

**100 страниц
о самом главном**

Ежемесячный журнал
№01 (308), январь, 2019 г.
Основан 05.01.1993 г.

Издатель и учредитель –
ООО «Шенкман
и сыновья»

Генеральный директор
Борис Шенкман

Главный редактор
Борис Шенкман

Обозреватели
Татьяна Абрамова
Светлана Чечилова

Редакторы
Иван Мамичев
Наталья Архипова

Верстка
Сергея Сухарева

Фото на обложке
Ирины Мамичевой

Отдел
распространения
Татьяна Сыромятникова

Адрес для писем:
Москва 127018
Сушевский Вал, д.5,
строение 15

Телефон:
(495) 788-30-12

Электронная почта:
budzdzorov2@yandex.ru

© «Будь здоров!», 2019 г.

В ЭТОМ НОМЕРЕ

Татьяна Абрамова	
Жизнь лучше управлять	3
Андрей Яковлев	
Берегите детей от ожогов	8
<i>Лента новостей</i>	16
Виктория Котова	
Остаться стройной в новом году	18
Светлана Чечилова	
Витамины – формула долголетия	23
Ирина Орловская	
Качество – всему голова	28
Татьяна Абрамова	
Эти глаза напротив	34
Светлана Чечилова	
Будущее терапии астмы	42
Елена Борисова	
Я не болен, я простыл	45
Юлия Кириллова	
Не хочу лысеть	48
Светлана Чечилова	
Такие разные колготки	56
<i>Без подробностей</i>	62
Светлана Чечилова	
Правда и мифы о детском питании	64
Наталья Каркачева	
«Вкусные» деревья	69
Михаил Филонов	
Эжен Сю: «солдат идеи»	75
<i>Проверка интеллекта</i>	81
Татьяна Абрамова	
Как сохранить любовь	82
<i>Проба пера</i>	
Надежда Муравьева	
Учимся быть волшебниками	89