

МЕДИАГРУППА
**КОМСОМЛЬСКАЯ
ПРАВДА**
ГАЗЕТА • САЙТ • РАДИО

Медицинский альманах

«КП-Здоровье»

Эксклюзивный контент от экспертов
отрасли для читателей «КП»!

Медицинский альманах

«КП-Здоровье»

Жить долго, полноценно и желательно счастливо - это перспективный план для любого человека. Но как его осуществить?

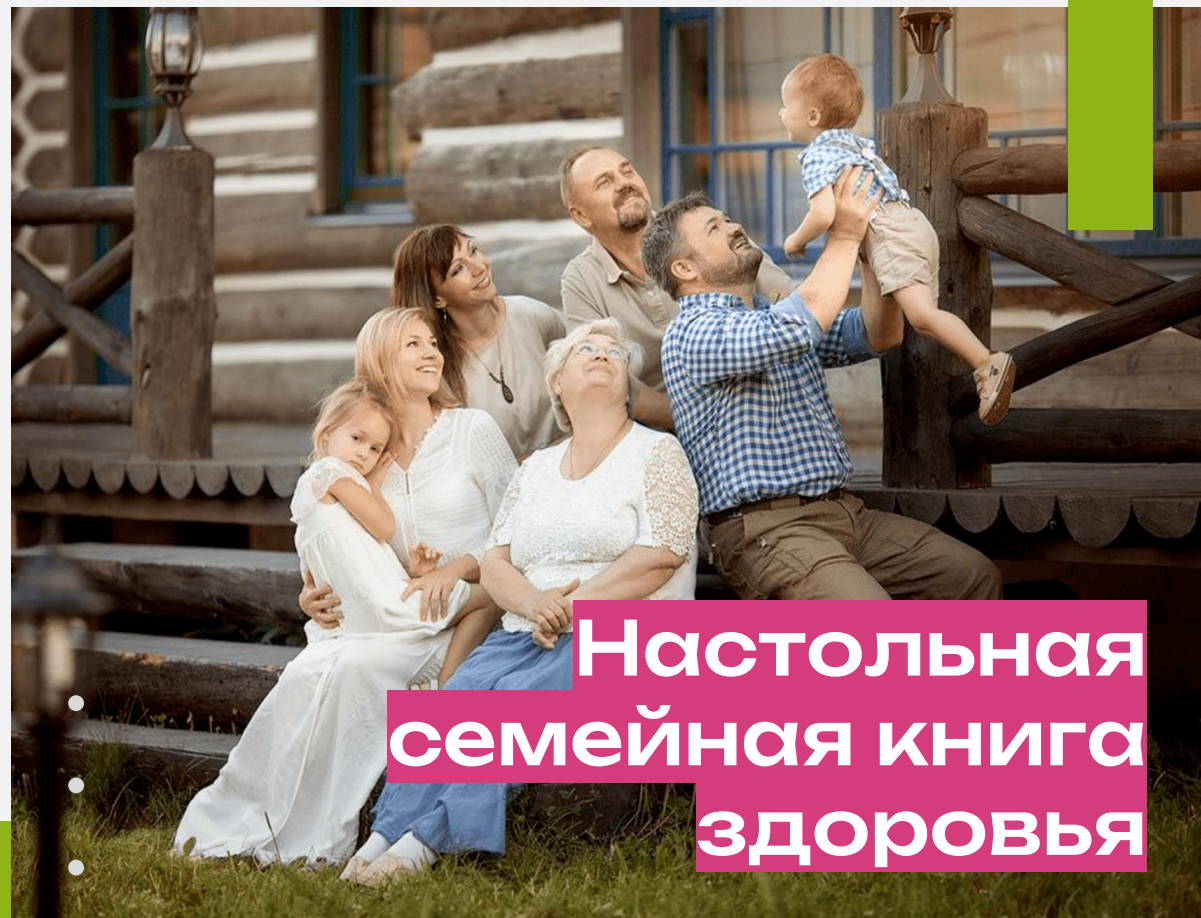
«Комсомольская правда» держит этот вопрос в фокусе своего внимания месяц за месяцем, год за годом.

