မာတိကာ

အခန်း(၁၈) မိမိဘာသာ ကူညီမှု အစီအစဉ်(Self-help Programme)ကို ရယူခြင်း
- ပေါင်းသင်းဆနေကိုင်ခြင်း
- မိမိဘာသာ ကူညီမှုအား အသေးစိတ်လေ့လာခြင်း

အခန်း(၁၉) သင့်စိတ်နှင့် သင့်ကိုယ် သင်မြတ်ခြင်း
- လေ့ကျင့်ခန်း ၁၉-၁။ အပျက်သဘောဆောင်သော အတွေးစိတ်ကူးများအား ပြောဆုံခြင်း
- လေ့ကျင့်ခန်း ၁၉-၂။ ပကောင်းသော အတွေးဆိုးများအား ပြောင်းလဲခြင်း
- လေ့ကျင့်ခန်း ၁၉-၃။ အပြုသဘောဆောင်သည့် လိင်မှုကိစ္စ အတွေးစိတ်ကူးများနှင့် ပုံရိပ်များကို ရှိခြင်း
- လေ့ကျင့်ခန်း ၁၉-၄။ သင်၏ ကောင်းကွက်များအပေါ် အာရုံစိုက်ခြင်း
- မိမိဘာသာကောမပြခြင်း
- လေ့ကျင့်ခန်း ၁၉-၅ ။ မိမိဘာသာတောင်ရှောက်သည် စကားပြောဆိုမှု

အခန်း(၂၀) သုက်ရည်ထုတ်လွှတ်မှု ထိန်းချုပ်ခြင်းအား တိုးတက်စေခြင်း
- သုက်ရည်ထုတ်လွှတ်မှု ထိန်းချုပ်ခြင်းဆိုတာ ဘာလဲ
- သုက်လွှတ်မြန်ခြင်းကို ထိန်းချုပ်ရန် နည်းလမ်းနစ်သွယ်
- သုက်ရည်ထုတ်လွှတ်မှုတွင် ထိန်းချုပ်မှုအား ပျံ့ပြိုးစေခြင်းအတွက် လိင်မှုကုထုံးအစီအစဉ်တစ်ရပ်
- လေ့ကျင့်ခန်းများအား ဘယ်နေရာ တစ်ကြိပ် ပြုလုပ်ရပါမည်လဲ
- သင်ပြုလုပ်ရမည် လေ့ကျင့်ခန်းက ဘာတွေလဲ
- **သင်ဘာကို အာရုံစိုက်မည်လဲ**
- **လေ့ကျင့်ခန်းတစ်ခုတွင် သင်ရပ်ဆိုင်းရမည် အချိန်အခါ**
- ရပ်ဆိုင်းရန် သင်အချိန်မည်မျှ လိုအပ်ပါသလဲ ၇၂
- ရပ်ဆိုင်းနေစဉ် ဘာလုပ်ရပါမည်လဲ။ ၇၃
- အစီအစဉ်ပြုလုပ်နေစဉ် သုက်ရည်ထုတ်လွှတ်ခြင်းနှင့် ပတ်သက်၍ ဘာသိသင့် သလဲ ၇၄
- ပိုမိုကောင်းမွန်သည့် ထိန်းချုပ်မှု ပျံ့ပြိုးရေးအတွက် စိတ်ဓာတ်အင်
- ကျေးဇူးပြု၍ အသက်ပြင်းပြင်းရှူပါ။ ၈၀
- လိင်စိတ်ပြေပျောက်မှု လေ့ကျင့်ခန်းများ ၈၃
- လေ့ကျင့်ခန်း ၂၀-၁။ ရပ်ပါ- ၀, ပါ လိင်စိတ်ပြေပျောက်ခြင်း ၈၃
- မြင်နိုင်သောပြဿနာများ ၈၅
- လေ့ကျင့်ခန်း ၂၀-၂။ ဂျီဖုက်ခက်ခဲသော ထိန်းညှိမှုများနှင့်အတူ လိင်စိတ် ပြေပျောက်ခြင်း
- လာမည့်လေ့ကျင့်ခန်းများက ဘာလဲ ၈၇
- ၀န်းကြပ်သူနှင့် ပြုလုပ်ရန် လေ့ကျင့်ခန်းများ partner exercises ၈၉

