



ဟင်းသီးဟင်းရွက်နှင့်သီးနှံပင်များတွင်
ကျရောက်တတ်သော
ဖျက်ပိုးနှင့်အပင်ရောဂါအမျိုးမျိုးအတွက်

ဘက်စုံကာတွယ်နှိမ်နင်းနည်းများ



Terre des Hommes Italia 2015



“Tdh-It စီမံကိန်းလုပ်ငန်းအတွက်သာ”

“Tdh-It စီမံကိန်းလုပ်ငန်းအတွက်သာ”

ဇယား

စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
၁။	ဘက်စုံသီးနှံကာကွယ်ရေး	၁
၂။	ရောဂါနှင့် ဖျက်ပိုး ဘယ်လိုခွဲမလဲ	၂
၃။	သီးနှံဖျက်ပိုးဆိုတာဘာလဲ	၃
	(က) ဖျက်ပိုးများ	၄
	(ခ) အင်းဆက်ပိုးများ၏ ဘဝစက်ဝန်း	၅
	(ဂ) အင်းဆက်ပိုးများ၏ ဖျက်ဆီးပုံ	၇
	(ဃ) အင်းဆက်ဖျက်ပိုးများ နိုးကြားတက်ကြွချိန်	၁၁
	(င) အကျိုးပြုအင်းဆက်များ	၁၁
၄။	ဘက်စုံသီးနှံကာကွယ်ရေးစနစ်တွင်	
	အသုံးပြုနိုင်သောနည်းလမ်းများ	၁၃
	(က) လူ၊ စက်ကိရိယာဖြင့် နှိမ်နင်းခြင်း	၁၃
	(ခ) စိုက်ပျိုးနည်းစနစ်ဖြင့် နှိမ်နင်းခြင်း	၁၅
	(ဂ) ဇီဝနည်းဖြင့်နှိမ်နင်းခြင်း	၁၇
	(ဃ) ဓာတုနည်းဖြင့်နှိမ်နင်းခြင်း	၁၇
၅။	ဆေးဖြန်းစဉ် လိုက်နာရမည့် အချက်များ	၂၀

ခဉ်

အကြောင်းအရာ

စာမျက်နှာ

၆။	ဟင်းသီးဟင်းရွက်များတွင် ကျရောက်တတ်သော	
	ဖျက်ပိုးနှင့် ရောဂါများ	၂၂
	(၁) ပျ	၂၂
	(၂) လှေး	၂၃
	(၃) မုန်ညင်းခေါင်ညွန့်ထိုးပိုး	၂၅
	(၄) ရွက်ထွင်းပိုး	၂၅
	(၅) မွားပင့်ကူနီ	၂၆
	(၆) ငမြောင်တောင်	၂၇
	(၇) ဖိုးလမင်းကျိုး (ပိုးတီ၊ ပြိတ္တာ)	၂၈
	(၈) ယင်ဖြူ	၂၉
	(၉) ရွက်ဖောက်ကျိုင်း	၃၀
	(၁၀) ဘူး၊ ဖရုံတွင်ကျရောက်သော အနီရောင်ကျိုင်း	၃၁
	(၁၁) ပိုးစေးနဲ	၃၁
	(၁၂) ခေါင်ညွန့်ထိုးပိုး၊ သီးထိုးပိုး	၃၃
၇။	ဟင်းသီးဟင်းရွက်များတွင် ကျရောက်သော ရောဂါများ	၃၅
	(၁) ခရမ်းချဉ် စောပင်ကျနာ	၃၅
	(၂) ခရမ်းချဉ် နှောင်းပင်ကျနာ (လောင်မဲ)	၃၆
	(၃) သခွား ဒေါင်းနီးရွက်ခြောက်ရောဂါ	၃၇
	(၄) ခါးရိရောဂါ	၃၈

စဉ်

အကြောင်းအရာ

စာမျက်နှာ

၈။	အလွယ်တကူပြုလုပ်နိုင်သော မှိုသတ်ဆေး၊ ပိုးသတ်ဆေးများ	၄၀
	(၁) ဘော်ဒိုးဆေးရည်	၄၀
	(၂) တမာပိုးသတ်ဆေး	၄၁
	(၃) လိုင်းဆာလ်ဇာ (ကန့်နှင့် ထုံးဖျော်ရည်)	၄၃

ဘက်စုံသီးနှံကာကွယ်ရေး

ဘက်စုံသီးနှံ ကာကွယ်ရေးဆိုသည်မှာ လူတို့စိုက်ပျိုးထားသော သီးနှံများကို ဖျက်ပိုး၊ ရောဂါတို့ ဖျက်ဆီးမှုမှကာကွယ်ရန် နည်းလမ်းပေါင်းစုံ စနစ်တကျပေါင်းစပ် အသုံးပြုခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ဘက်စုံ သီးနှံကာကွယ်ရေးစနစ်သည် ဓါတုပိုးသတ်ဆေး တစ်မျိုးတည်းကိုသာ အသုံးပြုခြင်း မဟုတ်ဘဲ လူတို့၏ ကျန်းမာရေးကို အလေးထားပြီး ဘေးထွက်ဆိုးကျိုး အနည်းဆုံးနှင့် သဘာဝ ပတ်ဝန်းကျင်ကို မထိခိုက်စေရန် ရည်ရွယ်ပါ သည်။

ဘက်စုံသီးနှံကာကွယ်ရေးစနစ်သည်အခြား စနစ်များကဲ့သို့ လေ့နမ်းထစ်မှတ် ထားအပ်သော စနစ်မဟုတ်ဘဲ ကျယ်ပြန့်သော အသိပညာဗဟုသုတများ လိုအပ်ပါသည်။ ဥပမာ သီးနှံပင်များ၏ အခြေခံသဘောတရား၊ ဖျက်ပိုးတို့၏ဇီဝကမ္မဖြစ်စဉ်၊ သီးနှံနှင့် ဖျက်ပိုးများအပေါ်မိုးလေဝသနှင့်ရာသီဥတု၏ သက်ရောက်မှု၊ စိုက်ပျိုးရေးထွက်ကုန်နှင့် သွင်းအားစုများ၏ ဈေးကွက်ပေါက်ဈေး အစရှိသည့် ဗဟုသုတများကို အခြေခံအားဖြင့် သိရှိသဘောပေါက်ထားရန်လိုအပ်ပြီး ထိုအသိပညာ ဗဟုသုတတို့ကို စနစ်တကျ ပေါင်း စပ်အသုံးပြုရန်ဖြစ်ပါသည်။ ထိုသို့ကျယ်ပြန့်သော အသိပညာ ဗဟုသုတများ လိုအပ်သည် ဆိုသော်လည်း တောင်သူများအနေဖြင့် မိမိတို့ပတ်ဝန်းကျင်မှ အလွယ် တကူလေ့လာ နိုင်ပါသည်။ ဤလက်စွဲစာအုပ် သည်တောင်သူများ မိမိတို့လယ်ယာလုပ်ငန်းခွင်မှရရှိ သော အသိပညာ၊ အတွေ့အကြုံများကို အခြေခံ၍ ကိုယ် အရပ်ဒေသနှင့်ကိုက်ညီသော ဘက်စုံ သီးနှံကာကွယ်ရေးစနစ်ကို ဖော်ဆောင်နိုင်စေရန်ရည်ရွယ်ပါသည်။

ရောဂါနှင့် ဖျက်ပိုးဘယ်လို့ခွဲမလဲ



တောင်သူများသည် အပင်တွင်ကျရောက်သော ရောဂါနှင့်ဖျက်ပိုးများကို ရောထွေးနေ တတ်ကြပါသည်။ အထက်ပါ (ပုံ ၈၊ ၉ နှင့် ၇) ၃ ပုံကိုကြည့်ပါ။ ဘယ်ပုံက ရောဂါ၊ ဘယ်ပုံက ဖျက်ပိုးလဲ ဖြေကြည့်ပါ။

ပုံ (၈) ၏ သဗ္ဗာန်ပေါ်တွင် အဝါရောင်အပြောက်များကို သာတွေ့ရပြီး ကိုက်ရာ၊ ခြစ်ရာ စသည်တို့ကိုမတွေ့ပါ။ ပုံ (၉) မှ ဆလင်ရွက်ပေါ်တွင်ကိုက်ရာများတွေ့ရ မည်ဖြစ်ပြီး ပိုးကောင်စွန့်ပစ်ထားသော မစင်ကိုမတွေ့ရမည်။ ပုံ (၇) ၏ မုန်ညှင်းရွက် ပေါ်တွင် ပိုးတုံးလုံးကောင် ကိုက်ဖြတ် စားသောက်နေသည်ကို တွေ့ရမည်ဖြစ်သည်။

ပုံ (၈) တွင် အချိန်ကြာလာသည်နှင့်အမျှ အဝါရောင်အပြောက်များ ပိုများ လာပြီး အရွက် တခုလုံး ခြောက်၍သေသွားမည်ဖြစ်သည်။ ထိုကဲ့သို့ လက္ခဏာရှိသော

ဖျက်ပိုး နှင့် အပင်ရောဂါအမျိုးမျိုး အတွက် ဘက်စုံကာကွယ်နှိမ်နင်းနည်းများ

အပင်ပျက်စီးမှုများကို အပင်ရောဂါ ဟုခေါ်ပါသည်။ အပင်ရောဂါများသည် မှို၊ ဘက်တီးရီးယား၊ ဝိုင်းရပ်(စ်)၊ နီမတုတ်စသည့် အလွန်သေးငယ်သော သက်ရှိများကြောင့်ဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့်ရောဂါ ကျနေသောအပင်တွင် ရောဂါလက္ခဏာများကိုသာ တွေ့ရမည်ဖြစ်ပြီး ရောဂါဖြစ်စေသောသက်ရှိတို့ကို သာမန်မျက်စိဖြင့်မမြင်နိုင်ပါ။ တွေ့ရလေ့ရှိသောရောဂါများမှာ မြေပဲရွက်ပြောက် (ဒေါင်းမြီးကွက်) ရောဂါ၊ နှမ်းဖိုရောဂါ၊ ခရမ်းချဉ် ရောင်မညီကွက်ကြား (အဝါရောင်မိုဇေ) ရောဂါ (တောင်သူများက ခရမ်းချဉ်နုသည်ဟုပြောလေ့ရှိသည်) စသည်တို့ဖြစ်ကြသည်။

ပုံ (ခ) နှင့် ပုံ (ဂ) တို့တွင် အရွက်များသည် ပိုးတုံးလုံးကောင်၏ ကိုက်ဖြတ်စားသောက်ခြင်းကိုခံရပြီး တဖြည်းဖြည်းကုန်သွားမည်ဖြစ်သည်။ ထိုသို့ ကိုက်ဖြတ်ခြင်း၊ စုပ်စားခြင်းဖြင့်အပင်ကို ဖျက်ဆီးပြီး ပိုးကောင်သို့မဟုတ် ပိုးကောင်၏မစင်၊ ပိုးကောင်အိမ်စသည်တို့ကို အကောင်အထည်နှင့်တကွ မျက်စိဖြင့်မြင်တွေ့ရပါက ဖျက်ပိုးဟုခေါ်ပါသည်။ သတိပြုရန်မှာ အပင်ရောဂါတို့ကို ရောဂါသတ်ဆေးတို့ဖြင့်သာနှိမ်နင်းနိုင်ပြီး ဖျက်ပိုးများ အတွက်လည်း ပိုးသတ်ဆေးဖြင့်သာ နှိမ်နင်းနိုင်သည်။ ဥပမာ ခရမ်းချဉ်စေ့ပင်ကျနာ (မိုရောဂါ) ကို ဒိုဇာ ကဲ့သို့ ပိုးသတ်ဆေး ဖျန်းခြင်းဖြင့် မကာကွယ်မနှိမ်နင်းနိုင်ပါ။ ထို့ကြောင့် တောင်သူများအနေဖြင့် မိမိတို့ စိုက်ပျိုးသောသီးနှံများတွင် ရောဂါ၊ ပိုးမွှားများ ကျရောက်ပါက ရောဂါ နှင့် ပိုး ကွဲပြားစွာသိရှိရန် အရေးကြီးပါသည်။

အပင်ရောဂါနှင့် ပိုးမွှားတို့တွင် ရောဂါများသည် ခွဲခြားရန်နှင့် ကာကွယ်နှိမ်နင်းရန် ပို၍ခက်ခဲတတ်ပြီး နည်းပညာပိုမိုလိုအပ်ပါသည်။ ထို့အပြင် အပင်ရောဂါများသည် အပင်အာဟာရ ချို့တဲ့မှုများနှင့်လွန်ကဲမှုများ ဖြင့်လည်း ရောထွေးနေတတ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် ယခုလက်စွဲစာအုပ်တွင် တောင်သူများအလွယ်တကူ လေ့လာအသုံးပြု နိုင်သော ဖျက်ပိုးကာကွယ်နှိမ်နင်းခြင်းကိုသာ အဓိကထားဖော်ပြသွားပါမည်။

သီးနှံဖျက်ပိုးဆိုတာဘာလဲ

တောင်သူများသည် သီးနှံဖျက်ပိုးနှင့် အပင်ရောဂါတို့ကို အမြဲရောထွေးနေတတ်ကြသည်။ ပိုးသတ်ဆေးနှင့် မှိုသတ်ဆေးကို လွဲ၍သုံးတတ်ကြသည်။ ဖျက်ပိုးများကို ကာကွယ်နှိမ်နင်းရန် ပိုးသတ်ဆေးကို အသုံးပြုရမည်ဖြစ်ပြီး မှိုကဲ့သို့သောရောဂါများကို ကာကွယ်နှိမ်နင်းရန် မှိုသတ်ဆေးကို အသုံးပြုရမည် ဖြစ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် တောင်သူ

