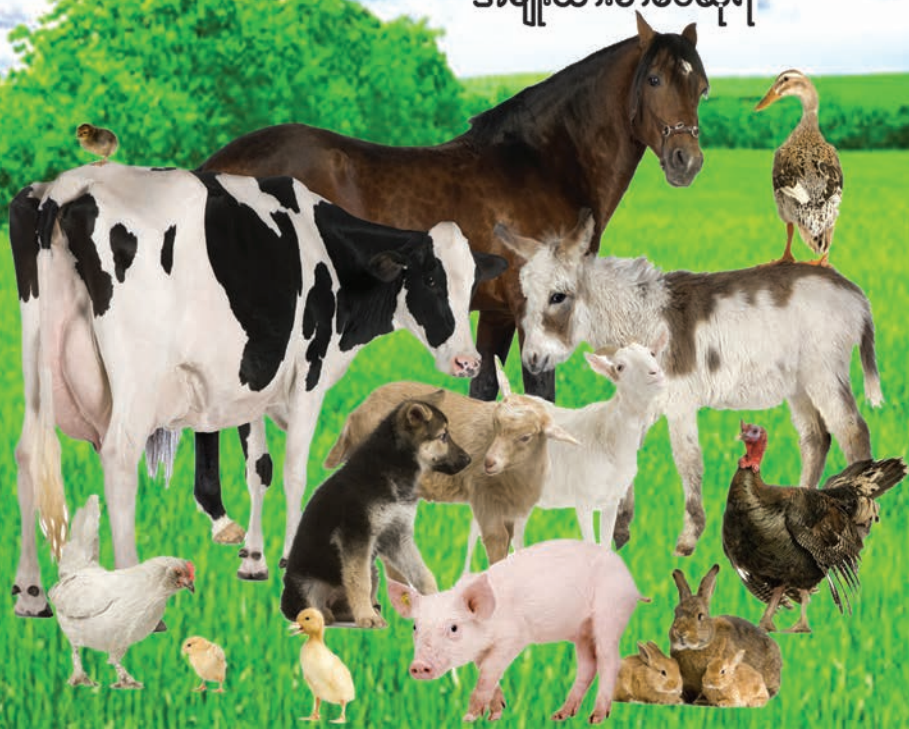




စာပေဗိမာန်စာမူဆု ဆုတစ်ပဒေသာ (သိပ္ပံနှင့် အသုံးချသိပ္ပံ) ပထမဆု

မြန်မာ့သိပ္ပံနည်းကျ တိရစ္ဆာန်ဆေးကုပညာ

အောင်စိုး (တိရစ္ဆာန်ဆေးကုဆရာဝန်)
အမျိုးသားစာပေဆုရ



၂၀၁၅ ခုနှစ်၊ စာပေဗိမာန်စာမူဆု
သုတပဒေသာ (သိပ္ပံနှင့် အသုံးချသိပ္ပံ)၊ ပထမဆု

မြန်မာ့သိပ္ပံနည်းကျ တိရစ္ဆာန်ဆေးကုပညာ

atmipk(တိရစ္ဆာန်ဆေးကုဆရာဝန်)
အမျိုးသားစာပေဆုရ

- တည်းဖြတ်သူ - ဒေါ်နုနုယဉ် (နန်းညွန့်ယဉ်ခမ်း)
စာတည်းမျိုး
- ဒေါ်သန်းသန်းစိ
စာတည်း
အဖုံးပန်းချီ - သူဇာဝင်း



စာပေဗိမာန်ထုတ် ပြည်သူ့လက်စွဲစာစဉ်

၂၀၁၇ ခုနှစ်၊ ပထမအကြိမ်၊ အုပ်စု - ၂၀၀၀

တန်ဖိုး (၁၁၀၀) ကျပ်

ပုံနှိပ်ရေးနှင့် ထုတ်ဝေရေးဦးစီးဌာန
စာပေဗိမာန် စာတည်းမှူးချုပ်ဦးကိုကိုနိုင်က
မှတ်ပုံတင်အမှတ် ၀၀၉၆၁ ဖြင့်ပုံနှိပ်၍
မှတ်ပုံတင်အမှတ် ၀၃၉၁၁ ဖြင့်ထုတ်ဝေသည်။

ဒို့တာဝန်အရေးသုံးပါး

- * ပြည်ထောင်စု မပြိုကွဲရေး ဒို့အရေး
- * တိုင်းရင်းသား စည်းလုံးညီညွတ်မှု မပြိုကွဲရေး ဒို့အရေး
- * အချုပ်အခြာအာဏာ တည်တံ့ခိုင်မြဲရေး ဒို့အရေး

ကန်တော့ပန်း

မြန်မာ့သိပ္ပံနည်းကျ တိရစ္ဆာန်ဆေးကုပညာ
စာအုပ်ဖြင့် ကံ့ကူလက်လှည့် ငယ်ဆရာ အဖ ဦးထွန်း၊
အမိ ဒေါ်ခင်ဥတို့နှင့်တကွ အင်းစိန်မြို့၊ တိရစ္ဆာန်
ဆေးကုသိပ္ပံမှ ဆရာများ (၁၉၆၅-၆၇) တို့အား
ကန်တော့ပါသည်။

အောင်စိုး (တိရစ္ဆာန်ဆေးကုဆရာဝန်)
အမျိုးသားစာပေဆုရ

မာတိကာ

စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
-	နိဒါန်း	
	အခန်း (၁)	
	မြန်မာ့တိရစ္ဆာန်ဆေးကုပညာ သမိုင်းအစ	၁
-	တိရစ္ဆာန်ဆေးကုသိပ္ပံပုံရိပ်လွှာ	၁၉
-	ရောဂါနှင့် သင့်လျော်သော ကုထုံးသိမှုပညာ	၂၇
-	တိရစ္ဆာန်ဆေးကုဆိုင်ရာ	
	မြန်မာ့တိုင်းရင်းဆေးပင်များ	၃၆
-	မြန်မာနိုင်ငံအတွင်း ပေါက်ရောက်သည့်	
	ပရဆေးပင်များနှင့် တိရစ္ဆာန်ရောဂါ	
	ကုသအသုံးပြုပုံ	၃၉
	အခန်း (၂)	
	ကျွဲ၊ နွား ရောဂါများအကြောင်း	၆၃
-	ထောင့်သန်းရောဂါ	၆၆
-	လျှာနာခွာနာရောဂါ	၆၇
-	ပေါင်ပုပ်လက်ပုပ်ရောဂါ	၆၈
-	လည်ချောင်းကွဲရောဂါ	၆၉
-	ချောင်းဆိုးသွေးပါ အဆုတ်နာရောဂါ	၇၀

စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
-	အသက်ရှူလမ်းကြောင်းနှင့် အစာခြေလမ်းကြောင်းဆုံရောင်ရောဂါ	၇၁
-	ချောင်းဆိုးရောဂါ	၇၂
-	အဆုတ်အအေးမိရောဂါ	၇၃
-	အာခေါင်ရောင်ရမ်းရောဂါ	၇၄
-	အစာအိမ်လေပြည့်တင်းရောဂါ	၇၅
-	ဝမ်းချုပ်ခြင်း	၇၇
-	ဝမ်းသွားခြင်း	၇၈
-	ဆီးထဲတွင် သွေးပါရောဂါ	၈၀

အခန်း (၃)

ကျွဲ၊ နွား ရောဂါကုထုံးများ	၈၃
- လေချုပ်၊ ဆီးချုပ်၊ ဝမ်းချုပ်၊ အစာမစား၊ ပိန်ချုံးအားနည်း ရောဂါကုသဆေးများ	၈၄
- ထောင့်သန်းရောဂါကုထုံးများ	၉၀
- ပေါင်ပုပ်လက်ပုပ်ရောဂါကုထုံးများ	၉၂
- ကျွဲ၊ နွား လည်ချောင်းကွဲရောဂါ	၉၃
- ကျွဲ၊ နွား လျှာနာခွာနာရောဂါ	၉၆
- ကျွဲ၊ နွား ဝမ်းပြည့်ဝမ်းရောင်ရောဂါ	၉၉
- အပူလျှပ်/အပူငြိမ်းဆေး	၁၀၂
- ကျွဲ၊ နွား လျှာထွက်ခြင်းရောဂါ	၁၀၅
- ကျွဲ၊ နွား လျှာတိုဝင်ခြင်းရောဂါ	၁၀၅
- ကျွဲ၊ နွား၊ မြင်း သွေးဝမ်းကိုက်ရောဂါ	၁၀၆
- ဆီးချုပ်ရောဂါ	၁၀၉

စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
-	ထိခိုက်ဒဏ်ရာလိမ်းဆေး	၁၁၁
-	အရိုးကျိုးခြင်းကို ကုသနည်းများ	၁၁၇
-	မြွေကိုက်အဆိပ်ဖြေဆေး	၁၁၉
-	သက်လုံကွဲ/အမောမလုံ/ထိပ်ကပ်နာ	၁၂၀
-	အချင်းမကျသည့်ရောဂါ	၁၂၀
-	ဝဲရောဂါ	၁၂၃
-	အမွေးဆောင်း/အားနည်းရောဂါနှင့်အခိုးငုပ်ရောဂါ	၁၂၄
-	သွက်ချာပါဒရောဂါ	၁၂၅
-	အထွေထွေရောဂါများ	၁၂၆-၁၃၁

အခန်း (၄)

မြင်းရောဂါများ	၁၃၃
- ဇောင်းဂေါရောဂါ	၁၃၄
- သွပ်ရောဂါ	၁၃၅
- ခွေးရူးရောဂါ	၁၃၆
- မြင်းငှက်ဖျားရောဂါ	၁၃၇
- အစာအဆိပ်သင့်ရောဂါ	၁၃၇
- မေးခိုင်ရောဂါ	၁၃၈
- ဝမ်းချုပ်ခြင်း/ဆီးချုပ်ခြင်း	၁၄၀
- လေပြည့်တင်းရောဂါ	၁၄၁
- အရေပြား ဝဲရောဂါ	၁၄၅
- သန်ကောင်ရောဂါ	၁၄၅
- အနာစိမ်းရောဂါ/မြင်းဂျိတ်ရောဂါ	၁၄၆
- မြန်မာ့မြင်းဆေးနည်းများ	၁၄၆

စဉ် အကြောင်းအရာ စာမျက်နှာ

အခန်း (၅)

မြင်းရောဂါကုထုံးများ	၁၄၉
- (၁၂) ရာသီ တိုက်ကျွေးရန်ဆေးများ	၁၅၀
- ဥတုရာသီအလိုက် တိုက်ကျွေးရန်ဆေးများ	၁၅၅
- မှိုင်းဆေး/လျှာပွတ်ဆေး	၁၆၁
- ရေလဲဆေးများ	၁၆၂
- ဇောင်းဂေါရောဂါကုသရန် ဆေးနည်းများ	၁၆၇
- သွပ်ရောဂါကုသဆေး	၁၇၇
- မြင်း ဝဲရောဂါကုသဆေးများ	၁၈၅
- မြင်း ဆီးရောဂါကုထုံးများ	၁၈၈
- မြင်း ဝမ်းနှင့် ပတ်သက်သောဆေးများ	၁၉၂
- ချောင်းဆိုးရောဂါဆိုင်ရာကုထုံးများ	၁၉၃
- အကြောနာ၊ အကြောသေလိမ်းဆေး	၁၉၅
- အထွေထွေဆေးနည်းများ	၁၉၆-၁၉၉
- မြင်းအရေပြားဝဲရောဂါ	၁၉၇
- မြင်းမ သားမရလျှင်/ဝမ်းတွင်းမြင်းငယ် သေလျှင်ပေးရန်ဆေး	၁၉၈
- သန်ချဆေးများ	၁၉၈

အခန်း (၆)	
ဆင်ရောဂါများအကြောင်း	၂၀၁
- ဆင်ဆေးကုအတတ်ပညာသမိုင်း	၂၀၁
- ဆင်အားနည်းပိန်ချိုးရခြင်း	
အကြောင်းရင်းများ	၂၀၆
- အဖျားရောဂါ	၂၀၇

စဉ် အကြောင်းအရာ စာမျက်နှာ

- ထောင့်သန်းရောဂါ	၂၀၇
- ဆင်လည်ကျိတ်ရောဂါ	၂၁၀
- ဆင်သွပ်ရောဂါ	၂၁၁
- အကြောတင်၊ အကြောမျက်ရောဂါ	၂၁၃
- ဖက်ခွက်နာ	၂၁၃
- နှင်းခူနာ/အူတွင်ပိတ်ဆို့မှု	၂၁၄
- လေချုပ်/ဝမ်းချုပ်/ဝမ်းသွားရောဂါများ	၂၁၅၊ ၂၁၆

အခန်း (၇)	
မြန်မာ့ဆေးပညာ ဆင်ရောဂါကုထုံးများ	၂၁၇
- ကုန်းဘောင်ခေတ် ဆင်ဆေးကုရန်	
ဆေးအမည်စာရင်း	၂၁၈
- ခံတွင်းနှင့် ပတ်သက်သည့်ဆေးများ	၂၂၂
- အားဆေးများ	၂၂၃
- အပူငြိမ်းဆေးများ	၂၂၇
- ဝမ်းနှင့် ပတ်သက်သည့်ဆေးများ	၂၂၈
- ဆီးရောဂါနှင့် ပတ်သက်သောဆေးများ	၂၃၃
- သွပ်ရောဂါအတွက် စားဆေးများ	၂၃၄
- သားဖွား၊ သားလျှော၊ သားပျက်	
ရောဂါများအတွက် ဆင် မီးတွင်းဆေးများ	၂၃၉
- မျက်စိနှင့် ပတ်သက်သောဆေးများ	၂၄၀
- မုန်ယိုခြင်းနှင့်ပတ်သက်သောဆေးများ	၂၄၂
- အနာလိမ်းဆေးများ	၂၄၃
- သန်ချဆေးများ	၂၄၅

စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
	အခန်း (၈)	
	မြန်မာ့ကျေးလက် ကြက်နှင့် ကြက်ရောဂါကုထုံးများ	၂၄၇
	အခန်း (၉)	
	ဝက်ရောဂါကုဆေးဝါးများ	၂၅၃
	အခန်း (၁၀)	
	တိရစ္ဆာန်အားလုံးအတွက် အနာလိမ်ဆေးဝါးများ	၂၅၇
	အခန်း (၁၁)	
	သိပ္ပံနည်းကျ မြန်မာ့တိရစ္ဆာန်ရောဂါကု ဆေးပညာစာတမ်းသုံးသပ်ချက်	၂၆၁
	ကျမ်းကိုးစာရင်း	၂၆၅

ဇယား

နိဒါန်း

မြန်မာ့ဆေးဝါးကုထုံးပညာဖြင့် တိရစ္ဆာန်ရောဂါကုသနည်း စနစ် ကျမ်းတစ်စောင်ဖွဲ့ဆိုခြင်းဟူသည့် စကားရပ်သည် ရုတ်တရက်ကြည့်ပါက သေးသိမ်သယောင်ရှိသည်။ သို့သော် ကျွန်တော်တို့၏ ရှေးထုံးအစဉ်အလာ၊ ဘိုးဘွားဘီဘင်လက်ထက် ရွှေနန်းရှင်တို့၏ တိရစ္ဆာန်ဆေးကုအတတ်ပညာရပ်များကို ကျမ်းကိုး ကျမ်းထောက် ရည်ညွှန်းပြဆို၍ တင်ပြထားသည့်အပြင် လက်တွေ့ ဆေးဝါးကုသခြင်းဖြင့် နှစ်ပေါင်းများစွာ သုတေသနပြုလုပ်ထား ခြင်းမှ ထွက်ပေါ်လာသည့်ကုထုံးများကို ပြုစုပါဝင်ခြင်း၊ အနောက် နိုင်ငံများ၊ အာရှနိုင်ငံများတွင်လည်း ရိုးရာတိုင်းရင်းဆေးဝါးများကို ပြန်လည်ဖော်ထုတ် အသုံးပြုနေသည့်ကာလဖြစ်ခြင်းတို့ကြောင့် ကျွန်တော်ပြုစုသည့် မြန်မာ့တိရစ္ဆာန် ဆေးကုပညာရပ်စာအုပ် သည် သေးသေးသိမ်သိမ် အပေါစားဆေးပညာစာပေ မဟုတ်ပါ။ ကမ္ဘာ့ဆေးပညာနယ်ပယ်တွင် ယှဉ်နိုင်သည့် မြန်မာ့သိပ္ပံနည်းကျ တိုင်းရင်းဆေးပညာတစ်ရပ်အဖြစ် ဂုဏ်ယူနိုင်သည့်စာအုပ် ဖြစ်ပါသည်။

ကမ္ဘာ့တိရစ္ဆာန်ဆေးကုပညာရပ်နယ်ပယ်သို့ မြန်မာ့ဆင် ဆေးကုပညာရပ်မှ မည်သို့အထောက်အကူပြုခဲ့ကြောင်းကို ရှေ့အခန်းများတွင် အထောက်အထားအကိုးအကား ခိုင်လုံစွာဖြင့် တင်ပြထားပါသည်။

ပုဂံ၊ အင်းဝ၊ တောင်ငူ၊ ကုန်းဘောင် မြန်မာ့မင်းနေပြည်တော် အသီးသီးသည် စစ်ဘေးစစ်ဒဏ်ခံခဲ့ရသည်။ စစ်မက်ဖြစ်ပွားခဲ့သည့် မြို့ပြ ပြည်ရွာနှင့် ရွှေနန်းတော်တို့ မီးခခဲ့ခြင်းကြောင့် နိုင်ငံအတွက် စာပေယဉ်ကျေးမှုနှင့် အတတ်ပညာအသီးသီး ကွယ်ပျောက်ခဲ့ရ

ပါသည်။ ၁၈ ရာစုတွင် မြန်မာတို့ နယ်ချဲ့၏ကျွန်ဖြစ်ခြင်းနှင့်အတူ ရိုးရာ ယဉ်ကျေးမှု အမွေအနှစ်များသည် ဖျက်ဆီးခံရခြင်းကြောင့် ပပျောက်လုနီးပါးဖြစ်ရပါသည်။

တစ်ကျောင်းတစ်ဂါထာ တစ်ရွာတစ်ပုဒ်ဆန်း ဆိုသည့်စကား နှင့်အညီ မြန်မာတို့သည် အတတ်ပညာအသီးသီးတို့ကို အတို ကောက် မှတ်သား၍တစ်ဖုံ၊ နှုတ်တက်ရွရွ ဦးခေါင်းထက်တွင် သိုမှီး၍တစ်သွယ် နောင်လာနောက်သားတို့ကို လက်ဆင့်ကမ်းအမွေ ပေးခဲ့သည်။ ယင်းတို့အနက် ပညာရှင်အချို့က စာတိုပေစနှင့် မှတ်သား၍တစ်သွယ်၊ ပေထက် ကျောက်ထက် အကွာရာတင်၍ တစ်နည်း ပညာမျိုးဆက်ပွားစေခဲ့ပါသည်။

နိုင်ငံတော် အေးချမ်းသာယာရေးနှင့် ဖွံ့ဖြိုးရေးကောင်စီဥက္ကဋ္ဌ ထံမှ ၂၀၀၂ ခုနှစ်၊ ဒီဇင်ဘာလ ၁၅ ရက်တွင် ကျင်းပသော တတိယအကြိမ် မြန်မာတိုင်းရင်းသား ဆေးသမားတော်များ ညီလာခံသို့ ပေးပို့သောသဝဏ်လွှာတွင် -

မြန်မာတိုင်းရင်းဆေးပညာသည် အလွန်ကျယ်ဝန်း သိမ်မွေ့နက်နဲ၍ မြန်မာ့ယဉ်ကျေးမှုသမိုင်းအဦးအစကလ ကတည်းက ပေါ်ထွန်းခဲ့သည့်ပညာရပ်ဖြစ်ပြီး တိုင်းရင်းဆေး ပညာရှင်ကြီးများ၊ သမားတော်ကြီးများ၏ လက်ဆင့်ကမ်း အမွေအဖြစ် ယနေ့တိုင် ဂုဏ်ယူဝင့်ကြားစွာ ရပ်တည်လျက်ရှိ ပါသည်။ တစ်နည်းအားဖြင့် မြန်မာတိုင်းရင်းဆေးပညာသည် ခက်ခဲနက်နဲသည့် ဆေးကျမ်းအသွယ်သွယ်၊ စွမ်းအင် ထက်မြက်သည့် ဆေးဝါးအဖုံဖုံ၊ ကြွယ်ဝလှသည့် ကုထုံး နည်းနာအမျိုးမျိုးတို့ကို ဆရာစဉ်သမားဆက် ပညာဆင့်ပွား လက်ဆင့်ကမ်းခဲ့သည့်အတွက် ယနေ့တိုင် ထင်ရှားပေါ်လွင် ခြင်းဖြစ်ပါသည်။

ယင်းသို့ ရိုးရာအမွေအနှစ် ပညာရပ်စစ်စစ်ဖြစ်သည့် မြန်မာတိုင်းရင်းဆေးပညာကို မွေးမြီန့်ပျောက်ပျက်ခြင်းမရှိ ရအောင် ဂိုဏ်းဂဏစိတ်ကင်းရှင်းစွာဖြင့် စနစ်တကျဖော်ထုတ် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်စေပြီး အစွမ်းအာနိသင်ထက်မြက်သည့် တိုင်းရင်းဆေးဝါးများကို အနောက်တိုင်းဆေးဝါးများနှင့် ယှဉ်ပြိုင်၍ နိုင်ငံတကာအဆင့်မီ ထုတ်လုပ်နိုင်အောင် လေ့လာသုတေသနပြု ကြိုးပမ်းဆောင်ရွက်ကြရန် တိုက်တွန်း ပါသည်ဟု ဖော်ပြထားသည်။

နိုင်ငံတော်အကြီးအကဲ၏ လမ်းညွှန်ချက်နှင့်အညီ မြန်မာ တိုင်းရင်းဆေးပညာနှင့် ဆေးဝါးများထုတ်လုပ်မှု စနစ်တကျဖွံ့ဖြိုး တိုးတက်ရန် နိုင်ငံတော်နှင့်ပညာရှင်များက လုပ်ဆောင်နေချိန်တွင် မြန်မာတိုင်းရင်းဆေးပညာရပ်တွင် တစ်စိတ်တစ်ဒေသ၊ တစ်တပ် တစ်အားအဖြစ်ပါဝင်သည့် မြန်မာ့တိရစ္ဆာန်ကုဆေးပညာရပ်ကို ကျွန်တော်က စုစည်းတင်ပြကြိုးပမ်းအားထုတ်ထားခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်တော်တင်ပြသည့် မြန်မာ့သိပ္ပံနည်းကျ တိရစ္ဆာန်ရောဂါကု တိုင်းရင်းဆေးပညာကုထုံးများသည် ရှေးဟောင်းစာပေမှ မှတ်တမ်း တင်ထားခဲ့ကြသည့် လက်တွေ့ကုထုံးများ၊ အရပ်ဒေသအလိုက် လက်ခံကျင့်သုံးနေကြသည့် ရောဂါကုထုံးများ၊ သိပ္ပံနည်းကျဆန်၍ လက်တွေ့နယ်ပယ်တွင် အသုံးချသိပ္ပံဆေးပညာကုထုံးအဖြစ် အောင်မြင်မှုရနေသည့် ဆေးပညာရပ်များ ဖြစ်ပါသည်။

မြန်မာ့တိရစ္ဆာန်ရောဂါကုသဖွယ်ရာ တိုင်းရင်းဆေးပညာရပ် များကို အားလုံးကုန်စင်အောင် တင်ပြနိုင်ခြင်းမရှိသေးပါကြောင်း ကျွန်တော် ရိုးသားစွာဝန်ခံလိုပါသည်။ သို့ပါ၍ ဤစာအုပ်တွင် မပါရှိသေးသော မြန်မာ့ရိုးရာ တိရစ္ဆာန်ဆေးပညာရပ်များ၊

နည်းနိဿယမြောက်မြားစွာ ကျန်ရှိကောင်း ကျန်ရှိနေဦးမည် ဖြစ်ပါသည်။

သို့ပါ၍ သုတေသီပညာရှင်တို့မှ ကျွန်တော်၏စာအုပ်တွင် လိုအပ်နေသည့်ကွက်လပ်ကို ဖြည့်ဆည်းပေးကြပါရန်နှင့် အကယ်၍ ဖော်ပြခဲ့သည်များတွင် အမှားတွေ့ရှိပါကလည်း ညွှန်ပြပြင်ဆင်ပေး ပါရန်တို့ကို အနူးအညွတ်ပန်ကြားအပ်ပါသည်။

အောင်စိုး (တိရစ္ဆာန်ဆေးကုဆရာဝန်)
အမျိုးသားစာပေဆုရ

အခန်း (၁)

မြန်မာ့တိရစ္ဆာန်ဆေးကုပညာ သမိုင်းအစ

မြန်မာနိုင်ငံတွင် တိရစ္ဆာန်ဆေးကုအတတ်ပညာသင်တန်း ကျောင်း မဖြစ်ပေါ်လာမီ ခေတ်ဟောင်း၊ ခေတ်သစ်၏နိုင်ငံရေး၊ စီးပွားရေး၊ ပညာရေး၊ ကျန်းမာရေးအခြေအနေတို့ကို တစေ့ တစောင်းတင်ပြရန် လိုအပ်မည်ဟု ထင်ပါသည်။

တိရစ္ဆာန်ဆေးကုအတတ်ပညာ

တိရစ္ဆာန်ဆေးကုအတတ်ပညာသည် လူတို့ နာမကျန်း ဖြစ်သည့်အခါ မိမိတို့ကိုယ်ကို ဆေးဝါးကုသကြသည့်နည်းတူ မိမိတို့ မွေးမြူထားကြသည့် အိမ်မွေးတိရစ္ဆာန်များ၏ ကျန်းမာမှုအဝဝကို ရောဂါသက်သာပျောက်ကင်းအောင် ကုသပေးသည့် အတတ်ပညာ တစ်ရပ် ဖြစ်ပါသည်။ တိရစ္ဆာန်ကို ဆေးဝါးကုသပုံ၊ ဆေးဝါးဗေဒ တို့မှာ လူကဲ့သို့ပင် နည်းစနစ်၊ ဆေးဝါး အချိန်အဆ၊ အတတ် ပညာများက လွှမ်းခြုံထားလျက်ရှိပါသည်။

မြန်မာတိုင်းရင်းဆေးပညာသမိုင်း

ဆေးပညာ ဟူသော ဘာသာရပ်သည်လည်း ယေဘုယျ အားဖြင့် အနောက်တိုင်းဆေးပညာ၊ အရှေ့တိုင်းဆေးပညာ၊

နိုင်ငံတော်ရှိ လူမျိုးတစ်မျိုး၏တိုင်းရင်းဆေးပညာ စသည်ဖြင့် အများအပြားရှိပါသည်။

မြန်မာအမျိုးသားတို့၏ တိုင်းရင်းဆေးပညာသည် မြန်မာတို့ ပေါ်ဦးစကပင် ယှဉ်တွဲပေါ်ပေါက်ခဲ့ပါသည်။ မြန်မာအစသည် မြန်မာ့မြေမှသာ စတင်သည်ဟုဆိုရပေမည်။ လွန်ခဲ့သော နှစ်သန်း ပေါင်း ၄၀ ခန့် အီအိုဆင်းယုဂ်ခေတ် (Eocene Period) ၌ မြန်မာ့ မြေပေါ်တွင် လူတူပရိုင်းမိတ် (Primates) များ စတင်နေထိုင်ခဲ့ သည်။ မြန်မာပြည်အလယ်ပိုင်း ပုံတောင်ပုံညာဒေသတွင် တွေ့ရှိခဲ့ သည့် ပုံတောင်ဂျီးယား (Pondaungia Cotten) ကျောက်ဖြစ်ရုပ်ကြွင်း များက သက်သေပြနေပါသည်။ မြန်မာနိုင်ငံတွင် ကျောက်ခေတ်၊ ကြေးခေတ်တို့တွင် လူနေထိုင်ခဲ့ကြောင်း အထောက်အထားများကို တွေ့ရှိနေရသည်။ မြို့ဟောင်းများမှ တူးဖော်ရရှိသည့် အထောက် အထားမှတ်တမ်းများ၊ ပြဒါးလင်းဂူ၊ ပုဂံ စသည့်နံရံများတွင် တွေ့ရှိ ရသည့် ဆေးရေးပန်းချီကားများ၊ ကျောက်ဖြစ်ရုပ်ကြွင်းများ၊ အုတ်ခွက်စာပန်းချီများ စသည်တို့အရ မြန်မာနိုင်ငံတွင် လူတို့နှင့် အတူ ဆင်၊ မြင်း၊ ကျွဲ၊ နွား၊ ခွေး၊ ကြက် စသည့်တိရစ္ဆာန်အချို့ကို ယဉ်ပါးအောင် မွေးမြူထားနိုင်ကြောင်း အထောက်အထားများ တွေ့ရှိရသည်။

သတ္တဝါတစ်ခု၊ ကံတစ်ခု သက်ရှိသတ္တဝါမှန်သမျှ သင်္ခါရနယ် အတွင်း အိုရ၊ နာရ၊ သေရမည်မှာ ဓမ္မတာဖြစ်ပါသည်။ အိုခြင်း၊ နာခြင်း၊ သေခြင်းတရားကို လောလောဆယ် ဝေဒနာခံစားမှုမှ ကင်းလွတ်ချမ်းသာစေရန် မြန်မာကြီးများသည် မိမိကိုယ်ကို ဆေးဝါးကုသလာတတ်ကြသည်။ ထိုနည်းတူ လူတို့၏အိမ်မွေး တိရစ္ဆာန်များကို အနာရောဂါပျောက်ကင်းစေရန်လည်း ဆေးဝါး ကုသပေးရာမှစ၍ တိရစ္ဆာန်ဆေးကုအတတ်ပညာ စတင်ခဲ့ခြင်း ဖြစ်သည်ဟု ဆိုရပေမည်။

သက်ရှိသတ္တဝါများအနက် လူသားသည် အသိဉာဏ်အရှိဆုံး သတ္တဝါဖြစ်သည်။ လူသားအပါအဝင် သက်ရှိသတ္တဝါတို့ မလွတ်ကင်းနိုင်သည့် အိုမှု၊ နာမှု၊ သေမှု သုံးချက်သည် ဒွန်တွဲ၍ ပါရှိမြဲဖြစ်ပါသည်။ ထိုအိုနာသေရေးဟူသည့် အရေးသုံးပါး (အထူး သဖြင့် နာရေးကို) လူသားတို့အနေဖြင့် လက်ပိုက်ကာ ခေါင်းငုံ့ခံ နေခဲ့ကြမည်မဟုတ်ပေ။ မိမိတို့အသိဉာဏ်ရှိသမျှနှင့် ကာကွယ်ခဲ့ ကြပေသည်။ လူသားတို့အတွက်ကာကွယ်ရန် လက်နက်များအဖြစ် သဘာဝနိယာမတရားအရ အဆင်သင့် ဖြစ်ထွန်းပေါ်ပေါက် နေသည့် သစ်ပင်၊ တောတောင်၊ ကျောက်ခဲ၊ သတ္တု၊ ရေ၊ မြေ စသည်တို့ ရှိပေသည်။

ထိုသို့ အိုနာသေရေးကို ခုခံတွန်းလှန် ကာကွယ်ရေးအတွက် ဆေးပစ္စည်းများကို အသုံးပြုသော လူသားနှင့်တိရစ္ဆာန်ဆေးကု အတတ်ပညာသမိုင်းသည် မြန်မာ့မြေပေါ်တွင် လူသားမျိုးနွယ် စတင်ပေါ်ပေါက်သည့် ခေတ်မှစ၍ ဒွန်တွဲရှိပေမည်ဟု သုံးသပ် တင်ပြလိုပါသည်။

အာယုဗေဒဆေးပညာရှင်တို့က “နို့ရည်သည် ကလေးသူငယ် မမွေးမီကပင်လျှင် ကလေးသူငယ်အတွက် အဆင်သင့်ရှိနေနှင့် သကဲ့သို့ အာယုဗေဒဆေးပညာသည်လည်း လူသားတို့အတွက် လူသားများမဖြစ်ထွန်း၊ မပေါ်ပေါက်မီကပင် ရှိနေနှင့်ခဲ့သည်”ဟု ဖော်ပြကြပါသည်။ မည်သည့်အပင် မည်သည့်အရွက်ကိုစားလျှင် မည်သည့်ရောဂါကိုပျောက်စေနိုင်သည် စသည်ဖြင့် လူသားတို့၏ ပင်ကိုသဘာဝအသိ (သညာသိ)မှ အဆင့်ဆင့် အသိဉာဏ်မြင့်မား လာရာ ပညာသိအဖြစ်သို့ ရောက်ရှိလာရခြင်းဖြစ်သည်။ ထိုသဘာဝ အသိကလေးများ၊ ပညာအသိကလေးများကို တစ်စထက်တစ်စ တစ်ဆင့်ထက်တစ်ဆင့် စုပေါင်းမိခြင်းအားဖြင့် ဆေးပညာရပ် ပေါ်ပေါက်ထွန်းကားလာခြင်းဖြစ်သည်။

မြန်မာ့ရှေးဟောင်းဆေးပညာသည် အိန္ဒိယနိုင်ငံ၏ဆေးပညာမှ အများဆုံးလက်ဝေခံကာ ဆင်းသက်လာသည်ဟု အဆိုရှိပါသည်။ နိုင်ငံနယ်နိမိတ် ထိစပ်ကူးလူးဆက်ဆံရေးအရ ယဉ်ကျေးမှု စီးဝင်သည့်အနက် ဗုဒ္ဓဘာသာသာသနာတော် ထွန်းကားပြန့်ပွားခြင်းသည် အဓိကဖြစ်ပေသည်။ ဗုဒ္ဓဟောကြားသည့် စာပေပိဋကတ်တော်များတွင် ဆေးဝါးကုသမှုပုံရိပ်များစွာ ပါရှိနေသည်ကို ထောက်ရှုနိုင်ပါသည်။

ရှေးအကျဆုံး မြန်မာတိုင်းရင်းဆေးပညာ

ပြည်ထောင်စုမြန်မာနိုင်ငံ၏ ရှေးအကျဆုံးလူမျိုးများမှာ ကျောက်ခေတ်လူသားများဖြစ်သည်ဟု သုတေသီအချို့က ပြဆိုသည်။ ထိုလူမျိုးများသည် လိုဏ်ဂူများတွင် နေထိုင်လေ့ရှိကြပြီး ဧရာဝတီ၊ သံလွင်၊ စစ်တောင်းမြစ်ဝှမ်း၊ တောင်စဉ်တောင်တန်းတို့၌ နေထိုင်ကြသည်။ အထူးသဖြင့် ပြဒါးလင်းဂူ၊ အမရပူရ၊ မြင်းခြံ၊ ပခုက္ကူ၊ ဆားလင်းကြီး၊ သရက်၊ ရခိုင်၊ ပဲခူး၊ တနင်္သာရီနယ်များတွင် ကျောက်ခေတ်လက်နက် အသုံးအဆောင်များ၊ နံရံဆေးရေးပန်းချီကားများ တွေ့ရှိရသည်။

မြန်မာ့ရာဇဝင်ဆရာများအဆိုအရ တိဗက်-မြန်မာတို့၏ ရှေးအကျဆုံး ထီးနန်းစိုက်ရာ သက်အနွယ်ဝင်များသည် သင်းတွဲခေါ် တကောင်းပြည်၊ မွန်တို့၏သုဝဏ္ဏဘူမိခေါ် သထုံပြည်၊ ပျူတို့၏ သရေခေတ္တရာခေါ် ပြည်မြို့နှင့် ဟန်လင်းမြို့၊ ဗီဿနီးမြို့များ၊ ကမ်းယံတို့၏ ညေဝတီခေါ် ရခိုင် စသည်တို့ ဖြစ်ပါသည်။

တကောင်းနှင့် သရေခေတ္တရာခေတ် ဆေးပညာ

မွန်နန်းရာဇဝင်တော်ကြီး ပထမတွဲ (စာ-၁၅၈) တွင် ဒုတိယတကောင်းဆက် သတိုးဇမ္ဗူဒီပဇရာဇာမင်း နန်းသိမ်းပွဲအပြီး မျှူးတော်

မတ်တော်၊ လက်ဝဲလက်ယာ အမှုထမ်း၊ အရာထမ်း၊ ဆင်သည်၊ မြင်းသည်၊ ခြေသည်၊ သူဌေးသူကြွယ်၊ ပုဏ္ဏားဟူးရား၊ ဆေးသမား၊ လက်သမားတို့ကို တစ်ထောင့်ခြောက်ဆယ် ဘွဲ့ပုံအမည်များပေးသည်ဟု ဖော်ပြချက်ကိုမှတ်သားရ၍ မြန်မာတိုင်းရင်းဆေးပညာ ထွန်းကားနေပြီဟု တင်ပြလိုပါသည်။

ပုဂံခေတ် ဆေးပညာစာပေ

စာပေအက္ခရာဖြင့် ရာဇဝင်သမိုင်းစတင်ခဲ့၍ အထောက်အထားခိုင်မာသည်ဟု ယူဆကြသည့် ပထမမြန်မာနိုင်ငံတော်၊ ပုဂံခေတ် အရိမဒ္ဒနာနေပြည်တော်ပြည့်ရှင် အနော်ရထာမင်းစော (အေဒီ-၁၀၄၄) လက်ထက်တွင် သုဝဏ္ဏဘူမိ သထုံပြည်ကို အောင်နိုင်ပြီးနောက်-

ယင်းကမှ ပန်းပု၊ ပန်းပွတ်၊ ပန်းချီ၊ ပန်းရန်၊ ပန်းတော့၊ ပန်းထိမ်၊ ပန်းပဲ၊ ပန်းတင့်၊ ပန်းတယား၊ ပန်းသေး၊ ဆင်ဆေးသမား၊ ဆင်တတ်သသူ၊ မြင်းဆေးသမား၊ မြင်းတတ်သသူ . . . ။

ဤသူတို့ကိုလည်း အခြားခြားမရောစေဘဲ ဆောင်ယူခဲ့တော်မူ၍ . . . ဟူ၍ မှန်းနန်းရာဇဝင်တော်ကြီး စတုတ္ထတွဲ (စာ-၂၄) တွင် ပါရှိသည်ကို ထောက်သောအားဖြင့် မြန်မာခေတ်ဦး ပုဂံခေတ်ကာလတွင်ပင် တိရစ္ဆာန်ဆေးကုအတတ်ပညာသည် စတင်သန္ဓေတည်နေပြီဟု ခန့်မှန်းရပါသည်။

ပုဂံခေတ် (အေဒီ ၁၂၃၄-၁၂၅၀) ကျစွာမင်းကြီးလက်ထက် အရှင်အဂ္ဂဝံသပြုစုသော သဒ္ဒနီတိခေါ် သဒ္ဓါကျမ်းကြီးသုံးတွဲတွင် သုသုတ ဆေးကျမ်း၌ဖော်ပြထားသည့် ဆေးပညာရပ်များ ပါရှိနေခြင်းကိုထောက်ရှု၍ ကျစွာမင်းမတိုင်မီကပင် ဆေးပညာရပ်များ ထွန်းကားနေကြောင်းနှင့် သမားဟူးရားများ ရှိနေကြောင်းကို ရည်ညွှန်းနိုင်သည်။

မဇ္ဈိမဒေသ အိန္ဒိယယောဂီများအသုံးပြုခဲ့သော ဆေးကျမ်းစာပေများကို အဆင့်ဆင့်ပြောင်းလဲ၍ ပုဂံခေတ်၊ ပင်းယခေတ်ကပင် အာယုဗေဒဆေးကျမ်းအမည်ဖြင့် သုံးစွဲခဲ့ကြသည်။

ပုဂံခေတ် ဝက်ကြီးအင်းအရပ်၊ ဝက်ကြီးအင်းကျောင်းတိုက်အတွင်း သက္ကရာဇ်တို့ (၆) သက္ကရာဇ်ချုပ် (၈၀၄)ခုနှစ်တောင်တွင်းမင်း သီရိဇေယျသူရမောင်နှံကောင်းမှုတက်နွယ် (ချောင်) ကျောင်း ကျောက်စာနံပါတ် ၁၁၊ လက်ယာဘက်ထိပ်ကြောင်းရေ ၃၁/၃၂ တို့၌ -

ဗြန္ဒောဋ္ဌိကာ၊ ရတ္တ (ရတနာ)မာလာ၊ ရောဂါနိဒါန်း၊ ဒဗ္ဗဂုဏ်းစသည့် ဆေးကျမ်းများလှူဒါန်းခဲ့ကြောင်း ရေးထိုးပါရှိသည်။

ပုဂံခေတ် ထေရဝါဒ၊ ပိဋကတ်စာပေများ ထွန်းကားနေပြီဖြစ်ပါသည်။ ပိဋကတ်တော်တွင်ပါရှိသည့် ဝိနယပိဋကတ်၊ မဟာဝဂ္ဂပါဠိတော်၊ ဘေသဇ္ဇကန္တ၌ အရွက်ဆေး၊ အသီးဆေး၊ အမြစ်ဆေး၊ အမှုန့်ဆေး၊ အပွင့်ဆေး၊ အစေးဆေး၊ သားစိမ်းသွေးစိမ်းဆေး၊ အခိုးအသက်ဆေးအမျိုးမျိုးတို့ ပြသထားသည်ကို ထုတ်နုတ်သုံးစွဲလျက်ပညာရပ်များပွားများခဲ့ကြမည်မှာ မလွဲမသွေ ဖြစ်သည်။

ပင်းယခေတ် ဆေးပညာစာပေ

ပင်းယခေတ်ဆိုသည်မှာလည်း ပုဂံယဉ်ကျေးမှု၏နောက်ကွယ်အမွေအနှစ်များပင်ဖြစ်ပါသည်။ အဆိပ်ပါရှိမည့် အစားအစာကို မစားသုံးခင် ခွေးတိရစ္ဆာန်ကို ချကျွေးကြည့်၍ အသက်အန္တရာယ်ရှိ၊ မရှိ စူးစမ်းသောဖြစ်ရပ်များကို ထောက်ရှုကာ ဆေးပညာစမ်းသပ်မှုတွင် တိရစ္ဆာန်၏ပါဝင်မှုကဏ္ဍကို သိကျွမ်းနေပြီဟု ကောက်ချက်ချနိုင်သည်။ ပုဂံသမိုင်း၏ နရသီဟပတေ့မင်းမြတ် (အေဒီ ၁၂၅၆-၁၂၈၇) သည် မိဖုရားစောလုံ တည်ခင်းလုပ်ကျွေးသည့် စားတော်

ထမင်း၊ ဟင်းကို အဆိပ်ပါရှိသည်ဟု သံသယဖြင့် ခွေးကိုကျွေး၍ အဖြေရှာနိုင်ခဲ့ပေသည်။

ပင်းယခေတ် (အေဒီ ၁၃၂၁-၁၃၄၆) တွင် ပေါ်ပေါက်ခဲ့သော စတုရင်္ဂဗလအမတ်ကြီး၏ အဘိဓာန်ဋီကာကျမ်းတွင် ဆေးပညာရပ်များပါရှိသည်။ ဆင်ဆေးကုပညာတို့ကို သက္ကတဘာသာဖြင့် ပြုစုထားသည့် ယနေ့ အိန္ဒိယဆေးကျမ်းပါအချက်များနှင့် ကိုက်ညီလျက်ရှိသည်။

စတုရင်္ဂဗလအမတ်ကြီး စာပေသင်ယူရန် ရည်ညွှန်းခဲ့သည့် ယင်းသက္ကတဆေးကျမ်းအချို့သည် ပင်းယခေတ်တွင်မှ ရောက်ရှိပြန့်ပွားလာခြင်းမဟုတ်ဘဲ ပုဂံခေတ်ကပင် ထွန်းကားရောက်ရှိနေဟန်တူသည်။

မြန်မာတို့သည် မြို့ပြနိုင်ငံများကိုထူထောင်ကြရင်း စိုက်ပျိုးရေး၊ မွေးမြူရေးအတတ်ပညာများကို ထွန်းကားတိုးတက်အောင် လုပ်ဆောင်လာကြသည့်နည်းတူ စာပေ၊ ဆေးပညာရပ်များကိုလည်း တိုးတက်ဖွံ့ဖြိုးအောင် လုပ်နိုင်ခဲ့ကြသည်။ အင်းဝခေတ်တွင် မြန်မာစာပေတိုးတက်မှု အရှိန်အဟုန်မြင့်မားလာမှု နောက်ကွယ်မှ ဆေးပညာထွန်းကားလာပြီဖြစ်သည်။

အင်းဝခေတ် ဆေးပညာစာပေ

ပထမအင်းဝခေတ် နရပတိကြီး (သက္ကရာဇ် ၇၂၆-၉၅၄) လက်ထက်တွင် မြန်မာစာပေသည် အခိုင်အမာအစပျိုးလာသည်။ မြန်မာစာပေနှင့်အတူ ဆေးပညာစာပေသည်လည်း မျိုးစေ့အညောက်အဖြစ် ရှင်သန်လာသည်။

နရပတိမင်းလက်ထက် တက်နွယ်ကျောင်း ကျောက်စာတွင် ဆေးကျမ်း၊ ဗေဒကျမ်းတို့၏အမည်ကို ရေးထိုးခဲ့ကြောင်း တွေ့ရှိရ

သည်။ လူကို ဆေးကုအတတ်ပညာရပ်ရှိလျှင် တိရစ္ဆာန်ကိုလည်း ဆေးကုသပေးသည့်ပညာရပ် ထွန်းကားခဲ့မည်ဖြစ်သည်။

ဒုတိယအင်းဝခေတ်တွင်လည်း ဆေးပညာကျမ်းများပေါ်ပေါက်ခဲ့သည်။ ဆေးပညာနှင့်ဆက်စပ်နေသည့် ဗေဒင်ကျမ်း၊ လောကီဝိဇ္ဇာ၊ အင်းအိုင်၊ ခလဲ့၊ လက်ဖွဲ့ပညာရပ်များ ခိုင်မာစွာရေးသားခဲ့ကြသည်။

အင်းဝခေတ် မွန်-မြန်မာ စစ်ပွဲတွင်ထင်ရှားခဲ့သည့် မြန်မာစစ်သူရဲကောင်း မင်းရဲကျော်စွာသည် တိုက်ပွဲဝင် စီးတော်မူသည့် ဆင်တော်ငါးချစ်ခိုင်ကို ရဲစွမ်းသတ္တိရှိစေရန်အတွက် အရက်တိုက်ခဲ့ခြင်းသည်ပင်လျှင် ဆေးဝါးဗေဒပညာရပ်၏ အစိတ်အပိုင်းတစ်ခုဖြစ်ပါသည်။ ထိုနည်းတူစွာ အင်းဝဘုရင်မင်းခေါင်လက်ထက် (အေဒီ ၁၄၀၁-၁၄၂၂) တွင် မွန်သူရဲကောင်း သမိန်ဗရမ်းနှင့် တရုတ်သူရဲကောင်း ဂါမဏီတို့ စီးချင်းထိုးခဲ့သည်။ မြန်မာသူရဲကောင်း သမိန်ဗရမ်း၏စီးတော်မြင်းကို တိုက်ပွဲမဝင်မီ ကျွေးမွေးသုတ်သင်ပြုပြင်ပေးခြင်းသည်လည်း ဆေးပညာအဋ္ဌေအသက်မကင်းဟူ၍ အကဲဖြတ်နိုင်သည်။

ကုန်းဘောင်ခေတ် ဆေးပညာစာပေ

ညောင်ရမ်း၊ အင်းဝခေတ်လွန် ကုန်းဘောင်ခေတ်ဦးပိုင်းတွင် ဆေးပညာရပ်များ ပိုမိုတိုးပွားကျယ်ပြန့်လာသည်။ ဘိုးတော်မင်းတရား (အေဒီ ၁၈၇၂-၁၈၁၉) လက်ထက်တွင် အိန္ဒိယဆေးကျမ်းများကို မြန်မာစာပေသို့ပြန်ဆိုခြင်း အထောက်အထားများအရ ယင်းဆေးကျမ်းအချို့သည် အင်းဝခေတ်ကပင် မြန်မာနိုင်ငံနှင့် ကူးလူးဆက်သွယ်ခဲ့ဖူးပေမည်။

အေဒီ ၁၁ ရာစု (ကောဇာသက္ကရာဇ် ၇၅၀) အလယ်ခေတ် အိန္ဒိယဗဟိုယဉ်ကျေးမှုထွန်းကားခဲ့ရာတွင် ဂုဏ်ခေတ်၌ပင် တိရစ္ဆာန်ရောဂါ ဆေးကုထုံးကျမ်းများ ပေါ်ပေါက်နေပေပြီ။

ပါလကာဗျအမည်ရှိ ဆရာ၏ -

- ဂဇဝိကိစ္ဆကျမ်း (ဆင်ဆေးကုအတတ်)
- ဂဇယုဝေဒကျမ်း (ဆင်ဆေးကုအတတ်)
- ဂဇဒပ္ပနကျမ်း (ဆင်ဆေးကုအတတ်)
- ဂဇပရိက္ခာကျမ်း (ဆင်ဆေးကုအတတ်)

ဗြဟ္မဆိဟထိဆရာ၏ -

- ဂဇလက္ခဏာကျမ်း (ဆင်ဆေးကုအတတ်)
- ဂေါဝဇ္ဇကျမ်း (နွားဆေးကုအတတ်)

နကုလဆရာ၏ -

- သာလိဟောတြိကျမ်း
- အဿတန္တိကျမ်း (မြင်းဆေးကုအတတ်)
- အဿလက္ခဏာကျမ်း (မြင်းဆေးကုအတတ်)
- ဟယလီလာဝတီကျမ်း

စသည့် တိရစ္ဆာန်ရောဂါကုဆေးကျမ်းများ ပေါ်ပေါက်ခဲ့သည်။ သက္ကတဘာသာမှ ဖာရစီဘာသာဖြင့်ပြန်ဆိုကြောင်း၊ ၁၃ ရာစုတွင် အနောက်နိုင်ငံများသို့ ပျံ့နှံ့သွားကြောင်း ပြဆိုပါသည်။ မြန်မာနိုင်ငံသို့လည်း ယင်းဆေးကျမ်းများ ရောက်ရှိမည်ဖြစ်သည်။ အိန္ဒိယနှင့် မြန်မာ ယဉ်ကျေးမှုကူးလူးယှက်နွှယ်မှု ပုဂံခေတ်မှစတင်၍ဖြစ်ထွန်းခဲ့ခြင်း ဖြစ်ပေသည်။

ဦးယံ၏ပိဋကတ်စာစုစာရင်းတွင် ပါလကာဗျဆရာ၏ (ဆင်ဆေးကုအတတ်ပညာကျမ်း) ဟူ၍ ဖော်ပြထားသည်။ ထို့ပြင် ရည်ညွှန်းကျမ်းပြုစုသူတို့ကလည်း ဂဇဝိကိစ္ဆကျမ်း ဆေးပညာတွင် နကုလဆရာရသေ့၏ ဆေးကျမ်းဟူ၍ ကိုးကားနေကြသည်။

ကုန်းဘောင်ခေတ်နှောင်းတွင် ပြုစုခဲ့သည့် နာခံတော်ဦးနိုး၏ ရွှေတုံးဂါမံအစချီ မြင်းကြန်ရကန်တွင် ဖော်ပြသည့် မြင်းရောဂါကုဆေးနည်းများ၊ မြင်းကြန်အင်လက္ခဏာများ၊ ယောမင်းကြီး

ဦးဖိုးလှိုင်၏ အသုဘကျမ်းမှ မြင်းလက္ခဏာကြန်အင် ဆန်းစစ်ချက်နှင့် ဆေးဝါးကုသနည်းများ၊ စလေဦးပုည၏ သတ္တဝါဆေးကျမ်းပါ တိရစ္ဆာန်ရောဂါကု ဆေးနည်းများ စသည်တို့သည် မြန်မာတို့သမိုင်းတွင် မြန်မာ့ရိုးရာတိရစ္ဆာန်ကု ဆေးပညာ ခိုင်မာစွာ ပေါ်ထွန်းနေသည်ကို သက်သေပြလျက်ရှိသည်။

ကုန်းဘောင်ခေတ်တွင် အိန္ဒိယမှ ဆေးကျမ်းစာပေများ အလုံးအရင်းနှင့် ဝင်ရောက်လာသည်။ ကောဇာသက္ကရာဇ် ၁၀၄၈ ခုနှစ်တွင် မောင်းထောင်ဆရာတော် ဘုရားကြီးက ဘိုးတော်မင်းတရားထံ ဆေးကျမ်းများကို မြန်မာပြန်ဆို အသက်သွင်းခဲ့သည့် ဆေးကျမ်းတွင်-

- ခြေဗျဂ္ဂဏကျမ်းရင်း၊
- ခြေဗျဂ္ဂဏာပကာသဏီကျမ်း၊
- မဇ္ဇကောသကျမ်း၊
- အတိဿရကျမ်း စသည်တို့ ပါဝင်သည်။

ထိုမှတစ်ဆက်တည်း ကောဇာသက္ကရာဇ် ၁၁၅၅၊ ၁၁၆၈၊ ၁၁၆၉၊ ၁၁၇၁၊ ၁၁၇၇၊ ၁၁၇၉ ခုနှစ်တို့တွင် ဆေးကျမ်းများ ထပ်မံရောက်ရှိခဲ့ပါသည်။

ရွှေနန်းသုံးတိရစ္ဆာန်ဆေးကုပညာရှင်

မင်းကြီးလုပ်ချင်လျှင် “ရွှေဘိုနီဒါန်းကို ကျေပါစေ။ ဆေးသမားလုပ်ချင်လျှင် အဉ္စနနီဒါန်းကိုကျေပါစေ” ဟူသည့် ဆိုရိုးစကားသည် ကုန်းဘောင်မင်းလက်ထက် မင်းမှုထမ်းတို့နယ်ပယ်တွင် ပြောထုံးဖြစ်လာသည်။ ရွှေနန်းရှင်တို့၏ လက်သုံးတော်ခံ သမား၊ ဟူးရား၊ ဆင်ဆေးဆရာ၊ မြင်းဆေးဆရာဟူသည် ကုန်းဘောင်ခေတ်တွင်မှ သမိုင်းကြောင်းပေါ်ထွန်းခဲ့သည်မဟုတ်။ ရှေးမွန်-မြန်မာတို့၏ ပုဂံနေပြည်တော်မှပင် သန္ဓေတည်ခဲ့ကြောင်း အထက်တွင် ဖော်ပြရေးသားပြီးဖြစ်သည်။

နိုင်ငံတော် ကျယ်ပြန့်လာသည်နှင့်အမျှ မြန်မာဘုရင်တို့ ဘုန်းတန်ခိုးလက်ရုံး ဆန့်တန်းရာတွင် စစ်အင်္ဂါလေးပါးဖြင့် တပ်တော် ခင်းကျင်းကြသည်။ နိုင်ငံတော်ကိုတည်ဆောက်၍ လုံခြုံအောင် ပြုလုပ်ခဲ့ကြရသည်။ စစ်မက်ရေးရာတွင် အောင်လံတံခွန်လွှင့်ထူနိုင်ရေးအတွက် ပြည့်စီးပွားစားနပ်ရိက္ခာ ပြည့်ဝဖူလုံရမည်။ ဆန်ရေစပါး သီးနှံတိုးပွားထွက်ရှိရေးအတွက် လယ်ယာလုပ်ငန်း ဆည်၊ မြောင်း၊ ကန်၊ ချောင်းတို့ကို ပြုစုတည်ဆောက်ကြရသည်။ လယ်လုပ်ကိရိယာ ကျွဲနွား မွေးမြူရေးကို အားပေးခဲ့ရသည်။ ဘုရင်မင်းမြတ်ကိုယ်တော်တိုင် လယ်ထွန်မင်္ဂလာ ဆင်ယင်ကျင်းပ၍ အားပေးခဲ့သည်။ ပြည်သူပြည်သားများ၏ လယ်ယာတွင်သာမက ဘုရင့်လမိုင်းလယ်တော်ဟူ၍ ရှိလာသည်။ လမိုင်းလယ်တော်တွင် လယ်ယာလုပ်ကိုင်ရန် ကျွဲ၊ နွားများ မွေးမြူထားရှိလာရသည်။

ဤသို့ စစ်မက်အင်္ဂါလေးပါးတွင်ပါဝင်သည့် ဆင်တပ်၊ မြင်းတပ်နှင့် လယ်ယာလုပ်ငန်းခွင် ကျွဲ၊ နွား တို့အတွက် လက်မွန်မဆွကပင် မြန်မာတို့၌ တိရစ္ဆာန်ဆေးကုအတတ်ပညာများ ရှိနေသည်။ ကျေးလက်လည်း ကျေးလက်အလျောက်၊ မြို့ပြလည်း မြို့ပြအလျောက် တိရစ္ဆာန်ဆေးကုဆရာတို့ ရှိသည့်အပြင် ရွှေနန်းထက်တွင်လည်း တော်သုံးတိရစ္ဆာန်ဆေးကုပညာရှင်များကို ခန့်ထားခဲ့ရသည်။

ဆင်ဆေးကုဆရာ၊ မြင်းဆေးကုဆရာ၊ ကျွဲနွားဆေးကုဆရာ ဆင်ကြန်လက္ခဏာဖတ်သူ၊ မြင်းကြန်လက္ခဏာဖတ်သူတို့ကို ဘုရင်က မြှောက်စားချီးမြှင့်ခဲ့မည်မှာ အမှန်ပင်။ ကုန်းဘောင်နေပြည်တိုးတော်မင်းတရားလက်ထက်တော်တွင် ကြည်းတပ်မတော်နှင့် တွဲဖက်၍ ဆင်ဝန်ခန့်ထားခဲ့ခြင်းက သိသာနိုင်ပါသည်။

ဆင်အစုတွင် ဆင်ဝန်၊ ဓနက်ပလာဝန်၊ အောက်မားဝန် ဟူ၍ သုံးစုခွဲထားပါသည်။ ပုဂံ၊ ပင်းယ၊ စစ်ကိုင်း၊ အင်းဝ၊ တောင်ငူခေတ်များ၏ ဆင်ဝန်အမိန့်တော်ပြန်တမ်း၊ ကျောက်စာ၊ ပေစာများကို

မတွေ့ရှိရလင့်ကစား ကုန်းဘောင်ခေတ်တွင်တွေ့ရှိရသည့် အမိန့် ပြန်တမ်းများ၊ အင်းဝခေတ်စာဆိုရှင်တို့၏ စာပေများ (ဥပမာ- ဝန်ကြီးပဒေသရာဇာ၏) ဝဿငယ်မာသမာဿ အစချီသော ဆင်ဖမ်းကျာချင်း စသည်တို့သည် သမိုင်းခြေရာကို ကောက်ယူ နိုင်သည့် သဲလွန်စများဖြစ်သည်။

လွှတ်တော်အမိန့်ပြန်တမ်းများအရ ဆင်အစုကို ဌာန အသီးသီး သတ်မှတ်ခွဲခြားလုပ်ဆောင်ခဲ့ကြောင်း တွေ့ရပါသည်။ ဓနက်ပလာအစု၊ အောက်မားအစု၊ ဆင်ဝန်အစု ဟူ၍ဖြစ်သည်။

ဓနက်ပလာဆင်ဝန်ထမ်း

ဓနက်ပလာခေါ် ဆင်သားခွဲကလေးများကို လွန်ဖြင့်ကျော့ ဖမ်း၍ ဆင်တပ်အတွက် ဆင်ဝန်ထံ ပို့ဆက်ရသည့်ဝန်ထမ်းအစု ဖြစ်သည်။ အမှုထမ်းများမှာ (၁) ဓနက်ပလာဝန်၊ (၂) ဓနက်ပလာ ဆင်ဝန်စာရေး၊ (၃) ဆင်မှူး၊ (၄) ဆင်အစီအရင်၊ (၅) ဦးစီး၊ (၆) နောက်ပဲ့၊ (၇) လုံကိုင်၊ (၈) လွန်ပစ်အမှုထမ်း၊ (၉) ရွှေလွန် အမှုထမ်းတို့ ဖြစ်သည်။

အောက်မားဆင်ဝန်ထမ်း

(၁) အောက်မားဝန်၊ (၂) အောက်မားစာရေး၊ (၃) ဆင်အစီ အရင်၊ (၄) ဆင်ရံသား၊ (၅) ဆင်မှူး၊ (၆) ဆင်ကဲ၊ (၇) ဆင်ကြားသား၊ (၈) ဆင်ဝမ်းသား၊ (၉) အောက်မားအမှုထမ်းတို့ဖြစ်သည်။

ကျုံးမှူးအစုအမှုထမ်းများ

အောက်မားအဖွဲ့၊ ဓနက်ပလာအဖွဲ့တို့မှ ဖမ်းဆီးရမိသည့် ဆင်ကလေးများ၊ မွေးဖွားလာသည့်ဆင်ကလေးများကို ယဉ်ပါးအောင် နှင့် တိုက်ပွဲဝင်လေ့ကျင့်ပေးသည့် အမှုထမ်းအစုဖြစ်ပါသည်။

ကျုံးစုအမှုထမ်းအဖွဲ့တွင် (၁) ကျုံးမှူး၊ (၂) ယရည်း၊ (၃) ဆင်ပိုက်၊ (၄) ကျုံးရံသား၊ (၅) ဆင်ကိုင်၊ (၆) ဆင်သား ဟူ၍ဖြစ်သည်။

ဆင်ဝန်အမှုထမ်းအဖွဲ့

၎င်းအစု (၃) စုကို အုပ်ချုပ်ရန် ဆင်ဝန်အမှုထမ်းအဖွဲ့ကို အောက်ပါအတိုင်း ဖွဲ့စည်းထားရှိသည် -

(၁) ဆင်ဝန်၊ (၂) ဆင်ဝန်ထောက်၊ (၃) ဆင်လက္ခဏာဖတ်၊ (၄) ဆင်စာချီ၊ (၅) ဆင်အစီအစဉ်၊ (၆) ဆင်ဆေးသမား၊ (၇) ဆင်မှူး၊ (၈) ဆင်သွေးသောက်ကြီး၊ (၉) ဆင်တော်၊ (၁၀) ဆင်ကဲ၊ (၁၁) ဆင်ကိုင်၊ (၁၂) ဦးစီး၊ (၁၃) ကုန်းလယ်၊ (၁၄) နောက်ပဲ့၊ (၁၅) နောက်ထိုင်တို့ဖြစ်သည်။

ဆင်ဆေးကုဆရာ၊ ဆင်ဆေးသမားကို ဆင်ဝန်အဖွဲ့တွင် ခန့်ထားခြင်းဖြစ်သည်။ ဆင်ဆေးကုသူ၊ မြင်းဆေးကုသူတို့ကို မြန်မာ ဘုရင်များ မြှောက်စားအလေးထားခဲ့မည်မှာ အမှန်ပင်ဖြစ်သည်။

မြင်းတပ်မတော်အစုတွင် (၁) မြင်းဝန်၊ (၂) မြင်းတပ်ဗိုလ်၊ (၃) မြင်းစာရေးကြီး၊ (၄) မြင်းခေါင်း၊ (၅) မြင်းအမှုထမ်း၊ (၆) မြင်းဆေးဆရာဟူ၍ ဖွဲ့စည်းထားသည်။

သို့ဖြစ်၍ မြန်မာဘုရင် ရွှေနန်းရှင်လက်ထက်တော်ကပင် မြန်မာ့တိရစ္ဆာန်ဆေးကုအတတ်ပညာ စတင်ထွန်းကားခဲ့ကြောင်း အခိုင်အမာ တင်ပြအပ်ပါသည်။

ယင်းတို့ ခန့်ထားခံရသည့် ဆင်ဆေးဆရာ၊ မြင်းဆေးဆရာ တို့သည် တပ်တော်အစုအတွင်းရှိ ဆင်၊ မြင်းသာမက လမိုင်းလယ် တော်၊ ဘုရင့်ကျွဲနွားများအပြင် မြို့စား၊ နယ်စား၊ ရွာစား၊ အများ ပြည်သူတို့၏ မြင်း၊ ကျွဲ၊ နွားများကိုလည်း ဆေးကုသပေးခြင်း၊ ပညာ လက်ဆင့်ကမ်းအမွေပေးခြင်းများ ပြုလုပ်ခဲ့ကြပေမည်။ ယင်းသို့ ဆေးကုသရာတွင် မြန်မာတိုင်းရင်းဆေးများကိုသာ ဖော်စပ်အသုံးပြု ကြမည်ဖြစ်သည်။ လက်လှမ်းမီရာ အသီးအခေါက်၊ အရွက်၊ ဆေးမြီးတို့ ကုသခြင်းမဟုတ်၊ စနစ်တကျဖော်နေ့၊ ကုထုံးဆေးဝါးများဖြစ် ကြောင်း တစ်ဖက်ပါဆေးအမှာကို ထောက်ရှုလေ့လာသုံးသပ်နိုင်သည်။

ဆင်ဆေးကုရန်၊ မြင်းဆေးကုရန် လိုအပ်သည့်ငွေတော်၊ ဆေးတော်ဖိုးများကို ဘုရင့်ဘဏ္ဍာတိုက်မှ ထုတ်ပေးရန်အတွက် လွှတ်တော်မှတစ်ဆင့် တောင်းခံရသည်။ လွှတ်တော်မှစီစဉ်၍ ဘဏ္ဍာငွေအတည်ပြုမှုသာ သုံးစွဲပိုင်ခွင့်ရှိသည်။

သက္ကရာဇ် ၁၂၄၄ ခုနှစ်၊ ဝါဆိုလဆန်း ၆ ရက် လွှတ်တော်၊ လွှတ်တော်အစည်းအဝေးတွင် ဆင်ဝန်ထောက်မှ လယ်ကိုင်းမြို့စား ကင်းဝန်မင်းကြီးနှင့် တောင်ခွင်မြို့စားကြီးတို့ထံတင်ပြသည့် ဆင်ဆေးကုရန်၊ ဝယ်ရန်လိုအပ်သည့် ဆေးဝါးအမည်စာရင်းနှင့် ဆေးဖိုးကုန်ကျမည့်ငွေ ၁၇၀၅ မူးကို တောင်းခံထားကြောင်း သိရ၏။ ဆေးအမည်စုမှာ -

ကျည်းဖြူခေါက်၊ စူလာနဖာ၊ နွားစဥတ်၊ ကျွဲတိမ်ညှင်း၊ တွင်းနက်ကြီးမြစ်၊ သက်ရင်းကြီးမြစ်၊ ဆေးပုလဲ၊ ပညာလင်္ကာ၊ ဆေးရွှေမြစ်၊ ပန်းရင်း၊ ပန်းလဲ၊ ဆေးသူငယ်ချင်း၊ ဇော်ဂျီဦးထုပ်၊ ကရဝေးရွက်၊ လေးညှင်း၊ ပရုတ်၊ ကျောက်ချဉ်၊ ဇဝက်သာ၊ ရှိန်းခို၊ ဖုံးမသိန်၊ ပွေးကိုင်း၊ ဆေးဒါန်း၊ သိုးသို၊ စပါးကြီးသည်းခြေ၊ မိကျောင်းသည်းခြေ စသည့် ဆေးဝါးစာရင်းအရ ဆင်ဆေးကုသ ရာတွင် ဆေးဝါးဖော်စပ်ပုံ နည်းစနစ်၊ ရောဂါအကဲခတ်ပညာ၊ ဆေးကုသမှုအတတ်ပညာတို့သည် အဆင့်မနိမ့်ကျကြောင်း အကဲ ဖြတ်နိုင်ပါသည်။

ကုန်းဘောင်ခေတ်တွင် အင်းဝခေတ်ဆေးပညာစာပေကို ဆက်လက်အသက်သွင်းရာ၌ မောင်းထောင်ဆရာတော်ဘုရားကြီး ပြန်ဆိုသည့် ဂဇ (ဆင်)၊ အဿ (မြင်း)၊ ဂေါဏ (နွား) တို့နှင့် စပ်လျဉ်းသည့် ဆေးကျမ်း၊ ကြန်အင်လက္ခဏာကျမ်းများအပြင် စလေဆရာ ဦးပုည၏သတ္တဝါသ ဆေးကျမ်း၊ ရကန်ဆရာ ဦးလန်း ၏ ဆေးဒုံးချင်းများ၊ ကူတိုးကူတော်ရွာ ရသေ့ကြီး၏ ရွှေတိုးဂါမံ

အစချီသော မြင်းကြန်ရကန်တွင် မြင်းဆေးနည်းများ၊ ယောအတွင်းဝန် ဦးဖိုးလှိုင်၏ အဿဗေဒဒီပနီကျမ်းလာ မြင်းဆေးနည်းပညာရပ်များ၊ မောင်းထောင်ဦးကျော်လှ၏ မြင်းဆေးကုနည်းသံချိုများ စသည်တို့ကား ယနေ့ကျွန်တော်တို့ တစ်စွန်းတစ်စတွေ့ရှိရသည့် ဆေးပညာစာပေများ ဖြစ်သည်။

ပျောက်ကွယ်တိမ်မြုပ်သွားရသည့် မြန်မာ့တိရစ္ဆာန်ဆေးကုပညာ

မြန်မာ့ရိုးရာတိရစ္ဆာန်ဆေးကုပညာရပ်ဆိုင်ရာ ကျမ်းများ၊ စာပေများ၊ နည်းနိဿယများ၊ ဆေးကုထုံးများသည် အောက်ပါ အကြောင်းအမျိုးမျိုးကြောင့် တိမ်ကောပျောက်သည်ဟု ထင်မြင် ယူဆပါသည် -

- (က) အစဦးပေါ်သည့် ဆေးကျမ်းစာပေများကို နောက်မှ ပေါ်သည့် ဆေးကျမ်းစာပေတို့က လွှမ်းမိုးခြင်း၊
- (ခ) မင်းအဆက်ဆက် စစ်ဘေးစစ်ဒဏ်အကြိမ်ကြိမ် ကြုံရ၍ မီးဘေး၊ လေဘေး၊ ရေဘေး၊ ရာသီဥတုဘေး တို့ကြောင့် ပျက်စီးခြင်း၊ (ပုဂံ၊ အင်းဝ၊ တောင်ငူ၊ ကုန်းဘောင် မင်းနေပြည်များ အပျက်တွင် နန်းတော်နှင့် တကွ မီးတိုက်ခံခြင်း၊ ပေစာပေရွက်များကို ပိုးမွှား၊ လူ၊ ရာသီဥတုတို့က ဖျက်ဆီးခြင်း စသည်တို့မှာ ရှောင်လွှဲမရနိုင်ပေ)။
- (ဂ) ကုန်းဘောင်ခေတ် နယ်ချဲ့တို့၏ သူ့ကျွန်ဖြစ်ရသည့် အခါ ရွှေနန်းထက်မှ ဆေးပညာပေစာများ မီးရှို့ ဖျက်ဆီးခံခဲ့ရခြင်း၊
- (ဃ) နယ်ချဲ့တို့၏ဆေးပညာက လွှမ်းမိုးလာခြင်းကြောင့် မြန်မာ့ဆေးပညာနှင့်စာပေ ပျောက်ကွယ်ခြင်း။

ကိုလိုနီခေတ် မြန်မာ့တိရစ္ဆာန် ဆေးကုဆေးပညာအခြေအနေ

မြန်မာတို့သည် ၁၈၈၅ ခုနှစ်တွင် သူ့ကျွန်ဖြစ်ရသည့် ခါးသီးသောဘဝတွင် မြန်မာ့ဆေးပညာလည်း တိမ်မြုပ်ပျောက်ကွယ်လုဖြစ်ရတော့သည်။ ရှိပြီးသား ဆေးပညာစာပေကျမ်းဂန်၊ ပေ၊ ပုရပိုက်တို့သည် စစ်ဘေး၊ မီးဘေး၊ ရေဘေး၊ လေဘေးတို့ ဖျက်ဆီးမှုကြောင့် ပျက်စီးသွားခဲ့သည်။ မြန်မာသမားတော်တို့ ဦးခေါင်းတွင် နှုတ်တက်ရွရွ သိုမှီးထားခဲ့သည့် ဆေးပညာအနည်းငယ်သာကျန်တော့သည်။ ထိုပညာရပ်သည်လည်း သားစဉ်မြေးဆက် လက်ဆင့်ကမ်းအမွေ ပေးလေ့ရှိသည့် မြန်မာသမားတော် ဆေးဆရာကြီးတို့၏ထုံးစံအရ မျိုးဆက်ပြတ်လျှင် ပညာပျောက်တော့သည်။

လူဆေးကုပညာရပ်ကို အဘိဓမ္မာတောင်သာ ခံဗူး၊ အာယုဗေဒ၊ နရသုခ၊ ခွေးဆောင်၊ သဘာဝဓမ္မဆေးပညာ စသည့်ဆရာစဉ်ဆက် အဖွဲ့အစည်းအသီးသီးကြောင့် စာပေကျမ်းဂန်အဖြစ် အကွဲရာတင်နိုင်ခဲ့သည်။ တစ်ကျောင်းတစ်ဂါထာ၊ တစ်ရွာတစ်ပုဒ်ဆန်း ဆိုသကဲ့သို့ တစ်ပွဲထိုး၊ ဆေးမြီးတို၊ ပွဲတွေ့ဆေး၊ ကိုယ်ပိုင်ဆေး စသည်တို့ဖြင့် ပညာရပ်တို့ကို ထိန်းသိမ်းထားနိုင်ခဲ့သော်လည်း အသုံးချနည်းလှသည့် မြန်မာ့ဆင်ဆေးကုပညာ၊ မြင်းဆေးကုပညာနှင့် ကျွဲနွားဆေးကုပညာရှင်တို့မှာ မြန်မာဘုရင်ရွှေနန်းရှင် ဦးစွန်းမဲ့ပြီဖြစ်၍ ကွယ်ပျောက်လျက် နယ်ချဲ့ဗြိတိသျှတို့၏ အနောက်တိုင်းဆေးပညာက တစ်စတစ်စ ဝါးမျိုခြင်းဖြင့် ပျောက်ကွယ်လုမတတ်ရှိရတော့သည်။

အနောက်တိုင်းတိရစ္ဆာန်ဆေးကုပညာ လွှမ်းမိုးလာခြင်း

၁၈၂၄ ခုနှစ်မှစ၍ နယ်ချဲ့ဗြိတိသျှတို့နှင့်အတူ မြင်းတပ်ပါရှိသည်။ အဆိုပါ မြင်းတပ်တွင် တိရစ္ဆာန်ဆေးကုဆရာဝန် (Veterary

Surgeon) ပါရှိသည်။ နယ်ချဲ့မြင်းတပ်အပြင် အရပ်ဘက်မြင်းများ၊ ကျွဲ၊ နွားများ၏ရောဂါ ကျန်းမာရေးကို အဆိုပါတိရစ္ဆာန်ဆေးကုဆရာဝန်များက တာဝန်ယူကုသပေးလာကြသည်။ နယ်ချဲ့တို့ထံတွင် ဆင်ဆေးကုအတတ်ပညာနှင့် ဆရာဝန် မပါရှိခဲ့ပေ။ သို့သော် သစ်လုပ်ငန်းဆင်များကို ဆေးကုရန် ကနဦးပိုင်းတွင် မြန်မာတို့၏ ဆင်ဆေးကုအတတ်ပညာရပ်အရ ဆောင်ရွက်ရသည်။ ၁၈၅၂ ခုနှစ်၊ အင်္ဂလိပ်- မြန်မာ ဒုတိယစစ်ပွဲအပြီး နယ်ချဲ့တို့က အောက်မြန်မာနိုင်ငံကို သိမ်းပိုက်လိုက်သည့်အခါ စစ်တပ်အတွက် အသုံးပြုသည့် မြင်း၊ သစ်လုပ်ငန်းအတွက် အသုံးပြုသည့် ဆင်၊ လယ်ယာလုပ်ငန်းအတွက်အသုံးပြုသည့် ကျွဲ၊ နွား စသည်တို့အတွက် ဆေးကုသရန် တိရစ္ဆာန်ဆေးကုပညာရှင်များ မရှိမဖြစ်လိုအပ်လာသည်။ ထို့အတွက် မြန်မာတိုင်းရင်းဆေး တိရစ္ဆာန်ဆေးကုအတတ်ပညာကို အသုံးမချချင်၍ အနောက်တိုင်း ဆေးပညာများဖြင့် ကုသနိုင်ရန် တိရစ္ဆာန်ဆေးကုဆရာဝန်များကိုပါ စစ်တပ်နှင့်အတူ ပါဝင်လာကြသည်။

၁၉၁၀ ပြည့်နှစ်တွင် ပုံနှိပ်၍ ဒုတိယဗိုလ်မှူးကြီး အီဗန်ရေးသားခဲ့သည့် ဆင်နှင့်ဆင်ရောဂါများအကြောင်းစာအုပ်တွင် ဖော်ပြသည့် ဆင်ဆေးကုဆိုင်ရာနည်းနှင့် ဆေးပညာရပ်၏ ၅၀ ရာခိုင်နှုန်းမှာ မြန်မာတို့၏ဆေးပညာရပ်များသာ ဖြစ်သည်။

အီဗန်သည် မြန်မာနိုင်ငံသစ်လုပ်ငန်း၊ မြန်မာနိုင်ငံတိရစ္ဆာန်ဆေးကုဌာနခွဲတို့တွင် အမှုထမ်းခဲ့သည်။ ၎င်း၏ ဆင်ဆေးကုစာအုပ်တွင် မြန်မာဆင်ဆေးကုဆိုင်ရာ ပညာရပ်များကို အင်္ဂလိပ်ဘာသာသို့ ပြန်ဆိုရာတွင် ဝေါဟာရဘာသာရပ်စကားလုံးများသည် အင်္ဂလိပ်စာပေတွင်မရှိ၍ မြန်မာဘာသာသို့ အသံလွှယ်စနစ်ဖြင့် တိုက်ရိုက်ပြန်ဆိုရေးသားညွှန်ပြရခြင်းက သက်သေပင်ဖြစ်သည်။

သို့သော် မြန်မာတို့သည် သူ့ကျွန်ဖြစ်ခြင်းကြောင့် ဤဆေးနည်းများသည် မြန်မာဆင်ဆေးကုဆရာ၊ ဆင်အုပ်၊ ဆင်ဦးစီးတို့ထံမှ မေးမြန်းနည်းနိဿယခံယူကာ ရေးသားထားခြင်းဖြစ်ကြောင်း ဝန်ခံခြင်းမပြုခဲ့ဘဲ ဘုံဘေးဘေးမှား၊ စတီးဘရားသား စသည့် မန်နေဂျာကြီးများ၊ ဖူးကားသခင်ကြီးများထံမှ ရရှိခဲ့သည်ဟု ဖော်ပြခဲ့သည်။

သရက်မြို့ သစ်ထုတ်ရေးစခန်း စာရေးကြီး ဦးဘိုးဝင်းပြုစုသည့် “ဆင်များအတွက် မြန်မာ့ဆေးမြီးတို့” စာအုပ်သည်ပင်လျှင် မြန်မာ့ဆင်ဆေးကုဆရာတို့၏ နည်းနိဿယများဖြစ်ပါလျက်နှင့် ဆင်ဦးစီး၊ ဆင်အုပ်၊ ဆင်ပိုင်တို့၏အမည်နာမကို မဖော်ပြဘဲ မက္ကရားသခင်ကြီးက ပြောဟန်ဖြင့် ရေးသားခဲ့သည်။

ဆင်အုပ်မောင်ရေချမ်းက ဂဇသီယီဆေးကျမ်းစာအုပ်ကို ရေးသားထုတ်ဝေရာတွင်လည်း ထိုနည်းတူစွာပင် မြန်မာ့ဆင်ဆေးကုပညာဖြစ်သည်ဟူ၍ ဖော်ပြခြင်းမရှိပါ။

နယ်ချဲ့တို့သည် မြန်မာတို့၏ကိုယ်ပိုင် တိရစ္ဆာန်ဆေးကုပညာရပ်ကို မဖော်ထုတ်လိုသည်ကတစ်ကြောင်း၊ မြန်မာ့ရိုးရာပညာရပ်၊ ယဉ်ကျေးမှုတို့ကို ချေဖျက်လိုသည်ကတစ်ကြောင်း ကျင့်သုံးခဲ့ခြင်းဖြစ်သည်။

