မင်္ဂလာပါ

ဒေါ်သန္တာစိုင်
ဒုတိယပါမောက္ခ
ဆေးဝါးဗေဒဌာန
တိုင်းရင်းဆေးတက္ကသိုလ်

တိုင်းရင်းဆေးဌာနသုံးဆေးနည်းများ

ဆေးအမှတ် (၆၂)

(၁) ဆေးအမည် - ဟိဂလဇာတိဆေး

(၂) မှီငြမ်းသောကျမ်း(သို့)သမားစဉ် - သင်ရိုးညွှန်းတမ်းလက်တွေ့ကုထုံး

အဖွင့်ကျမ်းကြီး

(၃) ပါဝင်သောဆေးပစ္စည်းနှင့်အလေးချိန်

စဉ်	အမည်	အသုံးပြုသည့် အစိတ်အပိုင်း	သိပ္ပံအမည်	အလေးချိန်	
				ကျပ်	ပဲ
၁	ရှန်းခို	အစေး	*Ferula foetida*	၁	
၂	ကြခုစု	အသီး	*Terminalia citrine*	၁	
၃	ပရုတ်	အပင်ထွက်	Camphor	၁	
၄	စမြိတ်	အသီး	*Anethum sowa*	၁	
၅	လက်ချား	တွင်းထွက်	Sodium tetraborate	၁	
၆	သိန္ဓော	တွင်းထွက်	Native sodium chloride	၁	

စဉ်	အမည်	အသုံးပြုသည့် အစိတ်အပိုင်း	သိပ္ပံအမည်	အလေးချိန်	
				ကျပ်	ပဲ
၇	ဇာသီး	အသီး	*Myristica fragrans*	၁	
၈	ချင်းခြောက်	မြေအောက်ပင်စည်	*Zingiber officinale*	၁	
၉	ကနဒို	အစေ့	*Croton tiglium*	၉	
၁၀	လေးညှင်း	အပွင့်	*Syzygium aromaticum*	၁၈	
စုစုပေါင်းအလေးချိန်				၃၅	

(၄)လတ်ဆတ်သောဆေးဝါး၏

အရောင် → ညိုဖျော့

အနံ့ → လေးညှင်းနံ့

အရသာ → ပူ၊ စပ်၊ ချို

(၅) ဓါတုရသ → ဥဏှ၊ ဝါယော၊ အာကာသ

(၆)ဆေးဖုံ၏ စုပေါင်းရသ → ပူ၊ စပ်၊ ချို

(၇)ဝိပါက → ပူ၊ စပ်၊ ချို

(၈) ဂုဏ် → ဥဏှ၊ ၊ လဟု၊ တိက၊ သုခုမ၊ အာသု၊ လဟု၊

(၉) ဝိရိယ → ဥဏှ၊ ၊ လူခ၊ တိက္ခ၊ သုခုမ၊ အာသု၊ လဟု၊

(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၊
- ပရှတ်ကိုနောက်ဆုံးမှရောမွှေပါ၊
- သကာရည်နှင့်တေပြီးရွေးစေ့ခန့် လုံးထားပါ။

၁။ ရုန်းခို

English Name = Asafoetida

Botanical Name = *Ferula foetida*

ရှိန်းခို

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။

၂။ ကြစု

English Name = Fruit of citrina

Botanical Name = *Terminalia citrina*

ကြစု

ရသ	=	အေးချဉ်ဖန်ချိုခါးစပ် (အဖန်ပဓာန)
ဝိပါက	=	အေးချို
ဂုဏ်	=	သီတ၊ သိနိဒ၊ လဟု၊ မုဒု
ဝိရိယ	=	သီတ၊ သိနိဒ၊ ဂရု၊ မုဒု
ကိစ္စ	=	ဝမ်းမီးတောက်ခြင်း၊ အစာကြေခြင်း၊ အသည်းကိုထက်မြက်စေခြင်း၊ လေသည်းခြေကိုနိုင်ခြင်း၊ ဝမ်းကိုနည့်စွာသက်စေခြင်း၊ ရသာယနဆေးမျိုး ဖြစ်သည်။
ပဘာဝ	=	ဝမ်းကိုသက်စေသည်။

၃။ ပရုတ်

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

Scientific Name = *Cinnamomum camphora*

ပရှုတ်

ရသ	=	ပူ၊ စပ်၊ ခါး
ဝိပါက	=	အေး၊ ချို
ဂုဏ်	=	ဥကျ၊ လူခ၊ လဟု၊ တိက္ခ
ဝိရိယ	=	သီတ၊ သိနိဒ၊ ဂရု၊ မုဒု
ကိစ္စ	=	ဝမ်းမီးတောက်၊ အစာကြေ၊ သည်းခြေကိုနိုင်စေသည်။ သလိပ်ကို ရှင်စေ သည်။ အခိုးပွင့်စေသည်။ ပိုးကိုနိုင်သည်။ အသည်းကိုထက်မြတ်စေသည်။ ခံတွင်းကိုကောင်းစေသည်။

