



စာပေပိမာန်စာမူထုတ်

သက်ရှည်ကျန်းမာချမ်းသာရေးအတွက် လူတိုင်း နေ့စဉ်စားသုံးရမည့် သီးနှံသုံးမျိုး

ပရဲသီး၊ သခွားမွှေးသီးနှင့် နဂါးမောက်သီး



ဒေသခံစိုး၊ စိုက်ပျိုး/၁၀၇

၂၀၁၂ ခုနှစ်၊ စာပေဗိမာန်စာမူဆု၊
သုတပဒေသာ (သိပ္ပံနှင့်အသုံးချသိပ္ပံ)၊ ဒုတိယဆု

**သက်ဂျဉ်ကျန်းမာချမ်းသာရေးအတွက်
လူတိုင်းနေ့စဉ်စားသုံးရမည့်သစ်သီးသုံးမျိုး**
(ဖရဲသီး၊ သခွားမွှေးသီးနှင့် နဂါးမောက်သီး)

ဒေဘင်စိုင်း (စိုက်ပျိုး/၁၀၇)

- တည်းဖြတ်သူ - ဒေါ်ခင်ဝါဆွေ (ဝါဝါ-အင်းစိန်)
စာတည်း (တာဝန်ခံ)
အဖုံးပန်းချီ - ခင်ကြည်ဖြူ



စာပေဗိမာန်ထုတ် ပြည်သူ့လက်ရွဲစာစဉ်

မာတိကာ

- ကျေးဇူးတင်စကား	
- နိဒါန်း	
၁။ ပရိစ္ဆာန်ပျိုးခရီး	၁
- နောက်ခံသမိုင်း	
- ဂျပန်နိုင်ငံမှ အံ့ဏတုံပုံ ဖရဲသီး	၅
- မြန်မာပြည်နှင့်ဖရဲ	၅
- ဒိုက်ဦးဖရဲ	၇
- ထိုင်ဝမ်ဖရဲ	၇
- ဖရဲစိုက်ပျိုးမည့်သူအနေဖြင့် ကြိုတင်စဉ်းစားထား ရမည့်အချက်များ	၈
- ရာသီဥတု	၁၀
- မြေအမျိုးအစား	၁၀
- မြန်မာပြည်၌ဖရဲကိုအဓိကစိုက်ပျိုးသောဒေသများ	၁၀
- မျိုးရွေးချယ်ခြင်း	၁၁
- မျိုးစေ့ဝယ်ယူခြင်း၊ အပင်ဖောက်ခြင်း	၁၁
- မျိုးစေ့များ	၁၃
- ဝယ်ယူရမည့်မျိုးစေ့	၁၃
- မျိုးစေ့များကိုစမ်းသပ်ခြင်း	၁၃
- အပင်ပေါက်စမ်းသပ်နည်း	၁၄

- မျိုးစေ့များကိုဆေးနယ်ခြင်း: ... ၁၅
- ဖရဲသီးမျိုးများ: ... ၁၅
- ဖရဲသီးတွင်ပါဝင်သောအာဟာရဓာတ်များ: ... ၂၀
- ဖရဲသီးနှင့်ကျွန်းမာရေး: ... ၂၀
- ဆီးကျိတ်ကင်ဆာ ကာကွယ်နိုင်ခြင်း: ... ၂၉
- ဖရဲသီးနှင့်ယဉ်ကျေးမှု: ... ၂၅
- ဖရဲသီးကိုအသုံးပြုပုံ: ... ၂၅
- ကွာစေ့ပြုလုပ်ခြင်း: ... ၂၇
- ဖရဲသီးခိုင်ပြုလုပ်ခြင်း: ... ၂၈
- ဖရဲသီး၏အကျိုးကျေးဇူးများ: ... ၃၂

၁။ (က) စိုက်ပျိုးခြင်း

- ကွာစေ့ဖရဲ: ... ၃၈
- ထိုင်ဝမ်ဖရဲ: ... ၄၁
- ပျိုးထောင်ခြင်း: ... ၄၂
- စိုက်ပျိုးနည်းစနစ်: ... ၄၆
- စိုက်စနစ်နှင့်အပင်အကွာအဝေး: ... ၄၈
- အတန်းအကွာအဝေး သုံးသပ်ခြင်း: ... ၄၉
- တစ်ဧကအတိုင်းအတာ: ... ၄၉
- အပင်အရေအတွက်နှင့် အသီးအရေအတွက် ပိုမိုရရှိနိုင်မည့် စိုက်ပျိုးနည်းစနစ်: ... ၅၁

(ခ) ပြုစုခြင်း

- ဝိုးမွှားကျရောက်မှု ဂရုပြုခြင်း: ... ၅၃
- မှိုရောဂါများ ကြိုတင်ကာကွယ်ခြင်း: ... ၅၄
- ခေါင်နိုမ်ခြင်း၊ ဘေးတက်များနှင့် အဖူးအပွင့်များ၊ ဖရဲသီးအကင်းများခြွေခြင်း: ... ၅၅

- ဝတ်မှုန်ကူးခြင်း	...	၅၆
- ဆက်လက်ပြုစုခြင်း	...	၅၆
(ဂ) မြေဩဇာထည်ကျေးခြင်း		
- ကြိုတင်စဉ်းစားမည်အချက်များ	...	၅၉
- သဘာဝမြေဩဇာ	...	၆၀
- သစ်ရွက်စိမ်းမြေဩဇာ	...	၆၁
- ဓာတ်မြေဩဇာ	...	၆၂
- ဓာတ်မြေဩဇာများရောစပ်ခြင်း	...	၆၃
(ဃ) ကာကွယ်ခြင်း		
- ပိုးမွှားများကျရောက်ဖျက်ဆီးခြင်း	...	၆၄
- အပင်ရောဂါများ	...	၆၇
(င) ဖရုံသီးများဆွတ်ခူးခြင်း	...	၇၂
- ဖရုံသီးဆွတ်ခူးနည်း	...	၇၄
(စ) ဖရုံသီးကိုစားသုံးရန်ရွေးချယ်ခြင်း		
- ဖရုံသီးအရောင်ဆိုင်များတွင် ဖရုံသီးဝယ်ယူခြင်း	...	၇၅
- ဖရုံခင်းတွင် ဖရုံသီးရွေးချယ်ခြင်း	...	၇၇
- ဖရုံသီးတစ်ကေ ကုန်ကျစရိတ်နှင့်ဝင်ငွေ	...	၇၈
- ဖရုံသီးဓာတ်ပုံများ	...	၈၀
၂။ သစ္စာဓမ္မေဇီဏ်ပျိုးစေ့	...	၈၉
- နောက်ခံသမိုင်း	...	၉၀
- မြန်မာပြည်နှင့်သစ္စာဓမ္မေ	...	၉၃
- စီးပွားဖြစ်စိုက်ပျိုးသော သစ္စာဓမ္မေစိုက်ခြင်း	...	၉၄
- သစ္စာဓမ္မေစီးပွားဖြစ်စတင်၍စိုက်ပျိုးခြင်း	...	၉၅
- သစ္စာဓမ္မေနှင့်အာဟာရတန်ဖိုး	...	၉၆
- သစ္စာဓမ္မေစားသုံးခြင်းဖြင့် ရရှိနိုင်သော	...	၉၉
ကျန်းမာရေးကျေးဇူးများ		

၁။ (က) စိုက်ပျိုးခြင်း	၁၀၃
- အသားလီမွှေရောင်ရှိသောထင်ရှားသောပျိုးများ	၁၀၈
- အတွင်းသားအစိမ်းရောင်ရှိသောပျိုးများ	၁၀၉
- ပျားရည်အနံ့ပါရှိသောသခွားပျိုးများ	၁၁၀
- မြန်မာပြည်၌ ဈေးကွက်ဝင်၍ လက်ရှိအချိန်တွင် စိုက်ပျိုးလျက်ရှိသော သခွားပျိုးများ	၁၁၁
(ခ) ရာသီဥတု	၁၁၄
- သခွားမွှေးရွေးချယ်ခြင်း	၁၁၄
- သခွားမွှေး၏သဘာဝ	၁၁၅
- မြေအမျိုးအစား၊ စိုက်ပျိုးခြင်း	၁၁၆၊ ၁၁၇
- ပျိုးအိတ်ဖြင့် ပျိုးထောင်ခြင်း	၁၁၇
- မြေပြုပြင်ခြင်း	၁၁၈
- စိုက်ဘောင်များဆွဲခြင်း	၁၁၉
- အပင်စိုက်ရန်ကြိုတင်ပြင်ဆင်ခြင်း	၁၂၀
- စိုက်ပျိုးခြင်း	၁၂၂
- ပြုစုခြင်း	၁၂၅
- ပေါင်းသတ်ဆေး	၁၂၆
(ဂ) ကာကွယ်ခြင်း	
- ပိုးမွှားများ	၁၂၈
- အပင်ရောဂါများ	၁၃၁
- ဆွတ်ခူးခြင်း	၁၃၄
- သခွားမွှေးအောင်မြင်စွာ စိုက်ပျိုးထုတ်လုပ်ရန် အတွက်အရေးကြီးသောအချက်များ	၁၃၆
- သခွားမွှေးသီးတစ်ကေ ကုန်ကျစရိတ်နှင့်ဝင်ငွေ	၁၃၇
- သခွားမွှေးဓာတ်ပုံများ	၁၃၉

၃၁	နဂါးစေတနာသီးစိုက်ပျိုးရေး	
-	နောက်ခံသမိုင်း	၁၄၈
-	မြန်မာပြည်နှင့်နဂါးမောက်သီး	၁၅၀
-	နဂါးမောက်သီးတွင်ပါဝင်သော အာဟာရဓာတ်များ	၁၅၂
-	နဂါးမောက်သီးကို စားသုံးခြင်း	၁၅၅
-	နဂါးမောက်မျိုးများ	၁၆၀
-	နဂါးမောက်စိုက်ပျိုးခြင်း	၁၆၁
-	နဂါးမောက်တစ်ကောင်စိုက်ပျိုးရန်ပြင်ဆင်ခြင်း	၁၆၂
-	အလင်းရောင်ကိုတုံ့ပြန်ခြင်း	၁၆၂
-	အပူချိန်ကိုတုံ့ပြန်ခြင်း	၁၆၄
-	မျိုးရွေးချယ်ခြင်း	၁၆၄
-	အဖြူမျိုး/စိုက်ပျိုးခြင်း	၁၆၅
-	ပျိုးပင်	၁၆၇
-	ပြုစုခြင်း	၁၆၈
-	အပင်ကိုပုံသွင်းခြင်း	၁၇၀
-	မျိုးပွားခြင်း	၁၇၁
-	အစေ့မှမျိုးပွားခြင်း	၁၇၁
-	ဝတ်မှုန်ကူးခြင်း	၁၇၂
-	ဝတ်မှုန်ကူးမှု၊ အသီးတင်မှုကောင်းစေရန် ကြိုတင်ပြင်ဆင်ခြင်း	၁၇၄
-	မြေဩဇာများ	၁၇၅
-	ဆွတ်ခူးခြင်း	၁၇၅
-	နဂါးမောက်တစ်ကောင်အတွက်အကျိုးအမြတ်	၁၇၆
-	နဂါးမောက်ဓာတ်ပုံများ	၁၇၈

၃၂	နီလုံး	၁၈၄
၄၁	ကျွမ်းကျင်စားရင်း	၁၈၅

အနုပညာ

ဤစာအုပ်ဖြစ်မြောက်ရေးအတွက် အဘက်ဘက်မှ အကူအညီ ပေးခဲ့ကြသောသူများတွင် နဂါးမောက်သီးနှင့်ပတ်သက်၍ လိုအပ်သော အချက်အလက်များကို အကူအညီပေးခဲ့ကြသော ဦးသိန်းလွင် (ခြံမန်နေဂျာ)၊ ဆည်ပေါက်စပျစ်ခြံ ကျောက်ပန်းတောင်းမြို့၊ ဦးကျော်ကျော်ဦး (ခြံမန်နေဂျာ)၊ ပုပ္ပါးယျာဉ်ခြံ၊ ပုပ္ပါးမြို့၊ ဖရဲ သခွားမွေးများနှင့်ပတ်သက်၍ အကူအညီပေးခဲ့ကြသော ဟင်သီးဟင်းရွက်၊ သစ်သီးဝလံ ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေး သုတေသနပဟိဋ္ဌာနမှ ဒုညွှန်မှူး ဦးသန်းစင်မောင်၊ ဦးစီးမှူး ဒေါ်တင်တင်ချို၊ လ/ဝ ညွှန်မှူး ဒေါ်သိက္ခာ၊ ဒု-ဦးစီးမှူး ကိုမြိုးဝေအောင်တို့အားလည်းကောင်း၊ ဖရဲစိုက်ခင်းများအား ကွင်းဆင်းလေ့လာရာတွင် အကူအညီပေးခဲ့သော ညောင်လေးပင်မြို့နယ်မှ ဒေါက်တာ ဦးမြင့်သန်း၊ ဦးဟိန်းထက်အောင်၊ ဦးဘိုလေး၊ ဦးနေလင်း တို့အားလည်းကောင်း၊ ဒိုက်ဦးမြို့နယ်၊ ရွှေညောင်ပင်ရွာမှ ဦးစောပီအားလည်းကောင်း၊ သခွားမွေးနှင့်ပတ်သက်၍ လိုအပ်သော ဓာတ်ပုံမှတ်တမ်းများကိုပါ အကူအညီပေးခဲ့သော ပုံရွာခရိုင်၊ ဘုတလင်မြို့နယ်၊ ညောင်ကန်ကျေးရွာအုပ်စု၊ ရွာသာယာရွာမှ ဦးခင်မောင်ဝင်းအားလည်းကောင်း၊ အင်တာနက်မှ အချက်အလက်များ ရှာဖွေပေးကြသော သားဖြစ်သူ မောင်နိုင်လင်း၊ ဦးနှင့်မောင်ပြည့်စုံတို့ အားလည်းကောင်း၊ စာမူကို စိတ်ရှည်သည်းခံ၍ ရိုက်ကူးပေးခဲ့သော Golden Bell ကွန်ပျူတာနှင့်နီလိုင်းကွန်ပျူတာတို့အားလည်းကောင်း၊ ကျေးဇူးတင်ရှိကြောင်းမှတ်တမ်းတင်ပါသည်။

အမျိုးသားစာပေဆုရ
အောင်စိုး (စိုက်ပျိုး/၁၀၇)

နိဂါန်း

သက်ရွယ်ကျန်းမာချမ်းသာရေးအတွက် လူတိုင်းနေ့စဉ် စားသုံးရမည့် သစ်သီးသုံးမျိုး (ဖရဲသီး၊ သခွားသီး၊ နဂါးမောက်သီး) မိမိသည် ဤစာအုပ်ကို ရေးသားရန်အတွက် လွန်ခဲ့သည့်နှစ်များစွာ ကပင် ပန္နက်ချခဲ့ပါသည်။ အကြောင်းမှာ ဤသီးနှံအားလုံးကို မြန်မာပြည်၌ မည်သူမျှ မစိုက်ပျိုးမီကပင် ဦးစွာစိုက်ပျိုးခဲ့သူဖြစ်ပြီး ဤသီးနှံများမှာ သက်တမ်းတို၍ စီးပွားဖြစ် စိုက်ပျိုးသင့်သော သီးနှံများဖြစ်နေသောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။

စာရေးသူသည် သခွားမွှေးစိုက်ပျိုးခြင်းကို ၁၉၈၇-၁၉၈၈ ခုနှစ်တွင် မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး၊ ကျောက်ပန်းတောင်းမြို့နယ်ရှိ ပုပ္ပိုးစပျစ်ခြံတွင် ယာယီ Green House ဆောက်လုပ်ပြီး သုတေသန အဖြစ် စတင်စိုက်ပျိုးခဲ့ပါသည်။ ၁၉၉၃-၉၄ ခုနှစ်တွင် Known You Send ကုမ္ပဏီက ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီး မင်္ဂလာဒုံမြို့နယ်ရှိ ရွှေခုံသာဥယျာဉ်ခြံအား ဖရဲနှင့်သခွားမွှေးမျိုးစေ့များ ထုတ်လုပ်ရန် အတွက် မြန်မာ့စိုက်ပျိုးရေးထံမှ ငှားရမ်းခဲ့ပါသည်။ ထိုကုမ္ပဏီက မြန်မာ့စိုက်ပျိုးရေးလုပ်ငန်းသို့ သခွားမွှေးမျိုးစေ့နှင့် ထိုင်ဝမ်ဖရဲ မျိုးစေ့များကို စမ်းသပ်စိုက်ပျိုးရန်အတွက် လက်ဆောင်အဖြစ် ပေးခဲ့ပါသည်။

ထိုရရှိသည့် မျိုးစေ့များကို ဥယျာဉ်ခြံသီးနှံဌာနအောက်ရှိ ဥယျာဉ်ခြံများသို့ ခွဲဝေပေးခဲ့ပါသည်။ မိမိသည် သခွားမွှေးမျိုးစေ့ တစ်ကီလိုနှင့် ထိုင်ဝမ်ဖရဲမျိုးစေ့ နှစ်ကီလိုရရှိခဲ့ပါသည်။ ထိုအချိန် က မိမိသည် ကျောက်ပန်းတောင်းမြို့နယ်ရှိ ဆည်ပေါက်စပျစ်ခြံ၊ ပုပ္ပိုးစပျစ်ခြံ၊ ညောင်ဦးစပျစ်ခြံနှင့် မိတ္ထီလာစပျစ်ခြံများ၏ ခြံများ

မန်နေဂျာဖြစ်ပါသည်။ ထိုနှစ်တွင် ဆည်ပေါက်စပျစ်ခြံနှင့် မိတ္ထီလာ စပျစ်ခြံတို့တွင် စပျစ်ခင်းများ တိုးချဲ့စိုက်ပျိုးရန် စီမံချက်ပါလာ၍ စပျစ်စိုက်ခင်းများအတွင်း သခွားမွှေးနှင့် ထိုင်ဝမ်ဖရဲတို့ကို သီးညှပ်အဖြစ် စိုက်ပျိုးခဲ့ပါသည်။ စပျစ်ပင်အတန်းများမှာ တစ်တန်းနှင့်တစ်တန်း ရှစ်ပေ၊ ကိုးပေ ခြား၍ သခွားမွှေးနှင့် ထိုင်ဝမ်ဖရဲများ စိုက်ပျိုးရန် အတွက် သင့်လျော်သော အခြေအနေများ ဖြစ်နေပါသည်။

သခွားမွှေးသီးနှင့် ထိုင်ဝမ်ဖရဲတို့မှာ စိုက်သည့် ရက်မှ ရက်ပေါင်း ၈၅ ရက်ခန့်အတွင်း ဆွတ်ခူးနိုင်သည်ကို တွေ့ရှိရပါသည်။ ထိုစဉ်က သခွားမွှေးသီးမှာ သီးနံ့အသစ်ဖြစ်၍ စားသုံးရမှန်းပင် မသိကြသေးပါ။ ထွက်ရှိလာသည့် သခွားမွှေးသီးနှင့် ဖရဲသီးများကို မန္တလေးမြို့ရှိ သစ်သီးပွဲရုံများနှင့် သီရိမင်္ဂလာဈေးများသို့ ပို့၍ ဖြန့်ဖြူးခဲ့ရပါသည်။

သခွားမွှေးသီးနှင့် ထိုင်ဝမ်ဖရဲတို့မှာ ရက်ပေါင်း ၈၅ ရက်မှ ၉၀ ရက်ခန့်အတွင်း ဆွတ်ခူးရောင်းချနိုင်သဖြင့် စီးပွားဖြစ်စိုက်ပျိုးသင့်သော သီးနှံများဖြစ်သည်ကို တွေ့ရှိရပါသည်။ ထို့ကြောင့် မိမိသည် ပညာပေးစာစောင်များထုတ်ဝေ၍ သခွားမွှေးနှင့်ထိုင်ဝမ်ဖရဲစိုက်ပျိုးရန် စည်းရုံးခဲ့ပါသည်။

၂၀၀၀ ပြည့်နှစ်၊ နောက်ပိုင်းရောက်သောအခါ တရုတ်ပြည်မှ အဝယ်ရှိ၍ ထိုင်ဝမ်ဖရဲနှင့်သခွားမွှေးတို့ကို မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီးရှိ ကျောက်ဆည်၊ စဉ့်ကိုင် မြစ်သား၊ တံတားဦး စသည့် မန္တလေးမြို့၏ အနီးတဝိုက်ဒေသများတွင် တိုးချဲ့စိုက်ပျိုးလာပြီဖြစ်ပါသည်။

အလားတူပင် နဂါးမောက်သီးနှင့်ပတ်သက်၍ ၁၉၉၅-၉၆ ခုနှစ်မှစ၍ ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီး၊ ဗဟန်းမြို့နယ်ရှိ တန်တော်ကြီးမြေပဒေသာဥယျာဉ်တွင် သစ်သီးဝလံပြပွဲများကို ပြုလုပ်ခဲ့ပါသည်။

သစ်သီးဝလံပြပွဲဖြစ်သဖြင့် မြန်မာပြည်အရပ်ရပ်မှ သစ်သီးဝလံများကို အမျိုးစုံနိုင်သမျှစုံအောင်ပြနိုင်ရန် စီစဉ်ခဲ့ပါသည်။ မိမိသည် ထိုင်းနိုင်ငံသို့ ရောက်ရှိစဉ် တွေ့ရှိရသည့် အတွေ့အကြုံအရ နဂါးမောက်သီးများကို သစ်သီးဝလံပြပွဲတွင် ထည့်သွင်းပြသရန် ဆောင်ရွက်ခဲ့ပါသည်။

နဂါးမောက်သီး၏ပုံသဏ္ဍာန်နှင့်အမြင်မှာ အလွန်လှပ၍ လူအများစိတ်ဝင်စားမှုရှိသဖြင့် နမူနာအဖြစ်ပါ ရောင်းချနိုင်ရန် စီစဉ်ခဲ့ပါသည်။ အတွေ့အကြုံရှိသူများက နဂါးမောက်သီး စားသုံးပါက နှလုံးရောဂါအတွက် အထူးကောင်းမွန်သည်ဟု ညွှန်ပြကြသဖြင့် နဂါးမောက်သီးကို လူအများပို၍ စိတ်ဝင်စားလာကြပါသည်။ ထိုပြပွဲတွင် နဂါးမောက်သီးတစ်ကီလိုအား ၂၅၀ဝ/- နှုန်းဖြင့် ရောင်းချဖြန့်ဖြူးပေးခဲ့ပါသည်။

နဂါးမောက်သီးကို စိတ်ဝင်စားမှုများလာသဖြင့် နဂါးမောက်ပင်ကို မှာယူတင်သွင်းရန် ဦးဆောင်ညွှန်ကြားရေးမှူး၏လမ်းညွှန်ချက်အရ မိမိသည် မဲဆောက်မှတစ်ဆင့် နဂါးမောက်ပင်များကို ဝယ်ယူပြီး နဂါးမောက်တစ်ပင် ၁၀၀ဝ/-နှင့် ဖြန့်ဖြူးပေးခဲ့ပါသည်။ ဌာနအောက်ရှိ လှည်းကူးမြို့နယ် ဟင်းသီးဟင်းရွက်နှင့် သစ်သီးဝလံဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်ရေးသုတေသနခြံနှင့် ပုပ္ပိုးစပျစ်ခြံတို့တွင် စိုက်ပျိုးထားခဲ့ပါသည်။ ပုပ္ပိုးစပျစ်ခြံသည် မိမိ၏အုပ်ချုပ်မှုအောက်တွင် ရှိသဖြင့် နဂါးမောက်ပင်များကို ကြီးကြပ်၍ စိုက်ပျိုးစေခဲ့ပါသည်။ ပုပ္ပိုးစပျစ်ခြံမှာ ပုပ္ပိုးတောင်ကလပ်သို့သွားသောလမ်း၏ ဝဲဘက်တွင်ကပ်လျက် တည်ရှိခြင်း၊ နဂါးမောက်စိုက်ခင်းမှာ ထိုလမ်း၏ အနီးတွင်ရှိခြင်းတို့ကြောင့် နဂါးမောက်အသီးများကို လူအများက စိတ်ဝင်စားလာကြပါသည်။ ထို့ကြောင့် ပုပ္ပိုးဒေသတွင် နဂါးမောက်ခင်း

များ တိုးချဲ့စိုက်ပျိုးလာကြပါသည်။ ယခုအခါတွင် မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး၊ ဗစ်ကိုင်းတိုင်းဒေသကြီး၊ ရှမ်းပြည်နယ်မြောက်ပိုင်းနှင့် ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီးတို့တွင်ပါ တိုးချဲ့စိုက်ပျိုးလာကြပြီ ဖြစ်သည်။

မိမိ ဤစာမူကို ပြုစုစဉ်က ဖရဲ သခွားမွှေးနှင့် နဂါးမောက်တို့ကို နည်းစနစ်အမှန်များဖြင့် စီးပွားဖြစ် တိုးချဲ့စိုက်ပျိုးစေလိုသော ဆန္ဒဖြင့် ပြုစုခဲ့ပါသည်။ သို့ရာတွင် ဤသီးနှံများနှင့်ပတ်သက်၍ ရရှိသော အထောက်အထားများကို အားရကျေနပ်မှုမရှိသဖြင့် လွန်ခဲ့သည့်လေးနှစ်ခန့်က မိမိ၏သားဖြစ်သူသည် အင်တာနက်ဆိုင်ဖွင့်သဖြင့် ဤသီးနှံများနှင့်ပတ်သက်၍ အင်တာနက်တွင် အချက်အလက်များကို ရှာဖွေစေခဲ့ပါသည်။

သားဖြစ်သူ ရှာဖွေပေးခဲ့သဖြင့် ဤသီးနှံများနှင့်ပတ်သက်၍ အချက်အလက်တော်တော်များများ ရရှိခဲ့ပါသည်။ အထူးသဖြင့် စိုက်ပျိုးရေးရှုထောင့်ထက်ပင် ကျန်းမာရေးနှင့်ပတ်သက်သော အချက်အလက်များက အလွန်များပြားသည်ကို တွေ့ရှိရပါသည်။

ဤသီးနှံအားလုံး၏ ကျန်းမာရေးနှင့်ပတ်သက်သော အကျိုးကျေးဇူးများမှာ တစ်ပုံတည်းနည်းပါး တူညီနေကြသည်ကို အံ့ဩဖွယ် တွေ့ရခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ဤသီးနှံသုံးမျိုးကို စားသုံးပါက လူတိုင်းလူတိုင်း တစ်မျိုးမဟုတ်တစ်မျိုး ခံစားနေရသော -

- | | |
|----------------------------------|--------------------------|
| (က) နှလုံးရောဂါ | (ခ) သွေးတိုးရောဂါ |
| (ဂ) ကင်ဆာရောဂါများ | (ဃ) ဆီးချိုရောဂါ |
| (င) ဆီးတွင်ကျောက်တည်
သောရောဂါ | (စ) အဝလွန်ရောဂါများ |
| (ဇ) အရိုးအဆစ်နာကျင်မှု
ရောဂါ | (ဆ) ရင်ကျပ်ပန်းနာ ရောဂါ |
| | (ဈ) လေဖြတ်ရောဂါ |
| | (ည) ပန်းသေပန်းညှိုးရောဂါ |

စသည် အလွန်အရေးကြီးသော ရောဂါများကို သက်သာ ပျောက်ကင်းစေနိုင်သော အစွမ်းသတ္တိများ ထူးခြားစွာ ပါရှိနေခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ဤသီးနှံများကို စားသုံးခြင်းဖြင့် ဆီးချိုရောဂါကဲ့သို့ သော ရောဂါများမှာပင် ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးမရှိစေဘဲ သက်သာ ပျောက်ကင်းသက်သာစေနိုင်ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

မိမိ၏ မူလရည်မှန်းချက်မှာ ဤသီးနှံများကို စီးပွားဖြစ် တိုးချဲ့ စိုက်ပျိုးလုပ်ကိုင်စေလိုသည့် ဆန္ဒဖြစ်သော်လည်း စိုက်ပျိုးရေး လုပ်ငန်းများမှာ အထိုက်အလျောက် အရင်းအနှီးရှိ၍ စိတ်ဝင်စား သူများအနေဖြင့်သာ လုပ်ဆောင်ကြမည် ဖြစ်သော်လည်း ကျန်းမာရေး ရှုထောင့်က အရေးပါကြောင်း တွေ့ရသဖြင့် စာအုပ်အမည်ကို အထက်ပါအတိုင်း မှည့်ခေါ်ခဲ့ခြင်းဖြစ်ပါသည်။

ဤသီးနှံများတွင် ကျန်းမာရေးနှင့် ပတ်သက်၍ အချက် အလက် အမြောက်အမြား ဖော်ပြထားပါသည်။ စာဖတ်သူသည် အထက်ပါရောဂါများမှ တစ်မျိုးမဟုတ်တစ်မျိုး၊ သို့မဟုတ် တစ်မျိုး ထက်ပင် ပို၍ ခံစားနေလိမ့်မည်ဟု ယုံကြည်ပါသည်။ ထိုသို့ဖြစ်နေ ပြီး ထိုရောဂါများကို သက်သာပျောက်ကင်းစေလိုလျှင် ကျန်းမာရေး နှင့်ပတ်သက်သော အကျိုးကျေးဇူးများကို ဖော်ပြထားသော ဤသီးနှံများကို စားဖြစ်အောင်စားရန်ပင် ဖြစ်ပါသည်။

ဤတွေ့ရှိချက်များမှာ ကမ္ဘာအရပ်ရပ်ရှိ သုတေသနဌာနများ၊ ဓာတ်ခွဲခန်းများ၊ ဆေးရုံဆေးခန်းများမှ တွေ့ရှိရသော အချက်များ ဖြစ်၍ စာရှုသူအနေဖြင့် မိမိခံစားနေရသော ရောဂါများပျောက် ကင်းရန် ဤသီးနှံများကို ဝယ်ယူစားသုံးရန်ဖြစ်ပါသည်။ နေ့စဉ် မဟုတ်သော်လည်း အကြိမ်များစားသုံးရန် ဖြစ်ပါသည်။

သခွားမွေးသီးကိုဖြစ်စေ၊ ဖရဲသီးကိုဖြစ်စေ၊ နဂါးမောက်သီးကို
ဖြစ်စေ၊ တစ်မျိုးထက်ပို၍ဖြစ်စေ မဖြစ်မနေ စားသုံးရန်ဖြစ်ပါသည်။
စားမှသာ အကျိုးကျေးဇူးခံစားရမည်ဖြစ်၍ အကျိုးကျေးဇူးခံစား
လိုလျှင် ဝယ်ယူစားသုံးရန်သာ ဖြစ်ပါသည်။

သီးနှံများကို ဝယ်ယူစားသုံးရန် တိုက်တွန်းသော်လည်း ဝယ်ယူ
စားသုံးရမည့် သီးနှံအားလုံးသည် ရင့်မှည့်ရန် လိုအပ်သကဲ့သို့
လတ်လတ်ဆတ်ဆတ်လည်းဖြစ်ရန် အရေးကြီးသည်ကို သတိပြု၍
စားသုံးကြရန်ဖြစ်ပါသည်။

စာဖတ်သူ တစ်ဦးတစ်ယောက်သည် ဤသီးနှံများကို စားသုံး
ခြင်းဖြင့် ခံစားနေရသော ရောဂါတစ်မျိုးမျိုးမှ သက်သာပျောက်
ကင်းသည်ဖြစ်စေ၊ ဤစာအုပ်ကို ဖတ်ရှုပြီး သီးနှံ တစ်မျိုးမျိုးကို
စိုက်ပျိုးလုပ်ကိုင်ခြင်းဖြင့် တစ်စုံတစ်ယောက်သည် တစ်စုံတစ်ခု
သော အကျိုးကိုရရှိသည်ဟု သိရလျှင်ဖြစ်စေ စာရေးသူအနေဖြင့်
ကျေနပ်ကြည်နူးရမည်ဖြစ်ပါသည်။

အောင်စိုး (စိုက်ပျိုး/၁၀၇)

၁။ ဖရဲခိုက်ပျိုးရေး

- မြန်မာအမည် - ဖရဲသီး
- အင်္ဂလိပ်အမည် - Water Melon
- သိပ္ပံအမည် - Citrullus Lanatus
- မျိုးရင်းအမည် - Cucurbitacea

နောက်ခံသမိုင်း

ဖရဲသီး၏မူရင်းဒေသသည် တောင်အာဖရိကတိုက်ဖြစ်သည် ဟု လက်ခံကြပါသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဟူမူ ထိုဒေသတွင် ယခု အချိန်အထိ ဖရဲပင်အရိုင်းများကို တွေ့နေရသောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။ ထိုဖရဲအရိုင်းမျိုးများတွင် ခါးသောအရသာရှိသောမျိုး၊ ခပ်ပေါ့ပေါ့အရသာရှိသောမျိုးနှင့် အနည်းငယ်ချိုသောအရသာရှိသောမျိုးဟူ၍ တွေ့ရပါသည်။

ဖရဲပင်သည် အပူပိုင်းအာဖရိကတိုက်တွင် ဒေသန္တရပေါက် ရောက်သော အပင်ဖြစ်သည်ဟု ၁၈၂၂ ခုနှစ်တွင် Alphonse de Candolle ဆိုသူ သိပ္ပံပညာရှင်က အတည်ပြုခဲ့ပါသည်။ ထိုသို့ အတည်ပြုခဲ့သည်မှာ ဖရဲပင်၏ဘိုးဘေးများဟု ယူဆရသော Citrullus Colocynthis ခေါ်သော ဖရဲအရိုင်းမျိုးများကို အာဖရိက

တိုက်မြောက်ပိုင်းနှင့် အနောက်ပိုင်းတို့တွင် ယခုအချိန်ထိ တွေ့နေရသောကြောင့်ဖြစ်ပါသည်။

Fenny Pane နှင့် Jiarong Leiu ဆိုသူ သိပ္ပံပညာရှင်တို့သည် ဖရဲပင်၏ DNA ကို လေ့လာခဲ့ရာ ယခုအခါ ကမ္ဘာအရပ်ရပ်တွင် စီးပွားဖြစ်စိုက်ပျိုးလျက်ရှိသော ဖရဲမျိုးများသည် အာဖရိကတိုက် နဇီးဘီးယားဒေသတွင် အမှိုင်းအဖြစ်တွေ့ရသော Citrullus ecirrhous ခေါ်သော ဖရဲအရိုင်းမျိုးမှ အလိုအလျောက် ခွဲထွက်လာသော မျိုးဖြစ်သည်ဟု ဆုံးဖြတ်ကြပါသည်။

ဖရဲပင်ကို မည်သည့်အချိန်က စတင်စိုက်ပျိုးခဲ့သည်ဟု မသိရသော်လည်း Zuhory နှင့် Hopf ခေါ်သော ပညာရှင်များက လေ့လာခဲ့ရာ B.C ၂၀၀၀ မတိုင်မီကပင် ဖရဲပင်ကို နိုင်းမြစ်ဝှမ်းဒေသများ၌ စိုက်ပျိုးခဲ့မှုရှိကြောင်း တွေ့ရှိရသည်ဟု ဆိုပါသည်။

အီဂျစ်ပြည်၏ ရှေးဟောင်းနံရံပန်းချီများတွင်လည်းကောင်း၊ ရှေးဟောင်းစာပေများတွင်လည်းကောင်း၊ ဖရဲပင်နှင့်ပတ်သက်၍ ရေးသားဖော်ပြထားမှုများ မတွေ့ရသော်လည်း အီဂျစ်ပြည်၏ နန်းဆက် ၂၀ တွင် အုပ်စိုးခဲ့သော Pharaoh Tutan Khamum မင်း၏ အုတ်ဂူတွင် အလွန်ကြီးမားသော ဖရဲစေ့များကို တွေ့ရှိခဲ့ကြသည်ဟု ဆိုပါသည်။

ယခုအခါတွင် ကမ္ဘာပေါ်၌ ဖရဲသီးကို အများဆုံးစိုက်ပျိုးလျက်ရှိသော တရုတ်ပြည်တွင် A.D ၁၀ ရာစုကပင် စတင်၍ စိုက်ပျိုးခဲ့သည်ဟုဆိုပါသည်။

မွတ်စလင်နယ်ချဲ့သူများက ၁၃ ရာစုတွင် ဖရဲသီးကို ဥရောပသို့ တင်သွင်းလာခဲ့သည်ဟု ဆိုပါသည်။

၁၆၁၅ ခုနှစ်တွင် John Marianis ပြုစုရေးသားသော Dictionary of American Food & Drink စာအုပ်တွင် ဖရဲသီး Watermelon ဟူသော အင်္ဂလိပ်စကားလုံးကို စတင်အသုံးပြုခဲ့ကြောင်း တွေ့ရှိရသည်ဟု ဆိုပါသည်။

Museums Online South Africa အနေနှင့် ၁၆ ရာစုကပင် အာဖရိကတိုင်းရင်းသားများက ဖရဲပင်ကို အမေရိကသို့ တင်သွင်းခဲ့သည်ဟု စာရင်းပြုထားပါသည်။ ပြင်သစ်စူးစမ်းရှာဖွေသူများက အမေရိကန်တိုင်းရင်းသားများသည် မစ္စဆပ်မြစ်ဝှမ်း၌ ဖရဲစိုက်ပျိုးလျက်ရှိသည်ကို တွေ့ရသည်ဟု ဆိုပါသည်။

၁၆၂၉ ခုနှစ် အစောပိုင်းကာလကပင် “မက်ဆာချူးဆတ်” ပြည်နယ်တွင် ဖရဲစတင်စိုက်ပျိုးခဲ့ကြောင်း ရေးသားမှုများ ရှိခဲ့ပါသည်။ တောင်ပိုင်းအစားအသောက်များသမိုင်းကို ပြုစုသူ John Egerton က ဖရဲကို အာဖရိကကျေးကျွန်များက အမေရိကတိုက်သို့ ယူဆောင်လာသည်ဟု ယူဆပါသည်။

“တက္ကဆက်ပြည်နယ်” တိုးချဲ့စိုက်ပျိုးရေးဌာနအောက်တွင် တာဝန် တာဝန်ထမ်းဆောင်သော Persons ဆိုသူက အာဖရိကကျေးကျွန်များနှင့် ကိုလိုနီနယ်ချဲ့သူများက ဖရဲကို ကမ္ဘာအရပ်ရပ်သို့ ပို့နှံစေခဲ့သည်ဟု ဆိုပါသည်။

Persons ကပင် အမေရိကန် တိုင်းရင်းသားများသည် ဖရဲကို “ဖလော်ရီဒါ” ပြည်နယ်တွင် ၁၆၆၄ ခုနှစ်တွင်လည်းကောင်း၊ “အနောက်အလယ်ပိုင်း” (Midwest) တွင် ၁၆၇၃ ခုနှစ်က လည်းကောင်း၊ “ကိုလိုရာဒို” မြစ်ဝှမ်းတွင် ၁၇၉၉ ခုနှစ်တွင်လည်းကောင်း၊ “ကွန်တက်တီကပ်” တွင် ၁၇၄၇ ခုနှစ်ကလည်းကောင်း၊ “အီလီယားနား”

ပြည်နယ်တွင် ၁၈၂၂ ခုနှစ်ကလည်းကောင်း၊ ဖရဲကို စိုက်ပျိုးခဲ့ကြသည်ဟု စာရင်းပြုစုထားပါသည်။

အမေရိကန်စိုက်ပျိုးရေးဌာနလက်အောက်ရှိ ဟင်းသီးဟင်းရွက်မျိုးသစ်မွေးမြူရေးဓာတ်ခွဲခန်းမှ Charles Fredic Andrus ဆိုသူ ဥယျာဉ်ခြံ သီးနှံပါရဂူသည် “တောင်ကာရိုလိုင်နားပြည်နယ်” Charleston ဒေသတွင် ရောဂါဒဏ်နှင့် ပင်ညှိုးမှုဒဏ်ကို ခံနိုင်ရည်ရှိသော ဖရဲသီးမျိုးသစ်ကို ၁၉၅၄ ခုနှစ်တွင် ရရှိအောင် ဆောင်ရွက်နိုင်ခဲ့သည်ဟု ဆိုပါသည်။ ထိုမျိုးကို ချာလတန်ဒေသမှ ခပ်ပိုင်ဒီးမိုင်း အစိမ်းရင့်ရောင်ရှိသော ဖရဲမျိုးထဲမှ ရရှိခဲ့ပါသည်။ ထိုဖရဲမျိုးမှာ အရှည်ပုံ ဖြစ်ပါသည်။ အခွံသည် မာကျော၍ သို့လှောင်ရန်နှင့် အဝေးသို့တင်ပို့ရန် အရည်အသွေး ကောင်းမွန်သောမျိုးဖြစ်ပါသည်။ ထိုဖရဲမျိုးသည် ဖြစ်ထွန်းမှုအလွန်ကောင်း၍ အသီးထွက်လည်း အလွန်ကောင်းပါသည်။ Anthracnose ခေါ် “ငှက်မျက်လုံး” ရောဂါနှင့် Fusarium Wilt ခေါ် ပင်ညှိုးရောဂါတို့ကို ခံနိုင်ရည်ရှိသောမျိုးလည်း ဖြစ်လာပါသည်။

ယခုအခါတွင် အမေရိကန်ပြည်ထောင်စုရှိ ပြည်နယ် ၄၄ ခုတွင် အစိမ်းရင့်ရောင်ရှိ Charleston Gray ခေါ် ဖရဲမျိုးကို အဓိကစိုက်ပျိုးကြပါသည်။ ဂျော်ဇီးယား၊ ဖလော်ရီဒါ၊ တက္ကဆက်၊ ကယ်လီဖိုးနီးယားနှင့် အရီဇိုးနား ပြည်နယ်တို့သည် ဤမျိုးကို အဓိကစိုက်သော ပြည်နယ်များဖြစ်ပါသည်။

ဤဖရဲမျိုးများမှာ အလုံးအရွယ်အစားကြီးမား၍ အလုံးလိုက်သော်လည်းကောင်း၊ ခွဲစိတ်၍လည်းကောင်း ရောင်းချကြပါသည်။ ယင်းမျိုးအပြင် အသားရောင်အနီနှင့်အဝါရောင်ရှိသော အလုံး

အရွယ်ငယ်သောမျိုးများကိုလည်း အချို့ပြည်နယ်များတွင် စိုက်ပျိုး နေကြပြီ ဖြစ်ပါသည်။

ဂျပန်နိုင်ငံမှ အံစာတုံးပုံဖရဲသီး

ဂျပန်နိုင်ငံ Zentsuji ခရိုင်မှ လယ်သမားတစ်ဦးက အံစာတုံး ပုံသဏ္ဍာန်ဖရဲသီး ထုတ်လုပ်ရန်အတွက် နည်းလမ်းတစ်ခု ရရှိခဲ့ပါ သည်။ သူသည် ဖရဲသီးများကို မှန်ဖြင့် ပြုလုပ်ထားသော အံစာတုံး ပုံသဏ္ဍာန်ပုံစံခွက်များကို ပြုလုပ်ပြီး ဖရဲသီးများကိုလည်း ထိုပုံစံ ခွက်တစ်ခုစီတွင် သဘာဝအတိုင်း ကြီးထွားစေခြင်းဖြစ်ပါသည်။ အံစာတုံးပုံများဖြစ်သဖြင့် ဖရဲသီးများကို အလွယ်တကူထပ်၍ ပုံနိုင် ပြီး သို့လျှင်ရာတွင် လွယ်ကူစေပါသည်။ သို့ရာတွင် အံစာတုံးပုံ ဖရဲသီးများမှာ သာမန်ဖရဲသီးစေ့၏နှစ်ဆရှိ၍ အမွန်အမြတ်အနေ နှင့် စားသုံးကြပါသည်။ ယခုအခါတွင် အံစာတုံးပုံဖရဲသီးများကို သာမက ပိရမစ်ပုံနှင့် အခြားပုံစံအမျိုးမျိုးဖြင့်လည်း စိုက်ပျိုးထုတ် လုပ်နေပြီဖြစ်ပါသည်။

မြန်မာပြည်နှင့်ဖရဲ

မြန်မာပြည်၌ဖရဲကို မည်သည့်အချိန်က စတင်စိုက်ပျိုးခဲ့ကြ သည်ဟု မှတ်တမ်းမရှိပါ။ သို့ရာတွင် မြန်မာပြည်သို့ ဖရဲကို တရုတ် ပြည်မှတစ်ဆင့် ရောက်ရှိလာသည်ဟု မှန်းဆရပါသည်။ အကြောင်း မှာ ၁၆ ရာစုတွင် တရုတ်စစ်သည် ထောင်ပေါင်းများစွာတို့သည် ပုဂံသို့ ကျူးကျော်လာရောက်ခဲ့ပါသည်။ ထိုစစ်သည်များ၏ စားနပ် ရိက္ခာအတွက် ဖရဲအစေ့များကို ယူဆောင်လာသည်ဟု ယူဆရ ပါသည်။

အကြောင်းမှာ မြန်မာတစ်ပြည်လုံး၌ လူငယ်အမျိုးသမီးထု အတွင်း၌ ရေပန်းအစားဆုံးဟု ဆိုနိုင်သည့်သရေစာတစ်မျိုးဖြစ်သော “ကွာစေ့လှော်” နှင့်ပတ်သက်နေပါသည်။ ယနေ့ တစ်ပြည်လုံး အိမ်ဆိုင်အားလုံးနီးပါး၌ ဝယ်ယူစားသောက်၍ ရနိုင်သော သရေစာ ဖြစ်သည့် “ကွာစေ့”ကို ပုဂံညောင်ဦးဒေသသည် လွန်ခဲ့သည့် နှစ်ပေါင်း များစွာကစပြီး ယနေ့အထိ ဖြန့်ဖြူးသည့်ပင်ရင်းဒေသ ဖြစ်နေသောကြောင့်ဖြစ်ပါသည်။

“ကွာစေ့”ကို မည်သည့်သစ်သီးမှရသည်ဟု သတိပြုသူနည်းပါးပါသည်။ ကွာစေ့မှာ ဖရဲစေ့ကို လှော်ထားခြင်းဖြစ်သည်။ ယနေ့ လူတိုင်းသိနေသော “ကွာစေ့”ဟူသော စကားမှာ မြန်မာစကား မဟုတ်ပါ။ “ကွာစေ့”ဆိုသော စကားသည် တရုတ်စကားဖြစ်၍ အဓိပ္ပာယ်မှာ “ဆားနှင့်လှော်ထားသော ဖရဲစေ့”ဟူ၍ ဖြစ်ပါသည်။

မြန်မာပြည်သို့ တရုတ်စစ်တပ်များ ကျူးကျော်ဝင်ရောက်မှု မပြုမီ နှစ်ပေါင်း ၆၀၀ ခန့်ကပင် တရုတ်ပြည်၌ ဖရဲကိုစိုက်ပျိုးနေသောကြောင့် “ကွာစေ့”သည် တရုတ်ပြည်သူအားလုံး၏ နေ့စဉ် သရေစာဖြစ်နေပါသည်။ ထို့ကြောင့် ကွာစေ့လုပ်စားရန် ဖရဲစေ့ အစိမ်းများကို တရုတ်စစ်သည်များနှင့်အတူ ယူဆောင်လာခဲ့သည်ဟု မှတ်ယူနိုင်ပါသည်။

ဤအချက်မှာ ယနေ့အချိန်အထိ ပုဂံညောင်ဦး၏ အနီးဧရိယာ များတွင် ဖရဲအရိုင်းများ၊ ဖရဲအခါးများကို တွေ့နေရပြီး ကွာစေ့ ပြုလုပ်သော ဖရဲများကိုလည်း တောင်သူများက စိုက်ပျိုးလျက်ရှိသောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။ ကွာစေ့နှင့်ပတ်သက်၍ ဖရဲမျိုးများ အကြောင်းတွင် ဆက်လက်ဖော်ပြပါမည်။ ထို့ကြောင့် ဖရဲအစပုဂံက “ကွာစေ့”အစ ပုဂံကဟု မှတ်ချက်ပြုနိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။

ဒိုက်ဦးဖရဲ

ကွာစေ့ဖရဲမှာ အစေ့ကို အဓိကစားသုံးရန်အတွက် ဒိုက်ပျိုးကြပြီး ဒိုက်ဦးဖရဲမှာ ဖရဲသီးအသားကို စားသုံးရန်အတွက် ဒိုက်ပျိုးခဲ့ကြပါသည်။ ဒိုက်ဦးဖရဲမှာမူ အိန္ဒိယမှ ဝင်ရောက်လာသည်ဟု ယူဆရပါသည်။ ဤသည်မှာ အင်္ဂလိပ်နယ်ချဲ့နှင့်အတူ အိန္ဒိယမှ အလုပ်သမားမြောက်မြားစွာတို့သည် မြန်မာပြည်အောက်ပိုင်းသို့ ရောက်ရှိခဲ့ကြပါသည်။ ဤအိန္ဒိယလူမျိုးများက ဖရဲစေ့များကို ယူဆောင်လာရာမှ မြန်မာပြည်အောက်ပိုင်း အထူးသဖြင့် ပဲခူးခရိုင်တွင် စတင်၍ စိုက်ပျိုးခဲ့ကြသည်ဟု ယူဆခြင်းဖြစ်ပါသည်။

ကွာစေ့ဖရဲနှင့် ဒိုက်ဦးဖရဲတို့၏ ကွာခြားချက်မှာ ကွာစေ့ဖရဲမှာ အသားနည်း၍ အရသာချိုမှုနည်းပြီး အစေ့များက ကြီးပါသည်။ အစေ့လည်းများပါသည်။ ကွာစေ့ဖရဲ၏ စိုက်ချိန်မှာ မိုးဦးကျ မြေပဲနှမ်းများနှင့် ပထမဆုံးရွာသောမိုးနှင့် သီးညှပ်အဖြစ်ရော၍ စိုက်ပျိုးခြင်းဖြစ်ပါသည်။

ဒိုက်ဦးဖရဲမှာမူ စပါးသိမ်းအပြီး ဆောင်းဦးပေါက်၌ စနစ်တကျ ကျင်းတူး၍ မြေဆွေး၊ နွားချေးထည့်၍ နှပ်ပြီးမှ စိုက်ကြခြင်းဖြစ်ပါသည်။

ဒိုက်ဦးဖရဲမှာ အသားသိပ်သည်းမှုရှိ၍ အချိုဓာတ်များပြီး အစေ့သေးငယ်ပါသည်။ အစေ့အရေအတွက်လည်း ကွာစေ့ဖရဲလောက်မများပါ။

ထိုင်ဝမ်ဖရဲ

ယခုအချိန်တွင် မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး၊ စစ်ကိုင်းတိုင်းဒေသကြီး၊ ပဲခူးတိုင်းဒေသကြီး၊ ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီးနှင့် ရှမ်းပြည်နယ်မြောက်ပိုင်းတို့တွင် စီးပွားဖြစ်ကျယ်ပြန့်စွာ စိုက်ပျိုးနေသော ထိုင်ဝမ်

ဖရဲမှာ ၁၉၉၂-၉၃ ခုနှစ်တွင် လယ်ယာစိုက်ပျိုးရေးကော်ပိုရေးရှင်း အောက်ရှိ ဥယျာဉ်ခြံငှာနဲ့မှ စတင်၍ စမ်းသပ်စိုက်ပျိုးခဲ့ပါသည်။

ယင်းနှစ်တွင် ထိုင်ဝမ်ဖရဲမျိုး လေးမျိုးကို မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး၊ ကျောက်ပန်းတောင်းမြို့နယ် ဆည်ပေါက်စပျစ်ခြံတွင် ၁၅ ဧကကိုလည်းကောင်း၊ မိတ္ထီလာမြို့နယ် မိတ္ထီလာစပျစ်ခြံတွင် ၁၀ ဧကကိုလည်းကောင်း သုတေသနနှင့် စီးပွားဖြစ်ပါ စတင်၍ စိုက်ပျိုးခဲ့ပါသည်။ ထိုအချိန်က စိုက်ပျိုးခဲ့သောမျိုးမှာ ၁၀၂၊ ၁၂၀၊ ၁၆၁၊ ၁၆၄ နှင့် Golden Crown မျိုးများဖြစ်ပါသည်။

