

100 страниц о самом главном

Ежемесячный журнал
№ 12 (282), декабрь, 2016 г.
Основан 05.01.1993 г.

Издатель и учредитель –
ООО «Шенкман
и сыновья»

Генеральный директор
Борис Шенкман

Редакционный совет
Виктор Ахломов
Нина Самохина
Татьяна Сахарчук

Главный редактор
Вера Шабельникова

Обозреватели
Татьяна Абрамова
Светлана Чечилова

Редактор
Иван Мамичев

Верстка
Сергея Сухарева

Рисунки
Адольфа Скотаренко

Фото на обложке
Александра Гурьянова

Отдел
распространения
Татьяна Сыромятникова

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

Телефон:
(495) 788-30-12

Электронная почта:
budzdorov2@yandex.ru

© «Будь здоров!», 2016 г.

Елена Конькова Предчувствие Нового года	3
Марина Масляева Лео Бокерия: «Сегодня нет кардиологических заболеваний, которые не лечатся»	8
Светлана Чечилова Почему таблетка такая дорогая?	14
Татьяна Абрамова Золотые правила питания	19
Светлана Чечилова Как справиться с астмой?	22
<i>Лента новостей</i>	26
Светлана Чечилова Можно ли доверять контрацепции?	28
Марина Масляева Холодно, толстеем...	32
<i>Поможем друг другу</i>	36
<i>Консультация специалиста</i> Пуриновый обмен и подагра	38
Марина Фомина На лыжах – с гор и по равнине	42
Юлия Кириллова Охотник за вирусами	46
Анна Барина Наши добрые приметы	50
Вера Шабельникова Нобелевская премия уехала в Японию	54
Татьяна Агушина Как родить умницу	56
Людмила Полонская Мир из другого окна	58
Татьяна Агушина Здоровые советы	63
Дина Балясова Зимний сад	66
<i>Без подробностей</i>	72
Марина Поварская Одежда для новогоднего подарка	74
<i>Проверка интеллекта</i>	77
Татьяна Абрамова Ароматный детский мир	78
<i>Пером и скальпелем</i> Наталья Ефимова «Природа-врач! Пусти мне кровь души!»	84
<i>Содержание журнала за 2016 год</i>	90