

**100 страниц
о самом главном**

Ежемесячный журнал
№10 (305), октябрь, 2018 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
Геннадий Михеев

Отдел
распространения
Татьяна Сыромятникова

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

Телефон:
(495) 788-30-12

Электронная почта:
budzdorov2@yandex.ru

© «Будь здоров!», 2018 г.

Татьяна Абрамова Не стоит прогибаться под изменчивый мир? ...	3
Марина Масляева Псориаз зимой и осенью	8
Светлана Чечилова Управа на гепатит С	14
<i>Лента новостей</i>	20
Марина Туманова Межреберная невралгия: не бояться, а лечить.....	22
Светлана Сенина Мифы об иммунитете	29
Александр Орлов Бег, ходьба и стул-велосипед	32
Светлана Чечилова Ни разогнуться, ни повернуться	36
<i>Женский вопрос</i> Мария Лапик Рожать нельзя откладывать	42
<i>Без подробностей</i>	45
Татьяна Агушина Я прививок не боюсь	47
Татьяна Агушина Здоровые советы	52
Светлана Чечилова Удар ниже пояса.....	57
Татьяна Абрамова Дорожный стресс	64
<i>Спешите делать добро</i> Людмила Письман Вход с собакой разрешается.....	69
Наталья Каркачева Целебный бессмертник.....	75
Михаил Филонов Тревожная жизнь бабочек	80
<i>Проверка интеллекта</i>	89
<i>Из архивов Первой градской</i> Ирина Орловская Когда больница становится госпиталем	90