

ชีวจิต

นิตยสารสุขภาพที่มียอดจำหน่ายสูงสุด

สปาปลา **อยากลองต้องรู้**

รู้ภาษาหมอก่อนตรวจโรค

หมอรางวัลซูเกียร์ดีฯ...

หมอเลือดบ้า เพื่อคนเลือดบวก

สำรวจ 10 แหล่งภูมิแพ้ในบ้าน

**วิกฤติเชื่อดื้อยา
ปัญหาระดับโลก**

ทำโยคะสยบสิ่ว

วัคซีนชีวจิตต้าน “หวัดใหญ่ 2009”

เตือน!

หลุดจากไลเฟสไตล์ยุคใหม่



ป่วยก็ต้องอ่าน
ไม่ป่วยก็ต้องอ่าน

www.cheewajit.com





44 เรื่องพิเศษ : เรื่องใกล้ตัวทำหูคนยุคใหม่ป่วย

หู ภัยร้ายคู่สำคัญที่กำลังสูญเสียต่ออันตราย เพราะทุกวันนี้การใช้ชีวิตของเราค่อนข้างจะมีผลเสียกับหู เช่น การใช้โทรศัพท์ การฟังเครื่องเสียง ผลภาวะ การรับประทันยา หรือแม้แต่การพักผ่อนไม่เพียงพอ เรามีรายละเอียดและวิธีป้องกันให้พ้นจากภาวะหูดับมาบอก

52 รายงานพิเศษ : เช็ดแฉกแพทย์ เช็ดโรค

เวลาไปโรงพยาบาลเคยสงสัยกับชื่อแผนกต่างๆ เช่น ตจวิทยา ออร์โธพีดิกส์ พยาธิวิทยา กันไหมคะ ถ้าเคย เราจะพาไปหาคำตอบว่า แต่ละชื่อที่แปลไม่ออกนั้น เขาตรวจวินิจฉัยอะไรกันบ้าง เพื่อวันหลังที่ต้องไปโรงพยาบาลจะได้ไม่สับสนค่ะ

56 รายงาน : วายร้ายพันธุ์ใหม่ระบาดไม่ยั้ง

ข่าวหน้าหนึ่งในหนังสือพิมพ์ทุกวันนี้หนีไม่พ้นการรายงานสถานการณ์ให้หวัดใหญ่สายพันธุ์ใหม่ 2009 แน่นนอน ชีวจิต จึงประมวลสถานการณ์ตลอดจนความรุนแรงของการระบาดมาให้ผู้อ่านรับทราบ และที่สำคัญ มีวิธีสร้างภูมิคุ้มกันแบบชีวจิตเพื่อป้องกันตนเองมาแนะนำ



56

72



ข่าวสุขภาพ

- 10 เกร็ดสุขภาพ
- 16 เก็บข่าวมาเล่า
- 18 ทันโลกสุขภาพ
- 42 โบนัสสุขภาพ

คนรักสุขภาพ

- 62 ประสบการณ์สุขภาพ :
 - รำกระบองชีวจิต พิชิตแขนขาอ่อนแรง
- 66 นาฬิกาฤดี :
 - "หูฟัง" ทำหูหนวก
- 68 บันทึกหัวใจแกร่ง :
 - บนลู่วิ่งชีวิต (1)
 - "วิ่ง" สู่อะไรสำเร็จ
- 72 สุขภาพดีคนดัง :
 - ทำดี ทำได้ตลอดเวลา

วิถีองค์กร

- 26 เปิดประตูหลังบ้าน :
 - การแพทย์ทางเลือก - การแพทย์ผสมผสาน
- 32 ไม้เกาหลัง :
 - รู้จักล้มเหลวเสียบ้าง
- 34 ระเบียบโบสถ์ :
 - ความรุนแรงเกิดจากความอ่อนแอ (จบ)
- 38 เปิดห้องหมอสูติ :
 - เด็กหญิงลดาวัลย์ (19)
- 40 บทความ :
 - ขอบคุณ ขอโทษ เข้าคิว
- 86 มนต์รักผักพื้นบ้าน :
 - ขนมเส้นแกงขี้เหล็ก
- 112 ท้ายเล่ม