ခံတက်တစ်ပင်လုံးဆေးအသုံး

ဒေါ်မိုးမိုးသန်း
ဦးစီးအရာရှိ
ဖွံ့ဖြိုးရေးဌာန

မေး - ဆရာမ ၊ မင်္ဂလာပါ။

ဖြေ - ဟုတ်ကဲ့၊ မင်္ဂလာပါ။

မေး - ယခုတစ်ပတ်သုတအဖြာဖြာ တိုင်းရင်းဆေးပညာအစီအစဉ်မှာ ဆရာမအနေနဲ့ ဘယ်အကြောင်း အရာကိုပြောကြားပေးမှာပါလဲရှင်။

ဖြေ - ဟုတ်ကဲ့ပါ။အခုတစ်ပတ်သုတအဖြာဖြာတိုင်းရင်းဆေးပညာအစီအစဉ်မှာ ကျွန်မအနေနဲ့ပြောကြားမယ့် အကြောင်းအရာကတော့ ခံတက်တစ်ပင်လုံးဆေးအသုံးဆိုပြီး ခံတက်ပင်ကို ဆေးဝါးအဖြစ် သုံးစွဲတတ်စေရန်နှင့် ခံတက်ပင်ရဲ့ဆေးအစွမ်းကို ပြည်သူလူထုသိရှိအောင် ပြောကြားပေးမှာဖြစ်ပါတယ်ရှင်။ ခံတက်ပင်ကိုအိမ်ရှင်မများက ခံတက်အချဉ်တည်၍ စားသုံးခြင်း၊ အတို့အမြှုပ်ပြုလုပ်၍သာစားသုံးကြပြီး ဆေးဝါးအဖြစ် အသုံးပြုလို့ရတာကို သိရှိမှုအားနည်းနေပါတယ်။ခံတက်ပင်ဟာ အခုလို နွေရာသီအတွက် ကျန်းမာရေးနှင့် ကိုက်ညီတဲ့ဆေးဖက်ဝင်အပင်ဖြစ်ကြောင်းကို သိရှိစေလိုတဲ့ရည်ရွယ်ချက်နဲ့ ဒီခေါင်းစဉ်ကို ရွေးချယ်ရခြင်းဖြစ်ပါတယ်။ ခံတက်ပင်မှာ ကုန်းခံတက်နှင့်ရေခံတက်ဆိုပြီး နှစ်မျိုးရှိရာ ကုန်းခံတက်ကိုသာဆေးအဖြစ် အသုံးပြုကြပါတယ်။ ခံတက်ပင်ကို မြန်မာပြည်အနှံ့အပြားမှာ ပေါက်ရောက်သော်လည်းမြန်မာပြည် အလယ်ပိုင်းအပူပိုင်းဒေသမှာ ပေါက်ရောက်တဲ့ အပင်ကပို၍ အစွမ်းထက်တာကိုတွေ့ရပါတယ်။ဒါကြောင့် ခံတက်ပင်ကို ဆေးအဖြစ်အသုံးပြုတဲ့ အခါ အညာဒေသမှာ ပေါက်ရောက်တဲ့အပင်ကို အသုံးပြုသင့်ပါတယ်။ တိုင်းရင်းဆေးကျမ်းများအဆိုအရ ပြောရမယ်ဆိုရင် ခံတက်ပင်ဟာပူခါးသက် အရသာရှိပြီး ဝိပါကအားဖြင့် စပ်ပါတယ်။ ပူသော ဂုဏ်သတ္တိရှိပါတယ်။ ဝမ်းမီးကိုတောက်စေပြီး လေသလိပ်ကို ကြေစေပါတယ်။ဆီးလွန်ရောဂါနှင့်ကျောက်တည် ရောဂါတို့အတွက် အသုံးပြုသင့်ပါတယ်။ အရွက်၊ အမြစ်နှင့်အခေါက်ကို ဆေးအဖြစ် အများဆုံးအသုံးပြုပါတယ်။