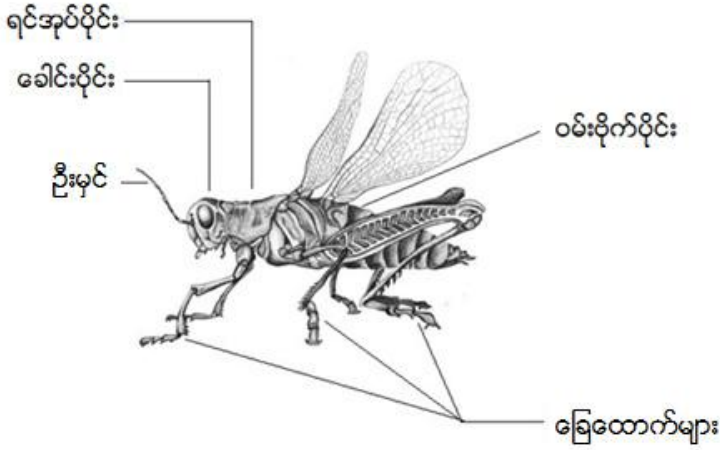
များအနေဖြင့် ပိုးမွှားနှင့်ရောဂါများကို ခွဲခြားနိုင်ရန်လိုအပ်ပါသည်။ အနာနှင့်ဆေးတည့် အောင်မပေးနိုင်လျှင် (၁) ဓာတုဆေးများဝယ်ယူခြင်းကြောင့် ငွေကြေးကုန်ကျခြင်း (၂) ဆေးဖျန်းရသဖြင့် လုပ်အားပိုကုန်ခြင်း နှင့် (၃) သီးနှံဆုံးရှုံးခြင်း တို့ကြုံရမည်ဖြစ်ပါသည်။



(က) ဖျက်ပိုးများ

ဖျက်ပိုးအများစုမှာ အင်းဆက်ပိုးများဖြစ်ကြသည်။ သို့သော် အင်းဆက်ပိုးတိုင်း ဖျက်ပိုးများမဟုတ်ကြပါ။ အင်းဆက်ပိုးများကို မှတ်သားနိုင်သောအချက်များမှာ

- (၁) ဦးမှင် ၁ စုံပါရှိခြင်း။
- (၂) ခန္ဓာကိုယ်တွင် ဦးခေါင်းပိုင်း၊ ရင်အုပ်ပိုင်း၊ ဝမ်းဗိုက်ပိုင်း ဟူ၍ သုံးပိုင်းပါရှိသည်။
- (၃) ရင်အုပ်ပိုင်းတွင် ခြေထောက် ၆ ချောင်း (၃ စုံ) ရှိခြင်း။



နေ့စဉ် ပတ်ဝန်းကျင်တွင်တွေ့ရသော အင်းဆက်ပိုးများမှာ ယင်ကောင်၊လိပ်ပြာ၊
ပျား စသည်တို့ ဖြစ်ကြသည်။

(ခ) အင်းဆက်ပိုးများ၏ ဘဝ စက်ဝန်း

အင်းဆက်ပိုးများ၏ အမျိုးအစားကိုလိုက်၍ ၎င်းတို့သက်တမ်းတလျောက်တွင်
အဆင့်ဆင့်ပြောင်းလဲ မှုကို ရုပ်သွင်ပြောင်းလဲခြင်း ဟုခေါ်ပါသည်။ အင်းဆက်ပိုးများ၏
ရုပ်သွင်ပြောင်းလဲခြင်း ၂ မျိုးရှိရာ

(၁) ပြည့်စုံသော ရုပ်သွင်ပြောင်းလဲခြင်း နှင့်

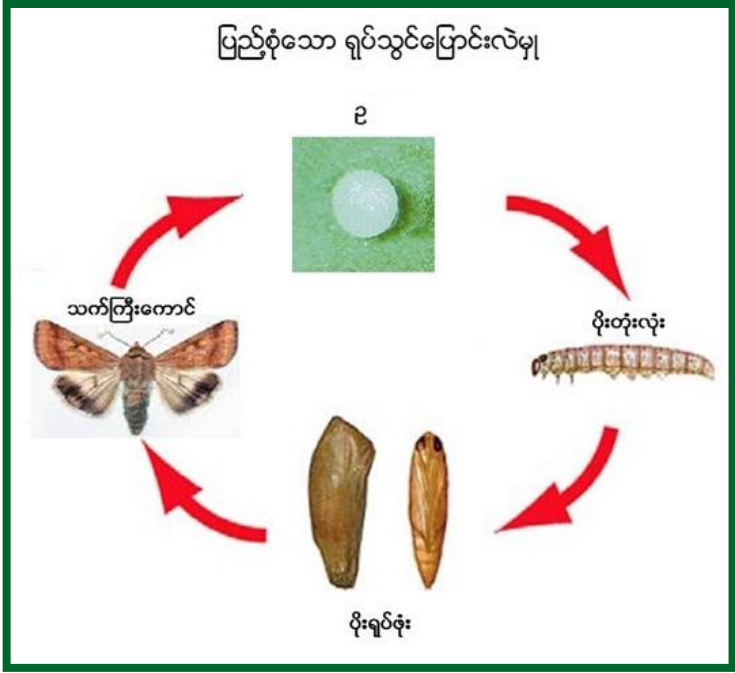
(၂) မပြည့်စုံသော ရုပ်သွင်ပြောင်းလဲခြင်း

ဟူ၍ အလွယ်တကူမှတ်သားနိုင်ပါသည်။

(၁) ပြည့်စုံသောရုပ်သွင်ပြောင်းလဲခြင်း

ပြည့်စုံသောရုပ်သွင်ပြောင်းလဲခြင်းဆိုသည်မှာ အင်းဆက်ပိုးများ၏ ဘဝစက်ဝန်း
တွင် ၂၊ ပိုးတုံးလုံး၊ ပိုးရုပ်ဖုံးနှင့် အရွယ်ရောက်ကောင် အဆင့်ဟူ၍ အဆင့်လေးဆင့်ရှိသော
ရုပ်သွင်ပြောင်းလဲခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ဥပမာအားဖြင့် လိပ်ပြာ၊ ဖလံများသည် ဥမှပေါက်လျှင်
ပိုးတုံးလုံးဘဝဖြင့် အပင်များကို စားသောက်ဖျက်ဆီးသည်။ ပိုးတုံးလုံးဘဝဖြင့်စားသောက်
ဖျက်ဆီးပြီးနောက် ပိုးရုပ်ဖုံး (အချို့ကပြိတ္တာဟုခေါ်သည်) ဘဝဖြင့် မြေပြင်ပေါ်ရှိသစ်ရွက်၊

အပင်အစိတ်အပိုင်းများ သို့မဟုတ် မြေကြီးအတွင်းသို့ ဝင်ရောက်ခိုအောင်းပြီး သင့်လျော်သော ပတ်ဝန်းကျင်အခြေအနေတွင် အရွယ်ရောက်ကောင်အနေဖြင့် အသွင်ပြောင်းသွားကြသည်။ ထို့ကြောင့် လိပ်ပြာ၊ ဖလံများနှင့် ပြည့်စုံသော ရုပ်သွင်ပြောင်းလဲခြင်း သဘာဝရှိသည်။ ဖျက်ပိုးများသည် ပိုးတုံးလုံးအဆင့်တွင်သာ စားသောက်ဖျက်ဆီးကြပြီး အရွယ်ရောက်ကောင် အဆင့်တွင် မျိုးပွားရန် မိတ်လိုက်ခြင်းနှင့် ဥ ဥ ခြင်းကိုသာ ပြုလုပ်ကြသည်။

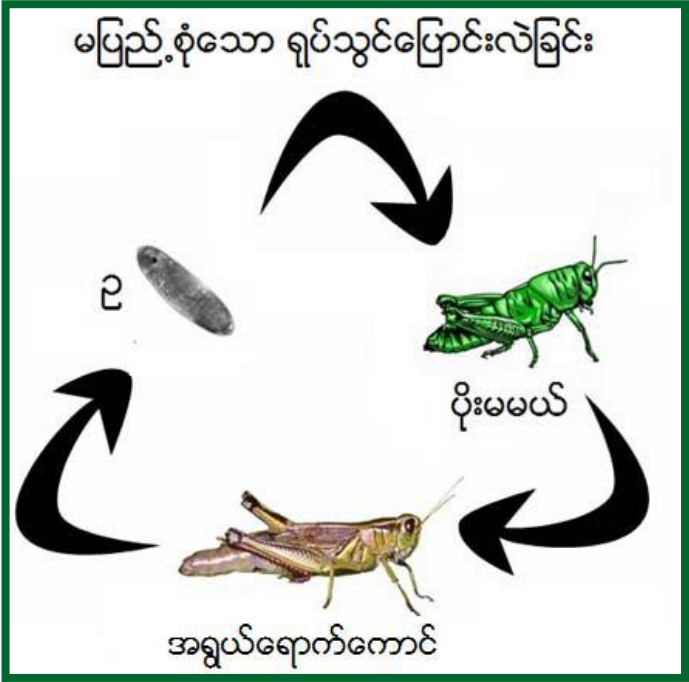


(၂) မပြည့်စုံသောရုပ်သွင်ပြောင်းလဲခြင်း

မပြည့်စုံသော ရုပ်သွင်ပြောင်းလဲခြင်းဆိုသည်မှာ အင်းဆက်ပိုးများ၏ ၁၀ စက်ဝန်းတွင် ၂၊ ပိုးမမည် နှင့် အရွယ်ရောက်အကောင်ကြီးအဆင့် ဟူ၍သုံးဆင့်သာရှိသော ဖြစ်စဉ်ကိုခေါ်ပါသည်။ မပြည့်စုံသော ရုပ်သွင်ပြောင်းလဲခြင်း ဖြစ်စဉ်ရှိသောအင်းဆက်ပိုးများတွင် ဥမှပေါက်ကာစ ပိုးမမည်အဆင့်နှင့် အရွယ်ရောက်အကောင်ကြီး အဆင့်တို့မှာ ပုံသဏ္ဍာန်အားဖြင့် များစွာကွဲပြားခြင်းမရှိပဲ ပိုးမမည်အဆင့်မှ စတင်ဖျက်ဆီး

ဖျက်ပိုး နှင့် အပင်ရောဂါအမျိုးမျိုး အတွက် ဘက်စုံကာကွယ်နှိမ်နင်းနည်းများ

တတ်ကြပါသည်။ ပတ်ဝန်းကျင်တွင် အလွယ်တကူတွေ့နိုင်သော မပြည့်စုံသော ရုပ်သွင် ပြောင်းလဲခြင်း သဘာဝရှိသော အင်းဆက်ပိုးများမှာ နံကောင်၊ ပျ စသည်တို့ ဖြစ်ပါသည်။



(ဂ) အင်းဆက်ပိုးများ၏ ဖျက်ဆီးပုံ

ဘက်စုံသီးနှံကာကွယ်ရေးစနစ်တွင် အင်းဆက်ဖျက်ပိုးများ၏ ဖျက်ဆီးမှုပုံစံ များကို နားလည်ရန် လိုအပ်ပါသည်။ ဥပမာ ကိုက်စားပိုးများကို ထိသေ၊ ပင်လုံးပြန့် ပိုးသတ်ဆေး ၂ မျိုးလုံးဖြင့် နှိမ်နင်းနိုင်သော်လည်း စုပ်စားပိုးများကို ပင်လုံးပြန့် အာနိ သင်ရှိသော ပိုးသတ်ဆေးများဖြင့်သာနှိမ်နင်း နိုင်ပါသည်။

(၁) ကိုက်စားပိုးများ

အောက်ပုံတွင်တွေ့ရသော ထွာကောင်စိမ်း ပုံ(က)၊ ပိုးတီ (ဖိုးလမင်းကျိုင်း) ပုံ (ခ)များသည် အင်းဆက်ပိုးများ၏ ပိုးတုံးလုံးအဆင့် သားလောင်းများဖြစ်ကြပြီး ကိုက်ဖြတ်ဖျက်စီး ကြပါသည်။ ထိုဖျက်ပိုးတို့တွင် မာကြောသန်မာသော ပါးစပ်အစိတ်အပိုင်း များရှိကြပြီး ၎င်းတို့ဖျက်ဆီးလျှင် အရွက်၊ အကိုင်း၊ ပင်စည် များအပေါ်တွင် ကိုက်ဖြတ်စားသောက်ရာများကို ထင်ရှားစွာတွေ့မြင်ရပါသည်။ အတွေ့များသော ကိုက်စားပိုးများမှာ နံကောင်စိမ်း၊ ငမြောင်တောင်နှင့် မုန်ညင်းပင်များတွင်ကျလေ့ ရှိသော စိန်ကွက် ဖလံစသည်တို့ဖြစ်ကြသည်။



ပုံ- (က)။ ပိုးတုံးလုံးကိုက်ဖြတ်စားနေပုံ (ခ-ဂ)။ ကိုက်ဖြတ်စားသောက်သော ပါးစပ်ပုံ

(၂) ရွက်လိပ်ပိုးများ



မြေပဲရွက်လိပ်၊ ရွက်ကပ်ပိုးသည် တောင်သူများတွေ့ရလေ့ရှိသော ရွက်လိပ်ပိုးဖြစ်သည်။ မြေပဲရွက် များကို ပင့်ကူမျှင်များကဲ့သို့အမျှင်များဖြင့် ကပ်နေစေပြီး ပိုးကောင်က အထဲတွင်နေကာကိုက်စားဖျက်ဆီးသည်။

(၃) ရွက်ထွင်းပိုးများ

ပတ်ဝန်းကျင်တွင် တွေ့ရလေ့ရှိသော ရွက်ထွင်းပိုးများမှာ ရှောက်၊သံပုရာ ရွက်ထွင်းပိုး နှင့် ခရမ်းချဉ်ရွက်ထွင်းပိုးများဖြစ်ကြသည်။ အရွယ်ရောက်ရွက်ထွင်းပိုးများ သည် အရွက်များပေါ်တွင် ဥများဥချသည်။ ဥမှပေါက်လာသော ပိုးတုံးလုံးများ အရွက် အတွင်းသို့ ဝင်ရောက်စားသောက်ပြီး အရွက်ပေါ်တွင် အဖြူရောင် လမ်းကြောင်းလေး များဖြစ်စေသည်။



