

เมื่อฉีก ลูบภาพ สัมผัสเคลือบ

หมอบ้าน

สารบัญ

สำนักพิมพ์หมอชาวบ้าน บจก.

38/8 ซอยประชาทิพย์ 10 ถนนประชาทิพย์
แขวงพญาไท เขตพญาไท กรุงเทพฯ 10400
โทร. 0 2278 5533, 0 2278 1618
โทรสาร 0 2271 1806, 0 2271 0170

บรรณาธิการนิตยสารหมอชาวบ้าน

โทร. 0 2278 5533, 0 2278 1618
โทรสาร 0 2271 1806, 0 2271 0170
E-mail : productMCB@hotmail.com
www.thaihealthbook.com

เจ้าของ : สำนักพิมพ์หมอชาวบ้าน บจก.

บรรณาธิการ ผู้พิมพ์ ผู้โฆษณา : ศ.นพ.ประเวศ วะสี

บรรณาธิการอำนวยการ : ศ.นพ.สันต์ ทัศนวิวัฒน์

บรรณาธิการบริหาร : รศ.นพ.สุวิทย์ วิบุลยประสิทธิ์

คณะบรรณาธิการ

- กวี คงกิติพงษ์
- ศ.นพ.เกษียร กิจจานนท์
- แก้ว จิฑุภะนิยา
- คมสัน หินกร ณ.อยุธยา
- รศ. นวดอนงค์ ชัยปิยะพร
- ผศ.เนตรนภา ชุมทอง
- นพ.ประพนธ์ เกตุรังกา
- ดร.ภก.ยงศักดิ์ สันติปัญญา
- วีรพงษ์ เกียรติสินยศ
- ศิริพร โกสุม
- ผศ.นพ.สัมพันธ์ สวัสดิ์นาโรจน์
- ภกญ.ดร.สุภาภรณ์ นิตินทร
- นพ.สุรชัย ปัญญาพฤทธิ์พงศ์
- สุวิมล กิจนิรันดร์
- รศ.นพ.อดิศักดิ์ นิตมฤตการพิมพ์
- พล.ท. นพ. อำนวย บกดี

ประสานงาน : นิคุณต์ อิมปิโตติพงษ์
อัครดาวิชัย แสงเสนาะ

ศิลปกรรม : อติศร จันทอนันต์ยศ
สุธาทิพย์ วัชรพิช

โฆษณา : เอกชัย ศิลดาธานี

บัญชี/การเงิน : นงนุช จันทอนันต์ยศ

จัดจำหน่าย : บริษัท เทัญบุญจัดจำหน่าย จำกัด
โทร. 0 2278 0709-12

พิมพ์ที่ : พิมพ์ดี บจก.

ข้อความโฆษณาใดๆ ที่ตีพิมพ์
ในนิตยสารหมอชาวบ้านเป็นไป
ตามเงื่อนไขทางธุรกิจการค้า
คณะบรรณาธิการไม่จำเป็นต้อง
เห็นด้วยเสมอไป



๕ ธันวาคม	วันชาติและวันพ่อแห่งชาติ	
คุยกับผู้อ่าน	อัตชีวประวัติของโยคี	๐๔
	เส้นทางสู่วิถีสุขอันเป็นทิพย์	
บอกเล่าเก้าสิบ	๑๐ วิธีบริหารสมองมนุษย์	๑๐
	สร้างความสุขสงบเย็นในชีวิต	
ถนนสุขภาพ	ส.ค.ส. ก่อนวันปีใหม่	๑๓
เรื่องเด่น	น.นอมหดับ...	๑๖
	ปัจจัยที่แปดที่จำเป็นของชีวิต	
เข้าใจ โกลโร	วันเอดส์โลก	๒๓
๕๓		
แพทย์แผนจีน	ความแตกต่างของศาสตร์	๒๖
	การแพทย์แผนจีนกับแผนปัจจุบัน	
คนไข้หัวเราะ	การดูแลผู้สูงอายุในหน้าหนาว	๓๑
สุขภาพต้องรู้	ไอ จากยาลดความดัน	๓๔
มุมมองของดวงตา	น้ำตา...ไม่ใช่แค่ในตา	๓๘
พืชเป็นยา	เรื่องของ "ชา"	๔๒
บทความพิเศษ	มะเร็งปอด...ภัยอันตรายที่ไม่มีอาการ	๔๘
ภูมิปัญญาสุขภาพ	สเปรย์ชาดับกลิ่นเท้า	๕๐
กฎหมายใกล้ตัว	ประกัน พ.ร.บ. ค่าชดเชยขนาดไหนไปถูกกัน	๕๑
เข่าคร้ว	กุ้งฝัดน้ำพริกเผา	๕๓
ต้นไผ่ ใบหญ้า	พุดน้ำบุศย์ เหลืองเสนาห์แห่งไม้ไทย	๕๖
โยคะศาสตร์	อาสนะมีกี่ท่า?	๕๘



