ရနံ့ကုထုံးအကြောင်းသိကောင်းစရာ

ဒေါ်နေနေနိုင်ရည်
လက်ထောက်ညွှန်ကြားရေးမှူး(ဖွံ့ဖြိုးရေး)
တိုင်းရင်းဆေးပညာဦးစီးဌာန

သောတရှင်များရှင်-

ဒီတစ်ပတ်သုတအဖြာဖြာတိုင်းရင်းဆေးအစီအစဉ်မှာဆွေးနွေးတင်ပြမဲ့အကြောင်းအရာကတော့ ရနံ့ကုထုံးအကြောင်းသိကောင်းစရာပဲဖြစ်ပါတယ်ရှင်-------

ဒီအစီစဉ်ကိုဆွေးနွေးပေးမဲ့ သူကတော့တိုင်းရင်းဆေးပညာဦးစီးဌာန၊ ဖွံ့ဖြိုးရေးဌာနခွဲမှ လက်ထောက်ညွှန်ကြားရေးမှူး(ဖွံ့ဖြိုးရေး) ဆရာမဒေါ်နေနေနိုင်ရည်ဖြစ်ပါတယ်ရှင် -----

မေး--ဆရာမရှင့်ခုဆိုရင်နည်းပညာတွေခေတ်မီတိုးတက်လာလာတာနဲ့အမျှလူတွေဟာစိတ်ဖိစီးမှုတွေများပြားလာကြပါတယ် ဒါတွေကိုဖြေဖျောက်စေဖို့အတွက်တိုင်းရင်းဆေးပညာမှာရနံ့ကုထုံးဆိုတာရှိတယ်လို့ကြားဖူးပါတယ်ဆရာမအနေနဲ့တိုင်းရင်းဆေးပညာအရဆေးဖက်ဘယ်လိုအသုံးဝင်တယ်ဆိုတာကိုရှင်းပြဆွေးနွေး ပေးမယ်ဆိုလို့ဝမ်းသာပါတယ်ရှင်--------ရှင်းပြပေးပါအုန်းရှင်--

ဖြေ-----ဟုတ်ကဲ့ပါ အခုအခါမှာ နေ့စဉ်လူနေမှုဘဝမှာဖိစီးမှုတွေတစနဲ့တစများပြားလာတယ်ဒါကြောင့်ကံ၊ စိတ်၊ဉတု၊အာဟာရတွေလည်းပြောင်းလဲလာကြတယ်

ဒါကိုဆွေးနွေးဖြစ်တာပါ စံပယ်ပန်းရဲ့ရုက္ခအမည်ကတော့Jasminum pubescens willd ဖြစ်ပါတယ် မျိုးရင်းကတော့ OLEACEAE မှာပါဝင်ပါတယ် မြန်မာအမည်ကတော့စံပယ်ပါအင်္ဂလိပ်လိုကတော့ အများသိပြီးဖြစ်တဲ့ jasmine ဖြစ်ပါတယ် သူဟာချုံပင်အမျိုးအစားဖြစ်တယ်ကဆုန်နယုန်လတွေမှာဖူးပြီးတော့ ဝါဆိုဝါခေါင် မိုးရာသီမှာပွင့်ကြပါတယ် အချို့ကလဲရေလောင်းပြီး ပွင့်စေပါတယ် မြန်မာနိုင်ငံ အနှံအပြားမှာ ပေါက်ရောက်ပါတယ် အထူးသဖြင့်တော့မြန်မာပြည်အောက်ပိုင်းဒေသတွေမှာ ပေါက်ရောက်တာများပါတယ် စိုက်ပျိုးပင်အဖြစ်တွေ့ရပါတယ်။ တိုင်းရင်းဆေးအသုံးအနေနဲ့ကတော့ အရွက် အပွင့် အမြစ်တွေကို အသုံးပြုတာဖြစ်ပါတယ်။

မေး------ဟုတ်ကဲ့ပါဆရာမ ဆက်ရှင်းပြပေးပါအုံးရှင်---

ဖြေ-------စံပယ်ပန်းရဲ့တိုင်းရင်းဆေးအကျိုးသွားနဲ့ အာနိသင်တွေကတော့ အရသာအားဖြင့် အေး ချို ခါး ဖန်မွှေး အရသာရှိပါတယ် ဝမ်းမီးကိုတောက်စေပြီး သလိပ်ကိုထွက်စေပါတယ် တွန့်ရှုံ့စေတတ်ပြီး လူကိုဝဖြိုးစေပါတယ်။မီးယပ်သွေးချုပ်ရောဂါ ချောင်းဆိုးရောဂါ နှလုံးဆီးချို သည်းခြေဒေါသဖောက်ပြန်သောရောဂါ ကိုယ်သားကိုယ်ရေ အလွန်ပူသောရောဂါ ရေငတ်ခြင်း အရေပြားရောဂါ သွားကိုက်သွားနာ အိပ်မပျော်ခြင်း စကားပြောမမှန်ခြင်မကြာခဏထိတ်လန့်ခြင်းမူးဝေခြင်းတိုကိုသက်သာပျောက်ကင်းစေပါတယ်။ ဆက်လက်ပြီး စံပယ်ပန်းရဲ့တိုင်းရင်းဆေးဖက်အသုံးဝင်ပုံတွေကိုတင်ပြပါ့မယ် ။ မီးယပ်သွေးချုပ်ရောဂါအတွက် စံပယ်ရွက်သတ္တုရည်ဟင်းစားဇွန်း(၁)ဇွန်းစာသောက်ပေးရင်သက်သာပျောက်ကင်းစေပါတယ် သလိပ်တွေများပြီး ချောင်းဆိုးနေရင် စံပယ်ရွက်(၇)ရွက်သတ္တုရည်ကိုပဲ ကြက်သွန်ဖြူသတ္တုရည်လက်ဖက်ရည်ဇွန်း**(၁)**ဇွန်ပိတ်ချင်းမှုန့်လက်ဖက်ရည်ဇွန်း(၁)ဇွန်းတိုနဲ့ရောစပ်တိုက်ပေးမယ်ဆိုရင်သက်သာပျောက်ကင်းစေပါတယ်။ကလေး များချောင်းဆိုးရင်တော့ စံပယ်ရွက်အခြောက်မှုန့်ရယ် ပေါက်ပန်းဖြူရွက်သတ္တရည်နှင့် လက်ချားရွှေး(၁)ရွှေးသား ငရုတ်ကောင်းရွှေးလေး(၁)ရွှေးတို့ကိုအမှုန့်ပြုပြီးတော့ပျားရည်နဲ့ရောလို့လျက်ပေးနိုင်ပါတယ်။

