клиническим рекомендациям<sup>1</sup> ведущих экспертов, этот препарат можно применять в случае диареи при COVID-19. Она нередко возникает, когда коронавирус попадает в организм через желудочно-кишечный тракт.

### По «проторенной дорожке»

Заселение желудка хеликобактером сопровождается развитием поверхностного гастрита и приводит к повышению уровня гормона гастрина с усилением секреции соляной кислоты. Бразильские ученые установили, что при смещении pH в кислую сторону повышается активность рецепторов ACE2. Коронавирус, который способен попадать в организм не только через дыхательные пути, но и через пищеварительный тракт, использует эти рецепторы для проникновения в клетки. Кроме того, по словам ученого с мировым именем, доктора медицинских наук, профессора, президента Научного общества гастроэнтерологов России и вице-президента Российского научного медицинского общества терапевтов Л. Б. Лазебника, хеликобактер нарушает структуру защитной слизи. В ней образуются «дырки», через которые коронавирусу гораздо легче проникнуть в клетки стенок желудка.

### Хеликобактер, на выход!

Если у человека, страдающего гастритом или язвенной болезнью, выявили хеликобактерную инфекцию, то проводится ее эрадикация, то есть уничтожение возбудителя. Для этой цели применяются антибиотики в комплексе с другими препаратами. Но сегодня ряд экспертов рекомендуют по возможности отложить проведение такой терапии до окончания пандемии COVID-19 из-за возможного негативного влияния антибиотиков на иммунитет и ри-

ска формирования множественной устойчивости бактерий к противомикробным препаратам.

Но есть другие средства, которые способствуют борьбе с хеликобактером и могут приниматься без таких ограничений. К ним относится препарат на основе метаболитов особого уникального<sup>2</sup> штамма полезных бактерий *Lactobacillus reuteri* DSMZ 17648 (Pylopass™). Попадая в желудок, он распознает хеликобактер пилори, соединяется с ним, образуя коагрегаты, которые выводятся из организма естественным путем. При этом препарат не оказывает негативного влияния на полезную микрофлору кишечника и не вызывает резистентности хеликобактера к противомикробным препаратам.

### Для тех, кто «прикован к стулу»

А недавно группа российских ученых представила новые клинические рекомендации по лечению хронических диарей у взрослых<sup>1</sup>. Документ разработан Российским научным медицинским обществом терапевтов и Научным обществом гастроэнтерологов России. Особое внимание в рекомендациях уделено диарее при COVID-19. Ведущие эксперты включили метабиотик на основе метаболитов штамма лактобактерий *Lactobacillus reuteri* DSMZ 17648 (Pylopass™) в перечень препаратов, которые можно применять в данной ситуации.

<sup>1</sup> Лазебник Л. Б., Сарсенбаева А. С., Авалуева Е. Б., Орешко С. Л., Ситкин С. И., Голованова Е. В., Туркина С. В., Хлынова О. В., Сагалова О. И., Мирончев О. В. Клинические рекомендации «Хронические диареи у взрослых». Экспериментальная и клиническая гастроэнтерология. 2021; 188 (4): 7–67. <sup>2</sup> Патент ЕА028340 от 06.08.2012 г.

### Где найти инновационный штамм?

Средства на основе уникального<sup>1</sup> штамма *Lactobacillus reuteri* DSMZ



Реклама

17648 (Pylopass™)<sup>2</sup> сегодня представлены в 30 странах мира. В России такой препарат только один<sup>3</sup> — это **Хелинорм**. Хелинорм способствует<sup>4</sup>:

- уменьшению количества хеликобактер пилори в желудке;
- снижению риска возникновения и развития язвы и гастрита;
- устранению дискомфортов в желудке и улучшению пищеварения;
- поддержке баланса микрофлоры желудка.

Хелинорм не имеет противопоказаний кроме индивидуальной непереносимости<sup>4</sup>. Его могут принимать беременные, кормящие женщины и даже дети старше 6 лет<sup>4,5</sup>.

Только обратите внимание на важность соблюдения рекомендации по длительности курса приема Хелинорма — она составляет 28 дней<sup>4</sup>.

**Поддержи желудок в норме — не забывай о Хелинорме!**

<sup>1</sup> Патент ЕА028340 от 06.08.2012 г. <sup>2</sup> *Lactobacillus reuteri* DSMZ 17648 (Pylopass™) — Лактобациллус реутери DSMZ 17648 (Пилопасс™). <sup>3</sup> Единственная БАД на основе Pylopass™ на аптечном рынке РФ, по данным АО «Группа ДСМ» на 31.05.2021 г. <sup>4</sup> Подтверждено СоГР № АМ.01.07.01.003. R.000254.09.20 от 18.09.2020 г. <sup>5</sup> После консультации со специалистом.

**Fito**market.ru  
8-800-551-6120

**apteka.ru**  
8-800-700-8888

**evalar.ru**  
8-800-200-5252

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

# Как дожить до отпуска и почему не радуется весна?

**Вас затянула рутина? Обычные радости жизни, которые когда-то заряжали отличным настроением, больше не приносят удовольствия? Трудно сосредоточиться на работе, чувствуете усталость и апатию и настолько выдохлись, что ни кофе, ни пара лишних часов сна больше не помогают? Возможно, вы столкнулись с эмоциональным выгоранием.**

С подобной проблемой сталкиваются около 80% жителей мегаполисов. Эмоциональное выгорание (ЭВ) — это крик о помощи вашего организма, который работает на пределе возможностей. Люди, страдающие от этого состояния, менее продуктивны, чаще берут больничный и практически лишены чувства удовлетворенности от проделанной работы.

По словам специалистов, ЭВ — это результат хронического стресса на рабочем месте, который не был успешно преодолен.

## Откуда он берется?

Очень важно, насколько человек умеет переключаться с работы на отдых, как умеет справляться со стрессами. А причин для стресса у жителей большого города предостаточно: и проблемы на работе, и длительные перегрузки, недосып, и семейные неурядицы... Женщины при этом сталкиваются с ЭВ гораздо чаще, чем мужчины. У мужчин редко бывают эмоциональные метания между работой и семьей, он тратит на работу столько времени, сколько нужно, а вот женщинам приходится балансировать между профессиональной реализацией и обязанностями хранительницы очага.

## Как может проявляться ЭВ

Стоит обратить внимание на свое здоровье, если у вас есть какие-то из этих признаков:

- часто не можете заснуть
- стали больше есть сладкой пищи, пытаясь восполнить ресурсы
- часто для того, чтобы успокоиться или снять дневное напряжение, вечером выпиваете бокал вина
- у вас ограничился круг интересов, например, вы забросили то, что любили делать раньше
- быстро выходите из себя, раздражаетесь
- появились немотивированные страхи, тревожность
- стали чаще простужаться
- даже после отдыха чувствуете усталость.

Было подтверждено, что у людей в подавленном состоянии значительно снижен уровень «гормона радости» серотонина, что может проявляться апатией, вялостью, эмоциональным выгоранием, утомляемостью.

## Как можно себе помочь?

Ресурсы нашего организма не безграничны. Поэтому важно вовремя их восполнять. Их можно черпать из того, что действительно приносит вам удовольствие: спорт, прогулки, хобби, общение с близкими, посещение концертов, музыка, природа. Все это наполняет положительными эмоциями и повышает уровень серотонина в организме.

Также его уровень повышают и некоторые аминокислоты. Например, 5-гидрокситриптофан (5-НТР) в сочетании с витамином В<sub>6</sub>. Это отличное подспорье для хорошего настроения. В нашем организме 5-НТР преобразуется в серотонин — «гормон счастья», который отвечает за ощущение эмоционального комфорта, приподнятого настроения,

радости и счастья. Он повышает физическую и умственную работоспособность, помогает сохранять самообладание в напряженных нервных ситуациях, улучшает самооценку. За это 5-НТР называют натуральным нелекарственным «антидепрессантом».

Кроме того, прием 5-НТР улучшит и ваш сон, ведь из серотонина в темное время суток образуется мелатонин — гормон сна, от которого зависит, насколько качественно мы высыпаяемся.

Натуральный 5-гидрокситриптофан, полученный из немецкого экстракта гриффонии и усиленный витамином В<sub>6</sub>, представлен в капсулах:

**5-НТР Эвалар 100 мг**  
+ витамин В<sub>6</sub>.

ГДЕ КУПИТЬ?  
Смотрите  
на стр. 34–35



**5-НТР Эвалар 200 мг**  
+ витамин В<sub>6</sub> в активной форме перидоксаль-5-фосфата (P-5-P), для более быстрого и легкого усвоения.



**5-НТР комплекс Эвалар**  
кроме витамина В<sub>6</sub> в форме P-5-P содержит мощный комплекс из 4 успокаивающих трав и магния.



**Fito**market.ru  
8-800-551-6120

**apteka.ru**  
8-800-700-8888

**evalar.ru**  
8-800-200-5252

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

# ПОСТКОВИД: почему страдают мышцы и как им помочь?

Сегодня мы знаем, что ковид не проходит бесследно, а восстановление после болезни затягивается на недели и даже месяцы. Последствиями инфекции могут стать стойкие скелетно-мышечные боли и поражение сердечной мышцы — миокарда. Причем такие осложнения часто возникают даже после легко перенесенного ковида. Помощь в восстановлении и поддержании полноценной работы мышц и сердца окажет коэнзим Q<sub>10</sub>. Скорее узнайте подробности!

## Под «коронными ударами»

Проблемы с мышцами могут беспокоить человека на протяжении нескольких месяцев после перенесенного ковида. Кто-то жалуется на выраженный болевой синдром, из-за которого порой сложно не только ходить, но даже поворачиваться на кровати и полноценно дышать. А кто-то чувствует скованность в руках и ногах: они как будто перебинтованы, закованы в панцирь. Каждый случай требует индивидуального обследования, ведь проблемы с мышцами могут возникнуть из-за воспалительного процесса в самой мускулатуре, поражения нервов, сосудов, связочного аппарата. От этого во многом зависит лечебная тактика.

Еще одной «мишенью» нового коронавируса становится миокард — сердечная мышца. Она может поражаться и самим вирусом, и иммунным воспалением, возникающим при инфекции. Воспалительный процесс в сердечной мышце — миокардит — обычно дает о себе знать через 2–3 недели от начала инфекции. Он может проявиться болями в грудной клетке, аритмией, признаками сердечной недостаточности (отеками ног, снижением переносимости физических нагрузок и др.).

## На помощь спешит... коэнзим Q<sub>10</sub>

Признаки поражения скелетной мускулатуры и сердечной мышцы, равно как и другие проявления постковидного синдрома — повод пройти углубленную диспансеризацию с последующим наблюдением у профильных врачей. Они составят индивидуальную программу реабилитации.

Сегодня все больше специалистов говорят о важности дополнительной нутритивной поддержки в период выздоровления после инфекции. В комплексный подход может быть включен прием такого нутрицевтика, как коэнзим Q<sub>10</sub>. Он принимает непосредственное участие в образовании энергии, которая просто необходима для восстановления и поддержания полноценной работы таких мощных органов, как мышцы и сердце, особенно в период реабилитации после болезни. При различных патологических состояниях, в том числе инфекциях, уровень коэнзима Q<sub>10</sub> снижается, поэтому его дополнительный прием в виде нутрицевтиков после болезни особенно важен.



Обратите внимание на **Коэнзим Q<sub>10</sub> 100 мг** от компании «Эвалар». Каждая капсула содержит максимальную<sup>1</sup> дозировку легкоусваиваемого<sup>2</sup> коэнзима Q<sub>10</sub> на натуральном кокосовом масле — 100 мг. Вам уже известны свойства этого удивительного вещества, настолько важные сейчас. Коэнзим Q<sub>10</sub> 100 мг от «Эвалар» также способствует:

- укреплению сердечной мышцы
- замедлению процессов старения
- сохранению красоты и молодости
- уменьшению побочных действий статинов.

В производстве используется высококачественное сырье из Японии. Препарат не содержит глютена, лактозы, сахара и ГМО.

<sup>1</sup> В ассортименте ЗАО «Эвалар».

<sup>2</sup> Подтверждено СоП № КЗ.16.01.95.003. E.000173.03.17 от 18.03.2017 г.



ГДЕ КУПИТЬ?  
Смотрите  
на стр. 34–35

**Fto**market.ru 8-800-551-6120 **apteka.ru** 8-800-700-8888 **evalar.ru** 8-800-200-5252

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

# Из космоса в домашние аптечки Универсальное лекарство для взрослых и детей

Каждый день мы сталкиваемся с огромным количеством всевозможных микроорганизмов, многие из которых могут стать причиной серьезных заболеваний. Поэтому современному человеку важно иметь под рукой универсальное лекарство, которое можно применять в различных ситуациях: если заболело горло, свербит в носу, появилась ранка на руке, не говоря уже о более серьезных инфекциях.

С такими задачами помогает справляться лекарственное средство **Мирамед** от компании «Эвалар» на основе самого популярного антисептического вещества, которое обладает широким спектром действия в отношении инфекций, вирусов, бактерий и грибов.

## Космическая история

Разработка этого антисептического вещества началась еще в 80-е годы прошлого столетия. Она проходила в рамках программы «Космические биотехнологии». Перед учеными стояла задача создать антисептическое вещество для применения в условиях орбитальной станции. То есть, нужно было найти универсальное средство, способное в замкнутом пространстве, в неблагоприятных условиях справляться с различными вирусами, грибами и бактериями, включая микроорганизмы, которые устойчивы к антибиотикам. При этом предполагалось, что препарат будет использоваться многократно в течение длительного времени и его профиль безопасности должен соответствовать этому условию.

В ходе интенсивной работы было получено вещество — бензилдиметил-миристоиламино-пропиламмония — обладающее необходимыми свойствами. Оно показало хорошую противомикробную активность в отношении различных инфекций, заболеваний ЛОР-органов, герпеса и др. Теперь то, что было разработано специально для космонавтов, доступно каждому!

Сегодня Мирамед Эвалар нашел свое применение в отоларингологии, стоматологии, хирургии, травматологии, акушерстве-гинекологии, дерматологии, венерологии, урологии.

## Лекарство Мирамед\* — инфекциям и вирусам мощный ответ!

Аналог самого популярного<sup>1</sup> в России лекарства  
от инфекций по выгодной цене<sup>2</sup>

### • Рекомендован для местного применения в комплексной терапии:

- гайморита, тонзиллита, фарингита
- стоматита, пародонтита, гингивита
- при гнойных ранах, поверхностных ожогах
- а также в гинекологии, венерологии, урологии, дерматологии и др.

### • Для взрослых и детей с 3 лет.

### • Не имеет вкуса и запаха и не обладает раздражающим действием.

### • Применяется местно, в том числе в виде орошения и полоскания горла.



Реклама

ГДЕ КУПИТЬ?  
Смотрите  
на стр. 34–35

## Зубная паста Мирамед\*

Поможет сохранить здоровье зубов и полости рта и обеспечит надежную защиту от вирусов и микробов.



\* Полное название «Мирамед Эвалар».

