

# ชีวจิต

รู้รอบเรื่องสุขภาพ ทำตามง่าย ได้ผลจริง

115 บาท

no.600

ธันวาคม 2567



รู้สึก ความดันโลหิตสูง สาเหตุ อากาศ และภัยแทรกซ้อนต้องระวัง โปรแกรมธรรมชาติควบคุมความดันโลหิตสูง ด้วยตัวเอง รวมเคล็ดลับป้องกันความดันโลหิตสูง อัมพฤกษ์อัมพาตสไตส์ชีวจิต ประสบการณ์สุขภาพ สูงวัยไม่จำเป็นต้องป่วยเป็นความดันโลหิตสูง โดยคุณพกา เล็งพานิช เปิดศูนย์แพทย์แผนไทย ดูแลเบาหวาน คุณน้ำตาลอยู่หมัด มีนิตโปรแกรม ฝึกพิลาทิส ลดปวดหลัง ชวนท่องเที่ยวชุมชนปางห้า@เชียงราย ชมวิถีชีวิต & ชี้อปของขึ้นชื่อประจำถิ่น



ยิ่งสูงยิ่งเสี่ยง  
“ความดันโลหิต”  
คุมให้ดี ชีวิตยืนยาว

Journal name : Cheewajit

Issue: 600

Month : December

Year : 2024

### Abstract

Presenting content about **Highlights from the theme of the book Scoop** : Know all about "high blood pressure", a silent danger that anyone can be at risk for. Scoop: Healthy Guide to reducing the risk of high blood pressure, headache, stroke, hemiplegia, paralysis, Cheewajit style. **Cheewajit...TO KNOW Health World** : Let's give ourselves a New Year's gift. **Local Remedies**: Diabetes, feel at ease, traditional Thai medicine can help. **Health Novels**: Scary Beauty Series, Episode: Severe High Fever (Malignant Hyperthermia), Nose Augmentation and Silicone Piercing. **Cheewajit...TO DO Fit For Health**: 3 easy Pilates poses that you can find at home, help improve your personality and reduce back pain. Open the **Cheewajit Kitchen**: Give out recipes for healthy food that come with deliciousness and benefits for a full meal. **Cheewajit...TO GO Cheewajit's Choice**: Introducing 6 products to help with good health, be happy in the new year. **Cheewajit Review**: Travel to the community, get a relaxing massage, good health at the end of the year, welcome the new year. **Cheewajit...TO BE INSPIRED Health Experience**: Eat to fight disease, control blood pressure, mosquito repellent edition - Phaka Sengphanich, Cheewajit food guru. **Mind Update**: Think slowly, solve slowly, get better slowly.

# ADVANCED BUSINESS MAGAZINE

Empowering Insights for Business Excellence

MAGAZINE ISSUE NO.408

COVER STORY : โศกคามารพัฒนาประเทศไทยแบบจีนภายใต้การนำของสีจิ้นผิง: การเสริมสร้างอุตสาหกรรมและการพัฒนา SME



**China's Development  
Blueprint under Xi Jinping:  
Strengthening Industries  
and SMEs – Insights  
for Thailand's Growth**



Journal name : Advanced Business Magazine

Issue No : 408

Year : 2024

### Abstract

Presenting content about **COVER STORY** : China-style development under Xi Jinping, strengthening industry and technology development **SPECIAL SCOOP** : Kasikornbank opens applications for KBank Young Scholarship 2025 Siam Commercial Bank sweeps 5 awards for world-class financial products and innovations Viriyah Insurance fosters media relations by organizing the event "I Want to Tell Stories to Friends" **BUSINESS TIPS** : Check out 5 trends and business opportunities in 2025 with continuous growth **THE EXCLUSIVE** : Akinomoto releases new commercial, "Eat delicious, feel better" **FINANCIAL FOCUS** : Singha Eak reveals operating results for almost the first ninth round of 2024 Disaster Prevention Fund reveals operating results for 2024 **HEALTHY LIVING** : 'Stress triggers diabetes! Revealing a dangerous cycle' Teenagers and working adults should be careful. **ADVANCED NEWS** : Siam Commercial Bank reinforces its leadership in digital banking, sending out "EASY Store" KBANK PRIVATE BANKING to join hands with CG CAPITAL, indicating an opportunity to create a growth portfolio. **SPECIAL COLUMN** : CP All joins in promoting the sustainable advancement of society, quality of life, and the environment. BAAC showcases an exhibition representing agriculture along with financial products and services. **WANDERLUST** : Traveling on the spiritual path with someone you love. **WORDS OF WISDOM** : Principles for finding markets for a variety of best-selling products. For export: Strategies that create success in the global market. **Buddhism** : Doing good must have obstacles.