နယ်ချဲ့တို့သည် မြင်းတပ်အပြင် မြန်မာနိုင်ငံအောက်ပိုင်း၌ တိုးချဲ့လာသည့် လယ်ယာမြေလုပ်ငန်းတွင် အသုံးပြုရန် တိုးပွားလာသည့် ခိုင်းကျွ၊ ခိုင်းနွား ကျန်းမာရေးအတွက် တိရစ္ဆာန်ဆေးကုပညာရှင်များ လိုအပ်လာသည်။ မြန်မာ့တိရစ္ဆာန် ဆေးကုအတတ်ပညာမှာလည်း မွေးမှိန်နေရပြီဖြစ်၍ အနောက်တိုင်းရင်းဆေးပညာရပ်ကို တိရစ္ဆာန်ဆေးကုဆရာအဖြစ် တိုင်းရင်းသားများအား သင်တန်းပို့ချလိုက်ခြင်းအားဖြင့် မြန်မာ့ရိုးရာတိရစ္ဆာန်ရောဂါဆေးကုပညာရပ်ကို နိဂုံးချုပ်စေခဲ့သည်။

ရည်ညွှန်း

- စာရေးသူ၏ မြန်မာ့ဆင် (အမျိုးသားစာပေဆုရ- ၁၉၉၅)၊
- မြန်မာ့မြင်း စာပေဗိမာန်စာမူဆု (တတိယဆုရ-၁၉၈၆)၊
- မြန်မာ့ကျွဲနွား စာပေဗိမာန်စာမူဆု (ဒုတိယဆုရ-၁၉၉၃)၊
- မြန်မာ့ဟင်းစားကြက် စာပေဗိမာန်စာမူဆု(တတိယဆုရ-၂၀၀၀)၊
- အမျိုးသားစာကြည့်တိုက်ပေမူ (၂၂၁)၊
- မောရိယပစ္စယနာဂရာဇာဆင်မင်းသို့ ကျွေးရန်ဆေး။

တိရစ္ဆာန်ဆေးကုသိပ္ပံပုံရိပ်လွှာ

ရွှေနန်းရှင်များလက်ထက် မြန်မာ့ပညာရေး

ရှေ့အခန်းတွင် ရှေးအကျဆုံးမြန်မာတိုင်းရင်းဆေးပညာရပ်ကို အနည်းငယ်တင်ပြသကဲ့သို့ မြန်မာစာပေသင်ကြားမှုသမိုင်းကိုလည်း အကျဉ်းမျှ တင်ပြလိုပါသည်။

မြန်မာနိုင်ငံသမိုင်းစဉ်၌ ဗုဒ္ဓဘာသာ သာသနာတော် ထွန်းကားပြန့်ပွားရေးအတွက် ဗုဒ္ဓစာပေ ပိဋကတ်တော်များကို သင်ကြားပေးရန် ဘုန်းတော်ကြီးကျောင်းများတွင် သရေခေတ္တရာခေတ်မှသည် ပဒေသရာဇ်ခေတ်နှောင်း ကုန်းဘောင်ခေတ်အလယ်ပိုင်းအထိ ရဟန်းတော်များက အမျိုးသားစာပေ ပညာရေးတာဝန်ကို ထမ်းဆောင်ခဲ့ကြသည်။

ထိုကျောင်းများတွင် ဗုဒ္ဓတရားဓမ္မများ လောကုတ္တရာသက်သက်ကိုသာသင်ကြားသည့် အရညဝါသီ ဘုန်းတော်ကြီးကျောင်းများနှင့် လောကီရေးရာပညာရပ်များကိုပါ တွဲဖက်သင်ကြားပေးသည့် ဂါမဝါသီခေါ် ပွဲကျောင်းဘုန်းတော်ကြီးကျောင်းများရှိခဲ့သည်။ ဂါမဝါသီပွဲကျောင်းတွင် ဗေဒင်ကျမ်း၊ ဆေးကျမ်း၊ သေနက်ဗျူဟာ

ကျမ်း၊ ဂဇယျတ္တရကျမ်း၊ အဿဗေဒကျမ်း၊ တုတ်၊ ဓား၊ လှံ၊ သိုင်း
ပညာ၊ လေးအတတ်၊ ပန်း (၁၀) မျိုးလုပ်ငန်းအတတ်ပညာ၊
လက်ဝှေ့သတ်နည်း၊ တီးမှုတ်ကခုန်နည်းအတတ်ပညာများကို ပို့ချ
ခဲ့သည်။ အချို့ဂါမဝါသီပွဲကျောင်းများမှာ စာပေဆိုင်ရာအတတ်
ပညာနှင့် လက်မှုပညာလောကီပညာများကို ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့်
ပညာစုံသင်ကြားပို့ချပေးနိုင်သော တက္ကသိုလ်များဖြစ်သည်။

ဗြိတိသျှတို့၏ ကိုလိုနီပညာရေးစနစ်စတင်ခြင်း

မြန်မာနိုင်ငံတော်တွင် ခရစ်ယာန်သာသနာ ပြန့်ပွားရေးကို
အခြေခံသည့် ကျောင်းများဖွင့်ရန် နိုင်ငံခြားသာသနာပြုများသည်
ကုန်းဘောင်ခေတ်မတိုင်မီကပင် ရောက်ရှိခဲ့ကြသည်။ ရိုမင်
ကက်သလစ်ဘာသာဝင် ဘာနဘိုက်ဘုန်းတော်ကြီးများ (Barnabite
Fathers) သည် ၁၇၂၁ ခုနှစ်တွင် သန်လျင်သို့ရောက်၍ လုပ်ငန်း
လုပ်ကိုင်ခဲ့သည်။ ၁၈၁၃ ခုနှစ်တွင် ရောက်ရှိသည့် အမေရိကန်
ဘတ်ပတစ်သာသနာပြုအဖွဲ့မှ ဆရာယုဒသန်နှင့်ဇနီးတို့သည်
ထင်ရှားသည်။ အင်းဝနေပြည်တော်သို့ပင် ရောက်ရှိသည်။

မြန်မာနိုင်ငံအောက်ပိုင်းသည် ၁၈၅၂ ခုနှစ် ဒုတိယ မြန်မာ-
အင်္ဂလိပ် စစ်ပွဲအပြီးတွင် နယ်ချဲ့တို့လက်အောက် ကျရောက်ခဲ့သည်။
ဗြိတိသျှနယ်ချဲ့အစိုးရသည် စိုက်ပျိုးရေး၊ စီးပွားရေး၊ သစ်တောရေး၊
ဓာတ်သတ္တုတူးဖော်ရေး၊ လမ်းပန်းဆက်သွယ်ဖောက်လုပ်ရေး၊
ပညာရေး၊ ကျန်းမာရေး စသည်တို့ကို နယ်ချဲ့ဗျူရိုကရေစီ
အုပ်ချုပ်ရေးခိုင်မာရန်အတွက် စနစ်တကျလုပ်ဆောင်ခဲ့ကြသည်။

မြန်မာဘုရင် ရွှေနန်းရှင် မင်းတုန်းမင်းတရားကြီး၏ ရတနာပုံ
မန္တလေးနှင့်အပြိုင် ရန်ကုန်မြို့တော်ကို ဖွဲ့စည်းတိုးချဲ့ရာတွင်
နယ်ချဲ့တို့၏အုပ်ချုပ်ရေးကို အထောက်အကူပြုမည့် ပညာရေး
သင်တန်းကျောင်းများ အစီအစဉ်ပေါ်ပေါက်ခဲ့သည်။

နယ်ချဲ့ဗြိတိသျှတို့သည် ပထမ အင်္ဂလိပ်-မြန်မာစစ် ၁၈၂၄
ခုနှစ်၊ ဒုတိယ အင်္ဂလိပ်-မြန်မာစစ် ၁၈၅၂ ခုနှစ်၊ တတိယ အင်္ဂလိပ်-
မြန်မာစစ် ၁၈၈၅ ခုနှစ် စစ်ပွဲသုံးကြိမ်ဖြင့် သိမ်းပိုက်ပြီး ၁၈၂၆ ခုနှစ်မှ
စ၍ မြန်မာဘုန်းတော်ကြီးကျောင်း ပညာရေးစနစ်ကို အားပေးခဲ့
သည်။ ခေတ်ပညာ (အနောက်တိုင်းပညာ) သင်ကြားပေးရန်
ရည်ရွယ်ချက်ဖြင့် အစိုးရကျောင်းများ (Government School)
ဖွင့်လှစ်ခဲ့ကြောင်း တွေ့ရှိရသည်။ ၁၈၃၅ ခုနှစ်တွင် မော်လမြိုင်၌
ဖွင့်လှစ်ခဲ့ခြင်းမှာ အစောဆုံးဖြစ်သည်။ မြန်မာဘုန်းတော်ကြီး
ကျောင်းများနှင့်အပြိုင် အိမ်ကျောင်းဟုခေါ်သည့် တိုင်းရင်းဘာသာ
ကျောင်း (Vernacular School) နှင့် ခရစ်ယာန်သာသနာပြု
ကျောင်းများ (Missionary School) ဖွင့်လှစ်ခဲ့သည်။ နောင်သော
အခါ Missionary School များသည် အင်္ဂလိပ်-မြန်မာ နှစ်ဘာသာ
ကျောင်းများ (Anglo-vernacular Schools)အဖြစ်သို့ အသွင်ပြောင်း
ဖွင့်လှစ်ခဲ့သည်။

ဗြိတိသျှအစိုးရသည် သက်မွေးပညာကျောင်းများအဖြစ်
အောက်ပါကျောင်းများကို ဖွင့်လှစ်ပေးခဲ့သည် -

- (၁) မြေတိုင်းကျောင်းကို ၁၈၈၄-၈၅ ခုနှစ်တွင် ဖွင့်လှစ်
ခဲ့ရာ ၅ ကျောင်းအထိရှိခဲ့ပြီး ၁၈၈၅-၈၆ ခုနှစ်တွင်
၇ ကျောင်း ဖြစ်လာ၍ တက်ရောက်သင်ကြားသူ
၁၀၀ ဦး ရှိသည်။
- (၂) ၁၈၉၅ ခုနှစ်မတိုင်မီက စက်မှုလက်မှုပညာသင်ကျောင်း
ဟူ၍မရှိဘဲ အင်းစိန်မီးရထားအလုပ်ရုံ၌ စက်မှုပညာ
သင်တန်းဖွင့်ခဲ့သည်။ ၁၈၈၅-၈၆ ခုနှစ်က တက်
ရောက်သူ ၅၂ ယောက် ရှိခဲ့သည်။

၁၈၈၄-၈၅ ခုနှစ်တွင် လက်မှုပညာသင်တန်းကို စစ်တွေမြို့
အစိုးရအထက်တန်းကျောင်းတွင် ဖွင့်လှစ်ခဲ့သည်။

၁၈၉၅ ခုနှစ်တွင် အင်းစိန်အစိုးရစက်မှုလက်မှုသင်တန်းကျောင်း (The only Engineering School)ကို စတင်တည်ထောင်သည်။

၁၉၀၃ ခုနှစ်တွင် စစ်တွေမြို့၌ အက်ဒွပ်ဘုရင် အထိမ်းအမှတ်စက်မှုလက်မှုသင်တန်းကျောင်း (King Edward Memorial Technical School) ကို တည်ထောင်ခဲ့သည်။ အခြားမြို့များတွင် အစိုးရအထောက်အပံ့ခံ စက်မှုကျောင်းများရှိခဲ့သည်ဟု မှတ်သားရပါသည်။ စာရင်း မသိရှိရပါ။

၁၈၉၉ ခုနှစ်တွင် သာယာဝတီ၌ သစ်တောပညာအတတ်သင်ကျောင်းတစ်ကျောင်းဖွင့်ခဲ့ပြီး ယင်းကျောင်းကို ၁၉၁၀ ပြည့်နှစ်တွင် ပျဉ်းမနားသို့ ပြောင်းရွှေ့သည်။

ဆေးကျောင်း (ယခုခေတ် လက်ထောက်ကျန်းမာရေးမှူးကျောင်း အဆင့်မျိုးနှင့်ညီ) တစ်ကျောင်းကို ၁၉၀၇ ခုနှစ်၊ ဇန်နဝါရီလတွင် ရန်ကုန်မြို့၌ ဖွင့်လှစ်ခဲ့သည်။

စိုက်ပျိုးပညာနှင့်ပတ်သက်၍ စိုက်ပျိုးရေးကျောင်း သီးသန့်မရှိပေ။ ၁၉၁၄ ခုနှစ်တွင် စိုက်ပျိုးရေးဘာသာသင်ခန်းစာများ ပြဌာန်းပြီး အထက်တန်းကျောင်းများ၌ သင်ကြားပေးသည်။

အမရပူရမြို့၌ ဆောင်းဒါးရက်ကန်းကျောင်းကို (၁၉၁၁-၁၂) ခုနှစ်တွင် စတင်ဖွင့်လှစ်သည်။

ထိုသို့ အင်္ဂလိပ်တို့ဖွင့်လှစ်ခဲ့သော ပညာရေးစနစ်ကျောင်းများကိုဖော်ပြရာ၌ လမ်းစဉ်ပါတီထုတ် အမျိုးသားနေ့နှင့် အမျိုးသားပညာရေး လှုပ်ရှားမှုသမိုင်းအကျဉ်းစာအုပ်တွင်လည်းကောင်း၊ ဆရာဦးသန်းဦး၏ မြန်မာနိုင်ငံ ပညာရေးဌာနသမိုင်းစာအုပ်တို့တွင် တိရစ္ဆာန်ဆေးကု အတတ်ပညာသင်ကျောင်း (Veterinary School) အား၁၈၇၆ ခုနှစ်မှ စတင်၍ဖွင့်ခဲ့ကြောင်းကို ဖော်ပြပါရှိခြင်း မရှိခဲ့ပေ။ ထိုသို့ ရည်ညွှန်းဖော်ပြရန်မှာလည်း ပညာရေးဌာနလက်အောက်ခံမဟုတ်ဘဲ သီးခြား သင်တန်းမျိုးဖြစ်ခြင်းကြောင့်ပင်

လောဟု စဉ်းစားဖွယ်ရာရှိသည်။ စစ်ကြိုခေတ်တွင်သာမက စစ်ပြီးခေတ် ၁၉၄၇ ခုနှစ်၌ ဖွင့်လှစ်ခဲ့သည့် တိရစ္ဆာန်ဆေးကုသိပ္ပံသင်တန်း (Veterinary College) မှာလည်း တိရစ္ဆာန်ဆေးကုဌာနလက်အောက်ခံဖြစ်သဖြင့် ပညာရေးသမိုင်းပြုစုရာတွင် ဖော်ပြခြင်းမပြုဟု ယူဆရသည်။

၁၉၅၇ ခုနှစ်၊ စက်တင်ဘာလ ၂၄ ရက်တွင် စတင်ဖွင့်လှစ်သည့် တိရစ္ဆာန်မွေးမြူရေးနှင့် ဆေးကုသရေးတက္ကသိုလ်မှာလည်း တိရစ္ဆာန်ဆေးကုဌာနမှ စီမံခန့်ခွဲရေးနှင့် ဘဏ္ဍာရေးအပိုင်းတွင် တာဝန်ယူပြီး သင်ကြားရေးစာမေးပွဲစစ်ဆေးခြင်း၊ ဘွဲ့ပေးခြင်းကို ရန်ကုန်တက္ကသိုလ်က ပြုလုပ်ပါသည်။

၁၉၆၄ ခုနှစ်သို့ ရောက်သည့်အခါမှသာ မွေးမြူရေးနှင့် ကုသရေးတက္ကသိုလ်မှာ စနစ်သစ်ပညာရေးတွင် ပညာရေးဝန်ကြီးဌာနလက်အောက်သို့ ပါဝင်လာသည်။ ၃၁-၄-၁၉၉၄ ခုနှစ်တွင် မွေးမြူရေးနှင့် ရေလုပ်ငန်းဝန်ကြီးဌာနလက်အောက်သို့ ရောက်ရှိခဲ့သည်။ ယခုအခါ စိုက်ပျိုးရေး၊ မွေးမြူရေးနှင့် ဆည်မြောင်းဝန်ကြီးဌာနလက်အောက်တွင် မွေးမြူရေးဆိုင်ရာ ဆေးတက္ကသိုလ်အမည် ပြောင်းလဲဖွင့်လှစ်လျက်ရှိသည်။

သို့ဖြစ်၍ ကိုလိုနီခေတ်ပညာရေးသမိုင်း၊ အမျိုးသားနိုင်ငံရေး၊ ပညာရေးကဏ္ဍနှင့် ဒို့ဗမာအစည်းအရုံးသမိုင်း ပြုစုရာတွင် နယ်ချဲ့တို့ ၁၈၇၆ ခုနှစ်မှ စတင်ဖွင့်လှစ်ခဲ့သည့် တိရစ္ဆာန်ဆေးကုသင်တန်းကျောင်း၏သမိုင်းကို ဖော်ပြခြင်းမပြုသည်မှာ ပြုစုသူတို့၏အပိုင်းသာ ဖြစ်သည်။

တိရစ္ဆာန်ဆေးကုသိပ္ပံကျောင်းနှင့် တိရစ္ဆာန်ဆေးကုဌာနပုံရိပ်လွှာ

ထိုသို့ ဖွင့်လှစ်သည့် ပညာရေးကျောင်းသင်တန်းများအနက်မှ တိရစ္ဆာန်ဆေးကုသိပ္ပံကျောင်းတော် မော်ကွန်းသမိုင်းကို အနည်းငယ်

တင်ပြလိုပါသည်။ အင်းစိန်တိရစ္ဆာန်ဆေးကုသိပ္ပံ၏မှတ်တမ်းမှတ်ရာ အထောက်အထားများသည် စစ်ဘေးစစ်ဒဏ်ကြောင့် ပျက်စီးခဲ့ရခြင်း၊ ၁၉၇၅ ခုနှစ်တွင် ကျောင်းပိတ်လိုက်ခြင်း စသည်တို့အပြင် ကျွန်တော်တို့၏သုတေသနပိုင်းဆိုင်ရာ ချွတ်ယွင်းအားနည်းချက်များရှိပါ၍ အမှားအယွင်းကင်းမှုနှင့် လိုအပ်ချက်များ ရှိနေမည်ဖြစ်ပါသဖြင့် ဖြည့်စွက်ပြင်ဆင် ဖတ်ရှုနားလည်ပေးပါရန် မေတ္တာရပ်ခံအပ်ပါသည်။

ဘီစီ ၃၀၀ ခန့်က ဂရိဘုရင် Alexandar The Great ၏ Bucephalus အမည်ရ မြင်းကြီးမှာ တိရစ္ဆာန်ဆေးကုသမားတော်များဖြင့် ကုသော်လည်း ရောဂါမှာ မသက်သာဘဲ သေဆုံးသွားပေသည်ဟု ရာဇဝင်၌ တွေ့ရှိရပါသည်။ အေဒီ ၁၇၆၁ ခုနှစ် ပြင်သစ်ပြည် လိုင်ယွန်မြို့၌ Claude Bourgelat တိရစ္ဆာန် ဆေးပညာကောလိပ်ကျောင်းတစ်ကျောင်း တည်ထောင်ခဲ့သည်။ အေဒီ ၁၈ ရာစု ကျော်သောအခါ တိရစ္ဆာန်ဆေးကုပညာ စူးစမ်းရှာဖွေမှုအထူးတိုးတက်လာခဲ့လေသည်။ အေဒီ ၁၉၇၁ ခုနှစ်တွင် အင်္ဂလန်ပြည်၌ တိရစ္ဆာန်ဆေးကုပညာသိပ္ပံကျောင်းတော်ကြီးကို ဖွဲ့စည်းတည်ထောင်ခဲ့သည်။ စကော့တလန်နိုင်ငံ၊ အီဒင်ဘာရာမြို့၌ ၁၈၂၃ ခုနှစ်တွင် တိရစ္ဆာန်ဆေးကောလိပ်တစ်ခု ဖွင့်ခဲ့သည်။

နယ်ချဲ့တို့ အောက်မြန်မာနိုင်ငံကို သိမ်းပိုက်ပြီး ၁၈၇၀ ပြည့်နှစ် ဝန်းကျင်ကပင် တိရစ္ဆာန်ဆေးကုသရေးလုပ်ငန်းကို ဗြိတိသျှစစ်တပ်က ဦးဆောင်ခဲ့သည်။

နယ်ချဲ့ဗြိတိသျှစစ်တပ်များတွင် မြင်းတပ်၊ ဝန်တင်တပ်များပါရှိသည်။ ကျွန်းသစ်နှင့် သစ်မာများ သစ်တောထုတ်လုပ်ရေးစီမံကိန်းတွင် ဆင်ကို အသုံးပြုကြသည်။ စစ်တပ်၊ မြင်းနှင့် ဝန်တင်တိရစ္ဆာန်များကို ကျန်းမာရေးအတွက် ဆေးကုသပေးရန် တိရစ္ဆာန်ဆေးကုဆရာဝန် အရာရှိများ၊ စစ်ဗိုလ်များပါရှိလာသည်။ အထူး

သဖြင့် စစ်မြင်းများ၏တာဝန်ကို ယူကြရသည်။ တစ်ဖန်ထိုတိရစ္ဆာန်ဆေးကုပညာရှင်များသည် ပတ်ဝန်းကျင်ရှိ ကျွဲနွားများ၏ကျန်းမာရေးကိုပါ စူးစမ်း၍ဆေးကုပေးကြသည်။

၁၈ ရာစုကာလက မြန်မာနှင့် အိန္ဒိယနိုင်ငံတို့တွင် ကျွဲနွားကျောက်ရောဂါ ကူးစက်ပြန့်ပွားလာ၍ အသေအပျောက်အများဆုံးဖြစ်သည်။ သို့ဖြစ်၍ ၁၈၇၃ ခုနှစ်တွင် ဂစ်ချင်ဦးစီးသည့် မြန်မာနိုင်ငံ ကျွဲ၊ နွား ကျောက်ပေါက်ရောဂါ စုံစမ်းစစ်ဆေးရေးကော်မရှင်တွင် အင်္ဂလိပ်စစ်တပ်မှ စစ်ဗိုလ်တိရစ္ဆာန်ဆေးကုဆရာဝန်များ ပါဝင်ခဲ့သည်။

အဆိုပါ ကော်မရှင်အစီရင်ခံစာတွင် မြန်မာ့လယ်ယာလုပ်ငန်းခွင်၌ ခိုင်းစေနေသည့် ကျွဲ၊ နွားများ၏ကျန်းမာရေးကို ကာကွယ်စောင့်ရှောက်ပေးဖို့ ပါဝင်ခဲ့သည်။ ထိုအချိန်က မြန်မာ့လယ်ယာမြေမှ ဆန်စပါးကို နယ်ချဲ့တို့အလိုရှိနေကြသည်။ ၁၈၇၁ ခုနှစ် စူးအက်တူးမြောင်းဖောက်လုပ်ပြီးချိန်ဖြစ်၍ မြန်မာ့ဆန်စပါးသည် နယ်ချဲ့တို့ကုန်သွယ်ရာတွင် များစွာအမြတ်အစွန်းရရှိနေပေသည်။

ယင်းအစီရင်ခံစာကိုအခြေပြု၍ ၁၈၇၄ ခုနှစ်တွင် အမြောက်တပ်မှ စစ်ဗိုလ် ဆပ်တင် (Sartin) အား တိရစ္ဆာန်ကျန်းမာရေးအရာရှိအဖြစ် စတင်ဆောင်ရွက်စေကာ မြန်မာနိုင်ငံ တိရစ္ဆာန်ဆေးကုဌာနကို စတင်သန္ဓေတည်ခဲ့သည်။ အနောက်တိုင်း တိရစ္ဆာန်ဆေးကုအတတ်ပညာသည် မြန်မာ့မြေပေါ်တွင် စတင်ခဲ့ပြီဖြစ်သည်။ သို့သော် စစ်တပ်မှဖွဲ့စည်းလာသည့် တိရစ္ဆာန်ဆေးကုဆရာဝန်များနှင့် လယ်ယာလုပ်ငန်းခွင်ရှိ ကျွဲ၊ နွား ဦးရေနှင့် မမျှတသည့်အပြင် တိရစ္ဆာန်ဆေးကုပညာရှင်များကို အင်္ဂလန်နှင့် အိန္ဒိယမှ ခေါ်ဆောင်ခန့်ထားရသည့်အတွက် ခက်ခဲလာသည်။ ယင်းအခက်

အခဲများကိုဖြေရှင်းနိုင်ရန် မြန်မာနိုင်ငံတွင် တိရစ္ဆာန်ဆေးကုသရေး အတတ်ပညာသင်ကျောင်းကို ဖွင့်လှစ်ရန် စဉ်းစားခဲ့ကြသည်။

တိုင်းရင်းသား တိရစ္ဆာန်ဆေးကုလက်ထောက်ဆရာများကို မွေးထုတ်ရန်အတွက် ၁၈၇၆ ခုနှစ်တွင် အင်္ဂလိပ်စစ်တပ် တိရစ္ဆာန် ဆေးကုဆရာဝန်ဖြစ်သည့် Dr. Frost ဆိုသူက ရန်ကုန်မြို့၊ ပြည်လမ်း၊ ဘူတာရုံအနီး၌ တိရစ္ဆာန်ဆေးကုအတတ်ပညာသင်ကျောင်းကို စတင်ဖွင့်လှစ်ခဲ့သည်။ ထိုစဉ်က မြန်မာနိုင်ငံ ပညာရေးစနစ်မှာ ဘုန်းကြီးကျောင်းသင် ပညာရေးစနစ်ဖြစ်သည်။ မြန်မာစာ ရေးတတ် ဖတ်တတ်သူများကို ခေါ်ယူသင်တန်းပေးရသည်။ သင်တန်းသား စုဆောင်းရသည်မှာ အခက်အခဲရှိလှကြောင်း အဆိုရှိပါသည်။ ထိုသင်တန်းမှာ ၁၈၈၄ ခုနှစ်တွင် ခေတ္တရပ်ဆိုင်းသွားခဲ့သည်။

၁၈၉၀ ပြည့်နှစ်အတွင်း အကြီးတန်းတိရစ္ဆာန်ဆေးကုအရာရှိ ဘာတီဝါးလား (Bhatti Wallah) ရောက်ရှိလာပြီး တိရစ္ဆာန်ဆေးပညာ အတတ်သင်ကျောင်းကို ရန်ကုန်မြို့၊ ကြည့်မြင်တိုင် ရှမ်းလမ်းသို့ ၁၉၈၁ ခုနှစ်တွင် ပြောင်းရွှေ့ဖွင့်လှစ်ခဲ့သည်။ သင်တန်းကာလ မှာ နှစ်နှစ်ဖြစ်သည်။ ၁၈၈၅ ခုနှစ် နယ်ချဲ့တို့က မြန်မာတစ်ပြည်လုံး သိမ်းပိုက်ပြီးသည်ဖြစ်၍ ကျောင်းသင်ပညာရေးကို ထူထောင်လာခဲ့ သည်။ မြန်မာဘာသာသင်သက်သက်နှင့် အင်္ဂလိပ်-မြန်မာ နှစ်ဘာသာသင်ကျောင်းများကို စတင်ဖွင့်လှစ်ခဲ့သည်။ တိရစ္ဆာန် ဆေးကုပညာသင်တန်းအဆင့်ကျောင်းသို့ တက်ရောက်လိုသူများကို အတန်းပညာသတ်မှတ်ပေးရာတွင် ၁၉၀၆ ခုနှစ်မတိုင်မီက မူလတန်းအဆင့်၊ ၁၉၀၆ ခုနှစ်မှစ၍ အလယ်တန်းအဆင့် ကျောင်းသားများကို စတင်ခေါ်ယူခဲ့သည်။ ၁၉၀၈ ခုနှစ်၊ နိုဝင်ဘာ လမှစ၍ သင်တန်းကို အင်းစိန်မြို့သို့ ပြောင်းရွှေ့ခဲ့သည်။

အင်းစိန်မြို့ တိရစ္ဆာန်ဆေးကုသိပ္ပံကျောင်းတွင် အနောက် နိုင်ငံ တိရစ္ဆာန်ဆေးကုပညာရပ်များအပြင် မြန်မာ့တိရစ္ဆာန်

ရောဂါကု တိုင်းရင်းဆေးပညာဘာသာရပ်ကို ပူးတွဲပို့ချပေးခဲ့သည်။ ဆက်လက်၍ တိရစ္ဆာန်ဆေးကုသရေး၊ မွေးမြူရေး၊ ကုသရေး တက္ကသိုလ်ကို ၁၉၆၄ ခုနှစ်တွင် ဖွင့်လှစ်သည်မှစ၍ ယနေ့အထိ တိုင်းရင်းတိရစ္ဆာန်ရောဂါကု ဆေးပညာကို ရည်ညွှန်းလေ့လာ ခဲ့ကြောင်း သိရှိရပါသည်။

ရောဂါနှင့် သင့်လျော်သော ကုထုံးသိပ္ပံပညာ

တိရစ္ဆာန်တစ်ကောင်၏ရောဂါသဏ္ဌာန်ကို သိရှိရုံနှင့်မပြီး၊ ရောဂါကုထုံးကိုလည်း ကျွမ်းကျင်ရပါမည်။

ဆေးပညာကို တတ်သိနားလည်အောင် စနစ်တကျသင်ကြား ခဲ့သူ၊ မြန်မာတိုင်းရင်းဆေးဆရာကြီးထံ နှစ်ပေါင်းများစွာ တပည့်ခံ၍ နည်းနာနိဿယများကို လေ့လာမှတ်သားနိုင်သူများမှာ ဆေးဆရာ ကောင်းတစ်ယောက်ဖြစ်လာလျက် ရောဂါကုထုံးကျွမ်းကျင်ပေမည်။

လက်တွေ့မပါသော သိပ္ပံအတတ်ပညာသည် ဆားမပါသော ဟင်းဟူ၍ နှိုင်းခိုင်းရလျှင် သိပ္ပံပညာမပါသည့် လက်တွေ့ ဆောင်ရွက်မှုသည် ဆီမပါသောဟင်းဟူ၍ ဆိုရပေမည်။

ထို့ကြောင့် အတတ်ပညာ စာတွေ့ကိုလည်း ဆည်းပူး၊ လက်တွေ့ နယ်ပယ်ကိုလည်း လျှောက်လှမ်းမှ တတ်သိကုလုံသည့် သမားကောင်းတစ်ယောက် ဖြစ်လာပေမည်။

အနာရောဂါနှင့် သင့်လျော်သည့် ဆေးချက်ကို ဒက်ခနဲ မပေး နိုင်ဘဲ သင့်လျော်ရာဆေးကို စမ်းတဝါးဝါးနှင့် သမားယောင်၊ ဆရာယောင် ကုသနေကြသူလည်း အနန္တပင်ရှိသည်။ ခေတ်စကား နှင့်ဆိုရလျှင် ဒေါက်တာရမ်းကု၊ မယ်ရမ်းပြုဟု ဆိုရပေမည်။

“သမားဆို အိုမှ၊ ရှေ့နေဆိုပျိုမှ” ဟူသည့် စကားရပ်သည် ဝေဖန်ကြည့်ပါက ဆေးကုသက်ရင့်လာလေလေ ရောဂါသိပ္ပံ၊ ရောဂါ ကုထုံးကျွမ်းကျင်မှု ပိုမိုတတ်ကျွမ်းလာခြင်းကို ပုံဖော်ခြင်းဖြစ်သည်။

တိရစ္ဆာန်တစ်ကောင်နှင့် တစ်ကောင်သည် ခန္ဓာဗေဒ အရွယ် အစား မတူခြင်း၊ အမျိုးအစားမတူခြင်း၊ ကုန်းနေ၊ ရေနေ၊ လေနေ ဟူ၍ သတ္တဝါအမျိုးအစား၊ အသားစား၊ အရွက်စား၊ မွေးတို၊ မွေးရှည်၊ ခြေနှစ်ချောင်း၊ ခြေလေးချောင်း၊ စားမြုံ့ပြန်သတ္တဝါ၊ စားမြုံ့မပြန်သတ္တဝါ၊ သွေးနွေးအမျိုးအစား၊ သွေးအေးအမျိုးအစား စသည်စသည်ဖြင့် များစွာကွဲပြားခြင်းကြောင့် ရောဂါနှင့်သတ္တဝါ အမျိုးအစားကိုလိုက်၍ ဆေးပေးကုသတတ်မှု သိမှုပညာသည် လေးနက်လှပါသည်။

ဆေးဝါးသိမှုပညာ

ဗိန္ဓောအသုံး (၁၅) လုံး ဆိုသကဲ့သို့ ဘုတ်ကြီး ငါးပါးမှ ခွဲထွက်လျက် ဆေးပညာရပ်များ ချဲ့ထွင်ခြင်းဖြစ်သည်။

ပဉ္စဘုတ် ဆေးပညာ၏သဘောလက္ခဏာအနှစ်ချုပ်မှာ -

၁။ ပထဝီ ။ ။ မြေဓာတ်၊ အမာခံအုပ်စု၊ သက်ရှိသတ္တဝါ ပင်ဖြစ်စေ၊ သက်မဲ့တောတောင်သစ်ပင် တွင်ဖြစ်စေ အမာခံအစိုင်အခဲ ဓာတ် မှန်သမျှကို ပထဝီဟု မှတ်ရမည်။

၂။ အာပေါ ။ ။ ရေဓာတ်၊ ပေါင်းစည်းပေးသောသဘော တေဇောအပူရှိန်ကို ခုထိန်းပေးသော ပျော့သွက်သည့်သဘော ဖြစ်၏။ သက်ရှိ သက်မဲ့ အရာဝတ္ထုမှန်သမျှ၌ အရည် ဓာတ်၊ အပျော့ဓာတ်၊ အသွက်ဓာတ်တို့ကို အာပေါ ဟု သတ်မှတ်ရမည်။

၃။ တေဇော ။ ။ မီးဓာတ် ထုတ်လုပ်ပေးမှု ပူမှုမှန်သမျှကို တေဇောဓာတ်ဟု မှတ်ယူရမည်။

၄။ ဝါယော ။ ။ လေဓာတ်၊ ပို့ဆောင်မှု၊ လှုပ်ရှားမှု၊ ဆောင်ရွက်မှု၊ အားပြုမှုမှန်သမျှကို ဝါယောဓာတ် မှတ်ယူရမည်။

၅။ အာကာသ ။ ။ အချင်းချင်းခြားနားမှု၊ အပွင့်၊ အပေါက်၊ အခေါင်း၊ ဟင်းလင်းမှန်သမျှကို အာကာသဓာတ်ဟု မှတ်ယူရပါသည်။

ဆေးဝါးသိမှုကို ခွဲခြားစိတ်ဖြာခြင်း

ရောဂါကုသရာ၌ ဆေးဝါးသိမှုရှိရမည်ဆိုရာ၌ ဆေးဝါး၏ အခြေခံအကြောင်းအရာကို အောက်ပါအတိုင်း ခွဲခြားမှတ်သားထား ရမည် -

ဆေးဝါးဓာတ်များရရှိမှု မူလအစ (အာဒိမူလဘေသဇ္ဇ) ကို သုံးမျိုးခွဲခြားထားသည်။

(၁) ရုက္ခဗေဒဘေသဇ္ဇ - အပင်လောကမှ ရရှိသည့် နွယ်မြက်သစ်ပင် ဆေးဖက် ဝင်ပစ္စည်းများ။

(၂) တိရစ္ဆာန်ဗေဒ ဘေသဇ္ဇ - တိရစ္ဆာန်လောကမှရရှိသော ဆေးဖက်ဝင်ပစ္စည်းများ။

(၃) သတ္တုဗေဒဘေသဇ္ဇ - မြေတွင်းမှရရှိသော၊ သယံ ဇာတသတ္တုဆေးဖက်ဝင် ပစ္စည်းများ။

ဟူ၍ အခြေခံပရဆေးပစ္စည်း သုံးမျိုးသာရှိပါသည်။ ဆေးဝါးသုံးစွဲရာ၌ မိမိသုံးစွဲလိုသည့် ဆေးပစ္စည်းအစိတ်အပိုင်းကို ပညာဖြင့် ဝေဖန်ချင့်ချိန် ကုသကြသည်။ အနောက်တိုင်းဆေးပညာ ၌မူ ဓာတုဗေဒဘေသဇ္ဇ (သိပ္ပံပညာဖြင့် ပြုလုပ်သောဓာတုဆေးဝါး

များ)၊ ပဋိဇီဝဘေသဇ္ဇ (သိပ္ပံပညာဖြင့်ပြုလုပ်ထားသော ပိုးသတ်ဆေးများ) ကို သုံးစွဲကုသနေပေပြီ။

မြန်မာ့ရိုးရာတိုင်းရင်းဆေးပညာတွင်မူ အဆိုပါ ဆေးဖက်ဝင် အခြေခံပရဆေး သုံးမျိုး၏ ဂုဏ်၊ သတ္တိအစွမ်းကို ဆန်းစစ်လျက် ဆေးပစ္စည်းတစ်မျိုးတွင် ငါးပါးသောတည်ရာကိုလိုက်၍ ခွဲခြားသည်။

ဆေးပစ္စည်းတွင် ပါဝင်သောငါးပါးတည်ရာ

- ၁။ ရသ (၆) ပါး
- ၂။ ဝိပါက (၃) ပါး
- ၃။ ဝီရိယ (၈) ပါး
- ၄။ ဂုဏ် (၂၀) ပါး
- ၅။ ပဘာဝ (၂၆) ပါး

ရသ (၆) ပါး ။ ။ အချို၊ အချဉ်၊ အစပ်၊ အငန်၊ အဖန်၊ အခါး တို့ဖြစ်သည်။ ရသ (၆) ပါးကို ဘုတ် (၅) ပါးက ချုပ်ကိုင်ထားသည်။ ရသတစ်ခုစီတွင် (က) အကျိုး၊ (ခ) အပြစ်၊ (ဂ) အကျိုးအပြစ် ဟူ၍ စိစစ်ဝေဖန်သုံးစွဲရမည်ဖြစ်သည်။

ဝိပါက (၃) ပါး ။ ။ ရသ၏အကြောင်းတရားမှာ (၆) ပါး ဖြစ်သော်လည်း အကျိုးတရား (၃) ပါးသာ ဖြစ်သည်။ ရသကို ဝမ်းမီးဖြင့် ကျိုချက်ပြီးသောအခါ ဝိပါက (၃) ပါးသာ ကျန်ရှိသည်။

- အချို + အငန် = ချိုဆိမ့်
- အချဉ် + အခါး = အချဉ်
- အစပ် + = အစပ်

ဝိပါကဆိုသည်မှာ ပြောင်းလဲဖောက်ပြန်သွားခြင်းဖြစ်၏။ မည်သည့်ပစ္စည်းမဆို ဝိပါက တည်းဟူသော ပြောင်းလဲဖောက်ပြန်မှု အနည်းနှင့်အများ ရှိကြသည်။ မူလချိုဆိမ့်ဟူသည့် ကောက်ညှင်းနှင့်

ထန်းလျက်တွဲ၍ပြုလုပ်ထားသည့် မုန့်သည် ဝမ်းမီးချက်ပြီးသော် ချဉ်၍ သွားတတ်သည့်သဘောမျိုး ဖြစ်သည်။ ဝိပါက ပြောင်းလဲမှုကို သိရှိရန်မှာလည်း လွယ်ကူသောကိစ္စတစ်ရပ်မဟုတ်ပါပေ။

ဝီရိယ (၈) ပါး ။ ။ ဝီရိယ (၈) ပါး ရှိသည်။ ဆေး၏စွမ်းရည်ကို ခွဲခြားတိုင်းတာထားခြင်း ဖြစ်သည်။

- ၁။ သိတဝီရိယ = အေးသောစွမ်းရည်
- ၂။ ဥဏှဝီရိယ = ပူသောစွမ်းရည်
- ၃။ ဂရုဝီရိယ = ကြေခဲသောစွမ်းရည်
- ၄။ လဟုဝီရိယ = ကြေကျက်လွယ်သောစွမ်းရည်
- ၅။ မုဒုဝီရိယ = နူးညံ့သော၊ နံ့သောစွမ်းရည်
- ၆။ တိခိဏဝီရိယ = ကြမ်းသော၊ ထက်သောစွမ်းရည်
- ၇။ သိနိဒ္ဒဝီရိယ = စေးထန်းစိုစွတ်သော စွမ်းရည်
- ၈။ လုခဝီရိယ = ခြောက်သွေ့သောစွမ်းရည်။

ဂုဏ် (၂၀) ပါး ။ ။ ဝီရိယ (၈) ပါးကိုလိုက်၍ ဂုဏ် (၂၀) ပါး ခွဲခြားထား၏။ ဂုဏ် (၂၀) ပါးကို ဆန့်ကျင်ဘက်ဂုဏ် (၁၀) နှင့် တွဲသော် အစုံ (၂၀) ဖြစ်သည်။

- ၁။ ဂရုဂုဏ် = ကြေကျက်ခဲသော ဆေးအစာမျိုး
- ၂။ လဟုဂုဏ် = ကြေကျက်လွယ်သော ဆေးအစာမျိုး
- ၃။ မန္တဂုဏ် = အကျိုးပေးနေသော ဆေးအစာမျိုး
- ၄။ အာသုဂုဏ် = အကျိုးပေးမြန်သော ဆေးအစာမျိုး
- ၅။ ဟိမဂုဏ် = အေးသော ဆေးမျိုး
- ၆။ ဥဏှဂုဏ် = ပူသော ဆေးအစာမျိုး
- ၇။ သန္တဂုဏ် = အခဲဖြစ်သော ဆေးအစာမျိုး
- ၈။ ခြဝဂုဏ် = အရည်ဖြစ်သော ဆေးအစာမျိုး
- ၉။ သိနိဒ္ဒဂုဏ် = အဆီအစေးရှိသော ဆေးအစာမျိုး

- ၁၀။ လုခဂုဏ် = အဆီအစေးမရှိ ခန်းခြောက်သော ဆေးအစာမျိုး
- ၁၁။ သိလက္ခဏဂုဏ် = မထက်သော ဆေးအစာမျိုး
- ၁၂။ တိက္ခဂုဏ် = ထက်သော ဆေးအစာမျိုး
- ၁၃။ မုဒုဂုဏ် = နူးညံ့သော ဆေးအစာမျိုး
- ၁၄။ သက္ခသဂုဏ် = ကြမ်းတမ်းသော ဆေးအစာမျိုး
- ၁၅။ ထိရဂုဏ် = မပျံ့နှံ့သော ဆေးအစာမျိုး
- ၁၆။ ရသဂုဏ် = ပျံ့နှံ့သော ဆေးအစာမျိုး
- ၁၇။ သုခမဂုဏ် = စိမ့်ဝင်တတ်သော ဆေးအစာမျိုး
- ၁၈။ ထူလဂုဏ် = မစိမ့်ဝင်တတ်သော ဆေးအစာမျိုး
- ၁၉။ ဝိသဒဂုဏ် = မစေးထန်း မပျစ်ချဲသော ဆေးအစာမျိုး
- ၂၀။ ဝိစ္ဆိလဂုဏ် = စေးထန်း ပျစ်ချဲသော ဆေးအစာမျိုး
- သစ်ပင်နှင့် ပရဆေးပစ္စည်းများကို ဂုဏ်အနေနှင့်ကြည့်မည် ဆိုလျှင် မည်သည့်ပရဆေးပစ္စည်းများထဲ၌မဆို အထက်ပါဂုဏ် (၂၀) တွင် နှစ်မျိုး၊ သုံးမျိုးသော်လည်းကောင်း၊ အများစု သို့မဟုတ် အနည်းစုသော်လည်းကောင်း ပါဝင်ကြသည်။

၅။ ပဘာဝ (၂၆) ပါး

ပဘာဝဆိုသည်မှာ အရသာတူသော်လည်း အကျိုးသွားသတ္တိ မတူသည်ကို ပဘာဝဟု ခေါ်သည်။ ဥပမာ- နှပ်ချိုနှင့် ကန့်ချုပ်နီ သည် အပူချင်းတူသော်လည်း နှပ်ချိုတွင်ရှိသော ဥဏှဂုဏ်မှာ ဝမ်းသွားခြင်းသတ္တိရှိ၍ ကန့်ချုပ်နီ၏ ဥဏှဂုဏ်မှာ ဝမ်းကိုချုပ် စေပြီး သွေးကျဲ သွေးမှန်စေသည်။

စွမ်းရည်ထက်မြက်သော တန်ခိုးကို တေဇဟူ၍လည်းကောင်း၊ သတ္တိဟူ၍လည်းကောင်း၊ ပဘာဝဟူ၍လည်းကောင်း၊ အနုဘာဝ

ဟူ၍လည်းကောင်း ဆေးပညာဝေါဟာရအရ အမျိုးမျိုးဖွင့်ဆို ကြသည်။

ဆေးပညာ၏စွမ်းရည်၊ ပဘာဝသတ္တိ စူးစမ်းခြင်းမှာ ကျယ်ပြန့် လွန်းလှသည်ဟုဆိုလင့်ကစား ပဘာဝကို အကြမ်းဖျင်းအားဖြင့် (၂၆) မျိုး ခွဲခြားထားသည်။

- ၁။ ဒီပန = ဝမ်းမီးတောက်၍ အစာမကြေ။
- ၂။ ပါစန = ဝမ်းမီးမတောက်၊ အစာကြေ။
- ၃။ သမန = ဒေါသမလတို့ကို အတွင်း၌ပင် ကြေကျက် စေ၍ ပြင်ပသို့ မထုတ်နှင့်တတ်ပေ။
- ၄။ အနုလောမန = ဒေါသမလတို့ကို အတွင်း၌ မကြေ မကျက်စေဘဲ အောက်သို့ ထုတ်နှင့် သက်ဆင်း စေတတ်၏။
- ၅။ သံသန = ကျက်အပ်သောဝတ္ထုကို မကျက်စေဘဲ အူအတွင်း၌ရှိသော ကျင်ကြီးသလိပ် တို့ကို အောက်သို့သက်စေသည်။
- ၆။ ဘေဒန = မာ၊ ပျော့၊ စမြင်းကို အောက်သို့ ထုတ်ယူ ရန် ခွဲဖျက်ခြင်း။
- ၇။ ဝိရေစန = အညစ်အကြေးကို အရည်ဖြစ်စေ၍ အောက်သို့ ထုတ်တတ်စေသည်။
- ၈။ ဝမန = အစာကိုဖြစ်စေ၊ ဒေါသကိုဖြစ်စေ၊ အထက်သို့ ပျို့အန်စေတတ်သည်။
- ၉။ သံသောဓန = ဂူထမလ စသော ဒေါသအညစ်အကြေး တို့ကို အောက်၊ အထက် နှစ်ဖက်သို့ ဆန်တက်၊ သက်ဆင်း စေတတ်သည်။
- (အန်ဆေး + ဝမ်းကျဆေး)

- ၁၀။ ဂါဟီ = ဝမ်းမီးတောက်၊ အစာကြော၊ ကိုယ်တွင်း၌
ခြောက်သွေ့၍ ဝမ်းချုပ်စေတတ်၏။
- ၁၁။ ထမ္ဘန = ဝမ်းမီးလည်း မတောက်၊ လေကိုသာ
ပွားစေ၍ ချုပ်စေတတ်သည်။
- ၁၂။ ဆေဒန = ဒေါသသုံးပါး၏ ကပ်တွယ်စေးငြိခြင်း
စသော အူအတွင်း ပြည်၊ သလိပ် စသည်
တို့ကို အမြစ်ဖြတ်ဆေး။
- ၁၃။ ဝါဇီကရဏ = စိတ်ကိုတက်ကြစေ၍ မေထုန်သံဝါသကို
များစွာ စွမ်းဆောင်နိုင်သော ဆေးအစာ။
- ၁၄။ သုက္ကလ = သုက်ကို လွန်စွာပွားများစေတတ်သည်။
- ၁၅။ ရသာယန = ရင့်ရော်ဆွေးမြည့်စေတတ်သော၊ ဇီရဏ
တေဇောကိုလည်းကောင်း၊ လတ်တလော
ကပ်ရောက် နှိပ်စက်တတ်သော ရောဂါ
အနာကိုလည်းကောင်း ဖျက်ဆီးစေတတ်
သော ဆေးအစာ။
- ၁၆။ ဗျာဝါယီ = စားသောက် သုံးဆောင်မိသည်နှင့်
တစ်ပြိုင်နက် ကိုယ်အလုံးကို ပြန့်ခြင်း၊
ကိုယ်တွင်း၌ ခြောက်သွေ့စေ၏။ ကျက်
ခြင်း၊ ကြေခြင်းသို့ ရောက်သည့်ဆေး။
- ၁၇။ ဝိကာသီ = အရိုးအဆက်တို့၌တည်သော အဆီအစေး
ကို ခန်းခြောက်စေခြင်း၊ မူးယစ်စေခြင်းငှာ
ပြုတတ်သည်။
- ၁၈။ မာဒက = သတိချွတ်ယွင်းစေသော၊ မူးဝေစေတတ်
သော၊ ဉာဏ်ပညာကို ဖျက်ဆီးစေတတ်
သော ဆေးအစာ။

- ၁၉။ ပမာတီ = သွေးကြော၊ လေကြောအတွင်း၌တည်သော
မလတို့ကို အပြင်သို့ ထွက်စေသည့်ဆေးမျိုး။
- ၂၀။ ဆေးခန = ကိုယ်တွင်းရှိ ဓာတ်ဒေါသ အညစ်အကြေး
တို့ကို ခြောက်သွေ့စေ၍ ပိန်စေတတ်သည့်
ဆေးမျိုး။
- ၂၁။ အဘိဿန္တိ = ပျစ်ချွေသောကြောင့် သွေးလေအရသာကို
ဆောင်၍ အကြောတို့ကို လေးလံစေတတ်
သော လမ်းပိတ်စေသော ဆေးမျိုး။
- ၂၂။ ဝသီကရဏ = ချမ်းစေတတ်သော အနုဆေး။
- ၂၃။ ဥမ္မာဒန = ရူးစေတတ်သော ဆေးမျိုး။
- ၂၄။ မောဟန = မေ့လျော့ထိုင်းမှိုင်းစေတတ်သော ဆေးမျိုး။
- ၂၅။ တာပန = ပူလောင်စေတတ်သော ဆေးမျိုး။
- ၂၆။ ထမ္ဘန = အာဆေးထည့်သော ဆေးမျိုး။
- ကုထုံးဆေးဝါးတစ်မည်တွင် စုပေါင်း၍ ရသ၊ ဝိပါက၊ ဝီရိယ၊
ဂုဏ်၊ ပဘာဝ စသည့်အချက်များကို ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာနိုင်သကဲ့သို့
ဆေးအမည်တွင်ပါဝင်သည့် ဆေးတစ်မည်ချင်း၏ ပါးပါးသော
တည်ရာတို့ကိုလည်း ခွဲခြမ်းစိတ်ဖြာနိုင်သည်။
- မြန်မာ့ဆေးဖော်စပ်ရာတွင် လက်တွင်းတစ်ဆုပ်၊ ရင်းဖျားပယ်၊
ရွေးစေ့ခန့်၊ မန်ကျည်းစေ့ခန့်၊ ခုံညင်းလုံးခန့်၊ ပဉ္စငါးပါးယူ ဟူသည့်
မတိကျသော အချိန်အဆများကို အသုံးပြုနေဆဲဖြစ်သည်။ အရွက်၊
အခေါက်၊ အသီး၊ အပွင့်၊ အမြစ် စသည့်ဆေးဝါးများမှ လိုအပ်သည့်
ဆေးသတ္တိဓာတ်ကို တိတိကျကျမယူနိုင်ဘဲ အပိုဆေးသတ္တိများကိုပါ
ရောနှောနေရခြင်း၊ ပေါက်ရောက်ရာဒေသ၊ ပထဝီအနေအထားကို
လိုက်၍ ဆေးပင်ချင်းတူပါလျက် အာနိသင်ကွဲပြားမှုများ စသည်

စသည် အချက်တို့သည် ဆေးဝါးသိမှုပညာရပ်တွင် စံနှုန်းမထားနိုင်သည့် အဟန့်အတားအခက်အခဲ ဖြစ်သည်။

တိရစ္ဆာန်ဆေးကုဆိုင်ရာ မြန်မာ့တိုင်းရင်းဆေးပင်များ

လူနှင့်တိရစ္ဆာန်တို့ကို ဆေးပေးရာ၌ အချိန်အဆအနည်းအများသာ ကွာခြားသည်။ ဆေး၏ဂုဏ်သတ္တိ၊ အာနိသင်ပေးစွမ်းမှု၊ အကျိုးသက်ရောက်မှု ကွာခြားမှုများစွာမရှိဘဲ တူညီကြသည်။

ဆေးအမျိုးအမည်တစ်ခုချင်းစီကို အသုံးပြုပုံ၊ ဂုဏ်သတ္တိတို့ကို ဖော်ပြနေပါက ဤအခန်းနှင့်ပင် ကျမ်းတစ်ဆူဖြစ်မည်ဖြစ်ပါ၍ အသုံးအများဆုံး ဆေးပင်အနည်းငယ်ကိုသာ ထုတ်နုတ်ဖော်ပြအပ်သည်။

ဆေး၏မြန်မာအမည်၊ ရုက္ခဗေဒအမည်၊ အခြားတိုင်းပြည်အမည်၊ အသုံးပြုသည့်အစိတ်အပိုင်းနှင့် ဆေးဖက်ဆိုင်ရာအသုံးဝင်ပုံတို့ကို အကျဉ်းမျှတင်ပြနိုင်မည် ဖြစ်သည်။

အကယ်၍ ဖော်ညွှန်းသည့် ဆေးအမည်မရနိုင်ပါကလည်း ဂုဏ်ဒြပ်တူရာဆေးအုပ်ကို အသုံးချနိုင်ရန်ကိုလည်း ထပ်ဆင့်ဖော်ပြသည်။

အစွမ်းထက်သည့် ဆေးအုပ်စုဝင်များ

လေနိုင်ဆေးအုပ်စု ၊ ဆေးရွှေနွယ်၊ နံနံစေ့၊ နှမ်းကြပ်၊ ဝမ်းဘဲခြေထောက်၊ ဇေယျပနီ။

သည်းခြေနိုင်ဆေးအုပ်စု ၊ ကျွန်းပင်၊ ကြိမ်၊ ဂုံခါး၊ ကျည်းသီး၊ စူလာနဖာ၊ နေစာ၊ မြေစာ၊ ရေကန်စွန်း၊ ဝက်ဖရုံ၊ ဥနဲ့၊ ဖရုံခါး။

သလိပ်နိုင်ဆေးအုပ်စု ၊ ကြက်ဆူရိုးဖြူ၊ ကြောင်လျှာ၊ ကြေးမြီးဖို၊ ကြေးမြီးမ၊ ကျီးခြေ၊ ကျွဲကျောင်းမင်သေ၊ ကွမ်းရွက်၊ ခပေါင်းရေကြည်၊

ငရုတ်ကောင်း၊ ခရမ်းကစော့၊ စပါးလင်၊ စရို၊ ဆင်နွာမောင်း၊ ဆေးဂဠုန်၊ တပဆေး၊ ပင်စိမ်း၊ တောကြက်မောက်၊ ဒန့်သလွန်၊ နံနံ၊ ပရနွှဝါအဖြူ၊ ပင်လယ်ရေမြှုပ်၊ ပိတ်ချင်းမြစ်၊ ပုတီးဖြူ၊ ဖောင်ဖောင်သီး၊ မယားကန်၊ မြေပုံခရမ်း၊ ရေသကျည်း၊ ရေထိကရုန်း၊ ယမနေ၊ လင်းနေ၊ သခွပ်၊ ဟင်းဂလာ၊ သင်္ဘော။

အန်ဆေးအုပ်စု ၊ သမင်စာသီး၊ ကိုယ်ရံငယ်၊ မရိုးမြစ်၊ ခပေါင်းရေကြည်၊ တောဟင်းခပေါင်းပိုက်ဆံပင်၊ ဘူးခါး၊ မြက်ပင်။

ချွေးထွက်စေသောဆေးအုပ်စု ၊ နဂါးချေး၊ မရိုးခေါက်/မြစ်၊ ပြုံးမွေးသစ်နွင်း။

နာရှည်ယိုတတ်သောဆေးအုပ်စု ၊ ဆတ်ဆတ်ချေ၊ ဆေးရွက်ကြီး၊ ဆေးကွန်ချာ၊ ဂွေးသီး။

အဖိုးဆက်စေသောဆေးအုပ်စု ၊ ညောင်ဗုဒ္ဓဟော၊ ထောက်ကြံ့၊ နဘဲခေါက်၊ ပွဲလျက်၊ ရှားစောင်းလက်ပပ်၊ ဝံအူမြစ်။

ဝမ်းသက်စေသည့်ဆေးအုပ်စု ၊ သဖန်းနွယ်၊ ကုလားနှင်းဆီ၊ ကြောင်ရိုသေ၊ ကင်မွန်း၊ ကြံဟင်း ဖြူ/နီ၊ ငှက်သီး၊ သခွား၊ ဆောင်းမေးခါး၊ တဇောင်းကြီး၊ တောကန်စွန်း၊ နှပ်ချို၊ ဒီးဒူး၊ ဓမ္မသာ၊ ပွေးကိုင်း၊ ဖန်ခါးသီး၊ ဗိုလုံသီး၊ မရိုးဖြူ/နီ၊ မဲရိုင်း၊ မဲပင်၊ မောသာ၊ မဲမုန်သီး၊ ရှားစောင်းလက်ပပ် (မုတ်ခါး)၊ အညာခရား၊ သနတ္တော်၊ ဟင်ခပေါင်း၊ ကနခို၊ ဥသျှစ်၊ မန်ကျည်းသီး။

ဝမ်းချုပ်စေသောဆေးအုပ်စု ၊ ကြာစေ့၊ ဂန္ဓဝီရဝုံ၊ ဆင်ပိတ်ချင်း၊ ဆူးဖြူ၊ ဆေးပုစွန်၊ ညောင်လန်း၊ ညောင်ချဉ်၊ တောက်ရပ်၊ တည်သီး၊ တောင်မရိုး၊ တိလင်္ကာသာ၊ ထိကရုန်း၊ နှမ်းလုံးကြိုင်၊ ပေါက်စေး

ပုစွန်စာ၊ ပဉ္စကာနီသီး၊ ပန်းလဲ၊ မဟော်ဂနီ၊ ဘိန်း၊ ဘိန်းစွေ၊ ရှားဖြူ၊ လက်ထုတ်ကြီး၊ လက်ပံစေး၊ လက်ထုတ်ခေါက်၊ ငှေးသီး၊ သရက်စွေ၊ ဆန်လှော်၊ ကောက်ညှင်းဆန်။

ဆီးကိုရှောင်စေသောဆေးအုပ်စု ၊ ၊ ကုန်းကြာ၊ ကရဝေး၊ ကြူ၊ ကြံညိုမြစ်၊ ကျောက်ကွဲပင်၊ ကြက်သွန်နီ၊ ကုလားမျက်စိ၊ ခံတက်၊ ဆူးလေ၊ ညောင်လန်းရွက်၊ ထင်းရှူးစေး၊ နွားမြေရင်း၊ ဒေါနပန်း၊ ပန်းရင်းဖြူ၊ မြင်းခွာရွက်၊ မြားမြက်၊ ရှင်မွေးလွန်း (ပိတ်စွယ်)၊ ဝါးရွက်၊ ဝါးမြစ်၊ သက်ငယ်ရွက်၊ နွယ်ဆီပင်၊ ဖရဲသီး၊ သံမဏိင်ကျောက်မနိုင်၊ လက်ဖက်ခြောက်။

ဆီးကိုချုပ်စေသောဆေးအုပ်စု ၊ ၊ ခအောင်း၊ မျောက်ငို၊ ရေသဖန်း၊ သပွတ်၊ မန်ကျည်းစေ့။

ဝမ်းမီးတောက်စေသောဆေးအုပ်စု ၊ ၊ ကန့်ချုပ်နီ၊ ချင်းစိမ်း၊ စမ္ပတ်၊ စမုန်ဖြူ၊ ဆင်ပိတ်ချင်း၊ ဇီယာ၊ နံနံ၊ ပတဲကော၊ မှိုနားတို၊ ရှိန်းခို၊ ဝါးရွက်။

အဖျားနိုင်သောဆေးအုပ်စု ၊ ၊ ကြောင်ပန်း၊ ကလိန်၊ ကိုယ်ရံငယ်၊ စမ္ပာ၊ ဆေးသူငယ်၊ ဆင်တုံးမနွယ်၊ ဆိတ်ဖလူး၊ ဆီမီးတောက်၊ တမာ၊ နှောပင်၊ စင်ကိုနား၊ နရဲ၊ ရှမ်းဆေးခါး၊ သင်းဝင်ပုတ်၊ အောင်မဲညို၊ ကြက်ဟင်းခါး။

ထိခိုက်ခြင်းကိုပျောက်စေသည့်ဆေးအုပ်စု ၊ ၊ ကြက်ဆူရိုးဖြူ၊ ဂင်ပုတ်၊ ထင်းရှူးပင်၊ ကြိတ်မှန်ရွက်၊ မဟာကာကြံဆစ်၊ ပိစပ်ပင်။

မျက်စဉ်းမျက်စိရောဂါနိုင်ဆေးအုပ်စု ၊ ၊ ငရုတ်ကောင်း၊ ပိတ်ချင်း၊ ကြွက်ဥကုတ်သုံးပါး၊ သကြား၊ နဂါးချေး၊ ဖန်ခါးသီး၊ ပန်းနု၊ သစ်ဆိမ့်

သီး၊ မြင်းသီလာ၊ နန္ဒင်း၊ ဥသျှစ်မြစ်၊ ခံတက်မြစ်၊ ကြစုသီး၊ သနပ်ခါး၊ ကြာညိုညွန့်။

မြန်မာနိုင်ငံအတွင်း ပေါက်ရောက်သည့် ပရဆေးပင်များနှင့် တိရစ္ဆာန်ရောဂါ ကုသအသုံးပြုပုံ

မြန်မာ့တိရစ္ဆာန်ဆေးကုပညာတွင် အသုံးပြုသည့် ပရဆေးဝါးပင်များသည် မြန်မာ့ရေမြေတောတောင်များတွင် ပေါက်ရောက်ကြ၏။ ကိုယ်ပိုင်အမည်များ သီးခြားရှိ၏။ အိန္ဒိယ၊ တရုတ်၊ အိမ်နီးချင်းနိုင်ငံများနှင့် အင်္ဂလိပ်၊ ပြင်သစ်တို့ထံမှ လက်ဝေခံစကားဖလှယ်၍ သုံးစွဲခြင်းမဟုတ်ပါ။ ၎င်းဆေးပင်၊ ဆေးဝါးများသည် ကမ္ဘာသုံးဆေးပင်များ ဖြစ်သည်။

လေ့လာနိုင်ရန် အနည်းငယ်ထုတ်နုတ်တင်ပြအပ်ပါသည်။

မြန်မာနိုင်ငံအတွင်း ရရှိနိုင်သောအပင်များကို တိရစ္ဆာန်ဆေးကုသရေးတွင် အသုံးပြုနိုင်မှုအခြေအနေ

စဉ်	မြန်မာအမည်	ရုက္ခဗေဒအမည်	အသုံးပြုသည့်အစိတ်အပိုင်း	ဆေးဘက်ဆိုင်ရာအသုံးဝင်ပုံ
၁	ရှား	Acacia Catachue	သစ်ခေါက် အရွက်	ချုပ်ဆေးအဖြစ်အသုံးပြုနိုင်သည်။ အစာကြေဆေးဆေးအဖြစ်သုံးနိုင်သည်။ ချုပ်ဆေးအဖြစ်အသုံးအသုံးပြုနိုင်သည်။

စဉ်	မြန်မာ အမည်	ရုက္ခဗေဒ အမည်	အသုံးပြုသည့် အစိတ်အပိုင်း	ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ အသုံးဝင်ပုံ
			အပင်	ချောင်းဆိုးပျောက်ဆေး အဖြစ် အသုံးပြုနိုင်သည်။ ပါးစပ်နှင့် အာခေါင်များ နာသည့်အခါတွင်လည်း ကောင်း၊ ဝမ်းလျှောသည့် အခါတွင်လည်းကောင်း အသုံးပြုနိုင်သည်။
၂	လင်းနေ	Acorus Calamus	အမြစ်ဖု	အန်ခြင်း၊ အစာမကြေ၍ ဗိုက်နာခြင်း၊ လေပွခြင်း၊ ကလေးတို့ ဝမ်းကိုက်ခြင်း တွင် အသုံးပြုနိုင်၏။ ပိုး သတ်ဆေး အနေနှင့် လည်းကောင်း၊ သန်ချ ဆေး အနေနှင့်လည်း ကောင်း အသုံးပြုနိုင်၏။ ချုပ်ဆေးအနေနှင့်လည်း သုံးနိုင်သည်။
၃	ဥသျှစ်	Aegle marmelos Bael fruit	အသီး	ဥသျှစ်သီးမှည့်ကို ဝမ်းပျော ဆေးအဖြစ် အသုံးပြုနိုင် သည်။ ဥသျှစ်သီးစိမ်း (သို့) မမှည့်တမှည့်ကို ဝမ်း လျှောသည့်အခါ ချုပ်ဆေး အဖြစ် သုံးနိုင်သည်။

စဉ်	မြန်မာ အမည်	ရုက္ခဗေဒ အမည်	အသုံးပြုသည့် အစိတ်အပိုင်း	ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ အသုံးဝင်ပုံ
၄	ကြက် သွန် နီ	Alliumcepa (India) Allium Ascalonicum (Thai) Onions	ဥ	သလိပ်ရွှင်ဆေး၊ ဆီးရွှင် ဆေး၊ လေဆေး၊ လိင် စိတ်နှိုးဆွဆေးတို့အဖြစ် သုံးနိုင်သည်။ သွေးထဲရှိ သကြားဓာတ်ပါဝင်မှုကို လျော့နည်းစေသည်။ (ဆီးချိုရောဂါသည်)
၅	ကြက် သွန် ဖြူ	Allium Sativum Garlic	ဥ	ဆီးချိုရောဂါသည်များ အတွက် အသုံးဝင်သည်။ လေဆေး၊ လိင်စိတ်နှိုးဆွ ဆေး၊ သလိပ်ရွှင်ဆေး အဖြစ် သုံးနိုင်သည်။ ကြက်သွန်ဖြူဥတွင်ပါဝင် သော Allium ကြောင့် အနာသစ်များအတွက် ပိုးသတ်ဆေးအဖြစ် အသုံးဝင်သည်။
၆	ရှား စောင်း လက်ပပ် (မုတ်ခါး)	Aloevera	အရွက်	နွားမ သားလျှောရောဂါ နှင့် ပိန်ချုံးရောဂါကုဆေး အဖြစ် အသုံးပြုနိုင်သည်။
၇	နာ နတ်	Ananas Comosus	အသီး	နာနတ်သီးမှည့်ကို ဆီး ရွှင်ဆေးအဖြစ် အသုံးပြု နိုင်သည်။

စဉ်	မြန်မာ အမည်	ရုက္ခဗေဒ အမည်	အသုံးပြုသည့် အစိတ်အပိုင်း	ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ အသုံးဝင်ပုံ
၈	ဩဇာ	Annona Squamosa Custard Apple Leaves	အခွံ အရွက်	ပိုးသတ်ဆေးအဖြစ် သုံးနိုင်သည်။
၉	ကွမ်း သီး	Areca catechu Areca-nut	အသီး	သန်ချဆေး၊ လိင်စိတ် နှိုးဆွဆေး၊ ချုပ်ဆေး အဖြစ် အသုံးပြုနိုင်သည်။
၁၀	စောင်း လျား	Averrhoa carambolo	အသီး	စောင်းလျားသီးအရည်ကို သွေးကြောထဲသို့ ထိုးပေး လျှင် သွေးဖိအားကို လျော့နည်းစေ၏။
၁၁	တ မာ	Azadirachta indica	အခေါက် ပွင့်ခြောက် အမြစ်ခေါက် အသီးနု အဆီ	အားဆေး၊ ချုပ်ဆေး၊ ငှက်ဖျားရောဂါပျောက် ဆေး၊ အရေပြားရောဂါ ပျောက်ဆေးအဖြစ်သုံး နိုင်သည်။ မြွေနှင့်အဆိပ်ရှိသော အကောင် (ကင်းမြီး ကောက်) တို့ ကိုက်ရာ တွင်လည်း သုံးနိုင်သည်။ လေးဖက်နာရောဂါတွင် အသုံးပြုနိုင်သည်။

စဉ်	မြန်မာ အမည်	ရုက္ခဗေဒ အမည်	အသုံးပြုသည့် အစိတ်အပိုင်း	ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ အသုံးဝင်ပုံ
၁၂	ဝါး	Bambusa arundinaceae	အရွက် အပင် အသီး	သားအိမ်၏တွန့်ရှုံ့မှုကို များစွာစွမ်းဆောင်၍ သားကျချိန်အချင်းများ ကျဆင်းရန် သုံးနိုင်သည်။
၁၃	ရွှေဖရုံ/ ကျောက် ဖရုံ	Benin casa hispidula/ Benin cerifera, Savi cucurbitaceae	အသီး	သားအိမ်ညစ်အား ကောင်းစေသည်။
၁၄	မုန် ညင်း	Brassica rapa, linn Crucite- rae Mustard	အစေ့ အဆီ	ပွေးနာ၊ ယားနာများကို လူးပေးနိုင်သည်။ မုန်ညင်းဆီနှင့် ပရုတ်ကို ဖျော်လူးပေးလျှင် အဆစ် ရောင်ရောဂါ နာကျင်မှု ကို ပျောက်ကင်းစေ သည်။ အစေ့ကို ကျွေး လျှင် မြွေဆိပ်သင့်သူများ အဆိပ်ကို အန်စေသည်။
၁၅	ဆေး ခြောက်	Cannabis Sative Bhang	အခေါက်	အားတိုးဆေး၊ အဆိပ် ဖြေဆေး၊ စိတ်ငြိမ်ဆေး၊ ဗိုက်ရစ်နာမှုကို သက် သာစေ၏။

စဉ်	မြန်မာ အမည်	ရုက္ခဗေဒ အမည်	အသုံးပြုသည့် အစိတ်အပိုင်း	ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ အသုံးဝင်ပုံ
၁၆	ငရုတ်	Capsicum frutescens	အသီး	အားတိုးဆေး၊ ဗိုက်နာ သက်သာစေသည့်ဆေး အဖြစ် သုံးနိုင်သည်။ လေဆေး၊ အရည်ကြည် အိတ်တည်သည့် အနာ များကို မြန်မြန်ပေါက် စေသည်။
၁၇	သဘော	Carica Papaya C.hermaphrodita C.vulgaris	အသီး အစေ့ အမြစ် အရွက်	မျိုးပွားမှုကို ထိန်းပေး၏။ ဝမ်းကိုက်ပျောက်ဆေး၊ သန်ချဆေး၊ အစာကြေ ဆေးအဖြစ် သုံးနိုင်သည်။ သဘောပင်၏အစေးသည် သွေးကို ခဲစေသည်။
၁၈	သဘော မယ်လီ	Cassia alata	အရွက် အပင် အမြစ်	အကျိတ်များကြီးထွားမှု ကို ဟန့်တားပေးသည်။ ၎င်းတွင် ပါဝင်သော anthraquinone သည် ဝမ်း လျှောစေသည့် အူသိမ် ဦးပိုင်း ပိုးသတ်ဆေး အဖြစ် သုံးနိုင်သည်။
၁၉	ငူရွှေဝါ/ ငူရွှေ	Cassia fistula	အရွက် အခေါက် အပွင့် အစေ့	ဝမ်းပျော့ဆေး၊ ချုပ်ဆေး၊ အားဆေး၊ အန်ဆေး၊ ဝမ်းနုတ်ဆေးတို့အဖြစ် သုံးနိုင်သည်။ ၎င်း၏

စဉ်	မြန်မာ အမည်	ရုက္ခဗေဒ အမည်	အသုံးပြုသည့် အစိတ်အပိုင်း	ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ အသုံးဝင်ပုံ
၂၀	မဲလီ/ တော မဲလီ	Cassia Siamea	အရွက် အပွင့် အစေ့ အသား	ပျော့ဖတ် အရည်သည် မွေဆေးပေးထားသော ခွေးများ၏သွေးဖိအားကို လျော့စေသည်။ ၎င်းအရွက်မှထွက်သော အရည်သည် Stap, aureus, B. Subtilis, B.proteus, Vibrio cholerae စသည့် ပိုးတို့ကို သေစေနိုင်သည်။
၂၁	ဖရဲ	Citrullus Vulgaria	အသီး	သလိပ်ရွှင်ဆေး၊ နှုတ် မြိန်ဆေးအဖြစ် အသုံးပြု နိုင်သည်။ ယားယံသော ရောဂါကို ပျောက်ကင်း စေသည်။
၂၂	ဖလံ တောင် ဌေး	Costus Speciosus	အမြစ်ဖု	အရောင်လျော့စေ၊ သား အိမ် အားကောင်းစေ၊ ဆီးထဲသွေးပါခြင်းကို ပျောက်ကင်းစေသည်။
၂၃	နန္ဒင်း	Curcuma Longa C. domestica Huidee	အမြစ်ဖု	အားတိုးဆေး၊ လေဆေး အဖြစ် သုံးနိုင်သည်။ အနံ့မွှေးသည်။ အနာများ နှင့် အကြောတင်လျှင် လိမ်းပေးနိုင်သည်။

စဉ်	မြန်မာ အမည်	ရုက္ခဗေဒ အမည်	အသုံးပြုသည့် အစိတ်အပိုင်း	ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ အသုံးဝင်ပုံ
၂၄	မြေစာ မြက်	Cynodon dactylon	အပင်လုံး	လတ်ဆတ်သည့်အရည် ကို သန်ချဆေးအနေနှင့် လည်းကောင်း၊ အရေပြား ယားယံခြင်း၌လည်း ကောင်း လိမ်းပေးနိုင် သည်။
၂၅	ပဒိုင်း ဖြူ	Daturametel D.alba, Nees Solanocceal	အရွက် အစေ့ အမြစ်	ကာလသားရောဂါ ကြောင့် ဖြစ်တတ်သော ဖောရောင်ခြင်းများတွင် ဆီးရွှင်ဆေးအဖြစ် သုံး နိုင်သည်။ လိပ်ခေါင်း ရောဂါတွင် သွေးထွက်မှု ကို ရပ်စေသည်။ ဝမ်း သွားခြင်း၊ ဝမ်းလျှောခြင်း၊ အနာသစ်များ စသည် တို့၌ ချုပ်ဆေးအဖြစ် သုံးနိုင်သည်။

စဉ်	မြန်မာ အမည်	ရုက္ခဗေဒ အမည်	အသုံးပြုသည့် အစိတ်အပိုင်း	ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ အသုံးဝင်ပုံ
၂၆	ရိုန်း ခို	Ferula foetida, Regal F.alliaceae Boiss Assafoetida	အရွက် ခြောက်	စိတ်ငြိမ်ဆေးအဖြစ် သုံးနိုင်သည်။ နို့ထွက် ကောင်းစေသည်။ လေ ပြွန်ရောင်၍ အသက်ရှူ ကျပ်ခြင်းကို သက်သာ စေသည်။
၂၇	ပဲ ပုပ်	Glycine max, Merr Pepilion -aceae	အမြစ်	လေဆေး၊ သလိပ်ရွှင် ဆေးအဖြစ်သုံးနိုင်သည်။ နာကျင်မှုကို ပျောက် စေသည်။
၂၈	နွယ်ချို	Glycyrrhiza glabra G. malensis	အမြစ်	အချဉ်ဓာတ်ရှိ၍ ဝမ်း သက်လျော့ရောဂါ၊ အူ ၌ဖြစ်သောရောဂါများ အတွက် သုံးသည်။ ဆီးချို ရောဂါအတွက်လည်း သုံးနိုင်သည်။
၂၉	ဆင် လက် မောင်း	Heliotrapium indicum, L Boraginaceae	အပင်လုံး	သလိပ်ရွှင်ဆေး၊ ဝမ်း ပျော့ဆေးအဖြစ် သုံး နိုင်သည်။
				အမြစ်မှရသော အရည် သည် ကြွက်များသားအိမ် ကို နှိုးဆွပေးသည်။

စဉ်	မြန်မာ အမည်	ရုက္ခဗေဒ အမည်	အသုံးပြုသည့် အစိတ်အပိုင်း	ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ အသုံးဝင်ပုံ
၃၀	ဆင်နှာ မောင်း အဝေ ရာ	Leucaena glauca	အခေါက် အသီး	ထို့ပြင် အကျိတ်များကြီး ထွားမှုကို ဟန့်တားပေး သည်။ ကိုယ်တွင်း နာကျင်ကိုက် ခဲသောရောဂါအတွက် သုံးနိုင်သည်။ သန့်ချဆေး အဖြစ် သုံးနိုင်သည်။
၃၁	မင် သာ	Mentha arvensis	အရွက်	လေဆေး၊ ချုပ်ဆေး၊ ဆီး ရွှင်ဆေး၊ ကိုယ်ပူကျဆေး အဖြစ် သုံးနိုင်သည်။ မီးယပ်မှန်စေသည်။
၃၂	ထိ ကရုံး	Mimosa pudica	အရွက် အမြစ် အပင်	လိပ်ခေါင်းနှင့် ဖက်ခွက် နာ ပေါက်သည့်အခါ အသုံးပြုသည်။ ပိုးသတ် ဆေးအဖြစ် အနာကို ဆေးပေးနိုင်သည်။ အဆိပ်ရှိသည့်အကောင် ကိုက်သည့်အခါ သုံးနိုင် သည်။
၃၃	ကြက် ဟင်း ခါး	Momordica charantia	အသီး အရွက်	ယားနာရောဂါ၊ အသား ဝါရောဂါ၊ ရေဖျဉ်းရောဂါ များကို ပျောက်ကင်းစေ သည်။ အဆစ်ရောင်

စဉ်	မြန်မာ အမည်	ရုက္ခဗေဒ အမည်	အသုံးပြုသည့် အစိတ်အပိုင်း	ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ အသုံးဝင်ပုံ
၃၄	ဒန့် သလွန်	Moringa oleifera M.nux-ben M.pterygo- sperme	အရွက် အမြစ် အစေ့	လျှင် အသီးနှုတ်အရည် ကို လိမ်းပေးနိုင်သည်။ ဒန့်သလွန်တွင်ပါဝင် သော Moringinine သည် သွေးတိုးစေ၊ နှလုံးခုန်နှုန်း မြန်စေသည်။ ဒန့်သလွန် ရွက်အရည်သည် ဝမ်း လျှောခြင်းကို သက်သာ စေသည်။
၃၅	ငှက် ပျော	Musa sapiantum M.paradisiaca	အသီး	ငှက်ပျောသီးတွင်ပါဝင် သော Serotonin သည် အစာအိမ်တွင်းရှိ enzyme ထုတ်လုပ်မှုကို နည်းစေ ပြီး အူသိမ်ပိုင်း၏ ကျုံ့ အားကို မြန်စေ၏။ phynylbutazone ကြောင့် ဖြစ်သော အစာအိမ် အနာကို ပျောက်ကင်း စေသည်။
၃၆	ဆေး ရွက် ကြီး	Nicotiana tabacum	အရွက်	သန့်ချဆေးအဖြစ် အသုံး ပြုနိုင်သည်။ ပြင်ပကပ်ပိုး ပိုးများကို သေစေသည်။ ငြိမ်ဆေး၊ အန်ဆေး

