

# สารบัญ

บทที่ 1	การดูแลสุขภาพระบบทางเดินอาหาร.....	13
บทที่ 2	ตามรอยทาง (เดิน) อาหาร.....	25
บทที่ 3	อาการปวดท้องเฉียบพลัน สิ่งสำคัญที่ต้องรู้.....	35
บทที่ 4	อาการปวดท้องเฉียบพลัน กับไส้ติ่งอักเสบ.....	43
บทที่ 5	กรดไหลย้อน โรคใกล้ตัว ไม่น่ากลัวอย่างที่คิด.....	49
บทที่ 6	รู้จัก เรื่อง “โรคกระเพาะอาหาร”.....	73
บทที่ 7	การดูแลนิ้วไม่ให้คิ้วขมวด.....	81
บทที่ 8	โรคตับ...ไม่ปวดท้อง.....	87
บทที่ 9	โรคตับ...แต่ปวดท้อง.....	99
บทที่ 10	สัญญาณเตือนภัยมะเร็งลำไส้ใหญ่ที่มักถูกมองข้าม.....	109
บทที่ 11	แค่ปลดทุกข์ ก็พบสุข.....	117
บทที่ 12	ไส้แปรปรวน ใจไม่รวนเร.....	125
บทที่ 13	รู้ไว้ก่อนไปส่องกล้อง.....	135