အခန်း (၇)

မာနပရိဘာသ

ဆေးတို့၏ အလေးချိန်၊ အချိန်အတွယ်

အိန္ဒိယနိုင်ငံ တိုင်းရင်းဆေးတွင် စံသတ်မှတ်ကာ အသုံးပြုသည့် ဆယ်လီစနစ်နှင့် ဂရမ်နှိုင်းယှဉ်ချက်

၁	ရတီ		၁ ရွေး ကလေး		၁၂၅ မီလီဂရမ်
၈	ရတီ	=	၁ မာသ	=	၁ ဂရမ်
၁၂	မာသ	=	၁ကသ္သ (တိုလာ)	=	၁၂ ဂရမ်
၂	ကသ္သ	=	၁ သုတ္တိ	=	၂၄ ဂရမ်
၂	သုတ္တိ (၄ ကသ္သ)	=	၁ ပလမ် (ပိုလ်)	=	၄၈ ဂရမ်
၂	ပလမ်	=	၁ ပသုတ္တိ	=	၉၆ ဂရမ်
၂	ပသုတ္တိ	=	၁ ကုဍဝ	=	၁၉၂ ဂရမ်
၂	ကုဍဝ	=	၁ မာဏိကာ	=	၃၈၄ ဂရမ်
၂	မာဏိကာ	=	၁ ပတ္ထ	=	၇၆၈ ဂရမ်
၄	ပတ္ထ	=	၁ အာဎှက	=	၃၀၇၂ ဂရမ်
၄	အာဎှက	=	၁ ဒေါဏ	=	၁၂၂၈၈ ဂရမ်
၂	ဒေါဏ	=	၁ သုပ္ပ	=	၂၄၅၇၆ ဂရမ်
၂	သုပ္ပ	=	၁ ဒေါဏိ	=	၄၉၁၅၂ ဂရမ်
၄	ဒေါဏိ	=	၁ ခါရီ	=	၁၉၆၆၀၈ ဂရမ်

၁ ပလမ် (ပိုလ်) = ၄၈ ဂရမ်

၁၀၀ ပလမ် = ၁ တုလ

၁ တုလ = ၄၈၀၀ ဂရမ်

၂၀ တုလ - ၁ ဘာရ = ၉၆၀၀ ဂရမ်

၁ ဘာရ = ၉၆ကီလိုဂရမ်

မြန်မာနိုင်ငံ တိုင်းရင်းသားဆေးပညာဌာန ဆေးဝါးများချိန်တွယ်ရာတွင် အသုံးပြုရန် တင်ပြသည့် ဆယ်လီမူးစနစ်နှင့် ဂရမ်နှိုင်းယှဉ်ချက်

၁ ရွေးကလေး – ၁၂၅ မီလီဂရမ်

၈	ရွေးကလေး	=	၁	ပဲ	=	၁ ဂရမ်
၁၆	ပဲ	=	၁	ကျပ်	=	၁၆ ဂရမ်
၁၀၀	ကျပ်	=	၁	ပိဿာ	=	၁ ကီလို ၆၀၀ ဂရမ်
၁	**ကျပ်**					**၁၆ ဂရမ်**
၃	ကျပ်	=	၁	ပိုလ်	=	၄၈ ဂရမ်
၁၀၀	ပိုလ်	=	၁	တုလ	=	၄၈၀၀ ဂရမ်
၂၀	တုလ	=	၁	ဘာရ	=	၉၆ ကီလိုဂရမ်
						၉၆၀၀၀ ဂရမ်

မြန်မာအလေးချိန်နှင့် မက်ထရစ်စနစ်၊ အင်္ဂလိပ်စနစ် နှိုင်းယှဉ်ဖော်ပြချက်

မြန်မာ Myanmar Weight	မက်ထရစ် Metric System		အင်္ဂလိပ် British System		
	ဂရမ်	ကီလိုဂရမ်	ဂရိန်	အောင်စ	ပေါင်
၁ ရွေးလေး	၀. ၁၃၆	၀. ၀၀၀၁၄	၂. ၁	၀ . ၀၀၄၈	၀ . ၀၀၀၃
၁ ရွေးကြီး	၀. ၂၇၂	၀. ၀၀၀၂၇	၄. ၂	၀. ၀၀၉၆	၀ . ၀၀၀၆
၁ ပဲသား	၁. ၀၂၀	၀. ၀၀၁၀၂	၁၅. ၇၅	၀ . ၀၃၆	၀ . ၀၀၂၂၅
၁ မူးသား	၂. ၀၄၁	၀. ၀၀၂၀၄	၃၁. ၅	၀ . ၀၇၂	၀ . ၀၀၄၅
၁ မတ်သား	၄. ၀၈၂	၀. ၀၀၄၀၈	၆၃	၀. ၁၄၄	၀ . ၀၀၉
ငါးမူးသား	၈. ၁၆၄	၀. ၀၀၈၁၆	၁၂၆	၀ . ၂၈၈	၀ . ၀၁၈
၁ ကျပ်သား	၁၆. ၃၂၉	၀. ၀၁၆	၂၅၂	၀ . ၅၇၆	၀ . ၀၃၆
အဝက်သား	၂၀၄. ၁၁	၀. ၂၀၄	၃၁၅၀	၇. ၂	၀. ၄၅
အစိတ်သား	၄၀၈	၀. ၄၀၈	၆၃၀၀	၁၄. ၄	၀. ၉
ငါးဆယ်သား	၈၁၆	၀. ၈၁၆	၁၂၆၀၀	၂၈. ၈	၁. ၈
တစ်ပိဿာ	၁၆၃၂	၁. ၆၃၂	၂၅၂၀၀	၅၇. ၆	၃. ၆

မြန်မာပြည်သုံးအလေးချိန် (ရွှေးငယ်ချိန်နည်း)

၆	ချင်းရွှေး	=	၁	ပဲငယ်
၂	ပဲငယ်	=	၁	မူးငယ်
၁၀	မူးငယ်	=	၁	ကျပ်
၁၀၀	ကျပ်	=	၁	ပိဿာ

(ရွှေးကြီးချိန်နည်း)