ထိုအချိန်ကစ၍ ယနေ့စီးပွားဖြစ် စိုက်ပျိုးနေသော ထိုင်ဝမ် ဖရဲမျိုးများ ရောက်ရှိလာသည်ဟု မှတ်တမ်းပြုနိုင်ပါသည်။ ၂၀၀၀ ပြည့်နှစ်နောက်ပိုင်းတွင် တရုတ်ပြည်မှ ဖရဲသီးအဝယ်လိုက်လာ၍ မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီးတွင် စတင်၍ ကျယ်ပြန့်စွာ စိုက်ပျိုးခဲ့ပြီး ယခုအခါတွင် စစ်ကိုင်းတိုင်းဒေသကြီး၊ ပဲခူးတိုင်းဒေသကြီး၊ ရှမ်းပြည်နယ်မြောက်ပိုင်းနှင့် တိုင်းဒေသကြီးအားလုံးနီးပါးတွင် စိုက်ပျိုးနေကြပြီဖြစ်ပါသည်။

ဖရဲစိုက်ပျိုးမည့်သူအနေဖြင့် ကြိုတင်စဉ်းစားထားရမည့်အချက်များ

ဖရဲကို စီးပွားဖြစ်စိုက်ပျိုးမည့်သူအနေဖြင့် စိုက်ပျိုးရေးလုပ်ငန်းများကို စတင်မဆောင်ရွက်မီ အောက်ဖော်ပြပါအချက်များကို အသေးစိတ် လေ့လာပြီး ကြိုတင်၍ စဉ်းစားထားရမည်ဖြစ်ပါသည်။ ယင်းအချက်များမှာ-

- မိမိဖရဲစိုက်ပျိုးရန် ရည်မှန်းထားသောဒေသ၌ ဖရဲစိုက်ပျိုးသူဦးရေ မည်မျှရှိသည်၊

- ဧကမည်မျှစီအထိ စိုက်ပျိုးလုပ်ကိုင်ကြသည်။
- ဖရဲစိုက်ပျိုးရန် သင့်လျော်သောမြေရှိသည်။
- ဖရဲစိုက်ပျိုးရန် သင့်လျော်သော ရာသီဥတုရှိသည်။
- ဖရဲစိုက်ပျိုးရန် ရည်မှန်းထားသော ဒေသ၌ တစ်ဧကမှ ဖရဲသီးလုံးရေမည်မျှထွက်ရှိသည်။
- မိမိစိုက်ပျိုးမည့်ဒေသတွင် လွန်ခဲ့သည့် သုံးနှစ်အတွင်း ဖရဲသီးတစ်လုံး၏ ပျမ်းမျှတန်ဖိုးသည် မည်မျှဖြစ်ခဲ့သည်။
- တစ်ဧက စိုက်ပျိုးစရိတ်မည်မျှ ကုန်ကျသည်။
- မည်သို့သော အခက်အခဲများရှိနိုင်သည်။
- ဈေးကွက်မည်သို့ရှိသည်။
- ဖရဲသီးများ တင်ပို့ရန် မည်သို့ထုပ်ပိုးသည်။
- ထွက်ရှိလာသော ဖရဲသီးများကို ဈေးကွက်သို့ မည်သို့ တင်ပို့မည်။
- မည်သည့်မျိုးများကို စိုက်ပျိုးကြသည်။
- မည်သည့်စနစ်ဖြင့် စိုက်ပျိုးသည်။ တစ်တန်းနှင့်တစ်တန်း၊ တစ်ပင်နှင့်တစ်ပင် မည်မျှခွာ၍စိုက်သည်။
- ကျင်းစနစ်ဖြင့် စိုက်သည်။ မြောင်းစနစ်ဖြင့်စိုက်သည်။
- မည်သည့်ပိုးမွှားရောဂါများ ကျရောက်ဖျက်ဆီးတတ်သည်။
- မည်သည့် ပိုးသတ်ဆေး၊ မှိုသတ်ဆေးများကို အသုံးပြုသည်။
- မည်သည့် မြေဩဇာအမျိုးအစားများကို အသုံးပြုသည်။
(သဘာဝမြေဩဇာ+ဓာတ်မြေဩဇာ)စသည်
- ရေအလွယ်တကူရရှိနိုင်သော ချောင်း၊ မြောင်း၊ ရေကန်၊ ရေတွင်းတို့သည် မိမိစိုက်ပျိုးရန် ရည်မှန်းထားသော ဧရိယာနှင့်မည်မျှကွာဝေးသည် စသည်တို့ဖြစ်ပါသည်။

ရာသီဥတု

ဖရဲသည် အအေးဒဏ်၊ နှင်းခါးဒဏ်၊ နှင်းခဲကျမှုဒဏ် များကို ခံနိုင်စွမ်းမရှိပါ။ ဖရဲသည် ပူအိုက်မှုကို ကြိုက်နှစ်သက်ပါသည်။ နေ့အပူချိန် ၇၀-၈၀ ဒီဂရီဖာရင်ဟိုက်နှင့် ညဉ့်အပူချိန် ၆၅-၇၀ ဒီဂရီဖာရင်ဟိုက် ရှိသင့်ပါသည်။ အပူချိန် ၁၀၀ ဒီဂရီ ပတ်ဝန်းကျင် အထိ စိုက်ပျိုးနိုင်ပါသည်။

မြေအမျိုးအစား

သဲမြေ၊ သဲနုံးမြေ၊ နုံးမြေတို့တွင် အကောင်းဆုံးဖြစ်ထွန်းပါသည်။ ဖရဲသည် pH ၆ ဒသမ သုညနှင့် ၆ ဒသမ ၈ အတွင်း အကောင်းဆုံးဖြစ်ထွန်းပါသည်။ pH ၅ အောက်လျော့နည်းလျှင် ဖြစ်ထွန်းမှုနည်း၍ ထိုဒေသများတွင် စိုက်ပျိုးမည်ဆိုလျှင် pH မြှုပ်ပြင် ရန်အတွက် ဖရဲစိုက်မည့်မြေတွင် ထုံးထည့်ပေးရန် လိုအပ်ပါသည်။

မြန်မာပြည်၌ ဖရဲကို အဓိကစိုက်ပျိုးသောဒေသများ

ယခင်က စားသုံးသည့် ဖရဲများကို ပဲခူးတိုင်းဒေသကြီး၊ ဒိုက်ဦး၊ ပြွန်တန်ဆာ၊ ညောင်လေးပင် စသည့်မြို့နယ်များတွင် စိုက်ပျိုးခဲ့ကြသည်။ ထိုင်ဝမ်ဖရဲများကို တင်သွင်းလာသောအခါ ရန်ကုန်တိုင်း ဒေသကြီးနှင့် မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီးတို့တွင် အထူးသဖြင့် မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီးတွင် တရုတ်ပြည်ဆွေးကွက်ကို အဓိကထား၍ စိုက်ပျိုးခဲ့ကြပါသည်။ ယခုအခါ၌ တရုတ်ပြည်မှ ဖရဲသီးဝယ်လိုအား မြင့်တက်လာ၍ စစ်ကိုင်းတိုင်းဒေသကြီးနှင့် ရှမ်းပြည်နယ် မြောက်ပိုင်းတို့အထိ တိုးချဲ့စိုက်ပျိုး လာကြပါသည်။

ဒေသဈေးကွက်တွင် ဖြန့်ဖြူးရန်အတွက် တိုင်းနှင့်ပြည်နယ် အားလုံးနီးပါးတွင် ထိုင်ဝမ်ဖရဲများကို စိုက်ပျိုးနေကြပြီဖြစ်ပါသည်။

မျိုးရွေးချယ်ခြင်း

ထိုင်ဝမ်ဖရဲမျိုးများကို စတင်စိုက်ပျိုးစဉ်က မျိုးလေးမျိုး၊ ငါးမျိုးခန့် စိုက်ပျိုးခဲ့ကြပါသည်။ ဖရဲမျိုးများကို သီးသန့်အမည်ပေးလေ့မရှိဘဲ ကုမ္ပဏီမှ ထုတ်လုပ်သည့် နံပါတ်များကိုသာ ခေါ်ဝေါ်၍ အများစိုက်သည့် မျိုးကိုလိုက်၍ စိုက်ပျိုးကြပါသည်။

မြို့နယ်တစ်မြို့နယ်နှင့် ဒေသတစ်ခုစီတွင် မိမိကြိုက်နှစ်သက်ရာမျိုးကို စိုက်ပျိုးကြမည်မှာ အမှန်ဖြစ်ပါသည်။ မိမိစိုက်လိုသော မျိုးထက် ဈေးကွက်က လက်ခံသောမျိုးကို စိုက်ပျိုးမိရန် အရေးကြီးပါသည်။ တစ်ပြည်လုံး အတိုင်းအတာဖြင့် ယခုအခါတွင် စိုက်ပျိုးလျက်ရှိသော မျိုးမှာ ၈၅၅ အမည်ရှိသောမျိုးနှင့် အစေ့မဲ့မျိုးအချို့နှင့် ရွှေဝါရောင်ဖရဲများ ဖြစ်ပါသည်။

မျိုးရွေးချယ်ရာတွင် ရောဂါဒဏ်ခံနိုင်ရည်ရှိသော မျိုးများဖြစ်ရန် အရေးကြီးပါသည်။ အဝေးသို့ တင်ပို့ရန်အတွက် ရည်မှန်း၍ စိုက်ပျိုးခြင်းဖြစ်လျှင် အခွံသည် မာကျောရပါမည်။ အလုံးချောရပါမည်။ အလုံးအပိုင်းမျိုးထက် အရှည်မျိုးကို ဦးစားပေးရွေးချယ်ရပါမည်။ အဝေးသို့ တင်ပို့ရာတွင် အရှည်မျိုးက တစ်လုံးနှင့်တစ်လုံး ထပ်၍တင်ရာတွင် နေရာယူမှုနည်းနိုင်ပါသည်။

မျိုးစေ့ဝယ်ယူခြင်း၊ အပင်ပေါက်ခြင်း

ဖရဲစိုက်သူအများစုသည် မျိုးစေ့ကို ဂရုပြုသူနည်းပါးပါသည်။ မျိုးစေ့ကို စမ်းသပ်စစ်ဆေးမှု မပြုသဖြင့် မျိုးအညံ့အဖျင်းများကို

တွေ့ရတတ်ပါသည်။ အနည်းငယ်သော သူများသာ မျိုးစေ့တွင် ရောဂါပိုးမပါဝင်အောင် ဆေးနှင့်လူး၍ စိုက်ပျိုးကြပါသည်။ လူတိုင်း လူတိုင်းသည် -

- ကောင်းသောမျိုးစေ့၏အရေးကြီးပုံကို နားလည်ထားရန် လိုအပ်ပါသည်။
- မျိုးစေ့၏ အပင်ပေါက်နိုင်သောကာလကို သိထားရန် လိုအပ်ပါသည်။
- မြို့စေ့ကို မည်သို့ဆေးစိမ်ရမည်ကို သိထားရန်လိုအပ်ပါသည်။
- မျိုးစေ့ကို မည်သည့်နည်းနှင့်ရအောင်ယူမည်။
- မျိုးစေ့ကို မည်သို့ရွေးချယ်မည်။
- သို့လျှင်ထားသော မျိုးစေ့သည် မည်သည့်အချိန်အထိ အပင်ပေါက်နိုင်စွမ်းရှိသည်။
- တစ်ကေစိုက်ရန် မျိုးစေ့မည်မျှ လိုအပ်သည်။
- အပင်ပေါက်နှုန်းကို မည်သို့စမ်းသပ်မည်။
- အာမခံသောမျိုးဆိုသည်မှာ မည်သို့သောမျိုးဖြစ်သည်။
- ပင်ညှိုးရောဂါ မကျရောက်အောင် မည်သို့ကာကွယ်မည် စသည့်အချက်များကို မျိုးစေ့နှင့်ပတ်သက်၍ စဉ်းစားရ မည့်အချက်များ ဖြစ်ပါသည်။

မျိုးစေ့များကို ဝယ်ယူရာတွင် ဈေးသက်သာသော မျိုးအညံ့ များကို မဝယ်မိရန် အရေးကြီးပါသည်။ ညံ့သောမျိုးစေ့ကို ဝယ်မိ လျှင် အပင်ပေါက်နှုန်း မကောင်းခြင်း၊ ဖြစ်ထွန်းမှုနည်းခြင်း၊ အသီး တင်မှုနည်းခြင်း၊ အသီးများပုံသဏ္ဍာန်မမှန်ခြင်း၊ အသီး၏အရွယ် အစားမမှန်ခြင်း စသည်တို့ဖြစ်တတ်ပါသည်။

ပျိုးစေ့များ

ပရဲချိုးစေ့များကို သိမ်းဆည်းရာတွင် နေရောင်ခြည်တိုက်ရိုက် ကျသောနေရာ၊ စွတ်စိုထိုင်းပွိုင်းသောနေရာမျိုးများမဖြစ်ရန် အရေးကြီးပါသည်။ ထိုနေရာမျိုးတွင် ကြာရှည်သိုလှောင်ထားပါက အပင်ပေါက်ညှို့ဖျင်းသွားမည်ဖြစ်ပါသည်။

ဝယ်ယူရမည့်ပျိုးစေ့

မည်သည့်စိုက်စနစ်ဖြင့် စိုက်ပျိုးမည်ဟူသည့် ရည်မှန်းချက်အပေါ်မူတည်၍ မျိုးစေ့များဝယ်ယူရန် ဖြစ်ပါသည်။ တစ်ဧကတွင် စိုက်စနစ်အရ အနည်းဆုံးဝင်ဆန်နိုင်သော အပင်အရေအတွက်ကို ဖော်ပြထားပြီး ဖြစ်ပါသည်။ တစ်ဧကတွင် အနည်းဆုံးရှိသင့်သော အပင်အရေတွက်မှာ ၉' x ၁၁' **f** တွင် အပင်ပေါင်း ၅,၃၀၀၊ ၉' x ၂' **f** စိုက်စနစ်တွင် အပင်ပေါင်း ၄,၀၀၀ နှင့် ၉' x ၃' **f** စိုက်စနစ်တွင် အပင်ပေါင်း ၂,၅၀၀ ဟု ဖော်ပြထားပြီး ဖြစ်ပါသည်။ ထိုအရေအတွက်တွင် အနည်းဆုံး အစေ့အရေအတွက် သို့မဟုတ် ပျိုးပင်အရေအတွက် ၂၀ ရာခိုင်နှုန်းခန့် ဆောင်ထားရန်ပါ စဉ်းစားပြီး မျိုးစေ့များကို စုဆောင်းရန်ဖြစ်ပါသည်။

ပျိုးစေ့များကို စမ်းသပ်ခြင်း

မည်သည့်နည်းစနစ်ဖြင့် စိုက်ပျိုးသည်ဖြစ်စေ၊ မိမိစိုက်ပျိုးမည့် မျိုးစေ့ကို အပင်ပေါက်စမ်းသပ်ရန် လိုအပ်ပါသည်။ သို့မှသာ တိုက်ရိုက်မျိုးစေ့ကို ချစိုက်ပါက မျိုးစေ့မည်မျှလိုအပ်သည်။ ပျိုးထောင်ပြီးစိုက်ပါက အစေ့အရေအတွက် မည်မျှမည်မျှ

ပျိုးထောင်ရမည်ဆိုသည်ကို သိနိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။ အသေအပျောက်ကိုတွက်၍ အသားတင်အပင်အရေအတွက် မည်မျှလိုအပ်သည်ကို သိနိုင်ပါမည်။

အပင်ပေါက်စမ်းသပ်နည်း

အပင်ပေါက်စမ်းသပ်နည်းမှာ ဖရဲစေ့များကို အဝတ်နှင့်ထုပ်၍ စမ်းသပ်သောနည်းဖြစ်ပါသည်။ ပြုလုပ်နည်းမှာ တစ်ပေအနံနှင့် သုံးပေအနံရှိသော ဖျင်စတစ်စကိုယူပါ။ ယင်းနောက် ထိုအဝတ်ကို ရေစိမ်ပါ။ ထိုရေစိမ်ထားသော အဝတ်ကို စားပွဲပေါ်ဖြန့်ပါ။ ထို့နောက် ဖရဲစေ့ ၁၀၀ ကို ရေတွက်ပါ။ ဖရဲစေ့များကို အဝတ်ပေါ်တွင် ညီညီညာညာဖြန့်ပါ။ ထို့နောက် အဝတ်ကို တဖြည်းဖြည်း လိပ်ပါ။ ထို့နောက် ထိပ်နှစ်ဘက်ကို သင့်လျော်ရာကြိုးဖြင့် စည်းပါ။ ထို့နောက် ထိုအထုပ်ကို ရေထဲတွင် ၁၂ နာရီ စိမ်ပါ။ ထိုအဝတ်ကို ဆယ်ယူပြီး စွတ်စို၍ အပူချိန်ရှိသောနေရာတွင် ထားပါ။ သုံးရက်လေးရက် ရှိသောအခါ ထိုအဝတ်ကိုဖြည့်ပါ။ ယင်းနောက် အညောက်ပေါက်လာသော မျိုးစေ့များကို ရေတွက်ပါ။ အညောက်ပေါက်လာသော အစေ့အရေအတွက်သည် အပင်ပေါက်ရာနှုန်းဖြစ်ပါသည်။ အညောက်ပေါက်လာသော အရေအတွက်သည် ၉၀ ဖြစ်ပါက ၉၀ ရာခိုင်နှုန်းအပင်ပေါက်နိုင်သည်ဟု သိနိုင်ပါသည်။ အညောက်ပေါက်မှုသည် ၅၀-၆၀ သာဖြစ်ပါက ထိုမျိုးစေ့၏ အပင်ပေါက်ရာနှုန်းသည် ၅၀-၆၀ သာ ရှိမည်ဖြစ်၍ ထိုမျိုးစေ့ကို အသုံးပြုမည်ဆိုလျှင် မိမိစိုက်ပျိုးလိုသော အပင်အရေအတွက်၏ နှစ်ဆအသုံးပြုရန်ဖြစ်ပါသည်။

မျိုးစေ့များကို ဆေးနယ်ခြင်း

ရောဂါပိုးများသည် အမြဲတမ်းမျိုးစေ့များအပေါ်တွင် ခိုအောင်းနေပါသည်။ အထူးသဖြင့် ပင်ညှိုးရောဂါကို ဖြစ်စေသော မှိုနှင့် ငှက်မျက်လုံးရောဂါကို ဖြစ်စေသော မှိုမျိုးများသည် အမြဲတမ်း ခိုအောင်းနေပါသည်။ ထိုမှိုများသည် အပင်ငယ်များပေါက်သည်နှင့် စတင်၍ ရောဂါကျရောက်ပြီး ဖျက်ဆီးပါသည်။ ထို့ကြောင့် မျိုးစေ့များကို ဆေးစိမ်ရန် လိုအပ်ပါသည်။

မျိုးစေ့များကို ရေတစ်ဂါလံတွင် ဘိုင်ကလိုရိုက် သို့မဟုတ် မာကျူရစ်ကလိုရိုက် တစ်အောင်စထည့်ပါ။ ထိုဆေးရည်ကို သစ်သားမွှေတံနှင့်မွှေပါ။ ထိုဆေးရည်တွင် မျိုးစေ့များကို ငါးမိနစ်ခန့် စိမ်ပါ။ ထိုသို့စိမ်ပြီးပါက ထိုဆေးရည်များကို တေးကင်းသည့် နေရာတွင် စွန့်ပစ်ပါ။

သို့မဟုတ် Semesan ဆေးကို မျိုးစေ့စိမ်ရန်အတွက် အသုံးပြုနေကြပါသည်။ ထိုဆေးရည်ကို အသုံးပြုရာတွင် သုည ဒသမ ၂၅ ဖြင့် အသုံးပြုနိုင်ပြီး ရေတွင် တစ်နာရီခန့်စိမ်ရန် လိုအပ်ပါသည်။

ဖရဲသီးမျိုးများ

ကမ္ဘာပေါ်တွင် ဖရဲသီးမျိုးပေါင်း ၁၂၀၀ ကျော် ရှိပါသည်။ အလေးချိန် တစ်ပေါင်အောက်အထိ သေးငယ်သောမျိုးများမှ အလေးချိန်ပေါင် ၂၀၀ ကျော်အထိ ရှိနိုင်သော ဖရဲမျိုးများလည်း ရှိနေပြီဖြစ်ပါသည်။ ဖရဲအသား၏အရောင်မှာလည်း အနီရောင်၊ လိမ္မော်ရောင်၊ အဖြူရောင်နှင့် အဝါရောင်အထိ ရှိနေပါသည်။ အများဆုံးတွေ့ရှိရသောအရောင်မှာ အနီရောင်ဖြစ်ပါသည်။

ထင်ရှားသောဖရဲမျိုးများ

(၁) Carolina Cross ဖရဲသီးမျိုး

ဤဖရဲမျိုးမှာ ကမ္ဘာပေါ်တွင် အလေးချိန်အများဆုံးအဖြစ် မှတ်တမ်းဝင်သော ဖရဲမျိုးဖြစ်ပါသည်။ ဤဖရဲမျိုးသည် ၂၆၂ ပေါင် (၁၁၉ ကီလို) အထိ အလေးချိန်ရှိပါသည်။ ထိုဖရဲသီး၏ အခွံအရောင်မှာ အစိမ်းရောင်ဖြစ်ပြီး အသားရောင်မှာ အနီရောင် ဖြစ်ပါသည်။ ဤဖရဲမျိုးမှာ အနည်းဆုံး ၆၂ ပေါင်မှ ၁၅၀ ပေါင် (၂၉ ကီလိုမှ ၆၀ ကီလို)အထိ ရှိပါသည်။ အသက်ရက်မှာ စိုက်သည့် ရက်မှ ရက်ပေါင်း ၉၀ ဖြစ်ပါသည်။

(၂) Yellow Crimson ဖရဲမျိုး

ဤဖရဲမျိုးမှာ အခွံအစိမ်းရောင်ဖြစ်၍ အသားရောင်မှာ အဝါ ရောင်ဖြစ်ပါသည်။ ဤဖရဲမျိုးသည် အနီရောင်ရှိသော ဖရဲမျိုးများ ထက် အချို့ပိုသကဲ့သို့ အနံ့မှာလည်း ပျားရည်အနံ့ရှိပါသည်။

(၃) Orange glo ဖရဲမျိုး

ဤဖရဲမျိုးမှာ လိမ္မော်ရောင်အသားရှိ၍ အလွန်ချိုပါသည်။ အလေးချိန် ၂၀-၃၀ ပေါင် (၉-၁၄ ကီလို)ရှိပါသည်။ ဤဖရဲသီး၏ အခွံမှာ အစိမ်းဖျော့ရောင်ရှိ၍ ခွေးသွားစိပ်နှင့်တူသော အစင်း ကြောင်းများ ပါရှိပါသည်။ အသက်ရက်မှာ စိုက်သည့်ရက်မှ ရက် ပေါင်း ၉၀ မှ ၁၀၀ ဖြစ်ပါသည်။

(၄) Moon and Star ဖရဲမျိုး

ဤဖရဲမျိုးမှာ ၁၉၂၆ ခုနှစ်တွင် ထွက်ပေါ်လာသော ဖရဲမျိုး ဖြစ်ပါသည်။ ဤဖရဲသီးအခွံတွင် ပန်းရောင်၊ အနက်ရောင်နှင့် အဝါ

ရောင်ကြယ်ကဲ့သို့ အဝိုင်းငယ်များ ပါရှိပါသည်။ အဝါရောင် အဝိုင်းကြီးတစ်ခု၊ နှစ်ခုကဲ့သို့ပါရှိသဖြင့် ဤအမည်မှည့်ခေါ်ခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ဤဖရဲမျိုးမှာ ၂၀-၅၀ ပေါင် (၉-၂၃ ကီလို) အလေးချိန် ရှိပါသည်။ အသားရောင်မှာ ပန်းရောင်၊ အနီရောင်များဖြစ်၍ အညိုရောင်အစေ့များ ရှိပါသည်။ အရွက်များမှာလည်း အစက်အပြောက်များ ပါရှိပါသည်။ အသက်ရက်မှာ စိုက်ရက်မှ ရက်ပေါင်း ၉၀ ဖြစ်ပါသည်။

(၅) Cream of Saskatchewan ဖရဲမျိုး

ဤဖရဲမျိုးမှာ အချင်း ၁၀ လက်မသာရှိပါသည်။ အသီး၏ပုံမှာ အဝိုင်းဖြစ်ပါသည်။ အသီးခွံမှာ အစိမ်းရောင်ပိန်းပိန်းဖြစ်၍ အစိမ်းရင့်ရောင်အစင်းများ ရှိပါသည်။ အသားရောင်မှာ အဖြူရောင်ဖြစ်၍ အရသာချိုပြီး အစေ့၏အရောင်မှာ အနက်များဖြစ်ပါသည်။ ဤဖရဲမျိုးကို အအေးပိုင်းရာသီဥတုရှိသည့်ဒေသများတွင် စိုက်နိုင်ပါသည်။ ဤဖရဲမျိုးများကို ရုရှားနယ်ချဲ့များက ကနေဒါနိုင်ငံ Saskatchewan သို့ ယူဆောင်လာခဲ့သည်ဟု ဆိုပါသည်။ ဤဖရဲမျိုးသည် စိုက်သည့်ရက်မှ ရက်ပေါင်း ၈၀-၈၅ ရက်အထိ ရှိပါသည်။

(၆) Melitopolski ဖရဲမျိုး

ဤဖရဲမျိုးမှာ အသီးပုံ အဝိုင်းဖြစ်၍ အချင်း ၁၁-၁၂ လက်မသာ ရှိပါသည်။ ဤဖရဲမျိုးမှာ ရုရှားနိုင်ငံ ဖရဲအများအပြားစိုက်ပျိုးသော Volga မြစ်ဝှမ်းတွင် စိုက်ပျိုးသောမျိုးဖြစ်၍ အသက်လျင်သောမျိုးဖြစ်ပါသည်။ နွေရာသီတွင် မော်စကိုမြို့၏ အိမ်တိုင်း၏

ဝရံတာများ၌ အများအပြား တွေ့ရသည်ဟု ဆိုပါသည်။ ဤမျိုးသည် စိုက်ပျိုးသည့်ရက်မှ ရက်ပေါင်း ၉၅ ရက်ဖြစ်ပါသည်။

(၇) Donsuke ဖရဲမျိုး

ဤဖရဲမျိုးမှာ အပိုင်းမျိုးဖြစ်၍ အသီး၏အလေးချိန် ၂၅ ပေါင် (၁၁ ကီလို)ရှိပါသည်။ ဤဖရဲမျိုးကို ၇ပန်ပြည့် ဟော်ကိုင်ဒိုးကျွန်းများတွင် စိုက်ပျိုးလျက်ရှိသည်။ ဤကျွန်းများတွင် ဤဖရဲမျိုးကို နှစ်စဉ်ဖရဲသီး အလုံး ၁၀,၀၀၀ ထုတ်လုပ်ပါသည်။ ၂၀၀၀ ပြည့်နှစ် ဇွန်လတွင် ဤဖရဲမျိုးမှ ပထမဦးဆုံး ရင့်မှည့်သော ဖရဲသီးတစ်လုံးကို လေလံတင်ခဲ့ရာ ယန်း ၆၅၀,၀၀၀ (ဒေါ်လာ ၆,၃၀၀)ဖြင့် အရောင်းအဝယ်ဖြစ်ခဲ့ပါသည်။ ယွမ်းမျှအရောင်းဈေးမှာ ၂၅,၀၀၀ ယန်း ဖြစ်၍ (၂၅၀ ဒေါ်လာ) ဖြစ်ပါသည်။

ထောက်ခံသော အခြားဖရဲမျိုးများ

- (၁) Early ဖရဲမျိုး (၇၀ မှ ၇၅)ရက်
- (၂) Golden Crown

အသီး၏အရောင်မှာ မရင့်မှည့်မီ အစိမ်းရောင်ဖြစ်၍ ရင့်မှည့်သောအခါ အဝါရောင်သို့ ပြောင်းသွားသည်။ အသားရောင်မှာ အနီရောင်ဖြစ်ပါသည်။

- (၃) Sugar Baby အသားအနီရောင် (၆ပေါင်မှ ၁၀ပေါင်)
- (၄) Yellow Baby အသားအဝါရောင် (၆ ပေါင်မှ ၁၀ ပေါင်)
- (၅) Yellow Doll အသားအဝါရောင် (၆ ပေါင်မှ ၁၀ ပေါင်)
- (၆) Main Season (၈၀ မှ ၈၅ ရက်)
- (၇) Charleston Gray အသားအနီရောင် (၂၀ ပေါင်မှ ၂၅ ပေါင်)
- (၈) Crimson Sweet အသားအနီရောင် (၂၀ ပေါင်မှ ၂၅ ပေါင်)

သက်တည်ကျန်းမာချမ်းသာရေးအတွက် ဂျူတိုင်းနေ့စဉ်စားသုံးရမည့် သစ်သီးသုံးမျိုး ၁၉

- (၉) Madera အသားအနီရောင် (၁၄ ပေါင်မှ ၂၂ ပေါင်)
- (၁၀) Parker အသားအနီရောင် (၂၂ ပေါင်မှ ၂၆ ပေါင်)
- (၁၁) Sangria အသားအနီရောင် (၂၂ ပေါင်မှ ၂၆ ပေါင်)
- (၁၂) Sunny's Pride အသားအနီရောင် (၂၀ ပေါင်မှ ၂၂ ပေါင်)
- (၁၃) Sweet Favorite အသားအနီရောင် (၂၀ ပေါင်)
- (၁၄) Seedless အသက်ရက် (၈၀ ပေါင်မှ ၈၅ ပေါင်)
- (၁၅) Cotton Candy အသားရောင်အနီ (၁၅ ပေါင်မှ ၂၀ ပေါင်)
- (၁၆) Crimson Trio အသားအနီရောင် (၁၄ ပေါင်မှ ၁၆ ပေါင်)
- (၁၇) Honey Heart အသားအဝါရောင် (၈ ပေါင်မှ ၁၀ ပေါင်)
- (၁၈) Jack of Heart အသားအဝါရောင် (၁၄ ပေါင်မှ ၁၈ ပေါင်)
- (၁၉) Nova အသားအနီရောင် (၁၅ ပေါင်မှ ၁၇ ပေါင်)
- (၂၀) Queen of Heart အသားအနီရောင် (၁၂ ပေါင်မှ ၁၆ ပေါင်)
- (၂၁) Tiffany အသားအနီရောင် (၁၄ ပေါင်မှ ၂၂ ပေါင်)

သီးသန့်ပရဲပျိုးများ

အသားအနီရောင်ပရဲပျိုးများ

- Madera - Crimson Sweet
- Fiesta - Summer Festival
- Oasis - Royal Charleston
- Royal - Sugar Baby
- Starbright - Sweet Favourite

အသားအဝါရောင်ပရဲပျိုးများ

- Sunshine
- Yellow Baby

- Yellow Doll
- Golden Crown

အစေ့ပုံပင်ပျိုးများ

- Hybrid 313
- Triple Sweet
- King of Heart
- Queen of Heart
- Crimson Trio
- Scarlet Trio
- Tiltany

ဖရုံသီးတွင်ပါဝင်သော အာဟာရဓာတ်များ (Nutrition)

Watermelon, raw (edible parts)

Nutritional value per	100 g (3.50 oz)
Energy	127 KJ (30 kcal)
Carbohydrates	7.55 g
- Sugars	6.2 g
- Dietary fiber	0.4 g
Fat	0.15 g
Protein	0.61 g
Water	91.45 g
- Vitamin Aequiv	28 μ g (4%)
- Thiamine (vit.B1)	0.033 mg (3%)
- Riboflavin (vit.B2)	0.021 mg (2%)
- Niacin (vit.B3)	0.178 mg (1%)
- Pantothenic acid (B5)	0.221 mg (4%)
- Vitamin B6	0.045 mg (3%)

- Folate (vit. B9) 3 µg (1%)
- Vitamin C 8.1 mg (10%)
- Calcium 7 mg (1%)
- Iron 0.24 mg (2%)
- Magnesium 10 mg (3%)
- Phosphorus 11 mg (2%)
- Potassium 112 gm (2%)
- Zinc 0.10 mg (1%)

ဖရဲသီးနှင့်ကျန်းမာရေး

ဖရဲသီးသည် အလွန်အရည်ရွှမ်းသော သစ်သီးဖြစ်၍ နွေရာသီတွင် စားသုံးရန် အလွန်သင့်လျော်သော သစ်သီးဖြစ်ပါသည်။ ယင်းသည် ရေငတ်ပြေမှုကိုဖြစ်စေ၍ ရင်ကျပ်ပန်းနာရောဂါ၊ အူမကြီးကင်ဆာရောဂါ၊ ဆီးချိုရောဂါ၊ သွေးပေါင်ကျရောဂါ၊ အရိုးအဆစ်ရောင်ရောဂါဖြစ်စေမှုတို့ကို သက်သာစေပါသည်။

ဖရဲသီးသည် Antioxidants “အန်တီအောက်ဆီဒင့်”ဖြစ်၍ အောက်ဆီဂျင်ဓာတ်တိုးဖြစ်စေမှုကို တားမြစ်နိုင်ပါသည်။

ချို၍ အရည်ရွှမ်းသော ဖရဲသီးတွင် အလွန်အရေးကြီးသော သဘာဝအတိုင်းဖြစ်နေသော Antioxidants များစွာ ပါဝင်ပါသည်။ ဖရဲသီးတွင် အလွန်ကောင်းမွန်သော ဗီတာမင်စီနှင့် ဗီတာမင်အေ ဘီတာထယ်ရိုတင်းတို့ ပါဝင်ပါသည်။ အဝါရောင်ရှိသော ဖရဲသီးတွင် “ကယ်ရိုတီနိုက်” Antioxidants ပါဝင်၍ Lycopene ကို ဖြစ်စေပါသည်။

အင်အားကောင်းမွန်သော Antioxidants များသည် ခန္ဓာကိုယ်အတွင်းတွင် လှည့်ပတ်သွားလာ၍ ကင်ဆာရောဂါဖြစ်စေသော Free radical များကို ကျေပျက်စေပါသည်။ Free radical များသည် ခန္ဓာကိုယ်၏အတွင်းအစိတ်အပိုင်းများကို ပျက်စီးစေပါသည်။ ဤ

ဖရီးရယ်ဒီကယ်များသည် ကိုလက်စထရောများကို အောက်ဆီဂျင် ဓာတ်တိုးစေသဖြင့် သွေးကြောများ မာကျောလာပြီး နှလုံးရောဂါ ကိုလည်းကောင်း၊ လေဖြတ်ခြင်းကို လည်းကောင်း ဖြစ်စေပါသည်။ ယင်းတို့သည် အသက်ရှူလမ်းကြောင်းကို အနှောင့်အယှက်ပေး သဖြင့် ပန်းနာရင်ကျပ်မှုကိုလည်း ဖြစ်စေပါသည်။

Free radical များသည် အရိုးအကြောအဆစ်များကို နာကျင်မှု ကို တိုးပွားစေပါသည်။ အစာအိမ်အူမကြီး၏ Cells များကိုလည်း ပျက်စီးစေနိုင်သဖြင့် အူမကြီးကင်ဆာ ဖြစ်စေပါသည်။ ဤသို့ဖြစ်စေ သော အန္တရာယ်များသော Free radical များကို ဖရဲသီးတွင် ပါဝင် သော ဝီတာမင်စီနှင့် ဝီတာကယ်ရိုတင်းတို့က ဖျက်ဆီးပစ်နိုင်ပါသည်။

ဝီတာမင်စီနှင့် ဝီတာမင်အေတို့ကို များများသုံးဆောင်ပါက နှလုံးရောဂါဖြစ်မှုကိုလည်း လျော့စေသကဲ့သို့ အသက်ရှူလမ်းကြောင်း ကိုလည်း ကောင်းမွန်စေသောကြောင့် ရင်ကျပ်၊ ပန်းနာဖြစ်မှုကို လည်း လျော့နည်းစေပါသည်။ အူမကြီးကင်ဆာနှင့် အရိုးနာကျင်မှု ဖြစ်စေမှုတို့ကိုလည်း လျော့နည်းစေပါသည်။

ဖရဲသီးဖျော်ရည် နေ့စဉ်တစ်ခွက်သောက်ပါက ဝီတာမင်စီ ဓာတ် ၂၀ ရာခိုင်နှုန်းနှင့် နေ့စဉ်လိုအပ်သော ဝီတာမင်အေကို လည်း ၁၇ ရာခိုင်နှုန်းအထိ ရရှိစေနိုင်ပါသည်။

ဖရဲသီးသည် “ကယ်ရိုတီနိုက်” ၊ “အမီနိုအက်ဆစ်” နှင့် “လိုက် ကိုဖင်း” တို့ကို များစွာဖြစ်စေပါသည်။ “လိုက်ကိုဖင်း” တွင် Anti-oxidants တို့ များစွာပါဝင်၍ ကင်ဆာရောဂါအမျိုးမျိုးဖြစ်မှုကို တားမြစ်နိုင်ပါသည်။ ယခင်က “လိုက်ကိုဖင်း” ကို တိရစ္ဆာန်များတွင် သာ တွေ့ရှိခဲ့ရာ ယခုအခါတွင် ဖရဲသီး၌ “လိုက်ကိုဖင်း” ဓာတ်များ စွာ ပါဝင်နေကြောင်း တွေ့ရှိရပါသည်။

“လိုက်ကိုဖင်း”သည် သည်းခြေကင်ဆာ၊ သားမြတ်ကင်ဆာ၊ သားအိမ်ခေါင်းကင်ဆာ၊ အဆုတ်ကင်ဆာ၊ စအိုကင်ဆာဖြစ်မှုတို့ကို မဖြစ်အောင် တားမြစ်နိုင်ပါသည်။ “လိုက်ကိုဖင်း”သည် ခန္ဓာကိုယ် အတွင်း အောက်ဆီဂျင်ဓာတ်တိုးမှုဖြစ်မှုကို ကာကွယ်ပေးပါသည်။ နှလုံးရောဂါမဖြစ်ရန်လည်း လိုက်ကိုဖင်းက ကာကွယ်ပေးပါသည်။

ဆီးကျိတ်ကင်ဆာ ကာကွယ်နိုင်ခြင်း

အမျိုးသားများတွင် အဖြစ်များသော ဆီးကျိတ်ကင်ဆာဖြစ်မှု ကို “လိုက်ကိုဖိန်း (Lycopene)” များစွာ ကြွယ်ဝသော ဖရဲသီးကို ဖြစ်စေ၊ ဖရဲသီးဖျော်ရည်ကိုဖြစ်စေ မှန်မှန်စားသောက်ပါက ပျောက်ကင်းစေနိုင်သကဲ့သို့ မဖြစ်အောင်လည်း ကာကွယ်နိုင်ပါသည်။

လက်တွေ့စမ်းသပ်မှုများအရ ဆီးကျိတ်ဖြစ်နေသော အမျိုးသား လူနာ ၁၃၀ တို့အား “လိုက်ကိုဖိန်း”ကြွယ်ဝသော ခရမ်းချဉ်သီး၊ ပန်းရောင်ကျွဲကောသီး၊ ဖရဲသီး၊ သင်္ဘောသီးနှင့် မာလကာသီး တို့ကို ကျွေး၍ စမ်းသပ်ခဲ့ရာ လိုက်ကိုဖိန်းအနည်းငယ်သာ ပါဝင်သော သစ်သီးများကို စားသုံးသော လူနာများထက် ၈၁ ရာခိုင်နှုန်း သည် ရောဂါဖြစ်မှု လျော့နည်းသွားသည်ဟု ဆိုပါသည်။ ထို့ကြောင့် ဆီးကျိတ်ရောဂါ ဖြစ်သူများအနေနှင့် ဖရဲသီးကို များများစားသုံး သင့်ပါသည်။

မြန်မာအများစုအနေဖြင့်လည်း ဖရဲသီးကို စားသုံးပါက ဆီးကောင်းသည်၊ ဆီးရွှင်သည်ဟု ခံယူကြပါသည်။ မြန်မာအများစု တို့သည် ကွမ်းယာအစားများ၍ “သွား”များတွင် သွားချိုးတပ်နေပါ က ဖရဲသီးစားပေးလျှင် သွားချိုးကွာကျသည်ဟုလည်း ယုံကြည်ကြ ၍ ဖရဲသီးများကို ဂရုစိုက်စားသုံးကြပါသည်။

ဖရဲသီးတွင် အထူးသဖြင့် အခွံပိုင်းတွင် အများဆုံးတွေ့ရှိရသော Citrulline သည် နိုက်ထရစ်အောက်ဆိုဒ်ထုတ်လုပ်ရန် လှုံ့ဆော်ပေးသောပစ္စည်းအဖြစ် တွေ့ရှိကြပါသည်။ နိုက်ထရစ်အောက်ဆိုဒ်သည် သွေးကြောများကို ကျယ်စေနိုင်စွမ်းရှိပါသည်။ “ဗိုင်ယာဂရာ” ကဲ့သို့ ပန်းသေပန်းညှိုးဖြစ်မှုကို လျော့နည်းစေပြီး ကာမဆန္ဒပိုမိုဖြစ်စေပါသည်။

ဖရဲသီးနှင့်ယဉ်ကျေးမှု

- ဗီယက်နမ်နိုင်ငံတွင် “တက်”ခေါ် နှစ်ကူးအများပြည်သူ ရုံးပိတ်ရက်နေ့၌ ဖရဲစေ့များကို စားသုံးကြပါသည်။
- **သမားရိုးကျ ရုပ်ပြောင်၊ ရုပ်လှောင်ရေးဆွဲခြင်း**
အာဖရိကန် အမေရိကန်လူမျိုးစုများအနေဖြင့် ရုပ်ပြောင်များ ပြုလုပ်၍ ပျော်ပွဲရွှင်ပွဲပြုလုပ်ရာတွင် ဖရဲသီးကို ထူးထူးခြားခြား အသုံးပြု၍ မျက်နှာဖုံးများ ပြုလုပ်ကြသည်။
- ဂျပန်နိုင်ငံ “အိုကလားဟိုးမား” ပြည်ထောင်စုလွတ်တော်က ၂၀၀၇ ခုနှစ်တွင် ဧပြီလ ၀၇ ရက်နေ့ကို နိုင်ငံတော်အတွင်း ဟင်းသီးဟင်းရွက်စားသုံးရမည့်နေ့ဟု သတ်မှတ်ခဲ့ရာတွင် ဖရဲသီးသည် သစ်သီးတစ်မျိုးအနေနှင့် ပါဝင်ပါသည်။
- ဩစတေးလျနိုင်ငံ ကွင်းစလင်းဒေသရှိ Chinchilla တွင် တစ်နှစ် နှစ်ကြိမ် ဖရဲသီးနှင့်သစ်သီးမျိုးစုံပါဝင်သော ပွဲတော်ပြုလုပ်ပါသည်။
- ဖရဲသီးတွင် အစိမ်းရောင်အစင်းကျားများ ပါဝင်မှုကို “လိုဂို” အဖြစ် အသုံးပြု၍ JUNE Beetle တို့က Watermelon Beetle အဖွဲ့ကို ဖွဲ့စည်းထားပါသည်။

ဖရဲသီးကို အသုံးပြုပုံ

- (၁) ဖရဲသီးကို လတ်လတ်ဆတ်ဆတ်ခွဲ၍ စားသုံးနိုင်သည်။ ဖရဲသီးကို မခွဲစိတ်မီ ရေဖြင့် စင်ကြယ်စွာ ဆေးကြောရန် လိုအပ်ပါသည်။ ရေဖြင့်ဆေးရန် အခြေအနေမပေးပါက အဝတ်စိုဖြင့် သန့်ရှင်းအောင်ပြုလုပ်ပြီးမှ ခွဲစိတ်ရပါမည်။ ဖရဲသီး၏ အရွယ်ကိုလိုက်၍ ကြိုက်နှစ်သက်သည့်အရွယ်အစားရအောင် ခွဲစိတ်၍လည်းကောင်း၊ အသားတုံးများပြုလုပ်၍လည်းကောင်း၊ ဖရဲသီးဘောလုံးပုံစံထုတ်ယူနိုင်သောဖွန်းဖြင့် ဖရဲသီးအသားလုံးများအဖြစ်လည်းကောင်း စားသုံးနိုင်ပါသည်။
- (၂) ဖရဲသီးများ ရင့်မှည့်ပါက အခြားမည်သည့်အရာနှင့်မျှ ရောနှောခြင်းမပြုဘဲ (ဥပမာ-သကြားမထည့်ဘဲ) လတ်လတ်ဆတ်ဆတ် စားသုံးနိုင်ပါသည်။
- (၃) ဖာလူဒါ၊ ရေခဲမုန့်၊ ယို၊ ဖျော်ရည် စသည်ဖြင့် ပြုလုပ်၍လည်း စားသုံးနိုင်ပါသည်။
- (၄) ဖရဲသီးအနုများကို ပြုတ်၍လည်းကောင်း၊ ချက်၍လည်းကောင်း စားသုံးနိုင်ပါသည်။
- (၅) ဖရဲသီးအနုများ အထူးသဖြင့် သစ်သီးယင်းထိုး၍ နာနေသော ဖရဲသီးအနုများကို ပြုတ်၍ ငါးပိရည်၊ ငံပြာရည် အချက်တို့ဖြင့် တို့မြှုပ်၍ စားသုံးကြပါသည်။
- (၆) ပုဂံ၊ ညောင်ဦးဒေသတွင် ဖရဲသီးအနုများကို ပူးသီးကြော်ကဲ့သို့ကြော်၍ “မြမန်းကျော်”ဟု ခေါ်၍ ရောင်းချကြပါသည်။

- (၇) ဖရဲသီးအရင့် (မမှည့်မိ)ကို ထက်ခြမ်းခွဲ၍ အစေ့များ ထုတ်ပြီး ဂျစ်နှင့်ခြစ်၍ ချဉ်ဖတ်ထည့်ပြီး “ဖယုံချဉ်” ဟု ခေါ်၍ စားသုံးကြပါသည်။
- (၈) ဖရဲသီး+ချယ်ရီသီးနှင့်+သံပုရာရည်တို့ဖြင့် ရော၍ စက်ဖြင့်ဖျော်ပြီး ရေခဲတုံးအနည်းငယ်ထည့်၍ သုံးဆောင်နိုင်ပါသည်။
- (၉) ဖရဲသီး+မက်မွန်သီး+သလဲသီးတို့နှင့် ရောစပ်ဖျော်၍ လည်း သုံးနိုင်ပါသည်။
- (၁၀) ဖရဲသီး+ကတွတ်သီး+ပျားရည်တို့နှင့်ရော၍လည်း ဖျော်ရည်အဖြစ် အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။
- (၁၁) ဖရဲသီး+သရက်သီး+ဘလူးဘယ်ရီသီးများ ရော၍ လည်း ဖျော်ရည်အဖြစ် အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။
- (၁၂) ဖရဲသီး+နွားနို့+သကြား+စပျစ်သီးခြောက်+ကျောက်ဖရုံယိုတို့နှင့်ရောပြီး ဖာလူဒါအဖြစ် အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။
- (၁၃) ဖရဲသီး+သခွားမွှေးသီး+ကီဝီသီး တို့ကို အတူရော၍ (စကာ)ဖြင့် အနှစ်ရအောင် ပြုလုပ်ပြီး ဒိန်ချဉ်နှင့် ရော၍လည်း သုံးနိုင်ပါသည်။
- (၁၄) တောင်အာဖရိကနှင့် အမေရိကတိုက်နိုင်ငံအချို့တွင် ဖရဲသီးအခွံပိုင်းကို ချဉ်ဖတ်ထည့်၍ စားသုံးကြပါသည်။
- (၁၅) မြန်မာအပါအဝင် အာရှတိုက်နိုင်ငံများတွင် ဖရဲစေ့ကို ဆားဖြင့်လှော်၍ “ကွာစေ့”အဖြစ် စားသုံးကြပါသည်။
- (၁၆) အချို့နိုင်ငံများတွင် ဖရဲစေ့များကို အမှုန့်ပြုလုပ်၍ ဂျုံမှုန့်နှင့်ရောပြီး ပေါင်မုန့်ပြုလုပ်၍ စားသုံးကြပါသည်။

- (၁၇) တရုတ်ပြည်တွင် ဖရဲသီးအခွံပိုင်းကို ပြုတ်၍လည်းကောင်း၊ အချဉ်ဖတ်ထည့်၍လည်းကောင်း စားသုံးကြပါသည်။
- (၁၈) ဖရဲသီးအခွံများကို အပေါ်ယံအခွံပါးပါးအား လှီးထုတ်ပစ်ပြီး ကျန်သောအခွံများကို နုတ်နုတ်စင်း၍ သံလွင်ဆီ၊ ကြက်သွန်ဖြူ၊ ငရုတ်သီး၊ ငရုတ်ကောင်း၊ ကြက်သွန်မြိတ်၊ သကြားနှင့် ရမ်အရက်အနည်းငယ်ထည့်၍ ချက်ပြုတ်ပြီး စားသုံးကြပါသည်။

(၁၉) ကွာစေ့ပြုလုပ်ခြင်း

ကွာစေ့ပြုလုပ်ရာတွင် ရှေးဦးစွာ ပေပါပြတ်တစ်ခုတွင် ဖရဲစေ့တစ်တင်းထည့်ပါ။ ထို့နောက် ထုံးမှုန့်တစ်ပြည် သားထည့်ပါ။ ထို့နောက် ရေအနည်းငယ်ထည့်၍ တဖြည်းဖြည်းချင်းနဲ့ အောင်မွေပါ။ ထုံးနွံသွားပါက ရေသုံးဂါလံထည့်၍ ထပ်မွေပါ။ လက်အိတ်စွပ်ထားသော လက်ဖြင့် ထုံးနှင့် ဖရဲစေ့သမအောင် မွေပါ။ လိုအပ်လျှင် ရေထပ်ထည့်ပါ။ ဖရဲစေ့နှင့်ထုံး သေသေချာချာ သမသွားပါက နာရီဝက် ဆက်ပြီးထားပါ။

နာရီဝက်ထားပြီးလျှင် ရေဖြင့်ပြန်ဆေးရပါမည်။ ထိုသို့ ရေဆေးရာတွင် ဖရဲစေ့တွင်ကပ်နေသော အရိအခွံများ ပြောင်ရန်နှင့် ထုံးများပြောင်စင်အောင် ပွတ်သပ်ဆေးကြောပါ။ လုံးဝသန့်စင်သွားပါက တောင်းတွင်ထည့်၍ ရေစစ်ထားပါ။

ဖရဲစေ့များကို ဆေးကြောပြီ ရေစစ်ထားချိန်တွင် ဖရဲစေ့များကို ပြုတ်ရန်အတွက် ဖရဲစေ့တစ်တင်း ကောင်းစွာ ဆန့်သော ဒယ်ကြီးတွင် ရေသင့်လျော်ရုံထည့်၍ ဆူပွက်

အောင်ကျိပ်ပါ။ ရေဆူပါက ထိုဒယ်ထဲသို့ ဆား တစ်ပိဿာ နှင့် ၂၅ ကျပ်သားထည့်ပါ။ ထန်းလျက် ၅ ကျပ်သား ထည့်ပါ။ သစ်ဂျပိုးခေါက်နှင့် စမုံစပါး ၁၀ ကျပ်သားစီ ထည့်၍ အားလုံးသမသွားပါက နေကြာစေ့များထည့်၍ မွေ့ပါ။ နို့အောင်မွေ့ပြီးပါက အုပ်ဆောင်းဖြင့် လိုအောင် အုပ်၍ မီးမှန်မှန်ထည့်ပါ။ နာရီဝက်တစ်ကြိမ် မွေ့ပါ။ နှစ်နာရီကြာအောင်ပြုတ်ပါ။ ဖရဲစေ့များတွင် ဆားဝင် မဝင် စမ်းသပ်၍ ဆယ်ယူပြီး နေသွေ့အောင်လှမ်းပါ။

