



สารบัญ

มารู้จักกับ เห็ดหลินจือ หรือ เห็ดหมื่นปี	9
เห็ดหลินจือ กับ อวัยวะสำคัญในร่างกาย	15
เห็ดหลินจือราชาของเห็ด (สมุนไพรร)	19
เห็ดหลินจือ กับ โรคมะเร็ง	22
เห็ดหลินจือ กับ การลดไขมันในเส้นเลือด	26
เห็ดหลินจือ กับ โรคเบาหวาน	33
เห็ดหลินจือ กับ ความดันโลหิตสูง	37
เห็ดหลินจือ กับ โรคเกาต์	42
เห็ดหลินจือต่อชีวิตให้กับผู้ป่วยโรคไต	44
เห็ดหลินจือ กับ โรคหัวใจ	49
ข้อเสนอแนะ การเลือกซื้อเห็ดหลินจือ	52
ข้อเสนอแนะ ในการบริโภคเห็ดหลินจือ	55
การทดสอบคุณภาพ เห็ดหลินจือแดงสกัด	59
เห็ดหลินจือ กับ โรคตับ	61
เห็ดหลินจือ กับ โรคหัวใจ	68

เห็ดหลินจือ กับ การชะลอความแก่.....	74
น้ำเห็ดหลินจือ เพื่อสุขภาพ	78
การเพาะเห็ดหลินจือ ในประเทศไทย	80
ผัก สมุนไพรให้คุณค่า	91
ตำรับยาสมุนไพร บรรเทา รักษาโรค	129
กลุ่มยารักษาอาการปวดศีรษะ	130
กลุ่มยารักษาอาการไอ	133
กลุ่มยารักษาอาการไข้หวัด	136
กลุ่มยารักษาอาการนอนไม่หลับ	138
กลุ่มยารักษาโรคลมวิงเวียน	141
กลุ่มยารักษาโรคหัวใจ	146
กลุ่มยารักษาโรคมะเร็ง	149
กลุ่มยารักษาโรคเกี่ยวกับโลหิต	150
กลุ่มยารักษาโรคเบาหวาน	158
กลุ่มยารักษาโรคประสาท	160
กลุ่มยารักษาอาการผิวดำแดง	164
กลุ่มยารักษาอาการปวดเมื่อย	166
กลุ่มยาลดความอ้วน-โรคพอมแห้ง	171
กลุ่มยารักษาโรคหืด	173
กลุ่มยาบำรุงโลหิต.....	175



สำนักพิมพ์ บุตร - บอส บู้เค็นเตอร์
ที่ปรึกษา

อาจารย์นันทิยา ท้าวสูงเนิน

อาจารย์อังคาร ปัญญศิลป์

ผู้อำนวยการ

วิสันต์ ท้าวสูงเนิน

บ.ก.ผู้พิมพ์ ผู้โฆษณา-เจ้าของ

วิสันต์ ท้าวสูงเนิน

ที่ปรึกษาฝ่ายกฎหมาย

คุณนพดล นามบุตร

เขียน-เรียบเรียง

วิสันต์ ท้าวสูงเนิน

กองบรรณาธิการ

มีนา คงรักดี

อาทิตย์ จุฑาฤกษ์

บรรณาธิการศิลปกรรม

อนิรุทธิ์ วงศ์เพชร

ศิลปกรรม

รุ่นใหม่ ดีไซน์

พิสุจน์อักษร

ส.สุขสันต์

ออกแบบปก

Styles Pathfinder

สำนักงานติดต่อ หมู่บ้านบัวทองธานี

เลขที่ 14/1155 หมู่ที่ 13 ถ.ดลิ่งชัน-สุพรรณบุรี ต.บางบัวทอง

อ.บางบัวทอง จ.นนทบุรี 11110

สงวนลิขสิทธิ์ตามพระราชบัญญัติ พ.ศ. 2537



บ. 11573