

**100 страниц
о самом главном**

Ежемесячный журнал
№ 11 (281), ноябрь, 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
Галины Немтиновой

Рисунки
Адольфа Скотаренко

Фото на обложке
Андрея Высоколова

Отдел
распространения
Татьяна
Сыромятникова

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

Телефон:
(495) 788-30-12

Электронная почта:
budzdorov2@yandex.ru

© «Будь здоров!», 2016 г.

Татьяна Абрамова Золотые правила питания	3
<i>Вопрос – ответ</i> Прививка от гриппа: делать или нет?	8
Светлана Чечилова Встать в строй.....	12
<i>Лента новостей</i>	16
Светлана Низовцева Сахарные фигурки	18
Не платите за то, что полагается бесплатно	22
Светлана Чечилова Когда поможет бариатр.....	24
Анна Кузнецова Металлы – проводники здоровья	29
<i>Консультация специалиста</i> Пуриновый обмен и подагра.....	34
Валерий Можарский Пневмония без осложнений	38
Дина Балясова Болезнь «кошачьих царапин»	44
<i>Из архива «БЗ!»</i> Татьяна Сахарчук Человек без селезенки	50
Марина Масляева Взять боль в свои руки	54
Анна Барина Во имя любви	60
Светлана Чечилова Если малыш поторопился родиться	65
Олег Левашов, Сергей Берлов Почему школьники плохо понимают физику	71
Василий Лавров Секреты Мойдодыра.....	76
<i>Проверка интеллекта</i>	79
<i>Без подробностей</i>	80
Светлана Агушина Здоровые советы	82
Михаил Политыкин Хвостатые полицейские и тараканы-спасатели.....	85
<i>Пером и скальпелем</i> Наталья Ефимова Последняя любовь Чехова.....	90