
ဆေးဖက်ဝင်သက်ရင်းကြီးပင်အကြောင်းသိကောင်းစရာ

ဒေါ်နေနေနိုင်ရည်

လက်ထောက်ညွှန်ကြားရေးမှူး(ဖွံ့ဖြိုးရေးဌာနစိတ်)

တိုင်းရင်းဆေးပညာဦးစီးဌာန

မေး - ဆရာမ မင်္ဂလာပါ။ ခုတစ်ပတ် ကျန်းမာရေးအတွက်တိုင်းရင်းဆေးပညာအစီအစဉ်နဲ့ သုတအဖြာဖြာတိုင်းရင်းဆေးအစီအစဉ်တို့မှ တိုင်းရင်းဆေးနဲ့ပတ်သက်လို့ဘယ်လိုအကြောင်းအရာကို တင်ဆက်ပေးပါအုံးမလဲရှင်။

ဖြေ - ဟုတ်ကဲ့ မင်္ဂလာပါ။ ခုတစ်ပတ် ကျန်းမာရေးအတွက်တိုင်းရင်းဆေးပညာအစီအစဉ်နဲ့ သုတအဖြာဖြာတိုင်းရင်းဆေးအစီအစဉ်တို့မှ ကျမအနေနဲ့ ဆေးဖက်ဝင် သက်ရင်းကြီးပင် အကြောင်း သိကောင်းစရာ ဆိုတဲ့ အကြောင်းအရာကို ဆွေးနွေးတင်ပြသွားမှာဖြစ်ပါတယ်။

မေး - ဟုတ်ကဲ့ပါ။ ဒါဆိုရင် ဆေးဖက်ဝင် သက်ရင်းကြီးပင် အကြောင်း ပြောပြပေးပါအုံးဆရာမ။

ဖြေ-- ဟုတ်ကဲ့ပါ။ သက်ရင်းကြီးပင်ကိုရုက္ခဗေဒအမည်အားဖြင့် *Croton oblongifolius Roxb* ဖြစ်ပါတယ်။ မြန်မာအမည် သက်ရင်းကြီး၊ ပါဠိအမည် နာဂဒန္တိ၊ ရှမ်းအမည် ဟာယိုင်းလုံး ဖြစ်ပါတယ်။ သက်ရင်းကြီးပင်ရဲ့ပုံသဏ္ဌာန်ကတော့သက်ရင်းကြီးပင်ဟာပင်လတ်မျိုဖြစ်ပါတယ်။ သက်ရင်းကြီးပင်ရဲ့အခေါက်မှာစိမ်းဖျော့ဖျော့ကာကီရောင်ဖြစ်ပါတယ်။ အရွက်မှာရှည်ပြီးသွယ်ပါတယ်။ အရွက်၏ဘေးစွန်းများသည်ခွေးသွားစိပ်ကလေးများရှိသည်။ အရွက်မှာအလျားလက်မ ၁၂ လက်မထိ ရှည်၍အနံမှာ၃လက်မမှ၅လက်မထိရှိပါတယ်။ သက်ရင်းကြီးပင်ဟာမြန်မာနိုင်ငံ အနှံ့အပြားတွင် သဘာဝအလျောက်ပေါက်ပင်အဖြစ်လည်ကောင်း၊ စိုက်ပျိုးပင်အဖြစ်လည်း ကောင်းပေါက်ရောက်ပါတယ်။ အထူးသဖြင့် မြန်မာနိုင်ငံအလယ်ပိုင်းတွင်ပေါပေါများများ ပေါက်ရောက်တာ တွေ့ရပါတယ်။

မေး- ဟုတ်ကဲ့ပါဆရာမ သက်ရင်းကြီးပင်ရဲ့ဘယ်အစိတ်အပိုင်းတွေကို ဆေးဖက်မှာ အသုံးပြုပါသလဲ။ သက်ရင်းကြီးပင်ရဲ့ ဆေးဖက်အာနိသင်တွေကိုလဲပြောပြပေးပါအုံးရှင်။

