



วารสาร ปีที่ 13 ฉบับที่ 2 (กรกฎาคม - สิงหาคม 2553) ISSN 1513-0061

สุขภาพดี เริ่มที่บ้าน

วารสารใหม่ประจำเดือน

มกราคม.....2554.....

- ดูแลสุขภาพตนเอง ระยะปลายพันต้นหนาว
- หลักการ และวิธีการทำงานของฟู้ที่ได้ชื่อว่า “นักวิชาการ”
- ทำอย่างไร ไม่ให้ป่วยด้วยโรคไข้เลือดออก
- เคล็ดลับการป้องกันโรค : เพื่อการมีสุขภาพดีที่ยั่งยืน
- มะพร้าว : ผลไม้ไทยที่หลายคนมองข้าม
- การบำบัดทางจิต กับอารมณ์ : เพื่อสุขภาพใจที่ดี

Dr. Prapin's Academic Health Centre



สารบัญ



แวดวงวิชาการที่บ้าน

สุขภาพดีเริ่มที่บ้าน ดูแลสุขภาพตนเอง ระยะปลายพันต้นหนาว	5
หลักการและวิธีการทำงานของผู้ที่ได้ชื่อว่า “นักวิชาการ”	7
Home Ward คือ Home Health Care ใช่หรือไม่?	11
ทำอย่างไร?...ไม่ให้ป่วยเป็นโรคไข้เลือดออก	15
แผนการอบรมวิชาการเรื่อง “สอนง่ายๆ รู้วิธีการทำวิจัย”	18

สาระในบ้านและรอบบ้าน

เคล็ดลับการป้องกันโรค : เพื่อการมีสุขภาพดีที่ยั่งยืน	20
พลัสการอบรมวิชาการเรื่อง “วิธีการจัดระบบบริการสุขภาพดีเริ่มที่บ้าน”	25
มะพร้าว : พลไม้ไทยที่หลายคนมองข้าม	28
การบำบัดทางจิต กับอารมณ์ : เพื่อสุขภาพใจที่ดี	36
กว่าจะเป็น “สุขภาพดีเริ่มที่บ้าน” วันนี้ ! บทความแห่งชีวิต	45
ข่าวล่า... มาเร็ว...	50
บทบรรณาธิการ	52
ใบสั่งซื้อหนังสือของคุณยวีวิชาการสุขภาพ ดร.ประพิณ วัฒนกิจ (ท้ายเล่ม)	
ใบสมัครสมาชิกวารสารสุขภาพดีเริ่มที่บ้าน (ท้ายเล่ม)	