

ဝမ်းကိုက်ရောဂါနှင့် ဆေးဖက်အသုံးများအကြောင်း

ဒေါ်မိုးမိုးသန်း

ဦးစီးမှူး

ဖွံ့ဖြိုးရေး

တိုင်းရင်းဆေးပညာဦးစီးဌာန

မေး- ဆရာမ မင်္ဂလာပါ။

ဖြေ- ဟုတ်ကဲ့ မင်္ဂလာပါရှင်။

မေး- ယခုတစ်ပတ်သုတအဖြာဖြာ တိုင်းရင်းဆေးပညာအစီအစဉ်မှာ ဆရာမအနေနဲ့ ဘယ်အကြောင်းအရာကို ဘယ်လိုရည်ရွယ်ချက်မျိုးနဲ့ ဆွေးနွေးပြောကြားမှာလဲရှင်။

ဖြေ- ယခုတစ်ပတ်သုတအဖြာဖြာတိုင်းရင်းဆေးပညာအစီအစဉ်မှာ ကျွန်မအနေနဲ့ ပြောကြားမယ့်အကြောင်းအရာကတော့ ဝမ်းကိုက်ရောဂါနှင့် တိုင်းရင်းဆေးဖက်ဆေးဖက်ဝင်အပင်များနဲ့ အသုံးပြုရင် သက်သာပျောက်ကင်းကြောင်းကို သိရှိစေလိုသောရည်ရွယ်ချက်နှင့် ပြောကြားခြင်းဖြစ်ပါတယ်။

မေး- ဝမ်းကိုက်ရောဂါဘာကြောင့်ဖြစ်ရတယ်ဆိုတာ ပြောပြပါဦးရှင်။

ဖြေ- ဝမ်းကိုက်ရောဂါဖြစ်ရတဲ့ အကြောင်းအရာများကတော့ မသန့်ရှင်းသောရေသောက်သုံးခြင်း၊ မသန့်ရှင်းသော လက်ဖြင့်ကိုင်တွယ်ထားသော အစားအစာများကို စားသုံးခြင်း၊ ယင်နားထားသော အစားအစာများကို စားသုံးခြင်း၊ မလတ်ဆတ်သော အမှည့်လွန်သော စင်ကြယ်စွာဆေးကြောထားသော သား ငါးနှင့် ဟင်းသီးဟင်းရွက်များကို စားသုံးခြင်း၊ အလွန်အေးလွန်းသော အစားအစာများကို အကြိမ်များစွာ စားသုံးခြင်း၊ ပူလွန်းသော ငရုတ်သီး၊ မျှစ်ကဲ့သို့သော အစားအစာများ များစွာစားသုံးခြင်း၊ အပူအအေးညီညွတ်မျှတစွာ နေထိုင်မှုမရှိခြင်း၊ ဥပမာ အပူမိခြင်း၊ ရေအေးချိုးမိခြင်း၊ တကိုယ်ရေသန့်ရှင်းမှု အားနည်းခြင်း၊ ညစ်ညမ်းသောပတ်ဝန်းကျင်မှာထိတွေ့နေထိုင်မှုများခြင်းတွေကြောင့် ဝမ်းကိုက်ရောဂါဖြစ်ရခြင်း ဖြစ်ပါတယ်။

မေး- ဝမ်းကိုက်ရောဂါဖြစ်တော့မယ်ရှေ့ပြေးလက္ခဏာလေးကို သိချင်ပါတယ်ရှင်။

ဖြေ- ဟုတ်ကဲ့ပါ ဝမ်းကိုက်ရောဂါ ဖြစ်တော့မယ့် ရှေ့ပြေးလက္ခဏာကတော့ ရေငတ်လာခြင်း၊ အစာမကြေ ဖြစ်ခြင်း၊ အားအင်ကုန်ခမ်းသကဲ့သို့ ခံစားလာရခြင်း၊ ကိုယ်လက်လေးလံခြင်းနှင့် ပျင်းရိထိုင်းမှိုင်းနေခြင်း စသည်တို့ ဖြစ်ပါ တယ်ရှင်။

မေး- ဝမ်းကိုက်ရောဂါကို ဆေးပညာရပ်များအလိုက် အမျိုးအစားခွဲခြားမှုများ ရှိပါသလားရှင်။