ပုံ-က ရှောက်သံပုရာရွက်ထွင်းပိုးဖလံ။



ခ-ရွက်ထွင်းပိုးဖျက်ဆီးပုံ။



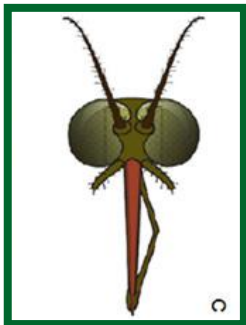
ဂ- ရွက်ထွင်းပိုး ပိုးတုံးလုံး

(၄) စုပ်စားပိုးများ

အများဆုံးတွေ့ရလေ့ရှိသော စုပ်စားပိုးမှာ ပျ ဖြစ်ပါသည်။ စုပ်စားပိုးများ၏ပါးစပ်တွင် နှာမောင်းကဲ့သို့ အစိတ်အပိုင်းပါရှိပြီး ဖူးတံများ၊ အညွန့်များနှင့် အရွက်များ၏ အောက်မျက်နှာပြင်တို့တွင်နေပြီး ပင်ရည်များကို စုပ်ယူ စားသုံးသည်။ စုပ်စားပိုးများစုပ်ယူစားသုံးခြင်းကြောင့် အပွင့်ကြွေခြင်း အသီးမအောင်ခြင်းနှင့် အရွက်များတွန့်လိမ်ကောက်ကွေးခြင်းအပြင် အပင်အားနည်းခြင်းများ ဖြစ်တတ်ပါသည်။ အခြားစုပ်စားပိုးများမှာ ခရမ်းချဉ်နှင့် ရုံးပတီပင်များတွင်တွေ့ရသော ယင်ဖြူ၊ သရက်ပင်များ အရွက်နုထွက်ပြီးစတွင်တွေ့ရသော ပင်ရည်စုပ်ဂျပိုး၊ စပါးခင်းများတွင်တွေ့ရသော စပါးနံ့စုပ်ဂျပိုး စသည်တို့ဖြစ်ပါသည်။

စုပ်စားပိုးများကြောင့် အသီးအပွင့်များမအောင်သည့်အပြင် ဗိုင်းရပ်(စ်)ရောဂါများကို ကူးစက်စေသည်။ ဗိုင်းရပ်(စ်) ကူးစက်ခံရသောအပင်များသည် အရွက်များတွန့်ခြင်း၊ အဝါရောင် ပြောင်းခြင်း များဖြစ်လာပြီး အသီးအပွင့် မဖြစ်ထွန်းတော့ပါ။ တောင်သူများက “အပင်နုတယ်” ဟုပြောလေ့ရှိသည်။

ပုံ - (က ၊ ခ)
ပျပိုးများစုပ်ယူစားသုံးနေပုံ



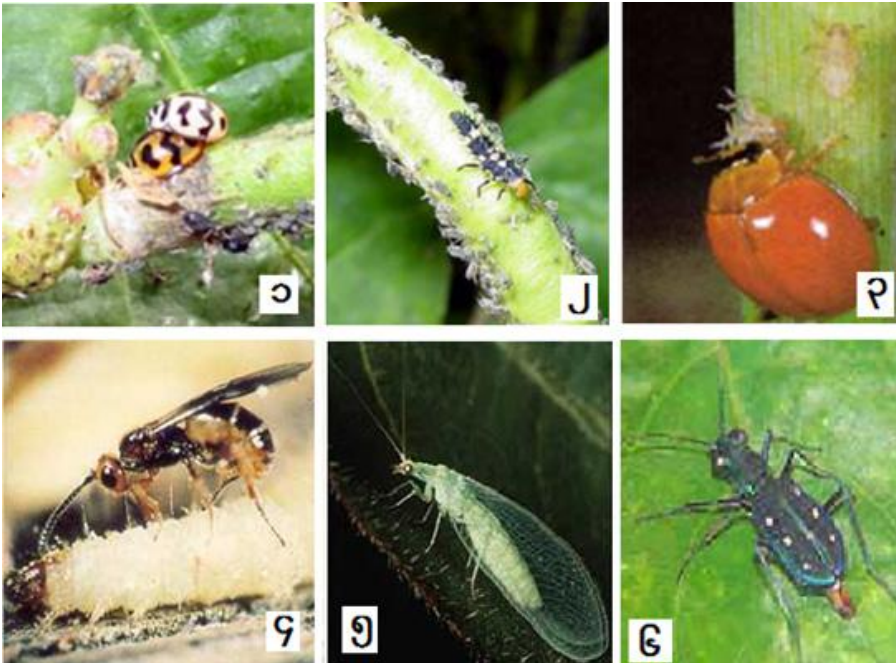
ပုံ-(ဂ)
စုပ်စားပိုးများ၏ပါးစပ်အစိတ်အပိုင်းပုံ

(ဃ) အင်းဆက်ဖျက်ပိုးများ နှိုးကြားတက်ကြွချိန်

အချို့အင်းဆက်ဖျက်ပိုးများသည် နေ့ခင်းတွင်ဖျက်ဆီးကြပြီး အချို့မှာညဘက်တွင်ဖျက်ဆီးကြပါသည်။ ဥပမာ ငမြောင်တောင်၊ မုန်ညှင်းဖလံ များသည်ညဘက်တွင် စားသောက်ဖျက်ဆီးကြပြီး နေ့ပိုင်းတွင်အပင် ခေါင်ညွန့်အတွင်း သို့မဟုတ် မြေကြီးအတွင်းသို့ဝင်ရောက်ပုန်းအောင်းနေတတ်ကြပါသည်။ အင်းဆက်များ၏နှိုးကြားတက်ကြွချိန် ပေါ်မူတည်၍ ဆေးဖျန်းမည့်အချိန်ကို ဆုံးဖြတ်သင့်ပါသည်။ ဥပမာ ညဘက်ဖျက်ဆီးစားသောက်သော ပိုးများအတွက် ညနေစောင်း သို့မဟုတ် ညအချိန်တွင် ပိုးသတ်ဆေးဖျန်းပါက ပိုမိုထိရောက်ပါသည်။

(င) အကျိုးပြုအင်းဆက်များ

ဖျက်ပိုးများ၏ ၉၀ ရာခိုင်နှုန်းမှာ အင်းဆက်ပိုးများဖြစ်သော်လည်း အင်းဆက်အားလုံးမှာ ဖျက်ပိုးများ မဟုတ်ကြပါ။ အချို့သော အင်းဆက်ပိုးများသည် ဖျက်ပိုးများကို စားသောက်ခြင်း၊ ပန်းဝတ်မှုန်ကူးပေးခြင်းတို့ဖြင့် လူတို့ကိုအကျိုးပြုပါသည်။ ဥပမာ ပျားများ



သည် ပန်းဝတ်မှန်တို့ကိုကူးပေးပြီး သီးနှံများကိုမျိုးအောင်စေခြင်းဖြင့် လူတို့ကိုအကျိုး ပြုပါသည်။

နကျယ်ကောင်များ၊ လိပ်ခုံးကျိုင်းအချို့နှင့် အချို့သားရဲဂျပိုးများသည်လည်း ဖျက်ပိုးများကို စားသောက်ခြင်းဖြင့် လူတို့ကိုအကျိုးပြုပါသည်။

၂။ ဘက်စုံသီးနှံကာကွယ်ရေးစနစ်တွင် အသုံးပြုနိုင်သောနည်းလမ်းများ

(က) လူ၊ စက်ကိရိယာဖြင့်နှိမ်နင်းခြင်း

(၁) လက်ဖြင့်ကောက်ခြင်း

အလွယ်ကူဆုံးလူဖြင့်နှိမ်နင်းနိုင်သည့် နည်းလမ်းမှာ လက်ဖြင့်ကောက်ခြင်း ဖြစ်သည်။ စိုက်ပျိုးသည့် ဧရိယာကျယ်ပြန့်ခြင်းမရှိပါက (ဥပမာ တီဒီအိတ်ချ်၊ အီတလီ အဖွဲ့မှ အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ရွက်နေသော မြေမဲ့စိုက်ပျိုးခြံများ၊ မြေစိုက်ခြံများ)ဖျက်ပိုးများကို လက်ဖြင့် အလွယ်တကူကောက်ယူနိုင်ပါသည်။ လက်ဖြင့်ကောက်ယူရာတွင် ဖျက်ပိုးများ နိုးကြားတက်ကြွချိန်ကို သိထားသင့်ပါသည်။ ဥပမာ မုန်ညင်းတွင်ကျရောက်သော မုန်ညင်းလိပ်ပြာ ပိုးတုံးလုံးများသည် ညအချိန်တွင်နိုးကြားတက်ကြွသဖြင့် ညဘက်သို့မဟုတ် နံနက်စောစော လက်ဖြင့်ကောက်နိုင်ပါက ပိုးများကိုပိုတွေ့ရမည်ဖြစ်ပါသည်။

(၂) မီးထောင်ချောက်ထွန်းခြင်း

အချို့သော ညဖက်တွင်နိုးကြားတက်ကြွ၍ မီးရောင်ကြိုက်သောအင်းဆက်ပိုးများကို မီးထောင်ချောက် ထွန်းခြင်းဖြင့်နှိမ်နင်းနိုင်ပါသည်။ မုန်ညင်းမုန်လာတွင်ကျရောက်သော စိန်ကွက်ဖလံ၊ စပါးတွင်ကျရောက်သော ဆစ်ပိုး စသည်တို့ကို မီးထောင်ချောက်ဖြင့်နှိမ်နင်းနိုင်ပါသည်။



(၃) အရောင်ခြယ်ထောင်ခြောက်များ

အင်းဆက်ဖျက်ပိုးများသည် အဝါရောင်ကို ပန်းပွင့်အမှတ်ဖြင့်လိုက်လေ့ရှိကြပါသည်။ စေးကပ်သော အရာများသုတ်လိမ်းထားသော အဝါရောင်ထောင်ချောက်များဖြင့် ယင်ဖြူ၊ ပျ စသောပိုးများကို အထိုက်အလျောက်နှိမ်နင်းနိုင်ပါသည်။ အလွယ်ကူဆုံး အဝါရောင်ထောင်ချောက်ပြုလုပ်နည်းမှာ သွပ်ပြားသို့ မဟုတ် ကော်ပြားကို အဝါရောင် သဘော်ဆေးသုတ် အခြောက်ခံပြီး မော်တော်ဆိုင်ကယ်နှင့် စက်များတွင် အသုံးပြုပြီး အင်ဂျင်ပိုင်အဟောင်းကို ထိုအဝါရောင်အပြားပေါ်တွင် ခပ်ပါးပါးသုတ်လိမ်းခြင်းဖြစ်သည်။ ထို အဝါရောင်ထောင်ချောက်ကို ဟင်းသီးဟင်းရွက်ပင်များအထက် အနည်းငယ်မြင့် သောနေရာတွင် ထားပြီး အင်ဂျင်ပိုင်အဟောင်းသုတ်လိမ်းခြင်းကို ၂ - ၃ ရက်တစ်ကြိမ် လုပ်ပေးရမည်။



(ခ) စိုက်ပျိုးနည်းစနစ်ဖြင့်နှိမ်နင်းခြင်း

စိုက်ပျိုးနည်းစနစ်ဖြင့် ဘက်စုံပိုးမွှားကာကွယ်နှိမ်နင်းခြင်းတွင် မြေပြုပြင်ခြင်း၊ ခံနိုင်ရည်ရှိသောမျိုး ရွေးချယ်စိုက်ပျိုးခြင်း၊ စိုက်ချိန်ပြောင်းလဲစိုက်ပျိုးခြင်း၊ သီးညှပ်စိုက်ပျိုးခြင်း စသည့်စိုက်နည်းစနစ်များကို သင့်တော်သလိုအသုံးပြုနိုင်ပါသည်။

(၁)မြေပြုပြင်ခြင်း

ဖျက်ပိုးများ၏ ပိုးရုပ်ဖုံးများသည် မြေကြီးအတွင်း သို့မဟုတ် အပင်အကြွင်း အကျန်များအတွင်း ခိုအောင်းနေလေ့ရှိသည်။ ထို့ကြောင့်သီးနှံ တစ်ရာသီ (သို့မဟုတ်) တကြိမ်ပြီးတိုင်း မြေကြီး (စိုက်ဘောင်) ကိုသေချာစွာ ပြန်လည်ဖြုတ်ပြင် ထွန်ယက် သင့်ပါသည်။ သဘာဝမြေဩဇာ နွားချေးထည့်ခြင်းသည် ကောင်းကျိုးများစွာရှိသော်လည်း နွားချေးထဲမှ ပေါင်းမြက်မျိုးစေ့များပါလာခြင်း ဖိုးလမင်းကျိုင်း၏ ၂၊ ပိုးတုံးလုံး၊ ပိုးရုပ်ဖုံးများပါလာတတ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့်မြေပြင်ချိန်တွင် နွားချေးကိုသေချာဆွေးနေစေရန်နှင့် ဖျက်ပိုးများ ပါမလာစေရန် သတိထားသင့်ပါသည်။

