

မာတိကာ



စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ	
		မှ	ထိ
၁။	ရတနာသုံးပါးနှင့် ဆရာသမားတို့အား ရှိခိုးခြင်း	၁	၃
၂။	ရည်ရွယ်ချက်	၄	-
၃။	အမှာစာ	၅	၇
၄။	စည်းကမ်းပြည့်ဝတိကျမှန်စွာ မြန်မာ့တိုင်းရင်းဆေးပညာ	၈	၁၁
၅။	အနာသိလျင် ဆေးရှိသည်	၁၂	၁၃
၆။	သွေးလွန်တုပ်ကွေးနှင့် တိုင်းရင်းဆေး	၁၄	၁၇
၇။	ခါတ်ပြောင်းရက် (၂၀၁၈ မှ ၂၀၁၉) အထိ	၁၈	-
၈။	၂၀၁၈ ခုနှစ်အတွက် ရာသီဖြစ်စဉ်နှင့် အညွှန်းကိန်း	၁၉	၂၀
၉	၂၀၁၈-၂၀၁၉ တွင် ဖြစ်ပေါ်မည့် ရာသီဥတု အခြေအနေ	၂၁	၂၃
၁၀။	၂၀၁၈-၂၀၁၉ တွင် ဖြစ်ပေါ်မည့် ရောဂါများကို ကာကွယ်ကုသနိုင်ပုံနှင့်ပတ်သက်၍ ရှင်းလင်းချက်	၂၄	၂၉
၁၁။	၂၀၁၈-၂၀၁၉ ခုနှစ်အတွင်း မြန်မာပြည်သူများအတွက် ကျန်းမာရေးဆိုင်ရာ အထူးသတိပေးချက်များ	၃၀	၃၁

မာတိကာ



စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ	
		မှ	ထိ
၁၂။	ရာသီအပေါ် မှီခိုရသော စိုက်ပျိုးရေး၊ မွေးမြူရေးနှင့် အခြားလုပ်ငန်းများ သတိပြုရန်	၃၂	-
၁၃။	၂၀၁၈-၂၀၁၉ ခုနှစ်အတွင်း မည်သို့ပြုမူနေထိုင် စားသောက်ရမည်ကို အကျယ်ရှင်းလင်းချက်	၃၃	၅၅
၁၄။	အရေးပေါ်လွယ်ကူသော ဆေးနည်းများ	၅၆	၆၀
၁၅။	ဟင်းလျာလည်းဆေး ဆေးလည်းဟင်းလျာ	၆၁	၆၄
၁၆။	အလုပ်ဖြင့်သက်သေပြနေသည့် မြန်မာ့တိုင်းရင်းဆေးပညာ	၆၅	၆၉
၁၇။	ကျေးဇူးမသိတတ်သော ခန္ဓာအကြောင်း	၇၀	၇၂
၁၈။	ဓမ္မဖြင့် ဆေးကုခြင်းအကြောင်း	၇၃	၇၅
၁၉။	ပိုးမသတ်ရသည့် ဆေးပညာ	၇၆	၇၈
၂၀။	ရခဲလှသည့် လူ့ဘဝနှင့် တိုင်းရင်းဆေးပညာ	၇၉	၈၃
၂၁။	နိဂုံး	၈၄	၈၅
၂၂။	ကျမ်းကိုးစာရင်း	၈၆	-