

စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၁။	ကျွန်းမာရေးဒေါင်ဒေါင်ပြည်နေတုန်းလား	၉
၂။	သင် ကျွန်းမာနေကြောင်း သိရှိနိုင်အောင် စက္ကန့် ၃၀ အတွင်း အလွယ်တကူ စစ်ဆေးနည်း	၁၅
၃။	သင်ကိုယ်တိုင် ပြုလုပ်နိုင်သည့် ကျွန်းမာရေးစစ်ဆေးခြင်း	၂၁
၄။	သင့်မှာ နှလုံးရောဂါဖြစ်နေပြီလား . . . သိရှိနိုင်အောင် ကိုယ်တိုင်စစ်ဆေးနည်း	၃၁
၅။	သိုင်းရွိုက်ရောဂါအတွက် တစ်မိနစ်အတွင်း မိမိကိုယ်တိုင် စစ်ဆေးနိုင်သော နည်းလမ်း	၃၇
၆။	သင့်မျက်နှာကို ကြည့်ပြီး အာဟာရဓာတ်ချို့တဲ့မှု ရှိ မရှိ စစ်ဆေးနည်း	၄၁
~ ~ ~		
၇။	ကျွန်းမာရေးပြဿနာဖြစ်နေကြောင်း ပြသသည့် ဓမ္မာကိုယ်၏ သတိပေးလက္ခဏာများ	၄၅
၈။	သင်နေမကောင်းဖြစ်နေကြောင်း ဓမ္မာကိုယ်က ဖော်ပြနေသည့် လက္ခဏာများ	၄၉
~ ~ ~		
၉။	ဦးမျှော်ပြားနှင့် ဆံပင်ကပြောပြနိုင်သော သင့်ကျွန်းမာရေး	၅၃
၁၀။	သင့်မျက်နှာကပြောသော သင့်ကျွန်းမာရေး	၅၉
၁၁။	သင့်မျက်နှာပေါ်က တင်းတိပ်၊ ဝက်ခြံနှင့် သင့်ကျွန်းမာရေး	၆၉
၁၂။	သင့်မျက်နှာပေါ်မှ အဖေကြောင်းများနှင့် သင့်ကျွန်းမာရေး	၇၅
၁၃။	မျက်လုံးကပြောပြသော သင့်ကျွန်းမာရေး	၈၉
၁၄။	သင့်နှာရွက်က ပြောပြနိုင်သည့် သင့်ကျွန်းမာရေး	၉၇

စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၁၅။	နှာခေါင်းကပြောပြနိုင်သော သင့်ကျွန်းမာရေး	၁၀၃
၁၆။	သင့်ခံတွင်းနှင့် ကျွန်းမာရေး	၁၀၉
၁၇။	ခံတွင်းအနံ့က ပြောပြနေသော ကျွန်းမာရေးအခြေအနေ	၁၁၅
၁၈။	သင့်လျှာက ပြောပြနေသော ကျွန်းမာရေးအခြေအနေ	၁၁၉
၁၉။	ချိုင်းကြားက ပြောပြနေသော ကျွန်းမာရေးအခြေအနေ	၁၂၇
၂၀။	သင့်လက်သည်းကြွပ်ဆတ်ခြင်းက ပြောပြနေသော ကျွန်းမာရေးအခြေအနေ	၁၃၁
၂၁။	ခါးအတိုင်းအတာနှင့် ကျွန်းမာရေးဆက်စပ်မှု	၁၃၅
၂၂။	သင့်ခြေထောက်က ပြောပြနိုင်သော ကျွန်းမာရေးပြဿနာများ	၁၄၁
၂၃။	သင့်ဆီးက ပြောပြနိုင်သော သင့်ကျွန်းမာရေး	၁၄၇
၂၄။	သင့်ဝမ်းကပြောပြနိုင်သော သင့်ကျွန်းမာရေး	၁၅၃
၂၅။	အဖြူဆင်းခြင်းက ပြောပြနိုင်သော သင့်ကျွန်းမာရေး	၁၅၇
၂၆။	ပထမဆုံးဓမ္မတာလာသည့်ရက်နှင့် သင့်ကျွန်းမာရေး	၁၆၁
၂၇။	သင့်ဓမ္မတာက ပြောပြသော သင့်ကျွန်းမာရေး	၁၆၅
၂၈။	ဓမ္မတာသွေးအရောင်နှင့် သင့်ကျွန်းမာရေး	၁၆၉
၂၉။	သင့်ရွှေပန်းက ပြောပြသော ကျွန်းမာရေး	၁၇၇
၃၀။	သင့်ဝှေးစေ့က ပြောပြနိုင်သော သင့်ကျွန်းမာရေး အခြေအနေ	၁၈၃
၃၁။	သင့်သားမြတ်က ပြောပြနေသော သင့်ကျွန်းမာရေး	၁၈၅
၃၂။	နို့သီးခေါင်းကပြောပြနေသော သင့်ကျွန်းမာရေးအခြေအနေ	၁၉၇