နို့တိုက်မိခင်များအတွက် စိုးရိမ်စရာ နို့ရည်မထွက်သော အနာ

သက်နှင်းဦး
ဒုတိယတိုင်းရင်းဆေးမှူး
ဖွံ့ဖြိုးရေး

မေး- ဆရာမ မင်္ဂလာပါရှင်။

ဖြေ - ဟုတ်ကဲ့ မင်္ဂလာပါရှင်။

မေး-ဆရာမအနေနဲ့ ယခုတစ်ပတ်သုတအဖြာဖြာတိုင်းရင်းဆေးပညာအစီအစဉ်မှာ ဘယ်အကြောင်းရာကို ဆွေးနွေးပြောကြားမှာပါလဲရှင်။

ဖြေ-ယခုတစ်ပတ်သုတအဖြာဖြာတိုင်းရင်းဆေးပညာအစီအစဉ်မှာ ကျွန်မအနေနဲ့ ဆွေးနွေးတင်ပြပေးမယ့် အကြောင်းအရာကတော့ နို့တိုက်မိခင်တော်တော်များများမှာ အဖြစ်များတဲ့ နို့ရည် မထွက်တဲ့ အနာ အကြောင်းကို ပြောပြချင်ပါတယ်ရှင်။

မေး - နို့ရည်မထွက်တဲ့ အနာဆိုတာ ဘယ်လိုအနာမျိုးကို ခေါ်တာလဲ ဆရာမ။

ဖြေ-နို့ရည်မထွက်တဲ့ အနာကို အရပ်ထဲမှာတော့ နို့ချောင်းပိတ်တယ်လို့ခေါ်ကြပါတယ်။ နို့စို့အရွယ် ကလေး ငယ်ကို နို့တိုက်ချိန်မှာ မိခင်မှာ အကြောင်းအမျိုးမျိုးကြောင့် နို့ရည်မထွက်ဘဲ ရင်သားမှာ အကြိတ်အခဲပေါ်လာခြင်း၊ အနာဖြစ်လာခြင်းကို ဆိုခြင်းဖြစ်ပါတယ်။

မေး - ဟုတ်ကဲ့ပါ။ ဒီရောဂါက ဘယ်လို အကြောင်းတွေကြောင့်ဖြစ်လာတာလဲဆရာမ။

ဖြေ - ဒီနို့ချောင်းပိတ်နာက ဆိုရင် ကလေးငယ်ကို ကိုယ်ဝန်ဆောင်နေချိန်နဲ့ မွေးဖွားချိန်မှာ သားမြတ် ထိပ်ကနေ နို့ရည်တွေ ထွက်လာတာကို ဆေးကြောညှစ်ထုတ်တာ မလုပ်တဲ့အတွက် နို့ထွက် လမ်းကြောင်း ပိတ်ဆို့ပြီး နို့ကောင်းကောင်းမထွက်ဘဲ ပိတ်နေခြင်း၊ မွေးဖွားပြီးတဲ့နောက် အမေဖြစ်သူ က အစားအသောက် အနေအထိုင် မှားယွင်းမှုကြောင့် သော်လည်းကောင်း၊ ကလေးငယ်ကို နို့မတိုက် ခြင်း၊ နို့တိုက်ချိန်မမှန်ကန်ခြင်း၊ နို့တစ်ဖက်တည်းကိုသာ တိုက်ခြင်း၊ နို့အားကောင်းသော မိခင်၏ နို့ကို ကလေးငယ်ကုန်စင်အောင် မသောက်စို့နိုင်ခြင်း၊ ရင်သားကို မကြာခဏ ညှစ်တတ်သဖြင့် လက်ရှိန် လိုက်၍ ရောင်ခြင်း၊ တင်းကျပ်သော အတွင်းခံများ ဝတ်ဆင်ခြင်း၊ နို့ရည်ပွားစေတဲ့ အစားအသောက် များကို အလွန်အကြူး စားသောက်မိခြင်းစတဲ့ အကြောင်းတို့ကြောင့် ရင်သားအတွင်း နို့များခဲ၍ အကျိတ်ဖြစ်ခြင်း၊ မိခင်နို့ကို ကလေးက သွားဖုံးယား၍ ကိုက်ခြင်းကြောင့် သော်လည်းကောင်း၊ အခြားအကြောင်းများကြောင့်သော်လည်းကောင်း၊ ထိခိုက်အနာတရဖြစ်ခြင်း၊ မကောင်းသော အညှော်နံ့ များမိခြင်း၊ အလေးအပင်များမခြင်း၊ ကိုယ်လက် လှုပ်ရှားမှုများခြင်း၊ ခရီးကြမ်းများ သွားလာလှုပ်ရှား မှုများခြင်း၊ ကိုယ်ဝန်ဆောင်ထားချိန်တွင် သားမြတ်ကို ပြုပြင်ခြင်းမရှိဘဲ

