

၁။ နာနတ်သီးမှည့် အစာကြေဆေး	၁
၂။ ဒူလာပီးယပ်ရောဂါအတွက် အစွမ်းထက် သည့် ရှားစောင်းလက်ပပ်	၇
၃။ ကလေးသူငယ်များ မေ့တတ်သောရောဂါ ပျောက်လျက် ဉာဏ်ရည်ထက်မြက်စေ သည့် ဆေးနည်း	၁၃
၄။ လေးဖက်နာ (ဂေါက်) သက်သာ ပျောက်ကင်းတဲ့ လိမ်းဆေး	၁၉
၅။ လေနာအတွက် ဆေးတစ်လက်	၂၅
၆။ လက်ဆင့်ကမ်းပါရစေ (ဆီးရောဂါအတွက် ဆေးတစ်လက်)	၃၁
၇။ အကြောသေ အကြောကပ် လေဖြတ် ဆေးတစ်ရပ်	၄၀
၈။ သွေးတိုးအတွက် ဆေးတစ်လက်	၄၃
၉။ ဆေးဖက်ဝင် ကျောက်ဖရုံခါး	၄၇
၁၀။ အသက်ရှည်ဆေး	၅၂
၁၁။ ဖျဉ်းရောဂါ ကုထုံး	၆၀
၁၂။ ကိုယ်ရောင် ကိုယ်ဖောရောဂါ ပျောက်ဆေး	၆၇

၁၃။ အသက်ရှည် နုပျို ကျန်းမာလိုလျှင် ဒီဆေးကိုစား	၇၂
၁၄။ အသံဝင်အသံပျောက် ဆေးနည်း	၇၇
၁၅။ မြန်မာအားဆေး တစ်နည်း	၇၉
၁၆။ ဆီးချိုကျစေရန် မိမိကိုယ်တိုင် ကျင့်သုံး ကုသနည်း	၈၂
၁၇။ ရေငတ်နာအတွက် ကြိတ်မှန်ရွက်	၈၅
၁၈။ ဝမ်းကိုက် ဝမ်းပျက် သုံးခွက်သောက်	၈၈
၁၉။ ထိခိုက်မိ၍ အကြောထုံး၊ အကြောတင်း၊ အကြောမျက်သော် အုံစည်းဆေး	၉၁
၂၀။ အမြန်ဆုံး နှာပွင့်စေသည့်နည်း	၉၄
၂၁။ ဓာတ်ဆီ၊ ဓာတ်ရှောက် အကြောတင်းတာပျောက်	၉၆
၂၂။ ပန်းနှင့် ကျွန်တော်	၉၉
၂၃။ ဆေးဖက်ဝင် ကျောက်ပွင့်	၁၀၃
၂၄။ နှာပုပ်ရောဂါ သက်သာ ပျောက်ကင်းဆေး	၁၀၇
၂၅။ ကြိတ်မှန်ပင် ချောင်းဆိုး သက်သာပျောက်ကင်းဆေး	၁၁၁

၂၆။ ချင်းစိမ်းတက်နှင့် အဆစ်မြစ်ရောင်ရောဂါ သက်သာပျောက်ကင်းစေရာ	၁၁၄
၂၇။ လပြည့်နေ့ မိုးရေနှင့် အကျိုးကျေးဇူး	၁၁၉
၂၈။ ခူကို ဆင်နင်း	၁၂၂
၂၉။ မြွေဟောက်အဆိပ်နှင့်ပူတ်၍ မျက်လုံးထဲဝင်သော်	၁၂၄
၃၀။ ဆီးအတွက် ခြောက်ထောင့်ရွက်	၁၂၉
၃၁။ အားဆေးလာပြီ လေးနာရီ	၁၄၁
၃၂။ ချောင်းဆိုး သလိပ်ပုပ် အိတ်ပါပြုတ်	၁၄၆
၃၃။ ကိုယ်နံ့ပျောက် ဆေး	၁၄၉
၃၄။ ပျားနာခြင်းဘေး ကင်းဝေးစေရန်	၁၅၂
၃၅။ အရသာရှိတဲ့ ဝက်အူချောင်း	၁၅၇