ခြောက်သွေ့အောင် နေလှမ်းပြီး သန့်ရှင်းအောင် ပြာတီးပါ။ ထို့နောက် စားဆီ(နှမ်းဆီ/ပဲဆီတစ်မျိုး) အနည်းငယ်ဖြင့် အရောင်တင်ပါ။ ထို့နောက် လိုအပ်သော အရွယ်အစားအတိုင်း ထုပ်ပိုး၍ ရောင်းချနိုင်ပါသည်။

(၂၀) ဖရဲသီးပိုင်ပြုလုပ်ခြင်း

ဖရဲသီးပိုင်ပြုလုပ်ရန်အတွက် အသုံးပြုမည့် ဖရဲသီးများ သည် ကောင်းစွာရင့်မှည့်ရန် လိုအပ်ပါသည်။ ဖရဲပင် မျိုး၏ သက်တမ်းအလိုက် သက်တမ်းပြည့်ရန် လိုအပ် ပါသည်။ ကောင်းစွာ ရင့်မှည့်ရန် လိုအပ်သော်လည်း အတွင်းသားပျော့၍ အမှည့်လွန်နေသော အသီးများ၊ ပုပ်ရိစပြုနေသော အသီးများ၊ ပိုးမွှားရောဂါဝင်နေ သော အသီးများကို လုံးဝ အသုံးမပြုရပါ။

ပြုလုပ်ပုံ

ကောင်းစွာရင့်မှည့်သော ဖရဲသီးများကို ဓားထက်ထက် ဖြင့် ထက်ခြမ်းခွဲပါ။ သန့်စင်သော ဇလုံကြီးများတွင်

ဇွန်းဖြင့် အသားများကို ခြစ်ယူပါ။ အစေ့များကို ဖယ် ထုတ်ပါ။ ဖရဲသီးအသားများ ရရှိပါကကြိုတင်၍ ဖွတ် လျော်ထားပြီးသော မာလကျင်စ၊ ဖျင်စဖြင့် ချုပ်ထား သော အိတ်ထဲတွင်ထည့်၍ အရည်ညှစ်ပါ။ အရည်ညှစ် ရာတွင် လက်များကို သန့်စင်အောင် ဆေးကြောပြီး လက်အိတ်စွပ်၍ ညှစ်ယူပါ။ ရရှိသော ဖရဲသီးအရည်များ ကို ကြိုတင်၍ သန့်ရှင်းထားသော စတီးတိုင်ကီ၊ ဖိုင်ဘာ ပုံ၊ စဉ့်အိုးများတွင်ထည့်၍ ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။ အသုံးပြု မည့်တိုင်ကီ အစရှိသည်တို့ကို ကန့်မှိုင်းတိုက်ထားရန် အရေးကြီးပါသည်။

ကန့်မှိုင်းတိုက်ခြင်း

အသုံးပြုမည့် စည်များကို ကန့်မှိုင်းတိုက်ပေးရန် လိုအပ်ပါသည်။ ကန့်မှိုင်းတိုက်ခြင်းမှာ ဝိုင်ထည့်မည့် စည်များ၏ အတွင်းပိုင်း၌ရှိနေသော မှိုအမျိုးမျိုးကို သတ်ရန်ဖြစ်ပါသည်။ ပြုလုပ်ပုံမှာ သင့်လျော်သော အရွယ်အစားရှိသော မီးသွေးဖိုတစ်ခု လိုအပ်ပါသည်။ အရွယ်အစားဆိုသည်မှာ မီးသွေးဖိုသည် စည်များကို မီးသွေးပေါ်သို့ မှောက်တင်သောအခါတွင် မီးသွေးဖို၏ အဝိုင်းသည် စည်၏အပေါ်ဘက်ထဲသို့ ဝင်နိုင်သော အရွယ်အစားကို ဆိုလိုပါသည်။

မီးသွေးဖိုတွင် မီးသွေးကိုရဲနေအောင် ပြုလုပ်ပါ။ မီးသွေးများ ရဲနေပြီဆိုပါက ကန့်မှိုင်းအခဲ ၁၀ ကျပ်သား ခန့်ကို ထိုမီးသွေးပေါ်သို့ တင်လိုက်ပါ။ ထိုအခါတွင်

ကန့်မှိုင်းများ၊ အခိုးများထွက်လာပါမည်။ ထိုကန့်မှိုင်းများကို ဝိုင်ပြုလုပ်မည့်စည်များ၏ အတွင်းသို့ဝင်အောင် ၁၀ မိနစ် ၁၅ မိနစ်ခန့် ပြုလုပ်ပါ။ ကန့်ကို မီးရှို့သောအခါ တဲဥပုပ်အနံ့နှင့်တူသော အနံ့ပြင်းပြင်းထွက်ပါသည်။ ထိုကန့်များ ခန္ဓာကိုယ်အတွင်း မဝင်ရောက်ရန် နှာခေါင်းကို အကာဖြင့် ဖုံးကွယ်ထားပါ။ လေလမ်းကြောင်း၏အောက်မှလည်း မနေပါနှင့်။

ဝိုင်ပြုလုပ်ခြင်း

အရည်စစ်ပြီးသော ဖရဲသီးအရည်များကို ကန့်မှိုင်းတိုက်ပြီးသောစည်ထဲသို့ထည့်ပါ။ ဂါလံ ၅၀ ဆန့်သည့် စည်တွင် ဂါလံ ၄၀ ထည့်ပါ။ ဖရဲသီးအရည် တစ်ဂါလံတွင် သကြားနှစ်ပေါင်နှုန်းထည့်ပါ။ သကြားကို ဖရဲသီးအရည်ထဲသို့ တိုက်ရိုက်မထည့်ဘဲ ထည့်ရမည့် အချိုးအစားအတိုင်းရှိသော သကြားများကို ရေနှင့်ဖျော်ခြင်းမပြုဘဲ ဖရဲအရည်နှင့်သာ ဖျော်ရန်ဖြစ်ပါသည်။ သကြားများ ပျော်သွားသောအခါတွင် ကျန်ရှိသော ဖရဲအရည်များနှင့် ရောစပ်ရန်ဖြစ်ပါသည်။ သကြားနှင့်ဖရဲရည် သမသွားပြီးပါက ဖရဲရည် တစ်ဂါလံလျှင် Wine Yeast ခေါ် တစ်ဆေးကို ၁၀ ဂရမ်နှုန်းနှင့်ထည့်ပေးပြီး နွံအောင်မွှေပေးရပါမည်။ (တစ်ဆေးနှင့်ဖရဲရည်များ သမသွားပါက စည်များကို လေလုံအောင်ပိတ်ထားရပါမည်) ဝိုင်ပြုလုပ်သည့် အချိန်တွင် ရှိရမည့် အပူချိန်မှာ ၉၀ ဒီဂရီ ဖာရင်ဟိုက်မှ ၁၀၂ ဒီဂရီ ဖာရင်ဟိုက်ရှိသောနေရာတွင်

ဖြစ်ရပါမည်။ ထို ဒီဂရီ ရှိသောနေရာတွင် သို့လျှင် ရန်ဖြစ်ပါသည်။

ပထမတစ်ရက်တွင် တစ်နေ့ နှစ်ကြိမ် ခြောက်နာရီခြား မွေပေးရပါမည်။ နောက်ရက်များတွင် တစ်နေ့တစ်ကြိမ် နှုန်းဖြင့် သုံးရက်ခန့်မွေပေးရပါမည်။

ရရှိသည့် ပတ်ဝန်းကျင်အပူချိန်ပေါ်မူတည်၍ ဝိုင်ဖြစ် မှုသည် နှစ်ပတ်မှသုံးပတ်အထိ ကြာတတ်ပါသည်။ အပူချိန်မြင့်လျှင် ဝိုင်ဖြစ်မှုမြန်၍ အပူချိန်နိမ့်လျှင် ဝိုင်ဖြစ်မှုနှေးပါသည်။

ဝိုင်ဖြစ်ခြင်း

ပထမရက်များတွင် ဖျော်ရည်တိုင်ကီအတွင်းရှိ ဖျော်ရည်များသည် “ဖြစ်ဖြစ်၊ ဖြစ်ဖြစ်”ဟူသော မြည်သံ များဖြင့် ပွက်သံကြားနေပါမည်။ ထိုသို့ဖြစ်သည်မှာ ထည့်ထားသော တစ်ဆေးများက ဖရဲသီးအရည်တွင် ပါဝင်သော သကြားမာတ်များကို Alcohol အရက် ဖြစ်အောင် ပြောင်းနေခြင်းဖြစ်ပါသည်။

တစ်ပတ်ကျော်နှစ်ပတ်ခန့်ကြာလျှင် ဝိုင်ထည့်ထား သော စည်များ၏ဘေးမှကပ်၍ နားထောင်သောအခါ အထဲမှ အသံမကြားရလျှင် ဝိုင်ဖြစ်ပြီဖြစ်ပါသည်။ ဝိုင် အဆင့်ရောက်သွား ပါက စည်အတွင်း၌ ဖရဲအရည် အပေါ်၌ အစောပိုင်းကတက်နေသော ဖရဲသီးအနှစ် များသည် ဖရဲရည်၏ မျက်နှာပြင်အောက်သို့ လုံးဝ ရောက်သွားပါသည်။

စည်ကိုလှုပ်ကြည့်၍ ဖရဲသီးအရည်၏မျက်နှာပြင် အထက်တွင် အနယ်အနှစ်များမရှိတော့ဘဲ ငြိမ်နေလျှင် ဝိုင်ဖြစ်ပြီ ဖြစ်ပါသည်။

ဝိုင်ဖြစ်ပြီးပါက သန့်စင်သော အဝတ်(ဝိုင်ရှန်အစ) နှစ်ထပ်သုံးထပ်ခံ၍ စစ်ယူရပါမည်။ ထိုသို့ စစ်ယူ ပြီးပါက သန့်စင်သော ပုလင်းများတွင် လေလုံစွာပိတ်၍ အေး၍ခြောက်သွေ့သော နေရာတွင် သိုလှောင်ထားနိုင် ပါသည်။ ဝိုင်များကို ပလတ်စတစ်ဘူးများနှင့် မထည့်ရ ပါ။ ဝိုင်ထည့်သော သီးသန့်ပုလင်းများ မရရှိပါက အရက်ထည့်သောပုလင်းများကို ပြောင်စင်အောင် ဆေးကြောပြီး ရေနွေးပွက်ပွက်ဆူတွင်နှစ်၍ ခြောက်သွေ့ အောင် စစ်ပြီးမှ ထည့်သွင်းသိုလှောင်ရန်ဖြစ်ပါသည်။ မည်သည့်အခါမျှ ဝိုင်ပုလင်းများကို နေရောင်ခြည်တိုက် ရိုက် ကျရောက်သောနေရာတွင် မသိုလှောင်ရပါ။

ဖရဲသီး၏အကျိုးကျေးဇူးများ

ဖရဲသီးတွင် သကြားဓာတ် ခြောက်ရာခိုင်နှုန်းခန့်နှင့် ရေဓာတ် ၉၂ ရာခိုင်နှုန်းပါဝင်သည်။ အခြား သစ်သီးဝလံများကဲ့သို့ပင် ဖရဲသီး ၌ ဝိတာမင်စီဓာတ်များစွာ ပါဝင်ပါသည်။

Citrulline “ဆစ်ထရူးလင်”ခေါ်သော အမိနိုအက်ဆစ်ဓာတ် ကို ဖရဲသီးမှ ထုတ်ယူရရှိပါသည်။ ဖရဲသီးလတ်လတ်ဆတ်ဆတ်ကို များများစားသုံးပါက “သွေးပလာစမာ” (Blood Plasma) တွင် “ဆစ်ထရူးလင်” ထင်ထင်ရှားရှား ပါဝင်နေသည်ကို တွေ့ရပါသည်။

အစိမ်းရောင်နှင့်အဖြူရောင်ရှိသော စားသုံး၍ ရနိုင်သော ဖရဲသီး အခွံပိုင်းကို လူတို့က စားသုံးလိုသည့် အာသီသနည်းသော်လည်း ယင်းဧရိယာအတွင်း မြိုင်ကွယ်နေသော အာဟာရဓာတ်များ အများအပြားပါဝင်နေပါသည်။ ဖရဲသီးအခွံပိုင်းကို တိုက်ရိုက် စားသုံးမှု မပြုကြသော်လည်း ချက်ပြုတ်၍ စားသုံးကြပါသည်။

တရုတ်ပြည်တွင်မူ ဤအပိုင်းများကို ချဉ်ဖတ်ထည့်၍ စားသုံး သည်ဟု ဆိုပါသည်။ အပေါ်ယံအခွံကို ပါးပါးလှီးထုတ်ပြီး ကျန်သော အသားပိုင်းကို ခပ်နုတ်နုတ်စင်း၍ သံလွင်ဆီ၊ ကြက်သွန်ဖြူ၊ ငရုတ် သီး၊ ငရုတ်ကောင်း၊ သကြား၊ ကြက်သွန်မြိတ်နှင့် အရက်အနည်းငယ် ထည့်၍ ချက်ပြုတ်စားသုံးကြပါသည်။ တောင်ပိုင်း အမေရိကန် ပြည်ထောင်စုတွင်လည်း ဖရဲသီးအခွံပိုင်းကို ချဉ်ဖတ်ထည့်၍ စားသုံး ကြသည်ဟု ဆိုပါသည်။

ဖရဲသီးတွင် ဆီးကို ရွှင်စေသောဓာတ် အနည်းငယ် ပါဝင်ပါ သည်။ ရောဂါဖြစ်မှုကို ကာကွယ်နိုင်သော “ဘီတာကယ်စွိတင်း” အမြောက်အမြား ပါဝင်ပါသည်။ အနီရောင်အသားရှိသော ဖရဲသီး တွင် “လိုက်ကိုဖင်း” (Lycopene) ထင်ထင်ရှားရှားပါဝင်ပါသည်။

ဖရဲသီးတွင် ပန်းသေ၊ ပန်းညှိုးဖြစ်မှုကို ကာကွယ်နိုင်သော “ဗိုင်ယာဂရာ” ကဲ့သို့ ဓာတ်ပေါင်းများစွာလည်း ပါဝင်နေပါသည်။ ဗိုင်ယာဂရာသည် ခန္ဓာကိုယ်၏ သွေးလည်ပတ်မှုကို တိုးတက် ကောင်းမွန်စေပြီး “လိုင်ဗီဒို” (Libido) ခေါ် တာမဆန္ဒကို ပိုမို တိုးတက်ကောင်းမွန်စေနိုင်သည်ဟု ဆိုပါသည်။

အမေရိကန်ပြည်ထောင်စုရှိ “တက္ကဆက်” (A&M) တက္ကသိုလ်၏ သစ်သီးဝလံနှင့်ဟင်းသီးဟင်းရွက် ဖွံ့ဖြိုးရေးဌာနခွဲမှ ဒါရိုက်တာ ဖြစ်သူ Bhimu Palit Phd က လေ့လာရာတွင် ဖရဲသီးအကြောင်းမှာ

လေ့လာလေလေ ဖရဲသီးက လူ၏ခန္ဓာကိုယ်အတွက် အကျိုးပြုနိုင်မှုများကို အံ့ဩလောက်အောင် တွေ့ရလေလေဟု ဆိုပါသည်။

ဖရဲသီးသည် လူတိုင်းအတွက် စားသုံးရန်သင့်လျော်သော သစ်သီးတစ်ခုဖြစ်သည်ဟု လက်ခံကြသော်လည်း ဖရဲသီးတွင် လူ၏ ခန္ဓာကိုယ်အတွက် အကျိုးပြုနိုင်သော မြောက်မြားလှစွာသော သတ္တိများပါရှိနေသည်ကို သတိပြုမိသူနည်းပါးသည်ဟု ဆိုပါသည်။

ဧည့်ရှုသီတွင် စားသောက်ရန်အကောင်းဆုံးသော သစ်သီးဟု လူတိုင်းက သိထားသော ဖရဲသီးတွင် “ဆစ်ထရူလင်” (Citulline) ခေါ်သော ပန်းသေပန်းညှိုးဖြစ်မှုကို ကာကွယ်ပေးနိုင်သော “အမီနိုအက်ဆစ်” (Amino Acid) များသည် သုတေသနပညာရှင်များက မျှော်မှန်းထားသည်ထက်ပင် ပါဝင်နေသည်ဟု ဆိုပါသည်။

ယခင်က ပန်းသေပန်းညှိုးဖြစ်မှုကို ကာကွယ်နိုင်သော “ဆစ်ထရူလင်”ကို ဖရဲသီး၏အခွံပိုင်းတွင်သာ ပါရှိသည်ဟု သိထားသော်လည်း လေ့လာမှုများ အထပ်ထပ်ပြုလုပ်သောအခါ ဖရဲသီး၏ အသားတွင် “ဆစ်ထရူလင်”သည် အခွံပိုင်းထက် ပိုပါဝင်နေသည်ကို တွေ့ရှိကြခြင်းဖြစ်ပါသည်။

ဖရဲသီးက သဘာဝအတိုင်း “ဗိုင်ယာဂရာ” (Viagra) မည်သို့ဖြစ်ပါသနည်းဟုမေးလျှင် “ဆစ်ထရူလင်”ခေါ်သော “အမီနိုအက်ဆစ်”သည် သက်စောင့် “အာဂျင်နိုင်း” (Arginine) ဟူသော “အမီနိုအက်ဆစ်” အဖြစ် ပြောင်းလဲသွားပါသည်။ ဤ“အာဂျင်နိုင်းအမီနိုအက်ဆစ်”သည် “နိုက်ထရစ်အောက်ဆိုဒ်” (Nitric Oxide) ဓာတ်၏ ရှေ့ပြေးဖြစ်ပါသည်။ ဤ နိုက်ထရစ်အောက်ဆိုဒ်သည် သွေးကြောများ ကျယ်ပြန့်ရန် ဖွံ့ဖြိုးမှုကို အထောက်အကူပြုသော ပစ္စည်းဖြစ်ပါသည်။

“ဆစ်ထရူလင်” 150 mg ရရှိရန်အတွက် ဖရဲသီး ၁၀ ဇွန်းစား စားသုံးရန် လိုအပ်သည်ဟု ဆိုပါသည်။ ဖရဲသီးဖျော်ရည် တစ်နေ့ သုံးဖန်ခွက်နှင့် သီတင်းသုံးပတ်သောက်သုံးသည့်အခါ ပန်းသေ၊ ပန်းညှိုးဖြစ်မှုကို လျော့စေသော “အာဂျင်နိုင်” ဓာတ်သည် ၁၁ ရာခိုင်နှုန်းအထိ တိုးတက်လာသည်ဟု ဆိုပါသည်။ ဖရဲသီးတွင် Phytonutrient ခေါ် သဘာဝအတိုင်းဖြစ်ပေါ်နေသော “ရုက္ခမူ အာဟာရ”သည် ကျန်းမာရေးကို အဓိက အထောက်အကူပြုနိုင် သော “ဘီတာကယ်ရိုတင်း” (beta-caroten) များစွာ ပါဝင်သည်ဟု ဆိုပါသည်။

ဖရဲသီးတွင် အဓိကပါဝင်နေသော “ရုက္ခမူအာဟာရ” များတွင် “လိုက်ကိုဖင်း” (Lycopene) “ဘီတာကယ်ရိုတင်း” တို့သည် များစွာ ပါဝင်နေသဖြင့် “ဆစ်ထရူလင်” နှင့် လုပ်ငန်းစဉ်များကို ရှုပ်ထွေးမှု မရှိစေဘဲ ဖြစ်စေနိုင်ပါသည်။ ထိုအထဲတွင် ပါဝင်သော ဓာတ် ပေါင်းများစွာ “ဗီတာမင်ကုရ” ကဲ့သို့ပင် သွေးလည်ပတ်မှု ကောင်းမွန် စေပါသည်။

သိပ္ပံပညာရှင်များသည် ဖရဲသီးကို စားသုံးလိုက်သောအခါ ဖရဲသီးတွင် သဘာဝအတိုင်းပါဝင်နေသော “ဆစ်ထရူလင်” သည် “အင်ဇိုင်း” (Enzyme) တစ်မျိုး၏လှုံ့ဆော်၍ ပြောင်းလဲစေမှုကြောင့် “အာဂျင်နိုင်” ခေါ်သော “အမိန့်အက်ဆစ်” အဖြစ် ပြောင်းသွားသည် ကို တွေ့ရှိကြပါသည်။ ယင်း “အာဂျင်နိုင်” ဓာတ်ပေါင်းသည် နှလုံး သွေးကြော လည်ပတ်မှုကို ပိုမိုကောင်းမွန်စေပြီး ကိုယ်ခံစွမ်းအား ကိုလည်း တိုးတက်ကောင်းမွန်စေနိုင်ကြောင်းတွေ့ရှိကြပါသည်။

“ဆစ်ထရူလင်” နှင့် “အာဂျင်နိုင်” ဓာတ်နှစ်ခု ဆက်စပ်မှုက နှလုံးကျန်းမာမှု၊ ကိုယ်ခံစွမ်းအားကောင်းမွန်မှု၊ အဝလွန်မှုဖြစ်နေ

နေသူများအား ကိုယ်အလေးချိန်လျော့ကျစေမှုနှင့် အမျိုးအစား (၂) ဆီးချိုရောဂါဖြစ်မှုကို သက်သာပျောက်ကင်းစေရန် အထောက်အကူပြုသည်ကို တွေ့ရှိကြပါသည်။ “အာဂျင်နိုင်” ဓာတ်ပေါင်းများက သွေးကြောများ၏လည်ပတ်မှုကို ကောင်းမွန်စေပြီး “နိုက်ထရစ်အောက်ဆိုဒ်” ကို တိုးပွားစေပါသည်။ ယင်း “နိုက်ထရစ်အောက်ဆိုဒ်” ဓာတ်က ပန်းသေ၊ ပန်းညှိုးဖြစ်မှုကို လျော့နည်းစေခြင်းဖြစ်ပါသည်။

ဇီဝကမ္မဗေဒနှင့် ဇီဝကမ္မဗေဒဆိုင်ရာ ပြဿနာများမှာ များစွာရှိနေနိုင်သော်လည်း ဖရဲသီးကို စားသုံးခြင်းကြောင့် “နိုက်ထရစ်အောက်ဆိုဒ်” ဓာတ် ပိုမိုရရှိခြင်းက နှလုံးသွေးကြောကျဉ်းမှုကြောင့် သွေးကောင်းစွာ မလည်ပတ်နိုင်မှုကို လျော့နည်းသက်သာစေသကဲ့သို့ပင် အခြားသော နှလုံးနှင့်ပတ်သက်သော ရောဂါဝေဒနာများကိုလည်း လျော့နည်းသက်သာစေနိုင်ပါသည်။

ဖရဲသီးတွင် “ဆစ်ထရူလင်” ပါဝင်သဖြင့် “ဗိုင်ယာဂရာ” ကဲ့သို့ ကာမဆန္ဒကို တိုးပွားစေပြီး ပန်းသေ၊ ပန်းညှိုးဖြစ်မှုကို လျော့နည်းစေနိုင်သော်လည်း ဓာတုဗေဒဆေးဝါးများကဲ့သို့ ဘေးထွက်ဆိုးကျိုးများ မရှိဟု ဆိုပါသည်။

ဖရဲသီး၏အကျိုးကျေးဇူးများမှာ ထိုမျှသာမကဘဲ ဖရဲသီးတွင်ပါဝင်သော “ဆစ်ထရူလင်” မှ တစ်ဆင့်ဖြစ်လာသော “အာဂျင်နိုင်” ဓာတ်ပေါင်းသည် ဆီးထဲတွင်ရှိနေသော မလိုလားအပ်သော အမိုးနီးယား (Ammonia) နှင့်ခန္ဓာကိုယ်အတွင်း၌ရှိသော မလိုလားအပ်သော အဆိပ်အတောက်များကိုလည်း ဖတ်ထုတ်နိုင်စွမ်းရှိသည်ဟု ဆိုပါသည်။

အမေရိကန်နိုင်ငံ အိုကလာဟိုမား (Oklahoma) ပြည်နယ်ရှိ စိုက်ပျိုးရေးဌာနမှ စိုက်ပျိုးရေး သုတေသနပညာရှင်များက ဖရဲသီးတွင် ပါရှိနေသော ရုက္ခမူအာဟာရ များကို ဆက်လက်သုတေသနပြုလုပ်ခဲ့ရာတွင် ယခင်က လိုက်ကိုဖင်းသည် ခရမ်းချဉ်သီးတွင် အများဆုံးပါဝင်သည်ဟု သိထားကြသော်လည်း ယခုအခါတွင် ဖရဲသီးသည် လိုက်ကိုဖင်း အများဆုံးပါဝင်နေသော သစ်သီးဖြစ်နေသည်ကို တွေ့ရှိရသည်ဟု ဆိုပါသည်။

အနီရောင်ရှိသော ဖရဲသီးတွင် ရေဓာတ် ၉၂ ရာခိုင်နှုန်း ပါဝင်ပြီး ကျန်သော ရှစ်ရာခိုင်နှုန်းတွင် လိုက်ကိုဖင်းဓာတ်များစွာ ပါဝင်နေသည်ကို တွေ့ရှိကြပါသည်။ လိုက်ကိုဖင်းသည် Antioxidant အန်တီအောက်ဆီဒင့် သတ္တိများစွာပါဝင်သဖြင့် အောက်ဆီဂျင်ဓာတ်တိုးမှုကို ပျက်ပြယ်စေပြီး နှလုံးအားအကာအကွယ်ပေးနိုင်ခြင်း၊ Prostate ခေါ် သုတ်ရည်ဂလင်းအား အကာအကွယ်ပေးနိုင်ခြင်း၊ အရေပြား၏ ကောင်းမွန်မှုကို ထိန်းသိမ်းပေးနိုင်ခြင်းဟူသော သတ္တိများဖြစ်စေပါသည်။

ဂရိတ်ဖရူ အသီးတွင် လိုက်ကိုဖင်းများစွာ ပါဝင်သည်ဟု သတ်မှတ်ခဲ့သော်လည်း ဖရဲသီးတွင်ပါဝင်သော လိုက်ကိုဖင်းဓာတ်သည် ထူထည်ဖြင့် ပါရှိနေသည်ဟု ဆိုပါသည်။ လိုက်ကိုဖင်းသည် အဆီကို ပျော်ဝင်စေနိုင်သဖြင့် ခန္ဓာကိုယ်မှ လိုအပ်သော အဆီများကို အလွယ်တကူ စုပ်ယူနိုင်စွမ်းရှိသည်ဟု ဆိုပါသည်။

ဖရဲသီးတွင်ပါဝင်သော တန်ဖိုးကြီးမားလှသော လိုက်ကိုဖင်းဓာတ်လျော့နည်းပျောက်ဆုံးမှု မဖြစ်စေရန်အတွက် ဖရဲသီးကို မခွဲစိတ်ဘဲ အခန်းအပူချိန်တွင် သိုလှောင်ထားနိုင်ပါသည်။ သို့မဟုတ်

ခွဲစိတ်ပြီးပါတလည်း ချက်ချင်း စားသုံးရန် လိုအပ်ပါသည်။ လေ သလပ်ခံထားပါတက ဖရဲသီးတွင် လိုက်ကိုဖင်းဓာတ် လျော့နည်းစေ နိုင်သဖြင့် ခွဲစိတ်ပြီး ပိုကျန်နေပါတက ရေခဲသေတ္တာတွင် သိုလှောင် ထားရန် လိုအပ်ပါသည်။

စိုက်ပျိုးခြင်း

ဖရဲကို စိုက်ပျိုးရာတွင် အသုံးပြုသောမျိုးကွဲအလိုက် စိုက်ပျိုး စနစ်များကွာခြားပါသည်။

ကွာစေ့စေ့

ကွာစေ့ဖရဲမှာ အစေ့ရရှိရန်အတွက် အဓိကထား၍ စိုက်ပျိုး သော ဖရဲမျိုးဖြစ်ပါသည်။ ဤဖရဲမျိုးကို မြန်မာပြည်အလယ်ပိုင်း ညောင်ဦးခရိုင် ပုဂံညောင်ဦးဒေသတွင်လည်းကောင်း၊ အနီး ဝန်းကျင်များတွင်လည်းကောင်း၊ ဆင်ဖြူကျွန်း၊ မိခောင်းရဲ၊ သရက်၊ အောင်လံ၊ ပဲခူးခရိုင်တွင်လည်းကောင်း စိုက်ပျိုးကြပါသည်။ ဤဖရဲ မျိုးကို တစ်နှစ်တွင်နှစ်ကြိမ် စိုက်ပျိုးကြပါသည်။ ပထမအကြိမ်မှာ သကြန်မိုး (သို့မဟုတ်) ပထမဦးစွာရွာသောမိုးနှင့် ပင်ပြန်မြေပဲ သို့မဟုတ် ခြောက်လမြေပဲများ စိုက်ရာတွင် သီးညှပ်အဖြစ် စိုက်ပျိုး ခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ဤဖရဲကို စိုက်ပျိုးရာ၌ ရည်မှန်းချက်နှစ်မျိုးဖြင့် စိုက်ကြပါသည်။ ပထမရည်မှန်းချက်မှာ ထိုဒေသတွင် နွားစာ ရှားပါးချိန်ဖြစ်သည့် ဝါဆို၊ ဝါခေါင်လများတွင် နွားစာရရန်အတွက် လည်းကောင်း၊ ဒုတိယရည်မှန်းချက်မှာ နွားစာနှင့်အတူရရှိမည့် ဖရဲစေ့များကိုရောင်းချခြင်းဖြင့် အလုပ်သမားစရိတ်များ ကာမိ စေရန်လည်းကောင်း စိုက်ပျိုးကြခြင်းဖြစ်ပါသည်။

ဤဖရဲကို သီးသန့်စိုက်လေ့မရှိဘဲ မထမဦးဆုံးအကြိမ် ပင်ပြန့်
မြေပဲများကို စိုက်ပျိုးရာတွင် မျိုးမြေပဲအဆန် တစ်တင်းကျ စိုက်ပျိုး
သည့် နေရာတွင် ကွာစေ့ဖရဲကို နို့ဆီဘူးသုံးဘူးခန့် ခပ်ပါးပါးထည့်
၍ သီးညှပ်စိုက်ခြင်းဖြစ်ပါသည်။ တောင်သူအခေါ် ခပ်ဖျောက်ဖျောက်
ခပ်ပါးပါးထည့်၍ စိုက်ခြင်းဖြစ်ပါသည်။

ဤဖရဲပင်၏ ထူးခြားချက်မှာ အပင်ပေါက်ပြီး တစ်လ၊ နှစ်လ
မိုးမရွာသော်လည်း သေသွားခြင်းမရှိသလို အညွန့်ထွက်ခြင်းလည်း
မရှိဘဲ ရှင်သန်နေခြင်းဖြစ်ပါသည်။ နောက်တစ်ကြိမ် မိုးနှင့်တွေ့
သောအခါတွင် ထ၍ ရှင်သန်လာ၍ အညွန့်သစ်များထွက်လာပြီး
အသီးကင်းဝင်ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ဤဖရဲမျိုးမှ အစေ့မှာ အလျား
တစ်စင်တီမီတာမှ ၁၅ စင်တီမီတာခန့်ရှိပြီး အနံ့မှာ တစ်စင်တီ
မီတာခန့်ရှိပါသည်။

ဖရဲသီးတစ်လုံးမှ အရွယ်အစားလိုက်၍ ဖရဲစေ့ နို့ဆီဘူးတစ်ဝက်
မှ နို့ဆီဘူး သုံးပုံနှစ်ပုံခန့်အထိ ရနိုင်ပါသည်။ ဤဖရဲမျိုးများကို
အစေ့များရင့်သည်အထိ ထားရသဖြင့် အသီးမှာ အမှည့်လွန်သည်
အထိ ဖြစ်တတ်ပါသည်။

ဤဖရဲသီး၏အသားမှာ သိပ်သည်းမှုနည်းခြင်း၊ အချိုဓာတ်
နည်းခြင်းတို့ကြောင့် အသီးအလုံးလိုက် ရောင်းချခြင်းမရှိပါ။ အသီး
များကိုခွဲ၍ အစေ့များကို ထုတ်ယူပြီး အခွံနှင့်အသားများကို
နွားစာအဖြစ် အသုံးပြုပါသည်။

ဒုတိယအကြိမ်စိုက်ပျိုးခြင်း

ကွာစေ့ဖရဲကို ဒုတိယရာသီအဖြစ် ဧရာဝတီမြစ်ရေ ကျသွား
သောအခါ နန်းတင်မြေနုကျွန်းများတွင် ဆောင်းရာသီမြေပဲခင်း
များတွင် သီးညှပ်စိုက်ပျိုးခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ဤဖရဲမျိုးမှာ သီးသန့်

စိုက်ပျိုးခြင်းမဟုတ်ဘဲ သီးညှပ်၍စိုက်ခြင်းဖြစ်သဖြင့် တစ်ဧကမှ မျိုးစေ့မည်မျှရနိုင်သည်ကို မှတ်တမ်းပြုနိုင်ခြင်းမရှိပါ။ မျိုးစေ့ နှစ်တင်းခန့်ရလျှင် အထွက်ကောင်းသည်ဟု ဆိုပါသည်။ ဤကွာစေ့ မှာ နှစ်အလိုက် စေးနှုန်းကွာခြင်းမှု ရှိပါသည်။ ကွာစေ့ဖရဲမျိုးစေ့ တစ်တင်းလျှင် ၈၀၀ဝိ/-မှ ၁၅၀၀ဝိ/-အထိ ရနိုင်ပါသည်။

ကျင်းစနစ်ဖြင့်စိုက်ပျိုးခြင်း

ကွာစေ့ဖရဲကို ဒိုက်ဦး၊ ပြွန်တန်ဆာ၊ ညောင်လေးပင် စသည့် ဒေသများတွင် ထိုင်ဝမ်ဖရဲများ မစိုက်မီအချိန်က စိုက်ပျိုးခဲ့ကြပါ သည်။ ဤဖရဲမျိုးမှာ အကြမ်းခဲပြီး ရာသီဥတုဒဏ် ခံနိုင်ရည်ရှိ သဖြင့် စားဖရဲများကဲ့သို့ များစွာဂရုပြု၍ ပြုစုထိန်းသိမ်း ရန်မလိုဘဲ သာမန် ထိန်းသိမ်းပြုစုမှုများဖြင့်သာ စိုက်ပျိုးခဲ့ကြသည်။

စိုက်ပျိုးရာတွင် ၆ ပေ x ၆ ပေ စနစ်ဖြင့် တစ်ဧကတွင် ကျင်း ၁၂၀၀ ခန့် စိုက်ပျိုးကြပါသည်။ ကျင်းများကို အကျယ် ၁၄ ပေ x အနက် ၁ ပေ အနက် ကျင်းများတူး၍ နွားဆေးမြေဆွေးထည့် ၍ ရေနပ်ပြီး စိုက်ပျိုးကြပါသည်။ တစ်ကျင်းတွင် ဖရဲမျိုးစေ့ ငါးစေ့၊ ခြောက်စေ့ ထည့်၍ စိုက်ပြီး အပင်ပေါက်လာသောအခါ နှစ်ပင်၊ သုံးပင်ချန်၍ ထားကြပါသည်။

ဤဖရဲမျိုးမှာ အကြမ်းခဲသောမျိုးဖြစ်၍ ဆေးဖျန်းခြင်း၊ မြေဩဇာထပ်မံ၍ ကျွေးခြင်းများ မပြုလုပ်ဘဲ ရေ နှစ်ကြိမ်၊ သုံးကြိမ် မှု သွင်းပေး၍ စိုက်ပျိုးကြခြင်းဖြစ်ပါသည်။

အသီးထွက်အပေါ်မူတည်၍ တစ်ဧကတွင် ဖရဲစေ့ ငါးတင်းမှ ၁၀ တင်းအထိ ထွက်ပါသည်။

ထိုင်ဝမ်ဖရဲ

ယနေ့ မြန်မာတစ်ပြည်လုံး အတိုင်းအတာအရ စီးပွားဖြစ် စိုက်ပျိုးလျက်ရှိသော ဖရဲမှာ ထိုင်ဝမ်ဖရဲမျိုးဖြစ်ပါသည်။ ဖရဲမျိုး များမှာ သီးသန့်သတ်မှတ်ထားသော အမည်မရှိဘဲ မျိုးစေ့ထုတ်လုပ် သော ကုမ္ပဏီများမှ ယင်းတို့ ထုတ်လုပ်ရာတွင် အသုံးပြုခဲ့သည့် နံပါတ်များဖြင့်သာ ဈေးကွက်တွင် ရောင်းချမှုများပါသည်။

ဖရဲသီးများ၏ အရောင်မှာ အစိမ်း၊ အစိမ်းကျား၊ အစင်းကျား၊ အစိမ်းပုပ်၊ ကျောက်ဖရဲသီးအရောင် စသည်ဖြင့် အရောင်ကွဲအပေါ် မူတည်၍ မိမိတို့ဒေသတွင် အများနားလည်လွယ်သော အမည်ကို မှည့်ခေါ်ကြပါသည်။

ထိုင်ဝမ်ဖရဲများကို စတင်စိုက်ပျိုးစက အသုံးပြုခဲ့သော မျိုးများ မှာ (၁၀၂၊ ၁၀၄၊ ၁၂၁၊ ၁၁၇၊ ၁၅၂၊ ၁၅၆၊ ၁၆၁၊ ၁၆၄) စသည် တို့ဖြစ်ပါသည်။ ယခုအခါတွင် အများဆုံးစိုက်ပျိုးလျက်ရှိသော ဖရဲ မျိုးမှာ ၈၅၅ မျိုး ဖြစ်ပါသည်။

ဤဖရဲမျိုး၏ အပြင်အရောင်မှာ အစိမ်းရင့်အောက်ခံပေါ်တွင် မညီမညာသော အဖြူရောင်အစင်းများ ဖြစ်ပါသည်။ ယင်းအစင်း များမှာ အသီးနှုတ်တွင် ညီညာမှုနည်းသော်လည်း အသီးရင့်လာ သောအခါ အဖြူရောင်အစင်းမှာ ထင်ရှားလာပြီး အောက်ခံအစိမ်း ရောင်မှာ အရောင်ဖျော့သွားပါသည်။

ဤဖရဲသီး၏ အတွင်းသားမှာ အနီရောင်ဖြစ်၍ သိပ်သည်းမှု များပါသည်။ အစေ့ပါဝင်သော်လည်း အစေ့၏ အရွယ်အစားမှာ အလွန်ကြီးမားမှုမရှိပါ။ အရွယ်ရောက်၍ ရင့်မှည့်မှုညီပါက အချို့ ဓာတ်များပါသည်။ အခွံ၏ သိပ်သည်းမှုကောင်းမွန်၍ အဝေးသို့ သယ်ရာတွင် ပျက်စီးမှုနည်းပါသည်။

ပျိုးထောင်ခြင်း

ဤထိုင်ဝမ်ဖရဲများကို စိုက်ပျိုးရာတွင် မျိုးစေ့ကို ထိုက်ရိုက် စိုက်ပျိုးခြင်းပြုကြသကဲ့သို့ အများစုမှာ မျိုးစေ့ကို ပျိုးထောင်၍ စိုက်ပျိုးကြပါသည်။ သဲနုန်းမြေ၊ နုန်းမြေများတွင် ရေကို လိုအပ် သလိုရလျှင် စိုက်ကျင်းများတွင် ထည့်ကျွေးရမည့် မြေဩဇာများနှင့် မြေတွင်းအောင်း ပိုးသတ်ဆေး အနည်းငယ်ထည့်၍ ရေနှပ်ပြီး မျိုးစေ့ကို ထိုက်ရိုက်စိုက်နိုင်ပါသည်။

မစိုက်ပျိုးမီ မျိုးစေ့များကို ရေနွေးပွက်ပွက်ဆူမဟုတ်သော ကြက်သီးနွေးသာသာဖြင့် တစ်နာရီခန့်စိမ်ပါ။ ထိုသို့ စိမ်ပြီး မျိုးစေ့ များတွင် ကပ်ညီနေသော အညစ်အကြေးများကို ရေတစ်ဂါလံတွင် ပြောင်စင်အောင် ပွတ်သပ်၍ ဆေးကြောရပါမည်။ ထိုသို့ သန့်ရှင်း ရေး ပြုလုပ်ပြီးနောက် ရေတစ်ဂါလံပြီးလျှင် “အက်တောနစ်” သို့မဟုတ် “မော်ရီယယ်မိုး” နှစ်စိစီထည့်၍ ဖျော်ထားသော ရေအေး တွင် ခြောက်နာရီစိမ်ပါ။

ခြောက်နာရီစိမ်ပြီးနောက် မျိုးစေ့များကို သန့်ရှင်းသော၊ ရေဆွတ် ထားသော ချည်ထည်အဝတ်ထဲသို့ထည့်၍ လုံအောင်ထည့်ပြီး နွား ချေးပုံ သို့မဟုတ် ဖွဲ့ပုံထဲတွင်ထည့်၍ ၂၄ နာရီခန့်ထားပါ။ သို့မဟုတ် ရေစိုအဝတ်နှင့်ထုပ်ထားသော ဖရဲစေ့အထုပ်ကို သင့်လျော်မည့် ပုံး၊ ခွက်တွင်ထည့်၍ ၆၀ ဝပ် မီးသီးတစ်လုံးထွန်း၍ ၂၄ နာရီထားပါ။ ထိုအချိန်တွင် ဖရဲစေ့များသည် အနည်းငယ် ပါးစပ်ပြုလာပါသည်။ ထိုအချိန်တွင် မျိုးစေ့အထုပ်ကို ညင်သာစွာယူ၍ မြေပြီးလျှင် သင့် လျော်မည့် ခွက်တစ်ခုခုထည့် (ဥပမာ-ဇလုံပန်းကန်တစ်ခု)သို့ ထည့်၍ စိုက်ကွင်းသို့ ယူသွားပြီး ရေနှပ်ထားသော ကျင်းများတွင် တစ်ကျင်းလျှင် မျိုးစေ့နှစ်စေ့နှုန်းထည့်၍ စိုက်ပါ။ မျိုးစေ့များကို

စိုက်ရာတွင် မြေကြီးကို တစ်လက်မထက်မနက်အောင် သင့်လျော်သော အရွယ်အစားရှိသည့် ဝါးချွန်ဖြင့် အရာပေးပါ။ ထို့နောက် နို့စေ့များကို အချွန်ဘက်ကို အောက်မှထား၍ ဖြည်းညင်းစွာ မြှုပ်ပါ။

မျိုးစေ့များကိုမြှုပ်ပြီး အပေါ်မှ ခပ်ပါးပါး မြေပြန်ဖုံးပါ။ ထို့နောက် ရေခွက်ဖြင့်ဖြစ်စေ၊ ရေပန်းကရားဖြင့်ဖြစ်စေ၊ မျိုးစေ့ မြှုပ်ထားသောနေရာတွင် မြေကြောစေ့အောင် ရေလောင်းပေးပါ။ မျိုးစေ့ ချပြီး နောက်တစ်နေ့တွင် ရေမလောင်းဘဲ တတိယနေ့တွင်မှ ရေကို လိုအပ်သလောက် လောင်းပေးပါ။ ရေအလွန်မများရန် ဂရုပြုပါ။

ဖရဲပင်ငယ်များသည် သုံးရက်ခန့်တွင် ပေါက်လာပါမည်။ ၁၀ ရက်ခန့်ရှိ၍ အစေ့ရွက်နှစ်ရွက်၏အလယ်မှ တတိယအရွက် သို့မဟုတ် အရွက်မှန်ထွက်လာ၍ ရှင်သန်ရန် သေချာလျှင် သန်စွမ်းသော ပျိုးပင်တစ်ပင်ကိုချန်၍ မသန်စွမ်းသော အပင်ကို နှုတ်ပစ်ပါ။ ထို့နောက် လိုအပ်သလို ပြုစုပါ။

ပျိုးအိတ်ဖြင့် ပျိုးထောင်ခြင်း

ပျိုးအိတ်များဖြင့် ပျိုးထောင်ရာတွင် အသုံးပြုရမည့် ပျိုးအိတ် အရွယ်အစားမှာ (၃ x ၅)လက်မအရွယ် ပလတ်စတစ်များကို အသုံးပြုပါ။ ပျိုးအိတ်များကို ပျိုးအိတ်ဖောက်ရန် အထူးပြုလုပ်ထားပြီးသော (စိုက်ပျိုးရေးအရောင်းဆိုင်များတွင် အသင့်ရောင်းချသော) “ပွန်ချူ”ခေါ် ပျိုးအိတ်ဖောက်သော ကိရိယာ သို့မဟုတ် စက္ကူဖောက်စက်ဖြင့် သုံးနေရာကို အပေါက်ဖောက်ပါ။

ပျိုးအိတ်တွင် ထည့်သွင်းရမည့်မြေ

ပျိုးအိတ်တွင်ထည့်ရမည့်မြေမှာ စကားချထားသော နုန်းမြေ သို့မဟုတ် အပေါ်ယံမြေ တစ်ဆ၊ မြေဆွေး သို့မဟုတ် နွားချေးဆွေး

တစ်ဆ၊ သဲမြေ တစ်ဆ ရောစပ်၍ ထည့်ပါ။ ထိုစပ်မြေတစ်တင်း သားတွင် မြေတွင်းအောင်း ပိုးသတ်ဆေး စတီးဂွန်းနှစ်ဂွန်းနှင့် ၁၅ ပတ်လည် သို့မဟုတ် ၁၆ ပတ်လည် ဓာတ်မြေဩဇာ ငါးကျပ်သား ခန့်ထည့်၍ သမအောင် ရောမွှေပါ။ ထို့နောက် ပျိုးအိတ်များတွင် စနစ်တကျထည့်ပါ။ ပျိုးအိတ်များတွင် တောင့်အောင်ထည့်၍ နေရောင်ခြည်ရမည့် သင့်လျော်သောနေရာတွင် စီပါ။ ထိုသို့ ပျိုးအိတ်များစီရာတွင် ပျိုးအိတ်များမလဲအောင် နံဘေးမှ ကာရံ ပေးပါ။ ပျိုးအိတ်များကိုစီပြီးလျှင် ရေနပ်အောင် လောင်းထားပါ။ မျိုးစေ့များ အသင့်မဖြစ်မီ တစ်ရက်အနည်းဆုံးကြို၍ ရေနပ်ထားပါ။

မျိုးစေ့များကို အထက်တွင် ဖော်ပြထားသောနည်းအတိုင်း အညှောက်ဖောက်ပြီးလျှင် ပျိုးအိတ်များတွင်ထည့်ရန် ဖြစ်ပါသည်။ ပျိုးအိတ်များထည့်ရာတွင် အထက်တွင်ဖော်ပြခဲ့သည့်အတိုင်း တစ်လက်မထက်မနက်သော အရာများပေး၍ ပျိုးအိတ်တစ်အိတ် တွင် တစ်စေ့နှစ်ထည့်ပါ။ မျိုးစေ့များထည့်ပြီးလျှင် ပျိုးအိတ်များကို ပန်းကရားဖြင့် ရေနပ်အောင် လောင်းပါ။ ဒုတိယနေ့တွင် ရေ မလောင်းဘဲ လှုပ်ထားပါ။ တတိယနေ့မှစ၍ တစ်နေ့လျှင်တစ်ကြိမ် ရေလောင်းပါ။ သုံးရက်ခန့်တွင် ပျိုးပင်များ ပေါက်လာပါသည်။

ပြောင်းရွှေ့စိုက်ပျိုးခြင်း

ပျိုးပင်ငယ်များတွင် အစေ့ရွက်နှစ်ရွက်ထွက်ပြီး တတိယ အရွက်ထွက်လာလျှင် သို့မဟုတ် ပျိုးထောင်သည့်ရက်မှ ၁၀ ရက်မှ ၁၂ ရက်အတွင်း ပြောင်းရွှေ့စိုက်နိုင်ရန် စီစဉ်ထားရပါမည်။ မည်သို့ ပင်ဖြစ်စေကာမူ ပျိုးထုပ်တွင် ၁၂ ရက်ထက်ပို၍ မထားရန် သတိ ပြုရပါမည်။

ပျိုးပင်စိုက်ပျိုးရန် စိုက်ကျင်းသည် မြေဆွေးမြေဩဇာနှင့် မြေတွင်းအောင်းပိုးသတ်ဆေးထည့်ပြီး တစ်ပတ်ခန့်ကြိုတင်၍ ရေနှုပ်ထားလျှင် ပို၍ကောင်းမွန်ပါသည်။

စိုက်ပျိုးရာတွင် စိုက်မည့်နေရာတွင် ပျိုးထုပ်၏အရွယ်အစား အတိုင်း ကျင်းများဖောက်ရပါမည်။ ပျိုးအိတ်များကို စိုက်ကျင်းထဲ သို့မထည့်မီ ပျိုးအိတ်များကို ခွဲပစ်ခြင်းမပြုဘဲ ခဲတန်ချွန်သော ဓားငယ်ဖြင့် ပျိုးထုပ်၏ဘေးပတ်လည်မှ လေးနေရာခန့် အထက် အောက်တည့်တည့် ခွဲပေးရပါမည်။ ခွဲဆိုသည်မှာ ဓားအချွန်ဖြင့် အထက်အောက်ဆွဲချခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ထိုသို့ ပြုလုပ်ခြင်းကြောင့် ပျိုးအိတ်ထဲမှ မြေများ အပြင်မထွက်စေရပါ။

ဖောက်ထားသော ကျင်းထဲသို့ ပျိုးအိတ်ကို မတ်မတ်ထည့်ရ ပါမည်။ ပျိုးထုပ်တွင်ရှိသော မြေမျက်နှာပြင်နှင့် စိုက်ကျင်းတွင် ဖောက်ထားသောတွင်း၏ မြေမျက်နှာပြင်သည် အညီဖြစ်ရပါမည်။ ပျိုးထုပ်တွင်ရှိသော မျက်နှာပြင်သည် စိုက်ကျင်း၏မျက်နှာပြင် အောက် အနည်းငယ်ရောက်ရန် သတိပြုရပါမည်။ ပျိုးထုပ်ကို ထည့်ပြီး ဘေးမှမြေသားကို အောက်ခြေမှစ၍ လေဟာနယ်မရှိ အောင် ဖြည့်ပေးရပါမည်။ တဖြည်းဖြည်း မြေဇာထည့်ပြီး ပျိုးအိတ် ၏ ပတ်လည်တွင် သိပ်သည်းအောင် ပြုလုပ်ရပါမည်။

ပျိုးပင်စိုက်ပြီးနောက် ရေလောင်းရာတွင် ပျိုးအိတ်အတွင်းနှင့် ပျိုးအိတ်၏ဘေးဘက်များတွင် ရေညီမျှစွာ ရောက်ရှိရန်အတွက် ပျိုးထုပ်ရှိသော အလယ်စရိယာကို အနည်းငယ်နှိမ့်ထားရပါမည်။ ပျိုးထုပ်များထည့်ပြီး ရေလောင်းရာတွင် မြောင်းတိုက်ရေဖြင့် ရေလောင်းခြင်းမပြုဘဲ ပန်းကရားဖြင့် လောင်းရပါမည်။

ရေလောင်းခြင်းကို စိုက်ပြီး ဒုတိယနေ့တွင် တစ်ကြိမ်လောင်းရန်၊ တတိယ၊ စတုတ္ထနေ့များတွင် ရေမလောင်းဘဲ လှုပ်ထားရပါမည်။ ပဉ္စမနေ့တွင်လည်း ဖရဲပင်များ ခွမ်းမှုမရှိ၍ ရေလိုသော လက္ခဏာမပြုလျှင် ရေမလောင်းသေးဘဲ ထားနိုင်ပါသည်။ ဖရဲပင်၏ ပတ်လည်တွင် မျက်စိဖြင့်မြင်ရသော အစိုဓာတ်ရှိနေ၍ ဖရဲပင်သည် ညှိုးနွမ်းမှုမရှိဘဲ ရွှင်ရွှင်လန်းလန်းရှိနေသမျှ ရေထပ်မလောင်းလျှင် ကောင်းပါသည်။ ရေအစိုဓာတ်များနေပါက ဖရဲပင်အမြစ်သည် အလုပ်လုပ်မှု လျော့နည်းနိုင်သည်သာမက ရေဝပ်၍ ပင် သေနိုင်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် ရေလောင်းခြင်းကို အထူးဂရုပြုရန် လိုအပ်ပါသည်။ အထူးသဖြင့် မြောင်းရေဖြင့် ရေပေးသွင်းရာတွင် မိမိစိုက်ပျိုးထားသော ဖရဲပင်သည် ပုံမှန်ရွက် ငါးရွက်မျှ မထွက်သေးမီ အမြစ်သစ်များ ကောင်းစွာ အလုပ်မလုပ်နိုင်သေးမီဖြစ်လျှင် လိုအပ်မှသာ ရေသွင်းရန်ဖြစ်ပါသည်။