ဖြေ- ဟုတ်ကဲ့ ရှိပါတယ်ရှင်။ ဝမ်းကိုက်ရောဂါကို တိုင်းရင်းဆေးပညာကျမ်းများမှာ အာယုဗေဒနှင့် ဒေသနာ နည်းအရ ခွဲခြားထားတယ်။ အနောက်တိုင်းဆေးပညာအရကတော့ Bacilli ပိုးကြောင့် ဖြစ်တဲ့ Bacillary Dysentery နှင့် Amoeba ပိုးကြောင့်ဖြစ်တဲ့ Amoebic Dysentery ဆိုပြီးတော့ တွေ့ရှိ ရပါတယ်။

မေး- ဝမ်းကိုက်ရောဂါ ခံစားရသောလက္ခဏာများကို ပြောပြပေးပါဦးရှင်။

ဖြေ- ဝမ်းကိုက်ရောဂါခံစားရသော လက္ခဏာများကတော့ ဝမ်းဗိုက်ရစ်၍ဝမ်းသွားခြင်း၊ ဝမ်းဗိုက်တွင်း ပူလောင်မှု ခံစားရခြင်း၊ သွားသောဝမ်းဟာ ကျိချွဲကာ ပျစ်ချွဲချွဲရှိပြီး ပမာဏနည်းပါတယ်။ အားစိုက်ညစ်ထုတ်ပြီး သွားရခြင်း၊ ဝမ်းမှာပုပ်ညှိသောအနံ့ရှိခြင်း၊ ဝမ်းအရောင်အဆင်းအမျိုးမျိုးပြောင်းပြီး အချို့မှာသွေးပါခြင်း၊ ဝမ်းဗိုက်ထိုးအောင့် နာကျင်ခြင်းနဲ့ ဝမ်းဗိုက်တင်းနေခြင်း၊ လည်ချောင်းခံတွင်းခြောက်ခြင်းနဲ့ ခံတွင်းအရသာပျက်ခြင်း၊ အစာမကြေ ခြင်း၊ တံတွေးများခြင်း၊ ပျို့အန်ခြင်း၊ လေချဉ်တက်ခြင်းတို့ကို တွေ့ရပါတယ်။ တချို့ဝမ်းကိုက်လူနာတွေမှာ ဖျားမယ်၊ ဝမ်းသွားတဲ့အခါလေသံနဲ့ သွားမယ်၊ အမြုပ်အနည်းငယ်ထပြီးဝမ်းသွားမယ်၊ ဝမ်းဗိုက်ထဲမှာ တကျွတ် ကျွတ်မြည်ပြီး နာကျင်မှုခံစားရမယ်၊ အစာနည်းနည်း စားပေမယ့်လည်း အစာမကြေဘူး၊ ဆာလောင်မှုမရှိခြင်း စတဲ့ လက္ခဏာတွေခံစားရတတ်ပါတယ်ရှင်။

မေး- ဝမ်းကိုက်ရောဂါကို တိုင်းရင်းဆေးနည်းများနဲ့ ဘယ်လိုကုသမှုမျိုးပေးသင့်ပါသလဲ ဆရာမ။