<sup>1</sup> По активному веществу и его действию. <sup>2</sup> По данным аптечной сети «Эвалар».

apteka.ru 8-800-700-8888 evalar.ru 8-800-200-5252

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

# Куркумин и пиперин против COVID-19<sup>1,2</sup>



Упаковка на 1 месяц приема,  
всего — 1 таблетка в день



Максимум<sup>3</sup>  
куркумина и пиперина  
против COVID-19



Укрепление  
иммунитета



Защита  
от вирусов



Здоровье  
суставов

<sup>1</sup> <https://doi.org/10.3390/biomedicines9101434>. <sup>2</sup> Pawar, K.S.; Mastud, R.N.; Pawar, S.K.; Pawar, S.S.; Bhoite, R.R.; Bhoite, R.R.; Kulkarni, M.V.; Deshpande, A.R. Oral cur-cumin with piperine as adjuvant therapy for the treatment of COVID-19: A randomized clinical trial. *Front. Pharmacol.* 2021, 12, 669362. <sup>3</sup> Максимум куркумина (150 мг) соответствует верхнему допустимому уровню суточного потребления. «Эвалар» — марка №1 по данным АО «Группа ДСМ» за период январь-октябрь 2021 года по объему продаж в стоимостном и натуральном выражении среди производителей БАД.



[www.evalar.ru](http://www.evalar.ru)

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

Реклама

# Хофицин с полей Алтая

ИМЕЮТ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОН-  
 СУЛЬТИРУЙТЕ С СПЕЦИАЛИСТОМ

Реклама



Хофицин от компании «Эвалар» — 100% натуральное желчегонное лекарственное средство растительного происхождения.

Благодаря современной европейской технологии производства, вытяжка из свежих листьев артишока сохраняет все биологически активные вещества растения в неизменном виде. А в составе лекарственного средства Хофицин обладает гепатопротекторным и мочегонным действием, а также способствует нормализации обменных процессов в организме.

Хофицин Эвалар применяется для лечения холециститов, гепатитов, цирроза печени, нефрита, почечной недостаточности.

Экстракт артишока для производства Хофицина изготавливается только из свежих листьев артишока, собранных на пике их биологической активности, на собственных плантациях «Эвалар» в экологически чистых предгорьях Алтая.



Древние римляне одни из первых заметили, что артишок эффективен при перееданиях и изжоге, то есть при состояниях, когда особенно сильно страдает печень и желчный пузырь. У них даже была поговорка: «Ни дня без артишока!»

Экстракт артишока содержит массу биологически активных веществ: инулин, витамин С, В, В<sub>1</sub>, каротин и др. Он поддерживает в норме

основной обмен веществ, благодаря чему способствует улучшению пищеварения, особенно при приеме большого количества углеводов и жирной пищи, а также улучшает процесс производства и оттока желчи.

Также он способствует выведению излишков жидкости из организма и помогает естественному обновлению клеток печени. Востребованным его делает и то, что он

поддерживает в норме уровень холестерина, что способствует снижению риска возникновения атеросклероза. Кроме того, экстракт артишока — хороший источник калия, который помогает регулировать кровяное давление.

Экстракт артишока может применяться даже для похудения — он улучшает жировой обмен и обладает легким слабительным действием.

«Эвалар» — марка №1 по данным АО «Группа ДСМ» за период январь-октябрь 2021 года по объему продаж в стоимостном и натуральном выражении среди производителей БАД.

[apteka.ru](http://apteka.ru) 8-800-700-8888 [evalar.ru](http://evalar.ru) 8-800-200-5252



# Здоровье груди: просто о главном

Женская грудь — символ женской красоты, материнства, сексуальности. Но сегодня все чаще можно услышать, что именно грудь становится причиной страданий женщины — 8 из 10 женщин по статистике имеют проблемы, связанные с молочными железами — диффузная мастопатия, кисты, узловые доброкачественные новообразования; а самое грозное заболевание — рак молочной железы — является самым распространенным онкологическим заболеванием у женщин.



## Знание — половина победы

Чтобы повысить осведомленность женщин, компания «Эвалар» совместно с порталом Woman.ru запустила федеральный информационный проект, посвященный здоровью молочной железы — indol-evalar.woman.ru. Авторы проекта рассказывают, какие меры профилактики доступны каждой из нас, каким должен быть рацион питания и какие обследования необходимо регулярно проходить каждой женщине. Лицом проекта стала известная российская актриса Анна Банщикова.

Этот проект ставит своей целью напомнить всем женщинам — предупредить рак гораздо проще, чем лечить его, и заботу о себе и своем здоровье нельзя откладывать на потом.

«Мы должны быть здоровы, должны долго жить — и ради себя, и ради своих близких, — говорит Анна. — В России больше 40% случаев рака груди обнаруживаются на поздних стадиях.

Мне нравится, что «Эвалар» не только одними из первых начали привлекать внимание к вопросу здоровья груди, но и пред-

ложили решение. Сегодня важны три вещи: самоосмотр, регулярное обследование, ранняя диагностика плюс правильное питание.

«Эвалар» — это компания, созданная женщиной, и кому, как не женщине, понятны все наши слабые места. У «Эвалара» есть серьезная экспертиза в области женского здоровья и наработан тридцатилетний опыт.

Здоровая женщина — это красивая женщина. Я призываю всех заботиться о своем здоровье доступными способами, тем более, компания «Эвалар» дает нам такую возможность».

## Здоровые правила от «Эвалар»

Для защиты здоровья женской груди компания «Эвалар» предлагает не только информационную поддержку, но и собственные разработки, подтвержденные многолетними научными исследованиями. Так, учеными давно установлено, что корректировать репродукцию и утилизацию женского гормона помогает индол-3-карбинол — растительный компонент, содержащийся в овощах семейства крестоцветных. Особенно

индол-3-карбинолом богата капуста брокколи — мощный защитник молочных желез. Не случайно за рубежом препараты на его основе применяются уже более 10 лет.

Препарат **Индол Форте** от компании «Эвалар» содержит индол-3-карбинол в легкоусваиваемой организмом форме. Несмотря на свое негормональное растительное происхождение, препарат позволяет поддерживать баланс женских половых гормонов, способствует снижению риска развития заболеваний молочной железы, возникновения болезненности и уплотнений в ней. Одна капсула препарата «Индол Форте» содержит 100 мг очищенного индол-3-карбинола, а благодаря удобному приему — всего по одной капсуле в день во время еды — забота о здоровье груди становится с этим препаратом доступна даже тем, кто живет в самом напряженном графике и с трудом уделяет время себе.



ГДЕ КУПИТЬ?  
Смотрите на стр. 34–35

Fito market.ru  
8-800-551-6120

apteka.ru  
8-800-700-8888

evalar.ru  
8-800-200-5252

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

# Убедилась, что на заводе может быть стерильно как в операционной

**Завод «Эвалар» в Бийске посетила врач высшей категории, терапевт, диетолог, кандидат медицинских наук Юлия Чехонина. О своих впечатлениях она рассказала нашему изданию.**

**Юлия Чехонина:** Очевидно, что в своей работе врачи постоянно взаимодействуют с фармацевтической продукцией, и в общем отдают себе отчет в том, что деятельность фармпредприятий регламентирована с точки зрения соблюдения норм безопасности, качества и многого другого, но, когда можешь своими глазами увидеть полный цикл рождения продукта и новейшие технологии, которые при этом применяются — это, конечно, впечатляет.

Я провела на заводе несколько часов и на меня, как на врача, самое неизгладимое впечатление произвели системы контроля качества и безопасности, сопровождающие производственные процессы. Например, воздух в производственных помещениях завода очищается по технологиям, аналогичным тем, что применяются в операционных и ожоговых центрах! Автоматизированные вентиляционные системы на программном уровне поддерживают 10–20-кратный воздухообмен, контролируют температуру, влажность и микробиологическую чистоту, а тройные фильтры гарантируют очистку воздуха до 99,95%.

Мне показали и так называемые комнаты взятия навесок сырья, где на высокоточных аналитических весах производят взвешивания компонентов изготавливаемого продукта — эти помещения оборудованы специальными воздушными системами, которые обеспечивают постоянный нисходя-

щий воздушный поток внутри рабочей зоны. Таким образом, частицы любых загрязнений, взвешенные в воздухе, вытесняются вниз помещения, где расположены специальные воздухозаборники. Именно так устроен воздухообмен в операционных, поскольку он создает практически стерильные условия.

**Юлия Чехонина:** Вообще поражает, какие усилия прикладываются на производстве с целью обеспечить стерильность всех процессов. Так, например, всем известные и, наверное, самые популярные фиточаи «Эвалар» — это не просто высушенная смесь лекарственных трав, упакованная в фильтр-пакеты. Травяная смесь подвергается щадящей стерилизации паром на специальной установке, при этом для меня стало открытием, что режим воздействия подбирается индивидуально к каждому компоненту, чтобы не только его очистить, сохранив высокое содержание биологически активных веществ, но также за счет воздействия горячим паром обеспечить приятный вкус готового чая! Чай Эвалар БИО — настоящий продукт высоких технологий.



**Дмитрий Иноземцев, заместитель директора по производству:**

При изготовлении чаев мелкоизмельченная фракция подвергается паровой обработке на специальной установке производства Швейцарии, которая позволяет осуществлять кратковременный процесс нагрева паром, который эффективно сокращает число термолabileльных микробов. При выборе режимов стерилизации чайных смесей, кроме микробиологической чистоты, значимыми критериями для нас являются внешний вид и органолептические свойства (запах и вкус) чайного настоя.

**Елена Муковина, директор по качеству:**

На «Эваларе» существует многоступенчатый контроль качества сырья и готовой продукции, который осуществляют две оснащенные лаборатории — химико-аналитическая и микробиологическая, аккредитованная на работу с 3 и 4 группой патогенов. В своей работе мы опираемся на требования европейской и американской фармакопей. Именно такой всеобъемлющий и детальный мониторинг качества и безопасности продукции предписывает нам стандарт международного GMP. И на сегодняшний день «Эвалар» — пожалуй, единственное предприятие, производящее БАД по международному стандарту GMP.

# Самые вкусные<sup>1</sup> шипучие витамины от Эвалар!



- ▶ Самая высокая дозировка витамина С<sup>2</sup>
- ▶ Легко усваиваемые<sup>3</sup>
- ▶ Сырье из Швейцарии

## Новинки в форме шипучих таблеток



Спрашивайте  
в аптеках!

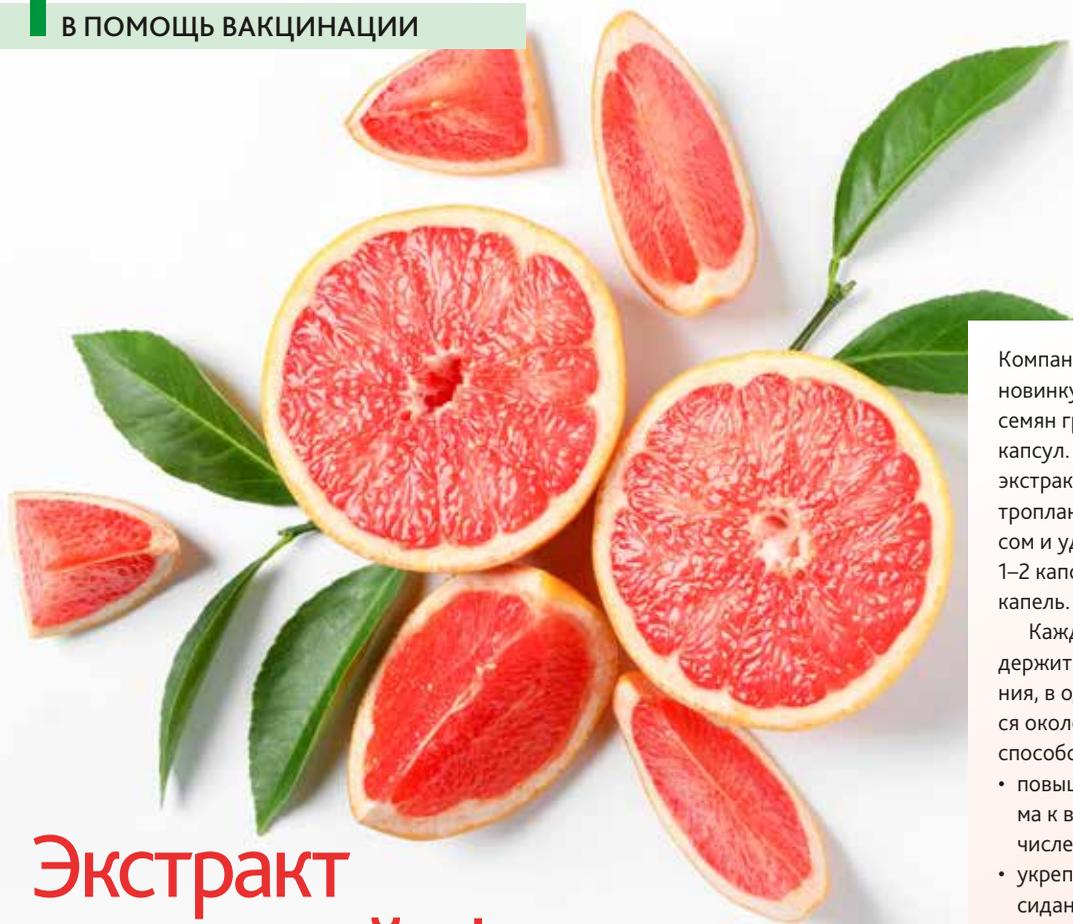
[evalar.ru](http://evalar.ru)  
8-800-200-5252

[fitomarket.ru](http://fitomarket.ru)  
8-800-551-6120

[apteka.ru](http://apteka.ru)  
8-800-700-8888

«Эвалар» — марка №1 по данным АО «Группа ДСМ» за период январь-октябрь 2021 года по объему продаж в стоимостном и натуральном выражении среди производителей БАД. <sup>1</sup> По данным теста вкусового восприятия при участии 70 человек, 2020 г. <sup>2</sup> По данным АО «Группа ДСМ», за период с января по август 2021 года БАД «Витамин С» в форме таблеток шипучих 2000 мг № 15 производства «Эвалар» является единственной БАД, которая продавалась в аптеках России и содержала максимальную дозировку витамина С в одной таблетке среди всех лекарственных препаратов и БАД с витамином С, представленных в форме выпуска таблетки шипучие. <sup>3</sup> По сравнению с твердыми формами (таблетки).

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ



# Экстракт семян грейпфрута поможет победить коронавирус

По всему миру и в нашей стране проводятся прививочные кампании от COVID-19, чтобы сформировать у людей «приобретенный иммунитет» — или невосприимчивость организма к коронавирусу. Но что делать тем, кто по каким-либо причинам еще не успел поставить прививку или тем, у кого имеются противопоказания?

На помощь придут иммуномодуляторы. Натуральные иммуномодулирующие средства уже доказали свою эффективность в западной практике: в частности, флавоноид нарингин, содержащийся в семенах грейпфрута, был подробно исследован и показал хорошие результаты в защите организма от COVID-19.

Было установлено, что нарингин обладает противовирусными и противовоспалительными свойствами, может снижать

деление клеток вируса и уменьшать производство цитокинов. Кроме того, он способен остановить «работу» вируса (не позволяет ему использовать липиды для сборки вирусных частиц)<sup>1</sup>.

Ученые уверены — у экстракта семян грейпфрута есть все шансы стать «новым словом» в противостоянии с коронавирусом. Прежде всего, нарингин снижает активность рецепторов, с помощью которых COVID-19 проникает в клетки, а также подавляет действие особого фермента, который необходим для размножения инфекции.

Помимо всего вышперечисленного, цитрусовые биофлавоноиды влияют на выработку Т-лимфоцитов, которые повышают защиту клеточного иммунитета — это особенно актуально для тех, у кого нет антител к коронавирусу<sup>2</sup>.