၄	ရွှေးကြီ	=	၁	ပဲကြီး
၂	ပဲကြီး	=	၁	မူးကြီး
၂	မူးကြီး	=	၁	မတ်
၄	မတ်	=	၁	ကျပ်
၁၀၀	ကျပ်	=	၁	ပိဿာ

ဆေးချိန်တွယ်ပုံ

၂၀	ဂရိန်	=	၁	စကြူပလလ်
၃	စကြူပလ်	=	၁	ဒြမ်
၈	ဒြမ်	=	၁	အောင်စ
၁၆	အောင်စ	=	၁	ပေါင်

၁ ရွှေးကြီး၌ ၄ ဂရိန် ရှိသည်။

မှတ်ချက် ။ ရွှေ၊ ငွေချိန်သော ဂရိန်နှင့် ဆေးချိန်သော ဂရိန်တူ၏။

* * * * * *

အခန်း(၁၀)
ဝိသသံယောဂ
-အဆိပ်ဆေးပစ္စည်းများ

အဆိပ်ဆေးများဖော်စပ်ပုံ

ဆေးဝါးဖော်စပ်မည်ဖြစ်သော ဆေးဆရာသည် မိမိဖော်စပ်မည်ဖြစ်သော ဆေးမျိုးသည် အဆိပ်ဆေးမျိုးဖြစ်သည်၊ မဖြစ်သည်ကို သိရှိထားရမည်။ သို့မှသာ လူနာအား အန္တရာယ်မဖြစ်ရလေအောင် ပြုပြင်လျှက် ဖော်စပ်နိုင်မည် ဖြစ်လေသည်။ ထို့ကြောင့် အဆိပ်ဖြစ်စေတတ်သော ဆေးပစ္စည်းများနှင့် ပြုပြင်စီမံသော နည်းလမ်းများကို ပြဆိုပေအံ့။

မှတ်ချက်

ဤသို့ အဆိပ်ကို ဖြစ်စေတတ်သော ဆေးပစ္စည်းများဟု ဆိုသော ကြောင့် နောက်၌ ပြဆိုခဲ့သော နိရိန္ဒြိယ ဆေးပစ္စည်းမျိုးအားလုံးနှင့် သိန္ဒြိယဆေးပစ္စည်း အားလုံးတို့ ပါဝင်နေ၏။ ထိုဆေးပစ္စည်း နှစ်မျိုးစလုံးအနက်မှ အဆိပ်ဆေးများကို စီစစ် ရွေးထုတ်လျှက် ပြုပြင်စီမံပုံကို ပြဆမည်ဖြစ်ပေသည်။

အဆိပ်(၃)မျိုး

(၁) ထာဝရ အဆိပ်
(၂) ဇင်္ဂမ အဆိပ်
(၃) သံယောဂ အဆိပ်

(၁) ထာဝရအဆိပ်သည် သစ်ပင်လောကရှိ အဆိပ်ဆေးများနှင့် စိန်စသော အဆိပ် ရှိသည့် ဓါတ်ဆေးပစ္စည်းတို့ဖြစ်သည်။ ထာဝရအဆိပ်သည် အောက်သို့သက်တတ်၏။

(၂) ဇင်္ဂမအဆိပ်သည် အသက်ရှိသော မြွေအစရှိသည်တို့၌ ဖြစ်သောအဆိပ်မျိုး ဖြစ်၏။ ဇင်္ဂမအဆိပ်သည် အထက်သို့တက်တတ်၏။

(၃) သံယောဂအဆိပ်သည် နှစ်မျိုး၊ နှစ်မျိုးထက်ပိုသော ဆေးပစ္စည်းများကို ရောနှောပြုလုပ်သော အဆိပ်ဆေးမျိုး ဖြစ်သည်။

ထာဝရအဆိပ်မျိုး(၁၀)ပါး

(၁)	မူလ	=	အမြစ်
(၂)	ပတ္တ	=	အရွက်
(၃)	ဖလ	=	သစ်သီး
(၄)	ပုပ္ဖ	=	ပန်းပွင့်
(၅)	တစ	=	သစ်ခေါက်
(၆)	ခိရ	=	သစ်နို့ရည်

(၇) သာရ = သစ်ပင်တို့၏အမြစ်

(၈) နိယျာယ = သစ်စေး

(၉) ကန္ဒ = အမြစ်၊ ဉ၊ အစွယ်၊ အဖုကျိုးပေါင်း

(၁၀) ဓါတု = စိန်၊ ဆေးဒါန်းစသော ဓါတ်အဆိပ်များ

ဤ(၁၀)မျိုးသော နေရာတို့မှ ထာဝရအဆိပ်ဆေးမျိုးတို့ကို ရရှိနိုင်သည်။

ဇင်္ဂမအဆိပ်

ဇင်္ဂမအဆိပ်သည်လည်း မြွေ၊ ကြွက်၊ ပင့်ကူ၊ ငါးကျည်း၊ ဖားပြုပ်၊ ခွေးရူး၊ ပျား၊ နဂါး အစရှိသဖြင့် များပြားစွာရှိသည်။

