

БУДЬ ЗДОРОВ!

**100 страниц
о самом главном**

Ежемесячный журнал
№08 (315), август, 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

Рисунки
Адольфа Скотаренко

Фото на обложке
Андрея Высоколова

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

Телефон:
(495) 788-30-12

Электронная почта:
budzdorov2@yandex.ru

© «Будь здоров!», 2019 г.

В ЭТОМ НОМЕРЕ

Надежда Муравьева Сердце льва	3
Юлия Кириллова Брюшная жаба	8
Татьяна Агушина Очки в вашу пользу.....	15
Светлана Чечилова После инфаркта	21
<i>Лента новостей</i>	24
Светлана Чечилова Как жить с рассеянным склерозом	26
Вадим Кириллов Болезнь грязных рук	32
Елена Борисова Предиабет. Время действовать	39
Татьяна Абрамова Десинхрониз: перелеты без проблем	41
Дина Баясова Эрозия шейки матки: чем опасна и как лечить	45
Татьяна Агушина Стресс: кто кого?	50
Людмила Полонская «Болезнь гениев»	55
Татьяна Агушина Кальций для мам	61
Елена Борисова Секреты красивого голоса	65
<i>Без подробностей</i>	68
Татьяна Абрамова Ловушки обиды	70
Инна Полякова Косметика с грядки	75
Михаил Филонов Осторожно: экзотические страны	81
<i>Целители святые</i> Ирина Орловская Святой мученик Трифон	88