ဖြေ - ဟုတ်ကဲ့ပါ။ သက်ရင်းကြီးပင်ရဲ့အရွက်၊အခေါက်၊အမြစ်တို့ကို ဆေးဖက်မှာအများဆုံး အသုံးပြုပါတယ်။ ဆေးဖက်အာနိသင်တွေကတော့သက်ရင်းကြီးဟာ ပူ၊ခါး၊စပ် အရာသာရှိပြီး ဝမ်းမီးတောက်ခြင်း၊အစာကြေခြင်း၊ဝမ်းသက်စေခြင်း၊ဝမ်းတွင်းရှိသွေးပုပ်၊လေပုပ်တို့ကို ကြေစေ နိုင်ပြီးလေသလိပ်ကိုနိုင်ခြင်းစသော အကျိုးကျေးဇူးများကိုရရှိနိုင်ပါတယ်။ နရသုခိဆေး ကျမ်းဆရာတို့က သက်ရင်းကြီးနှင့်ပတ်သက်၍ “သက်ရင်းကြီးသည် ခိုးပူညီး၍၊ဓာတ်မီးတို့နှင့် တူလေခြင်းကြောင့်၊ကျလင့်မနေ၊ဝမ်းလျောစေ၍ကြေသည့်ဝါယော၊အာပေါမသင့်ဟူ၍ ပြဆိုထား ခဲ့ကြပါတယ်။

မေး- ဟုတ်ကဲ့ပါဆရာမ။ သက်ရင်းကြီးနဲ့ပတ်သက်ပြီး ဆေးအသုံးဝင်ပုံတွေကိုလည်း ပြောပြ ပေးပါအုံးရှင်။

ဖြေ - ဟုတ်ကဲ့ပါ။ အရှင်နာဂသိန်၏ပုံပြဆေးအဘိဓာန်ကျမ်းအရ လေချုပ်၊ လေဆန်၍ အခိုးအငွေ့များအထက်သို့တက်ခါဇက်ကြောတက်ခြင်း၊ဇက်ကြောထိုးခြင်း၊သန်းဝေခြင်းဖြစ်လျှင် သက်ရင်းကြီးရွက်နုကိုရေနွေးဖျော၍ သုပ်စားခြင်း၊ တို့မြှုပ်စားပေးခြင်းဖြင့် ဝမ်းသက်စေပြီး စောစောကလကွဏာတွေကို သက်သာစေပါတယ်။ သာမန်ခါးနာဖြစ်ပါကသက်ရင်းကြီး ရွက်များကိုအိပ်ရာခင်းပါးပါးအောက်တွင်ဖြန့်ခင်းပြီးအိပ်ပါက သက်သာပျောက်ကင်းစေပါတယ်။ ဒါ့အပြင် သက်ရင်းကြီးမြစ်ကိုဆန်ပုန်းရေဖြင့် မြှုပ်အောင်တစ်ပတ်စိမ်ပြီး ရေစစ်ကာ အခြောက် လှန်းပါ။ ခြောက်သွေ့သွားသောအခါ အမှုန့်ပြုလုပ်ပြီး သိန္ဓောဆားနှင့်သင့်သလိုရောကာ လျက်ဆေးအဖြစ်သုံးစွဲပါကအပူအပုပ်ချောင်း၊နာတာရှည်ချောင်းဆိုးရောဂါကိုသက်သာပျောက် ကင်းစေပါတယ်။ တိုင်းရင်းဆေးဆရာကြီးများ၏ လက်တွေ့ကုထုံးများအရ အဆုတ် အအေးမိခြင်း၊ အဆုတ်ရောင်ခြင်း၊အဆုတ်ပွခြင်းများ၌ သက်ရင်းကြီးအမြစ်ခေါက်မှုန့် လက်ဖက်