မေး - ဟုတ်ကဲ့ပါ ဆရာမ၊ ခံတက်ပင်နဲ့ ပတ်သက်ပြီး ဆေးအသုံးပြုပုံတွေကိုလည်း ပြောပြပေးပါဦးရှင်။

ဖြေ - ဟုတ်ကဲ့ပါရှင်၊ ခံတက်ပင်ရဲ့ ဆေးအသုံးပြုပုံတွေကိုပြောရမယ်ဆိုရင် ခံတက်ပင်ဟာ နွေရာသီမှာဖြိုင်ဖြိုင်ပေါ်သည့်အရွက် ဖြစ်တဲ့အတွက် ခံတက်ရွက်ကိုပြုတ်သောက် ခြင်း၊ ရေနွေးဖျော့ပြီးသုပ်စားရင် နွေဥတုမှာဖြစ်တတ်တဲ့အပူဝမ်းလျောဝမ်းပျက်ရောဂါများနဲ့ ချွေးငုပ်၊ မိတ်ငုပ်၊ ခတ်ငုပ်များကို ပျောက်ကင်းစေပါတယ်။ ဒါ့အပြင် ကလေးများမှာဖြစ်တတ်တဲ့ ဝက်သက်၊ ရေကျောက်စတဲ့ အပူနာရောဂါများအတွက် ကြိုတင်ကာကွယ်ဆေးအဖြစ် ခံတက်ရွက်ကို သကြား၊ ထန်းလျက်၊ ပျားရည်စသည့်တစ်မျိုးမျိုးတို့ဖြင့် သင့်လျော်သလို တွဲဖက်၍ သောက်သုံးသင့်ပါတယ်။အအေးအကြောင်းခံဖြစ်တဲ့ ဆီးချို၊ လေငန်း၊ သွေးတိုးရောဂါများနဲ့ရုပ်လေးပြီး ထိုင်းမှိုင်းခြင်း၊ ရုပ်ဝပြီး သွေးကြောလေကြောများကျဉ်းခြင်း၊ အကြောတတ်ခြင်း၊ ထုံကျဉ်ကိုက်ခဲခြင်းစတဲ့ ရောဂါများအတွက် ခံတက်ရွက်ကို သုပ်စားမယ်၊ ခံတက်ရွက် ကို သုံးခွက်တစ်ခွက်တင် ပြုတ်သောက်မယ်ဆိုရင် အထက်ပါရောဂါတွေကို သက်သာပျောက်ကင်းစေပါတယ်။

ဆီးမကြာခဏသွားခြင်း၊ ဆီးထိန်းချုပ်၍မရခြင်း၊ ဆီးလွန်ခြင်း၊ ဆီးများခြင်းအတွက် ခံတက်ခေါက်ကိုသွေး၍ရသော အရည်တစ်ဆနှင့် သံပရာရည်နှစ်ဆရောပြီးတစ်နေ့ လက်ဖက်စားဇွန်းတစ်ဇွန်း ညအိပ်ရာဝင်မှာ အချိန်မှန်မှန်သောက်ပေးရင် သက်သာပျောက်ကင်း စေပါသည်။

အရွက်ကိုကြိတ် ရေနှင့်ဖျော်ပြီး မီးဖြင့်နွေးအောင်ပြုလုပ်၍ ကိုက်ခဲနာကျင်သောနေရာများမှာ လိမ်းပေးရင် သက်သာပျောက်ကင်းစေပါတယ်။

အဆစ်ရောင်ရောဂါမှာ ခံတက်ရွက်ရည်နှင့် ကွမ်းရွက်ကြိတ်ရည်တို့ကို ဆတူရောပြီး ထောပတ် အနည်းငယ်ထည့်သောက်ပေးပါက အဆစ်ရောင်ရောဂါကို သက်သာပျောက်ကင်းစေပါတယ်။ အစာမကြေရောဂါနဲ့ လေထိုးလေအောင့်ရောဂါရှိသူတွေအတွက် ခံတက်ရွက်ကို အချဉ်တည်ပြီး မကြာခဏသုပ်စားခြင်း(သို့)ရေနွေးဖျော့ပြီးသုပ်စားခြင်းဖြင့်သက်သာပျောက်ကင်းစေပါသည်။

