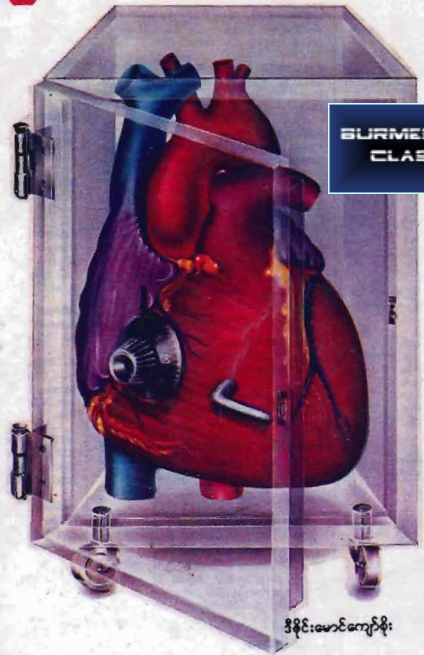


ဦးထွန်း

B.A, B.Ed, BL

(တိုင်းရင်းဆေးဆရာအဖွဲ့ဝင်)

# သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့် နှင့် ရောဂါအထွေထွေ



ဒီမိုင်းမောင်ကျော်စိုး

ဦးထွန်း

(တိုင်းရင်းဆေးဆရာအဖွဲ့ဝင်)

သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်နှင့်  
ရောဂါအထွေထွေ



ဖြန့်ချိရေး

စာပေလောက စာအုပ်တိုက်  
အမှတ် ၁၇၃၊ ၃၃ လမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့။  
[ဖုန်း-၂၈၅၁၆၆]

စာအုပ်စာတမ်း စာနယ်ဇင်း

ကြိုတင်ပုံနှိပ် ထုတ်ဝေခွင့်ပြုအမှတ် [ ၉၂/၉၇ (၂) ]

စာအုပ်စာတမ်း မျက်နှာပုံ

ကြိုတင်ပုံနှိပ် ထုတ်ဝေခွင့်ပြုအမှတ် [ ၂၆၈/၉၇ (၅) ]

မျက်နှာပုံ ဒီဇိုင်း

မောင်ကျော်စိုး

ပုံနှိပ်ခြင်း

ပထမအကြိမ်

အုပ်ရေ - ၁၀၀၀

ထုတ်ဝေခြင်း

ဧပြီလိုင်၊ ၁၉၉၇

စာအုပ်ချုပ်

ကိုမြင့်

တန်ဖိုး ၂၀၀ ကျပ်

မောင်စိုးမြင့် (၀၁၁၀၀) ခရမ်းရောင်စာစဉ်

အမှတ် ၂၇၊ စကားဝါလမ်း၊ သာယာဝတီကျွန်း

ရန်ကုန်မြို့မှ ထုတ်ဝေ၍

ဒေါ်ခင်လှ (၀၁၅၇၈)၊ စာပေလောက ပုံနှိပ်တိုက်

အမှတ် ၁၇၃၊ ၃၃ လမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့တွင်

မျက်နှာပုံနှင့် အတွင်းစာသားများကို ပုံနှိပ်သည်။



မာတိကာ

|   |     |
|---|-----|
| - စာရေးသူ၏ အမှာ   | က   |
| - စာရေးသူ၏ အတ္ထုပ္ပတ္တိ                                 | ဂ   |
| ၁။ သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင်နှင့် ကျွန်တော်                     | ၁   |
| ၂။ သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင်နှင့် လေငန်းရောဂါ                   | ၁၇  |
| ၃။ သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင်နှင့် ဂးငသာရောဂါ                    | ၃၀  |
| ၄။ သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင်နှင့် နှလုံးရောဂါ                   | ၄၄  |
| ၅။ သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင်နှင့် ရောဂါဆန်း                     | ၆၅  |
| ၆။ သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင်နှင့် သွေးကြောပိတ်ရောဂါ             | ၇၉  |
| ၇။ သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင်နှင့် ရောဂါဆန်း (၁)                 | ၉၉  |
| ၈။ သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင်နှင့် လက်ကပ်၊ ခြေကပ်၊ အကြောညစ်ရောဂါ | ၁၂၂ |

|   |     |
|---|-----|
| ၉။ သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်နှင့် အပြင်းဖျားရောဂါ                      | ၁၄၁ |
| ၁၀။ သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်နှင့် သည်းထိတ်ရင်ဖိုဇာတ်လမ်း              | ၁၆၀ |
| ၁၁။ သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်နှင့် သွေးတိုးရောဂါ                       | ၁၇၈ |
| ၁၂။ သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်နှင့် ဖြစ်ရပ်ဆန်းများ                     | ၂၀၂ |
| ၁၃။ သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်နှင့် လေးဘက်နာရောဂါ                       | ၂၂၃ |
| ၁၄။ သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်နှင့် အာရုံကြောရောဂါစု                    | ၂၄၅ |
| ၁၅။ ကြက်သွန်ဖြူနှင့် သွေးတိုး၊ နှလုံး၊ လေငန်း၊<br>လေးဘက်နာရောဂါ | ၂၆၈ |
| ၁၆။ သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်နှင့် ဆီးချိုရောဂါ                        | ၂၈၁ |
| ၁၇။ သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်၏ ထူးခြားသောဆေးစွမ်းရည်များ               | ၂၉၆ |
| ၁၈။ မယုံကြည်သူကျော်သွား   | ၃၂၃ |
| ၁၉။ ကြိုရ၊ ဆုံရ တိုင်းရင်းဆေးဆရာဘဝ                              | ၃၃၉ |
| ၂၀။ သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်နှင့် အရိုးကျိုးပေါင်းတက်ရောဂါ            | ၃၇၆ |



စာရေးသူ၏အမှာ

ဤစာအုပ်၏အမည်ကို 'သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်နှင့် ရောဂါ အထွေထွေ' ဟု ကျွန်တော် အမည်တပ်ထားပါသည်။ ဤသို့ အမည်တပ်ထားခြင်းမှာ ကျွန်တော်သည် သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်ဖြင့် အထွေထွေသောရောဂါ များကို ကုသခဲ့ပါသည်။ ကုသသမျှ ရောဂါအားလုံး၏ ၈၀ ရာခိုင်နှုန်းသည် ပျောက်ကင်းကြ သက်သာကြပါသည်။ ထိုသို့ ပျောက်ကင်းအောင် သက်သာ အောင် ကုသနိုင်စွမ်းရှိသည့် သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်သည် မြန်မာ ဆေးပညာစစ်စစ် ဖြစ်သည်ကို ဖော်ကျူးလို၍ ဖြစ်ပါသည်။

ဤစာအုပ်တွင် ဆောင်းပါးပုဒ်ရေ ၂၀ တိတိ ပါရှိပါ သည်။ အဆိုပါ ဆောင်းပါးပုဒ်ရေ ၂၀ တို့သည် ၁၉၉၃ ခု၊ မတ်လမှစ၍ နက္ခတ္တရောင်ခြည် မဂ္ဂဇင်းတွင် လစဉ်ကျွန်တော် ရေးသားခဲ့သော ဆောင်းပါးများကိုစုပေါင်း၍ စာအုပ်အဖြစ် ထုတ်ဝေလိုက်ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်တော်ရေးသားသော စာပေများကို ကျန်းမာရေး ပညာပေး ဆောင်းပါးများဟု အမည်ပေးလိုက ပေးနိုင်ကြပါ သည်။ ဤဆောင်းပါးများကို ရေးသားရာ၌ စာရေးသူ၏ စေတနာမှာ ပညာပေးသက်သက် အရေးအသားဖြင့် ရေးသား

(၁)

ပါက စာဖတ်သူတို့ ငြီးငွေ့သွားမည် စိုးပါ၍ ဝတ္ထုဆန်ဆန် ရေးသားထားပါသည်။ ဤသို့ရေးသားခြင်းဖြင့် အပျင်းပြေ ဝတ္ထုများကိုဖတ်ရာမှ မြန်မာတိုင်းရင်းဆေးပညာအမြင်ဖြင့် ရေးသားထားသော ဆေးပညာ ဗဟုသုတနှင့် ကျန်းမာရေး ဗဟုသုတများကို ရရှိရေးပင် ဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်တော်ရေးသားထားသော ဆောင်းပါး၊ ဝတ္ထုတို ကလေးများကို ဖတ်ရှုရင်း စာဖတ်သူတို့ အပျင်းလည်းပြေမည်၊ မြန်မာတိုင်းရင်းဆေးပညာဗဟုသုတလည်း ရရှိကြသည်ဆိုပါက စာရေးသူ၏ ရည်ရွယ်ချက်များ အောင်မြင်သည်ဟု ဆိုရပါမည်။ ဤဆောင်းပါး ဝတ္ထုကလေးများကို ရေးသားရာ၌ စာရေးသူ၏ ဇနီး ဆရာမ ဒေါ်မြရီ၏ အကူအညီ၊ အဝေအဖန်ကို အမြဲ ယူခဲ့ရပါသည်။ ကျွန်တော်ရေးသားထားသော စာမူကြမ်း များကိုလည်း မငြီးမငြူ ဖတ်ရှုပြုပြင်ပေးပါသဖြင့် ဇနီး ဒေါ်မြရီကို ကျေးဇူးတင်ပါသည်။

ကျွန်တော်စာရေးဖြစ်အောင် စတင်ဖန်တီးပေး ခဲ့သည့် အပြင် ကျွန်တော်ရေးသော ဆောင်းပါးကလေးများကို နက္ခတ္တ ရောင်ခြည် မဂ္ဂဇင်းတွင် လစဉ်ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေပေးခဲ့သည့် မဂ္ဂဇင်း နာယကအဖွဲ့ဝင် ဒေါက်တာအောင်နိုင်၊ စာတည်းချုပ် ဦးကျော်စိုးသိန်းနှင့် စာတည်းအဖွဲ့အားလည်းကောင်း၊ ဤစာအုပ် ဖြစ်မြောက်ရေးအတွက် အစမှအဆုံးတိုင် ဆောင်ရွက်ပေးသော စာပေလောကမှ ဦးမျိုးညွန့်နှင့် ဦးသန့်ဇင်တို့အားလည်းကောင်း ကျေးဇူးတင်ပါသည်။

ရန်ကုန်မြို့၊  
၁၊ ၁၂၊ ၉၆

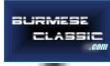
ဦးထွဋ်  
တိုင်းရင်းဆေးဆရာအဖွဲ့ဝင်

### စာရေးသူ၏ အတ္ထုပ္ပတ္တိ

ဆရာကြီး ဦးထွဋ်သည် ပြည်ခရိုင် ပေါက်ခေါင်းမြို့နေ၊ အဖ ဦးကြီး၊ အမိဒေါ်ရှင်တို့၏ သားသမီး ခြောက်ယောက် အနက် ပဉ္စမမြောက်သား ဖြစ်ပါသည်။ ဆရာကြီးကို ၁၂၉၁ ခု၊ တော်သလင်းလပြည့်ကျော်တစ်ရက်၊ ဗုဒ္ဓဟူးနေ့တွင် ဖွားမြင် ခဲ့ပါသည်။

ငယ်စဉ်အခါက ပေါက်ခေါင်းမြို့၊ ၁ကြီးဘုန်းတော် ကြီး ဦးပညာဇောတ၏ ကျောက်စရစ်ကုန်းကျောင်းတွင် ပညာသင်ကြားခဲ့၍ ၁၉၅၃ ခုနှစ်တွင် ပေါက်ခေါင်းမြို့ အစိုးရ အထက်တန်းကျောင်းမှ တက္ကသိုလ်ဝင်တန်းကို အောင်မြင်ခဲ့ပါသည်။

ပေါင်းတည်မြို့ အစိုးရ အထက်တန်းကျောင်းတွင် အထက်တန်းပြဆရာအဖြစ် အမှုထမ်းစဉ် ၁၉၆၀ ခုနှစ်၌ ရန်ကုန်တက္ကသိုလ်မှ (ဘီအေ-ဝိဇ္ဇာဘွဲ့)ကိုလည်းကောင်း၊ ၁၉၆၆ ခုနှစ်တွင် ရန်ကုန်ပညာရေးတက္ကသိုလ်မှ (ဘီအေ-ဘီအီးဒီ၊ ပညာရေးဝိဇ္ဇာဘွဲ့)ကိုလည်းကောင်း၊ ၁၉၆၈ ခုနှစ်တွင် ရန်ကုန် တက္ကသိုလ်မှ (ဘီအယ်လ်-ဥပဒေဝိဇ္ဇာဘွဲ့) ကို လည်းကောင်း ဆွတ်ခူးရရှိခဲ့ပါသည်။



(ဃ)

ဆရာကြီးသည် ပုသိမ်ခရိုင် ကျောင်းကျန်း အထက် တန်းကျောင်း ကျောင်းအုပ်ဆရာကြီးအဖြစ် လည်းကောင်း၊ ဝဲခူးတိုင်း ကြို့ပင်ကောက်မြို့ အစိုးရအထက်တန်းကျောင်းနှင့် ဝဲခူးတိုင်းပေါက်ခေါင်းမြို့ အစိုးရအထက်တန်းကျောင်းတို့၌ မြို့နယ်ပညာရေးမှူးအဖြစ် လည်းကောင်း၊ ပြည်မြို့ ဆရာ အတတ်သင်ကျောင်းနှင့် မိတ္ထီလာမြို့ ဆရာအတတ်သင်ကျောင်း တို့၌ ကျောင်းအုပ်ကြီးအဖြစ်လည်းကောင်း အမှုထမ်းခဲ့ပြီး နောက်ဆုံး ရန်ကုန်မြို့ပညာရေးဝန်ကြီးဌာန ပညာရေးဝန်ကြီးရုံး အထူးအရာရှိအဖြစ်မှ ၁၉၈၇ ခုနှစ်တွင် လုပ်သက်ပြည့်ပင်စင် ယူခဲ့ပါသည်။

၁၉၈၅ ခုနှစ်မှစ၍ ဇနီးသည်ကို အကြောင်းပြု၍ တိုင်းရင်းဆေးဆရာ ဖြစ်လာပါသည်။ ၁၉၈၉ ခုနှစ်မှစ၍ ယနေ့အထိ မြန်မာနိုင်ငံတော် တိုင်းရင်းဆေးဆရာအဖွဲ့တွင် အဖွဲ့ဝင်အဖြစ် တာဝန်ထမ်းဆောင်ရင်း မြန်မာ့တိုင်းရင်းဆေး လောက မြှင့်တင်ရေးအတွက် ကြိုးစားဆောင်ရွက်နေပါသည်။

ဆရာကြီးသည် ပညာရေးနှင့် တိုင်းရင်းဆေးကို အကြောင်းပြု၍ အိန္ဒိယ၊ ဆွစ်ဇာလန်၊ ဂျာမနီ၊ အီတလီ၊ ပြင်သစ်၊ အမေရိကား၊ ထိုင်းနိုင်ငံ၊ မလေးရှား၊ ပီနန်ကျွန်း၊ ဗီယက်နမ်၊ ဟောင်ကောင်နှင့် ဂျပန်နိုင်ငံတို့သို့ ရောက်ရှိခဲ့ ပါသည်။

ဆရာကြီး ဦးထွန်း  
B.A, B. Ed, B.L

တိုင်းရင်းဆေးဆရာအဖွဲ့ဝင်  
တိုက် ၆၈၊ အခန်း ၄၊ ဇ-ဆ-ပ-လရပ်ကွက်  
ဧကီလာတောင်ညွန့်မြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။  
ဖုန်း- ၂၈၂၇၇



သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်နှင့် ကျွန်တော်

မယုံလျှင် ပုံပြင်ပြောနေသည်ဟုပင် ထင်မြင်စရာ ဖြစ်ပါသည်။ မယုံကြည်စရာ ဖြစ်လောက်အောင် အံ့ဖွယ်သရဲ ထူးကဲလှသဖြင့် ပုံပြင်လေလား ထင်မှားဖွယ်ဖြစ်သော်လည်း ပုံပြင်မဟုတ်ပါ။ တကယ့် ဖြစ်ရပ်ဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်ုပ်ပြင်ဆန်ဆန် ဖြစ်ရပ်မှန်ကို တင်ပြရန်အကြောင်း ပေါ်လာ ခြင်းမှာ ၁၀၊ ၁၂၊ ၉၂ နေ့ထုတ် လုပ်သားပြည်သူ့နေ့စဉ် သတင်းပါ တိုင်းရင်းဆေးပညာဦးစီးဌာန ညွှန်ကြားရေးမှူးချုပ် ဒေါက်တာစိန်ရီ၏ 'အံ့ဩဂုဏ်ယူဖွယ်ရာ မြန်မာ့တိုင်းရင်းဆေးပညာ' ဟူသော ဆောင်းပါး ကို အခြေပြု၍ ပေါ်ပေါက်လာခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

အဆိုပါဆောင်းပါးတွင် ဒေါက်တာ ဦးစိန်ရီက ၎င်းရောက်ရှိ ခဲ့သည့် နိုင်ငံတိုင်းကပင် မြန်မာ့ တိုင်းရင်း ဆေးပညာအကြောင်း ချီးကျူးကြ၊ အံ့ဩကြ၊ အထင်ကြီးကြသည်ကို တွေ့ရကြောင်း၊ မြန်မာ့ ဆေးပညာအကြောင်း တစ်စွန်းတစ်စ သိရရုံနှင့် ဤမျှ အထင်ကြီး၊ အံ့ဩကြပါလျှင် ခြေခြေမြစ်မြစ်များ သိရပါက ယုံကြည်



စိတ် အပြည့်အဝနှင့် ပိုမို အံ့ဩနိုင်ဖွယ်ရာ ရှိပါသည်ဟု နိဒါန်းပျိုးလျက် ကျွန်တော်၏ ဆေးမျက်ရှင်ခေါ် သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်အကြောင်း တအံ့တဩ ရေးသားဖော်ပြထားသည်ကို တွေ့ရပါသည်။

ယင်းသို့ ဖော်ပြခဲ့သဖြင့် စိတ်ပါဝင်စားသူများက မေးမြန်းကြ သကဲ့သို့ နက္ခတ္တရောင်ခြည် စာတည်းအဖွဲ့မှလည်း သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့် အကြောင်းကို ဆောင်းပါးတစ်ပုဒ်ရေးသားပေးပါရန် မေတ္တာရပ်ခံလာပါ သဖြင့် ဤဆောင်းပါးကို ရေးသားတင်ပြအပ်ပါသည်။

ကျွန်တော်သည် တိုင်းရင်း ဆေးဆရာတစ်ဦး မဟုတ်ပါ။ ပညာရေးဝန်ထမ်း တစ်ဦးမျှသာ ဖြစ်ပါသည်။ သို့သော် သိဒ္ဓိဝင် ဆေးတောင့်၏အစွမ်းကြောင့် ကျွန်တော်၏ ဆေးကုသသက် သုံးနှစ် တာ ကာလအတွင်း တိုင်းရင်းဆေးသမားတော်အဖွဲ့ဝင်တစ်ဦး ဖြစ်လာခဲ့ပါသည်။ မြန်မာနိုင်ငံတွင် တိုင်းရင်းဆေးဆရာအဖွဲ့သည် နိုင်ငံတော်မှဖွဲ့စည်းပေးသည့် တိုင်းရင်းဆေးနှင့်ပတ်သက်၍ အမြင့်ဆုံး အဖွဲ့အစည်းဖြစ်ပါသည်။ ထိုအဖွဲ့တွင် ကျွန်တော်အား အဖွဲ့ဝင်တစ်ဦး အဖြစ် တာဝန်ပေးခံရခြင်းမှာ ကျွန်တော်၏ အစွမ်းကြောင့် မဟုတ်ပါ။ ကျွန်တော်၏ ကျေးဇူးရှင် ရသေ့ကြီးချီးမြှင့်ထားသော သိဒ္ဓိဝင် ဆေးတောင့် အစွမ်းကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။

ဤဆေးတောင့် ကျွန်တော်ဆီရောက်ရှိလာပုံမှအစ နိုင်ငံခြား တိုင်းပြည်များကပါ အံ့ဩကြ၊ ချီးကျူးကြ၊ အထင်ကြီးကြရသည်အထိ ဤဆေးတောင့်အစွမ်းထက်ပုံကို ကျွန်တော်တင်ပြပါမည်။

လွန်ခဲ့သော ရှစ်နှစ်တာကာလ၊ ကျွန်တော် မိတ္ထီလာမြို့ ဆရာအတတ်သင်ကျောင်းတွင် ကျောင်းအုပ်ကြီးအဖြစ် တာဝန်ယူခဲ့ စဉ်က ဖြစ်ပါသည်။



၁၉၈၅ ခု၊ ဖေဖော်ဝါရီလ ၂၂ ရက်နေ့၊ နံနက် နှစ်နာရီအချိန်တွင် ကျွန်တော်၏ ဇနီးမှာ ရုတ်တရက်လေဖြတ်၍ အိပ်ရာက မထနိုင် တော့သည့်အပြင် တစ်ချိန်တည်းမှာပင် ယာဘက် ခြေထောက်မှာ သွေးကြောပိတ်ကာ အထိမခံနိုင်အောင် နာကျင်နေပါသည်။ ချက်ချင်း ဆေးရုံပို့၍ ဆရာဝန်ကြီးများ၏ ကုသမှုကို ခံယူစေခဲ့ပါသည်။ တာဝန်ရှိဆရာဝန်ကြီးများက အထူးကြီးစား ကုသသော်လည်း သုံးလ ကျော် လေးလခန့်ကြာသည်အထိ ရောဂါမှာသိသာစွာ မသက်သာခဲ့ပါ။ အချို့သောဆရာဝန်ကြီးများက ရန်ကုန်သို့ပို့၍ ကုသရန်ပင် အကြံပြု လာကြပါသည်။ ရန်ကုန်မြို့သို့ပို့ရန်မှာ အခက်အခဲ များစွာရှိသဖြင့် တောင်ကြီးမြို့ စပ်စံထွန်းဆေးရုံသို့ ပို့ဆောင်ကုသရန် စီစဉ်ခဲ့ပါသည်။

တောင်ကြီးမြို့သို့ မသွားမီ တစ်ရက်အလို ၁၉၈၅ ခု၊ ဇွန်လ ၉ ရက်နေ့ နံနက်စောစောတွင် ကျွန်တော်အိမ်သို့ ရသေ့ကြီးတစ်ပါး ရုတ်တရက် ရောက်လာပါသည်။ အဆိုပါရသေ့ကြီးသည် ကျွန်တော်နှင့် တစ်ကြိမ်တစ်ခါမျှ တွေ့ဖူးသူမဟုတ်ပါ။ ရသေ့ကြီးနှင့်အတူ ကပ္ပိယ ကြီးတစ်ဦးလည်း ပါလာပါသည်။ အဆိုပါကပ္ပိယကြီးမှာမူကျွန်တော် ၏ မိတ်ဆွေဟောင်းတစ်ဦး ဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်တော်မိတ်ဆွေ ကပ္ပိယကြီးက ကျွန်တော်အား ရသေ့ကြီး နှင့် မိတ်ဆက်ပေးရာမှာ ရသေ့ကြီးမှာ တိုင်းရင်းဆေးကုသမှု၌ အစွမ်းထက်သူဖြစ်ကြောင်း၊ သူ၏ တူတော်မောင် ဆရာဝန်တစ်ဦး လေဖြတ်၍ မထနိုင်ဖြစ်နေသည်ကို ဤရသေ့ကြီးကုသပေးသဖြင့် ခုနစ်ရက် တစ်ပတ်အတွင်းလူကောင်းပကတိဖြစ်သွားကြောင်း ဖြော့ပြ ပါသည်။ ဤတွင် ကျွန်တော်ဇနီးမှာလည်း လေဖြတ်၍ အိပ်ရာမှ

မထနိုင်သည်မှာ လေးလခန့် ရှိသွားပြီဖြစ်ကြောင်း၊ မိတ္ထီလာမြို့ရှိ ဆရာဝန်ကြီးများနှင့် ကုသရာ မသက်သာသေးသဖြင့် နက်ဖြန်တွင် တောင်ကြီး စပ်စံထွန်းဆေးရုံသို့ ပို့ဆောင်ကုသရန်စီစဉ်နေကြောင်း ပြောပြပါသည်။ ထိုအခါ ရသေ့ကြီးက သူသာ ကုသခွင့်ရပါလျှင် တစ်ပတ်အတွင်း ပျောက်ကင်းသွားမည်ဖြစ်ကြောင်း ပြောပြပါသည်။

ကျွမ်းကျင်သူဆရာဝန်ကြီးများနှင့် လေးလခန့် ကြိုးစားကုသ၍ မပျောက်နိုင်သော ရောဂါကြီးတစ်ခုကို ခုနစ်ရက်အတွင်း ပျောက်အောင် ကုမည်ဆိုသည် ရသေ့ကြီး၏ စကားကို ကျွန်တော်မယုံပါ။ သို့သော် ဟုတ်သော်ရှိ မဟုတ်သော်ရှိ ခုနစ်ရက်တစ်ပတ်တော့ စမ်းကြည့်မည် ဟူသော စိတ်ဖြင့် တောင်ကြီးမြို့သို့သွားရောက်ရန် အစီအစဉ်ကို ခေတ္တရွှေ့ဆိုင်းကာ ရသေ့ကြီး၏ ကုသမှုကို ခံယူခဲ့ပါသည်။

ရသေ့ကြီး၏ ကုထုံးမှာ ထူးထူးထွေထွေဆန်းဆန်းပြားပြား မရှိလှပါ။ လိမ်းဆေးတစ်မျိုးကိုပေး၍ မကြာခဏ လိမ်းစေပါသည်။ ထို့နောက် ကျွန်တော့်အား ဆေးတောင့်ကလေး တစ်တောင့်ပေး၍ အဆိုပါ ဆေးတောင့်ကလေးဖြင့် ခြေချောင်းကလေးများနှင့် လက်ချောင်းကလေးများကြားတွင် ညှပ်ကာ ဖြည်းဖြည်းချင်းလှည့်စေ ပါသည်။ ဆေးလိမ်းစဉ်နှင့် ဆေးတောင့်လှည့်စဉ်ရွတ်ဆိုရန် ဂါထာလေး တစ်ပုဒ်လည်း ပေးပါသည်။ ကျွန်တော့် ဇနီးမှာ ရောဂါပျောက်ချင် လွန်း၍ ဆေးကို မကြာခဏလိမ်းပါသည်။ ဂါထာကိုလည်း ရွတ်ပါ သည်။ ကျွန်တော်ကလည်း ရသေ့ကြီး ညွှန်ကြားသည့်အတိုင်း ဆေးတောင့်လှည့်၍ ဂါထာကို ယုံကြည်စွာရွတ်ဆိုပါသည်။ သုံးရက်ခန့် အထိ ရောဂါမှာ ထူးခြားမှု မရှိသော်လည်း ငါးရက်မြောက်နေ



နံနက်တွင်မူ လေးလခန့်မထနိုင်အောင် ဒုက္ခပေးခဲ့သော ရောဂါကြီး သည် ယူပစ်လိုက်သကဲ့သို့ ပျောက်သွားပါတော့သည်။ ထိုစဉ်က ကျွန်တော်တို့မိသားစုမှာ မိတ္ထီလာမြို့ ဆရာအတတ်သင် ကျောင်းဝင်း အတွင်းရှိ ကျောင်းအုပ်ကြီးအိမ်တွင် နေထိုင်ခဲ့ခြင်းဖြစ်ရာ တစ်ကျောင်း လုံးရှိ ဆရာ၊ ဆရာမများ၊ ဝန်ထမ်းများနှင့် သင်တန်းသား သင်တန်း သူ များပါတအံ့တဩ ဖြစ်ကြရပါသည်။

ကျေးဇူးရှင် ရသေ့ကြီးသည် ကျွန်တော်တို့ဆရာအတတ်သင် မိသားစု စုပေါင်းတည်ထားသော ကျောင်းဝင်းအတွင်းရှိ ဘုရားဓမ္မာရုံ တွင် သီတင်းနစ်ပတ်ခန့်နေသွားပြီးနောက် လျှိုင်ကော်မြို့သို့ကြွသွား ပါသည်။ ရသေ့ကြီး၏ ထူးခြားချက်မှာ တစ်နေ့လျှင် အနည်းဆုံး ကိုးနာရိမျှ ပုတီးစိပ်ခြင်းပင် ဖြစ်ပါသည်။

၁၉၅၅ ခု၊ ဒီဇင်ဘာလလယ်လောက်တွင် ဘရသေ့သည် လျှိုင်ကော်မြို့မှ မိတ္ထီလာမြို့သို့ ပြန်ကြွလာပါသည်။ ဆရာအတတ်သင် ကျောင်းဝင်းအတွင်းရှိ ဘုရားဓမ္မာရုံတွင်ပင် သီတင်းသုံးပါသည်။

ရသေ့ကြီးရောက်၍ နောက်တစ်နေ့တွင်ပင် ဘရသေ့၏ ဆေးတောင့်ကို ထပ်မံစမ်းကြည့်လို၍ ခေတ္တပေးငှားပါရန် မေတ္တာရပ်ခံ ပါသည်။ ဘရသေ့မှာ ဤဆေးတောင့်ကို မည်သည့်အခါကမျှ ပေးမငှားဖူးကြောင်း၊ ကျွန်တော်နှင့်မူထိုက်သင့်၍ ခေတ္တပေးငှားမည် ဖြစ်ကြောင်း၊ စမ်းသပ်လိုက စမ်းသပ်နိုင်ကြောင်းပြောကာ ဆေးတောင့် ကို ပေးပါသည်။



ကျွန်တော်သည် ပထမ၌ ကျောင်းတွင်းမိသားစုနှင့် သင်တန်းသား၊ သင်တန်းသူများကို စမ်းသပ် ကုသပါသည်။ ၎င်းတို့က ပျောက်ကင်းကြကြောင်း အဆင့်ဆင့်ပြောကြားရာမှ နောင်တွင် ရုပ်နီ၊ ရုပ်ဝေးမှ လူနာများ ရောက်လာကြပါတော့သည်။ ကျွန်တော်သည် နေ့စဉ် ညနေ လေးနာရီမှ ည ကိုးနာရီအထိ အခမဲ့ကုသပေးခဲ့ရာ လေးလခန့်အတွင်း လူနာ ၃,၀၀၀ ခန့် ပျောက်ကင်းချမ်းသာကြသည်ကို တွေ့ရပါသည်။

ဤတွင် ဘရသေ့၏ သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်နှင့်တကွ ဘရသေ့ဖော်စပ်သည့် သောက်ဆေး၊ လိမ်းဆေးများကို ကျွန်တော်အကြွင်းမဲ့ ယုံကြည်ခဲ့ပါသည်။ သို့ပါ၍ ဆေးတောင့်၏အစွမ်းထက်ပုံကို နိုင်ငံတော်သို့ တင်ပြရန် ရဲဝံ့စွာဆုံးဖြတ်လိုက်ပါသည်။ ထိုသို့ဆုံးဖြတ်လိုက်ပြီးနောက် ကျွန်တော်စာလေးစောင် ရေးသားပါသည်။ ထိုစာလေးစောင်ကို ထိုစဉ်က နိုင်ငံတော်အကြီးအကဲများထံသို့ ပို့ပေးခဲ့ပါသည်။

စာပါအကြောင်းအရာ အကျဉ်းချုပ်မှာ ကျွန်တော်ဇနီး လေဖြတ်၍ ကျွမ်းကျင်သူဆရာဝန်ကြီးများနှင့် လေးလခန့်ကုသရာ မပျောက်ကြောင်း၊ ရသေ့ကြီးရောက်လာ၍ သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်ဖြင့် ကုသရာ ငါးရက်ဖြင့် ပျောက်ကင်းခဲ့ကြောင်း၊ ယခု ကျွန်တော်ကိုယ်တိုင် သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်နှင့် သောက်ဆေး၊ လိမ်းဆေးတို့ကို အသုံးပြု၍ ကုသရာ လေးလခန့်အတွင်း လူနာ ၃၀၀၀ ခန့် ပျောက်ကင်းချမ်းသာကြကြောင်း၊ အဓိကကုသသော ရောဂါများမှာ သွေးတိုး၊ နှလုံး၊ လေငန်း၊ လေးဘက်နာ၊ သွေးကြောပိတ်ရောဂါနှင့် အကြောနှင့်ဆိုင်သော ရောဂါများဖြစ်ကြောင်း၊ သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်နှင့် သောက်ဆေး၊



လိမ်းဆေးများမှာ တိုင်းရင်းဆေး စစ်စစ်ဖြစ်၍ အမှန်အစွမ်းထက်သည်မှာ ကိုယ်တွေ့ဖြစ်ကြောင်း၊ နိုင်ငံခေါင်းဆောင်ကြီးများ၏ ကျန်းမာရေးကို တစ်တပ်တစ်အား ကြည့်ရှုစောင့်ရှောက်လိုကြောင်း၊ ဟုတ်မဟုတ် အစမ်းသပ်ခံသည့်အနေဖြင့် ကျားလူနာ ၁၀ ဦး၊ မ လူနာ ၁၀ ဦးကို ရက်သတ္တ တစ်ပတ်အတွင်း ပျောက်ကင်းအောင်ကုသမည်ဖြစ်ကြောင်း ရေးသားလိုက်ပါသည်။ ၎င်းစာပေးပို့ပြီး ဘရသေ့နှင့်အတူ ပြည်မြို့သို့ သွားရောက်ခဲ့ရာ ပြည်မြို့တွင် ကိုးရက်အတွင်း လူ ၁၄၀၀ ခန့် ကုသခဲ့ရပါသည်။ ကုသမှုအားလုံးကို ကျွန်တော်ကိုယ်တိုင် ဆောင်ရွက်ခဲ့ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

အထက်ဖော်ပြပါ ပေးပို့စာအရ ထိုစဉ်က နိုင်ငံတော်၏ အဖွဲ့အစည်းမှ ကျွန်တော့်အား ၂၃၊ ၄၊ ၈၆ နေ့အရောက် ရန်ကုန်သို့ လာရောက်ရန်နှင့် လိုအပ်သောဆေးဝါးများ ပြည့်စုံစွာ ယူဆောင်လာရန် ဖုန်းဆက် အကြောင်းကြားပါသည်။ အခြေခံပညာဦးစီးဌာန ညွှန်ကြားရေးမှူးချုပ်မှလည်း အလားတူအကြောင်းကြားပါသည်။

ကျွန်တော်သည် မိမိကိုယ်မိမိ ယုံကြည်ချက်ရာနုန်းပြည်ဖြင့် ဆေးဝါးအပြည့်အစုံယူဆောင်ကာ ရန်ကုန်မြို့သို့သွားရောက်ခဲ့ပါသည်။ ၂၄၊ ၄၊ ၈၆ နေ့၊ နံနက် ၉ နာရီတွင် ထိုစဉ်က နိုင်ငံတော်၏ အဖွဲ့အစည်းမှ လာရောက်ခေါ်ဆောင်ပါသည်။ ထိုဌာနတွင် အကြီးအကဲများနှင့် ရုံးခန်းတွင် တွေ့ဆုံပါသည်။

အကြီးအကဲများက ကျွန်တော်၏ စာပါအတိုင်းမိမိတို့ပေးမည့် လူနာများကို ရက်သတ္တပတ် တစ်ပတ်မျှ အစမ်းကုသပြစေလိုကြောင်း၊

ကျေနပ်မှုရှိလျှင် အကြီးအကဲတစ်ဦးအား ကုသစေမည်ဖြစ်ကြောင်း ပြောပြပါသည်။ ကျွန်တော်ကလည်း ရဲဝံ့စွာ တာဝန်ယူလိုက်ပါသည်။

ကျွန်တော့်အား ၂၆၊ ၄၊ ၈၆ နေ့မှ စ၍ ထိုစဉ်က ထိုဌာနချုပ်မှ အကြီးအကဲ နှစ်ဦးအိမ်တွင် လူနာ ၅၀ ခန့်ကို စမ်းသပ်ကုသစေခဲ့ပါသည်။ ကျွန်တော့်အား မူလအစီအစဉ်အရ ရက်သတ္တပတ် တစ်ပတ်ခန့် ကုသပြုရန် ပြောကြားခဲ့သော်လည်း နှစ်ရက်ကုသရုံမျှနှင့်ပင် ကျေနပ်ကြပါသဖြင့် ၂၈၊ ၄၊ ၈၆ နေ့တွင် အကြီးအကဲတစ်ဦးအား စတင်ကုသစေပါသည်။ လူနာကလည်း ကျွန်တော်၏ ကုသမှုကို ကျေနပ်အားရပါသဖြင့် ၉၊ ၆၊ ၈၆ နေ့တွင် အခြားအကြီးအကဲတစ်ဦးအား စတင်ကုသရန် စီစဉ်ပါသည်။ ရန်ကုန်တွင် ရောက်ရှိနေခိုက် လူကြီးများအား ကုသနေစဉ် အားလပ်ချိန်များ၌ အခြားလူနာ ၅၀ ခန့်ကိုလည်း နေ့စဉ် ကုသပေးခဲ့ပါသည်။

ကျွန်တော်၏ ကုသမှုကို လူကြီးများအားလုံးက ကျေနပ်လက်ခံပါသဖြင့် ကျွန်တော့်အား ပညာရေးအထူးအရာရှိအဖြစ် ရာထူးတိုးမြှင့်ကာ ရန်ကုန်မြို့သို့ ခေါ်ယူခဲ့ပါသည်။ နေထိုင်ရန် တိုက်ခန်းလည်း ချထားပေးပါသည်။

ကျွန်တော်သည် ၁၁၊ ၇၊ ၈၆ နေ့မှစ၍ ပညာရေးဝန်ကြီးရုံးအထူးအရာရှိ တာဝန်ကို စတင်ထမ်းဆောင်ရပါသည်။ သို့သော် ကျွန်တော်၏ အဓိကတာဝန်မှာ နိုင်ငံခေါင်းဆောင်ကြီးများနှင့်တကွ လုပ်သားပြည်သူများ၏ ကျန်းမာရေးကို ပြုစုစောင့်ရှောက်ရန် ဖြစ်ပါ

သည်။ လိုအပ်သည့် သောက်ဆေး၊ လိမ်းဆေးများ ဖော်စပ်ရန် အတွက် ဆေးဝါးကုန်ကြမ်းများ ဝယ်ယူရရှိရေးကိုလည်း ထိုစဉ်က ဌာနတစ်ခုမှပင် စီစဉ်ဆောင်ရွက်ပေးပါသည်။

ကျွန်တော်သည် ရန်ကုန်မြို့သို့ ရောက်ရှိချိန်မှစ၍ တစ်နေ့လျှင် ပျမ်းမျှ လူနာ ၁၅၀ အထိ အခမဲ့ စေတနာဖြင့် ကုသပေးခဲ့ပါသည်။ လူနာမှာ များပြားလွန်းပါသဖြင့် ပထမ တိုက်ကြိုပေးသော စနစ်ကို ကျင့်သုံးခဲ့ပါသည်။ နောင်တွင် တိုက်ပေးသောစနစ်ဖြင့် ထိန်းမရသောကြောင့် ကြိုတင်အမည်ပေးစနစ်ကို ကျင့်သုံးခဲ့ရပါသည်။ အချို့စိတ်ရှည်ရှည်ဖြင့် လနှင့်ချီ၍ ကုသမှုကိုခံယူရန် စောင့်ကြပါသည်။

တစ်ခါတစ်ရံ ကျွန်တော့်ကိုယ်ကျွန်တော် အံ့သြနေပါသည်။ သာမန် ပညာရေးအမှုထမ်းတစ်ဦးက ရန်ကုန်မြို့ကြီးသို့ တက်၍ နိုင်ငံခေါင်းဆောင်ကြီး အားလုံးလောက်နီးပါးနှင့်တကွ နေ့စဉ် လူနာ ၁၅၀ ခန့်ကို ဟိုးလေးတကျော် ကုသနေရသည်မှာ အိပ်မက်လေလား ဟုပင် ထင်မြင်မိပါသည်။

လူနာများကလည်း ရောဂါသက်သာကြသည်၊ ပျောက်ကြသည်ဟု ပြောကြပါသည်။ ကျွန်တော်လည်း ပီတိဖြစ်၍ မဆုံးတော့ပါ။ ဆေးဝါးကုသပေးဖူးသူ ဆရာဝန်ကြီးများ၊ ဆေးဆရာကြီးများတိုင်း ကျွန်တော်၏ ပီတိမျိုးကို ခံစားဖူးကြပါလိမ့်မည်။ လူနာများမှာ အထက်မြစ်ကြီးနားမှသည် အောက်ဘက် မြိတ်၊ ထားဝယ်၊ ကော့သောင်းမြို့များမှပင် လာကြပါသည်။ ကျွန်တော့်ထံ လာရောက်သမျှ လူနာအားလုံး ရောဂါပျောက်သည်ဟု မဆိုနိုင်သော်လည်း အနည်းဆုံး ရာခိုင်နှုန်း ၈၀ ခန့်တော့ ပျောက်ကြပါသည်ဟု ပြောနိုင်ပါသည်။



ထိုစဉ်က နိုင်ငံတော်အကြီးအကဲက ကျွန်တော်အား ပြည်တွင်း ပြည်ပ ခရီးစဉ်များတွင် ခေါ်ဆောင်သွားလေ့ရှိသဖြင့် ပြည်ပနိုင်ငံများ တွင်ပါ သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်ဖြင့် ကုသခွင့်ရခဲ့ပါသည်။ အမေရိက ၊ ဆွစ်ဇာလန်၊ အနောက်ဂျာမနီနှင့် ထိုင်းနိုင်ငံတို့မှ လူနာအချို့မှာ မြန်မာပြည်သို့ လိုက်ပါလာကြပြီး ကျွန်တော်၏ ကုသမှုကို ခံယူခဲ့ ကြပါသည်။ မြန်မာပြည်တွင်းမှ နိုင်ငံခြား သံအမတ်ကြီးများ၊ သံရုံးအဖွဲ့ဝင်များကလည်း ကုသမှုကိုယုံကြည်စွာ ခံယူကြပါသည်။

ယနေ့ထိ ကျွန်တော်၏ ဆေးကုသသက် ခုနစ်နှစ်တာ ကာလအတွင်း လူနာပေါင်း ၆၀,၀၀၀ ခန့် ကုသပေးခဲ့ပြီဖြစ်၍ အဆိုပါလူနာ ၆၀,၀၀၀ ခန့်တွင် နိုင်ငံတော်အကြီးအကဲများမှ အစ တပ်မတော်အရာရှိကြီးများ၊ ဆရာဝန်ကြီးများနှင့် ပြည်ပ နိုင်ငံများမှ လူနာများပါ ပါဝင်ပါသည်။ သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်ကို အကြောင်းပြု၍ နိုင်ငံ အတော်များများသို့လည်း ကျွန်တော် ရောက်ရှိခဲ့ရပါသည်။

နေ့စဉ် ကုသရသည့်လူနာမှာ များပြားလွန်းပါသဖြင့် ဆေး ကုသရေးဘက်တွင် ပိုမိုအချိန်ပေးနိုင်ရန် အလိုငှာ ကျွန်တော် အသက် ၆၀ မပြည့်မီ ပညာရေးဌာနမှ အငြိမ်းစားယူခဲ့ပါသည်။

သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်၏ အစွမ်းကား အမှန်ပင် ထက်မြက်လှ ပါသည်။ သံသယရှိရန် မလိုပါ။ သံသယရှိခဲ့ပါလျှင်လည်း အချိန်မရွေး ရဲဝံ့စွာ အစမ်းသပ်ခံနိုင်ပါသည်။

ဆေးတောင့်၏ စွမ်းရည်မှာ လူနာတွင် ရောဂါ ရှိ မရှိ၊ ရှိပါက ရောဂါအတိမ်အနက်ကို စမ်းသပ် ဖော်ထုတ်နိုင်ရုံမျှမက တစ်ချိန်တည်းတွင် တိုတောင်းသောကာလအတွင်း ရောဂါ ပျောက်

ကင်းအောင် ကုသနိုင်သောစွမ်းရည်လည်း ရှိပါသည်။ ဆေးတောင့် ၏ စွမ်းရည်ကိုသိရှိနိုင်ရန် အချိန်များစွာ မစောင့်ဆိုင်းရပါ။ မိနစ်ပိုင်း အတွင်းတွင်ပင် သိနိုင်ပါသည်။

ဥပမာ- လူနာတစ်ဦးတွင် နှလုံးရောဂါ ရှိသည်ဆိုပါက ထိုလူနာ၏ ခြေချောင်းကလေးများနှင့် လက်ချောင်းကလေးများကြား တွင် ဆေးတောင့်ကိုညှပ်၍ သုံးမိနစ်ခန့် ဖြည်းဖြည်းချင်း လှိမ့်ကြည့်ရုံ မျှဖြင့် သိနိုင်ပါသည်။ ရောဂါရှိပါက လူနာ၏ ရင်ဝတွင်ဆိုတို့တို့ ဖြစ်လာတတ်ခြင်း၊ လက်ဝဲဘက် လက်မောင်းတစ်လျှောက်တွင် လည်းကောင်း၊ လက်ဝဲဘက်ရင်အုံနှင့် လက်ဝဲဘက်လက်ပြင်တို့တွင် လည်းကောင်း၊ ပူနွေးသောလျှပ်စီးလှိုင်း စီးဝင်ဘိသကဲ့သို့ ခံစားရတတ် ပါသည်။ အဆိုပါလူနာကို သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်ဖြင့် မကုသမီ လည်းကောင်း၊ ကုသဆဲကာလတွင်လည်းကောင်း၊ ကုသပြီး သုံးရက် ခန့် အကြာတွင်လည်းကောင်း အိမ်စိဂျီခေါ် နှလုံးရောဂါ စမ်းသပ်စက် ဖြင့် စစ်ဆေးကြည့်က တစ်ချိန်နှင့်တစ်ချိန် မတူကွဲပြားနေသည်ကို တွေ့ရပါမည်။ အကြောင်းမှာ ဆေးတောင့်၏ အဓိကစွမ်းရည်သည် တစ်ကိုယ်လုံးရှိ အချို့ ပိတ်ဆို့နေသော၊ အချို့ကျဉ်းမြောင်းနေသော သွေးကြော၊ လေ့ကြော၊ အာရုံကြောများကို တွန်းဖွင့်ပေးနိုင်သည့် စွမ်းရည်ရှိ၍ ဖြစ်ပါသည်။

ဤဆေးတောင့်ဖြင့် ကုသခြင်းသည် အန္တရာယ်ကင်းသဖြင့် အခြားကုသနည်းများထက် တစ်ပန်းသာပါသည်။ ဤဆေးတောင့်ဖြင့် ကုသသဖြင့် ရောဂါပျောက်ကင်းကြသည်သာ များပါသည်။ ပိုဆိုး လာခြင်း လုံးဝမဖြစ်ခဲ့ဖူးပါ။ သို့သော် ကုသသူရောဂါလက္ခဏာကို



အကဲခတ်တတ်ရန်ကားလိုပါသည်။ လူပြိုနိုးတစ်ယောက် ကောက်လှည့် လျှင်ကား ရောဂါမပျောက်သည့်အပြင် ဒုက္ခပင် ရောက်သွားနိုင် ပါသည်။ (ဤကဏ္ဍမှာ ဆေးတောင့်၏ ကဏ္ဍမဟုတ်ပါ။ ကုသသူ ၏ ပညာပိုင်းကဏ္ဍ ဖြစ်ပါသည်။) လူနာတိုင်းကို တစ်ပြေးညီပုံစံ ထားကာ ကုသ၍မရပါ။ ရောဂါအလိုက် ဆေးတောင့်ညှပ်မှု၊ ဆေးတောင့်လှည့်မှု၊ အလျှော့အတင်းရှိပါသည်။ အချို့လူနာများမှာ ဆေးတောင့်ဖြင့် ထိရုံမျှနှင့်ပင် ဆတ်ဆတ်ခါနာကျင်တတ်ကြသည်ကို တွေ့ရပါသည်။

အခြားရောဂါများဖြစ်သည့် လေငန်းရောဂါ၊ လေးဘက်နာ ရောဂါ၊ သွေးတိုးရောဂါ၊ သွေးကြောပိတ်ရောဂါ၊ အကြောနှင့် ပတ်သက်သောရောဂါ စသည်တို့ကို ကုသရာတွင်လည်း ရောဂါ အလျောက် သိသာထင်ရှားသော လက္ခဏာများပြသည်ကို တွေ့နိုင်ကြ ပါသည်။ လေဖြတ်ထားသဖြင့် ကိုယ်တစ်ခြမ်းသေကာ လန့်ချိပြီး ခြေလှုပ်မရ၊ လက်လှုပ်မရ ဖြစ်နေသည်ကို အချို့ မိနစ်ပိုင်းအတွင်း၊ အချို့ သုံးရက်ခန့်အတွင်း လှုပ်ရှားလာနိုင်ကြသည်ကို ကြိမ်ဖန်များစွာ တွေ့ဖူးပါသည်။

အချို့သမီးများတွင် အဖြစ်များတတ်သည့် ဇက်ကြောတက် ရောဂါမျိုးမှာမူ ဤဆေးတောင့်ဖြင့် သုံးရက်ခန့်ကုသရုံမျှဖြင့် ယူပစ် သလို ပျောက်ကင်းသွားတတ်ကြပါသည်။

ဆေးတောင့်၏ စွမ်းရည်ကို ရောဂါတစ်ခုချင်းအလိုက် ထုတ်ဖော် ရေးသားက ဆုံးနိုင်အံ့ပင် မထင်ပါ။

ဤဆေးတောင့်မှာ ဝိဇ္ဇာဓရနည်းအားဖြင့် ဖော်စပ်ထားသော ဆေးတောင့်ဖြစ်သဖြင့် သိပ္ပံနည်းအားဖြင့် စမ်းသပ်ဖော်ထုတ်ကုသ၍ မရနိုင်သော ရောဂါဆန်းတစ်မျိုးကိုလည်း စမ်းသပ်ဖော်ထုတ်ကုသနိုင် သည်ဟု ဤဆေးတောင့်ကို ဖော်စပ်ပေးသူ ရသေ့ကြီးက ဆိုပါသည်။ ဤဆေးတောင့်ဖြင့်ကုသရာတွင် အနည်းဆုံး ငါးပါးသီလ စောင့်ထိန်း ရန်၊ ဂါထာကိုယုံကြည်စွာ ရွတ်ဆိုရန်နှင့် လူနာအပေါ် မေတ္တာ အပြည့်အဝထားရှိရန် အမြဲညွှန်ကြားပါသည်။ ကျွန်တော်ကလည်း ဘာရသေ့ ညွှန်ကြားချက်အတိုင်း အတတ်နိုင်ဆုံး ကြိုးစားလိုက်နာ ပါသည်။

ထို့ကြောင့်ပင်လျှင် ကျွန်တော်ဆေးကုသစဉ် အံ့ဩစရာ အဖြစ်ဆန်းများ မကြာခဏ ကြုံရတတ်ပါသည်။ ဥပမာ- ဘေးလူအမြင်ဖြင့် ရောဂါမပြင်းထန်ဟု ထင်ရသော လူနာ တစ်ဦးကို ကျွန်တော် ဒီလူနာ မကြာမီရက်အတွင်း ကွယ်လွန် တော့မှာပါလားဟု သိနေတတ်ပါသည်။ အလားတူပင် ဆရာဝန်ကြီးများက ကုမရတော့ပါဟု ပြောလိုသောလူနာကို 'ခင်ဗျားရောဂါ သုံးရက်အတွင်း ပျောက်မယ်'ဟု ပြော၍ ကုသရာ အမှန်တကယ်ပင် ပျောက်သည့်သူများရှိပါသည်။ ထိုလူနာမျိုးနှင့်ပတ်သက်သည့် ဆရာဝန်ကြီးများ၏ ဆေး မှတ်တမ်းနှင့် ဓာတ်မှန်ဖလင်ပြားများကို ကျွန်တော်အမှတ်တရ သိမ်းထားပါသည်။ ယနေ့ထိ ထိုလူနာများ အသက်ရှင်ဆဲ ရှိကြပါသည်။

ဤဆေးတောင့် ကျွန်တော် လက်ဝယ်မရောက်မီ ၁၀ နှစ် လောက်ကစ၍ ထူးဆန်းသော နိမိတ်လက္ခဏာများဖြစ်လာသည်ဟု

ဆိုရမည်ထင်ပါသည်။ ကျွန်တော့် စိတ်ထဲဘုရားတစ်ဆူတည်ထား ကိုးကွယ်ဖို့ကိုသာ ဆန္ဒပြင်းပြနေပါသည်။ ၁၉၅၅ ခု၊ ပြည်မြို့ ဆရာအတတ်သင် ကျောင်းတွင် ကျောင်းအုပ်ကြီးအဖြစ် တာဝန် ထမ်းဆောင်စဉ်ကပင် ဘုရားတည်ရန် ကြိုးစားခဲ့ရာ မအောင်မြင်ခဲ့ပါ။ မိတ္ထီလာမြို့ ဆရာအတတ်သင်ကျောင်းသို့ ရောက်သောအခါ ဘုရား တစ်ဆူ မဖြစ်မနေတည်ခဲ့ပါသည်။ ဘုရားကို ဆရာအတတ်သင် ကျောင်းဝင်းအတွင်း တည်ထားခြင်းဖြစ်၍ ဘုရားတည်ရန် ပန္နက်ရိုက် သည့်နေ့မှ ထီးတော်တင်ပြီးသည့်နေ့အထိ ၁၁ ရက်သာ ကြာပါသည်။

ဘုရားတည်ရာတွင် ပြင်ပမှ အလှူငွေတစ်ပြားမှ ကောက်ခံခြင်း မပြုဘဲ ဆရာအတတ်သင် မိသားစုနှင့် ၁၉၈၁-၈၂ ပညာသင်နှစ် သင်တန်းသား၊ သင်တန်းသူများ၏ အလှူငွေဖြင့်သာ တည်ထားခဲ့ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ဆည်မြောင်းဦးစီးဌာန၊ စက်မှုလယ်ယာဦးစီးဌာနနှင့် သစ်တောဦးစီးဌာနတို့မှ သဲကား အစီး ၇၀ ခန့်နှင့် ထုံးကားတစ်စီး ကူညီကြပါသည်။ နောက်တစ်နှစ် ၁၉၈၃ တွင် အလျား ၃၆ ပေ၊ အနံ ၂၇ ပေရှိ ဓမ္မာရုံတစ်ဆောင်ကို ထပ်မံတည်ဆောက်ကြပါသည်။

ဤဘုရားနှင့် ဓမ္မာရုံသာမရှိပါက ရသေ့ကြီး ရောက်ရှိကောင်းမှ ရောက်ရှိလာမည်ဖြစ်၍ ဘုရားတည်ခဲ့ခြင်းနှင့် ဓမ္မာရုံဆောက်လုပ်ခြင်း တို့ကို ဖော်ပြခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ဤဆေးတောင့်နှင့် ပတ်သက်၍ ၁၉၈၆ ခု၊ ဇွန်လ ၆ ရက် နေ့တွင် ကျန်းမာရေးဝန်ကြီးဌာနဝန်ကြီး ဦးဆောင်သော ကျန်းမာရေး ဝန်ကြီးဌာန ညွှန်ကြားရေးမှူးချုပ်များအဖွဲ့သည် ကျွန်တော့်အား

ဝန်ကြီးများရုံးသို့ ခေါ်ယူမေးမြန်းဖူးပါသည်။ လူနာအချို့ကိုပေး၍ လည်း ကုသစေခဲ့ဖူးပါသည်။ သို့သော် ထိုအချိန်တွင် နိုင်ငံတော် အကြီးအကဲများကပါ ယုံကြည်စွာ လက်ခံ ကုသနေကြပြီဖြစ်၍ စမ်းသပ်ကုသမှုကို မလိုအပ်တော့ဟုဆိုကာ ရပ်တန့်စေခဲ့ပါသည်။

ယခုသော် ကျွန်တော်သည် နိုင်ငံတော် ငြိမ်ဝပ်ပိပြားမှု တည်ဆောက်ရေးအဖွဲ့မှ တရားဝင်ဖွဲ့စည်းပေးသော နိုင်ငံတော် တိုင်းရင်းဆေးဆရာအဖွဲ့တွင် အဖွဲ့ဝင်တစ်ဦးဖြစ်လာပါပြီ။ တရားဝင် ဆေးကုသခွင့်လက်မှတ်လည်း ရရှိပြီးပါပြီ။ ကျွန်တော် ထပ်မံဝန်ခံ လိုပါသည်။ ဤသို့သော အဆင့်သို့ ကျွန်တော် တစ်မဟုတ်ချင်း ရောက်ရှိလာသည်မှာ ကျွန်တော့်အစွမ်းကြောင့် မဟုတ်ပါ။ ကျေးဇူးရှင် ရသေ့ကြီးနှင့် ရသေ့ကြီးပေးသော သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်၏ အစွမ်း ကြောင့်သာ ဖြစ်ပါသည်။ ဆေးတောင့်၏ အစွမ်းသည် လူတစ်ယောက် ၏ ဘဝကို တစ်ဆစ်ချိုး ပြောင်းလဲစေရုံမျှသာမက လူသားများစွာတို့၏ အသက်များကိုလည်း ကယ်တင်နိုင်ခဲ့ပြီဖြစ်ပါသည်။ ဆက်လက်၍ လည်း ကယ်တင်နေဦးမည်ဖြစ်ပါသည်။ ဤဆေးတောင့်သည် ဒဏ္ဍာရီ ထဲမှ ပုံပြင်ဆေးတောင့် မဟုတ်ပါ။ ယနေ့အထိ မည်သူမဆို ကြည့်ရှုနိုင်သော လက်တွေ့ အစမ်းအသပ်ခံနိုင်သော ဆေးတောင့် ဖြစ်ပါသည်။

သို့သော် ဤဆေးတောင့်တွင် အားသာချက်များ ရှိသကဲ့သို့ အားနည်းချက်များလည်း ရှိနိုင်ပါသည်။ အားနည်း ချက်ကို အားသာချက်များ ဖြစ်လာစေရန်နှင့် ခေတ်မီတိုးတက်



လာစေရန် အနောက်တိုင်း ဆေးပညာရှင် ဆရာဝန်ကြီးများ၏ အကြံဉာဏ်နှင့် အကူအညီကို ရယူသင့်သည်ဟု ယူဆပါသည်။

သို့ပါ၍ ဤဆောင်းပါးဖြင့် အနောက်တိုင်းဆေးပညာရှင် ဆရာဝန်ကြီးများအား လေးစားစွာ မေတ္တာရပ်ခံလိုပါသည်။

မြန်မာ့တိုင်းရင်းဆေးပညာ ခေတ်မီ တိုးတက်လာစေရေး အတွက် ကျွန်တော်များ တိုင်းရင်းဆေးဆရာအဖွဲ့နှင့် ပူးပေါင်း ဆောင်ရွက်ကြပါရန် လှိုက်လှဲစွာ ဖိတ်ခေါ်အပ်ပါသည် ဟူ၍။

\*

သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်နှင့် လေငန်းရောဂါ

သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်အကြောင်း ၁၉၉၃ ခု၊ မတ်လထုတ် နက္ခတ္တ ရောင်ခြည်မဂ္ဂဇင်းတွင် ကျွန်တော်ဆောင်းပါးတစ်ပုဒ် ရေးသားခဲ့ဖူး ပါသည်။

ထိုစာအုပ်တွင် သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်အစွမ်းကို မြင်တွေ့ကြရသည့် အတွက် ပြည်တွင်းမှာသာမက နိုင်ငံခြားတိုင်းပြည်များကပါ ချီးကျူး ကြ၊ အံ့ဩကြ၊ မြန်မာ့ဆေးပညာကို အထင်ကြီးကြပုံနှင့်တကွ ဤ ဆေးတောင့်အစွမ်းကြောင့် ကျွန်တော် တစ်မဟုတ်ချင်း တိုင်းရင်းဆေး သမားတော်အဖွဲ့ဝင်တစ်ဦး ဖြစ်လာပုံတို့ကို ရေးသားဖော်ပြခဲ့ပါသည်။

ကျွန်တော်ရေးသားခဲ့သော အဆိုပါ ဆောင်းပါးကို ဖတ်ရှုရသူ၊ စာဖတ်ပရိသတ်များမှာ ဆေးတောင့်အပေါ်တွင် လွန်စွာ စိတ်ဝင်စား ကြသဖြင့် ဆေးတောင့်အကြောင်း အသေးစိတ် ရေးသားဖော်ပြပေး ပါရန် မေတ္တာရပ်ခံလာကြပါသောကြောင့် ဤဆောင်းပါးကို ထပ်မံ ရေးသား ဖော်ပြအပ်ပါသည်။

ယခင်ဆောင်းပါး၌ ဖော်ပြခဲ့သည့်အတိုင်း ကျွန်တော်သည် တိုင်းရင်းဆေးဆရာတစ်ဦး မဟုတ်ပါ။ သာမန် ပညာရေးဝန်ထမ်း တစ်ဦးမျှသာ ဖြစ်ပါသည်။

သာမန် ပညာရေးဝန်ထမ်းတစ်ဦးအား ဆေးကုသသက် သုံးနှစ် တာ ကာလအတွင်း နိုင်ငံတော်တွင် တိုင်းရင်းဆေးနှင့်ပတ်သက်၍ အမြင့်ဆုံးဖြစ်သည့် တိုင်းရင်းဆေးဆရာအဖွဲ့တွင် အဖွဲ့ဝင်တစ်ဦးအဖြစ် နိုင်ငံတော်မှ ရွေးချယ်တာဝန်ပေးအပ်ခဲ့ပါသည်။ ယင်းမှာ ကျွန်တော်၏ အစွမ်းကြောင့်မဟုတ်ဘဲ ဤဆေးတောင့်အစွမ်းကြောင့်သာ ဖြစ်ကြောင်း ထပ်လောင်းဝန်ခံပါသည်။

ယခုအပတ်တွင် ဤဆေးတောင့်ကိုအသုံးပြုလျက် လူသားတို့ အား ကြောက်စရာကောင်းလောက်အောင် ဒုက္ခပေးလျက်ရှိသည့် လေငန်းရောဂါအကြောင်းကို ကုသပုံ၊ ကုသနည်းနှင့်တကွ ရေးသား ဖော်ပြသွားပါမည်။

လေငန်းရောဂါသည် မြန်မာပြည်သူလူထုကိုသာမက ကမ္ဘာ လူသား အားလုံးကိုပါ ဒုက္ခပေးနေသော ကြောက်စရာ ရောဂါကြီး ဖြစ်ပါသည်။

ဤရောဂါကို ပြင်းပြင်းထန်ထန် တစ်ကြိမ်ခံစားရလျှင်ပင် ပကတိ လူကောင်းတစ်ယောက်ကဲ့သို့ လှုပ်ရှားသွားလာနိုင်ရန် အလွန် အလွန် ခဲယဉ်းသွားပြီ ဖြစ်ပါသည်။

တစ်ကြိမ်မှ နှစ်ကြိမ်၊ သုံးကြိမ်အထိ ခံစားရပါမူ လုံးဝ လူစဉ်မမီနိုင်တော့ဘဲ နောက်ဆုံးတွင်ဘဝနိဂုံး ချုပ်ကြရသည်သာ များပါသည်။

ဤမျှ ကြောက်စရာကောင်းလှသော လေငန်းရောဂါဆိုးကြီးကို ကုသရာတွင် မြန်မာ့ဆေးပညာသည် အနောက်တိုင်းဆေးပညာထက် သာကောင်းသာမည် နိမ့်ကျမှုကား မရှိပါဟု ရဲဝံ့စွာပြောကြားလိုပါ သည်။

မေတ္တာသည် အေးချမ်း၏။ သစ္စာသည် ဆေးစွမ်း၏။ ကတိသစ္စာတည်သောခါဝယ်၊ ဩဇာလေးနက် ပေါ်ဆီတက်၍၊ နွယ်မြက်သစ်ပင် ဆေးဘက်ဝင်၏။

ဟူသော စကားများကဲ့သို့ ကုသသူ မြန်မာသမားတော်များ၏ မေတ္တာနှင့် သစ္စာအပြင် ရှေးသမားတော်စဉ်ဆက်က သုံးစွဲခဲ့သော အစွမ်းထက်လှသည့် မြန်မာတိုင်းရင်းဆေးများ၏ အစွမ်းကြောင့်လည်း ဖြစ်ပါသည်။

ယခု ကျွန်တော်လက်ဝယ် ကိုင်တွယ်အသုံးပြုနေသည့် သိဒ္ဓိဝင် ဆေးတောင့်သည် ကျေးဇူးရှင် ဘရသေ့ ချီးမြှင့်ထားသော မြန်မာ တိုင်းရင်းဆေးသက်သက်ဖြစ်ပါသည်။

ဤဆေးတောင့်၏ အစွမ်းကြောင့်ပင်လျှင် ကြောက်စရာ ရောဂါကြီးများဖြစ်ကြသည့် လေငန်းရောဂါ၊ သွေးတိုးရောဂါ၊ နှလုံး ရောဂါနှင့် လေးဘက်နာရောဂါများကို ခံစားနေရသူဝေဒနာရှင် ရာပေါင်းများစွာတို့အား ကယ်တင်နိုင်ခဲ့ပြီဖြစ်ပါသည်။ ဆက်လက်၍ ကယ်တင်နေဦးမည်လည်း ဖြစ်ပါသည်။

လေငန်းရောဂါကို ကုသရာတွင် သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့် တစ်ခု တည်းဖြင့်သာ ကုသခြင်းမဟုတ်ဘဲ သမားတော် အစဉ်အဆက်တို့

သုံးစွဲခဲ့ကြသည့် သောက်ဆေး၊ လိမ်းဆေးများကိုလည်း အသုံးချ ကုသခဲ့ပါသည်။

သို့သော် သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်က ကုသမှု၏ အဓိကပစ္စည်းဖြစ်၍ ၎င်းဆေးတောင့်ကပင် ရောဂါဝေဒနာ၏ သုံးပုံနှစ်ပုံကို နုတ်ယူ ပျောက်ကင်းစေခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

လနှင့်ချီ၍ ခြေလှုပ်မရ၊ လက်လှုပ်မရ ဖြစ်နေသော လေငန်းရောဂါ ဝေဒနာရှင်များ၏ ခြေလက်တို့ကို အချို့ နာရီပိုင်းအတွင်း၊ အချို့နှစ်ရက်သုံးရက်အတွင်း လှုပ်ရှား လာနိုင်အောင် ဆောင်ရွက်နိုင်ခြင်းမှာ သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်၏ အစွမ်းပင် ဖြစ်ပါသည်။

အချို့လူနာမှာ ကျွန်တော့်ထံလာစဉ်က တောင်ဓားအကူအညီ ဖြင့် လာခဲ့ရာ အပြန်တွင်တောင်ဓားမေ့ကျန်သည်အထိ အခြေအနေ ကောင်းသွားကြသည်ကို ပီတိဖြစ်စဖွယ် ကြိမ်ဖန်များစွာ တွေ့ဖူးခဲ့ရ ပါသည်။

ဆေးတောင့်၏ အရွယ်အစားကို ဖော်ပြရပါမူ အလျား မှာ တစ်လက်မခွဲခန့်ရှိ၍ လုံးပတ်မှာ ဖယောင်းတိုင်လုံးခန့်ရှိပြီး ဖယောင်းတိုင်ကဲ့သို့ပင် ပြောင်ချောနေပြီး အနက်ရောင်ရှိသော ဆေးတောင့်ကလေးပင် ဖြစ်ပါသည်။

အမှတ်မထင်ကြည့်ရှုပါက ဓာတ်ခဲအတွင်းမှ ကာဗွန်ချောင်းနှင့် အတန်ငယ်တူပါသည်။ သို့သော် ဆေးတောင့်က အဖျားပိုင်း အနည်းငယ်ရှူး၍ အရင်းပိုင်း အနည်းငယ် တုတ်ပါသည်။

ကုသပုံ ကုသနည်းမှာ

လူနာအားခုတင်ပေါ်တွင် ခြေဆင်း၍ ထိုင်စေပြီး ခြေချောင်း ကလေးများနှင့် လက်ချောင်းကလေးများကြားတွင် ဆေးတောင့်ကို ညှပ်ကာ ဖြည်းညင်းစွာ လှည့်ပေးခြင်းဖြစ်ပါသည်။

ဆေးတောင့်ကို ခြေချောင်းကလေးများနှင့် လက်ချောင်း ကလေးများအကြား ညှပ်ရာတွင် လက်ဖြင့်တအား ညှစ်ထား ခြင်းမဟုတ်ဘဲ အဆိုပါ ခြေချောင်းလက်ချောင်းများအကြားရှိ အကြောကလေးများနှင့် ဆေးတောင့်ကို ထိသည်ဆိုရုံမျှသာ လက်ဖြင့်ထိန်းပေးကာ ဖြည်းဖြည်းချင်း လှည့်ပေးခြင်း ဖြစ်ပါ သည်။

ဤသို့ ဆေးတောင့်လှည့်ရာတွင် ရောဂါကင်းရှင်းသူဖြစ်ပါက ခံစားမှုဝေဒနာလုံးဝမရှိတတ်ကြပါ။ သို့သော် တစ်ကိုယ်လုံး ထုံကျဉ် ကိုက်ခဲ၍ လေဖြတ်အံ့ဆဲဆဲ ဝေဒနာခံစားနေရသူများနှင့် လေးဘက်နာ ဝေဒနာရှင်များမှာမူ စူးရှသော ဝေဒနာတစ်မျိုးကို ခံစားကြရတတ်ပါ သည်။

သို့သော် ခံစားရမှုမှာ တာရှည်မဟုတ်ဘဲ ဆေးတောင့်နှင့် ခြေချောင်း၊ လက်ချောင်းကလေးများ ထိထားချိန် စက္ကန့်ပိုင်းမျှသာ ခံစားရခြင်းဖြစ်ပါသည်။

ဤခံစားမှုနှင့် ပတ်သက်၍ ဆေးတောင့်ပိုင်ရှင် ဘရသေ့က ဤသို့ အမိန့်ရှိဖူးပါသည်။

ရောဂါရှိတဲ့သူကို ဆေးတောင့်နဲ့ လှည့်ရင် နာရမယ်။ နာရင် ရောဂါပျောက်ရမယ်။ အေး ဆေးတောင့်ထည့်ပြီး ဘယ်လိုပဲလှည့်လှည့် လုံးဝမနာဘူး။ ခံစားမှုဝေဒနာလုံးဝမရှိဘူး

ဆိုရင် အဲဒီရောဂါဟာ ဒီဆေးတောင့်နဲ့ မအပ်စပ်လို့ရင်လဲ ဖြစ်ရမယ်။ မအပ်စပ်တဲ့ရောဂါကို ဆက်ကုရင်လဲ မပျောက် နိုင်ဘူး။

အေး တစ်ခုတော့ရှိတယ်။ တချို့ရောဂါတွေက ပိတ်ဆို့ နေတတ်တယ်။ တချို့ဝေဒနာရှင်တွေကျတော့ ပဋိဇီဝဆေးလို သိပ်ပြင်းထန်တဲ့ ဆေးကို အမြောက်အမြားသောက်ထားခဲ့လို့ ချက်ချင်းမတိုးတာမျိုးလည်း ရှိတတ်တယ်။

အဲဒီလို ရောဂါမျိုးကျတော့ တစ်ပတ်ကို သုံးရက်နှုန်းနဲ့ သုံးပတ်လောက်ဆက်ကုလိုက်။ များသောအားဖြင့် ပျောက်ကြလိမ့်မယ်။ အေး တစ်ပတ်သုံးရက်နှုန်းနဲ့ ကိုးရက်ကုလို့မှ မပျောက်တဲ့ရောဂါမျိုး ဆိုရင်တော့ အဘ အထက်ကပြောခဲ့သလိုပဲ ဆေးတောင့်နဲ့ မအပ်စပ်လို့ ဖြစ်လိမ့်မယ်။

အဲဒီလို ရောဂါ ဝေဒနာရှင်မျိုးကိုတော့ သား ဆက်ကုမနေနဲ့ အချိန်ကုန်ရုံပဲ ရှိမယ်။ ဝေဒနာရှင်ကိုလည်း ရှင်းရှင်းပဲ ပြောပြပြီး အခြားသင့်တော်ရာ ဆရာဝန်တစ်ဦးနဲ့ ပြောင်းလဲကုသဖို့ အကြံပြုလိုက် ပါဟု အမိန့်ရှိဖူးပါသည်။

ကျွန်တော်ကုသစဉ် အဆိုပါ ဝေဒနာရှင်အချို့ကို တွေ့ဖူးပါ သည်။ လူနာကိုကြည့်လျှင် လူဖြိုးသက်သက် တစ်ဦးကပင်လျှင် ထိုလူနာကိုကြည့်ရုံမျှဖြင့် နာတာရှည် ရောဂါဝေဒနာရှင်မှန်း သိသာ ထင်ရှားလှပါသည်။

အပြင်ပန်းအားဖြင့် ဤဝေဒနာရှင်တော့ ဆေးတောင့်နှင့် လှည့်လျှင် အတော်ကလေး ခံရတော့မည်ဟု ထင်စရာရှိပါသည်။

တကယ်တမ်း ဆေးတောင့်ထည့်၍လှည့်သောအခါ ထိလိုပင် ထိမှန်း မသိအောင် ထုံနေတတ်ပါသည်။

ဤသို့သော ဝေဒနာရှင်မျိုးကိုမူ ဘရသေ့ အကြံပြုသည့် အတိုင်း ကျွန်တော် ဆက်မကုတော့ဘဲ အခြားနှစ်သက်ရာ ဆရာတစ်ဦး ဖြင့် ကုသရန် တိုက်တွန်းလိုက်ပါသည်။

အဓိပ္ပာယ်မှာ ဤရောဂါကို ကျွန်တော်ကုလို့ မပျောက်နိုင်တော့၊ အခြားဆရာတစ်ဦး ကုသလျှင်မူ ပျောက်ကောင်းပျောက်နိုင်ပါသည် ဟူသော သဘောပင် ဖြစ်ပါသည်။ သို့သော် ဤသို့သော ဝေဒနာရှင် မျိုးကို တစ်ထောင်လျှင် တစ်ယောက်မျှပင် တွေ့ရခဲ့ပါသည်။ ဆိုလို သည်မှာ ဤဆေးတောင့်ဖြင့် ဝေဒနာရှင်တိုင်း၏ ရောဂါကို ပျောက်ကင်းအောင်ကုသနိုင်ပါသလောဟူသည့် ဝေဒနာရှင်အချို့၏ မေးခွန်းကို ဖြေကြားလိုက်ခြင်းပင် ဖြစ်ပါသည်။

ဝေဒနာရှင်အချို့က မေးကြပါသေးသည်။ ဤဆေးတောင့်တွင် မီးဓာတ်ပါသလော။ သို့တည်းမဟုတ် လျှပ်စစ်ဓာတ် ပါသလော။ ကင်ဆာရောဂါကို ကုလျှင်ကော မပျောက်နိုင်ဘူးလော စသည်ဖြင့် မေးခွန်းမျိုးကို ကျွန်တော် ဤသို့ ပြန်လည်ဖြေကြားလိုပါသည်။

မီးသည်ထိသောနေရာတိုင်းကို ပူစေတတ်၍ လျှပ်စစ်ဓာတ် သည် ထိသောနေရာတိုင်းကို ဓာတ်လိုက်စေတတ်ပါသည်။ ဤဆေး တောင့်မှာ ဤသို့မဟုတ်မူဘဲ ရောဂါမရှိသူဖြစ်ဘိမူ လုံးဝနာကျင်မှု မရှိတတ်ကြပါ။ ရောဂါရှိသူဖြစ်ပါမူ သင့်မှာ ရောဂါရှိနေပြီဟု သတိပေးလေဟန် နာကျင်မှုဝေဒနာကို ခံစားရတတ်ပါသည်။ ရောဂါ ပျောက်လျှင် တစ်ဖန် နာကျင်မှုမရှိပြန်တော့ပါ။



(ကင်ဆာရောဂါကို ကုလျှင်ကော မပျောက်နိုင်ဘူး လောဟူသည့် မေးခွန်းနှင့်ပတ်သက်၍မူ စိတ်ဝင်စားစရာ ဖြစ်ရပ်ဆန်းကလေးများနှင့် ကြုံတွေ့ထားပါသဖြင့် နောက် အပတ်များတွင် သီးခြားဆောင်ပါးတစ်ပုဒ် ဖော်ပြသွားပါမည်။)

ဤဆေးတောင့်ဖြင့်ကုသရာတွင် ကျွန်တော့်အတွက် ကြီးမားသော အခက်အခဲတစ်ရပ်မှာ လူနာများက ဤဆေးတောင့်နှင့်တကွ ကျွန်တော့်အပေါ် အလွန်အကျွံ အထင်ကြီးထားခြင်းဖြစ်ပါသည်။

ဤဆေးတောင့်အစွမ်းထက်သည် ဆိုခြင်းမှာ မှန်ကန်ပါသည်။ သံသယဖြစ်စရာ လုံးဝမလိုပါ။ အစွမ်းထက်မထက် စမ်းသပ်လိုပါက အချိန်မရွေး အစမ်းသပ်ခံနိုင်သော ဆေးတောင့်ဖြစ်ပါသည်။

သို့သော် ကျွန်တော် ယခင်က အစီရင်ခံစာ တင်ပြခဲ့သည့် အတိုင်း ကျွန်တော့်ထံရောက်လာသမျှ လူနာအားလုံး ရောဂါပျောက်ကြ သည်ဟု မဆိုပါ။ အနည်းဆုံး ရာနှုန်းရှစ်ဆယ်ခန့်သာ ပျောက်ကြပါ သည်ဟုသာ ဆိုလိုပါသည်။

ပြင်းထန်လှပါသည်။ ကုသ၍မရတော့ပါဟု ကျွမ်းကျင်သည့် ဆရာဝန်ကြီးများကပင် လက်လျှော့ခဲ့ရသည့် ဝေဒနာရှင်အချို့ကို ဤဆေးတောင့်ဖြင့်ကုရာ ယနေ့ထိ ကျန်းမာပကတိ ရှိနေသူများ ရှိသကဲ့သို့ သာမန်ရောဂါဟု ဘေးအမြင်ယူဆရသည့် ရောဂါဝေဒနာရှင် အချို့ကို ကျွန်တော် မကုနိုင်သဖြင့် လက်လွှဲပေးလိုက်ရသည်များ ရှိပါသည်။

ဆိုလိုသည်မှာ ဆေးတောင့်သည် အစွမ်းထက်သည်မှာ သေချာ သော်လည်း ဘောင်ရှိပါသေးသည်ဟူသော သဘောဖြစ်သည်။

အချို့သော ဝေဒနာရှင်များက ကျွန်တော့်ထံလာပြီး ဆေးတောင့် ဖြင့် မိနစ်ပိုင်းမျှ လှည့်ရုံဖြင့် သူတို့၏ နှစ်ရှည်လများခံစားနေရသော ရောဂါကြီးများကို ယူပစ်လိုက်သကဲ့သို့ ပျောက်ကင်းသွားမည်ဟု ထင်တတ်ကြပါသည်။

ဤသို့ထင်ခြင်းမှာ ကျွန်တော့်အား ပျောက်စေဆရာဟု ထင်မှတ်နေခြင်းပင် ဖြစ်ပါသည်။ ကျွန်တော်ပျောက်စေဆရာ မဟုတ်ပါ။

ရောမ ရောဂါကြီးကို ခံစားနေရသူ ဝေဒနာရှင်က ကျွန်တော့် ရောဂါ ဘယ်နှစ်ရက်အတွင်းပျောက်မှာလဲဆရာဟူသော မေးခွန်းသည် ကျွန်တော့်အတွက် အလွန် အဖြေရခက်သော မေးခွန်းဖြစ်ပါသည်။

မြန်မာ့ဆေးပညာအရ ရောဂါဖြစ်မှု ပျောက်မှု ဤနှစ်ခုမှာ ကံ၊ စိတ်၊ ဥတု၊ အာဟာရတည်းဟူသော အကြောင်းတရားကြီး လေးပါးပေါ်တွင် တည်မှီနေသည်ဟု လေးနက်စွာခံယူထားပါသည်။

ရောဂါတစ်ခုကို ကုသရန် ရင်းမြစ်ကို ရှာဖွေလိုပါသည်။ ကံကြောင့်လား၊ စိတ်ကြောင့်လား၊ ဥတုကြောင့်လား သို့မဟုတ် အာဟာရကြောင့်လား၊ လေငန်းရောဂါ ဘာကြောင့်ဖြစ်လာသလဲ၊ မဖြစ်အောင်ဘာတွေရှောင်ရမလဲ၊ ဖြစ်လာရင်ဘာတွေဆောင်၍ဘာတွေ ရှောင်ရမည်လဲဆိုသည်ကို အကြမ်းအားဖြင့်တော့ သိထားသင့်သည်ဟု ယူဆပါသည်။

ယနေ့ မြန်မာနိုင်ငံတွင် လေဖြတ်သူဝေဒနာရှင်နှင့် လေးဘက် ၃ ဝေဒနာရှင်များ တစ်နေ့တစ်ခြား များပြားလာနေပါသည်။



ယင်းဖြစ်တတ်သည့် သဘာဝနှင့်တကွ ဆောင်ရန် ရှောင်ရန်တို့ကို ကြိုတင်သိထားပါက ဤမျှ များပြားမည်မထင်ပါ။

သို့ပါ၍ လေငန်းရောဂါ၏ သဘာဝနှင့် ဆောင်ရန် ရှောင်ရန် တို့ကို အကျဉ်းမျှ ဖော်ပြပါသည်။

လေငန်းရောဂါသည် သွေးတိုးရောဂါအခံရှိသူနှင့် နှလုံးရောဂါ အခံရှိသူတို့တွင် အဖြစ်များတတ်ပါသည်။ သွေးတိုးရောဂါရှိထားသူ တစ်ဦးသည် မတည့်သော အစားကိုစားမိပါက၊ ရေချိုး အအေးမိမည် ဆိုပါက ထိုပုဂ္ဂိုလ် မချလေဖြစ်ခံရတော့မည် ဖြစ်ပါသည်။

အဓိကမှာ မိမိတွင် သွေးတိုးရုံမရှိ စစ်ဆေးကြည့်ရန် ဖြစ်ပါ သည်။ သွေးတိုးရောဂါရှိသူသည် အဆီအငန်တို့နှင့် လုံးဝ မတည့်ပါ။ အဆီနှင့် အငန်စားသုံးမိပါက ခန္ဓာကိုယ်တစ်ခုလုံးရှိ သွေးကြောများ ကျဉ်းမြောင်းလာကာ သွေးကို တစ်ဟုန်ထိုး တက်စေတတ်ပါသည်။

ထိုသို့ သွေးတက်နေချိန်တွင် ရေချိုးခြင်း၊ ပန်ကာလေခံခြင်း၊ အိမ်ပြင်ထွက်၍ လေတိုက်ခံ အိပ်မိခြင်း၊ အိပ်ခန်းတွင်း၌ တစ်ညလုံး လေအေးစက်မိ၍ အိပ်ခြင်း စသည်ပြုမိပါက ထိုသူ လေဖြတ်ခံထိဖို့ များပါသည်။

အထူးသဖြင့် အမျိုးသမီးများ နံနက်စောစောနှင့် ညပိုင်းတို့တွင် ခေါင်းလျှော်မိကြပါက တစ်ကိုယ်လုံး လေမဖြတ်သည့်တိုင် အနည်းဆုံး မျက်နှာတစ်ခြမ်း လေဖြတ်ကာ ပါးရွဲသွားတတ် ပါသည်။

အချို့ ပါးရွဲသွားခြင်းသည် ယာယီမျှသာ ဖြစ်သော်လည်း အချို့မှာမူ သေရွာပါသည်ထိ ကုမရဖြစ်တတ်ပါသည်။

သို့ပါ၍ အမျိုးသမီးများ နံနက်စောစောနှင့် ညအခါ ခေါင်း လျှော်ခြင်းကို ဆင်ခြင်သင့်ပါသည်။

ဆက်လက်အကြံပြုလိုသည်မှာ လေဖြတ်ခံထိသွားပြီဆိုလျှင် ဆေးမြီးတို့နှင့် ကုသမနေတော့ဘဲ ကျွမ်းကျင်သူဆရာဝန်ကြီးများထံတွင် ဖြစ်စေ၊ တိုင်းရင်းမြန်မာ ဆေးဆရာများထံတွင် ဖြစ်စေ၊ အမြန်ကုသမှု ခံယူသင့်ပါသည်။

လေငန်းရောဂါသည် အချိန်ကြာလာသည်နှင့်အမျှ ကုသရ ခက်ခဲကာ အချိန်ကြာမြင့်တတ်ပါသည်။ ဖြစ်ဖြစ်ချင်း ကုသမှုခံယူ သူတို့မှာ ကိုယ်တစ်ခြမ်းလုံး လှုပ်မရသူပင် ဖြစ်ပါစေ၊ ချက်ချင်း ခြေလက်များ လှုပ်ရှားလာအောင် သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်က ဆောင်ရွက် နိုင်စွမ်း ရှိပါသည်။

လေဖြတ်ခြင်း၏ အကြောင်းရင်းမှာ အထက်တွင် ကျွန်တော် ဖော်ပြသကဲ့သို့ သွေးတိုးအခံရှိထားရာမှ မတည့်သောအစားများဖြစ်သည့် ဝက်သား၊ ဘဲသား၊ ပုစွန်၊ ငါးသလောက်၊ ငါးသေတ္တာ၊ အုန်းနို့ပါသော အစားအစာ၊ ထောပတ်ပါသောအစားအစာ၊ တညင်းသီး၊ မှို၊ မျှစ် စသည်တို့ကို စားမိ၍ သွေးတက်နေချိန် ရေချိုး အအေးမိကြသဖြင့် ရုတ်တရက် လေဖြတ်ကြခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

သို့ဖြစ်၍ အစားအစာအပြင် ရေချိုးခြင်း၊ အအေးခံခြင်းတို့ကို လည်း သတိပြုဆင်ခြင်သင့်ပါသည်။ အအေးခံခြင်း ရေချိုးခြင်းနှင့် ပတ်သက်၍ ရှေးမြန်မာကြီးများ ပြောလေစကားရှိပါသည်။ 'ရေချိုးလို့ သေတဲ့မသာမရှိ၊ ရေချိုးလို့ သေတဲ့မသာသာ ရှိတယ်' ဟူ၍ လည်းကောင်း၊ ရေချိုးပြန်လျှင်လည်း အထူးသဖြင့် ညနေပိုင်းနေကျ ချိန်၌ မချိုးမူဘဲ

'ဆောင်းတစ်ဆယ်၊ နွေကိုး၊ မိုးခုနစ် ရေမှန်မှန်ချိုး အကျိုး ဖြစ်'

ဟူသောစကားဖြင့် ဆောင်းရာသီအချိန်တွင် နံနက် ၁၀ နာရီ ခန့်၌ လည်းကောင်း၊ နွေရာသီတွင် နံနက်ကိုးနာရီ အချိန်ခန့်၌ လည်းကောင်း၊ မိုးရာသီတွင် နံနက် ခုနစ်နာရီအချိန်ခန့်၌လည်းကောင်း မနက်ပိုင်း အချိန်များတွင်သာ ရေချိုးကြရန် အကြံပြုထားသည်ကို တွေ့ရပါသည်။

ရေချိုးခြင်းနှင့်ပတ်သက်၍ အကြံပြုလိုသည်မှာ ရေမချိုးမီ ရေအေးတစ်ခွက်ကို ဝဝသောက်၍ ရှေးဦးစွာ ခြေထောက်နှစ်ဖက်ကို ရေလောင်းကြည့်သင့်ပါသည်။

ခြေထောက်ကို ရေလောင်းလိုက်သည်နှင့် တစ်ပြိုင်နက် ဖြန်းခဲနေအောင် စိမ့်တက်လာပါက ရေမချိုးဘဲနေလိုက်ဖို့လိုပါသည်။ ခြေထောက်ကို ရေလောင်းလိုက်စဉ် ချမ်းတက်လာခြင်းမှာ ခန္ဓာက အအေးကို လက်မခံလိုပါဟူသော အမှတ်အသား ဖြစ်ပါသည်။

ခန္ဓာကိုယ်က သတိပေးပါလျက် မဆင်ခြင်ဘဲ ဇွတ်ရေချိုးမိ၍ လေဖြတ်ခဲ့ပါလျှင်၊ သတိပေးပါလျက် မဆင်ခြင်၊ အမိုက်နှင့်ပြင် ရှိသေးလေလိမ့်လားဟု မိမိခန္ဓာကိုယ်ကပင် မိမိအား အပြစ်တင်လိမ့် မည်ဟု ထင်ပါသည်။

အစားမတော်တစ်လုတ်၊ အသွားမတော်တစ်လှမ်း၊ ရေချိုး မတော်က တစ်ဖလားမျှဖြင့် လေဖြတ်သွားတတ်ကြောင်း ထပ်လောင်း သတိပေးလိုပါသည်။

ကျွန်တော်ဆေးကုသစဉ် သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်အပြင် အားဖြည့် သော အနေနှင့် ကျေးဇူးရှင် ဘရသေ့က ကျွန်တော့်အား ဂါထာ တစ်ပုဒ် ချီးမြှင့်ထားပါသည်။

အဆိုပါဂါထာကို ဆေးကုသနေစဉ်ကာလနှင့် ဆေးဖော်စပ် နေစဉ် ကာလတို့တွင် ရွတ်ဆိုရန် ဘရသေ့က သင်ကြားထားပါသည်။

ငါးပါးသီလကိုလည်း အတတ်နိုင်ဆုံး စောင့်ထိန်းရန် ညွှန်ကြား ပါသည်။ ဘရသေ့ညွှန်ကြားသည့်အတိုင်း ကျွန်တော်ကာလည်း ယုံကြည်စွာ လိုက်နာဆောင်ရွက်ခဲ့သဖြင့်လည်း ကျွန်တော်ကုသသော ဝေဒနာရှင်များ ရောဂါပျောက်ကင်းကြသည်ဟု ထင်ပါသည်။

အဆိုပါဂါထာနှင့် ကျွန်တော်၏ လိပ်စာကို နက္ခတ္တရောင်ခြည် မဂ္ဂဇင်းတွင် ဖော်ပြပေးပါရန် မေတ္တာရပ်ခံကြသဖြင့် အဆိုပါဂါထာနှင့် ကျွန်တော်၏ လိပ်စာကို ဆောင်းပါးအောက်ခြေတွင် ဖော်ပြလိုက် ပါသည်။

ဘရသေ့ချီးမြှင့်သော ဂါထာတော်

ဥါ၊ ဗုဒ္ဓစက္ကံ၊ ဓမ္မစက္ကံ၊ သံဃစက္ကံ၊  
သုံညံသတ္တရ၊ သွားဟ။

ကျွန်တော်၏ လိပ်စာမှာ

- (၁) ၆၈/၄၊ ဖဆပလရပ်ကွက်၊  
(ရေနံတိုက်) မင်္ဂလာတောင်ညွန့်၊ ရန်ကုန်မြို့။
- ဖုန်း- ၂၈၇၂၇၇။
- (၂) ဖက်စပ် (၈) ဆေးခန်း  
၂၅၃/၂၅၅၊ ရွှေဘုံသာလမ်း၊ ရန်ကုန်မြို့။
- ဖုန်း- ၂၈၅၀၅၀။

သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်နှင့် ကင်ဆာရောဂါ

ကျွန်တော်သည် ကျေးဇူးရှင် ဘရသေ့ ချီးမြှင့်ထားသော သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်ကို အသုံးပြုလျက် လူနာများကို ကုသခဲ့ရာ ယနေ့အထိ ကျွန်တော်၏ ဆေးကုသသက် ၈ နှစ်တာကာလအတွင်း လူနာပေါင်း ၇၀၀၀၀ (ခုနစ်သောင်း)ခန့် ရှိခဲ့ပြီ ဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်တော်ရေးသားခဲ့သော သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်အကြောင်းကို စိတ်ပါဝင်စားသူများက သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်ဖြင့် ကုသရာတွင် သွေးတိုး၊ နှလုံး၊ လေငန်းနှင့် လေးဘက်နာရောဂါများအပြင် ကင်ဆာရောဂါကိုရော ပျောက်ကင်းအောင် မကုသနိုင်ပါဘူးလေဟု မေးမြန်းလာကြပါသည်။

ထိုမေးခွန်းနှင့် ပတ်သက်၍ ကျွန်တော်က အောက်ပါဆောင်းပါးဖြင့် ပြန်လည်ဖြေကြားပါသည်။

ကျွန်တော်ရေးသော ဆောင်းပါးကိုဖတ်ရှု၍ ကျွန်တော်ကုသသဖြင့် ကင်ဆာရောဂါ ပျောက်မပျောက် စာဖတ်ပရိသတ်များကိုယ်တိုင် အဆုံးအဖြတ်ပေးကြပါရန် ဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်တော်၏ ခံယူချက်မှာ ကင်ဆာရောဂါကို ယနေ့အထိ တိုးတက်လှပါသည်ဟုဆိုသော ခေတ်မီနိုင်ငံကြီးများ၌ပင်လျှင် နိုင်နင်းအောင် ကုသနိုင်ပြီဟု မဆိုနိုင်သေး။

သို့ဖြစ်၍ ဖွံ့ဖြိုးစနိုင်းငံဖြစ်သော ကျွန်တော်တို့၏ တိုင်းရင်းဆေးပညာ ဗဟုသုတဖြင့် ကင်ဆာရောဂါကို ပျောက်ကင်းအောင် ကုသမှုပြုနိုင်ပြီဟု ပြောရန် စောလွန်းလှသေးသည်။ သုတေသနပြုရန်များစွာ လိုသေးသည်ဟု ဖြစ်ပါသည်။

ဤသို့ဆိုခြင်းဖြင့် ကျွန်တော် ကင်ဆာရောဂါကို မကုပါဟု ဆိုလိုခြင်း မဟုတ်ပါ။ အားကိုးတကြီးဖြင့် ကျွန်တော်ထံ ရောက်လာသမျှသော လူနာများကို ကျေးဇူးရှင် ဘရသေ့၏ အကြံဉာဏ်နှင့် အစွမ်းထက်လှသော သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့် အားကိုးဖြင့် ၁၉၈၆ ခုနှစ်၊ ကျွန်တော် မိတ္ထီလာမြို့ ဆရာအတတ်သင်ကျောင်းတွင် ကျောင်းအုပ်ကြီးအဖြစ် တာဝန်ထမ်းဆောင်နေဆဲကာလကပင် ကင်ဆာရောဂါကို ကုသနေခဲ့ပြီ ဖြစ်ပါသည်။

ရောက်လာသမျှသော ရောဂါဝေဒနာရှင်များကမူ သူတို့ကိုယ်သူတို့ ကင်ဆာရောဂါဝေဒနာရှင်များဟု အမည်တပ်ကြသော်လည်း ကျွန်တော်ကမူသာမန် အကျိတ်အဖုများမျှသာ ဖြစ်သည်ဟု ခံယူလျက် သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်ကို အမာခံထားကာ ဘရသေ့ချီးမြှင့်သော အဖုအကျိတ်ခြေ သောက်ဆေး၊ လိမ်းဆေးများဖြင့် ကုသပေးခဲ့ပါသည်။

များသောအားဖြင့် ပျောက်ကင်းကြပါသည်။ ယင်းသို့ ပျောက်ကင်းကြသော်လည်း ကျွန်တော်ကိုယ် ကျွန်တော် တယ်ဟုတ်ဘုံငါပါလား၊ ကင်ဆာပျောက်အောင်ကုနိုင်ပြီဟု လုံးဝ(လုံးဝ) မမှတ်ယူပါ။

အကြောင်းမူ ကျွန်တော်ကိုယ်တိုင်က ကျွန်တော်ကုသသမျှ အဖုအကျိတ်များမှာ ကင်ဆာ အဖုအကျိတ်များ မဟုတ်ဘဲ သာမန် ရိုးရိုးအဖုအကျိတ်များသာ ဖြစ်သည်ဟု အကြွင်းမဲ့ ခံယူထားသောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။

၁၉၈၆ ခုနှစ်၊ ဇူလိုင်လတွင် သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်ကို အကြောင်း ပြု၍ နိုင်ငံတော်အကြီးအကဲများကို အနီးကပ်ကုသနိုင်ရန် ကျွန်တော့် အား ပညာရေးဝန်ကြီးရုံး အထူးအရာရှိအဖြစ် ရာထူးတိုးမြှင့်ကာ ရန်ကုန်မြို့သို့ ခေါ်ယူခဲ့ပါသည်။

ရန်ကုန်မြို့သို့ ရောက်သောအခါ နိုင်ငံတော် အကြီးအကဲများ အပါအဝင် တစ်နေ့လျှင် ပျမ်းမျှ လူနာ ၁၀၀ မှ ၁၅၀ အထိ ကုသခဲ့ ရပါသည်။

ထိုလူနာအားလုံးကို ကျွန်တော် စာရင်းယူမှတ်တမ်းတင်ထား ပါသည်။ အဆိုပါ လူနာများထဲ၌ မိမိကိုယ်မိမိ ကင်ဆာရောဂါ အမည်တပ်ကာ ရောက်လာကြသော ရောဂါရှင်များ ပါရှိသကဲ့သို့ ကျွမ်းကျင်သူဆရာဝန်ကြီးများကိုယ်တိုင်က ချေတိမိနည်းစနစ်များဖြင့် စနစ်တကျ ဓာတ်ခွဲစမ်းသပ်လျက် ကင်ဆာရောဂါဝေဒနာရှင်များဟု သတ်မှတ်ထားသော လူနာငါးဦးလည်း ပါရှိလာပါသည်။

အဆိုပါ ဝေဒနာရှင် ငါးဦးအနက် တစ်ဦးမှာ အရိုးကင်ဆာ၊ တစ်ဦးမှာ ရင်သားကင်ဆာ၊ နှစ်ဦးမှာ အဆုတ်ကင်ဆာဖြစ်၍ ကျန် တစ်ဦးမှာ အဆာအိမ်ကင်ဆာဟု သတ်မှတ်ထားခြင်း ခံရသူတို့ ဖြစ်ပါသည်။

ယင်းဝေဒနာရှင် ငါးဦးတို့ကို ကျွန်တော် အထူးကြပ်မတ် ကုသကြည့်ခဲ့ပါသည်။ အရိုးကင်ဆာဝေဒနာရှင်မှာ ထိုစဉ်က ပါတီ ဌာနချုပ်မှ ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးတစ်ဦး၏ ဇနီးဖြစ်၍ ကျွန်တော်ကုသနေဆဲကာလ အရေးအခင်းပေါ်လာသဖြင့် ကျွန်တော်၏ ကုသမှုနှင့် အဆက်ပြတ်ခဲ့ ပါသည်။

နောင်တွင် မင်္ဂလာဒုံ တပ်မတော်ဆေးရုံကြီး၌ ကွယ်လွန်သွားခဲ့ ကြောင်း သိရှိရပါသည်။ အခြားဝေဒနာရှင်နှစ်ဦးမှာ အဆုတ်ကင်ဆာ ဝေဒနာရှင်များ ဖြစ်ကြပါသည်။

ကျွန်တော့်ထံ ရောက်လာသောအခါ ချောင်းပှပ်လိုက်တိုင်း ကင်ဆာဝေဒနာကြောင့် အဆုတ်မှ ပဲ့ထွက်လာသည့် အဖတ်ကလေး များ ပြင်ပသို့ ထွက်ကျလာသည့်အဆင့်တွင် ရှိနေကြပါသည်။

အသက်ကို အထူးအားယူ ရှုထုတ်နေကြရ၍ အသက်ရှု လိုက်တိုင်း မခံသာအောင် အောင့်ကြသည်ဟု ဆိုပါသည်။ ၎င်း ဝေဒနာရှင် နှစ်ဦးလုံးမှာလည်း ကျွန်တော်ကုသသဖြင့် မူလခန့်မှန်းသည် ထက် ခုနစ်လကြာမျှ ပိုမိုအသက်ရှင်နေကြရုံမှအပ အသက်မရှည် ကြဘဲ ကွယ်လွန်ခဲ့ကြရပါသည်။

သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်ကို အသုံးပြုလျက် ကင်ဆာဝေဒနာကို ကုသရာတွင် တစ်ခုသေချာသည်မှာ ကုသခံဝေဒနာရှင်မှန်သမျှ ခံစားနေကြရသည့် မခံရပိုင်လောက်အောင် ပြင်းထန်သော ဝေဒနာသည်များသည် အသက်သေဆုံးသွားကြသည့်တိုင် ပြင်းပြင်းထန်ထန်မခံစားရတော့ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။



ကျန်ဝေဒနာရှင် နှစ်ဦးမှာမူ ရင်သားကင်ဆာဝေဒနာရှင် တစ်ဦးနှင့် အစာအိမ်ရောဂါ ဝေဒနာရှင်တစ်ဦးတို့ ဖြစ်ပါသည်။ ၎င်းတို့နှစ်ဦးမှာ ၁၉၈၇ ခုနှစ် အတွင်းက ကျွန်တော်၏ ကုသမှုကို ခံယူခဲ့သူများ ဖြစ်ကြပါသည်။

သူတို့နှစ်ဦးလုံးမှာမူ ယနေ့ထိ ရန်ကုန်မြို့တွင်ပင် ရှိနေကြလျက် ကျန်းမာရေး အခြေအနေမှာလည်း ယနေ့တိုင် 'ပန်းပန်လျက်ပဲ' ဟူသော အဆင့်တွင် ရှိကြပါသည်။

သို့သော် ကျွန်တော်က ဘယ်သူ့ဘယ်ဝါတွေတော့ ကျွန်တော် ကုလိုက်တာ ကင်ဆာဝေဒနာတွေ ပျောက်သွားပြီဟု ပြောလည်းမပြော ပါ။ သွေးတိုး၊ နှလုံး၊ လေငန်းနှင့် လေးဘက်နာရောဂါအပြင် ကင်ဆာရောဂါပါ ကုပါသည်ဟုလည်း ယနေ့ထိ မကြေညာပါ။

ထိုသူတို့နှစ်ဦးကမူ တွေ့သမျှ ကြံသမျှ အပေါင်းအသင်း မိတ်ဆွေသင်္ဂဟအပေါင်းတို့အား ကျွန်တော် ကုပေးသဖြင့် ၎င်းတို့၏ ကင်ဆာရောဂါများ ပျောက်ကင်းခဲ့ကြောင်း ပြောပြတတ်ကြရုံမျှမက ဝေဒနာရှင် အများအပြားကိုပါ ကျွန်တော့်ထံ ခေါ်ဆောင်လာတတ် ကြပါသည်။

ကျွန်တော်ကမူ ၎င်းတို့နှစ်ဦး မည်သို့ပင်ပြောပြော သာမန် အကျိတ်အဖုမို့ ပျောက်သည်ဟုပင် စွဲမြဲစွာ ခံယူထားဆဲ ဖြစ်ပါသည်။

ဤကိစ္စနှင့်ပတ်သက်၍ စကားစပ်မိသဖြင့် ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးတစ်ဦး အား ပြောပြရာ ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကြီးက ကျွန်တော့်အား ဤသို့ ပြောပါသည်။

သက်ဆိုင်ရာ ကျွမ်းကျင်တဲ့ ဆရာဝန်ကြီးတွေက ခေတ်မီ ကိရိယာတွေအသုံးပြုပြီး စနစ်တကျ ဓာတ်ခွဲစမ်းသပ်ပြီးလို့

ဆေးချာမှ ကင်ဆာရောဂါပါလို့ နာမည်တပ်ထားပါလျက် ဆရာက ရိုးရိုးအကျိတ်မို့ ထင်ပါရဲ့ဆိုတော့ ဆရာအဖြစ်က ကျောင်းထိုင်ဘုန်းတော်ကြီးနဲ့ ခန်းနေဦးပဉ္စင်းတို့ ပျားရည်စစ် မစစ် အငြင်းပွားပုံနှင့် တူနေပြီဟု ဆိုပါသည်။

ကျွန်တော်က အငြင်းပွားပုံကို အမိန့်ရှိပါရန် ပြောကြားရာ ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကြီးက တစ်နေ့မှာ ကျောင်းထိုင်ဘုန်းတော်ကြီးက ဦးပဉ္စင်းကို ဆေးအသုံးလိုလို့ ပျားရည်စစ်စစ်တစ်ပုလင်း အရှာခိုင်းပါသတဲ့။ ဒီတော့ ဦးပဉ္စင်းကလဲ အဆင်သင့်ပဲဘုရား။ တပည့်တော်ကိုယ်တိုင် ပုံသကူရထားတဲ့ ပျားရည်စစ်စစ် တစ်ပုလင်းရှိပါတယ် ဘုရားလို့ လျှောက်ထားပြီး ဆရာတော်ကြီးကို ပျားရည်တစ်ပုလင်းကပ်ပါတယ်။

ဒီတော့ ဆရာတော်ကြီးက မောင်ပဉ္စင်းရဲ့ ပျားရည်က စစ်မှ စစ်ရဲ့လား။ ပျားရည်စစ်မှ ဆေးဘက်ဝင်တာ၊ ပျားရည်မစစ်ရင် ဆေးဘက်မဝင်ဘူးလို့ အမိန့်ရှိသတဲ့။

ဒီတော့ ဦးပဉ္စင်းကလဲ သူ့ရဲ့ပျားရည်ဟာ ပျားရည်စစ်ပါ ကြောင်း၊ ကျောင်းဝင်းထဲက မန်ကျည်းပင်မှာစွဲနေတဲ့ ယင်ပျားတွေ သူတို့အလိုအလျောက် ပျားအုံကို စွန့်ခွာသွားကြလို့ သူကိုယ်တိုင် ပျားလှိုက် ပျားရည်တွေကို ညှစ်ယူထားတာဖြစ်ကြောင်း လျှောက်ထား တော့ ဆရာတော်ကြီးက မကျေနပ်သေးဘဲ မဟုတ်သေးဘူး မောင်ပဉ္စင်းရဲ့ ပျားရည်စစ်မစစ်သိရအောင် အဲဒီပျားရည်ကို ခွေးကျွေး ကြည့်ဦး။ 'ခွေးလျက်တဲ့ပျားရည်ဟာ ပျားရည်မစစ်ဘူး၊ ပျားရည် စစ်ရင်လည်း ခွေးမလျက်ဘူး'လို့ အမိန့်ရှိပြန်သတဲ့။



ဒီတော့ ဦးပဉ္စင်းကလဲ တပည့်တော်ရဲ့ ပျားရည်ဟာ ပျားရည် စစ်စစ်ပါဘုရား၊ အဲဒီပျားရည်ကို ပုလင်းထဲထည့်ရာမှာ ပိုနေလို့ နည်းနည်းကျန်နေတဲ့ ပျားရည်နဲ့တကွ ပျားလပို့တွေကို အနီးမှာရှိတဲ့ ခွေးကိုချကျွေးလိုက်တဲ့အခါ ခွေးက ပျားရည်ကို လျက်ရုံမျှမက ပျား လပို့တွေကိုပါ ဝါးစားလိုက်တာ တက်တက်ကို ပြောင်ပါရော ဘုရားလို့ လျှောက်ပြန်သတဲ့။

ဆရာတော်ကြီးကလဲ သူ့ရဲ့ အယူအဆဖြစ်တဲ့ ခွေးလျက်တဲ့ ပျားရည်ဟာ ပျားရည်မစစ်ဘူး၊ ပျားရည်စစ်ရင်လဲ ခွေးမလျက်ဘူးဆိုတဲ့ အယူအဆကို ဘယ်လောက်များ စွဲမြဲစွာ ဆုပ်ကိုင်ထားသလဲဆိုရင် ဒီလိုပြန်ပြီး အမိန့်ရှိပါသတဲ့။

အေး မောင်ပဉ္စင်းပြောတဲ့ ပျားရည်ဟာ ပျားရည်စစ်တယ်ဆိုရင် လျက်တဲ့ခွေးဟာ ခွေးမစစ်လို့ဘဲ ဖြစ်မယ်လို့ အမိန့်ရှိပြန်သတဲ့။

အခုလည်း ဆရာက ကင်ဆာကျိတ်မဟုတ်၊ သာမန် ရိုးရိုး အကျိတ်ချည်းပဲ စွဲနေတော့ ခေတ်မီ စက်ကိရိယာတွေကပဲ မှားနေလို့ ပြန်စစ်ရပုံ ပေါက်နေပြီဟု ထိုပုကဂ္ဂိုလ်ကြီးက အမိန့်ရှိခဲ့ပါသည်။

တစ်ဆက်တည်းပင် ကျွန်တော့်အယူအဆနှင့် ပတ်သက်သော အတွေ့အကြုံကလေးတစ်ခုကို ထပ်မံတင်ပြလိုပါသည်။

၁၉၉၃ ခုနှစ်အတွင်းက ကျွန်တော့်နေရပ်ဖြစ်သော ပေါင်းတည် မြို့သို့ ရောက်ရှိစဉ်က ဖြစ်ပါသည်။ နေ့တစ်နေ့တွင် ကျွန်တော့်ထံသို့ တိုင်းရင်းဆေးဆရာကြီးတစ်ဦး လာရောက်တွေ့ဆုံပါသည်။

ဆရာကြီး၏ ပြောကြားချက်အရ ၎င်းမှာ ဆေးကုသသက် နှစ်ပေါင်း ၃၀ ကျော်ရှိပြီဖြစ်ကြောင်း၊ သို့သော် ၎င်းတွင် အသိအမှတ်ပြု

ဆေးကုသခွင့် လက်မှတ် မရှိသေးကြောင်း၊ အသက်အရွယ်ကြီးရင့်ပြီ ဖြစ်၍ တိုင်းရင်းဆေးဆရာအဖွဲ့မှ တာဝန်ယူကျင်းပသော စာမေးပွဲ များကို ဝင်ရောက်ဖြေဆိုခြင်း မပြုနိုင်တော့ကြောင်း၊ အတွေ့အကြုံနှင့် လုပ်သက်နှစ်များကို ထောက်ထားလျက် ဆေးကုသခွင့်လက်မှတ် ရရှိရေး ဆောင်ရွက်ပေးပါရန် ပြောကြားလာပါသည်။

ဤတွင် ကျွန်တော်က ဆရာကြီး မည်သည့်ရောဂါများကို အထူးပြု ကုသပါသလဲဟု မေးမြန်းရာ ဆရာကြီးက ကင်ဆာရောဂါ အပါအဝင် ၉၆ ပါး ဝေဒနာအားလုံးကို ကုသကြောင်း ပြန်လည် ဖြေကြားပါသည်။

ဆရာကြီး၏ အဖြေစကားတွင် ကင်ဆာရောဂါပါ ကုသည်ဟု ပါလာသဖြင့် ကျွန်တော် ဤသို့ပြန်လည်မေးမြန်းပါသည်။

ဆရာကြီး ကင်ဆာရောဂါဝေဒနာသည် ဘယ်နှစ်ဦး ကုသပြီး ပါပြီလဲ၊ ဘယ်သူ့တွေ့ပါလဲ၊ ကင်ဆာရောဂါဆိုတာကကော သေချာပါ ရဲ့လား၊ ကင်ဆာရောဂါသေချာတယ်လို့ ဘာအထောက်အထားတွေ ပြနိုင်ပါသလဲ၊ ကုသခံတဲ့ ရောဂါဝေဒနာရှင်တွေကကော ရောဂါ ပျောက်ကြပါရဲ့လား၊ မှတ်တမ်းမှတ်ရာများရော ထားရှိပါရဲ့လား။

စသည်ဖြင့်မေးမြန်းရာ ဆရာကြီးဆိုသူက ကုတော့ကုတာပဲ၊ ဘယ်နှစ်ဦးရှိပြီ၊ ဘယ်သူဘယ်ဝါတွေဖြစ်သည် စသည်ဖြင့်တော့ မှတ်တမ်းမှတ်ရာ မထားမိပါ။ ကင်ဆာလို့ ပြောလို့ကျုပ်တော့ ကုပေးလိုက်တာပဲဟု မရေမရာ ပြန်ဖြေပါသည်။

ဤတွင် ကျွန်တော်က ဤသို့ပင် ပြောလိုက်မိပါသည်။ ဆရာရယ်၊ ကင်ဆာရောဂါဆိုတာ ရောမရောဂါကြီးတစ်ခုပါ။ ကမ္ဘာမှာ

အခုအထိ ကင်ဆာရောဂါကို နိုင်နင်းစွာကုသနိုင်ပြီဆိုတဲ့ အဆင့် မရောက်သေးပါ။

ဆရာက ကင်ဆာရောဂါ ကုတယ်ဆိုတော့ ဘယ်သူတွေ ကုတယ်ဆိုတာလဲ မမှတ်မိ၊ ဘယ်နှစ်ဦးပျောက်တယ်ဆိုတာလဲ မသိ၊ ကင်ဆာရောဂါ စစ်မစစ်ဆိုတာလဲ မသိ၊ မှတ်တမ်းမှတ်ရာတွေလဲ မထားဆိုတော့ မဟုတ်သေးပါဘူးဆရာ။

ကျွန်တော် ယခု ဆေးကုသသက် ၇ နှစ်တာကာလအတွင်း ကင်ဆာရောဂါလို့ မိမိဘာသာမိမိ အမည်တပ်ပြီး ကျွန်တော့်ထံလာသူ လူနာဦးရေ ၃၀ ခန့် ရှိပါတယ်။

အဲဒီထဲမှာ ကျွမ်းကျင်သူ ဆရာဝန်ကြီးများ ကိုယ်တိုင်က (Biopsy) လို့ခေါ်တဲ့ အကျိတ်က အသားစကို ထုတ်ပြီး စနစ်တကျ ဓာတ်ခွဲစမ်းသပ်ပြီးမှ ကင်ဆာဝေဒနာလို့ အမည်တပ်ခံရသူ ငါးဦး ရှိပါတယ်။

အဲဒီ ငါးဦးအနက် သုံးဦးက ကွယ်လွန်သွားပြီး နှစ်ဦးကတော့ ယခု ခြောက်နှစ်ကျော် ခုနစ်နှစ်ထဲ ရောက်လာသည့်တိုင် ဒေါင်ဒေါင်မြည်အဆင့်မှာ ရှိနေပါတယ်။

ဒါပေမယ့် ကျွန်တော့်အနေနဲ့ ကုသမှုခံယူသူဝေဒနာရှင်ရဲ့ အနည်းဆုံး ၆၀ ရာနှုန်းမှ မပျောက်လျှင် ရောဂါပျောက်အောင်ကုနိုင်ပြီ လို့ မခံယူပါဘူး။ ငါးဦးမှာနှစ်ဦးသာ အသက်ရှင်တယ်ဆိုတော့ လူတစ်ရာမှာ လေးဆယ်ဦးသာ ပျောက်တဲ့အဆင့်မှာရှိတာ တွေ့ရလို့ ပါပဲဟု ပြောခဲ့ပါသည်။

ကျွန်တော်၏ တင်ပြချက်နှင့်ပတ်သက်၍ ဆရာကြီးက လက်ခံ မခံ တပ်အပ်မသိသော်လည်း ကျွန်တော်၏ ခံယူချက်ကိုမူ ကျွန်တော့် အနေဖြင့် ယနေ့ထက်တိုင် ခိုင်မြဲစွာဆုပ်ကိုင်ထားဆဲ ဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်တော်သည် မြန်မာ့တိုင်းရင်းဆေးပညာ ခေတ်မီ တိုးတက် လာစေရေးအတွက် ကျွန်တော်များ တိုင်းရင်းဆေးဆရာအဖွဲ့နှင့် ပူးပေါင်းဆောင်ရွက်ကြပါရန် နက္ခတ္တရောင်ခြည် မဂ္ဂဇင်းမှတစ်ဆင့် အနောက်တိုင်းဆေးပညာရှင် ဆရာဝန်ကြီးများအား လေးစားစွာ မေတ္တာရပ်ခံခဲ့ဖူးပါသည်။

အလားတူပင် မြန်မာ တိုင်းရင်းဆေးပညာရှင် တိုင်းရင်း ဆေးဆရာကြီးများအား ဤဆောင်းပါးဖြင့် လေးနက်စွာ မေတ္တာရပ်ခံ လိုပါသည်။

ကျွန်တော်များ တိုင်းရင်းဆေးဆရာအဖွဲ့သည် မိမိ လုပ်ဆောင် ခွင့်ရှိသော စည်းမျဉ်းဥပဒေဘောင်အတွင်းမှ မကျော်လွန်စေဘဲ အထူးသတိထားလျက် တိုင်းရင်းဆေးလောက တိုးတက်ရေးအတွက် နည်းလမ်းပေါင်းများစွာဖြင့် ကြိုးစားဆောင်ရွက်လျက်ရှိပါသည်။

အဆိုပါ နည်းလမ်းပေါင်းများစွာအနက် တိမ်မြုပ် ပျောက် ကွယ်လုမတတ် ဖြစ်နေသော တိုင်းရင်းဆေးစွမ်းကောင်းများနှင့် ရွက်ပုန်းသီး တိုင်းရင်းဆေးပညာရှင်များအား ဖော်ထုတ် အသိ အမှတ်ပြုရေး လုပ်ငန်းတစ်ရပ်လည်း ပါဝင်ပါသည်။

အကယ်၍ တိုင်းရင်းဆေးပညာရှင်တစ်ဦးသည် လူသားတို့အား ဒုက္ခပေးလျက်ရှိသော မည်သည့်ရောဂါတစ်ခုခုကိုဖြစ်စေ ပိုင်နိုင်စွာ ပျောက်ကင်းအောင် ကုသနိုင်ပြီဟု မိမိကိုယ်မိမိ အကြွင်းမဲ့ယုံကြည်ပါ

လျှင်နှင့် အထောက်အထားများ ခိုင်လုံစွာတင်ပြနိုင်ပါလျှင် ကျွန်တော် များ တိုင်းရင်းဆေးဆရာအဖွဲ့သို့ လူကိုယ်တိုင်ဖြစ်စေ၊ စာဖြင့်ဖြစ်စေ အကြောင်းကြားစေလိုပါသည်။

ကျွန်တော်များ တိုင်းရင်းဆေးဆရာအဖွဲ့မှ လိုအပ်သလို တွေ့ဆုံစစ်ဆေးပြီး မှန်ကန်ပါလျှင် ထိုကံတန်ခိုး အသိအမှတ် ပြုမည်ဟူသော ဆုံးဖြတ်ချက် ချမှတ်ထားပြီးဖြစ်ကြောင်း အသိပေးအပ်ပါသည်။

[မှတ်ချက်။ ။ကျွန်တော်ကိုယ်တိုင် ထိုကဲ့သို့ အစမ်းသပ် အစစ်ဆေးခံပြီးမှ နောင်အခါ တိုင်းရင်းဆေးဆရာအဖွဲ့ဝင် ဖြစ်လာခြင်း ဖြစ်ပါသည်။]

ကင်ဆာရောဂါနှင့်ပတ်သက်၍ ကျွန်တော့် အတွေ့အကြုံအရ ကျွန်တော့်ထံ ရောက်လာသမျှ လူနာအားလုံး၏ ၉၀ ရာခိုင်နှုန်းခန့်မှာ အခြား အဖုအကျိတ်များဖြစ်၍ ကင်ဆာကျိတ် မဟုတ်ကြပါ။

လူတစ်ဦးတစ်ယောက်တွင် ကင်ဆာရောဂါ ကပ်ရောက်မိပြီ ဆိုပါက ထိုကပ်ရောက်ခံရသူကို မကြာမီ ကွယ်လွန်တော့မည့်သူ တစ်ဦးဟု သတ်မှတ်လေ့ရှိသဖြင့် ကင်ဆာရောဂါကို သေမလောက် ကြောက်ရွံ့တတ်ကြပါသည်။

သို့ဖြစ်၍ ကင်ဆာဟုတ်သည်ဖြစ်စေ၊ မဟုတ်သည်ဖြစ်စေ၊ အကျိတ်အဖုတစ်ခုခု မိမိကိုယ်ပေါ်၌ တွေ့ရှိရလျှင် အချို့ ကြိတ်၍ စိတ်ဆင်းရဲနေကြပြီး အချို့ ကြောက်ရွံ့အားငယ်သော မျက်နှာကလေး များဖြင့် ဆရာများထံ အားကိုးတကြီး ရောက်လာတတ်ကြပါသည်။ အချို့မှာ အကြောက်လွန်နေသဖြင့် အဖုအကျိတ်ရောဂါက နှိပ်စက်ခြင်း

မဟုတ်ဘဲ သောကဒဏ်က ဖိစီးနှိပ်စက်သဖြင့် လူမမာကြီးဘဝ ရောက်နေကြသူ များစွာကိုလည်း တွေ့ရဖူးပါသည်။

ဤတွင် စာဖတ်ပရိသတ်များအား လေးနက်စွာပြောကြား လိုပါသည်။

- (၁) အဖုအကျိတ်တိုင်းကင်ဆာကျိတ် မဟုတ်ကြပါ။
- (၂) ကင်ဆာဟုတ်သည့်တိုင် ဖြစ်ပွားစနစ်တွင် ကုသမှုခံယူ ပါက(ယူပစ်သလို) ပျောက်ကင်းနိုင်ပါသည်။

ဤနေရာတွင် ကျွန်တော်က (ယူပစ်သလို) ပျောက်နိုင်သည်ဟု ပြောဆိုခြင်းမှာ ကြားဝါနေခြင်း မဟုတ်ပါ။ ခေတ်မီ အနောက်တိုင်း နည်းစနစ်အရဖြစ်စေ၊ တိုင်းရင်းဆေးနည်းအရဖြစ်စေ ရောဂါသာနု၍ ကျွမ်းကျင်သူဆရာများထံ အချိန်မီသာ ရောက်ရှိပါက မုချပျောက်ကင်း နိုင်ပါသည်။

ကျွန်တော် သာဓကတစ်ခုထား၍ တင်ပြပါမည်။ ကင်ဆာ ရောဂါကို ရှေးမြန်မာ တိုင်းရင်းဆေး ပညာရှင်များက 'မြစ်ပွားနာ'ဟု ကင်ပွန်းတပ်ကြပါသည်။ အလွန်ဆီလျော်သော စကားစုဖြစ်ပါသည်။

အကြောင်းမှာ ကင်ဆာရောဂါသည်နှုတ်ကာလ ရောဂါ အစပျိုးစဉ်က အချိန်မီကုသမှုကို ခံယူခြင်းမပြုခဲ့ပါမူ ကင်ဆာ မြစ်များ တစ်ကိုယ်လုံးသို့ ပြန့်ပွားစေနိုင်သောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။

အဆိုပါ 'မြစ်ပွားနာ' ခေါ် ကင်ဆာရောဂါသည် စဖြစ်သည်နှင့် တစ်ပြိုင်နက် အလွန်ကြီးမားသော အကျိတ်ကြီး ဖြစ်ပွားလာခြင်း

မဟုတ်မှဘဲ အလွန်သေးငယ်၍ အလွန်နုနယ်သော အကျိတ်ကလေး ဘဝမှ စတင်ခြင်းဖြစ်ပါသည်။

ထိုမျှသေးငယ်၍ ထိုမျှနုနယ်သော အကျိတ်ကလေးကို ရှင်းလင်းသုတ်သင်ရာတွင် ဥပမာတင်စားရသော် အလွန်သေးငယ်သော ညောင်ပင်ကလေးတစ်ပင် ဘုရားပေါ်တွင် ပေါက်လာသည်ဟု ဆိုကြ ပါစို့။

ထိုညောင်ပင်ကလေးကို ငယ်စဉ်ကသာ သုတ်သင်ရှင်းလင်း ခြင်းမပြုဘဲ လျစ်လျူရှုထားပါက ထိုညောင်ပင်ကလေးသည် နောင်သောအခါ ဘုရားတစ်ဆူလုံးကိုပင် အကဲကွဲပြုလဲကျအောင် ဖျက်စီးနိုင်စွမ်း ရှိလာမည် ဖြစ်ပါသည်။

သို့သော် ထိုညောင်ပင်ကလေးကို အလွန်တစ်ရာနုနယ်စဉ် အပင်ပေါက်ဘဝက သုတ်သင်လိုက်ပါလျှင် လက်ညှိုး လက်မ နှစ်ချောင်းတည်းမျှဖြင့်ပင် အမြစ်ပါမကျန် အလွယ်ကလေးဖြင့် ဖယ်ရှားပစ်နိုင်မည် ဖြစ်ပါသည်။

ကင်ဆာရောဂါသည်လည်း အလားတူပင်ဖြစ်ပါသည်။ ဥပမာ ရင်သားကင်ဆာဆိုကြပါစို့။ ဖြစ်ပွားစက ရင်သားပေါ်ရှိ ကင်ဆာ အကျိတ်ကလေးနှင့်တကွ အကျိတ်ပတ်လည်ရှိ အသားစိုင်အချို့ကို ပါးလှီးဖြတ်ထုတ်ပစ်လိုက်ပါက ထိုကင်ဆာ ပြန့်ပွားနိုင်ပါဦးမည်လော၊ (သို့တည်းမဟုတ်) ဓာတ်ကင်လိုက်ပါက ထိုကင်ဆာ ရှင်သန်နိုင်ပါဦး မည်လော။ မုချအမြစ်ပြတ် သုတ်သင်နိုင်မည်သာ ဖြစ်ပါသည်။

တစ်ခုတော့ ရှိပါသည်။ အသက်တစ်ချောင်းလုံးအတွက် မိမိ ရင်သား၏ တစ်စိတ်တစ်ဒေသကို စွန့်လွှတ်ပုံသော သတ္တိရှိရ ပါမည်။

ချစ်စွာသော စာဖတ်ပရိသတ်များအား ဤဆောင်းပါးဖြင့် လေးနက်စွာ အကြံပြုလိုသည်မှာ မိမိတွင်ဖြစ်စေ၊ မိမိနှင့်ပတ်သက်ရာ တစ်ဦးတစ်ယောက်တွင်ဖြစ်စေ၊ ကင်ဆာဟုယူဆရသည့် အကျိတ် တစ်စုံ တွေ့ရှိပါက ဆေးမြီးတို့ဖြင့် အတွင်းကြိတ်ကုသမနေတော့ဘဲ နီးစပ်ရာ ကျွမ်းကျင်သူဆရာဝန်ကြီးများထံတွင် ဖြစ်စေ၊ တိုင်းရင်း မြန်မာ သမားတော်ကြီးများထံတွင်ဖြစ်စေ၊ ကုသမှုကိုခံယူခြင်းဖြင့် ကင်ဆာရောဂါဆိုးကြီးမှ ကယ်တင်နိုင်မည်ဖြစ်ကြောင်းအကြံပြုအပ် မှပါသည်။

နက္ခတ္တရောင်ခြည် စာဖတ်ပရိသတ်များခင်ဗျာ၊ ကျွန်တော်၏ ကင်ဆာရောဂါနှင့်ပတ်သက်သော ဆောင်းပါးကို နိဂုံးချုပ်ပါတော့ မည်။

ဤဆောင်းပါးတွင် ကျွန်တော်၏ အယူအဆနှင့် ကုသခဲ့မှု အခြေအနေကိုသာ တင်ပြထားပါသည်။ ကျွန်တော် ကင်ဆာရောဂါ ကုနိုင်ပြီ၊ (သို့မဟုတ်) မကုနိုင်ပါဟု ပြတ်သားစွာ ရေးသားမထားပါ။

ကျွန်တော့်အနေဖြင့် ပြတ်သားစွာ ရေးနိုင်လောက်အောင် မသေချာသေးပါ။ သို့ပါ၍ ကင်ဆာရောဂါ ကြောက်စရာ မလိုပါ။ ကျွန်တော့်ဆီသာ လာခဲ့ပါဟု မဖိတ်ခေါ်ပုံပါ။

အလားတူပင် သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်သည် အခြားရောဂါများကို ပျောက်ကင်းအောင် ကုသနိုင်စွမ်းရှိသော်လည်း ကင်ဆာရောဂါကိုမူ ပျောက်အောင် မကုနိုင်ပါဟု ကျွန်တော်ပြော၍ မဖြစ်ပါ။ သို့ပါ၍ စာဖတ်ပရိသတ်များအနေဖြင့်သာ ကျွန်တော်၏ ဆောင်းပါးကို ဖတ်ရှု၍ အဆုံးအဖြတ် ပေးတော်မူကြပါဟူ၍.....



### သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်နှင့် နှလုံးရောဂါ

သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်ကို အကြောင်းပြုလျက် ကျွန်တော်ပညာရေးဝန်ထမ်း တစ်ဦး ဘဝမှ တစ်မဟုတ်ချင်း တိုင်းရင်းမြန်မာ သမားတော်ဘဝသို့ ရောက်လာရုံနှင့်တကွ ‘သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်နှင့် လေငန်းရောဂါ’ ‘သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်နှင့် ကင်ဆာရောဂါ’ စသည်ဖြင့် ကျွန်တော် နက္ခတ္တရောင်ခြည် မဂ္ဂဇင်းတွင် ဆောင်းပါးကလေးများ အလျဉ်းသင့် သလို ရေးသားခဲ့ပါသည်။

ကျွန်တော်ရေးသားသော ဆောင်းပါးကလေးများကို စာဖတ် ပရိသတ်က အထူးစိတ်ဝင်စားကြသည်ဟု သိရှိရပါသဖြင့် ယခုအပတ် တွင် ‘သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်နှင့် နှလုံးရောဂါ’ အကြောင်းကို စိတ်ပါ ဝင်စားစရာ၊ သင်ခန်းစာယူစရာ၊ သတိမူစရာ ကိုယ်တွေ့အဖြစ်အပျက် ကလေးများကို အခြေခံလျက် ရေးသားဖော်ပြသည်။

ကျွန်တော်သည် ဘရသေ့ချိုးမြှင့်ထားသော သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့် နှင့် သောက်ဆေး၊ လိမ်းဆေးများကို အသုံးပြုကာ အဓိကရောဂါကြီးများ

သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်နှင့် ရောဂါအတွေ့တွေ

ဖြစ်သော သွေးတိုး၊ နှလုံး၊ လေငန်း၊ လေးဘက်နာနှင့် အကြောရောဂါ များကို ကုသလာခဲ့သည်မှာ ၉ နှစ်တာကာလပင် ရှိခဲ့ပြီဖြစ်ပါသည်။

ထို ၉ နှစ်တာကာလအတွင်း ကုသခဲ့သော ရောဂါများ အနက် ကျွန်တော်ကုသ၍ အားအရဆုံးနှင့် စိတ်တိုင်းကျအဖြစ် ဆုံး ရောဂါကို ဖော်ပြပါဟု ဆိုပါလျှင် နှလုံးရောဂါကိုပင် ဖော်ပြရသော် သင့်မည် ထင်ပါသည်။

ကျွန်တော်သည် မည်သည့်ရောဂါကိုပင် ကုကု၊ ကုသနေသော ကာလတစ်လျှောက်လုံးတွင် အမှတ်မထင်မနေဘဲ အစဉ်သတိထား၍ ကုသပါသည်။

သို့ပါ၍ ကုသသမျှရောဂါကြီးထဲတွင် အရေအတွက်လည်း အများဆုံး အောင်လည်း အအောင်မြင်ဆုံးနှင့် ကုသ၍ အားအရဆုံး ရောဂါကို ဖြေပါဟုဆိုပါလျှင် နှလုံးရောဂါဟုပင် ကျွန်တော် ဖြေပါ မည်။

ထိုသို့ဖြေဆိုသဖြင့် နှလုံးရောဂါကို သေးသေးကလေးပဲ မမူလောက်သော ရောဂါကလေးပဲဟု ကျွန်တော်ဆိုလိုခြင်း မဟုတ်ပါ။ ကမ္ဘာပေါ်တွင် ဖြစ်ပွားမှုနှုန်းအများဆုံးနှင့် သေပျောက်မှုနှုန်း အမြင့် မားဆုံး ရောဂါသည် နှလုံးရောဂါဖြစ်ကြောင်း ကျွန်တော်သိပါသည်။

သို့သော် ထိုရောဂါကို ကုသရမည်ကို ကျွန်တော် ဝန်မလေးပါ။ စိတ်မမောပါ။ သတိတော့ အလွန်ထားပါသည်။

‘လေငန်းရောဂါ၊ လေးဘက်နာရောဂါ စသည်တို့သည် ရောဂါကြီးများ ဖြစ်ကြသော်လည်း နှလုံးရောဂါလောက် ဖြစ်နှုန်းမများပါ။’



လေငန်းရောဂါနှင့် လေးဘက်နာရောဂါသက်သက်ကြောင့် ငြိမ်းခနဲ သေမသွားနိုင်ပါ။ နှလုံးရောဂါကမူ အမှုမဲ့အမှတ်မဲ့ နေမိရာမှာ ရင်ဘတ်ထဲက အောင့်တယ်၊ အောင့်တယ်ဟုဆိုကာ ဆေးရုံသို့ပင် မရောက်လိုက်ရဘဲ လမ်းတွင်ပင်သေဆုံးကြရသူများ၊ အချို့ ဧကိတ်ကွင်း တွင် ဂေါက်ရိတ်ရင်း၊ အချို့ တင်းနစ်ကွင်းတွင် တင်းနစ်ကစားရင်း၊ နံနက်ခင်း ကျန်းမာရေးအတွက် အပြေးကျင့်ရင်း၊ အချို့ဘုရားကုန်းပေါ် သို့ တက်ရင်း ရင်ဘတ်တွင်းမှအောင့်ကာ ဇောချွေးများပြန်လျက် ရုတ်တရက် သေဆုံးသွားကြသူတွေ မနည်းလှတော့ပါ။

အမေရိကန်ပြည်ထောင်စုတွင် နှလုံးသွေးကြောရောဂါကြောင့် နှစ်စဉ် ခွဲစိတ်ကုသမှုခံရသူ လူနာဦးရေ နှစ်သိန်းခန့်ရှိသည်ဟု ဆိုပါသည်။

အဆိုပါ လူနာစာရင်းတွင် ခွဲစိတ်မှု မခံရသော လူနာများ မပါဝင်ပါ။ တစ်နှစ်လျှင် သေဆုံးသူလူဦးရေသည်ပင်လျှင် ၅၅၀,၀၀၀ (ငါးသိန်း ငါးသောင်း) ရှိနေကြောင်း တွေ့ရှိရပါသည်။

သို့သော် နှလုံးရောဂါ ဝေဒနာရှင်ကို ကုသရမည်ကို ကျွန်တော် မကြောက်လှပါ။ စိတ်မမောလှပါ။ လေငန်းရောဂါ ဝေဒနာရှင်နှင့် လေးဘက်နာရောဂါဝေဒနာရှင်များကို ကုသရာတွင်မူ ကျွန်တော် ဝန်လေးလှ၍ စိတ်လည်းမောရပါ သည်။

အကြောင်းမှာ အဆိုပါ ရောဂါဝေဒနာမရှိမှား ကုသသူဆရာက အတင်းတွန်းထိုး ကုသသော်လည်း ပျောက်ကင်းမှု မမြန်တတ်ပါ။ ပျောက်ကင်းမှု နှေးကွေးတတ်လှပါသည်။ ကုသနေဆဲကာလ လူနာ

အစားမှား၊ အအေးမိက 'ရှေ့တစ်လှမ်းတိုး နောက်နှစ်လှမ်းဆုတ်' ဖြစ်ရပြန်ပါသည်။

လူနာကိုလည်း အပြစ်မတင်ရက်ပါ။ ဤရောဂါမျိုးမှာ အလွန် နှေးကွေးတတ်ပါသည်။ နှလုံးရောဂါမှာမူ ဤသို့ မဟုတ်ပါ။ အဆင်သင့်ပါက (တစ်နည်းအားဖြင့်) တိုက်ဆိုင်ပါက အချို့တစ်ပတ် အတွင်း (သို့မဟုတ်) သုံးပတ်ခန့်အတွင်း၌ပင် သိသာစွာ ရောဂါ ပျောက်ကင်းသွားကြသူ မြောက်မြားစွာရှိပါသည်။

သာဓကတစ်ခုတင်ပြရသော် ၁၉၈၈ ခု၊ နှစ်ဦးပိုင်းတွင် နှလုံးရောဂါဝေဒနာရှင် ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးတစ်ဦးအား ကျွန်တော် ကုသပေးခဲ့ဖူး ပါသည်။

ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကြီးမှာ နှလုံးရောဂါအပြင် အိပ်မပျော်သောရောဂါနှင့် လက်ယာဘက်ကိုယ်တစ်ခြမ်း ကိုက်နေသဖြင့် ၂၄ နာရီပတ်လုံး လှလဲနှင့် နှိပ်ပေးနေရသော လူနာဖြစ်ပါသည်။

ကျွမ်းကျင်သူသမားတော် ဆရာဝန်ကြီးများနှင့်လည်း ကြပ် မတ် ကုသမှုခံယူနေသူဖြစ်ပါသည်။ ပါရဂူဆရာဝန်ကြီးများ၏ အလိုအရ ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကြီး၏နှလုံးကို ခွဲစိတ်ကုသရသော် သင့် မသင့် စုပေါင်းညှိနှိုင်းနေသည့် ကာလဖြစ်ပါသည်။

ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကြီးအား ကုသရန် ကျွန်တော်အား နိုင်ငံတော် အကြီးအကဲတစ်ဦးက တာဝန်ပေးပါသဖြင့် ကျွန်တော်သည် ထိုနိုင်ငံ ဆက် အကြီးအကဲနှင့် ပါရဂူဆရာဝန်ကြီးများ၊ တာဝန်ရှိ ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးများ နှင့် မှောက်တွင်ပင် ယင်းလူနာအား ကုသခဲ့ရပါသည်။

လူနာ၏ အခြေအနေမှာ ယုံယုံကလေးသာရှိသဖြင့် ကျွန်တော် အရဲမစွန့်ပဲပါ။ သောက်ဆေးလည်း မပေးပုံပါ။ သောက်ဆေးပေးပြီးမှ မတော်တဆ လူနာကွယ်လွန်သွားခဲ့ပါလျှင် ကျွန်တော် ဆေးသောက်၍ ဟုဆိုကာ ကျွန်တော် တရားခံဖြစ်သွားနိုင်ပါသည်။ တရားခံ အဖြစ် မခံနိုင်ပါ။

သို့ဖြစ်၍ အမာခံလည်းဖြစ်သော၊ အန္တရာယ်လည်းကင်းသော သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်ကိုပင် အသုံးပြုကာ ကြီးစွာသောသတိဖြင့် လူနာ၏ မျက်နှာကိုလည်းကြည့်၊ လူနာ၏ ခြေချောင်းကလေးများကြားတွင် ဆေးတောင့်ကိုညှပ်ကာ ဖြည်းဖြည်းချင်း လှည့်ပေးပါသည်။

လူနာကို အကဲခတ်ရသည်မှာ ဆေးတောင့်ဖြင့်ထိရုံမျှဖြင့် နာကျင်ပုံပေါက်ပါသည်။ သို့သော်ခွဲကောင်းသူလည်းဖြစ်၊ နိုင်ငံတော် အကြီးအကဲများနှင့်တကွ သမားတော်ဆရာဝန်ကြီးများ ရှေ့မှောက် တွင်လည်း ဖြစ်သဖြင့် လူနာသည် တစ်ချက်ကလေး မညည်းပါ။

နာရီဝက်ခန့် အကြာတွင် နိုင်ငံတော် အကြီးအကဲနှင့်တကွ သမားတော်ကြီးများပါ ပြန်ကြပါသည်။ ကျွန်တော် နောက်ထပ် ၁၅ မိနစ်ခန့် ဆက်၍လှည့်ရာ ည ကိုးနာရီခန့်တွင် လူနာ အိပ်ပျော် သွားပါသည်။

ကျွန်တော်ပြန်သည်ကိုပင် လူနာ မသိတော့ပါ။ လနှင့်ချီ၍ အိပ်မပျော်ခဲ့သော လူနာ ၂၄ နာရီပတ်လုံး လူလဲနှင့် တစ် လှည့်စီ နှိပ်ပေးနေရာမှ အကိုက်အခဲသက်သာသောလူနာသည် သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်၏ အစွမ်းကြောင့် ညကိုးနာရီမှစ၍

နှစ်ခြိုက်စွာ အိပ်ပျော်သွားလိုက်သည်မှာ နောက်တစ်နေ့ မွန်းလွဲနှစ်နာရီခန့်တွင်မှ အိပ်ရာမှ နိုးလာပါတော့သည်။

အကိုက်အခဲတွေလည်း လုံးဝ ပျောက်သွားပါတော့သည်။ ဤအဖြစ်အပျက်ကလေးကို လူနာက ဤသို့ ပြောပြပါသည်။ အိပ်ရာက နိုးတော့ ကျွန်တော် စိတ်ထဲမှာ ညလို့ပဲထင်နေသေးတယ် ဆရာ။ ဒါနဲ့ အနီးနားမှာရှိတဲ့ သမီး (ဒေါက်တာ)ကို 'ဟဲ့ သမီးတို့၊ မအိပ်ကြသေးဘူးလား' လို့ မေးတော့ သမီးက ဖေဖေ အခု ဘယ် အချိန်ရှိပြီထင်လို့လဲလို့ ပြန်မေးပါတယ်။

ကျွန်တော်ကလည်း ဟေ၊ ဘယ်အချိန်ရှိနေလို့လဲ၊ ဆရာကော ပြန်သွားပြီလားလို့ မေးတော့၊ သမီးဖြစ်သူက ဆရာ ည ၉ နာရီ ကပင် ပြန်သွားကြောင်း၊ ဆရာမပြန်မီကလေးတွင်ပင် ဖေဖေ နှစ်နှစ်ခြိုက်ခြိုက် အိပ်ပျော်သွားသဖြင့် သမီးတို့မအိပ်ဘဲ ထိုင်စောင့် နေကြကြောင်း။

အခု နောက်တစ်နေ့မွန်းလွဲ ၂ နာရီပင် ရှိနေပြီဖြစ်ကြောင်း၊ ဒါထက် ဖေဖေ ညာဘက်ကိုယ်တစ်ခြမ်းကိုက်နေတာရော ဘယ်လို နေသေးသလဲလို့ မေးတော့

ဟေ၊ ငါ့ကိုယ်တစ်ခြမ်းကိုက်တာတွေလည်း မရှိတော့ဘူးဟု ပြန်ပြောမိကြောင်း ကျွန်တော့်အား ဝမ်းသာအားရပြောပြရာ ကျွန်တော့် အဖို့ ပီတိဖြစ်မဆုံး ဖြစ်ခဲ့ရပါသည်။

အဆိုပါလူနာကို မျှော်လင့်ချက်မရှိတော့ပြီ အထင်နှင့် ရပ်ထား၍ သားသမီး မြေးများကို မှာကြားထားသဖြင့် အိမ်တွင် စုဝေးရောက်ရှိ

နေကြရာ ကျွန်တော်၏ ကုသရက် ၅ ရက်မြောက်နေ့တွင် လုံးဝ စိတ်ချရပြီဖြစ်သဖြင့် မိမိတို့၏ နေရပ်တို့သို့ အသီးသီး ပြန်သွားခဲ့ ကြပါသည်။

ထိုလူနာမှာ ယနေ့ထိ ကျန်းမာဆဲဖြစ်ရုံမျှမက ယခင်က ထက်ပင် ကျန်းမာဝပြုံးကာ အသားအရေတွေ တိုးတက် နေသည့်အပြင် နှလုံးရောဂါဝေဒနာ၏ ဖိစီးမှုဒဏ်လည်း မရှိတော့ပြီဖြစ်ကြောင်း လူနာပြောပြ၍ သိရပါသည်။ အလားတူ သာဓကပေါင်းများစွာ ဖော်ပြစရာများ ရှိပါသေး သည်။

အထက်ပါ လူနာပုဂ္ဂိုလ်ကြီးသည် ကျွန်တော်၏ ဆေးကုသမှုကို ခံယူခြင်းမပြုမီက တိုင်းရင်းဆေးအပေါ်တွင် လုံးဝနီးပါး အယုံအကြည် ရှိသူ မဟုတ်ပါ။ သားတွေ သမီးတွေကလည်း ဆရာဝန်တွေဖြစ်ကြပါ သည်။

ကျွန်တော့်အား ပင့်ခေါ်ကုသစေသည်မှာလည်း နိုင်ငံတော် အကြီးအကဲ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦး၏ အစီအစဉ်အရသာ ဖြစ်ပါသည်။ ယခုသော် တိုင်းရင်းဆေးအပေါ်တွင် လုံးဝဥသယံ ယုံကြည်မှုရှိပြီး သူ့ထံရောက်လာသမျှ မိတ်ဆွေ အပေါင်းအသင်းအားလုံးကို ကျွန်တော့် ထံသို့သာ စေလွှတ်နေပါတော့သည်။

ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကြီးက ကျွန်တော့်အား ဤသို့ ပြောပါသည်။ 'ဆရာရေး ကျွန်တော်လဲ ဆရာလူနာ ပွဲစားဖြစ်မှန်းမသိ ဖြစ်နေပြီ။ ကျွန်တော်ကတော့ ကျွန်တော့်လိုပဲ သူတို့နဲ့တကွ သူတို့မိသားစုတွေပါ ရောဂါပျောက်စေချင်လို့ပါ။

ဒါပေမယ့် ဆရာရယ်၊ ကျွန်တော့်မှာ တစ်ဖက်ကလဲ ဆင်ခြင်ရ သေးတယ် ဆရာရဲ့။ တော်ကြာ ဒီလူကြီးရောဂါတွေ ဖိစီးလွန်းလို့ ပေါက်နေပြီထင်မှာစိုးလို့။ ဒါကြောင့် ဆရာဆီသွားဖို့ မတိုက်တွန်းမိ ဆရာအကြောင်း ပမာဏ နိဒါန်းပျိုးရသေးတယ်။

ဆရာဟာ ဝိန္ဒောဆရာတစ်ဦး မဟုတ်ကြောင်း မူလ ဆရာ အတတ်သင် ကျောင်းအုပ်ကြီးအဖြစ် နှစ်ပေါင်းများစွာ အမှု ထမ်းခဲ့ကြောင်း၊ နောက် ပညာရေးဝန်ကြီးရုံးမှာ ပညာရေး အထူးအရာရှိအဖြစ် အမှုထမ်းနေရာက သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်ကို အကြောင်းပြုပြီး တိုင်းရင်းသမားတော်ကြီး ဖြစ်လာတာ ဖြစ်ကြောင်း။

ယခု နိုင်ငံတော် အကြီးအကဲတွေအထိ ဆေးကုသပေးနေသူ ဖြစ်ကြောင်း၊ ပညာအရည်အချင်းကလဲ ဘီအေ၊ ဘီအီးဒီ၊ ဘီအယ်ဖြစ်ကြောင်း ပြောပြီးမှ သူတို့ကို ဆရာဆီသွားဖို့ တိုက်တွန်းရတာ ဆရာရေး။

'နို့မဟုတ်ရင် ကျွန်တော့်ကို လူပေါကြီးလို့ ထင်ချင်ထင်နေကြ ဦးမှာ'ဟု ပြောပြလေ့ရှိပါသည်။

ဤသို့သော အသိုက်အဝန်းက မြန်မာ့ ဆေးပညာအပေါ် အထင်သေးတတ်ကြသည်ကို ကျွန်တော် အပြစ်ဟုမမြင်ပါ။ ကျွန်တော် ကိုယ်တိုင်သည်ပင်လျှင် ယခင်က တိုင်းရင်းဆေးအပေါ် နှစ်နှစ်ကာကာ ကြီး ယုံကြည်ခဲ့သူမဟုတ်ပါ။

ယခုသော် သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်ကို အားကိုးပြုလျက် နှလုံး ရောဂါနှင့် ပတ်သက်၍ ကျွန်တော်၏ ကုသမှုကို အချိန်ခဏွေး၊

ပုဂ္ဂိုလ်မရွေး၊ အစမ်းသပ်ခံဝံ့သောသတ္တိ ကျွန်တော်တွင်ရှိခဲ့ပါပြီ။

ဤသို့သော သတ္တိ ကျွန်တော်တွင် ရှိလာခြင်းမှာ ကျွန်တော် တတ်လို့ ကျွန်တော်သိလို့မဟုတ်ပါ။ ဆေးတောင့်၏ အစွမ်းကြောင့် သာ ဖြစ်ပါကြောင်း ကျွန်တော် ထပ်လောင်းဝန်ခံပါသည်။

ယနေ့ လူသားတို့အကြောက်ရွံ့ဆုံး ရောဂါများမှာ ကင်ဆာ ရောဂါနှင့် 'AIDS' ခေါ် ကိုယ်ခံစွမ်းအားကျဆင်းသောရောဂါတို့ ဖြစ်ပါသည်။ အဆိုပါရောဂါမှာ ဖြစ်လာလျှင် ရာနှုန်းပြည့်နီးပါး သေဆုံးတတ်ကြသဖြင့် လူသားတို့ကြောက်မည်ဆိုက ကြောက်ရွံ့သင့် သော ရောဂါများ ဖြစ်ကြပါသည်။

သို့သော် နှလုံးရောဂါနှင့် နှိုင်းယှဉ်ခဲ့ပါသော် ဖြစ်ပွားမှုနှုန်း လွန်စွာနည်းပါးသော ရောဂါများဖြစ်သဖြင့် အဆိုပါရောဂါများထက် ဖြစ်ပွားမှုနှုန်းလည်းများ၊ သေဆုံးမှုနှုန်းလည်း အမြင့်မားဆုံးဖြစ်သော နှလုံးရောဂါကို ပိုမိုသတိပြု ကြောက်ရွံ့သင့်ကြောင်း ဤဆောင်းပါးဖြင့် သတိပေး ရေးသားပါသည်။

နှလုံးရောဂါသည် ဖြစ်ပွားမှုနှုန်း များပြား၍ သေဆုံးမှုနှုန်း အမြင့်မားဆုံးရောဂါကြီးလည်း ဖြစ်သဖြင့် ကြောက်စရာရောဂါကြီး တစ်ခု ဖြစ်သည်မှာ မှန်ကန်ပါသည်။

သို့သော် 'အနာမသိ ဆေးမရှိ၊ အနာသိလျှင် ဆေးရှိသည်' ဟူသော မြန်မာစကားပုံအရ ရှေးဦးစွာ အနာကို သိအောင်ကြိုးစားဖို့ လိုပါမည်။ အနာသိလျှင် ဆေးရှိမည်ဖြစ်၍ ဆေးရှိလျှင် ရောဂါပျောက်ရ မည်သာ ဖြစ်ပါသည်။

သို့ပါ၍ ကြောက်စရာကောင်းလှသော နှလုံးရောဂါနှင့် ပတ်သက်၍ ရောဂါ၏ သဘာဝနှင့် ဆောင်ရန်၊ ရှောင်ရန်တို့ကို အကျဉ်း မျှ ဖော်ပြပါမည်။

မြန်မာ့ဆေးပညာအလိုအရ ရောဂါဖြစ်မှု ပျောက်မှုဤနှစ်ခုမှာ ကံ၊စိတ်၊ ဥတုနှင့် အာဟာရတည်းဟူသော အကြောင်းတရားကြီး လေးပါးပေါ်တွင် တည်မှီနေကြောင်း ယခင် ဆောင်းပါးများတွင် ကျွန်တော်ရေးသား ဖော်ပြခဲ့ပါသည်။

ယခု နှလုံးရောဂါဆိုသည်မှာ ဘာကြောင့် ဖြစ်လာရသလဲ။ ကံကြောင့်လော၊ စိတ်ကြောင့်လော၊ ဥတုကြောင့်လော၊ အာဟာရ ကြောင့်လော (သို့တည်းမဟုတ်) ကံ၊ စိတ်၊ ဥတု၊ အာဟာရဟူသော ဓာတ်ကြီးလေးပါး စုပေါင်းဖောက်ပြန်နေသောကြောင့်လော ဝေဖန် ဆန်းစစ်လိုပါမည်။

- နှလုံးရောဂါကို အကြမ်းအားဖြင့် ခွဲခြမ်း စိတ်ဖြာကြည့်လျှင်
- (၁) နှလုံးသွေးကြောကျဉ်းရောဂါ
  - (၂) နှလုံးသွေးကြောကျုံ့ရောဂါ
  - (၃) နှလုံးသွေးကြောပိတ်ရောဂါ ဟူ၍ သုံးမျိုးသုံးစား ခွဲခြား ရရှိပါသည်။

အထက်ဖော်ပြပါ အမည်များပေါ်တွင် အခြေခံ၍ တစ်ဆင့် တက် စဉ်းစားပါသော် နှလုံးရောဂါဟူသည် နှလုံးသွေးကြောကျဉ်း လျှင်လည်း နှလုံးရောဂါဖြစ်တတ်သည်။ သွေးကြောကျုံ့လျှင်လည်း ဖြစ်တတ်သည်။ နှလုံးသွေးကြောပိတ်လျှင်မူ နှလုံးသွေးရပ်၍ သေဖွယ် ရာသာ ရှိတော့သည်ဟု စဉ်းစားရရှိပါသည်။



ဤသို့ဆိုပါသော် နှလုံးသွေးကြော ဘာကြောင့်ကျဉ်းရသလဲ။  
နှလုံးသွေးကြော ဘာကြောင့်ကျဉ်းရသလဲ။ နှလုံးသွေးကြော ဘာကြောင့်  
ပိတ်ရသလဲ။ အဲဒီသွေးကြောကို မကျဉ်းအောင်၊ မကျဉ်းအောင်၊ မပိတ်  
အောင် လုပ်ဆောင်နိုင်လျှင် နှလုံးရောဂါ မဖြစ်အောင် မကာကွယ်  
နိုင်ပါဘူးလောဟု မေးစရာ ရှိလာပါသည်။

မှန်ပါသည်။ နှလုံးသွေးကြောများကို မကျဉ်းအောင်၊ မကျဉ်း  
အောင်၊ မပိတ်အောင် သင် ဆောင်ရွက်နိုင်စွမ်းရှိပါလျှင် နှလုံးရောဂါ  
ဖြစ်ဖို့ အလွန်ခဲယဉ်းသွားပြီ ဖြစ်ပါသည်။

ဤနေရာတွင် ရောဂါဖြစ်မှု၊ ပျက်မှု အကြောင်းသည် ကံ၊  
စိတ်၊ ဥတု၊ အာဟာရတည်းဟူသော အကြောင်းတရားကြီးလေးပါး  
ပေါ်တွင်တည်မှီနေသည်ဟူသော မြန်မာ့ဆေးပညာအလိုက အနောက်  
ပိုင်း ဆေးပညာအလိုထက် ပိုမိုပြည့်စုံသလို ဖြစ်နေသည်ကို အောက်ပါ  
အထောက်အထားအရ သိသာ ထင်ရှားနေပါသည်။

နှလုံးရောဂါနှင့် ပတ်သက်၍ အနောက်တိုင်း ဆေးပညာရှင်  
တို့က တိုင်းမိမဂ္ဂဇင်း၊ နယူးဝိမ်းမဂ္ဂဇင်းနှင့် ကမ္ဘာ့စာနယ်ဇင်း အစောင်  
စောင်တို့တွင် ရေးသားဖော်ပြကြသည်မှာ နှလုံးရောဂါဖြစ်ပွားရခြင်း  
သည်

- (၁) မျိုးရိုးဗီဇကြောင့်လည်းကောင်း၊
- (၂) ဆေးလိပ် သောက်သုံးခြင်းကြောင့်လည်းကောင်း၊
- (၃) ဝလွန်းခြင်းကြောင့် လည်းကောင်း၊
- (၄) လှုပ်ရှားမှု နည်းပါးသောကြောင့်လည်းကောင်း၊
- (၅) အဆီ၊ အဆီမဲ့ အစားများသောကြောင့် လည်းကောင်း၊

(၆) အနားမရသောကြောင့် လည်းကောင်း ဖြစ်ရသည်ဟု  
ဆိုပါသည်။

အထက်ဖော်ပြပါ အဆိုနှစ်ရပ်ကို နှိုင်းယှဉ်ကြည့်ပါက မြန်မာ  
ဆေးကျမ်းအလိုက အနောက်တိုင်းဆေးကျမ်းအလိုထက် ပိုမိုပြည့်စုံ  
သလို ဖြစ်နေသည်ဟူသော အဆိုကို ကျွန်တော် ရှင်းပြပါမည်။

အနောက်တိုင်း ဆေးကျမ်းအလိုတွင် ဗီဇနှင့် အာဟာရကိုသာ  
အသားပေး ဖော်ပြထား၍ စိတ်နှင့် ဥတုပိုင်းကဏ္ဍကို အနည်းငယ်  
လျော့တွက်ထားသယောင် လေ့လာတွေ့ရှိရပါသည်။

မြန်မာ့အလိုအရမူ ကံ၊ စိတ်၊ ဥတု၊ အာဟာရတည်းဟူသော  
အကြောင်းတရားကြီးလေးပါးတို့သည် သူ့နေရာနှင့်သူ ထပ်တူထပ်မျှ  
အရေးကြီးသည်သာ ဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်တော်၏ အဆိုကို ပိုမိုလေးနက်စေရန် ထပ်မံရှင်းလင်း  
ပါမည်။ နှလုံးရောဂါ၊ သွေးတိုးရောဂါ စသည်တို့သည် ဗီဇ၊ မျိုးရိုး  
လိုက်တတ်သည်ဆိုခြင်းမှာ မှန်ပါသည်။

မိဘ၌ နှလုံးရောဂါရှိလျှင် သားသမီးတို့တွင် နှလုံးရောဂါ  
ရှိတတ်ကြ၍ မိဘတို့တွင် သွေးတိုးရောဂါရှိလျှင် သားသမီးတို့  
တွင်လည်း သွေးတိုးရောဂါရှိတတ်ကြပါသည်။

အလားတူပင် မိဘ မျိုးနွယ်ထဲတွင် လေဖြတ်ခံထိသူ ရှိခဲ့ပါက  
သားသမီး၊ မြေး၊ မြစ်တို့တွင် လေဖြတ်ခံထိသူ ပေါ်ပေါက်တတ်ကြ  
ပါသည်။

ဤသည်မှာ အနောက်တိုင်းအလိုအရလည်းကောင်း၊ မြန်မာ  
ဆေးပညာအလိုအရလည်းကောင်း၊ ခိုင်မာစွာ လက်ခံထားခြင်းဖြစ်ပါ

သည်။ ထို့ကြောင့် မျိုးရိုးဗီဇလိုက်ခြင်းကို 'ကံ' အကြောင်းတရားကြောင့် ဟုပင် ဆိုရပါမည်။

နှလုံးရောဂါသည် စိတ်ကြောင့်လည်း ဖြစ်တတ်သည်။ စိတ်ကြောင့်ပင်လျှင် နှလုံးရောဂါဝေဒနာရှင်များ အသေအပျောက်များရသည်ဟူသော အဆိုကို မြန်မာ့ဆေးပညာက လေးနက်စွာခံယူထားပါသည်။

စိတ်ကို မပြုပြင်သရွေ့၊ စိတ်ကို မချုပ်တည်းသရွေ့၊ စိတ်ကို မထိန်းသိမ်းနိုင်သရွေ့ နှလုံးရောဂါ မပျောက်နိုင်ပါ။ ဤအဆိုကို ပိုမိုလေးနက်စေရန် ကျွန်တော် ရှင်းလင်းတင်ပြပါမည်။

လူ၏ ခန္ဓာကိုယ်တွင် သနားစရာအကောင်းဆုံးနှင့် အလုပ်လုပ်ရဆုံးသော အစိတ်အပိုင်းတစ်ခုကိုဖော်ပြပါဟု ဆိုပါလျှင် လူတို့၏ 'နှလုံး'ကို ဖော်ပြရပါလိမ့်မည်။

လူ့နှလုံးသည် တွေးကြည့်လေ၊ သနားစရာကောင်းလေဖြစ်၍ ပိုးမွှေးသလို မွှေးထားထိုက်သော၊ နေ့ညမပြတ် အခါမလပ် စောင့်ကြည့်ထိုက်သော၊ အသက်နှင့်ထပ်တူ တန်ဖိုးထားရမည့် ရတနာတစ်ပါးဟု ဆိုက မှားမည်မထင်ပါ။

သူ့ခမျာ အမိဝမ်းတွင်း၌ ပဋိသန္ဓေနေစဉ်ကာလမှစ၍ သေသည်အထိ မိနစ်ပိုင်းကလေးမျှပင် နားခွင့်မရှိသော ပစ္စည်းကလေးပါပေ။

မှန်လည်းမှန်ပါသည်။ သူ့ခမျာ နာရီပိုင်း မဆိုထားနှင့် မိနစ်ပိုင်းမျှပင် နားခွင့်မရရှိပါ။ မိနစ်ပိုင်းကလေးမျှ သူနားလိုက်လျှင် နှလုံးပိုင်ရှင် ထိုပုဂ္ဂိုလ် ထိုနေရာတွင် တုန်းခန့်လဲသေသွားမည် ဖြစ်ပါသည်။

ဤသည်ကို ယနေ့လူသားတို့ မေ့ထားကြဟန်တူပါသည်။ မေ့ထားကြသဖြင့်လည်း ယနေ့ကမ္ဘာတွင် လူသားတို့ အသေအပျောက်များနေကြပါသည်။

လူသားအားလုံး ဤသို့ဆင်ခြင်ကြည့်သင့်ကြပါသည်။ လူသားတို့၏ ခန္ဓာကိုယ်အတွင်း၌ရှိသော နှလုံးသည် သာမန်အားဖြင့် တစ်မိနစ်လျှင် ၇၂ ကြိမ်မျှ ခုန်နေရသည်။ တစ်မိနစ်လျှင် ၇၂ ကြိမ်ဆိုသော် တစ်နာရီတွင် ၄၃၂၀ ကြိမ်။ တစ်နေ့ တစ်နေ့လျှင် အကြိမ်ပေါင်း ၁၀၃၆၈၀ ပျမ်းမျှ တစ်နေ့ အကြိမ်ပေါင်း 'တစ်သိန်းကျော်' ခုန်နေရရှာပါသည်။

မည်မျှ သနားစရာကောင်းလိုက်ပါသနည်း။ အသင်လူသား သင်ကိုယ်တိုင် သူ့နေရာ(နှလုံး)တွင် နေကြည့်ပါဦးလော့။ တစ်မိနစ်လျှင် ၇၂ ကြိမ်နှုန်းဖြင့် မသေမချင်း မရပ်မနား ခုန်ခိုင်းနေသည်မှာပင် တရားလွန်လှပါပြီ။

ဒီထက်ပို၍ လှုပ်ရှားမှုမြန်အောင် ခိုင်းစေလျှင် သင် တရားပါဦးမည်လော။ မတရားပါဟု သင် ဖြေဆိုမည်မချဖြစ်ပါသည်။ သင်က မတရားပါဟုသာ ပြောသည်။ သင်ကိုယ်တိုင် သင့်နှလုံးကို လိုသည်ထက်ပို၍ ခိုင်းနေသည်မှာ အကြိမ်ပေါင်းများလှပြီကောဟု ဆိုလျှင် သင် အံ့သြမိပါမည်။

ကျွန်တော် ၊ ကျွန်မ မခိုင်းရပါလားဟု သင်ဆိုကောင်းဆိုပါမည်။ တကယ်တော့ သင်ကိုယ်တိုင် မသိပါပဲလျက် (သို့မဟုတ်) သိသိကြီးဖြင့်ပင် သင့်နှလုံးသားကို မတရားစေခိုင်းခဲ့သည်မှာ အကြိမ်ပေါင်း ထောင်သောင်းရှိကောင်း ရှိနေမည် ဖြစ်ပါသည်။

ဤသို့စဉ်းစားကြည့်လျှင် သိနိုင်ပါသည်။ သင်သည် တစ်နေ့လျှင် အကြိမ်မည်မျှ ဒေါသထွက်မိပါသနည်း။ အကြိမ်မည်မျှ ပူပင်သောက ဖြစ်မိပါသနည်း။ အချိန်မည်မျှကြာအောင် ဒေါသထွက်၍ အချိန်မည်မျှကြာအောင် သောကရောက်နေမိပါသနည်း။

သင် ဒေါသထွက်တိုင်း၊ သင်သောကရောက်တိုင်း၊ သင်စိတ်လှုပ်ရှားသည့်အခါတိုင်း သင့်နှလုံးသည် မူလရှိရင်း ခုန်နှုန်းထက် တစ်ဆန်းပါးမျှ အကြိမ်တိုး၍ ခုန်နေတတ်ပါသည်။

ဤအဆိုကို မှန်မမှန်၊ သင်ဒေါသထွက်၊ စိတ်ဆိုးနေခိုက် သင့် လက်ဝဲဘက်ရင်အုံ (နှလုံးရှိရာနေရာ)ကို စမ်းကြည့်ပါလျှင် သင့် နှလုံးသည် မယုံကြည်နိုင်လောက်အောင် တဆတ်ဆတ်ခုန်နေသည်ကို တွေ့ရပါမည်။ ဤမျှ အကြိမ်မြန်စွာခုန်နေရသော နှလုံးသည် အဘယ်မှာလျှင် ကြာရှည် ခံနိုင်ပါအံ့နည်း။

တစ်စုံတစ်ခု ချို့ယွင်းလာရတော့မည်မှာ မုချဖြစ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် သင့်ဒေါသနှင့် သင့်သောကကို နိုင်အောင်ထိန်းခြင်းဖြင့် သင့်နှလုံးကို စောင့်ရှောက်ပါဟု ပြောလိုပါသည်။

အလျဉ်းသင့်၍ ကိုယ်တွေ့ဖြစ်ရပ်ကလေးတစ်ခုကို တင်ပြပါမည်။ မြို့ကလေးတစ်မြို့တွင် စာရေးသူ အထက်တန်းကျောင်းအုပ် ဆရာကြီးအဖြစ် တာဝန်ယူခဲ့စဉ်က ဖြစ်ပါသည်။

ထိုစဉ်က စာရေးသူ၏ အသက် ၃၀ ကျော်သာ ရှိပါသေးသည်။ နေ့တစ်နေ့တွင် အရာရှိကတော် ဆရာမတစ်ဦး စာရေးသူအား ခွင့်မတိုင်ဘဲ ၎င်း၏ခင်ပွန်း အရာရှိနှင့်အတူ ခရီးထွက်သွားပါသည်။

မည်သူ့အားမျှလည်း နှုတ်ဖြင့်ပင် မှာကြားမသွားပါ။ စာရေးသူ ဒေါသဖြစ်လိုက်သည့်ဖြစ်ခြင်း၊ ပြော၍ပင် မပြောပြတတ်တော့ပါ။ လက်တွေ့လည်းတုန်၊ အသံတွေလည်း တုန်နေပါသည်။ စာရေး၍ပင် ရေပါ။

မည်သူနှင့်မျှလည်း စကားမပြောလိုပါ။ ဘာအလုပ်မျှလည်း လုပ်၍ မရပါ။ အချိန်ရှိသရွေ့ ဆရာမကိုသာ ဒေါပွကာ သင်းသက်သက် ငါ့ကိုမထိမဲ့မြင်လုပ်တာ၊ ငါ အသက် ငယ်ပေမယ့် ကျောင်းအုပ်ဟာ ကျောင်းအုပ်ပဲ။

သင်း ငါ့ကို လေးလေးစားစား ခွင့်တိုင်သင့်တယ်။ ခွင့်တိုင်ရင် ငါကလည်း ခွင့်ပြုမှာပဲ။ အခု သင်း ငါ့ကို သက်သက်စော်ကားတာ။ သင်း ပြန်ရောက်ရင် ငါ ဘယ်လိုပြောပစ်လိုက်မယ်။ ငါက ဒီလို ပြောရင် သင်းက ငါ့ကို ဘယ်လိုပြန်ပြောနိုင်တယ်။

ဒီလိုဆိုရင် ငါက ဘယ်လိုပြန်ပြောလိုက်မယ်။ သင်းအဆက် အသွယ်တွေက ဘယ်သူတွေရှိသလို ငါ့မှာလဲရှိတာပဲ။ စသည်ဖြင့် ဆင်းခြင်းတည်း စိတ်ကူးဖြင့် စစ်ဆင်ရေးတွေလုပ်နေမိသည်မှာ သုံးရက် နိုင်တိုင် ဖြစ်ပါသည်။

ထိုသုံးရက်အတွင်း ဟုတ်တိ ပတ်တိ ဘာအလုပ်မှလည်း မလုပ်နိုင်ပါ။ ကျန်ဆရာ ဆရာမများလည်း စာရေးသူ မျက်နှာကျော တင်းနေ၍ ထင်ပါသည်။

ကျွန်တော့်အနီးသို့ မကပ်ကြပါ။ သုံးရက်မြောက်နေ့တွင်မူ နိုင်တိုင်ဘဲ ခရီးထွက်သွားသော ဆရာမနှင့်တကွ ၎င်း၏ ခင်ပွန်းပါ အရေးသူ၏ ရုံးခန်းကို ကျိုးခွဲစွာ ရောက်ရှိလာကြပါသည်။

သူတို့တွင် သေရေးရှင်ရေးတမျှ အရေးကြီးသော ကိစ္စတစ်ရပ် ရုတ်တရက် ပေါ်လာသဖြင့် ဆရာကြီးအား ခွင့်မတိုင်ဘဲ ထွက်သွားခဲ့ရုံ ကို ပြောပြရာ စောစောက သင်းပြန်လာလျှင် ငါ ဘယ်လိုပြောလိုက် မည်ဟု မောင်းတင်ထားသော ဒေါသအစိုင်အခဲကြီးသည် လုံးဝ ပြုလဲ သွားပါသည်။

ဪ ငါလည်း သူတို့နေရာမှာဆိုရင် ဒီလိုပဲသွားမိမှာပါလားဟု ဆင်ခြင်မိကာ 'ဆရာမရေ ဆရာမ သုံးရက်နဲ့ ပြန်လာပေလို့သာ ၁၀ ရက်လောက်များကြာရင် ကျွန်တော်ဒေါသကြီး၊ နှလုံးသွေးရပ်ပြီး သေများ သေနှင့်မလား မသိဘူး။ ဆရာမ ကျွန်တော့်ကို ဘဝ တစ်သက်တာအတွက် အကောင်းဆုံး သင်ခန်းစာတစ်ခု ပေးလိုက် တာပဲ'ဟု ကျေးဇူးတင်စွာဖြင့် ပြောဆိုမိခဲ့ရပါသည်။

မှန်ပါသည် အကယ်၍သာ ထိုအချိန်က ကျွန်တော့်တွင် နှလုံးရောဂါအခံ ရှိခဲ့ပါမူ ထိုနေရာတွင်လဲ၍ သေနိုင်လောက်သည်ဟု ကျွန်တော်ဆင်ခြင်မိပါသည်။ ဒေါသသည် ဤမျှ ဒုက္ခပေးနိုင်စွမ်း ရှိကြောင်း ထိုစဉ်ကပင် ကျွန်တော် သတိပြုဆင်ခြင်မိပါသည်။

အလားတူပင် နှလုံးရောဂါဝေဒနာရှင်များ အထူးသတိပြု ဆင်ခြင်သင့်သည်မှာ တတ်နိုင်လျှင် စိတ်မဆိုးမိဖို့၊ ဒေါသ မထွက်မိဖို့၊ သောကဝင်လာလျှင်လည်း သတိပြုဆင်ခြင်လျှင် စိတ်ထဲတွင် ကြာရှည်သို့လှောင်မထားဘဲ စောလျင်စွာ ပျောက်နိုင်အောင် ကြိုးစားကြဖို့လိုပါသည်။

သို့မဟုတ်ပါကမည်မျှအစွမ်းထက်သော ဆေးများကို မှီဝဲနေ ပါစေ။ နှလုံးရောဂါကို ရှင်းရှင်းပျောက်အောင် ကုသရန် များစွာ ခဲယဉ်းပါသည်။ ကျေးဇူးရှင်ဘုရားက နှလုံးရောဂါ ဝေဒနာရှင်များကို ဤသို့ မိန့်ကြားလေ့ရှိပါသည်။

'အေး ငါက မင်းတို့ရဲ့ ရုပ်ပိုင်းဆိုင်ရာ နှလုံးရောဂါ ဝေဒနာကိုတော့ ပျောက်အောင်ကုနိုင်စွမ်းရှိတယ်။ ဒေါသတို့၊ သောကတို့ဆိုတဲ့ မင်းတို့ရဲ့ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ လှုပ်ရှားမှုကြောင့် ဖြစ်ပေါ်လာတဲ့ စိတ်ဝေဒနာကိုတော့ ငါလည်း မကုနိုင်ဘူး။ ဘယ်နှလုံးရောဂါပါရဂူမှလည်း ကုနိုင်မှာ မဟုတ်ဘူး။ ကိုယ့် စိတ်ဝေဒနာကို ကိုယ်ကိုယ်တိုင် ကုစားမှ ဖြစ်မယ်။

ဒီတော့ ဒေါသစိတ်ကလေး နည်းနည်းဝင်လာရင် ကိုယ့် ကိုယ်ကို ဒီလိုဆုံးမကြ။ 'ဒီနေ့ ငါ ဒေါသမထွက်ဘူး၊ ဒီနေ့ ငါ သောက မဖြစ်ဘူး၊ ဒီနေ့ ငါ လောဘမကြီးဘူး' အဲဒီလို နှလုံးသွင်းပြီး ဒေါသ၊ သောက၊ လောဘတွေကို နှိမ်ကြ။

မင်းတို့ခန္ဓာကိုယ်မှာ ပေါ်လာတဲ့ ဒေါသ၊ သောက၊ လောဘတွေကို နှိမ်နိုင်လျှင် မင်းတို့ရောဂါ ထက်ဝက်ပျောက်ပြီ မှတ်'

ဟု ပြောလေ့ ပြောထ ရှိပါသည်။ ထို့ကြောင့် နှလုံးရောဂါကို ကုတွင် စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ လှုပ်ရှားမှုကို ထိန်းသိမ်းရန်လည်း ထူးလိုအပ်ကြောင်း ရေးသားအပ်ပါသည်။

နှလုံးရောဂါကိုကုသရာတွင် ကံနှင့် စိတ်ပိုင်းသည် အရေးကြီးဘို့ ဤသို့ ဥတုပိုင်းသည်လည်း အရေးကြီးလှပါသည်။



နှလုံးရောဂါအခံ ရှိထားသူသည် အချိန်မတော်ရေချိုးမိခြင်း၊ မိုးရေထဲသွား၍ အင်္ကျီရေစို၊ လုံချည်ရေစိုဖြင့် အချိန်ကြာမြင့်စွာနေခြင်း၊

အိုက်လှပါသည်ဟုဆိုကာ လေဟာပြင်ထွက်၍ အအေးအိပ်စက်ခြင်း၊ အင်္ကျီချွတ် သို့မဟုတ် စွပ်ကျယ်လက်ပြတ်ကလေးဝတ်ကာ ယပ်ကလေးတစ်ခုခပ်ဖြင့်နေခြင်း။

ပန်ကာလေခံခြင်း၊ တစ်ညလုံး လေအေးစက် ဖွင့်အိပ်ခြင်း၊ မကြာခဏ ခေါင်းလျှော် ရေချိုးခြင်း စသည်တို့သည် နှလုံးရောဂါအခံရှိသူများအား ရုတ်တရက် ချက်ချင်း လေဖြတ်စေခြင်း။

ရုတ်တရက် ချက်ချင်း နှလုံးသွေးရပ်ကာ သေစေခြင်းတို့အပေါ် ဒုက္ခပေးတတ်ပါသဖြင့် အထူးသတိပြုဆင်ခြင်သင့်ပါကြောင်း ရေးသားရပါသည်။

နောက်ဆုံး တစ်ပြုလိုသည်မှာ အာဟာရပိုင်း ဖြစ်ပါသည်။ ကံ၊ စိတ်၊ ဥတုပိုင်းတို့ထက် ပို၍ အရေးကြီးကောင်းကြီးမည် မလျော့ပါဟု ပြောကြားလိုပါသည်။

သင်၏ ပါးစပ်ကို နိုင်အောင်ထိန်းနိုင်လျှင် မည်သည့်ရောဂါမကပ်ရောက်နိုင်ပါဟုဆေးပညာရှင်တို့က မိန့်ကြားခဲ့ပါသည်။ မှန်ကန်ပါသည်။ လူသားတို့သည် မိမိပါးစပ်အလိုကို လိုက်လွန်းလှသဖြင့် ရောဂါမဖြစ်သင့်ဘဲ ဖြစ်၊ မသေသင့်ဘဲ သေခဲ့ကြရသည်မှာ အနမတရရှိမည် ထင်ပါသည်။

ပါးစပ်ကိုနိုင်အောင်ထိန်း ဆိုသည်မှာ မိမိ၏ ပါးစပ်အရသာခံစားမှုကို ထိန်းသိမ်းရန်ဆိုလိုခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ နှလုံးရောဂါရှိသူ

သူသည် စီးကရက်သောက်၍ မရပါ။ အရက်သောက်၍ မရပါ။ အဆီအအိမ်နှင့် အငန်ကို တတ်နိုင်သမျှ လျှော့စားရပါမည်။

အလားတူပင် နှလုံးရောဂါသည် သွေးတိုးရောဂါနှင့် ပူးတွဲ နေလေ့ရှိသဖြင့် သွေးကိုတိုးစေမည့် သွေးတက်စာများ ဖြစ်သော ဝက်သား၊ ဘဲသား၊ ပုစွန်၊ ငါးသလောက်၊ ငါးသေတ္တာ၊ အုန်းနို့ပါသော အစားထောက်ပါသော အစားစားအုန်းဆီ၊ စားတော်ပဲပြုတ်၊ တညင်းသီး၊ မှို၊ မျှစ် စသည်တို့ကို ရှောင်ရှားကြရပါမည်။

အဆိုပါ အစားအစာများကို မဆင်မခြင် စားသောက်နေသရွေ့ မည်မျှ အစွမ်းထက်သော ဆေးများကို မှီဝဲနေပါစေ၊ ရောဂါပျောက်ကင်းမည် မဟုတ်ပါ။

သို့ပါ၍ လူသားအားလုံး ကမ္ဘာလူသတ်ရောဂါကြီးဖြစ်သည့် နှလုံးရောဂါ ရောဂါဘေးမှ ကင်းဝေးကြစေရန် ဤသို့အကြံပြုလိုပါသည်။

- (၁) စီးကရက်သောက်ခြင်း၊ အရက်သောက်ခြင်းတို့ကို ရှောင်ပါ။
- (၂) ခန္ဓာကိုယ် မဝလွန်းအောင် သတိပြုထိန်းသိမ်းပါ။
- (၃) ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားမှု မယုတ်မလွန် ပြုလုပ်ပေးပါ။
- (၄) အဆီအအိမ်နှင့် အငန်ကို တတ်နိုင်သမျှ လျှော့စားပါ။
- (၅) လောဘ၊ ဒေါသနှင့် သောကတို့ကို ထိန်းပါ။
- (၆) အအေးမမိပါစေနှင့်။ ခေါင်းလျှော်ခြင်းကို သတိပြုပါ။

(၇) အလုပ်ကို မနားတမ်း မလုပ်ပါနှင့်။ အနားယူသင့်သလောက် ယူပေးပါ။

(၈) ကျွမ်းကျင်သူသမားတော်ကြီးများ၏ ညွှန်ကြားချက်အတိုင်း လိုက်နာလုပ်ဆောင်ပါ။

ဤသည်တို့ကို လိုက်နာပါက ကြောက်စရာကောင်းလှသော နှလုံးရောဂါဘေးဆိုးကြီးမှ ကင်းဝေးနိုင်မည်ဖြစ်ကြောင်း စေတနာ ကောင်းဖြင့် ရေးသားရင်း ကျွန်တော်၏ ဆောင်းပါးကို နိဂုံးချုပ်အပ် ပါသည်။

(လူသားအားလုံး နှလုံးရောဂါဘေးကြီးမှ ကင်းဝေးကြပါစေ။)

\*

### သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်နှင့် ရောဂါဆန်း

ကျေးဇူးရှင်ဘရသေ့က သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်နှင့် ပတ်သက်၍ ဤသို့ အမိန့်ရှိခဲ့ဖူးပါသည်။

သိဒ္ဓိဝင် ဆေးတောင့်ဟာ သွေးတိုး၊ နှလုံး၊ လေငန်း၊ လေးဖက်နာနဲ့ အကြောရောဂါများကိုသာမက သိပ္ပံနည်း အားဖြင့် စမ်းသပ်ဖော်ထုတ်ကုသလို့ မရနိုင်တဲ့ ရောဂါဆန်း အချို့ကိုလည်း ပျောက်ကင်းအောင် ကုသနိုင်စွမ်းရှိတယ်။

အေး တစ်ခုတော့ရှိတယ်၊ ဒီဆေးတောင့်ကို ကိုင်တွယ် ကုသရာမှာ အဓိကစွမ်းအင်ကတော့ မေတ္တာနဲ့ သစ္စာပဲ။

ဘာပြုလို့ဒီစကားကို ဆိုရသလဲဆိုတော့ ရောဂါဆန်း တချို့ကို ကုသရာမှာ အချို့ဝေဒနာရှင်တွေဟာ ကုသသူဆရာ ကို မထိမဲ့မြင်ပြောတာမျိုး၊ မယုံကြည်တာမျိုးအပြင် အချို့ဆိုရင် ရန်လိုတဲ့ အကြည့်မျိုးနဲ့ ကြည့်တာတွေတောင် ကြုံတွေ့ရ တတ်တယ်။

အဲဒီအခါမျိုးမှာ ကိုယ်က ဒေါသထွက်ဘဲ အတတ်နိုင်ဆုံး စိတ်ကို တည်ငြိမ်အောင်ထားပြီး မေတ္တာစိတ် အပြည့်နဲ့ ကြိုးစားကုသဖို့ လိုမယ်။ အဲဒီလိုရောဂါမျိုးက မိမိဘက်ကသာ မေတ္တာနဲ့ သစ္စာမှန်ရင် ပိုလို့တောင် ကုသရလွယ်သေးတယ်။ ဟု အမိန့်ရှိခဲ့ဖူးပါသည်။

ကျွန်တော်သည် ဘရသေ့ချီးမြှင့်ထားသော သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့် နှင့် သောက်ဆေး၊ လိမ်းဆေးများကို အသုံးပြုလျက် ကုသခဲ့ရာ ယခုအခါ ကျွန်တော်၏ ဆေးကုသသက်မှာ ၈ နှစ်ကျော် ၉ နှစ် အတွင်းသို့ပင် ရောက်ရှိခဲ့ပြီဖြစ်ပါသည်။

ဆေးကုသသက် ၈ နှစ်ကျော် ၉ နှစ်အတွင်း တွေ့ကြုံခဲ့ရသည့် အဖြစ်ဆန်းကလေးများမှာ အံ့ဩစရာကောင်းလွန်းလှသဖြင့် အိပ်မက် လေလားဟုပင် တစ်ခါတစ်ရံ ထင်မိမှားခဲ့ရပါသည်။

ကျွန်တော်သည် ပညာရေးဌာနတွင် နှစ်ပေါင်း ၃၀ ကျော် အမှုထမ်းခဲ့ပါသည်။ ကျွန်တော်၏ ဇနီးမှာလည်း ပညာရေးဝန်ထမ်း ဆရာမတစ်ဦး ဖြစ်ပါသည်။

နှစ်ပေါင်း ၃၀ ကျော်ကာလအတွင်း အထက်တန်းပြဆရာ ဘဝမှသည် ပညာရေးဝန်ကြီးရုံး ပညာရေးအထူးအရာရှိအထိ ရာထူးအဆင့်ဆင့် တိုးမြှင့်ထမ်းဆောင်ခဲ့ဖူးပါသည်။

ကျွန်တော်၏ ပညာအရည်အချင်းမှာ ဘီအေ၊ ဘီအီးဒီ၊ ဘီအယ်လ်ဖြစ်သဖြင့် ကျွန်တော်၏ ပညာရေးဌာနအတွေ့အကြုံနှင့် ပညာအရည်အချင်းအရ ကျွန်တော့်အား ပညာရေးဌာနတွင် အမြင့်ဆုံး တာဝန် ပေးအပ်ခြင်းခံရသည့်တိုင် ကျွန်တော် ဤမျှ အံ့ဩမည် မဟုတ်ပါ။

သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်၏ အစွမ်းကြောင့် ဘာမဆို ညာမဆို သုံးနှစ်တာကာလ အတွေ့အကြုံကလေးများနှင့် နိုင်ငံတော်တွင် တိုင်းရင်းဆေးနှင့်ပတ်သက်၍ အမြင့်ဆုံးဖြစ်သည့် တိုင်းရင်း ကောင်စီတွင် ကျွန်တော်က ကောင်စီဝင် သမားတော်တစ်ဦး ဖြစ်လာ၍ ကျွန်တော့်ဇနီး ဆရာမက ကျွန်တော့်၏ ဆေးခန်း အကူ လက်ထောက်ဖြစ်လာပါသည်။

ဤသည်မှာ နောင်ကြိုတွေ့ရမည့် အဖြစ်ဆန်းကလေးများ၏ ပဏာမရှေ့ပြေးပင် ဖြစ်အံ့ထင်ပါသည်။ တွေ့ကြုံရသည့် အဖြစ်ဆန်း ကလေးများမှာလည်း မယုံကြည်နိုင်လောက်အောင် ဖြစ်ရပါသဖြင့် ထူးထွေတည့်အံ့ရာသော်ဟုပင် ဆိုရမည်ထင်ပါသည်။

သိဒ္ဓိဝင် ဆေးတောင့်ကြောင့် ကျွန်တော် တွေ့ကြုံခဲ့ရသည့် တကယ့်ဖြစ်ရပ်မှန် အဖြစ်ဆန်းကလေးများအနက် တစ်ခုကို အောက် တွင် ရေးသားဖော်ပြပါသည်။

၁၉၅၉ ခုနှစ်၊ ဇူလိုင်၊ ရန်ကုန်မြို့၊ ဖဆပလရပ်ကွက်ရှိ ကျွန်တော်၏ နေအိမ်တွင် ဖြစ်ပါသည်။ ကျွန်တော်၏ နေအိမ် ဆေးခန်းကို နေ့စဉ်နံနက် ၇ နာရီမှ ၉ နာရီထိ ဖွင့်လှစ်ထားရာ ခါတိုင်းလိုပင် လူနာများနှင့် စည်ကားနေပါသည်။ အဆိုပါ လူနာများထဲ တွင် ဘာရောဂါပါဟု ရောဂါအမည်မတပ်သော လူနာတစ်ဦးလည်း ပါလာပါသည်။

အဆိုပါလူနာမှာ အသက် ၁၃ နှစ်ခန့်အရွယ်ရှိ စတုတ္ထတန်း ကျောင်းသား မောင်လှဝင်းဆိုသော ကလေး ဖြစ်ပါသည်။

မောင်လှဝင်းကလေးနှင့်အတူ ၎င်း၏ ဖခင်နှင့် ဦးလေး၊ အဒေါ်တို့ ပါလာပါသည်။ မောင်လှဝင်းကလေး၏ ရောဂါရာဇဝင်နှင့် ပတ်သက်၍ ၎င်း၏ ဖခင်ဖြစ်သူက ဤသို့ ပြောပြပါသည်။

‘ဆရာရယ်၊ ဆရာက ရောက်လျှင်ရောက်ချင်း ခင်ဗျားသား ဘာဖြစ်လို့လဲမေးလိုက်တော့ ကျွန်တော် ဘယ်လိုဖြေရမယ်တောင် မသိတော့ပါဘူး။ ကျွန်တော်သာလားဆိုတော့ ကျွန်တော်သာမက ကျွန်တော့်သားရောဂါကို ကုသခဲ့တဲ့ ဆရာဝန်ကြီးတွေ ကိုယ်တိုင် ကတောင် ဘာရောဂါရယ်လို့ အမည်မတပ်လိုက်ပါဘူး ဆရာ၊ ကုတာကတော့ စုံနေပါပြီ။

ရောဂါဖြစ်စကစပြီး ဒီနေ့ ဆရာ့ဆီလာတဲ့နေ့အထိဆိုရင် ကလေးခံစားနေရတဲ့ဝေဒနာဟာ နှစ်နှစ်နဲ့ လေးလရှိပါပြီ။

အရိုးရောဂါကု ဆေးရုံမှာလဲ ပြခဲ့ပြီးပါပြီ။ ဦးနောက်နဲ့ အာရုံကြော ရောဂါဌာနကလဲ ပြန်ခဲ့ပါပြီ။ အခုလဲ ကျွန်တော့်ကလေး ဟာ မနေ့ကမှ ရန်ကုန်ဆေးရုံကြီးက ဆင်းလာတာပါ။

ရန်ကုန်ဆေးရုံကြီးက ဆင်းလာတာကလဲ ကျွန်တော်တို့ ဆင်း ချင်လို့ ဆင်းလာတာ မဟုတ်ပါဘူး။ သက်ဆိုင်ရာတာဝန်ရှိ ဆရာဝန် ကြီးတွေက ခင်ဗျားသားရောဂါဟာ အဆန်းပဲ။ ကျွန်တော်တို့လဲ နည်းပေါင်းစုံနဲ့ ကြိုးစားကုသတာပဲ။ အခုချိန်အထိ ဘာမှလဲ ထူးထူး ခြားခြား တိုးတက်မလာဘူး။

ဆီးစစ်၊ သွေးစစ်၊ ကျောက်ကပ်စစ်၊ အာရုံကြောတွေစစ်၊ ဓာတ်မှန်ရိုက်စုံနေပြီ။ ရောဂါလဲ ထွေထွေထူးထူးမတွေ့ရဘူး။ ကလေး ကလဲ သက်သာလာတယ် မရှိဘူး။

ကျွန်တော်တို့လဲ ဘာဆက်လုပ်ရမှန်းမသိတော့ဘူး။ ခင်ဗျား တို့လဲ ကလေးကိုဆေးရုံတင်ရတာ ဒုက္ခများလှပြီ။ ဒီတော့ ကျွန်တော်တို့ အကြံပြုလိုတာကတော့ ခင်ဗျားကလေးကို အိမ်ပြန်ခေါ်သွားပြီး တခြားနည်းနဲ့ ကုကြည့်ပါဦးဆိုလို့ ကျွန်တော့်သားကို ပြန်ခေါ်လာခဲ့ရတာပါ။

ကျွန်တော့်ကလေးရဲ့ အဓိကရောဂါကတော့ ခန္ဓာကိုယ် တစ်ထောင့်တည်းဖြစ်နေပြီး ထိုင်လို့လုံးဝမရတဲ့ရောဂါပါ။ ကျောင်းလဲ ထားပါတယ်။ မကြာခဏ မကျန်းမာတော့ အခုစတုတ္ထတန်းမှာတင် နှစ်နှစ်ရှိပါပြီ။ ကျောင်းထားပေမယ့် ကုလားထိုင်မှာ ထိုင်မရတော့ မတ်တတ်ကြီးပဲ စာသင်ရပါတယ်။

သူ့အတွက် အိမ်က စားပွဲခုံအမြင့်တစ်ခု သပ်သပ်လုပ်ပြီး ကျောင်းကိုလှူထားရပါတယ်။ အထူးသဖြင့် ကျွန်တော့်သားကို ကျွန် တော် သနားတာက နောက်ဖေးသွားတဲ့အခါပါ ဆရာရယ်။

သူ့ခမျာ ထိုင်လို့မရတော့ မတ်တတ်ကြီးကပဲ နောက်ဖေး သွားနေရတာ နှစ်နှစ်နဲ့ လေးလရှိပါပြီ။ တတ်နိုင်ရင် ကယ်ပါ ဆရာရယ်၊ ကျွန်တော့်သားကို ကျွန်တော် သနားလွန်းလို့ပါ’ဟု ဆိုပါသည်။

လူနာဖခင်၏ ရှည်လျားသော တင်ပြချက်ကို ကျွန်တော် အပါအဝင် ကျွန်တော့်ဇနီးနှင့်တကွ ကျန်လူနာအားလုံးကပါ စိတ်ပါ ဝင်စားစွာ နားထောင်နေကြပါသည်။

လူနာ၏ဖခင်က ၎င်းပြောကြားချက်နှင့်အတူ ဆရာဝန်ကြီး များ၏ စမ်းသပ်စစ်ဆေးချက် ဆေးမှတ်တမ်းများနှင့်တကွ လူနာအား



ရောဂါရှာဖွေရာတွင် ရိုက်ကူးထားသည့်ဓာတ်မှန် အချပ်ကလေးပေါင်း ၃၀ ကျော်ပါ စာအိတ်ကြီးတစ်အိတ်ကိုလည်း ကျွန်တော့်ထံ ပေးအပ်ပါသည်။

ဆေးမှတ်တမ်းများအလိုအရ သက်ဆိုင်ရာ ဆရာဝန်ကြီးများသည် ဤလူနာကလေးအပေါ်တွင် အတော်ကြီးကို စေတနာထား၍ စမ်းသပ်ရှာဖွေကုသခဲ့ကြောင်း ထင်ရှားပါသည်။ ခေတ်မီသိပ္ပံနည်းအားဖြင့် စမ်းသပ်ဖော်ထုတ်ကုသလို မရနိုင်သော ဤလူနာကို ကျွန်တော့်ထံ အပ်နှံလာပါသည်။ ကျွန်တော်ဘာလုပ်ရပါမည်နည်း။

မိမိထံအားကိုးတကြီးဖြင့် အပ်နှံလာသော ဤကလေးကို ကျွန်တော်စွမ်းဆောင်နိုင်သမျှ ကြည့်ရှုကုသပေးရန် ကျွန်တော့်တာဝန်ဖြစ်လာပါသည်။

ကလေးအား ကျွန်တော် ခေါ်ယူကြည့်ရှုပါသည်။ သူ့ခမျာ မထိုင်နိုင်ရှာသဖြင့် မတ်တတ်အနေအထားဖြင့်ပင် အစစ်ဆေးခံပါသည်။

ကျွန်တော်၏ ကုထုံးကုနည်းအရ လူနာအား ခုတင်ပေါ်တွင် ခြေဆင်းထိုင်စေပြီး ခြေချောင်းကလေး၊ လက်ချောင်းကလေးများကြားတွင် သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်ကိုညှပ်ကာ ဖြည်းဖြည်းချင်း လှိမ့်ပေးရမည် ဖြစ်ပါသည်။

ယခု လူနာကလေးမှာ ထိုင်လိုလုံးဝမရပါ။ ကလေးကြည့်ရသည်မှာ ဝဝဖြိုးဖြိုး ဖြူဖြူဖွေးဖွေးနှင့် ချစ်စရာကလေးပင်ဖြစ်ပါသည်။

သို့သော် နှစ်နှင့်ချီ၍ ရောဂါဖိစီးမှုဒဏ် ခံရလွန်းသောကြောင့် မျက်နှာကလေးညှိုးကာ ဖြူဖပ်ဖြူလျော် ဖြစ်နေရှာပါသည်။

လူနာသည် သနားစရာ မျက်နှာကလေးဖြင့် ကျွန်တော့်အား အားကိုးတကြီး ကြည့်နေရှာသည်မှာ တကယ် ရင်ထုမနာဖြစ်စရာ မြင်ကွင်းဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်တော်သည် မထိုင်နိုင်သော လူနာကလေးကို ခုတင်ပေါ်တွင် တုံးလုံးလှဲစေရာ တုံးလုံးလှဲရာတွင်ပင် ခက်ခက်ခဲခဲလှဲပေးရပါသည်။ ဩော်ကြီးမားလိုက်သည် ဝင့်ကြွေးပါလားဟု ကျွန်တော့်စိတ်ထဲ မှတ်ချက်ချမိပါသည်။

အတော်ကလေး ခက်ခက်ခဲခဲဖြင့် တုံးလုံးလှဲပေးပြီးနောက် လူနာ၏ ခြေချောင်းကလေးများကြားတွင် သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်ကို ထည့်ကာ ဖြည်းဖြည်းချင်း လှည့်ပေးပါသည်။ ၅ မိနစ်ခန့် လှည့်မိသောအခါ ဆေးတောင့်ကိုင်ထားသော ကျွန်တော်လက်တွင် ထူးဆန်းသော ခံစားချက်တစ်ခု တွေ့ရှိလာပါသည်။

ထိုသို့တွေ့ရှိလာသည်နှင့်တစ်ပြိုင်နက် မည်သူမျှ မျှော်လင့်မထားသော စကားကို ကျွန်တော့်နှုတ်မှ ပြတ်ပြတ်သားသား ပြောချလိုက်မိပါသည်။

စာရှုသူပရိသတ်များခင်ဗျား။ ကျွန်တော်ထိုစဉ်က ပြောကြားခဲ့သည့် စကားမျိုးကို စာဖတ်ပရိသတ်များ လုံးဝ မျှော်လင့်ထားမည်မဟုတ်ပါဟု ကျွန်တော်ရဲဝံ့စွာဆိုပါမည်။

ဤသို့သော အခြေအနေတွင် ဤသို့သော စကားမျိုးကို ပြောလာပါလျှင်လည်း ထိုသို့ ပြောလာသောသူသည် 'ရူးလျှင်ရှူး၊ ခူးလျှင် ထူးလို့ပဲ'ဟု ဆိုကြပါမည်။

စာဖတ်သူများက ထိုစဉ်က ကျွန်တော် ဘာစကားပြောမိပါလိမ့်ဟု သိချင်ကြပါမည်။ ကျွန်တော်ဖြေပါမည်။ ကျွန်တော် ပြောလိုက်သော စကားမှာ

‘ခင်ဗျားသားရောဂါ သုံးရက်အတွင်း ပျောက်မယ်’ ဟု ဖြစ်ပါသည်။

စာဖတ်ပရိသတ်များခင်ဗျား၊ ဤရောဂါ သုံးရက်အတွင်း ပျောက်မည်ဟူသော ကျွန်တော်၏ စကားကို ယုံကြည်ကြပါသလားခင်ဗျား။ မေးစရာပင်မလိုပါ။ မည်သူကမျှ ယုံကြည်ကြမည် မဟုတ်ပါ။

ဘယ့်နှယ်မဖြစ်နိုင်တာ။ ခေတ်မီသိပ္ပံနည်းအားဖြင့် စမ်းသပ်ဖော်ထုတ် ကုသလို မရနိုင်တဲ့ ဤရောဂါကြီးကို ဆေးပညာ အတွေ့အကြုံဆိုလို့ ဘာမှမရှိသေးတဲ့ ပညာရေးဝန်ထမ်းတစ်ဦးက ဆေးတောင့်ကလေး တစ်တောင့်ကိုင်ပြီး လူနာခြေကြားထဲ ၅ မိနစ်လောက် လှည့်ရုံနဲ့ သုံးရက်အတွင်းပျောက်မယ်လို့ ပြောတာ မဖြစ်နိုင်တာကြီးပဲဟု ဆိုကြပါမည်။

မှန်ပါသည်။ ထိုစဉ်က ကျွန်တော် ဆေးကုသမှု အတွေ့အကြုံ နုနယ်လွန်းသေးသဖြင့်သာ ဤစကားကို ပြောမိခဲ့ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ယနေ့လို ဆေးကုသသက် ၈ နှစ်ကျော် ၉ နှစ်မျှ ရှိလာသော အခါ ရောဂါပျောက်မည်ဟု ကေန်ကေတိတိကျကျ သိထားသည့်တိုင် ထိုသို့ ယတိပြတ်ကြီးပြောဖြစ်မည်မဟုတ်ပါ။ မယုတ်မလွန် ကျွန်တော် ကုလျှင် ပျောက်နိုင်ပါသည်။ ကျွန်တော် ကြီးစားကုသပါမည်ဟု လောကံသာ ပြောဖြစ်ပါမည်။

ထိုစဉ်ကတော့ ‘ခင်ဗျားသားရောဂါ သုံးရက်အတွင်း ပျောက်မည်’ဟု တိတိကျကျ ပြတ်ပြတ်သားသား မိုက်မိုက်ကန်းကန်းကြီးပင် ပြောခဲ့မိပါသည်။

အမှန်က ဤသို့သော လွန်လွန်ကျူးကျူးစကားမျိုးကို ကျွန်တော် မပြောထိုက်ပါ။ ပြောလိုက်၍ မှန်လျှင်တော်ပါရဲ့။ မှားသွားလျှင် ဘယ်လောက်ရှက်စရာ ကောင်းလိုက်ပါမည်လဲ။

နောင်သော် ထိုစဉ်က ကျွန်တော်ပြောလိုက်သော စကားသည် ကျွန်တော်၏ နှုတ်မှ ကျွန်တော့်စိတ်နှင့် ကျွန်တော်ပြောလိုက်တာမှ ဟုတ်ရဲ့လား။ မမြင်ရသော (ဝါ) မမြင်နိုင်သော တန်ခိုးရှင်တစ်ဦးဦးက ပြောခိုင်း၍ ပြောမိခြင်းပေလောဟုပင် ဝေခွဲမရ ဖြစ်ရပါသည်။

ကျွန်တော်၏ စကားကိုကြားရသော အနီးရှိလူများက တအံ့တဩ ဖြစ်ကြပါသည်။ လူနာ၏ ဖခင်နှင့်ဦးလေး ဒေါ်လေးများကမူ အံ့ဩမှုလည်း မပြု။ ဇေဝဇေဝါအသွင်တွင် ရှိကြပါသည်။

ကျွန်တော့်အနီးတွင် လိုအပ်သလိုကူညီရန် အသင့်ရှိနေတတ်သော ကျွန်တော့်ဇနီးကမူ ကျွန်တော့်အား စိုးရိမ်သောအကြည့်ဖြင့် ကြည့်လိုက်သည်ဟု ထင်မိပါသည်။

သူမ၏ အကြည့်တွင် စကားလွန်သွားလျှင် မကောင်းဘူး။ ဘယ်လိုကြောင့် ဒါလောက် ရဲရဲတင်းတင်းကြီး သုံးရက်အတွင်း ပျောက်မယ်လို့ ပြောလိုက်ရတာလဲဟု ပြောနေသယောင်ယောင် ထင်ရပါသည်။

သို့သော် ကျွန်တော့်နှုတ်က ယတိပြတ်ထွက်ပြီးသားစကား ဖြစ်နေ၍ သူမ နှုတ်ကတော့ ဘာမျှ မပြောရှာပါ။

စာဖတ်ပရိသတ်များ ဒုတိယအကြိမ် အံ့ဩကြရပြန်ပါဦးမည်။ ဤစာကိုဖတ်နေဆဲ စာဖတ်ပရိသတ်စိတ်ထဲတွင် ဆရာပြောတဲ့အတိုင်း ပျောက်မှ ပျောက်ပါ့မလား၊ မပျောက်လျှင် ဆရာ ဘာပြောမလဲ။ ဘာဆက်လုပ်မလဲဟု တွေးမိကောင်း တွေးမိကြပါမည်။

စာဖတ်ပရိသတ်များ ခင်ဗျား ၊ ဘာမှ ဆက်တွေးစရာမလိုပါ။ အံ့ဩစရာလဲ မလိုပါ။ ထိုစဉ်က ထိုစကားကို ကျွန်တော် ပြောလိုက်ခြင်းသည် နံနို၊ နံမထောက်၍ ဟုတ်လျှင်ဟုတ်၊ မဟုတ်လျှင်လွဲရော၊ လွဲတော့လည်း 'ဆောရီး' ပြောလိုက်ရုံပေါ့ဟူသော သဘောဖြင့် ပေါ့ပေါ့ဆဆ ပြောခဲ့မိခြင်း မဟုတ်ပါ။

တကယ် အတိအကျပျောက်မည်ကို ပြတ်ပြတ် သားသားသိနေ၍ ရဲရဲဝံ့ဝံ့ကြီး ပြောခဲ့သောစကားသာ ဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်တော်ပြောတာ ဟုတ်မဟုတ် ကြည့်ပါလော့။ လွန်ခဲ့သော နှစ်ရက်က ကျွန်တော်ပြတ်ပြတ်သားသား ပြောကြားခဲ့သည့်အတိုင်း ထိုင်မရ၍ နှစ်နှစ်ကျော်ကာလတစ်လျှောက်လုံး မတ်တတ် အနေအထားဖြင့် ထမင်းစား၊ မတ်တတ်အနေအထားဖြင့်စာသင်၊ မတ်တတ်အနေအထားဖြင့်သာ နောက်ဖေးသွား လုပ်နေရသောလူနာ မောင်လှဝင်းကလေးသည် သူ့အလှည့်ရောက်သဖြင့် ကျွန်တော် ခေါ်လိုက်သောအခါ ဘေးလူအကူအညီလုံးဝမပါတော့ဘဲ ကျွန်တော်ဘေးရှိ ခုတင်ပေါ်တွင် အခြားလူနာများနည်းတူ ခြေဆင်း၍ ထိုင်ချလိုက်ပါသည်။

အံ့ဩကုန်နိုင်ဖွယ်ပါတည်း။ ဖခင်လုပ်သူမှာ အံ့ဩဝမ်းသာလွန်း၍ မျက်ရည်များပင် လည်နေရှာပါသည်။

လူနာရှင်ဖခင်က စကားပြော ကတုန်ကယင်ဖြင့် ဤသို့ဆိုလာပါသည်။

'ဆရာရယ်၊ အံ့ဩစရာမှ တကယ့်ကို အံ့ဩစရာကြီးပါ။ ဒီနေ့မနက် အိမ်ကထွက်ကတည်းက သားငယ်လှုပ်ရှားမှုဟာ တစ်မူထူးခြားတယ်လို့ ထင်မိသကဲ့သို့ ဒါပေမယ့် ဒါလောက်မြန်မြန်ကြီးထိုင်နိုင်မယ် ကျွန်တော် လုံးဝ မထင်ခဲ့မိဘူး၊ လုံးဝဆို တကယ်ကို လုံးဝမထင်တာပါ ဆရာ။

တစ်မြန်နေ့က ကလေးကို စမ်းသပ်ပြီး ၅ မိနစ်လောက်အတွင်း ဆရာက ခင်ဗျားသားရောဂါ သုံးရက်အတွင်း ပျောက်မယ်ပြောတော့ ဆရာ့ကို အားနာလိုသာ ဘာမှမပြောတာ။ ကျွန်တော် အပါအဝင် ကျွန်တော့် မိသားစု အားလုံးကတော့ ဆရာပြောတာကို လုံးဝ မယုံကြည်ကြပါဘူးဆရာ။

ဘယ့်နှယ်လုပ်ပြီးတော့ ယုံနိုင်မှာလဲ ဆရာရယ်။ ခေတ်မီသိပ္ပံနည်းအားဖြင့် စမ်းသပ်ဖော်ထုတ် ကုသလိုမရနိုင်တဲ့ ရောဂါကြီးတစ်ခုကို ဆရာက သုံးရက်အတွင်းပျောက်မယ်ဆိုတော့ နားရှိလို့သာ ကြားရတယ်၊ လုံးဝ မယုံမိပါဘူး ဆရာရယ်။

အခုတော့ ကျွန်တော့်စိတ်ထဲ အိပ်မက်လေလားတောင် ထင်မိမှားရပါတယ် ဆရာ'ဟု လူနာများအားလုံးရှေ့တွင် ပြောပြပါသည်။

အနီးရှိ လူနာအားလုံးလည်း တအံ့တဩ ဖြစ်ကြပြန်ပါသည်။ ကျွန်တော့်ဇနီးလည်း ယခုမှပင် စိတ်နှလုံး ဒုန်းဒုန်းချမိပါတော့သည်။

လူနာ မောင်လှဝင်းကလေးအား ကျွန်တော် တစ်ပတ်လျှင် သုံးရက်နှုန်းဖြင့် နှစ်ပတ်အတွင်း ခြောက်ရက်သာ ကုသခဲ့ပါသည်။ မှတ်ချက်

(ကျွန်တော်သည် ရောဂါကြီးလူနာများအား တစ်ပတ်လျှင် သုံးရက်နှုန်းဖြင့် သုံးပတ်အတွင်း ကိုးရက်တိုင် ကုလေ့ကုထ ရှိပါသည်။ ကိုးရက်ကုမှ မထူးခြားသော လူနာကို ဆက်၍ ကုလေ့မရှိပါ။ အခြားသင့်တော်ရာ ဆရာတစ်ဦးဦးဖြင့် ပြောင်းလဲကုသရန် အကြံပြုလေ့ရှိပါသည်။

သုံးပတ် ကိုးရက်ပင်ပြည့်အောင် မကုလိုက်ရပါ။ ကုသရက် ခြောက်ရက်မြောက်နေ့တွင် လူနာ မောင်လှဝင်းကလေးကိုယ်တိုင် ဆောင့်ကြောင့်ထိုင်၍ ကျွန်တော်အား ကန်တော့ပါတော့သည်။

ဪ နှစ်နှစ်နဲ့ လေးလလုံးလုံး ခံစားနေရတဲ့ ဝဋ်ဆင်းရဲ ဝဋ်ဒုက္ခကြီးတစ်ခုက လူလားမမြောက်သေးတဲ့ ကလေးငယ်တစ်ဦးကို ကယ်တင်လိုက်နိုင်ပြီကောဟု ရင်ဝယ်ပီတိ ဖြစ်မိခဲ့ရပြန်ပါသည်။

ယနေ့ မောင်လှဝင်းကလေး ကောင်းစွာ ကျန်းမာနေပါပြီ။ လူပျိုပေါက်အရွယ်ရောက်၍ မိဘစီးပွားရေးကို ဝင်ရောက်ကူညီ လုပ်ကိုင်နေပါပြီ။ နောက်ထပ်လည်း ထိုရောဂါ ဖြစ်ပေါ်မလာတော့ပါ။

မောင်လှဝင်းလေးအကြောင်းကို စကားစပ်မိ၍ ပုဂ္ဂိုလ်ကြီး တစ်ဦးအား ပြောပြရာ ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကြီးက မောင်လှဝင်းကလေး၏ နောက်ဆုံးအခြေအနေကို သိလိုသည်ဆိုပါ၍ ကလေးနှင့်တကွ၎င်း၏ ဖခင်ကိုပါ ကျွန်တော်အိမ်သို့ ခေါ်ယူတွေ့ဖူးပါသည်။ လုံးဝကျန်းမာ နေပြီ ဖြစ်ပါသည်။

မောင်လှဝင်းကလေး၏ ဦးလေးအရင်းတစ်ဦးမှာ လုပ်သက်ရင့် ဆရာဝန်ကြီးတစ်ဦးဖြစ်၍ ကျွန်တော်ထံ တတန်တကလာရောက် တွေ့ဆုံကာ တူတော်မောင်အတွက် အံ့ဩဝမ်းသာ ကျေးဇူးတင်လှ ပါကြောင်း ကျွန်တော်အား ပြောကြားပါသည်။

မောင်လှဝင်းကလေး၏ မိဘများပြောကြားချက်အရ ၎င်းတို့၏ ကလေးအား နှစ်နှစ်ကျော်ကြာမျှ ဆေးကုသခဲ့ရသဖြင့် ငွေ ၄၀၀၀၀ (လေးသောင်း) ကျော်ကုန်ကျခဲ့သည်ဟု ဆိုပါသည်။

ငွေလေးသောင်းကျော် အကုန်အကျခံ၍ နှစ်နှစ်ကျော် ကုသ ခဲ့သော်လည်း မပျောက်နိုင်သော ရောဂါကြီးတစ်ခုကို ကျွန်တော်က နှစ်ပတ်အတွင်း ပျောက်ကင်းအောင် ကုသခဲ့ပါပြီ။ ကျွန်တော်ကုသ သဖြင့် ကုန်ကျငွေ ၁၀၀ (တစ်ရာကျပ်) ထက် ပိုမည်မထင်ပါ။

ကျွန်တော်၏ ဆောင်းပါး အထက်တစ်နေရာတွင် ဤသို့သော အခြေအနေတွင် ဤသို့သော စကားမျိုးကို ပြောလာပါလျှင် ထိုပြောလာ သောသူသည် 'ရူးလျှင်ရူး၊ မရူးလျှင် ထူးလိုပဲ'ဟု ဆိုခဲ့ပါသည်။

ကျွန်တော်မရူးပါ။ မရူးလျှင် ထူးလိုပဲ ဖြစ်ပါသည်။ ထူး သည်မှ မယုံနိုင်လောက်အောင်ပင် ထူးပါသည်။ ထိုသို့ထူး သည်မှာ ကျွန်တော်အစွမ်း မဟုတ်ပါ။ ဘရသေ့ချီးမြှင့်ထား သော သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်၏ အစွမ်းသာ ဖြစ်ပါသည်။

သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်သာ မရှိလျှင် ကျွန်တော်ဘာမျှ လုပ်တတ် မည် မဟုတ်ပါ။ ဘရသေ့ချီးမြှင့်ထားသော သောက်ဆေး၊ လိမ်းဆေး များသည်လည်း အစွမ်းတော့ ထက်ကြပါသည်။



သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်သာ မပါလျှင် ရောဂါများ ဤမျှ မြန်ဆန်စွာ ပျောက်ကင်းကြမည် မဟုတ်ပါ။ သိဒ္ဓိဝင် ဆေးတောင့်၏ အစွမ်းကား ရေး၍ပင် ကုန်နိုင်အံ့မထင်ပါ။

ဤဆေးတောင့်ကို အကြောင်းပြု၍ တွေ့ကြုံရသော ဖြစ်ရပ်ဆန်း ကလေးများ အမြောက်အမြားရှိပါသေးသည်။ 'ဖြစ်ရပ်ဆန်းရောဂါ များနှင့် သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်အစွမ်း'ကို နက္ခတ္တရောင်ခြည်မဂ္ဂဇင်းတွင် အလှူဦးသင့်သလို ရေးသားဖော်ပြသွားမည် ဖြစ်ပါကြောင်း အသိ ပေးအပ်ပါသည်။

\*

### သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်နှင့် သွေးကြောပိတ်ရောဂါ

သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်၏ အဓိကစွမ်းရည်သည် လူ့ခန္ဓာကိုယ်တစ်ခုလုံးရှိ အချို့ကျဉ်းမြောင်းနေသော၊ အချို့ ပိတ်ဆို့နေသော သွေးကြော၊ လေကြော၊ အာရုံကြောများကို ကွန်းဖွင့်ပေးနိုင်သော စွမ်းရည်ရှိကြောင်း ယခင်ဆောင်းပါးကလေးများတွင် ကျွန်တော် ရေးသားဖော်ပြခဲ့ပါသည်။

ဤဆေးတောင့်နှင့် ပတ်သက်၍ ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးတစ်ဦးက ဤသို့ မှတ်ချက်ပြုဖူးပါသည်။

'ဆရာထွဋ်ရေ၊ ခင်ဗျားဆေးတောင့်နဲ့ပတ်သက်ပြီး တခြား ရောဂါတွေကိုတော့ ကျွန်တော် မပြောလိုသေးဘူးဗျ၊ အဲ အကြောနဲ့ပတ်သက်ပြီး ဖြစ်လာတဲ့ရောဂါတွေကိုတော့ သံသယ မရှိနဲ့ဗျ၊ ရဲရဲသာကု၊ ပျောက်မှာရာနဲ့နီးပြည့်နီးပါးသေချာတယ် လို့ ကျွန်တော်ပြောရဲတယ်'

ဟု မှတ်ချက်ပြုဖူးပါသည်။ ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကြီးမှာ တိုင်းရင်းဆေး ကိုသာမက ဗေဒင်၊ နက္ခတ်၊ အဂ္ဂိရတ်ပညာတို့ကို ဝါသနာပါလိုက်စား သော ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးတစ်ဦးဖြစ်ပါသည်။

ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကြီး မှတ်ချက်ပြုခဲ့ဖူးသလိုပင် ကျွန်တော်သည် သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်ကို အမာခံထား၍ အကြောနှင့်ပတ်သက်သော သွေးတိုး၊ နှလုံး၊ လေငန်း၊ လေးဖက်နာရောဂါ စသည်တို့ကို ကုသ ခဲ့ရာ ကျွန်တော်ကိုယ်တိုင် တအံ့တဩဖြစ်လောက်အောင် ရောဂါများ ပျောက်ကင်းကြသည်ကို ကြိမ်ဖန်များစွာ တွေ့ကြုံခဲ့ရပါသည်။

သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်သည် အကြောနှင့်ပတ်သက်သော ရောဂါ များအပြင် အခြား ကိုယ်တွင်းဖြစ်ပွားတတ်သော အဖျားရောဂါ၊ အဆုတ်ရောဂါ၊ အသည်းရောဂါ၊ ကျောက်ကပ်ရောဂါစသည်တို့ကို ကုသပါလျှင်ကော ရောဂါမပျောက်နိုင်ဘူးလောဟု မေးစရာရှိပါသည်။

ဤမေးခွန်းနှင့်ပတ်သက်၍ ကျွန်တော်က ဤသို့ ဖြေကြား လိုပါသည်။ သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်သည် အစွမ်းထက်မြက်လှသော ဆေးတောင့်ဖြစ်သဖြင့် အထက်ဖော်ပြပါ ရောဂါများကို ပျောက်ကင်း အောင် ကုသနိုင်ကောင်း ကုသနိုင်ပါမည်။

သို့သော် 'ငါးသိုင်းများတော့ ဟင်းဟု' ဖြစ်မည်စိုး၍ ကျွန်တော် ကိုယ်တိုင်ကပင် ၉၆ ပါး ရှိသမျှ ဝေဒနာအားလုံးကို လွမ်းခြုံကုသမှု မပြုလိုဘဲ အကြောနှင့်ပတ်သက်သောရောဂါ ဝေဒနာစုကိုသာလျှင် ပိုင်ပိုင်နိုင်နိုင်ဖိဖိစီးစီး စောက်ချ ကုသလိုပါသဖြင့် အထက်ပါရောဂါ များကို ကုသမှုမပြုပါဟုသာ ဖြေကြားလိုပါသည်။

မှန်ပါသည်။ အကြောရောဂါနှင့် ပတ်သက်သော ရောဂါ ဝေဒနာစုကို ပျောက်ကင်းအောင် ကုသနိုင်လျှင်ပင် ကျွန်တော် ကျေနပ် လှပါပြီ။

အကြောရောဂါကို ကုသရသည်မှာ အမည်အားဖြင့် သေးသိမ်သယောင်၊ ကျဉ်းမြောင်းသယောင် ရှိသော်လည်း သေချာစွာစဉ်းစားလိုက်ပါသော် အပြောကျယ်လှသော မဟာ သမုဒ္ဒရာကြီးကို လက်ပစ်ကူးရဘိသကဲ့သို့ ကျယ်ဝန်းလှပါ သည်။

အကြောရောဂါနှင့်ပတ်သက်၍ ဤသို့ စဉ်းစားကြည့်လျှင် သိနိုင်ပါသည်။ သင်၏ ခန္ဓာကိုယ်တစ်ခုလုံးတွင် အကြောနှင့်လွတ်ကင်း သော နေရာဟူ၍ သင် ရှာဖွေတွေ့ရှိနိုင်ပါမည်လော။

တွေ့ပါသည်ဟု သင်ဆိုပါလျှင် လက်သည်း၊ ခြေသည်း၊ ဆံပင်၊ မွေးညင်း၊ သွားစသော ခန္ဓာကိုယ်အစိတ်အပိုင်းအချို့မှအပ ကျန်နေရာအားလုံးမှ သင်ကြိုက်နှစ်သက်ရာ နေရာကို အပ်ဖျားချွန်ချွန် ကလေးဖြင့် ထိုးကြည့်စမ်းပါ။

ထိုးကြည့်သောနေရာတိုင်းမှာ သွေးစို့လာသည်ကို သင်တွေ့ရ မည် ဖြစ်ပါသည်။

ဤသည်မှာ သင် အပ်နှင့်ထိုးလိုက်သောနေရာတိုင်းတွင် သွေးကြောကလေးများရှိ၍ ထိုသွေးကြောကလေးများ ပေါက် ကွဲ ပျက်စီးသွားသဖြင့် ထိုနေရာမှ သွေးစို့လာခြင်း ဖြစ်ပါ သည်။

ထို့ကြောင့်ပင်လျှင် ကမ္ဘာဆေးပညာရှင်များနှင့် မြန်မာတိုင်းရင်း ဆေးပညာရှင်အားလုံးက ခန္ဓာကိုယ်တစ်ခုလုံးတွင် အကြောနှင့် လွတ်ကင်းသော နေရာဟူ၍ လုံးဝမရှိ။

ထို့ကြောင့် ခန္ဓာကိုယ်တစ်ခုလုံးရှိ သွေးကြောကြီးငယ် အသွယ်သွယ်တို့ကို ဆန့်ထုတ်၍ တိုင်းတာကြည့်ပါလျှင် အကြောအရှည်မိုင်ပေါင်း သန်းချီ၍ပင် ရှိနိုင်သည်ဟု အဆို အမိန့် ပြုကြပါသည်။

လူ၏ ခန္ဓာကိုယ်တစ်ခုလုံးတွင် လူတို့၏ သာမန်မျက်စိဖြင့် မမြင်နိုင်သော သွေးကြောကလေးများမှသည် လူတို့၏ သာမန်မျက်စိ ဖြင့် ထင်ရှားစွာမြင်တွေ့နေရသော သွေးကြောကြီးများအဆုံး အားလုံး သော သွေးကြော၊ လေကြော၊ အာရုံကြောတို့သည် စက္ကန့်မလပ် ကိုယ်စီကိုယ်စီ အလုပ်လုပ်လျက် ရှိနေကြပေသည်။

သွေးကြောသေးသေးကလေးတစ်ခု ပေါက်ကွဲပျက်စီး၍ အလုပ် မလုပ်ခဲ့ပါသော် ခန္ဓာကိုယ်အတွက် မထောင်းတာလှသော်လည်း အတန်ငယ်ကြီးထွားသော သွေးကြော၊ လေကြော၊ အာရုံကြော စသည်တစ်ခုခုပျက်စီး၍ အလုပ်မလုပ်တော့ပါက

‘ထုံကျင်ကိုက်ခဲခြင်း၊ အထိမခံနိုင်လောက်အောင် နာကျင် လာခြင်း’

စသောအဆင့်များမှသည် နောက်ဆုံး ခြေထောက်၊ လက် ထောက် များကို ဖြတ်ပစ်ရသည်အထိ ဆိုးရွားသော အန္တရာယ်များ ကို ကြုံတွေ့ရတတ်ကြောင်း သတိပေး ရေးသားလိုပါသည်။

‘ကြိုတင်ကာကွယ်ခြင်းသည် ဖြစ်လာမှကုသခြင်းထက် ပို၍ ကောင်း၏’ (Prevention is better than cure)ဟူသော ပညာရှိစကား တစ်ခုရှိပါသည်။

ဤစကားသည် လိုက်နာသင့်သောစကားဖြစ်သဖြင့် သွေးကြော ပိတ် လက္ခဏာ ဖြစ်နိုင်လောက်သည်ဟု ယူဆရသော်

ဥပမာ ခြေဖျားလက်ဖျား ထုံကျဉ်လာခြင်း၊ အချို့အကြော ကလေးများကို လက်နှင့် ထိရုံကလေးမျှပင် မခံမရပ်နိုင်အောင် နာကျင်ခြင်း စသည်တို့ကို တွေ့ရှိလာပါက

ပေါ့ဆစွာ မနေသင့်ကြဘဲ နီးစပ်ရာဆေးရုံသို့ဖြစ်စေ၊ သမား တော် တစ်ဦးဦးထံ ဖြစ်စေ၊ ဆောလျင်စွာ သွားရောက်ပြသသင့်ကြ ပါသည်။

ဤဆောင်းပါးတွင် အခြားအကြောနှင့် သွယ်ဝိုက်ပတ်သက် သော ရောဂါများထက် သွေးကြောပိတ်ရောဂါအကြောင်းကို အထူးပြုရေးသားလိုပါသည်။

သွေးကြောပိတ်ရောဂါသည် အစားအသောက်နှင့် အနေအထိုင် ကြောင့် ဖြစ်လာတတ်သော ရောဂါတစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။

အဆိုပါ သွေးကြောပိတ်ရောဂါသည် ကျွမ်းကျင်သူ သမား တော်ကြီးများလက်သို့ အချိန်မီ မရောက်ရှိပါက ခြေလက်များ ကို ဖြတ်ပစ်ရသည်အထိ ဒုက္ခပေးတတ်သော ရောဂါတစ်ခုဖြစ် သဖြင့် ပေါ့ဆစွာသဘောမထားသင့်ကြောင်း သတိပေးရေးသား လိုပါသည်။

သွေးကြောပိတ်ရောဂါသည် အစားအသောက်၊ အနေအထိုင် ကြောင့် ဖြစ်တတ်သည်ဟု အထက်တစ်နေရာတွင် ကျွန်တော်ဆိုခဲ့ ပါသည်။

မှန်ပါသည်။ သွေးကြောပိတ်ရောဂါသည် သွေးကြောကို ပိတ်စေနိုင်သော အစာအာဟာရများကို မပြတ်စားသုံးပါလျှင် ဖြစ်လာ နိုင်ပါသည်။

ဥပမာ ဆေးလိပ်သောက်ခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ဆေးလိပ်သောက်ခြင်းသည် သွေးကြော၊ လေကြောကလေးများကို ပိတ်စေနိုင်သော အကြောင်းရင်းတစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။

အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ဆေးလိပ်ငွေ့ထဲတွင် (Tar) ခေါ် 'ကတ္တရာစေး' ပါနေ၍ ဖြစ်ပါသည်။

ဆေးလိပ်ငွေ့ကို တစ်ခါ ရှူသွင်းလိုက်တိုင်း Tar ခေါ် ကတ္တရာစေးတို့သည် အနည်းနှင့်အများ ပါသွားတတ်ကြပါသည်။

ဆေးလိပ်ကို နေ့စဉ်အကြိမ်များစွာ နှစ်နှင့်ချီ၍ သောက်သုံးလာသောအခါ သွေးအတွင်းမျောပါလာသည့် ကတ္တရာစေးများကြောင့် သွေးကြောကလေးများ တစ်စတစ်စ ကျဉ်းမြောင်းလာရာမှ နောက်ဆုံး သွေးလည်ပတ်မှု မပြုနိုင်လောက်အောင် ပိတ်ဆို့လာသဖြင့် သွေးကြောပိတ် ရောဂါဖြစ်လာရခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

အလားတူပင် အရက်၊ သားငါး အဆီ၊ အုန်းဆီ၊ စားအုန်းဆီ၊ ထောပတ် စသည်တို့ကိုစားသုံးမှု များပြားလွန်းလျှင်လည်း သွေးကြောပိတ်တတ်ပါသည်။

အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် သား၊ ငါး အဆီ၊ အုန်းဆီ၊ စားအုန်းဆီ၊ ထောပတ် စသည်တို့သည် အေးလာလျှင် ပုလင်းထဲ၊ အိုးခွက်၊ ပန်းကန်ပြားများထဲတွင်ပင် ခဲတတ်ကြပါသည်။

အိုးခွက် ပန်းကန်များထဲတွင်ပင် ခဲနိုင်သော ထိုအဆီတို့သည် သွေးကြောများထဲတွင်လည်း ခဲမည်မုချ ဖြစ်ပါသည်။

ခဲတတ်သော သဘာဝရှိသည့် အဆီတို့ကို စားသုံးဖန်များလျှင် အကြောနှင့် ပတ်သက်သောရောဂါတစ်ခုခု မုချပင်လာတော့မည် ဖြစ်ပါသည်။

ဥပမာ သွေးတိုးရောဂါ၊ နှလုံးရောဂါ၊ သွေးကြောပိတ်ရောဂါ စသည်များ။

ထို့ကြောင့် သွေးကြောများကို ကျဉ်းစေတတ်သော ကျုံးစေတတ်သော၊ ပိတ်စေတတ်သော ဆေးလိပ်၊ အရက်၊ သားငါးအဆီ၊ အုန်းဆီ၊ စားအုန်းဆီ၊ ထောပတ်၊ လက်ဖက်ရည်ခါးခါးနှင့် ကြက်ဥ၊ ဘဲဥအနှစ်စသော အဆီ အဆီမိမ့်များကို တတ်နိုင်သမျှ လျှော့ပေါ့ စားသုံးသင့်ကြကြောင်း အကြံပြုရေးသားလိုပါသည်။

အလားတူပင် အနေအထိုင်နှင့်ပတ်သက်၍ အကြံပြုလိုသည်မှာ ကုလားထိုင်ဖြင့် ကြာရှည်စွာထိုင်ကြခြင်းဖြစ်ပါသည်။

သတိမူကြည့်လျှင် တွေ့နိုင်ပါသည်။ ယေဘုယျအားဖြင့် ကုလားထိုင်အမြင့်သည် ၁၈ လက်မ၊ တစ်ပေခွဲခန့်ရှိတတ်ကြ၍ ကုလားထိုင်အကျယ်သည် ၁၆ လက်မ (တစ်ပေနှင့် လေးလက်မ)ခန့် ရှိတတ်ကြပါသည်။

အရပ်အလွန်မြင့်သော ပုဂ္ဂိုလ်များမှအပ ကျန်ပုဂ္ဂိုလ်များတို့သည် ကုလားထိုင်ထိုင်လျှင် ခြေဖဝါးနှင့်ကြမ်းပြင်မထိဘဲ ခြေတွဲလွဲဖြစ်နေတတ်ကြပါသည်။

ခြေတွဲလွဲအနေအထားဖြင့် ခေတ္တခဏမျှထိုင်လျှင် မထောင်းတာလှသော်လည်း ခြေတွဲလွဲ အနေအထားဖြင့် နေ့စဉ်နာရီပေါင်းများစွာ



ထိုင်လာသောအခါ မိမိခြေထောက်၏ အလေးချိန်ကြောင့် ကုလားထိုင် စောင်းသည် ဒူးကောက်ကွေးအတွင်းရှိ သွေးကြောများကို ဖိညှပ်ကာ သွေးသွား သွေးလာတို့ကို ပိတ်ဆို့ခြင်းဖြင့် သွေးကြောပိတ်ရောဂါကို ဖြစ်စေပါတော့သည်။

ဤသည်ကိုသတိမူလျက် ကုလားထိုင်ထိုင်သည့်အခါတိုင်း ခြေတွဲလွဲ ဖြစ်မနေစေရန် ခြေထောက်အောက်တွင် ခြေတင်ခုံ တစ်ခု အစဉ်ထား၍ ခြေတင်ခုံပေါ်တွင်ခြေတင်လျက်သာလျှင် ကုလားထိုင်ကို ထိုင်သင့်ပါကြောင်း အကြံပြုလိုပါသည်။ အလျဉ်းသင့်သဖြင့် ကုလားထိုင် ထိုင်မှုကြောင့် ကျွန်တော့် ဇနီး ခြေထောက် သွေးကြောပိတ်ရောဂါ ဖြစ်ခဲ့ရပုံကို အကျဉ်းမျှ တင်ပြပါမည်။

၁၉၈၅ ခု ဖေဖော်ဝါရီလ အတွင်းက ကျွန်တော်၏ ဇနီး သွေးကြောပိတ်ရောဂါ ဖြစ်ခဲ့ဖူးပါသည်။ ဖြစ်ပွားရသည့် အကြောင်း ရင်းမှာ သားအငယ်ဆုံး စာမေးပွဲဖြေခါနီးဖြစ်၍ စာကျက်ဖြစ်စေရန် အချိန်ဇယားဆွဲပေးထားပါသည်။

အချိန်ဇယားအရ ည ၈ နာရီမှ ၁၁ နာရီအထိ စာကျက်ရမည် ဖြစ်ရာ သားဖြစ်သူ စာကြည့်နေစဉ် ဇနီးဖြစ်သူသည် သားအနီးတွင် ပက်လက်ကုလားထိုင်ဖြင့်ထိုင်ကာ ပုတီးစိပ်လေ့ ရှိပါသည်။

ဤတွင် ဒူးကောက်ကွေးအောက်ရှိ ကုလားထိုင်အောက်တန်း သည် ဒူးကောက်ကွေးမှ သွေးကြောများကို ညှစ်ထားသကဲ့သို့ရှိသဖြင့် သွေး၊ လေ ကောင်းစွာမလျှောက်နိုင်တော့ဘဲ ဒူးကောက်ကွေးတွင် အဖုကြီးတစ်ခု ဖြစ်လာပါသည်။

ထိုအဖုကြီးမှသည် အောက်ပိုင်းတစ်လျှောက် မနေနိုင်၊ မထိုင်နိုင်ဖြစ်အောင် ကိုက်ခဲလာပါသဖြင့် မိတ္ထီလာမြို့၊ ပြည်သူ့ ဆေးရုံကြီးသို့ ပို့ကာ ကုသစေခဲ့ပါသည်။

ယင်း သွေးကြောပိတ်ရောဂါကို ဆရာဝန်ကြီးများကိုယ်တိုင် သုံးလကျော် လေးလနီးပါးမျှ ကြိုးစားကုသခဲ့ကြသော်လည်း သက်သာ သည် ဆိုရုံမျှအပ ရှင်းရှင်းလင်းလင်း မပျောက်ခဲ့ပါ။

နောက်ဆုံး ၁၉၈၅ ခု၊ ဇွန်လ ၉ ရက်နေ့တွင် ရသေ့ကြီး တစ်ပါး အိမ်သို့ရောက်ရှိလာကာ သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်နှင့် လိမ်းဆေးများကိုပေး၍ ကုသစေမှ အံ့ဩစဖွယ် ၅ ရက်အတွင်း ယူပစ်သလို ပျောက်ကင်းခဲ့ပါသည်။

ဤအကြောင်းကို ၁၉၉၃ ခု၊ မတ်လထုတ်နက္ခတ္တရောင်ခြည် မဂ္ဂဇင်းတွင် ကျွန်တော်ရေးသားခဲ့ဖူးပါသည်။

ဘရသေ့သည် ထိုစဉ်က သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်နှင့် ဇေယျသိဒ္ဓိ လိမ်းဆေးကိုသာ ပေး၍ ကုသစေခြင်းဖြစ်ပါသည်။ သောက်ဆေးများကို လုံးဝ မပေးသေးပါ။

ကျွန်တော်က ဆေးတောင့်ဖြင့်လှည့်ပေး၍ ဇနီးဖြစ်သူက ရောဂါပျောက်လိုစေဖြင့် လိမ်းဆေးကို မပြတ်လိမ်းပါသည်။

သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်သည် အစွမ်းထက်ဘိသကဲ့သို့ လိမ်းဆေး ကလည်း အစွမ်းထက်လှပါသည်။

ကျွမ်းကျင်သူ ဆရာဝန်ကြီးများကိုယ်တိုင် သုံးလကျော် လေးလခန့်မျှ ကြိုးစားကုသ၍ မပျောက်နိုင်သော ကျွန်တော့် ဇနီး၏ သွေးကြောပိတ်ရောဂါကြီးသည် သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်နှင့်

လိမ်းဆေးတို့၏ အစွမ်းကြောင့် ငါးရက်အတွင်းယူပစ်သလို ပျောက်ကင်းခဲ့ပါသည်။

ဤဖြစ်ရပ်ကို ကျွန်တော့်မိသားစုသာမက မိတ္ထီလာမြို့၊ ဆရာ အတတ်သင်ကျောင်းရှိ ဝန်ထမ်းအားလုံးနှင့်တကွ ဆရာ၊ ဆရာများ၊ သင်တန်းသား၊ သင်တန်းသူများပါ သိရှိခဲ့ကြပါသည်။

သွေးကြောပိတ်ရောဂါသည် ဖြစ်ပွားမှုနှုန်း နည်းပါးသောရောဂါ ဖြစ်၍ လူတို့လည်း အတွေ့အကြုံ နည်းပါးတတ်သည်မှာ ဓမ္မတာဖြစ်ပါ သည်။

သို့ဖြစ်၍ အချို့ သွေးကြောပိတ်ရောဂါ ဖြစ်နေသည်ကိုပင် ဖြစ်မှန်းမသိသူများရှိသည်ကို ရံဖန်ရံခါ တွေ့ရပါသည်။

အဖြစ်နည်းသော သွေးကြောပိတ်ရောဂါထား၍ အဖြစ်များ သော လေငန်းရောဂါကိုပင် ဖြစ်၍ ဖြစ်မှန်းမသိသည်ကို ကျွန်တော့် မိတ်ဆွေရင်းချာများထဲတွင်ပင် တစ်ခါက ကြုံဖူးပါသည်။

နေ့တစ်နေ့တွင် ကျွန်တော့်မိတ်ဆွေတစ်ဦး၏ ဇနီး မကျန်းမာဟု ကြားရပါသည်။ ကျွန်တော်လည်း မအားလပ်သဖြင့် ချက်ချင်း မသွားဖြစ်ခဲ့ပါ။

သုံးရက်ခန့်ကြာမှ ရောက်ရှိသွားခဲ့ပါသည်။

ရောက်လျှင်ရောက်ချင်း လူနာကိုမြင်ရုံမျှဖြင့် လူနာသည် လေငန်းရောဂါကို ပြင်းထန်စွာခံစားထားရသူဖြစ်ကြောင်း ကျွန်တော် သတိမူမိပါသည်။ ကျွန်တော့်မိတ်ဆွေက ဤသို့ဆိုပါသည်။

‘သူငယ်ချင်းရာ ကိုယ့်ဇနီး အကောင်းသားနေရင်းက ခြေလှုပ်မရ၊ လက်လှုပ်မရဖြစ်သွားတာ သုံးရက်ရှိပြီ၊ တစ်နေ့ ကပဲ သူ့ဘာသာသူ ရေချိုး၊ အဝတ်လျှော်နေသေးတယ်။’

ရေချိုး၊ အဝတ်လျှော်ပြီးကာမှ နည်းနည်းအေးလိုဆိုပြီး စောင်ခြံအိပ်နေရာက အဲဒီလို ဖြစ်သွားတာပဲ’

ဟုဆိုကာ ၎င်း၏ ဇနီးကိုပင် ဤသို့ဆက်၍ ပြောနေပါသေး သည်။

‘မင်းနယ်ကွ၊ တစ်နေ့ကပဲ အကောင်းသား၊ အခုပဲ ခြေလှုပ်မရ၊ လက်လှုပ်မရဖြစ်နေရတယ်လို့ နည်းနည်းများကြီးစားပြီး လှုပ်ကြည့်စမ်း ပါဦး’

ဟု ပြောနေပါသေးသည်။

ဇနီးဖြစ်သူမှာ စကားကိုပင် ကောင်းစွာပြောနိုင်ရှာသူမဟုတ် တော့ပါ။ သို့သော် ခင်ပွန်းသည်၏ ပြောစကားကို ကောင်းစွာ နားလည်နိုင်စွမ်း ရှိနေပေသေးရာ မျက်ရည်များ တွေ့တွေ့ကျရင်းကသာ ကင်ပွန်းသည်အား ငေးငေးကြီး ကြည့်နေရှာပါသည်။

ဤသို့သော လေဖြတ်ထားသော ဝေဒနာရှင်များတို့သည် အလိုလိုနေရင်းပင် ဝမ်းနည်းအားငယ်တတ်သည့် အလေ့ရှိတတ်ကြပါ သည်။

ယခုတွင် ခင်ပွန်းဖြစ်သူကိုယ်တိုင်က အမူအရာအားဖြင့်သာမက နှုတ်ထွက်စကားအရပါ မိမိကိုအပြစ်တင်သည့် လေသံဖြင့် ပြောဆို နေသည်ကို တွေ့ရသောအခါ အသံပင်မထွက်နိုင်တော့ဘဲ ကြီးစွာသော ဝမ်းနည်းတသမှု ခံစားရချက်ဖြင့် မျက်ရည်တွေ ဒလဟောကျဆင်း နေရှာပါသည်။

ကျွန်တော်သည် ဇနီးခင်ပွန်း နှစ်ဦးကြားတွင် ဝင်၍ စွက်ဖက် ပြောဆိုရန် တုံ့ဆိုင်းနေမိပါသည်။ ဘာမျှလည်း မပြောလိုတော့ပါ။ အခြေအနေမှာ နောက်ကျသွားလွန်းပြီ ဖြစ်ပါသည်။

ဪ လောကမှာ 'မရှိတာထက် မသိတာခက်' ဆိုတာ ဒါမျိုး တွေပဲ ထင်ပါရဲ့ဟု မိမိစိတ်ထဲတွင် တိတ်တဆိတ် မှတ်ချက်ချမိ ပါသည်။

လူနာရှေ့တွင်သာ မဟုတ်ပါက ကျွန်တော့်မိတ်ဆွေကို ဤသို့ အားမနာတမ်း ပြောချလိုက်ချင်ပါသည်။

'ခင်ဗျားဇနီး လေဖြတ်ထားတာဗျ။ ဟန်ဆောင်နေတယ် ထင်မနေနဲ့၊ လေဖြတ်တာမှ ပေါ့ပေါ့ဖြတ်တာ မဟုတ်ဘူး၊ ရက်ပိုင်းအတွင်း သေဆုံးသွားနိုင်လောက်အောင်ကို ပြင်းပြင်း ထန်ထန် ဖြတ်ထားတာ၊ ပေါ့မနေနဲ့၊ လူနာကိုလည်း အပြစ်တင် စကားတွေ ပြောမနေနဲ့'

ဟု ပြောချလိုက်ချင်ပါသည်။ သို့သော် ကျွန်တော် ပြောလည်း မပြောရက်၊ ပြောလည်း မပြောဖြစ်ခဲ့ပါ။

သူ့ခမျာ ဘာမှ မသိရှာပါဘဲကလားဟုသာ စိတ်တွင်းမှ မှတ်ချက်ပြုကာ မိတ်ဆွေနှင့်ဇနီးသည်ကို နှုတ်ဆက်လျက်ပြန်ခဲ့ပါသည်။

အဖြစ်မှန်မှာ လူနာတွင် သွေးတိုးရောဂါရှိနေသည့်အထဲတွင် အစားမှားသဖြင့် သွေးအလွန်တက်နေဆဲကာလ အချိန်ကြာမြင့် စွာ အဝတ်လျှော်၊ ရေချိုးမိသဖြင့် ပြင်းထန်စွာလေဖြတ်သွားခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ဤနေရာတွင် အထူးသတိပေးလိုသည်မှာ မည်မျှကျန်းမာလှပါ သည်ဆိုသူ ဖြစ်ပါစေ သွေးတိုးဓာတ်ခံရှိနေစဉ် အစားမှား၍ သွေးတက်

အခိုက် ရေချိုး အအေးခံပါက မည်သူမျှ မခံနိုင်ပါ။ မုချလေဖြတ်ခံ ငါမည် ဖြစ်ပါသည်။

အထက်ဖော်ပြပါ ကျွန်တော့်မိတ်ဆွေ၏ ဇနီးမှာ ကျွန်တော် ငြိန်လာပြီး တစ်ပတ်မျှပင် မခံလိုက်ပါ။ ကွယ်လွန်သွားရှာပါသည်။

ဤသို့သော လူလတ်တန်းစား အလွှာတွင် ဤမျှ ဗဟုသုတ နည်းပါးလိမ့်မည်ဟု ကျွန်တော် မထင်မိပါ။

ယခုသော် ကျွန်တော်ကိုယ်တိုင် ကိုယ်တွေ့ကြုံခဲ့ရပါပြီ။ ဤတွင် ကျွန်တော့်စိတ်ထဲ ဤသို့ ခံစားမိရပါသည်။

ဪ တို့နိုင်ငံမှာ ဒီအဆင့်လောက်အထိရှိတဲ့ လူတန်းစား အလွှာထဲမှာတောင် လေဖြတ်လို့ ဖြတ်မှန်းမသိသူတွေ ရှိနေပါသေး တလား။

နယ်စွန့်နယ်ဖျား လူအရောက်အပေါက်နည်းတဲ့ နေရာတွေမှာ နေကြရရာတဲ့ ကျေးလက်လူထုဆိုလျှင် ဤရောဂါနှင့် ပတ်သက်ပြီး အဘယ်မျှ ဗဟုသုတနည်းပါးရှာကြမလဲဟု တွေးတောရင်း ယူကြီးမရ ဖြစ်မိရပါသည်။

ထို့ကြောင့်ပင်လျှင် (မိမိကိုယ်တိုင် တတ်လှသိလှသည် မဟုတ် သော်လည်း)ကျန်းမာရေးနှင့်ပတ်သက်သော ပညာပေး ဆောင်းပါး တလေးများကို အလျဉ်းသင့်သလို ရေးသားရန် ကျွန်တော် ဆုံးဖြတ် ခဲ့ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

လူသိများသော အဖြစ်လည်းများသော လေငန်းရောဂါလို ဆရာဂါမျိုးကိုပင် လူလတ်တန်းစား အလွှာလောက်က မသိသူ ရှိနေ ခေါ်လျှင် လူသိနည်းသော အဖြစ်လည်းနည်းသော သွေးကြောဖြတ်

ရောဂါဆိုပါက ပို၍ပင် ဗဟုသုတနည်းပါးကြလိမ့်မည်ဟု ယူဆပါသောကြောင့် ဤဆောင်းပါးကို ကျွန်တော်ရေးသားရခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ သွေးကြောပိတ်ရောဂါ ဖြစ်တော့မည်ဆိုလျှင် အောက်ဖော်ပြပါ လက္ခဏာများကို အဆင့်ဆင့်ပြုလာတတ်ပါသည်။

ဥပမာ လက်ယာဘက်ခြေထောက် သွေးကြောပိတ်တော့မည်ဆိုပါလျှင်

- ၁။ လက်ယာဘက်ခြေထောက်၏ ခြေချောင်းကလေးများကစ၍ ထုံကျဉ်လာတတ်ပါသည်။ ပထမထုံကျဉ်မှုသည် မသိမသာပါ။ သိသိသာသာထိ ဖြစ်လာတတ်သည်။ နောက်ဆုံးတွင်လက်နှင့် ဆိတ်ကြည့်တိုင်းထိလို့ထိမှန်းမသိ ဖိနပ်စီးထားလျှင် ကျွတ်ကျ၍ ကျမှန်းမသိ ဖြစ်လာတတ်ပါသည်။
- ၂။ လူနာ၏ ခြေထောက်နှစ်ချောင်းကို လက်ဖြင့်စမ်းကြည့်လျှင် သွေးကြောပိတ်စပြုနေသော ခြေချောင်းက အေးစက်နေတတ်၍ ကောင်းသောဘက်က ခြေချောင်းမှာမူ နွေးနေတတ်ပါသည်။
- ၃။ သွေးကြောပိတ်စပြုနေသော ခြေထောက်၏ ခြေဖဝါးအရောင်သည် ညိုညစ်ညစ် ဖြစ်နေတတ်၍ ကောင်းသောဘက်က ခြေထောက်သည် နဂိုပကတိအတိုင်း သွေးရောင်လွှမ်းနေတတ်ပါသည်။
- ၄။ သွေးကြောပိတ်စပြုနေပြီးဖြစ်သော ခြေထောက်သည် အနည်ငယ် ရောင်ကိုင်လားတတ်၍ အဆိုပါခြေထောက်ထက် လက်မနှင့်ဖိကြည့်ပါလျှင် အသားချက်ချင်း ပြန်မပြည့်တက်ဘဲ

ဖိသောနေရာတွင် လက်မရာခွက်၍ ထင်ကျန်နေတတ်ပါသည်။

- ၅။ သွေးကြောပိတ်စပြုနေပြီဖြစ်သော ခြေထောက်သည် တစ်စထက်တစ်စ တစ်စစ်စစ်ဖြင့် ကိုက်ခဲစပြုလာရာမှသည် နောက်ဆုံး အထိမခံနိုင်သည့်အထိ ကိုက်ခဲလာတတ်ပါသည်။
- ၆။ သွေးကြောပိတ်ရောဂါ၏ နောက်ဆုံးအဆင့်မှာ သွေးကြောပိတ်နေပြီ ဖြစ်သောကြောင့် သွေးလုံးဝ မလျှောက်တော့သဖြင့် ခြေချောင်း တစ်ချောင်းလုံး၏ အသားအရည်များ ရှုံးထွက်လာတတ်ခြင်းပင် ဖြစ်ပါသည်။ ဤအဆင့်အထိ အခြေအနေကို ရောက်ပါက ထိုခြေထောက်ကို ဖြတ်ပစ်ရုံမှတစ်ပါး အခြားလမ်းမရှိတော့ပါ။ ခြေထောက်တစ်ချောင်းကို မဖြတ်ရက်သဖြင့် ရက်ကြာကြာ စောင့်နေလေ။ သွေးကြောပိတ်မှုသည် အထက်သို့တက်လာလေ ဖြစ်ပါသည်။ ဥပမာ သွေးကြောပိတ်၍ အေးစက်နေသော သွေးမလျှောက်တော့သော နေရာသည် ဒူးဆစ်အောက်အထိ ရောက်ရှိနေပါက ထိုဒူးဆစ်အောက်မှပင် ဆောလျင်စွာဖြတ်တောက်ပစ်ရပါမည်။ ထိုသို့ ဖြတ်ပစ်ရမည်ကို ဝန်လေး၍ နှောင့်နှေးနေပါက နောက်တစ်နေ့ဆိုလျှင် ဒူးဆစ်အထက်မှ ထိုမှတစ်ဆင့် ပေါင်ရင်းမှ အဆင့်ဆင့်တက်၍ ဖြတ်ပစ်ရတတ်ပါသည်။ သို့ပါ၍ သွေးကြောပိတ်ရောဂါဖြစ်လာပါက ဆေးမြီးတို့ဖြင့် စုသမနေတော့ဘဲ ကျွမ်းကျင်သူဆရာဝန်ကြီးများထံ ဆောလျင်စွာ သွားရောက်ပြသသင့်ပါကြောင်း အကြံပြုပါသည်။



သွေးကြောပိတ်ရောဂါနှင့်ပတ်သက်၍ စာရေးသူ၏ ကိုယ်စေ့အဖြစ်အပျက်ကလေးတစ်ခုကို တင်ပြပါမည်။

၁၉၈၈ ခုနှစ်၊ မိုးရာသီလတစ်လ၏ သောကြာနေ့ဖြစ်ပါသည်။ ထိုနေ့က ကျွန်တော်၏ အိမ်သို့ ကျွန်တော်မိတ်ဆွေ ကျောင်းဆရာမကြီး တစ်ဦး ရောက်လာပါသည်။

သူမအဆိုအရ ၎င်းခင်ပွန်းမှာ ရန်ကုန်မြို့ရှိ ဆေးရုံကြီးတစ်ခုတွင် တက်ရောက်ကုသနေကြောင်း၊ ဆေးရုံအုပ်ကြီး အဆိုအရ ၎င်း၏ခင်ပွန်းမှာ ခြေတောက်တစ်ဖက် သွေးကြောပိတ်ရောဂါကြောင့် လာမည့် တနင်္လာနေ့တွင် ခြေကျင်းဝတ်မှ ဖြတ်တောက်ရမည်ဟု ဆိုပါကြောင်း။

သူမ၏ခင်ပွန်းက ခြေအဖြစ်ခံရလျှင် ခြေတိုကြီးဖြင့် မနေတော့ကြောင်း သတ်သေမည်ဟု ပြောဆိုနေပါကြောင်း

သူမ၏ ခင်ပွန်းသာ သတ်သေသွားလျှင် သူလည်းသတ်သေမည် ဖြစ်ကြောင်း သို့ပါ၍ ၎င်းတို့မိသားစုကို သနားသောအားဖြင့် ကျွန်တော်အား သူ့ခင်ပွန်းရှိရာ ဆေးရုံသို့လိုက်ပါကုသပေးပါရအတင်းနားပူနားဆာ ပြုလုပ်ပါတော့သည်။

ကျွန်တော်က ဆေးရုံတက်နေသည့် လူနာတစ်ဦးကို ပြင်ဆရာတစ်ဦးက ဆေးရုံသို့လာရောက်ကုသရန်ဆိုသည်မှာ မလုပ်သင့်ဟု မလုပ်ထိုက်သော ကိစ္စဖြစ်ကြောင်း အကြောင်းအမျိုးမျိုးပြ ငြင်းဆန်ခဲ့သေးသည်။

သို့သော် မိတ်ဆွေလူနာရှင်က မရမက ခေါ်နေပါသဖြင့် နောက်ဆုံး မလွဲသာတော့ဘဲ ဆေးရုံသို့လိုက်ပါသွားခဲ့ရပါသည်။

ဆေးရုံသို့ရောက်၍ လူနာ၏ အခြေအနေကို စစ်ဆေးမေးမြန်းကြည့်သောအခါ လူနာမှာ ဆီးချိုရောဂါရှိသည့်အပြင် ခြေမတစ်ချောင်းတွင် အနာဖြစ်ရာမှ ယခုအခါ ခြေမ၏ ပထမအဆစ်မှာ ပုပ်စပြုနေပြီဖြစ်ပါသည်။

ထိုခြေပုပ်နာကို တားဆီးရန်အလို့ငှာ လာမည့် တနင်္လာနေ့တွင် ခြေကျင်းဝတ်မှ ဖြတ်ပစ်ရမည်ဖြစ်ကြောင်း လေ့လာသိရှိရပါသည်။

ကျွန်တော်၏ အခြေအနေမှာရှောင်လွှဲ၍လည်း မရ၊ အချိန်ဆွဲနေ၍လည်း မဖြစ်တော့သဖြင့် ကျွန်တော်၏ ကုသမှုကို ချက်ချင်း စတင်ရပါတော့သည်။

ထိုနေ့သည် သောကြာနေ့ ပထမနေ့ဖြစ်ပါသည်။ ကျွန်တော်၏ အဓိကအားကိုးရာမှာ သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်ပင် ဖြစ်ပါသည်။

ဤအဆင့်တွင် သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်မှတစ်ပါး အခြားအားကိုးရာ မရှိတော့ပါ။

အခြားသော သောက်ဆေး၊ လိမ်းဆေးများမှာ အစွမ်းထက်သည် မှန်သော်လည်းရောဂါကို ပထမအဆင့် ထိုးဖောက်တိုက်ဖျက်မှုကို သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်ကသာ စွမ်းဆောင်နိုင်ပါသည်။

လူနာတွင် ဆီးချိုရောဂါကလည်းရှိသဖြင့် ဆီးချိုဆေးကိုလည်း တိုက်ကျွေးရပါသည်။ သွေးပူလာစေရန် လိမ်းဆေးကိုလည်း ပိုင်နိုင်စွာ မပြတ်လိမ်းစေရပါသည်။

အနာပေါ်ရှိ မူလအုံဆေးများကို ဖယ်ရှားစေကာ ကျွန်တော်၏ အသင့်ယူဆောင်လာသော အုံဆေးကို အစားထိုး အုံစေပါသည်။

သို့သော် ထိုနေ့ ပထမနေ့ (သောကြာနေ့) တွင် ကျွန်တော် အထူးကြိုးစားကုသသော်လည်း ဆေးတောင့်နှင့် ထိလို့ထိမှန်း မသိအောင် ခြေထောက်များ ထုံကျင်နေပါပြီ။

အချိန်လည်း မရတော့ပြီဖြစ်သဖြင့် ကျွန်တော်လည်း ဇောဇွေးပြန်ကာ အိမ်သို့ပြန်ခဲ့ပါသည်။ ပထမနေ့ကုန်ခဲ့ပါပြီ။ အခြေအနေ ထူးခြားမလာသေးဟု ဆိုရပါမည်။

စနေ၊ တနင်္ဂနွေ နှစ်ရက်သာကျန်ပါတော့သည်။ တနင်္ဂနွေနေ့ ကုန်လို့မှ အခြေအနေထူးခြားမလာလျှင် တနင်္လာနေ့တွင် ခြေထောက် ဖြတ်ရပါတော့မည်။

ဒုတိယနေ့ (စနေနေ့) သောကြာနေ့ကကဲ့သို့ပင် ဆေးတောင့်လှည့်၊ သောက်ဆေး၊ လိမ်းဆေး၊ အုံဆေးတို့ကိုပေးကာ ကုသပါသည်။

မျှော်လင့်ချက်ရောင်ခြည် သန်းလာပြီဟု ဆိုရပါမည်။ သူနာပြုဆရာမလေးကလည်း တော်လှပါသည်။ ကျွန်တော် ညွှန်ကြားသည့်အတိုင်း တစ်သဝေမတိမ်း လိုက်နာဆောင်ရွက်ပါသည်။

ကျွန်တော်ကိုယ်တိုင်ကလည်း ဆေးတောင့်ကို အထူးဝီရိယထား၍ လှည့်ရာ မနေ့က ထိလို့ပင် ထိမှန်းမသိသော ခြေထောက်သည် ယနေ့ အထိမခံနိုင်အောင် နာလာပါသည်။ ညိုမည်းနေသော ခြေထောက်သည်လည်း အရောင်ပြောင်းစပြုလာပါပြီ။ အေးစက်နေသော ခြေထောက်သည် နွေးစပြုလာပါပြီ။

ကျွန်တော်တို့အားတက်၍ ဆထက်တိုးကာ ကြိုးစားကြပါတော့သည်။ ယနေ့အိမ်အပြန် မနေ့ကလို နွမ်းလျမနေတော့ပါ။ ပြီးလာနိုင်ပါပြီ။ သို့သော် တက်မထောင်ဝံ့သေးပါ။

တတိယနေ့ (တနင်္ဂနွေနေ့)၊ လူနာအခြေအနေ ကျွန်တော်တို့ဘက်သို့ ပါလာပါပြီ။ ခြေမအရောင် ညိုမည်းနေရာမှ နီရောင်သန်းလာပါပြီ။ ခြေထောက်တစ်ချောင်းလုံး ထိလျှင် ထိမှန်းသိလာပါပြီ။

ခြေချောင်းကြားတွင် ဆေးတောင့်ထည့်၍လှည့်သည်ကိုပင် ကြာရှည် မခံနိုင်တော့ပါ။

သူနာပြု ဆရာမလေးကလည်း တာဝန် ကျေပွန်လှပါသည်။ ကျွန်တော်တို့ ဆောင်ရွက်မှုမှာ လွန်ပွဲတစ်ပွဲကို သူနိုင် ကိုယ်နိုင် အားပြိုင်နေသည်သို့ ဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်တော်တို့သည် (တတိယနေ့) တစ်နေ့လုံးအားသွန်ခွန်စိုက်ကြိုးပမ်းခဲ့ကြရာ စိတ်ချရသောအဆင့်သို့ ရောက်ရှိမှ ကျွန်တော်တို့ ခိတ်နလုံး ဒုန်းဒုန်းချကာ အိမ်သို့ပြန်ခဲ့ပါသည်။

တနင်္လာနေ့တွင် ကျွန်တော် ဆေးရုံသို့ပင် မသွားတော့ပါ။ သက်ဆိုင်ရာဆရာဝန်ကြီးက လူနာအခြေအနေ ကောင်းမွန်လာသည်ကို တွေ့ရသဖြင့် ဖြတ်တောက်မှုကိစ္စကို တစ်ပတ် ရွှေ့လိုက်ကြောင်း သိရပါသည်။

ကျွန်တော်တို့ ဝမ်းသာရပါပြီ။ တစ်ပတ်ဆိုသောအချိန်သည် ကျွန်တော်တို့အတွက် လိုတာထက်ပင် ပိုနေပါပြီ။

ကျွန်တော်တို့လည်း ဆက်လက်ကြိုးစားကုသရာ ကုသရက် ၉ ရက်အတွင်းတွင်ပင် ရောဂါရှင်းရှင်းပျောက်ကင်းခဲ့တော့သည်။

လူနာ ဇနီးမောင်နှံတို့မှာ ပျော်မဆုံးတော့သကဲ့သို့ ကျွန်တော်လည်း ပီတိဖြစ်၍ မဆုံးတော့ပါ။

ဤသို့သော ပီတိမျိုးကို တစ်မိမိခွဲ ခံစားနေရခြင်းသည်ပင် လျှင် ကုသသူသမားတော်တို့၏ အားဆေးမဟုတ်ပါလော။

ကျွန်တော်သည် ပညာရေး ဝန်ထမ်းတစ်ဦးဘဝမှ သိဒ္ဓိဝင် ဆေးတောင့်၏ အစွမ်းကြောင့် ရုတ်တရက် ချက်ချင်းဘဝပြောင်း၍ တိုင်းရင်းသမားတော်ဘဝ ရောက်ခဲ့ရသူဖြစ်ရာ ဘဝဟောင်းက ပညာရေးဆောင်ပုဒ်ကလေးကိုပင် နှစ်သက်စွာဆက်လက် ခံစားလိုပါ သည်။ 'တပည့်မရှား၊ တစ်ပြားမရှိ၊ ပီတိကိုစား၊ အားရှိပါဘိ'

\*

သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်နှင့် ရောဂါဆန်း (၁)

တစ်ခါတစ်ရံ လက်တွေ့ ဖြစ်ရပ်ကလေးများသည် စိတ်ကူးယဉ် ဖြစ်ရပ်ကလေးများထက် ပိုမိုဆန်းကြယ်နေတတ်ကြပါသည်။

ကျွန်တော်သည် သိဒ္ဓိဝင် ဆေးတောင့်၏ အစွမ်းကြောင့် တစ်မူ ဟုတ်ချင်း တိုင်းရင်းဆေးသမားတော်တစ်ဦး ဖြစ်လာခဲ့ရသူ ဖြစ်ရာ အဖြစ်ဆန်းသကဲ့သို့အတွေ့အကြုံဆန်းကလေးများကိုလည်း မြောက်မြားစွာ တွေ့ကြုံခဲ့ရပါသည်။

နိုင်ငံတော်တိုင်းရင်းဆေးကောင်စီတွင် လက်ရှိအဖွဲ့ဝင် ၁၃ ဦး ရှိရာ အဖွဲ့ဝင်အားလုံးအနက် ကျွန်တော်သည် ဆေးကုသသက် အနဆုံး ဖြစ်ပါသည်။

အချို့သော ဆေးကောင်စီဝင် ဆရာကြီးများတို့သည် ဆေးကုသ သက် နှစ်ပေါင်း ၄၀ ခန့်ပင် ရှိကြပြီး ဖြစ်ပါသည်။

သို့သော် တစ်ခုထူးခြားသည်မှာ ကျွန်တော်က ဆေးကုသ သက် နှစ်သော်လည်း အခြားဆရာကြီးများ မတွေ့ကြုံဖူးခဲ့သော ဖြစ်ရပ်ဆန်း အတွေ့အကြုံကလေးများ ပိုမို တွေ့ရှိနေရခြင်းပင် ဖြစ်ပါသည်။

အဆိုပါ အတွေ့အကြုံကလေးများကို ကောင်စီဝင်ဆရာကြီးများ အား ပြောပြရာ အားလုံး တအံ့တဩ နားထောင်ကြပါသည်။

ကျွန်တော် ကြုံတွေ့ခဲ့ရသော စိတ်ဝင်စားစရာ ဖြစ်ရပ်ကလေး နှစ်ခုကို တင်ပြပါမည်။

လွန်ခဲ့သော ၈ နှစ်တာကာလက ဖြစ်ပါသည်။ တိကျစွာ ဆိုရပါသော် ၁၉၈၆ ခု၊ ဧပြီလ ၁၅၊ ၁၆၊ ၁၇ ရက်က ဘရသေ့ ဦးဆောင်သော ကျွန်တော်တို့အဖွဲ့ ပြည်မြို့တွင် ရောက်ရှိနေစဉ်က ဖြစ်ပါသည်။

လွန်ခဲ့သောအပတ်က ဆောင်းပါးတစ်ပုဒ်တွင် ကျွန်တော် ရေးသားဖော်ပြခဲ့သည့်အတိုင်း ကျွန်တော်တို့အဖွဲ့သည် ၁၉၈၆ ခုနှစ်၊ ဧပြီလ ၁၀ ရက်မှ ၁၈ ရက်ထိ နာမကျန်းဖြစ်နေသော ပြည်မြို့မှ ဦးကြီးတစ်ဦးအား ဆေးကုသရင်း အခြား ပြည်၊ ပေါက်ခေါင်းမြို့တို့မှ လူနာ ၁၄၀၀ ခန့်ကိုလည်း ကုသခဲ့ကြပါသည်။

ယခုတင်ပြမည့်ဖြစ်ရပ်မှာ ၎င်းလူနာ ၁၄၀၀ ခန့်အနက် တစ်ဦးအကြောင်းပင် ဖြစ်ပါသည်။

အဆိုပါလူနာမှာ ပြည်မြို့တွင် ကျွန်တော်ဆေးကုသနေသည့် သတင်းကြားသဖြင့် မြေထဲ (အောင်လံ)မြို့မှ ရောက်ရှိလာသော အလွန်ထွားကျိုင်းလှသည့် အိန္ဒိယလူမျိုး အသက် ၄၀ ခန့်ရှိ နာရန်ဆင် အမည်ရှိသော လူနာတစ်ဦးဖြစ်ပါသည်။

လူနာနှင့်အတူ အဖော်အဖြစ်လိုက်ပါလာသူတို့မှာ လူနာနှင့် ထပ်တူ ထွားကျိုင်းသန်မာမြင့်မားသည် လူနာ၏ အစ်ကိုနှစ်ဦး ဖြစ်ပါသည်။

ယင်းညီအစ်ကို သုံးဦးလုံးတို့သည် လုံးတူရပ်တူဖြစ်ကြပြီး အရပ်အမြင့် ၆ ပေကျော်ရှိအံ့ ထင်ပါသည်။ ၎င်းတို့ ညီနောင်သုံးဦးမှာ ခန္ဓာကိုယ်သေးကွေးကြုံလိုကြသော မြန်မာလူနာ ပရိသတ်အလယ်တွင် စာသူငယ်ကြား လင်းတနားဘိသို့ ထင်ထင်ရှားရှားကြီး ဖြစ်နေကြ ပါသည်။

ထိုစဉ်က ကုသခံလူနာများပြားလွန်းသဖြင့် တစ်ဦးစီကို ကျွန်တော် အသေးစိတ် မေးမြန်းကြည့်ရှုမနေနိုင်ပါ။

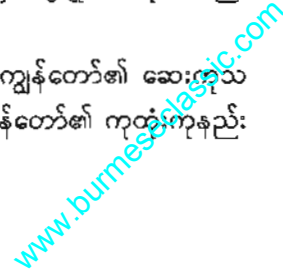
အဓိက လိုရင်းကိုသာမေး၍ ဆေးတောင့်လှည့်၊ လိုအပ် သော သောက်ဆေး၊ လိမ်းဆေးပေး စသော လုပ်ငန်းများကိုသာ နံနက် ၅ နာရီမှသည် ည ၁၂:၃၀ နာရီအထိ ဇယ်ဆက်သလို လုပ်ဆောင်ပေးနေရပါသည်။

၁၉၈၆ ခု၊ ဧပြီလ ၁၅ ရက်နေ့သည် ကျွန်တော်တို့အဖွဲ့ ပြည်မြို့သို့ရောက်ရှိ ဆေးကုသပေးနေသည့် ၆ ရက်မြောက်နေ့ ဖြစ်ပါသည်။

အချိန်မှာ ညနေ ၃ နာရီခန့် ရှိပြီဖြစ်၍ အခြားလူနာများနှင့် အတူ မြေထဲ (အောင်လံ)မြို့မှ ရောက်ရှိလာသော အိန္ဒိယအမျိုးသား လူနာနှင့် ၎င်းအစ်ကိုနှစ်ဦးလည်း ရှိနေကြပါသည်။

ထုံးစံအတိုင်း ကျွန်တော့်အနီးတွင် ကျွန်တော့်ဇနီးနှင့်တကွ တူမလေးဖြစ်သူ မချိုအပြင် ပေါက်ခေါင်းမြို့မှ ဆွေမျိုးတစ်သိုက်လည်း ရှိနေကြပါသည်။

တစ်ခုတင်ပြလိုသည်မှာ ထိုစဉ်က ကျွန်တော်၏ ဆေးကုသ သက်သည် တစ်နှစ်ပင် မပြည့်သေးပါ။ ကျွန်တော်၏ ကုထုံးကုနည်း





မှာလည်း အသစ်အဆန်းဖြစ်နေပါသဖြင့် လူနာတစ်ဦးကို ကုသနေတိုင်း ကျွန်လူနာအားလုံးက စိတ်ဝင်စားစွာဝိုင်းအုံကြည့်ရှုနေလေ့ ရှိပါသည်။

ဘယ်လို ကုထုံး ကုနည်းလည်းဟု သိလို၍ ကြည့်ရှုသူများ ရှိသကဲ့သို့ သံသယစိတ်ဖြင့် ကြည့်ရှုသူအမြောက်အမြားလည်း ပါဝင်နိုင်ပါသည်။

ကျွန်တော်၏ ပတ်လည်တွင် ဝိုင်းအုံကြည့်ရှုနေသူ လူနာ အများအပြား ရှိနေသော်လည်း စိတ်ပါဝင်စားစွာ ကြည့်ရှုနေကြခြင်းဖြင့် ဆုဆုညီညီ ဘာသံမျှမကြားရဘဲ တိတ်ဆိတ်လွန်းလှသည်ဟု ဆိုနိုင်ပါ သည်။

ထိုကြောင့် ရံဖန်ရံခါ ခပ်လှမ်းလှမ်းဆီမှ တီးခတ်လိုက်သော ကြေးစည်သံသဲ့သဲ့ကိုသာ ကြားနေမိသည်ဟု ထင်ပါသည်။

မှတ်မှတ်ရရကြီးတော့ မဟုတ်ပါ။ အကြောင်းမှာ ဆေးတောင့်ဖြင့်ကုသရာတွင် အချို့ရောဂါလိုက်၍ ခြေချောင်း ကလေးများကြားသို့ ဆေးတောင့်ညှပ်ကာ လှည့်လိုက်သည်နှင့် တစ်ပြိုင်နက် မီးစနှင့် ထိုးဘိသကဲ့သို့ စူးရှသောဝေဒနာကို ခံစားရတတ်သဖြင့် လန့်ကန် ကန်တတ်ကြပါသည်။