စိုက်ပျိုးနည်းစနစ်

မြန်မာပြည်အနှံ့တွင် စိုက်ပျိုးလျက်ရှိသော ဖရဲစိုက်ပျိုးသူ အားလုံးပင် ဖရဲပင်အတန်းကို တစ်တန်းနှင့်တစ်တန်း ၂၀ ပေ ထားပြီး တစ်ပင်နှင့်တစ်ပင်ကို နှစ်ပေခြားသောစနစ်၊ သုံးပေခြားသော စနစ်များဖြင့်သာ စိုက်ပျိုးလျက်ရှိသည်ကို တွေ့ရပါသည်။ ထိုသို့ စိုက်ပျိုးပါက တစ်ပင်နှင့်တစ်ပင် နှစ်ပေခြား တစ်တန်းနှင့် တစ်တန်း ၂၀ ပေခြား၍ စိုက်ပျိုးလျှင် ဖရဲပင် ၁၀၀၀ ခန့် ဝင်ဆွဲပါသည်။

တစ်ပင်နှင့်တစ်ပင် သုံးပေခြားပြီး တစ်တန်းနှင့်တစ်တန်း ၂၀ ပေခွာ စိုက်ပါက တစ်ဧကတွင် ဖရဲပင် ၇၀၀ ခန့်သာ ဝင်ဆွဲပါမည်။

ဖရဲစိုက်တောင်သူအများစုသည် အဘယ်ကြောင့် ဤမျှ တစ်တန်းနှင့်တစ်တန်းခွာ၍ စိုက်ရပါသလဲ မေးသောအခါ ဤသို့ စိုက်ရမည်ဟုဆို၍ ဤသို့စိုက်ရကြောင်းနှင့် ဖရဲပင်များသည် ထို အကွာအဝေးအတိုင်း စိုက်ရာမှာပင် ဖရဲပင်တစ်ပင်သည် ဟိုဘက် သည်ဘက် ထပ်သွားကြောင်း ရှင်းပြကြပါသည်။ ယင်းတို့၏ ဖရဲ ခင်းများကို လေ့လာကြည့်သောအခါတွင်လည်း ဖရဲပင်တန်းကြား များတွင် ဖရဲနွယ်များနှင့် ပြည့်လျက်ရှိသည်ကို တွေ့ရပါသည်။

ဤစနစ်ဖြင့် စိုက်ပျိုးနေကြရာတွင် ဖရဲသီးတစ်စကမ္ပ ဖရဲသီး ၅၀၀-၆၀၀ အများဆုံး ၈၀၀ ခန့်သာ ထွက်ရှိကြောင်း တွေ့ရပါ သည်။ ဖရဲပင်မှ ဖရဲသီးတစ်လုံး ရရှိရန်အတွက် ဤမျှသော မြေ ဧရိယာ လိုအပ်ပါသလား။

အဖြေမှာ ဖရဲပင်တစ်ပင်မှ ဖရဲသီးတစ်လုံးရရှိရန်အတွက် ဤမျှလောက်သော ဧရိယာ မလိုအပ်ပါ။

ဖရဲသီးတစ်လုံးရရှိရန် ဖရဲသီးတစ်လုံး လိုအပ်သော အရွယ် ရောက်ရှိရန်၊ ဖရဲသီးတစ်လုံး ရင့်မှည့်ရန်အတွက် လိုအပ်သော ဖရဲရွက် အရေအတွက်မှာ ၆၀ ရွက်သာဖြစ်ပါသည်။

ထို့ကြောင့် ဖရဲပင်တစ်ပင်တွင် အညွန့်များသွားချင်သလောက် သွား၊ အတက်များထွက်ချင်သလောက်ထွက် ဟူ၍ အကျိုး အကြောင်း ဆင်ခြင်မှုမရှိဘဲ စိုက်ပျိုးနေကြလျှင် ဖရဲသီးထွက် ပိုမရ သကဲ့သို့ မလိုအပ်ဘဲ ကြီးထွားနေသော ထိုအညွန့်များ တစ်လျှောက် တွင် ပွင့်နေသော၊ အသီး မတင်နိုင်ဘဲ သီးနေသော သီးကင်းများ၊ ဘေးတက်အညွန့်များသည် ဖရဲသီးအတွက် အထောက်အကူ မပြုသည့်အပြင် ကျွေးသော အစာအာဟာရဓာတ်ကို လူယူ စားသောက်နေကြခြင်းသာ ဖြစ်ပါသည်။ ဖရဲသီးအတွက် လိုအပ်

သည့် အာဟာရကို လိုအပ်သလောက် မရရှိအောင် အနှောင့် အယှက်များပြီး ကုန်ကျစရိတ်လည်း မလိုအပ်ဘဲ များနေမည်သာ ဖြစ်ပါသည်။

ဖရဲကို စိုက်ပျိုးကြလျက်ရှိသော်လည်း သူများဖရဲစိုက်၍ ကိုယ်လည်း စိုက်သည်ဆိုသည့် အနေအထားများသာ ဖြစ်နေသည် ကို သုံးသပ်ရရှိပါသည်။ အကြောင်းမှာ ဖရဲခင်းတစ်ခင်းထဲ ရောက် သွားပြီး လူကြီးမင်းအနေနှင့် ဖရဲဘယ်နှစ်ဧက စိုက်ထားပါသလဲဟု မေးလျှင် ကျွန်တော်က ဒီနှစ်ဖရဲနှစ်ထုပ် စိုက်ထားပါသည်။ ငါးထုပ် စိုက်ထားပါသည်။ ၁၀ ထုပ် စိုက်ထားပါသည် စသည်ဖြင့် ဖြေကြား ကြပါသည်။

နှစ်ထုပ်၊ ငါးထုပ်၊ ၁၀ ထုပ်ဆိုသည်မှာ အဘယ်နည်း

ယင်းအထုပ်ဆိုသည်မှာ မျိုးစေ့ကုမ္ပဏီများက ရောင်းချသော ဖရဲမျိုးစေ့အထုပ်များကို ဆိုလိုခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ထိုဖရဲမျိုးစေ့အထုပ် များမှာ အလေးချိန် ၂၀ ဂရမ်ရှိသော အထုပ်များဖြစ်ပါသည်။ ပါဝင်သောအစေ့ အရေအတွက်မှာ ၅၀၀ ပတ်ဝန်းကျင်ဖြစ်ပါ သည်။ ထို့ကြောင့် နှစ်ထုပ်စိုက်ဆိုပါက ဖရဲပင် ၁၀၀၀ ခန့် စိုက် ထားပြီး ငါးထုပ်စိုက်ပါက ဖရဲပင် ၂၅၀၀ ခန့်နှင့် ၁၀ ထုပ်စိုက်ပါက ဖရဲပင် ၅၀၀၀ စိုက်ထားသည်ဟု နားလည်ရပါသည်။

စိုက်စနစ်နှင့်အပင်အကာအဝေး၊ အတန်းအကာအဝေးသုံးသပ်ခြင်း

အထက်တွင် ဖရဲသီးတစ်လုံး အရွယ်ရောက်အောင် ကြီးထွား ရန်အတွက် လိုအပ်သော ဖရဲရွက်အရေအတွက်မှာ ၆၀ ဖြစ်သည် ကို ဖော်ပြပြီးဖြစ်ပါသည်။

ဖရဲပင်ကို ပြုစုသည့်အပိုင်းတွင် ဖရဲပင်အား ခေါင်နှိမ်ရမည့် အရွယ်နှင့် အညွန့်ထွက်နိုင်မှုတို့ကို ဆွေးနွေးထားပါသည်။

စနစ်တကျပြုစု၍ ဖရဲပင်ငယ်အရွက် ငါးရွက်၊ ခြောက်ရွက် ထွက်သည့်အချိန်တွင် ခေါင်နှိမ်ပေးခဲ့ပါက ဖရဲအတက် သုံးတက်၊ လေးတက်၊ ငါးတက် ထွက်နိုင်ပါသည်။

တစ်ဧကတွင် ရှိသင့်သော ဖရဲပင်အရေအတွက်နှင့် အသီး ထွက်ဖရဲစိုက်တစ်ဧကမှ ဖရဲသီးအလုံးရေ ၂၀၀၀ မှ ၂၅၀၀ လုံး ရသင့်ပါသည်။ ထိုသို့ ရနိုင်ရန်အတွက် တစ်ဧကတွင် ဖရဲပင် အရေအတွက် အသားတင် ၂၅၀၀ မှ ၃၀၀၀ အနည်းဆုံး ရှင်သန် အောင် စိုက်ပျိုးနိုင်ရန် လိုအပ်ပါသည်။

တောင်သူများအနေဖြင့် ဝယ်ယူအသုံးပြုစိုက်ထုတ်ရသည့် မျိုးစေ့ဈေးနှုန်းကြီးသည်ဟု ယူဆကြပါသည်။ ဖရဲမျိုးစေ့တစ်ထုပ်၏ တန်ဖိုးမှာ ၇၀၀၀ ခန့်သာဖြစ်ပြီး ၂၀ ဂရမ်ပါ မျိုးစေ့တစ်ထုပ်တွင် ဖရဲစေ့ အရေအတွက် အနည်းဆုံး ၅၀၀ ခန့် ပါဝင်သဖြင့် ဖရဲစေ့ တစ်စေ့၏ တန်ဖိုးမှာ ၁၅ ကျပ်ခန့်သာ ဖြစ်သည်ကို သိရှိထားရန် လိုအပ်ပါသည်။

လက်ရှိ စိုက်ပျိုးနေသည့် ၂၀ x ၃ ပေ သို့မဟုတ် ၂၀ x ၂ ပေ စနစ်ဖြင့် စိုက်သည့်ဖရဲတစ်ဧကမှ ရောင်းတန်းဝင် ဖရဲသီး ၅၀၀ မှ ၈၀၀ ခန့်သာ ရရှိသည်ဟု လေ့လာ၍ ရရှိပါသည်။

တစ်ဧက အတိုင်းအတာ

မြေတစ်ဧကဆိုသည်မှာ အနားတစ်ဘက်စီတွင် ပေ ၂၀၀ ခန့် ဖြစ်ပါသည်။ ဆိုလိုသည်မှာ အလျားဘက်က အရှည်ပေ ၂၀၀ နှင့် အနံဘက်ကပေ ၂၀၀ ဖြစ်ပါသည်။ ဤအတိုင်းအတာအရ

စတုရန်း ၄၄၁၀၀ ဖြစ်ပါသည်။ ထိုဧရိယာသည် တစ်ဧက ဧရိယာ အမှန် ၄၃၅၆၀ ထက် စတုရန်းပေ ၅၄၀ ပိုပါသည်။ ဤသည်မှာ ပေကြိုးနှင့်ဆွဲ၍ တိုင်းတာပြီး အတိအကျရသော ဧရိယာဖြစ်ပါ သည်။ တောင်သူအနေနှင့် တစ်ဧကဆိုသည်မှာ အနားတစ်ဘက် ပေ ၂၁၀ သို့မဟုတ် အတောင် ၇၀ ဟု အကြမ်းသိလျှင် တစ်ဧက ဧရိယာဖြစ်သည်ဟု မှတ်ရန်ဖြစ်ပါသည်။

လက်ရှိစိုက်စနစ် ၂၀ x ၂ ပေ၊ ၂၀ x ၃ ပေ အရ တစ်ဧကအပင်ဝင်ဆံ့မှု

တစ်တန်းနှင့်တစ်တန်း ၂၀ ပေ ကွာပြီး တစ်ကျင်းနှင့်တစ်ကျင်း နှစ်ပေခြားစိုက်ပါက တစ်ဧကတွင် အပင်ပေါင်း ၁၀၀၀ ခန့် ဝင်ဆံ့ ပါမည်။ တစ်တန်းနှင့်တစ်တန်း ၂၀ ပေ ကွာပြီး တစ်ကျင်းနှင့် တစ်ကျင်း သုံးပေခြားစိုက်ပါက တစ်ဧကတွင် အပင်ပေါင်း ၇၅၀ ခန့်သာ ဝင်ဆံ့ပါသည်။

စိုက်သမျှကျင်းများတွင် ရာနှုန်းပြည့်မရှင်သန်နိုင်ဘဲ အသေ အပျောက်ရှိနိုင်သောကြောင့်လည်းကောင်း၊ ရှင်သန်သည့်အပင် တိုင်းမှလည်း ရောင်းတန်းဝင် အသီးအရေအတွက် ရာနှုန်းပြည့် မရနိုင်သောကြောင့်လည်းကောင်း မျှော်မှန်းသည့် သီးထွက်နှင့် ဝင်ငွေ မရရှိနိုင်ပါ။ တစ်ဧကစိုက်ပျိုးကုန်ကျစရိတ်မှာမူ လျော့နည်း မည်မဟုတ်ပါ။

ထို့ကြောင့် မြန်မာ့စိုက်ပျိုးရေးမှ ဆောင်ပုဒ်တစ်ခုဖြစ်သည့် “ညက်ညက်ထွန် စိပ်စိပ်စိုက်”ဟူသည့် ဆောင်ပုဒ်ကို သတိပြုစေ လိုပါသည်။ အပင်ရှိမှသာလျှင် အသီးရမည်ဖြစ်၍ ကျင်းစေ့၊ အပင် စေ့ရရှိနိုင်ရန် အထူးဂရုပြုရန် လိုအပ်ပါသည်။

အပင်အရေအတွက်နှင့် အသီးအရေအတွက် ပိုမိုရရှိနိုင်မည့် စိုက်ပျိုးနည်းစနစ်

တစ်ဧကတွင် ရှိနိုင်မည့်အလျားနှင့်အနံ့များကို ဖော်ပြခဲ့ပြီး ဖြစ်ပါသည်။ စာရေးသူအနေဖြင့် ၁၉၉၃ ခုနှစ်တွင် ကျောက်ပန်း တောင်းမြို့နယ်ရှိ ဆည်ပေါက်စပျစ်ခြံနှင့် မိတ္ထီလာမြို့နယ်ရှိ မိတ္ထီလာ စပျစ်ခြံများတွင် ဧကများစွာ လက်တွေ့စိုက်ပျိုးခဲ့သည့် အတွေ့အကြုံအရလည်းကောင်း၊ ဖရဲတစ်ပင်ရှိ ဖရဲသီးတစ်လုံးဖြစ်ထွန်းရန်အတွက် အများဆုံး လိုအပ်သောအရွက် အရေအတွက်မှာ အရွက် ၆၀ သာဖြစ်သည်ဟူသည့် လက်တွေ့သုတေသနများမှ တွေ့ရှိပြီး ရရှိသောအဖြေများအရလည်းကောင်း အောက်ပါ စိုက်စနစ်များဖြင့် စိုက်ပျိုးကြရန် တိုက်တွန်းခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

တစ်တန်းနှင့်တစ်တန်း ကိုးပေခွာထားပြီး လူသွားလမ်း နှစ်ပေချန်၍ မျက်နှာချင်းဆိုင်စိုက်ရန် ဖြစ်ပါသည်။ အောက်တွင် ပုံဖော်ပြထားပါသည်။ ထိုစနစ်ဖြင့်စိုက်ပျိုးပါက တစ်ဧကတွင် ၂၁၀ ပေ ရှည်သော ဖရဲစိုက်ရန် အတန်းပေါင်း ၃၈ တန်း ရရှိပါမည်။

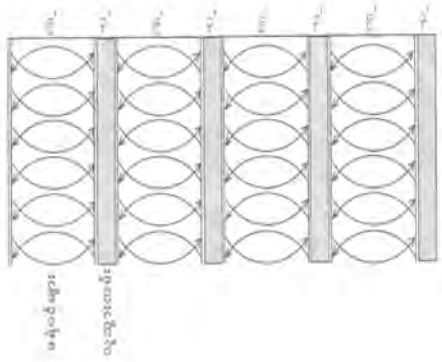
(က) ဤစနစ်တွင် ဖရဲပင်ကို တစ်ပင်နှင့်တစ်ပင် ၁၃ ပေခြား၍ စိုက်ပါက ပေ ၂၁၀ ရှိသော ဖရဲတန်းတစ်တန်းတွင် ဖရဲပင် ၁၄၀ ဝင်ဆုံးမည် ဖြစ်ပါသည်။ ဤစနစ်ဖြင့် စိုက်ပါက တစ်ဧကတွင် ဖရဲပင်ပေါင်း ၅၃၀၀ ခန့် ဝင်ဆုံးပါမည်။ စနစ်တကျပြုစုပါက ဖရဲသီး ၃၅၀၀ မှ ၄၀၀၀ အထိ ထွက်ရှိပါသည်။

(ခ) ဖရဲပင်တစ်ပင်နှင့်တစ်ပင် နှစ်ပေခွာ၍ စိုက်ပါက ပေ ၂၁၀ ရှိသော ဖရဲတန်းတစ်တန်းတွင် ဖရဲပင် ၁၀၅ ပင် ရှိပါသည်။ ဤစနစ်ဖြင့် စိုက်ပါက ဖရဲတစ်ဧကတွင်

အပင်ပေါင်း ၄၀၀၀ ခန့် ဝင်ဆံ့သည်ဖြစ်ပါသည်။ စနစ် တကျပြုစုပါက ဖရဲသီး ၃၀၀၀ မှ ၃၅၀၀ အထိ ထွက်ရှိ ပါမည်။

(ဂ) ဖရဲပင်တစ်ပင်နှင့်တစ်ပင် သုံးပေခွာ၍ စိုက်ပါက ပေ ၂၁၀ ရှိသော ဖရဲပင်အတန်းတစ်တန်းတွင် ဖရဲပင် ၇၀ ပါရှိမည်။ ဤစနစ်ဖြင့် စိုက်ပါက တစ်ဧကတွင် ဖရဲပင် ၂၅၀၀ ဝင်ဆံ့မည်ဖြစ်ပါသည်။ စနစ်တကျ ပြုစုပါက ဖရဲသီး ၁၅၀၀ မှ ၂၀၀၀ အထိ ရရှိပါမည်။

ဖရဲတန်းတစ်တန်းနှင့် ၉ ပေ၊ လှူသွားလမ်း ၂ ပေ ချန်၍ ဖရဲပင်များ မျက်နှာချင်းဆိုင် စိုက်ပုံ



ပြုစုခြင်း

ပိုးမွှားကျရောက်မှုကရပြုခြင်း

ဖရဲပင်အငယ်များကို စိုက်ပျိုးပြီးသည်မှစ၍ မျက်ခြည်မပြတ် ဝရပြု၍ ပြုစုရန် လိုအပ်ပါသည်။ အပင်ငယ်များအား စတင်စိုက် ပျိုးပြီးသည်မှ တစ်ပတ် ၁၀ ရက်အတွင်း မြောင်းရေ၊ သွင်းရေ များဖြင့် မပေးသွင်းရပါ။ ထိုအချိန်တွင် အပင်ငယ်များ၏အမြစ် များမှာ ဘေးသို့ ပြန့်ကားခြင်း မရှိသေးသဖြင့်လည်းကောင်း၊ ရေဝပ် ဒဏ်မခံနိုင်သေးသဖြင့်လည်းကောင်း ထိုသို့ မြောင်းရေများဖြင့် မပေးသွင်းရန်ဖြစ်ပါသည်။

ထိုကာလအတွင်း ဖရဲပင်ငယ်များအား ပန်းကရားဖြင့်သာ ရေလောင်းပေးသင့်ပါသည်။ ထိုသို့လောင်းရာတွင်လည်း တစ်ရက်ခြား တစ်ကြိမ်မျှသာ လောင်းရန် လိုအပ်ပါသည်။ မျက်စိဖြင့် သာမန်မြင် ရသော အစိုဓာတ်ရှိပြီး အပင်ငယ်များတွင် ညှိုးနွမ်းမှု မတွေ့ရသေး က ရေလောင်းရန် မလိုအပ်သေးပါ။ အပင်ငယ်များ၏ အခြေတွင် ရေဝပ်နေပါက အပင်ငယ်များသည် ဖြစ်ထွန်းမှုနွေး နိုင်ပါသည်။

အပင်ငယ်များတွင် တတိယ၊ စတုတ္ထအရွက်များ ထွက်လာ ပါက ပြနှင့်ဖြုတ်စိမ်းပိုးများ ကျရောက်၍ မပျက်စီးစေနိုင်ရန် အတွက် သုံးရက်ခြားတစ်ကြိမ်ခန့် ပိုးသတ်ဆေးဖျန်းပေးရန် လိုအပ် ပါသည်။ အချိန်မီ ဆေးဖျန်းမထားပါက ဖရဲရွက်အနုများသည် အထက်ပါ စုတ်စားပိုးများကြောင့် အရွက်များအောက်သို့ ကုပ် ကွေးနေခြင်း၊ အရွက်များပြန့်ကားမှု မရှိခြင်းတို့ကို တွေ့မြင်ရမည် ဖြစ်ပါသည်။ အရွက်နုများ အောက်ဘက်သို့ ကွေးသွားပါက ထိုဖရဲ ပင်ငယ်သည် ဆက်လက်ဖြစ်ထွန်းရန် အားယုတ်သွားပါသည်။

အနီရောင်ရှိသော ကျိုင်းကောင်အငယ်များသည် ဖရဲပင်ငယ်များ၏ အရွက်များကို ကိုက်ဖြတ်၍ စားသောက်ပြီး ဖျက်ဆီးတတ်ပါသည်။ ဤကျိုင်းကောင်ငယ်များသည် အုပ်စုလိုက် ညနေပိုင်းနေဝင်ပြီးနောက်ပိုင်း တစ်ညလုံး စားသောက်ဖျက်ဆီးတတ်ပါသည်။ ဤကျိုင်းကောင်အနီများကို နေ့လယ်ပိုင်းများတွင်လည်း တွေ့ရတတ်ပါသည်။ ဤကျိုင်းများမှာ လူ့အနားရောက်ပါက အရွက်ပေါ်မှ ခုန်ချခြင်း၊ အရွက်၏အောက်မျက်နှာဘက်သို့ဝင်၍ ပုန်းလျှိုးတတ်ခြင်းများဖြင့် ဆက်လက်နေထိုင်၍ ဖျက်ဆီးတတ်ပါသည်။ ဤကျိုင်းများကို ကာကွယ်ရန်အတွက်လည်း အထက်ပါ ပိုးသတ်ဆေးများကို ပက်ဖျန်းရာတွင် အပင်ငယ်တစ်ပင်လုံး နှံ့စပ်အောင် ဖျန်းထားရန်လိုအပ်ပါသည်။ ဖရဲပင်ငယ်များ၏အခြေတွင် ပေါင်းမြက်များ၊ အမှိုက်ခြောက်များ မရှိရန် ဂရုပြုရမည်ဖြစ်ပါသည်။

ခြံနှင့်ပိုးလမ်းကောင်များ

ဖရဲပင်စိုက်ရန် မြေပြုပြင်ပြီး နွားချေးနှင့်မြေဆွေးများထည့်၍ အသေးစိတ် မြေပြုပြင်ရာတွင် ဖရဲတစ်ကျင်း၌ မြေတွင်းအောင်းပိုးသတ်ဆေးတစ်မျိုးမျိုးကို လက်ဖက်စားဇွန်းတစ်ဇွန်းစာထည့်၍ မွှေပေးရပါမည်။

မြေတွင်းအောင်း ပိုးသတ်ဆေးထည့်မထားပါက ဖရဲပင်ငယ်များအား ခြကိုက်ခြင်း၊ ဖိုးလမ်းကိုက်ခြင်း၊ တျိုင်းကောင်များ ဖရဲပင်ခြေရှိ မြေကြီးတွင်ဝင်၍ ဖျက်ဆီးနိုင်ခြင်းတို့ကြောင့် မြေတွင်းအောင်းပိုးသတ်ဆေးကို မဖြစ်မနေ ထည့်ပေးရပါမည်။

မို့ရောဂါများ ကြိုတင်ကာကွယ်ခြင်း

မို့ရောဂါများမှာ စိုထိုင်းဆများသည့်အချိန်များတွင် ဤဖရဲပင်၏ အရွယ်အဆင့်ဆင့်တွင် ကျရောက်နိုင်ပါသည်။ ဤရောဂါများ

မှ ဖရဲရွက်ခြောက်ရောဂါ (Downy Mildew)၊ အစက်အပြောက်များဖြင့် ကျရောက်ပြီး ဖျက်ဆီးတတ်သော ငှက်မျက်လုံးရောဂါ (Anthracnose)၊ ဖရဲရွက်များ၏အပေါ် မျက်နှာစာပေါ်တွင် အထူးသဖြင့် ပေါင်ဒါမှုန့်ဖြူမှုထားသကဲ့သို့ ဖြူဖွေးအောင် ကျရောက်တတ်သော ဖားဥမှုရောဂါ (Powdery Mildew)၊ အပင်ငယ်များ၊ အပင် ကြီးများ ညှိုးနွမ်း၍ သေသွားတတ်သော “ပင်ညှိုးရောဂါ” တို့ ကျရောက်နိုင်သည်။

ပိုးမွှားရောဂါများကို ကာကွယ်ရန်အတွက် ကြိုတင်၍ ဆေးဖျန်းထားခြင်းသည် ကျရောက်မှ ဆေးဖျန်းခြင်းထက် ထိရောက်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် အထက်ပါပိုးမွှားရောဂါများကို ကြိုတင်ကာကွယ်ရန်အတွက် ကြိုတင်ပတ်ဖျန်းထားရန် လိုအပ်ပါသည်။

ပိုးမွှားရောဂါအပိုင်းတွင် အသေးစိတ် ဖော်ပြထားသည့် အတိုင်း ကာကွယ်ရန်ဖြစ်ပါသည်။

ခေါင်နိမ်ခြင်း၊ ဘေးတက်များနှင့်အပူအပွင့်များ၊ ပရဲသီးအကင်းများခြွေခြင်း

ဖရဲပင်အငယ်များ ပုံမှန်အရွက်သုံးရွက် ထွက်ရှိချိန်တွင် ပထမအကြိမ် ခေါင်နိမ်ပေးရပါမည်။ ထိုသို့ ခေါင်နိမ်လိုက်သောအခါ ဘေးတက်နှစ်ညွန့်၊ သုံးညွန့် ထွက်လာပါမည်။ ထိုထပ်မံထွက်လာသော ဘေးတက်များ၌ ငါးရွက်ရှိချိန်တွင် ဒုတိယအကြိမ် ခေါင်နိမ်ပေးရပါမည်။ ထိုသို့ ခေါင်နိမ်ရာမှ ထွက်လာသော အညွန့်များမှ အနည်းဆုံး သုံးညွန့်ရအောင် မွေးမြူရပါမည်။

ထိုအညွန့်အသစ်များမှ အရွက် ၁၀ ရွက်၊ ၁၂ ရွက် ထွက်အောင်စောင့်၍ ပြုစုရပါမည်။ ဖရဲပင်၏သဘောမှာ အညွန့်သစ်၏ ထွက်လာသောအရွက်များကြားမှ အဖိုပွင့်၊ အမပွင့်၊ ဘေးတက်အညွန့်များ ထွက်လာပါသည်။ အရွက် ၁၀ အထိ အပွင့်များ၊ အညွန့်များကို ဖြတ်ထုတ်ပေးရန် အရေးကြီးသည်။

၁၁ ရွက်မြောက် နောက်ပိုင်းမှ ထွက်လာသော အပွင့်များကို စောင့်ကြည့်ရပါမည်။ ထိုအချိန်မှ ထွက်လာသော အသီးကင်းများမှ သီးကင်းနှစ်လုံး၊ သုံးလုံးကို ရအောင်ပြုစုပေးရပါမည်။ လိုအပ်လျှင် အဖိုပွင့်များနှင့် ဝတ်မှုန်ကူးပေးရပါမည်။

ဝတ်မှုန်ကူးခြင်း

အမပွင့်သည် ဝတ်မှုန်ကူးရန်အတွက် ပွင့်လာသည့်အချိန် ယေဘုယျအားဖြင့် နံနက် ၇ နာရီမှ ၁၀ နာရီအတွင်း ဖြစ်ပါမည်။ ထို အမပွင့်ပေါ်သို့ အခြားဖရဲပင်မှ အဖိုပွင့်နှစ်ပွင့်ခွဲ၍ ထိုအမပွင့်ပေါ်သို့ ဝတ်မှုန်များကျအောင် ပြုလုပ်ပေးရပါမည်။ ဝတ်မှုန်ကူးပြီး နောက်တစ်ရက်မှစ၍ ဖရဲကင်းအငယ်များကို သတင်းစာစက္ကူဖြင့် ပြုလုပ်ထားသော အိတ်များဖြင့် စွတ်ပေးထားလျှင် သီးထိုးယင်ကို ကာကွယ်နိုင်ပါမည်။

ငါးရက်မှ တစ်ပတ်ခန့်ရှိ၍ အောင်မြင်သော ဖရဲသီးဖြစ်ရန် သေချာလျှင် ဖရဲတစ်ပင်တွင်တစ်လုံးသာ ချန်ထားရန် ဖြစ်ပါသည်။ အခြား အဆင့်မမီသော ဖရဲကင်းများကို ခြေပစ်ရန် ဖြစ်ပါသည်။

ဆက်လက်ပြုစုခြင်း

ပိုးသတ်ဆေး၊ မှိုသတ်ဆေးများကို တစ်ပတ်ခြားတစ်ကြိမ် ပက်ဖျန်းပေးခြင်း၊ အပင်ငယ်တစ်လခန့်အတွင်း ပေါင်းမြက်များ သန့်ရှင်းပေးခြင်း၊ ရေကို လိုအပ်သလောက်သာ ပေးသွင်းခြင်း၊ ဖရဲပင်၏အခြေပတ်လည်တွင် မျက်စိဖြင့်မြင်ရသော အစို့ဓာတ်ရှိလျှင် ရေမသွင်းဘဲ ထားနိုင်ပါသည်။ ပိုးသတ်ဆေး၊ မှိုသတ်ဆေးများ၏ ဓာတ်ကြွင်း အာနိသင်မှာ နှစ်ပတ်၊ သုံးပတ်ခန့် ရှိပါသည်။ ဖရဲပင်

၏ သက်တမ်းတစ်လခွဲခန့်အတွင်း၌သာ နေ့စဉ်ထွက်လာသည့် ဖရဲအရွက်အသစ်များ၊ အရွက်နုများကို ဆေးမထိဘဲနေမည်စိုး၍ တစ်ပတ်လျှင်တစ်ကြိမ် ပက်ဖျန်းရခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ပိုးသတ်ဆေးတစ်ပတ်တစ်ကြိမ် ပို့သတ်ဆေး တစ်ပတ်တစ်ကြိမ် ဖျန်းခြင်းဖြင့် ဖရဲပင်များ၏အပေါ် အမြဲတမ်းဆေးတစ်မျိုးမျိုး ရှိနေပါမည်။ တစ်ရက်ခြား၊ နှစ်ရက်ခြား ဖျန်းရန်မလိုအပ်ပါ။ တစ်ရက်ခြား၊ နှစ်ရက်ခြားဖျန်းခြင်းကြောင့် ပိုးသတ်ဆေး၊ ပို့သတ်ဆေးဖိုး ပိုကုန်ကျခြင်း၊ လုပ်အားခပိုကုန်ခြင်းများ ဖြစ်နိုင်ပါသည်။

ဖရဲသီး အသီးကင်းအား ဝတ်မှုန်ကူးပြီး၍ တစ်ပတ်ခန့်ရှိချိန်တွင် ထိုဖရဲသီးများတင်ရန် သေချာပါက ဖရဲကင်း၏ နောက်မှ ထွက်နေသော ဆက်လက်ကြီးထွားနေသော အညွန့်ကို ဖရဲသီးကင်း ရှိသောနေရာမှ လေးရွက်၊ ငါးရွက်ရှိသော နေရာမှ ခေါင်ညွန့်ကို ဖြတ်ပေးရပါမည်။

အသီးခံယူခြင်းမရှိသော ဖရဲအညွန့်များကို ဖရဲညွန့်တစ်ညွန့်တွင် အရွက် ၂၀ ထက်မများသော နေရာမှ ခေါင်နှိမ်ပေးရပါမည်။ တစ်ချိန်တည်းမှာပင် ထပ်မံ၍ ပွင့်လာသော ဖရဲကင်းများကိုလည်း ကောင်း၊ ဖရဲညွန့်ကို ခေါင်နှိမ်သဖြင့် ဖရဲအရွက်များကြားမှ ထပ်မံထွက်လာသော ဘေးအတက်အညွန့်များကိုလည်းကောင်း ဖြတ်တောက်ပေးရပါမည်။ ထိုသို့ပြုလုပ်မှသာ ဖရဲအရွက်များက ချက်လုပ်သောအစာကို တဖြည်းဖြည်းကြီးထွားလာနေသော ဖရဲသီးအတွက် အထောက်အပံ့ဖြစ်ပါမည်။

ဖရဲသီး၏အညှာနှင့် မျက်နှာချင်းဆိုင်တွင်ရှိသော နှာမောင်း၏အဖျားသည် အစိမ်းရောင်မှ အညိုရောင်ပြောင်းလာခြင်းစတင်

၍ ခြောက်လာခြင်းများတွေ့ရလျှင် ဖရဲသီးကြီးထွားမှုမှာ ရပ်ဆိုင်းသွားပြီဖြစ်ပါသည်။ ဖရဲသီး၏ အညှာတစ်ဘက်တွင်ရှိသော နှာမောင်းစတင်ခြောက်လာသည့်အချိန်တွင်ရှိသည့် ဖရဲသီး၏အရွယ်သည် ထိုဖရဲသီး၏ အကြီးဆုံးဖြစ်သည့်အရွယ်ဟု မှတ်ယူရပါမည်။

ထိုနှာမောင်းဖျား စတင်ခြောက်လာလျှင် ဖရဲသီး၏ အလယ်တည့်တည့်တွင် အနီရောင်စတင်ပြောင်းလာပြီ ဖြစ်ပါသည်။ ဖရဲသီး၏ အပြင်အခွံ၏အရောင်သည်လည်း အစိမ်းရင့်ရောင်မှ အစိမ်းပျော့ရောင်သို့ ပြောင်းလဲနေပြီဖြစ်ပါသည်။ ဖရဲသီး၏အပေါ်တွင် ရှိသော အဖြူအစင်းများမှာလည်း အကျယ်ဆုံးအနေအထားသို့ ရောက်နေပြီး အဖြူစင်းများမှာလည်း ထင်ထင်ရှားရှား ဖြစ်လာနေပြီ ဖြစ်ပါသည်။

ထိုအချိန်၏နောက်ပိုင်းတွင် ဖရဲသီးကြီးထွားရန်အတွက် မျှော်မှန်း၍ မြေဩဇာကျွေးခြင်း၊ အရွက်ဖျန်းမြေဩဇာများ ပက်ဖျန်းခြင်း၊ ပိုးသတ်ဆေးဖျန်းခြင်းတို့ကို ပြုလုပ်ရန် မလိုအပ်ပါ။ မှိုသတ်ဆေးကိုမူ လိုအပ်လျှင် ဖျန်းနိုင်ပါသည်။



ဖရဲသီးအညှာနှင့် မျက်နှာချင်းဆိုင်တွင်ရှိသော နှာမောင်း၏ ပုံ

ဖရဲစိုက်အချို့ဓာတ်တိုးရန်အတွက် နောက်ဆုံးအနေနှင့် ပိုတက် စီယမ် မြေဩဇာထည့်ကျွေးခြင်းကိုမူ ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။

မြေဩဇာထည့်ကျွေးခြင်း

ဖရဲစိုက်သူအများစုသည် နွန်းအမျိုးမျိုးရှိသည့် ဓာတ်မြေဩဇာ များကို အသုံးပြုကြပါသည်။ ၁၅ ပတ်လည် (၁၅: ၁၅: ၁၅)၊ ၁၆ ပတ်လည် (၁၆: ၁၆: ၁၆) စသည့် ဓာတ်စုံမြေဩဇာများကို လည်းကောင်း၊ ပုလဲ၊ တီဆူပါနှင့် ပိုတက်မြေဩဇာတို့ကို မိမိကြိုက် သည့်အချိုးဖြင့်ရောစပ်၍လည်းကောင်း အသုံးပြုကြပါသည်။ ဤဓာတ်မြေဩဇာ သုံးမျိုးကိုရောစပ်၍ အသုံးပြုသကဲ့သို့ သီးခြားစီ လည်း အသုံးပြုကြပါသည်။

ဖရဲစိုက်သူများအနေဖြင့် ဖရဲပင်အတွက် လိုအပ်သော မြေဩဇာ နွန်းထားများကို သိထားရန် လိုအပ်ပါသည်။ မိမိနေအိမ်မှ ထွက်ရှိ သည့် သဘာဝမြေဩဇာများနှင့် ဓာတ်မြေဩဇာများကိုလည်း ရောစပ်၍ အသုံးပြုကြပါသည်။ ဓာတ်မြေဩဇာများကို မိမိအစီ အစဉ်ဖြင့် ရောစပ်၍ အသုံးပြုမည်ဆိုလျှင် ဖရဲပင်မှ လိုအပ်သော မြေဩဇာနွန်းထားဖြစ်ရန်မူ သေချာရန်လိုအပ်ပါသည်။ သို့မဟုတ် ပါက လိုအပ်သော အကျိုးထက် မလိုအပ်သောဆိုးကျိုးများ ဖြစ်လာနိုင်ပါသည်။

ကြိုတင်စဉ်းစားမည့်အချက်များ

- မည်သည့်အမျိုးအစား သဘာဝ မြေဩဇာနှင့် ဓာတ်မြေ ဩဇာများရရှိနိုင်သည်၊
- ဖရဲပင်အတွက် အသင့်လျော်ဆုံး မြေဩဇာအမျိုးသည် မည်သို့ဖြစ်သည်၊

- ဖရဲပင်အတွက် မြေဩဇာ၏ အကျိုးသက်ရောက်မှုက မည်သို့ဖြစ်သည်။
- သဘာဝမြေဩဇာက ဖရဲပင်အတွက် ကောင်းသည်၊ ဓာတ်မြေဩဇာက ဖရဲပင်အတွက် ကောင်းသည်။
- စိုက်ပျိုးနောက် မည်သည့်အချိန်တွင် မည်သည့်မြေဩဇာကို မည်သည့်အချိုးဖြင့် ထည့်ကျွေးသည်။
- ဓာတ်စုံမြေဩဇာကို အသုံးပြုခြင်းက ဖရဲပင်အတွက် မည်သည့်အကျိုးသက်ရောက်သည် စသည်တို့ကို ကြိုတင်၍ သိထားရန် လိုအပ်ပါသည်။

သဘာဝမြေဩဇာ

မိမိနေအိမ်အတွင်းမှထွက်၍သော သဘာဝမြေဩဇာများကို အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။ သို့ရာတွင် မိမိတို့၏ ကျွဲနွားများကို အစာကျွေးရာတွင် ဖရဲပင်များ၊ ဖရဲအသားများ ပါဝင်နေလျှင်မူကား ထိုသဘာဝမြေဩဇာတွင် ဖရဲပင်အတွက် ရောဂါပိုးသယ်ဆောင်လာသော မြေဩဇာဖြစ်နေပါသည်။ သဘာဝမြေဩဇာသည် ဖရဲပင်အတွက် အလွန်ကောင်းမွန်ပါသည်။ သို့ရာတွင် ဖရဲသီး၊ ဖရဲပင်များ၏ အကြွင်းအကျန်များ မပါရန်မှာမူ အဓိကအရေးကြီးပါသည်။

အကောင်းဆုံးမှာ ဖရဲစိုက်ရန် အသင့်လျော်ဆုံးသော မြေဖြစ်သည့် အာဟာရဓာတ် ကြွယ်ဝသောမြေ၊ သဲနုနုမြေ၊ နုန်းမြေနှင့် ရေစီးရေလာကောင်းမွန်သော မြေအသစ်များတွင် စိုက်ပျိုးခြင်းသည် ဖရဲပင်အတွက် ရောဂါအန္တရာယ်မှ အကင်းဆုံးဖြစ်ပါသည်။ အကယ်၍ သဘာဝမြေဩဇာများကို အသုံးပြုလျှင်လည်း ထယ်ကြောင်းထဲမှာဖြစ်စေ၊ စိုက်ကျင်းထဲမှာဖြစ်စေ ထည့်၍ လည်

ပတ်အောင် ဆွမွေပြီး ရေနပ်၍စိုက်ပျိုးရန်ဖြစ်ပါသည်။ သဘာဝ မြေဩဇာကို တစ်ဧကတွင် ငါးတန်မှ ၁၀ တန်အထိ ထည့်ပေးရန် လိုအပ်ပါသည်။

ကောင်းစွာ ခြောက်သွေ့သော နွားချေး တစ်တင်းတွင် အလေးချိန် ခြောက်ပိဿာမှ ၁၀ ပိဿာပါရှိပါသည်။ ထို့ကြောင့် လှည်းတစ်စီးတွင် နွားချေး ၂၅ တင်း တင်နိုင်ပါက တစ်ဧကအတွက် နွားချေးလှည်း ၁၀ စီးမှ ၁၅ စီးအထိ ချပေးရန်လိုအပ်ပါသည်။ နွားချေးမချမီ ဖရဲစိုက်မည့်မြေသည် ထွန်ရေးနက်စွာ ထွန်ယက် ထားပြီးဖြစ်ရပါမည်။ နွားချေးများကို နွဲအောင်ချ၍ထွန်ဖြင့် မွေပြီး ကြမ်းတုံးရိုက်ထားရန် လိုအပ်ပါသည်။ ကြမ်းတုံးရိုက်ပြီး သုံးရက်ခန့် တွင် တစ်ကြိမ်ပြန်၍ ထွန်ယက်ပြီး ကြမ်းတုံးပြန်ရိုက်ပြီး သုံးရက် တွင် တစ်ကြိမ်ပြန်၍ ထွန်ယက်ပြီးကြမ်းတုံးပြန်ရိုက်ထားရပါမည်။ ဤနည်းအတိုင်း သုံးကြိမ်ခန့်ပြုလုပ်ပေးရပါမည်။

သစ်ရွက်စိမ်းမြေဩဇာ

သစ်ရွက်စိမ်းမြေဩဇာမှာ အန္တရာယ်အတင်းဆုံးနှင့် အကျိုး အရှိဆုံးသဘာဝမြေဩဇာဖြစ်ပါသည်။ ပြုလုပ်ပုံမှာ ဖရဲစိုက်မည့် မြေကွက်အား ထွန်ရေးရအောင် ထွန်ယက်၍ စေးနှုန်းသက်သာ သော ပဲတီစိမ်း၊ ပဲလွမ်း၊ မောင်မခေါ်ပဲ စသည်တို့ကို တစ်ဧကတွင် ခြောက်ပြည်မှ ရှစ်ပြည်နှုန်းအထိ ခပ်ထူထူကျထားရန်ဖြစ်ပါသည်။ ဤပဲများမှာ အသက်လျင်၍ ရက် ၄၀ ခန့်ရှိလျှင် ပန်းပွင့်သဖြင့် ထိုအချိန်တွင် ထယ်ဖြင့်ထိုးပြီး ကြမ်းတုံးရိုက်ဖုံးအုပ်ထားရန်ဖြစ်ပါ သည်။ တစ်ပတ်ခြားတစ်ကြိမ် ထယ်ထိုးထွန်မွေ ကြမ်းတုံးရိုက်ပြုလုပ် လျှင် သုံးကြိမ်ခန့်ရှိလျှင် ကောင်းစွာဆွေးသွားမည်ဖြစ်ပါသည်။

ဓာတ်မြေဩဇာများ

အကယ်၍ ဓာတ်မြေဩဇာများကို အသုံးပြုမည်ဆိုလျှင် ဓာတ်မြေဩဇာများအား ၅:၈:၅ သို့မဟုတ် ၁၀:၁၆:၁၀ N:P:K; အချိုးဖြင့် ရောစပ်၍ အသုံးပြုရန်ဖြစ်ပါသည်။ ထည့်ကျွေးရန် နှုန်းထားမှာ မြေခံအခြေအနေအပေါ် မူတည်၍ ထည့်ကျွေးရန်ဖြစ်ပါသည်။ အများအားဖြင့် အထက်ပါ အချိုးအတိုင်း ဓာတ်မြေဩဇာများကို တစ်ဧကတွင် ပေါင် ၃၀၀ မှ ပေါင် ၁၀၀၀ အထိ ထည့်ကျွေးကြပါသည်။ ထည့်ကျွေးရာတွင် မြေပြုပြင်ချိန်တွင် တစ်ကြိမ်ထည့်၍ အညွန့်အသစ်များထွက်ချိန်တွင် တစ်ကြိမ် နှစ်ကြိမ်ခွဲ၍ ကျွေးလေ့ရှိပါသည်။ အချို့ မြေပြုပြင်ချိန်တွင် အထက်ပါ မြေဩဇာများအပြင် Nitrate of Soda မြေဩဇာပေါင် ၁၀၀ နှုန်း ထည့်ကျွေးကြပါသည်။

သဘာဝမြေဩဇာကိုဖြစ်စေ၊ ဓာတ်မြေဩဇာကိုဖြစ်စေ မစိုက်ပျိုးမီ နှစ်ပတ်ခန့်စော၍ မြေပြုပြင်ချိန်တွင် ထည့်ထားပြီး ကြမ်းတုံးရိတ်၍ နှပ်ထားလျှင် အကောင်းဆုံးဖြစ်ပါသည်။ မည်သည့်ဓာတ်မြေဩဇာကိုဖြစ်စေ မျိုးစေ့နှင့်အတူ မထည့်ရပါ။ သဘာဝ မြေဩဇာများကိုမူ စိုက်ကျင်းထဲထည့်၍ မြေဆွပြီးစိုက်ပျိုးနိုင်ပါသည်။ အပင်ဖြစ်ထွန်းပြီးမှ ဓာတ်မြေဩဇာများကို ထည့်ကျွေးနိုင်ပါသည်။ အပင်ဖြစ်ထွန်းပြီးမှ ဓာတ်မြေဩဇာများ ထည့်ကျွေးပါက အပင်နှင့်လည်းကောင်း၊ အရွက်များနှင့်လည်းကောင်း မထိရန် အရေးကြီးပါသည်။ ပင်စည်များကို ဓာတ်မြေဩဇာဝပါက ပုပ်ရိတ်၍ သေသွားနိုင်ပါသည်။

ဓာတ်မြေဩဇာများရောစပ်ခြင်း

စိုက်ဧကများ၍ မြေဩဇာများကို အများအပြား အသုံးပြုရန် လိုအပ်သောအခါ မိမိနေအိမ်တွင် ရောစပ်ခြင်းသည် အကောင်းဆုံးဖြစ်ပါသည်။ ထိုသို့ ရောစပ်မည်ဆိုပါက အလုပ်သမားနှင့် နေရာ လိုအပ်ပါသည်။ မိမိကိုယ်တိုင်ရောစပ်သည့်အတွက် လိုအပ်သော အချိုးကို ရနိုင်ပါသည်။ မည်သည့်မြေဩဇာအမျိုးအစားကို ထည့်ကျွေးသည်ဖြစ်စေ မြေဩဇာသည် မြေကြီးအောက်ရောက်ရှိရန် အရေးကြီးပါသည်။

လိုအပ်သောအချိုး ၅:၈:၅ ရရှိရန် ရောစပ်ခြင်း

ယူရီးယား၊ ပုလဲမြေဩဇာ	N	၄၆ ရာခိုင်နှုန်း
တီဆူပါမြေဩဇာ	P	၄၆ ရာခိုင်နှုန်း
ပိုတက်မြေဩဇာ	K	၅၆ ရာခိုင်နှုန်း

အကြမ်းဖျင်းပါဝင်ပါသည်။ ၅:၈:၅ ကို နှစ်ဆပြုပါက ၁၀:၁၆:၁၀ ဖြစ်ပါသည်။ စပ်ပြီးသော ဓာတ်မြေဩဇာပေါင် ၃၀၀ ခန့်အတွက် ယူရီးယား နှစ်အိတ်၊ တီဆူပါ သုံးအိတ်၊ ပိုတက်မြေဩဇာ နှစ်အိတ် နှုန်း ရောစပ်ပါက အထက်ပါအချိုးအတိုင်း အနီးဆုံးရရှိမည် ဖြစ်ပါသည်။ ပေါင် ၁၀၀၀ သုံးရန် ဖြစ်ပါက အထက်ပါ ဓာတ်မြေဩဇာများကို သုံးဆပြုလျှင် -

- ယူရီးယား ခြောက်အိတ်
- တီဆူပါ ကိုးအိတ်
- ပိုတက် ခြောက်အိတ် လိုအပ်ပါသည်။

ဖရဲစိုက်မည့်မြေသည် ထွန်ရေးကောင်းရန် လိုအပ်ပါသည်။ ထယ်ဘယ်နှစ်စပ်၊ ထွန်ဘယ်နှစ်စပ်ဟု ပြောရန် အခက်အခဲရှိနိုင်

ပါသည်။ ထွန်ရေးထယ်ရေးကောင်းအောင် ပြုလုပ်ရန်သာ အဓိက ဖြစ်ပါသည်။ ထယ်ရေးအနက်သည် ခြောက်လက်မမှ ကိုးလက်မ အထိ ရှိသင့်ပါသည်။ ထယ်ထိုးလိုက်၊ ထွန်မွေလိုက်၊ ကြမ်းတုံးခိုက် လိုက် အကြိမ်ကြိမ်ပြုလုပ်ပေးပါက ပေါင်းမြက်များကို သတ်ပြီးဖြစ် ခြင်း၊ မြေတွင်းအောင်းပိုးများကိုလည်း အထိုက်အလျောက် နှိမ်နင်း ပြီး ဖြစ်ပါသည်။

ဓာတ်မြေဩဇာများကို မြေပြုပြင်ချိန်တွင် တစ်ဝက်နှင့်ဖရဲညွန့် များ စတင်ခင်းချိန်တွင် ကျန်မြေဩဇာမှတစ်ဝက် ဖရဲသီး အသီး တင်ပြီးလျှင် ကျန်တစ်ဝက်ကို ထည့်ကျွေးရန်ဖြစ်ပါသည်။

ဖရဲသီးများ အရွယ်ရောက်ချိန် ရက်ပေါင်း ၇၀ ခန့်ရှိချိန်တွင် ပိုတက်စီယမ်မြေဩဇာ ပေါင် ၅၀ ထည့်ကျွေးရန် ဖြစ်ပါသည်။

ကာကွယ်ခြင်း

ပိုးမွှားများကျရောက်ဖျက်ဆီးခြင်း

ပျိုး (Aphid)

ပျိုးပိုးများသည် ဖရဲပင်များအရွက်မှန် နှစ်ရွက်၊ သုံးရွက်မှ ငါးရွက်ခန့် ထွက်ရှိချိန်များတွင် ကျရောက်လေ့ရှိပါသည်။ ဖရဲရွက် ၏ အရိုးနုများပေါ်တွင် အစုလိုက်အပြုံလိုက် ရှိနေတတ်ပါသည်။ ဖရဲညွန့်အနုများပေါ်တွင်လည်း နေထိုင်စားသောက်ပါသည်။ ပျကောင်းများမှာ မျက်စိဖြင့် အလွယ်တကူ မြင်နိုင်ပါသည်။ ပျကောင်းကျရောက်ပါက ဖရဲပင်မှာ ကြီးထွားမှုရပ်ဆိုင်းသွားနိုင် ပါသည်။ အရွက်များ၊ အညွန့်များ ပုံသဏ္ဍာန်မမှန် ဖြစ်လာသဖြင့် ဖရဲပင်မှာ မကြီးထွားနိုင်ပါ။

