

၁။	တစ်ဆင့်ခံ ရှုနေရတဲ့အဖြစ်	---	၁
၂။	စီးကရက်သောက်တဲ့ အမျိုးသမီးများ	---	၁၅
၃။	ဘာကြောင့် ဆေးလိပ်သောက်ကျင့် ခွဲနေတာလဲ	---	၁၈
၄။	ဆေးလိပ်သောက်ကျင့်ခွဲခြင်းနဲ့ သောက်သုံးရခြင်းအခြေအနေ	၂၁
၅။	ဖွဲ့လမ်းတွယ်တာခြင်းအခြေအနေနဲ့ ဆေးလိပ်ဖြတ်လက္ခဏာ	၂၄
၆။	အလေ့အကျင့်ဖြစ်နေခြင်းအခြေအနေ	---	၂၇
၇။	နှိုင်းယှဉ်ခြင်းဆန်နေခြင်း	---	၃၂
၈။	ဆေးလိပ်ဖြတ်ခြင်း	---	၃၅
၉။	လုံးဝဖြတ်ရမယ်လို့ သဘောထားပါ	၃၈
၁၀။	ဆေးလိပ်ဖြတ်ခြင်း၊ ဆေးလိပ်ဖြတ်သည့် ရက်သတ္တပတ်	၄၃
၁၁။	ဆေးလိပ်ဖြတ်သည့် ရက်သတ္တပတ်အတွင်း ဓာတ်စာများ	၄၆
၁၂။	တစ်သက်လုံးဆေးလိပ်ဖြတ်ရေး ရေရှည်ရည်ရွယ်ချက်	---	၅၃
၁၃။	ဆေးလိပ်ဖြတ်လို့ ကိုယ်အလေးချိန်တိုးတာလား	---	၆၁
၁၄။	ဆေးလိပ်ဖြတ်ပြီးနောက် ကိုယ်အလေးချိန်မတိုးစေဖို့ သတိပြုစရာများ	၆၄