နို့သီးခေါင်း ကွဲနာဖြစ်ရာမှ တဆင့် နို့မတိုက်နိုင်ဘဲ နို့မှာ အနာဖြစ်ခြင်းစတဲ့ အကြောင်း တွေကြောင့် နို့တိုက်မိခင်တွေ အတွက် စိုးရိမ်စရာ နို့ရည်မထွက်တဲ့ အနာ ဖြစ်လာပါတယ်။

မေး - ဟုတ်ကဲ့ပါ ဆရာမ၊ ဒီလိုရောဂါဖြစ်လိမ့်မယ်လို့ နို့တိုက်မိခင်တွေမှာ ကြိုတင်သိနိုင်တဲ့ အကြောင်းတွေရှိပါသလား ဆရာမ။

ဖြေ - ဒီလို မဖြစ်ခင် ကြိုသိနိုင်တဲ့ လက္ခဏာတွေ ရှိပါတယ်။ အဲဒါတွေကတော့ နို့သီးခေါင်းတင်းခြင်း၊ နို့သီးခေါင်းနာကျင်ခြင်း၊ ရင်သားတဝိုက်နာကျင်ခြင်းစတဲ့ အချက်တွေ တွေ့နိုင်ပါတယ်။

မေး - ဟုတ်ကဲ့ပါ ဆရာမ။ ဒီရောဂါ ဖြစ်နေတဲ့ အချိန်မှာရော ဘယ်လို တွေတွေ့နိုင်ပါသလဲ။

ဖြေ - ဒီလိုမျိုးဖြစ်နေပြီဆိုရင် မိခင်ဖြစ်တဲ့သူမှာ ရင်သားတဝိုက်ရောင်ခြင်း၊ ပူခြင်း၊ ရင်သား မာကြော ခြင်း၊ ရင်သားလေးလံခြင်း၊ အလုံးအကျိတ်ဖြစ်လာခြင်း၊ နို့သီးခေါင်း ကွဲအက်နေတဲ့ နေရာကနေ နီမြန်း နေခြင်း၊ နာကျင်ခြင်း၊ နို့ထွက်နည်းခြင်း၊ နို့မထွက်ခြင်း၊ အနာအရှိန်ကြောင့် တခါတရံဖျားခြင်း၊ ရက်အနည်းငယ်ကြာလာတဲ့ ပြည်များအောင်းလာခြင်း၊ ပြည်ဖြစ်လာသော အခါ အအိပ်အစား ပျက်အောင် ကိုက်ခြင်း၊ ပြည်များထွက်ခြင်း စတဲ့ လက္ခဏာတွေကို ခံစားရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

မေး- ဟုတ်ကဲ့ပါ ဆရာမ။ ဒီရောဂါကို ဖြစ်ရတဲ့ အကြောင်းတွေ၊ ခံစားရတဲ့လက္ခဏာတွေကို သိပြီးတော့ တိုင်းရင်းဆေးပညာအားဖြင့် ကုထုံးတွေကိုလည်း ပြောပြပေးပါဦး ဆရာမ။