ကာကွယ်ခြင်း

မိမိ၏ဒေသစိုက်ပျိုးရေးပစ္စည်းအရောင်းဆိုင်များ၌ ရောင်းချသော ပိုးသတ်ဆေးများမှ ပျနှင့်ပတ်သက်၍ ဖော်ပြထားသော ဆေးများကို အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။

- Gaucho 70 W
- Lesak
- Myamarthion
- Phenthoate စသည်ဆေးများဖြင့် အညွှန်းအတိုင်း ဖျန်းနိုင်ပါသည်။

ကျိုင်းကောင်များ (Cucumber beetles)

ဘူးပင်၊ ဖရုံပင်များတွင် ကျရောက်တတ်သော ကျိုင်းကောင်အငယ်မျိုးဖြစ်ပါသည်။ ကျိုင်းကောင်များ၏ အရောင်သည် နီညိုရောင်ရှိ၍ တစ်လက်မ၏ လေးပုံတစ်ပုံခန့်သာ ရှိပါသည်။ ဤကျိုင်းကောင်များ၏ စားသောက်ဖျက်ဆီးမှုကို အလွယ်တကူမြင်သာပါသည်။ ဤကျိုင်းကောင်များသည် လရောင်ရှိသည့် ညပိုင်းများတွင် ဖျက်ဆီးမှုများပါသည်။ ညပိုင်း၌သာ ဖျက်ဆီးတတ်သော်လည်း ယင်း ကျိုင်းကောင်များကို နေ့အချိန်တွင်လည်း တွေ့နိုင်ပါသည်။ ယင်းတို့သည် ဖရဲရွက်နုများ၏ ဘေးနှုတ်ခမ်းမှစ၍ စားလေ့ရှိပြီး တစ်ရွက်လုံးပျက်စီးနိုင်ပါသည်။

ကာကွယ်ခြင်း

- တမာပိုးသတ်ဆေး
- ထိသေပိုးသတ်ဆေးများဖြင့် အညွှန်းအတိုင်း အသုံးပြု၍ ကာကွယ်ပါ။

- မြေပြုပြင်စဉ်တွင် မြေတွင်းအောင်းပိုးသတ်ဆေးတစ်မျိုးမျိုးကို တစ်ဧကတွင် ပေါင် ၂၀ ခန့်ကို ထည့်ပက်၍ မြေပြုပြင်ပါ။

စုတ်စားပိုး (Mites)

ဤပိုးများမှာ ဖရဲပင်အရွက် လေးရွက်၊ ငါးရွက်ထွက်ပြီးသည့် အချိန်များတွင် ကျရောက်တတ်ပါသည်။ ကျရောက်ဖျက်ဆီးခဲ့ရသော အရွက်များမှာ အတွင်းဘက်သို့ ကုပ်သွားပြီး ပြန့်ကားလာခြင်း မရှိ၍ ဖရဲပင်ကြီးထွားမှု ရပ်ဆိုင်းသွားနိုင်ပါသည်။ ဤပိုးများမှာ ခုန်၍ သွားသော အလေ့ရှိသဖြင့် အရွက်များကို လှန်၍ကြည့်သော်လည်း ပိုးကောင်များကို မတွေ့ရတတ်ပါ။

ကာကွယ်ခြင်း

ဤပိုးများကို ကာကွယ်ရာတွင် ပင်လုံးပြန့်ဆေးတစ်မျိုးမျိုးဖြင့် ကာကွယ်နိုင်ပါသည်။ အထူးဂရုပြုရမည်မှာ ဤပိုးများမှာ အရွက်၏အောက်မျက်နှာမှ စုပ်ယူစားသောက်သဖြင့် ဆေးဖျန်းရာတွင် အရွက်၏အောက်မျက်နှာများကို နှံ့အောင် ဖျန်းရန်လိုအပ်ပါသည်။

ခြံဖျား (Termites)

ဤခြံဖျားမှာ အပင်ငယ်မှအပင်ကြီး အရွယ်ရောက်သည်အထိ ဖျက်ဆီးတတ်ပါသည်။ အပင်ငယ်များနှင့် အပင်ကြီးများ၏ အခြေတွင် မြေဩဇာအဖြစ် ထည့်ကျွေးသော နွားချေး၊ မြေဆွေးများမှ လည်းကောင်း၊ သီးနှံအကြွင်းအကျန်များမှာ နေထိုင်၍လည်းကောင်း ဖျက်ဆီးပါသည်။ ခြံကျရောက်က အပင်ကြီး၊ အပင်ငယ်များအားလုံး သေဆုံးနိုင်ပါသည်။

ဖရဲသီးများကို မြေကြီးပေါ်တွင် ကြီးထွားစေရာတွင် ထိုဖရဲသီးများကိုလည်း ထွင်းဖောက်၍ ဖျက်ဆီးတတ်ပါသည်။

ကကွယ်ခြင်း

ထွန်ယက်ပြီး သီးနှံအကြွင်းအကျန်များကို မီးရှို့ခြင်း၊ မြေပြုပြင်ပြီး နောက်ဆုံး ထွန်ရေးထယ်ရေးပြုပြင်ချိန်တွင် တစ်ဧကအတွက် မြေတွင်းအောင်းပိုးသတ်ဆေး ပေါင် ၂၀ ခန့်ဖြင့် ပြန့်နှံ့အောင် ကျပ်တင်၍ ထွန်ပြီး ကြမ်းတုံးရိုက်ထားခြင်း၊ ဖရဲစိုက်ကျင်းတစ်ကျင်းစီ၌ မြေတွင်းအောင်း ပိုးသတ်ဆေး လက်ဖက်စားဇွန်းတစ်ဇွန်းစာထည့်၍ မြေပြုပြင်ခြင်း။

အပင်ရောဂါများ

Downy Mildew (ရွက်ခြောက်ရောဂါ)

ရောဂါဖြစ်သောအရွက်၏ မျက်နှာပြင်ပေါ်တွင် အဝါဖျော့ရောင် အစက်အပြောက်များကို လေးထောင့်ပုံသဏ္ဍာန်ဖြင့် တွေ့ရမည် ဖြစ်ပါသည်။ အရွက်အကြောနှစ်ခု ထိစပ်သည့်နေရာအထိ အကွက်ဖြစ်တတ်ပါသည်။ အရွက်၏အပေါ်မျက်နှာပြင်တွင် အဝါဖျော့ရောင်တွေ့ရပါသည်။ စွတ်စိုထိုင်းမှိုင်းသော ရာသီဥတုရှိပါက အစက်အပြောက်ဖြစ်နေသောနေရာ၏ အောက်မျက်နှာဘက်တွင် ပန်းနုရောင်အမျှင်များကို တွေ့မြင်နိုင်ပါသည်။ ရောဂါဖြစ်သောနေရာတွင် ကွက်၍သေသွားနိုင်ပါသည်။ အရွက်နုများတွင်ဖြစ်ပါက အရွက်များသည် ပြန့်ပြူးမနေဘဲ တွန့်လိမ်နေတတ်ပါသည်။ အရွက်တစ်ရွက်လုံး ခြောက်၍သေသွားနိုင်ပါသည်။

ကာကွယ်ခြင်း

ဤရောဂါကို အောက်တွင်ဖော်ပြထားသော ဆေးများဖြင့် ဆေးဘူးတွင် ဖော်ပြထားသော နှုန်းများဖြင့် ၁၀ ရက်လျှင်တစ်ကြိမ် ဖျန်းပေးရန် လိုအပ်ပါသည်။ ရောဂါဖြစ်နေသည်ကိုတွေ့မှ ဆေးဖျန်းခြင်းထက် ဖရဲပင်အညွန့်သစ် စ၍ခင်းသည့်အချိန်မှစ၍ အောက်ပါ မှီသတ်ဆေးတစ်မျိုးမျိုးဖြင့် တစ်ပတ်လျှင်တစ်ကြိမ် ပက်ဖျန်း၍ ကာကွယ်ထားခြင်းက ပို၍ထိရောက်ပါသည်။ ဖရဲပင်များ၏ အညွန့်ရှည်ထွက်မှုမှာ လျှင်မြန်၍ ဆေးပတ်မီအောင်ဖျန်းပေးရန် လိုအပ်သည်။

- ဘော်ဒိုဆေးရည် ၅:၅:၅၀
- Dithane M.45 (ဒိုင်သီန်း M.45)
- Dithane Z.78 (ဒိုင်သီန်း Z.78)
- Tricop.50 (ထရိုင်ကော့ .50)

ပရဲပင်ညှိုးရောဂါ (Fusarium wilt of watermelon)

ဤပင်ညှိုးရောဂါသည် ဖရဲပင်၏ သက်တမ်းတစ်လျှောက်လုံးတွင် ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ ပျိုးဘူးနှင့်ပျိုးထောင်ထားသော ဖရဲပင်များတွင်လည်း ပင်ညှိုးရောဂါဖြစ်နိုင်ပါသည်။

ရောဂါလက္ခဏာမှာ ဖရဲပင်အငယ်များတွင် ဖရဲအရွက်များသည် အစိမ်းရင့်အရောင်မှ အစိမ်းပျော့အရောင်သို့ ပြောင်းလာသည်။ အရွက်များအောက်ဘက်သို့ ကုပ်လာသည်။ ယင်းနောက်ညှိုးနွမ်း၍ သေသွားပါသည်။

ဖရဲပင်စည်၏အခြေတွင် အရစ်ပေါ်လာပြီး အရည်ရွှမ်းလာသည်။ ထိုနေရာသည် ပျော့စိစိဖြစ်နေသည်။ အညွန့်များသည် တွန့်လိမ်လာပါသည်။

ဖရဲအပင်ကြီးများတွင် ဤရောဂါဖြစ်သောအခါ ဖရဲအညွန့်တွင် စတင်ဖြစ်လာပါသည်။ အလယ်မှာရှိသော ဖရဲရွက်များသည် တဖြည်းဖြည်းညှိုးနွမ်းလာပါသည်။ တချို့အရွက်များသည် ကြောချိန်မတန်ဘဲ ကြွေကျသွားပါသည်။ ဖရဲရွက်၏အညှာများသည် အဝါအဝါရောင်မှ အညိုရောင်အထိ ပြောင်းလာသည်။ နောက်ဆုံးတွင် ဖရဲပင်သည် သေသွားပါသည်။ ရောဂါဖြစ်သော ဖရဲပင်စည်၊ ဖရဲညွန့်၊ ဖရဲရွက်များအပေါ်တွင် ဝါဂွမ်းကဲ့သို့သောအဖြူများ တွေ့မြင်နိုင်ပါသည်။

ကာကွယ်ခြင်း

ဤရောဂါကို ကာကွယ်ရန်မှာ ဖရဲစိုက်ပျိုးသည့် မြေတွင် လွန်ခဲ့သည့် ၁၀ နှစ်အတွင်း ဖရဲ၊ သခွား၊ ဘူး၊ ဖရုံများ မစိုက်ပျိုးခဲ့သော မြေဖြစ်ရန် လိုအပ်ပါသည်။ ထို ၁၀ နှစ်တာ ကာလအတွင်း ဖရဲ၊ သခွားတို့နှင့် မျိုးရင်းမတူသော သီးနှံများကို အလှည့်ကျစိုက်ပျိုးထားရန် လိုအပ်ပါသည်။

အဓိကအနေဖြင့် ပင်ညှိုးရောဂါဒဏ် ခံနိုင်ရည်ရှိသည်ဟု အာမခံသောမျိုးများကို စိုက်ပျိုးရန် ဖြစ်ပါသည်။

ဤရောဂါအတွက် ကာကွယ်နိုင်သော ဆေးမရှိသေးသော်လည်း မျိုးစေ့များကို ကြံမျိုးမျိုးဆစ်များကို စိမ်သော Areton-6 ကဲ့သို့သော မျိုးစေ့နယ်ဆေးဖြင့် လူးနယ်၍စိုက်လျှင် အထိုက်အလျောက် ကာကွယ်နိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။

ပုဂံမျက်လုံးရောဂါ (Anthracnose of watermelon)

ဤရောဂါသည် ဖရဲအရွက်အနုနှင့် ဖရဲအသီးများအပေါ်တွင်ပါ ကျရောက်တတ်သောရောဂါဖြစ်ပါသည်။ စိုထိုင်းဆများ

သော မိုးရာသီနှင့် ဆောင်းဦးပေါက်တွင်စိုက်သော ဖရဲခင်းများ၌ အကျများပါသည်။ ဤရောဂါမှာ ဖရဲသီးများ ဆွတ်ခူးပြီးသည် အထိ ဖရဲသီးများတွင် ဖြစ်တတ်၍ ဖရဲသီးများ ပုပ်ရိ၍ ပျက်စီးတတ်ပါသည်။

ရောဂါဖြစ်သော ဖရဲအရွက်များပေါ်တွင် အနက်ရောင် သို့မဟုတ် အနက်ဖျော့ရောင်အစင်းများသည် မီးပူဟပ်ထား သကဲ့သို့ တွေ့မြင်ရပါသည်။ ဖရဲသီးအနှုများအပေါ်တွင် အချိုင့် အခွက်ဖြစ်နေသော အစက်အပြောက်များ တွေ့ရပါသည်။ ဖရဲသီး များသည် ကြွေကျခြင်း၊ ကွဲခြင်း၊ ပုံသဏ္ဍာန်မမှန်ခြင်းများ ဖြစ်တတ် ပါသည်။

ဖရဲသီးအရင့်များပေါ်တွင် ဤရောဂါကျရောက်ပါက ဖရဲသီး အပေါ်တွင် စက်ဝိုင်းပုံအစက်အပြောက်များ တွေ့ရပါသည်။ အစက်အပြောက်သည် ခပ်ပြားပြားဖြစ်တတ်ပါသည်။ နောက်ပိုင်း တွင် ထိုနေရာမှ ချိုင့်သွားပြီး အခွက်များဖြစ်လာ၍ ထိုနေရာများ တွင် မှီအမျှင်များကို တွေ့ရတတ်ပါသည်။

ကာကွယ်ခြင်း

- ဤရောဂါကို ကာကွယ်ရန်အတွက် မျိုးစေ့များကို -
- (က) (၁) Spargon ဆေးမှုန့်
- (၂) Arisan ဆေးမှုန့်
- (၃) Semarsan ဆေးများဖြင့် လူးနယ်၍လည်းကောင်း
- (၄) Mercuric chloride ဆေးရည် ၁:၁၀၀၀ နှုန်းဖြင့်
- ၁၅ မိနစ်ခန့် စိမ်၍လည်းကောင်း စိုက်ပျိုးနိုင်သည်။
- (ခ) သီးနှံများကို အလှည့်ကျ စိုက်ပျိုးခြင်းဖြင့်လည်း
- ကာကွယ် နိုင်ပါသည်။

- (ဂ) ကြေးနီပါသော ဗိုသက်ဆေး Zineb နှင့် Dithane ဆေးများဖြင့် ကြိုတင်ကာကွယ်သောစနစ်ဖြင့် ဖျန်းပေးရပါမည်။
- (ဃ) Ferban (Fermate) ဆေးဖြင့်လည်း ကာကွယ်နိုင်ပါသည်။ ဆေးဖျန်းရမည့်အကြိမ်မှာ ရာသီဥတုပေါ်တည်ပါသည်။

ဖရဲပင်စည်အစေးထွက်ရောဂါ (Gummy Stem Blight of watermelon) ရောဂါလက္ခဏာ

အရွက်အညှာနှင့် ဖရဲညွန့်အနု အကိုင်းများပေါ်တွင် အနက်ရောင်ရှိသော အပိုင်းအစက်များ စတင်ဖြစ်ပေါ်ပါသည်။ အညွန့်ပေါ်တွင်ဖြစ်ပါက အညွန့်တွင် အစင်းအရစ်ဖြစ်တတ်ပါသည်။ ပျိုးပင်များတွင်ဖြစ်က ပျိုးပင်များ သေသွားပါသည်။

ဖရဲပင်၏ အစောပိုင်းကာလတွင် ရောဂါစတင်ဖြစ်ပွားပါက ဖရဲပင်၏အတွင်းပိုင်းရှိ ဖရဲကိုင်းများသည် အနက်ရောင်အစင်းကြောင်းများ တဖြည်းဖြည်းများလာပါသည်။

အရွက်တစ်ရွက်လုံး လောင်ကျွမ်းမှုလည်း တွေ့ရတတ်ပါသည်။ ပင်စည်၏အကိုင်းပေါ်တွင် အချိုင့်အခွက်များဖြစ်လာပါသည်။ ထိုမျက်နှာပြင်ပေါ်တွင် အညိုရောင် ကော်စေးများထွက်လာပါသည်။ အရိုးပေါ်တွင် အနာဖြစ်လာသော အညွန့်များသည် နောက်ပိုင်းတွင် ညှိုးခြောက်သွားပါသည်။

အသီးပေါ်တွင် စွတ်စိုသော အစက်အပြောက်များ၍ လာပါသည်။ ထိုအစက်အပြောက်သည် ထင်ရှားလာပြီး ထိုနေရာများမှလည်း ကော်စေးများထွက်လာပါသည်။

ကာကွယ်ခြင်း

မျိုးစေ့ကိုဆေးဖြင့်နယ်ခြင်း၊ အခြားရောဂါများအတွက် အသုံးပြုသော မှိုဆေးများကလည်း ယင်းရောဂါကို ကာကွယ်နိုင်ပါသည်။

ဖားဥမှိုရောဂါ (Powdery Mildew of watermelon)

ရောဂါလက္ခဏာ

အရွက်တစ်ရွက်လုံး၏ အပေါ်မျက်နှာနှင့် အရွက်အညှာအရိုးများ ပေါ်တွင် အဖြူရောင်အမှုန်များ တွေ့ရပါသည်။ ရောဂါဖြစ်မှုပြင်းထန်လာသည်နှင့်အမျှ တစ်ပင်လုံးတွင် ပေါင်ဒါမှုန့်များဖြူးထားသကဲ့သို့ တွေ့ရပါသည်။ အသီးများပေါ်တွင် မြောက်မြားလှစွာသော အပိဖျားမျှရှိသော အစက်အပြောက်များတွေ့ရပါသည်။ ရောဂါပြင်းထန်ပါက အရွက်များသည် အချိန်မတိုင်မီ ကြေကျသွားတတ်သည်။

ကာကွယ်ခြင်း

- ကန့်မှုန့်ဖြင့်ပက်ဖျန်းခြင်း၊ တစ်ဧကအတွက် ကန့်မှုန့် ၅ ပေါင်မှ ၁၀ ပေါင် အသုံးပြုရန် လိုအပ်ပါသည်။
- ဆာလဖိနက်၊ လိုင်းဆာလဖာ အစရှိသော ကန့်ပါသော ဆေးများဖြင့် ကာကွယ်နိုင်ပါသည်။

ပရဲသီးများဆွတ်ခူးခြင်း

ဖရဲမျိုးကွဲအလိုက် စတင်စိုက်ပျိုးသည်မှ ရက်ပေါင်း ၇၀ ခန့် ကျော်လာလျှင် ဖရဲသီးမှာစတင်၍ ရင့်မှည့်စပြုလာပြီ ဖြစ်ပါသည်။ ဖရဲသီးရင့်မှည့်ခြင်းအပိုင်းတွင် အသေးစိတ် ဖော်ပြထားသည့် လက္ခဏာများကို ကြည့်၍ ဆွတ်ခူးရန်ဖြစ်ပါသည်။ မိမိတင်ပို့ရမည့်

ဒေသ အနီးအဝေးကိုကြည့်၍ ဖရဲသီးများကို ဆွတ်ခူးရန်ဖြစ်ပါသည်။ မိမိတင်ပို့မည့်ဒေသသည် ၁၂ နာရီအတွင်းရောက်မည်ဆိုလျှင် ဖရဲသီးများ၏အတွင်းသားသည် ၉၀ ရာခိုင်နှုန်းကျော် မှည့်ပြီးဖြစ်ရပါမည်။ အဝေးသို့တင်ပို့ရန် ၃၆ နာရီထက်မကြာမြင့်မီ ရောက်ရှိနိုင်ပါက ဖရဲသီး၏ အတွင်းသားသည် ၈၅ ရာခိုင်နှုန်းကျော် ရင့်မှည့်ပြီးဖြစ်ရပါမည်။

ဖရဲသီးရင့်မှည့်ရာတွင် ရာနှုန်းမည်မျှအထိ ရင့်မှည့်နေသည်ကို အလွယ်တကူသိရှိနိုင်ရန်မှာ ဖရဲသီးအညှာနှင့် မျက်နှာချင်းဆိုင်တွင်ရှိသော နှာမောင်းကိုကြည့်၍ ဆုံးဖြတ်နိုင်ပါသည်။ ထိုနှာမောင်းစတင်၍ အဖျားမှခြောက်လာလျှင် ဖရဲသီးရင့်မှည့်စပြုပြီဖြစ်ကြောင်း ဖော်ပြပြီးဖြစ်ပါသည်။

နှာမောင်း၏အလျားကိုကြည့်၍ အဖျားမှစတင်ခြောက်လာသော နှာမောင်းသည် အညှာအခြေအထိ တဖြည်းဖြည်းတိုး၍ တိုး၍ ညှိုးခြောက်လာပါသည်။ ထိုနှာမောင်းခြောက်လာမှုကို ကြည့်ပါက လေးပုံတစ်ပုံခြောက်လာလျှင် ၂၅ ရာခိုင်နှုန်း မှည့်မည်။ တစ်ဝက်ခြောက်လာလျှင် ၅၀ ရာခိုင်နှုန်း မှည့်မည်။ လေးပုံသုံးပုံခြောက်လာလျှင် ၇၅ ရာခိုင်နှုန်းမှည့်မည်။ ဖရဲ ပင်စည်အခြေမရောက်တရောက်အထိ ခြောက်လာလျှင် ၈၀ ရာခိုင်နှုန်းခန့်မှည့်လာမည်။ အရင်းအထိ ခြောက်လာပါက ၉၅ ရာခိုင်နှုန်း အထိ ရင့်မှည့်ပြီဟု မှတ်ယူနိုင်ပါသည်။

အထူးသတိပြုရမည်မှာ မရင့်မှည့်သေးမီ ဖရဲသီးကို ဆွတ်ခူးပါက ထိုဖရဲသီးများသည် ဈေးကွက်သို့ရောက်သော်လည်း မှည့်လာမည်မဟုတ်ပါ။ အနုမှည့်များသာဖြစ်ပြီး တဖြည်းဖြည်း ပိန်ရှုံ့သွားမည်သာဖြစ်ပါသည်။

အထူးသတိပြုရန် -

“ဖရဲသီးသည် ဖရဲခင်းတွင် မဆွတ်ခူးမီရင့်ပြီးမှသာ ရင့်မှည့်နိုင်သည်။ ဖရဲသီးကို အုပ်၍မရနိုင်” ဟု မှတ်သားရန်ဖြစ်ပါသည်။

ဖရဲသီးဆွတ်ခူးနည်း

ဖရဲသီးများကို ဆွတ်ခူးမည်ဆိုပါက အသီးခူးယူမည့်အသီး ရှိသော ဖရဲနွယ်များကို နံနက်ပိုင်းတွင် ဖြတ်ထားရပါမည်။ ထိုသို့ ဖြတ်ထားလျှင် ဖရဲသီးအတွင်းရှိသော အရည်များ သိပ်သည်းသွားမည်ဖြစ်ပါသည်။ ညနေပိုင်း နေရောင်ခြည်လျော့လာသည့် ၃ နာရီ၊ ၄ နာရီခန့်ရှိချိန်မှ ဖရဲသီးများကို အညှာမှဖြတ်ယူရန် ဖြစ်ပါသည်။

အဝေးသို့တင်ပို့မည့် ဖရဲသီးများကို ဆွတ်ခူးပြီး ကားပေါ်သို့ တိုက်ရိုက်မတင်နိုင်၍ လှည်း၊ ထော်လာဂျီ စသည်တို့ဖြင့် တစ်ဆင့်ကဲ့၍ သယ်ယူရမည်ဖြစ်ပါက လှည်းများ၊ ထော်လာဂျီများအပေါ်တွင် ကောက်ရိုးထူထူခင်းပြီးမှ ဖရဲသီးများကို မနာအောင် ထပ်၍ တင်ရပါမည်။ လိုအပ်ပါက ဖရဲသီးတစ်ထပ်တင်ပြီးတိုင်း ကောက်ရိုးတစ်ထပ်ခင်းရန် ဖြစ်ပါသည်။ ဖရဲခင်းမှ အပြင်သို့ သယ်ထုတ်ရာတွင် လှည်းများ၊ ထော်လာဂျီများကို ဖြည်းညင်းစွာ သွားလာစေရန် ဖြစ်ပါသည်။ လှည်းပေါ်မှဖြစ်စေ၊ ထော်လာဂျီပေါ်မှဖြစ်စေ ဖရဲသီးများကို လွတ်မကျအောင် ကိုင်တွယ်ရန် သတိပြုရပါမည်။

အဝေးသို့တင်ပို့မည့်ကားပေါ်သို့ တိုက်ရိုက်မတင်နိုင်သေးပါက ဖရဲသီးများကို နေရိပ်ရှိသည့်နေရာတွင် စုပုံထားရန် ဖြစ်ပါသည်။ နေပူကျဲကျဲတွင် ပုံမထားရန် ဂရုပြုရပါမည်။ ထိုသို့ ယာယီပုံထားရာတွင်လည်း ဖရဲသီးများကို နှစ်ထပ်ထက်ပို၍ မထပ်ရပါ။

ကားပေါ်တင်ရာတွင်လည်း ကားပေါ်တွင် ကောက်ရိုးထူထူခင်းပြီးမှ ဖရဲသီးများကို တင်ရန်ဖြစ်ပါသည်။ ကားပေါ်တွင်လည်း

ဖရဲသီးတစ်လုံးနှင့်တစ်လုံးအကြားတွင် ကောက်ရိုးနှင့်ညှပ်ပေးရန် လိုအပ်ပါသည်။

အထူးသဖြင့်လည်း ကားဘော်ဒီနှင့်ထိမည့်နေရာတွင် ဖရဲသီး နှင့်ကားဘော်ဒီလုံးဝမထိအောင် ကောက်ရိုးထူထူဖြင့် ကာထားရန် လိုအပ်ပါသည်။

**ဖရဲသီးကိုစားသုံးရန်ခွေးချယ်ခြင်း
ဖရဲသီးအရောင်းဆိုင်များတွင် ဖရဲသီးဝယ်ယူခြင်း**

ဖရဲသီးကို အလုံးအတိုင်းဝယ်ယူပါက သတိပြုရမည့်အချက် များစွာရှိပါသည်။ ဖရဲသီးရောင်းသောဆိုင် အများစုသည် ကား လမ်းမကြီးများ၏ ဝဲ-ယာ ဘေးနှစ်ဘက်တွင် ရှိတတ်ကြပါသည်။ အချို့အရောင်းဆိုင်များသည် အမှီးအကာကောင်းစွာပြုလုပ်၍ ရောင်းချကြပါသည်။ အချို့ကမူ အရိပ်ကောင်းသော လမ်းဘေး သစ်ပင်ကြီးများအောက်တွင် ရောင်းချကြပါသည်။ အချို့အရောင်း ဆိုင်များမှာ ချေးရောင်းသူများ အရိပ်ခိုရန်အတွက်သာ ယာယီ အရိပ်များပြုလုပ်ထားကြပြီး ဖရဲသီးများကိုမူ နေပူတစ်ဝက်၊ အရိပ် တစ်ဝက်နေရာမျိုးတွင် စုပုံ၍ရောင်းချကြပါသည်။

ဖရဲသီး ဝယ်ယူစားသောက်မည့်သူအနေဖြင့် ဦးစွာနေရောင် ခြည်လွင်ပြင်တွင် ထားသော အသီးများကို တတ်နိုင်သမျှ မဝယ် ယူရန် ဖြစ်ပါသည်။ နေရောင်ခြည်အောက်တွင် တိုက်ရိုက်ထား သော ဖရဲသီးများတွင် ရက်ကြာရှည်ပါက အတွင်းသားများသည် ပျော့အိ၍ နေတတ်ပါသည်။

ဖရဲသီးများကို ရွေးချယ်ရာတွင် အပေါ်ယံအခွံသည် ရင့်မှည့် နေရပါမည်။ အဖြူစင်းများသည် ကျယ်ပြန့်နေရမည်ဖြစ်ပြီး အမွှေး နုများ မရှိစေရပါ။ ဖရဲသီး၏အပြင်အခွံအရောင်သည် တောက်ပ

လွန်းနေပါက ထိုဖဲရဲသီးများသည် အမှည့်လွန်နေတတ်ပါသည်။ အရောင်မွဲခြောက်ခြောက် ဖြစ်နေပါကလည်း ထိုဖဲရဲသီးသည် မရင့် မှည့်ဘဲ နုနေတတ်ပါသည်။ ဖဲရဲခင်းတွင် ရှိစဉ်ကဖြစ်နေသော ဖဲရဲသီး၏အောက်မျက်နှာပြင် ထက်ဝက်ခန့်သည် အဝါရောင်၊ နို့ နှစ်ရောင်များဖြင့် အခြားဧရိယာများထက် ထင်ရှားနေရပါမည်။

ဖဲရဲသီးကို လက်ဝါးဖြင့်ပုတ်ကြည့်၍ ဖဲရဲသီး၏အတွင်းကထွက် လာသောအသံသည် မာမာကျောကျောမရှိလျှင်၊ ပုတ်လိုက်သည့် အခါ တောင်တောင်နှင့်အသံထွက်မလာဘဲ ဘက်၊ ဘက်နှင့် အသံ ထွက်နေလျှင် ထိုဖဲရဲသီးမှာ အမှည့်လွန်နေ၍သော်လည်း၊ မရင့် သဖြင့် အူချောင်နေ၍သော်လည်းကောင်း ထိုကဲ့သို့သောအသံများ ထွက်တတ်ပါသည်။ ဖဲရဲသီးကိုပုတ်ကြည့်ပါက အသံကောင်းမှ သာလျှင် ဝယ်ယူရပါသည်။

ဖဲရဲသီးတွင် ပါဝင်သောဓာတ်တိုးဆန့်ကျင့်ပစ္စည်း Antioxidant ထန်ဖိုးကို အပြည့်အဝရရှိရန်မှာ ဖဲရဲသီးသည် အပုပ်အနာအဆာ ကင်း၍ ကောင်းစွာရင့်မှည့်နေသော ဖဲရဲသီးဖြစ်ရန် အလွန်အရေး ကြီးပါသည်။ ဖဲရဲသီးသည် ကောင်းစွာ ရင့်မှည့်ရန် လိုအပ်သော်လည်း အမှည့်လွန်သွားလျှင် အထက်ပါသတ္တိများ ဆုံးရှုံးနေတတ်ပါသည်။

ဖဲရဲခင်းတွင် ဖဲရဲသီးရင့်မရင့်ကို စနစ်တကျစိုက်ပျိုးပါက စတင် စိုက်ပျိုးသည့်ရက်မှ ရက်ပေါင်း ၈၅-၉၀ ရှိလျှင် သာမန် အားဖြင့် ရင့်မှည့်သည်ကို သိနိုင်ပါသည်။ ပို၍သေချာစေရန် ရက် ပေါင်း ၈၅ နောက်ပိုင်း၌ ရင့်မှည့်စဖြစ်သော ဖဲရဲသီးတစ်လုံးကို ခွဲ၍ကြည့်ပါက ပို၍ သေချာပါသည်။ ထိုသို့ခွဲ၍ကြည့်ပါက အတွင်း ရှိအသားများ သိပ်သည်းနေပြီး အတွင်းသား၏အရောင်သည် အနီ ရောင် ၈၀ ရာခိုင်နှုန်းကျော်ပြီး အစေ့များ၏အရောင်သည် အညို

ရင့်ရောင်သို့ ပြောင်းလာလျှင် အဝေးသို့ တင်ပို့ပါရန် ဆွတ်ခူးနိုင်သည်။

ဖရဲခင်းတွင် ဖရဲသီးရွေးချယ်ခြင်း

ဖရဲခင်းတွင် ဖရဲသီးရင့်မရင့်ကို သိနိုင်ရန်အတွက် အောက်ပါ အချက် လေးချက်ဖြင့် ဆုံးဖြတ်နိုင်ပါသည်။

၁။ ဖရဲသီးတိုင်း၏ မျက်နှာချင်းဆိုင်ဘက်တွင် အဖျားက ခွေနေသော နှာမောင်းတစ်ခုရှိပါသည်။ ထိုနှာမောင်း၏ အလျားသည် အခွေများကိုဖြန့်ပြီး တိုင်းကြည့်ပါက ဖရဲသီးအလုံး၏ထက်ဝက်ခန့်ရှိသည်ကို တွေ့ရမည်ဖြစ်ပါသည်။ ထိုနှာမောင်း၏အရောင်သည် ယင်းနှင့်မျက်နှာချင်းဆိုင်ရှိနေသော ဖရဲသီးအရွယ်မရောက်သမျှ သို့မဟုတ် ထိုဖရဲသီးသည် ကြီးထွားမှု မရပ်ဆိုင်းသမျှ သို့မဟုတ် ထိုဖရဲသီးမရင့်သေးသမျှ ကာလပတ်လုံး အစိမ်းရောင်အတိုင်း ရှိနေပါသည်။ ယင်းနှာမောင်း၏အဖျားသည် အစိမ်းရင့်ရောင်မှ အညိုရောင်သို့ စတင်ပြောင်းလာလျှင် ဖရဲသီးသည် စတင်မှည့်လာပြီဖြစ်ပါသည်။ ထိုနှာမောင်းအဖျားဘက်မှ ခြောက်လာမှုသည် ဖရဲနွယ်၏အရင်းပိုင်းသို့ နီးလေလေ ဖရဲသီးသည် ရင့်လေလေ ဖြစ်ပါသည်။ ထို နှာမောင်းခြောက်လာမှုရာနှုန်းအတိုင်း ဖရဲသီး၏ အတွင်းသားများ အနီရောင်ပြောင်းလာသောအချိုးဟု မှတ်ယူနိုင်ပါသည်။

ဖရဲသီးနှင့်မျက်နှာချင်းဆိုင်တွင်ရှိသော ဤနှာမောင်းသည် စတင်၍ အစိမ်းရင့်အရောင်မှ အညိုရောင် စတင်၍ ပြောင်းလာလျှင် ထိုဖရဲသီးသည် ထိုအချိန်တွင်ရှိသည့်

အရွယ်အစားထက်ဆက်၍ မကြီးနိုင်တော့ဟု သိနိုင်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် ထိုနှာမောင်းစတင်၍ အရောင်ပြောင်းပြီး ခြောက်လာပြီဆိုလျှင် ထိုအချိန်မှစ၍ ဖရဲသီး၊ ဖရဲပင်များ ကြီးထွားရန်အတွက် မြေဩဇာများထည့်ကျွေးခြင်း၊ အားဆေးများ ဖျန်းခြင်းများပြုလုပ်ရန် မလိုအပ်တော့ကြောင်း သိရန်လိုအပ်ပါသည်။

၂။ ဖရဲသီးအခွံ၏ အပြင်အရောင်သည် မူလအရောင်မှ အရောင်ရင့်လာလျှင် ဥပမာ အစိမ်းရောင်အသီးအခွံ၏ အရောင်သည် အစိမ်းဖျော့ရောင်မှ အစိမ်းရင့်ရင့် အရောင်သို့ ပြောင်းလာလျှင်၊ အဝါရောင် အသီးများတွင် အဝါဖျော့ဖျော့အရောင်မှ အဝါရောင်ရင့်ရင့်သို့ ပြောင်းလာလျှင် ထိုဖရဲသီးကို ရင့်ပြီဟု ပြောနိုင်ပါသည်။

၃။ ဖရဲသီးကို လက်ဖြင့်ဖိနှိပ်ကြည့်သည့်အခါ လက်မထိပ်နှင့် နှိပ်၍မရဘဲ ဖရဲသီး၏အခွံသည် ကျောက်ခဲကဲ့သို့ မာကျောလာလျှင် ထိုဖရဲသီးကို ရင့်ပြီဟု ဆုံးဖြတ်နိုင်ပါသည်။

၄။ မြေကြီးနှင့်ထိနေသော ဖရဲသီး၏မျက်နှာပြင်အရောင်သည် ဖရဲသီးကို အနည်းငယ်နေရာရွေ့ကြည့်ပြီး လှန်၍ကြည့်လျှင် အစိမ်းဖျော့ရောင်မှ အဝါရောင်ဘက်သို့ ပြောင်းလာလျှင် ထိုဖရဲသီးကို ရင့်မှည့်ပြီဟု ဆုံးဖြတ်နိုင်ပါသည်။

ဖရဲသီးတစ်ကေကုန်ကျစရိတ်နှင့်ဝင်ငွေ

ဖရဲသီး ၂၅၀၀ ထုတ်လုပ်ရန် -

- (၁) မြေပြုပြင်စရိတ် ၆၀,၀၀၀
- (၂) ပျိုးစေ့ ၄၀၀၀ x ၁၅/- ၆၀,၀၀၀

(၃) မာတ်မြေဩဇာများ	၂၅၀,၀၀၀
(၄) ပိုးသတ်ဆေး	၁၅,၀၀၀
(၅) မှိုသတ်ဆေး	၂၀,၀၀၀
(၆) ရေသွင်းစရိတ်များ	၁၀၀,၀၀၀
(၇) အလုပ်သမားစရိတ်များ	၁၅၀,၀၀၀
(၈) အထွေထွေ	၂၀၀,၀၀၀
	<hr/>
	၈၅၅,၀၀၀

ဒေသများစွာတွင် လေ့လာချက်အရ ဤကုန်ကျစရိတ်များ မှာ အများဆုံးကုန်နိုင်သည်ဟု ယူဆသော ဈေးနှုန်းများ ဖြစ်ပါသည်။ ဝင်ငွေမှာ ဖရဲသီးရောင်းတန်းဝင် အလုံးရေထွက်ရှိမှုနှင့် ဖရဲသီး၏ အလေးချိန်ရရှိမှုတို့ အပေါ်တွင် တည်မည်ဖြစ်ပါသည်။ ဖရဲသီးတစ်လုံး၏အလေးချိန်မှာ ၁၀ ပိဿာမှ ၁၅ ပိဿာ အနည်းဆုံး ရှိပါက တွက်ခြေကိုက်မည်ဖြစ်ပါသည်။ ဒေသအတွင်း စားသုံးရန် အတွက်သာ ဖရဲသီးကို အလုံးလိုက် ရောင်းချနိုင်သော်လည်း ပြည်ပသို့ တင်ပို့ရာတွင် အလေးချိန်နှင့် တင်ပို့ရသည်ကို သတိပြုရန် ဖြစ်ပါသည်။ စံချိန်မီ ကုန်ကျစရိတ်လျော့အောင် ကြိုးစားလုပ်ဆောင်ပြီး ဖရဲသီးထွက်ရှိအောင် ပြုနိုင်ပါက အကျိုးအမြတ် ပိုရမည်ဖြစ်ပါသည်။ ၂၀၁၃ ခုနှစ် ပေါက်ဈေး အရ ဖရဲသီး တစ်ကီလိုတွင် တရုတ်ငွေ သုံးယွမ်မှ လေးယွမ်အထိ ရရှိသည်ဟု သိရှိရပါသည်။



ကွာစေ့ပရဲနှင့် ထိုင်ဝမ်ပရဲ နှိုင်းယှဉ်ပြပုံ



ကွာစေ့ပရဲသီး



ပရဲအရိုင်းသီး (အခါ)



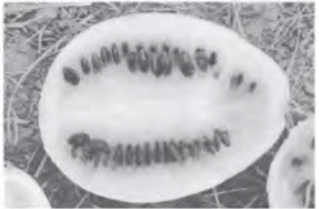
ကွာစေ့ပရဲသီး



ကွာစေ့ပရဲသီး (အန)

ကွာစေ့ပရဲနှင့် ထိုင်ဝမ်ပရဲ နှိုင်းယှဉ်ပြပုံ

ကွာစေ့ပရဲသီး
(အရင့်)



ကွာစေ့ပရဲသီး



ထိုင်ဝမ်ပရဲ





၁၉၉၅ ခုနှစ်တွင် ညောင်ဦးမြို့နယ်၊ တောင်သူစိုက်ခင်းတစ်ခု၌ အသီးသီးနေသော
 'ကွာစေ့' ပရဲသီးတွင် အချိုဓာတ်ပါဝင်မှုသိနိုင်ရန် စမ်းသပ်နေပုံ။



၁၉၉၅ ခုနှစ်တွင် ညောင်ဦးမြို့နယ်၊ တောင်သူစိုက်ခင်းတစ်ခု၌ အသီးသီးနေသော
 'ကွာစေ့' ပရဲသီးတစ်လုံးအား အတွင်းမှ အစေ့များ ပြင်နေပုံ။



၁၉၉၄ ခုနှစ်တွင်
ကျောက်ပန်းတောင်းမြို့နယ်၊
ဆည်ပေါက်စပျစ်ခြံ၌(၉ပေ x ၉ပေ)
မျက်နှာချင်းဆိုင် စိုက်ထားသောပရဲ
ခင်းအား လူကြီးများစစ်ဆေးနေပုံ။

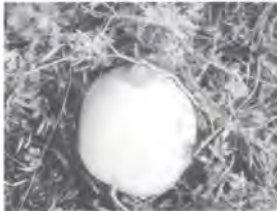
၁၉၉၄ ခုနှစ်တွင် ကျောက်ပန်းတောင်း
မြို့နယ်၊ ဆည်ပေါက်စပျစ်ခြံ၌
(၉ပေ x ၉ပေ) မျက်နှာချင်းဆိုင်
စိုက်ထားသော ပရဲခင်းမှအသီးသီးနေပုံ။



၁၉၉၄ ခုနှစ်တွင်
ကျောက်ပန်းတောင်းမြို့နယ်၊
ဆည်ပေါက်စပျစ်ခြံ၌(၉ပေ x ၉ပေ)
မျက်နှာချင်းဆိုင် စိုက်ထားသော
ပရဲခင်းမှ အသီးသီးနေပုံ။

၁၉၉၄ ခုနှစ်တွင်
ကျောက်ပန်းတောင်းမြို့နယ်၊
ဆည်ပေါက်စပျစ်ခြံ ၌(၉ပေ x ၉ပေ)
မျက်နှာချင်းဆိုင် စိုက်ထားသော
ပရဲခင်းမှ အသီးသီးနေပုံ။





၁၉၉၄ ခုနှစ်တွင်
ကျောက်ပန်းတောင်း၊ ပြို့နယ်၊
ဆည်ပေါက်ပျော်ခြံ
(၉၀၀x ၉၀၀) မျက်နှာချင်းဆိုင်
စိုက်ထားသော ဗရဲခင်းမှ
အသီးသီးနေပုံ။

၁၉၉၄ ခုနှစ်တွင်
ကျောက်ပန်းတောင်း၊ ပြို့နယ်၊
ဆည်ပေါက်ပျော်ခြံ
(၉၀၀x ၉၀၀)
မျက်နှာချင်းဆိုင် စိုက်ထားသော
ဗရဲခင်းမှ အသီးသီးနေပုံ။



၁၉၉၄ ခုနှစ်တွင်
ကျောက်ပန်းတောင်း၊ ပြို့နယ်၊
ဆည်ပေါက်ပျော်ခြံ
(၉၀၀x ၉၀၀) မျက်နှာချင်းဆိုင်
စိုက်ထားသော ဗရဲခင်းမှ
အသီးသီးနေပုံ။



ဆွတ်ခူးထားသော ပရဲသီးပျားအားစုပုံထားပုံ



တောင်သူဦးစောပီနှင့်ဆွေးနွေးနေပုံ



တောင်သူဦးစောပီနှင့် ဆွေးနွေးနေပုံ

တစ်တန်းနှင့်တစ်တန်း ပေ ၂၀ ခြား
စိုက်ထားသော ပရဲစိုက်ခင်း



ပရဲပင်အငယ်တွင် ပိုးကျူးပြသခြင်း

ကျိုင်းစားထားသော ပရဲရွက်နှင့် ပြုကျနေသောပရဲရွက်



ပရဲပင်ငယ်တွင်
ရောဂါကျပ်ပြသခြင်း



ရောဂါနှင့်ပိုး နှစ်မျိုးလုံး
ကျနေသော ပရဲပင်ငယ်



ရောဂါကျနေသော ပရဲပင်ငယ်

ရောဂါကျနေသော ဗရဲပင်ငယ်



ရောဂါနှင့်ပိုး နှစ်မျိုးလုံး ကျနေသော ဗရဲပင်ငယ်



ပင်ညှိုးရောဂါကြောင့် သေသွားသော ဗရဲပင်ငယ်



ရောဂါစတင် ကျရောက် နေသော ဗရဲပင်ငယ်များ





ပရဲသီးအညှာနှင့် ပျက်နာချင်းဆိုင်တွင် ရှိသော နှာမောင်းအား ပြသနေပုံ



အသီးသီးနေသောပရဲပင်တွင် ရောဂါကျရောက်နေပုံ



ပင်ပြန့်ပြေပဲခင်းတွင် သီးညှပ် စိုက်ပျိုးထားသော ကွာစေ့ပရဲပင်များ



ပင်ပြန့်ပြေပဲခင်းတွင် သီးညှပ် စိုက်ပျိုးထားသော ကွာစေ့ပရဲပင်တွင် အသီးသီးနေပုံ



ငှက်မျက်လုံးရောဂါကျရောက်နေသော ပရဲသီးပုံ

၂။ သခွားမွှေးစိုက်ပျိုးရေး

မြန်မာအမည် - သခွားမွှေး

အင်္ဂလိပ်အမည် - Muskmelon

သိပ္ပံအမည် - Cucumis melo reticulatus

သခွားမွှေးသီးမှာ နွယ်မှသီးသော သစ်သီးဖြစ်ပါသည်။ သခွားမွှေးသီးမှာ ယေဘုယျအားဖြင့် နှစ်မျိုးရှိပါသည်။ တစ်မျိုးမှာ Muskmelon ခေါ်ပြီး အပေါ်ယံအခွံတွင် ပိုက်ကွက်မပါဘဲ လုံးချောဖြစ်ပါသည်။

အခြားတစ်မျိုးမှာ Cantaloupe ခေါ်ပြီး အသီး၏အခွံပေါ်တွင် ပိုက်ကွက်များပါရှိပါသည်။ မြန်မာများအနေဖြင့် နှစ်မျိုးလုံးကိုပင် သခွားမွှေးသီးဟု ခေါ်ပါသည်။

သခွားမွှေးသီးမှာ ပုံသဏ္ဍာန်အမျိုးမျိုးရှိပါသည်။ အရှည်ပုံ၊ ဘဲဥပုံ၊ အဝိုင်းပုံ ဖြစ်ပါသည်။ အရွယ်အစားလည်း အမျိုးမျိုးရှိပါသည်။ အတွင်းအသား၏ အရောင်မှာလည်း အဖြူရောင်၊ အစိမ်းဖျော့ရောင်၊ အနီဖျော့ရောင်များ ရှိပါသည်။

Muskmelon ဟူသော စကားလုံး၌ Musk နှင့် Melon ဟူသော စကားနှစ်လုံးပေါင်းထားခြင်းဖြစ်ပါသည်။ Musk မှာ ပါရှင်း

(Persian) စကားလုံးဖြစ်၍ Perfume “ရေမွှေး”ဟူသော အဓိပ္ပာယ် ဖြစ်ပါသည်။

Melon မှာ လက်တင်ဘာသာ Melopepo မှ ပြင်သစ်စကား Melon အဖြစ် ပြောင်းလာခြင်းဖြစ်ပါသည်။ အဓိပ္ပာယ်မှာ “ပန်းသီး ပုံ သခွားသီး”ဟူ၍ ဖြစ်ပါသည်။ ဂရိဘာသာစကားလုံးတွင်လည်း အဓိပ္ပာယ်အတူတူဖြစ်သည်ဟု ဆိုပါသည်။

နောက်ခံသမိုင်း

သခွားမွှေး၏ မူရင်းဒေသသည် အနောက်တောင်အာရှရှိ ပူနွေးသောလျှိုမြောင်များတွင် စတင်ခဲ့သည်ဟု ဆိုပါသည်။ ပါရှင်း (အီရန်)တိုင်းပြည်၊ ပါကစ္စတန်၊ ကတ်ရှ်မီးယား၊ အိန္ဒိယ အနောက် မြောက်ပိုင်းနှင့် အာဖဂန်နစ္စတန်နိုင်ငံတို့သည် သခွားမွှေး၏မူရင်း ဒေသများ ဖြစ်သည်ဟု ဆိုပါသည်။

သခွားမွှေးနှင့်ပတ်သက်၍ အစောဆုံးမှတ်တမ်းမှာ BC ၂၄၀၀ ခုနှစ်က ရေးဆွဲခဲ့သည့် အိဂျစ်ဆေးရေးပန်းချီများတွင် ဖော်ပြခဲ့သည်ဟု ဆိုပါသည်။ ဘုရင်များ၏ အုတ်ဂူများတွင် သခွား မွှေးသီးပုံများ ရေးဆွဲထားခဲ့သည်ဟု ဆိုပါသည်။

ဂရိနိုင်ငံတွင် BC ၃ ရာစုကပင် သခွားမွှေးရောက်ခဲ့သည်ဟု ဆိုပါသည်။ AD ပထမရာစုတွင် ရောမအဘိဓမ္မာဆရာ ပလိုင်နီ (Pliny) က ကမ်းပါးနီးယား (Campania) သခွားမွှေးနှင့် ပတ်သက်၍ ဖော်ပြခဲ့သည်ဟု ဆိုပါသည်။

ဂရိဆေးဆရာ ဂါလင် (Galen) က AD ၂ ရာစုတွင် သခွား မွှေးသီးကို ဆေးဝါးအဖြစ် အသုံးပြုသည်ဟု ရေးသားခဲ့ပါသည်။

AD ၃ ရာစုတွင် ဂရိစာရေးဆရာများက သခွားမွှေးသီးကို အမွှေးအကြိုင်များနှင့်ရော၍ စားသုံးကြသည်ဟု ဆိုပါသည်။

တရုတ်ပြည်သည် AD ပထမရာစုကပင် ဟိမဝန္တာတောင်တန်း၏ အနောက်ဘက်ဒေသများ၌ သခွားမွှေး ရောက်ရှိနေသည်ကို မသိကြသေးပါ။

မြေထဲပင်လယ်ဒေသ၌ အလယ်ပိုင်းခေတ်ကပင် သခွားမွှေးကို စိုက်ပျိုးနေကြပြီ ဖြစ်ပါသည်။ စပိန်နိုင်ငံတွင် ၁၅ ရာစုကပင် သခွားမွှေး ရောက်ရှိနေပြီဖြစ်ပါသည်။

ကိုလံတတ်သည် သူ၏ဒုတိယခရီးစဉ်တွင် သခွားမွှေးမျိုးစေ့များကို ယူဆောင်လာခဲ့ပြီး ၁၄၉၄ ခုနှစ်တွင် အစွတ်လားကျွန်း (Isabela Island) တွင် စိုက်ပျိုးခဲ့သည်ဟု ဆိုပါသည်။ ဤသည်မှာ ကမ္ဘာ့သစ်၌ ပထမဦးစွာ သခွားမွှေး စိုက်ခဲ့သည်ဆိုသည်မှာ သံသယဖြစ်စရာမရှိပါ။

ဤကာလနှင့်မရှေးမနှောင်းကပင် ပြင်သစ်ပြည်၏ အငှမမြောက် ချားဘုရင် (Charles VIII)သည် ရောမနိုင်ငံမှ ဥရောပသို့ သခွားမွှေးမျိုးများ ယူဆောင်လာခဲ့သည်ဟု ဆိုပါသည်။

၁၅၁၃ ခုနှစ်တွင် စပိန်စာရေးဆရာတစ်ဦးက သခွားမွှေးသီးတွင် ပါဝင်သော အနံ့မှာ အခြားအမွှေးအကြိုင်များထက် သာလွန်ခြင်းကြောင့် အခြားအမွှေးအကြိုင်များမှာ များစွာ တိုးချဲ့စိုက်ပျိုးခြင်းမရှိသော်လည်း သခွားမွှေးမှာ တစ်ကမ္ဘာလုံးအတိုင်းအတာအရ တိုးချဲ့စိုက်ပျိုးလာကြကြောင်း ရေးသားခဲ့ပါသည်။

