

**100 страниц
о самом главном**

Ежемесячный журнал
№7 (289), июль, 2017 г.
Основан 05.01.1993 г.

Издатель и учредитель –
ООО «Шенкман
и сыновья»

Генеральный директор
Борис Шенкман

Главный редактор
Вера Шабельникова

Обозреватели
Татьяна Абрамова
Светлана Чечилова

Редактор
Иван Мамичев

Верстка
Сергея Сухарева

Рисунки
Адольфа Скотаренко

Фото на обложке
Сергея Жукова

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!», 2017 г.

| | |
|---|----|
| Вера Шабельникова Благоговение перед жизнью | 3 |
| Светлана Чечилова Летние советы | 7 |
| Татьяна Иванова Путь к сердцу лежит через желудок? | 11 |
| Татьяна Агушина Щитовидка – подкова здоровья | 15 |
| <i>Лента новостей</i> | 18 |
| Елена Борисова Гемофилия: не приговор, а образ жизни | 20 |
| Андрей Антипенко Зуб, который не состоялся | 25 |
| Елена Сундукова Дюжина необычных способов похудеть | 31 |
| Игорь Антонов Курортные опасности | 37 |
| Вера Дмитриева Склеродермия: советы фитотерапевта | 45 |
| Татьяна Абрамова Как жить в ладу с компьютером | 50 |
| Татьяна Абрамова Хмельное лечение | 56 |
| Светлана Чечилова Человек разумнейший | 60 |
| Людмила Письман Вместе против «серых ангелов» | 67 |
| <i>Без подробностей</i> | 74 |
| Валентина Яраева «Секретная кнопка» гипертонии и инсульта | 76 |
| <i>Проверка интеллекта</i> | 82 |
| Дина Балясова Лекарства с цветущей клумбы | 83 |
| <i>Дорога</i> Ирина Мамичева В Нормандию на автомобиле | 88 |