ပရုတ်

ပဘာ၁ဝ = 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
		$(Na_2B_4O_7.10H_2O)$

လက်ချား

ရသ	=	အေးငန်ဖန်
ဝိပါက	=	အေးစပ်
ဂုဏ်	=	သီတ၊ လူခ၊ ဂရု၊ မုဒု
ဝီရိယ	=	သီတ၊ လူခ၊ လဟု၊ မုဒု
ကိစ္စ	=	အပူငြိမ်း၊ သလိပ်နိုင်၊ အစာကြေ၊ ဝမ်းသက်၊ အစာအိမ်အချဉ်ပေါက် ပျောက် စေသည်။
ပဘာဝ	=	ဝမ်းသက်စေသည်။

၆။ သိန္ဓော

English Name = Rock Salt

Chemical Name= Native Sodium Chloride ($NaCl$)

သိနော

ရသ	=	အေးငန်
ဝိပါက	=	အေးချို
ဂုဏ်	=	သီတ၊ သိနိဒ၊ ဂရု၊ မုဒု
ဝီရိယ	=	သီတ၊ သိနိဒ၊ ဂရု၊ မုဒု
ကိစ္စ	=	အပူငြိမ်းစေ၊ ဆီးဝမ်းကိုရှင်စေ၊ လေသည်းခြေနိုင်
ပဘာဝ	=	မျက်စေ့နာနှင့်သင့်သည်။

သိန္ဓောဆား၏ ဂုဏ်ကျေးဇူးများ

၁။ နှလုံးအတွက် အကျိုးပြု၏။

၂။ ခန္ဓာကိုယ်ရှိဓါတ်တို့ကို တောင့်ခိုင်ပော၏။

၃။ မျက်စိရောဂါအတွက် အကျိုးပြု၏။

၄။ အစာချေရည်ကို ဖြစ်စေ၏။

၅။ ဆာလောင်မွတ်သိပ်ခြင်းကို ဖြစ်စေ၏။

၆။ ဒေါသ (၃)ပါး ဖောက်ပြန်ခြင်းကို ငြိမ်ဝပ်စေ၏။

၇။ အင်္ဂါကြီးငယ် အဆက်အစပ်တို့ကြား ကြမ်းတမ်းခြင်းကို ကင်းစေ၏။

၈။ သလိပ်ဖောက်ပြန်ခြင်းကြောင့်ဖြစ်သော ခနၶာကိုယ်လေးလံခြင်းကို ကင်းဝေး၏။

၉။ ဝမ်းချုပ်ခြင်းကို ကာကွယ်၏။

၁၀။ အနာပေါက်တို့တွင်ဖြစ်တတ်သော ဖောက်ပြန်ခြင်းများကို ကင်းဝေးစေ၏။

၇။ ဇာတိပ္ဖိုလ်သီး

English Name	=	Nutmeg
Botanical Name	=	*Myristica fragrans*

ဇာသီး

ရသ	=	ပူ၊ ဆိမ့်၊ စပ် (ခါး ၊ ဖန်)
ဝိပါက	=	ပူစပ်
ဂုဏ်	=	ဥဏှ၊ သိနိဒ၊ လဟု၊ တိက္ခ
ဝိရိယ	=	ဥဏှ၊ လူခ၊ လဟု၊ တိက္ခ
ကံစ္စ	=	ဝမ်းမီးတောက်၊ အစာကြေ၊ လေသလိပ်နိုင်၊ ပါးစပ်အနံ့ကောင်းခြင်း၊ အကြိတ်၊ အဖုကိုနိုင်၊ ပိုးကိုနိုင်၊ သွေးသားကြည်လင်စေသည်။

၈။ ချင်းခြောက်

English Name = Ginger

Botanical Name = *Zingiber officinale*

ချင်းစိမ်း

ရသ	=	ပူ၊ စပ်
ဝိပါက	=	ပူချို
ဂုဏ်	=	ဥဏှ၊ သိနိဒ္ဓ၊ ဂရု၊ တိက္ခ
ဝိရိယ	=	ဥဏှ၊ သိနိဒ္ဓ၊ ဂရု၊ တိက္ခ
ကိစ္စ	=	ဝမ်းမီးတောက်၊ အစာကြေ၊ သည်းခြေကိုနိုင်၊ သလိပ်ကိုနိုင်၊
ပဘာဝ	=	အစပ်မျိုးဖြစ်သော်လည်း အသားအရေကိုမခမ်းခြောက်စေတတ်။

၄။ ကနခို

English Name = Purgative Croton

Botanical Name = *Croton tiglium*

ကနခို

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

၁၀။ လေးညှင်း

English Name = Clove

Botanical Name = *Syzygium aromaticum*

လေးညှင်း

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

THANK
YOU!