၁၆ ရာစုမကုန်မီမှာပင် စပိန်နယ်ချဲ့များက သခွားမွှေးမျိုးများကို မြောက်အမေရိကတိုက်ရှိ နေရာများစွာသို့ တင်သွင်းခဲ့သည်ဟု ဆိုပါသည်။ ဗြိတိသျှ၏ပထမဆုံး ကိုလိုနီဖြစ်သည့် “တဂျီးနီးယား”

နှင့် မက်ဆာချူးဆက်နိုင်ငံများသို့ ယူဆောင်စိုက်ပျိုးခဲ့သည် ဟု ဆိုပါသည်။

၁၇ ရာစုတွင် မြောက်အမေရိကတိုက်ရှိ အင်ဒီယန်လူမျိုး များသည် ရာစုနှစ် တစ်နှစ်စော၍ သခွားစိုက်ပျိုးနည်းကို ကျွမ်းကျင်ပြီးသော စပိန်နယ်ချဲ့လက်အောက်ရှိ အပူပိုင်းအမေရိကတိုက်မှ နည်းပညာရပြီး သခွားမွှေးကို စိုက်ပျိုးခဲ့ကြသည်ဟု ဆိုပါသည်။

“ဖလော်ရီဒါ ပြည်နယ် အနောက်အလယ်ပိုင်း” “မစ်ဒစ်ဝက်” နှင့် “နယူအင်္ဂလန်” တို့တွင် နေထိုင်သော အင်ဒီယန်လူမျိုးများသည် ၁၆ ရာစုအလယ်လောက်ကပင် သခွားမွှေးကို စိုက်ပျိုးခဲ့ကြပါသည်။

စပိန်နယ်ချဲ့များက ၁၆၀၉ ခုနှစ်တွင် “ဘာမြို့ဒါ” ဒေသသို့ လည်းကောင်း၊ ၁၆၅၀ ခုနှစ်တွင် “ဘရာဇီး” သို့ လည်းကောင်း၊ ၁၆၈၃ ခုနှစ်တွင် ကယ်လီဖိုးနီးယားသို့လည်းကောင်း သခွားမျိုးများကို တင်သွင်းခဲ့သည်ဟု ဆိုပါသည်။

ယနေ့ အဓိကအားဖြင့် စိုက်ပျိုးလျက်ရှိသော အရွယ်အမျိုးမျိုး၊ အရောင်အမျိုးမျိုးရှိနေသော သခွားမွှေးမျိုးများမှာ ၁၆ ရာစုကပင် ထွက်ရှိခဲ့သော မျိုးများဖြစ်သည်ဟု ဆိုပါသည်။

ယနေ့ တွေ့ရှိရသော အမျိုးမျိုးသော အရသာရှိသော သခွားမွှေးများမှာ ထိုအချိန်ကာလကပင် ရှိနေပြီဖြစ်သည်ဟု ဆိုပါသည်။

အရွယ်အစား၊ အရောင်အဆင်းညီသော မျိုးများရရှိအောင် ပြုပြင်ခြင်း၊ အသီး၏ပုံသဏ္ဍာန်မှန်သောမျိုးများရှိအောင် အားထုတ်ခြင်း၊ အသားထူအောင်ပြုလုပ်ကြခြင်း၊ အရည်အသွေးကောင်းအောင် ပြုလုပ်ကြခြင်းများမူ ရှိနေပါသည်။

လက်တွေ့အားဖြင့် “ကယ်လီဖိုးနီးယား”ပြည် အင်ပီရီးရဲလျှိုမြောင် (Imperial Valley) တွင် ဖားဥမြို့ရောဂါဒဏ်ခံနိုင်သော သခွားမွှေးမျိုးများကို ရုက္ခဗေဒပညာရှင်များက ရအောင်မွေးထုတ်ခဲ့ကြပါသည်။

မြန်မာပြည်နှင့်သခွားမွှေး

သခွားမွှေး၏မူရင်းဒေသသည် အိန္ဒိယမြောက်ပိုင်း ပါနေသည်ဟုဆိုသဖြင့် မြန်မာပြည်သည်လည်း သခွားမွှေး သို့မဟုတ် သခွားမျိုးများ၏ မူရင်းဒေသဖြစ်သည်ဟု ယူဆနိုင်ပါသည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် မြန်မာပြည်အရပ်ရပ်တွင် သခွားအမျိုးမျိုးသည် သဘာဝအတိုင်းရှိနေသောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။

သခွားအရိုင်းဟုဆိုနိုင်သော အသီး၏အရွယ်အစား နှစ်လက်မခန့်ရှိသော သခွားမျိုးနွယ်ဝင် ကဆစ်အရိုင်းများ၊ အသီးများ ရှိနေပါသည်။ ထိုအသီးများမှာ အလွန်ခါးသော အရသာရှိပါသည်။ “ကဆစ်မသီးများ” ထိုအသီးများမှာလည်း အရွယ်အစား အလွန်မကြီးဘဲ အရိုင်းသဘောမျိုး အလှေကျ ပေါက်ရောက်လျက်ရှိခြင်း၊ မြန်မာပြည်အလယ်ပိုင်းတွင် မိုးဦးကာလ၌ စားပြောင်းဖူးများနှင့် ရော၍စိုက်ပျိုးသော သခွားသီးအစိမ်းရောင်များ၊ ထိုသခွားမျိုးများသည် အစိမ်းအရွယ်၌ အလွန်ခါးသော အရသာရှိပြီး မှည့်လျှင်မူ အနံ့လည်း မွှေး၍ အရသာလည်းချိုသော သခွားမျိုးများ၊ ဆောင်းရာသီတွင် ကြံစိုက်ပျိုးသောဒေသများနှင့် ကြံခင်းအသစ်များတွင် သီးညှပ်အဖြစ်စိုက်ပျိုးသော ပုံသဏ္ဍာန်အမျိုးမျိုးရှိသော သခွားမသီးများ၊ ငရုတ်သခွားများ စသည်ဖြင့် သခွားအမျိုးမျိုးရှိနေသောကြောင့်

မြန်မာပြည်သည်လည်း သခွားမွှေး၏ မူရင်းဒေသဟု ပြောနိုင်မည် ဖြစ်ပါသည်။

အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် သီးနှံဖြစ်စေ၊ တိရစ္ဆာန်ဖြစ်စေ အစိုင်းအဖြစ်တွေ့နေလျှင် ထိုသီးနှံသော်လည်းကောင်း၊ ထိုတိရစ္ဆာန် သော်လည်းကောင်း ပေါက်ဖွားရာ၊ ဖြစ်ထွန်းရာဒေသသည် ထိုသီးနှံ၊ တိရစ္ဆာန်တို့၏ မူရင်းဒေသဟု သတ်မှတ်နိုင်သောကြောင့် ဖြစ် ပါသည်။

တစ်ကမ္ဘာလုံး၌ရှိသော ကြက်များ၏မူရင်းဒေသသည် မြန်မာ ပြည်ဖြစ်သည်ဟု မှတ်တမ်းပြုထားပါသည်။ အဘယ်ကြောင့် ကြက် ၏မူရင်းဒေသကို မြန်မာပြည်ဟု သတ်မှတ်ပါသနည်း။ မြန်မာပြည် ၏ သစ်တောများအတွင်း တောကြက်ဟုခေါ်သော ကြက်အစိုင်း များကို ယနေ့အထိ တွေ့နေရသောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။

စီးပွားဖြစ်စိုက်ပျိုးသောသခွားမွှေးစိုက်ခြင်း

ယနေ့ မြန်မာပြည်၌ ကျယ်ပြန့်စွာ စီးပွားဖြစ်စိုက်ပျိုးလျက်ရှိ သော သခွားမွှေးကို ၁၉၈၆-၈၇ ခုနှစ်တွင် လယ်ယာစိုက်ပျိုးရေး ကော်ပိုရေးရှင်း၊ မြန်မာ့စိုက်ပျိုးရေးလုပ်ငန်း၊ ဥယျာဉ်ခြံသီးနှံဌာနမှ မေမြို့ (ပြင်ဦးလွင်)ရှိ ဥယျာဉ်ခြံတွင်လည်းကောင်း၊ ၁၉၈၇-၈၈ ခုနှစ်တွင် မြန်မာ့စိုက်ပျိုးရေးလုပ်ငန်း၊ ဥယျာဉ်ခြံဌာနအောက်ရှိ ကျောက်ပန်းတောင်းမြို့နယ် ပုပွားစပျစ်ခြံတွင် ပလတ်စတစ်ဖြင့် Green House အအေးရုံဆောက်လုပ်၍လည်းကောင်း သုတေသန အဖြစ် စတင်စိုက်ပျိုးခဲ့ပါသည်။

၁၉၈၇ ခုနှစ်၊ ဇူလိုင်လ ၈ ရက်နေ့တွင် လယ်ယာစိုက်ပျိုးရေး ကော်ပိုရေးရှင်းမှ ဦးဆောင်ညွှန်ကြားရေးမှူး ဦးတင်လှိုင်၊ နောင်

ဒုတိယဝန်ကြီးလယ်ယာစိုက်ပျိုးရေးနှင့် ဆည်မြောင်းဝန်ကြီးဌာနသည် အမေရိကန်နိုင်ငံမှ သခွားမွှေးမျိုးနှစ်မျိုးကို ယူဆောင်လာ၍ ကျောက်ပန်းတောင်းမြို့နယ်၊ ဆည်ပေါက်စပျစ်ခြံတွင် စမ်းသပ်စိုက်ပျိုးစေခဲ့ပါသည်။ ဦးတင်လှိုင် ယူဆောင်လာသော သခွားမွှေးမျိုး နှစ်မျိုးမှာ -

- (၁) GALIA သခွားမွှေးမျိုးနှင့်
- (၂) Honey Dew မျိုးများဖြစ်ပါသည်။

(A) GALIA

ဤသခွားမွှေး၏ အသီးအခွံမှာ နူးညံ့ပါသည်။ အသီးခွံ၏ အရောင်မှာ အဝါဖျော့ဖြစ်ပါသည်။ အရသာမှာ သကြားနှင့်ရောစားမှု ချို့ပါသည်။ အသီးအရွယ်အစားမှာ လက်ဖက်ရည်အချို့ပန်းကန် အောက်ခံပြားအရွယ် ရှိပါသည်။ အလေးချိန် ၁၂ ပေါင်မှ ၂၄ ပေါင် ရှိပါသည်။

(B) HONEY DEW

အသီး၏အခွံမှာ ပို၍မာကျောပါသည်။ အစင်းများပါ၍ အနည်းငယ်ကြမ်းပါသည်။ အသီး၏အရသာမှာ သကြားထည့်ရန်မလိုဘဲ ချို့ပါသည်။ အသီး၏အရွယ်မှာ အချင်း ရှစ်လက်မရှိပါသည်။ အသီး၏အလေးချိန် ၁၂ ပေါင်မှ ၂၄ ပေါင် ရှိပါသည်။

သခွားမွှေးစီးပွားဖြစ် စတင်၍စိုက်ပျိုးခြင်း

စီးပွားဖြစ် သခွားမွှေးစိုက်ပျိုးခြင်းကို ၁၉၉၃-၉၄ ဘဏ္ဍာရေးနှစ်တွင် ကျောက်ပန်းတောင်းမြို့နယ်၊ မြန်မာ့စိုက်ပျိုးရေးလုပ်ငန်း၊ ကျောက်ပန်းတောင်း စပျစ်ခြံတွင် သခွားမွှေး ခြောက်ဧက၊ မိတ္ထီလာ

စပျစ်ခြံတွင် သခွားမွှေး ငါးဧကတို့ကို စပျစ်စိုက်ခင်းအသစ်များ တွင် သီးညှပ်အဖြစ်ရော၍ စိုက်ပျိုးခဲ့ပါသည်။

ထိုစဉ်က စိုက်ပျိုးသော သခွားမွှေးမျိုးမှာ Sky Rocket ခေါ် သော သခွားမွှေးမျိုးဖြစ်ပါသည်။ ဤသခွားမွှေးမျိုးမှာ အသီးအရွယ် အစား အချင်း ရှစ်လက်မမှ ၁၀ လက်မအထိ ရှိပါသည်။ အသီး အခွံပေါ်တွင် ပိုက်ကွက်များပါရှိသည်။ အသား၏အရောင်မှာ စိမ်းဝါရောင်ရှိ၍ မွှေး၍ချိုပါသည်။ အသီး၏အလေးချိန် ၁၂ ပေါင်မှ ငါးပေါင်အထိ ရှိပါသည်။

ထိုသခွားမွှေးများမှာ Known You Seed ကုမ္ပဏီ ထိုင်ဝမ်မှ တင်သွားလာသော မျိုးဖြစ်ပါသည်။ ထိုအချိန်က သခွားမွှေးသီး ကို စားသုံးရမှန်းပင် မသိကြသေးပါ။ ၁၉၉၄- ၁၉၉၅ ခုနှစ်တွင် ဆည်ပေါက်စပျစ်ခြံမှ ထွက်ရှိသော သခွားမွှေးသီး အလုံး ၅၀၀ ခန့်ကို စင်္ကာပူနိုင်ငံသို့ စမ်းသပ်ပေးပို့ခဲ့ပါသည်။ နောက်ပိုင်းမှ ဆက်လက် မစိုက်ပျိုးခဲ့ပါ။

ဈေးကွက်စီးပွားရေးအရ သခွားမွှေးများစိုက်ပျိုးခြင်းကို ၂၀၀၀ ပြည့်နှစ်နောက်ပိုင်းတွင် တရုတ်ပြည် ဈေးကွက်ရှိလာ၍ မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး၊ စစ်ကိုင်းတိုင်းဒေသကြီးတို့တွင် ဧကများစွာ စိုက်ပျိုးလာကြပါသည်။ ရန်ကုန်တိုင်းဒေသကြီးနှင့် ပဲခူးတိုင်းဒေသ ကြီးတို့တွင် ဒေသဈေးကွက်အတွက် အနည်းငယ်စီ စိုက်ပျိုးလာ ကြပါသည်။

သခွားမွှေးနှင့် အာဟာရတန်ဖိုးများ

သခွားမွှေးတွင် အစေ့များသည် အလယ်အူတိုင်တွင်မရှိဘဲ ပိုက်ကွန်သဖွယ်ဖြင့် တွဲ၍နေပါသည်။ အစေ့များကို အလွယ်တကူ

ဖယ်ရှားနိုင်ပါသည်။ သခွားမွှေးအသီးသည် ရင့်မှည့်သောအခါ နူးညံ့၍ ချိုမွှေးသော အရသာရှိပါသည်။ သခွားမွှေး၏အပြင်အခွံမှာ အနည်းငယ်ထူ၍ မာကျောပါသည်။ အရည်ရွှမ်း၍ အသားထူသော အတွင်းသားများကို စားရန်ဖြစ်ပါသည်။

သခွားမွှေးသီးမှာ ရင့်မှည့်ပါက အဝါရောင်တောက်ပလာပါ သည်။ အနံ့အနည်းငယ်ထွက်မှသာ စားသုံးရန် ဖြစ်ပါသည်။ အနံ့ မထွက်ဘဲ မာဆတ်ဆတ်ဖြစ်နေသောအသီးကို ခွဲ၍ စားသုံးပါက သခွားမွှေးသီး၏ အရသာအမှန်ကို မတွေ့ရှိနိုင်ပါ။ အသီးကို ဓား ထက်ထက်ဖြင့် ထက်ခြမ်းခွဲ၍ အစိတ်ငယ်များစိပ်ပြီး အခွံအနားမှ ကပ်၍ ဓားဖြင့် အသားထုတ်ပြီး စားသုံးရန်ဖြစ်ပါသည်။

သခွားမွှေးနှင့်ပတ်သက်၍ လူအများစုက အာဟာရတန်ဖိုး အလွန်မရှိဟု ယူဆကြပါသည်။ သို့ရာတွင် ကောင်းစွာရင့်မှည့် သော သခွားမွှေးသီးတွင် အလွန်အရေးကြီးသော ဝိတာမင်များ ဖြစ်သည့် A,B,C တို့ ကြွယ်ဝစွာပါဝင်နေပါသည်။ သခွားမွှေး တစ်ပေါင်တွင် ကယ်လိုရီ ၁၈၅ သာရှိ၍ တစ်ကီလိုတွင် ၄၀၈ ကယ်လိုရီသာ ပါဝင်ပါသည်။ သခွားမွှေးတွင် ရေဓာတ် ၈၉ ဒသမ ၅ ရာခိုင်နှုန်းနှင့် အသားဓာတ်ခေါ် ပရိုတင်း သုညဒသမခြောက် ရာခိုင်နှုန်းပါဝင်ပါသည်။ သခွားမွှေးတွင် ဝမ်းကိုပျော့ပျောင်း စေသော သတ္တိများစွာ ပါဝင်ပါသည်။

သခွားမွှေးဖျော်ရည်

အရွယ်အသင့်အတင့်ရှိသော ရင့်မှည့်သော သခွားမွှေးသီး တစ်လုံးကို ခွဲ၍ အစေ့များဖယ်ရှားပါ။ ထို့နောက် အသားများကို ဇွန်းနှင့်ခြစ်ယူပါ။ ထို့နောက် ဖန်ခွက်ထဲတွင်ထည့်ပါ။ ဇွန်းနှင့်ကြေ

အောင် ခလောက်ပါ။ ရေသင့်လျော်ရုံထည့်၍ ရောမွှေပြီး သောက် သုံးနိုင်ပါသည်။ အချို့ပေါ့သည်ဟု ထင်ပါက သကြားအနည်းငယ် ထည့်နိုင်ပါသည်။

သခွားမွှေးသီးဖျော်ရည်တွင် တန်ဖိုးမမြတ်နိုင်သော အာဟာရ ဓာတ်များစွာ ပါဝင်ပါသည်။ စားသုံးသူများအား ကျန်းမာရေးနှင့် ပတ်သက်သော အကျိုးကျေးဇူးများစွာ ရစေနိုင်ပါသည်။

သကြားထည့်ထားခြင်းမရှိသော သခွားမွှေးဖျော်ရည်တစ်ခွက် တွင် အာဟာရတန်ဖိုးများသည် အောက်တွင် ဖော်ပြထားသည့် အတိုင်း ပါဝင်နေပါသည်။

ဗီတာမင် အေ	၅၁၆	RE
ဗီတာမင် ဘီ	၆၀. ၀၈	mg
ဗီတာမင် စီ	၆၈	mg
နီယာစင်	၀. ၉	mg
အဆီဓာတ်	၀. ၄	g
ဖော်လစ်အက်ဆစ်	၂၇	mcg
ကိုလက်စထရော	၀	mg
ဆီဗီယမ်	၁၄	mg
မဂ္ဂနီဗီယမ်	၁၇	mg
ပရိုတိန်း	၁. ၄	g
ကာဘိုဟိုက်ဒရိတ်	၁၃. ၄	g
အမျှင်ဓာတ်	၁. ၃	g
ပိုတက်စီယမ်	၄၉၄	mg
ကယ်လိုရီ	၅၇	

သခွားမွှေးစားသုံးခြင်းဖြင့် ရရှိနိုင်သော ကျန်းမာရေးကျေးဇူးများ

- ၁။ သခွားမွှေးသီးတွင် အမျှင်ဓာတ်များစွာပါဝင်၍ ဝမ်းချုပ်မှုကို သက်သာစေပါသည်။
- ၂။ သခွားမွှေးသီးတွင် သကြားဓာတ်နှင့် ကယ်လိုရီများစွာ မပါဝင်ခြင်းကြောင့် ကိုယ်အလေးချိန် လျော့လိုသူများ၊ ခန္ဓာကိုယ် အလှအပကို ထိန်းထားလိုသူများ စားသုံးနိုင်ပါသည်။
- ၃။ သခွားမွှေးသီးတွင် ဝိုင်တက်စီယမ်ဓာတ်များစွာ ပါဝင်၍ သွေးတိုးကို ကျစေနိုင်ပါသည်။
- ၄။ သခွားမွှေးသီးသည် နှလုံးခုန်နှုန်းအား မှန်စေသဖြင့် လေဖြတ်မှုဖြစ်ခြင်းမှ ကာကွယ်နိုင်ပါသည်။
- ၅။ သခွားမွှေးသီးကို စားသုံးပါက ကျောက်ကပ်တွင် ကျောက်ဖြစ်မှုကို လျော့နည်းစေပါသည်။ အသက်အရွယ်ကြီးသူများတွင် အရိုးများကို ခိုင်မာတောင့်တင်းစေပါသည်။
- ၆။ သခွားမွှေးသီးတွင် “အန်ထီအောက်ဆီဒင့်” သတ္တိဖြစ်သော ဗီတာမင်စီ ကြွယ်ဝစွာပါသဖြင့် နှလုံးရောဂါဖြစ်မှုကို ကာကွယ်နိုင်ခြင်း၊ ကင်ဆာရောဂါဖြစ်မှုကို ကာကွယ်နိုင်ခြင်း၊ အခြားသော ပြင်းထန်သောရောဂါဖြစ်မှုတို့ကိုလည်း ကာကွယ်နိုင်ခြင်းများ ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။
- ၇။ သခွားမွှေးသီးတွင် ကယ်လိုရီလုံးဝမပါသဖြင့် သွေးတွင် ကိုလက်စထရောများစွာ ရှိနေသူများအနေဖြင့် သခွားမွှေးသီးကို စားသုံးခြင်းဖြင့် ကိုယ်ခန္ဓာအလေးချိန်ကို လျော့ချနိုင်ပါသည်။

- ၈။ သခွားမွှေးသီးကို မှန်မှန်စားသုံးပါက အစားအသောက် ပျက်မှုကို ပျောက်ကင်းစေနိုင်ခြင်း၊ အစာအိမ်အချဉ် ပေါက်မှုကို လျော့ကျစေခြင်း၊ ပြည်တည်အနာကို ပျောက် စေခြင်း၊ ဆီးနှင့်ဆီးလမ်းကြောင်းတွင် ဖြစ်သောရောဂါ များကို ကာကွယ်နိုင်ခြင်း အကျိုးများ ရပါမည်။
- ၉။ သခွားမွှေးသီးတွင် ရေဓာတ်များစွာပါဝင်သဖြင့် သခွား မွှေးသီးကို စားသုံးခြင်းဖြင့် ခန္ဓာကိုယ်အတွင်း အပူလွန်ကဲ မှုကြောင့် ခွေးထွက်လွန်မှု လျော့ကျစေနိုင်ခြင်း၊ ခွေးထွက် လွန်ကဲခြင်းကြောင့်ဖြစ်သော ရောဂါများကို ကာကွယ် နိုင်စွမ်းရှိပါသည်။
- ၁၀။ သခွားမွှေးသီးတွင် ဝိတာမင်အေဓာတ်များစွာ ပါဝင် သဖြင့် ကိုယ်ခန္ဓာအရေပြား မပျက်စီးအောင် ကာကွယ် နိုင်သဖြင့် အသားအရေစိုပြည်လှပစေပါသည်။
- ၁၁။ သခွားမွှေးသီးတွင် ဖော်လီယစ်အက်ဆစ်ပါဝင်သဖြင့် ကိုယ်ဝန်ဆောင် အမျိုးသမီးများတွင် သန္ဓေသားကို ကျန်းမာစေခြင်း၊ သားအိမ်ခေါင်းကင်ဆာနှင့် အရိုးပွမှု ဖြစ်ခြင်းတို့ကိုလည်း ကာကွယ်နိုင်ပါသည်။ စိတ်ဓာတ် ကျမှုများကိုလည်း လျော့နည်းစေနိုင်ပါသည်။
- ၁၂။ သခွားမွှေးသီးတွင် နှစ်ခြိုက်စွာအိပ်ပျော်စေနိုင်သော သတ္တိပါရှိသဖြင့် အိပ်မပျော်သော ရောဂါရှိသူများ အိပ် ဆေးသောက်နေရသူများသည် သခွားမွှေးသီးကို မှန်မှန် စားသုံးပါက ထိုရောဂါပျောက်ကင်းနိုင်ပါသည်။

၁၃။ ကိုယ်ခံစွမ်းအားကောင်းမွန်စေခြင်း

သခွားမွှေးဖျော်ရည်တစ်ခွက်ကို သောက်သုံးပါက လူ့ တစ်ယောက်အတွက်လိုအပ်သော ထောက်ခံထားသော ဝီတာမင်စီ ၁၁၂ ရာခိုင်နှုန်း ရရှိနိုင်သည်ဟု ဆိုပါသည်။ ဝီတာမင်စီမှာ အန်တီအောက်ဆီဒင့် ဓာတ်တိုးဆန့်ကျင် ပစ္စည်းဖြစ်သဖြင့် ကိုယ်ခံစွမ်းအားကိုမြှင့်တက်စေပါသည်။ ကူးစက်မှုများမဖြစ်အောင် ကာကွယ်နိုင်စွမ်းရှိပါသည်။

၁၄။ အဆုတ်ကောင်းမွန်စေခြင်း

သခွားမွှေးသီး မှန်မှန်စားသုံးပါက အဆုတ်ကို ပိုမို ကျန်းမာစေပါသည်။ အကြောင်းမှာ သခွားမွှေးသီးတွင် ဝီတာမင်အေဓာတ်များစွာ ပါဝင်နေသောကြောင့် ဖြစ်ပါ သည်။ သခွားမွှေးသီးဖျော်ရည်တစ်ခွက်တွင် ဝီတာမင် အေ ၁၀၃ ရာခိုင်နှုန်း ပါဝင်ပါသည်။ ဝီတာမင်အေဓာတ် ချို့တဲ့မှုကြောင့် အသားအရေကြမ်းနေသူများ၊ ခြေဖဝါး လက်ဖဝါးကွဲနေသူများ၊ အရေပြားအပေါ်တွင် အရည် ကြည်အဖုများ ပေါက်နေသူများသည် သခွားမွှေးသီးကို မှန်မှန်စားသုံးပါက ထိုရောဂါများ ပျောက်ကင်းနိုင် ပါသည်။

၁၅။ အမြင်အာရုံကောင်းစေခြင်း

အသက်အရွယ်ကြီးရင့်သဖြင့် အမြင်အာရုံအားနည်း သူများသည် အန်တီအောက်ဆီဒင့် သတ္တိရှိသော ဝီတာမင် အေနှင့်စီဓာတ်ကြွယ်ဝသော သခွားမွှေးသီးကို စားသုံးပါ က အမြင်အာရုံပါ ကောင်းလာနိုင်သည်ဟု ဆိုပါသည်။

- ၁၆။ **နှလုံးရောဂါနှင့်လေဖြတ်မှုကို ကာကွယ်နိုင်ခြင်း**
 သခွားမွေးသီးကို မှန်မှန်စားသုံးပါက သခွားမွေးသီးတွင် ပါဝင်သော ဗီတာမင်စီဓာတ်က ဗိုင်းရပ်(စ်)ရောဂါနှင့် ဘက်တီးရီးယားရောဂါဖြစ်မှုကို ကာကွယ်နိုင်သည့်အပြင် နှလုံးရောဂါဖြစ်မှုနှင့် လေဖြတ်ရောဂါဖြစ်မှုတို့ကိုလည်း ကာကွယ်နိုင်ပါသည်။
- ၁၇။ **သွေးတွင်းသကြားဓာတ်ထိန်းပေးခြင်း**
 သခွားမွေးသီးတွင် အမျှင်ဓာတ်နှင့်အတူ ဗီတာမင်ဘီဓာတ်ပေါင်းများ ပါဝင်သဖြင့် သွေးတွင်းသကြားဓာတ်ကို ထိန်းပေးနိုင်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် ဆီးချိုရောဂါဝေဒနာရှင် များအနေဖြင့် သခွားမွေးသီးကို စားပေးရန် လိုအပ်ပါသည်။ သခွားမွေးသီးတွင် သကြားဓာတ် မပါဝင်ပါ။
- ၁၈။ သခွားမွေးသီးတွင် ကျန်းမာရေးအကျိုးကျေးဇူး အမြောက်အမြား ပါရှိနေပါသည်။ သခွားမွေးသီးတွင် ဗီတာမင် A,B,C တို့အပြင် မဂ္ဂနီစီယမ်၊ ဆိုဒီယမ်၊ ပိုတက်စီယမ် စသောသတ္တုဓာတ်များပါဝင်ပြီး ကိုလက်စထရောများ၍ အဝလွန်နေသူများအနေဖြင့် အမြဲစားသုံးသင့်သော သစ်သီးဖြစ်ပါသည်။
- ၁၉။ သခွားမွေးသီးမှာ သစ်သီးအများစုတွင် ပါဝင်မှုမရှိသလောက် နည်းပါးသော ဗီတာမင်ဘီဓာတ်ပေါင်းများ ပါဝင်နေပါသည်။ ယင်းတို့မှာ ဗီတာမင် ဘီ-၁ (ဘိုင်ယာမင်)၊ ဗီတာမင်ဘီ-၃ (နီယာစင်)၊ ဗီတာမင်ဘီ-၅ (ပန်ကိုသဲနစ်အက်ဆစ်)နှင့် ဗီတာမင်ဘီ-၆ (ပိုင်ရီဒေါက်ဆင်) တို့ ပါဝင်နေခြင်းဖြစ်ပါသည်။

၂၀။ အစားအသောက်နှင့်ပတ်သက်၍ ဓာတ်စာအဖြစ် သစ်သီးများကို စားသုံးနေပါက သခွားမွှေးသီးသည် အကောင်းဆုံးသော ဓာတ်စာသစ်သီးဖြစ်ပါသည်။ သခွားမွှေးသီးတွင် အမျှင်ဓာတ်များစွာပါဝင်ခြင်းကလည်း သခွားမွှေးသီးစားသုံးသူအား သွက်လက်ပေါ့ပါးစေမည် ဖြစ်ပါသည်။ ကိုယ်ခန္ဓာအလေးချိန်လျော့ချရန်အတွက် ဟင်းသီးဟင်းရွက်သစ်သီးဝလံများကို စားသုံးရန် အစီအစဉ်ပြုလုပ်ပါက သခွားမွှေးသီးမှာ မဖြစ်မနေပါဝင်ရမည့် သစ်သီးတစ်ခုဖြစ်ပါသည်။

၂၁။ နွေရာသီတွင် အပူရှိန်ကြောင့် ချွေးထွက်များပြီး အလွန်မောပန်းနွမ်းနယ်နေပါက သခွားမွှေးဖျော်ရည် တစ်ခွက် သောက်လိုက်လျှင် ချက်ချင်းအားပြည့်ပြီး လန်းဆန်းလာပါမည်။

စိုက်ပျိုးခြင်း

သခွားမွှေးမျိုးများမှာ အမြောက်အမြား ရှိပါသည်။ သို့ရာတွင် မိမိဒေသ၌ဖြစ်ထွန်းသော ဈေးကွက်ကလည်း လက်ခံသောမျိုးကို ရွေးချယ်၍ စိုက်ပျိုးရမည်သာဖြစ်ပါသည်။ မိမိအနေနှင့် သခွားမွှေးကို စတင်စိုက်ပျိုးသူဖြစ်သည်ဆိုလျှင် သခွားမွှေးနှင့်ပတ်သက်၍ အစအဆုံး နားလည်အောင် ကြိုတင်၍ လေ့လာထားရန် လိုအပ်မည်ဖြစ်ပါသည်။ သခွားမွှေး မစိုက်ပျိုးဘူးသေးဘဲ အသစ်စိုက်ပျိုးမည်ဆိုလျှင် လက်ရှိသခွားမွှေးကို ကျယ်ပြန့်စွာစိုက်ပျိုးလျက်ရှိသော ဒေသများသို့သွား၍ လေ့လာရမည်ဖြစ်ပါသည်။

သခွားမွှေးမှာ အဓိကအားဖြင့် မျိုးနှစ်မျိုးရှိပါသည်။ ယင်းတို့မှာ ပိုက်ကွက်မပါသော လုံးချောမျိုးနှင့် ပိုက်ကွက်ပါသော အသီးခွံကြမ်းသော မျိုးတို့ဖြစ်ပါသည်။ ဤမျိုးများမှာ အောက်တွင်မျိုးကွဲပေါင်းမြောက်မြားစွာ ရှိပါသည်။ ကမ္ဘာ့အရပ်ရပ်တွင် စိုက်ပျိုးလျက် ရှိပြီး ထောက်ခံမှုပေးထားသောမျိုးများအနက်မှ ထင်ရှားသောမျိုးအချို့မှာ အောက်ပါအတိုင်းဖြစ်ပါသည်။

(၁) Allstar

အသီး၏ပုံသဏ္ဍာန်မှာ လုံးဝိုင်းပါသည်။ အတွင်းသားအရောင်မှာ လိမ္မော်ရောင်ဖြစ်ပါသည်။ ပိုက်ကွက်အနည်းငယ်ပါပါသည်။ အသက်ရက်မှာ စိုက်ရက်မှ ၈၅ ရက် ဖြစ်ပါသည်။ အသီးအလေးချိန် လေးပေါင်မှငါးပေါင်အထိ ရှိပါသည်။ အသီး၏အခွံထူ၍ သိပ်သည်းသည်။ ပင်ညှိုးသေရောဂါ၊ ဖားဥမို့ရောဂါ၊ ရွက်ခြောက်ရောဂါ ဒဏ်တို့ကို ခံနိုင်ရည်ကောင်းသည်။ အဝေးသို့တင်ပို့ရန်လည်းကောင်း၊ ဒေသဈေးကွက်တွင် ဖြန့်ချိရန်လည်းကောင်း သင့်လျော်ပါသည်။ အချို့ဓာတ်ကောင်းပါသည်။

(၂) Ambrosia

အသီး၏ပုံသဏ္ဍာန်မှာ လုံးဝန်းပါသည်။ အတွင်းသား၏အရောင်မှာ ပန်းလိမ္မော်ရောင်ဖြစ်ပါသည်။ ပိုက်ကွက်သိပ်မထင်ရှားပါ။ အသက်ရက် ၈၀ ဖြစ်ပါသည်။ အသီးအလေးချိန် လေးပေါင်မှ လေးပေါင်ခွဲ ဖြစ်ပါသည်။ ရွက်ခြောက်ရောဂါ၊ ဖားဥမို့ရောဂါတို့ကို ခံနိုင်ရည် ကောင်းပါသည်။ အသီး၏အပြင်အခွံမှာ အလွန်နူးညံ့ပါသည်။ ဒေသဈေးကွက်အတွက်သာ သင့်လျော်ပါသည်။ အချို့ဓာတ် အလွန်များပါသည်။

(၃) Athena

အသီး၏ပုံသဏ္ဍာန်မှာ ဘဲဥပုံဖြစ်ပါသည်။ အတွင်းသား၏ အရောင်မှာ လိမ္မော်ရောင်ဖြစ်ပါသည်။ ပိုက်ကွက်အလွန်ထူပါသည်။ အသက်ရက် ၈၀ ဖြစ်ပါသည်။ အသီးအလေးချိန် ငါးပေါင်မှ ခုနစ်ပေါင် ဖြစ်ပါသည်။ အပြင်အခွံ အနည်းငယ်ထူပါသည်။ ပင်ညှိုးရောဂါနှင့် ဖားဥမို့ရောဂါဒဏ်ခံနိုင်ပါသည်။ အသီးကွဲအက်မှု နည်းပါးသည်။ ဒေသဈေးကွက်အတွက် သင့်လျော်ပါသည်။

(၄) Burpee Hybrid

အသီး၏ပုံသဏ္ဍာန်မှာ အနည်းငယ်ရှည်ပါသည်။ အတွင်းသား၏အရောင်မှာ လိမ္မော်ရောင်ဖြစ်ပါသည်။ ပိုက်ကွက်အလွန်ထူပါသည်။ အသက်ရက် ၈၂ ရက်ဖြစ်ပါသည်။ အသီး၏အလေးချိန် လေးပေါင်မှ လေးပေါင်ခွဲ ဖြစ်ပါသည်။ အခွံထူပါသည်။ ဒေသဈေးကွက်အတွက်သာ သင့်လျော်ပါသည်။ စားသုံးသူနှစ်ခြိုက်မှုများပါသည်။ ကြာရှည်အထားမခံပါ။ အသီးအညှာနားတွင် ကွဲအက်တတ်ပါသည်။

(၅) Cordele

အသီး၏ပုံသဏ္ဍာန်မှာ အနည်းငယ်ရှည်ပါသည်။ အတွင်းသား၏အရောင်မှာ လိမ္မော်ရောင်ဖြစ်ပါသည်။ ပိုက်ကွက်အလွန်ထူပါသည်။ အသက်ရက် ၈၆ ရက် ဖြစ်ပါသည်။ အသီး၏အလေးချိန် ငါးပေါင်မှ ခြောက်ပေါင်ခွဲ ဖြစ်ပါသည်။ အပြင်အခွံမာကျောပါသည်။ ပင်ညှိုးရောဂါနှင့် ဖားဥမို့ရောဂါဒဏ်ခံနိုင်ပါသည်။ အဖေးသို့ တင်ပို့ရန်လည်းကောင်း၊ ဒေသဈေးကွက်တွင် ပြန့်ချိရန်လည်းကောင်း သင့်လျော်ပါသည်။

(၆) Durango

အသီး၏ပုံသဏ္ဍာန်မှာ အနည်းငယ်ရှည်ပါသည်။ အတွင်းသား၏အရောင်မှာ ပန်းလိမ္မော်ရောင် ဖြစ်ပါသည်။ ပိုက်ကွက်အသင့်အတင့်ပါဝင်ပါသည်။ အသက်ရက် ၈၃ ရက် ဖြစ်ပါသည်။ အသီး၏အလေးချိန် သုံးပေါင်မှလေးပေါင် ဖြစ်ပါသည်။ အခွံပါးပါသည်။ ပင်ညှိုးရောဂါနှင့် ဖားဥမို့ရောဂါဒဏ် ခံနိုင်ပါသည်။ အခွံထူပါသည်။ အချိုဓာတ်အလွန်များပါသည်။ အဝေးသို့တင်ပို့ရန် အထူးကောင်းမွန်ပါသည်။

(၇) Eastern Star

အသီး၏ပုံသဏ္ဍာန်မှာ ဘဲဥပုံဖြစ်ပါသည်။ အတွင်းသား၏အရောင်မှာ လိမ္မော်ရောင်ဖြစ်ပါသည်။ ပိုက်ကွက်အနည်းငယ်ပါပါသည်။ အသက်ရက် ၇၂ ရက် ဖြစ်ပါသည်။ အသီး၏အလေးချိန် ခြောက်ပေါင်မှ ခုနစ်ပေါင်ဖြစ်ပါသည်။ အခွံထူပါသည်။ ဖားဥမို့ရောဂါဒဏ်ခံနိုင်ပါသည်။ ဒေသဈေးကွက်အတွက်သာ သင့်လျော်ပါသည်။ သက်တမ်းတိုပြီး အသီးအရွယ်အလွန်ကြီးသောမျိုးဖြစ်ပါသည်။

(၈) Gold Star

အသီး၏ပုံသဏ္ဍာန်မှာ အနည်းငယ်ရှည်ပါသည်။ အတွင်းသား၏အရောင်မှာ ပန်းလိမ္မော်ဖြစ်ပါသည်။ ပိုက်ကွက်ထူပါသည်။ အသက်ရက် ၈၅ ရက် ဖြစ်ပါသည်။ အသီး၏အလေးချိန် သုံးပေါင်မှ ငါးပေါင်ဖြစ်ပါသည်။ အခွံထူပါသည်။ ဒေသဈေးကွက်အတွက် သင့်လျော်ပါသည်။ အရသာ ကောင်းမွန်ပါသည်။

(၉) Primo

အသီး၏ပုံသဏ္ဍာန်မှာ အနည်းငယ်ရှည်ပါသည်။ အတွင်းသား၏အရောင်မှာ လိမ္မော်ရောင်ဖြစ်ပါသည်။ ပိုက်ကွက်ထူပါသည်။ အသက်ရက် ၇၉ ရက် ဖြစ်ပါသည်။ အသီး၏အလေးချိန် လေးပေါင်မှ ငါးပေါင် ဖြစ်ပါသည်။ အသီး၏အခွံမာကျောပါသည်။ ဖားဥမို့ရောဂါဒဏ်ခံနိုင်ပါသည်။ အဝေးသို့ တင်ပို့ရန်အတွက်လည်းကောင်း၊ ဒေသတွင် ဖြန့်ဖြူးရန်လည်းကောင်း သင့်လျော်ပါသည်။ အသီးအရွယ်ညီ၍ ကြီးသောမျိုးဖြစ်ပါသည်။

(၁၀) Summet

အသီး၏ပုံသဏ္ဍာန်မှာ အနည်းငယ်ရှည်ပါသည်။ အတွင်းသား၏အရောင်မှာ ပန်းလိမ္မော်ရောင် ဖြစ်ပါသည်။ ပိုက်ကွက်ထူပါသည်။ အသက်ရက် ၇၈ ရက် ဖြစ်ပါသည်။ အသီး၏အလေးချိန် သုံးပေါင်ခွဲမှလေးပေါင်ခွဲဖြစ်ပါသည်။ အသီးအခွံထူပါသည်။ ဖားဥမို့ရောဂါဒဏ်ခံနိုင်ပါသည်။ ဒေသဈေးကွက်အတွက်သာ သင့်လျော်ပါသည်။ အသက်လျင်သောမျိုး ဖြစ်ပါသည်။

(၁၁) Super Market

အသီး၏ပုံသဏ္ဍာန်မှာ ဘဲဥပုံ ဖြစ်ပါသည်။ အတွင်းသား၏အရောင်မှာ ပန်းလိမ္မော်ရောင်ဖြစ်ပါသည်။ ပိုက်ကွက်အနည်းငယ်ပါပါသည်။ အသက်ရက် ၈၄ ရက် ဖြစ်ပါသည်။ အသီး၏အလေးချိန် လေးပေါင်မှလေးပေါင်ခွဲ ဖြစ်ပါသည်။ အခွံထူပါသည်။ ဖားဥမို့ရောဂါဒဏ် ခံနိုင်ပါသည်။ ဒေသဈေးကွက်အတွက် အထူးသင့်လျော်ပါသည်။

(၁၂) Super Star

အသီး၏ပုံသဏ္ဍာန်မှာ လုံးဝိုင်းပါသည်။ အတွင်းသား၏ အရောင်မှာ ပန်းလိမ္မော်ရောင်ဖြစ်ပါသည်။ အသက်ရက် ၈၂ ရက် ဖြစ်ပါသည်။ အသီး၏အလေးချိန်ခြောက်ပေါင်မှ ရှစ်ပေါင်ဖြစ်ပါ သည်။ အခွံထူပါသည်။ ဖားဥမို့ရောဂါဒဏ် ခံနိုင်ပါသည်။ ဒေသ ဈေးကွက်အတွက် အထူးသင့်လျော်ပါသည်။ အသီးအရွယ် အလွန် ကြီးသောမျိုး ဖြစ်ပါသည်။

(၁၃) Tasty Sweet

အသီး၏ပုံသဏ္ဍာန်မှာ လုံးဝိုင်းပါသည်။ အတွင်းသား၏ အရောင်မှာ ပန်းလိမ္မော်ရောင်ဖြစ်ပါသည်။ ပိုက်ကွက်အသင့် အတင့်ပါပါသည်။ အသက်ရက် ၈၅ ရက်ဖြစ်ပါသည်။ အသီး၏ အလေးချိန် သုံးပေါင်မှလေးပေါင် ဖြစ်ပါသည်။ အခွံထူပါသည်။ ပင်ညှိုးရောဂါနှင့် ဖားဥမို့ရောဂါဒဏ် ခံနိုင်ပါသည်။ အဝေးသို့ တင်ပို့ရန် ကောင်းမွန်ပါသည်။ အရသာအလွန်ချိုပါသည်။ အသီး၏ အရွယ် အစားငယ်ပါသည်။

အသားလိမ္မော်ရောင်ရှိသော ထင်ရှားသောမျိုးများ

(၁) Bush Star

အသက်ရက် ၈၈ ရက်၊ အသီး၏အလေးချိန်နှစ်ပေါင်၊ မြေကွက် ကျယ်ကျယ်မရှိသောသူများအတွက် နေရာကျဉ်းကျဉ်းဖြင့် အမှီ အတိုင်မလိုဘဲ ချုံပုတ်သဏ္ဍာန်စိုက်နိုင်သောမျိုး ဖြစ်ပါသည်။

(၂) Earlisweet

အသက်ရက် ၆၈ ရက် အသီး၏အလေးချိန် နှစ်ပေါင်မှသုံးပေါင်၊ အရသာချိုပြီး မွှေးပါသည်။ အတွင်းသားမှာ၍ ဆတ်ပါသည်။

(၃) Harvest Queen

အသက် ၉၀ ရက်၊ ပင်ညှိုးရောဂါဒဏ် ခံနိုင်ပါသည်။ ထိုအသီးမှ ရသော မျိုးစေ့ကိုပြန်၍ စိုက်နိုင်ပါသည်။

(၄) Harper Hybrid

အသက်ရက် ၈၆ ရက်၊ အရွက်လောင်မြီးခြောက်ရောဂါ၊ ပင်ညှိုးရောဂါ၊ မိုဇိုက်ရောဂါများ ခံနိုင်သည်။

(၅) Iroquis

အသက်ရက် ၈၅ ရက်၊ ပင်ညှိုးရောဂါဒဏ်ခံနိုင်ပါသည်။ အရသာအလွန်ကောင်းမွန်ပါသည်။ မျိုးစေ့ကိုပြန်၍ စိုက်နိုင်ပါသည်။

(၆) Rising Star

အသက်ရက် ၈၄ ရက်၊ ပင်ညှိုးရောဂါဒဏ်ခံနိုင်ပါသည်။

(၇) Saticoy

အသက်ရက် ၈၆ ရက်၊ ပင်ညှိုးရောဂါ၊ ဖားဥမို့ရောဂါဒဏ် ခံနိုင်ပါသည်။

အတွင်းသားအစိမ်းရောင်ရှိသောမျိုးများ

(၁) Jenny Lind

အသက်ရက် ၇၅ ရက်၊ အမွေးနုများပါသည်။ အသီးအရွက် အငယ်စား၊ အလတ်စားများဖြစ်သည်။ အသီး၏ပုံသဏ္ဍာန်မှာ ခပ်ပြားပြား ဖြစ်သည်။ အရသာချိုပါသည်။

(၂) Passport

အသက်ရက် ၇၃ ရက်၊ တောက်ပသောအစိမ်းရောင်ရှိပါသည်။

(၃) Rocker Sweet

အသက်ရက် ၈၀ ရက်၊ အခွံထူသည်။ အသားချိုပါသည်။

(၄) Sweet Dream

အသက်ရက် ၇၉ ရက်၊ အရည်ရွမ်းသည်။ ချို၍ အနံ့မွှေးသည်။

ပျားရည်အနံ့ပါရှိသောသစ္စားပျိုးပျား (Honey Dew)

(၁) Early Dew

အသက်ရက် ၈၅ ရက်၊ နို့နှစ်ရောင်၊ အဝါရောင် ရှိသည်။ အနံ့မွှေးပါသည်။

(၂) Honey Brew

အသက်ရက် ၉၀ ရက်၊ ပင်စည်သန်မာ၍ အထွက်ကောင်းသည်။ ရောဂါဒဏ်ခံနိုင်စွမ်းကောင်းသည်။

(၃) Line Light

အသက်ရက် ၉၆ ရက်၊ အသီးအလေးချိန် ခုနစ်ပေါင်မှ ရှစ်ပေါင်၊ အသားထူသည်။ အရည်ရွမ်းသည်။ အရသာချိုသည်။

(၄) Morning Dew

အသက်ရက် ၉၆ ရက်၊ Honey Dew အမျိုးအစားများထဲတွင် အကြီးဆုံးအမျိုးအစားဖြစ်သည်။ ဖားဥပို့ရောဂါနှင့် ပင်ညှိုးရောဂါ ဒဏ်များ ခံနိုင်သည်။

(၅) Venus

အသက်ရက် ၈၈ ရက်၊ ပိုက်ကွက်အနည်းငယ်ပါဝင်သော်လည်း ချောမွေ့သည်။ ရွှေရောင်အနားကွပ်ရှိပြီး အသားထူသည်။ အရည်ရွမ်းသည်။ အရသာမွှေးချိုသည်။

(၆) Casaba Golden Beauty

အသက်ရက် ၁၁၀ ရက်၊ အသားအရောင်မှာ အဖြူရောင်၊ အသီးအလေးချိန် ခုနစ်ပေါင်မှ ရှစ်ပေါင်၊ အနံ့ကောင်း၍ ချိုပါသည်။

(၇) Early Crenchaw

အသက်ရက် ၉၀ ရက်ဖြစ်ပါသည်။

(၈) Mary gold

အသက်ရက် ၉၂ ရက်၊ အသီးအရောင်မှာ အဝါရောင်၊ အသီးအခွံတွင် အတွန့်များပါသည်။ အတွင်းသား အဖြူရောင်ဖြစ်ပါသည်။

(၉) Honey Shaw

အသက်ရက် ၈၅ ရက်၊ အသားအရောင်မှာ ပန်းလိမ္မော်ရောင်၊ အရသာအလွန်ကောင်းမွန်ပါသည်။

မြန်မာပြည်၌ ဈေးကွက်ဝင်၍ လက်ရှိအချိန်တွင် စိုက်ပျိုးလျက်ရှိသော သဘားပွား မျိုးများ

(၁) Melon Gold Star ရွှေသီး (ရွှေရောင်အသီး)

၂၀ ဂရမ်တစ်ထုပ်တွင် မျိုးစေ့ ၆၀၀ ပါပါသည်။ ၂၀၁၂ ခုနှစ် ပေါက်ပေးမှာ တစ်ထုပ် ၀၈,၀၀၀ ဖြစ်ပါသည်။ မျိုးစေ့တစ်စေ့၏ တန်ဖိုး ၃၀ ကျပ်ဖြစ်သည်။

အသီး၏ အပြင်အခွံအရောင်မှာ အစိမ်းရောင်ဖြစ်၍ အတွင်းသားမှာ နို့နှစ်အဖြူရောင်ဖြစ်ပါသည်။ အသားကြွပ်ဆတ်သည်။ အသီးအလေးချိန် နှစ်ကီလိုမှ နှစ်ကီလိုခွဲ ဖြစ်ပါသည်။ အဝေးသို့ တင်ပို့ခံပါသည်။

ခန္ဓရာသီတွင် စိုက်ပါက သက်တမ်း ၇၀ မှ ၇၅ ရက်အထိ ရှိပြီး ဆောင်းရာသီတွင် စိုက်ပျိုးပါက သက်တမ်း ၈၅ ရက်မှ ၉၀ အထိ ရှိပါသည်။

ရာသီမရွေး စိုက်ပျိုးနိုင်ပါသည်။ သို့ရာတွင် ဆောင်းရာသီ၌ အသီးရင့်မှည့်ချိန်တွင် အသီးများကွဲအက်တတ်ပါသည်။ ရာသီဥတု မရွေး စိုက်ပျိုးနိုင်ပါသည်။

(၂) Gold 48 (သွားပျိုး)

၂၅ ဂရမ်တစ်ထုပ်တွင် မျိုးစေ့ ၈၀၀ ပါဝင်ပါသည်။ ပေါက်ဈေးမှာ မျိုးစေ့ ၂၀ ဂရမ်တစ်ထုပ် ၁၉၀၀၀ ဝန်းကျင်ဖြစ်ပါ သည်။ မျိုးစေ့တစ်စေ့ ၂၄ ကျပ်ခန့်ဖြစ်သည်။

အပြင်အခွံအရောင် အစိမ်းရောင်ဖြစ်ပါသည်။ အတွင်းသား မှာ အဖြူရောင်ဖြစ်ပါသည်။ အသီးအရွယ်အစား နှစ်ကီလိုမှ သုံးကီလိုဖြစ်ပါသည်။ ရောဂါဒဏ် ခံနိုင်သည်။ အချိုအနည်းငယ် ပေါ့သည်။ ရာသီမရွေးစိုက်နိုင်သည်။

(၃) ဖရဲသွားပျိုး (861)

