



# สารบัญ

บทนำ	๙
การใช้คอมพิวเตอร์	๑๗
ปวดคอ	๔๑
ปวดหลัง	๕๕
กระดูกคอเสื่อมกดทับเส้นประสาท	๙๕
หมอนรองกระดูกเคลื่อน	๑๑๑
กระดูกพรุน	๑๓๗
น้ำย่อยไหลย้อนกลับ	๑๕๗
เส้นเลือดขอด	๑๗๓
กระเพาะปัสสาวะอักเสบ	๒๐๓
น้ำในหูไม่เท่ากัน	๒๒๓
ก๊าซในระบบทางเดินอาหาร	๒๔๓