La verdad es que Thunderbird es el mejor gestor de correo electrónico que existe. Sé que una afirmación así puede ser tachada de absolutista. Sin embargo es innegable que Thunderbird existe prácticamente para todos los sistemas operativos de ordenador. Y es una gran ventaja, porque aprendiendo a manejar un sólo gestor de correo electrónico, ya serías capaz de poder cambiar de S.O. sin problemas de aprender como funcionan otros gestores propios de cada uno de ellos.
La verdad es que Thunderbird es muy potente. Y muy personalizable también. Sin embargo, dada su cantidad de funciones, tampoco está exento de bugs o de falta de programación con respecto a ciertas coasas.
A menudo me suele pasar que el tamaño de las fuentes que se usan para indicar las cuentas y los títulos de los mails, es tan pequeña que no me permite leerla sin usar gafas. Vale, es cierto que no veo bien, pero seguro que no soy el único. El asunto es que si uno va :

Menú Thunderbird >> Preferencias >> Ícono de visualización >> Pestaña formato >> Sección tipografías y colores.

es fácil cambiar el tipo de fuente y su tamaño. Pero normalmente ese cambio sólo afecta al contenido de los mails. Si tenemos algún mail abierto al tiempo que realicemos un cambio en esa sección, notaremos inmediatamente dicho cambio. Pero, como dije antes, sólo nos permitirá cambiar la fuente del mail que estamos leyendo pero NO nos permitirá cambiar la fuente de las carpetas de las cuentas y de los mails en las bandejas.
Hay varias formas para hacer esto. Lo más normal y directo es editar manualmente un archivo CSS ubicado en la carpeta de ThunderBird dentro de las librerías personales. Pero no te líes con eso. Lo mejor es que te descargues e instales éste complemento.

Una vez instalado, verás a la derecha de la barra de menús el nombre del complemento. Si haces click sobre él verás esta ventana:



Puedes jugar directamente con un tamaño personalzado (custom) de fuente. Pero los mejores resultados se obtienen jugando con el zoom. Simplemente vete cambiándolo hasta que encuentres el que es indicado para ti. Como podrás ver, yo uso un zoom de 1,20.