ဤအတွေ့အကြုံမျိုးကို ကျွန်တော်က တွေ့ကြုံထားဖူးပါသဖြင့် ဆေးတောင့်လှည့်ရင်း အန္တရာယ်ကိုလည်း သတိပြု ရှောင်ရှားရပါ သေးသည်။

တစ်ခါတစ်ရံ လူနာက လန့်ကန်ကန်သဖြင့် အနီးရှိ လူတချို့ လန့်ကန် ကန်ခံရကာ ကျွန်တော်ကိုိုင်ထားသော ဆေးတောင့်ပင် လွင့်စဉ်သွားတတ်ပါသည်။

ထို့ကြောင့် ဆေးကုနေစဉ် ပြင်ပသို့ အာရုံမရောက်ပုံပါ။ ကျွန်တော် လူနာတစ်ဦးအား အာရုံစိုက်ကုသနေစဉ် တူတော်မောင် တစ်ဦးသည် ရေးကြီးသုတ်ပျာနှင့် ကျွန်တော်ထံ ရောက်လာကာ ခြေထဲ (အောင်လံ)မှ အိန္ဒိယအမျိုးသား လူနာကြီး တက်နေပါသဖြင့် လာရောက်ကြည့်ရှုပေးပါရန် အရေးတကြီးခေါ်ပါတော့သည်။

ထိုအခါတွင်မှ ကျွန်တော်က ပြင်ပသို့ ဂရုပြုကြည့်ရှုမိရာ တစ္ဆေခွဲဖြင့်တက်နေသော အိန္ဒိယအမျိုးသား လူနာကြီး၏ ပတ်လည် တွင် လူအများ ဝိုင်းအုံကြည့်ရှုနေသည်ကို တွေ့ရပါသည်။

စာဖတ်ပရိသတ်များအား မရှက်မကြောက် ရိုးသားစွာဝန်ခံ လို့ပါသည်။

ထိုစဉ်အခါက ကျွန်တော် ဆေးကုသသည်ဆိုသော်လည်း သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်ကို လူနာ၏ ခြေကြားတွင်ထည့်ကာ လှည့်တတ်ရုံမှအပ ကျွန်တော်ဘာမှ မတတ်သေးပါ။ လူနာ၏ အကဲကိုလည်း မခတ်တတ်သေးပါ။

ဤဆေးတောင့်ဖြင့် ဤသို့လှည့်လျှင် ဤရောဂါတွေ ပျောက် တတ်သည်ဟူသော အသိသာ ရှိပါသေးသည်။ ပရိသတ်ကလည်း များမှများဟု ဆိုရပါမည်။

ကျွန်တော့်အား ပျောက်စေဆရာများ ထင်နေသလား မပြော တတ်ပါ။ ရောဂါကလည်း စုံလှပါသည်။ ကျွန်တော်ကလည်း ပျောက်စေဆရာဟု အထင်ခံရမှာ ရှက်လှပါသည်။ လုံးဝ အထင်မခံ လို့ပါ။

ယခုပင် ကြည့်ပါ။ အိန္ဒိယအမျိုးသား လူထွားကြီးသည် တစ်ကိုယ်လုံး တွန့်လိန်ကာ တစ္ဆေခွဲဖြင့် တက်နေပါသည်။ ထိန်းမနိုင် သိမ်းမရ မြင်ကွင်းတစ်ရပ်ဟု ဆိုရသော် သင့်အံ့ထင်ပါသည်။

အင်မတန် ထွားကျိုင်းသန်မာလှသော သူ့အစ်ကိုနှစ်ဦးပင်လျှင် သူ့ကို နိုင်အောင်မထိန်းနိုင်ပါ။ ဘေးလူတွေကလည်း မထိန်းဝံ့ကြပါ။ မတော်ယောင်ယမ်း၍ လူနာက လည်ပင်းညှစ်ထားပါသော် မခက်ပါလော။

ကျွန်တော့်တွင် စဉ်းစားနေရန် အချိန်မရပါ။ မရဲသော်လည်း ပြေးခဲစေဆိုသော စကားကဲ့သို့ ကုသရန် ကျွန်တော့်တာဝန် ဖြစ်နေပါပြီ။

တစ်ဖက်ကလည်း ကျွန်တော့်လက်တွင် အလွန်အစွမ်းထက်သော သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့် ရှိနေပြီမဟုတ်ပါလော။

မိမိအစွမ်းမပါ။ သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်ကို ရှာနှုန်းပြည့်အားကိုးကာ သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်ဖြင့်ပင် ကုသရန် ကျွန်တော် ချက်ချင်းဆုံးဖြတ်လိုက်ပါသည်။

ထိုသို့ဆုံးဖြတ်ပြီးသည်နှင့် တစ်ပြိုင်နက် လူနာကိုအိမ်တွင်းဘက်ရှိ လူနာကု ခုတင်ပေါ်သို့ တင်စေပါသည်။ တခွိုးခွိုးတက်နေသော ဧရာမ ခန္ဓာကိုယ်ရှိ လူနာကို အတွင်းသို့ ရွှေ့ရသည်ကပင် မလွယ်လှပါ။

ခြေနှစ်ဖက် လက်နှစ်ဖက်ကို လူလေးယောက်က ချုပ်ကိုင်ထားပြီး လူနှစ်ယောက်က ခန္ဓာကိုယ်ကို မတင်ကြရပါသည်။

လူနာမှာ လူနာဟု ဆိုရသော်လည်း ဖျားနာ၍ အားပြတ်နေသော လူနာမဟုတ်မူဘဲ ထွားကျိုင်းသန်မာလှ၍ အားခွန်ဗလကလည်း ကောင်းလှပါသည်။

သတိကလည်းလစ်နေဆဲဖြစ်ရာ မတော်တဆ လန့်ကန်ကန်လိုက်ပါလျှင် ကုသသူ ကျွန်တော် ၁၀ ပေလောက် လွင့်သွားနိုင်ပါသည်။

ထို့ကြောင့် ဘေးရန်လည်းကင်းစေ၊ ရောဂါကိုလည်း ကုခွင့်ရစေရန် လူနာ၏ အစ်ကိုနှစ်ဦးအား လူနာ၏ ခြေနှစ်ချောင်းကို ချုပ်ကိုင်စေ၍ ကျွန်တော်၏ တူတော်မောင်နှစ်ဦးဖြစ်ကြသော ထိုကြည်ဇင်နှင့် ကိုအောင်မင်းစောတို့နှစ်ယောက်ကို လူနာ၏ လက်နှစ်ဖက်ကို ချုပ်ကိုင်စေပါသည်။

ကျွန်တော့် ဇနီးကတော့ သတ္တိကောင်းလှသူဖြစ်ပါသည်။ ထိတ်ထိတ်လန့်လန့်ဖြစ်နိုင်သည့် ကိစ္စဆိုလျှင် ဘယ်သောအခါမှ တွန့်တော့်အနီးတွင် ရှိမနေတတ်ပါ။ ဝေးဝေးက ရှောင်နေလေ့ရှိပါသည်။

ယခုလည်း ဘယ်ပျောက်နေသည် မသိရပါ။ သူမ အနီးတွင် ဧရိသည်ပင် ခပ်ကောင်းကောင်းဖြစ်ပါသည်။ အနီးတွင်ရှိ၍ ရုန်းရင်းဆန်ခတ်ဖြစ်ပါက လူနာကိုမကုရမီ သူမအား နှာနှပ်ပေးနေရပါမည်။

တူမလေး မချိုကတော့ ကျွန်တော့်အနီးတွင် ရှိနေပါသည်။ သတ္တိမခေလှပါ။ သို့သော်မတော်လန်သွားမည် စိုးပါသဖြင့် ခပ်ဝေးဝေးတွင် သွားရောက်နေစေရပါသည်။

ကျွန်တော်သည် လူနာ၏ လက်ယာဘက်ခြေထောက်မှစ၍ ခြေကြားကလေးများအတွင်း ဆေးတောင့်ကိုညှပ်ကာ ခပ်တင်းတင်းကလေး လှည့်ပါတော့သည်။

စာဖတ်ပရိသတ်များ ခင်ဗျား၊ စောစောက သတိလစ်၍ တခွိုးခွိုးတက်နေသော လူနာ လူထွားကြီးသည် တခွိုးခွိုး အသံပျောက်ကာ 'အဘား အဘား' နှင့် တအားအော်ပါတော့သည်။

ကျွန်တော်လည်း ကျွန်တော့်ဘက်မှ အသာစီးရလာပြီဖြစ်သဖြင့် ဆေးတောင့်ဖြင့် ခြေနှစ်ဖက် လက်နှစ်ဖက်ပြည့်အောင် စိတ်တိုင်းကျ လှည့်ပါတော့သည်။

တစ်ဖက်မှလည်း ချုပ်ကိုင်သူလေးဦးကို မလွတ်တမ်း ပိုင်ပိုင် နိုင်နိုင် ချုပ်ကိုင်ထားရန် သတိပေးရပါသေးသည်။ ဤသို့ဖြင့် ၁၀ မိနစ်ခန့် တရစပ်လှည့်လိုက်ရာ လူနာလည်း 'အဘား အဘား'ပင် မအော်နိုင်တော့ဘဲ တဖြည်းဖြည်း ငြိမ်ကျသွားပါတော့သည်။ တခွိုးခွိုး အသံလည်း မကြားရတော့ပါ။

ကျွန်တော်နှင့်တကွ ချုပ်ကိုင်သူလေးဦးလည်း ချွေးတဒီးဒီး ကျကာ ဖပ်ဖပ်မောကုန်ကြပါပြီ။ အနီးရှိ ပွဲကြည့်ပရိသတ်လည်း ယခုမှပင် ဟီးချကြပါတော့သည်။

ချုပ်ကိုင်ထားသော ခြေလက်တို့ကို လွတ်ပေးလိုက်ရာ မကြာမီ လူနာ မျက်စိပွင့်လာ၍ ဟိုဟိုဒီဒီကြည့်ကာ ထထိုင်ပါတော့သည်။

သူ့ကိုယ်သူဘာဖြစ်၍ ဖြစ်မှန်းသိလိုက်ဟန် မတူပါ။ အတန်ငယ် အသားကျလာသောအခါတွင်မှ အစ်ကိုနှစ်ဦး၏ အကူအညီဖြင့် အိမ်ပြင်ဘက်သို့ ခေါ်သွားစေပါသည်။

ပရိသတ်မှာ ငြိမ်သက်စွာ စောင့်ကြည့်နေဆဲ ဖြစ်သဖြင့် ခပ်လှမ်းလှမ်း ဆီမှတီးခတ်နေသော ကြေးစည်သံမှတစ်ပါး ဘာသံမျှ မကြားရပါ။

ကျွန်တော်သည် အခြေအနေကို တစ်နာရီခန့် စောင့်ကြည့်ပြီးမှ နောက်ထပ် တက်တော့မည့်လက္ခဏာ မမြင်၍ လူနာနှင့်တကွ အစ်ကိုနှစ်ဦးအား ပြန်နိုင်ပြီဖြစ်ကြောင်းနှင့် နောက်ထပ် နှစ်ရက် ဆက်လာရန် မှာကြားလိုက်ပါသည်။

လူနာသည် အစ်ကိုနှစ်ဦးနှင့်အတူ ကျွန်တော်မှာကြားသည့် အတိုင်း နောက်ထပ် နှစ်ရက်ဆက်၍ ကျွန်တော်၏ ကုသမှုကို ခံယူခဲ့ပါသည်။

ယင်းတို့၏ ပြောကြားချက်အရ ဤအတက်ရောဂါစွဲကပ် သည့်နေ့မှ စ၍ ကျွန်တော်၏ ကုသမှုကို စတင်ခံယူခဲ့သော နေ့အထိ မတက်သောနေ့ တစ်ရက်မျှ မရှိခဲ့ကြောင်း အနည်းဆုံး တစ်နေ့တစ်ကြိမ်မှ သုံးကြိမ်အထိ တက်လေ့ ရှိကြောင်း ၎င်းတို့၏ ညီတွင် ဤရောဂါစွဲကပ်ခဲ့သည်မှာ ၇ နှစ်ခန့် ရှိပြီဖြစ်ကြောင်း၊ ဆရာတွေလည်း စုံပြီဖြစ်ကြောင်း

အချိန်မရွေး၊ နေရာမရွေး တက်တတ်သဖြင့် သူတစ်ဦးတည်း လွတ်မထားဝံ့ကြောင်း အထူးသဖြင့် အသုဘကြေးစည်သံကြားလျှင် သဲ့သဲ့ကလေး ကြားရုံမျှဖြင့်ပင် တခွိုးခွိုးတက်တတ်ကြောင်း အခြားအလူဒါန ကြေးစည်သံဆိုလျှင် အနီးမှကပ်၍ကြားရ သည့်တိုင် မတက်တတ်ကြောင်း၊ တစ်နေ့ကကြားရသော ကြေးစည် သံမှာ အသုဘကြေးစည်သံဖြစ်နိုင်ကြောင်း ပြောပြပါသည်။

ဤတွင်မှ ကျွန်တော်နှင့်တကွ အနီးရှိ ပရိသတ်များပါ တစ်မြန်နေ (ဧပြီလ ၁၅ ရက်နေ့က) ကြေးစည်သံကြားခဲ့ရသည်ကို သတိပြုမိပါတော့သည်။ ဤကြေးစည်သံသည် လူနာ၏ အစ်ကိုနှစ်ဦး ပြောကြားသည့် အတိုင်း အသုဘကြေးစည်သံပင် ဖြစ်အံ့ထင်ပါသည်။ သို့သော် ထိုကြေးစည်သံကိုပင် လူနာသတိရလာပြီးနောက် ခပ်လှမ်းလှမ်းဆီမှ ကြားနေရသေးသည်ကို ကျွန်တော် အမှတ်ထင်ထင် နှိနေပါသည်။

ဤသို့ဆိုသော် အသုဘကြေးစည်သံကြောင့် လူနာမတက် တော့ဟု ဆိုရမည်ပင်။ လူနာသည် နောက်ထပ် နှစ်ရက်တွင်

လုံးဝ မတက်တော့ပါ။ အသုဘကြေးစည်သံ မကြားရ၍လည်း ဖြစ်နိုင်ပါသည်။

ဧပြီလ ၁၈ ရက်၊ ပြည်မြို့တွင်တစ်ရက်နား၍ ကျွန်တော်တို့ အဖွဲ့ ဧပြီလ ၁၉ ရက်နေ့တွင် မိတ္ထီလာသို့ ပြန်ခဲ့ကြပါသည်။

ထူးဆန်းသည်မှာ ဧပြီလ ၁၅၊ ၁၆၊ ၁၇ ရက်နေ့များက ကျွန်တော် ခပ်ကြမ်းကြမ်း ချုပ်ကိုင်ကုသခဲ့သဖြင့် လန့်ဖျပ်သွားလေ သလောတော့ မသိပါ။ ၇ နှစ်တိုင်တိုင် အချိန်မရွေး နေရာမရွေး တခွီးခွီး တက်တတ်သောလူနာ။

အထူးသဖြင့် အသုဘ ကြေးစည်သံကြားလျှင် တုန်းခနဲလဲကာ တခွီးခွီးတက်တတ်သော လူနာသည် လုံးဝမတက်တော့ပြီဖြစ်ကြောင်း ကျေးဇူးဆပ်လိုပါ၍ ကျွန်တော်ပြည်မြို့သို့ လာရောက်ပါလျှင် သူတို့ထံ အကြောင်းကြားပါရန် ၎င်းတို့ ညီအစ်ကိုများ ပြည်မြို့သို့ရောက်တိုင်း ကျွန်တော့်ဦးကြီးအိမ်သို့ဝင်ကာ ပြောကြားကြကြောင်း ဦးကြီးမိသားစု ပြောပြ၍ သိရပါသည်။

ကျွန်တော်ကလည်း ပြည်မြို့သို့ တစ်နှစ်တစ်ခေါက်ပင် မရောက်တတ်၊ ရောက်ပြန်တော့လည်း ရက်ကြာကြာမနေနိုင်သဖြင့် ၎င်းတို့ ညီအစ်ကိုနှင့် မတွေ့ရတော့ပါ။

သို့သော် ခုနစ်နှစ်တိုင်တိုင် ဒုက္ခပေးခဲ့သော ဒုက္ခဆိုးကြီး တစ်ခုမှ လူသားတစ်ဦးနှင့်တကွ ၎င်း၏ မိသားစုကိုပါ ကယ်တင်နိုင်ခဲ့ပြီဖြစ်၍ ပီတိဖြစ်၍ မဆုံးတော့ပါ။

စာဖတ်ပရိသတ်များခင်ဗျား၊ အခြားကြေးစည်သံကြား၍ ဘာမျှမဖြစ်၊ အသုဘကြေးစည်သံကြားလျှင်မူ သဲ့သဲ့ကလေးပင်ဖြစ်စေ။

ကြားသည့်နေရာတွင်ပင် တုန်းခနဲလဲကာ 'တခွီးခွီး တက်တတ်သည် ဆိုသော လူနာမျိုး တွေဖူးပါသလား ခင်ဗျား။

ကျွန်တော်ကတော့ သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်ကို အကြောင်းပြု၍ ကြုံတွေ့ခဲ့ဖူးပါပြီ။ တွေ့သမျှ တကယ့်ပွဲကြီးပွဲကောင်း ဖြစ်ပါ သည်။ ကျွန်တော့်တစ်သက်တာ မေ့နိုင်အံ့ပင် မထင်တော့ပါ။

အသုဘ ကြေးစည်သံကြားလျှင် တက်တတ်သည်ဆိုသော ရောဂါသည်မျိုးကို တွေ့ဖူးခြင်း ရှိမရှိ အနောက်တိုင်း ဆရာဝန်ကြီး နှားနှင့်တကွ တိုင်းရင်းဆေး သမားတော်ကြီးများအား မေးမြန်းကြည့် ရာ မတွေ့ဖူးကြကြောင်း ယခု ကျွန်တော်ပြောပြမှပင် ပထမအကြိမ် ကြားရခြင်းဖြစ်ကြောင်း ပြောပြကြပါသည်။

ဤသည်မှာ သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်ကို အကြောင်းပြု၍ ကြုံတွေ့ခဲ့ ရသော ဖြစ်ရပ်ဆန်းကလေးများအနက် မေ့မရနိုင်သော အတွေ့အကြုံ ကလေး တစ်ခုပင် ဖြစ်ပါသည်။

နောက်တစ်ဦး ထပ်မံတင်ပြပါဦးမည်။  
ယခုဖော်ပြရမည့်လူနာမှာ အထက်ဖော်ပြပါ အိန္ဒိယအမျိုးသား ကိုလူထွား လူနာကြီးနှင့် တခြားစီဖြစ်ပါသည်။

လူနာမှာ အမျိုးသမီးတစ်ဦးဖြစ်၍ အရွယ်ကလေးက နုနုငယ်ငယ်၊ အသားကလေး ဖြူလွလွ၊ ကိုယ်ဟန်ကလေး သွယ်လျလျနှင့် တကယ့်ချစ်စရာ မိန်းကလေးတစ်ဦးဖြစ်ပါ သည်။

ရောဂါသည်ကလေးသာ မဟုတ်ပါက အစ်ကိုကာလသာများ ဝိုင်းဝိုင်းလည်နေမည့် လှပကြော့ရှင်းသော ရုပ်ဆင်းအင်္ဂါမျိုးဖြစ်ပါသည်။





မျက်ခုံးမွေးထူထူနှင့် မျက်တောင်ကလေးများမှာ ကော့ပျံနေသလားဟု ထင်ရပါသည်။ သို့သော် နှစ်ရှည်လများ ဖိစီးထားသော ရောဂါဝေဒနာဒဏ်ကြောင့် မျက်လုံးကလေးများကတော့ ကြည်လင်မှု မရှိရှာတော့ပါ။

လူနာမိန်းကလေး၏ မျက်လုံးများကို ဂရုပြုကြည့်လျှင် သက်ရှိ လူတစ်ဦး၏ မျက်လုံးများမှ ဟုတ်ပါလေစဟု ထင်ရလောက်အောင် တွေဝေငေးစိုက်ကာ တစ်နေရာတည်း သို့သာ အဓိပ္ပာယ်မဲ့ ကြည့်နေတတ်ပါသည်။

မေးပေမယ့် ပြောချင်မှ ပြောပါသည်။ မပြောနိုင်၍ကား မဟုတ်ပါ။ ဣတ္ထိယ၊ ရူပံ၊ ဓနံဟုဆိုသော်လည်း ကျန်းမာရေးချို့တဲ့သော မိန်းကလေးများအဖို့ ဣတ္ထိယ၊ ရူပံ၊ ဓနံ မမည်နိုင်တော့ပါ။

**(မိန်းမလူကလေးများ သတိမူစရာပင် ဖြစ်ပါသည်။)**

လူနာမိန်းကလေးအား မြင်တွေ့ကြရသူ အခြားလူနာများအားလုံးကပင် စုပ်တသပ်သပ်ဖြင့် သနားမိကြပါသည်။

လူနာချင်းအတူတူ ထူးထူးခြားခြား လူပသူကလေးဖို့ ဖြစ်မှ ဖြစ်ရလေဟု ရင်ထုမနာဖြစ်ကာ ပို၍များ သနားကြလေသလား မပြောတတ်ပါ။ ဘဝအကျိုးပေးဟုပင် ဆိုရသော် သင့်အံ့ထင်ပါသည်။

သူမသည်လည်း အထက်ဖော်ပြပါ အိန္ဒိယအမျိုးသားလူနာကိုလူထွားကြီးနည်းတူ အချိန်မရွေး၊ နေရာမရွေး တက်တတ်သဖြင့် ပဉ္စမတန်း ပညာမျှဖြင့် ကျောင်းမှထွက်ခဲ့ရသူကလေး ဖြစ်ပါသည်။

လွန်ခဲ့သော ၉ နှစ်ခန့်မှစ၍ တက်တတ်သောရောဂါ စွဲကပ်ခဲ့ရာ သူကိုယ်တိုင် တစ်ဦးတည်းဆိုက ဘယ်နေရာသို့မျှ မသွားဝံ့ရှာပါ။

မိဘများကလည်း မလွှတ်ရက်ပါ။ လူနာရှင်မိဘများအား လူနာ၏ တက်တတ်သောသဘာဝကို မေးမြန်းကြည့်ရာ အစားမှား၍၊ အနေအထိုင်မှား၍၊ စိတ်လှုပ်ရှား၍၊ အပြင်းဖျား၍ တက်ခြင်းမဟုတ်ဘဲ တစ်ခါတစ်ရံ အကောင်းသားနေရင်းကပင် ပက်ခနဲလန်လဲကာ တစ်ကိုယ်လုံး တွန့်လိမ်လျက် တခွီးခွီး တက်တတ်ကြောင်း

တစ်ခါတက်လျှင် ၅ မိနစ်မှ ၁၀ မိနစ်ခန့်ထိ ကြာတတ်ကြောင်း၊ ကျွမ်းကျင်သူဆရာဝန်ကြီးများနှင့် တိုင်းရင်းမြန်မာ ဆရာများကိုလည်း ပြသခဲ့ဖူးပြီ ဖြစ်ကြောင်း

သမီးကလေးရောဂါပျောက်စေချင်လွန်း၍ ဘယ်သူဖြင့် ဘယ်ဆရာနှင့် ကုလိုက်တာ ပျောက်သွားပြီတဲ့ဟုကြားလျှင် ဘယ် လောက် ခက်ခဲသော လမ်းပန်းဖြစ်စေ၊ ငွေကုန် လူပန်းခံကာ သွားခဲ့ဖူးလှပြီ ဖြစ်ကြောင်း၊

ယခုလည်း ဆရာသတင်း ကြားလျှင်ကြားချင်း လေယာဉ် လက်မှတ် မရအရ ကြိုးစားပြီးလာခဲ့ခြင်းဖြစ်ကြောင်း သမီးကလေး၏ ရောဂါမှာ ဆန်းတော့ဆန်းကြောင်း

သမီးကလေးကို ကုသခဲ့ဖူးသော ဆရာဝန်ကြီးများနှင့် တိုင်းရင်းဆေးဆရာများက ဝက်ရူးပြန်ရောဂါလည်း မဟုတ်ဟု ပြောကြကြောင်း

သမီးကလေးသည် လွန်ခဲ့သော ၉ နှစ်၊ အသက်အားဖြင့် ၁၁ နှစ် သမီးအရွယ်မှစ၍ တက်ခဲ့ကြောင်း

သာမန်နေ့များတွင် တစ်နေ့တစ်ကြိမ်နှစ်ကြိမ်မျှ တက်တတ်သော်လည်း လပြည့် လကွယ်နေ့များတွင် ထူးထူးခြားခြား အကြိမ်များစွာ တက်တတ်ကြောင်း

ထို့ကြောင့် လပြည့်၊ လကွယ်နေ့ရောက်မည်ကိုပင် လူနာရော၊ လူနာမိဘဆွေမျိုးများပါ ကြောက်နေကြကြောင်း ပြောပြပါသည်။

စာဖတ်ပရိသတ်များခင်ဗျာ။ ကျွန်တော့်အဖို့ ထူးထူးဆန်းဆန်း နောက်တစ်ကြိမ် တွေ့ရပြန်ပါပြီ။

ဤလူနာ မိန်းမချောကလေးက တခြားနေ့တွေမှာ သာမန် တက်ရိုးတက်စဉ် တက်တတ်သော်လည်း လပြည့်လကွယ်နေ့များ တွင်မူ ထူးထူးခြားခြား အကြိမ်များစွာ တက်တတ်သောရောဂါပါတဲ့။

အိန္ဒိယအမျိုးသား ကိုလူထွား လူနာကြီးက အလှူဒါနပြုလို့ တီးခတ်လိုက်တဲ့ ကြေးစည်သံများဆိုလျှင် တတ်နိုင်လို့ သူ့အနား ကပ်ပြီး နားကွဲမတတ်တီးစမ်းပါစေ ။ ဘာမျှ မဖြူပါတဲ့။

အဲ အသုဘကြေးစည်သံများတော့ အင်မတန် ဝေးလံတဲ့နေရာ က တီးလိုက်လို့ သဲသဲကလေးမျှပင် မကြားလိုက်ရလေနဲ့။ ကြားတာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် တခွိုးခွိုး တက်တော့တာပဲတဲ့။

(ဤကြေးစည်တစ်လုံးတည်းကိုပင် အလှူဒါအတွက်တီးခတ်က လူနာဖြစ်သူကိုလူထွားကြီးက ဘာမျှမဖြစ်၊ မတက်။ အသုဘအတွက် တီးပြီဆိုလျှင် ဖြစ်ပြီ။ တက်ပြီ။

စဉ်းစားရ ခက်လှပါတိသည်။ သိပ္ပံနည်းအားဖြင့် မည်သို့ ဖော်ထုတ်ရပါအံ့နည်း။ ဖော်ထုတ်၍ကော ရနိုင်ပါအံ့လော။ စဉ်းစား စရာပင် ဖြစ်ပါသည်။

လောကကြီးတွင် သိပ္ပံနည်းအားဖြင့် စမ်းသပ်ဖော်ထုတ် ဖြေရှင်း၍ မရနိုင်သေးသည်များ အနမတဂ္ဂ ရှိနေပါသေးသည်။)

လူနာ ကျွန်တော့်ထံရောက်သောနေ့မှာ ၁၉၉၂ ခုနှစ်၊ ဘော်သလင်းလဆန်း ၁၁ ရက်နေ့ ဖြစ်ပါသည်။ လပြည့်နေ့ရောက်ရန် ၄ ရက်သာ လိုပါတော့သည်။ လူနာ ကျွန်တော့်ထံမလာမီ နံနက် ဘာစောကပင် တည်းခိုရာနေအိမ်၌ တစ်ကြိမ်တက်ခဲ့ပြီးဖြစ်ပါသည်။

ယခုလည်း အချိန်မရွေးတက်နိုင်ပါသေးသည်။ ကျွန်တော်သည် သတိကြီးစွာထား၍ အခြားလူနာများထက် အချိန်အနည်းငယ်ပိုကာ ဆေးတောင့်လှည့် ကုသပါသည်။

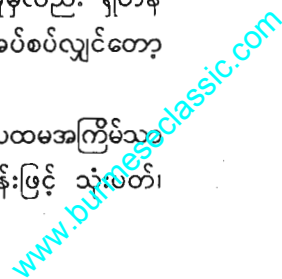
လူနာသည် ၎င်း၏ သက်ဝင်လှုပ်ရှားမှုမရှိဟု ထင်ရသော ဗက်လုံးများဖြင့် ကျွန်တော့်အား ငေးကြည့်နေပါသည်။ ဘာမျှလည်း မပြော၊ လှုပ်ရှားမှုလည်း မပြုပါ။

အိန္ဒိယအမျိုးသား ကိုလူထွားကြီးတုန်းက ယခုလောက်ဆို 'အဘား အဘား' နှင့် အော်ပြီ။ ဆေးတောင့်လှည့်ရင်း ဘရသေ့စကားကို ကြားယောင်မိသည်။

'ရောဂါရှိသူကို ဆေးတောင့်နဲ့လှည့်လျှင် နာရမယ်၊ နာရင် ပျောက်ရမယ်၊ အေး ရောဂါရှိပါလျက်နဲ့ ဆေးတောင့်နဲ့လှည့်တဲ့ အခါ မနာဖူးဆိုလျှင် အဲဒီရောဂါရှင်ကို ဆက်မကုနဲ့။ ကုလဲ ပျောက်မှာ မဟုတ်ဘူး။

ယခု လူနာက ဘာမျှမဖြစ်ပါ။ ဘာခံစားမှုမှလည်း ရှိဟန် မပြုပါ။ ဆေးတောင့်နှင့် မအပ်စပ်ပေပဲလား။ မအပ်စပ်လျှင်တော့ ပျောက်မည် မဟုတ်။

တစ်ခုတော့ရှိပါသည်။ ကုသမှုမှာ ယခုမှ ပထမအကြိမ်သာ ရှိပါသေးသည်။ တစ်ပတ်လျှင် သုံးရက်နှုန်းဖြင့် သုံးပတ်။



ကိုးရက်ဆိုတော့ ရက်တွေကျန်ပါသေးသည်။ ကိုးရက်ကုလို့မှ မပျောက်လျှင် ကျွန်တော် လက်လျှော့ရပါတော့မည်။

လူနာနှင့် တကွ လူနာရှင်မိဘနှစ်ဦးအား ကျွန်တော့် ဆေးခန်း တည်ရှိရာ (ဖ ဆ ပ လ ရပ်ကွက်၊ တိုက် ၆၈၊ အခန်း ၄ သို့) နေ့စဉ်လာရောက်ရန် မှာကြား၍ ပြန်လွှတ်လိုက်ပါသည်။

ကျွန်တော် မှာကြားသည့်အတိုင်း လူနာနှင့်တကွ ၎င်း၏ မိဘနှစ်ပါးပါ နေ့စဉ် လာရောက်ကြပါသည်။

တစ်ခု သိသာသည်မှာ ကျွန်တော်စတင်ကုသသည့်နေ့မှစ၍ တစ်နေ့လျှင် တစ်ကြိမ်သာတက်ကာ တက်သောအချိန်မှာ လည်း ယခင်ကလိုကြာလည်းမကြာ၊ ပြင်းလည်း မပြင်းထန် တော့ဟု ဆိုပါသည်။

သို့သော် ကျွန်တော်နှင့်တကွ လူနာရော၊ လူနာရှင်မိဘနှစ်ပါး ပါ လပြည့်နေ့အရောက်ကို စိတ်တစောစောဖြင့် စောင့်ကြိုနေမိပါသည်။

ကျွန်တော်ကလည်း ကုသမှုကို တစ်နေ့ထက်တစ်နေ့ ပိုမို ဝါယမ စိုက်ထုတ်ကာ ကြိုးစားကုသပါသည်။ လူနာကျမ်းမာပါစေ ကြောင်း မေတ္တာလည်း ပို့သရပါသည်။

ရောဂါက အဆန်းမဟုတ်ပါလား။ ရောဂါက အဆန်းဆိုတော့ ထိုရောဂါဆန်းကို ပျောက်ကင်းအောင် ကုသနိုင်စွမ်းရှိမရှိ ဆေးတောင့် အစွမ်းကိုလည်း ကျွန်တော်က သိလိုပါသေးသည်။

(မှတ်ချက်။ ။လူနာအများစုသည် ရောဂါတစ်ခုဖြစ်

လာလျှင် ကုသသူဆရာကိုသာ လုံးဝပုံ၍ ကျပ်ပြည့်တင်းပြည့် အားကိုးလိုက်ကြပါသည်။

မိမိဘက်က ဆောင်ရွက်ရန် ကိစ္စကျတော့ မူးတင်းပဲတင်း လုပ်ချင်ကြပါသည်။ ဤကိစ္စနှင့်ပတ်သက်၍ ကိုယ်တွေ့ဖြစ်ရပ် ကလေးများ ရေးပါဦးမည်။)

ဤသို့ဖြင့် လပြည့်နေ့သို့ ရောက်လာခဲ့ပြီ။ ထိုနေ့တွင် လူနာ နှင့်တကွ လူနာရှင်မိဘများပါ ခါတိုင်းနေ့များထက်စော၍ ကျွန်တော့် အိမ်သို့ ရောက်လာကြပါသည်။

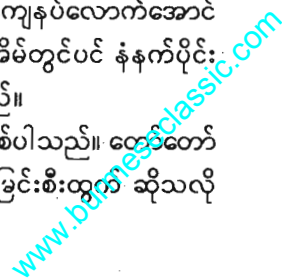
လူနာနှင့်တကွ လူနာရှင်များနည်းတူ လူနာအမျိုးသမီးလေး၏ အဖြစ်ကို စိတ်ဝင်စားကြသည့် အခြားလူနာများလည်း ခပ်စောစောပင် ရောက်ရှိကြကာ လူနာ၏ အခြေအနေကိုအက်ခတ် ကြည့်ရှုနေကြ ပါသည်။

လူနာ၏ မိဘများ ပြောကြားချက်အရ ခါတိုင်းလပြည့် လကွယ်နေ့များဆိုလျှင် ယခုလို နံနက်ပိုင်းရောက်သည်နှင့် တစ်ပြိုင်နက် နှစ်ကြိမ် သုံးကြိမ်မျှ တက်ပြီးပြီဖြစ်ကြောင်း။

ယနေ့နံနက် ၇ နာရီသို့ ရောက်သည်အထိ လုံးဝ မတက်သေးကြောင်း ယနေ့အကြိမ်သည် လပြည့် လကွယ် နေ့တိုင်း တက်တတ်သည့် သူတို့၏ သမီးငယ် မတက်သည်မှာ ၉ နှစ်တာကာလအတွင်း ပထမဆုံးအကြိမ် ဖြစ်ကြောင်း ပြောပြကြပါသည်။

ကျွန်တော်သည် လူနာအား စိတ်ကျေနပ်လောက်အောင် သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်ဖြင့် ကုသပြီး ကျွန်တော့်အိမ်တွင်ပင် နံနက်ပိုင်း ဆေးကုသချိန် ကုန်သည်အထိ နေစေပါသည်။

ဤသို့နေစေခြင်းမှာ စိတ်မချသေး၍ ဖြစ်ပါသည်။ တော်တော် ကြာ ငါ့သမီးလေး တော်ပါလေရဲ့ ယောက်မမြင်းစီးထွက် ဆိုသလို



ကျွန်တော့်အိမ်တွင် ကောင်းပြီ ကောင်းလျက်နှင့် လမ်းရောက်မှ တစ်ခွဲခွဲ တက်နေပါက ခဲလေသမျှ သဲရေကျ ဖြစ်ရပါမည်။

ယခုတော့ အားလုံးအခြေအနေ ကောင်းနေပါသည်။ လူနာနှင့် တကွ လူနာရှင် မိဘနှစ်ပါးလည်း အနည်းငယ် ပြီးနိုင်ရယ်နိုင်ဖြစ်လာ ကြပါသည်။

ကျွန်တော်ကတော့ သူတို့နှင့် ပြောင်းပြန်။ သူတို့ ပြီးနိုင် ရယ်နိုင်ပေမယ့် ကျွန်တော်မပြီးနိုင် မရယ်နိုင်သေး။ ယခင်က လူနာ ၏ တာဝန်ကို အများစုကဝိုင်း၍ ပံ့ပိုးထမ်းဆောင်ကြပါသည်။ ယခု တာဝန်က ကျွန်တော့်တာဝန်လုံးလုံး ဖြစ်လာပါပြီ။

လူနာအများစုသည် အသည်းအသန် ဖြစ်နေစဉ် ရေးကြီး သုတ်ပျာနှင့် ခြေမကိုင်မိ လက်မကိုင်မိ မျက်လုံးပြူး မျက်ဆန် ပြူး ဖြစ်တတ်သည်နှင့်အမျှ ဝေဒနာသက်သာသည်ဆိုရုံနှင့် တစ်ပြိုင်နှင့် မိမိတာဝန်ပိုင်းကို 'ဇီးရီး' အထိ လျော့ချကာ ပေါ့ဆစွာ နေတတ်လာကြပါသည်။

အချို့ ဒီအမှုကို မလုပ်ပါနှင့်။ ဒီအစာကိုမကျွေးပါနှင့်။ အတန်တန်တားသည့်ကြားမှပင် လုပ်ဖြစ်အောင်လုပ်၍ ကျွေးဖြစ်အောင် ကျွေးတတ်ကြသည်ကို ကြိမ်ဖန်များစွာတွေ့ဖူးပါသည်။

သို့ပါ၍ သူတို့ ပျော်သလောက်တော့ ကျွန်တော် ရဲရဲကြီး မပျော်ဝံ့သေးပါ။ သို့သော် သူတို့၏ ပျော်ရွှင်မှုကတော့ ကျွန်တော့်ထံ ရောင်ပြန်ဟပ်စေခဲ့ပါသည်။ တစ်ဖက်မှလည်း ကျွန်တော့် မျှော်လင့်ချက် အများကြီး ထားလာပါပြီ။

ဤသို့သော ရောဂါမျိုးကို ဆေးလောကရှိ အတွေ့အကြုံရင့် ဆရာဝန်ကြီးများက (Personal Disease) လူနာတစ်ဦး တည်း

ကိုသာ ဒုက္ခပေးတတ်သောရောဂါ မဟုတ်မူဘဲ (Family Disease) မိသားစုတစ်ခုလုံး တစ်အိမ်ထောင်လုံးကို ဒုက္ခပေး တတ်သော ရောဂါဟု အမည်တပ်ရလောက်အောင် သူမနေရ ငါမနေရ ဒုက္ခပေးတတ်သောရောဂါကြီးတစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။ ဤသို့သော ရောဂါကြီးတစ်ခုမှ လူသားတစ်ဦးအား ကယ်တင် လိုက်နိုင်တော့မည်ဟူသော အသိကြောင့် ကျွန်တော်လည်း ဝမ်းသာပီတိ ဖြစ်စပြုသည်မှာ အမှန်ပင်ဖြစ်ပါသည်။

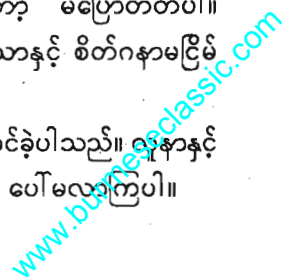
သို့သော် ယခုမှ လပြည့်နေ့ နံနက်ပိုင်း ၉ နာရီသာ ရှိပါ သေးသည်။ လပြည့်နေ့တစ်နေ့တာ ကုန်ဆုံးရန် ၁၅ နာရီလုံးလုံး ကျန်ပါသေးသည်။

လပြည့်နေ့ကုန်ရန် တစ်မိနစ်အလိုတွင်မှ ကပ်၍တက်သည် တိုင်အောင် လပြည့်နေ့မှာအတက်လုံးဝ ရပ်သွားပြီဟု မဆိုနိုင် သေးပါ။

သို့ပါ၍ လူနာနှင့်တကွ လူနာရှင်မိဘများအား ထူးခြားမှု တစ်စုံတစ်ခုရှိသည်နှင့် တစ်ပြိုင်နက် ချက်ချင်းပြန်လာကာ ကျွန်တော်ထံ သတင်းပို့ရန် အထပ်ထပ်မှာကြားကာ နံနက် ၁၀ နာရီခန့်တွင် ဘည်းခိုရာအိမ်သို့ ပြန်စေခဲ့ပါသည်။

လူနာနှင့်တကွ လူနာရှင်မိဘများတော့ မပြောတတ်ပါ။ ကျွန်တော်ပင်လျှင် ထိုနေ့က နေမထိ ထိုင်မသာနှင့် စိတ်ကနာမငြိမ် ဖြစ်နေမိပါသည်။

ဤသို့ဖြင့် တစ်စတစ်စ လပြည့်နေ့နေဝင်ခဲ့ပါသည်။ လူနာနှင့် တကွ လူနာရှင်မိဘများ မှောင်သည် အထိ ပေါ်မလာကြပါ။





ကျွန်တော့်အား အားနာ၍ လာမပြောတာဖြစ်ကောင်းဖြစ်နိုင်ပါသည်။ ထိုနေ့ညတစ်ညလုံး ကျွန်တော်နှစ်နှစ်ခြိုက်ခြိုက်အိပ်မပျော်ခဲ့ပါ။ စိတ်တစောစောဖြင့်ပင် နံနက်မိုးသောက်ခဲ့ရပါသည်။

ဤသို့ဖြစ်ခဲ့ရသည်မှာ ကျွန်တော့် ဆေးကုသသက် ကိုးနှစ်တာ ကာလအတွင်း အကြိမ်ပေါင်း မနည်းတော့ပါ။ ကျွန်တော့်ကိုယ် ကျွန်တော်လည်း အားမရခဲ့ပါ။ အပြစ်ပင် တင်ချင်မိရပါသည်။

အကြောင်းမှာ ဤပုံစံဖြင့်သွားနေက ကျွန်တော် သမားကောင်းတစ်ယောက် ဖြစ်မလာနိုင်မှန်း ကျွန်တော်သိနေ၍ ဖြစ်ပါသည်။

ဘယ့်နှယ် လူနာတစ်ယောက် ဒုက္ခရောက်တိုင်း သမားတော် လုပ်သူက ဤမျှ သောကရောက်နေ၍ ဖြစ်ပါမည်လဲ။

လူနာဆိုတာ ရှင်သူရီသလို သေသူလဲ ရှိနိုင်သည်သာ ဖြစ်သည်။ လူနာသေတိုင်း လူနာကုသူသမား သောကရောက်နေလျှင် ဘယ်မှာ သမားသက်ရှည်နိုင်ပါမည်လဲ။

နံနက်မိုးလင်းသည်နှင့် တစ်ပြိုင်နက် ဝေဒနာရှင် အမျိုးသမီးကလေးနှင့် ၎င်း၏ မိဘများကို မျှော်မိပါသည်။ ကျွန်တော်၏ ဆေးကုသချိန်မှာ နံနက် ၇ နာရီမှ ၉ နာရီအထိ ဖြစ်သော်လည်း အချို့ဝီရိယလွန်သော လူနာများက နံနက် ၆ နာရီ မထိုးမီကပင် ရောက်လာကြပါသည်။

လူနာတစ်ယောက် ဝင်လာတိုင်း အတက် ဝေဒနာရှင် မိန်းကလေးလေးဟု ကြည့်ရသည်မှာ အမောဖြစ်ပါသည်။

ကြိုတင်ရောက်နှင့်ကြသော လူနာများအား ကုသနေရသော်လည်း စိတ်မဖြောင့်လှပါ။ လက်က ဆေးတောင့်ကို လှည့်နေရသော်

လည်း မျက်စိက လမ်းဘက်သို့သာ လှည့်ကြည့်လှည့်ကြည့် ဖြစ်နေမိပါသည်။

လူနာများကလည်း ကျွန်တော်အတက်ဝေဒနာ ရောဂါရှင် အမျိုးသမီးကလေးအတွက် စိတ်စောနေကြောင်း ရိပ်မိကြပါသည်။

နံနက် ၇ နာရီခွဲပါပြီ။ ခါတိုင်း နံနက် ၇ နာရီမထိုးခင် ၁၅ မိနစ်ခန့် အလိုခန့်တွင် နောက်ဆုံးထားပြီး ရောက်လာတတ်သော လူနာမိန်းကလေးနှင့် မိဘများ ယခုထိ ပေါ်မလာကြသေးပါ။

နံနက်မိုးလင်း ကျွန်တော့်ထံ လာခါနီးမှ ကပ်၍ တက်နေလို့ပေ ဝဲလား။ ဟူး တယ်လဲ စိတ်မောရပါလား။ နံနက် ရနာရီ ၄၅ မိနစ် ခို့ပါပြီ။

ဟော လာကြပါပြီ။ အတက်ဝေဒနာရှင် သမီးငယ်ကို အလယ်တွင်ထား၍ မိဘနှစ်ပါးက တစ်ဖက်စီမှရံကာ ကျွန်တော့်ထံသို့ ပြီးရွှင်သော မျက်နှာဖြင့် ဝင်လာကြပါပြီ။

သားအမိသားအဖ သုံးယောက်လုံး ယမန်နေ့ကနှင့်မတူ အဝတ်သစ် အစားသစ်များကို ဝတ်ဆင်လာကြသည်ကို ထောက်ရှုခြင်းအားဖြင့် ကျွန်တော် သိလိုက်ပါပြီ။ နှစ်ပေါင်းများစွာ ဒုက္ခပေးခဲ့သော အတက်ရောဂါဘေးဆိုးကြီးမှ လုံးဝ လွတ်မြောက်ခဲ့ကြပြီဟု။

ကျွန်တော် ကြိုတင်ခန့်မှန်းသည့်အတိုင်း သားအမိ သားအဖ သုံးဦးလုံးက သူ့ထက်ငါဦး အားပါးတရဖြင့် မနေ့ကလုံးဝ မတက်တော့ကြောင်း ဝမ်းသာအားရ ပြောပြကြပါသည်။

ကျွန်တော်လည်း ဝမ်းသာရပါပြီ။ လွတ်လွတ်ကျွတ်ကျွတ် စိတ်ဖြစ်ရပါပြီ။ ဆေးတောင့် အစွမ်းကိုလည်း အထပ်ထပ် အခါခါ ခိုးကျူးမိပါသည်။



သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်အပေါ် ပို၍ ပို၍လည်း ယုံကြည်လာမိပါသည်။ ယခုကြည့်ပါလော့။ ၉ နှစ်လုံးလုံး လပြည့် လကွယ်နေ့ ရောက်လျှင် တစ်နေ့ သုံးလေးကြိမ်မျှ ရုပ်ပျက်ဆင်းပျက်ဖြစ်လောက်အောင် တက်လေ့ရှိသည်ဆိုသော ထိုသနားစရာ မိန်းကလေး မတက်တော့ပါ။

သူ့ကိုယ်သူလည်း ရောဂါပျောက်ပြီဟု ရာခိုင်နှုန်းပြည့် ယုံကြည်နေပုံရပါသည်။ ပြီးလို့ ရွှင်လို့ ပျော်လို့မြူးလို့ ထကတော့မည့် ဒေါင်းမလေးအသွင် ကြွကြွရွရွကလေး ဖြစ်နေပါသည်။

အစက မိုင်းမှုန်ရီဝေနေသော မျက်လုံး တစ်စုံသည်လည်း ကော့ပုံနေသော မျက်တောင်များအောက်ဝယ် အရောင်တောက်ပစပြုလာပါပြီ။ မိဘနှစ်ဦးမှာ ပြောပြစရာပင် မလိုတော့ပါ။

သိန်းထီ ၁၀ ပြန်ပေါက်သည့်တိုင် ဤမျှ ပျော်ရွှင်ကြမည် မဟုတ်ပါ။ ဪ ၉ နှစ်ကာလပတ်လုံး တစ်နေ့ကလေးမျှ စိတ်ချမ်းသာမှု မရရှိခဲ့ကြဘဲ သောကမီးလောင်မြိုက်ခံနေရသည့်ဘဝမှ လွတ်မြောက်သောနေ့ မဟုတ်ပါလား။

လူနာဖြစ်သူ မမြစိမ်းကလေးသည် ကျွန်တော့်ထံတွင် နောက်ထပ် သုံးရက်မျှ ကုသခံခဲ့ပြီး တော်သလင်းလပြည့်ကျော် လေးရက်နေ့တွင် လေယာဉ်အဆင်ပြေသဖြင့် မြိတ်မြို့သို့ပြန်သွားကြပါသည်။

ကျွန်တော်ကလည်း သောက်ဆေး၊ လိမ်းဆေးများကို ပေးလိုက်ပြီး ဆောင်ရန်၊ ရှောင်ရန်တို့ကို မှာကြားလိုက်ပါသည်။

နောက်လေးလခန့်အကြာ ၁၉၉၂ ခု၊ တပို့တွဲလဆန်း ၁၃ ရက်နေ့တွင် မမြစိမ်းကလေးနှင့် ၎င်း၏ ဖခင်တို့ ကျွန်တော့်ထံ ပေါ်လာကြပြန်သည်။ မိခင်ဖြစ်သူတော့ ပါမလာခဲ့တော့ပါ။

သူတို့ သားအဖကိုမြင်တော့ ကျွန်တော် ထိတ်ခနဲ ဖြစ်သွားမိပါသေးသည်။ သို့သော် ဖခင်ဖြစ်သူက စိတ်ပူပန်တတ်သော ကျွန်တော့်အကြောင်းကို သိထားသူဖြစ်သဖြင့် ကျွန်တော့်ဆီက ပြန်သွားအတည်းက သူ့သမီး လုံးဝ မတက်တော့ကြောင်း၊ ၎င်းတို့မိသားစုမှာ စမ်းသာလို့ မဆုံးတော့ပါကြောင်းနှင့် ဆရာကျေးဇူး ကြီးမားလှပါကြောင်း ဝမ်းသာအားရ ပြောပြရှာပါသည်။

ကျွန်တော့်အဖို့ သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်အစွမ်းကြောင့် အသွင်တူစစ်ပွဲနှစ်ပွဲတော့ ဆင်နွှဲအောင်မြင်ခဲ့ပြန်ပြီဟု ဆိုရပါမည်။

ပထမစစ်ပွဲက ခုနစ်နှစ်ပတ်လုံး အသုဘ ကြေးစည်သံကြားတိုင်း တခွီးခွီးတက်တတ်သည့် မြေထဲ (အောင်လံ)မြို့မှ လူထွားကြီးနာရန်ဆင်နှင့် ဆင်နွှဲရသောပွဲ။

ဒုတိယစစ်ပွဲက ကိုးနှစ်ပတ်လုံး လပြည့် လကွယ်နေ့ရောက်လျှင် ရုပ်ပျက်ဆင်းပျက် ပုံပျက်ပန်းပျက်ဖြစ်အောင် နေရာမရွေး၊ အချိန်မရွေးတက်တတ်သည့် မြိတ်မြို့သူကလေး မမြစိမ်းနှင့် ဆင်နွှဲရသောပွဲ။

သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်အစွမ်းကြောင့် ဝေဒနာရှင် သူတို့နှစ်ဦးနှင့် အကွ သူတို့မိသားစု၏ ဘဝသာယာရေးကို ကျွန်တော် ဆောင်ကြဉ်းနိုင်ခဲ့ပါပြီ။ တစ်နည်းအားဖြင့် ဘဝဆုံးနေပြီဖြစ်သော လူသားနှစ်ဦး၏ ဘဝကို ကျွန်တော် ကယ်တင်လိုက်နိုင်ပါပြီ။ အတိုင်းမသိ ပီတိဖြစ်ရပါမေစွ။

\*

သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်နှင့် လက်ကပ် ခြေကပ် အကြောညပ် ရောဂါ

အကြောနှင့်ပတ်သက်သော ရောဂါများကို ကုသရန်ကြိုကြိုကိုင်သည့် အခါတိုင်း ကျွန်တော်နှင့်တစ်ခါက အတော်ကလေး ရင်းနှီးခင်မင်ခွင့် ရခဲ့သည့် ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးတစ်ဦး၏ ပြောစကားကို အစဉ်သတိရနေမိပါ သည်။ ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကြီးက

‘ဆရာထွဋ်ရေ၊ အကြောနဲ့ပတ်သက်တဲ့ ရောဂါမှန်သမျှ တော့ ကုသာကုဗျ။ ဘာမှ သံသယရှိမနေနဲ့။ ပျောက်မှာသေချာ တယ်’

ဟု ပြောလေ့ရှိပါသည်။ အခါအခွင့်ကြိုတိုင်းလည်း ကျွန်တော် ကုသလျက်ရှိသော ရောဂါများနှင့်ပတ်သက်၍ မေးမြန်းခြင်း၊ ဆွေးနွေး ခြင်း၊ အကြံပေးခြင်း ပြုလေ့ရှိပါသည်။

သွေးတိုး၊ နှလုံး၊ လေငန်းစသောရောဂါကြီးများသည် အကြော နှင့် သွယ်ဝိုက်ပတ်သက်သော ရောဂါကြီးများ ဖြစ်ကြပါသည်။

အဆိုပါရောဂါကြီးများသည် ကံ၊ စိတ်၊ ဥတု၊ အာဟာရတည်း ဟူသော အကြောင်းတရားကြီးလေးပါး ဖောက်ပြားယိုယွင်းလာ သောကြောင့် ဖြစ်ပွားလာရသည့် ရောဂါများဖြစ်သဖြင့် အတော် နှိမ်ဆရသော ရောဂါကြီးများ ဖြစ်ကြပါသည်။

လက်ကပ်၊ ခြေကပ်၊ အကြောညပ် ရောဂါများမှာမူ အထက် ဆိုပါ ရောဂါကြီးများကဲ့သို့ ကံ၊ စိတ်၊ ဥတု၊ အာဟာရတည်းဟူသော အကြောင်းတရားကြီးလေးပါး ဖောက်ပြားယိုယွင်းသဖြင့် ဖြစ်ပေါ်လာ သော ရောဂါများ မဟုတ်ပါ။

အနေအထိုင်၊ အကုန်းအကွ၊ အထိုင်အထ၊ အလှမ်းအယူ၊ ပြုမူရာတွင် အဆင်မသင့်သဖြင့် ရုတ်တရက် ဖြစ်ပွားလာတတ် သော ရောဂါများဖြစ်သဖြင့် ကိုယ်တွင်းနာဟု မခေါ်သင့်ဘဲ (အာဂန္တုနာ) ခေတ္တခဏ ကပ်ရောက်လာသော အနာဟု ခေါ်ဆိုရသော် သင့်မည်ထင်ပါသည်။

ကျွန်တော်သည် ဆေးကုသသက် ကိုးနှစ်တာကာလအတွင်း လူနာပေါင်း ၇၀,၀၀၀ ခန့် ကုသခဲ့ပြီးဖြစ်ရာ ထိုလူနာများထဲတွင် လက်ကပ်၊ ခြေကပ်၊ အကြောညပ် လူနာပေါင်း လေးငါးရာထက်မနည်း ပါဝင်မည်ဟု ခန့်မှန်းမိပါသည်။

ထိုကဲ့သို့သော လက်ကပ်၊ ခြေကပ်၊ အကြောညပ်လူနာမျိုး ကောက်ရှိလာပါက ကျွန်တော် ကုသရမည်ကို အလိုလို ပျော်နေမိတတ် ပါသည်။

ကျွန်တော် အလိုလို ပျော်နေခြင်းမှာ တိုတောင်းသော ကာလအတွင်း သေချာပေါက်ပျောက်မည့် ရောဂါဟု ယုံကြည် ထားသောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။

နာတာရှည် လက်ကပ်၊ ခြေကပ်၊ အကြောညပ်ဝေဒနာများကို ကုသရလျှင် အတန်ငယ် အခက်အခဲတွေ့တတ်၍ ကုသရက်ကြာရှည်တတ်သော်လည်း ရောဂါဖြစ်တာမကြာသော ရက်ပိုင်းမျှသာ ရှိသေးသည်ဆိုပါလျှင် ထိုလူနာမျိုးကိုကုသရသည်မှာ ပို၍ လွယ်ကူပါသည်။

သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်နှင့် ဇေယျသိဒ္ဓိ လိမ်းဆေးတို့ကလည်း ဤရောဂါမျိုးနှင့်ကြုံလျှင် ပို၍ပင် အစွမ်းပြတတ်သည်လား မဖြောတတ်ပါ။

တစ်ခါတစ်ရံ တစ်ရက်တည်းတွင် တစ်ကြိမ်တည်း (အချို့သုံးရက်တည်းမျှဖြင့် ပျောက်ကင်းသွားကြသည်ကို လူနာပေါင်းများစွာ တွေ့ဖူးပါသည်။

လက်ကပ်၊ ခြေကပ်၊ အကြောညပ်ရောဂါသည် ကျွန်တော်အထက်ကလို ပေါ့ပေါ့လေး ပြောလိုက်သဖြင့် အချို့က မမှုလောက်သော ရောဂါကလေးဟု ထင်မှတ်မှားသွားမည် စိုးရိမ်မိပါသည်။

အကြောင်းမှာမူ လက်ကပ်၊ ခြေကပ်၊ အကြောညပ်ရောဂါသည် အသက်ကို ရန်မူလောက်အောင် ဒုက္ခမပေးနိုင်သည့်တိုင် လက်မြောက်မရ၊ ခြေမြောက်မရ၊ ဟိုဘက် သည်ဘက် လှည့်မရသော ရောဂါမျိုးဖြစ်ပါသည်။

တစ်ခါတစ်ရံ လက်မြောက်၊ ခြေမြောက်၊ ဟိုဘက် သည်ဘက် လှည့်မိရာတွင် အဆင်မသင့်ပါက မျက်ရည်တောက်တောက် ကျလောက်အောင် နာကျင်တတ်သော ရောဂါဖြစ်သဖြင့် ပေါ့ပေါ့ကလေးဟု မမြင်သင့်ပါပေ။

အချို့ဝေဒနာရှင်များမှာ လက်ကပ်ရောဂါကြောင့် အင်္ကျီဝတ်မရ၊ ချွတ်မရ၊ မိမိဆံပင်ကို မိမိကိုယ်တိုင် မဖြိုးနိုင်။ မိမိထမင်းမိမိကိုယ်တိုင် မိမိလက်နှင့် ယူမစားနိုင်။ မိမိကိုယ်တိုင် မျက်နှာသစ်မရ။ အောက်ဖေးကုန်းမရ ဖြစ်တတ်ပါသည်။

ဤသေးဖွဲလှပါသည်ဟူသော ဗာဟိရကိစ္စကလေးများက လူတစ်ယောက်၏ စိတ်ဓာတ်ကို အကြီးအကျယ် ကျဆင်းစေတတ်ကြောင်း ကိုယ်တိုင်ခံစားဖူးသူတိုင်း သိရှိကြပါသည်။ လက်ကပ်၊ ခြေကပ်၊ ရောဂါထက် ပို၍ဆိုးသောရောဂါမှာ ကျောရိုးညပ်ရောဂါ ဖြစ်ပါသည်။ ကျောရိုးညပ်ရောဂါကို နည်းပေါင်းစုံဖြင့် ကုသသော်လည်း မပျောက်နိုင်လျှင် နောက်ဆုံးအဆင့်အနေဖြင့် ကျောရိုးကို ခွဲစိတ်ကုသရတတ်ပါသည်။

ဤတွင် အချို့အောင်မြင်၍ အချို့မအောင်မြင်သူများ ရှိသည်ကိုတွေ့ရပါသည်။ ခွဲစိတ်မှု မအောင်မြင်လျှင် ခွဲစိတ်ကုသခံ ဝေဒနာရှင်မှာ ခါးအောက်ပိုင်းမှစ၍ ကိုယ်တစ်ပိုင်း သေသွားတတ်ပါသည်။

ခါးအောက်ပိုင်း သေသွားပါလျှင် ဆီးသွားလိုသွားမှန်း သိဖြစ်ကာ ရှင်နေပါလျက်နှင့် သေနေသောသူကဲ့သို့ အခြားသူကို ဆုံးဝ မှီခိုရသောအဆင့်သို့ ရောက်ရှိသွားတတ်ကြပါသည်။

ကျောရိုးညပ်ရောဂါသည် အလွန်အခက်ခဲသောရောဂါဖြစ်၍ ကိုယ်ချင်းမစာတတ်လျှင် ကိုယ်တိုင် မခံစားဖူးလျှင် အသည်းငယ်လှန်းသည် ပိုလှန်းသည်ဟုပင် ထင်စရာရှိပါသည်။



အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ကျောရိုးညှပ်ဝေဒနာ ခံစားနေရသူသည် ဘယ်လိုအနေအထားဖြင့်ပဲနေနေ အဆင်ပြေလှသည်ဟု မရှိတတ်ပါ။

ထိုင်နေမရ၊ လျောင်းနေမရ၊ စောင်းနေမရ၊ ကိုယ်တိုင်ကလည်း မိမိခန္ဓာကိုယ်ပင်လျှင် မိမိစိတ်တိုင်းကျ မရွှေ့နိုင်တတ်ပါးသူက ကူရွှေ့၍ အဆင်မပြေဖြစ်ပြီး ပိုနာမှာလည်း ကြောက်၊ အလွန်ဒုက္ခရောက်သော ဝေဒနာတစ်ခုပါပေ။

ကျောရိုးမှစတင်ခဲ့သော ကျောရိုးညှပ် ဝေဒနာသည် ကျောရိုးနာကျင်မှုဝေဒနာ ပျောက်သွားသည့်တိုင် တင်ပါးခွက်နှင့် အပြင်ပေါင်ကြော၊ ခြေသလုံးကြောတစ်လျှောက် လမ်းသွားတိုင်းနာကျင်သော ဝေဒနာကို လနှင့်ချီ၍ ဆက်လက် ဝေးနေတတ်ပါသည်။

လွန်ခဲ့သောနှစ် ဆောင်းဦးပေါက်ကာလက ကျွန်တော့်ထံ ကျောရိုးညှပ်လူနာတစ်ဦး ရောက်လာပါသည်။ လူနာမှာ အသက် ၂၀ ကျော်ခန့်ရှိ တရုတ်အမျိုးသမီး လူနာဖြစ်ပါသည်။

လူနာမှာ လမ်းလုံးဝမလျှောက်နိုင်သဖြင့် အစ်ကိုနှစ်ဦးထံ ချီပိုး၍ သယ်လာရပါသည်။ ချီပိုးသယ်လာသည်ဆို၍ အစ်ကိုတစ်ဦးက ဦးခေါင်းမှ၊ အခြားအစ်ကိုတစ်ဦးက ခြေထောက်မှ မပြီး ချီပိုးလာခြင်း မဟုတ်ပါ။

ထိုကဲ့သို့သော အနေအထားဖြင့် လူနာသည် လုံးဝအသက်မခံနိုင်ပါ။ အစ်ကိုနှစ်ဦးက ညီမဖြစ်သူအား သယ်လာပုံမှာ ရေချမ်းအိုးစင်၊ ပန်းအိုးစင် သယ်လာဘိသကဲ့သို့ အစ်ကိုနှစ်ယောက်လည်ပင်းဆုံညီမဖြစ်သူက ဖက်လျက်အနေအထားဖြင့် အစ်ကိုနှစ်ယောက်စီ လက်ချင်းဆက် ထိုင်ခုံပေါ်တွင်ထိုင်လိုက်လာခြင်းဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်တော့်ထံသို့ရောက်၍ ကုသမှုခံယူရန် ခုတင်ပေါ်သို့ ချပေးသောအခါ အလွန်ညင်သာစွာချပေးသည့်တိုင် မျက်ရည်တောက်တောက်ကျမျှ ဝေဒနာ ခံစားရသည်ကို မြင်တွေ့ကြရပါသည်။

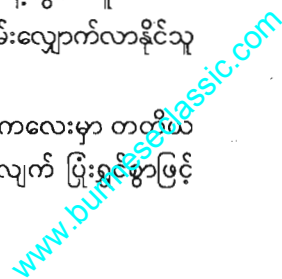
ဤသို့သော ကျောရိုးညှပ် ဝေဒနာမျိုးသည် 'သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်' ကို ခြေချောင်းကလေးများတွင်ညှပ်ကာ ဖြည်းဖြည်းချင်းလှည့်ပေးရုံဖြင့် ခြေချောင်းကလေးများကြား၌ (လူနာအချို့၏ စကားလုံးအရ သုံးရပါလျှင်) မီးစနှင့်ထိုးဘိသကဲ့သို့ တဒင်္ဂမျှ ခံစားရသည်ဟု ဆိုပါသည်။

ဤသို့သောလူနာမျိုးကို ပထမနေ့တွင် ဟိုဘက် သည်ဘက် လှည့်ခိုင်းခြင်းမပြုဘဲ အတတ်နိုင်ဆုံး ငြိမ်ငြိမ်ကလေး နေစေကာ ဆေးတောင့်လှည့်ပေးပါသည်။

ထိုနောက် အကိုက်အခဲပျောက်လိမ်းဆေး၊ သောက်ဆေးတို့ကို ဆေးကာ လိမ်းစေ သောက်စေပါသည်။ သောက်ဆေးကို သတ်မှတ်ချိန် အတွင်း သောက်ရန် ညွှန်ကြားလိုက်သော်လည်း လိမ်းဆေးကိုမူ ခါးဆစ်မှသည် တင်ပါးခွက်၊ ထိုမှသည် ပေါင်ရိုးတစ်လျှောက်၊ ခြေသလုံးရိုးတစ်လျှောက် ကြိမ်ဖန်များစွာ လိမ်းစေပါသည်။

ဤသို့သော လူနာမျိုးသည် ဒုတိယနေ့တွင်ဟိုဘက်သည့်ဘက် အနည်းငယ် လှုပ်ရှားလာနိုင်တတ်၍ တတိယနေ့တွင် လူကောင်း ဝက်တီနီးပါး ဖြစ်လာတတ်ကြကာ ကိုယ်တိုင် လမ်းလျှောက်လာနိုင်သူ များပါသည်။

အထက်ဖော်ပြပါ တရုတ်အမျိုးသမီးကလေးမှာ တတိယနေ့တွင် အစ်ကိုနှစ်ယောက် နံဘေးမှ ရံလျက် ပြုံးရွှင်စွာဖြင့်



ကိုယ်တိုင် လမ်းလျှောက်ပြန်သွားသည်ကို ပီတိဖြစ်စဖွယ် မြင်တွေ့ခဲ့ရပါသည်။

ခါးအကြောညစ်ပျက်ခြင်းနှင့် ပတ်သက်၍ ကျွန်တော် လေ့လာကြည့်ရာ ဆရာတစ်ဦးနှင့်တစ်ဦး ကုသမှု နည်းစနစ်ချင်း မတူညီကြပါ။

အချို့ဆရာများကမူ လှုပ်ရှားမှု လုံးဝမပြုစေဘဲ အိပ်သည်ကိုပင် သုံးထပ်သားပျဉ်ပြားပေါ်တွင် အခင်းမပါ ငြိမ်သက်စွာ အိပ်စေပါသည်။

အထက်ပါ ကုသပုံ ကုသနည်း သုံးမျိုးအနက် ဘယ်အမျိုးအစားက ကောင်းသည်၊ ဘယ်အမျိုးအစားက မကောင်းဟု ကျွန်တော် မပြောလိုပါ။

ကျွန်တော့်ဆန္ဒအရမူ တတ်နိုင်သမျှ လှုပ်ရှားမှုနည်းစေသော စနစ်ကို ပိုမိုကြိုက်နှစ်သက်ပါသည်။ ထိုစနစ်ကိုပင် ကျွန်တော် လက်တွေ့ကျင့်သုံးရာ ၈၀ ရာခိုင်နှုန်းထက်မနည်း အောင်မြင်ပါသည်။

ကျန် ၂၀ ရာခိုင်နှုန်းခန့်မှာမူ ကျွန်တော် ကြိုးစားကုသသော်လည်း မအောင်မြင်ပါ။ ထိုမအောင်မြင်သော လူနာများမှာ ကျောရိုးညစ်သဖြင့် ခွဲစိတ်ထားသော လူနာမျိုး ဖြစ်ပါသည်။

ထိုလူနာမျိုးသည် ခွဲစိတ်ထားသဖြင့် အောက်ပိုင်းသေနေသော လူနာမျိုးဖြစ်ပါသည်။ ဆီးသွားလို့လည်း မသိ၊ ဝမ်းသွားလို့လည်း မသိတော့ပါ။

ထိုသို့သော လူနာမျိုးကို ကျွန်တော် သနားလှပါသဖြင့် အမျိုးမျိုး ကြိုးစားကုသကြည့်ဖူးပါသည်။ မရပါ။ စိတ်မချမ်းမြေ့ခြင်းကြီးစွာဖြင့် လက်လျှော့ခဲ့ရပါသည်။

နောင်သောအခါ မအောင်မြင်မှန်းသိသဖြင့် ကျောရိုးညစ်၍ ခွဲစိတ်ကုသမှု ခံထားသော လူနာဖြစ်ပါက ကျွန်တော် ကုသမှု မပြုတော့ပါ။

ကြိုက်နှစ်သက်ရာ ဆရာတစ်ဦးဦးထံ သွားရောက်ပြသပါရန် မေတ္တာရပ်ခံ၍ ပြန်လွှတ်လိုက်လေ့ ရှိပါသည်။

ဤနေရာတွင် ကျောရိုးညစ် ဝေဒနာရှင်များအား အကြံပြုလိုသည်မှာ ခွဲစိတ်မှုကိုအဆောတလျှင် မပြုလုပ်မိရေးပင် ဖြစ်ပါသည်။ ခွဲစိတ်၍ အောင်မြင်လျှင် တော်ပါရဲ့။ မအောင်မြင်ပါလျှင် တစ်သက်လုံး လူစဉ်မမီ ဖြစ်သွားတတ်ပါသည်။

အကြောကပ်၊ အကြောညစ်ဝေဒနာများကို ဆေးတောင့်ဖြင့် ကုသဖန်များလာသောအခါ ကျွန်တော့်တွင် အခြားသောဆရာများနှင့် မတူ ထူးခြားသောအတွေ့အကြုံများ ရရှိလာပါသည်။

ဤအတွေ့အကြုံမှာ ဆေးတောင့်ကိုထားသော ကျွန်တော့် လက်၏ ထိတွေ့မှုခံစားချက်ပင် ဖြစ်ပါသည်။ ဤအတွေ့အကြုံကိုလည်း အတော်ကြီးသတိထားလှည့်ရာမှ တစ်စတစ်စ တွေ့ရှိလာခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ကျေးဇူးရှင် ဘရသေ့က ကျွန်တော့်ကို ဤဆေးတောင့် ပေးလိုက်စဉ်က ဘယ်လိုရောဂါမျိုးကိုလှည့်လျှင် လက်ထဲမှာ ဘယ်လို အထိအတွေ့ရှိတတ်တယ်။ ဘယ်လိုရောဂါမျိုးဆိုလျှင် ဆေးတောင့်ကိုဘယ်လိုလှည့် စသည်ဖြင့် အသေးစိတ် ပြောပြခြင်း မရှိပါ။

'မုဆိုးစိုင်းသင်' ဟူသော စကားကဲ့သို့ လူနာများအားကုသရင်း လူနာများ၏ ခံစားချက်၊ ပြောပြချက်တို့မှတစ်ဆင့် ပညာရလာခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်တော်ကိုင်တွယ်အသုံးပြုနေသော သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်ကို အခြားပုဂ္ဂိုလ် တစ်ဦးဦးအားပေး၍ လူနာခြေကြားတွင် ညှပ်ကာ ကုသစေပါက လှည့်ရုံသာရှိပါမည်။ ကျွန်တော့်အသိမျိုး သိလာမည် မဟုတ်ပါ။ အတွေ့အကြုံက စကားပြောသည်ဟုဆိုက သင့်မည် ထင်ပါသည်။

အကြောကပ်၊ အကြောညပ် ရောဂါမျိုးက ဆေးတောင့်ဖြင့် အလှည့်ကြမ်းသဖြင့် ဒုက္ခရောက်မသွားနိုင်ပါ။ မခံမရပ်နိုင်သော နာကျင်မှုကိုသာ ဖြစ်စေနိုင်ပါသည်။

နှလုံးရောဂါဝေဒနာ ပြင်းထန်စွာ ခံစားနေရသူ လူနာ တစ်ဦးအား ဘာမသိ၊ ညာမသိဖြင့် ဆေးတောင့်ကို ခြေကြား တွင် ညှပ်ကာ တစ်အားဖိလှည့်မိပါက ဒုက္ခရောက်သွားနိုင်ပါ သည်။

ကုသသူ ဆရာက လူနာ၏ အခြေအနေကို အကဲခတ်တတ် ရန်လည်း လိုပါသည်။ ဤအပိုင်းမှာ ဆေးတောင့်အစွမ်းထက်မှု၊ မထက်မှုနှင့် မသက်ဆိုင်ပါ။ ကုသသူဆရာ၏ အတွေ့အကြုံပိုင်းနှင့်သာ သက်ဆိုင်ပါသည်။

သို့ပါ၍ ကျွန်တော် ကိုင်တွယ်အသုံးပြုနေသော ဆေးတောင့် ကဲ့သို့ အစွမ်းထက်သော ဆေးတောင့်ကို လက်ဝယ်ပိုင်ဆိုင် အသုံးပြုနေသူဖြစ်ပါက သတိပြုဆင်ခြင်နိုင်ပါရန် အသိပေးအပ်ပါ သည်။

လက်ကပ်၊ ခြေကပ်၊ အကြောညပ်ဝေဒနာရှင်များကို ကုသ ရာတွင် တစ်ခါတစ်ရံ ငိုအားထက် ရယ်အားသန် အဖြစ်ကလေးများ ကြုံရတတ်ပါသည်။

ဤသို့သော အဖြစ်မျိုးကို အထူးသဖြင့် ကျေးလက်မှလာရောက် ကြသော အသက်ခပ်ကြီးကြီး အမျိုးသမီးကြီးများကို ကုသရာတွင် တွေ့ရတတ်ပါသည်။

အတွေ့အကြုံအရ လူနာအားရောဂါအခြေအနေ မေးမြန်း ကြည့်ခြင်း၊ လက်တွေ့လှုပ်ရှားပြစေခြင်းဖြင့် ဤသို့သော လူနာမျိုးကို ဘယ်နှစ်ရက်ကုသလျှင် ပျောက်ကင်းနိုင်သည်ကို ကျွန်တော်အနီးစပ်ဆုံး ခန့်မှန်း၍ ရပါသည်။

ကျေးလက်မှ အမျိုးသမီး အသက်ခပ်ကြီးကြီးများလည်းဖြစ်၊ တစ်ကြိမ်တည်း ပျောက်နိုင်လောက်သောဝေဒနာဟုလည်း ခန့်မှန်း မိပါလျှင် ကျွန်တော် ဤသို့ စေခိုင်းလေ့ရှိပါသည်။

အဆိုပါ အမျိုးသမီးကြီးကို အခြားလူနာများ ရှေ့တွင်ပင် အင်္ကျီကြယ်သီး ဖြုတ်၊တပ် လုပ်ခိုင်းကြည့်ပါသည်။ မရပါ။

အလားတူပင် ခေါင်းဖြိုးကြည့်စေပါသည်။ ခေါင်းဖြိုးဖို့ဝေးစွ၊ ခေါင်းနှင့်လက်ထိရန်ပင် အနည်းဆုံး ၉ လက်မခန့် ကွာနေပါသည်။

ဒီထက်တိုး၍ ခေါင်းကိုလက်ဖြင့် ထိစေပါလျှင် လက်ကပ် နေသော အထူးသဖြင့် ပခုံးအဆစ်မှ မခံမရပ်နိုင်အောင် နာတတ် ပါသည်။

ဤတွင် ကျွန်တော်က လက်နှင့် ခေါင်းအကွာအဝေးကို မှတ်သားစေပါသည်။ ဆန့်ဆန့်မြှောက်၍ မရပါ။ ကျေးဇူးတတ်ပါ သည်။

ဤအနေအထားကို လူနာလည်း ကိုယ်တိုင်မြင်သိစေ၍ အနီးရှိ အခြားလူနာများကိုလည်း မြင်သိစေပါသည်။

ထိုနောက် ကျွန်တော့်စိတ်တိုင်းကျ သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်ကို ခြေကြား၊ လက်ကြားတွင်ညှပ်ကာ ဖြည်းဖြည်းချင်း လှည့်ပေးပါသည်။

ကျွန်တော့်လက်ထဲတွင် ခံစားချက်အရ ခေါင်းဖြီး၍ ရနိုင်းလောက်ပြီ၊ လက်ဆန့်၍ ရလောက်ပြီ ယူဆသောအခါ လူနာအား ဘီးတစ်ချောင်းပေး၍ ချက်ချင်းခေါင်းဖြီးကြည့်စေပါသည်။

လူနာကိုကြည့်ရသည်မှာ ကျွန်တော်ခိုင်း၍သာ လုပ်ရသည်၊ ယုံကြည်ဟန်မတူပါ။ မယုံတစ်ဝက် ယုံတစ်ဝက်ဖြင့်ပင် ခေါင်းဖြီးကြည့်ရာ 'ဟောတော့ ခေါင်းဖြီးလို့ ရပြီ' ဟု တအံ့တဩအော်ကာ အားရပါးရ ခေါင်းဆက်ဖြီးပါတော့သည်။

ကာယကံရှင်ကို မဆိုထားဘိ အနီးရှိ လူနာအားလုံးနှင့်တကွ ကုသသူကျွန်တော်ပါ ဖရဏပီတိ ဝှမ်းဆီထံသို့ ဖြစ်ခဲ့ရသည်မှာ ကျွန်တော့်အတွက်မူ အကြိမ်ပေါင်းများခဲ့ပြီ ဖြစ်ပါသည်။

ဤသို့ ကြုံတွေ့ရလေတိုင်း သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်၏ အစွမ်းကို ပို၍ပို၍ ယုံကြည်လေ ဖြစ်ရပါသည်။

တစ်ခုတော့ရှိပါသည်။ ဝေဒနာမှန်သမျှ မည်သည့်ဝေဒနာပင် ဖြစ်ပါစေ။ ပူပူနွေးနွေးဖြစ်စတွင် လတ်တလော ကုသရပါလျှင် ပျောက်ကင်းမှု လွယ်ကူလျင်မြန်တတ်၍ လနှင့်ချို၍ နှစ်နှင့်ချို၍ ကြာနေသော ရောဂါများမှာမူ အထိုက်အလျောက်ခက်ခဲ ကြန့်ကြာ တတ်ပါသည်။

ဤနေရာတွင် သိပ္ပံနည်းနှင့် ဝိဇ္ဇာနည်း ကွာခြားမှုကိုလည်း အနည်းငယ် တင်ပြလိုပါသည်။

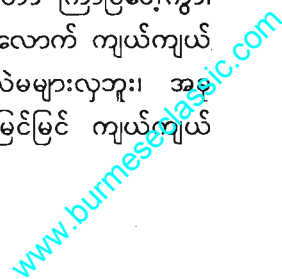
သိပ္ပံနည်းအားဖြင့် ကုသရာတွင် ကံစပ်မှုရှိသည်၊ တိုက်ဆိုင်မှု ရှိသည်၊ ပဋ္ဌာန်းဆက်ပါသည်၊ ဂါထာရွတ်၍ ကုသသည်၊ ရေမန်းပေး၍ ကုသသည်စသော အယူအဆများလည်း ရှိကောင်းမှ ရှိမည်ဖြစ်သော် သည်း

မြန်မာ့တိုင်းရင်းဆေးပညာတွင်မူ ဝိဇ္ဇာဓရနည်းအားဖြင့် ဖော်စပ်ထားသော ဆေးများဝါးများရှိသကဲ့သို့ ဝိဇ္ဇာဓရ နည်းအားဖြင့် ကုသသောနည်းစနစ်များလည်းရှိသဖြင့် ကံစပ်မှု ဟူသောစကား၊ တိုက်ဆိုင်မှုဟူသောစကား၊ ပဋ္ဌာန်းဆက် ပါသည်ဟူသော စကားများရှိနေတတ်ပါသည်။

သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့် ကျွန်တော့်လက်ဝယ် မရောက်မီ ခရီးပဝေသဏီကပင် ကျေးဇူးရှင် ဘရသေ့သည် ဤဆေးတောင့်ဖြင့် အခြားပုဂ္ဂိုလ်အချို့အား တာဝန်ပေး ကုသစေခဲ့ဖူးပြီ ဖြစ်ပါသည်။

သို့သော် ယခု ကျွန်တော်ကုသသလောက် ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့် မဖြစ်ခဲ့ပါ။ ကျွန်တော်က ဘရသေ့လက်ထဲ သည်ဆေးတောင့် ရောက်တာ ဘယ်လောက်ကြာပြီလဲ၊ ယခင်ကကော ဒီဆေးတောင့်နဲ့ မကုသခဲ့ဖူးလားဟု မေးရာ ဘရသေ့က

'ဘလက်ထဲ ဒီဆေးတောင့်ရောက်တာ ကြာပြီပေါ့ကွာ၊ ကုလဲ ကုခဲ့လှပြီပေါ့၊ ဒါပေမယ့် အခုလောက် ကျယ်ကျယ် ပြန့်ပြန့်ကြီးလဲ မဖြစ်ခဲ့ဘူး၊ လူသိလိမ္မာများလှဘူး၊ အခု သားလက်ထဲရောက်မှ အောင်အောင်မြင်မြင် ကျယ်ကျယ် ပြန့်ပြန့် ဖြစ်လာတာ။





တစ်ခုတော့ရှိတယ်ပေါ့ကွာ၊ ဓားထက်ထက် လက်ဝယ်ရှိပေမယ့် ဓားကို စနစ်တကျ ခုတ်တတ်တဲ့သူ ရှိဦးမှပဲကိုးကွ၊ အခုသားနဲ့ ဒီဆေးတောင့်နဲ့တော့ အပ်စပ်ပါတယ်၊ ပဋ္ဌာန်းဆက်ပါတယ် ဆိုရမှာပေါ့ကွာ။

ဒါကြောင့် ဒီဆေးတောင့်ကို သားပဲသိမ်းထားပြီး သတ္တဝါတွေကို ကယ်တင်ပါ။ နောင်လိုအပ်သလို အဘ စီရင်ပေးပါဦးမယ်'

ဟု အမိန့်ရှိဖူးပါသည်။

ထို့ကြောင့် ကုသသူဆရာနှင့် ကုသသူဝေဒနာရှင်တို့ ကံစပ်ပါလျှင်၊ ပဋ္ဌာန်းဆက်ပါပါလျှင် ဝေဒနာ အပျောက်မြန်တတ်သည်ဟု ဆိုရပါမည်။

ကံစပ်သဖြင့် အပျောက်မြန်တတ်သော အဖြစ်မျိုးများကို ပြည်တွင်းမှာသာမက ပြည်ပတွင်လည်း ကြုံခဲ့ဖူးပါသည်။ တကယ့်ဖြစ်ရပ်ကလေးတစ်ခုကို တင်ပြပါမည်။

၁၉၈၇ ခုနှစ်၊ ဧပြီလအတွင်းက ဖြစ်ပါသည်။ ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးတစ်ဦးနှင့် ပြည်ပသို့ ခရီးထွက်ရာတွင် ကျွန်တော်လည်း လိုက်ပါသွားရပါသည်။

ထိုနှစ် ဧပြီလ နေ့တစ်နေ့တွင် ဆွစ်ဇာလန်နိုင်ငံ ဇူးရစ်(ချ်)မြို့ ဟိုတယ်တစ်ခု၌ ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကြီး၏ မိတ်ဆွေတစ်ဦး၏ သမီးတစ်ယောက်ကို ကုသခွင့်ရခဲ့ပါသည်။

အမျိုးသမီးမှာ ဆွစ်နိုင်ငံသူ ဖြစ်၍ အသက် ၃၀ ခန့်ရှိပြီဖြစ်ပါသည်။ ၎င်းအမျိုးသမီးမှာ ခြေကျင်းဝတ် အကြောကပ်နေသဖြင့် ခြေဖျားထောက်၍ မရပါ။

သို့ပါ၍ အလွန်ချမ်းသာကြွယ်ဝသူဖြစ်ပါလျက် ဒေါက်မြင့်ဒီနပ်ကိုလည်း စီးလိုပါလျက် ဒေါက်မြင့်ဖိနပ် လုံးဝ စီးလို့မရပါသဖြင့် လွန်စွာ စိတ်ဆင်းရဲနေရာပါသည်။

နည်းပေါင်းစုံဖြင့် ကုသပြီးပြီဟုလည်း ဆိုပါသည်။ သို့သော် မပျောက်ပါ။ ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကြီးက ကျွန်တော်နှင့် ၎င်းတို့သားအဖ နှစ်ဦးကို မိတ်ဆက်ပေးကာ ကျွန်တော်၏ ကုသမှုကို ခံယူစေလိုကြောင်း ပြောပြပါသည်။

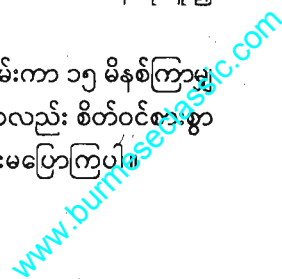
မိတ်ဆွေသားအဖ နှစ်ဦးလုံးကလည်း ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကြီးကိုယ်တိုင် ဆောက်ခံပြောဆိုနေသဖြင့် လှိုက်လှဲပျူငှာစွာ လက်ခံကြပါသည်။

ကျွန်တော့်အဖို့ ယခုအကြိမ်သည် ပြည်ပ၌ ပထမဆုံး စတင်ကုသခြင်းလည်းဖြစ်၊ ကုသခံပုဂ္ဂိုလ်တို့မှာလည်း တကယ့်အဓိကပုဂ္ဂိုလ်တို့ ဖြစ်သဖြင့် ဘုရား၊ တရား၊ သံဃာ ရတနာသုံးပါးကို စိတ်တွင် ဦးထိပ်ထားကာ သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်ဖြင့် ယုံကြည်စွာ ကုသခဲ့ပါသည်။

ကျွန်တော်ကုသနေစဉ် ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကြီးနှင့်တကွ အခြားပုဂ္ဂိုလ်တော်တော်များများပါ ကျွန်တော့်အနီးတွင် ရှိနေကြပါသည်။

ကျွန်တော်၏ ကုသမှုမှာ ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကြီးကိုယ်တိုင်က တာဝန်ပေးကုသစေခြင်းဖြစ်သဖြင့် အခြားပုဂ္ဂိုလ်များက မည်သို့ ယူဆကြသည် မသိရသော်လည်း ကျွန်တော်ကမူ ကြီးလေးသောတာဝန်ကိုယူ၍ ကုသခြင်းဖြစ်သည်ဟု ခံယူထားခဲ့ပါသည်။

သို့ပါ၍ အာရုံကို အတတ်နိုင်ဆုံးထိန်းသိမ်းကာ ၁၅ မိနစ်ကြာမျှ ဆေးတောင့်လှည့်၍ ကုသခဲ့ပါသည်။ အားလုံးကလည်း စိတ်ဝင်စားစွာ စောင့်ကြည့်နေကြပါသည်။ မည်သူမျှ စကားမပြောကြပါ။



ကျွန်တော့် တစ်သက်တွင် ဤမျှလောက် မြန်မြန် ပျောက်ကင်းသည်ကို ယခုတစ်ကြိမ်နှင့်ပါဆိုလျှင် နှစ်ကြိမ်သာ တွေ့ကြုံဖူးပါသေးသည်။ ကျန်လူနာများအား ကုသရာတွင် မြန်လှပါသည်ဆိုသည့်တိုင် နှစ်ကြိမ်၊ သုံးကြိမ်တော့ ကုသခဲ့ရပါ သည်။

ယခု ဆွစ်နိုင်ငံသူအမျိုးသမီးအား ဆေးတောင့်ဖြင့် ၁၅ မိနစ် ခန့် လှည့်ပြီးနောက် ခြေဖျားထောက်၍ လမ်းလျှောက်ကြည့်ရန် ကျွန်တော် စေခိုင်းခဲ့ပါသည်။

အမျိုးသမီးက ပထမ မရဲသေးဘဲ ကျွန်တော့်အား ကြောင်ကြည့် နေပါသေးသည်။ ဟုတ်မှ ဟုတ်ပါ့မလားဟူသော သဘောပင် ဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်တော်က ရဲရဲလျှောက်ကြည့်ရန် ထပ်မံပြောဆိုမှ ခြေဖျား ထောက်၍ စမ်းလျှောက်ကြည့်ရာ ကောင်းစွာ လျှောက်နိုင်နေပြီကို အားလုံး တအံ့တဩ ကြုံတွေ့ရဖူးပါသည်။

ထိုစဉ်က ထိုအမျိုးသမီးသည် ခြေဖျားထောက်နိုင်ခဲ့ရာ ဒေါက်ဖီနပ်လည်းကောင်းစွာ စီးလို့ရသွားပါသည်။

နောက်တစ်နှစ် ၁၉၈၈ ခု၊ ဧပြီလတွင် ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကြီးနှင့်အတူ ကျွန်တော် ဒုတိယအကြိမ် ဆွစ်ဇာလန်နိုင်ငံ၊ ဇူးရစ်(စ်)မြို့သို့ ရောက်သောအခါ ၎င်းအမျိုးသမီးရော၊ ၎င်း၏ ဖခင်ပါ ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးအား လာရောက်နှုတ်ဆက်ရင်း ကျွန်တော့်အခန်းသို့ပါ တတန်တက လာ၍ ကျေးဇူးတင် နှုတ်ဆက်စကား ပြောဆိုပါသည်။

အမျိုးသမီးမှာ အနောက်တိုင်းသူဖြစ်၍ ရင်းနှီးစွာပင် ကျွန်တော် ၏ ကျေးဇူးကြောင့် ဒေါက်ဖီနပ် ကောင်းစွာစီးနိုင်ရုံမျှမက ဒေါက်ဖီနပ်

စီးလျက်ကပင် ကလိုရနေပြီဖြစ်ကြောင်း ပြောလည်းပြော၊ ကလည်း ထပြပါသည်။

ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကြီးနှင့်တကွ အဖွဲ့ဝင်အားလုံးကလည်း ဝမ်းသာ ဂုဏ်ယူမဆုံး ဖြစ်ခဲ့ကြရပါသည်။

ဆွစ်ဇာလန်နိုင်ငံတွင် ကုသခွင့် ရရှိသကဲ့သို့ အမေရိကနှင့် အနောက်ဂျာမနီနိုင်ငံတို့တွင်လည်း သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်ဖြင့် ကုသခွင့် ရရှိခဲ့သဖြင့် မြန်မာ့ဆေးပညာအပေါ် တအံ့တဩ ဖြစ်ကြပါသည်။

လူနာအချို့ ကျွန်တော်တို့ အပြန်တွင် မြန်မာပြည်သို့ လိုက်ပါလာ၍ အင်းယားလိပ်ဟိုတယ်တွင် တည်းခိုကာ ကျွန်တော်၏ ကုသမှုကို ခံယူခဲ့ကြဖူးပါသည်။

စကားစပ်မိသဖြင့် အံ့နောက်တိုင်းသားအချို့က မြန်မာ တိုင်းရင်းဆေးပညာအကြောင်း မေးမြန်းရာ ကျွန်တော်က ကျွန်တော့်မှာ ကုသသက် အင်မတန်နုနယ်သေးသူဖြစ်ကြောင်း၊ မြန်မာပြည်တွင် ကျွန်တော့်ထက်တော်သော၊ တတ်သော တိုင်းရင်းဆေးပညာရှင် အများအပြားရှိကြောင်း ပြောပြရပါသည်။

အလားတူဖြစ်ရပ်မျိုး ၁၉၈၆ ခု၊ ဧပြီလ ၁၈ ရက်နေ့တွင် ပြည်မြို့၌ ကြုံဖူးပါသည်။

ဘရသေ့ဦးဆောင်သော ကျွန်တော်တို့အဖွဲ့သည် ပြည်မြို့တွင် ၁၉၈၆ ခု၊ ဧပြီလ ၁၀ ရက်မှ ၁၈ ရက်အထိ ၉ ရက်တိုင်တိုင် လူနာပေါင်း ၁၄၀၀ ခန့်ကို ကုသခဲ့ပါသည်။

ယင်းလူနာ ၁၄၀၀ ခန့်အနက် ၄၀၀ ခန့်မှာ ပေါက်ခေါင်းမြို့မှ ကျွန်တော့် အမျိုးများ ဖြစ်ကြပါသည်။

ထိုရက်များအတွင်းက ကျွန်တော်၏ ဆေးကုသချိန်မှာ နေ့စဉ် နံနက် ၅ နာရီမှ ညသန်းခေါင်ကျော် ၁၂ နာရီ အထိ ဖြစ်ပါသည်။

၉ ရက်တိုင်တိုင် လူနာများကို မနေမနား ပြုစုကုသခဲ့ရသဖြင့် လူတွေလည်း ဖတ်ဖတ်မောကုန်ကြပါပြီ။ ယူလာသမှု သောက်ဆေး လိမ်းဆေးများလည်း တက်တက်ပြောင်ပါပြီ။ သို့ပါ၍ ကုသမှုအားလုံးကို ဧပြီလ ၁၈ ရက်နေ့၊ ညနေ ၄ နာရီတိတိတွင် လုံးဝရပ်တော့မည်ဖြစ်ကြောင်း ကြေညာရပါသည်။

ထိုနေ့ ညနေ ၄ နာရီတွင် လူနာများမရှိတော့ဘဲ အိမ်ရှင် ဦးကြီး မိသားစုနှင့် ပေါက်ခေါင်းမှ ကျွန်တော်၏ ဆွေရင်းမျိုးချာ အစ်ကို၊ အစ်မ၊ ညီ၊ ညီမနှင့် တူ၊ တူမများသာ ရှိပါတော့သည်။

ထိုအချိန်တွင် သားအဖနှစ်ဦး ဆိုင်ကယ်တစ်စီးဖြင့် ရောက် လာပြီး ဖခင်ဖြစ်သူမှာ လက်ကပ်နေသဖြင့် လက်မြှောက်မရ လှုပ်ရှားမရ ဖြစ်နေသည်မှာ လေးလခန့်ရှိပြီဖြစ်ကြောင်း၊

ကုတာလည်း စုံနေပြီဖြစ်ကြောင်း၊ ယခုမှ ကျွန်တော့် သတင်းကြား၍ ပြေးလာရခြင်းဖြစ်ကြောင်း ၎င်း၏ ဝေဒနာ ကို ကုပေးပါရန် အတင်းနားပူနားဆာ လုပ်ပါတော့သည်။ အကျိုးအကြောင်း ပြောပြလိုလည်း လက်မခံပါ။ ဝေဒနာ အတွက် အတော်ကလေး စိတ်ဆင်းရဲနေပုံရပါသည်။

ထိုစဉ်က ကျွန်တော်၏ ဆေးကုသသက်မှာ လေးလခန့်သာ ရှိပါသေးသည်။ သို့ပါ၍ ပြင်ပပုဂ္ဂိုလ်များသာမက ကျွန်တော်၏ ဆွေရင်းမျိုးချာ အတော်များများကပင် ကျွန်တော်၏ ကုသမှုကို သံသယရှိကြပါသည်။

နောင်သောအခါ နိုင်ငံတော် အကြီးအကဲများကို ကုသရန် ကျွန်တော်စီစဉ်သောအခါ ကျွန်တော့်တူမ အရင်းတစ်ယောက်ကပင် ဟုတ်မှလဲလုပ်ပါဦးလေးရာ တော်တော်ကြာ မဟုတ်လို့ အရှက်တကွ အကျိုးနည်း ဖြစ်နေပါဦးမယ်ဟု နောက်သလိုလိုဖြင့် ပြောဖူးပါသည်။

ကျွန်တော်သည် မရမက နားပူနားဆာလုပ်နေသော ဝေဒနာရှင် ၏ ရောဂါကိုလည်း ကုပေးလိုသော စေတနာရှိသည် ကျွန်တော်၏ ကုသမှုအပေါ် ဟုတ်မှ ဟုတ်ပါ့မလားဟူသော သံသယကိုလည်း ပျောက်စေလိုသည်။

ထို့ကြောင့် လူနာကုသရန် ချက်ချင်းဆုံးဖြတ်ကာ ရောဂါ အခြေအနေကို ကြည့်ရှုခဲ့ပါသည်။

ရောဂါအခြေအနေမှာ အခန့်သင့်လျှင် ချက်ချင်းပျောက်နိုင် သောအခြေအနေရှိသဖြင့် ဆေးတောင့်ဖြင့် ကုသမှုကို ချက်ချင်း ဘောင်ခဲ့ပါသည်။

ကျွန်တော်၏ ကုသချိန်သည် လွန်ရော ကျွဲရော ၁၅ မိနစ် ခန့်ပင် ကြာမည်ထင်ပါသည်။ မူလက ကိုယ်တိုင် မချွတ်နိုင်၊ မဝတ်နိုင်ဖြစ်နေသော အင်္ကျီကို ချွတ်ခိုင်း ဝတ်ခိုင်းရာ ချွတ်နိုင် ဝတ်နိုင် ဖြစ်သွားပါသည်။

ထိုဝေဒနာရှင်ပုဂ္ဂိုလ်က ကျွန်တော့်အား ကျေးဇူးတင်လွန်းသဖြင့် မိမိအိတ်ထဲတွင် ပါလာသော ငွေစက္ကူ ၂၅ ကျပ်တန် တစ်ထပ်ကြီးကို ကျွန်တော့်အား ပေးအပ်ပါသည်။

ကျွန်တော့်အိမ်ရှင် ဦးကြီးမိသားစုနှင့် ကျွန်တော့်ဆွေမျိုး တစ်သိုက်ကလည်း တအံ့တဩ ဖြစ်နေကြပါသည်။

ကျွန်တော် ကျေနပ်လှပါပြီ။ ထိုဝေဒနာရှင်အား ကျွန်တော် ကုသခဲ့ခြင်းမှာ ငွေကိုမျှော်၍ မဟုတ်ပါ။ ဝေဒနာရှင်အပေါ် ပျောက်စေလိုသော စေတနာနှင့် သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့် ဤမျှ အစွမ်းထက်ပါသည် ဆိုခြင်းကို ဆွေမျိုးတစ်သိုက် သိစေလို၍သာဖြစ်ရာ ထိုသူကန်တော့သော ငွေအားလုံးကို ပြန်ပေးလိုက်ပါသည်။

(ပြည်မြို့မှ ဦးကြီးမိသားစုနှင့်တကွ၊ ပေါက်ခေါင်းမြို့မှ ကျွန်တော့် ဆွေရင်းမျိုးချာတစ်စု မှတ်မိနေကြပါလိမ့်မည်။ ဘာရသေ့ဦးဆောင်သော ကျွန်တော်တို့အဖွဲ့ ဧပြီလ ၁၉ ရက်နေ့ နံနက်စောစောတွင် ပြည်မြို့မှ မိတ္ထီလာမြို့သို့ ပြန်ခဲ့ကြပါသည်။ ဧပြီလ ၂၁ ရက်တွင် ဖုန်းဆက်ပါသည်။ နိုင်ငံတော် အကြီးအကဲ များအား ကုသရန် ၂၃၊ ၄၊ ၈၆ အရောက်လာဟူ၍ ဖြစ်ပါသည်။ သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်က ကျွန်တော့်ဘဝကို ပြောင်းလဲပေးပါတော့မည်။ သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်၏အစွမ်း အံ့မခန်းရှိပါပေစွ။

\*

သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်နှင့် အပြင်းဖျားရောဂါ

ကျွန်တော်သည် ၁၉၉၄ ခု၊ စက်တင်ဘာလထုတ် နက္ခတ္တရောင်ခြည် မဂ္ဂဇင်းတွင် ခန္ဓာကိုယ်တစ်ထောင့်တည်းဖြစ်နေသဖြင့် နှစ်နှစ်နှင့် ဆေးလတာမျှ မထိုင်နိုင်ရှိခဲ့သောကြောင့် စားမတ်တတ်၊ သွားမတ်တတ် နောက်ဆုံး နောက်ဖေးသွားရာတွင်ပင် မတ်တတ် အနေအထားဖြင့် သွားခဲ့ရရှာသော မောင်လှဝင်းကလေးအကြောင်းကို ရေးသားဖော်ပြခဲ့ဖူးပါသည်။

အဆိုပါ မောင်လှဝင်းကလေး၏ အကြောင်းကို နက္ခတ္တရောင်ခြည် မဂ္ဂဇင်းတွင် ဖတ်ရှုခဲ့ကြရသော ကျွန်တော့် လူနာများက ဆရာရယ်၊ မောင်လှဝင်းကလေးအကြောင်းတောင် ဆရာ မဂ္ဂဇင်းမှာ ရေးသား ဖော်ပြတယ်ဆိုရင် မြစ်ကြီးနားမြို့က ထက်ထက် ကလေးအကြောင်းက ပိုပြီး ရေးသားဖော်ပြဖို့ မသင့်ဘူးလားဆရာ။

သူတို့နှစ်ဦးကို နှိုင်းယှဉ်လိုက်မယ်ဆိုရင် မောင်လှဝင်းကလေးက နက္ခတ္တရောင်ခြည်ဆိုမယ့် သွားနိုင်၊ လာနိုင်၊ စားနိုင်၊ သောက်နိုင်ပါ



ဆရာ၊ သူ့ခမျာထိုင်မရလို့ စားမတ်တတ်၊ သွားမတ်တတ် ဖြစ်တာက လွဲလို့ ဘေးလူအနေနဲ့ကြည့်ရင် တကယ့် လူကောင်းပကတိအလား အောက်မေ့ရပါတယ်။

အဲ ကချင်အမျိုးသား ထက်ထက်ကလေးကမှ တကယ် ဒုက္ခသည်ကလေးပါ။ သူ့ခမျာ သွားသွားလာလာ စားစား သောက်သောက် နေဖို့ဝေးလို့ ပက်လက်ကလေးထားရာက ဟိုဘက် ဒီဘက်တောင် မလှည့်နိုင်တဲ့ တကယ့် ဒုက္ခသည် ကလေးပါ။

ဒါတင်လားတဲ့၊ ကျွန်တော် ကျွန်မတို့အားလုံး မျက်မြင် ကိုယ်တွေ့ပါ ဆရာ။ ပက်လက်အနေအထားက မလှုပ်နိုင်ရုံသာမက စကားကလဲလုံးဝမပြောနိုင်၊ မျက်လုံးကလည်း ကြောင်တောင် ကန်းနေ ရှာသေးတယ်။ သူ့ခမျာကောင်းကွက်ဆိုလို့ ဘာများရှိသေးသလဲဆရာ။

အဲဒီကလေးကိုရော ဘယ်လောက်စိတ်ရှည်ရှည်နဲ့ စေတနာထား ပြီး ခက်ခက်ခဲခဲ ကုခဲ့ရတယ်ဆိုတာ ကျွန်တော် ကျွန်မတို့ကိုယ်တိုင် မျက်မြင်ကိုယ်တွေ့ပါ။

ဒါကြောင့်မောင်လှဝင်းကလေးအကြောင်း ပြည်သူသိအောင် တင်ပြခဲ့သလို ထက်ထက်ကလေး အကြောင်းကိုလည်း တင်ပြဖြစ် အောင် တင်ပြပါဆရာဟု ထက်ထက်ကလေးခေါ် မောင်ကမ်ထွဲကလေး ကို ကုသခဲ့ရာတွင် မျက်မြင်ကိုယ်တွေ့ ဖြစ်ခဲ့ကြသည့် ပရိသတ်က ကျွန်တော့်အား တိုက်တွန်းကြပါသည်။

ကျွန်တော်သည် ထက်ထက်ကလေးခေါ် မောင်ကမ်ထွဲကလေး အကြောင်းကိုလည်း တစ်နေ့ အလျဉ်းသင့်သလို ရေးသားဖော်ပြမည်ဟု မူလကပင် စိတ်ကူးရှိပြီးသား ဖြစ်ပါတယ်။

သို့သော် ကျွန်တော်၏ အစီအစဉ်မှာ ကျွန်တော် အဓိက ကုသနေသော သွေးတိုး၊ နှလုံး၊ လေငန်း၊ အကြောနှင့် လေးဘက်နာ အကျိုးများအကြောင်း ရေးသားဖော်ပြရင်း ရံဖန်ရံခါ ထူးထူးဆန်းဆန်း ရောဂါများအကြောင်းကို ကြားညှပ်ရေးသားရန် အစီအစဉ်ရှိထား၍ ဖြစ်ပါသည်။

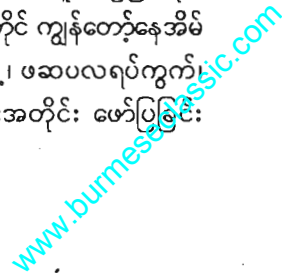
ယခု မောင်ကမ်ထွဲကလေး၏ရောဂါက ထူးလျက်နှင့် မဆန်း သော ရောဂါဖြစ်နေသဖြင့် နောင်မှ ရေးသားမည်ဟု စဉ်းစားထားခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ယခုသော် ကျွန်တော်၏လူနာ မိတ်ဆွေရင်းများ၏ တိုက်တွန်း ချက်အရ ထက်ထက်ကလေးခေါ် မောင်ကမ်ထွဲကလေး၏ အကြောင်း ကို ရေးသားဖော်ပြပါမည်။

ကျွန်တော်သည် ယခင် ဆောင်းပါးများကို ရေးသားခဲ့စဉ်က ဝေဒနာရှင်များ၏ အမည်ရင်းနှင့် နေရပ်လိပ်စာများကို ရေးသားဖော်ပြခြင်း မပြုခဲ့ပါ။

ယခုသော် မောင်ကမ်ထွဲကလေး၏ အကြောင်းကို ရေးသား ဖော်ပြရာတွင်မူ အမည်ရင်းနှင့်တကွ နေရပ်လိပ်စာမှန်များကို ရေးသား ဖော်ပြထားပါသည်။ ဤသို့ဖော်ပြခြင်းမှာ ပိုမိုလေးနက်စေလို၍ ဖြစ်ပါသည်။

မောင်ကမ်ထွဲကလေး၏ ဖြစ်ရပ်သည် စိတ်ကူးယဉ်ဖြစ်ရပ်၊ တစ်ဆင့်ကြားဖြစ်ရပ်မဟုတ်ဘဲ ကျွန်တော်ကိုယ်တိုင် ကျွန်တော့်နေအိမ် လည်းဖြစ်၊ ဆေးခန်းလည်းဖြစ်သော ရန်ကုန်မြို့၊ ဖဆပလရပ်ကွက် တိုက် ၆၈၊ အခန်း ၄ တွင် ကုသခဲ့ပုံကို မူရင်းအတိုင်း ဖော်ပြခြင်း ဖြစ်ပါသည်။



မောင်ကမ်ထွဲကလေးမှာ ကချင်ပြည်နယ်၊ မြစ်ကြီးနားမြို့ အမှတ် ၂၉၊ မြေမြင့်ရပ်ကွက်နေ အဖ ဦးလစွမ်လဆိုင်၊ အမိ ဒေါ်မေရီကွယ်လုတို့၏သား အသက်နှစ်နှစ်နှင့် ခြောက်လ အရွယ်ရှိ ဝေဒနာရှင်ကလေး ဖြစ်ပါသည်။

ဝေဒနာရှင် မောင်ကမ်ထွဲကလေးကို ဖခင်ဖြစ်သူကိုယ်တိုင် ကျွန်တော့်ထံ လိုက်ပို့ပါသည်။ မိခင်ဖြစ်သူမှာ မီးဖွားအံ့ဆဲဆဲဖြစ်နေ၍ မြစ်ကြီးနားမြို့တွင် ကျန်ခဲ့သည်ဟု ဆိုပါသည်။

မောင်ကမ်ထွဲကလေး၏ အကြောင်းကို ဖခင်ဖြစ်သူ ဦးလစွမ် လဆိုင်က အောက်ပါအတိုင်း ကျွန်တော့်အား ပြောပြပါသည်။

ကျွန်တော့်သားငယ် မောင်ကမ်ထွဲကလေးဟာ လွန်ခဲ့တဲ့ နှစ်လလောက်က အပြင်းဖျားခဲ့ပါတယ် ဆရာ။ ကျွန်တော်တို့ လည်း ကလေး သိပ်အပူကြီးနေတာမို့ အချိန် ဆိုင်းမနေတော့ဘဲ ချက်ချင်း ကျွမ်းကျင်သူ ဆရာဝန်ကြီးများနဲ့ ကုသခဲ့ပါတယ်။ ကလေးက အပူကြီးလွန်းတော့ အဖျားဟာ တော်တော်နဲ့ မကျပါဘူး။ နောက်ဆုံးဆရာဝန်ကြီးတွေ အထူးကြိုးစားကုသချက်အရ အဖျားကတော့ လုံးဝ ကျသွားပါတယ်။

ဒါပေမယ့် ကလေးရဲ့လက်ဝဲဘက်တစ်ခြမ်းလုံးဟာ လုံးဝ မလှုပ်တော့ဘဲ လက်ဝဲဘက်လက်ရော၊ ခြေဖဝါးပါ လေဖြတ် သလိုဖြစ်ပြီး တစ်ခြမ်းသေသွားပါတယ်။

ဒါထက်ဆိုးတာက မူလက အင်မတန်သွက်တဲ့ ကလေးဟာ လုံးဝ စကားမပြောနိုင်တော့ဘဲ မျက်စိနှစ်လုံးလည်း လုံးဝ ကွယ်သွား ခဲ့ပါတယ်။

ကလေးရဲ့ ဦးလေးအရင်းတစ်ယောက်ဟာလည်း ဆရာဝန်ကြီး တစ်ယောက်ပါပဲ။ သူ့ဦးလေးကလည်း သူ့တူတော်မောင် မောင်ကမ်ထွဲ ကလေးကို အင်မတန်ချစ်သူဖြစ်လို့ သူ့ကိုယ်တိုင်လဲ သုံးပတ်လောက် ကြိုးစားကုပါသေးတယ်။ ဒါပေမယ့် မထူးခြားလို့ ဦးလေးဖြစ်သူရဲ့ အကြံပြုချက်အရ ကျွန်တော်တို့ မန္တလေးဆင်းလာပြီး ဆရာဝန်ကြီး တစ်ဦးနဲ့ သုံးပတ်တိတိ ကုပါတယ်။

ဒါလည်း မထူးခြားပါဘူး။ နောက်ဆုံး ဆရာသတင်းကြား တာနဲ့ ဆရာ့ဆီကို လာခဲ့ရတာပါပဲ ဆရာ။

ကလေးကတော့ဆရာမြင်တဲ့အတိုင်းပါပဲ။ အခုလို အပြင်းဖျား ပြီးတဲ့နောက် ဘယ်ဘက်တစ်ခြမ်းသေပြီး စကားလဲ မပြောနိုင်၊ မျက်စိကလဲ လုံးဝကွယ်သွားတာ အခုဆို နှစ်လကျော်ကျော် ရှိသွား ပါပြီဟု ဆိုပါသည်။

မောင်ကမ်ထွဲကလေး ကျွန်တော့်ထံ ရောက်လာစဉ်က အိမ်တွင်လည်းလူနာအပြည့်ရှိနေပါသည်။ အချိန်မှာ ၁၉၉၂ ခု၊ အောက်တိုဘာလအတွင်းက ဖြစ်ပါသည်။ မောင်ကမ်ထွဲ ကလေးသည် ကျွန်တော့်ရှေ့ရှိ လူနာခုတင်ပေါ်တွင် ပက်လက် ကလေး ဖြစ်ပါသည်။

မောင်ကမ်ထွဲကလေးအား သေချာစွာ စစ်ဆေးကြည့်ရှုရာ လူနာရှင် တင်ပြသည့်အတိုင်းကလေးက နုနုငယ်ငယ်၊ အပူက ငြင်းလွန်းသဖြင့် ဒဏ်မခံနိုင်ရှာတော့ဘဲ ကိုယ်တစ်ခြမ်းသေသွားကာ အာရုံကြောကိုပါ ထိခိုက်သွားသဖြင့် စကားလည်းမပြော၊ မျက်စိလည်း ကွယ်သွားခဲ့ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ဤလူနာ မောင်ကမ်ထွဲကလေး ကဲ့သို့သော လူနာပေါင်းများစွာကို စာရေးသူတွေ့လည်း တွေ့ခဲ့ဖူးပါသည်။ ကုလည်း ကုသခဲ့ဖူးပါသည်။ အလျဉ်းသင့်သဖြင့် ဤသို့အပြင်းဖျားသဖြင့် တွေ့လာတတ်ရသော ရောဂါသဘာဝကို တင်ပြလိုပါသည်။

အထူးသဖြင့် ငယ်ရွယ်သူကလေးများအပြင်းဖျား၍ အပူကြီးလွန်းလျှင် အဖျားကျသွားသောအခါ အောက်ပါအတိုင်း တစ်ခု (သို့မဟုတ်) တစ်ခု ဖြစ်လာတတ်ပါသည်။

(၁) အချို့ကိုယ်တစ်ခြမ်းသေ၍ ဆွံ့အသွားတတ်ပါသည်။

(၂) အချို့ အရိုးပျော့ရောဂါကဲ့သို့ ခြေ၊ လက်များ တဖြည်းဖြည်း ခွန်အားယုတ်လျော့ကာ လမ်းသွားလမ်းလာပြုရာတွင်ပင် ခနော်ခနဲ့ ဖြစ်လာတတ်ကြပါသည်။ နောက်သော် ခြေထောက်များ သိမ်လာတတ်ပါသည်။

(၃) အချို့ အပေါ်ပိုင်းက လူကောင်းပကတိ၊ ဘာချို့ယွင်းချက်မျှ မရှိတတ်သော်လည်း ခန္ဓာကိုယ်အောက်ပိုင်းမှာမူ လုံးဝသေသွားတတ်ကြပါသည်။

အထက်ဖော်ပြပါ ရောဂါအမျိုးအစား သုံးခုအနက် နံပါတ် (၁) အမျိုးအစားဖြစ်သော ကိုယ်တစ်ခြမ်းသေရောဂါသည် ကုသရာတွင် အလွယ်ကူဆုံးဖြစ်၍ နံပါတ် (၃) အမျိုးအစားဖြစ်သော ခန္ဓာကိုယ်အောက်ပိုင်းသေရောဂါမှာ (ကျွန်တော့် အတွေ့အကြုံအရ လုံးဝကုမရတတ်သော ရောဂါဖြစ်ပါသည်။) ကျွန်တော့်ထံသို့ အထက်ဖော်ပြပါ လူနာသုံးမျိုးစလုံး ကျွန်တော်၏ ကုသမှုကိုခံယူရန် အမြောက်အမြား ရောက်လာကြဖူးပါသည်။

ထိုသုံးမျိုးအနက် နံပါတ် (၃) အမျိုးအစား လူနာမျိုးကို ကျွန်တော် အထူးကြိုးစား ကုသခဲ့ဖူးပါသည်။ **မအောင်မြင်ပါ။** (မှတ်ချက်) အဆိုပါ နံပါတ်(၃) အမျိုးအစား လူနာမျိုးကို ပြည်တွင်းမှာသာမက နိုင်ငံခြားတိုင်းပြည်တစ်ပြည်မှ ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးတစ်ဦး ၏ သားကို လာရောက်ကုသရန် ကျွန်တော့်အား ပင့်ဖိတ်သဖြင့် အဆိုပါ တိုင်းပြည်သို့ သွားရောက်ကာ တစ်လတိတိ လူနာအား ကြိုးစား ကုသခဲ့ဖူးပါသည်။ (မအောင်မြင်ခဲ့ပါ။)

အထက်ဖော်ပြပါ ရောဂါသုံးမျိုးအနက် နံပါတ် (၁) နှင့် နံပါတ် (၂) အမျိုးအစား ရောဂါများမှာ ဆီးသွားမှု၊ ဝမ်းသွားမှုကို သိနေတတ်သော်လည်း နံပါတ် (၃) အမျိုးအစားဖြစ်သော ခန္ဓာကိုယ်အောက်ပိုင်းသေရောဂါ ခံစားနေရသူမှာ ဆီးသွားလျှင်လည်းမသိ၊ ဝမ်းသွားလျှင်လည်း မသိတော့ရုံမျှသာမက တတ်နိုင်လို့ခန္ဓာကိုယ်အောက်ပိုင်းကို ဓားဖြင့်လှီးဖြတ်ကြည့်သည့်တိုင် သိနိုင်တော့မည် မဟုတ်ပါ။

ယခု မောင်ကမ်ထွဲကလေး၏ ရောဂါမှာ နံပါတ် (၁) အမျိုးအစားဖြစ်၍ ကုသရအလွယ်ကူဆုံးဖြစ်ပါသည်။ သို့သော် သူက ချက်စီကွယ်တာတစ်ခု ပိုလာပါသည်။

ကျွန်တော်၏ ယခင်အတွေ့အကြုံများက ကိုယ်တစ်ခြမ်းသေ၍ ဆွံ့အသွားရုံ ဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်တော်၏ စမ်းသပ်စစ်ဆေးမှုကို မောင်ကမ်ထွဲကလေး၏ ဖခင်က စောင့်ကြည့်နေပြီးနောက် စမ်းသပ်မှု ပြီးသောအခါ ဤသို့ ဆေးပါသည်။



‘ဆရာရယ်၊ ကျွန်တော့်သားမျက်စိ ပြန်မြင်နိုင်ပါဦးမည်လား၊ မျက်စိမမြင်ရင်တော့ ဘဝတုန်းပါပြီ ဆရာရယ်၊ ကလေးကိုကယ်ပါ ဆရာရယ်၊ ဆရာမှတစ်ပါး အားကိုးရာ မရှိတော့ပါဘူး’ ဟု ဆိုပါသည်။

မောင်ကမ်ထွဲကလေးမှာ အသက် နှစ်ခါလည်နှင့် ခြောက်လဟု ဆိုသော်လည်း အရွယ်နှင့်မလိုက်အောင် ထွားကျိုင်းသူကလေး ဖြစ်ပါသည်။

အသားကလေးက ဖြူဖြူ၊ မျက်လုံးကလေးက ပြူးပြူး၊ နှာတံကလေးက ပေါ်ပေါ်၊ ပါးခွက်ကလေးနှင့် ချစ်စရာကလေး ဖြစ်ပါသည်။

မျက်လုံးအကြောင်သားနှင့်ကြည့်နေသည်ဟု ထင်ရသော ပက်လက်အနေအထားရှိ မောင်ကမ်ထွဲကလေး၏ မျက်စိရှေ့တွင် ကျွန်တော် လက်ရိပ်ပြုကြည့်ရာ မျက်တောင်လည်းမခတ်၊ လုံးဝလည်း မလှုပ်ပါ။ ကြောင်တောင်ကန်းသွားခြင်းဖြစ်ပါသည်။

ခြေလက်များကို စမ်းကြည့်ရာ လက်ဝဲဘက်လက် ပခုံးဆစ်မှ အောက်သို့ တစ်လက်မခွဲခန့်မျှ နိမ့်ဆင်းပြုတ်ကျနေပါသည်။ တင်ပါးဆုံလည်း လက်မဝက်ခန့် နိမ့်ဆင်းသွားပါသည်။

သို့ပါ၍ လက်လှုပ်မရ၊ ခြေလှုပ်မရဖြစ်နေခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ သို့သော် ဆီးသွားလျှင်လည်း သိပါသည်။ ဝမ်းသွားလျှင်လည်း သိပါသည်။ စကားမပြောနိုင်တော့သည်မှအပ နားကြားပါသည်။ ပြောစကားကိုလည်း နားလည်ပုံရပါသည်။

သို့သော် ကလေးကိုကြည့်ရသည်မှာ အားမရလှပါ။ ချထားသည့် အတိုင်း မလှုပ်မယှက် ဖြစ်နေသဖြင့် အသက်မှ ရှိပါသေးရဲ့လားဟု ထင်ရပါသည်။

မျက်စိကမမြင်သော်လည်း ကျွန်တော့်အား မြင်နေဘိသကဲ့သို့ အကြောင်သားကလေးကြည့်နေရာသည်မှာ ရင်မောစရာဖြစ်ပါသည်။

ကလေးအား စိတ်တိုင်းကျ ကြည့်ရှုပြီးနောက် ကလေး၏ဖခင် ဦးလစွမ်လဆိုင်း၏ အမေးကို ကျွန်တော် ဤသို့ ဖြေကြားခဲ့ပါသည်။  
ကလေးခံစားခဲ့ရတဲ့ ရောဂါဝေဒနာက ပြင်းထန်လွန်းလို့ ခင်ဗျား ပြောတဲ့အတိုင်းပဲ ကလေးမှာ အဓိက ချွတ်ယွင်းချက်သုံးခု တွေ့ရတယ်။

- (၁) ကိုယ်တစ်ခြမ်း သေသွားတယ်။
- (၂) စကားလုံးဝ မပြောနိုင်တော့ဘူး။
- (၃) မျက်စိ ကြောင်တောင်ကွယ်သွားခဲ့တယ်။

အဲဒီသုံးခုအနက် ကျွန်တော် အဓိကထားကုနေတာက လေငန်း၊ သွေးတိုး၊ နှလုံးနဲ့ အကြောရောဂါတွေဖြစ်လို့ လေငန်းလို တစ်ခြမ်း သေသွားတဲ့ ခင်ဗျားသားရဲ့ ကိုယ်တစ်ခြမ်းသေ ရောဂါကိုတော့ ကျွန်တော် ပျောက်အောင်ကုနိုင်တယ်။ ပျောက်မယ်လို့လဲ ပြောရဲတယ်။

အဲ အချိန်တော့ နည်းနည်းယူရမယ်။ ပျောက်စေဆရာလို ရက်ပိုင်းအတွင်း ဝုန်းဒိုင်းနဲ့တော့ မပျောက်နိုင်ဘူး။ ကျွန်တော့် ပြောစကားလဲ နားထောင်ရမယ်။ ရှောင်ဆိုရှောင်၊ ဆောင်ဆိုဆောင် ခုမယ်။

ကျန်နှစ်ခုဖြစ်တဲ့ စကားမပြောတော့တာနဲ့ မျက်စိကွယ်သွားတာကိုတော့ ကျွန်တော် တတ်နိုင်မယ် မထင်ဘူး။ ကြိုးစားတော့ ကြည့်ဦးမယ်၊ သူ့က ကိုယ့်ကလို့ ဆိုရမှာပဲဟု ကျွန်တော်ပြောခဲ့ပါသည်။



အနီးရှိ လူနာအားလုံးမှာလည်း ကျွန်တော်၏ အဖြေကို စိတ်ဝင်စားစွာ နားတောင်နေကြပါသည်။ ဖြစ်နိုင်ရင် ကြိုးစားကုပေးပါ ဆရာရယ်ဟု ဝိုင်းဝန်းမေတ္တာရပ်ခံနေကြသယောင် ထင်ရပါသည်။

ကျွန်တော်သည် ထက်ထက်ကလေးခေါ် မောင်ကမ်ထွဲကလေးအား ကုသရာတွင် ကိုယ်တစ်ခြမ်းသေရောဂါကိုသာ အဓိက ဦးစားပေးကုသပါသည်။

ကျန်စကားမပြောခြင်းနှင့် မျက်စိကွယ်နေခြင်းတို့ကိုမူ အထက်၌ ဖော်ပြခဲ့သည့်အတိုင်း သူ့ကံ ကိုယ့်ကံဟုသာ သဘောထားပါသည်။

သို့သော် မျှော်မှန်းချက်တစ်ခုထားသည်မှာ သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်၏ စွမ်းရည်သည် အကြောချွတ်ယွင်း၍ ဖြစ်ပေါ်လာတတ်သော ဝေဒနာဖြစ်လျှင် ပျောက်ကင်းစေတတ်သော သတ္တိရှိပေသည်။

ယခု မောင်ကမ်ထွဲကလေး စကားမပြောတော့မှုနှင့် မျက်စိကွယ်မှုတို့သည် အကြောချွတ်ယွင်း၍ ဖြစ်ပါစေ၊ အကြောကြောင့်သာ ဆိုလျှင် ပြန်၍ကောင်းလာရန် မျှော်လင့်ချက်ရှိသေးသည်ဟု မိမိတစ်ဦးတည်း စိတ်ထဲဝယ် ကြိုက်၍ မျှော်မှန်းမိရပါသည်။

သို့သော် နှုတ်လွန်မည်ဆိုသဖြင့် စကားလည်း ပြန်ပြောကောင်းပြောလာနိုင်တယ်၊ မျက်စိလည်း ပြန်မြင်ကောင်း မြင်လာနိုင်တယ်ဟု လုံးဝမပြောခဲ့ပါ။

(ဟိုမထိုင်နိုင်တဲ့ မောင်လှဝင်းကလေး ကိစ္စတုန်းက ဘယ့်နှယ် ဘယ့်နှယ် ကျွန်တော် မိုက်မိုက်ကန်းကန်း နှုတ်လွန်ခဲ့မိသည် မသိပါ။ ယခု ကျွန်တော်လည်း လိမ္မာသွားပါပြီ။ အဲဒီ စကားမပြောတဲ့ ကိစ္စနဲ့ မျက်စိကွယ်တဲ့ ကိစ္စကိုတော့ ကျွန်တော်တတ်နိုင်မည် မထင်ပါဟုပင် ပြောမိပါသည်။)

မောင်ကမ်ထွဲကလေးအား သုံးရက်ဆက်တိုက် ကုလာရာ ပထမတစ်ရက်တွင် လုံးဝတုံ့ပြန်မှုမရှိပါ။ သူ့အသားကိုပင် ထိ၍ထိမှန်းမှ သိပါလေစဟု ထင်ရပါသည်။

သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်၏ သတ္တိသည် ရောဂါရှိလျှင် အထူးသဖြင့် အကြောနှင့်ပတ်သက်သော ရောဂါဖြစ်လျှင် ဆေးတောင့်ထည့်၍ လှည့်လိုက်သည်နှင့် တစ်ပြိုင်နက် ဆတ်ဆတ်ခါအောင် နာတတ်ပါသည်။

အချို့လူနာများက မီးစနှင့်ထိုးသလားဟုပင် ထင်ရသည်ဟု ဆိုပါသည်။ ရောဂါတိုင်းတော့ မဟုတ်ပါ။ အချို့ လုံးဝမနာသော ရောဂါများလည်း ရှိပါသည်။

ယခု မောင်ကမ်ထွဲကလေး၏ ရောဂါမှာမူ ထိလျှင်နာရမည့် ရောဂါဖြစ်ပါသည်။ အထူးသဖြင့် နှစ်နှစ်ခွဲအရွယ် ကလေးငယ် ဖြစ်သဖြင့် အသားကလေးတွေက နုနေသောကြောင့် ဆတ်ဆတ်ခါ နာ၍ စူးစူးရွားရွားငိုရပါမည်။ ငိုလိမ့်မည်ဟုလည်း မျှော်လင့်ထားပါသည်။

သို့သော် ယခု ကလေးကမနာပါ။ မနာသဖြင့် ငိုလည်း ငိုပါ။ မျှော်လင့်ထားသလို မငိုသော ဤကလေးကို ကျွန်တော်ကုလို့မှ ရပါမည်လား။ သံသယပင် ဝင်မိရပါသည်။

စိတ်ကတော့ ပျောက်စေချင်လှပါသည်။ တစ်ဖက်ကလည်း စကားက လွန်ထားမိပါသည်။ ခင်ဗျားသားရဲ့ ကိုယ်တစ်ခြမ်းသေ ရောဂါကိုတော့ ကျွန်တော်ပျောက်အောင်ကုနိုင်တယ်၊ ပျောက်မယ့် သို့လည်း ပြောရဲတယ်ဟု။ ယခု ပထမနေ့ ကျွန်တော် စိတ်မော့မရ ပါသည်။ ဒုတိယနေ့ ဆက်လက်ကြိုးစားရပါဦးမည်။

ဒုတိယနေ့၊ ကျွန်တော် မျှော်လင့်ထားသည့်အတိုင်း ကလေး  
ခြေကြားတွင် ဆေးတောင့်ထည့်၍ တစ်ချက်လှည့်လိုက်သည်နှင့်  
တစ်ပြိုင်နက် နှစ်လကျော်ကျော် လုံးဝလှုပ်ရှားမှုမရှိတော့သော ကလေး  
သည် ဓာတ်လိုက်ဘိသကဲ့သို့ တွန့်ခဲနေဖြစ်သွားကာ စူးစူးရှူးရှူး  
တစ်ချက်အော်လျက် ရှိုက်၍ ရှိုက်၍ ငိုပါတော့သည်။ ကျွန်တော်  
အားတက်ရပါပြီ။ ဆက်လက်၍လည်း ကြိုးစားကုသပါတော့သည်။

ယခုပင်ကြည့်ပါလော့။ လက်ဝဲဘက် ခြေသန်းနှင့် ခြေ  
သူကြွယ်ကြား ဆေးတောင့်ထားကာ နည်းနည်းကလေးညှစ်၍  
လှည့်လိုက်သည်နှင့်တစ်ပြိုင်နက် နှစ်လကျော် လုံးဝမလှုပ်တော့  
သော လက်ဝဲဘက် ခြေထောက်သည် ဆတ်ခနဲနေအောင်  
ရုန်းကာ ကွေးသွားပါတော့သည်။

အနီးရှိ ဖခင်ဖြစ်သူမှာ အံ့ဩ၍မဆုံး ဝမ်းသာ၍မဆုံးတော့ပါ။  
အနီးရှိ လူနာအားလုံးလည်း အလားတူပင် အံ့ဩဝမ်းသာ ဖြစ်ကြ  
ပါသည်။

ကျွန်တော့်အဖို့တော့ ဤအဖြစ်မျိုးက မဆန်းတော့ပါ။ တွေ့ကြ  
ဖူးပေါင်း များခဲ့လှပါပြီ။

ထို့ကြောင့်ပင်လျှင် လေဖြတ်ထားသော လူနာအချို့ကို ကုသ  
ရာတွင် လူနာ၏ အခြေအနေကိုကြည့်၍ ထိရုံနှင့် ခြေထောက် ကွေး  
လာမည့် အလားအလာရှိသော လူနာဖြစ်လျှင် အနီးရှိလူနာများနှင့်  
လူနာကြိုပို့ ပရိသတ်ကိုပါ ကြိုတင်အသိပေး၍ ရှေးဦးစွာ လေဖြတ်  
ထားသောလူနာအား သူ၏လှုပ်မရသော ခြေထောက်အား နည်းပေါင်း  
ဖြင့် ကြိုးစားလှုပ်ကြည့်စေပါသည်။

ဤသည်ကို အနီးရှိ ပရိသတ်မြင်စေပါသည်။ ဘယ်လိုကြိုးစား  
ကြိုးစား လှုပ်လို့မရဘူးဆိုတဲ့ ခင်ဗျား ခြေထောက်ကို ကျွန်တော်  
ခုချက်ချင်း လှုပ်လာအောင် လုပ်ပြမယ်ဟုဆိုကာ လူနာပရိသတ်  
ရှေ့မှောက်တွင်ပင် သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့် စွမ်းအားဖြင့် လှုပ်ရှားအောင်  
လုပ်ပြခဲ့ဖူးပေါင်း များလှပြီ ဖြစ်ပါသည်။

(နောင်တွင်လည်း၊ အချိန်မရွေး၊ နေရာမရွေး လှုပ်ပြပုံပါ  
သည်။) ဤသို့ပြသခြင်းမှာ ဆေးတောင့်၏ စွမ်းရည်ကို ကြိုတန်းကြိုခိုက်  
ဇက်ဝါးထင်ထင် မြင်တွေ့စေလို၍ တစ်ကြောင်း၊ လူနာများ၏  
ယုံကြည်မှုအပြည့်အဝကို ကြိုတင်ရယူလို၍ တစ်ကြောင်း ဖြစ်ပါသည်။

ယခု မောင်ကမ်ထွဲကလေး၏ ခြေထောက် ဒုတိယနေ့တွင်ပင်  
လှုပ်လာပါပြီ။ ဤသို့ဖြင့် ဆေးတောင့်ကို ခြေကြားတွင်ညှပ်၍  
ကွေးချည် ဆန့်ချည်လုပ်စေရာ ဒုတိယနေ့တွင် အတော်ကလေး  
သွက်သွက်လက်လက် လှုပ်ရှားလာပါသည်။

သို့သော် ဆေးတောင့်မညှပ်ဘဲနှင့်တော့ မလှုပ်နိုင်သေးပါ။  
တတိယနေ့တွင် ယမန်နေ့များကထက် လှုပ်ရှားမှု ပိုမို  
သွက်လက်လာ၍ ဆေးတောင့်ညှပ်ရာတွင်လည်း ခပ်တင်းတင်းကလေး  
ညှပ်ရာမှသည် တစ်စတစ်စ လျှော့ပေးပါသည်။

သို့သော် လှုပ်ရှားမှုကတော့ လျော့မသွားပါ။ ပို၍ ပို၍သာ  
သွက်လက်လာပါသည်။ ကလေး၏ ဖခင်နှင့်တကွ ကျန်လူနာများပါ  
ဝမ်းသာမဆုံးတော့ပါ။

ကျွန်တော် ပထမနေ့က ပြောကြားခဲ့သည့် ပျောက်မည်ဟုဆိုသော  
ကောင်းကို ယခုမှ ယုံကြည်လာကြဟန် တူပါသည်။

ကျွန်တော့်အဖို့မှာမူ ဤအဖြစ်မျိုးတွေ တွေ့ကြုံဖူးပေါင်းများလှပြီ ဖြစ်ရာ ပျောက်နိုင်သည်၊ မပျောက်နိုင်သည်ကို အနီးစပ်ဆုံး ကြိုတင် ခန့်မှန်းနေနိုင်ပြီ ဖြစ်ပါသည်။

(တော်တော်ကြီး ပိုင်ပိုင်ကြိုတင်မသိပါပဲနှင့် လေဖြတ်ထား သဖြင့် လှုပ်ရှား၍မရသော လူနာ၏ ခြေတောက်ကို ယခု ကျွန်တော် လှုပ်အောင် လုပ်ပြမည် လာကြည့်ပါဦးဟု ခေါ်ဝံ့ပါမည်တဲ့လား။)

ဤသို့ဖြင့် ပထမပတ် သုံးရက် ကုန်လွန်ခဲ့ရာ လေးရက်နားစေ၍ နားနေစဉ်ကာလအတွင်း ဆေးလိမ်း၊ ဆေးသောက်ရန် လိမ်းဆေး သောက်ဆေးတို့ကို ပေးလိုက်ပါသည်။ ဆေးကုန်သောအခါ ပြန်လာ၍ နောက်ထပ်သုံးရက် ကုသခံရန် လာရောက်ဖို့လည်း မှာကြားလိုက် ပါသည်။

ကလေး၏ တိုးတက်မှုကား ကျွန်တော် မျှော်မှန်းထားသည် ထက်ပင် ပို၍မြန်နေပါသည်။ ဒုတိယအပတ် ကုသရက် ခြောက်ရက် မြောက်နေ့တွင် ကလေးထထိုင်ပါသည်။ ဖင်ရွှေ့ပင်အနည်းငယ်သွားစ ပြုလာပါသည်။

