

100 страниц о самом главном

Ежемесячный журнал
№ 3 (273), март, 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
Ирина Мамичева

Обозреватели
Татьяна Абрамова
Светлана Чечилова

Редакторы
Вера Шабельникова
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.

Наталья Каркачева	
Гениальность – качество женское	3
Елена Ильина	
Весна – время позаботиться о сосудах	8
Ксения Богданова	
Как не заболеть в марте	14
<i>Лента новостей</i>	18
Елена Сундукова	
А мне всегда чего-то не хватает... ..	20
Светлана Чечилова	
Что мешает счастью материнства	24
Александр Орлов	
Болезнь, которая остается в тени	28
Светлана Чечилова	
Душ Шарко для зубов	34
<i>Поможем друг другу</i>	38
<i>Консультация специалиста</i>	40
Валентин Петрушин	
Терапия размышлением	44
Леонид Максимкин	
Макулодистрофия: кто в группе риска	50
Олег Левашов	
Маугли наоборот	56
Ирина Орловская	
Крым. Возвращение	61
Татьяна Абрамова	
Карнавальный сезон открыт	69
Ксения Богданова	
Весенние секреты красоты	72
Людмила Письман	
Варенье от искусницы	75
<i>Без подробностей</i>	82
<i>Советы на каждый день</i>	84
<i>Проверка интеллекта</i>	86
<i>Пером и скальпелем</i>	
Наталья Ефимова	
Сомерсет Моэм – свидетель всех эмоций	87