

မာတိကာ

ထုတ်ဝေသူအမှာ
စာရေးသူ Dr Sharon Ostalecki ငါးအမှာ
စာရေးသူ Dr Tamler ငါးအမှာ

အခန်း (၁)
အခြေခံအချက်များ ... ၁

မေးခွန်း (၁ မှ ၃၃ အထိ)
- အကြောတက်ဝေဒနာဆိုတာဘာလဲ။
- အကြောတက်ဝေဒနာရဲ့ လက္ခဏာတွေဘာတွေလဲ။
- အကြောတက်ဝေဒနာကို ဘယ်လိုကုမလဲ။

အခန်း (၂)
အိပ်စက်အနားယူခြင်း ... ၄၉

မေးခွန်း (၃၄ မှ ၄၉ အထိ)
- အကြောတက်ဝေဒနာရှင်တွေအတွက် အိပ်စက်အနားယူခြင်းက ဘာကြောင့်အရေးကြီးတာလဲ။
- အဆင့် ၄ အိပ်စက်ခြင်းကိုရောက်ပြီလို့ ဘယ်လိုသိနိုင်သလဲ။
- ကောင်းကောင်းမွန်မွန် အိပ်စက်အနားယူနိုင်အောင် ဘယ်လိုလုပ်ရမလဲ။

အခန်း (၃)
ယှဉ်တွဲလျက်ရှိသော နာကျင်မှုအခြေအနေများ ... ၆၅

မေးခွန်း (၅၀ မှ ၅၈ အထိ)
- မျက်နှာ ဘာကြောင့်နာတာလဲ။

- ဆီးအိမ်ရောင်တာနဲ့ အကြောတက်ဝေဒနာ ဆက်စပ်မှုရှိသလား။
- ကသိကအောက် ဖျားလမ်းကြောင်းဝေဒနာဆိုတာဘာလဲ။

အခန်း (၄)
ဆေးဝါးဖြင့်ကုသခြင်း ... ၇၇

မေးခွန်း (၅၉ မှ ၇၄ အထိ)
- အကြောတက်ဝေဒနာအတွက် ဘာဆေးတွေပေးမလဲ။
- လောလောဆယ်မှာ FDA က ဘာဆေးတွေကို အသိအမှတ်ပြုထားသလဲ။
- အကြောတက်ဝေဒနာသည်တွေက ဆေးဝါးကိုတုံ့ပြန်မှု ဘာကြောင့်လွန်ကဲနေတာလဲ။

အခန်း (၅)
ပြီးပြည့်စုံသော ကိုင်တွယ်ဖြေရှင်းနည်း ... ၉၅

မေးခွန်း (၇၅ မှ ၁၀၀ အထိ)
- ရောဂါပြန်မထအောင် ဘယ်လိုကာကွယ်ရမလဲ။
- မိမိဘာသာ ကုသနိုင်တဲ့ ကျွမ်းကျင်မှုတွေက ဘာတွေလဲ။
- အာဟာရနဲ့ပတ်သက်ပြီး ဘယ်လိုအကြံပြုရမလဲ။