ကုသရက် ခြောက်ရက်ပြည့်သောအခါ ပထမပတ်ကလိုပင် လေးရက်နားစေ၍ အိမ်တွင်ပင်လှုပ်ရှားမှု လေ့ကျင့်ခန်းများ ပြုလုပ် ပေးစေပါသည်။

ကလေးသဘာဝ လူကြီးက လှုပ်ရှားပေးရန် မလိုတော့ပါ။ လှုပ်နိုင်သည်နှင့်တစ်ပြိုင်နက် မနားတမ်း လှုပ်ရှားတော့မည် ဖြစ်ပါ သည်။

တတိယပတ် ကုသရက် ခုနစ်ရက်မြောက်နေ့တွင် ကလေးအား ကျောပေါ်မှ အောက်သို့ချလိုက်သည်နှင့်တစ်ပြိုင်နက် ကျွန်တော့်အိမ်

အိမ်ထဲသို့ ဖယ်ထားပေးရမည်။ ဖယ်ထားပြီး ဖင်ရွှေ့သွားလိုက်၊ လှဲအိပ်လိုက်နှင့် လှုပ်ကြီး ပျော်နေပါတော့သည်။

ပါးစပ်မှလည်း ဘာရယ်တော့မသိ၊ 'ထက်-ထက်'ဟု ပြောနေ ပါသည်။ ဤသည်ကို ပရိသတ်အားလုံးက ကြားနေကြသဖြင့် လူနာ ချစ်စရာကလေးအား ချစ်စနိုးဖြင့် ထက်ထက်ကလေးဟု အမည်ပေးလှဲ တညီတညွတ်တည်း ခေါ်ကြပါတော့သည်။

နောင်သောအခါ ကလေးအမည်ကို 'မောင်ကမ်ထွဲ'ဟုပင် ခေါ်ကြတော့ဘဲ ထက်ထက်ကလေးဟုပင် သိရှိကြကာ ထက်ထက် ကလေးဟုပင် ခေါ်ကြပါသည်။

စာဖတ်ပရိသတ်များအား အံ့ဩစရာ ဖြစ်ရပ်ကလေးကို ဖော်ပြလိုက်တင်ပြပါဦးမည်။ တကယ့်ထူးထွေတည့် အံ့ရာသော်ဟုပင် ခေါ်မည် ထင်ပါသည်။

မောင်ကမ်ထွဲကလေးအား ကုသသည့် ကိုးရက်မြောက်နေ့တွင် လှုပ်ရှားမှု ပြုနိုင်ပါသည်။ ယနေ့တွင် မောင်ကမ်ထွဲကလေး၏ လှုပ်ရှားမှုသည် မြန်နေ့များက လှုပ်ရှားမှုနှင့် မတူပါ။ ယမန်နေ့များက ဖင်ရွှေ့သွား သော်လည်း ဟိုတိုး ဒီတိုး၊ ဟိုတိုက် ဒီတိုက် ဖြစ်ပါသည်။

စားပွဲနှင့် ဆောင့်မိသည့်အခါ ဆောင့်မိ၍ ကုလားထိုင်နှင့်တိုက်မိ သည့်အခါ တိုက်မိသလို ခုတင်စွန်းမှ လိမ့်ကျလုနီးဖြစ်၍ သူ့အဒေါ် မိဘကြီးဆွဲရသည်မှာ ဖတ်ဖတ်မော ဖြစ်ပါသည်။

ယနေ့ မောင်ကမ်ထွဲကလေး ဖင်ရွှေ့သွားရာမှ ဘယ် ခြေထောက်ကလေး ထော့နင်း ထော့နင်းဖြင့် မတ်တတ်စေ လျှောက် လျှောက်လာပါပြီ။

ပထမတွင် ထလိုက်လဲလိုက် ဖြစ်ပါသေးသည်။ ကလေး  
ဒုပေနာပေလည်း ခံပါသည်။ တော်တော်တန်တန် ထိခိုက်နာကျင်  
ဖြင့်တော့ လုံးဝမမှုပါ။ သူ့အားထိန်းရသူအဒေါ်လည်း မသက်သာ  
တော့ပါ။ စိုးရိမ်စိတ်ဖြင့် တဆွဲတည်း လိုက်ဆွဲနေရပါသည်။

ယနေ့ ကုသရက် ကိုးရက်မြောက်နေ့တွင် အထူးခြား  
ဖြစ်ရပ်မှာ မတ်တတ်ထလျှောက်လာခြင်းနှင့် ဟိုတိုး ဒီတိုး၊ ဟိုတိုး  
ဒီတိုးကို မဖြစ်တော့ခြင်းပင် ဖြစ်ပါသည်။

ကလေး၏ မျက်စိမှာ ကြောင်တောင်ကန်းနေသဖြင့် ကလေး  
မြင်သည် မမြင်သည်ကို ၎င်း၏ လှုပ်ရှားမှုကိုကြည့်၍သာ အကဲခတ်  
ရခြင်းဖြစ်ပါသည်။

ယနေ့ကလေးအား ချောမြူလျှင် ရယ်လာပါသည်။  
ရယ်လာရုံသာမက ချောမြူသောသူကို ပြုံးရွှင်သော မျက်စိ  
ကလေးဖြင့် အတင်းပြေးဖက်တတ်ပါသည်။

ချောမြူသူကိုသာ မှန်ကန်စွာပြေးဖက်ခြင်းဖြစ်ပါသည်။ လူ  
မဖက်ပါ။ သတိမူကြည့်၍ သိလာရပါပြီ။

မျက်မမြင် ဒုက္ခိတကလေး မောင်ကမ်ထွဲတစ်ယောက် မျက်စိ  
ပြန်မြင်နေပြီကော။ ကလေး၏ ဖခင်နှင့်တကွ အနီးရှိလူအား  
အံ့သြဝမ်းသာ၍ မဆုံးတော့ပါ။

ကျွန်တော်လည်း တစ်ဦးအပါအဝင် ဖြစ်ပါသည်။ အကြောင်း  
မှာ ကျွန်တော်ကိုယ်တိုင်ပင်လျှင် အလွန်အကျွံကြီး မျှော်မှန်းမထ  
ဖြစ်ပါသည်။

မျက်စိကလည်းပြန်မြင်၊ မတ်တတ်ထလျှောက်နိုင်စေ  
ပြုပြီဖြစ်သဖြင့် ထက်ထက်ကလေးတစ်ယောက် တစ်ခဏကလေး  
ငြိမ်မနေတော့ပါ။

ဒေါင်းတောက်အောင် ဆော့ပါတော့သည်။ ကျွန်တော့်အိမ်ရှိ  
ကုလားထိုင်ဟူသမျှ သူမတက်ဖူးတာ မရှိတော့ပါ။

နောင်တွင် တံခါးပြတင်းပေါက်မှ သံတိုင်များကိုဆွဲ၍  
တစ်ခုတည်းအထိ သန်မာလာပါသည်။ ပါးစပ်ကတော့ ထက်ထက်  
သော စကားနှစ်လုံးသာ ပြောနေပါသေးသည်။

ထက်ထက်ကလေးခေါ် မောင်ကမ်ထွဲကလေးအား နောက်ရက်  
တွင် တစ်ပတ်လျှင်တစ်ရက်သာ လာစေပါတော့သည်။

လာသည့်အခါတိုင်းလည်း မျောက်ရှုံးအောင်ဆော့ပါတော့  
သည်။ ဆေးတောင့်လှည့်လျှင်လည်း ငြိမ်ခံမနေတော့ပါ။ အမျိုးသား  
သောက်ကို အကူခေါ်၍ ထက်ထက်ကလေး၏ ခြေနှစ်ဖက်၊

နှစ်ဖက်ကို ပိုင်ပိုင်ချုပ်ကိုင်စေကာ ကျွန်တော်က ဆေးတောင့်ကို  
ကြမ်းကြမ်းပင် တက်သုတ်ရိုက် လှည့်ရပါတော့သည်။

အော်လိုက် ရုန်းလိုက်သည်မှာ တောတက်၍ ဝက်ဖမ်း  
သလား ထင်ရပါသည်။ သူ့အော်သံဖြင့် တစ်အိမ်လုံး ညနေသော်  
လည်း ကျွန်တော်တို့အားလုံး စိတ်မညစ်ကြပါ။ ပျော်ပင် ပျော်ကြ

သေးသည်။

အကြောင်းမှာ ကလေး၏ တစ်နေ့တခြား သန်မာလာမှုကို  
ပြောပြ ကျေနပ်နေကြ၍ ဖြစ်ပါသည်။ သူမသိသူလည်းတစ်ယောက်မျှ  
တော့ပါ။ သူမပြန်ချင်သေး ကျွန်တော့်အိမ်တွင်ပင် ဆော့နေလိုသေး  
သဖြင့် သူ့အဒေါ်က ဘယ်လိုခေါ်ခေါ် မရပါ။

သူ့အဒေါ်သည် သူ့အား သူမတို့၏ ကချင်ရိုးရာ ထုံးစံအတိုင်း  
ချင်းစောင်ကို ကျောတွင်စလွယ်သိုင်းကာ ကလေးကို ကျောတွင်  
ထောက် ချီလေ့ရှိသဖြင့် ရှိပါသည်။



သူပြန်ချင်ပြီဆိုလျှင်လည်း ဘယ်သူတား၍မျှ မရပါ။ သူ့အသိယူချိမ်းလေ့ရှိသည့် လွှာချင်းစောင်ကို ကောက်ကိုင်ကာ အဒေါ်အား ပေးလျက် သူ့ကို အတင်းချိမ်းစေပါသည်။

မျက်နှာကလေးကလည်း ရွှင်လှပါသည်။ ပါးစပ်ကလေး တထက်ထက်နှင့် ပြောနေပါသည်။

ဤပုံစံလေးကို ထိုစဉ်က ထက်ထက်ကလေးနှင့်အတူ ကျွန်ုပ်တို့ထံတွင် အကုသခံခဲ့ကြသည့် လူနာများနှင့်တကွ လူနာရှင်ဧည့်သည်များမှတ်မိနေကြဦးမည် ဖြစ်ပါသည်။ ကလေး၏ ဖခင်ဖြစ်သူမှာလည်း ဝမ်းသာမဆုံး တပြုံးပြုံး ဖြစ်နေပါသည်။

ကလေးမိခင် သူ့ဇနီးနှင့်တကွ ဆွေမျိုးသားချင်းတွေ့မြင်စေချင်စမ်းသည်ဟု ဆိုပါသည်။

ကလေး လမ်းလည်းလျှောက်ပြီ၊ မျက်စိလည်း ပြန်မြင်ဆိုသည်ကို ယုံချင်မှ ယုံမည်။ ထို့ကြောင့် သူ့ဇနီးနှင့်တကွ ဆွေမျိုးသားချင်းများပါ မြင်တွေ့စေနိုင်ရန် ဓာတ်ပုံရိုက်ပို့လိုပါသည်။

ဓာတ်ပုံရိုက်ရာတွင် အမှတ်တရ ဖြစ်စေရန် ကလေးချစ်တစ်ဦးတည်းမရိုက်ယူဘဲ ကျွန်တော်နှင့် ကျွန်တော်ဇနီးကြားတွင် ကလေးကို မတ်တတ်ရပ် အနေအထားဖြင့် နေစေကာ ရိုက်လိုပါသည်။ ဆိုလာသဖြင့် သူ့ဆန္ဒအတိုင်းကလေးကို နေစေကာ ကျွန်တော်နှင့် ကျွန်တော်ဇနီးတို့ ဓာတ်ပုံရိုက်ခံခဲ့ကြရပါသေးသည်။

လူနာနှင့်တကွ လူနာရှင်တို့၏ စိတ်ချမ်းသာစေမှုကို အစွမ်းသတ္တိဖြည့်ဆည်းပေးရေးမှာ သမားတို့၏ တာဝန်ပင် မဟုတ်ပါလော့။ ထက်ထက်ကလေးခေါ် မောင်ကမ်ထွဲကလေးသည် ကျွန်ုပ်တို့ထံတွင် ငါးလနီးပါးမျှ ကြာသွားပါသည်။

အလာတုန်းက ပက်လက်ကလေးဖြင့် မျက်စိကြောင်တောင်ကန်းနေရှာသော ကချင်လူနာကလေးသည် ယနေ့ လက်ဝဲလက်နှင့် ခြေတောက်အနည်းငယ် ဆာတာတာဖြစ်နေသည်မှ အပ ဒေါင်ဒေါင်ပြေးနေပါပြီ။

မောင်ကမ်ထွဲကလေး၏ သတင်းကို မပြတ်ကြားနေရရာ ယနေ့ထိ ကျန်းမာပကတိ ချမ်းသာစွာရှိနေပါကြောင်း စာဖတ်ပရိသတ်များပါ ပီတိပွားနိုင်ရန် တင်ပြပါသည်။

မောင်ကမ်ထွဲကလေးအား ကုသမှုနှင့်ပတ်သက်၍ စာဖတ်ပရိသတ်များအား လေးစားစွာတင်ပြလိုပါသည်။ ကျွန်တော် အဓိကအား ကုသခြင်းမှာ ကိုယ်တစ်ခြမ်းသေ ရောဂါသာ ဖြစ်ပါသည်။

သို့သော် ကံကောင်းတောက်မသည် ဆိုရမလား၊ တိုက်ဆိုင်သည် ဆိုရမလား တစ်စုံတစ်ခုသောအကြောင်းကြောင့် ကလေး၏ မျက်စိ ပြန်မြင်သည်ကတော့ အမှန်ပင် ဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်တော် စိုးရိမ်မိသည်မှာ မျက်စိဝေဒနာရှင်များ ကျွန်တော့်ထံ ပြန်ရောက်လာမည်စိုး၍ ဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်တော် မျက်စိရောဂါ နားရောဂါ စသည်တို့ကို မကုတတ်ပါ။ ကုလည်း မကုလိုပါ။ ကျွန်တော်ပိုင်သော ရောဂါများကိုသာလျှင် ကုသလိုပါသည်။

အလားတူပင် အဆုတ်၊ ကျောက်ကပ်၊ အသည်း၊ လည်ပင်း၊ ခြေဖျား၊ ကင်ဆာစသော ရောဂါများကိုလည်း ကျွန်တော် မကုသလိုပါ။ မိုင်လည်း မပိုင်ပါ။

ကျွန်တော် တာဝန်ယူကုသပေးလိုသော ရောဂါများမှာ၊ နှလုံး၊ သွေးတိုး၊ လေငန်း၊ အကြောနှင့် လေးဘက်နာရောဂါများသာ ဖြစ်ပါကြောင်း ထပ်လောင်းအသိပေးအပ်ပါသည်။

\*

ကျွန်တော်လည်း ဤရာခိုင်နှုန်းလောက် အောင်မြင်သည် ခြံလျှင် မဆိုးဘူးဟဟု တွေးတောကာ ၁၉၈၉ ခုနှစ်လောက်ထိ သုံးနှစ်တာနီးပါးမျှ ရောဂါမရွေး ကုသခဲ့ပါသည်။

ရောဂါမရွေး ကုသနိုင်ရေးတွက် ကျေးဇူးရှင် ဘရသေ့က ကျွန်တော့်အား အဆောင်တစ်ခုနှင့် ဓာတ်လုံးနှစ်လုံးပေးကာ ဤသို့ နာကြားပါသည်။

သားဆီကို ရောဂါစုံ ဝေဒနာသည်တွေ အချိန်မရွေး ရောက်လာကြလိမ့်မယ်။ အဲဒီလိုရောက်လာတဲ့လူနာတွေထဲမှာ တချို့က ရိုးရိုးတန်းတန်း သွေးလေဖောက်ပြန်လို့ ရောဂါ ဝေဒနာစွဲကပ်နေတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်များရှိနိုင်သလို တချို့ခပ်ဆန်းဆန်း ရောဂါသည်မျိုးလည်း ပါလာနိုင်တယ်။

အဲဒီလို ဝေဒနာသည်မျိုးက ကျန်တဲ့ ဝေဒနာသည်တွေနဲ့ ဘာခြားသလဲဆိုတော့ အဲဒီဝေဒနာသည်ရဲ့ ခြေကြားထဲကို ဆေးတောင့် ကလေးထည့်ပြီး နည်းနည်းကလေးလှည့်လိုက်တာနဲ့ တစ်ပြိုင်နက် ဆေးဒနာသည်ဟာ မခံမရပ်နိုင်အောင် ဆတ်ဆတ်ခါ နာလိမ့်မယ်။

နာရုံတင်မက တစ်ခါတစ်ရံ သားလက်ထဲမှာ ကိုင်ထားတဲ့ ဆေးတောင့် လက်ထဲက လွင့်ထွက်သွားသည်အထိ ခြေထောက်ကို တအား ခါယမ်းလိမ့်မယ်။ အဲဒီလို ခါပြီးတဲ့အပြင် ခြေထောက်နဲ့ ကြမ်းပြင်ကို တဒုန်းဒုန်းနေအောင် ဆောင့်နေတတ်တယ်။

အဲဒီလို ရောဂါဝေဒနာသည်ကို သား ဆေးတောင့်ကိုကိုင်ပြီး နှုတ်လှည့်ရင် လူနာဟာ တွန့်လိမ်နေအောင်ခံရလိမ့်မယ်။ နောက်ဆုံး မခံနိုင်ရင် သားကို ရန်မူလာနိုင်တယ်။

သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်နှင့် သည်းထိတ်ရင်ဖိုဇာတ်လမ်း

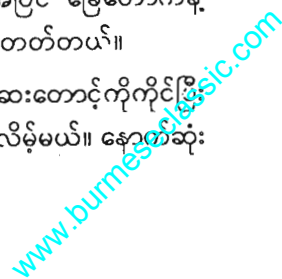
သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့် ကျွန်တော့် လက်ဝယ်သို့ရောက်စ၊ အတိတ်က ဖြစ်ရပ်များကို တစ်ခါတစ်ရံ ပြန်တွေးကြည့်မိပါသည်။

ထိုသို့ ပြန်တွေးကြည့်လိုက်သောအခါ အချို့ဖြစ်ရပ်ကလေး များမှာ ရယ်စရာလည်းကောင်း၍ သည်းထိတ်ရင်ဖိုဖြစ်စရာလည်း ကောင်းလှသည်ကို တွေ့ရပါသည်။

သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့် ကျွန်တော်လက်ဝယ်သို့ ရောက်စ၊ ၁၉၈၆ ခုနှစ်လောက်က ကျွန်တော် ယခုကဲ့သို့ သွေးတိုး၊ နှလုံး၊ လေငန်းနှင့် အကြောရောဂါများကိုသာ အထူးပြုကုသခဲ့ခြင်း မဟုတ်ပါ။

ကျွန်တော့်ထံရောက်လာသမျှ လူနာဆိုပါလျှင် ဘာရောဂါ ရယ်ဟု ရွေးမနေဘဲ လာသမျှ လူနာအားလုံးကို ကုသ ပေးခဲ့ပါသည်။ ပျောက်သည်လည်းရှိ၍ မပျောက်သည်များ လည်း ရှိခဲ့ပါသည်။

သို့သော် လူနာများ၏ ပြန်လည်ပြောကြားချက်အရ မပျောက် သော ရောဂါမှာ ရာခိုင်နှုန်းအနည်းငယ်သာရှိ၍ ပျောက်သောရောဂါက ၈၀ ရာခိုင်နှုန်းလောက် ရှိပါသည်။



အဲဒီလိုအခါမျိုးမှာ သားက သူကြမ်းရင် ငါကြမ်းမယ်ဆိုတဲ့ စိတ်မျိုးမထားဘဲ အတတ်နိုင်ဆုံး တည်ငြိမ်အောင်ထားပြီး ဝေဒနာရှင်ကို ဒီလိုပြောပါ။

‘သင့်ကို ကျွန်ုပ် နာစေလို၍ ဤသို့ပြုမူခြင်းမဟုတ်ပါ။ သင့်ခန္ဓာကိုယ်တွင် စွဲကပ်နေသော ဝေဒနာကို ပျောက်ကင်းစေလိုသော စေတနာဖြင့်သာ ဤသို့ပြုမူခြင်းဖြစ်သည်လို့ နှုတ်ကမပြောချင်ရင် လူနာမျက်နှာကို စေ့စေ့ကြည့်ပြီး စိတ်ဖြင့် ပြောပါ။

ပြောပြီးတဲ့အခါ ဆက်မကုသေးဘဲ ဘုရားရှေ့မှာထိုင်ပြီး ငါးပါးသီလ ခံယူပါ။ (ဖြစ်နိုင်လျှင် အချိန်လဲရမယ်ဆိုလျှင်) ဂုဏ်တော်တစ်ထောင်ပြည့်အောင် စိပ်ပါ။ ငါးပါးသီလခံယူနေစဉ် ကာလနဲ့ ဂုဏ်တော်တစ်ထောင် ပုတီးစိပ်နေဆဲကာလ ဘုရားရှေ့မှာ ဖန်ခွက် သန့်သန့်နဲ့ သောက်ရေတစ်ခွက်၊ ကွမ်းရွက်တစ်ရွက်၊ ဆားအနည်းငယ်နဲ့ ဝှမ်းစကလေးတစ်စ ရှိနေပါစေ။

ငါးပါးသီလခံယူပြီး ပုတီးလဲစိပ်ပြီးတဲ့နောက် ‘ဘ’ ပေးထားတဲ့ အဆောင်တစ်ခုနဲ့ ဓာတ်လုံးနှစ်လုံးကို တစ်ခုချင်း၊ တစ်လုံးချင်း လက်ဝယ်ကိုင်ပြီး သားကြိုက်နှစ်သက်သလို သစ္စာပြုပါ။

သားမှာ သစ္စာစကားဆိုဖို့ အခက်အခဲရှိမယ်ဆိုရင် ဒီလိုဆိုပါ။ ကျွန်ုပ်သည် ဤရောဂါဝေဒနာရှင် စွဲကပ်နေသော ရောဂါဝေဒနာအား အမှန်ပင်ပျောက်စေလိုသော စေတနာရှိရိုးမှန်ကန်ပါသည်။

ဤမှန်ကန်သောသစ္စာစကားကြောင့် ဤလူနာတွင်စွဲကပ်နေသော ရောဂါဝေဒနာသည် ပိန်းကြာဗွေပြင် ရေမတင်၊ လျှော့ကျဘိသကဲ့သို့ လျင်မြန်စောစွာပျောက်ကင်းပါစေသား။

ဟု ဆိုပါ၏။ အဲဒီလိုဆိုပြီးတာနဲ့တစ်ပြိုင်နက် ‘ဘ’ ပေးထားတဲ့ အဆောင်တစ်ခုနဲ့ ဓာတ်လုံးနှစ်လုံးကို သောက်ရေသန့်သန့် ထည့်ထားတဲ့ ဖန်ခွက်ထဲသို့ထည့်လိုက်ပါ။ အဆောင်ကတစ်ခုနဲ့ ဓာတ်လုံးက နှစ်လုံးဆိုတော့ သစ္စာစကားကို သုံးကြိမ်တိတိ ဆိုရပါလိမ့်မယ်။

အဲဒီလိုဆိုပြီးတဲ့နောက် ဖန်ခွက်ထဲက ရေအချို့ကို လူနာကို တိုက်ပါ။ အဲဒီသစ္စာရေနည်းနည်းပဲ အသင့်ဆောင်ထားတဲ့ ကွမ်းရွက်ကို ချေပြီး အရည်ရအောင်ညှစ်ပါ။ ဆားကလေး ပါတယ်ဆိုရုံထည့်ပါ။

ရလာတဲ့ ကွမ်းရွက်ရည်ကို ဝှမ်းစလေးနဲ့စိမ်ပြီး လူနာကို မျက်စဉ်းခတ်ပေးပါ။ နည်းနည်းလေးတော့ စပ်လိမ့်မယ်။ မျက်စဉ်းခတ်ပြီး ငါးမိနစ်လောက်အကြာမှာ လူနာခြေကြားထဲ သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်ကိုညှပ်ပြီး လှည့်ကြည့်ပါ။

စောစောက နည်းနည်းကလေးညှစ်ပြီး လှည့်တာနဲ့တောင် ဆတ်ဆတ်ခါနာနေတဲ့ လူနာဟာ အခု ခပ်ကြမ်းကြမ်း ခပ်တင်းတင်း လှည့်ကြည့်လျှင်တောင် လုံးဝ မနာတော့တာ တွေ့ရလိမ့်မယ်။

အဲဒီလို မနာတော့တဲ့လူနာဆိုလျှင် ရောဂါဆန်း ဝေဒနာသည်လို့ မှတ်ပါ။ ရောဂါဆန်းဖြစ်ရိုးမှန်လျှင် နာတာလဲပျောက်၊ ရောဂါလဲပျောက်ပဲ။ အဲဒီလို ရောဂါအမျိုးအစား ကုရတာ ပိုလို့တောင် လွယ်ပါသေးတယ်။

သားဘက်က တစ်ခု သတိပြုဆင်ခြင်ရမှာက ပုထုဇဉ်သဘာဝ ရှိတတ်တဲ့ ဒေါသစိတ်ပဲ။

သားက စေတနာနဲ့ကုနေပါလျက်နဲ့ ဝေဒနာရှင်က မိမိတို့ ရန်သူကြည့်ကြည့်ရမလား၊ မလေးမခန့်ပြောရမလားဆိုပြီး သူကြမ်းရင် ငါကလဲ ပြန်ကြမ်းလိုက်မယ်ဆိုတဲ့ စိတ်မျိုး မထားမိပါစေနဲ့။

ဒေါသစိတ်နဲ့ အမိန့်ပေးစကားမျိုးလဲ မပြောမိပါစေနဲ့။  
ဟု မှာကြားခဲ့ဖူးပါသည်။

ဘရသေ့ ပြောကြားသည့်အတိုင်း ဤသို့သော ခပ်ဆန်းဆန်း  
ဝေဒနာရှင်မျိုးမှာ ၁၉၈၆-၈၇ ခုနှစ်လောက်ဆီက အတော်များများ  
တွေ့ဖူးပါသည်။

တွေ့သည့်အခါတိုင်း အထက်က ဘရသေ့ မှာကြားသည့်  
အတိုင်း ဆောင်ရွက်ခဲ့ရာ အဟုတ်ပဲ မနာကြတော့ပါ။

ရောဂါများလည်း ပျောက်ကြသည်ဟု ဆိုပါသည်။ အဆိုပါ  
လူနာများထဲတွင် ကျွန်တော့်တစ်သက် မေ့မရနိုင်လောက်အောင်  
သည်းထိတ်ရင်ဖို ဖြစ်စေခဲ့သည့် လူနာတစ်ယောက်အကြောင်းကို  
တင်ပြပါမည်။

စိတ်ကူးယဉ်ပုံပြင် မဟုတ်ပါ။ တကယ့်ဖြစ်ရပ် ဖြစ်ပါသည်။  
အမည်နာမနှင့် နေရပ်များကိုတော့ ဖော်ပြ၍ သင့်မည်မထင်ပါသဖြင့်  
မဖော်ပြတော့ပါ။

ဖြစ်ပွားရာနေရာကလည်း အညတရ မထင်မရှားနေရာ  
မဟုတ်ပါ။ တကယ့်ထိပ်တန်း အရာရှိကြီးတစ်ဦး နေအိမ်တွင်  
ဖြစ်ပါသည်။

လူနာမှာ အသက် ၃၈ နှစ်အရွယ်ရှိ အသားဖြူဖြူ သွယ်သွယ်  
ရုပ်ရည်သန့်သန့် အမျိုးသမီးတစ်ဦးဖြစ်၍ အရာရှိကြီးအိမ်မှ အိမ်ဖော်  
တစ်ဦး ဖြစ်ပါသည်။

အရာရှိကြီးကတော်၏ အဆိုအရ အိမ်ဖော်ဆိုသော်လည်း  
သားသမီးနှင့်မခြား ချစ်ခင်အားကိုးရသူများ ဖြစ်သည်ဟု ဆိုပါသည်။

အိမ်ဖော်အမျိုးသမီးနှင့်တကွ ၎င်း၏ ခင်ပွန်းတို့ကလည်း  
အရာရှိကြီးကတော်အား လွန်စွာရိုသေကြသည့်အပြင် ဖိမ့်ဖိမ့်တုန်အောင်  
ကြောက်ရွံ့ကြပုံလည်း ပေါ်ပါသည်။

၁၉၈၆ ခု၊ နေ့တစ်နေ့တွင် ၎င်းအရာရှိကြီးကတော်က  
ကျွန်တော့်အား ၎င်း၏အိမ်သို့ပင့်ဖိတ်၍ ၎င်းအပါအဝင် ၎င်း၏  
ဗိသားစုနှင့်တကွ အထက်ဖော်ပြပါ အိမ်ဖော်အမျိုးသမီးကိုပါ ကုသစေ  
ပါသည်။

ထိုစဉ်က ကျွန်တော်နှင့်အတူ ကျွန်တော့်ဇနီးလည်း အဖော်  
အဖြစ် လိုက်ပါလာပါသည်။ နေရာမှာ အရာရှိကြီးအိမ်၏ ဧည့်ခန်းထဲ  
တွင် ဖြစ်ပါသည်။

တစ်ခန်းလုံး ကော်ဇောခင်းထားပါသည်။ အဆိုပါ ကော်ဇော  
ပေါ်တွင် ကျွန်တော်တို့အားလုံး စုဝေးထိုင်ကြပါသည်။

အရာရှိကြီးကတော်က လူနာအမျိုးသမီးအကြောင်း ဤသို့  
ပြောပြပါသည်။ အမျိုးသမီးမှာ အိမ်ဖော်ဆိုသော်လည်း သမီးရင်းလိုပင်  
သဘောထားကြောင်း။

အမျိုးသမီး၏ ဇာတိမှာ မင်းဘူးနယ်၊ တောဘက်မှဖြစ်၍  
မကြာခဏ မကျန်းမမာ ဖြစ်တတ်ကြောင်း၊ ဆရာတွေပြ  
တာလည်း စုံပြီဖြစ်ကြောင်း၊ လူကတော့ မကျန်းမာ၊ ရောဂါ  
လည်း ရှာမတွေ့ဖြစ်နေကြောင်း။

အမျိုးသမီး၏ ရောဂါမှာတစ်ခါတစ်ရံ သတိလစ်၍ နာရီဖက်  
ခန့် ကြာသည်အထိ မေ့မြောနေတတ်ကြောင်း၊ မေ့မြောနေခိုက်  
နှုတ်မှလည်း မသိမကွဲနှင့် ဘာတွေပြောမှန်းမသိ ပြောနေတတ်ကြောင်း။



အချို့ ပုဂ္ဂိုလ်များက ၎င်းအမျိုးသမီးမှာ သိုက်ကလာသူဖြစ်၍ အသက် ၃၈ နှစ်ပြည့်လျှင် သိုက်သို့ပြန်ရမည်ဟု ပြောကြကြောင်း၊ ၎င်းတို့ ပြောစကားကို ယုံရအခက်၊ မယုံရအခက်ဖြစ်ကြောင်း။

သို့သော် အချို့ပြောစကားမှာ လက်တွေ့ ဖြစ်ရပ်များနှင့် တိုက်ဆိုင်နေတာကလေးတွေလည်း တွေ့ရကြောင်း၊ ယခု လူနာ အမျိုးသမီးမှာ အသက် ၃၈ နှစ်အတွင်း ရောက်လာပြီဖြစ်၍ စိုးရိမ်သောကြောင့် ဆရာအား အိမ်သို့ပင့်ဖိတ် ကုသစေခြင်းဖြစ်ကြောင်း။

အတတ်နိုင်ဆုံး ကြိုးစားကုသပေးပါရန် ကျွန်တော့်အား မေတ္တာရပ်ခံလာပါသည်။ ကျွန်တော့်အဖြစ်က ရယ်စရာလည်း ကောင်းလှပါသည်။ ကျွန်တော်သည် ပယောဂဆရာ မဟုတ်ပါ။ ပယောဂဆရာ မဟုတ်သလို ဘာဆရာမှလည်း မဟုတ်သေးပါ။

ထိုစဉ်က ကျွန်တော့်လက်ဝယ် (တ-ဆ လက်မှတ်)လည်း မရှိသေးပါ။ သို့သော် အကြီးအကဲများမှအစ အရာရှိကြီးများကိုပါ ကုသနေဆဲကာလ ဖြစ်ပါသည်။

ယခု ပယောဂဆန်ဆန် လူနာတစ်ဦးကို အရာရှိကြီးကတော်တစ်ဦးက ကျွန်တော့်လက်ဝယ် အပ်နှံနေပါပြီ။ ကျွန်တော်က ဥုံဖွတောင် မန်းတတ်သူမဟုတ်၊ ဒါမျိုးတွေကို ယုံလည်း မယုံတတ်၊ ရုပ်ရှင်ထဲတွင် မြင်ဖူးရုံသာရှိသည်။

ယနေ့အတွေ့အကြုံအရ ဆိုလျှင်တော့ ထိုလူနာကို ကျွန်တော် မကုတတ်ပါ။ မကုလိုပါဟု ပြတ်ပြတ်ပင် ငြင်းဆိုမိမည်ဖြစ်ပါသည်။

ထိုစဉ်အခါကမူ အရာရှိကြီးကတော်အား အားနာမှုလည်းပါမည်၊ ကျွန်တော်ကိုယ်တိုင်ကလည်း သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်အားကိုးဖြင့် လက်စွမ်းကလဲ ခပ်ပြချင်ချင် ဖြစ်ခဲ့ဟန်တူပါသည်။

ဘာကြောင့်ရယ်တော့ မမှတ်မိ၊ ထိုလူနာကို ကျွန်တော်ကုသရန် ဆက်ခံမိခဲ့ပါသည်။ ထိုသို့ လက်ခံမိခဲ့၍ပင်လျှင် ယခု ဖော်ပြလတ္တံ့သော သည်းထိတ်ရင်ဖိုဇာတ်လမ်းနှင့် ကျွန်တော်ကြုံတွေ့ရခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

စာဖတ်ပရိသတ်များ ကျွန်တော့်အဖြစ်ကို ကျွန်တော့် နေရာတွင် မရှိခံစားကြည့်စေချင်ပါသည်။ မည်မျှ ရယ်စရာကောင်း၍ မည်မျှ သည်းထိတ်ရင်ဖိုဖြစ်စရာ ကောင်းလိုက်ပါသနည်း။

ကျွန်တော်က ဤမှာဘက်တွင် ကျကျနန ပညာဆည်းပူးထားသော၊ တစ်နည်းအားဖြင့် ကိုယ်ခံပညာ ကုံလုံပြီးဖြစ်သော အရံအတားအဖြစ် အဆောင်အယောင်များလည်းရှိထားသော ဘယ်လိုလက္ခဏာမျိုးလျှင် ဘယ်လိုဆောင်ရွက်ရမည်ဆိုတာ သိထားသော သမားတော်တစ်ဦးဆိုပါက အရေးမဟုတ်ပါ။

ယခု ကျွန်တော်က ထိုရောဂါမျိုးကို ကုသရေးနှင့်ပတ်သက်၍ ဘာပညာမှ တတ်ထားသူမဟုတ်၊ ကိုယ်ခံပညာလည်း ဘာမျှမရှိ၊ အရံအတားဆိုတာ ဝေလာဝေး၊ ကျွန်တော့် ကိုယ်ပေါ်ဝယ် အရံအတားဆေးဆို၍ ယနေ့အထိ စုတ်တစ်ချက်ပင် မထိုးဖူးသေး။ ထိုးရန်လည်း ဝါသနာမပါ။

ဘာလက္ခဏာပေါ်လျှင် ဘာလုပ်ရမည်ကိုပင် မသိသေးသော အကယ် အစိမ်းသက်သက် ဆေးဆရာပေါက်စ၊ ယခုလူနာနှင့်ကျမှ ထူးလှကြီး အခက်ကြုံနေပါလေပြီ။

လူနာ၏ အနီးတွင် လူနာ၏ ခင်ပွန်းသည်နှင့် ဗလကောင်းကောင်း အမျိုးသားကြီးတစ်ဦးကတော့ အရံသင့် ရှိနေကြပါသည်။ ၎င်းတို့နှစ်ဦးစလုံး ဗလကောင်းကြပါသည်။

လူနာနှင့်နှိုင်းယှဉ်လျှင် ဆင်နှင့် ဆိတ်ပမာ ကွာခြားသည် ဟုပင် ဆိုနိုင်ပါသည်။ လူနာက အမျိုးသမီးဖြစ်သည့်အပြင် သေးသေးသွယ်သွယ်၊ ဖြူဖြူချောချောကလေး၊ သူတို့နှစ်ဦး အားကောင်းမောင်းသန် တကယ့် လေးလုံး လေးဘက်ကြီး နှစ် သူတွေ ဖြစ်ကြပါ၏။

၎င်းတို့နှစ်ဦးမှာ ယခင်လည်း အတွေ့အကြုံရှိခဲ့၍ အရံသင့် ရှိနေကြခြင်း ဖြစ်ပါကြောင်း နောက်မှ သိရပါသည်။

ကျွန်တော်က အစိမ်းသက်သက်၊ ဘာမျှမသိ ဘာမျှမတတ် ဆေးတောင့်ကိုကိုင်၍ လှည့်တတ်ရုံသာ လှည့်တတ်သူ ဖြစ်ပါ သည်။

သို့သော် အရာရှိကြီးကတော် အပါအဝင် ၎င်းတို့အားလုံးက ကျွန်တော့်အား အခြောက်တိုက် အလွန်အကျွံ အထင်ကြီးနေကြပါ သည်။ ကျွန်တော့်ကို ဧရာမ သမားတော်ကြီးဟု ထင်နေကြပါသည်။

ဧရာမ သမားတော်ကြီးဆို၍ တစ်ခါက နိုင်ငံကျော် ရုပ်ရှင် မင်းသမီး တစ်ဦးနှင့် ၎င်း၏ မိသားစုကို ကုသခဲ့ရစဉ်က ထိုမင်းသမီး ပြောခဲ့သော စကားကို မှတ်မိနေပါသေးသည်။ ၎င်းက ဤသို့ဆိုပါ သည်။

ကျွန်မက (သူ့ကိုယ်သူနာမည်ထည့်၍ ပြောပါသည်။) အကြီးအကဲတွေကို ကုနေတဲ့ သမားတော်ကြီးဆိုလို့ စိတ်ထဲမှာ မှန်းပြီးကြည့်နေတာ ဟိုး မြန်မှာဘုရင်လက်ထက်က သမား တော်ကြီး လိုပေါ့။

အသက် ၇၀ ကျော် ၈၀ လောက် သျှောင်တစ်စောင်းနဲ့ ဦးပေါင်းကလည်း ပေါင်းလိုက်လို့၊ ကင်းဝန်မင်းကြီးလို မျက်ခုံးဝ

ထူထူ၊ ဆွတ်ဆွတ်ဖြူနေတဲ့ နှုတ်ခမ်းမွှေးကားကားနဲ့ ရင်ဖုံးအင်္ကျီကြီး ဝတ်၊ ပခုံးမှာ ဆေးလွယ်အိတ်ကြီး လွယ်လိုက်လို့၊ ကွမ်းအစ်ကလဲ တစ်ဖက်နဲ့၊ ပါးစောင်မှာ ကွမ်းဖတ်ငုံထားတဲ့ သမားတော်ကြီးပုံ နန်းထားတာ ။

အခု ဆရာတွေ့ရတော့လည်း သူလို ငါလိုပါပဲလားဟု ဆွေ့လျှင်တွေ့ချင်း ရင်းနှီးဖော်ရွေစွာပြောခဲ့ဖူးသည်ကို မှတ်မိနေပါ သည်။

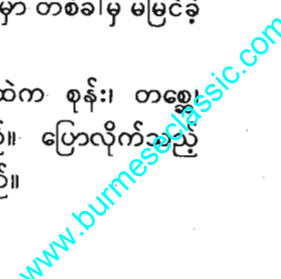
မှန်ပါသည်။ ကျွန်တော်က ဧရာမသမားတော်ကြီး မဟုတ်ပါ။ သူလို ငါလို ဆရာတစ်ယောက်သာ ဖြစ်ပါသည်။

သမားဖြစ်လာတဲ့နောက်မှာတော့ ရောဂါရှောင်၍ မဖြစ်တော့ ပါ။ ကတိခံပြီးသား ဖြစ်နေပြီဖြစ်၍ ကုသမှုကို ကျွန်တော် စတင် ရပါတော့မည်။

ကျွန်တော်သည် လူနာ၏ ခြေရင်းဘက်ခပ်ကျကျတွင် နေရာ သူ၍ လူနာ၏ လက်ယာဘက်ခြေချောင်းကလေးကြား ဆေးတောင့် ထားကာ နည်းနည်းကလေးလှည့်လိုက်သည်နှင့်တစ်ပြိုင်နက် တီကို ဆားနှင့်တို့လိုက်ဘိသကဲ့သို့ လူနာသည် ခြေထောက်ကို ဆတ်ခနဲ ဆဲအောင် တအားဆောင့်ရုန်းကာ ကြမ်းပါလေတော့သည်။

ကျွန်တော်သည် ထိုအဖြစ်မျိုးကို ကျောင်းသားဘဝတုန်းက စွဲရှင်များထဲတွင်သာ မြင်ခဲ့ဖူးပါသည်။ အပြင်မှာ တစ်ခါမှ မမြင်ခဲ့ ခူးပါ။

ယခု ကြုံရပါလေပြီ။ တကယ့်ရုပ်ရှင်ထဲက စုန်း၊ တစ္ဆေ၊ အဝေးကား ကြည့်နေရသလား ထင်ရပါသည်။ ပြောလိုက်သည့် စကားများမှာလည်း စုံတကား ဖေ့ပါတော့သည်။



ငါ့ကို ဘာမှတ်လို့လဲ သေသွားချင်သလား။ မတောက်တခေါက်  
ပညာနဲ့ ငါ့ကိုစမ်းသလား။ စသည်များလည်း ပါပါသည်။

ထူးခြားသည်မှာ သူ့ဘယ်လောက်ကြမ်းနေနေ ကျွန်တော်  
သူ့ကို ကြောက်စိတ်လုံးဝ မရှိခဲ့ပါ။ အားနဲ့သော မိန်းကလေး  
တစ်ဦးမို့မဟုတ်ပါ။ အလားတူဖြစ်ရပ်မျိုးများ ကျွန်တော်  
ကြုံခဲ့ဖူးပါသည်။ ကြုံကြိုက်သောအခါတိုင်း ကျွန်တော်  
တုန်လှုပ်မှု မဖြစ်ခဲ့ပါ။

ဤသည်မှာ ကျွန်တော်၏ ထူးခြားချက် ဖြစ်ပါသည်။  
သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့် အစွမ်းကြောင့်ပဲလားတော့ ကျွန်တော် မပြော  
တတ်ပါ။

ဤမှာဘက်တွင် လိုက်စားကြသော ဆရာအချို့ကမူ ကျွန်တော်  
တွင် အစောင့်ရှိသည်ဟု ပြောကြပါသည်။ (မှတ်ချက်။ ။ ၎င်း  
အစောင့်ကိစ္စ နောင်အလျဉ်းသင့်က ကျွန်တော်ရေးသားပါဦးမည်။)

ဘာအစောင့်ရှိသလဲတော့ မသိပါ။ သိအောင်လည်း ကျွန်တော်  
မကြိုးစားခဲ့ပါ။ ကောင်းတာလုပ်လျှင် ကောင်းတာဖြစ်မှာပဲ။ ငါ  
မကောင်းတာ လုပ်တာမှမဟုတ်တာ။ မကောင်းတာ မဖြစ်နိုင်ဟူသော  
ခံယူချက်သာ ကျွန်တော့်တွင်ရှိပါသည်။

ကျွန်တော်က လူနာများအပေါ် ဘယ်သောအခါက  
ပညာမပြခဲ့ပါ။ တစ်ရက်နှင့်ပျောက်နိုင်သောလူနာကို တစ်ရက်  
ဖြင့်ပင်ပျောက်အောင် ကုသခဲ့ပါသည်။

ရက်ဆွဲ၍ ပညာပြကုသလေ့မရှိပါ။ အထူးသဖြင့် လာဘ်  
လာဘာကို မျှော်ကိုး၍ အချိန်ဆွဲ၍ ကုသခြင်းမျိုး လုံးဝမရှိခဲ့ပါ။

ထို့ကြောင့် လူနာကြမ်းနေသည့်ကြားမှပင် ကျွန်တော် ဆက်ကုဖို့  
သွားပါသည်။ သို့သော်လူနာက တစ်စထက်တစ်စ အပြောအဆို  
အမူအရာပါ ပိုမိုကြမ်းလာသောအခါ အိမ်ရှင်အရာရှိကြီး  
တော်က တစ်ခန်းထပ်တော့သည်။

အရာရှိကြီးကတော်သည် လူနာအမျိုးသမီး၏ နောက်မှ  
ထိုင်ကာ ဒါငါ့အိမ်၊ ငါ့ကိုဘာမှတ်နေလို့လဲ။ ငါ ကျောကြီး  
ညှိုးရ၊ ကျောကွဲသွားရော့မယ်ဟုဆိုကာ လူနာအမျိုးသမီးအား  
တော့မည့်ဟန်ဖြင့် လက်ကိုမြှောက်၍ ရွယ်လိုက်ပါသည်။

ဤတွင် ဘယ်သောအခါကမျှ မော်၍ မကြည့်ဝံ့သော  
လူနာအမျိုးသမီးသည် အိမ်ရှင်အမျိုးသမီးအား မျက်ထောင့်နီ  
ကြီးဖြင့် ကြည့်ကာ ငါ့ကို ထိဝံ့ထိကြည့်စမ်း၊ ငါ့အကြောင်း  
သိသွားမယ်ဟုဆိုကာ ယောက်ျားကြီးနှစ်ယောက် ချုပ်ကိုင်  
ထားသည့်ကြားမှ အတင်းရုန်းပါတော့သည်။

၎င်း၏ ရုန်းကန်မှုအား မည်မျှပြင်းထန်ပါသနည်းဆိုသော်  
အိမ်လက်တွင်ဝတ်ထားသော ရွှေလက်ကောက် တစ်ကွင်းသည်  
မိုင်းကျိုးကာ ၎င်း၏လက်ကို စူးဝင်သည်အထိ ဖြစ်ခဲ့ပါသည်။

ဤတွင် ကျွန်တော် သတိမူစဉ်းစားရပါတော့သည်။ ဘရသေ့  
သတိပေးစကားကိုလည်း ချက်ချင်းပြေး၍ သတိရမိပါသည်။

သား လူနာကြမ်းတိုင်း လိုက်မကြမ်းနဲ့။ အထူးသဖြင့်  
အသားစကား မပြောမိလေနဲ့။ မေတ္တာရပ်ခံစကားသာပြောဟူသော  
မဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်တော့် ဇနီးကလည်း စိတ်ပူလှသဖြင့် ကျွန်တော့်အား  
ဆက်လက်မကုတော့ရန် တတွတ်တွတ်ပြောနေပါသည်။

လူနာအနီးရှိ အရာရှိကြီးကတော်နှင့် ချုပ်ကိုင်ထားသူ လူနာ  
ခင်ပွန်းသည်နှင့် အဖော်အမျိုးသားကြီးကလည်း လူနာ၏ ခြေလှမ်း  
တို့ကို ချုပ်ကိုင်ထားလျက်ကပင် ကျွန်တော့်အား ဆရာ ဘယ်  
သဘောရသလဲ၊ ဘာဆက်လုပ်ရမလဲ ဟူသော သဘောဖြင့် မေး  
သယောင် ကျွန်တော့်အား ကြည့်နေကြပါသည်။

ဤတွင် ဘရသေ့၏ သတိပေးစကားအတိုင်း ကျွန်တော်  
မူလစိတ်ဖြစ်သော သူကြမ်းလျှင် ကိုယ်ကလည်း ပြန်ကြမ်းလိုက်  
ဟူသော စိတ်ကို အစွမ်းကုန်ချိုးနှိမ်ကာ လူနာအမျိုးသမီးအ  
ဤသို့ ပြောကြားလိုက်မိပါသည်။

‘ဆရာဟာ သမီးရဲ့ရန်သူ မဟုတ်ဘူး၊ သမီးရဲ့အိမ်  
မိခင်ကြီးကိုယ်တိုင်နဲ့ သမီးရဲ့ ခင်ပွန်းတို့ကိုယ်တိုင်က မေတ္တာ  
ရပ်ခံလို့ သမီးရောဂါပျောက်စေလိုတဲ့ စေတနာသက်သက်  
ကုနေတာ၊

သမီးနဲ့တကွ ဘယ်သူ့ကိုမှ နစ်နာစေလိုတဲ့ဆန္ဒ မရှိဘူး  
ဒါကြောင့် ဆရာရဲ့ မေတ္တာကို သမီးကလဲ မေတ္တာနဲ့  
တုံ့ပြန်ပါ’ ဟု ပြောလိုက်မိပါသည်။

မေတ္တာ၏အစွမ်း အံ့မခန်း ဖြစ်ရပါပေစွ။ စောစော  
မျက်ထောင့်နီကြီးဖြင့် မြင်မြင်သမျှ လူအားလုံးကို စားမတတ်  
ဝါးမတတ်ကြည့်နေသော လူနာသည် ချက်ချင်းဆိုသလို ဟင်း  
နေအောင် သက်ပြင်းကြီးချကာ လူကောင်းပကတိအသွင် ပြန်ပြောင်း  
သွားပါတော့သည်။

ဤတွင်မှ လက်ကောက်ကျိုး၍ အစူးခံရသော သူ့လက်  
ကလည်း နာမှန်းသိလာဟန်တူပါသည်။ သူ့လက်ကိုလည်းကြည့်

ကျွန်တော်တို့ကိုလည်း ကြည့်ရင်း ယောင်တောင်တောင် ဖြစ်နေပါ  
သည်။

စောစောက သူမ ဘာတွေဖြစ်၍ ဖြစ်ခဲ့မှန်း သိဟန်မတူပါ။  
ဤတွင်မှ ကျွန်တော် စီရင်ထားသော (ဤနေရာတွင် ကျွန်တော်စီရင်  
ထားသောဟူသည့် အသုံးသည်ပင် အဆီလျော်ဆုံးဟု ယူဆပါ၍  
ဤကားကို သုံးလိုက်ပါသည်။ စကားလုံး ကြီးကျယ်သွားပါက  
သွတ်ကြစေလိုပါသည်။) ရေမန်းကို ၎င်း၏ ခင်ပွန်းကို တိုက်ကြည့်  
ပါသည်။

သို့သော် မသောက်လိုပါဟုငြင်းဆန်နေပါသဖြင့် လတ်တလော  
တိုက်ဖြစ်ခဲ့ပါ။

အတန်ငယ် အသားကျလာသောအခါမှ ၎င်း၏ ခင်ပွန်းဖြစ်သူ  
လက်တို့ခေါ်၍ ၎င်းတို့ကွယ်ရာတွင် တိုင်ပင်ရပါသည်။

အချို့ဆရာများ အဆိုအရ ၎င်း၏ဇနီးသည် ဤလူနာ  
အမျိုးသမီးသည် သိုက်မှလာသူဖြစ်သည်။ ၃၈ နှစ်ပြည့်လျှင်  
တိုက်သို့ပြန်ရမည်။ ယခု သူမ၏ အသက်လည်း ၃၈ နှစ်ပြည့်ကာ  
ပြည့်ဟု ဆိုသည်။

ကျွန်တော် အတင်းအဓမ္မချုပ်ကိုင်၍ ခပ်ကြမ်းကြမ်းကုသပါက  
ရောဂါပျောက်ကောင်းလည်း ပျောက်သွားနိုင်ပါသည်။ သို့မဟုတ်  
အိုင်ဆေးတောင့် စွမ်းရည်ဒဏ်ကို မခံနိုင်သဖြင့် ဝိညာဉ်ပါ  
ဝင်စဉ်က သေကောင်းလည်း သေသွားနိုင်သည်။

ဤမှာဘက်တွင် ကျွန်တော် လုံး ၀ အတွေ့အကြုံမရှိသေး။  
အိုင်ဆေးတောင့်စွမ်းအား မည်မျှထက်မြက်သည်ကိုလည်း ကျွန်တော်  
မသိကျကျ မသိသေး။



ယိုးကြောင့် ကျွန်တော် ဘာဆက်လုပ် စေချင်ပါသလဲ ဆေးတောင့်နဲ့ပဲ ဆက်လှည့်စေချင်သလား၊ ဤမျှနှင့်ပင် ရပ်တန့် စောင့်ကြည့်စေချင်သလား၊ ဆန္ဒကို ပွင့်ပွင့်လင်းလင်း ပြောဖို့ ပြောမိပါသည်။ ကျွန်တော် ခင်ဗျားဆန္ဒ၊ ခင်ဗျားအဆုံးအဖြတ်အထိ ဆောင်ရွက်ပေးပါမည်ဟု ပြောမိပါသည်။

ပရိသတ်များ ခင်ဗျား၊ လူနာအမျိုးသမီး၏ ခင်ပွန်းဖြစ်သူ စကား မည်သို့ပါလဲဟု ပရိသတ်များ သိချင်ကြမည်ထင်ပါသလား။

သိလည်း သိရပါမည်။ ဇနီးချစ်သော ခင်ပွန်းသည်တစ်ယောက်က သူ့ဇနီးသေသွားရင်လည်း သေသွားပါစေ၊ ကုမုသာ ဆက်တမ်း ဆရာဟု အဘယ်မှာလျှင် ပြောပါအံ့နည်း။

သူက ဤသို့ဆိုပါသည်။ ဆရာရယ်၊ သူ့အထုံပါလို့ သို့မဟုတ် ပြန်ခေါ်တဲ့အခါမှ သေချင်လည်း သေပါစေ၊ အခုချက်ချင်း အကောင်းသားနေရင်းက ဝုန်းခိုင်းနဲ့ သေသွားတာမျိုးတော့ ကျွန်တော် မမြင်စေချင်ပါဘူး ဆရာ။

ဒါကြောင့် ဒီမျှနဲ့ပဲရပ်တန့်ပြီး စောင့်ကြည့်စေချင်သေးတယ် ဆရာ၊ နောက်ပြီး ခုအချိန်အထိတော့ ဆရာမက ရပ်ခံထားတာ အဆင်ကို ချောလို့ပဲ။ ဆရာ့ကိုလဲ သိပ်ကျေးဇူးတင်ပါတယ် ဆရာဟု ဆိုပါသည်။

ပရိသတ်များ ခင်ဗျား၊ ကျွန်တော်ကလည်း ဤသို့ဖြစ်စေ ဤလမ်းကို ခင်းပေးခဲ့ခြင်းသာဖြစ်ပါသည်။ ယခု လူနာ၏ ခင်ပွန်း၏ အဖြေက ကျွန်တော်မျှော်မှန်းထားသည့်အတိုင်း ကျွန်တော် ဖြစ်ချင်သည့် ဆန္ဒအတိုင်း ကွက်တိပင် ဝင်လာပါသည်။

ကျွန်တော် စိတ်ချမ်းသာသွားပါသည်။ အကယ်၍ ခင်ပွန်းသည် လုပ်သူကသာ သူ့ဇနီး သေချင်လည်း သေသွားပါစေ၊ ဆက်ကုမုသာ တူပါဆရာဟု ဆိုလာပါလျှင် ကျွန်တော် ကြမ်းရအခက် ၊ နုရအခက် ဖြစ်ပါမည်။

ခပ်ကြမ်းကြမ်းကုလိုက်၍ မတော်တဆ လူနာသေသွားပါလျှင် ကျွန်တော်တရားခံ ဖြစ်ပါမည်။ ဆေးတောင့်က မည်မျှ စွမ်းမှန်းလည်း သေ၊ ဘာတွေနဲ့ စီရင်ထားမှန်းမသိ၊ လျှော့ပေးပြန်ရင်လည်း လူကြောက်ဟု ထင်သွားကြဦးမည်။

ဤသို့လည်း အထင်မခံနိုင်၊ ယခုတော့ တိုင်း၍ရက်သည့် ပက္ကလာ၊ မိုးရွာသည်နှင့် အခန့်သင့်ဟူသော စကားကဲ့သို့ ကျွန်တော် ဖြစ်စေ လိုသည့် ဆန္ဒအတိုင်း ကွက်တိဝင်လာပြီဖြစ်၍ ကျွန်တော်က ဤသို့ ပြောလိုက်မိခဲ့ပါသည်။ (ပရိသတ်များ ကျွန်တော် ပြောစကားကို သိရလျှင် ပြီးမိကြပါလိမ့်မည်။)

‘အေးဗျာ၊ ကျွန်တော်ကတော့ ခင်ဗျားဇနီးရဲ့ ရောဂါကို ရှင်းရှင်းပျောက်သည်အထိ အပြတ်ကုချင်တာ၊ အခု ခင်ပွန်းသည် ဖြစ်တဲ့ ခင်ဗျားကိုယ်တိုင်က ဤမျှနှင့်ပဲ ရပ်တန့် စေချင်တယ် ဆိုတော့ ခင်ဗျားဆန္ဒအတိုင်းပဲ ဖြစ်ရမှာပေါ့’ ဟု ခပ်တည်တည်ဖြင့်ပင် ပြောကြားခဲ့ပါသည်။

ပရိသတ်များအား တစ်ခုတင်ပြစရာ ရှိသည်မှာ ကျွန်တော် စီရင်ခဲ့သော ရေမန်းကို ချက်ချင်းတိုက်၍ မရသေးလျှင် သူမ သောက်လေ့သောက်ထရှိသော ရေအိုးထဲတွင် ၎င်းရေမန်းရေကို ထည့်ထားပါ။ သူ သောက်လိုသောအခါတွင်မှ သူ့ဆန္ဒအလျောက် သောက်ပါစေဟုဆိုကာ ရေမန်းရေ တစ်ပုလင်းကို ပေးခဲ့ပါသည်။

ယင်းရေမန်းရေဖြင့်ပင် ကွမ်းရွက်စိမ်းကိုချေ၍ ဆားကလေး ပါတယ်ဆိုရုံထည့်ကာ မျက်စဉ်းခတ်ပေးရန်လည်း မှာခဲ့ပါသည်။

ကျွန်တော် ပြန်လာသောအခါ လူနာ အမျိုးသမီးသည် ကျွန်တော့်အား ရိုသေကျိုးနွံစွာဖြင့် ကျေးဇူးတင်ပါတယ်ဆရာဟု နှုတ်ဆက်စကား ပြောကြားခဲ့သည်ကို ယနေ့အထိ အမှတ်ထင်ထင် ရှိနေဆဲဖြစ်ပါသည်။

အမျိုးသမီး၏ ခင်ပွန်းသည်သည် ကျွန်တော်မှာကြားခဲ့သည့် အတိုင်း ရေမန်းရေကိုလည်း သောက်စေပါသည်။ မျက်စဉ်းလဲ ခတ်ပေးသည်ဟု ဆိုပါသည်။

မျက်စဉ်းခတ်သောအခါ ကလန်ကဆန် ပြုမူခြင်းမရှိဘဲ ငြိမ်သက်စွာပင် မျက်စဉ်းခတ်ခံသည်ဟု ဆိုပါသည်။

ထူးဆန်းသည်မှာ သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်ကပင် စွမ်း၍လား၊ ကျွန်တော့် မေတ္တာရပ်ခံချက်ကပင် ထိရောက်၍လား၊ ရေမန်းတန်ခိုး ကြောင့်လား၊ (သို့တည်းမဟုတ်) သူမမှာ သိုက်ကလာသူဖြစ်သည်၊ ၃၈ နှစ်ပြည့်လျှင် သိုက်သို့ပြန်ရမည်ဟူသော ပယောဂဆရာများ၏ အဆိုအမိန့်ပင် မှား၍လောတော့ မသိ။

လူနာအမျိုးသမီး မ.....သည် ယနေ့ အသက် ၄၆ နှစ်ပင် ရှိနေပါပြီ။ သိုက်သို့လည်းမပြန်ရပါ။ သေလည်း မသေပါ။ မသေရုံ မျှသာမက ထိုနေ့မှစ၍ သတိလစ် မေ့မြောခြင်းလည်း လုံးဝ(လုံးဝ) မရှိတော့ဟု ဆိုပါသည်။

မည်သို့ဆိုစေ၊ ကျွန်တော် ဤသို့သော လူနာမျိုးကို ဤဘဝ ဤမျှနှင့်ပင် ဆလံတိုက်လိုက်ပါပြီ၊ နောက်ထပ်လည်း အလားတူ ရောဂါမျိုးကို မကုလိုတော့ပါ။

စိတ်မောရလွန်းပါသည်။ သည်းထိတ်ရင်ဖို ဖြစ်ရလွန်းပါသည်။ ဤရောဂါမျိုးကို ကျွန်တော်ဆက်လက်ကုပေး၍ အောင်မြင်ခဲ့ပါက ကျွန်တော့်အား ပယောဂဆရာဟု အမည်တပ်ကြပါမည်။

ကျွန်တော့် စရိုက်နှင့်လည်း မကိုက်၍ ပယောဂဆရာအမည်ကို မတပ်မခံနိုင်ပါ။ ကျွန်တော်ကုသ၍ မအောင်မြင်ပါက ဘယ်လို ကျိုးဆက်တွေ ဖြစ်လာမည်ကို ကျွန်တော် လုံးဝမသိပါ။

သို့ပါ၍ စာဖတ်ပရိသတ်များအားလုံး သိရှိအောင်တစ်ခုတော့ ဆေးလေးနက်နက်ကြီး ပြောလိုက်ချင်ပါသည်။

အလားတူ ရောဂါသည်များရှိပါက ကျွန်တော့်ထံ လုံးဝ မလာကြပါနှင့်။ လုံးဝမစေလွှတ်ကြပါနှင့်။ ကျွန်တော် လုံးဝလက်ခံ၍ ကုမည်မဟုတ်ပါ။ ရေးဆလံ၊ နီးဆလံပါဟူ၍။

\*

သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်နှင့် သွေးတိုးရောဂါ

အသီးကို မျိုးပြတ်အောင်ခြွေလိုလျှင် အပင်ကိုလှဲမှ ဖြစ်ပါမည်။ အပင်ကိုမလဲဘဲ အသီးကို ခြွေရုံမျှနှင့်တော့ အသီးမျိုးဆက် ပြတ်မည် မဟုတ်ပါ။ အပင်ရှိနေသရွေ့အသီးများ ဆက်လက်သီးပွင့် ရှင်သန်နေဦးမည်သာ ဖြစ်ပါသည်။

ယနေ့လူသားတို့သည် နှလုံးရောဂါနှင့် လေငန်းရောဂါဆိုလျှင် သေမတတ်ကြောက်ရွံ့ကြပါသည်။ ကြောက်လည်း ကြောက်နို့ထိုက်လှပါသည်။

အကြောင်းမှာ ယနေ့ ကမ္ဘာတွင် ကြောက်စရာအကောင်ဆုံး လူသတ်ရောဂါကို ဖော်ပြပါဟုဆိုလျှင် နှလုံးရောဂါကိုယ် ဖော်ပြရပါလိမ့်မည်။

မှန်ပါသည်။ နှလုံးရောဂါသည် ယနေ့ကမ္ဘာတွင်ဖြစ်ပွားမှုနှင့် အများဆုံးနှင့် သေပျောက်မှုနှုန်း အမြင့်မားဆုံးရောဂါ ဖြစ်ပါသည်။

အလားတူပင် လူသားတို့အား နှစ်ရှည်လများရှင်လျက်နှင့် သေနေသူအလား ဖန်တီးထားတတ်သည့်ရောဂါကို ဖော်ပြပါဟုဆိုလျှင် လေငန်းရောဂါကိုပင် ဖော်ပြရပါလိမ့်မည်။

အိမ်တစ်အိမ်တွင် မိသားစုဝင်တစ်ယောက် လေငန်းရောဂါခံစားနေရပါက ၎င်းရောဂါသည် ကာယကံရှင် ရောဂါသည်ကိုသာမက တစ်အိမ်သားလုံးကိုပင် သူမနေရာ ကိုယ်မနေရဖြစ်အောင် ဒုက္ခပေးပါတော့သည်။

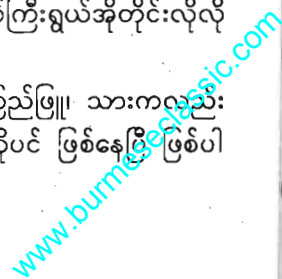
ထို့ကြောင့် လေငန်းရောဂါနှင့်ပတ်သက်၍ သက်ကြီးရွယ်အို အတော်များများက ဤသို့ ပြောလေ့ပြောထရှိကြပါသည်။

ငါတော့ဟေ့ လေငန်းရောဂါသည်ဘဝ၊ ဒုက္ခိတကြီးအဖြစ် နဲ့တော့ အသက်ရှင်မနေချင်ဘူး။ အဲဒီရောဂါကြီးကို နှစ်ရှည်လများ ခံစားပြီး အသက်ရှင်နေမယ့်အစား ဝုန်းဒိုင်းနဲ့ သေသွားတာမှ ကြိုက်သေးတယ်။

အဲဒီလို သေသွားတာက ဘယ်သူ့မှလည်း ဒုက္ခမပေးတော့ဘူး။ ဘယ်သူ့ရဲ့ အငြိအငြင်မှလဲ မခံရဘူး။ ဒီရောဂါကြီး ကြာရှည်စွဲခံစားနေရရင် ကြာတော့ မယားကလည်းမကြည်ဖြူ၊ သားသမီးကလဲ မကြည်ဖြူ ဖြစ်လာတတ်ကြတယ်' ဟု ပြောလေ့ပြောထ ရှိကြပါသည်။

မှန်ပါသည်။ ဤစကားမျိုးကို သက်ကြီးရွယ်အိုတိုင်းလိုလိုက ပြောကြခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ကြာလာတော့ မယားကလည်း မကြည်ဖြူ၊ သားကလည်း မကြည်ဖြူ ဖြစ်လာတတ်သည်မှာ ဓမ္မတာလိုပင် ဖြစ်နေပြီဖြစ်ပါသည်။



ဘယ်လောက် စိတ်ရှည်ပါသည်။ သည်းခံပါသည်ဆိုသော မယားဖြစ်စေ၊ သားသမီးဖြစ်စေ ကြာလာတော့ ပြီးငွေ့လာတတ်ကြသည်။ စိတ်မရှည် ဖြစ်လာတတ်ကြပါသည်။

ဝေဒနာရှင်မှာကြာတော့ ဝေဒနာ၏ ဖိစီးမှု၊ စိတ်ပိုင်းဆိုင်ရာ ကျဆင်းမှုတို့ကြောင့် လုံးပါးပါးကာ ဘဝနိဂုံး ချုပ်ကြရသည်သာ များပါသည်။

ထို့ကြောင့် ဤကြောက်စရာ ဝေဒနာဆိုးကြီးနှစ်ခု၏ဒဏ် မခံကြရလေအောင် နည်းလမ်းရှာကြံကြဖို့ လိုပါသည်။ သေသောသူ ကြာလျှင်မေ့၊ ပျောက်သောသူ ရှာရင်တွေ့၍ လိုလျှင်ကြံဆ နည်းလမ်းရစေ ဖြစ်ပါသည်။ နှလုံးရောဂါ ဘာကြောင့်ဖြစ်ရသလဲ၊ လေငန်းရောဂါဘာကြောင့် ဖြစ်ရသလဲ၊ အဓိကတရားခံဟာ ဘယ်သူလဲ၊ ရှာကြရပါမည်။

ယနေ့ အနောက်နိုင်ငံ ဆေးလောကသာမက မြန်မာ့ တိုင်းရင်း ဆေးလောကပါ လက်ခံထားကြသည်မှာ

(နှလုံးရောဂါအစ သွေးတိုးက၊ လေငန်းရောဂါအစ သွေးတိုးက ဟူ၍ ဖြစ်ပါသည်။)

ထို့ကြောင့် သွေးတိုးရောဂါသည် နှလုံးရောဂါနှင့် လေငန်းရောဂါတို့၏ ပင်မတရားခံ ဖြစ်ပါသည်။

နှလုံးရောဂါရှိသူတိုင်း သွေးတိုးရှိကြသည်။ လေငန်းရောဂါ ဖြစ်သူတိုင်း သွေးတိုးရှိကြသည်ဟု မဆိုလိုသော်လည်း သွေးအလွန်တိုးသူတိုင်း နှလုံးရောဂါရှိလာတတ်ကြ၍ သွေးအလွန်တိုးသူတိုင်း လေဖြတ်ခံထိကြသည်ကတော့ သေချာပါသည်။

ထို့ကြောင့် နှလုံးရောဂါနှင့် လေငန်းရောဂါတို့ကို ကြောက်စရာ အဆိပ်သီးကြီးများနှင့် နှိုင်းယှဉ်ခဲ့ပါသော် သွေးတိုးရောဂါကို ကြောက်စရာ အဆိပ်ပင်ကြီးနှင့် နှိုင်းယှဉ်သင့်ပါသည်။

အကြောင်းမှာ နှလုံးရောဂါနှင့် လေငန်းရောဂါတို့သည် သွေးတိုးရောဂါ၏ အသီးအပွင့်များနှင့် သဏ္ဍာန်တူ၍ ဖြစ်ပါသည်။

သို့ပါ၍ နှလုံးရောဂါမဖြစ်လိုသူတိုင်း၊ လေငန်းရောဂါမခံလိုသူတိုင်း သွေးတိုးရောဂါမရှိအောင် ဂရုပြုကြဖို့လိုပါသည်။

ဤတွင် သွေးတိုးရောဂါဆိုတာ ဘာကို ခေါ်တာလဲ၊ သွေးတိုးရောဂါ ဘာကြောင့် ဖြစ်လာရသလဲ။ သွေးတိုးရောဂါဖြစ်မလာအောင် ဘယ်လို ကာကွယ်ကြမလဲ။ ဖြစ်တည်ခံစားနေရပြီဆိုရင် ခံစားနေရတဲ့ သွေးတိုးရောဂါ ပျောက်သွားအောင် ဘယ်လိုလုပ်ကြရမလဲ၊ ခွဲစားကြရသည်။

အဖြေရှာကြရပါမည်။ လိုလျှင်ကြံဆ နည်းလမ်းရမည်ဖြစ်၍ အနာရှိက ဆေးရှိရမည်။ ဆေးရှိလျှင်ရောဂါပျောက်ရမည်သာ ဖြစ်ပါသည်။

အချို့က သွေးတိုးရောဂါကို ပျောက်အောင်ကု၍ မရနိုင်သော ရောဂါဟု ဆိုကြပါသည်။ ဤအဆို လုံးဝမမှန်ပါ။ ပျောက်အောင် ကုလျှင် ပျောက်ပါသည်။

တစ်ခုတော့ရှိပါသည်။ ဆောင်စရာရှိတာဆောင်၍ ရှောင်စရာရှိတာတော့ ရှောင်ကြရပါမည်။

တစ်ကြိမ်ကုထားလျှင် တစ်သက်လုံး ပျောက်သွားမည်တော့ မဟုတ်ပါ။ ကိုယ့်ဘက်ကလည်း ဆင်ခြင်သင့်တာ ဆင်ခြင်ကြရပါမည်။



ဥပမာ- ဝမ်းလျော့နေသူအား ဝမ်းရပ်ဆေး တိုက်ကျွေးလိုက်လျှင် ဝမ်းရပ်သွားမည်သာ ဖြစ်ပါသည်။ ဝမ်းဆက်မလျှော့စေလိုလျှင် ဝမ်းနူးစာများကို သတိပြု ရှောင်ရှားရပါမည်။

ဝမ်းသွားလည်း ရပ်စေလိုသည်။ ဝမ်းနူးစာများဖြစ်သော ဥပမာ- ပဲဟင်းရည်၊ အချဉ်ရည် စသည်တို့ကို မဆင်မခြင် တစ်ဝတစ်ပြီ စားသုံးနေမည်ဆိုပါလျှင်မူ ဝမ်းဆက်လျှော့နေမည်သာ ဖြစ်ပါသည်။

ဤဥပမာအတိုင်းပင် ရောဂါဟူသမျှ ဆောင်စရာ၊ ရှောင်စရာ တွေ ရှိကြပါသည်။ သွေးတိုးရောဂါတွင်လည်း အလားတူပင် ဖြစ်ပါသည်။

သွေးတိုးရောဂါကို အနောက်တိုင်းအခေါ်အရ (hypertension) ဟိုက်ပါတန်ရှင်းဟု ခေါ်ပါသည်။

မြန်မာလိုဆီလျော်အောင် ဘာသာပြန်ဆိုရသော် (စိတ်တင်းကြပ်မှုပိုသော ရောဂါ)ဟု ပြန်ဆိုရသော် သင့်မည်ထင်ပါသည်။

စိတ်တင်းကျပ်မှုပိုသော ရောဂါကို အများနားလည်အောင် ထပ်ဆင့် ပြန်ဆိုရသော် (စိတ်သောကများ၍ ဖြစ်ရသောရောဂါ)ဟု ဆိုနိုင်ပါသည်။

ကျွန်တော့်အနေဖြင့်မူ သွေးတိုးရောဂါကို (hyper tension) ဟိုက်ပါတန်ရှင်း သောကများ၍ ဖြစ်ရသောရောဂါဟု အမည်တပ်ထားသည်ကို မကြိုက်လှပါ။

အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် (တဲန်းရှင်းများသူတိုင်း) သောကများသူတိုင်း၌ သွေးတိုးရောဂါမရှိကြသလို (ဘာတဲန်းရှင်း) ဘာ

သောကမျှ မရှိကြဘဲ ပေါ့ပေါ့နေ၊ ပေါ့ပေါ့စားမိမိကျကျဖြင့် ကောင်းပေ သော အစာအာဟာရတွေ စားနေကြသူအတော်များများ၌လည်း သွေးတိုးရောဂါရှိနေကြ၍ ဖြစ်ပါသည်။

ထို့ကြောင့် (Tension) တဲန်းရှင်းများခြင်း၊ စိတ်တင်းကျပ်မှု ပိုခြင်း၊ သောကပွားခြင်းသည် သွေးတိုးရောဂါဖြစ်ရန် အချက် တစ်ချက်အနေဖြင့် ပါဝင်နိုင်သော်လည်း အဓိကအချက်ကြီး တစ်ချက်တော့ မဟုတ်ပါဟု ဆိုချင်ပါသည်။

ဒါဖြင့် သွေးတိုးရောဂါဖြစ်ဖို့ ဘာတွေက အဓိကအချက် တွေလဲဟု မေးသင့်ကြပါသည်။ ဤမေးခွန်းကို ကျွန်တော်ဖြေပါမည်။

အောက်ပါအချက်များတို့သည် သွေးတိုးရောဂါဖြစ်ခြင်း၏ အကြောင်းရင်းများ ဖြစ်ကြပါသည်။

၁။ ဝိဇ

မွေးရာပါဗီဇသည် သွေးတိုးရောဂါဖြစ်ခြင်း၏ အကြောင်းရင်း တစ်ရပ်ဖြစ်ပါသည်။

မိမိ၏ မျိုးရိုးထဲတွင် သွေးတိုးရောဂါရှိပါက မိမိတွင်လည်း သွေးတိုးရောဂါရှိလာနိုင်ပါသည်။

ဗီဇကတော့ ရှောင်လွှဲ၍ မရနိုင်ပါ။ သို့သော် ဗီဇတစ်ခုတည်း ကြောင့် သွေးတိုးရောဂါ ပြင်းပြင်းထန်ထန်တော့ မဖြစ်နိုင်ပါ။

မိမိတွင် သွေးတိုးရောဂါဗီဇရှိသည်ဟု သတိပြုဆင်ခြင်ပါက အတူရောက်သည်အထိ မဖြစ်နိုင်ပါ။ သို့သော် ထိုအဆိုးဗီဇကို အကောင်းရလဒ်ဖြစ်လာအောင် ဆင်ခြင်နိုင်ပါလျှင် ထိုအဆိုးသည်ပင် အန္တရာယ် ပိုမိုကောင်းဖို့ ဖြစ်လာနိုင်ပါသည်။

ဥပမာ- သင်၏ မျိုးရိုးတွင် သွေးတိုးရောဂါရှိသည်ဆိုပါစို့။ ဤသို့ သွေးတိုးရောဂါကြောင့် သင်က ကြိုတင်သိရှိထားပါလျှင် ငါ့မိဘ မျိုးတွင် သွေးတိုးရောဂါသည်။ ထို့ကြောင့် ငါ့မှာလည်း အချိန်မရွေး သွေးတိုးရောဂါ ရှိလာနိုင်သည်။

သွေးတိုးရောဂါရှိလျှင် မဆင်ခြင်ပါက တစ်နေ့နှလုံးရောဂါ ဖြစ်လာနိုင်သည်။ သို့မဟုတ် တစ်နေ့ လေငန်းရောဂါဖြစ်လာ နိုင်သည်။

ထို့ကြောင့်အစားအသောက် အနေအထိုင်မှစ၍ ဒေါသ၊ သောက တို့ကို ငါ ဆင်ခြင်ထိန်းသိမ်းမှ ဖြစ်မည်ဟူသော အသိ လည်းရှိ၍ အမှန်တကယ်လည်း ဆင်ခြင်ပါလျှင် သင် သွေးတိုးရောဂါဘေး၊ နှလုံးရောဂါဘေးနှင့် လေငန်းရောဂါ ဘေးတို့မှ ကင်းဝေးနိုင်ပါကြောင်း ရဲဝံ့စွာ ပြောကြားလိုပါသည်။

ပမာအားဖြင့်ဆိုသော် မိမိလျှောက်လှမ်းရမည့် လမ်းတွင် ဆူးရှိမှန်း သိထားသူသည် ခြေလှမ်းတိုင်း ခြေလှမ်းတိုင်းကို သတိထား၍ လှမ်းနေမည်သာ ဖြစ်ပါသည်။

သတိထား၍ လှမ်းနေသောသူသည် ဆူးစူးခံရသည်တိုင် အစူးသက်သာမည်သာ ဖြစ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် အဆိုဗီဇကို အကောင်းရလဒ်ထွက်လာအောင် ဆင်ခြင်ကြဖို့ သတိပေးလို ပါသည်။

၂။ ဝလွန်းခြင်း

ဝလွန်းသောသူသည် ပိန်သောသူထက် သွေးတိုးရောဂါဖြစ်ဖို့ အလားအလာ ပိုများပါသည်။

www.burmeseclassic.com

ဤသို့ဆိုလျှင် လူပိန်များ သွေးတိုးရောဂါမဖြစ်ဟု ဆိုခြင်း မဟုတ်ပါ။ လူကပိန်ပါလျက် သွေးတိုးရောဂါ ရှိနေသူတွေ အနမတဂ္ဂ ဖြစ်ပါသည်။

သို့သော် ရာခိုင်နှုန်းအားဖြင့် ဝသူက ပိန်သူထက် ပိုပါသည်။ ဝလွန်းသောသူ ရောဂါထူတတ်ပါသည်။

အနောက်နိုင်ငံများတွင် ဆိုရိုးစကားတစ်ခုရှိပါသည်။ ခါးပတ် ရှည်အောင် သတိထား၊ ခါးပတ်ရှည်သူ ရောဂါထူသည်ဟူ၍ ဖြစ်ပါသည်။

ဆိုလိုသည်မှာ ဝလာလျှင် ဗိုက်ထွက်လာမည်၊ ဗိုက်ထွက်လာ လျှင် ခါးပတ်ရှည်လာမည်။

ထို့ကြောင့် ဗိုက်မထွက်စေနှင့်၊ မဝ၊ စေနှင့်၊ ဝလျှင် ရောဂါထူလာ မိန့်မည် ဟူသော အဓိပ္ပာယ်ပင် ဖြစ်ပါသည်။

သို့ပါ၍ မိမိကိုယ်မိမိ မဝလွန်းအောင် ဆင်ခြင်ကြဖို့လိုပါသည်။

၁။ ဆေးလိပ်သောက်ခြင်း

သွေးတိုးရောဂါကို ဖြစ်ပွားစေသော အကြောင်းများစွာအနက် ဆေးလိပ်သောက်ခြင်းသည် အခြားသောအကြောင်းအရာများထက် ပိုဆိုးသော အဓိကအချက်တစ်ရပ်ဖြစ်သည်ဟု ဆိုချင်ပါသည်။

စာရေးသူသည် သွေးတိုးရောဂါ ဝေဒနာသည်ပေါင်း ထောင် သောင်းချီ၍ ကုခံဖူးပြီ ဖြစ်ပါသည်။ ယခုလည်း နေ့စဉ် လူနာပေါင်း ဘာချီ၍ ကုသပေးနေရပါသည်။

ထိုလူနာများထဲတွင် သွေးတိုးရောဂါ ဆိုးဆိုးရွားရွား ခံစားနေရသူများမှာ ဆေးလိပ်ကို စွဲစွဲမြဲမြဲ သောက်သုံးနေသူများ ဖြစ်ကြောင်း လေ့လာတွေ့ရှိရပါသည်။

ထိုမျှသာမက ဆေးလိပ်ကို စွဲမြဲစွာ သောက်သုံးနေသူများတွင် သွေးတိုးသာမက အချို့သူများတွင် နှလုံးရောဂါပါ ယှဉ်တွဲဖြစ်နေတတ်ကြ၍ အချို့ လေဖြတ်အံ့ဆဲဆဲ ရှိနေကြကာ အချို့တွင် (gangrene) ခေါ် သွေးကြောပိတ်ဝေဒနာ စွဲကပ်အံ့ဆဲဆဲ ဖြစ်နေကြသည်ကို မြင်တွေ့နေရပါသည်။

ဤဆေးလိပ်သောက်ရှုသော ဓလေ့ကို ဘယ်နှယ်က ဘယ်နှယ်က ဘယ်သူက ဘယ်လို စလိုက်သည်မသိ၊ တကယ် အဆိပ်ငွေ့တွေထို ခန္ဓာကိုယ်တွင်းသို့ တိုက်ရိုက်ရှုသွင်းနေသော ဓလေ့ဆိုးကြီးတစ်ခု ပါပေ။

ထိုဓလေ့ဆိုးကြီးတစ်ခုကိုပင် တစ်ကမ္ဘာလုံးရှိ လူသားများစွာက ခုံမင်စွာ သောက်သုံးနေကြသည်မှာ တကယ်သနားစရာ ဝဋ်ကြွေးမကင်းကြသူများဟု ဆိုရသော် သင့်အံ့ထင်ပါသည်။

ထိုသူများအဖို့ စလေဆရာဦးပုည ညည်းသလို ညည်းကြရုံမှ အစ အခြား မမြင်မိပါ။

ဦးပုညက ဤသို့ ညည်းဖူးပါသည်။ 'သိလျက်နှင့်ပင် ဝိပဿနာကြံစွာထင်ရဲ့၊ ရွှေညာဏ်ရှင် မဝေခွဲနိုင်ဘူး၊ ပွဲတွေ့အမှားပါ' တဲ့။

တကယ် ပွဲတွေ့အမှားကြီး ဖြစ်ပါသည်။ ယနေ့ကမ္ဘာတွင် နှစ်စဉ် လူတွေသန်းချီ၍ သေကြေပျက်စီးနေကြသည်မှာ ဆေးလိပ် အန္တရာယ်ကြောင့်ပင် ဖြစ်ပါသည်။

မယုံမရှိကြပါလေနှင့်။ ဆေးလိပ်သောက်သဖြင့် နှလုံးရောဂါ ဖြစ်ကာ မထင်မှတ်ဘဲ ဖျတ်ခနဲ၊ ဖျတ်ခနဲသေဆုံးကြသူတွေ ကျွန်တော်

ကုသသက် သက်တမ်း ကိုးနှစ်တာကာလအတွင်း အကြိမ်ပေါင်း ၅၀ တွေကြိုခဲ့ရလှပါပြီ။

ထိုအတွေ့အကြုံများထဲတွင် ကျွန်တော် စိတ်အထိခိုက်ရဆုံး ဖြစ်လိပ်တစ်ခုကို တင်ပြပါမည်။

၁၉၉၂ ခုနှစ်အတွင်းက ဖြစ်ပါသည်။ ထိုပုဂ္ဂိုလ်မှာ ကျွန်တော် အလွန် ခင်မင်ရင်းနှီးခဲ့ရသော ဌာနတစ်ခုမှ ညွှန်ကြားရေးမှူး ဦး ဖြစ်ပါသည်။

လုပ်ငန်းနှင့်ပတ်သက်၍ တကယ်လူတော်တစ်ဦးဖြစ်ပါသည်။ အသက်ကလည်း ၅၀ ကျော်ရုံကလေးသာ ရှိပါသေးသည်။

ဥပဓိရုပ်ကကောင်းသလို သဘောကလည်းကောင်းလှပါသည်။ အိမ်မှာလည်း ဆိုဖွယ်ရာ မရှိပါ။

ထိုပုဂ္ဂိုလ်တွင် သွေးတိုးနှင့်ယှဉ်၍ နှလုံးရောဂါပါ ရှိနေပါသည်။ ဦး၏ နှလုံးရောဂါမှာ Infarction (အင်ဖတ်ရှင်း)ခေါ် နှလုံး သွေးကြောပိတ်ရောဂါ ဖြစ်ပါသည်။ ယင်းရောဂါသည် အင်ဂျိုင်းနား (Angina)ခေါ် နှလုံးသွေးကြောကျဉ်း ရောဂါထက် ပို၍ဆိုးပါသည်။

အကြောင်းမှာ အင်ဂျိုင်းနားခေါ် (Angina) နှလုံးသွေးကြော ကျဉ်း ရောဂါက ဖြစ်လာလျှင် ရင်ဘတ်အောင့်ခြင်း၊ ရင်ဘတ်ထဲတွင် နှလုံးစူးစူးခနဲဖြစ်အောင်ခံစားရတတ်ခြင်း၊ အသက်ရှူမဝခြင်း၊ အသက်ရှူ ကျပ်ခြင်း၊ နည်းနည်းကလေး လှုပ်ရှားရုံမျှဖြင့် မောပန်းတတ်ခြင်း စသော လက္ခဏာများကို ပြတတ်သည်။

သို့သော် အင်ဖတ်ရှင်း (Infarction)ခေါ် နှလုံးသွေးကြောပိတ် ရောဂါက ဘာလက္ခဏာမျှမပြဘဲ ရုတ်တရက် ချက်ချင်း ငါမိနစ်ခန့်



အတွင်း အကောင်းသားလိုနေရင်းက နှလုံးသွေးရပ်ကာ တုံးခဲ သေသွားတတ်၍ ဖြစ်ပါသည်။

ထိုပုဂ္ဂိုလ်သည် တစ်ဖက်မှ ကျွမ်းကျင်သူပါရဂူ ဆရာဝန်ကြီးများ၏ ကုသမှုကိုလည်း ခံယူ၍ ကျွန်တော်၏ ကုသမှုကိုလည်း ခံယူခဲ့ဖူးပါသည်။

ထိုပုဂ္ဂိုလ် ကျွန်တော်ထံလာတိုင်း ဆေးလိပ်မသောက်ဖို့ အဆီအဆိမ့်နှင့် အငန်လျှော့စားဖို့နှင့် အပေါ်ထပ်တက်က နားနားနေထိုင်တတ်ဖို့၊ အထူးသဖြင့် တတ်နိုင်ပါက စီးကရက် လုံးဝမသောက်ဖို့ အစဉ်သတိပေးပါသည်။

ထိုပုဂ္ဂိုလ် ၁၉၉၂ ခုနှစ်အတွင်း နိုင်ငံခြားသို့ အလုပ်ကိစ္စနှင့် ပတ်သက်၍ ခရီးသွားရပါသည်။ ဤတွင် ဧည့်နိုင်ငံတွင်နေခိုက် ဧည့်ခံပွဲများတက်၊ အဆီအဆိမ့်တွေ တရစပ်စားကာ စီးကရက်ကိုလည်း မပြတ်သောက်ခဲ့သည်ဟု ဆိုပါသည်။

မြန်မာပြည်သို့ ပြန်ရောက်လာသောအခါတွင် စီးကရက်သောက်မှု အရှိန်ကို မလျှော့တော့ပါ။ ကျွန်တော်၏ ကုသမှုနှင့်လည်း တစ်လခန့် ကင်းကွာသွားပါသည်။

မြန်မာပြည်သို့ ပြန်ရောက်၍ ငါးရက်သာ ကြာပါသည်။ ညအချိန် မိသားစုနှင့်အတူ တီဗီကြည့်နေရင်းကပင် နှလုံးသွေးရပ်ကာ တုံးခဲလဲကျသွားရာ ငါးမိနစ်ပင် မကြာလိုက်ပါ။ ကွယ်လွန်သွားပုံပါသည်။

စိတ်မကောင်းလိုက်သည့်ဖြစ်ခြင်း၊ နှမြောလိုက်သည့်ဖြစ်ခြင်း ပြော၍ပင် မပြတ်တော့ပါ။

ထိုကဲ့သို့သော အသိပညာရှင် အတတ်ပညာရှင်၊ အဖိုးတန် ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦး အလုပ်လုပ်၍ကောင်းတုန်းအရွယ် ရုတ်တရက် ကွယ်လွန်သွားခြင်းမှာ မိသားစုအတွက်သာမက နိုင်ငံတော် အတွက်ပါ ကြီးမားသောဆုံးရှုံးမှုကြီးတစ်ရပ် ဖြစ်ပါသည်။

ထိုပုဂ္ဂိုလ် ရုတ်တရက် သေဆုံးခြင်း၏ အဓိကတရားခံသည် ညီသူပါနည်း။ ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို အခြား မည်သည့် သက်ရှိသတ္တဝါကမျှ အရောက်သတ်လိုက်ခြင်း မဟုတ်ပါ။

သူ စွဲစွဲမြဲမြဲ နှစ်နှစ်ကာကာကြီး သောက်နေခဲ့သော စီးကရက် သတ်လိုက်ခြင်းသာ ဖြစ်ပါသည်။ သို့ပါ၍ ထိုအဖြစ်မျိုး စာဖတ် သတ်များမကြုံရလေအောင် ဆေးလိပ်မသောက်ကြဖို့ အလေးအနက် ကြံပြုရေးသားပါသည်။

၃။ အဆီအဆိမ့်စားလွန်းခြင်း

အုန်းနို့၊ နွားနို့၊ ချောကလက်၊ ထောပတ်၊ ရေခဲမုန့်၊ အုန်းဆီ၊ သား၊ ငါး၊ အဆီ၊ ကြက်ဥအနှစ်၊ ဘဲဥအနှစ်၊ ဝက်သား၊ အသည်း၊ ငါးသလောက်၊ အုန်းနို့ခေါက်ဆွဲ စသည်တို့သည် အဆီအဆိမ့်များလွန်းသော အစားအစာများဖြစ်ကြပါသည်။

အဆီအဆိမ့်များလှသော ထိုအစားအစာကို စားသုံးနေသော သူသည် တစ်နေ့မဟုတ် တစ်နေ့ သွေးတိုးရောဂါ ရှိလာတော့ မည် ဖြစ်ပါသည်။

သွေးတိုးရောဂါရှိပြီးသူ ဖြစ်ပါကလည်း သွေးပို၍တိုးလာကာ ပြတ်သည်အထိ ခံစားရတတ်ပါသည်။



အချို့ကပဲဆီ နှမ်းဆီနှင့် မာဂျရင်ခေါ် ဟင်းသီးဟင်းရွက်  
ထုတ်လုပ်သော အဆီတို့ကို စားသုံးပါက သွေးတိုးမဖြစ်ဟု ဆိုကြ  
သည်။

ကျွန်တော့်အနေနှင့်မူ အဆီဟူသရွေ့ မည်သည့်အဆီကို  
များများစားစား မစားစေလိုပါ။ အဆီဟူသမျှသည် သွေးကြော  
များကို ကျဉ်းမြောင်းစေသည်သာ ဖြစ်ပါသည်။

အဆိုးကြီးနှင့် အဆိုးကလေးသာကွာပါသည်။ သို့ပါ၍ သွေးထိုး  
ရောဂါဘေးမှ ကင်းဝေးနိုင်ကြစေရန် အဆီအဆိမ့်မှန်သမျှ တတ်နိုင်  
သရွေ့ လျော့စားကြဖို့ အကြံပေးလိုပါသည်။

အစားအသောက်နှင့်ပတ်သက်၍ တစ်စပ်တည်း အကြံပြု  
သည်မှာ အချို့မှုန့်နှင့် ဆိုဒါပါသောအစား၊ ယမ်းစိမ်းပါသော  
အစားများအပြင် အရက်သေစာသောက်စားခြင်းတို့ကို  
ရှောင်ကြဉ်ကြဖို့ကိုပါ အကြံပြုပါသည်။

၅။ အငန်စားလွန်းခြင်း

အငန်ဟူသမျှသည်လည်း သွေးကြောများကို ကျဉ်းမြောင်း  
စေရုံသာမက သွေးကြောများကို မာကျောလာစေတတ်ပါသည်။

သွေးကြော လေကြောဟူသမျှသည် အစဉ်သဖြင့် ချေး  
ကင်းစင်ကာ ပျော့ပျောင်းနေမှသာ သွေးလမ်း လေလမ်း  
ဖြောင့်ဖြူးနိုင်ပါမည်။

သွေးကြောများတို့တွင် အငန်ဓာတ်များ ပိတ်ဆို့  
တင်းမာနေပါက သွေးလမ်း လေလမ်း မဖြောင့်ဖြူးနိုင်တော့ပါ

သွေးလမ်း လေလမ်း မဖြောင့်ဖြူး ပိတ်ဆို့ တင်းမာနေပါက  
နှလုံးမှ ထုတ်လွှတ်လိုက်သော သွေးလေတို့နှင့် နှလုံးသို့ ပြန်လည်  
ဝင်ရောက်ရသော သွေးလေတို့သည် ရံဖန်ရံခါ ဆောင့်၍ ဆောင့်၍  
တွန်းရပါတော့သည်။

ဤသို့ဖြင့် သွေးတိုးရောဂါကို ဖြစ်လာစေပါတော့သည်။  
သို့ပါ၍ အငန်ဓာတ်များသော ငါးပိ၊ ငါးခြောက်၊ ငံပြာရည်နှင့်  
ငါးပိကောင်စသော အာဟာရတို့ကို အတတ်နိုင်ဆုံး လျော့စားသင့်ကြ  
ပါသည်။

အငန်များသောအစာတွင် မုန့်ဟင်းခါးလည်း ပါဝင်ပါသည်။  
မုန့်ဟင်းခါးတွင် အငန်ဓာတ်များရုံသာမက မုန့်ဖတ် ကိုယ်တိုင်က  
အပုပ်စိမ်ထားခြင်း ဖြစ်သည့်အပြင် သုံးစွဲသောငါးများက သွေးကို  
တိုးစေသော ငါးများ ဖြစ်နေတတ်ပါသည်။

ထို့ပြင် ဟင်းရည်ကိုချိုစေရန် အချိုမှုန့်များကို လွန်ကဲစွာ  
ထည့်ထားတတ်ကြပါသည်။ ၎င်းအပြင် အနံ့ကလေးမွှေးစေရန်  
နံနံပင်ကလေးနှင့် စပါးလင်တို့ကို ထပ်မံဖြည့်စွက်လိုက်သော  
အခါ သွေးကို တစ်ဟုန်တည်း တိုးစေပါတော့သည်။  
သို့ပါ၍ သွေးတိုးရှိသူများ မုန့်ဟင်းခါး မစားကြဖို့ အကြံ  
ပြုလိုပါသည်။

ကမ္ဘာကျန်းမာရေးအဖွဲ့၏ သုတေသနပြုချက်အရ ဆားစားသုံး  
လွန်စွာနည်းပါးသော အာဖရိကနှင့် တောင်အမေရိကတို့တွင်  
ဆားထိုင်ကြသည့် လူမျိုးတို့တွင် သွေးတိုးရောဂါမရှိသလောက်ဖြစ်၍  
ဆားစားသုံးမှု လွန်စွာများလွန်းသော ဂျပန်နှင့် ကိုရီးယားနိုင်ငံတို့တွင်

သွေးတိုးရောဂါဝေဒနာရှင် လွန်စွာများပြားခြင်းက သက်သေခံနေပါသည်။

သို့ပါ၍ အငန်ကို တတ်နိုင်သမျှ လျှော့စားသင့်ကြပါသည်။

၆။ လှုပ်ရှားမှုနည်းပါးလွန်းခြင်း

'All work and no play make Jack a dull boy'

အချိန်ရှိသရွေ့ အလုပ်ထဲတွင် နစ်မြုပ်နေပြီး လှုပ်ရှားမှု မပြုသော သူသည် ထုံထိုင်းလာမည်၊ ရောဂါဝင်လာမည်။ ဟု ဆိုလိုခြင်းဖြစ်ပါသည်။ လှုပ်ရှားမှုမပြုလျှင် သွေး လေ လည်ပတ်မှုလည်း နှေးကွေးလေးလံလာမည်သာ ဖြစ်ပါသည်။ တသွင်သွင် ပုံမှန်စီးဆင်းနေသော ရေသည် ကြည်လင်သန့်ရှင်းနေမည်ဖြစ်၍ စီးဆင်းမှု နှေးကွေးသော ရေအလျဉ်သည် ညစ်ညမ်းကာ အနည်ထိုင်လာမည် ဖြစ်ပါသည်။

ထို့ကြောင့် ခန္ဓာကိုယ်အတွင်းရှိ သွေးကြော လေကြောများ လှုပ်ရှားမှု သွက်လက်စေ့ရန် ပင်မဖြစ်သော ခန္ဓာကိုယ်တစ်ခုလုံးကိုလည်း မယုတ်မလွန်လှုပ်ရှားမှု ပြုပေးသင့်ကြပါသည်။

လူ၏ သဘာဝ အသက်ကလေးရလာလေလေ၊ လှုပ်ရှားမှု နည်းပါးလာလေလေ ဖြစ်တတ်ပါသည်။ လုပ်ငန်းတွင်နစ်မြုပ်နေသည့် လည်း ပါဝင်နိုင်ပါသည်။

ထို့ကြောင့် အသက် ၄၀ ကျော်လာလျှင် လူတိုင်းလိုလိုပင် ဝဖိုးလာတတ်ကြပါသည်။ ဝလာခြင်းသည် သွေးတိုးရောဂါဝင်လာရန် ဖိတ်ခေါ်ခြင်းလက္ခဏာပင် ဖြစ်ပါသည်။

ဝသောသူများတွင် သွေးတိုးရောဂါ ကင်းခဲလှပါသည်။ သို့ပါ၍ လွန်းခြင်းကို တိုက်ဖျက်နိုင်စွမ်းရှိသည့် ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားမှုကို မယုတ်မလွန် မဖြစ်မနေ လုပ်ဆောင်သင့်ကြပါသည်။

၇။ အနားမရခြင်း

သွေးတိုးရောဂါဖြစ်ရခြင်း အကြောင်းရင်းများတွင် အနားမရခြင်းသည်လည်း အဓိကအချက်တစ်ချက်ဖြစ်ပါသည်။

သက်ရှိသတ္တဝါမှန်သမျှ အနားယူသင့်သောအချိန်တွင် အနားမယူကြရမည် ဖြစ်ပါသည်။ သစ်ပင်များသည်ပင် ညအခါ အိပ်ကြ၊ အနားယူကြပါသေးသည်။

(Man is born to work, not born to rest)

(လူဆိုတာ အလုပ်လုပ်ဖို့ မွေးလာတာ၊ နားဖို့မွေးလာတာ မဟုတ်) ဟူသော စကားသည် ထကြွ လုံ့လ ဝီရိယရှိရေး အတွက် ထိရောက်သော လှုံ့ဆော်စကားတော့ မှန်ပါသည်။

သို့သော် သင် ဘယ်မျှကြာကြာ မနားတမ်း အလုပ်လုပ်နိုင်ပါသေးနည်း။ သင်က မနားတမ်း တရစပ်လုပ်သည့်တိုင် သင့်မျက်စိတွေ၊ ခန္ဓာကိုယ်၊ ခြေလက်တွေ၊ အတွင်းအင်္ဂါတွေက အနားယူဖို့ တောင်းဆိုသောကြမည်သာ ဖြစ်ပါသည်။

ထိုသို့ တောင်းဆိုလာပါလျက် သင်က အနားမယူပါလျှင် သင့်မျက်စိနှင့်တကွ ခန္ဓာကိုယ်၊ ခြေ၊ လက် အပါအဝင် အတွင်းအင်္ဂါတို့တွင် ရောဂါတစ်ခုမဟုတ်တစ်ခု မုချဝင်လာပေတော့မည်။

ဤတွင် သင့်ခန္ဓာကိုယ်အတွင်းရှိ သွေးလေ လှည့်ပတ်မှုတို့သည် လည်း မှန်ကန်တော့မည် မဟုတ်ပါ။

သွေးလေ လှည့်ပတ်မှုမမှန်လျှင် သွေးတိုးရောဂါ ဝင်လာ ပေတော့မည်။ သို့ပါ၍ အလုပ်ကို မနားတမ်း မလုပ်ဘဲ အနားယူသင့်သလောက် ယူကြပါဟု အကြံပြုပါသည်။

၈။ အအေးခံခြင်း

ခန္ဓာကိုယ်တစ်ခုလုံးရှိ သွေးကြော၊ လေကြောများ လှည့်ပတ်မှု မှန်ကန်စေရေးအတွက် အပူအအေးမျှတစွာ နေတတ်ဖို့လည်း အရေးကြီးပါသည်။

(Heat expands and cold contracts) အပူသည် ပြန့်ပွားစေ တတ်၍ အအေးသည် ကျုံ့စေတတ်သော သဘာဝရှိပါသည်။

လူတစ်ဦးတစ်ယောက်သည် အအေးခံဖန်များလာသောအခါ ၎င်း၏ ခန္ဓာကိုယ်ရှိ သွေးကြော လေကြောများတို့သည် ကျုံ့၍ ကျဉ်းမြောင်းလာတတ်ပါသည်။

ဤတွင် နှလုံးမှ လွတ်လိုက်သော သွေးလွတ်ကြောတို့သည် လည်းကောင်း၊ နှလုံးသို့ပြန်လာသော သွေးပြန်ကြောတို့သည် လည်း ကောင်း လိုသည်ထက်ပို၍ တွန်းအားပေးရပါတော့သည်။

ရံဖန်ရံခါ ဆောင့်၍ ဆောင့်၍ တွန်းရပါတော့သည်။ သွေးတိုးရောဂါ ဆိုသည်မှာ ထိုသို့ ဆောင့်၍ ဆောင့်၍ တွန်းဖန်များရာမှ ဖြစ်လာရသော ရောဂါမျိုးဖြစ်ရာ ဆောင့်၍ ဆောင့်၍ မတွန်းရလေအောင် သွေးကြောများ မကျဉ်းဖို့ မကျေဖို့လိုပါသည်။



သွေးကြောများ မကျဉ်းရန် မကျုံ့ရန် အအေးကို ရှောင်ကြဉ် ကြရပါမည်။

ထို့ကြောင့် နံနက်စောစောနှင့် ညအချိန် ရေချိုးခြင်း၊ ပန်ကာလေ ခံခြင်း၊ လေဟာပြင်ထွက်၍ အိပ်စက်ခြင်း၊ လေအေးစက်ကို တစ်ညလုံး ဖွင့်၍ အိပ်စက်ခြင်း။

ရေချိုးလျှင် အချိန်ကြာမြင့်စွာချိုးခြင်း၊ ရေချိုးပြီးသောအခါ နွေးနွေးထွေးထွေး မနေခြင်း၊ အဝတ်လျှော်လျှင် ကြာမြင့်စွာလျှော်ခြင်း။

ခေါင်းမကြာခဏလျှော်ခြင်း၊ လျှော်ပြန်တော့လည်း အချိန် ကြာမြင့်စွာလျှော်ခြင်း စသည်တို့ကို ရှောင်ရှားသင့်ပါသည်။

၉။ စိတ်တင်းကျပ်ခြင်း၊ စိတ်လှုပ်ရှားခြင်း

မိသားစု၏ စားရေး နေရေးအတွက်၊ အလုပ်အတွက်၊ သားရေးသမီးရေးအတွက်၊ စိတ်တင်းကျပ်မှုများရခြင်း၊ စိတ်လှုပ်ရှားမှု များရခြင်း၊ စိတ်သောကရောက်ရခြင်းများတို့သည် သွေးတိုးရောဂါ ဖြစ်ခြင်း၏ အကြောင်းရင်းတစ်ရပ်ဖြစ်ပါသည်။

အနောက်နိုင်ငံဆေးလောကကမူ သွေးတိုးရောဂါကို (Hyper-tension) ဟိုက်ပါတန်းရှင်းဟုပင် ခေါ်ကြပါသည်။

(Hyper) ၏ အဓိပ္ပာယ်မှာ ပိုခြင်းဖြစ်၍ (Tension) ၏ အဓိပ္ပာယ်မှာ စိတ်တင်းကျပ်ခြင်း၊ သောကများခြင်းဟူသော အဓိပ္ပာယ်ရပါသည်။

အဓိပ္ပာယ်မှာ လူတစ်ယောက် စိတ်တင်းကျပ်မှုများလာလျှင် သောကများလာလျှင် သွေးတိုးဖြစ်တော့မည်ဟူသော အဓိပ္ပာယ် ပင် ဖြစ်ပါသည်။

လူတစ်ယောက်၏ ပုံမှန်ပျမ်းမျှ သွေးပေါင်ချိန်သည် အပေါ် သွေး ၁၂၀ နှင့် အောက်သွေး ၈၀ ရှိတတ်ကြပါသည်။ ဆေးအခေါ် အားဖြင့် ၁၂၀/၈၀ ဟု ခေါ်လေ့ရှိတတ်ပါသည်။ အသက်ကြီးလာသော အခါ သာမန်အားဖြင့် ၁၄၀/၉၀ ထိ ရှိလာတတ်ကြပါသည်။

သွေးပေါင်ချိန် ဤထက်ပိုများလာလျှင် သွေးတိုးရှိလာပြီဟု သတ်မှတ်လေ့ရှိကြပါသည်။

လူတစ်ဦးတစ်ယောက်၏ ပုံမှန်သွေးပေါင်ချိန် ၁၂၀/၈၀၊ မှသည် အချို့ ၁၈၀/၁၀၀၊ ၎င်းမှသည် အချို့ ၂၀၀/၁၂၀ စသည်ဖြင့် တက်လာတတ်ပါသည်။

အလားတူပင် လူတစ်ယောက်၏ သာမန်သွေးခုန်နှုန်းသည် တစ်မိနစ်လျှင် ၇၂ ကြိမ် ခုန်လေ့ခုန်ထ ရှိပါသည်။

သို့သော် ထိုပုဂ္ဂိုလ်သည် စိတ်တင်းကျပ်မှုများလာလျှင်၊ သောကများလာလျှင် တစ်မိနစ်လျှင် သွေးခုန်နှုန်း ၇၂ ကြိမ် မှသည် အကြိမ် ၁၀၀၊ ၁၀၀ ကျော်အထိ တက်လာတတ် ပါသည်။

လူတစ်ဦးတစ်ယောက်တွင် သွေးပေါင်ချိန်နှင့် သွေးခုန်နှုန်း ဤမျှမြင့်တက်လာပါက သွေးတိုးရောဂါသာမက နှလုံးရောဂါပါ ဖြစ်လာတော့မည် ဖြစ်ပါသည်။

သို့ပါ၍ စိတ်တင်းကျပ်မှုမဖြစ်အောင် သောကကို နည်းနိုင်မှု နည်းအောင် စိတ်ကို လျှော့ထားပြီး 'ယောနိသော၊ မနိသိကာရ' ဖြင့် အလုပ်လုပ်သင့် ကြပါသည်။

၁၀။ ပတ်ဝန်းကျင် အခြေအနေ

အစားအသောက် အနေအထိုင်နှင့် စိတ်လှုပ်ရှားမှုတို့သည် သွေးတိုးရောဂါကို ဖြစ်စေနိုင်သကဲ့သို့ ပတ်ဝန်းကျင် အခြေအနေ ကလည်း သွေး တိုးရောဂါကို ဖြစ်စေနိုင်ပါသည်။

သိသာသည်မှာ ပတ်ဝန်းကျင် ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့်နှင့် လေကောင်းလေသန့် အစဉ်ရရှိနေသော ကျေးလက်လူထုတွင် သွေးတိုးရောဂါ မရှိတတ်ကြဘဲ

လူနေပြတ်သိပ်၊ ကျပ်သပ်ကာ အနံ့အသက်ပေါင်းစုံ ပြည့်လျှမ်း နေသော မြို့ကြီးနေ လူထုတွင် သွေးတိုးရောဂါ ရှိတတ်ခြင်းပင် ဖြစ်ပါသည်။

လူဦးရေများပြားသဖြင့် ပြတ်သိပ်ကျပ်သပ်ကာ အသက် ရှူမဝ ဖြစ်ရသည့်အထဲတွင် ထိုပတ်ဝန်းကျင် လူအများစုမှာ စားရေး၊ ဝတ်ရေးကလည်း အဆင်မပြေကြသဖြင့် လိုအပ်သော အာဟာရ ပြည့်ဝစွာ မစားသုံးနိုင်ကြသောကြောင့် သွေးတိုး ရောဂါ ဖြစ်လာတတ်ကြသည်ကို တွေ့ရပါသည်။

သို့ပါ၍ မည်သို့သော ပတ်ဝန်းကျင်တွင် နေရသည်ဖြစ်စေ၊

A small thing is better than none လုံးဝ မရှိတာနှင့် စာလျှင် နည်းနည်းကလေးရှိတာက သာသေးသည်ဟူသောစကားကဲ့သို့ ရသမျှ အားလပ်ချိန်ကလေးများတွင် လေဟာပြင်ထွက်၍ လေကောင်း လေသန့် ရှူရှိုက်ခြင်း။

အားလပ်ရက်ကလေးများတွင် အပန်းဖြေဥယျာဉ်၊ ပန်းခြံ စသည်တို့ကိုသွား၍ အပန်းဖြေ၊ အနားယူခြင်း စသည်တို့ကို ပြုသင့်ကြ ပါကြောင်း အကြံပြုပါသည်။

၁၁။ သွေးကိုတိုးစေသော ဟင်းသီးဟင်းရွက်များ

အချို့က သွေးတိုးမဖြစ်လိုလျှင် သား ငါးကိုရှောင်၍ 'ဟင်းသီး ဟင်းရွက်တို့ကို စားပါ ဘယ်သောအခါမျှ သွေးတိုးရောဂါ မဖြစ်ဟု ဆိုကြပါသည်။





ဤအဆိုသည် မှန်သင့်သလောက် မှန်ပါသည်။ သို့သော် ခြင်းချက်တော့ ရှိပါသေးသည်ဟု ဆိုချင်ပါသည်။

အကြောင်းမှာ အချို့သော သီးနှံတို့သည် သား၊ ငါး စားသုံးခြင်းထက်ပို၍ သွေးတိုးစေသောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။

ဥပမာ- တညင်းသီး၊ မှို၊ မျှစ်၊ ချစ်ပေါင်ရွက်၊ ဆူးပုတ်ရွက်၊ တမာချဉ်၊ ဂေါ်ဖိပန်း၊ မြေပဲ၊ ပဲပင်ပေါက်နှင့် အင်ဥ၊ ကိုင်းဥ စသော မြေဆီ၊ မြေဥတို့ ဖြစ်ပါသည်။

ဤသို့သော သီးနှံများတို့သည် သွေးကို အထူးတိုးစေသဖြင့် ဆင်ခြင် စားသုံးသင့်ကြောင်း အကြံပြုပါသည်။

၁၂။ ဤသည်တို့ကို ရှောင်ပါ

အစားအစာနှင့်တော့ မဆိုင်ပါ။ သို့သော် အစားအစာစား၍ ဖြစ်လာသော သွေးတိုးရောဂါထက် ပို၍ ကုသရခက်သော သွေးတိုးရောဂါများမှာ ပဋိသန္ဓေတားဆေးများကိုစား၍ ဖြစ်လာသော သွေးတိုးရောဂါနှင့် ကလေးမရအောင် သားကြောဖြတ်ထားသဖြင့် ဖြစ်ပွားလာရသော သွေးတိုးရောဂါ တစ်မျိုးဖြစ်ပါသည်။

ယင်းရောဂါဝေဒနာရှင်များကို ကျွန်တော် ကြိုးစားကုကြည့်ပါသည်။ ကျွန်တော် ကုလိုတော့ မပျောက်ပါဟု ဆိုပါလျှင် စကားလွန်မည်စိုး၍ ဤမျှအထိတော့ မဆိုချင်ပါ။

သို့သော် ဤစကားလောက်နီးနီး ခက်ခဲပါသည်ဟုတော့ ဆိုချင်ပါသည်။

သို့ပါ၍ ကလေး မရချင်လျှင် ပဋိသန္ဓေတားဆေးများ သုံးစွဲခြင်း၊ သားကြောဖြတ်ခြင်းစသော နည်းလမ်းများအစား



အခြား အန္တရာယ်ကင်းသည့် နည်းလမ်းတို့ကို ရှာကြံသုံးစွဲကြရန် အကြံပြုလိုပါသည်။

သွေးတိုးရောဂါဖြစ်ပွားရခြင်း အကြောင်းရင်းတို့ကို ကျွန်တော် ထက်လှမ်းမီသလောက် ဖော်ပြပြီးပါပြီ။

ဒါဖြင့်ဆရာရယ်၊ သွေးတိုးရှိမရှိ၊ ဘယ်လိုလုပ်သိမှာလဲဟု ဆေးစရာရှိပါသည်။

ထိုမေးခွန်းအတွက် အတိုဆုံးအဖြေမှာ မိမိတွင် သွေးတိုးရှိမရှိ သိလိုလျှင် သွေးပေါင်ချိန်ကြည့်ပါဟူ၍ ဖြစ်ပါသည်။

ဤအဖြေထက် ပိုမိုတိကျသော အဖြေ ကျွန်တော့်အဖို့တော့ ထနေ့အထိ မတွေ့ရသေးပါ။

သွေးပေါင်ချိန်ရန်မှာ ယခုခေတ်ကာလတွင် မခဲယဉ်းတော့ပါ။

ဆေးရုံတိုင်းနှင့် ဆေးခန်းတိုင်းတို့တွင် သွေးပေါင်ချိန်ကိရိယာများ ခြုံနေကြပြီဖြစ်၍ လွယ်ကူစွာချိန်ကြည့်နိုင်ကြပါသည်။

မိမိတွင် သွေးတိုးရောဂါရှိကြောင်း သိရှိပါလျှင် မိမိဆန္ဒ

အလျောက် ဆေးဖြိုးတိုများနှင့် ကုသမနေတော့ဘဲ ဆေးရုံများ၊

တိုင်းရင်းဆေးခန်းများသို့သွားကာ ကျွမ်းကျင်သူ ဆရာဝန်

ကြီးများ၊ တိုင်းရင်းဆေးဆရာကြီးများနှင့် တွေ့ဆုံလျက်

ကုသမှုကို ခံယူသင့်ကြောင်း အကြံပြုပါသည်။

သွေးတိုးရောဂါကို ကုသရာတွင် ကျွန်တော်က အခြားသော အမားတော်ကြီးများထက်တစ်ပန်းသာသည်မှာ သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်

ကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။

မြန်မာ့တိုင်းရင်းဆေးပညာ အလိုအရ သွေးတိုးရောဂါ

ဆိုသည်မှာ အေးသောတေဇော၊ ဝါယောတို့ကို အကြောင်းခံ၍

ဖြစ်ပွားလာရသော ရောဂါဖြစ်ရာ အေးလျှင် ဖွဲ့တတ်၏။ ဖွဲ့လျှင် အာကာသပိတ်မည်။ အာကာသပိတ်လျှင် သွေးသွား သွေးလာ တုံ့ဆိုင်း ထိုင်းမှိုင်းလာမည်။

ဤသည်မှာ သွေးတိုးရောဂါဖြစ်လာခြင်း ဖြစ်သည်။ ဤတွင် ကျွန်တော်၏ သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်နှင့် အဝင်ခွင်ကျ ဖြစ်လာပါ တော့သည်။

အကြောင်းမှာ သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်၏ အဓိကစွမ်းရည်သည် ကျဉ်းနေသော သွေးကြောများကို အချိန်တိုအတွင်း ကျယ်လာအောင်၊ ပိတ်နေသော သွေးကြောများကို ပွင့်လာအောင်၊ အလားတူပင် အေးဖွဲ့သဖြင့် ပိတ်ဆို့နေသော အာကာသကို ပွင့်ထွက်နိုင်အောင် ဆောင်ရွက်နိုင်စွမ်းရှိ၍ ဖြစ်ပါသည်။

သွေးတိုးကာကွယ်ရန်နှင့် အာကာသပွင့်စေရန် ကြက်သွန်ဖြူ တစ်နေ့ တစ်လုံးကျ မှိတ်ပေးသင့်ပါသည်။

သိဒ္ဓိဝင်ဆေးဟောင့်ဖြင့်လှည့်လျှင် ချွေးမထွက်သူများ ချက်ချင်း ချွေးထွက်လာမည်။ ခြေဆီ၊ လက်ဆီမထွက်သူများ ရက်တိုကလေးအတွင်း ခြေဆီ လက်ဆီများ ထွက်လာစေရ မည်ဟု ပြောပေးပါသည်။

ထို့ကြောင့် ဤဆေးတောင့်သည် သွေးကြောကျဉ်းခြင်း၊ ကျုံ့ခြင်း၊ ပိတ်ခြင်းတို့နှင့် စပ်သော သွေးတိုးရောဂါ၊ နှလုံးရောဂါ၊ လေငန်းရောဂါနှင့် သွေးကြောနှင့် ပတ်သက်သော ရောဂါများကို ကုသရာတွင် များစွာအောင်မြင်မှု ရှိပါကြောင်း ရေးသားတင်ပြပါသည်။

သွေးတိုးရောဂါကို ပျောက်အောင်ကုနိုင်သော ဆေးမရှိဟု အချို့က ဆိုပါသည်။ ထိုအဆိုမဟုတ်ပါ။ မမှန်ပါ။ စနစ်တကျ ကုသမှုကို ခံယူပါလျှင် ပျောက်ပါသည်။

ပျောက်ကင်းကြသူတွေ အနမတဂ္ဂ ရှိနေကြပါပြီ။ အနည်းဆုံး ဇူ ၁၀၀ တွင် ၈၀ တော့ ပျောက်အောင် ကုနိုင်ပါသည်ဟု ရဲဝံ့စွာ ဆိုပါသည်။ မြန်မာ့ဆေးတွေလည်း စွမ်းပါသည်။ လက်တွေ့စမ်းကြည့် ခဲ့ရန် ဖိတ်ခေါ်ပါသည်။

စာဖတ်ပရိသတ်များအား သွေးတိုးရောဂါဘေးမှ ကင်းပစေရေး အတွက် အောက်ပါအကြံပြုချက်ဖြင့် နိဂုံးချုပ်ပါတော့မည်။

- (၁) မိမိတွင် သွေးတိုးဗီဇ ရှိမရှိ လေ့လာပါ။
- (၂) ခန္ဓာကိုယ် မဝလွန်းပါစေနင့်။
- (၃) ဆေးလိပ်သောက်ခြင်းကို ရှောင်ပါ။
- (၄) အဆီအဆိမ့် လျော့စားပါ။
- (၅) အငန်ကို အလွန်အကျွံ မစားပါနှင့်။
- (၆) လှုပ်ရှားမှုကို မယုတ်မလွန်ပြုလုပ်ပေးပါ။
- (၇) အနားယူသင့်သလောက် ယူပါ။
- (၈) အအေးမခံပါနှင့်။
- (၉) ဒေါသ၊ သောကစသော စိတ်လှုပ်ရှားမှုတို့ကို ထိန်းပါ။
- (၁၀) မိမိတွင် သွေးတိုး ရှိ မရှိ သွေးချိန်ကြည့်ပါ။
- (၁၁) အာကာသကိုပွင့်စေမည့် ကြက်သွန်ဖြူကို တစ်နေ့ တစ်လုံးကျ မှိတ်ပေးပါ။
- (၁၂) ဆေးမြီးတိုဖြင့် ကုသမနေဘဲ ကျွမ်းကျင်သူသမားတော် များထံသွား၍ ကုသမှု လမ်း ညွှန်မှုကို ခံယူပါ။

ဤသည်တို့ကို လိုက်နာပါက သင် သွေးတိုးရောဂါဘေးမှ ကင်းဝေးနိုင်မည်ဖြစ်ကြောင်း ရေးသားရင်း နိဂုံးချုပ်ပါသည်။

\*



အဖြစ်မှန်ကိုသိရှိကြသော ဝေဒနာရှင် စာဖတ် ပရိသတ်များက 'အမှန်ကိုအမှန်အတိုင်းရေးတာပဲ ဆရာရယ်၊ ဘာပြုလို့ ချန်ခဲ့တာလဲ၊ ဒီအဖြစ်အပျက်ကလေးတွေ ထည့်ရေးလိုက်ရင် ပိုမိုတောင်ဆေးနက်သွားဦးမယ်၊ အဖြစ်မှန်ကိုတော့ ရေးသာရေးပါ ဆရာ' ဟု ကရုဏာဖြင့် အကြံပြုခဲ့ကြသည် အထိ ဖြစ်ပါသည်။ သို့သော် ကိုယ်ရည်သွေးသဘောမျိုး သက်ဝင်နိုင်သည့်အချက် ဖြစ်ပါက ကျွန်တော် တတ်နိုင်သမျှ ချန်ခဲ့သည်သာ ဖြစ်ပါသည်။

ဖြစ်လာသမျှ ဖြစ်ရပ်ဆန်းတို့သည် ကျွန်တော့်အစွမ်းကြောင့် ဖြစ်တတ် သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်ရှင် ဘရသေ့နှင့် ၎င်းချီးမြှင့်ခဲ့သော သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်၏ အစွမ်းကြောင့်သာဖြစ်ကြောင်း ကျွန်တော် မှတ်တမ်းတင်ခဲ့ပါသည်။

တစ်ခုတော့ ရှိပါသည်။ ကျွန်တော် ဒါနမူ၊ သီလမူနှင့် လူထုအကျိုးပြုလုပ်ငန်းများဖြစ်သော ရေတွင်းရေကန်များ တူးဖော်မှုနှင့် တစ်ပင်ပန်းပင်များ စိုက်ပျိုးခဲ့မှုတို့ကလည်း အထောက်အပံ့ပြုသည်ဟု ကျွန်တော် ထင်ပါသည်။

ဖြစ်ရပ်ဆန်းများအစ မဟာမင်္ဂလာသီရိ စေတီတော်ကဟု ခေါ်ရသော သင့်အံ့ထင်ပါသည်။ စေတီတော်တည်ထားကိုးကွယ်ရန် အနှံ့ပြင်းပြခဲ့ပုံနှင့် စေတီတော်ကို ဇွတ်တရွတ် မဖြစ်မနေ တည်ဆောက်ခဲ့တို့ကို ၁၉၉၅ ခု၊ ဇွန်လထုတ် နက္ခတ္တရောင်ခြည် မဂ္ဂဇင်းတွင် ကျွန်တော် ရေးသားဖော်ပြခဲ့ပြီး ဖြစ်ပါသည်။

လူတစ်သောင်းတွင် တစ်ယောက်မျှပင် ကျွန်တော့်ဆန္ဒမျိုး ရှိခဲ့ဖူးမည် မဟုတ်သလို ဤဆန္ဒမျိုးရှိလာသည့်တိုင် လူတစ်သောင်းတွင် တစ်ယောက်မျှပင် ကျွန်တော့်လိုမဖြစ်မနေ ဇွတ်တရွတ် လုပ်မည်မဟုတ်ပါ။

သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်နှင့် ဖြစ်ရပ်ဆန်းများ



ဖြစ်ရပ်တွေက ဆန်းကြယ်လွန်းလှသဖြင့် ဘယ်ကစ၍ ဘယ်လိုရေးမည်ပင် မသိတော့ပါ။ ရေးစရာတွေက များလှပါသည်။

တွေးလေ တွေးလေ ရေးစရာတွေက ပေါ်လာလေဖြစ်ပါသည်။ ပေါ်လာသမျှ အဖြစ်အပျက်တွေကလည်း ပြောလျှင် ယုံနိုင်စရာ မရှိအောင် ဆန်းကြယ်လွန်းနေပါသဖြင့် လုပ်ကြံ ဖန်တီးပြောကြားနေသည်ဟုပင် ထင်စရာဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်တော် နက္ခတ္တရောင်ခြည်မဂ္ဂဇင်းတွင် လစဉ် ကိုယ်တွေ့အဖြစ်အပျက်ကလေးများကို ရေးသား ပေးပို့နေပါသည်။

အဆိုပါ ဆောင်းပါးကလေးပါ အဖြစ်အပျက်များတို့တွင် ဖန်တီးရေးသားမှု တစ်ခုမှ မပါဝင်ပါ။ တကယ့် အဖြစ်အပျက်များတို့သာ ဖြစ်ပါသည်။

မှန်ရာကို ဝန်ခံရသော် အချို့မှာ အဖြစ်မှန်များပင် ဖြစ်သော်လည်း ကိုယ်ရည်သွေးနေသည်ဟု ထင်စရာရှိလာပါက ထိုအဖြစ်အပျက်ကလေးများကို တမင်တကာပင် ချန်လှပ်ထားခဲ့ပါသည်။

ဆန္ဒကြီးသဖြင့် ကြံသမျှပြီးခဲ့ရသလို မဖြစ်မနေ ဇွတ်တရွတ် လုပ်ဆောင်မှု၏ နောက်ဆွယ်တွင် ဖြစ်ရပ်ဆန်းတွေကား တစ်သိကြီး ပါလာတော့မည်ကို ထိုစဉ်က ကျွန်တော် ရေးရေးကလေးမျှ ကြိုတင် မမြင်မိပါ။ မထင်မိပါ။ မျှော်လည်း မမျှော်မှန်းမိခဲ့ပါ။

စေတီတည်ထားပြီးနောက် တစ်ခုပြီးတစ်ခု ပေါ်လာခဲ့သည့် ဖြစ်ရပ်ဆန်းကလေးများကို ကျွန်တော်တင်ပြပါမည်။



၁။ ဆက်ရက်ငှက်ကလေး၏ ထူးဆန်းသောအော်မြည်သံ

၁၉၈၁-၈၂ ပညာသင်နှစ်တွင် စေတီတော် တည်ထားကိုးကွယ် ခဲ့၍ ၁၉၈၂-၈၃ ပညာသင်နှစ်တွင် ဓမ္မာရုံကို စေတီတော်နှင့် ယှဉ်တွဲလျက် တည်ဆောက်ခဲ့ပါသည်။

ဓမ္မာရုံတည်ဆောက်ပြီးနောက် စေတီတော်ကို အနီးကပ်ဖူးတွေ့ နိုင်ရန်နှင့် စေတီတော်၏ ဝေယျာဝစ္စများကို ပိုမိုဆောင်ရွက်နိုင်ရန် ယခင်ကျောင်းအုပ်ကြီးများ အစဉ်အဆက် နေခဲ့ကြသည့်အိမ်မှ သည် စေတီတော်အနီးရှိ အဆောက်အအုံတစ်ခုသို့ ကျွန်တော်တို့မိသားစု ပြောင်းရွှေ့ နေထိုင်ခဲ့ကြပါသည်။

ထိုသို့ပြောင်းရွှေ့ပြီး မကြာခင်မှာပင် နံနက်အရုဏ်တစ် အခါတိုင်း၌ ကျွန်တော်တို့နေထိုင်ရာအိမ်၏ ခေါင်းရင်းဘက်မှ နေ၍ ဆက်ရက်ငှက်ကလေးတစ်ကောင်သည် 'ဇေယျတု ဇေယျတု' ဟု ပီပီသသကြီး အော်မြည်လေ့ရှိပါသည်။

ဆက်ရက်ကလေး၏ အော်မြည်သံမှာ မပီဝိုးဝါးမဟုတ်ပါ။ တကယ့် ပီပီသသကြီးဖြစ်၍ ကြားရသူမှန်သမျှ နားလည်ကြပါသည်။

သို့ပါ၍ ကျွန်တော်ကပင် ကျွန်တော့်မိသားစုအား ဤသို့ ပြောပြရမိပါသည်။

'ကြည့်ပါဦးကွာ၊ ဆက်ရက်ကလေးရဲ့ အော်မြည်သံ ကလဲ ဇေယျတု၊ ဇေယျတု'နဲ့ တကယ့် ပီပီသသကြီး၊ နံနက်ခင်း သူ့ အသံကလေးကြားလိုက်ရရင် နားဝင်ပီယံဖြစ်ပြီး စိတ်ချမ်းမြေ့ရလွန်းလို့ နောက်တိုင်း အိပ်ရာကနိုးရင် သူ့အသံကလေးပဲ ဂရုစိုက် နားထောင် ခဲ့ရတယ်။

တကယ့် မင်္ဂလာပါပဲကွာ၊ ပါဠိတစ်ချက်အနက် ဆယ်ထွေဆိုတဲ့ အားအရ ဇေယျတုဆိုတဲ့ စကားကလေးကို ဆီလျော်အောင် ပြန်မာဘာသာပြန်ရရင်

အောင်ပါစေသော အောင်စေသောလို့ ဆိုရင်လဲ ရနိုင်တယ်၊ အောင်ပြီ၊ အောင်ပြီ'

လို့ဆိုရင်လဲ ရမယ်၊ ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် မင်္ဂလာတော့ မင်္ဂလာပဲကွဟု ပြောရမိပါသည်။ ဤသည်မှာ ဇာတ်လမ်းအစ ပဏာမပင် ဖြစ်ဟန် ထူပါသည်။

၂။ နံ့သာဖြူနဲ့ များ မွေးယုံနေခြင်း

အံ့မခန်းသော ဇာတ်လမ်းတစ်ပုဒ်ကို စတင်ရန်အတွက် အကြံ ပြေးနိမိတ်များပင် ဖြစ်အံ့ထင်ပါသည်။

ကျွန်တော့် မိသားစုနှင့်တကွ ကျွန်တော့်အိမ်နှင့် စေတီတော်သို့ အထက်လာသမျှ လူပုဂ္ဂိုလ်အားလုံး တအံ့တဩဖြစ်ခဲ့ကြရသော ဖြစ်ရပ်ကလေးတစ်ခုကို တင်ပြပါဦးမည်။

၁၉၈၅ ခု၊ နှစ်ဆန်းစ ပညတစ်ညဖြစ်ပါသည်။ အချိန်ကိုတိကျစွာ ဆိုရသော် ည ၇ နာရီနှင့် ၉ နာရီကြား အချိန်ခန့်တွင် ဖြစ်ပါသည်။





ထိုနေ့ညက ကျွန်တော့်အိမ် ပတ်ဝန်းကျင်နှင့် စေတီတော် ပတ်ဝန်းကျင် တစ်ခွင်တစ်ပြင်လုံးတွင် နံ့သာဖြူနံ့များ မွှေးဆူနေခြင်းပင် ဖြစ်ပါသည်။

မွှေးတာမှ မသိမသာကလေး မဟုတ်ပါ။ သိသိသာသာ ထင်ထင်ရှားရှားကြီး။ နှာဝနားတွင် ကပ်ရှူနေရာသို့ ရှိပါသည်။ အဖြစ်မှာ သိသာထင်ရှားလှသဖြင့် စေတီတော်တွင်ပင် နံ့သာဖြူအမွှေးတိုင်များ ထွန်းညှိပူဇော်ထားလေသလော။ သွားရောက်ကြည့်ကြပါသည်။ မတွေ့ပါ။ ထွန်းညှိပူဇော်ထားခြင်း မရှိပါ။

မိမိအိမ်မှာကော ပူဇော်ထားပါလေသလား။ ကြည့်ရှုကြပါသည်။ မည်သည့်ဘုရားတွင်မှ အမွှေးတိုင် ပူဇော်ထားခြင်း မရှိပါ။

သို့သော် စေတီတော်နှင့်တကွ ကျွန်တော့်အိမ်ပတ်ဝန်းကျင် တစ်ခွင်တစ်ပြင်လုံးမှာတော့ နံ့သာဖြူနံ့များ သင်းပျံ့ မွှေးကြီးနေဆဲ ဖြစ်ပါသည်။

နံ့သာဖြူနံ့ကလေးကို ရှူရှိုက်ရသည်မှာ ဘဝင်အေးမြ ချမ်းသာလှသဖြင့် တစ်ရှိုက်မက်မက် ရှူရှိုက်မိခဲ့ကြရပါသည်။ မည်သည့်အရပ်က မည်သည့်အကြောင်းကြောင့် ဤမျှ သင်းပျံ့ မွှေးကြိုင်လှသည်တော့ မသိပါ။ မွှေးတာကတော့ သိသာထင်ရှားလှပါသည်။

နောက်ဆုံးတွင် မင်းမသိ ဗြဟ္မဒတ်၊ တိုင်းမသိ ဗာရာဏသီဆိုသောစကားကဲ့သို့

မမြင်ရသော တန်ခိုးရှင်များ စေတီတော်သို့ လာရောက်ပူဇော်ရင်း နံ့သာဖြူများ ကပ်ရှူပူဇော်သွားတာ ဖြစ်တန်ကောင်းရဲ့

ဟု မှတ်ချက်ပြုကာ ကျေနပ်ခဲ့ကြရပါသည်။ ဤသည်မှာလည်း အဖြစ်ဆန်း၏။ နိဒါန်းအစဟုဆိုရမည်လား မသိတော့ပါ။

၃။ ဝိဇ္ဇာ ဇော်ဂျီတွေ ပျော်မြူးနေပါသတဲ့

ကျွန်တော်က မျက်မြင်ကိုယ်တွေ့ မဟုတ်လျှင် တော်တော် တန်တန်နှင့် ယုံကြည်လက်ခံတတ်သူမဟုတ်။ သို့သော် ပြောသူက ဖိုင်ပိုင်နိုင်နိုင်ကြီး ပြောနေခြင်းဖြစ်သဖြင့် အဖြစ်ကလေးကို တင်ပြပါဦးမည်။

မိတ္ထီလာမြို့၊ ဆရာအတတ်သင်ကျောင်းနှင့် မဝေးလှသော တစ်နေရာတွင် မူလတန်းကျောင်းတစ်ကျောင်းရှိပါသည်။ ထိုကျောင်း၏ ကျောင်းအုပ်ဆရာကြီးမှာ အသက် ၅၀ ကျော်ခန့်အရွယ်ရှိ ဆရာမကြီး ဖြစ်ပါသည်။

ဆရာမကြီးမှာဗုဒ္ဓဘာသာဝင် မဟုတ်ပါ။ ( ... ) ဘာသာဝင် ဖြစ်သော်လည်း ဗုဒ္ဓတရားကို လေ့လာလိုက်စားကာ အကြားအမြင်ပင် ရနေသူဖြစ်သယောင် နာမည်ကြီးနေသူဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်တော့်မှာ ဤသို့သော ကိစ္စရပ်မျိုးကို ယုံကြည်လှသူ မဟုတ်သဖြင့် ဘာသိဘာသာပင် နေခဲ့ပါသည်။ ထိုဆရာမကြီးနှင့် ကျွန်တော်တို့မှာ ခင်မင်ရင်းနှီးလှသည်လည်း မဟုတ်ပါ။