ဇင်္ဂမအဆိပ်ရနိုင်သောနေရာများ

(၁) ဒိဋ္ဌိသ = ကြည့်ရှုရာမှလည်းကောင်း၊မျက်စောင်းထိုးရာမှ လည်းကောင်း

(၂) အဿာသ = အသက်ရှူရာမှလည်းကောင်း

(၃) ဒန္တ = သွား၊ အစွယ်မှလည်းကောင်း

(၄) နခ = ခြေသည်း၊ လက်သည်းမှလည်းကောင်း

(၅) မုတ္တ = အိပ်မြောင်စသည်တို့၏ ကျင်ငယ်မှလည်းကောင်း

(၆) ကံရီသ = အိမ်မြောင်စသည်တို့၏ ကျင်ကြီးမှလည်းကောင်း

(၇) လာလဂ = ပင့်ကူစသည်တို့၏ သွားရည်မှလည်းကောင်း

(၈) သုက္က = ကြွက်စသည်တို့၏ သုက်မှလည်းကောင်း

(၉) သောဏာတ = ဥတုသွေးမှလည်းကောင်း

(၁၀) ခတ = စူးရှရာမှလည်းကောင်း

(၁၁) ဒံသန = ကိုက်ခဲရာမှလည်းကောင်း

(၁၂) ဂူဒ = စအိုဝမှလည်းကောင်း

(၁၃) အဋ္ဌိ = အရိုးမှလည်းကောင်း

(၁၄) ပိတ္တ = သည်းခြေမှလည်းကောင်း

(၁၅) သုက = အမွေး၊ အမျှင်မှလည်းကောင်း

(၁၆) သမဒ္ဓတ = လေချဉ်တက်ရာမှလည်းကောင်း

ဇင်္ဂမအဆိပ်အုပ်စုဝင်များ

(၁) သပ္ပ = မြွေ

(၂) ကိဋ္ဌ = ပိုး

(၃) ကုန္ဒရ = ကြွက်
(၄) လုဘာ = ပင့်ကူ
(၅) ဝစ္ဆိက = ကင်းမြီးကောက်
(၆) ဂေဟဂေါဓိက = အိမ်မြှောင်
(၇) ဇာလောက = မျှော့
(၈) မစ္ဆ = ငါး
(၉) မဏ္ဍုက = ဖား
(၁၀) သာ = ခွေး
(၁၁) သီဟ = ခြင်္သေ့
(၁၂) ဗျဂ္ဃ = ကျား
(၁၃) ဂေါမာယု = မြေခွေး
(၁၄) ဘရက္ခု = အောင်း
(၁၅) နေဝလံ = မြွေပါ

အဆိပ်တို့၏ခန္ဓာကိုယ်အသီးသီး၌ လုပ်ဆောင်ချက်များ

(၁) မူလဝိသ (အမြစ်ဆိပ်)

အဆိပ်ရှိသောအမြစ်များကို စားခဲ့မိသော် ခန္ဓာကိုယ်ရှိ အကြောများ ဆွဲခြင်း၊ သတိမေ့မျောခြင်း၊ ပတောက်ပရစ်ပြောခြင်းတို့ဖြစ်တတ်သည်။

(၂) ပတ္တဝိသ (အရွက်ဆိပ်)

အဆိပ်ရှိသောအရွက်များကို စားမိခဲ့သော် သန်းဝေစေတတ်၏။ တုန်လှုပ်စေ တတ်၏။ အသက်ရှူမမှန်ဖြစ်တတ်၏။

(၃) ဖလဝိသ (အသီးဆိပ်)

အဆိပ်ရှိသောအသီးများကို စားမိခဲ့သော် လိင်ဥယောင်တတ်၏။ ပူလောင်တတ်၏။ မစားချင်မသောက်ချင်ဖြစ်တတ်၏။

(၄) ပုပ္ဖဝိသ (အပွင့်ဆိပ်)

အဆိပ်ရှိသော ပန်းပွင့်များကို စားမိခဲ့သော် ပျို့အန်စေတတ်၏။ ဝမ်းဗိုက်တင်းယောင်စေတတ်၏။ မေ့မြောတတ်၏။

(၅) တစဝိသ နိယျာသဝိသအဆိပ် (အခေါက်၊ အနှစ်၊ အစေးဆိပ်)

အဆိပ်ရှိသော အခေါက်၊ အနှစ်၊ အစေးတို့ကို စားမိသော် ပါးစပ်မှ အနံ့ဆိုးများထွက်ခြင်း၊ ခန္ဓာကိုယ်ခြောက်သွေ့တတ်ခြင်း၊ ခေါင်းကိုက်တတ်ခြင်း၊ သွားရေကျခြင်းတို့ဖြစ်တတ်၏။

(၆) ခိရဝိသ (သစ်နို့ရည်အဆိပ်)

သစ်ပင်တို့မှဖြစ်သော နို့ရည်အဆိပ်တို့ကို စားမိခဲ့သော် ပါးစပ်မှ အမြှုပ် ထွက်တတ်၏။ ဝမ်းပျော့ပျော့သွားတတ်၏။

ဤမူလစသော အဆိပ်များကို စားမိခဲ့သော် ကာလကြာမှ (ဝါ) ကာလခြားမှ သေတတ်၏။

(၇) ကန္ဒဝိသ (မြစ်ဥအစွယ်အဆိပ်)

အဆိပ်ရှိသော မြစ်၊ ဥ အစွယ်များကို စားခဲ့မိသော် လျင်မြန်စွာ သေတတ်၏။

(၈) -ဓါတုဝိသ (ဇင်္ဂမအဆိပ်များ)

ဓါတ်ဆိပ်တို့ကို စားခဲ့မိသော် နှလုံးနာကျင်တတ်၏။ မေ့မြောတတ်၏။ အာစောက်ပူတတ်၏။

(၉) ဇင်္ဂမဝိသ (ဇင်္ဂမအဆိပ်များ)

ဇင်္ဂမအဆိပ်များသည် အိပ်တတ်၏။ ငိုက်မြည်းတတ်၏။ ပျို့အန်တတ် ၏။ပူလောင်တတ်၏။ အဖုအပိန့်များထွက်တတ်၏။ ကြက်သီးမွေးညှင်းများထွက် တတ်၏။ ဖောယောင်တတ်၏။

(၁၀) ကိတ္တိမဝိသ

ကိတ္တိမအဆိပ်များသည် အသားအရေကို ဖျော့တော့စေတတ်၏။ ပိန်ကြုံစေတတ်၏။ သေကွင်း ဌါနများ၌ နာကျင်တတ်၏။ ဝမ်းဗိုက်တင်းယောင်တတ်၏။ လက်တို့၌ ယောင်တတ်၏။ ဝမ်းကိုက်ရောဂါ၊ မြစ်ခြောက်ရောဂါ၊ ဂူလုံးရောဂါများ ဓါတ်အားကုန်ခမ်းခြင်း အဖျားရောဂါစသည်တို့ ဖြစ်တတ်ကုန်၏။