စဉ်	မြန်မာ အမည်	ရုက္ခဗေဒ အမည်	အသုံးပြုသည့် အစိတ်အပိုင်း	ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ အသုံးဝင်ပုံ
၃၇	ပင် စိမ်း	Ocimum sanctum O.album O.flexceisum	အရွက် အစေ့	အဖြစ်လည်း သုံးနိုင် သည်။ အဆစ်ရောင်၍ ကိုက်ခဲခြင်းကို ပျောက် စေသည်။ ပိုးကျစေသောအနာကို ဖြူးပါက အနာတွင်ကျ ရောက်နေသောပိုးများ ပျောက်ကွယ်စေသည်။
၃၈	ကြောင် လျှာ	Oroxylum indicum Calosanthès indica	အမြစ် အခေါက်	ဝမ်းသွားခြင်းနှင့် လေး ဖက်နာရောဂါတို့တွင် အသုံးပြုသည်။ မြင်းကုန်း နီးကြောင့် ပွန်းပဲ့ဒဏ်ရာ ရခြင်းကို ပျောက်စေ သည်။ အသီး အစေ့
၃၉	ဆန် စပါး	Oryze sativa	အစေ့	ကိုယ်ခန္ဓာကြီးထွားစေ သည်။
၄၀	ဘိန်း	Papaver somniaferum	အစေ့	ဝမ်းလျှောခြင်းကို ပျောက် စေသည်။ စိတ်ချောက် ချားရာတွင် ငြိမ်ဆေး အဖြစ် သုံးနိုင်သည်။

စဉ်	မြန်မာ အမည်	ရုက္ခဗေဒ အမည်	အသုံးပြုသည့် အစိတ်အပိုင်း	ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ အသုံးဝင်ပုံ
၄၁	ဆီးဖြူ	Phyllanthus emblica Emblica officinalis	အသီး	အဖျားကျဆေး၊ ဝမ်းပျော့ ဆေး၊ လေဆေး၊ ဆီးရွှင် ဆေးအဖြစ် သုံးသည်။ ဆီးဖြူသီးကို သံဓာတ် နှင့်ရောပေးပါက သွေး အားနည်းခြင်း၊ ဝမ်းကိုက် ခြင်း၊ ဝမ်းလျှောခြင်း၊ အစာမကြေခြင်းတို့ကို ပျောက်ကင်းစေသည်။ ဆီးဖြူသီးကိုလှီးဖြတ်ရာမှ ထွက်လာသောအရည်ကို မျက်စိရောင်သည့်အခါ အပြင်မှ လိမ်းပေးနိုင် သည်။
၄၂	ကရဝေ	Cinnamomum cassia	အခေါက် အရွက်	အတွင်းဘက်ရှိ အခေါက် အခြောက်ကို လေဆေး အဖြစ် သုံးနိုင်သည်။ အစာမကြေ၊ ဝမ်းဗိုက် အောင့်၊ ဝမ်းသက်အစာ အိမ်တောင့် ခိုင့်သော ရောဂါအတွက်သုံးနိုင်ပြီး ကိုယ်ဝန်ပျက်ခြင်းကို တားမြစ်နိုင်သည်။

စဉ်	မြန်မာ အမည်	ရုက္ခဗေဒ အမည်	အသုံးပြုသည့် အစိတ်အပိုင်း	ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ အသုံးဝင်ပုံ
၄၃	ငရုတ် ကောင်း	Piper nigrum	အစေ့	မွှေးသည့်အနံ့ရှိသည်။ ဝမ်းသွားစေနိုင်သည်။ လေဆေးအဖြစ် သုံးနိုင်သည်။
၄၄	ကန့်ချုပ်နီ ကန့်ချုပ်ဖြူ	Plumbago rosea P.zeylanica	အမြစ်	လေဆေးအဖြစ် အသုံးပြုသည်။ ကန့်ချုပ်နီတွင် ပါသော Plumbagin သည် ဖား၊ ပူးနှင့်ယုန်တို့၏ ဗဟို နှာခံကြောအဖွဲ့ကို လှုံ့ဆွပေးသည်။ ၎င်းကို များစွာ သုံးလျှင် C.N.S ကို ဖိနှိပ်ထားသည်။ ကိုယ်ဝန်ဆောင် ကြွက်များတွင် ၎င်းကို ထိုးပေးလျှင် သန္ဓေသားကို သေစေပြီး သားဥများ၏ လုပ်ငန်းကို နှောင့်ယှက်တတ်သည်။
၄၅	မြူရွက်	Chenopodium album	အပင်	သန်ချဆေး၊ ဝမ်းပျော့ဆေး၊ ဆီးရွှင်ဆေး၊ နှုတ်မြိန်ဆေးအဖြစ် သုံးနိုင်သည်။
၄၆	မာလကာ	Pasidium guajawa	အသီး အရွက် အခေါက်	အရွက်မှရသောအဆီသည် E.coli Micrococcus Pyogerus စသော ဗက်တီး

စဉ်	မြန်မာ အမည်	ရုက္ခဗေဒ အမည်	အသုံးပြုသည့် အစိတ်အပိုင်း	ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ အသုံးဝင်ပုံ
၄၇	သလဲ	Punica granatum	အခေါက် အမြစ်ခေါက် အသီး	ရိုးယားများ၏ကြီးထွားမှုကို ဟန့်တားသည်။ ချုပ်ဆေးနှင့် ဗိုက်နာပျောက်ဆေးအဖြစ် အခေါက်နှင့် အသီးကို သုံးနိုင်သည်။ အသီးမှ ရသော ဖျော်ရည်ကို အဖျားကျဆေးအဖြစ် သုံးနိုင်သည်။ အထူးသဖြင့် သန်ပြားကောင် သန်ချဆေးအဖြစ် သုံးနိုင်သည်။ အခွံကို ဝမ်းကိုက်၊ ဝမ်းလျှောသည့် အခါတွင် ပေး၍ရသည်။
၄၈	ဘုမ္မရာဇာ	Rauvolfia Serpentina	အမြစ်	ခါးသည်။ အားတိုးဆေး၊ ငြိမ်ဆေးအဖြစ် သုံးသည်။ ၎င်းတွင်ပါသော alkaloid သည် splanic area ရှိ သွေးကြောများကို ကျယ်စေခြင်းဖြင့် သွေးဖိအားကျစေသည်။
၄၉	ထောလပတ်	Rhinacanthus communis	တစ်ပင်လုံး	ပိုးသတ်ဆေးအဖြစ် သုံးနိုင်သည်။

စဉ်	မြန်မာ အမည်	ရုက္ခဗေဒ အမည်	အသုံးပြုသည့် အစိတ်အပိုင်း	ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ အသုံးဝင်ပုံ
၅၀	ကြက် ဆူ	Ricinus communis	အစေ့	ဝမ်းနုတ်ဆေးအဖြစ်သုံး နိုင်သည်။ ငါး စသည့် အဆိပ်ရှိသတ္တဝါ ကိုက်ခံ ရသည့်အခါ လိမ်းပေး ခြင်းဖြင့် အရောင်သက် သာစေသည်။
၅၁	ကြံ	Saccharum officinatum	ပင်စည် အမြစ်	ချိုသည်။ ဝမ်းပျော့စေ၊ ဆီးရွှင်စေသည်။
၅၂	နှမ်း	Sasaumu indicum	အစေ့	အန်စေတတ်သည်။ နို့ ရည်ကို တိုးပွားစေသည်။ အနာကို အသားနုတက် စေသည်။ အရွက်ကို ပြာ ချ၍တိုက်လျှင် ကျောက် တည်ရောဂါ၊ အရေပြား ရောဂါနှင့် သွားကိုက်ခြင်း ကို ပျောက်စေသည်။
၅၃	မန် ကျည်း	Tamarindus india	အသီး	သလိပ်ရွှင်ဆေး၊ နှုတ်မြိန် ဆေး၊ လေနာရောဂါ ပျောက်ဆေး၊ ဆီးဝမ်းရွှင် ဆေး၊ ဝမ်းကိုက်ပျောက် ဆေးအဖြစ် သုံးနိုင်၏။
၅၄	ဆင်တုံး မနွယ်	Tinospora cordifolia	တစ် ပင်လုံး	အားတိုးဆေးအဖြစ် သုံး နိုင်သည်။ သွေးသန့် စေသည်။

စဉ်	မြန်မာ အမည်	ရုက္ခဗေဒ အမည်	အသုံးပြုသည့် အစိတ်အပိုင်း	ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ အသုံးဝင်ပုံ
၅၅	ဝါ	Grossypium arboreum	အမြစ် အစေ့	အဖျားရောဂါတွင်သုံး သည်။ ကာလသား ရောဂါနှင့် ဆီးအိမ် ရောင်ရမ်းမှုတွင် သုံးနိုင် သည်။
၅၆	ပရုတ်	Cinnamomum	အပင်	ပိုးသတ်ဆေးအဖြစ် သုံး နိုင်သည်။ ချွေးထွက်များ စေသည်။ အရေပြားကို နွှိုးဆွပေးသည်။ နှလုံးကို နွှိုးဆွပေးသည်။ သလိပ် ရွှင်ဆေးအဖြစ်လည်း သုံးနိုင်သည်။ သန်ချ ဆေးအဖြစ်လည်း သုံး နိုင်သည်။
၅၇	ပဒိုင်း ခတ္တာ	Dhatura Stramonium	အပင် အသီး	နာကျင်ကိုက်ခဲမှုကို သက်သာစေသည်။ ငြိမ်ဆေးအဖြစ်လည်း ကောင်း၊ အဆိပ်ဖြေ ဆေးအဖြစ်လည်းကောင်း သုံးသည်။
			အရွက် အပွင့်	အပူလောင်သည့်အနာ အတွက်လည်း သုံးနိုင် သည်။

စဉ်	မြန်မာ အမည်	ရုက္ခဗေဒ အမည်	အသုံးပြုသည့် အစိတ်အပိုင်း	ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ အသုံးဝင်ပုံ
၅၈	နံနံ	Coriandrum Sativum	အသီး	အနံ့စူးရှသည်။လေဆေး၊ ဆီးဆေး၊ အားတိုးဆေး၊ အဖျားကျဆေးအဖြစ် သုံးနိုင်သည်။
၅၉	ဆူးဖြူ	Acacia arabica	အခေါက် အရွက်	ချုပ်ဆေးအဖြစ် ဝမ်းလျှော သည့်အခါ သုံးနိုင်သည်။ ဝမ်းကိုက်ပျောက်ဆေး၊ ဆီးချိုပျောက်ဆေးအဖြစ် လည်း အသုံးပြုနိုင်သည်။
၆၀	ဆီး	Zisyphus jujuba	အရွက် အသီး အခေါက်	ဝမ်းလျှောရောဂါအတွက် သုံးသည်။ သွေးကို သန့် စင်စေသည်။ အနာဟောင်းနှင့် အနာ ဆွေးအတွက် သုံးနိုင် သည်။ အဖျားရောဂါ အတွက်လည်း အသုံး ပြုနိုင်သည်။
၆၁	ညောင်	Ficus Bengalenis	အစေး အခေါက် အစေ့	နာကျင်မှုနှင့် အဆစ် ကိုက်ခဲမှုတွင်လည်း လိမ်း ပေးနိုင်သည်။ အခေါက် မှရသည့် ချုပ်ဆေးကို ဝမ်းလျှောနှင့်ဝမ်းကိုက် ရောဂါအတွက် သုံးနိုင်

စဉ်	မြန်မာ အမည်	ရုက္ခဗေဒ အမည်	အသုံးပြုသည့် အစိတ်အပိုင်း	ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ အသုံးဝင်ပုံ
၆၂	နွယ် သာ ကီ	Nerium indicum	အပင် အမြစ်	သည်။ ဆီးချိုရောဂါ အတွက်လည်း အသုံးပြု နိုင်သည်။ အဆိပ်ဖြစ်စေသည်။ ကာလသားရောဂါ ကြောင့် လိင်တံပေါ်တွင် ပေါက်သောအနာများ တွင် လိမ်းပေးနိုင်သည်။ ဆီးထဲသွေးပါခြင်းကို ပျောက်ကင်းစေသည်။ အဆီကို အရေပြား ရောဂါများအတွက် သုံးနိုင်သည်။ အနာကြီး ရောဂါအတွက်လည်း သုံးနိုင်သည်။
၆၃	ရှောက်	Citrus medica	အတွင်းသား အသီး အမြစ်	မွှေးသည်။ လေဆေး အဖြစ်လည်းကောင်း၊ ဗိုက်နာသည့်အခါလည်း ကောင်း သုံးနိုင်သည်။ အဆိပ်ဖြေဆေး၊ အားတိုး ဆေး၊ ချုပ်ဆေးအဖြစ် လည်း အသုံးပြုသည်။ သန်ချဆေး၊ ဝမ်းချုပ်

စဉ်	မြန်မာ အမည်	ရက္ခဗေဒ အမည်	အသုံးပြုသည့် အစိတ်အပိုင်း	ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ အသုံးဝင်ပုံ
၆၄	ကညွတ် / ရှဉ့် မတက်	Asparagus racemosus willed	အမြစ် အခေါက် အပင်	သည့် အခါ အန်ဆေး အဖြစ် သုံးနိုင်သည်။ အဖျားကျဆေး၊ ဆီးရွှင် ဆေးအဖြစ် အသုံးပြုနိုင် သည်။ သက်သာစေ သည်။ ဝမ်းချုပ်စေ သည်။ ဝမ်းကိုက်ရောဂါ ကို တားဆီးပေးသည်။ အဆစ်အမြစ်ကိုက်ခဲမှု နှင့် ဆီးချိုရောဂါ သက် သာစေသည်။
၆၅	ဖာလာ	Elattaria cardamonium	အစေ့	အနံ့စူး၊ မွှေးသည်။ ဗိုက် နာသည့်အခါ သုံးသည်။ လေဆေး၊ ဆီးရွှင်ဆေး အဖြစ် သုံးနိုင်သည်။
၆၆	ရုံးပတီ	Abelmoschus esculentus	အမြစ်	ဆီးရွှင်ဆေး၊ အကိုက် အခဲ၊ အရောင်အဖော ပျောက်စေသည်။ လိမ်းဆေးအဖြစ် သုံးနိုင် သည်။
၆၇	ကြက် မောက် ပြန်	Achyranthes aspera	အတွင်း သား	အဆိပ်ရှိသည့်အကောင် များ ကိုက်သည့်အခါ ထုံ ဆေးအဖြစ် သုံးသည်။

စဉ်	မြန်မာ အမည်	ရက္ခဗေဒ အမည်	အသုံးပြုသည့် အစိတ်အပိုင်း	ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ အသုံးဝင်ပုံ
၆၈	မုရား ကြီး	Adhatoda vasica		ဝမ်းနုတ်ဆေး၊ ဆီးရွှင် ဆေးအဖြစ်လည်း သုံး သည်။
၆၉	ကုတ္တို	Albizzia lebbbeck	အခေါက် အစေ့	လေပြွန်ရောင်သည့်အခါ သလိပ်ရွှင်ဆေးအဖြစ် သုံးသည်။
၇၀	ဣဿရ မူလီ	Aristolochia indica	အပင်	ဝမ်းလျှောရောဂါတွင် ချုပ်ဆေးအဖြစ် သုံး သည်။
၇၁	ထောက် ကြံ့	Terminalia -arjuna	အခေါက် အသီး	မီးယပ်သွေး မှန်စေသည်။ ချုပ်ဆေးအဖြစ်လည်း ကောင်း၊ နှလုံးအားတိုး ဆေးအဖြစ်လည်းကောင်း သုံးနိုင်သည်။ ဝမ်းပျော့ ဆေး၊ အဖျားကျဆေး အဖြစ်လည်းကောင်း၊ အနာကြီးရောဂါနှင့် ဝမ်း လျှောရောဂါအတွက် လည်းကောင်း သုံးနိုင် သည်။

စဉ်	မြန်မာ အမည်	ရုက္ခဗေဒ အမည်	အသုံးပြုသည့် အစိတ်အပိုင်း	ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ အသုံးဝင်ပုံ
၇၂	ပရန္တဝါ	Boerhaavia diffusa	အမြစ်	ဆီးရွှင်ဆေး၊ ဝမ်းပျော့ ဆေး၊ သလိပ်ရွှင်ဆေး အဖြစ် ရပ်ကျပ်ရောဂါ တွင် သုံးသည်။
၇၃	ပဲစင်း ငုံ	Cajanus indicus	အရွက်	ပိုးသတ်ဆေးအဖြစ်သုံး သည်။
၇၄	ကဆစ် သခွား ဖရဲခါး	Citrus colocynthis Leaves	အမြစ် အခေါက် အရွက်	ချုပ်ဆေး၊ ဆီးရွှင်ဆေး၊ ဝမ်းနုတ်ဆေး၊ အားတိုး ဆေး၊ သန်ချဆေးတို့ အဖြစ် အသုံးပြုနိုင်သည်။
၇၅	အာ ဂေါ မိုးသီး	Claviceps purpurea		သားအိမ်ကျူအား ကောင်းစေသည်။
၇၆	ငရဲ ပတူ	Clerodendron indicum		ကိုယ်ပူနာ၊ လေနာရောဂါ ကုရာတွင်လည်းကောင်း၊ အရွက်၊ အခက် သတ္တု ရည်ကို ထောပတ်နှင့် ရော၍ အနာ၊ မီးလျှံနာ ရောဂါကုရာတွင်လည်း ကောင်း သုံးသည်
၇၇	ကနုခို	Croton tiglium		ဝမ်းနုတ်ဆေးအပြင်း ဖြစ်သည်။

စဉ်	မြန်မာ အမည်	ရုက္ခဗေဒ အမည်	အသုံးပြုသည့် အစိတ်အပိုင်း	ဆေးဘက်ဆိုင်ရာ အသုံးဝင်ပုံ
၇၈	တလိ ပုဖွ	Digitalis purpurea		ဖျဉ်းဆွဲမှုတွင် နှလုံးအားတိုး ဆေးအဖြစ် သုံးသည်။
၇၉	ဝဥ	Dioscoria bulbifera		လိပ်ခေါင်း ရောဂါတွင် သုံးသည်။ ဝမ်းကိုက် ရောဂါနှင့် အနာပေါက် များအတွက် သုံးနိုင်သည်။
၈၀	ကုလား ပဲ	Dolichos biflorus	အစေ့	ချုပ်ဆေး၊ ဆီးရွှင်ဆေး၊ အားတိုးဆေးအဖြစ် အသုံး ပြုသည်။
၈၁	ပဲကြီး	Dolichos lab		လိင်စိတ်ကို နှိုးဆွပေး သည်။
၈၂	ကြိတ် မှန်	Ecliptaalba	အပင် အခေါက် အရွက်	အဖျားရောဂါနှင့် အသား ဝါရောဂါတွင် အားတိုး ဆေးအဖြစ် အသုံးပြု သည်။ သည်းခြေရည် စစ်ထုတ်မှု များစေသည်။
၈၃	မြင်း ခေါင်း နှာရောင်	Embelia ribes	အပင်	ချုပ်ဆေး၊ နှလုံးအားတိုး ဆေး၊ သန်ချဆေးတို့အဖြစ် အသုံးပြုနိုင်သည်။



အခန်း (၂)

ကျွဲ၊ နွား ရောဂါများအကြောင်း

နွားတို့တွင်ဖြစ်တတ်သောရောဂါအကြောင်းကို ဖော်ပြရာတွင် အဖြစ်များသောရောဂါအချို့ကိုသာ ဖော်ပြအပ်ပါသည်။ ရောဂါ အားလုံးကိုသာ ဖော်ပြရလျှင် ရောဂါအကြောင်းနှင့် ကျမ်းတစ်အုပ် ပြည့်သွားမည်ဖြစ်ပါသည်။

ရောဂါစစ်တမ်း

ကျွဲ၊ နွား ရောဂါအမျိုးအမည်ခွဲခြားနိုင်မှု ဆေးကုသနိုင်မည်။ တိရစ္ဆာန်ဆေးကုပညာရှင်တစ်ဦး၏ စွမ်းပကားသည် ရောဂါကို တိကျမှန်ကန်စွာ ဖော်ထုတ်ဆုံးဖြတ်နိုင်မှု သို့မဟုတ် အမည်မှည့် နိုင်မှု၊ သင့်တော်သောဆေးများနှင့် ကုစားနိုင်မှုတို့အပေါ်တွင် တည်ရှိသည်ဖြစ်ရာ ဆေးပညာတစ်ခုတည်းကို အားမကိုးဘဲ တိရစ္ဆာန်များ၏ကျန်းမာစဉ် တွေ့ရှိရသော သဏ္ဌာန်လက္ခဏာများ၊ ကိုယ်နေကိုယ်ထားအမူအရာ၊ လှုပ်ရှားမှုအလေ့အကျင့်များနှင့် မကျန်းမာစဉ် တွေ့ရသည့်လက္ခဏာများနှင့် အသွင်သဏ္ဌာန်တို့ကို ကောင်းစွာကျွမ်းကျင်နားလည်ရန် လိုအပ်ပါသည်။

ရောဂါ၏ဇာစ်မြစ်ရာဇဝင်ကို မေးမြန်းစုံစမ်းရန် အထူးအရေးကြီးပါသည်။ ပိုင်ရှင်နှင့် ပတ်ဝန်းကျင်၏ အပြောလက္ခဏာများကို စေ့စေ့ငင စုံစမ်းရန်လိုပါသည်။

- (၁) ပိုင်ရှင်၏လက်တွင်းသို့ ရောက်ရှိသည့်ကာလ
 - (၂) ရောဂါဖြစ်သောအချိန်ကာလ
 - (၃) ယခင်က ဤရောဂါမျိုး ဖြစ်ဖူးခြင်း ရှိ/မရှိ
 - (၄) အတူနေတိရစ္ဆာန်များ ရှိ/မရှိ၊ ၎င်းတို့တွင် ဤလက္ခဏာများ ရှိ/မရှိ
 - (၅) ဝမ်းသွား၊ ဆီးသွားခြင်း မှန်/မမှန်
 - (၆) ကျွေးမွေးသောအစာ ကောင်း/မကောင်း
 - (၇) တိရစ္ဆာန်အမဖြစ်လျှင် မျိုး ရှိ/မရှိ
 - (၈) ယခင်က မည်သည့်ဆေးများကို တိုက်ကျွေးထိုးနှံထားသည်တို့ကိုမေးပြီးမှ မိမိစမ်းသပ်လိုသည့်အချက်များကို အကဲခတ်ခြင်း နည်းလမ်းအတိုင်း စမ်းသပ်ကြည့်ရှုကုသရန် လိုအပ်ပါသည်။
- ကျွဲ၊ နွား တစ်ကောင်သည် ကျန်းမာ၍နေပါက ပြောင်းလဲမှုမရှိဘဲ အသားအရေသည် ပျော့ပျောင်းခြင်း၊ ချောခြင်း၊ အလွယ်တကူ လှုပ်ရှားနိုင်ခြင်း၊ အမွေးသည် အရောင်လက်၍တောက်ခြင်း၊ ကြမ်းတမ်းခြင်းမရှိဘဲ အလျှော့အတင်းပြုလုပ်ရခြင်း၊ အမွေးကျွတ်ခြင်းများ မရှိပေ။ ကျွဲ၊ နွား ၏ သာမန်အပူချိန်မှာ ၁၀၁ ဒီဂရီမှ ၁၀၂ ဒီဂရီ ၃မ ၈ ဒီဂရီဖာရင်ဟိုက်နှင့် သွေးခွန်နှုန်းမှာ တစ်မိနစ်လျှင် ၄၅ မှ ၅၀ အထိဖြစ်ပြီး အသက်ရှူနှုန်းမှာ တစ်မိနစ်လျှင် ၁၂ မှ ၁၅ အထိ ဖြစ်သည်။

မြန်မာ ကျွဲ၊ နွား တို့တွင် ဖြစ်ပွားတတ်သော အများဆုံးတွေ့ရှိသည့်ရောဂါများမှာ အောက်ပါအတိုင်းဖြစ်သည်-

- (၁) ကျောက်ရောဂါ
- (၂) ထောင့်သန်းရောဂါ

- (၃) လျှာနာခွာနာရောဂါ
- (၄) ပေါင်ပုပ်လက်ပုပ်ရောဂါ
- (၅) လည်ချောင်းကွဲရောဂါ
- (၆) ကျွဲ၊ နွား အဆုတ်နာရောဂါ
- (၇) အသက်ရှူနှင့်အစာခြေလမ်းကြောင်းဆုံရောင်ခြင်း
- (၈) ချောင်းဆိုးရောဂါ
- (၉) အဆုတ်အအေးမိရောဂါ
- (၁၀) အာခေါင်ရောင်ရမ်းရောဂါ
- (၁၁) အစာအိမ်ပြည့်တင်းရောဂါ
- (၁၂) အစာအိမ်လေပြည့်တင်းရောဂါ
- (၁၃) ဝမ်းချုပ်ခြင်း
- (၁၄) ဝမ်းသွားခြင်း
- (၁၅) အသားဝါရောဂါ
- (၁၆) ကျောက်ကပ်ရောင်ရောဂါ
- (၁၇) ဆီးထဲတွင်သွေးပါသောရောဂါ
- (၁၈) သားလျှောရောဂါ
- (၁၉) သွပ်ရောဂါ
- (၂၀) သန်ကောင်ရောဂါ
- (၂၁) သွေးဝမ်းကိုက်ရောဂါ
- (၂၂) နွားတုတ်ရောဂါ
- (၂၃) ကျွဲ၊ နွား ခွေးရူးရောဂါ
- (၂၄) နွားမ မွေးဖွားပြီး အချင်းမကျရောဂါ
- (၂၅) နို့အုံရောင်ရမ်းရောဂါ
- (၂၆) ဝဲရောဂါ
- (၂၇) ပြောင်းဆိပ်တောက်ရောဂါ

၁။ ထောင့်သန်းရောဂါ

ဤရောဂါကို အရပ်ဒေသအလိုက် မြန်မာတို့သည် သရက်ရွက် ကြီးရောဂါ၊ သည်းကြီးရင်ကားရောဂါ၊ မှင်သက်မိနာ၊ မိုးကြိုးပစ်နာ၊ ထောင့်သန်းနာ စသည်ဖြင့် ခေါ်ကြသည်။

ရောဂါဖြစ်တိရစ္ဆာန် ၊ ခြေလေးချောင်းတိရစ္ဆာန်၊ ဆင်၊ သိုး၊ ဆိတ်၊ မြင်း၊ ကျွဲ၊ နွား၊ ဝက် တို့တွင် အဖြစ်များသည်။ လူကိုပါ ကူးစက် နိုင်သည်။ တစ်ကမ္ဘာလုံးတွင် ရောဂါဖြစ်ပွားသည်။

ရောဂါကူးစက်ပုံ ၊ ရောဂါပိုးသည် ခန္ဓာကိုယ်တွင် ရှိသဖြင့် တိရစ္ဆာန်တို့မှ စွန့်ထုတ်သည့် ကျင်ကြီး၊ ကျင်ငယ်နှင့် ခန္ဓာကိုယ် အနံ့အပြားတွင် အရိအရွဲများဖြင့် ၎င်းပိုးပါသော အစာရေစာများ စားသောက်မိခြင်းဖြင့် လည်းကောင်း၊ ထိခိုက်ရုန်နာများမှတစ်ဆင့် သော်လည်းကောင်း ဖြစ်ပေါ်စေနိုင်သည်။

ရောဂါငုပ်ချိန် ၊ ၃ ရက်မှ ၄ ရက်အထိ။

ရောဂါသဏ္ဌာန်လက္ခဏာများ ၊ ဤရောဂါဖြစ်လျှင် အသေမြန်၍ သေပြီးမှ ပြသည့်သဏ္ဌာန်လက္ခဏာများကို အတွေ့များသည်။ ရောဂါဖြစ်သော တိရစ္ဆာန်သည် တစ်ကောင်တည်းခွဲနေတတ်ခြင်း၊ ယိမ်းယိုင်နေ၍ လမ်းကောင်းစွာမသွားနိုင်ခြင်း၊ ခေါင်းငိုက်စိုက် ကျပြီး အသားများ တုန်လှုပ်နေခြင်း၊ မျက်လုံးများနီရဲနေခြင်း၊ အစာမစားဘဲ မှိုင့်တွေနေခြင်း၊ အပူချိန် ၁၀၅ မှ ၁၀၈ ဒီဂရီ ဖာရင်ဟိုက်အထိ ရှိနေခြင်းတို့ကို တွေ့ရတတ်သည်။

အသေကောင်၏ဝမ်းဗိုက်ဖောင်းပြီး ဒွါရနှင့် ပါးစပ်တို့မှ သွေးရောနှောနေသော အညစ်အကြေးများထွက်ခြင်း စသည်တို့ကို တွေ့ရသည်။

ကာကွယ်ခြင်း ၊ ရောဂါမဖြစ်ပွားမီ ထောင့်သန်းရောဂါကာကွယ်ဆေး ထိုးနှံရမည်။ ရောဂါကာကွယ်ဆေးမှာ တစ်နှစ်ခံသည်။ အသေကောင် ကို မြေမြှုပ်ခြင်း သို့မဟုတ် မီးရှို့ဖျက်ဆီးပစ်ခြင်း ပြုရမည်။

၂။ လျှာနာခွာနာရောဂါ

ရောဂါဖြစ်ပွားရာဒေသ ၊ တစ်ကမ္ဘာလုံးဖြစ်သော်လည်း ယခုအခါ တောင်အမေရိကတိုက်၊ အာဖရိကတိုက်နှင့် အာရှတိုက် တို့တွင်သာ ရောဂါဖြစ်ပွားတော့သည်။

ရောဂါဖြစ်တိရစ္ဆာန် ၊ ခွာကွဲတိရစ္ဆာန်များအားလုံး ဖြစ်သည်။

ရောဂါဖြစ်စေသည့်အကြောင်းရင်း ၊ ခွာနာလျှာနာ ရောဂါပိုးကြောင့် ဖြစ်သည်။

ကူးစက်ပြန့်ပွားခြင်း ၊ တိရစ္ဆာန်များ တိုက်ရိုက်သော်လည်းကောင်း၊ အစာရေစာ အညစ်အကြေးတို့မှတစ်ဆင့်သော်လည်းကောင်း ကူးစက်သည်။

ရောဂါသဏ္ဌာန်လက္ခဏာ ၊ ၂ ရက်မှ ၆ ရက်အတွင်း ပေါ်တတ် သည်။ ကိုယ်အပူချိန် ၁၀၄ မှ ၁၀၆ ဒီဂရီဖာရင်ဟိုက်အထိ မြင့်တက်သည်။ အစာမစားနိုင်၊ သွားရည်ကျ၍ နှုတ်ခမ်းနှင့်လျှာ အထိမခံနိုင်ပါ။ လျှာ၊ အာခေါင်ရင်းတို့၌ အနာဖုကလေးများ ပေါက်လာသည်။ နောက်ရက်ပိုင်းတွင် ခွာကြားနှင့်ခွာပန်းကုံးများ၌ အနာကလေးများ ပေါက်လာသည်။ ကိုယ်အလေးအချိန် လျော့၍ ပိန်ချုံးလာတတ်သည်။ နွားမများ နို့ထွက်နှုန်း ကျတတ်ပါသည်။ ခွာကျွတ်ခြင်း၊ ခွာရှည်ထွက်လာခြင်းများ ဖြစ်တတ်သည်။ ခြောက်လအောက် နွားကလေးများ အစာငတ်ခြင်းနှင့် နှလုံးရောဂါ ကြောင့် သေဆုံးတတ်သည်။

ရောဂါကုသခြင်း ၊ ၊ ရောဂါကို ကုသခြင်းနှင့်အတူ ထိန်းချုပ်ရန် လိုပါသည်။ ရောဂါဖြစ်သည့် ကျွဲ၊ နွားများကို ခွဲခြားထားရန်နှင့် အများပြည်သူများ သွားလာသည့်နေရာ ကျွဲ၊ နွားစားကျက်၊ ရေတိုက် ရေချနေရာများသို့ သွားရောက်ခြင်းမပြုရန် လိုပါသည်။ မွေးမြူရေး နှင့် ကုသရေးဦးစီးဌာနက ထုတ်လုပ်သည့် လျှာနာခွာနာကာကွယ်ဆေး ထိုးနှံပေးခြင်းဖြင့် ရောဂါကာကွယ်နိုင်ပါသည်။ နိုင်ငံတကာတွင် ကာကွယ်ဆေး ထိုးနှံပေးခြင်းလုပ်ငန်းကို ဆောင်ရွက်နေကြပါသည်။ မြန်မာနိုင်ငံတွင်လည်း လျှာနာခွာနာ ကာကွယ်ဆေးကို ထိုးနှံ ပေးသည်။

၃။ ပေါင်ပုပ်လက်ပုပ်ရောဂါ

ဤရောဂါကို အရပ်ဒေသအလိုက် ပေါင်ဆွေးနာ၊ ပေါင်ကြီးနာ၊ ကြိတ်နာ၊ တင်ပါးနက်နာ ဟူ၍ ခေါ်ကြသည်။

ရောဂါဖြစ်ပွားသည့်တိရစ္ဆာန် ၊ သိုး၊ ဆိတ်၊ ကျွဲ၊ နွား။

ရောဂါဖြစ်ပွားရာဒေသ ၊ တစ်ကမ္ဘာလုံးဖြစ်သည်။ ရောဂါပိုးကြောင့် ဖြစ်သည်။ ခန္ဓာကိုယ်အရေပြား၏ ထိခိုက်ဒဏ်ရာများမှတစ်ဆင့် ခန္ဓာကိုယ်တွင်းသို့ ဝင်ရောက်ခြင်းဖြင့် ရောဂါဖြစ်ပွားသည်။

ရောဂါငုပ်ချိန် ၊ ၁ ရက်မှ ၅ ရက်။

ရောဂါသဏ္ဌာန်လက္ခဏာ ၊ နွားကလေးများတွင်သာ အဖြစ်များ သည်။ အသက် ၃ နှစ်အထက် နွားကြီးများတွင် ဖြစ်လေ့မရှိချေ။ နွားကလေးသည် အုပ်စုနှင့်မလိုက်နိုင်ဘဲ သင်းခွဲနေလေ့ရှိသည်။ ဖြစ်စတွင် အပူချိန် ၁၀၄ ဒီဂရီအထိ တက်သည်။ အမွေးဆောင်း ခြင်း၊ ကိုယ်ခန္ဓာအရှေ့ပိုင်းအေးခြင်း၊ ခြေလက်များ အနည်းငယ် ရောင်ရမ်းခြင်း ရှိသည်။ ရောင်ရမ်းသည့်နေရာကို ဖိကြည့်လျှင်

အနည်းငယ်ပူနွေးနေသည်။ နောက် အေးစက်သွားသည်။ ရောင်ရမ်း သည့်အပိုင်းသည် နှိပ်ကြည့်လျှင် အသံတစ်စုံမြည်တတ်သည်။ ခွဲကြည့်ပါက ညိုမည်းသောသွေးပုပ်ရည်များ ထွက်ကျလာတတ် သည်။ ခြေနှင့်လက်သည် ထောင့်တန်းနာလေ့ရှိသည်။ ဝမ်းချုပ် သည်၊ တဖြည်းဖြည်းနှင့် ဝမ်းခေါင်းချိုင့်ကို လေပြည့်လာသည်။

ရောဂါကုသခြင်းများ ၊ ၊ ရောဂါဖြစ်ပွားသည့် နွားကလေးအား မည်သည့် ဆေးမှမတိုက်ကျွေး၊ မထိုးနှံမီ၊ ဝမ်းချုပ်ပေးရန် လိုပါသည်။ ရောင်ရမ်းမှုသည် လက်ဖြင့်ဖိကြည့်ပါက စိစိနှင့်မြည်၍ ရေနှင့်လေ ခိုအောင်းနေလျှင် ဓားဖြင့်ခွဲစိတ်၍ အနာကို သွေးပြည်ကုန်အောင် သန့်စင်၍ ဆေးထည့်ပေးရမည်။

ကာကွယ်ပေးခြင်း ၊ ၊ အသက် ၃ လအထက်မှ ၃ နှစ်အောက် နွားများကို ပေါင်ပုပ်လက်ပုပ်ကာကွယ်ဆေး၊ ၆ လတစ်ကြိမ် ထိုးပေးရမည်။ အသေကောင်ကို ဖျက်ဆီးမြေမြှုပ်ပစ်ရမည်။

၄။ လည်ချောင်းကွဲရောဂါ

ကျွဲ၊ နွား လည်ချောင်းကွဲရောဂါကို အရပ်ဒေသအလိုက်၍ လည်တို ခွာခုတ်ရောဂါ၊ ဂျိတ်နာ၊ ဂူနာ၊ ဟောက်နာ၊ လည်ပင်း ပိတ်နာ၊ လည်ချောင်းရောင်နာ ဟူ၍ အခေါ်ကွဲကြသည်။

ရောဂါဖြစ်ပွားသည့်တိရစ္ဆာန် ၊ သိုး၊ ဆိတ်၊ ကျွဲ၊ နွား၊ ဆင်။

ရောဂါဖြစ်ပွားရာဒေသ ၊ တစ်ကမ္ဘာလုံးတွင် ဖြစ်ပါသည်။

ရောဂါဖြစ်ပွားရခြင်းအကြောင်းရင်း ၊ ၊ ရောဂါပိုးကြောင့်ဖြစ်သည်။ ရောဂါပိုးပါသော အစာရေစာများ စားသောက်ခြင်းမှ လည်းကောင်း၊ ရောဂါ ဖြစ်ပွားသည့် ကျွဲ၊ နွားမှ ကျင်ကြီး၊ ကျင်ငယ် ရည်၊ နာရည်များမှလည်းကောင်း ကူးစက်တတ်သည်။

ရောဂါသဏ္ဌာန်လက္ခဏာ ၊ ၊ လည်ချောင်းကွဲရောဂါသည်လည်း ထောင့်သန်းရောဂါကဲ့သို့ အသေမြန်သည်။ အပူချိန် ၁၀၆ ဒီဂရီ ဖာရင်ဟိုက်အထိ တက်တတ်သည်။ တွေ့ဝေ့နိုင်ခြင်း၊ အစာ မစားခြင်း၊ ခေါင်းငိုက်စိုက်ကျနေခြင်း၊ အသက်ရှူပြင်းခြင်း၊ စားမြုံ့ မပြန်ခြင်း၊ မျက်လုံး နီမြန်းခြင်း၊ မျက်ရည်ကျခြင်း၊ အသားတုန်လှုပ် နေခြင်း၊ ခြေ၊ လက်၊ နားရွက်များ အေးစက်နေခြင်း၊ အသက်ရှူ လမ်းကြောင်းတွင် ရောင်ရမ်းနာနေခြင်း၊ နှာခေါင်းချိုင့်ပိုင်းတွင် ရောင်ရမ်းခြင်း၊ လည်ပင်းရောင်၍ အကျိတ်များ ထွက်ခြင်းတို့ ဖြစ်လာသည်။ အသက်ရှူကျပ်ခြင်း၊ အစာမမျှနိုင်ခြင်း၊ လျှာထွက် နေတတ်ခြင်းတို့ဖြစ်ပြီး ရောဂါသည် အသက်ရှူလမ်းကြောင်းမှ အစာခြေလမ်းကြောင်းသို့ ကူးစက်သွားသည်။

ကာကွယ်ပေးခြင်း ၊ ၊ လေးလသားအထက်မှစ၍ မွေးကုဦးစီးဌာနက ထုတ်သည့် ကျွဲ၊ နွားလည်ချောင်းကွဲရောဂါကာကွယ်ဆေး (ကျောက်ချဉ်) ကို အရည်ပြားအောက် ၂၅ စီစီ၊ ခြောက်လတစ်ကြိမ် ထိုးနှံပေးရမည်။ အသေကောင်ကို ဖျက်ဆီးမြှုပ်နှံပစ်ရမည်။

၅။ ချောင်းဆိုးသွေးပါ အဆုတ်နာရောဂါ
ရောဂါဖြစ်ပွားရာဒေသ ၊ ၊ တစ်ကမ္ဘာလုံးတွင် ဖြစ်ပါသည်။

ရောဂါဖြစ်ပွားရခြင်းအကြောင်းရင်း ၊ ၊ ရောဂါပိုးကြောင့်ဖြစ်သည်။ တစ်ကောင်နှင့်တစ်ကောင် အစာရေစာ၊ အသက်ရှူ၍နီခြင်း၊ အညစ်အကြေးထိတွေ့ခြင်းတို့မှ ကူးစက်ပါသည်။

ရောဂါသဏ္ဌာန်လက္ခဏာ ၊ ၊ ရောဂါဖြစ်စတွင် မကြာခဏချောင်းဆိုး သည်။ ၃-၄ လ ကြာလျှင် သလိပ်၊ ခွဲများ ပါတတ်သည်။ ကိုယ်ခန္ဓာ ပြင်ပမှ အကျိတ်များရောင်ရမ်းမှုရှိသည်။ နွားသည် ရင်ကိုမ၍

အသက်ရှူလေ့ရှိသည်။ အစာရေစာကို မက်မောခြင်းမရှိ၊ ပိန်ချိုး လာတတ်သည်။ အဆုတ်အမြှေးသည် ရောင်ရမ်းခြင်း၊ မျက်လုံး၊ နှာခေါင်း၊ ပါးစပ်အတွင်းအရေပြားများ သွေးအားနည်းမှုကြောင့် ဖြူဖပ်ဖြူရော် ဖြစ်နေသည်။

နွားမများသည် နို့အုံ၌ဖြစ်တတ်သည်။ နို့အုံသည် ရောင်လာ သည်။ ကြီးမားလာပြီး တင်းနေသည်။ နို့အုံထဲ၌ မာကျစ်နေသော အလုံးကလေးများကို တွေ့ရတတ်သည်။ နို့အုံမှာ ရောင်ရမ်းမှုရှိ သော်လည်း နာခြင်း၊ ပူခြင်း၊ သွေးကြောများထခြင်း မရှိချေ။

ဦးနှောက်နှင့် အကြောပြင်တွင် ရောဂါဖြစ်ပေါ်ပါက နွားက ယိမ်းယိုင်၍သွားတတ်သည်။ ကြောက်လန့်တတ်သည်။ ခြေလက် များ သွက်ချာပါဒ် ဖြစ်လာတတ်သည်။

အရိုးနှင့် အဆစ်၌ဖြစ်လျှင် အရိုးရောင်ခြင်း၊ အဆစ်ရောင် ခြင်း၊ နာခြင်း၊ လမ်းမလျှောက်နိုင်ခြင်းများ ဖြစ်တတ်သည်။

ဆေးကုသပေးခြင်း ၊ ၊ တိရစ္ဆာန်များ ရောဂါမကျရောက်စေရန် အာဟာရပြည့်ဝသော အစာရေစာများကျွေးမွေးခြင်း၊ သန့်ရှင်း သော သောက်ရေပေးခြင်းတို့ပြုပြီး ကျန်းမာရေးနှင့်ညီညွတ်သော ဇောင်း၊ တင်းကုပ်များတွင် ထားရှိရမည်။

၆။ အသက်ရှူလမ်းကြောင်းနှင့် အစာခြေလမ်းကြောင်းဆုံရောင်ရောဂါ
ရောဂါရှင်းလင်းချက် ၊ ၊ လည်မျိုကို ဖုံးအုပ်ထားသော အမြှေးအကာများ ရောင်ရမ်းသည့်ရောဂါဖြစ်သည်။

ရောဂါဖြစ်စေတတ်သောအကြောင်း ၊ ၊ ပြင်ပမှ မလိုအပ်သောအရာဝတ္ထု များ ဝင်ရောက်ခြင်း၊ ဆေးများကို သေသပ်စွာ မတိုက်ကျွေးခြင်း၊ ပူလောင်စေသောအရာဝတ္ထုများကို ရှူ၍နီခြင်း၊ အနီးအနား ပတ်ဝန်းကျင်ရှိ အင်္ဂါအစိတ်အပိုင်းများ ဆက်လက်ရောင်ရမ်းခြင်း၊

ကူးစက်တတ်သောရောဂါတို့မှ ဆက်လက်ဖြစ်ပွားခြင်း စသည်
ကြောင့် ဖြစ်ရပါသည်။

ရောဂါသဏ္ဌာန်လက္ခဏာ ၊ ၊ ချောင်းအလွန်ဆိုးခြင်း၊ နှာရည်များကျလာ
တတ်ခြင်း၊ အသက်ရှူပြင်းထန်ခြင်းဖြစ်ပြီး၊ အပူရှိန်ရှိတတ်သည်။
အသက်ရှူခက်ခဲသည်။

ဆေးကုသပေးခြင်း ၊ ၊ အခြားသောတိရစ္ဆာန်များကို မကူးစက်ရန်
သီးသန့်ထားပေးရမည်။ အနားပေးရမည်။ ခြောက်သွေ့၍ သန့်ရှင်း
လတ်ဆတ်သောနေရာတွင် နွေးထွေးစွာထားရမည်။ ဝမ်းချူပေး
ခြင်း၊ ဝမ်းနုတ်ဆေးတိုက်ကျွေးခြင်း ပြုလုပ်ရသည်။

၇။ ချောင်းဆိုးရောဂါ

ရောဂါဖြစ်ပွားရခြင်းအကြောင်းရင်း ၊ ၊ ဖုန်မှုန့်၊ အစရှိသော ပြင်ပမှ
မကောင်းသော အညစ်အကြေးနှင့် ဗက်တီးရီးယားရောဂါပိုးများ၊
ပိုးသန်ကောင်များ ဝင်ရောက်ခြင်းကြောင့် ရောင်ရမ်းလာသည်။
ပြင်းထန်သော အငွေ့အသက်ရှိသည့်ဆေးများကို ရှူရှိုက်မိခြင်း၊
အတွင်းအပြင် အအေးမိခြင်း ဖြစ်တတ်သည်။

ရောဂါသဏ္ဌာန်လက္ခဏာ ၊ ၊ ချောင်းဆိုးသည်၊ ပထမတွင် ချောင်းကပ်၍
အသံပါပြီးနောက်ပိုင်း သလိပ်များ ပါတတ်သည်။ မျက်လုံးအိမ်မှာ
နှာခေါင်း၊ ပါးစပ်၊ အမြှေးအကာများ နီမြန်းခြင်း၊ အပူရှိန်ကျခြင်း၊
မျက်ရည်ကျခြင်း၊ အပူရှိန်အနည်းအများရှိခြင်း၊ အသက်ရှူသည့်
အခါတွင် မှုတ်သည့်အခါကဲ့သို့ ပြင်းထန်စွာရှူခြင်းဖြစ်ပြီး နှာရည်
ကျသည်။ ပထမရေကဲ့သို့ကျပြီးနောက် ဝါပျစ်ပျစ်ဖြစ်ကာ ခဲသွား
တတ်သည်။ ဤသို့ ခဲသွားခြင်းဖြင့် လေပြန်ပေါက်ပိတ်၍ အသက်ရှူ
ကျပ်ကာ သေဆုံးသွားတတ်ပေသည်။

ရောဂါကုသခြင်း ၊ ၊ မည်သည့်အလုပ်ကိုမျှ ခိုင်းစေခြင်းမပြုရ။ လေ
ကောင်းလေသန့်ရသည့်နေရာများတွင် ထားရမည်။ နွေးထွေးစွာ
ထားရမည်။ ကြေလွယ်၍ နူးညံ့သော အစာရေစာတိုက်ကျွေးရမည်။

၈။ အဆုတ်အအေးမိရောဂါ

အဆုတ် တစ်ခုလုံး သို့မဟုတ် အစိတ်အပိုင်းရောင်ခြင်းကြောင့်
ဖြစ်သည်။ ၎င်းရောဂါသည် အချိန်ကာလအတွင်း ပြောင်းလဲ
တတ်သည်။ တစ်ကောင်နှင့်တစ်ကောင် ကူးစက်နိုင်သည်။

ရောဂါဖြစ်ပွားရခြင်းအကြောင်းရင်း ၊ ၊ အလုပ်ပြင်းထန်စွာခိုင်းခြင်း၊
အအေးမိခြင်း၊ ကျန်းမာရေးနှင့်ညီညွတ်စွာမထားခြင်း၊ အဆိပ်
အတောက်ဖြစ်စေသော အခိုးအငွေ့များ ရှူရှိုက်မိခြင်း၊ တီဘီရောဂါ
ဖြစ်ပွားခြင်းကြောင့် ဖြစ်ရသည်။

ရောဂါသဏ္ဌာန်လက္ခဏာ ၊ ၊ အကယ်၍ ရောဂါပြန်လည်ကောင်းမွန်
ပျောက်ကင်းမည့် အခြေအနေသို့ရောက်ရှိမည်ဆိုပါက အပူချိန်
တဖြည်းဖြည်း ပုံမှန်သို့ကျဆင်းခြင်းလာခြင်း၊ အသက်ရှူ တဖြည်းဖြည်း
သက်သာလာခြင်း၊ လန်းဆန်းလာခြင်းတို့ ဖြစ်သည်။ အနည်းငယ်
ချောင်းဆိုးသော်လည်း သက်သာသည်။ နှာရည် ပိုကျလာခြင်း၊
အဝါရောင်မဟုတ်ဘဲ သံချေးရောင်ရှိခြင်း၊ သွေးတိုးခြင်း၊ သွေး
ခုန်နှုန်းနှင့် အသက်ရှူနှုန်းမှန်လာခြင်း၊ ခံတွင်းတဖြည်းဖြည်း
ကောင်းလာခြင်းတို့ ဖြစ်ပါသည်။

သေဆုံးသည့်အဆင့်သို့ရောက်ရှိသည့် ရောဂါလက္ခဏာများ ၊ ၊ အသက်ရှူပိုမြန်
လာခြင်း၊ အသက်ရှူသည့်အသံ မြည်လာခြင်း၊ လေဝင်သောဘက်သို့
မျက်နှာမူနေခြင်း၊ ငြိမ်သက်စွာရပ်နေခြင်း၊ လက်ပြင်ကား၍
ထွက်နေပြီး ခြေလက်များကို အတွင်းသို့စုသွင်းထားခြင်း၊ အသက်
ရှူလျှင် နံရံသည် ဖောင်းပွခြင်းမရှိဘဲ ဝမ်းဗိုက်လှုပ်ရှား၍ လှိုင်းထ

သကဲ့သို့ပြုလုပ်ပြီး အသက်ရှူသည်ကို တွေ့ရသည်။ ကျိခွဲမြေး အမြွေးအကာများ ရောင်ရမ်းနေသည်။ နှာဝတွင် ပုပ်စော်နံ့သော နှပ်ချေးများကပ်နေသည်။ အပူချိန်သည်လည်း တဖြည်းဖြည်း ပုံမှန်အောက်သို့ ဆင်းသွားပေသည်။

ဆေးကုသခြင်း ၊ ၊ နွားကို တစ်ကောင်တည်း ခွဲထားရမည်။ လေကောင်းလေသန့်ရရှိသော ဇောင်၊ တင်းကုပ်များတွင် ထားရမည်။ အအေးမမိစေရန် ပြုလုပ်ရမည်။ နွေးထွေးစွာ ထားရမည်။ ကြေလွယ်၍ အာဟာရဖြစ်စေသောအစာကို ကျွေးရမည်။ ခွန်အားမလျော့စေရန် အားဆေးများကို တိုက်ကျွေးပြီး အလုပ်မခိုင်းစေဘဲ အနားပေးထားရန် လိုပါသည်။

၉။ အာခေါင်ရောင်ရမ်းရောဂါ

ရောဂါရှင်းလင်းချက် ၊ ၊ အာခေါင် အမြွေးအကာများ ရောင်ရမ်းခြင်း ဖြစ်သည်။

ရောဂါဖြစ်ရခြင်း ၊ ၊ အအေးမိခြင်း၊ ပါးစပ်တွင်းရှိ အမြွေးအကာများ ရောင်ရမ်းခြင်း ရောဂါမှဆက်လက်ဖြစ်ပေါ်ခြင်း၊ နှာမွန်ချောင်းဆိုး ရောဂါမှာ ဆက်လက်ဖြစ်ခြင်း၊ ကူးစက်တတ်သောရောဂါများမှ ဆက်လက်ဖြစ်ခြင်း တို့ဖြစ်သည်။

ရောဂါလက္ခဏာ ၊ ၊ အနည်းငယ် အစားအစာပျက်ခြင်း၊ မျိုချရန်ခက်ခဲခြင်း၊ လည်ချောင်း၏အတွင်းအပြင် ရောင်ခြင်း၊ လည်ပင်းကို ကိုင်တွယ်မခံခြင်း၊ အကယ်၍ ကိုင်တွယ်ပေးပါက ချောင်းဆိုးသည်။ ဆပ်မယ်ဇလီအကျိတ်နှင့် လင့်ဖက်အကျိတ်များရောင်ခြင်း၊ နာကျင်ခြင်း၊ ပူခြင်း၊ နှာဝတွင် နှာရည်ကျခြင်း၊ သွားရည်ကျခြင်း၊ တစ်ခါတစ်ရံ အစာဖတ်များ နှာဝမှကျလာခြင်းတို့ ဖြစ်တတ်သည်။

ရောဂါပြင်းထန်သည့် အပူချိန်ရှိပြီး ဦးခေါင်းကို ရှေ့သို့ ဆန့်တန်းနေတတ်သည်။

ရောဂါကုသခြင်း ၊ ၊ ပျော့ပျောင်းနူးညံ့သော အစာနှင့်ရေကိုသာ ကျွေးမွေးရမည်။ မျိုချရန်ခက်ခဲသည်ကို သတိပြုရမည်။ တိရစ္ဆာန်ကို တစ်ကောင်တည်း လေကောင်းလေသန့်ရသည့်နေရာတွင် ထားရမည်။ ဝမ်းမချုပ်စေရန် ဂရုပြုရမည်။

၁၀။ အစာအိမ်လေပြည့်တင်းရောဂါ

ရောဂါဖြစ်ပွားသည့် တိရစ္ဆာန်များ ၊ ၊ မြင်း၊ ကျွဲ၊ နွား၊ သိုး၊ ဆိတ်။

ရောဂါဖြစ်ရခြင်း ၊ ၊ အစာအိမ်အချဉ်ပေါက်ပြီး လေပြည့်တင်း၍ အူများလှုပ်ရှားမှုမရှိသော ရောဂါဖြစ်သည်။ အထူးသဖြင့် ရှုမင် အစာအိမ်ပိုင်းတွင် ပို၍အဖြစ်များသည်။ ၎င်းရောဂါသည် မိုးဦးကျ အချိန်တွင် အဖြစ်များသည်။ အစာအိမ်ပြည့်ခြင်းကြောင့် လည်းကောင်း၊ လေပြည့်တင်းခြင်းကြောင့်လည်းကောင်း ဖြစ်တတ်သည်။ ၎င်းရောဂါနှစ်မျိုးစလုံး တစ်ကြိမ်တည်း တွေ့ရတတ်သည်။

အစာပြွန်အစရှိသော အစာခြေလမ်းကြောင်းရှိ အင်္ဂါအစိတ်အပိုင်းတွင် တစ်စုံတစ်ခုပိတ်ဆို့ခြင်းကြောင့်ဖြစ်စေ၊ အစာပြွန် ရောင်ရမ်းခြင်းကြောင့်ဖြစ်စေ၊ ချည်နှောင်ထားသောကြိုး တင်းခြင်းကြောင့်ဖြစ်စေ ဖြစ်ပေါ်တတ်သည်။ များသောအားဖြင့် ၎င်းရောဂါသည် မကောင်းသော အစားအစာများ၊ စွတ်စိုသောအစားအစာများ စားမိခြင်းကြောင့် ဖြစ်တတ်ပါသည်။

ရောဂါသဏ္ဌာန်လက္ခဏာ ၊ ၊ ၎င်းရောဂါသည် ရုတ်တရက်ဖြစ်ပေါ်သော ရောဂါဖြစ်သည်။ နွား၏ဘယ်ဘက်ဝမ်းဗိုက်ဖောင်းလာသည်။ ဝမ်းဗိုက်နာကျင်ခြင်းသဏ္ဌာန်လက္ခဏာများ ပြသည်။ ပြင်းထန် စွာနာကျင်ခြင်းကြောင့် မြေပြင်သို့လှဲပစ်တတ်သည်။ စားမြုံ့

ပြန်ခြင်းမရှိပေ။ အသက်ရှူခြင်းသည် မူလကမပြင်းထန်သော်လည်း တဖြည်းဖြည်းခက်ခဲ၍ အသက်ရှူကျပ်လာတတ်သည်။ ဦးခေါင်းရှေ့သို့ ဆန့်တန်း၍ နှာဝကျယ်နေတတ်သည်။ သွေးခုန်ခြင်းမြန်၍ ကျယ်ပြန့်သည်။ အမြှေးအကာများ ကြည်လင်စွာမရှိ။ နီရဲနေသည်။ သွားရည်များ ကျတတ်သည်။ လေ၏ဖိနှိပ်တွန်းကန်ခြင်းကြောင့် ဆီးနှင့်ဝမ်း အနည်းငယ်စီ မကြာခဏသွားတတ်သည်။ ဝမ်းဗိုက်ကို တီးခေါက်ကြည့်ပါက အခေါင်းပွသံမြည်သည်။ အသက်ရှူခြင်းကို ပြန်လည်ကောင်းမွန်အောင် မပြုလုပ်နိုင်ပါက နာရီအနည်းငယ်အတွင်း သေဆုံးတတ်ပါသည်။ မြင်းတွင် ညာဘက်ဝမ်းဗိုက်ဖောင်းသည်။

ရောဂါကုသပေးခြင်း ၊ ၊ ရောဂါမလွန်သေးပါက လေများအပြင်သို့ ထွက်နိုင်စေရန် နွားကို ဝမ်းချူပေးရမည်။ လမ်းလျှောက်ပေးရမည်။ လက်ဖြင့် နွား၏ကျောရိုးပေါ်ကို နှိပ်နယ်ပေးရမည်။ ဘယ်ဘက်ဝမ်းဗိုက်ကို ကောက်ရိုးနှင့်ဖြစ်စေ၊ ဂုန်နီအိတ်နှင့်ဖြစ်စေ နွေးအောင် ကြမ်းကြမ်းပွတ်တိုက်ပေးရမည်။ ဝမ်းချူသည့်အခါ စအိုအတွင်းမှ အစာဟောင်းများကို လက်ဖြင့်နှိုက်ထုတ်ပေးရမည်။

အကယ်၍ ရောဂါပြင်းထန်လွန်းပါက အစာအိမ် စားချိုင့်သုံးမြှောင့်၏အလယ်ကျကျ (ဘယ်ဘက်ဝမ်းဗိုက်) မှနေ၍ ဓားသေး၊ ဝါးချွန်သေးဖြင့်ထိုးဖောက်ပေးခြင်းဖြင့် မကောင်းသောလေများ အပြင်သို့ထွက်စေသည်။ ၎င်းနောက် အစာအိမ်အတွင်းသို့ တာပင်တိုင်ကို ဆီအဆ (၃၀) ခန့်ရော၍ နှစ်ဖွန်းခန့်ကို ထည့်ပေးရမည်။

ဆေးကုသပေးပြီး ရောဂါသက်သာလာသောအခါ တစ်ဖက်ပါအချက်များကို အထူးဂရုပြုသတိထားရမည်။

- ကြမ်းတမ်းသောအစာကို ရုတ်တရက်မကျွေးရ။
- ချဉ်၍ပုပ်နေသောအစာများကို လုံးဝမကျွေးရ။
- နူးညံ့ပျော့ပျောင်းသောအစာများကို အချိန်အဆလျှော့၍ အချိန်မှန်မှန် တိုက်ပေးရမည်။
- တိရစ္ဆာန်ကို မခိုင်းစေဘဲ အနားပေးထားရမည်။
- လေကောင်းလေသန့်ရသောနေရာတွင် ထားရမည်။
- အချိန်မှန်မှန် အနည်းငယ် လမ်းလျှောက်ပေးရမည်။
- အစာအိမ်အားဖြစ်စေသောဆေးများကို ဆက်လက်တိုက်ကျွေးထားရမည်။

အစာအိမ်လေပြည့်တင်းရောဂါသည် မြန်မာနိုင်ငံအရပ်ရပ်တွင် မိုးဦးလေဦးကျတွင် အဖြစ်များသည်။ တောင်သူဦးကြီးများက စည်တော်ပိတ်ရောဂါဟု ခေါ်ဝေါ်ကြသည်။ ရှေးဦးပြုစုရမည့်အချက်များ၊ လေထွက်အောင်ပြုစုရမည့်အချက်များကို သတိမမူမပြုလုပ်ဘဲ အရပ်ဆေးဝါးများကို တိုက်ကျွေးခြင်းကြောင့် တိရစ္ဆာန်မှာ မသေဆုံးသင့်ဘဲ ဆုံးရှုံးနိုင်ပါသည်။

၁၁။ ဝမ်းချုပ်ခြင်း

ရောဂါရှင်းလင်းချက် ၊ ၊ အစာသွားရာလမ်းကြောင်း၏ အနောက်ပိုင်းအစာအိမ်တွင် အစာဟောင်းများ သာမန်ထက်ခြောက်သွေ့နေခြင်း၊ မာနေခြင်းများကြောင့် ဖြစ်တတ်သည်။ ဝမ်းသွားသည့်အခါတွင်လည်း အနည်းငယ်စီကို ခက်ခဲစွာသွားရခြင်း၊ ဝမ်းသွားသည့်အခါ အကြိမ်မမှန်ဘဲ ကြာမြင့်စွာသွားရခြင်း၊ အလွန်အမင်းညှစ်ပါသော်လည်း ဝမ်းမသွားဘဲရှိခြင်းဖြစ်တတ်သည်။

ရောဂါဖြစ်ရခြင်း ၊ ၊ အူလမ်းကြောင်းမှ ထွက်သင့်သောအရည်များ မထွက်ခြင်း၊ အမြှေးအကာများ ပိတ်ဆို့ခြင်း၊ အကျိတ်များရောင်

ရမ်းခြင်း၊ ခြောက်သွေ့၍ အာဟာရမဖြစ်သောအစာများကို ကျွေးခြင်း၊ ရေတိုက်နည်းခြင်း၊ ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားမှုနည်းခြင်း၊ ကိုယ်ခန္ဓာအပူချိန်ကြီးခြင်း၊ ဝမ်းချုပ်ခြင်းသည် ငယ်ရွယ်သော တိရစ္ဆာန်ထက် ကြီးသောတိရစ္ဆာန်တို့တွင် ပို၍ဖြစ်တတ်ပါသည်။

ရောဂါသဏ္ဌာန်လက္ခဏာ ၊ ၊ ဝမ်းမသွားဘဲနေခြင်း၊ တစ်ခါတစ်ရံ အနည်းငယ်သာသွား၍ ခက်ခဲစွာ သွားရတတ်ခြင်း၊ ကျင်ကြီးမှာ ခြောက်သွေ့၍မာနေသည့်အပြင် အရောင်မည်းခြင်း၊ အရိအရွဲများ ဖုံးအုပ်နေခြင်း၊ သွေးများစွန်းနေတတ်ခြင်း၊ နွားသည် အံကြွတ်ခြင်း၊ တွန့်လိမ်နေခြင်း၊ စားမြုံ့မပြန်ခြင်းများ ဖြစ်တတ်သည်။

ရောဂါကုသခြင်း ၊ ၊ ဝမ်းချုပ်ပေးခြင်း၊ သင့်တော်သောဝမ်းနုတ်ဆေးများ တိုက်ကျွေးခြင်း၊ ရေလုံလောက်စွာတိုက်ကျွေးခြင်း၊ လတ်ဆတ်သော အစာများကျွေးမွေးခြင်း၊ ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားမှုပြုလုပ်ပေးခြင်း စသည်ဖြင့် ဖြစ်ပေါ်သောအကြောင်းအရာကို စူးစမ်းလေ့လာ၍ ပြုပြင်ပေးရန်လိုအပ်သည်။ ဝမ်းချုပ်သည့်အခါ ဝမ်းနုတ်ဆေးကို ပြင်းထန်သောအမျိုးအစားကို ရှေးဦးစွာမတိုက်ဘဲ အခြားသော အခြေခံပြုပြင်နည်းများကို ရှေးဦးစွာပြုလုပ်ပေးရမည်။ ခါးသော အရသာရှိသည့် အားတိုးဆေးများကို တိုက်ကျွေးရမည်။

၁၂။ ဝမ်းသွားခြင်း

ရောဂါရှင်းလင်းချက် ၊ ၊ တိရစ္ဆာန်သည် နဂိုထက်ပို၍ဝမ်းသွားပြီး မကြာခဏ အရည်များသွားခြင်း၊ ဝမ်းဗိုက်ရစ်နာခြင်း၊ ညစ်ခြင်းများ ဖြစ်စေတတ်သည်။

ရောဂါဖြစ်ပွားရခြင်းအကြောင်းရင်း ၊ ၊ အူလမ်းကြောင်းထဲတွင် အရည်ပိုမို ရှိနေခြင်း၊ အူများပိုမိုလှုပ်ရှားခြင်း၊ ချဉ်၍ပုပ်သိုးနေသည့်အစာများ

စားမိခြင်း၊ ညံ့ဖျင်းသောအစာများကို ကျွေးမိခြင်း၊ ပရိုတိန်းဓာတ် အစာမျိုး မြောက်မြားစွာကျွေးမိခြင်း၊ အစာမကြေခြင်း၊ အအေးမိ ခြင်း၊ ပိုးသန်ကောင်များရှိခြင်း၊ ကူးစက်တတ်သောရောဂါကြောင့် ဖြစ်ခြင်း၊ ဝမ်းသွားခြင်းတို့သည် ငယ်ရွယ်သောတိရစ္ဆာန်တွင် ပို၍ ဖြစ်တတ်သည်။ အကြောင်းမှာ နို့အလွန်အမင်းစို့ခြင်း၊ နို့ကျန်များ တိုက်ကျွေးခြင်း၊ ဝမ်းသွားနေသောမိခင်၏နို့စို့ခြင်း၊ နို့အုံနို့တံများတွင် အနာများရှိခြင်း၊ အချိန်မှန်မှန် နို့မတိုက်ကျွေးခြင်း စသည့် အကြောင်းများကြောင့် ဖြစ်ပေါ်တတ်ပါသည်။

ရောဂါသဏ္ဌာန်လက္ခဏာ ၊ ၊ ရောဂါအနည်းအများအလိုက် သဏ္ဌာန် လက္ခဏာကို အမျိုးမျိုးတွေ့ရတတ်သည်။ ဝမ်းအရောင်မည်း၍ အရည်သဏ္ဌာန်ဖြစ်ပြီး အလွန်အနံ့ဆိုးသည်။ တစ်ခါတစ်ရံ အနံ့ရှိသော အဖြူများသွားတတ်သည်။ မကြေညက်သော အစာဖတ်များ ပါတတ်သည်။ အစာမစား၊ အလွန်ရေငတ်သည်။ ဆီးချုပ်တတ်သည်။ အသက်ရှူခြင်း၊ သွေးခုန်ခြင်း အနည်းငယ် မြန်သည်။ အမြှေးအကာများအရောင်ဖျော့၍ မျက်တွင်းဟောက်ပက် နေတတ်သည်။ အသားအရေ ပိန်ချိုးသွားခြင်း၊ အမြီး၊ ပေါင်၊ ခြေထောက်၊ တင်းကုပ်တို့တွင် ကျင်ကြီးကျင်ငယ်များဖြင့် ပေကျံ နေပြီး အနံ့အသက်လည်း ဆိုးဝါးလှသည်။

ရောဂါကုသခြင်း ၊ ၊ ရောဂါဖြစ်စေတတ်သောအစာကို စုံစမ်း စစ်ဆေး၍ ဖယ်ရှားပစ်ရမည်။ အစာကို အနည်းငယ်သာကျွေး ရမည်။ သို့မဟုတ် လုံးဝမကျွေးရပေ။ အရည်များကို လျော့တိုက်၍ ခပ်နွေးနွေးထားရမည်။

အစာကြောင့်ဖြစ်လျှင် အစာအိမ်အတွင်းမှအစာကျန်များ ပြင်ပသို့ အကုန်အစင်ထွက်ကျစေရန် ဆားခါး၊ ကြက်ဆူဆီ စသည့် ဝမ်းနုတ်ဆေးများကို ရှေးဦးစွာ တိုက်ကျွေးပေးရန်လိုသည်။

တိရစ္ဆာန်ကလေးများအား နို့တွင် ထုံးရေကြည်ထည့်သွင်းတိုက်ကျွေးပေးပါက အကျိုးရှိသည်။ ဝမ်းသွားခြင်းကြောင့်သည့်အခါ ဝမ်းချုပ်စေသည့်ဆေးများကို တိုက်ကျွေးရမည်။ ဝမ်းဗိုက်ပိုင်းကို နွေးထွေးအောင် ထားရမည်။ တိရစ္ဆာန်၏ ကိုယ်ခန္ဓာအရည်ကုန်ခန်း၍ အားနည်းနေမှုကြောင့် အစာအိမ်အားတိုးဆေးနှင့် သွေးအားတိုးဆေးများကို ဆက်လက်တိုက်ကျွေးရမည်။ အစာကို ရုတ်တရက်မကျွေးရ။ ကြေညက်လွယ်သော အစာများကို အနည်းငယ်စီ အကြိမ်များစွာခွဲ၍ ကျွေးမွေးရပါမည်။

၁၃။ ဆီးထဲတွင် သွေးပါသောရောဂါ

ရောဂါဖြစ်ပွားသောတိရစ္ဆာန်များ ၊ ၊ ဆင်၊ မြင်း၊ ကျွဲ၊ နွား၊ သိုး၊ ဆိတ်၊ ဝက် စသည့်တိရစ္ဆာန်အားလုံးတွင် ဖြစ်သည်။

ရောဂါရှင်းလင်းချက် ၊ ၊ ဆီးထဲတွင် သွေးပါသောရောဂါဖြစ်သည်။ သွေးနှင့် ဆီးရောပြီး တစ်ပိုင်းတည်းပါလာခြင်း၊ ထိုသို့ ရောပြွမ်းပါလာခြင်းကြောင့် ကျောက်ကပ်တွင်လည်းကောင်း၊ ဆီးအိတ်တွင်လည်းကောင်း၊ ဆီးသွားလမ်းကြောင်းတွင်သော်လည်းကောင်း၊ တန်ဆာတွင်လည်းကောင်း ရောဂါဖြစ်ပေါ်နိုင်သည်။

ရောဂါဖြစ်စေခြင်းအကြောင်း ၊ ၊ ကျောက်ကပ် ရောင်ရမ်းခြင်း၊ ကျောက်ကပ်ထဲတွင် ထုံးကျောက်တည်ခြင်း၊ ဆီးအိတ်ရောင်ရမ်းခြင်း၊ ဆီးအိတ်ထဲတွင် ထုံးကျောက်တည်ခြင်း၊ ပိုးသန်ကောင်များရှိခြင်း၊ ဆီးလမ်းကြောင်းရောင်ရမ်းခြင်း၊ ထုံးကျောက်တည်ခြင်း၊ ဆီးလမ်းကြောင်းမှ ပြင်ပသို့ထွက်စေသော အဆိပ်အတောက်ဆေးဝါးများ စားမိခြင်းတို့ကြောင့်ဖြစ်သည်။

ရောဂါသဏ္ဌာန်လက္ခဏာ ၊ ၊ ဆီးသည် သွေးကဲ့သို့ အနီရောင်ရှိခြင်း၊ သွေးရောင်သည် သွေးထွက်အနည်းအများပေါ်မူတည်၍ အနီ

ရင့်ခြင်း၊ ဖျော့ခြင်းများ ဖြစ်ပေါ်စေသည်။ ကြာမြင့်သောအခါ ကျိခွဲမြွေးများ ဖြူရော်၍ သွေးအားနည်းခြင်း ဖြစ်ပေါ်လာသည်။

ကုသပေးခြင်း ၊ ၊ ဖြစ်ပေါ်လာသောအကြောင်းရင်းကို စိစစ်၍ ကုသပေးရမည်။ သွေးအလွန်များပြားပါက ဆီးလမ်းကြောင်းတစ်လျှောက်တွင် သွေးထွက်ခြင်းကို ရပ်တန့်စေရန် အအေးဖြင့် ကပ်ပေးရမည်။ ငြိမ်သက်စွာ အနားပေးထားရမည်။ ဝမ်းချုပ်ခြင်းမဖြစ်စေရန် ဆေးများတိုက်ရမည်။ အစာကျွေးသောအခါ အရည် (သို့မဟုတ်) အာဟာရဖြစ်လွယ်သော အစာများကို ကျွေးပေးရမည်။ ဆီးလမ်းကြောင်းတွင် ကျောက်တည်ခြင်းကြောင့် အနားပေးခြင်း၊ ဆီးသွားစေသောတန်ခိုးရှိသည့် ဆေးများကို တိုက်ကျွေးထိုးနှံပေးခြင်းတို့ကိုပြုရမည်။



အခန်း (၃)

ကျွဲ၊ နွား ရောဂါကုထုံးများ

နိုင်ငံတော်က ကျွဲ၊ နွားများ ကျန်းမာရေးအတွက် ကျွဲ၊ နွား ရောဂါများ ကာကွယ်ကုသရန်နှင့် ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရန် မွေးမြူရေးနှင့် ကုသရေးဦးစီးဌာနဖြင့် ဆောင်ရွက်နေသော်လည်း လယ်ယာ လုပ်ငန်းခွင်နှင့် ကျေးလက်သို့ တိရစ္ဆာန်ဆေးကုဆရာဝန်များ လက်လှမ်းမီရန် အလှမ်းဝေးနေဆဲဖြစ်သည်ဟု သုံးသပ်လိုပါသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ကျွဲ၊ နွားကောင်ရေ သိန်းဂဏန်းရှိသည့် မြို့နယ်တစ်နယ်တွင် မွေးမြူရေးနှင့်ကုသရေးဦးစီးဌာန၊ မြို့နယ်ရုံး များတွင် တိရစ္ဆာန်ဆေးကုဆရာဝန် (ဝန်ထမ်း) သုံးဦးမှ လေးဦး အထိသာ ခန့်ထားဆောင်ရွက်နိုင်ကြောင်း တွေ့ရှိရပေသည်။

မြန်မာနိုင်ငံတွင် ရှေးနှစ်ပေါင်းများစွာကတည်းက ရှင်သန်ခဲ့ သည့် မြန်မာ့တိုင်းရင်းတိရစ္ဆာန်ဆေးကုပညာရပ်သည် ကျမ်းကြီး ကျမ်းခိုင်အဖြစ် မပေါ်ထွန်းခဲ့လင့်ကစား ဆရာစဉ်၊ သမားစဉ် အဆက်ဆက်သို့ ဦးခေါင်းထက်မှာ နှုတ်တက်ရွှေမှုတ်သား၍ လက်ဆင့်ကမ်းအမွေ ထားခဲ့ကြသည်။ တစ်ကျောင်းတစ်ဂါထာ တစ်ရွာတစ်ပုဒ်ဆန်း ဆေးနည်းများဖြင့် ကုသထုံးများရှိနေဆဲ ဖြစ်ပါသည်။ ဘယ်ဆေးပင်၊ ဆေးမြစ်တို့ဖြင့် ကုသသည့် ဆေးနည်း

များသည် သိပ္ပံနည်းကျ စမ်းသပ်ခံနိုင်သည့် ဆေးပညာအဖြစ် ရပ်တည်လျက်ရှိနေသည်။

လေချုပ်၊ ဆီးချုပ်၊ ဝမ်းချုပ်၊ အစာမစား၊ ပိန်ချုံးအားနည်း ရောဂါကုသဆေးများ

ကျွဲ၊ နွားရောဂါကုသဆေးနည်း အမှတ် (၁)

ဆေးရင်းလင်္ကာ ၊ ၊ ဟေမဝန္တာမှာ၊ သူပျော်ပါး၊ နဂါးမင်းကြီးပေါက် တော့ပေ၊ အရွက်စိမ်းနှင့် အရိုးသွယ်၊ ဆင်သမန္တယ်ခေါ်ဝေါ် ကြ၊ ၎င်းဆိုသမျှဆေးဟာကို၊ တုံးပေါ်တင်ကာ လွှာလွှာရိတ် လို့၊ တပိသောန တပိဿာ၊ ပုန်းရည်ချဉ်စွာ၊ တမြူသားနှင့်၊ ဆားသုံးဆယ်မှာ အပေါ်ဖြူး၊ နူးအောင်ပြုတ်လေ၊ အသို့ပြီးမှ၊ ပူတဲ့နေမှာ၊ အသွေ့မွေ့၍ အခြောက်လှန်း။

ရောသည်တခန်း ဆေးရွှေစင်ကို၊ အမှုန့်လွင်လွင်ညက် စွာ ကြိတ်၊ ဘယ်ကုတ္တိယ-ပုရိဿ၊ မြင်း ကျွဲ နွား၊ မလွတ်စေရ။ ဥဒ္ဓယာစဝါယောလေ၊ လက်သုံးချောင်းမွေကာယူလျက်၊ လေမင်း ပြက်ပြက်အောက်သို့ပါ။ လေတကာမွေကာ ထုတ် တယ်၊ ဝေဒနာတွေ ဆုတ်တယ်၊ မီးမှုတ်ဖို့မကြွင်း၊ လေကိစ္စ မှန်း၊ ဘယ်ဥဒ္ဓုပူရိန်လို့၊ မီးယပ်ပိန်ပိုရတယ်။ မယ်တက္ကသိုလ် တပြည်လုံးမှာ သုံးနေကျဆေး။

ဆေးအမည်စု ၊ ဆင်တုံးမနွယ် ၁ ပိဿာ
ပုန်းရည်ချဉ် ၁ မြူသား (သုံးပုလင်းခန့်)
ဆား ၃၀ ကျပ်သား

ဆေးဖော်စပ်ခြင်း ၊ ဆေးအမျှစု၊ ရေနူးအောင်ပြုတ်ပါ။ ရေခန်းလျှင်၊ နူးလျှင် ဆေးကို နေတွင်အခြောက်လှန်း အမှုန့်ပြု၊ ညက်စွာကြိတ်၊ လေလုံအောင် ထားပါ။

ဆေးအချိန်အာ၊ ၊ ကျွဲ၊ နွား လက်ဖက်ရည်ပန်းကန်နှစ်လုံးခန့် တိုက်ပါ။

ရောဂါအညွှန်း၊ ၊ ဆီးချုပ်၊ ဝမ်းချုပ်၊ လေချုပ်၊ အစာအိမ်လေပြည့်တင်း၊ ဝမ်းဖောဝမ်းရောင်၊ ခါးကုန်း စသည့် လေနှင့်ပတ်သက်သည့် ရောဂါများ။

သုံးသပ်ချက် ၊ ၊ ဆင်သမန္တယ်ခုံးချင်းမှာ မင်းတုန်းမင်းတရားကြီး လက်ထက် ရကန်ဆရာ ဦးလန်း ရေးသားခဲ့သည်။

ရကန်ဆရာ ဦးလန်းသည် ရွှေမြို့တော်တွင် ရာမရကန်ဖြင့် နန်းတွင်းနန်းပြင် ထင်ရှားကျော်စောခဲ့သည်။ ရကန်ဆရာဦးတိုး၏ သဇင်ပန်းဘွဲ့ကို လက်ခုပ်ပန်းဖြင့် သရော်စာလင်္ကာရေးခဲ့ရာတွင် ပြောင်မြောက်လှသဖြင့် နေပြည်တော်တစ်ခုလုံး အုန်းအုန်း ကျွက်ကျွက် ဖြစ်ရသည်။ ဤတွင် ရကန်ဆရာ ဦးလန်းအား မင်းတုန်းဘုရင်မင်းမြတ်မှ ရွှေတော်မှောက်ခေါ်ယူပြီး နောင် စာပြောင်စာပျက်များရေးသားပါက လက်သုံးတော်ဓားကိုကြည့်ဟု အမိန့်တော်ထုတ်ခဲ့သည်။ ထို့ကြောင့် ရကန်ဆရာဦးလန်း ဆက်လက်ရေးသားသည့် ဆင်တုံးမနွယ်ဆေးအသုံးသည် ပညာရှင် များလက်ခံနိုင်သည့် အဆိုအမိန့် တိကျခိုင်မာခြင်းရှိမည်ကို ယုံမှား သံသယဖြစ်ဖွယ်ရန် အကြောင်းမရှိပါ။

ဆင်သမန္တယ်ခေါ် ဆင်တုံးမနွယ်သည် ရှေးမြန်မာ့ရိုးရာ တိရစ္ဆာန်ရောဂါကုသဆေးဝါးအဖြစ် ယနေ့ထက်တိုင် နည်းအမျိုးမျိုးဖြင့် အသုံးပြုနေကြဆဲဖြစ်ပါသည်။

ဆင်သမန္တယ်၏ရောဂါကုထုံးကို အမည်မသိဆေးဆရာ တစ်ဦးကလည်း ရကန်ဆရာဦးလန်းကဲ့သို့ပင် စာချိုးမှတ်တမ်း ပြုခဲ့သည်။