ဖြေ- ဟုတ်ကဲ့ပါရှင်။ ဝမ်းကိုက်ရောဂါကို တိုင်းရင်းဆေးနည်းများနဲ့ ကုသတဲ့အခါ အပူအကြောင်းခံဖြစ်တဲ့ ဝမ်းကိုက်နဲ့ အအေးအကြောင်းခံဖြစ်တဲ့ ဝမ်းကိုက်ဆိုပြီး ရောဂါလက္ခဏာများကို ကြည့်ပြီးကုသရပါတယ်။ အပူအကြောင်းခံပြီးဖြစ်လာတဲ့ ဝမ်းကိုက်ရောဂါရဲ့ လက္ခဏာတွေကတော့ ခံတွင်းလည်ချောင်း ပူ၍ ရေငတ်ခြင်း၊ အဖျားနဲ့ယှဉ်၍ဖြစ်သော ဝမ်းကိုက်ရောဂါ၊ ဝမ်းတွင်းပူလောင်ထိုးကျင့်ကိုက်ခဲတဲ့အပြင် ဝစ္စမဂ်ပူလောင်ခြင်း ခံစားရမယ်၊ ခေါင်းကိုက်ခြင်း၊ သွေးပါခြင်း၊ အကျိအချွဲနှင့် အတူ ဝမ်းအနည်းငယ်စီ မကြာခဏသွားခြင်း နဲ့ ရုတ်တရက်ဖြစ်ခြင်း စတဲ့လက္ခဏာတွေတွေ့ရရင် မနက်နဲ့ နေ့လယ်မှာ တိုင်းရင်းဆေးခန်းသုံး ဆေးအမှတ်(၁) သေမှပုတိကသလိပ်ပုပ်ပျောက်ဆေးနဲ့ ဆေးအမှတ်(၁၆)အပူငြိမ်းသွေးဆေးတို့ကို ၂ပဲသားစီစပ်ပြီး မီးကွင်းဂမုန်း ပြုတ်ရည်နှင့် တိုက်ကျွေးပါရတယ်။ ညနေနဲ့ညမှာ ဆေးအမှတ် (၈) သွေးဒူလာဆေးနှင့် ဆေးအမှတ်(၁၆) အပူငြိမ်းသွေးဆေး ၂ပဲသားစီတို့တွင် သကြား ၄ပဲသားရောစပ်ပြီး မုယားကြီးပြုတ်ရည်နဲ့ တိုက်ကျွေးပါတယ်။ အစာစားပြီးချိန်မှာ ဆေးအမှတ်(၁)သေမှပုတိကသလိပ်ပုပ်ပျောက်ဆေးနဲ့ ဆေးအမှတ်(၇) နွယ်ချိုကဲဆေး၊ ဆေးအမှတ်(၃၃)အစာကြေလေပုပ်ထုတ်ဆေးတို့ကို ၂ပဲသားစီ ဆတူရောစပ်ပြီး အစာစားပြီးတိုင်း လျှက်ပေး ရပါမယ်။ လိမ်းဆေးအနေနဲ့ မီးနဲ့အပူပေးထားတဲ့ မုန်ညှင်းဆီ (သို့မဟုတ်)နှမ်းဆီ ၅ကျပ်သားမှာ ဆေးအမှတ် (၄၃)အကင်းဆယ်ပါးဆေး ၂ကျပ် ၈ပဲသားထည့်ဖျော်ပြီး ဝမ်းဗိုက်၊ ချက်၊ ခါးနဲ့ မီးညှောင့်ရိုးတဝိုက်၊ နာကျင် ကိုက်ခဲမှုခံစားရတဲ့ နေရာတွေကိုညင်သာစွာလိမ်းပေးရပါမယ်။ အအေးအကြောင်းခံပြီးဖြစ်တဲ့ ဝမ်းကိုက်ရောဂါ

လက္ခဏာတွေကတော့ ဝမ်းဗိုက်ရစ်နာပြီး ဝမ်းသွားခြင်း၊ အစာမကြေခြင်း၊ အစာစားလိုစိတ်နှင့် ဆာလောင်မွတ်သိပ်မှုမရှိခြင်း၊ ဝမ်းသွားခြင်းနှင့် ဝမ်းချုပ်ခြင်းတို့ တလှည့်စီခံစားရခြင်း၊ ဝမ်းရဲ့အနံ့ဟာ အလွန်ပုပ်ညှိသော အနံ့ရှိခြင်း၊ သွားတဲ့ ဝမ်းပမာဏနည်းပြီး အဖြူရောင်အကျိအခွဲပါခြင်း၊ ရောဂါခံစားမှု မပြင်းထန်သော်လည်း နာတာရှည်ဖြစ်နေခြင်းတို့အတွက် မနက်နဲ့နေ့လယ်မှာ ဆေးအမှတ်(၂)လေမျိုးရှစ်ဆယ်နဲ့ ဆေးအမှတ်(၂၅) မတဲ မြင့်မိုရ်ကုန်းဆေး ၂ပဲသားစီရောစပ်ပြီး ကျွဲကျောင်းမင်ဆေးပြုတ်ရည်နဲ့ တိုက်ပါတယ်။ ညနေနဲ့ ညမှာ ဆေးခန်းသုံးဆေးအမှတ်(၁၆) အပူငြိမ်းသွေးဆေးနှင့် ဆေးအမှတ်(၃၃)အစာကြေလေပုပ်ထုတ်ဆေး ၂ပဲ သားစီနဲ့ ပျားရည် ၄ပဲသား ရောစပ်ပြီး ရေနွေးနှင့်တိုက်ရပါတယ်။ အစာစားပြီးတိုင်း ဆေးအမှတ်(၁) သေမှပုတိကသလိပ်ပုပ်ပျောက်ဆေး၊ ဆေးအမှတ်(၂) လေမျိုးရှစ်ဆယ်ဆေး၊ ဆေးအမှတ် (၃၃)အစာကြေလေပုပ်ထုတ်ဆေးတို့ကို ၂ပဲသားစီရောစပ်ပြီး အစာစားပြီးတိုင်းလျှက်ပေးရပါမယ်။ လိမ်းဆေးအနေနဲ့ မီးနဲ့ချက်ထားတဲ့ မုန့်ညှင်းဆီ (သို့မဟုတ်)နှမ်းဆီ ၅ကျပ်သားထဲကို စမုန့်နက် ၃ကျပ်သား အမှုန့်ကိုထည့်ပြီး ဝမ်းဗိုက်၊ ချက်၊ ခါး၊ မီးညှောင့် နေရာတိုက်ကို အသာအယာ ပွတ်လိမ်းပေးရပါမယ်။