သို့သော် အဆိုပါဆရာမကြီးသည် ကျွန်တော့်ဇနီးကိုမူ ခင်မင်လှသည်ဟုဆိုကာ ရံဖန်ရံခါ ကျွန်တော်တို့အိမ်သို့ အလည်လာလေ့ ရှိပါသည်။

တစ်နေ့ ထိုဆရာမကြီး ကျွန်တော့်အိမ်သို့ ဝင်လာလျှင်ဝင်လာချင်း

‘ဟာ ဆရာကြီးတို့အိမ်မှာ ဝိဇ္ဇာဇော်ဂျီတွေ မြူးထူးကခုန်နေလိုက်ကြတာ တကယ့်ပျော်စရာကြီး၊ အားရစရာကြီးပဲလား’



ဟု ပြောဖူးပါသည်။ သူပြောနေပုံမှာ သူကိုယ်တိုင် မျက်ဝါးထင်ထင်မြင်မြင်နေရသလို ပြောကြားခဲ့ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ဤသည်မှာ ဖြစ်ရပ်ဆန်း၏ ဒုတိယခြေလှမ်းဟု ဆိုရသော် သင့်အံ့ထင်ပါသည်။

၄။ ရသေ့ကြီးနှင့် ရဟန်းတော်လေးပါး ကြွလာခြင်း

ဤသို့ရေးသဖြင့် တကယ့် သက်ရှိထင်ရှား ရသေ့ကြီးတစ်ပါးနှင့် ရဟန်းတော်လေးပါး ကြွလာသည်ဟု ထင်စရာရှိပါသည်။ တကယ် သက်ရှိထင်ရှားကြွလာလျှင်မူ ဤမျှ အထိတ်တလန့် အလန့်တကြား ရေးသားနေစရာမလိုပါ။ အဖြစ်က ဤသို့မဟုတ်ပါ။ ဖြစ်ပုံကလေးကို တင်ပြပါမည်။

၁၉၅၅ ခု၊ ဖေဖော်ဝါရီလ၏ နေ့တစ်နေ့ နံနက် ကိုးနာရီခွဲ အချိန်ခန့်တွင် ဖြစ်ပါသည်။ မိတ္ထီလာမြို့၊ ဆရာအတတ်သင်ကျောင်းမှ ဆရာမတစ်ဦးသည် ပင်မကျောင်းဆောင်ကြီး၏ ခန်းမကြီးထဲတွင် သင်တန်းသူများအား သင်တန်းပို့ချနေစဉ်ဖြစ်ပါသည်။

သင်တန်းပို့ချနေစဉ် သင်တန်းပို့ချနေသူ ဆရာမက အပြင်ဘက်သို့ မျက်နှာမူလျက် အနေအထားတွင်ရှိ၍ သင်တန်းသူများက ဆရာမဘက်သို့ မျက်နှာမူကာ ခန်းမပြင်ဘက်သို့ကျောပေးထားသော အနေအထားတွင်ရှိပါသည်။

ခန်းမတွင်းမှ အပြင်ဘက်သို့ လှမ်းကြည့်လိုက်ပါလျှင် ခန်းမနှင့်တည့်တည့် ကိုက် ၁၀၀ ခန့် အကွာတွင် စေတီတော်ကို ပူးတွေ့ရမည်ဖြစ်၍ စေတီတော်၏ အရှေ့မြောက်ထောင့် ပေ ၃၀ ခန့်အကွာတွင် ကျွန်တော့်အိမ်ကို မြင်တွေ့ရမည် ဖြစ်ပါသည်။



အဆိုပါဆရာမ သင်တန်းပို့ချနေစဉ် ရသေ့ကြီးတစ်ပါးသည် နောက်ပါ သံဃာလေးပါးလိုက်ပါလျက် ပထမ စေတီတော်တွင်းသို့ ဝင်ရောက်ကာ စေတီတော်မှတစ်ဆင့် ကျွန်တော့်အိမ်တွင်းသို့ ဝင်ရောက် နောက်ကွယ်သွားသည်ဟု ဆိုပါသည်။

အဆိုပါဆရာမသည် အံ့ဩလွန်းသဖြင့် ငေးမောကြည့်ရှုနေရာမှ ကျောင်းသူများကိုပင်

‘ဟယ် ဟိုမှာကြည့်ကြစမ်း၊ ရသေ့ကြီးတစ်ပါးနဲ့ ရဟန်းတော် လေးပါး စေတီတော်ထဲကနေ ဆရာကြီးအိမ်ထဲဝင်သွားကြပြီ’

ဟု ပြောမိတော့မတတ်ဖြစ်ခဲ့ရကြောင်း ထိုသို့ပြောမည်ပြုပြီးမှ ကျောင်းသူများကိုယ်တိုင် မမြင်တွေ့လိုက်ရလျှင် မိမိအပေါ် တစ်မျိုး ထင်သွားမည် စိုးသဖြင့် မပြောဖြစ်ခဲ့ကြောင်း၊ သင်တန်းခန်းမှ ထွက်လျှင်ထွက်ချင်း ကျွန်တော့်အိမ်သို့ အပြေးကလေးရောက်လာကာ ကျွန်တော့်ဇနီးအား လာရောက်ပြောပြခဲ့ဖူးပါသည်။

ထိုအဖြစ်အပျက်များမှာ ကိုယ်တိုင်မြင်တွေ့လိုက်ရသည့် ဖြစ်ရပ် ဟုတ်သဖြင့် ယုံရခက်ကြီးဖြစ်သော်လည်း နောင်လေးလခန့် အကြာ တွင် ရသေ့ကြီးတစ်ပါးရောက်လာတော့မည့် အတိတ်နိမိတ်ပင်ဖြစ်ပါ ကလားဟု နောင်မှ စဉ်းစားမိရပါတော့သည်။

၅။ တစ်သက်လုံး စိတ်ချမ်းသာလိုသော် သစ်ပင်စိုက်ပါ။

အထက်ဖော်ပြပါ တရုတ်စကားပုံကလေးကို ကျွန်တော် အထူးနှစ်ခြိုက်ပါသည်။ ကျွန်တော် အထူးနှစ်ခြိုက်သလို လက်တွေ့ ကျင့်သုံးသောအနေဖြင့် ကျွန်တော် ရောက်လေရာနေရာတိုင်းတွင် သစ်ပင်တွေ၊ ပန်းပင်တွေစိုက်ပါသည်။

ယခု မိတ္တီလာ ဆရာအတတ်သင်ကျောင်းတွင်လည်း စိုက်ပါသည်။ စိုက်သမျှ နေရာလပ်မရှိအောင်ပင် စိုက်ခဲ့ပါသည်။

ကျွန်တော် စိုက်ပျိုးခဲ့သော သစ်ပင်ပန်းမန်များ၏ အရိပ်အာဝါသကို နောင်လူတွေ တချမ်းမြေ့မြေ့ စံစား ခံစားကြကြောင်း သိရသဖြင့် ပီတိဖြစ်ခဲ့ရသည်မှာ အကြိမ်ကြိမ်ဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်တော်သည် သစ်ပင်စိုက်ပျိုးခြင်းကို အလွန်ဝါသနာ ပါပါသည်။ ကျွန်တော် ဝါသနာပါသလို ကျွန်တော် ပြုစုပျိုးထောင်ပေးနေရသည့် ဆရာအတတ်သင် ကျောင်းသား၊ ကျောင်းသူ ဆရာ၊ ဆရာမလောင်းများ ဝါသနာပါလာစေရန် အလျဉ်းသင့်တိုင်း ဤတရုတ်စကားပုံလေးကို ပြောပြ၍ လက်တွေ့လည်း စိုက်ပျိုးစေခဲ့ပါသည်။

ကျွန်တော့်လက်ထက် သင်တန်းဆင်း ဆရာ ဆရာမလောင်း ဟူသမျှ သစ်ပင် မစိုက်ပျိုးဖူးသူမရှိခဲ့ပါ။ သစ်ပင်စိုက်တာနဲ့ အခု ဖြစ်ရပ်ဆန်းနဲ့ ဘာဆိုင်လို့လဲဟု ပြောစရာရှိပါသည်။

ကျွန်တော်လည်း ပထမတော့ ဤသို့ ယူဆခဲ့ပါသည်။ နောင်သောအခါ ကျွန်တော် အချိန်ရတိုင်း စဉ်းစားလာပါသည်။

ဆိုင်းမဆင့် ငုံ့မဆင့်ဘဲ ဝုန်းခိုင်းနဲ့ ငါ နိုင်ငံတော်အသိအမှတ်ပြု တိုင်းရင်းသမားတော် ဖြစ်လာရတာဟာ ငါ ဘာတွေလုပ်ခဲ့လို့လဲ၊ သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့် အစွမ်းသက်သက်ကြောင့်ဆိုလျှင် ဒီဆေးတောင့်မျိုး လက်ဝယ်ပိုင်သူတိုင်း သမားတော်ဖြစ်လာကြမှာပေါ့။

ယခု မြန်မာတစ်ပြည်လုံးတွင် ဆေးတောင့်ဖြင့် ကုသနေသူတွေ ဟိုမှာလည်းရှိ၊ ဒီမှာလည်းရှိ ကြားနေကြရသည်။ ဆေးတောင့်အစွမ်း မထက်ဟု မဆို၊ ဆေးတောင့်က အစွမ်းထက်သော်လည်း ကိုင်တွယ်

ကုသသူ ဘက်ကလည်း ဆောင်စရာ ရှောင်စရာတွေကို ဆောင်မှ ရှောင်မှ ပိုမိုအစွမ်းထက်မည် ထင်သည်။

ဤသို့စဉ်းစားရာမှ ကျွန်တော်ရောက်လေရာ နေရာတိုင်းတွင် သစ်ပင်ပန်းပင် စိုက်ပျိုးခဲ့မှုတွေက အထောက်အကူပြုခဲ့သည်ဟု ယူဆပါ၍ တစ်သက်လုံး စိတ်ချမ်းသာလိုသော် သစ်ပင်စိုက်ပျိုးဟူသော ဤတရုတ်စကားပုံလေးကို ရေးသားမိခဲ့ရပါသည်။

ယခုလည်း နက္ခတ္တရောင်ခြည် စာဖတ်ပရိသတ်အား ပြောပြရပါဦးမည်။ လက်တွေ့ဆောင်ရွက်ကြည့်ကြပါရန်လည်း တိုက်တွန်းလိုပါသည်။



တရုတ်စကားပုံလေးက ဤသို့ဆိုပါသည်။

- (၁) သင် တစ်ဒင်္ဂီ (တစ်ခဏတာမျှ) စိတ်ချမ်းသာလိုသော် အရက်သောက်ပါတဲ့။
- (၂) သင် တစ်ပတ် စိတ်ချမ်းသာလိုသော် Picnic ထွက်ပါ။ (အပျော်ခရီးထွက်ပါ)တဲ့။
- (၃) သင် သုံးလ စိတ်ချမ်းသာလိုသော် အိမ်ထောင်ပြုပါ။
- (၄) သင် သုံးနှစ် စိတ်ချမ်းသာလိုသော် အမျိုးသားက ဘုန်းကြီး ဝတ်ပါ။ အမျိုးသမီးများက သီလရှင်ဝတ်ပါတဲ့။
- (၅) သင်တစ်သက်လုံး စိတ်ချမ်းသာလိုသော် သစ်ပင်စိုက်ပါတဲ့။ ဤအဆိုကို ကျွန်တော်အကျဉ်းမျှ ရှင်းပြပါမည်။
- (၁) သင် တစ်ဒင်္ဂီ(တစ်ခဏတာမျှ) စိတ်ချမ်းသာလိုသော် အရက်သောက်ပါတဲ့။

အရက်သောက်လျှင် တစ်ဒဂံတော့ ပျော်မည်။ စိတ်ချမ်းသာမည်။ ခေတ္တကြာသော် မိုး၍အိပ်ပျော်သွားလိမ့်မည်။ အိပ်ရာမှ နိုးထသော် ခေါင်းမူးနေပါလိမ့်မည်တဲ့။

မှတ်ချက်။

ဤအဆိုမှန်မမှန် ကျွန်တော် အရက်ကိုတစ်ကြိမ် တစ်ခါမျှ မသောက်ဖူးသဖြင့် မှန်မမှန်မသိပါ။ သောက်ဖူးသူများ မှန်မမှန် စဉ်းစားကြည့်ကြစေချင်ပါသည်။

(၂) သင် တစ်ပတ် စိတ်ချမ်းသာလိုသော် Picnic ထွက်ပါ။ (အပျော်ခရီးထွက်ပါ) တဲ့။

တစ်ပတ်အတွင်းတော့ သင်တို့တစ်သိုက် ပျော်ကြမည်။ ရွှင်ကြမည်။ စားကြမည် သောက်ကြမည်။ ကကြမည်။ ခုန်ကြမည်။

တော်တော်ကလေးကြာတော့ သူကသာသည်။ ငါကနာသည် စသည်ဖြင့် အချင်းချင်း စကားတွေများစိတ်ဝမ်းတွေကွဲကာ နေရပ်သို့ ပြန်လာကြလိမ့်မည်တဲ့။

(၃) သင် သုံးလ စိတ်ချမ်းသာလိုသော် အိမ်ထောင်ပြုပါ။

သုံးလတာကာလအတွင်းတော့ မိုးမမြင် လေမမြင် ပျော်ကြမည်။ ရွှင်ကြမည်။ လည်ကြ ပတ်ကြမည်။ စားကြ သောက်ကြမည်။

သုံးလက ကျော်လာလျှင် ပူစရာ ပင်စရာကလေးတွေက ပေါ်လာပြီမို့ ညားကာစလို မိုးမမြင် လေမမြင် မပျော်နိုင်ကြတော့ဟု ဆိုပါသည်။

မှတ်ချက်။

အိမ်ထောင်ရှင်များ ဤအဆို မှန်မမှန် စဉ်းစားကြည့်ကြစေချင်ပါသည်။ ကျွန်တော်ကတော့ ဤအဆို ဟုတ်သလိုလို ရှိသည်ဟု ဆိုချင်ပါသည်။

အပျိုကြီး လူပျိုကြီးများမှာ ဤအတွေ့အကြုံမျိုးကို မခံစားဖူးကြသဖြင့် ဤအဆို မှန်မမှန် ပြောနိုင်ကြမည် မဟုတ်ပါ။

(၄) သင် သုံးနှစ် စိတ်ချမ်းသာလိုသော် အမျိုးသားက ဘုန်းကြီးဝတ်ပါ။ အမျိုးသမီးများက သီလရှင်ဝတ်ပါတဲ့။

သုံးနှစ်အတွင်းတော့ တရားဓမ္မနှင့် ဘဝသစ်ရောက်စမို့ ပျော်သလိုလို ရှိသော်လည်း သုံးနှစ်က ကျော်လာလျှင် ဘဝအနည်ထိုင်လာကာ ငြီးငွေ့လာတတ်ကြသည်ဟု ဆိုပါသည်။

မှတ်ချက်။

ဘုန်းကြီးဝတ်ဖူးသူများက ဤအဆို မှန်မမှန်ကို သိကြပါမည်။ ကျွန်တော်ကတော့ ဘုန်းကြီးမဝတ်ဖူးသဖြင့် မှန်မမှန် ပြောမပြတ်တတ်ပါ။

(၅) သင်တစ်သက်လုံး စိတ်ချမ်းသာလိုသော် သစ်ပင်စိုက်ပါတဲ့။

ဤအဆိုကိုမူ(ခေတ်စကားဖြင့်ဆိုရသော်) ကျွန်တော် ပစ်ခတ်၍ ထောက်ခံပါသည်။ သစ်ပင်စိုက်ခြင်းသည် စိုက်နေဆဲကာလလည်း စိတ်ချမ်းသာရပါသည်။

သစ်ပင်ကလေး ငွားငွားစွင့်စွင့်ကြီးထွားလာ၍ ရွက်နုကလေးတွေ ဝေလာတဲ့အခါလည်း စိတ်ချမ်းသာရပါသည်။

မိမိစိုက်ပျိုးခဲ့သောသစ်ပင်သည် ခက်လက်ဝေဆာစွာဖြင့် လူအများနားနေ ခိုအောင်းရာ အရိပ်အာဝါသကြီး တစ်ခု ဖြစ်လာသောအခါတွင်မူ ဆိုဖွယ်ရာမရှိအောင် စိတ်ချမ်းသာမှု ဖြစ်ရပါသည်။

သစ်ပင်စိုက်ပျိုးခြင်းသည် စိုက်ပျိုးသူအဖို့ စိတ်ချမ်းသာမှု ဖြစ်ရသလို ထိုသစ်ပင်တွင် နားနေခိုအောင်းရသူအဖို့လည်း စိတ်နှလုံး





ချမ်းမြေ့ကာ ရင်ဝယ်ပီတိ ဖြစ်မိကြရသည့်အပြင် ဤသစ်ပင်စိုက်ပျိုးသူ အပေါ် ကျေးဇူးအထူးတင်ရှိကာ လူကျန်းမာ စိတ်ချမ်းသာပါစေကြောင်း ဆုတောင်းမေတ္တာ ပေးပို့ကြမည် အမှန်ဖြစ်ပါသည်။

သို့ပါ၍ မည်သည့်ဘက်ကကြည့်ကြည့် စိတ်ချမ်းသာမှုကို ဘဝတစ်သက်တာလုံး ဖြစ်စေနိုင်သော သစ်ပင်စိုက်ပျိုးခြင်းအလုပ်ကို ကျွန်တော် ရောက်လေရာနေရာတိုင်းတွင် ပြုလုပ်ပါသည်။

ဤသစ်ပင်စိုက်ခဲ့သော လုပ်ငန်းကလည်း ကျွန်တော့်ဘဝကို တစ်ဆစ်ချိုး ပြောင်းလွှဲစေခဲ့ခြင်းဖြစ်မည်ဟု ကျွန်တော် ခံယူထား ပါသည်။

သို့ပါ၍ တစ်သက်လုံး စိတ်ချမ်းသာလိုသော သစ်ပင်စိုက် ဟူသော တရုတ်စကားပုံကလေးကို ကျွန်တော် ဤဆောင်းပါးတွင် ထည့်သွင်းရေးသားရခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ဤဆောင်းပါးကိုဖတ်၍ သစ်ပင်စိုက် ဝါသနာပါလာ ကြသည် ဆိုပါက ကျွန်တော် ပို၍ ဝမ်းသာပီတိဖြစ်ရပါမည်ဟု ဆိုချင်ပါသည်။

၆။ ရေတွင်းရေကန်တူးဖော်ခြင်း

ကျွန်တော်သည် ရောက်လေရာ နေရာတိုင်းတွင် သစ်ပင် ပန်းပင်များ စိုက်ပျိုးလေ့ရှိသကဲ့သို့ ရောက်လေရာနေရာတိုင်းတွင် ရေတွင်းရေကန်များ တူးဖော်ခဲ့လေ့ ရှိပါသည်။

သစ်ပင်စိုက်ပျိုးခြင်း၊ ရေတွင်းရေကန် တူးဖော်ခြင်းစသော လုပ်ငန်းများတို့သည် ပြည်သူ့အကျိုးပြုလုပ်ငန်း ဖြစ်သဖြင့်

လူသားတိုင်း လုပ်သင့်လုပ်ထိုက်သည့် လူသာခုခေါ် နတ်သာခု ခေါ် မွန်မြတ်သော လုပ်ငန်းများ ဖြစ်ပါသည်။

ဤရေတွင်းရေကန် တူးဖော်ခဲ့သော လုပ်ငန်းများကလည်း ကျွန်တော့်ဘဝအတွက် အုတ်တစ်ချပ် သဲတစ်ပွင့်ပမာ အထောက်အပံ့ ဖြစ်ခဲ့သည် ထင်ပါသည်။

ဤသို့ ရေတွင်းရေကန်တူးဖော်ခဲ့မှုနှင့် သစ်ပင်ပန်းပင်များ စိုက်ပျိုးခဲ့မှုကြောင့် ထင်ပါသည်။ ကျွန်တော်ရောက်လေရာ နေရာ တိုင်းတွင် ရေအလျှံပယ် ပေါကြွယ်စွာ သုံးစွဲနိုင်ခဲ့၍ အစဉ်မိမ်းလန်း စိတ်ပြည်သော ပတ်ဝန်းကျင်တွင်သာ နေထိုင်ခဲ့ရသည်ကို သတိမူမိပါ သည်။

စာဖတ်ပရိသတ်များ ဟုတ်မဟုတ် လက်တွေ့သိမြင်နိုင်ရန် အခါအခွင့်သင့်တိုင်း သစ်ပင်ပန်းပင်များ စိုက်ပျိုးကြည့်ကြ စေချင်ပါသည်။ ရေတွင်းရေကန်များ တူးဖော်ကြစေချင်ပါ သည်။

၇။ ရသေ့ကြီးတစ်ပါးကြွလာခြင်းနှင့် ဆေးကုသပေးခြင်း

၁၉၈၅ ခု၊ ဖေဖော်ဝါရီလ ၂၂ ရက်နေ့တွင် ကျွန်တော့်ဇနီး ဇုတ်တရက် လေဖြတ်၍ လက်ယာဘက်ခြေထောက်လည်း သွေးကြော မိတ် ရောဂါ ဖြစ်ခဲ့ပါသည်။ သုံးလကျော် လေးလနီးပါးမျှ ကျွမ်းကျင်သူ ဆရာဝန်ကြီးများနှင့် ကြိုးစားကုသသော်လည်း မပျောက်ပါ။

၁၉၈၅ ခု၊ ဇွန်လ ၉ ရက်နေ့တွင် ရသေ့ကြီးတစ်ပါး ဇုတ်တရက် ကျွန်တော့်အိမ်သို့ကြွလာ၍ ကျွန်တော့်ဇနီးရောဂါကို ကုသပေးရာ ငါးရက်တည်းမျှဖြင့် ယူပစ်သလို ပျောက်ကင်းသွားခဲ့ပါ သည်။

ယနေ့အထိ ထိုရောဂါများ လုံးဝ ပြန်ပေါ်မလာတော့ပါ။ ပြောလျှင် ယုံနိုင်စရာပင် မရှိပါ။

အဆိုပါ ရသေ့ကြီးသည် ကျွန်တော်တို့ ဆရာအတတ်သင် မိသားစု စုပေါင်းတည်ထားခဲ့သည့် စေတီတော်နှင့် ယှဉ်တွဲတည်ဆောက် ထားသော ဓမ္မာရုံတွင် သုံးပတ်ခန့်မျှ သီတင်းသုံး သီလဆောက်တည် သွားခဲ့ပါသည်။

၈။ ကျွန်တော် မညောင်းတတ်သေးပါ

အစွမ်းထက်လှသော သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်ကို မပြတ်စွဲကိုင် ကုသနေရ၍ထင်ပါသည်။ ကျွန်တော့် ဆေးကုသသက် ၉ နှစ်ကျော် ၁၀ နှစ်တာကာလအတွင်း (အိပ်ရေးပျက်သဖြင့် နံနက်ခင်း ခေါင်း မရှင်းဖြစ်ရုံမှအပ) ကျွန်တော် မကျန်းမာ ဖြစ်လှသည်ဟု မရှိပါ။

ထို ၉ နှစ်ကျော် ၁၀ နှစ်တာကာလအတွင်း ခရီးသွားရသဖြင့် တိုင်းရင်းဆေးဆရာအဖွဲ့ စည်းဝေးပွဲတက်ရသဖြင့် ဆေးခန်းပိတ်ရ သည်မှအပ ကျွန်တော် နေမကောင်း၍ ဆေးခန်းပိတ်ရသည်နေ့ တစ်နေ့မျှ မရှိခဲ့ဖူးပါ။

အထူးသဖြင့် ကျွန်တော်၏ တစ်နေ့ပျမ်းမျှအလုပ်ချိန်သည် ၁၄ နာရီခန့်ရှိပါသည်။ ထို ၁၄ နာရီအနက် မထတမ်းထိုင်၍ ဆေးတောင့်လှည့်ကာ ဆေးကုသနေရသောအချိန်သည် တစ်နေ့ ၁၀ နာရီခန့်ရှိပါသည်။

ကျွန်တော် မည်မျှကြာပင် ထိုင်ရစေ ညောင်းညာသည်ဟူ၍ မရှိသေးပါ။ အထိုင်ကြာ၍ညောင်းညာသဖြင့် နင်းပေးပါဦး၊ နိပ်ပေး ပါဦးဟုလည်း တစ်ကြိမ်တစ်ခါမျှ မရှိခဲ့ဖူးပါ။

ယနေ့အထိ ကျွန်တော်အနင်းအနှိပ် မခံဖူးပါ။ ကျွန်တော် ညောင်းညာတတ်လျှင် ဤမျှ အချိန်ကြာကြာထိုင်၍ ဆေးကုနိုင်မည် မဟုတ်ပါ။

သတ္တဝါများအား ကယ်တင်ခွင့်များများရအောင် ဝေဒနာရှင် များအား ဆေးကုသချိန် များများရအောင် ဆိုင်ရာ ဆိုင်ရာတို့က ဆောင်ရွက်နေကြလေသလား မပြောတတ်ပါ။

ယနေ့ ကျွန်တော် အသက် ၆၀ ကျော်လာသည်အထိ ညောင်းတတ်သေးတာကတော့ အမှန်ပင် ဖြစ်ပါသည်။ သိဒ္ဓိဝင် ဆေးတောင့်၏ အစွမ်းဟုပင် ဆိုရအံ့ထင်ပါသည်။

၉။ ဂါထာတော်၏ တန်ခိုးတော်

ကျွန်တော် ဆေးကုသစဉ် အထောက်အပံ့ဖြစ်စေရန် သိဒ္ဓိဝင် ဆေးတောင့်နှင့်အတူ သောက်ဆေး၊ လိမ်းဆေးများအပြင် ဂါထာ တစ်ပုဒ်ကိုလည်း ဘရသေ့က ပေးထားပါသည်။

ထိုဂါထာကို ဆေးဖော်စပ်စဉ်နှင့် ဆေးကုသစဉ်တို့တွင် ရွတ် ခိုးရန် ဖြစ်ပါသည်။ ကျွန်တော်နှင့်တကွ ကျွန်တော့်မိသားစုအားလုံး အလည်း ဘရသေ့ညွှန်ကြားချက်အတိုင်း အစဉ်ရွတ်ဆိုကြပါသည်။

ထို့ကြောင့်ပင်လျှင် ကျွန်တော်ကုသသောရောဂါဝေဒနာရှင်များ အာဂါပျောက်ကင်း သက်သာကြ၍ ကျွန်တော်ပေးသော သောက်ဆေး၊ လိမ်းဆေးများလည်း ပိုမိုအစွမ်းထက်လာသည်ဟု ယူဆပါသည်။

အဆိုပါ

'ဥါ ဗုဒ္ဓစက္ကံ၊ ဓမ္မစက္ကံ၊ သံဃာစက္ကံ သံညံသတ္တရ သုခါဟ'



ဟူသောဂါထာကို နက္ခတ္တရောင်ခြည်မဂ္ဂဇင်းတွင် တစ်ခါထုတ်  
ရေးသားဖော်ပြဖူးပါသည်။ စိတ်ပါဝင်စားကြသူ နက္ခတ္တရောင်ခြည်  
စာဖတ်ပရိသတ်က ဂါထာတော်၏ အနက်အဓိပ္ပာယ် မည်သို့ရှိသည်  
ဖော်ပြပေးပါရန် မေတ္တာရပ်ခံလာကြပါသဖြင့် ဂါထာတော်၏  
အဓိပ္ပာယ်ကို အောက်တွင် ရေးသားဖော်ပြပါသည်။

ဥ၊ ဗုဒ္ဓစက္ကံ၊ ဓမ္မစက္ကံ၊ သံဃစက္ကံ ဟူသည်မှာ ဗုဒ္ဓတည်း  
ဟူသော ဘုရားစက်၊ ဓမ္မတည်းဟူသော တရားစက်၊ သံဃာ  
တည်းဟူသော ရဟန်းသံဃာတော်များစက်ကြောင့် သည်  
ဟူသည် သုညအကြွင်းမရှိခြင်း၊ သတ္တရဟူသည် ဘေးရန်  
အန္တရာယ်အပေါင်းကို ဆိုလိုပါသည်။

ဂါတာတစ်ပုဒ်လုံးကိုခြုံ၍ ဆီလျော်အောင် မြန်မာဘာသာ  
ပြန်ဆိုရသော်

ဗုဒ္ဓစက်၊ ဓမ္မစက်နှင့် သံဃစက်တို့၏ တန်ခိုးရှိန်စော် အား  
တော်ကြောင့် ကျွန်ုပ်တို့၏ ခန္ဓာတွင်းပ နှစ်ဌာနတို့၌ ရှိကြကုန်သော  
ရန်အန္တရာယ်အပေါင်းတို့သည် အကြွင်းမရှိ ကင်းစင်ပပျောက်ပါ  
သတည်း။ ဘေးအန္တရာယ်ဟူသမျှ အကြွင်းမရှိ ရှောင်ကြ ရှားကြ  
စေသတည်းဟူ၍ ဖြစ်ပါသည်။

ဤဂါထာတော်ကို ရွတ်ဆိုရာတွင် ပိုမိုအစွမ်းထက်လာစေရန်  
အနည်းဆုံး ငါးပါးသီလလောက်တော့ စောင့်ထိန်းကြပါရန် အကြံ  
ပါသည်။

၈ ပါးသီလ၊ ၁၀ ပါးသီလ စသည်စောင့်ထိန်းနိုင်ပါလျှင်  
အတိုင်းထက်အလွန် ပိုမို၍ အစွမ်းထက်မည်မှာ သေချာလှပါသည်။  
စမ်းကြည့်ကြစေချင်ပါသည်။

၁၁။ ကျွန်တော် သမားတော်ဖြစ်ပြီ

၁၉၈၆ ခု၊ ဧပြီလမှစ၍ နိုင်ငံတော်အကြီးအကဲများအပါအဝင်  
တပ်မတော်အရာရှိကြီးများ၊ ဆရာဝန်ကြီးများ၊ နိုင်ငံခြား သံတမန်များ  
နှင့်တကွ လုပ်သားပြည်သူများကို နေ့စဉ် တစ်နေ့ပျမ်းမျှ လူ၁၅၀  
ခန့် ကုသခဲ့ရာ ၁၉၈၉ ခု၊ နိုင်ငံတော်ငြိမ်ဝပ်ပိပြားမှုတည်ဆောက်ရေး  
အဖွဲ့ လက်ထက်တွင် ကျွန်တော့်အား နိုင်ငံတော် တိုင်းရင်းဆေးဆရာ  
အဖွဲ့တွင် အဖွဲ့ဝင်အဖြစ် ထည့်သွင်းတာဝန်ပေးခြင်း ခံခဲ့ရပါသည်။

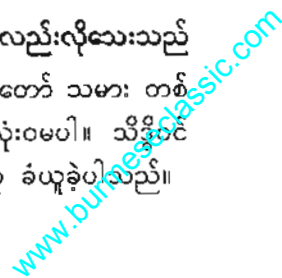
နိုင်ငံတော် တိုင်းရင်းဆေးဆရာအဖွဲ့သည် တိုင်းရင်းဆေးနှင့်  
ဖတ်သက်၍ နိုင်ငံတော်တွင် အမြင့်ဆုံး သမားတော်အဖွဲ့ဖြစ်၍  
အဖွဲ့မှပင် ကျွန်တော့်အား (တ/ဆ လက်မှတ်) တရားဝင် ထုတ်  
ပေး ချီးမြှင့်ခဲ့ပါသည်။

ထိုသို့ သမားတော်အဖွဲ့တွင် ကျွန်တော့်အား အဖွဲ့ဝင်အဖြစ်  
တာဝန်ပေးအပ်ချိန်ထိ ကျွန်တော်၏ ဆေးကုသမှု သက်တမ်း  
မှာ သုံးနှစ်ခန့်သာ ရှိပါသေးသည်။

ဤမျှ ဆေးကုသသက် နုနယ်သေးသော ကျွန်တော့်အား  
သမားတော်တစ်ယောက်အဖြစ် တာဝန်ပေးခံရခြင်းမှာ ကျွန်တော့်  
အစွမ်းကြောင့် မဟုတ်မူဘဲ သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်၏ အစွမ်းကြောင့်သာ  
ဖြစ်ကြောင်း ထပ်လောင်းဝန်ခံပါသည်။

၁၂။ ဆေးကိုချည်းအားကိုး၍မရ၊ မိမိ၏ ပံ့ပိုးအားလည်းလိုသေးသည်

ယခင်ကတော့ အထက်ပါအတိုင်း ကျွန်တော် သမား တစ်  
ယောက် ဖြစ်လာခြင်းမှာ ကျွန်တော့်အစွမ်း လုံးဝမပါ။ သိဒ္ဓိဝင်  
ဆေးတောင့်၏ အစွမ်းသက်သက်ကြောင့်သာဟု ခံယူခဲ့ပါသည်။



ယခုသော် အဆိုပါခဲယူချက်ကို ကျွန်တော်ပြောင်းလွဲ လိုက်ပါသည်။

မိမိ၏ တာဝန်ယူပုံပိုးမှုမပါဘဲ ဆေးတောင့်အပေါ် လုံးဝ မှီခိုနေခြင်းသည် အချောင်သမားလမ်းစဉ်သာ ဖြစ်သည်။ ဆေးကုသမှု အစွမ်းထက်စေလိုလျှင် မိမိကိုယ်တိုင်ကလည်း ဆောင်စရာရှိတာ ဆောင်၍ ရှောင်စရာရှိတာ ရှောင်ရမည်ဟူ၍ ဖြစ်ပါသည်။

ဤအဆိုမှန်ကန်ကြောင်း ကျွန်တော်ရှင်းပြပါမည်။

အကယ်၍ မိမိ၏ ဆောင်ရွက်ချက်မပါ။ သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့် အစွမ်းသက်သက်ကြောင့်ပါဟု ဆိုပါလျှင် အဆိုပါ သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်ကို လူတကာအားပေး၍ လှည့်ခိုင်းကြည့်စမ်းပါ။ ရောဂါပျောက်ပါမည်လား။

လူနာတွေကကော လူတကာ၏ ကုသမှုကိုခဲယူကြပါမည်လား။ ရောဂါမပျောက်စေရပါ။ လူနာတွေကလည်း လက်ခံ ကုသကြမည် မဟုတ်ပါဟု ကျွန်တော် ပြောရပါသည်။

ကျေးဇူးရှင်ဘရသေ့သည် ကျွန်တော့်အပြင် အခြားပုဂ္ဂိုလ် အချို့အား ဆေးတောင့်ပေး၍ ဆေးကုသစေခဲ့ဖူးပါသည်။

ကျွန်တော့်လို အောင်မြင်မှု မရကြပါ။ အလားတူပင် ကျေးဇူးရှင် ဘရသေ့ ကျွန်တော့်အားတာဝန်ပေး ကုသစဉ်က ကျွန်တော့်တစ်ဦးတည်းအား တာဝန်ပေးခြင်း မဟုတ်ပါ။ ကျွန်တော့်ဇနီး ဆရာမ ဒေါ်မြရီကိုပါ တာဝန်ပေးခဲ့ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

သို့သော် လူနာများက ကျွန်တော့်ဇနီး၏ကုသမှုထက် ကျွန်တော်ကိုယ်တိုင်၏ ကုသမှုကို ပိုမိုလိုလားကြသဖြင့် ကျွန်တော့်ဇနီး၏ ကုသမှုကို ရပ်နားထားခဲ့ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ယခုတွင်မှ ကျွန်တော် တာဝန်ယူကုသမှုလူနာ များပြားလွန်းပါသဖြင့် ကျွန်တော့်ဇနီးအား ကူညီစေရာမှ လူနာများ ကျွန်တော့်ဇနီး၏ ကုသမှုကို လက်ခံလာကြခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ အလားတူပင် အစွမ်းထက်လှပါသည်ဆိုသော ဥုံဗုဒ္ဓစက္ကံ၊ မေဗ္ဗစက္ကံ အစချီသည့် ဂါထာတော်ကို ရွတ်ဆိုနေရုံသက်သက်မျှဖြင့် ရောဂါပျောက်ကြပါမည်လော။

ကျွန်တော်ကတော့ သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်အစွမ်းကိုလည်း ယုံပါသည်။ ဂါထာတော်၏ အစွမ်းကိုလည်း ယုံကြည်ပါသဖြင့် မြတ်ရွတ်ဆိုပါသည်။ ၎င်းပြင် ကျေးဇူးရှင် တောင်ပုလူဆရာတော် ဘုရားကြီးနှင့် မဟာဂန္ဓာရုံဆရာတော် အရှင်ဇနကာဘိဝံသတို့၏ အဆိုအမိန့်တို့ကိုလည်း လိုက်နာဆောင်ရွက်ခဲ့ပါသည်။

ဤတွင် တောင်ပုလူ ဆရာတော်ဘုရားကြီးနှင့် မဟာဂန္ဓာရုံ ဆရာတော်ဘုရားကြီးတို့၏ အဆိုအမိန့်တို့ကို တင်ပြပါမည်။

တောင်ပုလူ ဆရာတော်ဘုရားကြီးက ရဟန်းမဝတ်နိုင်ကြသေးတဲ့ လူဝတ်ကြောင်များအဖို့ ငါးပါးသီလကို ခါးဝတ်ပုဆိုးလို မြဲပြီဆိုရင် ဘုန်းကြီး ကျေနပ်လှပါပြီ။ ငါးပါးသီလကိုသာ ခါးဝတ်ပုဆိုးလို မြဲကြစမ်းပါ။ ဘဝမှာအောင်မြင်မှုမရချ ရရပါစေမယ်ဟု အမိန့်ရှိခဲ့ဖူးပါသည်။

အလားတူပင် မဟာဂန္ဓာရုံ ဆရာတော်ဘုရားကြီးကလည်း 'လောကမှာ စိတ်ကောင်းရှိမှီသာ ပဓာနပါ။ လူတိုင်းအပေါ် စိတ်ကောင်းကလေးသာ ထားနိုင်ကြရင် ဘဝမှာအောင်မြင်မှု မုချရရပါစေမည်' ဟု အမိန့်ရှိခဲ့ဖူးပါသည်။



နက္ခတ္တရောင်ခြည် စာဖတ်ပရိသတ်အား ကျွန်တော် မေတ္တာ ရုပ်ခံစကား၊ အကြံပြုစကားတို့ဖြင့် ကျွန်တော့်ဆောင်းပါးကို နိဂုံးချုပ် ပါတော့မည်။

သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်ကိုလည်း အကြွင်းမဲ့ ယုံကြည်ကြပါ။ ဂါထာတော်ကလေးကိုလည်း ယုံကြည်စွာရွတ်ဆိုကြပါ။ ဆရာတော် ကြီး နှစ်ပါး၏ အဆိုအမိန့်များအတိုင်း ငါးပါးသီလကလေးလည်း စောင့်ထိန်းကြစမ်းပါ။ လူတိုင်းအပေါ် စိတ်ကောင်းကလေးလည်း ထားကြည့်ကြပါ။

ထို့ပြင် တတ်နိုင်ပါလျှင် ရေတွင်း၊ ရေကန်လည်း တူးကြပါ။ အနည်းဆုံး လုပ်အားပေးပဲ ဖြစ်ဖြစ်ပေါ့။ စေတနာသာအဓိကပါ။ သစ်ပင်ကလေးလည်း တစ်နှစ်တစ်ပင်လောက်ဖြစ်ဖြစ် စိုက်ကြပါ။

ရောဂါကင်းရေးအတွက် ဆရာနှင့် ဆေးကိုချည်း အားကိုး မနေဘဲ မိမိဘက်ကလည်း ညှစ်အားကလေးတော့ ပေးကြပါဟု ပြောကြားရင်း ကျွန်တော့်ဆောင်းပါးကလေးကို နိဂုံးချုပ်ပါသည်။



သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်နှင့် လေးဘက်နာရောဂါ

လေငန်းရောဂါကို လူသားတို့အား ရှင်နေပါလျက် သေနေသူတစ်ဦး အလား မလှုပ်ရှားနိုင်အောင် ဖန်တီးထားတတ်သော ရောဂါဝေဒနာရှင် တစ်ဦးတည်းကိုသာမက တစ်အိမ်တောင်လုံးရှိ မိသားစုဝင်အားလုံးကို သုမနေရ ကိုယ်မနေရဖြစ်အောင် ဒုက္ခပေးတတ်သောရောဂါ စသည်ဖြင့် ကျွန်တော် ရေးသားခဲ့ဖူးပါသည်။

အဆိုပါလေငန်းရောဂါနှင့် ထပ်တူနီးပါးမျှ လူသားတို့အား ဒုက္ခပေးတတ်သော ဝေဒနာကို ဖော်ပြပါဟုဆိုလျှင် ယခု ကျွန်တော် ရေးသားလတ္တံ့သော လေးဘက်နာ ရောဂါဝေဒနာကိုပင် ဖော်ပြရပါ လိမ့်မည်။

လေးဘက်နာဝေဒနာကို အနောက်တိုင်း အခေါ်အားဖြင့် အာသရိုက်တစ်(စ်) (Arthritis) ဟု ခေါ်တွင်ကြ၍ မြန်မာကမူ လေးဘက်နာဟု အမည်ပေးထားပါသည်။

တကယ်ထိမိသောအမည်ဖြစ်ပါသည်။ လူတစ်ဦးတွင် မြေခွက် နှစ်ဖက်၊ လက်နှစ်ဖက် ပေါင်းလေးဖက်ရှိရာ ထိုလေးဖက်လုံး

အထိမခံနိုင်အောင်၊ ကောင်းစွာ လှုပ်ရှားမှုမပြုနိုင်အောင် ဖန်တီးထားတတ်သောသတ္တိ ထိုရောဂါတွင်ရှိနေသဖြင့် ထို ရောဂါကို လေးဘက်နာဟု ပေးထားခြင်းမှာ လွန်စွာမှ ဆီလျော်သင့်မြတ်ပေသည်။

လူတစ်ဦးတစ်ယောက်တွင် တကယ်တမ်း ပြင်းထန်သော လေးဘက်နာဝေဒနာ ဖိစီးနှိပ်စက်လာပြီဆိုပါက ဝမ်းရေးအတွက် လှုပ်ရှားရုန်းကန်ဖို့ကို မဆိုထားဘိ နံနက်ခင်းအိပ်ရာထ၊ သွားပွတ်တံ ကလေးကိုင့်၍ သွားတိုက်ဖို့ ရေခွက်ကလေးကိုင့်၍ မျက်နှာသစ်ဖို့ကိုပင် အနိုင်နိုင်ကြိုးစားရသည့်အဆင့်ထိ ရောက်ရှိသွားတတ်ပါသည်။

အထူးသဖြင့် နံနက်ခင်းအိပ်ရာထတွင် လက်ချောင်းကလေး တွေ ကွေးမရ ဆန့်မရအောင် တောင့်တင်းနာကျင်နေတတ်၍ ဖြေဖဝါးနှစ်ဖက်လုံးသည်လည်း ကြမ်းပြင်ကို နင်းရမည်ကိုပင် ကြောက် နေလောက်အောင် နာကျင်နေတတ်ပါသည်။ နာသမှ သာမန် နာကျင်ခြင်းမျိုးမဟုတ်ပါ။ အသည်းနစ်မြှ ခတ်ဆတ်တုန်အောင် နာကျင်ခြင်းမျိုး ဖြစ်ပါသည်။

ကုန်ကုန်ပြောရလျှင် ပြေလျောနေသော လုံချည်ကိုပင် တင်းတင်းရင်းရင်း မဝတ်နိုင်အောင် လက်ချောင်းကလေးများက နာကျင်နေတတ်ပါသည်။

လေးဘက်နာရောဂါက ဒါလောက်တောင်ဘဲ ဆိုးလို့လားဟု မေးစရာရှိပါသည်။ ဤအမေးကို ကျွန်တော်က အခုပြောတာ ပဏာမပဲ ရှိသေးသည်။

လေးဘက်နာဝေဒနာ ဘယ်လောက်ဆိုးတယ်ဆိုတာ ကိုယ်တွေ့ အဖြစ်အပျက်ကလေးတွေနဲ့ ကိုးကားပြီး တင်ပြပါဦးမည်ဟု ဖြေလိုပါ သည်။

မှန်ပါသည်။ ကျွန်တော်၏ ဆေးကုသသက် ၉ နှစ်ကျော် ၁၀ နှစ်တာကာလအတွင်း လေးဘက်နာ ဝေဒနာသည်ပေါင်း မြောက်မြားစွာကို ကုသခဲ့ဖူးပါသည်။

အနီးစပ်ဆုံး ဥပမာပေးရသော် လေးဘက်နာဝေဒနာသည် လေငန်းရောဂါလောက်နီးနီး လူသားတို့အား ဒုက္ခပေးတတ်သော ဝေဒနာကြီး ဖြစ်ပါသည်။

လေးဘက်နာဝေဒနာ တကယ်ဆိုးလာသောအခါ လေငန်း ရောဂါပင် လိုက်မမီတော့ပါ။ အကြောင်းမှာ လေငန်းရောဂါဝေဒနာ သည်က ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားမရရုံမှအပ ကိုယ်လက်ကိုက်ခဲနာကျင်လှ၍ နာလှချည့်ရုံ၊ ကိုက်လှချည့်ရုံ၊ ကြည့်ပါဦး၊ ရှုပါဦး စသည်ဖြင့် အော်ဟစ်နေရလောက်အောင် မဖြစ်ပါ။

လေးဘက်နာဝေဒနာ တကယ်ဆိုးလာပြီဆိုသောအခါ ကိုယ်၊ လက်၊ ခြေများ လှုပ်ရှားမရတော့ရုံသာမက အရိုး၊ အဆစ်ကလေးများကို မတော်တဆ ထိခိုက်မိလိုက်လျှင် မျက်ရည်တောက်တောက်ကျမျှ နာကျင်တတ်၍ ဖြစ်ပါသည်။

လေးဘက်နာရောဂါက လေငန်းရောဂါထက် တစ်ခုပိုဆိုး သည်မှာ ယင်းလေးဘက်နာရောဂါနှင့်ယှဉ်လျက် ယနေ့ ကမ္ဘာတွင် လူသားတို့အား ဒုက္ခပေးဆုံးဖြစ်သော နှလုံးရောဂါ ဝေဒနာဆိုးကြီး တို့ပါ ပူးတွဲခေါ်ဆောင်လာတတ်၍ ဖြစ်ပါသည်။

သို့ပါ၍ လေးဘက်နာဝေဒနာကို ပေါ့ပေါ့ကလေးဟု မထေ ခဲ့မည် မပြုကြဘဲ မဖြစ်ခင် ကြိုတင်ကာကွယ်ကြရန်နှင့် ဖြစ်ပြုလာပြီ ဆိုသောအခါ အကင်းဘဝကပင် အပြတ်ရှင်းပစ်ကြရန် အကြံပြုလိုပါ သည်။

ဤနေရာတွင် မဖြစ်ခင်က ကြိုတင်ကာကွယ်ကြရန်လိုသည် ဟုသာ ဆိုလိုက်ရသော်လည်း အနောက်တိုင်းဆေးပညာအလိုအရ လေးဘက်နာဝေဒနာကို ကြိုတင်ကာကွယ်ရန် တိကျသောနည်းလမ်း မရှိသေးဟူသော အဆိုကို ကျွန်တော်ဖတ်ဖူးပါသည်။

မြန်မာ့တိုင်းရင်းဆေးပညာအလိုအရ ဆိုရပါမူ ရောဂါဖြစ်မှု ပျက်မှုဟူသမျှ ကံ၊ စိတ်၊ ဥတု၊ အာဟာရတည်းဟူသော အကြောင်း တရားကြီး လေးပါးအနက် တစ်ပါးပါးဖောက်ပြား၍သော် လည်းကောင်း၊ သို့တည်းမဟုတ် အကြောင်းတရားကြီးလေးပါးကို စုပေါင်း လွှမ်းခြုံ ဖောက်ပြားလာ၍သော်လည်းကောင်း ဖြစ်ရသည်ဟု ယူဆကြ သလို မြန်မာ့ဆေးလောကနယ်ပယ်တွင် ဖြစ်မှု ပျက်မှု တေဇောပြုသည် ဟူသော စကားရှိပါသည်။

လောကတွင် ဖြစ်လာသမျှတို့သည် တေဇောတည်းဟူသော အပူကြောင့် ဖြစ်လာရသလို လောကတွင် ပျက်စီးခြင်းဟူသမျှ တို့သည်လည်း တေဇောတည်းဟူသော အပူကြောင့်ပင် ဖြစ်ကြ ရ၏။

ဟုတ်မဟုတ် သာကေတစ်ခု တင်ပြပါအံ့။ ဤနေရာတွင် လူသိများသော အနောက်တိုင်း လုပ်ထုံး လုပ်နည်းကလေးတစ်ခုကို ပင် ကိုးကား တင်ပြပါမည်။

အနောက်တိုင်းဆေးလောကတွင် လူတစ်ဦး၌ အဖျားရောက် ရှိမရှိ သာမိမိတာခေါ် အပူတိုင်းကိရိယာဖြင့် တိုင်းကြည့်လေ့ရှိကြ၏။

ကျန်းမာရေးကောင်းနေသော သာမန်လူတစ်ဦးတွင် အပူချိန် ဒီဂရီ ၉၈.၄ ဒီဂရီရှိကြ၏။ လူတစ်ဦးအားအပူချိန်တိုင်း ကိရိယာဖြင့် တိုင်းကြည့်လိုက်သောအခါ ၉၈.၄ ဒီဂရီထက်ပို၍ ၁၀၀၊ ၁၀၁

၁၀၂ စသည်ရှိလျှင် ထိုလူအား အဖျားရောဂါရှိသူဟု သတ်မှတ်လေ့ရှိကြ တာ ထိုထက်လွန်၍ အပူချိန် ၁၀၄၊ ၁၀၅ စသည်ဖြင့် ရှိလာလျှင်မူ အသက်အတွက် စိုးရိမ်ရသောအဆင့်ဟု သတ်မှတ်လေ့ ရှိကြပါသည်။

ထိုထက်ပို၍ အပူချိန် ၁၀၆၊ ၁၀၇ ထိရှိလာလျှင်မူ အလွန်စိုးရိမ်ရသောအဆင့်ဟုသတ်မှတ်ကာ အပူချိန် ဆောလျင် စွာ ကျဆင်းရေးအတွက် 'လူနာတစ်ကိုယ်လုံး ရေခဲဖုံးပေး သည်အထိ ဆောင်ရွက်လေ့ ရှိကြပါသည်။

အလားတူပင် လူတစ်ဦးတွင်ရှိရမည့် သာမန်အပူချိန် ၉၈.၄ ဒီဂရီ မရှိတော့ဘဲ ၉၅၊ ၉၄ စသည်အထိ ကျဆင်းသွားပါက တစ်ကိုယ်လုံး အေးစက်ကာ ဇောချွေးတွေထွက်လာလျက် သတိမေ့သွား တတ်ပြန်သဖြင့် မူလအပူချိန်ဒီဂရီ ပြန်ရောက်လာအောင် နည်းပေါင်းစုံ ပေး၍ ကြိုးစားကြရပါသည်။

ဆိုလိုသည်မှာ အပူလွန်လျှင်လည်း ပျက်စီးတတ်သည်။ အပူလိုပြန်လျှင်လည်း ပျက်စီးတတ်သည်။ သေတတ်သည်ဖြစ်၍ မပျက်စီးအောင် မသေအောင် အပူကို ထိန်းပေးကြရခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

အပူအအေး မျှတနေသရွေ့ လူတစ်ဦးတစ်ယောက်တွင် ဘာ ရောဂါမျှ ဖြစ်မလာနိုင်သဖြင့် အပူအအေး မျှမျှတတဖြစ်အောင် အစဉ်ကြိုးစား နေထိုင်ကြဖို့ လိုပါသည်။

မြန်မာ့ဆေးလောကနယ်ပယ်တွင် 'ဆီး၊ ဝမ်း၊ သွေး၊ လေ ဤလေးထွေ ဓာတ်တွေမှန်က ချမ်းသာရ'

ဟူသော စကားရှိပါသည်။ လူတစ်ဦးတစ်ယောက်တွင် ဆီး၊ ဝမ်း၊ သွေး၊ လေမှန်နေပါက တော်တော်တန်တန် ရောဂါကပ်ရောက်ခြင်း မပြုနိုင်ပါ။



သို့ပါ၍ ဆီးမချုပ်ရန်၊ ဝမ်းမချုပ်ရန်၊ သွေးမချုပ်ရန်၊ လေမချုပ်ရန် အစဉ်သတိပြုနေထိုင်ကြဖို့ လိုအပ်သလို ဆီးမလွန်စေရန်၊ ဝမ်းမလွန်စေရန်၊ သွေးမလွန်စေရန်နှင့် လေမလွန်စေရန်လည်း သတိပြု ဆင်ခြင်ကြဖို့ လိုပါသည်။

‘တန်ဆေး လွန်ဘေး’

ဟူသော စကားသည် လူတစ်ဦးတစ်ယောက်၏ ကျန်းမာရေး အတွက် ထိရောက်သော ပညာပေးစကား ဖြစ်ပါသည်။

ဤထက်တစ်ဆင့်တက်၍ ဆွေးနွေးရပါသော် ရောဂါတစ်ခု ဖြစ်လာပြီဆိုပါလျှင် မြန်မာ့တိုင်းရင်းဆေးနည်းက ကံကြောင့်လော၊ စိတ်ကြောင့်လော၊ ဥတုကြောင့်လော၊ အာဟာရကြောင့်လောဟု စဉ်းစားချိန်ဆသကဲ့သို့

အပူနာလော၊ အအေးနာလော၊ အတက်နာလော၊ အသက်နာလော၊ အဖွင့်နာလော၊ အပိတ်နာလော စသည်ဖြင့် စဉ်းစားချိန်ဆရပါသည်။

အပူနာဖြစ်က အေးအောင်ပြု၊ အအေးနာဖြစ်က ပူအောင်ပြု၊ အတက်နာဖြစ်က သက်အောင်ပြု၊ အသက်နာဖြစ်က တက်အောင်ပြု၊ အဖွင့်နာဖြစ်က ပိတ်အောင်ပြု၊ အပိတ်နာဖြစ်က ပွင့်အောင်ပြု။

ဤသည်ပင်လျှင် မြန်မာ့တိုင်းရင်းဆေးပညာ၏ အခြေခံကုထုံး ဖြစ်ပါသည်။ လွန်စွာရိုးစင်းလှသော်လည်း လွန်စွာ ထိရောက် မှန်ကန်လှပါသည်။

ရိုးစင်းလွန်း၍ အထင်မသေးကြစေလိုပါ။ အရိုးကို မည်သည့် အခါတွင်မျှ အရွက်မဖုံးနိုင်ပါ။ ဝမ်းပိတ်နေသူကို ဝမ်းသွားအောင်

ဝမ်းနုတ်ဆေးကျွေးရန် လိုအပ်သလို ဝမ်းလျှောနေသူကို ဝမ်းရပ်ဆေး ဆေး၍ ကုသရမည်မှာ ဓမ္မတာ ဖြစ်ပါသည်။

ဒီထက် မှန်ကန်ထိရောက်သောနည်း မရှိနိုင်ပါ။ သို့ပါ၍ မြန်မာ့တိုင်းရင်းဆေးပညာက ပူ၊ အေး၊ တက်၊ သက်၊ ပွင့်၊ ပိတ် ချက်တို့ကို အစဉ်အလေးထား စဉ်းစားကြပါသည်။

လေးဘက်နာဝေဒနာနှင့် ပတ်သက်၍လည်း ဤသို့ပင် စဉ်းစား ပြုပါသည်။ မည်သည့် ရောဂါဝေဒနာဖြစ်စေ ကံ၊ စိတ်၊ ဥတု၊ အာဟာရတည်းဟူသော အကြောင်းတရားကြီးလေးပါးနှင့် မကင်းနိုင် ကြသလို ပူမှု၊ အေးမှု၊ တက်မှု၊ သက်မှု၊ ပွင့်မှု၊ ပိတ်မှုတို့လည်း မကင်းနိုင်ကြပါ။

သို့ပါ၍ ရောဂါထဲမှ ရောဂါတစ်ခုသာဖြစ်သော လေးဘက်နာ ရောဂါသည်လည်း ဤတောင်အတွင်းမှ ပြေးမလွတ်နိုင်ပါ။

ကျွန်တော်အဆိုမှန်မမှန် လေးဘက်နာရောဂါဖြစ်တတ်သော သဘာဝနှင့် ချိန်ထိုးကြည့်ကြပါမည်။

လေးဘက်နာ ရောဂါဝေဒနာသည် အများစု လက်လုပ် သက်စား ဆင်းရဲသားအလွှာအတွင်း၌သာ အဖြစ်များတတ်၍ စားနိုင်၊ သောက်နိုင်၊ အနားယူနိုင်သော လူ့အထက်တန်းလွှာတွင် လွန်စွာ အဖြစ်နည်းပါသည်။

ဆိုလိုသည်မှာ စားနိုင်၊ သောက်နိုင်သူတို့မှာ ပူလျှင်အေးအောင်၊ အေးလျှင် နွေးအောင်၊ ဖန်တီးနေနိုင်တတ်ကြ၍ ပင်ပင်ပန်းပန်း ဆေးလေးပင်ပင် သယ်ရပိုးရသော လုပ်ငန်းတို့ကိုလည်း လုပ်ကိုင် ဆောင်ရွက်ရန် မလိုကြ၍ ဖြစ်ပါသည်။

လက်လုပ်လက်စား ဆင်းရဲသား အလွှာတွင်းမှ လူသားတို့မှာ ခြေနှင့်လက်ကို အနားမပေးဘဲ တရစပ် လုပ်ကိုင်နေကြရသဖြင့်



ခြေနှင့် လက်တို့ကို ဒုက္ခပေးလေ့ရှိသော လေးဘက်နာဝေဒနာ စွဲကပ်လာကြခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

အလုပ်တကာ အလုပ်ထဲတွင် အဝတ်လျှော်သော အလုပ် သည် လေးဘက်နာဝေဒနာဖြစ်လာရန် ဖန်တီးပေးတတ်သော အဓိကတရားခံဖြစ်၍ လေးဘက်နာဝေဒနာ စွဲကပ်နေသူ အတွက် မသင့်တော်ဆုံး အလုပ်လည်း ဖြစ်ပါသည်။

အကြောင်းမှာ မူလကပင် အဆစ်၊ အမြစ်ရောင်၍ နာကျင် နေသော လက်ဆစ်၊ ခြေဆစ်တို့ကို အဝတ်ဆောင့်ခြင်း၊ အဝတ်ရေညစ် ခြင်းတို့ကြောင့် အနာကိုမနာနာအောင် လုပ်နေဘိ သကဲ့သို့ ဖြစ်ရသည့် အပြင် အအေးထဲတွင် အချိန်ကြာမြင့်စွာ နေရတတ်၍လည်း ဖြစ်ပါ သည်။

ဤရောဂါသည် အမျိုးသားများထက် အမျိုးသမီးများတွင် ပိုမိုဖြစ်တတ်ကြပါသည်။ ဤသည်မှာလည်း အိမ်ဗဟိရ တာဝန်များ ဖြစ်သော အချက်အပြုတ်၊ အချုပ်အလုပ်၊ အကြော်အလျော်၊ အလျှော် အဖွပ်လုပ်ငန်းများကို တရစပ် လုပ်ကိုင်နေကြမှု၏ ဒဏ်ရာဒဏ်ချက် များဆိုက မှားမည်မထင်ပါ။

ခြေလက်လှုပ်ရှား များရလွန်းသူတို့တွင် လေးဘက်နာရောဂါ ဘာကြောင့် အဖြစ်များရသည်ကို ဤသို့ စဉ်းစားကြည့်က သိနိုင်ပါ သည်။

သဘာဝသည် သက်ရှိ သတ္တဝါတို့အား တည်ဆောက်မှုပြုရာ တွင် ကိုယ်ခန္ဓာအစိတ်အပိုင်းတိုင်း၌ အံ့ဩစရာကောင်းလောက်အောင် ထောင့်စေ့စေ့ဖြင့် တည်ဆောက်ထားကြသည်ကို တွေ့ရပါသည်။

ဥပမာ- လှုပ်ရှားမှုပြုရလွန်းသော ပခုံးဆစ်၊ တံတောင်ဆစ်၊ လက်ဆစ်၊ ခြေဆစ်၊ ဒူးဆစ်၊ ခါးဆစ်စသော အဆစ်တိုင်းတွင် လှုပ်ရှားမှု ချောမွေ့ညင်သာစေရန် အရိုးနုကလေးများဖြင့် ဖုံးအုပ် ပေးထားတတ်ပါသည်။

ထိုအရိုးနုကလေးများကို ခွာလိုက်ပါလျှင် အောက်တွင် အရိုး ကြမ်း ပေါ်လာမည်ဖြစ်ပါသည်။ အရိုးနု၊ အရိုးနုချင်း ပွတ်တိုက်ရ သည်နှင့် အရိုးကြမ်း၊ အရိုးကြမ်းချင်း ပွတ်တိုက်ရသည်က ညင်သာ ဖူချင်း မတူညီနိုင်ကြပါ။ အရိုးနုချင်း ပွတ်တိုက်ရမှုက ပိုမိုညင်သာ၍ ပိုမိုညက်ညောကာ ပွတ်တိုက်အား နည်းပါးပါသည်။

ဤအထဲတွင် အရိုးနုနှစ်ခုကြား၌ သဘာဝအလျောက် ချောဆီ သဘောမျိုးဖြစ်သော အရည်ပျစ်တစ်မျိုးကို ကြားခံပေးလိုက်ရာ ပိုမို ညင်သာ၊ ပိုမိုချောမွေ့လာသဖြင့် ပွတ်တိုက်အားကို ပိုမို လျော့ပါး သွားစေပါတော့သည်။

ဤသို့ဖြင့် အရိုးချင်းပွတ်တိုက်သော်လည်းနာကျင်ခြင်း ဝေဒနာ ပေါ်မလာတော့ပါ။ ထိုခြေဆစ်၊ လက်ဆစ်တို့ကို မနားတမ်း အလှပ ပေးလာသောအခါ ချောဆီလည်းခန်း၊ အရိုးနုကလေးများလည်း ပွတ်တိုက်ဖန်များလာသဖြင့် တစ်စတစ်စ ပါးလွှာကာ ပေါက်ပြဲပွန်းပဲ့ ကုန်ပါတော့သည်။

ဤတွင် ကြားခံ အရိုးနုမဲ့၊ ချောဆီမဲ့၊ အရိုးကြမ်းတို့သည် အချင်းချင်းပွတ်တိုက်ကြရာမှ နာကျင်ခြင်း၊ ရောင်ရမ်းခြင်းမှသည် နောက်ဆုံး လေးဘက်စလုံး ထိလိုက်တိုင်းနာတတ်သည်။ လေးဘက်နာ ခဒနာ စွဲကပ်လာစေပါတော့သည်။

လေးဘက်နာ ဝေဒနာသည် တကယ်ဆိုလောသောအခါ လက်ဆစ်၊ ခြေဆစ်များမှာ ပုံပျက်၊ ပန်းပျက်ဖြစ်လောက်အောင် ကွေးကောက် တွန့်လိမ်လာကာ မြင်မကောင်း ရှုမကောင်း ဖြစ်ရသည်အထိ ခံစားနေရသော ဝေဒနာသည်အချို့ကို တွေ့ဖူးပါသည်။

ဤသည်မှာ လေးဘက်နာဝေဒနာဖြစ်ပေါ်လာခြင်းအကြောင်း ရင်း များစွာအနက် တစ်ချက်ဖြစ်ပါသည်။

သို့ပါ၍ လက်ချောင်း၊ ခြေချောင်း၊ လက်ဆစ်၊ ခြေဆစ် ကလေးများကို မနားတမ်း အလုပ်မပေးဘဲ အနားပေးသင့်သလောက် ပေးကြရန် သတိပေးရေးသားပါသည်။

လေးဘက်နာရောဂါကို အပြင်းထန်ဆုံး ခံစားနေရသည့် ဝေဒနာရှင်တစ်ဦးကို စာရေးသူတွေ့ဖူးပါသည်။ ကျွန်တော် တွေ့ဖူးသမျှ ကုဖူးသမျှ လူနာများထဲတွင် လေးဘက်နာဝေဒနာကို အပြင်းထန်ဆုံး ခံစားနေရသူ ဖြစ်ပါသည်။

ဝေဒနာရှင်မှာ အသက် ၄၀ ခန့်ရှိ သိပ္ပံဘွဲ့ ရှမ်းမြန်မာကပြား အမျိုးသမီးလူနာတစ်ဦး ဖြစ်ပါသည်။ လူနာ ဤဝေဒနာကို ခံစားလာ ရသည်မှာ ရှစ်နှစ်ခန့်ရှိပြီဟု ဆိုပါသည်။

ကျွန်တော့်အား လာရောက် ပင့်ဖိတ်သောအခါ အိပ်ရာထဲမှ လုံးဝ မထနိုင်တော့သည်မှာပင် လေးနှစ်ခန့်ရှိပြီ ဖြစ်ပါသည်။ လူနာ၏အခြေအနေမှာ ထူမှထနိုင်၊ ရွှေ့မှ ရွှေ့နိုင်တော့သော အခြေသို့ပင် ရောက်နေပြီဖြစ်ပါသည်။

လက်ဆစ်၊ ခြေဆစ်တို့မှာလည်း ပုံပျက်ပန်းပျက်ဖြစ်ကာ ကွေးကောက် တွန့်လိမ်နေပါသည်။ စာဖတ်လိုသော်လည်း စာတစ်အုပ်

ကိုပင် နိုင်အောင် မကိုင်နိုင်တော့သဖြင့် ဖတ်ခွင့် မရရှိတော့ပါ။ သတင်းစာ ဖတ်လျှင်ပင် သတင်းစာ တစ်စောင်လုံး မကိုင်နိုင်ဘဲ စာစုံရွက်ချင်း ကိုင်ဖတ်ရရှာပါသည်။

ငွေကြေးချမ်းသာသူဖြစ်သဖြင့် အနောက်တိုင်းပါရဂူ ဆရာဝန် ကြီးများ၊ နာမည်ကြီး မြန်မာသမားတော်ကြီးများကိုပါ ပင့်ဖိတ်ကုသမှု ခံယူပြီးရုံသာမက နိုင်ငံခြားတိုင်းပြည်များသို့ပင် နှစ်ခေါက်တိတိ သွားရောက်ကုသခဲ့ဖူးပြီ ဖြစ်ပါသည်။

မှီဝဲသောဆေးများမှာလည်း အနောက်တိုင်းဆေး၊ တိုင်းရင်း မြန်မာဆေး၊ တရုတ်ဆေး စုံပြီဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်တော်၏ ကုထုံး ကုနည်းမှာ နက္ခတ္တရောင်ခြည် စာဖတ် ဝရီသတ်နှင့်တကွ ကျွန်တော်၏ ကုသမှုကိုခံယူဖူးကြသူ ဝေဒနာရှင်များ သိရှိပြီးဖြစ်သည့်အတိုင်း လူနာ၏ ခြေချောင်းကလေးများကြားနှင့် လက်ချောင်းကလေးများကြားတွင် သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်ကိုညှပ်ကာ ဖြည်းဖြည်းချင်း လှည့်ပေးခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ဤသို့ ဆေးတောင့်လှည့်မှုကို ခံယူပြီးနောက် ကျွန်တော် ပေးသော သောက်ဆေးတို့ကို ညွှန်ကြားချက်အတိုင်း သောက်၍ လိမ်းဆေးကိုလည်း ရောင်ရမ်းတောင့်တင်းနေသော နေရာအားလုံးကို ဝိုင်နိုင်စွာ လိမ်းစေခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

လေးဘက်နာဝေဒနာကို ပြင်းထန်စွာခံစားနေရသူတို့မှာ ဆေးတောင့်နှင့် ထိရုံမျှဖြင့်ပင် ဆတ်ဆတ်ခါ နာတတ်ပါသဖြင့် အထက်ဖော်ပြပါလူနာအား ကုသသည့် ပထမနေ့တွင် ကျွန်တော် အထူးသတိထားကာ အညင်သာဆုံး ကုသပေးခဲ့ပါသည်။

သို့တိုင် လူနာခံစားနေရသည့် ဆေးကုသမှု ပြင်ဆင်လှည့်ဖြင့် ဆေးတောင့်ကို နည်းနည်းကလေး လှည့်လိုက်သည့်အခါတိုင်း တွန့်ခဲနဲ၊ တွန့်ခဲနဲနေအောင် နာကျင်သွားတတ်ပါသည်။

လူနာကလည်း ရောဂါပျောက်ချင်လွန်းလှသဖြင့် ကြိတ်မှိတ် ခံနေရသည်ကို ကျွန်တော်သတိမူမိပါသည်။ သတိမူမိသည့် အလျောက်လည်း အညင်သာဆုံးဖြစ်အောင် ကြိုးစားခဲ့ပါသည်။

သမားတော်ပေါင်းစုံကုသ၍ မပျောက်နိုင်သည့် ရောဂါကြီးတစ်ခုကို ကျွန်တော် ကုသ၍ ပျောက်ကင်းသွားပါက ကျွန်တော့်အတွက် ပီတိဖြစ်စရာ၊ ဂုဏ်ယူစရာ မဟုတ်ပါလော။

ဤသို့ဖြင့် ပထမနေ့ကုန်ဆုံးကာ လိုအပ်သော သောက်ဆေး၊ လိမ်းဆေးများကို ပေးခဲ့ပါသည်။

ဆေးသောက်ပုံ သောက်နည်းနှင့်တကွ ဆေးလိမ်းပုံ လိမ်းနည်းတို့ကိုပါ လူနာနှင့်တကွ လူနာအားအနီးကပ် ပြုစုနေသူ ကလေးမကလေးကိုပါ သေချာစွာမှာခဲ့ပါသည်။

ပြဿနာမှာ ကုသမှု ဒုတိယနေ့တွင် စတင်ပါတော့သည်။ ကျွန်တော်၏ ကုသမှု ဒုတိယမြောက်နေ့အဖြစ် ကျွန်တော်လူနာထံ ရောက်ရှိခဲ့ပါသည်။

ကျွန်တော်၏ ကုသမှု မစတင်မီပင် လူနာက ကျွန်တော့်အား အောက်ပါသုံးခွန်းသော မေးခွန်းများကို မေးပါတော့သည်။

(၁) ဆေးတောင့်ဖြင့်ထိလျှင် ထိသည့်နေရာတိုင်းက အထိမခံနိုင်အောင် နာသည်။ သူ့အသားတွေကလည်း နုလွန်းနေသည်။ သို့ဖြစ်၍ ဆေးတောင့်ဖြင့်မထိဘဲ အခြားနည်းဖြင့် ကုလျှင်ကော မရဘူးလော။

(၂) ဇေယျသိဒ္ဓိ လိမ်းဆေးက ရေနံဆီနဲ့နဲ့သည်။ ရေနံဆီအနံ့ကို သူမခံနိုင်။ သို့ဖြစ်၍ လိမ်းဆေးမလိမ်းဘဲ နေလျှင်ကော မရပါဘူးလော။

(၃) ကျွန်တော်ပေးသည့် သောက်ဆေးများအပြင် ယခင် ဆရာဝန်များ ပေးထားသော ဆေးများကိုလည်း ဆက်လက်သောက်သုံးလိုသည် ခွင့်ပြုနိုင်ပါမည်လောဟု ဖြစ်ပါသည်။

အထက်ပါမေးခွန်းများကို ကြားရလျှင်ကြားရခြင်း ပထမတော့ ကျွန်တော် အတော်စိတ်မကောင်း ဖြစ်သွားမိပါသည်။

ဤသို့သော မေးခွန်းမျိုး အမေးခံရခြင်းမှာ ဤတစ်ကြိမ် ပထမဆုံးအကြိမ် ဖြစ်ပါသည်။ အထူးပုဂ္ဂိုလ်ကြီးများအပါအဝင် လူနာပေါင်းသောင်းချီ၍ ကုသခဲ့ဖူးပါပြီ။ ဤသို့တစ်ခါမျှ အမေးခံရဖူးပါ။

သို့သော် ကျွန်တော်၏ စိတ်မကောင်းဖြစ်မှုမှာ တဒင်္ဂသာ ဖြစ်ပါသည်။ ချက်ချင်း သတိဖြင့်ဆင်ခြင်လိုက်သောအခါ လူနာအပေါ် ကျွန်တော် ခွင့်လွှတ်လာနိုင်ပါသည်။ ခွင့်လွှတ်နိုင်ရုံသာမက လူနာအက်မှပင် သာသာထိုးထိုး စဉ်းစားပေးပါသည်။

ဟုတ်ပေသားပဲ။ ဒီရောဂါမျိုးက ဆေးတောင့်နှင့်ထိလျှင် ဆတ်ဆတ်ခါ နာတတ်တာ။ ဒီတော့ သူ့ခမျာ နာရှာလွန်းလို့ ခြောပေတာပဲ ဟူ၍လည်းကောင်း

ဒုတိယမေးခွန်းအတွက် ကျွန်တော့် လိမ်းဆေးတွင် ရေနံဆီ မပါသည်မှာ မှန်ပါသည်။ ရေနံဆီ ဆိုသည်မှာ နံ့သာဆီမှ မဟုတ်ဘဲ နီရာပေမှာပဲ။ သူ့ခမျာ အိပ်ရာထဲတွင် နစ်နဲ့ချီပြီး လှဲနေရသူဖြစ်တော့ မွေးမွေးကြိုင်ကြိုင် အနံ့ကလေးတွေပဲ ရှူရှိုက်နေချင်ရာမှာပဲ ပုည၍ သည်းကောင်း

တတိယမေးခွန်းမှာမူ ကျွန်တော်အတွက် ပြဿနာမဟုတ်ပါ။ ယခု လူနာကိုသာမက ကျွန်တော်ကုသမှု လူနာတိုင်းအား မိမိတို့မှထ သောက်နေကျဆေးကို ဆက်လက်သောက်သုံးလိုက် သောက်သုံး နိုင်သည်။ ကျွန်တော် ခွင့်ပြုသည်။

သို့သော် ကျွန်တော်ပေးသည့် ဆေးနှင့်တော့ တစ်နာရီခွာ သောက်ရမည်ဟု ကျွန်တော် ညွှန်ကြားလေ့ရှိ၍ ဖြစ်ပါသည်။

လူနာအတွက်စဉ်းစားသလို ကျွန်တော့်ဘက်ကလည်း စဉ်းစား ရပါသည်။ ကျွန်တော်၏ အဓိကအားထားရာမှာ သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့် ပင် ဖြစ်ပါသည်။

ဤဆေးတောင့်၏ အစွမ်းကြောင့်ပင် ကျွန်တော် သာမန် ပညာရေးဝန်ထမ်းအဖြစ်မှ ကာလတိုကလေးအတွင်း တိုင်းရင်း ဆေး သမားတော်ဖြစ်လာရသည်။

ဆေးတောင့်က တကယ်လည်း အစွမ်းထက်သည်။ ဆေးတောင့် မပါလျှင် မဖြစ်။ ထို့ကြောင့် ဆေးတောင့်ကုသမှုကို မလွဲမသွေခံယူ ရမည်။

ဒုတိယမှာ ဇေယျသိဒ္ဓိလိမ်းဆေးကိစ္စ ဖြစ်သည်။ ဤဆေးသည် သာမန်ဆေးမဟုတ်။ ဘရသေ့ကိုယ်တိုင် ချီးမြှင့်ထားသော ဆေး ဖြစ်သည်။ ဆေးဖော်စပ်ရာတွင်လည်း ဘရသေ့ချီးမြှင့်ထားသည့် (ဥုံ၊ ဗုဒ္ဓစက္ကံ၊ ဓမ္မစက္ကံ၊ သံဃစက္ကံ၊ သံည သတ္တရ သွားဟ) ဟူသော ဂါထာတော်ကို မပြတ်ရွတ်ဖတ်ပြီးမှ ဖော်စပ်ထားသော ဆေးဖြစ်သည်။

လေငန်း၊ လေးဘက်နာနှင့် အကိုက်အခဲ ဝေဒနာရှင်များ အတွက် မုချသုံးရန်လိုသည်။

လိမ်းဆေးမပါလျှင် အမြစ်ပြတ် မပျောက်နိုင်၊ သို့ဖြစ်၍ လိမ်းဆေးကို မလိမ်းမဖြစ် လိမ်းရမည်။ လိမ်းရာတွင်လည်း ဝတ်ကျေ အနံ့ကျေ လိမ်းလိုမရ၊ တစ်နေ့အနည်းဆုံး သုံးကြိမ် ပိုင်နိုင်စွာ လိမ်းရမည်ဟု ဖြေကြားခဲ့သည်။

တတိယသောက်ဆေးကိစ္စမှာ ပြဿနာမဟုတ်။ ဤလူနာ အစဉ်းတွင်သာမဟုတ် ကျွန်တော့်ထံလာသမျှ လူနာအားလုံး မိမိ မှုလသောက်ဆဲဖြစ်သော ဆေးဝါးများကို ဆက်လက်သောက်သုံးလိုက် သောက်သုံးနိုင်သည်။

သို့သော် ကျွန်တော်ပေးသောဆေးကိုတော့ သောက်ရမည်။ သောက်သောအခါ မူလဆေးနှင့် တစ်နာရီခြား သောက်ရမည်ဟူ၍ ညွှန်ကြားပါသည်။

ကျွန်တော့်ဘက်ကလည်း အထက်ပါအတိုင်း လူနာအား ပြောပြရာ လူနာက အင်တင်တင်ဖြင့်ပင် လက်ခံခဲ့ပါသည်။ ကျွန်တော် ကလည်း ဤကိစ္စအတွက် ယတိပြတ်ဆုံးဖြတ်ပြီး ဖြစ်သည်။

- (၁) ဆေးတောင့်နဲ့လည်း အကုမခံလို။
  - (၂) လိမ်းဆေးလည်း မလိမ်းလို။
- ဟု အပြတ်ငြင်းနေပါက ကျွန်တော်ကလည်း ထပြန်ရုံသာ ဖြစ်ပါသည်။

ရောဂါရှင်အတွက် ကျွန်တော်မကြိုက်တာ တစ်ချက်ရှိသေး သည်။ ၎င်းကိစ္စမှာ လူနာအိပ်ခန်းတစ်ခုလုံး အမြဲလိုလို ညှော်နံ့များ ဖြစ်ခြင်း ဖြစ်သည်။

ကျွန်တော်က ပြောပြရာ သူတို့အတွက် ညှော်နံ့ကဆန်းနံ့ ဖြစ်ပြီး ခံနိုင်သည်ဟု ဆိုပါသည်။ အလျှော့မပေးပါ။ အနံ့နံ့၍



ဒုက္ခမပေးသော ရေနံဆိန့်ကိုတော့ မခံနိုင်၍ မသုံးလို။ တကယ်တော့ ဒုက္ခပေးနိုင်သည့် ညှော်နံ့ကိုတော့ တစ်နေ့လုံးခံနေသည်။

ဒါကိုလည်း ကျွန်တော်က မကြိုက်။ မြန်မာ့ဆေးပညာအလိုက် ညှော်နံ့နှင့် အပုပ်နံ့တို့သည်လည်း ရောဂါကို ပိုမိုဆိုးရွားလာစေသည်။ ခံယူထားသည်။

ကျွန်တော် အထက်ပါလူနာအား တစ်ပတ်လျှင် သုံးရက်ကျော် နှစ်ပတ်အတွင်း ခြောက်ရက်ကျကြည့်ပါသည်။ လူနာအခြေအနေ ထူးခြားမလာပါ။

(ဘယ်မှာ ထူးခြားလာပါမည်နည်း။ အဓိကဖြစ်သော သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်ဖြင့်လည်း စတိဗျာသာ အထိခံသည့် လိမ်းဆေး ကိုလည်း လိမ်းသည်ဆိုရုံ စတိဗျာသာ လိမ်းသည်။ လူနာဟူသည် ဆရာကိုအားကိုး၍ မိမိကိုယ်ကိုပင် ဆရာ့ အပ်နှံထားကြသူဖြစ်ရာ ဆရာ၏ ကျိုးကြောင်းညီညွတ်သော ညွှန်ကြားချက်ကို လိုက်နာရမည်သာ ဖြစ်ပါသည်။ ဆရာ၏ ညွှန်ကြားမှု မနာခံသော လူနာအား ဆက်မကုဟူသောမူသည် ကျွန်တော်၏မူ ဖြစ်ပါသည်။

ထို့ကြောင့် ထိုလူနာအားကုသမှုကို ရပ်တန့်လိုက်ပါသည်။ ဤတွင် ထိုလူနာအား ကုသမှုကဏ္ဍ နိဋ္ဌိတ်ပါသည်။

လေးဘက်နာ ဝေဒနာသည်အအေးနှင့် လုံးဝမတည့်သော ဝေဒနာဖြစ်သည်။ ပန်ကာလေခဲလို့မရ၊ လေဟာပြင်ထွက်၍ အိပ်လို့မရ၊ အချိန်အခါမဟုတ် ရေချိုးလို့မရ၊ အထူးသဖြင့် မိုးအခါ မိုးရေထိခံ မိုးရေထိပြီဆိုလျှင် ခံဖို့သာ ပြင်ပေရော့။ အဆစ်အမြစ်ဟူသမျှ ကိုက်ခဲပေတော့မည်။

ထိုအကိုက်အခဲတို့ကို ချက်ချင်း သက်သာစေသောနည်းမှာ အပူပေးခြင်းပင် ဖြစ်ပါသည်။ လူနာကို နွေးနွေးထွေးထွေးနေပါစေ။ ရေနွေးအိတ်ကပ်ပေးပါ။ လိမ်းဆေး လိမ်းပေးပါ။ ချက်ချင်းသက်သာ စေပါလိမ့်မည်။

လေးဘက်နာဝေဒနာသည် အာကာသပိတ်သော ဝေဒနာ တစ်မျိုးဖြစ်ရာ အာကာသကိုဖွင့်စေရပါမည်။ ချွေးတစိုစို နေစေရပါ မည်။ ချွေးမထွက်လျှင် အဆစ်အမြစ်ဟူသမျှ ရောင်ရမ်း၍ နာကျင် နေပါလိမ့်မည်။

ထို့ကြောင့် အနောက်တိုင်း ဆရာဝန်များက (Asprin) အက်စ်ပရင်၊ (Buspiron) ဘတ်စပရီစသော အကိုက်အခဲပျောက်ဆေး (မြန်မာအခေါ်) ချွေးထုတ်ဆေးများကို တိုက်ကျွေးလေ့ရှိခြင်း ဖြစ် ပါသည်။

ပိတ်နေတာကို ဖွင့်ပေးခြင်းပင်ဖြစ်ပါသည်။ မြန်မာတိုင်းရင်း နည်းကလည်း အာကာသပွင့်ဆေးကိုပင် ပေးလေ့ရှိကြပါသည်။

လေးဘက်နာဝေဒနာကို အများနားလည်အောင်ပြောရသော် ခန္ဓာကိုယ်တွင်း၌ အပုပ်များအောင်းနေ၍ မရသော ရောဂါဖြစ်ပါသည်။ ဆိုလိုသည်မှာ ဝမ်းချုပ်၊ ဆီးချုပ်၊ လေချုပ်၊ သွေးချုပ်မရသော ရောဂါဖြစ်ပါသည်။

ဝမ်းပျော့သွားစေရန် လိုပါသည်။ ဆီးရွှင်ရွှင်သွားနေရန် လိုပါသည်။ လေမလည်လို့လည်း မရပါ။ အမျိုးသမီးများ သွေးမမှန် လျှင် ပိုခံရပါမည်။ ဆီး၊ ဝမ်း၊ သွေး၊ လေချုပ်နေပါက ရောဂါကိုပို၍ ဆိုးရွားစေပါသည်။

ဤနေရာတွင် ဆရာတော်ကြီးတစ်ပါး၏ ကျန်းမာရေးနှင့် ပတ်သက်သော အဆိုအမိန့်စကားကို တစ်ဆင့်ပြန်၍ ဖောက်သည်ချလီ ပါသည်။ ဆရာတော်ကြီး၏ စကားကို ကြားရလျှင် စာဖတ်ပရိသတ်များ နည်းနည်းတော့ ပြုံးမိကြလိမ့်မည် ထင်ပါသည်။

ဆရာတော်ကြီးက ဤသို့ဆိုပါသည်။ (မျိုးသမီး ယိုမုဖြစ် မည်၊ သောက်သမ္ပ ပေါက်မှဖြစ်မည်၊ ဝမ်းကယ်နေသမ္ပ လေလည်မှ ဖြစ်မည်၊ မျိုးထားပါလျက် မယိုလျှင်၊ သောက်ထား ပါလျက် မပေါက်လျှင်၊ ကယ်နေပါလျက် မလည်လျှင် ဒုက္ခ ဖြစ်ပြီသာ မှတ်။) ဟူ၍ ဖြစ်ပါသည်။

တိုတိုနှင့် ထိမိသော အဆိုအမိန့်ဖြစ်ပါသည်။ သတိပြု လိုက်နာ သင့်ကြပါသည်။

မည်သည့်ဝေဒနာရှင်ဖြစ်စေ ဆီး၊ ဝမ်း၊ သွေး၊ လေ မှန်နေသရွေ့ အဆိုးကြီး ဖြစ်မလာနိုင်ပါ။

အထူးသဖြင့် လေးဘက်နာဝေဒနာသည်အဖို့ ဆီးဝမ်းသွေးလေ မှန်နေရန်လိုပါသည်။ မမှန်လျှင် ခံပေရောဟုသာ ပြောလိုပါသည်။

လေးဘက်နာဝေဒနာသည် အဆီအအိမ်များသော အစား ကောင်း၊ အသောက်ကောင်းတို့ကို အစားများသူတို့၌လည်း အဖြစ်များ တတ်ပါသည်။ အထူးသဖြင့် အသည်းအမြစ်မှန်လျှင် ဘာအသည်း အမြစ်မှ မတည့်ပါ။ မြန်မာများက အသည်းအမြစ်ဟင်းကို အမြတ်တနိုး ထား၍ စားသုံးကြပါသည်။

မှတ်ချက်- အနောက်နိုင်ငံများတွင် အသည်းအမြစ်စားလျှင် ရောဂါထူတတ်သဖြင့် လူမစားဘဲ ခွေးစား ကြောင်စားအဖြစ်သာ အသုံးပြုကြသည်ကို တွေ့ရပါသည်။

ထို့ပြင် ကျွန်တော် အထက်က ရေးသားခဲ့သည့်အတိုင်း လေးဘက်နာဝေဒနာ ဖြစ်လာလျှင် ကြောက်စရာကောင်းလှသော နှလုံးနှင့်ပတ်သက်သည့် ရောဂါများပါ တွဲဖက်ပါလာတတ်ပါသဖြင့် နှလုံးရောဂါနှင့် မတည့်သော ဝက်သား၊ ငါးသလောက်၊ အုန်းနို့ သောအစာ၊ ထောပတ်ပါသောအစာစသည့် အဆီအအိမ်များသော အစားများနှင့် အငန်များသောအစာတို့ကို လေးဘက်နာဝေဒနာရှင်များ ရောင်ရှားကြရန် သတိပေးလိုပါသည်။

လေးဘက်နာရောဂါ၏ သဘောသဘာဝနှင့် ဆောင်ရန် ရောင်ရန် သတိမူရန်တို့ကို ကျွန်တော်အကျဉ်းမျှ ရေးသားဖော်ပြပြီး ခါပြီ။ အချို့က လေးဘက်နာဝေဒနာကို ကုမရသောရောဂါဟု ဆိုကြပါသည်။

ဤအဆိုမမှန်ပါ။ ပျောက်အောင်ကုလျှင် ပျောက်ပါသည်။ ကျွန်တော်ကုသ၍ ပျောက်ကင်းသွားကြသော ဝေဒနာသည်ပင် မနည်း ထုတော့ပါ။ သို့သော် အချို့ဆေးရောင်းစားသူများ ကြော်ငြာသလို ရက်ပိုင်းနဲ့တော့ လွယ်လွယ်ကလေး ပျောက်မသွားနိုင်ပါ။ အတော် ကြီးစားကုသရပါသည်။

လှိုင်းကြီးလှေအောက် တောင်ကြီးဖဝါးအောက်ဟူသော စကား တွဲသို့ ရောဂါကြီး ဆေးစွမ်းကောင်းအောက် ရောက်ရစမြဲသာ ဖြစ်ပါသည်။

တစ်ခုတော့ရှိပါသည်။ ဝေဒနာရှင်ဖြစ်သူက ကုသသူဆရာ၏ ကောင်းကိုတော့ နားထောင်လိုက်နာ လုပ်ဆောင်ပါမှ ဖြစ်ပါမည်။

အထက်က ကျွန်တော် ကုသခဲ့သည့် ဝေဒနာသည်ရှည် ဆေးတောင့်နဲ့မထိလို့ မရဘူးလား၊ လိမ်းဆေးမလိမ်းလို့ မရဘူးလား၊

အစားမရှောင်လိုမရဘူးလား၊ အိုက်လွန်းလိုတစ်နေ့ ရေနစ်ကြိမ်မချိအ  
မနေနိုင်ဘူးဟူသော ဝေဒနာရှင်များကိုတော့ ကျွန်တော် ကြိုတင်၍  
အသိပေးပါရစေ။

ထိုဝေဒနာရှင်မျိုးကို ကျွန်တော် ပျောက်အောင် မကုနိုင်ပါ။  
ကုလည်း မကုလိုပါ။ သို့ပါ၍ ကျွန်တော့်ထံ မလာကြပါနှင့်ဟု  
အသိပေးလိုပါသည်။

ကျွန်တော် အသုံးပြုနေသည့် သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်နှင့် သောဏ်  
ဆေး၊ လိမ်းဆေးများတို့သည် လေးဘက်နာဝေဒနာအပါအဝင်  
နှလုံးရောဂါ၊ လေငန်းရောဂါ၊ သွေးတိုးရောဂါ၊ အကြောနှင့်ပတ်သက်  
သောရောဂါများအတွက် ထိရောက်သော ဆေးစွမ်းကောင်းများဖြစ်ကြ  
ပါသည်။

အကြောင်းမှာ လေးဘက်နာဝေဒနာဟူသည် ပိတ်ဖွဲ့၍ဖြစ်သော  
ဝေဒနာမျိုးဖြစ်ရာ တစ်ကိုယ်လုံး ရင်ပတ်ပိတ်ဖွဲ့၍ အဆစ်အမြစ်များ  
ရောင်ရမ်းနေလေ့ ရှိတတ်သောထိုဝေဒနာမျိုးကို သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်  
သည် ထိရောက်စွာကုနိုင်စွမ်းသော သတ္တိရှိ၍ ဖြစ်ပေသည်။

အလားတူပင် ချွေးမထွက်၍ အသားအရေ ပြောင်တင်  
ခြောက်ခန်းကာ ရောင်ရမ်းနာကျင် ကိုက်ခဲနေတတ်သည့်  
ဝေဒနာဟူသမျှသည် ဇေယျသိဒ္ဓိလိမ်းဆေးကို ပိုင်နိုင်စွာ  
လိမ်းပေးခြင်းဖြင့် အသားအရေပျော့ပြောင်းလာကာ တဒဏ်  
အတွင်း ချွေးစိုလာစေသဖြင့် ကိုက်ခဲမှု ဝေဒနာများထံ  
သိသာစွာ ပျောက်ကင်းချမ်းသာစေနိုင်ပါသည်။

အခြား ဘရသေ့ချီးမြှင့်ထားသော သောက်ဆေးများတို့သည်  
လည်း မူလကပင် အစွမ်းထက်သောဆေးများဖြစ်ကြသည့်အပြင်

ဆေးဝါးဖော်စပ်ရာ၌ ဘရသေ့ချီးမြှင့်ထားသော ဂါထာကို ရွတ်ဆို  
ဖော်စပ်ထားသဖြင့် ပိုမို၍ အစွမ်းထက်လာစေပါသည်။

အချို့သောအနောက်နိုင်ငံ ဆေးဝါးများကဲ့သို့ (Side Affect)  
ခေါ် အခြားမလိုလားအပ်သော ရောဂါများတို့ကိုလည်း  
ဝင်ရောက်လာခြင်း မဖြစ်စေနိုင်ပါ။

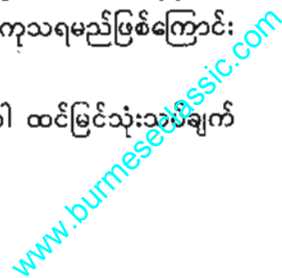
တစ်ခုတော့ရှိပါသည်။ ကျွန်တော်ပြောနေကျ စကားကိုပင်  
ထပ်မံပြောဆိုရသော် ဝေဒနာရှင်သည် ဆောင်စရာရှိတာဆောင်၍  
ရှောင်စရာရှိတာတော့ ရှောင်ကို ရှောင်ရပါမည်။

ဥပမာ လေးဘက်နာဝေဒနာအတွက် အဆိုးဆုံးဖြစ်သော  
အစားအစာဖြစ်သည့် အသည်းအမြစ်ဟင်းနှင့် အဆိုးဆုံးအလုပ်ဖြစ်  
သည့် အဝတ်လျှော်ခြင်းတို့ကို မဖြစ်မနေရှောင်ရပါမည်။ အအေးခံလို့  
မရပါ။ နွေးထွေးစွာ နေရပါမည်။

ထိုဝေဒနာအတွက် ချွေးကလေးတစ်စုံစီနေလေ ကောင်းလေ  
ဖြစ်ပါသည်။ ဆီး ဝမ်း လေ မှန်ရစေပါမည်။ အခါအားလျော်စွာ  
ညွှန်ကြားသော ဆရာစကားကို နာခံရပါမည်။

ဤသို့ဆိုက ပျောက်မည်ဟု ပြောရပါသည်။ သို့သော် ကုရ  
ခက်လှသော လေးဘက်နာဝေဒနာကို အထက်ကဖော်ပြခဲ့သောအဆို  
အတိုင်း ရက်ပိုင်းအတွင်းတော့ ကျွန်တော် ပျောက်အောင် မကုနိုင်ပါ။  
ဝေဒနာကြီးသေးအလိုက် အချိန်ယူတော့ ကုသရမည်ဖြစ်ကြောင်း  
ပြောကြားလိုပါသည်။

ကျွန်တော့် ဆောင်းပါးကို အောက်ပါ ထင်မြင်သုံးသပ်ချက်  
အကြံပြုချက်တို့ဖြင့် နိဂုံးချုပ်ပါတော့မည်။



- (၁) လေးဘက်နာဝေဒနာသည် ဖိဖိစီးစီးကုလျှင် ပျောက်နိုင်သော ဝေဒနာဖြစ်ပါသည်။ မပျောက်နိုင်ဟူသောအခွဲကို ပျောက်ပစ်စေလိုပါသည်။
- (၂) လေးဘက်နာရောဂါဝေဒနာကို ရောဂါသေးသေးကလေးပဲဟု သဘောထားကာ ပေါ့မနေစေလိုပါ။ နုစဉ်ကပင် ကုသခံဖို့လိုပါသည်။
- (၃) လေးဘက်နာဝေဒနာဖြစ်လျှင် နှလုံးရောဂါပါ တွဲပါလာတတ်သည်ဟူသော သတိ အစဉ်ရှိဖို့ လိုပါသည်။
- (၄) အဆီအအိမ်နှင့် အငန်လျှော့စားပါ။ အထူးသဖြင့် ကလီစာခေါ် အသည်းအမြစ်ဟင်းတို့ကို မစားပါနှင့်။
- (၅) အအေးမခံပါနှင့်။ အထူးသဖြင့် အဝတ်လျှော်ခြင်းကို ရှောင်ကြဉ်ပါ။
- (၆) စိတ်လှုပ်ရှားမှု တတ်နိုင်သမျှ နည်းပါစေ။
- (၇) စွတ်စိုသောအရပ်၊ လူနေပြတ်သိပ်ကျပ်သပ်နေသော နေရပ်တို့တွင် မနေပါနှင့်။
- (၈) အညော်နံ့၊ အပုပ်နံ့တို့ကို ရှောင်ပါ။
- (၉) အိပ်ပျက်ခံလွန်းခြင်း၊ အညောင်းထိုင်လွန်းခြင်းတို့ကို သတိပြုရှောင်ကြဉ်ပါ။
- (၁၀) ဆီး ဝမ်း သွေး လေ မှန်နေပါစေ။
- (၁၁) ဆရာညွှန်ကြားသည့်အတိုင်း လေးစားစွာ လိုက်နာလုပ်ဆောင်ပါ။

\*

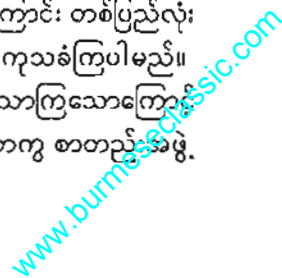
သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်နှင့် အာရုံကြောရောဂါစု

ကျေးဇူးရှင် ဘရသေ့ချီးမြှင့်ခဲ့သော သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်ကို အသုံးပြု၍ ကျွန်တော်လူနာအများစုကို ကုလာခဲ့သည်မှာ ယနေ့ဆိုလျှင် ၁၁ နှစ်တင်းတင်းပင် ပြည့်ပေတော့မည်။

၉ နှစ်ကျော် ၁၀ နှစ်တာကာလအတွင်း ကျွန်တော် ကုသခဲ့သော လူဦးရေမှာလည်း ၁၀၀,၀၀၀ (တစ်သိန်း) ပင် ကျော်ခဲ့ပေသည်။

ကျွန်တော်ရေးသားသော ကျမ်းမာရေးပညာပေး (တိုင်းရင်းဆေး) ဆောင်းပါးကလေးများကို နက္ခတ္တရောင်ခြည် မဂ္ဂဇင်းတွင် လစဉ် ဖော်ပြခဲ့ပါသဖြင့် သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်အကြောင်း တစ်ပြည်လုံး အနှံ့ သိရှိကာ ကျွန်တော်ထံလာရောက် စုံစမ်းကုသခံကြပါမည်။

အများစုမှာရောဂါများ ပျောက်ကင်းချမ်းသာကြသောကြောင့် နက္ခတ္တရောင်ခြည် မဂ္ဂဇင်း၏ စာတည်းချုပ်နှင့်တကွ စာတည်းအဖွဲ့ကိုပါ အထူးကျေးဇူးတင်ရှိရပါသည်။





ရိုးသားစွာ ဝန်ခံရပါသော် သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်ကို ကျွန်တော် စတင်ကိုင်တွယ် ကုသခဲ့စဉ်က ဆေးတောင့်အပေါ် ယုံတစ်ဝက် မယုံတစ်ဝက်ပင် ဖြစ်ပါသည်။

သို့သော် ဆေးတောင့်ကို နှစ်ရှည်လများ ကိုင်တွယ်ကုသလာခဲ့၍ ကုသခံ လူနာများကိုယ်တိုင်က အံ့ဩစရာကောင်းလောက်အောင် ပျောက်ကင်းကြသည်။ သက်သာလာကြသည်ဟု ပြောလာကြဖန် များသောအခါ ဆေးတောင့်အပေါ် ပို၍ ပို၍ ယုံကြည်လာမိပါသည်။

ဆေးတောင့်အပေါ် ကျွန်တော် မည်မျှယုံကြည်ခဲ့ပါသနည်း ဆိုသော် မကြာသေးမီလပိုင်းလောက်က တိုးတက်သော နိုင်ငံခြား တိုင်းပြည်ကြီးတစ်ပြည်မှ နိုင်ငံခြားဆောင် ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးတစ်ဦး၏ ဇနီးတစ်ဦးသည် လေဖြတ်၍ စကားလုံးဝမပြောနိုင် ဖြစ်သွားကြောင်း သတင်းစာတွင်လည်း ဖတ်လိုက်ရ၍ ရုပ်မြင်သံကြား သတင်းတွင် လည်း ကျွန်တော်ကိုယ်တိုင် မြင်တွေ့လိုက်ရပါသည်။

ဤသို့သောရောဂါမျိုးကို ကျွန်တော် အတော်များများ ကုသခဲ့ဖူးသဖြင့် အချို့စကားမပြောနိုင်သူများ ပြန်ပြော လာနိုင်ကြ၍ အချို့စကားပြောရာတွင် ဝူးဝူးဝါးဝါးနှင့် မပီမသ ဖြစ်နေကြသူများ စကားပြန်ပီလာကြသည်ကို တွေ့ရှိရပါ သည်။

အချို့မှာ ကျွန်တော်မည်မျှ ကြိုးစားကုသစေကာမူ ပြန်ပြော မလာနိုင်ကြတော့ပါ။ အထက်ဖော်ပြပါ နိုင်ငံခြားတိုင်းပြည်မှ ပုဂ္ဂိုလ်၏ ဇနီးကို သွားရောက်ကုသရန် နိုင်ငံတော်အစိုးရမှတစ်ဆင့် သက်ဆိုင်ရာ သံရုံးတာဝန်ရှိ ပုဂ္ဂိုလ်များနှင့် သွားရောက်ညှိနှိုင်းရန် ကျွန်တော် စီစဉ်ခဲ့ဖူးပါသည်။

သို့သော် ဤသို့သောရောဂါမျိုးမှာ ရာနှုန်းပြည့်ပျောက်ပါမည်ဟု မည်သူမျှ တင်ကြံပြောပြနိုင်သော ရောဂါမျိုး မဟုတ်နိုင်သဖြင့် ကျွန်တော်၏ အစီအစဉ်ကို (ဆန္ဒပြင်းပြပါလျက်) ပယ်ဖျက်ခဲ့ရပါ သည်။ (အခွင့်ကြံလျှင် စမ်းသပ်ကုသကြည့်ရန် ယနေ့အထိ ဆန္ဒရှိဆဲ ဖြစ်ပါသည်။)

ဤသည်မှာ ကျွန်တော်၏ သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်အပေါ် ယုံကြည်မှုဆိုက ဆိုနိုင်ပါသည်။

မှန်ပါသည်။ မည်မျှ အစွမ်းထက်လှပါသည်ဆိုသော ဆေး ဖြစ်ပါစေ ရောဂါအားလုံး ဝေဒနာရှင်အားလုံးကိုတော့ ရာခိုင်နှုန်းပြည့် ပျောက်ကင်းစေနိုင်မည် မဟုတ်ပါ။

သို့ပါ၍ 'မမှားသောရှေ့နေ မသေသောဆေးသမား'ဟူသည့် စကားပုံပင် ရှိခဲ့သည် မဟုတ်ခဲ့ပါလော့။

သိဒ္ဓိဝင် ဆေးတောင့်သည် အစွမ်းထက်သော ဆေးတောင့် ဖြစ်သော်လည်း အခြားသောဆေးများနည်းတူအားနည်းချက်ကတော့ မရှိခဲ့သည်သာ ဖြစ်ပါသည်။

သို့ပါ၍ ကျေးဇူးရှင် ဘရသေ့က ရောဂါဝေဒနာရှင်တစ်ဦးကို အစိတ်ပတ်လျှင် သုံးရက်ကျစီနဲ့ သုံးပတ်တိတိ ကိုးရက်ပြည့်အောင် ကုကြည့်ပါ။

ကိုးရက်ပြည့်အောင် ကုသပါလျက်နဲ့ ရောဂါထူးခြားမှု မရှိတူး။ တိုးတက်မှု မရှိတူးဆိုရင် အဲဒီလူနာကို ဒီဆေးတောင့်နဲ့ ဆက်မကုနဲ့တော့။ ကုရင်လည်းပျောက်မှာ မဟုတ်ဘူး။ ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ ဒီလူနာနဲ့ သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့် မအုပ်စပ် လို့ပဲ။

အဲဒီလူနာမျိုးတွေရင် ကျေနပ်အောင် ပြောပြပြီး တခြား သင့်တော်ရာ ဆရာတစ်ဦးဦးထံမှာ သွားရောက်ကုသဖို့ ညွှန်လိုက်တာ ဆိုပါသည်။

ဘရသေ့ အမိန့်ရှိသည်အတိုင်း ထိုလူနာမျိုးများကို ကျွန်တော် တွေဖူးပါသည်။

ထိုသို့သော လူနာမျိုးများကို အခြားသင့်တော်ရာ ဆရာ တစ်ဦးထံသွားရောက်ကုသရန် ကျွန်တော် အကြံပေးလေ့ရှိခဲ့ပါသည်။

သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်အစွမ်းက ဆန်းတော့ ဆန်းပါသည်။ ရောဂါတစ်ခု ပျောက်ကင်းရန်အတွက် လွတ်နေသော ဟာကွက်ကလေး တစ်ကွက်ကို ရှာဖွေတွေ့ရှိ ပျောက်ကင်းအောင် ကုသနိုင်စွမ်းရှိသည်ဟု ဆိုရသော် သင့်အံ့ထင်ပါသည်။

အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် အချို့သော ရောဂါဝေဒနာရှင်များမှာ ဆရာပေါင်းစုံဖြင့် ကုသခဲ့ရာ ပျောက်ကင်းအံ့ဆဲဆဲ အခြေအလောက်တွင် ရှိနေတတ်ပါသည်။

ပျောက်ကင်းအံ့ဆဲဆဲ အခြေအနေတွင် ရောက်နေပြီဆိုသည်ကို ကုသသူဆရာကလည်း မရိပ်မိ၊ ကုသခံဝေဒနာရှင်ကလည်း မသိသော အခြေအနေတွင် ရှိနေတတ်ပါသည်။

ထိုသို့သော လူနာမျိုးများသည် ကျွန်တော့်ထံသို့ ရောက်လာတတ်ကြပြီး ကျွန်တော်၏ ကုသမှုကို ခံယူခဲ့ကြရာ သိဒ္ဓိဝင် ဆေးတောင့်၏ အစွမ်းကြောင့် ရောဂါပျောက်ကင်း သက်သာသွား တတ်ကြပါသည်။

ဤသည်မှာ လွတ်နေသော ဟာကွက်လေးတစ်ကွက်ထံ ဆေးတောင့်အစွမ်းဖြင့် ရှာဖွေတွေ့ရှိ ပျောက်ကင်းစေနိုင်ခဲ့ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

အခြားအနီးစပ်ဆုံး သာဓကတစ်ခုတင်ပြရသော် ကျွမ်းကျင် သော ကားပြင်ဆရာတစ်ဦးသည် မိမိ၏ အတတ်ပညာဖြင့် စာထံချို့ယွင်းနေသော ကားတစ်စီးကို ပြုပြင်ခဲ့သည်။ မိမိစိတ်တိုင်းကျ ပြုပြင်ပြီးသည်တိုင် ကားက စက်နှိုးမရဖြစ်နေသည်။

ဤတွင် ကားပြင်ဆရာ မကျေမနပ်နှင့်ပင် လက်လျှော့လိုက် ရသည်။ ကားပြင်ဆရာ မတော်၍ မတတ်၍မဟုတ်၊ ပညာရှိ သတိဖြစ်ခဲ့ဟုပင် ဆိုရမည်ထင်သည်။ ဤတွင် အခြားကားပြင်ဆရာ တစ်ဦးအား ပြသရာ ကံအားလျော်စွာ လွတ်နေသော ဝိုင်ယာစကလေး စတို သွား၍ တွေ့တော့သည်။ ဤလွတ်နေသော ဝိုင်ယာစကလေးကို ဆက်၍ စက်နှိုးကြည့်လိုက်ရာ ကားအင်ဂျင် ချက်ချင်းနိုးပါလေ တော့သည်။

သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်၏ အစွမ်းသည်လည်း တစ်ခါတစ်ရံ ဤနည်းနှင့်နိုင်ပင်ဖြစ်ပါသည်။ လွတ်နေသော ဝိုင်ယာစကလေး တစ်စ (သို့မဟုတ်) ဟာနေသော ဟာကွက်လေးတစ်ကွက်ကို ပြုပြင်ပေးရုံမျှဖြင့် ကောင်းမွန်သွားတတ်ကြသည်ကို ကြိမ်ဖန်များစွာ တွေ့ဖူးပါသည်။

ဤသို့ ပျောက်ကင်းသွားကြသည့် လူနာများအကြောင်းကို ကျွန်တော် နက္ခတ္တရောင်ခြည် မဂ္ဂဇင်းတွင် အလျဉ်းသင့်တိုင်း ဆေးသားဖော်ပြခဲ့ဖူးပါသည်။

ဥပမာ ထုတ်နုတ်တင်ပြရသော် နှစ်နှစ်နှင့် လေးလတိုင်တိုင် အမားတော်ကြီး အတော်များများနှင့် ကုသခဲ့သော်လည်း ရောဂါ ပျောက်ကင်းမှုမရှိဘဲ ထိုင်မရသောရောဂါကြောင့် စာသင်ရာတွင်လည်း မတတ်တတ်၊ စားသောက်ရာတွင်လည်း မတတ်တတ်၊ နောက်ဆုံး

ကုန်ကုန်ပြောရလျှင် နောက်ဖေးသွားရာတွင်ပင် မတ်တတ်အနေအထားဖြင့် သွားနေရရှာသော စတုတ္ထတန်းကျောင်းသား မောင်လှဝင်းကလေး၏ ရောဂါကို သုံးရက်တည်းဖြင့် ပျောက်ကင်းအောင် ကုသနိုင်ခဲ့သည့် ကိစ္စ။

နှစ်ရှည်လများ အသုဘကြေးစည်သံကြားရသည့်အခါတိုင်တခွီးခွီးတက်နေတတ်သည့် အောင်လံမြို့မှ ကိုလူထွား ပန်ချာပီကြီး နှစ်ဆယ်ခင်း၏ တက်တတ်သောရောဂါကို ရက်ပိုင်းအတွင်းပျောက်ကင်းအောင် ကုသနိုင်ခဲ့သည့် ကိစ္စ။

ရေကြည်သောက်ရင် မြင်ရမလောက်ပင်၊ လည်တိုင်သေးသွယ်ပြေးကြည့်က သာလို့ယဉ်ဟု ဆိုရလောက်အောင် နုနယ်ရုပ်ဆင်းလှပခြင်းနှင့် ပြည့်စုံပေငြား အပျိုဖော်အရွယ်မတိုင်မီမှစ၍ ယခု အပျိုကြီးဖားဖား ဖြစ်လာသည့်တိုင် လပြည့် လကွယ်နေ့ ရောက်လေတိုင် ရုပ်ပျက် ဆင်းပျက် ဖြစ်လောက်အောင် တက်တတ်သည့် ရောဂါကြောင့် ဖူးစာဖက်မပေါ်လာသည့် မြိတ်မြို့သူကလေး မမြစိမ်း၏ ဝေဒနာကို ရက်ပိုင်းအတွင်း ပျောက်အောင်ကုသနိုင်ခဲ့သည့်ကိစ္စ။

ကလေးနှင့်မလိုက်အောင် အပြင်းဖျားခဲ့သည့်ဒဏ်ကြောင့် လက်ဝဲဘက် ကိုယ်တစ်ခြမ်းလည်းသေ၊ မျက်စိနှစ်လုံးလည်းကွဲကာ စကားလည်း လုံးဝမပြောနိုင်ရှာသည့် မြစ်ကြီးနားမြို့ နှစ်ခါလည်ခွဲသားအရွယ် ထက်ထက်ကလေးခေါ် ကချင်လှိုင်မောင်ကမ်ထွဲကလေးအား ငါးလအတွင်း လမ်းလည်းပြန်လည်လျှောက်နိုင်အောင်၊ မျက်စိလည်း ပြန်မြင်လာအောင် ကုသနိုင်ခဲ့သည့် ကိစ္စ။

နှလုံးရောဂါဝေဒနာကိုလည်း ပြင်းထန်စွာခံစားနေရသည်။ ကိုယ်တစ်ခြမ်း ကိုက်သဖြင့် ၂၄ နာရီပတ်လုံး လူလဲနှင့် နှိပ်ပေးနေရာမှ သက်သာရာရသည်။ အိပ်မပျော်သည်မှာလည်း လနှင့်ချီ၍ ရှိနေပြီ။ ကျွမ်းကျင်သူသမားတော်ကြီးများကပင် လက်လွှတ်ရအံ့ဆဲဆဲဖြစ်နေသည့် ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦး၏ ဝေဒနာကို မိနစ်ပိုင်းမျှ ဆေးတောင့်ဖြင့် လှည့်ရှိမျှဖြင့် နာလန်ထူကာ ယနေ့အထိ ကျန်းမာနေဆဲဖြစ်သည့် ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးတစ်ဦးအား ကုသနိုင်ခဲ့သည့် ကိစ္စ။

မိဘဖြစ်သူက ကျိုကျိတက်ချမ်းသာလှသဖြင့် ခေတ်အခေါ်အားဖြင့် သန်းကြွယ်သူဌေးပင် ဖြစ်သော်ငြားလည်း ခြေထောက်မပက်လုံး အကြောရောဂါကြောင့် ခြေဖျားထောက်လို့လည်း မရ၊ ခါးခွက်မြင့်ဖိနပ်လည်း စီးမရသဖြင့် အကြီးအကျယ်ဖြစ်နေရှာသည့် သူ့အနိုင်းသူ လှပျိုဖြူကလေးတစ်ဦး၏ ခြေထောက် အကြောရောဂါကို အနိုင်းအတွင်း ပျောက်ကင်းသက်သာစေခဲ့သည့် ကိစ္စ။

မတောက်တခေါက် ပညာကလေးနဲ့ ငါ့ကိုလာစမ်းသလား၊ သသွားချင်လို့လား စသည်ဖြင့် ကျွန်တော့်မျက်နှာကို စိမ်းစိမ်းကြီးကြည့်၍ ကြိမ်းဝါးခဲ့သည့် ပယောဂဆန်ဆန် ဝေဒနာသည် အညာသူကလေးအား မေတ္တာဖြင့် အနိုင်ယူကုသနိုင်ခဲ့သည့် ကိစ္စ။

စသည့် စသည့် ကိစ္စတို့ကို စဉ်းစားမိသောအခါ ဪ သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်တို့ သိပ္ပံနည်းအားဖြင့် စမ်းသပ်ဖော်ထုတ် ကုသလိုမရသော ရောဂါဆန်းအချို့ကိုလည်း ပျောက်ကင်းအောင် ကုသနိုင်စွမ်းမရှိဘဲ ဆယ်ဆိုတာ ဒါမျိုးတွေကိုဆိုတာ ဖြစ်ပေမှာပဲ။





၂၅၂

ဦးထွန်း

ဒါ့အပြင် သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်အစွမ်းဟာ လွတ်နေတဲ့ ဟာကွတ်ကလေးကို ဖြည့်ပေးနိုင်တဲ့ သတ္တိ၊ ပြတ်နေတဲ့ဝါယာစကလေးထိ ဆက်ပေးနိုင်တဲ့သတ္တိ ရှိပေတာပဲဟုလည်း မှတ်ချက်ပြုမိရပါသည်။

ဟာကွတ်ကလေးတစ်ခုကို ဖြည့်ပေးနိုင်သည့်ကိစ္စ၊ လွတ်နေသည့် ကြိုးစကလေးကို ဆက်ပေးနိုင်သည့်ကိစ္စကြောင့် မိမိဘဝ တုံးပါပြီဟု စိတ်နှလုံးဒုန်းဒုန်းချကာ ဘဝကို အရုံးပေးလက်မြောက်ပြီးဖြစ်သည် ကိုသံတိုင်၏ အကြောင်းကို ကျွန်တော် ပြောပြပါဦးမည်။

အကြောင်းကြောင်းကို ထောက်ထားသောအားဖြင့် အမည်မှန် နေရာမှန်ကို ဖော်မပြသည်မှအပ တကယ့် အဖြစ်မှန်ဖြစ်ကြောင်း ဝန်ခံပါသည်။

ကိုသံတိုင်၏ ရောဂါဖြစ်စဉ် မှတ်တမ်းဖိုင်ကြီးတစ်ခုလုံး ကျွန်တော်ထံ ပေးအပ်ထားပါသဖြင့် လေ့လာလိုသူများရှိပါက ကျွန်တော်ထံတွင် အချိန်မရွေး တောင်းယူကြည့်ရှုနိုင်ပါသည်။

ကိုသံတိုင်အဖြစ်က တိုးတိုးတိတ်တိတ် မိသားစုအတွင်း လောက်သာ သိသောအဖြစ် မဟုတ်ပါ။ ကိုသံတိုင်နေခဲ့သော မြို့တစ်မြို့လုံးသာမက သူနေခဲ့သော ခရိုင်တစ်ခုလုံး အတွင်း မှာပါ ဟိုးလေးတကျော်ဖြစ်ခဲ့ရသောကိစ္စ ဖြစ်ပါသည်။

ကိုသံတိုင်၏ အဖြစ်ကို မဖော်ပြမီ ကိုသံတိုင်၏ ကိုယ်ရေး အတ္ထုပ္ပတ္တိကလေးကို ပထမ ပြောပြချင်ပါသည်။

ကိုသံတိုင်ဟု ဆိုလိုက်လျှင် မူလတန်းကျောင်းသားအရွယ် ကလေးငယ်များမှာအစ မြို့မိမြို့ဖများအဆုံး အားလုံးလိုလိုက သိကြပါသည်။

ကိုသံတိုင်သည် သူ့မြို့နှင့်သူ့ဆိုက ပေါ်ပြူလာအဖြစ်ဆုံး၊ ချီတိုင်းကြိုက်တဲ့ နှင်းဆီခိုင် ဖြစ်ပါသည်။

ပေါ်ပြူလာဖြစ်မည်ဆိုကလည်း ဖြစ်သင့်ဖြစ်ထိုက်ပါသည်။ အကြောင်းက ကိုသံတိုင်က သွက်လက်သည်။ ချက်ချာသည်။ ဘုမ္မရူးစိတ်ဓာတ် အပြည့်အဝရှိသည်။ လူငယ်တွေကို ခေါင်းဆောင်မှု သေးနိုင်သလို လူကြီးတွေနှင့်လည်း သဟဇာတဖြစ်အောင် ပြောတတ် ဆဲတတ် လုပ်ကိုင်တတ်သည်။

မြို့ရွာအတွက် သာမုနာမုရှိက ကိုသံတိုင်ကို လက်လွှတ်လို့ မရ။ သူနှင့်သာ ဆက်သွယ်ဆောင်ရွက်က အားလုံး စိတ် ချမ်းသာရမည်။ အားလုံး အဆင်ပြေ ချောမွေ့စေရမည်။

ကိုသံတိုင်သည် သူတစ်ပါးအား ကူညီတတ်ရုံသာမက ချစ်ဖွယ်သောစကားကိုသာ အစဉ်ဆိုတတ်သည်။ ရဲဘော်သံတိုင်တွင် ဤသို့ ချစ်စရာကောင်းလှသော အရည်အချင်းများ ရှိရုံသာမက မြို့နယ်ကိုယ်စားပြု အားကစားထူးချွန်သူလည်း ဖြစ်သည်။

သူ၏ အားကစားထူးချွန်မှု ကိုယ်ကာယအချိုးအစားကျနမှု၊ တောင့်တင်းကြံ့ခိုင်မှုနှင့် ဇွဲ လုံ့လ ဝီရိယရှိမှုတို့ကြောင့် မြို့နယ်ကိုယ်စားပြု အားကစားသမားဘဝမှသည် နိုင်ငံတော်ကိုယ်စားပြု အားကစားသမား ဘဝအထိ မျှော်မှန်းချက်ထားသည်။

အသက်အရွယ် ၂၀ ကျော်ကလေးသာရှိသဖြင့် အားလုံးက တစ်နေ့ မြန်မာ့လက်ရွေးစင် ဘောလုံးသမားကောင်းတစ်ယောက် ဖြစ်လာနိုင်သည်ဟု ထင်ကြေးပေးကြသည်။

သို့သော် ကိုသံတိုင်တစ်ယောက်အတွက် ခဲလေသမျှ သဲရေကျ ဖြစ်ရသည့် နေ့တစ်နေ့နှင့် ကြုံတွေ့ခဲ့ရပါလေသည်။ ထိုနေ့သည်ကား





၁၉၈၃ ခု၊ နိုဝင်ဘာလ၏ နေ့တစ်နေ့ဖြစ်ပါလေ၏။ ထိုနေ့ထို ကိုသံတိုင် တစ်သက် မမေ့ရနိုင်တော့ပါ။

အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ထိုနေ့သည် ကိုသံတိုင်အတွက် ဝမ်းအသာရဆုံးနေ့နှင့် ဝမ်းအနည်းရဆုံးနေ့ ဖြစ်သောကြောင့်ပါတည်း။ အကြောင်းကိုဆိုပါမည်။ ၁၉၈၃ ခု၊ နိုဝင်ဘာလနေ့တစ်နေ့တွင် ကိုသံတိုင်နေထိုင်ရာ မြို့တစ်မြို့လုံး လှုပ်လှုပ်ရွရွ ဖြစ်နေကြသည်။ အထူးသဖြင့် ဘောလုံးဝါသနာရှင်များအဖို့ ပို၍ လှုပ်လှုပ်ရှားရှား ဖြစ်ရသောနေ့ဟု ဆိုရမည် ဖြစ်သည်။

အကြောင်းမှာ ယနေ့ ခရိုင်အားကစားကွင်း၌ ခရိုင်ကိုယ်စားပြု လက်ရွေးစင်များ နောက်ဆုံး ရွေးချယ်ရမည့်နေ့ ဖြစ်သည်။

ထိုအထဲတွင် ကိုသံတိုင်တစ်ယောက်လည်း အားကစားသမား တစ်ဦးဖြစ်၍ အားကစားသမားအားလုံးထဲတွင် ပေါ်ပြူးလာအဖြစ်ဆုံး လည်း ဖြစ်သည်။ တကယ်ယှဉ်ပြိုင် ကစားသောအခါတွင်လည်း ကိုသံတိုင်၏ ခြေမှာ သိသာပေါ်လွင်လှသည်။

ပွဲကြည့် ပရိသတ်ကလည်း ကိုသံတိုင် အမည်ကိုခေါ်၍ တစ်ခဲနက် အားပေးကြသည်။ ကိုသံတိုင်တစ်ယောက် ခရိုင်လက်ရွေးစင် ဖြစ်ရန် ရာနှုန်းပြည့်နီးပါး သေချာနေပေပြီ။

ဤသည်ကို ပွဲကြည့်ပရိသတ်က သိရှိနေကြသလို ကိုသံတိုင် ကိုယ်တိုင်လည်း သိနေပါသည်။ ယနေ့ကစားရမည်မှာ မိမိအတွက် ခြေတွေ့လှသည်။ အမှားတစ်ကွက်မှ မရှိ။ အကွက်စေ့စေ့ ကစားနိုင်ခဲ့ သည်။

မိမိအပေါ် ပရိသတ်၏ တစ်ခဲနက် အားပေးမှုလည်း ပါသည်။ ကိုသံတိုင်၏ မျှော်မှန်းချက် တစ်ဆင့်တက်ပေတော့မည်။

သို့သော် ပွဲပြီးကာနီး ၁၅ မိနစ်အလိုခန့်တွင် ကိုသံတိုင် အတွက် ခဲလေသမျှ သဲရေကျအဖြစ်နှင့် ကြုံရပါလေတော့သည်။

ဖြစ်ပုံမှာ တစ်ဖက်မှ ကန်လိုက်သဖြင့် မိမိ ဂိုးရှေ့သို့ မြောက်ကျလာသောဘောလုံးကို ကိုသံတိုင်တစ်ယောက် တအားပြေး၍ ခေါင်းဖြင့်ခုန်တိုက်လိုက်ရာ ပြိုင်ဘက်အသင်းမှ အားကစားသမားတစ်ဦး၏ ပခုံးနှင့် ထမ်းလိုက်သကဲ့သို့ဖြစ်ကာ အားလွန်၍ တစ်ဖက်သို့ ဦးခေါင်းစောက်ထိုးဖြင့် ပစ်ကျသွားပါ လေတော့သည်။

ပွဲကြည့်ပရိသတ်အားလုံး ဟယ်ခနဲဖြစ်ကာ စိုးရိမ်စိတ်ဖြင့် ထိတ်လန့်ကုန်ကြပါသည်။ ကိုသံတိုင်တစ်ယောက် လုံးဝလှုပ်ရှားခြင်း မပြုနိုင်တော့သဖြင့် ကတ်ဖြင့်ထမ်းထုတ်ကာ နီးရာဆေးရုံသို့ ဆောလျင် ဇွာ ပို့ရပါလေတော့သည်။

ပွဲကြည့်ပရိသတ်အားလုံးလိုလိုက ကိုသံတိုင်တစ်ယောက် ဇက်ကျိုးသွားနိုင်လောက်သည်ဟု ထင်မြင်ချက်ပေးကာ နှမြောလှသဖြင့် စုပ်တသပ်သပ်ဖြစ်နေကြသည်။

အားကစားဒိုင်လူကြီးများအဖွဲ့သည်လည်း ကျန်သောအချိန် လေးကို ပွဲဖြစ်ရုံ ကစားစေကာ ထိုနေ့ ခရိုင်လက်ရွေးစင် ရွေးချယ်ပွဲ ကြီးကို စိတ်မချမ်းမြေ့ခြင်းကြီးစွာဖြင့် အဆုံးသတ်ခဲ့ကြရသည်။ ထိုသံတိုင်တစ်ယောက် သေကံမရောက် သက်မပျောက်ပါစေနှင့်။

ကံမခိုင် သံတိုင်အိမ်ဆောက်သော်လည်း ကံမှောက်လျှင်ကျိုး ဟူသော စကားကဲ့သို့ တစ်မြို့လုံး၏ ချစ်ခင်မှု နှစ်လိုမှုကို ရရှိခဲ့ သော်လည်း ကိုသံတိုင်တစ်ယောက် ကံမခိုင်သဖြင့် ဇွဲလုံ့လ ဝီရိယ

အပြည့်ဖြင့် ကြိုးစားမှုရှိပါလျက် ခရိုင်လက်ရွေးစင်အဖြစ်မှ လွှဲချော် ခဲ့ရပါလေပြီ။ နှမြောဖွယ် ကောင်းပါလေစွ။

ကိုသံတိုင်ကို ခရိုင် ဆေးရုံကြီးတစ်ရုံတွင် တင်လိုက်ရပါသည်။ ပြည်သူ့ဆေးရုံမှ ဆရာဝန်ကြီးများကလည်း အထူးဂရုစိုက်ကြပါသည်။ အရေးတယူရှိကြပါသည်။ လိုအပ်သမျှ စစ်ဆေးမှု ကုသမှုတို့ကို အချိန်မဆိုင်းဘဲ ချက်ချင်း ဆောင်ရွက်ကြသည်။

သို့သော် ကိုသံတိုင်၏ အခြေအနေမှာ စိတ်မချရသော သုံးရက်တိုင်တိုင် သတိမေ့နေဆဲဖြစ်သည်။

တာဝန်ရှိသူတို့ကလည်း ရင်တမမနှင့် စောင့်ကြည့်နေကြ ရသည်။ သို့သော် တစ်ခုခုချော့သည်မှာ ဇက်ကတော့ကျိုးသွားခြင်းမရှိ ဤအတွက် မျှော်လင့်ချက်ထားနိုင်ကြသေးသည်။

ဇက်ကျိုးလျှင်တော့ ကိုသံတိုင်အတွက် အသက်ရှင်ရန် မျှော်လင့် ချက် မရှိနိုင်တော့ပေ။ စတုတ္ထနေ့တွင် ကိုသံတိုင် သတိရလာသည်။

သို့သော် ဦးခေါင်းမှအစ ခါးဆစ်အထိ လုံးဝ မလှုပ်ရှား စေရန် စီစဉ်ထားကြသည်။ လိုအပ်သမျှအားလုံး စစ်ဆေး ပြီးသောအခါ ကိုသံတိုင်၏ ဝေဒနာကို လိမ့်ကျသဖြင့် လည်ပင်းဆစ်ရိုးဒဏ်ရာရသော ရောဂါနှင့် ဗဟိုအာရုံကြော လက္ခဏာစု ချို့ယွင်းသွားသော ရောဂါဟု အကြမ်းဖျဉ်းအားဖြင့် ရောဂါအမည် သတ်မှတ်ထားပါသည်။

ရဲဘော်သံတိုင် ရောဂါအတွက် ဦးခေါင်းကို တစ်လတိတိ မလှုပ်ရှားစေဘဲ လိုအပ်သမျှ ပြုစုကုမှုပြုခြင်း၊ တစ်လကျော်လွန်သော အခါ (Skull traction) ခေါ် ဦးခေါင်းရိုး ဆွဲဆန့်ခြင်း လုပ်ငန်းနှင့်တူ လှုပ်ရှားမှု လေ့ကျင့်ခန်းပေးခြင်း၊ ပြန်လည်ထူထောင်ရေး လုပ်ငန်းများ

ပေးခြင်းများအပြင် (Cervical Collar) ခေါ် လည်ဆစ်ရိုးထောက် ကိရိယာ တပ်ဆင်ပေးခြင်းတို့ကိုလုပ်ဆောင်ကာ ကုသပေးခဲ့ကြ ပါသည်။

ရဲဘော်သံတိုင်တစ်ယောက် သေကံမရောက် သက်မပျောက် တော့ ဖြစ်ခဲ့ပါပေပြီ။ သို့သော်လည်ဆစ်ရိုးနှင့် ဗဟိုအာရုံကြော လက္ခဏာစုတို့တွင် ရရှိခဲ့သည့် ပြင်းထန်သောဒဏ်ရာကြောင့်

- (၁) ကိုသံတိုင်၏ လက်ချောင်းကလေးများ တဆတ်ဆတ်တုန်နေ ပါသည်။
- (၂) လက်ချောင်းကလေးများမှာ ကွေးချင်သလို ကွေးမရ၊ ဆန့်ချင် သလို ဆန့်မရတော့ပါ။
- (၃) စာလုံးဝ မရေးနိုင်တော့ပါ။
- (၄) အသေးအဖွဲ့ ပစ္စည်းကလေးမှအစ ဘာပစ္စည်းကိုမျှ ကိုင်တွယ် မချိ၍ မရတော့ပါ။
- (၅) အဆိုးရွားဆုံးမှာ ကိုသံတိုင်၏ ခါးမှသည် အထက်ပိုင်းအထိ တွေ့ထိမှုအာရုံ ပျက်ပြားသွားသဖြင့်ထိလိုထိမှန်း၊ ပူလိုပူမှန်း အေးလိုအေးမှန်း မသိတော့ပါ။

သို့သော် ကိုသံတိုင် တစ်ခုကံကောင်းသည်မှာ မှတ်ဉာဏ်ကို လုံးဝ မထိခိုက်ပါ။ အားလုံး ပြောနိုင်ဆိုနိုင် ရွတ်နိုင်ဖတ်နိုင် မှတ်မိ နိုင်ပါသည်။ ခါးအောက်ပိုင်းတစ်ခုလုံး ရာနှုန်းပြည့်နီးပါး ကောင်းမွန် ပါသည်။

ကိုသံတိုင်တစ်ယောက်ဆေးရုံကြီးပေါ်တွင်ပင် တစ်နှစ်နှင့် ထိုးလတ်တိ ကြာခဲ့ပါသည်။ ထိုမျှကြာမြင့်ခဲ့သဖြင့် ဆေးရုံတစ်ရုံလုံးက ဘိသံတိုင်ကို ရင်းနှီးစွာသိနေကြပါသည်။

ယခင်ကလိုပင် ခင်မင်ကြ၊ ရင်းနှီးကြ၊ ချစ်ခင်ကြပါသည်။ ကိုသံတိုင်ကလည်း တုံ့ပြန်သောအားဖြင့် ယခင် သူ့စေတနာနှင့် ဝါသနာအတိုင်း နှုတ်ကူခြင်း၊ လက်မခြင်းတို့ ပြုလိုပါသည်။

သို့သော် အခြေအနေက မပေးသဖြင့် နှုတ်ကူခြင်းကိုသာ ပြုနိုင်ရှာပါတော့သည်။ လက်မခြင်းကိုမူ လုံးဝ မလုပ်နိုင်ရှာတော့ပါ။ စိတ်ဆင်းရဲခြင်း ဖြစ်ရပါလေစွ။

ကိုသံတိုင်တစ်ယောက် ၁၉၈၆ ခု၊ ဩဂုတ်လလယ်လောက် တွင်ပင် ကျွန်တော့်ဆေးခန်းရှိရာ ဖဆပလရပ်ကွက် တိုက်ခန်းသို့ ရောက်ရှိလာပါသည်။

ရောက်ရှိလာသော ကိုသံတိုင်ကို မြင်လျှင်မြင်ချင်း ကရုဏာ သက်လှသဖြင့် ကျွန်တော် လိုအပ်သမျှ စစ်ဆေးမှုတို့ကို ပြုခဲ့ရာ အထက်၌ဖော်ပြခဲ့သည်အတိုင်း လည်ဆစ်ရိုးတွင်ရရှိခဲ့သော ဒဏ်ရာနှင့် ဗဟိုအာရုံကြော လက္ခဏာစု ချို့ယွင်းသောဝေဒနာကြောင့်

(၁) လက်ချောင်းကလေးများ တဆတ်ဆတ် တုန်ခါနေဆဲ ဖြစ်ပါသည်။

(၂) လက်ချောင်းကလေးများကို လိုချင်သလို ကွေးမရ၊ ဆန့်မရ သေးပါ။

(၃) စာရေး၍ မရသေးပါ။

(၄) ပစ္စည်းများကို မချီရန် မဆိုထားဘိ လက်နှစ်ဖက်လုံးကို ခါးအထက်ရောက်အောင်ပင် မြှောက်မရသေးပါ။

(၅) ခန္ဓာကိုယ်အထက်ပိုင်းတစ်ခုလုံး ပူလို့ပူမှန်း၊ အေးလို့အေးမှန်း လည်းမသိ၊ ထိလို့ထိမှန်းလည်း မသိပါ။

သို့သော်မှတ်ဉာဏ်ကို လုံးဝ မထိခိုက်ပါ။ ပြောသမျှအားလုံး နားလည်မြေကြားနိုင်ပါသည်။ ခါးအောက်ပိုင်း ဘာချို့ယွင်းမှုမှ မရှိပါ။ ကောင်းစွာ လမ်းလျှောက်နိုင်ပါသည်။

သို့သော် စိတ်ဓာတ်ကတော့ အကြီးအကျယ် ကျဆင်းနေပါ သည်။ မိမိအားသံယောဇဉ်ကြီးကြသည့် လူကြီးများကိုယ်တိုင်က လိုက်ပါပို့ဆောင်၍ ကျွန်တော့်ထံ ရောက်လာရသော်လည်း ကျွန်တော် ကုလျှင် သူ့ရောဂါ ပျောက်လိမ့်မည်ဟု လုံးဝ မျှော်လင့်မထားပါ။

နောင်အခါ ဤအတိုင်းပင် ကျွန်တော့်အား ပွင့်ပွင့်လင်းလင်း ပြောပြပါသည်။ ကျွန်တော်ကလည်း