ကျွဲ၊ နွားရောဂါကုဆေးနည်း အမှတ် (၂)

ဆေးရင်းလင်္ကာ ၊ ဆင်သမန္ဓယ်တစ်ပိဿာကို အကြေးခွာခြစ်ထား၊
ဆား သုံးဆယ် ထပ်စွက်လောင်းတယ်၊ ပေါင်းပြုလိုက်ငြား။
နေသွေ့လှန်း၊ ရေခန်းမှ မှုန့်ပြုရာ၊ မီးယပ်ပိန်ဟူသမျှနှင့်၊
ကျွဲ၊ နွား မှ မလွတ်ပါ၊ လေလျက်ကိုသာ၊ ဝေဒနာရောဂါ
ကွာရှင်း၊ ပိန်ခြောက်သူ စိုလာရသည်၊ ဆေးများသနင်း။

ဆေးညွှန်း ၊ ဆင်သမန္ဓယ် ၁ ပိဿာနှင့် ဆား ၃၀ သား ညက်စွာ
ကြိတ်၊ နေသွေ့အောင်လှန်း၍ အခြောက်မှုန့်ကို ကျွဲ၊ နွားကို
တိုက်ရမည်ဟု ဆိုလိုပါသည်။ ရကန်ဆရာဦးလန်းဆေးကဲ့သို့
ပုန်းရည်မထည့်တော့ပါ။

ကျွဲ၊ နွားရောဂါကုဆေးနည်း အမှတ် (၃)

ဆေးအမည် ၊ လေးပါးဆေး။

ဆေးရင်းလင်္ကာ ၊ ဆင်၊ မြင်း၊ ကျွဲ၊ နွား ဆေးလေးပါး၊ ကြိတ်ထား
ထောင်းတိုက်ကြ၏။ ဆင်မြင်းနာလဲ၊ ဆင်မြင်းကဲ၊ ကျွဲနွားတို့တူပ။

တိုက်ကျွေးရမည့်တိရစ္ဆာန် ၊ ဆင်၊ မြင်း၊ ကျွဲ၊ နွား။

ဆေးအမည်စု ၊ ဆင် ဆင်သမန္ဓယ်၊
မြင်း မြင်းစင်္ဂနီ၊
ကျွဲ ကျွဲနွားပေါင်း၊
နွား နွားမြေရင်း။

ဆေးအချိန်အာထ ၊ ၎င်းဆေးလေးပါးကို တစ်ပိဿာစီ စုပါ။ ညက်စွာ
ကြိတ်၊ နေအသွေ့လှန်း၊ ညက်စွာကြိတ်ထား၍ တိုက်ကျွေးရမည်။
ဆင်နာလျှင် ဆင်တုံးမန္ဓယ် (ဆင်သမန္ဓယ်)ကို တစ်ပိဿာကဲ၊
မြင်းနာလျှင် မြင်းစင်္ဂနီကို တစ်ပိဿာကဲ၊ နွားနာလျှင် နွားမြေရင်း

ကို တစ်ပိဿာကဲ၊ ကျွဲနာလျှင် ကျွဲနွားပေါင်းကို တစ်ပိဿာကဲ၍
တိုက်ကျွေးရမည်ဖြစ်ပါသည်။

ဆင် ငါးဆယ်ကျပ်သား၊

ကျွဲ၊ နွား နှစ်ဆယ်ကျပ်သား၊

မြင်း တစ်ဆယ်ကျပ်သားခန့်ကို ချင့်၍တိုက်ပါ။

ရောဂါအညွှန်း ၊ ဆင်၊ မြင်း၊ ကျွဲ၊ နွား တို့တွင် လှိသော်၊ ကြုံသော်၊
အစာမစားသော်၊ အစာမဝင်သော်၊ ခေါင်းယမ်းသော်၊ ဆီးအောင့်
သော်၊ ဝမ်းမမှန်သော်၊ နားရွက်လေးသော်၊ နောက်ခြေတွဲသော်၊
လက်ကပ်သော် စသည့်ရောဂါများကို တိုက်ကျွေးသည်။

သုံးသပ်ချက် ၊ ဆေးဝါးတစ်ခုစီ၏ အကျိုးအာနိသင်ကို မြန်မာ့
ဆေးသုတေသနပညာဖြင့် ဆန်းစစ်ကြည့်ပါက အောက်ပါအတိုင်း
တွေ့ရသည် -

ဆင်တုံးမန္ဓယ် (ခ) ဆင်သမန္ဓယ်

အမျိုးအစား ၊ အဖြူ၊ အဝါ၊ အနက် သုံးမျိုးရှိသည်။ အပင်ကို
တက်ရောက်သည့် နွယ်ပင်တစ်မျိုးဖြစ်၏။ ရိုးရိုးအပင်ထက်
တမာပင်ကို တက်သောအပင်က ဆေးဝါးပို၍ အစွမ်းထက်သည်။
တက်နေဘက်မှ အပင်ကိုယူရမည်။ ကျနေဘက်မှ အပင်ကို
မယူအပ်။ သုသာန်သင်္ချိုင်း၌ပေါက်သောအပင်ကို မယူရပါ။

အရသာ ၊ ဖန်၊ ခါး၊ ပူ၏၊ ကြေလွယ်၏။

ဂုဏ်နှင့်စွမ်းရည် ၊ ဝမ်းမီးကိုတောက်စေ၏။ လေကို ချုပ်စေ၏။
ခွန်အားကို ပြု၏။ နှလုံးကို အကျိုးပြု၏။ ဒေါသသုံးပါးကို
နှိင်၏။

မြင်းစဝုံနီ

အမျိုးအစား ။ နွယ်ပင်၊ အနီ၊ အဖြူ နှစ်မျိုးရှိသည်။ အရွက်ချင်း၊ အညှာချင်းဆိုင်၍ ပေါက်သည်။ အရွက်သည် အရင်းသေး၍ အဖျားသို့ ပြန့်ကား၏။ မြွေဟောက်ပါးပျဉ်းကဲ့သို့ရှိသည်။ အရွက် နုစဉ် နီ၍ ရင့်လျှင် အညိုရောင်ရှိသည်။ မြင်းစဝုံနီအမြစ်သည် မြေဝင်ခြောက်လက်မခန့် ရှိသည်။ ဆေးအသုံးမှာ ပဉ္စငါးပါးယူသည်။

အရသာ ။ ပူသည်။

ဂုဏ်နှင့် သတ္တိ ။ လေကို ကြေစေ၏။ သွေးကို ငြိမ်းစေ၏။ အနာ ပဆုပ်၊ ဝက်ခြံ တို့ကို လိမ်းဆေးအဖြစ် သုံးသည်။

ကျွဲနွားပေါင်း

ဆေးပင် ။ နွယ်မျိုးဖြစ်သည်။ မိုးဥတု၌ ပေါက်တတ်သည်။ တောင်ပေါ်၌ မပေါက်တတ်ပေ။ နွယ်ညွန့်များမှာ နူးညံ့သည်။ နွယ်တစ်ခုမှ အကိုင်းတက်ပွားသည်။ အသီးသည် နုလျှင်စိမ်း၍ မှည့်သောအခါ ခရမ်းရောင်ရှိသည်။ အရွက်ကို ရေနွင့်နယ်ပါက ခဲတတ်သည်။

အရသာ ။ အေး၏။

ဂုဏ်နှင့်သတ္တိ ။ နှုတ်ကို မြိန်စေ၏။ အပူနာကို နိုင်၏။ သုက်ကို ပွားစေ၏။ ကျင်ကို ပွားစေတတ်၏။

နွားမြေရင်း

ဆေးပင် ။ မြက်မျိုးဖြစ်သည်။ အမြစ်ရှည်၏။ အမြစ်ဥသည် အပြင် ဘက်၌ နက်၍ အတွင်းသားများ နီကြောင်ကြောင်ရှိသည်။ အပင်၏ အဖျား၌ အမွေးများစုရုံးနေခြင်းသည် နွားမြီးနှင့်တူ၍ နွားမြေရင်း ဟုခေါ်သည်။

အရသာ ။ ဖန်၏။ စပ်ဖျဉ်းဖျဉ်းရှိ၏။ အေး၏။

ဂုဏ်နှင့်သတ္တိ ။ သလိပ်ကို နိုင်၏။ ခြေနာ၊ အဖျားရောဂါ ပျောက်၏။ နှုတ်ကိုမြိန်စေ၏။ ရေငတ်ခြင်း၊ ပူလောင်ခြင်းကို ပယ်၏။

ဆန်းစစ်ခြင်း ။ ဤဆေးလေးပါးကို စုပေါင်းလိုက်လျှင် အကျိုးသွားမှာ လေကို နိုင်၏။ အပူနာကို ပယ်၏။ နှုတ်ကို မြိန်စေ၏။ ကျင်ငယ်ကို ပွားစေ၏။ သလိပ်ကို ပယ်သည်။ သည်းခြေနာ၊ အဖျားရောဂါကို ပျောက်စေသည် ဟူ၍ တွေ့ရှိရခြင်းကြောင့် ဆင်၊ မြင်း၊ ကျွဲ၊ နွား များအတွက် ညွှန်းဆိုသောရောဂါများကို ပျောက်ကင်းစေပါသည်။
လက်တွေ့ကုထုံးအားဖြင့်လည်း အကျိုးသက်ရောက်မှုရှိပါ၏။
မြန်မာနိုင်ငံအနှံ့ သုံးစွဲနေသည့် ဆေးအမည်စုဖြစ်ပါသည်။
နွားပွဲဈေးများတွင် မောင်းတဋ္ဌနှင့်အော်ဟစ်၍ ဤဆေးတစ်ဖုံကို ကြော်ငြာရောင်းချနေခြင်းကြောင့် အသုံးများလှသည်။
တံဆိပ်အမျိုးမျိုးကပ်၍ အနယ်နယ်အရပ်ရပ် ဆေးဆိုင် များတွင် ဝယ်ယူရနိုင်ပါသည်။

ကျွဲ၊ နွား အားတိုးဆေး

အသုံးပြုဆေး ။

ဆင်တုံးမနွယ်	၁၀	ကျပ်သား
နှမ်းဖတ်	၁၀	ကျပ်သား
ဆား	၂	ကျပ်သား
ရေသန့်သန့်	၂၅	ကျပ်သား

အထက်ပါအတိုင်းရောစပ်၍ တစ်ပတ်ခန့်တိုက်ပါက ကျွဲ၊ နွားများ ကျန်းမာဝပြုံးလာပါသည်။

ကျွဲ၊ နွား ဝမ်းချုပ်ကုဆေး

အသုံးပြုဆေး ။

ဆင်တုံးမနွယ်	၁၅	ကျပ်သား
အိမ်သုံးဆား	၅	ကျပ်သား

ဖော်စပ်ပုံ ၊ ၊ ဆင်တုံးမနွယ် ၁၅ ကျပ်သားကို ရေငှက်ပျောဖူး ၂ ပုလင်းခန့်တွင် တစ်ညအိပ်ခန့်စိမ်ပြီး ဆား ၅ ကျပ်သားနှင့်ရောပါ။

အချိန်အဆ ၊ ၊ ၎င်းဆေးရည် ငှက်ပျောဖူးပုလင်း ၂ ပုလင်းသည် နွားတစ်ကောင်စာ ဖြစ်သည်။

ထောင့်သန်းရောဂါကုထုံးများ

ထောင့်သန်းရောဂါ ကုဆေးအမှတ် (၁)

ဖော်စပ်ပုံ၊ ၊ ထိကရုံး ၃ ကျပ်သား
ကန့်ကလာ ၃ ကျပ်သား
ထန်းငယ်မြစ် ၃ ကျပ်သား

တိုက်ရည်း ၊ ၊ အမျှစု၍ ကြိတ်ထောင်းပါ။ ပျားရည်နှင့်တိုက်ပါ။
ဆေးတစ်ခွက်စာဖြစ်သည်။ ၃ နာရီခြားတစ်ကြိမ်တိုက်ပါ။

ထောင့်သန်းရောဂါ ကုဆေးအမှတ် (၂)

ဆေးရင်းလင်္ကာ ၊ ၊ သရက်ရွက်ကြီးစွာ၊ ထိုနွားနာ၊ တိုက်ရာ
ဩသဓ။ သရက်ခေါက်စွက်၊ ထန်းငယ်လက်၊ ချိန်စက်ဆယ်
စီပ။ သုံးခွက်တစ်ခွက်တင်၊ ကျိုတိုက်လျှင်၊ အလျင်ချမ်းသာရ။

ဖော်စပ်ပုံ၊ ၊ သရက်ခေါက် ၁၀ ကျပ်သား
ထန်းငယ်လက် ၁၀ ကျပ်သား
မူကွဲ သရက်ခေါက်- လက်လေးသစ် ၇ ခေါက်
ထန်းငယ်လက်-လက်လေးသစ် ၇ ခေါက်

ကျွေးရည်း ၊ ၊ ယင်းဆေးနှစ်ပါးကို ကြိတ်ထောင်း၊ သုံးခွက်
တစ်ခွက်တင် ကျိုပါ။ အေးလျှင် တိုက်ပါ။ ဆေးတိုက်ပြီးလျှင် ရေအန်
သည်။ ရေအန်ပါက အသက်ချမ်းသာရမည်ဟု မှတ်ယူကြသည်။

ထောင့်သန်းရောဂါကုဆေးအမှတ် (၃)

ဖော်စပ်ပုံ၊ ၊ အင်ကြင်းခေါက်၊ ထောက်ကြံ့ခေါက်။

ကျွေးရည်း ၊ ၊ ယင်းအခေါက်နှစ်ပါးကို ကျောက်ပျဉ်ထက်မှာ သွေး၊
လက်ဖက်ရည် ပန်းကန် တစ်လုံးစီ ရအောင်စုပါ။ ရေအေး သို့မဟုတ်
ဆန်ဆေးရည်နှင့် တိုက်ပါ။ ဆေးတစ်ခွက်စာ ဖြစ်သည်။

ထောင့်သန်းရောဂါကုဆေးအမှတ် (၄)

ဖော်စပ်ပုံ ၊ ၊ ကွမ်းရွက် ၂၅ ကျပ်သား
ကွမ်းသီး ၅ ကျပ်သား
ရှားစေး ၅ ကျပ်သား
နွယ်ချို ၅ ကျပ်သား
စမုန်စပါး ၅ ကျပ်သား
ဆေးရွက်ကြီး ၂ ကျပ်သား
ထုံး ၂ ကျပ်သား

တိုက်ကျွေးရည်း ၊ ၊ ညက်စွာထောင်း၊ ရောဂါဖြစ်စ နှစ်ကြိမ်ခွဲတိုက်ပါ။
ရောဂါဖြစ်ပါက ဆေးတစ်ခွက်စာ ဖြစ်သည်။ တစ်ကြိမ်တည်း
တိုက်ပါ။

ထောင့်သန်းရောဂါကုဆေးအမှတ် (၅)

ဆေးအမည် ၊ ၊ သုံးပါးဆေး။

ဖော်စပ်ပုံ ၊ ၊ ဆေးရွက်ကြီး ၁ ကျပ်သား
မဖောက်ထုံး ၁ ကျပ်သား
ငရုတ်မှုန့် ၁ ကျပ်သား

တိုက်ကျွေးရည်း ၊ ၊ ဆေးအမျှစုကြိတ်၊ ရေနနှင့် ဖျော်တိုက်ပါ။

ထောင့်သန်းရောဂါကုဆေးအမှတ် (၆)

ဆေးရည်း ၊ ၊ နှမ်းဆီစစ်စစ်ကို နွားငယ်လျှင် ၂၅ ကျပ်သား၊ နွားကြီးလျှင် ၅၀ ကျပ်သားမှ ၁ ပိဿာတိုက်ပါ။ ရေအေး မတိုက်ရ။

ထောင့်သန်းရောဂါကုဆေးအမှတ် (၇)

ဆေးရည်း ၊ ၊ ပျားရည်ဖွန်းကြီး သုံးဖွန်း၊ ကျပ်ခိုး၊ မန်ကျည်းမှည့် ဆေးဆတူယူ၍ ညောင်စေးကဲ့သို့ ပျစ်လာသည့်တိုင်အောင် ပန်းကန် ထဲတွင် မွှေ၍ တိုက်ပါ။ နနွင်းမှိုင်းခံပေးပါ။

ပေါင်ပုပ်လက်ပုပ်ရောဂါကုဆေးများ

ပေါင်ပုပ်လက်ပုပ်ရောဂါကုဆေးအမှတ် (၁)

မျက်စဉ်းဆေး ၊ ၊ ကွမ်းရွက်၊ ကွမ်းသီး၊ ထုံး၊ ရှားစေး၊ ဆေးရွက်ကြီး၊ ကွမ်းယာကို ကြေညက်အောင် ဝါးပါ။ ဝါး၍ရသော ကွမ်းရည်ဖြင့် မျက်စဉ်းခတ်ပါ။

မှိုင်းဆေး ၊ ၊ သွေးကျဲလာစေရန် နနွင်းမှိုင်းခံပေးပါ။

တိုက်ဆေး ၊ ၊ ထိကရုံးပဉ္စငါးပါး လက်တွင်းတစ်ဆုပ်ယူ၊ ရင်းဖျားပယ်၊ ကြေညက်စွာထောင်း၍ အရက်နှင့်ရောတိုက်ပါ။

အထွေထွေ ၊ ၊

(က) ဝမ်းချူပေးပါ။

(ခ) ဘယ်ခြေဘယ်လက် နာလျှင် လက်ဝဲပေါင်ကို သံပူကပ်ပါ။ ညာခြေဘယ်လက်နာလျှင် လယ်ယာဘက်ပေါင်ကို သံပူကပ်ပါ။ သံပူကပ်ရာတွင် အချို့က ရောင်နေသည့် အစိတ်အပိုင်းကို ကပ်ကြသည်။ ဓားမီးမြှိုက် သို့မဟုတ် မီးဖုတ်ထိုးခြင်း၊ ဓားပြား၊ တူးရွင်းပြားမီးဖုတ်ထိုးခြင်းများ ပြုလုပ်သည်။ ချင့်ချိန်၍ သုံးတတ်ရမည်။ အချို့မှာ သံပူ ကပ်မှုကြောင့် နွားသားရေကွာ၍ အနာဖြစ်တတ်သည်။

ပေါင်ပုပ်လက်ပုပ်ရောဂါကုဆေးအမှတ် (၂)

ကုသရည်း ၊ ၊ မိုးနှံကိုင်၊ သို့မဟုတ် မရိုးကိုင်နှင့် နွားကို ရိုက်မောင်းပါ။ ယင်းကိုင်များမှ ဆူးကလေးများ နွားအရေပြားကို ပေါက်ပြဲစေ၏။ မရိုးစေးများ အသားပေါက်ထဲသို့ ဝင်ခြင်းဖြင့် ခြေလက်ရောင်သည့် နေရာမှ အရိအရွဲများ ကျလာတတ်၏။

တိုက်ဆေး ၊ ၊ ကြိတ်ကုဇက်သုံးပါး၊ စမုန်နက်၊ ဇာတိပွိုလ် အမျှစု၊ ဆေးရည်ဖြင့် လျှာကိုပွတ်ပေးပါ။ အနည်းငယ်တိုက်ပါ။ လျှာပွတ်လျှင် ပျားရည်ဖြင့် ရော၍ပွတ်ပေးရမည်။

ပေါင်ပုပ်လက်ပုပ်ရောဂါကုဆေးအမှတ် (၃)

ဆေးရည်း ၊ ၊ စပါးလင်မြစ် သုံးခွက်တစ်ခွက်တင်ကျိပါ။ ၎င်းပြုတ်ရည် နှင့် ဖြူစူးကိုတို့၍ ရောင်နေသည့်နေရာများကို အကြိမ်ကြိမ်ထိုးပေးပါ။

ပေါင်ပုပ်လက်ပုပ်ရောဂါကုဆေးအမှတ် (၄)

ဆေးရည်း ၊ ၊ ဘီလားကောင်၏အမြီးနှင့် ရောင်သောနေရာများကို ဖောက်ပေးပါ။ ယင်းဖောက်သည့်နေရာတွင် ဆား၊ နနွင်းရော၍ သုတ်လိမ်းပေးပါ။

ကွဲ၊ နွား လည်ချောင်းကွဲရောဂါ

ကွဲ၊ နွား လည်ချောင်းကွဲရောဂါသည် ဥဏ္ဍတေဇာ အားနည်းပြီး ကိုယ်ရေအေးစက်၍ အတွင်းပူနေသည်ဖြစ်၍ ပူကန်ဖွင့်ကြေ အောင် အတင်းလုပ်၍မရချေ။ ငန်းဆေးကို သနပ်ခါးရည်နှင့် ရောတိုက်၍ အပြင်မှ ကိုယ်ရေပြန်ရအောင် တိုက်ရာ၏။

အတွင်းပူငြိမ်းအောင် ကုမ္ဘဏ္ဍဝလေဟ (ခေါ်) ကျောက်ဖရုံ ချက်ဆေး ရေ၊ ဆန်ဆေးရည်ဖြင့် တိုက်ရသည်။

ကွဲ၊ နွား တို့၏ခန္ဓာကိုယ်မှာ အရေထူလွန်းသည့်အပြင် စားမြုံ့ ပြန်သော အစာအိမ်ရှိသည်လည်းဖြစ်၍ သာမန်အသီးအရွက်

တို့ဖြင့် ဖော်စပ်သောဆေးဖြင့် ကုသ၍ရခဲ့သည်။ ဓာတ်ဆေး (အဂ္ဂိရတ်ဆေး) တို့ဖြင့်သာ လျင်စွာပျောက်ကင်းနိုင်ပေသည်။ ဝရဇိန်ငန်းဆေးကိုမူ တိုက်သင့်၏။

ဝရဇိန်ဆေးဖော်စပ်နည်း

ဆေးအမည်စု၊ ၊ ယမ်းစိမ်း ၁၀ ကျပ်သား
ဇဝက်သာ ၂၀ ကျပ်သား
ဆား ၁၀ ကျပ်သား

ဆေးကျွေးနည်း၊ ၊ ဆေးကို အမှုန့်ပြုပါ။ ဇော်ခံ၍ မီးဖုတ်ပါ။ ၎င်းပြာကို နွယ်ချိုဆတူရောပါ။ နွားကြီး သုံးကျပ်သား၊ နွားငယ် တစ်ကျပ်သား ရေနဲ့ တိုက်ပါ။

ငန်းဆေးဖော်စပ်နည်း

ဆေးအမည်စု၊ ၊ နံ့သာနီ၊ နံ့သာဖြူ၊ ဒန့်သကူးနီ၊ ဒန့်သကူးဖြူ၊ ဇာတိပွိုလ်သီး၊ ပန်းနု၊ ပန်းမ၊ ပန်းဥ၊ ပန်းလဲ၊ မြတ်လေး၊ ကံ့ကော်ဝတ်ဆံ၊ ကြာမျိုးငါးပါး၊ လက်ချား၊ ကျောက်ချဉ်၊ ဖာလာ၊ လေးညှင်း၊ ကရဝေးသီး၊ ကရဝေးရွက်၊ ပရုတ်၊ ဖုံးမသိန်၊ စမြိတ်၊ ချင်း၊ ပိတ်ချင်း၊ ဆီးသီး၊ ကြံ့ချေး၊ နွယ်ချို၊ ဂုံခါး၊ ကတ္တရသင်္ချေ၊ ကုလားဆောင်းမေးခါး၊ စူလာနဖာ၊ စမုန်မျိုးငါးပါး။

ဆေးအချိန်အစ၊ ၊ ဆေးအမျှစီ စုပါ။ ညက်စွာကြိတ်။

တိုက်ကျွေးနည်း၊ ၊ နွားကြီး ဆေး သုံးကျပ်သား၊ နွားငယ် ဆေး တစ်ကျပ်သား။ တစ်ခွက်စာ ဖြစ်သည်။ နံနက်/ည နှစ်ကြိမ်တိုက်ပါ။

လည်ချောင်းကွဲရောဂါပျောက်ဆေးအမှတ် (၁)

ဆေးရင်း၊ ၊ တဇောင်းလက်ဆက် ၅ ကျပ်သား
ကျီးအာဥ ၁ ကျပ်သား

တိုက်ကျွေးနည်း၊ ၊ အမှုန့်ပြုပါ။ ဆေးတစ်ခွက်စာ တောအရက်ဖြင့် တိုက်ပါ။

လည်ချောင်းကွဲရောဂါပျောက်ဆေးအမှတ် (၂)

ဆေးရင်း၊ ၊ မရိုးစေး။

သုံးစွဲနည်း၊ ၊ လိမ်းဆေးဖြစ်သည်။

(က) မရိုးစေးကို ရောင်သည့်နေရာကို လိမ်းပေးပါ။

(ခ) နားရွက်ကို နောက်သို့ လှန်ဆွဲယူပြီးလျှင် နားရွက်ဆုံးသည့်နေရာ ပခုံးမှနေပြီး အောက်သို့ တစ်မိုက်ခန့်အကွာ တွေ့ဆုံသည့်နေရာကို သားရေပေါက်အောင် ဓားဖြင့်ခွဲပါ။ ၎င်းအနာ ထဲသို့ မရိုးစေးကို လူးပေးပါ။

လည်ချောင်းကွဲရောဂါပျောက်ဆေးအမှတ် (၃)

ဆေးနည်း၊ ၊ စပါးကြီးသည်းခြေ တစ်မူးသားကို ရေနွေးနှင့် ပျစ်ပျစ် ဖျော်၍ လျှာပွတ်ပေးပါ။

လည်ချောင်းကွဲရောဂါပျောက်ဆေးအမှတ် (၄)

ဖော်စပ်ပုံ၊ ၊ ပရုတ် ၄ ပဲသား
ဇဝက်သာ ၁၂ ပဲသား
ယမ်းစိမ်း ၁၂ ပဲသား
နွယ်ချို ၁၂ ပဲသား
မရိုး (မြစ်/ခေါက်) ၁၂ ပဲသား
နှမ်းကြပ် ၁ ကျပ် ၈ ပဲသား
ဆိုင်ဒါ ၁ မတ်သား

ဆေးကျေးဇူး။ ။ ၎င်းဆေးကို အမှုန့်ပြု၍ တစ်နေ့ ၂ ကြိမ် တိုက်ပါ။
ဆေး ၂ ခွက်စာ ဖြစ်သည်။

သတိပြုရန် ၊ ၊ လည်ချောင်းကွဲရောဂါဖြစ်သည့်နွားကို အချို့က ရောင်သည့်နေရာ၊ လည်ပင်း၊ ဦးခေါင်း၊ ပါးရိုးပြင်ပိုင်းကို ထုံး၊ နံနွင်း၊ ဆတူရေ၍လည်းကောင်း၊ ရေနံချေးများကိုလည်းကောင်း သတ်လိမ်းပေးလေ့ရှိပါသည်။

အနီးပွင့်လျက် အထဲမှ အနီး၊ အပူ၊ အရည်များအပြင်သို့ ထွက်ကျစေမှသာ ရောဂါသက်သာမည်ဖြစ်ပါသည်။

ကွဲ၊ နွား လျှာနာခွာနာရောဂါ

ဤရောဂါသည် ကမ္ဘာပေါ်ရှိ တိုင်းပြည်အသီးသီးတွင်ဖြစ်သည်။ အလွန်မြန်သော ကူးစက်ရောဂါဖြစ်သည်။ အနောက်တိုင်း ဆေးပညာအလိုအရ လျှာနာခွာနာရောဂါ (foot and mouth disease) ဗိုင်းရပ်စ် (Virus) ရောဂါပိုးတစ်မျိုးကြောင့် ဖြစ်သည်။ ရောဂါအမျိုးအစား (၇) မျိုး ခွဲခြားထားသည်။ မြန်မာနိုင်ငံတွင် ရောဂါပိုးသုံးမျိုးဖြစ်၏။ အို (O Type)၊ အေရှုဝမ်း (Asia 1) နှင့် (A Type) ရောဂါအတွက် ကုသဆေးဝါး၊ တိုက်ဆေး၊ ထိုးဆေးမရှိပါ။ လိမ်းဆေးသာ ရှိ၏။

မြန်မာ့ရိုးရာတိုင်းရင်းဆေးပညာ၊ တိရစ္ဆာန်ရောဂါကုထုံးတွင် ကျွဲ၊ နွား လျှာနာခွာနာရောဂါအတွက် လိမ်းဆေးများရှိပါသည်။

လျှာနာခွာနာဆေးအမှတ် (၁)

ဆေးညှန်း ။ ။ ပခိုင်းသီး၊ ပခိုင်းရွက် နေပူလှန်းပါ။ သွေ့က ဆီနှင့်ရော၍ ချက်ပါ။

အသုံးပြုပုံ ။ ကျွဲ၊ နွားခွာတွင် ဝိုးတွယ်နေပါက သုတ်လိမ်းပေးရန် ဖြစ်သည်။

လျှာနာခွာနာဆေးအမှတ် (၂)

ဆေးညှန်း ၊ ၊ မန်ကျည်းခေါက်၊ ဆီးခေါက်၊ တမာခေါက် ပြုတ်ပါ။

အသုံးပြုခြင်း ၊ ၊ လျှာပိုးလျှာနာအတွက် ဖန်ရည်ဆေးရန် ဖြစ်သည်။

ဆေးညှန်း ၊ ၊ ဆေးရွက်ကြီးတစ်ရွက် မီးသင်း၊ အမှုန့်ပြုလုပ်ပါ။ ဆား၊ နှင်း၊ ပရတ် နှစ်လုံးထည့်ကြိတ်ပါ။

အသုံးပြုခြင်း ၊ ၊ ခွာထဲသို့ ထည့်ပေးရန် ဖြစ်သည်။

လျှာနာခွာနာဆေးအမှတ် (၃)

ဆေးညွှန်း ၊ ၊ အင်တွဲ၊ ကြက်သွန်နီ ၅ ကျပ်သားစီ
ဒုတ္တာ ၁ ပဲသား

အသုံးပြုရန် ၊ အမှုကြိတ်၊ နေသွေ့အောင်လှန်း။ အုန်းဆီနှင့်ဖျော်၍
ခွာထဲသို့လိမ်းပါ။

လျှာနာခွာနာ

လျာအတွက် ၊ ၊

(က) တောစံပယ်မြစ်သွေး၍ လျှာအနာကို သုတ်လိမ်းပါ။

(ခ) ငှက်ပျောသီးမှည့် ၂ လုံးနှင့် ပျားရည် ၁ ကျပ်ခွဲသား
ရော၍ လျှာကို လှူးပေးပါ။

(ဂ) ဆီးဖြူ ဖန်ခါးသီးခြောက်မှုန့်ကို ဆားနှင့်ရော၍ လျှာကို ပွတ်ပေးပါ။

အာအုတ် ၊ ၊

(က) ခွာအနာကို သေချာစွာဆေးကြော၍ ရေနံချေးဖြင့် တစ်နေ့လျှင် သုံးကြိမ် သုတ်လိမ်းပေးပါ။

(ခ) လိမ်ခေါက်၊ မာလကာခေါက်၊ တမာခေါက်၊ မန်ကျည်း
ခေါက်များသွေး၍ ခွာအနာကို လိမ်းပေးပါ။

အထက်ပါဆေးနည်းများသည် မြန်မာပြည်နယ်အရပ်ရပ်တွင် အသုံးပြုနေသည့် ဆေးဝါးများဖြစ်ပါသည်။ သင့်ရာ တစ်နည်းကို ယူပါလေ။

လျှာနာခွာနာ ထိန်းချုပ်ရေး

ရှေးယခင် နှစ်ပေါင်းများစွာက လျှာနာခွာနာရောဂါ ဖြစ်ပွား ပါက ခွာသဲလျှင် (ခွာတွင် ပိုးလောက်တွယ်၍ နွားခြေတခါခါ ဖြစ်နေခြင်း) နွားကို နေ့ခင်းနေပူပူ သဲသောင်ပြင်ပေါ်တွင် နာရီဝက်ခန့်မောင်း၍ ရပ်နေလေ့ရှိပါသည်။ သဲပူကြောင့် ခွာပိုးများ သေနိုင်သည်။ မှန်သည်။ သို့သော် ရက်စက်သည့်ဆေးကုနည်းဖြစ်၍ ယခုအခါ အားမပေးတော့ပါ။ ထိုအလေ့ ပျောက်ကွယ်လုနီးပါး ဖြစ်နေပါပြီ။

ထို့အတူ လျှာရည်သွားရည်ကျ၍ နှုတ်ခမ်းများ မသိမ်းနိုင် သည့်နွားကို ငရုတ်သီးပွတ်ပေး၍ ကုသနည်း၊ ရှေးရိုးအစွဲမှာလည်း ယခုအခါ ကွယ်ပနေပြီဖြစ်ပါသည်။

အမှန်အားဖြင့် မြန်မာ့ရိုးရာတိရစ္ဆာန်ဆေးကုပညာ အတိမ် အနက်ကို မစူးစမ်း၊ သင့်တင့်သော လျှာနာခွာနာကုထုံးများရှိလျက် နှင့် လွယ်ကူသောနည်းလမ်း လမ်းမှားသို့ လိုက်မိကြခြင်းဖြစ်သည်။

လျှာနာခွာနာရောဂါဖြစ်သော ခြံတွင် ရောဂါပြန့်ပွားမှု ထိန်းချုပ်ရေး အစီအစဉ်တစ်ရပ်အဖြစ် ရောဂါဖြစ်သောနွားများကို ကွင်းပြင်၊ စားကျက်သို့မလွှတ်ဘဲ လူသူတိရစ္ဆာန်များ ကူးလူးဆက်ဆံ ခြင်းမပြုဘဲ ထားရှိရန် လိုအပ်သည်။

ကျွဲ၊ နွားများ ခွာနာလျှာနာရောဂါ ကုသဆေးအဖြစ်အသုံးပြုသောဆေး

- | | |
|-------------|-----------|
| ငရုတ်ကောင်း | ၁ ကျပ်သား |
| ပိတ်ချင်း | ၁ ကျပ်သား |

- | | |
|---------|-----------|
| ချင်း | ၁ ကျပ်သား |
| ဆေးဒန်း | ၂ ကျပ်သား |
| ကန့် | ၁ ကျပ်သား |

အချိန်အဆ

ခွာအနာထဲသို့ သင့်ရုံလိမ်းပေးပါ။

ကျွဲ၊ နွား ဝမ်းပြည့်ဝမ်းရောင်ရောဂါ

မိုးဦးလေဦး မြက်နုပေါက်ချိန်တွင် ကျွဲ၊ နွား၊ မြင်းတို့၌ ဖြစ်လေ့ ဖြစ်ထရှိသော ရောဂါဖြစ်သည်။ ဆေးဝါးအချိန်မီ စနစ်တကျ ကုသပေးနိုင်ခြင်းမရှိပါက အသက်သေဆုံးတတ်ပါသည်။

ရှေးဦးကုသခြင်း

ဝမ်းပြည့်ဝမ်းရောင်ရောဂါဖြစ်ပွားပါက မြင်း၊ ကျွဲ၊ နွားတို့၏ ရှေးဦးလက္ခဏာမှာ ဆီးချုပ်ခြင်း၊ ဝမ်းချုပ်ခြင်းမှ အစပြုသည်။ ဝမ်းဗိုက်တဖြည်းဖြည်း ဖောင်းလာသည်။ အငြိမ်မနေဘဲ အသက်ရှူ ကျပ်၍ သေဆုံးတတ်သည်။ မြန်မာနိုင်ငံအရပ်ရပ်တွင် စည်တော် ပိတ်ရောဂါ၊ လေဖောင်းရောဂါဟူ၍ ခေါ်ကြသည်။

ဝမ်းပြည့်ဝမ်းရောင်ရောဂါဖြစ်သည့် တိရစ္ဆာန်ကို လမ်းလျှောက် ပေးခြင်း၊ နှိပ်နယ်ပေးခြင်း၊ ဝမ်းချူပေးခြင်း၊ ဆီးချူပေးခြင်းတို့ကို ပြုလုပ်ပေးရမည်။ နွားလဲနေပါက ခြေလက်ကို ကြိုးဖြင့်တုပ်ပြီး ဘယ်ညာ လှန်ပေးရမည်။

စည်တော်ပိတ်ရောဂါဟု ခေါ်ဆိုနိုင်လောက်အောင် နောက်ဆုံး အဆင့်မှာ ဝမ်းဗိုက်သည် ဘောလုံးပမာဖောင်းကားလာပြီး သားရေမှာ နှိပ်၍မရ၊ စည်ကဲ့သို့ တင်းမာနေတတ်သည်။ ၎င်းကို လေဖောက် ထုတ်ရန်လိုအပ်လာသည်။ ဘယ်ဘက်စားချိုင့် (အစာအိမ် တည့်တည့် သုံးမြှောင်နေရာ) အလယ်မှနေ၍ အခေါင်းပါသည့်

ပြန်ဖြင့် ဖောက်ပေးပါက လေထွက်လာသည်။ မတတ်သာလျှင် ဓားဦးချွန်ဖြင့်ပင် ထိုး၍ခွဲပေးရမည်။ လေများထွက်သွားပါက အသက်ရှူကျပ်၍ သေဆုံးမှုကို တားဆီးနိုင်သည်။

ကျွဲ၊ နွား ဝမ်းပြည့်ဝမ်းရောင်ရောဂါကုသဆေးအမှတ် (၁)

ဖော်စပ်ပုံ ၊ ၊ ချင်းစိမ်း ၅ ကျပ်သား၊
ဆီ ၅၀ ကျပ်သား။

တိုက်ကျွေးရင်း ၊ ၊ ရော၍ တစ်ကြိမ်တည်း တိုက်ပါ။ မသက်သာပါက ဇဝက်သာ ၂ ကျပ်သား ရောတိုက်ပါ။

ကျွဲ၊ နွား ဝမ်းပြည့်ဝမ်းရောင်ရောဂါကုသဆေးအမှတ် (၂)

ဖော်စပ်ပုံ ၊ ၊ အုန်းသီး ၁ လုံးခြစ်
ယမ်းစိမ်း ၁၀ ကျပ်သား
ဆားခါး ၁၀ ကျပ်သား
မဖောက်ထုံး ၂ ဇွန်း (စားပွဲတင်ဇွန်း)

တိုက်ကျွေးရင်း ၊ ၊ အရည်နှင့်အဖတ် ရောနယ်၍ ရေနွေးပူပူနှင့် ရောတိုက်ပါ။

သတိပြုရန် ၊ ၊ အစာအိမ် လေပြည့်တင်းမှုကြောင့်ဖြစ်ရသည်တွင် အချို့အရပ်ဒေသများ၌ စားဆော်ဒါကို ထည့်တိုက်လေ့ရှိသည်။ စားဆော်ဒါသည် လေကို ပွစေတတ်သည့်သဘောရှိ၍ အထက် မပြန် အောက်မလည်ရှိသည်တွင် ရောဂါကို ပို၍ဆိုးစေတတ် သည်ကို သတိပြုရမည်။

လေပြည့်တင်းရောဂါ တိုက်ဆေးအမှတ် (၁)

ဖော်စပ်ပုံ ၊ ၊ တာပင်တိုင်ဆီ ၁ ဇွန်း (ဟင်းခပ်ဇွန်း)
ထမင်းရည် ၁ ပိဿာ

တိုက်ကျွေးရင်း ၊ ၊ ရောမွေ၍ ဆေးတစ်ကြိမ်၊ တစ်ခါတိုက် ဖြစ်သည်။

ဝမ်းဖောဝမ်းရောင်ရောဂါ

တိရစ္ဆာန်များတွင် ဇာတိပွိုလ်သီးကို ဝမ်းဖောဝမ်းရောင် ရောဂါ၊ အအေးမိရောဂါများတွင် အသုံးပြုသည်။

နန္ဒင်းမှုန့် ၁၀ ကျပ်သား

ကန့်မှုန့် ၅ ကျပ်သား

ဇာတိပွိုလ်သီးတစ်လုံး အမှုန့်ပြု၊ ဆေးအားလုံး ရေငှက်ပျောဖူး တစ်ပုလင်းခန့်ထည့်ပြီး တစ်နေ့ ၃ ကြိမ် တိုက်ပါ။

အစာအိမ်လေပြည့်ဖောင်းရောဂါ

အသုံးပြုသောဆေး ၊ ၊ ကြက်သွန်ဖြူ ၅ ကျပ်သား
ကြက်သွန်နီ ၅ ကျပ်သား
ဆား ၅ ကျပ်သား
ဆီ ၅ ကျပ်သား
နန္ဒင်း ၁ ကျပ်သား

ဖော်စပ်ပုံ ၊ ၊ ၎င်း ငါးမျိုးရောစပ်ပြီး ရေနွေး သို့မဟုတ် ရေကျက်အေး ရော၍ တိုက်ကျွေးနိုင်သည်။

အချိန်အစာ ၊ ၊ နွားကြီးတစ်ခွက်စာ၊ နွားလတ် နှစ်ခွက်စာ၊ နွားငယ် လေးခွက်စာ။ တစ်နေ့ ၂ ကြိမ်၊ ၃ ကြိမ် တိုက်ပါ။

ကျွဲ၊ နွားများတွင်ဖြစ်တတ်သော လေပွရောဂါ

အသုံးပြုသောဆေး ၊ ၊ ကွမ်းရွက်ကြီး ၂ ရွက်
ထုံး လက်တစ်ကော်
ဆေးရွက်ကြီး ၂ ကျပ်သား
ကွမ်းသီးခြမ်း ၂ ခြမ်း

ဟော်စပ်ပုံ ၊ ၊ ၎င်းတို့ကို ထုထောင်းပါ။

အချိန်အဆ ၊ ၊ ကျွဲ၊ နွားကြီးများအတွက်မူ ၎င်းအညွှန်း၏ ၅ ဆမှာ တစ်ခါတိုက်စာ ဖြစ်သည်။ နွားငယ်များကို အထက်ပါ ဆေး ၂ ဆ တိုက်ရပါမည်။

အစားမှား၍ဖြစ်သော ဝမ်းဖောဝမ်းရောင်ရောဂါ
အသုံးပြုသောဆေး ၊ ၊ ကြစုသီး၊ ပိတ်ချင်းသီး၊ သိန္ဓော၊ ချင်း။

ဟော်စပ်ပုံ ၊ ၊ ၎င်း ၄ မျိုး ဆတူရောပါ။

အချိန်အဆ ၊ ၊ နွားငယ်တစ်ကောင်လျှင် ၁ ကျပ်သား တိုက်ပါ။

ကျွဲ၊ နွား၊ မြင်း အပူလျှပ်သော် တိုက်ရန်ဆေး

မြန်မာ့ရိုးရာအယူအဆအရ ကျွဲ၊ နွား၊ မြင်းတို့ အအေးမိ၊ ချောင်းဆိုး၊ အပူလျှပ်၊ အပူမိခြင်းတို့အတွက် ဆေးစွမ်းကောင်းများ ရှိပါသည်။ အပူလျှပ်၊ အပူမိ၊ အပူငုပ်ခြင်းတို့ကို အချိန်မီဆေးဝါး မကုသနိုင်ပါက အသက်ဆုံးရှုံးသည်အထိ ဖြစ်တတ်ပါသည်။

၎င်းရောဂါများအတွက် တိုက်ဆေး၊ မျက်စဉ်းဆေးဟူ၍ ရှိသည်။

အပူလျှပ်/အပူငြိမ်းဆေး

အပူငြိမ်းဆေးအမှတ်(၁)

ဆေးပုလဲ၊ ဘုမ္မရာဇာ၊ မုတ်၊ ပန်းနု ၅ ကျပ်သားစီ
ပန်းမ၊ ကြက်သွန်ဖြူ၊ သိန္ဓော၊
ပညာလင်္ကာ၊ ဆင်တုံးမနွယ်၊ ထန်းလျက်၊
ဆီးဖြူခြောက်၊ မန်ကျည်းသီးမှည့်၊
ကျပ်ခိုး၊ လက်ဖက်ခေါင်းပုပ်၊ ငပုံဆေး၊
ချင်းခြောက်၊ ဆေးတလုံး၊ ကတ္တရသင်္ချေ ၁၀ ကျပ်သားစီ
စမုန်မျိုးငါးပါး ၂ ကျပ်ခွဲသားစီ

ဆေးညွှန်း ၊ ၊ အမျှစု၊ ညက်စွာကြိတ်၊ ဆေးတစ်ခါတိုက် ခုံညင်းဆံ တစ်လုံးခန့်။ ဝမ်းသက်၊ အပူကြီး၊ သွေးသလိပ်ကပ်ရောဂါကို ပျောက်သည်။ ဝမ်းမီးတောက် အားကိုဖြစ်စေသည်။

အပူငြိမ်းဆေးအမှတ် (၂)

ဆေးညွှန်း ၊ ၊ ဒဟတ်ခေါက်၊ မြန်မာကုက္ကိုခေါက် ၁ ကျပ်သားစီ
ခံတက်ခေါက်၊ သန်းခေါက်
ဥသျှစ်ခေါက် ၂ ကျပ်သားစီ
ဆားသင့်ရုံထည့်၊ အမှုန့်ကြိတ်။ ဆေးတစ်ခွက်စာဖြစ်သည်။

အပူငြိမ်းဆေးအမှတ် (၃)

ဆေးအညွှန်း ၊ ၊ ဇာတိပွိုလ်သီး ၁ လုံးသွေး၍ ပျားရည်တစ်ဖွန်းနှင့် ခေါက်ပြီးတိုက်ပါ။

ကျွဲ၊ နွား အပူမိ၊ လျှာပွတ်ဆေး

ဆေးရင်း ၊ ၊ ပိတ်ချင်း၊ ချင်း၊ ငရုတ်ကောင်း၊ ဖာတိပွိုလ် အမျှစု၊ ညက်စွာကြိတ်ပါ။ ဆီးကင်းခန့် လျှာပွတ်ပေးပါ။

ကျွဲ၊ နွား၊ မြင်း အပူငြိမ်းမျက်စဉ်းဆေး

ဆေးရင်း ၊ ၊ စမုန်နက်၊ ငရုတ်ကောင်း၊ ဆား၊ ချင်း၊ ရှိန်းခို၊ လေညှင်း ၁ မတ်သားစီ ဆေးအမျှစု၊ အမှုန့်ကြိတ် မျက်စဉ်းခတ်ပါက အပူငြိမ်းသည်။

မျက်စဉ်းဆေးနှင့်ပတ်သက်၍ သုံးသပ်ချက်

ကျေးလက်တောင်သူဦးကြီးများသည် မိမိ၏ ကျွဲ၊ နွားများ ဆီးချုပ်၊ ဝမ်းချုပ်၊ အပူလျှပ်နေသည်ဟုထင်မြင်ပါက နွား၏မျက်စိ

ထဲသို့ ဆေးရွက်ကြီးဖြစ်စေ၊ ငရုတ်သီးဖြစ်စေ မျက်စဉ်းခတ်လေ့ ရှိသည်။ ဆေး၏အပူဒဏ်၊ စပ်မှုကြောင့် ကျွဲ၊ နွား၊ မြင်းတို့ အငြိမ် မနေနိုင်။ ထကြွလှုပ်ရှားသည့်အခါ ဆီး၊ ဝမ်းများ၊ လေများ ထွက်ကျ ကုန်သည်။ ဤသည်ကို ရောဂါသက်သာစေကြောင်း မှတ်ယူ ကြသည်။

အမှန်အားဖြင့် ထိုသို့မဟုတ်ပေ။ အပူမျက်စဉ်းကြောင့် ကျွဲ၊ နွား ဆီး၊ ဝမ်း၊ လေ သက်သည်မှန်ပင်ငြားသော်လည်း တကယ် ရောဂါဖြစ်နေမှုကို ပျောက်ကင်းသည်မဟုတ်ပါပေ။ ထိုသို့ မျက်စဉ်း ခတ်မှုမှာ ကျွဲ၊ နွား စားမြုံ့မပြန်ဘဲ ဆီးချုပ်၊ ဝမ်းချုပ်သည့် လက္ခဏာများပြတတ်သည့် ပေါင်ပုပ်လက်ပုပ်ရောဂါ၊ ထောင့်သန်း ရောဂါ၊ လည်ချောင်းကွဲရောဂါ၊ ပိန်ချိုးအားနည်းရောဂါတို့တွင် ယင်း မျက်စဉ်းဆေးများ အစွမ်းမပြနိုင်။ ရောဂါတခြား၊ ဆေးတခြားဖြစ်၍ သေကျေပျက်စီးရန်သာရှိသည်။ ထို့ကြောင့် ငရုတ်သီး၊ ဆေးရွက်ကြီး စသည့် ပူလောင်သည့် မျက်စဉ်းများခတ်၍ ဆေးပေးကုသခြင်းအလေ့အထကို ပယ်သင့်ပါသည်။

အပူလျှပ်ခြင်းအတွက် မျက်စဉ်း

အသုံးပြုသောဆေး ၊ ၊

လေးညှင်းပွင့်	၇ ပွင့်
ငရုတ်သီးအူတိုင်	၇ တိုင်
ဆား	၅ မတ်သား
စပါးကြီးရွက်	၇ ရွက်

ဖော်စပ်ပုံ ၊ ၊ ၎င်းအားလုံး အမှုန့်ကြိတ်ပါ။

အသုံးပြုပုံ ၊ ၊ တစ်နေ့လျှင် တစ်ကြိမ်ကျ၊ ၅ ရက်ဆက်၍ မျက်စဉ်း ခတ်ပေးပါ။

ကျွဲ၊ နွား လျှာထွက်ခြင်းရောဂါ

ဆေးရင်းလင်္ကာ ၊ ၊ ဗင်ပဉ်ဇဒ္ဒ၊ သီပေက၊ လင်ကကြိမ္ပိ။

ပါဝင်သော ဆေးအမည်များမှာ -

ဗင်ဂလီဆားခါး	၅ ကျပ်သား
ဇဝက်သာ	၂ ကျပ်သား
သိန္ဓော	၁ ကျပ်သား
ပရုတ်	၁ ကျပ်သား
မက်လင်	၃ ကျပ်သား

ဆေးညွှန်း ၊ ၊ ဆေးကို အမျှစု၊ ညက်ညက်ကြိတ်ပါ။ ဆေးတစ်ခွက်စာ ဆေးတိုက်သည့်အခါ ကင်ပွန်းရွက်သတ္တုရည်နှင့်တိုက်ပါ။ နွား၏ လျှာသည် ပြန်မသိမ်းနိုင်၊ ပါးစောင်အပြင်သို့ တန်းလန်းထွက်ကျ နေသည့်ရောဂါကို ပျောက်ကင်းနိုင်ပါသည်။

ကျွဲ၊ နွား လျှာတိုဝင်ခြင်းရောဂါ

ဆေးရင်းလင်္ကာ ၊ ၊ ငရုတ်ဇာလေး၊ ပွင့်မွှေးမွှေး၊ သုံးဆေးတစ်ပဲ စီ။ ပရုတ်ကဲပါ၊ ရက်ကိုသာ၊ တိုက်ခါပေးရမည်။

ပါဝင်သည့်ဆေးအမည်များမှာ -

ငရုတ်ကောင်း	၁ ပဲသား
ဇာတိပျိုလ်သီး	၁ ပဲသား
လေညှင်း	၁ ပဲသား
ပရုတ်	၃ ပဲသား

ရောဂါအညွှန်း ၊ ၊ ၎င်းဆေးများကို အမျှစု၊ ညက်စွာကြိတ်။ အရက်နှင့် ရောတိုက်။ ဆေးတိုက်ပြီး အဝတ်စကို ရေနံဆွတ်၍ မှိုင်းခံရမည်။ နွား၏လျှာသည် အထဲသို့အလိုလိုဝင်ကာ တစ်စတစ်စ လျှာတို ဝင်၍ သေဆုံးတတ်သည့်ရောဂါဖြစ်သည်။

**ကျွဲ၊ နွား၊ မြင်း သွေးဝမ်းကိုက်ရောဂါ
ကုသဆေးအမှတ် (၁)**

ကြက်ဥခွံတစ်လုံး၊ ဆေးခြောက်ဖြည့်ပါ။ မီးတွင် ကျွမ်းအောင်
ဖုတ်ပါ။ ၎င်းပြာကို ယူ၍ ကြက်ဥထဲမှထုတ်ထားသည့် ဥအကာ၊
အနှစ်များနှင့်ရော၍ ဆန်ဆေးရည်နှင့်တိုက်ပေးပါ။ ရောဂါ
ပျောက်ကင်းသည်။

ကုသဆေးအမှတ် (၂)

ဇောင်ချမ်းရွက်	လက်တွင်းတစ်ဆုပ်
ဆီးဖြူရွက်	လက်တွင်းတစ်ဆုပ် ရင်းဖျားပယ်
ငရုတ်ကောင်းစေ့	၇ စေ့
ရော၍တိုက်ပေးပါ။ ဆေးတစ်ခွက်စာ ဖြစ်သည်။	

ကုသဆေးအမှတ် (၃)

လက်ထုတ်ကြီးခေါက်	လက်ခုနစ်သစ်
စမုန်စပါး	၁ ကျပ်သား
ကြစုသီး	၁ လုံး
ညက်စွာ ကြိတ်၊ ရေနွှဲ တိုက်ပါ။	

ကုသဆေးအမှတ် (၄)

တမာခေါက်ကိုသွေး၊ လက်ဖက်ရည်ပန်းကန် ၃ လုံးစာ ရအောင်
သွေး၍ ဆားသင့်တင့်ရုံထည့်ပါ။ နွားအတွက် ဆေးတစ်ခွက်စာ
ဖြစ်သည်။ သွေးဝမ်း၊ ရိုးရိုးဝမ်း၊ သန်ကောင်ဝမ်းရောဂါပျောက်သည်။

ကုသဆေးအမှတ် (၅)

ကျွဲကျောင်းမင်သေရွက် (ဆိတ်နို့ရွက်) ကို လက်တွင်းတစ်ဆုပ်
ရင်းဖျားပယ် သုံးခွက်တစ်ခွက်တင်ကျို၍ တိုက်ပါ။ သွေးဝမ်းကိုက်
ရောဂါ ပျောက်ကင်း၏။

ကျွဲ၊ နွား ဝမ်းနုတ်ဆေး

ဆေးအမည် ၊ ၊ မန်ကျည်းရွက်ကြမ်း ဝမ်းနုတ်ဆေး။

ဆေးရင်း ၊ ၊ မန်ကျည်းရွက်ကြမ်း၊ ဆား၊ ထန်းလျက် ၂ ကျပ်ခွဲသားစီ
မုတ် ၁ ကျပ်သား
ဘုမ္မရာဇာ ၅ မူးသား

တိုက်ကျွေးရန် ၊ ၊ ညက်စွာကြိတ်၊ ဘဲဥလုံးခန့် ၁၅ မိနစ်တစ်ကြိမ်
တိုက်ပါ။ ဝမ်းသွားရပ်လျှင် ရေကောင်းစွာချိုး၍ အစာကျွေးပါ။
ရေအေး ခဏခဏတိုက်ပါ။

ကျွဲ၊ နွား များ ဝမ်းချုပ်ရောဂါ

အသုံးပြုသောဆေး ၊ ၊ (က) မန်ကျည်းသီးမှည့် ၅ ကျပ်သား
ဆီ ၅ ကျပ်သား
ကြက်သွန်ဖြူ/နီ ၅ ကျပ်သား
ဆား ၅ ကျပ်သား
ရေ ၂၀ ကျပ်သား

ဖော်စပ်ပုံ ၊ ၊ ၎င်းတို့ကို သမအောင် ရောပါ။

အချိန်အဆ ၊ ၊ နွားကြီးအတွက် အထက်ပါဆေးသည် တစ်ခွက်စာ
ဖြစ်၏။ နွားငယ်ဆိုလျှင် တစ်ဝက်သာတိုက်ပါ။

အသုံးပြုသောဆေး ၊ ၊ (ခ) မန်ကျည်းသီးမှည့် ၁၀-၂၅ ကျပ်သား
ဆားရိုးရိုး ၅-၁၀ ကျပ်သား
ရေ(ဘီလပ်ရည်ပုလင်း) ၄ ပုလင်း

ဖော်စပ်ပုံ ၊ ၊ ၎င်းတို့ကို သမအောင် ရောပါ။

အချိန်အဆ ၊ ၊ နွားကြီးဆိုလျှင် တစ်ခွက်စာ၊ နွားငယ်ကို တစ်ဝက်သာ
တိုက်ပါ။

ဆီးချုပ်၊ ဝမ်းချုပ်ရောဂါ

အသုံးပြုသောဆေး ၊ ၊ ငှက် ၂၀ ကျပ်သား
 ဆား ၅ ကျပ်သား
 ရေ (ငှက်ပျောဖူးပုလင်း) ၁ ပုလင်း

ဖော်စပ်ပုံ ၊ ၊ ၎င်း ၃ မျိုး ရောကြိတ်ပါ။

အချိန်အစာ ၊ ၊ ရောပြီး ဆေးသည် ကျွဲ၊ နွားကြီးများအတွက် တစ်ခွက်စာ ဖြစ်သည်။ ကျွဲ၊ နွားငယ်များအတွက် တစ်ဝက်သာ တိုက်ရန်လိုသည်။

ကျွဲ၊ နွားများအတွက် ဝမ်းနုတ်ဆေး

ကျွဲ၊ နွားများအတွက် လက်ထုတ်ကြီးခေါက်ကို သုံးခွက်၊ တစ်ခွက်တင် ကျို၍တိုက်ပါ။

ဝမ်းချုပ်ရောဂါ

အသုံးပြုသောဆေး ၊ ၊ ရှားစောင်းလက်ပပ် ၂၅ ကျပ်သား
 မန်ကျည်းမှည့် ၂၅ ကျပ်သား
 ဆားရိုးရိုး ၁၀ ကျပ်သား
 ပွေးကိုင်း ၇ ကျပ်သား
 ထန်းလျက် ၁၅ ကျပ်သား

ဖော်စပ်ပုံ ၊ ၊ ၎င်း ၅ မျိုးကို ရေသင့်တင့်ရုံထည့်၍ ကျိုပါ။

အချိန်အစာ ၊ ၊ နွားကြီးအတွက် ဖော်စပ်ပြီး ၎င်းဆေး ၂၀ ကျပ်သား တစ်နေ့ ၂ ကြိမ်။ နွားလတ်အတွက် ဖော်စပ်ပြီး ၎င်းဆေး ၁၅ ကျပ်သား တစ်နေ့ ၂ ကြိမ်။ နွားငယ်အတွက် ဖော်စပ်ပြီး ၎င်းဆေး ၁၀ ကျပ်သား တစ်နေ့ ၂ ကြိမ်။

မြင်းကြီးအတွက် ဖော်စပ်ပြီး ၎င်းဆေး ၂၅ ကျပ်သား တစ်နေ့ ၂ ကြိမ်။ မြင်းလတ်အတွက် ဖော်စပ်ပြီး ၎င်းဆေး ၁၅ ကျပ်သား တစ်နေ့ ၂ ကြိမ်။

ဆီးချုပ်ရောဂါ

အသုံးပြုသောဆေး ၊ ၊ သံပရာသီးနှင့် ဆား။

အသုံးပြုပုံ ၊ ၊ ဆီးချုပ်နေသော တိရစ္ဆာန်၏ဆီးလမ်းကြောင်းထဲသို့ ဆားဖြူးထားသော သံပရာသီးခြမ်းကို အရည်ညှစ်ထည့်ပါ။ မိနစ် အနည်းငယ်အတွင်း ဆီးသွားလိမ့်မည်။ မြင်းများတွင် ပို၍ အာနိသင် ထက်မြက်ကြောင်း တွေ့ရ၏။

ဆီးချုပ်၊ ဝမ်းချုပ်ရောဂါ

အသုံးပြုသောဆေး ၊ ၊ ကြက်သွန်နီ ၁၀ ကျပ်သား
 မန်ကျည်းသီးမှည့် ၁၀ ကျပ်သား
 ထန်းလျက် ၂၅ ကျပ်သား
 ဆား ၅ ကျပ်သား
 နွားမြေရင်း ၂ ကျပ်ခွဲသား
 ရေ ၅၀ ကျပ်သား

ဖော်စပ်ပုံ ၊ ၊ ၎င်းအားလုံး သမအောင် ရောပါ။

အချိန်အစာ ၊ ၊ ကျွဲ၊ နွားကြီးများအတွက် တစ်ခွက်စာဖြစ်သည်။ ၃ နှစ်အထိ ၂ ခွက်စာ တစ်နေ့ ၂ ကြိမ် တိုက်ပါ။

ဆီးချုပ်ရောဂါ

အသုံးပြုသောဆေး ၊ ၊ ထိကရုံးဆူးပေါက်။

ဖော်စပ်ပုံ ၊ ၊ ထိကရုံးဆူးပေါက်တစ်ဆုပ်စာမျှ အမြစ်ပါမကျန် ခူးပါ။ ရေစင်အောင်ဆေး၍ ၃ ခွက်တစ်ခွက်တင်ကျိပါ။

ကုသရည်း ၊ ၊ ခုနာဖြစ်နေသည့်အမြီး၏အပေါ်ဘက် နှစ်ဆစ်ကွာမှ နေ၍ ဖြတ်ပေးကုသခြင်းဖြစ်သည်။ အမြီးဖြတ်ခြင်းမှာ အဆစ်၏ အပေါ် နွားသားရေကို မြားသဏ္ဌာန်လှန်၍ အရိုးအဆစ်ကို ဖြုတ်ပေးလိုက်ခြင်းဖြစ်သည်။ လှန်ထားသည့် နွားသားရေကို ပြန်ချုပ်ပေးရသည်။ လိမ်းဆေးမှာ ထင်းရှူးဆီနှင့် စားသုံးဆီရော၍ လိမ်းပေးထားရမည်။

(၁) နား-ကလပ်နာ

နားထဲတွင် ကလမူနာစွဲနေသည့်နွားသည် နားယား၍ အငြိမ်
မနေနိုင်ဖြစ်၏။ တိုင်၊ တင်းကုပ်များကို ပွတ်နေတတ်သည်။
အစာစား ဆုတ်၍ အားအင်များ ဆုတ်ယုတ်သည်။ နားထဲမှ
သွေးပြည်များ ကျလာတတ်၏။

ကုသခြင်း။ ၊ ကြောင်လျှာပင်၌ နွားချည်ပေးခြင်းသည် ကုထုံးတစ်ရပ် ဖြစ်၏။ ကြောင်လျှာပင်မှအပွေးများ နားထဲသို့ဝင်သွားပြီး အနာ ပျောက်ကင်းနိုင်သည်။

ဆေးရင်း ၊ ၊ ကြောင်လျှာခေါက် ၁ ဆ
ကန့် ၂ ဆ
အုန်းဆီဖြင့် သမအောင်မွေ၍ နားထဲသို့ ထည့်ပေးပါ။

(ဂ) လျှာ-ရုနာ (လျှာပိုးရောဂါ)

လျှာပေါ်တွင် ပိုးကောင်အနက်ကလေးများ တွယ်ကပ်နေသည့် ရောဂါဖြစ်သည်။ လျှာပိုးထပါက အစာစား ဆုတ်သွားသည်။ သွားရည်များ ကျတတ်သည်။

ကုသခြင်း ၊ လျှာကို ကြေးနွန်းဖြင့် ခြစ်ပါ။ မခြစ်မီ ပိုးကောင်လေးများကို တစ်ကောင်စီ မွေးညပ်ဖြင့် ဆွဲနုတ်ပေးနိုင်ပါက ပိုကောင်းပါသည်။

လျှာကိုခြစ်၍ သွေးစို့လာလျှင် သပွတ်ခါးသီးခြောက်နှင့် ပွတ်ပေးပါ။
ကန့်မှုန့်ကို သုတ်လိမ်းပေးပါ။

ကျွဲ၊ နွား ပရုံးပေါက်နာ

တောင်သူဦးကြီးတိုင်း ကြုံတွေ့ရသည့်ရောဂါဖြစ်သည်။ ကျွဲ၊ နွားကို ခိုင်းစေရန် ထွန်၊ ထယ် လှည်းဆွဲသည့် ထမ်းပိုးတင်သည့် နေရာကို အနာဖြစ်ခြင်းကြောင့် ခိုင်းစေရာတွင် အားပျော့သည်။ ရောဂါရင့်လျှင် အသား အသားနီလန်ခြင်း၊ ပြည်တည်ခြင်းများ ဖြစ်သည်။ ရောဂါသည် ကူးစက်တတ်ခြင်းကြောင့် ပခုံးပေါက် ရောဂါ ရှိနေသည့် ကျွဲ၊ နွား များ အသုံးပြုသည့် ထမ်းပိုးကို ယူငင်၍ အသုံးမပြုသင့်ပါ။

ဆေးကုသနည်းအမှတ် (၁)

ရှိန်းခိုကို သွေး၍လည်းကောင်း၊ ပျော့အောင်လုပ်၍လည်း
ကောင်း အနာကို သိပ်ပေးပါ။ ပိုးလောက်များရှိက ပိုးများကျဆင်း
သည်။ အသားနုတက်သည်။

ဆေးကုသနည်းအမှတ် (၂)

ကန့်	၁	ကျပ်သား
ထင်းရှူးဆီ	၁	မတ်သား
နှမ်းဆီ	၅	ကျပ်သား

သမအောင်မွေပါ။ ပခုံးပေါက်နာကို ရေနွေးဖြင့်ဆေး၍ နေ့စဉ် သုတ်လိမ်းပေးပါ။

ကျွဲ၊ နွား ပခုံးပေါက်ရောဂါ

ဆေးနည်း ၊ ၊ ပုစ္ဆန်လုံးအဆီ သုတ်လိမ်းပေးပါ။

ဆေးရည် ၊ ၊ မြွေပွေးဆီ သုတ်လိမ်းပေးပါ။ သို့မဟုတ် မြွေပွေးပြာချ၊ ပြာနှင့်ဆီ ရော၍ လိမ်းပေးပါ။

နွားချိုနာ၊ ချိုပုပ်ရောဂါ

ကျွဲ၊ နွား ပိုင်ရှင်တိုင်း တွေ့ကြုံရတတ်သည့်ရောဂါမျိုး ဖြစ်သည်။ ချိုနာကို အချိန်မီမကုသနိုင်ပါက ဦးချိုအခေါင်းမှ တစ်ဆင့် အနာသည် ဦးခေါင်းချိုအရင်း ဦးနှောက်ပိုင်းသို့ဝင်ပြီး သေကျေပျက်စီးတတ်သည်။ ချိုနာရှိသောနွားသည် ခိုင်းဇယား လည်း မတွင်ကျယ်ပေ။

ဆေးနည်းအမှတ် (၁)

ချိုပုပ်၊ ချိုနာကို မျက်နှာသစ် (ချိုလှန်) ပေးပါ။ အနာ အခေါင်းထဲသို့ ကြက်သွန်ဖြူထောင်း၍ သိပ်ပေးပါ။ စက္ကူမှိုင်းခံ၍ စည်းထားပါ။ နှာခေါင်းထဲမှ နှပ်ထွက်လာလျှင် ပျောက်ကင်းသည်။ ဦးချိုပုပ်နာများသည် ဥဏှတေဇောလွန်နေခြင်းဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် ချိုအရင်းကို ကိုင်ကြည့်လျှင် ပူနေတတ်သည်။

ဆေးနည်းအမှတ် (၂)

အညာဒေသတွင် ကျွဲ၊ နွား သင်းကွပ်သည့်အခါ ချိုဖြစ်၏။ အရပ်ဒေသတိုင်းတွင် ဦးချိုလှပစေရန် ကွပ်ညှပ်ဖြင့် ချိုပြင်ကြ သည်။ ချိုဖြစ်သည့်အခါ၊ ချိုပြင်သည့်အခါ အနာဖြစ်တတ်သည်။

ကုသရည်း ၊ ၊ ချိုနာ၊ ချိုပုပ်နာမဖြစ်စေရန် ကာကွယ်ကြရသည်။ စက္ကူမှိုင်းခံ၍စည်းပေးခြင်း၊ ချိုဖြစ်နာကို မပျောက်ဘဲရှိ၍ အခေါင်းဖြစ်ပါက ဆားအပြည့်သိပ်ပေးခြင်းပြုရသည်။

ဆေးနည်းအမှတ်(၃)

ဆေးရင်း ၊ ၊ ကွမ်းစားထုံး၊ ဆေးရွက်ကြီး၊ ထန်းလျက်၊ ပရုတ် တစ်တုပ်သားစီ။

သုံးစွဲရန် ၊ ၊ ဆေးကို စရနယ်၍ ချိုနာတွင် သိပ်ပါ။

အထွေထွေရောဂါကုဆေးဝါးများ

အနာလိမ်းဆေးများ၊ အရိုးကျိုးကုသဆေးဝါးများ၊ ဝမ်းဆီး ကုသ ဆေးဝါးများ၊ အစာစားဆေးများ၊ အားဆေးများတို့သည် တိရစ္ဆာန်ရောဂါကုရာတွင် ဤစာအုပ်၌ အလေးပေးဖော်ပြသည့် ကျွဲ၊ နွား၊ မြင်း တို့၌ တူညီတတ်ကြသည်။

အရိုးကျိုးခြင်းကို ကုသနည်းများ

တိရစ္ဆာန်၏ ခြေ၊ လက်ကျိုးသည့်ရောဂါကို ကုသပေးခြင်းဖြစ် သည်။ ရောဂါအတွက် ပျောက်ကင်းနိုင်သည့် ဆေးဝါးများ ရှိငြား လည်း တိရစ္ဆာန်၏ငြိမ်သက်စွာမနေနိုင်ခြင်း၊ လူကဲ့သို့ ပြုပြုပြင်ပြင် မရှိခြင်း၊ နေရာထိုင်ခင်း တင်းကုပ်အနေအထား အခက်အခဲရှိခြင်း တို့ကြောင့် လွယ်လင့်တကူ ရောဂါပျောက်ကင်းရန် မဖြစ်နိုင်ပေ။

အရိုးကျိုးသည့်နေရာ၊ ခြေထောက်၊ လက်တို့ကို ကျပ်စည်း ရာတွင် ဝါးပြား၊ ထင်းရှူးပျဉ်ပြားစိတ်များခံ၍ စည်းနှောင်ပေးရာ၌ ဆေးဝါးထည့်နိုင်၏။ သို့သော် ကျပ်စည်းထားမှုမှာ ကြာရှည်စွာ ခိုင်မြဲခြင်းမရှိသောကြောင့် ရောဂါပျောက်ကင်းရန် မလွယ်ကူပေ။

အရိုးကျိုး ကုသဆေးအမှတ် (၁)

ဆေးရင်း ၊ ၊ တဇောင်းလက်ဆက်။

ကုသရည်း ၊ ၊ ဆေးကို အရက်နှင့်စိမ်၊ အရိုးကျိုးသည့်နေရာကို စည်းပေးပါ။

အရိုးကျိုး ကုသဆေးအမှတ် (၂)

ဆေးရင်း ၊ ၊ ဝံအူမြစ်။

ကုသရည်း ၊ ၊ အရိုးကျိုးသည့်နေရာအုံ့၍ စည်းပေးပါ။

အရိုးကျိုး ကုသဆေးအမှတ် (၃)

ဆေးရင်း ၊ ၊ နဘဲခေါက်။

ကုသရည်း၊ ၊ အရိုးကျိုးသည့်နေရာ စည်းပေးပါ။

အရိုးကျိုး ကုသဆေးအမှတ် (၄)

ဆေးရင်း ၊ ၊ ငရုတ်ကောင်း၊ ပိတ်ချင်း၊ ချင်း၊ ပန်းနု၊ ဆောင်းမေးခါး၊
လင်းနေ၊ ပဉ္စကာနီသီး၊ ရှိန်းခို။

ကုသရည်း၊ ၊ ၎င်းဆေးများကို တစ်ကျပ်သားစီ အမျှစု။ ညက်စွာ
ကြိတ်။ အုန်းဆီနှင့် သမအောင်ရော၍ အရိုးနာ၊ အရိုးကျိုးသည့်
နေရာများကို လိမ်းပါ။

အရိုးကျိုးခြင်း

အသုံးပြုသောဆေး၊ ၊ မိဿလင်ဥ ၃ ကျပ်ခွဲသား
အရက်(ဘိလပ်ရည်ပုလင်း) ၄ ချိုး ၁ ချိုး
နွင်းမှုန့် ၁ ကျပ်ခွဲသား

ဖော်စပ်ပုံ၊ ၊ မိဿလင်ဥနှင့် နွင်းမှုန့်ကိုရောအောင် ပြုလုပ်ပါ။
၎င်းနောက် အရက်နှင့်ရော၍ လိမ်းပေးရမည်။

အသုံးပြုပုံ၊ ၊ ကျိုးနေသောနေရာနှင့် အနီးတစ်ဝိုက်တွင် ၎င်းဆေးကို
လိမ်းကျံပေးပါ။ ၎င်းနောက် အပေါ်မှဂွမ်းပတ်ပြီး ဝါးကို ရင်းကျစ်၍
မြဲခိုင်စွာစည်းထားရမည်။ တစ်လခွဲခန့်ကြာသော် ကျိုးနေသော
အရိုးမှာ ပြန်၍ဆက်သည်ကို တွေ့ရ၏။

အဆစ်လွဲ

နွင်းစိမ်းရည်၊ မိဿလင်ရည် ဆတူရောပြီး နှမ်းဆီနှင့်စပ်ပါ။
အပူပေးပြီး ၎င်းအရည်ကို အဆစ်လွဲသောနေရာကို လိမ်း၍နှိပ်ပေးပါ။

ကျွဲ၊ နွား၊ မြွေကိုက် ကုသဆေး

ဆေးရင်း ၊ ၊ ကျွဲနွားပေါင်းရွက် လက်တွင်းတစ်ဆုပ်။

ကုသရည်း၊ ၊ အနာကို ရေစင်စင်ဆေး၊ သွေးကို ညှစ်ထုတ်ပါ။ ကျွဲနွား
ပေါင်းရွက်ကို ထုထောင်း၍ကြိတ်အံ့ပါ။

မြွေကိုက်အဆိပ်ဖြေဆေး

အသုံးပြုသောဆေး၊ ၊ မရိုးကြီး (ဝါ) ဖြူကြီးရွက်၊ အရွက် ၅၀ ခန့်။

ဖော်စပ်ပုံ၊ ၊ ဖြူကြီးရွက် ၅၀ ခန့်ကို ထောင်းပါ။ တစ်ပုလင်းအရည်
ရအောင် ရေနှင့်ထပ်ရောပါ။

အချိန်အဆ၊ ၊ ကျွဲ၊ နွားကြီးများအတွက် ရောင်နေသောနေရာ
(သို့မဟုတ်)ခန္ဓာကိုယ် သင့်တော်သောနေရာ၌ အလျား တစ်လက်မ
ခန့် သွေးထွက်အောင် ခွဲစိတ်ပါ။ ၎င်းနောက် ဆေးရည်သုတ်လိမ်း
ပါ။ တိရစ္ဆာန်အား ငြိမ်သက်စွာထားပြီး ဂုန်နီအိတ်များဖြင့် လုံခြုံစွာ
ထားပါ။ ၂၄ နာရီအတွင်း အဆိပ်တက်နေသောတိရစ္ဆာန်များ
ပျောက်ကင်းသွားမည်။

အဆိပ်ဖြေဆေး

အသုံးပြုသောဆေး၊ ၊ မရှေ့ရွက် ၅-၁၀ ရွက်
ဆား ၁ ဇွန်း

ဖော်စပ်ပုံ၊ ၊ မရှေ့ရွက်ကို စင်ကြယ်အောင်ဆေး၍ သန့်ရှင်းသော
ဆုံတွင် ထည့်ထောင်းပါ။ ရရှိသောအဖတ်ကို ရေ လက်ဖက်ရည်
ပန်းကန် ၂ လုံးခန့်ရော၍ ဆားတစ်ဇွန်းထည့်၍ မွှေပါ။

အချိန်အဆ၊ ၊ ကျွဲ၊ နွားကြီးများအတွက် ရရှိသောဆေးရည်သည်
တစ်ခွက်စာဖြစ်သည်။ ပါးစပ်မှ တိုက်ကျွေးပေးရမည်။
ဝါးကျည်တောက်၊ ပုလင်း စသည်ဖြင့်တိုက်ပါ။

ကျွဲ၊ နွား သက်လုံကွဲရောဂါကုသဆေး

ဆေးရင်း ၊ ၊ ပေါက်ပန်းဖြူခေါက် ၂၅ ကျပ်သား။

တိုက်ကျွေးနည်း ၊ ၊ မြေထမင်းအိုးတွင် ဆီသုတ်၍ အုံပါ။ အခြောက် ပြု၍ အမှုန့်ကြိတ်ထားပါ။ ထန်းလျက် ၁၀ ကျပ်သားနှင့်ရော၍ နံနက်၊ ည တစ်ကြိမ်စီ တိုက်ပါ။

ကျွဲ၊ နွား အပူငုပ်၊ အပူလျှပ်၊ အမောမလုံခြင်း

ဆေးရင်း ၊ ၊ သင်္ဘောသီးအစိမ်း ၆ လုံး။

ဆေးညွှန်း ၊ ၊ အပင်ကူးသည့်အတိုင်း ရေမဆေးရ။ နူးနပ်နေအောင် ပြုတ်ပါ။ အေးသောအခါ ဆားလက်တစ်ဆုပ်နှင့် စရနယ်နှပ်ပါ။ ဆေးတစ်ခွက်စာ ဖြစ်သည်။ သုံးရက် ဆက်တိုက်ပါ။

ကျွဲ၊ နွား ထိပ်ကပ်နာ

ဆေးရင်း ၊ ၊ ကျီးအာသီး အူတိုင်ကိုယူပါ။

ကုသနည်း ၊ ၊ အမှုန့်ပြုလုပ်၍ နှာခေါင်းထဲသို့ မှုတ်ပေးပါ။

အချင်းမကျသည့်ရောဂါ

ရည်ညွှန်းစာရင်း ၊ ၊ ကျွဲ၊ နွား၊ မြင်း။

ရောဂါဖြစ်လက္ခဏာ ၊ ၊ ကျွဲ၊ နွား၊ မြင်းတို့သည် သားမွေးသည့်အခါ အချင်းသည် တစ်ပါတည်း သို့မဟုတ် အချိန်နောက်ကျ၍ကျတတ်သည်။ သို့သော် နာရီတစ်မောင်းအတွင်း အချင်းကျရပေမည်။ မြင်းမသည် မွေးပြီး ၅ နာရီအတွင်း အချင်းမကျနိုင်ပါက အပုပ်ဆန်၍ သားအိမ်ရောဂါရရှိ၍ အသက်သေဆုံးနိုင်သည်။

ကျွဲနှင့်နွားမှာမူ တစ်ရက်ခန့်ကြာအထိ အချင်းမကျသော်လည်း ဒုက္ခပေးခြင်း မရှိပါ။ အချင်းသည် တစ်ပိုင်းစီပြတ်ကျနေသည်မှာ

တစ်ရက်၊ နှစ်ရက် ကြာမြင့်တတ်သည်။ ထိုအခါ သားအိမ် အပုပ်မဆန်အောင် ဆေးဝါးများတိုက်ကျွေးရပေမည်။

ကုသနည်း ၊ ၊ အချင်းမကျသေးပါက သားအိမ်ဝအတွင်း လက်နှင့် နှိုက်၍ သားအိမ်တွင်ကပ်နေသည့်အချင်းကို ခွာ၍ပေးနိုင်၏။ ဤနည်းသည် သန့်ရှင်းစင်ကြယ်မှုနှင့် သပ်ရပ်မှုရှိရန် လိုအပ်သည်။ လွယ်ကူသော ကုသနည်းမဟုတ်ပေ။ ပြင်ပရောဂါပိုးများ ဝင်ရောက်၍ မိခင်တိရစ္ဆာန်မကြီး၏အသက်အန္တရာယ်ကို စိုးရိမ် ဖွယ်ရာရှိသည်။

