



สุขภาพ

200

คำ

เพื่อกินอยู่พอดีมีความสุข



10034090

ห้องสมุด วพบ.สุรินทร์



เสรี พงศ์พิศ

สารบัญ

กรดยูริก (Uric Acid)	12	ข้าวฮาง	23
กรดอะมิโน (Amino Acid)	12	เช่าเสื่อม	24
กระดูกทับเส้น	13	ไขข้ออักเสบ	24
กระเพาะปัสสาวะอักเสบ	14	ไขมัน ไขมันพืช ไขมันสัตว์	25
กระเพาะอาหารอักเสบ		ไขมันในเลือด	26
(โรคกระเพาะ)	15	ไข่เลือดออก	26
กล่องเสียงอักเสบ	15	ไขหวัดนก	27
กาเฟอีน	16	ไขหวัดใหญ่ ไขหวัดใหญ่ 2009	27
การตรวจสุขภาพประจำปี	16	ความเครียด	29
การแพทย์ทางเลือก		ความดันโลหิตสูง	30
(Alternative Medicine)		ความหลากหลายทางชีวภาพ	
การแพทย์เสริม		(Biodiversity)	30
(Complementary Medicine)		คอปอกเป็นพิษ	31
การแพทย์แบบองค์รวม		คอเลสเตอรอล	
(Holistic Medicine)	17	(Cholesterol)	32
กาฬโรค (Plague)	18	คางทูม	33
กินเจ เทศกาลกินเจ ถีอศีลกินเจ	19	คลับสุขภาพ (Health Club)	33
กัญชง	19	คีโม (Chemotherapy)	34
เกลือแร่	20	คืนสู่ธรรมชาติ	
เกษตรอินทรีย์	21	(Back to the Nature)	34
เกาต์	21	คืนสู่รากเหง้า	
ข้าวกล้อง	22	(Back to the Roots)	35
ข้าวกล้องงอก	23	คุณค่า มูลค่า (Value)	36

แคดเมียม (Cadmium)	36	ไดเอต (Diet)	52
แคลอรี (Calory)	37	ตกขาว	53
โคมา (Coma)	38	ตรวจภายใน	54
งูสวัด	39	ต้อ ต้อเนื้อ ต้อลม	54
จิตบำบัด	40	ต้อกระจก ต้อหิน	55
จิตแพทย์	40	ต่อมลูกหมากโต	
จิตเภท	41	มะเร็งต่อมลูกหมาก	56
จิตสาธารณะ จิตอาสา		ตับแข็ง	57
(Public Spirit / Public Mind)	41	ตับอักเสบจากไวรัส	57
จิตสำนึก (Awareness)	42	เต้า หยิน หยั่ง	58
จีดีเอช (GDH) จีดีพี (GDP)	42	เตาปฏิกรณ์ปรมาณู	58
จีโนม (Genome)	43	ไตวาย ฟอกไต	59
ฉายแสงรังสี หรือ		ไตอักเสบ กรวยไตอักเสบ	59
รังสีรักษาโรคมะเร็ง	44	ถุงลมปอดโป่งพอง	61
ชักจากไข้	45	ทรงเจ้าเข้าผี	62
ชีวจิต	46	ห้องผูก	63
เชื้อราในอาหาร	46	ห้องร่วง	63
เซรัม (Serum)	48	ทอนซิลอักเสบ	64
เซลล์ต้นกำเนิด (Stem Cell)	48	ทาลัสซีเมีย	65
ไซนัสอักเสบ	49	ไทฟอยด์	65
ไซยาไนด์	50	ไทรอยด์	66
ดีซ่าน	51	ธรรมชาติบำบัด	
ดีเอ็นเอ (DNA)	51	(Natural Healing)	67

นพลักษณ์	68	ปุ๋ยเคมี ปุ๋ยอินทรีย์ ปุ๋ยชีวภาพ	
นวด	69	ปุ๋ยอินทรีย์ชีวภาพ	86
น้ำหมักอเนกประสงค์	70	เป็นลม	87
นิ้ว นิ้วน้ำดี นิ้วไต		โปรตีน	88
นิ้วกระเพาะปัสสาวะ	71	ผงชูรส (Monosodium Glutamate : MSG)	89
นิเวศวิทยา (Ecology)		ผลข้างเคียง (Side Effect)	89
ระบบนิเวศ (Ecosystem)	72	ผีปอบ ผีเข้า ผีแม่มา้ย	90
เนื้องอกในสมอง	73	ผึ่งต่อย ต่อต่อย	91
บอลลูนหัวใจ	74	พยาธิวิทยา (Pathology)	92
บาดทะยัก	74	พรหมลิขิต	93
บายพาสหัวใจ	75	พลังงานชีวมวล	
บายศรี สุขวัณ	76	พลังงานทางเลือก พลังงานน้ำ	
เบต้าแคโรทีน	76	พลังงานลม พลังงานสะอาด	
เบาหวาน	77	พลังงานแสงอาทิตย์	93
แบคทีเรีย	78	พลังจักรวาล	94
ปฏิรูประบบสุขภาพ	80	พลังจิต	95
ปฐมพยาบาล	80	แพทยศาสตร์สงคราม	95
ปมเชื่อง ปมด้อย	81	แพทยสภา	96
ปรจิตวิทยา (Parapsychology)	82	ฟลูออไรด์ (Fluoride)	97
ประจำเดือน	83	ฟิตเนสเซ็นเตอร์	
ปลอดภัยไร้สารพิษ	83	(Fitness Centre)	97
ปวดหลัง	84	ฟื้นฟูสุขภาพ	98
ปลอดภัย เสบ	85		

