

စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာ
၁။	စာရေးသူ၏အမှာ	၅
၂။	သိုင်းရွိုက်ဂလင်း နှင့် သိုင်းရွိုက်ဟိုမုန်း ၏ လုပ်ငန်းတာဝန်များ	၇
၃။	သိုင်းရွိုက်ဟိုမုန်းနှင့် ပတ်သတ်သော အခြေခံ ဝေါဟာရများ	၁၂
၄။	သိုင်းရွိုက်ကျန်းမာရေးအတွက် လိုအပ်သော အာဟာရများ	၂၂
၅။	Hypothyroidism (သိုင်းရွိုက်ဂလင်း၏ လုပ်ငန်းလျော့နည်းခြင်း)	၂၇
၆။	Hypothyroidism အတွက် သိုင်းရွိုက်ကျန်းမာရေး အကျိုးပြု ဆေးဖက်ဝင် အပင်များ	၃၄
၇။	Hypothyroidism အတွက် သိုင်းရွိုက်ဟိုမုန်း ဖြည့်စွက်ဆေးများ	၄၀
၈။	Hashimoto's thyroiditis ( အပိုင်း - ၁ )	၄၇
၉။	Hashimoto's thyroiditis ( အပိုင်း - ၂ )	၅၀
၁၀။	Hashimoto's thyroiditis ( အပိုင်း - ၃ )	၅၃
၁၁။	Hashimoto's thyroiditis ( အပိုင်း - ၄ )	၅၇
၁၂။	Hashimoto's thyroiditis ( အပိုင်း - ၅ )	၆၀
၁၃။	Hashimoto's thyroiditis ( အပိုင်း - ၆ )	၆၃
၁၄။	Hashimoto's thyroiditis ( အပိုင်း - ၇ )	၆၆
၁၅။	Hashitoxicosis	၆၉
၁၆။	Hyperthyroidism (သိုင်းရွိုက်ဂလင်း ဖောက်ပြန်လွန်ကဲစွာ အလုပ်လုပ်ခြင်း )	၇၂
၁၇။	Graves' disease ( အပိုင်း - ၁ )	၇၈
၁၈။	Graves' disease ( အပိုင်း - ၂ )	၈၃

စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာ
၁၉။	Graves' disease ( အပိုင်း - ၃ )	၈၆
၂၀။	အနမြူ အိုင်အိုဒင်း နှင့် Hyperthyroidism	၉၃
၂၁။	သိုင်းရွိုက်ဂလင်း ခွဲစိတ်ကုသခြင်း နှင့် Hyperthyroidism	၉၇
၂၂။	သိုင်းရွိုက်ကင်ဆာ နှင့် ပတ်သတ်သော အခြေခံ အချက်အလက်များ	၁၀၁
၂၃။	သိုင်းရွိုက်ဂလင်းတစ်ခုလုံး ထုတ်ထားသူများအတွက် အကြံပြုချက်များ	၁၀၅
၂၄။	သိုင်းရွိုက်ကျန်းမာရေး စစ်ဆေးမှု (ဓာတ်ခွဲခန်း အဖြေများ)	၁၀၈
၂၅။	သိုင်းရွိုက်ဟိုမုန်း စစ်ဆေးမှုအပေါ် လွှမ်းမိုးထားသော အချက်များ	၁၁၄
၂၆။	လည်ပင်းကြီးရောဂါ (Goiters)	၁၁၇
၂၇။	သိုင်းရွိုက်ဟိုမုန်း ( T4 မှ T3 ) ပြောင်းလဲခြင်း	၁၁၉
၂၈။	Hypothyroidism and Leaky Gut	၁၂၃
၂၉။	သိုင်းရွိုက်ဟိုမုန်း နှင့် Stress & Sex Hormones	၁၂၈
၃၀။	သိုင်းရွိုက်ရောဂါများ နှင့် Selenium ဖြည့်စွက်စာ	၁၃၂
၃၁။	သိုင်းရွိုက်ရောဂါများ နှင့် Carnitine ဖြည့်စွက်စာ	၁၃၅
၃၂။	ကိုယ်ဝန်ဆောင်ခြင်း နှင့် သိုင်းရွိုက်ဟိုမုန်း	၁၃၈
၃၃။	ကိုယ်ပူချိန်တိုင်းခြင်းဖြင့် သိုင်းရွိုက်ရောဂါ အခြေ ရှာခြင်း	၁၄၅
၃၄။	သိုင်းရွိုက်စာအုပ်အတွက် စာရေးသူ ဖတ်ရှုလေ့လာ ခဲ့သော Functional Medicine စာအုပ်များ	၁၄၈
၃၅။	References	၁၅၀