ထာဝရအဆိပ်အုပ်စုဝင်များ

ထာဝရအဆိပ်အုပ်စုဝင်ဆေးများသည်

(၁) ဝိသ (အဆိပ်ကြီး) အုပ်စုဝင်များ

(၂) ဥပဝိသ (အဆိပ်ငယ်)အုပ်စုဝင်များ

(၃) ဓါတု (ဓါတ်ကြီး) အုပ်စုဝင်များ

(၄) ဥပဓါတု (ဓါတ်ငယ်) အုပ်စုဝင်များ ဟူ၍ (၄)မျိုးရှိလေသည်။

(၁) ဝိသအဆိပ်ကြီးအုပ်စုဝင်များ

(၁) မုတ္တက - ကျင်ငယ်

(၂) ပေါက္ခရ - မိုးခါးရေ

(၃) ကောဋ္ဌ - အမျက်/ဒေါသ
(၄) ကတ္တဍ္ဍ - လယပုဇွန်
(၅) ဝစ္ဆနာဘ - ကြောင်ပန်းရွက်နှင့်ဆင်သည် (နွားငယ်၏ ချက်နှင့် သဏ္ဌာန်တူသည်)
(၆) တေလ - အဆီ

(၂) ဥပဝိသ- အဆိပ်ငယ်အုပ်စုဝင်များ
(၁) ဂုဥ္စာ - ချင်ရွှေး
(၂) ကုခလ - ခပေါင်းကြီး
(၃) အဟိဖေန - ဘိန်း
(၄) ဘင်္ဂ - ဆေးခြောက်
(၅) စတ္တုရ - ပန်းတိုင်း (ပဒိုင်း) / (ပတိုင်း)
(၆) ဇယပါလ - ကနခိုစေ့
(၇) ဘလ္လာတက - ချေးသီး/ချီးသီး
(၈) အနုဟိ - တစောင်းစေး/ရှားစောင်းစေး

(၃) -ဓါတု-ဓါတ်ကြီးအုပ်စုဝင်များ
(၁) သုဝဏ္ဏ - ရွှေ
(၂) ရဇတ - ငွေ
(၃) တမ္ဗ - ကြေးနီ
(၄) ရင်္ဂ - သံဖြူ
(၅) ယသဒ - သွပ်
(၆) သီသ - ခဲ
(၇) လောဟ - သံ
(၈) လောဟမလ - သံချေး

(၄) ဥပဓါတု ဓါတ်ငယ်အုပ်စုဝင်ဆေးများ
(၁) သုဝဏ္ဏမက္ခိက - ဗဟန်းရွှေဝါ
(၂) တုတ္ထ - တုတ္ထာ
(၃) ကံသ - ကြေးဖြူ
(၄) ပိတ္တလ - ကြေးဝါ
(၅) သိန္ဒူလ - ခဲနီ

(၆) သီလာဇတု - ကျောက်သွေး

(၇) ပါရဒ - ပြဒါး

(၈) ဟိင်္ဂုလ - ဟင်းရိုင်း

(၉) ဂန္ဓက - ကန့်

(၁၀) အဗြက - အဖြိုက်

(၁၁) ဟရိတာလ - ကျောက်ဆေးဒါန်း/ဆေးဒါန်း

(၁၂) မနသီလာ - မြင်းသီလာ

(၁၃) ဖုဋ္ဌီလာ - ကျောက်ချဉ်

(၁၄) ဂေရိက - ငွေ့နီ

(၁၅) ခဋိကာ - မြေဖြူ

သံယောဂအဆိပ်

သံယောဂအဆိပ် (၂)မျိုးရှိသည်။

(၁) ဂရဝိသ = အဆိပ်ရှိသော ဆေးပစ္စည်းများကို ရောနှောသောအခါ အဆိပ် ဖြစ်သွားသော အဆိပ်မျိုး

(၂) ကိတ္တိမဝိသ = အဆိပ်မရှိသော ဆေးပစ္စည်းများကို ရောနှော၍ ပြုလုပ်သော အဆိပ်မျိုး ဟူ၍နှစ်မျိုးရှိသည်။

ဝိသသယောဂ(တစ်မျိုးနှင့်တစ်မျိုးစပ်လျှင်အဆိပ်ဖြစ်သွားတတ်သောဆေးများ)

အချို့သောဆေးမျိုးများသည် မိမိတစ်မျိုးတည်းဖြစ်မူ အကျိုးကိုမယုတ် စေတတ်။ သို့ရာတွင် တစ်မျိုးနှင့်တစ်မျိုး ရောစပ်သောအခါ ခန္ဓာကိုယ်အတွက် အလွန် အကျိုးယုတ်သွားစေနိုင်သည်။ ဤကဲ့သို့သော ဆေးမျိုးတို့ကို အာယုဗ္ဗေဒကျမ်းများတွင် သံယောဂ ဝိရုဒ္ဓ ရောစပ်မှု ဆန့်ကျင်ခြင်းဟု ခေါ်၏။

များစွာသော အရာဝတ္ထုတို့သည် အချင်းချင်း ရောခဲ့သော် အဆိပ်နှင့် တူကုန်၏။

ဥပမာ - အောက်ပါဆေးများကို နို့နှင့်အတူ ရောလျှင် အဆိပ်ဖြစ်သွား၏။

(၁) နွယ်မှပွင့်သောပန်းများ (သပွတ်ခါးပွင့်စသည်)

(၂) ကြက်ဟင်းခါး

(၃) ချဉ်သောအသီးများ (သံပုရာသီးစသည်)

(၄) ဆောက်ချဉ်သီး

(၅) ပဲပိစပ်

(၆) ဒိန်ချဉ်

(၇) နှမ်းဆီ

(၈) ဆိတ်သား

(၉) သိုးသား

(၁၀) အရက်

(၁၁) သပြေသီး

(၁၂) ငါးမျက်ဆံနီ

(၁၃) ဝက်သား

အဆိပ်ငယ်အုပ်စုဝင်များသုတ်သင်ပုံ

(၁) ချင်းရွှေးစေ့သုတ်သင်ပုံ(၂)မျိုး

(၁) သစ်၍ထွားကြိုင်းသော ချင်းရွှေးစေ့ကို အမှုန့်ပြု၍ သန့်စင်သော အဝတ်(၂)ထပ် တွင် အထုပ်ပြုလုပ်၍ ထိုအထုပ်ကို ဒေါ်လာယန္တယားတွင် နွားနို့ထည့်ပြီး (၆)နာရီတိုင်အောင် ပေါင်းတိုက်ပါ။ ဤနည်းဖြင့် ပြုလုပ်သော ချင်းရွှေးသည် ကောင်းစွာ စင်ကြယ်သွား၏။