(၂) ခံနိုင်ရည်ရှိသောမျိုးရွေးချယ်စိုက်ပျိုးခြင်း

အခြေခံအကျဆုံးနှင့် အထိရောက်ဆုံးနည်းဖြစ်ပါသည်။ မျိုးတစ်မျိုးနှင့်တစ်မျိုး ပိုးမွှားခံနိုင်ရည်ရှိပုံမတူပါ။ ဥပမာ မုန်ညင်း တွင်ပိုးကျရောက်မှ များနေတတ်သော်လည်း ဆလတ်တွင်မုန်ညင်းကဲ့သို့ပိုးမကျသည်ကိုတွေ့ရမည်ဖြစ်သည်။ မျိုးတစ်မျိုးတည်းတွင်ပင် ထုတ်လုပ်သည့် ကုမ္ပဏီ၊ နိုင်ငံ၊ မျိုးအမည် ပေါ်မူတည်၍ ပိုးဒဏ် ခံနိုင်ရည်ရှိမှုမတူပါ။ ဥပမာ အချို့ ခရမ်းမျိုးများတွင် ခေါင်ညွန့်ထိုးပိုးများ ဆိုးရွာစွာကျသော်လည်း အချို့မျိုးများတွင် ကျရောက်ခြင်းမရှိပါ။ ထို့ကြောင့်တောင်သူများအနေဖြင့်လည်း မိမိစိုက်ပျိုးသော မျိုးများ၏ တံဆိပ် မျိုးအမည် မှတ်သား၍ ပိုးဒဏ်ခံနိုင်ရည်ရှိမရှိ မှတ်တမ်းတင်ထားသင့်ပါသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် အပင်များ၏ ခံနိုင်ရည်ရှိမှုသည် နေရာဒေသ ရာသီဥတုကိုလိုက်၍ ပြောင်းလဲနိုင်သောကြောင့် မိမိဒေသတွင် ခံနိုင်ရည်ရှိမည့် မျိုးများကို ကိုယ်တိုင်ဖော်ထုတ်သင့်ပါသည်။

(၃) စိုက်ချိန်ပြောင်းလဲစိုက်ပျိုးခြင်း

ဤနည်းလမ်းသည် ဖျက်ပိုးများ၏ ဘဝစက်ဝန်း၊ ရာသီဥတုအခြေအနေနှင့် အပင်တို့၏ ကြီးထွားသည့်သဘာဝ စသည်တို့နှင့်ဆက်စပ်နေပါသည်။ ဥပမာ မုန်ညင်းကို မိုးရာသီတွင်စိုက်ပါက ပိုး ပိုကျပြီး ဆောင်းရာသီတွင် ပိုးကျရောက်မှု နည်းသည်ကိုတွေ့ရမည်ဖြစ်ပါသည်။ ထို့အတူ ပျ ကဲ့သို့သောစုပ်စားပိုးများ သည်အပူချိန်မြင့်သော နွေနှင့် မိုးခေါင်သော အချိန်များတွင်ပိုမိုကျရောက်ပြီး မျိုးပွားနှုန်းမြင့်မားကြကာ အေးမြသော ဆောင်း နှင့် မိုးရွာသွန်းချိန်များတွင် လျော့နည်းသွားတတ်ကြပါသည်။ ထို့ကြောင့် စိုက်ချိန်ပြောင်းလဲစိုက်ခြင်းကိုလည်း ဘက်စုံသီးနှံကာကွယ်ရေး နည်းလမ်းတစ်ခုအနေဖြင့် ပေါင်းစပ်အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။ သို့သော် အချို့ သီးနှံများကို စိုက်ချိန်ပြောင်းလဲစိုက်ပျိုးရန် မှာ ခက်ခဲပါသည်။

(၄) သီးညှပ်စိုက်ပျိုးခြင်း

ဟင်းသီးဟင်းရွက်နှင့် အခြားသီးနှံများကို တစ်မျိုးတည်း စိုက်ပျိုးခြင်းသည် ရောဂါ၊ ပိုးမွှားကျရောက်မှုကို ပိုဆိုးရွားစေပါသည်။ သီးညှပ်စိုက်ပျိုးခြင်းဖြင့် ရောဂါ၊ ပိုးမွှားများကျရောက်မှုကို လျော့ချနိုင်ပါသည်။ ဥပမာ ယာမြေတွင်ဖြစ်လျှင် မြေပဲကြား ပဲစင်းငုံ စိုက်ခြင်း၊ မြေမဲ့စိုက်ပျိုးခြင်းတွင် ကန်စွန်းတန်းကြားတွင် ဆလပ်၊ မုန်ညင်းတန်း စိုက်ခြင်း စသည်ဖြင့် သီးညှပ်စိုက်ပျိုးနိုင်ပါသည်။

(၅) သီးလှည့်စိုက်ခြင်း

ပထမသီးနှံမှ ရောဂါ၊ ဖျက်ပိုးတို့သည်မြေကြီး (သို့မဟုတ်) စိုက်ပျိုးသည့်ဗူးတန်းများအတွင်းတွင် ခိုအောင်းနေနိုင်ပါသည်။ သီးလှည့်စိုက်ပျိုးခြင်းဖြင့် ရှေ့သီးနှံမှ နောက်သီးနှံသို့ ဖျက်ပိုးနှင့်ရောဂါများ မကူးစက်အောင်ကာကွယ်နိုင်ပါသည်။ ဥပမာ ခရမ်းချဉ်စိုက်ပြီးသောနေရာတွင် မုန်လာဥစိုက်ခြင်း၊ မုန်ညင်းစိုက်ပြီးသောနေရာတွင် ကန်စွန်းရွက်စိုက်ခြင်းစသည်ဖြင့် သီးလှည့်စိုက်ပျိုးနိုင်ပါသည်။

(ဂ) ဇီဝနည်းဖြင့်နှိမ်နင်းခြင်း

ဇီဝနည်းဖြင့်နှိမ်နင်းခြင်းဆိုသည်မှာ အကျိုးပြုအင်းဆက်ပိုးများကို အသုံးပြု၍ ဖျက်ပိုးများကို ကာကွယ်နှိမ်နင်းခြင်းဖြစ်ပါသည်။



အထက်ပုံတွင် အကျိုးပြုအင်းဆက်များက အင်းဆက်ဖျက်ပိုးတို့ကို ဖျက်ဆီးစားသောက်ပုံကို တွေ့ရမည်ဖြစ်သည်။ ပုံ(၁) တွင် ကျိုင်းကောင်မှ ပိုးတုံးလုံးကို စားသောက်နေပုံဖြစ်ပြီး ပုံ (၂) မှာ လိပ်ခုံးကျိုင်းသားလောင်းမှ ပိုးစေးနဲ့ အားတိုက်ခိုက်နေပုံဖြစ်ပါသည်။ ပုံ (၃) မှာ သားရဲဂျပ်ပိုးမှ ဖျက်ပိုးအား စားသောက်နေပုံဖြစ်ပါသည်။

(ဃ) ဓာတုနည်းဖြင့်နှိမ်နင်းခြင်း

ဓာတုနည်းဖြင့်နှိမ်နင်းခြင်းသည် တောင်သူများအလွယ်တကူ အသုံးပြုသည့် နည်းဖြစ်သည်။ ဓာတုပိုးသတ်ဆေးများကို ဈေးကွက်အတွင်းအလွယ်တကူရရှိနိုင်ခြင်း၊ ဖျက်ပိုးများကိုအလွယ်တကူ နှိမ်နင်းနိုင်ခြင်း စသည့်အားသာချက်များရှိသော်လည်း လူတို့၏ကျန်းမာရေး၊ သဘာဝပတ်ဝန်းကျင်၊ တိရစ္ဆာန်နှင့် အကျိုးပြုပိုးများ ထိခိုက်မှုမရှိစေရန် စနစ်တကျ အသုံးပြုရန်လိုအပ်ပါသည်။ စိုက်ပျိုးခြံများတွင် ကျရောက်လေ့ရှိသော ဖျက်ပိုးနှင့် ရောဂါများအတွက် ဓာတုနည်းဖြင့်နှိမ်နင်းခြင်းကို ပိုးအလိုက် သီးသန့်ဖော်ပြပါမည်။

ဓာတုဆေးများကို အသုံးမပြုမီ မဖြစ်မနေသိထားသင့်သော အချက်များကိုဦးစွာ လေ့လာရန်လိုအပ်ပါသည်။ တရားဝင်တင်သွင်းဖြန့်ချိသော မည်သည့်ကုမ္ပဏီမဆို ၎င်းတို့၏ ပိုးသတ်ဆေးအထုပ်၊ ငှက်ပျားပေါ်တွင် ဆေးဖျန်းရမည့်နှုန်းထား (Dosage) ၊ မရိတ်သိမ်းမီ နောက်ဆုံးဆေးဖျန်းရက် (PHI) ၊ သတိပြုရန်အချက်များ၊ ရှေးဦးသူနာပြုစုနည်းစသည်တို့ကို မြန်မာဘာသာဖြင့် ရိုက်နှိပ်ဖော်ပြရမည်ဖြစ်သည်။

(၁) မရိတ်သိမ်းမီနောက်ဆုံးဆေးဖျန်းရက် (PHI)

မရိတ်သိမ်းမီနောက်ဆုံးဆေးဖျန်းရက် ဆိုသည်မှာ ဆေးဖျန်းပြီးနောက် ပိုးသတ်ဆေးခါတ်ကြွင်း အာနိသင်များ အပင်သို့မဟုတ် သီးနှံများထဲမှ ပျောက်ကွယ်သွားရန် လိုအပ်သောအချိန်ကိုဆိုလိုပါသည်။ ထိုဆေးကိုသီးနှံပင်များပေါ်သို့ဖျန်းလျှင် သတ်မှတ်ထားသော မရိတ်သိမ်းမီနောက်ဆုံးဆေးဖျန်းရက် ကျော်လွန်မှသာလျှင် လူနှင့်တိရစ္ဆာန်တို့အတွက် အန္တရာယ်ကင်းစွာ စားသောက် နိုင်မည်ဖြစ်သည်။ အထူးသဖြင့် ဟင်းသီးဟင်းရွက်များတွင် ဓာတုပိုးသတ်ဆေးအသုံးပြုပါက မရိတ်သိမ်းမီ နောက်ဆုံးဆေးဖျန်းရက်ကို သေချာစွာစစ်ဆေး လိုက်နာရန်လိုအပ်ပါသည်။

(၂) ဆေးဖျန်းရမည့်နှုန်းထား

အချို့သောပိုးသတ်ဆေးများတွင် ဆေးနှုန်းထားကို ဆေးဖျန်းပုံးတစ်ပုံးစာဖြင့် ဖော်ပြလေ့ရှိသော်လည်း အချို့ပိုးသတ်ဆေးများတွင်မူ ရေတစ်ဂါလံနှုန်းထားဖြင့်ဖော်ပြလေ့ရှိသည်။ ရေတစ်ဂါလံနှုန်းထားဖြင့်ဖော်ပြလျှင် မိမိအသုံးပြုသော ဆေးဖျန်းပုံး၏ရေဆုံသောပမာဏကို သိရမည်ဖြစ်သည်။ ဥပမာ ရေတစ်ဂါလံတွင် ဆေး(၁၀)စီစီနှုန်း ဆိုလျှင် ရေ(၄)ဂါလံဆုံသော ဆေးဖျန်းပုံးအတွက် (၄၀စီစီ) ထည့်ရမည်ဖြစ်သော်လည်း ရေ (၅)ဂါလံဆုံသော ဆေးဖျန်းပုံးတွင် ပိုးသတ်ဆေး (၅၀စီစီ)နှုန်းထည့်ရမည် ဖြစ်သည်။

အချို့သောဆေးများတွင်မူ တစ်ဧက နှုန်းထားဖြင့်ဖော်ပြလေ့ရှိသည်။ ဆေးဖျန်းပုံးတစ်ပုံးစာဖြင့် ဖော်ပြလျှင် အဆင်ပြေသော်လည်း တစ်ဧကနှုန်းထားဖြင့် ဖော်ပြလျှင်မူ ဆေးဖျန်းပုံးတစ်ပုံးစာကို ပြန်လည်တွက်ချက်ရန် လိုအပ်ပါသည်။ သီးနှံပင် အမျိုးအစားနှင့် အရွယ်အစားပေါ် မူတည်၍ တစ်ဧကလျှင် ဖျန်းရမည့် ဆေးပုံးအရေအတွက်မှာလည်း မတူညီနိုင်ပေ။ ဥပမာ တစ်ဧကလျှင် သုံးစွဲရမည့် ပိုးသတ်ဆေးပမာဏမှာ (၂၀၀) ဂရမ်ဆိုကြပါစို့။ မိမိစိုက်ခင်း၏ အပင်အခြေအနေအရ ဆေးဖျန်းပုံး (၅) ပုံး ဖျန်းရမည်ဆိုလျှင် ထိုတစ်ဧကနှုန်းထား (၂၀၀)ဂရမ်ကို မိမိ အသုံးပြုရမည့် ဆေးဖျန်းပုံးအရေအတွက်(၅)ပုံးဖြင့်စားပါက ဆေးဖျန်းပုံးတစ်ပုံးလျှင်အသုံးပြုရမည့်ပိုးသတ်ဆေးပမာဏမှာ (၄၀)ဂရမ်ဖြစ်ပါသည်။ အကယ်၍ မိမိအသုံးပြုမည့်ဆေးဖျန်းပုံးအရေအတွက်မှာ (၄)ပုံးဖြစ်ပါက ဆေးဖျန်းပုံးတစ်ပုံးလျှင်အသုံးပြုရမည့် ဆေးပမာဏမှာ (၅၀)ဂရမ်ဖြစ်သည်။ ထိုနည်းဖြင့် တစ်ဧကလျှင်မိမိအသုံးပြုမည့် ဆေးဖျန်းပုံးအရေအတွက် ပေါ်မူတည်၍ တစ်ပုံးလျှင် အသုံးပြုရမည့် ဆေးပမာဏကို တွက်ချက်နိုင်ပါသည်။