ဖြေ - နို့တိုက်မိခင်တွေမှာ ဒီလို ဖြစ်တာ (၂)ရက် (၃)ရက်ပဲ အချိန်ကြာတာဆိုရင် ပြည်လည်း မဖြစ်နိုင် သေးတဲ့အတွက် အကြေနည်းနဲ့ ပျောက်ကင်းနိုင်ပါတယ်။ (၃) ရက်ထက် ကြာသွားမယ်ဆိုရင် ပြည်ဖြစ် လာနိုင်တဲ့အတွက် ပြည်ပေါက်သွားမှာ သက်သာပျောက်ကင်းမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ နို့တိုက်မိခင်တွေမှာ ဒီလိုခံစားလာရပြီဆိုရင် တိုင်းရင်းဆေးပညာနည်းစနစ်အားဖြင့် ကုသပေးမယ်ဆိုရင် မန်းနိုင်စေဖို့၊ ရောင်ရမ်းမှုကို သက်သာစေဖို့ အတွက် သောက်ဆေးတွေ တိုက်ကျွေးတာ၊ လိမ်းဆေးများ လိမ်းပေးတာ၊ အဖျားကျဆေးများ တိုက်ကျွေးတာ၊ ဝမ်းမှန်စေဖို့အတွက် အစားအသောက်များနဲ့ ပြုပြင်ပေးတာ၊ နူးညံ့တဲ့ ဝမ်းနုတ်ဆေးများ တိုက်ကျွေးကုသတာ၊ မိခင်ရဲ့ ရင်သား အနာဖြစ်တဲ့ နေရာကို အကြိတ်ဖြစ် နေခဲ့ရင် အကြိတ်ကြေစေတဲ့နည်းများ၊ ပြည်တည်နေခဲ့ရင် ပြည်မှည့် တဲ့ နည်းများ၊ သွေးပုပ် ပြည်ပုပ်များ ကုန်စင်သွားတဲ့ အခါ အနာကျက်စေတဲ့နည်းစနစ် တွေနဲ့ ကုသပေးနိုင်ပါတယ်ရှင်။

- တခြားရောဂါတွေ ဝင်မလာနိုင်အောင် ကုသပေးရပါတယ်။ ဒီရောဂါဟာ ဆိုရင် စောစောသိလေ၊ စနစ်တကျကုသလေ၊ မြန်မြန်ပျောက်နိုင်တဲ့ ရောဂါဖြစ်ပါတယ်။ အဲဒီလို မဟုတ်ဘဲ ပေါ့ဆနေမယ်ဆိုရင် အနာအခြေအနေဆိုးရွား လာပြီးတော့ ကုသရတာ ကြာမယ်။ လူနာမိခင်မှာလည်း ပိုခံစားလာရမယ်။ နို့စို့ကလေးမှာလည်း နို့ကို ဝလင်စွာ မစို့ရဘူးစတဲ့

အခြေအနေတွေကို တွေ့ကြုံခံစားရမှာပါ။ အကြိတ် ဖြစ်နေတယ်ဆိုရင် ပြည်တည်တဲ့ အဆင့် မရောက်အောင်၊ ပြည်တည်နေခဲ့ရင်လည်း ပြည်မြန်မြန် မှည့်ပြီး ဖောက်ထုတ်ပေးနိုင်အောင်၊ မကောင်းတဲ့ သွေးပြည်များ ကုန်စင်သွားပြီဆိုရင် အနာကျက်စေရန် အတွက် အနာကျက်ဆေးများနဲ့ ကုသပေးရမှာ ဖြစ်ပါတယ်ရှင်။