(၂) သစ်သောချင်းရွှေးစေ့များကို အဝတ်နှင့်ထုပ်ပါ။ ဤအထုပ်ကို အုန်းရည်ထည့် ထားသော ဒေါ်လာယန္တယားတွင် ထည့်၍ (၃)နာရီတိုင်အောင် ပေါင်းတိုက်ပြီး ထုတ်ယအခြောက်လှန်းပါ။ ဤနည်းဖြင့် ပြုလုပ်ခဲ့သော် ချင်းရွှေးသည် စင်ကြယ် သွား၏။

(၂) ခပေါင်းကြီးစေ့ကို သုတ်သင်ပုံ(၃)မျိုး

(1) ရင့်သောခပေါင်းကြီးအစေ့ကို အုန်းရည်၌ (၃)ရက်တိုင်အောင်ထားပါ။ (၃)ရက် လွန်ပြီးနောက် ထိုအစေ့ကို အုန်းရည်မှ ထုတ်ယူပြီး အပြင်ခွံကိုခွာထုတ်ပါ။ ထို့နောက် နေပူတွင် လှန်း၍ သံဆုံတွင် ကောင်းစွာထောင်းပြီး အမှုန့်ပြု လုပ်ပါ။ ဤနည်းဖြင့် ပြုလုပ်ခဲ့သော် ခပေါင်းကြီးစေ့သည် စင်ကြယ်သွား၏။

(၂) ခပေါင်းကြီးအစေ့ကို ခွက်တစ်ခွက်တွင် ထောပတ်အနည်းငယ်ကိုထည့်၍ မီးညှင်းညှင်းဖြင့်ချက်ပါ။ အခွံသည် အနည်းငယ် နီဝါရောင်ကဲ့သို့ မဖြစ်မချင်း လှော်ပါ။ နီဝါရောင်ဖြစ်လာသောအခါ အပြင်ဘက် အခွံကိုခွာ၍ အတွင်းဆံကို ပူပူနွေးနွေးပင်ထောင်းပါ။ ဤနည်းအတိုင်း အလျင်အမြန်အလိုရှိပါက ပြုလုပ် ခဲ့သော ခပေါင်းကြီးစေ့သည် စင်ကြယ်သွား၏။

(၃) ခပေါင်းကြီးစေ့ကို အဝတ်နှင့်အထုပ်ပြုလုပ်ပါ။ ဤအထုပ်ကို ဒေါ်လာယန္တယား တွင် နွားနို့ထည့်၍ (၃)နာရီတိုင်အောင် ချက်ပါ။ (၃)နာရီကြာပြီးနောက် အစေ့ကိုထုတ်ပြီးအပြင်မှအခွံကိုခွာပစ်ပါ။ ထိုအချိန် မှာပင် သံဆုံတွင် ထောင်း၍ အမှုန့်ပြုလုပ်ပါ။ ဤနည်းဖြင့် ပြုလုပ်ခဲ့သော် ခပေါင်းကြီး အစေ့သည် ကောင်းစွာစင်ကြယ်သား၏။

(၃) ဘိန်းကိုသုတ်သင်ပုံ

ရေ (သို့) နွားနို့ဖြင့် သန့်စင်ပြီးသောဘိန်းကို ချင်းသတ္တုရည်နှင့် (၇)ကြိမ် ထုံ၍ အခြောက်လှန်းခဲ့သော် ဘိန်းသည် ကောင်းစွာ စင်ကြယ်သွား၏။

(၄) ဆေးခြောက်သုတ်သင်ပုံ(၂)နည်း

(၁) ဆေးခြောက် အခြောက်များကို ရေစိမ်၍ မွှေပါ။ ထို့နောက် နေလှန်းလျှက် နွားထောပတ် မီးညင်းညင်းဖြင့် လှော်ပါ။ ဤသို့ကောင်းစွာလှော်ပြီးခဲ့သော် အောက် သို့ချပါ။ ဤသို့ပြုလုပ်ခဲ့သော်ဆေးခြောက်ရွက်သည် စင်ကြယ် သွား၏။

(၂) ခြောက်သောဆေးခြောက်ရွက်ကို ယူ၍ ဆူးဖြူပင်ပြုတ်ရည်၌ (၂၅)မိနစ် (သို့) မိနစ်(၃၀) တိုင်အောင် မီးအလယ်အလတ်ဖြင့် ပေါင်းတိုက်ပါ။ ကောင်းစွာ ပြုတ်ပြီးသောအခါ ပြုတ်ရည်မှထုတ်၍ နေပူလှန်းပါ။ ဤသို့ဆူးဖြူပြုတ်ရည်တွင် ဆေးခြောက်သည် ကောင်းစွာစင်ကြယ်သွား၏။

(၅) ပဒိုင်းသုတ်သင်ပုံ(၂)မျိုး

(၁) ပဒိုင်းစေ့တို့ကို အဝတ်တစ်ခုနှင့် ထုပ်၍ ဒေါ်လာယန္တရားတွင် နွားနို့ထည့်၍ (၃) နာရီတိုင်အောင် ပြုတပါ။ (၃)နာရီကြာပြီးနောက် အထုပ်မှ ပဒိုင်းစေ့တို့ကို ထုတ်လျှက် ရေနွေးဖြင့်ဆေးပါ။ ဤနည်းအတိုင်း သုဒ္ဓပြုပြီးသော ပဒိုင်းစေ့ကို သံသယမရှိဘဲ အသုံးပြုနိုင်၏။

