

**100 страниц  
о самом главном**

Ежемесячный журнал  
№3 (368),  
март, 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  
**Мария Лебедева**

Верстка  
**Сергея Сухарева**

Фото на обложке  
**Геннадия Михеева**

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

Телефон:  
(495) 788-30-12

Электронная почта:  
[budzdorov2@yandex.ru](mailto:budzdorov2@yandex.ru)

© «Будь здоров!», 2024 г.

## В ЭТОМ НОМЕРЕ

<b>Татьяна Абрамова</b> Здоровье – бесценно .....	3
<i>Лента новостей</i> .....	12
<b>Марина Туманова</b> Борьба с невидимым врагом .....	14
<b>Станислав Орешкин</b> Весенний конъюнктивит .....	21
<b>Вадим Кириллов</b> Рак легкого: как не пропустить начало .....	28
<b>Светлана Чечилова</b> Инсулин и мышцы .....	35
<b>Елена Ломскова</b> Тромбоз – печальный венец варикоза .....	41
<b>Вадим Кириллов</b> Опасности гипернатриемии .....	47
<b>Галина Костина</b> Мужские болезни .....	52
<b>Татьяна Агушина</b> Экзема: нажми на «exit» .....	56
<b>Светлана Чечилова</b> Если нельзя, но очень хочется .....	62
<i>Без подробностей</i> .....	66
<b>Людмила Полонская</b> Капризы солнечного ветра .....	68
<b>Ольга Коршунова</b> Ребенок. Большой, но маленький .....	75
<b>Анна Барина</b> Будьте счастливы! .....	82
<i>Великие врачи России</i> Отец русской физиологии .....	85