

## 100 страниц о самом главном

Ежемесячный журнал  
№8 (350),  
август, 2022 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**  
**Мария Лебедева**

Верстка  
**Сергея Сухарева**

Рисунки  
**Адольфа Скотаренко**

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](mailto:budzdorov2@yandex.ru)

© «Будь здоров!», 2022 г.

## В ЭТОМ НОМЕРЕ

<b>Наталья Каркачева</b> Дачи разные нужны .....	3
<b>Александр Орлов</b> В основе зуда лежит рефлекс .....	9
<i>Лента новостей</i> .....	14
<b>Александр Очерет</b> «Доктор, меня скрутило!» .....	16
<b>Татьяна Агушина</b> Скальпель против диабета .....	24
<b>Татьяна Абрамова</b> И один в доме воин .....	28
<i>Женский вопрос</i> <b>Галина Костина</b> Эти беспокойные месячные .....	37
<b>Татьяна Агушина</b> Неласковое солнце: мифы о меланоме .....	42
<b>Ирина Дроздова</b> Разбудить связи .....	45
<b>Гульнара Брик</b> Переходим к водным процедурам! .....	50
<b>Людмила Полонская</b> Раненый боец – это временно .....	57
<b>Людмила Полонская</b> Особенности национального... счастья .....	63
<i>Без подробностей</i> .....	70
<b>Татьяна Агушина</b> Что поможет сохранить женское здоровье ....	72
<b>Наталья Михайлова</b> Целебные свойства крыжовника .....	78
<b>Анна Барина</b> Искусство партнерства .....	84
<i>Проверка интеллекта</i> .....	88
<i>Великие чудачки</i> <b>Ольга Коршунова</b> Якоб Морено: жизнь как театр .....	89