ส.ค.ส. ก่อนวันปีใหม่



๑๓

โรคหัวใจ ๖๑

ดาวนัหรือโม...รู้ได้ตั้งแต่ไตรมาสแรก

คลินิกจิตแพทย์ ๖๔

ผมเป็นด้วยรางวัลของบ้าน

พลังชีวิต ๖๖

ความรัก คือยาเม็ดมหัศจรรย์

สิงห์อินฟันและน้อย ๖๘

เมื่อเปิดใจฟังทีมงาน ย่อมเกิดสติปัญญา
และพลังร่วม...งานได้ดี คนมีสุข

สรรภมาเล่า ๖๙

ทำลายพิษร้ายของความเจ็บปวด
และเกลียดชัง

สมาชิกหมอชาวบ้านสัมพันธ์ ๗๑

โครงการสนับสนุน

นิตยสารหมอชาวบ้าน ๗๒

๕๖



ขอเชิญชวนสมัครสมาชิก นิตยสารหมอชาวบ้าน

สมาชิกใหม่ วันที่สมัคร..... เริ่มตั้งแต่เดือน.....

ต่ออายุสมาชิก ชื่อ-นามสกุล.....

(จัดส่งที่อยู่เดิม ไม่ต้องกรอกข้อมูลด้านต่าง)

มีความประสงค์ขอรับเป็นสมาชิกนิตยสารหมอชาวบ้าน

สมาชิก 1 ปี 12 ฉบับ ราคา 720 บาท

สิทธิพิเศษ สมาชิกจะได้รับส่วนลด **15%**

เมื่อซื้อหนังสือของ สนพ.หมอชาวบ้าน

สมาชิกอุปถัมภ์ 1 ปี 12 ฉบับ ราคา 650 บาท

บริจาคให้ วัด โรงเรียน

เรือนจำ อื่นๆ

(หรือให้จัดหาให้)



ข้อมูลที่อยู่จัดส่งหรือออกใบเสร็จ

ชื่อ-นามสกุล / หน่วยงาน / บริษัท

ที่อยู่..... หมู่ที่..... หมู่บ้าน.....

ชื่อ..... ถนน.....

แขวง/ตำบล..... เขต/อำเภอ.....

จังหวัด..... รหัสไปรษณีย์.....

โทรศัพท์ / มือถือ

ข้อมูลส่วนบุคคล อายุ..... ปี อาชีพ.....

ชำระค่าสมัครโดย

ผ่านธนาคาร ชื่อบัญชี สำนักพิมพ์หมอชาวบ้าน

ธนาคารกรุงไทย เลขที่บัญชี 018-2-57832-4 สาขาถนนประดิพัทธ์

ธนาคารไทยพาณิชย์ เลขที่บัญชี 028-2-25837-8 สาขารามอินทรี

ธนาคารกรุงไทย เลขที่บัญชี 034-1-77787-0 สาขาประดิพัทธ์

ธนาคารดี ตั้งจ่ายในนาม สำนักพิมพ์หมอชาวบ้าน ปณ.ประดิพัทธ์

“โปรดติดต่อแจ้งการชำระเงิน กลับมาที่สำนักพิมพ์ฯ ทุกครั้ง”

PromptPay



018-2-57832-4



ช่องทางการส่งใบสมัครและหลักฐานการโอนเงิน

กรอกใบสมัครและถ่ายรูปใบสมัครแล้วส่งกลับมาที่ (เลือกที่ท่านสะดวกเพียง 1 ช่องทาง)

1. ส่งทาง Line ID : thaihealthbook.com หรือ Line OA ID : @mcbbook

2. ส่งทางโทรสาร 0-2271-1808, 0-2271-0170

3. ส่งทางไปรษณีย์มาที่ บริษัท สำนักพิมพ์หมอชาวบ้าน จำกัด

38/8 ต.ประดิพัทธ์ ซ.10 แขวงพญาไท เขตพญาไท กรุงเทพฯ 10400

โทรศัพท์ 0-2278-5533, 0-2278-1616, 08-6992-0875

www.thaihealthbook.com

