

အသည်းရောင်ရောဂါအကြောင်း

ဒေါ်သက်နှင်းဦး
ဌာနစိတ်မှူး
ဖွံ့ဖြိုးရေး
တိုင်းရင်းဆေးပညာဦးစီးဌာန

မေး- ဆရာမ မင်္ဂလာပါ။

ဖြေ- ဟုတ်ကဲ့ရှင် မင်္ဂလာပါ။

မေး- ယခုတစ်ပတ်အစီအစဉ်မှာ ဆရာမ တင်ပြဆွေးနွေးမယ့် အကြောင်းအရာကိုပြောပါဦးရှင့်။

ဖြေ- ယခုတစ်ပတ်သောတရုတ်များကို ကျွန်ုပ်တို့ပြောပြမယ့်အကြောင်းအရာကတော့ အသည်းရောင်ရောဂါ အကြောင်း ဖြစ်ပါတယ်။ အသည်းရောင်ရောဂါအကြောင်းကို မပြောခင် အသည်းအကြောင်းကို ပြောချင် ပါတယ်။

မေး- ဟုတ်ကဲ့ ပြောပါရှင်။

ဖြေ- အသည်းကို တိုင်းရင်းဆေးပညာမှာ ပါဠိဘာသာလို ယကန လို့ခေါ်ပါတယ်။ ယောအတွင်းဝန်မင်း ဦးဘိုးလှိုင် ရေးသားခဲ့တဲ့ ကာယနုပဿနာကျမ်းမှာဆိုရင် အသည်းက အနီအဖြူရောသော အနည်း ငယ်နီသော အဆင်းရှိပြီး သားမြတ်နှစ်ခုကြား လက်ယာနံပါးကိုမှီပြီး တည်နေကြောင်း ပင်လယ်ကသစ် ရွက် သဏ္ဌာန်ရှိပြီး အလယ်မှာကွဲနေကြောင်းယောက်သွားခုံးသဏ္ဌာန် ရှိကြောင်းလို့ ဆိုထားပါတယ်။ အသည်းရဲ့ အငယ်ဆုံးအရွယ်က (၅၆)ကျပ်သားကနေ အကြီးဆုံး ၁ ပိဿာ ၁၂ ကျပ်သားတိုင် အောင်ရှိ တယ်လို့ ပြဆိုပါတယ်။ များသော အားဖြင့်လူခန္ဓာကိုယ်အလေးချိန်ရဲ့ သုံးဆယ့်ခြောက်ပုံ တစ်ပုံရှိတယ်လို့ ပြဆိုပါတယ်။ လူမိုက်တို့၏အသည်းမှာဆိုရင် အကွဲမရှိ တစ်ခုတည်း ကြီးကြောင်း လူလိမ္မာတို့ အသည်း မှာ နှစ်ခု သုံးခုကွဲပြီး ငယ်၏လို့ဆိုထား ပါတယ်။ အနောက်တိုင်းဆေးပညာအရဆိုရင် အသည်းက Web Shape သပ် ပုံသဏ္ဌာန်ရှိပြီး ခန္ဓာကိုယ်ရဲ့ ညာဘက်ခြမ်း ဝမ်းဗိုက်အပေါ်ပိုင်းမှာရှိတယ်။ အသည်း မှာ အမွှာနှစ်ခုရှိပြီး အလေးချိန်အားဖြင့် ဆိုရင် 1-3ကီလိုဂရမ် အလေးချိန်ရှိပြီး ခန္ဓာကိုယ်မှာ အကြီးဆုံး Glandကြီးတစ်ခု ဖြစ်ပါတယ်။

မေး- အသည်းက ခန္ဓာကိုယ်အတွက် ဘာတွေကို အဓိကလုပ်ဆောင်ပေးပါသလဲ။

ဖြေ- အသည်းက ခန္ဓာကိုယ်အတွက်လုပ်ငန်းတာဝန်ပေါင်း ၅၀၀ကျော်လုပ်ဆောင်ပေးပါတယ်။ ခန္ဓာကိုယ် မှာ အလုပ်အများဆုံး လုပ်ဆောင်ပေးတဲ့ကိုယ်အင်္ဂါအစိတ်အပိုင်းဖြစ်ပါတယ်။ အဓိကအားဖြင့်အစာ ချေဖျက်မှုအတွက် သည်းခြေရည်ကို ထုတ်လုပ်ပေးခြင်းနဲ့ ခန္ဓာကိုယ်အတွင်း ဝင်ရောက်လာတဲ့ အစားအစာ ဆေးတွေမှာပါတဲ့ အဆိပ်အတောက်တွေကို စိစစ်ပြီး အဆိပ်တွေဖြေပေးပါတယ်။

