



ဆေးအမှတ် (၆၂)

(၁) ဆေးအမည်

- ဟိဂလဇာတိဆေး

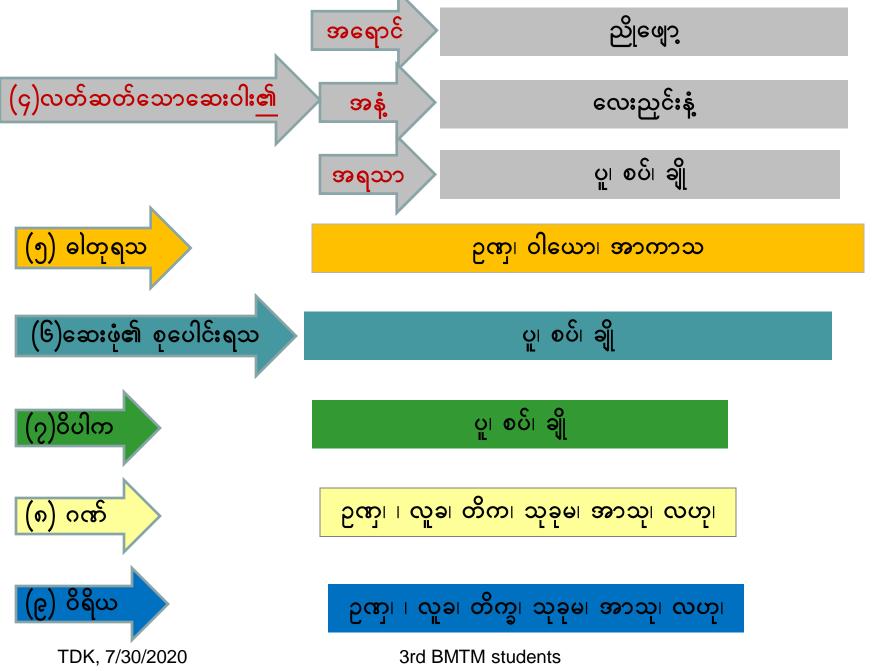
(၂) မိုငြမ်းသောကျမ်း(သို့)သမားစဉ် - သင်ရိုးညွှန်းတမ်းလက်တွေ့ကုထုံး

အဖွင့်ကျမ်းကြီး

(၃) ပါဝင်သောဆေးပစ္စည်းနှင့်အလေးချိန်

စဉ်	အမည်	အသုံးပြုသည့်	သိပံအမည်	အလေးချိန်	
		အစိတ်အပိုင်း		ကျပ်	Ö
0	ရန်းခို	အစေး	Ferula foetida	0	
J	ြင်	အသီး	Terminalia citrine	0	
9	ပရုတ် ပရု	အပင်ထွက်	Camphor	0	
9	ပ် ဝိမြ	အသီး	Anethum sowa	0	
ງ	လက်ချား	တွင်းထွက်	Sodium tetraborate	0	
၆	သိနော	တွင်းထွက်	Native sodium chloride	0	

စ	အမည်	အသုံးပြုသည့် ၀ ၄ ၀ ၄	သိပံအမည်	အလေးချိန်	
		အစိတ်အပိုင်း		ကျပ်	ò
5	ဇာသီး	အသီး	Myristica fragrans	0	
0	ချင်းခြောက်	မြေအောက်ပင်စည်	Zingiber officinale	0	
6	ကနခို	အစေ့	Croton tiglium	಄	
00	လေးညှင်း	အပွင့်	Syzygium aromaticum	၁၈	
စုစုပေါင်းအလေးချိန်					