သူ့ဝေဒနာကိုကြည့်၍ ပျောက်အောင်ကုနိုင်ပါ့မလားဟု မိမိကိုယ်မိမိ သံသယဝင်မိပါသည်။

မှတ်ချက်။

ကျွန်တော့်ထံလာသမျှ ဝေဒနာသည် အားလုံးလောက်နီးပါးကို ကျွန်တော်လည်း စိတ်တိုင်းကျကုသခွင့်ရလျှင် ဝေဒနာရှင်ကလည်း ကျွန်တော် ညွှန်ကြားသည့်အတိုင်း လိုက်နာလုပ်ဆောင်လျှင် ပျောက် ရမည်၊ ပျောက်မည်ဟု အစဉ်သဘောထားခဲ့ပါသည်။

ယခု ရဲဘော်သံတိုင် ကိစ္စကျပြန်တော့ နည်းနည်းတော့ သံသယဝင်မိပါသည်။ အကြောင်းမှာ ကျွန်တော် တွေ့ဆုံဖူးခဲ့သမျှ ဝေဒနာသည်များမှာ ခါးအထက်ပိုင်း အကောင်းပကတိဖြစ်၍ ခါး အောက်ပိုင်း ထုံသူ၊ ကျဉ်သူ၊ ထိလို့ထိမှန်းမသိသူ၊ ဖိနပ်ကျွတ်ကျ၍မှ ကျွတ်ကျမှန်း မသိသူတို့သာ များပါသည်။

ထိုသူများကို ကျွန်တော်ကုသရာ ပျောက်ကင်းသူများကြပါ သည်။ အချိန်တော့ ယူရပါသည်။ ဥံ့ဖွေဆိုရုံမျှနှင့်တော့ မပျောက်ပါ။

အချို့က ကျွန်တော့်ကို ဥုံဖွဆရာ၊ ပျောက်စေဆရာ ထင်နေကြပါသည်။ ကျွန်တော် ဥုံဖွဆရာ ပျောက်စေဆရာ မဟုတ်ပါ။ ရောဂါဟူသမျှအတွက် ဆီလျော်ရာ သောက်ဆေး၊ လိမ်းဆေးများပေးပြီး ကုသခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်ဖြင့် ကုသခြင်းကတော့ အဓိကဖြစ်ပါသည်။ ကျွန်တော် အမျိုးမျိုးကုသကြည့်သော်လည်း မပျောက်သောဝေဒနာ ရှိပါသည်။ ထိုဝေဒနာမှာ ခါးအကြောညပ်သဖြင့် ခွဲစိတ်ကုသရင်း အောက်ပိုင်းသေသွားသူများ ဖြစ်ပါသည်။

ထိုအောက်ပိုင်းသေ ဝေဒနာသည်များမှာ ခါးအောက်ပိုင်းမှ စ၍ ထိလိုထိမှန်းမသိ၊ ပူလိုပူမှန်း အေးလိုအေးမှန်း မသိသည့်အပြင် ဝမ်းသွားလည်းမသိ၊ ဆီးသွားလည်း မသိတော့ပါ။

ကုန်ကုန်ပြောရလျှင် လူနာ၏ ခါးအောက်ပိုင်းကို ဓားဖြင့် ခုတ်ဖြတ်နေသည့်တိုင် နာကျင်ရမှန်း မသိတော့ပါ။ ရှင်လျက်နှင့် သေနေသည့်သဘောပင် ဖြစ်ပါသည်။

သို့ပါ၍ ကျွန်တော့်ထံရောက်လာသမျှ ခါးကြောညပ် ဝေဒနာ သည်များကို စေတနာဖြင့် ပြောပြရပါသည်။ ခါးကြောညပ်ဝေဒနာဟာ အင်မတန် ခံရခက်တဲ့ ဝေဒနာဖြစ်တယ်။ ကုသရလည်း ခက်တယ်။ တော်တော်စိတ်ရှည်ရှည်ထားပြီး ကုသခံမှ ဝေဒနာပျောက်မယ်။

ပျောက်ချင်ဇောနဲ့ ခွဲစိတ်ကုသခံရင်တော့ ယူပစ်သလို ပျောက်မှာပဲဆိုပြီး ခွဲစိတ်ကုသဖို့တော့ မလောလိုက်ကြပါနဲ့။ ခွဲစိတ်ကုသရင် ပျောက်မပျောက်ဆိုတာ မသေချာလှပေမယ့် ခွဲစိတ်ကုသလို့ မအောင်မြင်ရင် အောက်ပိုင်းသေသွားတတ် တယ်။

အဲဒီလို အောက်ပိုင်းသေသွားရင် တခြားဆရာတော့မသိဘူး။ ကျွန်တော်ကုလိုကတော့ လုံးဝ မရဘူး။ တခြားဆရာကုလို့ ပျောက်သွား တာလည်း ကျွန်တော် မတွေ့ဖူးဘူး။

ဒါကြောင့်ခါးကြောညပ် ဝေဒနာရလာလျှင် ခွဲစိတ်ကုသဖို့တော့ သိပ်စိတ်မကူးကြစေချင်ဘူးဟု ပြောပြရပါသည်။

ရဲဘော်သံတိုင်အကြောင်း ဆက်ပါမည်။ ကျွန်တော်ကုလျှင် ပျောက်မည်ဟု မျှော်လင့်မထားသော ကိုသံတိုင်သည် သူ၏ ရောဂါ အခြေအနေကို ကျွန်တော်က မေးမြန်းသောအခါ ရိုဝေသောမျက်လုံး များဖြင့် ကျွန်တော့်ကိုကြည့်ကာ မေးတစ်ခွန်း ဖြေတစ်ခွန်းသာပြု ပါသည်။ စကားအပိုတစ်လုံးမျှ မပြောပါ။

သူ့သဘောကိုသိသော ကျွန်တော်ကလည်း လိုရင်းကိုသာ တိုရှင်းမေးပါသည်။ အပိုတစ်ခွန်းမှ မမေးဘဲ ကျွန်တော်၏ သိဒ္ဓိဝင် ဆေးတောင့်ဖြင့် ကုသမှုကိုသာ ချက်ချင်း စတင်ခဲ့ပါသည်။

ကိုသံတိုင်တစ်ယောက် ကံကောင်းလိမ့်မည် ထင်ပါသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ကျွန်တော်၏ ကုသမှုကို စတင်လိုက်သည်နှင့် တစ်ပြိုင်နက် ကိုသံတိုင်တစ်ယောက် ကျွန်တော်ကုသလျှင်ပျောက်မည် ဟူသောအသိ၊ ကျွန်တော့် စိတ်အစဉ်တွင် ထူးခြားစွာဖြစ်ပေါ်လာပါ သည်။

ဤသို့သောအသိမျိုး ရံဖန်ရံခါ ကျွန်တော့် စိတ်အစဉ်တွင် ဖြစ်ပေါ်လေ့ရှိပါသည်။ အမြဲတမ်းဖြစ်နေသည်တော့ မဟုတ်ပါ။ ကျွန်တော် များများအလုပ်လုပ်လျှင် များများဖြစ်တတ်သည်ကို သတိမူမိပါသည်။



ကျွန်တော်ကုလျှင် ပျောက်မည်ဟူသော စကားကို ကိုသံတိုင် နှင့်တကွ လိုက်ပါပို့ဆောင်ကြသူလူကြီးများအား ပြောမပြဘဲ ကျွန်တော် ၏ ကုသမှုကို သုံးရက်ဆက်တိုက် ကုသခဲ့ပါသည်။

သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်ဖြင့် ကုသသလို သောက်ဆေး၊ လိမ်းဆေး များလည်းပေး၍ ကျွန်တော်၏ ညွှန်ကြားချက်အတိုင်း တိကျစွာ လိုက်နာ ဆောင်ရွက်ရန်လည်း မှာကြားပါသည်။

ကိုသံတိုင်တစ်ယောက်ကလည်း ကျွန်တော် ပြောကြားသည် ထက်ပင် ပိုမို ဝါယမစိုက်ထုတ်၍ လိုက်နာဆောင်ရွက်ပါသည်။

စတုတ္ထမြောက်နေ့တွင် ကိုသံတိုင်၏ ခါးအထက်ပိုင်းတစ်ခုလုံး အပူတွေထွက်နေသလို တရှိန်ရှိန်ဖြစ်ကာ ချွေးတွေလည်း ထွက်လာ သည်ဟု ဆိုပါသည်။

ကိုသံတိုင်၏ ပြောကြားချက်အရ သူ၏ ခန္ဓာကိုယ်အပေါ်ပိုင်း လုံးဝ ချွေးမထွက်တော့သည်မှာ နှစ်နှစ်ပင်ကျော်ခဲ့ပြီဟု ဆိုပါသည်။

ဤသို့ဖြင့် ကျွန်တော်ကလည်း ကြီးစားကု၊ ကိုယ်သံတိုင် ကိုယ်တိုင်ကလည်း ဆေးသောက်၊ ဆေးလိမ်းကိစ္စ ကိုယ်လက်လှုပ်ရှား မှုကိစ္စတို့ကို ကြီးစားဆောင်ရွက်ခဲ့ရာ ပဉ္စမမြောက်နေ့တွင် နှစ်နှစ်ကျော် ကြာ လှုပ်ရှားလို့မရခဲ့သော ကိုသံတိုင်၏ လက်များ စတင်လှုပ်ရှား လာနိုင်ပါသည်။

လက်ချောင်းကလေးများကိုလည်း ကွေးလို့ဆန့်လို့ ရလာပါ သည်။ အဖျားချွန်သော သွားကြားထိုးတံကလေးဖြင့် ခန္ဓာကိုယ် အထက်ပိုင်းအနံ့ ထိုးကြည့်ရာ သိရုံတင်မက နာပင်နာလာပါသည်။ အခြေအနေကို ရိပ်စားမိပြီဖြစ်သော ကျွန်တော်က

‘ကဲ ကိုသံတိုင် ဆောင့်ကြောင့်ထိုင်ပြီး ခင်ဗျားဆရာသမား တွေကို ကန်တော့လိုက်ပါ’ဟု ပြောလိုက်ရာ ပထမတော့ ကျွန်တော့် အား ကြောင်ကြည့်နေပါသည်။

နှုတ်က မပြောသော်လည်း ကျွန်တော် လက်မြှောက်ပြီး မကန်တော့နိုင်မှန်းသိလျက်သားနဲ့ ဆရာရယ်၊ ကျွန်တော့်ကို ကန်တော့ ခိုင်းနေရသလားဟု မျက်စိဖြင့် ပြောနေရှာပါသည်။

သို့သော် ကျွန်တော်က ခိုင်းနေခြင်းဖြစ်သဖြင့် ငြင်းဆန်ခြင်း မပြုတော့ဘဲ သူ့အား ကျွန်တော့်ထံ လိုက်ပါပို့ဆောင်ပေးနေသည့် သူ့ဆရာသမားများအား ထိုင်၍ ကန်တော့ပါလေတော့သည်။

ကြည့်ပါလော့ ကိုသံတိုင်၏ လက်များ နှောင့်နှေးတုံ့ဆိုင်း နေခြင်း မရှိတော့ဘဲ အဖျားနည်းတူနဖူးတွင် လက်တင်၍ ကောင်းစွာ ကန်တော့နိုင်ပါပြီ။

ကိုသံတိုင်တစ်ယောက် ဝမ်းသာမဆုံးဖြစ်တော့သလို သူ့ဆရာ သမားများကိုလည်း ကန်တော့ရင်း ကျွန်တော့်ကိုလည်း အကြိမ်ကြိမ် ဦးတိုက်ကန်တော့ပါတော့သည်။

ကန်တော့လို့ပင် အားမရနိုင်တော့ပါ။ ပီတိဖြစ်ရပါပေစွ။ ကျွန်တော်၏ သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်က လွတ်နေသောဝိုင်ယာစကလေးကို ဆက်ပေးလိုက်နိုင်ပြီ ဖြစ်ပါသည်။

ကိုသံတိုင်အား မတ်ရပ်ပြန်ထစေ၍ ယခင်က လှုပ်ရှားမရသော လက်နှစ်ချောင်းစလုံးကို လက်ချောင်းကလေးများ ကွေးမှု ဆန့်မှုမှ အစ ကျွန်တော့် စိတ်တိုင်းကျ လှုပ်ရှားကြည့်စေပါသည်။

ကိုသံတိုင်ကလည်း ဆရာခိုင်းသော ကလေးငယ်ပမာ ကျွန်တော်ခိုင်းသမျှ အားလုံး စိတ်ပါလက်ပါ ဝမ်းသာအားရ လုပ်ဆောင် ပါသည်။



ကိုသံတိုင်တစ်ယောက် လူကောင်းတစ်ယောက်ပြန်၍ ဖြစ်လာခဲ့ပါပေပြီ။ ကိုသံတိုင်တစ်ယောက် ကျွန်တော့်အား ကျေးဇူးတင်ဝမ်းသာလွန်း၍ ကျွန်တော်၏ ခြေဖမိုးနှင့် သူ၏ နဖူးကိုထိကာ အကြိမ်ကြိမ် အဖန်ဖန် ရှိခိုးဦးချပါလေတော့သည်။

နှုတ်ကလည်း ကျွန်တော်သည် သူ၏ အသက်သခင် ကျေးဇူးရှင်ဖြစ်ကြောင်း တုံးနေပြီဖြစ်သောသူ၏ဘဝကို အညွန့်ပြန်တက်လာစေသူမှာ ကျွန်တော်ပင်ဖြစ်ကြောင်း အထပ်ထပ် အခါခါ ကျေးဇူးတင်စကား ပြောကြားပါသည်။

ကိုသံတိုင်အား လိုက်ပါပို့ဆောင်သူအားလုံးကလည်း ကိုသံတိုင်၏ အဖြစ်ကိုကြည့်၍ ကြည်နူးဝမ်းသာကြလွန်းသဖြင့် မျက်ရည်များပင်လည်နေကြရှာပါသည်။

သူတို့ကလည်း ကျွန်တော့်အပေါ် ကျေးဇူးတင် ဝမ်းသာမဆုံး ဖြစ်ကြပါကြောင်း ပြောကြားကြပါသည်။ ကျွန်တော့်အဖို့မူ ဤအဖြစ်မျိုးကား မဆန်းလှတော့ပါ။ ကြိမ်ဖန်များစွာပင် တွေ့ခဲ့ဖူးပါသည်။

သို့ဖြစ်၍ ကျွန်တော်တစ်ဦးတည်းကိုသာ ဦးတည်၍ အထပ်ထပ် အခါခါ ကျေးဇူးတင်စကားပြောနေသော ကိုသံတိုင်အပါအဝင် လူနာအားလုံးအား ကျေးဇူးတင်ထိုက်သူအားလုံးအပေါ် ကျေးဇူးတင်တတ်ကြစေလိုသော ဆန္ဒဖြင့် အောက်ပါအတိုင်း ပြောပြခဲ့ရပါသည်။

'ကဲ ကဲ-ကိုသံတိုင် ကျွန်တော့်အပေါ် ဒါလောက်ကျေးဇူးတင်စကား ပြောရရင် ကျေနပ်လောက်ပါပြီ။ ကျွန်တော်လဲ ခင်ဗျားအဖြစ်ကို ကြည့်ပြီး ပီတိဖြစ်လို့ မဆုံးပါဘူး။

ဒါပေမယ့် ခင်ဗျားရဲ့ အဓိကကျေးဇူးရှင်ဟာ ကျွန်တော် မဟုတ်ဘူးဗျ။ တကယ်တမ်းက ခင်ဗျားရဲ့ အဓိကကျေးဇူးရှင်တွေဟာ

ခင်ဗျား ဒဏ်ရာရလျှင်ရချင်း ဆေးရုံကို အချိန်မီရောက်အောင် ခြံပေးခဲ့သူတွေနဲ့ ဆေးရုံရောက်တဲ့အခါ အချိန်ဆွဲမနေတော့ဘဲ ခင်ဗျားရဲ့ အသက်ကို မရအရလုပ်ပြီး ကြိုးစားကုသခဲ့ကြတဲ့ ဆရာဝန်ကြီးများနဲ့ ဆေးရုံဝန်ထမ်းတွေပဲ။

တကယ်တော့ ခင်ဗျားလို လူနာတစ်ဦးကို ပျက်နေတဲ့ ကားတစ်စီးအဖြစ် တင်စားသုံးခဲ့ရင် ကျွန်တော်ဟာ လွတ်နေတဲ့ ဝိုင်ယာစာလေးကို ဆက်ပေးတဲ့ ဒုတိယ မကွင်းနစ်ပါ။

ခင်ဗျား ပထမဆေးရုံတက်စအခြေအနေမျိုးနဲ့ ကျွန်တော်ထံ ရောက်လာရင် ခင်ဗျားရဲ့ ဝေဒနာကို ကျွန်တော်ဘယ်လိုမှ ပျောက်အောင်ကုသမှု မပြုနိုင်တဲ့အပြင် ကုသဖို့ကိုထားဦး၊ ခင်ဗျားလို သေလုမျောပါးဖြစ်လာတဲ့ လူနာတစ်ယောက်ကို ကျွန်တော် လက်ခံကုသတဲ့ သတ္တိတောင်ရှိမယ်မထင်ပါဘူး။ ခုလို ခင်ဗျား အသက်ချမ်းသာရာရလာတာဟာ အတွေ့အကြုံများပြီး စေတနာထား ကြိုးစားကုသပေးတဲ့ ဆရာဝန်ကြီးများနဲ့ ဆေးရုံဝန်ထမ်းများရဲ့ ကျေးဇူးကြောင့်ဖြစ်တယ်။

အေးပေါ့ဗျာ၊ ခင်ဗျားကိုယ်တိုင်ရဲ့ သက်ဆိုင်ရာ ဆရာဝန်ကြီးများ ညွှန်ကြားချက်အတိုင်း လိုက်နာဆောင်ရွက်မှုလဲ ပါတာပေါ့။ ခင်ဗျားနဲ့တကွ ခင်ဗျားတို့လို လူနာတွေကို ကျွန်တော်က အကဲပျက်နေတဲ့ကားနဲ့ နှိုင်းယှဉ်ခဲ့သလို မဆီမဆိုင် ကွမ်းယာကလေးတစ်ယာနဲ့လည်း နှိုင်းယှဉ်ကြည့်မိတယ် ခင်ဗျ။

ခင်ဗျားလဲ ကြားဖူးမှာပါဗျာ။ ဘာတဲ့ 'တံတားဦးက ကွမ်းနဝါ၊ မြေကြီးဆေး၊ ကွမ်းသီးတောင်ငူနဲ့ ကိုင်း-ထုံးဖြူ၊ ပြည်-ရှား၊ သာဝါ-လို့ထွေး' ဆိုတဲ့ ကဗျာလေးဗျာ'

‘အေးဗျာ၊ ကွမ်းယာတစ်ယာဖြစ်လာဖို့ ကွမ်းရွက်ချည်းရှိလို့လဲ မရဘူးဗျာ၊ ကွမ်းသီးတို့ ထုံးတို့ ရှားစေးတို့ ဆေးရွက်ကြီးတို့လဲ ပါရတယ်’

အဲဒီ ကွမ်း၊ ကွမ်းသီး၊ ထုံး၊ ရှားစေး၊ ဆေးရွက်ကြီးတို့ဆိုတာ တွေဟာ တစ်နေရာတည်းမှာ စုစည်းပြီးရှိနေကြတာ မဟုတ်ဘူး။

ကွမ်းစားချင်သူတွေက တံမင်စုစည်းယူကြရတာ။ ဥပမာ- ကဗျာလေးအလိုအတိုင်း ရှင်းပြရရင် တံတားဦးမြို့က ကွမ်းထွက် တယ်ဗျာ။ အဲဒီတံတားဦးမြို့က ထွက်တဲ့ ကွမ်းနုကလေးလဲ ပါရမယ်။ အထက်အညာ ငမြာကြီးရွာတစ်ဝိုက်ကထွက်တဲ့ ဆေးရွက်ကြီးလဲ ပါရမယ်။ တောင်ငူကထွက်တဲ့ ကွမ်းသီးလဲပါရမယ်။ စစ်ကိုင်းက ထွက်တဲ့ ထုံးလဲပါရမယ်။ ပြည်မြို့ဘက်ကထွက်တဲ့ ရှားစေးလဲ ပါရမယ်။

အဲဒီလို နယ်အနှံ့ကထွက်တဲ့ ကွမ်း၊ ကွမ်းသီး၊ ဆေးရွက်ကြီး ထုံးနဲ့ ရှားစေး စတာတွေကို ပေါင်းစပ်လိုက်မှ အင်္ဂါစုံတဲ့ ကွမ်းယာ တစ်ယာ ဖြစ်လာပါတယ်။

အလားတူပဲ ဝေဒနာရှင်တစ်ဦးရဲ့ ဝေဒနာ ပျောက်ကင်း ချမ်းသာဖို့ဆိုတာဟာ ဝေဒနာရှင်ကိုယ်တိုင်ကလည်း မိမိကို တာဝန်ယူ ကုသပေးနေသူဆရာရဲ့ ညွှန်ကြားချက်အတိုင်း ကြိုးစားလိုက်မှာ လုပ်ဆောင်ရမယ်။

ကုသသူ ဆရာသမားကလည်း အနာနဲ့ ဆေး တည်အောင် ပေးတတ်ရမယ်။ ပြုစုစောင့်ရှောက်တဲ့သူတွေကလည်း ထောင့်စေ့စေ့နဲ့ စိတ်ရှည်ရှည်ထားပြီး ပြုစုတတ်ရမယ်။

အတိုချုပ်လိုက်ရင်

မင်းမပါလဲ ဘယ်ဟာမှ မပြီး၊ သူမပါလဲ ဘယ်ဟာမှ မပြီး၊ ငါ မပါလဲ ဘယ်ဟာမှ မပြီး၊ မင်း၊ သူ၊ ငါ တို့တစ်တွေလက်ညှိပါမှ အကုန်လုံးပြီး

ဆိုသလို ဝေဒနာရှင်တစ်ဦး၏ ရောဂါဝေဒနာ ပျောက်ကင်းဖို့ ဆိုသည်မှာ ဆရာတစ်ဦးတည်းကောင်းနေရုံနဲ့ မပြီးဘဲ ဝေဒနာရှင် ကိုယ်တိုင်နှင့်တကွ ပြုစုစောင့်ရှောက်သူ အပိုင်းကပါ ပူးပေါင်း ဆောင်ရွက်နိုင်ပါမှ ရောဂါပျောက်ကင်းနိုင်ပါကြောင်း ရေးသားတင်ပြ အပ်ပါသည်’

‘တံတားဦးက ကွမ်းနုဝါ၊ ငမြာကြီးဆေး၊ ကွမ်းသီးတောင်ငူနဲ့ ကိုင်း-ထုံးဖြူ၊ ပြည်-ရှား၊ သာဝါးလို့ထွေး’

‘မင်းမပါလဲ ဘယ်ဟာမှ မပြီး၊ သူမပါလဲ ဘယ်ဟာမှ မပြီး၊ ငါ မပါလဲ ဘယ်ဟာမှ မပြီး၊ မင်း၊ သူ၊ ငါ တို့တစ်တွေစုံညီပါမှ အကုန်လုံးပြီး’



နှင့် ပတ်သက်သော ရောဂါများကို ကုသခဲ့ရာ ယခုအခါ ကျွန်တော်၏ ဆေးကုသသက် ၉ နှစ်ကျော် ၁၀ နှစ်တာကာလအတွင်းသို့ပင် ရောက်ရှိခဲ့ပြီဖြစ်သည်။

ကျွန်တော် အဓိကထားကုသခဲ့သော အထက်ဖော်ပြပါ ရောဂါများအပြင် သွေးကြောပိတ်ရောဂါ၊ ကင်ဆာရောဂါ၊ တက်တတ်သော ရောဂါစသည်တို့အပြင် ကျွန်တော်၏ ဆေးကုသသက် ၁၀ နှစ်တာကာလအတွင်း တွေ့ကြုံခဲ့ရသည့် ဖြစ်ရပ်ဆန်းကလေးများကိုပါ လစဉ်ရေးသားဖော်ပြခဲ့သည်။ ယခုအခါ ကျွန်တော်အထူးပြု ကုသခဲ့သော ရောဂါများအနက် ဆီးချိုရောဂါမှအပ ကျန်ရောဂါများအကြောင်းကို ရေးသားပြီးဖြစ်ပါသည်။ (မှတ်ချက် ကျွန်တော်ရေးသားခဲ့သည့် ဆေးပညာဆောင်းပါးအားလုံးကို စာအုပ်တစ်အုပ်အဖြစ် စုပေါင်းရိုက်နှိပ်ဖြန့်ချိရန် စီစဉ်နေဆဲ ဖြစ်ပါသည်။

နောင်ရေးသားမည့် ဆောင်းပါးများတို့သည် တိုင်းရင်းဆေးပညာပေးဆောင်းပါးများပင် ဖြစ်သော်လည်း ကျွန်တော်တိုက်ရိုက်ကုသနေသော ရောဂါများအကြောင်းဖြစ်ကောင်းမှ ဖြစ်ပါမည်။

ယခုဆောင်းပါးတွင်လည်း ကြက်သွန်ဖြူနှင့် သွေးတိုး၊ နှလုံး၊ လေငန်း၊ လေးဘက်နာရောဂါဟု ကျွန်တော်အမည်တပ်ထားပါသည်။ ဘယ်နှယ်ကြောင့် သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်နေရာတွင် ကြက်သွန်ဖြူကင်လာရတာလဲဟု မေးပါလျှင် ကျွန်တော်တို့တို့ပဲ ဖြေပါမည်။

ကြက်သွန်ဖြူသည် အဆိုပါ သွေးတိုး၊ နှလုံး၊ လေငန်း၊ လေးဘက်နာ ရောဂါတို့နှင့် ပတ်သက်လာလျှင် သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်၏ ထက်ဝက်လောက်နီးနီး အစွမ်းထက်ကြောင့်

**ကြက်သွန်ဖြူနှင့် သွေးတိုး၊ နှလုံး၊ လေငန်း၊ လေးဘက်နာ**

နက္ခတ္တရောင်ခြည်မဂ္ဂဇင်းတွင် သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်နှင့် သွေးတိုးရောဂါ၊ သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်နှင့် နှလုံးရောဂါ၊ သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်နှင့် လေငန်းရောဂါစသည်ဖြင့် ကျွန်တော် တိုင်းရင်းဆေး ပညာပေးဆောင်းပါးကလေးများကို လစဉ်ရေးသား တင်ပြလေ့ရှိပါသည်။

ယခုလတွင် သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်အစား ကြက်သွန်ဖြူနှင့် သွေးတိုး၊ နှလုံး၊ လေငန်း၊ လေးဘက်နာရောဂါဟု ခေါင်းစဉ်တပ်လိုက်ရာ ဘယ်နှယ်ဘယ်နှယ် သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်က ကြက်သွန်ဖြူဖြစ်သွားရပြန်တာလဲဟု သိချင်မေးချင်ကြသူတွေ ရှိကြလိမ့်မည်ဟု ကျွန်တော် ယူဆပါသည်။

ကျွန်တော်သည် ဘရဆော့ချီးမြှင့်ထားသော သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်ကို အမာခံထားလျက် သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်နှင့် တိုက်ရိုက်သက်ဆိုင်သော သွေးတိုး၊ နှလုံး၊ လေငန်း၊ လေးဘက်နာ ရောဂါများအပြင် အကြော



စာဖတ်ပရိသတ်များသိရှိလက်ခံ သုံးဆောင်ကြည့်စေလိုသော ဆန္ဒကြောင့်ဖြစ်ပါသည်ဟု ကျွန်တော်ဖြေပါမည်။

မှန်ပါသည်။ ကျွန်တော်၏ ဆေးကုခန်းမှ လူနာတို့ထုတ်ပေးသော ဆေးကုသမှုနှင့် မှတ်တမ်းစာအုပ်တွင် လူနာတို့ရှောင်ရန် အစားအစာများအပြင် သွေးသားသန့်စင်စေရန်နှင့် သွေးတိုးရောဂါကို ကာကွယ်ရန် ကြက်သွန်ဖြူ တစ်နေ့တစ်လုံးကျ မှီဝဲပါဟု အကြံပြုစကား ရေးသားရိုက်နှက်ထားသည့်အပြင် နက္ခတ္တရောင်ခြည်မဂ္ဂဇင်းတွင်လည်း ကြက်သွန်ဖြူ တစ်နေ့တစ်လုံးကျ မှီဝဲသင့်ကြောင်း ကျွန်တော် ရေးသားခဲ့ဖူးပါသည်။

ဤသို့ရေးသားဖော်ပြခဲ့သဖြင့် နက္ခတ္တရောင်ခြည် စာဖတ်ပရိသတ်များလည်းဖြစ်၊ နောင်သောအခါ ကျွန်တော်၏ လူနာလည်း ဖြစ်လာသော ပုဂ္ဂိုလ်အတော်များများက ဘာကြောင့် ကြက်သွန်ဖြူ တစ်နေ့တစ်လုံးကျ စားသုံးသင့်ကြောင်း မေးမြန်းလာကြပါသည်။

မေးမြန်းကြခြင်းမှာ ကျွန်တော်၏ ဆေးကုသမှုကို ခံယူနေရင်း တန်းလန်းတွင် မေးမြန်းကြရခြင်းဖြစ်ရာ ကြက်သွန်ဖြူအစွမ်း အံ့မခန်း ဖြစ်ပုံကို ကျွန်တော် အကျယ်တဝင့် ရှင်းပြနေဖို့အချိန်မရပါ။

ယခုအခါ သွေးတိုး၊ နှလုံး၊ လေငန်းနှင့် လေးဘက်နာရောဂါတွေက အဖြစ်များ၊ ဆေးဝါးတွေက ဈေးကြီးလှသဖြင့် အဆိုပါ ရောဂါဝေဒနာသည်များအတွက် တစ်ဖက်တစ်လမ်းမှ အထောက်အပံ့ ဖြစ်စေရန် ရည်သန်လျက် ကြက်သွန်ဖြူအစွမ်း အံ့မခန်းဖြစ်ပုံကို နက္ခတ္တရောင်ခြည် မဂ္ဂဇင်းမှတစ်ဆင့် ရေးသားဖော်ပြအပ်ပါသည်။

သွေးတိုးရောဂါ၊ နှလုံးရောဂါနဲ့ လေငန်းရောဂါတို့ဟာ တစ်ခုနဲ့တစ်ခု ဆက်စပ်နေကြပါတယ်။ သွေးတိုးရှိရင် နှလုံးရောဂါ

နို့လာတတ်သလို သွေးတိုးရှိရင် လေငန်းရောဂါလည်း ဖြစ်လာတတ်ပါတယ်။

လူတစ်ယောက်မှာ သွေးတိုးရှိထားရာက သွေးတက်စာတွေ စားမိလို့ သွေးသိပ်တက်နေတဲ့အချိန်၊ ရေချိုး အအေးမိလိုက်ရင် အဲဒီလူသေချာပေါက် လေဖြတ်တော့တာပါပဲ။

အလားတူပဲ လူတစ်ယောက်မှာ သွေးတိုးမရှိပေမယ့် နှလုံးရောဂါကြောင့်လည်းလေဖြတ်နိုင်ပြန်ပါတယ်။ ထို့အတူပဲ လေးဘက်နာ ဝေဒနာကို တာရှည်စွာခံစားနေရသူတို့မှာလည်း နှလုံးရောဂါဝေဒနာ ခွဲကပ်လာတတ်ပါတယ်။

လူတစ်ယောက်မှာ နှလုံးရောဂါ ရှိ မရှိ သိသာတဲ့အချက်တွေ ကတော့ နှလုံးရှိရာ လက်ဝဲဘက်ရင်ဘတ်နဲ့ လက်ဝဲဘက်ကျောဘက်က လက်ပြင်အောက်မှာ တစ်ချက်တစ်ချက် အောင့်လာတတ်ခြင်း၊ နည်းနည်းလေး လှုပ်လှုပ်ရှားရှားလှုပ်တာနဲ့ မောပန်းတတ်ခြင်း၊ အသက်ရှူလို့မဝခြင်း စသည်တို့ဖြစ်ပါတယ်။

အဲဒီလိုရင်ဘတ်အောင့်ခြင်း၊ လက်ပြင်အောင့်ခြင်း၊ မောပန်းခြင်း၊ အသက်ရှူမဝခြင်း စသည်တို့ဟာ စိတ်သောကတွေကများ၊ အဆီအဆိမ့်တွေစားတဲ့အပြင် အအေးတွေခံလွန်းတာကြောင့် သွေးကြောထဲမှာ လှည့်ပတ်နေတဲ့ သွေးထဲမှာ ကော်လ်လက်စထရော့လ်လို့ခေါ်တဲ့ အဆီဓာတ်တွေများနေခြင်း၊ သွေးဟာ သွေးကြောထဲမှာ သွက်လက်စွာ စီးဆင်းနေနိုင်အောင် မကျဘဲ ပျစ်ချွဲနေခြင်း၊ သွေးကြောကလေးတွေ ကျဉ်းမြောင်းနေခြင်း စသည်တို့ကြောင့် ဖြစ်ပါတယ်။

အဲဒီလိုပျစ်နေတဲ့သွေးကို ကျလာအောင် ကျဉ်းမြောင်းနေတဲ့ သွေးကြောကလေးတွေကို ကျယ်သင့်သလောက်ကျယ်လာအောင်

အနောက်တိုင်း ဆရာဝန်ကြီးများကတော့ ပါစိန်တင်လို့ ခေါ်တဲ့ နှလုံးဆေးကို တိုက်ကျွေးလေ့ရှိကြပါတယ်။

အချို့ နှလုံးရောဂါဝေဒနာသည်တွေကို မသေမချင်းသောက်စို့ လိုတယ်လို့တောင် မှာကြားကြတာ ကြားသိရဖူးပါတယ်။

စာရေးသူအနေနဲ့ကတော့ ဈေးအင်မတန်ကြီးတဲ့ ပါစိန်တင် ခေါ် နှလုံးရောဂါဆေးကို ဝယ်ယူသုံးစွဲမှု မပြုနိုင်ကြတဲ့ နှမ်းပါးသော နှလုံးရောဂါ ဝေဒနာရှင်များကို ပါစိန်တင်အစား ဈေးလည်းသက်သာ၊ ဝယ်ရတာလည်းလွယ်ကူပြီး ပါစိန်တင် လိုပဲ အစွမ်းထက်တဲ့ ကြက်သွန်ဖြူကို နံနက်ထမင်းစားတဲ့ အခါ တစ်လုံး၊ ည ထမင်းစားတဲ့အခါတစ်လုံး တစ်နေ့ နှစ်လုံးကျ မှန်မှန်ကလေးစားကြည့်စမ်းပါ။ သိသိ သာသာကြီး သက်သာလာပါလိမ့်မယ်လို့ အကြံပြုပြောကြားလိုပါတယ်။

သွေးတိုး၊ နှလုံး၊ လေငန်းနဲ့ လေးဘက်နာဝေဒနာရှင်တွေဟာ ချွေးကလေးတစ်စုံနေမှ နေရထိုင်ရတာ သက်သောင့်သက်သာ ရှိတတ် ပါတယ်။

ချွေးခြောက်နေရင် တစ်ကိုယ်လုံးတောင့်တင်းပြီး စိတ်လက် လည်း မကြည်သာ၊ မျက်စိတွေကအစ ကြည့်မကောင်း ရှုမကောင်းနဲ့ မှန်ဝေရီမှိုင်းနေတတ်ပါတယ်။

ကြက်သွန်ဖြူဟာ အာကာသကို ဖွင့်ပေးနိုင်တဲ့သတ္တိနဲ့ အပူရှိန် ကို ရစေနိုင်တဲ့ ဂုဏ်သတ္တိတို့ကြောင့် ချွေးခြောက်နေတဲ့ လူနာကို ကြက်သွန်ဖြူကျွေးလိုက်ရင် ချွေးကလေးတစ်စုံ ဖြစ်လာပြီး မှိုင်းမှန် ရီဝေနေတဲ့ မျက်စိတွေဟာလည်း ကြည်လင်လာပါလိမ့်မယ်။

ကြက်သွန်ဖြူရဲ့ အထူးခြားဆုံး ဂုဏ်သတ္တိကတော့ သွေးကြော ထဲမှာရှိတဲ့ ပျစ်နေသောသွေးကို ကျဲလာစေတဲ့အပြင် သွေးကြောထဲမှာ ရှိနေတဲ့ မလိုလားအပ်တဲ့ အဆီတွေကို ဖယ်ရှားပစ်နိုင်စွမ်းရှိတဲ့အတွက် နှလုံးသွေးကြောကျဉ်း ရောဂါများနဲ့ နှလုံးသွေးကြောပိတ်ရောဂါများ အတွက် များစွာအကျိုးပြုကြောင်း အနောက်တိုင်းဆေးပညာရှင်များ ကိုယ်တိုင်က ထောက်ခံ ရေးသားထားခြင်းပဲ ဖြစ်ပါတယ်။

ဤတွင် စာဖတ်ပရိသတ်များအနေဖြင့် ကျွန်တော့်အား ဤသို့ မေးမြန်းသင့်ပါသည်။

ဆရာရယ် ကြက်သွန်ဖြူမှာ ဘယ်လိုအာနိသင်တွေရှိပြီး ဆရာတာဝန်ယူကုနေတဲ့ သွေးတိုး၊ နှလုံး၊ လေငန်းနဲ့ လေးဘက်နာ ရောဂါတွေမှာ ဘယ်လို သဘောသဘာဝတွေရှိနေလို့ ကြက်သွန်ဖြူ က ဆရာပြောတဲ့ရောဂါတွေကို ကာကွယ်နိုင်တာလဲ ဆရာဟု မေးသင့်ပါသည်။

ဆရာပရိသတ်၏ အထက်ဖော်ပြပါ မေးခွန်းနှစ်ရပ်အနက် ပထမမေးခွန်းဖြစ်သော ကြက်သွန်ဖြူမှာ ဘယ်လိုအာနိသင်တွေ ရှိနေလို့ပါလဲဟူသော မေးခွန်းကို ကျွန်တော် ပထမ ဖြေပါမည်။

ကြက်သွန်ဖြူကိုကြည့်လျှင် အတက်အမြှောကလေးတွေများ သော ကြက်သွန်ဖြူဥနှင့် ဥတစ်လုံးတည်းသာရှိသော ကြက်သွန်ဖြူဥ ဟူ၍ နှစ်မျိုးရှိပါသည်။

အဆိုပါနှစ်မျိုးအနက် ဥတစ်လုံးတည်းသာရှိသော ကြက်သွန်ဖြူ က ဥအတက်မြှောများသော ကြက်သွန်ဖြူထက် အာနိသင် ပိုမို ထက်မြက်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် ကြက်သွန်ဖြူကို ဆေးဝါးအဖြစ် အသုံးပြုပါလျှင် ဥတစ်လုံးကြက်သွန်ဖြူကိုသာ သုံးစွဲကြရန်ဖြစ်ပါသည်။

ကြက်သွန်ဖြူ၏ ထူးခြားချက်

လူတို့ နေ့စဉ်မိဝဲစားသုံးနေကြသော အစာအာဟာရတို့ကို အရသာအားဖြင့် ခွဲခြားလိုက်ပါလျှင်

- (၁) ချိုဆိမ့်သောအရသာ
- (၂) ချဉ်သောအရသာ
- (၃) ဖန်သောအရသာ
- (၄) ငန်သောအရသာ
- (၅) ခါးသောအရသာ
- (၆) စပ်သောအရသာဟူ၍ ရသာ ၆ မျိုး ထွက်လာပါသည်။

ကြက်သွန်ဖြူ၏ ထူးခြားသောဂုဏ်သတ္တိမှာ ၎င်းရသာ ၆ပါး အနက် အချဉ်အရသာမှတစ်ပါး ကျန်ရသာငါးပါးလုံး ကြက်သွန်ဖြူ ထံတွင်ပါရှိနေခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ဤသည်ပင်လျှင် ကြက်သွန်ဖြူ၏ ပထမ ထူးခြားချက်ဖြစ်ပါသည်။

ဒုတိယထူးခြားချက်မှာ

ကြက်သွန်ဖြူတွင် ပထဝီ၊ တေဇော၊ အာပေါ၊ ဝါယော၊ အာကာသတည်းဟူသော ဓာတ်ကြီးငါးပါးလုံး တည်ရှိနေခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ဤထူးခြားသော ဝိသေသထူးနှစ်ရပ်ကြောင့်ပင် ကြက်သွန်ဖြူ တွင် အောက်ပါအာနိသင်နှင့် ဂုဏ်သတ္တိများရှိနေခြင်း ဖြစ်ဟန်တူပါသည်။

ကြက်သွန်ဖြူ၏ အာနိသင်နှင့် ဂုဏ်သတ္တိများ

- ၁။ ကြက်သွန်ဖြူဟာ ပိတ်ဆို့မှုမှန်သမျှကို ပွင့်စေနိုင်ပါတယ်။
- ၂။ ထက်မြက်တဲ့အာနိသင်ရှိပါတယ်။

သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်နှင့် ရောဂါအထွေထွေ

- ၃။ ခန္ဓာကိုယ်ထဲက ပျစ်နေတဲ့ သွေးကို ကျဲလာစေနိုင်ပါတယ်။
  - ၄။ သွေးကြော လေကြောတွေကို ကောင်းမွန်လာစေနိုင်ပါတယ်။
  - ၅။ သွေး၊ လေသွားလာမှုကို ကောင်းမွန်မှန်ကန်စေနိုင်ပါတယ်။
  - ၆။ ကြက်သွန်ဖြူမှာပေါ့ပါးတဲ့ ဂုဏ်သတ္တိရှိပါတယ်။
  - ၇။ ကြေလွယ်တဲ့ ဂုဏ်သတ္တိရှိပါတယ်။
  - ၈။ ပျံ့နှံ့စေတတ်တဲ့ဂုဏ် ရှိပါတယ်။
  - ၉။ အပူရှိန်ကိုရစေနိုင်တဲ့ ဂုဏ်သတ္တိရှိပါတယ်။
  - ၁၀။ လှုံ့ဆော်တတ်တဲ့ ဂုဏ်သတ္တိလည်းရှိပါတယ်။
  - ၁၁။ သလိပ်ကို ရွှင်စေနိုင်ပါတယ်။
  - ၁၂။ ဆီး၊ ဝမ်းကိုလည်း ရွှင်စေနိုင်ပါတယ်။
  - ၁၃။ ကော်လက်စထရောလ်လို့ခေါ်တဲ့ အဆီတွေကိုလည်း ဖယ်ရှားပစ်နိုင်တဲ့ သတ္တိရှိပါတယ်။
  - ၁၄။ အစာကို ကြေညက်စေနိုင်ပါတယ်။
  - ၁၅။ လေအား၊ သက်အားကို ကောင်းမွန်စေနိုင်ပါတယ်။
  - ၁၆။ ခွန်အားကို ဖြစ်စေနိုင်ပါတယ်။
  - ၁၇။ မျက်စိကို ကြည်လင်စေနိုင်ပါတယ်။
  - ၁၈။ အထူးသဖြင့် နှလုံးသွေးကြောကျဉ်းမှုနဲ့ ပိတ်ဆို့မှုကို များစွာ အကျိုးပြုပါတယ်။
- အထက်ဖော်ပြပါ အချက်တွေဟာ မြန်မာတိုင်းရင်းဆေး အယူအဆ သက်သက်မျှသာ မဟုတ်ဘဲ အနောက်တိုင်းအယူအဆ၊ အိန္ဒိယနိုင်ငံ ဆေးကျမ်းများအယူအဆနဲ့ တရုတ်နိုင်ငံတိုင်းရင်းဆေး အယူအဆများအရ ရေးသားထားတဲ့ ဆေးကျမ်းစာအုပ်တွေထဲမှာ ထုတ်နုတ်ထားတဲ့ အချက်တွေဖြစ်ပါတယ်။

ဒီလို ဂုဏ်၊ ရသ၊ အာနိသင်တွေရှိတဲ့ ကြက်သွန်ဖြူဟာ ဘာကြောင့် ထူးထူးခြားခြား သွေးတိုး၊ နှလုံး၊ လေငန်းနဲ့ လေးဘက်နာ ရောဂါတွေကို ပျောက်ကင်းသက်သာစေနိုင်တယ်ဆိုတာ စာဖတ် ပရိသတ် ဘဝင်ကျကျ လက်ခံလာစေနိုင်ဖို့အတွက် အထက်ဖော်ပြပါ ရောဂါတွေရဲ့ သဘာဝနဲ့ နှိုင်းယှဉ်ကြည့်ကြရအောင်ပါ။

လေငန်းရောဂါအစ သွေးတိုးက၊ နှလုံးရောဂါအစ သွေးတိုးက စသည်ဖြင့် ပြောစမှတ်ပြုလေ့ရှိကြပါသည်။ မှန်လည်း မှန်ပါသည်။ သွေးတိုးရောဂါကို နှိမ်နိုင်ရင် လေငန်းရောဂါတို့ နှလုံးရောဂါတို့ဆိုတာ ဖြစ်ခဲ့ပါတယ်။

အချို့သောဆေးတွေဟာ စားသုံးဖန်များလာရင် (Side Affects) ဆိုက်ဒ်အဖက်လို့ခေါ်တဲ့ အခြားမလိုလားအပ်တဲ့အပြစ်တွေကို ဖြစ်လာစေတတ်ပါတယ်။

ဥပမာ- အနာဂျက်စင်၊ ဘတ်စပရို၊ အက်စ်ပရင်စတဲ့ အကိုက် အခဲပျောက်တဲ့ ဆေးတွေကို စားရင် ကိုက်တာ ခဲတာတွေကတော့ အမှန်ပါပဲ ယူပစ်သလိုကို သက်သာပျောက်ကင်းသွားတတ်ပါတယ်။

ဒါပေမယ့် ဒီဆေးတွေကို သုံးစွဲဖန်များလာရင် အကိုက်အခဲ ထက်ပိုပြီး ကြောက်စရာကောင်းတဲ့အစာအိမ်က သွေးယိုစီးပြီး အသက် အန္တရာယ်ကိုပင် ဒုက္ခပေးနိုင်တဲ့အထိ ဖြစ်စေနိုင်တာမျိုး ဖြစ်ပါတယ်။

ကြက်သွန်ဖြူကတော့ စားသုံးသူရဲ့ ပါးစပ်က ကြက်သွန်ဖြူနဲ့ နံတာမှတစ်ပါး တခြား ဘာအပြစ်မှ ကြီးကြီးကျယ်ကျယ် မဖြစ်စေ နိုင်ပါဘူး။

ဒါကြောင့် ကျန်းမာလိုသူတိုင်း ကြက်သွန်ဖြူတစ်နေ့တစ်လုံးကျ မှီဝဲကြဖို့ စေတနာကောင်းနဲ့ တိုက်တွန်းနှိုးဆော်လိုက်ရပါတယ်။

ကြက်သွန်ဖြူဟာ အထက်ကဖော်ပြခဲ့တဲ့ သွေးတိုး၊ နှလုံး၊ လေငန်းနဲ့ လေးဘက်နာရောဂါများအပြင် အောက်ပါတို့ကိုလည်း သက်သာ ပျောက်ကင်းစေနိုင်ပါကြောင်း နောက်ဆက်တွဲအဖြစ် ရေးသားဖော်ပြအပ်ပါတယ်။

(၁) အဆစ်အမြစ်ကိုက်လျှင်

ကြက်သွန်ဖြူကို ချဉ်ရည်စိမ်ပြီး စားပါ။ သိသိသာသာ ပျောက်ကင်း သက်သာစေပါလိမ့်မည်။

(၂) ချောင်းဆိုးလျှင်

ကြက်သွန်ဖြူဥကိုလည်း စားပေးပါ။ ကြက်သွန်ဖြူသတ္တုရည် တို့လည်း သောက်ပါ။ ဒိဋ္ဌပျောက်ပါတယ်။

(၃) ကလေးငယ်များ လေချုပ်၊ လေဆန်နာဖြစ်ခဲ့သော်

ကလေးဟာ ဗိုက်ကြီးကယ်ပြီး တအယ်အယ်ဖြစ်နေတတ် ပါတယ်။ အဲဒီကလေးကို ကြက်သွန်ဖြူမီးဖုတ်ပြီး ကျွေးကြည့်ပါ။ ကြာမီအတွင်းမှာ တအယ်အယ်ဖြစ်နေတဲ့ကလေးဟာ လေတဟူးဟူး လည်ပြီး ရွှင်မြူးလာတာကို တွေ့ရပါလိမ့်မယ်။

(၄) ရင်ကျပ်၍ အသက်ရှူမဝသော်

ကြက်သွန်ဖြူ သတ္တုရည်ကို ရေနွေးနဲ့သောက်ပါ။ ချက်ချင်း သက်သာလာပါလိမ့်မယ်။

(၅) ခေါင်းတစ်ခြမ်းကိုက်၊ နဖူးကိုက်သော်

ကြက်သွန်ဖြူဖူးကိုကြိတ်၍ နားထင်၌ သုတ်လိမ်းပေးပါ။



(၆) လေအားနည်း၊ သွေးအားနည်း၊ ပန်းသေ ပန်းညှိုးဖြစ်သော် ဥတစ်လုံးကြက်သွန်ဖြူကို နေ့စဉ် နံနက်ဥ တစ်နေ့နှစ်လုံးကျ မှီဝဲခြင်းဖြင့် စိတ်ချမ်းသာမှုကို ရစေနိုင်မှာ ဖြစ်ပါတယ်။

(၇) အရွယ်မတိုင်မီ ဆံပင်ဖြူသော် ကြက်သွန်ဖြူဥတစ်လုံးကို ကျကျနန မီးအုံးပါ။ အဲဒီမီးအုံးပြီး ကြက်သွန်ဖြူကို နှမ်းဆီစစ်ကလေးဆမ်းပြီး နေ့စဉ် နံနက် ဥ နှစ်ကြိမ် စားကြည့်ပါ။

နှမ်းဆီမွှေးမွှေးကလေး ဆမ်းထားတဲ့ ကြက်သွန်ဖြူဟာ စားတဲ့အခါ အရသာရှိတဲ့အပြင် ဖြူစပြုနေပြီဖြစ်တဲ့ ဆံပင်တွေဟာ လည်း တဖြည်းဖြည်း ပြန်ပြီး နက်လာပါလိမ့်မယ်။

ကြက်သွန်ဖြူနဲ့ ပတ်သက်ပြီး (ဓာတုရသ)က ဤသို့ဆိုပါ တယ်။

‘ကြက်သွန်ဖြူကား ဆံဖြူမည်းနက် တစ်ချက်ရင်နာ၊ သုက်မှာပွားတွေ၊ သလိပ်ကြေ၍၊ လေကို မြောင့်ညီ၊ ကုတ်ဟီး ဖြစ်ပွား၊ အကျိုးများ၏’ (ဓာတုရသ)

မြန်မာတိုင်းရင်းဆေး အလိုအရ ကြက်သွန်ဖြူရဲ့ အကျိုး သက်ရောက်မှုများကို ဖော်ပြပြီးတဲ့နောက် အနောက်တိုင်းအယူအဆ၊ တရုတ်တိုင်းရင်းဆေး အယူအဆနဲ့ အိန္ဒိယတိုင်းရင်းဆေးအယူအဆ အချို့ကို ဆက်လက်တင်ပြပါဦးမည်။

(၁) အဆုတ်ရောဂါဖြစ်ခဲ့သော် အနောက်တိုင်း ဆေးပညာရှင်များက ကြက်သွန်ဖြူဟာ သလိပ်နဲ့ဆီးကို ရှင်စေကြောင်း၊ ကြက်သွန်ဖြူအဆီ လက်ဖက်ရည်ဖွန်း တစ်ဖွန်းကို နွားနို့တစ်ဖန်ခွက်နဲ့ရောပြီး တစ်နေ့ကို လေးကြိမ်သောက်ရင်

ချောင်းဆိုးသွေးပါရောဂါလို့ မြန်မာတွေသိနေကြတဲ့ အဆုတ်ရောဂါကို ပျောက်စေနိုင်တယ်လို့ ဆိုပါတယ်။

(၂) နှလုံးရောဂါဖြစ်ခဲ့သော် အနောက်တိုင်း ဆေးပညာရှင်တွေကပဲ ကြက်သွန်ဖြူဟာ အဆီအဆိမ့်တွေ စားလွန်းလို့ သွေးလမ်းကြောင်းတွေမှာ ပိတ်ဆို့ နေတတ်တဲ့ ကော်လက်စထရော့အိတ် အဆီတွေကို ဖယ်ရှားပစ်နိုင်တဲ့ သတ္တိရှိတဲ့အတွက် နှလုံးရောဂါဘေးမှ ကာကွယ်ပေးနိုင်ကြောင်း အတိအလင်း ဆိုထားပါတယ်။

(၃) ကင်ဆာရောဂါကိုကာကွယ်လိုသော် တရုတ်နိုင်ငံ ဆေးပညာရှင်များက ထမင်းစားတဲ့အခါ ကြက်သွန်ဖြူကို တစ်နေ့တစ်ကျပ်သားခန့် နေ့စဉ်စားသုံးပေးရင် ကင်ဆာရောဂါကိုပင် ဖြစ်မလာအောင် ကာကွယ်နိုင်တယ်လို့ ဆိုပါ တယ်။

(၄) အိန္ဒိယဆေးကျမ်းများအဆိုအရ ကြက်သွန်ဖြူဟာ ပူတယ်၊ လှူဆော်တတ်တယ်၊ ပိတ်နေတဲ့ သွေးကြောတွေကို ပွင့်စေနိုင်တယ်။ ဒါကြောင့် သွေးလှည့်ပတ်မှုကို မှန်စေတယ်။ သန်ကောင်တွေကို ကျစေတယ်။

လေရောဂါ၊ အာရုံကြောရောဂါ၊ ရင်ကျပ်နာ၊ အဆုတ် လေပြန်ရောင်နာ၊ တုတ်ကွေးရောဂါနဲ့ လည်ချောင်းယား၊ အာခေါင်ယား ရောဂါတွေအတွက် အကောင်းဆုံး ဆေး တစ်လက် ဖြစ်တယ်လို့ဆိုပါတယ်။

မြန်မာတိုင်းရင်းဆေးခန်းသုံး ဆေးများ

နိုင်ငံတော်အစိုးရ ကျန်းမာရေးဝန်ကြီးဌာန တိုင်းရင်းဆေးပညာ ဦးစီးဌာနက မြန်မာနိုင်ငံအတွင်းမှာ ဖွင့်လှစ်ထားတဲ့ တိုင်းရင်းဆေးခန်း တွေမှာသုံးဖို့ တိုင်းရင်းဆေး ၅၇ မျိုးကို ဖော်စပ်ဖြန့်ချိလျက် ရှိပါတယ်။

တိုင်းရင်းဆေး ၅၇ မျိုးအနက် ဆေးနည်းအတော်များများမှာ ကြက်သွန်ဖြူကို အတော်ကလေး အလေးအနက်ထားပြီး သုံးစွဲထားတာကို တွေ့ရမှာဖြစ်ပါတယ်။

ဥပမာ- တိုင်းရင်းဆေး အမှတ် ၂၃ ဝေသာရဇ္ဇင်ဆေးပုလဲကလပ်၊ ဆေးအမှတ် ၃၂ နန်းတွင်းလျှာပွတ်ဆေးကြီး၊ ဆေးအမှတ် ၃၃ အစာကြေလေပုတ်ထုတ်ဆေး၊ ဆေးအမှတ် ၃၄ သူငယ်နာ မုတ်လေစင်ဆေး စသည်တို့ဖြစ်ပါတယ်။

အထက်ဖော်ပြပါဆေးတွေဟာ တကယ်အစွမ်းထက်တဲ့ ဆေးတွေ ဖြစ်ပါတယ်။ ယုံယုံကြည်ကြည်နဲ့ လက်တွေ့သုံးစွဲကြည့်စေချင်ပါတယ်။ အသင့်ဖော်စပ်ပြီး တိုင်းရင်းဆေးဝါးတွေကို အချို့ ပရဆေးဆိုင်ကြီးတွေမှာ ရောင်းချနေပါတယ်။

ဆောင်းပါးလည်း အတော်ကလေး ရှည်သွားပါပြီ။ ကျွန်တော့်ဆောင်းပါးကို အောက်ပါဆောင်ပုဒ်ကလေးနဲ့ နိဂုံးချုပ်ပါရ စေတော့။

(ရောဂါဘယကင်းဝေးရေး ကြက်သွန်ဖြူကို စားသုံးပေး ရွှင်လန်းကျန်းမာကြပါစေ။)

\*

သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်နှင့် ဆီးချိုရောဂါ

မြန်မာတိုင်းရင်းဆေးအလိုအရ ရောဂါတစ်ခုဖြစ်ပွားလာခြင်းသည် ကံ၊ စိတ်၊ ဥတု၊ အာဟာရတည်းဟူသော အကြောင်းတရားကြီးလေးပါးအနက် အကြောင်းတရားတစ်ခုကြောင့်သော်လည်းကောင်း၊ အကြောင်းတရား နှစ်ခု သုံးခု ပေါင်းဆုံ၍သော်လည်းကောင်း၊ အကြောင်းတရားလေးပါးလုံး ပေါင်းဆုံ၍သော်လည်းကောင်း ဖြစ်ရသည်ဟု ခံယူထားပါသည်။

ဤအကြောင်းတရားလေးပါးမှ လွတ်၍ ဖြစ်ပွားလာသော ရောဂါဟူသည် မရှိသလောက်ဖြစ်သည်ဟု ဆိုပေသည်။ ဤသည်မှာ ထို့ကြောင့် ရောဂါတစ်ခု ဖြစ်ပွားလာပြီဆိုပါလျှင် မြန်မာသမားတော်များသည် ဤရောဂါဘာကြောင့်ဖြစ်လာသနည်း၊ ကံကြောင့်ဖြစ်သလော၊ စိတ်ကြောင့်ဖြစ်သလော၊ ဥတုကြောင့်ဖြစ်သလော၊ အာဟာရကြောင့် ဖြစ်သလော၊ စသည်ဖြင့် ဆန်းစစ်လေ့ရှိကြပါသည်။

ယခု ဆီးချိုရောဂါဆိုကြပါစို့။ ဆီးချိုရောဂါ ဘာကြောင့်ဖြစ်လာသလဲ။ ဆီးချိုရောဂါဖြစ်လာလျှင် ဘယ်လိုလက္ခဏာတွေဖြစ်တတ်သလဲ။ ဆီးချိုရောဂါမဖြစ်အောင် ဘာတွေဆောင်ရွက်ရမလဲ။ ဆီးချိုရောဂါခံစားနေရသူ ဝေဒနာရှင်အတွက် ဘာတွေဆောင်ရွက်ရမလဲဟူသောအချက်များအပြင် ဣထုံးကုနည်း အချို့ကိုပါ အကျဉ်းမျှ တင်ပြလိုပါသည်။

(၁) ဆီးချိုအစ အာဟာရက

ဆီးချိုရောဂါဘာကြောင့်ဖြစ်ရသည်ကို အထက်ဖော်ပြပါ ထပ်စိတ်၊ ဥတု၊ အာဟာရတည်းဟူသောပေတ်ဖြင့် တိုင်းတာလိုက်သောအခါ ဆီးချိုရောဂါအစ အာဟာရကဟူသော အဖြေကိုတွေ့ရှိလာရပါသည်။ အဆိုပါအဖြေရရှိပုံကို အကျဉ်းမျှ ရှင်းပြပါမည်။

လူသားတို့သည် မိမိတို့ဘဝ အသက်ရှင်တည်မြဲရေးအတွက် သဗ္ဗေသတ္တာ၊ အာဟာရဋ္ဌိတိကာ ဟူသော စကားအတိုင်း နေထိုင်အာဟာရ တစ်ခုခုကို မှီဝဲကြရပါသည်။ ထိုလူသားတို့ မှီဝဲသော အာဟာရတို့တွင် အာယုဗေဒ ဆေးကျမ်းအလိုအရ

- (၁) ချိုဆီမ့်အရသာ
- (၂) အချဉ်အရသာ
- (၃) အဖန်အရသာ
- (၄) အခါးအရသာ
- (၅) အငန်အရသာ
- (၆) အစပ်အရသာ

ဟူ၍ ရသာ ၆ မျိုး ပါဝင်နေတတ်ပါသည်။

လူတို့စားမျိုးလိုက်သော အာဟာရတို့သည် အထက်ပါ ချို၊ ချဉ်၊ ဖန်၊ ခါး၊ ငန်၊ စပ်ဟူသော ရသာမျိုးတို့ဖြင့် ခန္ဓာကိုယ်အနှံ့ ခွဲနဲ့ရောက်ရှိသွားရာ ပျံ့နှံ့နေဆဲကာလတွင်ပင် အချို့သောအာဟာရတို့သည် ရသာရည်ဓာတ်အဖြစ်သို့လည်းကောင်း၊ အချို့တို့သည် သွေးဓာတ်အဖြစ်သို့လည်းကောင်း၊ အချို့တို့သည် အဆီဓာတ်၊ အချို့တို့သည် အရိုးဓာတ်၊ အချို့သည်ခြင်ဆီဓာတ်၊ အချို့သည် သုတ်ဓာတ် စသည်ဖြင့် အဆင့်ဆင့်ပြောင်းလွဲသွားကြပေသည်။

ထိုရသာရည်အစ သုတ်အဆုံး ဓာတ်အားလုံးကို အာယုဗေဒ ဆေးပညာအလိုအရ သရီရဓာတ် ခုနစ်ပါးဟု ခေါ်ဆိုပါသည်။

အာဟာရမှသည် ရသာရည်အဆင့်သို့ ရောက်ရှိရန် လေ၊ သည်းခြေနှင့် သလိပ်တို့က ဆောင်ရွက်ပေးကြပါသည်။

လေ၊ သည်းခြေနှင့် သလိပ်တို့ကို တိုင်းရင်းဆေးအလိုအရ ကြံဒေါသ သုံးပါးဟု ခေါ်ပါသည်။

လေ၊ သည်းခြေနှင့် သလိပ်သုံးပါးအနက် သည်းခြေသည် ဦးအဓိကကျလျက် ၎င်းကို ပါစက သည်းခြေ (သို့မဟုတ်) ပါစက ဆာဇော (သို့မဟုတ်) ပါစကဝမ်းမီးဟု ခေါ်ဆိုကြပါသည်။

လူတို့ စားသုံးလိုက်သော အာဟာရတို့တွင် ချို၊ ချဉ်၊ ဖန်၊ ခါး၊ ငန်၊ စပ်တည်းဟူသော ရသာ ၆ ပါး သင့်တင့်မျှတစွာ ပါသွားပါက ရသာဓာတ်၊ သွေးဓာတ်၊ အသားဓာတ်၊ အဆီဓာတ်၊ အရိုးဓာတ်၊ ခြင်ဆီဓာတ်နှင့် သုတ်ကောင်စသော သရီရဓာတ် ခုနစ်ပါး ရသာခြောက်ပါး တို့တွင်လည်း သင့်တင့်မျှတစွာပါရှိသွားမည် ဖြစ်ပေသည်။

ထိုသို့မဟုတ်မှတ် မိမိစားသုံးလိုက်သော အာဟာရထဲတွင် အချို့ဓာတ်များပါနေပါက အဓိကဖြစ်သော သွေးဓာတ်ထဲတွင် အချို့ဓာတ်လွန်စွာပါရှိသွားမည် ဖြစ်သကဲ့သို့ အဆီဓာတ်များ ပါနေပါက သွေးဓာတ်ထဲတွင် အဆီဓာတ် လွန်စွာပါရှိသွားမည် ဖြစ်ပေသည်။

(၂) အာစီဏ္ဍကံ ရောဂါမူလ

အာယုဗေဒ ဆေးကျမ်းက

အာစီဏ္ဍကံရောဂါမူလဟု အတိအလင်းပြဆိုထားပါသည်။ ဆိုလိုသော အဓိပ္ပာယ်မှာ

ဖြစ်ဖြစ်သမျှ ရောဂါတို့၏ မူလအစသည် အာစီဏ္ဍကံ မိမိစားသုံးလိုက်သော အစာကို ကြေကျက်အောင် ခြေဖျက် နိုင်စွမ်း မရှိမှုက-

စသည်ဟု ဆိုလိုပါသည်။ မိမိစားသုံးလိုက်သော အစာဟူသမျှ ကို ကြေကျက်အောင် မခြေဖျက်နိုင်သရွေ့ ရောဂါတစ်ခုမဟုတ်တစ်ခု ဝင်လာတော့မည်မှာ မြေကြီးလက်ခတ် မလွဲတော့ပါ။

လူတို့၏ အစာအိမ်သည် ခန္ဓာကိုယ် တစ်ခုလုံးအတွက် ချက်ပြုတ်ပေးရာ မီးဖိုကြီးနှင့် သဏ္ဍာန်တူပေသည်။

အချို့မီးဖိုကြီးများတို့သည် စားသုံးလိုက်သော အစာဟူသမျှကို ကောင်းစွာကြေကျက်အောင် ချက်လုပ်ပေးနိုင်လောက်သည့် ဖိအား ကောင်းမွန်ကြ၍ အချို့မီးဖိုတို့မှာမူ စားသုံးလိုက်သောအစာဟူသမျှကို ကြေကျက်အောင် ချက်လုပ်ပေးနိုင်လောက်သည့် ဖိအားကောင်းမွန်ခြင်း မရှိကြပေ။

ထို့ကြောင့် အစာကြေမှု၊ မကြေမှုသည် လူတို့စားသုံးလိုက်သော အစာအာဟာရနှင့် လူ့ခန္ဓာကိုယ်တွင်းရှိ မီးဖိုနှင့် သဏ္ဍာန်တူသော အစာအိမ်က စားသမျှ အစာတို့ကို ကြေကျက်အောင် ချက်လုပ်နိုင်စွမ်း ရှိ မရှိပေါ်တွင် မူတည်နေပေသည်။

ခန္ဓာကိုယ်တွင်းရှိ မီးဖိုနှင့် သဏ္ဍာန်တူသော အစာအိမ်၏ သဘာဝသည် အသက်အရွယ် ငယ်ရွယ်ခိုက် မရပ်မနား လှုပ်ရှား သွားလာ နေရတတ်သဖြင့် ချက်လုပ်စွမ်းအားဖြစ်သော ပါစကဝမ်းမီး သည်ကောင်းမွန်နေတတ်၍ အသက်အရွယ် ကြီးရင့်လာသောအခါ လှုပ်ရှားသွားလာမှုသည်လည်း တစ်နေ့ထက်တစ်နေ့ နည်းပါးလာတတ် သဖြင့် ချက်လုပ်မှုစွမ်းအားဖြစ်သော ပါစကဝမ်းမီးသည်လည်း ညံ့ဖျင်းလာတတ်ကြပေသည်။

ဤသဘာဝကိုသတိမူ၍ စားသုံးသူလူသားတို့က မိမိတို့စားသုံး နေသော အစာအာဟာရတို့တွင်ချို့၊ ချဉ်၊ ဖန်၊ ခါး၊ ငန်၊ စပ်တည်း ဟူသော ရသာခြောက်ပါးကို တတ်နိုင်သမျှ သင့်တင့်မျှတစွာ ပါဝင်အောင် စားသုံးရေး

တစ်နည်းအားဖြင့် ရသာတစ်ပါးပါး လွန်လွန်ကဲကဲ မပါရှိ ရေးနှင့် ကြေကျက်လွယ်သော အစာအာဟာရတို့ကို ရွေးချယ် စားသုံးရေးတို့ကို သတိမူကာ စားသုံးသင့်ကြပေသည်။

မြန်မာ့တိုင်းရင်းဆေး အလိုအရ ဆီးချိုရောဂါသည် စားသုံးသောအာဟာရတွင် အချို့ဓာတ်လွန်ကဲစွာပါရှိခြင်းနှင့် ခန္ဓာကိုယ်တွင်းရှိ မီးဖိုနှင့်သဏ္ဍာန်တူသောအစာ၏ ချက်လုပ် နိုင်မှုစွမ်းအား ညံ့ဖျင်း၍ ဖြစ်ရသည်ဟု ဆိုပါသည်။ ဤ အယူအဆသည် တိုင်းရင်းဆေးအမြင်အရ ခံယူထားသော အယူအဆ ဖြစ်ပါသည်။



အနောက်တိုင်း အလိုအရ ဆိုရပါမူ သာမန်လူကောင်း တစ်ယောက်အဖို့ အချို့ဓာတ်ပါသောအစာအာဟာရတို့ကို မည်မျှစားသုံးသည်ဖြစ်စေ၊ ၎င်းပုဂ္ဂိုလ်၏ ခန္ဓာကိုယ်အတွင်း လှည့်ပတ်နေသော သကြားဓာတ်သည် ၎င်း၏ ဆီးထဲ၌ ပါသွားလေ့မရှိတတ်။

အကြောင်းမှာ ၎င်းသကြားဓာတ်ကို ထိန်းပေးသည့် စက်နှင့် သဏ္ဍာန်တူသော ကြိယာတစ်ခုသည် လူ၏ခန္ဓာကိုယ်အတွင်း အလိုလို ပါရှိနေပြီးဖြစ်၍ ဖြစ်သည်ဟု ဆိုပါသည်။

ကအဆိုပါသကြားဓာတ်ကို ထိန်းပေးသောစက်နှင့် သဏ္ဍာန်တူသည့် ကြိယာမှာ လူ၏ အစာအိမ်အောက်ရှိ (PANCREAS) ပန်ကရိယခေါ် မုန့်ချိုအိတ်ပင် ဖြစ်ပေသည်။

အဆိုပါ ပန်ကရိယ ချွတ်ယွင်းလာလျှင်မူ ဆီးထဲတွင် သကြားဓာတ်ပါရှိလာတတ်ပါသည်။ ဤသို့ဆီးထဲတွင်သကြားဓာတ် ပါရှိလာခြင်းကိုပင်လျှင် အနောက်တိုင်းအလိုအရ ဆီးချိုရောဂါရနေပြီဟု သတ်မှတ်ပေးခြင်း ဖြစ်ပေသည်။ ဆီးချိုရောဂါသည် ကုရခက်သော ရောဂါတစ်ခုဖြစ်၍ ရောဂါပျောက်ကင်းသက်သာစေရန် ကုသသူ ဆရာသမားထက် ကုသခဲလူနာ၏ မိမိရောဂါ မိမိဂရုစိုက်မှုပေါ်တွင် မူတည်နေပေသည်။

အကြောင်းမှာ ဆီးချိုရောဂါဖြစ်လာလျှင် ဆီးချိုရောဂါရှင်ဝေဒနာသည်အဖို့ ဆောင်စရာ ရှောင်စရာတွေများလှ၍ ဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်တော်သည် နက္ခတ္တရောင်ခြည်မဂ္ဂဇင်းတွင် သွေးတိုးရောဂါ၊ နှလုံးရောဂါ၊ လေငန်းရောဂါ၊ လေးဘက်နာရောဂါနှင့် အခြားရောဂါများအကြောင်း ပညာပေးဆောင်းပါးကလေးများ ရေးသားခဲ့ရာတွင်

ဥပမာ သွေးတိုးရောဂါနှင့် လေငန်းရောဂါဖြစ်ခဲ့သော် အဆီအဆိမ့်နှင့် အငန်တို့ကို ရှောင်ပါ။

အထူးသဖြင့် ဝက်သား၊ ငါးသလောက်၊ ငါးသေတ္တာ၊ အုန်းနို့ပါသောအစာ၊ ထောပတ်ပါသောအစာနှင့် ငါးပိ၊ ငံပြာရည်၊ ငါးပိကောင် စသည်တို့ကို မစားပါနှင့်ဟူ၍ လည်းကောင်း၊

နံနက်စောစောနှင့် ညအချိန်ရေချိုးခြင်း၊ ခေါင်းလျှော်ခြင်း၊ စသည်တို့ကို မပြုပါနှင့်ဟူ၍လည်းကောင်း၊

နှလုံးရောဂါဖြစ်လာပါက အထက်ဖော်ပြပါ အဆီအဆိမ့်နှင့် အငန်များသော အစားအစာများအပြင် ဆေးလိပ်သောက်ခြင်းနှင့် အရက်သောက်ခြင်းတို့ကို ရှောင်ပါ။

အထူးသဖြင့် အမြင့်သို့တက်သောအခါများတွင် နားနားနေနေ တက်ပါ။

အလေးအပင်တို့ကို ရုတ်တရက် အားစိုက်ကာ မ၊ခြင်း၊ ဆွဲခြင်း၊ တွန်းခြင်းတို့ကို မပြုပါနှင့်။ ရင်ဘတ်အောင့်ကာ ရုတ်တရက် သတိမေ့လဲကျသည်အထိ ဖြစ်တတ်သည်ဟူ၍ လည်းကောင်း၊

လေးဘက်နာဝေဒနာ ခံစားနေရသူဖြစ်ပါက အထူးသဖြင့် တလီစာခေါ် ဝမ်းတွင်းသား၊ အသည်းအမြစ် စသည်များကို မစားရန်နှင့် အအေးကိုရှောင်ရန်။

အထူးသဖြင့် အဝတ်လျှော်ခြင်းကို လုံးဝမပြုရန် စသည်ဖြင့် နာကြားလေ့ရှိပါသည်။

ဆီးချိုရောဂါဝေဒနာသည်တစ်ဦး ကျွန်တော်ထံသို့ ရောက်လာပါလျှင်မူ အဆိုပါရှောင်ကြဉ်ရန်ကိစ္စကို ပြောကြားရန် ကျွန်တော်အလွန် ဝန်လေးနေမိတတ်ပါသည်။

အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ဆီးချိုရောဂါ တကယ်ပြင်းထန်လာပါလျှင် ထိုဆီးချိုရောဂါဝေဒနာသည်အဖို့ အချို့ကိုသာမက လူတို့၏ အဓိကစားသုံးရန် အစာဖြစ်သောထမင်းနှင့် ပေါင်မုန့်တို့ကိုပါ 'ရှောင်ကြဉ် ခိုင်းရမလို ဖြစ်နေ၍ ဖြစ်ပါသည်။

ဤအဆိုကို ကျွန်တော်ရှင်းပြပါမည်။ လူတို့က ဆီးချိုရောဂါအတွက် အဓိကရှောင်ရမည့် အစာမှာ အချိုဖြစ်သည်။ အချိုဆိုသည်မှာ သကြား၊ ထန်းလျက်၊ ချောကလက်နှင့် သကြားပါသော လက်ဖက်ရည်ကော်ဖီ စသည်တို့ဖြစ်သည်။

ယင်းတို့ကို ရှောင်ကြဉ်နိုင်က ဆီးချိုရောဂါကို ကောင်းစွာ ထိန်းထားနိုင်သည်ဟု သိထားကြပါသည်။

ဤအသိမျှကို မှန်ကန်သည်ဟု မဆိုနိုင်ပါ။ ဆီးချိုရောဂါဝေဒနာသည်တစ်ဦးအဖို့ အထက်ပါ အချို့ပါသော အစာအဟာရများကို ရှောင်ကြဉ်နေသည့်တိုင်အောင် ဆန်ကောင်းကောင်းနှင့် ချက်ထားသော ထမင်းနှင့် ဂျုံနုနုဖြင့် ပြုလုပ်ထားသော ပေါင်မုန့်ကိုစားနေသရွေ့ ကာလပတ်လုံး ဆီးချိုရောဂါကို ထိန်းမထားနိုင်ပါ။

အကြောင်းမှာ အဆိုပါထမင်းနှင့် ပေါင်မုန့်ထဲတွင် ဆီးချိုရောဂါကို ပိုမိုဆိုးရွားလာစေနိုင်သော ကစီဓာတ်အမြောက်အမြားပါရှိနေ၍ ဖြစ်ပါသည်။

ထို့ကြောင့် ဆီးချိုရောဂါ ဝေဒနာသည်အဖို့ ကစီဓာတ်မြောက်မြားစွာပါဝင်သော ဆန်ကောင်းကောင်းကို ချက်စားနေ၍ မဖြစ်ပါ။ ကစီဓာတ်နည်းသောဆန်ကြမ်း၊ ဆန်ဟောင်း (နှစ်ချိုဆန်)ကို ဝယ်၍ ထမင်းချက်ရာတွင်ပင် ထမင်းရည်ကို အခါခါရေခန်းဖျော့၍ စစ်ပြီးမှ ကစီဓာတ်ကင်းမဲ့သော ထမင်းကိုသာ စားသုံးသင့်ကြပါသည်။

အချို့ ဆီးချိုအထာကိုသိထားကြသော ဝေဒနာရှင်များမှာမူ ထမင်းအစား ဂျုံကြမ်းနှင့်ပြုလုပ်ထားသော ချာပါတီကိုပင် မိမိ၏ နေ့စဉ်သုံး အဓိကအစားအစာအဖြစ် မှီဝဲစားသုံးတတ်ကြပါသည်။

ဆီးချိုရောဂါသည် အစာအဟာရနှင့် ပတ်သက်လာလျှင် ဆင်ခြင်နိုင်ပါမူ တန်ကာကျသော ရောဂါဖြစ်ပါသည်။ အစားကို မဆင်ခြင်ဘဲ စည်းကမ်းမဲ့ စားသုံးခဲ့ပါလျှင်မူ ဆီးချိုရောဂါအပြင် ကမ္ဘာပေါ်တွင် ဖြစ်ပွားမှုနှုန်း အများဆုံးနှင့် သေပျောက်မှုနှုန်း အမြင့်ဆုံးဖြစ်သည့် ကြောက်စရာကောင်းလှသော နှလုံးရောဂါကိုလည်း ဖြစ်လာစေနိုင်ပါသည်။

ဆီးချိုရောဂါကြောင့် မျက်စိအကြည်ဓာတ်ကို ထိခိုက်ကာ မျက်လုံးများကိုလည်း ကွယ်သွားစေနိုင်ပါသည်။

ဆီးချိုရောဂါကြောင့်ပင်လျှင် ကျောက်ကပ်ကို ထိခိုက်ကာ တစ်ကိုယ်လုံး ဖောရောင်လာစေနိုင်ပါသည်။

ဆီးချိုရောဂါ ပြင်းထန်သည်ထက် ပြင်းထန်လာပါလျှင်မူ ခန္ဓာကိုယ်တစ်ခုလုံးရှိ သွေးကြော၊ လေကြောများချို့ယွင်းကာ တစ်ကိုယ်လုံးကိုက်ခဲနာကျင်သော ဝေဒနာကို ခံစားရတတ်သည့်အပြင် နောက်ဆုံးတွင် အာရုံကြောချို့ယွင်းသော ဝေဒနာကိုပါ ခံစားလာရတတ်ပါသည်။

ဤအဆင့်အထိ ရောက်ရှိလာပါက ခန္ဓာကိုယ်တစ်ခုလုံးရှိ အားအင်ဟူသမျှကို ဆွဲချလိုက်သလို ခန္ဓာကိုယ်အလေးချိန် တစ်ဟုန်ထိုးကျဆင်းကာ သတိမေ့လဲကျသည်အထိ ဖြစ်တတ် ပါသည်။ ဆီးချိုရောဂါသည် ကြောက်မက်ဖွယ်ကောင်းလှပါ ပေ၏။

ကျွန်တော်တို့ မြန်မာများသည် မိမိတွင် ရောဂါဝေဒနာ တစ်ခုတစ်ခု ကပ်ငြိနေခြင်း ရှိမရှိ ခေတ်မီကိရိယာများဖြင့် စမ်းသပ် ကြည့်သောခလေး လွန်စွာနည်းပါးလှပါသည်။

စမ်းသပ်ခံ၍ ကြည့်ပါလျှင်လည်း မိမိတွင်ဟိုရောဂါရှိနေပြီ၊ ဒီရောဂါရှိနေပြီ စသည်ဖြင့် သက်ဆိုင်ရာ တာဝန်ရှိ ပုဂ္ဂိုလ်များက ပြောကြားလိုက်မည်ကို ကြောက်နေသဖြင့်လည်း ဖြစ်နိုင်ပါသည်။

ဤသို့ ကြိုတင်စမ်းသပ်မှု မပြုမီကြသဖြင့် ဆီးချိုရောဂါ ပြင်းထန်စွာ ခံစားလာရသောအခါတွင်မှ မိမိတွင်ဆီးချိုရောဂါဖြစ်နေ ကြောင်း သိရှိတတ်ကြပေသည်။

ဤအခါ ကုရခက်သောအဆင့်သို့ ရောက်ရှိနေပြီဖြစ်ပေသည်။ မိမိတွင်ဆီးချိုရောဂါ ဖြစ်နေပြီဆိုသည်ကို အောက်ပါလက္ခဏာများအရ သိနိုင်ကြပါသည်။

၃။ ဆီးချိုရောဂါလက္ခဏာများ

- ၁။ ရေအလွန်ငတ်တတ်ပါသည်။ ရေအလွန်ငတ်၍ ရေသောက်များ သည်နှင့်အမျှ ဆီးလည်း မကြာခဏ သွားတတ်ပါသည်။
  - ၂။ အစာဟူသမျှကို ငမ်းငမ်းတက်စားတတ်ပါသည်။ အထူးသဖြင့် အချိုကို အလွန်ကြိုက်နှစ်သက်တတ်ပါသည်။
- အစာမည်မျှ စားသည်ဖြစ်စေ တင်းတိမ်ခြင်း မရှိတတ်ပါ။

၃။ အစာ အစားများသော်လည်း ကိုယ်အလေးချိန် တက်လာခြင်း မရှိဘဲ တစ်စပြီးတစ်စ ကိုယ်အလေးချိန် လျော့ကျလာတတ် ပါသည်။

၄။ အစားများစွာ စားသည့်တိုင် အမောမခံနိုင်ဘဲ နည်းနည်း ကလေး လှုပ်လှုပ်ရှားရှား ပြုလုပ်လျှင်ပင် မောတတ်ပါသည်။

၅။ အသားအရေခြောက်သွေ့ကာ အရေပြားပေါ်တွင် အနာများ မကြာခဏ ပေါက်တတ်ပါသည်။ ထိုပေါက်လာသော အနာများမှာ အလွန်ပျောက်ခံ၍ အနာ ပျောက်သည့်တိုင် မည်းနက်သောအမာရွတ်များ ကာလ ကြာရှည်စွာ ကျန်ရှိနေတတ်ပါသည်။

၆။ မျက်စိမှုန်ခြင်း၊ နားမှလေထွက်ခြင်း၊ ဆံပင်ကျွတ်ခြင်း၊ ကိုယ် လက် မသယ်ချင်အောင် လေးလံခြင်းတို့ဖြစ်တတ်ပါသည်။

၇။ ဆီးသွားလျှင် အချိုဓာတ်များပါနေသောကြောင့် အဆိုပါဆီးကို ပုရွက်ဆိတ်များ အုံနေတတ်ပါသည်။

၄။ ဆီးချိုရောဂါ ဤသို့ကာကွယ်ပါ

ဆီးချိုရောဂါနှင့်ပတ်သက်၍ လူနာသည် ဆီးချို၏ သဘော သဘာဝကိုသိထားမည်၊ ထိန်းထိန်းသိမ်းသိမ်းလည်းနေမည်၊ အစား အစာ ဆင်ခြင်မည်၊ ဥတုသဘာဝအလိုက် အပူအအေး မျှတအောင် နေတတ်မည်ဆိုပါလျှင် ဆီးချိုရောဂါသည် ကြောက်စရာမရှိလှပါ။

ရောဂါ၏ သဘောသဘာဝကိုလည်းမသိ၊ သိအောင်လည်း မကြိုးစား၊ မျက်စိကန်း တစ္ဆေမကြောက်ဆိုသော စကားအတိုင်း ထင်သလိုနေ၊ ထင်သလိုစားနေသူများအဖို့မှာမူ ငယ်ငယ်ရွယ်ရွယ်နှင့် အသက်ဆုံးရှုံးသွားတတ်ကြပါသည်။

အထူးသဖြင့်ဆီးချိုရောဂါသည် မျိုးရိုးလိုက်တတ်သော ရောဂါဖြစ်သဖြင့် မိမိ၏ မိဘ၊ ညီအစ်ကိုမောင်နှမတို့တွင် ဆီးချိုရောဂါရှိသူများသည် အစားအသောက်အနေအထိုင်မှအစ အထူးဆင်ခြင်သင့်ကြပါသည်။

အစားအစာဆင်ခြင်ရမည်ဆိုသဖြင့် တစ်ဖက်စွန်းရောက်ကာ ရှိသမျှ အစားအစာအားလုံး ရှောင်ရမည်ဟု မဆိုလိုပါ။

အစွန်းတရားမှန်သမျှ ဘယ်အရာမျှ မကောင်းပါ။ အစားအစာ မဆင်မခြင်စားလွန်းသဖြင့် ခန္ဓာကိုယ်ထဲတွင် အချို့ဓာတ်များလွန်းပါက သတိလစ် လဲကျသွားတတ်ပါသည်။

ထိုအခြေအနေတွင် အချိန်မီကုသမှု မပြုပါက အသက်ဆုံးရှုံး သည်အထိ ဖြစ်တတ်ပါသည်။

အလားတူပင် အစားအစာ ရှောင်လွန်းပါကလည်း အချို့ဓာတ် ချို့တဲ့လွန်းသောကြောင့် သတိလစ်လဲကျတတ်ကာ အချိန်မီ ကုသမှု မပြုပါက အသက် ဆုံးရှုံးတတ်ပြန်ပါသည်။

သို့ပါ၍ မိမိခန္ဓာကိုယ်တွင် အချို့ဓာတ် များနေမနေ၊ ဆီးချိုရောဂါရှိမရှိ ကြိုတင်သိရှိအောင် စစ်ဆေး ကြည့်ခြင်းသည် အကောင်းဆုံးသော ကြိုတင်ကာကွယ်နည်း ဖြစ်ပါသည်။

၅။ ဆီးချိုရောဂါ ရှိမရှိ ဤသို့စစ်ကြည့်ပါ။

(က) ဆီးချိုရောဂါ ဝေဒနာရှင်၏ ဆီးထဲတွင် အချို့ဓာတ်ပါရှိ နေတတ်ပါသဖြင့် ထိုလူနာ၏ ဆီးကိုပုရွက်ဆိတ်များ အုံတတ် ပါသည်။ သို့ပါ၍ မိမိတွင်ဆီးချိုရောဂါ ရှိမရှိ စရိတ်စက အသက်သာဆုံးနှင့် အလွယ်ကူဆုံးသောနည်းမှာ မိမိဆီးကို

ခွက်တစ်ခုထဲတွင်ထည့်၍ ပုရွက်ဆိတ်များရှိရာနေရာတွင် ချထားကြည့်ခြင်းပင် ဖြစ်ပါသည်။

မိမိဆီးကို ပုရွက်ဆိတ်များအုံလာပါက မိမိတွင် ဆီးချိုရောဂါ ရှိနေပြီဟု သတ်မှတ်၍ ပုရွက်ဆိတ်အုံလာခြင်း မရှိပါက မိမိတွင် ဆီးချိုရောဂါမရှိဟု ဆိုနိုင်ပါသည်။

(ခ) ဒုတိယနည်းမှာ မိမိဆီးကို ဓာတ်ခွဲခန်းတွင် စစ်ဆေးကြည့်ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ဆီးစစ်ခြင်းသည် လွယ်ကူသော လုပ်ငန်းတစ်ခု ဖြစ်သဖြင့် ဓာတ်ခွဲခန်းတွင် စစ်ဆေးကြည့်ခြင်းဖြင့် အလွယ် တကူ သိနိုင်ပါသည်။

(ဂ) တတိယနည်းမှာ မိမိကိုယ်တိုင်မိမိဆီးကို နေ့စဉ်ချက်ကြည့်ခြင်း ပင် ဖြစ်ပါသည်။

မိမိကိုယ်တိုင် ဆီးကို ချက်ကြည့်ရမည်ဆိုသဖြင့် ခက်ခက်ခဲခဲ ကြီးဟု ထင်ကောင်းထင်ကြပါမည်။ ဆီးချက်ခြင်းသည် ထမင်းချက် သလောက်ပင် ခက်မည်မထင်ပါ။ ဤအဆို မှန်မမှန် ကျွန်တော် ရှင်းပြပါမည်။

ဆေးဆိုင်များတွင် (Benedicts Solution) ခေါ် သကြားဓာတ် စစ်ဆေးသောဆေးရည်ကို ဝယ်ယူရရှိနိုင်ပါသည်။

ထိုဆေးရည်သည် ပြာလဲ့လဲ့အရောင်ရှိပါသည်။ ထိုပြာလဲ့လဲ့ အရောင်ရှိသော ဆေးရည် ၅ စီစီ (လက်ဖက်ရည်တစ်ခွက်ခန့်)ကို ဖန်ပြွန်တစ်ခုထဲသို့ထည့်လိုက်ပါ။

ထိုနောက် မိမိဆီး ၈ စက်ခန့်ကို ထိုပြွန်ထဲသို့ ထပ်မံထည့် လိုက်ပါ။ ထိုနောက် ထိုဖန်ပြွန်ကို ဖယောင်းတိုင်မီးဖြင့် အတွင်းမှ ဆေးရည်ဖြင့် ဆူလာသည်အထိ အပူပေးပါ။



ထို့နောက် အအေးခံထားလိုက်ပါ။ ဆီးထဲတွင် သကြားဓာတ် ပါမပါ အောက်ပါတို့ကို ကြည့်ခြင်းအားဖြင့် သိနိုင်ပါမည်။

- (၁) အအေးခံထားသောဆီးသည် အရောင်မပြောင်း မူလအတိုင်း ပြာလဲ့လဲ့အရောင် ရှိနေသည်ဆိုပါက ဆီးထဲတွင် သကြားဓာတ် လုံးဝမပါ။ ထို့ကြောင့် ဆီးချိုရောဂါမရှိဟု မှတ်ယူပါ။
- (၂) ဆီးသည် ပြာရာမှ စိမ်းလာသည်ဆိုပါက ဆီးထဲတွင် သကြား ဓာတ် အနည်းငယ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် ဆီးချိုနည်းနည်း ရှိလာပြီဟု မှတ်ယူပါ။
- (၃) ထို့ထက် သကြားဓာတ် ပိုများလာပါက ဆီးသည် စိမ်းရာမှ ဝါဖန့်ဖန့် ဖြစ်လာမည်။
- (၄) ထို့ထက် သကြားဓာတ် ပိုလာပါက ဝါဖန့်ဖန့်မှသည် အဝါရောင်သို့ ပြောင်းလာမည်။
- (၅) ထို့ထက်ပိုလာပါက အဝါရောင်မှသည် အညိုရောင်သို့ ပြောင်းလာမည်။
- (၆) ဆီးထဲတွင် သကြားဓာတ် အလွန်အကျွံများနေပါက ထိုချက် ထားသော ဆီး၏အရောင်သည် အုတ်နီရောင် ဖြစ်လာ တတ်ပါသည်။

အထက်ပါအတိုင်း ချက်ထားသောဆီး၏ အရောင်ကိုကြည့်၍ မိမိတွင် ဆီးချိုရောဂါ ရှိမရှိ အလွယ်တကူသိနိုင်ပါသောကြောင့် ကိုယ်တိုင် ဆီးချက်ကြည့်သောနည်းကို သုံးကြည့်ကြပါရန် အကြံပြု ပါသည်။

၆။ သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်နှင့် ဆီးချိုရောဂါ

ဆီးချိုရောဂါ ဝေဒနာသည်အတော်များများ ကျွန်တော်ထံသို့ အကုသခံရောက်လာတတ်ပါသည်။ ပထမသော် ကျွန်တော် ဖတ်ရှု လေ့လာခဲ့ဖူးသော အမြင်အကြား အတွေ့အကြုံတို့အရ ဆီးချိုရောဂါ သည် ကုသ၍ မပျောက်နိုင်သော ရောဂါဖြစ်သည်။

ဆီးချိုရောဂါကို ပျောက်ကင်းအောင် ကုသနိုင်သောဆေး မပေါ်သေးဟု သိထားပါသည်။

ထိုအသိအရ ကျွန်တော် ဆီးချိုရောဂါဝေဒနာသည်များကို ကုသရန်ဝန်လေးခဲ့ပါသည်။ မလွဲသာ၍ ကုသခဲ့ရသည်တိုင် သုတေသန သဘောသာ ထားရှိခဲ့ပါသည်။

ယခုအခါတွင်မူ ၁၀ နှစ်တာကာလဟူသော ကျွန်တော်၏ ဆေးကုသမှု အတွေ့အကြုံအရ သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်၏ အစွမ်း ထက်မြက်မှု

ဆီးချိုရောဂါ၏ သဘောသဘာဝနှင့် ဆီးချိုရောဂါတွက် ဆောင်ရန် ရှောင်ရန် စသည်တို့ကို ကျွန်တော် သိသင့်သလောက် သိရှိခဲ့ပြီဖြစ်ပါသည်။ (အနောက်တိုင်းဆေး လုံးဝမပါဘဲ) မြန်မာ တိုင်းရင်းဆေးသက်သက်ဖြင့်ပင် ဆီးချိုရောဂါ ဝေဒနာသည်များကို အခြားရောဂါဝေဒနာ မရှိသူများနည်းတူ သက်တမ်းစေ့နေနိုင်အောင် ထိန်းထားနိုင်စွမ်းရှိပြီဖြစ်ကြောင်း ရေးသားအပ်ပါသည်။

\*

သို့ပါ၍ သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်သည် သွေးတိုး၊ နှလုံးနှင့် လေငန်းရောဂါများကိုပါမက အောက်ဖော်ပြပါတို့ကိုပါ အံ့ဩစရာ ကောင်းလောက်အောင် ပျောက်ကင်းစေနိုင်ပါကြောင်းကို သိရှိနိုင်ပါရန် သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်၏ ထူးခြားသော စွမ်းရည်များ ခေါင်းစဉ်ဖြင့် ဤဆောင်းပါးကို ရေးသားတင်ပြပါသည်။

သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်၏ ထူးခြားသော စွမ်းရည်များ

သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်အစွမ်း အံ့မခန်းဖြစ်ပုံ။ သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့် စွမ်းရည်ကြောင့် ကျွန်တော်သာမန် ပညာရေးဝန်ထမ်းတစ်ဦး ဘဝမှ ရုတ်တရက် ချက်ချင်း နိုင်ငံတော် အသိအမှတ်ပြု တိုင်းရင်းသမားတော် ဖြစ်လာရပုံတို့နှင့်တကွ

သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်သည် သွေးတိုးနှလုံး၊ လေငန်းနှင့် လေးဘက်နာ ရောဂါများအပြင် အကြောနှင့်ပတ်သက်သော ရောဂါမှန်သမျှ တို့ကို အံ့ဩစရာကောင်းလောက်အောင် ပျောက်ကင်းသက်သာစေနိုင် ကြောင်း နက္ခတ္တရောင်ခြည်မဂ္ဂဇင်းတွင်လစဉ်ဆောင်းပါးများ ရေးသား ဖော်ပြခဲ့ပါသည်။

ယခင်လများတွင်ရေးသားခဲ့သော ဆောင်းပါးများတို့သည် သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်နှင့် လေငန်းရောဂါ၊ သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်နှင့် နှလုံးရောဂါ စသည်ဖြင့် ရောဂါတစ်ခုချင်းအလိုက် ခွဲခြားရေးသားခဲ့ရာ သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်သည် လေငန်းရောဂါ၊ နှလုံးရောဂါရှိသူတို့နှင့်သာ သက်ဆိုင်၍ အခြား အခြားသော အထွေထွေရောဂါ ဝေဒနာရှင်တို့နှင့် မသက်ဆိုင်သလို ဖြစ်နေပါသည်။

၁။ မှန်လျှင်မှန် မမှန်လျှင် လျှာထုတ်ပြမည်

ကျွန်တော်တို့ငယ်ရွယ်စဉ် မူလတန်းကျောင်းသား အရွယ် လောက်က စကားထာဝှက်သော မလေ့ကလေးတွေ အတော်ပင် ခေတ်စားခဲ့ပါသည်။ စကားထာဝှက်ရ၊ ဖော်ရသည်မှာ စိတ်ဝင်စားစရာ လည်းကောင်း၊ ပျော်စရာလည်းကောင်းလှပါသည်။

အထက်ဖော်ပြပါ မှန်လျှင်မှန်၊ မမှန်လျှင် လျှာထုတ်ပြမည် ဟူသောစကားစုကလေးသည် ကျွန်တော်တို့ငယ်စဉ်က ဝှက်ခဲ ဖော်ခဲ့ရဖူးသော စကားထာဝှက်ကလေးများအနက် တစ်ခုဖြစ်ပါ သည်။

အထက်ဖော်ပြပါ စကားထာဝှက် အဖြေမှာ 'ချိန်ခွင်'ဖြစ်ပါ သည်။ ချိန်ခွင်၏ သဘောသည် ချိန်တွယ်ခံ သားငါး စသည့်ပစ္စည်းနှင့် အလေးသည် အလေးချိန် ထပ်တူညီနေပါက ချိန်ခွင်၏ အလယ် တည့်တည့်တွင်ရှိ ချိန်ခွင်လျှာသည် မည်သည့်ဘက်သို့မျှ မထွက်ဘဲ အလယ်တည့်တည့်တွင်တည်နေကာ အလေးချိန်မမှန် တစ်ဖက်ဖက်မှ သာနေပါက ချိန်ခွင်လျှာသည် အပြင်သို့ ထွက်လာတတ်ပါသည်။

ဤသည်ကိုရည်ညွှန်း၍ မှန်လျှင်မှန်၊ မမှန်လျှင် လျှာထုတ်ပြ မည်ဟု ဆိုလိုခြင်းဖြစ်ပါသည်။

အလားတူပင် သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်သည် ချိန်ခွင်ကမမှန်လျှင် လျှာထုတ်ပြသကဲ့သို့ ၎င်းကလည်း လူတစ်ဦးတစ်ယောက် ကျန်းမာရေး ကောင်းမကောင်း၊ ချက်ချင်း သတ္တိပြတ်တတ်ပါသည်။

သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်၏ သတ္တိပြပုံမှာ လူတစ်ဦးတစ်ယောက် ၏ခြေကြား၊ လက်ကြားထဲသို့ သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်ကိုထည့်၍ ဖြည်းဖြည်းချင်းလှည့်ပေးပါလျှင် ရောဂါရှိသူဖြစ်ပါက နာကျင် တတ်၍ ရောဂါမရှိသူဖြစ်ပါက လုံးဝ မနာကျင်တတ်ပါ။

အကယ်၍ ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦး၏ ခြေကြားလက်ကြားထဲသို့ ဆေးတောင့်ထည့်၍ လှည့်လိုက်သောအခါ ခြေ ၁၀ ချောင်း၊ လက် ၁၀ ချောင်းအားလုံး အထိမခံနိုင်အောင် နာကျင်နေပါက ထိုသူမူမရ လေဖြတ်တော့မည် ဖြစ်ပါသည်။

ထိုသို့သော ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးကို ရေသုံးရက်မချိုးရန်နှင့် ကျွန်တော့်ထံ သုံးရက်ဆက်တိုက် မပျက်မကွက် ဆေးကုသခံ လာရောက်ရန် အလေးအနက် မှာလိုက်လေ့ရှိပါသည်။

တစ်ခါက ကျွန်တော် အတန်တန်ရေမချိုးရန် မှာကြား လျက်နှင့် ကျွန်တော့်စကားကို နားမထောင်ဘဲ ဇွတ်ရေချိုးလာသော ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးသည် ပထမနေ့ ကျွန်တော့်ထံလာစဉ်က ကိုယ်တိုင် လူကောင်းပကတိလို လမ်းလျှောက်လာနိုင်သော်လည်း နောက်တစ်နေ့ ရေချိုးပြီးသောအခါ ကိုယ်တစ်ခြမ်း လေဖြတ်သွားသဖြင့် လုံးဝ လမ်းမလျှောက်နိုင်တော့ဘဲ ကားပေါ်မှ လူလေးယောက် သယ်ခဲ့ လာရဖူးပါသည်။

သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်၏ သတိပေးမှုကို မယုံမရှိပါလေနှင့် မမှန်လျှင် ချိန်ခွင်က လျှာထုတ်ပြသလို သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်ကလည်း

ဆင် မကျန်းမာပါဘူး။ သတိထားဟု ပြောပြနေပါလိမ့်မည်။ မယုံ လျှင် လာရောက်စမ်းသပ်နိုင်ပါသည်။

၂။ မလှုပ်သောခြေ လှုပ်လာမည်

လေဖြတ်ထား၍ လုံးဝလှုပ်ရှား၍ မရတော့သော ခြေထောက် ၏ သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်သည် တစ်ခါတစ်ရံ မိနစ်ပိုင်းအတွင်း၌ပင် လှုပ်ရှားလာအောင် ပြုလုပ်နိုင်စွမ်းရှိ၍ များသောအားဖြင့် သုံးရက်ထက် ပိုသော ကာလအတွင်း လှုပ်ရှားလာအောင် ပြုလုပ်နိုင်စွမ်းရှိပါသည်။

ကျွန်တော့်ဆေးခန်းတွင် အခြားလူနာများလည်း ရှိနေခိုက် ၏ကဲ့သို့သော လေဖြတ်ထားသဖြင့် ခြေလှုပ်မရသောလူနာ ရောက်ရှိ ခဲ့သောအခါနှင့် ကြိုကြိုက်ပါက အခြားလူနာများလည်း သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့် ၏အစွမ်းထက်ပုံကို မျက်ဝါးတင်ထင် မြင်တွေ့ဖူးလေအောင် လူနာ၏ ခြေချောင်းကလေးများကြားတွင် ဆေးတောင့်ကိုထည့်ကာ ခြေထောက် ခြေချင်း လှည့်ပေးခြင်းဖြင့် ချက်ချင်း ခြေတောက်လှုပ်လာ အောင် ဆောင်ရွက်ပြလေ့ရှိပါသည်။

၃။ ကွေးသောလက်ဆန့်လာမည်

အချို့ လေဖြတ်ထားသူတို့၏ လက်တစ်ဖက်မှ လက်ချောင်း အလေးများတို့သည် လုံးဝ ဖြန့်မရတော့ဘဲ အချို့လနနှင့်ချီ၍၊ အချို့ နှင့်ချီ၍ ကုပ်ကွေးနေတတ်ပါသည်။ လက်ဖြင့်ဆွဲဆန့်သော်လည်း မရတတ်ပါ။

ဤသို့သော ဝေဒနာရှင်မျိုး ကျွန်တော့် ဆေးခန်းသို့ ရောက်ရှိလာပါက ဝေဒနာရှင်လူနာနှင့်တကွ အခြားဆေးခန်း ရောက် လူနာများပါ သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်၏ အစွမ်းသတ္တိကို

မျက်ဝါးထင်ထင် မြင်တွေ့နိုင်စေရန် လှုပ်မရသော ခြေထောက်ကို လှုပ်လာအောင် ဆောင်ရွက်ပြသကဲ့သို့

ဆန်မရသော လက်ချောင်းကလေးများကြားတွင် ဆေးတောင့်ကို ညှပ်၍ ဖြည်းဖြည်းချင်းလှည့်ပေးခြင်းအားဖြင့် ချက်ချင်း ဆန်ထူသည်ကို မြင်တွေ့စေနိုင်ခဲ့သည်မှာ ကြိမ်ဖန်များစွာ ရှိခဲ့ပြီဖြစ်ပါသည်။

သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်သည် လေဖြတ်ထားသဖြင့် ကွေးကုန်နေသော လက်တို့ကို ချက်ချင်းဆန်လာအောင် ဆောင်ရွက်နိုင်စွမ်း ရှိပါသည်။

၄။ ချွေးထွက်သောချွေးထွက်လာမည်

အချို့ ချွေးအလွန်ခြောက်တတ်ပါသည်။ ယခုလို ဆောင်းတွင် အခါမျိုးတွင် ခြေသလုံးကို လက်သည်းဖြင့် ခြစ်ကြည့်လိုက်ပါလျှင် လက်ချောင်းရာ ဖြူဖြူဖွေးဖွေး အစင်းကြီးများပင် ခြေသလုံးပေါ်တွင် ထင်ကျန်ရစ်အောင် ချွေးခြောက်တတ်ပါသည်။

ထိုပုဂ္ဂိုလ်မျိုးကို သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်ဖြင့် လှည့်လှည့် အချို့ ချက်ချင်း ချွေးထွက်လာတတ်ကြ၍ အချို့ သုံးရက်အကြာတွင် ချွေးသာမက ဘယ်တုန်းကမှ ထွက်လေ့ ထွက်သမရှိခဲ့သော လက်ဆီ၊ ခြေဆီများပင် ထွက်လာတတ်ပါသည်။

ချွေးထွက်မှုမှန်စေရန် ဆေးတောင့်ဖြင့် လှည့်ပြီးသည်နောက် ဧယုသိဒ္ဓိ လိမ်းဆေးကို လိမ်းပေးပါက ချွေးထွက်မှုန်လာစေကာ ချွေးကလေး တစ်စုံဖြင့် အသားအရေများပါ စိုပြည်လာစေပါလိမ့်မည်။

၅။ ခြေလက်အေးသူ နွေးလာစေမည်

ခြေဖျား၊ လက်ဖျား အစဉ်အားနေသူသည် ဘယ်သောအခါတွင်မျှ မကျန်းမာနိုင်ပါ။ လူတစ်ယောက်အား ကျန်းမာမှု ရှိမရှိ ဆက်ဖျားခြေဖျားများကို စမ်းကြည့်ရုံဖြင့် သိနိုင်ပါသည်။ ကျန်းမာသူတို့၏ လက်ဖျား ခြေဖျားနှင့်တကွ လက်ဖဝါးတို့သည် နွေးထွေးမှုရှိ၍ နူးညံ့ပျော့ပျောင်းနေတတ်ပါသည်။

ကြမ်းတမ်းတမ်း ရှုတတ အထိအထွေ့မျိုး မရှိတတ်ပါ။ ခြေဖျား လက်ဖျား အစဉ်အားနေသူတို့၏ လက်ဖဝါး ခြေဖဝါးတို့သည် နူးညံ့ပျော့ပျောင်းမှုမရှိဘဲ ကြမ်းတမ်းတမ်း ရှုတတ ရှိတတ်ကြပါသည်။

ခြေဖျားလက်ဖျား အစဉ်အားနေသူသည် အစာမကြေဖြစ်မည်။ အစာမကြေလျှင် ဇက်ကြောတက်ကာ အိပ်မပျော်ဖြစ်မည်။ အိပ်မပျော်သူသည် စားမဝင်ဖြစ်တော့မည်မှာ သေချာပေသည်။ စားမဝင်က အထွေထွေရောဂါတွေ ဝင်လာပေတော့မည်။ ထို့ကြောင့် အထွေထွေရောဂါအစ ခြေလက်အေးခြင်းကဟူ၍ ဆိုနိုင်ပါသည်။

အဆိုပါ အေးနေသော ခြေ၊ လက်တို့ကို သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်သည် အလွန်ဆုံး ခုနစ်ရက် တစ်ပတ်အတွင်း နွေးလာအောင် ဆောင်ရွက်နိုင်စွမ်းရှိပါသည်။

၆။ ဇက်ကြောတက်တာလောက်တော့ ယူပစ်သလိုပျောက်မည်

အချို့ ဇက်ကြောတက်လိုက်တာ နင်းပါဦး၊ နိပ်ပါဦးနှင့် ညည်းတွားပြောဆိုသူများကို မကြာခဏကြားရတတ်ပါသည်။ အချို့ ဇက်ကြောတက်လွန်းသူများမှာ ထိလျှင် အလွန်နာတတ်သည်။



လည်ပင်းနှင့် ပခုံးကြားရှိ ဇက်ကြောကို တံတောင်ဆစ် ချွန်ချွန်ဖြင့် တအားနှိပ်သည်တိုင် နည်းနည်းကလေးမှ မဖြုတ် ခံနိုင်ကြသည်ကို အံ့ဩဖွယ်ကြုံရဖူးပါသည်။

ဤသို့သော အဖြစ်မျိုးသည် အမျိုးသားများထက် အမျိုးသမီး များတွင် ပိုမိုဖြစ်တတ်ကြ၍ အလွန်အခဲခက်အလုပ်ပျက်သော ဝေဒနာတစ်မျိုးဖြစ်သည်ဟု ဆိုကြပါသည်။

ဇက်ကြောတက်သူများအတွက် သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်သည် တကယ့်ပျောက်စေဆေးပင် ခေါ်နိုင်လောက်သည် ထင်ပါသည်။ ကျွန်တော်ဆိုလျှင် သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်ကို နှစ်နှင့်ချီ၍ နေ့စဉ်နာရီပေါင်း များစွာ ကိုင်တွယ်ကုသနေ၍ ထင်ပါသည်။ ယနေ့အထိ မည်သို့ ကြာအောင် ထိုင်ရသည်ဖြစ်စေ၊ ညောင်းခြင်း၊ ညာခြင်း၊ ဇက်ကြော တက်ခြင်း မဖြစ်ဖူးသေးပါ။

ကျွန်တော်လေ့လာရရှိသလောက် ဇက်ကြောတက်လူနာ ၁၀၀ တွင် ၉၀ ကျော်သော ဝေဒနာရှင်တို့မှာ သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်ဖြင့် သုံးရက်ခန့်လျှင်လျှင်ပင် ယူပစ်သလို ပျောက်တတ်ကြပါသည်။

၇။ အကိုက်အခဲပျောက်လိုသော်

အကိုက်အခဲဖြစ်သော် 'အနာဂျက်ဆင်'သောက်၊ ပျောက်စေ ဆိုရလောက်အောင် အနာဂျက်ဆင် အကိုက်အခဲ ပျောက်ဆေးသည် အစွမ်းထက်လှပါသည်။

သို့သော် အနာဂျက်ဆင်ကို သောက်ပါများသော် အကိုက် အခဲ ရောဂါထက်ပို၍ဆိုးသော နှလုံးတုန် ရင်ခုန်ရောဂါ နှလုံးအားနည်းသောရောဂါနှင့် အစာအိမ်မှ သွေးယိုသောရောဂါ

စသည့် အသက်ကိုပင် ရန်ရှာနိုင်သောရောဂါများကို ဖြစ်ပေါ် လာစေနိုင်ပါသည်။

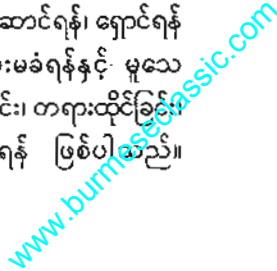
သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်သည် အကိုက်အခဲ ဖြစ်သူများအတွက် (Side Affacts) ခေါ် အခြား ဘေးပန်း အန္တရာယ်တွေ မဖြစ်စေဘဲ အကိုက်အခဲကို အံ့ဩဖွယ်ကောင်းလောက်အောင် ပျောက်စေနိုင်သည့် သတ္တိရှိသော ဆေးတောင့်ဖြစ်ပါသည်။

၈။ ထုံနာ ကျဉ်နာ ပျောက်ကင်းသက်သာ

အကိုက်အခဲ ဝေဒနာကို ကုရခြင်းထက် ထုံနာကျဉ်နာကို ကုရခြင်းက ပိုမိုခက်ခဲတတ်၍ ပို၍လည်း အချိန်ယူရတတ်ပါသည်။ ထုံကျဉ်ခြင်း၏ သဘောသည် သွေးလေကောင်းစွာလှည့်ပတ်မှု မရှိခြင်း ၏ သဘောပင်ဖြစ်ပေရာ သွေးလေ လှည့်ပတ်မှုကို မှန်ကန်အောင် ဖွင့်ပေးနိုင်စွမ်းရှိသော သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်သည် ထုံကျဉ်မှုဝေဒနာ ခံစားနေရသူများအတွက် 'ဩသဓ' ဆေးတစ်လက်ပင် ဖြစ်ပါသည်။

မှန်ပါသည်။ သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်သည် အထက်၌ ဖော်ပြခဲ့သည့် အတိုင်း ချွေးမထွက်သူကို ချွေးထွက်လာအောင်၊ ခြေလက်အေးနေ သူတို့ကို နွေးလာအောင် ဆောင်ရွက်နိုင်စွမ်းရှိသကဲ့သို့ ထုံနာ၊ ကျဉ်နာရှိနေသူတို့အားလည်း ပျောက်ကင်းသက်သာစေနိုင်ခဲ့သည်မှာ သာဓကများစွာ ရှိခဲ့ပြီ ဖြစ်ပါသည်။

ထုံကျဉ်နာစွဲနေသူတို့အတွက် အဓိက ဆောင်ရန်၊ ရှောင်ရန် တို့မှာ ဆီး၊ ဝမ်း၊ လေမှန်စေရန် အအေးမခံရန်နှင့် မူသေ တစ်ပုံတည်းဖြင့် ကြာရှည်စွာအလုပ်လုပ်ခြင်း၊ တရားထိုင်ခြင်း၊ စသည့်အမှုတို့ကို သတိပြု ရှောင်ကြဉ်ရန် ဖြစ်ပါသည်။



တရားထိုင်လိုပါက လှုပ်ရှားအနေအထားဖြင့် ဣရိယာပုတ်မျှတအောင် ထိုင်တတ်ကြရန် ဖြစ်ပါသည်။

၉။ လက်ကပ် ခြေကပ်ဖြစ်သော်

ဤဝေဒနာမျိုးသည် ဘေးလူအမြင်ဖြင့် ကြည့်သော် သက်သက်သာသာကလေးဖြစ်နေသော ရောဂါတစ်မျိုးဟု ထင်ရသော်လည်း ခံရသူအဖို့ လုံ့လည်ဝတ်မရ၊ အင်္ကျီချွတ်မရ၊ ခေါင်းဖြီးမရ၊ လက်နောက်ပစ်၍ ယားတာကလေးကိုမှ ကုတ်လိုမရ ဖြစ်တတ်သည့်အပြင် တစ်ခါတစ်ရံ အဆင်မသင့်ပါက ပခုံးကြွက်သားအတွင်းမှ အတော်အခံရခက်အောင် နာကျင်တတ်သော ဝေဒနာတစ်မျိုးဖြစ်ပါသည်။

ယင်းဝေဒနာမျိုးကိုလည်း သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်သည် စောလျင်စွာ ပျောက်ကင်းသက်သာအောင် ကုသနိုင်စွမ်းရှိပါသည်။

၁၉၈၆ ခုနှစ်၊ ဧပြီလလယ်လောက်က စာရေးသူပြည်မြို့သို့ ရောက်ရှိခိုက် လနှင့်ချီ၍ လက်မြောက်မရ ဖြစ်နေသော ဝေဒနာရှင်တစ်ဦးကို လူများရှေ့မှောက်၌ (Demonstration) သရုပ်ပြသဘောမျိုးဖြင့် ၁၅ မိနစ်ခန့်အတွင်း ပျောက်ကင်းအောင် ကုသပြခဲ့ဖူးပါသည်။

ဤအကြောင်းကို နက္ခတ္တရောင်ခြည် မဂ္ဂဇင်းတွင် ကျွန်တော်ရေးသားခဲ့ဖူးသလို ခြေထောက်ကပ် ၍ ခြေဖျားထောက်မရပါသဖြင့် အနောက်တိုင်းယဉ်ကျေးမှုအရ ခြေက ကလိုပါလျက် မကနိုင်ရှာသော ဆွစ်ဇာလန်နိုင်ငံသူ ပျိုဖြူတစ်ဦးကို ဆွစ်ဇာလန်နိုင်ငံသို့ ကျွန်တော်တို့ ရောက်ရှိခိုက် တာဝန်ရှိ ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးများ ရှေ့မှောက်တွင် နာရီပတ်ခန့်

အတွင်း ခြေဖျားထောက်၍ ကနိုင်အောင် ကျွန်တော် ကုသပြခဲ့ဖူးပါသည်။

အတိုချုပ်၍ ဆိုရပါသော် ဤသို့သော လက်ကပ်၊ ခြေကပ် ဝေဒနာမျိုးကို သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်ဖြင့် ကျကျနန စိတ်တိုင်းကျ ကုသခွင့်သာရခဲ့ပါလျှင် ရက်ပိုင်းအတွင်း ပျောက်ကင်းနိုင်ပါသည်ဟု ရေးသားလိုပါသည်။

၁၀။ နှာပိတ်နေသူများအတွက်

ဤဝေဒနာမျိုး ခံစားနေရသူအတော်များများ ကျွန်တော်ထံ လာဖူးကြပါသည်။ နှာပိတ်ဝေဒနာတွင် အချို့မှာ တစ်ဖက်သာပိတ်၍ တစ်ဖက်ပွင့်ပြီး အချို့မှာ နှစ်ဖက်စလုံး ပိတ်နေသည့်အပြင် ပွင့်လာသည့်တိုင် ဘာနဲ့မှမရသူများ ရှိတတ်ပါသည်။

နှာပိတ်ခြင်းသည် အခြားအကြောင်းအမျိုးမျိုးကြောင့်လည်း ဖြစ်တတ် ဖြစ်နိုင်သော်လည်း အဓိကအကြောင်းတစ်ရပ်မှာ ငယ်ထိပ်ကို ရံခါအအေးခံခြင်း၊ ရံခါအပူခံခြင်း၊ နေပူထဲတွင်တစ်နေ့လုံးနေပြီး အိမ်ရောက်သည်နှင့်တစ်ပြိုင်နက် အချို့ရေချိုးခြင်း၊ အချို့ ခြေဆေးခြင်း စသည်တို့ကြောင့် အဖြစ်များသည်ကို တွေ့ရပါသည်။

ထိုပုဂ္ဂိုလ်မျိုးသည် တစ်ခါတစ်ရံ နှာပိတ်ရုံသာမက နံနက်မိုးလင်းသည်နှင့်တစ်ပြိုင်နက် အတောမသတ်အောင် ကြိမ်ဖန်များစွာ နှာချေတတ်ပါသည်။ အချို့မှာ နှာချေလွန်းသဖြင့် နှာရည်များသာမက နှာခေါင်းတွင်းမှ သွေးများပင် ယိုစီးကျလာတတ်ပါသည်။

ဤသို့သော ဝေဒနာရှင်များအတွက်လည်း သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်သည် ထိရောက်အောင် ကူညီနိုင်စွမ်းရှိပါသည်။ နှာပိတ်၊ နှာချေဝေဒနာကို ဆောလျင်စွာပျောက်ကင်းသက်သာစေရန် သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်၏ အရံအင်အားအဖြစ် ဇေယျသိဒ္ဓိလိမ်းဆေးကို ငယ်ထိပ်၊ နှာခေါင်းရိုးတစ်လျှောက်နှင့် ခြေထောက်တို့ကို ပိုင်နိုင်စွာ လိမ်းပေးခြင်းဖြင့် နှာပိတ်နှာချေဝေဒနာ စောလျင်စွာ ပျောက်ကင်းစေပါသည်။

၁၁။ ခေါင်းတစ်ခြမ်းကိုက်ဝေဒနာခံစားရပါသော်

အချို့တစ်ခေါင်းလုံး ကိုက်ခွဲခြင်း မဟုတ်မှဘဲ ခေါင်းတစ်ခြမ်းတည်းသာပိုင်း၍ မခံချိမခံသာဖြစ်အောင် ကိုက်နေတတ်ပါသည်။

ကိုက်ခဲလွန်းအားကြီးသော် ကိုက်ခဲသောခေါင်းတစ်ခြမ်းကို မိမိလက်ဝါးကလေးဖြင့် သာသာကလေး ဖိကြည့်လျှင် အသားတွေက နာနေတတ်ပါသည်။

ထိုအချိန်မျိုးတွင်ထိုကိုက်နေသော ဦးခေါင်းတစ်ဖက်ခြမ်းကို လေအေးမမိအောင် သတိပြုဖို့လိုပါသည်။

အကယ်၍ လေအေးကြာရှည်စွာ အတိုက်ခံခြင်း၊ ပန်ကာလေခံမိခြင်း၊ ရေချိုးခြင်းစသည် တစ်ခုခုပြုမိပါက ထိုတစ်ဖက်ခြမ်းလေဖြန်း၍ အချို့ ပါးတစ်ခြမ်းရွံ့ကာ မျက်စိတစ်ဖက်စွေသွားတတ်ခြင်း၊ အချို့မျက်စိ ပြူးထွက်လာကာ မျက်စိပိတ်မရတော့ခြင်း၊ အချို့ပါးစပ် ပိတ်မရတော့ဘဲ ပါးစပ်မှ သွားရေများ တဖြားဖြား ကျနေတတ်ခြင်း။

ရယ်လိုက်သောအခါ ကြည့်ရှုမကောင်းလောက်အောင် ပါးတစ်ခြမ်းက အပေါ်သို့ရွံ့တက်သွားတတ်လျက် သွားများအဖွေးသားပေါ်နေခြင်း စသည်တို့ဖြစ်တတ်ပါသည်။

ထိုသို့သောဝေဒနာမျိုးကို သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်ဖြင့်သာ ကြိုတင်ကုသခွင့် ရခဲ့ပါလျှင် မျက်နှာတစ်ခြမ်းလေဖြန်းခြင်း၊ မျက်စိစွေခြင်း၊ ပါးရွံ့ခြင်း၊ ပါးစပ်ပိတ်မရတော့ခြင်းစသော ဝေဒနာများ ဖြစ်ပေါ်လာတော့မည် မဟုတ်ပါ။

အကယ်၍ မျက်နှာတစ်ခြမ်းလေဖြန်းပြီး မျက်စိစွေသွားမှ၊ ပါးရွံ့သွားမှ၊ ပါးစပ်ပိတ်မရတော့မှ၊ ရောက်လာပါလျှင်မူ ဥုံဖွမန်း၍ မရတော့ပါ။ သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်ကို ဇေယျသိဒ္ဓိလိမ်းဆေး အကူပေး၍ ကုသသည်တိုင်အောင် အနည်းဆုံး တစ်လလောက်ကြာအောင် ကုသမှ ပျောက်တတ်ပါတော့သည်။

ခေါင်းတစ်ခြမ်းကိုက်ဝေဒနာကို ပေါ့ပေါ့ကလေးဟု မယူဆကြပါရန် သတိပေးပါသည်။

၁၂။ စကားပြောမပီသသူပြန်၍ ပီသလာမည်။

စကားမပြောနိုင်သူ ပြန်ပြောလာမည်

အချို့ လေဖြတ်သဖြင့် ကိုယ်တစ်ခြမ်းသေသွားသူ အများအပြား ရှိပါသည်။ လေဖြတ်ချက် ပြင်းထန်လွန်းပါလျှင် ထိုမှာဘက်ခြမ်းက ပခုံးဆစ်သည် အချို့ တစ်လက်မ၊ တစ်လက်မခွဲခန့်အထိ ပြုတ်ကျ နိမ့်ဆင်းသွားတတ်ကြ၍ တင်ပါးဆုံသည်လည်း ခွက်ဝင် နိမ့်ဆင်းသွားတတ်သည့်အပြင် အချို့ လုံးဝစကားမပြောနိုင်ကြတော့ဘဲ အချို့မှာမူ မပီမသဖြင့် ဝူးဝူးဝါးဝါးသာ ပြောနိုင်ကြတော့ပါသည်။

အချို့မှာမူ မှတ်ဉာဏ်ကိုပါ ထိခိုက်သွားစေကာ မေးလျှင် အကြောင်သား ငေးကြည့်နေတတ်ကြပါသည်။

မေးပါများသော်လည်း မပြောသဖြင့် ထပ်ကာ ထပ်ကာ မေးပါလျှင် ဝေဒနာရှင်မှာ သူနားစဖွယ် မျက်ရည်တွေတွေ ကျဆင်းကာ ရှိုက်၍ ရှိုက်၍ ငိုတတ်သည်မှအပ ဘာမျှ မပြောနိုင်ကြတော့ပါ။

အချို့များဆိုလျှင် မိမိအမည်၊ မိမိသားသမီး၊ ဇနီး၊ ခင်ပွန်း အမည်တို့ကိုပင်လျှင် မမှတ်မိကြတော့သည်အထိ မှတ်ဉာဏ်ကို ထိခိုက်သွားတတ်ကြသည်မှာ သေသည်အထိ ဖြစ်ပါတော့သည်။ ကြောက်စရာ လေငန်းရောဂါ၏လက်ချက် ဖြစ်ပါသည်။

လေဖြတ်သဖြင့် စကားမပြောနိုင်တော့သူအချို့ စကားပြောရာတွင် ရူးဝူးဝါးဝါးဖြင့် မပီမသဖြစ်နေသူ၊ မှတ်ဉာဏ်ထိခိုက်သွားသူ အတော်များများကို သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်ကို အမာခံထားလျက် သောက်ဆေး၊ လိမ်းဆေးများပေးကာ ကျွန်တော်ကုသခဲ့ဖူးပါသည်။

အလွန်ဆိုးဆိုးရွားရွား လေဖြတ်မှုဝေဒနာကို ခံစားနေရသူ ဝေဒနာရှင် အချို့မှအပ အတော်များများ အချို့စကား ပြန်ပြောလာနိုင်ကြ၍ အချို့ စကားပြောမပီမသဖြစ်ရာမှ စကားပြော ပီသလာသည်ကို တွေ့ရပါသည်။

ဤအတွေ့အကြုံကို အခြေခံလျက် နိုင်ငံခြားတိုင်းပြည်ကြီး တစ်ပြည်မှ ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးတစ်ဦး၏ ဇနီး စကားမပြောနိုင်တော့သည်ကို သွားရောက် ကုသရန် စာရေးသူအား ယူခဲ့ဖူးပါသည်။

အချို့ဝေဒနာရှင်များမှာမူ လေဖြတ်မှုဒဏ် ပြင်းထန်စွာ ခံစားရလွန်းသဖြင့် စကားလုံးဝ မပြောနိုင်တော့သည်မှာ သေသည်အထိ ဖြစ်ပါတော့သည်။ ကျွန်တော်မည်မျှ ကြိုးစား ကုသသော်လည်း စကားလုံးဝ ပြန်ပြောမလာကြတော့ပါ။

၁၃။ နှလုံးရောဂါနှင့် သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်

နှလုံးရောဂါသည် ကမ္ဘာပေါ်တွင် ဖြစ်ပွားမှုနှုန်း အများဆုံးနှင့် သေပျောက်မှုနှုန်း အမြင့်မားဆုံး ရောဂါတစ်ခုဖြစ်ကြောင်း ကျွန်တော် ရေးသားခဲ့ဖူးပါသည်။

နှလုံးရောဂါတွင် အများအားဖြင့် နှလုံးသွေးကြောကျဉ်း ရောဂါနှင့် နှလုံးသွေးကြောပိတ်ရောဂါဟူ၍ နှစ်မျိုးရှိရာ ကျဉ်းနေသော သွေးကြောတို့ကို ကျယ်လာအောင် ချဲ့ပေးနိုင်စွမ်းရှိ၍ ပိတ်နေသော သွေးကြောတို့ကို ပွင့်ပေးနိုင်စွမ်းရှိသော သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်နှင့် အံဝင်ခွင်ကျဖြစ်နေပေသည်။

သို့ပါ၍ နှလုံးရောဂါသည် ကြောက်စရာ ရောဂါဆိုးကြီး ဖြစ်သော်လည်း ကျွန်တော် နှလုံးရောဂါကို တာဝန်ယူကုသရမည်ကို မကြောက်လှပါ။ ကျွန်တော် ကုသသဖြင့် နှလုံးရောဂါဝေဒနာ ပျောက်ကင်းကြသူ ကျွန်တော့် ဆေးကုသသက် ၁၀ နှစ်တာကာလ အတွင်း ထောင်ချီပင် ရှိနေပြီဖြစ်ပါသည်။

ထိုပျောက်ကင်းသက်သာလာကြသူများထဲတွင် နှလုံးရောဂါကို ပြင်းထန်စွာ ခံစားနေရသဖြင့် ခွဲစိတ်ကုသခံမှ သက်သာရာရတော့မည့် အခြေအနေတွင်ရှိ၍ ခွဲစိတ်ကုသမှု မခံဝံ့ကြသော လူနာများလည်း ပါဝင်ကြပါသည်။

ထို့ကြောင့် သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်သည် နှလုံးရောဂါကို အမှန်ပင် ပျောက်ကင်းအောင် ကုသနိုင်စွမ်းရှိကြောင်း ကျွန်တော် ရဲဝံ့စွာဆိုပါ သည်။



၁၄။ ကြောက်စရာသွေးကြောပိတ်ရောဂါ အချိန်သာမီပါစေ

သွေးကြောပိတ်ရောဂါသည် အချိန်မီ ကုသမှုမပြုပါက တစ်စတစ်စနှင့် ခြေတစ်ချောင်းလုံး ပုပ်လာတတ်သဖြင့် ပထမတွင် ခြေကျင်းဝတ်မှာ ဖြတ်ပစ်ရတတ်ပါသည်။

ခြေကျင်းဝတ်မှ ဖြတ်ရမည်ကို ကြောက်နေ၍ဖြစ်စေ၊ တစ်စုံတစ်ခုသော အကြောင်းကြောင့်ဖြစ်စေ၊ နှောင့်နှေးကြန့်ကြာနေပါက ခြေကျင်းဝတ်အထက်ထိတက်၍ ပုပ်လာတတ် သောကြောင့် ဒူးဆစ်နားမှကပ်၍ ဖြတ်ရတတ်ပါသည်။ အဆိုပါ ဝေဒနာရှင်တွင် ဆီးချိုရောဂါလည်းရှိ၍ အစားအသောက်လည်း မဆင်ခြင်ပါက ဖြတ်ထားသောအနာမှာ မကျက်တော့ပါ။

ဤတွင်တစ်စပြီးတစ်စ အထက်သို့ တက်၍တက်၍ ပုပ်လာရာမှသည် နောက်ဆုံး ပေါင်ရင်းမှ ဖြတ်ပြီးသောအခါ ကွယ်လွန်ကြရသည်သာ များပါသည်။

မရှိတာထက် မသိတာခက်ဟူသော စကားအတိုင်း အချို့မှာ မိမိတွင် သွေးကြောပိတ်ရောဂါဖြစ်နေ၍ ဖြစ်မှန်းမသိသဖြင့် အချိန်မီ ကျွမ်းကျင်သူ သမားတော်များထံ သွားရောက်ပြသမှုမပြုဘဲ ဆေးဖြိုးတိုများဖြင့်သာ ကုသနေကြသဖြင့် ခြေတောက်မဖြတ်သင့်ဘဲ ဖြတ်ရ၊ မသေသင့်ဘဲ သေကြရသူတွေ ရှိပါသည်။

သွေးကြောပိတ်ရောဂါသည် ကြောက်စရာကောင်းလှသော်လည်း ကျွန်တော်ထံ အချိန်မီသာရောက်ပါစေ၊ သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်၏ အစွမ်းဖြင့် ကျွန်တော်ကယ်တင်နိုင်စွမ်း ရှိလိမ့်မည်ဟု ယုံကြည်ထားပါသည်။

၁၅။ တက်တတ်သောဝေဒနာသည်များ ပျောက်ကင်းကြသည်

ကုသရာတွင် ကျွန်တော် အထူးပီတိဖြစ်ရသော ဝေဒနာတစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။ လက်ကပ်ခြေကပ်ရောဂါ၊ ဇက်ကြောတက်ရောဂါ၊ သွေးတိုးရောဂါ စသည်တို့က ဝေဒနာခံစားနေရသူ ကာယကံရှင်တို့ကသာ မည်မျှခံစားနေရသည်ကို သိနိုင်ကြ၍ ဘေးလူများက မသိနိုင်ကြပါ။

ကာယကံရှင်တို့က မိမိ၏ ဝေဒနာခံစားနေရမှု မည်သို့ရှိသည်ကို ပြောပြမှသာ ဘေးလူများက သိနိုင်ကြပါသည်။ တက်တတ်သော ဝေဒနာမှာ ထိုသို့မဟုတ်မူဘဲ အချိန်မရွေး၊ နေရာမရွေး လူပုံအလယ်တွင် ပင်ပန်းကြီးစွာ တစ္ဆိုးတက်နေလိုက်သည်မှာ သနားစရာလည်းကောင်း၊ စိတ်မချမ်းမြေ့စရာလည်း ကောင်းလှသော မြင်ကွင်းတစ်ရပ် ဖြစ်ပါသည်။

ထိုကဲ့သို့သော ဝေဒနာရှင်များကို မိမိတာဝန်ယူကုသလိုက်ရာ နောက်ထပ် မတက်တော့ပါ။ ဆရာဆီက ပြန်သွားကတည်းက ကောင်းသွားလိုက်တာ ယနေ့အထိပါပဲဟူသော သတင်းစကားကို ကြားလိုက်ရသည်မှာ မည်မျှ ပီတိဖြစ်စရာ ကောင်းလိုက်ပါသနည်း။

တက်တတ်သောရောဂါများနှင့်လည်း သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်သည် ကံစပ်သည်ဟု ဆိုရမည်ထင်ပါသည်။ လူတစ်ရာတွင် ၈၀ ရာနှုန်းလောက် ပျောက်ကင်းသက်သာကြပါသည်။

၁၆။ ပါကင်စန်ခေါ် အာရုံကြောရောဂါ

အဆိုပါရောဂါဝေဒနာ ခံစားနေရသူအချို့ ကျွန်တော်၏ ကုသမှုကိုခံယူရန် ကျွန်တော်ထံ ရောက်လာတတ်ပါသည်။ ရာနှုန်းအားဖြင့် အဖြစ်နည်းသောရောဂါဖြစ်၍ လူသိနည်းလှပါသည်။

ကျွန်တော့်အဖို့မှာမူ ဤရောဂါအကြောင်းကို သိရှိလေ့လာထားဖူး၍ ကိုယ်တိုင်လည်း ကုသမှု အတွေ့အကြုံရှိထားသူဖြစ်၍ ဤရောဂါ ဝေဒနာရှင်များကိုတွေ့ရတိုင်း အလွန်စိတ်မောရပါသည်။

ခင်ဗျား ရောဂါမျိုးဟာ ပျောက်အောင် ကုလိုရတဲ့ရောဂါ မဟုတ်ဘူးဗျ ဟူ၍လည်း ပြောမထွက်ရက်သလို ကျွန်တော့်အပေါ် အားကိုးတကြီး အထင်ကြီးတစ်ခွဲသားဖြင့် အချိန်ကုန်၊ ငွေကုန်၊ လူပန်းခံ၍ ကုသမှုခံနေသည်ကိုလည်း ကျွန်တော် မကြည့်ရက်ပါ။

ထိုဝေဒနာရှင်များအတွက် ကျွန်တော် ပွင့်လင်းစွာပင် ဝန်ခံပါရစေ။ ကျွန်တော် ထိုရောဂါမျိုးကို သက်သာအောင် လောက်သာ ကုနိုင်ပါသည်။ ကျွန်တော်ကုလို ရှင်းရှင်းပျောက် သွားတာ မတွေ့ရသေးပါဟူ၍