- ဆေးညွှန်း ၊ ၊ အောက်ပါဆေးနည်းများကို သင့်လျော်ရာသုံးပါ။
- (၁) ဝါးနက်ရွက်၊ ဝါးစိမ်းရွက်များကို ဝအောင်ကျွေးပါ။
 - (၂) စပါးအနည်းငယ် ကျွေးပါ။
 - (၃) ထန်းလျက်၊ ချင်း ၅ ကျပ်သားစီ၊ သုံးခွက်တစ်ခွက်တင် ကျိုတိုက်ပါ။
 - (၄) လက်ပံခေါက်ကို သုံးခွက်တစ်ခွက်တင် ကျိုတိုက်ပါ။
 - (၅) သဖန်းရွက်စိမ်းကို ဝအောင်ကျွေးပါ။
 - (၆) ကြံညှန့်ကို ဝအောင်ကျွေး၍ ရေဝအောင်တိုက်ပါ။

သတိပြုရန် ၊ ၊ တိုက်ဆေးများကို မိမိနှစ်သက်ရာတစ်မယ်ကိုသာ အသုံးပြုရန် ဖြစ်သည်။

ကျွဲ၊ နွား၊ မြင်း သားအိမ်ထွက်ကျသည့်ရောဂါကုသခြင်း

ကျွဲနှင့် မြင်းမှာ တစ်ခါတစ်ရံသာဖြစ်တတ်ပြီး နွားမများတွင် အဖြစ်များသည်။

ရောဂါလက္ခဏာ ၊ ၊ သားမွေးပြီး သားအိမ်အလုံးသည် တန်ဆာမှ ထွက်ကျနေခြင်းဖြစ်သည်။ ထွက်ကျစတွင် ပန်းနုရောင်ရှိပြီး သားအိမ်မြောင်းကလေးများအလုံးပေါ် အကြောင်းလိုက်တွေ့ရ၏။

နာရီအနည်းငယ်ကြာလျှင် ပန်းနုရောင်မှတစ်ဆင့် အညိုရင့်ရောင်သို့ တဖြည်းဖြည်းပြောင်းလဲလာသည်။ မြောင်းငယ်များပျောက်၍ လုံးချောပြောင် ဖြစ်လာသည်။ သားအိမ်အလုံးသည်လည်း တဖြည်းဖြည်း ကြီးထွားလာသည်။ နှစ်ရက်ခန့်အကြာတွင် သားအိမ် ပြန်မသွင်းနိုင်ပါက မိခင် မြင်း၊ နွားမကြီး သေဆုံးရတတ်သည်။

ဆေးကုသခြင်း ၊ ၊ သားအိမ်လုံးကို တန်ဆာမှနေ၍ ပြန်သွင်းရမည်။ ရေနံစင်ကြယ်စွာ ဆေးပါ။ အရက်တစ်ပုလင်း၊ ကျောက်ချဉ် ၅ ကျပ်သား ရော၍ သုတ်လိမ်းပေးပါ။

ထို့နောက် သားအိမ်ခေါင်းမှနေ၍ တဖြည်းဖြည်းတွန်းလျက် ပြန်ထည့်ပေးပါ။ တိရစ္ဆာန်အမကြီးအား နောက်ခြေကို မြင့်သည့် နေရာ ခုံပေါ်တွင်ရပ်လျက်ထားရမည်။ ညှစ်သည့်အခါ သားအိမ် ပြန်ထွက်မလာစေခြင်းငှာ တန်ဆာထဲသို့ ငှက်ပျောဖူးပုလင်းသွင်း ထားခြင်း၊ အမ တန်ဆာနှုတ်ခမ်းနှစ်ခုကိုပူး၍ အပ်ချည်နှင့်ချုပ်ပေး ထားခြင်းများ ပြုလုပ်ပေးရမည်။

လိမ်းဆေးပေးရန်

ဆေးညွှန်း ၊ ၊ ကုန်းထိကရုံးရွက်။

ဆေးပေးခြင်း ၊ ၊ အခြောက်မှုန့် ညက်နေအောင်ကြိတ်ပါ။ သားအိမ်ကို ဆီနှင့်ရော၍လိမ်းပါ။ သားအိမ် တဖြည်းဖြည်းကျုံ့ဝင်စေသည့်သတ္တိ ရှိသည်။

ပါးချိတ်ရောင်ရောဂါဆေး

ဆေးတစ်လုံးဥကို ပျစ်ပျစ်သွေးတိုက်၊ ရေဝအောင် တိုက်ပါ။

ဆေးနည်း (၁) ၊ ၊ ပရုတ်ဆီရော၍ အနာထဲထည့်ပါ။

ဆေးနည်း (၂) ၊ ၊ ကျည်းပင်မှ အခေါက်ကိုခွာ၍ စဉ်းပြီး ပြုတ်ပါ။ သုံးခွက် တစ်တစ်ခွက်တင် ကျို၍ အနာထဲထည့်ပေးပါ။

ဆေးနည်း (၃) ၊ ၊ ဒိုးနွယ်ကို ရေစိမ်၍ ထွက်လာသောအကျိအခွဲရေကို ဆား၊ နနွင်း အနည်းငယ်စွက်၍ အနာကို ထည့်ပေးပါ။

ဆေးနည်း (၄) ၊ ၊ ထန်းနို့ပြာချ၊ အုန်းဆီနှင့်ဖျော်လိမ်းပါ။

ဆေးနည်း (၅) ၊ ၊ ခွေးသေးပန်းရွက် သတ္တုရည် အနာထဲထည့်ပါ။

ဆေးနည်း (၆) ၊ ၊

တာပင်တိုင်	၁ ဆ
စားသုံးဆီ	၁၀ ဆ
လေးညှင်းဆီ	၁/၁၅ ဆ

တို့ကို ရော၍ အနာထဲသို့ထည့်ပေးပါ။

ဝဲရောဂါ

ဆေးနည်း (၁) ၊ ၊ ဟုံးအဖြူပင်၏အမြစ်ကို ထောင်းထု ရေစိမ်ပါ။ ၎င်းဆေးရည် သုံးရက်ကြာလျှင် ပုပ်လာမည်။ တုတ်အဖျားတွင် အဝတ်ချည်၊ ဆေးရည်စိမ်၍ ဆွတ်ပေးပါ။

ဆေးနည်း (၂) ၊ ၊ ဒုတ္တုပြာ တစ်ဆ၊ ကန့်နှစ်ဆ အရည်ကျို ရေဆယ်ဆနှင့် လိမ်းပေးပါ။

ကျွဲ၊ နွား ဝဲနာ

အသုံးပြုသောဆေး ၊ ၊ ဂုံမင်းသီး ၁ ပိဿာ
နန်းလုံးကြိုင်သီး ၂ ပိဿာ

ဖော်စပ်ပုံ ၊ ၊ ၎င်းဆေးနှစ်မျိုးကို မီးကျွမ်းအောင်ဖုတ်၍ အမှုန့်လုပ်ပါ။

အသုံးပြုပုံ ၊ ၊ ၎င်းအမှုန့်နှင့် နှမ်းဆီစစ်စစ်ရောပြီး ရောဂါဖြစ်နေသော နေရာကို လိမ်းပေးပါက အလွှားလိုက် ကွာကျလာပါသည်။

အမွေးဆောင်းလျှင်

ဆေးနည်း (၁) ၊ ၊ ချင်းစိမ်းနှင့်ဆား ရောကြိတ်၊ မျက်စဉ်းခတ်ပါ။

ဆေးနည်း (၂) ၊ ၊ ဆေးရွက်ကြီးနှင့်ဆား ဝါး၍ မျက်စိကို ထွေးပေးပါ။

အစာစားပျက်

ထန်းလျက် ၅ ခဲ၊ ချင်း ၅ ကျပ်သား ကျိုတိုက်ပါ။ အစာစားမည့်အပြင် ကိုယ်အပူချိန်တက်နေလျှင်လည်း ချမ်းသာ၏။

အမွေးဆောင်းအားနည်းရောဂါနှင့် အနီးငုပ်ရောဂါ

အသုံးပြုသောဆေး ၊ ၊ ပင်စိမ်းရိုင်း	၂၅ ကျပ်သား
နန္ဒင်းမှုန့်	၁ ကျပ်သား
ချင်း	၁ ကျပ်သား
ကျပ်ခိုး	၅ ကျပ်သား
ဆား	၅ ကျပ်သား
ကြက်သွန်နီ	၃ ကျပ်သား
ကြက်သွန်ဖြူ	၃ ကျပ်သား
ကြက်ဥ	၅ လုံး

ဖော်စပ်ပုံ ၊ ၊ ပင်စိမ်းရိုင်း၊ ကြက်သွန်ဖြူ၊ ကြက်သွန်နီ၊ ချင်းတို့ကို ထုထောင်းပါ။ နန္ဒင်းမှုန့်၊ ကျပ်ခိုး၊ ဆားတို့နှင့် တစ်ဖန်ရောထောင်းပြီး ကြက်ဥ ၅ လုံးကို ဖောက်၍ ရောရ၏။ ၎င်းရောစပ်ထားသော ဆေးစုကို ခုံညင်းလုံးခန့် အလုံးများလုံး၍ အိုးသစ်ထဲတွင် စုဆောင်းထားရမည်။ အခြောက်လှန်းရန် မလိုပါ။

အချိန်အစာ ၊ ၊ မည်သည့်တိရစ္ဆာန်မဆို ခန္ဓာကိုယ်အချိုးအစားအလိုက် သုံးနိုင်သည်။ ခိုင်းနွားကြီးတွင် တစ်နေ့ ၃ လုံး ၃ ကြိမ်တိုက်ပါ။ နွားလတ်တွင် တစ်နေ့ ၂ လုံး ၂ ကြိမ်၊ နွား၊ သိုး၊ ဝက်၊ မြင်းငယ်

တို့တွင် တစ်နေ့ ၁ လုံး ၁ ကြိမ် ရောဂါပျောက်ကင်းသည်အထိ တိုက်နိုင်ပါသည်။

ဖျားနာရောဂါ လျှာပွတ်ဆေး

ကြောင်ပန်းရွက်များကို တိရစ္ဆာန်များ ဖျားနာသောအခါတွင် လျှာပွတ်ဆေးအဖြစ် အသုံးပြုသည်။

အသုံးပြုသောဆေး ၊ ၊ ကြောင်ပန်းရွက်	လက်တစ်ဆုပ်
ကုလားအော်ငရုတ်သီး	၅ တောင့်
ဆား (ဟင်းချိုဖွန်း)	၁ ဖွန်း

ဖော်စပ်ပုံ ၊ ၊ ၎င်းဆေးတို့ကို ကျောက်ပျဉ်တွင် ရေအနည်းငယ်ဆွတ်၍ ကြိတ်ပါ။

အသုံးပြုပုံ ၊ ၊ ဖျားနာ၍ အစာမစားသောနွားများ၏ လျှာအရင်းမှ အဖျားထိ ကြိမ်ဖန်များစွာ ၎င်းဆေးဖြင့် ပွတ်တိုက်ပေးပါ။ ချွေးထွက်ပြီး နှာပွင့်စေပါသည်။

သွက်ချာပါဒရောဂါ

ကြောင်ပန်းရွက်များကို တိရစ္ဆာန်များ ဖျားနာသောအခါတွင် လျှာပွတ်ဆေးအဖြစ် အသုံးပြုသည်။

အသုံးပြုသောဆေး ၊ ၊ ချင်း	၅ ကျပ်သား
ကြက်သွန်ဖြူ	၅ ကျပ်သား
ခပေါင်းရေကြည်	၁၀ ကျပ်သား
ဆင်တုံးမနွယ်	၁၀ ကျပ်သား
တောရှောက်မြစ်	၁၀ ကျပ်သား
ဆူးခေါက်နက်မြစ်	၁၀ ကျပ်သား
ထန်းလျက်	၂၅ ကျပ်သား

ဟော်စပ်ပုံ ၊ ၊ ချင်း၊ ကြက်သွန်ဖြူထောင်း၍ အခြားဆေးများကို နုပ်နုပ်စဉ်းပြီး ထန်းလျက်ရေကို ၎င်းဆေးများအပေါ် လက် နှစ်လုံးခန့် ရေရောက်သည်အထိ ထည့်ပြီးကျိပါ။ သုံးခွက် တစ်ခွက် ကျန်သောအခါ စစ်ယူပြီး နေသုံးရက်လွန်းယူရသည်။ ၎င်းအဆင့် ရောက်မှ အသုံးပြုနိုင်သည်။ ကျိရာတွင် မြေအိုးအသစ်ကို အသုံးပြုနိုင်ပါက ပို၍ကောင်းပါသည်။

အချိန်အဆ ၊ ၊ မည်သည့်တိရစ္ဆာန်တွင်မဆို ခန္ဓာကိုယ်အချိုးအစား အလိုက် သုံးစွဲနိုင်ပါသည်။

ခိုင်း၊ ကျွဲ၊ နွား၊ ကြီးအတွက် ၊ ၊ နံနက် လက်ဖက်ရည်အကြမ်းပန်းကန်လုံး ၃ လုံး၊ ည လက်ဖက်ရည်အကြမ်းပန်းကန်လုံး ၃ လုံး။

နွားငယ်အတွက် ၊ ၊ အကြမ်းပန်းကန်လုံး တစ်လုံး တစ်နေ့ ၂ ကြိမ်။

သိုး၊ ဆိတ် ၊ ၊ နွားငယ်အတိုင်း။

မြင်း ၊ ၊ နွားအတိုင်း ကုသနိုင်ပါသည်။

အစာစားပျက်သောရောဂါ

အသုံးပြုသောဆေး ၊ ၊ တောအရက်ပြင်းပြင်း ၁၀ ကျပ်သား
ချင်းမှုန့် ၁ ကျပ်သား
ငရုတ်ကောင်းမှုန့် ၁ ကျပ်သား

ဟော်စပ်ပုံ ၊ ၊ ၎င်း သုံးမျိုးကို ရောစပ်ပါ။

အချိန်အဆ ၊ ၊ ၎င်းသည် ၂ နှစ်သားအထက်တွင် တစ်ခါတိုက်စာ ဖြစ်သည်။

ကျွဲ၊ နွား ပိန်ချုံးရောဂါ

အသုံးပြုသောဆေး ၊ ၊ ပင်စိမ်းရွက် ၂၅ ကျပ်သား (အမှုန့်ပြုပါ)
နမ်းဖတ် ၁၀ ကျပ်သား (အမှုန့်ပြုပါ)

ဆား ၂ ကျပ်သား
ရေသန့်သန့် ၂၅ ကျပ်သား
ဆင်တုံးမနွယ် ၁၀ ကျပ်သား (နုပ်နုပ်စဉ်းပါ)
၎င်းတို့ကို ရောစပ်ပါ။

အချိန်အဆ ၊ ၊ ကျွဲ၊ နွား၊ မြင်းကြီးများအတွက် တစ်ခွက်စာ ဖြစ်သည်။
၃ ရက်တစ်ကြိမ် တိုက်ပါ။ ၃ ကြိမ် တိုက်ရမည်။

ပိန်ချုံးရောဂါကုသဆေး

အသုံးပြုသောဆေး ၊ ၊ ဒန့်ဒလွန်မြစ် ၁၀ ကျပ်သား
ရှားစောင်းကြီး ၁၀ ကျပ်သား
ရှားစောင်းလက်ပပ် ၁၀ ကျပ်သား
စမုန်နက်မီးသင်း ၁၀ ကျပ်သား
ကြက်သွန်နီမီးသင်း ၁၀ ကျပ်သား
နှမ်းလှော် ၁၀ ကျပ်သား
ဆားလှော် ၁၀ ကျပ်သား
မန်ကျည်းမှည့် ၁၀ ကျပ်သား
ထန်းလျက် ၅ ကျပ်သား
ဘုမ္မရာဇာ ၁ ကျပ်ခွဲသား

ဟော်စပ်ပုံ ၊ ၊ ၎င်း ၁၀ မျိုးကို စု၍ ညက်စွာကြိတ်ပါ။

အချိန်အဆ ၊ ၊ ၎င်းကို ဆီးဖြူသီးလုံးခန့် ကျွေးပါ။

အစာမကြေရောဂါ

အသုံးပြုသောဆေး ၊ ၊ ချင်း ၁ ကျပ်သား
ငရုတ်ကောင်း ၅ မူးသား
ချက်အရက် ၁၀ ကျပ်သား

ဖော်စပ်ပုံ ၊ ၊ ၎င်း ၃ မျိုးကို ရေ ၅၀ ကျပ်သားနှင့်ရောပါ။

အချိန်အဆ ၊ ၊ နွားကြီးများအတွက် တစ်ခွက်စာဖြစ်သည်။

ကျွဲ၊ နွား အစားအသောက်မှန်ဆေး

ဆေးရင်း ၊ ၊ သင်္ဘောရွက်၊ ဥသျှစ်ရွက်	၁	ပိဿာစီ
ဆန်လုံးတီး	၁	ပြည်
နှမ်းဖတ်	၁	ပိဿာ

ဖော်စပ်ပုံ ၊ ၊ ၎င်းဆေးများကို မြေအိုးထဲသို့ထည့်ပါ။ ဆန်ဆေးရည် နှင့်စိမ်း၊ ၃ ရက်ပြည့်လျှင် တိုက်ပါ။ ဤဆေးကို နတ်တော်၊ ပြာသို၊ တပို့တွဲလများအတွက် အထူးသင့်၏။

ဝမ်းချုပ်၍ အစာစားပျက်သော ရောဂါ

အသုံးပြုသောဆေး ၊ ၊ တောအရက်ပြင်းပြင်း	၁၀	ကျပ်သား
ချင်းမှုန့်	၁	ကျပ်သား
ငရုတ်ကောင်းမှုန့်	၁	ကျပ်သား

ဖော်စပ်ပုံ ၊ ၊ ၎င်း ၃ မျိုး ရောစပ်ပါ။

အချိန်အဆ ၊ ၊ ၂ နှစ်သားအထက် နွားများအတွက် တစ်ခွက်စာ ဖြစ်သည်။

ကျွဲ၊ နွား အားတိုးဆေး

အသုံးပြုသောဆေး ၊ ၊ ဆေးပုလဲမှုန့်	၁	ကျပ်သား
ခပေါင်းမှုန့်	၁	ကျပ်သား
ဆေးခါးကြီးမှုန့်	၁	ကျပ်သား
ပါလဒုတ္တာ	၁	ကျပ်သား
ဒုတ္တာပြာမှုန့်	၁	ကျပ်သား

အချိန်အဆ ၊ ၊ ၎င်းဆေး ၅ မျိုးကို ရေ သို့မဟုတ် ထန်းလျက်ရည်နှင့် တိုက်ရမည်။ ကျွဲ၊ နွား ကြီးများ တစ်ခွက်စာ ဖြစ်သည်။

ဝမ်းချုပ်စေသောဆေး

အသုံးပြုသောဆေး ၊ ၊ မြေဖြူမှုန့်	၂	ကျပ်သား
ရှားစေးမှုန့်	၁	ကျပ်သား
ဆေးခါးကြီးမှုန့်	၂	ကျပ်သား
ရေအေးအေး	၅၀	ကျပ်သား

တစ်ခွက်စာ ဖြစ်သည်။

အချိန်အဆ ၊ ၊ တစ်နေ့ ၂ ခါ တိုက်ပါ။ နွား၊ ကျွဲကြီးများအတွက် ဖြစ်သည်။ ဝမ်းရပ်လျှင် ဆက်မတိုက်ရပါ။

အအေးမိရောင်းဆိုးရောဂါကုသဆေး

အသုံးပြုသောဆေး ၊ ၊ ချင်း	၅	ကျပ်သား
ဆား	၅	ကျပ်သား
တောအရက်	၂	ကျပ်ခွဲသား
ဘုမ္မရာဇာမြစ်	၁	ကျပ်သား

ဖော်စပ်ပုံ ၊ ၊ ၎င်းတို့ကို သမအောင် ရောစပ်၍ ထောင်းပါ။

အချိန်အဆ ၊ ၊ နွားကြီး ဆေးအားလုံး တစ်နေ့ တစ်ကြိမ်တိုက်ပါ။ နွားလတ် ဆေးအားလုံး၏ ၁/၂ တစ်နေ့တစ်ကြိမ်တိုက်ပါ။ နွားငယ် ဆေးအားလုံး၏ ၁/၄ တစ်နေ့ တစ်ကြိမ်တိုက်ပါ။ ပင်စိမ်းကို ချောင်းဆိုးရောဂါကုသဆေး၊ အစာကြေဆေးအဖြစ် အသုံးပြုသည်။

အခန်း (၄)

မြင်းရောဂါများ

မြင်းရောဂါအကြောင်းတို့ကို ပြီးပြည့်စုံအောင်ဖော်ပြရပါလျှင် ထိုစာစုနှင့်ပင် ကျမ်းတစ်အုပ်ဖြစ်နေပါမည်။ သို့ဖြစ်ပါ၍ မြင်းရောဂါ အချို့နှင့် လွယ်ကူသောကုထုံးတို့ကိုသာ ဖော်ပြပါမည်။ သင်တန်း တစ်ရပ် ပို့ချသကဲ့သို့ ပြီးပြည့်စုံခြင်းရှိမည်မဟုတ်ဟု ရှေးဦးစွာ ဝန်ခံလိုပါသည်။

မြင်းရောဂါအချို့မှာ -

- (၁) ဇောင်းဂေါရောဂါ
- (၂) သွပ်ရောဂါ
- (၃) သိုရင်းသိုရောင်ရောဂါ
- (၄) ခွေးရူးရောဂါ
- (၅) ချောင်းဆိုးသွေးပါရောဂါ
- (၆) သွေးဝမ်းကျရောဂါ
- (၇) အစာအဆိပ်သင့်ရောဂါ
- (၈) အာဟာရချို့တဲ့ရောဂါ
- (၉) မေးခိုင်ရောဂါ
- (၁၀) ဝမ်းချုပ်ခြင်း

- (၁၁) ဆီးချုပ်ခြင်း
- (၁၂) လေပြည့်တင်းရောဂါ
- (၁၃) ကပ်ပါး (ဝဲရောဂါ)
- (၁၄) သန်ကောင်ရောဂါ
- (၁၅) ပိုးနဂါးရောဂါတို့ ဖြစ်ကြသည်။

(၁) ဇောင်းဂေါရောဂါ

ဇောင်းဂေါရောဂါသည် ကူးစက်တတ်သောရောဂါ ဖြစ်သည်။
ဇောင်းဂေါရောဂါကို တစ်ကမ္ဘာလုံးတွင် တွေ့နိုင်သည်။

ရောဂါဖြစ်သောတိရစ္ဆာန် ၊ ၊ ဤရောဂါသည် ခွာလုံးသတ္တဝါများတွင် အဖြစ်များသည်။ မြင်း၊ မြည်း၊ လားတို့တွင် အများဆုံး ဖြစ်တတ်သည်။

ရောဂါဝင်ရောက်ပုံ ၊ ၊ အသက်ရှူလမ်းကြောင်းမှဖြစ်စေ၊ ရောဂါပိုး ပါသောအစာကို စားမိလျှင် အစာခြေလမ်းကြောင်းမှဖြစ်စေ၊ ကိုယ်ခန္ဓာ အကွဲအရှုများမှဖြစ်စေ ရောဂါပိုး ဝင်ရောက်ကူးစက် နိုင်သည်။

ရောဂါလက္ခဏာများ ၊ ၊ ရောဂါဖြစ်ပွားသည့်နေရာကိုလိုက်၍ သုံးမျိုး ခွဲခြားနိုင်သည်။ (က) အဆုတ်ဇောင်းဂေါရောဂါ၊ (ခ) နှာခေါင်း ဇောင်းဂေါရောဂါ၊ (ဂ) အရေပြားဇောင်းဂေါရောဂါ သို့မဟုတ် ဇောင်းဂေါဝဲရောဂါတို့ ဖြစ်ပါသည်။

ရောဂါနာတာရှည်ဖြစ်လျှင် တိရစ္ဆာန်သည် မည်သို့မျှ ထူးထူး ခြားခြားရောဂါလက္ခဏာမပြစေကာမူ အင်အားယုတ်လျော့ပြီး လန်းဆန်းခြင်းမရှိတော့ပေ။ အသားအရေများ မွဲခြောက်ခြောက် အရောင်အဆင်းဖြစ်လာသည်။ မကြာမီ ချောင်းဆိုးခြင်း၊ နှာခေါင်းမှအရည်များ၊ ပြည်များ ဆင်းလာပါသည်။

အဆုတ်ဇောင်းဂေါရောဂါ ၊ ၊ လက်တွေ့အားဖြင့် အဆုတ်ဇောင်းဂေါ ရောဂါ ဖြစ်ပွားနေသည်ကို ထင်ထင်ရှားရှား မတွေ့ရချေ။ သို့သော် အသေကောင်၏အဆုတ်ကိုခွဲကြည့်လျှင် ပဲလုံးစေ့ကလေးများ ကဲ့သို့သော အနာလုံးကလေးများကို တွေ့ရပါသည်။

နှာခေါင်းဇောင်းဂေါရောဂါ ၊ ၊ နှာခေါင်းအတွင်းအမြွေးများ၌ အနာလုံး ကလေးများ ပေါက်လာသည်။ နှာရည်များကျသည်။ ပြည်စများ၊ သွေးစများ ကျဆင်းနေတတ်သည်။

အရေပြားဇောင်းဂေါရောဂါ ၊ ၊ ၎င်းသည် နောက်ခြေနှစ်ချောင်းတွင် အများဆုံး ဖြစ်လေ့ရှိသည်။ ဇောင်းဂေါအဖုများသည် အရေပြား၏ သွေးပြန်ရည်ကြောများတစ်လျှောက်တွင် အဖြစ်များသည်။

ရောဂါဖြစ်သော တိရစ္ဆာန်များတွင် အပူချိန် ၁၀၅ မှ ၁၀၇ ဒီဂရီ ဖာရင်ဟိုက်အထိ ရှိသည်။ အသားအရေများ တုန်လှုပ်ပြီးလျှင် တစ်ကိုယ်လုံး တောင့်တင်းနေတတ်သည်။ အသက်ရှူပြီးသည်။ နှာခေါင်းမှ ပြည်ရောနှောနေသည့်နှပ်များ ကျနေတတ်သည်။ မေးရိုးအကျိတ်အဖုများ ရောင်ရမ်းနေခြင်း၊ ပြန်ရည်ကြော တစ်လျှောက်၌ အနာစိမ်းများပေါက်ခြင်းတို့ကို တွေ့နိုင်သည်။

(၂) သွပ်ရောဂါ

သွပ်ရောဂါဖြစ်ပွားမှုသည် မြင်း၊ မြည်းနှင့်လား၊ ဆင်၊ နွား၊ ကုလားအုတ်တို့တွင် အများဆုံးဖြစ်ပွားနိုင်သည်။

ရောဂါလက္ခဏာ ၊ ၊ ရောဂါရသောတိရစ္ဆာန်သည် အစပထမ၌ အနည်းငယ်ဖျားဟန်ရှိပြီး မျက်လုံးနီခြင်း၊ နှာရည်ကျခြင်းများ ဖြစ်ပေါ်သည်။ ထို့နောက် အစားအသောက် မပျက်သော်လည်း ကိုယ်ခန္ဓာ ပိန်ချိုးလာတတ်သည်။ မျက်လုံးများကို ဖြုတ်ညှိလျှင် မျက်လုံး၊ မျက်ခွံနှင့် မျက်လုံးအိမ်အတွင်းသားများ သွေးအားနည်း၍

ဖြူဖပ်ဖြူရော်ဖြစ်နေပြီး တစ်ခါတစ်ရံ သွေးရောင် (အနီရောင်) အစက်အပြောက်များဖြင့် ပြည့်နှက်နေတတ်သည်။ ရက်အနည်းငယ် ကြာသောအခါ ခြေ၊ လက်၊ ဝမ်းဗိုက်နှင့် မျိုးပွားအင်္ဂါများ ရောင်ရမ်း လာတတ်သည်။ မျက်ခွံများကို လှန်ကြည့်ပါက မျက်ခွံဖြူနေပြီး အနီရောင်သွေးစက်ပြောက်များကို တွေ့ရမည်။ ရောင်ရမ်းခြင်းသည် တစ်နေရာမှတစ်နေရာသို့ ပြောင်းရွှေ့တတ်လျှင် ၎င်းကို သွပ်ပြေး ဟုခေါ်သည်။ ဝမ်းဗိုက်အောက်တွင် ကျယ်ပြန့်စွာရောင်နေလျှင် သွပ်ကျောက်ပျဉ်ဟုခေါ်သည်။ မေးအောက်ရှိအကျိတ်နှင့် အခြား ခန္ဓာကိုယ်အကျိတ်များလည်း ရောင်ရမ်းနေတတ်သည်။ တိရစ္ဆာန်သည် အမြဲဖျားမနေဘဲ ရောင်ရမ်းခြင်းသည်လည်း အမြဲမဟုတ်ပေ။ သွေးအားနည်းလာသည်။ လမ်းကောင်းစွာမလျှောက်နိုင်။ ကိုယ်ခန္ဓာ နောက်ပိုင်းသည် သွက်ချာပါဒဖြစ်ကာ တစ်ပိုင်းသေပြီး တိရစ္ဆာန်သည် လဲလျောင်းနေတတ်သည်။

(၃) ခွေးရူးရောဂါ

ခွေးရူးရောဂါဖြစ်နေသောတိရစ္ဆာန်ကိုက်၍ ဖြစ်ပွားနိုင်သည်။
ရောဂါလက္ခဏာများ ၊ ၊ မြင်းများတွင် ခွေးရူးရောဂါပျိုးချိန်မှာ သုံးပတ်မှ သုံးလအထိ ကြာမြင့်တတ်သည်။ လက္ခဏာများမှာ တုန်လှုပ် ချောက်ချားမှု၊ ထိတ်လန့်မှု ပိုလာခြင်း၊ အကိုက်ခံရသောနေရာသည် ရောင်ရမ်းလာခြင်း၊ အသက်ရှူနှုန်းနှင့် သွေးတိုးနှုန်း တိုးလာခြင်း၊ ရောဂါဖြစ်သောမြင်းသည် တစ်ခါတစ်ရံ မျက်ရည်ကျတတ်ခြင်း၊ စားခွက်များကိုကိုက်ခြင်း၊ မြင်းဇောင်းရှိ လက်တန်းများကိုကိုက်ခြင်း၊ ခွေးကဲ့သို့ လူကိုကိုက်ခြင်း၊ ပါးစပ်မှ သွားရည်များစီးကျလာခြင်း၊ အကိုက်ခံရသောနေရာကို ပြန်ကိုက်ခြင်း၊ ရောဂါတိုးလာသည်နှင့် အမျှ အသားဆိုင်များ တုန်လာခြင်း၊ တစ်ကိုယ်လုံးတုန်ခါလာခြင်း၊ အစာနှင့်ရေမျိုရန် ခက်ခဲခြင်း၊ နောက်ခြေထောက်များ အကြော

သေလာခြင်း၊ လမ်းလျှောက်လျှင် နောက်ခြေထောက်ကွ၍ ယိုင်ထိုး ယိုင်ထိုးလျှောက်ခြင်းတို့ ဖြစ်ပေါ်လာသည်။ နောက်ဆုံးတွင် သွက်ချာပါဒလိုက်ကာ အကြောဆွဲ၍ မျက်လုံးသူငယ်အိမ်များ ပြူးကျယ်လာပြီး သေဆုံးသွားလေသည်။

(၄) မြင်းငှက်ဖျားရောဂါ

မြင်းငှက်ဖျားရောဂါသည် တစ်ကမ္ဘာလုံးတွင် ဖြစ်ပွားပါသည်။
ရောဂါလက္ခဏာများ ၊ ၊ ရောဂါဥပျံချိန် ခုနစ်ရက်ခန့်ရှိသည်။ အဖျား ဝင်၍ အပူချိန် ၁၀၇ ဒီဂရီဖာရင်ဟိုက်အထိ ရှိသည်။ မျက်လုံး အတွင်းရှိ အမြေးများသည် ဝါတာတာအဆင်းဆောင်သည်။ အစာ မစားချေ။ မျက်ရည်ကျသည်။ အသက်ရှူနှုန်းနှင့် သွေးတိုးနှုန်း မြန်သည်။ မြင်းသည် ခေါင်းငိုက်စိုက်ကျ၍ မကြာမကြာ လဲလျောင်း နေတတ်သည်။ ဆီးချုပ်သည်။ ဝမ်းချုပ်သည်။ ဆီးအရောင်ပြောင်း သည်။ ခြေလက်နှင့် ခန္ဓာကိုယ်အောက်ပိုင်းများ ရောင်ရမ်းတတ် သည်။ မျက်လုံးနှင့်ပါးစပ် ဝါတတ်သည်။ ရောဂါပြင်းထန်လျှင် သုံးလေးရက်အတွင်း သေတတ်သည်။

(၅) အစာအဆိပ်သင့်ရောဂါ

အစာအဆိပ်သင့်ရောဂါသည် အချိန်မရွေး၊ နေရာမရွေး ဖြစ်ပွားသည်။ ဖြစ်ပေါ်ရခြင်းမှာလည်း ကျွေးသောအစာများထဲတွင် အဆိပ်များ၊ ဓာတုပစ္စည်းများနှင့် ရောဂါပိုးများ ပါဝင်ခြင်းကြောင့် ဖြစ်သည်။

ရောဂါလက္ခဏာများ ၊ ၊ အစာစား နည်းလာခြင်း သို့မဟုတ် အစာ မစားခြင်း၊ အန်ခြင်း၊ ဝမ်းသွားခြင်း၊ လေးလံထိုင်းမိုင်းခြင်း၊ ပိန်ချုံး ခြင်း၊ အသက်ရှူကျပ်ခြင်းများ တွေ့ရသည်။ အခြေအနေဆိုးပါက

ပါးစပ်မှ အမြှုပ်များ၊ သွားရည်များ ကျခြင်း၊ အပူချိန်တက်ခြင်း၊ အကြောဆွဲခြင်း၊ ဝမ်းသွားခြင်း၊ ဝမ်းနာခြင်းများ ဖြစ်သည်။ နောက်ဆုံး ရောဂါပြင်းထန်လာပါက အလွယ်တကူ တုန်လှုပ်ခြင်း၊ ထိတ်လန့်ခြင်း၊ လမ်းသွားပုံ မမှန်ခြင်း၊ မေ့မြောခြင်း၊ အကြောဆွဲခြင်းများနှင့် ရုန်းကန်လှုပ်ရှားခြင်းများဖြစ်ပြီး သေဆုံးသွားသည်။

ကုသခြင်း ၊ ၊ အဆိပ်အမျိုးအစားလိုက်၍ ကုသရသည်။ အစာလမ်းကြောင်းအတွင်းရောက်နေသည့် အဆိပ်များကို အပြင်သို့ ရောက်အောင် ထုတ်ပစ်ရမည်။ နှာခေါင်းမှတစ်ဆင့် အစာအိမ်အတွင်းသို့ ပိုက်ထည့်၍ ဆေးကြောရမည်။ အစာဟောင်းများ ပြန်ထုတ်ရမည်။ ဆားရည်များ တိုက်ကျွေးခြင်း၊ ဝမ်းနုတ်ဆေးနှင့် အန်ဆေးများ တိုက်ကျွေးခြင်းတို့ကို ပြုလုပ်ပေးရမည်။

(၆) မေးခိုင်ရောဂါ

မေးခိုင်ရောဂါသည် တစ်ကမ္ဘာလုံးတွင် ဖြစ်ပွားသည်။ လူနှင့် တိရစ္ဆာန်များတွင် ဖြစ်ပွား၍ အထူးသဖြင့် မြင်းတွင် ပို၍အဖြစ်များသည်။

ရောဂါဖြစ်ရခြင်းအကြောင်းရင်း ၊ ၊ ထိခိုက် သို့မဟုတ် ခွဲစိတ်ဒဏ်ရာမှ တစ်ဆင့် ရောဂါပိုးဝင်ရောက်သည်။

ရောဂါလက္ခဏာများ ၊ ၊ ရောဂါပိုးဝင်ရာအနာသည် တစ်ခါတစ်ရံ ရှာဖွေမတွေ့ရှိရဘဲ အနာပျောက်ကင်းသွားတတ်သည်။ ရောဂါဥပျံချိန်မှာ လေးရက်မှ ရက်ပေါင်း ၂၀ အတွင်းဖြစ်သည်။ များသောအားဖြင့် အနာဖြစ်သောနေရာတစ်ဝိုက်တွင် တောင့်တင်းလာသည်။ ခြေလက်များ မကွေးမဆန့်နိုင်ဘဲ တောင့်တင်းနေသည်။

အမြီးလည်း ခါတိုင်းကဲ့သို့မလှုပ်နိုင်ဘဲ အပေါ်သို့ကြွတက်၍ တန်းနေသည်။ ခေါင်းနှင့် လည်ပင်းများ၌ အနာပိုးဝင်ခဲ့လျှင် ခေါင်းသည် စင်းနေသည်။ မေရိုးမှာလည်း မလှုပ်ရှားနိုင်ဘဲ ကပ်နေသည်။ နားရွက်နှစ်ခုမှာလည်း ထောင်၍ ပိုမိုနီးကပ်လာသည်။ ခြေလက်များ တောင့်တင်း၍ ကားနေတတ်သည်။ သွားများပေါ်၍ သွားရည်များ ကျတတ်သည်။ မြင်းသည် ထိတ်လန့်ကြောက်ရွံ့၍ တုန်လှုပ်နေတတ်သည်။ ကျောကုန်းမှာလည်း တောင့်တင်း၍ ကုန်းနေသည်။ ဘယ်ညာမလှည့်နိုင်ချေ။ မျက်လုံးထောင့်ရှိ မျက်သားပို တတိယမျက်ခွံမှာလည်း ပြူးထွက်လာပြီး မျက်လုံးပေါ် ရောက်နေတတ်သည်။ ဤအချက်သည် အထူးအရေးကြီးသောအချက် ဖြစ်သည်။ မျက်သားပိုထွက်မှသာသိရလျှင် သေခါနီးဖြစ်၍ ၎င်းမျက်သားပိုထွက်ခြင်းရှိမရှိကို စစ်ဆေးရမည်။ ဦးခေါင်းကိုမော့၍ မျက်ခမ်းအောက်ဘက်ကို လက်ခုံဖြင့် အမှတ်တမဲ့ ဆတ်ခနဲရိုက်ပုတ်လိုက်လျှင် မျက်ခွံအိမ်အတွင်းသို့ မျက်သားပိုထွက်လာပါသည်။ ထိုသို့ထွက်လာလျှင် မေးခိုင်ရောဂါဖြစ်ပွားသည့်မြင်းဟု မှတ်ယူရပါမည်။ မေးခိုင်ရောဂါမရှိသောမြင်းများ၌ ထိုသို့ မျက်သားပိုထွက်လာလေ့မရှိပါ။ မေးခိုင်၍ အံ့မှာကပ်နေသဖြင့် အစာမစားနိုင်တော့ချေ။ ဆီး၊ ဝမ်းလည်း ချုပ်နေတတ်သည်။ ခါတိုင်းထက် ကြောက်လန့်နေတတ်သည်။

ဆေးကုသခြင်း ၊ ၊ အများအားဖြင့် ဆေးကုသ၍မရတတ်ချေ။ ရောဂါနုချိန်တွင်သာ ဆေးကုသ၍ရနိုင်သည်။ ရောဂါဖြစ်သောတိရစ္ဆာန်ကို မှောင်သောဇောင်း၌ထားရမည်။ ရင်းနှီးသော ကိုင်နေကျသူကိုသာ ကိုင်ခိုင်းရမည်။ ညင်ညင်သာသာကိုင်တွယ်ပြီး ကြောက်လန့်စေတတ်သောအပြုအမူများ မပြုလုပ်စေရပါ။

ပထမဦးစွာ ရောဂါဖြစ်သောအနာကို ရှာရမည်။ အနာတွေလျှင် အပေါ်ကကျက်၍ အတွင်းက မကျက်သေးသောအနာဖြစ်ပါက ခွဲဖွင့်၍ ပိုးသတ်ဆေးရည်များဖြင့် ဆေးကြောရမည်။ အမြီး၌ဖြစ်သောအနာဖြစ်လျှင် အမြီးကို အပေါ်ဘက်သို့ နှစ်ဆစ်မျှ ရွှေ့၍ အသစ်ဖြတ်ပစ်ရမည်။

(၇) ဝမ်းချုပ်ခြင်း

ရောဂါလက္ခဏာများ ၊ ၊

- (၁) ဝမ်းမသွားဘဲ နေခြင်း၊ တစ်ခါတစ်ရံ အနည်းငယ်သာ သွား၍ ခက်ခဲကြာမြင့်စွာသွားရခြင်း၊
- (၂) ကျင်ကြီးသည် ခြောက်သွေ့၍ မာနေသည့်အပြင် အရောင်မည်းများ၊ အရိအရွံများ ဖုံးအုပ်၍ သွေးများ ပေနေခြင်း၊ မကောင်းသောအနံ့ရှိခြင်း၊
- (၃) မြင်းများတွင် ၁၂ နာရီမှ ၂၄ နာရီ ကြာသည်အထိ ဝမ်းမသွားဘဲ နေတတ်ခြင်း၊ အစာမှန်မှန် မစားနိုင်ခြင်း၊
- (၄) အံကြိတ်ခြင်း၊ တွန့်လိမ်ခြင်းများ ဖြစ်လေ့ရှိသည်။

(၈) ဆီးချုပ်ခြင်း

ရောဂါဖြစ်ရခြင်းအကြောင်းရင်း ၊ ၊ ကျောက်ကပ်ရောင်သောအခါ ကျောက်ကပ်၏သွေးကြောမျှင်များ ကျုံ့သွားခြင်းနှင့် သေးသိမ်သွားခြင်းတို့ကြောင့် ဆီးချုပ်နိုင်သည်။ နှလုံးရောဂါကြောင့် သွေးဖိအား ကျဆင်းသွား၍ ကျောက်ကပ်တွင် သွေးသွားခြင်းနည်းပါးသည့်အခါ တွင်လည်း ဆီးချုပ်နိုင်သည်။

ခန္ဓာကိုယ်အတွင်းရှိ အရည်များသည် အခြားနည်းတစ်မျိုးမျိုး ဖြင့် ထွက်သွားခြင်း (ဥပမာ-ချွေးထွက်များခြင်း) စသည့် အထက်ပါ အကြောင်းများကြောင့် ဆီးသွားနည်းပါသည်။

ဆီးလမ်းကြောင်းများ ပိတ်ဆို့နေခြင်းကြောင့်ဖြစ်စေ၊ ကျောက်ကပ် အပြင်းအထန် ရောင်ရမ်းနေခြင်းကြောင့်ဖြစ်စေ၊ ဆီးအိမ်ရောင်ရမ်းခြင်းကြောင့်ဖြစ်စေ၊ ဆီးအိမ်၊ ဆီးလမ်းကြောင်းများတွင် ထုံးကျောက်များ ပိတ်ဆို့နေခြင်းကြောင့်ဖြစ်စေ လုံးဝ ဆီးမသွားနိုင်ခြင်းများ ဖြစ်ပေါ်နိုင်သည်။

ရောဂါကုသပေးခြင်း ၊ ၊ ရောဂါဖြစ်စေသောအကြောင်းရင်းများကို ဖယ်ရှားရမည်။ အစာကျွေးခြင်း မပြုရ။ ဆားကိုလည်းမကျွေးရ။ မြင်းကို ခရီးဝေး မနားတမ်းသွားစေလျှင် ဆီးသွားစေရန် ခေတ္တရပ်နားပေးရမည်။ ဆီးသွားရန် ရပ်နားပေးခြင်းမရှိပါက ပြင်းထန်သော ဆီးချုပ်ရောဂါ၊ ဆီးဒိတ်ဖမ်းခြင်းများ ဖြစ်တတ်သည်။ ဤအခြေအနေတွင် ဆီးသွားစေရန် ဆီးဆေးများကို ချက်ချင်း မတိုက်ကျွေးရ။ မထိုးနှံရပါ။ ဆီးအိတ်ထဲ၌ ဆီးခန်းနေပါက မြင်းသေဆုံးနိုင်သည်။

(၉) လေပြည့်တင်းရောဂါ

မြင်းတို့တွင် အများဆုံးဖြစ်ပွားသည့် လေပြည့်တင်းရောဂါကို နေရာလိုက်၍ သုံးမျိုးခွဲခြားနိုင်ပါသည်။ ၎င်းတို့မှာ -

- (က) ဝမ်းဗိုက်နာသော လေချုပ်ရောဂါ၊
- (ခ) အူပိုင်းတွင် လေပြည့်တင်းသောရောဂါ၊
- (ဂ) အူပိုင်းတွင် အစာပြည့်ကျပ်သော ဝမ်းဗိုက်နာရောဂါတို့ ဖြစ်ကြသည်။

(က) ဝမ်းဗိုက်နာသော လေချုပ်ရောဂါ

အူလမ်းကြောင်းရှိ အချို့နေရာများ၌ ကြွက်သားများသည် ရုတ်တရက် လှုပ်ရှားမှုအလွန်များခြင်းကြောင့်လည်းကောင်း၊

လှုပ်ရှားမှု လျော့နည်း၍လည်းကောင်း၊ လုံးဝရပ်ဆိုင်းခြင်းကြောင့်လည်းကောင်း ဤရောဂါမျိုးဖြစ်ပေါ်နိုင်သည်။

ရောဂါဖြစ်ရခြင်းအကြောင်းရင်း ၊ ၊ အအေးမိခြင်း၊ ဝမ်းဗိုက်စွတ်စိုခြင်း၊ လွန်မင်းစွာ စားခြင်း၊ အစာကို ကောင်းစွာမဝါးဘဲ အမြန်စားခြင်း၊ မကောင်းသောအစာများကို စားမိခြင်း၊ အူလှုပ်ရှားမှုကို အားပေးသည့် အစာများ၊ ဆေးများ စားသောက်မိခြင်း။

ရောဂါလက္ခဏာများ ၊ ၊ ဝမ်းဗိုက်နာကျင်ခြင်းသည် ပြင်းထန်၍ ပြတ်တောင်းပြတ်တောင်း နာကျင်ခြင်း၊ မိမိ၏ဝမ်းဗိုက်ပိုင်းကို မကြာခဏ ပြန်၍လှည့်ကြည့်ခြင်း၊ ဝမ်းဗိုက်ကို နောက်ခြေဖြင့် ကန်ကျောက်ခြင်း၊ ဦးခေါင်းဖြင့် ဝှေ့ခြင်း၊ အမြီးဖြင့် ရုတ်တရက် ရိုက်ခတ်ခြင်း၊ ထိုင်းမှိုင်းစွာနေခြင်း၊ ခါးကုန်းခြင်း၊ ခေါင်းနှင့် လည်ပင်းကို ဆန့်တန်းထားခြင်း၊ မြေကြီးကို ရှေ့ခွာဖြင့်ခြစ်ခြင်း၊ အငြိမ်မနေခြင်း၊ မကြာခဏ ဆီးအနည်းငယ်စီ သွားခြင်း၊ နာကျင်သည့်အခါ ချွေးအမြောက်အမြားထွက်ခြင်း၊ တစ်ခါတစ်ရံ မြေကြီးပေါ်ပစ်လွှဲခြင်း၊ နာကျင်သည့်အခါ မောပန်းခြင်း၊ အပူချိန်အနည်းငယ်မျှတက်ခြင်း၊ ဝမ်းဗိုက်နာခြင်း၊ သက်သာသည့်အခါ အစာကို ရုတ်တရက်ကောက်စားခြင်း။

ရောဂါကုသပေးခြင်း ၊ ၊ ဖြစ်ပေါ်လာသောအခြေအနေကိုကြည့်၍ ဆေးကုသပေးရန်လိုအပ်သည်။ အင်အားထကြွစေသောဆေးများကို တိုက်ကျွေးထိုးနှံပေးရမည်။ လှုပ်ရှားခြင်း မပြုစေရ။ ဝမ်းဗိုက်ကို နွေးစေရန် ပြုလုပ်ပေးရမည်။ ဝမ်းချူပေးရမည်။ စအိုမှ နေရံ ကျင်ကြီးများကို နှိပ်ထုတ်ပေးရမည်။ ဆီးအိမ်တွင် ဆီး

ပြည့်တင်းနေပါက ဆီးချူပေးရမည်။ ရောဂါအခြေအနေကိုချင့်၍ ငြိမ်ဆေးများကို တိုက်ကျွေးထိုးနှံပေးနိုင်သည်။ သန်ကောင်များကြောင့်ဖြစ်လျှင် သက်ဆိုင်ရာသန်ချဆေးများ တိုက်ရမည်။

(၁) အူပိုင်း လေပြည့်တင်းရောဂါ

အူကြီးပိုင်းထဲတွင် လေများ ပြည့်တင်းဖောင်းကြွသောရောဂါ ဖြစ်သည်။

ရောဂါဖြစ်ရခြင်းအကြောင်းရင်း ၊ ၊

- (၁) အချဉ်ပေါက်နေသော အစားအစာ၊ ပူနွေး၍ အောက်နေသော မြက်ခြောက်၊ မြက်စိမ်း၊ ကောက်ရိုးများကို စားမိခြင်း၊
- (၂) အလွန်အမင်း အစာစားခြင်း၊
- (၃) အစာအိမ်နှင့် အူလမ်းကြောင်းများထဲတွင် အစာများ ပြည့်တင်းနေဆဲ အလုပ်လုပ်ခိုင်းခြင်း၊
- (၄) အချိန်ကြာမြင့်စွာ အနားပေး အလုပ်မခိုင်းဘဲထားပြီးမှ ရုတ်တရက် အလုပ်စေခိုင်းခြင်းတို့ ဖြစ်သည်။

ရောဂါလက္ခဏာများ ၊ ၊ ဝမ်းဗိုက်နာသော လေချုပ်ရောဂါလက္ခဏာများနှင့်တူသည်။ ဝမ်းခေါင်းပိုင်း တင်းမာနေသည်။ အရေပြားများ ညိုလာသည်။ အသက်ရှူကျပ်၍ ခက်ခဲသည်။ အပူချိန် အပြောင်းအလဲ မရှိချေ။

ရောဂါကုသခြင်း ၊ ၊ အလွန်ပြင်းထန်စွာခံစားနေရပါက အူလမ်းကြောင်းရှိရာ ဝမ်းဗိုက်ပိုင်းကို ညာဘက်မှ ထိုးဖောက်ပေးရမည်။ ဝေဒနာခံစားနေရသောမြင်းကို မြေပြင်ပေါ်သို့ လှဲအိပ်ခြင်းမပြုစေရန် ထိန်းသိမ်းတားဆီးပေးရမည်။ ဝမ်းဗိုက်ပိုင်းကို တစ်နည်းနည်းဖြင့် နွေးအောင်ပြုလုပ်ရမည်။ အစာများ ပိတ်ဆို့နေသည်ဟု သင်္ကာမကင်းရှိပါက စအိုပိုင်းမှ နှိပ်ထုတ်ပေးရမည်။ ဝမ်းချူပေးရမည်။

(ဂ) အူတွင် အစာပြည့်ကျပ်သော ဝမ်းဗိုက်နာရောဂါ

အူမကြီးနှင့် နီးစပ်သော အူလမ်းကြောင်းများတွင် အစာများ ပြည့်ကျပ်တင်းမာနေပြီး ဝမ်းဗိုက်နာသည့်ရောဂါ ဖြစ်သည်။

ရောဂါဖြစ်ရခြင်းအကြောင်းရင်း ၊ ၊ များသောအားဖြင့် ဝမ်းချုပ်ခြင်းကို မကုသဘဲထားခြင်းကြောင့် ဖြစ်သည်။ တစ်ခါတစ်ရံ ဝမ်းဗိုက်နာသော လေချုပ်ရောဂါဖြစ်ရာမှ ဆက်လက်ဖြစ်ပွားသည်။ ခြောက်သွေ့သော အစာများကို များစွာစားမိခြင်း၊ ရေလုံလောက်စွာ မသောက်ရခြင်းကြောင့်ဖြစ်စေ၊ အူလမ်းကြောင်း၏ကြွက်သားများ အလုပ်မလုပ်ခြင်းကြောင့်ဖြစ်စေ၊ အသည်း၏အလုပ်ဝတ္တရားများ ပျက်ကွက်ခြင်း၊ သည်းခြေပြွန် ပိတ်ဆို့နေခြင်းကြောင့်ဖြစ်စေ၊ ပြင်းထန်သောအလုပ် စေခိုင်းပြီး အချိန်လွန်မှ အစာကျွေးခြင်းကြောင့်ဖြစ်စေ ရောဂါဖြစ်နိုင်သည်။

ရောဂါလက္ခဏာများ ၊ ၊ အစပထမတွင် ကြာမြင့်စွာ ဝမ်းချုပ်နေခြင်း၊ ၎င်းနောက် ဝမ်းဗိုက်နာကျင်သော လက္ခဏာများပြခြင်း၊ အငြိမ်မနေနိုင်ခြင်း၊ ဝမ်းဗိုက်ပိုင်း တင်းမာနေခြင်း၊ အသက်ရှူခက်ခဲခြင်း၊ အမွှေးအကာများ နီမြန်းခြင်း၊ ဆီးအနည်းငယ်စီ မကြာခဏ သွားခြင်းတို့ကို တွေ့ရသည်။

ရောဂါကုသခြင်း ၊ ၊ တိရစ္ဆာန်ကို အနည်းငယ်လှုပ်ရှားပေးပါ။ ကျင်ကြီးများ၊ အစာကြွင်းများကို စအိုထဲမှ တဖြည်းဖြည်းနှိုက်ထုတ်ပေးပါ။ ဝမ်းချူသည့်အခါ ဆားရည်ဖြင့်ဖြစ်စေ၊ ဆပ်ပြာရည်ဖြင့်ဖြစ်စေ တဖြည်းဖြည်းစိမ့်ဝင်အောင် ချူပေးပါ။ တင်းမာနေသော ဝမ်းဗိုက်ပိုင်းကို ပူနွေးလာအောင်လုပ်ပါ။ အချဉ်ပေါက်ခြင်းကို တားဆီးကာကွယ်သည့်ဆေးများ တိုက်ကျွေးပါ။

(၁၀) အရေပြား ဝဲရောဂါ

မြင်းများတွင် ဝဲရောဂါစွဲကပ်ပါက ယားယံခြင်း၊ အမွှေးများ ကျွတ်ခြင်း၊ အရေပြားကွက်လာခြင်း၊ အရေပြားတွင် အနာဖြစ်ခြင်းများ ဖြစ်ပေါ်လာသည်။ ပခုံး၊ လည်ပင်းနှင့် ဦးခေါင်းပိုင်းအရေပြားများ၌ အဖြစ်များသည်။

(၁၁) သန်ကောင်ရောဂါ

မြင်းတို့တွင်ဖြစ်ပွားသည့် သန်ကောင်မျိုးများအနက် သန်လုံးကောင်၊ သန်ပြားကောင်၊ သစ်ရွက်ပုံသန်ကောင်များကြောင့် မြင်းများ ပိန်ချုံးအားနည်းခြင်း၊ အာဟာရချို့တဲ့ခြင်းများဖြစ်ပေါ်ပြီး မြင်းကိုယ်ခန္ဓာအတွင်း ၎င်းတို့တွယ်ကပ်၍ ဖောင်းကြွနေသော နေရာမှ သွေးကြောများပေါက်ကွဲပြီး ခန္ဓာကိုယ်အတွင်း သွေးစိမ့်ယိုခြင်းများဖြစ်ကာ မြင်းကိုသေဆုံးစေတတ်သည်။

မျက်လုံးနေ သန်ကောင်များကြောင့် မျက်စိတိမ်စွဲခြင်း၊ မျက်စိမူန်ခြင်း၊ အကျိတ်များထွက်ခြင်းတို့ ဖြစ်ပေါ်စေကာ မျက်စိကို ပျက်စီးစေသည်။

သန်ပြားကောင် ၊ ၊ သန်ပြားကောင်သည် အူသိမ်နောက်ပိုင်းနှင့် အူမကြီး ဆက်စပ်နေသောနေရာ၌နေ၍ အစာလမ်းကြောင်းတွင် အနာဖြစ်စေသည်။ မြင်းများကို အားနည်းစေပြီး ပိန်ချုံးစေသည်။

သစ်ရွက်ပုံသန်ကောင် ၊ ၊ အသည်းစားသန်ကောင်ကို သည်းခြေပြွန်နှင့် အသည်းတွင် အများဆုံးတွေ့သည်။

ကာကွယ်ခြင်း ၊ ၊ မြင်းများကို မှန်မှန်သန်ချခြင်း၊ မြင်းဇောင်းကို သန့်ရှင်းခြင်း၊ မြင်း မစင်များကို စနစ်တကျစွန့်ပစ်ခြင်း၊ မြင်းငယ်နှင့် မြင်းကြီးများကို ခွဲခြားထားခြင်းများ ပြုလုပ်ပေးရမည်။

(၁၂) အနာစိမ်းရောဂါ

ရောဂါလက္ခဏာများ ၊ ခြေလက်တို့တွင် အဖြစ်များသည်။ နောက်ခြေ၏ ပန်းကုံးပေါ်တွင် ဖြစ်လေ့ရှိပြီး အပေါ်သို့ ပျံ့သွားသည်။ အနာများမှာ ပဲလုံးစေ့ခန့်ကြီးသည်။ အနာလုံးကလေးများ ဆက်နေတတ်သည်။ ပေါက်ကျသည့်ပြည်မှာ ဝါတာတာရှိ၍ ပျစ်သည်။ ဖြူရော်ရော်လည်း ရှိသည်။ သွေးစွန်းနေတတ်သည်။

ရောဂါစစ်ဆေးခြင်း ၊ ၊ ဇောင်းဂေါရောဂါနှင့် ဆင်တူသည်။

ဆေးကုသပေးခြင်း ၊ ၊ ရောဂါဖြစ်သောမြင်းကို ခွဲခြားထားရမည်။ မြင်းဇောင်းကို ပိုးသတ်ဆေးများဖြင့် သန့်ရှင်းရမည်။

(၁၃) မြင်းဂျိတ်ရောဂါ

မြင်းဂျိတ်ရောဂါသည် မြင်းကလေးများထက် ငါးနှစ်အထက် မြင်းကြီးများတွင် ပို၍အဖြစ်များသည်။

ရောဂါလက္ခဏာများ ၊ ၊ မေးရိုးနှင့်ကပ်နေသော အကျိတ်များရောင်ရမ်းတတ်သည်။ လည်ချောင်းရောင်ခြင်းနှင့် အသံအိုး ရောင်ခြင်းများ ဖြစ်ပေါ်သည်။ အစာမမျှိုနိုင်ခြင်း၊ လည်ပင်းဆန့်၍ နေခြင်း၊ ပါးစပ်မှ သွားရည်ကျခြင်း၊ လေရှူရန်ခက်ခဲခြင်း၊ အသက်ရှူလျှင် အသံမြည်ခြင်းတို့ကို တွေ့ရသည်။ ပြည်ပေါက်သွားသည့်အခါ ပြည်သည်အပြင် သို့မထွက်ဘဲ ဝမ်းထဲသို့ကျသွားပါက မြင်းသေတတ်သည်။ မြင်း၏ လည်ပင်းတစ်ဝိုက်တွင်သာ အကျိတ်များ ရောင်ရမ်းသည်။ တစ်ခါတစ်ရံ နို့အုံ ရောင်ရမ်းတတ်သည်။

မြန်မာ့မြင်းဆေးနည်းများ

တိရစ္ဆာန်များနှင့် လက်ပွန်းတတီးနေခဲ့ကြကုန်သော ရှေးမြန်မာတို့တွင် တိရစ္ဆာန်ဆေးကုအတတ်ပညာသည် ပြည့်စုံလုံလောက်စွာ

ရှိခဲ့ပါသည်။ သို့သော် စာပေကျမ်းဂန်အနေဖြင့် ထွက်ပေါ်ခြင်းအလွန်နည်းပါးသည်။ မြန်မာဆေးဆရာကြီးများ၏ထုံးစံအတိုင်း ဆေးကျမ်းနှင့် ဆေးကုသနည်းများသည် သေရာသို့ပါသွားလေ့ရှိ၍ ပျောက်ကွယ်တိမ်မြုပ်သွားကြသည်မှာ အလွန်ဝမ်းနည်းဖွယ်ရာကောင်းပါသည်။

ဇောင်းဂေါရောဂါသည် ကူးစက်တတ်ပြီး ကုသမရနိုင်သော ရောဂါဖြစ်၍ ရောဂါဖြစ်သည့်မြင်းကို သတ်ပစ်ရန် မြန်မာနိုင်ငံတွင် အက်ဥပဒေထုတ်ပြန်ခဲ့ပါသည်။ သို့သော် ဂျပန်ခေတ်အတွင်းက ရေနံချောင်းမြို့တွင် ဂျပန်စစ်တပ်မှစစ်မြင်းတစ်ကောင် ဇောင်းဂေါရောဂါဖြစ်ပွား၍ သေမိန့်ချထားရာ မြန်မာဆေးဆရာကြီး ဆင်ဖြူကျွန်း ဦးဘခင်နှင့် ၎င်း၏အဖေတို့က ထိုမြင်းကို စစ်တပ်မှ တောင်းယူ၍ မြစ်အနောက်ဘက်ကမ်းသို့ သယ်ဆောင်ပြီး သွေးဖောက်ထုတ်ခြင်း၊ ဆေးကျွေးကုသခြင်းများကြောင့် မြင်းသည် ရောဂါပျောက်ကင်းသွားပါသည်။ များမကြာမီ ဂျပန်စစ်တပ်က မြင်းဝယ်ရန် နယ်ဆင်းလာသည့်အခါ စလင်းမြို့တွင် အခြားမြင်းများနှင့် ရောနှော၍ပြသရာ ဂျပန်စစ်ဘက်ပုဂ္ဂိုလ်များက ၎င်းမြင်းကို ရောဂါကင်းရှင်း၍ ဝယ်ယူရန်ရွေးချယ်လိုက်၏။ မြင်းကို ဝယ်ယူပြီး မှတ်ပုံတင်ဖို့အတွက် တံဆိပ်ရိုက်ရန် သေသေချာချာ ထပ်မံစစ်ဆေးသည့်အခါ စစ်မြင်းဖြစ်ကြောင်း ခွာတွင်တံဆိပ်ထိုးထားသည်ကိုတွေ့ရသဖြင့် ဦးဘခင်တို့သားအဖကိုခေါ်ယူကာ အကျိုးအကြောင်းမေးပြီး ဇောင်းဂေါရောဂါကုသ၍ ပျောက်ကင်းကြောင်း တွေ့ရှိရသည်ကို အသိအမှတ်ပြု၍ ချီးကျူးစကားများ ပြောကြားခဲ့သည်။ သို့သော် ၎င်းဆေးကုနည်းများကို ယနေ့စာတစ်စောင်ပေတစ်ဖွဲ့အနေဖြင့် တွေ့ရန် မလွယ်ကူတော့ပေ။

ဆရာသော်တာဆွေ၏ ဂျပန်ခေတ် မြင်းလှည်းသမားဘဝတွင်
၎င်း၏မြင်းကို ရောဂါကုသပေးလိုက်သည့် ဘလိုင်းမာစတာခေါ်
မြန်မာဆေးဆရာကြီး၏ ဆေးကုသနည်းများကိုလည်း စာတစ်အုပ်
ကျမ်းတစ်ဆူအဖြစ် တွေ့နိုင်ရန်ခဲယဉ်းလှသည်။



အခန်း (၅)

မြင်းရောဂါကုထုံးများ

မြင်းတစ်ကောင်ကိုလေ့လာမည်ဆိုပါက မြင်း၏ကျန်းမာမှု၊
မကျန်းမာမှုကို ရှေးဦးစွာ ကြည့်ရှုရပါမည်။

မြင်းသည် ကျွဲ၊ နွား၊ ဆင် တို့နှင့် မတူ။ ရောဂါဘယ ထူပြော
သည်။ လူက ၎င်း၏နေမှု၊ ထိုင်မှု၊ စားသောက်မှု၊ ကျင်ကြီးကျင်ငယ်
စွန့်ထုတ်မှု၊ ချွေးထွက်မှု၊ အသံပြုမှု စသည်တို့ကို အမြဲမပြတ်
အကဲခတ်၍ ကျန်းမာရေးကို ပြုပြင်ပေးရသည်။ ရောဂါဖြစ်မှ
ဆေးကုသခြင်း မဟုတ်ပါ။

“သခင်လိုလျှင် မြင်းမွေး၊ ကျွန်လိုလျှင် ကုလားမွေး” ဟူသည့်
စကားပုံသည် မြင်းမွေးပါက ထိုသူအဖို့ သခင်တစ်ယောက်ကဲ့သို့
ပြုစုစောင့်ရှောက်ရမည့်လုပ်ငန်းကို ဖော်ညွှန်းပါသည်။

ကျန်းမာသောမြင်း

- (က) ကျန်းမာသောမြင်းသည် အမြီးကိုမပြတ် လှုပ်ရှားနေ၏။
- (ခ) နောက်ခွာတစ်ဖက် ညာဘက်ဖြစ်စေ၊ ဘယ်ဘက်
ဖြစ်စေ မသိမသာကြွလျက်ရှိ၏။
- (ဂ) ဦးခေါင်းအငြိမ်မနေ မြှောက်လိုက်၊ နှိမ့်လိုက်လုပ်၏။

- (ဃ) မကြာခဏ နှာမူတ်လေ့ရှိ၏။
 - (င) အရေပြားနူးညံ့နေရမည်။ အမွေးအမှင်များ ထိုးထိုး ထောင်ထောင် ညစ်ထပ်ထပ်မဖြစ်စေရ။
 - (စ) လျှာနှင့် အာခေါင်သည် ပန်းရောင်အရင့်ဖြစ်ရမည်။
 - (ဆ) မျက်စိ ကြည်လင်တောက်ပနေရမည်။ မျက်ခမ်းသည် ပန်းနုရောင်ဖြစ်၍ သွေးစက်သွေးပြောက်များ မရှိစေရ။
 - (ဇ) ဆီးနှင့်ဝမ်း မှန်စေရမည်။
 - (ဈ) ပါးစပ်၊ အာခေါင်သည် အပူရှိန်များခြင်း မရှိစေရ။
- ကျန်းမာနေသည့်မြင်းတစ်ကောင်သည် ရာသီဥတုပြောင်းလဲမှုကြောင့် ဒေသအနေအထိုင်ပြောင်းလဲမှု၊ အလုပ်ပင်ပန်းပန်းခိုင်းစေမှုတို့ကြောင့် ရောဂါမဖြစ်စေရန် ကြိုတင်ကာကွယ်ဆေးများ အမြဲမပြတ် တိုက်ကျွေးရန်လိုအပ်သည်။

(၁၂) ရာသီ တိုက်ကျွေးရန်ဆေးများ

(၁၂) ရာသီကျွေးဆေးဆိုသည်မှာ မြင်းတို့ ထာဝစဉ်ကျန်းမာစေရန် နွေ၊ မိုး၊ ဆောင်း ဥတုသုံးပါးမရွေး ဖော်နှော၍ ရောဂါကာကွယ်စေရန် တိုက်ကျွေးသည့်ဆေး ဖြစ်ပါသည်။

မြင်းတစ်ကောင်သည် ဆီးဝမ်းမှန်၊ အစာချက်ခြင်း၊ ကြေခြင်း ပုံမှန်အနေအထားရောက်နေစေရန် ချွေးထွက်ခြင်း၊ နှာမူတ်ခြင်း စသည့် အာဟာရနှင့် ဥတုကိုက်ညီအောင် အမြဲကျွေးနေရမည့် ဆေးဝါးဖြစ်သည်။ မြင်းမွေးမြူရာဒေသတိုင်းတွင် တိုင်းရင်း တိရစ္ဆာန်ဆေးကုဆရာကြီးများသည် မြင်းအတွက် (၁၂) ရာသီဆေးလုံးများကို ဖော်စပ်ရောင်းချလေ့ရှိ၍ မြင်းမွေးမြူသူများအဖို့ လွယ်လင့်တကူ အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။

(က) (၁၂) ရာသီ မြင်းကျန်းမာစေရန် ဆေးနည်းအမှတ် (၁)

ဆီးဖြူခြောက်၊ ဆင်သမန္တယ်၊
မြင်းစင်္ဂနီ၊ ၁ ပိဿာစီ
စမုန်နက်၊ မန်ကျည်းမှည့်၊
ကြက်သွန်နီ၊ ထန်းလျက် ၂၅ ကျပ်သားစီ
ယမ်းစိမ်း၊ ကျပ်ခိုး ၅ ကျပ်သားစီ
ဘုမ္မရာဇာ ၂ ကျပ် ၈ ပဲသား
ပညာလင်္ကာ၊ ဆေးပုလဲ ၁ မတ်သားစီ
ဆား ၁၀ ကျပ်သား
အထက်ပါဆေးအစုကို ညက်စွာကြိတ်ပါ။
မြင်းကြီးတစ်ကောင် နေ့စဉ် သုံးကျပ်သားခန့်ခွဲပါ။ မြင်းငယ်
ပါက (တစ်နှစ်အောက် မကျွေးရပါ) ၂ နှစ်မှ ၃ နှစ်အထိ နေ့စဉ်
နှစ်ကျပ်သားခန့် ကျွေးပါ။

မှတ်သားရန်။ ။ ဝမ်းမမှန်သောမြင်း၊ အစာစားဆုတ်သော မြင်းကို
အထူးကျွေးရန်ဆေးဖြစ်သည်။

(ခ) (၁၂) ရာသီ မြင်းဆေးအမှတ် (၂)

ကြံ့သွေး၊ မန်ကျည်းမှည့်၊ စမုန်နက်၊
ကြက်သွန်နီ ၁ ကျပ်သားစီ
သင်းဝင်ပေါက်ဖြူ ကွက်ကရာ၊
ငဖုံးဆေး၊ မိဿလင်၊ ငပြေရင်၊
ငစိုင်ရင် ၄ ပဲသားစီ
ဘုမ္မရာဇာ ၂ ပဲသား
မုတ် ၁ ပဲသား

လူသမုတ်သည်။ မနုဿတအိုလည်း၊ လျက်လိုလျင် လျက်ရ၏။
လေမျိုးရှစ်ဆယ်နိုင်၊ ခေါင်တိုင်ကျေးဇူးတည့်လေး။

ဆေးရင်း ၊ ၊ ရှားစောင်းကြီး၊ ရှားစောင်းလက်ဆက်၊ ရှားစောင်းမြစ်နား၊
ရှားစောင်းလက်ပပ်၊ ရှားစောင်းသီဂီနက်၊ ဆင်တုံးမနွယ်၊ အရိုး
ကိုသာ ယူပါ။ (အရိုး ၆ သွယ်)

မရိုး၊ ကွဲနို့၊ ကြောင်ပန်း၊ ပြောက်ဆိပ်၊ ပုဏ္ဏားတောင်ဝှေးပင်၊
ဥနဲ့၊ သမုန်း အရွက်ကိုသာ ယူပါ။ (အရွက် ၇ ပါး)

ရောဂါအညွှန်း ၊ ၊ ဆီး၊ ဝမ်း၊ လေ၊ သွေး (မှန်လေးမှန်)။

ဖော်စပ်ပုံ ၊ ၊ ဆေးအားလုံး တစ်ကျပ်သားစီ အမျှစု၊ လောဏ (ဆား)
သင့်ရုံထည့်ပြီး အန္တာပိတ်၍ လှော်ပါ။ ၎င်းနောက် ကျောက်ပျဉ်
ထက်တွင် ညက်စွာကြိတ်ပါ။

ဆေးကျွေးရန်၊ ၊ ဆေးသင့်တော်ရုံကို ဖွဲ့နုနှင့်ရော၍ နံနက်၊ ည
တစ်ကြိမ်စီ ကျွေးပါ။ လျက်ဆား၊ လျှာပွတ်ဆေးအဖြစ်လည်း
သုံးနိုင်သည်။

(င) (၁၂) ရာသီ မြင်းဆေးအမှတ် (၅)

ဆေးရင်းလင်္ကာ^၁ ၊ ၊ ဆီးဖြူဆင်တုံ၊ မြင်းစဝုံမှာ၊ သုံးပိဿာစီ၊
မန်ကျည်းမှည့်ဘက်၊ စမုံနက်နှင့်၊ ထန်းလျက်ကြက်သွန်နီကား၊
အစိတ်စီ ချိန်သဖြင့်၊ ဆားလှော်၌ဝယ်၊ ချိန်စက္ကယ်မှု၊ တစ်ဆယ်
ခတ်သော် သင့်လိမ့်၊ ယမ်းနှင့် ကျပ်ခိုးမှာ ငါးကျပ်နှင့်နှင်တည့်၊
ထည့်ပြီးချင်မှ၊ သည့်ပြင်ချိန်ထ၊ အကျဉ်းပြသည်၊ ဘုမ္မဆေးရာဇာ

ကား၊ မှန်စွာနှစ်ကျပ်ခွဲ၊ မုတ်ငါးမတ်သား၊ ပညာဆေးပုလဲ၊ သည်
နှစ်ခုမှာ၊ ချိန်မှုမတ်စီခွဲလော့၊ ကျွေးသည့်ဖွဲ့တွင်၊ ထည့်မြဲခတ်၍သာ၊
ညနှင့်နံနက်၊ ဤဆေးညက်ကို၊ မပြတ်ကျွေးရပါက၊ အကျိုးမှာ
ဆိုဘိမူ၊ ပိန်ကြုံပျောက်ကင်း၊ တင့်ခြင်းရွက်ဆောင်၊ ရွဲ၍ပြောင်သည်၊
ခဲအောင်ဝ၍ ဆူလိမ့်၊ အပူအလောင်ရှိတုံက၊ မကြာမတင်၊ ဤဆေး
ဝင်မူ၊ လျင်လျင်လွတ်နေကြတည့်၊ ဆယ့်နှစ်လပင်၊ ပေးက သင့်ပါ၏၊
ဥတုနှင့် တိုင်းသော်၊ ဆေးကျော်အကြူးတည့်လေး။

ဆေးရင်း ၊ ၊ ဆီးဖြူ ဆင်တုံးမနွယ်၊ မြင်းစဝုံနီ၊

မန်ကျည်းမှည့်	၃ ပိဿာစီ
စမုံနက်၊ ထန်းလျက်၊ ကြက်သွန်နီ	၂၅ ကျပ်သားစီ
ဆားလှော်	၁၀ ကျပ်သား
ယမ်းစိမ်း၊ ကျပ်ခိုး	၅ ကျပ်သားစီ
ဘုမ္မရာဇာ	၂ ကျပ်ခွဲသား
မုတ်	၅ မတ်သား
ပညာလင်္ကာ၊ ဆေးပုလဲ	၁ မတ်သားစီ

ဆေးအချိန်အစ၊ ၊ ဆေးကို ညက်စွာဖြူ၊ အမှုန့်ကြိတ်၊ တစ်ကျပ်ခွဲသား
ဆေးချိန်အလုံးပြုထားပါ။

တိုက်ကျွေးရန် ၊ ၊ နေ့စဉ် ည၊ နံနက် တစ်ကြိမ်၊ ဖွဲ့နုနှင့် ရောကျွေးပါ။

ရောဂါအညွှန်း ၊ ၊ မြင်းအပူငြိမ်း၊ မြင်းဝဆေး၊ ဆီးမှန်၊ ဝမ်းမှန်၊ လေမှန်
ဆေးဖြစ်သည်။

ဥတုရာသီအလိုက် တိုက်ကျွေးရန်ဆေးများ

မြန်မာ့ရိုးရာဆေးပညာတွင် မြင်းရောဂါကင်းစေရန်အတွက်
(၁၂) ရာသီကျွေးရန် ဆေးများအပြင် နွေ၊ မိုး၊ ဆောင်း ဥတုရာသီ

၁။ ရွှေတိုးဂါမံ မြင်းကြန်ရကန်လင်္ကာရင်း (အပိုဒ်-၂၁)။ သတ်ပုံလင်္ကာ
ရင်းအတိုင်းဖြစ်ပါသည်။

၁။ ရွှေတိုးဂါမံ မြင်းကြန်ရကန်လင်္ကာရင်း အပိုဒ် (၂၄)။

ရောဂါအညွှန်း ၊ ၊ ဝါဆို၊ ဝါခေါင်၊ တော်သလင်း သုံးလတို့တွင် ဖြစ်တတ်သည့် လေချုပ်၊ ဆီးချုပ်၊ ဝဲပူ၊ ဝဲအေး၊ ဝဲလောင်၊ ချောင်းတဟွပ်ဟွပ်နှင့် အမွေးစုတ်စုတ်နေသည့်ရောဂါကို ကာကွယ်ကုသနိုင်သည်။

(ဂ) သီတင်းကျွတ်၊ တန်ဆောင်မုန်း၊ နတ်တော် သုံးလအတွက် ပေးရန်ဆေး

ဆေးရင်းလင်္ကာ* ၊ ၊ သီတင်းကျွတ်ဆန်း၊ မီးပန်းပွင့်တုန်း၊ တန်ဆောင်မုန်း နတ်တော်၊ လသုံးဘော်ဝယ်၊ နာသော်လျှင်အမှန်၊ မချီတင်ကဲ၊ ရောဂါစွဲသည်၊ အထဲဓာတ်လောင်ပြန်တည့်၊ နာဟန်မူကား၊ ချောင်းလည်းဆိုးမှ၊ ဝမ်းလည်းကျသည်၊ ယိုထမျက်ရည်များ၏၊ မျက်သားလည်း တက်တတ်သည်၊ သည့်ပြင်တရား၊ ကိုယ်အမွေးသည်၊ အထွေးထွေးကျွတ်လိမ့်မည်တည့်၊ ဝမ်းလေလည်း သွားလတ်က၊ ပုတ်ပါနံပါ၊ ညီပါဘီဆိုရလိမ့်၊ သည်ရောဂါကို၊ ကုသမည့်ဆေးမှာ၊ နှပ်ချိုကြံဟင်း၊ သက်ရင်းလက်ထုတ်၊ ကန့်ချုပ်နီတျာတျာနှင့်၊ ကြောင်လျှာဆူးခေါက်နက်၊ မိုးနှံထည့်ပြီး၊ လက်ထုတ်ကြီးနှင့် တသီးကလိန်၊ လေးချိန်မှန်လတ်၊ အမြင်စတေ ဘက်လော့၊ စမုန်နက်မိဿလင်၊ ငြုတ်ပိတ်ချင်း၊ မယွင်းမှန်ငြား၊ သည်လေးပါးမှာ၊ ငါးစုတစ်စုပင်ထည့်၊ ညက်စွာ လျင်ကြိတ်သောထွေ၊ နံနက်ညစန်း၊ အချိန်မှန်အောင်၊ အင်တန်တိုက်တို့ပေလေ၊ ခတ်တုံလေမျက်စဉ်း၊ ထွန်းညှင်းပြတ်ယူ၊ ကြွေမူတစ်စု၊ လေးစုပြုသည်၊ ခရုဇောင်းကရင်းကို၊ မြှင့်မြှင့်စပ်အောင်သာ၊ ငြုတ်ထောင်းသည့်၊ ကျည်ပွေ့ရည်နှင့်၊ သာကြည်ခပ်ပါလေလော့၊ သည်အနာကို မှိုင်းသာခံတို့လှည့်၊ စပါးကိုမကျွေးသာ။ ။ ဖွဲမှာ ထည့်လေတော့လေး။

* ရွှေတိုးဂါမံ မြင်းကြန်ရကန်လင်္ကာရင်း (အပိုဒ်-၂၇) မူရင်းသတ်ပုံအတိုင်းဖြစ်သည်။

ဆေးရင်း ၊ ၊

တိုက်ဆေး

နှပ်ချို၊ ကြာဟင်း၊ သက်ရင်းကြီး၊ လက်ထုတ်သိန်၊
ကလိန်စေ့၊ ကန့်ချုပ်နီ၊ ကြောင်လျှာ၊
ဆူးခေါက်နက်၊ မိုးနှံ (မြစ်) ၅ မတ်သား
စမုန်နက်၊ မိဿလင်၊ ငရုတ်၊ ပိတ်ချင်း ၁ မတ်သား

မျက်စဉ်းဆေး

ကြွေပုတ် ၁ ကျပ်သား
ဇောင်းခရု ၄ ကျပ်သား

ဆေးညွှန်း၊ ၊ တိုက်ဆေးကို ညက်စွာကြိတ် နံနက်၊ ည တစ်ကြိမ်စီ ခွဲတိုက်ပါ။ မျက်စဉ်းဆေးမှာ ငရုတ်သီးထောင်းသည့် ကျည်ပွေ့ဆေးရေနှင့် ရော၍ မျက်စဉ်းခတ်ပါ။

