

စာမျက်နှာ	စာမျက်နှာ
၁။ ရေပျဉ်းစွဲဝေဒနာအတွက် ဆေးတစ်ခွက်	၂
၂။ ပွဲတွဲ အစာကြော့ လေကျ ဝမ်းသက်ဆေး	၄
၃။ နိုင်မာဖြူစင် သွားပိုင်ရှင် ဖြစ်လိုသူများအတွက်	၆
၄။ လေထိုးလေအောင် ပျောက်ချင်သလား	၁၀
၅။ တင်းတိပ်လည်း ပျောက်စေ၊ ချိုင်းချွေးနံ့လည်း ကင်းစေ	၁၂
၆။ ဆီးချိုကျစေသည့် နည်းတစ်နည်း	၁၄
၇။ အနေရခက်သည့် ကြိုထိုးရောဂါ	၁၆
၈။ နေပူခရီးတွင် အပူလျှပ်ပါက	၁၉
၉။ နှာခေါင်းပိတ်လည်း စိတ်မညစ်နှင့်	၂၀
၁၀။ ရှေးအစဉ်အလာ ရှိခဲ့သည့် အသက်ရှည်ဆေး	၂၃
၁၁။ ရှောင်လေးဖိုး ဆေးဖုတ်နည်းနှင့် ဆေးအသုံး	၂၅
၁၂။ မျက်စိရောဂါအတွက် မန်ကျည်းရွက်မျက်စဉ်း	၃၃
၁၃။ မျက်ခုံးမွှေး အလှပိုင်ရှင် ဖြစ်လိုလျှင်	၃၆
၁၄။ မျက်စိနာ သက်သာရာရစေဖို့	၃၈
၁၅။ မောင်းထောင် ဦးကျော်လှ၏ ပုံမနိပ်ရသေးသော ဆေးနည်းသံချိုများ	၄၁
၁၆။ မိခင် နို့မထွက်ရင်	၅၀
၁၇။ မျက်စိ နှာခေါင်း ဤသို့ ကောင်း၏	၅၄

စာမျက်နှာ	စာမျက်နှာ
၁၈။ မေတို့အတွက် ယားနာအပိပုံအတွက် ဖျောက်ဆေး	၅၈
၁၉။ တိရစ္ဆာန်တို့၏ အစွယ်နှင့် ထူးခြားသော စွမ်းအင်သတ္တိတူး	၆၁
၂၀။ သွေးတိုးအကြောရောဂါ ကိုယ်တွေ့နည်း	၆၅
၂၁။ ညှော်ဝင်ခြင်းအတွက် ဆေးကောင်းတစ်လက်	၆၇
၂၂။ အမာရွတ်ပျောက်စေရန်	၇၀
၂၃။ ဆီးပုတ်ခြင်းနှင့် ဆီးဖြူသီး	၇၁
၂၄။ ထုံကျဉ်ကိုက်ခဲ ရောဂါစွဲသော်	၇၂
၂၅။ ဆီးလွန်ခြင်း ပျောက်ကင်းစေရန်	၇၄
၂၆။ ဝဲခြောက် အပြန်ပျောက်သည်	၇၅
၂၇။ သမဲဆီနှင့် အရေပြားရောဂါ	၇၆
၂၈။ လိပ်ခေါင်းရောဂါအတွက် ဆေးနည်း ကောင်းတစ်လက် တွေ့ပြီ	၇၇
၂၉။ အန္တရာယ်ကင်း၍ အစွမ်းထက်သော ကိုယ်တွေ့ဆေးနည်း	၈၀
၃၀။ နှစ်တစ်ရာ အသက်ရှည် အရွယ်တင်ဆေး	၈၂
၃၁။ ဆံပင်မဖြူ မကျွတ်စေရန်	၈၅
၃၂။ မျက်လုံးဒဏ်ရာအတွက် ကြပ်ထုပ်	၈၆

စာမျက်နှာ	စာမျက်နှာ
၃၃။ သွက်ချာပါဒ(လေခြတ်) ရောဂါသေးမှ ကင်းဝေးကြပါစေ	၈၇
၃၄။ တိုင်းရင်းဆေးဆရာကြီးများရဲ့ ဆေးနည်းများ	၈၉
၃၅။ ဝမ်းပျက်၊ ဝမ်းဖော၊ ဝမ်းရောင်ရောဂါများနှင့် ဖိုးရာသီ လမ်းညွှန်ချက်	၉၄
၃၆။ ဝဲအစွမ်း	၉၇
၃၇။ သံပရာသီးမှ ဆေးတစ်နည်း	၉၉
၃၈။ ဆေးဖက်ဝင်သည့် သပွတ်ခါးသီး	၁၀၁
၃၉။ လက်တွေ့ ဝမ်းကိုက်ပျောက် ဆေးပင်	၁၀၃
၄၀။ သူငယ်နာအတွက် သက်ကယ်မင်း	၁၀၆
၄၁။ ဂမုန်းနုနှင့်ခေါင်းဖြူ အစွမ်းကောင်း	၁၀၈
၄၂။ ကျားမနိုင်နွယ်ပင် အသုံးလွန်လျှင်	၁၁၀
၄၃။ ပန်းနာရင်ကျပ်၊ အဆုတ်ရောဂါပျောက်သည့် အင်တိုင်းဆေးနီပင်	၁၁၂
၄၄။ တောကွမ်းရွက်နှင့် အသည်းခြောက်ရောဂါ	၁၁၅
၄၅။ ဆေးဖက်ဝင်သည့် အိမ်သုံးအလှပင်	၁၁၇
၄၆။ သူငယ်ရင်ကျပ် ခွဲကျပ်ပျောက်ဆေး	၁၁၉
၄၇။ ကလေးများ ည၊ ဆီးသွားရောဂါနှင့် ရှဉ့်မတက်	၁၂၀
၄၈။ သားအိမ်အနာနှင့် ဝက်ချေးပနဲ	၁၂၃

