

100 страниц о самом главном

Ежемесячный журнал
№7 (372),
июль, 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
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!», 2024 г.

В ЭТОМ НОМЕРЕ

Светлана Леснова Не соглашайтесь болеть	3
Марина Туманова Тепловой удар	9
Вадим Кириллов От чего возникает дисбактериоз	15
Галина Костина Спасти ребенка от рака	19
<i>Лента новостей</i>	24
Светлана Чечилова Мифы о репродуктивном здоровье	26
Людмила Полонская Гимнастика для мозга	30
Татьяна Агушина Чистим зубы правильно!	37
Галина Костина Рак шейки матки: главное – не пропустить	41
Татьяна Агушина После сеанса лазерной эпиляции... ..	45
Ольга Коршунова Как оказывать психологическую поддержку? .	49
<i>Без подробностей</i>	56
<i>Из архива «БЗ!»</i> Игорь Антонов Курортные опасности	58
Вера Ветрова Поколение зумеров	66
Вера Ветрова Создаем сценарий удачного дня	72
Татьяна Абрамова Не застревайте в прошлом	77
Максим Камаев О пользе смородины	83
<i>Проверка интеллекта</i>	89
<i>Здесь русский дух</i> Инна Курдакова «Ученик русского языка»	90