

## विषयसूची ।

### पूर्वाङ्ग ।

विषय ।	पृष्ठ ।
१ आरोग्य	१
२ हमारा शरीर	४
३ हवा	८
४ पानी	१८
५ खुराक	२३
६ खुराक कितनी और कितनी बार खानी चाहिए	४७
७ कसरत	५१
८ पोशाक	५६
९ स्त्री-पुरुषका सम्बन्ध	६०

### उत्तराङ्ग ।

१ हवा	७१
२ जल-चिकित्सा	७४
३ मिट्टीके उपचार	८२
४ बुखार और उसके इलाज	८५
५ कब्ज-संग्रहणी-दस्त-अर्श	८८
६ छूतके रोग शीतला ( चेचक )	९१
७ छूतकी और और बीमारियाँ	९९
८ प्रसव ( सौरी )	१०४
९ बच्चोंकी सम्हाल	१०८
१० अकस्मात्-डूबना	११३
११ अकस्मात्-जलना	११६
१२ अकस्मात्-सर्पका काटना	११८
१३ अकस्मात्-बिच्छू वगैरहका काटना	१२४
१४ पूर्णाहुति	१२५