

စဉ်	မာတိကာ	စာမျက်နှာ
အမှာစာ	အကြောင်းအရာ	
	အခန်း (၁)	
ချင်း		၁
ချင်း၏ပုံသဏ္ဍာန်		၂
ချင်းသမိုင်း		၂
ရှည်ကြာခဲ့သော မြန်မာချင်းအသုံး		၃
ချင်း စိုက်ပျိုးရာဒေသများ		၃
ချင်း အမျိုးအစားများ		၄
ချင်းစိုက်ပျိုးပုံ		၅
ပဉ္စကူ ငါးပါးတွင် ပါဝင်သောချင်း		၅
တြိကဋျက်တွင် ပါဝင်သောချင်း		၆
ချင်းစိမ်းနှင့် မိဿလင်		၆
ချင်းစိမ်း၏ သတ္တိ		၇
ချင်းမုန့်၏ အာနိသင်		၇
ချင်းနှင့် အထွေထွေရောဂါအသုံး		၈
ချင်း ပါဝင်သော မြန်မာ့ဆေးဖွေးတို့များ		၈
သုဏ္ဏီခဏ္ဍချင်းဆေးကျော်		၁၅
အဒ္ဒကခဏ္ဍချင်းဆေးကျော်		၁၆
သောဘဂ္ဂချင်းဆေးကျော်		၁၈
ချင်းအသက်ရှည်ဆေး		၁၉
အရက်မူးရောဂါနှင့်ချင်း		၂၀
လေဖြတ်လူနာအတွက် ချင်း ဆေးနည်းကောင်းတစ်လက်		၂၁

မူးဝေ အော့အန်ခြင်းကို ဟန့်တားနိုင်သောချင်း	၂၁
ကွဲနွားရောဂါ ချင်းပါသော ဆေးနည်းကောင်းများ	၂၂
ချင်းခြောက်လုပ်နည်း	၂၈
ချင်းခြောက်နှင့်ချင်းစိမ်းတို့၏ အခေါ်အဝေါ်များ	၃၁
သင်္ဘောချင်း	၃၂
ချင်းနှင့် ငရုတ် ကွဲပြားပုံ	၃၃
ရောဂါအလိုက် ချင်းအသုံး	၃၄
တောင်မြို့ ဂန္ဓာရုံကျောင်းက ချင်းအသုံး	၃၄
ချင်းနှင့်တွဲဖက်၍ မစားအပ်သော အရာများ	၃၅
ချင်းနှင့် အထွေထွေအသုံး	၃၅
ချင်းအသုံး သတိပြုရန်	၃၅
ဆေးကျမ်းများ၏အဆို	၃၆
အံ့ဖွယ်ချင်း	၃၈
ဂျင်ဂျာဘီယာ ပြုလုပ်နည်း	၄၁
ဂျင်ဂျာရည် ပြုလုပ်နည်း	၄၁
ချင်းအရက် ပြုလုပ်နည်း	၄၂
ချင်းယို ပြုလုပ်နည်း	၄၂
ချင်းယိုခြောက် ပြုလုပ်နည်း	၄၃
ဂျင်ဂျာဝိုင် ပြုလုပ်နည်း	၄၄
	အခန်း (၂)
ရှောက်	၄၅
အပင်ပုံသဏ္ဍာန်	၄၆
ရှောက်ပင်၏ မြစ်ဖျားခံရာ	၄၆
ရှောက်သီးအသုံး	၄၆

လူသား အကျိုးပြုရှောက်	၄၇
ဗီတာမင်စီ ကြွယ်ဝသည့်ရှောက်	၄၇
ရှောက်သီး၌ပါဝင်သော အာဟာရဓာတ်များ	၄၈
ရှောက်တစ်ပင်၏ အာနိသင်	၄၈
ရှောက်သီး အမျိုးမျိုးတို့၏ အာနိသင်	၅၀
ဆေးကျမ်းများ၏အဆို	၅၄
ရှောက်တစ်ပင်လုံးနှင့် မြန်မာ့ဆေးဖွေးတို့များအသုံး	၅၄
လေဖြတ်ခြင်းအတွက် ကာကွယ်ရန် ဆေးတစ်လက်	၅၈
ဖုံးကြီးကြောင်ရှောက် လေငန်းပျောက်	၅၉
ရှောက်စိုက်ပျိုးနည်း	၆၀
	အခန်း (၃)
ဆင်းတုံးမနွယ်	၆၁
အပင်ပုံသဏ္ဍာန်	၆၂
ပင်စည်မျိုးစေ့တွင် ပါဝင်သော ဆင်းတုံးမနွယ်	၆၂
ဆင်းတုံးမနွယ်၌ ဓာတ်သဘောအရ ပါဝင်မှုများ	၆၄
ဆင်းတုံးမနွယ်နှင့် ဆေးအသုံး	၆၄
ဆေးကျမ်းများ၏အဆို	၆၅
အသက်ကြီးတိုင်း ဆင်စီးသင့်ပါ	၆၇
ဆင် မစီးသင့်သူနှင့် ဆင်စီးသင့်သူ	၆၈
သန္တရာယ်ကင်းသော ဆင်စီးနည်း	၆၉
ဆင်းတုံးမနွယ် ဆေးဖွေးတို့များ	၇၀
ဆင်းတုံးမနွယ် သွေးလေညီညွတ်ဆေး	၇၄
ဆင်းတုံးမနွယ် ကျန်းမာဝဖြိုးဆေး	၇၅
ဆင်းတုံးမနွယ် ကျား မ အားဆေး	၇၅

ဆင်တုံးမနွယ် အစာကြေလေနိုင် လျက်ဆား	၇၆
ဆင်တုံးမနွယ် လေနာ ရောဂါပျောက်ဆေး	၇၆
ဆင်တုံးမနွယ် အသက်ရှည်ဆေး	၇၇
ဆင်တုံးမနွယ် လေရောဂါ အထူးဆေး	၇၈
ပေစာထဲက လေနာပျောက်ဆေး	၇၈
စတုရင်္ဂဗလဆေး	၇၉
သွဏ္ဍီဝေ မြင်းသရိုက်ဆေး	၈၀
စာရေးဆရာကြီး ဦးသော်ဇင်နှင့် ဆင်တုံးမနွယ် လေဆေး	၈၁
ဆင်တုံးမနွယ် တစ်ပင်လုံး ဆေးအသုံးကဗျာ	၈၃
မအို မနာ မသေဆေး (တေးထပ်)	၈၅
ဆင်းစီး၍မြင်းရုံပါ	၈၆
သွေးတိုးရောဂါနှင့် ချင်း၊ ဆင်းတုံးမနွယ်	၈၇