

ဂေါက်ရောဂါ		အခန်း (၅) နာတာရှည်ဂေါက်ရောဂါအတွက် အနောက်တိုင်းဆေးဝါးများ	၅၁	အခန်း (၈) ဂေါက်ရောဂါအတွက် နေထိုင်စားသောက်မှုပုံစံ	၉၁
နိဒါန်း	၁	၅.၁ ယူရစ်အက်ဆစ်ထုတ်လုပ်မှုကို လျော့ကျစေသော ဆေးများ	၅၃	၈.၁ ယူရစ်ပါဝင်မှုများသည့် အစားအစာများကိုရှောင်ပါ	၉၂
အခန်း (၁) ဂေါက်ရောဂါဆိုသည်မှာ	၃	၅.၂ ယူရစ်အက်ဆစ်စွန့်ထုတ်မှု ပိုများစေသော ဆေးများ	၅၇	၈.၂ ပိုမိုစားသင့်သည့် အစားအစာများ	၉၄
၁.၁ ဂေါက်ရောဂါ ဖြစ်ပွားသည့် အခြေအနေ	၄	၅.၃ ဇီဝဆေးဝါးများ	၆၁	၈.၃ အယ်ကိုဟောကို လုံးဝရှောင်ကြဉ်ပါ	၉၆
၁.၂ ယူရစ်အက်ဆစ်အကြောင်း	၇	အခန်း (၆) ယူရစ်အက်ဆစ် ကျဆင်းစေသည့် အပင်၏ အစိတ်အပိုင်းများ	၆၇	၈.၄ ရေများများသောက်ပါ	၉၇
၁.၃ ဂေါက်ရောဂါဖြစ်ပွားရသော အကြောင်းအရင်းများ	၁၀	၆.၁ ကိုချိုဆင်းအစေ့နှင့် အမြစ်ဥ	၆၈	၈.၅ ကော်ဖီလည်း သောက်နိုင်သည်	၉၇
၁.၄ ယူရစ်အက်ဆစ်ကြောင့် အရိုးများ ရောင်ရမ်းမှုဖြစ်စဉ်	၁၇	၆.၂ သစ်ဆိမ့်သီး	၆၉	၈.၆ အချိုရှောင်ပါ	၉၈
အခန်း (၂) ဂေါက်ရောဂါ၏ လက္ခဏာများ	၁၉	၆.၃ ချယ်ရီ အချဉ်သီး	၇၀	၈.၇ ကိုယ်အလေးချိန်ကို ထိန်းသိမ်းပါ	၉၉
၂.၁ ရောဂါလက္ခဏာမပြဘဲ သွေးတွင်း၌ ယူရစ်အက်ဆစ်များနေသူများ	၂၀	၆.၄ တလည်းသီး	၇၁	နိဂုံး	၁၀၁
၂.၂ ရုတ်တရက် ဂေါက်ရောဂါကြောင့် အဆစ်အမျက်ရောင်ခြင်း	၂၁	၆.၅ တရုတ်နံနံကြီးအစေ့	၇၂	ကျမ်းကိုးစာရင်း	၁၀၃
၂.၃ ပထမအကြိမ် အဆစ်ရောင်ပြီးနောက် ပျောက်ကင်းသွားသော အဆင့်	၂၄	၆.၆ လက်ဖက်ရွက်	၇၄	ဝေါဟာရစာရင်း	၁၀၆
၂.၄ နာတာရှည်ဂေါက်ရောဂါ	၂၄	၆.၇ ခန်းတောက်မြစ်	၇၅		
အခန်း (၃) ဂေါက်ရောဂါအတွက် စမ်းသပ်စစ်ဆေးမှုများ	၂၉	၆.၈ စမုန်ဖြူရွက်	၇၆		
၃.၁ သွေးဖောက်စစ်ဆေးခြင်း	၃၀	၆.၉ ဂျာမန် စိန်ခြယ်ပန်း	၇၇		
၃.၂ ဆီးစစ်ခြင်း	၃၂	၆.၁၀ ပန်းသီး	၇၈		
၃.၃ အဆစ်နှင့် အကျိတ်ဖုများမှ နမူနာအရည်များ စုပ်ယူစမ်းသပ်ခြင်း	၃၃	၆.၁၁ ဆီးဖြူသီး	၇၉		
၃.၄ ဓာတ်မှန်ရိုက်ခြင်း	၃၄	၆.၁၂ စပျစ်သီး	၈၀		
အခန်း (၄) ရုတ်တရက်ဂေါက်ရောဂါအတွက် အနောက်တိုင်းဆေးဝါးများ	၃၅	၆.၁၃ ချင်းတက်	၈၁		
၄.၁ ဆေးအမျိုးအစား ရွေးချယ်ခြင်း	၃၆	၆.၁၄ ချဉ်ပေါင်နီပွင့်ဖတ်	၈၂		
၄.၂ ကိုချိုဆင်းဆေး	၃၈	အခန်း (၇) ဂေါက်ရောဂါအတွက် သဘာဝအရောင်ကျဆေးများ	၈၃		
၄.၃ စတီးရွိုက်မဟုတ်သည့် အရောင်ကျအကိုက်အခဲပျောက်ဆေးများ	၄၀	၇.၁ ဆင်တုန်းမနွယ်ဆေး	၈၄		
၄.၄ စတီးရွိုက်ဆေးများ	၄၆	၇.၂ နန္ဒင်းဆေး	၈၆		
		၇.၃ နာနတ်သီးဆေး	၈၇		
		၇.၄ ရဲယိုဆေး	၈၈		