စာမျက်နှာ	စာမျက်နှာ
၄၉။ ရှားပါး အသုံးဝင်သော ဘုဒလက်သီးနှင့် ဘုဒလက်ပင်	၁၂၄
၅၀။ ကလေးတွေ ခေါင်းက ဒက်အနာ	၁၂၈
၅၁။ ကလေးများ အပူဖုတ်ပေါက် ပျောက်ဖို့ မခက်ပါ	၁၃၁
၅၂။ အမျိုးသမီးများအတွက် ပညာဒါန	၁၃၃
၅၃။ အရွယ်ရောက်ပြီး မိန်းကလေးများအတွက်	၁၃၈
၅၄။ သကြားစေ့ခေါက် ဆေးအသုံး	၁၄၁
၅၅။ မြေမင်း အဆိပ်ဖြေရွက်	၁၄၃
၅၆။ ကိုယ်ဝန်ထိန်းသည့် ပဒိုင်းဝတ္တာ	၁၄၆
၅၇။ မလွဲတောင်လမ်းမှ ဆေးစွမ်းများ	၁၄၇
၅၈။ မျက်နှာပေါ်က အမည်းစက် ကွမ်းသီးလိပ်း လို့ ဖျက်	၁၅၂
၅၉။ အဖောကျ ဖလူးတောင်ဝေး	၁၅၄
၆၀။ အစွမ်းထက်သော လုံဆနမ်	၁၅၈
၆၁။ ပင့်ကူထိပ်ပိတ်နှင့် အဆိပ်	၁၆၂
၆၂။ လောကမင်းဥ လက်တွေ့ ဆေးအသုံး	၁၆၃
၆၃။ ကလေးသူငယ် အပူဖုတ်၊ အပူနာ လက်တွေ့ ပျောက်ပြီ	၁၆၅
၆၄။ သွေးဝမ်းနှင့် မီးကွင်းဂမုန်း	၁၆၇

စာမျက်နှာ	စာမျက်နှာ
၆၅။ အမျိုးသမီး ဝေဒနာနှင့် ကုသရမူလိမြစ်	၁၆၈
၆၆။ အင်ကြင်းပင်မှ သွားတိုက်ဆေး	၁၇၀
၆၇။ ကလေးသူငယ် နို့ပွေးစွဲသော်	၁၇၂
၆၈။ ရင်သွေးငယ်များ ရင်ကျပ်သော်	၁၇၄
၆၉။ ကလေး ဝမ်းချုပ်လွန်းလျှင်	၁၇၇
၇၀။ အမျိုးသမီးများအတွက် စောင်းလျားသီး အချိုရည်	၁၇၉
၇၁။ ငှက်ဖျားနှင့် ငရုတ်ခါး	၁၈၁
၇၂။ အနာအိနှင့် ဖိကျောင်းကွမ်းဖတ်	၁၈၃
၇၃။ ရှားပါးသောဟုန်းပင်နှင့် သူ့အသီး သူ့အခေါက်ဟို၏ အသုံးဝင်မှု	၁၈၅
၇၄။ သွားသီးသုပ်ကို စားရင် ပျောက်ကို ပျောက်မယ်	၁၈၈
၇၅။ ဝမ်းကိုက်ရောဂါ မကြောက်ပါနဲ့	၁၉၀
၇၆။ အဆက်မပြတ် ကြိုထိုးသော်	၉၂
၇၇။ ကြာကြာ ဝါးနိုင်မည့် သွား	၁၉၆
၇၈။ ပွေးဒက်အတွက် ဆေးတစ်လက်	၁၉၉
၇၉။ ဆရာမကြီး၏ ဝဲနှင်းခူနှင့် ယားနာ ပျောက်ဆေး	၂၀၂

စာမျက်နှာ	စာမျက်နှာ
၈၀။ ဆီးအိမ်ကျောက်တည် ကုနည်းတစ်သွယ်	၂၀၄
၈၁။ ရေပျဉ်းစွဲရောဂါအတွက် သက်သာစေသော ဆေးနည်း	၂၀၇
၈၂။ လေဖြတ်နှင့် အခြားရောဂါ (၉)မျိုး ကုသော ဆေး	၂၁၀
၈၃။ ကတိုး၏ရနံ့နှင့် အတုအစစ် ခွဲနည်း	၂၁၅
၈၄။ ဆေးစွမ်းထက်သော ပို့နက်လုံးများ	၂၂၀
၈၅။ လေထိုးလေအောင် သက်သာပျောက်ကင်းစေသော နန္ဒင်းကျားပွင့်	၂၂၃
၈၆။ သစ်ပလွေ၏ ဆေးအသုံး	၂၂၆

၁၆၁ / ၅ / ၆၃