မေး- သုတေသနပြုချက်အရ ဝမ်းကိုက်ရောဂါကို ထိရောက်စေသော ဆေးပင်များအကြောင်းကိုလဲပြောပြပေးပါဦး ဆရာမ။

ဖြေ- ဟုတ်ကဲ့ပါရှင်၊ ဝမ်းကိုက်ရောဂါကို သက်သာပျောက်ကင်းစေတဲ့ ဆေးပင်တွေကတော့

၁။ ရာတန်စေ့အဆံငါးဆံကို တစ်နေ့တစ်ကြိမ် ၅ရက်သောက်ပေးပါ။ အစေ့အခြောက်မှုန့်ကို တစ်ကြိမ်လျှင် လက်ဖက်စားဇွန်းတစ်ဝက် တစ်နေ့ နှစ်ကြိမ် ၃ရက်သောက်ပေးပါ။

၂။ ဇီယာရွက်ထူအရွက်များကို ရေဖြင့်သန့်စင်အောင်ဆေးပြီး ကြိတ်၍ရတဲ့အရည်(သတ္တုရည်)ကို တစ်ကြိမ်လျှင် လက်ဖက်စားဇွန်းတစ်ဇွန်း တစ်နေ့ ၃ကြိမ် ၅ရက်သောက်ပါ။

၃။ သန့်စင်သောဆီးဖြူသီးကြိတ်ရည် (သတ္တုရည်)ကို တစ်ကြိမ်လျှင် လက်ဖက်စားဇွန်းတစ်ဇွန်း တစ်နေ့ ၃ကြိမ် ၅ရက်သောက်ပါ။

၄။ သန့်စင်သော ဖန်းခါးသီးကြိတ်ရည် (သတ္တုရည်)ကို တစ်ကြိမ်လျှင် လက်ဖက်စားဇွန်း တစ်ဇွန်း တစ်နေ့ ၃ကြိမ် ၅ရက်သောက်ပါ။

၅။ ထားဝယ်မှိုင်း အရွက်များကို ရေဖြင့်သန့်စင်အောင်ဆေးပြီး ကြိတ်၍ရသောအရည် သတ္တုရည်ကို တစ်ကြိမ်လျှင် လက်ဖက်စားဇွန်းနှစ်ဇွန်း တစ်နေ့ ၃ကြိမ် ၅ရက်သောက်ပါ။

၆။ ရှားစောင်းသင်္ဂီနိတ် (Kiss me quick) အရွက်များကို ရေဖြင့်သန့်စင်အောင်ဆေးပြီး ကြိတ်၍ရသောအရည် (သတ္တုရည်)ကို တစ်ကြိမ်လျှင်လက်ဖက်စားဇွန်းတစ်ဇွန်း (သို့မဟုတ်) အရွက်နု ၅ရွက် ခန့်ကို ရေနွေးနှင့် ဖျော့၍ တစ်နေ့ နှစ်ကြိမ် ၃ရက်စားပါ။

၇။ မီးကွင်းဂမုန်း အရွက်များကို ရေဖြင့်သန့်စင်အောင်ဆေးပြီး ကြိတ်၍ရသောအရည်(သတ္တရည်) တစ်ကြိမ်ကို လက်ဖက်စားဖွန်းနှစ်ဖွန်းထဲကို သကြားအနည်းငယ်စပ်၍ တစ်နေ့ ၃ကြိမ် ၅ရက်သောက်ပါ။

၈။ လက်ထုတ်ကြီးအခေါက်အား နှမ်းဆီနှင့်သုတ်၍ မီးကင်ပြီး အမှုန့်ပြုလုပ်ပါ။ ၎င်းအမှုန့်ကို တစ်ကြိမ်လျှင် လက်ဖက်စားဖွန်းတစ်ဖွန်း တစ်နေ့ ၃ကြိမ် ၃ရက်သောက်ပါ။

