

# สารบัญ

## ภาพปก:

ความเจ็บปวดทำหน้าที่ประหนึ่งสัญญาณเตือนภัยให้สมอง นักวิทยาศาสตร์กำลังหาหนทางใหม่ๆ ในการจัดการและบรรเทาความปวด โดยไม่พึ่งยาที่อาจทำให้เสพติดอย่างโอปิออยด์  
รูปประกอบโดย แมจิก ทอร์

## ประจักษ์พยาน



# 6

### ตาสบตา

ในตอนแรก พวกมันจ้องมองเขา แล้วช่างภาพก็เริ่มจ้องมองกลับ นั่นก็กลายเป็นจุดเริ่มต้นของกิจวัตรประจำฤดูร้อนตลอดหลายปีของช่างภาพรีมูส ทีเปเลีย ภาพถ่าย ริบุด ทีเปเลีย

## สำรวจโลก

# 14

### นักประดิษฐ์

### กายาตรี คาทาร์

สตรีผู้นี้กำลังช่วยคนวันดา

ให้มีชีวิตที่สะอาดขึ้น

โดยเปลี่ยนพื้นดินสกปรก

ที่ไม่ถูกสุขลักษณะ

โดย มาร์ด ฌูเนอส์



### ชุดเครื่องมือ

### ศาสตร์และศิลป์ของ

### การทำรองเท้าบูต

พบกับทายาทรุ่นที่สามของ

ช่างทำรองเท้าบูตในตำนาน

โดย เจนนิเฟอร์ เอส.

ฮอลล์แลนด์

### และอื่นๆ

ความลับของเส้นข้างตัวปลา

ห้องปฏิบัติการขนาดเท่าแสดมภ์

หนทางได้สัญชาติใหม่ๆ

## เดินทาง



# 20

### ไปให้ถึงจุดหมาย

### วิทยาศาสตร์สูงเสียดฟ้า

เยือนสถานีวิจัยและตรวจวัด

อากาศอันห่างไกล และสูงที่สุด

ในทวีปยุโรปที่สวีตเซอร์แลนด์

โดย เรเชล อาร์ธิแกน เชย์

### การค้นพบ

### ไปดูกับที่ออสตรากา

นักดูนกก็ไม่ต่างจากนักดนตรี

ที่ต้องอาศัยทั้งความอดทน

และความอดสาหะเป็นเลิศ

โดย ลิธา กริเอนส์

### และอื่นๆ

เวลส์ ดินแดนแห่งบทกวี

ปฏิทินเดินทางเดือนมกราคม



**สารคดี**

**โลกของความเจ็บปวด**

เผยแพร่คิดว่าด้วยความเจ็บปวด

เรื่อง ยุธิจิต กิตติอาจารย์  
 ภาพถ่าย เดวิด กุกแทนเฟล-  
 เดอร์, โรเบิร์ต คลาร์ก,  
 โรบิน แอมมอนด์, เกรก  
 คัตเลอร์, และมาร์ก ทิลเชน  
 ..... น. 28

**ผู้หญิงเสียเปรียบ**

**เรื่องสุภาพ**

ภาพสะท้อนความไม่เท่าเทียม  
 ทางเพศระหว่างชายหญิง

เรื่อง โธแอนน์ แคล็ก

ภาพประกอบ

เบียงกา บักนาเรลลี

..... น. 58

**▲ ค้นพบความสงบ**

โยคะบำบัดความเครียด

เรื่อง ฟราน สมิท

ภาพถ่าย แอนดี ริคเตอร์

..... น. 68

**ชีวิตเวชจุลชีพ**

ประโยชน์ของจุลชีพในร่างกายเรา

เรื่อง โรบิน มาแอนด์ เอบิก

ภาพถ่าย มาร์ติน เอ็ดแกร์ลี

..... น. 82

**อาหารเพื่อชีวิตยืนยาว**

คนอายุยืนถึงร้อยปีกินอะไรกัน

เรื่อง แดน บิวต์เนอร์

..... น. 100

**เพื่อนคู่ใจของผู้สูงวัย**

สำรวจบทบาทใหม่ของหุ่นยนต์

ในวงการดูแลสุขภาพ

เรื่อง กลอเดีย คัลบ์

ภาพถ่าย อีฟ เจลลี

..... น. 118