

မာတိကာ

ကိုဗစ်ကာလ Lockdown မှတ်တမ်း	၇
အခန်း (၁) ရုတ်တရက်ရောက်ရှိလာသောအရာ	၉
အခန်း (၂) စိတ်ပူပန်ခြင်းများ	၁၅
အခန်း (၃) ရှိတာလေးနဲ့ ဖြစ်အောင်စားမယ်	၁၉
အခန်း (၄) Lockdown ဆိုတာ အကျယ်ချုပ်လား	၂၅
အခန်း (၅) ဘေးထွက်ထိခိုက်မှုများ	၃၁
အခန်း (၆) စီမံခန့်ခွဲမှုနမူနာ	၃၇
အခန်း (၇) ပေါ်တာဆွဲခံရသူများ	၄၃
အခန်း (၈) ကူပါကယ်ပါ ဆေးရုံမသွားရဲပါ	၄၉
အခန်း (၉) ဖိအားများတဲ့ ကျန်းမာရေးဝန်ထမ်းများ	၅၅
အခန်း (၁၀) လူမရှိရင် ရှိအောင်လုပ်မယ်	၆၁
အခန်း (၁၁) ကူးစက်ရောဂါဆိုတာ ကူးမှာ	၆၇
အခန်း (၁၂) ကပ်ရောဂါနဲ့ ပညာရေး	၇၁
အခန်း (၁၃) အသက်ဆက်ဖို့ ထမင်းစားဖို့လိုတယ်	၇၇
အခန်း (၁၄) ကျေးဇူးတော်များ	၈၃
အခန်း (၁၅) အလုပ်ပြုတ်မည့်သူနဲ့ အခွင့်အရေးယူသူ	၈၉
အခန်း (၁၆) အလိမ်အညာပြဿနာ	၉၅
အခန်း (၁၇) ကပ်ရောဂါနဲ့ မဲထည့်ဖို့အရေး	၁၀၁
အခန်း (၁၈) ငတ်လို့အသံထွက်ရတာပါ	၁၀၇
အခန်း (၁၉) အသက်ဝဝရှူသွင်း	၁၁၅
အခန်း (၂၀) နိဂုံး	၁၂၁