၉။ ကျွဲကျောင်းမင်စေးပင်ပဉ္စငါးပါးကို ပိတ်ဝမ်းကိုက်ရောဂါ (သွေးနှင့်တကွ ဝမ်းကိုက်ခြင်း)မှာ သကြားချိုချိုနှင့် ရောပြီး လက်ဖက်စားဖွန်းတစ်ဖွန်း တစ်နေ့ ၃ကြိမ် ၅ရက် သောက်ပါ။ အရွက်ကို အသုပ်လုပ်စားခြင်း၊ အတို့ အမြုပ် ပြုလုပ်၍စားခြင်းဖြင့် ကုသနိုင်ပါ သည်။

မေး- ဝမ်းကိုက်ရောဂါဖြစ်ပွားသူများလိုက်နာရမယ့် အချက်များကို ပြောပြပေးပါဦးရှင်။

ဖြေ- ဝမ်းကိုက်ရောဂါဖြစ်ပွားသူများအနေနဲ့ ပူစပ်သော အစားအစာများ၊ လက်လုပ်ချဉ်များ၊ ငရုတ်သီး၊ မသန့်ရှင်း မလတ်ဆတ်တဲ့ အမှည့်လွန်ပြီး စင်ကြယ်စွာဆေးကြောမထားတဲ့ အစားအစာများစားခြင်း၊ အစာကြေကျက်မှုမရှိ သော အစားအစာများစားခြင်း၊ မသန့်ရှင်းသောသောက်ရေ၊ သုံးရေများသုံးစွဲခြင်း၊ တစ်ကိုယ်ရေသန့်ရှင်းမှုနဲ့ ပတ်ဝန်းကျင်သန့်ရှင်းမှုမရှိခြင်းတို့ကို ရှောင်ရပါမယ်။ လိုက်နာရမယ့်အချက်တွေကတော့ ယင်လုံအိမ်သာ အသုံးပြုခြင်း၊ အိမ်သာက ထွက်လာတိုင်းလက်ဆေးခြင်း၊ အစားအစာများကို ယင်မနားအောင် ဖုံးအုပ်ထားခြင်း များ ပြုလုပ်ရပါမယ်။ ဝမ်းကိုက်ရောဂါဖြစ်ပွားသူများဟာ အစားအစာစားသောက်ရာမှာ အစာကြေလွယ်တဲ့ အစားအစာများကိုသာ စားသုံးရပါမယ်။ လေချုပ်ခြင်း၊ ကြို့ထိုးခြင်း၊ လေတက်ခြင်း၊ ဝမ်းဗိုက်အတွင်း ထိုးအောင့် နာကျင်ခြင်း တွေခံစားရတဲ့ ရောဂါရှင်တွေကို လေအောက်ကိုသက်စေတဲ့ စမုန်နက်၊ ကြက်သွန်ဖြူ၊ ကြောင်ပန်း စသည်တို့နှင့်လည်း တွဲဖက်စားသုံးပေးသင့်ပါတယ်ရှင်။

မေး- ဝမ်းကိုက်ရောဂါကိုသတိပြုရမည့် အချက်များရှိပါသလား ဆရာမ။

ဖြေ- ရှိပါတယ်ရှင်။ ဝမ်းကိုက်ရောဂါကို ပျောက်ကင်းစွာ မကုသပါက နောက်ဆက်တွဲရောဂါများ ဖြစ်တဲ့ အသည်းပြည်တည်နာ၊ သွေးအားနည်းရောဂါနှင့် အထွေထွေအားနည်းမှုနှင့် ယှဉ်တွဲသော ရောဂါများဖြစ်စေနိုင်ပါ တယ်ရှင်။ ဒါကြောင့် ဝမ်းကိုက်ရောဂါ ကြာရှည်စွာခံစားနေရပါက ဆေးရုံဆေးခန်းများသို့ သွားရောက်ကုသရန် လိုအပ်ကြောင်း သတိပြုသင့်ပါတယ်ရှင်။

မေး- ဟုတ်ကဲ့ပါ။ ဆရာမ ဝမ်းကိုက်ရောဂါနဲ့ ပတ်သတ်ပြီး အခုလိုပြည့်ပြည့်စုံစုံ ရှင်းပြပေးတဲ့အတွက် ကျေးဇူး တင်ပါတယ်။

ဖြေ- ဟုတ်ကဲ့ပါ ကျွန်မကလည်း အခုလို မြန်မာ့တိုင်းရင်းဆေးပညာရဲ့ ဆေးအသုံးတွေကို ပြည်သူလူထုအနေနဲ့ သိရှိအောင် စီစဉ်ပေးတဲ့ နေပြည်တော်မြန်မာ့အသံကို ကျေးဇူးအထူးထင်ပါတယ်ရှင်။