

БУДЬ ЗДОРОВ!

**100 страниц
о самом главном**

Ежемесячный журнал
№1 (343),
январь, 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
Андрея Маленкова

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

Телефон:
(495) 788-30-12

Электронная почта:
budzdorov2@yandex.ru

© «Будь здоров!», 2022 г.

В ЭТОМ НОМЕРЕ

Татьяна Абрамова Лечимся любовью	3
<i>Лента новостей</i>	10
Татьяна Агушина Как сохранить зрение при глаукоме	12
Анна Кузьминская Подружитесь с холодом	16
Армен Севостян Камни в желчном: удалять или нет?	24
Дмитрий Маленков Коварный «друг»	30
Татьяна Агушина Мигрень: болезнь миллиарда	38
Светлана Чечилова Отпечатки оставил ковид	42
<i>Про детей и внуков</i> Татьяна Дракина Чтобы носики были здоровыми	49
<i>Без подробностей</i>	54
Татьяна Агушина Плесень. Ужасная, но победимая	56
Вадим Кириллов Благородный лавр – целитель и пряность	59
Людмила Полонская Движению локдаун не помеха	63
Инна Курдакова Как помочь себе при боли	67
Наталья Михайлова Сыворотка – лечебный продукт	70
Анна Антонова Не торопитесь!	75
Михаил Филонов Шоколадный мир	80
<i>Проверка интеллекта</i>	88
<i>Великие голоса России</i> Царь-бас	89