Компания «Эвалар» представляет новинку — **Цитроплант** — экстракт семян грейпфрута в удобной форме капсул. В отличие от жидких форм экстракта грейпфрута капсулы Цитропланта не обладают горьким вкусом и удобны в применении — всего 1–2 капсулы в день вместо подсчета капель.

Каждая капсула Цитропланта содержит 118 мг нарингина (для сравнения, в одном грейпфруте содержится около 30 мг нарингина), который способствует:

- повышению устойчивости организма к вирусным инфекциям (в том числе к новому вирусу)
- укреплению иммунитета и антиоксидантной защите.

Состав дополнительно усилен ацеролой — одним из самых богатых пищевых источников «противопро-студного» витамина С, биодоступность которого повышается на 35% в тандеме с растительным флавоноидом, а также витамином Е и селеном в органической форме.

Цитроплант — «природный антибиотик» при вирусных инфекциях.



ГДЕ КУПИТЬ?  
Смотрите  
на стр. 34-35

**Fito**market.ru  
8-800-551-6120

**apteka.ru**  
8-800-700-8888

**evalar.ru**  
8-800-200-5252

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

<sup>1</sup> Alessio Mazzoni et al. Impaired immune cell cytotoxicity in severe COVID-19 is IL-6 dependent // JCI 2020 May 28; (4695–4703). <sup>2</sup> Goldwasser, J., Cohen P. Y., Yang E., Balague P., Yarmush M. L., Nahmias Y. (2010) Transcriptional regulations of human and rat hepatic lipid metabolism by the grapefruit flavonoid naringenin: role of PPAR-alpha, PPARgamma and LXR-alpha. PLoS One., Vol.5 (8): e112399. <sup>3</sup> His-Kai Wang et al. Dietary flavonoid naringenin induces regulatory T cells via an aryl hydrocarbon receptor mediated pathway// J. Agric Food Chem. 2012 Mar 7; 60 (9): 2171–8.



# Натуральный<sup>1</sup> витамин Д<sub>3</sub> Эвалар, усиленный витамином К<sub>2</sub> для лучшего усвоения



Жевательные таблетки  
2000 МЕ + К<sub>2</sub>  
в 1 таблетке



-  ИММУНИТЕТ
-  КОСТИ
-  МЫШЦЫ
-  НЕРВНАЯ СИСТЕМА

Усилен витамином К<sub>2</sub> для лучшего усвоения

## Выберите удобную для вас форму витамина Д<sub>3</sub>

Масляный раствор  
5000 МЕ  
в 10 каплях  
10, 20 мл



Капсулы  
600 МЕ  
в 1 капсуле



Мишки мармеладные  
400 МЕ  
в 1 пастилке



Жевательный мармелад для взрослых  
2000 МЕ  
в 1 пастилке



Шипучие таблетки  
2000 МЕ  
в 1 таблетке



«Эвалар» — первый и единственный российский производитель, выпускающий натуральные препараты по оригинальному международному стандарту качества GMP<sup>2</sup>

Спрашивайте  
в аптеках!

 [evalar.ru](http://evalar.ru)  
8-800-200-5252

 [fito.market.ru](http://fito.market.ru)  
8-800-551-6120

 [apteka.ru](http://apteka.ru)  
8-800-700-8888



Наведи камеру  
и узнай больше

«Эвалар» — марка №1 по данным АО «Группа ДСМ» за период январь-октябрь 2021 года по объему продаж в стоимостном и натуральном выражении среди производителей БАД. <sup>1</sup> В соответствии с CoGP. <sup>2</sup> Сертификат № C01170889-DS-2, NSF International.

# НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

Реклама

# Пробиотик, снижающий холестерин

От благополучия сосудов зависит функционирование всех органов и систем, а это значит — вся жизнь нашего организма. Сосуды можно назвать настоящей автомагистралью для питательных веществ, которые направляются каждые для своей цели. Когда эта «автомагистраль» забита холестериновыми бляшками, питание органов и тканей замедляется. И мы можем этого даже не замечать. А в последнее время, в связи с появлением нового вируса сосуды стали особенно остро подвергаться опасности... Как сохранять чистоту сосудов и не дать холестерину их забить?

**Основной процент лишнего холестерина попадает не с пищей. Ежедневно примерно 1000 мг холестерина синтезирует печень для пищеварения, развития клеток, производства витаминов и гормонов.**

## Как понять, что холестерин пора проверить?

- 1 Метаболический синдром — излишний вес, высокое давление, увеличение в крови глюкозы — всегда сопровождается повышенным уровнем холестерина.
- 2 Постоянное употребление фаст-фуда и сладких газированных напитков.

22 ФИТОДОКТОР №1 (60) 2022

3 Слабый иммунитет. Вирусы используют холестерин для деления и распространения. Чем больше плохого холестерина в сосудах, тем проще вирусу «захватывать» организм.

## Побочные действия статинов

Самый стандартный способ борьбы с лишним холестерином — прием синтетических препаратов, так называемых — статинов. Но у них могут быть побочные действия: головные и мышечные боли, хроническая усталость с бессонницей, проблемы с пищеварением и аллергические реакции. Как же быть?

## Пробиотик для снижения уровня холестерина

Совсем недавно для борьбы с лишним холестерином учеными были выведены специальные виды (штаммы) пробиотических организмов из рода *Lactobacillus plantarum*. Выяснилось, что именно они способны снижать уровень общего холестерина и ЛПНП (липопротеидов низкой плотности) в плазме крови. Кроме того, эти чудо-бактерии используют для своей жизнедеятельности жирные кислоты и тем самым снижают уровень липидов в крови. Также *Lactobacillus plantarum* способны улавливать холестерин в кишечнике, способствуя его выведению, и способны снижать уровень триглицеридов — еще одного «провокатора» развития атеросклероза.

Единственный<sup>1</sup> в России пробиотик для снижения уровня общего холестерина и липопротеидов низкой плотности («плохого» холестерина) — **Мультифлора Холестерол** производства «Эвалар». Он и содержит эти специальные штаммы полезных бактерий *Lactobacillus plantarum*.

Кроме того, если вы уже принимаете статины, то Мультифлора Холестерол способна усиливать действия статинов в целях снижения их дозировки.

Мультифлора Холестерол Эвалар производится совместно с испанской компанией АВ-Biotics под контролем японской компании Kaneka<sup>2</sup>. Высокое качество доказано международными клиническими испытаниями.

Удобство применения — всего 1 капсула в день на ночь.



Если повышенный холестерин обнаруживается у вас очень давно, то для большей защиты дополнительно к пробиотику принимайте капсулы **Атероклефит БИО**. Он содержит экстракт диоскореи — одного из самых эффективных растений для здоровья сосудов.

Прием 2 капсул Атероклефит БИО утром и 2 капсул вечером способствует нормализации артериального давления, улучшению функционального состояния сердечно-сосудистой системы, снижению уровня холестерина и риска атеросклеротических изменений сосудов. Хорошей новостью является то, что Атероклефит БИО способствует снижению «плохого» холестерина (низкой плотности), сохраняя «хороший» (высокой плотности), который жизненно необходим человеку для правильного функционирования головного мозга и производства гормонов.



ГДЕ КУПИТЬ?  
Смотрите на стр. 34–35

fitomarket.ru  
8-800-551-6120

apteka.ru  
8-800-700-8888

evalar.ru  
8-800-200-5252

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

# Пробиотик при COVID-19

## Как связаны болезни дыхательных путей и кишечник: неожиданные результаты исследований и личный опыт

Андрей Т., 32 года

Когда только началась пандемия, я очень скептически относился к коронавирусу и в принципе ставил под сомнение его существование. Мое мнение резко изменилось, когда в один прекрасный день я проснулся с высокой температурой и понял, что не ощущаю ни запахов, ни вкусов от слова «совсем». Сдал тест на COVID-19, результат оказался положительным...

### Как COVID-19 изменил мою жизнь

За время болезни мои легкие были поражены на 25%. Теперь, казалось бы, привычный и естественный процесс дыхания стал столь сложным и болезненным. Однако, после выписки из больницы все не закончилось. Первое время я не обращал внимания на то, что мне стало тяжело подниматься по лестнице на 5 этаж. «Одышка — после такого заболевания, это же естественно!» — думал я. Для скорейшего восстановления я вернулся к тренировкам. Но, к моему удивлению, одышка не проходила. Привычные утренние пробежки заканчивались получасовым восстановлением дыхания. А ведь с момента выздоровления прошел уже целый месяц!

### Решение проблемы

Я решил активно заняться своим дыханием.

- Освоил дыхательную практику цигун.

- Добавил в рацион орехи, чечевицу, оливковое масло, куркуму, томаты и другие продукты, необходимые для здоровья легких.
- А главное — начал принимать пробиотики.

### Открытие! Пробиотики для восстановления дыхания

О пользе пробиотиков я знал всегда. Но был уверен, что они влияют только на здоровье кишечника. А знаете ли вы, что наш иммунитет формируется в кишечнике? Именно здесь сосредоточены почти 80% всех иммунных клеток. Каково было мое удивление, когда я узнал о том, что кишечник и легкие очень тесно связаны между собой. Ученые даже называют этот тандем осью «кишечник-легкие». Оказывается, изменения в кишечнике способны влиять на дыхательные процессы как положительно, так и отрицательно. Случайно наткнулся на информацию о том, что все штаммы кишечных бактерий обладают каждый своим действием. Какие-то приносят вред, а какие-то пользу. А самое интересное то, что существует специальный штамм бактерий, направленный на здоровье именно дыхательной системы. Его название — *Lactobacillus plantarum* DR7.

Я нашел в открытом доступе исследование, в которых было доказано, что в кишечнике пробиотик *L. plantarum* DR7 активизирует иммунный ответ, стимулирует формирование иммунных клеток, которые

мигрируют с кровотоком на другие слизистые поверхности, в том числе дыхательных путей, а также повышает количество кислорода в крови и улучшает дыхание. Кроме того, было установлено, что *L. plantarum* DR7 способствует защите от пневмококка и золотистого стафилококка. А еще исследователи делают акцент на возможностях применения пробиотика при коронавирусной инфекции COVID-19. Самое главное — то, что таким образом легкие восстанавливаются максимально естественным путем.

### Ежедневная порция здоровья

К счастью, долго искать пробиотик, в основе которого был бы штамм *L. plantarum* DR7, не пришлось. Нашел в интернете **ОРВИС Пробиотик**, его выпускает у нас в России популярная компания «Эвалар».

Каждая капсула ОРВИС Пробиотик содержит 1 миллиард пробиотических организмов *L. plantarum* DR7, способствующих:

- поддержанию функции дыхательных путей
- укреплению иммунитета
- подавлению роста патогенной флоры (в т. ч. золотистого стафилококка).

Препарат можно принимать ежедневно в течение трех месяцев для наилучшего результата. Очень удобная схема приема — всего 1 капсула в день. Кстати, он подходит не только взрослым, но и детям с 3 лет<sup>1</sup>.

<sup>1</sup> По рекомендациям врача в рамках инструкции по применению.



ГДЕ КУПИТЬ?  
Смотрите на стр. 34-35

Fito market.ru  
8-800-551-6120

apteka.ru  
8-800-700-8888

evalar.ru  
8-800-200-5252

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

Благодаря корректировке своего образа жизни, с акцентом на здоровье легких, и включению в свой рацион пробиотика, сейчас я уже спокойно могу подняться по лестнице, а утренние пробежки больше не приносят прежних пыток.

# Красоту сохраняют фитоэстрогены

Почему салонные процедуры не всегда помогают, если вам за 40? Потому что нужно работать над молодостью не только снаружи, но и изнутри. Возраст «40+» — это время, когда нас начинают покидать главные хранители нашей молодости и красоты — эстрогены, и обычного ухода уже недостаточно.

## Когда эстрогены нас покидают

Наша молодость, красота, ощущение радости жизни, наша женственность, чувственность — все это завязано на эстрогенах, на их уровне в организме. Ни один косметолог в мире не сможет сделать то, на что способны эстрогены. Знаете ли вы, какой орган в нашем теле больше всего зависит от них? Это наша кожа! И когда с возрастом эстрогены нас покидают, в первую очередь мы видим это в зеркале. Низкий уровень эстрогенов может свести к нулю все наши труды в салонах и спортзале. Не имеет смысла тратить деньги на дорогие процедуры, если кожа испытывает самый настоящий эстрогеновый голод. И научиться этим управлять, помогать своему организму сохранять баланс эстрогенов в норме — значит научиться управлять своим возрастом.

## Так ли все безнадежно?

Фитоэстрогены — это растительный аналог женских половых гормонов, способный замещать и нивелировать последствия их «бегства». Их главным преимуществом считается отсутствие побочных действий, характерных для гормональных средств, и возможность приема длительными курсами. Исследования в этом направлении не прекращаются, и одним из самых ярких результатов стало достижение немецких ученых: они выделили из сибирского ревеня два вещества — рапонтицин и дезоксирапонтицин. Это не гормоны, но в женском организме они связываются именно с эстрогеновыми рецепторами, сидящими «на голодном пайке». Экстракт корня сибирского ревеня со скрупулезно подобранным и точно отмеренным содержанием рапонтицина и дезоксирапонтицина — *Rheum rhabarbaricum extract*, — являющийся ноу-хау компании Finzelberg, обладает ярко выраженным действием и уже более 20 лет помогает женщинам по всему миру. Каждый год в мире продается более 100 миллионов доз *Rheum rhabarbaricum extract*, и это количество постоянно растет.

## Российский эксклюзив

Сегодня в России выпускается единственный препарат на основе экстракта ревеня сибирского — это **Фитоэстрогены Эвалар**, совместная разработка с компанией Finzelberg (Германия). Он устраняет симптомы снижения уровня эстрогенов и способствует улучшению внешнего вида, эластичности и увлажненности кожи, уменьшению ее сухости и признаков старения (ANTI-AGE эффект), возвращает хорошее настроение и самочувствие.

И если ваши эстрогены вас покидают — призовите им на замену Фито-Эстрогены Эвалар!



ГДЕ КУПИТЬ?  
Смотрите  
на стр. 34–35

Реклама

Fitomarket.ru 8-800-551-6120 apteka.ru 8-800-700-8888 evalar.ru 8-800-200-5252

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

# Сердце, легкие и бронхи нуждаются в помощи?



Именно Дигидрокверцетин от «Эвалар» зарегистрирован в России как средство для поддержания здоровья бронхолегочной системы, тонуса бронхиальной стенки, функций легких и бронхов; предотвращения загушения крови и тромбоза мелких сосудов<sup>1</sup>

Дигидрокверцетин благотворно влияет на состояние сосудистой стенки капилляров, уменьшает вязкость крови и препятствует тромбообразованию. У людей с бронхолегочными заболеваниями при пневмонии, хроническом бронхите, астме, ХОБЛ (хронической обструктивной болезни легких) он способствует уменьшению частоты приступов, более быстрому исчезновению кашля, одышки, отечности бронхов, улучшению проходимости бронхов, восстановлению легочной ткани и нормального дыхания<sup>2,3</sup>.

А последние данные исследований из Китая показывают, что дигидрокверцетин весьма перспективен против коронавируса<sup>4</sup>. Дигидрокверцетин, наряду с витаминами С и D, препаратами цинка на стадии профилактики совместно с противоэпидемическими мероприятиями позволят минимизировать количество случаев тяжелого течения и летального исхода.

