ဂဟဏီဝမ်းကိုက်ရောဂါ အကြောင်းသိကောင်းစရာ

အာယုဗေဒအောင်ဆွေဦး
ညောင်တုန်းမြို့

မြန်မာ့တိုင်းရင်းဆေးပညာ (ဒေသနာနယ)သည် ပထဝီ-အာပေါ-တေဇော-ဝါယောနှင့် အာကာသ ဟူသော ဓာတ်ကြီးငါးပါးကို အခြေခံပြီး ရောဂါရှာဖွေခြင်း၊ ဆေးပေး-ဆေးကုဓာတ်စာ ကျွေးခြင်း ဆောင်ရွက်ပြုလုပ်ရသည့် ဆေးပညာ ဖြစ်ပါသည်။ မိမိအနေဖြင့် ဓာတ်ကြီးငါးပါး အခြေခံသုတေသနပြုခြင်းဖြင့် ပိုမိုပြည့်စုံသော တိုင်းရင်းဆေး စံကုထုံးများရရှိစေရန်ရည်ရွယ်၍ ယခုစာတမ်းကို ပြုစုခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ထို့အပြင် ရောဂါများကုသရာတွင် ဝမ်းမီး၊ သွေး၊ အကြော(လေ)၊ နှလုံး၊ ခုခံအား၊ သလိပ်တို့ကို အဓိကထားလျက် လေ့လာရှာဖွေဖော်ထုတ်ကာ ရောဂါကိုအမြစ်ပြတ် ကုသနိုင်စေရန်၊ ကြောင်းကျိုးဆက်ဆေးပညာရပ် တစ်ရပ်ပေါ်ပေါက်လာစေးရန် ရည်ရွယ်ပါသည်။ ဝမ်းကိုက်ရောဂါ စာတမ်းပြုစုရာတွင် ဒေါသသုံးပါးကြောင့်ဖြစ်သော ဝမ်းကိုက်ရောဂါ များနှင့် လက္ခဏာများ၊ဝမ်းကိုက်ရောဂါသက်သာ ပျောက်ကင်းစေသောဆေးဝါးများ၊ စားသောက်ရမည့် အစာအဟာရများ၊ ရှောင်ကျဉ်ရမည့် အစားအစာများ၊ အမြစ်ပြတ် ကုသနည်းများကို စာတွေ့ လက်တွေ့ ပေါင်းစပ် တင်ပြထားသည်။