မေး- အသည်းရောင်စေတဲ့ အကြောင်းတွေကို ပြောပြပေးပါဦး။

ဖြေ- အသည်းရောင်စေတဲ့ အကြောင်းတွေမှာ အဓိကအားဖြင့် ၁။အစားအသောက်၊ ဓါတ်ငွေ့၊ ဆေးဝါး အဆိပ်သင့်တာ။ ၂။အစားအစာ၊ရေ ကမ္ဘာဆင့်ခန္ဓာကိုယ်ထဲကို အသည်းရောင်စေတဲ့ ပိုးဝင်ရောက်လို့ ရောင်စေနိုင်တယ်။ ၃။သွေးကတဆင့် ခန္ဓာကိုယ်ထဲကိုအသည်းရောင်ပိုးဝင်ကူးစက်ဝင်ရောက်လို့ ရောင်

စေနိုင်တာလို့ အဓိက(၃)ခုရှိပါတယ်။ တိုင်းရင်းဆေးပညာအမြင်အားဖြင့်ဆိုရင် အထက်မှာပြောခဲ့တဲ့အကြောင်းတွေကြောင့် အသည်းမှာ ပိုး (သို့မဟုတ်) ဥဏ္ဍတဇောဓိတ်တွေများလာပြီး ဝင်ရောက်စွဲလောင်လို့ ဒါကြောင့် အသည်းက သူ့ရဲ့ ပုံမှန်လုပ်ငန်းအချို့ကို လုပ်ဆောင်နိုင်ခြင်းမရှိတော့ဘူး။ ခန္ဓာကိုယ်ကြီးမှာ အသည်းထိခိုက်လို့ဖြစ်တဲ့ လက္ခဏာတွေပေါ်လာပါတယ်။

မေး-လူတစ်ယောက် အသည်းရောင်နေပြီဆိုရင် ဘယ်လိုလက္ခဏာတွေနဲ့သိနိုင်မလဲ။

ဖြေ- အသည်းရောင်နေပြီဆိုရင် ပထမဆုံး ပျို့မယ်၊ အန်မယ်၊ ကြို့ထိုးမယ်၊ ဆီးနည်းမယ်၊ အသက်ရှူကြပ်ပြီး ချောင်းဆိုးမယ်။ အစားစားသောက်ချင်စိတ်မရှိဘူး။ အစားအသောက်ပျက်မယ်။ စားချင်ပြန် မယ်၊ ချမ်းစိမ့်စိမ့်ဖျားမယ်။ ရက်ကြာလာရင် ဆီးဝါဆီးနည်းလာမယ်။ အသားအရေဝါလာမယ်၊ မျက်စိ မျက်နှာဝါလာမယ်။ ခြေသည်းလက်သည်းတွေပါဝါလာမယ်။ ဝမ်းဗိုက်ညာဘက်ခြမ်း အသည်းနေရာက အောင့်လာမယ်။ အသည်းရောင်အသားဝါအဆင့်ပြောင်းလာမယ်၊ တခါတရံဝမ်းလျှော နိုင်ပါတယ်။ ရောဂါပြင်းမယ် ဆေးမကုသဘူးဆိုရင် ကယောင်ကတမ်းဖြစ်ပြီး သတိလစ် မေ့မြောတဲ့အထိဖြစ်နိုင်ပါတယ်။

မေး- တော်တော်ကြောက်စရာကောင်းတာပဲနော်။

ဖြေ- ဟုတ်ပါတယ်။ ခဏခဏ အသည်းရောင်တာကြာလာမယ်ဆိုရင် အသည်းပျက်စီးပြီး အသည်းခြောက်ရေဖျဉ်းဖြစ်လာမယ်၊ အဆိုးဆုံးကတော့ အသည်းကင်ဆာထိဖြစ်နိုင်လို့ဖြစ်ပါတယ်။