## Преимущества Дигидрокверцетин от «Эвалар»



**Выгодная цена<sup>5</sup>**



**Высококачественное сырье из лиственницы сибирской со степенью очистки — 98-100%<sup>6</sup>**



**Первый<sup>7</sup> дигидрокверцетин с максимальной дозировкой 100 мг**



**Изготовлен в условиях фармпроизводства по международному стандарту качества GMP**

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

<sup>1</sup> По данным Единого реестра свидетельств о государственной регистрации, октябрь 2020 г. <sup>2</sup> Бизюк Л.А., Королевич М.П. Антиоксидант дигидрокверцетин: клинико-фармакологическая эффективность и пути синтеза. *Лечебное дело*, 2013, №1 (29), С. 13-19. <sup>3</sup> Дигидрокверцетин и арабиногалактан — природные биорегуляторы в жизнедеятельности человека и животных, применение в сельском хозяйстве и пищевой промышленности: монография / Фомичев Ю.П., Николаева Л.А., Дорожкин В.И. и др. М.: Научная библиотека, 2017. С. 94. <sup>4</sup> Yang Y, Islam MS, Wang J, Li Y, Chen X. Traditional Chinese Medicine in the Treatment of Patients Infected with 2019-New Coronavirus (SARS-CoV-2): A Review and Perspective. *Int J Biol Sci* 2020; 16 (10):1708-1717. <sup>5</sup> По данным АО «Группа ДСМ» (DSM Group), за период с января по октябрь 2021 г. средневзвешенная розничная цена за 1 мг активного вещества БАД «Дигидрокверцетин 25 мг» в форме таблеток №100 производства компании «Эвалар» в 1,6 раз ниже, чем у аналога. <sup>6</sup> По данным внутреннего входного контроля. Протоколы №С-754, С-966, С-96. <sup>7</sup> Среди продуктов, содержащих дигидрокверцетин в дозировке 100 мг, представленных в аптечных сетях РФ. «Эвалар» — марка №1 по данным АО «Группа ДСМ» за период январь-октябрь 2021 года по объему продаж в стоимостном и натуральном выражении среди производителей БАД. Реклама



# 5 бьюти-идей для весенней перезагрузки

Ура, дождались! Дни становятся длиннее, солнце светит ярче. Хочется чувствовать себя хорошо, а выглядеть еще лучше. Весной сама природа диктует нам правила: избавиться от усталого вида, скинуть пару килограммов, вернуть блеск волосам, а коже — гладкость и упругость. Специально для вас 5 полезных советов от «Фитодоктора».

## 1 Восстанавливаем красоту и молодость кожи

Низкие температуры, сухой воздух в помещениях и холодный ветер способны нарушать липидный слой кожи, что приводит к потере влаги. Вот почему к концу зимы наша кожа часто становится обезвоженной и тусклой, лишенной тонуса. Она шелушится и раздражается, а самое обидное — морщины на этом фоне более заметны. Сплошной дискомфорт! Именно поэтому после долгой зимы эксперты рекомендуют укреплять липидный барьер кожи и желательно изнутри.

Новый тренд в индустрии красоты: биодобавки с фитокерамидами — натуральными антиоксидантами, которые помогают сохранять липидный слой и удерживать влагу в коже, защищая липиды от окислительного стресса. Вместе с уже известным гидролизованым рыбным коллагеном они творят чудеса. Известно, что в сравнении с коллагеном животного происхождения рыбный коллаген обладает большей способностью проникать вглубь эпителия и обеспечивать процессы восстановления и омоложения кожи<sup>1</sup>.

Попробуйте бьюти-новинку от компании «Эвалар» **Коллаген морской Суперкомплекс**. В составе — пептиды рыбного коллагена из Японии в максимальной<sup>1</sup> дозировке 10 000 мг. В комплексе с фитокерамидами, коэнзимом Q<sub>10</sub>, гиалуроновой кислотой, витаминами и минералами они способствуют:

- улучшению цвета, структуры, эластичности и увлажнения кожи
- разглаживанию мелких морщин и повышению гладкости кожи, уменьшению целлюлита
- улучшению состояния волос и ногтей
- стимулированию синтеза собственного коллагена и гиалуроновой кислоты (Anti-Age эффекту).

Коллаген морской Суперкомплекс выпускается в удобной форме порошка в саше-пакетах. Просто растворите содержимое 1 саше в воде или апельсиновом соке, чтобы получить бьюти-напиток со вкусом тропических фруктов.

<sup>1</sup> В ассортименте ЗАО «Эвалар».



Реклама

## 2 Питаем волосы и уменьшаем их выпадение

Дефицит витаминов — основная причина весенней потери волос. Восполнить нехватку витаминов и важных для волос микроэлементов поможет сбалансированное меню. Чтобы укрепить корни волос, включите в рацион цитрусовые, морковь, яйца, говяжью печень. Ускорить рост волос помогают свежая капуста, листовая зелень, свекла, грецкие орехи и сыр. Кроме того, очень важно соблюдать питьевой режим, употребляя не менее двух литров воды в сутки.

А еще обратите внимание на **Биотин Комплекс для волос** от «Эвалар». Это сбалансированный витаминно-минеральный комплекс в форме шипучих таблеток, разработанный специально для борьбы с выпадением волос. Приготовьте шипучий напиток со вкусом манго. Входящие в его состав витамины, минералы и аминокислоты уменьшают выпадение, ломкость и сухость волос, улучшая поступление питательных веществ в фолликулы и оптимизируя обменные процессы.



Реклама

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

## 3 Обогащаем рацион

Тем, кто худеет и каким-то образом ограничивает себя в питании, следует избегать дефицита белка. Он является основным строительным материалом организма, его нехватка неминуемо приводит к атрофии мышечной массы и, как следствие — остановке процесса похудения<sup>2</sup>. Кроме того, даже легкие формы белковой недостаточности, внешне протекающие бессимптомно, замедляют рост ногтей и волос, вызывают сухость кожи. Чтобы такого не случилось, помимо продуктов, богатых протеинами (яйцо, рыба, мясо), можно включить в рацион полезные и вкусные белковые коктейли.

Например, высокобелковые диетические коктейли **Турбослим Протеиновое питание** от «Эвалар». В каждой порции содержится 17 г чистого белка производства Франции, 12 витаминов, 11 минералов, коэнзим Q<sub>10</sub> и гиалуроновая кислота.

Турбослим Протеиновое питание способствует длительному ощущению чувства сытости, значительному снижению калорийности рациона и, как следствие, снижению веса. Кроме того, помогает сбалансировать рацион питания для поддержания красоты и здоровья во время диеты.

Польза сочетается с великолепным вкусом любимых десертов: банановый мусс, ванильное мороженое, ягодный микс и шоколадный десерт.



Реклама

ГДЕ КУПИТЬ?  
Смотрите на стр. 34-35

Fito market.ru 8-800-551-6120 apteka.ru 8-800-700-8888 evalar.ru 8-800-200-5252

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

**Анна Банщикова, актриса:**



Здоровая женщина — это красивая женщина. Я за то, чтобы даже в бешеном ритме современной жизни мы находили время для заботы о себе. Поддержать изнутри здоровье и красоту помогает карнозин. Это антиоксидант, родственник организму человека. А значит, действует естественным образом, что очень важно.

## 4 Очищаем организм от токсинов и избытка жиров

Знаете ли вы, почему к концу зимы мы часто набираем лишний вес? Дело в том, что организму может не хватать питательных веществ и он включает режим накопления. Так, за зиму он может накопить много токсинов и жиров, что приводит к нарушению метаболизма. Поэтому, если вы задумали похудеть, начните с очищения организма.

Отличным решением может стать водорослевое очищение. Обратите внимание на спирулину. Очищая организм от токсинов и избытка жиров, она одновременно восполняет его потребности в микроэлементах, улучшает обмен веществ и усиливает клеточный иммунитет<sup>3,4</sup>. Известно также, что спирулина содержит фенилаланин — аминокислоту, блокирующую чувство голода.

В ассортименте «Эвалар» есть препарат спирулины в удобной для приема форме таблеток. Это натуральная спирулина в максимальной<sup>1</sup> дозировке — 1000 мг в одной таблетке.

**Спирулину Эвалар** можно принимать отдельно и включать в комплексные программы детоксикации организма. Еще два плюса: отличное качество сырья и выгодная цена<sup>2</sup>.

Спирулина Эвалар способствует:

- очищению организма от токсинов и избытка жиров
- улучшению обмена веществ
- снижению аппетита
- снижению уровня холестерина
- поддержанию в норме уровня сахара в крови
- восстановлению микрофлоры кишечника
- укреплению иммунитета
- продлению активного долголетия (Anti-Age эффект).



Реклама

<sup>1</sup> В ассортименте «Эвалар». <sup>2</sup> По данным ежемесячного розничного аудита фармацевтического рынка России, проводимого АО «Группа ДСМ» (DSM Group) за первый квартал 2021 года средне-взвешенная розничная цена за 1 мг активного вещества БАД «Anti-Age Спирулина» в форме таблеток №100 производства компании «Эвалар» в 2 раза ниже, чем у зарубежного аналога.

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

<sup>1</sup> Научный отчет «Обоснование состава и безопасности биологически активной добавки к пище Коллаген морской», Алматы, 2018, с. 12. <sup>2</sup> Ковальков А. В. Методика доктора Ковалькова: Победа над весом / Ковальков Алексей Владимирович. — Москва: Издательство «Э», 2015. — 656 с. <sup>3</sup> С. А. Кедик, Е. И. Ярцев, Н. В. Гуляева. Спирулина — пища XXI века. Изд-во «Фарма Центр», М., 2006. 166 с. <sup>4</sup> Мухитидинова С. З., Сулейман Топал. Биохимический состав SPIRULINA PLATENSIS и ее применение в медицине. Международный казахско-турецкий университет им. Ходжи Ахмеда Ясави. Туркестан, Казахстан.

## 5 Запускаем омоложение на клеточном уровне

Все мы уже понимаем, что для поддержания красоты и молодости одного внешнего улучшения мало, ведь старение — это системный процесс. Он не ограничивается увяданием кожи, появлением морщин и нарушением структуры волос. Поэтому в любом весеннем бьюти-протоколе вы непременно найдете нутрицевтики с антиоксидантами, которые изнутри борются с главным врагом красоты — оксидативным стрессом.

Чтобы оставаться молодыми, энергичными и здоровыми, надо принимать антиоксиданты с глутатионом, который способствует замедлению скорости старения. Очень важно принимать глутатион в правильной форме — в названии препарата обязательно должно быть слово «ацетил». Только ацетил-глутатион в таблетках легко усваивается, продлевает молодость клеток, тем самым замедляя процесс старения.

Компания «Эвалар» первая в России выпустила мощный антиоксидант — **Ацетил-Глутатион Эвалар** для замедления старения и сохранения молодости на клеточном уровне. Именно в нем правильная легко усваиваемая формула ацетил-глутатиона для продления молодости клеток и запуска анти-эйдж-программы.

Ацетил-Глутатион Эвалар — первый и единственный<sup>1</sup> монопрепарат S-ацетил-L-глутатиона в форме таблеток в России. В отличие от других форм глутатиона, он содержит легко усваиваемый и стабильный S-ацетил-L-глутатион. По эффективности такая форма не уступает внутривенным инъекциям и превосходит их по продолжительности действия.



Реклама

<sup>1</sup> По данным Единого реестра свидетельств о государственной регистрации на 22.06.2020 г.

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

Если вас беспокоят не только внешние признаки старения, но и физическая усталость и вялость, принимайте карнозин.

**Карнозин** производства «Эвалар» способствует замедлению старения, переключая клетки на омоложение, и как следствие — быстрому восстановлению после физических нагрузок, высокой работоспособности и физической активности, улучшению работы мозга и сердца. Карнозин от «Эвалар» выпускается в дозировке 500 мг в каждой капсуле из сырья высочайшего качества (Германия).



Реклама

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

### Где купить?

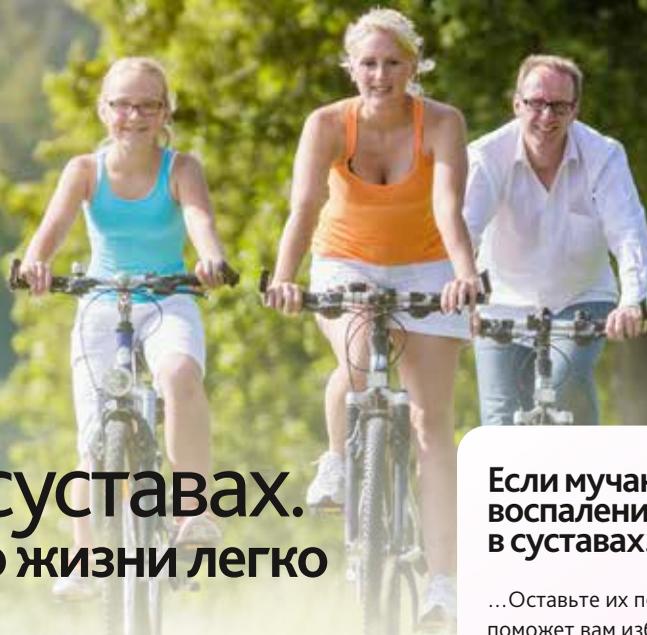
Продукцию «Эвалар» можно найти в аптеках вашего города. Наиболее полный ассортимент — в наших фирменных аптеках «Эвалар» и на маркетплейсах:

ГДЕ КУПИТЬ?  
Смотрите на стр. 34–35

Fito market.ru  
8-800-551-6120

apteka.ru  
8-800-700-8888

evalar.ru  
8-800-200-5252



# Заботимся о суставах. Чтобы двигаться по жизни легко и непринужденно

Смена сезонов традиционно несет с собой изменение температуры в атмосфере. Такой контраст не идет на пользу здоровью суставов — появляется ноющая боль и проблемы с движением. Так как же свести последствия природных капризов на нет и вернуть себе свободу движений?

## Если питания суставам недостаточно

Воспользуйтесь средством для поддержки подвижности суставов **МСМ** от компании «Эвалар». В своем составе оно содержит источник органической серы, которая необходима для своевременного формирования соединительных тканей. МСМ (метилсульфонилметан) отличается высокой биодоступностью. МСМ

в комплексе с коллагеном, хондроитином и глюкозаминном также содержится в другом средстве для суставов — Хонда Drink и в новом средстве Хонда МСМ. Эти средства идеально питают суставы и препятствуют их разрушению.



## Восстановление нервных волокон

**Хонда Нейро** была разработана специально для нейтрализации проявлений невропатического характера. Если вас преследует онемение в конечностях, прострелы и покалывания в позвоночнике, то вам непременно стоит узнать о таких веществах, как цитидин и уридин. Они представляют собой нуклеотиды, которые способны запустить про-

цесс нейрорегенерации<sup>1</sup>. В составе Хонды Нейро они содержатся в оптимальной дозировке (100 мг + 100 мг) и помогают восстановить поврежденные нервные волокна.



<sup>1</sup> Проблема выборов патогенетической терапии диабетической периферической невропатии. Мохорт Т.В. «Медицинские новости» (16) 2017.

## Если мучают воспаления и боли в суставах...

... Оставьте их позади! **Ревмафлекс** поможет вам избавиться от воспаления и боли. Он полностью натурален: в его основе — экстракт мартинии душистой, незаменимый помощник при ревматизме, артритах, подагре и других болезнях суставов. Он подавляет воспалительную реакцию и дает обезболивающий эффект. Действие мартинии на суставы подобно действию нестероидных противовоспалительных средств (НПВП), но без побочных эффектов.