အပြင်အခွံ စိမ်းဝါရောင်ရှိပြီး ပိုက်ကွက်ပါသည်။ အတွင်းသား လိမ္မော်ရောင်ဖြစ်သည်။ အသားကြွပ်ဆတ်သည်။ သက်တမ်း ၉၀ ရက်မှ ၁၀၀ ရက်အထိ ရှိပါသည်။ အသီးအရွယ်အစား နှစ်ကီလို မှ လေးကီလိုဖြစ်ပါသည်။ အချိုပိုပါသည်။

(၄) ဖရဲသွားပျိုး (ခြင်းပျိုး)

မျိုးစေ့အထုပ်ပေါ်တွင် ခြင်းနှင့်ထည့်ထားသောပုံအရ ခေါ်ပါ သည်။ အပြင်အခွံအရောင်မှာ အဝါရောင် ဖြစ်ပါသည်။ ပိုက်ကွက်

သက်လှည့်ကျန်းမာချမ်းသာရေးအတွက် ဂျာတိုင်းနေ့စဉ်စားသုံးရမည့် သစ်သီးသုံးမျိုး ၁၁၃

ပါပါသည်။ အတွင်းသား လိမ္မော်ရောင်ဖြစ်၍ ကြွပ်ဆတ်ပါသည်။ အပင်ဖြစ်ထွန်းမှုကောင်းပါသည်။ ဆောင်းရာသီတွင် အသီးရင့်စ ပြုချိန်၌ ကွဲအက်တတ်ပါသည်။

(၅) Dantty (449)

မျိုးစေ့ ၂၀ ဂရမ်တစ်ထုပ်တွင် အစေ့ ၁၀၀၀ ပါသည်။ ဈေးနှုန်းမှာ ၁၈၅၀၀ ကျပ်ဖြစ်၍ တစ်စေ့ ၁၈ ကျပ်ခန့်ကျပါသည်။ အသီးအပြင်ဘက်တွင် ပိုက်ကွက်ထူထပ်စွာ ပါဝင်သည်။ အတွင်းသား အစိမ်းဖျော့ရောင်ဖြစ်ပါသည်။ သက်တမ်း ၇၀ မှ ၉၀ ရက် ရှိပါသည်။ အသီးအလေးချိန် တစ်ကီလိုခွဲမှ နှစ်ကီလိုဖြစ်ပါသည်။ ရာသီမရွေး၊ နေရာမရွေး စိုက်နိုင်သည်။ ဆောင်းရာသီတွင် အသီးကွဲအက်တတ်ပါသည်။

- 444 shogm (ဂျပန်သခွားမျိုး)
- Delicious (အသီးပိုက်ကွက်မပါ)
- 380 (ပိုက်ကွက်သီး/အသားလိမ္မော်ရောင်)
- 778 (ပိုက်ကွက်သီး/အသားစိမ်းဖျော့ဖျော့)

တောင်သူအများ စိုက်ပျိုးလျက်ရှိသော မျိုးများကို မျိုးစေ့ကုမ္ပဏီတော်တော်များများက ဖြန့်ဖြူးပါသည်။ Know you seed ကုမ္ပဏီ၊ Semini ကုမ္ပဏီ၊ သြတာကုမ္ပဏီ၊ မြန်မာ့စိုက်ပျိုးရေးလုပ်ငန်း၊ လှည်းကူးနှင့် တရုတ်ကုမ္ပဏီများမှလည်း တရုတ်မျိုးများကို ဖြန့်ဖြူးလျက်ရှိပါသည်။ မိမိတို့ဒေသနှင့်သင့်လျော်၍ ဝယ်ယူသူမှလက်ခံသောမျိုးကို ရွေးချယ်စိုက်ပျိုးရန် ဖြစ်ပါသည်။

ရာသီဥတု

သခွားမွှေးသည် ပူနွေးသောရာသီကိုကြိုက်နှစ်သက်ပါသည်။ လစဉ် အပူချိန် ၆၅ မှ ၇၅ ဒီဂရီဖာရင်ဟိုက် အနည်းဆုံးရှိရန် လိုအပ်ပါသည်။ မြန်မာပြည်၏ရာသီဥတုသည် တောင်တန်းဒေသများမှအပ အထက်ပါအပူချိန်မှာ တိုင်းဒေသကြီးနှင့် ပြည်နယ်အားလုံးနီးပါးတွင် ရှိနေပါသည်။ ဆောင်းရာသီတွင် အထက်ပါအပူချိန်အောက် နိမ့်ကျနေပါက မစိုက်ပျိုးသေးဘဲ ဆောင်းအကုန် နွေအကူးတွင်မှ စိုက်ပျိုးနိုင်ပါသည်။ ရေကို လိုအပ်သလို ပေးသွင်းနိုင်ပါက မည်သည့်ဒေသတွင်မဆို သခွားမွှေးကို စိုက်ပျိုးနိုင်မည် ဖြစ်ပါသည်။ ရေကို လိုအပ်သလိုပေးရာတွင် သခွားမွှေး၏ အရွက်များကို ရေစိုနိုင်သော Sprinkler ရေဖျန်းခေါင်းဖြင့် ဖျန်းခြင်း၊ Overhead sprinkler (ခေါ်) အပေါ်မှရေမွှားဖြင့် ဖျန်း သည့်စနစ်များနှင့် ရေမပေးရန် အရေးကြီးပါသည်။ သခွားမွှေးသည် အရွက်ရေစိုပါက ရောဂါများ ကျရောက်နိုင်သောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။

သခွားမွှေးပျိုးရွေးချယ်ခြင်း

သခွားမွှေးပျိုးများနှင့်ပတ်သက်၍ သခွားမွှေးပျိုးတစ်မျိုးချင်း အလိုက် အရည်အသွေးများကို တတ်စွမ်းသမျှ ဖော်ပြထားပြီး ဖြစ်ပါသည်။ သခွားမွှေးပျိုးပေါင်းမှာ မြောက်မြားစွာရှိ၍ မိမိစိုက်ပျိုးရန် ရည်မှန်းသော ဒေသ၌ မိမိထက်စော၍ စိုက်ပျိုးသောသူများရှိနေပါက ထိုသူများသည် မည်သည့်မျိုးများကို စိုက်ပျိုးနေကြသည် ဆိုသည်ကို လေ့လာရန် လိုအပ်ပါသည်။

မိမိစိုက်ပျိုးရန် ရည်မှန်းသောမျိုးသည် ဈေးကွက်ရှိပြီးသောမျိုး ဖြစ်ရပါမည်။ မိမိ၏အစီအစဉ်ဖြင့် သခွားမွှေးပျိုးစေ့ကို တနည်းနည်း အားဖြင့် ချချင်ရနေနိုင်ပါသည်။ သို့ရာတွင် မိမိရသောမျိုးသည်

ဈေးကွက်ကလက်ခံသော၊ ဈေးကွက်ရှိသောမျိုးဟုတ်သည်မဟုတ်သည် မသေချာပါက မျိုးစေ့ကို အခမဲ့ရစေကာမူ စီးပွားဖြစ် စတင်မစိုက်ပျိုးသင့်ပါ။

မျိုးစေ့ထောက်ပံ့မည့်သူရှိ၍ မျိုးစေ့ကိုပေး၍ စိုက်စေလျှင်လည်း ထိုမျိုးအကြောင်း ဂယနက မသိသေးလျှင် ကျယ်ပြန့်စွာ မစိုက်သေးဘဲ မျိုးစေ့အနည်းငယ်ဖြင့် တစ်ရာသီစမ်းသပ်စိုက်ပျိုးရန် လိုအပ်ပါသည်။

အကောင်းဆုံးမှာ သခွားမွှေးစိုက် တောင်သူအများအပြား အသုံးပြုနေသော ဈေးကွက်ရှိနေပြီးသော မျိုးကိုသာ ရွေးချယ်ရန် ဖြစ်ပါသည်။

သခွားမွှေး၏သဘာဝ

သခွားမွှေးပင်သည် စနစ်တကျပြုစုပါက အသီးတစ်ကြိမ်မက သီးနိုင်စွမ်းရှိပါသည်။ အသီးကို နှစ်သုတ်သုံးသုတ် ဆွတ်ခူးနိုင်ပါသည်။ ဆိုလိုသည်မှာ သခွားမွှေးတစ်ပင်က အသီးတစ်လုံးထက်ပို၍ နှစ်လုံးသုံးလုံးရနိုင်သည်ဟု ဆိုလိုခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ပထမတင်သော အသီးမှာ အရည်အသွေးအကောင်းဆုံး ဖြစ်ပါသည်။ ဒုတိယ၊ တတိယ အသီးများမှာ ပထမအသီး၏ အရည်အသွေးကို မမီနိုင်ပါ။ သို့ရာတွင် သခွားမွှေးပင်ကို ရောဂါမကျရောက်အောင် ဂရုစိုက်နိုင်ပြီး လိုအပ်သော အာဟာရများကို ဖြည့်စွက်ကျွေးမွေးနိုင်ပါက ဒုတိယ၊ တတိယအသီးများ ရနိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။

သခွားမွှေးပင်မှာ လိင်စုံပင်ဖြစ်၍ အဖိုပွင့်၊ အမပွင့် နှစ်မျိုးလုံး ရှိပါသည်။ ပုံမှန်အားဖြင့် သခွားမွှေးပင်ကို စနစ်တကျ ပြုစုပါက အညွန့်သုံးညွန့်အထိ ရရှိနိုင်ပါသည်။ ထိုဘေးတက်အညွန့်

များသည်လည်း ပင်မအညွန့်နှင့် အရွယ်တူသည်အထိ ကြီးထွားနိုင်ပါသည်။ ဘေးတက်အညွန့်များမှာလည်း အသီးတင်နိုင်ပါသည်။ အသီးတင်မှု၊ မတင်မှုမှာ အပင်၏ကျန်းမာသန်စွမ်းမှုအပေါ် တည်ပါသည်။ သာဓနအားဖြင့် သခွားမွှေးတစ်ပင်မှ တစ်လုံးသာ ယူလေ့ရှိပါသည်။

အကယ်၍ တစ်လုံးထက်ပိုယူလိုပါက အပင်ကို ကျန်းမာသန်စွမ်းအောင်၊ ရောဂါကင်းအောင် ပြုစုရန် လိုအပ်ပါသည်။ တစ်လုံးထက်ပိုယူလိုပါက ပထမအသီးဆွတ်ခူးပြီးလျှင် နောက်နှစ်ပတ်ခန့်တွင် ဒုတိယအသီးကို ဆွတ်ခူးနိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။

မြေအပျိုးအစား

သခွားမွှေးသည် မည်သည့်မြေအမျိုးအစားတွင်မဆို ဖြစ်ထွန်းနိုင်ပါသည်။ သို့ရာတွင် သဲနုနုမြေသည် အကောင်းဆုံးဖြစ်ပါသည်။ သခွားမွှေးကို ဆပ်ပြာပေါက်သောမြေ၊ စိမ့်စွဲနေသောမြေ၊ စလုတ်အလွန်စောက်သောမြေများမှအပ မည်သည့်မြေတွင်မဆို စိုက်နိုင်ပါသည်။ မည်သည့်မြေတွင် စိုက်ပျိုးသည်ဖြစ်စေ ထွန်ရေးထယ်ရေးကောင်းရန်၊ ရေစီးရေလာကောင်းရန်၊ ရေမဝပ်ရန် အရေးကြီးပါသည်။ သခွားမွှေးအတွက် သင့်လျော်သော pH မှာ ၅ ဒသမ ၈ မှ ၆ ဒသမ ၂ ဖြစ်ပါသည်။ pH ၅ အောက်နိမ့်နေပါက ထိုမြေတွင် ထုံးထည့်၍ မြေပြုပြင်ပေးရပါမည်။

စိုက်ပျိုးခြင်း

သခွားမွှေးကို ပျိုးအိတ်ဖြင့် ပျိုးထောင်၍လည်းကောင်း၊ တိုက်ရိုက်အစေ့ချ၍လည်းကောင်း စိုက်ပျိုးနိုင်ပါသည်။ ပျိုးထောင်၍ စိုက်ပျိုးမည်ဆိုပါက အောက်ပါအတိုင်း ပျိုးထောင်ရန် ဖြစ်ပါသည်။

ပျိုးအိတ်ဖြင့် ပျိုးထောင်ခြင်း

သခွားမွှေးမျိုးမှာ နှစ်ပတ်ခန့်သာ အပင်ဖောက်ရန်ဖြစ်သဖြင့် ပျိုးအိတ်အရွယ်အစားကြီးရန် မလိုအပ်ပါ။ ၃" x ၅" ပလတ်စတစ် အိတ်များကို သုံးရန်ဖြစ်ပါသည်။ ပျိုးအိတ်ကို ပုံမှန်အတိုင်း အပေါက်ဖောက်ရန် လိုအပ်ပါသည်။ ပျိုးအိတ်တွင်ထည့်ရမည့်မြေ မှာ အပေါ်ယံမြေ သို့မဟုတ် နုန်းမြေတစ်ဆ၊ မြေဆွေး၊ သစ်ရွက် ဆွေး၊ နွားချေးဆွေး တစ်မျိုးမျိုးတစ်ဆနှင့် သဲကြမ်းတစ်ဆကို စကာ ချ၍ရောစပ်ရန်ဖြစ်ပါသည်။ ထိုစပ်မြေတစ်တင်းသားတွင် မြေတွင်း အောင်းပိုးသတ်ဆေး၊ စတီးဂွန်းနှစ်ဂွန်းနှင့် ၁၅ ပတ်လည် သို့မဟုတ် ၁၆ ပတ်လည် ဓာတ်မြေဩဇာ ငါးကျပ်သားခန့်ထည့်၍ သမ အောင် မွေပါ။

ထို့နောက် ပျိုးအိတ်များတွင် စနစ်တကျထည့်ပါ။ ပျိုးအိတ် များတွင် စပ်မြေကို တင်းတောင့်အောင်ထည့်၍ နေရောင်ခြည်ရ သော နေရာတွင် ပျိုးထုပ်များကို စီ၍ ရေနှုပ်ထားပါ။ ပျိုးအိတ် များ မလဲအောင် ဘေးမှသင့်လျော်ရာဖြင့် ကာရံထားပါ။

သခွားမွှေးမျိုးစေ့ကို လေးနာရီခန့် ရေစိမ်ထားပါ။ ထို့နောက် ဆယ်ယူပြီး မျိုးစေ့များကို ရေနှုပ်ထားသော ပျိုးဘူးထဲသို့ မျိုးစေ့၏ အချွန်ဘက်ကို အောက်ကထား၍ လက်မဝက်ထက်မနက်စေဘဲ မြှုပ်ပါ။ ထို့နောက် အပေါ်မှ ရေပန်းကရားဖြင့် ညင်သာစွာ ရေလောင်းပါ။ ရေလောင်းရာတွင် မျိုးစေ့များ ဘေးသို့စင်မထွက် အောင် ဂရုပြု၍ ဖြည်းဖြည်းစွာလောင်းပါ။ ဒုတိယနေ့တွင် နံနက် တစ်ကြိမ်၊ ညနေပိုင်းတစ်ကြိမ် ရေကိုဖြည်းဖြည်းလောင်းပါ။ တတိယ နေ့တွင် ရေမလောင်းဘဲလှုပ်ထားပါ။ စတုတ္ထနေ့တွင် ပျိုးပင်များ စတင်၍ ပေါက်လာပါမည်။ စတုတ္ထနေ့တွင် ရေ တစ်ကြိမ်လောင်း

ပါ။ ပဉ္စမနေ့တွင် ရေ မလောင်းဘဲ လှုပ်ထားပါ။ ဆဋ္ဌမနေ့မှစ၍ တစ်နေ့တစ်ကြိမ် ရေလောင်းပေးပါ။

ပျိုးပင်ငယ်များမှ အစေ့ရွက်နှစ်ရွက်ထွက်ပြီး တတိယ ပုံမှန် အရွက်စတင်ထွက်လာလျှင် ပြောင်းရွှေ့စိုက်ပျိုးပါ။ သို့မဟုတ် ပျိုးပင်အသက် ၁၂ ရက်မှ ၁၅ ရက်အတွင်း စိုက်ပါ။ ပျိုးပင်ကို မြေချိုစိုက်ရာတွင် တတိယပုံမှန်အရွက်၏ နောက်ကျောကို အမှီ တိုင်ဘက်လှည့်၍စိုက်ပါ။

မြေပြုပြင်ခြင်း

မြေပြုပြင်ရာတွင် မြေတစ်ခုနှင့်တစ်ခု၊ ဒေသတစ်ခုနှင့်တစ်ခု တူညီနိုင်မည်မဟုတ်ပါ။ ထွန်ရေးကောင်းအောင် ပြုပြင်ရန် ဖြစ်ပါသည်။ အဓိကအားဖြင့် ပေါင်းမြက်များ မပေါက်နိုင်အောင် အထပ်ထပ် ထယ်ထိုး၊ ထွန်မွေ၊ ကြမ်းတုံးရိုက် ပြုလုပ်၍ ထွန်ရေးပြင်ရန် ဖြစ်ပါသည်။ ပေါင်းမြက်များ ကင်းစင်ပြီဟု သတ်မှတ်နိုင်သည့် အချိန်တွင် တစ်ဧကအတွက် နွားချေးတင်း ၂၅၀ မှ တင်း ၃၀၀ အထိ ညီညာစွာချပေးပြီး ထွန်နှင့်နှံ့အောင် မွေပါ။ မြေပြုပြင်စဉ်တွင် ပုလဲမြေဩဇာ နှစ်အိတ်၊ တီဆူပါမြေဩဇာ တစ်အိတ်ထည့်၍ မြေပြုပြင်ပါ။ မြေဆွေးမြေဩဇာများထည့်ပြီးပါက ကြမ်းတုံးပြန်ရိုက်ထားပါ။

၁၅ ပတ်လည်၊ ၁၆ ပတ်လည် ဓာတ်စုံမြေဩဇာများ အသုံးပြုမည်ဆိုပါက မြေပြုပြင်ချိန်တွင် တစ်ဧက သုံးအိတ်နှုန်းထည့်၍ ပြင်ပါ။

စိုက်ဘောင်များဆွဲခြင်း

သခွားမွှေးကို စိုက်ရာတွင် မျိုးစေ့ကိုတိုက်ရိုက်စိုက်ခြင်း၊ ပျိုးထောင်ပြီးမှစိုက်ခြင်းဟူ၍ နှစ်နည်းဖြင့် ဆောင်ရွက်နိုင်ပါသည်။ မည်သည့်နည်းဖြင့် စိုက်သည်ဖြစ်စေ၊ မျိုးစေ့ဖြစ်စေ၊ ပျိုးပင်ဖြစ်စေ စိုက်မည့်ဘောင်ကို ပြင်ရမည်ဖြစ်ပါသည်။

ပေါင်ဖော်ရာတွင် ပေါင်အကျယ် လေးပေနှင့်လူသွားလမ်း သုံးပေခန့်ချန်၍ပြင်ရန် ဖြစ်ပါသည်။ လေးပေပေါင်၏အစပ်တွင် တစ်ကျင်းနှင့်တစ်ကျင်း ၁၁ ပေခွာပြီး မျက်နှာချင်းဆိုင်စိုက်ပါက တစ်ဧကတွင် အလျားပေ ၂၁၀ ရှိသော အတန်းပေါင်း ၆၀ ရှိမည် ဖြစ်၍ အပင်ပေါင်း ၈၄၀၀ ဝင်ဆုံးပါမည်။

အကယ်၍ တစ်တန်းနှင့်တစ်တန်း လေးပေခွာပြီး တစ်ပင်နှင့် တစ်ပင် နှစ်ပေခြား၍စိုက်ပါက တစ်ဧကတွင် ပေ ၂၁၀ ရှိသော အတန်းပေါင်း ၆၀ ရှိမည်ဖြစ်၍ အပင်ပေါင်း ၆၃၀၀ ဝင်ဆုံးမည် ဖြစ်ပါသည်။

ပေါင်များကို ပလတ်စတစ်အနက်စဖြင့် ဖုံး၍စိုက်ခြင်းသည် အပူဓာတ်ရရှိရန်၊ အစိုဓာတ်ထိန်းရန်နှင့် ပေါင်းမြက်များ မပေါက် ရန်အတွက် ဖြစ်ပါသည်။ ပလတ်စတစ်ဖြင့် ဖုံး၍ စိုက်မည်ဆိုပါက တစ်ဧကတွင် ၂၁၀ ရှိသော ပေါင်ပေါင်း ၃၀ ရှိမည်ဖြစ်၍ ပလတ် စတစ်ကိုက်ပေါင်း ၂၁၀၀ လိုမည်ဖြစ်ပါသည်။ ပလတ်စတစ်ကိုက် သည် ၁၀၀ ကျပ်ခန့်ထိရှိသဖြင့် ကုန်ကျစရိတ် နှစ်သိန်းမှ သုံးသိန်း အထိ ပိုမိုကုန်ကျနိုင်ပါမည်။ ပေါင်းသင်မြေဆွ၊ ရေလောင်းစရိတ် နှင့် ချိန်ဆရန်ဖြစ်ပါသည်။

သခွားမွှေးသည် အပူချိန်ကောင်းစွာရမှသာလျှင် ဖြစ်ထွန်းပါသည်။ သခွားမွှေးစိုက်သည့် မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး၊ စစ်ကိုင်းတိုင်းဒေသကြီး အစရှိသည့်ဒေသများမှာ သခွားမွှေးလိုအပ်သည့် အပူချိန်သည် လိုအပ်သည်ထက်ပင် ပိုနေနိုင်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် လိုအပ်သည်၊ မလိုအပ်သည်တို့ကို သုံးသပ်ကြရန် ဖြစ်ပါသည်။

ဤ Plastic Mulching ပလတ်စတစ်ဖြင့်ဖုံး၍ စိုက်ပျိုးသော စနစ်သည် အအေးပိုင်းနိုင်ငံများ၌ သခွားမွှေးနှင့် ဖရဲကိုစိုက်သည့် အခါ ထိုအပင်များက လိုအပ်သော မြေတွင်းအပူချိန်ကို မရနိုင်သောကြောင့် မြေတွင်းအပူချိန် ရရှိရန်အတွက် ဆောင်ရွက်ခြင်းဖြစ်ပါသည်။ နမူနာယူရာတွင် ယူသင့်သော နမူနာဟုတ်မဟုတ် လေ့လာပြီးမှသာ ယူရန်ဖြစ်ပါသည်။

မြေမျက်နှာပြင်ညီ၍ ရေသွင်းရေထုတ်လွယ်ကူလျှင် မြေပြင်မှ အပင်ခြေမြောင်းများကို ရေသွင်းပါက အစိုဓာတ်သည် ရက်ပေါင်းများစွာ အစိုဓာတ်ရှိနေသည်ကို သတိပြုရန်ဖြစ်ပါသည်။ အပေါ်ယံအမြင်တွင် ခြောက်သွေ့နေနိုင်သော်လည်း အပေါ်ယံမှ မြေတစ်လက်မ၊ နှစ်လက်မမျှ ဆွဲကြည့်လျှင် အစိုဓာတ်တွေ့ရမည် ဖြစ်ပါသည်။ ထိုမျက်စိဖြင့် မြင်ရသော အစိုဓာတ်သည် အပင်က လိုအပ်သော အစိုဓာတ်ရရှိနိုင်ပါသည်။

သခွားပင်သည်လည်းကောင်း၊ ဖရဲပင်သည်လည်းကောင်း ရေလိုအပ်သည့်လက္ခဏာမပြသေးပါက ရေမပေးဘဲ ထားနိုင်ပါသည်။ အပင်သည် ရေလိုအပ်သော်လည်း လိုအပ်သည်ထက် ပိုရနေလျှင်လည်း ထိုအပင်သည် အလုပ်မလုပ်နိုင်ပါ။ ထို့ကြောင့် အထူးသတိပြုရန် လိုအပ်ပါသည်။

အပင်စိုက်ရန်ကြိုတင်ပြင်ဆင်ခြင်း

သခွားမွှေးစိုက်ရန်အတွက် စိုက်ပေါင်ကို အနံလေးပေဖြင့် ပြုပြင်ထားရန် အထက်၌ဖော်ပြခဲ့ပြီး ဖြစ်ပါသည်။ သို့ဖြစ်၍ အမှီတိုင်များကို ကြိုတင်၍ပြုလုပ်ထားရပါမည်။ ပျိုးပေါင်၏အလယ်တည့်တည့်မှ တစ်တိုင်နှင့်တစ်တိုင် ကိုးပေ၊ ၁၀ ပေထက် မကွာသော မြေပေါ်တွင် အမြင့် ခြောက်ပေရှိသောတိုင်များကို စိုက်ရပါမည်။ ထိုတိုင်ကိုဝါးကို အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။ ထိုတိုင်တွင် မြေပြင်မှ အမြင့် ငါးပေခန့်နေရာမှစ၍ တန်းဝါးချည်နှောင်ပါ။ ထိုတိုင်များစိုက်ရာတွင်လည်း တိုင်စိုက်မည့်တွင်းများတွင် မြေတွင်းအောင်း ပိုးကာကွယ်ဆေးထည့်ရပါမည်။

အပင်တွယ်တက်ရန်အတွက် တစ်ချောင်းလျှင် ငါးပေခွဲခန့် ရှိသော ဝါးခြမ်းတိုင်များကို ပေါင်၏အစပ်မှ တစ်တိုင်နှင့်တစ်တိုင် စိုက်စနစ်အရ တစ်ပေခွဲ၊ နှစ်ပေအကွာ ပန္နက်အမှန်အတိုင်း မျက်နှာချင်းဆိုင် စိုက်သွား၍ အလယ်မှတန်းဝါးတွင် ဆုံရန်ဖြစ်ပါသည်။ ထိုတန်းဝါးတွင် အဆုံနေရာမှ သင့်လျော်သော နှီးလျော်၊ ထန်းလျော်၊ ချဉ်ပေါင်လျော်၊ ပလတ်စတစ်ကြိုး စသည်ဖြင့် နေရာမရွေ့အောင် ထိန်းချည်ထားရန် ဖြစ်ပါသည်။ တိုင်အဖြစ် မျှင်ဝါးတစ်လုံးကို ခြောက်စိပ်မှရှစ်စိပ်အထိ ခွဲခြမ်းထားသော ဝါးခြမ်းများကို အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။

တိုင်တန်း၏အောက်ခြေမြေပြင်မှ တစ်ပေခန့်အကွာတွင် တစ်တန်းနှင့် ၂၄ ပေခန့် ကွာသည့်နေရာတွင် တစ်တန်းချည်ထားလျှင် သခွားပင်တွယ်တက်ရန်အတွက်လည်းကောင်း၊ သခွားမွှေးသီးများကို ထိန်းနိုင်ရန်လည်းကောင်း အကျိုးပြုပါမည်။

စိုက်ပျိုးခြင်း

သခွားမွေးကို နည်းနှစ်နည်းဖြင့် စိုက်ပျိုးနိုင်ပါသည်။ တိုက်ရိုက် အစေ့ချစိုက်ပျိုးခြင်းနှင့် ပျိုးထုပ်တွင် အပင်ပေါက်၍ စိုက်ပျိုးခြင်းများ ဖြစ်ပါသည်။ မည်သည့်စနစ်ဖြင့် စိုက်ပျိုးသည် ဖြစ်စေ အပင်စိုက်မည့်နေရာသည် သေသေချာချာ မြေပြုပြင်ပြီး ဖြစ်ရပါမည်။ မြေပြုပြင်စဉ်က ထည့်ကျွေးရမည့် သဘာဝဓာတ်ဆေး မြေဩဇာ၊ ဓာတ်မြေဩဇာတို့ကို ကြိုတင်ထည့်၍ မပြုပြင်ခဲ့ရပါက စိုက်ကျင်းများတွင် ထည့်၍ မြေပြုပြင်ရပါမည်။ စိုက်ကျင်းတွင်မှ မြေဩဇာများ ထည့်ကျွေးရမည်ဖြစ်လျှင် အကျယ် ကိုးလက်မ၊ အနက် ကိုးလက်မရှိသော ကျင်းငယ်များ တူးရပါမည်။ ထိုကျင်း ငယ်များတွင် နွားချေးမြေဆွေး နို့ဆီနှစ်ဘူး၊ ပုလဲမြေဩဇာ လက်ဖက်စားဇွန်း တစ်ဇွန်း၊ တီဆူပါတစ်ဇွန်းနှင့် ပိုတက်မြေဩဇာ နှစ်ဇွန်းနှုန်းစီ ထည့်၍ မျိုးစေ့မချမီရက် ငါးရက်ခန့်က ကြိုတင်၍ ထည့်၍သမအောင် အပေါ်ယံမြေနှင့် ရောဆွ၍ မြေတွင်းအောင်း ပိုးသတ်ဆေး လက်လက်စားဇွန်း ၂ ခန့်ထည့်၍ လည်ပတ်အောင် ဆွရပါမည်။ ကျင်းစာသည် ပြည့်ရပါမည်။ ထို့နောက် ရေနှပ်ထား ရပါမည်။ ရေကိုတစ်နေ့တစ်ကြိမ်လောင်း၍ နှပ်ထားရန်ဖြစ် ပါသည်။

စင်ဆောက်ခြင်း၊ ကျင်းတူးခြင်း၊ မြေဩဇာထည့်ခြင်း၊ ရေနှပ် ခြင်းများပြီးပါက မျိုးစေ့ချ၍ စိုက်ရန်ဖြစ်ပါသည်။ ကျင်းစေ့ အပင်စေ့ ရနိုင်ရန်အတွက် တစ်ကျင်းလျှင် သခွားမွေးမျိုးစေ့နှစ်စေ့နှုန်းကို လက်မဝက်ထက် မနက်စေဘဲ မျိုးစေ့အချွန်တက်ကို အောက်က ထား၍ စိုက်ရပါမည်။ ထိုသို့ စိုက်ပျိုးရာတွင် သခွားဝင်တွယ်တက် ရန် ထောင်ထားသော အမှီတိုင်၏ အခြေဘေးဘက်တွင် တစ်

လက်မစီခွာ၍စိုက်ရန် ဖြစ်ပါသည်။ မျိုးစေ့ချပြီးပါက ရေတစ်ကြိမ် လောင်းရန် ဖြစ်ပါသည်။

ဒုတိယနေ့တွင် ရေမလောင်းဘဲ လှုပ်ထားရပါမည်။ တတိယနေ့မှစ၍ တစ်နေ့တစ်ကြိမ်ရေကို ဖြည်းညင်းစွာ လောင်းပေးရပါမည်။ စတုတ္ထနေ့တွင် အပင်ငယ်များစတင်၍ ပေါက်လာပါမည်။ အပင်ငယ်များ ပေါက်လာပါက အပင်ငယ်များ၏ပတ်လည်တွင် မြေကြီးမှာကောင်းစွာ စိုစွတ်နေပါက ရေမလောင်းဘဲ ထားရပါမည်။ အပင်ငယ်များ မြေပြင်ပေါ်သို့ စုံလာလျှင် တစ်ရက်ခြားတစ်ကြိမ် ရေလောင်းပေးရန်ဖြစ်ပါသည်။ မျက်စိဖြင့် မြင်ရသော အစိုဓာတ်ရှိလျှင် ရေလောင်းရမည့်ရက်ကို ခွာနိုင်ပါသည်။

အပင်ငယ်များလေးလက်မ၊ ငါးလက်မ မမြင့်မီ မြောင်းတိုက် ရေဖြင့် မလောင်းသင့်ပါ။ သခွားမွှေးပင်သည် မည်သည့်အရွယ်တွင်ဖြစ်စေ အရွက်ကို ရေမစိုလျှင် အကောင်းဆုံးဖြစ်ပါသည်။ အရွက်ပေါ်ရေတင်နေပြီး ဗွတ်စိုထိုင်းခိုင်းလျှင် အချိန်မရွေး ရောဂါကျရောက်နိုင်သည်ကို သတိပြုရပါမည်။

ပလတ်စတစ်ဖုံးအုပ်ခြင်းသည် အစိုဓာတ်ထိန်းနိုင်ခြင်း၊ ပေါင်းမြက်မပေါက်အောင် ကာကွယ်နိုင်ခြင်း အကျိုးကျေးဇူးများ ရှိနေသည်မှာ အမှန်ဖြစ်သော်လည်း ပလတ်စတစ်အတွက် အရင်းအနှီး စိုက်ထုတ်ရပါက ဧကများစွာ စိုက်ပျိုးနိုင်ရန် ခက်ခဲနိုင်ပါသည်။ အကယ်၍ တစ်ဧကတွင် အသုံးပြုရမည့် ပလတ်စတစ်အတွက် ကုန်ကျစရိတ်သည် ၃၀,၀၀၀၊ ၄၀,၀၀၀ ထက် များလျှင်သော်လည်းကောင်း၊ အလုပ်သမားစရိတ်ထက်ပိုမကုန်ကျလျှင်သော်လည်းကောင်း ပလတ်စတစ်ကို သုံးထိုက်ပါသည်။

ပျိုးပင်များဖြင့် စိုက်ပျိုးခြင်း

မြေပြုပြင်ခြင်းလုပ်ငန်းမှာ အတူတူဖြစ်ပါသည်။ ပြောင်းရွှေ့စိုက်ပျိုးမည့်ပျိုးပင်ငယ်များသည် အစေ့အရွက်နှစ်ရွက် နောက်တတိယအရွက် စတင်၍ ထွက်ရှိချိန်တွင် ရွှေ့ပြောင်းစိုက်ပျိုးရန်ဖြစ်ပါသည်။ သို့မဟုတ် ပျိုးပင်ငယ်များ၏ သက်တမ်းသည် ၁၂ ရက်မှ ၁၅ ရက်အတွင်း ဖြစ်ရပါမည်။ ရွှေ့ပြောင်းစိုက်မည့် ပျိုးထုပ်များကို တစ်ရက်ကြိုတင်၍ ရေဖြတ်ထားရပါမည်။ ရေဖြတ်မထားပါက စိုက်ပျိုးရာတွင် ပျိုးထုပ်များသည် ပျော့စိစိဖြစ်နေ၍ ကိုင်တွယ်၍ မကောင်းတတ်ပါ။

အပင်ငယ်များစိုက်ပျိုးရာတွင် အမှီတိုင်နှင့်တည့်တည့်တွင် တိုင်အခြေမှနှစ်လက်မခန့်ကွာသောနေရာတွင် အပင်ငယ်ဝင်ဆံ့လောက်သော ကျင်းငယ်များတူးပါ။ ပျိုးထုပ်များကို ခွဲမပစ်ဘဲ ပျိုးထုပ်ကိုလက်နှင့်ကိုင်၍ ခဲတံချွန်သောဓားငယ်ဖြင့် ပျိုးထုပ်၏ ဘေးလေးချက်တွင် အထက်အောက် ဓားအရာပေးပါ။ ထိုနေရာမှ အမြစ်များ ဘေးသို့ထွက်လာမည်။ မြေချစိုက်ပျိုးရာတွင် ပျိုးထုပ်၏ မျက်နှာပြင်သည် ပတ်ဝန်းကျင်မြေသား၏အောက် တစ်လက်မခန့် နှိမ့်ထားရပါမည်။ သို့မှသာ ရေလောင်းလျှင် ပျိုးထုပ်အထဲသို့ ရေဝင်မည်ဖြစ်ပါသည်။

ပျိုးထုပ်ငယ်များကို ပြုပြင်ပြီးသော ကျင်းများထဲသို့ထည့်ပြီး ဘေးမှမြေစာများကို အောက်ခြေမှစ၍ လေဟာနယ်မရှိအောင် ထည့်ပေးပါ။ လက်ဖြင့် အသာအယာသိပ်သည်းအောင် ပြုလုပ်ပေးရပါမည်။ ပျိုးထုပ်၏မျက်နှာပြင်နှင့်အညီ မြေပြည့်ပြီးပါက ပန်းကရားနှင့် ဖြည်းဖြည်းချင်း ရေလောင်းပေးရပါမည်။

ပြုစုခြင်း

ရေလောင်းခြင်းကို အပင်ငယ်များ အညွန့်သစ်ထွက်၍ မြေပြင်မှ လေးလက်မ၊ ငါးလက်မ မမြင့်မီ မြောင်းတိုက်ရေဖြင့် ပေးသွင်းခြင်းမပြုဘဲ ပန်းကရားနှင့်သာ ဖျန်းရန်ဖြစ်ပါသည်။ အပင်ခြေပေါင်းဆွဲခြင်း၊ တက်လာသောအညွန့်များကို အမှီတိုင်တွင် ပုံစံမှန်အောင် ခပ်ဖွဖွချည်ပေးခြင်း၊ သခွားမွှေးပင်သည် တဖြည်းဖြည်းကြီးလာသောအခါ အရွက်ညှာများ၏အကြားမှ အညွန့်သစ်များ အဖိုပွင့်၊ အမပွင့်များ ပွင့်လာတတ်ပါသည်။ ပင်စည်အခြေမှ အရွက် ၁၀ ရွက်အထိ ကြားများမှထွက်လာသော ဘေးအတက်များ၊ အညွန့်များကိုလိုက်၍ ဖွဲပေးရပါမည်။ ၁၀ ရွက်နောက်ပိုင်းမှစ၍ ပွင့်လာသော အမပွင့်ကို ဂရုပြုမွှေးရန် ဖြစ်ပါသည်။ သခွားမွှေးသည် ပင်တည်းဝတ်မှုန်ကူးနိုင်သော်လည်း ဝတ်မှုန်ကူးပေးလျှင် ပို၍ အောင်မြင်ပါသည်။

ဝတ်မှုန်ကူးပေးရာတွင် အခြားအပင်မှ အဖိုပွင့်နှင့်ဝတ်မှုန်ကူးပေးရန်ဖြစ်ပါသည်။ တစ်ပင်တည်းက အဖိုပွင့်နှင့် အမပွင့်ကို ကူးမပေးရန် သတိပြုပါ။

ဝတ်မှုန်ကူးပြီး၍ အသီးနှစ်လုံး၊ သုံးလုံးတင်လျှင် အကောင်းဆုံးတစ်လုံး သို့မဟုတ် နှစ်လုံးချန်၍ အခြားအဖိုပွင့်၊ အမပွင့်များကို ခြွေပစ်ရန်ဖြစ်ပါသည်။ သခွားမွှေးအကင်းသည် အချင်းတစ်လက်မ၊ တစ်လက်မခွဲခန့်ရှိ၍ အသီးတင်ရန် သေချာလျှင် သီးထိုးယင်မထိုးနိုင်ရန်အတွက် အိတ်စွပ်ပေးရန် လိုအပ်ပါသည်။

အိတ်စွပ်ရာတွင် အိတ်သီးသန့်မပြုလုပ်နိုင်ပါက သတင်းစာစက္ကူကို ထက်ဝက်ခွဲပါ။ ထိုထက်ဝက်ကို အလယ်တည့်တည့် ခေါက်ပါ။ ထိုအခေါက်၏အလယ်တွင် သခွားမွှေးသီးကင်းကို ထည့်၍

နှုတ်ခမ်းမှ စာရွက်ချုပ်သော “စတက်ပလာ”ခေါ် ချုပ်စက်ဖြင့် နှစ်နေရာ ချုပ်ပါ။ သတင်းစာ အခေါက်၏အဖျားဘက်တွင် နှစ်ချက်စီချုပ်လိုက်ပါက အိတ်စွပ်ပြီး ဖြစ်ပါမည်။

သခွားမွှေးအရွက်မှန် သုံးရွက်၊ လေးရွက် ထွက်ချိန်မှစ၍ ငါးရက်ခြားနှစ်ကြိမ်၊ ခုနစ်ရက်ခြား ငါးကြိမ် ပိုးသတ်ဆေးကို ဖျန်းပေးပါ။ မှိုသတ်ဆေးကို သခွားမွှေး ငါးရွက်၊ ခြောက်ရွက်ရှိချိန်မှစ၍ ၁၀ ရက်ခြား နှစ်ကြိမ်၊ ၁၅ ရက်ခြား သုံးကြိမ် ဖျန်းပေးပါ။ ပိုးသတ်ဆေးဖြစ်စေ၊ မှိုသတ်ဆေးဖြစ်စေဖျန်းရာတွင် အရွက်၏ အောက်ဘက်မျက်နှာများကို ဦးစားပေး၍ နှံ့အောင်ဖျန်းရန် ဖြစ်ပါသည်။

သခွားမွှေးပင်သည် အမှီတိုင်၏ ထိပ်သို့မရောက်မချင်း လန်၍ မကျအောင် ကြိုးဖြင့်ခပ်ဖွဖွလိုက်၍ ချည်ပေးနေရပါမည်။

သခွားမွှေးပင်သည် အသီးတင်ပြီး အမှီတိုင်ထိပ်ရောက်လျှင် ခေါင်နှိမ်ထားနိုင်ပါသည်။

ပေါင်းမြက်နှိမ်နင်းခြင်းကို ခည်သည့်အခါမျှ ပေါင်းမြက်များကို လေးလက်မ၊ ခြောက်လက်မထက် မြင့်အောင် မထားရန် သတိပြုပါ။ ပေါင်းမြက်များ ကြီးထွားလာပါက အပင်အာဟာရများကို စုပ်ယူစားသောက်မည်ဖြစ်၍ အသီးအတွက် အနှောင့်အယှက် ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ ပေါင်းမြက်များပါက ပေါင်းသတ်ဆေးကို အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။

ပေါင်းသတ်ဆေး

ပေါင်းသတ်ဆေးသည် အဓိကအားဖြင့် နှစ်မျိုးရှိပါသည်။ တစ်မျိုးမှာ ‘ထီသေ’ပေါင်းသတ်ဆေးဖြစ်၍ ဒုတိယတစ်မျိုးမှာ ‘ပင်

လုံးပြန့်ပေါင်းသတ်ဆေးဖြစ်ပါသည်။ သခွားမွှေးခင်းများတွင် မည်သည့်အခါမျှ ထိသေပေါင်းသတ်ဆေးများကို မဖျန်းရန် သတိပြုပါ။ ပေါင်းသတ်ဆေးများမှာ ထုတ်လုပ်သည့် ကုမ္ပဏီများက ယင်းတို့၏ ကိုယ်ပိုင်တံဆိပ်များဖြင့် ရောင်းချကြသည် ဖြစ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် ပါဝင်သော ပစ္စည်းကိုကြည့်၍ အသုံးပြုရန်ဖြစ်ပါသည်။ ပေါင်းသတ်ဆေးများ၏ အမည်သည် မည်သို့ဖြစ်စေ ပါဝင်သော ဓာတ်ပေါင်းကိုကြည့်၍ အသုံးပြုရန် ဖြစ်ပါသည်။

ပေါင်းသတ်ဆေးဘူးများတွင် Ingredients ပါဝင်သောပစ္စည်း ဖော်ပြရာတွင် Glyphosate ဟု ဖော်ပြထားသော ပေါင်းသတ်ဆေးကိုသာ အသုံးပြုရန်ဖြစ်ပါသည်။

သခွားမွှေးခင်းများတွင် ပေါင်းသတ်ဆေးအသုံးပြုရန် လိုအပ်ပါက ပေါင်းသတ်ဆေးကို မည်သည့်အခါမျှ ဆေးဖျန်းပုံးနှင့် မဖျန်းပါနှင့်။ အသုံးပြုရမည့်နည်းလမ်းမှာ 'ဒလိမ့်တုံးလှိမ့်ခြင်း' ဖြစ်ပါသည်။

ဒလိမ့်တုံးဆိုသည်မှာ တိုက်တာနေအိမ်များတွင် ဆေးသုတ်သော သင်္ဘောဆေးဆိုင်များမှရောင်းသော ဆေးသုတ်သည့် ဒလိမ့်တုံးကို အသုံးပြုရန် ဖြစ်ပါသည်။ အသုံးပြုပုံမှာ အထက်ပါ Glyphosate ဓာတ်ပေါင်းပါဝင်သော ပေါင်းသတ်ဆေးကို ရေတစ်ဂါလံတွင် ပေါင်းသတ်ဆေး ၂၀ စီစီ သို့မဟုတ် စတီးဇွန်းနှစ်ဇွန်းစာကို 'ဘာလီဂျိုင်'ခေါ် ပလတ်စတစ်လက်ဆွဲပုံးတွင် ထည့်၍ ဖျော်ပြီး ထိုရေတွင် ဒလိမ့်တုံးကိုနှစ်၍ ပေါင်းပင်များအပေါ် လှိမ့်ရန် ဖြစ်ပါသည်။

ပေါင်းသတ်ဆေးကို ဒလိမ့်ဖြင့် လှိမ့်ရာတွင် ဒလိမ့်တုံးနှင့် ပေါင်းမြက်များအပေါ်ယံက ခပ်ဖွဖွဖြင့် လှိမ့်ရန် ဖြစ်ပါသည်။ ပေါင်းရွက်ပေါ်တွင် ရေစိုသွားပါက လုံလောက်ပါသည်။ ဤပေါင်း

သတ်ဆေးမှာ ချက်ချင်းလက္ခဏာမပြပါ။ နှစ်ရက်၊ သုံးရက်ကြာမှ အရွက်များဝါလာပြီး အမြစ်အထိ ခြောက်သေသွားခြင်း ဖြစ်ပါသည်။

ပေါင်းသတ်ဆေးကို မည်သည့်အခါမျှ ပေါင်းမြက်မရှိသော မြေကြီးပေါ်တွင် မလောင်းပါနှင့်။ ပေါင်းသတ်ဆေးသည် ပေါင်းပင်ကိုထိမှသာ ပေါင်းသေပါမည်။

ပေါင်းသတ်ဆေးအသုံးပြုရာတွင် မည်သည့်အခါမျှ မိမိစိုက်ပျိုးထားသော အပင်များကို မထိမိရန် သတိပြုပါ။

ကာကွယ်ခြင်း

ပိုးမွှားများ

သခွားမွှေးကျိုင်းနှင့် ပြတို့သည် သခွားမွှေးတွင် အများဆုံး ကျရောက်သော ပိုးမွှားများဖြစ်ပါသည်။ အထူးသဖြင့် သခွားမွှေးအပင်ငယ်များတွင် စတင်၍ ကျရောက်ဖျက်ဆီးတတ်ပါသည်။

ပြကောင်များ

ပြကောင်များသည် ကျရောက်ပါက တစ်ကောင်တလေဖြင့် ကျရောက်လေ့မရှိဘဲ အစုလိုက်၊ အပြုလိုက် ကျရောက်ဖျက်ဆီးခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ သခွားမွှေးစိုက်ပြီး အရွက်မှန်သုံးရွက်၊ လေးရွက် ထွက်ရှိချိန်တွင် ပြကောင်ကျရောက်မှု ရှိ မရှိ ကို စစ်ဆေးရပါမည်။ ဤပြကောင်ငယ်များမှာ သခွားမွှေးအရွက်နု၏ အောက်မျက်နှာဘက် ထိပ်ဖျားနားတွင် စတင်၍ ကျရောက်လေ့ရှိပါသည်။ ပိုးကျရောက်သည်၊ မကျရောက်သည် သိရှိရန်မှာ ပိုးကျရောက်မှုမရှိပါက သခွားမွှေးအရွက်များသည် အစိမ်းရောင်တောက်တောက်ဖြင့် ရွှမ်းနေပြီး အရွက်များမှာ အောက်သို့ လုံးဝကုပ်နေခြင်း မရှိပါ။ အရွက်

ဖျားများသည် စတင်ကုပ်လာပါက ပြကျရောက်ပြီကို သိရှိရပါသည်။ ပိုးကျသည်၊ မကျသည်ကို တစ်ပတ်လျှင် နှစ်ကြိမ်ခန့် ကျဘန်းကွင်းဆင်းစစ်ဆေးရပါမည်။

ကျဘန်းစစ်ဆေးသည်ဆိုသည်မှာ မိမိ၏စိုက်ခင်းအတွင်း နေရာ ၁၀ နေရာခန့်သို့ သွားရောက်ပြီး အရွက်များကို စစ်ဆေးရန် ဖြစ်ပါသည်။ ပြကောင်များကျရောက်မှုကို စတင်တွေ့ရှိပါက သင့်လျော်သည့်ပိုးသတ်ဆေးဖြင့် အောက်မျက်နှာကို ဦးစားပေး၍ သုံးရက်ခြား၊ လေးရက်ခြားတစ်ကြိမ် ဆေးဖျန်းရန်ဖြစ်ပါသည်။ ယခု အခါတွင် ပိုးသတ်ဆေးရောင်းချသော အရောင်းဆိုင်များသည် မြို့တိုင်းနီးပါး အချို့ကျေးရွာကြီးများအထိ ဖွင့်လှစ်ရောင်းချလျက်ရှိပါသည်။

ပိုးသတ်ဆေးရောင်းချသော စိုက်ပျိုးရေးပစ္စည်းဆိုင်များသည် များပြားသကဲ့သို့ပင် ပိုးသတ်ဆေးရောင်းချသော ကုမ္ပဏီများမှာလည်း အလွန်များပါသည်။ ယခုအခါတွင် နိုင်ငံတော်မှပြည်တွင်းတွင် ဖြန့်ဖြူးရမည့် ပိုးသတ်ဆေး၊ မှိုသတ်ဆေး၊ ဓာတ်မြေဩဇာများ၊ အားပြည့်ဆေးများအားလုံးကို မြန်မာစာဖြင့် အညွှန်းထည့်ရမည်ဟု ညွှန်ကြားပြီ ဖြစ်သဖြင့် အရောင်းဆိုင်များသို့သွားပြီး ကျရောက်သော ပိုးကောင်အမည်ကို ပြောပြ၍ သင့်လျော်သောပိုးသတ်ဆေးကို အသုံးပြုရန်ဖြစ်ပါသည်။ မည်သည့်ဆေးဖြင့် ကာကွယ်ပါဟု ဖော်ပြရန် အခက်အခဲရှိပါသည်။

ပြကောင်များမှာ နူးညံ့၍ ပျော့ပျောင်းသောခန္ဓာကိုယ်ရှိသော ပိုးမွှားများဖြစ်၍ ယင်းတို့မှာ တစ်လက်မ၏ ၁၆ ပုံတစ်ပုံမှ တစ်လက်မ၏ ရှစ်ပုံတစ်ပုံခန့်သာ အလျားရှိသော ပိုးမွှားဖြစ်ပါသည်။ ယင်းတို့၏ အရောင်မှာ စိမ်းဝါရောင်မှ အဝါရောင်ရှိပါသည်။ ယင်းတို့သည် အရွက်၏အောက်မျက်နှာတွင် အစုလိုက်အပြုံလိုက်နေ၍

သခွားမွေးပင်အတွက် ထည့်ကျွေးသော အာဟာရများကို စုပ်ယူ၍ အရွက်သည် မကြီးထွားတော့သကဲ့သို့ အရွက်များနာသွားသဖြင့် အပင်ဖြစ်ထွန်းမှုလည်း နွေးကွေးသွားပါသည်။ အပင်ငယ်များတွင် ကျရောက်မှုကို ဂရုမပြုပါက ထိုအပင်ငယ်သည် သခွားမွေး အပင်ကြီးအဖြစ် ရောက်ရှိမလာတော့ပါ။

ဤပြကောင်များ၏ အလေ့အထသည် အရွက်၏အောက် မျက်နှာတွင်သာ အများဆုံးနေပြီး စုပ်စား၍ ဖျက်ဆီးခြင်းဖြစ်သဖြင့် ပိုးကျသည်၊ မကျသည်ကို သိရှိရန် အရွက်များကို လှန်၍ ကြည့်ရှုရန် အလွန်အရေးကြီးပါသည်။

သခွားမွေးကျိုင်း

သခွားမွေးကျိုင်းများသည် သခွားမွေးအရွက်များကို ကိုက်ဖြတ်စားသောက်ပါသည်။ အချို့ သခွားမွေးအရွက်များတွင် အပေါက်များတွေ့ရပါသည်။ သခွားမွေးပင်ကို ဖျက်ဆီးသော ကျိုင်းကောင်များမှာ စိမ်းဝါရောင်ရှိပါသည်။ ယင်းတို့၏ တောင်ပံပေါ်တွင် အနက်ရောင်အစင်းများ သို့မဟုတ် အနက်ရောင်အစက်များ ပါရှိပါသည်။ ဤကျိုင်းများသည် အပူချိန် ၇၀ ဒီဂရီဖာရင်ဟိုက် ရှိချိန်တွင် စတင်၍ ကျရောက်ဖျက်ဆီးလေ့ရှိပါသည်။ ယင်းတို့သည် ဥများကို အပင်များအခြေတွင် ဥခဲ့သဖြင့် ထိုဥများက အကောင်ငယ်များပေါက်သောအခါ ထိုကျိုင်းကောင်ငယ်များသည် သခွားမွေးပင်၏ အမြစ်များနှင့် အတက်များကို ကိုက်ဖြတ်၍ ဖျက်ဆီးပါသည်။