ရောဂါအညွှန်း ၊ ၊ ချောင်းဆိုး၊ ဝမ်းသွား၊ မျက်ရည်ပူ၊ မျက်ရည်ကျ၊ မျက်သားတက်၊ ကိုယ်အမွေးကျွတ်၊ ဝမ်းလေလည်က နံပုပ်ဟောင်သည့် ရောဂါများ။

(ဃ) ပြာသို၊ တပို့တွဲ၊ တပေါင်း သုံးလပေးရန်ဆေး

ဆေးရင်းလင်္ကာ* ၊ ၊ ပြာသိုလသည်၊ နှာရည်ယိုရွဲ၊ တပို့တွဲတပေါင်း၊ လသုံးကြောင်းဝယ်၊ မကောင်းရောဂါ၊ အနာစွဲလတ်သော်၊ အနာသဘော၊ ထောက်စောကြော၍၊ ဇောင်းဂေါကြီးဟုခေါ်၏၊ နှာတံသော်မူကား၊ ချောင်းဆိုး၍သာ၊ ဝမ်းခိုင်စွာနှင့်၊ အစာမှန်စွာမစားဘူး၊ မစီးငြားလည်း၊ ချွေးကား တစို့စို့နှင့်၊ နောက်ပေါင်မမှီ၊ မှီတမှီနှင့်၊ ရည်သိရှိတုံမြို့လိမ့်၊ ယင်းသို့နာလျှင်၊ ကြိစပ်မျိုး၊ ထမင်းချိုးသည်၊ ကျော်ဟိုးထောင့်ဆပ်ပြာနှင့်၊ ကန့်ချုပ်မှာ နီထွေးထွေး၊

မဟာလောကဿ၊ ဆေးပညာသည်၊ ကုလားဆောင်းမေးတည့်၊
 ကြိုင်ကြိုင်မွေးသည်၊ ဆေးပုလဲဆူးလေ၊ မြေပုံခရမ်း၊ ဆူးခပ်ကြမ်း
 သည်၊ ခရမ်းစပ်တထွေနှင့်၊ ပဲပြုတ်ပေတွတ်တွတ်နီ၊ အမြင်စုရုံး၊
 အားလုံးတစ်မတ်စီတည့်၊ တလီသည်မှပြင်၊ ဘုမ္မရာဇာ၊ စည်သာ
 ဆေးကျော်ထင်ကို၊ အမှန်လျှင် ချိန်နှစ်မတ်၊ ညက်ကြောင်းပျော်ပျော်၊
 ကြိတ်ပြီးသော်မူ၊ ဆားလှော်သင့်ရုံခပ်၍၊ မပြတ်နေညဉ့်၊ မန်ကျည်း
 စသည်ထိုအရည်နှင့်၊ သုံးကျည်လေးကျည်တိုက်လော့၊ ကောင်းမြိုက်
 မျက်စဉ်းမူ၊ ကြံ့ခွာတစ်ကြောင်း၊ ခွေးခေါင်းတည့်လို၊ တောဆိတ်ချို
 မှာ၊ အလိုပန့်သကူထည့်၊ ကြက်သွန်ဖြူပြင်ကောင်း၊ ကြိတ်လေ
 ညက်ညက်၊ ရေမစွက်ဘဲ၊ အရက်နှင့်ခပ်တုံရှောင်းလော့၊ မှိုင်း
 ကောင်းလည်းခံရမည်မှာ ကျွန်းနှင့်တရော်၊ သည်နှစ်ဖော်ကို ရသော်
 အခေါက်ခွာလော့၊ မီးချေးမှာ တင်တုံလျက်၊ ဆိတ်မလူးနှင့် ဆိတ်ဖူး
 မှာ အရွက်ထည့်၊ စုရုံးလျက် မှိုင်းဆေးပြု၊ လျှာကိုတစ်သွယ်၊ ပွတ်ဖွယ်
 ဆေးတစ်စုကား၊ ကျီးအာဥ ဆေးပေါက်နက်၊ ပေါက်ဖြူသင်းဝင်၊
 ဆင်သမန္တယ်အက်၍ သွေးတုံလှည့် လျက်ကြိမ်များလှည့်၊ လျှာကို
 ပွတ်ရမည်။ ။ ပုန်းရည်ချဉ်ချဉ်တည့်လေး။

ရာသီအလိုက် ရောဂါကာကွယ်အသုံးပြုဆေးများကို သုံးသပ်ချက်

ရာသီအလိုက် ဖြစ်တတ်သည့်ရောဂါများမှာ ဆီးချုပ်၊ ဝမ်းချုပ်၊ လေချုပ်၊ အစာမစား၊ မှိုင်းတွေကိုယ်အပူချိန်တက်ခြင်း၊ အဓိကအားဖြင့် ဇောင်းဂေါရောဂါကို ဆိုလိုပါသည်။

ယင်းရောဂါများကို ရာသီအလိုက် နွေ၊ မိုး၊ ဆောင်း၊ ဆောင်းအကုန် နွေအကူးရာသီတို့၌ တိုက်ကျွေးရန်ဆေးဖော်နွှာ ဆေးပေးဆေးချက်သည်။ အထူးသင့်လျော်လှပေသည်။ ဆေးရင်းအမည်များကို ဂုဏ်သတ္တိပတာဝတို့နှင့် သုံးသပ်မည်ဆိုလျှင်လည်း အဆိုပါရောဂါတို့အတွက် အစွမ်းထက်သည့် ဆေးစွမ်းကောင်းများ ဖြစ်ပေသည်။

၎င်းဆေးဝါးများကို မြင်းခြံ၊ မိတ္ထီလာ၊ ပခုက္ကူနှင့် စလင်း၊ ပွင့်ဖြူနယ်မှ မြင်းဆေးဆရာကြီးများနှင့် မြင်းသမားအများစုတို့ လက်ကိုင်ထား၍ ယနေ့တိုင် သုံးစွဲနေကြသည်။

ရေလဲဆေးများ

မြင်းရောဂါကိုကုသရာတွင် ဖော်နွှာထားသည့်ဆေးကို ရောဂါအခြေအနေ ကွဲပြားမှုကိုလိုက်၍ သင့်တင့်ရာ အရည်၊ အရွက်တို့ဖြင့် ပြောင်းလဲရောစပ်၍ တိုက်ကျွေးကုသခြင်းဖြစ်သည်။

ဥပမာ- ဖျားသော် ဆရာမောင်ဆေးနီလုံးကို ကွမ်းရွက်ပြုတ်ရည်နှင့်တိုက်၊ ဝမ်းချုပ်သော် ဆားနှင့်တိုက်၊ ချောင်းဆိုးသော် သံပရာရည်နှင့်တိုက်ဟူ၍ ညွှန်းသကဲ့သို့ပင် ဖြစ်သည်။

ရေလဲဆေးအမှတ် (၁)

ဆေးရင်း* ၊ ၊ လေးညှင်း၊ ဇာတိပွိုလ်၊ စမုန်မျိုးငါးပါး၊ ဥပသကာ၊ စရို၊ နွယ်ချို၊ ပတဲကော၊ ဆေးတစ်လုံး၊ တွင်းနက်ကတိုး၊ ငပြေရင်၊

ငစိုင်ရင်၊ ပညာလင်္ကာ၊ သင်းဝင်ပေါက်ဖြူ၊ အလိုကျူ၊ မဏိဩဃ၊ ခပေါင်းကြီး၊ ခပေါင်းရေကြည်၊ သက်ရင်းကြီး၊ သက်ရင်းကတိုး၊ ဩလဲ၊ နွားမြေရင်း၊ စူလာနယ၊ တြိကဋျက်သုံးပါး၊ ငဖုံးဆေး၊ ရင်းပြား၊ ကန့်အိတ်၊ စမုန်နက်၊ သန္ဓေ၊ ရှောက်ခွံ၊ ထနောင်းမြစ် ၁ မတ်စီစု။

ဘုမ္မရာဇာ ၅ မူး။ (အပူအအေးကိုကြည့်၍ တစ်ကျပ်၊ ငါးမတ်၊ နှစ်ကျပ် စသည် ထည့်နိုင်)၊ မုတ် ၅ ကျပ်သား။

ဆေးဖော်ပုံ ၊ ၊ ဆေးအချိန်အဆအတိုင်း ညက်စွာကြိတ် အမှုန့်ပြုထားပါ။

ဆေးညွှန်း ၊ ၊ ဆေးတစ်ခါတိုက်ရမည့် ဆေးအစု ဖြစ်သည်။

၁။ မည်သည့်ဝဲမဆို ဝဲဖမ်းသော် ယမ်းစိမ်းရည်၊ ဆပ်ပြာရည်နှင့် တိုက် (ဝဲရောဂါမှာ ဆီးချုပ်၊ ဝမ်းချုပ်၊ လေချုပ်ရောဂါ ဖြစ်သည်။)

၂။ ကျင်ညောင်းသော် ကြက်သွန်နီရည်နှင့်တိုက်။

၃။ အစာမစားမသောက်နိုင်သော် ဆားကျက်ရည်နှင့်တိုက်။

၄။ မအိပ်စက်သော် သင်္ချိုင်းမီးသွေးရည်နှင့်တိုက်။

၅။ အေး၍ ဆတ်ဆတ်တုန်နေသော် ပတဲကောရည်နှင့်တိုက်။

၆။ ရင်အုပ်၊ လက်ကြား၊ သိုအိပ်၌ ချွေးထွက်သော် ငါးပိကောင်ရည်နှင့်တိုက်။

၇။ နှာပွနေသော် မုရားကြီးရွက်အရည်နှင့်တိုက်။

၈။ ဓာတ်ချုပ်သော် ဘုမ္မရာဇာအရည်နှင့် တိုက်ပါ။

ရေလဲဆေးအမှတ် (၂)

ဆေးရင်း ၊ ၊ နံသာနီ၊ နံသာဖြူ၊ ဒန့်သကူးနီ၊ ဒန့်သကူးဖြူ၊ ချေးသီး၊ ကြာမျိုးငါးပါး၊ ကြံသွေး၊ ဇာတိပွိုလ်သီး၊ လေးညှင်း၊ သစ်ကြံပိုး၊ နွားမြေရင်း၊ ကံ့ကော်ဝတ်ဆံ။

* ဦးစော၊ အဿဒီပနီကျမ်း၊ မန္တလေးမြို့ (၁၉၁၀)။

ဆေးအချိန်အစာ ၊ ၊ ဆေးအမျှစု၍ တစ်ခါတိုက် ခုံညင်းလုံးခန့်တိုက်ပါ။

ရောဂါအညွှန်း ၊ ၊

- ၁။ မြက်မစားသော် ကြက်သွန်နီငါးကျပ်သား၊ ထန်းလျက် တစ်ဆယ်သားနှင့် အရည်ကျို၊ ဆေးနှင့်ရော၍ တိုက်ပါ။
- ၂။ ဆီးချုပ်သော် အလိုကျ ၂ ကျပ်သား၊ အရည်ပြု ရော၍ တိုက်ပါ။
- ၃။ လူးလဲ၍ မထနိုင်သော် ဇာတိပွိုလ်သီးတစ်လုံး သွေး၊ အရည်ပြု ရောတိုက်ပါ။

ရှင်းလင်းချက် ၊ ၊ ဆေးညွှန်းတွင် ဆေးအမည်များကို အမျှစီစုဟူ၍ ဖော်ပြသည်။ ဉာဏ်စွမ်းဖြင့် ချင့်ချိန်သုံးစွဲရမည်ဖြစ်ပါသည်။
စာရေးသူအနေနှင့် ဆေးရင်း ၃ ကျပ်ခွဲသားစီ စုပါသည်။

ရေလဲဆေးအမှတ် (၃)

ဆေးရင်း ၊ ၊

- ချေးသီး၊ ကလောသီး၊ စရို၊ ပတဲကော၊
- ချင်းစိမ်း၊ မိဿလင်၊ မုတ် ၁ ကျပ်သားစီ
- ဆင်သမန္တယ်၊ ကြက်သွန်နီ၊ ဒေါင့်ဆပ်ပြာ ၂ ကျပ် ၅ မူးသားစီ
- ကြက်သွန်ဖြူ ၂ ကျပ်သား

ဆေးအချိန်အစာ ၊ ၊ အထက်ပါအတိုင်းစု၊ ညက်စွာကြိတ်၊ ခုနစ်တောင့် ပြုလုပ်ပါ။ ဆေးတစ်ခါပေးလျှင် တစ်တောင့်သာ။

ရောဂါအညွှန်း ၊ ၊

- ၁။ ကွသော်၊ ထတုံ၊ ထိုင်တုံ ပြုသော် အရက်နှင့် ရောတိုက်။
- ၂။ ချွေးထွက်သော်၊ တုံဟိုက်သော်၊ ဆီးချုပ်သော်၊ ဦးခေါင်း လေးသော် မန်ကျည်းသီးမှည့်နှင့် ရောတိုက်ပါ။

ရေလဲဆေးအမှတ် (၄)

ဆေးရင်း ၊ ၊

- ရင်းဖျား၊ ဆေးပုလဲ၊ ပညာလင်္ကာ၊
- တိလင်္ကာသာ၊ ငဖုံးဆေး၊ သင်းဝင်ပေါက်ဖြူ၊
- ငပြေရင်၊ ငစိုင်ရင်၊ ဆေးပဲစိမ့်၊ ဘုမ္မရာဇာ၊
- ဇော်ဂျီဦးထုပ်၊ သစ်ကြံပိုး၊ မုတ် ၁ ကျပ်သားစီ
- စမုန်မျိုးငါးပါး ၅ မူးသားစီ
- ကြာမျိုးငါးပါး ၅ မူးသားစီ
- ကျောက်မျိုးငါးပါး ၁ မတ်သားစီ
- ရိုန်းခို၊ လိပ်ကျောက်ဆူး ၁ မတ်သားစီ
- ဇာတိပွိုလ်၊ လေညှင်း၊ နံ့သာဖြူ၊
- နံ့သာနီ၊ စပါးကြီးသည်းခြေ ၃ မူးသားစီ
- ကြံ့သွေး ၅ မူးသား

ဆေးအချိန်အစာ ၊ ၊ ဆေးအဆအတိုင်း စုကြိတ်၍ ဆီးကင်းခန့် အပြား ပြုလုပ်ပါ။ ဆေးတစ်ကြိမ်တိုက် တစ်ပြားပေးပါ။

ရောဂါအညွှန်း ၊ ၊

- ၁။ မစားမသောက် ပင်ပန်းသော် အလိုကျ၊ မုရားကြီးရည်နှင့် သင့်ရုံရော၍ တိုက်ပါ။
- ၂။ လန့်သော် ၎င်းဆေးဖြင့် နှာမှုတ်၊ မျက်စဉ်းခတ်ပါ။
- ၃။ အဖုပေါက်သော် နှမ်းဆီချက်နှင့် ရောသုတ်လိမ်းပါ။
- ၄။ ဝဲပူ၊ ဝဲအေးဖမ်းသော် မရသိန်ရွက်နှင့် တိုက်ပါ။
- ၅။ ရောဂါမရှိသော်လည်း တစ်လတစ်ကြိမ် ဆေးတစ်ပြား တိုက်ပါ။
- * စမုန်မျိုးငါးပါး = စမုန်ဖြူ၊ စမုန်ဖွဲ၊ စမုန်နီ၊ စမုန်စပါး၊ စမုတ်။

- * ကျောက်မျိုးငါးပါး = ကျောက်ချဉ်၊ ကျောက်ပွင့်၊ ကျောက်ပြုတ်၊ ကျောက်ဝက်၊ ကျောက်စစ်။
- * ကြာမျိုးငါးပါး = ကြာဖြူ၊ ကြာနီ၊ ကြာညို၊ ကြာပုဏ္ဏရိုက်၊ ကြာတံဆိပ်။

ရေလဲဆေးအမှတ် (၅)

ဆေးရင်း ၊ ၊

- ရိုင်းခို၊ ဇာတိပျိုလ်၊ ဇော်ဂျီဦးထုပ်၊
- ဆေးပဲစိမ့်၊ ကြံသွေး၊ နံ့သာနီ၊ နံ့သာဖြူ
- စမုန်မျိုးငါးပါး၊ ငဖုံးဆေး ၅ မူးစီ
- တိလင်္ကာသာ၊ ဒေါင့်ဆပ်ပြာမြစ်၊ မုတ်၊
- ခပေါင်းရေကြည်၊ ဘုမ္မရာဇာ၊ ပညာလင်္ကာ ၁ ကျပ်စီ
- ဆားလှော်၊ အလိုကျူ ၂ ကျပ်စီ
- ကျောက်မျိုးငါးပါး ၁ မတ်စီ
- ကြာမျိုးငါးပါး ၁ မူးစီ

ဆေးအချိန်အဆ ၊ ဆေးစုကို အမှုန့်ကြိတ်ထားပါ။ ဆေးတစ်ကျပ်သား တိုက်ရန်ဖြစ်၏။

ရောဂါအညွှန်း ၊ ၊

- ၁။ မြင်းတတွေတွေ မှိုင်းနေသော်၊ လျှာသွေးဆုတ်သော်၊ နောက်ကိုလှည့်ကြည့်သော်၊ နံကိုင်သော်၊ ကိုယ်တုန်သော်၊ ရင်ခုန်သော်၊ လက်ခြေဖောသော်၊ ဝဲစိုက်သော် မုရားကြီး ရွက်ရည်နှင့်တိုက်ပါ။
- ၂။ အပေါ်အေး၍ အတွင်းပူသော် သက်ငယ်ပြာရည်နှင့် တိုက်ပါ။
- ၃။ နှလုံးသွေးဝင်သော် ဆန်ဆေးရည်တွင် သကြားခတ်၍ တိုက်ပါ။

- ၄။ ဆီးချုပ်သော် ဘုမ္မရာဇာ၊ မုတ် သင့်ရုံကဲ၍တိုက်ပါ။
- ၅။ ကျိတ်ရောင်သော် နွယ်ဆူရွက်၊ သက်ငယ်မီးဖုတ် (တစ်ကျပ်သားစီ)၊ မန်ကျည်းရည်နှင့်ရောတိုက်ပါ။

ဇောင်းဂေါရောဂါကုသရန် ဆေးနည်းများ

ဇောင်းဂေါရောဂါသည် တစ်ကမ္ဘာလုံးတွင် ဖြစ်သည်။ ခွာလုံး သတ္တဝါများ၊ မြင်း၊ မြည်း၊ လားတို့တွင် အဖြစ်များသည်။ ရောဂါဖြစ်သည့်နေရာကိုလိုက်၍ ဇောင်းဂေါရောဂါကို ဖွင့်ဆို၏။ (က) အဆုတ်ဇောင်းဂေါရောဂါ၊ (ခ) အရေပြားဇောင်းဂေါ၊ (ဂ) နှာခေါင်းဇောင်းဂေါ (ဂျိတ်ဇောင်းဂေါ၊ သွေးဇောင်းဂေါ) ဟု ခေါ်ကြသည်။

ရောဂါလက္ခဏာများ ၊ ၊ ရောဂါ နာတာရှည်ဖြစ်သည်။ အားအင်ယုတ်လျော့ပြီး လန်းလန်းဆန်းဆန်း မရှိချေ။ အသားအရေ မွဲခြောက်လာသည်။ မကြာမီ ချောင်းဆိုးပြီး နှာခေါင်းအတွင်းမှ အရည်များ ပြည်များ ဆင်းလာပါသည်။ နှာခေါင်းအတွင်း အနာလုံးများ ပေါက်လာသည်။ အရေပြားဇောင်းဂေါတွင် နောက်ခြေ၊ အကြောတစ်လျှောက် အနာများဖြစ်၍ အရည်များ၊ ပြည်များ ကျဆင်းသည်။ မေးရိုးအကျိတ်အဖုများ ရောင်ရမ်းနေတတ်သည်။

ဆေးကုသခြင်း ၊ ၊ မြန်မာ့ရိုးရာဆေးပညာတွင် ဇောင်းဂေါရောဂါကုသရာ၌ တိုက်ဆေးထက် လိမ်းဆေး၊ မျက်စဉ်းဆေး၊ မှိုင်းဆေး၊ နှာမှုတ်ဆေးများကို ပိုမိုအသုံးပြုကုသကြပါသည်။

ဇောင်းဂေါရောဂါ တိုက်ဆေးအမှတ် (၁)

- ဆေးရင်း ၊ ၊ ဗျိုင်းဖြူမွေး ၅ ကျပ်သား
- ထန်းလျက် ၅ ကျပ်သား

အသုံးပြုပုံ ၊ ဗျိုင်းဖြူမွေးပြာချ၍ ထန်းလျက်နှင့်ရောပါ။ ဆေးကြက်ဥ တစ်လုံးခန့်ကို ဝမ်းနုတ်ဆေးတစ်မျိုးမျိုးနှင့် ရော၍တိုက်ပါက ဇောင်းဂေါများ ဒွါရမှ ကျလာသည်။

ဇောင်းဂေါရောဂါ တိုက်ဆေးအမှတ် (၂)

ဆေးရင်း ၊ ၊ မန်ကျည်းသီးမှည့် ၅ ကျပ်သား
စမုန်နက် ၁ မတ်သား
ကြက်သွန်နီ ၁ ကျပ်သား
မုတ်၊ ဘုမ္မရာဇာ ၅ မူးသား

အသုံးပြုပုံ ၊ ဆေးအမှုန့်ပြု၊ အလုံးလိုက်ဖြစ်စေ၊ ရေနှင့်ရောတိုက်ပါ။ ဆေးတစ်ခွက်စာ ဖြစ်၏။ ဇောင်းဂေါရိုက်အတွက် ဆေးဖြစ်၏။

ဇောင်းဂေါရောဂါ မျက်စဉ်းဆေးအမှတ် (၁)

ဆေးရင်းလင်္ကာ^၁ ၊ နံ့သာကို ဖြူနီအုပ်လို့၊ ကြိတ်ချက်သုံးလီ၊ နနွင်းဥ ကြက်သွန်နီ၊ မျှည့်ညီမယုတ်၊ ပဲစိတ်နီရောရော၊ မတ်စီသာချိန်ဆ၍ လုပ်၊ ဇာလေးညှင်းအစုံ၊ ငါးစမုန်ဖော်ထုတ်၊ နှစ်မတ်စီဖန်မှန်အုပ်၊ တောင့်လုပ်ပြီးသေချာ၊ ကျင်ကြီးညီဖျော်ကာသွေး၊ သည်ဆေးနှင့် မျက်စဉ်းခပ်ပါ၊ ဆီးဝမ်းချုပ်ကြိတ်ရောဂါ၊ ဇောင်းဂေါနာပြေပျောက် လို့၊ သေမလောက်အပူဆိုင်၊ ဆေးတွေကနိုင်၊ သေမင်းမှ လက်ချမိုင် သည်၊ မြင်းစိန်တိုင် သံခဲပလေး။ ။

၁။ သတ္တဝါသဆေးကျမ်း စလေဦးပုည (ဟံသာဝတီ၊ ၈-၅၄)
စလေဦးပုညသည် ဗေဒင်၊ ဆေးကျမ်း၏ စာပေလင်္ကာကဗျာ တေးထပ် ပေါင်းများစွာကို ပြုစုဖော်ထုတ်ခဲ့သည်။ ဆေးကျမ်းနှင့်ပတ်သက်၍ တိရစ္ဆာန်ဆေးကုဖွယ်ရာ ဆင်၊ မြင်း၊ ကျွဲ၊ နွားများအတွက် ဖော်ထုတ် ပြုစုခဲ့သော်လည်း မြင်းဇောင်းဂေါရောဂါကု မျက်စဉ်းတေးထပ်တစ်ပုဒ် ကိုသာ တွေ့ရှိရခြင်းမှာ ကျွန်တော်၏အားနည်းချက် ဖြစ်ပါသည်။

ဆေးရင်းများ ၊ ၊

နံ့သာဖြူ၊ နံ့သာနီ၊ နနွင်းဥ၊ ကြက်သွန်နီ၊ ပရုတ်၊
ပဲစိတ်နီ၊ ငရုတ်ကောင်း၊ ပိတ်ချင်း၊ ချင်း ၄ ပဲသားစီ
ဇာတိပွိုလ်သီး၊ လေးညှင်း၊ စမုန်မျိုးငါးပါး ၈ ပဲသားစီ

ဆေးအလုံး ၊ ၊ အထက်ပါတို့ကို အညက်ကြိတ်၊ အတောင့်ပြု၊ ဆေးတောင့်ကို ကျင်ငယ်ရည်နှင့် ဆေးခတ်ပါ။

ရောဂါအညွှန်း ၊ မြင်းဇောင်းဂေါရောဂါ၊ မြင်းရိုက်ရောဂါ၊ မြင်းဆီးချုပ် ဝမ်းချုပ်၊ မြင်းအပူကြီး၍ အပူပြန်နေခြင်း။

ဇောင်းဂေါရောဂါအတွက် လိမ်းဆေးများ

(က) ဆေးအမှတ် (၁) ဇောင်းဂေါရိုက်နာလိမ်းဆေး။

ဝဿဝရောမြစ် ၁ ကျပ် ၈ ပဲ
ဒုတ္တာ၊ ပြဒါး ၁ မတ်စီ
ကွမ်းရွက် ၃ ရွက်
ဆေးစုကြိတ်ပါ။ ဖွဲမီးဖိုပေါ်တွင် နှမ်းဆီ ၁ ပိဿာနှင့်ချက်၊ ဇောင်းဂေါနာတွင် ကြက်တောင်နှင့် သုတ်လိမ်းပါ။

(ခ) ဆေးအမှတ် (၂) ဇောင်းဂေါရိုက်နာလိမ်းဆေး။

သယုန်မြစ်၊ လက်ပံခေါက်၊ ဒဟတ်သကိုင်းမြစ်၊ ရှားစောင်း လက်ပပ်မြစ်၊ ပုန်းရည်ဖတ်။

အညွှန်း ၊ ၊ အမျှစီ စုကြိတ်ပါ။ ဇောင်းဂေါရောင်နေသည့်နေရာကို ဆေးအုံ၊ ပုဆိုးနှင့် စည်းပါ။ အနာပျော့လာပြီး ပြည်ပေါက်စေချင် လျှင် ဆေးနှစ်ဆ၊ ထုံးတစ်ဆ ရော၍ အုံပါ။

အညွန့် ၊ ၊ ဆေးအမျှစိစု၊ အမွန်ကြိတ်၊ နှာမှတ်ပေးရမည်။

၁။ ရွှေတိုးဂါမံမြင်းကြန်အင်ရကန် (အပိုဒ်-၂၉)၊ မူရင်းသတ်ပုံအတိုင်း။

တခြား၊ မီးသွားထမီစဟု၊ ရသမျှစုရုံးဖော်၊ တံစူးဝါးကို၊ မှတ်သား
တသီး၊ ထင်းလုပ်ပြီး၍၊ မှိုင်းကြီးခံရသော်ကား။ ဖျော်ဖျော်စွဲရောဂါ၊
သွေးသံတိမ်းသည်၊ ခပ်သိမ်းသောမြင်းအနာကို၊ ချမ်းသာလိမ့်အမှန်၊
ဧကန် မဆုတ်ဆိုင်းသည်။ မှိုင်းမှိုင်းကျော်ထင်။ ။ မှိုင်းတွင်
အချုပ်တည့်လေး။ ။

မှိုင်းဆေးအမည်စု ၊

- ဝစ္ဆလေးပါး (လူဝစ္ဆ၊ ခွေးဝစ္ဆ၊ ဝက်ဝစ္ဆ၊ ကြောင်ဝစ္ဆ)
- ပိုက်ဆိုး (ငါးလုပ်သည့် ပိုက်အဟောင်း)
- ကွန်ဆိုး (ငါးဖမ်းသည့် ကွန်အဟောင်း)
- ခေါ (ခေါစာပစ်ရာတွင်ထည့်သည့်ဗန်း (သို့)
ငါးခြင်းငယ်
- သိုးဆိုး (သက္ကလပ်စောင်-သိုးမွေးဖြင့်ရက်သည်-
အစုတ်)
- လင်းလှပ် (လင်းတ၏လေကာတောင်)
- ကျွန်းပေါက် (ကျွန်းသားသစ်ပေါက်စ)
- ဝါစေ့
- လင်းနေ
- ကြောင်ပန်းရွက်
- ခွံသီလ (လှူဦးခေါင်းခွံ)
- ခုံညင်းဆံ
- မြေရေ (မြေရေလဲသည့်အခွံ)
- မီးသွားထမီ (မီးနေသည်ထဘီ)
- တံစူးဝါး (လူသေအလောင်းများ မြှုပ်နှံရာတွင်
သုံးသည့်ဝါး)

မှိုင်းခံပြုလုပ်ခြင်း ၊ ။ ယင်းဆေးအမည်များကို သင့်ရုံစု၊ တံစူးဝါးကို
ထင်းလုပ်လျက် မှိုင်းတိုက်ပေးရမည်။

ရောဂါအညွှန်း ၊ ။ မြင်းတို့တွင် ဖြစ်တတ်သည့် ခပ်သိမ်းသောအနာတို့
အတွက် ညွှန်းပါသည်။

သတိပြုရန် ၊ ။ မှိုင်းတိုက်သည့်အခါ မြင်း၏ခံနိုင်ရည်စွမ်းအားကို
ထောက်၍ မှိုင်းအနည်းအများ ချင့်ချိန်ရာသည်။ မှိုင်းတိုက်မှုကြောင့်
မြင်းနောက်လန်၍ လဲကျတတ်ခြင်း၊ သတိချွတ်ယွင်းခြင်းများ
ဖြစ်တတ်သည်။ ကာကွယ်သောအားဖြင့် သပြေရွက်၊ ကြောင်ပန်းရွက်
တို့ကို ထိပ်တွင်စည်းပေးထားရ၏။

မှိုင်းဆေး အမှတ် (၃)

ဆေးရင်း ၊ ။ ပိန္နဲရွက်၊ ရှိန်းခို၊ ကြက်သွန်နီ၊ မုရားကြီးရွက်၊ ခရမ်းစပ်။

အညွှန်း ၊ ။ ဆတူရော၍ကြိတ်။ အဝတ်မှာသုတ်ပြီး နေလှန်းပါ။
ခြောက်သော် မှိုင်းခံ ဇောင်းဂေါထွက်သည်။

မှိုင်းဆေး အမှတ် (၄)

ဆေးရင်း ၊ ။ ရှိန်းခိုကို ရေနွင့် ဖျော်၊ အဝတ်တွင် သုတ်၊ နေလှန်းပါ။
ခြောက်သော် မှိုင်းတိုက်ပါ။ ဇောင်းဂေါကျ၏။

ဇောင်းဂေါရောဂါ အာခေါင်မှ သွေးထုတ်ခြင်း

ဇောင်းဂေါရောဂါဖြစ်ပွားသည့်မြင်းသည် လျှာရင်းထူ၍ အဖု
အကျိတ်ပေါ်ပေါက်၍ သွေးခြေနာဖြစ်နေတတ်သည်။ ဆီးချုပ်၊
ဝမ်းချုပ်၊ ကိုယ်အပူရှိန်တက်၊ အစာမစားသည့်လက္ခဏာများ
ပြသနေရာတွင် ဆေးမတိုက်ဘဲ အာခေါင်ကိုစူးဖြင့်ထိုး၍ သွေး
ဖောက်ထုတ်ခြင်းဖြင့် ကုသနည်းဖြစ်ပါသည်။

ရောဂါအလိုက် သွေးဖောက်ကုသနည်းများ

(က)ဆီးချုပ်ခြင်း၊ ဝမ်းချုပ်ခြင်း ၊ ၊ ရင်အုံ၊ ဝမ်းပျဉ်းကို သွေးအနည်းငယ် ထွက်သည်အထိ စူးနှင့်ထိုးပါ။

(ခ)ဇောင်းဂေါကြီးကျ၍ ငိုက်နေခြင်း ၊ ၊ မှင်ထံတစ်လျှောက် ဦးခေါင်းသို့ တိုင်အောင် စူးနှင့်ထိုးပါ။

(ဂ)မြင်းခြေလက် နာနေခြင်း၊ တုပ်ဝပ်သကဲ့သို့ သွားလာခြင်း ၊ ၊ ကိုယ်လက်ခြေ လေးလံနေပါက ခြေလက်ကို စူးနှင့်ထိုးပါ။ တုပ်ဝပ်နေပါက ပခုံးနားကို စူးဖြင့်ထိုးပါ။

(ဃ) မြင်းအစာကောင်းကောင်းမစားသော် ၊ ၊ အာကို စူးနှင့်ထိုးရမည်။ သွားနှင့် ၅ မူး၊ ၃ မတ်ကွာ ထိုးရမည်။ အထက်မရောက်ရ။ သင်္ဘော ကြောင်းပေါ် သွေးကြောရှိသည်။ အလယ် သို့မဟုတ် ဘေးတစ်ဖက် တစ်ချက်ကို ထိုးရမည်။

(င)မြင်းလျှာထူ၍ လျှာပေါ်ညိုနေသော် ၊ ၊ လျှာအောက်ဘက် သွေးကြော ကန့်လန့်ဖြတ်ကို ထိုးရမည်။ လျှာကို ခေါက်၍ ကိုင်ပါ။ လျှာခေါက် နေ၍ စူးထိုးသည့်အခါ သွေးထွက်သည်။ လျှာဖြန့်လျှင် သွေးတိတ် ပါသည်။

(စ) စူးအရွယ်အစား ၊ ၊ အာကို ထိုးက စူးက စူးပြားအချွန်း။ ခြေလက်ထိုးက စူးက အချွန်းဖြစ်သည်။ စူးကို ငွေနှင့်ဖြစ်စေ၊ ကြေးနှင့်ဖြစ်စေ ပြုလုပ်ရ၏။ သံနှင့် မလုပ်ရပေ။

(ဆ)မြင်းစူးထိုးရန် သတိပြုရမည့်အချက် ၊ ၊ စူးထိုးမည့်နေရာကို ရေနှင့် စင်ကြယ်စွာဆေးပါ။ သံပရာသီးတစ်လုံး အနည်းငယ် ညှစ် သုတ်လိမ်းပါ။ စူးထိုးပြီးသည့်အခါ သွေးကို ညှစ်ထုတ်ပါ။ ရေဖြင့် စင်ကြယ်စွာ ဆေးပါ။ မြင်း၏ ကိုယ်လက်ခြေထောက်များကို ကောင်းစွာ နှိပ်ပေးပါ။

သွပ်ရောဂါကုသဆေး

သွပ်ရောဂါသည် မြင်းနှင့် နွား၊ ဆင်တို့တွင် ဖြစ်ပွားသည်။ မြန်မာ့ဆေးပညာတွင် သွပ်ရောဂါကို သွေးသွပ်၊ လေသွပ်၊ မန်းသွပ်၊ စီသွပ်၊ သွပ်ကျန်၊ သွပ်ကြပ်ပြင် ဟူ၍ (၆) မျိုး ခွဲထား၏။ အနောက်တိုင်းဆေးပညာအရ သွပ်ရောဂါကို ဆာရာ (Surra) ရောဂါဟု ဖွင့်ဆိုသည်။

မြန်မာ့ဆေးကုသနည်းများ

သွပ်ရောဂါကို တိုက်ဆေး၊ လိမ်းဆေး၊ မျက်စဉ်းဆေး စသည်ဖြင့် အဖုံဖုံကုသကြသည်။ အချို့ဆေးနည်းများသည် ရောဂါ အတွက် တိုက်ဆေးအပြင် လိမ်းဆေးအဖြစ်ပါ သုံးစွဲနိုင်သည်။

သွပ်ရောဂါ ဆေးအမှတ် (၁)

ဆေးရင်းလင်္ကာ^၁ ၊ ၊ သီရိဝါဟ၊ တွင်နာမဖြင့်၊ တာပဿကြီး၊ ဈုန်ယာဉ် စီးကို၊ စဲချီးထိမ်းမှတ်၊ ဆုံးခဲ့ဖြတ်သည်၊ ဆဋ္ဌအခန်း၊ ဆေးဒါန်းကို၊ ကျယ်ဝန်း နန်းဆီက ကောလိယ၊ ဇာတိဖလ၊ ကဒက္ခနှင့်၊ စိတြအဆီ၊ ငါးလီ စမုန်၊ လေဟုန်လှခွဲ၊ ပုလဲကြဇု၊ သုံးခုအစပ်၊ လျှပ်လျှပ်ပူပြင်း၊ လေညှင်း ပတဲကော၊ ဖာလာရော၍ သဘောညီမျှ၊ ဌာရသကို၊ မွေ့တိတ်တိတ်၊ ညက်အောင်ကြိတ်မှ၊ မဖိတ်မယို၊ ကောင်းစွာ သိုလော့။ ။

ဆေးရင်း ၊ ၊ ကာက္ကောလိယ (ကရဝေးရွက်)၊ ဇာတိဖလ (ဇာတိပွိုလ် သီး)၊ ကဒက္ခ (ပန်းနု)၊ စိတြ (ကန့်ချုပ်နီ)၊ စံဘီ (ပညာလင်္ကာ)၊ ငါးလီ စမုန် (စမုန်မျိုးငါးပါး)၊ ဆေးပုလဲ၊ ကြဇု၊ သုံးခုအစပ် (တြိကဋျာသုံးပါး- ချင်း၊ ပိတ်ချင်း၊ ငရုတ်ကောင်း)၊ လေညှင်း၊ ပတဲကော၊ ဖာလာဆေး (၁၈) ပါး ဖြစ်သည်။

၁။ မြင်းကြန်ဆေးစာ (ပေမူ) ရန်ကုန်တက္ကသိုလ်များဗဟိုစာကြည့်တိုက်။

ဆေးပြုလုပ်ခြင်း ၊ ၊ ဆေးအမျှ တစ်ကျပ်သားစီ စုပါ။ ညက်အောင် ကြိတ်၍ လေလုံသည့်ပုလင်းဖြင့် ထည့်ထားပါ။

ဆေးတိုက်ရန်အညွှန်း ၊ ၊ နံနက်၊ ည တစ်ကြိမ်စီ တိုက်ပါ။ ဆေးတစ်ခါ တိုက် ခဲ့ညင်းလုံးခန့်။

ရောဂါအညွှန်း ၊ ၊ တစ်ကိုယ်လုံးရောင်ရမ်းခြင်း၊ ခြေလက်မျက်နှာ ရောင်ရမ်းခြင်း၊ သွပ်ရောဂါအားလုံးအတွက်။

ဆေးနည်းပညာ ၊ ၊ တာပဿရသေ့ကြီးသည် ဈာန်ယာဉ်စီး၍ စကြဝဠာ တံတိုင်းမှ အဿဗေဒမြင်းကြန်လက္ခဏာနှင့် မြင်းဆေးနည်းများကို ယူဆောင်ခဲ့၍ မြင်းကြန်ဆေးစာကို နောင်လာနောက်သားတို့ မှတ်သားဖွယ်ထားခဲ့ကြောင်း ပြဆို၏။

သွပ်ရောဂါ ဆေးအမှတ် (၂)

ဆေးရင်းလင်္ကာ^၁ ၊ ၊ စမုန်မျိုးငါးပါး၊ ကြိတ်ဇူကသုံးပါး၊ ဇာတိပွိုလ်သီး၊ ဖာတိပွိုလ်ပွင့်၊ လေးညင်း၊ ပန်းနု၊ ပန်းမေ၊ ရှိန်းခို ၂ ကျပ်သား ၅ ပဲစီ။
ဇဝက်သား၊ ကန့်ချုပ်နီ၊ ငဖုံးဆေး၊ ဖာလာ၊ ကတ္တရသချေ၊ သစ်ကြံပိုး၊ ဆောင်းမေးခါး၊ ကန်မန်းမြစ်၊ စမုန်နက်၊ ကုက္ကို၊ ချင်းခြောက်၊ မဟာကာ၊ သက်ရင်းကြီး၊ သင်းဝင်ပေါက်ဖြူ၊ မနိဩ၊ သပြက်ကြီး၊ နမနီသံလျက်၊ လက်ထုတ်ကြီး၊ ဇင်ရွေးဖြူ၊ ဆူးခေါက် နက်၊ ထန်းလျက်၊ ကလောဆီ၊ ချေးဆီး၊ ပရုတ်၊ သိန္ဓော၊ ကြက်သွန် ဖြူ၊ ဒန့်သကူးနီ၊ ဒန့်သကူးဖြူ၊ စရို၊ အိပ်မွေ့သီး၊ ကန့်ကော်ဝတ်ဆံ၊ ကြာစေ့ဆီ ၅ ကျပ်သားစီ။

ဆေးပြုလုပ်ခြင်း ၊ ၊ ဆေးကို အညွှန်းအတိုင်းစု၊ အမှုန့်ညက်စွာ ထောင်းပါ။

ဆေးအချိန်အဆ ၊ ၊ ခုံညင်းလုံးခန့် တိုက်ပါ။

ရောဂါအညွှန်း ၊ ၊ သွေးသွပ်၊ လေသွပ်၊ သွပ်ကျန်၊ သွပ်ကြပ်ပြင် ရောဂါများကို ခုံညင်းလုံးခန့်တိုက်ပါ။ သွပ်ကြပ်ပြင်နေရာကို မဲနယ်၊ သံပရာရည်တို့ဖြင့် ရော၍လိမ်းပေးပါ။

ဆန်းစစ်ခြင်း ၊ ၊ ရည်ညွှန်းသည့်ဆေး (၄၅) ပါးသည် သွပ်ရောဂါကို ပျောက်ကင်းစေသည့်ဆေးဝါးအစုဖြစ်သည်။ ယင်းဆေးအမည်များ သည် အစွမ်းထက်သည့်ဆေးဝါး၊ ဂုဏ်သတ္တိများနှင့် ကိုက်ညီခြင်းရှိ ကြောင်းကို ဖွင့်ဆိုအပ်ပါသည်။

နွား၊ မြင်း သွပ်ရောဂါ ဆေးအမှတ် (၃)

ဆေးရင်း ၊ ၊ မန်ကျည်းမှည့်၊ ထန်းလျက်၊
ကြက်သွန်ဖြူ ၁၅ ကျပ်သားစီ
ခရမ်းစပ်သီး ၁၅ လုံး
ဒေါင့်ဆပ်ပြာသီး ၅ လုံး

ဖော်စပ်ပုံ ၊ ၊ ဆေးလေးပါးကို အညွှန်းအတိုင်းစုပါ။ ညက်စွာ ထောင်း၍ ဆေးမှုန့်ပြုထားပါ။

တိုက်ကျွေးနည်း ၊ ၊ ဆေးမှုန့် ၅ ကျပ်သားကို ဆန်ဆေးရည်နှင့် တိုက်ပါ။

သွပ်ရောဂါ ဆေးအမှတ် (၄)

ဆေးရင်း ၊ ၊ မန်ကျည်းမှည့်၊ ကြက်သွန်နီ၊
ဆား၊ ထန်းလျက် ၁၀ ကျပ်သားစီ
နွယ်ချို၊ နှမ်းစိမ်း ၅ ကျပ်သားစီ
ဘုမ္မရာဇာ၊ မုတ် ၂ ကျပ်ခွဲသားစီ

ဖော်စပ်တိုက်ကျွေးရန် ၊ ၊ ၎င်းဆေးကို ညက်စွာကြိတ်၊ နံနက်တိုင်း ခုံညင်းလုံးခန့် တိုက်ပါ။

၁။ ဦးဘသင်၏ လောကဟိတဂမ္ဘီရကျမ်း (မြန်မာပြည် ပုံနှိပ်တိုက်)။

မြတ်ခါးဘုမ္မရာဇာ၊ ငါးဖြာစမုန်မျိုး၊ သစ်ကြံပိုးမကွာ၊ စူဠာနယ၊
ဇာတိပွိုလ်ချေးသီး၊ ကလောသီးနှင့်၊ နန္ဒင်းပွင့်ကျောက်ချဉ်၊ တသွင်
ဆေးပုလဲ၊ မလွဲအညီ၊ နှစ်မတ်စီထည့်၊ ဖြည့်ညီလောင်းစွက်၊
စမုန်နက်မုတ်၊ ချိပ်ထုတ်ဆပ်ပြာ၊ လောင်းရာတခန်း၊ ကြောင်ပန်း
ဒေါင့်ဆပ်နှစ်ရပ်အတွက်၊ လက်တွင်မုန်းပြီး၊ နှစ်ဆုပ်စီသာ စွက်ပါ
လော့၊ ညက်စွာထောင်းကြိတ်၊ အန္တပိတ်၍၊ မဖိတ်မနွံ၊ မပြန့်မပွား၊
လုံစွာထားလော့၊ ဘေးများရောက်လာ၊ မြင်းမှာကပ်ထ၊ ဟူသမျှကို၊
တိုက်ကငြိမ်းပျောက်၊ ချက်ချင်းရောက်သည်၊ အံ့လောက်
ကွန်ခေါင်ချာ၊ ဆေးတကာတို့။ ။ ကုန္တာသိကြားလက်စွဲတည်း။ ။

ဆေးရင်း၊ ၊ ဩလဲ၊ နှပ်ချို၊ စရို၊ ကြက်သွန်ဖြူ၊ ကျီးအ၊ ငစိုင်ရင်၊
ငပြေရင်၊ ကတ္တရသချေ၊ ကန့်ချုပ်နီ၊ ငရုတ်ကောင်း၊ ဖုံးမသိန်၊
လက်ချား၊ ဆောင်းမေးခါး၊ မြက်ခါး၊ ဘုမ္မရာဇာ၊ စမုန်မျိုးငါးပါး၊
သစ်ကြံပိုး၊ စူဠာနယ၊ ဇာတိပွိုလ်၊ ချေးသီး၊ ကလောသီး၊ နန္ဒင်းပွင့်၊
ကျောက်ချဉ်၊ ဆေးပုလဲ၊ စမုန်နက်၊ မုတ်၊ ချိပ်ထုတ်ဆပ်ပြာ ၅
မူးသားစီ အမျှစုပါ။

ကြောင်ပန်းရွက်၊ ဒေါင့်ဆပ်ပြာရွက် လက်တွင်းတစ်ဆုပ်။

ဆေးဖော်စပ်ပုံ၊ ၊ ဆေးအမျှစု၊ ညက်စွာထောင်း၊ အမှုန့်ပြုပါ။ လေလုံ
အောင် မြေအိုးသစ်တွင် အန္တပိတ်၍ ထားပါ။

ရောဂါအညွှန်း၊ ၊ အဿအဇ္ဇာ၊ မြင်းရောဂါအားလုံးအတွက်
တိုက်ကျွေးရန်။

ဆေးအချိန်အာ၊ ၊ မြင်းအရွယ်အစားလိုက်၍ ဆေးကို တိုက်ရမည်။
ဒေါက် ၇ လက်မမြင့် ဆေး ၃ ကျပ်သား
ဒေါက် ၅ လက်မမြင့် ဆေး ၂ ကျပ် ၅ မူးသား
ဒေါက် ၃ လက်မမြင့် ဆေး ၂ ကျပ်သား

နွားကိုလည်း တိုက်နိုင်သည်။ တစ်ခါတိုက် ဆေး ၃ ကျပ်သား
တိုက်ရမည်။

ဆေးကို နေ့စဉ် တိုက်ကျွေးရန်မဟုတ်ပါ။ လိုအပ်သည့်အခါ
သုံးစွဲရန်ဖြစ်သည်။

မြင်း ဝဲရောဂါကုသဆေးများ

မြင်းဝဲရောဂါသည် မြန်မာတို့အခေါ်ဖြစ်သည်။ ဝဲပူ၊ ဝဲအေး
ရောဂါ နှစ်မျိုးခွဲသည်။ အရေပြားတွင်ဖြစ်သည်။ ယားနာ (ဝဲရောဂါ)
မဟုတ်ပါ။ ရောဂါသဏ္ဌာန်လက္ခဏာမှာ ရောဂါဝင်လျှင် အရူးထ
သကဲ့သို့ ဟိုကန်သည်ကန်၊ ဟိုတက်သည်တက် လုပ်တတ်သည်။
ဆီးချုပ်သည်။ လေချုပ်သည်။ တစ်ကိုယ်လုံးပူလာသည်။ အထူးသဖြင့်
လျှာနှင့်နားရွက်များ ပို၍ပူသည်။ တစ်ကိုယ်လုံး တုန်လာသည်။
ချမ်း၍တုန်တက်သည်။ လူတို့တွင် အပူလျှပ်ရောဂါတက်သည်နှင့်
တူပါသည်။ ဝဲအေးမှာ ကိုယ်လုံးမပူဘဲ လျှာနှင့်နားသာပူ၍
တက်တတ်သည့်ရောဂါ ဖြစ်သည်။

ဝဲရောဂါ (၆) ပါး ရှိသည်ဟူ၍ ခွဲခြားထားသည်။

(၁) ဝဲပူ၊ (၂) ဝဲအေး၊ (၃) ဝဲလောင်၊ (၄) ဝဲရူး၊ (၅) ဝဲငန်း၊
(၆) ဝဲယား တို့ဖြစ်သည်။

အနောက်တိုင်းဆေးပညာတွင် ဆီးချုပ်၊ လေချုပ်၍ ရပ်တည်
မနေနိုင်သည့် ကောလစ် (Colic) ခေါ်သည့် ဝမ်းဗိုက်လေဖောင်း
လေပြည့်ရောဂါနှင့် အသွင်သဏ္ဌာန်တူပါသည်။ သို့သော် ကောလစ်
(Colic) ရောဂါတွင် ကိုယ်ပူရှိန်တက်ခဲ့သည်။

မြင်း ဝဲပူ၊ ဝဲအေးရောဂါကု ဆေးအမှတ် (၁)

ဆေးရင်း၊ ၊ မြက်၊ သက်ငယ်မြစ် တစ်မြစ်ကို ပြာချပါ။ နန္ဒင်းစိမ်း
၂၅ ကျပ်သား ရောကြိတ်၊ ရေထည့်၍ စစ်ပါ။

ဆေးညွှန်း၊ ၊ ၎င်းဆေးကို တစ်ကိုယ်လုံးနဲ့အောင် လိမ်းပေးပါ။

မြင်း ဝဲပူ၊ ဝဲအေးရောဂါကု ဆေးအမှတ် (၂)

ဆေးရင်း ၊ ၊ မိဿလင်၊ ချင်းစိမ်း၊ ပိတ်ချင်း၊ ငရုတ်ကောင်း၊ ငရုတ်
မိုးမျှော် တစ်မတ်စီ စုပါ။

ဆေးညွှန်း၊ ၊ အပူလျှပ်လျှင် ကျင်ငယ်ရည်နှင့်ရော၍ မျက်စဉ်းခတ်
ပေးပါ။ ဝဲအေး၊ ဝဲပူ ဖြစ်လျှင် ဆီ၊ ဆားနှင့်ရော၍ လျှာကိုပွတ်ပေးပါ။

မြင်း ဝဲအေးရောဂါကု ဆေးအမှတ် (၃)

ဆေးရင်း ၊ ၊ ကြိတ်ဇွက်သုံးပါး၊ ကန့်၊ ဆေးဒန်း ၁ ကျပ်သားစီ အမျှစုပါ။

ဆေးညွှန်း၊ ၊ ဆေးစု၍ ညက်စွာကြိတ်၊ ရေနဲ့ ရောတိုက်ပါ။

မြင်း ဝဲအေးရောဂါကု ဆေးအမှတ် (၄)

ဆေးရင်း ၊ ၊ ကြိတ်ဇွက်သုံးပါး၊ စမုန်မျိုးငါးပါး၊ ဧကရာဇ်မြစ်၊
ကြောင်လျှာမြစ် ၁ ကျပ်သားစီ စုပါ။

ဆေးညွှန်း၊ ၊ အမှုန့်ပြုတိုက်ပါ။ ချွေးထွက်သော် ငှက်ပျောရည်နှင့်တိုက်
ပါ။ ဝဲပူကို ဇာတိပွိုလ်သီးတစ်လုံးသွေး၊ အရက် အနည်းငယ်ရော
တိုက်ပါ။

မြင်း ဝဲအေးရောဂါကု ဆေးအမှတ် (၅)

ဆေးရင်း ၊ ၊ ထနောင်းရွက် လက်တွင်းတစ်ဆုပ် ဆားနှင့် ကြိတ်တိုက်
ပါ။ ဝဲအေး ချွေးထွက်လွန်ပါက ဝါးစိမ်းရွက် လက်တစ်ဆစ်ပြာချ၍
တိုက်ပါ။

မြင်း ဝဲအေးရောဂါကု ဆေးအမှတ် (၆)

ဆေးရင်း ၊ ၊
စမုန်မျိုးငါးပါး၊ ဆေးပုလဲ၊ ပညာလင်္ကာ၊
ငဖုံးဆေး၊ ဆေးတစ်လုံး၊ ဆေးပဲစိမ်း၊

ချင်းခြောက်၊ အလိုကျူ၊ စမုန်နက်၊
နန္ဒင်းဥ၊ လက်ဖက်ပုပ်၊ ကျပ်ခိုး၊
ဆားလှော် ၁၀ ကျပ်သားစီ
မုတ်၊ ဘုမ္မရာဇာ ၅ ကျပ်သားစီ

ဆေးညွှန်း၊ ၊ အပူကြီးသော် ဆီးချုပ်၊ ဝမ်းချုပ်၊ ဝဲဖမ်းသော် ဆေး
၃ ကျပ်သားခန့် တိုက်ပါ။

ဝဲပူဖမ်းသော် မန်ကျည်းမုည့် ၅ ကျပ်သား၊ သနပ်ရွက်
၅ ကျပ်သား၊ ဆားလှော် ၅ ကျပ်သား၊ ကြက်သွန်နီ ၅ ကျပ်သား၊
ငှက်ပျောဖူး ၅ ကျပ်သား၊ ပုန်းရည် ၅ ကျပ်သားနှင့် ဖျော်တိုက်ပါ။

ဝဲလောင်၊ ဝဲပူကို ချင်း၊ မိုးမျှော်ငရုတ် ၅ ကျပ်သားစီနှင့်
မရိုးရွက် လက်တွင်းတစ်ဆုပ်၊ ဆားလှော် ၃ ကျပ်သားကို ဆေး
၃ ကျပ်သားနှင့် တိုက်ပါ။

မျက်စဉ်းဆေးများ

ဆေးရင်းလင်္ကာ ၊ ၊ အဿထိုရ်သိန္နဝ၊ ဘေးဘယရောက်လာ၊ မျက်စဉ်း
မြရာဇာ၊ မှတ်ပါလေမယွင်း၊ ကျီးကန်းတောင်ပြာကိုယူ၊ ဇင်ရွေးဖြူ
မီးလှော်လို့သွင်း၊ ငရုတ်ကောင်းလင်းနေပါ၊ ဘုမ္မရာဇာပိတ်ချင်း၊
ဆား ကျင်ငယ်လှော်ထမင်းနှင့် လေးညှင်းချင်းကြက်သွန်ဖြူ၊ မိဿလင်
လက်ဖက်ခေါင်းငယ်နှင့်၊ ဆေးမည်ပေါင်း တစ်ဆယ့်သုံးကျူ၊ ဝဲအေး
နှင့်ဝဲပူ၊ မြက်မယူ ရေမလှမ်းသည့်ပြင်၊ ဆီးဝမ်းချုပ် ဇောင်းဂေါ
ဂျိတ်ရောင်၊ ဝေးလွတ်လို့ရှောင်၊ မျက်သားတက်သွတ်ရောင်ကို၊
ကျီးကန်းတောင် မျက်စဉ်းတဲ့လေး။

ဆေးဓမ္မာ ၊ ၊ ကျီးကန်းတောင် (ပြာ)၊ ဇင်ရွေးဖြူ (လှော်)၊ လင်းနေ၊
ဘုမ္မရာဇာ၊ ပိတ်ချင်း၊ ဆား၊ ဆန်လှော်၊ လေးညှင်း၊ ချင်း၊ ကြက်သွန်ဖြူ၊
မိဿလင်၊ လက်ဖက်ခေါင်း။

သုံးစွဲရန်။ ၊ ၎င်းဆေးကို တစ်မတ်စီဖြစ်စေ၊ ငါးမူးစီဖြစ်စေ အမျှစုပါ။ ဆေးအတောင့်ပြုထားပါ။ မျက်စဉ်းခတ်သည့်အခါ ကျင်ငယ်ရည် နှင့်သွေးခတ်ပါ။

ရောဂါအညွှန်း။ ၊ မြင်းသွပ်ရောဂါအပြင် ဝဲအေး၊ ဝဲပူ၊ ဇောင်းဂေါရောဂါ၊ ဂျိတ်ရောဂါ၊ မျက်သားတက်ရောဂါတို့ ပျောက်ကင်းသည်။

မျက်စဉ်းဆေး နောက်တစ်နည်း

ဆေးရင်း။ ၊ ချေရေ (ပြာချ)၊ ကျီးတောင် (ပြာချ)၊
ဗျိုင်းတောင် (ပြာချ) ၁ ကျပ်သားစီ
ဇင်ရွေးဖြူ (မီးသင်း)၊ လေးညှင်း ၁ မတ်သားစီ

သုံးစွဲရန်အညွှန်း။ ၊ ၎င်းဆေးစုကို ညက်စွာကြိတ်၊ ငရုတ်ကောင်းခန့်လုံး၊ နေလှန်း၍ခြောက်လျှင် ပုလင်းထဲတွင် လေလုံစွာထားရမည်။ ရေနှင့်ရော မျက်စဉ်းခတ်ပါ။

မြင်း တိမ်သလ္လာမျက်စဉ်းဆေး

ရောဂါအညွှန်း။ ၊ သာမန်မျက်စိနာမဟုတ်။ ပိုးနဂါးကြောင့် မြင်း၏ မျက်စိတွင် တိမ်တွယ်လာသည်။ ရောဂါဖြစ်စတွင် မျက်လုံးအိမ်တွင် လှုပ်ရှားနေသည့် ပိုးနဂါးကောင်ကို မြင်ရသည်။ ရက်အတန် ကြာလျှင် ပိုးကောင် အလိုအလျောက်သေသွားပြီး မျက်စိပြာလျက် တိမ်စွဲလာကာ မြင်းမျက်စိကွယ်ရသည့်ရောဂါ ဖြစ်သည်။

မြန်မာ့ရိုးရာဆေးမှာ မျက်စဉ်းဆေးခတ်ပြီး ပိုးနဂါးအသေ သတ်သည်။ တိမ်ကို လွင့်စေသည်။ မျက်စိမြင်စေ၏။

အနောက်တိုင်းဆေးမှာမူ ပိုးနဂါးရောဂါမှာ (တလားဇီးယား) သန်ကောင်ကြောင့် ရောဂါဖြစ်ရခြင်းဖြစ်သည်။ မျက်လုံးကိုခွဲစိတ်၍ သန်ကောင်ကို ထုတ်ပစ်ရသည်။ ကယ်လိုမယ် (Calomal)၊ ပင်နီ

စလင် (Penicillin) စသည်ပါဝင်သည့်မျက်စဉ်းကို ခတ်ပေးသည့် ကုထုံးရှိသည်။

မြန်မာ့ရိုးရာတိုင်းရင်းဆေးပညာတွင် မျက်လုံးကို မခွဲမစိတ် ရဘဲ ပျောက်ကင်းစေသည့်ဆေးများရှိပါသည်။ လက်တွေ့လည်း အသုံးပြု အောင်မြင်ပျောက်ကင်းကြောင်း မှတ်တမ်းတင်နိုင် ပါသည်။

(က) ပိုးနဂါးမျက်စိရောဂါ မျက်စဉ်းဆေးအမှတ် (၁)

ဆေးရင်း။ ၊ ကတိုး ၄ ရွေး
ဖုံးမသိန် ၁ မူးသား
ကြက်သည်းခြေ ၁ ခု။

ဖော်စပ်ခြင်း။ ၊ ၎င်းဆေးသုံးပါးကို ပျားရည်နှင့်ရော၍ကြိတ်ပါ။

ဆေးပေးရန်။ ၊ နံနက်၊ ည တစ်နေ့ နှစ်ကြိမ် မျက်စဉ်းခတ်ပေးပါ။ (လယ်ကိုင်းမြို့၊ မြင်းဆေးဆရာကြီး ဦးပု၏ ပွဲတွေ့ဆေး။)

(ခ) ပိုးနဂါး မျက်စဉ်းဆေးအမှတ် (၂)

မြေပုံခရမ်းစပ် ပဉ္စငါးပါးကြိတ်၍ နေ့စဉ် နံနက် တစ်ကြိမ် ခတ်ပါ။

(ဂ) ပိုးနဂါး မျက်စဉ်းဆေးအမှတ် (၃)

ဆေးညွှန်း။ ၊ သရေညို လက်တစ်ဆစ်
ငရုတ်ကောင်း ၃ မတ်သား
ရှိန်းခို၊ ဖာတိပွိုလ်၊ လေးညှင်း ၁ မတ်သားစီ
ဇော်ဂျီဦးထုပ်၊ ငပြေရင်၊ ငစိုင့်ရင် ၂ ကျပ်သားစီ
တြိကဋျက်သုံးပါး၊ စမုန်မျိုးငါးပါး ၅ မူးသားစီ
ကန့်ချုပ်နီ ၁ ကျပ်သား

သုံးစွဲရန် ၊ ဆေးကို ညက်စွာကြိတ်၊ နံနက်/ည သင့်တင့်ရုံ ခတ်ပေးပါ။

(ဃ) နဂါးမျက်စဉ်း*

ဖော်စပ်ပုံ ၊ ဇာတိပွိုလ်၊ မိုးမွှော်ငရုတ်သီး၊ လေးညင်း၊ ရေသကျည်း၊ ရွက်၊ မိဿလင်၊ ပိတ်ချင်း၊ နနွင်း ၄ ပဲသားစီ။

ဆေးရုပ် ၊ ဆေးအားလုံး ကြိတ်ထောင်း အမှုန့်ပြုပါ။ ဆား သင့်ရုံ ထည့်။ ကျင်ငယ်ရေစွတ်၍ မျက်စဉ်းခတ်ပေးပါ။

ရောဂါအညွှန်း ၊ ဇောင်းဂေါဂိုတ်၊ မောပန်းခြင်း၊ မှိုင်း၊ မျက်ရည်ပူကျ အားလုံးကောင်း၏။

မြင်း ဆီးရောဂါကုထုံးများ

ဆီးရောဂါကုထုံးတွင် အချို့ဆေးဝါးများသည် မြင်းတွင် သာမက နွားအတွက်ပါ အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။

မြင်း ဆီးရောဂါဆေးအမှတ် (၁)

ဆေးရင်း ၊ ၄၀၀ ပျောသီး (ဖီးကြမ်း)မှည့်မှည့် (၂) လုံး အခွံခွာ၍ ရေတစ်ပိဿာနှင့် ကျက်အောင်ပြုတ်။ ပြုတ်အိုးချ၍ ရေနွေးပူပူ တွင် သကြားသင့်ရုံခတ်ပါ။ အေးသောအခါ တိုက်နိုင်သည်။ ဖရဲသီး ရည်၊ ကြံရည်၊ မန်ကျည်းသီးမှည့်ရည်တို့ဖြင့် ရောတိုက်နိုင်သည်။

သတိပြုရန် – ဆေးတိုက်ပြီး ရေချိုးပါ။

မြင်း ဆီးရောဂါဆေးအမှတ် (၂)

ဆေးရင်း ၊ ယမ်းစိမ်း ၂ ကျပ်သား
ကျောက်ချဉ်၊ ဇဝက်သာ၊ ကံ့ကူဆံ ၄ ပဲသားစီ
ထုံးခြောက် ၈ ပဲသား

ဆေးညွှန်း ၊ ဆီးချုပ်သည့်အခါ အမျှစုကြိတ်၍တိုက်ပါ။ လေချုပ်ပါက ဇဝက်သာကဲ၍ တိုက်ပါ။ သည်းခြေအပူများ၊ သလိပ်ဖွဲ့နေပါက အောက်ပါဆေးကို စွတ်တိုက်ပါ။

စမုန်မျိုးငါးပါး	၂ ပဲသားစီ
ပညာလင်္ကာ၊ ဆေးပုလဲ၊ နွယ်ချို	၄ ပဲသားစီ
နံ့သာဖြူ၊ နံ့သာနီ	၂ ကျပ်သားစီ
ဒန့်သကူးနီ	၅ မူးသား

တိုက်ကျွေးရန် ၊ ဆီးဆေးနှင့် ကွမ်းတစ်ယာညက်ခန့် ခြား၍ ဆေးအမှုန့်ပြု၍ ဆားသင့်ရုံထည့်တိုက်ပါ။

မြင်း ဆီးရောဂါဆေးအမှတ် (၃)

ဆေးရင်း ၊ ခဲသကြား ၁ မူးသား
ပဉ္စကာနီသီး ၁ မတ်သား
ထန်းလျက် ၅ ကျပ်သား

တိုက်ကျွေးရန် ၊ ဆေးလုံးကို ညက်စွာကြိတ်၊ တစ်ခွက်စာ ဖြစ်သည်။ ဆီးထဲ သွေးပါရောဂါကို တိုက်ရသည်။ ဆင်၊ နွားအတွက်ပါ သင့်၏။

မြင်း ဆီးရောဂါဆေးအမှတ် (၄)

ဆေးရင်း ၊ အစင်းမခန်း၊ ဘုမ္မရာဇာ၊ ချင်း၊ ဆား၊ ဖန်ခါးသီး၊ သံပရာသီး ၁ ကျပ်သားစီ။

သုံးစွဲရန် ၊ အမျှစု၊ အမှုန့်ကြိတ်ပါ။

အညွှန်း ၊ လျှာကိုပွတ်၊ မျက်စဉ်းခတ်၊ နှာကို မှုတ်၊ ဒွါရကို ပွတ်။ ဆီး၊ ဝမ်း သွားသည်။

မြင်း ဆီးရောဂါဆေးအမှတ် (၅)

ဆေးရင်း ၊ ၊ မဲဇလီရွက်၊ ရင်းဖျားပယ်၊ လက်တွင်းတစ်ဆုပ်။
ကြက်သွန်နီ ၂ ကျပ် ၈ ပဲသား
ထန်းလျက်၊ ဆား၊ ချင်း ၁ ပိဿာ

ဆေးညွှန်း ၊ ၊ ဆေးငါးပါးကို ညက်စွာကြိတ်၊ သင့်ရုံ ဆန်ဆေးရည် နှင့်တိုက်ပါ။

မြင်း ဆီးရောဂါဆေးအမှတ် (၆)

ဆေးရင်း ၊ ၊ မရိုးရွက် လက်တစ်ဆုပ်
ဆား၊ ကြက်သွန်နီ ၅ ကျပ်သားစီ
ငရုတ်သီး ၂ ကျပ်သား

အညွှန်း ၊ ၊ ညက်စွာထောင်းပြီးတိုက်ပါ။ ဆေးတစ်ခွက်စာ ဖြစ်သည်။

မြင်း ဆီးရောဂါဆေးအမှတ် (၇)

ဆေးရင်း ၊ ၊ ထန်းငယ်မြစ်၊ ငရုတ်မိုးမျှော်
ချင်း၊ ဇာတိပွိုလ်၊ စမုန်မျိုးငါးပါး ၁ ကျပ်သားစီ
စမုန်နက် ၅ ကျပ်သား

ဆေးညွှန်း ၊ ၊ ရော၍ အညက်ကြိတ်ပါ။ ကျင်ငယ်ရေနောက်သော်၊ အပူလျှပ်သော်၊ အပူကပ်သော်၊ အစာမကြေဝမ်းခိုင်သော်၊ ဆား ကျက်တက်ရည်နှင့် တိုက်ပါ။ ဝမ်းပျော့သော် ရေအေးနှင့်တိုက်ပါ။

မြင်း ဆီးရောဂါဆေးအမှတ် (၈)

ဆေးရင်း ၊ ၊ ဒေါင့်ဆပ်ပြာ၊ ကြိတ်မှန်ရွက် ၁၀ ကျပ်သားစီ
ဝက်ဝံသည်းခြေ၊ ကြွံသွေး၊

ကုလားနက်သွေး ၁ ပဲသားစီ
ကျောက်ချဉ် ၂ ကျပ်သား
ဇာတိပွိုလ်သီး ၁ ကျပ်သား
သိန္ဓော ၁၀ ကျပ်သား

ဆေးညွှန်း ၊ ၊ ၎င်းဆေးကို ညက်စွာကြိတ်။ ငရုတ်ကောင်းစေ့ခန့် လုံးထားပါ။။ နေလှန်း၍ ပုလင်းထဲတွင် လေလုံအောင်ထည့်ထားပါ။ ဆီးပူမိ၊ ဆီးနည်း၊ ဆီးချုပ် ဆေး ၁၀ လုံး တိုက်ပါ။ ဆီးထိပ်ဖမ်းသော် ဆေး ၁၀ လုံးကို သက်ရင်းကြီးမြစ်၊ ရေသကျည်းရွက် သတ္တုရည်နှင့် ရောတိုက်ပါ။ မျက်စဉ်းအဖြစ် ဆေး ၁ လုံး ခတ်ပါ။

ကျွဲ၊ နွား၊ မြင်း ဆီးချုပ်သော် ပေးရန်ဆေး

ဆေးရင်း ၊ ၊ ကြက်သွန်၊ ချင်း၊ ငရုတ်အူ ၇ လွှာစီ
လေးညှင်း ၇ ပွင့်
ပိတ်ချင်း၊ ကြက်ဟင်းခါးရွက် ၁ ကျပ်သားစီ

ဆေးညွှန်း ၊ ၊ ဤဆေး ၆ ပါးကို အညက်ကြိတ်၊ နံနက်/ည မျက်စဉ်း ခတ်ပါ။

ဆီးချုပ်သော် ပြုပြင်ပေးခြင်း

မြင်း၊ နွား အထီး ဆီးချုပ်သော်

ဆေးရင်း ၊ ၊

- (က) သိုပတ်အတွင်း ကြက်သွန်နီ တစ်ခြမ်းထည့်ပေးခြင်း၊
- (ခ) ငှက်ပျောပတ်နှင့် သိုချောင်းဝကို ပွတ်ဆွဲပေးခြင်း၊
- (ဂ) ကုလားမျက်စိအပင်နွယ်ကို ဝမ်းဗိုက်ပိုင်း၌ စည်းပေးခြင်းတို့ဖြင့် ကုသနိုင်သည်။

မြင်း၊ နွား အမ ဆီးချုပ်သော်

ဆေးရင်း ၊ ၊

(က) အမတန်ဆာအတွင်းသို့ သံပရာသီးတစ်ခြမ်းအား ဆား
အပြည့်သိပ်၍ ထည့်ပေးခြင်းဖြင့် ကုသရာသည်။

မြင်း ဝမ်းနှင့် ပတ်သက်သောဆေးများ

မြင်းတို့အား တိုက်ကျွေးသည့် ၁၂ ရာသီဆေး၊ ဥတုသုံးပါးဆေး၊
ရေလဲဆေးများတွင် ဝမ်းနုတ်ဆေးများပါရှိသည်ဖြစ်၍ ဝမ်းသွားစေ
သည့်ဆေးကို အထူးမဖော်ပြတော့ပါ။ နွားဆေးကုဆိုင်ရာ အခန်း
ကဏ္ဍတွင် ဆက်လက်ဖော်ပြမည့် ဝမ်းနှင့်ပတ်သက်သည့်ဆေးများ
သည်လည်း မြင်းကို တိုက်ကျွေးနိုင်ပါသည်။

ဝမ်းနုတ်ဆေးရိုးရိုး အမှတ် (၁)

ဆေးရင်း ၊ ၊	ဘုမ္မရာဇာ	၈ ပဲသား
	မုတ်ခါး	၁ ကျပ်သား
	ကြက်သွန်နီ	၁ ကျပ်သား
	ငရုတ်သီးခြောက်	၁ ကျပ်သား
	ပုစွန်ငါးပိ	၁ ကျပ်သား
	သိန္ဓော	၁ ကျပ်သား

ဆေးကျွေးရန် ၊ ၊ ညက်စွာကြိတ်၊ ကြက်ဥလုံးခန့် ကျွေးပါ။ မြင်း
အင်အားကောင်းက နှစ်ရက်ခန့် ဆက်ကျွေးပါ။ ဆေးတစ်ခါတိုက်
ဖြစ်သည်။ ဆေးတိုက်ပြီး မြင်းကို ရေမချိုးရပါ။

မြင်း ဝမ်းရောင်လျှင် ပေးရန်ဆေး

ဆေးရင်း ၊ ၊ ကြက်ဆူရိုင်းနီမြစ် (ရင်းဖျားပယ်)၊ မုန်ညင်းဆံ၊
ဘုမ္မရာဇာ၊ ပညာလင်္ကာ၊ ကန့်ချုပ်နီ၊ ရွှေတံတိုင်း၊ စမုန်နက်၊
တြိကဋ္ဌကသုံးပါး။

ဆေးကျွေးရန် ၊ ၊ သင့်ရာစု၊ ညက်စွာကြိတ် ရော၍တိုက်ပါ။
ဆေးတစ်ကြိမ် (တစ်နေ့) တိုက်ရမည်။

မြင်း ဝမ်းသွားနေပါက

မြင်းဝမ်းခေါင်းပန်းသည်အထိ သွားနေပါက တိုက်ရမည့်
ဆေးများမှာ -

ဆေးရင်း ၊ ၊	မြေဖြူမှုန့်	၂ ကျပ်သား
	ရှားစေးမှုန့်	၁ ကျပ်သား
	ဆေးခါးကြီးမှုန့်	၂ ကျပ်သား
	ရေအေးအေး	၅၀ ကျပ်သား
	မုတ်ခါး	၁ ကျပ်သား

အညွန့် ၊ ၊ မြင်းကြီးတွင် တစ်ခွက်စာဖြစ်သည်။ မြင်းလေးဆိုပါက
ချင့်၍ သင့်ရုံတိုက်ပါ။ တစ်နေ့ ၂ ခါ တိုက်ရမည်။ ဝမ်းရပ်လျှင်
ဆက်မတိုက်ရပါ။

ချောင်းဆိုးရောဂါဆိုင်ရာကုထုံးများ

ကျွဲ၊ နွား၊ မြင်း ချောင်းဆိုးရောဂါကို ကုသရာတွင် ဆေးနည်း
များ အတူတူပင် ဖြစ်ပါသည်။ ချောင်းဆိုးရောဂါသည် အအေးဖွဲ့
ခြင်းကြောင့်လည်းကောင်း၊ အပူမိခြင်းကြောင့်လည်းကောင်း၊
ဖုန်မှုန့်များကြောင့်လည်းကောင်း ဖြစ်တတ်သည်။

ချောင်းဆိုးရောဂါ ဆေးအမှတ် (၁)

ဆေးရင်း ၊ ၊	ဒေါင့်ဆပ်ပြာ	လက်တွင်းတစ်ဆုပ်
	သက်ငယ်ပြာ	လက်တွင်းတစ်ဆုပ်
	ထန်းလျက်	၁၀ ကျပ်သား

တိုက်ကျွေးခြင်း ၊ ၊ ဆေးကို အမျှစု၊ ညက်စွာကြိတ်၊ ရေနင့်
တိုက်ကျွေးပါ။ မြင်းဆေးအချိန် ၂ ကျပ်သား။ ကျွဲ၊ နွား ဆေးအချိန်
၃ ကျပ်သား။

ချောင်းဆိုးရောဂါ ဆေးအမှတ် (၂)

ဆေးရင်း ၊ ၊ စစ်ပင်ပျိုခေါက် ၁၀ ကျပ်သား
အမှုန့်ပြု၍ သံပရာရည် နှင့်စရနယ်ပါ။ ဖွဲနုနှင့်ရော၍ တိုက်ကျွေးပါ။

ချောင်းဆိုးရောဂါ ဆေးအမှတ် (၃)

ဆေးရင်း ၊ ၊ ပိတ်ချင်း၊ နွယ်ချို၊ ချင်းခြောက် ၁၂ ပဲသားစီ
မုရားကြီးရွက် ၄ ပဲသား

တိုက်ကျွေးခြင်း ၊ ၊ ဆေးကို အမှုန့်ပြု၊ ညက်ညက်ကြိတ်၊ ပျားရည်
၂ ဇွန်းနှင့် ရောတိုက်ပါ။ ဆေးတစ်ခွက်စာ ဖြစ်သည်။

ချောင်းဆိုးရောဂါ ဆေးအမှတ် (၄)

ဆေးရင်း ၊ ၊ ပရုတ် ၄ ပဲသား
ဇဝက်သာ၊ ယမ်းစိမ်း၊
နွယ်ချို၊ မရိုးခေါက်/မြစ် ၁၂ ပဲသား
နှမ်းကြပ် ၁ ကျပ် ၈ ပဲသား
ဆိုဒါ ၂ ပဲသား။

ဆေးညွှန်း ၊ ၊ ယင်းဆေးကို အမျှစု၊ အမှုန့်ပြု။ ဆေး ၂ ခွက်စာ
ဖြစ်သည်။

ချောင်းဆိုးရောဂါ ဆေးအမှတ် (၅)

ဆေးရင်း ၊ ၊ စမုန်ဖြူ ၁ ကျပ် ၈ ပဲသား
ချင်းစိမ်း ၁၂ ပဲသား

ကြက်သွန်နီ ၂ ကျပ် ၄ ပဲသား
ပရုတ် ၂ ပဲသား
ယင်းဆေးကို အမှုန့်ပြု၊ ဆေးတစ်ခွက်စာဖြစ်သည်။

ချောင်းဆိုးရောဂါ ဆေးအမှတ် (၆)

ဆေးရင်း ၊ ၊ ပိတ်ချင်း ၁၂ ပဲသား
မုရားကြီးရွက် ၄ ပဲသား
နွယ်ချို ၁၂ ပဲသား
ချင်းခြောက် ၁၂ ပဲသား

တိုက်ကျွေးခြင်း ၊ ၊ ၎င်းဆေးကို အမှုန့်ပြု၊ ပျားရည်နှင့် နံနက်/ည
တိုက်ပါ။ ဆေးတစ်ခွက်စာ ဖြစ်သည်။

အကြောနာ၊ အကြောသေလိမ်းဆေး

ဆေးရင်းလင်္ကာ* ၊ ၊ အကြင်နွားမြင်းတို့တွင် ကွပ်တွင်းတွင် တတွေ၊
အလွန်ပြင်းစွာ၊ စွဲရောဂါနှင့်၊ အနာရာတွင်ဖြစ်စေသည့်၊ အကြော
သေနှင့်၊ လက်ခြေဝင်တဘော်၊ အကြောတွန့်ထ၊ လည်ကျလည်ဝင်၊
လည်လျှင်လန်ခဲ့သော်၊ အရွက်သုံးပါး အမြစ်နှစ်ထွေ ဒေါ်လီမွေမှ၊
ခပ်လေငပိဆားနှင့်၊ မီးဖွားဖွားတိုက်၍လျှင်၊ ပုံးရည်နှင့်ဘက်၊ ရေ
မစွက်ဘဲ၊ သုံးခွက်တစ်ခွက်တင်တည့်၊ ယင်းကို နာလျှင် နာနာတိုက်၊
ထိုမှ တသီးမှိုင်းကြီးခံလိုက်၍၊ အပေါ်၌ နယ်ဆေးကား၊ သက်ငယ်
ကောက်ရိုး၊ စသည်မျိုးမှ၊ ပြာမျိုးဆေးရှစ်ပါးကို၊ နည်းမများအခန့်
တော်၊ မပြစ်မသွက်၊ အရက်ကောင်းနှင့်ဖျော်မှ၊ အဖတ်ကော်၍၊
ရသော်ကြပ်ထုပ်ပြု၊ အကြောပတ်ကုန်း၊ ကိုယ်လုံး၌ ဝ၏၊ သီးသီး

၁။ ရွှေတိုးဂါမံ မြင်းကြန်ရကန် (စာ-၁၇)။ အရွက်၊ အမြစ်၊ ပြာ မူရင်း
ဆေးစာအညွှန်းအတိုင်း။

နယ်၍ ကုလော့၊ ထဲတိုက်မှုဆေးတလှည့်၊ နယ်တုံစည်းတုံသာ၊ မချ
နေတိုင်း တည့်လေး။ ။

ရောဂါအညွှန်း၊ ၊ ကျွဲ၊ နွားထက် မြင်းကို ညွှန်းပါသည်။ အကြောနာ၊
လည်ပင်းလန်၊ လည်ပင်းနာ၊ ခြေလက်နာ။

