

ชีวจิต

นิตยสารสุขภาพที่มียอดจำหน่ายสูงสุด

แกะกล่องไอเดียใหม่จากผู้อ่าน
Healthy Green Project

คาถาแก้แผลไฟไหม้ของพยาบาลฝึกหัด

ระวัง 6 โรคอันตราย
จากร้านเสริมสวย

น้ำยาบ้วนปากก่อดมะเร็ง

ความสุขยุคประหยัด
ของ ดร.อรศรี งามวิทยาพงศ์

9 วิธีธรรมชาติบำบัด
ที่ รพ.ศุภยราชบุรี

ปรับกระบวนการกินพืชโซนิค
กินรี ดาร์ริงตัน

เช็กอาชีพเสี่ยง
ปอดพัง



ป่วยก็ต้องอ่าน
ไม่ป่วยก็ต้องอ่าน

www.cheewajit.com

ร่วมทำบุญช่วยชาติ
กับนิตยสารชีวจิต 14 มีนาคมนี้

Healthy
iDOL

โพร์-ศกสิทธิ์



32

32 เรื่องพิเศษ : ปอดพัง คุณก็เป็นได้...จากที่ทำงาน

การทำงานนำมาซึ่งความสุขและทุนรอนสำหรับการดำเนินชีวิต แต่ก็มีหลายครั้งที่อาชีพเป็นส่วนหนึ่งที่ทำร้ายสุขภาพ ไปเช็คอาชีพใกล้ตัวใกล้ตัวที่คุณอาจคิดไม่ถึงว่าจะทำให้ป่วยเป็นโรคระบบทางเดินหายใจ

40 รายงาน : ระวัง! ร้านเสริมสวยทำป่วย

จากการสำรวจความสะอาดในร้านเสริมสวยพบว่ามีความเชื่อราในหัวและแบง 27.34 เปอร์เซ็นต์ ผู้รับบริการจึงเสี่ยงต่อโรคติดต่อทางผิวหนังมาก ฟังดูน่ากลัวใช่ไหมคะ แต่แท้จริงยังมีโรคอื่นๆ อีกมากที่แฝงอยู่ในร้านเสริมสวย เรามาทำความรู้จักเพื่อหาทางป้องกันกันดีกว่า

วิถีองค์กรรวม

24 เปิดประตูหลังบ้าน :

- เรื่องจริง ๆ ของดีที่ออกซ์ (3) “มาเสียบกันกันเถอะ”
- เทนนิสแกรนด์สแลม (2) ดูกลายเครียด แต่กลับยิ่งเครียด

44 ไม้เกาหลัง :

ทำไมต้องเล่าข่าวทางจอทีวี

46 ระเบียบโบสถ์ : วิถีเจริญสมมติ

50 บทความ : เทคนิคการตาย

52 เปิดห้องหมอสุนัข :

เด็กหญิงลดาวัลย์ (12)

88 มนต์รักผักพื้นบ้าน :

ผัดผัก (พื้นบ้าน) รวมมิตร

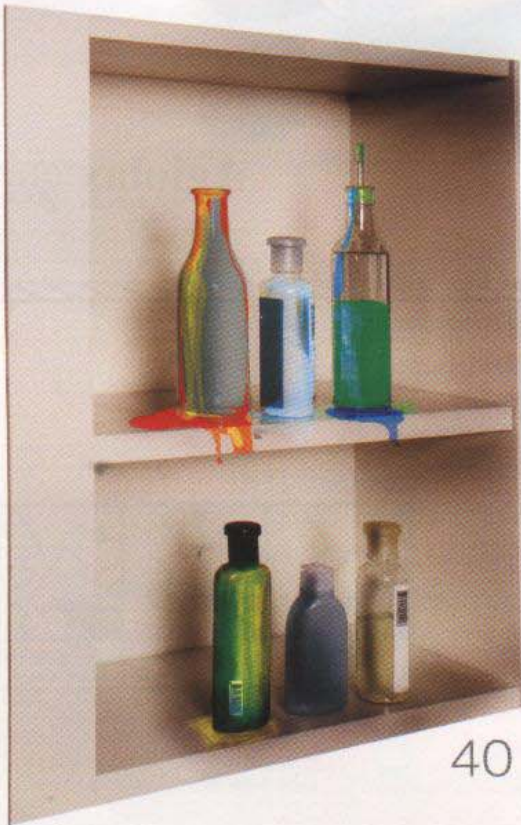
104 ท้ายเล่ม

ข่าวสุขภาพ

- 10 เกร็ดสุขภาพ
- 16 เก็บข่าวมาแล้ว
- 18 ทันโลกสุขภาพ
- 48 ไขข้อสงสัยสุขภาพ

คนรักสุขภาพ

- 56 ประสพการณ์สุขภาพ : ...
ปรับกระบวนกิน พิซซิดไซน์ส
- 60 นาทีวิถีฤดู : โชคดีที่ไม่เชื่อหมอม
- 62 บ้านที่หัวใจแกร่ง :
มังกรหัวใจแกร่ง (จบ) มังกรไม่ทิ้งสาย
- 66 สุขภาพดีคนดัง : ชวัญใจเยาวชน
- 68 สู่วิถีเรียบง่าย :
หาความสุขมิติใหม่ ดร.อรศรี งามวิทยาพงศ์



40