စားနွန်း(၁)နွန်းစာကိုတစ်နေ့ကြိမ်သောက်ပေးခြင်း၊ကျောရင်တို့ကိုအမြစ်သွေးရေလိမ်းပေးခြင်း၊
အရွက်ကိုကြပ်ထုပ်လုပ်၍ ကြပ်ထုပ်ထိုးပေးခြင်းဖြင့် သက်သာပျောက်ကင်းစေပါတယ်။
အမျိုးသမီးများရုပ်ဝရုပ်စိုရှိလျက် ဓမ္မတာသွေးငုပ်ခြင်း၊ သွေးဆင်းနည်းခြင်း၊ မီးဖွားပြီးနောက်
သွေးပုပ်သွေးကြွင်းများကျန်၍ အထက်သို့အခိုးများတက်ပြီး အထက်ပိုင်းတွင်အပြစ်ပြု
တတ်သောမီးယပ်ခေါင်းကိုက်ခြင်း၊ အကြောတက်ခြင်း၊ဝမ်းချုပ်ခြင်းများအတွက် သက်ရင်းကြီး
မြစ်သွေးရည်ဟင်းစားနွန်း၃နွန်း၊ အရက်ဟင်းစားနွန်း၃နွန်းနဲ့ရောစပ်ပြီး တစ်ကြိမ်သောက်
လက်ဖက်ရည်နွန်း၁နွန်းစာတစ်နေ့ကြိမ် သောက်ပေးခြင်း၊ သက်ရင်းကြီးရွက်နုများကို ရေနွေး
ဖျော၍သုပ်စားခြင်း၊တို့မြှုပ်စားသုံးပေးခြင်းဖြင့်အထက်သို့တက်နေသော အပူအပုပ်သွေးလေများ
အောက်သို့သက်စေပြီးဝမ်းလေမှန်ကာ အထက်ပါမီးယပ်ရောဂါများကို သက်သာပျောက်ကင်း
စေပါတယ်။ ဝမ်းအလွန်ချုပ်ပြီး စမြင်းခံခြင်းများဖြစ်ပါက သက်ရင်းကြီးမြစ်ကိုအခြောက်လှန်း
အမှုန့်ပြုလုပ်ပြီး သက်ရင်းကြီးမှုန့်၁၀ ကျပ်သားတွင် အိမ်သုံးဆား ၂ကျပ်သားနဲ့ရောစပ်ပြီး
ငင်းဆေးမှုန့်လက်ဖက်ရည်နွန်း၁နွန်းစာကိုရေအေးဖြင့်ညအချိန် တစ်နေ့တစ်ကြိမ် သောက်ပါက
ဝမ်းသက်ပြီးစမြင်းကြေစေပါတယ်။

မေး- ဟုတ်ကဲ့ပါဆရာမ။ အဖောရောဂါတွေမှာ သက်ရင်းကြီးက အကျိုးများစွာပြုတယ်လို့
ဗဟုသုတအနေဖြင့်ကြားဖူးပါတယ်။ အဲဒါလေးကိုလည်းပြောပြပေးပါအုံးဆရာမ။

ဖြေ - ဟုတ်ကဲ့ပါ။ အဖောရောဂါအတွက်ဆို သက်ရင်းကြီးမြစ်ကို သွေးလိမ်းပေးခြင်း၊
အရွက်ပြုတ်ရည်ဖြင့်ရေချိုးပေးခြင်း၊ ချွေးထုတ်ပေးခြင်းဖြင့် အဖောရောဂါများအတွက်
အကျိုးများစေပါတယ်။

မေး- ဟုတ်ကဲ့ပါဆရာမ။ တိုင်းရင်းဆေးရုံတွေမှာ ကြပ်ထုပ်ထိုးကုသတာတွေကို တွေ့ရ
ပါတယ်ရှင်။ ဒီနေရာမှာသက်ရင်းကြီးကို မပါမဖြစ်အသုံးပြုကြတယ်လို့ သိရပါတယ်ရှင်။