အခန်း (၂၁) ဟတောင်မှုပြဿနာများကို ပြေရှင်းခြင်း ၉၂
- အဘယ်သို့သော စာတုပဓာတ်များကို သင်၏ခန္ဓာကိုယ်သို့ ဖြည့်တင်း ပါသနည်း ၉၈
- အချို့အခြေအနေများတွင် သင်သည် ဟတောင်မှုများကို ရယူ ထိန်းသိမ်း ထားနိုင်ပါသလား။ ၁၀၃
- သင်သည် ဟတောင်ခြင်းများကို ဘယ်သောအခါကမှု မရရှိပါသလား ၁၀၄
- သင်သည် ဟတောင်မှုကိုသော်လည်း ယင်းကိုမထိန်းနိုင်ဘဲရှိပါသလား ၁၀၅
- ဥာဏ်ရှိသော တိုင်ပင်ညွှတ်ဉီးပြန်ပါစေ ၁၀၆
- ရောဂါနာမည်တပ်ခြင်းဆိုင်ရာ စမ်းသပ်မှုများ ၁၀၈
- ဆေးပညာလွှေချယ်မှုများက ပြုလုပ်ပေးနိုင်သည့်**ကိစ္စ ပမ်းပြုလုပ်ပေးနိုင်သည့်ကိစ္စ** ၁၁၀
- ဆေးပညာကုသမှုများ ၁၁၃
- ယိုဟင်ဘင် Yohimbine ၁၁၈
- လေစုပ်ကရိယာ ၁၁၉
- ပရိုတာဂလင်ဒင်းနှင့် အခြားဆေးဝါးများ**ထိုးနှံခြင်း** ၁၂၀

Injections of Prostaglandin and Other Drugs

- မြှုစ် Muse
- **သွေးလွှတ်ကြောနှင့် သွေးပြန်ကြောခွဲစိတ်ကုသမှု**

Arterial and Venous Surgery

- ယောက်ဖွားတန်ဆာ အစားထိုးကုသမှုများ Penile Implants
- ဗီယာဂရာ Viagra
- ပေးခွန်းထုတ်သင့်သော ကုသမှုများ
- နည်းလမ်းသစ်များ လာမည့်ကြီ