Ежедневно на сайте kr.ru и в газете «Комсомольская правда» выходят статьи о научных изысканиях в теме сохранения здоровья и долголетия, интервью с лучшими врачами страны.

Самое ценное из этого мы постарались упаковать в красочный и полезный альманах.

• • •
Медицинский альманах
«КП-Здоровье»

МЕДИАГРУППА
**КОМСОМОЛЬСКАЯ
ПРАВДА**
ГАЗЕТА • САЙТ • РАДИО



**Настольная
семейная книга
здоровья**

Об альманахе

Тираж: от 10 тыс. экз.
Формат: 195*285 мм
Объем: 240 полос

Качество печати:

- внутренние полосы: офсетная бумага, плотность 80 гр/м2
- обложка: мелованная бумага, плотность 250 гр/м2, гляцевая ламинация

Средняя стоимость:
500-600 руб. за экз.

Выход первого номера: март 2025 г.

Срок приема заявок на рекламу: до 17 февраля

Сдача в печать: 28 февраля

Медицинский альманах «КП-Здоровье»

Масштабное продвижение проекта на ресурсах Медиагруппы «КП»

Распространение: маркетплейсы и книжные магазины

Медицинский альманах «КП-Здоровье»

Золотой стандарт

В лабораторию приходят сотни анализов, и им, как и вам, требуется анализ. В чем же дело? Почему анализы не всегда соответствуют действительности? Прочитав эту статью, вы узнаете, почему так важно, и в каком порядке вам нужно сдавать анализы.

Многие считают время важным, чтобы сдать анализы, но не знают, что анализы могут быть некорректными из-за неправильной подготовки. Это может быть связано с приемом пищи, приемом лекарств, приемом алкоголя, приемом витаминов и минеральных добавок, приемом контрацептивов и гормональных препаратов.

Результаты анализов могут быть неверными, если вы не соблюдаете правила подготовки к сдаче анализов. Это может быть связано с приемом пищи, приемом лекарств, приемом алкоголя, приемом витаминов и минеральных добавок, приемом контрацептивов и гормональных препаратов.

ТАМ, ГДЕ С ТАКОМ-ТО ТАЛМИ!

Нередко мы слышим, чтобы кто-то говорил: «У меня давление высокое» или «У меня сахар высокий». Но что это значит? Как это связано с риском развития сердечно-сосудистых заболеваний? Прочитав эту статью, вы узнаете, почему так важно контролировать свое давление и уровень сахара в крови.

ХОЛЕСТЕРИН: ХОРОШЕГО ПОБОКОВО!

Сдавая кровь на уровень холестерина, вы узнаете, насколько высок уровень холестерина в вашей крови. Это может быть связано с приемом пищи, приемом лекарств, приемом алкоголя, приемом витаминов и минеральных добавок, приемом контрацептивов и гормональных препаратов.

ДАВЛЕНИЕ: ЧЕМ ТАКЖЕ!

В кардиологии есть понятие «нормальное давление». Но что это значит? Как это связано с риском развития сердечно-сосудистых заболеваний? Прочитав эту статью, вы узнаете, почему так важно контролировать свое давление.

КОГДА ГИПЕРБИРАНЫЙ ГЕМОЦИТИН СИГНАЛ О ДИАБЕТЕ

Простой анализ крови на сахар, так называемый «сахарный диабет», может быть связан с приемом пищи, приемом лекарств, приемом алкоголя, приемом витаминов и минеральных добавок, приемом контрацептивов и гормональных препаратов.

Диагностика

В кардиологии есть понятие «нормальное давление». Но что это значит? Как это связано с риском развития сердечно-сосудистых заболеваний? Прочитав эту статью, вы узнаете, почему так важно контролировать свое давление.