မေး- တိုင်းရင်းဆေးနည်းများနဲ့ ကုသနည်းတွေကိုလည်း သိချင်ပါတယ်။

ဖြေ- တိုင်းရင်းဆေးနည်းများနဲ့ အသည်းရောင်ရောဂါကို ကုသမယ်ဆိုရင် အသည်းရောင် ဖြစ်ကာစရေငတ်ပြီးဆီးနည်းတာ၊ ဝမ်းချုပ်တာနဲ့ ကိုယ်လက်တွေကိုက်ခဲတဲ့ အဆင့်မှာဆိုရင် အပူကိုငြိမ်းစေနိုင်တဲ့ ဆေးမျိုး၊ ဆီးဝမ်းကိုမှန်စေတဲ့ဆေးမျိုး၊ ခန္ဓာကိုယ်အပြင်ကို အာကာသရစေမယ့် အပွင့်ဆေးမျိုးပေးရပါမယ်။ တနေ့ကို (၄)ကြိမ်တိုက်ပါတယ်။ နံနက်ပိုင်းမှာ ဆေးအမှတ်(၁)မက်လင်ချဉ်ဆေးနဲ့ ဆေးအမှတ်(၂)ဆီးဆေးဖြူနှစ်မျိုးကို ဆတူညီမျှရောစပ်ပြီး ဆေး(၁)ဇွန်းကို သံပရာရည်နဲ့ တိုက်ပါမယ်၊ နေ့ခင်းပိုင်းနဲ့ ညနေခင်းမှာ ဆေးအမှတ်(၁) မက်လင်ချဉ်ဆေးနဲ့ ဆေးအမှတ်(၆)ဟလိဒွစုဏ္ဍငန်းဆေး နှစ်မျိုးကို ဆတူညီမျှရောစပ်ပြီး ဆေး(၁)ဇွန်းကို မြေဆီးဖြူပြုတ်ရည်နဲ့ တိုက်ပါမယ်။ ညပိုင်းမှာ ဆိုရင် ဆေးအမှတ်(၁၀) ဆီးရွှင်ဝမ်းနုတ်ဆေး (၁)ဇွန်းကို ရေအေးနဲ့ တိုက်ပါမယ်။

မေး- ဟုတ်ကဲ့ပါ။

ဖြေ- ဖြစ်တာ ရက်ကြာလာပြီဆိုရင်တော့ လူနာက ဆီးဝါတယ်၊ အသားအရောင်ဝါမယ်၊ အိပ်မပျော်ဘူး၊ အစားအသောက်ပျက်ပြီး အားနည်းလာတယ်၊ ဝမ်းလျှော လာမယ်၊ ဖျားမယ် အသည်းရောင်အသားဝါအဆင့်ဆိုရင် အပူငြိမ်းစေတဲ့ အအေးဆေးတွေ၊ အသည်းအားဖြစ်စေတဲ့ ဆေးတွေ၊ ခန္ဓာကိုယ်အပြင်ကို အာကာသရစေမယ့် အပွင့်ဆေးများ ပေးရပါမယ်။ တစ်နေ့ကို(၄)ကြိမ် တိုက်ပါမယ်။ နံနက်ပိုင်းမှာ ဆေးအမှတ်(၁၃)ဝိတ္ထုမ္မိတဆေးဖြူ ၁၁ ပါးဆီးဆေးကို ဇွန်းတစ်ဝက် သံပရာရည်နဲ့ တိုက်ပါမယ်၊ နေ့ခင်းပိုင်း၊ ညနေပိုင်းနဲ့ ညပိုင်းမှာဆိုရင် ဆေးအမှတ်(၁)မက်လင်ချဉ်ဆေးနဲ့ ဆေးအမှတ်(၁၆)အပူငြိမ်းဆေးနှစ်မျိုးကို (၁:၂)ရောစပ်ပြီးဆေး (၁)ဇွန်းကို ကင်ပွန်းချဉ်၊ ထန်းလျက်ပြုတ်ရည်တို့နဲ့ တိုက်ပါမယ်။

ညအိပ်ရာဝင်ခါနီးမှာ ဆိုရင် ဆေးအမှတ်(၈၀) အဘိညာဉ်ဆေးနဲ့ ဂလူးကိုစ့် ကို ဆတူညီမျှရောစပ်ပြီး ဆေး(၁)ဇွန်းကို ရေကျက်အေးနဲ့ တိုက်ရပါမယ်။