ဆေးအညွှန်း၊ ၊ အရွက်သုံးပါး - တိမ်ညက်ရွက်၊ မန်ကျည်းရွက်၊
ကင်ပွန်းရွက်။
အမြစ်နှစ်ထွေ - ရဲယိုမြစ်၊ ကင်ပွန်းမြစ်။

ဆေးဖော်စပ်ရည်၊ ၊ အချိန်အဆ သင့်ရုံပြု၊ ငါးပိ၊ ဆား သင့်ရုံထည့်၊
အိုးတစ်လုံးတွင်ထည့်။ မီးဖွားဖွားပေါ်တင်၊ အဆက်မပြတ်မွေ
(ဒေါ်လီမွေ) ပေးပါ။ ရေအစား ပုန်းရည်ထည့်ပေးပါ။

တိုက်ကျွေးရန်၊ ၊ သုံးခွက်တစ်ခွက်တင်ကျိ၍ တိုက်ကျွေးရမည်။

လိမ်းဆေးအညွှန်း၊ ၊ ပြာမျိုးရှစ်ပါး - သက်ငယ်၊ ကောက်ရိုး၊ ဟင်းနု
နယ်၊ ညောင်ရွက်၊ ထုံး၊ ဒေါင့်
ဆပ်ပြာ၊ ကျပ်ခိုး၊ စမုန်နက်။

သုံးစွဲရန်၊ ၊ ဆေးပြာရှစ်မျိုးကို အရက်နှင့် သင့်ရုံဖျော်၊ ကြပ်ထုပ်
ထိုး လိမ်းပေးပါ။

အထွေထွေဆေးနည်းများ

မြင်းအိပ်ဆေး

အိပ်မွေ့သီး၊ သခွားသီးစေ့၊ စမုန်ငါးပါး၊ ဆားလှော် သင့်ရာစု၍
သေရက်နှင့် တိုက်ပါ။

မြင်းချွေးထွက်လွန်ဆေး

ပိန္နဲ၊ ပိတ်ချင်း၊ ဥသျှစ်ခေါက်၊ ပျဉ်းခေါက်တို့ကို ရေစိမ်ပြီး
ငရုတ်၊ ချင်း၊ ဆား၊ ကြက်သွန်စွက်၍ ဆေးအမျှသင့်ရာ စုတိုက်ပါ။

မြင်းသိုရောင်သွပ်လိုက်ဆေး

ဒဟတ်သကိုင်း၊ သရက်သီးမှည့်၊ သဖန်ခါး၊ ရင်းပြား၊ ဒန့်
သလွန်၊ ဆေးပုလဲ (အမြစ်)၊ ဝါရွက်၊ ငရုတ်၊ ကြက်သွန်၊ လေးညှင်း
တို့ကို အမျှစု၊ ကျင်ငယ်ရည်နှင့် တိုက်ပါ။

အပူရောဂါနှင့် ဆီးအတွက်မျက်စဉ်းဆေး

ကွမ်းရိုးခုနစ်ရိုး၊ ကြက်သွန်နီ ခုနစ်လွှာ၊ ငရုတ်ကောင်း ခုနစ်
စေ့၊ ပိတ်ချင်း ခုနစ်တောင့်၊ ငရုတ်အူ ခုနစ်အူ၊ ရှိန်းခို တစ်မူးသား၊
ထန်းလျက် သင့်ရုံထည့်ကြိတ်၍ မျက်စဉ်းခတ်ပါ။

တိမ်၊ မျက်သားတက်၊ မျက်စိပြာဆေး

ရေသကျည်း၊ ချင်းစိမ်း၊
ဆင်တုံးမနွယ်၊ မိဿလင် ၅ ကျပ်သားစီ
လေညှင်း ၁ မတ်သား
ငါးပိ ၃ ကျပ်သား
မြင်းပိန်လျှင် ပုန်းရည်နှင့် သင့်ရုံတိုက်ပါ။ မျက်စိပြာ၊ မျက်
အောင့်နာဖြစ်သော် ဆေးအတောင့်လုပ်ထား၍ သွေးခတ်ပါ။

မြင်းအရေပြားဝဲရောဂါ

မြင်းကပ်ပါးပိုး ဝဲရောဂါဖြစ်ပွားပါက ယားယံခြင်း၊ အမွေး
ကျွတ်ခြင်း၊ အရေပြားကွက်လာခြင်း၊ အရေပြားတွင် အနာဖြစ်ခြင်း
ဖြစ်ပေါ်လာသည်။ ပခုံး၊ လည်ပင်း၊ ဦးခေါင်းပိုင်း အရေပြားတို့တွင်
အဖြစ်များသည်။

ကုသနည်းများ၊ ၊ (က) ကန့်၊ လက်ချား ဆတူရော၍ အုန်းဆီနှင့်
သုတ်လိမ်းပေးပါ။

(ခ) တမာ၊ ထနောင်းခေါက်ကိုယူ၊ သတ္တုရည်
လိမ်းပေးပါ။

(ဂ) ပတ်ကော၊ နဂါးမြီးရွက် သတ္တုရည်တို့ကို
လိမ်းပေးပါ။

အိပ်ပျော်ဝမ်းမှန်ဆေး

ဆန်စိမ်း၊ ပဲကျက်၊ ဆင်သမန္တယ်အမှုန့်၊ အမျှစု၊ ထမင်း
တစ်စလောင်းတွင် ဖြူး၊ ဆားသင့်ရုံထည့်၍ တိုက်ကျွေးပါ။

မြင်းမသားမရလျှင် ပေးရန်ဆေး

ခရမ်းမြစ်၊ လက်ပံမြစ်ကို အမျှစု၊ ပြာချ၊ ပုန်းရည်နှင့်တိုက်ပါ။

မြင်းဝမ်းတွင်းတွင် မြင်းငယ်သေသော် ပေးရန်ဆေး

ဆေးရင်း၊	ကတိုး	၄ ရွေး
	စမုန်နက်	၂ ပဲသား
	စပါးကြီးသည်းခြေ	၁ ပဲသား
	ကြောင်လျှာသီး	၂ ပဲသား
	ရိုင်းခို	၂ ပဲသား

တိုက်ကျွေးနည်း။ ၊ ၎င်းဆေးငါးပါးကို ညက်စွာ ကြိတ်၊ ရေချမ်းနှင့်
တိုက်လေ သားထွက်၏။

မျက်စဉ်းဆေး။ ၊ မာလာမြစ်ကို ကျင်ငယ်ရည်နှင့် သွေး၍ခတ်ပါ။

သန်ချဆေးများ

မြင်းတွင် စွဲကပ်သည့် သန်ကောင်၊ နွားတွင် စွဲကပ်သည့်
သန်ကောင်တို့မှာ သန်လုံး၊ သန်ပြား၊ တွယ်ချိတ်ကောင်များဖြစ်
သော်လည်း သန်ကောင်အမျိုးအစားချင်း မတူညီပါ။ သို့သော်
သန်ချဆေးပေးမှုမှာ အတူတူပင်ဖြစ်ပါသည်။

ဆေးနည်း (၁)။ ၊ သန်သတ်ရွက်ထောင်း၍ တိုက်ပါ။

ဆေးနည်း (၂)။ ၊ သင်္ဘောမဲဇလီရွက်၊ ကုလားမန်ကျည်းရွက်၊ ကွမ်းရွက်
ဆတူအခြောက်လှန်း၍ ၂ ပိဿာယူပါ။ ဘုမ္မရာဇာ၊ ဆားပုတ်
၅ ကျပ်သားစီ ကဲ၍ ထန်းလျက်သင့်ရုံထည့်။ မြင်းတစ်ကောင်
တစ်လက်ခုပ် တစ်ကြိမ်တိုက်ပါ။ နွားတစ်ကောင် နှစ်လက်ခုပ်
တစ်ကြိမ်တိုက်ပါ။

ဆေးနည်း (၃)။ ၊ မြင်းငယ်၊ ကျွဲ၊ နွားငယ်များ သန်ထိုးလျှင် ကြက်ဥ
တစ်လုံး ဒုတ္တာပြာတစ်မတ်သားနှင့် ရောတိုက်ပါ။

ဆေးနည်း (၄)။ ၊ ကိုင်းမှို ၁၀ ကျပ်သား၊ ထန်းလျက် ၅ ကျပ်သား
ရောထောင်း၍ ရေနွင့်ဖျော်တိုက်ပါ။

မျက်စဉ်းဆေးများ

ဆေးနည်း (၁)။ ၊ ခရုဖင်ချွန်း မီးဖုတ်ပြာနုနုကလေးကို မျက်စဉ်းခတ်
ပေးပါ။ လိပ်ပြာစပ် တိမ်ပျောက်သည်။

ဆေးနည်း (၂)။ ၊ ရှားငုတ်မှိုကို သွေးပြီး ဘယ်ဘက်မျက်စိတိမ်ပေါ်၊
ညာဘက် ဦးချိုကို လိမ်းပါ။

ဆေးနည်း (၃)။ ၊ နနွင်းမှုန့်စစ်စစ်ကို ထိပ်ပေါ်တည့်တည့်မှုတ်ပါ။

ဆေးနည်း (၄)။ ၊ ရင်းတိုက်သားအမြစ် သွေး၍ တိမ်ပေါ်တွင် ခတ်ပါ။



အခန်း (၆)

ဆင်ရောဂါများအကြောင်း

ဆင်ဆေးကုအတတ်ပညာသမိုင်း

ဆင်နှင့်ပတ်သက်သော ဆေးကုထုံးသည် တိရစ္ဆာန်ဆေးကု ပညာရပ်၌ ၁၉၀၀ ပြည့်နှစ်အထိ သိပ္ပံနည်းကျဆေးပညာရပ်အဖြစ် ကျိုးကြောင်းလုံလောက်စွာ ရေးသားပြုစုနိုင်ခြင်းမရှိပေ။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် သိပ္ပံပညာထွန်းကား၍ အနောက်တိုင်း ဆေးပညာကိုပြုစုကြသော ပညာရှင်တို့၏ပတ်ဝန်းကျင်တွင် ‘ဆင်’ မရှိသောကြောင့်ဖြစ်သည်။ အာဖရိကဆင် ဆိုရာ၌လည်း အိမ်မွေးယဉ်ပါးအောင်မွေးမြူကြပြီး ခိုင်းစေခြင်းမဟုတ်ဘဲ ဆင်ကို သတ်ဖြတ်၍ အသားနှင့်အစွယ်အလို့ငှာ အသုံးချခြင်းကြောင့် ဆင်ဆေးကုအတတ်ပညာ မထွန်းကားခဲ့ပေ။

အိန္ဒိယ ဆင်ဆေးကုအတတ်ပညာနှင့် ဂဇသျှတ္တရတို့မှ ဆက်နွှယ်ခဲ့ရသော မြန်မာ့ဆင်ဆေးကုအတတ်ပညာသည် ပုဂံခေတ်ကပင် ရှိခဲ့ပါသည်။ ရွှေနန်း မင်းမှုထမ်းအဖွဲ့အစည်းတွင် ‘ဆင်ဆေးဆရာ’ ဟူသော ဘွဲ့တစ်ခုနှင့် ခိုင်ခိုင်မာမာ ရပ်တည်ခဲ့ပါသည်။

သို့သော် အရှေ့တောင်အာရှတစ်ခွင်တွင် လေးစားခဲ့ရသော ဆင် တပ်မတော်၊ မြန်မာ့ဆင်ဆေးကုအတတ်ပညာတို့သည် ထီးကျိုး စည်ပေါက် သူ့ကျွန်ဖြစ်ရသည့်နည်းတူ မှေးမှိန်ခဲ့ရသည်။

နိုင်ငံပိုင် အဖိုးတန်ကျွန်းသစ်များကို ဗြိတိသျှနယ်ချဲ့တို့ ထုတ်ယူရာတွင် ဆင်မှာ မရှိမဖြစ် လိုအပ်အသုံးဝင်လာသည်။ ထိုအခါ အဖိုးတန်ဆင်များ အလုပ်ကောင်းမွန်စွာလုပ်နိုင်ရေး၊ ကျန်းမာရေးတို့အတွက် ဆင်ရောဂါကုအတတ်ပညာနှင့် ရောဂါ ကုသရန်ဆေးဝါး အစရှိသည့်နည်းစနစ်များကို တတ်မြောက်ရန် လိုအပ်လာပါသည်။

ဆင်ရောဂါနှင့် ဆင်ဆေးကုဆိုင်ရာစာအုပ်များ အသီးသီး ရေးသားမှတ်တမ်းတင်ခြင်းဖြင့် ကမ္ဘာ့သိပ္ပံနည်းကျတိရစ္ဆာန် ဆေးကုကဏ္ဍတွင် ဆင်ဆေးကုအတတ်ပညာစာအုပ်အဖြစ် ၁၉၁၀ ပြည့်နှစ်တွင် မြန်မာနိုင်ငံတိရစ္ဆာန်ဆေးကုဌာနဝန်ထောက် ဒုတိယ ဗိုလ်မှူးကြီး G. HEVANS သည် ELEPHANTS AND THEIR DISEASES စာအုပ်ကို ရေးသားထုတ်ဝေခဲ့ပါသည်။

၎င်းဆင်နှင့် ဆင်ရောဂါများအကြောင်းစာအုပ်တွင် မြန်မာ့ ဆင်ဆေးကုပညာရပ်ကသာ လွှမ်းမိုးထားသည်ကို တွေ့ရှိရပါသည်။ မြန်မာဆေးဆရာများထံမှရသော ရောဂါအမည်များ၊ ဆေးဝါးများကို သိပ္ပံနည်းကျမရှိသေးသည့်အမည်များအတွက် မြန်မာဘာသာမှ တိုက်ရိုက်အသံလွှယ်စနစ်ဖြင့် ဖော်ပြပါသည်။ အချို့ဆေးဝါး အမည်များကို လက်သည်းကွင်းနှင့် မြန်မာစာနှင့်ပင် ရေးသား ဖော်ပြထားသေးသည်။ သို့သော် မြန်မာ့ဆင်ဆရာတို့ထံမှ မေးမြန်း စူးစမ်းလေ့လာ မှတ်တမ်းတင် သုတေသနပြု၍ရရှိသော ဆင် ရောဂါနှင့်ကုထုံးကို ရေးသားခဲ့လင့်ကစား မည်သည့်မြန်မာ ဆင် ဆရာ၊ ဆင်ဦးစီး၊ ဆင်ခေါင်းတို့ထံမှ မေးမြန်းမှတ်သားခဲ့ရသည်

ဟု တစ်လုံးတစ်ပါးမျှ မဖော်ပြခဲ့ပေ။ ၎င်းတို့နှင့်အကျိုးတူ ဘုံဘေ ဘားမား၊ ထရေးဒင်းကော်ပိုရေးရှင်း၊ စတီးဘရားသားကုမ္ပဏီတို့မှ မန်နေဂျာကြီးများ၊ အရာရှိကြီးများကိုသာ ကျေးဇူးတင်ကြောင်း အစဉ်တစိုက်ဖော်ပြခဲ့သည်။

စာရေးဆရာ ဖိုးကျော့၏ဆင်လုပ်သားစာအုပ်တွင် -

“ဆင်များအတွက် မြန်မာဆေးမြီးတို့စာအုပ်တစ်အုပ်ကို အင်္ဂလိပ်ခေတ်က သရက်မြို့ စာပုံနှိပ်တိုက်တစ်ခုမှ ထုတ်ဝေခဲ့သည်။ ထိုစာအုပ်နိဒါန်းတွင် ဒဘလယူ၊ အိတ်ချ်၊ မက္ကရားသခင်ကြီးအမိန့် ဖြင့် သရက်မြို့ ဘုံဘေဘားမားသူဌေး စာရေးကြီးဦးဘိုးဝင်းသည် အင်္ဂလိပ်မှ မြန်မာဘာသာပြန်ဆိုရေးသားသော အလွန်တရာ အသုံးဝင်သည့် ဆင်ရောဂါဆေးစာအုပ်ဟု စာအုပ်အဖွင့်တွင် ရေးထားသည်။ အင်္ဂလိပ်မှ မြန်မာဘာသာပြန်ဆိုရေးသားသော စာအုပ်ဆိုသော်လည်း အများဆုံးတွေ့ရသည်မှာ မြန်မာဆေးမြီးတို့ များဖြစ်သည်။”

ဟူ၍ ရေးသားဖော်ပြထားသည်ကို ဖတ်ရှုရကာ မြန်မာ့ဆေး ပညာကို အင်္ဂလိပ်တို့က ခိုးယူအသုံးပြုပြီးနောက် ယင်းရောဂါကု ပညာကို မြန်မာ့ဆေးမြီးတို့များဟု အထင်အမြင်သေးသိမ်စွာ ဆရာ ဖိုးကျော့မှ သုံးသပ်ထားခြင်းမှာ စာရေးသူ ဆရာဖိုးကျော့၏အမှား မဟုတ်ပေ။ နယ်ချဲ့ဗြိတိသျှစာရေးဆရာများ လူလည်လုပ်သွားခြင်းကို မစေ့ငမိ၍ဖြစ်ဟန်တူပါသည်။ ထို့အတူ WILLIAM, J.H ရေးသား သည့် ELEPHANT BILL (၁၉၅၀ ပြည့်နှစ်) စာအုပ်နှင့် BANDOO- LA (၁၉၅၃ ခုနှစ်) တို့သည်လည်းကောင်း၊ RICHARD CARRING- TON ရေးသားသည့် ELEPHANTS (၁၉၅၈ ခုနှစ်) စာအုပ်နှင့် CARL BURGER ရေးသားသည့် ALL ABOUT ELEPHANTS (၁၉၆၆ ခုနှစ်) တို့တွင် မြန်မာ့ဆင်သမားတို့၏အယူအဆ၊

အလေ့အထ လုပ်နည်းကိုင်နည်း ဆေးပညာရပ်တို့က ဩဇာ သက်ရောက် လွှမ်းမိုးနေခြင်းကိုကား ငြင်းကွယ်၍ မရနိုင်ပါပေ။ ကမ္ဘာကျော် ရစ်ချတ် ကယ်ရင်တမ်၏ ဆင်စာအုပ်သည် ရည်ညွှန်း စာအုပ်ပေါင်း ၂၃၃ အုပ်ကို မှီငြမ်းပြု ကိုးကားဖော်ပြရာ၌ ဆင်ရောဂါအတွက် မှီငြမ်းပြုစာအုပ်မှာ ဂေးလ်ခရစ်စ်နှင့် မြန်မာ့ ဆင်ဆေးကုအတတ်ပညာကို မွမ်းမံရေးသားထားသည့် အီဗန်၏ ဆင်ရောဂါအကြောင်းတို့သာလျှင် ရောဂါဆေးကုစာအုပ်များ ဖြစ်ပါ၍ မြန်မာတို့၏ ဆင်ဆေးကု အတတ်ပညာသည် ခေတ်မီ တိကျသော နည်းပညာတစ်ရပ်ဖြစ်ကြောင်းကို ယုံမှားဖွယ်ရာမရှိပါ။

ကမ္ဘာ့ဆင်ဆေးကုနည်းစာအုပ်အဖြစ် (၁၉၁၀ ပြည့်နှစ်တွင်) မစ္စတာအီဗန် ရေးခဲ့သည်။ ဆင်နှင့် ဆင်ရောဂါတို့အကြောင်း စာအုပ်တွင်ပါရှိသည့် ဆင်ရောဂါကုဆိုင်ရာဆေးဝါးများသည် မြန်မာ့ဆေးပညာကိုသာ အဓိကထား၍ဖော်ပြထားသည်။ ဒုတိယ ဗိုလ်မှူးကြီး ဂျီအိတ်ချ်အီဗန်သည် ယင်းဆေးပညာစာအုပ် ရေးသည့် အချိန်၌ မြန်မာနိုင်ငံ တိရစ္ဆာန်ဆေးကုဌာနတွင် ဝန်ထောက် (Superintendent Civil Veterinary Department) အဖြစ် တာဝန် ထမ်းဆောင်ဆဲကာလ ဖြစ်သည်။

အီဗန်၏ရေးသားတင်ပြပုံပါးနပ်မှု၊ အိန္ဒိယဆင်ဆေးကုထုံး များ၊ အနောက်တိုင်းဆေးပညာရပ်တို့ကို ပေါင်းစပ်တင်ပြထား သည်။ သို့သော် အရိုးကို အရွက်မဖုံးဆိုသည့်စကားရပ်အတိုင်း ဆင်ရောဂါများအကြောင်း အခန်း (၁၁) တွင် ဖော်ပြထားသည်မှာ ပျောက်ကွယ်တိမ်မြုပ်နေသည့် မြန်မာ့ဆင်ဆေးကုအတတ်ပညာ များသာ ဖြစ်သည်။ မြန်မာ့ဆေးဝါး၊ မြန်မာ့ရောဂါအခေါ်အဝေါ် တို့ကို အသံလွယ်စနစ်ဖြင့် ဖော်ပြခဲ့သည်။ သီးခြားဝေါဟာရအခေါ် အဝေါ်ကိုပင် မူလမရှိ၍ မတီထွင်နိုင်ခဲ့ပေ။

ဥပမာ- ဆင်သမားအခေါ်၊ ချွန်း (Chun)၊ ပဲချိတ် (Pai-Cheik)၊ ဦးစီး (Oo-Si)၊ ပဲစီး (Pai-Si)၊ ဆင်အုပ် (Sin-Ok)။

ဆေးဝါးအခေါ်၊ ဘန့်ပွေးခေါက် (bark of the bambwe)၊ ပေါက် နွယ် (Pauk Nwai) တို့ ဖြစ်သည်ကို အနည်းငယ်သာ ကောက်နုတ် တင်ပြအပ်ပါသည်။

၁၉၁၀ ပြည့်နှစ်၊ ဇွန်လတွင် ရန်ကုန်မြို့မှထုတ်ဝေသည့် G . H EVANS ၏ Elephant and their diseases စာအုပ်သည် ကမ္ဘာ ပေါ်တွင် ဆင်ရောဂါကုထုံးဆိုင်ရာ အပြည့်စုံဆုံး၊ အစောဆုံး ဖြစ်သည်။ ၎င်းစာအုပ်ပြုစုရာတွင် ရည်ညွှန်းကိုးကားသည့် ကျမ်းစာအုပ်ပေါင်း (၄၇) မျိုးကို ဖော်ပြရာ၌ ဆင်ရောဂါနှင့် ပတ်သက်၍ GACCHRIST ၏ TREATISE ON DISEASES OF THE ELEPHANT စာအုပ်နှင့် HAWKES ၏ DISEASES OF THE ELEPHANT AND CAMEL စာအုပ်နှစ်အုပ်ကိုသာ ကိုးကား ကြောင်း ဖော်ပြသည်။ ကျန်သည့်ဆေးနည်းနာနိဿယများမှာ မြန်မာဆင်ဆေးကုအတတ်ပညာသာ ဖြစ်သည်။

တစ်ဖန် ၁၉၄၅ ခုနှစ်၊ ဇန်နဝါရီလတွင် ဆင်းမလားမြို့မှ ထုတ်ဝေသော A.J. FERRIER ၏ The Care and the Management of Elephants in Burma စာအုပ်တွင်လည်း ၎င်းတို့နှင့် အကျိုးတူ၊ သစ်ကုမ္ပဏီ၊ မျက်နှာဖြူသခင်ကြီးများကိုသာ ကျေးဇူးတင်ကြောင်း ဖော်ပြသည်။ အေဂျေဖဲရယား၏ မြန်မာနိုင်ငံဆင်များကို ပြုစု စောင့်ရှောက်နည်းစာအုပ်ကို ရေးသားပြုစုစဉ်က မြန်မာနိုင်ငံ တိရစ္ဆာန်ဆေးကုဌာနတွင် တိရစ္ဆာန်ဆေးကုဝန်ထောက်အဖြစ် အမှု ထမ်းနေစဉ်ဖြစ်သည်။

ဂျီအိတ်ချ်အီဗန်နှင့် အေဂျေဖဲရယားတို့သည် မြန်မာ့ဆေးဝါး၊ ပညာရပ်တို့ကို အသံလွယ်စနစ်ဖြင့် ရေးသားဖော်ပြခဲ့ရသည့်

ကျေးဇူးတရားကိုမျှမထောက် မြန်မာဆင်ခေါင်း၊ ဆင်ဦးစီး၊ ဆင်ဆေးဆရာတစ်ဦးတလေကိုမျှ ကျေးဇူးစကားဖော်ပြရကောင်းမှန်း မသိကြချေ။*

ဆင်ရောဂါများအကျဉ်း

၁။ အားနည်းပိန်ချိုးရခြင်းအကြောင်းရင်းများ

အားနည်းပိန်ချိုးမှုသည် အကြောင်းအမျိုးမျိုးကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာသည်။ သို့ရာတွင် အလုပ်ပိုလုပ်ရမှု၊ အာဟာရညံ့ဖျင်းမှုနှင့် ရေမသန့်မှုကြောင့် လည်းကောင်း၊ သန်များ စွဲကပ်မှုကြောင့် လည်းကောင်း အများဆုံးဖြစ်ရလေသည်။

ဆင်များသည် အလုပ်လုပ်နေကျ အလုပ်ချိန်အတွင်းမှာပင် အလုပ်ကို ယခင်ကထက်ပို၍လုပ်ရခြင်း သို့မဟုတ် ကြာကြာလုပ်ရခြင်း စသည်တို့ကြောင့် ၎င်းတို့အတွက် အနားယူချိန်၊ အိပ်ချိန်နှင့် အစာစားရန်အတွက် အချိန်များ လျော့နည်းသွားပေသည်။

နွေရာသီကုန်ဆုံးချိန်တွင် အလုပ်ပင်ပန်းသော ဆင်များအဖို့ မကြာခဏ အစားအစာ မလုံလောက်မှု၊ အစာခြောက်သွေ့လာမှုနှင့် အာဟာရချို့တဲ့မှုတို့ကြောင့် ဖြစ်ရသည်။

၎င်းအပြင် သန်များစွဲကပ်နေသောဆင်များအဖို့ စားသမျှအစာ အာဟာရမဖြစ်တော့ပေ။ အနည်းဆုံး အားနည်းပိန်ချိုးနေသောဆင်အတွက် ကုသနည်းမှာ အရိပ်ကောင်း၍ ရေကောင်းရေသန့်ရသောနေရာများတွင် အနားယူစေခြင်း၊ အာဟာရပြည့်ဝသော အစာများကျွေး၍ ခံတွင်းမကောင်းပါက အားဆေးများကို ကျွေးမွေးပြီးအစာများကို စားချင်စဖွယ်ဖြစ်အောင် စီမံပေးသင့်သည်။ သန်များ အလွန်များပြားနေပါက သန်ချဆေးတိုက်ကျွေးသင့်သည်။

ပထမဦးဆုံး ရောဂါသဏ္ဌာန်လက္ခဏာပြသည်နှင့်တစ်ပြိုင်နက် ပိန်ချိုးမှုအတွက် ကုသမှုကို ချက်ချင်းစရန် အရေးကြီးပေသည်။ အကယ်၍ ဆင်ကို အားနည်းပိန်ချိုးခြင်းကြောင့် ပြသည့်သဏ္ဌာန်လက္ခဏာများ အလွန်ထင်ရှားစွာပြသသည့်အချိန်ရောက်သည်အထိ စောင့်ဆိုင်းနေမည်ဆိုပါက ပြန်လည်ကောင်းလာရန် ကြာရှည်မည့်အပြင် အခြားရောဂါများအသီးသီး ဝင်ရောက်နိုင်ပါသည်။

၂။ အဖျားရောဂါ

ကျန်းမာသောဆင်တစ်ကောင်၏အပူချိန်သည် ၉၇ ဒီဂရီ ၃ ဒီဂရီ ၃၀ ဖီဖာရင်ဟိုက် ရှိသည်။ သွေးခုန်နှုန်းမှာ တစ်မိနစ်လျှင် ၄၆ ကြိမ် ရှိသည်။ အသက်ရှူနှုန်းမှာ တစ်မိနစ်လျှင် ၁၅ ကြိမ် ရှိသည်။ ၄၈ နာရီကျော်သည်အထိ အပူချိန်မကျပါက တိရစ္ဆာန်သည် ရောဂါတစ်စုံတစ်ရာဖြစ်ပွားပြီဟု ယူဆရမည်။

အဖျားသည် ရောဂါတစ်ခုမဟုတ်ပါ။ ရောဂါအားလုံးနှင့် တွဲဖက်လျက်ရှိသော အနာဖြစ်ပါသည်။

ပြည်စုနာ ရောင်ရမ်းခြင်း စသည်တို့တွင် အဖျားရှိတတ်သည်။ အပူချိန်သည် မူလထက်ကျော်လွန်ကြောင်းတွေ့ရှိပါက ကူးစက်မှု သို့မဟုတ် ကိုယ်လက်အင်္ဂါအားလုံးနှင့်သက်ဆိုင်သော ရောဂါတစ်ခုခုဖြစ်ပြီဟု သံသယရှိသင့်ပြီး ကြိုတင်ကာကွယ်ကုသဆေးများ ထိုးနှံတိုက်ကျွေးရန် လိုအပ်ပါသည်။

၃။ ထောင့်သန်းရောဂါ

ထောင့်သန်းရောဂါသည် မိုးဦးကျစနှင့် မိုးကုန်ခါနီးတွင် အများဆုံးဖြစ်လေ့ရှိသည်။ သို့ရာတွင် တစ်နှစ်အတွင်း မည်သည့်အချိန်တွင်မဆို ပေါ်ပေါက်လေ့ရှိသည်။ တစ်ချိန်က ဆင်ပိုင်ရှင်များ အလွန်ကြောက်ရွံ့ခဲ့သော ရောဂါတစ်မျိုးဖြစ်ခဲ့သော်လည်း ယခု

* Evas. G. H. Elephant and their Diseases.

အချိန်တွင် နှစ်စဉ်ထောင့်သန်းရောဂါကာကွယ်ဆေး မှန်မှန်ထိုးပေးခြင်းဖြင့် ဤရောဂါ၏အန္တရာယ်မှာ နည်းပါးသွားသည်ကို တွေ့ရသည်။

ရောဂါကူးစက်ခြင်း၊ ၊ ရောဂါပိုးပါသော အစာရေစာများကို စားသောက်မိခြင်း၊ အသက်ရှူလမ်းကြောင်းမှ ရှူရှိုက်မိခြင်း၊ ထိခိုက်ဒဏ်ရာများမှ ရောဂါပိုးများ ဝင်ရောက်နိုင်ခြင်း စသည်ဖြင့် ကူးစက်ပါသည်။

သဏ္ဌာန်လက္ခဏာ၊ ၊ ရောဂါဖြစ်ပွားပုံသဏ္ဌာန်လက္ခဏာများမှာ ထွေပြားမှုမရှိသော်လည်း အောက်ပါအချက်များကို ထင်ရှားစွာ တွေ့မြင်နိုင်သည် -

ရုတ်တရက်ဖြစ်ပေါ်တတ်၍ ပြင်းထန်သည်။ တိရစ္ဆာန်သည် ထူးခြားသောအသွင်အပြင်များဖြစ်ပေါ်လာသည်။ အီဗန်က တစ်ကြိမ်မြင်ဖူးပါက မေ့ရက်နိုင်စရာမရှိပေဟု ရေးသားခဲ့သည်။

အပူရှိန်မြင့်မား၍ မကြာခဏ သွေးလေချောက်ချားမှုများ တွေ့လာရသည်။ ၎င်း၏သခင်ကိုပင် ရန်မူတတ်သည်။ အဆုံးစွန်၌ လဲကျသွားကာ မကြာမီပင် သေဆုံးသွားပေမည်။

အောက်ပါ ထူးခြားသောသဏ္ဌာန်လက္ခဏာများပါ ထပ်ဆင့် တွေ့ကောင်း တွေ့နိုင်ပါသေးသည် -

(က)ရုတ်တရက်ဖြစ်သောပုံစံ၊ ၊ ရုတ်တရက်ဖြစ်ပွားပါက တိရစ္ဆာန်သည် ဒယိမ်းဒယိုင်ဖြစ်၍ လဲကျသွားပြီး တိုတောင်းသောအချိန်မှာပင် အကြောဆွဲခြင်း၊ တက်ခြင်းတို့ဖြစ်ပြီး သေဆုံးသွားတတ်သည်။

(ခ)အဆုတ်တွင်ဖြစ်ပွားသောပုံစံ၊ ၊ အဆုတ်များတွင် ပြင်းထန်စွာ ကူးစက်ခံရမှုဖြစ်၍ လဲကျသွားပြီး တိုတောင်းသောအချိန်မှာပင် အကြောဆွဲခြင်း၊ တက်ခြင်းတို့ဖြစ်ပြီး သေဆုံးသွားတတ်သည်။

(ဂ) အူတွင်ဖြစ်ပွားသောပုံစံ၊ ၊ အူမကြီးပိုင်း လေပြည့်တတ်သော သဏ္ဌာန်များ၊ ဝမ်းသွားခြင်းများနှင့် မစင်တွင် သွေးရောင်စွန်းခြင်းများကို တွေ့ရသည်။

(ဃ) အရေပြားတွင် ဖြစ်ပေါ်သောပုံသဏ္ဌာန်၊ ၊ အပေါ်ယံအရေပြား အောက်တွင် လျင်မြန်စွာရောင်ရမ်းလာခြင်းများ များသောအားဖြင့် လည်ချောင်းပိုင်း၊ နားရွက်နောက်၊ ပခုံးများနောက်ပိုင်း၊ ဝမ်းဗိုက်ပိုင်း၊ စအိုကြားမှ လိင်တံအခွံကြားတို့တွင်လည်း တွေ့ရသည်။ ရောင်ရမ်းမှုများသည်လည်း ကောင်းစွာသိရှိနိုင်သည့်အပြင် အချို့မှာ ပျံ့နှံ့နေသည်ကို တွေ့နိုင်သည်။ ၎င်းတို့သည် ရှေးဦးစွာ မာပြီး ပူ၍နာကျင်ခြင်း၊ နောက်ပိုင်းတွင် အေးလာပြီး နာကျင်မှု မဲ့လာသည်။ များစွာသော ထောင့်သန်းရောဂါများတွင် အချို့သည် ကောင်းမွန်သွားသည်ကို တွေ့ရသည်။

အသေအပျောက်နှုန်းမှာ အလွန်မြင့်မားသည်။ ကူးစက်ရောဂါဖြစ်ပွားမှုတွင် နဂိုက အင်အားချည့်နဲ့နေသောဆင်များတွင် ပို၍ အဖြစ်မြန်၊ အသေမြန်သည်။

ကုသမှု၊ ၊ ကြိုးစား၍ ကုသရပါမည်။ သို့သော် မလွယ်ကူပါ။

ကြိုတင်ကာကွယ်မှု၊ ၊ အခြားတိရစ္ဆာန်များနှင့် ခွဲခြားထားခြင်း၊ ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းများကို ကြိုတင်၍ ဆောင်ရွက်ရသည်။

ထောင့်သန်းရောဂါကာကွယ်ဆေးထိုးပေးခြင်း

၁၉၃၅ ခုနှစ်လောက်ကတည်းက ထောင့်သန်းရောဂါ ကာကွယ်ရန် ဆင်များကို ဆေးထိုးနှံခြင်းများ နှစ်စဉ်ပြုလုပ်ခဲ့ကြသည်။ ဆေးထိုးခြင်းကို ပူသောရာသီတွင် ပြုလုပ်လေ့ရှိသည်။ အလုပ်ရာသီ ကုန်ဆုံးပြီးနောက် ၁၄ ရက်အကြာ သို့မဟုတ် ဆင်

အနားစခန်းသို့ရောက်ပြီးနောက် အနည်းဆုံး ၁၀ ရက် အနားပေးပြီးမှ ပြုလုပ်လေ့ရှိကြသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် မောပန်း၍ အားနည်းပိန်ချိုးသော တိရစ္ဆာန်များအတွက် မသင့်၍ဖြစ်သည်။ ပူသောရာသီတွင် စောစီးစွာ ဆေးထိုးနှံခြင်း၏ အကျိုးအမြတ်ကား အလုပ်ချိန်မထိခိုက်ခြင်းနှင့် ဖြစ်ပေါ်လာသော တုံ့ပြန်ပြောင်းလဲမှု မှန်သမျှတို့မှ သက်သာပျောက်ကင်းရန် လုံလောက်သောအချိန်ကာလကို မိုးမကျမီအတွင်း ရရှိခြင်းတို့ပင် ဖြစ်သည်။

၄။ ဆင်လည်ကျိတ်ရောဂါ

ဤရောဂါသည် မြန်မာပြည်ရှိ ကျွဲ၊ နွားတို့တွင်ဖြစ်ပွားတတ်သော်လည်း ဆင်များ၌ ဖြစ်ပွားမှု နည်းပါးပါသည်။ ရောဂါမှာ ထောင့်သန်းရောဂါနှင့် ယိုးမှားတတ်သည်။

သဏ္ဌာန်လက္ခဏာများ။ ၊ ရောဂါမှာ ပြင်းထန်စွာဖြစ်ပွား၍ ၁၂ နာရီအတွင်း သေဆုံးနိုင်လေသည်။ ရုတ်တရက် သေဆုံးသွားသော တိရစ္ဆာန်များတွင် အနည်းငယ်သာ ပြင်ပသဏ္ဌာန်လက္ခဏာများကို ပြသည်။

ရောဂါပိုးကို သွေးမှန်ယူ၍ ရှာဖွေတွေ့ရှိနိုင်မှသာ လည်ချောင်းရောဂါဟု ဆုံးဖြတ်နိုင်ပေမည်။

ကုသမှု။ ၊ အသွားအလာ နည်းပါသည်။ ပဋိဇီဝဆေးများ တိုက်ကျွေးခြင်းဖြင့် ကုသနိုင်သော်လည်း ထိရောက်မှုနည်းပါးပါသည်။ ၎င်းနှင့် အတူထားသောတိရစ္ဆာန်များကို ခွဲခြားထားခြင်း၊ အသေကောင်ကို သေချာစွာဖျက်ဆီးခြင်းဖြင့် ရောဂါကို ကူးစက်မှုမပြန့်ပွားအောင် ကာကွယ်ပြုလုပ်ရပါမည်။

၅။ ဆင်သွပ်ရောဂါ

ဆင်သွပ်ရောဂါသည် အဆုံးအရှုံးရှိသော ရောဂါဖြစ်သည်။ ထူးခြားမှုမှာ ပြတ်တောင်းပြတ်တောင်းဖျား၍ အစားအသောက် ကောင်းကောင်းမစားလင့်ကစား တဖြည်းဖြည်းပိန်ချိုးလာသည်။ တစ်ခါတစ်ရံ အစာကိုမစားဘဲ ငေးနေတတ်သည်။ သွပ်ခေါ်ရောင်ရမ်းမှုများမှာ ခန္ဓာကိုယ်၏သွယ်ရာအောက်ပိုင်းများတွင် ပေါ်ပေါက်တတ်သည်။ တိရစ္ဆာန်တစ်ကောင်မှတစ်ကောင်သို့ တရက်ပေခိုဆိုမားရောဂါပိုးကို သယ်ဆောင်လာသည့်ယင်များကိုခံရခြင်းကြောင့် ကူးစက်နိုင်သည်။ မိုးဥတုတွင် အများဆုံး ဖြစ်ပွားသည်။ သို့သော် နှစ်ပတ်လည်သည့်အထိ ရောဂါပေါ်ပေါက်နိုင်ပါသည်။

သဏ္ဌာန်လက္ခဏာ။ ၊ ပထမသဏ္ဌာန်မှာ အပူချိန်မြင့်ခြင်းဖြစ်သော်လည်း မသိရှိလိုက်နိုင်ချေ။ ရောဂါဖြစ်ပွားမှုအရှိန် မြင့်မားသည်နှင့်အမျှ တိရစ္ဆာန်သည် ယိမ်းယိုင်လာခြင်း၊ လေးကန်စွာ လှုပ်ရှားလာခြင်း၊ လွယ်ကူစွာမောပန်းလာတတ်ခြင်းကို တွေ့ရသည်။ မျက်လုံးများမှ မျက်ရည်များ အဆက်မပြတ်စီးဆင်း၍ အရေပြားများ ခြောက်သွေ့ကာ ကြမ်းတမ်းပါသည်။ အစာကောင်းကောင်းစားသော်လည်း လျင်မြန်စွာ အစားနည်းပါးလာသည်။ ကျင်ကြီးအရောင်မှာ ပြောင်းလဲလာသည်။ ဝမ်းချုပ်ခြင်း၊ ဝမ်းသွားခြင်းတို့မှာ အတော်အသင့်မှန်ကန်၍ ဆီးမှာ အနည်များလာသည်။ သွေးအတွင်း သွေးနီဥများကို ရောဂါပိုးက စားပစ်လိုက်ခြင်းကြောင့် သွေးအားနည်းလာသည်။ နှာမောင်းနှင့် မျက်ခွံအတွင်းသားများမှာ အရောင်ဖျော့လာပြီး အဖြူရောင်မှ

ညိုညစ်ညစ်အရောင်သို့ ပြောင်းလာသည်။ မျက်စိအတွင်း မျက်သား ပေါ်တွင် အနီစက်ပြောက်ကလေးများကို တွေ့ရတတ်သည်။ ရောဂါနှင့်ပတ်သက်သောအဖျားမှာ ပြတ်တောင်းပြတ်တောင်း ဖြစ်သည်။ အဖျားမှာ ရက်အနည်းငယ်မှ တစ်ပတ် သို့မဟုတ် ၎င်း ထက်ပိုများသည်။ အဖျား ရှောင်တခင်ဖြစ်လာချိန်တွင် အပူချိန်မှာ ၉၈ ဒီဂရီဖာရင်ဟိုက်မှ ၁၀၃ ဒီဂရီဖာရင်ဟိုက်အထိ ရှိတတ်သည်။ သွေးတွင် ရောဂါပိုးကို အပူချိန်တက်သည့်အတောအတွင်း အများဆုံးတွေ့ရသည်။ သွေးမှန်ယူလျက် အပူချိန်ကို နေ့စဉ်ယူ ပါ။ နေ့စဉ်အဖျားတိုင်းခြင်း၊ သွေးမှန်ယူခြင်းတို့ကို ပြုလုပ်ရမည်။ သွေးမှန်ကို ရောဂါပိုးတွေ့ရှိမှသာ သွပ်ရောဂါဟု ဆုံးဖြတ်ရမည်။ သွပ်ရောဂါဟူ၍ မဆုံးဖြတ်နိုင်သောကြောင့် ရုတ်တရက်သေဆုံး ခြင်းများရှိသည်။ သွပ်ရောဂါကြောင့် အပြင်အူတွင် ကပ်ပါးပိုးများ ကြောင့်လည်းကောင်း၊ အာရုံကြောများ ရှေ့ခံဖြစ်ခြင်းကြောင့် လည်းကောင်း၊ အထွေထွေအားနည်းမှုများကြောင့်လည်းကောင်း ရောင်ရမ်းမှုများရှိတတ်သည်။ ရောင်ရမ်းမှုအများဆုံးတွေ့ရသော နေရာမှာ အမြီးရင်း၊ လိင်တံအခွံ၊ ဝမ်းခေါင်း၊ ချိုင်း၊ လည်ချောင်း စသော ကိုယ်ခန္ဓာ၏အပေါ်မျက်နှာပြင်များတွင် တွေ့ရမည်။ မြန်မာတို့က သွပ်ရောဂါကို “သွပ်ပြင်” “သွပ်ပြေး” “သွပ်ကျောက် ပြင်း” ဟူ၍ ခွဲခြားထားသည်။ တစ်ခါတစ်ရံ “သွပ်ကြောင်း” ရောင်ရမ်းမှုလည်း အလိုလိုပြန်ဖြစ်တတ်သည်။ အနောက်တိုင်း ဆေးပညာတွင် သွပ်ရောဂါကို (Surra) ဟု ဖွင့်ဆိုသည်။

ကုသမှု ၊ ရောဂါကူးစက်သောဆင်များနှင့် သံသယရှိသောဆင် များကို ခွဲခြားထားသင့်သည်။ ကူးစက်သောအကောင်များနှင့် နီးစပ်သောအကောင်များကိုပါ စောင့်ကြည့်သင့်သည်။

၆။ အကြောတင်း၊ အကြောမျက်ရောဂါ

ဆင်များသည် ခြေထောက်အားကိုးသော တိရစ္ဆာန်များဖြစ် သော်လည်း တစ်ခါတစ်ရံ ၎င်းတို့ခန္ဓာကိုယ်အလေးချိန်ကိုမခံနိုင် သော မြေကိုနင်းမိသည့်အခါ၌လည်းကောင်း၊ ခြေချော်၍ သစ်တုံး ကျောက်တုံးများအကြားတွင် ညှပ်၍သော်လည်းကောင်း အကြော တင်း၊ အကြောမျက်ခြင်းများ ဖြစ်တတ်သည်။

သဏ္ဌာန်လက္ခဏာ ၊ ဖြစ်သောအပိုင်းတွင် ရောင်ခြင်း၊ နာကျင်ခြင်း ဖြစ်ပြီး လက်ဖြင့်စမ်းကြည့်လျှင် ပူသည်။ တစ်ခါတစ်ရံ အရေပြား များ ပေါက်ပြဲနေတတ်သည်။

ကုသနည်း ၊ ဆင်ကို ရပ်စေပြီး လက်ဖြင့်အစာကျွေးပါ။ ဆိုလိုသည် မှာ ဆင်အား သွားလာလှုပ်ရှားမှု နည်းပါးအောင် ထိန်းချုပ်ပေးခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ရေအေးအေးလောင်းပေးခြင်း သို့မဟုတ် ရေစီးသော ချောင်းတွင် ရပ်စေခြင်းပြုလုပ်ပေးပါက အနာအကျင့်၊ အရောင် လျော့သွားနိုင်သည်။

၇။ ဖက်ခွက်နာ

ကိုယ်အပေါ်ယံရှိ ပြည်တည်နာများဖြစ်ကာ တစ်ရှူးများ များပြားစွာ ပျက်စီးသည့်အခါ ဖြစ်တတ်သည်။ ကျန်းမာရေး ကျဆင်းနေသော တိရစ္ဆာန်တို့တွင် အများဆုံးဖြစ်သည်။

ပြည်တည်နာဖြစ်လေ့ဖြစ်ထရှိသော အကြောင်းရင်းများမှာ - ဦးခေါင်းပိုင်း၌ ကျွန်းတုံးများကို အောင်းခြင်းကြောင့်လည်း ကောင်း၊ ချွန်းဒဏ်ကြောင့်လည်းကောင်း ဖြစ်တတ်သည်။

အထွေထွေပိန်ချိုးမှု၊ ညစ်ပတ်သောအနာများနှင့် အမှတ် မထင် ကုတ်ခြစ်မှုတို့ကြောင့် နားရွက်တွင် များသောအားဖြင့် ဖြစ်တတ်သည်။

အမြီး၌ အမြီးဖျားမှ တဖြည်းဖြည်းအထက်သို့ ပြည်တည်နာ ဖြစ်သွားတတ်ပါသည်။ အမြီးတစ်ခုလုံး မပြန့်ပွားရန် အနာရှိ နေရာ ထက်မှ အရိုးဆစ်ကို ဖြတ်တောက်သင့်ပါသည်။ အမြီးရှိ ဖက်ခွက်နာကို ခူနာဟု အရပ်ခရေ့အရ ခေါ်ဝေါ်ပါသည်။ အမြီးမငြိမ်သက် မှုကြောင့် အမြီး၏တစ်စိတ်တစ်ဒေသသည် ကွာကျသွားတတ်ရာ ဖြတ်ပစ်ရုံမှတစ်ပါး အခြားကောင်းသော ကုသနည်းမရှိပါ။

တံတောင်နှင့် ခူးဆစ်များသည် မြေမာပေါ်၌ ကြာရှည်စွာ လဲလျောင်းနေခြင်းကြောင့် အနာဖြစ်တတ်ပါသည်။

ဂ။ နှင်းခူနာ

သန့်ရှင်းမှုနည်းပါးသဖြင့် အရေပြားယားယံမှု ဖြစ်ခြင်းကြောင့် လည်းကောင်း၊ အထွေထွေပိန်ချိုးခြင်းဖြင့် အရေပြားတွင်ရှိရမည့် အခံဓာတ်များ လျော့နည်းလာခြင်းကြောင့်လည်းကောင်း ဖြစ်ရ လေသည်။

သဏ္ဌာန်လက္ခဏာများ။ ၊ အရေပြားယားယံမှုကြောင့် ဆင်သည် ၎င်း၏ ကိုယ်ကို သစ်ပင်များဖြင့် ပွတ်တိုက်ခြင်းတွေ့ရမည်။ ကြမ်းသော ပစ္စည်းများဖြင့်လည်း ပွတ်တိုက်တတ်သည်။ စစ်ဆေးကြည့်သော အခါ အရေပြားသည် ပူနေပေလိမ့်မည်။ ဒုတိယအဆင့်တွင် အရည်ကြည်အဖုကလေးများ တွေ့ရသည်။

ဇ။ အူတွင် ပိတ်ဆို့မှု

အူထဲတွင် အစာများပေါင်းစုသည့်အတွက် ပိတ်ဆို့မှုဖြစ်ခြင်း ဖြစ်သည်။ ပူသောရာသီတွင် အများဆုံးဖြစ်ပေါ်သည်။ အစာများ ခြောက်သွေ့ခြင်းနှင့် လျော့စေသောဂုဏ်သတ္တိနည်းပါးမှုတို့ကြောင့် ဖြစ်သည်။

သဏ္ဌာန်လက္ခဏာများ။ ၊ တိရစ္ဆာန်သည် ၎င်း၏အစာမှ ကင်းဝေးရာ သို့ သွားခြင်း၊ ဝမ်းချုပ်ခြင်း၊ ဝမ်းဗိုက်သည် ဖောင်းလာ၍ အဆက် မပြတ် ဗိုက်နာခြင်းတို့ကြောင့် တိရစ္ဆာန်သည် အငြိမ်မနေခြင်း၊ တိရစ္ဆာန်သည် ဝပ်နေ၍ မကြာခဏသမ်းသည်ကို တွေ့ရသည်။ ဤအခြေအနေမှ လျင်မြန်စွာမသက်သာပါက ခဏချင်းပင် ဆိုးရွားလာကာ သေဆုံးနိုင်သည်။

၁၀။ လေချုပ်ရောဂါ

လေချုပ်ရောဂါသည် များသောအားဖြင့် မကြေညက်သော အစာများကြောင့် ဖြစ်ပွားရခြင်းဖြစ်သည်။ မိုးဦးကျစ မြက်များက တစ်ရှိုက်ထိုးထကြွရှင်သန်ချိန်၌ ဖြစ်တတ်သည်။

သဏ္ဌာန်လက္ခဏာများ။ ၊ တိရစ္ဆာန် အစာမစားချေ။ ငြိမ်သက်စွာ မနေပေ။ ရပ်နေသော အနေအထားသို့ ပြောင်းလဲမှုပြုသည်။ နာကျင်မှုသည် ပြတ်တောင်းပြတ်တောင်းဖြစ်ကာ ဆိုးဝါးလာသည်။ တိရစ္ဆာန်သည် ဝပ်လိုက် ထလိုက်ရှိလာသည်။ ရှေ့လက်များ ခွာစုတ်၍ အငြိမ်မနေနိုင်ပါ။ ဆီးချုပ်လျှင် ရောဂါပို၍ ဝေဒနာ ခံစားရသည်။

၁၁။ ဝမ်းချုပ်ခြင်း

ဝမ်းချုပ်ခြင်းသည် အစာခြောက်သွေ့မှုကြောင့်လည်းကောင်း၊ ဝမ်းချုပ်စေသော အစာများကို ထပ်တလဲလဲစားနေခြင်းကြောင့် လည်းကောင်း ဖြစ်သည်။

သဏ္ဌာန်လက္ခဏာများ။ ၊ မစင်များ ခြောက်သွေ့ခြင်း၊ ခက်ခဲစွာ ညှစ် ထုတ်ရခြင်း၊ မာကျော၍ အရောင်မည်းကာ အနံ့အသက်များ ဆိုးဝါး ခြင်းကို တွေ့မြင်ရသည်။

၁၂။ ဝမ်းသွားခြင်း

အရည်ရွှမ်းသောအစာများ၊ မိုးဦးကျဉ်းပေါက်လေ့ရှိသော မြက်နုများနှင့် နွယ်ပင်များကို အလွန်အမင်းစားခြင်းကြောင့် ဖြစ်သည်။

သဏ္ဌာန်လက္ခဏာများ။ ၊ ဝမ်းပျော့ပျော့သွားရာမှ အရည်အတိဖြစ်သော ဝမ်းများ မကြာခဏသွားသည်။ ကောလစ်ရောဂါကဲ့သို့ ဝမ်းဗိုက်နာကျင်ခြင်းမျိုး တွေ့ရှိရသည်။



အခန်း (၇)

မြန်မာ့ဆေးပညာ ဆင်ရောဂါကုထုံးများ

မြန်မာနိုင်ငံသမိုင်းအဆက်ဆက် အသုံးပြုခဲ့သော ဆင်များ၏ ကျန်းမာရေးအတွက် “ဆင်ဆေးဆရာ” ဟူသော ရာထူးဖြင့် သမားတော်များကို ခန့်ထားဆောင်ရွက်ကြကြောင်းကို ဖော်ပြခဲ့ပြီး ဖြစ်ပါသည်။ အင်းဝခေတ်နှောင်းနှင့် ကုန်းဘောင်ခေတ်တွင် ဆင်ဝန်ရာထူးများ ခန့်ထားလာပါသည်။ ဘိုးတော်ဘုရားလက်ထက် ဆင်ဝန်နှစ်ပါး ခန့်အပ်ပြီး ဓနက်ပလာဝန်၊ အောက်မားဝန် စသည့် ဝန်ကြီးဌာနအစုအဖွဲ့တွင် ဆင်ဆေးကုဆရာ ခန့်ထားခဲ့သည်။ ၁၈၈၅ ခုနှစ် နယ်ချဲ့လက်အောက်ရောက်ရပြီး ဗြိတိသျှအရင်းရှင် ကုမ္ပဏီများသည် တိုင်းပြည်အဖိုးတန်ရတနာသစ်များကို ကုပ်သွေးစုပ် ထုတ်ယူကြရာတွင် မြန်မာ့ဆင်များကို အသုံးပြုခဲ့ကြသည်။ ခေတ်အဆက်ဆက် သစ်လုပ်ငန်း၌အသုံးပြုသော ဆင်များ၏ ကျန်းမာရေးအတွက် ရှေးမြန်မာမင်းများလက်ထက် ဖော်စပ်အသုံးပြုခဲ့သော တိုင်းရင်းဆေးများဖြင့်သာ ကုသခဲ့ရသည်။ မြန်မာတို့၏ ဆေးပညာကျမ်း အစောင်စောင်တို့သည် သူ့ကျွန်ဖြစ်ရသည့် နည်းတူ စာပေယဉ်ကျေးမှုတို့ ပပျောက်ခဲ့ရသည်။ ဆင်သမားများ ကြားတွင် နှုတ်တက်ရွံ့ကျန်ရှိခဲ့သည့် ဆင်ဆေးကုဆေးနည်းများ

သည် ကျမ်းတစ်စောင် ပေတစ်ဖွဲ့ဖြင့် ကမ္ပည်းတင်မခံရဘဲ မြန်မာ့ဆေးမြီးတိုများအဖြစ်နှင့်သာ သိမ်ငယ်စွာ ရှိခဲ့ရသည်။

အလျဉ်းသင့်၍ ကုန်းဘောင်ခေတ် မြန်မာဆင်ဆေးဆရာတို့က ဆင်အတွက် ဆေးဝါးဖော်စပ်ရန် လွှတ်တော်သို့တင်ပြတောင်းခံသည့် ဆေးစာရင်းကို ဖော်ပြလိုပါသည်။

သက္ကရာဇ် ၁၂၄၄ ခုနှစ်၊ ဝါဆိုလဆန်း ၆ ရက် လွှတ်တော်လွှတ်တက်ဝန် လယ်ကိုင်းမြို့စား ကင်းဝန်မင်းကြီးနှင့် ဝန်ထောက်တောင်ခွင်မြို့စား၊ မင်းကြီးနှစ်ပါးထံ ဆင်ဝန်ထောက်၏တင်ပြချက်ဖြစ်ပါသည်။

**ကုန်းဘောင်ခေတ် ဆင်ဆေးကုရန် ဆေးအမည်စာရင်း
မောရိယ ပစ္စယ နာဂရာဇာ ဆင်မင်းကို ဘော်နောကျွေးမွေး
ကုသရန် ဆေးစာရင်း**

ဆင်မင်းဝန်ထောက် နေမျိုးမင်းထင်ရာဇာက မောရိယ ပစ္စယ နာဂရာဇာဆင်မင်း မုန်ယိုလအခါသည် ဖြစ်ပါ၍ မုန်တုံ၊ မုန်ကြေဆေး၊ ၁၂ ရာသီဆေး၊ ဥတုသုံးပါးဆေး၊ နှုတ်မြိန်ဆေး၊ ဆေးမျိုးစုံ၊ ဘော်နောကျွေးရန် ဆေးနှင့်ဖက်တိုက်ရန်အရည်မျိုး၊ နေ့စဉ်ဆေးနှင့် ဖက်ကျွေးမွေးရန် မန်ကျည်း၊ ထန်းလျက်။

လစဉ်သုံးစာဟောင်း ရေခဲတံမြက်စည်းများကို နှစ်စဉ်ပေးမြဲအတိုင်း အလျင်ပေးမှ အန္တရာယ်ကင်းမည်ဖြစ်ပါသောကြောင့် ဝယ်ခြမ်းရာ ကုန်ဖိုးငွေ ၁၇၀၅ များကို ထုတ်ပေးပါမည့်အကြောင်း စာရင်းတင်ပေးလျှောက်ထားရှိသည့်အတိုင်း မောရိယပစ္စယနာဂရာဇာဆင်မင်း မုန်ယိုသည့်အခါ ကျွေးမွေးကုသရန်၊ ဆေးမျက်စဉ်၊ စာဟောင်းရေခဲ တံမြက်စည်းဖိုးငွေ ၁၇၀၅ များကို လွှတ်တော်သုံးငွေက ထုတ်ပေးဝယ်ခြမ်း ဘော်နောကျွေးမွေးကုသစေသည်။

စာရင်းဆက်သွင်းသည့် အမိန့်တော်မြတ်ကို နာခံရမည့် အတွင်းဝန်မင်းတို့ . . .

ကလျာနီမြစ်၊ ပြိဿသနီမြစ်၊ ရသေ့မြစ်၊ တွင်းနက်မြစ်၊ သရက်ရင်းပပန်မြစ်၊ ဆီးပင်မြစ်၊ တွင်းနက်ငယ်မြစ်၊ မင်းမူးစေ့၊ ဆေးပုလဲ၊ ပညာလင်္ကာ၊ ဝက်ခေါက်အသီး၊ ဝက်သခေါက်အခေါက်၊ ရေမျောသီး၊ ကောက်ရန်ပန်းမြစ်၊ မုန်တိုင်းစု၊ ဆေးရွှေမြစ်၊ ပန်းရင်း၊ ပန်းလဲ၊ ဆေးသူငယ်ချက်၊ ကြာဖြူမြစ်၊ ကျည်းဖြူခေါက်၊ စူလာနဖာ၊ နွားစဥတ်၊ ကျွဲတိန်ညင်၊ ကျားမုတ်ဆိတ်၊ ပုဏ္ဏားမုတ်ဆိတ်၊ ဆင်ပိတ်ချင်းသီး၊ ကညင်ခေါက်၊ ကြာရင်းခေါက်၊ ကြာစွယ်၊ စန္ဒကူးဖြူနီ၊ နီပဆေးမြစ်၊ မြင်းခေါင်းနာယောင်၊ ဖလံတောင်ဝေး၊ ဆေးစံပယ်မြစ်၊ အိပ်မွေ့မြစ်၊ ဇော်ဂျီဦးထုပ်၊ ကရဝေးရွက်၊ ကရဝေးသီး၊ တောင်သလဲမြစ်၊ မုန်မြစ်၊ သစ်စေး၊ ဖာလာမျိုးငါးပါး၊ စမုန်မျိုးငါးပါး၊ ပိတ်ချင်းသီး၊ ပိတ်ချင်းမြစ်၊ ကုဿရမူလီ၊ အနုနဲ့ခေါက်၊ သရက်ပပန်မြစ်၊ စမုံနက်၊ အင်တိုင်းဆေးမြစ်၊ ခွေတူဝက်တူရိုး၊ ဖြူ ဖြူချေး၊ ဝံဖိုသည်းခြေ၊ ဆူးပန်းတောင်းမြစ်၊ သိကြားရေစင်မြစ်၊ မှန်မုန်သဲမြစ်၊ ရှဉ့်မတက်ကြီးမြစ်၊ ရှဉ့်မတက်ငယ်မြစ်၊ ပန်းပေါင်းစုံမြစ်၊ ကင်ပလင်းမြစ်၊ သံပရာမြစ်၊ နွားစဥတ်မြစ်၊ စနောင်းစန္ဒြေမြစ်၊ သစ်ဆွဲလဲမြစ်၊ ငှေ့ရွှေမြစ်၊ ကွန့်ကျော်မြစ်၊ စတုခါးမြစ်၊ ဘန့်ဘွေးခေါက်မြစ်၊ ကြောင်လျှာခေါက်၊ မိချောင်းသည်းခြေ၊ ကြောင်နံ့သာသို၊ သိုးသို၊ စပါးကြီးသည်းခြေ၊ ပယင်းနက်၊ သစ်တောက်နက်၊ ကတိုးစစ်၊ အရက်၊ သုံးပန်းလှမြစ်။

၎င်းတိုင်းရင်းဆေးအပြင် သင်္ဘောပရဆေးအဖြစ် တင်သွင်းရန် ဆေးစာရင်းကို တစ်ဖက်ပါအတိုင်း ဆက်လက်ဖော်ပြပါသည်။ အိန္ဒိယနိုင်ငံမှဆေးဝါးများ တင်ပို့ကူးသန်းရောင်းဝယ်ခြင်းရှိပါသည်။

ဇာတိပွိုလ်သီး၊ ဇာတိပွိုလ်ပွင့်၊ လေးညှင်း၊ ပရုတ်၊ သိန္ဓော
မှန်ရောင်၊ ကျောက်ချဉ်၊ ဇဝက်သား၊ လက်ချား၊ ရှိန်းခို၊ ဖုံးမသိန်၊
မုတ်မှန်ရောင်၊ ငရုတ်ကောင်း၊ သင်္ဘောပွေးကိုင်း၊ သင်္ဘောနွယ်ချို၊
သင်္ဘောချင်းခြောက်၊ သင်္ဘောသစ်ကြံပိုး၊ သင်္ဘောကြစု၊ သင်္ဘော
ဗန္ဓု၊ ပင်လယ်ရေမြုပ်၊ ဒုတ္တာ၊ ဆေးဒန်း၊ ကန့်၊ ဟင်းရိုင်း၊ သင်္ဘော
ရှားစေး၊ သံခါနက်၊ ကုလားနက်ဆေး၊ ကုံကူဆီနိတ်၊ ကုံကုမံ၊
အမဲတက်၊ သနထော်။

ယင်းဆေးများအပြင် ရှောက်သီး၊ သံပရာသီး၊ အုန်းသီး၊
ကြံချောင်း၊ ဆား၊ ကြက်သွန်ဖြူ၊ မန်ကျည်သီးမှည့်၊ ထန်းလျက်
တို့လည်း ပါဝင်ပါသည်။

အဆိုပါ ဆင်မင်းဝန်ထောက်မှ လွှတ်တော်သို့ မှာကြားသည့်
ဆင်ဆေးကုအတတ်ပညာဆိုင်ရာ ပရဆေးများ၏အကြောင်းကို
ရန်ကုန်မြို့၊ အမျိုးသားစာကြည့်တိုက် ပေမူ (၂၂၁) တွင် မောရိယ
ပစ္စယ နာဂရာဇာဆင်မင်းသို့ ကျွေးရန်ဆေးဟူ၍ ပုရပိုက်တစ်ဆူကို
ဖတ်ရှုလေ့လာရပါသည်။ ယင်းဆေးအမည်စုများမှာ ကုန်းဘောင်
ခေတ်နှောင်းတွင် မှတ်တမ်းတင်ခဲ့သော ဆေးများဖြစ်လင့်ကစား
နှစ်ပေါင်းများစွာကပင် ရွှေနန်းတက်သုံးဆေးဝါးများဖြစ်သည်ဟု
ယူဆရပါသည်။ ယနေ့ သိပ္ပံခေတ်၏အသုံးပြုနေသည့် ဆေးဝါးများ
နှင့် တန်းတူရည်တူ ခေတ်မီယှဉ်၍ အသုံးပြုနိုင်သည်ကို တွေ့ရ
ပါသည်။ သို့ဖြစ်၍ မြန်မာတိုင်းရင်း ဆင်ဆေးကုပညာရပ်သည်
ကမ္ဘာပေါ်တွင် အဆင့်မြင့်မြင့် ရပ်တည်ခဲ့သည်ကို ငြင်းပယ်နိုင်ရန်
အကြောင်းမရှိပေ။

ကိုလိုနီခေတ် နိုင်ငံခြားပိုင် သစ်ကုမ္ပဏီများသည် အဆိုပါ
ဆေးနည်းများကို တိုက်ရိုက်သော်လည်းကောင်း၊ ချဲ့ထွင်၍သော်
လည်းကောင်း၊ ခေတ်မီနည်းစနစ်ဖြင့် ဖော်စပ်၍သော်လည်း
ကောင်း အသုံးပြုခဲ့ရသည်။ မြန်မာ့ဆင်ဆေးကုအတတ်ပညာသည်

ယင်းအချိန် နှစ်များ (၁၈၀၀ မှ ၁၉၀၀) ပြည့်နှစ်အထိ
ရာစုခေတ်တစ်ခေတ်ခန့် ကမ္ဘာ့ဆင်ဆေးကုပညာရပ်အဖြစ်
အတော်ကြာကြာ လက်သုံးဖြစ်ခဲ့ရပါသည်။

ကမ္ဘာ့ဆင်ဆေးကုနည်းစာအုပ်အဖြစ် ၁၉၁၀ ပြည့်နှစ်တွင်
မစ္စတာအီဗန် ရေးသားခဲ့သည့် ဆင်နှင့်ဆင်ရောဂါတို့၏အကြောင်း
စာအုပ်တွင် ဆင်ရောဂါကုထုံးများကို မြန်မာ့ဆေးပညာကုထုံးများ
ဖြင့်သာ အဓိကထား ဖော်ပြရေးသားခဲ့သည်။ ရေးသားတင်ပြပုံ
ပါးနပ်မှု၊ အိန္ဒိယဆင်ဆေးကုထုံးများနှင့် ပေါင်းစပ်ထားခြင်း၊
အနောက်တိုင်းဆေးပညာတို့ဖြင့် အခြေခံ၍ ရေးသားထားသည်ကို
လေ့လာတွေ့ရှိရပါသည်။ သို့ဖြစ်၍ ဆင်ရောဂါများအကြောင်း
အစတွင် ဖော်ပြခဲ့သည့်အတိုင်း ပျောက်ကွယ်တိမ်မြုပ်နေသည့်
မြန်မာ့ဆင်ဆေးကု ဆေးနည်းအချို့ကို ဖော်ပြပြုစုထားပါသည်။

၁၉၁၀ ပြည့်နှစ်၊ ဇွန်လတွင် ရန်ကုန်မြို့မှထုတ်ဝေသည့် G.H.
EVANS ၏ ELEPHANTS AND THEIR DISEASES စာအုပ်သည်
ကမ္ဘာပေါ် တွင် ဆင်ရောဂါကုထုံးဆိုင်ရာ အပြည့်စုံဆုံး၊ အစောဆုံး
စာအုပ် ဖြစ်သည်။ ၎င်းစာအုပ်ပြုစုရာတွင် ရည်ညွှန်းကိုးကားသည့်
ကျမ်းစာအုပ်ပေါင်း ၄၇ မျိုး ဖော်ပြခဲ့ရာတွင် ဆင်ရောဂါနှင့်
ပတ်သက်၍ GILCHRIST ၏ "TREATISE ON DISEASES OF
THE ELEPHANT, 1851" စာအုပ်နှင့် HAWKES ၏ "DISEASES
OF THE ELEPHANT AND CAMEL" စာအုပ်နှစ်အုပ်ကိုသာ
ကိုးကားကြောင်း ဖော်ပြထားပါသည်။

တစ်ဖန် ၁၉၄၅ ခုနှစ်၊ ဇန်နဝါရီလတွင် ဆင်းမလားမြို့မှ
ထုတ်ဝေသော A.J, FERRIER ၏ "THE CARE AND MANAGE-
MENT OF ELEPHANTS IN BURMA" စာအုပ်တွင်လည်း
၎င်းတို့နှင့်အကျိုးတူ သစ်ကုမ္ပဏီမန်နေဂျာကြီးများကိုသာ ကျေးဇူး
တင်ကြောင်း၊ ၎င်းတို့ထံမှ မေးမြန်းနှီးနှောကိုးကားချက်များဟူ၍

ရှေးနည်းအတူဖော်ပြပြီး မြန်မာ့ဆေးဝါး အခေါ်အဝေါ်များကို မြန်မာ့စကားလုံး အသံလှယ်စနစ်သုံးစွဲ၍ ဖော်ပြခဲ့သည်ကိုမှ မထောက်၊ မြန်မာ့ဆင်ခေါင်း၊ ဆင်ဦးစီး၊ ဆင်ဆေးဆရာတစ်ဦး တလေကိုမှ ကျေးဇူးတင်ကြောင်း ဖော်ပြမသွားခဲ့ပေ။

ဆင်ရောဂါကုထုံးဆေးဝါးများ

ခံတွင်းနှင့် ပတ်သက်သည့်ဆေးများ

(က) ခံတွင်းလိုက်ဆေးဖော်စပ်ပုံ ၊ ၊

- | | | |
|----------------------------------|----|---------|
| ၁။ သန်လျက်ကြီးမြစ် (လောက်သေရွက်) | ၁၀ | ကျပ်သား |
| ၂။ သစ်ကြံပိုးခေါက် | ၁၀ | ကျပ်သား |
| ၃။ ခင်ပုပ်မြစ် | ၁၀ | ကျပ်သား |
| ၄။ နွယ်ချို | ၁၀ | ကျပ်သား |
| ၅။ စမုန်နက် | ၁၀ | ကျပ်သား |
| ၆။ ငရုတ်ကောင်း | ၁၅ | ကျပ်သား |
| ၇။ ဇာတိပွိုလ်သီး | ၁ | မူးသား |
| ၈။ ဇာတိပွိုလ်ပွင့် | ၁ | မူးသား |
| ၉။ သင်္ဘောချင်းခြောက် | ၁ | မူးသား |
| ၁၀။ ပရုတ် | ၁ | မူးသား |
| ၁၁။ ဖုံးမသိန် | ၁ | မူးသား |
| ၁၂။ ကန့်အိတ်မြစ် | ၁ | မူးသား |
| ၁၃။ တောဝက်ရိုး | ၁၀ | ပဲသား |
| ၁၄။ ဖြူအူ | ၁၀ | ပဲသား |
| ၁၅။ အုန်းသီး (အရည်+အဆံ) | ၂ | လုံး |

ဆေးချိန်နှင့်ကျွေးရည်း၊ ၊ အမြစ်၊ အခေါက် ဆေးမည်များကို ကြေညက်စွာ ထောင်းပြီး သမအောင်မွှေပါ။ ဆင်တစ်ကောင် တစ်နေ့ ခွံညင်းလုံးခန့် ကျွေးပါ။

အသက်အကန့်အသတ်၊ ၊ မရှိပါ။

ဆေးညွှန်း၊ ၊ ခွာဆီလိုက်ပြီး သာမန်အားဖြင့် ကျန်းမာပြီး ပိန်၍ အစာရွေးသော ဆင်များကို ကျွေးသည်။

အားဆေးများ

အားဆေးအမှတ် (၁)

ဖော်စပ်ပုံ ၊ ၊ ၁။ စိန် ရွေးလေးစေ့တစ်ရွေး
၂။ ချင်းမှုန့် ၁၂ ပဲသား
၃။ ဆော်ဒါမှုန့် ၁၂ ပဲသား

အလေးချိန်နှင့်ကျွေးရည်း၊ ၊ စိန်ကို အမှုန့်ပြုလုပ်၍ သမအောင်ရောစပ်ပါ။ တစ်ကြိမ်ကျွေးရန်အတွက်သာ ဖြစ်သည်။

အသက်အကန့်အသတ်၊ ၊ မရှိပါ။

ဆေးညွှန်း၊ ၊ သက်ကြီးဆင်များ၊ ခြေကျသောအလုပ်ဆင်များ၊ ပိန်သောဆင်များအား ကျွေးသင့်သည်။

အားဆေးအမှတ် (၂)

ဖော်စပ်ပုံ ၊ ၊ ၁။ ဆေးပုလဲ ၁၂ ပဲသား
၂။ စမုန်စပါး ၁၂ ပဲသား
၃။ ငရုတ်ကောင်း ၆ ပဲသား
၄။ ဆားပုပ် ၁၁ ကျပ်သား

ဆေးချိန်နှင့်ကျွေးရည်း၊ ၊ ဆေးကို သမအောင်ရောလျက် မန်ကျည်းသီးမှည့်တွင် ဌာပနာ၍ နံနက်၊ ည နှစ်ကြိမ်ကျွေးပါ။ ဖော်စပ်သည့် ဆေးမှာ တစ်ကြိမ်ကျွေးရန်အတွက်ဖြစ်သည်။

အသက်အကန့်အသတ်၊ ၊ မရှိပါ။

ဆေးညွှန်း၊ ၊ အသက်ကြီးဆင်များ၊ ခြေကျသောအလုပ်ဆင်များ၊
ပိန်သောဆင်များအား ကျွေးသည်။

အားဆေးအမှတ် (၃)

ဖော်စပ်ပုံ ၊ ၊ ၁။ ဇာတိပွိုလ်သီး ၁၀ ကျပ်သား
၂။ လေးညှင်း ၁၀ ကျပ်သား
၃။ ရှိန်းခို ၁၀ ကျပ်သား
၄။ ကစော့ပုပ်မြစ် ၁၀ ကျပ်သား
၅။ ကြံကုဋုတ်သုံးပါး ၃၀ ကျပ်သား
(တစ်မျိုး ၁၀ ကျပ်သားစီ)
၆။ မန်ကျည်းခေါက် ၁၀ ကျပ်သား
၇။ ကနခိုစေ့ ၁၀ ကျပ်သား
၈။ ဘုမ္မရာဇာ ၁၀ ကျပ်သား

ဆေးချိန်နှင့် ကျွေးရည်း၊ ၊ ဤဆေးအားလုံးကို သမအောင်ပြုပြီး
ဆေးသား ၁၀ ကျပ်သားလျှင် မုတ်ခါး ၃ ကျပ်သားရော၍ ဆန်
အရက်ကောင်းကောင်းဖြင့် တေပြီး တစ်နေ့တစ်ကြိမ် ကွမ်းသီးလုံး
ခန့် ကျွေးပါ။

အသက်အကန့်အသတ်၊ ၊ မရှိပါ။

ဆေးညွှန်း၊ ၊ သက်ကြီးဆင်များ၊ ခြေကျသောအလုပ်ဆင်များ၊
ပိန်သောဆင်များအား ကျွေးသည်။

အားဆေးအမှတ် (၄)

ဖော်စပ်ပုံ ၊ ၊ ၁။ ဇရစ်ခေါင်း ၁ ပိဿာ
၂။ ဆင်တုံးမနွယ် ၁ ပိဿာ
၃။ ငှက်ခေါက် ၁ ပိဿာ

၄။ သက်ရင်းကြီးခေါက် ၁ ပိဿာ
၅။ ကျွန်းခေါက် ၁ ပိဿာ
၆။ ကြက်သွန်နီ ၁ ပိဿာ
၇။ နာနတ်ခေါင်း ၁ ပိဿာ
၈။ မန်ကျည်းမှည့် ၁ ပိဿာ
၉။ ထန်းလျက် ၁ ပိဿာ
၁၀။ ဆား ၁ ပိဿာ
၁၁။ အုန်းသီး (အရည်+အဆံ) ၂ လုံး

ဆေးချိန်နှင့် ကျွေးရည်း၊ ၊ အားလုံးကို အမှုန့်ပြု၍ သမအောင်ရောပါ။
တစ်နေ့တစ်ကြိမ် ခိုးလုံးခန့် နေ့စဉ်ကျွေးပါ။

အသက်အကန့်အသတ်၊ ၊ မရှိပါ။

ဆေးညွှန်း၊ ၊ အသက်ကြီးဆင်များ၊ ခြေကျသောအလုပ်ဆင်များကို
ကျွေးပါ။

လေးပါးဆေး

ဖော်စပ်ပုံ ၊ ၊ ဆင်မြင်းကျွဲနွား၊ ဆေးလေးပါး

ကြိတ်ထားတောင်းတိုက်ကြ။

ဆင်မြင်းနာလဲ ဆင်ကိုကဲ၊ ကျွဲနွားတို့တူပ။

၁။ ဆင်တုံးမနွယ် ၁ ပိဿာ
၂။ မြင်းစင်္ဂနီ ၁ ပိဿာ
၃။ ကျွဲနွားခေါင်း ၁ ပိဿာ
၄။ နွားမြေရင်း ၁ ပိဿာ

ဆေးချိန်နှင့် ကျွေးရည်း၊ ၊ အားလုံးကို ညက်အောင်ပြု၊ ဆင်အတွက်
ဆိုပါက ဆင်တုံးမနွယ် တစ်ပိဿာကထည့်၍ တစ်နေ့နှစ်ကြိမ်
ခိုးလုံး သုံးလုံးခန့် ကျွေးပါ။

ဆေးညွှန်း၊ ၊ အစားအသောက်ပျက်ခြင်း၊ အပူကပ်ခြင်း၊ ဆီးဝမ်းမမှန်ခြင်း၊ အားနည်းခြင်း၊ လေချုပ်ခြင်း စသည့်ရောဂါများအတွက် တိုက်ကျွေးနိုင်သည်။

အပူနှင့် ပတ်သက်သည့်ဆေးများ

အပူကျဆေးအမှတ် (၁)

ဖော်စပ်ပုံ ၊ ၊ ၁။ ဆေးခါးကြီး ၁ ကျပ်သား
၂။ ဆော်ဒါမှုန့် ၁ ကျပ်သား
၃။ ရှိန်းခို ၁ ကျပ်သား

ဆေးချိန်နှင့် ကျွေးရည်း၊ ၊ သမအောင်ရော၍ မန်ကျည်းမှည့်တွင် ဌာပနာပြုပါ။ ဆေးတစ်ကြိမ်ကျွေးဖြစ်သည်။ ၆ နာရီ တစ်ကြိမ်ကျ အပူကျသည်အထိ ကျွေးပါ။

အသက်အကန့်အသတ်၊ ၊ မရှိပါ။

အပူကျဆေးအမှတ် (၂)

ဖော်စပ်ပုံ ၊ ၊ ၁။ ဆင်တုံးမနွယ် ၂၅ ကျပ်သား
၂။ ဘုမ္မရာဇာ ၂၅ ကျပ်သား
၃။ ကြက်သွန်နီ ၂၅ ကျပ်သား
၄။ ဆားပုပ် ၂၅ ကျပ်သား
၅။ ဆေးခါးကြီး ၂၅ ကျပ်သား

ဆေးချိန်နှင့် ကျွေးရည်း၊ ၊ ဆင်တုံးမနွယ်နှင့် ဘုမ္မရာဇာကို သီးခြားအမှုန့် ထောင်းပါ။ ကြက်သွန်နီကို ညက်အောင်ကြိတ်ပြီး ဆေးအားလုံး သမအောင်ရော၍ ထန်းလျက် ၂၅ ကျပ်သားဖြင့် ရောပါ။ တစ်ခါကျွေး ကြက်ဥတစ်လုံး အဖျားကျသည်အထိ တစ်နေ့တစ်ကြိမ် ကျွေးပါ။

