

စာမျက်နှာ	စာမျက်နှာ
၁။ ဝမ်းကိုက် ပျောက်စေရန်	၁
၂။ အယားရောဂါ ပျောက်လို့လျှင်	၂
၃။ အသည်းရောင် အသားဝါ သက်သာ ပျောက်ကင်းဆေး	၅
၄။ လဆန်း(၁)ရက် ရှောက်ရွက်နှင့် လေငန်းရောဂါ	၈
၅။ လက်တွေ့ ဒူးနာပျောက်ဆေး	၁၁
၆။ ပွဲတွေ ဆေးနည်းကျော်များ	၁၃
၇။ ပန်းညှိုး ဆေးမတိုးသော်	၁၄
၈။ မီးယပ်သွေးဆုံးရောဂါ ဆေးနည်း	၁၉
၉။ ကျောက်ကြေသော ဆေးနည်း	၂၃
၁၀။ မြန်မာသမားတော်ကြီးများ လက်သုံး စတုပညာသ လေဆေး	၂၆
၁၁။ ဒုလ္လာလိပ်ခေါင်းအတွက် ဆေးနည်း	၂၈
၁၂။ မျက်စိအတွက် မျက်ကွင်းဆေးနည်း	၃၀
၁၃။ အဆိပ်နိုင် ဆေးမင်းပင့်ကူ ဂမုန်းဥ	၃၂
၁၄။ အဖောရောဂါနှင့် ဒူးနာပျောက်	
ပဟာကာကြံဆစ်ပင်	၃၅
ကလေးများ အဆုတ်အအေးမိပါက	၃၈
အအေးမမိစေရေး ဟင်းချိုကို များများ	၄၀
သောက်ပေး	

၁၅။ အထွေထွေရောဂါအတွက် အင်္ဂိုရတ် ဆေးနည်းတို	၄၃
၁၆။ အစာအိမ်ခိုက်အောင့် မကြောင့်ကြ မစိုးရိမ်နှင့်	၄၅
၁၇။ ခန္ဓာကိုယ်အောက်ပိုင်း ညောင်းညာ ထုံကျဉ် ကိုက်ခဲနာဖြစ်သော်	၄၈
၂၀။ ကျားအားအတွက် ဟင်းတစ်ခွက်	၅၀
၂၁။ အစာကြေလွယ် နှုတ်မြိန်စေရန်	၅၃
၂၂။ ဝက်ခြံပေါက်၍ စိတ်မညစ်နှင့်	၅၅
၂၃။ မျက်စိ တိမ်သလ္လာအတွက်	၅၆
၂၄။ သားအိမ်အတွင်း အကျိတ်ဖြစ်ခဲ့လျှင်	၅၈
၂၅။ ဆံဖြူ သွားကျိုး မျက်စိပူနီခြင်းတို့မှ ကင်းရန်	၆၁
၂၆။ ကိုယ်တွေ့ အပူ၊ အကျိတ်နှင့် ပြည်၊ သားနံ့ရည်၊ အမြစ်ရှိသော အနာကျွတ်ဆေး	၆၃
၂၇။ ကျန်းမာခြင်း အားအင်တိုးစေသော ဆေး (သို့မဟုတ်) တစ်ဆယ်သား ဆေးနည်း (၂)နည်း	၆၆
၂၈။ အညောင်းသမားများအတွက် အစွမ်းထက်သော ဆေးတစ်လက်	၇၀
၂၉။ ဂေါဒန်နက် အသုံးဝင်မှုနှင့် အစွမ်းထက်မှု ကွင်းဆက်	၇၂
၃၀။ အကြောတက်ရောဂါအတွက် အလွန် ကောင်းသော ဝိဝက ချဆေး	၇၅

၃၁။ ကွန်တော် သီသမျှ ယောက်သွားအကြောင်း	၈၂
၃၂။ ဖောရောင်ရောဂါ ထိကရုံးနှင့် ပျောက်	၈၄
၃၃။ ကလေးများ လေနာနှင့် အစာမကြေ ပြစ်စေရန်	၉၃
၃၄။ သွားကိုက်ဝေဒနာ ကင်းဝေးစေရန်	၉၅
၃၅။ အနာစိမ်း အပူအကျိတ်များအတွက် ဆေးတစ်လက်	၉၈
၃၆။ ဆရာတော် ဦးပဏ္ဍဝံသ ချီးမြှင့်သော အပူလွန် အပူငုပ် လက်တွေ့ပျောက်ဆေးနည်း	၁၀၀
၃၇။ ဦးခေါင်းပူ ဒက် ပျောက်မခက်	၁၀၄
၃၈။ ပန်းနာ၊ လေနာအတွက် ဆေးစွမ်းထက် ကျောက်ပရုံခါး	၁၀၆
၃၉။ ကျောက်ဦးကြီးသွားနှင့် လေဖြတ်နာ	၁၀၉
၄၀။ အစာအဆိပ် မသင့်စေပို့	၁၁၀
၄၁။ ဝမ်းသက်ရောဂါနှင့် ဝမ်းသက်ရောဂါ ပျောက်ကင်းသက်သာဆေး	၁၁၃
၄၂။ ကြွက်ခွဲရောဂါနှင့် အစွမ်းထက် ချက်ဆေး	၁၁၆
၄၃။ ခွားနီနှင့် ပတ်သက်လာလျှင်	၁၂၁
၄၄။ သွေးတိုးနှင့် နှလုံးရောဂါ ကုသနိုင်သော အစားအစာများ	၁၂၄
၄၅။ ဆီးကျိတ်ရောဂါဝေဒနာအတွက် ဆေး	၁၂၇