ပိုးသတ်ဆေးအမှုန့်များကို ဂရမ်ဖြင့်ဖော်ပြပြီး ပိုးသတ်ဆေးအရည်များကိုမူ (စီစီ) သို့ (မီလီလီတာ) ဖြင့်ဖော်ပြလေ့ရှိသည်။ ပိုးသတ်ဆေးအမှုန့်များတွင် များသော အားဖြင့် (၁၀) ဂရမ်ချင့် (ချိန်)ခွက်များပါလေ့ရှိပြီး မပါရှိပါက (၁၀၀) ဂရမ်လျှင် (၆)ကျပ် သားနှုန်းဖြင့် ချိန်တွယ်နိုင်သည်။ ပိုးသတ်ဆေးအရည်များကိုမူ ဆေးထိုးပိုက်များဖြင့် အလွယ်တကူ ချိန်တွယ်နိုင်သည်။ သို့မဟုတ် ဟင်းစား စတီးဖွန်း တစ်ဖွန်းလျှင် (၁၀) စီစီ နှုန်းဖြင့် ချိန်တွယ်နိုင်သည်။

(၃) ပိုးသတ်ဆေးကိုင်တွယ်အသုံးပြုရာတွင်သတိပြုရမည့်အချက်များ

- (က) ပိုးသတ်ဆေးများကို ကလေးများလက်လှမ်းမမီသော နေရာတွင်လုံခြုံစွာ သိမ်းဆည်းပါ။
- (ခ) ဆေးဖျန်းစဉ် လေကိုဆန်၍မဖျန်းရ။
- (ဂ) ဆေးဖျန်းစဉ် ဆေးလိပ်မသောက်ရ၊ ကွမ်းနှင့် အစားအစာမစားရ။
- (ဃ) ဆေးဖျန်းခေါင်းပိတ်လျှင် ပါးစပ်ဖြင့်မမှုတ်ရ။
- (င) ဆေးဖျော်လျှင် လက်ဖြင့် မမွှေရ
- (စ) ဆေးကိုင်တွယ်အသုံးပြုပြီးလျှင် ရေချိုးပါ။ အဝတ်အစားများကို လျော်ဖွတ်ပါ။
- (ဆ) ပုလင်းခွံ၊ အိတ်ခွံများကို ပြန်မသုံးရ၊ မြစ်ချောင်း အင်းအိုင်များအတွင်းသို့ မစွန့်ပစ်ရ။ သေချာစွာဖျက်ဆီး၍မြေမြုပ်ပါ။

(၄) အကာအကွယ်ဝတ်စုံများ

ဓာတုပိုးသတ်ဆေးအားလုံးသည် အဆိပ်များဖြစ်ကြသဖြင့် ၎င်းတို့ကို ကိုင်တွယ် အသုံးပြုရာတွင် အကာအကွယ်ဝတ်စုံများ ဝတ်ဆင်ရန်လိုအပ်ပါသည်။ ပိုးသတ်ဆေးဗူး၊ အထုပ်တိုင်းတွင် အဆိပ်သင့်မှုကို ပုံပါအတိုင်းဖော်ပြလေ့ရှိပါသည်။



ဆေးဖျန်းစဉ်လိုက်နာရမည့် အချက်များမှာ

	<p>(က) မျက်မှန်တပ်ဆင်ပါ</p>		<p>(ခ) နှာခေါင်းစည်း တပ်ဆင်ပါ</p>
	<p>(ဂ) လက်အိတ်ဝတ်ပါ</p>		<p>(ဃ) ရေမစိမ့်နိုင်သော ဖိနပ်စီးပါ</p>
	<p>(င) ဦးထုပ်ဆောင်းပါ</p>		

အသုံးပြုနည်း

အသုံးမပြုမီ ဆေးညှန်းကို သေချာစွာဖတ်ပါ။ သီးနှံအလိုက် ဖျက်ပိုးအလိုက် အောက်ပါအတိုင်း သုံးစွဲပါ။



သီးနှံအမည်	ဖျက်ပိုးများ	တစ်ကေဆေးနှုန်း (ဂရမ်)	သီးနှံမရိတ်သိမ်းမီ နောက်ဆုံးဆေးဖျန်းရက်
စပါး	ဖြူတံစိမ်း၊ ဖြူတံညို၊ ဖြူတံကျောဖြူ၊ ပိုးလောင်မီး၊ နှံစုပ်ပိုး	၄၀ - ၅၀	၄၀
မြေပဲနှင့် ပဲမျိုးစုံ၊ နေကြာ	ပျံ၊ ဖြူတံစိမ်း၊ ယင်ဖြူ၊ လှေးပိုး၊ ဒက်ပိုး၊ ရွက်ထွင်း၊ ရွက်ကပ်၊ ပွင့်ထွေးရွက်ထွေးပိုး	၄၀ - ၅၀	၃၀
မုံလာထုပ်၊ ပန်းမုံလာ၊ ကြက်သွန်နီ/ဖြူ ဓရတ်	ပျံ၊ လှေးပိုး၊ ရွက်ထွင်း၊ ဖြူတံစိမ်း၊ ယင်ဖြူ၊ ဖြူတံပိုး	၅၀ - ၁၀၀	၄၀
ဖရဲ၊ သခွား၊ သခွားမွှေး	ပျံ၊ လှေးပိုး၊ ရွက်ထွင်း	၄၀ - ၅၀	၄၀
ဝါ	ပျံ၊ ဖြူတံစိမ်း၊ ယင်ဖြူ၊ လှေးပိုး	၄၀ - ၅၀	၄၀
နှင်းဆီ	ပျံ၊ ယင်ဖြူ၊ လှေးပိုး	၄၀ - ၆၀	၄၀
လိမ္မော်၊ ရှောက်၊ သံပုရာ	ပျံ၊ လှေးပိုး၊ ရွက်ထွင်း၊ ဖြူတံပိုး	၅၀ - ၁၀၀	၄၅
ကြံ	ခြံ	၁၄၀	၄၅

သတိပြုရန်အချက်များ

- ကလေးငယ်များ လက်လှမ်းမမီသောနေရာတွင် သေ့ခတ်သိမ်းပါ။
- အေး၍ ခြောက်သွေ့ပြီး လေဝင်လေထွက်ကောင်းသည့်နေရာ၊ နေရောင်တိုက်ရိုက်မကျသည့်နေရာတွင် ထားပါ။
- လူအစားအစာ၊ တိရစ္ဆာန်အစာ၊ သောက်ရေတို့နှင့် ဝေးသောနေရာတွင် ထားပါ။
- ကိုင်တွယ်အသုံးပြုလျှင် အကာအကွယ်ဝတ်စုံ ပြည့်စုံစွာ ဝတ်ဆင်ပါ။
- ဆေးကိုင်တွယ်နေစဉ် အစာရေစာအာဟာရကောင်းခြင်း၊ ကွမ်းဝါးခြင်း၊ ဆေးလိပ်သောက်ခြင်း မပြုလုပ်ရ။
- ဆေးကိုင်တွယ် အသုံးပြုပြီးလျှင် ခန္ဓာကိုယ်နှင့် ဝတ်စုံကို ဆပ်ပြာနှင့် ရေများများဖြင့် သန့်စင်ဖွပ်လျှော်ပါ။
- ပုလင်းခွံများကို မြစ်ချောင်းအင်းအိုင်များထဲသို့ မစွန့်ပစ်ရ။ သေချာစွာဖျက်စီးပြီးမှ မြေနက်နက်။



ရှေးဦးသူနာပြုစုနည်း

- အရေပြားပေါ်ထိမိပါက - ဆပ်ပြာနှင့် ရေများများဖြင့် သန့်စင်ပါ။
- မျက်စိကို ဆေးထိမိပါက - သန့်ရှင်းသောရေဖြင့် (၁၅) မိနစ်ခန့် သန့်စင်ပါ။
- ရှူရှိုက်မိပါက - လေကောင်းလေသန့်ရသည့်နေရာသို့ ရွှေ့ထားပါ။
- ဆေးမျိုချွမ်ပါက - အန်အောင်ပြုလုပ်ပါ။ လူနာသတိရပါက အန်အောင်မပြုလုပ်ရ။
- ဖြေဆေး - ဖြေဆေးသီးသန့်မရှိပါ။ အဆိပ်သင့်လူကုဏာကိုကြည့်၍ ကုသပေးပါ။

Note to the Physician
Antidote: Atrophine

ထုတ်လုပ်သည့်နေ့စွဲ
ထုတ်ကုန်အမှတ်စဉ်



ဟင်းသီးဟင်းရွက်များတွင် ကျရောက်တတ်သော ပျက်ပိုးနှင့် ရောဂါများ

၁။ ပျ

နေထိုင်ပုံ ။ ။အပင်၏ အရွက်မျက်နှာပြင်အောက်ဖက်၊ ပင်စည်တစ်လျှောက် တွယ်ကပ်၍ နေထိုင်သည်။ ပူပြင်းခြောက်သွေ့သော ရာသီဥတုတွင် ဆိုးရွားစွာ ကျရောက်တတ်သည်။

စားသောက်ဖျက်ဆီးပုံ ။ ။ အပင်၏ သစ်ရည်ကို (လူကိုခြင်သွေးစုပ်သကဲ့သို့) စုပ်ယူ စားသုံးသည်။





ဖျက်ဆီးမှုလက္ခဏာများ။

။ ပျကျရောက်ပါက အပင်နှင့်အရွက်များ တွန့်လိမ်၍ ကွေးကောက် နေတတ်သည်။ ပျကျရောက်သော အပင်တွင် ပုရွတ်ဆိတ်များ တက်နေသည်ကို တွေ့ရတတ်သည်။

ကာကွယ်နှိမ်နင်းနည်း။

။ ဓါတုပိုးသတ်ဆေးဖြစ်သော ဒိုဇာ၊ ရွှေမီဒါ၊ အေမီဒါ၊ အာမို မက်ဒယ် အစရှိသော ပင်လုံးပြန့်ပိုးသတ်ဆေးများကို ပက်ဖျန်းနိုင် သည်။

မှတ်ချက် ။

။ ပင်လုံးပြန့်ပိုးသတ်ဆေးများကို ပက်ဖျန်းပေးပြီးပါက ခူးဆွတ်ရန် ၂၁ ရက်ခန့် စောင့်ရမည်။

၂။ လှေ့:

နေထိုင်ပုံ

။ အပင်၏ အရွက်မျက်နှာပြင်အပေါ်၊ အောက်နှင့် ပန်းပွင့်များထဲတွင် နေထိုင်သည်။

စားသောက်ဖျက်ဆီးပုံ ။

။ ပန်းပွင့်ဖတ် နှင့် အရွက်မျက်နှာပြင်ကိုခြစ်ပြီး သစ်ရည်ကို စုပ်စား သည်။



ဖျက်ဆီးမှုလက္ခဏာများ ။

။ ပန်းပွင့်တွင်ကျရောက်ဖျက်ဆီးပါက ပန်းပွင့်များခြောက်၍ အသီးမတင်နိုင်ခြင်းကို ဖြစ်စေနိုင်သည်။ အရွက်ပေါ်တွင် ကျရောက်ပါက အရွက်မျက်နှာပြင်ပေါ်တွင် အစိမ်းရောင်များ မရှိတော့ပဲ အဖြူရောင်အကွက်များကို တွေ့နိုင်သည်။

၃။ မုန်ညှင်းခေါင်ညွန့်ထိုးပိုး

နေထိုင်ပုံ ။ ။ အလယ်မှထွက်လာသော ခေါင်ညွန့်ကို ပိုးချည်မျှင်များနှင့်ထွေး၍ ထိုချည်မျှင်များထဲတွင် နေသည်။

စားသောက်ဖျက်ဆီးပုံ ။ ။ ခေါင်ညွန့်ထဲတွင် ပိုးချည်မျှင်များနှင့် ထွေးပြီး ထွက်လာသော အညွန့် နှင့် အရွက်များကို စားသောက်သည်။



ဖျက်ဆီးမှုလက္ခဏာများ ။ ။ အထင်ရှားဆုံးအနေဖြင့် အလယ်ခေါင်ညွန့်တွင် ပိုးချည်မျှင် များကို အလွယ်တကူ တွေ့နိုင်သည်။ ထိုပိုးချည်မျှင်နှင့် ပိုးချေး များကို ဖယ်ကြည့်ပါက လောက်ကောင်ကို တွေ့နိုင်သည်။

ကာကွယ်နှိမ်နင်းနည်း ။ ။ ပိုးကောင်များ စတင်တွေ့ရှိပါက လက်နှင့်ကောက်ယူဖယ်ရှားပါ။ ပိုးကောင်အရေအတွက်များများ တွေ့ရှိပါက PHI ရက် တိုသော ပိုးသတ်ဆေး၊ ပရီဗာသွန်၊ ဒီစစ် နှင့် ဆိုက်ပါ အုပ်စုဝင် ပိုးသတ် ဆေးများကို ပက်ဖျန်းနိုင်သည်။

၄။ ရွက်ထွင်းပိုး

နေထိုင်ပုံ ။ ။ ရွက်ထွင်းပိုး အကောင်ကြီးသည် အရွက်မျက်နှာပြင်လွှာကို ထိုးဖောက်၍ ဥ ဥချသည်။ ထိုဥမှ အကောင်ပေါက်သော လောက်ကောင်သည် အရွက်အပေါ်နှင့် အောက်မျက်နှာပြင်ကြားရှိ အစိမ်းရောင် အသားများကို ခြစ်စားသည်။

ဖျက်ဆီးမှုလက္ခဏာများ။

။ လောက်ကောင်ငယ်သည် အစိမ်းရောင်အသားများကို ခြစ်စားသဖြင့် အဖြူရောင်လမ်းကြောင်းများကို အရွက်မျက်နှာပြင်တစ်လျှောက် တွေ့နိုင်သည်။ ဖျက်ဆီးမှုများပါက အရွက်များတွင် အစိမ်းရောင်အသားများ နည်းသွားပြီး အပင်အစာချက်လုပ်မှုကို လျော့စေသည်။ မုံညှင်း၊ ဆလတ်နှင့်အရွက်စားဟင်းရွက်များတွင် အရည်အသွေးကို ထိခိုက်စေနိုင်ပါသည်။