အပူငြိမ်းဆေးများ

အပူငြိမ်းဆေးအမှတ် (၁)

ဆေးဖော်စပ်ပုံ ၊ ၊ ၁။ ခင်ပုပ်မြစ် ၁ ပိဿာ
၂။ နာနတ်ခေါင်း ၁ ပိဿာ
၃။ ခပေါင်းခေါက် ၁ ပိဿာ
၄။ ဥနဲ့ခေါက် ၁ ပိဿာ
၅။ မန်ကျည်းမှည့် ၁ ပိဿာ
၆။ ဆား ၁ ပိဿာ
၇။ ဆင်တုံးမနွယ် ၁ ပိဿာ
၈။ ဇရစ်ဥ ၁ ပိဿာ
၉။ ကြက်ဥ ၁ ပိဿာ
၁၀။ ကောက်ညှင်းဆန်မှုန့် ၁ ပြည်
၁၁။ တဆေး ၅၀ ကျပ်သား
၁၂။ သီးမွေးငှက်ပျော ၂ ဖီး

ဆေးချိန်နှင့် ကျွေးရည်း၊ ၊ အမြစ်၊ အခေါက်၊ အနွယ်၊ ဥများကို ကြေညက်စွာ ထောင်း၍ အားလုံးကို သမအောင်မွှေပါ။ တစ်ခါတိုက် ခုံညှင်းတစ်လုံးခန့် နေ့စဉ် တစ်ကြိမ်ကျတိုက်ပါ။

အသက်အကန့်အသတ်၊ ၊ မရှိပါ။

ဆေးညွှန်း၊ ၊ အပူများ၍ မျက်ရည်ကျခြင်း၊ ခွာဆီမလိုက်ခြင်း၊ အရေပြားခြောက်ခြင်း လက္ခဏာများတွေ့ရှိက ကျွေးရန်ဖြစ်သည်။

အပူငြိမ်းဆေးအမှတ် (၂)

ဆေးဖော်စပ်ပုံ ၊ ၊ ၁။ ဘုမ္မရာဇာ ၁ ပိဿာ
၂။ ဆင်တုံးမနွယ် ၁ ပိဿာ
၃။ ကြက်သွန်ဖြူ ၁ ပိဿာ
၄။ နာနတ်ခေါင်း ၁ ပိဿာ

၅။ ဇရစ်ခေါင်း	၁ ပိဿာ
၆။ ကျောက်ချဉ်	၁ ပိဿာ
၇။ မအူခေါက်	၁ ပိဿာ
၈။ ဆား (သို့) ဆားပုပ်	၁ ပိဿာ
၉။ စမုန်မျိုးငါးပါး (တစ်မျိုးလျှင် ငါးကျပ်သားစီ)	၂၅ ကျပ်သား
၁၀။ ဆေးခြောက်	၂၅ ကျပ်သား
၁၁။ ထန်းလျက်	၁ ပိဿာ
၁၂။ အုန်းသီး (အရည်+အဆံ)	၁ လုံး

ဆေးချိန်နှင့် ကျွေးရည်း။ ၊ အားလုံးကို ညက်အောင်ပြု၊ သမအောင်မွှေ၊ တစ်နေ့တစ်ကြိမ် ခုံညင်းလုံးခန့် ကျွေးပါ။ အပူကပ်သည့်လက္ခဏာများ ပျောက်သည်အထိ ကျွေးပါ။

အသက်အကန့်အသတ်။ ၊ မရှိပါ။

ဆေးညွှန်း။ ၊ အပူများ၍ မျက်ရည်ကျခြင်း၊ ခွာဆီမလိုက်ခြင်း၊ နွေရာသီတွင် ဖုတ်ပူပက်ခြင်း၊ ရေကြောက်ခြင်း လက္ခဏာများ တွေ့ရှိက ကျွေးပါ။

ဝမ်းနှင့် ပတ်သက်သည့်ဆေးများ

ဝမ်းချုပ်ခြင်းအတွက်

ဝမ်းနုတ်ဆေးအမှတ် (၁)

ဆေးဖော်စပ်ပုံ။ ၊ ၁။ ဆားခါး	၂၅ ကျပ်သား
၂။ မန်ကျည်းမှည့်	၅၀ ကျပ်သား

ဆေးချိန်နှင့် ကျွေးရည်း။ ၊ မန်ကျည်းမှည့်တွင် သွတ်၍ကျွေးပါ။ တစ်ကြိမ်ဖြင့် ဝမ်းမသွားလျှင် ဆေးအဆတစ်ဝက်စီကို နေ့စဉ် မနက် တစ်ကြိမ်၊ ည တစ်ကြိမ် ကျွေးပါ။ ဝမ်းပျော့လာလျှင် ဆေးကျွေးခြင်းရပ်ရမည်။

အသက်အကန့်အသတ်။ ၊ မရှိပါ။

ဝမ်းနုတ်ဆေးအမှတ် (၂)

ဆေးဖော်စပ်ပုံ။ ၊ ၁။ မုတ်ခါး	၅ ကျပ်သား
၂။ ဆား (သို့) ဆားပုပ်	၂၅ ကျပ်သား
၃။ မန်ကျည်းမှည့်	၅၀ ကျပ်သား

ဆေးချိန်နှင့် ကျွေးရည်း။ ၊ သမအောင်ရော၍ တစ်ကြိမ်တည်းကျွေးရန် ဖြစ်သည်။

အသက်အကန့်အသတ်။ ၊ ၁၅ နှစ်အောက် ဆင်ငယ်များနှင့် ၅၅ နှစ်အထက် ဆင်အိုများအတွက်သာ အသုံးပြုသည်။

ဆေးညွှန်း။ ၊ ဝမ်းခေါင်းရေမလိုက်။ ဝမ်းကျစ်၊ ဝမ်းမာ၊ အတုံးမကွဲ အခြေအနေတွင် အသုံးပြုရန်ဖြစ်သည်။

ဝမ်းနုတ်ဆေးအမှတ် (၃)

ဆေးဖော်စပ်ပုံ။ ၊

၁။ ငှက်အမှည့်၏အတွင်းသား	၁၀ ကျပ်သား
(သို့မဟုတ်) ဆားခါး	၂၅ ကျပ်သား
၂။ ဆား	၂၅ ကျပ်သား
၃။ မန်ကျည်းမှည့်	၅၀ ကျပ်သား

ဆေးချိန်နှင့် ကျွေးရည်း။ ၊ သမအောင်ရော၍ တစ်ကြိမ်တည်းကျွေးရန် ဖြစ်သည်။

အသက်အကန့်အသတ်။ ၊ ၁၆ နှစ်နှင့် ၅၄ နှစ်ကြား ဆင်များနှင့် ကျန်းမာရေးကောင်းသော ဆင်များကျွေးရန်ဖြစ်သည်။

ဆေးညွှန်း။ ၊ သာမန်ဝမ်းချုပ်ခြင်းများတွင် ကျွေးရန်ဖြစ်သည်။

ဝမ်းနုတ်ဆေးအမှတ် (၄)

ဆေးဖော်စပ်ပုံ ၊ ၊ ၁။ ကနစိုစေ့ ၅ ကျပ်သား
 ၂။ ဆား ၂၅ ကျပ်သား
 ၃။ မန်ကျည်းမှည့် ၅၀ ကျပ်သား

ဆေးချိန်နှင့် ကျွေးနည်း။ ၊ သမအောင်ရော၍ တစ်ကြိမ်တည်းကျွေးရန် ဖြစ်သည်။

အသက်အကန့်အသတ်။ ၊ ၁၆ နှစ်နှင့် ၅၄ နှစ်ကြား ဆင်များနှင့် ကျန်းမာရေးကောင်းသော ဆင်များ ကျွေးရန်ဖြစ်သည်။

ဆေးညွှန်း။ ၊ သာမန်ဝမ်းချုပ်ခြင်းအတွက် ကျွေးရန်ဖြစ်သည်။

ဝမ်းကိုက်ဝမ်းလျှောခြင်း

ဝမ်းကိုက်ပျောက်ဆေးအမှတ် (၁)

ဆေးဖော်စပ်ပုံ ၊ ၊ ၁။ ဘိန်း ၁ ကျပ်သား
 ၂။ ရှိန်းခို ၁ ကျပ်သား
 ၃။ ခပေါင်းမှုန့် ၁ ကျပ်သား
 ၄။ ချင်းမှုန့် ၁ ကျပ်သား

ဆေးချိန်နှင့် ကျွေးနည်း။ ၊ ဆေးအားလုံးကို သမအောင်ပြုပါ။ မန်ကျည်းသီးမှည့်တွင် ဌာပနာ၍ ၁၂ နာရီကြားတစ်ကြိမ် ရောဂါ ပျောက်ကင်းသည်အထိ ကျွေးပါ။

အသက်အကန့်အသတ်။ ၊ အသက် ၅ နှစ်နှင့် ၁၅ နှစ်အကြား ဆင်များ အား ဖော်စပ်ထားသည့် ဆေးတစ်ဝက်၊ အသက် ၁၅ နှစ်အထက် ဆင်များအား ဆေးချိန်အပြည့်ကို ကျွေးပါ။

ဆေးညွှန်း။ ၊ သာမန်ဝမ်းချုပ်ခြင်းတွင်သုံးစွဲရန်ဖြစ်သည်။

ဝမ်းကိုက်ပျောက်ဆေးအမှတ် (၂)

ဆေးဖော်စပ်ပုံ ၊ ၊ ၁။ ဘိန်း ၂ ကျပ်သား
 ၂။ ရှိန်းခို ၂ ကျပ်သား
 ၃။ ကြက်သွန်ဖြူမီးဖုတ် ၂ ကျပ်သား
 ၄။ ဇာတိပွိုလ်သီး ၂ ကျပ်သား
 ၅။ ထန်းလျက် ၂၅ ကျပ်သား

ဆေးချိန်နှင့် ကျွေးနည်း။ ၊ အသက် ၁၅ နှစ်အထက် ဆင်များအတွက် ဆေးအားလုံး သမအောင်ရော၍ မန်ကျည်းမှည့်တွင် ဌာပနာလျက် ၁၂ နာရီကြား တစ်ကြိမ် ကျွေးရန်ဖြစ်သည်။

ဆေးညွှန်း။ ၊ ပြင်းထန်သောဝမ်းလျှော၊ ဝမ်းကိုက်ခြင်းတွင် အသုံးပြုသည်။

ဝမ်းလျှောပျောက်ဆေးအမှတ် (၁)

ဆေးဖော်စပ်ပုံ ၊ ၊ ၁။ ရှားစေးအမှုန့် ၂ ကျပ်သား
 ၂။ ချင်းမှုန့် ၂ ကျပ်သား
 ၃။ ဇာတိပွိုလ်သီး ၂ ကျပ်သား
 ၄။ ခပေါင်းမှုန့် ၂ ကျပ်သား

ဆေးချိန်နှင့် ကျွေးနည်း။ ၊ အားလုံးအမှုန့်ကြိတ်ပြီး သမအောင်ရောပါ။ မန်ကျည်းမှည့်တွင် ဌာပနာ၍ ရောဂါအခြေအနေအရ ပထမနေ့တွင် နှစ်ကြိမ်၊ သုံးကြိမ်၊ ဒုတိယနေ့တွင် ဆေးတစ်ဝက်ကို တစ်ကြိမ်၊ နှစ်ကြိမ် ကျွေးရန်။

အသက်အကန့်အသတ်။ ၊ မရှိပါ။

ဆေးညွှန်း။ ၊ သာမန်ဝမ်းလျှောခြင်းအတွက် အသုံးပြုရန်ဖြစ်သည်။

ဝမ်းလျှောပျောက်ဆေးအမှတ် (၂)

ဆေးဖော်စပ်ပုံ ၊	၁။ ဘိန်း	၁ ကျပ်သား
	၂။ ရှားစေးမှုန့်	၂ ကျပ်သား
	၃။ သစ်ကြံပိုး	၂ ကျပ်သား
	၄။ ဖာလာစေ့	၂ ကျပ်သား
	၅။ မြေဖြူမှုန့်	၂၅ ကျပ်သား
	၆။ ထန်းလျက်	၂၅ ကျပ်သား
	၇။ ဆားမီးဖုတ်	၂၅ ကျပ်သား

ဆေးချိန်နှင့် ကျွေးရည်း။ ၊ အားလုံးသမအောင် ပြုလုပ်၍ တစ်ကြိမ်လျှင် ခိုးလုံးခန့် တစ်နေ့နှစ်ကြိမ်မှ လေးကြိမ်အထိ ကျွေးပါ။

အသက်အကန့်အသတ်။ ၊ မရှိပါ။

ဆေးညွှန်း။ ၊ ပြင်းထန်သော ဝမ်းလျှောခြင်းကို ကုရာ၌ အသုံးပြုသည်။

ဝမ်းလျှောနှင့် ဝမ်းကိုက်ပျောက်ဆေး

ဆေးဖော်စပ်ပုံ ၊	၁။ ဘိန်း	၃ ကျပ်သား
	၂။ ချင်းခြောက်	၄ ကျပ်သား
	၃။ ရှားစေး	၂ ကျပ်သား
	၄။ အရက်	၁ ပုလင်း

ဆေးချိန်နှင့် ကျွေးရည်း။ ၊ ဆေးအားလုံးကို တစ်ကြိမ်တည်း တိုက်ကျွေးရန်ဖြစ်သည်။

အသက်အကန့်အသတ်။ ၊ အသက် ၁၅ နှစ်အောက်ဆင်များကို ဆေးအချိန်အဆတစ်ဝက် တိုက်ကျွေးရန်။

ဆေးညွှန်း။ ၊ ဝမ်းလျှော၊ ဝမ်းကိုက်ခြင်းအတွက် အသုံးပြုသည်။

ဆီးရောဂါနှင့် ပတ်သက်သောဆေးများ

ဆီးရွှင်ဆေးအမှတ် (၁)

ဆေးဖော်စပ်ပုံ ၊	၁။ ကျောက်ချဉ်	၂ ကျပ်သား
	၂။ ယမ်းစိမ်း	၂ ကျပ်သား

ဆေးချိန်နှင့် ကျွေးရည်း။ ၊ သမအောင်ရော၍ မန်ကျည်းမှည့်တွင် ဌာပနာပြီး တစ်ကြိမ်တည်းကျွေးပါ။

အသက်အကန့်အသတ်။ ၊ အသက် ၁၅ နှစ်အောက် ဆင်များ ဆေးချိန် တစ်ဝက်သာ ကျွေးရမည်။

ဆေးညွှန်း။ ၊ ဆီးချုပ်ခြင်းအတွက် ကျွေးရန်ဖြစ်သည်။

ဆီးရွှင်ဆေးအမှတ် (၂)

ဆေးဖော်စပ်ပုံ ၊	၁။ ဆင်တုံးမနွယ်	၁ ကျပ်သား
	၂။ ထန်းလျက်	၁ ကျပ်သား
	၃။ မန်ကျည်းမှည့်	၁ ကျပ်သား
	၄။ ဆား	၁ ကျပ်သား
	၅။ ကြက်သွန်နီ	၁ ကျပ်သား
	၆။ ဘုမ္မရာဇာ	၁ ကျပ်သား

ဆေးချိန်နှင့် ကျွေးရည်း။ ၊ ဆေးအားလုံးကို ညက်စွာကြိတ်ပြီး သမအောင်ရောပါ။ ဆင်တစ်ကောင် တစ်နေ့ ခုံညင်းလုံးတစ်လုံးခန့် ဆီးရွှင်လာသည်အထိ နေ့စဉ်ကျွေးပါ။

အသက်အကန့်အသတ်။ ၊ မရှိပါ။

ဆေးညွှန်း။ ၊ ဆီးနောက်နေလျှင် ဆီးကောင်းသည်အထိ ကျွေးပါ။

ဆီးရွှင်ဆေးအမှတ် (၃)

ဆေးဖော်စပ်ပုံ ၊ ၊

၁။ ကြက်သွန်နီ (သို့) ကြက်သွန်ဖြူမီးဖုတ် ၂၅ ကျပ်သား

၂။ မန်ကျည်းမှည့် ၂၅ ကျပ်သား

ဆေးချိန်နှင့် ကျွေးရည်း၊ ၊ သမအောင်ရောစပ်၍ တစ်ကြိမ်တည်း ကျွေးရမည်။

အသက်အကန့်အသတ်၊ ၊ မရှိပါ။

ဆေးညွှန်း၊ ၊ သာမန် ဆီးချုပ်ခြင်းအတွက် အသုံးပြုသည်။

ဆီးရွှင်ဆေးအမှတ် (၄)

ဆေးဖော်စပ်ပုံ ၊ ၊ ၁။ ယမ်းစိမ်း ၂ ကျပ်ခွဲသား

၂။ ထင်းရှူးဆီ ၂ ကျပ်ခွဲသား

၃။ ဆပ်ပြာအမာ ၂ ကျပ်ခွဲသား

ဆေးချိန်နှင့် ကျွေးရည်း၊ ၊ ဆေးကို သမအောင်ပြု၍ ထန်းလျက် ၁၀ ကျပ်သားနှင့် ရောကျွေးပါ။ ဆီးရွှင်လာသည်အထိ ကျွေးပါ။

အသက်အကန့်အသတ်၊ ၊ မရှိပါ။

ဆေးညွှန်း၊ ၊ ဆီးနောက်နေလျှင် ဆီးကောင်းသည်အထိ ကျွေးပါ။

သွေး၊ လေဒဏ်ကြောင့် ဖြစ်ပေါ်သော ရောင်ရမ်းမှု ‘သွပ်’ ရောဂါကို ကုသသည့်ဆေးများ (သွပ်ရောဂါအတွက် စားဆေးများ)

သွပ်ရောဂါကုသေးအမှတ် (၁)

ဆေးဖော်စပ်ပုံ ၊ ၊

၁။ စမုန်မျိုးငါးပါး ၁၂ ကျပ် ၅ မူးသား

(တစ်မျိုးလျှင် ၂ ကျပ် ၅ မူးသားစီ)

၂။ ကြိတ်ကဋ္ဌာန်သုံးပါး ၇ ကျပ် ၅ မူးသား
(တစ်မျိုးလျှင် ၂ ကျပ် ၅ မူးသားစီ)

၃။ ဇာတိပွိုလ်သီး ၂ ကျပ် ၅ မူးသား

၄။ ဇာတိပွိုလ်ပွင့် ၂ ကျပ် ၅ မူးသား

၅။ လေးညှင်း ၂ ကျပ် ၅ မူးသား

၆။ ပန်းနု ၂ ကျပ် ၅ မူးသား

၇။ ပန်းမ ၂ ကျပ် ၅ မူးသား

၈။ ရှိန်းခို ၂ ကျပ် ၅ မူးသား

၉။ ဇဝက်သာ ၅ ကျပ်သား

၁၀။ ကန့်ချုပ်နီ ၅ ကျပ်သား

၁၁။ ငဖုံးဆေး ၅ ကျပ်သား

၁၂။ ဖာလာ ၅ ကျပ်သား

၁၃။ ကတ္တရာသဇျီ ၅ ကျပ်သား

၁၄။ သစ်ကြံပိုး ၅ ကျပ်သား

၁၅။ ဆောင်းမေးခါး ၅ ကျပ်သား

၁၆။ ကင်ပွန်းမြစ် ၅ ကျပ်သား

၁၇။ စမုန်နက် ၅ ကျပ်သား

၁၈။ ကုက္ကို ၅ ကျပ်သား

၁၉။ ချင်းခြောက် ၅ ကျပ်သား

၂၀။ မဟာကာ ၅ ကျပ်သား

၂၁။ သက်ရင်းကြီး ၅ ကျပ်သား

၂၂။ သင်းဝင်ပေါက်မြစ် ၅ ကျပ်သား

၂၃။ မနိဩလာ ၅ ကျပ်သား

၂၄။ သပြက်ကြီး ၅ ကျပ်သား

၂၅။ နမနီသန်လျက် ၅ ကျပ်သား

၂၆။ လက်ထုတ်ကြီး	၅ ကျပ်သား
၂၇။ ဇင်ရွေးဖြူ	၅ ကျပ်သား
၂၈။ ဆူးခေါက်နက်	၅ ကျပ်သား
၂၉။ ထန်းလျက်	၅ ကျပ်သား
၃၀။ ကလောဆံ	၅ ကျပ်သား
၃၁။ ချေးသီး	၅ ကျပ်သား
၃၂။ ပရုတ်	၅ ကျပ်သား
၃၃။ သိန္ဓော	၅ ကျပ်သား
၃၄။ ကြက်သွန်ဖြူ	၅ ကျပ်သား
၃၅။ ဒန့်သကူးနီဖြူ	၅ ကျပ်သား
၃၆။ စရိ	၅ ကျပ်သား
၃၇။ အိပ်မွေ့သီး	၅ ကျပ်သား
၃၈။ ကံ့ကော်ဝတ်ဆံ	၅ ကျပ်သား
၃၉။ ကြာစေ့ဆံ	၅ ကျပ်သား

ဆေးချိန်နှင့် ကျွေးရည်း။ ၊ ၎င်းဆေး ၃၉ ပါးကို ညက်စွာ အမှုန့်ထောင်း၍ သွပ်ရောဂါကို ခုံညင်းလုံးခန့် တိုက်ပါ။ မဲနယ်၊ သံပရာရည်တို့ဖြင့် နယ်၍ သွပ်ကြပ်ပြင်နေရာကို လိမ်းပါ။ လေသွပ်၊ သွေးသွပ်၊ သွပ်ပြင်ရောဂါများအတွက် ကုသရန်ဖြစ်သည်။

အသက်အကန့်အသတ်။ ၊ မရှိပါ။

သွပ်ရောဂါကုဆေးအမှတ် (၂)

ဆေးဖော်စပ်ပုံ။ ၊ ၁။ သပြေခေါက်	၅၀ ကျပ်သား
၂။ ဇင်ပြွမ်းခေါက်	၅၀ ကျပ်သား
၃။ ထန်းလျက်	၅၀ ကျပ်သား
၄။ မန်ကျည်းမည့်	၅၀ ကျပ်သား

၅။ အုန်းသီး (အရည်+အဆံ)	၂ လုံး
၆။ ဖီးကြမ်းငှက်ပျောသီး	၂ ဖီး

ဆေးချိန်နှင့် ကျွေးရည်း။ ၊ ကြေညက်စွာကြိတ်၍ ခုံညင်းလုံးခန့် နံနက် တစ်ကြိမ်၊ ည တစ်ကြိမ် ရောဂါပျောက်ကင်းသည်အထိ ကျွေးပါ။

အသက်အကန့်အသတ်။ ၊ မရှိပါ။

ဆေးညွှန်း။ ၊ သွပ်ရောင်ရမ်းသော ဆင်များအားလုံး တိုက်ကျွေးနိုင်သည်။

သွပ်ရောဂါကုဆေးအမှတ် (၃)

ဆေးဖော်စပ်ပုံ။ ၊ ၁။ ချင်း	၅ ကျပ်သား
၂။ မိဿလင်	၅ ကျပ်သား
၃။ ဆင်တုံးမနွယ်	၅ ကျပ်သား
၄။ ရေသကြီးရွက်	၅ ကျပ်သား
၅။ လေးညှင်း	၁ မတ်သား

ဆေးချိန်နှင့် ကျွေးရည်း။ ၊ ၎င်းဆေးကို ကြေညက်စွာထောင်းပါ။ ဆေး တစ်ခါတိုက်ဖြစ်သည်။ ပုန်းရည်ဖြင့် တိုက်ပါ။

အသက်အကန့်အသတ်။ ၊ မရှိပါ။

ဆေးညွှန်း။ ၊ သွပ်ရောင်ရမ်းသော ဆင်များအားလုံး တိုက်ကျွေးနိုင်သည်။

၂။ သွပ်ရောဂါပြင်ပလိမ်းဆေးများ

သွပ်ရောဂါ လိမ်းဆေးအမှတ် (၁)

ဆေးဖော်စပ်ပုံ။ ၊ မဖောက်ထုံး၊ ကံ့ကူဆံ။

ဆေးချိန်နှင့် ကျွေးရည်း။ ၊ ဆေးနှစ်မျိုးကို အမျှစွာ အမှုန့်ကြိတ်ပြီး မန်ကျည်းမှည့်ပျစ်ပျစ်အရည်ဖြင့် နံနက်၊ ည လိမ်းပါ။

ဆေးညွှန်း။ ၊ သွပ်ရောဂါကြောင့် ရောင်ရမ်းသည့်နေရာကို လိမ်းပါ။

မီးတွင်းဆေး အမှတ် (၂)

ဆေးဖော်စပ်ပုံ ၊ ၊ ၁။ ဇာတိပွိုလ်သီး ၃ ကျပ်ခွဲသား
၂။ လေးညှင်း ၃ ကျပ်ခွဲသား
၃။ မိဿလင် ၂၅ ကျပ်သား
၄။ နန္ဒင်းစိမ်း ၂၅ ကျပ်သား
၅။ ဆားပုပ် ၂၅ ကျပ်သား
၆။ စမုန်နက် ၂၅ ကျပ်သား
၇။ မန်ကျည်းမှည့် ၂နဲ့ ပိဿာ

ဆေးချိန်နှင့် ကျွေးနည်း၊ ၊ သမစွာကြိတ်ပြီး တစ်နေ့ နှစ်ကြိမ်။
တစ်ခါကျွေး ကြက်ဥတစ်လုံးခန့် ကျွေးပါ။

ဆေးညွှန်း၊ ၊ မီးဖွားပြီးသော ဆင်များ၊ သားလျှော၊ သားပျက်ဆင်မ
များအား ကျွေးပါ။ ဤဆေးကို ဆင်မ၏ကိုယ်ပူချိန်ပုံမှန်ဖြစ်သည်
အထိ ကျွေးရန်ဖြစ်သည်။

မျက်စိနှင့် ပတ်သက်သောဆေးများ

(က) မျက်စဉ်းဆေး

မျက်စဉ်းဆေး အမှတ် (၁)

ဆေးဖော်စပ်ပုံ ၊ ၊ ၁။ နန္ဒင်းတက်အခြောက် ၁ ကျပ်သား
၂။ မိဿလင်ဥအခြောက် ၁ ကျပ်သား
၃။ ဆား ၁ မတ်သား

ဆေးချိန်နှင့် ကျွေးနည်း၊ ၊ ညက်အောင်ထောင်းပါ။ ပိတ်ပါးနှင့်
ကောင်းစွာအမှုန့်ချပြီး မျက်လုံးအတွင်းသို့ မှုတ်သွင်းပါ။

ဆေးညွှန်း၊ ၊ တိမ်သလ္လာစွဲသောမျက်စိများကို ခတ်ပါ။

မျက်စဉ်းဆေး အမှတ် (၂)

ဆေးဖော်စပ်ပုံ ၊ ၊ ၁။ ကျောက်ချဉ် (သို့) ၁ ဇွန်း (ထမင်းစားဇွန်း)
ဒုတ္တာအဖြူ
၂။ စစ်ပြီးသော ရေသန့် ၁ ပုလင်း

ဆေးချိန်နှင့် ကျွေးနည်း၊ ၊ တစ်နေ့ တစ်ကြိမ် ခတ်ပေးပါ။

ဆေးညွှန်း၊ ၊ သာမန်မျက်စိရောဂါများ၊ ထိခိုက်၍ ရရှိသော မျက်စိနာ
ရောဂါများကုသရာတွင် အသုံးပြုသည်။

မျက်စဉ်းဆေး အမှတ် (၃)

ဆေးဖော်စပ်ပုံ ၊ ၊ ၁။ နန္ဒင်းခါး ၁ ကျပ်သား
၂။ မိဿလင် ၁ ကျပ်သား
၃။ ကန့်အိတ် ၁ ကျပ်သား
၄။ လင်းနေ ၁ ကျပ်သား
၅။ ကွတ်ကရာ ၁ ကျပ်သား
၆။ ဇာတိပွိုလ်သီး ၁ ကျပ်သား
၇။ နံ့သာဖြူ ၁ ကျပ်သား
၈။ နံ့သာနီ ၁ ကျပ်သား
၉။ ကြိတ်ဓမ္မာသုံးပါး ၃ ကျပ်သား
(၁ ကျပ်သားစီ)

၁၀။ ရှိန်းခို ၁ ကျပ်သား

၁၁။ နန္ဒင်းတက် ၁ ကျပ်သား

၁၂။ ပန်းနု ၁ ကျပ်သား

၁၃။ ပန်းမ ၁ ကျပ်သား

၁၄။ ဝံသည်းခြေ ၁ ကျပ်သား

၁၅။ ဝမ်းတွင်းချေသူငယ် ၁ ကျပ်သား

ဆေးချိန်နှင့် ကျွေးရည်း။ ၊ အားလုံးကို ညက်အောင်ထောင်းပြီး အရက် ကောင်းကောင်းနှင့်ကြိတ်ရန်၊ အတောင့်ပြုလုပ်ပြီး ခပ်ပျစ်ပျစ် သွေးခတ်ပါ။

ဆေးညွှန်း။ ၊ အသားအရေကျပြီး ခွာဆီမထွက်သောဆင်များကို ခတ်ရန်ဖြစ်သည်။

မုန်ယိုခြင်းနှင့် ပတ်သက်သောဆေးများ

၁။ မုန်အောင့်၊ မုန်ပျက်ရောဂါအတွက်ဆေးများ

မုန်ဆေး အမှတ် (၁)

ဆေးဖော်စပ်ပုံ ၊	၁။	ဆင်တုံးမနွယ်	၁	ပိဿာ
	၂။	ကင်ပုပ်မြစ်	၁	ပိဿာ
	၃။	ရေခံတက်ခေါက် (သို့)	၁	ပိဿာ
		ကောက်ညှင်းဆန်မှုန့်	၂	ပြည်
	၄။	တဆေး ဆေးပြား	၂၀	ပြား
	၅။	မန်ကျည်းမှည့်	၁	ပိဿာ
	၆။	ဆား	၁	ပိဿာ

ဆေးချိန်နှင့်ကျွေးရည်း။ ၊ အမြစ်၊ အခေါက်များကို ညက်အောင်ထောင်း၍ သမအောင်ရောမွှေပါ။ ထိုဆေးမှုန့်များကို မန်ကျည်းသီးဖြင့်ရော၍ တစ်ခါကျွေး ခိုးလုံးခန့် မနက်တစ်ကြိမ်၊ ညတစ်ကြိမ် ကျွေးပါ။ မုန်လက္ခဏာပြသည်အထိ ဆက်တိုက်ကျွေးရန်ဖြစ်သည်။

အသက်အာနုအသတ်။ ၊ အရွယ်ရောက်ပြီး ဆင်ထီးများတွင် အသုံးပြု ရန်။ အသက် ၂၅ နှစ်မှ ၄၀ နှစ်အကြားအတွက်ဖြစ်သည်။

ဆေးညွှန်း။ ၊ အရွယ်ရောက်ပြီး မုန်ရိပ်မပြသည့်ဆင်များ၊ အချိန်ကျ ပြီး မုန်ရိပ်မပြသည့်ဆင်များတွင် အသုံးပြုသည်။

မုန်ငြိမ်ဆေး

ဆေးဖော်စပ်ပုံ ၊	၁။	ပရုတ်	၁	ကျပ်သား
	၂။	ဘိန်း	၁	ကျပ်သား

ဆေးချိန်နှင့် ကျွေးရည်း။ ၊ ဆေးတစ်ကြိမ်တည်း တိုက်ရန်ဖြစ်သည်။ တစ်နေ့ နှစ်ကြိမ်ကျွေးပါ။

အသက်အာနုအသတ်။ ၊ ဆင်အထီး အသက် ၂၅ နှစ်မှ ၅၀ နှစ်အကြား အတွက်ဖြစ်သည်။

ဆေးညွှန်း။ ၊ မုန်ထသောဆင်ကို ထိုင်းမှိုင်းစေသော မုန်ငြိမ်ဆေး ဖြစ်သော်လည်း မတတ်သာမှ ဤဆေးကို ပေးသင့်သည်။

အနာလိမ်းဆေးများ

အနာလိမ်းဆေးအမှတ် (၁)

ဆေးဖော်စပ်ပုံ ၊	၁။	ဖန်ခါးသီး	၂	ပိဿာ
	၂။	ဆီးဖြူသီး	၂	ပိဿာ
	၃။	သပြေသီး	၂	ပိဿာ

ဆေးချိန်နှင့် လိမ်းဆေး။ ၊ ၎င်းအသီးများ အစေ့ထုတ်၍ ရောထောင်းပါ။ ရေ ၁၀ ပိဿာဝင်ပုံးတွင် အငွေ့မထွက်အောင် အဖုံးပိတ်ပြီး အဆီ ရအောင် ပြုတ်ရမည်။ အနာဖန်ရိုက်ခြင်း၊ ဖန်ဆေးခြင်း၊ အသားနု တက်ဆီအဖြစ် အသုံးပြုနိုင်သည်။

အနာလိမ်းဆေးအမှတ် (၂)

ဆေးဖော်စပ်ပုံ ၊	၁။	ဆင်တုံးမနွယ်	၁	ပိဿာ
	၂။	ဝံအူမြစ်	၁	ပိဿာ
	၃။	ဒေါင့်တလောင်ခေါက်	၁	၃/၁၀ ပိဿာ

ဆေးချိန်နှင့် လိမ်းဆေး ၊ ၎င်းသုံးမျိုးအား နှပ်နှပ်စဉ်းထုထောင်း၍
ရေနှင့်ပြုတ်ပြီး အဆီကျအောင် ကျိုချက်ရမည်။ ခွဲနာ၊ စူးရှနာ
များအား ဖန်ရေဆေးပြီး လိမ်းပေးပါ။

အနာလိမ်းဆေးအမှတ် (၃)

ဆေးဖော်စပ်ပုံ ၊ ၊ ၁။ ကျောက်ဖရုံသီး ၁ ဆ
၂။ သကြား ၁ ဆ

ဆေးချိန်နှင့် လိမ်းဆေး ၊ ၊ ဂုံမင်းခါးကိုပြုတ်ပြီး ဖန်ရေရိုက်ခြင်း၊
ဆေးကြောခြင်းများ ပြုလုပ်ပါ။ ကျောက်ဖရုံသီးကို ကြိတ်၍ သကြား
နှင့် သမအောင်မွှေပြီး အနာတွင်းသို့ဝင်နိုင်သမျှ သိပ်ပေးရမည်။

ဆေးညွှန်း ၊ ၊ အဆိပ်တက်စေသော ကြီးမားသည့် အနာဒဏ်ရာများ
အတွက် အသုံးပြုရန်ဖြစ်သည်။

ခုနစ်ပါးအနာလိမ်းဆေး

ဆေးဖော်စပ်ပုံ ၊ ၊ ၁။ စိန် ၁ ကျပ်သား
၂။ ဆေးဒန်း ၁ ကျပ်သား
၃။ ကန့် ၁ ကျပ်သား
၄။ ဇဝက်သာ ၁ ကျပ်သား
၅။ ဒုတ္တာပြာ ၁ ကျပ်သား
၆။ ဟင်းရိုင်းပြဒါး ၁ ကျပ်သား
၇။ လက်ချား ၁ ကျပ်သား

ဆေးချိန်နှင့် လိမ်းဆေး ၊ ၊ ဆေးဆတူအမှုန့်ရောစပ်၍ လုံတစ်ခုတွင်
ထည့်ပြီး ဖွဲမီး သို့မဟုတ် မီးသွေးဖြင့် ဖုတ်ပါ။ ရရှိသည့်ချော်ခဲ
(သတ္တခတ္တိ-ဓာတ်လုံး) ကို သွေး၍လိမ်းပေးပါ။

ဆေးညွှန်း ၊ ၊ အနာမှန်သမျှနှင့် နှင်းခုနာတို့ကို ပျောက်ကင်းသည်။

သန်ချဆေးများ

သန်ချဆေးအမှတ် (၁)

ဆေးဖော်စပ်ပုံ ၊ ၊ ၁။ ပါလဒုတ္တာ ၁ ကျပ်သား
၂။ ဆေးခါးကြီးအမှုန့် ၂ ကျပ်သား
၃။ ဆားပုပ် ၂ ကျပ်သား

ဆေးချိန်နှင့် ကျွေးနည်း ၊ ၊ ဆေးအားလုံးကို သမအောင်ရော၍ မန်ကျည်း
မှည့်တွင် ဌာပနာပြုလုပ်ပြီး တစ်ကြိမ်တည်း ကျွေးရန်၊ ဝမ်းချုပ်လျှင်
ဝမ်းနုတ်ဆေးရော၍ ကျွေးရန်ဖြစ်သည်။

ဆေးညွှန်း ၊ ၊ သန်လုံးကောင်များ ချရန်ဖြစ်သည်။

သန်ချဆေးအမှတ် (၂)

ဆေးဖော်စပ်ပုံ ၊ ၊ ၁။ ပါလဒုတ္တာ ၁ ကျပ်သား
၂။ စိန် ၃/၁၀ ကျပ်သား
၃။ စမုန်စပါးမှုန့် ၂ ကျပ်သား
၄။ ဆေးခါးကြီးအမှုန့် ၂ ကျပ်သား

ဆေးချိန်နှင့် ကျွေးနည်း ၊ ၊ အားလုံးသမစွာရော၍ မန်ကျည်းမှည့်တွင်
ဌာပနာပြုလုပ်ပြီး တစ်ကြိမ်တည်းကျွေးရန်။ ငါးရက်ဆက်တိုက်
ဆေးပေးရမည်။

အသက်အကန့်အသတ် ၊ ၊ မရှိပါ။

ဆေးညွှန်း ၊ ၊ သန်လုံးကောင်များချရန်အတွက် အသုံးပြုသည်။

မှတ်ချက် ၊ ၊ သန်ချဆေးတိုက်ကျွေးပြီးနောက် ဆင်ကို အားဆေးများ
ကျွေးရန် လိုအပ်ပါသည်။

သစ်သီးသစ်ရွက်များဖြင့် သန်ချဆေးကျွေးနည်း

သစ်သီး၊ သစ်ဥ၊ သစ်ရွက်များကို အောက်ပါအတိုင်း
တစ်မည်ချင်းအသုံးပြု၍ သန်ချဆေးအဖြစ် ကျွေးနိုင်သည်။

- (က) ပေါက်စေ့ တစ်ခါကျွေး ၁ ကျပ် ၂ ပဲသား
တစ်နေ့တစ်ကြိမ် လေးရက်မှ ငါးရက်အထိ ကျွေးရန်
- (ခ) သလဲသီးအခွံ တစ်ခါကျွေး ၂ ကျပ် ၅ မူးသား
တစ်နေ့တစ်ကြိမ် လေးရက်မှ ငါးရက်အထိ ကျွေးရန်
- (ဂ) ပဉ္စကာနီသီး တစ်ခါကျွေး ၁ ကျပ် ၅ မူးသား
တစ်နေ့တစ်ကြိမ် ငါးရက်ဆက် မှ ၂ ကျပ်သားအထိ
ကျွေးရန်
- (ဃ) ကွမ်းသီးမှုန့် တစ်ခါကျွေး ၂ ကျပ်သား
တစ်နေ့တစ်ကြိမ် ငါးရက်ဆက်ကျွေးရန်
အထက်ပါဆေးများကို ဆား သို့မဟုတ် ဆားပုပ် ၁၀
ကျပ်သားနှင့် ရော၍ ကျွေးရန်ဖြစ်သည်။

သန်ချဆေးအမှတ် (၃)

ဆေးဖော်စပ်ပုံ ၊ ၁။ ပါလဒုတ္တာ ၂ ကျပ်သား
၂။ ခပေါင်းမှုန့် ၁ ကျပ် ၈ ပဲသား
၃။ ဆေးပုလဲ ၂ ကျပ်သား
၄။ စိန် ၃/၁၀ ပဲသား

ဆေးချိန်နှင့် ကျွေးနည်း၊ ၊ အားလုံးကို အမှုန့်ပြုလုပ်၍ သမအောင်
ရောပြီး တစ်နေ့တစ်ကြိမ်။ တစ်ခါကျွေး ခိုးလုံးခန့် ငါးရက်ခန့်
ဆက်တိုက် ကျွေးရန်ဖြစ်သည်။

အသက်အကန့်အသတ်၊ ၊ မရှိပါ။

ဆေးညွှန်း၊ ၊ ဝမ်းချုပ်ပါက ဝမ်းနုတ်ဆေးနှင့် ပေါင်းစပ်၍ကျွေးပါ။



အခန်း (၈)

မြန်မာ့ကျေးလက် ကြက်နှင့် ကြက်ရောဂါကုထုံးများ

မြန်မာ့ကျေးလက် ကြက် (ဟင်းစားကြက်)တို့သည် မြန်မာ့
မြေ၊ မြန်မာ့ရေပေါ်တွင် ပေါက်ပွားသည်မှာ နှစ်ပေါင်းထောင်နှင့်
ချီ၍ ကြာမြင့်နေပြီ။ မျိုးရိုးဗီဇအားဖြင့် မြန်မာဟင်းစားကြက်သည်
ကြက်ဥ ဥခြင်း၊ ကြက်ဥကို သားပေါက်ရန် ဝပ်ခြင်း၊ သားပေါက်
ငယ်များကို ထိန်းသိမ်းခြင်း စသည့် အသက်ရှင်ရပ်တည်နိုင်ရေး
အတွက် မျိုးပွားပေးသည့် စွမ်းပကားအပြည့်အဝရှိပါသည်။ ယင်းသို့
မျိုးရိုးဗီဇကို မပျောက်မပျက်ထိန်းသိမ်းနိုင်သည်မှာ ကမ္ဘာပေါ်ရှိ
ကြက်မျိုးများအနက် မြန်မာကြက်မျိုးတစ်မျိုးမှာ ရှားပါးစာရင်းဝင်
ဖြစ်ပါသည်။

မြန်မာဟင်းစားကြက်ကို မွေးမြူရာတွင် နိုင်ငံခြားဥစားကြက်
များကဲ့သို့ ရာသီဥတုဒဏ်ခံနိုင်သည့် ကြက်လောင်အိမ်ဆောက်ပေး
ရန် မလိုအပ်ခြင်း၊ အာဟာရနှင့် ပြည့်စုံသောအစာကို သီးသန့်
ကျွေးမွေးရန်မလိုခြင်း၊ ကာကွယ်ကုသဆေးဝါးလည်း ကရိကထ
မများခြင်း စသည် ကောင်းမြတ်သည့်ဂုဏ်ပုဒ်များကို ပိုင်ဆိုင်ပါ
သည်။ အသက်ရှင်ရပ်တည်နေနိုင်ရေးအတွက် အနေအထိုင်၊
အစားအသောက်ကို သဘာဝလွတ်ကျောင်းစနစ်တွင် လိုက်လျော

ညီထွေအောင် ကျင့်သုံးနိုင်သကဲ့သို့ ရောဂါဒဏ်ခံနိုင်ရည်ရှိမှု အတွက်လည်း သဘာဝကပေးစွမ်းသည့်သစ်ပင်၊ သစ်ရွက်၊ သစ်ဥ သစ်မြစ်တို့ဖြင့် မိမိဘာသာ ရှာဖွေစားသောက်၍ ကုသမှုစွမ်းရည် ရရှိနေကြောင်း သုံးသပ်မိပါသည်။

သဘာဝတိုင်းရင်းဆေးပင်များကို ကြက်တို့စားသုံးခြင်းဖြင့် ကာကွယ်ကုသရာတွင် အစွမ်းထက်မြက်ကြောင်းကို လေ့လာ၍ တိုင်းရင်းဆေးဝါးတိရစ္ဆာန်ရောဂါကုထုံး (ကြက်ရောဂါ) အဖြစ် စိစစ်ဖော်ပြအပ်ပါသည်။

သန်ကောင်ထိုးရောဂါ

ကပ်ပါးရောဂါဟုဆိုသည့် သန်ကောင်ထိုးရောဂါသည် လူနှင့် တိရစ္ဆာန်တို့ကို အများဆုံးဒုက္ခပေးသည့် ရောဂါဆိုတစ်ခုဖြစ်သည်။ သန်ကောင်ကြောင့် ချက်ချင်းသေဆုံးနိုင်စွမ်းမရှိသော်လည်း သွေးနှင့် အစာအာဟာရကို သန်ကောင်တို့မှ စုပ်ယူစားသုံးမှုကြောင့် အထွေထွေပိန်ချိုးအားနည်းရောဂါ၊ သွေးအားနည်းရောဂါများ ပေါ်ပေါက်လာ၍ ရောဂါကျွမ်းပြီး တဖြည်းဖြည်း ဆွေးမြည့်သေဆုံး နိုင်ပါသည်။

ကြက်တို့တွင် သန်ရောဂါစွဲကပ်လာပါက ပိန်ချိုးအားနည်းပြီး ကြီးထွားနှုန်းနွေးကွေးစေသည်။ အူနှင့်အသည်း၊ အဆုတ်တို့တွင် ဒဏ်ရာအနာဖြစ်လာသည်။ ဝမ်းပျက်သည့်ရောဂါများ ဖြစ်လာနိုင် သည်။ အသက်ကို အန္တရာယ်ပြုနိုင်သည့်ရောဂါပင် ဖြစ်သည်။

ဆေးဝါးကုထုံးများ

ဆေးပင်အမျိုးအမည်

- (က) စပါးလင်ပင်
- (ခ) ထန်းလျက်

- (ဂ) သင်္ဘောစေ့
- (ဃ) လောက်သေရွက်
- (င) ဘောစကိုင်းစေ့
- (စ) ဒန့်သလွန်
- (ဆ) ချင်း

အသုံးပြုပုံ ၊ ၊ သတ္တုရည်ညှစ်၍လည်းကောင်း၊ အရွက်နှင့် အစေ့ကို သင့်တင့်ရုံချင့်၍ တိုက်ကျွေးနိုင်ပါသည်။

ဆေးညွှန်း ၊ ၊ ဆေးတစ်မည်ချင်းသာ အသုံးပြုရန်ဖြစ်ပါသည်။ စပါးလင်ပင်၊ လောက်သေရွက်၊ ဒန့်သလွန်ရွက်တို့သည် အရွက် ကိုသာ အသုံးပြုရပါမည်။ သင်္ဘော၊ ဘောစကိုင်းတို့မှ အစေ့ကို သုံးရသည်။ ချင်းမှာမူ ချင်းတက် (ဥ)ကို အသုံးပြုရပါမည်။

ရောဂါအသုံး

(က)စပါးလင် ၊ ၊ တိုက်ကျွေးခြင်းဖြင့် ကြက်၏ကိုယ်ခံစွမ်းအားတက် စေသည်။ ကြက်လည်လိမ်ရောဂါ အလွယ်တကူဖြစ်ပွားမှုကို ကာကွယ်သည်။

ကြက်အူလမ်းကြောင်းအတွင်းရှိ သန်ကောင်များ ကင်းရှင်း စေသည်။

(ခ)ထန်းလျက် ၊ ၊ ကြက်အတွက် အားဆေးဖြစ်သည်။ ရေနွေးဖြင့် ဖျော်၍ တိုက်ကျွေးရမည်။ ထန်းလျက်နှင့် တွဲဖက်၍ စပါးလင်ပင်၊ ပတဲကော၊ ဘောစကိုင်းစေ့များကို တွဲဖက်တိုက်ကျွေးပါက သန်ကောင် ပိုမိုလျင်မြန်စွာ ကျဆင်းနိုင်စေပါသည်။

(ဂ)သင်္ဘောစေ့ ၊ ၊ ကြက်သန်ကောင်ကို ကျစေသည်။

(ဃ) လောက်သရွက် ၊ ၊ ကြက်အူလမ်းကြောင်း၊ အစာအိမ်
လမ်းကြောင်းရှိ သန်ကောင်လုံးများကို ကင်းရှင်းစေသည်။

(င) ဘောစကိုင်းဇေ၊ ၊ ကြက်အူလမ်းကြောင်းရှိ အပ်ခြည်မျှင်
သန်ကောင်၊ တုတ်ကောင်များကို ကျစေသည်။ အစေ့နုနုသည် ပိုမို၍
အစွမ်းထက်ပါသည်။

(စ) ဒန့်သလွန်ရွက် ၊ ၊ ကြက်အူလမ်းကြောင်းရှိ သန်ပြားများကို ပိုမို
အစွမ်းထက်မြက်ထိရောက်၍ သန်ကျစေနိုင်ပါသည်။ အူနံရံ
တစ်လျှောက် ဗက်တီးရီးယားရောဂါပိုးမွှားများ ကင်းရှင်းစေသည်။
ဥပမာ- အီးကိုလိုင်း၊ ပါရာတိုက်ဖို့ဂျက်၊ ဆဲလ်မိုနိုလာ
အင်ထရိုတစ် စသည်တို့ဖြစ်ပါသည်။

(ဆ) ချင်း ၊ ၊ ဝမ်းရောဂါအတွက် ဆေးပေးနိုင်သည်။

ကြက်ဝမ်းရောဂါအတွက် ကုထုံးများ
ရောဂါအမည်၊ ၊ ကြက်ဝမ်းကျရောဂါ။

ဖြစ်ပွားသည့်အချိန်၊ ၊ နွေ၊ မိုး၊ ဆောင်း ရာသီအကူးအပြောင်းစပ်ကြား
ကာလများတွင် အထူးဖြစ်ပွားသည်။ ကြက်အုပ်လိုက် သေစေ
နိုင်သည်။

ရောဂါကုသရန် ဆေးနည်းများ

(က) ငှက်ခေါက်၊ ၊ ငှက်ခေါက်ကို ရေစိမ်၍ ကြက်များအား တိုက်ကျွေးရမည်။

(ခ) ပတဲကော၊ ၊ ပတဲကောအရွက်ကို စဉ်း၍ ထန်းလျက်နှင့် သမပြီး
ကျွေးမွေးပေးပါ။

(ဂ) လက်ထုတ်ခေါက်၊ ၊ ကြက်ဝမ်းကျ မစင်ထဲတွင် သွေးအနည်းငယ်
ပါရှိနေပါက လက်ထုတ်ခေါက်ကို ဆန်ဆေးရည်နှင့် သွေးတိုက်ပါ။

(ဃ) ဂျိန်းခို၊ ၊ ဂျိန်းခိုအနည်းငယ်ကို ကြက်သွန်ဖြူနှင့်ရော၍ ကြက်ကို
အနည်းငယ်ခွံ့ပေးပါ။

(င) ထန်းလျက်၊ ၊ ထန်းလျက် ၅ ကျပ်သား၊ ချင်း ၅ မူးသားကို
သုံးခွက်တစ်ခွက်တင် ကျိုတိုက်ပါ။



အခန်း (၉)

ဝက်ရောဂါကုဆေးဝါးများ

မြန်မာတို့သည် ဝက်ငယ်များ ကျွေးမွေးစောင့်ရှောက်မှု၌ အာဟာရပြည့်ဝသည့်အနေအထားရောက်လျှင် ကျေနပ်လုံလောက်သည်ဖြစ်ပါ၍ ဆေးဝါးကုသမှုအပိုင်းကို အလေးထားခြင်းမရှိသောကြောင့် ကုသဖွယ်ရာဆေးဝါးကုထုံး အနည်းငယ်သာတွေ့ရသည်။

ဝက်တွင် ရောဂါဖြစ်ပွားမှုနည်းသည့်အပြင် တစ်နှစ်၊ နှစ်နှစ်ခန့်သာ အချိန်တိုတောင်းစွာ မွေးမြူကြခြင်းဖြစ်၍ ကူးစက်ရောဂါများအတွက် ကြိုတင်ကာကွယ်ဆေးများ မစွမ်းဆောင်နိုင်ခဲ့ပါ။

တိုင်းရင်းဆေးအနေဖြင့် အအေးမိ ချောင်းဆိုးခြင်း၊ ဝဲရောဂါ၊ သန်ကောင်ရောဂါ၊ ဆီးချုပ်၊ ဝမ်းချုပ်၊ ဝမ်းသွား၊ အနာလိမ်းဆေးစသည်တို့သာ ရှိပါသည်။

(၁) အအေးမိချောင်းဆိုးရောဂါကုသခြင်း

ဆေးဝါးထွင်ပါဝင်သော ကုန်ကြမ်းနှင့်အလေးချိန် ၊

၁။ ချင်း

၅ ကျပ်သား

၂။ ဆား

၅ ကျပ်သား

အခန်း (၁၀)

တိရစ္ဆာန်အားလုံးအတွက် အနာလိမ်းဆေးဝါးများ

ဆေးအမည် ၊ ၊ ဖယောင်းချက် အနာလိမ်းဆေး။

အဓိကဆေးဝါး (သို့) ဖြည့်စွက်ဆေးဝါး ၊ အဓိက ဆေးဝါး။

မှီငြမ်းသောကျမ်း ၊ သမားစဉ်။

ဆေးတွင်ပါဝင်သော ကုန်ကြမ်းနှင့်အလေးချိန် ၊

(က) ပျားဖယောင်း ၁ ကျပ်သား

(ခ) ထောပတ် ၁၀ ကျပ်သား

စုစုပေါင်း ၁၁ ကျပ်သား

လတ်ဆတ်သောဆေးဝါး၏အရောင် ၊ အဝါနုရောင်။

လတ်ဆတ်သောဆေးဝါး၏အနံ့ ၊ ထောပတ်နံ့။

အဓိကနိုင်သောရောဂါများ ၊ အနာအမျိုးမျိုး။

ဆေးဝါး၏အကျိုးသွားနှင့် အသုံးပြုရမည့် ရေလဲပစ္စည်းများ ၊

(က) ဓားခုတ်၊ လှံထိုး စသောထိခိုက်နာတို့ကို ဖန်ရည်ဆေး၍
ဆေးထည့်ပါ။

- (ခ) ပြည်မြစ်၊ အရိအရွဲ စသည်တို့ ကင်းစင်ပြီးသောအနာများကို မြန်မြန်ကျက်စေရန် လိမ်းကပ်ပေးခြင်း၊
- (ဂ) အနာကို ဖန်ရည်ဆေး၍ မှန်မှန်ထည့်ပေးလျှင် မရောင်မရမ်းဘဲ အနာကျက်စေတတ်၏။
- (ဃ) ခြေကွဲနာ၊ မီးပူလောင်နာ၊ နေပူလောင်နာ၊ မုခမင်၊ ဝစ္စမင် တို့၌ ဖြစ်သောအနာများကို လိမ်းပေးပါ။

ဆေးချက်နည်း ၊ ၊ မီးနွေးနွေးဖြင့် ထောပတ်ကို အရည်ဖြစ်အောင် ပြုထားပြီးနောက် ပျားဖယောင်းကို ပါးပါးလှီး၍ထည့်ပါ။ အရည်ဖြစ်လျှင် သမအောင်မွေ၍ အောက်သို့ချပြီး အအေးခံထားပါ။ ပျော့ပျော့အလိုရှိလျှင် ဖယောင်းကို လျှော့ထည့်ပါ။ မာမာအလိုရှိလျှင် ဖယောင်းကို တိုးထည့်ပါ။

လိမ်းရမည့်အကြိမ်နှင့် ရက် ၊ ၊ တစ်နေ့ ၃ ကြိမ်မှ ၅ ကြိမ်။ ၅ ရက်မှ ၇ ရက်အထိ။
မှတ်ချက်- အနာအနေအထားအလိုက် ထည့်ပေးရမည်။

ဆေးဝါးမသုံးစွဲသင့်သောအခြေအနေများ ၊ ၊ အနာမြုံ့နေလျှင် မသုံးသင့်ပါ။

ထပ်ဖြည့်ဆေးဝါးသုံးစွဲခြင်း ၊ ၊ ဖယောင်းချက်တွင် အဖုအကျိတ်များ အတွက် အနာတင်ဖယောင်းချက်ဆေးအဖြစ် အသုံးပြုရန် အောက်ပါဆေးများထပ်၍ထည့်လျက် အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။

- (က) ဆေးဒန်းမှုန့် ၁ ကျပ်သား
- (ခ) အင်တွဲ ၁၀ ကျပ်သား
- (ဂ) ထင်ရှူးဆီအခဲ ၃ ကျပ်သား
- (ဃ) နှမ်းဆီ ၂၀ ကျပ်သား

ပိုမိုအကျိုးသက်ရောက်မှုများ ၊ ၊ အနာဟောင်း၊ အနာဆွေး၊ အဖုအကျိတ်မှ ပြည်ပေါက်သည့်အနာများ၊ အမြစ်ရှိသောအနာများကို လိမ်းကပ်ပေးရပါမည်။

ဤဆေးကို မှိုင်းခံစက္ကူပေါ်တွင်သုတ်ပြီး အနာပေါက်ကို ကပ်ပေးပါက သွေးပုပ်၊ ပြည်ပုပ်၊ အမြစ်များ ကျွတ်ကျနိုင်သည်။

အနာကို စားစေတတ်ပြီး အနာပိုမိုကျယ်ပြန့်စေတတ်၍ ချင့်၍သုံးပါ။



အခန်း (၁၁)

သိပ္ပံနည်းကျ မြန်မာ့တိရစ္ဆာန်ရောဂါကုဆေးပညာ
စာတမ်းသုံးသပ်ချက်

တိရစ္ဆာန်ရောဂါကုဆိုင်ရာ မြန်မာ့တိုင်းရင်းဆေးပညာကျမ်းစာအုပ်တွင် ကျွန်တော်ရေးသားဖော်ပြထားသည့် ရောဂါကုထုံးနည်းနိဿယများသည် ပြည့်စုံပါသည်ဟု မညွှန်းလိုပါ။ သို့သော် မြန်မာ့ရိုးရာ ဆေးပညာတစ်ပိုင်းတစ်စကို လက်ခံကျင့်သုံးနေကြသည့် ဆင်၊ မြင်း၊ ကွဲ၊ နွား မွေးမြူသူများအတွက် အတော်အသင့် အထောက်အကူပြုနိုင်သည်ဟု ယုံကြည်မိပါသည်။

ကျွန်တော်တင်ပြခဲ့သည့် တိုင်းရင်းတိရစ္ဆာန်ရောဂါကုဆေးနည်းများသည် ရှေးဟောင်းကျမ်းဂန်စာပေထဲမှ နည်းပညာများ၊ လယ်ကန်သင်းနှင့် တင်းကုပ်အကြားမှ တစ်ကျောင်း တစ်ဂါထာ တစ်ရွာတစ်ပုဒ်ဆန်း ဆေးနည်းများ၊ မြန်မာပြည်တစ်နံတစ်လျားရှိ တိရစ္ဆာန်ဆေးကုဆရာဝန်များ၏ လက်တွေ့တိုင်းရင်းဆေးကုထုံးများနှင့် ကျွန်တော်၏ကိုယ်တွေ့သုတေသနပြု ဆေးကုထုံးများကို ပေါင်းစပ်၍ ရေးဖွဲ့ထားပါသည်။

လက်တွေ့လည်း ဆေးကု၊ တစ်ဖန် ယင်းဆေးဝါးများတွင် ပါဝင်သည့် ရသ၊ ဂုဏ်သတ္တိ၊ ပဏာမတို့ကို ဆေးကျမ်းအဆူဆူနှင့်

တိုက်ဆိုင်စစ်ဆေး အတည်ပြုချက်ရယူ၍လည်းကောင်း၊ တိုင်းရင်းဆေးပညာကောင်စီမှ သုတေသနထုတ်ပြန်ထားသည့် ဓာတုဗေဒဓာတ်ခွဲစမ်းသပ်စစ်ဆေးမှု၏ ဆေးဝါးဂုဏ်ဒြပ်များနှင့်လည်းကောင်း ကိုက်ညီလျက်ရှိသည်ကို ရဲရဲကြီး အာမခံအပ်ပါသည်။

သို့သော် ကျွန်တော်တို့သည် သုတေသီပိုင်းတွင် အားနည်းနေသည်ကိုမူ ဝန်ခံရမည်သာဖြစ်သည်။ ဖော်ပြခဲ့သည့်ဆေးဝါးများကို သိပ္ပံနည်းကျသုတေသနပြု စမ်းသပ်စစ်ဆေးမှုမျိုးများ ဆောင်ရွက်ကြရပါဦးမည်။ ဥပမာအားဖြင့် ကျန်းမာနေသည့် နွားတစ်ကောင်အား ထောင့်သန်းရောဂါပိုးထိုးပေးပြီး ကူးစက်အောင် ပြုလုပ်ပြီးနောက် ရောဂါဝင်ရောက်ကြောင်းကို သွေး၊ ဆီးဓာတ်ခွဲ စစ်ဆေးခြင်းဖြင့် အတည်ပြုပါ။ ထို့နောက် ရောဂါကို မြန်မာ့တိုင်းရင်းဆေးဖြင့် ကုသပါ။ ရောဂါပျောက်ကင်းကြောင်းကို တစ်ဖန် ဓာတ်ခွဲခန်း၌ စမ်းသပ်စစ်ဆေးကြည့်ပါ။ အဆိုပါ ဆေးဝါးသည် ထောင့်သန်းရောဂါ အမှန်တကယ်ပျောက်ကင်းကြောင်း သုတေသနပြု၍ အတည်ပြုကြေညာရမည်။ သို့မှသာလျှင် တိုင်းရင်းဆေးသည် ကမ္ဘာ့ဆေးဝါးအဖြစ် ပြောင်းလဲဖော်ထုတ်နိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။

နိုင်ငံတော်မှ တိုင်းရင်းဆေးဝါးများဖြင့် ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှုလုပ်ငန်းကို ဦးစားပေးဖော်ထုတ်လျက်ရှိနေသည့် နည်းတူ မွေးမြူရေးနှင့် ကုသရေးဦးစီးဌာနကလည်း မြန်မာ့ရိုးရာ တိရစ္ဆာန်ရောဂါကုဆေးဝါးများကို လေ့လာစုဆောင်း မှတ်တမ်းပြုစမ်းသပ်လျက်ရှိပါသည်။

၁၉၈၉ ခုနှစ်တွင် မွေးမြူရေးနှင့် ကုသရေးဦးစီးဌာန တိရစ္ဆာန်ရောဂါဆိုင်ရာ တိုင်းရင်းဆေးကုထုံးများဆွေးနွေးပွဲတွင် စာတမ်းရှင် မွေးမြူရေးနှင့် ကုသရေးဦးစီးဌာနမှ ဦးသိန်းလူ (ဒုတိယညွှန်ကြားရေးမှူး)၊ ဦးသက်ဆွေ (ညွှန်ကြားရေးမှူး)၊ ဦးသံခိုင်

(ဒုတိယညွှန်ကြားရေးမှူး)၊ ဦးမြင့်ဟန် (မြို့နယ်ဦးစီးမှူး)နှင့် ဦးအောင်စိုး (မြို့နယ်ဦးစီးမှူး)၊ ဦးစိုင်းစံအိုက် (လက်ထောက်ကထိက မွေးမြူရေးနှင့် ဆေးကုသရေးတက္ကသိုလ်)၊ ဦးသန်းဝင်း (လက်ထောက်မန်နေဂျာ-ဆင်ဆေးကု)၊ ဦးကျော်သန်း (လက်ထောက်မန်နေဂျာ-ဆင်ဆေးကု) တို့က တိရစ္ဆာန်ရောဂါကုဆိုင်ရာ တိုင်းရင်းဆေးပညာစာတမ်းများကို အသီးသီးဖတ်ကြားတင်သွင်းခဲ့ပါသည်။ အခမ်းအနားမှူးအဖြစ် ဦးစောပလယ်စော (ပါမောက္ခချုပ်၊ မွေးမြူရေးနှင့် ကုသရေးတက္ကသိုလ်) က ဆောင်ရွက်၍ သဘာပတိ ဦးသန်းတင့်(ညွှန်ကြားရေးမှူးချုပ်) က မြန်မာ့ရိုးရာတိုင်းရင်း တိရစ္ဆာန်ဆေးကုပညာကို ဆက်လက်ဖော်ထုတ်ပေးပါရန် ပန်ကြားခဲ့ပါသည်။

ယင်းဆွေးနွေးပွဲရလဒ်ကို အခြေခံ၍ ကျွန်တော်သည် ဆယ်စုနှစ်တစ်ခေတ်ကို ဖြတ်သန်းလျက် လေ့လာကွင်းဆင်းခဲ့ပြီး မြန်မာ့ကျေးလက်ဒေသများတွင် အသုံးပြုနေကြဆဲဖြစ်သည့် တိရစ္ဆာန်ရောဂါကုဆိုင်ရာ တိုင်းရင်းဆေးပညာကို ကျမ်းစာအုပ်တစ်အုပ်အဖြစ် ရေးသားတင်ပြအပ်ပါသည်။

နိုင်ငံ၏တိရစ္ဆာန်ဆေးကုပညာရှင်များက မြန်မာ့တိရစ္ဆာန်ဆေးကုပညာနည်းစနစ်ပိုင်းကို လက်တွေ့သုတေသနပြု ဆက်လက်ဆောင်ရွက်ကြပါမှ သိပ္ပံနည်းကျ ဆန်းစစ်အတည်ပြုလျက် ကမ္ဘာ့အလယ် ထည်ဝါစွာထွက်ပေါ်လာနိုင်မည်ဖြစ်ပါ၍ ကွက်လပ်ဖြည့်ကြမည်ဆိုပါက ကျွန်တော်ပြုစုရေးသားရကျိုးရှိမည်ဟု ထင်ပါသည်။

အောင်စိုး (တိရစ္ဆာန်ဆေးကုဆရာဝန်)
အမျိုးသားစာပေဆုရ (၁၉၉၅)
၁၃-၃-၂၀၁၆

ကျမ်းကိုးစာရင်း

- ၁။ ဘေသဇ္ဇနယ - အသျှင်ဉာဏိက ဗမာ့ရွှေဆောင်
ဆေးကျမ်း ပုံနှိပ်တိုက်။
- ၂။ အဿဗေဒကျမ်း - ယောမင်းကြီးဦးဖိုးလှိုင် သီပေါမင်း
စက်ရုံပုံနှိပ်တိုက်။
- ၃။ ဥတုဘောဇန - ယောမင်းကြီး ဦးဖိုးလှိုင်၊ ဟံသာဝတီ။
သင်္ဂဟကျမ်း
- ၄။ ကဝိလက္ခဏာ - စိန္တကျော်သူဦးဩ။
သတ်ပုံကျမ်း
- ၅။ ရွှေတိုးဂါမံအစချီ - ကူတိုးကူတော်ရွာ ရသေ့ကြီးဦးနိုး။
မြင်းကြန်ရကန်
- ၆။ မြင်းကြန်ဆေးစာ - ရန်ကုန်တက္ကသိုလ်များစာကြည့်တိုက်
ပေမူ ၅၉၃၉၊ ၎င်း ပေမူ (၁၀၅၄၄)။
- ၇။ မြင်းကြန် - ဦးဆိုင်၊ ဒိုက်ဦးမြို့။
- ၈။ အက္ခရာစဉ် - လွတ်တော်စာရေးကြီးဦးနွဲ့။
ဓာတုရသကျမ်း
- ၉။ ဂန္ဓာလရာဇ်၊ - ဦးစော၊ မန္တလေး၊ ကဝိမိတ်ဆွေပုံနှိပ်တိုက်
တရုတ်+မြန်မာပြန် မြင်းခြံမြို့။
ဆေးကျမ်း
- ၁၀။ အဿဒီပနီကျမ်း - ၁၉၁၀ မန္တလေးမြို့။
- ၁၁။ ဦးကုလား - ဟံသာဝတီ။
မဟာရာဇဝင်ကြီး
ပ+ဒု တွဲ
- ၁၂။ သတ္တဝါသ - စလေဦးပုည၊ ဟံသာဝတီ။
ဆေးကျမ်း

- ၁၃။ သက်စောင့် - ခံဗူးဆရာတော်၊ ရန်ကုန်။
ဆေးကျမ်း ပထမတွဲ
- ၁၄။ သုတသန္နိစယ - အင်းမရွာဘုန်းတော်ကြီး။
ကျမ်း
- ၁၅။ လောက - ကတိုးရွာ၊ ဆရာမြစ်၊ အဌမအကြိမ်။
ဟိတရာသီကျမ်း
- ၁၆။ လောက - ဦးဘသင်၊ မင်းတုန်းမင်းတရား
ဟိတဂမ္ဘီရကျမ်း လက်ထက်
- ၁၇။ မုံရွေးဆရာတော် - မုံရွေးဇေတဝန်ဆရာတော်၊
မှတ်စု ဟံသာဝတီ။
- ၁၈။ ရှုတော်မူ - ဦးဘသင်၊ ရန်ကုန်
ဆေးအဘိဓာန် ကုဆွာသယပုံနှိပ်တိုက်။
- ၁၉။ မြန်မာ့သွေး၊ - စန်းသမိန်၊ ဆီမီးစာပေ။
မြန်မာ့ဓား၊
မြန်မာ့စစ်ပညာ
- ၂၀။ ပညာရပ်ဆိုင်ရာ - ဦးမာယ၊ စာပေဗိမာန် (၁၉၈၄)။
မြန်မာစာပေ
စာတမ်းများ
- ၂၁။ ဆေးဝါးဗေဒ - တိုင်းရင်းဆေးသိပ္ပံ၊ မန္တလေးမြို့။
ဘာသာပို့ချချက်
- ၂၂။ ဆေးပညာ - အသျှင်နာဂသေနဘိဝံသ၊ သိမ်ဖြူ။
ဥပဒေသကျမ်း အာယုဗေဒ။
- ၂၃။ အခြေပြု - ၎င်း။
ဆေးအဘိဓာန်
- ၂၄။ စရသသံဟိတာ - ၎င်း။
ကုထုံးကျမ်းကြီး

- ၂၅။ မာဓဝနိဒါန်း - ၎င်း။
- ၂၆။ အဉ္စနနိဒါန်း - ၎င်း။
- ၂၇။ ပုံပြဆေးအဘိဓာန်- ၎င်း။
(ပ+ဒု+တ+စ)
- ၂၈။ သားငါးကျေးငှက် - ၎င်း။
အဘိဓာန် ပဉ္စမ (ပ+ဒု)
ဆဋ္ဌမ (ပ+ဒု)
- ၂၉။ ဘေသဇ္ဇမဇ္ဈသာ - ၎င်း။
ဆေးကျမ်း
- ၃၀။ မြန်မာ့တိုင်းရင်း - တိုင်းရင်းဆေးသိပ္ပံ၊ မန္တလေး။
ဆေးပညာသမိုင်း
- ၃၁။ အိမ်မှကြည့်ရှု - မမဖူး၊ ကျိုက်လတ်မြို့ (၁၉၂၀)။
စီမံခြင်းလက်စွဲ
- ၃၂။ ကုသပျို့ - မုံရွေးဇေတဝန်ဆရာတော်၊ ပြည်ကြီး
မဏ္ဍိုင်၊ မန္တလေး။
- ၃၃။ မောရိယပစ္စယ - အမျိုးသားစာကြည့်တိုက်၊ ပေမူ (၂၂၁)
နာဂရာဇာဆင်မင်း
ဆေးစာတမ်း
- ၃၄။ ဘယဆေး - ဦးမြဦး၊ ဇီဝကစာပေ၊ ရန်ကုန်။
အာနိသင်ဓာတ်
ထုတ်နည်းကျမ်း
- ၃၅။ ဘေသဇ္ဇစွယ်စုံ - ဦးမင်းထွဋ်၊ ဒေးလီးဂဇက်၊ ရန်ကုန်။
အဘိဓာန်ကျမ်း
- ၃၆။ မြန်မာ့ - ဆရာသက်ဆွေ၊ ရွှေပုရပိုက်စာပေ၊
ဆေးမြီးတိုများ ရန်ကုန်။

- ၃၇။ တိရစ္ဆာန်များ၏ - ဦးကျော်ဇောအောင်၊ စာပေဗိမာန်။
ကူးစက်တတ်သော
ရောဂါများ
- ၃၈။ ဘဝထိုထို - သော်တာဆွေ။
- ၃၉။ မြန်မာ့ယဉ်ကျေးမှု - ဟံသာဝတီ ဦးဘရင်၊ ဗမာ့လူငယ်
နှင့် လယ်သမား စာပေ၊ ရန်ကုန်။
ရေးရာ
- ၄၀။ တိရစ္ဆာန်ဆေးကု - ၁၉၆၅-၆၇။
သိပ္ပံ အင်းစိန်
မြို့၏ ပို့ချချက်များ
- ၄၁။ နက္ခတ္တရောင်ခြည် -
မဂ္ဂဇင်း
- ၄၂။ ကွဲ၊ နွားမွေးမြူရေး - ဦးတင်ဦး၊ သီရိပဝရဓမ္မာစရိယ။
နှင့် ကုသနည်း
- ၄၃။ Evan, G.H - Elephant and Their Diseases
Rangon 1910.
- ၄၄။ Farrier A.J - The Care and Management of
Elephants in Burma 1945.
- ၄၅။ U Toke Cale - Burmese Timber Elephant Trade
Corporation, 9; 1974.



လူပုဂ္ဂိုလ်အရ မေးမြန်းခဲ့သည့် ဆရာများ

- ၁။ ဦးဘခင် (မြန်မာဆေးဆရာ)၊ ဆင်ဖြူကျွန်းမြို့။
- ၂။ ဦးချစ်မောင်၊ ပေတောရွာ၊ ပွင့်ဖြူမြို့နယ်။
- ၃။ ဦးစိန်လှ (မြန်မာဆေးဆရာ)၊ ပွင့်ဖြူမြို့နယ်။
- ၄။ ဦးသိန်း (မြန်မာမြင်းဆေးဆရာ)၊ ပွင့်ဖြူမြို့၊ မုန်းနားစု။
- ၅။ ဦးအောင်ကြည် (မြန်မာမြင်းဆေးဆရာ)၊ ပွင့်ဖြူမြို့။
- ၆။ ဦးဘစန်း (မွေးကုဦးစီးအရာရှိ-ငြိမ်း)၊ စလင်းမြို့။
- ၇။ ဦးကျော်ကျော်လတ်၊ မွေးကုဦးစီးအရာရှိ၊ ဆိပ်ဖြူမြို့။
- ၈။ ဦးစောလွင်၊ မွေးကုဦးစီးအရာရှိ၊ ပွင့်ဖြူမြို့။
- ၉။ ဦးမောင်မောင်သန်း၊ လ/ထ ညွှန်မှူး၊ မွေးကုဦးစီး၊ ပခုက္ကူမြို့။
- ၁၀။ ဦးစိန်ဝင်း၊ ဒု-ဦးစီး၊ မွေးကုဦးစီး၊ စလင်းမြို့။
- ၁၁။ ဦးတင်မြိုင်၊ ဒု-ဦးစီး၊ မွေးကုဦးစီး၊ စလင်းမြို့။
- ၁၂။ ဦးကံအေး (မြန်မာဆေးဆရာ)၊ ပွင့်ဖြူမြို့။
- ၁၃။ ဦးသူရဆွေ (တိုင်းရင်းဆေးသိပ္ပံ ဆေးခန်းမှူး)၊ ရန်ကုန်။
- ၁၄။ ဦးစိုးမြင့် (သိပ္ပံ-မင်းလွင်) တိုင်းရင်းဆေးကုသမားတော်၊ ဇီးကုန်း။
- ၁၅။ ဦးမြင့်ဟန်၊ မြို့နယ်ဦးစီးမှူး၊ မွေးကုဦးစီး၊ လယ်ဝေးမြို့။
- ၁၆။ ဦးစိုင်းစံအိုက်၊ လက်ထောက်ကထိက-ငြိမ်း၊ တိမွေးကု
တက္ကသိုလ်။
- ၁၇။ ဦးကျော်သန်း၊ ဆင်ဆေးကုလက်ထောက်မန်နေဂျာ။
- ၁၈။ ဦးသန်းဝင်း၊ ဆင်ဆေးကုလက်ထောက်မန်နေဂျာ၊
သစ်လုပ်ငန်း။
- ၁၉။ ဦးငြိမ်းကျော်၊ မြန်မာနိုင်ငံမြင်းစီးအဖွဲ့ချုပ်၊ ရန်ကုန်။
- ၂၀။ ဦးတင်ရွှေ၊ မြင်းဆေးဆရာ၊ လယ်ကိုင်းမြို့။



စာကြည့်တိုက်တွင်သုံးရန်

၆၁၅. ၈၈၂

အောင်

အောင်စိုး (တိရစ္ဆာန်ဆေးကုဆရာဝန်)

မြန်မာ့သိပ္ပံနည်းကျ တိရစ္ဆာန်ဆေးကုပညာ/

အောင်စိုး။ ---ရန်ကုန်၊ စာပေဗိမာန်၊ ၂၀၁၈။

၂၆၉ စာ၊ ၁၉ စင်တီ။ ... (စာပေဗိမာန် ပြည်သူလက်စွဲစာစဉ်)။

၂၀၁၅ ခုနှစ်အတွက် စာပေဗိမာန်စာမူဆု သုတပဒေသာ (သိပ္ပံနှင့် အသုံးချသိပ္ပံ) ပထမဆုရ စာအုပ်ဖြစ်သည်။

၁။ တိုင်းရင်းဆေးပညာ

(၁) စာပေဗိမာန်ပြည်သူလက်စွဲစာစဉ်

(၂) မြန်မာ့သိပ္ပံနည်းကျ တိရစ္ဆာန်ဆေးကုပညာ



၂၀၁၅ ခုနှစ်၊ စာပေဗိမာန်စာမူဆု
သုတပဒေသာ (သိပ္ပံနှင့် အသုံးချသိပ္ပံ) ပထမဆု

မြန်မာ့သိပ္ပံနည်းကျ တိရစ္ဆာန်ဆေးကုပညာ

အောင်စိုး (တိရစ္ဆာန်ဆေးကုဆရာဝန်)

ဆေးမျိုးအောင်စောဓမ္မဇေရ

အဖ ဦးထွန်း၊ အမိ ဒေါ်ခင်ဥတို့က ၁၉၄၄ ခုနှစ်၊ ဇူလိုင်လ ၂၃ ရက်တွင် မကွေးတိုင်းဒေသကြီး၊ အောင်လံမြို့နယ်၊ ဇေယျာရွာ၌ မွေးဖွားခဲ့သည်။

တက္ကသိုလ်ဝင်တန်းနှင့် တိရစ္ဆာန်ဆေးကုသိပ္ပံအောင်မြင်ပြီးဖြစ်သည်။ ၁၉၆၁ ခုနှစ်တွင် အချစ်တော်စာစောင်၌ ကဗျာတစ်ပုဒ်ရေးသားခဲ့ခြင်းဖြင့် စာပေနယ်သို့ ဝင်ရောက်ခဲ့သည်။

အမျိုးသားစာပေဆု၊ စာပေဗိမာန်စာမူဆုများ၊ ပခုက္ကူဦးအုံးဖေစာမူဆု၊ မျိုးချစ်စိတ်ဓာတ်ရှင်သန်ထက်မြက်ရေးစာပေပြိုင်ပွဲဆု၊ တပ်မတော်နေ့ဆိုင်ရာ စာပေဆုများ၊ ၂၀၀၀ ပြည့်နှစ်တွင် ကမ္ဘာ့စားနပ်ရိက္ခာအဖွဲ့ (F.A.O) မြန်မာနိုင်ငံမှ မွေးမြူရေးအသိပညာပျံ့နှံ့ရေး ပညာရေးဆိုင်ရာ စာပေဂုဏ်ပြုဆုကို ချီးမြှင့်ခြင်း ခံခဲ့ရသည်။

ဇီးကုန်းမြို့နယ်၊ စာပေစာနယ်ဇင်းဥက္ကဋ္ဌအဖြစ် ဆောင်ရွက်ခဲ့သည်။ မွေးမြူရေးနှင့် ကုသရေးဦးစီးဌာန၊ မြို့နယ်ဦးစီးအရာရှိတာဝန် (ဇီးကုန်း) မြို့မှ အငြိမ်းစားယူခဲ့သည်။

ယခုအခါ ရှေ့ဆောင်ဂျာနယ် (တာဝန်ခံ) အယ်ဒီတာအဖြစ်မှ အငြိမ်းစား ယူခဲ့ပြီး စာပေထုတ်ဝေရေးလုပ်ငန်းများကို ဆောင်ရွက်လျက်ရှိသည်။

အမည်ရင်း - ဦးအောင်စိုး ဖြစ်သည်။

နေရပ်လိပ်စာ - အမှတ် ၁၄၊ ဒုတိယထပ်၊ ဘဏ်ရိပ်သာ၊
ရွှေဂုံတိုင်မြို့နယ်၊ ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီး။