လက်တွေ့အသုံးချဆေးဖက်ဝင်အပင်များ

အတွဲ (၉)

Commonly Used Herbal Plants Vol; 9

Ministry of Health

Department of Traditional Medicine

November 2006

ကျန်းမာရေးနှင့်အားကစားဝန်ကြီးဌာန

တိုင်းရင်းဆေးပညာဦးစီးဌာန

လက်တွေ့အသုံးချ ဆေးဖက်ဝင်အပင်များ

အတွဲ (၉)

DTM

COMMONLY USED HERBAL PLANTS

VOLUE (9)

အမှာစာ

ကျန်းမာရေးနှင့်အားကစားဝန်ကြီးဌာန၊ တိုင်းရင်းဆေးပညာဦးစီးဌာန အနေဖြင့် လက်တွေ့ အသုံးချဆေးဖက်အပင်များ အတွဲ(၉)အား ဆက်လက် ထုတ်ဝေလိုက်ပါသည်။ ၎င်းဆေးပင်များသည် ရှေးဟောင်းဆေးကျမ်းများတွင် လည်းကောင်း၊ ယခုလက်ရှိ တိုင်းရင်းဆေးသမားတော်ကြီးများ ဆေးဝါး ဖော်စပ်ရာတွင်လည်းကောင်း၊ အချို့သုတေသနပြုပြီး အမှန်တကယ် အသုံးဝင် သည့် ဆေးပင်များလည်းကောင်း၊ ပြည်သူလူထု အလွယ်တကူ အသုံးပြုနိုင် စေရန် ရည်ရွယ်၍ သတ္တမအကြိမ် တိုင်းရင်းဆေးသမားတော်များ ညီလာခံကို ကြိုဆိုဂုဏ်ပြုသောအားဖြင့် ရေးသားထုတ်ဝေလိုက်ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ဤစာအုပ်ငယ်ကို လေ့လာဖတ်ရှုခြင်းအားဖြင့် ပြည်သူလူထု အနေဖြင့် မိမိတို့၏ တစ်ကိုယ်ရေကျန်းမာရေးကို စောင့်ရှောက်ရာတွင် အထောက်အကူ ဖြစ်စေသည့်အပြင် ရာသီအလိုက် ဖြစ်ပေါ် လာတတ်သော ရောဂါငယ်များနှင့် အသက်အန္တရာယ်ပြုနိုင်သည့် ရောဂါဆိုးကြီးများ၏ ဘေးမှကာကွယ် ကုသရာ တွင် အကျိုးဖြစ်ထွန်းနိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။

နောင်ကိုလည်း ဆက်လက်ထုတ်ဝေသွားမည် ဖြစ်ပါသည်။

တိုင်းရင်းဆေးပညာဖွံ့ဖြိုးမှုကော်မတီ
တိုင်းရင်းဆေးပညာဦးစီးဌာန
ကျန်းမာရေးနှင့်အားကစားဝန်ကြီးဌာန

တိုင်းရင်းဆေးပညာဆိုင်ရာ
အဓိပ္ပါယ်ဖွင့်ဆိုသတ်မှတ်ချက်များ

၁။ သတ္တုရည် - သစ်ပင်၏ အရွက်၊ အပွင့်၊ အသီး၊ အခေါက်၊ အမြစ် တစ်မျိုးမျိုးကို ထောင်းထုကြိတ်ညှစ်ရသောအရည်၊

၂။ ပြုတ်ရည် - အပင်၏ အခေါက်၊ အသီး၊ အပွင့်၊ အရွက် စသည့် အစိတ်အပိုင်းလက်တစ်ဆုပ်စာ(၃ ကျပ်သား၊ ၅ကျပ်သား) အား ရေလက်ဖက်ရည် ပန်းကန်လုံး(၁)လုံး၊ (၈)ကျပ်သားကျန်သည်အထိ ကျိုထားသော အရည်၊

၃။ ပဥ္စငါးပါး -
သစ်ပင်၏အခေါက်၊ အသီး၊ အပွင့်၊ အရွက်၊ အမြစ် ဟူသော ဆေးဖက်ဝင် အစိတ်အပိုင်း ၅ မျိုး

၄။ အမှုန့် -
သစ်ပင်၏ ပဥ္စငါးပါးမှတစ်မျိုးမျိုးကို အခြောက်လှန်း၍ နူးညံ့သော ဆေးမှုန့်များရရှိသည်အထိ ထောင်းထု ကြိတ်ယူ ရရှိသော အမှုန့်

၅။ အခေါက် - သစ်ပင်၏ ပင်စည်မှ ရရှိသောအခေါက်

၆။ အမြစ်ခေါက် - သစ်ပင်၏အမြစ်မှရရှိသော အခေါက်

၇။ ဇွန်း - လက်ဖက်ရည်ဇွန်း

၈။ ပန်းကန်လုံး - ကော်ဖီ လက်ဖက်ရည်သောက်ရာတွင် အသုံးပြုသော ပန်းကန်လုံး

၉။ အကြမ်းပန်းကန်လုံး
- ရေနွေးကြမ်း/ လက်ဖက်ရည်ကြမ်း သောက်ရာတွင် အသုံးပြုသော ပန်းကန်လုံး

၁၀။ ရေနွေး - ကျိုက်ကျိုက်ဆူအောင် မီးဖြင့်အပူပေးထားသောရေ

၁၁။ တစ်ကြိမ် - တစ်ခါသောက်ပမာဏ၊

၁၂။ လက်တစ်ဆုပ်စာ - များသောအားဖြင့် ဆေးဖက်၌ အသုံးပြုသော အရွက်လက် တစ် ဆုပ်ပဏာမ၊ အလေးချိန်အားဖြင့်(၃ ကျပ်သားမှ ၅ကျပ်သားအထိ)

၁၃။ ကလေး - အသက်တစ်ဆယ့်နှစ်နှစ်အထိ (တစ်နှစ်မှ ဆယ့်နှစ် နှစ်ထိ)

၁၄။ လူကြီး - အသက်တစ်ဆယ့်နှစ်နှစ်အထက်

၁၅။ အမှုန့်ပြုလုပ်ပုံ -အပင်ကြီးများ၏ ပဥ္စငါးပါးအား နေပူတွင်လည်းကောင်း၊ အပင်ငယ်များအား နေရိပ်တွင် လည်းကောင်း ခြောက်သွေ့အောင် ပြုလုပ်ထား သော အမှုန့်

၁၆။ သွေးရည် - ဆေးဖက်ဝင်အပင်၏ အသီးခွံ၊ အခေါက်အမြစ် စသည် တို့အား ရေဖြင့်ပျစ်ပျစ်သွေး၍ ရသောအရည်၊

DTM

မှတ်ချက် (၁)

တစ်နှစ်အောက်နို့စို့ကလေးနှင့် ကိုယ်ဝန်ဆောင်မိခင်များအား ဆေးမှုန့်၊ ဆေးရည်တိုက်ကျွေးရာတွင် တိုင်းရင်းဆေးသမားတော်များ၏ ညွှန်ကြားချက်အတိုင်း သုံးစွဲတိုက်ကျွေးရမည်။

မှတ်ချက် (၂)

ကလေးအသက်အရွယ်ပေါ်မူတည်၍ လူကြီးတစ်ခွက်စာ၏ တစ်ဝက်/သုံးပုံ တစ်ပုံ သာ သောက်သင့်ပါသည်။

မှတ်ချက်(၃)

အသုံးပြုသည့်ဆေးဖက်ဝင်ပစ္စည်းများအား သန့်ရှင်းစင်ကြယ်စွာဆေးကြောပြီးမှ သုံးစွဲသင့် ပါသည်။

မြန်မာအလေးချိန်နှင့် မက်ထရစ်စနစ်နှိုင်းယှဉ်ဖော်ပြချက်

မြန်မာအလေးချိန် Myanmar Weight	မက်ထရစ် Metric System		အင်္ဂလိပ် British System	
	ဂရမ်	ကီလိုဂရမ်	ဂရိန်	အောင်စ
၁ ရွေးလေး	၀.၁၃၆	-	၂.၁	-
၁ ရွေးကြီး	၀.၂၇၂	-	၄.၂	-
၁ ပဲသား	၁.၀၂၀	-	၁၅.၇၅	၀.၀၃၆
၁ မူးသား	၂.၀၄၁	-	၃၁.၅	၀.၀၇၂
၁ မတ်သား	၄.၀၈၂	-	၆၃	၀.၁၄၄
ငါးမူးသား	၈.၁၆၄	-	၁၆၂	၀.၂၈၈
၁ ကျပ်သား	၁၆.၃၂၉	၀.၀၁၆	၂၅၂	၀.၅၇၆
အဝက်သား	၂၀၄.၁၁	၀.၂၀၄	၃၁၅၀	၇.၂
အစိတ်သား	၄၀၈	၀.၄၀၈	၆၃၀၀	၁၄.၄
ငါးဆယ်သား	၈၁၆	၀.၈၁၆	၁၂၆၀၀	၂၈.၈
တစ်ပိဿာ	၁၆၃၂	၁.၆၃၂	၂၅၂၀၀	၅၇.၆

မှတ်ချက်။ ။ တစ်ပိဿာလျှင် ၃.၆ ပေါင် (3.6 pounds) ရှိသည်။

ကိုးကားသောဆေးကျမ်းများ

၁။ ပုံပြဆေးအဘိဓာန် (ပထမတွဲ)
၂။ ပုံပြဆေးအဘိဓာန် (ဒုတိယတွဲ)
၃။ ပုံပြဆေးအဘိဓာန် (တတိယတွဲ)
၄။ ပုံပြဆေးအဘိဓာန်(စတုတ္ထတွဲ)
၅။ အခြေပြုဆေးအဘိဓာန်
၆။ ဆေးအဘိဓာန်အဖွင့်ကျမ်း
၇။ ဒဗ္ဗဂုဏပကာသနီကျမ်း
၈။ ရှုတော်မူဆေးအဘိဓာန်
၉။ မြန်မာ့ဆေးဝါးပင်များ
၁၀။ နာနာနယအာဟာရစွယ်စုံကျမ်း
၁၁။ ဥတုဘောဇနသင်္ဂဟကျမ်း
၁၂။ တိုင်းရင်းဆေးကောင်စီဝင်သမားတော်ကြီးများ၏ လက်တွေ့ကုထုံးများ
၁၃။ Indian Medicine plants (Volume – 1)
၁၄။ Indian Medicine plants (Volume – 2)
၁၅။ Indian Medicine plants (Volume – 3)
၁၆။ Indian Medicine plants (Volume – 4)
၁၇။ Compendium of Indian Medicinal plants

DTM

မာတိကာ

စဉ်	အပင်အမည်	စာမျက်နှာ
၁။	ကနခိုပင်	၁
၂။	ကိုယ်ရံကြီးပင်	၉
၃။	ကြစုပင်	၁၅
၄။	ခြံစည်းရိုးကြက်ဆူပင်	၂၅
၅။	ခရမ်းသီးပင်	၃၁
၆။	ခေါင်ရမ်းပင်	၄၃
၇။	စံကားဝါပင်	၄၉
၈။	စံပယ်ပင်	၅၇
၉။	ဆေးမခန်းပင်	၆၃
၁၀။	၁၂ ရာသီပင်	၆၉
၁၁။	ဖွန်ပန်းပင်	၇၅
၁၂။	နန်းလုံးကြိုင်ပင်	၈၁
၁၃။	ပရန္နဝါပင်	၈၇
၁၄။	ပင့်ကူထိပ်ပိတ်ပင်	၉၃
၁၅။	မုန်ညှင်းဖြူပင်	၉၉
၁၆။	ယူကလစ်ပင် (ပြည်လုံးချမ်းသာ)	၁၀၅
၁၇။	သီးသီးပင်	၁၁၁
၁၈။	အလိုကျူပင်	၁၁၇
၁၉။	သြဇာပင်	၁၂၃
၂၀။	ဣသရမူလီပင်	၁၃၁

ကနခိုပင်

ကနခိုပင်

ကနခိုပင်

၁။ ရုက္ခဗေဒအမည် - Croton tiglium Linn.

၂။ မျိုးရင်း - EUPHORBIACEAE (ကြက်ဆူမျိုးရင်း)

၃။ အခေါ်အဝေါ်

(က) မြန်မာအမည် - ကနခို

(ခ) အင်္ဂလိပ်အမည် - Putging croton

(ဂ) ဟိန္ဒီယအမည် - ဂျမာလ် ဂိုဋ္ဌာ

(ဃ) ရှမ်းအမည် - Mai- Hkang

၄။ ပုံသဏ္ဌာန်

အပင် အမြဲစိမ်းလန်းသော ပင်လတ်မျိုးဖြစ်သည်။ အမြင့်ပေ ၁၅ ပေမှ ၂၀ ပေ အထိရှိသည်။ ပင်စည်ခေါက်မှာ ညိုပြာရောင် ရှိ၍ လုံးပတ်ချောသည်။

အရွက် ရွက်လွှဲထွက်သည်။ ဘဲဥပုံသဏ္ဌာန်ရှိ၍ အဖျားချွန်သည်။ ရွက်ပြားပြောင်ချော၍ ရွက်ကြော ထင်ရှား သည်။အရွက်တွင် ခွေးသွားစိတ် ကလေးများ ပါရှိပြီး အစိမ်းရောင်ဖြစ် သည်။

အပွင့် အပွင့်များသည် သေးငယ်ပြီး အဖိုပွင့်၊ အမပွင့် ရှိသည်။ နယုန်၊ ဝါဆိုလတွင် ပွင့်သည်။

အသီး ထောင့် ၃ ထောင့်ပါရှိသော အက်ကွဲသီး ဖြစ်သည်။ အစေ့ ချောမွတ်၍ ရှည်မျှော မျှောပုံရှိသည်။ တပို့တွဲလမှ ကဆုန်လအတွင်း အသီးရင့်မှည့်သည်။ အကန့်များထဲမှ ကနခိုစေ့အ ဆန်များရှိသည်။ ကနခိုစေ့တွင် စိမ်းခြင်း၊ ဝါခြင်း၊ ပူခြင်း၊ အနံ့ရှိခြင်း နှင့် ၃၀ % မှ ၄၀ % အထိ အဆီထွက်ရှိသည်။

၅။ ပေါက်ရောက်သည့်ဒေသ

မြန်မာနိုင်ငံအလယ်ပိုင်းဒေသများတွင် စိုက်ပျိုးသည်။ အမြင့်ပေ ၂၀၀၀ အထိ စိုက်ပျိုးနိုင် သည်။

၆။ ပေါက်ရောက်ပုံ

- စိုက်ပျိုးပင် အဖြစ်တွေ့ရှိရသည်။

၇။ အသုံးပြုသည့်အစိတ်အပိုင်း

- အစေ့နှင့် အစေ့အဆီကို အသုံးပြု သည်။

၈။ ဆေးအာနိသင်

ကနခိုစေ့ဆန်သည် ပူ၊ ဆိမ့် စပ် အရသာရှိသည်။ အကျိုးသွား အနေဖြင့် ဝမ်းသက်စေသည်။ ပိုးနာ၊ လေချုပ်သော အနာစမြင့်ခံခြင်းကို သက်သာ ပျောက်ကင်းစေပါသည်။ ကနခိုစေ့သည် ပူသောသတ္တိရှိ၍ လေဒေါသနှင့် သလိပ်ဒေါသဖောက်ပြန်ခြင်းကို သက်သာ ပျောက်ကင်းစေပါသည်။ ဝမ်းမီးကို တောက်စေပါသည်။ အစေ့ဆီသည် လေ၊ သလိပ်ကိုကြေစေ သည်။ ဝမ်းတစစ်စစ် သက်သောရောဂါကို သက်သာပျောက်ကင်းစေသည်။ အဆိပ်ကိုလည်း ပြေစေသည်။ ကနခိုစေ့ကို ဆေးဖက်၌ အသုံးပြုရာ၌ အခိုး သတ်ပြီး အသုံးပြုရပါမည်။ ကနခိုအခိုးသတ်နည်းအိုးတစ်လုံးတွင်ဆန်ဆေးရည် (သို့မဟုတ်) ရေကို ထည့်၍ ကနခိုစေ့ များကို ပဲကြီးစေ့တစ်စေ့နှင့် အတူနူးသည်အထိ ပြုတ်ပါ။ တစ်နည်းမှာ မန်ကျည်းရွက်၊ ကင်ပွန်းရွက်ဖြင့် ပြုတ်၍ လည်းကောင်း၊ ရှားစောင်းလက်ပပ်ဖြင့် ပြုတ်၍လည်းကောင်း၊ (သို့မဟုတ်) ကနခိုစေ့ထဲမှ အညှောင့်ကိုထုတ်၍ လှော်ခြင်းဖြင့်လည်းကောင်း၊ ကနခိုကို အဝတ်နှင့်ထုပ်၍ ကြိုးနှင့်ဆွဲပြီး၊နွားနို့နှင့် (၁)နာရီကြာအောင် ပြုတ်၍လည်းကောင်း၊ အခိုးသတ်ကြရသည်။ အခိုးသတ်ပြီး မှ အသုံးပြု သင့်သည်။

၉။ အသုံးပြုပုံ

(၁) ကနခိုစေ့ကို သောက်လျှင်ဝမ်းသွား၏။ ၎င်းအစေ့ကို ဝမ်းဗိုက်အတွင်း ရေစုဝေးနေသော အဖေါ်ရောဂါများ၌ စုဝေးနေသောရေကို ထုတ်ယူရန်အတွက် တိုက်ကျွေးသည်။ အပူငုပ်ဖျားများ၌ ကနခိုတိုက်လျှင် ဝမ်းသက်၍ အဖျား၏ အခိုးအငွေ့တို့ကို ထွက်ကုန်စေခြင်းဖြင့် အဖျားကျစေသည်။ ဝမ်းဗိုက် အတွင်း ရှိသော ပိုးတို့ကိုသေစေပါသည်။ အူတွင်စုနေသော ရေများ၊ သန်ရည်များ၊ ပြည်များ၊ သွေးရည်ကြည်များ၊အက်ဆစ်ရည်များသည် ပြင်ပသို့ရောက်အောင် ဝမ်းသက်စေသောသတ္တိများ ကနခိုတွင်ရှိသည်။

(၂) ကနခိုစေ့ကို ဝမ်းနုတ်ဆေး၊ အပူအပုပ်ချဆေးများတွင် ထည့်သွင်းအသုံးပြုသည်။
(၃) ကင်းမြီးကောက်ကိုက်သော ဒဏ်ရာတွင် ကနခိုစေ့သွေး လိမ်းပေးသော် ကင်းမြီးကောက်အဆိပ် သက်သာပျောက်ကင်းစေသည်။
(၄) ကနခိုစေ့အဆီကို ချင်းစိမ်းရည်နှင့်ရော၍ သူငယ်နာ၊ ပန်းနာရင်ကျပ်၊ ချွဲယိုင်ဆေး အဖြစ် အသုံးပြုနိုင်သည်။
(၅) ကနခိုစေ့အဆီ ၁ ဆနှင့်အုန်းဆီ ၈ဆ ရောစပ်၍ အဆစ် အမျက်ကိုက်သောရောဂါကို လိမ်းပေးပါက သက်သာပျောက် ကင်းစေသည်။
(၆) ဝမ်းမိုက်ရောင်သောရောဂါ၊ အကြောတက်ရောဂါ၊ အဖျား ရောဂါ၊ ရောင်နာ၊ ရင်းနာ၊ လည်ချောင်းနာနှင့်ပတ်သက်သာရောဂါများတွင် အသုံးပြုသည်။

၁၀။ ကနခိုစေ့ကို မမှီဝဲသင့်သူများ (သတိပြုရန်)

(၁) ငယ်ရွယ်သောကလေးငယ်များ
(၂) အသက်ကြီးရင့်သူများ
(၃) ပိန်ကြုံသူများ
(၄) အားနည်းသူများ
(၅) ကိုယ်ဝန်ဆောင်သူများ
(၆) မြင်းသရိုက်ရောဂါရှိသူများ
(၇) ပိတ်ဝမ်းရောဂါရှိသူများ
(၈) အစာသစ်အိမ်၊ အစာဟောင်းအိမ်၊ အနာရှိသော ပုဂ္ဂိုလ်များ
(၉) အူရောင်ရောဂါရှိသူများ
(၁၀) အူ၏ အဝအစိတ်အပိုင်း ရောင်တင်းသူများ

မှတ်ချက်။ ။ ကနခိုနှင့်ပတ်သက်သော ဆေးများကို စားပြီးလျှင် ချိုဆိမ့်အရသာရှိသော ဆန်ပြုတ်၊ နွားနို့၊ နို့မှုန့်များကို သောက်ပေးရမည်။ ခန္ဓာကိုယ်အတွင်း၌ ကနခို၏ အရှိန် ကုန်အောင်သောက်ရခြင်း ဖြစ်သည်။

၁၁။ ပါဝင်သောဓာတုဒြပ်ပေါင်းများ

ကနခိုပင်တွင်ပါဝင်သော ဒြပ်ပေါင်းများမှာ β- sitosterol from seeds, phrbol- 12 tiglate-13 decanoate နှင့် amino acid from oil တို့ဖြစ်ပါသည်။

ကိုယ်ရံကြီးပင်

ကိုယ်ရံကြီးပင်

ကိုယ်ရံကြီးပင်

၁။ ရုက္ခဗေဒအမည် - Crinum asiatium Linn.

၂။ မျိုးရင်း - AMARYLLIDACEAE
(ခတ္တာမျိုးရင်း)

၃။ အခေါ်အဝေါ်

(က) မြန်မာအမည် - ကိုယ်ရံကြီး

(ခ) အင်္ဂလိပ်အမည် - Lily Poison Bulb

(ဂ) ဟိန္ဒီအမည် - နာဘ်-ဒမနီ

၄။ ပုံသဏ္ဌာန်

အပင်

အရွက်များမြေဥကပ်ထွက်၏။ ပင်စည်ရိုးတံမရှိပေ။ ဥ၊ အတက် အလွန်ကြီး သည်။ အဖြူရောင်ရှိသည်။

အရွက် ၁ ပေခွဲ(သို့မဟုတ်) ၄ပေခန့်ရှိသော ရှည်လျားသောအရွက်များ မြေမှစု၍ ထွက်သည်။ ရွက်ပြားနှစ်ဖက်စလုံး ချောမွတ်သည်။ ရွက်နားညီ၍ ရွက်ထိပ်ချွန်သည်။ အရွက်အသားထူ သည်။ အစိမ်းရောင်ရှိသည်။ အရွက် ထောင် မတ်သည်။

အပွင့် အဖြူရောင်ရှိသည်။ အနံ့မွှေးသည်။ မိုးရာသီတွင် ပွင့်သည်။ အသီးအနည်းငယ်လုံးဝိုင်းသည်။ အစေ့ တစ်စေ့ သာ ပါဝင်သည်။

၅။ ပေါက်ရောက်သည့်ဒေသ

မြန်မာနိုင်ငံအနှံ့အပြားတွင် ပေါက်ရောက်သည်။ အပူပိုင်းဒေသများတွင် အများအပြား တွေ့ ရှိရသည်။

၆။ ပေါက်ရောက်ပုံ-

သဘာဝပေါက်ပင် အဖြစ်လည်းကောင်း၊ စိုက်ပျိုးပင် အဖြစ် လည်းကောင်း နှစ်မျိုးစလုံး တွေ့ရှိရသည်။

၇။ အသုံးပြုသည့်အစိတ်အပိုင်း

- အရွက်၊ ဥ ကို အသုံးပြုသည်။

၈။ ဆေးအာနိသင်

အရသာမှာ ခါးစပ်သော အရသာရှိသည်။ အရွက်သည် ကြေကျက်လွယ်သည်။ သလိပ် ဒေါသနှင့် သည်းခြေဒေါသကိုနိုင်သည်။ ရေဖျဉ်းရောဂါ၊ သရက်ရွက်ရောဂါ၊ အဆစ်ရောင်၊ အဆစ်ကိုက်ရောဂါတို့ကို သက်သာပျောက်ကင်းစေပါသည်။ ကိုယ်ရံကြီးဥသည် အစာကိုကြေစေ သည်။ ဆီးအောင့်နာ၊ ဖောရောင်နာ၊ ကိုယ်လက်ကိုက်ခဲနာ၊ သွေးဖောက်ပြန်ခြင်း ကြောင့်ဖြစ်သော ယားယံနာကိုနိုင်သည်။ ပင့်ကူဆိပ်၊ မြွေဆိပ်ကိုနိုင်သည်။ အနာပေါက်အမျိုးမျိုးကို သက်သာပျောက်ကင်းစေပါ သည်။

၉။ အသုံးပြုပုံ

(၁) အဖောရောဂါများအတွက် အရွက်ပြုတ်၍ ရေချိုးပေးခြင်း၊ အရွက်သတ္တုရည်ကို သနပ်ခါးနှင့် ခပ်ပျစ်ပျစ်သွေး၍ လိမ်းပေးခြင်းဖြင့် အဖောကို ကျစေပါသည်။

(၂) ခါးနာခြင်း၊ ဒူးနာခြင်း၊ ရောင်ခြင်းနှင့် ထိခိုက်ရှနာများ၌ အရွက်ကိုမီးကင်၍

(၁) နာရီခန့် အုံပေးခြင်း၊ စည်းပေးခြင်းဖြင့် သက်သာပျောက်ကင်းစေပါသည်။

(၃) အရွက်သတ္တုရည်ကို လိမ်းပေးခြင်းဖြင့် အရေပြားယားယံ ခြင်းကို သက်သာပျောက်ကင်းစေပါသည်။

(၄) အနာမီး၊ အနာလျှံ၊ အပူကြောင့်ဖြစ်သော အနာများအ တွက် ကိုယ်ရံကြီးဥကို သွေး၍ လိမ်းပေးပါက သက်သာပျောက်ကင်းစေသည်။ အနာအကျိတ် အဖုတို့အတွက် ကိုယ်ရံကြီးဥကို ထုခြေပြီး စည်းပေးပါက သက်သာ ပျောက်ကင်းစေပါသည်။

(၅) အဆိပ်ကို ပယ်စေတတ်သောသတ္တိရှိ၍ အဆိပ်သင့်သော ရောဂါများ၌ လျှာကိုပွတ်ပေးခြင်းဖြင့် သက်သာပျောက်ကင်းစေပါသည်။ အဆိပ်သင့်သော ရောဂါများတွင် တိုင်းရင်းဆေးကု ဌာနသုံး ဆေးနံပါတ်(၃၂) နန်းတွင်းလျှာပွတ်ဆေး ဖော်စပ်ရာတွင် ကိုယ်ရံကြီးဂမုန်းဥကို ထည့်သွင်းဖော်စပ်၍ အသုံးပြုကြောင်း တွေ့ရပါသည်။

၁၀။ ပါဝင်သော ဓာတုဒြပ်ပေါင်းများ

ကိုယ်ရံကြီးပင်တွင်ပါဝင်သောဒြပ်ပေါင်းများမှာ Alka-loid, and Glucopyranoside and tannic acid တို့ဖြစ်ပါသည်။

DTM

ကြစုပွင့်

ကြစုသီး

ကြစုပင်

၁။ ရုက္ခဗေဒအမည် - Terminalia citrine Fleming.

၂။ မျိုးရင်း - COMBRETACEAE (ထောက်ကြံ့မျိုးရင်း)

၃။ အခေါ်အဝေါ်

(က) မြန်မာအမည် - ကြစု

(ခ) အင်္ဂလိပ်အမည် - Fruit of Citrina, Citrina Myrobalam

(ဂ) ဟိန္ဒီအမည် - ဟာရိတကီ

၄။ ပုံသဏ္ဍာန်

အပင်

အပင်ကြီးမျိုးဖြစ်သည်။ ပေ ၆၀ မှ ၈၀ အထိမြင့်သည်။ ပင်စည်သည် ဖြောင့်တန်းသည်။

အရွက်

အရွက်များသည် ရွက်ဆိုင် ထွက်သည်။ အရွက်များသည် ၃ လက်မမှ ၆ လက်မထိရှည်သည်။ အရွက်ပြောင် ချော သည်၊ လုံ့စွပ်ပုံရှိ၍ ထိပ်ချွန်ဖြစ်သည်။

အပွင့်

အပွင့်များသည် သေးငယ်ပြီး အဝါရောင်ဖျော့ဖျော့ရှိသည်။ တန်ခူးလနှင့် ကဆုန်လများတွင် ပွင့်သည်။

အသီး

ကြစုသီးသည် အရှည် ၂ လက်မခန့် ရှိပြီး ရှည်မျှောမျှော ပုံသဏ္ဍာန်ရှိသည်။ ဖန်ခါးသီးအောက်ငယ်သည်။ ဆောင်းရာသီတွင်အသီးများ ရင့်မှည့်သည်။

၅။ ပေါက်ရောက်သည့်ဒေသ

မြန်မာနိုင်ငံအနှံ့အပြား ပေါက်ရောက်သည်။

၆။ ပေါက်ရောက်ပုံ

သဘာဝအလျောက်ပေါက ရောက်သည်။

၇။ အသုံးပြုသည့်အစိတ်အပိုင်း

ဆေးဖက်၌ အသီးကိုအသုံးပြုသည်။

၈။ ဆေးအာနိသင်

ကြစုသီးသည် အရသာ(၆) ပါးတွင် အငန် အရသာမှတစ်ပါး အရသာ(၅) မျိုး ပါဝင်သည်။ ချဉ်၊ ဖန်၊ ခါး၊ ဆိမ့်၊ စပ် အရသာ ရှိသည်။ အဖန်ဓါတ်ပိုသည်။ ကြစုသီးသည် ဝမ်းမီးတောက်စေ သည်။ အစာကြေသည်။ သွေး၍အရည်ကို သောက်လျှင် ဝမ်းသက်စေသည်။ ပြုတ်၍ စားလျှင် ဝမ်းကိုချုပ်စေသည်။ ကြစုဖျော်ရည်သည် လေ၊ သွေး၊ သည်းခြေကိုနိုင်သည်။ ကြစုသီးသည် အိုမင်းရင့်ရော်ခြင်းကို တားဆီးနိုင် သကဲ့သို့ အနာကင်းခြင်း အသက်ရှည်ခြင်းတို့ကို ဖြစ်စေသော ရသာယန ဆေးအုပ်ဝင်ဖြစ်သည်။ အပူနာ၊ မျက်စိနာများကို နိုင်သည်။ အသံကို ကောင်းစေ သည်။ ဆီး၊ ဝမ်း လေကိုမှန်စေသည်။ ချောင်းဆိုး၊

ပန်းနာ၊ မြင်းသရိုက် ရောဂါများ၊ နူနာ၊ ကိုယ်ရောင်နာ၊ အဖျဉ်း ရောဂါ၊ ဝမ်းကိုက်၊ ချမ်းဖျား၊ တုန်ဖျား၊ အော့အန်ခြင်း၊မောဟိုက် ခြင်း၊ နှလုံးနှင့် ဆိုင်သော ရောဂါများကို ကုသရာတွင် အသုံးပြုနိုင်သည်။

ကြစုသီး(၇) မျိုး

(၁) ဇီဝန္တီ - ရွှေဝါရောင်အဆင်းရှိသောကြစု

(၂) ဝိဇယာ - ဘူးသီးသဏ္ဍာန်ရှိသောကြစု

(၃) ရောဟိဏီ - အဆင်းကြောင်သောကြစု

(၄) ပူတနာ - အသားပါး၍ အစေ့ကြီးသောကြစု

(၅) အမတာ - အစေ့ငယ်၍အသားထူသောကြစု

(၆) အဘယ - ဆေးအသုံးပြုသော ၅ မြောင့်ပါကြစု

(၇) စေတကိ - သုံးမြောင့်ပါသောကြစု

၉။ အသုံးပြုပုံ

(၁) ပျားရည်နှင့် ကြစုသီးမှုန့်ကို လျက်ပေးပါက လေရောဂါကို သက်သာပျောက်ကင်းစေပါသည်။

(၂) သွေးအန်၊ သွေးလျှံ၊ သွေးကျရောဂါများတွင် ကြစုသီးမှုန့်က ဝိုမုရားကြီးရွက် သတ္တုရည်ဖြင့် တေ၍ နေလှန်းခြင်းကို (၇) ကြိမ်

ပြုလုပ်ပြီး ပျားရည်နှင့်ရော၍ တေဆေးအဖြစ် ပြုလုပ်ကာ လျက်ပေးပါ။ သက်သာ ပျောက်ကင်းစေပါသည်။

(၃) အစာအိမ်အချဉ်ပေါက်ရောဂါတွင် ကြစုသီးမှုန့်ကို ပျားရည်ဖြင့် ရော၍ လျက်ပေးပါ။

(၄) ကြစုသီးကိုတစ်ညလုံး ရေနှင့်စိမ်ပြီး ၎င်းစိမ်ရေအား မျက်စိကို ဆေးကြောပေးပါက မျက်စိအေး၍ အမြင်ကြည်လင်စေပါသည်။

(၅) အပူလောင်သောအနာများဖြစ်သော မီးလောင်နာ၊ ရေနွေး ပူလောင်နာများတွင် ကြစုသီးမှုန့်၊ ပျားရည်၊ နှမ်းဆီတို့ဖြင့် ရော၍ လိမ်းပေးပါ။ အပူလောင်နာကို သက်သာ ပျောက်ကင်းစေပါသည်။

(၆) ကြစုသီးကို နွားကျင်ငယ်ရည်ဖြင့်ပြုတ် သောက်ပါက သွေးအားနည်း ရောဂါ၊ အဖောရောဂါ၊ ချိုသောရောဂါများကို သက်သာပျောက်ကင်း စေပါသည်။

(၇) ကြစုသီးသွေးရည် လက်ဖက်ရည်ဇွန်း ၁ ဇွန်းဆားအနည်း ငယ်နှင့် သောက်လျှင် သလိပ်ကိုရစေပြီး ချောင်းဆိုးခြင်းကို သက်သာ စေပါသည်။

(၈) မီးယပ်သွေးလွန်ခြင်းအတွက် ကြစုသီးအမှုန့် လက်ဖက်ရည်ဇွန်း ၁ ဇွန်း နှင့်သကြား ဆတူစပ်၍ တိုက်ပါ။

(၉) အနာစိမ်း ပြည်တည်နာများကို ကြစုသီးနှင့် ဆားသွေး လိမ်းပေးပါက သက်သာ ပျောက်ကင်းစေပါသည်။

(၁၀) ကြစုသီးနှင့် နွားကျင်ငယ်ရည်ကိုစိမ်၍ တစ်ခါသောက် ဟင်းစားဇွန်း တစ်ဇွန်း သောက်ပါက အညောင်းအညာကို ပြေ စေသည်။

(၁၁) ချောင်းဆိုးသွေးပါခြင်း ကြစုသီး အမှုန့်ကို သကြားနှင့် ဆတူသောက်ပါက သရီရဓာတ် (၇)ပါးကို တိုးပွားစေသည်။ ချောင်းဆိုး သွေးပါခြင်းကို သက်သာပျောက်ကင်းစေသည်။

ဓာတုရသဆေးကျမ်း(မူရင်း) လာကြစု

အလပုမိဇ။ ဘူးသီးကဲ့သို့။ ဝဋ္ဋေ။ လုံးသော။ ဝိဇယ။ ကြစု လည်းကောင်း၊ အန္တရပ္ပတော။ အမြောင့်နည်းသော၊ ဝိရာဟိန။ ဝရာဟိနကြစု လည်းကောင်း။ ဥဒ္ဒဘိဇော။ အစေ့ငယ်သော။ ပုဒန။ ပုဒနကြစုလည်းကောင်း။

မံသထူလော။ အသားထူသော။ အဘယ။ အဘယကြိစုလည်းကောင်း၊ တိအန္တရာ။ သုံးမြှောင့်ရှိသော။ ဇေဂတိ။ ဇေဂတိကြိစုလည်းကောင်း၊ စတုအန္တရာ၊ လေးမြှောင့်ရှိ သော၊ အဘူ။ အဘယကြိစုလည်းကောင်း၊ သောဝတ္တမယံ၊ ရွှေအဆင်းနှင့်တူသော။ ဇိဝန္တိကြိစုလည်း ကောင်း။ဣတိ။ ဤသို့။ ဂဂ္ဂုလု၊ ကြိစုမျိုးတို့သည်။ သတ္တစာ။ ခုနှစ်ပါးအပြားရှိ၏ ဟူ၍၊ သာရပ္ပ သင်္ဂဟေ။ သာရပ္ပသင်္ဂဟကျမ်း၌၊ ဥတ္တံ။ မိန့်အပ်၏။ တတ္ထ။ ထိုခုနှစ်ပါးတို့တွင် ဝိဇယကြိစုကို၊ သဗ္ဗဘေသဇ္ဇာ။ ခပ်သိမ်းသော ဆေးနှင့်။ ယုတ္တာ။ ယှဉ်ကုန်ရာ၏။ ဝရာဟိနိ။ ဝရာဟိနိ ကြိစုကိုကား မဒုမံသုဠာနေ။ အသားနုတက်သော၊ ဘေသဇ္ဇေ။ ဆေးနှင့်၊ ယုတ္တော။ ယှဉ်အပ်၏။ ပုဒန၊ ပုဒနကြိစုကို၊ လပ္ပိတ ဘေသဇ္ဇေ၊ အုံဆေး၌။ ယုတ္တံ။ ယှဉ်အပ်၏။ အဘယ။အဘယကြိစုကို။ ဥဒယ ဘေသဇ္ဇေ၊ ဝမ်းကျသောဆေး၌ ၊ ယုတ္တံ၊ ယှဉ်အပ်၏။ ဇေဂတိ။ ဇေဂတိကြိစုကို။ သဗ္ဗရောဂေ။ ခပ် သိမ်းသောအနာ၌၊ ယုတ္တံ။ ယှဉ်အပ်၏။ အဘယ။ အဘယကြိစုကို။ စက္ခုရောဂေ။ မျက်စိနာ၌ ။ယု တ္တာ။ ယှဉ်အပ်ကုန်၏။ ဇီဝန္တိ။ ဇီဝန္တိ။ကြိစုကို။ ဂဏ္ဍဘေသဇ္ဇော။ ဆင်မှုံ၌။ ယုတ္တာ။ ယှဉ်အပ်ကုန်၏။ တထာ၊ ကြိစုတို့မှတစ်ပါး၊ ဟရိတ္တကျိသ။ဟရိတ္တကျိ ကြိစု၏၊ ဗီဇန္တ၊ အစေ့၏။ အတွင်း၌။ သာရော။ အနှစ်သည်။မဓုရတ္တာ။ ချိုသောကြောင့်။ ဝါတပိတ္တံ။ ဗလသည်းခြေကို သန္တိတိ။ငြိမ်းစေ၏။ ဗီဇတဘာနံ။အစေ့အခွံတို့၏ မဇ္ဈသာရော။ အလယ်သားသည်။ အပ္ပိလတ္တာချဉ် သည်၏အဖြစ်ကြောင့် ၊ ဝါတာ၊ လေသည်၊ သန္တတိ၊ ငြိမ်းသတ်၏။ ။ တစော၊ အခွံသည်။ ကဋ္ဌကတ္တာ။ စပ်သည်၏ အဖြစ်ကြောင့်၊ သေမှံ။ သလိပ်ကို၊ သန္တတိ။ ငြိမ်းစေ၏၊ တစောသန္တိကေ။ အခွံနီသော၊ မံသံအသားသည်။ တိတ္တတ္တာ။ ခါးသည်၏။ အဖြစ်ကြောင့်၊ သေမှပိတ္တံ။ သလိပ်သည်း ခြေကို၊ သန္တတိ၊ ငြိမ်းစေ၏။ ဗီဇယန္တကာ။ အစေ့နီသော။ မံသော။ အသားသည်။ကာသာဝါ၊ ဖန်သည်၏။ အဖြစ်ကြောင့်၊ သေမှံ။သလိပ်ကို သန္တတိ ၊ ငြိမ်းစေ၏။ ဣတိ။ ဤသို့။ ဟရိတ္တတျိ ကြိစုကို။ ပဥ္စရသာ၊ ငါးပါးသော အရသာရှိ၏ ဟူ၍ သာရပ္ပသင်္ဂယေ။ သာရပ္ပသင်္ဂြိုဟ်ကျမ်း၌။ ပုရိနာ။ ရသေ့မြတ်တို့သည်၊ ပကာသိတံ။ ပြတော်မူ၏။ မဟာဂုဏံ။ ကြီးမြတ်သော ကျေးဇူးဂုဏ်သည်၊ အတ္တိရှိ၏။ လောကေ။ လောက၌။ ဒမာတာ။ အမိသည်။ ပုတ္တေသု သားသမီးတို့၌။ ကဒါစိ တစ်ရံတစ်ခါ။ ဝိရုဇ္ဈန္တိပန။ ခန့်ကျင်ကုန်သေး၏ ရှင့်။ ဟရိတ္တ ကျိပန။ ဟရိတ္တကျိကြိစုသည်ကား၊

သဗ္ဗကာလံ။ အခါခပ်သိမ်း၊ သဗ္ဗ ရောဂေန။ ခပ်သိမ်းသော အနာနှင့် နစိရုဒ္ဓိ၊ ယုတ္တောဝေ ။ သင့် သည်သာလျှင် လျှင်ကတည်း။ ဟရိတ္တ ကျိ၊ ဟရိတ္တကျိ ကြစုသည်၊ ပဉ္စရသာ၊ ငါးပါးသော အရသာ ရှိကုန်၏။ အာယု ဒီဃာစ၊ အသက်၏ ရှည်ခြင်းကိုလည်းကောင်း၊ စက္ခုပါသာဒ၊ မျက်စိ၏။ ကြည်လင်ခြင်း လည်းကောင်း၊ ဝဏ္ဏမယံ။ ရွှေအဆင်းနှင့်တူသော အဆင်းကိုလည်းကောင်း၊ ဥဒရုဇု၊ ဝမ်း၌ဖြောင့်ခြင်းကိုလည်းကောင်း၊ ကုစ္ဆိတကဂ္ဂိ။ ဝမ်းမီးတောက်ခြင်းကို လည်းကောင်း။ ဒေါသပုတ္တံ ဒေါသလွတ်ခြင်းကိုလည်းကောင်း၊ ကရာ၊ ပြုတတ်၏။ မုတ္တကိစ္ဆော၊ မုတ္တကိတ် ဆီးအောင့်သောအနာတို့ကိုလည်းကောင်း ၊ ဥမ္မတ္တကော။ ရူးသောအနာတို့ကို လည်းကောင်း၊ ပဟာတာ။ ပယ်နိုင်၏။ ဣတိ။ ဤသို့ မုနနာ။ ရသေ့မြတ် တို့သည်၊ အစိဝိယ။ အလွန်လျှင်၊ ဟရိတ္တကျိ။ ဟရိတ္တကျိ၊ ကြစုကို သျှသျှတာ၊ ချီးမွမ်းတော်မူကုန်၏။ ဣတိ။ ဤသို့၊ သာရပ္ပသင်္ဂဟေ။ သာရပ္ပ၊ သဂြိုဟ်ကျမ်း၌ ။ ဥတ္တံ။ ဆိုအပ်၏၊ အယံ။ ဤသည်ကို တိကိစ္ဆာ။ ဆေးသမားတို့သည်။ ဥဏ္ဍိတာ။ မှတ်အပ်၏။

၁၀။ ပါဝင်သောဓာတုဒြပ်ပေါင်းများ

ကြစုပင်တွင် ပါဝင်သော ဒြပ်ပေါင်းမှာ Tannins ဖြစ်ပါသည်။

ခြံစည်းရိုး ကြက်ဆူပင်

ခြစ်စည်းရိုးကြက်ဆူပင်

၁။ ရုက္ခဗေဒအမည် - Jatropha curcas Linn.

၂။ မျိုးရင်း - EUPHORBIACEAEE
(ကြက်ဆူမျိုးရင်း)

၃။ အခေါ်အဝေါ်

(က) မြန်မာအမည် - ကြက်ဆူ၊ သင်္ဘောကြက်ဆူ၊ ခြစ်စည်းရိုး ကြက်ဆူ

(ခ) အင်္ဂလိပ်အမည် - Barbados Nut/ physic Nut/ Poison Nut/ Purging Nut

၄။ ပုံသဏ္ဌာန်

အပင်

အမြဲစိမ်းလန်း၍ မြင့်သော ချုံပင်မျိုး ဖြစ်သည်။ အဖြူရောင်နှင့်အနီတို့မှာ အပင်ပုံသဏ္ဌာန် တူညီကြသည်။

အရွက်

အရွက်လက်ခြားဖြစ်သည်။ အရွက်၏ အချင်းသည် ၁ပေခန့် ရှိသည်။ အရွက်၏ အရောင်ကိုလိုက်၍ အဖြူ၊ အနီ ဟူ၍ ၂ မျိုးရှိသည်။

အပွင့်

တစ်ပင်ထဲတွင် အဖိုပွင့်၊ အမပွင့် ဟူ၍ နှစ်မျိုးရှိသည်။

အသီး

အသီးတစ်သီးတွင် သုံးစိတ်ရှိသည်။ လက်မ ဝက်ခန့်မှ ၁ လက်မထိရှိသည်။

၅။ ပေါက်ရောက်သည့်ဒေသ

အပူပိုင်းဒေသတွင် အများဆုံး ပေါက်ရောက်သည်။ အိန္ဒိယပြည်နယ်တွင် အများဆုံးတွေ့ရသည်။

၆။ ပေါက်ရောက်ပုံ

သဘာဝပေါက်ရောက်သည်။

၇။ အသုံးပြုသည့်အစိတ်အပိုင်း

ဆေးဖက်တွင် ပဥ္စငါးပါးစလုံးကို သုံးသည်။

၈။ ဆေးအာနိသင်

ကြေကျက်ခဲသည်။ သုက်ကိုပွားစေသည်။ ဝမ်းမီးတောက်၏ လေ၊ သလိပ်ကိုနိုင်၏။ လေချုပ်၊အဖျား၊ ချောင်းဆိုး၊ ဝမ်းကိုက်၊ သွေးအားနည်းရောဂါ၊ နှလုံးရောဂါ၊ လိပ်ခေါင်းရောဂါ၊ ဆီးပြွန်ချောင်းဆိုးရာရောဂါများ၊ ဝမ်းဗိုက်ပိုင်းဆိုင်ရာရောဂါများ၊ ဒေါသသုံးပါးတွင် သည်းခြေကြောင့်ဖြစ်သောရောဂါများ သက်သာပျောက်ကင်းစေပါသည်။ သန်ကျဆေးအဖြစ် ဖော်စပ်သုံးစွဲနိုင်သည်။

၉။ အသုံးပြုပုံ

(၁) ကြက်ဆူသီးအခွံများကို လှော်ပြီး လက်ဖက်ရည်ဇွန်းတစ် ဝက်ခန့် တိုက်ကျွေးပါက ဝမ်း ၃ ကြိမ်၊ ၄ ကြိမ်သွားသည်။ ပြင်းထန်သော ဝမ်းနုတ်ဆေးအဖြစ် အသုံးပြုကြသည်။

(၂) ကြက်ဆူကိုင်းတံ ကလေးများကို သွားဖုံးရောင်ခြင်းရောဂါများတွင် သွားတိုက်တံအဖြစ်အသုံးပြုသည်။

(၃) ကြက်ဆူရွက်ကို နို့အုံပေါ်တွင် ကြိတ်ပြီးအုံပေးလျှင်နို့ထွက်စေသည်။ ပြုတ်ရည်ကိုလည်း လိမ်းပေးနိုင်ပါသည်။

(၄) ကြက်ဆူစေးကို သွားဖုံးသွေးယိုစီးခြင်းများတွင် သိပ်ပေးပါက သွေးရပ်စေပါသည်။ သွေးထိန်းဆေး၊ သွေးအန်သွေးကျပျောက်ဆေးတွင် ထည့်သွင်းအသုံးပြုသည်။

(၅) ကြက်ဆူအမြစ်ခေါက်ကို ကြိတ်ပြီးအနာကို အုံပေးခြင်း၊ ဖန်ဆေးပေးလျှင် မန်းကြေပြီး အသားနုတက်စေပါသည်။

(၆) ကြက်ဆူရွက်ကို မီးကင်ပြီး စအိုဝပေါ်အုံလျှင် သန်ပြားကောင်/ တုတ်ကောင်များ ထွက်ကျစေပါသည်။

(၇) ကြက်ဆူရွက်နှင့် ထန်းသီးထောင်းပြီး ကလေးငယ်များ ဝမ်းချုပ်နေပါက ဝမ်းချူဆေး အဖြစ် အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။

(၈) ကြမ်းပိုးများရှိပါက အရွက်ကိုမီးရှို့ပြီး အငွေ့ကို ထိမိခြင်းအားဖြင့် သေစေနိုင်ပါသည်။

(၉) ကြက်ဆူသတ္တုရည်တွင် ရှောက်ရည်၊ သံပရာရည်အပြင်၊ ရေရောပြီး ထည့်ပါ။ အဖျားအပူကြီးလျှင် ၎င်းရေကို ချိုးပေးခြင်းဖြင့် အပူကျစေပါသည်။

(၁၀) ကြက်ဆူစေ့မှရသော ကြက်ဆူဆီကို လိမ်းပေးခြင်းဖြင့် အဆစ်ရောင်၊ ယားယံခြင်း၊ ရေယုန်ရောဂါများကို သက်သာ ပျောက်ကင်းစေပါသည်။
(၁၁) ကြက်ဆူပင်တစ်ပင်လုံး၏ သတ္တုရည်ကို လိမ်းပေးခြင်းအားဖြင့် ကျက်ရန်ခက်ခဲသော အနာများကို ကျက်စေသည်။ ယားနာနှင့် နှင်းခူ၊ ပွေး၊ ဝဲများကို လိမ်းပေးခြင်းဖြင့် သက်သာ ပျောက်ကင်းစေပါသည်။
(၁၂) ယခုအခါ ဒီဇယ်ဆီ အစားထိုးလောင်စာ အဖြစ်စည်းရိုး ကြက်ဆူပင်၏ အစေ့မှဆီ ကြိတ်၍ရသော ကြက်ဆူဆီကို ဒီ ဇယ်ဆီအသုံးပြုမောင်းနှင်လျက် ရှိသော ယာဉ်များတွင်ထည့်သွင်း၍ ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့် အသုံးပြုနေကြပြီ ဖြစ်ပါသည်။

၁၀။ ပါဝင်သည့် ဓာတုဒြပ်ပေါင်းများ

ခြံစည်းရိုးကြက်ဆူပင်တွင် ပါဝင်သောဒြပ်ပေါင်းများမှာ Calcium, Magnesium, sodium, potassium, and traces of phosphorus contained in ash of seeds. Sitosterol, Amino acid flavonoid glycosides and terpenes in seed တို့ဖြစ်ပါသည်။

ခရမ်း(အချို)ပင်

ခရမ်းသီး

ခရမ်းပင်

ခရမ်း(အချို)ပင်

၁။ ရုက္ခဗေဒအမည် - *Solanum melongena*

၂။ မျိုးရင်း - SOLANACEAE

၃။ အခေါ်အဝေါ်

(က) မြန်မာအမည် - ခရမ်းပင်အချို

(ခ) အင်္ဂလိပ်အမည် - Brinjal Egg plant

(ဂ) ဟိန္ဒီအမည် - ဗေဂ်န်

၄ ။ ပုံသဏ္ဍာန်

အ ပင် - ပင်စည်တွင် ဆူးလေးများရှိသည်။ ထိမိလျှင် ယားယံတတ် သည်။ အမြင့်ပေ ၄ပေ မှ ၅ ပေခန့်ရှိသည်။

အရွက် - အရွက်သည် ရွက်ပြားဖြစ်သည်။

အပွင့် - အပွင့်မှာ ခရမ်းရောင်ရှိသည်။

အသီး - အသီးသည် ခရမ်းရောင်ရှိ၍ ၉ လက်မမှ ၁၂ လက်မခန့်ထိရှိသည်။ လုံးပတ် ၃ လက်မခန့် ရှိသည်။ ရှည်မျောမျော ပုံစံဖြစ်သည်။

၅။ ပေါက်ရောက်သည့်ဒေသ

မြန်မာနိုင်ငံ အနှံ့အပြားတွင် ပေါက်ရောက်သည်။

၆။ ပေါက်ရောက်ပုံ

စိုက်ပျိုးပင်အဖြစ် တွေ့ရသည်။

၇။ အသုံးပြုသည့်

ခရမ်းအသီးနှင့် အမြစ်ကိုသုံးသည်။

၈။ ဆေးအာနိသင်

ခရမ်းချိုသီး၏ အရသာမှာ ချို၊ စပ်ပြီး အနည်းငယ်ပူသောသတ္တိရှိသည်။ ဝမ်းမီးတောက်သည်။ ထက်မြက်သော သတ္တိရှိသည်။ ဝဖြိုးစေသည်။ နှလုံးကို အကျိုးပြုသည်။ ကြေကျက်စေသည်။ လေရောဂါများနှင့် မသင့်ပါ။ သလိပ်ဒေါသ ကိုနိုင်သည်။ ၎င်းအပြင်အဖျား၊ ဆီးနှင့် သက်ဆိုင်သော ရောဂါများ၊ နှာခေါင်း သွေးယိုစိမ့်သော ရောဂါများကို သက်သာ ပျောက်ကင်းစေသည်။

၉။ အသုံးပြုပုံ

(၁) ခရမ်းချိုသီးကိုကြိတ်နယ်၍ ရသောအရည် ဟင်းစားဇွန်း ၁ ဇွန်းနှင့် ပျားရည် ဟင်းစားဇွန်း ၁ဇွန်းတို့ကို ရောစပ်၍ သောက်ပါက အိပ်မပျော်သော ရောဂါများကို သက်သာစေပါသည်။

(၂) မျက်စိနာများ၊ မျက်စိပူသောရောဂါများ၌ ခရမ်းချိုပင်၏ အမြစ်ကိုရေ (သို့မဟုတ်) ဆန်ဆေးရည် နှင့်သွေး၍ မျက်စိကို ကွင်းပေးပါ။

(၃) ပဒိုင်းဆိပ်သင့်သောရောဂါကို ခရမ်းချိုသီးအရွက် သတ္တုရည်ကို လူကြီး တစ်ခါသောက် လက်ဖက်ရည်ဇွန်း(၂)ဇွန်း၊ ကလေးတစ်ခါသောက် လက်ဖက် ရည်ဇွန်း (၁)ဇွန်း၊ တိုက်ပေးခြင်းဖြင့် သက်သာစေပါသည်။ အဆိပ်ကိုပြေစေ ပါသည်။ ရေ နှင့်ကြိတ်နယ်၍ စားပေးပါက သက်သာစေပါသည်။ အဆိပ်ကို ပြေစေသည်။

ဆင်ခရမ်းပင်

၁။ ရုက္ခဗေဒအမည် - Solanum ferox L.

၂။ မျိုးရင်း - SOLANACEAE

၃။ အခေါ်အဝေါ်

(က) မြန်မာအမည် - ဆင်ခရမ်း

(ခ) အင်္ဂလိပ်အမည် - Sour brinijal

၄။ ပုံသဏ္ဍာန်

အပင် - မြေကြီးတွင်ဖြန့်၍ ထီးကဲ့သို့ ပေါက်ရောက် သည်။ နေရာမ ရွေးပေါက်တတ်သည်။ သဲမြေတွင် အများဆုံးပေါက်သည်။ ဆူးအဝါရောင် ကလေးများရှိသည်။ အကိုင်း အခက်များသည် ကောက်ကွေး၍ ဖြာထွက်သည်။

အရွက် - အရွက်သည်ဝိုင်း၍ ဘေးတွင် ခွေးသွားစိတ် များရှိသည်။ ကုန်းခရာအရွက်နှင့် ပုံစံတူ သည်။ ၃ လက်မမှ ၈ လက်မထိ ရှည်သည်။

အပွင့် - အပွင့်မှာ ခရမ်းရောင်ရှိသည်။ အပွင့် အလယ်တွင် ဝတ်ဆံအဝါရောင် လေးများ ရှိသည်။

အသီး - အသီးမရင့်မီ အဖြူရောင်ရှိ၍ ရင့်မှည့်သော အခါအဝါရောင်ဖြစ်သည်။ သေးငယ် သော ခရမ်းစေ့လေးများ ရှိသည်။

၅။ ပေါက်ရောက်သည့်ဒေသ

မြန်မာနိုင်ငံ အနှံ့အပြားတွင် ပေါက်ရောက်သည်။

၆။ ပေါက်ရောက်ပုံ

စိုက်ပျိုးပင်အဖြစ်တွေ့ရသည်။

၇။ အသုံးပြုသည့်

ပဥ္စငါးပါးစလုံး အသုံးပြုသည်။

၈။ ဆေးအာနိသင်

မြေပုံ ခရမ်းမှာအရသာခါး၍ စပ်ရှားရှားဖြစ်သည်။ ပူသောသတ္တိရှိသည်။ ဝမ်းမီးတောက်၊ အစာကြေ စေသည်။ ပန်းနာ၊ ချောင်းဆိုး၊ အဖျား၊ သလိပ်ရောဂါ၊ နှာစေး၊ နှလုံးရောဂါတို့ကိုသက်သာပျောက်ကင်းစေပါသည်။ ခရမ်းမြေပုံသီးသည် အညစ် အကြေးမလတို့ကို ဖြို့ခွင်းနိုင်သည်။ သည်းခြေကို ပွားစေသည်။ လေရောဂါများကို နိုင်သည်။ ဆီးလွန်နာများကို သက်သာ စေသည်။

၉။ အသုံးပြုပုံ

(၁) မြေပုံခရမ်းအသီး၏ သတ္တုရည်ကို အဝတ်နှင့်စစ်ထားပြီးငင်းအရည်အား ဒိန်ချဉ်နှင့်ဖျော်၍ ဖန်ခွက်တစ်ခွက်စာသောက်ပါ။ ဆီးချုပ်သောရောဂါကို သက်သာ ပျောက်ကင်းစေပါသည်။

(၂) သွားနာ၊ သွားကိုက်ရောဂါများ၌ ခရမ်းမြေပုံပင်၏ အရွက် အမြစ်၊ ပင်စည်၊ အသီးတို့ကို ရေနှင့်ကြိတ်ပါ။ ၎င်းကြိတ်နယ် ထားသောစိမ်ရည်ကို မကြာခဏ အာလုတ်ကျင်းပေးပါ။ ၎င်းရောဂါများကို သက်သာပျောက်ကင်း စေပါသည်။

(၃) မြေပုံခရမ်းကို ညက်စွာကြိတ်ပြီး မျက်စိ၌အုံပေးလျှင် မျက်စိနာ၍ ကိုက်ခဲခြင်းမှ သက်သာစေပါသည်။

(၄) မြေပုံခရမ်းပွင့်၏ဝတ်ဆံများကို ခြောက်စေ၍အမှုန့်ပြုပါ။ ၎င်းဝတ်ဆံ ခြောက်မှုန့် လက်ဖက်ရည်ဇွန်း ၁ ဇွန်းနှင့် ပျားရည် ဆတူရောစပ်၍ တိုက်ပါက

ကလေးသူငယ်များ ချောင်းဆိုးရောဂါ အားအင်နည်းပါးခြင်းကို သက်သာပျောက်ကင်း စေပါသည်

(၅) မြေပုံခရမ်းသီးပြုတ်ရည်အား ရှိန်းခို ၂ပဲသား၊ သိန္ဓောဆား (၂)ပဲသား ထည့်ပြီး သုံးခွက်တစ်ခွက် တင်သောက်ပေးပါက "တမကသာက" (သည်းခြေဦးဆောင်သော) ပန်းနာရင်ကျပ် ရောဂါကို သက်သာစေပါသည်။

၁၀။ ပါဝင်သည့်ဓာတုဒြပ်ပေါင်းများ

ဆင်ခရမ်းပင်တွင်ပါဝင်သော ဒြပ်ပေါင်းများမှာ Salasoduine and tomatid -5- en-3β- oL. Glucolkaloid from fruit, solanine, Solanocarpone, campesterol from seed oil တို့ဖြစ်သည်။

ခရမ်း(မြေပုတ်ကြီး)

၁။ ရုက္ခဗေဒအမည် - Solanum trilobatum L.

၂။ မျိုးရင်း - SOLANACEAE

၃။ အခေါ်အဝေါ်

(က) မြန်မာအမည် - ခရမ်းမြေပုတ်ကြီး

(ခ) အင်္ဂလိပ်အမည်

၄။ ပုံသဏ္ဍာန်

အပင်

၎င်းသည်မြေကြီးတွင်ဖြန့်၍ ထီးကဲ့သို့ ပေါက်တတ် သည့် အရွက်အကိုင်းတို့တွင် နူးညံ့၍ အဝါရောင်တောက်ပသောဆူး များပါရှိသည်။ အကိုင်းအခက်များ ကောက်ကွေး၍ ဖြာထွက်သည်။

အရွက်

အရွက်သည်ရှည်ဝိုင်း၍ ဘေးတွင် ခွေးသားစိတ်များပါရှိသည်။ ကုန်းခရာအရွက်နှင့် ပုံစံတူသည်။ ၃ လက်မမှ ၈ လက်မထိ ရှည်သည်။

အပွင့်

အပွင့်မှာ ရိုးရိုးခရမ်းရောင်ပွင့်၏။ အလယ်တွင် ဝတ်ဆံအဝါရောင်လေးများ ရှိသည်။ အပွင့်ဖြူမျိုးလည်းရှိ၏။

အသီး

အသီးနုစဉ် အဖြူရောင်ရှိ၍ ရင့်မှည့်သော အခါ အဝါရောင် ဖြစ်သည်။

အစေ့

အစေ့မှာ အလွန်သေးငယ်၍ နူးညံ့၏။

၅။ ပေါက်ရောက်သည့်ဒေသ - နေရာမရွေးပေါက်ရောက်နိုင်သည်။ သို့ရာတွင် သဲမြေတွင် အများအပြား ပေါက်ရောက်သည်။

၆။ ပေါက်ရောက်ပုံ - သဘာဝအလျောက်ပေါက်ရောက်သည်။

၇။ အသုံးပြုသည့် - ပဥ္စငါးပါးစလုံးသုံးသည်။

၈။ ဆေးအာနိသင် - ပဥ္စငါးပါးလုံးသည် ကြေကျက်လွယ်၏။ ပန်းနာ၊ချောင်းဆိုး၊ အဖျားသလိပ်ရောဂါ၊ နှာစေးရောဂါ၊ နှလုံးရောဂါ တို့ကို ပျောက်ကင်းစေ၏။ ၎င်းအသီးသည် မလတို့ကို ဖြိုခွင်းတတ်၏။ သည်းခြေကို ပွားစေ၏။ ကြေကျက်လွယ်၏။ လေနှင့် သလိပ်ကို နိုင်၏။ ပန်းနာ၊ အဖျားပိုး၊ ဆီးလွန်နာများကိုလည်းနိုင်၏။ ၎င်းအသီးမှာ သလိပ်ရောဂါကိုနှိမ်နင်းရာ၌ အလွန်ထူးခြားသော အစွမ်းသတ္တိရှိ၏။

၉။ အသုံးပြုပုံ

(၁) ၎င်း၏သတ္တုရည်ကို ဒိန်ချဉ်ရည်နှင့်ရော၍ အဝတ်ဖြင့်စစ်ပြီး ၎င်းအရည်ကို သောက်ခဲ့သော် ဆီးချုပ်ရောဂါမှ သက်သာ ပျောက်ကင်းစေ၏။

(၂) အမြစ်၊ အခေါက်၊ အသီး၊ အရွက်တို့ကို ယူပြီးရေနှင့်စိမ်၍နယ်ပါ။ ၎င်းစိမ်ရည်ကို ပလုတ်ကျင်းပေးပါက သွားနာ၊ သွားကိုက် သွာပိုးစားခြင်း တို့မှ သက်သာပျောက်ကင်းစေသည်။

(၃) ၎င်းအရွက်ကိုညက်ညက်ပါအောင် ကြိတ်၍ မျက်စိ၌ အုံပေးလျှင် အလွန် ကိုက်ခဲသော မျက်စိနာမှသက်သာပျောက်ကင်း၏။

(၄) ပဥ္စငါးပါးစလုံးကို ထုထောင်း၍ ရေတွင်တစ်ညစိမ်ပါ။ နံနက်အိပ်ရာထတွင် အရည်ကို စစ်ယူ၍ငင်းအရည်သကြားခဲ အနည်းငယ်ထည့်၍ သောက်ပါက ပြည်တူလာသရော ရောဂါမှ သက်သာပျောက်ကင်းစေသည်။

(၅) ၎င်းအပွင့်၏ဝတ်ဆံကို အမှုန့်ပြု၍ ပျားရည်နှင့်လျက်စေခဲ့သော် ကလေးများ၌ဖြစ်သော ချောင်းဆိုးရောဂါမှ သက်သာ ပျောက်ကင်းစေသည်။

(၆) ရင်၌သလိပ်များ ကျပ်ခဲသော် ၎င်း၏ပြုတ်ရည်ကို သောက်ပါက သလိပ်ကျပ်ခြင်းမှ သက်သာပျောက်ကင်းစေပါသည်။

(၇) အသီးပြုတ်ရည်တွင် အခိုးသတ်ပြီးသော ရှိန်းခို(၂)ပဲသား သိန္ဓော(၂) ပဲသား ထည့်ပြီး သောက်ပါက အလွန်ကြောက်မက်ဖွယ်ကောင်းသော ပန်းနာ ရင်ကျပ်ရောဂါမှ သက်သာပျောက်ကင်းစေသည်။ ထိုမှတစ်ပါး ၎င်းဆေးရည်ကို သောက်ခဲ့လျှင်ဆီးရွှင်ခြင်း၊ အဖျားနိုင်ခြင်း၊ ရေဖျဉ်း၊ အအေးပတ်ခြင်း၊ ပြည်တူလာသရောရောဂါ၊ ဆီးအောင့်နာ၊ ကျောက်တည်နာ တို့ကို လည်း သက်သာပျောက်ကင်း စေသည်။

(၁၀) ပါဝင်သည့်ဒြပ်ပေါင်းများ

မြေပုတ်ခရမ်းပင်တွင် ပါဝင်သော ဒြပ်ပေါင်းများမှာ Salasoduine and tomatid -5- en- 3β- oL. Glucoalkaloid from fruit, solanine, Solanocarpone, campesterol from seed oil တို့ဖြစ်ပါသည်။

ခေါင်ရမ်းပင် (ပန်းဆည်းလည်း)

၁။ ရုက္ခဗေဒအမည် - Hibiscus rosa- sinensis Linn.

၂။ မျိုးရင်း - MALVACEAE

၃။ အခေါ်အဝေါ်

(က) မြန်မာအမည် - ခေါင်ရမ်း

(ခ) အင်္ဂလိပ်အမည် - Shoe- flower

(ဂ) ဟိန္ဒီအမည် - ဂုဎ္ဍ-ဟလ်

၄။ ပုံသဏ္ဌာန်

အပင်	- ပင်လတ်မျိုး၊ ပင်ပျော့မျိုးဖြစ်သည်။ အမြင့် ပေ ၅ပေခန့် မြင့်သည်။ အကိုင်းများ ဖြာထွက်၍ ရိုးတံမာသည်။ အဖြူမျိုး၊ အနီမျိုး(၂) မျိုးရှိသည်။
အရွက်	- အရွက်သည် မုရားကြီးရွက်နှင့်တူသည်။ သို့သော်ရွက်ပြား အနည်းငယ်ကြီးသည်။ အရွက်သည်အစိမ်းရောင်ရှိသည်။ ချဲကျိသည်။
အပွင့်	- ပန်းရောင်ဖျော့ဖျော့များပွင့်သည်။ ရာသီ မရွေး ပွင့်သော အပင်ဖြစ်သည်။ ခေါင်းလောင်း ပုံသဏ္ဌာန်ရှိသည်။

၅။ ပေါက်ရောက်သည့်ဒေသ

မြန်မာနိုင်ငံအနှံ့အပြားတွင်ပေါက်ရောက်သည်။

၆။ ပေါက်ရောက်ပုံ

သဘာဝအလျောက် ပေါက်ရောက်သည်။ ခြံစည်းရိုးနှင့် ပန်းခြံများအလှပန်းအဖြစ် စိုက်ပျိုးကြသည်။

၇။ အသုံးပြုသည့်

ဆေးဖက်တွင် အရွက်၊ အပွင့်၊ အမြစ်တို့ကိုသုံးသည်။

၈။ ဆေးအာနိသင်

အရသာမှာချို၍ချဲသည်။ အေးသောသတ္တိ ရှိသည်။ကြေကျက် သွားသော အခါ စပ်သည်။ နူးညံ့သည်။ ကိုယ်ဝန်ကို တည်စေသည်။ ဆံပင်ကို အကျိုးပြု သည်။ တွန့်ရှုံ့စေတတ်သည်။ သုက်အားနည်းသောရောဂါ၊ အပူလွန်ခြင်းတို့ကို ပျောက်စေတတ်သည်။ ဆီးနှင့်ပတ်သက်သောရောဂါ၊ အကြောရောဂါ၊ ညောင်းကျရောဂါ၊ သားအိမ်နှင့် ယောနိလမ်းများ နာကျင်ကိုက်ခဲသော ရောဂါများကို သက်သာပျောက်ကင်းစေပါသည်။

၉။ အသုံးပြုပုံ

(၁) မီးယပ်သွေးလွန်ပါက ၎င်းအပွင့်ကို ထောပတ်နှင့်ကြော် စားပေးပါ။ မီးယပ်လွန်ခြင်း၊ သွေးဖောက်ပြန်ခြင်းကို သက်သာပျောက်ကင်း စေပါသည်။

(၂) ဆီးပူညောင်းကျရောဂါ ဝေဒနာရှင်များအတွက် ၎င်းအရွက် ၂ ကျပ်ခွဲသားကို ခြေမွ၍ ညတွင်ရေသန့်သန့်နှင့်စိမ်ထားပါ။ နံနက် မိုးလင်းသောအခါ အဖတ်များကို စစ်ထုတ်ပြီး ၎င်းစိမ်ရည် အကြမ်း ပန်းကန် (၁) လုံးစာတွင် သကြားလက်ဖက်ရည်ဇွန်း (၂)ဇွန်းခန့်ရောစပ်၍ ဖျော်သောက်ပါ။ သက်သာပျောက်ကင်းစေပါသည်။

(၃) တစ်နည်းမှာ ညောင်းကျဝေဒနာရှင်များအနေဖြင့် ခေါင်ရမ်းပန်းပွင့်ကို ရေနွေးဖြော စားပါ။ စားနည်းမှာ ပထမနေ့တွင်(၁)ပွင့်၊ ဒုတိယနေ့တွင် (၂) ပွင့်စသည်ဖြင့် တစ်ပွင့်စီတိုးပြီးစားပေးပါ။ (၅)ရက်ပြည့်ပါက တစ်ကျော့ပြန်၍ တစ်ပွင့်စီလျှော့စားပါ။ ညောင်းကျရောဂါ သက်သာပျောက်ကင်းစေနိုင်ပါသည်။ ၎င်းအပြင် အပွင့်မရပါက အမြစ်သတ္တုရည်ကို နို့၊သကြား၊ ဇီရာတို့ဖြင့်ရောစပ်၍ သောက်ပေးပါကညောင်းကျခြင်းကို သက်သာပျောက်ကင်းစေပါသည်။

(၄) အပူလွန် အဆစ်ရောင်ကိုက်ရောဂါများ၌ ခေါင်ရမ်းအရွက်လက်တစ်ဆုပ်စာအား ထောင်း၍ ရောင်နေသော အဆစ်များတွင် အုံစည်းပေးပါက သက်သာပျောက်ကင်းစေနိုင်ပါသည်။

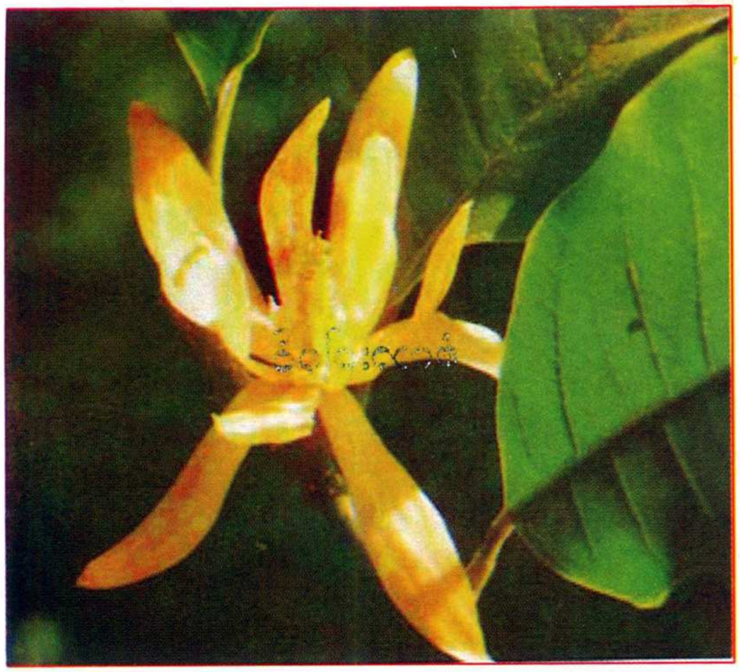
(၅) အပူလွန်အဖျားရောဂါများ၌ ခေါင်ရမ်းရွက်ပြုတ်ရည်၊ သတ္တုရည် အကြမ်းပန်းကန် (၁) ခွက်စာတွင် သကြား လက်ဖက်ရည်ဇွန်း (၂)ဇွန်းခန့် ထည့်ပြီး သောက်ပေးပါက အပူကျစေပါ သည်။

(၆) မူးဝေနာ၊ သွေးတိုး၊ ခေါင်းမူးလျှင် ခေါင်ရမ်းပန်းအပွင့်ကို ရေနွေးနှင့် ဖြောပြီးလျှင် တစ်နေ့လျှင်တစ်ပွင့်ကျစီ စားပေးနိုင်ပါသည်။

၁၀။ ပါဝင်သည့်ဓာတုဒြပ်ပေါင်းများ

ခေါင်ရမ်းပင်တွင် ပါဝင်သောဒြပ်ပေါင်းများမှာ Alkaloid, reducing sugars, glycosides, resins, sito sterol, aliphatic acid နှင့် esters တို့ဖြစ်ပါသည်။

စံကားဝါပင်



စံကားဝါပင်

စံကားဝါပင်

၁။ ရုက္ခဗေဒအမည် - *Michelia champaca* Linn.

၂။ မျိုးရင်း - MAGNOLIACEAE
(စကားဝါမျိုးရင်း)

၃။ အခေါ်အဝေါ်

(က) မြန်မာအမည် - စံကားဝါ

(ခ) အင်္ဂလိပ်အမည် - Golden or yellow Champa

(ဂ) ကချင်အမည် - Chyamka Laran

(ဃ) မွန်အမည် - Kyom par

(င) ရှမ်းအမည် - Sam- Lung(Mawk)

၄။ ပုံသဏ္ဍာန်

အပင်

အမြဲစိမ်းသော အပင်ကြီးမျိုးဖြစ်သည်။ အကိုင်းအခက်များ ဖြာထွက်၍ အမွေးနု များဖြင့် ဖုံးလွှမ်းနေသည်။ အခေါက်ချော မွတ်၍ မီးခိုးရောင်ရှိသည်။ အတွင်းသား ပျော့သည်။

အရွက်

အရွက်များ ဘဲဥပုံ လုံ့စွပ်ပုံရှိသည်။ ၈ လက်မမှ ၁၀ လက်မ ထိ ရှည်သည်။ အရွက်နုစဉ်အမွေးနုကလေးများရှိ၍ ရင့်သောအခါ ပြောင်ချောသည်။ ရွက်နားညီသည်။

အပွင့်

အပွင့်တစ်ပွင့်တည်းပွင့်၍ လိမ္မော်ရောင် (သို့မဟုတ်) အဝါဖျော့ရောင် (သို့မဟုတ်) အဖြူရောင်ရှိပြီး အလွန်မွှေးကြိုင်သည်။ ပွင့်ဖတ် ၂ လက်မမှ ၃လက်မအထိ ရှည်သည်။ သေးငယ်သော ဝတ်ဆံများ ပါရှိသည်။ ပွင့်ညှာ တိုသည်။ ကဆုန်လနှင့် နယုန်လတွင်ပွင့်သည်။

အသီး - အသီးသည် ၁ လက်မမှ ၂ လက်မအထိ ရှည်သည်။ အခိုင်လိုက်သီးသည်။ ပန်းညို ရောင် အစေ့များရှိသည်။ တော်သလင်းလ တွင် သီးသည်။

၅။ ပေါက်ရောက်သည့်ဒေသ

မြန်မာနိုင်ငံအနှံ့အပြားတွင် ပေါက်ရောက်သည်။ အထူးသဖြင့် ပုပ္ပားနယ်တွင်ပို၍ တွေ့ရသည်။

၆။ ပေါက်ရောက်ပုံ

သဘာဝအလျောက် ပေါက်ရောက်သည်။ စိုက်ပျိုးပင်အဖြစ်လည်း တွေ့ရသည်။

၇။ အသုံးပြုပုံ

ဆေးဖက်တွင် အပွင့်- အရွက်- အခေါက်- အသီး- အမြစ်- ပဥ္စငါးပါး စလုံး ဆေးဖက်တွင်သုံးသည်။

၈။ ဆေးအာနိသင်

ဖန်ချိုသော အရသာရှိသည်။ အေးသောသတ္တိရှိသည်။ အပူ ငြိမ်းစေသည်။ နှလုံးရောဂါကို သက်သာပျောက်ကင်းစေသည်။ အမြစ်ခေါက် သည် ပူဆိမ့်၊ စပ်၊ ဖန်ခါး၊ အရသာရှိသည်။ အပွင့်သည် ခါးဖန်ဆိမ့် အရသာရှိသည်။ မွှေးသည်။ ဓာတ်ပိုဖြုလ်ပွင့်ကဲ့သို့ ဂုဏ်သတ္တိရှိသည်။ အသီးမှ ဖြစ်သော အညှောင့်ကို ရသာယနဆေး၊ အဘိညာဉ်ဆေးတို့တွင် ထည့်သွင်းအသုံးပြုနိုင်သည်။ သုက်ကိုပွားစေသည်။ သွေးအန်၊ သွေးကျ၊ ဆီးအောင့်၊နူနာ၊ အဆိပ်၊ ယားနာ၊ အနာပေါက်တို့ကို သက်သာပျောက် ကင်းစေသည်။

၉။ အသုံးပြုပုံ

(၁) စံကားဝါပွင့်အခြောက်ကို ညက်အောင်ကြိတ်၍ ရရှိသော အမှုန့်ကို ရေအေးနှင့်ဖျော်၍ အကြမ်းပန်းကန်တစ်လုံးစာ၊ တစ် နေ့ သုံးကြိမ် သောက်ပေး ပါ က ဆီးအောင့်ခြင်း၊ ကျောက်ကပ် အားနည်းခြင်းစသော ဆီးနှင့်ပတ်သက်သည့် ရောဂါများ သက်သာပျောက်ကင်းစေသည်။ ဆီးကိုရှင်စေသည်။

(၂) အပွင့်ပြုတ်ရည် လက်ဖက်ရည် အကြမ်းပန်းကန် (၁) လုံး တစ်နေ့ (၃) ကြိမ် သောက်ပေးပါက အစာအိမ်နာ၊ လေနာ၊ ကျောက်ကပ်ရောဂါ၊ ညောင်းကျရောဂါများကိုလည်း သက်သာပျောက်ကင်းစေပါသည်။

(၃) စံကားဝါရွက် သတ္တုရည်ကို ပျားရည်နှင့်ရော၍ လက်ဖက်ရည်ဇွန်း (၁)ဇွန်း၊ တစ်နေ့ (၃) ကြိမ်သောက်ပါက ရင်ဘတ်အောင့်နာ သက်သာ ပျောက်ကင်းစေပါသည်။ ဝမ်းတွင်း၌ရှိသော တုတ်၊ သန်ကောင်များကို ကျဆင်းစေပါသည်။

(၄) စံကားဝါသီးဖြစ်စေ၊ အစေ့ကိုဖြစ်စေ သွေး၍အကျိတ်အဖုများကို လိမ်းပေးပါက အကျိတ်ကြေစေပါသည်။

(၅) စံကားဝါအခေါက်မှုန့်ကို ပျားရည်နှင့်ရောစပ်၍ လျက်ပေးပါက ချောင်းခြောက်ဆိုးသောရောဂါကို သက်သာပျောက် ကင်းစေပါသည်။

(၆) စံကားဝါအခေါက်ကို ရေဖြင့်သုံးခွက်တစ်ခွက် တင်ကျို၍ သောက်ပေးပါက နာတာရှည်လေရောဂါ၊ အဆစ်ရောင်ရောဂါများကို သက်သာပျောက်ကင်းစေပါသည်။

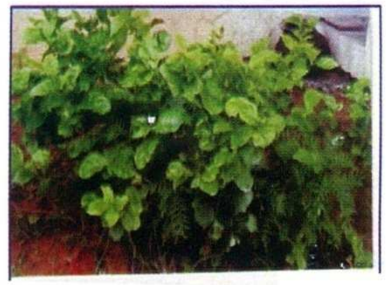
(၇) စံကားဝါပွင့်ကို ကျောက်ချဉ်နှင့်(၇) ရက်စိမ်၍ ရသောအရည်ကို အဆုတ်နာရောဂါအတွက် သောက်သုံးနိုင်သည်။

မှတ်ချက်။ ။ ဓာတ်ပွိုလ်ပွင့် မရလျှင် စံကားဝါပွင့်ကို အစားထိုးအသုံးပြုနိုင်ပါသည်။

၁၀။ ပါဝင်သည့်ဓာတုဒြပ်ပေါင်းများ

စံကားဝါပင်တွင်ပါဝင်သော ဒြပ်ပေါင်းများမှာ Constunolide, parthenolider, micheliolide, magnosprengerine and salicifoline တို့ဖြစ်ပါသည်။

စံပယ် (ရိုးရိုး) စံပယ်ကြီး



စံပယ် (ရိုးရိုး) စံပယ်ကြီး

စံပယ် (ရိုးရိုး) စံပယ်ကြီး

ရုက္ခဗေဒအမည် - *Jasminum pubescens* will Sp
မျိုးရင်း - OLEACEAE
အခေါ်အဝေါ် -
(က) မြန်မာအမည် - စံပယ်
(ခ) အင်္ဂလိပ်အမည် - Common Jansmine , Dowing Jasmine

ပုံသဏ္ဌာန် (စံပယ်ရိုးရိုး)

ခြုံပင်မျိုးဖြစ်သည်။ အရွက်သည်ဇီး(ဆီး)ရွက်နှင့် တူသည်။ အပွင့်ဖြူသည်။ ပွင့်ချပ်ထိပ် သည်ဝိုင်းသည်။ ပင်စည်သေးသည်။ ဆတ်သည်။ ကဆုန်၊ နယုန်လများတွင် ဖူး၍ မိုးရာသီတွင် ပွင့် ကြသည်။ ရေနိုင်ပါက (၁၂) ရာသီပွင့်သော ပန်းဖြစ်သည်။ ရေကြိုက်ပင်ဖြစ်သည်။

ပုံသဏ္ဌာန်(စံပယ်ကြီး)

ချုံနွယ်ကြီးမျိုးဖြစ်သည်။ အရွက်မှာဇွန်ရွက်နှင့်တူသည်။ အပွင့်မှာ အဖြူရောင်ရှိ၍ မွှေး၏။ ဇွန်ပွင့်နှင့်တူသည်။

ပေါက်ရောက်သည့်ဒေသ

မြန်မာနိုင်ငံအနှံ့အပြားတွင် ပေါက်ရောက်သည်။ အထူးသဖြင့် မြန်မာပြည်အောက်ပိုင်းဒေသ များတွင်ပေါက်ရောက်သည်။

ပေါက်ရောက်ပုံ

စိုက်ပျိုးပင်အဖြစ် တွေ့ရှိရသည်။

အသုံးပြုသည့်အစိတ်အပိုင်း

ဆေးဖက်၌ အရွက်၊ အပွင့်၊ အမြစ် တို့ကို အသုံးပြုသည်။

ဆေးအာနိသင်

စံပယ်သည် အေး၊ ချို၊ ဖန်၊ ခါး၊ မွှေး အရသာရှိသည်။ ဝမ်းမီးကို တောက်စေသည်။ သလိပ်ကိုထွက်စေသည်။ တွန့်ရှုံ့စေတတ်သည်။ ဝဖြိုးစေတတ်သည်။ မီးယပ်၊ သွေးချုပ်ရောဂါ၊ ချောင်းဆိုးရောဂါ၊ နှလုံး၊ ဆီးချို၊ သည်းခြေ၊ ဒေါသဖောက်ပြန်သောရောဂါ၊ ကိုယ်သားကိုယ်ရေ အလွန်ပူသော

ရောဂါ၊ ရေငတ်ခြင်း၊ အရေပြားရောဂါ၊ သွားကိုက်၊ သွားနာ၊ ရေငတ်ခြင်း၊ အိပ်မပျော် ခြင်း၊ စကားပြောမမှန်ခြင်း၊ မကြာခဏထိတ်လန့်ခြင်း၊ မူးဝေခြင်း တို့ကို သက်သာပျောက်ကင်းစေပါ သည်။

အသုံးပြုပုံ

(၁) စံပယ်ရွက်သတ္တုရည်ကို ၂ အောင်စခန့် သောက်ပေးပါက မီးယပ် သွေးချုပ် ရောဂါကို သက်သာပျောက်ကင်းစေသည်။

(၂) သလိပ်ပွားသည့်ချောင်းဆိုးရောဂါများ၌ စံပယ်ရွက် (၇) ကြက်သွန်ဖြူ သတ္တုရည် လက်ဖက်ရည်ဇွန်း (၁)ဇွန်း၊ ပိတ်ချင်းမှုန့် လက်ဖက်ရည် ဇွန်း(၁)ဇွန်းတို့ဖြင့် ရောစပ်၍ တိုက်ပေးပါက သက်သာ ပျောက်ကင်း စေပါသည်။

(၃) ကလေးငယ်များ ချောင်းဆိုးခြင်းအတွက် စံပယ်ရွက်တစ်ခြမ်း၊ ပေါက်ပန်းဖြူရွက် (၄)ရွက်၏ သတ္တုရည်နှင့်လက္ကား ရွေးလေးတစ်ရွေး သား၊ ငရုတ်ကောင်း ရွေးလေးတစ်ရွေးသားတို့ကို အမှုန့်ပြု၍ ပျားရည်နှင့် ရောပြီးလျက်ပေးပါက သက်သာပျောက်ကင်းစေပါသည်။

(၄) အဆုတ်လေပြွန်ရောင်ခြင်း၊ အဆုတ်အအေးမိခြင်း၊ ချောင်းဆိုးခြင်းတို့၌ အရွက်(၅)ရွက်၏ သတ္တုရည်ကို ငရုတ်ကောင်းစေ့(၇)စေ့၊ ကြက်သွန်ဖြူ (၇)တက်၊ ဒန့်သလွန်မြစ်(၆)ပဲသား ပျားရည်(၁)ကျပ်သား တို့ကို ရောစပ်၍ လျက်ပေးသော် သက်သာပျောက်ကင်းစေပါသည်။ သို့သော် လူနာ၏အင်အားကိုကြည့်၍ တိုက်ရမည်။ အင်အားနည်းသူကို တိုက်ပါက အလေးချိန်လျှော့တိုက်ပါ။ ၎င်းဆေးကို တိုက်ပါက အန်၍ သော်လည်းကောင်း၊ ဝမ်းသွား၍သော် လည်းကောင်း သလိပ်များ ထွက်လာ ပါလိမ့်မည်။

(၅) ကလေးသူငယ်များ အဆုတ်အအေးမိသောအခါ စံပယ်ကြီးရွက်တစ်ရွက် ၏ လေးပုံတစ်ပုံ၊ ငရုတ်ကောင်းစေ့ ၂စေ့၊ လက္ကား ၁ ရွေးသား တို့ကို အမှုန့်ပြု၍ ပျားရည်နှင့်ရောစပ်၍ သောက်ပေးပါက ပျောက်ကင်း စေပါသည်။

(၆) စံပယ်ရွက်နှင့် မန်ကျည်းသီးစိမ်း ၂ မျိုးကိုထောင်း၍ ကင်းကိုက်၊ ငါးကျည်းရိုးဆူးသော နေရာများ၌ အုံပေးပါက အဆိပ်ကို သက်သာ ပျောက်ကင်းစေသည်။

(၇) စံပယ်ပွင့်ကို အခြောက်လှန်း လက်ဖက်ခြောက်နှင့်ရော၍ သောက်ပါက ချွေးထွက်ပြီး ဆီးနီ၊ ဆီးနည်း၊ ဆီးပူရောဂါများ သက်သာပျောက်ကင်း စေပါသည်။

(၈) ထန်းလျက်ပြုတ်ရည်တွင် စံပယ်ရွက်(၂) ရွက်ထည့်သောက်ပါက မီးယပ်သွေးချုပ်ရောဂါ ကို သက်သာပျောက်ကင်းစေသည်။

ပါဝင်သည့်ဓာတုဒြပ်ပေါင်းများ

စံပယ်ပင်တွင်ပါဝင်သော ဒြပ်ပေါင်းများမှာ Essentiol oils, Geraniol တို့ဖြစ်ပါသည်။

စေးမခန်း

စေးမခန်း

စေးမခန်း

၁။ ရုက္ခဗေဒအမည် -*Jatropha multifida* Linn.

၂။ မျိုးရင်း -EUPHORBLACEAE

(ကြက်ဆူမျိုးရင်း)

၃။ အခေါ်အဝေါ်

(က) မြန်မာအမည် - စေးမခန်း

(ခ) အင်္ဂလိပ်အမည် - Enghlish Coral Tree

(ဂ) ဟိန္ဒီအမည် - B hadradanti

(ဃ) ပါဠိအမည် - ဘဒ္ဒဒန္တီ

(င) သက္ကတအမည် - ဘဒြဒန္တီ / Bhadradanti

၄။ ပုံသဏ္ဍာန်

အပင် - စေးမခန်းပင်သည် ဥယျာဉ်များတွင် အလှစိုက်သောချုံသဏ္ဍာန်နွယ်ယောင် ပင်ယောင်မျိုးဖြစ်သည်။

အရွက် - နီညိုရောင် အရွက်လက်ခြားဖြစ်သည်။ အရွက်ဖားဖားဖြစ် သည်။ အဆစ်များသည် အကွာအဝေးကျဉ်းပြီး တစ်လှည့်စီထွက်ရှိ သည်။

အပွင့် - ပန်းပွင့်ကလေးများသည် ထိပ်တွင် အစုလိုက်ပြား၍ ထွက်သည်။ အနီရောင် ဖြစ်သည်။

အသီး - အခန်း ၃ ခန်းပါသော အသီးရှိသည်။ ၎င်းအခန်းများထဲတွင် အစေ့များရှိသည်။

၅။ ပေါက်ရောက်ဒေသ - မြန်မာနိုင်ငံ အနှံ့အပြားတွင် ပေါက်ရောက်သည်။ အထူးသဖြင့် အပူပိုင်းဒေသများတွင် ပို၍ ဖြစ်ထွန်းသည်။

၆။ ပေါက်ရောက်ပုံ - သဘာဝအလျောက် ပေါက်ရောက်သည်။ စိုက်ပျိုးပင်အဖြစ် လည်းတွေ့ရသည်။

၇။ အသုံးပြုသည့်အစိတ်အပိုင်း

ဆေးဖက်တွင် စေးမခန်းအရွက်၊ အသီး၊ အစေ့နှင့် အစေးတို့ကိုအသုံးပြုသည်။

၈။ ဆေးအာနိသင်

အသီးသည် ပူစပ်သောအရသာရှိသည်။ မြင်းသရိုက်အနာများ၊ နာကျင်ကိုက်ခဲမှု များ၊ အရေပြားဆိုင်ရာရောဂါများ၊ အ အေးမိ၊ နှာစေး၊ အဖျဉ်းဖျားရောဂါတို့ကို သက်သာ ပျောက်ကင်း စေသည်။

အစေ့သည် အနည်းငယ် ချိုဆိမ့်အရသာ ရှိသည်။ ဝမ်းသက်စေသည်။ ကာမကို အားပေးသည်။ ဝဖြိုးစေသည်။ သလိပ် သည်းခြေကို ပွားစေသည်။ အော့အန်စေသည်။ အပူကိုပွား စေသည်။ အစေ့သည် ကိုယ်ဝန်ကိုလျှောစေသည်။ အရွက်များကို ဝဲနာများ၌ အသုံးပြုသည်။ အစေးသည် အအေးမိနှာစေးနှင့် အနာပေါက် တို့ကိုအသုံးပြု သည်။

၉။ အသုံးပြုပုံ

၁။ စေးမခန်းရွက်များကို ဝဲနာများ၌ အရွက်ခြောက်ကိုပြာချ၍ အုန်းဆီနှင့် လိမ်းပေးပါ။

၂။ မြင်းသရိုက် လိပ်ခေါင်းရောဂါ၌ အရွက် အသီး အစေ့တို့ကိုပြုတ်၍ ဆေးရည်တွင်လိမ်းပေးခြင်းဖြင့် သွေးယိုစီးခြင်းမှ သက်သာ ပျောက်ကင်း စေသည်။

၃။ စေးမခန်းအစေးအား အအေးမိ၊ နှာစေးရောဂါတို့၌ ရှူပေးခြင်းဖြင့် သက်သာပျောက်ကင်းစေသည်။

၄။ စေးမခန်းအရွက်သည် နလုံးငြိမ်အိပ်ပျော်စေသော အစွမ်းစ သတ္တိရှိ၍ သွေးဆေးအေးများဖော်စပ်ရာ၌ အချိုးအစားအနည်းငယ်ထည့်၍ ဖော်စပ်ကြသည်။ အရိုးဒဏ်နာဖြစ်ခြင်း၊ အရိုးကျိုးခြင်း၌ လတ်ဆတ်သော စေးမခန်းရွက်ကို ထုထောင်း၍ အုံပေးစည်းပေးခြင်းဖြင့် သက်သာပျောက်ကင်းစေသည်။

မှတ်ချက်။ အစေ့သည် ဝမ်းကိုအလွန်သက်သာ စေတတ်သည်။ အန်စေသည်။ သို့သော် ၎င်းကိုဆေးအဖြစ်ဖြင့် အစိမ်း အတိုင်း အသုံးပြုရန် မသင့်ပေ။

အကယ်၍ ၎င်းအစေ့ကို စားမိ၍ ဝမ်းအလွန်သွားပြီး အန်ခဲ့သော် ဖြေဆေးအဖြစ် သံပရာရည် ကိုတိုက်ပေးရသည်။

ပါဝင်သည့်ဒြပ်ပေါင်းများ

စေးမခန်းပင်တွင် ပါဝင်သော ဓာတုဒြပ်ပေါင်းများမှာ Glucoside and acylphloroglucinols တို့ဖြစ်ပါသည်။

ဆယ်နှစ်ရာသီပင် (အဝါ)

ဆယ်နှစ်ရာသီပင် (အဝါ)

ဆယ်နှစ်ရာသီပင်

၁။ ရုက္ခဗေဒအမည် - *Thevetia peruviana* K. Schum.

၂။ မျိုးရင်း - APOCYNACEAE

၃။ အခေါ်အဝေါ်

(က) မြန်မာအမည် - ဆယ့်နှစ်ရာသီ

(ခ) အင်္ဂလိပ်အမည် - Exite Oleander / Yellow Oleander.

(ဂ) ရှမ်းအမည် - Mank- Hkan-Long

၄။ ပုံသဏ္ဌာန်

အပင် - ပင်လတ်ဖြစ်သည်။ ပေ ၂၀ ပင်ပျော့ဖြစ် သည်။ အခေါက်ထူပြီး အကိုင်းဖြာသည်။ အခေါက်အညိုပေါ်တွင် အဖြူကွက်များ ရှိသည်။

အရွက် - အရွက်များသည် အစိမ်းရောင်ရှိ၍ သေးသွယ်ပြီးကြိုးပြားပုံစံရှိသည်။ ရွက်ညှာတိုသည်။ ရွက်ရင်းဝိုင်းချွန်သည်။ အရွက်ပြားပြောင်ချော၍ ရွက်လယ်ကြော ထင်ရှားသည်။

အပွင့် - အပွင့်အဝါများသည် ခေါင်းလောင်းပုံ ရှိသည်။ (၁၂) ရာသီလုံးပွင့်သည်။

အသီး - အသီးစိမ်းများသည် ၁ လက်မခန့်ရှိသည်။ လုံးဝိုင်း သည်။ ထိပ်ဖက်ချွန်သည်။

၅။ ပေါက်ရောက်သည့်ဒေသ

မြန်မာနိုင်ငံအနှံ့အပြားတွင် ပေါက်ရောက်သည်။

၆။ ပေါက်ရောက်ပုံ သဘာဝအလျောက် ပေါက်ရောက်သည်။

၇။ အသုံးပြုသည့်အစိတ်အပိုင်း ဆေးဖက်တွင် အပွင့်၊ အရွက်၊ အမြစ်၊ အသီးနှင့် အခေါက်ကို သုံးသည်။

၈။ ဆေးအာနိသင်

ဆယ့်နှစ်ရာသီပင်၏ အရသာသည် စပ်- ခါး- ဖန် အရသာရှိသည်။ ပူသောသတ္တိ ရှိသည်။ ကြေကျက်လွယ်သည်။ လေကိုနိုင် သည်။ ယားနာ၊ အရေပြား၊ အနာပေါက် ခြင်း တို့ကို သက်သာပျောက်ကင်းစေသည်။

မျက်စိရောဂါ၊ အဖျားရောဂါ၊ အရေပြားရောဂါ၊ မြင်းသရိုက်နာကို နိုင်သည်။ ၎င်းချည်းသက်သက် စား သုံးမိလျှင် အဆိပ်ကိုဖြစ်စေသည်။

၉။ အသုံးပြုပုံ

(၁) ဆယ့်နှစ်ရာသီပင်၏ အပွင့်(သို့မဟုတ်) အရွက်ကိုရေနှင့် ရော ကြိတ်၍ ရရှိသောသတ္တုရည်ကို သံလွင်ဆီနှင့် ဆီသက်သက် ကျန်အောင်ချက်၍ ယားနာ၊ အရေပြားနာများကို လိမ်းပေးပါက သက်သာပျောက်ကင်းစေပါသည်။

(၂) ဆယ့်နှစ်ရာသီအရွက်ကို ပြုတ်၍ ကြိတ်ပြီး နှမ်းဆီနှင့် ရောစပ်၍ လိမ်းပေး၊ အုံပေးပါ။ အဆစ်အမျက်ရောင်ကိုက်ခြင်းကို သက်သာစေပါသည်။

(၃) ဆယ့်နှစ်ရာသီပင် အမြစ်ကိုသွေး၍ ရသောအရည်နှင့် မုန် ညင်းဆီနှင့် ရော၍ ချက်ပါ။ ရရှိသောအဆီကို အရေပြားနာများကို လိမ်းပေးပါက သက်သာ ပျောက်ကင်းစေပါသည်။

(၄) ဆယ့်နှစ်ရာသီမြစ်ကိုပင် ပွေးနာများ၌ ၎င်းအမြစ်သွေးရည်၊ ဆေးရွက်ကြီးပြာချ၍ ရေနံကြီးဖြင့် ရောစပ်၍ နေ့စဉ် မှန်မှန်လိမ်းပေးပါ ။ သက်သာပျောက်ကင်းစေပါသည်။

(၅) ဆယ့်နှစ်ရာသီပင်၏ အပွင့်၊ အရွက်၊ အမြစ်၊ အခေါက် အသီးတို့ကို အခြားဆေးဖက်များနှင့် ရောနှောအသုံးပြုပြီး အဖျားကျဆေး၊ အပူလောင်ခြင်းနှင့် ပွေး၊ ဝဲ၊ ယားနာများ၌ အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။

(၆) ဆယ့်နှစ်ရာသီပင် အမြစ်ကို အမှုန့်ပြု၍ နှာရှူပေးပါက ခေါင်းကိုက်၊ ဇက်ကြောတက်ခြင်းကို သက်သာပျောက်ကင်းစေ ပါသည်။

(၇) ဆယ့်နှစ်ရာသီပင် အသီး၊ အစေ့၊ ထမင်းနှင့် ဆားထောင်းထည့်၍ အမြင့်ပေါ်မှကျသော ဒဏ်နာများအား အုပ်စည်းပေးပါက သက်သာပျောက်ကင်းစေပါသည်။

(၈) နံ့သာဖြူ၊ ကရမက်(လေးပဲသားစီ) ၊ ဆယ့်နှစ်ရာသီပင် အမြစ် (၁ကျပ်သား) ရောစပ်၍ အလွန်နုနယ်သော ကလေးများ နှာပိတ်ပါက ရှူပေး နိုင်ပါသည်။

၁၀။ ပါဝင်သည့်ဓာတုဒြပ်ပေါင်းများ

ဆယ့်နှစ်ရာသီပင်တွင်ပါဝင်သော ဒြပ်ပေါင်းများမှာ sterol, glucoside, flavonode,fatty acid နှင့် ester တို့ဖြစ်ပါသည်။

DTM

ဓွန်ပန်းပင်

ဓွန်ပန်းပင်

ဓွန်ပန်း

ဇွန်ပန်းပင်

၁။ ရုက္ခဗေဒအမည် - *Jasminum auriculatum.*

၂။ မျိုးရင်း - OLEACEAE

၃။ အခေါ်အဝေါ်

(က) မြန်မာအမည် - ဇွန်ပန်း

(ခ) အင်္ဂလိပ်အမည် -

(ဂ) ဟိန္ဒီအမည် - ဇူဟီ

(ဃ) သက္ကတအမည် - Ambashtha , Ganika, Jai, Magadhi, Suchi-mallika, Yuthika

၄။ ပုံသဏ္ဌာန်

အပင် - နွယ်ပင်မျိုးဖြစ်သည်။ ဥယျာဉ်များနှင့် အလှပန်းခြံများတွင် စိုက် ပျိုးကြသည်။

အရွက် - အရွက်များသေးငယ်သည်။

အပွင့် - ဇွန်ပန်းပွင့်သည် သေးငယ်၏၊ အလွန် လှပ၏၊ ၎င်းတွင် အပွင့် စွဲ၍ အဖြူမျိုး၊ အဝါမျိုးဟူ၍(၂)မျိုးရှိသည်။ အဝါမျိုးသည် အနံ့မွှေးကြိုင်၍ ပိုလှသည်။

၅။ ပေါက်ရောက်သည့်ဒေသ

မြန်မာနိုင်ငံအနှံ့အပြားတွင် ပေါက်ရောက်သည်။ အထူးသဖြင့် မြန်မာနိုင်ငံအောက်ပိုင်း ဒေသတွင် ပို၍ ပေါက်သည်။

၆။ ပေါက်ရောက်ပုံ - စိုက်ပျိုးပင်အဖြစ် လည်းကောင်း၊ သဘာဝပေါက်ပင်အဖြစ် လည်းကောင်း တွေ့ရသည်။

၇။ အသုံးပြုသည့် - ဆေးဖက်တွင် အရွက်၊ အပွင့်၊ အစေး၊ အမြစ် တို့ကို အသုံးပြုရသည်။

၈။ ဆေးအာနိသင် - ချိုခါးသောအရသာရှိသည်။ အေးသော သတ္တိရှိ၍ ဝမ်းမီးတောက်စေပြီး အစာကြေ လွယ်သည်။ လေဒေါသနှင့် သလိပ်ဒေါ သကိုဖြစ်စေပြီး သည်းခြေကိုနိုင်သည်။ အပူငြိမ်းသည်။ နှလုံးကို အကျိုးပြုသည်။ ဆီးချိုရောဂါ၊ ရေငတ်ခြင်း၊ အရေပြားနာအ မျိုးမျိုး၊ အနာပေါက်၊

သွေးဖောက်ပြန်ခြင်း၊ မျက်စိနာ၊ ခံတွင်း၊ သွားဌ်ဖြစ်သော ရောဂါများ၊ ဦးခေါင်းခဲ ရောဂါများကို သက်သာ ပျောက်ကင်းစေပါသည်။

၉။ အသုံးပြုပုံ

(၁) ပါးစပ်ကွဲခြင်း၊ ပါးစပ်၌ အဖုအပိန့်ပေါက်ခြင်း၊ ဖြစ်ခဲ့သော် ဖွန်ပန်းရွက်ကို ဝါး၍ငုံပေးပါ။ ပါးစပ်၌ပေါက်သော ပါးစပ်နာရောဂါများ၊ လည်ချောင်းကွဲ၊ လျှာကွဲ၊ အာခေါင်ကွဲခြင်း ရောဂါများ အတွက် ဖွန်ပန်းရွက်၊ နနွင်းနွယ်နှင့် တြိဖလ (ဆီးဖြူ၊ ဖန်ခါး၊ သစ် ဆိမ့်) တို့ ရော၍ သုံးခွက်တစ်ခွက်တင် ပြုတ်သောက်ပေးပါ။ သက်သာ ပျောက်ကင်း စေပါသည်။

(၂) နားနာ၊ နားကိုက်၊ နားပြည်ယိုရောဂါများ၌ တမာရွက်ပြုတ်ရည် ဖြင့်နားကို ဆေးကြောပြီး ဖွန်ပန်းရွက်သတ္တုရည်ကို အပူပေးလျက် နားအတွင်း နှစ်စက်မှ သုံးစက်အထိခတ်ပေးပါက သက် သာစေပါသည်။

(၃) ခေါင်းတစ်ခြမ်းကိုက်ရောဂါ (Migranie) ၌ ဖွန်ပန်းအစေးကို နှမ်းဆီနှင့် ရောချက်ပြီး ဆံပင်ရင်းကို နာနာပွတ်လိမ်းပေးပါက သက်သာ ပျောက်ကင်းစေပါသည်။

(၄) ခြေဖဝါးကွဲနာများတွင် ဖွန်ပန်းရွက်ကိုကြိတ်၍ အုံပေးပါက သက်သာ ပျောက်ကင်းစေပါသည်။

(၅) ဖွန်ပန်းအခေါက်၏ အစေးကိုမကျက်နိုင်သောအနာများ၊ အရိုး အဆစ်လွဲခြင်း၊ အနာဟောင်း၊ အနာပျက်တို့၌ နှမ်းနက်ဆီနှင့် ချက်၍ လိမ်းဆေးအဖြစ် လိမ်းပေးနိုင်ပါသည်။

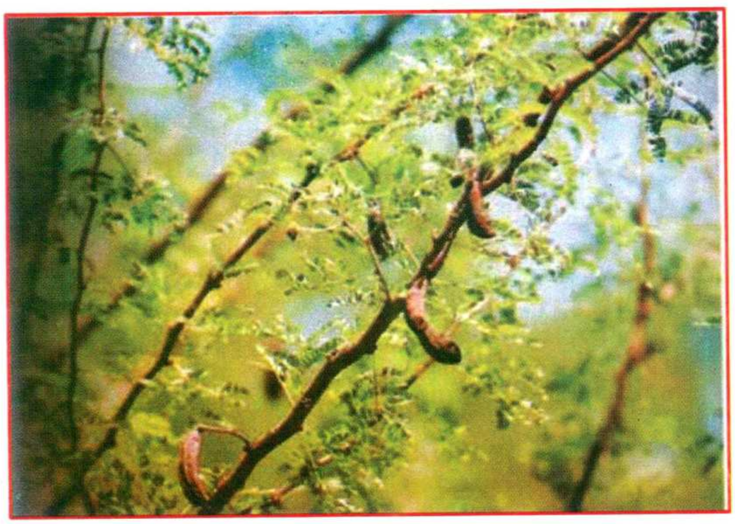
(၆) ကြက်မျက်သင့်ရောဂါနှင့် မျက်စိရောဂါတို့၌ ဖွန်ပန်း ၅၀ကျပ် သား၊ ကြိတ်မှန်ရွက် ၅၀ ကျပ်သား၊ ဒန့်သလွန်ရွက် ၃၀ ကျပ်သား၊ ငရုတ်ကောင်း ၁၆ စေ့၊ ပိတ်ချင်းသီးတောင့် ၃ တောင့်၊ ၎င်းဆေးပစ္စည်း အားလုံးကို ညက်စွာထောင်း၍ အတောင့်ကလေးများပြုလုပ်ပြီး အခြောက်လှန်းပါ။ ၎င်းဆေးတောင့်ကို ပျားရည်နှင့်သော်လည်းကောင်း၊ ဆန်ဆေးရည်နှင့်သော်လည်းကောင်း၊ သွေး၍မျက်စိတွင်ကွင်းပေး၊ လိမ်းပေးပါက မကြာမီ မျက်ရည်ပူများကျလာပြီး၊ မျက်စိရောဂါမှ သက်သာပျောက်ကင်းစေပါ သည်။

(၇) အပူကြောင့်ဖြစ်သော လျှာကွဲခြင်း၊ လျှာနာခြင်း၊ လည်ချောင်းနာခြင်း၊ ရင်ပူခြင်းများအတွက် ဇွန်ပန်းရွက်(သို့မဟုတ်) ဇွန်ပန်းပွင့်ကို သကြားနှင့် ပြုတ်သောက်၍သော်လည်းကောင်း၊ သတ္တုရည်ကို လည်းကောင်း အရွယ်အလိုက်(၃)ခွက် (၁)ခွက်တင်ကျို၍ ၎င်းပြုတ်ရည်အား ဟင်းစားဇွန်း(၁) ဇွန်းစာ တစ်နေ့(၃) ကြိမ် တိုက်နိုင် သည်။

(၈) ဇွန်ပန်းပွင့်ခြောက်များကို ခေါင်းအုံးပြုလုပ်၍ နေ့စဉ်အိပ်စေခြင်းဖြင့် ခေါင်းမူး၊ ခေါင်းကိုက်ရောဂါကို သက်သာပျောက်ကင်းစေသည်။

၁၀။ ပါဝင်သည့်ဓာတုဒြပ်ပေါင်းများ

ဇွန်ပန်းပင်တွင် ပါဝင်သောဒြပ်ပေါင်းများမှာ Jasmone, jasminol, clihydrojasmone, lupeol, epilupeol, D-mannitol, ntricuontanol, hentriacontane, glucuronide, ursolic acid နှင့် β-sitosterol. တို့ဖြစ်သည်။



နန်းလုံးကြိုင်ပင်

နန်းလုံးကြိုင်ပင်

၁။ ရုက္ခဗေဒအမည် - *Acacia farnesiana* (L) Willd

၂။ မျိုးရင်း - MIMOSACEAE (ဆူးဖြူမျိုးရင်း)

၃။ အခေါ်အဝေါ်

(က) မြန်မာအမည် - နန်းလုံးကြိုင်

(ခ) ရှမ်းအမည် - Cassia flower

(ဂ) ရှမ်းအမည် - Mawk- Nawn- Hkan

၄။ ပုံသဏ္ဌာန်

အပင် - အပင်ငယ်မျိုးဖြစ်သည်။ အမြင့် ၁ဂ ပေ၊ ၁၂ ပေခန့်ထိမြင့်သည်။ အကိုင်းအခက်များ ပြီး ဆူးရှိသည်။ ဆူးဖြူပင်နှင့် ဆင်တူသည်။

အရွက် - အရွက်သည် ငှက်မွေးရွက်ပေါင်းပုံစံဖြစ်ပြီး ရွက်ဆိုင်ထွက်သည်။ အရွက်ကို ခြေပြီးရှူ ကြည့်ပါက အနံ့မကောင်းပေ။ ရွက်ပြားနူးညံ့သည်။

အပွင့် - အဝါရောင်ရှိသော သေးငယ်လုံးဝန်းသော ဘောလုံးသဏ္ဌာန်အပွင့်များ စုပြုံထွက် သည်။ အနံ့မှာလွန်စွာမွေးကြိုင်သည်။ တပေါင်းလနှင့် ဝါခေါင်လများတွင် ပွင့်သည်။

အသီး - အသီးတောင့်ဖြစ်၍ နှစ်ဖက်ချွန်ပြီး ပြောင်ချောသည်။ အညိုရင့်ရောင်ရှိသည်။ အစေ့ခန်း ၄-၅ ခန်းပါသည်။ အစေ့များသည် အညိုရောင်ရှိသည်။ နယုန်နှင့်ဝါဆိုလ များ တွင်သီးသည်။

၅။ ပေါက်ရောက်သည့်ဒေသ

မြန်မာနိုင်ငံအနှံ့အပြားတွင် ပေါက်ရောက်သည်။

၆။ ပေါက်ရောက်ပုံ

စိုက်ပျိုး၍လည်းကောင်း၊ သဘာဝအလျောက်လည်းကောင်း ပေါက်ရောက်သည်။

၇။ အသုံးပြုသည့်အစိတ်အပိုင်း -

ဆေးဖက်တွင် အခေါက်နှင့် အရွက်ကို အသုံးပြုသည်။

၈။ ဆေးအာနိသင်

နန်းလုံးကြိုင် အခေါက်သည် ဖန်၊ခါး၊ စပ် အရသာရှိပြီး ပူသောသတ္တိရှိသည်။ ဝိပါကမှာစပ်သည်။ ခံတွင်းရောဂါ၊ ဖောရောင်ခြင်း၊ သွားရောဂါ၊ သွေးဖောက်ပြန်နာ၊ ဝမ်းသက်ခြင်းရေယုန်၊ အနာပေါက်ရောဂါ၊ ယားယံခြင်း သာမက အဆိပ်ကိုပယ်နိုင်သည်။ နန်းလုံးကြိုင် ပင်စည်မှ ထွက်သောအစေးသည် ချိုသောကြောင့် ခွန်အားကိုဖြစ်စေသည်။ ကာမိကို အားပေးသည်။

၉။ အသုံးပြုပုံ

(၁) နန်းလုံးကြိုင်ခေါက်ကို သုံးခွက်တစ်ခွက်တင်ပြုတ်၍ တိုက်ပေးပါ။ ဝမ်းပျက်၊ ဝမ်းလျှောခြင်းကို သက်သာပျောက်ကင်းစေပါသည်။

(၂) သွားနာကျင်ခြင်း၊ သွားဖုံးများရောင်ခြင်း၊ သွားဖုံးများမှ ပြည်များယိုစီးခြင်း ဖြစ်ပါကအခေါက်ကို ပြုတ်၍ရသော (ဖန်ရည်)ဖြင့် မကြာခဏ ပလုတ်ကျင်းပေးပါ။ သွားနှင့် သွားဖုံးရောဂါများကို သက်သာ စေပါသည်။

(၃) နန်းလုံးကြိုင်အခေါက်ကို ငုံထွေးခြင်းပြုလုပ်ပေးပါ ကခံတွင်းအနံ့ကို သင်းပျံ့စေ ပါသည်။

(၄) နန်းလုံးကြိုင် အရွက်နုကို ကြိတ်ပြီး ၂ ပဲသားခန့် နံနက်-ည သုံးပေးပါက ဆီးပူ ညောင်းကျရောဂါကို သက်သာပျောက်ကင်းစေပါသည်။

(၅) အကိုင်းအခက် ပင်စည်များမှ ထွက်သောအစေးမှာ ခွန်အားကို တိုးပွားစေပါသည်။

(၆) နန်းလုံးကြိုင်အပွင့်ကို နှမ်းဆီနှင့်စိမ်၍ နားတွင်ကြပ်ပေးပါက နားပြည်ယိုရောဂါကို သက်သာပျောက်ကင်းစေပါ သည်။

၁၀။ ပါဝင်သည့်ဓာတုဒြပ်ပေါင်းများ

နန်းလုံးကြိုင်ပင်တွင် ပါဝင်သော ဒြပ်ပေါင်းများမှာ Amino acid, flavonoid, glycoside, gallic acid, ellagic acid and cyanogenic glucoside တို့ဖြစ်ပါသည်။

ပရန္ဓဝါပင်

ပရန္ဓဝါပင်

ပရန္နဝါပင်

၁။ ရုက္ခဗေဒအမည်	- *Boerhaavia rapanda* Willd *Boerhaavia diffuse* L.
၂။ မျိုးရင်း	- NYCTAGINACEAE
၃။ အခေါ်အဝေါ်	
(က) မြန်မာအမည်	- ပရန္နဝါပင်
(ခ) အင်္ဂလိပ်အမည်	- Hog weed
(ဂ) မွန်	- Hlaga Cowgai Ewe

၄။ ပုံသဏ္ဌာန်

အပွင့်

အပွင့်ကိုလိုက်၍ အပင်(၃) မျိုးကွဲသည်။ အဖြူ၊ အနီ၊ အညို၊ ဖြစ်၍ သုံးမျိုးလုံး အကျိုးပြုသည်။ မြေတွင် ဖြန့်ပေါက်သော နွယ်ပင်မျိုးဖြစ်သည်။ ပန်းခိုင်ထိပ်တွင် သေးငယ်သော အပွင့်ကလေးများစု၍ ပွင့်သည်။ အဖြူ၊ အနီ၊ အညို အရောင် (၃) မျိုးပွင့်သည်။

အရွက်

အဆစ်မှအရွက်များ မျက်နှာချင်းဆိုင် ထွက်သော်လည်း တစ်ဖက်တွင် တစ်ရွက် ထွက်၍ အခြားတစ်ဖက်တွင် နှစ်ရွက်ထွက် သည်။ ရွက်ရင်းကျယ်သော ဘဲဥပုံရှိသည်။ ရွက်ထိပ်အချို့ဝိုင်းသည်။ အရွက်အပေါ်မျက်နှာပြင် ချောမွတ်သည်။

အသီး

သေးငယ်သော အခန်း ၅ ခန်းပါရှိသည်။

၅။ ပေါက်ရောက်သည့်ဒေသ

မြန်မာနိုင်ငံအနှံ့အပြားတွင် ပေါက်ရောက်သည်။

၆။ ပေါက်ရောက်ပုံ	- သဘာဝအလျောက် အလေ့ကျပေါက်သည်။
၇။ အသုံးပြုသည့်အစိတ်အပိုင်း	- အရွက်၊ အမြစ်၊ အပင်

၈။ ဆေးအာနိသင်

ပရန္နဝါပင်သည် ခါးသည်။ စပ်ရှားရှားရှိသည်။ အသက်ကိုရှည်စေသည်။ နှလုံးရောဂါ၊ ဖောရောင်ခြင်း၊ ပန်းနာ၊ လေသလိပ်ရောဂါ တို့ကို သက်သာပျောက်ကင်းစေသည်။ ဝမ်းမီးကို တောက်စေ၍ ဝမ်းသက်စေပြီး ဆီးကိုရှင်စေသည်။ ချွေးကိုထွက်စေပြီး ရေဖျဉ်းရောဂါကိုနိုင်သော သတ္တိရှိသည်။

၉။ အသုံးပြုပုံ

(၁) ပရန္နဝါရွက်ကို နို့နှင့်သောက်ပါက ဆီးပူညောင်းကျရောဂါ၊ ဆီးအောင့်ရောဂါ၊ ပန်းသေရောဂါနှင့် အဖျားရောဂါတို့ကို သက်သာ စေရုံမျှမက အသက်ကို ရှည်စေ၍ ခွန်အားတိုးစေ နိုင်ပါသည်။

(၂) အရွက်ကို ငါးကြင်းသားနှင့် ရောချက်စားပက ကိုယ်တစ်ခြမ်းသေရောဂါ သက်သာ ပျောက်ကင်းစေပါသည်။

(၃) မီးဖွားပြီးစအမျိုးသမီးများ နို့မထွက်လျှင် ပရန္နဝါကို ဟင်းခါးချက်သောက်ပါက နို့ထွက်စေပြီး နို့နာ၊ နို့ကိုက်နှင့် သကျည်းကိုက်ရောဂါများလည်း သက်သာပျောက်ကင်းစေပါသည်။

(၄) ပရန္နဝါရွက်ကို ငါးပနော်နှင့် ကြော်ချက်စားခြင်း၊ ဟင်းချိုချက်သောက်ခြင်းဖြင့် နှလုံးရောဂါ၊ အဆုတ်ရောင်၊ အူရောင်ရောဂါ၊ ကိုယ်ဖောကိုယ်ရောင်ရောဂါ၊ ရေဖျဉ်းရောဂါ၊ မြင်းသရိုက်၊ လေနာ၊ သလိပ်နာ၊ အစာမကြေရောဂါများ သက်သာပျောက်ကင်းစေနိုင်ပါ သည်။

(၅) ခန္ဓာကိုယ်ပြင်ပ၌ ရောင်ရမ်းခြင်းများအတွက် အရွက်ကို ထုထောင်း၍ ကြပ်စည်းပေးနိုင်သည်။

(၆) အမြစ်မှုန့် လက်ဖက်ရည်ဇွန်းတစ်ဝက်ကို သကြားဆတူစပ်၍ စားသော် ချောင်းခြောက်ဆိုးခြင်းနှင့် ကြက်ညှာချောင်းဆိုးခြင်းများ သက်သာပျောက်ကင်းစေသည်။ ပျားရည်နှင့်လျက်ပေးသော် ပန်းနာရောဂါ သက်သာပျောက်ကင်းစေသည်။

(၇) ပရန္နဝါကိုကြိတ်မှန်ရွက်နှင့် ရောသောက်သော် မီးယပ်ရောဂါသက်သာပျောက်ကင်းစေသည်။

(၈) ဒန့်ကျွဲစေ့နှင့် ရော၍စားခြင်း၊ လိမ်းခြင်းပြုသော် ပွေးရောဂါသက်သာပျောက်ကင်းစေသည်။

(၉) ဆေးကျမ်းအရ “ ပရန္နဝါငါးပါးလွှာ၊ သကာပျားနှင့်ချက်၊ ဒန့်ဒလွန်ပွင့်၊ အုန်းဆန်ရင့်၊ ချင့်၍လျော့်အောင်ဆက်၊ မင်းတုန်းမင်းခေါင်၊ သူသုံးဆောင်၊ ဘုန်းရောင်နေသို့တက်၊ ဒန္တာ သံမှိုနှက်၊ အသံ ကရဝိတ် ငှက်၊ ကေသာပိတုန်းရောင်နက်” ဟူ၍ ဖော်ပြထားသည်။

(၁၀) အသည်းရောင်အသားဝါရောဂါ၌ ပရန္နဝါရွက်သတ္တုရည် ဟင်းစားဇွန်း (၁) ဇွန်း သောက်ပေးနိုင်ပါသည်။

ပါဝင်သည့်ဒြပ်ပေါင်းများ

ပရန္နဝါပင်တွင်ပါဝင်သော ဒြပ်ပေါင်းများမှာ Alakoid, amino acid, glycoprotein, ursalid acid, flavones, glucoside, rotenoids and steroid တို့ဖြစ်ပါသည်။

DTM

ပင့်ကူထိပ်ပိတ်ပင်

ပင့်ကူထိပ်ပိတ်ပင်

ပင့်ကူထိပ်ပိတ်ပင်

၁။ ရုက္ခဗေဒအမည် - *Leucas cephalotes* Spreng

၂။ မျိုးရင်း - LABLATAE (ပင်စိမ်းမျိုးရင်း)

၃။ အခေါ်အဝေါ်

(က) မြန်မာအမည် - ပင့်ကူထိပ်ပိတ်

၄။ ပုံသဏ္ဍာန်

အပင်

တစ်နှစ်ခံအပင်ငယ်မျိုးဖြစ်သည်။ ၂ပေခန့်မြင့်သည်။ အပင်ပေါ်ပိုင်းတွင် အကိုင်း၊ အခက်၊ အလက်၊ အရွက်၊ အသီး၊ အပွင့် တို့ပေါ်ထွက်သည်။ ပင့်ကူထိပ်ပိတ် ပင်သည် ဘုံခုနှစ်ဆင့် ရှိသော ပြာသဒ် နှင့်တူသည်။ ပင်စည်တွင် အမွေးများရှိ သည်။

အရွက်

အရွက်များ ရွက်ဆိုင်ထွက်ကြသည်။ အလျား ၃ လက်မခန့် ရှည်ပြီးအနံ ၁ လက်မ ခန့်ကျယ်သည်။ အရွက်များသည် လုံ့စွပ်ပုံရှိသည်။ ရွက်နားတွင် ခွေးသွား စိတ် များရှိသည်။

အပွင့်

ပင်လုံးထိပ်ဖျားမှထွက်သော ပွင့်ခိုင် တစ်ခုစီ ပေါ်တွင် ပွင့်သည်။ အဖြူရောင် ပွင့်ဖက် ကလေးများအဖျား၌ အညိုရောင် ရှိသည်။ ပွင့်ဖက်လွှာလေးများ ကြွေကျ သွားသော်လည်း ပွင့်ဖတ်အုံပန်းအိုး သဖွယ် ကြွင်းကျန်ခဲ့သည်။ အပွင့်များသည် နတ်တော်၊ ပြာသိုလ များတွင်ပွင့်သည်။

အသီး

ပွင့်ဖတ်အုံအတွင်း၌ အစေ့ကလေးများ သဖွယ် ရှိသည်။ တပို့တွဲ၊ တပေါင်းတွင် သီးသည်။

၅။ပေါက်ရောက်သည့်ဒေသ

မြန်မာနိုင်ငံဒေသအနှံ့အပြားတွင်ပေါက်ရောက်သည်။ အထူးသဖြင့် မြန်မာနိုင်ငံ အောက်ပိုင်းတွင် အများဆုံးတွေ့ရသည်။

၆။ ပေါက်ရောက်ပုံ - သဘာဝအလျောက်ပေါက်ရောက်သည်။

၇။ အသုံးပြုသည့်အစိတ်အပိုင်း

ဆေးဖက်တွင် ပဥ္စငါးပါး(အရွက်၊ အသီး၊ အခေါက်၊ အမြစ်၊ အပွင့်) တို့ကို သုံးသည်။

၈။ ဆေးအာနိသင်

ပင့်ကူထိပ်ပိတ်သည် ပူ၊ ချို၊ ဆိမ့်၊ ငန်၊ အနည်းငယ်စပ်သော အရသာရှိသည်။ ဝမ်းကို သက်စေသည်။ နှုတ်ကိုမြိန်စေသည် လေ သလိပ် ကြေ စေသည်။ ကိုယ်တစ်ခြမ်းသေ ရောဂါကို သက်သာ ပျောက်ကင်းစေသည်။ အရွက် သည်ချိုသည်။ခြောက်သွေ့သည်။ သည်းခြေကို ပွားစေသည်။ အသားဝါရောဂါ၊ အဖောရောဂါ၊ ဆီးလွန်ရောဂါနှင့် အဖျားရောဂါတို့ကိုသက်သာ ပျောက်ကင်း စေသည်။

၉။ အသုံးပြုပုံ

(၁) ပင့်ကူထိပ်ပိတ် အရွက်ကို ကြိတ်၍ရသော သတ္တုရည်အား တိုက်ပေးခြင်း၊ နှာခေါင်းတွင်းသို့ ထည့်ပေးခြင်းဖြင့် မြွေကိုက်သော အနာ၌ မြွေဆိပ်ကိုပြေစေသည်။

(၂) ပင့်ကူထိပ်ပိတ်ရွက် သတ္တုရည်၌ ပိတ်ချင်းသီးမှုန့် ၄ပဲသားခန့် ရောတိုက် ပေးခြင်းဖြင့် အကြောရောဂါ၊ အဆစ်ရောဂါများကို သက်သာ ပျောက်ကင်းစေပါသည်။

(၃) ပင့်ကူထိပ်ပိတ် ပဥ္စငါးပါးကြိတ်ရည်တွင် ငရုတ်ကောင်းမှုန့် ရွှေးစေ့ခန့် ရောစပ်၍ နဖူးကို လိမ်းပေးပါက ခေါင်းကိုက်ရောဂါကို သက်သာ ပျောက်ကင်းစေပါသည်။

(၄) သူငယ်နာချောင်းဆိုးရောဂါ၌ ပင့်ကူထိပ်ပိတ်ကြိတ်ရည်တွင် လက်ချား မီးဖေါက် ၁ပဲသား၊ ပျားရည်လက်ဖက်ရည်ဇွန်း (၁) ဇွန်းရောစပ်၍ တိုက်ကျွေးပါက သက်သာပျောက် ကင်းစေပါသည်။

(၅) အဖျားရောဂါများ၌ ပင့်ကူထိပ်ပိတ်ပင် ပဥ္စငါးပါးပြုတ်ရည် သုံးခွက်တစ်ခွက်တင် လေးညှင်းပွင့် (၃)ပွင့်ခန့် ထည့်၍တိုက်ခြင်းဖြင့် ချွေးရပြီးအဖျားကို သက်သာပျောက်ကင်းစေ ပါသည်။

(၆) အသားဝါရောဂါ၌ ပင့်ကူထိပ်ပိတ်ပဥ္စငါးပါး ပြုတ်ရည် သုံးခွက် တစ်ခွက်တင် သကြားဟင်းစားဇွန်း(၁) ဇွန်း ခန့်ထည့်၍တစ်နေ့ ၃ ကြိမ် သောက်ပေးခြင်းဖြင့် သက်သာပျောက်ကင်းစေပါသည်။

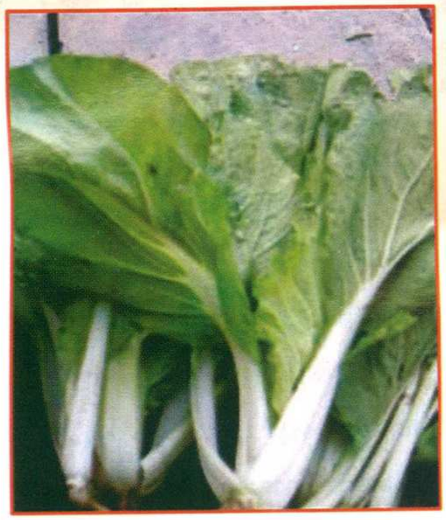
(၇) သုက်ခန်းရောဂါတွင် ပင့်ကူထိပ်ပိတ်အမြစ်ကို သွေး၍ လက်ဖက်ရည်ဇွန်း ၁ ဇွန်းစာ တစ်နေ့ ၃ကြိမ်သောက်ပေးခြင်းဖြင့် သက်သာပျောက်ကင်း စေပါသည်။

(၈) ပင့်ကူထိပ်ပိတ်ပင်ကို အခြောက်လှန်း ပြာချကာဆားချက်၍ ရွှေးကြီးခန့် သံပရာရည်၊ ရောက်ရည်နှင့်တိုက်ပါက ပန်းနာရင်ကျပ်၊ အဖျား၊ အဆိပ်များကိုသက်သာပျောက်ကင်းစေ သည်။

(၉) မီးယပ်ငုပ်ပါက ပင့်ကူထိပ်ပိတ်ပင်အား အခြောက်လှန်း၍ ၎င်းအမှုန့် (၁) ပဲသားခန့်အား ဆားရွှေးကြီးခန့်နှင့် မန်ကျည်းမှည့် ဖျော်ရည်တို့ဖြင့် ရောစပ်သောက်ပါက သက်သာပျောက်ကင်းစေသည်။

၁၀။ ပါဝင်သည့်ဓာတုဒြပ်ပေါင်းများ

ပင့်ကူထိပ်ပိတ်ပင်တွင်ပါဝင်သော ဒြပ်ပေါင်းများမှာ β- sitosterol glucoside and labellenic acid တို့ဖြစ်ပါသည်။



မုန်ညင်းဖြူပင်

မုန်ညင်းဖြူပင်

၁။ ရုက္ခဗေဒအမည် - *Brassica alba* HK.F&T
၂။ မျိုးရင်း - CRUIFERAE
၃။ အခေါ်အဝေါ်
(က) မြန်မာအမည် - မုန်ညင်းဖြူ
(ခ) အင်္ဂလိပ်အမည် - Chinese mustard
(ဂ) ကချင်အမည် - Chying Hkrang Aphraw

၄။ ပုံသဏ္ဍာန်
အပင်

အမြင့် ၂ ပေခန့်မြင့်သည်။ အဖြူမျိုး၊ အနီမျိုး၊ အနက်မျိုး ဟူ၍ ၃ မျိုး ရှိသည်။ အပင်သည် မြေမှကပ်၍ ထွက်သည်။

အရွက်

အရွက်သည်ရွက်ပြားကျယ်၍ အစိမ်းရင့်ရောင်ရှိသည်။ နူးညံ့သည်။ ရွက်ရိုး ဖြူသည်။

အပွင့်

ပန်းခိုင်မှာရှည်ပြီး အဝါရောင်ပန်းများ ပွင့်သည်။

၅။ ပေါက်ရောက်သည့်ဒေသ

မြန်မာနိုင်ငံအနှံ့အပြားတွင် စိုက်ပျိုးပင် အဖြစ် စိုက်ပျိုးကြသည်။ အေးမြသော ရာသီဥတုနှင့် တောင်တန်း ဒေသများတွင် ပိုမို ဖြစ်ထွန်းသည်။

၆။ ပေါက်ရောက်ပုံ

စိုက်ပျိုးပင်အဖြစ် စိုက်ပျိုးဖြစ်ထွန်းသည်။

၇။ အသုံးပြုသည့်

ဆေးဖက်တွင် အစေ့နှင့်အဆီတို့ကိုသုံးသည်။

၈။ ဆေးအာနိသင်

အေး၍ ခါးသောအရသာရှိသည်။ ပူသောသတ္တိရှိသည်။ ထက်မြက်သည်။ ဝမ်းမီးကိုတောက်စေသည်။ သလိပ်ကို ကင်းငြိမ်းစေသည်။ သွေးအန်၊ သွေးကျ၊ အနာကြီးရောဂါ၊ ယားယံခြင်းတို့ကို သက်သာ ပျောက်ကင်းစေပါသည်။

၉။ အသုံးပြုပုံ

(၁) မုန်ညင်းပင်၏ အသီးအစေ့ဆန်မှ မုန်ညင်းဆီကိုရရှိပါသည်။ ၎င်းမုန်ညင်းဆီကို အပူပေး၍ အအေးလွှန်၍ ကိုက်ခဲနာကျင်ခြင်းကို လိမ်းပေးပါ။ သက်သာစေပါသည်။

(၂) မုန်ညင်းဆီကို ပရုတ်နှင့်ချက်၍ ကလေးသူငယ်များ ဗိုက်နာ၊ အဆုတ်အအေးမိခြင်း၊ နှာစေးခြင်း၊ ချောင်းဆိုးခြင်းအတွက် လိမ်းဆေး၊ အုပ်ဆေးအဖြစ် အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။

(၃) ထိပ်ကပ်နာရှိသူများ နှာခေါင်းတွင်းသို့ မုန်ညင်းဆီအနည်းငယ် ထည့်ပေးပါက သက်သာစေပါသည်။

(၄) ကလေးသူငယ်များ မှက်ခရုပေါက်ပါက မုန်ညင်းဆီဖြင့် ပွတ်ပေးပါ။

(၅) မကြာခဏ ခေါင်းအုံ၊ ခေါင်းကိုက်ဝေဒနာရှင်များ မုန်ညင်းဆီကို ဦးခေါင်း လိမ်းပေးပါ။

(၆) ထုံကျဉ်ချိန်နဲ့၊ အကြောဆွဲ၊ လက်ကပ်၊ ခြေကပ်ဖြစ်လျှင် မုန်ညင်းဆီ ၈ ဆ၊ နှမ်းဆီ ၈ ဆ၊ တောင်ဆိတ်ဆီ (သို့မဟုတ်) တောဆိတ်ဆီနှင့် ဖျော်၍ ပွတ်လိမ်းပေးပါ။

(၇) မုန်ညင်းဆီကို ကိုယ်တွင်လိမ်းပေးပါက ယားနာ၊ ဝဲနာ၊ လေနာ တို့ကို သက်သာ ပျောက်ကင်းစေပါသည်။

(၈) အကြောထုံးခြင်း၊ အကြောကိုက်ခြင်း၊ ထုံကျဉ်ကိုက်ခဲခြင်း၊ သွေးကြောပိတ်ခြင်းများ ဖြစ်ပါက မုန်ညင်းဆီကိုချက်၍ ပရုတ် အနည်းငယ် နှင့် စိမ်ပြီးလျှင် နာနာပွတ်လိမ်းပေးပါ။

(၉) ကလေးသူငယ်များ၌ ဖြစ်သောလေဆန်နာအား မုန်ညင်းဆီကို လည်မျိုမှစ၍ ကျောရင်တို့ကို လိမ်းပေးပါ။

၁၀။ ပါဝင်သည့်ဓာတုဒြပ်ပေါင်းများ

မုန်ညှင်းဖြူပင်တွင် ပါဝင်သောဒြပ်ပေါင်းများမှာ Campesterol, brassicasterol, sitosterol, sinapine thiocyanate, sinapic acid, bengoic acid, benzaldehyde and β-sitosterol တို့ဖြစ်ပါသည်။

DTM

ယူကလစ်ပင်(ပြည်လုံးချမ်းသာ)

ယူကလစ်ပင် (ပြည်လုံးချမ်းသာ)

ယူကလစ်ပင်(ပြည်လုံးချမ်းသာ)

၁။ ရုက္ခဗေဒအမည် - *Eucalyptus albens* Miq.

၂။ မျိုးရင်း - MYRTACEAE (မာလကာမျိုးရင်း)

၃။ အခေါ်အဝေါ်

(က) မြန်မာအမည် - ပြည်လုံးချမ်းသာ

(ခ) အင်္ဂလိပ်အမည် - Australian Fever Tree

၄။ ပုံသဏ္ဍာန်

အပင်

အပင်ကြီးမျိုးဖြစ်သည်။ မျိုးစိတ်ပေါင်း(၆၀၀) ကျော်ရှိ သည်။ အမြင့်ပေ (၁၀၀) ခန့်မြင့်သည်။ ထိပ်ပိုင်း တွင် ကိုင်းဖြာ၍ အခက်အလက်အရွက်များ အောက်သို့တွဲလျားကျနေသည်။

အရွက်

အရွက်များနုစဉ် အနီရောင်သန်းလျက်ရှိသည်။ အရွက်မှာ ရွက်လွှဲထွက်သည်။ ရှည်မျှော မျှောလုံ့ စွပ်ပုံရှိသည်။ အနံ့မွှေးသည်။ အစိမ်းရောင် ရှိ၍အရွက်ပြားကာပြောင်နေသည်။အနားညီပြီးရွက်လယ် ကြောထင် ရှားသည်။

အပွင့်

အပွင့်ကလေးများသည် အဖြူရောင်ရှိ၍ ခေါင်းလောင်းပုံရှိ၍ တန်ခူးလ တွင် ပွင့်သည်။

အသီး

အသီးတွင်အညှာပါ၍ အမြှောင်း(၄)မြှောင်းပါသည်။ အစေ့ အလွန် သေးငယ်ပြီး အများအပြားပါရှိသည်။ ဝါဆိုလတွင် သီး သည်။

၅။ ပေါက်ရောက်သည့်ဒေသ

မြန်မာနိုင်ငံအနှံ့အပြားတွင် ပေါက်ရောက်သည်။ စိုက်ပျိုးပင် အဖြစ် လည်း သုံးနိုင် သည်။

၆။ ပေါက်ရောက်ပုံ - စိုက်ပျိုးပင်အဖြစ်တွေ့ရသည်။

၇။ အသုံးပြုသည့် - ဆေးဖက်တွင်အရွက်၊ အသီး၊ အစေး၊ အမြစ် တို့ကိုသုံး သည်။

၈။ ဆေးအာနိသင်

ယူကလစ်သည် အရသာ စပ်ရှားရှားရှိသည်။ အစေးသည် ပန်းနာ၊ ရင်ကျပ်နာ ပျောက်စေသည်။ ဝမ်းကို သက်စေသည်။ ဝမ်းဖောဝမ်းရောင်ခြင်းနှင့် ဝမ်းကြောတင်းခြင်းကိုနိုင်သည်။ ဦးနှောက်ကိုကြည်လင်စေသည်။

၉။ အသုံးပြုပုံ

(၁) အရွက်ကိုကြိတ်၍ အနာမီး၊ အနာစက်များ ကိုလိမ်းပေးခြင်း၊ အုံပေးခြင်းဖြင့် သက်သာပျောက်ကင်းစေပါသည်။

(၂) အရွက်သတ္တုရည်ကို ပျားရည်နှင့်စပ်၍ သောက်ခြင်းဖြင့် ပန်းနာကြောင့် ရင်ကျပ်ခြင်းဝေဒနာကို လက်ဖက်ရည်ဇွန်း (၁)ဇွန်းစာတစ်နေ့ (၃) ကြိမ် သောက်ခြင်းဖြင့် သက်သာပျောက် ကင်းစေပါသည်။ အခိုးအငွေ့ရှူရှိုက်သော် ပန်းနာကြောင့် ရင်ကျပ်ခြင်းဝေဒနာကို ပျောက်ကင်းစေ၍ အသက်ရှူရလွယ်ပါ သည်။

(၃) ဇက်လေးနာစေး၍ ခေါင်းကိုက်ခြင်း၊ ချောင်းဆိုးခြင်းများအတွက် ဆူပြီးသား ရေနွေးတွင် အရွက်ထည့်ပြီး ချွေးအောင်းပေါင်းခံခြင်းဖြင့် ၎င်းဝေဒနာများကို သက်သာပျောက်ကင်းစေပါသည်။

(၄) ချွဲသလိပ်ရောဂါ၊ ဖျားခြင်း၊ ကြက်ညှာချောင်းဆိုးရောဂါနှင့် ခွဲစိတ်ထားသော ဒဏ်ရာများကိုလည်း ယူကလစ်ရွက်သတ္တုရည် လက်ဖက်ရည်ဇွန်း တစ်ဇွန်းစာ၊ တစ်နေ့ (၃) ကြိမ်တိုက်နိုင်ပါသည်။

(၅) ယူကလစ်အဆီကို အရေပြားပေါ်၌ ဖြစ်ပေါ်တတ်သော အနာများ ပေါ်တွင် လိမ်းပေးပါက သက်သာ ပျောက်ကင်းစေပါ သည်။

(၆) အဆစ်အမျက်ကိုက်ခြင်း၊ ရောင်ခြင်းဖြစ်လျှင် ယူကလစ်ဆီနှင့် သံလွင်ဆီကို ဆတူရောစပ်၍ ကိုက်သောနေရာများ၌ လိမ်း ပေးခြင်းဖြင့် သက်သာပျောက်ကင်းစေပါသည်။

(၇) ရင်ကျပ်ခြင်း၊ မီးလောင်နာဖြစ်ခြင်း အတွက်ယူကလစ်ဆီကို အပူပေးပြီးခပ်ပါးပါး လိမ်းပေးနိုင်ပါသည်။

(၈) ယူကလစ်မြစ် (၁)ကျပ်သားကို အမှုန့်ပြု ပွေးကိုင်း (၁) ကျပ်သား၊ ဆူးကောက်နက်(၁)ကျပ်သား၊ ကြံဟင်းမြစ်(၁) ကျပ်သားတို့ကို အမှုန့်ပြု၍ ရောစပ်ကာ ဝမ်းနုတ်ဆေးအဖြစ် ဖော်စပ်အသုံးပြုသည်။

(၉) အအေးပတ်၍ ဖျားခဲ့သော် ရေနွေးပူပူတွင် ယူကလစ်ဆီ (၃) စက်မှ (၅) စက်ထိ ရောစပ်၍သောက်ပေးခြင်းဖြင့် သက်သာ ပျောက်ကင်းစေသည်။

၁၀။ ပါဝင်သည့်ဓာတုဒြပ်ပေါင်းများ

ယူကလစ်ပင်တွင် ပါဝင်သောဒြပ်ပေါင်းများမှာ Tannins, quercetin, catechin, procyanidin, and D-glucosa တို့ဖြစ်ပါသည်။

DTM

သီးပင်

သီးပင်

၁။ ရုက္ခဗေဒအမည် - *Feronia elepham* Corr.

၂။ မျိုးရင်း - RUTACEAE (ရှောက်မျိုးရင်း)

၃။ အခေါ်အဝေါ်

(က) မြန်မာအမည် - သီးပင်

(ခ) အင်္ဂလိပ်အမည် - Elephant Apple

(ဂ) ရှမ်းအမည် - Mak- Pyan- Sun

(ဃ) မွန် - Kwet

(င) သက္ကတအမည် - ကဝိတ္တ

(စ) ဟိန္ဒီအမည် - ကုံက်-ထ

၄။ ပုံသဏ္ဍာန်

အပင်

အရွက်ကြွေသော ပင်ကြီးမျိုးဖြစ်သည်။ အခေါက်ထူပြီး မီးရောင်ရှိသည်။ အကိုင်း အခက်များပေါ်တွင် သန်မာ၍ ပြောင်လက် နေသောဆူးများရှိသည်။

အရွက်

အရွက်များသည် သနပ်ခါးရွက်နှင့် တူသည်။

အပွင့်

အပွင့်သည် အဖြူရောင်ရှိသည်။ တပေါင်း၊ တန်ခူးတွင်ပွင့် သည်။

အသီး

အသီးသည်လုံးဝိုင်း၍ ဥသျှစ်သီးခန့် ရှိသည်။ အသီးမှည့်လျှင် မွှေးပြီး အတွင်းမှအသားညိုမဲလာသည်။ ကဆုန်၊ နယုန် လများတွင် သီးသည်။

၅။ ပေါက်ရောက်သည့်ဒေသ

မြန်မာနိုင်ငံအနှံ့အပြားတွင် ပေါက်ရောက်သည်။

၆။ ပေါက်ရောက်ပုံ - သဘာဝအလျောက်ပေါက်ရောက်သည်။

၇။ အသုံးပြုသည့်အစိတ်အပိုင်း - ဆေးဖက်တွင်အသီး၊ အခေါက်နှင့် အရွက်ကိုသုံးသည်။

၈။ ဆေးအာနိသင်

သီးသီးမှည့်သည် ချို၊ ချဉ်သော အရသာ ရှိသည်။ ကြေကျက်လွယ်သည်။ ဝမ်းချုပ်သည်။ သွေး၊လေ၊ သလိပ်(၃)ပါးကိုနိုင်သည်။ ပန်းနာ၊ အော့အန်နာ၊ ပင်ပန်းနွမ်းနယ်ခြင်းကို ပျောက်စေသည်။ အသီးစိမ်းသည်ချုပ်၏။ နှုတ်ကိုမြိန်စေ၏။ အသီးမှည့်သည် လည်ချောင်းကို ရှင်းစေ၏။ အေးစေသည်၊ သုက်ကို ပွားစေ သည်။

မှတ်ချက်။ ။သီးသီးကို ဆင်တို့သည် မဝါးဘဲအလုံး လိုက်မျိုချပြီး မစင်စွန့်သည့်အခါတွင်လည်း ၎င်းအသီးမှာ အလုံးမပျက်ဘဲ ပြန်ထွက်လာသည်။ သို့သော် သီးသီး အတွင်းမှ အသားများ လုံးဝမရှိတော့ချေ။

၉။ အသုံးပြုပုံ

(၁) ပန်းနာ၊ရင်ကျပ်ရောဂါများအတွက် သီးသီး အစိမ်းရည်ကို တစ်နေ့ တစ်ကြိမ် သောက်ပါ။
(၂) ကြို့ထိုးရောဂါအတွက် သီးသီးအစိမ်းရည်တွင်ပိတ်ချင်းသီးမှုန့် အနည်းငယ်ထည့်၍ ပျားရည်နှင့်ရော၍ လျက်နိုင် ပါသည်။
(၃) အန်သောရောဂါများအတွက် သီးသီးစိမ်းရည်၊ ပိတ်ချင်းမှုန့်၊ ပျားရည် ၃ မျိုး ရော၍ လျက်ပေးပါ။
(၄) သီးသီးအနှစ်ကို သကြား(သို့မဟုတ်) ပျားရည်နှင့်ရော၍ လျက်ပေးပါ။ အဆိပ်ပြေစေသည်။
(၅) သီးပင်အခေါက်ကိုလေထိုး၊ လေအောင့်၊ လေနာပျောက်ကင်း ဆေးဖော်စပ်ရာတွင် အသုံးပြုသည်။
(၆) သီးပင်အရွက်ကို လေနိုင်ဆေးဖော်ရာတွင်သုံးသည်။
(၇) သီးခေါက်ကိုသွေးလိမ်းပါက ပွေး၊ ညှင်း၊ တင်းတိပ်ကိုသက်သာ ပျောက်ကင်း စေသည်။
(၈) သီးသီးအမှည့်၏အနှစ်ကို ထန်းလျက်ဖြင့်ခေါက်စားပါက နှလုံးကို ငြိမ်ဝပ်စေသည်။ အမောကိုပြေစေသည်။ စိတ်ကိုကြည်လင်စေသည်။

မှတ်ချက်။ ။အသီးစိမ်းကိုစားပါက ရင်ကျပ်စေ၏။ ရင်လေးစေ၏။ ချောင်းကို ဆိုးစေပြီး ဝမ်းချုပ်စေသည်။သီးသီးအစိမ်းကို လွန်ကဲစွာစားပါက ရင်ကျပ်

စေတတ်၏။ သွေးလုံး၊ လေလုံး၊ ဂူလုံးရောဂါ ဖြစ်တတ်၏။ အမျိုးသမီးများနှင့် မတည့်ပေ။

၁၀။ ပါဝင်သည့်ဓာတုဒြပ်ပေါင်းများ

သီးသီးပင်တွင် Protein, amino acids, ursolic acid, flavanone glycoside, sitosterols, xanthotoxin, marmesin and marmin စသည့် ဒြပ်ပေါင်းများပါဝင်ပါသည်။

အလိုကျူပင်

အလိုကျူပင်

၁။ ရုက္ခဗေဒအမည် -*Arundo donax* Linn.

၂။ မျိုးရင်း -GRAMINEAE (မြက်မျိုးရင်း)

၃။ အခေါ်အဝေါ်

(က) မြန်မာအမည် - အလိုကျူ

(ခ) ရှမ်းအမည် - Mai Aw Awn

(ဂ) ကချင်အမည် - Maiaw

၄။ ပုံသဏ္ဌာန်

အပင်

နှစ်ရှည်ခံ မြက်ပင်မျိုးဖြစ်သည်။ ကျူပင်နှင့် တူသည်။ ၁၈ ပေ အထိမြင့် သည်။ မြေအောက်၌ အမြစ်အုံရှိသည်။ မြေပေါ်ပိုင်းတွင်ပင်စည်ရှိသည်။ ပင်စည်၌ အခေါင်းရှိသည်။ ပင်စည်ချောမွတ်ပြီး အဆစ်များ၌ အဖြူရောင် အရစ်များ ရှိသည်။

အရွက်

အရွက်များသည် ၁ပေ၊ ၂ ပေခန့်ထိ ရှည်သည်။ သေးသွယ် ရှည်လျားသော ပုံသဏ္ဌာန်ရှိသည်။ အဖျားသို့ ရှူးသွားပြီး အောက်သို့ငိုက်ကျ သည်။ရွက်ရင်း နူးညံ့သော အမွေးများရှိသည်။ ရွက်နား ရှည်သည်။

အပွင့်

အညိုရောင် အပွင့်ကလေးများရှိသည်။ အမြစ်အုံရှိသည်။ မြစ်မြွာများမှာ ဖြာထွက် နေသည်။

၅။ ပေါက်ရောက်သည့်ဒေသ

မြန်မာနိုင်ငံဒေသ အနှံ့အပြားတွင် ပေါက် ရောက်သည်။ ဗန်းမော်၊ ကသာ၊ ပြင်ဦး လွင်၊ သရက်နယ်များတွင် အများဆုံး တွေ့ရသည်။

၆။ ပေါက်ရောက်ပုံ

သဘာဝအလျောက်ပေါက်ရောက်သည်။

၇။ အသုံးပြုသည့်အစိတ်အပိုင်း

ဆေးဖက်တွင် အမြစ်အုံကိုအသုံးပြုသည်။

၈။ ဆေးအာနိသင်

အလိုက်ကျူသည် အေး၊ ချို၊ ခါး၊ ဖန် အရသာရှိသည်။ ဝမ်းမီးကို တောက်စေ သည်။ လေ သလိပ်ကိုကြေစေသည်။ သွေး ဖောက်ပြန်နာကို သက်သာပျောက်ကင်း စေသည်။ နှလုံးအိမ် ဆီးအိမ်၊ သားအိမ် တို့ ပူခြင်း၊ နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်း၊ ရေယုန်ရောဂါတို့ကို သက်သာ ပျောက်ကင်း စေသည်။ နူတ်ကိုမြိန်စေ သည်။ သုက်ကိုပွားစေသည်။ ဆီးကို စင်ကြယ် စေ၍ အသက် ရှုအားကို ဖြစ်စေ သည်။

၉။ အသုံးပြုပုံ

(၁) အမြစ်အုံကို သုံးခွက်တစ်ခွက်တင် ပြုတ်သောက်ပေးခြင်းဖြင့် ဆီးကို ကောင်းစေသည်။ ညောင်းကျသောရောဂါနှင့် အသားအရေ ယားယံခြင်း ကို သက်သာပျောက်ကင်းစေ သည်။

(၂) အလိုက်ကျူပြုတ်ရည်တွင် ကြွေပုပ်မှုန့်လက်ဖက်ရည်ဇွန်း (၁)ဇွန်းထည့် ဖျော်၍ သောက်ပေးပါက အမျိုးသမီးများ ရိပြူရိနီ ကျဆင်းခြင်းကို သက်သာ ပျောက်ကင်းစေပါသည်။

(၃) အလိုက်ကျူအရွက်ခြောက်နှင့် လက်ဖက်ခြောက်ကိုရောနှော၍ ပြုတ်သောက်ပါက အကြောခွန်အား သန်မာစေ၍ ကာမအားကို ဖြစ်စေပါသည်။ ထို့အပြင် သွေးအန်၊ သွေးကျရောဂါနှင့် အညောင်းကိုက်ရောဂါများကို သက်သာပျောက်ကင်းစေပါသည်။

(၄) အလိုက်ကျူသည် ဆီးကိုကောင်းစွာသက်စေတတ်သဖြင့် ထည့်သွင်း အသုံးပြုသည်။အထူးသဖြင့်ဆီးအိမ်နှင့်ဆီးလမ်းကြောင်း ကျောက်တည် ရောဂါ၊ ဆီးအိမ်ကိုက်ခဲသောရောဂါ၊ ဆီးအောင့်သော ရောဂါ၊ ဆီးအောင့် ဆီးနီ၊ဆီးဝါ၊ ဆီးကျန်ခြင်းနှင့် ဒူလာသွေးလွန်၊ မီးယပ်ဖြူဆင်းခြင်း စသောရောဂါများအတွက် အလိုကျူ ၁၀ဆ၊ ကြွေပုပ်၅ ဆ၊ သိန္ဓော ၂ဆ၊ ဆင်နှာမောင်း ၅ဆ၊ လိပ်ကျောက်ဆူး ၁ဆ တို့နှင့် ရော၍အခြောက်လှန်း အမှုန့်ပြု၍ နံနက်တစ် ကြိမ်၊ ညတစ်ကြိမ် ၄ ပဲသားခန့် သောက်ပေး ပါ က ဖော်ပြပါရောဂါများ သက်သာ ပျောက်ကင်း စေပါသည်။

(၅) အလိုက်ကျူအရွက်ခြောက်မှုန့် ၂ ပဲသား၊ ကြွေပုပ် ၄ပဲသားခန့်ကို ကျွမ်းအောင် မီးဖုတ်အမှုန့်ပြုပြီး သံပရာရည်နှင့် သောက်ပါကလည်း

ဆီးအိမ်နှင့် ဆီးလမ်းကြောင်း ကျောက်တည်ရောဂါများကို သက်သာပျောက်ကင်းစေပါသည်။

မှတ်ချက်။ ။ အလိုကျူသည် "မုတ္တဃာတ်" (ဆီးအိမ်၌ ဆီးမရှိသည့်ရောဂါ၊ ဆီးနည်းရောဂါများ၌ အထူးကောင်းမွန်သော ဆေးဖက်ဝင်အ ပင်ဖြစ်ပါသည်။)

၁၀။ ပါဝင်သည့်ဓာတုဒြပ်ပေါင်းများ

အလိုကျူပင်တွင် ပါဝင်သောဒြပ်ပေါင်းများမှာ Dona-xaridine, donaxaine နှင့် eleaginine တို့ဖြစ်ပါသည်။

DTM

သြဇာပင်

သြဇာပင်

၁။ ရုက္ခဗေဒအမည် - *Annona squamosa* Linn.
၂။ မျိုးရင်း - ANNONACEAE
၃။ အခေါ်အဝေါ်

(က) မြန်မာအမည် - သြဇာ
(ခ) အင်္ဂလိပ်အမည် - Custard Apple
(ဂ) ကချင်အမည် - Awsa
(ဃ) ချင်းအမည် - Azat
(င) မွန်အမည် - Sot Morat
(စ) ရှမ်းအမည် - Mai Awza

၄။ ပုံသဏ္ဌာန်
အပင်

ရွက်ကြွေပင်ငယ်မျိုးဖြစ်သည်။ အမြင့်ပေ ၁၅ ပေမှ ၂၀ ပေ အထိမြင့်တတ်သည်။ အကိုင်းများစွာ ဖြာပြီး နီညိုရောင်ရှိသည်။ အခေါက်တွင် မီးခိုးရောင် အကွက်များ ရှိသည်။

အရွက်

ရွက်လွှဲထွက်သည်။ အရွက်မှာ ဘဲဥပုံ ရှည်မျောမျောဖြစ်သည်။ ရွက်နားညီသည်။ ရွက်ညှာတိုသည်။ အပေါ်မျက်နှာပြင်အနည်းငယ် ကြမ်းသည်။ ရွက်ကြော ထင်ရှားသည်။ အနံ့ရှိသည်။

အပွင့်

သြဇာပန်းပွင့်သည် တစ်ပွင့်တည်း (သို့မဟုတ်) နှစ်ပွင့်မှ လေးပွင့် အထိ ပွင့်သည်။ အပွင့်မှာ သေးငယ်၍ မွှေးသည်။ စိမ်းဝါရောင်ရှိသည်။ တပေါင်း၊ တန်ခူးလ တွင် ပွင့်သည်။ အသီး အစိမ်းရင့်ရောင်ရှိ၍ တစ်လုံးချင်း (သို့မဟုတ်) စုပြုံ၍သီး သည်။ အစေ့များခွံပျော့သီးဖြစ်သည်။ အသားထူသည်။ အနံ့ ရှိသည်။ နယုန်၊ ဝါဆိုလတွင် အသီးစတင်သီးသည်။

အစေ့

ချိုသောအသားပျော့ဖြင့် ဖုံးအုပ်ထားသည်။ အနက်ရောင်ရှိ ၍တောက်ပသည်။ သြဇာသီးအစေ့မှ သြဇာဆီထုတ်ယူရရှိ သည်။

၅။ ပေါက်ရောက်သည့်ဒေသ

မြန်မာနိုင်ငံအနှံ့အပြားတွင် ပေါက်ရောက်သည်။အထူးသဖြင့်မြန်မာနိုင်ငံ အလယ်ပိုင်းဒေသတွင်ပို၍ ပေါက်ရောက် ဖြစ်ထွန်းသည်။ စီးပွားဖြစ်အများအပြား စိုက်ပျိုးနိုင်သည်။

၆။ ပေါက်ရောက်ပုံ

စိုက်ပျိုးပင်အဖြစ်လည်းကောင်း၊သဘာဝပေါက်ပင်အဖြစ် လည်းကောင်း တွေ့ရသည်။

၇။ အသုံးပြုသည့်

ဆေးဖက်တွင် အရွက်၊ အပွင့်၊ အစေး၊ အမြစ်၊ အစေ့ တို့ကို အသုံးပြုသည်။

၈။ ဆေးအာနိသင်

အေးချိုသောအရသာရှိသည်။ သွေးကိုတိုးပွားစေသည်။ အပူငြိမ်းသည်။ နှလုံးကိုအကျိုးပြုသည်။ လေပူနာ၊ ပူလောင်ခြင်း၊ သွေးအန်ရောဂါတို့ကို ပယ်ဖျောက်နိုင်၏။ လူကို ဝဖြိုးစေသည်။ ခံတွင်းမြိန်စေသည်။ ခွန်အားကို ဖြစ်စေသည်။

၉။ အသုံးပြုပုံ

(၁) အရွက်သည် သန်ကို ကျစေသည်။ တုတ်ကောင်များကို လည်းကျဆင်းစေသည်။ ၎င်းရောဂါများအတွက် သြဇာရွက်လေးငါးရွက်ကို ရေစင်အောင်ဆေးလျက် သတ္တုရည်ကြိတ်ညှစ်ယူ၍ တစ်ခါသောက် ဟင်းစားဇွန်း တစ်ဇွန်းနံနက်တစ်ကြိမ်၊ ညတစ်ကြိမ်သောက်ပေးခြင်းဖြင့် သက်သာ ပျောက်ကင်းစေ ပါသည်။

(၂) သြဇာအရွက်ကို ကြိတ်၍ အုံပေးကပ်ပေးပါက အကြောငုပ်ခြင်း၊ အကြောတတ်ခြင်းစသည့် အကြောပိုင်းဆိုင်ရာ ဝေဒနာများ သက်သာစေပါသည်။

(၃) သြဇာသီးအစိမ်းသည် ဖန်သောအရသာရှိ၍ ချုပ်တတ်သဖြင့် ဝမ်းချုပ်စေသည်။ ဝမ်းပျက် ဝမ်းလျှောရောဂါများအတွက် ဆေးဝါး အဖြစ် ဖော်စပ် အသုံးပြုနိုင်သည်။ ဝမ်းကိုက်ရောဂါနှင့် အစာအိမ် ရောဂါများ ကုသရာတွင်လည်း အသုံးပြုလေ့ရှိကြသည်။

(၄) သြဇာသီး၏ အစေ့ကိုမှု အမှုန့်ကြိတ်၍ အနာပေါက်ရောဂါများတွင် ဖြူးပေးခြင်းဖြင့် အနာရှိပိုးမွှားများကိုသေစေပြီး အနာကို သက်သာ ပျောက်ကင်းစေပါသည်။

(၅) သြဇာစေ့ အတွင်းဆန်ကို ကြိတ်၍မီးရှို့ပြီး ဝက်ရူးနာဝေဒနာ ရှင်များ တက်ပါက အခိုးမှိုင်း ရှူပေးနိုင်သည်။

(၆) သြဇာပင်၏ အခေါက်ကို အကြောခွန်အားတိုးဆေးများဖော် စပ်ရာ တွင် ထည့်သွင်းအသုံးပြုသည်။

(၇) သြဇာအမြစ်ကို ရေဖြင့်သွေး၍ တစ်ခါသောက် လက်ဖက်ရည် တစ်ဇွန်း၊ တစ်နေ့သုံးကြိမ် သောက်ပါက ဆီးချုပ်ရောဂါများ သက်သာ ပျောက်ကင်း စေပါသည်။

(၈) ပြည်တည်နာ အကျိတ်အဖုရောဂါ အတွက် သြဇာသီး ခြောက်အား ဆားနည်းနည်းနှင့် သွေး၍ လိမ်းပေးပါက နုလျှင်ကြေ၍ ရင့်လျှင် ပြည်ပေါက်စေသည်။

(၉) ပန်းနာရင်ကျပ်ရောဂါများအတွက် သြဇာရွက်ပြုတ်ရည် ဟင်းစားဇွန်း (၁) ဇွန်း တစ်နေ့ (၃) ကြိမ်သောက်ပါက သက်သာပျောက်ကင်း စေပါသည်။

(၁၀) ကလေးများ သန်ထသောရောဂါ အတွက်သြဇာစေ့မှုန့်နှင့် အုန်းဆီကို ရောစပ်၍ ရင်ကျော၊ ဝမ်းဗိုက်တို့ကို သက်ချ၍လိမ်းပေးနိုင်ပါသည်။

(၁၁) သြဇာရွက်နုကို ချဉ်ရည်ဟင်း ချက်စားပါက ဆီးကို ကောင်းစေသည်။

(၁၂) သြဇာသီးအစေ့များကို အမှုန့်ကြိတ်၍ နှမ်းဆီ/အုန်းဆီ ဖြင့်ရောစပ်လျက် ဦးခေါင်းတွင်လိမ်းပေးပါက ဦးခေါင်းရှိသန်းများဖောက်များကို သေကျေစေပါသည်။ သို့ရာတွင် သြဇာစေ့မှုန့် မျက်စိထဲဝင်ပါက မျက်စိ အန္တရာယ်ဖြစ်စေနိုင်သဖြင့် မျက်စိထဲမဝင်စေရန် အထူး သတိ ပြုရမည် ဖြစ်ပါသည်။

(၁၃) သြဇာစေ့ကို ပြာကျအောင် မီးဖုတ်ပြာချ၍ နနွင်းဆတူရော ကာပျားရည်နှင့် တေ၍ လုံးပါ။ ၎င်းကိုငရုတ်ကောင်းစေ့ခန့် တစ်ရက်(၃)လုံးနံနက်၊ ည (၂)ကြိမ်သောက်ပေးပါက အရှုယ် တင်နုပျို စေပါသည်။

၁၀။ ပါဝင်သည့်ဓာတုဒြပ်ပေါင်းများ

သြဇာပင်တွင်ပါဝင်သောဒြပ်ပေါင်းများမှာ Alkaloids, terpenes, β-caryophyllene, sitosterol, borneol, camphor, glaucinem anonaine နှင့် essential oil တို့ဖြစ်ပါသည်။

ဣဿရမ္မူလီပင်

ဣဿရမ္မူလီပင်

ဣသရမူလီပင်

၁။ရုက္ခဗေဒအမည် - *Aristolochia indica* Linn.

၂။ မျိုးရင်း - ARISTOLOHIA CEAE (ဣသရမူလီမျိုးရင်း)

၃။ အခေါ်အဝေါ်

(က) မြန်မာအမည် - ဣသရမူလီ

(ခ) အင်္ဂလိပ်အမည် - Indian Birthwort

(ဂ) မွန်အမည် - Pacow Eastsaramulio

၄။ ပုံသဏ္ဌာန်

အပင်

ပင်ပျော့ပင်နွယ်မျိုးဖြစ်သည်။ အခေါက်ကြမ်းပြီး ညိုမွဲသော အရောင်ပေါ်တွင် စိမ်းပြာရောင်အကွက် များရှိ သည်။ အကိုင်းအခက်များ သေးသွယ်သည်။

အရွက်

အရွက်သည် သဘော်သီးပုံရှိသည်။ ရွက်လွှဲ ထွက်သည်။

အပွင့်

အပွင့်သည် အကိုင်းဖျားရှိ အရွက်တို့၏ အရင်းမှကပ်၍ထွက်၏။ ခရမ်းညိုရောင် ရှိသည်။ တန်ဆောင်မုန်း၊ နတ် တော်လများတွင် ပွင့်သည်။

အသီး

အသီးသည် အစိမ်းရောင်ဖြစ်သည်။ ကျောက်ဖရုံသီးပုံစံဖြစ်သည်။ အမြောင်း ၆ မြောင်းရှိသည်။ အမြောင့်များ တွင် အစေ့များရှိသည်။ တပို့တွဲလ၌ အသီး ရင့်သည်။

၅။ ပေါက်ရောက်သည့်ဒေသ

မြန်မာနိုင်ငံအလယ်ပိုင်းဒေသတွင် ပေါက်ရောက်သည်။

၆။ ပေါက်ရောက်ပုံ

သဘာဝအလျောက်ပေါက်ရောက်သည်။

၇။ အသုံးပြုသည့်အစိတ်အပိုင်း

ဆေးဖက်တွင် အမြစ်နှင့် အရွက်ကိုသုံးသည်။

၈။ ဆေးအာနိသင်

အေး၍စပ်သော အရသာရှိသည်။ ခေါင်းအုံ ခေါင်းမူးရောဂါ၊ ကလေးသူငယ်နာ၊ သွေးဖောက် ပြန်နာ၊ ကင်းဆိပ်၊ မြွေဆိပ်သင့်သော အနာတို့ကို သက်သာ ပျောက်ကင်းစေပါသည်။ ဥတုသွေးကို မှန်စေသည်။ ချောင်းဆိုးရောဂါ၊ နှလုံး ရောဂါ အစာမကြေ လေရောဂါတို့ ကို လည်း သက်သာစေပါသည်။

၉။ အသုံးပြုပုံ

(၁) အမြစ်ကိုသွေးလိမ်းပါက မြွေကင်း စသည့်အဆိပ်ရှိသတ္တဝါများ ကိုက်ခဲသော အဆိပ်ကို ပြေစေသည်။

(၂) သွေးဝမ်းသွားခြင်း၊ အစာကြေလေရောဂါနှင့် ဝမ်းကြောများ တင်းရောင်ခြင်း အတွက်အမြစ်မှုန့် (၂)ဆကို ချင်းခြောက်မှုန့် ၁ဆ နှင့် တစ်နေ့ ၂ ကြိမ်သောက်ပေးပါက သက်သာ ပျောက်ကင်းစေပါသည်။

(၃) အမြစ်မှုန့် လက်ဖက်ရည်ဇွန်း ၁ ဇွန်းနှင့် ငရုတ်ကောင်းမှုန့် လက်ဖက်ရည်ဇွန်း ၁ဇွန်း ဆတူရောစပ်၍ ဆားလှော်ရွှေးစေ့ခန့်ထည့်၍ သောက်ပါက ဥတုသွေးထိမ်ခြင်းကို သက်သာ ပျောက်ကင်း စေပါသည်။

(၄) ကလေးသူငယ်များ သူငယ်နာ ဝမ်းပျက်၍ အဖျားဝင်လာ သော်အရွက် (သို့မဟုတ်) အမြစ်ကိုသွေး၍ လျှာကိုအနည်း ငယ်မျှပွတ်ပေးပါက သက်သာပျောက်ကင်းစေသည်။

(၅) ဣသရမူလီ အရွက်ညှစ်၍ လက်ဖက်ရည်ဇွန်း ၁ဇွန်း စာတွင် ဆားမီးဖုတ် ရွှေးစေ့ခန့်ထည့်၍ တစ်နေ့ ၂ ကြိမ် တိုက် ပေးပါက ရေဖျဉ်းရောဂါနှင့် ချောင်းဆိုးခြင်းကို သက်သာ ပျောက်ကင်း စေပါသည်။

(၆) ဣသရမူလီ အရွက် ၂ရွက်၊ ၃ ရွက်ကိုငရုတ်ကောင်းစေ့ (၈) စေ့နှင့် ညှက်အောင်ကြိတ်၍ အဝတ်နှင့် စစ်ပြီး ၁၅ မိနစ်တစ် ကြိမ် ကျသောက်ပါက မြွေဆိပ်နှင့် တကွအခြားသတ္တဝါများ ၏ အဆိပ်များကို သက်သာစေသည်။ ၎င်းဆေးရည်ကိုပင် အအေးပတ်၍ တစ်ကိုယ်လုံး သွေးကြော၊ လေကြောများအားနည်းပြီး ရေခဲတုံးများပမာ အေးစက်

သတိလစ်နေသော ရောဂါသည်များကို တိုက်ကျွေးပါက သွေးကြောလေကြောများ လှုပ်ရှားနိုင်ပြီးသတိပြန်လည်ရရှိစေနိုင်သည်။

(၇) မျက်စိကြည်ခြင်း၊ မှုန်ခြင်းဝေခြင်းများဖြစ်ပါက ဣသရမူလီ မြစ်သွေး၍ လက်ဖက်ရည်ဇွန်း(၁)ဇွန်း သောက်ပေးခြင်းဖြင့် သက်သာ ပျောက်ကင်းစေသည်။

(၈) ဣသရမူလီအရွက်ကို သတ္တုရည်ညှစ်၍ အခြောက်လှန်းပါ။ လုံး၍ ရသောအချိန်တွင် ငရုတ်ကောင်းစေ့ခန့်လုံးပြီး တစ်ခါသောက်(၂)လုံး ခန့်သောက်ပါက မြွေဆိပ်ပြေစေနိုင်ပါသည်။

(၉) ဣသရမူလီမြစ်ကို အနာပေါက်ရောဂါများအတွက် သွေးလိမ်း၊ သွေးသောက်နိုင်ပါသည်။ သူငယ်နာဆေးများ ဖော်စပ်ရာတွင် လည်း အသုံးပြုသည်။

(၁၀) မြွေ ကင်း စသောအဆိပ်ရှိသတ္တဝါများရန်ကို ကာကွယ်ရန် လည်းကောင်း၊ ပယောဂအနှောင့်အယှက်များ မရှိစေရန်လည်းကောင်း အိမ်တွင်း၌ စိုက်ပျိုးကြသည်။

၁၀။ ပါဝင်သည့်ဓာတုဒြပ်ပေါင်းများ

ဣသရမူလီပင်တွင်ပါဝင်သော ဒြပ်ပေါင်းများမှာ Aristolochi acid, Ishwarlo နှင့် glucoside တို့ဖြစ်ပါသည်။