၁၇။ အရိုးကျိုးပေါင်းတက်ရောဂါ

အတော်အခံရခက်သော ဝေဒနာတစ်မျိုးဖြစ်၍ ကုသရာတွင် လည်း ခက်ခဲတတ်ပါသည်။ ကုပ်ရိုး ကျိုးပေါင်းတက်ခဲ့ပါလျှင် ဦးခေါင်းပင်လျှင် ဟိုဘက် ဒီဘက်လှည့်၍ မရတတ်ပါ။ ကိုကိုခဲမှု သက်သာစေရန် လည်ပင်းတွင် လည်ဆစ်ရိုးထောက် ကော်လာကြိုးများ တပ်ထားရတတ်ပါသည်။

အဆိုပါ ဝေဒနာမျိုးကို အခံရခက်၍ လည်းကောင်း၊ ပျောက်ချင်စောဖြင့်လည်းကောင်း၊ ခွဲစိတ်ကုသမှု မပြုသင့်ပါ။ ခွဲစိတ်မှု မအောင်မြင်လျှင် အောက်ပိုင်းသေသွားတတ်ပါသည်။ အဆိုပါ ဝေဒနာမျိုးကို ကျွန်တော် သက်သာအောင်တော့

ကုနိုင်သည်။ ရှင်ရှင်းပျောက်အောင်တော့ မကုနိုင်ပါဟု ရိုးသားစွာ ဝန်ခံ၍ ကုသပေးခဲ့တတ်ပါသည်။

သို့သော် ယခုအခါ ကုသခံဝေဒနာရှင်အချို့တို့က ကျွန်တော် ၏ ကုသပေးမှုကြောင့် သူတို့ဝေဒနာ ရှင်းရှင်းပျောက်ကြသည်ဟု ဝမ်းသာအားရ လာရောက်ပြောပြကြသဖြင့် ကျွန်တော် ဝမ်းသာပီတိ ဖြစ်ခဲ့ရသည်များ ရှိလာခဲ့ပါပြီ။

၁၈။ လေးဘက်နာရောဂါ

အမျိုးသမီးထုအတွင်း အဖြစ်များသော ရောဂါဖြစ်ပါသည်။ လေးဘက်နာဝေဒနာ ပြင်းထန်လာလျှင် လေငန်းရောဂါထက် ပို၍ ဆိုးတတ်သည့်ပြင် နှလုံးရောဂါပါ ပူးတွဲ လာတတ်ပါသည်။

ဤဝေဒနာရှင်များအတွက် မတည့်ဆုံးသော အစာမှာ ဝမ်းတွင်းသား၊ အသည်းအမြစ် စသည်များဖြစ်၍ မတည့်ဆုံး သော အလုပ်မှာ အဝတ်လျှော်ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ကလီစာခေါ် ဝမ်းတွင်းသား၊ အသည်းအမြစ်များကိုစားပြီး အဝတ်လျှော်နေသရွေ့ လေးဘက်နာရောဂါ မပျောက်နိုင်ပါ။

ကျွန်တော့်ထံ လာရောက်ကြသော လူနာ အများစုမှာ လေးဘက်နာ ဝေဒနာသည်များဖြစ်ကြ၍ သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်ဖြင့် ကျွန်တော်၏ ကုသမှုကို ခံယူကြပြီး ကျွန်တော်၏ ညွှန်ကြားချက် အတိုင်း လိုက်နာဆောင်ရွက်ကြသူတိုင်း လေးဘက်နာဝေဒနာ ပျောက်ကင်း သက်သာကြသည်သာ ဖြစ်ပါသည်။

၁၉။ သွေးတိုးရောဂါပျောက်လို့ပါသလား

နှလုံးရောဂါအစ သွေးတိုးက၊ လေငန်းရောဂါအစ သွေးတိုးက ဟု ဆိုလေ့ ဆိုထရှိပါသည်။ ဆိုလိုသည်မှာ နှလုံးရောဂါနှင့် လေငန်းရောဂါမဖြစ်လို့လျှင် သွေးတိုးရောဂါကို အလျင်နှိမ်ပါဟူသည့် သဘောဖြစ်ပါသည်။

အချို့က သွေးတိုးရောဂါကို ကု၍မပျောက်နိုင်သောရောဂါ ဟု ဆိုကြပါသည်။ ထိုအဆို လုံးဝမမှန်ပါ။ အနာနှင့်ဆေး တည့်အောင်မပေးမိသေး၍ မပျောက်ခြင်းဖြစ်ပါမည်။ အနာနှင့် ဆေး တည့်အောင်ပေးနိုင်ပါက မပျောက်နိုင်သောရောဂါ မရှိနိုင်ပါ။

သွေးတိုးရောဂါမဖြစ်လို့လျှင် အဆီနှင့် အငန်ကို လျှော့စား ပါ။ မိမိတွင် သွေးတိုးရှိမရှိ သိရှိနိုင်ရန် တစ်လလျှင် တစ်ကြိမ်ခန့်သွေးတိုင်းကြည့်ပါ။ သွေးတိုးရှိနေပြီဟု သိရှိပါက ဥတုနှင့် အာဟာရကို အထူးသတိပြု ဆင်ခြင်၍ ကျွမ်းကျင်သူ သမားတော်များထံ ကုသမှုခံယူလျှင် မုချပျောက်နိုင်ပါသည်။

ဤသို့မဟုတ်မှတ် မိမိတွင် သွေးတိုးရှိထားနှင့်သည်ကို သွေးတိုး မတိုး တိုင်းမကြည့်သဖြင့် မိမိတွင် သွေးတိုးရှိနေမှန်း မသိ။ ဤတွင် သတိမူရမည့် အာဟာရကိစ္စ၊ အစားအသောက်ကို သတိမမှတ် သွေးကို တစ်စတစ်စ တိုးတက်စေနိုင်သည်။ ဝက်သား၊ ငါးသလောက် အုန်းနို့၊ ထောပတ် စသည်တို့ကို တစ်ဝတစ်ပြဲ စားလိုက်မိသည်။

ဤတွင် သွေးက ကြောက်ခမန်းလိလိ တိုးလာလေတော့ သည်။ ဤသည်ကို သတိမမူမိဘဲ အချိန်မတော် ရေချိုးမိပြန်

သည်။ မည်မျှခံနိုင်ရည်ရှိသူဖြစ်ပါစေ သွေးအလွန်တိုးနေစိုက် ရေချိုး၊ အအေးခံမိပါက ထိုသူ မုချလေဖြတ်တော့မည် ဖြစ်ပါသည်။

သွေးတိုးရောဂါဆိုသည်မှာ သွေးကြောများ ကျဉ်းမြောင်းလာ ကာမှ ဖြစ်ပေါ်လာသောရောဂါဖြစ်ရာ သွေးကြောများကို ချဲ့ပေးနိုင်စွမ်း ရှိသော သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်သည် သွေးတိုးရောဂါအတွက် အဓိက အားထားရာ ဆေးတစ်လက်ဖြစ်ပါသည်။

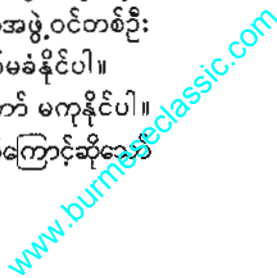
၂၀။ ကင်ဆာရောဂါ ပျောက်ပါသလော

ယနေ့အထိ ကင်ဆာရောဂါကို ကျွန်တော်ကုနိုင်ပါသည်။ ကျွန်တော်ကုလျှင် ပျောက်ပါသည်ဟုလည်း မဆို၊ ကင်ဆာရောဂါကို ကျွန်တော် မကုနိုင်ပါ။ ကျွန်တော်ကုလို့ မပျောက်ပါဟုလည်း မဆို သေးပါ။

ကင်ဆာရောဂါနှင့် ပတ်သက်၍ သုတေသနပြုဆဲ ဖြစ်ပါသည်။ ပျောက်သည်ဖြစ်စေ၊ မပျောက်သည်ဖြစ်စေ ကျွန်တော်၏ ကုသမှုကို မဖြစ်မနေခံယူလိုပါသည်ဟု နားပူနားဆာ လုပ်လာသူမှန်သမျှကို ကျွန်တော်က ဉာဏ်စွမ်းရှိသရွေ့ ကုသပေးလိုက်သည်သာ ဖြစ်ပါ သည်။

အချို့ကလည်း ကျွန်တော်ကုလို့ပျောက်ကြသည်ဟု ဆိုကြပါ သည်။ ကျွန်တော်ကမူပျောက်သည်ဟု ဆိုကြသည်ကို လွယ်လွယ်နှင့် ထက်မခံလိုပါ။ ကျွန်တော်သည် တိုင်းရင်းဆေးဆရာအဖွဲ့ဝင်တစ်ဦး ဖြစ်ရာ တာဝန်ရှိပါသည်။ လက်လွတ်စပယ် လက်မခံနိုင်ပါ။

တစ်ဖက်မှလည်း ကင်ဆာရောဂါကို ကျွန်တော် မကုနိုင်ပါ။ ကျွန်တော်ထံ မလာကြနှင့်ဟု ပြော၍မဖြစ်ပါ။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော်



သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့် မည်မျှအထိ အစွမ်းထက်သည်ကို ကျွန်တော် တိတိကျကျ မသိသေး၍ ဖြစ်ပါသည်။ ဆေးတောင့်က စွမ်းပါလျက် ကျွန်တော်ဘက်က ဆောင်စရာ၊ ရှောင်စရာလေးများကို မဆောင်မိ မရှောင်မိ၍လည်း ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ မြန်မာ့တိုင်းရင်းဆေးသည် အနောက်တိုင်းဆေးနှင့် အချို့နေရာများတွင် မတူညီကြပါ။

ဥပမာ အနောက်တိုင်းဆေးက ငါးပါးသီလကို မြဲလိုက် မြဲ၊ မမြဲလိုက်လည်းရမည်ထင်ပါသည်။ လူတော်ဖို့နှင့် ဆေးမှန် ဖို့သာ အဓိကဖြစ်ပါသည်။

မြန်မာ့တိုင်းရင်းဆေးမှာမူ ကုသသူဆရာက ငါးပါးသီလ လောက်မှမြဲအောင်ထိန်းနိုင်လျှင် ထိုသူ၏ ဆေးချက် အစွမ်း မထက်နိုင်ဟု လေးနက်စွာခံယူထားပါသည်။

သို့ဖြစ်၍ သမားအမည်ခံယူထားသူတိုင်း အနည်းဆုံး ငါးပါး သီလလောက်ကိုတော့ နိုင်အောင်ထိန်းတတ်ကြပါသည်။

အချို့ ဤမျှသာမက ဝိပဿနာအလုပ်ကိုပါ စွဲမြဲစွာလုပ်ကိုင် ကာ မေတ္တာဘာဝနာအလုပ်ကိုလည်း အစဉ်ပွားများကြပါသည်။

ဤအချက်ကလေးများရုံခါ ကျွန်တော်ဘက်က ချို့ယွင်းနိုင် သဖြင့် ကင်ဆာရောဂါကို ကျွန်တော်ကု၍ ပျောက်သည်၊ မပျောက် သည် ကျွန်တော် အတပ်မပြောနိုင်သေးခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ တစ်နေ့ ကျွန်တော် ပြောလာနိုင်လိမ့်မည်ဟု ထင်ပါသည်။

၂။ ဤသို့သော လက္ခဏာရှိသူများ ကျွန်တော်ကုလို့ မပျောက်ပါ

ကျေးဇူးရှင် ဘရသေ့က ဤသို့ပြောဖူးပါသည်။ ပုဂ္ဂိုလ် တစ်ယောက်ဟာ မိမိဝေဒနာကိုကုသခံဖို့ ရောက်ရှိလာတယ်။ ဝေဒနာ

ရှိတာလည်းသေချာတယ်။ အဲဒီ ဝေဒနာရှင်ရဲ့ ခြေကြား လက်ကြား ထဲကို သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်ထည့်ပြီး ဖြည်းဖြည်းချင်း လှည့်ပေးရင် ဝေဒနာရှင်ဟာ နာရမယ်၊ နာရင် ရောဂါပျောက်မယ်။

အေး ဆေးတောင့်ကို ခြေကြား လက်ကြားထဲထည့်ပြီး သုံးရက်တိုင်တိုင် ခပ်တင်းတင်းကလေး လှည့်ပေးပါလျက်နဲ့မှ လုံးဝ မနာတဲ့ဝေဒနာရှင်မျိုးကိုတော့ ဆက်မကုလေနဲ့ ပျောက်မှာမဟုတ်ဘူး။ ဒီဝေဒနာမျိုးကို သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်နဲ့ မအပ်စပ်သော ဝေဒနာလိုခေါ်ရမယ်ဟု ပြောဖူးပါသည်။

ထိုဝေဒနာရှင်မျိုးများကို ကျွန်တော်တွေ့ဖူးပါသည်။ အခြား လူနာများ ဆေးတောင့်ဖြင့်ထိရုံမျှနှင့် နာကြပါလျက် ထိုဝေဒနာရှင် မျိုးမှာ ဘယ်သောအခါမေးမေး ဘယ်လိုမှ မနေပါ။ နာလည်းမနာပါဟု ပြောဆိုလေ့ရှိပါသည်။

ထိုလူနာမျိုးကို ဘရသေ့ပြောကြားသည့်အတိုင်း ကျွန်တော် ကု၍လည်း ပျောက်မည်မထင်ပါသဖြင့် အကျိုးအကြောင်းပြောပြကာ အခြား ကျွန်တော်ထက်ပို၍ ကျွမ်းကျင်မည်၊ အတွေ့အကြုံရှိမည်ဟု ယူဆသော ဆရာကြီးများထံ စေလွှတ်ပေးလေ့ ရှိခဲ့ပါသည်။

အချို့လူနာများကို တစ်ပတ်လျှင် သုံးရက်ဆက်တိုက်ခေါ်၍ သုံးပတ်အတွင်း ကိုးရက်တိတိ ကုပေးခဲ့ဖူးပါသည်။ ထိုကိုးရက်အတွင်း ထူးခြားချက် ဘာမျှပြမလာပါလျှင်မူ ထိုလူနာကို ကျွန်တော် လုံးဝ ဆက်၍ ကုလေ့မရှိတော့ပါ။ လက်လျှော့လိုက်သည့်သဘောပင် ဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်တော် လက်လျှော့လိုက်သော လူနာသည် အခြား ဘယ်ဆရာဆီသွားကုကု မပျောက်နိုင်ဟု ကျွန်တော်ဆိုလိုခြင်း မဟုတ်



ပါ။ အခြားဆရာများထံ ရောက်လျှင် အလွယ်နှင့် ပျောက်ကောင် ပျောက်သွားနိုင်ပါသည်။

အလားတူပင် အခြားဆရာများအတွက် ကုမရလောက်အောင် ခက်ခဲပါသည်ဆိုသော ဝေဒနာရှင်များ ကျွန်တော်ထံ ရောက်လာစေ လွယ်လွယ်ကလေးဖြင့် ပျောက်သွားသည်များ အမြောက်အမြားရှိခဲ့ပြီ ဖြစ်ပါသည်။

၂၂။ ဘက်စုံစွမ်းသော သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်နှင့် ကျွန်တော်၏ စေတနာ

သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့် အစွမ်းထက်သည်မှာ အမှန်ပင်ဖြစ်ပါ သည်။ သံသယရှိစရာ မလိုပါ။ သံသယရှိပါကလည်း အချိန်မရွေး အစမ်းသပ်ခံနိုင်ပါကြောင်း ထပ်လောင်းပြောကြားလိုပါသည်။

မှတ်ချက်။ ။ ကျွန်တော်သမားတော်အဖွဲ့ဝင်ဖြစ်လာခြင်းမှာ စနစ်တကျ အစမ်းသပ်ခံပြီးမှ ဖြစ်လာခြင်းဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်တော်သည် သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်အားကိုးဖြင့် အထက် ဖော်ပြပါ ရောဂါများကိုသာမက ပယောဂဆန်ဆန်ရောဂါ၊ သာလာ စီးမီးယားရောဂါ၊ ပိုလီယိုရောဂါ၊ ဆီးချိုရောဂါနှင့် မျက်စိရောဂါ အစာအိမ်ရောဂါ စသည်တို့ကိုပါ ကုသခဲ့ဖူးပါသည်။

အဆိုပါရောဂါများကိုကုသရာတွင် ပျောက်ကင်းသွားကြသူများ ရှိပါသဖြင့် နောင်အလျဉ်းသင့်သောအခါ ရေးသားတင်ပြပါဦးမည်။ လူနာများထံမှ အထောက်အထားများ တောင်းယူသိမ်းဆည်းထားပါ သည်။

အချို့ရောဂါများမှာ အမှတ်မထင်ကုသရင်း ပျောက်သွားကြ ခြင်းမျိုး ဖြစ်ပါသည်။ ဥပမာ မြစ်ကြီးနားမြို့မှ ထက်ထက်ကလေး

မောင်ကမ်ထွဲကလေးသည် အပြင်းဖျားပြီး လက်ဝဲဘက်တစ်ခြမ်းလုံး လေဖြတ်သွားသဖြင့် လုံးဝလှုပ်မရတော့သည့်အပြင် မျက်စိနှစ်လုံးပါ ကွယ်သွားခဲ့ပါသည်။

မြစ်ကြီးနားမြို့တွင် သုံးပတ်၊ မန္တလေးမြို့တွင် သုံးပတ် ပေါင်း တစ်လခွဲခန့်ကုသ၍ မထူးခြားသဖြင့် ကျွန်တော်ထံ ခေါ်လာ ခဲ့ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်တော်ကလည်း လက်ဝဲဘက်တစ်ခြမ်း လေဖြတ်ထား သည်ကို ပျောက်ကင်းရန်သာ အာရုံထား၍ ကြိုးစားကုသခဲ့ ပါသည်။ မျက်စိကြောင်တောင်ကန်း ဝေဒနာကို ကုသခြင်း မပြုခဲ့ပါ။

သို့သော် တကယ်တမ်းကုသသောအခါ လက်ဝဲဘက်တစ်ခြမ်း သေသွားသော လေဖြတ်ဝေဒနာသာမက ကြောင်တောင်ကမ်းနေသော မျက်စိနှစ်လုံးပါ အကောင်းပကတိ ပြန်မြင်လာသည်ကို အံ့ဩစရာ ကြုံတွေ့ရခဲ့ဖူးပါသည်။

မောင်ကမ်ထွဲကလေးအကြောင်းကို နက္ခတ္တရောင်ခြည်မဂ္ဂဇင်း တွင် ကျွန်တော် ရေးခဲ့ဖူးပါသည်။ မောင်ကမ်ထွဲကလေး၏ ဖြစ်ရပ်ကို နမူနာယူ၍ ကျွန်တော်ထံ ရောက်လာသမျှ လူနာအားလုံးအား အယုတ် အလတ် အမြတ်မရွေးဘဲ မိမိကုသခံလိုသော ရောဂါဝေဒနာ များအပြင် ၎င်းတို့ခန္ဓာကိုယ်တွင် အခြားရောဂါဝေဒနာများ ရှိနေပါကလည်း ပျောက်ကင်းသက်သာကြပါစေဟူသော စေတနာဖြင့် လက် ၁၀ ချောင်း၊ ခြေ ၁၀ ချောင်းလုံးကို သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်ဖြင့် လှည့်ပေးလေ့ရှိပါသည်။

စေတနာမပါဘဲ တာဝန်ကျေလောက်သာ သဘောထားပါလျှင် လက်ဝဲဘက်တစ်ခြမ်း လေဖြတ်ထားသူအား လက်ဝဲကိုသာ လှည့်ပေးက လှဲလောက်ပါသည်။ လက်ယာဘက်တစ်ခြမ်းကို လှည့်ပေးရန် မလိုပါ။ ဤသည်မှာ ကျွန်တော်၏ စေတနာသာဖြစ်ပါသည်။

ဤစေတနာကြောင့်ပင်လျှင် ကျွန်တော်ထံလာသူမျှ လူနာအားလုံးလောက်နီးနီး ရောဂါပျောက်ကင်းသက်သာကြသည်ဟု ကျွန်တော် ယုံကြည်ထားပါသည်။

၂၃။ ဂါထာကလေးလည်း ရွတ်ဖြစ်အောင် ရွတ်ကြစေလိုပါသည်။

ကျွန်တော် ဆေးကုသတိုင်း ဆေးဖော်စပ်တိုင်း ဘရသေ့ချီးမြှင့်ထားသော ဂါထာကလေးကို ယုံကြည်စွာဖြင့် မပြတ်ရွတ်ဆိုပါသည်။ ထို့ကြောင့် သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်နှင့်တကွ သောက်ဆေး လိမ်းဆေးတို့သည် အစွမ်းထက်လှပါသည်။

နက္ခတ္တရောင်ခြည် စာဖတ် ပရိသတ်အားလည်း ဦးပေါ်ဦးလျှောက်ထုံး နှလုံးမူ၍ အကြံပြုစကား ရေးသားလိုပါသည်။ ဦးပေါ်ဦးလျှောက်ထုံးနှင့် ပတ်သက်၍ ဤသို့ မှတ်သားဖူးပါသည်။

ဘိုးတော်ဘုရား လက်ထက်က ရွှေနန်းတော်တည်ဆောက်ရန်နှင့် ပတ်သက်၍

‘ဟဲ့ ပေါ်ဦးရဲ့၊ ငါ့ရွှေနန်းတော် တည်ဆောက်ရာမှာ ကြာရှည်ခံအောင် ပျဉ်းကတိုးသစ်နဲ့ ဆောက်ရလျှင် မသင့်ဘူး လားဟဲ့’လို့ မေးတော့ ဦးပေါ်ဦးက

‘မှန်လှပါ၊ ပျဉ်းကတိုးလဲ ကောင်းပါတယ် ဘုရား၊ ကျွန်းလဲ ကောင်းပါတယ် ဘုရား’ လို့ ပြန်လျှောက်ပါသတဲ့။

‘ပိတောက်သားကော မကောင်းဘူးလားဟဲ့’ လို့ မေးပြန်တော့ ဦးပေါ်ဦးက

‘မှန်လှပါ၊ ပိတောက်သားလဲ ကောင်းပါတယ်၊ ကျွန်းလဲ ကောင်းပါတယ်ဘုရား’လို့ လျှောက်ပြန်သတဲ့။

တစ်ခါ ဘိုးတော်ဘုရားက

‘သစ်ရာသားကော ပေါ်ဦးရဲ့’လို့ မေးပြန်တော့ ဦးပေါ်ဦးက ‘မှန်လှပါ၊ သစ်ရာသားလဲ ကောင်းပါတယ်၊ ကျွန်းလဲကောင်း

ပါတယ် ဘုရား’လို့ လျှောက်ပြန်သတဲ့။

ဒီတော့မှ ဘိုးတော်ဦးဝိုင်းက ဒီလိုစဉ်းစားပါသတဲ့။

အင်း ပေါ်ဦးဟာ ပညာရှိပီပီ ကျွန်းကို သုံးစေလိုလို့ ထပ်ခါ ထပ်ခါ ပြောနေတာပဲ။

ဆိုပြီး ရွှေနန်းတော်ကို ကျွန်းနဲ့ ဆောက်ဖြစ်ခဲ့ပါသတဲ့။ အလားတူပဲ ကျွန်တော်ကလည်း ကျွန်တော့် စာဖတ်ပရိသတ်ကို ဒီလို တင်ပြချင်ပါတယ်။

ကျွန်တော့်ထံ ဘရသေ့ချီးမြှင့်ထားတဲ့ သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်နဲ့ သောက်ဆေး၊ လိမ်းဆေးတွေဟာ အစွမ်းထက်တာ မှန်ပါတယ်။

ဒါကြောင့် သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်နဲ့လည်း အကုသခံကြပါ။

ဂါထာကလေးကိုလည်း ရွတ်ကြပါ။ သောက်ဆေးတွေဟာလည်း စွမ်းပါတယ်။ ဒါကြောင့် ဆေးလည်းသောက်ကြပါ။ ဂါထာကလေးလည်း ရွတ်ကြပါ။

လိမ်းဆေးဟာလည်း အစွမ်းထက်တာမှန်ပါတယ်။ ဒါကြောင့် ပိုင်ပိုင်နိုင်နိုင်လိမ်းကြပါ။ ဂါထာကလေးလည်း ရွတ်ကြပါဟု အကြံပြုရင်း နိဂုံးချုပ်အပ်ပါတယ်။ တစ်ခါက ကျွန်တော် နက္ခတ္တရောင်ခြည်

မဂ္ဂဇင်း မှာ ရေးသားဖော်ပြခဲ့ဖူးတဲ့ ဂါထာကလေးကို မဖတ်ရသေးသူများ အတွက် ထပ်မံဖော်ပြလိုက်ပါတယ်။

(၁) ဂါထာတော်

ဥ၊ ဗုဒ္ဓစက္ကံ၊ ဓမ္မစက္ကံ၊ သံဃစက္ကံ၊ သုံညံ၊ သတ္တရ၊ သွားဟ။

(၂) ရှင်းချက်

ဗုဒ္ဓစက္ကံ၊ ဓမ္မစက္ကံ၊ သံဃ

စက္ကံ = ဘုရားစက္ကံ၊ ဓမ္မစက္ကံ၊ သံဃစက္ကံ - တရား

သုံညံ = သုည (အကြွင်းမရှိ)

သတ္တရ = ငြိမ် ဖြာ ရောဂါအပါအဝင် ရန်အန္တရာယ်အားလုံး

သွားဟ = သွားကြလော့၊ ရှောင်ကြလော့။

(၃) အနက်အဓိပ္ပာယ်

ဘုရားတရား သံဃာ ရတနာသုံးပါးတို့၏ တန်ခိုးရှိန်စော် အာနုဘော်တို့ကြောင့် မိမိ၏ ခန္ဓာတွင်းပ နှစ်ဌာနတို့၌ ကပ်ရောက်တွယ်တာလျက်ရှိသော ငြိမ် ဖြာ ရောဂါ ဝေဒနာနှင့် တကွ ရန်အန္တရာယ်ဟူသမျှတို့သည် အကြွင်းမရှိ ကင်းစင် လွင့်ပျောက် ကြပါစေသတည်းဟူ၍ ဖြစ်ပါသည်။

\*

မယုံကြည်သူကျော်သွား

နက္ခတ္တရောင်ခြည် မဂ္ဂဇင်းတွင် လစဉ် ပညာပေးဆောင်းပါး ကလေးများ ရေးသားလာခဲ့သည်မှာ ယခုအခါ တစ်နှစ်ကျော်၍ နှစ်နှစ်အတွင်းသို့ပင် ဝင်ရောက်ခဲ့ပြီဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်တော်ရေးသားသမျှ ကျန်းမာရေးပညာပေးဆောင်းပါး မှန်သမျှတို့သည် အထောက်အထားမဲ့ စိတ်ကူးယဉ်ပုံပြင်များ မဟုတ်မူဘဲ ကျွန်တော်ကိုယ်တိုင် လက်တွေ့ကုသ ပျောက်ကင်း ခဲ့သည့် အကြောင်းခြင်းရာ ဖြစ်ရပ်မှန်များသာ ဖြစ်သဖြင့် ကျွန်တော်ရေးသားသမျှ ဆောင်းပါး အားလုံးအတွက် ကျွန်တော် လုံးဝတာဝန်ယူရပါသည်။

ကျွန်တော် ဤသို့ရေးသားရခြင်းမှာ တစ်လောက မဂ္ဂဇင်း စာအုပ်တစ်အုပ်တွင် ပုဂ္ဂိုလ်တစ်ဦးက နက္ခတ္တရောင်ခြည် မဂ္ဂဇင်း တစ်အုပ်လုံးကို ရစရာမရှိအောင် ဝေဖန်ပုတ်ခတ်လိုက်သော ဆောင်းပါး တစ်ပုဒ်ကို အမှတ်မထင်ဖတ်လိုက်ရ၍ ဖြစ်ပါသည်။

ဝေဖန်ချက်မှာ ထုတ်နုတ် ဝေဖန်ချက်မဟုတ်ဘဲ စာအုပ် တစ်အုပ်လုံးကိုခြုံ၍ ဝေဖန်လိုက်ခြင်းဖြစ်ရာ ကျွန်တော်ရေးသားသော ဆောင်းပါးများသည်လည်း အဆိုပါဝေဖန်ချက်တွင် အလိုအလျောက် အကျုံးဝင်ပါရှိသွားပါသဖြင့် ဒေါသမဖြစ်မိသော်လည်း စိတ်မကောင်း ခြင်းကြီးစွာ ဖြစ်မိခဲ့ရပါသည်။

ကျွန်တော်ရေးသားသော ဆောင်းပါးများနှင့် ပတ်သက်၍ တုံ့ပြန် ရေးသားလိုခြင်းလည်းမရှိပါ။ စာဖတ်ပရိသတ်များ ချင့်ချိန် ကြရန်သာ ဖြစ်ပါသည်။

နက္ခတ္တရောင်ခြည် မဂ္ဂဇင်းပါ ဆောင်းပါးအားလုံး ရေးသားချက် အားလုံးကို ကျွန်တော်လည်း ကြိုက်နှစ်သက်လှသည်။ သဘောကျလှ သည် မဟုတ်ပါ။

အချို့ဆောင်းပါးများဆိုပါလျှင် ကျွန်တော် ဖတ်၍ပင် မကြည့် မိပါ။ ကျွန်တော်၏ ဝါဒမှာ စာအုပ်တစ်အုပ်ကို ဖတ်ရှုရာတွင် ငါးဟင်းစားသည့်သဘော ခံယူထားပါသည်။

ငါးဟင်းဟူသည့် အရိုးရှိတတ်သည်။ အရိုးစူးတတ်သည်။ အရိုးရှိ၍ အရိုးစူးတတ်၍ ကျကျနနချက်ထားသော ငါးဟင်း တစ်ခွက်လုံးကို စွန့်ပစ်လိုက်ရသော် သင့်ပါမည်လော။

အရိုးရှိသောငါးဟင်း၊ အရိုးစူးတတ်သောငါးဟင်းမှ အရိုးကို ဖယ်၍ အသားကိုသာ စားပါသော် မဖြစ်ပေဘူးလော။ ငါးတွင် အရိုးပါ၍ အရိုးစူးတတ်၍ ငါးဟင်းတစ်ခွက်လုံးကို စွန့်ပစ်လိုက်ပါ။ လုံးဝမှစားမိပါလေနှင့်ဟုဆိုလျှင် မှန်ပါမည်လော။

နက္ခတ္တရောင်ခြည် မဂ္ဂဇင်းအပေါ် ကျွန်တော်အမြင်ကို တင်ပြ ရပါလျှင်မူ အရသာရှိသော မှီဝဲသင့်သော ငါးဟင်းတစ်ခွက်ဟု မြင်ပါသည်။

မိမိစိတ်ထဲတွင်အရိုးဟု ယူဆသော အချက်အလက် အကြောင်း ခြင်းရာတို့ကိုဖယ်၍ အသားဟု ယူဆသောအချက်အလက် အကြောင်း ခြင်းရာတို့ကိုသာ မှီဝဲပါသည်။

ကျွန်တော်ကဲ့သို့ပင် စာဖတ်ပရိသတ်များ မေတ္တာရှေ့ထား ခံယူနိုင်ကြပါစေရန် ဆန္ဒပြုပါသည်။

ယခုလတွင်လည်း ကျွန်တော် နက္ခတ္တရောင်ခြည် စာဖတ် ပရိသတ်အတွက် ငါးဟင်းတစ်ခွက် ပို့လိုက်ပြန်ပါသည်။

ကျွန်တော်အနေနှင့်ကတော့ ကျွန်တော်ပို့လိုက်သော ငါးဟင်း သည် တကယ်အရသာရှိသော၊ တကယ်အာဟာရကိုဖြစ်စေနိုင်သော ငါးဟင်းတစ်ခွက်ပါဟူသည့် ယုံကြည်ချက်ဖြင့် ပေးပို့လိုက်ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

စာဖတ်ပရိသတ်များက အရိုးကိုဖယ်၍ အသားကိုသုံးဆောင်ကြ ရန်သာ ဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်တော်ရေးသားသော ဆောင်းပါးနှင့်ပတ်သက်၍ 'မသိသူ ကျော်သွား၊ သိသူဖော်စား'ဟူသည့် စကားအစား 'ယုံကြည်သူဖော်စား၊ မယုံကြည်သူကျော်သွား'ဟူသော ပဏာမစကားဖြင့် အောက်ပါ ဖြစ်ရပ်မှန် ကျန်းမာရေးပညာပေး ဆောင်းပါးကလေးကို ရေးသားပေးပို့ ပါသည်။

ဖြစ်ရပ်ကလေးကတော့ ကြာခဲ့ပါပြီ။ ဟိုးလွန်ခဲ့သော နှစ်ပေါင်း ၃၀ လောက်က ဖြစ်ပါသည်။ တိကျစွာဆိုရပါသော် (၁၉၆၆-၆၅)



ပညာသင်နှစ်က ဖြစ်ပါသည်။ ကျွန်တော်တို့ သူငယ်ချင်းတစ်စု ရန်ကုန်မြို့ ပညာရေးတက္ကသိုလ်တွင် (ဘီ-အေ-ဒီ-တီ)နှစ် (ဘီအိမ်ဒီ ပထမနှစ်) တက်ခဲ့ကြစဉ်က ဖြစ်ပါသည်။

အဖြစ်က သင်တန်းတက်၍ နှစ်ဝက်အရောက် ပထမနှစ်ဝက် စာမေးပွဲဖြေကာနီးတွင် ဖြစ်ပါသည်။ ကျွန်တော်၏ လက်ဝဲဘက် ခြေထောက် ခြေမအောက်ရှိ ခြေဖဝါးတွင် ခြေထောက်လိုက်တိုင်း အထိမခံနိုင်လောက်အောင် နာကျင်သောဝေဒနာကို ခံစားရပါသည်။

သေချာစွာကြည့်လိုက်သောအခါ လက်ဝဲဘက်ခြေမ၏ အောက်ဘက် ခြေဖဝါး အသားမာမာပေါ်တွင် အစေ့ကလေးတစ်စေ့ စူးဝင် နှစ်မြှုပ်နေသည်ကို တွေ့ရပါသည်။

ထိုသာကူစေ့သဏ္ဍာန်ရှိသော အစေ့ကလေးကို လက်နှင့် အနည်းငယ်ဖိကြည့်သောအခါ အသားနုကို အပ်ဖြင့်ဆွတ် သကဲ့သို့ အသည်းနှစ်မျှ နာကျင်မှု ဝေဒနာကို ခံစားရပါသည်။

ထို့ကြောင့် လမ်းလျှောက်သည့်အခါတိုင်း သူ့ကိုမထိမိစေရန် ခြေထောက်ကိုခွင့်၍ ထောင့်နင်း ထောင့်နင်းဖြင့် လမ်းလျှောက်နေရာ အလွန်ပင် ကသိကအောက်နိုင်လှပါသည်။ စိတ်ဆင်းရဲမှုလည်း ဖြစ်ရပါသည်။ သူငယ်ချင်းများကိုမိအောင် အတော်ကြီးစား၍ လိုက်နေ ရသည်။

ပထမတွင် ထိုသာကူစေ့လို အစေ့ကလေးမှာ တစ်စေ့တည်းသာ ဖြစ်၍ နောက်သုံးရက်ခန့်ကြာသောအခါ ၎င်း၏ ပတ်ဝန်းကျင်တွင် နောက်ထပ် သုံးလေးစေ့ခန့် ထပ်မံတိုးပွားလာသည်ကို တွေ့ရပါသည်။

ပထမ အစေ့ကလေးတစ်စေ့ စူးဝင်နေစဉ်ကပင် လမ်းလျှောက်ရ သည်မှာ ကသိကအောက် ဖြစ်လာပြီးဖြစ်ရာ ယခု အစေ့ကလေး

ငါးစေ့ ဖြစ်လာသောအခါ လမ်းလျှောက်ရာတွင် ပိုမို ခက်ခဲလာပါသည်။ မတော်တဆထိမိတိုင်းလည်း ခြေဖဝါးထဲရှိ အသားနုကို အပ်နှင့်ထိုးဘိ သကဲ့သို့ စူးစူးရွားရွားနာကျင်မှုကို ခံစားရပါသည်။

တစ်နေ့တွင် ကျောင်းမှ ခွင့်တစ်ရက်ယူ၍ တက္ကသိုလ်ဆေးရုံသို့ သွားရောက်ကာ ခြေဖဝါးအနာကို ပြသပါသည်။ သက်ဆိုင်ရာ တာဝန်ကျ ဆရာဝန်က ကျွန်တော့်ခြေဖဝါးက အနာမျိုးကို အချို့က ငါးမျက်စိနာဟု ခေါ်ကြကြောင်း၊ အနာကို ပထမ ဆေးလိမ်းအပူပေးပြီး အနာရင့်လာသောအခါ ခွဲထုတ်ပစ်ရမည်ဖြစ်ကြောင်း၊

သို့ပါ၍ ဆေးရုံသို့နေ့စဉ်လာ၍ ဆေးလိမ်း၊ အပူပေးခံရန် လိုကြောင်း၊ အနာရင့်လာသောအခါ ခွဲထုတ်ပေးမည်ဖြစ်ကြောင်း ပြောကြားပါသည်။

ဤသို့ဖြင့် ကျွန်တော်သည် နေ့စဉ် ကျောင်းတက်ချိန်တစ်ချိန် အပျက်ခံကာ ဆေးရုံသို့သွားရောက်၍ ဆေးလိမ်းခြင်း၊ အပူပေးခြင်း စသော ကုသမှုကို တစ်ပတ်တိတိ ခံယူခဲ့ပါသည်။

တစ်ပတ်တိတိ ကုသမှုခံယူပြီးသောအခါ အနာမှာရင့်လာပြီ ဖြစ်၍ ခွဲထုတ်ရန် အသင့်အနေအထားတွင် ရှိပြီဟုဆိုပါသည်။

ကျွန်တော့် အနာကိုခွဲထုတ်မည့် တာဝန်ကျဆရာဝန်မှာ ကျွန်တော်နှင့် မျက်မှန်းတန်းမိနေပြီဖြစ်၍ အတော်ကလေး ရင်းနီး ခင်မင်မှုလည်း ရှိနေပြီဖြစ်ရာ ကျွန်တော့်အနာ ခွဲစိတ်ရေးကိစ္စကို အထူးဂရုတစိုက် ရှိပါသည်။

ပြောကြားရာတွင်လည်း ပွင့်ပွင့်လင်းလင်း ရှိလှပါသည်။ ခွဲစိတ်ရာတွင် နာမည်ဖြစ်၍ အနာသက်သာစေရန် ခွဲစိတ်မှုမပြုနိုင် ခြေဖဝါးအတွင်းသို့ ထုံဆေးနှစ်လုံးထိုးပေးပါသည်။

ထုံဆေးမထိုးဘဲ အစိမ်းလိုက်ခွဲလျှင် မည်မျှနာမည်ဆိုသည်ကို မခန့်မှန်းနိုင်သော်လည်း တစ်လက်မသာသာရှိသော ဆေးထိုးအပ်ဖြင့် အသားမာမာ ခြေဖဝါးထဲသို့ ဖျစ်ဖျစ်မြည်အောင် ထိုးသွင်းခြင်း ခံရသည်ကိုကမျက်ရည်စိမ့်မျှ နာကျင်မှုဝေဒနာကို ခံစားခဲ့ရပါသည်။

ထုံဆေး၏ အရှိန်ကြောင့် အသားမာမာထဲသို့ ဓားဦးကိုနှစ်၍ ခွဲစိတ်မှုပြုသောအခါ နာကျင်မှုဝေဒနာ လုံးဝ မခံစားရတော့ပါ။ အနောက်တိုင်း၏ ထုံဆေးအစွမ်း အံ့မခန်းဖြစ်ပါပေစွဟု အလေးအနက် အသိအမှတ်ပြုမိပါသည်။

ခြေဖဝါးတွင် နှစ်ဝင်နေသော ငါးမျက်စိကို ခွဲထုတ်ရာတွင် ငါးမျက်စိကလေး သက်သက်ကိုသာ ဓားဦးဖြင့် ကော်ထုတ်ရယူခြင်း မဟုတ်မူဘဲ အလားတူ ငါးမျက်စိမျိုး ပျံ့နှံ့မှုမှ ကာကွယ်ရန်၊ ငါးမျက်စိဘေးရှိ အသားကိုပါ လှီးထုတ်ရယူခြင်းဖြစ်ရာ ခွဲထုတ်ရယူလိုက်သော ငါးမျက်စိ၏ ပမာဏသည် ကုလားပဲစေ့သာသာခန့်ပင် ရှိပါသည်။

ထိုငါးမျက်စေ့ထုတ်ယူ၍ ဖြစ်ကျန်ရစ်ခဲ့သော ခွက်ဖက်မှာ မန်ကျည်းစေ့ တစ်စေ့ကို ထည့်လျှင်ပင် ချောင်ချောင်ကလေး ဝင်သွားနိုင်လောက်အောင် အဝလည်းကျယ်၍ အစောက်လည်း နက်ပါသည်။

ကျွန်တော်သည် နာကျင်မှုမရှိသော ခွဲစိတ်မှုကို သေချာစွာ စောင့်ကြည့်နေခြင်းဖြစ်ရာ

'အင်း ဒီအတိုင်းသာ ရှိသမျှ ငါးမျက်စိတွေခွဲထုတ်နေရရင် ငါ့ခြေထောက်တော့ ပျက်ရချေရဲ့'ဟု စိတ်ထဲတွင် မှတ်ချက်ချရင်း ရင်မောခဲ့ရပါသည်။

ခွဲစိတ်မှုကဏ္ဍအားလုံး ချောမောစွာ ပြီးဆုံးခဲ့၍ လိုအပ်သော ဆေးဝါးများထည့်ကာ ပတ်တီးပင်ကျကျနန စည်းပြီးသွားပြီဖြစ်ပါသည်။

အင်း ဒီအတိုင်းဆို မဆိုးဘူးဟာ၊ ခွဲစိတ်ခံရမယ့်ကိစ္စ ဘာမခံနိုင်စရာ ရှိသလဲဟုလည်း ထင်မြင်မိပါသည်။ ခွဲစိတ်ပြီး နာရိုက်ခန့်အထိ ဘာခံစားမှုမျှမရှိဘဲ နာကျင်မှုလည်း မရှိပါ။

နာရိုက်ကကျော်လာ၍ ထုံဆေးပြယ်လာသည်နှင့်တစ်ပြိုင်နက် တစ်စစ်စစ် နာကျင်လာလိုက်သည်မှာ ကျွန်တော့် သူငယ်ချင်းများ ချောက်လာ၍ ကျွန်တော့်အား ဝင်ရောက်ခေါ်ငင်လာသောအခါ ကျွန်တော် လမ်းပင် မလျှောက်နိုင်လောက်အောင် ခြေထောက်မရတော့သဖြင့် ကျွန်တော့်အား ကားပေါ်သို့ မတင်ပေးကြရပါသည်။

ခွဲစိတ်ပြီးနောက် ခြေလုံးဝထောက်မရအောင် နာကျင်နေပါသဖြင့် ကျောင်းတစ်ပတ်တိတိ ပျက်ခဲ့ရပါသည်။ စိတ်မချမ်းသာစရာ ကိစ္စမှာ အဆိုပါငါးမျက်စိမျိုး အလုံး ၂၀ ခန့် ဖြေဖဝါးအနံ့ပွားများ လာခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်တော်သည် ဆေးရုံသို့သွားရောက်ကာ ခင်မင်ရင်းနှီးပြီး ဖြစ်သော တာဝန်ကျဆရာဝန်အား ဤသို့မေးမိပါသည်။

'ဆရာရယ်၊ ကျွန်တော့်ခြေဖဝါးမှာ ငါးမျက်စိအနာတွေ အလုံး ၂၀ ကျော်လောက်တောင် ရှိနေပါပြီ၊ ဒီအနာအားလုံးကို ပထမအနာတုန်းကလိုပဲ ရင့်လာတဲ့အထိစောင့်ပြီး ခွဲရမှာလား ဆရာ။

ဒီအနာအားလုံးကို ခွဲရမယ်ဆိုရင် ကျွန်တော့်ခြေထောက် ကောင်းမှ ကောင်းပါတော့မလားဆရာ၊ မခွဲဘဲနဲ့ ပျောက်အောင် ကုတဲ့နည်း မရှိတော့ဘူးလား ဆရာ'



ဟု မေးမိပါသည်။ ပွင့်လင်းရင်းနှီးသော ဆရာကလည်း ကျွန်တော့်အား ဤသို့ ပြန်ဖြေပါသည်။

‘ကျွန်တော့် အတွေ့အကြုံအရကတော့ ဒီလိုအနာမျိုးကို ဒီလိုပဲ ခွဲထုတ်ရတာပဲ။ မခွဲဘဲနဲ့ ပျောက်တာ မတွေ့သေးပါဘူး။’

ခင်ဗျားအနာတွေကလည်း အတော်ကလေးများနေတော့ ခွဲရမှာ ဝန်လေးမယ်ဆိုရင် ဝန်လေးသင့်ပါတယ်။ ဒီတော့ တခြား ကျွန်တော့် ထက် ပိုမိုအတွေ့အကြုံများတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်တွေနဲ့တွေ့ပြီး တိုင်ပင်ကြည့် ပါလားဟု အကြံပြုပါသည်။

အထက်ပါဆရာ၏ အကြံပြုချက်အတိုင်း ရန်ကုန်မြို့ရှိ ပြင်ပ ဆေးခန်းအချို့ကို သွားရောက်ပြသရာ ခွဲမှရမည်ဟု တစ်သံတည်း ပြောဆိုကြပါသည်။

ကျွန်တော် အကြီးအကျယ်စိတ်ဓာတ်ကျခဲ့ရပါသည်။ ကျွန်တော် ဤသို့ တွေးကြည့်မိပါသည်။ အနာတစ်လုံးခွဲရရင် အနည်းဆုံး ကျောင်းတက် တစ်ပတ်ပျက်တယ်။

အခု အနာက အလုံးပေါင်း ၂၀ ကျော်တောင်ဆိုတော့ တစ်နှစ်လုံးအတွက် ကျောင်းတက်ရက် ဘာမှ မကျန်တော့ပါကလား။ ငါ ကျောင်းဆက်တက်လို့မှ ရပါတော့မလား စသည်ဖြင့် တွေးမိ ပါသည်။

ကျွန်တော် ဘီအီးဒီ သင်တန်းတက်စဉ်က အားမာန်အပြည့်ဖြင့် တက်ခဲ့ခြင်းဖြစ်ပါသည်။ စာမေးပွဲတွင် ထိပ်ဆုံးအဆင့်ရှိ ၁၀ ဦး အတွင်း ပါဝင်ရမည်ဟု ရည်မှန်းထားခဲ့ပါသည်။

ယခု ထိုအဆင့်ကို မဆိုထားဘိ၊ ရိုးရိုးကလေး အောင်မြင်ဖို့ပင် မလွယ်တော့ပါလားဟု တွေးကာ အမှန်ပင် စိတ်အား ငယ်မိပါသည်။

ပြီးတော့ ကျွန်တော်က လစာတစ်ဝက် ရှားပါးစရိတ်အပြည့် (On Deputation Term) ဖြင့် တက်ရောက်နေသူဖြစ်ရာ ဤအခွင့်အရေးမျိုး နောင်ရရန် မလွယ်ကူလှပါ။

တစ်ပြည်လုံး လူ ၄၀၀ ခန့် ဖြေဆိုရာတွင် ၃၀ ဦးသာ ဆန်ခါတင် ရွေးချယ်ခံခဲ့ရခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်တော်သည် ခွဲမှ ဖြစ်မည်ဟူသောအကြံပြုချက်ကို လက်မခံ ထိပါသဖြင့် ရန်ကုန်ဆေးရုံကြီးရှိ ပြင်ပလူနာဌာနသို့ သွားရောက်ပြသ ခြန်ပါသည်။

ဤတွင်မှ ကျွန်တော့်အတွက် ပိုမိုရင်မောစရာ ဖြစ်ခဲ့ရပြန်ပါ သည်။ ကျွန်တော့် ဖြေဖဝါးမှ အနက်ကို သက်ဆိုင်ရာ တာဝန်ကျ ဆရာဝန်က သေချာစွာ စစ်ဆေးကြည့်ရှုပြီးနောက် ရန်ကုန်ဆေးရုံကြီး နှင့် မျက်စောင်းထိုးအရပ်ရှိ အရေပြားရောဂါဌာနသို့ သွားရောက် ပြသရန် ညွှန်လိုက်၍ ဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်တော့် အနာသည် အရေပြားနှင့်ပတ်သက်သောအနာ ထုံးဝ မဟုတ်ဟု ကျွန်တော် ခံယူထားပါသည်။ ကျွန်တော့်တွင် ဤအနာမျိုးနှင့်ပတ်သက်သော မျိုးရိုးလည်းမရှိ၊ ထို့ကြောင့် ကျွန်တော် အရေပြားရောဂါဌာနသို့ သွားရောက်ပြသခြင်းလည်း မပြုတော့ဘဲ အဆောင်သို့ ပြန်ခဲ့ပါသည်။

ခြေထောက်ကလည်း ကောင်းစွာ မလျှောက်နိုင်တော့ပါ။ ကျွန်တော် ဘီအီးဒီသင်တန်းတက်ခဲ့စဉ်က သမိုင်းကျောင်းဆောင် အဆောင် (၄) အပေါ်ဆုံးထပ်တွင်နေ၍ တက်ရောက်ခဲ့ခြင်းဖြစ်ရာ အပေါ်ဆုံးထပ်ရောက်အောင် ‘အတော်ကြီးစား၍ တက်ခဲ့ရသည်ကို သနေထက်တိုင် အမှတ်ထင်ထင်ရှိနေဆဲ ဖြစ်ပါသည်။’

ခြေထောက်မှ အနာများကို မခွဲမစိတ်ရဘဲ ပျောက်ချင်လှ သဖြင့် ဟိုဆေးကောင်းသည်ဆိုလိမ့်။ ဒီဆေးကောင်းတယ်ဆို လိမ့် ပြုလုပ်ခဲ့ရာ နောက်ဆုံး သိမ်ကြီးဈေးပလက်ဖောင်း တစ်လျှောက်တွင် ကျွန်တော့် အနာမျိုးရှိသော ခြေဖဝါး ပုံကြီးများကိုဆွဲ၍ ရောင်းချနေသည့် ဆေးများကိုပါ ဝယ်ယူ လိမ့်ကြည့်ခဲ့ဖူးပါသည်။

ကျောင်းတက်ရက်တွေလည်း ပျက်လှပါပြီ။ ကျွန်တော်တို့ နှစ်တွင် ဘီအီးဒီ ပထမနှစ် (ဘီအေဒီတီ)နှစ်၌ လူ ၂၀၀ ကျော် ရှိသည့်အနက် အဆင့် ၁၀ အတွင်းဝင်ရမည်ဟူသော ကျွန်တော် ရည်မှန်းချက် မအောင်မြင်တော့ပါ။

တကယ်ပြောဆိုသောအခါ အဆင့် ၂၀ ကျော်သွားပါသည်။ အကယ်၍သာ ကျွန်တော့်အနာ ဒုက္ခမပေး၊ ကျောင်းမှန်မှန်တက်နိုင်ခဲ့ပါ လျှင် ကျွန်တော့်ရည်မှန်းချက် မလွဲမသွေ ပြည့်ဝနိုင်ပါသည်။

အနာတွေကလည်း တစ်ဆင့်ပြီးတစ်ဆင့် ပွားလာရာ နောက်ဆုံး ၌ ခြေဖဝါးတစ်ခုလုံး ပြည့်ရုံသာမက ခြေချောင်းကလေးများကြား တွင်ပါ ပွားလာပါသည်။

တစ်နေ့တွင် ကျွန်တော် အလိုအလျောက် စဉ်းစားပါသည်။ ကျွန်တော် နဝမတန်းတွင် ပညာသင်ကြားခဲ့သည့်နှစ်က ကျွန်တော် လက်ယာဘက် လက်ခုံပေါ်တွင် ကြွက်နို့တစ်လုံး ပေါက်လာခဲ့ဖူး ပါသည်။

ပထမတွင် ခပ်သေးသေးဖြစ်သော်လည်း တစ်စတစ်စနှင့် အတော်ကလေး ကြီးလာပါသည်။ အလားတူပင် လက်ဝဲဘက်

လက်ခုံပေါ်တွင်လည်း နောက်ထပ် ကြွက်နို့နှစ်လုံး တစ်ပြိုင်တည်း ပေါက်လာပါသည်။

မည်သူက ပြောသည်ဟူ၍တော့ မမှတ်မိ။ ကြွက်နို့ပေါက်လျှင် ထေမပေါက်လာသော ကြွက်နို့အမကြီးကို ဘာလိတ်ဓားနှင့်လှီး၊ ဆုံးသုတ်ကာ ပျောက်သည်ဟု ကျွန်တော် ကြားဖူးထားပါသည်။

ထိုသို့ကြားဖူးထားသည့်အတိုင်း လက်ယာဘက် လက်ခုံပေါ်ရှိ ကြွက်နို့ကို ရေနူးအောင်စိမ်ပါသည်။ ထိုနောက် မုတ်ဆိတ်ရိတ်ဓားကို ယောင်းတိုင်မီးတွင်ကင်၍ ရေနူးနေပြီဖြစ်သော ပထမဆုံးပေါ်လာ သည့် ကြွက်နို့၏ အစအနုကလေးများကို သွေးစို့လာသည်အထိ မုတ်ဆိတ်ရိတ်ဓားဖြင့် လှီးဖြတ်လိုက်ပါသည်။

ရေနူးနေသဖြင့် နာကျင်မှုမရှိပါ။ ထိုနောက် ကွမ်းစားထုံး အနည်းငယ်ကိုသုတ်ကာ အပေါ်က ဝှမ်းစကလေးအုံ၍ ပလပ်စတာ ကပ်ထားလိုက်ပါသည်။

ရေချိုးသည့်အခါတွင်လည်း ၎င်းပလပ်စတာကို ကွာမကျစေရန် အပေါ်မှ အဝတ်ပတ်၍ ရေချိုးပါသည်။ ဤသို့ဖြင့် ၅ ရက်ခန့် ကြာသောအခါ ပလတ်စတာကိုခွာလိုက်ရာ အတွင်းမှကြွက်နို့ လုံးဝ ရှိတော့ပါ။

အံ့ဩစရာကောင်းသည်မှာ လက်ယာဘက် လက်ခုံပေါ်ရှိ ထေမဆုံးပေါ်လာသည့် ကြွက်နို့မကြီးကို သတ်ပြီးနောက် တစ်ပတ်ပင် ကြာလိုက်ပါ။ လက်ဝဲဘက်လက်ခုံပေါ်ရှိ ကြွက်နို့နှစ်လုံးလည်း အလိုအလျောက် ပျောက်သွားလိုက်သည်မှာ ယနေ့အထိ လုံးဝ မြန်ပေါ်မလာတော့ပါ။

ယခု ကျွန်တော်၏ ခြေဖဝါးအနာများက ကျွန်တော့်အား မကြီးအကျယ် ဒုက္ခပေးနေပါသည်။ အဆောင် အပေါ်ဆုံးထပ်မှ



ထမင်းစားဆောင်အထိ ဆင်း၍ ထမင်းစားရသည်မှာ မသက်သာသဖြင့် ကျွန်တော့်အခန်းသို့ထမင်းမှာစားနေရသည်မှာ ရက်အထောက်အကြံပေးပြီ ဖြစ်ပါသည်။

ထို့ကြောင့် အထက်တန်းကျောင်းသားဘဝတုန်းက ကြွက်နီသတ်သလို ယခု ကျွန်တော့်ခြေဖဝါးရှိ ငါးမျက်စိနာများကို ထုံးတီ၍ သတ်ကြည့်ရသော် ကောင်မည်လောဟု အကြံပြုမိပါသည်။

ဤတွင် ကျွန်တော်သည် စားပွဲထိုးတစ်ဦးအား စေလွှတ်၍ ကွမ်းယာထုံးသန့်သန့်ကို နို့ဆီဘူးသန့်သန့်တစ်လုံးကို ရေအောင် ဆေး၍ ဝယ်ခိုင်းလိုက်ပါသည်။

ကျွန်တော်သည် ညအိပ်ရာဝင်ခါနီးတွင် ရေချိုးခန်းသို့ဝင်၍ အနာဖြစ်နေသော ခြေဖဝါးကို ဆပ်ပြာဖြင့် ကျကျနနစင်နေအောင် ဆေးပါသည်။

စင်နေအောင်ဆေးပြီးနောက် ကျွန်တော့် အခန်းသို့ပြန်၍ ခြေဖဝါးကို လုံချည်ဟောင်းတစ်ထည်နှင့် ပြောင်နေအောင် သုတ်လိုက်ပါသည်။

ထို့နောက် ရေအေးဖြင့် ခပ်ပျစ်ပျစ်ကလေးဖျော်ထားသော ထုံးကို ခြေဖဝါးနှင့်တကွ ခြေချောင်းကလေးများကြားကိုပါ ကျကျနန သုတ်လိမ်းလိုက်ပါသည်။

ထို့နောက် အသင့်ဝယ်ထားသော ပတ်တီးလိပ်ဖြင့် ခြေဖဝါးတစ်ခုလုံးကို ပတ်ထားလိုက်ပါသည်။ ကျွန်တော်သည် ထိုရက်မှာ အတွင်း ကျောင်းမတက်နိုင်ခဲ့ပါ။

ပတ်တီးကို ၂၄ နာရီပတ်လုံး မဖြေလို၍ ဖြစ်ပါသည်။ ဤသို့ဖြင့် ညအိပ်ရာဝင်ခါနီးတွင်မှ ပတ်တီးကိုဖြေ ရေချိုးခန်းတွင်

ခြေထောက်ကို စင်အောင်ဆေး၊ အဝတ်နှင့် ခြောက်အောင်သုတ်၊ ထုံးအသစ်ပြန်လိမ်း၊ ပတ်တီးစည်း စသည်ဖြင့် သုံးရက်တိတိ သုတ်လိမ်းပြီး လေးရက်မြောက်သောနေ့တွင် ပတ်တီးကိုဖြေလိုက်ရာ

ခြေဖဝါးနှင့်တကွ ခြေချောင်းကလေးများကြားရှိ ငါးမျက်စိ အသေးကလေးတို့မှာ လုံးဝမရှိတော့ဘဲ ကျွတ်ထွက်ကုန်ကြပြီး ခြေဖဝါးနှင့် ခြေချောင်းကလေးများပေါ်တွင် ကျောက်ပေါက်မာ ကဲ့သို့ ခွက်ပက်ရာကလေးများသာ ကျန်ရှိတော့သည်ကို အထူးဝမ်းမြောက်ဖွယ် မြင်တွေ့ရပါတော့သည်။

ဝမ်းမြောက်လိုက်သည်မှာ ပြော၍ပင် မပြတတ်တော့ပါ။ လူမစွမ်း နတ်မပင် ဆိုရလေမလား၊ ကြက်ကန်းဆန်အိုးတိုးဟုပင် ပြောရလေမလား၊ မပြောတတ်ပါ။ နတ်ပင်မမ၊ ကြက်ကန်းပင် ဆန်အိုးတိုးတိုး ပျောက်မှာကတော့ သေချာပြီဖြစ်၍ ကျွန်တော် တစ်အားတက်မိပါသည်။

ဤသို့ဖြင့် နောက်ထပ် ငါးရက်တိုင်တိုင် ခြေပြောင်အောင်ဆေး၊ အဝတ်နဲ့သုတ်၊ ထုံးသုတ်၊ ပတ်တီးကျကျနနစည်း ပြုလုပ်ခဲ့ရာ ပြောလျှင် ယုံနိုင်ဖွယ်ရာပင် မရှိပါ။

ကျွန်တော့် ခြေဖဝါးနှင့်တကွ ခြေချောင်းကလေးများရှိ ငါးမျက်စိ ကြီးငယ်ဟူသမျှသည် တစ်ခုတလေမျှပင် မကျန်ရှိတော့ဘဲ အားလုံး ကျွတ်ထွက်ကုန်ပါတော့သည်။

ကျွန်တော့်အား လနှင့်ချီ၍ ဒုက္ခပေးခဲ့သော ဝေဒနာ၊ စိတ်ဓာတ်အကြီးအကျယ်ကျအောင် ဖန်တီးခဲ့သော ဝေဒနာတို့သည် ကွမ်းစားထုံးတစ်မျိုးတည်း၏ ကျေးဇူးကြောင့် ဆယ်ရက်အတွင်း ယူပစ်သလို ပျောက်ကင်းခဲ့ပါလေပြီ။ ဘာအစအနမျှ မကျန်တော့ပါ။

ကျန်တာတစ်ခုတော့ရှိပါသည်။ ထိုအရာမှာ ပထမဆုံး ခွဲစိတ်မှုကြောင့် ရရှိခဲ့သော ခြေမအရင်း ခြေဖဝါးခုံမာမာပေါ်ရှိ အမာရွတ် ဖြစ်ပါသည်။

ထိုအမာရွတ်ကတော့ သေရာရှင်ရာ ပါတော့မည် ထင်ပါသည်။ ယနေ့ နှစ်ပေါင်း ၃၀ ကျော်ကြာခဲ့သည်အထိ မပျောက်တော့ပါ။ ယနေ့အထိ ကျန်ရှိနေဆဲ ဖြစ်ပါသည်။

ဤဆောင်းပါးမရေးသားမီ ဤကိုယ်တွေ့ဖြစ်ရပ်ကလေးကို သားဖြစ်သူဆရာဝန်အား ပြောပြရာ ကျွန်တော်တို့အနောက်တိုင်း ဆေးပညာအနေနဲ့ကတော့ ဒီလိုဝေဒနာမျိုးဆိုလျှင် ခွဲထုတ်ရတာပဲ။ ခွဲထုတ်တဲ့အခါ အလားတူဝေဒနာမျိုးပြန့်ပွားခြင်း မရှိရလေအောင် အသားထဲမှာ နှစ်ဝင်နေတဲ့ ငါးမျက်စိကိုသာမက သူ့ဘေးနားမှာ ကပ်နေတဲ့ အသားစကလေးတွေကိုပါ လှိုင်းထုတ်ရတဲ့အတွက် အနာပမာဏဟာ နည်းနည်းကြီးသွားတတ်ပါတယ်။

အလားတူခွဲစိတ်မှုမျိုး ခြေဖဝါးတစ်ပြင်လုံး ခွဲစိတ်မှုပြုရရင် တော့ ခြေဖဝါးတစ်ခုလုံး ပျက်စီးသွားလေမလားလို့ ပူမယ် ဆိုရင်လဲ ပူစရာပါပဲ။ ဘာကြောင့်လဲဆိုတော့ အနာမကျက် တာတို့၊ အနာညှော်မိလို့ ရင်းတာတို့၊ အနာပြည့်တည်ပြီး ဘေးအသားတွေ စားသွားတာတို့၊ အနာထဲပိုးဝင်တာတို့ စသည်တို့ဖြစ်မယ်ဆိုရင် ဖြစ်နိုင်တဲ့အလားအလာတွေ ရှိလို့ပါပဲ။

ဘာပဲဖြစ်ဖြစ် အခု ဖေဖေပြောပြတဲ့ ကိုယ်တွေ့ဖြစ်ရပ်ကလေး ဟာ စိတ်ဝင်စားစရာလဲ ကောင်းပါတယ်။ စာဖတ်ပရိသတ်အဖို့လည်း ပညာရပြီး ကိုယ်တိုင် လက်တွေ့ကုသနိုင်ကြတယ်။ ကုသနည်းကလေး က လွယ်လည်းလွယ်၊ အန္တရာယ်လည်းကင်းပြီး အကုန်အကျလည်း

အင်မတန် သက်သာတာမို့ နက္ခတ္တရောင်ခြည် မဂ္ဂဇင်းမှာ ရေးဖြစ်အောင် ရေးပါ'ဟု သားဖြစ်သူက အတန်တန်တိုက်တွန်းသဖြင့် ဤ ဆောင်းပါးကို ရေးသားတင်ပြပါသည်။

ဤဖြစ်ရပ်သည် တစ်ဆင့်ကြားစကားကို ပြန်လည်ရေးသားခြင်း မဟုတ်ပါ။ ကိုယ်တိုင်ခံစား၍ ကိုယ်တိုင်အသုံးပြုခဲ့သည့် ကုထုံး ဖြစ်ပါသည်။

ဤဝေဒနာမျိုး ခံစားနေရက သံသယမရှိဘဲ လက်တွေ့ ကုသကြည့်ကြစေချင်ပါသည်။ မုချပျောက်စေရပါမည်ဟု စာရေးသူ ရဲဝံ့စွာဆိုပါမည်။

ကုထုံးကလေးကို အကျဉ်းမျှ ထပ်မံဖော်ပြပါမည်။

- (၁) ကွမ်းစားထုံး ၁၅ ကျပ်သားခန့်ဝယ်ပါ။ (မှတ်ချက်) ကွမ်းစား ရာတွင်သုံးသော ထုံးဖြစ်ပါသည်။ မဖောက်ထုံး မဟုတ်ပါ။
- (၂) ထုံး တစ်ကျပ်ခွဲသားခန့်ကို ရေသန့်သန့်ထဲထည့်၍ ရေအေးနှင့် ခပ်ပျစ်ပျစ်ဖျော်ပါ။ (မှတ်ချက်) နေ့စဉ်ဖျော်ရန် ဖြစ်ပါသည်။ ၁၀ ရက်စာအတွက် တစ်ခါတည်း ဖျော်မထားစေလိုပါ။
- (၃) အနာရှိသောခြေဖဝါးကို ဆပ်ပြာဖြင့် ပြောင်စင်အောင် ကျကျ နန ဆေးပါ။
- (၄) ရေဆေးပြီးနောက် အဝတ်သန့်သန့်ဖြင့် ပြောင်စင်အောင် သုတ်ပါ။
- (၅) ပြောင်နေသော ခြေဖဝါးတစ်ပြင်လုံးကို အသင့်ဖျော်ပြီးသော ထုံးဖြင့် တစ်ပြင်လုံး ခပ်ပျစ်ပျစ်ကလေး လိမ်းပါ။ (မှတ်ချက်) အနာတစ်လုံးတည်းဖြစ်ပါက ထိုအနာပေါ်တွင် ထုံးသုတ်၍

ပလတ်စတာ ကပ်ထားရန်သာ ဖြစ်ပါသည်။ ခြေဖဝါးတစ်ပြင်လုံး ထုံးသုတ်ရန် မလိုပါ။

(၆) ထုံးသုတ်ထားသော ခြေဖဝါးတစ်ခုလုံးကို သန့်ရှင်းသော ပတ်တီးဖြင့် ခပ်တင်းတင်းကလေး စည်းထားပါ။

(၇) စည်းထားသော ပတ်တီးကို တစ်နေ့လုံး မဖြည့်ပါနှင့်။ ည အိပ်ရာဝင်ခါနီးမှ ဖြည့်ပါ။

(၈) ပတ်တီးဖြည့်ပြီးနောက် အထက်ကဖော်ပြခဲ့သည့် အစီအစဉ်အတိုင်း သုတ်ထားသော ထုံးအားလုံးကို ပြောင်အောင်ရေဆေးရေများကို စင်သွားအောင် အဝတ်သန့်သန့်ဖြင့်သုတ်၊ ထို့နောက် ထုံးအသစ်ဖျော်ပြီး ခြေဖဝါး တစ်ပြင်လုံး ထုံးခပ်ပျစ်ပျစ်သုတ်၊ ပတ်တီးစည်း စသည်ဖြင့် အနာပျောက်သည်အထိ ဆောင်ရွက်ရန် ဖြစ်ပါသည်။

ကြိုရဆုံရ တိုင်းရင်းဆေးဆရာဘဝ

တိုင်းရင်းဆေးဆရာဘဝသည် ဂုဏ်ယူစရာ၊ ပီတိဖြစ်စရာတို့နှင့် ကြုံတွေ့ရတတ်သကဲ့သို့ ဝမ်းနည်းစရာ၊ ရင်နာစရာ၊ ဒေါသဖြစ်စရာတို့နှင့်လည်း နေ့တစ်နေ့ဆိုသလို ကြုံတွေ့ရတတ်ပါသည်။

ဤသို့ ကြုံတွေ့ရတတ်ပုံကို ကျွန်တော်၏ ဆေးကုသသက် ၁၀ နှစ်တာ ကာလအတွင်း ကြုံတွေ့ခဲ့ရသည့် တကယ့် ဖြစ်ရပ်ကလေးများတို့ကို အခြေခံလျက် ဤဆောင်းပါးကို ရေးသားပါသည်။

ဤဆောင်းပါးသည် မြန်မာတစ်ပြည်လုံးရှိ တိုင်းရင်းဆေးဆရာအားလုံး၏ ကိုယ်စား တိုင်းရင်းဆေးဆရာတစ်ဦးဖြစ်သူ ကျွန်တော်၏ ခံစားချက်ကို ရင်ဖွင့်သော ဆောင်းပါးတစ်ပုဒ်ဟု ခေါ်ဆိုလိုပါက ခေါ်ဆိုနိုင်ကြပါသည်။

ဤနေရာတွင် မြန်မာပြည်တစ်ပြည်လုံးရှိ တိုင်းရင်းဆေးဆရာအားလုံး၏ ကိုယ်စားဟု ကျွန်တော်သုံးစွဲလိုက်ခြင်းမှာ တစ်ပြည်လုံးရှိ တိုင်းရင်းဆေးဆရာ အားလုံးလိုလို

သည် ကျွန်တော်နည်းတူ ခံစားခဲ့ကြရဖူးသည်။ ခံစားနေကြရဆဲ ဖြစ်သည်။ ခံစားနေကြရလိမ့်ဦးမည်ဟု ယုံကြည်ပါသဖြင့် ဤသို့ ရေးသားရခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

တစ်ခုတော့ရှိပါသည်။ ကျွန်တော်က မူရင်းအစပထမက တိုင်းရင်းဆေးဆရာတစ်ဦး မဟုတ်ခဲ့ဖူးဘဲ ပညာရေးဌာနတွင် ဆရာ အတတ်သင် ကျောင်းအုပ်ကြီးအဖြစ် လည်းကောင်း၊ ပညာရေး အထူးအရာရှိအဖြစ်လည်းကောင်း နှစ်ပေါင်းများစွာ အမှုထမ်းခဲ့ရပြီးမှ အံ့သြစရာကောင်းလောက်အောင် ထူးခြား အစွမ်းထက်လှသည့် သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်၏ အစွမ်းကြောင့် အသက် ၅၀ ကျော်မှ ရုတ်တရက် ချက်ချင်း တိုင်းရင်းဆေးဆရာဘဝရောက်ခဲ့ရသူဖြစ်ရာ အခြားတိုင်းရင်းဆေးဆရာများထက် ခံစားချက် ပိုမိုပြင်းထန်သည် ဆိုပါကလည်း ဆိုနိုင်ပါသည်။

တစ်ခါတစ်ရံ ကျွန်တော်၏ခံစားချက် မည်မျှ ပြင်းထန်တတ် သည်ကို ကျွန်တော် အကျဉ်းမျှ ပြောပြပါမည်။ ကျွန်တော်၏ ဆေးခန်းတွင် တစ်နေ့လျှင်ပျမ်းမျှ လူနာ ၁၀၀ နှင့် ၁၅၀ ကြား ရှိတတ်၍ တစ်ခါတစ်ရံ ၁၅၀ နှင့် ၂၀၀ ကြား ရှိတတ်ပါသည်။

လူနာများသည်နှင့်အမျှ အပေါက်အစတွေကလည်းများတတ် ပါသည်။ သို့ပါ၍ နေ့စဉ်နှင့်အမျှ ပီတိဖြစ်စရာ၊ ဂုဏ်ယူစရာကလေး တွေ ကြုံတွေ့ရတတ်သလို စိတ်မချမ်းမြေ့စရာ၊ ရင်နာစရာ၊ ဒေါသ ထွက်စရာကလေးတွေကလည်း တစ်နေ့လျှင်နှစ်ကြိမ်၊ သုံးကြိမ်ခန့် ဆိုသလို ကြုံတွေ့ရတတ်ပါသည်။

တစ်နေ့လျှင် နှစ်ကြိမ် သုံးကြိမ်တွေ့ရ၍သာ ကျွန်တော် တိုင်းရင်းဆေးဆရာအဖြစ် မြဲနေခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ အကယ်၍သာ

တစ်နေ့လျှင် ငါးကြိမ် ခြောက်ကြိမ်မျှ ကြုံတွေ့နေရလျှင် ကျွန်တော် တိုင်းရင်းဆေးဆရာဘဝကို လုံးဝ စွန့်လွှတ်မိကောင်း စွန့်လွှတ်မိလိမ့် မည်ဟု ထင်မိပါသည်။ ကျွန်တော်၏ခံစားချက်က ဤမျှ ပြင်းထန် တတ်ပါသည်။

ကျွန်တော်သာ တိုင်းရင်းဆေးဆရာတစ်ယောက် မဟုတ် မှဘဲ အနောက်တိုင်း ဆေးပညာဘွဲ့ရ ဆရာဝန်တစ်ဦးသာ ဖြစ်ခဲ့ပါလျှင်မူ ဤသို့သော အတွေ့အကြုံမျိုးများကို ကြုံတွေ့ ရလိမ့်မည် မဟုတ်ဟု ယူဆပါသည်။

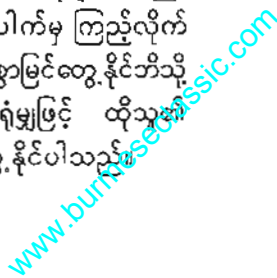
ယခုသော် ဆရာဝန်တစ်ဦးမဟုတ်ဘဲ တိုင်းရင်းဆေးဆရာ တစ်ဦး ဖြစ်နေသဖြင့် ဝေဒနာရှင်အချို့၏ တိုင်းရင်းဆေးနှင့် တိုင်းရင်းဆေးဆရာတို့အပေါ် အထင်သေးမှုတို့ကြောင့် အောက်၌ ဖော်ပြမည့် ဖြစ်ရပ်မျိုးများ ကြုံတွေ့ရခြင်း ဖြစ်သည်ဟု ယူဆပါသည်။

ကျွန်တော် တွေ့ကြုံခံစားခဲ့ရသည်၊ တွေ့ကြုံခံစားရဆဲဖြစ်သည့် ရင်နာစရာ၊ ဝမ်းနည်းစရာ အဖြစ်ကလေးများကို ပရိသတ်များ မျှဝေခံစားနိုင်ပါရန် တစ်ချက်ချင်း တင်ပြပါမည်။

(၁) အထင်အမြင်သေးသော အကြည့်နှင့် အပြုအမူများ

လူတစ်ဦးတစ်ယောက်၏ မျက်လုံးတစ်စုံသည် အိမ်တစ်အိမ်၏ ဖွင့်ထားသော ပြတင်းပေါက်နှင့် တူသည်ဟု ကျွန်တော်ဆိုချင်ပါသည်။

အိမ်တစ်အိမ်၏ ဖွင့်ထားသော ပြတင်းပေါက်မှ ကြည့်လိုက် လျှင် အိမ်တွင်းအခြေအနေမြင်ကွင်းကို ထင်လင်းစွာမြင်တွေ့နိုင်ဘိသည့် လူတစ်ယောက်၏ မျက်လုံးတစ်စုံကို ကြည့်ရုံမျှဖြင့် ထိုသူ၏ အတွင်းစိတ် သဘောကို ထင်လင်းစွာ မြင်တွေ့နိုင်ပါသည်။





ကျွန်တော်ထံ ရောက်လာသောလူနာများထဲတွင် ရာနှုန်း ၉၀ ကျော်သော လူနာများတို့သည် ကျွန်တော်နှင့်အာဟာရ တိုင်းရင်းဆေး အပေါ် ယုံကြည်မှု၊ အားထားမှုတို့ဖြင့် ရောက်လာကြသူများ ဖြစ်ကြ ပါသည်။

အချို့လူနာများဆိုပါလျှင် ကျွန်တော်အပေါ် ယုံကြည်ချက် ပြင်းထန်လွန်းနေပါသဖြင့် ကျွန်တော်ကပင် ကျွန်တော်အပေါ် ယုံကြည်ချက်ဤမျှ မပြင်းထန်စေလိုကြောင်း၊ ယုံကြည်ချက် ပြင်းထန်လွန်းလျှင် တစ်ဖက်စွန်းသို့ ရောက်သွားကာ ကျွန်တော်ကို ပျောက်စေဆရာဟု ထင်လာနိုင်ကြောင်း၊

ကျွန်တော်ဟာ ပျောက်စေဆရာတစ်ဦး မဟုတ်ကြောင်း၊ ကျေးဇူးရှင် ဘရသေ့ချီးမြှင့်ထားသော သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်နှင့် သောက်ဆေး၊ လိမ်းဆေးများ၏ ကျေးဇူးကြောင့် အစွမ်းထက်သင့် သလောက် ထက်သည်မှာ မှန်ကန်ကြောင်း၊

သို့သော် အကန့်အသတ်ဆိုသည်မှာ ရှိစမြဲဖြစ်ကြောင်း၊ လာလာသမျှ လူနာအားလုံး၏ ရောဂါဟူသမျှကို ရာနှုန်းပြည့် ပျောက်ကင်းအောင် ကုသနိုင်စွမ်းရှိပါသည်ဟူသော ဆေးဆရာ ကမ္ဘာတွင် မရှိကြောင်း၊

ယုံကြည်ချက်ပြင်းထန်လွန်းပြီး တကယ်တမ်းတင်ထားသလို ရောဂါမပျောက်သောအခါ တစ်ဖက်စွန်းသို့ရောက်ပြီး အလကား ဆရာပါကွား၊ နာမည်ကြီးသလောက် မဟုတ်ပါဘူးဟု ပြောစရာဖြစ်လာ နိုင်ပါကြောင်း စသည်ဖြင့် ပြောပြရတတ်ပါသည်။

အချို့ကျတော့လည်း မူလကပင် တိုင်းရင်းဆေးနှင့် တိုင်းရင်း ဆေးဆရာများအပေါ် လုံးဝအယုံအကြည်မရှိ အထင်လည်း မကြီးတတ်

ကြသော်လည်း လူအတော်များများက ဘယ်ဆရာဖြင့် ဘယ်လိုစွမ်း တာပဲ၊ ဘယ်သူတော့ ဘယ်လိုရောဂါဖြစ်တာဆရာတွေလည်း စုံနေပြီ၊ ရောဂါသာ တစ်နေ့တခြားတိုးလာတယ်။

ဒီဆရာနဲ့တွေ့လို့ ကုလိုက်တာ ဘယ်နှစ်ရက်ပဲကုလိုက်ရတယ် ယူပစ်သလို ပျောက်သွားတာပဲ စသည်ဖြင့် အပြောများသဖြင့် လည်းကောင်း၊

မိမိခံစားနေရသည့် ရောဂါဝေဒနာကို ဆေးဖိုးဝါးခ အသက်သာ ဆုံး နည်းအားဖြင့် ရက်တိုကလေးအတွင်း ယူပစ်သလိုပျောက်စေလို၍ လည်းကောင်း ရောက်ရှိလာတတ်ကြရာ ထိုသို့သော လူနာများတို့သည် ကုသသူဆရာအား လွန်စွာ စိတ်ဆင်းရဲမှုကို ဖြစ်စေပါတော့သည်။

ဆရာလုပ်သူသည် လူနာနှင့်တွေ့ဆုံရသော ပထမဆုံး နေ့တွင် လူနာနှင့် မျက်နှာချင်းဆိုင်ကာ ရောဂါနှင့် ပတ်သက်၍ မေးသင့် မေးထိုက်သည်တို့ကို စေ့ငအောင် မေးရပါသည်။

ထိုသို့ စေ့ငအောင် မေးနိုင်ပါမှ ရောဂါမှန်ကိုသိရှိနိုင်၍ အနာနှင့်ဆေး တည့်အောင်ပေးနိုင်ကာ ရောဂါကို ပျောက်ကင်းစေနိုင် ပါသည်။

ရဲဖန်ရဲခါ လူနာ၏လက်ကို ကိုင်၍ သွေးခုန်နှုန်းကို စမ်းကြည့်ရတတ်သလို သွေးတိုးရှိသလား၊ သွေးပေါင်ချိန်ကြည့် ဖူးသလား၊ အပေါ်သွေး ဘယ်မျှရှိသလဲ၊ အောက်သွေး မည်မျှရှိသလဲ၊ ရင်ဘတ်အောင့်တတ်သလား၊ လက်ပြင် အောင့်တတ်သလား၊ မောတတ်သလား၊ အီးစီဂျီရိုက်ဖူးသလား စသည်ဖြင့် မေးရတတ်ပါသည်။

အချို့လူနာများမှာ ဤသို့သော မေးခွန်းမျိုးကို မေးသည်ကိုပင် မကြိုက်နှစ်သက်တတ်ကြပါ။ မကြိုက်နှစ်သက်တတ်ကြ ကြောင်း ၎င်းတို့နှုတ်က ဖွင့်ဟ မပြောသည့်တိုင် ၎င်းတို့၏ မျက်လုံးအစုံနှင့် အမူအရာတို့က ထင်ရှားစွာ ပြနေတတ်ပါသည်။

သူတို့၏ မျက်လုံးအစုံတွင် သွေးပေါင်ချိန်တာတို့၊ အီးစီဂျီတိုင်း တာတို့နဲ့ မြန်မာဆရာဘာဆိုင်လို့လဲ။ ဒါတွေမေးနေရအောင် မြန်မာဆရာတွေက ဒါတွေကို နားလည်လို့လား ဟူသော သံသယ ရှိသည့်အသွင် ထင်ရှားပေါ်လွင်နေတတ်ပါသည်။

ယနေ့ မြန်မာတိုင်းရင်းဆေးဆရာများတို့သည် ရှေးခေတ်က ကဲ့သို့ အလွန်အကျွံကြီး ခေတ်နောက်ကျ ကျန်မနေတတ်ကြတော့ပါ။

မိခင် တိုင်းရင်းဆေးပညာကို အတွင်းကျကျသိရှိ သဘော ပေါက် နားလည်တတ်ကျွမ်းအောင် ဖတ်ရှုလေ့လာနေကြသလို အနောက်တိုင်းဆေးအမြင် အနောက်တိုင်းဆေး အယူအဆတို့ကိုလည်း လျစ်လျူရှုထားခြင်း မပြုကြတော့ဘဲ လေ့လာနေကြပါသည်။ ဆည်းပူး နေကြပါသည်။ ဖတ်ရှုနေကြပါသည်။ သို့သော် အရိုးကို အရွက်မဖုံး စေရဟူသော ခံယူချက်ကို ခိုင်မာစွာထားလျက် မြန်မာ့ဆေးလောက မြန်မာမှုနယ်ပယ်မှ ပပျောက်မသွားစေရန် လူနာအားကုသရာတွင် တိုင်းရင်းဆေးအမြင်၊ တိုင်းရင်းဆေး အယူအဆ၊ တိုင်းရင်းဆေးကုထုံး အရသာ တိုင်းရင်းဆေး သက်သက်တို့ကို အသုံးပြုလျက် ကုသပါသည်။

ကျွန်တော်သည် ကျွန်တော်ထံသို့ ရောက်လာသမျှသော လူနာအားလုံးကို အယုတ်အလတ်၊ အမြတ်မရွေး၊ တန်းတူရည်တူ ထားကာ တလေးတစား အရေးတယူ မေးမြန်းကာ ကုသလေ့ရှိပါ သည်။

ဤသို့မိမိဘက်က အရေးတယူ အလေးတမူထားပါလျက် အထက်က ကျွန်တော်ရေးသားခဲ့သလို လူနာဖြစ်သူက မလေးမခန့် အမူအရာ၊ အထင်သေးသောအကြည့်တို့ဖြင့် တုံ့ပြန်ခဲ့ပါက ကုသသူ ဆရာ မည်သို့ခံစားရမည်ကို စာဖတ်ပရိသတ် စာနာကြည့်ကြစေလို ပါသည်။

ယခု ကျွန်တော်ရေးသားခဲ့သောအဆင့်သည် ပဏာမအဆင့် သာ ရှိပါသေးသည်။ သူ့ထက်သူ လူစွမ်းကောင်းကြသော လူနာ အချို့၏ လုပ်ရပ်အချို့ကို ဆက်လက်တင်ပြပါဦးမည်။

(၂) ဆောင်ရန် ရှောင်ရန်တွေ ပြောသောအခါ

နေ့စဉ်တော့ ပြောကြားနိုင်သည် မဟုတ်ပါ။ ပြောကြားဖို့လည်း အချိန်မရပါ။ ပထမနေ့တွင်တော့ ဆောင်ရန် ရှောင်ရန်တွေကို မဖြစ်မနေ ပြောပြရတတ်ပါသည်။

မြန်မာ့တိုင်းရင်းဆေးသည် အဓိကအားဖြင့် ကံ၊ စိတ်၊ ဥတု၊ အာဟာရတည်းဟူသော အကြောင်းတရားကြီးလေးပါး ကို အခြေခံ၍ထားခြင်းဖြစ်ရာ ရောဂါတစ်ခုဖြစ်လာပြီဆိုပါလျှင် ဆေးတစ်မျိုးတည်း အားကိုး၍ မရပါ။

လူနာတစ်ဦးသည် ကံကြောင့်သော်လည်းကောင်း၊ စိတ်ကြောင့် သော်လည်းကောင်း၊ ဥတုကြောင့်သော်လည်းကောင်း၊ အာဟာရ ကြောင့်သော်လည်းကောင်း ရောဂါဖြစ်လာစေရန် ရောဂါဖြစ်နေပြီ ဆိုပါကလည်း ပိုမိုဆိုးရွားမလာစေရန် ဥပမာအားပြင့် သွေးတိုးရောဂါ ဝေဒနာရှင်ဖြစ်လျှင် အဆီ၊ အငန် မစားပါနှင့်။

အဆီ၊ အငန်ဆိုရာတွင် အထူးသဖြင့် ဝက်သား၊ ငါးသလောက်၊ ငါးသေတ္တာ၊ အုန်းနို့ပါသောအစား၊ တောပတ်ပါသောအစားတွေကို မစားပါနှင့်။ သွေးသိပ်တက်နေစဉ်ကာလ ရေချိုး အအေးခံက လေဖြတ်တတ်ပါသဖြင့် နံနက်အစောကြီးနှင့် ညနေစောင်းမှ ရေမချိုး ပါနှင့် စသည်ဖြင့် ရသမျှအချိန်ကလေးကိုလုကာ ကျန်းရေးလွတ် တာတွတ်တွတ် မှာကြားရတတ်ပါသည်။

လူနာအများစုမှာ ကျွန်တော်က တလေးတစားမှာကြားသလို သူတို့ကလည်း တလေးတစား နားထောင်မှတ်သားကာ ဟုတ်ကဲ့ပါ။ ဟုတ်ကဲ့ပါဟူသော စကားတို့ဖြင့် တလေးတစားတုံ့ပြန်တတ်ကြ ပါသည်။

သို့သော် လူနည်းစုအချို့မှာမူ ဤသို့မဟုတ်ပါ။ ကျွန်တော်က ဆောင်ရန် ရှောင်ရန်တွေကို မည်မျှ မောအောင်ပြောနေစေကာမူ ဟုတ်ကဲ့ပါဟု တစ်ခွန်းကလေး တုံ့ပြန်ပြောဆိုမှု မပြုသည့်အပြင် မကြားသလို၊ ဂရုမစိုက်သလို နေတတ်ကြပါသည်။

နှုတ်က ဟုတ်ကဲ့ပါဟု တုံ့ပြန်မှုမပြုသလို အမူအရာအားဖြင့် လည်း ကျွန်တော်ပြောသမျှ စကားတို့ကို အလေးအနက်ခံယူမှု မပြုကြောင်း ထင်ရှားစွာပြနေတတ်ကြပါသည်။ မည်မျှ စိတ်မောရ၍ မည်မျှခံပြင်းစရာ ကောင်းလိုက်ပါသနည်း။

(၃) ကျွန်မရောဂါထို ပျောက်အောင်ကုနိုင်ပါ့မလား၊ ဘယ်နှစ်ရက်လောက်ကုရင် ပျောက်မလဲ

အလွန်မမေးထိုက်သော မေးခွန်းတစ်ခုဖြစ်ပါသည်။ ထိုမမေး ထိုက်သော မေးခွန်းမျိုးကို ကျွန်တော် ကြိမ်ဖန်များစွာ အမေးခံခဲ့ရူး ပါသည်။ မယုံမရှိကြပါလေနှင့်။

အနောက်တိုင်း ဆေးပညာဘွဲ့ရ ဆရာဝန်ကြီးများအား ကျွန်တော်လေးစားစွာ မေးမြန်းလိုပါသည်။ အထက်က ဖော်ပြပါ မေးခွန်းမျိုးကို ဆရာဝန်ကြီးများ အမေးအမြန်းခံခဲ့ရဖူးပါသလား ခင်ဗျာ။ ကျွန်တော့်မေးခွန်းကို ကျွန်တော်ကပဲ ဖြေပါမည်။

ထိုသို့သော မေးခွန်းမျိုးကို ဆရာဝန်ကြီးများ မည်သည့်အခါ ကမျှ အမေးအမြန်း ခံခဲ့ကြရဖူးမည် မဟုတ်ပါ။

လူနာဖြစ်သူက ဤသို့သော မေးခွန်းမျိုးကို ဆရာဝန်ကြီး များအား မေးမြန်းလာလျှင် မည်သို့တုံ့ပြန်ပြောဆိုမိပါ မည်နည်း ဟူသောမေးခွန်းကို ကျွန်တော် ကျွန်တော် ထပ်မံမေးမြန်းရန် မလိုတော့ပါ။

ကျွန်တော် ကိုယ်တိုင်တော့ ဤသို့သော မေးခွန်းမျိုးကို ကြိမ်ဖန်များစွာ အမေးခံခဲ့ရဖူးပါသည်။

ကျွန်တော် ဤသို့စဉ်းစားမိပါသည်။ အနောက်တိုင်း ဆရာဝန် ကြီးများအား ဤသို့သော မေးခွန်းမျိုးကို အမေးအမြန်း မခံရခြင်းမှာ မူလကပင် လူနာအားလုံးက ဆရာဝန်ဆိုလျှင် အထင်ကြီးပြီးသား၊ လေးစားပြီးသား၊ ရိုသေပြီးသား ဖြစ်သည်။

အထင်ကြီးမှု၊ လေးစားမှု၊ ရိုသေမှုနှင့်အတူ ဒွန်တွဲလျက် ကြောက်ရွံ့မှုက တွဲပါလာပြီးသားဖြစ်သည်။

ထို့ကြောင့် အထက်ပါ မေးခွန်းမျိုးကို ဆရာဝန်ကြီးများအား ဘယ်သောအခါကမျှ မေးမြန်းမှုမပြုခဲ့ကြ၊ မပြုဝံ့ကြ၊ ဆရာဝန်ကြီး များအား မမေးမြန်းသင့်၍၊ မမေးမြန်းဝံ့၍ မမေးမြန်းခဲ့သော

ထိုမေးခွန်းမျိုးကို ကျွန်တော်အပါအဝင် တိုင်းရင်းဆေးဆရာများ ကြံမှ မေးမြန်းကြခြင်း၊ မေးမြန်းဝံ့ခြင်းသည် ကျွန်တော်တို့



တိုင်းရင်းဆေးဆရာများအား အထင်မကြီး၍၊ မလေးစား၍၊ မရိုသေကြ၍ မေးမြန်းကြခြင်းဖြစ်သည်ဟု ကျွန်တော်က ကောက်ချက်ချပါသော် ကျွန်တော်အား အကဲဆတ်လွန်းသည်ဟု ဆိုကြပါမည်လော။

အကဲဆတ်လွန်းသည်ဟု ဆိုချင်က ဆိုကြပါစေ။ ထိုသို့သော မေးခွန်းမျိုးကို ကျွန်တော်အား အမေးခံရပြီးတိုင်း ရင်ထဲတွင် နှင့်ခနဲနေအောင် ခံစားရတတ်သည်ကတော့ အမှန်ပါဟု ပြောကြားလိုပါသည်။

ဤသို့ အမေးအမြန်းခံရပြီးတိုင်း ထိုနေ့အဖို့ ကျွန်တော်စိတ်မကြည်လင်နိုင်တော့ပါ။ ဪ မေးမှ မေးရက်ပလေဟု စိတ်မှ ညည်းတွားရင်း ဪ ငါတို့ တိုင်းရင်းဆေးဆရာဘဝ တယ်လဲ အောက်တန်းကျလှပါကလားဟု တွေးရင်း တဖြေဖြေ ခံစားနေရတတ်ပါသည်။

(၄) ဆရာကျေးဇူး မမေ့ပါဘူး၊ ထိပေါက်လျှင် ကျကျနနကြီး ကန်တော့ပါမယ်တဲ့

ပြောလျှင် ယုံချင်မှ ယုံကြည်ကြပါမည်။ ကျွန်တော်လည်း မယုံချင်ပါ။ ဒါပေမယ့် ကျွန်တော်တစ်ယောက် တိုင်းရင်းဆေးဆရာဘဝရောက်မှ မကြားဖူးတာတွေ ကြားဖူးရ၊ မကြုံဖူးတာတွေ ကြုံဖူးရနှင့် အံ့ဩကုန်နိုင်ဖွယ်ဟုပင် ဆိုရတော့အံ့ ထင်ပါသည်။

နောက်ဆက်တွဲစကားဖြစ်သည့် ထိပေါက်လျှင် ကန်တော့ပါမယ်ဟူသော စကားပါပဲ။ ကျေးဇူးတင်လှပါတယ် ဆရာရယ်။ ဆရာကျေးဇူး ဘယ်တော့မှ မမေ့ပါဘူးဆရာဟုဆိုလျှင် လုံလောက်ပါသည်။

ယခုသော် ထိပေါက်လျှင် ကျကျနနကြီး ကန်တော့ပါမယ်ဟူသော စကားကလေး ထပ်ကွန့်လိုက်သဖြင့် အနှစ်သာရလုံးဝ ပျက်သွားရုံမျှသာမက ကုသသူဆရာကို စော်ကားသလို ဖြစ်သွားကြောင်း ထိုလူနာ သတိမူကောင်းမှ သတိမမိပါမည်။

ကျွန်တော် စကားပုံတစ်ခု ကြားဖူးထားပါသည်။ (ဆေးသမားမထောင်းတာ လူနာမခံချည့်) ပါတဲ့။ ယခု လူနာပြောကြားလိုက်သော စကားကို ကျွန်တော် ကြားလိုက်ရသောအခါ အထက်ပါ စကားပုံသည် ကျွန်တော့်အတွက် ပြောင်းပြန်ဖြစ်သွားပါသည်။

အထက်ပါစကားကို ပြောကြားခဲ့သူလူနာအဖို့ မထောင်းတာလှသော်လည်း ကုသသူ ကျွန်တော့်အဖို့ မခံချည့်မခံသာ ဖြစ်ခဲ့ရသည်ကတော့ အမှန်ပင်ဖြစ်ပါသည်။ ကြိုရဆုံရ တိုင်းရင်းဆေးဆရာဘဝဟုပင် ဆိုရတော့အံ့ ထင်ပါသည်။

(၅) မေးလျှင် အရေးကြီးသောဝေဒနာက စ၊မပြော၊ အရေးမကြီးတာကိုသာ စ၍ ပြောတတ်ကြသည်

လူနာတစ်ဦး ဆေးခန်းသို့ရောက်လာလျှင် ဘာဖြစ်လို့လဲ၊ ဘယ်လိုခံစားနေရသလဲ စသည်ဖြင့်မေးမြန်းရခြင်းမှာ ကုသသူ ဆရာတိုင်း၏ လုပ်ရိုးလုပ်စဉ် လုပ်ငန်းတစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။

ဤသို့ မေးလိုက်သောအခါတိုင်း လူနာအများစုသည် မိမိ၏ ရောဂါ၊ မိမိ၏ ခံစားရချက်တို့ကို အမှန်အတိုင်း ပြောပြတတ်ကြပါသည်။

သို့သော် အချို့သောလူနာတို့မှာ တကယ်ပြင်းထန်စွာ ခံစားနေရသည့် ရောဂါကြီးများ၏ အမည်ကို ထုတ်ဖော်ပြောဆိုခြင်း မပြုဘဲ ဒူးနာလို့ပါ၊ ခေါင်းကိုက်လို့ပါ ဟူ၍လည်းကောင်း၊



အချို့နှစ်နှင့်ချီ၍ ခံစားနေရသော ဝေဒနာကြီးတစ်ခုကို မနေ့တစ်နေ့ကမှ စတင်ခံစားခဲ့ရသည့် မပြောပလောက်သော ဝေဒနာကလေးအဖြစ်လည်းကောင်း၊ အရေးမကြီးသည့် ဟန်ပန်ဖြင့်၊ ကျွန်တော့်ထံ ခရီးသွားဟန်လွှဲ ကြိုလို့ဝင်လာ သယောင် ပြောကြားတတ်ကြသည်ကိုလည်း ကြိမ်ဖန်များစွာ တွေ့ခဲ့ရပါသည်။

ကျွန်တော်သည် ဆေးကုသသက် ၁၀ နှစ်တာကာလအတွင်း နေ့စဉ်လူနာပေါင်း ၁၀၀၊ ၁၅၀ ခန့်ကို ကုသပေးနေရသူဖြစ်ရာ လူနာတစ်ဦး မိမိရှေ့မှောက်ရောက်သည်နှင့် တစ်ပြိုင်နက် ထိုသူ၏ ခံစားနေရသည့် ဝေဒနာများကို ချက်ချင်းဆိုသလို ခန့်မှန်းသိရှိနေနိုင်ပြီ ဖြစ်ပါသည်။ အတွေ့အကြုံက စကားပြောသည်ဟုပင် ဆိုရအံ့ ထင်ပါသည်။

ထိုအတွေ့အကြုံအရ လူနာက ဒူးနာလိုပါ။ ခေါင်းကိုက်လိုပါ စသည်ဖြင့် ပြောလာသည့်တိုင် ကျွန်တော်က ထိုလူနာတွင် ဒူးနာ ခေါင်းကိုက် ဝေဒနာသာမက ထိုထက် အရေးကြီးသော သွေးတိုး ရောဂါအပြင် နှလုံးရောဂါကိုပါ ပြင်းထန်စွာ ခံစားနေရသူဖြစ်ကြောင်း သိရှိလိုက်ရသည့်အပြင်

သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်ဖြင့် စတင်ကုသလိုက်သည်နှင့် တစ်ပြိုင်နက် ထိုဝေဒနာရှင်သည် မကြာမီကာလအတွင်း လေဖြတ်ခံရတော့မည် ဆိုသည်ကို သိရှိပြောပြသောအခါတွင်မှ ထိုဝေဒနာရှင်က မိမိတို့ သွေးတိုးရိုဗာယ်ဆိုတာလည်း မှန်ပါကြောင်း၊

နှလုံးရောဂါ ခံစားနေရသည်မှာလည်း နှစ်နှင့်ချီ၍ ရှိပြီ ဖြစ်ကြောင်း၊ ယခု တစ်ကိုယ်လုံးလေးလံနေကြောင်း၊ ခြေတွေလက်တွေ ထုံကျဉ်၍ ဆွဲတိုင်းမပါဖြစ်နေကြောင်း ပြောပြပါတော့သည်။

ဤသို့သော လူနာများမှာ မိမိတွင်ခံစားနေရသော ရောဂါကြီး တွေကို ကုန်စင်အောင် ပြောပြလိုက်ပါက ဆေးဖိုးဝါးခတွေ့ မတန်တဆ တောင်းတော့မှာပဲ။ ဒါကြောင့် သာမန် ဒူးနာ၊ ခေါင်းကိုက်လောက် ပြောပြမှ ဖြစ်မယ်ဟူသောခံယူချက်ဖြင့် ရောဂါကြီးများ ခံစားနေရပုံကို ထိန်ချန်ထားကြခြင်း ဖြစ်တန်ရာပါသည်။

လူနာအဖို့က မိမိခံယူချက်နှင့် မိမိပြောသည့်တိုင် ကုသသူ ကျွန်တော့်အဖို့ အတော်ကလေးတော့ စိတ်ကသိကအောက် ဖြစ်ခဲ့ ရပါသည်။

(၆) ဆေးခန်းသို့လာချင်သည့်အချိန် လာကြသည်

ကျွန်တော်၏ ဆေးခန်းကို ကျွန်တော်နေထိုင်ရာ မင်္ဂလာ တောင်ညွန့်မြို့နယ်၊ ဖဆပလ ရပ်ကွက်၊ တိုက် ၆၀၊ အခန်း ၄ ဌိ ဖွင့်လှစ်ထားပါသည်။

ဆေးခန်းကို တနင်္လာနေ့မှ သောကြာနေ့ထိ နေ့စဉ် နံနက် ၇ နာရီမှ၊ ၁၀ နာရီထိ၊ ညနေ ၃ နာရီမှ ၆ နာရီထိ ဖွင့်လှစ်ကြောင်း၊ စနေနေ့တွင်မူ နံနက်ပိုင်း ၇ နာရီမှ ၁၀ နာရီထိသာဖွင့်ကြောင်း၊ ညနေ ဆေးခန်းပိတ်ကြောင်း၊ တနင်္ဂနွေနေ့တွင်မူ တစ်နေ့လုံး ပိတ် ကြောင်း ဆေးခန်းတွင် မြင်သာအောင် ရေးသားထားပါသည်။

ထို့ပြင် လူနာအားပေးအပ်လိုက်သည့် ဆေးမှတ်တမ်းစာအုပ် ကျောဘက်တွင်လည်း ထင်ရှားစွာ ပုံနှိပ်ဖော်ပြထားပါသည်။

ဆေးခန်းဖွင့်ချိန် နံနက် ၇ နာရီမှ ၁၀ နာရီဆိုသည်တိုင်အောင် လူနာမပြတ်ပါလျှင် နံနက် ၁၁ နာရီ၊ ၁၂ နာရီထိ ကုသပေးသလို ညနေ ၃ နာရီမှ ၆ နာရီဆိုသည်တိုင်အောင် ည ၇ နာရီမှ ၈နာရီ အထိ ကုသပေးရသည်များရှိပါသည်။

လူနာ၏ သွားရေးလာရေးခက်ခဲမှု၊ စရိတ်စကကုန်ကျမှုတို့ကို ထည့်တွက်ကာ စိတ်ရှည်ရှည်ထား၍ ကုသပေးခဲ့သည်သာ ဖြစ်ပါသည်။ ဤသည်ကို အခွင့်အရေးယူ၍ အချို့သော လူနာတို့သည် ဆေးခန်းဖွင့်ချိန် ပိတ်ချိန်ကို သိပါလျက်နှင့် ဆေးခန်းပိတ်ပြီး အတော်ကြီးကြားမှ ရောက်လာတတ်ကြပါသည်။

‘လူနာရောက်တဲ့အချိန် ကုသပေးရန်မှာ ကုသသူဆရာ၏ တာဝန်ဖြစ်သည်’

ဟူ၍များ ယူဆထားလေသည်လား မသိပါ။ ရောက်တဲ့အချိန် ဆေးခန်းဖွင့်၍ ကုသပေးစေလိုကြပါသည်။ ကုသမပေးလျှင် မကျေနပ် ကြသည့်အပြင် ကြီးကျယ်လိုက်တာဟုပင် မှတ်ချက်ပြုတတ်ကြသည်ကို ကြိမ်ဖန်များစွာ တွေ့ဖူးပါသည်။

(၇) သက်သာတာက စမပြော၊ မသက်တာက စပြောတတ်ကြသည်။

သွေးတိုးရောဂါ၊ နှလုံးရောဂါ၊ အိပ်မပျော်သောရောဂါ၊ ဒူးနာ ရောဂါ စသည်ဖြင့် ရောဂါစုံ ဝေဒနာခံစားနေရသော လူနာအချို့ ကျွန်တော့်ထံ ရောက်လာတတ်ကြပါသည်။

အထက်က ဖော်ပြခဲ့သည့်အတိုင်း လူနာအများစုမှာ သက်သာ လျှင် သက်သာကြောင်း အားရဝမ်းသာ ပြောပြတတ်ကြသော် လည်း အချို့သော ဝေဒနာရှင်တို့မှာ သက်သာပြီဖြစ်သော်

ဝေဒနာတို့ကို အရင်မပြောမူဘဲ မျက်နှာကို အစွမ်းကုန်ရှုံ့မဲ့ကာ ဤသို့ ပြောပြတတ်ကြ ပါသည်။

‘ဆရာရယ်၊ ဒူးနာတာက ဆေးလိမ်းပေမယ့် ဘာမှ မထူးခြားဘူး ဆရာရဲ့၊ ကျွန်မစိတ်ထဲမှာ ဆေးလိမ်းကာမှ ပိုများနာလာသလားတောင် ထင်မိတယ်’ဟု ပြောတတ်ကြ ပါသည်။

ဤတွင် ကျွန်တော်က ဒူးနာတာကို ဆေးလိမ်းရင် သက်သာ တာ ပျောက်ကင်းတာသာ ရှိပါတယ်။ ပိုဆိုးလာတဲ့ လူနာဆိုတာတော့ မတွေ့ဘူးသေးပါဘူး။

‘ဒါထက် သွေးကောတိုးသေးသလား၊ မောကော မောသေး သလား၊ အိပ်လိုကော ပျော်ပြီလား’

ဟု ဆက်မေးမှ သွေးလည်း မတိုးတော့ပါဘူး။ မောတာလည်း သက်သာပါတယ်၊ အိပ်လိုလည်း ပျော်ပါပြီဟု ဖြေတတ်ပါသည်။

အကယ်၍များ ဒူးနာမသက်သာသေးတာက စမပြောဘဲ နံနက်ခင်း ကျွန်တော်နှင့် တွေ့လျှင်တွေ့ချင်း ဆရာရယ်၊ ဆရာကုသမှု ကို ခံယူပြီး ဆရာဆေးစားတာနဲ့ ညက နှစ်နှစ်ခြိုက်ခြိုက်လည်း အိပ်ပျော်တယ်၊ သွေးတိုးလည်း ကျသွားပြီဆရာ၊ မောတာလည်း မရှိတော့ သလောက်ပဲ။

အဲ ဒူးနာကလေးကတော့ မထူးခြားသေးဘူးဆရာရဲ့နဲ့ ဒါလည်း မကြာခင်ပျောက်သွားမှာပါဟူ၍များ ပြောလိုက် လျှင် ကုသသူဆရာ မည်မျှ စိတ်ချမ်းသာလိုက်ပါနည်းနည်း။

ထိုလူနာမျိုးထံမှ ဆေးဖိုးဝါးခ တစ်ပြားမရလျှင် နေပါစေ၊ ကုသသူဆရာအား စိတ်ချမ်းသာပါစေဟူသော စေတနာပါကြောင်း ထင်ရှားပါသဖြင့် ကျေးဇူးပင် တင်နေဦးမည်ဖြစ်ပါသည်။

ယခုတော့ ထိုသို့မဟုတ်ပါ။ တွေ့လျှင်တွေ့ချင်း ပိဿာလေးနှင့် ဘေးပစ်ဆိုသလို မသက်တာကစပြောတတ်ကြသော လူနာအချို့ကြောင့် မကြာခဏဆိုသလို စိတ်မချမ်းမြေ့ခြင်း ဖြစ်မိရတတ်ပါသည်။ ဤသို့သော လူနာမျိုးကို ကျွန်တော် သတိထားကြည့်မိပါသည်။ ဆေးဖိုးဝါးခ တစ်ပြားတစ်ချပ်သော်မှ လှူဒါန်းမှု မပြုကြဘဲ အခမဲ့ ကုသခံလူနာများသာ အဖြစ်များတတ်ပါသည်။

မှတ်ချက်။ ကျွန်တော်ဆေးခန်းတွင် စမ်းသပ်ခမည်မျှ၊ ကုသခမည်မျှဟု သတ်မှတ်ထားချက်မရှိပါ။

‘စေတနာအလျောက် လှူနိုင်သည်’ ဟူသော စာတန်းပါ အလှူခံပုံးသာ ထားရှိပါသည်။ စေတနာ အလျောက် လှူလိုကလျှင် မလှူလိုက နေနိုင်သည်ဟူသော သဘော ဖြစ်ပါသည်။

(၈) ဆေးခန်းသို့ သားငယ် သမီးငယ် ဘုစုစုတွေ ခေါ်လာတတ်ကြသည် အချို့လူနာများ ရှိတတ်ကြပါသေးသည်။ ဆေးခန်းသို့ ဆေးကုသခံရန် လာသည်ကို အပျော်ခရီးထွက်လာသည်များ ထင်နေ သလား မပြောတတ်ပါ။ အိမ်ရှိသမျှ သားငယ်၊ သမီးငယ်၊ မြေးငယ်၊ ဘုစုစုတွေကို ဆေးခန်းသို့ တစ်ပြုံကြီး ခေါ်လာတတ်ကြ ပါသည်။

ဆေးခန်းသို့ဝင်လာသောကလေးတို့သည် ကလေးပီပီ အငြိမ် မနေကြပါ။ အခြားလူနာတွေ ကြားထဲတွင် ဟိုတက်၊ ဒီတက်၊ ဟိုကိုင်၊ ဒီကိုင် လုပ်တတ်ကြပါသည်။

ဤသည်ကို ကလေးများပိုင်ရှင် လူနာက အပြောအဆို၊ အဟန်အထား လုံးဝမပြု၊ ကြည်ဖြူစွာ လျစ်လျူပြုထားတတ် သည်။ ထို့ကြောင့် တစ်ခါတစ်ရံ လူနာကို ဆေးတောင့်လှည့်၍ ကုသနေသည့် ကျွန်တော်နှင့် လူနာကြားအတင်းဝင်ကာ အဲဒါ ဘာလုပ်တာလဲ ဟင်၊ အဲဒါဘာလုပ်တာလဲ ဟင်ဟု မဖြေမချင်း မေးနေတတ်ကြပါသည်။

ဤမျှသာမက တစ်ခါတစ်ရံ ကျွန်တော်ထိုင်နေသော ဆုံလည် ကုလားကိုပင်လျှင် ဆွဲလှည့်ဆော့ကစားသည်အထိ ကြုံတွေ့ရတတ် ပါသည်။

(၉) ကလေးတွေကို လူနာအဆစ်အဖြစ် ခေါ်လာတတ်ကြသည်

ဈေးဝယ်လျှင်သာ အဆစ်တောင်းတတ်ကြသည်ကို တွေ့ဖူးကြ ပါမည်။ လူနာ အဆစ်တောင်းသည်ဆိုလျှင် ဘာများပါလိမ့်ဟု မေးစရာရှိပါသည်။ ကျွန်တော်၏ ဆေးကုသ သက်တမ်းတစ်လျှောက် အဆစ်လူနာ မြောက်မြားစွာကို ကုသပေးခဲ့ဖူးပါသည်။

အဖြစ်ကို ကျွန်တော်ရှင်းပြပါမည်။ အချို့လူနာများ ကျွန်တော် ထံ ဆေးကုသခံလာရင် ၎င်းတို့၏ သားငယ် သမီးငယ်များကို ခေါ်လာတတ်ကြပါသည်။ ၎င်းတို့ကိုယ်တိုင် ဆေးတောင့်လှည့် ကုသခံပြီးသည်နှင့် တစ်ပြိုင်နက်

'ဆရာရယ်၊ ဒါ ကျွန်မသားကလေး၊ ကျွန်မ သမီးကလေး ပါ။ ကြိုတုန်းမို့ကျွန်မ သားကလေး၊ ကျွန်မသမီးကလေး ရောဂါကင်းရှင်းမှု ရှိမရှိ ဆေးတောင့်နဲ့လှည့်ပြီး စစ်ဆေးပေးပါ ဆရာရယ်' ဟု ပြောပြောဆိုဆို ကလေးအား လူနာတင် ခုတင်ပေါ်တင်၍ ကုသစေခဲ့သည်ကို ကြိမ်ဖန်များစွာ တွေ့ဖူးပါ သည်။

ဤသည်မှာ ဆေးဖိုးဝါးခ၊ ကုသခ တစ်ပြားတစ်ချပ်မျှ ကုန်ကျခံခြင်းမပြုရဘဲ အဆစ်ကုပေးစေသည့်သဘော ဖြစ်ပါသည်။ ဤသည်ကို ကျွန်တော်က အဆစ်ကုပေးရသော လူနာဟု မှတ်ချက် ပြုထားပါသည်။

(ဆရာဝန်ကြီးများ ကျွန်တော့်စာဖတ်မိကြလျှင် ပြီးမိကြမည် ထင်ပါသည်။)

၁၀။ ပုပ်စော်နံ့နေသော ခြေထောက်များ

ကျွန်တော်၏ ဆေးကုသနည်းမှာ လူနာ၏ ခြေချောင်း၊ လက်ချောင်းကလေးများကို ပိုင်နိုင်စွာကိုင်၍ လူနာ၏ ခြေချောင်း လက်ချောင်းကလေးများကြားတွင် သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်ကိုညှပ်ကာ ဖြည်းဖြည်းချင်း လှည့်ပေးရသောနည်း ဖြစ်ပါသည်။

ထို့ကြောင့် ကျွန်တော့်ဆေးခန်းသို့လာလာသမျှ လူနာ အားလုံး၏ ခြေချောင်း လက်ချောင်းကလေးများကို ပိုင်ပိုင် နိုင်နိုင်ကိုင်ကာ ကုသရသောအလုပ်သည် ကျွန်တော်၏ နေ့တစ်နေ့အလုပ် ဖြစ်ပါသည်။

ထို့ကြောင့် တစ်ခါတစ်ရံ မဆီမဆိုင် ဤသို့စဉ်းစားမိပါသည်။ ငါ ဆေးကုသသက် ၁၀ နှစ်ကျော်ကာလအတွင်း လူနာသိန်းကျော် ကုသပြီးပြီ။ ကမ္ဘာမှာ ငါ့လောက် လူနာတွေရဲ့ ခြေချောင်း လက်ချောင်းကလေးတွေကို များများစားစား ကိုင်တွယ်ကုသဖူးသူ ရှိမှ ရှိပါလေဦးမလားဟု ဖြစ်ပါသည်။

တကယ်လည်း ရှိကောင်းမှ ရှိပါမည်။ ထိုသို့သော လူနာများ ထဲတွင် ခြေလက်များကို စင်ကြယ်စွာ ဆေးကြောလာသူများရှိသကဲ့သို့ ခြေလက်များကို လုံးဝဆေးကြောမလာသူများလည်း ပါလာတတ် ပါသည်။

ကျွန်တော့်ကုထုံးကလည်း ဆန်းသစ်နေသည်မို့ ပထမနေ့တွင် ခြေလက်များကို စင်ကြယ်အောင်ဆေးကြောမလာခြင်းကို ကျွန်တော် မည်သို့မျှ သဘောမထားပါ။

'ဪ ငါ့ကုထုံးကလည်း အဆန်းဆိုတော့ မသိရှာလို့ ခြေလက်တွေကို ဆေးကြောမလာခဲ့ပေတာပဲ' ဟု သဘောထားကာ နံစော်နေသော ခြေလက်တို့ကို ပယ်ပယ်နယ်နယ်ကိုင်၍ ကုသပေးခဲ့ ပါသည်။

အချို့လူနာများနှင့် လူနာရှင်များမှာမူ စိတ်မရှည်နိုင်လောက် အောင် အသိတရားနည်းပါးလွန်းကြပါသည်။ အထူးသဖြင့် လေဖြတ် ထားသော နာတာရှည်လူနာများဖြစ်ကြပါသည်။ ဒုတိယနေ့တွင်လည်း ပုပ်စော်နံ့နေသော ထိုခြေထောက်များကို ဆေးကြောသန့်စင်ခြင်း ပြုမလာကြပြန်ပါ။



ထိုလူနာ၏ ခြေထောက်မှ အပုပ်နံ့များ ကျွန်တော်လက်တွင် စွဲကျန်ခဲ့သဖြင့် အော်ဂလီဆန်ကာ ပျို့အန်မတတ်ဖြစ်ခဲ့ရသည့် အကြိမ်ပေါင်းမှာလည်း မနည်းလှတော့ပါ။

ပုပ်စော်နံ့စွဲကျန်ခဲ့သည့် ကျွန်တော်လက်များကို ဆပ်ပြာနှင့် အကြိမ်ကြိမ် ဆေးကြောသည့်တိုင် သန့်စင်ပြီဟု မထင်ပါသဖြင့် မြန်မာပီပီ ထမင်းကို လက်ဖြင့် ပိုင်နိုင်စွာ နယ်ဖတ်စားလိုပါလျက် လက်ဖြင့်မစားတော့ဘဲ ဇွန်းခက်ရင်းဖြင့် စားခဲ့ရသည်မှာ ၁၉၈၅ ခုနှစ် ကျွန်တော် ဆေးစတင်ကုသစဉ်ကပင် ဖြစ်ပါသည်။

(၁၁) နှာချေ၊ ချောင်းဆိုး၊ လေချဉ်တက် ဆရာအနေခက်

ကျွန်တော်တို့မြန်မာအများစုတွင် ကျန်းမာရေးနှင့် ပတ်သက်၍ သတိမူစရာ၊ ရှောင်ကြဉ်စရာကလေးများကို သတိမမူမိဘဲ၊ မရှောင်ကြဉ်ဘဲ အမှတ်မတင်ပြုလုပ်မိသည်များ ရှိတတ်ပါသည်။ အသေးအဖွဲကလေးတွေပါဟု ဆိုလိုချင်က ဆိုလိုနိုင်သော်လည်း သတိမူသူများအဖို့တော့ အသေးအဖွဲကလေးဟု မမှတ်ယူမိတတ်ပါ။

အဆိုပါကိစ္စမှာ လူပုံအလယ်တွင် နှာချေခြင်း၊ ချောင်းဆိုးခြင်း၊ လေချဉ်တက်ခြင်း၊ ပြုရာတွင် လက်ကိုင်ပဝါသုံး၍ ကာကွယ်ခြင်း၊ မိမိရှေ့တွင် တခြားသူတစ်ဦးဦး ရှိနေလျှင်သော်လည်းကောင်း၊ စားသောက်ဖွယ်များ ရှိနေလျှင်သော်လည်းကောင်း တစ်ဖက်သို့ လှည့်လျက် လက်ကိုင်ပဝါမပါသည့်တိုင် မိမိလက်ဝါးကို အကာအကွယ်ပြုကာ နှာချေခြင်း၊ ချောင်းဆိုးခြင်း၊ လေချဉ်တက်ခြင်း စသည့်အမှုတို့ကို ပြုသင့်ကြပါသည်။

အချို့သော လူနာများမှာ ဤကိစ္စကို အသေးအဖွဲကလေးပဲဟု ယူဆလေသလား မပြောတတ်၊ အကာအကွယ်လုံးဝ မပြုကြဘဲ နှာချေခြင်း၊ ချောင်းဆိုးခြင်း၊ လေချဉ်တက်ခြင်း အမှုတို့ကို အကာအကွယ်မဲ့ လွတ်လွတ်ကျွတ်ကျွတ်ကြီးပင် အားရပါးရ ပြုတတ်ကြပါသည်။

ကုသခံလူနာနှင့် ကုသသူ ကျွန်တော်တို့မှာ တစ်ဦးမျက်နှာနှင့် တစ်ဦးမျက်နှာ ဝေးကွာလှသည် မဟုတ်ပေရာ လူနာပါးစပ်မှ ထွက်လာသော တံတွေးနှင့်တကွ ချဉ်စူးစူးအနံ့တို့သည် ကျွန်တော် မျက်နှာဆီသို့ အလုံးအရင်းဖြင့် စုပြုံဝင်လာတတ်ပါသည်။

ဤသို့သော အဖြစ်မျိုးမှာ အလွန်အင်မတန် လူနည်းစုမို့သာ တော်တော့သည်။ လူများစုဖြစ်လျှင် ခက်ရချည့်ရဲ့ဟု တွေးရင်း ပြီးမိရပါသည်။ ဤအဖြစ်ကို လူနာများ သတိမူစရာ၊ ဆင်ခြင်စရာ အချက်တစ်ခုအဖြစ် တင်ပြခြင်းဖြစ်ပါသည်။

(၁၂) ဆရာကြီးမရှိဘူးလား၊ အနှိပ်ခံချင်လို့ပါတဲ့

စိတ်ဆိုးရအခက် အောင့်သက်သက်နှင့် ကျွန်တော်အတွက် အတော်အခံရခက်သော မေးခွန်းဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်တော်သည် လူနာများကို ဆေးကုသရာတွင် သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်ကို လူနာများ၏ ခြေချောင်း၊ လက်ချောင်းကလေးများ ကြားတွင် ညှပ်၍ ဖြည်းဖြည်းချင်း လှည့်ပေးခြင်းသာ ဖြစ်ပါသည်။

မြန်မာအနှိပ်သည်များလို လူနာ၏ တစ်ကိုယ်လုံး ခြေဆုံးခေါင်းဆုံး ဆုပ်နယ်၍ နင်းနှိပ်ချိုးဖွဲပေးခြင်း မဟုတ်ပါ။ အကြောင်းမသိသူ လူနာအချို့က ကျွန်တော်ကို အနှိပ်သည်များ ထင်နေသဖြင့်

မသိပါ။ ဆရာကြီး မရှိဘူးလား၊ အနှိပ်ခံချင်လို့ပါဟု ခပ်ကျယ်ကျယ် ကလေးအော်ကာ အိမ်တံခါးကိုပုတ်၍ ပြောလေ့ပြောထ ရှိတတ်ပါ သည်။

ကျွန်တော်ကိုယ်တိုင်နှင့် ပက်ပင်းတွေ့လျှင်မူ ကြားရချက်ကို အောင့်သက်သက်ပင် ဖြစ်မိသော်လည်း လူကြီးပီပီ 'သော် သူ့ခမျာ အပြောမတတ်လို့ပေပဲ' ဟု သဘောထားနိုင်ခဲ့သော်လည်း ကျွန်တော့် ဇနီးနှင့် သားသမီးတို့ကမူ ဤအမေးမျိုးကို မခံမရပ်နိုင်အောင် အခံရခက်လှသည်ဟု ဆိုကြပါသည်။

ထို့ကြောင့် ဆရာကြီး မရှိဘူးလား၊ အနှိပ်ခံချင်လို့ဟု ပြော လာသည့် လူနာနှင့် ကြုံရလျှင် ဇနီးသည်ဖြစ်သူက ဆရာကြီးရှိပါသည်။ ဘယ်အချိန်က ဘယ်အချိန်အထိ ဆရာကြီးနှင့် တွေ့နိုင်ပါသည်။

ဒါပေမယ့် ဆရာကြီးဟာ အနှိပ်သည်မဟုတ်လို့ လူနာကိုတော့ နှိပ်မပေးပါဘူး။ ဆေးတောင့်နဲ့ ခြေကြား လက်ကြားကလေးတွေကို လှည့်ပေးတာပါဟု ပြောတတ်ပါသည်။

အသက်အရွယ်ငယ်ရွယ်သော သားသမီးများကမူ သူတို့၏ ဖခင်ကို အနှိပ်သည်ဟု ခေါ်ရကောင်းလားဟု ကျွဲမြီးတိုကာ 'ဒါ အနှိပ်သည်အိမ်လဲ မဟုတ်ဘူး၊ အနှိပ်သည် ဆရာကြီးဆိုတာလဲ ဒီအိမ်မှာ မရှိဘူး' ဟုဆိုကာ တံခါးကိုဖွင့်မပေးဘဲ ထားတတ်ကြပါသည်။

ပို၍ဆိုးသည်မှာ ကျွန်တော်၏ ကုသမှုကို တစ်ကြိမ်တစ်ခါမျှ မခံဖူးသူက နှိပ်သည်ဟူသောစကားကို သုံးလျှင် အပြစ်မဆိုသာပါ။

အချို့မှာ ကျွန်တော်၏ သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်ဖြင့် ကုသမှုကို အကြိမ်များစွာ ခံယူပြီးသူ ဖြစ်ပါလျက်

'ဆရာရေ၊ ဆရာနဲ့ အနှိပ်မခံရတာ ရက်အတော်ကြာ ပြတ်သွား လို့ အကြောတွေ ပြန်တက်နေတာနဲ့ ဆရာ့ အနှိပ်ခံရအောင် လာရ ပြန်ပြီ ဆရာရေ' ဟူ၍လည်းကောင်း။

'မနေ့က ဆရာ နှိပ်ပေးလိုက်တာ အကြောတွေ လျော့သွားပြီ၊ သိသိသာသာကြီးကို နေကောင်းသွားတာပဲ'

ဟူ၍လည်းကောင်း ပြောသံကြားရတိုင်း အောင့်သက်သက် ဖြင့် အတော်အခံရခက်သော ဝေဒနာကို ခံစားရဘိသို့ ရှိခဲ့ပါသည်။

(၁၃) အသေးအဖွဲ့ကလေးတွေပါ ဆိုသည့်တိုင်အောင် စိတ်အနှောင့်အယှက်တော့ ဖြစ်မိရပါသည်

ကုသသူဆရာ၏ တာဝန်မှာ အနာနှင့်ဆေး တည့်အောင်ပေး ကာ လူနာ၏ ရောဂါပျောက်ကင်းအောင် ကုသရေးဖြစ်၍ ကုသခံ လူနာ၏ တာဝန်မှာ ဆရာက သင့်သည်ထင်၍ ပေးလာသောဆေးဝါး တို့ကို ဆရာညွှန်ကြားသည့်အတိုင်း လိုက်နာသောက်သုံးရေးပင် ဖြစ်ပါသည်။ ဆရာညွှန်ကြားသည့်အတိုင်း လိုက်နာလုပ်ဆောင်မှု မပြုလိုပါက မူလကပင် ထိုဆရာထံလာရန် မလိုပါပေ။

သို့သည့်တိုင် အောက်ပါ ဖြစ်ရပ်မျိုးကလေးများကို မကြာခဏ ကြုံတွေ့ရတတ်သဖြင့် စိတ်ကသိကအောက် ဖြစ်ခဲ့ရသည့်အချိန်မှာ မနည်းလှတော့ပါ။

ဥပမာ (က) ဆရာဖြစ်သူကျွန်တော်က လူနာ၏ အခြေအနေကို ကြည့်၍ လေဖြတ်အုံ့ဆဲဆဲ အခြေအနေကိုတွေ့ရသောကြောင့် နံနက် အစောကြီးနှင့် ညနေနေစောင်းမှရေမချိုးရန် အလေးအနက် မှာကြား သောအခါ လူနာဖြစ်သူက

'ဆရာရယ်၊ ကျွန်မက စက်ရုံ အလုပ်သမားပါ။ စက်ရုံကို နံနက် ၇ နာရီအရောက် သွားရပြီး ညနေ ၅ နာရီမှ အလုပ်ဆင်း ရပါတယ်။ ဒီတော့ စက်ရုံအမိ နံနက် ၅ နာရီတစ်ကြိမ်၊ စက်ရုံကအပြန် ညနေ ၆ နာရီခွဲ၊ ၇ နာရီလောက်မှဖြစ်စေ တစ်နေ့နှစ်ကြိမ်တော့ ချိုးမှ ဖြစ်ပါမယ်။

'အဲဒီ ရေမချိုးရဆိုတဲ့ကိစ္စက အတော်ကလေးကို လိုက်နာဖို့ ခက်ပါတယ်' ဟူ၍လည်းကောင်း၊

(ခ) အလားတူပင် တစ်ကိုယ်လုံး ကိုက်ခဲနေပါသည်ဆိုသော လူနာအား အကိုက်အခဲ သက်သာစေရန် ဇေယျသဒ္ဓါလိမ်းဆေးကို တစ်နေ့လျှင် အနည်းဆုံးနှစ်ကြိမ်ခန့်မျှ လိမ်းရန်၊ (အထူးသဖြင့်) နံနက်စောစောအိပ်ရာထနှင့် ညအိပ်ရာဝင်တွင်မဖြစ်မနေ ပိုင်နိုင်စွာ လိမ်းရန် ပြောကြားသောအခါ

'နံနက်စောစော အလုပ်ဆင်းရသဖြင့် လိမ်းချိန်မရ ပျဉ်း လည်းကောင်း၊

ညအိပ်ရာဝင် လိမ်းရန်ဆိုရာမှာလည်း

'ဆရာဆေးက ရေနံဆီပါသဖြင့် အတူတူအိပ်ရာသူကို အားနာ သောကြောင့် မလိမ်းဖြစ်ပါ' ဟူ၍လည်းကောင်း၊

(ဂ) 'ကျွန်မက အင်္ဂလိပ်ဆေးတွေ နှစ်နဲ့ချီပြီး စားနေရတော့ ဆရာ သောက်ဆေးနဲ့ တည့်ပါ့မလား' ဟူ၍လည်းကောင်း၊

(ဃ) 'မြန်မာဆေးတွေက နံသည်၊ ချိုချိုလို့မရ၊ ဒါကြောင့် သောက်ဆေး မသောက်ဘဲ ဆေးတောင့်လှည့်တာကိုပဲ ခံလိုသည်' ဟူ၍လည်းကောင်း၊

(င) 'ဆေးတောင့်နဲ့ လှည့်တာ နာလို့မခံနိုင်၊ တော်ပြီ သောက်ဆေး လိမ်းဆေးပဲ ယူလိုသည်' ဟူ၍ လည်းကောင်း၊

(စ) ချုပ်စာများဖြစ်သော လက်ဖက်နှင့် လက်ဖက်ရည်တို့ကို မစားမသောက်ရန် မှာကြားသောအခါ

'လက်ဖက်နှင့် လက်ဖက်ရည်တော့ မဖြတ်နိုင်' ဟူ၍ လည်း ကောင်း၊

(ဆ) ကျွန်တော်၏ ဆေးခန်း တနင်္ဂနွေနေ့ပိတ်သည်ကို သိပါလျက် နှင့်

'ကျွန်မတို့ ဈေးကလည်း တနင်္ဂနွေ တစ်ရက်တည်းသာ ပိတ်တာမို့ တနင်္ဂနွေနေ့ ဆရာထံလာလိုပါတယ်၊ ကုမပေးနိုင်ဘူးလား'

(ဇ) 'ကျွန်မ ယောက်ျားက ဆရာဆီလာဖို့ အချိန်မအားလို့ ကျွန်မ ယောက်ျားအားတဲ့အချိန် ကျွန်မအိမ်လာပြီး ဆရာ ကျွန်မ သွားကျိပ်ကို လာရောက်ကုသပေးစေလိုပါသည်' ဟူ၍လည်းကောင်း၊

(ဈ) ကလေးက ဇက်ကြောဆွဲဆွဲနေသဖြင့် ကျွန်တော်၏ ဆေးခန်း သို့ ဆေးကုသမှုခံယူရန် လာခေါ်သည်။ ကျွန်တော့်ဆေးခန်းသို့ ရောက်ကာမှ ကလေးက ကားပေါ်မှ မဆင်းလို၊ ခေါ်မရဖြစ်နေသည်။

ကလေးဟုဆိုသော်လည်း အသက်က ငယ်လှသည်မဟုတ်။ ၁၂ နှစ်သား ဖြစ်သည်။ သားကို ရအောင်ခေါ်မလာဘဲ သူ့သားကိုခေါ်မရ၍ ကျွန်တော့်အား သူ့သားရှိရာ ကားပေါ်သို့တက်၍ ကုသပေးရန်ပူဆာသည် မိဘမျိုးကိုလည်း တွေ့ရဖူးပါသည်။

'ကျွန်တော်သာ တိုင်းရင်းဆေးဆရာမဟုတ်ဘဲ ဆရာဝန် ဘစ်ဦး ဆိုပါလျှင် ဤသို့ ပြောဝံ့ပါမည်လား'

(ည) ကျွန်တော်သည် အချိန်ပိုများစွာ မပေးနိုင်ပါသဖြင့် လူနာ အိမ်သို့ သွားရောက် ကုသရမည့်အလုပ်ကို တတ်နိုင်သမျှ ရှောင်ပါသည်။

သို့ရာတွင် ရံဖန်ရံခါ မလွဲသာလျှင် လိုက်ပါကုသရလေ့ ရှိပါသည်။ အချို့လူနာရှင်များမှာ အားနာစရာကောင်းလောက်အောင် အသိတရားရှိကြသော်လည်း အချို့မှာမူ စိတ်ပျက်စရာကောင်းလောက်အောင် အသိတရား နည်းပါးတတ်ကြပါသည်။

ကြည့်ပါလော့။ ကျွန်တော့်အား မရမကပူဆာသဖြင့် လူနာ အိမ်သို့ လိုက်ပါရန် ကျွန်တော် ကားပေါ်ရောက်ပြီးကာမှ 'ပစ္စည်းကလေးဝယ်စရာရှိလို့ ဆရာ ခဏနော်' ဟု ဆိုကာ ဈေးဝင်ဝယ်သည်။ နာရီဝက်သာသာကြာသည်။

အပြန်တွင် 'တစ်လက်စတည်း အလုပ်ကလေးပြီးသွားအောင် လို့ ဆရာ ခဏနော်' ဟု ပြောပြောဆိုဆို ကားတံခါးဖွင့်ဆင်းသွားကာ အလုပ်တိုက်တစ်ခုသို့ ဝင်နေလိုက်သည်မှာ တစ်နာရီနီးပါးကြာသည်။ ကျွန်တော်ကတော့ ယာဉ်မောင်းနှင့်အတူ ကားပေါ်တွင် ငုတ်တုတ်။

အိမ်က ဆေးခန်းမှာ လူနာတွေကလည်း စောင့်လှရောမည်။ တစ်ခါတစ်ရံ ဘယ်နေ့ ဘယ်ရက်ဘယ်အချိန် လူနာအိမ်ကို လိုက်ကြည့်ပေးပါဆရာရယ်' ဟု အတန်တန် မေတ္တာရပ်ခံသဖြင့် အခြားအစီအစဉ်များကိုဖျက်ကာ လာကြိုမည့်ကားကို အသင့်ပြင်၍ စောင့်နေမိသည်။

ကြိုတင်အကြောင်းကြားခြင်းလည်း မရှိဘဲ အချိန်ကပ်ပြီးမှ ကားအဆင်မပြေသဖြင့် ဒီနေ့ လာမခေါ်ဖြစ်တာကို ခွင့်လွှတ်ပါဆရာဟု လွယ်လွယ်ကလေး ပြောတတ်ကြသည်။ ဤအဖြစ်မျိုးကိုလည်း ဆရာဝန်ကြီးများ တွေ့ကြုံဖူးကြမည် မဟုတ်ပါ။

စိတ်ထဲတွင် ကသိကအောက်ဖြစ်ခဲ့ရသည့် အတွေ့အကြုံကလေးများကို မှတ်မိသရွေ့ ရင်ဖွင့်လိုက်ရပြီ ဖြစ်သဖြင့် အတန်အသင့်တော့ ရင်ထဲတွင် ပေါ့သွားသလို ခံစားရပါသည်။

ဖြစ်သင့်သည်ကတော့ တွေ့ကြုံသမျှအကြောင်း အကောင်းချည်းပဲဟု သဘောထားနိုင်လျှင် စိတ်အချမ်းသာဆုံး ဖြစ်ပါသည်။

