

# မာတိကာ

\* အမှာစာ ----- 6

## ဗိုက်တာမင်ဆိုင်ရာ စာစုများ

1. Vitamin B3 (Niacin) ကို သုတေသနပြုခဲ့သော သိပ္ပံပညာရှင်နှင့် ဆွေးနွေးခြင်း	8
2. Vitamin B3 (Niacin) ကို သုတေသနပြုခဲ့သော သိပ္ပံပညာရှင်နှင့် ဆွေးနွေးခြင်း(၂)	12
3. Vitamin B3 (Niacin) ကို သုတေသနပြုခဲ့သော သိပ္ပံပညာရှင်နှင့် ဆွေးနွေးခြင်း(၃)	15
4. နာတာရှည်ကျောက်ကပ်ရောဂါ ကုထုံး (၁)	19
5. နာတာရှည်ကျောက်ကပ်ရောဂါကို နိုင်ယာစင်နှင့် ဆိုဒီယမ်ဘိုင်ကာဘွန်နိတ် (ဆားဆော်ဒါ) တို့ဖြင့် ကုသခြင်း (၂)	22
6. ကျောက်ကပ်ရောဂါကုထုံး၏ ကိုးကားချက်များ	26
7. ကျောက်ကပ်ရောဂါလူနာကိုယ်တွေ့ (၁)	35
8. နိုင်ယာစင်ကုထုံးနှင့် ကျောက်ကပ်လူနာကိုယ်တွေ့	37
9. ဆားနှင့် သွေးပေါင်ချိန်ဆက်သွယ်မှု (၁)	41
10. ဆားနှင့် သွေးပေါင်ချိန်ဆက်သွယ်မှု (၂)	45
11. ဆားနှင့် သွေးဖိအား (သွေးပေါင်ချိန်ဆက်သွယ်မှု (၃)	48
12. ဆားနှင့် သွေးပေါင်ချိန်ဆက်သွယ်မှု (၄)	53
13. Vit C နှင့် ကလေးအအေးမိခြင်း	61
14. Vit C နှင့် ကလေးဝမ်းချုပ်ခြင်း	64
15. မွေးကင်းစကလေးငယ်နှင့် Vit C (၁)	66
16. မွေးကင်းစကလေးငယ်နှင့် Vit C (၂)	69
17. Tocotrinol ၏ နောက်ဆက်တွဲ သိကောင်းစရာများ (၁)	73
18. Tocotrinol ၏ နောက်ဆက်တွဲ သိကောင်းစရာများ (၂)	76
19. Tocotrinol ၏ နောက်ဆက်တွဲ သိကောင်းစရာများ (၃)	78
20. Tocotrinol ၏ နောက်ဆက်တွဲ သိကောင်းစရာများ (၄)	83
21. Tocotrinol ၏ စွမ်းဆောင်ရည်များ	89
22. Dr. Barrie Tan နှင့် တွေ့ဆုံခြင်း	93
23. သဘာဝ Vit C နှင့် ဓာတ်ခွဲခန်းလုပ် Vit C	97

## Essential Oil ဆိုင်ရာ စာစုများ

24. လည်ချောင်းနာခြင်းအတွက် Essential Oil ကုထုံး	103
25. နာကျင်မှုကို သက်သာစေနိုင်သည့် Essential Oil များ	104
26. Essential Oil နှင့် သွေးတိုးရောဂါ	110
27. Essential Oil နှင့် ဆီးချိုရောဂါ	113
28. Essential Oil နှင့် ဝမ်းလျှောခြင်း	114
29. Essential Oil နှင့် ဖျားနာခြင်း	116
30. Essential Oil နှင့် အစာအိမ်ရောဂါ	118

31. Essential Oil နှင့် နာကျင်ခြင်း	121
32. Essential Oil နှင့် ခေါင်းတခြမ်းကိုက်ခြင်း	126
33. Essential Oil နှင့် ကျောက်ကပ်ကျောက်တည်ခြင်း	127
34. Essential Oil နှင့် အတွင်းတိမ်	128
35. Essential Oil နှင့် ရေတိမ်	129

## ထိုးဆေးဆိုင်ရာ စာစုများ

36. ခလုတ်တိုက်မိပြီး အမှန်တရားအပေါ် လဲကျခြင်း stumbling on the truth	131
37. Bell's Palsy နှင့် ကိုဗစ် ထိုးဆေး	133
38. ကိုဗစ်ထိုးဆေး၏ ဘေးထွက်ဆိုးကျိုး	135
39. Polysorbate 80 ဆိုသည်မှာ	136
40. လေ့လာမိသမျှထိုးဆေးအကြောင်းတစုတစောင်း	139
41. ထိုးဆေးနှင့်ကိုဗစ်	141
42. ထိုးဆေးတွင်ပါဝင်သော ပစ္စည်းများ	143

## ကင်ဆာရောဂါဆိုင်ရာ စာစုများ

43. လှည့်ပတ်သွားလာနေသော ကင်ဆာအကျိတ်ဆဲလ်များနှင့် ကီမို	146
44. Salvestrol နှင့် ကင်ဆာရောဂါ	150
45. ကင်ဆာနှင့် Essential Oil	162
46. ကင်ဆာရောဂါနှင့် ရနံ့ဆီကုထုံး (Essential Oil) နောက်ဆက်တွဲ (၁)	166
47. ကင်ဆာရောဂါနှင့် ရနံ့ဆီကုထုံး (Essential Oil) နောက်ဆက်တွဲ (၂)	174

## လူနာများ၏ ဖွင့်ဟပြောကြားချက်များ

48. လူနာအမှတ် ၄ ၏ ပြောကြားချက်	182
49. လူနာအမှတ် ၅ ၏ ပြောကြားချက်	185
50. လူနာအမှတ် ၆ ၏ ပြောကြားချက်	191
51. လူနာအမှတ် ၇ ၏ ပြောကြားချက်	196

## ရောဂါများနှင့် ဗိုက်တာမင်ကုထုံးများ

52. ခေါင်းတခြမ်းကိုက်ခြင်းအတွက် ဖြည့်စွက်စာ	202
53. ပန်းနာရင်ကျပ် အတွက် ဖြည့်စွက်စာ	204
54. သည်းခြေကျောက်တည်ခြင်း အတွက် ဖြည့်စွက်စာ	206
55. အတွင်းတိမ် အတွက် ဖြည့်စွက်စာ	207
56. ရေတိမ် အတွက် ဖြည့်စွက်စာ	208
57. ဆီးကျိတ်ရောင်ခြင်း အတွက် ဖြည့်စွက်စာ	209
58. ပန်ကရိယာရောင်ခြင်း အတွက် ဖြည့်စွက်စာ	210
59. သွေးလေးဖက်နာ အတွက် ဖြည့်စွက်စာ	211
60. ဆိုရီယေးဆစ် အရေပြားရောဂါ အတွက် ဖြည့်စွက်စာ	212
61. သွားဖုံးရောင်ခြင်း အတွက် ဖြည့်စွက်စာ	213