

ชีวจิต

นิตยสารสุขภาพที่มียอดจำหน่ายสูงสุด



Fruity Beauty

ตอง - ภัครมัย

เปิดใจผู้ป่วยมะเร็งต่อมลูกหมาก
อายุน้อยที่สุดในไทย

แนะนำบริหาร
ลดปวดประจำเดือน

4 สูตรพิ้วสวย
ด้วยข้าวกล้อง

ชวนเดินลดพิษบุรี

ใบมะลิ
ลบรอยแผลเป็น

108
ปัญหาสุขภาพผู้ชาย
ที่ผู้หญิงควรรู้

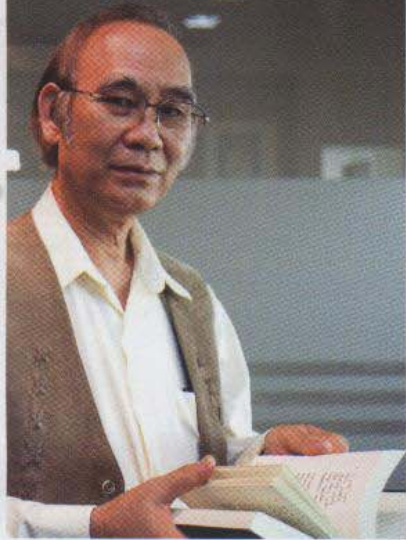
จิตยาให้ฉันตายไปเกิดหมอ...
โดย สาทิส อินทรกำแหง

เตือน!
อ้วนลงพุง
ทำสมองเสื่อม

6 สมุนไพร
แก้ผมร่วง



ป่วยก็ต้องอ่าน
ไม่ป่วยก็ต้องอ่าน
www.cheewajit.com



contents

ทางเลือกสุขภาพ

48

สัมภาษณ์พิเศษ :
วันวิสาขบูชา ทำไมคนไทย
ต้องบวช

เนื่องในวันวิสาขบูชา หรือ วันพระพุทธศาสนาโลก และ ประเทศไทยเองก็ถือว่าเป็น ดินแดนแห่งพระศาสนามานาน ก่อนยุคประวัติศาสตร์เสียอีก แต่น่าเสียดายที่คนรุ่นใหม่ไม่ค่อยรู้เหตุผลและความจำเป็น ที่ต้องบวชเป็นพระ ชัดเกล้า อบรมจิตใจ เราจึงสัมภาษณ์ ศาสตราจารย์เกียรติคุณ ดร. เสฐียรพงษ์ วรรณปก ราชบัณฑิต เพื่อไขความกระจ่าง ในเรื่องนี้

52

เรื่องพิเศษ :
สุขภาพผู้ชาย
ที่ทุกคนควรรู้

มีรายงานว่าผู้ชายทั่วโลก อายุขัยสั้นกว่าผู้หญิงเพราะ ละเลยการดูแลสุขภาพ เรา จึงมีข้อมูลดีๆเกี่ยวกับปัญหา สุขภาพที่อาจเกิดขึ้นกับคุณ ผู้ชาย โดยแบ่งเป็นช่วงอายุ ต่างๆตามพฤติกรรม ความ ต้องการ ความสนใจ และ หน้าที่ความรับผิดชอบทุกวัย ตลอดจนวิธีแก้ไขค่ะ

58

เขี้ยวยาก่อนหาหมอ :
เขี้ยวยา 6 อาการยอดฮิต
ของผู้ชาย

หัวล้าน อ้วนลงพุง มี กลิ่นตัว ปัญหาต่อมลูกหมาก หย่อนสมรรถภาพทางเพศ และมีลูกยาก เป็นอาการที่มัก พบบ่อยในผู้ชาย หากปล่อยไว้ อาจทำให้เขาทั้งขาดความมั่นใจ และกลายเป็นผลเสียต่อสุขภาพ ในระยะยาว เรามีสารพัดวิธี ธรรมชาติที่ล้วนช่วยเขี้ยวยา อาการมาฝาก

64

รายงาน :
เลิกอบายมุขได้
สุขใจทั้งครอบครัว

หลายครอบครัวพังทลาย เพราะผู้นำหมกมุ่นอยู่กับอบายมุข ทั้งการพนัน ดิดเหล้า ดิด บุหรี่ และนำมาซึ่งปัญหาสุขภาพ ปัญหาสังคม แต่ไม่ต้องกังวล ไปค่ะ ปัญหาทุกอย่างมีทาง แก้ไข เรานำวิธีเลิกอบายมุข ทุกประเภทมาฝากกันแล้ว



เรื่องจากปก

12 โใบมะลิ ลบรอยแผลเป็น 14 แนะนำบริหารลดปวดประจำเดือน 14 ขวนเดินลดพิษบุหรี่ 20 เตือนอ้วนลงพุงทำสมองเสื่อม 26 ฉีดยา ให้ฉันทายไปเกิดหมอ โดย สาทิส อินทรกำแหง 52 108 ปัญหาสุขภาพผู้ชายที่ผู้หญิงควรรู้ 58 6 สมุนไพรแก้ผมร่วง 68 Fruity Beauty ตอง-ภักครมัย 70 เปิดใจผู้ป่วยมะเร็งต่อมลูกหมากอายุน้อยที่สุดในไทย 80 สูตร ผิวสวยด้วยข้าวกล้อง