

100 страниц о самом главном

Ежемесячный журнал
№12 (377),
декабрь, 2024 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

Редактор
Ольга Коршунова

Верстка
Сергея Сухарева

Фото на обложке
Галины Сухаревой

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

Телефон:
(495) 788-30-12

Электронная почта:
budzdorov2@yandex.ru

© «Будь здоров!», 2024 г.

В ЭТОМ НОМЕРЕ

Людмила Полонская
Диспансеризация: что нового? 3

Светлана Чечилова
Почему падает рождаемость? 9

Татьяна Абрамова
Игры разума 13

Лента новостей 20

Ирина Титова
Не отказывайтесь от праздника! 22

Вадим Кириллов
Польза и вред антибиотиков 28

Елена Ломакина
Не пропустите рожистое воспаление 32

Галина Снигур
Поговорим о важности жиров..... 38

Вадим Кириллов
Как победить диарею? 45

Вадим Кириллов
Бессонница не бывает беспричинной 52

Анна Барина
«Взрослые» дети 57

Проверка интеллекта 63

Татьяна Абрамова
Новый образ – новое будущее 64

Наталья Лебедева
Утка на новогоднем столе 71

Людмила Полонская
Полезные чипсы 77

Вера Ветрова
Гений – парадоксов друг 79

Здесь русский дух
Инна Курдакова
Кукольная Вселенная Сергея Образцова 86

Содержание журнала за 2024 год91