

မာတိကာ	Page
၁. ဆရာမကြီးရဲ့ ဟောပြောခွင့် memory stick ရနိုင်တဲ့ နေရာများ	5
၂. လူတွေမေးမေးနေတဲ့ ရောဂါပေါင်းစုံရဲ့ အဖြေ.....	5
၃. ဆေးမသောက်ပဲ ရောဂါ ပျောက်ရန်	8
၄. ကျန်းမာ ကြံ့ခိုင် ကိုယ်ခံစား တက်စေဖို့ စားနည်း သောက်နည်း အရွက်ကြိတ်နည်း အရိုးပြုတ်နည်း	9
၅. လူတိုင်းသောက်သင့်တာတွေ	13
၆. D3, Thyroid, အူ by ma than than nwe	15
၇. ဆေးမသောက်ရတဲ့ သဟာဂနည်း	18
၈. ကင်ဆာ	
- ကင်ဆာအကြောင်း သိကောင်းစရာ အပိုင်း ၁ မှ ၁၀	19
- ကင်ဆာအကြောင်း သိကောင်းစရာ အပိုင်း ၁၀ မှ ၁၄	31
- ကင်ဆာကို အောင်နိုင်သူ	37
- ရင်သားကင်ဆာ	40
- ရင်သားကင်ဆာ အဆင့် ၂	42
- လျာကင်ဆာ အဆင့် ၂	44
- အသဲကင်ဆာ	45
- သားဥအိမ် ကင်ဆာ	48
- ကင်ဆာ ကာကွယ်မယ်	54
- ကျနော် ကင်ဆာ ဖြစ်လျှင်	58
၉. ဆီးလမ်းကြောင်း ပိုးဝင်	61
၁၀. အယ်ပိုင်းမား ဒီမန်တီးယား ပါကင်ဆန် အာရုံကြော	
- အယ်ပိုင်းမား ဒီမန်တီးယား	62
- ပါကင်ဆန်	68
- အာရုံကြော	74

၁၁. ဆံပင်ကျွတ် ဘောက်ထ ဝက်ခြံ အလာဂျီ	
- ဗောက်ထတာ မပျောက်ဘူးလား Psoriasis, autoimmune disease	77
- ဆံပင်ကျွတ်ခြင်း	80
- အလာဂျီ ယားယံခြင်း	85
- ဆေး ၃ မျိုး ဖြစ်ရပ်မှန် (ဝက်ခြံပျောက်ခြင်း)	86
၁၂. သိုင်းရွိုက်	
- သိုင်းရွိုက်အဖြေ ဖတ်နည်း	87
- သိုင်းရွိုက် စစ်ဆေးချက် ၁ မှ ၄	89
- သိုင်းရွိုက် မခွဲခွဲ ဖတ်ဖို့	93
- Hyperthyroid	95
- Hyperthyroid နဲ့ Hypothyroid ကွာခြားချက်	105
၁၃. SLE, Sjogren, Autoimmune	
- SLE, Autoimmune လေးဘက်နာ	108
- Sjogren Autoimmune	117
- ကျနော် autoimmune ဖြစ်လျှင်	121
၁၄. အူလမ်းကြောင်းပြုပြင်ရန်	122
၁၅. အရိုးကျိုးပေါင်း အဆစ်အမြစ်ကိုက်ခဲ သောက်ရန် ဆေး	126
၁၆. ဆီးချို သွေးတိုး နှလုံး	
- ဆီးချို	127
- ခြေလက်ထုံကျင် ဆီးချိုရောဂါ သောက်ရန်ဆေး	133
- သွေးတိုး	134
- ဆရာမကြီးရဲ့ သွေးတိုးပျောက်ပုံ	144
- နှလုံး	145
- ကျနော် နှလုံး သွေးတိုး ဆီးချို ဖြစ်လျှင်	154
၁၇. ခေါင်းကိုက်	156

၁၈. မျက်စိ	
- ကုမရတဲ့ မျက်စိ ၁	158
- ကုမရတဲ့ မျက်စိ ၂	162
- မျက်စိပါဝါလျော့အောင်	165
၁၉. အသဲ	
- အသဲ B ပိုး	166
- အသဲ အဆိဖုံးခြင်း	172
- ကျနော် B ပိုး C ပိုး ဖြစ်လျှင်	177
၂၀. ကျောက်ကပ်	178
၂၁. တုပ်ကွေး	181
၂၂. ရင်ကြပ် ပန်းနာ	185
၂၃. အစာအိမ်ရောင်	191
၂၄. ရင်သား သားအိမ် သားဥအိမ် ဆီးကြိုတ်	
- ဆွန်းချစ်သူ သားဥအိမ် ရေအိတ် ma than than new	194
- သားအိမ် အသားလုံး	197
- ရင်သား သားအိမ် ဆီးကြိုတ် ကင်ဆာ ကာကွယ်ရန် Iodoral	199
၂၅. သည်းခြေကျောက်	203
၂၆. Autism စိတ်ရောဂါ	
- Autism စိတ်ရောဂါ	205
- ဝမ်းချုပ်ခြင်းနဲ့ စိတ်ရောဂါ	218
- Autism အကြံပေးချက်	221
၂၇. ကိုယ်တွေ့များ	
- Ko phoe zaw	223
- Metabolic Advantage ဖြစ်ရပ်မှန်	225
- ကိုယ်တွေ့များ	227

- လန်ဒန်မှ Nurse တယောက်အကြောင်း	228
- ဒိန်းမတ်မှ မမီးမီးခိုင်	231
- အမေရိကန်မှ ဆရာဝန်မလေး	232
- ချစ်မပြယ် ၁၂၃	234
- အမေရိကားမှ အဖွား ၂ ဦး	242
- USA, UK, မြန်မာပြည်	245
- သွေးတိုးပျောက်သူ	247
- စင်ကာပူမှ ကိုဆွေလွင်	249
၂၈. ဆေးတစ်ခုချင်း အကြောင်း	
- VITAMIN D3	255
- Metabolic Advantage	261
- ငါးကြီးဆီ Omega 3, Cod liver oil	265
- COQ 10	266
- Beta Glucan, NAC, Magnesium, P5P, L Carnitine, Acetyl L Carnitine	268
- သွေးကျဆေးနဲ့ super k	274
- ပန်းသီးရှာလကာရည်	276
- ဒိန်ချဉ်	279
- Ph ဆိုတာ ဘာလဲ	281
၂၉. ပြုလုပ်နည်းများ	
- အရွက်စိမ်းကြိုတ်ရည် ပြုလုပ်နည်း	284
- အရိုးပြုတ်ရေ လုပ် နည်း	285
- ချဉ်ဖတ် လုပ်နည်း	291
- ပန်းသီး ရှာလကာရည် လုပ်နည်း	292
- ဒိန်ချဉ် လုပ်နည်း	292
၃၀. ဆေးသောက်နည်း	293
၃၁. သွေးစစ်ရင် အဓိက ထည့်စစ်ရန်	295
၃၂. ဆေးများ ဝယ်ရန် ရောင်းရန်	296