ကာကွယ်နှိမ်နင်းနည်း။

။ ဈေးကွက်တင်ရောင်းရန်မဟုတ်ဘဲ အိမ်စားသုံးရန် စိုက်ပျိုးပါက ပိုးသတ်ဆေးများ မဖျန်းစေလိုပါ။ စီးပွားဖြစ် စိုက်ပျိုးပါက သီးနှံအရည် အသွေး မထိခိုက်စေရန် ထိုးဖောက်စီမံဝင်နိုင်စွမ်းရှိသော ပိုးသတ်ဆေးများဖြစ်သည့် ဒီမိုနို၊ ရော့ကတ်၊ ကျူရာဒရင်း၊ ပိုင်းလော့ စသည်များကို ပက်ဖျန်းနိုင်သည်။ ထိုပိုးသတ်ဆေးများကို ပက်ဖျန်းပြီးပါက ခူးဆွတ်ရန် ၂၁ ရက် စောင့်ရမည်။

၅။ မွားပင့်ကူနီ

နေထိုင်ပုံ
ဖျက်ဆီးမှုလက္ခဏာများ ။

။ အရွက်အောက်မျက်နှာပြင်နှင့် အပေါ်မျက်နှာပြင်ပေါ်တွင် နေထိုင်သည်။
။ အပင်၏သစ်ရည်ကိုစုပ်ယူစားသုံးသည်။ ကျရောက်ခါစ၌ အရွက်မျက်နှာပြင်ပေါ်တွင် အဝါရောင် အပြောက်များကို စတင် တွေ့ရှိရသည်။ ဆိုးရွားပါက အရွက်တစ်ခုလုံး အဝါရောင်အဖြစ် ပြောင်းသွားသည်။ ထို့အပြင် ပင့်ကူမှ စွန့်ထုတ်လိုက်သော အရည်များသည် ကြပ်ခိုးမှုရောဂါကို ဖြစ်စေသည်။



ကာကွယ်နှိမ်နင်းနည်းများ။ ။ မွှားပင့်ကူနီကျရောက်မှုနည်းပါက ကန့်ခါတ်ပါသော ဆေးများ သို့မဟုတ် ကန့်ကို ရေဖျော်ပြီး ပက်ဖျန်းနိုင်သည်။ ဆိုးရွားပါက ပိုင်ဒင်(ပိုင်ရီဒါဘင်)၊ အင်မီထရက်(၆) ကဲ့သို့ မွှားပင့်ကူသီးသန့် သတ်ဆေးများကို အသုံးပြုနိုင်သည်။

၆။ ဓမြောင်တောင်

နေထိုင်ပုံ ။ ။ လောက်ကောင်ငယ်စဉ်တွင် အရွက်မျက်နှာပြင်ပေါ်တွင် နေထိုင်သည်။ အကောင်ကြီးပါက အပင်ခြေ အနီးတဝိုက် မြေစာခဲများ အောက်တွင် နေထိုင်သည်။

ဖျက်ဆီးမှုလက္ခဏာများ ။ ။ အပင်ငယ်စဉ်တွင် အရွက်မျက်နှာပြင်ရှိအစိမ်းရောင်အသားများကို ခြစ်စားသည်။ အကောင်ကြီးလာပါက အရွက်များကို ကိုက်ဖြတ်ဝါးစားသည်။ ဆိုးရွားစွာ ကျရောက်ပါက တစ်ခင်းလုံး နွားစားထားသကဲ့သို့ ကိုက်ဖြတ်စားသောက်သည်။ ညအချိန်နှင့် နေအေးသော အချိန်များတွင်သာ အပင်ပေါ်သို့တက်၍ စားသောက် ဖျက်ဆီးသည်။



ကာကွယ်နှိမ်နင်းနည်းများ ။ ။ အကောင်ငယ်စဉ် ထိသေစားသေ ပိုးသတ်ဆေးများ ဒီစစ်၊ ပရိုပီသွန်ကဲ့သို့သော ဆေးများကို ပက်ဖျန်းနိုင်သည်။ အော်ဂဲနစ် ပိုးသတ်ဆေးဖြစ်သော ဘတ်ဆီးလပ်သူရင်ဂျီရန်းစစ် (ဘီတီ)ပက်ဖျန်း နိုင်သည်။

၇။ ဖိုးလမင်းကျိုင်း (ဖိုးတီ၊ ပြိတ္တာ)

နေထိုင်ပုံ ။ ။ ဖိုးလမင်းကျိုင်းသည် ကျိုင်းကောင်(နွားချေးပိုး) ၏သားလောင်း ဖြစ်ပါသည်။ မြေကြီးထဲတွင်သာနေထိုင်သည်။
စားသောက်ပုံ။ ။ လောက်ကောင်အဆင့်တွင် မြေကြီးထဲတွင်နေထိုင်ပြီး အပင်၏ အမြစ်နှင့် ပင်စည်ခြေရင်းတို့ကို ကိုက်ဖြတ်စားသောက်သည်။



ဖျက်ဆီးမှုလက္ခဏာများ ။ ။ အပင်ခြေရင်းနှင့် အမြစ်တို့ကို ကိုက်ဖြတ်စားသောက်သဖြင့် အပင်များ အခြေမှပြတ်ထွက်ပြီး အပင်သေတွေကို တွေ့ရနိုင်သည်။ တစ်ချို့မြေပြင်ချိန်တွင် လောက်ကောင်များကို တွေ့ရနိုင်သည်။ သဲဆန်သော မြေအမျိုးအစားများတွင် ပိုပြီး တွေ့ရတတ်သည်။
ကာကွယ်နည်းများ ။ ။မြေပြင်စဉ်တွင် လောက်ကောင်များကို တွေ့ရှိပါက လက်နှင့် ကောက်ယူလွှင့်ပစ်ရပါမည်။ အကယ်၍ ဖိုးလမင်းကျိုင်းဆိုးရွားစွာ ကျရောက်သော နေရာများတွင် ဖျူရာဒင် 3G၊ 5G စသည့် ဆေးများ ကို အသုံးပြုပြီး ကာကွယ်နိုင်ပါသည်။

၈။ ယင်ဖြူ

- နေထိုင်ပုံ ။ ။ အပင်များ၏ အရွက်အောက်ဖက်နှင့် အပင်ခြေအောက်များတွင် နေတတ်ပါသည်။
- စားသောက်ပုံ ။ ။ ယင်ဖြူသည် အပင်၏ သစ်ရည်ကို စုပ်ယူစားသောက်တာပဲ ဖြစ်ပါသည်။
- ကျရောက်မှုလက္ခဏာများ ။ ။ ယင်ဖြူကျရောက်မှုကြောင့် အရွက်တွေဟာ တွန့်လိမ်ပြီး ထွက်နေတတ်ပါတယ်။ အပင်တွေကို လှုပ်ရမ်းကြည့်တဲ့အခါ အကောင်ဖြူဖြူများ ပျံသန်းသွားတာကို တွေ့နိုင်သည်။ ယင်ဖြူသည် အပင်ရည်ကို စုပ်ယူစားရုံသာမက အပင်ကို ဗိုင်းရပ်(စ်) ရောဂါပိုးများ ကူးစက်စေပါသည်။ (ဥပမာ တောင်သူများ ခရမ်းချဉ်နှုတ်တယ် ဟု ပြောလေ့ရှိသောရောဂါ)



ကာကွယ်နှိမ်နင်းနည်းများ ။ ။ ပျံသန်းသွားလာနိုင်သဖြင့် ယင်ဖြူကို ဆေးဖျန်းနှိမ်နင်းရန် ခက်ခဲသည်။ အကယ်၍ ဆိုးဆိုးရွားရွားစွာ ကျရောက်တတ်သည်ဆိုပါက တစ်ပါတ်ကို တစ်ကြိမ်ခန့် ပင်လုံးပြန်ပိုးသတ်ဆေးတစ်မျိုးမျိုး ပုံမှန်ဖျန်းပေးသင့်ပါတယ်။ ယင်ဖြူကြောင့် ကူးစက်တဲ့ အဝါရောင်မိုဇွန်ရောဂါသည် ကုသရန်အတွက် မဖြစ်နိုင်ပါ။ ထို့ကြောင့် ရောဂါဖြစ်သော အပင်များကို တွေ့လျှင်တွေ့ခြင်း မြန်မြန်ဆန်ဆန် နုတ်ပြီး လွှတ်ပစ်သင့်ပါသည်။ စိုက်ခြံပိတ်ဝန်းကျင်မှာရှိသော ပေါင်းပင်များကို ပုံမှန် ရှင်းလင်းပေးရမည်။

၉။ ရွက်ဖောက်ကျိုင်း

နေထိုင်ပုံ ။ ။ အပင်အောက်ခြေနှင့် အရွက်များပေါ်တွင် နေထိုင်သည်။ တောင်ပံပါရှိပြီး ပျံနိုင်သည်။
စားသောက်ပုံ ။ ။ အရွက်မျက်နှာပြင်ကို အပေါက်များဖြစ်အောင် ကိုက်ဖြတ်စားသောက်သည်။



ကျရောက်မှုလက္ခဏာများ ။ ။ ရွက်ဖောက်ကျိုင်း ကျရောက်ပါက အရွက်မျက်နှာပြင်ပေါ်တွင် စက်ဝိုင်းပုံအဝိုင်းပေါက်များကိုတွေ့ရသည်။ ဆိုးရွားစွာကျရောက်ပါက အရွက်မျက်နှာပြင်တစ်ခုလုံး အပေါက်များ ဖြစ်သွားတတ်သည်။
ကာကွယ်နှိမ်နင်းနည်းများ ။ ။ ရွက်ဖောက်ကျိုင်းကို ထိသေစားသေဖြစ်သော ဒီစစ်၊ ပရီဗသွန်ဆေးများကို ညနေစောင်းအချိန်တွင် ပက်ဖျန်းပေးပြီး နှိမ်နင်းနိုင်သည်။

၁၀။ တူး၊ ပရုံတွင် ကျရောက်သော အနီရောင်ကျိုင်း

နေထိုင်ပုံ ။ ။ အပင်၏အရွက်ပေါ်နှင့် ပင်စည်ပေါ်တွင်နေထိုင်သည်။ တောင်ပံရှိပြီး ပျံနိုင်သည်။

စားသောက်ပုံ။ ။ အရွက်ကို ကိုက်ဖြတ်စားသောက်သည်။

ကျရောက်မှုလက္ခဏာများ ။ ။ အကောင် အရွယ်အစားကြီးသဖြင့် လွယ်ကူစွာ မြင်နိုင်သည်။ အရွက်များတွင် ကိုက်ဖြတ်စားထားသော လမ်းကြောင်းများကို တွေ့နိုင်သည်။



ကာကွယ်နှိမ်နင်းနည်းများ။ ။ ရွက်ဖောက်ကျိုင်းကို ထိသေစားသေဖြစ်သော ဒီစစ်၊ ပရီပသွန်ဆေးများကို ညနေစောင်းအချိန်တွင် ပက်ဖျန်းပြီး နှိမ်နင်းနိုင်သည်။

၁၁။ ပိုးစေးနဲ့

နေထိုင်ပုံ ။ ။ အရွက်၏ အောက်မျက်နှာပြင်နှင့် ပင်စည်များပေါ်တွင် နေလေ့ရှိသည်။ အကောင်မှာ အဖြူရောင်အမှုန်များဖြင့် ဖုံးအုပ်နေသည်။ ထိုအဖြူရောင်များကို လက်ဖြင့် ချေကြည့်ပါက အကောင်အရည်များ လက်တွင် ပေနေသည်ကို တွေ့ရသည်။ မလကာပင်ကဲ့သို့ အပင်ကြီးများပေါ်တွင် လည်း ကျရောက်တတ်သည်။

စားသောက်ပုံ ။ ။ အပင်၏ သစ်ရည်ကို စုပ်ယူစားသည်။



ကျရောက်မှုလက္ခဏာများ ။

။ ပိုးစေးနဲ့ ကျရောက်ပါက ပင်စည် သို့မဟုတ် အရွက်များပေါ်တွင် အဖြူရောင်အမှုန်များ အုပ်နေသော ပိုးစေးနဲ့အကောင်ကို တွေ့ရမည်။ ပိုးကျရောက်မှုများလျှင် အပင်တစ်ပင်လုံး ဖြူဖွေးနေပြီး အရွက်များမှာ ထွတ်ပြီး နုသကဲ့သို့ ဖြစ်သွားသည်။

ကာကွယ်နှိမ်နင်းနည်း ။

။ ပိုးစေးနဲ့ကျရောက်မှု စတင်တွေ့ရှိပါက လက်ဖြင့် ကောက်ယူဖယ်ရှားရန်။ ကျရောက်မှုများပါက ပင်လုံးပျံ့ပိုးသတ်ဆေးဖြစ်သော အာမို မက်ဒယ်လ်၊ ဒိုဇာ၊ အေမီဒါ စသောဆေးများကို ဖျန်းပြီး နှိမ်နင်းနိုင်ပါသည်။

မှတ်ချက် ။

။ ပင်လုံးပျံ့ ပိုးသတ်ဆေးများ ဖြန့်ပြီးပါက ရူးဆွတ်ရန် ၂၁ ရက်စောင့်ရန်။

၁၂။ ခေါင်းညွန့်ထိုးပိုး၊ သီးထိုးပိုး

နေထိုင်ပုံ စားသောက်ပုံ ။ ။ ဖလံအမသည် အပင်၏ အညွန့်၊ ပင်စည်၊ နှင့် အပွင့်အဖူးတို့ ပေါ်တွင် ဥချသည်။ ဥမှ ပေါက်လာသော လောက်ကောင်သည် ခေါင်းညွန့် နှင့် သီးလုံးထဲသို့ ထိုးထွင်းဝင်ရောက်ပြီး ရုပ်ဖုံးဘဝသို့ ပြောင်းသည်အထိ နေထိုင်စားသောက်သည်။