Мартиния душистая в составе Ревмафлекса способствует:

- уменьшению воспаления и болезненных ощущений в суставах и позвоночнике
- снижению риска разрушения хрящевой ткани
- нормализации уровня мочевой кислоты
- снижению потребности в применении (НПВС).



ГДЕ КУПИТЬ?  
Смотрите  
на стр. 34-35

Все вышеописанные препараты дополняют действия друг друга, поэтому принимайте их в комплексе и не менее месяца, чтобы двигаться по жизни легко и непринужденно!

**Fito**market.ru 8-800-551-6120 **apteka.ru** 8-800-700-8888 **evalar.ru** 8-800-200-5252

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

# Усваивайте минералы по максимуму!

Только в хелатной форме:

Магний Кальций Медь Железо  
Цинк Хром Литий Йод



Самой легкодоступной формой<sup>1</sup> минералов считается хелатная. Не случайно в Европе и США растет ее популярность. Хелатная форма минералов наиболее близка нашему организму. Примером такой формы соединения в организме человека является гемоглобин. Хелаты обладают самой высокой биодоступностью, легко усваиваются по сравнению со всеми другими формами минералов.

**Минералы в хелатной форме от «Эвалар», в отличие от обычных форм<sup>2</sup>:**

- ◆ полностью усваиваются без отложения в почках, суставах и сосудах
- ◆ не дают побочных эффектов со стороны ЖКТ (не вызывают вздутия, запоров и диареи), так как не влияют на уровень кислотности желудка
- ◆ разрешены беременным и кормящим женщинам<sup>3</sup>.

Спрашивайте  
в аптеках!



[evalar.ru](http://evalar.ru)  
8-800-200-5252



[fitomarket.ru](http://fitomarket.ru)  
8-800-551-6120



[apteka.ru](http://apteka.ru)  
8-800-700-8888

GMP – Сертификат №C0170889-DS-3. <sup>1</sup> Sarah Cook. Chelated minerals. Addressing Key Challenges in Mineral Supplementation // Natural medicine journal. Research Guide. – 2018. <sup>2</sup> Карбонат, цитрат, и другие формы, схожие по усваиваемости. <sup>3</sup> За исключением БАД «Медь хелат», «Литий хелат», «Хром хелат».

НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

**ЧТОБЫ СЕРДЦЕ РАБОТАЛО КАК ЧАСЫ**

1 **Коэнзим Q10 60 мг, таблетки**  
 Для обеспечения сердца энергией, нормализации кровообращения и сократительной функции, а также для уменьшения побочных действий статинов. Коэнзим Q10 поможет сохранить здоровье сердца и замедлить процессы старения. Выгодная цена!<sup>1</sup>

**АНЕМИЯ НЕ ПРОЙДЕТ!**

2 **Железо липосомальное Эвалар, капсулы**  
 Комплекс легкодоступного липосомального железа + биоактивная форма витаминов С, В12 и фолатина. Способствует повышению уровня гемоглобина, ферритина, нормализации процесса кроветворения, снижению риска развития анемии.

**НАПИТОК ДЛЯ РАБОТЫ МОЗГА**

3 **КОГНИВИЯ, пакеты-саше**  
 Комплекс для памяти и внимания. Оптимизирует работу и здоровье когнитивной системы. Способствует ясности мышления, усилению памяти, концентрации внимания и улучшению обучаемости при усиленной умственной деятельности и возрастных изменениях.

**БЫСТРОЕ СНЯТИЕ ПСИХО-ЭМОЦИОНАЛЬНОГО НАПРЯЖЕНИЯ**

4 **Глицин Форте Эвалар 1000 мг, шипучие таблетки**  
 Шипучие таблетки с высокой дозировкой глицина способствуют снятию психоэмоционального напряжения, повышению работоспособности, улучшению обучаемости и настроения.

**ВМЕСТЕ СИЛЬНЕЕ**

5 **Омега-3 + D3 2000 МЕ, капсулы**  
 Омега-3 в капсулах усилена витамином D3 для укрепления иммунитета, повышения устойчивости организма к вирусным инфекциям, снижения риска тромбообразования.

**ЗАРЯД ЭНЕРГИИ В ОДНОЙ ТАБЛЕТКЕ**

6 **Таурин 1000 мг, таблетки**  
 Способствует улучшению метаболических процессов в организме и коррекции нарушений обмена веществ, поддержанию здоровья сердечно-сосудистой системы, снижению образования жировых клеток, повышению выносливости и увеличению энергии при занятиях спортом.

**МУЛЬТИМИНЕРАЛЫ ЛЕГКОДОСТУПНЫЕ**

7 **Минералы Хелатный комплекс, таблетки**  
 Состав этого минерального комплекса кардинально отличается от других: в одной таблетке содержится сразу все необходимые минералы в биодоступной хелатной форме. Она обеспечивает высокую степень усвоения и не имеет побочных эффектов со стороны ЖКТ.

**ВОССТАНОВЛЕНИЕ ХРЯЩЕВОЙ ТКАНИ**

8 **АРТРО Эвалар, шипучие таблетки**  
 Глюкозамин, хондроитинсульфат и гиалуроновая кислота способствуют снижению риска разрушения хрящевой ткани и стимулированию восстановления суставного хряща. Напиток порадует приятным апельсиновым вкусом.

**ДЛЯ СТАЛЬНЫХ НЕРВОВ**

9 **ВИТАМИНЫ ГРУППЫ В, шипучие таблетки, таблетки**  
 Современные легкоусвояемые витамины способствуют улучшению состояния нервной системы, восстановлению поврежденных нервных волокон и уменьшению болевых ощущений.

**САХАР ПОД КОНТРОЛЕМ**

10 **Хром хелат Эвалар, таблетки**  
 Легкоусвояемое хелатное соединение хрома избавит вас от тяги к сладкому и мучному, снизит чувство голода и отрегулирует содержание глюкозы в крови — минерал обладает способностью предотвращать «скачки» сахара.



НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

11



12



13



14



15



16



17



18



19



### СИЛА ТРАВ ДЛЯ ЗДОРОВОГО ТЕЛА

#### 11 Чай Эвалар Био Имбирь, фильтр-пакеты

Чай из корня имбиря, плодов шиповника, лимонника и мяты, способствует укреплению иммунитета, повышению защитных сил организма, ускорению метаболизма и выведению лишней жидкости из организма.

#### 12 Чай Эвалар Био Чага, фильтр-пакеты

Способствует поддержанию активности иммунной системы, борьбе с вирусами, бактериями и нормализации деятельности ЖКТ. Кроме того, чага подавляет размножение COVID-19 в клетках организма<sup>2</sup>.

#### 13 Витаботаника Ревень, капсулы

Вегетарианские капсулы Витаботаника с порошком ревеня обладают слабительным действием и способствуют бережному очищению кишечника.

### ВКУСНЫЕ ВИТАМИНЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ

#### 14 Бэби Эвалар Витамин С, шипучие таблетки

Дополнительный источник витамина С для детей в новой шипучей форме! Аскорбиновая кислота 90 мг способствует укреплению иммунитета, повышению устойчивости организма к вирусным инфекциям.

#### 15 Бэби Эвалар Иммунитет, шипучие таблетки

Все необходимые витамины для иммунитета С + D<sub>3</sub> + селен + цинк в напитке с бузиной дают достойный отпор вирусам и увеличивают вероятность не заболеть.

### ГОРЯЧИЙ НАПИТОК ДЛЯ СНА

#### 16 Реасон 5-НТР, пакеты-саше

Трендовая новинка для крепкого сна в легкодоступной форме горячего напитка. Поможет снять дневное напряжение, улучшить качество и глубину сна.

### БЛЕСК И СИЯНИЕ ВОЛОС — ЛЕГКО

#### 17 Биотин Комплекс для волос, шипучие таблетки

Напиток для красоты волос со вкусом манго — дополнительный источник витаминов, цинка и селена. Способствует уменьшению выпадения волос и усилению питания волосяных фолликулов.

### МГНОВЕННОЕ УСТРАНЕНИЕ ИЗЖОГИ

#### 18 Изжофф, шипучие таблетки

Новые шипучие таблетки Изжофф способствуют быстрому устранению изжоги и нейтрализации соляной кислоты в желудке за счет пузырьков газа, которые выделяются при растворении и усиливают всасывательную активность кишечника.

### ВПЕРВЫЕ НАТУРАЛЬНЫЙ ЛЕГКОДОСТУПНЫЙ ЙОД

#### 19 Йод органический, капсулы

Йод на основе натурального белка молока — казеина — способствует нормализации гормонального баланса щитовидной железы и улучшению обмена веществ. В отличие от неорганического йода — натурален, нетоксичен и безопасен.

<sup>1</sup> По данным АО «Группа ДСМ» (DSM Group) по итогам 2020 года средневзвешенная розничная цена за упаковку БАД «Anti-Age Коэнзим Q10» в форме капсул №30 производства компании «Эвалар» в 2,6 раза ниже, чем у импортного аналога. <sup>2</sup> Специалисты новосибирского «Вектора» показали эффективность экстракта чаги против SARS-CoV-2 / НАУКА из первых рук 10.11.20 г. — URL: <https://scfh.ru/news/koronavirus-novyy-lekarstvo-staroe-spezialisty-novosibirskogo-vektora-pokazali-effektivnost-ekstrak/>.

**Где купить?** Продукцию «Эвалар» можно найти в аптеках вашего города. Наиболее полный ассортимент — в наших **фирменных аптеках «Эвалар»** и на **маркетплейсах:**

**Fito**market.ru 8-800-551-6120 **apteka.ru** 8-800-700-8888 **evalar.ru** 8-800-200-5252

**ГДЕ КУПИТЬ?**  
Смотрите  
на стр. 34–35

# Грибок: как лечить и не разориться

Если у человека грибок, то вряд ли первое, чем он поинтересуется, будет статистика и динамика заболеваемости и каким по счету заболевшим в мире он является. Скорее всего, его намного больше интересует, как эту гадость лечить, и во сколько это ему обойдется. Так как же лечить грибок и не разориться?

## С чего начать

- Только врач может правильно диагностировать проблему и назначить соответствующее лечение. Поэтому при первых же подозрениях — немедленно к дерматологу!
- Защитите свою семью: исключите обмен обувью, заведите отдельное полотенце для ног, обрабатывайте ванну после мытья дезинфицирующим средством с содержанием хлора.
- Обувь должна хорошо просушиваться, желательно обрабатывать ее противогрибковыми спреями или салфетками не реже 1 раза в 2 недели.

## Чем лечить?

Когда-то использовали хирургический метод — удаляли ногтевую пластину. Сегодня лечение основано на обработке очагов инфекции и смежных областей и приеме препаратов. Для местного применения используются мази, гели, капли.

- Мази. В основном на жировой основе, наносятся равномерно, требуют втирания до полного впитывания. Быстро расходуются.
- Гели. Более удобны в применении, не оставляют жирных следов, хорошо распределяются.
- Капли — самая экономичная и эффективная форма. Жидкость удобно дозировать, она быстро впитывается, проникает глубоко в ткани, позволяя воздействовать на микроорганизмы внутри пораженного участка. Расход средства при этом минимальный.

Важная характеристика всех средств — действующее вещество.

Лидерами по эффективности и доступности считаются препараты на основе нафтифина. Это вещество синтезировано в 1974 году, но не утратило своих позиций

и востребованности, несмотря на появление новых противогрибковых соединений<sup>1</sup>. Нафтифин позволяет правильно лечить грибок ногтей: разрушает клеточные стенки возбудителя, препятствует размножению, помогает избежать воспаления в случае появления ран на коже. Кроме того:

- снимает зуд, жжение
- снижает вероятность развития осложнений
- имеет пролонгированное действие до 24 часов.

Вещество не вызывает привыкания у микроорганизмов, поэтому эффективность терапии не падает при продолжительных курсах и при повторном назначении.

Именно на основе нафтифина компания «Эвалар» разработала и выпускает лекарство **Мизол Эвалар** для лечения грибковых инфекций ногтей, кожи и кожных складок.

ГДЕ КУПИТЬ?  
Смотрите  
на стр. 34–35



Fito market.ru  
8-800-551-6120

apteka.ru  
8-800-700-8888

evalar.ru  
8-800-200-5252

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

**Важно!** В зависимости от производителя стоимость лекарств может отличаться в несколько раз при одной и той же концентрации действующего вещества.

Для наглядности приводим таблицу сравнения с одним из самых популярных импортных аналогов. По отзывам покупателей в интернете флакона 10 мл хватает на 2 недели, 20 мл — на месяц, 50 мл — на 2,5 месяца.

Название	Цена		
	за упаковку <sup>2</sup> (руб.)	за курс (6 мес.)	за 1 мл
Импорт 10 мл	610	7930	61,0
Мизол Эвалар 10 мл	377	4901	37,7
Импорт 20 мл	1134	6804	56,7
Мизол Эвалар 20 мл	595	3570	29,8
Импорт 30 мл	1405	5620	46,8
Мизол Эвалар 50 мл	1056	2707	21,1

Как видим, Мизол Эвалар в большой упаковке выгоднее на 3000 рублей за курс лечения. Сегодня Мизол Эвалар — это самое выгодное лекарство для лечения грибка<sup>3</sup>.

ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

## Как экономить на лечении: основные моменты

- Начать лечение как можно раньше. На первых этапах избавиться от грибка можно за 6 месяцев, на борьбу с запущенной формой уйдет 1,5 года или больше. Расходы при этом возрастут минимум втрое, а главное — повысится вероятность развития осложнений.
- При выборе препарата пользуйтесь правилом действующего вещества — один и тот же активный компонент одинаково эффективен независимо от производителя.
- Выбирайте экономичную форму препарата — растворы можно точно дозировать, не допуская расход больше, чем нужно.
- Выбирайте большую упаковку — в ней та же доза стоит дешевле, и только на этом можно сэкономить не менее 1000 рублей за курс лечения.
- Не допускайте заражения членов семьи — соблюдайте правила гигиены, оберегайте здоровье и семейный бюджет.

И если в вашем рецепте указан нафтифин — выбирайте Мизол Эвалар, экономьте время и деньги. Сохраняйте здоровье вместе с «Эвалар»!

<sup>1</sup> Матушевская Е. В., Свирцевская Е. В. Нафтифин в терапии грибковых инфекций кожи: 40 лет успеха. Вестник дерматологии и венерологии 2014 (2): 72–77. <sup>2</sup> По данным сервиса Аптека.ру за 27.12.21 г. Аналог для сравнения выбран по действующему веществу, форме выпуска и объему упаковки. <sup>3</sup> Среди средств с нафтифином в виде 1% раствора объемом 10 мл, по данным ООО «ПРОКСИМА РИСЕРЧ» за 2020 г.

# ФИТОДОКТОР отвечает на вопросы читателей и посетителей сайта evalar.ru

**Муж недавно переболел коронавирусом, появились неприятные ощущения в правом боку и тошнота. Подозреваем, что проблемы с печенью. Посоветуйте, как ее поддержать?**

Анна Г., Липецк

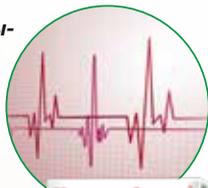


**ГДЕ КУПИТЬ?**  
Смотрите на стр. 34–35

Прежде всего вам следует обратиться к специалисту, чтобы он назначил лечение. Для дополнительной поддержки печени попробуйте безрецептурное натуральное средство **Гепатрин\*** от компании «Эвалар». В его составе — три самых главных компонента для поддержки печени — артишок, расторопша и эссенциальные фосфолипиды, которые усиливают действие друг друга. Подробнее на сайте.