စိတ်ချမ်းသာမှု ရရှိစေရန် ယခုတော့ ကျွန်တော် အောက်ပါ စနစ်ကလေးကိုလက်တွေ့ကျင့်သုံးနေပါသည်။ အောင်လည်းအောင်မြင်ပါသည်။

ကျွန်တော့်လိုပဲ လက်တွေ့ကျင့်သုံးကြည့်ကြပါရန် နက္ခတ္တရောင်ခြည် စာဖတ်ပရိသတ်အား တိုက်တွန်းလိုပါသည်။ ကျွန်တော်၏ စနစ်ကလေးမှာ

'ဒီနေ့ ငါ ဒေါသထွက်စေရ' ဟူ၍ ဖြစ်ပါသည်။

(၁၄) ကျွန်တော်၏ ဆေးခန်းကို နေ့စဉ် နံနက် ၇ နာရီမှ ၁၀ နာရီအထိနှင့် ညနေ ၃ နာရီမှ ၆ နာရီထိ ဖွင့်ထားပါသည်။ နံနက် ၇ နာရီဆိုသည့်တိုင် ၇ နာရီထိုးအောင် နေလေ့မရှိပါ။ စော့ဖွင့်ခဲ့သည်သာ များပါသည်။

ဆေးခန်းကို အချိန်မီဖွင့်နိုင်ရေးအတွက် ညပိုင်း၌ မည်မျှ ညဉ့်နက်သည်ဖြစ်စေ နံနက်စောစောထကာ ဘုရားရှိခိုး၊ ပုတီးစိပ်၊ မေတ္တာပို့အလုပ်ကို နေ့စဉ်ဝတ်မပျက်ဆောင်ရွက်ခဲ့သည်မှာ နှစ်ပေါင်းအတန်ကြာခဲ့ပြီ ဖြစ်ပါသည်။

ယခုသော် ဘုရားရှိခိုး၊ ပုတီးစိပ်၊ မေတ္တာပို့ပြီးသည်နှင့် တစ်ပြိုင်နက် အဓိဋ္ဌာန်တစ်ခုကို ချမှတ်လေ့ရှိပါသည်။ ထိုအဓိဋ္ဌာန်မှာ



'ဒီနေ့ ဘယ်မျှ ဒေါသထွက်စရာကောင်းသည့် ကိစ္စနှင့် ကြုံရသည်ဖြစ်စေ ငါ ဒေါသထွက်' ဟူသော အဓိဋ္ဌာန်ဖြစ်ပါသည်။

ထိုအဓိဋ္ဌာန်ကို ကျွန်တော်တတ်နိုင်သမျှ ခိုင်မြဲအောင် ထိန်းပါသည်။ ထိန်းနိုင်သည်နှင့်အမျှ စိတ်ချမ်းသာမှုလည်း ရပါသည်။ စာဖတ်ပရိသတ်များ ကျွန်တော့်နည်းကလေးကို စမ်းကြည့်ကြစေချင်ပါသည်။

တိုင်းရင်းဆေးဆရာဘဝ၏ ဝမ်းနည်းစရာ၊ စိတ်မချမ်းသာစရာ ဒေါသထွက်စရာကလေးများကို ရေးသားဖော်ပြပြီးနောက် တိုင်းရင်းဆေးဆရာဘဝ၏ ဂုဏ်ယူစရာ၊ ပီတိဖြစ်စရာ ဝမ်းသာစရာ တကယ့် ဖြစ်ရပ်ကလေးများကို ကျွန်တော် ဆက်လက်ဖော်ပြပါဦးမည်။

(၁၅) မြန်မာ့ဆေးနှင့် မြန်မာဆရာများကို မြန်မာတွေက အထင်သေးကြဆဲဖြစ်သည့်တိုင် နိုင်ငံခြားသားများက လေးစားလာကြပါပြီ

ကြားလို၍တော့ မဟုတ်ပါ။ ကြားစရာလည်း မလိုပါ။ စကားကြို၍ ပြောပြခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ကျွန်တော်သည် ပညာရေးနှင့် တိုင်းရင်းဆေးတို့ အကြောင်းပြု၍ နိုင်ငံအတော်များများသို့ ရောက်ခဲ့ရဖူးပါသည်။

အနောက်ဘက်သို့ဆိုပါလျှင် အိန္ဒိယ၊ ဆွစ်ဇာလန်၊ ပြင်သစ်၊ အီတလီ၊ အနောက်ဂျာမနီမှသည် မြောက်အမေရိကအထိလည်းကောင်း၊ အရှေ့ဘက်သို့ဆိုပါလျှင် ထိုင်းနိုင်ငံ၊ မလေးရှားနိုင်ငံ၊ ပီနီကျန်း၊ ဗီယက်နမ်နှင့် ဟောင်ကောင်မှသည် ဂျပန်အထိလည်းကောင်း ရောက်ဖူးခဲ့ပါသည်။

ရောက်ဖူးသမျှ တိုင်းပြည်တိုင်းမှ နိုင်ငံခြားသား လူနာများသည် မြန်မာ့တိုင်းရင်းဆေးကို အထူးယုံကြည်လေးစားကြသလို ကျွန်တော့်ကိုလည်း အထူးယုံကြည်လေးစား အားထားကြပါသည်။

ကျွန်တော်ကလည်း အတုံ့အပြန်သဘောဖြင့် အထူး မေတ္တာထားကာ ကုသခဲ့ရာ ကျွန်တော်ကိုယ်တိုင် တအံ့တဩ ဖြစ်ရလောက်အောင် ရောဂါများ ပျောက်ကင်းမှု လျင်မြန်လှသည်ကို တွေ့ရပါသည်။

သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်က နိုင်ငံခြားသားတွေမို့ ပိုမိုအစွမ်းပြလေသလား (သို့မဟုတ်) ခေတ်စကားဖြင့်ပြောရလျှင် ဉာဉ်ကောင်းသည်ဟု ဆိုရလေမလားဟု မသိ၊ ပို၍ လျင်လျင်မြန်မြန် ပျောက်ကင်းအောင် သတ္တိပြတတ်ပါသည်။

ကျွန်တော် တစ်ခါက ဆွစ်ဇာလန်နိုင်ငံ ဇူးရစ်(ချ်)မြို့သို့ ရောက်ရှိခိုက် ဆွစ်နိုင်ငံသူပျိုဖြူတစ်ဦးကို ၁၅ မိနစ်အတွင်း ခြေထောက်အကောင်းပကတိဖြစ်လာအောင် ကုသနိုင်ခဲ့ပုံကို ရေးသား ခဲ့ဖူးပါသည်။

ထိုအမျိုးသမီးကို ကုသခဲ့စဉ်က ယနေ့နိုင်ငံခေါင်းဆောင်အတော်များများလည်း အနီးတွင် ရှိနေခဲ့ပါသည်။

အလားတူပင် ကျွန်တော်တို့အဖွဲ့ ဆွစ်ဇာလန်နိုင်ငံ ဇူးရစ်(ချ်)မြို့၌ ရှိနေကြခိုက် အနောက်ဂျာမနီမှလူနာအချို့ နေ့စဉ် နေ့ချင်းပြန်လေယာဉ်ဖြင့်လာ၍ ကျွန်တော်၏ ကုသမှုကို ခံယူခဲ့ကြသလို ကျွန်တော်ရှိရာ မြန်မာနိုင်ငံသို့လိုက်လာ၍ အင်းယားလိတ်ဟိုတယ်တွင် တည်းခိုကာ ကျွန်တော်၏ ကုသမှုကို ခံယူခဲ့ကြသည်များလည်း ရှိပါသည်။

အလားတူပင် ကျွန်တော်တို့အဖွဲ့ အမေရိကမှ ပြန်လာကြသောအခါ အမေရိကမှ လူနာအချို့ မြန်မာပြည်သို့လိုက်ပါ

လာကြလျက် အင်းယားလိတ် ဟိုတယ်တွင် တည်းခိုကာ ကျွန်တော်၏ ကုသမှုကို ခံယူခဲ့ဖူးပါသည်။

ထို့အတူ မြန်မာနိုင်ငံရှိ နိုင်ငံခြား သံအမတ်ကြီးများနှင့် သံရုံးအဖွဲ့ဝင် ပုဂ္ဂိုလ်အတော်များများသည် ကျွန်တော်၏ ကုသမှုကို လေးစားယုံကြည်စွာ ခံယူခဲ့ကြသည့်အပြင် နိုင်ငံခြားတိုင်းပြည်အချို့မှ ပင့်ခေါ်သဖြင့် ကျွန်တော်ကိုယ်တိုင် နိုင်ငံခြားသို့ သွားရောက်ကာ ကုသပေးခဲ့ရခြင်းများလည်း ရှိခဲ့ပါသည်။

ကုသခံ နိုင်ငံခြားသား လူနာများနှင့်တကွ လူနာရှင်များကပါ ကျွန်တော့်အပေါ် အထူးရိုသေလေးစား အားထားယုံကြည်ကြသဖြင့် မြန်မာ့တိုင်းရင်းဆေးလောကအတွက် ပီတိဖြစ်မဆုံး၊ ဂုဏ်ယူမဆုံး၊ ဖြစ်ခဲ့ရသည်မှာ ကြိမ်ဖန်များစွာဖြစ်ပါသည်။

မြန်မာပြည်တွင်းမှာနေ၊ မြန်မာနိုင်ငံသား ဖြစ်ပါလျက် မြန်မာ့တိုင်းရင်းဆေးကို အထင်သေးနေကြဆဲဖြစ်သည့် လူနာအချို့ကို ပြစမ်းချင်ပါဘိတော့သည်။

ဤအဖြစ်မျိုးတွေ တွေ့ကြုံရပြန်တော့လည်း တိုင်းရင်းဆေးအတွက် တအားတက်မိရပြန်သည်။ လောကခံရဲ့ ရိုက်ခတ်မှုဒဏ်ကို မခံနိုင်သေးပါကလားဟုလည်း မိမိကိုယ်မိမိ သံဝေဂတရား ပွားမိရပြန်ပါသည်။

(၁၆) လူနာ ၁၀၀ တွင် ၈၀ ကျော်သော လူနာများက ရိုသေစွာ ကန်တော့ကြသည်

ကျွန်တော်သည် ပညာရေးဌာနတွင် အထက်တန်းကျောင်းအုပ်ကြီး အဖြစ်လည်းကောင်း၊ ဆရာအတတ်သင် ကျောင်းအုပ်ကြီးအဖြစ်လည်းကောင်း၊ နှစ်ပေါင်းများစွာ အမှုထမ်းခဲ့ဖူးသူဖြစ်ရာ ထောင်ပေါင်း

များစွာသော တပည့်ကျောင်းသား ကျောင်းသူများ၏ အကန်တော့ကို ကြိမ်ဖန်များစွာ ခံယူခဲ့ဖူးပါသည်။

ပီတိလည်းဖြစ်၊ ဂုဏ်လည်းယူခဲ့မိပါသည်။ ယခု ကျွန်တော်တိုင်းရင်းဆေးဆရာဖြစ်လာပြန်သောအခါ ကျွန်တော့်ထံ လာရောက်ကုသမှုခံယူကြသည့် လူနာအားလုံး၏ ၈၀ ရာခိုင်နှုန်းထက် မလျော့သော လူနာများတို့သည် ကျွန်တော့်အား ရိုသေစွာ ကန်တော့ပြီးမှ ပြန်တတ်ကြပါသည်။

ပီတိဖြစ်ရပါလေစွ၊ ဂုဏ်ယူမိရပါလေစွ။ တပည့်ကျောင်းသား ကျောင်းသူများနှင့် လူနာများ၏ ကန်တော့မှုသည် အသွင်သဏ္ဍာန်အားဖြင့် တူညီသယောင်ရှိသည်တိုင် အနှစ်သာရအားဖြင့်တော့ ကွာခြားမှု ရှိနိုင်သည်ဟု ယူဆပါသည်။

ကျောင်းအုပ်ကြီးဘဝက ကျောင်းသား ကျောင်းသူများ၏ အကန်တော့ခံယူရမှုသည် မြန်မာ့ယဉ်ကျေးမှုအစဉ်အလာ ပူဇာစပူဇာနေယျာန်ဟူသော စကားနှင့်အညီ ဆောင်ရွက်သင့် ဆောင်ရွက်ထိုက်၍ ဆောင်ရွက်ရသော လုပ်ငန်းဖြစ်ရာ ကုသမှုခံယူပြီးတိုင်း ဝတ္တရားမပျက် နေ့စဉ်ရိုသေစွာထိုင်၍ စိတ်ရောကိုယ်ပါ ဂါရဝတရားထားကာ ရိုကျိုးစွာ ကန်တော့သွားကြသော လူနာများ၏ စေတနာနှင့် အနှစ်သာရအားဖြင့် အကွာခြားကြီး ကွာခြားလှသည်ဟု ကျွန်တော်ယူဆပါသည်။

ဤသို့သောဖြစ်ရပ်များနှင့် တွေ့ကြုံရပြန်သောအခါ အထက်တန်းကျွန်တော် တင်ပြခဲ့သည့် ဝမ်းနည်းစရာ၊ စိတ်မချမ်းသာစရာ၊ ဒေါသဖြစ်စရာကလေးများတို့သည် လေအပင့်တွင် ကြွေလွင့်ရန်ရှိသည်။

ရော်ရွက်ဝါများပမာ ခံစားချက် စိတ်အစဉ်မှ လွင့်စဉ်ပပျောက်ကုန်ကြ ပြန်ပါလေသည်။

လွင့်စဉ်လျှင်လည်း လွင့်စဉ် ပပျောက်ထိုက်ပါပေသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ကျွန်တော်ထံ နေ့စဉ် ဆေးကုသခံ လာရောက်ကြသည့် လူနာ ၁၀၀၊ ၁၅၀ ခန့်အနက် လူနာ နှစ်ဦး သုံးဦးလောက်သာလျှင် မထိမဲ့မြင်အမှုအရာမျိုး ရှိတတ် ကြလျက် ကျန် ၁၀၀ ကျော်သော လူနာတို့မှာ ရိုသေစွာဖြင့် ထိုင်၍ပင် ရှိခိုးကန်တော့သွားတတ်ကြပါသည်။

သို့ဖြစ်၍ မထိမဲ့မြင်ပြုသူနှင့် ရိုသေကိုင်ရှိုင်းသူ၏ အရည် အတွက် ပမာဏမှာ မနှိုင်းယှဉ်သာအောင် ကွာခြားလှပြီဖြစ်ပါသည်။ ဤသို့ တွေးမိပြန်တော့လည်း တိုင်းရင်းဆေးဆရာဘဝ ခံယူရသည်ကို ဝမ်းသာပီတိ ဖြစ်မိရပြန်ပါသည်။

(၁၇) ပိုးသူတော်လဲလျှင် တောင်ငှေးမထူနိုင်ဖြစ်တော့မည်

ဂုဏ်ယူစရာဖြစ်ရပ်ကလေးတစ်ခုကို တင်ပြပါဦးမည်။ ပြောလျှင် အချို့ ယုံကြည်ကောင်းမှ ယုံကြည်ကြပါမည်။ မြန်မာ ပြည်တွင် နေရာအတော်များများ၌ အနောက်တိုင်းဆရာဝန်များ ဆေးခန်းနှင့် မြန်မာတိုင်းရင်းဆေးဆရာများဆေးခန်း စသည်ဖြင့် ဆေးခန်းအတော်များများ ဖွင့်လှစ်ထားကြပါသည်။

အချို့ဆေးခန်းများမှာ လူနာမလာသဖြင့် တွက်ချေမကိုက်သော ကြောင့် ပိတ်ပစ်လိုက်ရသော ဆေးခန်းများလည်း ရှိတတ်ပါသည်။

အထူးသဖြင့် အနောက်တိုင်း အထူးကု ဆရာဝန်ကြီးများနှင့် သမားတော်ကြီးများ ကြီးမှူးဖွင့်လှစ်သော ဆေးခန်းများရှိရာ ရန်ကုန်

မြို့တော်၏ ဗဟိုအချက်အချာ ရွှေဘုံသာလမ်းဆိုပါလျှင် တော်တော် တန်တန် ဆရာ မတိုးနိုင်ပါ။

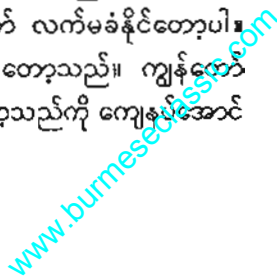
ကျွန်တော်သည် ရန်ကုန်မြို့၏ ဗဟိုအချက်အချာဖြစ်သော ရွှေဘုံသာလမ်း အလယ်ဘလောက်၌ ဖွင့်လှစ်ခဲ့သည့် ဖက်စပ် (၈) ကော်ပိုရေးရှင်း၏ တိုင်းရင်းဆေးကုခန်းတွင် ဆေးခန်း စတင်ဖွင့်လှစ်ခဲ့သော ၁၉၉၃ ခုနှစ်၊ အောက်တိုဘာလ ၇ ရက်မှ ၁၉၉၄ ခုနှစ်၊ ဒီဇင်ဘာလကုန်ထိ တစ်နှစ်နှင့် သုံးလ နီးပါးမျှ ထိုင်ခဲ့ဖူးပါသည်။

ပထမတွင် ကျွန်တော်သည် တစ်ပတ်လျှင် သုံးရက်ဖြင့် (တနင်္လာ၊ ဗုဒ္ဓဟူးနှင့် သောကြာ) နေ့တိုင်းနေ့စဉ် နေ့လယ် ၁ နာရီ မှ ညနေ ၅ နာရီထိ ထိုင်ပါသည်။ လူနာကိုလည်း ကြိုတင်စာအုပ်ပုံ စနစ်ဖြင့် လူနာ တစ်နေ့လျှင် ၆၀ လက်ခံပါသည်။

နောက်ပိုင်းတွင် လူနာများမှာ တစ်နေ့တခြား များပြားလာ သဖြင့် ကျွန်တော်၏ ဆေးခန်းထိုင်ရက်ကို တစ်ပတ်လျှင် သုံးရက် မှသည် ငါးရက်အထိလည်းကောင်း

ဆေးခန်းဖွင့်ချိန်ကို မွန်းလွဲ ၁ နာရီမှ ညနေ ၅ နာရီအထိအစား မွန်းလွဲ ၁၂:၃၀ မှသည် ၆:၃၀ နာရီအထိ လည်းကောင်း၊ လူနာ ဦးရေကို ၆၀ မှသည် ၇၀၊ ထိုမှတစ်ဆင့် ၈၀၊ ထိုမှတစ်ဆင့် ၉၀ အထိလည်းကောင်း တိုး၍ တိုး၍ လက်ခံခဲ့ပါသည်။

၉၀ မှ ပိုသရွေ့ကိုတော့ ကျွန်တော် လက်မခံနိုင်တော့ပါ။ အားနာစွာဖြင့်ပင် ပြန်၍ ပြန်၍လွှတ်ရပါတော့သည်။ ကျွန်တော် ၉၀ ထက်ပို၍ ဘာကြောင့် လက်မခံနိုင်တော့သည်ကို ကျေနပ်အောင် ရှင်းပြပါမည်။





ကျွန်တော်၏ ကုသနည်းသည် သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်ကို လူနာ၏ ခြေချောင်း၊ လက်ချောင်းကလေးများကြားတွင် ညှပ်၍ ဖြည်းဖြည်းချင်း လှည့်ကာ ကုသရသောစနစ်ဖြစ်ရာ လူနာတစ်ဦးလျှင် ကုသချိန် အနည်းဆုံး လေးမိနစ်ကြာပါသည်။

လူနာတစ်ဦးလျှင်အနည်းဆုံး လေးမိနစ်ကြာသဖြင့် လူနာ ၉၀ အတွက် ၃၆၀ မိနစ် ၆ နာရီတိတိ ကြာပါသည်။ ထို ၆ နာရီသည် နားနားနေနေ သက်သောင့်သက်သာဖြင့် ကုန်သွားရသော အချိန်မဟုတ်ပါ။

အလျား ၈ ပေ၊ အနံ ၆ ပေခန့်ရှိ ဆေးခန်းကလေးထဲတွင် မွန်းလွဲ ၁၂:၃၀ မှ ည ၆:၃၀ နာရီထိ ခဏကလေးမှ မနားလိုက်ရဘဲ တရစပ်ကုသရသော အချိန်ဖြစ်ပါသည်။ ဆေးခန်းသို့ စတင်ဝင် လိုက်သည့် မွန်းလွဲ ၁၂:၃၀ မှသည် ညနေ ၆:၃၀ ထိ ၆ နာရီလုံးလုံး အပေါ့အပါးထွက်ရန်ပင် အချိန်မရခဲ့ပါ။

ကြာလျှင် ကျွန်တော်လဲပါတော့မည်။ တောင်ဓားလဲတော့ ဖိုးသူတော်က ကယ်နိုင်သည်။ ဖိုးသူတော် လဲလျှင်တော့ တောင်ဓားက ထူနိုင်မည် မဟုတ်ဆိုသလို ကျွန်တော်လဲလျှင် လူနာတွေက ကျွန်တော့်ကို ထူနိုင်ကြမည် မဟုတ်ပါ။

ကျွန်တော့်အသက်ကလည်း ငယ်လှသည် မဟုတ်တော့ပါ။ ၆၀ ကျော်ခဲ့ပါပြီ။ နံနက်ပိုင်း အိမ်ဆေးခန်းတွင် နံနက် ၆ နာရီခွဲမှ ၁၀:၃၀ ထိ ၄ နာရီအချိန်ပြည့်ထိုင်၍ နေ့လယ်ပိုင်း ဖက်စပ် (၈) ဆေးခန်းတွင် အချိန်ပြည့် ၆ နာရီ ပေါင်းအလုပ်လုပ်ချိန် ၁၀ နာရီ သည် အသက် ၆၀ ကျော် လူအိုတစ်ဦးအတွက် များလွန်းနေပြီ ဖြစ်ပါသည်။

တစ်ခုကကောင်းသည်မှာ ကျွန်တော်က တစ်နေ့ ၁၀ နာရီ ထိုင်သည့်တိုင် မညောင်းတတ်သေး၍ တော်တော်သည်။ ကျွန်တော်သာ ညောင်းညာတတ်သူဖြစ်လျှင် မည်မျှ စေတနာရှိသည်ဖြစ်စေ၊ ကျွန်တော် တစ်နေ့ ၅ နာရီထက်ပို၍ ထိုင်နိုင်မည် မဟုတ်ပါ။

ဒီထက်ပိုထိုင်လျှင်လည်း ဖိုးသူကော်လဲဖို့သာ ရှိပါတော့သည်။ သို့ပါ၍ သံယောဇဉ်ရှိလှသော ဖက်စပ် (၈) ဆေးခန်းကလေးကို ဝမ်းနည်းစွာဖြင့် နှုတ်ဆက်ထွက်ခွာခဲ့ရပါသည်။

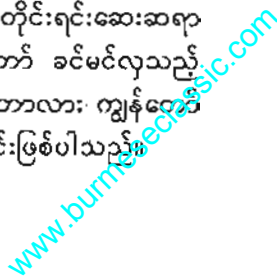
ရန်ကုန်မြို့တော်အလယ် ရွှေဘိုသာ ဆေးခန်းမှ တိုင်းရင်းဆေး ဆရာတစ်ဦး လူနာတွေများလွန်းသဖြင့် လွတ်ရာသို့ထွက်ပြေးခဲ့ရသည် ဆိုပါက ပုံပြင်ပါကွာဟုများ ပြောကြလေမလား မသိ။

ပုံပြင်ဟု ဆိုချင်ဆိုကြစေ၊ ကျွန်တော်ကတော့ တကယ်ပဲ ပြေးခဲ့ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ကြံဖန်ဂုဏ်ယူလျှင်တော့ ဂုဏ်ယူ စရာ ဖြစ်ရပ်တစ်ခု ဖြစ်ပါသည်။

(၁၈) ဂုဏ်ပြုတာလား၊ သရော်တာလား

တိုင်းရင်းဆေးဆရာဘဝ၏ ရင်နာစရာ၊ စိတ်မချမ်းမြေ့စရာ၊ ဒေါသထွက်စရာ ဖြစ်ရပ်ကလေးများနှင့်တကွ ဝမ်းသာစရာ၊ ဂုဏ်ယူစရာ၊ ပီတိဖြစ်စရာဖြစ်ရပ်ကလေးများကို ကျွန်တော်မှတ်မိသရွေ့ ရေးသားတင်ပြပြီးပါပြီ။

အောက်ပါ ဖြစ်ရပ်ကလေးတစ်ခုကိုမူ တိုင်းရင်းဆေးဆရာ တစ်ဦး ဖြစ်နေသည့် ကျွန်တော့်အား ကျွန်တော် ခင်မင်လှသည့် သူငယ်ချင်းတစ်စုက ဂုဏ်ပြုတာလား၊ သရော်တာလား၊ ကျွန်တော့် ကိုယ်တိုင် ဝေခွဲမရ ဖြစ်ရပုံကို တင်ပြထားခြင်းဖြစ်ပါသည်။





တစ်နေ့ ကျွန်တော့်အိမ်သို့ လွန်ခဲ့သောနှစ်ပေါင်း ၄၀ ခန့်က တက္ကသိုလ်တွင် အတူနေ သူငယ်ချင်းတစ်စု ရောက်လာကြပါသည်။ သူငယ်ချင်းတစ်သိုက် စုဝေးမိခိုက် တက္ကသိုလ်တွင် အတူနေခဲ့ကြစဉ်က ပျော်ခဲ့ကြ၊ ပါးခဲ့ကြ၊ နောက်ခဲ့ကြ၊ ပြောင်ခဲ့ကြပုံတွေကို ပြန်ပြောင်းပြောဆိုနေကြရင်း သူငယ်ချင်းတစ်ဦးက ဤသို့ ဖောက်လာပါသည်။

‘ကျွန်တော်တို့အဖွဲ့ထဲမှာ ကိုထွဋ် တစ်ယောက်ကတော့ အတော့်ကို ထူးခြားတယ်ဗျ။ သူများတွေက တက္ကသိုလ်ကထွက်တယ် ဆိုကတည်းက အလုပ်တစ်ခုဝင်လုပ်လိုက်တာ၊ ပင်စင်သာသွားရော၊ ဘာအပြောင်းအလွဲမှ မရှိခဲ့ကြဘူး။

ကိုထွဋ်ကတော့ ပညာရေးဌာနဝင်ပြီး ဆရာအတတ်သင် ကျောင်းအုပ်ကြီးလဲ လုပ်ဖူးတယ်၊ ကျောင်းတုန်းကတည်းက စာကလေး ပေကလေးလဲ ရေးစရို၊ အခုလဲ လစဉ်ဆောင်းပါးတွေ ရေးနေသူဆိုတော့ စာရေးဆရာ အမည်ခံရင်လဲ ရပြန်တယ်။

အဲဒီထက်ပိုပြီး ထူးခြားတာက တက္ကသိုလ်မှာသင်ခဲ့တဲ့ ပညာနဲ့ ဘာမဆိုင်ညာမဆိုင် တိုင်းသိ ပြည်သိ တိုင်းရင်းဆေးဆရာအဖွဲ့ဝင် တိုင်းရင်းဆေးဆရာကြီးတစ်ဦး ဖြစ်လာတာပဲ။

ဒါကြောင့် သူငယ်ချင်းတွေထဲမှာ အထူးခြားဆုံးဖြစ်တဲ့ ကိုထွဋ်ကို ဂုဏ်ပြုတဲ့အနေနဲ့ သူငယ်ချင်းအားလုံးရဲ့ကိုယ်စား ကျွန်တော်က (Honorary Degree) ဂုဏ်ထူး ဆောင်ဘွဲ့တစ်ခု ပေးချင်ပါတယ်။

အဲဒီ ဘွဲ့ကတော့ ကိုထွဋ်ရဲ့ B.A.B.Ed, B.L ဆိုတဲ့ ဘွဲ့တွေရဲ့နောက်က M.B.B.S(U.K) ဆိုတဲ့ ဘွဲ့ပါပဲ။ သဘောတူရင် လက်ခုပ်တီးကြပါ ခင်ဗျာ’ ဟူ၍ ဖြစ်ပါသည်။

ထိုအဆိုကို ကျွန်တော်တစ်ဦးမှလွဲ၍ ကျန်သူငယ်ချင်း အားလုံးက အားရပါးရ လက်ခုပ်တီး၍ သဘောတူညီမှု ပြုကြပါသည်။

ကျွန်တော် လက်ခုပ်မတီးနိုင်ခြင်းမှာ ကျွန်တော့်သူငယ်ချင်းပြောသော ဂုဏ်ထူးဆောင်ဘွဲ့ဖြစ်သည့် MBBS (UK) ဟူသော အဓိပ္ပာယ်သည် မြန်မာ ဗုဒ္ဓဘာသာ ဝိန္ဒောဆရာ (အပ်ပါး-ခနောင်တို) ဟူသော အဓိပ္ပာယ်ရ၍ ဖြစ်ပါသည်။

ဤစကားသည် ကျွန်တော့်ကို ဂုဏ်ပြုတာလား၊ သရော်တာလား မခွဲဝေနိုင်သည့်တိုင် ခံရခက်ခက် အောင်သက်သက် ဖြစ်ခဲ့ရပါသည် ဟူ၍တော့ ဝန်ခံလိုပါသည်။ ဪ ကြိုရ ဆုံရ တိုင်းရင်းဆေးဆရာဘဝပါတကား။

သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်နှင့် အရိုးကျိုးပေါင်းတက်ရောဂါ

တိုင်းရင်းဆေးလောကအတွက် ဝမ်းသာစရာ၊ ဂုဏ်ယူစရာ အောင်မြင်မှုတစ်ရပ်ဟု ဆိုရသော် သင့်အံ့ထင်ပါသည်။

ကျွန်တော်သည် ကျေးဇူးရှင် ဘရသေ့ချီးမြှင့်ထားသော သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်နှင့် သောက်ဆေး၊ လိမ်းဆေးများကို အသုံးပြုကာ သွေးတိုးရောဂါ၊ နှလုံးရောဂါ၊ လေငန်းရောဂါ၊ လေးဘက်နာရောဂါနှင့် အကြောရောဂါများကို ကုသလာခဲ့သည်မှာ ၁၉၈၅ ခုနှစ်၊ ကျွန်တော် မိတ္ထီလာမြို့ ဆရာအတတ်သင်ကျောင်းတွင် ကျောင်းအုပ်ကြီးအဖြစ် အမှုထမ်းခဲ့စဉ်ကပင် ဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်တော် အထူးပြု ကုသခဲ့သောရောဂါများမှာ အထက် ဖော်ပြပါ ရောဂါများပင်ဖြစ်သော်လည်း ရဖန်ရံခါ တက်တတ်သော ရောဂါ၊ ကင်ဆာရောဂါ၊ အိပ်မပျော်သောရောဂါ၊ သွေးကြောပိတ် ရောဂါများအပြင် အဆုတ်ရောဂါ၊ အသည်းရောဂါ၊ ကျောက်ကပ်ရောဂါနှင့် အရိုးကျိုးပေါင်းတက် ရောဂါ ဝေဒနာသည်များပါ ရောက်ရှိလာတတ်ကြပါသည်။

ကျွန်တော်၏ဝါဒမှာ ကျွန်တော်ထံအားကိုးတကြီး အထင်ကြီး တစ်ခွဲသားဖြင့် ရောက်ရှိလာတတ်ကြသော လူနာများက ကျွန်တော်ကို အထင်သေးလိုက သေးစေ၊ ကျွန်တော်မနိုင်ဘူးဟု ယူဆထားသော ရောဂါဟူသမျှကို ဟိတ်ကြီး ဟန်ကြီးဖြင့် ဟန်ရေးပြကာ ကုသနေခြင်း မပြုတော့ဘဲ

ခန္ဓာကိုယ်အတွင်းအင်္ဂါများနဲ့ ပတ်သက်လို့ရှိလျှင် နှလုံးရောဂါ တစ်ခုတည်းကိုသာ ကျွန်တော် နိုင်နိုင်နင်းနင်းနဲ့ ကုနိုင်စွမ်းရှိပါတယ်။

ကျွန်တော်အဆုတ်ရောဂါတို့၊ အသည်းရောဂါတို့ ကျောက်ကပ် ရောဂါတို့ကို ကျွန်တော် မကုနိုင်ပါဘူး။ ဒါကြောင့် အဲဒီရောဂါများနဲ့ ပတ်သက်လာရင် ဘယ်ဆရာကြီးတွေ ကတော့ ကျွန်တော့်ထုတ်လည်း သာပါတယ်။ အတွေ့အကြုံ လည်း ပိုပြီး များကြပါတယ်။

ဒါကြောင့် အသည်းရောဂါအတွက် ဘယ်ဆရာကြီးဆီ သွားပါ။ ကျောက်ကပ်ရောဂါအတွက် ဘယ်ဆရာကြီးဆီသွားပါ စသည်ဖြင့် ညွှန်ကြားပေးလေ့ရှိပါသည်။

သို့သော် ကင်ဆာရောဂါနှင့် အရိုးကျိုးပေါင်းတက် ရောဂါ ဝေဒနာရှင်များလည်းဖြစ်၍ ကျွန်တော်မှ ကျွန်တော်ဟု အစွဲအလမ်း ကြီးစွာဖြင့် ကျွန်တော်တစ်ဦးတည်းထံသို့သာ ဦးတည်လာကြသော ဝေဒနာရှင်များကိုမူ ဤရောဂါနှစ်ခုအတွက် သုတေသနလည်းပြုရင်း သူ့ကံ၊ ကိုယ့်ကံဟု သဘောထားကာ ဝေဒနာရှင်များ၏ ဆန္ဒအတိုင်း ကျွန်တော်ကြီးစား၍ ကုသပေးခဲ့ပါသည်။

တစ်ဖက်မှလည်း အဆိုပါလူနာများနှင့်ပတ်သက်၍ ကျွန်တော်က ဤသို့ သဘောထားပါသည်။ ဝေဒနာရှင်တို့ခံစားနေရသည့်

ရောဂါပျောက်ကင်းခြင်း၏ အကြောင်းရင်းကြီးများအနက် အဓိက ကျသော အကြောင်းရင်းကြီးတစ်ရပ်မှာ ကုသခံဝေဒနာရှင်က ကုသသူ ဆရာအပေါ် အကြွင်းမဲ့ ယုံကြည်အားထားမှုနှင့် ကုသသူဆရာ၏ ညွှန်ကြားချက်အတိုင်း တိကျစွာလိုက်နာဆောင်ရွက်မှုပင် ဖြစ်ပါသည်။

ယခုလူနာများမှာ ကျွန်တော်မှ ကျွန်တော်၊ ကျွန်တော်၏ ကုသမှုကို လုံလောက်စွာသာ ခံယူခွင့်ရပါလျှင် သူတို့ရောဂါ မုချ ပျောက်မည်ဟူသော ယုံကြည်ချက်ရာနှုန်းပြည့်ဖြင့် လာရောက်ကြခြင်း ဖြစ်ရာ ကုသသူဆရာအဖို့တွင်လည်း ကုသရာတွင်အားဆေးတစ်ခွက် အလား ခံစားရတတ်ပါသည်။

ထို့ကြောင့်ပင်လျှင် မပိုင်မနိုင်ဟု မူလက ယူဆထားသော ရောဂါအချို့ကို ကုသရာတွင် အံ့ဩစရာကောင်းလောက်အောင် ပျောက်ကင်းကြသည်ကို ကြိမ်ဖန်များစွာ ကြိုဖူးခဲ့ရပါသည်။

ယင်းဖြစ်ရပ်ကလေးများအနက် တိုင်းရင်းဆေးလောကအတွက် ဝမ်းသာစရာ၊ ဂုဏ်ယူစရာ၊ အတွေ့အကြုံကလေးတစ်ရပ်ကို တင်ပြ ပါမည်။

ကျွန်တော်ကုသဖူးသောရောဂါများအနက် အရိုးကျိုးပေါင်း တက်ရောဂါနှင့် ပတ်သက်၍ ဤသို့ မှတ်ချက်ပြုထားခဲ့ပါသည်။

- (၁) အရိုးကျိုးပေါင်းတက်ရောဂါသည် ရှင်းရှင်းပျောက်အောင် ကုသ၍ မရနိုင်သော ရောဂါဖြစ်သည်။
- (၂) အရိုးကျိုးပေါင်းတက်ရောဂါကြောင့် ခံစားနေရတတ်သော ဝေဒနာများအနက် ကိုက်ခဲမှု ဝေဒနာနှင့် မူးဝေမှုဝေဒနာ စသည်တို့ကို သက်သာရုံမျှသာ ကုသ၍ရနိုင်သည်။

(၃) အဆိုပါ အကိုက်အခဲသက်သာမှု၊ အမူးအဝေသက်သာမှုသည် လည်း ယာယီမျှသာဖြစ်သည်။ ဝေဒနာရှင်လူနာ၏ အနေ အထိုင်၊ အစားအသောက်၊ အလှုပ်အရှား၊ မှားလျှင်မှားသလို ရောဂါပြန်၍ ထလာတတ်သည်။

(၄) အတိုချုံး၍ ရှင်းရှင်းဆိုရသော် အရိုးကျိုးပေါင်းတက်ရောဂါ သည် ကုသ၍ မပျောက်နိုင်သော ရောဂါဖြစ်သည်။

(၅) နောက်ဆုံးအဆင့်အနေဖြင့် ခွဲစိတ်ကုသလျှင် ပျောက်လိမ့်နိုးဖြင့် ခွဲစိတ်ကုသမှုပြုခဲ့သော် ရောဂါပျောက်ကင်းသက်သာမှုထက် ရောဂါပိုဆိုးလာဖို့က ရာနှုန်းပို၍ များတတ်သည်။ တစ်ခါတစ်ရံ အဆင်မသင့်ပါက အောက်ပိုင်းသေသွားသည်အထိ ဖြစ်တတ် သည်ဟု မှတ်ချက်ပြုထားပါသည်။

ထို့ကြောင့်ပင်လျှင် ကျိုးပေါင်းတက် ရောဂါဝေဒနာရှင်များ၊ ကျွန်တော်ထံ ရောက်ရှိလာပါက ကျိုးပေါင်းတက်ရောဂါ ခံစားနေရသူ ဝေဒနာရှင်ကို အကိုက်အခဲသက်သာရုံ၊ အမူးအဝေ သက်သာရုံမျှတော့ ကျွန်တော်တတ်နိုင်ပါသည်။ ရှင်းရှင်း ပျောက်အောင်တော့ ကျွန်တော် မတတ်နိုင်ပါ။

ကျိုးပေါင်းတက်ရောဂါနှင့် ပတ်သက်၍ ကျွန်တော်လေ့လာ မိသမျှ ပြောရပါလျှင် ရှင်းရှင်းပျောက်အောင် ကုသ၍ပေးနိုင်သူ မရှိသလောက် ရှားပါသေးသည်။

ခွဲစိတ်ကုသ၍ လုံးဝပျောက်ကင်းသက်သာသွားပါသည်ဟူသော လူနာကိုလည်း ကျွန်တော်မတွေ့ဖူးသေးပါ။ ကျိုးပေါင်းတက် ရောဂါ ဝေဒနာကို ခွဲစိတ်ကုသမှုခံယူပါကလည်း ခေတ္တခဏမျှသာ သက်သာမှု

ရရှိတတ်ကြ၍ မကြာမီ ဝေဒနာပြန်ပေါ်လာရုံမျှသာမက မူလက ထက်ပင် ပိုမိုဆိုးရွားလာတတ်သည်။

ထို့ပြင် အခန်းမသင့်ပါက အောက်ပိုင်းသေသွားတတ်ပါ သဖြင့် အရိုးကျိုးပေါင်းတက် ဝေဒနာမှန်သမျှ (အထူးသဖြင့်) လည်ဆစ်ရိုး၊ ကျိုးပေါင်းနှင့် ခါးဆစ်ရိုး ကျိုးပေါင်းတို့ကို လုံးဝ ခွဲစိတ်မှုမခံသင့်ကြောင်း ကျွန်တော်ထံလာသမျှ လူနာ တိုင်းကို ပြောပြမိတတ်ပါသည်။

လွန်ခဲ့သောနှစ်က မန္တလေးမြို့မှ ဆရာဝန်ကြီးတစ်ဦး ကျွန်တော်ထံ ရောက်လာ၍ ၎င်း၏ ဇနီးသည်မှာလည်း လည်ဆစ်ရိုး ကျိုးပေါင်းတက် ဝေဒနာကို အပြင်းအထန် ခံစားနေရကြောင်း၊ အနောက်တိုင်း နည်းအားဖြင့်တော့ ကုသ၍မရကြောင်း၊ ဆရာများ ကုသနိုင်လေမလားဟု လာရောက်စုံစမ်းခြင်းဖြစ်ကြောင်း ပြောပြသည်။

ကျွန်တော်ကလည်း အထက်ပါအတိုင်းပင် ကျွန်တော်လည်း ပျောက်အောင် ကုသနိုင်စွမ်းမရှိပါကြောင်း၊ သက်သာရုံမျှသာ တတ်နိုင် ပါကြောင်းနှင့် ခွဲစိတ်မှု မပြုမိပါရန် ပြောကြားလိုက်မိပါသည်။

ကျွန်တော်၏ အတွေ့အကြုံအရ အရိုးကျိုးပေါင်းတက်ရောဂါကို ခွဲစိတ်ကုသခဲ့ပါလျှင် ခေတ္တခဏတော့ သက်သာသယောင်ရှိသော်လည်း မကြာမီ ကျိုးပေါင်း ပြန်တက်လာတတ်ပါသည်။ အထူးသဖြင့် လည်ဆစ်ရိုးကျိုးပေါင်းနှင့် ခါးဆစ်ရိုးကျိုးပေါင်းတို့မှာ အာရုံကြောမ ကြီးနှင့် နီးစပ်လွန်းပါသဖြင့် ခွဲစိတ်မှုပြုရာမှ မတော်တဆ အာရုံကြောမ ကြီးကို ထိခိုက်မိသွားပါက အောက်ပိုင်းသေကာ ဆီးသွားမသိ၊ ဝမ်းသွားမသိ အဆင့်အထိ ရောက်ရှိသွားနိုင်ပါကြောင်း ပြောပြရ ပါသည်။

ဤသို့ ကျွန်တော်ပြောကြားခြင်းမှာ တစ်ဆင့်ကြားဖြင့် ပြောကြားခြင်း မဟုတ်ပါ။ ကျွန်တော်ကိုယ်တိုင် ကြုံတွေ့ဖူးပေါင်း များပြီဖြစ်၍ ပြောကြားခြင်းဖြစ်ပါသည်။ သာမကတစ်ခုကို တင်ပြ ပါမည်။

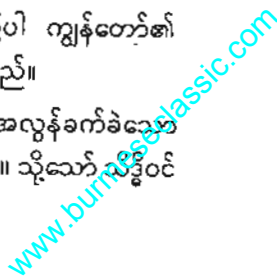
၁၉၈၆ ခုနှစ်အတွင်းက အရိုးကျိုးပေါင်းတက် ဝေဒနာရှင်ပုဂ္ဂိုလ် ကြီး တစ်ဦးကို ကျွန်တော် ကုသခဲ့ဖူးပါသည်။ ကျွန်တော်ကုသသဖြင့် သက်သာမှုရှိသည်ဆိုခြင်းကို လူနာကိုယ်တိုင်နှင့်တကွ လူနာရှင်များပါ လက်ခံကြပါသည်။

သို့သော် ကျွန်တော်၏ ကုသမှုကို ခံယူနေဆဲကာလတွင် ပင် ငွေကြေးတတ်နိုင်သူများဖြစ်သဖြင့် အနောက်နိုင်ငံ တစ်နိုင်ငံသို့ သွားရောက်ကာ ခွဲစိတ်ကုသမှုကို ခံယူခဲ့ပါသည်။ အထက်က ကျွန်တော် တင်ပြခဲ့သည့်အတိုင်း ခေတ္တခဏတော့ သက်သာသယောင် ရှိသော်လည်း မကြာမီ ဝေဒနာပြန်၍ ခံစားလာရကြောင်း၊ ငွေကုန် လူပန်းဖြစ်ရခြင်းသာ အဖတ်တင်ကြောင်းပြောပြ၍ သိရပါသည်။

အထက်ပါ အထောက်အထားများအရ အရိုးကျိုးပေါင်းတက် ရောဂါသည် ကုသ၍ မပျောက်နိုင်သော ရောဂါဖြစ်သည်။ ခွဲစိတ် ကုသမှုပြုလျှင် ကောင်းဖို့ထက် ဆိုးလာဖို့က ပိုများသည်ဟု ကျွန်တော် မှတ်ချက်ချထားခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ယနေ့ အတွေ့အကြုံအရ အထက်ဖော်ပြပါ ကျွန်တော်၏ မှတ်ချက်ကို ဤသို့ ပြင်ရတော့အံ့ဟု ထင်ပါသည်။

ကျိုးပေါင်းတက်ရောဂါသည် ကုသရ အလွန်ခက်ခဲသော ရောဂါတစ်ရပ်ဖြစ်သည်ဆိုခြင်းမှာ မှန်သည်။ သို့သော် သိဒ္ဓိဝင်





ဆေးတောင့်နှင့်သာ ကျွန်တော့်စိတ်တိုင်းကျ ကုသခွင့်ရလျှင် ဤရောဂါကို ပျောက်အောင်ကုနိုင်ပြီဟူ၍ ဖြစ်ပါသည်။

မှန်ပါသည်။ ဤအကုသရ လွန်စွာခက်ခဲသော၊ ပျောက်အောင် ကု၍ မရနိုင်သော ရောဂါတစ်ခုဟု အများက မှတ်ချက်ပြုထားသော အနီကျီးပေါင်းတက်ရောဂါကို ကျွန်တော့်စိတ်တိုင်းကျသာ ကုသခွင့် ရပါစေ။ သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်အစွမ်းဖြင့် ကျွန်တော်ပျောက်အောင် ကုနိုင်ပါပြီဟု ရဲဝံ့စွာဆိုပါသည်။

ဤအဆိုကို ကျွန်တော် အထောက်အထားမဲ့ဆိုခြင်း မဟုတ်ပါ။

ဆိုရွာလှပါသည်။ ကုသ၍မရတော့ပါဟု အများက လက်ခံ ထားသည့် ဝေဒနာရှင်တစ်ဦးကို ကျွန်တော်ကြိုးစားကုသ၍ ပျောက်ကင်းပြီးမှ ဤအဆိုကို ကျွန်တော် ကြေညာခဲ့ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်တော်၏ ကိုယ်တွေ့ဖြစ်ရပ်ကလေးတစ်ခုကို တင်ပြပါ မည်။ စိတ်ဝင်စားစရာလည်းကောင်း၍ ဝမ်းသာစရာ၊ ဂုဏ်ယူစရာ၊ ပီတိဖြစ်စရာလည်း ကောင်းလှပါသည်။

လူနာက ကျွန်တော့်ကို ကျေးဇူးတင်မဆုံး ဖြစ်ရသလို တိုင်းရင်းဆေးလောကအတွက် ဂုဏ်ယူစရာ၊ ဝမ်းသာစရာ အောင်မြင်မှု တစ်ရပ်ကို ဖန်တီးပေးခဲ့သည့် ဝေဒနာရှင်အမျိုးသမီးကြီး ဒေါ်စန္ဒာ ကိုလည်း ကျွန်တော်က ကျေးဇူးတင်မဆုံး ဖြစ်မိရပြန်ပါသည်။

အနီးစပ်ဆုံး သာဓကတစ်ရပ်နှင့် နှိုင်းယှဉ်တင်ပြရပါသော် ပြည်သူ့အချစ်တော်ကလေးများ ဖြစ်ကြသည့် အေးအေးငြိမ်းနှင့် အိအိငြိမ်းတည်းဟူသော ရင်ချင်းဆက် အမြွှာညီအစ်မတို့သည် မြန်မာ နိုင်ငံရှိ အထူးကုဆရာဝန်ကြီးများ၏ ကျေးဇူးကြောင့် အသက်ရှင် ချမ်းသာခဲ့ကြခြင်းဖြစ်ရာ အထူးကုဆရာဝန်ကြီးများအဖို့သည်

အေးအေးငြိမ်းနှင့် အိအိငြိမ်းတို့၏ အသက်သခင် ကျေးဇူးရှင်ကြီးများ ဖြစ်ခဲ့ကြရသလို

အေးအေးငြိမ်းနှင့် အိအိငြိမ်းတည်းဟူသော ရင်ချင်းဆက် အမြွှာညီအစ်မတို့ကြောင့် မြန်မာနိုင်ငံရှိ အထူးကုဆရာဝန်ကြီးများ၏ စေတနာရှိမှု၊ လုံ့လဝီရိယရှိမှု၊ ကြိုးစားမှုနှင့် ကျွမ်းကျင်မှု ဂုဏ်သတင်း တို့သည် ကမ္ဘာအနှံ့ ပျံ့နှံ့ခဲ့ခြင်းဖြစ်ပေရာ ဆရာဝန်ကြီးများကလည်း အေးအေးငြိမ်းနှင့် အိအိငြိမ်းတို့ကို တစ်ဖန်ပြန်၍ ကျေးဇူးတင်စရာ ဖြစ်ခဲ့ရပြန်သည်ဟု ကျွန်တော် ဆိုလိုခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

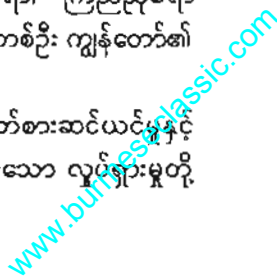
အလားတူပင် အရိုးကျီးပေါင်းတက်ဝေဒနာရှင် ဒေါ်စန္ဒာနှင့် မိသားစု အသိုင်းအဝိုင်းက ကျွန်တော့်ကို ကျေးဇူးတင် ဂုဏ်ပြုကြသလို ကျွန်တော်ကလည်း ကျွန်တော်၏ ကုသမှုကို သုံးလတိုင်တိုင် စိတ်ရှည်စွာဖြင့် မညည်းမညူကုသမှုကို ခံယူခဲ့သော ကျွန်တော်၏ ညွှန်ကြားချက်အတိုင်း တိကျစွာလိုက်နာဆောင်ရွက်ခဲ့သော ဝေဒနာရှင် ဒေါ်စန္ဒာကိုလည်း ကျွန်တော်က အထူးပင် တုံ့ပြန်ကျေးဇူး တင်မိရ ပြန်ပါသည်။

ဖြစ်ရပ်အသေးစိတ်ကို ကျွန်တော်တင်ပြပါမည်။

မကြာသေးသောကာလ လွန်ခဲ့သော ၁၉၉၆ ခုနှစ်၊ ဖေဖော်ဝါရီ လအတွင်းက ဖြစ်ပါသည်။

မြင်ရုံဖြင့်ပင် လေးစားစရာ၊ ခင်မင်စရာ၊ ကြည်ညိုစရာ ကောင်းလှသော ဥပဓိရုပ်ရှိသည့် အမျိုးသမီးကြီးတစ်ဦး ကျွန်တော်၏ ဆေးခန်းသို့ ရောက်ရှိလာပါသည်။

ထိုအမျိုးသမီးကြီး၏ ထူးခြားသော ဝတ်စားဆင်ယင်မှုနှင့် ခန့်ညားသော ဥပဓိရုပ်အပြင် ယင်း၏ ထူးခြားသော လှုပ်ရှားမှုတို့



ကြောင့် အခြားလူနာများထက်ပို၍ အဆိုပါလူနာ အမျိုးသမီးကြီးကို ကျွန်တော် ပိုမို ဂရုပြုမိပါသည်။

အမျိုးသမီးကြီးသည် အသက် ၆၀ ပတ်ဝန်းကျင်လောက်တွင် ရှိအံ့သည်ဟု ကျွန်တော် ခန့်မှန်းပါသည်။

အဝတ်အစားမှာ လုံချည်ရော အင်္ကျီပါ တစ်ကိုယ်လုံး ယောဂီရောင်ကို ဝတ်ဆင်ထားပါသည်။

သို့ပါ၍ ယောဂီအမျိုးသမီးကြီးဟုပင် နောက်ပိုင်းတွင် တင်စား ခေါ်ဆိုပါမည်။ အံ့ဆိုပါ ယောဂီအမျိုးသမီးကြီး၏နောက်တွင် ၎င်းထက် ပို၍ အသက်ကြီးပုံရသော အရပ်ပုပြတ်ပြတ် သီလရှင်တစ်ပါးလည်း ပါလာပါသည်။

အဆိုပါသီလရှင်ကို ပုပုပြတ်ပြတ်ဟု ကျွန်တော်ရေးသား ရခြင်းမှာ ဝေဒနာရှင်ယောဂီ အမျိုးသမီးကြီးနှင့် နှိုင်းယှဉ်ခဲ့၍ ဖြစ်ပါသည်။

ဝေဒနာရှင် ယောဂီအမျိုးသမီးကြီးသည် မြန်မာအမျိုးသမီးပင် ဖြစ်လင့်ကစား အသားဖြူဖြူ မျက်လုံးပြုံးပြုံးနှင့် အတန်ငယ် အရပ်မြင့်ထွားကျိုင်းသောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။

အရပ်မြင့်သည်ဟု ဆိုရငြားသော်လည်း ၎င်း၏ အလုံးအရပ်နှင့် ဆိုသော် မဝလွန်း မပိန်လွန်းဘဲ ကြည့်ကောင်းရုံမျှသာရှိ၍ မည်းနက် သော ဆံပင်တို့ကို သေသပ်စွာထုံးဖွဲ့ထားပါသည်။

ထိုအမျိုးသမီးကြီး ရောက်ရှိလာသောအချိန်မှာ နံနက် ၁၀ နာရီခန့်၊ လူနာရင်းစပြုချိန်ဖြစ်သဖြင့် ထိုအမျိုးသမီးကြီးကို ကျွန်တော် သတိမူမိခဲ့ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ယောဂီအမျိုးသမီးကြီးသည် ကျွန်တော့်ရှေ့ရှိ ကုလားထိုင် တစ်လုံးတွင် ဖြည်းလေးတည်ငြိမ်စွာထိုင်၍ ကျွန်မ ခံစားနေရတဲ့ ဝေဒနာအကြောင်းကို တင်ပြခွင့်ပြုပါဟု ဆိုလာပါသည်။

ကျွန်တော်ကလည်း လူနာလည်းရှင်းသွားပါပြီ။ စုံစေ့အောင် တင်ပြနိုင်ပါသည်။ ကျွန်တော် နားထောင်ဖို့ အချိန်ကောင်းကောင်း ပေးနိုင်ပါသည်ဟု လှိုက်လှဲစွာပင် တုံ့ပြန်ပြောဆိုမိပါသည်။

အမျိုးသမီးကြီး၏ မေတ္တာရပ်ခံမှုကို လှိုက်လှဲစွာ တုံ့ပြန်ခဲ့ခြင်းမှာ အကြောင်းရှိပါသည်။

အဓိကမှာ လူနာရှင်းချိန်နှင့် ကြိုကြိုက်၍ ဖြစ်သည့်အပြင် အမျိုးသမီးကြီးသည် ဥပဓိရုပ်အားဖြင့် ခန့်ခြားကြည့်လိုဖွယ် ဖြစ်သော် လည်း စကားပြောသောအခါ အနည်းငယ် လျှာလေးနေခြင်း၊ ရိဝေသော မျက်လုံးအစုံတို့ဖြင့် ကျွန်တော့်အား ကြည့်ကာ စကား ပြောနေခြင်းဖြစ်သော်လည်း ဝမ်းနည်းဟန်ပါနေခြင်း၊ ဦးခေါင်းကို တယ်ညာ လှုပ်ရှားမှုမပြုဘဲ ဧကန်တိုင်းခိုင်ခိုင်ထားကာ သတိရှိရှိနှင့် ပြောနေပုံရခြင်းနှင့် အတိုချုံးလိုက်ပါသော် ခံစားနေရသော ဝေဒနာ အတွက် စိတ်ဓာတ်အကြီးအကျယ် ကျနေပုံရခြင်းတို့ကြောင့် ဖြစ်ပါ သည်။

ယောဂီအမျိုးသမီးကြီးက ဤသို့ဆိုပါသည်။

‘ဆရာနားထောင်ဖို့ အချိန်ပေးနိုင်ပါတယ်ဆိုလို့ ကျွန်မ အများကြီး ကျေးဇူးလဲတင်၊ ဝမ်းလဲသာပါတယ်ဆရာ၊ ကျွန်မ ခံစားနေရတဲ့ ဝေဒနာအကြောင်းကို အသေးစိတ် တင်ပြပါရစေ လို့လဲ တစ်ဆက်တည်း ခွင့်ပန်ပါတယ် ဆရာ။’

ကျွန်မ ဝေဒနာက ခုမှ ရုတ်တရက် ချက်ချင်းပေါ်လာတဲ့ ဝေဒနာမဟုတ်ပါဘူး ဆရာ၊ ဟို လွန်ခဲ့တဲ့ နှစ်ပေါင်း ၂၀ လောက်ကစပြီး ခံစားလာရတဲ့ ဝေဒနာပါ ဆရာ။

ဖြစ်တုန်းကတော့ လေးဘက်နာ ဝေဒနာလို့ပဲ ဆိုရလိမ့်မယ် ထင်ပါတယ် ဆရာ၊ လက်ဆစ် ခြေဆစ်တွေရောင်ပြီး အထူး သဖြင့် နံနက်အိပ်ရာထမှာ ခြေဆစ် လက်ဆစ်တွေ ကွေးမရ ဆန့်မရနဲ့ အတော်အခံရခက်တဲ့ ဝေဒနာပါ ဆရာ

ရောဂါက ကုသခံနေတဲ့ကြားက သက်သာလာတယ်ရယ်လို့ မရှိဘဲ တစ်နေ့တခြားသာ ဆိုးရွားလာလိုက်တာ နောက်ဆုံး အိပ်ရာထ ဘုန်းဘုန်းလဲပြီး သူများထူမှ ထနိုင်တဲ့အဆင့်အထိ ရောက်ခဲ့ဖူးပါတယ် ဆရာ။

ပထမစတုန်းကတော့ လေးဘက်နာ ဝေဒနာတစ်ခုပါပဲ။ နောက်တော့ အစားပျက်၊ အအိပ်ပျက်မို့ ထင်ပါရဲ့ဆရာ နှလုံး အားနည်းတဲ့ရောဂါပါ ဝင်လာပါတယ်။

ဒီရောဂါဝင်လာတော့ နည်းနည်းကလေး လှုပ်လှုပ်ရှားရှား လုပ်မိတာနဲ့ မောတော့တာပါပဲ ဆရာ။

ဆရာတွေလဲ အနောက်တိုင်းအထူးကုဆရာ၊ မြန်မာ တိုင်းရင်း ဆေးဆရာစုံပါပြီ ဆရာ။ နာမည်ကြီးတဲ့ဆရာကြီးတွေဆိုသမျှ ကျွန်မ မရောက်တဲ့ဆရာ အတော်ရှားသွားပါပြီ ဆရာ။

ဆရာကြီးတွေရဲ့ ကြိုးစားကုသမှုကြောင့် သက်သာသယောင် ရှိပေမယ့် သိသိသာသာကြီး နေကောင်းတဲ့ရက်ကို မရှိခဲ့ပါဘူး ဆရာ။

ကျွန်မတို့အမျိုးဟာ မိဘ ဘိုးဘွားကစပြီး ဘာသာတရားကို ကိုင်းရှိုင်းသူ၊ လေ့လာလိုက်စားသူတွေဖြစ်လို့ တော်တော်တန်တန် ဝေဒနာလောက်ကိုတော့ တရားမှတ်ပြီး သည်းခံနိုင်စွမ်းရှိအောင် ကြိုးစားနိုင်ခဲ့ပါတယ် ဆရာ။

ကျွန်မဆိုရင် ငယ်ငယ်ကတည်းက ဘာသာတရားလိုက်စားခဲ့ ရာက အခုဆိုရင် တရားရိပ်သာတစ်ခုမှာ ကိုယ်တိုင် ဥပုသ်ကြီးဝင်ပြီး ကိုယ်တိုင် တရားပြနေတာ ၁၄ နှစ်တောင် ရှိပါပြီ ဆရာ။

ဒါပေမယ့် ကျွန်မ အသက် ၅၀ ပြည့်တဲ့နှစ်ကစပြီး လေးဘက်နာရောဂါနဲ့ နှလုံးအားနည်းတဲ့ ရောဂါအပြင် မခံမရပ်နိုင် အောင် မူးဝေတဲ့ဝေဒနာကို ခံစားလာရပြန်ပါတယ် ဆရာ။

မူးတာမှ ဦးခေါင်းကို ဘယ်ညာလှည့်လည်းမူး၊ အောက်ငဲ့လည်း မူးမို့ မျက်စိကို ရှေ့တူရှုထားပြီး ကြည့်စရာရှိရင် ဘယ်ညာမလှည့် ရဲဘဲ တစ်ကိုယ်လုံးကို ဖြည်းဖြည်းချင်း လှည့်ပြီးမှ ကြည့်ချင်တာကို ကြည့်ရပါတယ် ဆရာ။

မတော်တဆများ ယောင်ယမ်းပြီး အမှတ်မထင် ဦးခေါင်းကို ဘယ်ညာလှည့်ပြီး ကြည့်မိရင် တစ်ခါတစ်ရံ အထက်ကို မော့ကြည့်မိရင် အလားတူပဲ၊ တစ်ခါတစ်ရံ အောက်ကို ငဲ့ကြည့်လိုက်မိရင် မူးလိုက်တာမှ ဆရာရယ်၊ သူမူးပုံက ပတ်ချာလည် မူးပုံမျိုးလဲ မဟုတ်ဘဲ အသူတရာ နက်လှတဲ့ ချောက်ထဲကို ပစ်ကျသွားသလို ခံစားရပါတယ် ဆရာ။

အမှတ်မထင် မတော်တဆဆိုသလို ဘယ်ညာလှည့်မိလို့၊ အထက်အောက်မော့ကြည့်၊ ငဲ့ကြည့်မိလို့ မတ်တတ်ကနေပြီး ဘိုင်းခနဲ နေအောင် မူးဝေလဲကျတာကလည်း အကြိမ်ပေါင်း မနည်းတော့ပါဘူး

ဆရာ။ အဲဒီလိုလှုပ်ရှားတိုင်း မူးနေလို့ အိပ်ရာထဲမှာပဲ ငြိမ်ငြိမ်ကလေး လှဲနေပြန်တော့ကော မူးတာသက်သာသလားတဲ့။

သိသိသာသာကြီး သက်သာလှတယ် မဟုတ်ပါဘူး ဆရာ။ မူးတာကတော့ မူးနေတာပါပဲ။ အမူးကြီးနဲ့ အမူးကလေးပဲ ကွာပါတယ်။

ဒါနဲ့ ပါရဂူတွေဆီသွားပြရင်း ပါရဂူတွေရဲ့ ညွှန်ကြားချက်အရ ဓာတ်မှန်ရိုက်ကြည့်တော့ လည်ဆစ်ရိုးနှစ်နေရာမှာ အရိုးကျိုးပေါင်း တက်နေတာ တွေ့ရတယ်လို့ ဆိုပါတယ် ဆရာ။

အထူးကု ဆရာဝန်ကြီးများရဲ့ ညွှန်ကြားချက်အရ ပထမ အရိုးဆေးရုံမှာ သွားရောက်ပြသရပါတယ် ဆရာ။

အရိုးဆေးရုံ အကြောဋ္ဌာနမှာ ဖယောင်းစည်းခြင်း၊ အပူဓာတ် ပေးခြင်း စသည်တို့ဖြင့် ကုသမှုကို ခံယူခဲ့ရတဲ့အပြင် လည်ဆစ်ရိုးနဲ့ ခါးကို ဆွဲဆန့်တဲ့ ကုသမှုကိုလဲ သုံးလတ်တိ သုံးယူခဲ့ပါတယ် ဆရာ။

ဒါအပြင် လေ့ကျင့်ခန်း ငါးမျိုးကိုလဲ ကျွန်မ ကြိုးစားပြီး နေ့စဉ်မပြတ် ပြုလုပ်ခဲ့ပါတယ်။ ဆရာဝန်ကြီးများပေးတဲ့ သောက်ဆေးများကိုလဲ ညွှန်ကြားတဲ့အတိုင်း တိတိကျကျ သောက်ခဲ့ပါတယ် ဆရာ။

ဒါပေမယ့် ကျွန်မ ဝေဒနာက ထူးထူးခြားခြား သက်သာ မလာတဲ့အတွက် နောက်ဆုံး ခွဲစိတ်ကုသတဲ့နည်းနဲ့မှ ကုသမှု ဖြစ်တော့မယ်ဆိုတာ သိရပါတယ်ဆရာ။ ဆရာဝန်ကြီးများ ညွှန်ကြား ချက်အတိုင်း ဖယောင်းစည်းတာတို့၊ ဓာတ်ကင်တာတို့၊ လေ့ကျင့်ခန်း လုပ်တာတို့၊ လည်ဆစ်ရိုးနဲ့ ခါးဆစ်ရိုးကို ဆွဲဆန့်တာတို့ဆိုတဲ့

ကုသနည်းများကို ကျွန်မ ဝန်မလေးဘဲ လုပ်ဆောင်ခဲ့ပေမယ့် ခွဲစိတ်ကုသမှု ခံရမှာကိုတော့ ကျွန်မ ဝန်လေးနေမိပါတယ် ဆရာ။

အချို့ကလဲ ခွဲစိတ်ကုသမှုဟာ အောင်မြင်ဖို့ထက် မအောင်မြင် ဖို့က ပိုများတယ်။ ၅၀ ရာခိုင်နှုန်းတောင် မသေချာဘူးလို့ ပြောနေ ကြတော့ ကျွန်မ အကြီးအကျယ် စိတ်ဓာတ်ကျမိရပါတယ်ဆရာ။

ဒါကြောင့် ကျွန်မ လည်ဆစ်ရိုးကို ခွဲစိတ်ကုသခံဖို့ နှစ်ရက် အလို ညတစ်ညမှာ ကျွန်မ ဘုရားရှေ့မှာထိုင်ပြီး အဓိဋ္ဌာန်တစ်ခု ပြုခဲ့ပါတယ်ဆရာ။ ကျွန်မရဲ့ အဓိဋ္ဌာန်စကားကတော့

'ကျွန်မဟာ နှစ်နဲ့ချီပြီး ငါးပါးသီလကို ထာဝရ မကျိုး မပေါက်၊ မပြောက်မကြားအောင် ထိန်းသိမ်းခဲ့တဲ့အပြင် လေးဘက်နာ ရောဂါ၊ နှလုံးအားနည်းရောဂါနဲ့ အရိုးကျိုးပေါင်းတက်ဆိုတဲ့ ဝေဒနာဆိုးကြီး သုံးရပ်ကို အပြင်းအထန် ခံစားနေရတဲ့ကြားထဲကပဲ ပင်ပန်းဆင်းရဲခံပြီး ရိပ်သာမှာရှိကြတဲ့ ယောဂီအားလုံးကို အယုတ်၊ အလတ်၊ အမြတ် မခွဲခြားဘဲ ၁၄ နှစ်တိုင်တိုင် တရားပြသခြင်းအလုပ်ကို လုပ်ဆောင်ခဲ့သည်မှာ မှန်ကန်ပါတယ်။

ဤမှန်ကန်သော သစ္စာစကားကြောင့် ကျွန်မ၏ ခန္ဓာကိုယ်တွင် နှစ်ရှည်လများ စွဲကပ်၍ ဒုက္ခပေးနေသော ဤရောဂါအားလုံးကို ပျောက်ကင်းအောင် ကုသပေးနိုင်သည့် ဆရာကောင်း ဆရာမွန်နှင့် တွေ့ရပါလို့၏'

လို့ အဓိဋ္ဌာန်လဲပြု ဆုလဲတောင်းခဲ့ပါတယ် ဆရာ။ အံ့ဩစရာ ကောင်းတာက အဲဒီ အဓိဋ္ဌာန်ပြုတဲ့နေ့မှာပဲ အခု ကျွန်မနဲ့ပါလာတဲ့ သီလရှင်ဆရာကြီးက ဆရာအကြောင်းပြောပြပြီး ဆရာဆီခေါ်လာလို့ အခု ဆရာဆီရောက်လာရတာပါပဲ ဆရာ။



ကျွန်မကတော့ ဆရာကုရင် ကျွန်မ ခံစားနေရတဲ့ ရောဂါ အားလုံး ရှင်းရှင်းပျောက်သွားမယ်လို့ အကြွင်းမဲ့ ယုံကြည်ထားပါတယ် ဆရာ။ ဒါကြောင့် ကျွန်မခံစားနေရတဲ့ ရောဂါတွေကို ကုသဖို့ဆရာကို အပ်နှံပါတယ်။ လိုအပ်တာမှန်သမျှလည်း ညွှန်ကြားပါ။ ဆရာ ညွှန်ကြားတဲ့အတိုင်း ကျွန်မ တိတိကျကျ လိုက်နာဆောင်ရွက်ပါမယ် ဆရာ' ဟု ရှည်လျားစွာ ပြောကြားခဲ့ပါသည်။

ယောဂီ အမျိုးသမီးကြီး ဒေါ်စန္ဒာသည် ဥပမီရပ် ကောင်း သလောက် စည်းစနစ်ကောင်းသူလည်း ဖြစ်ပါသည်။ အကြောင်းမှာ အထက်ပါအတိုင်း ၎င်းခံစားနေရသည့် ရောဂါဖြစ်စဉ်တို့ကို ခရေစေ့တွင်းကျ ပြောပြရုံသာမက လွန်ခဲ့သော နှစ်ပေါင်း ၂၀ ခန့်မှ စ၍ ကုသမှုခံယူခဲ့သည့် ဆေးမှတ်တမ်းမူရင်း အားလုံးကို ကျွန်တော့်ထံ ပေးအပ်နိုင်ခဲ့၍ ဖြစ်ပါသည်။

ယောဂီအမျိုးသမီးကြီး ဒေါ်စန္ဒာပေးအပ်သော ဆေးမှတ်တမ်း များကို ကျွန်တော် လေ့လာကြည့်ရှုခဲ့ရာ အမျိုးသမီးကြီး ပြောကြား ခဲ့သည့်အတိုင်း နာမည်ကြီး အနောက်တိုင်းဆရာဝန်ကြီးများသာမက မြန်မာတိုင်းရင်းဆေး ဆရာအတော်များများထံ၌ပါ ကုသမှုခံယူခဲ့ပြီး ဖြစ်ခဲ့သည်ကို မှတ်တမ်းများအရ သိရှိရပါသည်။

အမျိုးသမီးကြီးအတွက် ကျွန်တော်အကြီးအကျယ် ရင်မော ရပါသည်။ အထက်၌ အမျိုးသမီးကြီး ဖော်ပြခဲ့သည့် ဆရာဝန်ကြီးများ၊ တိုင်းရင်းဆေးဆရာကြီးများ အားလုံးလိုလိုကို ကျွန်တော်သိနေပါသည်။

အတွေ့အကြုံလည်း ရင်ကျက်ကြ၍ စေတနာလည်းအလွန်ရှိကြ သော သမားတော်ကြီးများ ဖြစ်ကြသည့်အပြင် အထူးလည်း တော်ကြ ပါသည်။ မြန်မာနိုင်ငံ၌ ဤမျှ နာမည်ကြီး ထင်ရှားကြသော

သမားတော်ကြီးများကိုယ်တိုင် ကုသလို့ မပျောက်နိုင်ခဲ့သော ဤယောဂီအမျိုးသမီးကြီး၏ နာတာရှည်ရောဂါကြီးများကို ကျွန်တော် ကုသ၍ကော ပျောက်ကင်းနိုင်ပါမည်လော။

လေးဘက်နာရောဂါနှင့် နှလုံးရောဂါကို ထားလိုက်တော့။ ဤယောဂီအမျိုးသမီးကြီး ခံစားနေရသည့် အရိုးကျိုးပေါင်းတက် ရောဂါသည် ကျွန်တော်ကုသဖူးခဲ့သမျှ အရိုးကျိုးပေါင်းတက်ရောဂါ တွေထဲတွင် အဆိုးရွားဆုံး ဝေဒနာဖြစ်သည်ကို ကျွန်တော်မြင်ရုံမျှဖြင့် သိနေပါသည်။

အမျိုးသမီးကြီးကလည်း သူ့အလေးအနက် အဓိဋ္ဌာန်ပြုပြီးမှ ကျွန်တော့်ထံ ရောက်ရှိလာခြင်းပါ။ ကျွန်တော်ကုသလျှင် မုချပျောက် မည်ဟု အကြွင်းမဲ့ ယုံကြည်ထားပါသည်ဟု အလေးအနက် ဆိုလှာ ပါသည်။

ကျွန်တော်ကလည်း ဤအမျိုးသမီးကြီး၏ ဝေဒနာတွေကို ရှင်းရှင်းပျောက်အောင် ကုသပေးလိုလှပါသည်။ သို့သော် ခါချဉ်ကောင် မာန်ကြီးလို့ တောင်ကြီးမြို့မယ်ကြံ ခါးကမသန် ဆိုသလို ဖြစ်နေပြီထင်ပါသည်။

ကျွန်တော်က သမားတော်အဖွဲ့ဝင်ဆိုသည်တိုင် ကိုယ်တိုင် စွမ်းလှ၍ မဟုတ်ဘဲ ဘရသေ့ချီးမြှင့်ထားသော သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်နှင့် သောက်ဆေး၊ လိမ်းဆေးများ အစွမ်းကြောင့်သာ ဤမျှ နာမည်ထွက် လာခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်တော်ကိုယ်တိုင်ကလည်း ကိုယ်မတတ်တာ၊ မသိတာကို တတ်ပါသည်။ သိပါသည်ဟု မကြွေးလို့၊ တစ်နည်းအားဖြင့် ကျွန်တော့် ကို အရှိထက်ပို၍ အတင်ကြီး မထားစေလို။

ကျွန်တော့်ထံ အထင်ကြီးတစ်ခွဲသားဖြင့် ရောက်ရှိလာကြပြီး တကယ်တမ်း ထင်သလိုဖြစ်မလာသောအခါ တစ်ဖန်အရှိထက်ပို၍ အလွန်အကျွံ အထင်သေးသွားတတ်ကြပြန်သည်။

ဤသို့သော လူ့သဘာဝကို ကျွန်တော်က သိရှိသဘောပေါက် ထားပါသဖြင့် ကျွန်တော့်အပေါ် အရှိထက်ပို၍ အထင်မကြီး စေချင်သလို၊ အရှိထက်ပို၍လည်း အထင်သေးမသွားစေလိုပါ။ ယခု ယောဂီအမျိုးသမီးကြီးက ကျွန်တော့်အပေါ် အရှိထက်ပို၍ အလွန်အကျွံ အထင်ကြီးထားပုံရပါသည်။ ညွှန်းတဲ့သူများကလည်း မည်မျှအထိ ညွှန်းထားကြလေသည် မသိ။

ကျွန်တော်ကုသလျှင် မုချပျောက်မည်ဟု အကြွင်းမဲ့ ယုံကြည် ထားသလို သူမဘက်ကလည်း ဆရာလိုအပ်သလိုသာ ညွှန်ကြားပါ။ ကျွန်မ တိတိကျကျ လိုက်နာပါမည်ဟု အလေးအနက် ဆိုလှာပါ သည်။

ကျွန်တော် ဘာလုပ်ရမည်နည်း။ ကျွန်တော့်အတွက် ရှေ့တိုးထမ်းပိုး၊ နောက်ဆုတ်လှဲ တုတ်ဆိုသလို ဖြစ်နေပါ ပြီ။ အခြေအနေက ငြင်းပယ်၍ မဖြစ်နိုင်တော့ပါ။ ကျွန်တော့် ဘက်က အစွမ်းကုန်ကြိုးစားရန်သာ ရှိပါတော့သည်။

ဤနေရာတွင် အံ့ဩစရာကောင်းသည့် အချက်တစ်ရပ်မှာ လူသားတိုင်းအတွက် ရှောင်လွှဲ၍ မရနိုင်သော အကျပ်အတည်းဖြင့် ကြုံလာသောအခါ အံ့ဩစရာအစွမ်းအစများ အကြံဉာဏ်များနှင့် နည်းကောင်းလမ်းကောင်းကလေးများ ပေါ်ထွက်လာတတ်ခြင်းပင် ဖြစ်ပါသည်။

ယခု ကျွန်တော့်တွင် ဤယောဂီအမျိုးသမီးကြီးအား ကုသရန် ရှောင်လွှဲ၍ မရနိုင်သော အခြေအနေတွင် ရှိနေပါသည်။ အကယ်၍ ရှောင်လွှဲ၍ရနိုင်သော အခြေအနေသာဆိုပါက ဤယောဂီ အမျိုးသမီး ကြီးအား ကျွန်တော် ဤသို့ပြန်ပြောမိမည် ဖြစ်ပါသည်။

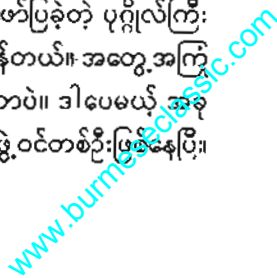
အစ်မကြီးရဲ့ ဆေးကုသမှု မှတ်တမ်းတွေကို ဖတ်လိုက်ရတော့ အဲဒီမှတ်တမ်းတွေမှာ မှတ်ချက်ရေးထားတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးတွေအားလုံးဟာ တကယ်နားမည်ကြီး ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးတွေချည်း ဖြစ်ပါတယ်။ သူတို့အားလုံး ဟာ ကျွန်တော့်ထက် အဆများစွာ တော်ကြ တတ်ကြတဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးတွေပါ။ အတွေ့အကြုံလဲ ကျွန်တော့်ထက် အများကြီး ပိုပြီး ရင့်ကျက်ကြပါတယ်။

သူတို့လို ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးတွေကိုယ်တိုင် နှစ်နဲ့ချီပြီး ကုသလို မပျောက်နိုင်တဲ့ အစ်မကြီးရဲ့ ရောဂါကို ကျွန်တော်ပျောက်အောင် ကုသနိုင်မယ် မဟုတ်ပါဘူးဟူ၍ ပြောမည်ဖြစ်ပါသည်။

ယခုမူ ယောဂီအမျိုးသမီးကြီးက ကျွန်တော်မှ ကျွန်တော်။ ကျွန်တော်ကုလျှင် သူ့ရောဂါ မုချပျောက်မည်ဟု တန်းတန်းစွာဖြစ်နေရာ ကျွန်တော့်အဖို့ ဖြစ်နိုင်တဲ့ဘက်က တစ်မျိုးစဉ်းစားဖို့ ဖြစ်လာရ ပြန်ပါသည်။

သို့ဖြစ်၍ ကိုယ့်ကိုယ်ကိုလည်း အားပေးရင်း ကျွန်တော် ဤသို့ စဉ်းစားပါသည်။

ဟုတ်တယ်။ မင်းဟာ အထက်ကဖော်ပြခဲ့တဲ့ ပုဂ္ဂိုလ်ကြီး တွေလို မတော်ဘူး၊ မတတ်ဘူးဆိုတာ မှန်တယ်။ အတွေ့အကြုံ မရင့်ကျက်သေးဘူးဆိုတာလည်း မှန်တာပဲ။ ဒါပေမယ့် အခု မင်းဟာ တိုင်းရင်းဆေးဆရာအဖွဲ့မှာ အဖွဲ့ဝင်တစ်ဦးဖြစ်နေပြီ။



တိုင်းရင်းဆေးဆရာ အဖွဲ့ဝင်ဆိုတာ တိုင်းရင်းသမားတော် တစ်ဦးလို့ အသိအမှတ်ပြုတဲ့ သဘောပဲ။

ဒီလို သမားတော်အဖွဲ့ဝင်တစ်ဦး ဖြစ်လာတာဟာလည်း မင်းကို တော်လို့၊ တတ်လို့၊ အတွေ့အကြုံရင့်ကျက်လို့၊ ရွေးချယ် တာဝန်ပေးတာ မဟုတ်ဘဲ ကုသခိုင်းတဲ့ရောဂါကို မင်းပြောတဲ့အတိုင်း ပျောက်အောင်ကုသနိုင်ခဲ့လို့ နိုင်ငံတော်က မင်းကို တာဝန်ပေးတာပဲ။

ဒီတော့ မင်းမတော်တာ၊ မတတ်တာ၊ အတွေ့အကြုံ မရင့်ကျက် သေးတာတွေအားလုံးကို ဘေးချိတ်၊ ရောဂါပျောက်အောင် သာကု။ တော်တာ၊ တတ်တာ၊ အတွေ့အကြုံရင့်ကျက်တာ အဓိကမဟုတ်၊ ရောဂါပျောက်ဖို့အဓိက။ ဟိုစကားလို့ပေါ့။

လိုချင်တာက ရေပါဖို့ပဲ။ အဓိကက ရေပါရင်ပြီးတာပဲ။ ရေသယ်တဲ့သူက ရေပုံးနဲ့သယ်သယ်၊ ခြင်းကြားကြီးနဲ့ပဲ သယ်သယ်၊ သယ်ချင်တာနဲ့သယ်၊ ရေပါရင် ပြီးတာပဲဆိုတာလို့။

မင် ဘာသာမင်း ဘယ်နည်းနဲ့ပဲကုကု၊ ရောဂါပျောက်ဖို့ အဓိက ပဲဟု စဉ်းစား မိဘေမှ ဒီအတွေ့အခေါ်မှန်တယ်။ ငါ့ကို နိုင်ငံတော်က တိုင်းရင်းဆေး ကောင်စီမှာ အဖွဲ့ဝင်အဖြစ် တာဝန်ယူဖို့ တာဝန် ပေးခဲ့စဉ်က လှူကြီးတွေပေးတဲ့ ဝေဒနာရှင် လူနာတွေရဲ့ ရောဂါတွေကို ပျောက်အောင် ကုသပြနိုင်ခဲ့လို့ပဲ။

ငါ့ကို နှုတ်နဲ့ မင်းဆေးပညာနဲ့ ပတ်သက်လို့ ဘာသင်တန်း တွေ တက်ခဲ့ဖူးသလဲ။ ပထဝီ၊ အာပေါ၊ ဝါယော၊ တေဇောဆိုတဲ့ မြေ၊ ရေ၊ လေ၊ မီး ဓာတ်ကြီးလေးပါးအကြောင်း ဘယ်လောက် သိထားသလဲ။

ကံ၊ စိတ်၊ ဥတု၊ အာဟာရအကြောင်းကော ပိုင်ရဲ့လား။ အနာတော်မိနဲ့ ဖိဆိရော်လော်ဂျီတွေကိုကော အတန်အသင့် လေ့လာ ဖူးသလား။ စသည်ဖြင့် တစ်ခွန်းမျှ မမေးဘူးခဲ။ ဒါတွေက အတတ် ပညာပိုင်းတွေဖြစ်သည်။

ထိုစဉ်က ကျွန်တော်အား ဆေးကုမခိုင်းဘဲ ဒါတွေသာ မေးနေခဲ့လျှင်လည်း ကျွန်တော် ဖြေနိုင်မည်မဟုတ်။ ယခုမူကျွန်တော်ကို လူနာတွေပေး၍ ဆေးကုစေခဲ့သည်။ ကျွန်တော်ကလည်း ကျွန်တော် ကိုယ်တိုင် ဘာမျှ မတတ်မှန်းတော့ သိသည်။

သို့သော် ကျွန်တော်လက်ထဲတွင် အစွမ်းထက်လှပါသည်ဟု ကျွန်တော်ယုံကြည်ထားသော သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်နှင့် သောက်ဆေး၊ လိမ်းဆေးများရှိထားသည်။ ဤဆေးတောင့်နှင့် သောက်ဆေး၊ လိမ်းဆေးများအားကိုးဖြင့် ပေးလာသောလူနာအားလုံးကို ရဲရဲကြီး တာဝန်ယူ၍ ရဲရဲကြီး ကုသပြလိုက်သည်။

ကျွန်တော်အား ပေးလာသော လူနာတွေကလည်း နယ်နယ်ရရ ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးတွေမဟုတ်။ တကယ့်ပဂေးကြီးတွေဖြစ်ကြသည်။ ကျွန်တော် ကု၍ ပျောက်လျှင် ပျောက်ကြောင်း၊ မပျောက်လျှင် မပျောက်ကြောင်း၊ နေ့ချင်းပင် နိုင်ငံတော်အကြီးအကဲများထံတင်ပြနိုင်စွမ်းရှိသော ပုဂ္ဂိုလ် ကြီးတွေ ဖြစ်ကြသည်။

ထိုစဉ်က ကျွန်တော်ကုသခဲ့ရသောရောဂါတွေကလည်း စုံမှစုံ။ ယခင်က ကျွန်တော် တစ်ခါမှ မမြင်ဖူး၊ မကြုံဖူးသော ရောဂါများလည်း ပါသည်။ ထိုစဉ်က ကျွန်တော်၏ ဆေးကုသမှုသက်တမ်းမှာ သုံးလ သာသာကလေးသာ ရှိသေးသည်။



နိုင်ငံတော်အကြီးအကဲများအား ကုသရေးအတွက် အစမ်းသပ်ခံရန် လိုအပ်သောဆေးဝါးများကိုယူ၍ ၂၃၊ ၄၊ ၈၆ နေ့အရောက်ရန်ကုန်သို့လာပါဟု ကျွန်တော်ထံ ဖုန်းဆက်ပြောသောအခါ ကျွန်တော့်မိသားစုတွေ စိတ်ပူခဲ့ကြသည်။

ကျွန်တော့် ဌာနဆိုင်ရာ အကြီးအကဲကလည်း

'ကိုထွန်းရေ၊ ခင်ဗျားဥစ္စာ ဟုတ်ကော ဟုတ်ရဲ့လားဗျာ' ဟု စိုးရိမ်ပူပန်စွာဖြင့် ဖုန်းဆက်မေးရှာသည်။

ကျွန်တော့်အဖြစ်က ဝန်ဇင်း မင်းရာဇာဖြစ်ရပ်နှင့် ခပ်ဆင်ဆင် တူနေသဖြင့် ပြီးမိရသေးသည်။ အဖြစ်ချင်းကလည်း ခပ်ဆင်ဆင်၊ နေရာကလည်း မိတ္ထီလာမှာ။ ဩော် တိုက်မှ တိုက်ဆိုင်တတ်ပလေဟုလည်း တွေးမိရသေးသည်။

ကျွန်တော်ကတော့ ကိုယ့်ကိုယ်ကို အကြွင်းမဲ့ယုံသည်။ ထို့ကြောင့် မဆိုင်းမတွပင် ဖုန်းဆက်ခေါ်သည့်အတိုင်း ဆေးဝါးများ အစုံအလင်ယူ၍ ရန်ကုန်သို့ တက်ခဲ့သည်။ ကြိုကြိုက်တုန်း ရယ်စရာကလေး ပြောလိုက်ရဦးမည်။

မိတ္ထီလာမှ ဝန်ဇင်းမင်းရာဇာကို ဘုရင်က ဆင့်ခေါ်စဉ်က ဇနီးသည်ကိုပါ နန်းတော်သို့ ခေါ်သွားသည်ကို မတွေ့ရ။ ယခု မိတ္ထီလာမှ ကျွန်တော့်ကို နိုင်ငံတော်မှ ဆင့်ခေါ်သောအခါ ကျွန်တော်က ကျွန်တော့်ဇနီးကိုပါ ခေါ်သွားသည်။ လူနာများအားကုသနေစဉ် ကာလအတွင်း ကျွန်တော့်ဇနီး ကျွန်တော့်အနီးတွင်ရှိ၍ လိုအပ်တာတွေကို ကူညီစေခဲ့သည်။

တကယ်တမ်းဆိုတော့ ကျွန်တော်အဖြစ်ကလည်း တကယ်ရင်ထိတ်စရာ ဖြစ်ပါသည်။ ပြောသည့်အတိုင်း ရောဂါတွေကို

ပျောက်အောင်ကုနိုင်လျှင်ကု၊ မပျောက်လျှင် ဘယ်လောက်ရှက်စရာ၊ မျက်နှာပျက်စရာ ကောင်းလိုက်ပါမည်နည်း။

သို့သော် ကျွန်တော် ရှက်စရာ မျက်နှာပျက်စရာအဖြစ်မျိုး လုံးဝ မကြုံခဲ့ရ။ မှတ်မှတ်ရရ ကျွန်တော့်အား လူနာ ၅၀ ခန့်ပေး၍ ၇ ရက် ကုပြပါ။ ကျွန်တော်၏ ကုသမှုကို ကျေနပ်လျှင် နိုင်ငံတော်အကြီးအကဲတစ်ဦးအား ကုသစေမည်ဟု ပြောကြား၍ ကုသစေခဲ့ရာ

၇ ရက်ပင်ပြည့်အောင် ကုမပြုလိုက်ရဘဲ နှစ်ရက်တည်း ကုသပြုရုံမျှဖြင့် ကျေနပ်ပြီဟုဆိုကာ မှတ်မှတ်ရရ ၁၉၈၆ ခုနှစ်၊ ဧပြီလ ၂၈ ရက်နေ့တွင် နိုင်ငံတော် အကြီးအကဲတစ်ဦးအား စတင်ကုသခဲ့ရပါသည်။

တစ်ဖန် ထိုနိုင်ငံတော်အကြီးအကဲ၏ ထပ်ဆင့်ထောက်ခံမှုကြောင့် အခြားနိုင်ငံတော် အကြီးအကဲတစ်ဦးအား ၁၉၈၆ ခုနှစ်၊ ဇွန်လ ၉ ရက်နေ့တွင် ကုသခွင့် ရခဲ့ပြန်ပါသည်။

ထိုနိုင်ငံတော် အကြီးအကဲကိုယ်တိုင်ကလည်း ကျွန်တော်၏ ကုသမှုကို အထူးအားရ ကျေနပ်လက်ခံခဲ့သဖြင့် ၎င်းသွားလေရာ ပြည်တွင်းပြည်ပ ခရီးစဉ်များတွင် ကျွန်တော့်အား အမြဲခေါ်သွားလေ့ရှိခဲ့သည်သာမက ၎င်း၏ မိတ်ဆွေများဖြစ်ကြသည့် နိုင်ငံခြားက ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးများကိုပါ ကျွန်တော်၏ ကုသမှုကိုခံယူရန် တိုက်တွန်းပြောကြားခဲ့သဖြင့် ရတောင်ရခဲလှသော နိုင်ငံခြားသားပုဂ္ဂိုလ်ကြီးများအား ကုသမှုအခွင့်အရေးကို ကျွန်တော်ရရှိခဲ့သည့်အပြင် နိုင်ငံအတော်များများသို့လည်း ရောက်ရှိခဲ့ရသည်။

ဤသည်တွေကို ပြန်လည်စဉ်းစားမိသောအခါ ကျွန်တော့်အားတက်လာမိသည်။ ဤအမျိုးသမီးကြီး၏ ဝေဒနာကို ပျောက်ကင်းအောင် ကုသနိုင်ရေးအတွက် ငါ့ကိုယ်တိုင် တော်ဖို့ တတ်ဖို့မလို။



ငါ့မှာ အစွမ်းထက်လှသော သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်နှင့် ဘရသေ့ချိုးမြှင့်ထားသော သောက်ဆေး၊ လိမ်းဆေးတွေ ရှိထားပြီ။ ငါက မေတ္တာနဲ့ သစ္စာသာ အရင်းစိုက်ဖို့လိုသည်။ မေတ္တာသည် ဆေးချမ်း၏။ သစ္စာသည် ဆေးစွမ်း၏ဟူသော ဆောင်ပုဒ်ကို ငါ အကြွင်းမဲ့ ယုံကြည်သည်။

ငါသည် ငါ့ထံရောက်လာသမျှသော လူနာအားလုံးအပေါ် အယုတ်၊ အလတ်၊ အမြတ်မရွေး မေတ္တာထားနိုင်သည်။ ထားနိုင်အောင်လည်း အစဉ်ကြိုးစားသည်။ သစ္စာနှင့် ပတ်သက်၍လည်း ငါသစ္စာဓိဋ္ဌာန်ပြုထားတာ တစ်ချက်ရှိသည်။

‘ငါသည် ငါ့ထံရောက်လာသမျှသော လူနာများထံမှ လောဘဇောတို့ကို မတန်တဆ ဆေးဖိုးဝါးခများကို တောင်းခံခြင်းမပြုဘဲ သင့်တင့်မျှတသော ဆေးဖိုးဝါးခကိုသာ တောင်းခံမှုပြုမည်။ ကုသခဟူ၍လည်း သီးခြားသတ်မှတ် တောင်းခံခြင်း မပြုဘဲ ဆေးခန်းတွင် အလှူခံပုံးတစ်ခုကိုသာ ထား၍ လှူလိုကလျှင် မလှူလိုကလည်း နေနိုင်သည်ဟူသော စနစ်ကိုသာ ကျင့်သုံးပါမည်။

ဤအဓိဋ္ဌာန်အတိုင်း လက်တွေ့ဆောင်ရွက်နိုင်ပါက ကျွန်ုပ်၏ ကုသမှုကိုခံယူရန် ကျွန်ုပ်ထံ ရောက်ရှိလာကြသည့် လူနာဟူသမျှ ရောဂါဘယ ပျောက်ကင်းကြပါစေမည်။

ဟု သစ္စာဓိဋ္ဌာန်ပြုထားသည်။ ဤသစ္စာဓိဋ္ဌာန်ချက်အတိုင်းလည်း ယနေ့ထိလက်တွေ့ကျင့်သုံးနေသည်။ အလျဉ်းသင့်၍ လက်တွေ့ကျွန်တော် ကျင့်သုံးနေသော ကျွန်တော့်ဆေးခန်း၏ စနစ်ကလေးကို ပြောပြရပါဦးမည်။



ကျွန်တော်၏ ဆေးခန်းကို နေ့စဉ် နံနက် ၇ နာရီမှ ၁၀ နာရီအထိလည်းကောင်း၊ ညနေ ၃ နာရီမှ ၆ နာရီအထိ လည်းကောင်း နေ့စဉ် နှစ်ကြိမ်ဖွင့်ထားသည်။

စနေနေ့တွင်မူ နံနက်ပိုင်းသာဖွင့်၍ ညနေပိုင်းပိတ်သည်။ တနင်္ဂနွေနေ့တွင်မူ တစ်နေ့လုံး ပိတ်သည်။ ကျွန်တော့်ထံလာသမျှ လူနာတစ်ဦးစီကို ပထမဆုံးနေ့တွင် ရောဂါအခြေအနေမေး၍ သင့်တော်သော သောက်ဆေး လိမ်းဆေးများကို ပေးသည်။

ဆေးပေးရာတွင် ရောဂါလိုက်၍ လိမ်းဆေးတစ်မျိုးနှင့် သောက်ဆေးတစ်မျိုးမှ လေးမျိုးထိ ပေးလေ့ပေးထရှိသည်။ သို့ဖြစ်၍ လူနာတစ်ဦးစီအတွက် ဆေးဖိုးကျသင့်ငွေ (တစ်ပတ်စာအတွက်) ၅၀ ကျပ်မှ ၁၀၀ ကျပ်အထိသာ ကုန်ကျသည်။

ကုသမှုအတွက်ကိုမူလူနာ၏ သဘော လှူလိုကလျှင် မလှူလိုကနေနိုင်ကြသည်။ ခင်ဗျား အလှူငွေမထည့်သေးပါကလားဟု မည်သူကမျှ မဆို။

ဤစနစ်ကို ကျင့်သုံးခဲ့သည်မှာ ၁၉၈၆ ခုနှစ်ကပင်ဖြစ်သည်။ ၁၉၈၆ ခုနှစ်ကဆိုပါလျှင် ဆေးဖိုးကိုပင် တောင်းခံခြင်းမပြု။ သောက်ဆေး၊ လိမ်းဆေးများကို အခမဲ့ပေးကာ အခမဲ့ ကုခဲ့သည်။

စေတနာအလျောက် အလှူခံပုံးတွင် ထည့်ကြဟူသော စနစ်ကို ကျင့်သုံးခဲ့သည်။ ဤစနစ်မှာ ရေရှည်တွင် ကျွန်တော် ဒဏ်မခံနိုင် ဖြစ်လာသည်။ အလကားရပြန်တော့ သောက်ဆေး၊ လိမ်းဆေး နေ့စဉ်တောင်းကြသည်။

လိမ်းဆေးအတွက် ပုလင်းကြီးငယ်အစုံ နေ့စဉ်ယူလာ၍ နေ့စဉ် တောင်းကြသည်။ ဤစနစ်ကိုကျင့်သုံးခြင်းအားဖြင့် ကျွန်တော်

မိသားစု စားရေးသောက်ရေးကို တာဝန်ယူနိုင်ဖို့မဆိုထားဘိ၊ ကုန်သွား  
သောဆေး ပြန်ဖော်ဖို့ကိုပင် အလျင်မမီဖြစ်လာသည်။

ပရဆေး ဈေးနှုန်းတွေကလည်း ဒီရေလို တက်နေသည်။  
ထို့ကြောင့် ၁၉၈၇ ခုနှစ်မှစ၍ သောက်ဆေး၊ လိမ်းဆေးများ  
အတွက်ကိုမူ တစ်ပတ်စာအတွက် ၁၀၀ ကျပ်ထက်မပိုသောငွေကို  
ကောက်ခံရယူရန် စီစဉ်လိုက်ရသည်။

ကုသခအတွက်ကိုမူ အလှူခံပုံးတွင် စေတနာအလျောက်  
နည်းများမဆို လှူလိုက လှူနိုင်ကြသည်။ မလှူလိုက နေနိုင်ကြသည်  
ဟူသော စနစ်ကိုပင် ကျင့်သုံးခဲ့သည်။

ဤစနစ်သည် ကျွန်တော်အတွက်လည်း အတန်အသင့်  
အဆင်ပြေလာသည်။ လူနာများအတွက်လည်း အဆင်ပြေသည်ဟု  
ယူဆသည်။ ထို့ကြောင့် ရှေ့တွင်လည်း ဤစနစ်ကိုပင် ဆက်လက်  
ကျင့်သုံးသွားမည်ဟု သန့်ဋ္ဌာန်ချထားသည်။

ကျွန်တော်၏ လူနာအပေါ်ထားရှိသော အထက်ပါ မေတ္တာ  
စေတနာနှင့် သစ္စာတို့ကြောင့် ကျွန်တော်ထံလာသမျှ လူနာအားလုံး၏  
ရာခိုင်နှုန်း ၉၀ ခန့်သည် ပျောက်ကင်းကြသည်။ ကျန် ၁၀  
ရာခိုင်နှုန်းခန့်ကိုမူ ကျွန်တော် မကယ်နိုင်ခဲ့။

ကျွန်တော်နှင့် ကံမစပ်၍လည်း ဖြစ်နိုင်သည်။ ဤ ၁၀  
ရာခိုင်နှုန်းခန့်သော လူနာများကိုမူ ကျွန်တော် စိတ်မချမ်းသာစွာဖြင့်  
လက်လျှော့ခဲ့ရသည်။

ယခု ယောဂီအမျိုးသမီးကြီးကိုလည်း ကျွန်တော် အတတ်နိုင်ဆုံး  
စေတနာ မေတ္တာထား၍ စိတ်ရှည်ရှည်ဖြင့် ကြီးစားကုသရမည်  
ဖြစ်သည်။ လည်ဆစ်ရိုးကျိုးပေါင်းတက်ရောဂါဆိုတော့ ကုသရခက်ခဲ

သော ရောဂါဖြစ်သည့်အပြင် နာတာရှည်ရောဂါလည်း ဖြစ်နေပြန်  
သည်။ အတော် စိတ်မောရပါသည်။

ကျွန်တော် လေ့လာသိရှိထားရသလောက် ဤရောဂါမျိုးသည်  
အသက်ကြီးလာသူများတွင် ဖြစ်တတ်သော ရောဂါမျိုး ဖြစ်သည်။  
ရှင်းရှင်းပျောက်သွားဖို့လမ်းမရှိ။ ပို၍ ပို၍ ဆိုးလာဖို့လမ်းသာ  
ရှိသည်။ ထိုအသိသည် လက်တွေ့တွင်လည်း မှန်နေပြန်သည်။

ဤယောဂီ အမျိုးသမီးကြီးသည် ယခု အသက် ၆၀  
ပတ်ဝန်းကျင်ရှိပြီး ၎င်းရောဂါ အစပျိုးခဲ့သည်မှာ အသက် ၅၀  
ခန့်ကပင် စတင်ခဲ့သည်ဟု ဆိုရာ ရောဂါသက်တမ်း ၁၀ နှစ်ပင်  
ကျော်ခဲ့ပြီ။ အနောက်တိုင်း အရှေ့တိုင်း ဆရာအတော်များများနှင့်  
ကုသမှုခံယူခဲ့သော်လည်း သက်သာမှုမရဘဲ ပို၍ပို၍ ဆိုးလာသဖြင့်  
ယခု နောက်ဆုံးအဆင့် ခွဲစိတ်ကုသမှုခံယူမှသာ သက်သာရာရနိုင်  
တော့သည်ဟု ဆိုသည်။

ကျွန်တော်အမြင် ခွဲစိတ်ကုသမှုသည် စွန့်စားရလွန်းသည်။  
ကောင်းလာပါမည်ဟု ကံသေကံမ မပြောနိုင်ရုံသာမက ပို၍ပင်  
ဆိုးကောင်းဆိုးသွားနိုင်သည်။ ဘာကြောင့်ပါနည်း။ ကျွန်တော်  
ရှင်းပြပါမည်။

လူသားတို့၏ လည်ဆစ်ရိုးနှင့် နောက်ကျောရိုးထဲတွင် ဦးနှောက်  
နှင့် တိုက်ရိုက်ဆက်သွယ်ထားသော အာရုံကြောကြီးငယ်များ ရှိကြ  
ပါသည်။ အဆိုပါ အာရုံကြောကြီးငယ်တို့သည် နောက်ကျောရိုးမကြီး  
ဘေးတွင်ရှိသော အပေါက်ငယ်များမှ ပြင်ပသို့ဖြာထွက်လာကြကာ  
လူသားတို့၏ ခန္ဓာကိုယ်တစ်ခုလုံးရှိ ကိုယ်အင်္ဂါ ခြေလက်များနှင့်  
ဆက်သွယ် ထားကြပြန်ပါသည်။



ထိုဆက်သွယ်ထားသော အာရုံကြောကြီးငယ်များမှ တစ်ဆင့် လူတို့၏ အသိဉာဏ် ဗဟိုအချက်အချာဖြစ်သော ဦးနှောက်က ခန္ဓာကိုယ်တစ်ခုလုံးကို အမိန့်ပေးနေခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ဦးနှောက်၏ အမိန့်ပေးချက်အတိုင်း လူသားတို့သည် ညာခြေကြွလိုက်၊ ဘယ်ခြေ ကြွလိုက်၊ ဘယ်လှည့်လိုက်၊ ညာလှည့်လိုက် စသည်ဖြင့် လှုပ်ရှားနေ ကြရခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

အကယ်၍ လူတစ်ဦးတစ်ယောက်သည် ကားမှောက်၍ဖြစ်စေ၊ အမြင့်မှ လိမ့်ကျ၍ဖြစ်စေ ခါးရိုးကျိုးသွားပါက ၎င်းခါးရိုးတွင်းရှိ အာရုံကြောများလည်း ပျက်စီးသွားတတ်ပါသည်။

ဤတွင် လူမသေပါဘဲလျက် အောက်ပိုင်းတစ်ပိုင်းလုံးလှုပ်၍မရ ဖြစ်ကာ ဆီးသွားလို့လည်း သွားမှန်းမသိ၊ ဝမ်းသွားလို့လည်း သွားမှန်း မသိ အောက်ပိုင်းတစ်ခုလုံး ထိလို့ထိမှန်းမသိ ဖြစ်သွားတတ်ကြသည်မှာ သေသည်အထိ ဖြစ်ပါသည်။

အလားတူပင် လူ၏ လည်ဆစ်ရိုးနှင့် ခါးဆစ်ရိုးရှိ အရိုး ကျိုးပေါင်းကို ခွဲစိတ်ကုသစဉ် ၎င်းလည်ဆစ်ရိုးနှင့် ကျောရိုးများ အတွင်းရှိ အာရုံကြောများကို မတော်တဆ ထိခိုက်ပျက်စီး သွားပါက အောက်ပိုင်းသေကာ ဆီးသွားမသိ၊ ဝမ်းသွားမသိ ဖြစ်ရတတ်ပြန်ပါသည်။

သို့ပါ၍ လည်ဆစ်ရိုးနှင့် ကျောရိုးတို့ကို ခွဲစိတ်ကုသခြင်းသည် စွန့်စားရလွန်းသည်။ ခွဲစိတ်ကုသခြင်းအားဖြင့် ကောင်းဖို့ထက် ဆိုးဖို့က ပို၍များသည်။ သို့ပါ၍ အလွန်အလွန် မလွဲသာလွန်းမှသာ ခွဲစိတ်ကုသမှုကို ပြုသင့်ကြသည်ဟု ကျွန်တော် ရေးသားခြင်း ဖြစ်ပါသည်။



ကျွန်တော့်ထံလာသမျှ လူနာအားလုံးကိုလည်း အလွန်အလွန် စွန့်စားရလွန်းသော ကောင်းဖို့ထက် ဆိုးဖို့က ရာနှုန်းပိုများသော ခွဲစိတ်ကုသမှုကို လွယ်လွယ်နှင့် မပြုလိုက်မိရန် အကြံပြုလေ့ ရှိခဲ့ပါ သည်။

အရိုးကျိုးပေါင်းတက်ရောဂါအကြောင်း သိသာရန် အကျဉ်းမျှ တင်ပြပါဦးမည်။

၁။ အရိုးကျိုးပေါင်းတက်ရောဂါဆိုသည်မှာ အောက်ပါ အကြောင်း နှစ်ရပ်ပင်ဖြစ်သည်။

(၁) ပထမအမျိုးမှာ (Cervical Spondilosis) ခေါ် လည်ပင်း အာရုံကြောညစ်ခြင်းနှင့်

(၂) ဒုတိယအမျိုးမှာ (Cervical Rib) ခေါ် လည်ပင်းရိုးမှ အရိုးပိုကလေးများ ထွက်လာခြင်းတို့ကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။

၂။ အရိုးကျိုးပေါင်း ဘာကြောင့်ဖြစ်ရသလဲ။

(၁) သစ်ပင်များတွင် ကျိုးပေါင်းတက်သကဲ့သို့ လည်ဆစ်ရိုးတွင် (Bone Spurs) ခေါ် အရိုးပိုကလေးများ ထွက်လာခြင်း၊

(၂) လည်ဆစ်ရိုး တစ်ခုစီကြားရှိ အရွတ်တုံးများအတွင်း ထုံးဓာတ်များ အနည်ထိုင်လာခြင်း၊

(၃) ပင်မ လည်ဆစ်ရိုးကြီးမှ (Cervical Rib) ခေါ် အရိုး အတက်ကလေးများထွက်လာခြင်း၊

(၄) ဦးခေါင်း (သို့မဟုတ်) လည်ဆစ်ရိုး တစ်နေရာတွင် ထိခိုက်မှု ရှိခဲ့ခြင်းကြောင့် ဒဏ်အဖြစ် ပေါ်လာတတ်ခြင်းတို့ ဖြစ်ပါ သည်။

၄၀၄

ဦးထွန်

၃။ အရိုးကျိုးပေါင်း လက္ခဏာများ

- (၁) ဇက်ကြောအလွန်တက်တတ်ပါသည်။
- (၂) ခေါင်းကိုက်တတ်ပါသည်။
- (၃) လက်ပြင်အောင့်တတ်ပါသည်။
- (၄) လက်ချောင်းကလေးများ ထုံကျဉ်နေတတ်ပါသည်။
- (၅) လည်ပင်းရိုး လှုပ်ရှားတိုင်း လည်ပင်း ကုပ်ရိုးတို့က နာကျင် တတ်ပါသည်။
- (၆) ဇက်ခိုင်နေတတ်ပါသည်။ (ဟိုဘက်ဒီဘက် လှည့်မရ တတ်ပါ)
- (၇) လက်မောင်းကိုက်တတ်ပါသည်။
- (၈) ဦးခေါင်းကို ဝဲယာ လှည့်လျှင်သော်လည်းကောင်း၊ ထက်အောက် မော့ ငဲ့ လုပ်လျှင်သော်လည်းကောင်း မခံမရပ်နိုင်အောင် မူးတတ်ပါသည်။
- (၉) လက်မောင်းနှင့်တကွ လက်ချောင်းကလေးများ၏ ဆုပ်အား၊ ကိုင်အား၊ ညှစ်အား လျော့ပါးလာတတ်ပါ သည်။  
(သို့ဖြစ်၍ တစ်ခါတစ်ရံ ကိုင်ထားသော ပစ္စည်းကလေး များပင် လွတ်ကျတတ်ပါသည်။)
- (၁၀) ကြာရှည်တွင် ဆုပ်အား၊ ကိုင်အား၊ ညှစ်အား လျော့ပါး လာရုံမျှသာမက လက်မောင်း ကြွက်သားပင်လျှင် သေသွား သိမ်သွားတတ်ပါသည်။



၄။ ကုသနည်းများ

အနောက်တိုင်းနည်းအရ အောက်ပါနည်းလမ်းများကို ပြုလုပ် လေ့ရှိသည်ကို တွေ့ရပါသည်။

- (၁) အနားယူစေခြင်း (နားနားနေနေ နေစေခြင်း)
- (၂) အပူပေးခြင်း
- (၃) လေ့ကျင့်ခန်း ပြုလုပ်စေခြင်း
- (၄) (Neck Traction) ခေါ် လည်ဆစ်ရိုးဆွဲဆန့်ခြင်း စသည်တို့ဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်တော့် ဆန္ဒအရ တင်ပြရပါမူ အထက်ဖော်ပြပါ နည်း လေးရပ်အနက် ပထမနှစ်မျိုးဖြစ်သော အနားယူခြင်းနှင့် အပူ ပေးခြင်းနှစ်နည်းကိုသာ ပြုလုပ်ရန် ပိုမိုအားသန်ပါသည်။ ကျန် နှစ်နည်းဖြစ်သော လေ့ကျင့်ခန်းပြုလုပ်ခြင်းနှင့် လည်ဆစ်ရိုးဆွဲဆန့်ခြင်း တို့ကို ကျွန်တော် အားမပေးခဲ့ပါ။ ဤသည်မှာ ကျွန်တော်၏ အယူအဆသာ ဖြစ်ပါသည်။

အဆိုပါနည်းနှစ်နည်း ပြုလုပ်ခြင်းကို မှားသည်ဟုဆိုလိုခြင်း မဟုတ်ပါ။ အဆိုပါ နည်းနှစ်နည်းအစား ကျွန်တော်က အနားယူ စေခြင်းနှင့် အပူပေးခြင်း နည်းနှစ်နည်းအပြင် ကျွန်တော်ပေးသော ဝေယျသိဒ္ဓိလိမ်းဆေးကို အချိန်အားရတိုင်း ပိုင်နိုင်စွာ တစ်နေ့လုံး လိမ်းစေပါသည်။

၅။ အောက်ပါတို့ကို ဆောင်ပါ။

- အရိုးကျိုးပေါင်းတက်ဝေဒနာ ခံစားနေရသူတို့သည် အောက်ပါ တို့ကို လိုက်နာလုပ်ဆောင်ရန် လိုပါသည်။
- (က) ကောင်းကောင်းအနားယူပါ။ သက်သောင့်သက်သာ အနေအထားဖြင့် နေပါ။



(ခ) ရံဖန်ရံခါ ရေခွေးအိတ်ကပ်ပေးပါ။

(ဂ) အခွေးဓာတ်ကိုရစေမည့် ဝေယျသိဒ္ဓိလိမ်းဆေးကို ဖြစ်စေ၊ အခြားသင့်တော်ရာ လိမ်းဆေးတစ်မျိုးမျိုးကိုဖြစ်စေ လည်ဆစ်ရိုး၊ လက်ပြင်နှင့် လက်မောင်းတို့တွင် ပိုင်နိုင်စွာလိမ်းပါ။ အထူးသဖြင့် နံနက်အိပ်ရာထနှင့် ညအိပ်ရာဝင်တွင် မဖြစ်မနေလိမ်းပါ။ အကြိမ်များများ လိမ်းနိုင်လေ ကောင်းလေဖြစ်သည်။

(ဃ) ခေါင်းအုံးပျော့ပျော့ပါးပါးကို အုံး၍ အိပ်ပါ။

၆။ အောက်ပါတို့ကို ရှောင်ပါ။

(က) ခေါင်းအုံးမာမာ ထူထူမြင့်မြင့်ကို မအုံးပါနှင့်။

(ခ) ဦးခေါင်းကိုငုံ့၍ လုပ်ရသော အလုပ်ဟူသမျှကို ရှောင်ပါ။

(ဂ) အနင်းအနှိပ် လုံးဝမခံပါနှင့်။ အထူးသဖြင့် လည်ပင်းချိုးခြင်း၊ ဇက်ချိုးခြင်း၊ ခါးချိုးခြင်းတို့ကို လုံးဝ မလုပ်ပါနှင့်။

(ဃ) ဦးခေါင်းကို ဝဲယာ စောင်းခြင်း၊ ထက်အောက်မော့ခြင်း၊ ငုံ့ခြင်း မပြုပါနှင့်။

(င) ပက်လက်ကုလားထိုင်တွင် မထိုင်ပါနှင့်။

(စ) အကောင်းဆုံးမှာ ကိုယ်တိုင် ကောင်းနိုးရာရာ စမ်းသပ် ပြုလုပ်ခြင်းမပြုဘဲ ကျွမ်းကျင်သူဆရာဝန်များ၏ ကုသမှုကို ခံယူပါ။

(ဆ) တက်စာများဖြစ်သော ပုစွန်၊ ငါးသလောက်၊ ငါးသေတ္တာ၊ အုန်းနို့ပါသောအစာ စသည့် အဆိအဆိမ့်များကို ရှောင်ပါ။

(ဇ) ဒေါသနှင့် သောကကို ထိန်းပါ။

(ဈ) အအေးမခံပါနှင့်။ ပန်ကာလေမခံပါနှင့်။ တတ်နိုင်သမျှ နွေးနွေးထွေးထွေးနေပါ။



၇။ အခဲရလည်းခက်၊ ကြောက်စရာလည်းကောင်းလှသော ရောဂါ။

အရိုးကျိုးပေါင်းတက်ရောဂါသည် ရောဂါဟူသမျှတို့တွင် အခဲရ အခက်ဆုံးနှင့် ကြောက်စရာအကောင်းဆုံး ရောဂါလည်း ဖြစ်ပါသည်။ အဆိုပါရောဂါကို စနစ်တကျ ကုသမှုမပြုဘဲ ပေါ့ဆစွာ နေမိပါက ယင်းဝေဒနာကို မချိမဆန့်ဖြစ်အောင် ခံစားရတတ်သည့် အပြင် နောက်ဆုံး ခြေလက်တွေ သေသွားသည်အထိ ဖြစ်တတ်ပါသည်။

ခြေလက်များမသေမီ လူနာမှာ အရက်အလွန်အကျွံ သောက်ထားသူ တစ်ဦးကဲ့သို့ ထာဝစဉ် မူးနေတတ်ပါသည်။ အထူးသဖြင့် ဝဲယာလှည့်သောအခါတွင်လည်းကောင်း၊ မိမိကိုယ်ကို မဟန်နိုင်တော့ဘဲ ဘိုင်းကနဲနေအောင်ပစ်လဲတတ်ကြပါသည်။ ထာဝစဉ်မူးနေသဖြင့် စိတ်လည်း မကြည်လင်နိုင်တော့ပါ။ လမ်းလျှောက်ရာတွင်လည်း ဦးခေါင်းကို ဘယ်ညာလှည့်မရသဖြင့် ဇက်နှင့်တကွ ခန္ဓာကိုယ်ကိုပါ တောင်တောင်ကြီးထား၍ လမ်းလျှောက်နေရာ တကယ့်သက်မဲ့ (ရိုဘော့) ခေါ် စက်ရုပ်ကြီးနှင့် သဏ္ဍာန်တူနေတတ်ပါသည်။

နောက်ဆုံး ရောဂါဆိုးရွားသည်ထက် ဆိုးရွားလာလျှင် လေဖြတ်ခံထားရသော လူနာအလား ခြေလက်များ လှုပ်ရှား၍ မရတော့ဘဲ အိပ်ရာပေါ်တွင် ဘုန်းဘုန်းလဲသည်အထိ ဖြစ်တတ်ပါသည်။

ဤသည်မှာ အရိုးကျိုးပေါင်းတက်ရောဂါနှင့် ပတ်သက်၍ သိရှိ နိုင်ကြပါရန် အကျဉ်းမျှ တင်ပြခြင်းဖြစ်ပါသည်။

ကျွန်တော့်ထံ ရောက်ရှိလာသော ဒေါ်စန္ဒာခေါ် ယောဂီ အမျိုးသမီးကြီးသည် အထက်ဖော်ပြပါ အရိုးကျိုးပေါင်းတက် ရောဂါကို ၁၃ နှစ်ခန့်အလူးအလဲ ခံစားနေရသော လူနာတစ်ဦးဖြစ်ပါသည်။

ခြေလက်များမသေရုံမှအပ အထက်ဦးဖော်ပြခဲ့သည့် ဝေဒနာများကို မိနစ်နှင့်အမျှ၊ နာရီနှင့်အမျှ ခံစားနေရသူဖြစ်ပါသည်။ ၎င်း၏ ပြောကြားချက်အရ ဆရာတွေလည်း အတော်စုံအောင် ကုခဲ့ဖူးပြီဖြစ်ပါသည်။

အဆိုပါ အမျိုးသမီးကြီးမှာ ကျွန်တော်၏ ကုသမှုကို လုံလောက်စွာခံယူရရှိလျှင် ၎င်း၏ရောဂါ မုချပျောက်မည်ဟု ယုံကြည်ချက် ပြင်းထန်နေသည်လည်းတစ်ကြောင်း၊ ကျွန်တော်၏ ကုသမှုကိုခံယူရာတွင် ကျွန်တော်ညွှန်ကြားသည့်အတိုင်း တိကျစွာ လိုက်နာပါမည်ဟု ကတိပြုသည်လည်း တစ်ကြောင်းတို့ကြောင့် ထိုအမျိုးသမီးကြီး၏ ရောဂါကိုကုသရန် ကျွန်တော်လုံးဝ တာဝန်ယူလိုက်ပါသည်။

တာဝန်ယူလိုက်သည့် ထိုနေ့မှစ၍ ကျွန်တော်၏ ကုသမှုတို့ စတင်ခဲ့ပါသည်။ ရောဂါပျောက်ကင်းရေးအတွက် အောက်ပါတို့ကို လိုက်နာလုပ်ဆောင်ရန်လည်း အလေးအနက်မှာကြားခဲ့ပါသည်။

(၁) တစ်ပတ်လျှင် သုံးရက်တိတိ ကျွန်တော့်ထံ လာရောက် ကုသခံရန်၊

(၂) ကျွန်တော်ပေးသော သောက်ဆေးများကို ညွှန်ကြားချက် အတိုင်းသောက်ရန်၊

(၃) ဇေယျသိဒ္ဓိ လိမ်းဆေးကို တစ်နေ့လျှင် သုံးကြိမ်မှ ငါးကြိမ်အထိ ပိုင်နိုင်စွာ လိမ်းရန်။



(၄) ကျွန်တော်ရှောင်ခိုင်းသော အစာများကို လုံးဝမစားဘဲ ရှောင်ကြဉ်ရန်၊

(၅) ရေချိုးခြင်း အအေးခံခြင်းတို့ကို သတိပြုဆင်ခြင်ရန်၊

(၆) မည်သည့်လေ့ကျင့်ခန်းကိုမျှ မပြုလုပ်ဘဲ တတ်နိုင်သမျှ ငြိမ်ငြိမ်ကလေးနေရန်၊

(၇) ဝိပဿနာအလုပ်ကို တတ်နိုင်သမျှ ကြိုးစားပြုလုပ်ရန်တို့ ဖြစ်ပါသည်။

ယောဂီအမျိုးသမီးကြီးသည် အထက်ပါ ကျွန်တော်၏ မှာကြားချက်များကို တိကျစွာ လိုက်နာလုပ်ဆောင်သကဲ့သို့ ကျွန်တော့် ဘက်မှလည်း အဆိုပါယောဂီအမျိုးသမီးကြီး၏ ဝေဒနာပျောက်ကင်းရေးအတွက် အထူးဝိရိယထား ဆောင်ရွက်ခဲ့ရာ အဆုံးအဖြတ်ပေးမည့် စစ်ပွဲတစ်ပွဲကို ဆင်နွဲနေဘိအလား စိတ်တွင် ခံစားရပါသည်။

အမျိုးသမီးကြီးအား ကုသပေးနေစဉ် ကာလတစ်လျှောက်လုံး တွင်လည်း ထိုလူနာအမျိုးသမီးကြီး၏ အခြေအနေကို မပြတ်အကဲခတ် လေ့လာနေခြင်းဖြစ်ရာ အမျိုးသမီးကြီး၏ အခြေအနေသည် တစ်ပတ်ထက် တစ်ပတ် သိသာစွာ တိုးတက်လာနေသည်ကို အားရစဖွယ် တွေ့မြင်လာရပါသည်။

အမျိုးသမီးကြီးသည် တစ်ပတ်လျှင် သုံးရက်နှုန်းဖြင့် တစ်လတာမျှ ဆက်တိုက်လာရောက်ခဲ့ရာ ထိုတစ်လတာကာလအတွင်း အမျိုးသမီးကြီး၏ လှုပ်ရှားသွားလာမှု အခြေအနေ၊ ဦးခေါင်းအနေအထား၊ ပြောဆိုမှု ဟန်ပန်နှင့်တကွ လေယူလေသိမ်းတို့သည် ကျွန်တော့်ဆီသို့ ရောက်စက အခြေအနေနှင့် လုံးဝ မတူတော့ပါ။

မူလက (ရိုဘော့) စက်ရုပ်ကြီးလို လှုပ်ရှားမှုဟန်ပန် လုံးဝ မရှိတော့ဘဲ သက်ဝင်လှုပ်ရှားလာသည်။ ဦးခေါင်းကို ဘယ်ညာ မသိမသာ လှည့်လာနိုင်ရုံမျှမက အမှတ်မထင်ဦးခေါင်းကို ဆတ်ခနဲ လှည့်ကာ ဆေးလူတစ်ဦးတစ်ယောက်၏ နှုတ်ဆက်မှုကို သွက်လက်စွာ တုန်ပြန်နှုတ်ဆက်လာသည်ကို တွေ့ရသည်။ ရိုဝေနေသော မျက်လုံး အစုံတို့သည် အရောင်တောက်စ ပြုလာသည်။

လေးနေသောလျှာသည် သွက်လာပြီဖြစ်သလို ဝမ်းနည်း အားငယ်နေသော အသွင်မှသည် ဝမ်းသာအားတက်လာသော အသွင်သို့ သိသာစွာ တိုးတက်ပြောင်းလဲလာသည်။

အခြေအနေမှာ အားရစရာ ကောင်းလှပါပေစွ။ ဝေဒနာရှင် အမျိုးသမီးကြီးနှင့် ကုသသူ ကျွန်တော်တို့နှစ်ဦးသာမက အတူ ကုသခံဖော်ခံဖက် လူနာများကလည်း အမျိုးသမီးကြီး၏ တိုးတက်မှု အခြေအနေကိုကြည့်၍ ဝမ်းသာမဆုံး ဖြစ်နေကြသည်။

ဖဆပလ ရပ်ကွက် ကျွန်တော်နေသော တိုက်အနီးနေ အမျိုးသား လူနာတစ်ဦးကဆိုပါလျှင်နေ့စဉ်ယောဂီအမျိုးသမီးကြီး၏ အခြေအနေကို စောင့်ကြည့်အကဲခတ်၍ တစ်နေ့ထက် တစ်နေ့ တိုးတက်ထူးခြားလာမှုကို ကျွန်တော့်အား အစဉ် ပြောပြနေတတ် ပါသည်။

ကျွန်တော့်ထံ ရောက်စက မေးတစ်ခွန်း ပြောတစ်ခွန်းသာ ရှိသည့်တိုင် ထိုတစ်ခွန်းလေးကိုပင် အနိုင်နိုင်ပြောကြားနေရသော အမျိုးသမီးကြီးသည် ယခုအခါ လာသမျှလူနာများကို ခိုင်ခံ့၍ ၎င်း၏ မူလအခြေအနေနှင့် ယခုအခြေအနေကွာခြားပုံ မပျောက်နိုင် တော့ဟု ယူဆထားသော ၎င်း၏ ရောဂါပင် ယခု သိသာစွာ



ပျောက်ကင်းခဲ့ပြီဖြစ်ရာ ကျွန်တော့်ထံလာသမျှ လူနာများ ရောဂါ ပျောက်ကင်းကြမည်မှာ သေချာကြောင်း မနားတမ်း ပြောပြနေသည်ကို ကျွန်တော် ဆေးခန်းတွင်းမှ ဆေးကုသပေးရင်း ကြားနေရ၍ ပီတိဖြစ်၍ မဆုံးနိုင်တော့ပါ။

အမျိုးသမီးယောဂီကြီးသည် ကျွန်တော့်ထံ တစ်ပတ်လျှင် သုံးရက်နှုန်းဖြင့် နှစ်လတိတိ မပျက်မကွက် ဆေးကုသခံလာရောက်ခဲ့ ပါသည်။

ဘရသေ့ချီးမြှင့်ထားသော သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်နှင့် သောက် ဆေး၊ လိမ်းဆေးတို့က သိသာထင်ရှားစွာ အစွမ်းပြခဲ့ပြီဖြစ်ပါသည်။

ယောဂီအမျိုးသမီးကြီး၏ အခြေအနေသည် ကျွန်တော့်ဆီ လာကာစကနှင့် လုံးဝ မတူတော့ပါ။ ဝေဒနာလုံးဝ ကင်းရှင်းပြီ ဖြစ်ပေရာ လူကောင်းပကတိဖြစ်ပြီဟုပင် သတ်မှတ်လိုရနေပြီ ဖြစ်ပါ သည်။ အစဉ်ညှိုးနွမ်းနေသော အမျိုးသမီးကြီး၏ မျက်နှာသည် ယခုအခါ တက်ကြွရွှင်လန်းနေပါပြီ။

ဘယ်တော့အခါ ကာလကမျှ သနပ်ခါးလိမ်းကျံလေ့ရှိပုံ မရခဲ့သော အမျိုးသမီးကြီး၏ မျက်နှာတွင် အလှအပအတွက် မဟုတ်စေကာမူ လူနာရုပ်မဖြစ်စေရန် သနပ်ခါးရေကျဲကလေး လိမ်းကျံ လာသည်ကိုပင် သတိမူမိပါသည်။ အဆုံးအဖြတ်ပေးမည့် စစ်ပွဲ တစ်ပွဲကို ကျွန်တော်အောင်မြင်စွာ ဆင်နွှဲနိုင်ခဲ့ပြီ ဖြစ်ပါသည်။

လေးစားကြည်ညိုဖွယ် ဥပမိရုပ်ကောင်းမွန်လှ၍ နူးညံ့ ပျော့ပြောင်းကာ ဘာသာတရားကို ရိုသေကိုင်းရှိုင်းလှသည့် ဤယောဂီ အမျိုးသမီးကြီးအား ၁၃ နှစ်တိုင်တိုင် ဒုက္ခပေးခဲ့သည့် လည်ဆစ်ရိုး ကျိုးပေါင်းတက် ရောဂါဝေဒနာကြီးသည် အစွမ်းထက်လှသော သိဒ္ဓိဝင်

ဦးထွဋ်

ဆေးတောင့်၏ တန်ခိုးကြောင့် အမျိုးသမီးကြီး၏ ခန္ဓာကိုယ်မှအပြီး အပိုင် လက်မြောက်အရှုံးပေး ထွက်ပြေးခဲ့ပါလေပြီ။

ကုသမှုကာလ နှစ်လတိတိအကြာတွင် အမျိုးသမီးကြီး၏ လည်ဆစ်ရိုး အရိုးကျိုးပေါင်းကို ပို၍သေချာစေရန် ဓာတ်မှန် ရိုက်စေခဲ့ပါသည်။ ဓာတ်မှန်မရိုက်မီကပင် အမျိုးသမီးကြီးကတော့ ဤသို့ ပြောရာပါသည်။

ဆရာရယ်၊ ဆရာ ဓာတ်မှန်ရိုက်ကြည့်စေချင်တယ်ဆိုရင်လဲ ရိုက်ပါ့မယ်၊ ဒါပေမယ့် ကျွန်မပြောရပါတယ်၊ ဆရာ ဓာတ်မှန်ရိုက်ကြည့်ရင် ဓာတ်မှန်ထဲမှာ ဘာရောဂါမှ တွေ့ရတော့မယ် မဟုတ်ဘူး ဆိုတာ ကျွန်မ ပြောရပါတယ် ဟု ဝံ့ကြွားစွာ ပြောဆိုခဲ့ပါသည်။

တကယ် ဓာတ်မှန်ရိုက်ကြည့်သောအခါတွင်လည်း ဓာတ်မှန် ဖလင်ကော်ပြားပေါ်တွင် အရိုးကျိုးပေါင်းတက်လက္ခဏာ မတွေ့ရတော့ကြောင်း ကျွမ်းကျင်သူဆရာဝန်ကြီးများ ကိုယ်တိုင်က အတည်ပြုပြောကြားခဲ့သည်ကို ဝမ်းသာစရာ ကြားသိခဲ့ရပါသည်။ ပီတိဖြစ်ရပါပေစွ။ ဂုဏ်ယူစရာကောင်းလှပါပေစွ။

ကျွန်တော်သည် ယခင်ကာလများက အရိုးကျိုးပေါင်းတက် ဝေဒနာရှင်များအား ဤသို့ ပြောလေ့ ပြောထရှိပါသည်။

အရိုးကျိုးပေါင်းတက် ဝေဒနာဆိုသည်မှာ ကုသ၍ မပျောက်နိုင်သော ရောဂါဖြစ်ပါသည်။ သို့ပါ၍ ကျိုးပေါင်းတက် ဝေဒနာကို ကျွန်တော် ပျောက်အောင်တော့ မကုသနိုင်ပါ။ သက်သာရုံမျှသာ တတ်နိုင်ပါသည်ဟူ၍

သိဒ္ဓိဝင်ဆေးတောင့်နှင့် ရောဂါအတွေ့တွေ့

သို့သော် ယနေ့ ကျွန်တော်၏ အထက်ပါအဆိုကို ဤသို့ ပြင်လိုက်ပါသည်။

အရိုးကျိုးပေါင်းတက် ဝေဒနာကို ကျွန်တော် စိတ်တိုင်းကျ သာ ကုသခွင့်ရပါစေ၊ ကျွန်တော် ပျောက်အောင် ကုသနိုင်မည်ဟု ယုံကြည်ထားပါသည်ဟူ၍....

သတ္တဝါအများ ကျန်းမာ ချမ်းသာကြပါစေ။

\*\*\*





ဆရာကြီး ဦးထွဋ်

B.A, B.Ed, BL

၏

ဇေယျသိဒ္ဓိ'

အကိုက်အခဲပျောက် လိမ်းဆေးကြီး

ကျေးဇူးရှင် ဘရသေ့၏ လမ်းညွှန်ချက်နှင့်အညီ မြန်မာတိုင်းရင်းဆေးဆရာအဖွဲ့ဝင် ဆရာကြီး ဦးထွဋ် B.A, B.Ed, BL ကိုယ်တိုင် စီမံဖော်စပ်ထားပါသည်။ ဧကကြောတက်ခြင်း၊ နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်း ဟူသရွေ့ကို မိနစ်ပိုင်းအတွင်း ပျောက်ကင်း သက်သာစေနိုင်ပါသည်။ လေငန်းရောဂါ၊ လေးဘက်နာရောဂါ၊ အရိုးကျိုးပေါင်းတက် ရောဂါနှင့် အကြောညစ် အကြောကပ်ရောဂါများကို အထူး ပျောက်ကင်းသက်သာ စေနိုင်ပါကြောင်း အာမခံပါသည်။



ဖိတ်ခေါ်ပါသည်

ဇေယျသိဒ္ဓိ လိမ်းဆေးကြီးကို လက်လီလက်ကား ဝယ်ယူလိုသူများ အောက်ပါလိပ်စာအတိုင်း ဆက်သွယ်နိုင်ကြပါသည်။

ဆက်သွယ်ရန် လိပ်စာ

မြသရဖူ တိုင်းရင်းဆေးဝါးလုပ်ငန်း  
တိုက် ၆၈၊ အခန်း ၄၊ ဖဆပလ ရပ်ကွက်၊  
မင်္ဂလာတောင်ညွန့်မြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။  
ဖုန်း- ၂၈၇၂၇၇။

မြန်မာတိုင်းရင်းဆေးများ ရနိုင်ပြီ

ကျေးဇူးရှင် ဘရသေ့၏ ညွှန်ကြားချက်နှင့်အညီ မြန်မာနိုင်ငံ တိုင်းရင်းဆေးဆရာအဖွဲ့ဝင် ဆရာကြီး ဦးထွဋ်ကိုယ်တိုင် ဖော်စပ်ထားသော အောက်ပါဆေးများ ရနိုင်ပါပြီ။

- ၁။ သွေးတိုး၊ နှလုံး၊ လေငန်း၊ ဆီးချို၊ လေးဖက်နာ အထူးဆေးကြီး။
- ၂။ အစာမကြေ၊ ချောင်းဆိုး၊ ရင်ကြပ်ပျောက်ဆေး။
- ၃။ အစာအိမ်ရောဂါနှင့် ဝမ်းဖော၊ ဝမ်းရောင် ပျောက်ဆေး။
- ၄။ ဆီးရွှင်၊ ဝမ်းနုတ်၊ ထုံကျင်၊ ကိုက်ခဲနာပျောက်အထူးဆေးကြီး။
- ၅။ သွေးအား၊ နှလုံးအားနည်းရောဂါ ပျောက်ဆေး။
- ၆။ အစာမကြေ၊ လေထိုး၊ လေအောင့် ပျောက်ဆေး။
- ၇။ ဆီးရောဂါပျောက်ဆေး။
- ၈။ လေးဖက်နာနှင့် အကိုက်အခဲပျောက် အထူးဆေးကြီး။
- ၉။ ဇေယျသိဒ္ဓိ အကိုက်အခဲပျောက် အထူးလိမ်းဆေးကြီး။

ဆက်သွယ်ရန် လိပ်စာ

မြသရဖူ တိုင်းရင်းဆေးဝါးလုပ်ငန်း  
တိုက် ၆၈၊ အခန်း ၄၊ ဖဆပလ ရပ်ကွက်၊  
မင်္ဂလာတောင်ညွန့်မြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။  
ဖုန်း-၀၁-၂၈၇၂၇၇။