မေး - ဟုတ်ကဲ့ ဆက်ပြောပြပေးပါဦး ဆရာမ။

ဖြေ- တိုင်းရင်းဆေးပညာနည်းစနစ်အရ စဖြစ်ခါစ အကြိတ်အဆင့်ဖြစ်နေမယ်ဆိုရင် မိမိကိုယ်တိုင် ကုသလို့ရနိုင်တဲ့ အဆင့်ဖြစ်ပြီးတော့ ပြည်တည်မယ်၊ ပြည်များထွက်နေမယ်။ မခံမရပ်နိုင်အောင် ကိုက်ခဲနေ မယ်ဆိုရင်၊ အနာဖြစ်နေတဲ့ အဆင့်ကို ရောက်နေမယ်၊ ဖြစ်တာကြာလာမယ် ဆိုရင် နီးစပ်ရာ တိုင်းရင်းဆေးရုံ၊ ဆေးခန်းများမှာ ကျွမ်းကျင်တဲ့ သမားတော်များနဲ့ ကုသမှုခံယူရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ပြည်မထွက်ဘဲနဲ့ မာတင်းနေတဲ့ အကျိတ်သေးသေးလေးတွေ တွေ့ခဲ့မယ်ဆိုရင်လည်း စိုးရိမ်စရာ ဖြစ်ပါတယ်။

-နို့တိုက်မိခင်တွေ မိမိကိုယ်တိုင် အိမ်မှာ ကုသနိုင်တဲ့ နည်းစနစ်ကတော့ ရုတ်တရက် ဖြစ်လာတဲ့ ဒီဖြစ်ခါစ အနာကို အပူ အအေးတလှည့်စီကပ်ပေးခြင်းစနစ်၊ ရေနွေးဝတ် (သို့မဟုတ်) ရေနွေးအိတ်နဲ့ ရေအေးဖတ်(သို့မဟုတ်) ရေအေးဘူးနှစ်ခုကို မိခင်ရဲ့ ရင်သားအနာပေါ်ကို ကပ်ပေးရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ ကပ်ပေးရမယ့် နည်းစနစ်ကတော့ ရေနွေးဝတ် (၂) ကြိမ်ကပ်၊ နောက်ပြီးတော့ ရေအေးဝတ် (၁) ကြိမ် ကပ်ပေးရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။ အချိန် တစ်မိနစ်ခန့်ကြာအောင် ကပ်ပေးသင့်ပါတယ်။ တင်းနေတဲ့ ခံစားမှုများ လျော့ကျလာပြီးတော့ ကိုက်ခဲခြင်းများ၊ နာကျင်ခြင်းများ လျော့ကျလာပြီးတော့ တဖြည်းဖြည်းသက်သာ လာမှာဖြစ်ပါတယ်။

- ရင်သားကို မန်းလေးခွရွက်များ မီးအနည်းငယ် ကပ်ပေးခြင်း စတဲ့ ကုထုံးနည်းစနစ်များနဲ့ ကုသပေး နိုင်ပါတယ်။

- ဖြစ်တာရက်ကြာနေပြီး နို့တိုက်မိခင်မှာ ရင်သားတွင် ဖြစ်နေသော အကြိတ်မှာ မာခဲလာခြင်း၊ ကြီးလာခြင်း၊ ဖျားခြင်းစတဲ့ ခံစားရသော လက္ခဏာများ ဆိုးလာပြီဆိုရင် ပေါ့ဆစွာမနေတော့ပဲ နီးစပ်ရာ တိုင်းရင်းဆေးရုံ/ဆေးခန်းမှာ စနစ်တကျကုသမှု ခံယူသင့်ကြောင်း အထူးတိုက်တွန်း ပြောကြား လိုပါတယ်။

မေး- ဒီလိုခံစားရတဲ့ မိခင်တွေ၊ ရောဂါရှင်တွေ လိုက်နာဆောင်ရွက်ဖို့နဲ့ ရှောင်ကျဉ်သင့်တဲ့ အချက်တွေကိုလည်း ဆက်ပြော ပေးပါဦး ဆရာမ။