မေး- အသည်းရောင်ရောဂါတွက် အသုံးဝင်ပရဆေးပင်တွေကိုလည်း ပြောပြပေးပါဦး။

ဖြေ- အသည်းရောင်ရောဂါမှာအကျိုးအာနိသင်ရှိတဲ့ ကြိတ်မှန်၊ဆီးဖြူပင်၊ ဒန့်သလွန်၊ ငုရွှေဝါ၊ ဆေးခါးကြီး၊ နန္ဒင်းနဲ့ ပရနွတ်ဝါပင်တို့ကဆိုရင် နိုင်ငံတကာမှာ သုတေသနပြုထားတဲ့ အပင်တွေဖြစ်ပါတယ်။ တိုင်းရင်းဆေးသမားတော်ကြီးများ လက်တွေ့သုံးနေတဲ့ ဆေးဖက်ဝင်အပင်တွေကို ပြောရရင် ကင်ပွန်းချဉ်၊ ကျားမုတ်ဆိတ်၊ ကြက်သဟင်း၊ မြေဆီးဖြူ၊ သံပရာ၊ ပေါက်၊ ဗောက်လောက်ညို၊ ဆူးပန်းလုံး၊ ငုပင်၊ ရဲယို၊ ဂျင်းဆင်း၊ တပင်တိုင်မြန်နင်း၊ လင်ဇီး တို့ဖြစ်ပါတယ်။ ဆေးအာနိသင်ပိုမိုထက်မြက်စေဖို့ တိုင်းရင်းဆေးခန်းသုံးဆေးများနဲ့ တွဲသုံးတဲ့ တစ်မျိုးချင်းအသုံးပြုပုံတွေကတော့

-ဆီးဖြူသီးအရွက်ပြုတ်ရည်ကို နံနက် ည နှစ်ကြိမ်သောက်ပေးခြင်း

-ရေတကျည်းအစေ့ကို အမှုန့်လုပ်ပြီး ဆေးများနဲ့တွဲဖက်သောက်ခြင်း

-ဥသျှစ်ရွက်သတ္တုရည် ၁၂ပဲသား(ဟင်းစားဇွန်း၁ဇွန်းခန့်) ကိုငရုတ်ကောင်းမှုန့်အနည်းငယ်ရောပြီး သောက်ပေးခြင်း

-အောင်မဲဖြူ အစေ့ကိုလှော် အမှုန့်လုပ်ပြီး တစ်ခါသောက်ရင် လက်ဖက်စားဇွန်းတစ်ဝက်ခန့်သောက်ပေးခြင်း

-ကြက်ဟင်းခါးရွက်အရည်ကို ဖန်ခါးသီးနှင့်သွေးသောက်ခြင်း

-ကြိတ်မှန်ရွက်သတ္တုရည်ကို ငြုတ်ကောင်းမှုန့်ရောပြီး နံနက်စောစောမှာ ဒိန်ချဉ်ရည်နဲ့ သောက်ပေးခြင်း

-ဆင်တုံးမနွယ်ကိုကြိတ်၍ ဒိန်ချဉ်ရည်နှင့်သောက်ပေးခြင်း တို့ကြောင့်ဆေးစွမ်းပိုတိုးစေပါတယ်။

လိမ်းဆေးအနေနဲ့ ကင်ပွန်းချဉ်အရွက်နုကိုအသည်းရောင်တဲ့နေရာမှာ ကြိတ်ပြီးလိမ်းပေးခြင်း

-ခဝဲသီးအစေ့ကို ရေနဲ့ကြိတ်ပြီး အသည်းရောင်တဲ့နေရာကို လိမ်းပေးနိုင်ပါတယ်။

-သက်ရင်းကြီးအမြစ်အခေါက်ကို အမှုန့်လုပ်ပြီးသောက်တာ၊ အသည်းရောင်တဲ့ နေရာကို သွေးပြီးလိမ်းတာ၊ ကြပ်ထုပ်ထိုးတာတွေလည်း ဖြည့်စွက်ကုထုံးအနေနဲ့လုပ်ပေးနိုင်ပါတယ်။