(၂) အသစ်ဖြစ်သော ပဒိုင်းစေ့ကိုယူ၍ ဒေါ်လာယန္တရားတွင် နွားကျင်ငယ်နှင့် ချက်၍ နေပူတွင် ခြောက်လှန်း၍ အဝတ်ဖြင့် စစ်လက်ထားပါ။

(၆) ကနခိုစေ့သုတ်သင်ပုံ(၃)မျိုး

(၁) ကနခို၏ သေးငယ်သောအစေ့များကိုယူ၍ ထိုကနခိုစေ့၏ အပြင်အခွံများကို ခွာလျှက် အလယ်မှ ထွက်သော အဆံကို ဓားဖြင့် အလယ်၌ခွဲပါ။ ခွဲသောအခါ အဆံ၏အလယ်မှ စိမ်းသောအရောင်ရှိသော သေးငယ်သောလျှာကဲ့သို့ တွေ့လိမ့်မည်။ ၎င်းကို ထုတ်ပစ်ပါ။ထိုလျှာမှကင်းသော ကနခိုစေ့ အလယ်ဆံကို အဝတ်တစ်ခုဖြင့် ထုပ်ပါ။ ထို့နောက် ဒေါ်လာယန္တရားတွင် နွားနို့ထည့်၍ (၃)နာရီ တိုင်အောင် ပြုတ်ပါ။ ဤနည်းအတိုင်း (၃)ကြိမ် နွားနို့ဖြင့် ဒေါ်လာ ယန္တရား၌ ပြုတ်ခဲ့သော် ကနခိုစေ့ သည် စင်ကြယ်သွား၏။

(၂) အခွံလျှာမှကင်းသော ကနခိုစေ့အဆံကို ထိုကနခိုစေ့ထက် (၈)ပုံ (၁)ပုံရှိသော ကျောက်ချဉ်နှင့် ရော၍ ထိုဆေး(၂)မျိုးကို အဝတ်တွင်ထုပ်ပါ။ ထိုအထုပ်ကို ဒေါ်လာယန္တရားတွင် နွားနို့နှင့် (၈)နာရီ တိုင်အောင် ပြုတ်ပါ။ ဤနည်းဖြင့်လည်း ကနခိုသည် ကောင်းစွာ စကြေယ်သွား၏။

(၃) ကနခိုစေ့အခွံနှင့် လျှာကိုထုတ်၍ အဝတ်တွင်ထုပ်ပြီး ဒေါ်လာယန္တရား၌ နွားနို့နှင့် (၃)နာရီ တိုင်အောင် ချက်ပါ။ (၃)နာရီကြာပြီးနောက် အထုပ်ကိုဖြေလျှက် ထိုကနခိုစေ့အဆံကို ဆုံ (သို့) ကျောက်တွင်ကောင်းစွာ မှုန့်မှုန့်ညက်ညက် ကြိတ်၍ အမှုန့်ဆုပ်ကဲ့သို့ ပြုပါ။ ဤအမန့်ဆုပ်ကို အသစ်ဖြစ်သောစဥ့်အိုး၏ အပြင်အောက်ခြေ၌ ပါးပါးလိမ်းကျံပါ။ ထိုကနခိုစေ့ဆံသည် ခြောက်သွား သောအခါ ခြစ်၍စုထားပါ။ စဥ့်အိုးမရခဲ့သော် ထိုအမှုန့်ကို

မင်စုပ်စက္ကူတစ်ခု၏ အလယ်၌ တစ်ရက်မျှထားပါ။ စေးကပ်ခြင်းကင်းသွား သောအခါ ထုတ်ယူအသုံးပြုပါ။ အကယ်၍ ဆီများခဲ့သော် တဖန် မင်စုပ်စက္ကူ ၏အလယ်၌ ထားခဲ့သော် ဆီသည် ခြောက်သွေ့သွားလိမ့်မည်။ ဤနည်းအား ဖြင့် ကနခိုစေ့သည် စင်ကြယ်သွား၏။

ချေးသီးသုတ်သင်ပုံ(၂)မျိုး

(၁) ခိုင်ခံ့သောအဝတ်အိတ်ထဲတွင် ချေးသီးနှင့်အုတ်မှုန့်ကိုထည့်၍ လက်ဖြင့်ဖိနှိပ်၍ ပွတ်တိုက်ပါ။အုတ်မှုန့်သည် ဆီဖြင့်လူးနေခဲ့သော် (ဆိုလိုရင်းမှာ အခွံထွက်လာခဲ့သော်) ရေပူတွင် ထည့်လှုံ့ကောင်းစွာ ဆေးပြီးနောက် သန့်စင်အောင် ပြုလုပ်ပါ။ ဤနည်းအတိုင်း ပြုလုပ်ခဲ့သော် ချေးသီးသည် သန့်စင်သွား၏။

(၂) ချေးသီးများကို ခွဲ၍ (၂)ခြမ်းပြုလုပ်ပါ။ ၎င်းတို့ကို ဒေါ်လာယန္တရားတွင် ထည့်၍ အုန်းရည်ကိုထည့်ပါ။ (၁)နာရီ (၂)နာရီတိုင်အောင် ပြုလုပ်ပါ။ ဤနည်းအတိုင်း ပြုလုပ်ခဲ့သော် ချေးသီးသည် စင်ကြယ်သွား၏။

ရှားစောင်းစေးသုတ်သင်ပုံ

ရှားစောင်းစေး(၆)ကျပ်သားကို အဝတ်ဖြင့် စစ်ထားသော မန်ကျည်း ရွက်သတ္တုရည် (၁)ကျပ် (၈)ပဲသားနှင့်ရောပြီး နေပူတွင်ထား၍ အခြောက်ခံပါ။ အရည် ခမ်းသွားသောအခါ စင်ကြယ်သော ရှားစောင်းစေးကို ရရှိသည်။

ရှိန်းခိုသုတ်သင်ပုံ

ရှိန်းခိုကို ထောပတ်နှင့်အတူရောပြီး အိုးထဲထည့်ချက်ပါ။ အနီရောင်သန်းလာပါက မီးပုံပေါ်မှချပြီး အအေးခံခြင်းဖြင့် သန့်စင်သောရှိန်းခိုကို ရရှိမည် ဖြစ်သည်။