ကြပ်ထုပ်ပြုလုပ်ပုံနဲ့ဘယ်လို အကျိုးသက်ရောက်မှုရှိတယ်ဆိုတာကိုလည်း ပြောပြပေးပါအုံး ဆရာမ။

ဖြေ - ဟုတ်ကဲ့ပါ။ သက်ရင်းကြီးရွက်ဟာ ကြပ်ထုပ်ထိုးရာမှာမပါမဖြစ် အဓိကပါဝင်တဲ့ဆေး ဖြစ်ပါတယ်။ ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ သက်ရင်းကြီးရဲ့အကျိုးအာနိသင်တွေထဲက နရသုခိ ဆေးကျမ်းအလိုအရ ကြေသည့်ဝါယော၊အာပေါမသင့်ဟုဆိုထားသောကြောင့် ဒဏ်ကြေစေသည့် သတ္တိရှိသောကြောင့်ဖြစ်ပါတယ်။ကြပ်ထုပ်မှာပါဝင်တဲ့ဆေးပစ္စည်းတွေကတော့သက်ရင်းကြီးရွက် ၅ကျပ်သား၊ ကြက်ဆူရိုးနီရွက်၅ကျပ်သား၊ ပဒိုင်းရွက်၅ကျပ်သား၊ ကြောင်ပန်းရွက်၅ကျပ်သား၊ ရှောက်ရွက်၅ကျပ်သား၊ ဖုံးမသိန်ရွက်၅ကျပ်သားတို့ပါဝင်ပြီး စုစုပေါင်း၃၀ကျပ်သား ပါဝင်ကြ ပါတယ်။ အရွက်အားလုံးကို သေးငယ်စွာကိုက်ညှပ်ပြီးတော့ သမအောင်ရောမွှေပါ။ ပြီးရင် အရွက်များနွမ်းအောင် အပူပေးရပါမယ်။ အနည်းငယ်နွမ်းပြီဆိုရင် အသင့်ဖြတ်ထားသော တစ်ပေပတ်လည်စတုရန်းပုံ အဖြူရောင်ပိတ်စ(သို့မဟုတ်) ချည်စွပ်ကျယ်စဉ်းကို အညီအမျှထည့်ပြီး အခြားအဝတ်စတစ်ခုနဲ့ တင်းကျပ်အောင်စည်းနှောင်ထားခြင်းဖြင့် အသင့် ထိုးလို့ရတဲ့ ကြပ်ထုပ်များရရှိမှာဖြစ်ပါတယ်။ ကြပ်ထုပ်ရဲ့အကျိုးသက်ရောက်မှုကတော့ အကြောအရိုးအဆစ်ရောဂါများ၊ လေငန်းရောဂါများ၊ ကျီးပေါင်းရောဂါများ၊ ဒဏ်နာများအတွက် အသုံးပြုကြပါတယ်။

မေး - ဟုတ်ကဲ့ပါဆရာမ။ ဆေးဖက်ဝင်သက်ရင်းကြီးပင်အကြောင်းသိကောင်းစရာနဲ့ ပတ်သက်ပြီး ပြည့်ပြည့်စုံစုံပြောပြပေးသွားတဲ့အတွက်ဆရာမကို မြန်မာ့အသံနဲ့ရုပ်မြင်သံကြား ကအထူးပဲကျေးဇူးတင်ရှိပါတယ်ရှင်။

ဖြေ - ဟုတ်ကဲ့ပါ။ ကျမကလည်း တိုင်ရင်းဆေးနဲ့ပတ်သက်ပြီး ပြည်သူလူထုကို ကျန်းမာရေး အသိပညာပေးခွင့်ရတဲ့ မြန်မာ့အသံနဲ့ရုပ်မြင်သံကြားကိုအထူးပဲကျေးဇူးတင်ရှိပါတယ်ရှင်။