Три основных показателя холестерина		
Для людей из группы риска по атеросклерозу (общий холестерин, триглицериды)	Для взрослых без факторов риска	Для людей с заболеваниями сердца
Общий холестерин: не более 4,5 ммоль/л	не более 5,5 ммоль/л	не более 5,5 ммоль/л
Липопротеины низкой плотности (ЛПНП): не более 2,5 ммоль/л	не более 3,5 ммоль/л	не более 3,5 ммоль/л
Липопротеины высокой плотности (ЛПВП): не менее 1,0 ммоль/л	не менее 1,0 ммоль/л	не менее 1,0 ммоль/л

Если у вас выше, обратитесь к врачу и начните менять свой образ жизни, принимать лекарства, чтобы добиться целевого давления для своего возраста

ОМОГАЮТ ЛИ «ВОЛШЕБНЫЕ УКОЛЫ» И СТВОЛОВЫЕ КЛЕТКИ ИЗБАВИТЬСЯ ОТ ЛИШНЕГО ВЕСА И ДИАБЕТА

Выше мы писали, зачем вам это нужно? Сейчас мы расскажем, как это работает. Прочитав эту статью, вы узнаете, почему так важно контролировать свой вес и уровень сахара в крови.

Плюсы и минусы

Расскажем о плюсах и минусах приема препаратов для похудения. Прочитав эту статью, вы узнаете, почему так важно контролировать свой вес и уровень сахара в крови.

ВНИМАНИЕ!

Прочитав эту статью, вы узнаете, почему так важно контролировать свой вес и уровень сахара в крови. Прочитав эту статью, вы узнаете, почему так важно контролировать свой вес и уровень сахара в крови.

В тему

Прочитав эту статью, вы узнаете, почему так важно контролировать свой вес и уровень сахара в крови. Прочитав эту статью, вы узнаете, почему так важно контролировать свой вес и уровень сахара в крови.

Подводные камни

Прочитав эту статью, вы узнаете, почему так важно контролировать свой вес и уровень сахара в крови. Прочитав эту статью, вы узнаете, почему так важно контролировать свой вес и уровень сахара в крови.

В тему

Прочитав эту статью, вы узнаете, почему так важно контролировать свой вес и уровень сахара в крови. Прочитав эту статью, вы узнаете, почему так важно контролировать свой вес и уровень сахара в крови.

КАК ВЛИЮТ АЛКОГОЛЬ И ЕДА

Прочитав эту статью, вы узнаете, почему так важно контролировать свой вес и уровень сахара в крови. Прочитав эту статью, вы узнаете, почему так важно контролировать свой вес и уровень сахара в крови.

5 главных факторов риска, приводящих к сосудистым катастрофам

Прочитав эту статью, вы узнаете, почему так важно контролировать свой вес и уровень сахара в крови. Прочитав эту статью, вы узнаете, почему так важно контролировать свой вес и уровень сахара в крови.

О гипертонии

Прочитав эту статью, вы узнаете, почему так важно контролировать свой вес и уровень сахара в крови. Прочитав эту статью, вы узнаете, почему так важно контролировать свой вес и уровень сахара в крови.

1 в-видео: Как снизить уровень холестерина в крови

Прочитав эту статью, вы узнаете, почему так важно контролировать свой вес и уровень сахара в крови. Прочитав эту статью, вы узнаете, почему так важно контролировать свой вес и уровень сахара в крови.

О гипертонии

Прочитав эту статью, вы узнаете, почему так важно контролировать свой вес и уровень сахара в крови. Прочитав эту статью, вы узнаете, почему так важно контролировать свой вес и уровень сахара в крови.

2 в-видео: Гипертония

Прочитав эту статью, вы узнаете, почему так важно контролировать свой вес и уровень сахара в крови. Прочитав эту статью, вы узнаете, почему так важно контролировать свой вес и уровень сахара в крови.

О гипертонии

Прочитав эту статью, вы узнаете, почему так важно контролировать свой вес и уровень сахара в крови. Прочитав эту статью, вы узнаете, почему так важно контролировать свой вес и уровень сахара в крови.

3 в-видео: Инфаркт и сахарный диабет

Прочитав эту статью, вы узнаете, почему так важно контролировать свой вес и уровень сахара в крови. Прочитав эту статью, вы узнаете, почему так важно контролировать свой вес и уровень сахара в крови.