ပင်လယ်ရေမြှုပ်သုတ်သင်ပုံ

ပင်လယ်ရေမြှုပ်ကို အမှုန့်ပြုပြီး သံပရာရည်နှင့် ၂၄ နာရီကြာစိမ်ထားပြီးမှ စစ်ယူပါ။

* * * * * *

အခန်း (၁၁)

ပတိနိမိဒဗ္ဗ

-ဆေးများကိုအစားထိုးဖော်စပ်ခြင်း

ဆေးဖော်စပ်ရန်အတွက် ဆေးစုဆောင်းရခြင်းသည် ရှုထောင့်အမျိုးမျိုး ပေါ်တွင် အမှီပြုရသည်။

ဥပမာ -

(၁) ဒေါသဠိတိ = ဒေါသအခြေအနေ

(၂) ရောဂါဋ္ဌိတိ = ရောဂါအခြေအနေ

(၃) ရောဂိဋ္ဌိတိ = လူနာ၏အခြေအနေ

(၄) ဩသဓကေပ္ပ = ဆေး၏လုပ်ဆောင်ချက်

(၅) ဩသဓဂုဏဋ္ဌိတ = ဆေး၏ဂုဏ်သတ္တိအခြေအနေ

ဤအချက်ငါးချက်နှင့် ပြည့်စုံသောဆေးမျိုးကို မရနိုင်ခဲ့သော် ထိုဆေး မျိုးတို့နှင့် ဂုဏ်အားဖြင့် တူညီ သော ဆေးမျိုးတို့ကို အစားထိုးလျှက် အသုံးပြုရ၏။ ထိုဆေးမျိုးတို့ကို ပတိနိမိ အစားထိုးဖော်စပ်ခြင်းဟုခေါ်၏။

ထို့ကြောင့် ဆေးဖော်စပ်ရာတွင် အလိုရှိသောဆေးမျိုးကို မရခဲ့သော် ထိုဆေးမျိုးနှင့် ဂုဏ်အားဖြင့် တူညီသောဆေးမျိုးကို စုဆောင်းလျှက် ထည့်သွင်းဖော်စပ် ရမည်။ ထိုသို့ဖော်စပ်ခြင်းသည် အောက်ပါအကျိုးထူးများကို ရရှိနိုင်သည်။

(က) မရနိုင်သောဆေးပစ္စည်းများကို ရှာဖွေမှုလွယ်ကူခြင်း

(ခ) အကယ်၍ အလိုရှိသော ဆေးပစ္စည်းများသည် အလွန်တန်ဖိုးကြီးနေခဲ့သော် လည်းကောင်း (သို့) လူနာသည် ငွေကြေးမတတ်နိုင်ခဲ့သော်လည်းကောင်း တန်ဖိုးနည်းပါးစွာ ဝယ်ယူအသုံးပြုနိုင်ခြင်း စသော အကျိုးများကို ရရှိနိုင်သည်။

အစားထိုး၍ အသုံးပြုမည်ဖြစ်သော ဆေးပစ္စည်းသည် ဂုဏ်သတ္တိနှင့် လုပ်ဆောင်ချက်များ မပြည့်မစုံ ရှိနေတတ်သည်။ထို့ကြောင့် ဆေးပစ္စည်းများ အစားထိုး ဖော်စပ်ရာတွင် အောက်ပါအချက်များသည် ပဓါနရွေးချယ်နည်းများ ဖြစ်သည်။

(၁) အစားထိုးဆေးပစ္စည်းများသည် ပဓါနဆေးပစ္စည်း၏ အရသာဂုဏ်လုပ်ဆောင် ချက်တို့အား များသောအားဖြင့် ဖြည့်စွက်ပေးနိုင်ရမည်။

(၂) ပဓါနဆေးပစ္စည်း၏ ဝီရိယစွမ်းအင်ကို ဖြည့်ပေးမှုသည် ထိုအစားထိုးဆေးတွင် တစိတ်တဒေသအားဖြင့် ရှိရမည်။

(၃) အစားထိုးဆေးပစ္စည်းရှိ ဓါတ်တရားသည် ပဓါနဆေးပစ္စည်း၏ ဓါတ်တရားများ နှင့် တူညီရမည်။

(၄) အစားထိုးဆေးပစ္စည်း၏ အရသာဂုဏ်၊ ဘုတ်တရားအပေါင်းသည် ပဓါနဆေး ပစ္စည်း၏ အရသာ၊ ဂုဏ်၊ ဘုတ်တရားများနှင့် တူညီရမည်။

(၅) အစားထိုးဆေးပစ္စည်းသည် ပဓါနဆေးပစ္စည်းကဲ့သို့ ပြည့်စုံသောအကျိုးကို မရ သော်လည်း အနည်းဆုံး အကျိုးယုတ်မှု မဖြစ်စေရ။

(၆) ကမာနုလယျ သမ္ပတ္တိနှင့်လည်း များသောအားဖြင့် ပြည့်စုံရမည်။

ကမာနုလယျ သမ္ပတ္တိဟူသည် ဂုဏ်(၂၀)တို့ကို စမ်းသပ်ရာ၌ တွေ့ရှိရသော ဂုဏ်ကိုခေါ်၏။ ဥပမာ - ဂရုဂုဏ်ဆိုကြပါစို့။ ဂရုဂုဏ်၏ သဘောတရားသည် ကိုင်တွယ်ကြည့်ရှုရာ၌ လည်း လေးလံ၏။စားသောက်ရာ၌လည်း ခန္ဓာကိုယ်ကို လေးလံစေတတ်၏။ ထိုကဲ့သို့ ပင် မူလဆေးမျိုးနှင့် အစားထိုး ဆေးပစ္စည်းမျိုးသည် တူညီရမည်ကို ကမာနုလယျ သမ္ပတ္တိ ဟုခေါ်၏။