ဖြေ - နို့တိုက်မိခင်တွေ အနေနဲ့ နွေးနွေးထွေးထွေး နေထိုင်ပါ။ သန့်သန့်ရှင်းရှင်းနေထိုင်ပါ။ တကိုယ်ရေ သန့်ရှင်းရေးကို ဂရုစိုက်ပါ။ နို့သီးခေါင်းကို သန့်ရှင်းစင်ကြယ်စွာထားပါ။ သန့်ရှင်းတဲ့ အတွင်းခံ အင်္ကျီများ ဝတ်ဆင်ပါ။ စိတ်ကို တည်ငြိမ်အောင်ထားပါ။ ဆီးဝမ်းမှန်အောင် ဂရုတစိုက်နေထိုင် စားသောက်ခြင်း၊ ရေများများသောက်ခြင်း၊ ပူနွေးသော စွပ်ပြုတ်များ

သောက်ခြင်း၊ ကြက်ဟင်းခါးရွက်၊ ခွေးတောက်ရွက်၊ ဗူးရွက်၊ ကန်စွန်းရွက်ကဲ့သို့ မန်းနိုင်သော အစာများ စားသောက်ပေးခြင်း၊ မိခင်ဖြစ်သူကို အတူနေ မိသားစုဝင်များမှာ ဂရုစိုက် ကြင်နာခြင်းစတဲ့ အချက်တွေကို အဓိက လိုက်နာဆောင်ရွက်ရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

အဓိကရှောင်ကျဉ်သင့်တဲ့ အချက်ကတော့ မန်းနှင့် ပြည်ကို ဖြစ်စေတဲ့ ချိုဆိမ့်အရသာများ လွန်စွာ စားသောက်ခြင်း၊ မကောင်းသော အညှော် အနံ့များ မိခြင်း၊ အလေးအပင်များ မခြင်း၊ ပြင်းထန်သော လက် လှုပ်ရှားမှုများ ဆောင်ရွက်ခြင်း ဥပမာ အဝတ်အထည်များ လျှော်ဖွတ်ခြင်း စတဲ့ အချက်တွေကို ရှောင်ကျဉ် ရမှာ ဖြစ်ပါတယ်။

မေး- ကလေးနို့တိုက် မိခင်တွေ အတွက် ဒီလိုဖြစ်လာပြီဆိုရင် စိုးရိမ်စရာအခြေအနေကိုလဲ ပြောပြ ပေးပါဦး ဆရာမ။

ဖြေ - ဒီလို ဖြစ်တတ် ခံစားရတာဟာ ကလေးနို့တိုက်မိခင် တော်တော်များများ မှာ ဖြစ်တတ်ပါတယ်။ ဒါပေမယ့် ဂရုတစိုက် ကုသမှု မလုပ်ဘူး၊ စနစ်တကျ မကုသဘူးဆိုရင် အနာကို မန်းဝင်ခြင်း၊ ပိုးဝင်ခြင်း၊ အပြင်းဖျားခြင်း၊ ကယောင်ကတမ်းပြောခြင်း၊ မေးခိုင်ခြင်း စတဲ့ ကုသလို့ မရနိုင်တဲ့ အခြေအနေကို ပြောင်းလာနိုင်ပါတယ်။

မေး - ဟုတ်ကဲ့ပါ ယခုလို ကလေးငယ်တွေရဲ့ နို့တိုက်မိခင်တွေ အတွက် စိုးရိမ်စရာ နို့ရည်မထွက်တဲ့ အနာအကြောင်းကို ပြောပြပေးတဲ့ ဆရာမ ဒေါ်သက်နှင်းဦးကို ကျေးဇူးတင်ပါတယ်။

ဖြေ- ကျွန်မကလည်း ယခုလို ကျန်းမာရေး အသိပညာတွေ ဖြန့်ဝေခွင့်ရတဲ့ အတွက် မြန်မာ့အသံကို ကျေးဇူး တင်ပါတယ်ရှင်။