**В последнее время всем знакомым прописывают таурин — кому-то для глаз, другим от холестерина и для стабилизации сердечного ритма. Я сам диабетик и сердце часто «шалит». Могу ли я принимать таурин?**

Юрий Н., Томск



Вам лучше принимать лекарственное средство **КардиоАктив Таурин\*\*** с дозировкой 500 мг в каждой таблетке. Оно применяется в комплексной терапии заболеваний сердечно-сосудистой системы и сахарного диабета. КардиоАктив Таурин помогает стабилизировать сердечный ритм, снизить артериальное давление и уровень сахара в крови. Кроме того, он улучшает кровообращение и течение метаболических процессов в организме, а также снижает уровень холестерина.

**Каждую весну мучаюсь с циститом. Не могу для себя найти подходящее средство: все либо дорогое, либо неудобные в применении. Посоветуйте подходящее лекарственное средство.**

Елена П., г. Октябрьск



Вам может подойти растительное лекарство в таблетках на основе золототысячника, любистока и розмарина — **Нефростен\*\*** от компании «Эвалар». Это самое выгодное по цене<sup>1</sup> лекарство от цистита. Нефростен оказывает мочегонное, спазмолитическое, противовоспалительное, противомикробное действие, уменьшает количество повторных обострений<sup>2</sup>, препятствует образованию мочевых камней. Вам понравится удобный прием — по 2 небольшие, покрытые оболочкой таблетки 3 раза в день.

**Сестру периодически мучают запоры. Посоветуйте натуральное средство, которое поможет решить эту деликатную проблему без болей и спазмов?**

Надежда К., Уфа



Есть вкусная новинка от компании «Эвалар» — **мармеладные ягоды Фитолак\***, известное средство в новой форме. Фитолак мармеладные ягоды на основе фруктов и лекарственных трав оказывает естественную помощь кишечнику. В состав включены компоненты, которые способствуют снижению газообразования. Достаточно лишь одной мармеладки на ночь для комфортного очищения утром без болей и спазмов.

<sup>1</sup> По данным АО «Группа ДСМ» (DSM Group), по итогам 2020 года средневзвешенная цена за упаковку ЛС «Нефростен» в форме таблеток №60 производства компании «Эвалар» является самой выгодной среди аналогов.  
<sup>2</sup> К. П. Тевлин, Е. В. Тевлина: Альтернативный подход к лечению неосложненной инфекции нижних мочевыводящих путей: опыт применения ЛП Нефростен.

**fito**market.ru 8-800-551-6120 **apteka**.ru 8-800-700-8888 **evalar**.ru 8-800-200-5252

\* НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ЛЕКАРСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ

\*\* ИМЕЮТСЯ ПРОТИВОПОКАЗАНИЯ. ПРОКОНСУЛЬТИРУЙТЕСЬ СО СПЕЦИАЛИСТОМ

# Где купить продукцию, представленную в журнале?



**137 аптек «Эвалар» по всей России!**  
**Более 100 городов присутствия.**  
**Возможность интернет-заказа из любой точки России.**  
**22 страны мира.**

Справки по телефону **8-800-200-52-52**  
 С 3:30 до 20:30 по московскому времени  
 (звонок бесплатный)

## ИНТЕРНЕТ-ЗАКАЗ ПО РОССИИ

- evalar.ru
- apteka.ru
- OZON
- Яндекс Маркет
- здравсити
- детский мир
- AliExpress
- Fito market.ru
- СБЕР БАПТЕКА
- WILDBERRIES
- СБЕР МЕГА МАРКЕТ
- ЗОЛОТОЕ ЯБЛОКО
- Перекресток

## ДОСТАВКА ПО МОСКВЕ И МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ



### МОСКВА

**Аптека Эвалар**  
 Зубовский бульвар, 13, стр.1  
 (499) 246-36-37  
 Калужинская площадь, 1 (499) 230-18-71  
 Карамзинский переулок, 9  
 (499) 241-87-88  
 Киевское шоссе, 22-й км, домов. 4  
 (метро Румянцево, поселение Московский, стр. 2) 8-968-693-6555  
 Киевское шоссе, 22-й км, домов. 4, стр. 5, 8-906-758-65-55  
 Ленинградский проспект, 77, к. 2  
 (499) 158-72-10  
 ул. Зацепский вал, 14,  
 (495) 953-10-87  
 ул. Мясницкая, 24/7, стр. 2  
 (495) 623-33-40  
 ул. Новослободская, 12, (499) 973-12-46  
 ул. Профсоюзная, 4, (499) 724-24-60  
 ул. Верская, 4, (495) 692-39-11  
 ул. Хабарова, д.2, блок 2 (поселение Московский), (968) 965-65-55  
 Шоссе Энтузиастов, 13 (495) 362-44-52  
[asevalar.ru](http://asevalar.ru)

**Аптеки Столчихи** 8-800-555-11-15  
**Диалог** (495) 363-22-62  
**Доктор Столетов** 8-800-775-11-00  
**Здоров.ру** (495) 363-35-00  
**МосАптека** 8-800-511-88-57  
**Нео-Фарм** (495) 585-55-15  
**Озарки** 8-499-603-00-00  
**Планета Здоровья\*** (495) 369-33-00  
**Самсон-фарма** (495) 587-77-77  
**Сердце Столицы** (495) 419-12-52  
**Советская аптека** (499) 990-15-16  
**Столичные Аптеки** (499) 500-89-03  
**СуперАптека** 8-800-511-88-57  
**Хорошая аптека** 8-800-511-88-57  
**36,6\*** (495) 797-63-66  
**Алоэ\*** 8-800-550-13-07  
**АСНА\*** (495) 223-34-03  
**ГорЗдрав\*** (499) 653-62-77  
**Живика\*** (495) 786-30-73  
**Ригла\*** 8-800-777-03-03

### МОСКОВСКАЯ ОБЛАСТЬ

**АПРЕЛЕВКА**  
**Аптека Эвалар**  
 ул. Августовская, 14, 8-962-920-90-03

**КРАСНОГОРСК**  
**Аптека Эвалар**  
 ул. 50 лет Октября, 1, (495) 565-14-54  
 ул. Вилора Трифонова, 1, пом. XXVI, (495) 545-33-44

**НАРО-ФОМИНСК**  
**Аптека Эвалар**  
 ул. Полубоярова, д. 24, 8-965-131-50-03

**Аптечная сеть Диалог**  
 бесплатная справочная служба  
 (495) 363-22-62 (Москва и Москов-  
 ская область)

**САНКТ-ПЕТЕРБУРГ**  
**Аптека Эвалар**  
 ул. Садовая, 29, литер А, (812) 570-55-00  
 Московский пр-т, 76, (812) 667-81-78  
[asevalar.ru](http://asevalar.ru)  
**Аптека Невис** (812) 703-45-30  
**КРОШТАДТ**, ул. Ленина, 25/2  
 Ланское шоссе, 55  
 Пискаревский пр., 16

ул. Кантемировская, 24  
 Шлиссельбургский пр., 3  
**ЛенОблФарм** (812) 922-40-03  
**Аптеки для бережливых**  
 Единая справочная служба  
 (812) 200-89-06  
**Доктор Столетов** 8-812-677-11-00  
**Аптеки Столчихи** 8-800-555-11-15  
**ЛекОптТорг** 8-800-222-53-53  
**Озерки** 8-812-603-00-00  
**Первая помощь** 8-800-511-88-57  
**Планета здоровья** (812) 454-30-30  
**Радуга** 8-800-511-88-57  
**СуперАптека** 8-800-511-88-57  
**Петербургские аптеки\***  
 (812) 700-03-03  
**Ригла\*** 8-800-777-03-03  
**Родник Здоровья\*** (812) 301-09-29

### ЛЕНИНГРАДСКАЯ ОБЛАСТЬ

**Аптека Невис** (812) 703-45-30  
**ВСЕВОЛОЖСК**, Всеволожский пр., 55  
**ВЫБОРГ**, пр. Ленина, 6  
**ИВАНГОРОД**, Кингисеппское шоссе, 14а  
**КИНГИСЕПП**, ул. 1-я линия, 5/20а  
**КИРИШИ**, ул. Романтиков, 4  
**КИРОВСК**, ул. Победы, 11  
**ЛУГА**, пр. Кирова, 68  
**НОВОЕ ДЕВЯТКИНО**,  
 Новое Десяткино, 43/1  
**ПИКАЛЕВО**, ул. Советская, 44  
**ПОДПОРОЖЬЕ**, пр. Ленина, 13  
**СЕСТРОРЕЦК**, ул. Токарева, 15  
**СЛАНЦЫ**, ул. Кирова, 32  
**СЯСЬСТРОЙ**, ул. Петровская, 35  
**ТИХВИН**, 1-й м/п, 27  
**ТОШНО**, пр. Ленина, 36  
**ШУШАРЫ**, ул. Окуловская, 4  
**ЛенОблФарм** (812) 922-40-03  
**ПРОИЗЕРСК**, ул. Северяниной, 1  
**СОСНОВЫЙ БОР**, ул. Комсомольская, 18

### АБАКАН

**Аптека Эвалар**  
 ул. Чкалова, 21, (302) 22-43-63

### РЕСПУБЛИКА ХАКАСИЯ

**САЯНОГОРСК**  
**Аптека Эвалар**  
 Советский микр., 146

### АРХАНГЕЛЬСК

**Аптека Эвалар**  
 ул. Воскресенская, 116  
 (812) 64-34-64, 8-911-553-46-64  
**Аптека Антей** aptekaantey.ru  
**Вита Норд** 8 (800) 100-72-72  
**Фармация Архангельск**  
 (812) 606-083  
**Живика\*** 8 (800) 777-30-03

### АРХАНГЕЛЬСКАЯ ОБЛАСТЬ

**ВЕЛЬСК**  
**Аптека Антей** aptekaantey.ru

**НОВОДВИНСК**  
**Вита Норд** 8 (800) 100-72-72  
**Фармация Архангельск**  
 (812) 606-083

**КОТЛАС**  
**Вита Норд** 8 (800) 100-72-72  
**Фармация Архангельск**  
 (812) 606-083

### КОРЯЖМА

**Вита Норд** 8 (800) 100-72-72  
**Фармация Архангельск**  
 (812) 606-083

### СЕВЕРОВИНСК

**Аптека Эвалар**  
 ул. Мира, 10, (8184) 57-03-56  
**Аптека Антей** aptekaantey.ru  
**Вита Норд** 8 (800) 100-72-72  
**Фармация Архангельск**  
 (812) 606-083

### АСТРАХАНЬ

**Шах – ИП Байрамовой М. А.**  
 (8512) 220022  
**Шах – ИП Бареевой Г. Р.**  
 8 989 683 75 41  
**На здоровье\*** (8512) 306-306  
**Планета Здоровья\*** 8-800-7-550-500  
**Ригла\*** 8-800-777-03-03

### БАРНАУЛ

**Аптека Эвалар**  
**Справочная** (3852) 55-68-48  
 пр. Ленина, 113, (3852) 55-78-69  
 пр. Строителей, 117  
 (ТРЦ Галактика) (3852) 57-94-57  
 Павловский тракт, 132,  
 (3852) 47-46-68  
 ул. Попова, 40, (3852) 43-16-05  
 ул. Попова, 59, (3852) 50-16-53  
 ул. Попова, 121 (ТЦ «Фриэ»),  
 (3852) 59-18-41  
 ул. Балтийская, 23 (3852) 55-68-48  
 пер. Красноармейский, 111,  
 (3852) 56-08-26  
 ул. Энергетиков, 4, (3852) 59-15-49  
 проезд Северный Власинский, 108  
 (3852) 59-15-41

### Первая Помощь

8-800-350-25-50  
**Губернский лекар\***  
 (3852) 450-054, 62-83-14,  
 77-01-10, 43-08-98, 47-63-03

### АЛТАЙСКИЙ КРАЙ

**БАРНАУЛ**  
**Планета Здоровья\*** (3852) 42-11-11

**БЕЛОУРИХА**  
**Аптека Эвалар**  
 ул. Славского, 9 (АО Курорт  
 Белоуриха), (3854) 39-00-39,  
 8-961-982-36-81

### БИЙСК

**Аптека Эвалар**  
**Справочная** (3854) 39-00-39  
 пер. Мопровский, 36, (3854) 32-93-67  
 ул. Васильева, 26, (3854) 43-30-20  
 ул. Васильева, 34  
 (3854) 43-43-78, 43-43-77  
 ул. Васильева, 79, (3854) 44-35-39  
 ул. Декабристов, 33, (3854) 31-40-66  
 ул. Красноармейская, 67  
 (3854) 32-68-48  
 ул. Ленина, 244, (3854) 32-87-43  
 ул. Ленинградская, 78,  
 (3854) 44-10-60  
 ул. Митрофанова, 10, (3854) 41-76-63  
 ул. Мухачева, 200, (3854) 33-00-71  
 ул. Советская, 33, (3854) 32-72-87  
 ул. Советская, 216, (3854) 36-22-59  
 ул. Согренная, 3, (3854) 32-81-54  
 ул. Пушкина, 188/1, (3854) 37-51-28

### ФармаГрошь\*

ул. Васильева, 55, (3854) 45-00-65  
 ул. Ударная, 29, (3854) 24-02-13  
 ул. Мерлина, 4, (3854) 30-27-40  
 пер. Коммунарский, 35/1,  
 (3854) 30-69-01

### НОВОАЛТАЙСК

**Доктор БЭП** (38532) 4-77-18

### БЕЛГОРОД

**Апрель** 8 800 200 90 01, смоб. \*9001  
**Аптечный дом** (4722) 26-38-38  
**Таблеточка** (4722) 205-400  
**Озерки** 8-800-775-75-33  
**Хорошая аптека** 8-800-511-88-57  
**Эконом-аптека** (4722) 77-00-16  
**Алоэ\*** 8-800-550-13-07  
**Живика\*** 8 (800) 777-30-03

### БЕЛГОРОДСКАЯ ОБЛАСТЬ

**СТАРЫЙ ОСКОЛ**  
**Реалко** (4725) 22-07-89

### ВОЛГОЩЕНСК

**Амурфармация\*** (4162) 51-33-33  
**Госаптека\*** 8-800-100-000-3  
**Семейная аптека\*** 8-800-100-000-3  
**Социальная аптека\*** 8-800-100-000-3

### БРЯНСК

**Апрель** 8 800 200 90 01, смоб. \*9001  
**Миллениум** 8-953-278-61-29  
**М-ФАРМ** 8-950-692-35-71  
**Надежда-Фарм** 8 800 100 8 063  
**Сердце Брянска** (4832) 331-551  
**Планета Здоровья\*** 8-800-7-550-500

### БРЯНСКАЯ ОБЛАСТЬ

**КЛИНЦЫ**  
**Витафарм** (48336) 4-43-06

### ВЕЛИКИЙ НОВГОРОД

**Апрель** 8 800 200 90 01, смоб. \*9001  
**Аптека Невис** (8162) 64-50-50,  
 (911) 242-03-03  
**Калина Фарм** 8-800-550-03-21  
**Планета Здоровья\*** (8162) 63-74-74