ภาวะโลกร้อน	99	เยื่อหุ้มสมองอักเสบ	114
ภูมิปัญญาชาวบ้าน		ยูทานาเซีย (Euthanasia) หรือ	
ภูมิปัญญาไทย		การุณยฆาต	114
ภูมิปัญญาสากล	100	ยูเอ็นเอดส์ (UNAIDS)	115
มลภาวะ มลพิษ (Pollution)	101	รังสีวิทยา (Radiology)	115
มะเร็งกระเพาะอาหาร	102	ริดสีดวงทวาร	117
มะเร็งตับ มะเร็งท่อน้ำดี	102	รีไซเคิล (Recycle)	118
มะเร็งปอด	103	รูมาตอยด์	118
มะเร็งปากมดลูก	104	ริบ	119
มะเร็งเม็ดเลือดขาว	104	โรคกรดไหลย้อน	
มะเร็งสมอง	105	หรือโรคน้ำย่อยไหลกลับ	120
มังสวิวัต	106	โรคกระเพาะ	120
มาลาเรีย	106	โรคฉี่หนู (Leptospirosis)	121
เม็ดเลือดขาว เม็ดเลือดแดง		โรคซึมเศร้า	121
เกล็ดเลือด	107	โรคปวดศีรษะจากความเครียด	122
เมตาบอลิซึม (Metabolism)	108	โรคผิวหนัง	123
แมคโครไบโอติกส์		โรคพาร์กินสัน	124
(Macrobiotics)	108	โรคภูมิแพ้ (Allergy)	124
ไมเกรน	109	โรคภูมิแพ้ตัวเอง (SLE)	126
ไมโครเวฟ	110	โรคภูมิแพ้ทางเดินหายใจ	127
ยาปฏิชีวนะ (Antibiotic)	111	โรคเรื้อน	128
ยาฝึบอก	112	โรคลมจากความร้อน	129
ยาเสพติด	113		

โรคสมองพิการ		สังคมบริโภค	147
(Cerebral Palsy)	130	สารกันบูด (Preservatives)	147
โรคเหงือกอักเสบ โรคปริทันต์	131	สารผัก (Phytochemical)	148
ลมชัก	132	สิทธิผู้บริโภค	148
ลมพิษ	133	สิทธิผู้ป่วย	149
ลิกไนต์ (Lignite)	134	สิทธิมนุษยชน (Human Right)	150
เลเซอร์	134	สี	151
เลสิก	135	สีเขียว (Green)	152
เลือดกำเดาไหล	136	สุนิยม	153
เลือดออกตามไรฟัน	137	สุขภาพ	153
โลหิตจาง	137	สุขภาพองค์รวม	
วัคซีน (Vaccine)	138	(Holistic Health)	154
วัยทอง	138	สุขภาพะ (Well Being)	154
วิตามิน	139	สุนทรีย์สนทนา	155
วิสัญญีแพทย์	140	เสื่อมสรรถภาพทางเพศ	155
ไวรัส	141	ไส้ติ่งอักเสบ	156
ศัลยกรรมตกแต่ง	142	ไส้เลื่อน	157
ศีลอด (อิสลาม คริสต์)	143	หมอลำผีฟ้า	158
สปา (Spa)	144	หลอดลมอักเสบ	159
สไปรูลิน่า	145	ห่วงโซ่อาหาร (Food Chain)	160
สมองอักเสบ	145	หอบหืด	160
สมัชชาสุขภาพ	146	หัดเยอรมัน	161
สมุนไพร	146		

หัวใจความเป็นมนุษย์		อาหาร 5 หมู่	174
(Humanized Medicine)	161	อาหารจานด่วน (Fast Food)	174
ไหลตาย	162	อาหารจีเอ็ม (GM Food)	175
อ.ย. สำนักงานคณะกรรมการ		อาหารเป็นพิษ	176
อาหารและยา	163	อาหารเป็นยา	176
องค์การเภสัชกรรม	164	อาหารเสริม	177
องค์รวม (Holistic / Holism)	165	อาหารหมักดอง	177
องค์พยพ (Organism)	166	อินซูลิน (Insulin)	178
องค์การอนามัยโรค (WHO)	166	อินทรีย์ (Organic)	
อนามัยเจริญพันธุ์		ชีวภาพ (Bio-)	179
(Reproductive Health)	167	อีสุกอีใส	179
อนุมูลอิสระ (Free Radicals)	167	เอดส์ (HIV/AIDS)	180
อหิวาต์	168	เอนไซม์ (Enzyme)	181
ออทิสติก (Autistic)	169	แอนติออกซิแดนต์	
อัตวินิบาตกรรม		(Antioxidants)	182
การฆ่าตัวตาย	170	แอโรบิก (Aerobic)	183
อัมพฤกษ์ อัมพาต เบลล์	170	โอโซน (Ozone)	183
อัลไซเมอร์	171	ไฮโดรเจน	185
อัลตราซาวด์ (Ultrasound)	172	ฮอว์โมน	186
อาจารย์ใหญ่	173	ฮาลาล	187
อาสาสมัครหน่วยกู้ภัย		ฮิสทีเรีย (Hysteria)	188
มูลนิธิร่วมกตัญญู		ฮีโมฟีเลีย (Hemophilia)	188
มูลนิธิปอเต็กตึ๊ง	173	โฮลวีต (Whole Wheat)	189