О гипертонии

Прочитав эту статью, вы узнаете, почему так важно контролировать свой вес и уровень сахара в крови. Прочитав эту статью, вы узнаете, почему так важно контролировать свой вес и уровень сахара в крови.

4 в-видео: Показательный уровень холестерина в крови

Прочитав эту статью, вы узнаете, почему так важно контролировать свой вес и уровень сахара в крови. Прочитав эту статью, вы узнаете, почему так важно контролировать свой вес и уровень сахара в крови.



Главные темы

- 1 Что поможет сохранить молодость мозга и сосудов на долгие годы?
- 2 Как снизить риски инсульта и инфаркта?
- 3 Какая физкультура не только не полезна, но и вредит?
- 4 Что есть, чтобы не болеть?
- 5 Какие продукты только прикидываются полезными для здоровья?
- 6 Работают ли реально «бабушкины» советы: носить шапку, чтобы защититься от менингита, есть суп для здоровья желудка?

- 7 Что поможет исправить проблемы со зрением у детей? Реально ли избежать катаракты и глаукомы у взрослых?
- 8 Существуют ли способы обезопасить здоровье ребенка при пользовании гаджетами?
- 9 Как поднять иммунитет часто болеющих детей?

Ответы на эти и десятки других вопросов с точки зрения науки и доказательной медицины на понятном и доступном простому читателю языке в новом альманахе «КП-Здоровье»



Эксперты выпуска

Ткачева Ольга, Директор Российского геронтологического научно-клинического центра РНИМУ им. Н.И. Пирогова, главный гериатр Минздрава России, член-корреспондент РАН, доктор медицинских наук

Чердак Мария, Врач-невролог, старший научный сотрудник лаборатории нейрогериатрии РГНИЦ, кандидат медицинских наук.

Маркова Юлия, кандидат биологических наук, научный сотрудник лаборатории биобезопасности и анализа нутримикробиома ФГБУН «ФИЦ питания и биотехнологии».

Иллариошкин Сергей, Директор Института мозга Научного центра неврологии, академик РАН, доктор медицинских наук.

Мокрышева Наталья, директор НМИЦ эндокринологии Минздрава России, член-корреспондент РАН, врач-эндокринолог.

Компанцев Дмитрий, Доктор фармацевтических наук, завкафедрой фармацевтической технологии с курсом медицинской биотехнологии Пятигорского медико-фармацевтического института - филиала Волгоградского государственного медицинского университета.

Зорин Вадим, Врач-биосфизик, эксперт Сколково, руководитель отдела регенеративной медицины ПАО «Артген», лауреат премии правительства РФ в области науки и техники.

Мельников Дмитрий, Пластический хирург, доцент кафедры онкологии, радиологии и пластической хирургии Сеченовского университета.

Бекетов Владимир, Врач-пульмонолог, терапевт, кардиолог, кандидат медицинских наук, доцент Сеченовского университета.

Бажин Александр, Врач-рентгенолог, кандидат медицинских наук, заместитель директора по образовательной деятельности Центра диагностики и телемедицины Департамента здравоохранения Москвы.

Ответчиков Михаил, Врач-психиатр, психотерапевтом Центра когнитивного здоровья Федерального медико-биологического агентства России.

Сергеева Светлана, Врач-невролог, ассистент кафедры неврологии факультета дополнительного профессионального образования РНИМУ им. Н.И. Пирогова Минздрава России, к.м.н. Инна Филатова и врач-невролог Российского геронтологического научно-клинического центра РНИМУ им. Пирогова, доцент, д.м.н.

Москалев Алексей, Директор Института биологии старения Нижегородского государственного университета им. Н.И. Лобачевского, член-корреспондент РАН, ведущий телеграм-канала «Путь долгожителя».

Покровский Вадим, Руководитель Федерального научно-методического центра по профилактике и борьбе со СПИДом, доктор медицинских наук, академик РАН.

Деев Роман, Первый заместитель директора института, кандидат медицинских наук.

Абугов Сергей, Заведующий отделением рентгенохирургических (рентген-эндоваскулярных) методов диагностики и лечения Научно-клинического центра № 1 РНЦХ им. академика Б.В. Петровского, член-корреспондент РАН, д.м.н., профессор.