အစားထိုးဆေးပစ္စည်းသည် အကျိုးမည်မျှရရှိနိုင်သနည်း

အစားထိုးဆေးပစ္စည်းကို အသုံးပြုခြင်းသည် ကန့်သတ်အပ်သော အကျိုးကိုသာ ရရှိနိုင်သည်။အကြောင်းမူ အစားထိုးဆေးပစ္စည်းသည် ပဓါနဆေးပစ္စည်း ၏ လုပ်ဆောင်ချက်ကို ဖြည့်စွက်ရန်သာ ခန့်မှန်း၍ ထည့်ရသောကြောင့်ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် အစားထိုးဆေးပစ္စည်းများသည် ပဓါနဆေးပစ္စည်း၏ လုပ်ဆောင်ချက်တို့ကို အပြည့်အဝ လုပ်ဆောင်လိမ့်မည်ဟု မမျှော်လင့်နိုင်ချေ။

ပန်းနုအစား ပန်းလိန်ကို ထည့်ရာ၌ တူသောဌာန၊တူသောပကတိ၊ တူသောအမျိုးအစား ဆေးပစ္စည်း ပင်ဖြစ်သော်လည်း ပန်းလိန်သည် ပန်းနုနှင့်တူညီမှုကို မပြုလုပ်နိုင်။ သို့ရာတွင် များသောအားဖြင့် ထိုပန်းနု၏ လုပ်ဆောင်ချက်ကို ဖြည့်ရန် အကူအညီ အထောက်အပံ့ ရရှိနိုင်သည်။

သပျက်သီးမရှိသော် ရေမနေသီးကို ထည့်ရာတင် လုပ်ဆောင်ချက်ခြင်း တူညီမှုရ၏။သို့ရာတွင် သပျက်သီးကဲ့သို့ အလုံးစုံသော ဂုဏသည် ရေမနေသီး၌ မရှိချေ။

ထို့အတူပင်ပုလဲမရှိသော် ပုလဲခွံကိုထည့်ခြင်း၊ ခရုသင်းကို ထည့်ခြင်း သည် များသောအားဖြင့် ရေနေ အမျိုးဇာတ်ခြင်းတူ၏။

ရှေးအခါက ဆရာကြီးများ အသုံးပြုခဲ့သော အစားထိုးဆေးများ

(၁)	ကန့်ချုပ်	နုပ်ချို
(၂)	ဇာပွင့်	လေးညှင်း
(၃)	ကတိုး	ဇာပွင့်
(၄)	ကုံကုမံ	ဆူးပန်းဝတ်ဆံ
(၅)	ဒိဝုတ်	မှိုနတိုချဉ်/ကုလားပဲဆား
(၆)	ပျားရည်	ကြံသကာဟောင်း

(၇)	ရွှေပြာ	သံပြာ
(၈)	ဝုဒ္ဓိ	ဗောက်ခွေး
(၉)	ရိဒ္ဓိ	ရွှေသံတိုင်း
(၁၀)	ကာကောလိ ခိရကာကောလိ	
(၁၁)	မဟာမေဒါ	
(၁၂)	မေဒါ	
(၁၃)	တောင်ဇလပ်	ပန်းနု
(၁၄)	ဇီဝက	ဆင်သမနွယ်
(၁၅)	ချယား	ကြာစွယ်
(၁၆)	ပုလဲ	ကနုကမာ / မုတ်ခွံ
(၁၇)	ကန့်ချုပ်နီ	ကြက်မောက်ဆူးပြန်ဆား
(၁၈)	အကျော်	ပန်းနု
(၁၉)	ဆူးဖြူ	ကုမုဒြာကြာနီ
(၂၀)	ကြာနီ	ကုမုဒြာကြာ
(၂၁)	မရိုးစေး	မရိုးရွက်ရည်
(၂၂)	ဆီမီးတောက်	ပန်းနု
(၂၃)	ဆင်ပိတ်ချင်း	ပိတ်ချင်း
(၂၄)	သစ်နနွင်း	နနွင်း
(၂၅)	မျက်စဉ်းကျောက်	သစ်နနွင်း
(၂၆)	ဆောက်ချဉ်	ချဉ်ပေါင်
(၂၇)	နခိ	လေးညှင်း
(၂၈)	ကံကောလ	ဇာပွင့်
(၂၉)	နံ့သာဖြူ	ပရုပ်
(၃၀)	နံ့သာဖြူ	နံ့သာနီ
(၃၁)	နံ့သာနီ	ပန်းရင်း
(၃၂)	အတိဝံသ	နွားမြက်ရင်း
(၃၃)	ကြစုသီး	ဆီးဖြူ
(၃၄)	ကံကော်ဝတ်ဆံ	ကြာဝတ်ဆံ

(၃၅)	မေဒါ	
	မဟာမေဒါ	
(၃၆)	ဇီဝက	
	ရိသဘက	
(၃၇)	ဝရိဒ္ဓိ	ကဒူးဥ
(၃၈)	ရွှေ	ဗဟန်းရွှေ
(၃၉)	ချေးသီး	ကန့်ချုပ်နီ၊ နံ့သာနီ
(၄၀)	ငွေ	ဗဟန်းငွေ
(၄၁)	ငွေပြာ	သံမဏိပြာ
(၄၂)	သကြား	သကြားခဲ
(၄၃)	ဇာတိပ္ဖိုလ်သီး	ငရုတ်ကောင်း
(၄၄)	လေးညှင်း	ငရုတ်ကောင်း
(၄၅)	ဖာလာငယ်	ဖာလာချဥ်ပေါင်
(၄၆)	သိုင်မောလ်/မင်သောလ	စမုံဖြူ
(၄၇)	ဇီယာ	နံနံစေ့
(၄၈)	ကုလားဆောင်မေခါး	ဆေးပုလဲ
(၄၉)	ကနခို	နှပ်ချို
(၅၀)	ပဥ္စကာနီသီး	ဆီးဖြူသီး၊ ဖန်ခါးသီး
(၅၁)	သံလွင်ဆီ	မြေပဲဆီ၊ နှမ်းဆီ
(၅၂)	ပရုတ်	သက်ရင်းကြီးမြစ် (လိမ်းဆေးအတွက်သာ)

Ä Ä Ä Ä Ä Ä