

สารบัญ



คำนำสำนักพิมพ์	(8)
คำนำผู้เขียน	(9)
น้ำผึ้งเพื่อสุขภาพ	1
รักษาสารพัดโรคด้วยน้ำผึ้ง	17
สูตรน้ำผึ้งบำรุงร่างกายเมื่อพักผ่อนไม่เพียงพอ	18
สูตรน้ำผึ้งช่วยให้นอนหลับสบาย	19
สูตรน้ำผึ้งแก้ไอ หลอดลมอักเสบ มีเสมหะ	20
สูตรน้ำผึ้งแก้ท้องเสียรุนแรง	21
สูตรน้ำผึ้งแก้อาการกล้ามเนื้อเป็นตะคริว	22
สูตรน้ำผึ้งล้างแผล แผลไฟ แผลหนอง แผลเรื้อรัง	24
สูตรน้ำผึ้งบรรเทาโรคกระเพาะอาหารอักเสบ	26
สูตรน้ำผึ้งแก้โรคพิษสุราเรื้อรัง (ตับแข็ง/โรคตับ)	27
สูตรน้ำผึ้งบรรเทาโรคเลือดจาง	28
สูตรน้ำผึ้งแก้อาการขาดน้ำหรือเสียเลือด	29
สูตรน้ำผึ้งบรรเทาโรคทางเดินอาหารผิดปกติ	30
สูตรน้ำผึ้งบรรเทาโรคความดันโลหิตสูง	32
สารพัดสูตรน้ำผึ้งบำรุงผิวหน้าและผิวกาย	35
สูตรน้ำผึ้งกับเนื้อแอปเปิ้ลเพิ่มความชุ่มชื้นให้ผิวหน้า	36

สูตรน้ำผึ้งกับน้ำมะนาวกำจัดลิว	38
สูตรน้ำผึ้งขจัดริ้วรอย	39
สูตรน้ำผึ้งกับมะเขือเทศพอกหน้า	41
สูตรน้ำผึ้งกับฟักทองพอกหน้า	42
สูตรน้ำผึ้งพอกหน้า	44
สูตรครีมน้ำผึ้งพอกกระชับผิวหน้า	46
สูตรน้ำผึ้งกับอัลมอนต์ขัดผิวหน้า	47
สูตรน้ำผึ้งกับมะขามเพื่อผิวขาว	48
สูตรน้ำผึ้งสครับผิว	49
สูตรน้ำผึ้งแก้ผิวแห้ง	52
สูตรน้ำผึ้งกับมะละกอเพื่อผิวเปล่งปลั่ง	54
สูตรน้ำผึ้งเพื่อผิวชุ่มชื้น	55
สูตรโลชั่นน้ำผึ้งบำรุงผิว	56
น้ำผึ้งบำรุงเส้นผม	59
สูตรน้ำผึ้งบำรุงผมเงางาม	60
สูตรน้ำผึ้งบำรุงผมนุ่ม มีน้ำหนัก	61

ขอ

ประโยชน์มหัศจรรย์ : น้ำผึ้ง

เลขหมู่ 641.38
ส 834
2559
เลขทะเบียน 20403
วันที่ 27 ก.ค. 2560
116947

การอ่าน คือ อร่าก รุาน ที่ ล่า คัญ

การอ่าน คือ การเปิดประตูรับข้อมูลใหม่ๆ

ทำให้เราเรียนรู้ได้ตลอดชีวิต

-สุภนันท์ มงคลการ

สำนักหอสมุดและศูนย์สารสนเทศวิทยาศาสตร์และเทคโนโลยี

1

3