ကျရောက်မှုလက္ခဏာများ ။ ။ အထူးသဖြင့် ခရမ်း နှင့် ခရမ်းချဉ်တွင် အဓိကကျရောက်သည်။ ပိုးကောင်ဝင်ရောက်နေသော အညွန့်နှင့် သီးလုံးများတွင် ပိုးကောင် ၏ ချေးများကို တွေ့နိုင်သည်။ ပိုးကောင် ဝင်ရောက်ထားသော အညွန့်များသည် ညှိုးပြီး အောက်သို့ စိုက်ကျနေသည်။ သီးနှံ၏ အတွက်နှုန်းကို ဆိုးရွားစွာ ထိခိုက်ဖျက်ဆီးနိုင်သည်။



ကာကွယ်နှိမ်နင်းနည်းများ ။ ။ ပိုးဒဏ်ခံနိုင်ရည်ရှိသောမျိုးကို စိုက်ပါ။ စိုက်ပျိုးခြံများ အတွင်းသို့ ဖလံမဝင်နိုင်စေရန် လုံခြုံစွာ ပိတ်ထားပါ။ အပင်အရေအတွက် နည်းပါက လောက်ကောင်၊ နှင့် ဥများကို ကောက်ယူဖျက်ဆီးပါ။ အော်ဂင်းနှစ်ပိုးသတ်ဆေးဖြစ်သော ဘက်ဆီးလပ် သူရီဂျီရမ်းဆစ် ကဲ့သို့ဆေးများကို (၅-၇) ရက်ခြား ဖျန်းခြင်းဖြင့် ကာကွယ်နိုင်သည်။

ဟင်းသီးဟင်းရွက်များတွင် ကျရောက်သောရောဂါများ

၁။ ခရမ်းချဉ် ခောပင်ကျနာ

ရောဂါလက္ခဏာများ။

။ အပင်၏ အရွက်ရင့်များပေါ်တွင် အမဲရောင်(သို့) အညိုရောင် ရှိသော အစက်အပြောက်များ စတင်ပြီးပေါ်လာသည်။ ထိုအစက် အပြောက်များမှာ သေနတ်ပစ်မှတ်ကဲ့သို့ အပိုင်းလိုက်အရစ်များပုံစံ ရှိပြီးအရွယ်အစားကြီးလာပြီးနောက် အရွက်များခြောက်သွားသည်။ ပင်စည် နှင့် အသီးများအပေါ်တွင်လည်း တွေ့ရတတ်သည်။ ဆိုးရွားပါက အရွက်တစ်ခုလုံး ခြောက်သွားခြင်း၊ အသီးများတွင် အညိုရောင်အချိုင့်များကိုပါဖြစ်စေနိုင်သဖြင့် ဈေးကွက်မဝင်နိုင်ပါ။ အေး၍ စိုစွတ်သောရာသီတွင် ရောဂါပိုမို ဆိုးရွားစွာ ကျရောက် တတ်သည်။



ရောဂါဖြစ်စေသော သက်ရှိ။

။ *Alternaria solani* (အော်တာနေးရီးယား ဆိုလာနီ)

ရောဂါနှိမ်နင်းနည်းများ။

။ပင်ကြားတန်းကြား အကွာအဝေးကို လေဝင်လေထွက် ကောင်းစေရန် ဂရုစိုက် စိုက်ပျိုးရမည်။ ရောဂါဒဏ်ခံနိုင်သော မျိုးများကို

ဟင်းသီးဟင်းရွက် နှင့် သီးနှံပင်များတွင် ကျရောက်တတ်သော

ရွှေးချယ်စိုက်ပျိုးရမည်။ ထိုခရမ်းချဉ်စိုက်ပျိုးသော နေရာတွင် သီးလှည့်စိုက်ပျိုးပါ။ ဓါတုနည်းအနေဖြင့် မန်ကိုဇက်၊ ကလိုရို သာလိုနေး ကဲ့သို့ဆေးများကို ပက်ဖျန်းပြီး ကာကွယ်နိုင်သည်။ ရောဂါကျရောက်နေပါက အဖိုဖိုစထရိုပင် ကဲ့သို့ဆေးများကို အသုံးပြုပြီး ကုသနိုင်သည်။

၂။ ခရမ်းချဉ် နှောင်းပင်ကျနာ (လောင်မဲ)

ရောဂါလက္ခဏာများ။

။ အပင်ငယ်စဉ်မှ ရူးဆွတ်သည်အထိ ကျတတ်သည်။ အရွက်၏ အောက်မျက်နှာပြင်တွင် မီးခိုးရောင်မှုစုများကို တွေ့ရသည်။ အရွက် နှင့် ပင်စည်များပေါ်တွင်လည်း အညိုရောင်အနာကွက်များကို တွေ့ရသည်။ ဆိုးရွားပါက တစ်ပင်လုံး အရွက်များ ညိုမဲ၍ ခြောက် သွားပြီး အပင်သေသွားသည်။ အသီးများပေါ်တွင်လည်း မည်းနက် သောအကွက်များဖြစ်လာပြီး အသီးများ ပုပ်သွားသည်။



ဖျက်ပိုး နှင့် အပင်ရောဂါအမျိုးမျိုး အတွက် ဘက်စုံကာကွယ်နှိမ်နင်းနည်းများ

ရောဂါဖြစ်စေသောသက်ရှိ။

|| **phythophthora infestan**

ရောဂါနှိမ်နင်းနည်းများ။

|| ရောဂါကျရောက်တတ်သော ဒေသများတွင် မန်ကိုဇတ် ၅ ဆ + မက်တယ်လဇီး ၂ဆ အရော (သို့) ဆိုင်မိုဆာနေး ကဲ့သို့ဆေးများကို ၅ - ၇ ရက်ခြား ပက်ဖျန်းကာကွယ်နိုင်သည်။ ရောဂါကျရောက် နေပါက ဒိုင်မိုသိုမော့ဖ် (သို့) အင်ပန်တို (သို့) ဆိုင်မိုဆာနေး ကဲ့သို့ ဆေးများကို ၅ - ၇ ရက်ခြား ပက်ဖျန်းနိုင်သည်။

၃။ သဗ္ဗား ခေါင်းနိုးရွက်ခြောက်ရောဂါ

ရောဂါလက္ခဏာများ။

|| အရွက်မျက်နှာပြင်ပေါ်တွင် အဝါရောင်ထောင့်မှန်အကွက်များ စတင်ဖြစ်ပေါ်လာပြီး အညိုရောင်အဖြစ်သို့ပြောင်းလဲသွားပြီးနောက် တစ်ရွက်လုံး ခြောက်သွေ့သွားသည်။ ရောဂါဒဏ်ကြောင့် အထွက် နှုန်းကို ထိခိုက်စေနိုင်ပြီး၊ အသီးများကို ကြီးထွားမှု လျော့နည်းစေ သည်။

ပူနွေးစွတ်စိုသောရာသီဥတုတွင် ပိုမိုကျရောက်သည်။

ရောဂါဖြစ်စေသော သက်ရှိ။

|| **pseudoperonospora cubensis** (ဆူဒိုပယ်ရန်နိုစပိုးရာ)



ရောဂါနှိမ်နင်းနည်းများ။

။ ရောဂါဒဏ်ခံနိုင်သော မျိုးကို ရွေးချယ်စိုက်ပျိုးပါ။ ရောဂါဆိုးရွားစွာ ကျရောက်ပါက မန်ကိုဇက် သို့မဟုတ် ကလိုရိုသာလိုနေး ကဲ့သို့သော ဆေးများကို (၇ ရက်) တစ်ကြိမ်ဖျန်းခြင်းဖြင့် ကာကွယ်နိုင်သည်။ ရောဂါကျရောက်နေပါက ဆိုင်မိုဆာနေး သို့ ခိုင်မီသိုမော့ ကဲ့သို့ဆေးများဖြင့် နှိမ်နင်းနိုင်သည်။

၄။ ခါးရီရောဂါ

ရောဂါလက္ခဏာများ။

။ ပျိုးပင် အဆင့်နှင့် အပင်ငယ်စဉ်တွင် ကျရောက်တတ်သည်။ ပျိုးပင်များထူလွန်းပြီး အစိုဓါတ်များပါက ပိုမိုဆိုးရွားသည်။ ပင်စည် အခြေတွင် အညိုရောင်ရေစိုနာကွက်များဖြစ်ပေါ်လာပြီး ပင်စည်မှာ သေးပြီး သိမ်သွားသည်။ ထို့နောက် ပင်ခြေမှာရိပြီး အပင်လဲကျ သေဆုံးသည်။ ရောဂါဆိုးရွားလျှင် မျိုးစေ့မှ ပေါက်ခါစတွင်ပင် ခါးရီသေဆုံးသည်။



ကာကွယ်နှိမ်နင်းနည်းများ။ ။မျိုးစေ့များကို ကာဗင်ဒါဇင် ကဲ့သို့သော မှိုသတ်ဆေးတစ်မျိုးမျိုးဖြင့် လူးနယ်၍ စိုက်ပျိုးပါ။ လေဝင်လေထွက်ကောင်းစေရန် ပျိုးပင်များ မထူထပ်စေရန် ဂရုတစိုက်ပျိုးပါ။ ပင်ကြားတန်းကြားကို လေဝင် လေထွက်ကောင်းစေရန် ဂရုပြု စိုက်ပျိုးပါ။

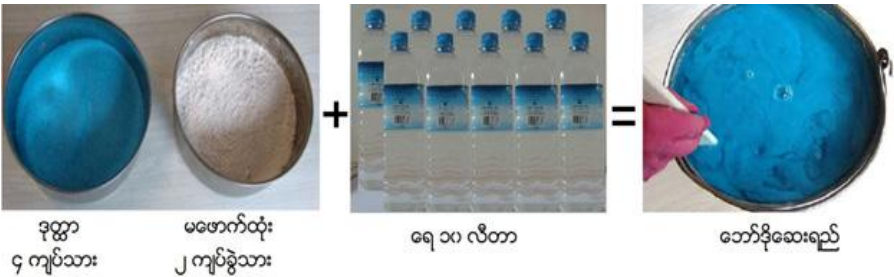
အလွယ်တကူပြုလုပ်နိုင်သော မှိုသတ်ဆေး၊ ဖိုးသတ်ဆေးများ

(၁) ဘော်ဒိုဆေးရည်

ဘော်ဒိုဆေးရည်ဆိုသည်မှာ ဆယ်စုနှစ်ပေါင်းများစွာကတည်းက မှိုသတ်ဆေး၊ ဘတ်တီးရီးယား သတ်ဆေးအဖြစ် အသုံးပြုလာသော မှိုသတ်ဆေးတစ်မျိုးဖြစ်သည်။ ထုံး၊ ဒုတ္တာ နှင့် ရေကို ကို သူ့အချိုးအစားအတိုင်း ရောစပ်အသုံးပြုခြင်းဖြင့် သီးနှံပင်များတွင်ကျရောက်သော မှိုရောဂါနှင့် ဘတ်တီးရီးယားရောဂါဒဏ်များကို ကာကွယ်နိုင်နင်းနိုင်သည်။ ဖျော်စပ်ရာမှာ ပါဝင်သောပစ္စည်းများမှာလည်း အလွယ်တကူ ဝယ်ယူရရှိနိုင်ပြီး အလွယ်တကူ ဖျော်စပ်အသုံးပြုနိုင်သော မှိုသတ်ဆေးလည်းဖြစ်သည်။ ဘော်ဒိုဆေးရည်ကို အသုံးပြုခြင်းဖြင့် ဒေါင်းနီးရွက်ခြောက်ရောဂါ၊ ဖားဥမှိုရောဂါ နှင့် ဆာကိုဆပိုဒါး (ဒေါင်းမြီးကွက်) ရောဂါများကို ကာကွယ်နိုင်နင်းနိုင်ပါသည်။

ဘော်ဒိုမစ်ချာဆေးရည် ၁၀ လီတာဖျော်စပ်ရန် လိုအပ်သောပစ္စည်းများမှာ

- ၁။ ဒုတ္တာ (ကော်ပိုးပိုးဆာလဖိတ်) ၆၀ ဂရမ် (၄ ကျပ်သား)
- ၂။ မဖောက်ထုံး (၄၀) ဂရမ် (၂ ကျပ်ခွဲ သား)
- ၃။ ရေ ၁၀ လီတာ (၁ လီတာ ရေသန့်ဗူး ၁၀ ဗူး)
- ၄။ ပလပ်စတစ် ရေပုံး ၂ ပုံး
- ၅။ ယောင်းမ (သို့) သစ်သားမွှေတံ တို့ဖြစ်သည်။



ဖျက်ပိုး နှင့် အပင်ရောဂါအမျိုးမျိုး အတွက် ဘက်စုံကာကွယ်နိမ်နင်းနည်းများ

- (၁) ဖျော်စပ်နည်းမှာ ပထမဆုံး ရေ ၅ လီတာကို ပလပ်စတစ်ပုံးထဲသို့ ထည့်ပါ။ ထို့နောက် ဒုတ္တာ (၆၀) ဂရမ်ကို ထည့်ပြီးနောက် ရေတွင် ပျော်ဝင်အောင် မွှေရမည်။
- (၂) ဒုတိယအဆင့်အနေနဲ့ အခြားပလပ်စတစ်ပုံးထဲသို့ ရေ (၅) လီတာကို ထည့်ပါ။ ထို့နောက် မဖောက်ထုံး (၄၀) ဂရမ်ကိုထည့်ပြီး ရေတွင်ပျော်ဝင်အောင် မွှေပေးပါ။
- (၃) တတိယအဆင့်အနေဖြင့် ပထမဖျော်စပ်ထားသော ဒုတ္တာဖျော်ရည်ကို မဖောက်ထုံးဖျော်ထားသော ပလပ်စတစ်ပုံးအတွင်းသို့ ဖြည်းညင်းစွာ လောင်းထည့်ပြီး သမအောင် မွှေပေးရမည်။ ထို့နောက် ဖျော်စပ်ထားသောဆေးရည်ကို ဆေးဖျန်းပုံးထဲသို့ထည့်ပြီး အသုံးပြုနိုင်ပြီ ဖြစ်သည်။