(၁၀) ကိစ္စ

- သီတငြိမ်း၊ အခိုးပွင့်ခြင်း၊ အတွင်းပထဝီပျက်စေခြင်း

(၁၁) ပဘာဝ

- အဖောကိုပျောက်စေသော တန်ခိုးထူးရှိ၏။

(၁၂) အဓိကသက်သာပျောက်ကင်းစေသောသောရောဂါ

- အဖောရောဂါ

(၁၃) ရောဂါအလိုက်အသုံးပြုရန်ရေလဲပစ္စည်းများ

၁။ အအေးနှင့်ပတ်သက်ပြီး ဝမ်းချုပ်သောရောဂါ မှန်သမျှနှင့် ပန်းနာရောဂါ၊

အဖောရောဂါတို့ကို အစားမစားမီနှင့် စားပြီး ရေနွေးဖြင့်တိုက်ပါ။

(၁၄) ဆေးတစ်ခွက်စာပမာဏ -

လူကြီး

၁ ရွေး

(၁၅) သုတေသနတွေ့ရှိချက်များ

- သုတေသန စမ်းသပ်ထားခြင်းမရှိပါ

ဆေးဖော်စပ်ပုံ

- ဆေးပစ္စည်း အားလုံးအမှုန့်ပြုထားပါ၊
- ပရုတ်ကိုနောက်ဆုံးမှရောမွှေပါ၊
- သကာရည်နှင့်တေပြီးရွေးစေ့ခန့် လုံးထားပါ။

၁။ ရန်းခို

English Name = Asafoetida

Botanical Name = Ferula foetida



ရှိနီးခု

ရသ = ပူခါးစပ်

ဝိပါက **=** ပူစပ်

ဂုဏ် = ဥဏှ၊ လူခ၊ လဟု၊ တိက္ခ

ဝီရိယ = ဥဏှ၊ လူခ၊ လဟု၊ တိက္ခ

ကိစ္စ = ဝမ်းမီးတောက်၊ အစာကြေ၊ ဆီးရွှင်၊ လေသလိပ်ကိုနိုင်၊

ညှော်ကိုနိုင်၊ ပိုးကိုနိုင်၊ သည်းခြေကိုပွားစေ၊ ငန်းမန်းနိုင်၊

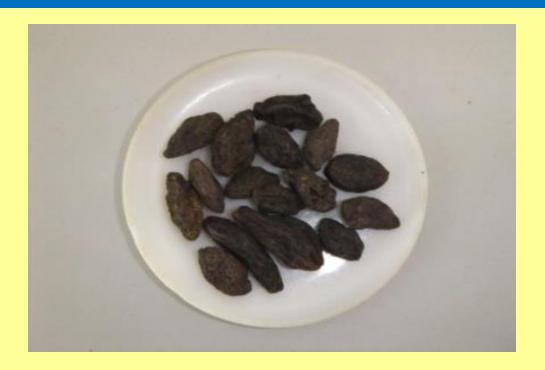
လေသက်စေသည်။

ပဘာဝ = ဝမ်းဗိုက်တွင်ဖြစ်သောရောဂါများကိုနိုင်သည်။



English Name = Fruit of citrina

Botanical Name = Terminalia citrina





ရသ = အေးချဉ်ဖန်ချိုခါးစပ် (အဖန်ပဓာန)