Гаврилюк Наталья, Врач-кардиолог, кандидат медицинских наук, научный сотрудник НМИЦ им. В.А. Алмазова Минздрава России, автор книги «Привычка быть здоровым. Как предотвратить гипертонию, инфаркт и инсульт» (издательство «Комсомольская правда»).

Стоянова Гургана, Врач-офтальмолог высшей квалификационной категории, офтальмохирургом, кандидат медицинских наук

Арсютов Дмитрий, Руководитель НМИЦ МНТК «Микрохирургия глаза» им. академика С.Н. Федорова Минздрава России, кандидат медицинских наук, Заслуженный врач РФ, практикующий офтальмохирург.

Кондрахина Ирина, Врач-дерматовенеролог, трихолог, заведующая консультативно-диагностическим центром Государственного научного центра дерматовенерологии и косметологии, доктор медицинских наук.

Нестерова Ольга, врач-уролог, кандидат медицинских наук, старший преподаватель кафедры урологии и андрологии факультета фундаментальной медицины МГУ им. М.В. Ломоносова, научный сотрудник Медицинского научно-образовательного центра МГУ им. М.В. Ломоносова.

Руденко Виктория, Врач-оториноларинголог, сурдолог лечебно-диагностического центра НКЦ № 2 Российского научного центра хирургии им. академика Б.В. Петровского, к.м.н..

Карташёва-Эберц Дарья, Российско-французский ученый-иммунолог.

Ермакова Светлана, гастроэнтеролог, терапевт Центра молекулярной диагностики CMD Говорово ФБУН ЦНИИ эпидемиологии Роспотребнадзора.

Мамедов Мехман, Профессор-кардиолог, доктор медицинских наук, эксперт Лиги здоровья нации.

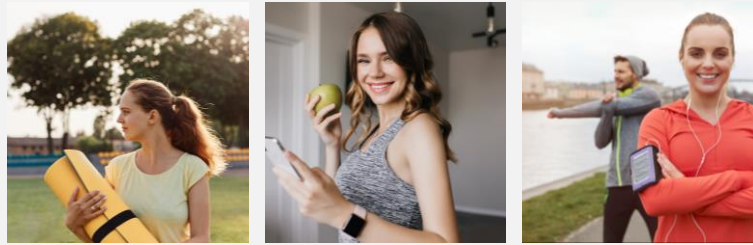
Водовозов Алексей, Врач-терапевт высшей квалификационной категории, токсиколог, специалист по доказательной медицине.

Актуальность проекта

Растет интерес жителей России к превентивной медицине



Растет интерес к здоровому образу жизни и осознанному подходу к медицине



Жители России активно интересуются материалами в СМИ по темам: медицина, ЗОЖ и косметология



43,8% считают превентивную медицину важной для поддержания здоровья

30,4% оценивают значение превентивной медицины как особенно высокое

65,2% аудитории, заинтересованной в превентивной медицине являются люди экономически активного возраста (люди 25-44 лет)

60,2% покупая лекарства, выбирают знакомые средства

45,4% следят за своим питанием и стараются есть то, что поддерживает здоровье и фигуру

35,8% готовы на многое, чтобы выглядеть молодо

34,5% - ЗОЖ, правильное питание

29,4% - медицина

28,7% - уход за собой, бьюти-процедуры

Размещение рекламы и информационных сообщений



Объем	Стоимость без НДС
ОБЛОЖКИ	
4 обложка	600 000 руб.
2, 3 обложка	500 000 руб.
ВНУТРЕННИЕ ПОЛОСЫ	
1 полоса	400 000 руб.
1/2 полосы	300 000 руб.
1/4 полосы	200 000 руб.
1/8 полосы	150 000 руб.

Уточняйте размеры при заявке на размещение
Наценка за размещение на первых трех разворотах — 30%

• • •
**Медицинский альманах
«КП-Здоровье»**

**Присоединяйтесь
и мы обеспечим вам
вовлеченную и
качественную
аудиторию!**

С уважением, команда
проекта «КП-Здоровье»

