

สารบัญ

โครงสร้างและหน้าที่กระเพาะอาหาร	8
โครงสร้างและหน้าที่ลำไส้เล็ก	12
โครงสร้างและหน้าที่ลำไส้ใหญ่	17
กลไกย่อยอาหาร ใช้เอนไซม์อะไร เกิดขึ้นที่ไหนบ้าง	20
ท้องอืด อาหารไม่ย่อย เกิดจากอะไรบ้าง	24
โรคกรดในกระเพาะมีน้อย	31
ท้องเสียจากอาหารเป็นพิษและจากสาเหตุอื่น	34
ท้องผูกจากโรคอะไรบ้าง	41

ตับอักเสบ มีผลต่อการย่อยอย่างไร	47
ตับแข็ง มีผลต่อการย่อยอย่างไร	60
ตับอ่อนอักเสบ มีผลต่อการย่อยอย่างไร	70
น้ำในถุงน้ำดี ท่อน้ำดีอุดตัน ระบบย่อยจะเป็นอย่างไร	76
แสบร้อนในอก กรดไหลย้อน	82
กระเพาะอาหารอักเสบ หรือเป็นแผล	87
กระเพาะทะลุ ระวังให้ดี	97
โรคมะเร็งกระเพาะอาหาร	103
โรคประสาทกระเพาะอาหาร	121
โรคลำไส้แปรปรวน	125

โรคลำไส้อักเสบ	133
โรคลำไส้อุดตัน	138
โรคมะเร็งลำไส้	142
เกร็ดน่ารู้ดูแลสุขภาพกระเพาะและลำไส้	148
ลำดับการก่อโรคของแอลกอฮอล์	166
ยาลดกรด ขนาดและวิธีใช้ ผลข้างเคียง	170
ยาแผนไทยและสมุนไพรช่วยย่อย ขับลม แก้กท้องอืด	178
ยาแผนไทยและสมุนไพรใกล้ตัวแก้ท้องผูก	191
ยาแผนไทยและสมุนไพรใกล้ตัวแก้ท้องร่วง	196
ท่าออกกำลังกายกวดขนาดกระตุ้นขับถ่าย ขับลม	200