ဝိပါက = အေးချို

ဂုဏ် = သီတ၊ သိနိဒ၊ လဟု၊ မုဒု

ဝိရိယ = သီတ၊ သိနိဒ၊ ဂရု၊ မုဒု

ကိစ္စ = ဝမ်းမီးတောက်ခြင်း၊ အစာကြေခြင်း၊

အသည်းကိုထက်မြက်စေခြင်း၊ လေသည်းခြေကိုနိုင်ခြင်း၊

ဝမ်းကိုနညံ့စွာသက်စေခြင်း၊ ရသာယနဆေးမျိုး ဖြစ်သည်။

ပဘာဝ = ဝမ်းကိုသက်စေသည်။

၃။ ပရုတ်

English Name = Camphor $(C_{10}H_{16}O)$

Scientific Name = Cinnamomum camphora



ပရုတ်

ရသ = ပူ၊ စပ်၊ ခါး

ဝိပါက = အေး၊ ချို

ဂုဏ် = ဥဏှ၊ လူခ၊ လဟု၊ တိက္ခ

ဝိရိယ = သီတ၊ သိနိဒ၊ ဂရု၊ မုဒု

ကိစ္စ = ဝမ်းမီးတောက်၊ အစာကြေ၊ သည်းခြေကိုနိုင်စေသည်။ သလိပ်ကို

ရွှင်စေ သည်။ အခိုးပွင့်စေသည်။ ပိုးကိုနိုင်သည်။ အသည်းကိုထက်

မြတ်စေသည်။ ခံတွင်းကိုကောင်းစေသည်။

ပရုတ်

ပဘာဝ

= အစပ်မျိုးဟူသမျှသည် သည်းခြေကိုပျက်စေတတ်သည်။

အရည်ကို ခမ်း ခြောက်စေသည်။

လူကိုပိန်စေတတ်သော်လည်း

ပရုပ်သည် သည်းခြေကို ထွက်စေတတ်သည်။

အရည်ကိုမခမ်းခြောက်စေတတ်။

လူကိုဝဖြိုးစေတတ် သော တန်ခိုးထူးရှိသည်။

၄။ စမြိတ်

English Name = Indian dill

Botanical Name = Anethum Sowa.



စမြိတ်

ရသ = ပူ၊ ဆိမ့်၊ စပ်

ဝိပါက = ပူစပ်

ဂုဏ် = ဥဏှ၊ လူခ၊ လဟု၊ တိက္ခ

ဝိရိယ = ဥဏှ၊ လူခ၊ လဟု၊ တိက္ခ

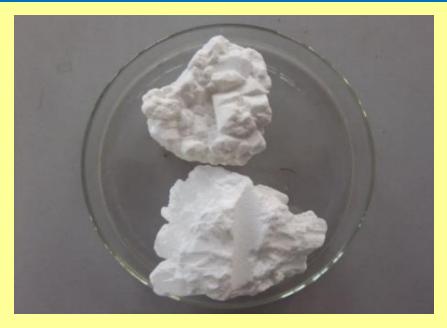
ကိစ္စ = ဝမ်းမီးတောက်စေ၊ အစာကြေ၊ လေသလိပ်နိုင်သည်။ အစာမကြေ၊ ဝမ်းပျက်ခြင်းကိုပျောက်ကင်းစေသည်။ သံဝမ်းကိုပျောက်စေ၍ ချွေးထွက်စေ သည်။ မီးယပ်၊ ဒူလာ၊ သူငယ်နာကိုပျောက်စေသည်။

၅။ လက်ချား

English Name = Borax

Scientific Name = Sodium tetraborate

(Na2B4O7.10H2O)



လက်ချား

ရသ = အေးငန်ဖန်

ဝိပါက = အေးစပ်

ဂုဏ် = သီတ၊ လူခ၊ ဂရု၊ မုဒု

ဝီရိယ = သီတ၊ လူခ၊ လဟု၊ မုဒ္

ကိစ္စ = အပူငြိမ်း၊ သလိပ်နိုင်၊ အစာကြေ၊ ဝမ်းသက်၊

အစာအိမ်အချဉ်ပေါက် ပျောက် စေသည်။

ပဘာဝ = ဝမ်းသက်စေသည်။

၆။ သိနော

English Name = Rock Salt

Chemical Name= Native Sodium Chloride (NaCl)