### НОВГОРОДСКАЯ ОБЛАСТЬ

**Аптека Невис** (812) 703-45-30  
**МАЛАЯ ВИШЕРА** ул. Московская, 15  
**ОКУЛОВКА** ул. Ленина, 40а  
**СТАРАЯ РУССА** ул. Санкт-  
 Петербургская, 1/1  
**ЧУДОВО** ул. Некрасова, 11  
**Калина Фарм** 8-800-550-03-21

**ВЛАДИВОСТОК**  
**ЗдравОптека** (423) 253-10-03  
**МОНАСТЫРЕВ.рф**  
 8-800-707-77-33  
**Аптека экономных людей\***  
 8-800-500-06-03  
**OlVita.ru\*** (423) 240-44-04

### ПРИМОРСКИЙ КРАЙ

**УСУРИЙСК**  
**Аптека Фарм\*** (4234) 26-19-84

### ВЛАДИМИР

**Аптеки Столчихи**  
 8-800-555-11-15  
**Медлон-ФармИмэкс**  
 (4922) 55-13-03

### Озерки 8-800-775-75-33

**Твой доктор** 8-800-775-87-03  
**Алоэ\*** 8-800-550-13-07  
**Планета Здоровья\*** (4922) 77-99-55  
**Ригла\*** 8-800-777-03-03  
**Сеть аптек Максавит\***  
[www.maksavit.ru](http://www.maksavit.ru)

### ВОЛГОГРАД

**Аптека Эвалар**  
 ул. Краснопольская, 14  
 (8442) 59-39-03  
 пр. Ленина, 47, (8442) 59-59-50  
 ул. Маршала Еременко, 100  
 (8442) 59-99-53  
[asevalar.ru](http://asevalar.ru)  
**Апрель** 8 800 200 90 01, смоб. \*9001  
**Ребус** (8442) 49-14-22  
**Надежда-Фарм** 8 800 100 8 063  
**Озерки** 8-800-775-75-33  
**Социальная аптека**  
 8-800-100-01-03, (8442) 26-94-48  
**Эль-Фарма** (8442) 59-92-49  
**Волгофарм\*** 8-800-707-07-88  
**Планета Здоровья\*** 8-800-7-550-500  
**Ригла\*** 8-800-777-03-03

### ВОЛГОДА

**Аптека Антей** (8172) 74-19-45  
 aptekaantey.ru  
**Живика\*** 8 (800) 777-30-03

**ВОЛОГДСКАЯ ОБЛАСТЬ**  
**ВЕЛИКИЙ УСТЮГ**  
**Аптека Антей** aptekaantey.ru

### ЧЕРЕПЕВЕЦ

**Аптека Эвалар**  
 ул. Мамлеева, 19, (8202) 57-04-39  
**ИП Горбин** (8202) 24-19-19  
**Аптека Антей** aptekaantey.ru

### ВОРОНЕЖ

**Аптека Эвалар**  
 ул. Депутатская, 11,  
 (473) 228-74-38  
**Апрель** 8 800 200 90 01, смоб. \*9001  
**Витаминка** (473) 200-13-06  
**Доктор Столетов** 8-800-775-11-00  
**Надежда-Фарм** 8 800 100 8 063  
**Алоэ\*** 8-800-550-13-07  
**Планета Здоровья\*** 8-800-7-550-500  
**Ригла\*** 8-800-777-03-03  
**Социальная аптека\***  
 8-800-100-01-03  
**Мелодия Здоровья\***  
[www.melzdrav.ru](http://www.melzdrav.ru)  
**Сеть аптек Максавит\***  
[www.maksavit.ru](http://www.maksavit.ru)

### КАЛИНИНГРАД

**Аптека Эвалар**  
 ул. 9 Апреля, 52/58, (4012) 36-07-01  
 ул. Октябрьская, 29а,  
 (4012) 36-02-01  
**Бюджетная аптека** (4012) 64-37-37  
**Аптека для Бережливых\***  
 8-800-234-78-51  
**Живика\*** 8 (800) 777-30-03  
**Планета Здоровья\*** (4012) 64-03-03  
**Ригла\*** 8-800-777-03-03

### КАЛУГА

**Аптеки Столчихи** 8-800-555-11-15  
**Твой доктор** 8-800-775-87-03  
**Алоэ\*** 8-800-550-13-07  
**Планета Здоровья\*** 8-800-7-550-500

**КАЛУЖСКАЯ ОБЛАСТЬ**  
**ОБНИНСК**  
**Аптеки Столчихи** 8-800-555-11-15

### СВЕРДЛОВСКАЯ ОБЛАСТЬ

**КАМЕНСК-УРАЛЬСКИЙ**  
**Аптека Эвалар**  
 пр. Победы, 87, (3439) 39-88-60  
 ул. Лермонтова, 103,  
 (3439) 37-93-30  
 ул. Каменская, 91, (3439) 38-01-20

### НИЖНИЙ ТАГИЛ

**Аптека Эвалар**  
 ул. Зари, 31а, (3435) 36-07-47  
 ул. Строителей, 12, (3435) 41-38-03  
 ул. Попова, 14а, (3435) 32-42-03  
 Черномосточское шоссе, 15  
 (3435) 44-38-12  
 Фармленд 8-800-550-03-93

### ИВАНОВО

**Аптеки Столчихи** 8-800-555-11-15  
**Алоэ\*** 8-800-550-13-07  
**Живика\*** 8 (800) 777-30-03  
**Планета Здоровья\*** 8-800-7-550-500

### ИЖЕВСК

**Аптека от склада\*** (3412) 77-00-75  
**ГОСАПТЕКА\*** (3412) 399-399  
**Планета Здоровья\*** (3412) 31-22-22  
**Фармленд\*** 8-800-550-03-93

### ИРКУТСК

**Фармаэконом\*** 8 (3952) 48-53-53  
**Эко-Хим\*** (3952) 42-32-87

### ИРКУТСКАЯ ОБЛАСТЬ

**АНГАРСК**  
**Аптека Эвалар**  
 76 квартал, 12, (3955) 52-86-93  
**ФАРМЭКОНОМ\*** (3952) 48-53-53

### ЙОШКАР-ОЛА

**Вита** 8 (800) 755-00-03  
**Максавит** 8-915-951-37-53  
**Планета Здоровья\*** 8-800-7-550-500

### КАЗАНЬ

**Апрель** 8 800 200 90 01, смоб. \*9001  
**Вита** 8 (800) 755-00-03  
**Магнит** 8-800-200-90-02  
**Саунык** (843) 251-05-35  
**Планета здоровья\*** (843) 211-20-02  
**Ригла\*** 8-800-777-03-03  
**Сакура\*** (843) 554-54-54  
**Фармленд\*** 8-800-550-03-93

### КАЛИНИНГРАД

**Аптека Эвалар**  
 ул. 9 Апреля, 52/58, (4012) 36-07-01  
 ул. Октябрьская, 29а,  
 (4012) 36-02-01  
**Бюджетная аптека** (4012) 64-37-37  
**Аптека для Бережливых\***  
 8-800-234-78-51  
**Живика\*** 8 (800) 777-30-03  
**Планета Здоровья\*** (

**КЕМЕРОВО**  
**Аптека Эвалар**  
ул. 40 лет Октября, 10, (3842) 25-37-06  
ул. Металлистов, 12, (3842) 61-31-28  
**Радуга** 8-800-511-88-57  
**Соната** (3842) 56-06-00  
**Эдельвейс** (3842) 53-90-90  
**Мир Медицины Ц\***  
(3842) 57-54-14, 37-52-37

## КЕМЕРОВСКАЯ ОБЛАСТЬ

**БЕЛОВО**  
**Аптека Эвалар**  
ул. Советская, 49, (38452) 2-68-69  
**Мир Медицины Ц\***  
(38452) 2-14-57, 6-12-49

**БЕРЕЗОВСКИЙ**  
**Мир Медицины Ц\*** (38445) 5-60-97

**ЛЕНИНСКО-КУЗНЕЦКИЙ**  
**Мир Медицины Ц\***  
(38456) 7-61-00, 5-32-48  
**Жить Здорово** (38456) 7-58-12

**МЕЖДУРЕЧЕНСК**  
**Аптека Эвалар**  
бульвар Строителей, 41 (38475) 6-10-10  
**Мир Медицины Ц\*** (38475) 5-10-10

**НОВОКУЗНЕЦК**  
**Аптека Эвалар**  
ул. Авиаторов, 73, (3843) 20-07-51  
ул. Зорге, 17, (3843) 58-30-75  
ул. Клименко, 2, (3843) 50-00-18  
ул. Разведчиков, 50, (3843) 20-09-82  
ул. Пушкина, 22, (3843) 50-00-19

**ПРОКОПЬЕВСК**  
**Аптека Эвалар**  
ул. Гагарина, 37а  
(3846) 66-79-49, 8-960-901-22-92  
пр. Шахтеров, 29  
(3846) 61-34-00, 8-961-712-94-44  
ул. Шшикина, 12  
(3846) 66-73-22, 8-905-918-00-31

**ЮРГА**  
**Аптека Эвалар**  
ул. Машиностроителей, 49в  
(38451) 4-44-05

**КИРОВ**  
**Аптека-Вятки** (8332) 35-10-05  
**Витал** (8332) 52-37-37  
**Городская Аптека №40**  
(8332) 35-47-47  
**Сердце Вятки** (8332) 255-966  
**Аптека от склада\*** (8332) 75-14-11  
**Планета Здоровья\*** (8332) 21-20-00

**КОСТРОМА**  
**Аптеки Столички** 8-800-555-11-15  
**Медион-Фармиэкс**  
(4922) 55-13-03  
**Алоэ\*** 8-800-550-13-07  
**Живика\*** 8 (800) 777-30-03  
**Планета Здоровья\*** 8-800-7-550-500

**КРАСНОДАР**  
**Аптека Эвалар**  
ул. Им. 40-летия Победы, 125  
(861) 292-62-44, 290-19-10  
**А-Коста** (861) 233-38-21  
**Апрель** 8-800 200 90 01, с.с.моб. \*9001  
**Витраж** (861) 277-03-07, 232-00-50  
**Кварт** (861) 222-00-60  
**Социальная аптека №9**  
(861) 225-07-17  
**Планета Здоровья\*** (861) 991-32-32  
**Здоровье\*** 8-800-250-55-05  
**Социальная аптека\***  
8-800-100-01-03

## КРАСНОДАРСКИЙ КРАЙ

**АНАПА**  
**Аптека Эвалар**  
ул. Краснозеленых, 5, 8-988-349-59-32  
ул. Промышленная, 16  
8-988-349-59-42

**СОЧИ**  
**Аптека Эвалар**  
ул. Советская, 42/2, (862) 264-83-13  
ул. Донская, 58, (862) 255-63-55

**СТ. АНАПСКИЙ**  
ул. Мира, 16, 8-989-776-80-35

**С. ВИТЯЗЕВО**  
**Аптека Эвалар**  
ул. Черноморская, 90, 8-988-349-59-28

**СТ. ГОСТАГЕВСКАЯ**  
**Аптека Эвалар**  
ул. Октябрьская, 47, 8-988-349-59-46

**КРАСНОЯРСК**  
**Аптека Эвалар**  
Красная площадь, 3а, (391) 221-04-23  
пр. Металлургов, 12 (391) 245-50-50  
ул. Александра Матросова, 11  
(391) 236-12-44  
**Адонис** (391) 299-40-72  
**Англия** (391) 223-28-78  
**Доктор Столетов** 8-800-775-11-00  
**Кырдал** (391) 223-54-44  
**Радуга** 8-800-511-88-57  
**Аптека №1\*** (391) 265-12-68  
**Гармония здоровья\***  
(391) 274-29-79, 213-04-03, 268-46-46  
**Губернская аптеки\*** (800) 775-64-03  
**ЕНИСЕЙМЕД проф\***  
(391) 265-35-33, 253-95-95  
**Живика\*** 8 (800) 777-30-03  
**Озерки** 8-800-775-75-33  
**Планета Здоровья\*** 8-800-7-550-500  
**Фармация\*** (391) 291-15-55

**КУРТАН**  
**Аптека Эвалар**  
ул. Пролетарская, 57, (3522) 23-27-62  
ул. Коля Моготина, 83, (3522) 41-11-87  
**Планета Здоровья\*** (3522) 42-88-00

**КУРСК**  
**Аптека Эвалар**  
ул. Карла Маркса, 66/3, (4712) 58-10-50  
ул. Победы, 50, (4712) 76-02-06  
ул. Союзная, 16а, 8-951-083-89-83  
**Апрель** 8-800 200 90 01, с.с.моб. \*9001  
**Хорошая аптека** 8-800-511-88-57  
**Живика\*** (800) 777-30-03  
**Планета Здоровья\*** 8-800-7-550-500

**ЛИПЕЦК**  
**Аптека Эвалар**  
Апрель 8 800 200 90 01, с.с.моб. \*9001  
**Липецкфармация** (4742) 34-59-89  
**Надежда-Фарм** 8 800 100 8 063  
**Пролек** (4742) 27-04-27  
**Планета Здоровья\*** (4742) 26-11-00  
**Алоэ\*** 8-800-550-13-07  
**Сеть аптек Максавит\***  
[www.maksavit.ru](http://www.maksavit.ru)

**МАЙКОП**  
**Доктор Столетов** 8-800-775-11-00  
**Радуга** 8-800-511-88-57

**МУРМАНСК**  
**Аптека Эвалар**  
пр-т Ленина, 84, (8152) 45-80-80  
**Аптеки для бережливых**  
(8152) 655-645  
**Алоэ\*** 8-800-550-13-07  
**Ригла\*** 8-800-777-03-03

**НИЖНИЙ НОВГОРОД**  
**Аптека Эвалар**  
пр. Ленина, 30, корп. 5, (831) 282-55-26  
ул. Белинского 106б, (831) 282-55-85  
**Ваше здоровье** (831) 241-67-77  
**Вита** 8 (800) 755-00-03  
**Доктор Столетов** 8-800-775-11-00  
**Магнит** 8-800-200-90-02  
**Озерки** 8-800-775-75-33  
**Радуга** 8-800-511-88-57  
**Сеть аптек Максавит\*** (831) 21-808-21

**НОВОСИБИРСК**  
**Аптека Эвалар**  
ул. Гоголя, 17, тел. (383) 311-01-92  
ул. Танковая, 41, (383) 209-39-79  
**Аптека №1** 8-800-511-88-57  
**Доктор Столетов**  
8-800-775-11-00  
**МОНАСТЫРЬЕВ.рф**  
8-800-707-77-33  
**Озерки** 8-800-775-75-33  
**Радуга** 8-800-511-88-57  
**Фармация** 8-800-511-88-57  
**ФАРМЦЕНТР** (383) 347-46-10  
**Фитоцентр** (383) 221-47-57  
**Белая аптека\*** [belapтека.рф](http://belapтека.рф)  
**Мелодия Здоровья\***  
[www.melzdrav.ru](http://www.melzdrav.ru)  
**Моя аптека\*** [Lekkupi.ru](http://Lekkupi.ru)  
**Ноль Боль\*** [www.nol-boi.ru](http://www.nol-boi.ru)  
**Планета Здоровья\*** (383) 284-20-20