အဓိကကတော အဆုတ်နဲ့ပတ်သက်တဲ့ရောဂါတွေကို သက်သာပျောက်ကင်းစေပါတယ် အဆုတ်လေပြွန်ရောင်ခြင်း အဆုတ်အအေးမိခြင်းချောင်းဆိုးခြင်းတွေ ဖြစ်တဲ့အခါမျာ မှာ စံပယ်သတ္တုရွက်ငရုတ်ကောင်းစေ့ကြက်သွန်ဖြူဒန့်သလွန်မြစ်ပျား၇ည်တို့နဲ့ရောစပ်ပြီးလျက်ပေးမယ်ဆိုရင်သက်သာသာပျောက်ကင်းစေပါတယ် လူနာရဲ့အင်အားကိုကြည့်၍တိုက်ရပါ့မယ် ဒီဆေးကိုတိုက်ခြင်းဖြင့် အန်၍သော်၄င်း ဝမ်းသွား၍သော်၄င်းသလိပ်များထွက်လာပါလိမ့်မယ် ဒ့ါအပြင် ကင်းဆိပ်မိခဲ့ရင်စံပယ်ရွက်နဲ့မန်ကျည်းသီးစိမ်းထောင်းပြီးကင်းကိုက်တာပဲဖြစ်ဖြစ်ငါးရှူးဆူးတာပဲဖြစ်ဖြစ်အုံပေးပါကအဆိပ်ကိုသက်သာစေပါတယ် အထူးသဖြင့် စံပယ်ပန်းပွင့်လက်ဖက်ခြောက်ဟာနံမည်ကြီးပါပဲ ချွေးထွက်စေပြီး ဆီးနီဆီးနည်းဆီးပူရောဂါတွေကိုသက်သာပျောက်ကင်းစေပါတယ်ထန်းလျက်ပြုတ်ရည်မှာစံပယ်ရွက်(၂)ရွက်ထည့်သောက်ပေးမယ်ဆိုရင် မီးယပ်သွေးချုပ်ဂောဂါကိုသက်သာပျောက်ကင်းစေပါတယ်။

စံပယ်ပွင့်မှာပါဝင်တဲ့ဒြပ်ပေါင်းကတော့essentiol oils geraniol ဖြစ်ပါတယ်။ စံပယ်ပွင့်နဲ့ပတ်သက်လို့ပြောချင်ပါသေးတယ် စံပယ်ပန်းကိုရနံ့ကုထုံးအဖြစ် အသုံးပြုနိုင်ပါတယ် စံပယ်

ပန်းကိုအမျိုးသမီးများ ဆံကေသာမှာပန်ဆင်ထားရင်မိမိရောပတ်ဝန်းကျင်ကလူတွေပါစိတ်ကြည်နူးစေပါတယ်အိပ်ရာဘေးမှာထားအိပ်ရင်အိပ်ပျော်စေပါတယ်နှလုံးအားရှိစေပြီးစိတ်ကြွည်လင်လန်းဆန်းစေပါတယ်စံပယ်ပန်းခြောက်ကို ခေါင်းအုံးလုပ်ပြီးအိပ်ရင် ခေါင်းအုံခေါင်းကိုက်တဲ့ဝေဒနာကိုသက်သာစေပါတယ် နားအူနားလေး နားလေထွက်တဲ့ဝေဒနာကိုလည်း သက်သာစေနိုင်ပါတယ် တိုင်းရင်းဆေး ဆေးဖုံအမှတ်များတွင် အမှတ်(၁၅) အပူနိုင်သည်းခြေဆေးတွင် အပွင့်များနှင့်ဖော်စပ်ထားပြီး စံပယ်ပန်းပွင့်လည်းအပါအဝင်ဖြစ်ပါတယ် မူးဝေမောပန်း နှလုံးတုန် ရင်ခုန်ရောဂါများအတွက်အသုံးပြုပါတယ် အဓိကကတော့အပူလွန်နာတွေပျောက်ကင်းပါတယ်။

မေး-------ခုလိုပြည့်ပြည့်စုံစုံရှင်းပြပေးသောဆရာမကိုကျေးဇူးတင်ပါတယ်ရှင်။

ဖြေ------ဆရာမကလည်းတိုင်းရင်းဆေးပညာနဲ့ပတ်သက်လို့အသိပညာပေးတင်ပြခွင့်ပေးတဲ့မြန်မာ့အသံနဲ့သောတရှင်ပြည်သူလူထုကိုအထူးပင်ကျေးဇူးတင်ရှိပါတယ်ရှင်-----------သောတရှင်အပေါင်းကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာကျန်းမာချမ်းသာတော်မူကြပါစေရှင်---------------။