မေး- အသည်းရောင်လူနာကို ဘာတွေကျွေးပြီး ဘယ်လိုအစာတွေရွှောင်ခိုင်းရမလဲ။

ဖြေ- အသည်းရောင်နေတဲ့ လူနာကို ငါးချင်း၊ ငါးလူး၊ ငါးသလဲထိုးကို ကင်ပွန်းချဉ်နဲ့ အရည်ဆမ်းစားလေးချက်ကျွေးမယ်။ ဖန်ခါးသီးကို ငါးရှဉ့်နဲ့ ကြော်စားစေမယ်။ ပရနွတ်ရွက်ကို ငါးပနော်နဲ့ ကြော်ချက်စားပေးတာ ဟင်းချိုချက်သောက်ပေးတာတို့ကို ဓါတ်စာအဖြစ်ပေးနိုင်ပါတယ်။ အစာကြေ လွယ်တဲ့ အစာတွေကို စားစေမယ်။ ရှောက်သီး၊ သံပရာသီးကို သကြားနဲ့ ဖျော်ရည်တိုက်မယ်။ ဒါမှမဟုတ် ကင်ပွန်းချဉ်ရွက်အရင့်တွေကို ထန်းလျက်နဲ့ ပြုတ်ရည် တိုက်ပေးနိုင် ပါတယ်။

မေး- ရှောင်သင့်တဲ့ အစာတွေကိုလည်း ပြောပေးပါဦး။

ဖြေ- ဆီကြော်တွေ၊ ဆီများတဲ့ဟင်း၊ လက်လုပ်ချဉ်တွေ၊ အပူအစပ်တွေ၊ အပူအစပ်လွန်ကဲတဲ့ ဟင်းခတ်အမွှေးအကြိုင်တွေ၊ အရောင်ဆိုးထားတဲ့ အစားအသောက်တွေ၊ တာရှည်ခံ အောင်လုပ်ထားတဲ့ အစားအစာတွေ၊ ကော်ဖီ၊ အရက်၊ ဆေးလိပ် သောက်တာတွေကို ရှောင်ရပါမယ်။ မလိုအပ်ဘဲဆေးထိုးတာ၊

စုတ်ထိုးတာ၊ ဆေးသွင်းတာတွေရှောင်ရပါမယ်။ သန့်ရှင်း လတ်ဆတ်တဲ့ အစားအသောက်တွေကို စားပေးရမယ်။ အစားမစားခင်နဲ့ အစာစားပြီးတိုင်း၊ အိမ်သာတက်ပြီးတိုင်း လက်ကို ဆပ်ပြာနဲ့ သန့်ရှင်းစွာ ဆေးရပါမယ်။

-လူနာကို ရေများများတိုက်ပေးရပါမယ်။ တစ်နေ့ကို ရေမတ်ခွက်နဲ့ (၁၀)ခွက်ကနေ (၁၅)ခွက် လောက်သောက်ပေး ရပါမယ်။ ရေသန့်မရနိုင်ဘူးဆိုရင် ရေကို ကျိုချက်သောက်ပေးပါ။

မေး- တခြားဘာတွေများလုပ်ဆောင်ဖို့လိုအပ်ပါသလဲ။

ဖြေ- လူနာခံစားနေရတဲ့ လက္ခဏာတွေပျောက်သွားပေမယ့်လည်း သူ့ကို အိပ်ရာပေါ်မှာ ငြိမ်ငြိမ်လေး အနားယူခိုင်းထားရပါမယ်။ (၃)ပတ်လောက်ကြာအောင်နားပေးရပါမယ်။ အသည်းရောင်လူနာက အစားအသောက်အနေအထိုင် မဆင်ခြင်ဘူးဆိုရင် အသားဝါရောဂါမှ တဆင့် အသည်းပျက်စီးပြီး အသည်းခြောက်၊ အသည်းကြွပ်ရေဖျဉ်းတို့ အသည်းကင်ဆာတို့ထိ ဖြစ်နိုင်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ရောဂါဖြစ်ရင် မပေါ့ဆဘဲ အချိန်မီ ဆေးကုသမှုခံယူကြဖို့ တိုက်တွန်းလိုက်ပါတယ်။

မေး- ကျေးဇူးတင်ပါတယ်။

ဖြေ- ဟုတ်ကဲ့ ကျေးဇူးတင်ပါတယ်ရှင်။