

БУДЬ ЗДОРОВ!

**100 страниц
о самом главном**

Ежемесячный журнал
№9 (328),
сентябрь, 2020 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 Лапик

Верстка
Сергея Сухарева

Рисунки
Адольфа Скотаренко

Фото на обложке
Игоря Денисова

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

Телефон:
(495) 788-30-12

Электронная почта:
budzdorov2@yandex.ru

© «Будь здоров!», 2020 г.

В ЭТОМ НОМЕРЕ

Татьяна Абрамова Чему научила нас самоизоляция	3
Татьяна Агушина Что нужно знать о раке мочевого пузыря	8
Дина Балясова Узлы бывают разные	11
<i>Лента новостей</i>	18
Татьяна Агушина Мигрень – не просто головная боль	20
Татьяна Агушина Жизнь с ревматоидным артритом	24
Инна Полякова Как сохранить зоркость глаз	28
Вадим Кириллов Клещи осенью	33
Людмила Полонская Стать сильнее страха	39
Татьяна Агушина Даю установку – бросить курить	47
Ольга Коршунова Новая жизнь через экран компьютера	51
Наталья Каркачева Ежевика: и вкусна, и полезна	59
<i>Без подробностей</i>	64
Анна Антонова Позвольте о вас позаботиться	66
Михаил Филонов Джинсовые секреты	71
Елена Конькова Голосистые чудо-петухи	79
<i>Проверка интеллекта</i>	88
Инна Курдакова Пол и характер	84
<i>По России</i>	
Галина Щапова На берегах могучего Амура	89