ဘော်ဒိုမစ်ချာ ဆေးရည်ကို ဖျန်းမည်ဆိုပါက မနက်ခင်းနှင့် ခြောက်သွေ့သော အချိန်များတွင်သာ ပက်ဖျန်းရမည်။ ဖျော်စပ်ပြီးသောဆေးရည်ကို ချက်ခြင်းအသုံးပြုပါက အကောင်းဆုံးဖြစ်သည်။ ဆေးဖျန်းစဉ်တွင်လည်း ဆေးဖျန်းခေါင်း မပိတ်စေရန်နှင့် အနည်မထိုင်စေရန် ဆေးဖျန်းပုံးကို စဉ်ဆက်မပြတ် လှုပ်ပေးရမည်။ ဆေးဖျန်းစဉ်တွင်လည်း ခန္ဓာကိုယ်အတွက် အကာအကွယ် ဝတ်ဆင်ရန်သတိပြုရမည်။ မိမိအသုံးပြုသော ဆေးဖျန်းပုံးနှင့် ဆေးဖျန်းခေါင်းများမှာ သတ္တုများဖြစ်ပါက ဘော်ဒိုမစ်ချာဆေး အသုံးပြုပြီးလျှင် ဆေးဖျန်းခေါင်းနှင့် ဆေးဖျန်းပုံးကို အနည်းဆုံး သုံးကြိမ်ခန့် ရေဖြင့် ဆေးကြောပေးရမည်။

(၂) တမာပိုးသတ်ဆေး

တမာပိုးသတ်ဆေး ပြုလုပ်နည်းအမျိုးမျိုးရှိသည်။

တမာစေ့မှ ပြုလုပ်ခြင်း

တမာရွက်မှ ပြုလုပ်ခြင်း

တမာစေ့ကြိတ်ဖတ်မှ ပြုလုပ်ခြင်း

တမာဆီမှ ပြုလုပ်ခြင်းတို့ပဲ ဖြစ်ပါသည်။ ထိုပြုလုပ်နည်းများထဲမှ အလွယ်တကူ ပြုလုပ်နိုင်သည့် နည်းဖြစ်သော တမာအရွက်မှ ပြုလုပ်ပုံ အဆင့်ဆင့်ကို ဖော်ပြထားပါသည်။

တမာပိုးသတ်ဆေး (အရွက်မှပြုလုပ်ခြင်း)

တမာပိုးသတ်ဆေးကို တမာရွက်မှပြုလုပ်ရန် အောက်ပါပစ္စည်းများ လိုအပ်ပါသည်။

- ၁။ ငြုပ်ဆုံ သို့မဟုတ် ကြိတ်ဆုံ
- ၂။ တမာရွက် (၁ ကီလို = ၆၀ ကျပ်သား)
- ၃။ ဆပ်ပြာမှုန့် (၁၀၀ ဂရမ် = ၆ ကျပ်သား)
- ၄။ ပျားဖယောင်း (၁ ဇွန်း)
- ၅။ အဝတ် စကာ (သို့) ရေစစ်
- ၆။ အဖုံးပါသော ပလပ်စတစ်ဘူး



ပြုလုပ်ပုံအဆင့်ဆင့်

ပထမအဆင့်အနေဖြင့် တမာရွက် (၆၀ ကျပ်သား)ကို ကျေညက်အောင် ထောင်းရမည်။ ထို့နောက် ပလပ်စတစ်ဘူးထဲသို့ထည့်ပြီး ရေသန့်ဘူး နှစ်ဘူးစာ ရေဖြင့်ရော၍ ၃ ရက်ခန့် လေလုံအောင် ပိတ်ထားရမည်။ ၃ရက်ပြည့်သောနေ့တွင် ထိုတမာရွက်ကြိတ်ဖတ်များကို ဇကာဖြင့် စစ်ရမည်။

ထိုအခါ ရရှိလာသော တမာရွက်သတ္တုရည်များကို ရေသန့်ဘူး ၈ ဘူးစာရေဖြင့် အခြားပုံး တစ်ခုတွင် သမအောင် ရောစပ်ရမည်။ ထို့နောက် ဆပ်ပြာမှုန့် ၁၀၀ ဂရမ်၊ ပျားဖယောင်း ၁ဇွန်း တို့ကိုထည့်ပြီး သမအောင် မွှေပေးရမည်။ ထို့နောက် သမအောင် မွှေထားသော တမာရွက် အရည်များကို တမာပိုးသတ်ဆေးအနေဖြင့် အသုံးပြုနိုင်ပြီ ဖြစ်သည်။

တမာပိုးသတ်ဆေးကို ဖျော်စပ်ပြီး ချက်ခြင်းအသုံးပြုနိုင်ပါက အကောင်းဆုံးဖြစ်သည်။ အကယ်၍ အသုံးပြုရာတွင်ပိုသော ဆေးရည်များကို အေး၍ ခြောက်သွေ့သောနေရာတွင် အနက်ရောင်ပုလင်း (သို့မဟုတ်) ဘူးများဖြင့် သိုလှောင်နိုင်သော်လည်း ရက်တိုတိုတွင်း ပြန်လည် အသုံးပြုရမည်ဖြစ်သည်။

တမာပိုးသတ်ဆေးသုံးစွဲနည်း

တမာပိုးသတ်ဆေးကို နေအေးသောအချိန်နှင့် ညနေစောင်းများတွင်သာ ပက်ဖျန်းရမည်။ ပူပြင်းသော ရာသီတွင်ဖျန်းပါက အာနိသင် တာရှည်မခံသဖြင့် အကြိမ်ရေ ပိုမိုပက်ဖျန်းရမည် ဖြစ်သည်။ ဆောင်းရာသီနှင့် နွေရာသီတွင် ၇ ရက်ခြား တစ်ခါပက်ဖျန်းနိုင်သော်လည်း မိုးရွာသော ရက်များတွင် မူတစ်နေ့တစ်ကြိမ် ပက်ဖျန်းရမည်။ ပိုးများမှာ အရွက်မျက်နှာပြင်အောက်ဖက်တွင် နေထိုင်လေ့ရှိသဖြင့် ဆေးဖျန်းလျှင် အရွက်အောက်မျက်နှာပြင် ကို ဂရုတစိုက် ပက်ဖျန်းပေးရမည်။

(၃) လိုင်းဆာလ်ဖာ (ကန့် နှင့် ထုံး ဖျော်ရည်)

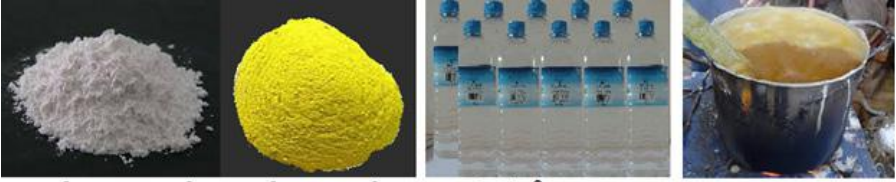
နောက်တစ်မျိုးအနေဖြင့် လူ၊ တိရစ္ဆာန် နှင့် ပတ်ဝန်းကျင်ကို မထိခိုက်စေနိုင်သော မှိုသတ်ဆေးတစ်မျိုး ဖျော်စပ်ပုံကို ဖော်ပြထားပါသည်။ မှိုသတ်ဆေးသကဲ့သို့ အာနိသင်ရှိယုံသာမက ပိုးသတ်ဆေး၊ အားဆေးအဖြစ်လည်း အပင်ကို အကျိုးဖြစ်ထွန်းစေနိုင်ပါသည်။ ဈေးနှုန်းကုန်ကျမှု သက်သာပြီး အလွယ်တကူ လိုက်၍ လုပ်ကိုင်နိုင်သော နည်းတစ်မျိုးလည်း ဖြစ်သည်။

လိုင်းဆာလ်ဖာဆိုသည်မှာ ထုံး၊ ကန့် နှင့် သစ်သားပြာတွေကို အချိုးအစား အတိုင်း ရောစပ်ပြီး ကျိုချက်ခြင်းပဲ ဖြစ်ပါသည်။

လိုအပ်သောပစ္စည်းများမှာ

- ၁။ အစုံပါသော ဒန်အိုး
- ၂။ ဆေးရည်မွှေရန် ယောင်းမ
- ၃။ ဖိုခနောက်အတွက် အုတ်ခဲ
- ၄။ ထင်း
- ၅။ ကတော့နှင့် ရေစစ်
- ၆။ ရေသန့်ဘူးခွံ
- ၇။ ထုံး (၂၅၀ ဂရမ်)(၁၅ ကျပ်သား)
- ၈။ ကန့် (၁၀၀ ဂရမ်) (၆ ကျပ်သား)
- ၉။ ရေ (၁၀ လီတာ) တို့ပဲဖြစ်သည်။

ဟင်းသီးဟင်းရွက် နှင့် သီးနှံပင်များတွင် ကျရောက်တတ်သော



မဖောက်ထုံး (၂၅၀) ဂရမ် ၁၅ ကျပ်သား + ကန့် (၁၀၀) ဂရမ် ၆ ကျပ်သား + ရေ (၁၀) လီတာ ရေသန့်ဘူး (၁၀)ဘူး = မီးဖိုခြင်းကျိချက်ခြင်း



အနီရင့်ရောင်ရသည်အထိကျိုပါ

ဆေးဖျန်းပုံး ၁ ပုံး ဟင်းစားဖွန်း ၅ ဖွန်း

- ၁။ ပထမဦးစွာ ဒန်အိုးတင်ရန် ဖိုခနောက်ကို ခိုင်ခိုင်ခံ့ခံ့ ဖြစ်အောင်ပြင်ဆင်ပါ။ထင်းများများ ထည့်၍ ရစေရန် ဖိုခနောက်ကို ခပ်မြင့်မြင့်ထားရပါမည်။
- ၂။ ထို့နောက် ဖိုခနောက်ပေါ်သို့ ဒန်အိုးကိုတင်၍ ရေ(၁၀ လီတာ) ကိုထည့်ရမည်။ ရေကို ဆူပွက်လာသည့်အထိစောင့်ရမည်။
- ၃။ ရေများဆူပွက်လာသောအခါ ချိန်တွယ်ထားသော ထုံး (၁၅ ကျပ်သား) နှင့် ကန့် (၆ ကျပ် သား) တို့ကို ရော၍ ဖြည်းညင်းစွာထည့်ရမည်။
- ၄။ ထို့နောက် ထည့်ထားသော ထုံးနှင့် ကန့်များ ပျော်ဝင်သွားစေရန် ယောင်းမဖြင့် မွှေပေး ရမည်။
- ၅။ ဆေးဖျော်ရည်ကို တစ်နာရီခန့် ဆူပွက်အောင်ထားရမည်။
- ၆။ ဆေးဖျော်ရည်များ အနီရင့်ရောင်ပြောင်းပြီး အဝါရောင် အမြုပ်များ ထွက်လာသောအခါ အိုးကို မီးဖိုပေါ်မှ ချရမည်။ အကယ်၍ ပုံတွင်ပြထားသည့်အတိုင်း အရောင်မပြောင်းသေး ပါက ထပ်မံ၍ ကျိချက်ရမည်ဖြစ်သည်။
- ၇။ ထို့နောက်ဆေးရည်ကို အနည်ထိုင်စေရန်အတွက် တစ်ညခန့် သိပ်ထားရမည်။ အဖုံးဖုံး၍ ထားရပါမည်။

- ၈။ ဆေးရည်ကို တစ်ရက်ခန့် ညသိပ်ထားပြီးလျှင် ဒန်အိုးအတွင်းရှိ အပေါ်ယံ ဆေးရည်ကြည်ကို ခပ်ယူရမည်။ ထို့နောက်ကတော့ခွက်ထဲသို့ အဝတ်စကို ရေစစ်အဖြစ် အသုံးပြုပြီး အနည်အနှစ်များကို စစ်ထုတ်ရမည်။ ဒန်အိုးအတွင်းအနည်အနှစ်များ ကျန်သည်အထိ အပေါ်ယံ အရည်ကြည်များကို ခပ်ထုတ်ပြီး စစ်ယူရမည်။
- ၉။ ထိုရရှိလာသော ဆေးရည်ကြည်များကို ဆေးဖျန်းပုံးတစ်ပုံးလျှင် (၄၀)စီစီ (မြင်းခေါင်းဖွန်း ၄ ဖွန်း) ထည့်၍ ပက်ဖျန်းရပါမည်။ လိုင်းဆာလ်ဖာဆေးရည်ကို နေပူသော အချိန်တွင် မဖျန်းရပါ။ နေအေးသောအချိန်တွင်သာ အသုံးပြုနိုင်သည်။ မည်သည့်ပိုးသတ်ဆေး၊ အားဆေးများနှင့်မှ ရော၍ မဖျန်းရ။
- ၁၀။ ဒန်အိုးအတွင်းကျန်ရှိနေသော အနှစ်များကိုမူ သစ်ပင်များ၊ နှစ်ရှည်ပင်များ ကိုင်းဖြတ်၊ ကိုင်းဆက်လုပ်ပြီးပါက မှိုရောဂါများမဝင်ရောက်နိုင်ရန် သုတ်ပေးခြင်းဖြင့် ကာကွယ်နိုင်သည်။