သိနော

ရသ = အေးငန်

ဝိပါက = အေးချိ

ဂုဏ် = သီတ၊ သိနိဒ၊ ဂရု၊ မုဒု

ဝီရိယ = သီတ၊ သိနိဒ၊ ဂရု၊ မုဒု

ကိစ္စ = အပူငြိမ်းစေ၊ ဆီးဝမ်းကိုရွှင်စေ၊ လေသည်းခြေနိုင်

ပဘာဝ = မျက်စေ့နာနှင့်သင့်သည်။

သိနောဆား၏ ဂုဏ်ကျေးဇူးများ

၁။ နှလုံးအတွက် အကျိုးပြု၏။

၂။ ခနာကိုယ်ရှိဓါတ်တို့ကို တောင့်ခိုင်ဟေ၏။

၃။ မျက်စိရောဂါအတွက် အကျိုးပြု၏။

၄။ အစာချေရည်ကို ဖြစ်စေ၏။

၅။ ဆာလောင်မွတ်သိပ်ခြင်းကို ဖြစ်စေ၏။

၆။ ဒေါသ (၃)ပါး ဖောက်ပြန်ခြင်းကို ငြိမ်ဝပ်စေ၏။

၇။ အင်္ဂါကြီးငယ် အဆက်အစပ်တို့ကြား ကြမ်းတမ်းခြင်းကို ကင်းစေ၏။

၈။ သလိပ်ဖောက်ပြန်ခြင်းကြောင့်ဖြစ်သော ခနာကိုယ်လေးလံခြင်းကို ကင်း

ဝေး၏။

၉။ ဝမ်းချုပ်ခြင်းကို ကာကွယ်၏။

၁၀။ အနာပေါက်တို့တွင်ဖြစ်တတ်သော ဖောက်ပြန်ခြင်းများကို ကင်းဝေးစေ၏။

၇။ ဇာတိပ္ဖိုလ်သီး

English Name = Nutmeg

Botanical Name = Myristica fragrans



ဇာသီး

၈။ချင်းခြောက်

English Name = Ginger

Botanical Name = Zingiber officinale



ချင်းစိမ်း

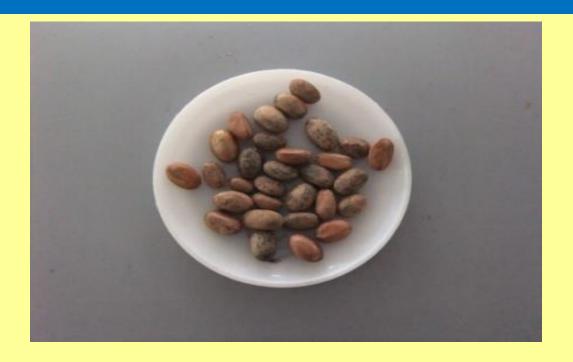
ကိစ္စ = ဝမ်းမီးတောက်၊ အစာကြေ၊ သည်းခြေကိုနိုင်၊ သလိပ်ကိုနိုင်၊

ပဘာဝ = အစပ်မျိုးဖြစ်သော်လည်း အသားအရေကိုမခမ်းခြောက်စေတတ်။

၉။ ကနခို

English Name = Purgative Croton

Botanical Name = Croton tiglium



ကနခို

```
ပူ၊ ခါး၊ စပ်/ပူဆိမ့်စပ် (DTM - ၁၉၉၀)
ရသ
ဝိပါက
               ပူစပ်
ဂုဏ်
               ဥဏု၊ လူခ၊ လဟု၊ တိက္ခ
ဝိရိယ
                ဥဏု၊ လူခ၊ လဟု၊ တိက္ခ
               ဝမ်းသက်စေ၏။ ပိုးနာကိုနိုင်စေ၊ လေချုပ်သောအနာ၊
ကိစ္စ
               စမြင်းခံနာကိုနိုင်စေ သည်။ အပင်းကိုကျစေသည်။
                အတက်ကိုအန်စေ၍ သွေး လုံး၊ လေလုံး၊
                သလိပ်ခဲများကိုကြေပျက်စေသည်။
                စမြင်းဒေါသကိုကြေစေသည်။
ပဘာဝ
```

၁၀။ လေးညှင်း

English Name = Clove

Botanical Name = Syzygium aromaticum



လေးညှင်း

ပူဆိမ့်စပ် ရသ ဝိပါက ပူစပ် ဂုဏ် ဥဏု၊ သိနိဒ၊ လဟု၊ တိက္ခ ဝီရိယ ဥဏု၊ လူခ၊ လဟု၊ တိက္ခ ကိစ္စ ဝမ်းမီးတောက်၊ အစာကြေ၊ သလိပ်၊ သည်းခြေနှင့်သွေးဖောက်ပြန်မှုကိုနိုင်၊ ရေငတ်ခြင်း ၊ ပျို့အန်ခြင်း၊ ထုံကျင်ခြင်း၊ ချောင်းဆိုး၊ ပန်းနာ၊ ကျို့ထိုးခြင်း တို့ကိုနိုင်သည်၊ လေကိုနိုင်၊ အခိုးအာကာသရစေသည်။ မျက်စိကိုအကျိုး ပြုသည်။ နာကြင်ကိုက်ခဲခြင်းကိုသက်သာစေသည်။ ပဘာဝ ကိုယ်ဝန်တည်စပျို့အန်ခြင်းကို ပျောက်ကင်းစေသည်။