အခန်း (၂၂) လိင်မှုကုထုံးခြင့် ဟတောင်မှုပြဿနာကို ပြေရှင်းခြင်း
- မိမိဘာသာကူညီရန် ဆေးပညာအသေးစိတ်အကူတစ်ခုကို အသုံးပြုခြင်း
- ပိုမိုကောင်းမွန်သည့် ဟတောင်မှုများအတွက် စိတ်ဓာတ်အင်
- သင်စီးဆင်ခြင်အနေများနှင့် တွေးဆခြင်း
- လိင်စိတ်နိုးကြားမှုကို မြှင့်တင်ခြင်း
- လုပ်ဆောင်မှုနှင့် ပတ်သက်၍ ဗဟိုမပယ်နိုင်မှုအား လျှော့ချခြင်း
- ကစားရုံများသာ ကစားပါ
- ဟတောင်ခြင်းများ**အတွက်** ပိုမိုကောင်းမွန်သည့် **လိင်စိတ်ပြေပျောက်**မှု လေ့ကျင့်ခန်းများ
- လေ့ကျင့်ခန်း ၂၂-၁။ သင်၏ပျော့သော ယောက်ဖွားတန်ဆာအား သာယာဖျတ် ရှင်းခြင်း
- လေ့ကျင့်ခန်း ၂၂-၂။ ဟတောင်မှုများဆုံးရှုံးခြင်းနှင့် မြန်လည်ရရှိခြင်း
- ၀န်းကြပ်သူနှင့် လေ့ကျင့်ခန်းများ
- လေ့ကျင့်ခန်း ၂၂-၃။ သင်၏ဟတောင်မှုအား မရရှိခြင်း သို့တည်းမဟုတ် ဆုံးရှုံးခြင်း
- လေ့ကျင့်ခန်း ၂၂-၄။ သင့်နီးသည် သင်၏ပျော့နေသည် ယောက်ဖွားတန်ဆာကို ကစားခြင်း
- မြင်နိုင်သည့်ပြဿနာ
- လေ့ကျင့်ခန်း ၂၂-၅။ သင့်နီးက ယောက်ဖွားတန်ဆာကို နှီးဆွဝေခြင်း
- မြင်နိုင်ခြေပြဿနာများ
- လေ့ကျင့်ခန်း ၂၂-၆၊ ဟတောင်မှုဆုံးရှုံးခြင်းနှင့် ဟတောင်မှုမရရှိခြင်း ၁၅၂
- မြင်နိုင်သောပြဿနာများ ၁၅၃
- **လိင်စိတ်ထန်ပြဿနာများ**ကို ကုသခြင်း ၁၅၆
- ကျွန်ုပ်တို့ ဘယ်အကြောင်းကို ပြောနေကြသလဲ ၁၅၉
- **လိင်စိတ်ထန်ပြဿနာများ**၏ **အကြောင်းရင်းများ** ၁၆၃
- **လိင်မှုဆိုင်ရာ ပိုမိုနစ်သက်မှုများ**တွင် ကွဲပြားခြားနားမှု ၁၆၈
- **လိင်စိတ်ထန် သို့မဟုတ် လိုလားမှုအတွက် အဟန့်အတား**များ ၁၇၃
- ပေါ်မှန်းပဟာဇလေ့ကျင့်ခြင်း ၁၇၃
- ဆေးဘက်ဆိုင်ရာအခြေအနေများ ၁၇၃
- ဆေးဝါးများ ၁၇၄
- **စိတ်ကျရောဂါ** ၁၇၄
- **လိင်သက်ဆဲမှုအပေါ် စိတ်ကျေနပ်မှုမရှိခြင်း** ၁၇၅
- **အိမ်ထောင်ရေးအပေါ် စိတ်ကျေနပ်မှု** မရှိခြင်း ၁၇၆
- **လိင်အက်ဆဲမှုအတွက် အချိန်မပေးခြင်း** ၁၇၆
- **လက်မှန်းတတီး ပေါင်းသင်းနေထိုင်မှုအား ကြောက်ရွံ့ခြင်း** ၁၇၇
- **လိင်မှုကိစ္စအပေါ် ကြောက်ရွံ့မှုများ** ၁၇၇
- **လိင်မှုကိစ္စနှင့် ပတ်သက်၍ တင်းကျပ်စွာ ခံစားခြင်း** ၁၇၈
- ပြေရှင်းနည်းဆိုသို့ ၂၀၀
- **လေ့ကျင့်ခန်း ၂၃-၁။ မည်သည့်အချိန်အဖါတွင် ပြောင်းလဲမှု ပြစ်ပေါ်သည် ဆိုခြင်းနှင့် ယင်းအား ဦးဆောင်ခြင်း** ၂၀၀
- **လိင်စိတ်ထန် သို့မဟုတ် လိုလားမှုအား ပြန့်တင်ရန်နည်းလမ်းများ** ၂၀၀
- **လိင်မှုကိစ္စ၏အရည်အသွေးအား မြှင့်တင်ခြင်း** ၂၂၇
- **ဟတောင်မှုနှင့် သုက်ရည်ထုတ်လွှတ်မှု ပြဿနာများ**အား ပြေရှင်းခြင်း ၂၂၈
- **အတူနေထိုင်သည့် အချိန်**အား **အချိန်ပေးရေးဆွဲခြင်း** ၂၂၈
- **ပြင်းထန်သော လိင်စိတ်ထန် ပရိုသည့်အချိန်**တွင် **လိင်သက်ဆဲမှုပြုလုပ်ခြင်း** ၂၂၉
- **သင့်ထက် သူမသည့် စိတ်ဝင်စားမှု ပိုနည်းနေသည့်အခါ** ၂၂၉
- **လိင်စိတ်ထန်ပြဿနာများ**အတွက် **စိတ်ဓာတ်**အင်
- **ယောက်ဖွားလိင်မှတာ**ဝ **အပေါ် ဆေးဝါးများ**၏ **သက်ရောက်မှုများ**
- **ဆရာဝန်အညွှန်းပြုသောဆေးဝါးများ**နှင့် **ဆန့်ကျင်ဘက်သက်ရောက်မှုများ**
- **လမ်းညွှန်များ**
- **အညွှန်းပြုဆေးဝါးများ**နှင့် **အကျိုးပြုစ်ထုတ်ပေးသည့်ဆေးဝါးသက်ရောက်မှုများ**
- **အညွှန်းပြုသော ဆေးဝါးများ**နှင့် **ယောက်ဖွား လိင်ကိစ္စလုပ်ဆောင်မှုအပေါ် ဆန့်ကျင်သက်ရောက်မှုများ**
- **ယောက်ဖွား လိင်မှုကိစ္စအပေါ် လမ်းဆေးများ**၏ **ဆေးမှင်းအာနိသင် သက်ရောက်မှုများ**
- **အရက်**
- **ဘိန်းနှင့် ဘိန်းထွက်ပစ္စည်းများ**
- **စိတ်ကြွဆေးဝါးများ (ဥပမာ -ကိုကင်း၊ အင်ဗက်တာမင်း၊ မက်အင်ဗက်တာမင်း စသည်ဖြင့်)**
- **စိတ်ကိုပြောင်းလဲစေသည့်ဆေးဝါးများ**
- **နိုက်တရပ်အောက်ဆိုက်**
- **အတွေ့ကုလွယ်သော နိုက်တရိုက်များ**
- **ဆေးစပ်ကြက်**
- **စိတ်ကိုရှဲလန်းစေသည့် အိပ်ဆေးများ**
- **ယောက်ဖွားလိင်မှုကိစ္စကို** အားပေးသည့် ဆရာဝန်အညွှန်းပြုဆေးဝါးများ