**НОВОСИБИРСКАЯ ОБЛАСТЬ**  
**БЕРДСК**  
**Аптека Бердская\*** (8383) 412-75-86

**КРАСНООБСКИЙ**  
**Фитоцентр Ромашка** (8383) 308-71-44

**ОМСК**  
**Биомедсервис** ул. Декабристов, 45  
8 (3812) 31-05-64  
[www.biomedservice.ru](http://www.biomedservice.ru)  
**Доктор Столетов** 8-800-775-11-00  
**Радуга** 8-800-511-88-57  
**Аптека Семейная\*** (3812) 21-03-03

**ОРЕЛ**  
**Апрель** 8 800 200 90 01, с.с.моб. \*9001  
**Аптека №1** 8-800-511-88-57  
73-53-02, 76-28-05  
**Доктор Столетов** 8-800-775-11-00  
**Надежда-Фарм** 8 800 100 8 063  
**СуперАптека** 8-800-511-88-57  
**ТРИКА** 8-800-505-07-15  
**Аптека №2\*** (4862) 5530-68,  
**Планета Здоровья\*** 8-800-7-550-500  
**Хорошая аптека** 8-800-511-88-57

**ОРЕНБУРГ**  
**Данафарм** (3532) 55-77-76  
**ОренЛек\*** (3532) 780-780  
**Планета Здоровья\*** (3532) 32-32-32  
**Фармлэнд\*** 8-800-550-03-93

**ПЕНЗА**  
**Апрель** 8-800-200-90-01, с.с.моб. \*9001  
**Аптека Социальная**  
(8412) 91-01-50  
**Вита** 8 (800) 755-00-03  
**Дежурная аптека**  
(8412) 20-62-14 (круглосуточно)  
**Доктор Столетов** 8-800-775-11-00  
**Надежда-Фарм** 8-800-100-80-63  
**Озерки** 8-800-775-75-33  
**Юнифарм** (8412) 69-98-00  
**Планета Здоровья\*** 8-800-7-550-500

**ПЕРМЬ**  
**Аптека от склада\*** (342) 2-144-748  
**Планета Здоровья\*** (342) 219-84-84

**ПСКОВ**  
**ЛенОблФарм**  
пр. Рижский, д. 16, (8112) 68-22-32  
**Аптека Невис** (8112) 72-02-75,  
(911) 242-03-03  
**Апрель** 8-800-200-90-01, с.с.моб. \*9001  
**Калина Фарм** 8-800-550-03-21  
**Радуга** 8-800-511-88-57  
**СуперАптека** 8-800-511-88-57

**ПСКОВСКАЯ ОБЛАСТЬ**  
**ВЕЛИКИЕ ЛУКИ**  
**Аптека Эвалар**  
пр. Гагарина, 18/15, (81153) 5-50-45

**НЕВЕЛЬ**  
**Аптека Эвалар**  
ул. Комсомольская 26, 8-981-349-14-28

**ПЕТРОЗАВОДСК**  
**Калина Фарм** 8-800-550-03-21  
**Сердце Карелии** (900) 461-38-58

**РЕСПУБЛИКА КАРЕЛИЯ**  
**Аптека Невис** (8142) 33-00-04  
**КОСТОМУККА**, бульвар им. Г.Н. Лазарева, 8; Калевалы, 17  
**СОРТАВАЛА**, ул. Бондарева, 10

**РЕСПУБЛИКА КОМИ**  
**СЫКТЫВКАР**  
**Аптека Эвалар**  
ул. Коммунистическая, 65  
8-963-555-74-29  
**Планета Здоровья\*** (8212) 40-00-44

**УХТА**  
**Аптека Эвалар**  
пр. Ленина, 48, (8216) 72-79-83

**РЕСПУБЛИКА КРЫМ**  
**СЕВАСТОПОЛЬ**  
**Аптека №1** 8-800-511-88-57  
**Радуга** 8-800-511-88-57  
**Хорошая аптека** 8-800-511-88-57  
**Живика\*** (800) 777-30-03

**РОСТОВ-НА-ДОНУ**  
**Аптека Эвалар**  
пер. Семашко, 99/248  
8-928-198-35-66  
ул. Варфоломеева, 200/168  
8-928-198-30-45  
ул. Красноармейская, 7/97  
8-991-086-24-55  
пр. Стачки, 46, 8-938-115-40-17  
**Айболитмедсервис** (863) 245-42-24  
**Аптека №1** 8-800-511-88-57  
**Ваша Аптека** (863) 299-49-45  
**Доктор Столетов** 8-800-775-11-00  
**Озерки** 8-800-775-75-33  
**Радуга** 8-800-511-88-57

**Социальная аптека**  
(863) 273-81-10, 240-58-26  
**Феникс** 8-938-115-40-17  
**Планета Здоровья\*** 8-800-7-550-500  
**Социальная аптека\*** 8-800-100-01-03

**РЯЗАНЬ**  
**Аптека Эвалар**  
ул. Дзержинского, 15, (4912) 22-80-56  
**Апрель** 8 800 200 90 01, с.с.моб. \*9001  
**Аптека №137** (4912) 27-46-82  
**Аптека №4** (4912) 92-09-00  
**Аптеки Столички** 8-800-555-11-15  
**Надежда-Фарм** 8 800 100 8 063  
**Алоэ\*** 8-800-550-13-07  
**Ригла\*** 8-800-777-03-03  
**Сеть аптек Максавит\***  
[www.maksavit.ru](http://www.maksavit.ru)

**САЛЕХАРД**  
**Живика\*** 8 (800) 777-30-03

## ЯМАЛО-НЕНЦКИЙ АО

**НОВЫЙ УРЕНГОЙ**  
**Планета Здоровья\*** (3494) 93-97-97

**САМАРА**  
**Аптеки №6** (846) 956-78-28  
**Апрель** 8-800-200-90-01, с.с.моб. \*9001  
**Бизнесы** (846) 201-03-97, 201-08-13  
**Вита** 8 (800) 755-00-03  
**Доктор Столетов** 8-800-775-11-00  
**Магнит** 8-800-200-90-02  
**Озерки** 8-800-775-75-33  
**Радуга** 8-800-511-88-57  
**Планета Здоровья\*** 8-800-7-550-500  
**Ригла\*** 8-800-777-03-03  
**Фармлэнд\*** 8-800-550-03-93

**САМАРСКАЯ ОБЛАСТЬ**  
**ТОЛЬЯТТИ**  
**Аптека №207** (8482) 24-47-54  
**Аптека Фарм-ориент** (8482) 31-03-03  
**Вита** 8 (800) 755-00-03  
**Мед-Сервис** (8482) 79-66-90

**САРАНСК**  
**Надежда-Фарм** 8 800 100 8 063  
**Вита** 8 (800) 755-00-03  
**Вита\*** (834) 275-27-53  
**Планета Здоровья\*** (8342) 54-65-65  
**Сеть аптек Максавит\***  
[www.maksavit.ru](http://www.maksavit.ru)

**САРАТОВ**  
**Аптека №1** 8-800-511-88-57  
**Доктор Столетов** 8-800-775-11-00  
**Надежда-Фарм** 8-800-100-80-63  
**Озерки** 8-800-775-75-33  
**Хорошая аптека** 8-800-511-88-57  
**Алоэ\*** 8-800-550-13-07  
**Кардио\*** (8452) 55-23-73  
**Ригла\*** 8-800-777-03-03

**СМОЛЕНСК**  
**Апрель** 8 800 200 90 01, с.с.моб. \*9001  
**Надежда-Фарм** 8-800-100-80-63

**СТАВРОПОЛЬ**  
**Аптека №1** 8-800-511-88-57  
**Радуга** 8-800-511-88-57  
**Хорошая аптека** 8-800-511-88-57  
**Планета Здоровья\*** (8652) 25-70-25  
**Социальная аптека\*** 8-800-100-01-03

**СТАВРОПОЛЬСКИЙ КРАЙ**  
**ПЯТИГОРСК**  
**Вита плюс** 8-800-555-55-26

**СУРГУТ**  
**Аптека от склада\*** (3462) 98-13-80  
**Планета здоровья\*** (3462) 21-73-33  
**Ригла\*** 8-800-777-03-03

**ТАМБОВ**  
**Апрель** 8 800 200 90 01, с.с.моб. \*9001  
**Аптека Фарм**  
(4752) 75-14-10  
**Надежда-Фарм** 8-800-100-8-063  
**Тамбовфармация** (4752) 72-10-85

**ТВЕРЬ**  
**Апрель** 8 800 200 90 01, с.с.моб. \*9001  
**Доктор Столетов** 8-800-775-11-00  
**Калина Фарм** 8-800-550-03-21  
**Радуга** 8-800-511-88-57  
**Планета здоровья\*** (4822) 73-44-44  
**Ригла\*** 8-800-777-03-03

**ТОМСК**  
**Аптека Эвалар**  
Иркутский тракт, 44,  
(3822) 71-34-55  
ул. Красноармейская, 101а  
(3822) 215-054

ул. Ленина, 202, (3822) 40-11-18  
ул. Мюнхиха, 8, (3822) 47-17-92  
ул. Нахимова, 3в, (3822) 41-66-36  
ул. Фрунзе, 94, (3822) 44-24-00  
**Аптека Вита\*** (3822) 543-9999  
**Живика\*** 8 (800) 777-30-03  
**Планета Здоровья\*** (3822) 45-45-45

**ТОМСКАЯ ОБЛАСТЬ**  
**АСИНО**  
**Аптека Эвалар**  
ул. Ленина, 31

**МЕЛЬНИКОВО**  
**Аптека Эвалар**  
ул. Коммунистическая, 2а

**СЕВЕРСК**  
**Аптека Эвалар**  
ул. Первомайская, 4,  
(3823) 54-38-96

**ТУЛА**  
**Апрель** 8-800-200-90-01, с.с.моб. \*9001  
**Аптеки Столички** 8-800-555-11-15  
**Твой доктор** 8-800-775-87-03  
**Алоэ\*** 8-800-550-13-07  
**Живика\*** 8 (800) 777-30-03  
**Планета Здоровья\*** 8-800-7-550-500  
**Ригла\*** 8-800-777-03-03  
**СПАР\*** (4872) 34-34-94

**ТЮМЕНЬ**  
**Аптека Эвалар**  
ул. Республики, 144, (3452) 49-47-91  
**Озерки** 8-800-775-75-33  
**Радуга** 8-800-511-88-57  
**Фармакопейка** 8-800-200-97-07  
**Аптека от склада\*** (3452) 60-70-16  
**Планета Здоровья\*** (3452) 54-93-03  
**Ригла\*** 8-800-77-03-03  
**Фармлэнд\*** 8-800-550-03-93

**УЛАН-УДЭ**  
**Аптека Эвалар**  
пр. 50 лет Октября, 6  
8-902-166-96-36, (3012) 66-96-36  
ул. Баптахнинова, 9 (3012) 21-00-79  
ул. Гаспель, 12, (3012) 25-00-16  
ул. Комсомольская, 6а, (3012) 46-41-74  
**АПТЕКА ПЛЮС** (3012) 43-26-81

**УЛЬЯНОВСК**  
**Апрель** 8-800-200-90-01, с.с.моб. \*9001  
**Вита** 8 (800) 755-00-03  
**Фармиэкс** (8422) 36-71-01  
**Планета Здоровья\*** 8-800-7-550-500  
**Ригла\*** 8-800-777-03-03

**УФА**  
**Доктор Столетов** 8-800-775-11-00  
**Аптека от склада\*** (347) 262-70-10  
**Башфармация\*** (347) 246-03-33  
**Живика\*** 8 (800) 777-30-03  
**Ригла\*** 8-800-777-03-03  
**Фармлэнд\*** 8-800-550-03-93

**ХАБАРОВСК**  
**Аптека Эвалар**  
ул. Ворошилова, 28, (4212) 50-40-80  
ул. Стрельникова, 27, (4212) 744-586  
ул. Шелеста, 85, (4212) 56-56-41  
ул. Шеронова, 2/3  
(4212) 47-55-22, 48-55-22  
**Аптека ДВГМУ** (4212) 75-47-96  
**Фарма-Хабаровск** (4212) 74-94-48  
**МОНАСТЫРЬЕВ.рф\*** 8-800-707-77-33

**ХАБАРОВСКИЙ КРАЙ**  
**КОМСОМОЛЬСК-НА-АМУРЕ**  
**Первая Аптека** (4217) 22-09-01  
**Аптека Минница\*** (4217) 54-43-43

**ХАНТЫ-МАНСИЙСК**  
**Радуга** 8-800-511-88-57  
**Фармакопейка** 8-800-200-97-07  
**Живика\*** 8 (800) 777-30-03

**ЧЕБОКСАРЫ**  
**Апрель** 8 800 200 90 01, с.с.моб. \*9001  
**Вита** 8 (800) 755-00-03  
**Озерки** 8-800-775-75-33  
**Живика\*** 8 (800) 777-30-03  
**Планета Здоровья\*** 8-800-7-550-500  
**Ригла\*** 8-800-777-03-03  
**Фармация Чувاشии\***  
(8352) 58-30-18

**ЧЕЛЯБИНСКИЙ КРАЙ**  
**Аптека Эвалар**  
ул. Захаренко, д. 4, пом. 1,  
8-922-710-87-26  
ул. Курчатова, 19а, (351) 2

МАРКЕТПЛЕЙС ОТ ЭВАЛАР №1 В РОССИИ\*



15%

Приятный шоппинг с ФИТОМАРКЕТ!

Получи скидку по промокоду<sup>1</sup> на НОВИНКИ и остальной ассортимент:

**FITODOKTOR**

на любой заказ на сайте

[www.fitomarket.ru](http://www.fitomarket.ru)



<sup>1</sup> Пожалуйста, обратите внимание: скидка распространяется только на товары без скидки. Промокод необходимо активировать до 31.09.2022.

## ЗДОРОВЬЕ С ДОСТАВКОЙ НА ДОМ ЦЕНЫ ОТ ПРОИЗВОДИТЕЛЯ!



Новинки от Эвалар



Витамины и минералы



Натуральная косметика



Здоровое питание



30 ЛЕТ ЗНАНИЙ И ОПЫТА\*\*



НЕЗАВИСИМЫЕ ЛАБОРАТОРИИ\*\*\*



ЭКСПЕРТНАЯ ПРОВЕРКА



ЕВРОПЕЙСКОЕ КАЧЕСТВО

\* Эвалар №1 в России в категории БАД в стоимостном и натуральном выражении за 2019 г. по данным АО «Группа ДСМ».

\*\* Все товары проходят дополнительный подбор специалистами компании Эвалар, стаж работы на рынке более 30 лет.

\*\*\* По договорам с организациями, аккредитованными на проведение лабораторных испытаний.

«Эвалар» — марка №1 по данным АО «Группа ДСМ» за период январь-октябрь 2021 года по объему продаж в стоимостном и натуральном выражении среди производителей БАД.



100% НАТУРАЛЬНЫЕ ПРОДУКТЫ



ПОДХОДИТ ДЛЯ ВЕГЕТАРИАНЦЕВ



ДИАБЕТИЧЕСКИЕ ПРОДУКТЫ

~~GMO~~

БЕЗ ГМО



НИЗКОКАЛОРИЙНЫЕ ПРОДУКТЫ



ПОЛНОСТЬЮ БИОРАЗЛАГАЕМО



КОМПОНЕНТЫ РАСТИТЕЛЬНОГО ПРОИСХОЖДЕНИЯ

~~GLUTEN~~

БЕЗ ГЛЮТЕНА