ဆီးချိုရောဂါရှိသူများအတွက် ခံတက်အရွက်နှင့်အခေါက်ကို ရေနှင့်လေးပုံတစ်ပုံကျန်အောင် ကြိုသောက်ပါက ဆီးချိုရောဂါကို သက်သာပျောက်ကင်းစေပါတယ်။ အဲ့ဒီခံတက်ခေါက်ပြုတ်ရည်ကို ကြံသကာအနည်းငယ်ရောပြီးသောက်ပါက ဆီးကျောက် တည်ရောဂါနှင့် ဆီးအိမ်ရောင်တင်းခြင်းကို သက်သာပျောက်ကင်းစေပါ တယ် ။

ကျွန်မတို့ တိုင်းရင်းဆေးခန်းသုံး ဆေးအမှတ်(၂၈) သက်ရင်းကလာပ်ဆေးဟာ ခံတက်ခေါက်ထည့်ပြီးဖော်စပ်ထားသောဆေးဖုံဖြစ်ပါတယ်။ အဲ့ဒီဆေးဖုံ မှာပါဝင်တဲ့ဆေးပစ္စည်းတွေကတော့ ငရုတ်ကောင်း၊ ပိတ်ချင်း၊ ချင်း၊ ဆေးပုလဲမြစ်၊ စောင်ချမ်းသီး၊ ခံတက်ခေါက်၊ ဆူးကောက်နက်၊ အော်လဲမြစ်၊ ဆားလှော် စသည်တို့ကို တစ်ကျပ်သားစီ ပါဝင်ပြီး သက်ရင်းကြီးမြစ် (၉) ကျပ်သားနဲ့ ပါဝင်ဖော်စပ်ထားသော ဆေးဖုံဖြစ်ပါတယ်။ ၎င်းဆေးပုံရဲ့ အသုံးပြုပုံတွေကတော့ ကိုယ်လက်ထုံကျဉ် ညောင်းညာကိုက်ခဲခြင်း၊ သွေးပုပ် လေပုပ် ဝမ်းပုပ်ရှိ၍ အသားပွခြင်းများဖြစ်ပါက မိတ်သလင်ပြုတ်ရည်နှင့် တစ်ခါသောက်လျှင် (၂) ပဲသား နေ့၊ ညနေတို့တွင် သောက်ပေးရပါမယ်။အမျိုးသမီးများ ဓမ္မတာထိမ်ခြင်း၊ ချုပ်ခြင်းဖြစ်လျှင် ကွမ်းရွက်ပြုတ်ရည်ဖြင့်တိုက်ကျွေးလို့ရပါတယ်။အဲ့ဒီဆေးမှုန့်ကို ပျားရည်နဲ့တေပြီး နေ့စဉ်ညအိပ်ရာဝင် သောက်သုံးရင် မျက်စိရောဂါနှင့် ထုံကျဉ်ခြင်း၊ ညောင်းကိုက်ခြင်းတို့ကို သက်သာပျောက်ကင်းစေပါတယ်။

မေး - အခုလိုခံတက်ပင်အကြောင်းကို ပြည်သူလူထုသိရှိအောင် ပြောကြားပေးတဲ့ ဆရာမကို ကျေးဇူးအထူးတင်ရှိပါတယ်။

ဖြေ - ဟုတ်ကဲ့ပါ၊ ကျွန်မကလည်းခံတက်ပင်ရဲ့ ဆေးအသုံးပြုပုံတွေကို ပြည်သူလူထုသိရှိအောင် စီစဉ်ပေးတဲ့ မြန်မာ့အသံကိုလည်း အထူးကျေးဇူးတင်ရှိပါတယ်။