၄၆။ ဆင်တုံးပနွယ်ဆေး	၁၃၄
၄၇။ အကြောတက်၊ အကြောတွန့်၊ အကြော တင်းရောဂါ လိမ်းဆေး	၁၃၇
၄၈။ အသားဝါ အသည်းရောင် သက်သာစေတဲ့ မလက်မဲပင်	၁၃၈
၄၉။ မုန်လာဥဖျော်ရည် သောက်ပေးလျှင်	၁၄၁
၅၀။ ကလေးသူငယ်များ နှာပိတ်လျှင်	၁၄၃
၅၁။ ကလေးများ လေချုပ်၍ ဝမ်းခိုက်နာလျှင်	၁၄၅
၅၂။ ဆီးခုံ ဆီးစင်ကြော တင်းနေလျှင်	၁၄၇
၅၃။ အမူးရောဂါ ဝေဒနာရှင်များအတွက်	၁၅၀
၅၄။ ကြို့ကြီးထိုးရာ ကွမ်းသီးစိတ်ပါ	၁၅၂
၅၅။ တစ်ကြိမ်သာသောက် ဝမ်းကိုက်ပျောက်	၁၅၅
၅၆။ မျက်စိကြည်လင် ဆံပင်နက်အောင်	၁၅၈
၅၇။ မြေပွေးသည်းခြေနှင့် ငှက်ဖျားရောဂါ သက်သာပျောက်ကင်းနည်း	၁၆၀
၅၈။ အသည်းခြောက်ရောဂါ မကြောက်ပါ	၁၆၃
၅၉။ ခါးနာဝေဒနာအတွက် ပွဲတွေ့ဆေး	၁၆၅
၆၀။ လိပ်ခေါင်းရောဂါ ပျောက်စေရန်	၁၇၁
၆၁။ လပုပ်ဖမ်းချိန် လမင်းဂါထာနှင့် ဆေးနည်း	၁၇၂
၆၂။ ဝမ်းကိုက်ပျောက် မြန်ဟုဆေးနည်းကောင်း လေး တစ်လက်	၁၇၆

၆၃။ ဆေးဖက်ဝင် ကဒူးပင်နှင့် လက်တွေ့ ကုထုံးများ	၁၇၉
၆၄။ စစ်ကိုင်းတောင်ထက်မှ အစွမ်းထက်သည့် ဆေးတစ်ပင်	၁၈၃
၆၅။ အမျိုးသမီးများအတွက် ဆေးကောင်းတစ်လက်	၁၈၆
၆၆။ ကလေးသူငယ်များ စအိုနီထွက်ရောဂါ ဖြစ်လျှင်	၁၈၉
၆၇။ ကလေးသူငယ် လေပုပ်ထုတ်၊ အရွဲကျ စေသော ဆေးနည်း	၁၉၁
၆၈။ ဝမ်းဖောဝမ်းရောင် မကြောက်ရန်	၁၉၃
၆၉။ နားရောဂါတွေ ပျောက်ကင်းစေလို ဂါထာ နှင့် ဆေးမြီးတို	၁၉၈
၇၀။ ငါးမျက်စိအတွက်နဲ့ မခက်ကြပါနဲ့	၂၀၄
၇၁။ ထူးခြား၍ ဆေးဖက်ဝင်သော ဝါးပုလဲ	၂၀၇
၇၂။ ဆီးမသွားနိုင် ဖြစ်ခဲ့ပါလျှင်	၂၁၀
၇၃။ ဆီးကျဉ် ဆီးအောင့် ဆီးချုပ်သော်	၂၁၃
၇၄။ တကယ် ဝက်ခြံပျောက်စေတဲ့ နည်းပါ	၂၁၇
၇၅။ မာ၊ နန်း၊ လောက် တီဘီရောဂါပျောက်	၂၂၀
၇၆။ ဆေးဖက်ဝင် ဖြူဆူး	၂၂၃
၇၇။ ဆေးနည်းကောင်းတစ်ခု ဒါနုမြူပါသည်	၂၂၆