ကာကွယ်နည်းမှာ ဖရဲသီးတွင် ကျရောက်သော ကျိုင်းကောင်အား ကာကွယ်နည်းအတိုင်း အသုံးပြုရန် ဖြစ်ပါသည်။

အသီးဖောက်ပိုး (ပိုးလမင်း) Pickleworm

ဤအသီးဖောက်ပိုးသည် ရာသီဥတုပူနွေးမှုနှင့် ပိုးသတ်ဆေး ဖျန်းသည့်အကြိမ် ကွာခြားမှုအပေါ်တွင်တည်၍ ကျရောက်ဖျက်ဆီး လေ့ရှိပါသည်။ အကောင်ပေါက်စများသည် သခွားမွှေးသီးအနုများ ကို ထွင်းဖောက်၍ စားသောက်ဖျက်ဆီးပါသည်။ ဤပိုးကိုလည်း ပိုးသတ်ဆေးများကို သုံးရက်ခြား၊ ငါးရက်ခြား၊ ခုနစ်ရက်ခြား စသည်ဖျန်းနေပါက ကာကွယ်နိုင်ပါသည်။

သေးပျန်းရမည့်နောက်ဆုံးအချိန်

သခွားမွှေးအသီးတင်ပြီး ရက်ပေါင်း ၂၀ ရက်မှ ၂၅ ရက် နောက်ပိုင်း မည်သည့်ပိုးသတ်ဆေးမျှ မဖျန်းရန် အထူးသတိပြုရ ပါမည်။ ထိုအချိန်တွင် သခွားမွှေးသီးများမှာ အရွယ်ရောက်ရင့်ပြီး ဖြစ်၍ ပိုးကျ၍ မပျက်စီးနိုင်ပါ။ ထိုကာလနောက်ပိုင်းတွင် ပိုးသတ် ဆေးများမှာ မလိုအပ်ဘဲ ဖျန်းနေခြင်းကြောင့် ပိုးသတ်ဆေးဖိုးနှင့် လုပ်အားခများ အပိုကုန်ကျနိုင်သည့်အပြင် သခွားမွှေးသီးတွင် လည်း ပိုးသတ်ဆေးမာတ်ကြွင်းများ ကျန်၍ စားသုံးသူများအား ဘေးရောက်စေနိုင်ပါသည်။

သခွားမွှေးသီးမှာ အသီးကင်းဝင်ပြီး ၃၀ မှ ၃၅ ရက်အတွင်း ဆွတ်ခူးနိုင်သောကြောင့် ဖြစ်ပါသည်။

အပင်ရောဂါများ

သခွားမွှေးတွင် ကျရောက်သော ရောဂါအမျိုးအစားသည် ဖရဲပင်မှာထက် ပိုများပါသည်။ သခွားမွှေးပင်ညှိုးရောဂါ၊ အရွက် လောင်ခြောက်ရောဂါ၊ ဖားဥခွိုရောဂါ၊ ရွက်ခြောက်ရောဂါ၊ ပင်စည် အစေးထွက်ရောဂါ စသည်တို့ဖြစ်ပါသည်။

ပင်ညှိုးရောဂါ (Fusariumwilt)

ဤရောဂါမှာ မြေကြီးမှဖြစ်သော ရောဂါဖြစ်ပါသည်။ ကာကွယ်နိုင်သောဆေးမရှိသေးပါ။ ပင်ညှိုးရောဂါဒဏ်ခံနိုင်သည်ဟု အာမခံသော မျိုးကိုစိုက်ပျိုးရန်ဖြစ်ပါသည်။ ဤရောဂါမှာ ယခင်စိုက်ပျိုးဖူးသော ရောဂါဖြစ်ဖူးသော မြေများတွင် စိုက်ပျိုးပါက ဖြစ်တတ်ပါသည်။ ဤရောဂါဖြစ်လျှင် ပျိုးပင်အဆင့်မှာဖြစ်ဖြစ်၊ အပင်ကြီးအဆင့်မှာဖြစ်ဖြစ် ကျရောက်တတ်ပါသည်။ ဤရောဂါဖြစ်သော အပင်သည် ပြန်၍ ရှင်သန်မှုမရှိဘဲ သေဆုံးပါသည်။ အကောင်းဆုံးမှာ မြေကွက်လပ်အသစ်များတွင် စိုက်ပျိုးခြင်းဖြစ်ပါသည်။ သို့မဟုတ် ထိုမြေကွက်တွင် သီးနှံများအလှည့်ကျ စိုက်သွားရန်ဖြစ်ပါသည်။

ဟင်္သာမှုန့်ရောဂါ (Powdery Mildew)

ဤရောဂါသည် သခွားမွှေးပင်များတွင် သခွားမွှေးသီးများ၏ အသီးတင်ပြီး ကာလနောက်ပိုင်းတွင် ကျတတ်ပါသည်။ ဤရောဂါ ကျရောက်ပါက သခွားမွှေးအရွက်များ၊ အသီးနုများအပေါ်တွင် ပေါင်ဒါမှုန့်ဖြူးထားသကဲ့သို့ တွေ့ရပါသည်။ အရွက်များသည် လောင်ကျွမ်းသွားခြင်း၊ ခြောက်သွေ့သွားခြင်းမရှိဘဲ အရွက်များသည် အနည်းငယ်တွန့်၍ အောက်ဘက်သို့ ကုပ်ကျသွားတတ်ပါသည်။ အရွက်များ ကြီးထွားမှုနှေးသွားတတ်၍ အသီး၏ကြီးထွားမှုကို နှောင့်နှေးစေပါသည်။ အသီးအနုများပေါ်တွင် အဖြူရောင် အမှုန်များ ကပ်နေသည်ကို တွေ့ရတတ်ပါသည်။ အသီးနုများတွင် ရောဂါကျရောက်မှု ပြင်းထန်ပါက အက်ကွဲတတ်ပါသည်။

ဤရောဂါကို ကာကွယ်ရန်မှာ ကန့်မှုန့်တစ်ဧက ၁၀ ပေါင်မှ ၁၅ ပေါင်နှုန်းနှင့် ပက်ဖျန်းခြင်း၊ ထုံးကန့်ဆေးရည်ဖြင့် ပက်ဖျန်း

ခြင်း၊ ဆာလဖိနက်ဆေးရည်နှင့် ကန့်ပါသောဆေးများဖြင့် ပက်ဖျန်းရန်ဖြစ်ပါသည်။

ရွက်ပြောက်ရောဂါ (Downy Mildew)

ဤရောဂါမှာ သခွားမွှေးရွက်အနုများပေါ်တွင် စတင်၍ ကျရောက်တတ်ပါသည်။ အရွက်နုများပေါ်တွင် ရောဂါစတင်ကျရောက်မှုလက္ခဏာကို သခွားမွှေးအရွက်အား နေရောင်ခြည်ဘက်တွင် ထား၍ကြည့်ပါက အပ်ဖျားမျှရှိသော အဖြူအစက်များကို တွေ့နိုင်ပါသည်။ ထိုအစက်အပြောက်ငယ်များသည် တဖြည်းဖြည်းဘေးသို့ ကျယ်လာပါသည်။ အစက်အပျောက်၏ အပေါ်မျက်နှာပြင်ပေါ်တွင် အဝါဖျော့ရောင်တွေ့မြင်နိုင်ပြီး ထိုနေရာမှာ အဆီသုတ်ထားသကဲ့သို့ ခပ်ပြောင်ပြောင် ဖြစ်နေတတ်ပါသည်။

ရောဂါရင့်လာပါက အဝါရောင်မှ နီညိုရောင်သို့ ပြောင်းလာပါသည်။ မှိုသတ်ဆေးနှင့် မကာကွယ်နိုင်ပါက ထိုနေရာများမှ ခြောက်သေသွားပါသည်။ စိုထိုင်းဆများပါက ရောဂါကြောင့် ခြောက်သွားသော ဒဏ်ရာများ၏အောက်မျက်နှာတွင် ပန်းရောင်ဖျော့ဖျော့ မှိုအမျှင်များ တွေ့ရပါသည်။ ဤရောဂါသည် သခွားမွှေး၏ အရွက်ညှာများ၊ အညွန့်တစ်လျှောက်နေရာများတွင် ကျရောက်နိုင်ပါသည်။ ရောဂါပြင်းထန်ပါက တစ်ပင်လုံး ခြောက်သေသွား၍ အသီးများ ဆက်လက်မကြီးထွားနိုင်တော့ပါ။

ရောဂါလက္ခဏာစတင်တွေ့ရှိချိန်တွင် မှိုသတ်ဆေးများဖြင့် အချိန်မီကာကွယ်ပါက ဤရောဂါကို မဖြစ်အောင် ထိန်းသိမ်းနိုင်ပါသည်။ အသုံးပြုရမည့်မှိုဆေးများမှာ ဖရဲသီးတွင် ကျရောက်သော မှိုရောဂါအား ကာကွယ်သောဆေးများကို အသုံးပြုရန်ဖြစ်ပါသည်။

ဘတ်တီးရီးယားရွက်ခြောက်ရောဂါ (Alternaria Blight)

ဤရောဂါဖြစ်ပါက သခွားမွှေးပင်သည် လက္ခဏာအထူးအထွေမပြသဘဲ ဖရဲပင်တစ်ပင်လုံး လောင်ကျွမ်းသကဲ့သို့ဖြစ်ပြီး သေသွားပါသည်။ ဤရောဂါမှာ မြေဆောင်ရောဂါဖြစ်ပါသည်။ Bateria ကြောင့် ရောဂါဖြစ်၍ Methyl Bromide မီသိုင်းဘရိုမိုက် မှီသတ်ဆေးဖြင့် ကာကွယ်နိုင်ပါသည်။ ဤဆေးဖြင့် ဖျန်းထားပါက နီမတုတ် ရောဂါ စသည့်မြေတွင်းအောင်းပိုးများကိုပါ ကာကွယ်နိုင်ပါသည်။

ဆွတ်ခူးခြင်း

သခွားမွှေးသီး ဆွတ်ခူးခြင်းကို သီးကင်းဝင်သည့်ရက်၏ နောက် ၃၀ ရက် သို့မဟုတ် ၃၅ ရက်အကြာတွင် ဆွတ်ခူးနိုင်ပါသည်။ သို့မဟုတ် သခွားမွှေးသီးများသည် မူလအရောင်မှ တောက်ပသည့်အရောင်သို့ ပြောင်းလာလျှင် သို့မဟုတ် သခွားမွှေးအခင်းထဲဝင်သွားပါက သခွားမွှေးအနံ့ထွက်လာလျှင် သို့မဟုတ် စတင်မြေချစိုက်ပျိုးသောရက်မှ ရက်ပေါင်း ၇၅ ရက်မှ ၈၅ ရက်ရှိလျှင် ဆွတ်ခူးနိုင်ပါသည်။

မိမိ၏ဒေသရှိ စားသုံးသူဈေးကွက်သို့ ရောင်းချရန်ဖြစ်လျှင် သခွားမွှေးသီးတစ်လုံးတလေ အညှာမှာ ကြွေကျသည့်အချိန်တွင် ဆွတ်ခူးနိုင်ပါသည်။ သခွားမွှေးသီးများသည် အပူချိန်မြင့်တက်လာပါက တစ်နေ့ထက်တစ်နေ့ အမှည့်မြန်လာပါသည်။ သခွားမွှေးသီးများမှာ တစ်ပြိုင်တည်းမုည့်လှေမရှိသဖြင့် နေ့စဉ်ဆွတ်ခူးရန်လိုအပ်ပါသည်။

အဝေးသို့တင်ပို့ရန်ရှိ၍ အများအပြားတင်ပို့ရန်ဖြစ်လျှင် စိုက်
သည်ရက်မှရက်ပေါင်း ၈၀ ခန့် ရှိချိန်တွင် ကျွဲဘန်း ၁၀ နေရာခန့်
မှ သခွားမွှေးသီးများကို ခူးယူ၍ခွဲစိတ်ကြည့်ပြီး အတွင်းသားသည်
၈၀-၈၅ ရာခိုင်နှုန်းခန့် နူးညံ့နေလျှင် ဆွတ်ခူးနိုင်ပါသည်။

သခွားမွှေးသီးတွင်ပါဝင်သော အာဟာရဓာတ်များကို အပြည့်
အဝင်စားလိုလျှင် သခွားမွှေးသီးကို အနံ့အနည်းငယ်ထွက်လာပြီး
ကောင်းစွာရင့်မှည့်မှသာ ဆွတ်ခူးရန်ဖြစ်ပါသည်။

အဝေးသို့တင်ပို့ရာတွင် သစ်သားသေတ္တာ၊ အရည်အသွေးမီ
သော ဂျပ်ဖာများဖြင့် တင်ပို့ရပါမည်။ ထိုသို့ တင်ပို့ရာတွင် သစ်သား
သေတ္တာဖြင့် တင်ပို့လျှင် သေတ္တာတစ်လုံးလျှင် သခွားမွှေးသီး ၂၀
လုံး၊ ငါးလုံးနှစ်တန်းနှစ်လွှာ၊ အလေးချိန် ကီလို ၅၀ ခန့်ထက်
မများထည့်ရန် ဖြစ်ပါသည်။

ဂျပ်ဖာဖြင့်ထည့်သွင်းလျှင် သခွားမွှေးသီးသုံးလုံးနှစ်တန်း
နှစ်လွှာ၊ ကီလို ၃၀ ခန့်ထက်မများထည့်ရန် ဖြစ်ပါသည်။ အသုံး
ပြုမည့် ဂျပ်ဖာသည် ဂျပ်ပုံးတစ်ပုံးနှင့်တစ်ပုံး ခုနစ်ထပ်မှ ၁၀
ထပ်အထိ အထပ်ခံနိုင်ရပါမည်။

မည်သည့်နည်းဖြင့် တင်ပို့သည်ဖြစ်စေ သခွားမွှေးသီးတစ်လုံး
ချင်းကို ဖော့အိတ်ဖြင့်ဖြစ်စေ၊ စက္ကူဖြင့်ဖြစ်စေ လုံခြုံစွာ ထုပ်ပိုးပြီးမှ
ပို့ရန်ဖြစ်ပါသည်။

အထွက်နှုန်း

သခွားမွှေးတစ်ဧကလျှင် ရောင်းတမ်းဝင် သခွားမွှေးသီးအလုံး
ရေ ၃၅၀၀ မှ ၄၀၀၀ ရအောင် ဂရုပြုရန် စီမံချက်ဖြင့် စိုက်ပျိုး
ကြရန်ဖြစ်ပါသည်။

သခွားမွှေးအောင်မြင်စွာ စိုက်ပျိုးထုတ်လုပ်နိုင်ရန်အတွက် အရေးကြီးသော အချက်များ

- (၁) သခွားမွှေး စတင်မစိုက်ပျိုးမီ ရွေးကွက်ကို ကြိုတင် လေ့လာရန်၊
- (၂) ရွေးကွက်ဝင်ပြီး အထွက်ကောင်းမည့်မျိုးကို ရွေးချယ်ရန်၊
- (၃) သခွားမွှေးစိုက်ပျိုးမည့်မြေကို မာတ်ခွဲစမ်းသပ်ပါ။ အာဟာရဓာတ်ပါဝင်မှုကို ထောက်ခံချက် ရယူထားရန်၊
- (၄) မိမိစိုက်ပျိုးမည့်မြေ၏ pH ရာခိုင်နှုန်းကို ထောက်ခံချက် ယူထားရန်၊
- (၅) မိမိစိုက်ပျိုးမည့်မြေတွင် မြေတွင်းမှနေ၍ အပင်ကိုရောဂါ ပေးနိုင်သော 'နီမတုတ်'ပိုးများ ရှိ၊ မရှိ ကြိုတင်စစ်ဆေး ထားရန်၊
- (၆) ပျိုးထုပ်များ တစ်နေရာမှ တစ်နေရာရွှေ့ရာတွင် အသုံး ပြုရန် သင့်လျော်မည့် ပလတ်စတစ်ဇလား၊ သစ်သား ဇလားများ လုံလောက်စွာပြုလုပ်ထားရန်၊
- (၇) သခွားမွှေးသီးများထည့်သွင်း၍ အဝေးသို့တင်ပို့ရန် သေတ္တာခွံများ၊ ဂျပံဖာများ အသင့်စုဆောင်းထားရန်၊
- (၈) မှိုသတ်ဆေးများကို တစ်ပတ်တစ်ကြိမ်၊ နှစ်ပတ်တစ်ကြိမ် စသည်ဖြင့် ဖျန်းပတ်နိုင်ရန် အစီအစဉ်ရေးဆွဲထားရန်၊
- (၉) သခွားမွှေးစိုက်ရာတွင် အတန်းတစ်တန်းနှင့်တစ်တန်း လေးပေ သို့မဟုတ် ငါးပေ၊ တစ်ပင်နှင့်တစ်ပင်ကြား ၁၈ လက်မ သို့မဟုတ် ၂၄ လက်မထက် ခြား၍ မစိုက်ပျိုးရန်၊
- (၁၀) ပေါင်းသက်ဆေးများကို လူ၏လှုပ်အားလျော့ချရန် အတွက် စနစ်တကျ အသုံးပြုရန်၊

သက်စွယ်ကျမ်းဟချမ်းသာရအတွက် လူတိုင်းနေစဉ်စားသုံးရမည့် သစ်သီးသုံးမျိုး ၁၃၇

- (၁၀) အပတ်စဉ် ပိုးသတ်ဆေး၊ မှိုသတ်ဆေးများကို အစီအစဉ် ဆွဲ၍ ပက်ဖျန်းရန်၊
- (၁၂) ဆေးမှုန့်ထွက်မှုကောင်းမွန်သော အရည်အသွေးမီသော ဆေးဖျန်းပုံးများကို အသုံးပြုရန်၊
- (၁၃) သခွားမွှေးကျိုင်းကောင်နှင့် ပင်ညှိုးရောဂါမဖြစ်အောင် ကာကွယ်ရန်၊
- (၁၄) ဖြစ်နိုင်လျှင် သခွားမွှေးတစ်ဧကတွင် ပျားအုံ ၁၀ အုံခန့် ချထားပေးရန်၊
- (၁၅) ရေကို လိုအပ်သလိုသွင်းပေးရန်၊ ထိုသို့လိုအပ်သလို သွင်းပေးမှသာ သခွားမွှေးများ ကြီးထွားခြင်း၊ အသီးကွဲအက်မှု လျော့နည်းစေမည်ဖြစ်သည်။
- (၁၆) သခွားမွှေးသီးများကို အကြိမ်ကြိမ်ဆွတ်ခူးရန်၊
- (၁၇) အသီးအရွယ်အစား၊ အလေးချိန်တူညီသော သခွားမွှေးသီးများကို သီးသန့်ဆွတ်ခူးရန်၊
- (၁၈) ဆွတ်ခူးပြီးသော သခွားသီးများကို နေရောင်ခြည်တိုက်ရိုက် ကျသောနေရာတွင် မထားဘဲ အေးသော၊ အရိပ်ရှိသော နေရာများတွင်သာ စုပုံရန်၊
- (၁၉) သွင်းအားစုများကို ကြိုတင်၍ စုဆောင်းထားရန်။

သခွားမွှေးသီးတစ်ဧကကုန်ကျစရိတ်နှင့်ဝင်ငွေ

(၁) မြေပြုပြင်စရိတ်	၁၀၀,၀၀၀
(၂) မျိုးစေ့	၁၅၀,၀၀၀
(၃) မြေဩဇာ	၃၀၀,၀၀၀
(၄) ပိုးသတ်ဆေး	၃၀,၀၀၀

(၅) မြို့သတ်ဆေး	၄၀,၀၀၀
(၆) အိတ်ခွံ၊ သစ်ဝါးများ	၂၅,၀၀၀
(၇) ရေသွင်းစရိတ်	၁၀၀,၀၀၀
(၈) အလုပ်သမားစရိတ်များ	၃၀၀,၀၀၀
(၉) အထွေထွေ	၂၅၀,၀၀၀

၁,၆၂၅,၀၀၀

အထက်ပါစရိတ်များတွင်လည်း အနည်းအများ ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ သခွားမွှေးတစ်ဧကမှ ရောင်းတမ်းဝင် သခွားမွှေးသီး အလုံး ၄,၀၀၀ ဖြင့် သခွားမွှေးသီးတစ်လုံး၏ ထုတ်လုပ်စရိတ် ၄၀၀ ခန့် ကုန်ကျမည်ဖြစ်၍ ဝင်ငွေကို ထွက်ယူနိုင်ပါသည်။ ၂၀၁၃ ခုနှစ် ပေါက်ဈေးအရ သခွားမွှေးသီး တစ်ကီလိုလျှင် တရုတ်ငွေ ငါးယွမ် ခန့် ပေါက်ဈေးရှိသဖြင့် အထွက်ကောင်းအောင် ဂရုပြု၍ စိုက်ကြရန်သာဖြစ်ပါသည်။





၁၉၈၈ ခုနှစ်၊ ဇန်နဝါရီလတွင်
ပုပ္ဖိုးစပျစ်ခြံ၌ Green House
ဖြင့် စိုက်ခဲ့သော
သခွားမွှေးစိုက်ခင်း -၁

၁၉၈၈ ခုနှစ်၊ ဇန်နဝါရီလတွင်
ပုပ္ဖိုးစပျစ်ခြံ၌ Green House
ဖြင့် စိုက်ခဲ့သော
သခွားမွှေးစိုက်ခင်း -၂



၁၉၈၈ ခုနှစ်၊ ဇန်နဝါရီလတွင်
ပုပ္ဖိုးစပျစ်ခြံ၌ Green House
ဖြင့် စိုက်ခဲ့သော
သခွားမွှေးစိုက်ခင်း -၃

၁၉၈၈ ခုနှစ်၊ ဇန်နဝါရီလတွင်
ပုပ္ဖိုးစပျစ်ခြံ၌ Green House
ဖြင့် စိုက်ခဲ့သော
သခွားမွှေးစိုက်ခင်း -၄



၁၉၈၈ ခုနှစ်၊ ဇန်နဝါရီလတွင် ပုပ္ပါးစပျစ်ခြံ၌
Green House ဖြင့် စိုက်ခဲ့သော သခွားပွေး
စိုက်ခင်း၌ သခွားပွေးများ သီးနေပုံ- ၁



၁၉၈၈ ခုနှစ်၊ ဇန်နဝါရီလတွင်
ပုပ္ပါးစပျစ်ခြံ၌ Green House ဖြင့်
စိုက်ခဲ့သော သခွားပွေးစိုက်ခင်း၌
သခွားပွေးများ သီးနေပုံ- ၂

၁၉၈၈ ခုနှစ်၊ ဇန်နဝါရီလတွင်
ပုပ္ပါးစပျစ်ခြံ၌ Green House ဖြင့်
စိုက်ခဲ့သော သခွားပွေးစိုက်ခင်း၌
သခွားပွေးများ သီးနေပုံ- ၃



၁၉၈၈ ခုနှစ်၊ ဇန်နဝါရီလတွင်
ပုပ္ပါးစပျစ်ခြံ၌ Green House
ဖြင့် စိုက်ခဲ့သော သခွားပွေး
စိုက်ခင်း၌ သခွားပွေးများ
သီးနေပုံ- ၄



၂၀၁၂ ခုနှစ်၊ နိုဝင်ဘာလတွင်
ပုံရွာခရိုင်၊ ဘုတလင်မြို့နယ်၊
ညောင်ပင်ကြီးအုပ်စု၊ ရွာသာယာရွာ
ဦးခင်မောင်ဝင်း၏ သခွားပွေး
စိုက်ခင်းပျား - ၁

၂၀၁၂ ခုနှစ်၊ နိုဝင်ဘာလတွင်
ပုံရွာခရိုင်၊ ဘုတလင်မြို့နယ်၊
ညောင်ပင်ကြီးအုပ်စု၊ ရွာသာယာရွာ
ဦးခင်မောင်ဝင်း၏ သခွားပွေး
စိုက်ခင်းပျား - ၂



၂၀၁၂ ခုနှစ်၊ နိုဝင်ဘာလတွင်
ပုံရွာခရိုင်၊ ဘုတလင်မြို့နယ်၊
ညောင်ပင်ကြီးအုပ်စု၊ ရွာသာယာရွာ
ဦးခင်မောင်ဝင်း၏ သခွားပွေး
စိုက်ခင်းပျား - ၃

၂၀၁၂ ခုနှစ်၊ နိုဝင်ဘာလတွင်
ပုံရွာခရိုင်၊ ဘုတလင်မြို့နယ်၊
ညောင်ပင်ကြီးအုပ်စု၊ ရွာသာယာရွာ
ဦးခင်မောင်ဝင်း၏ သခွားပွေး
စိုက်ခင်းပျား - ၄



၂၀၁၂ ခုနှစ်၊ နိုဝင်ဘာလတွင်
ပုံရွာခရိုင်၊ ဘုတလင်မြို့နယ်၊
ညောင်ပင်ကြီးအုပ်စု၊
ရွာသာယာရွာဦးခင်မောင်ဝင်း၏
သခွားမွှေး စိုက်ခင်းများ- ၁



၂၀၁၂ ခုနှစ်၊ နိုဝင်ဘာလတွင်
ပုံရွာခရိုင်၊ ဘုတလင်မြို့နယ်၊
ညောင်ပင်ကြီးအုပ်စု၊
ရွာသာယာရွာဦးခင်မောင်ဝင်း၏
သခွားမွှေး စိုက်ခင်းများ- ၂

၂၀၁၂ ခုနှစ်၊ နိုဝင်ဘာလတွင်
ပုံရွာခရိုင်၊ ဘုတလင်မြို့နယ်၊
ညောင်ပင်ကြီးအုပ်စု၊ ရွာသာယာရွာ
ဦးခင်မောင်ဝင်း၏ သခွားမွှေး
စိုက်ခင်းများ- ၃



၂၀၁၂ ခုနှစ်၊ နိုဝင်ဘာလတွင်
ပုံရွာခရိုင်၊ ဘုတလင်မြို့နယ်၊
ညောင်ပင်ကြီးအုပ်စု၊
ရွာသာယာရွာဦးခင်မောင်ဝင်း ၏
သခွားမွှေး စိုက်ခင်းများ- ၄



၁၉၆၈ ခုနှစ် အပေရီကန်နိုင်ငံမှ
Hellyer A.G.L သွားပွေးစိုက်ခင်း- ၁



၁၉၆၈ ခုနှစ် အပေရီကန်နိုင်ငံမှ
Hellyer A.G.L သွားပွေးစိုက်ခင်း- ၂



၁၉၆၈ ခုနှစ်အပေရီကန်နိုင်ငံမှ Hellyer
A.G.L သွားပွေးစိုက်ခင်း - ၃



အမှီတိုင်အား ပလတ်စတစ်ကြိုးဖြင့်
စိုက်ထားသော သွားပွေးစိုက်ခင်း



ကျောက်စိမ်း
သခွားမွှေး



အသီးသီးနေပုံ



ပတ္တမြား
သခွားမွှေး



အသီးသီးနေပုံ



ပုလဲ
သခွားမွှေး



သခွားပွေးရွက်တွင်
ရောဂါစတင်ကျရောက်နေပုံ



သခွားပွေးရွက်တွင်
ရောဂါစတင်ကူးစက်နေပုံ



သခွားပွေးရွက်တွင် ရောဂါကျရောက်မှု
ကျယ်ပြန့်လာခြင်း



သခွားပွေးရွက်တွင် ရောဂါကျရောက်မှု
ပိုမိုကျယ်ပြန့်လာခြင်း



သခွားပွေးရွက်တွင် ရောဂါကျရောက်မှု ဆိုးဆိုးရွားရွားဖြစ်လာပုံ

သမားပွေးပင် ရောဂါကျရောက်ပုံ အဆင့်ဆင့်





ရောဂါကြောင့်
အသီး
ကွဲသွားပုံ



ရောဂါကြောင့် တစ်ပင်လုံးပျံ့နှံ့နေပုံ



ရောဂါကြောင့် သွားပွေးပင်အားလုံး
သေဆုံးသွားပုံ

၃။ နဂါးမောက်သီးစိုက်ပျိုးရေး

- | | | |
|----------------|---|------------------------------------|
| မြန်မာအမည် | - | နဂါးမောက်သီး |
| အင်္ဂလိပ်အမည် | - | Dragon Fruit
Pitaya
Pitahaya |
| သိပ္ပံအမည် | - | Hylocereus Sps |
| တရုတ်အမည် | - | huo long guo |
| ဗီယက်နမ်အမည် | - | Thanh long |
| အင်ဒိုနီးရှား/ | - | Buah naga |
| မလေးရှားအမည် | | |
| လာအိုအမည် | - | Mark mang gohn |
| ထိုင်းအမည် | - | Kaeo mangkon |

နောက်ခံသမိုင်း

နဂါးမောက်သီးသည် နွယ်ယောင်၊ ပင်ယောင်ဖြစ်ပါသည်။ နဂါးမောက်သီး၏မူရင်းဒေသကို အချို့က မက္ကာကိုအလယ်ပိုင်း၊ အမေရိကနှင့်ထောင်ပိုင်းအမေရိကဟုလည်းကောင်း၊ အချို့က

နဂါးမောက်သီး၏ မှုရင်းဒေသမှာ အရှေ့တောင်အာရှဟုလည်းကောင်း ဖော်ပြကြပါသည်။

ယခုအခါတွင် အာရှတိုက်နိုင်ငံများနှင့် အရှေ့တောင်အာရှနိုင်ငံများတွင် အများဆုံး စိုက်ပျိုးကြလျက်ရှိပါသည်။

အင်ဒိုနီးရှားနိုင်ငံ (အနောက်ဂျပားကျွန်း)၊ ထိုင်ဝမ်၊ ဗီယက်နမ်၊ ထိုင်းနိုင်ငံ၊ ဖိလစ်ပိုင်၊ သီရိလင်္ကာ၊ မလေးရှားနှင့် ဘင်္ဂလားဒေ့ရှ်နိုင်ငံတို့တွင် စိုက်ပျိုးလျက်ရှိပါသည်။ အိုကီနာဝါ၊ ဟာဝိုင်းယီ၊ အစ္စရေး၊ ပါလက်စတိုင်း၊ ဩစတြေးလျမြောက်ပိုင်း၊ ဩစတေးလျနှင့် တရုတ်ပြည်တောင်ပိုင်းတို့တွင်ပါ စိုက်ပျိုးကြပြီဖြစ်ပါသည်။

နဂါးမောက်သီးနှင့်ပတ်သက်၍ Azite ဆိုသူ၏ စာရေးသားချက်အရ နဂါးမောက်သီးသည် ၁၃ ရာစုမှစ၍ ကမ္ဘာအရပ်ရပ်သို့ ပျံ့နှံ့ခဲ့သည်ဟု ဆိုပါသည်။ နဂါးမောက်သီးကို ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့် စိုက်ပျိုးလျက်ရှိသော ဗီယက်နမ်နိုင်ငံတွင် နဂါးမောက်သီးကို "thang loy" သန်လျှင်ဟု ခေါ်ပါသည်။ နဂါးမောက်သီးကို ပြင်သစ်နယ်ချဲ့များက ဗီယက်နမ်နိုင်ငံသို့ ယူဆောင်လာသည်ဟု ယူဆပါသည်။ ယခုအခါတွင် ဗီယက်နမ်နိုင်ငံတွင် နဂါးမောက်သီး တစ်ဟက်တာ (နှစ်ဧကခွဲခန့်)မှ တန် ၂၀ မှ ၂၅ တန်အထိ ထွက်ရှိနေပြီဟု ဆိုပါသည်။

မလေးရှားနိုင်ငံမှာ ဗီယက်နမ်နိုင်ငံနောက် ဒုတိယဇာများဆုံး စိုက်ပျိုးသော နိုင်ငံဖြစ်ပါသည်။ ၁၉၉၉ ခုနှစ်တွင် ဆစ်သီယာဝမ် (Sitiawan) နှင့် ကူယာလာပီလာ (Kuala Pitar) ခရိုင်များတွင် စတင် စိုက်ပျိုးခဲ့ပါသည်။ ကမ္ဘောဒီးယား၊ နီကရာဂွါနှင့်ထိုင်းနိုင်ငံတို့သည် နဂါးမောက်သီးကို စီးပွားဖြစ်စိုက်ပျိုးလာသော နိုင်ငံများဖြစ်လာပါသည်။

နဂါးမောက်သီးမှာ အပူပိုင်းဒေသတွင် အဓိကဖြစ်ထွန်းပြီး အပူမျှဒေသများတွင်ပါ စိုက်ပျိုးနိုင်သောအပင်ဖြစ်ပါသည်။ နဂါးမောက်သီးကို ဖျော်ရည်ထုတ်ရန်၊ ပိုင်ထုတ်လုပ်ရန်နှင့် ကျန်းမာရေး ရှုထောင့်မှ အရေးကြီးသော သီးနှံဖြစ်၍ စီးပွားဖြစ်စိုက်ပျိုးလာကြပါသည်။

နဂါးမောက်ပင်ကို မျိုးစေ့မှဖြစ်စေ၊ ဖြတ်ပိုင်းများမှဖြစ်စေ မျိုးပွားနိုင်ပါသည်။ မျိုးစေ့မှ မျိုးပွားလျှင်မူ အချိန်ကြာမြင့်မည် ဖြစ်ပါသည်။ ဖြတ်ပိုင်းများမှ မျိုးပွားခြင်းသည် အချိန်ကာလ တစ်နှစ်၊ တစ်နှစ်ခွဲအတွင်း စီးပွားဖြစ် အသီးထွက်ရရှိနိုင်ပါသည်။

နဂါးမောက်သီးမှာ အာရှတိုက်နိုင်ငံများဖြစ်သည့် ဗီယက်နမ်၊ ဖိလစ်ပိုင်၊ ထိုင်းနှင့် တောင်အမေရိကတိုက်အလယ်ပိုင်းနိုင်ငံများ တွင် ထင်ရှားသည့် သစ်သီးဖြစ်လာပါသည်။ နဂါးမောက်သီးသည် ကျန်းမာရေးကို များစွာအကျိုးဖြစ်စေသော အံ့ဩဖွယ် သစ်သီးများတွင် အပါအဝင်ဖြစ်ပါသည်။ ယင်းအပြင် နဂါးမောက်အပင်သည် ကာဗွန်ဒိုင်အောက်ဆိုဒ်ဓာတ်ကို စုပ်ယူ၍ အောက်ဆီဂျင်ကို ထုတ်ပေးသော အပင်ဖြစ်၍ ညပိုင်းတွင် လေထုကို သန့်ရှင်းစေသောအပင်ဖြစ်ပါသည်။

မြန်မာပြည်နှင့် နဂါးမောက်သီး

မြန်မာပြည်သို့ နဂါးမောက်သီးသည် ၁၉၉၄ ခုနှစ်၊ မတ်လတွင် လယ်ယာစိုက်ပျိုးရေး ကော်ပိုရေးရှင်း၊ မြန်မာ့စိုက်ပျိုးရေး လုပ်ငန်းအောက်ရှိ ဥယျာဉ်ခြံသီးနှံဌာနမှ ထိုင်းနိုင်ငံ၊ မဲဆောက်မှ စတင်၍ တင်သွင်းခဲ့ပါသည်။ နဂါးမောက်ပင်များကို ကျောက်

ပန်းတောင်းမြို့နယ်ရှိ ဆည်ပေါက်စပျစ်ခြံ၊ ပုပွားမြို့ရှိ ပုပွားစပျစ်ခြံနှင့် မိတ္ထီလာမြို့ရှိ မိတ္ထီလာစပျစ်ခြံများတွင် စတင်၍ စမ်းသပ်စိုက်ပျိုးခဲ့ပါသည်။ ထိုစဉ်က တင်သွင်းသောမျိုးမှာ အခွံအနီရောင်နှင့် အသားအဖြူရောင်မျိုးသာ ဖြစ်ပါသည်။ ထိုစဉ်က ပျိုးပင်တစ်ပင်ကို ၁၀၀၀ ကျပ်နှုန်းဖြင့် တင်သွင်းခဲ့ပါသည်။ ထိုစဉ်က တင်သွင်းခဲ့သောမျိုးမှာ *Hylocereus andutus* မျိုးဖြစ်ပါသည်။

၁၉၉၅-၉၆ ခုနှစ်တွင်မှ ကျောက်ပန်းတောင်းမြို့နယ်၊ ပုပွားစပျစ်ခြံတွင် ၇' x ၈' တိုင်စနစ်ဖြင့် စီးပွားဖြစ် စိုက်ပျိုးခဲ့ပါသည်။ ၂၀၀၀ ပြည့်နှစ်နောက်ပိုင်းမှ ပြင်ဦးလွင်၊ ကျောက်မဲ စသည့်ဒေသများတွင် တိုးချဲ့စိုက်ပျိုးလာကြပါသည်။ ယခုအခါတွင် ကျောက်ပန်းတောင်းမြို့နယ်၌ အများအပြားစိုက်ပျိုးလျက်ရှိပြီး မန္တလေးတိုင်းဒေသကြီး၊ စစ်ကိုင်းတိုင်းဒေသကြီး၊ မုံရွာ၊ ဘုတလင် စသည့်မြို့များတွင်လည်းကောင်း၊ ရန်ကုန်၊ လှည်းတူး၊ သန်လျင် စသည့်ဒေသများတွင်လည်းကောင်း စီးပွားဖြစ်စိုက်ပျိုးနေကြပြီဖြစ်ပါသည်။

နဂါးမောက်သီးအနီမျိုးနှင့် အသီးခွံ အဝါရောင်ရှိပြီး အသားအဖြူရောင်ရှိသော မျိုးများကိုလည်း စိုက်ပျိုးနေကြပြီဖြစ်ပါသည်။

Hylocereus နဂါးမောက်ပင်၏ ပန်းမှာ အခြားဟင်းသီးဟင်းရွက် သစ်သီးဝလံပင်များကဲ့သို့ နေပိုင်းတွင် ပွင့်လှေမရှိဘဲ ညပိုင်းမှပွင့်ခြင်းဖြစ်ပါသည်။ နဂါးမောက်ပင်၏အပွင့်မှာ အဖြူရောင်ရှိ၍ အလွန်ကြီးမားပြီး အလွန်လည်း လှပပါသည်။ နဂါးမောက်ပွင့်မှာ ညပိုင်းမှာပွင့်၍ လရောင်ဆမ်းပန်း (Moon flower) သို့မဟုတ် သန်းခေါင်ဘုရင်မ (Queen of Night) ဟု တင်စား၍ ခေါ်ကြပါသည်။

နဂါးမောက်သီးတွင် ပါဝင်သောအာဟာရဓာတ်များ

အပူပိုင်းဒေသ၌စိုက်ပျိုးသော နဂါးမောက်သီးတွင် ဝီတာမင်စီ (Niacin) နီယာစင်၊ ကယ်လစီယမ်နှင့် ဖော့စဖိတ်ဓာတ်တို့ ကြွယ်ဝစွာ ပါဝင်ပါသည်။

နဂါးမောက်သီး ၁၀၀ ဂရမ်တွင် ပါဝင်သောအာဟာရဓာတ်များ

(၁) ရေဓာတ်	၈၂.၅	-	၈၃	ဂရမ်
(၂) ပရိုတိန်း	၀.၁၉၅	-	၀.၂၂၉	ဂရမ်
(၃) အဆီဓာတ်	၀.၂၀	-	၀.၆၁	ဂရမ်
(၄) အမျှင်အကြမ်း	၀.၇	-	၀.၉	ဂရမ်
(၅) ကယ်စီတင်း	၀.၀၀၅	-	၀.၀၁၂	မီလီဂရမ်
(၆) ကယ်လစီယမ်	၆.၃	-	၈.၈	မီလီဂရမ်
(၇) ဖော့စဖရပ်	၃၀.၂	-	၃၆.၁	မီလီဂရမ်
(၈) သံဓာတ်	၀.၅၅	-	၀.၆၅	မီလီဂရမ်
(၉) ဝီတာမင်ဘီ(၁)	၀.၂၈	-	၀.၀၄၃	မီလီဂရမ်
(၁၀) ဝီတာမင်ဘီ(၂)	၀.၀၄၃	-	၀.၀၄၅	မီလီဂရမ်
(၁၁) ဝီတာမင်ဘီ(၃)	၀.၇၉၇	-	၀.၄၃	မီလီဂရမ်
(၁၂) ဝီတာမင်စီ	၈	-	၉	မီလီဂရမ်
(၁၃) ဘိုင်ယာမင်	၀.၂၈	-	၀.၃၀	မီလီဂရမ်
(၁၄) ရိုက်ဗိုဖလေဗင်	၀.၀၄၃	-	၀.၀၄၄	မီလီဂရမ်
(၁၅) နီယာစင်	၁.၂၉၇	-	၁.၃၀၀	မီလီဂရမ်
(၁၆) ပြာဓာတ်	၀.၂၈	-		ဂရမ်

Fiber (အမျှင်ဓာတ်)

နဂါးမောက်သီးတွင် အမျှင်ဓာတ်များစွာ ပါဝင်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် နဂါးမောက်သီးကို မှန်မှန်စားသုံးခြင်းဖြင့် ဝမ်းချုပ်မှု မဖြစ်စေခြင်း၊ အစာချေဖျက်မှု ကောင်းမွန်စေခြင်း၊ ကိုယ်ခန္ဓာ အလေးချိန် လျော့ကျမှုကိုလည်း ကူညီနိုင်ပါသည်။

ဗီတာမင်များနှင့် ဓာတ်သတ္တုများ

နဂါးမောက်သီးတွင် ဗီတာမင်စီဓာတ်များစွာပါဝင်၍ တစ်ကြိမ်စားလျှင် ၉ mg ရရှိစေနိုင်ပါသည်။ ယင်းသည် ခန္ဓာကိုယ် မှ စုစုပေါင်းလိုအပ်သော ဗီတာမင်စီဓာတ် ၁၀ ရာခိုင်နှုန်းနှင့် ညီမျှပါသည်။ နဂါးမောက်သီးကို စားသုံးခြင်းဖြင့် ရောဂါကူးစက်မှု ဒဏ်ကို ခံနိုင်ရည်စွမ်း ပို၍မြင့်လာပြီး ဒဏ်ရာများကိုလည်း အမြန် ပျောက်ကင်းစေပါသည်။ နဂါးမောက်သီးကို မှန်မှန်စားသုံးခြင်းဖြင့် အသက်ရှူလမ်းကြောင်း ကောင်းမွန်စေပြီး ချောင်းဆိုးရောဂါနှင့် ရင်ကျပ်ပန်းနာကို သက်သာလျော့နည်းစေပါသည်။

နဂါးမောက်သီး စားသုံးခြင်းကြောင့် ဗီတာမင်ဘီဓာတ်များစွာ ရရှိစေပါသည်။ ဗီတာမင်ဘီ(၁)ပါဝင်သဖြင့် ကာဗိုဟိုက်ဒရိတ်၏ ဇီဝကမ္မဖြစ်စဉ်များကို ကောင်းမွန်စေပါသည်။ ဗီတာမင်ဘီ(၂) ဓာတ် ပါဝင်သဖြင့် ဦးနှောက်ဉာဏ် ပိုမိုကောင်းမွန်စေပြီး အစာ စားလိုမှုကို ကောင်းမွန်စေပါသည်။ ဗီတာမင်ဘီ(၃)ဓာတ် ပါဝင် သဖြင့် ဤဗီတာမင်ဘီ(၃)ဓာတ်သည် ကိုလက်စထရောများကို လျော့နည်းစေပြီး အသားအရေကို စိုပြည်စေပါသည်။

နဂါးမောက်သီးတွင် ကယ်လစီယမ်ပါသဖြင့် အရိုးနှင့်သွားများ ကို ကောင်းမွန်စေပါသည်။ ဖော့စဖိတ်ဓာတ်ပါဝင်၍ အမျှင်ဓာတ်

တည်ဆောက်မှုကို အထောက်အကူပြုပါသည်။ သံဓာတ်ပါဝင်၍
သွေးအားကို ကောင်းမွန်စေပါသည်။ နဂါးမောက်သီးတစ်လုံးတွင်
ကယ်လစီယမ်ဓာတ် ၈ ဒသမ ၈ မီလီဂရမ်၊ ဖော့စရပ် ၃၆ မီလီ
ဂရမ်၊ သံဓာတ် သုည ဒသမ ၆၅ မီလီဂရမ် ပါဝင်ပါသည်။

Phytoalbumins

နဂါးမောက်သီးတွင် အန်တီအောက်ဆီဒင့်သတ္တိရှိသော Phy-
toalbumin ပါဝင်၍ ကင်ဆာဆဲလ်ဖြစ်မှုကို တားမြစ်နိုင်ပါသည်။
နဂါးမောက်သီးသည် ခန္ဓာကိုယ်အတွင်း၌ အဆိပ်အတောက်
ဖြစ်နေသော သတ္တုများကို စွန့်ထုတ်စေနိုင်ပါသည်။

Lycopene (လိုက်ကိုပင်း)

နဂါးမောက်သီးတွင် လိုက်ကိုပင်းဓာတ် ပါဝင်သဖြင့်
ယင်းသည် အနီရောင်ကို ကိုယ်စားပြုပါသည်။ လိုက်ကိုပင်းသည်
အမျိုးသားများ၏ သုတ်ရည်ဂလင်းတွင် ဖြစ်တတ်သော ကင်ဆာ
ဖြစ်မှုကို ကာကွယ်ပေးပါသည်။

အဆီနှင့် ကိုလက်စထရော

နဂါးမောက်သီးတွင် ကိုလက်စထရော မပါဝင်ပါ။ ဧပြင်ဝင်
နေသော အဆီများလည်း မပါရှိပါ။ ထို့ကြောင့် နဂါးမောက်သီးကို
မှန်မှန်စားသုံးခြင်းဖြင့် သွေလည်ပတ်မှုကို မှန်ကန်စေပြီး ကိုလက်
စထရော မြင့်တက်မှုကိုလည်း ထိန်းထားပါသည်။ နဂါးမောက်
အစေ့များတွင် OMEGA-3 နှင့် OMEGA-6 ဖက်တီးအက်ဆစ်များ
အလွန်များစွာပါဝင်ပါသည်။ ယင်း ဖက်တီးအက်ဆစ်များက

Triglycerides (Free radical) များကို လျော့ကျစေနိုင်သဖြင့် နှလုံးရောဂါ ဖြစ်မှု၊ နှလုံးဖောက်ပြန်မှုများကိုလည်း မဖြစ်စေနိုင်ပါ။

နဂါးမောက်သီးကိုစားသုံးခြင်း

နဂါးမောက်သီး၏အတွင်းသားမှာ မှီနှစ်ရောင်ရှိ၍ နှစ်သက်ဖွယ် အနံ့လည်း ရှိပါသည်။ နဂါးမောက်ပင်ကို အလှပန်းပင်အဖြစ် လည်းကောင်း၊ 'အင်ဒိုး' (Indoor) ပန်းအဖြစ်လည်းကောင်း စိုက်ပျိုး နိုင်ပါသည်။

နဂါးမောက်သီးကို လတ်လတ်ဆတ်ဆတ်အမူည့်ကို စားသုံး သည်ဖြစ်စေ၊ အခြောက်ခံထားသော နဂါးမောက်သီးကို စားသုံး သည်ဖြစ်စေ ကျန်းမာရေးအတွက် တူညီသောအကျိုးကို ရစေပါ သည်။ နဂါးမောက်သီးမှာ အခွံအနီနှင့် အသားအဖြူရောင်၊ အခွံ အနီရောင်နှင့် အသားအနီရောင်၊ အခွံအဝါနှင့် အသားအဖြူရောင် ဟူ၍ သုံးမျိုးရှိပါသည်။ အနီရောင်အတွင်းသားရှိသောမျိုးမှာ အချို့ ဆုံးမျိုးဟု လက်ခံကြပါသည်။ အာဟာရတန်ဖိုးအနေနှင့် ထူးခြား သည်ဟု ဖော်ပြထားခြင်း မရှိပါ။

နဂါးမောက်သီး၏ ပုံသဏ္ဍာန်သည် သာမန်အားဖြင့် ဘောလုံး နှင့်တူပါသည်။ အသီး၏အပြင်ဘက်အပိုင်းတွင် အနီရောင်ရှိပြီး နူးညံ့သောအမွေးများပါရှိသော အခွံဖြစ်ပါသည်။ အသီး၏ အလေးချိန်သည် ၁၆၀ ဂရမ်မှ ၆၀၀ ဂရမ်အထိ ယေဘုယျရှိပါ သည်။ အချို့အသီးများမှာ တစ်ကီလိုအထိလည်း ရှိတတ်ပါသည်။

နဂါးမောက်သီးမှာ နူးညံ့၍ ချိုသောအရသာရှိ၍ အအေး သုံးဆောင်လျှင် ပို၍ကောင်းပါသည်။ စားသုံးနည်းမှာ နဂါးမောက် သီးကို အလယ်မှ မားထက်ထက်ဖြင့် ထက်ခြမ်းခွဲပြီး ဇွန်းဖြင့်ကော်

၍ သုံးဆောင်နိုင်ပါသည်။။ သို့မဟုတ် ထက်ခြမ်းခွဲပြီး အခွံပါသော အစိတ်ငယ်များစိပ်၍ တိုက်ရိုက်စားသုံးနိုင်ပါသည်။ နဂါးမောက် သီးကို ခွဲလိုက်ပါက နဂါးမောက်သီး၏ အဖြူရောင်အသားထဲတွင် ဖြစ်စေ၊ အနီရောင်အသီး၏အနီရောင်အသားထဲတွင်ဖြစ်စေ နှမ်းစေ့ နက်များ ဖြူးထားသကဲ့သို့ အနက်စေ့များပါဝင်ပါသည်။ ထိုအစေ့ များကို စားသုံးရန်ဖြစ်ပါသည်။

စာဖတ်သူအနေနှင့် ခန္ဓာကိုယ်အလေးချိန်ကို လျော့ချနိုင်ရန် အရသာလည်းရှိသော သစ်သီးကို ရှာဖွေနေသည်ဆိုလျှင် နဂါး မောက်သီးသည် အကောင်းဆုံးသစ်သီးဖြစ်သည်ဟု ထောက်ပြ ပါရစေ။ နဂါးမောက်သီး ၁၀၀ ဂရမ်ကိုစားသုံးလျှင် ကယ်လိုရီ ၆၀ သာ ရနိုင်ပါသည်။

အဆီမှ ၁၈ ကယ်လိုရီ၊ အသားဓာတ်မှ ရှစ်ကယ်လိုရီ၊ ဆန်မှ ၃၄ ကယ်လိုရီသာ ရနိုင်ပါသည်။ နဂါးမောက်သီးတွင် ရှုပ်ထွေး သော ကာဗိုဟိုက်ဒရိတ်များ မပါဝင်ပါ။ ထို့ကြောင့် အစာအိမ်မှ အလွယ်တကူ ချေဖျက်နိုင်ပါသည်။

နဂါးမောက်သီးစားခြင်းဖြင့် ရနိုင်သော အကျိုးကျေးဇူးများ

- (၁) နဂါးမောက်သီးသည် အန်တီအောက်ဆီဒင့် (Antioxi-dant) ကြွယ်ဝသော အစားအစာဖြစ်သည်။ ယင်း အန်တီ အောက်ဆီဒင့်များက ကာစီနိုဂျင်နစ် (Carcinogenic)အမည် ရှိသော ကင်ဆာဆဲလ်ကိုဖြစ်စေသော ‘ဖရီးရယ်ဒီကယ်’ (Free radicals) များကို တားမြစ်နိုင်ပါသည်။
- (၂) နဂါးမောက်သီးတွင် ဝီတာမင်စီဓာတ်များစွာ ပါဝင်ပါ သည်။ ယင်း ဝီတာမင်စီဓာတ်သည် ဒဏ်ရာများ၊ အနာ

များကို လျင်မြန်စွာ အနာဖေးတက်စေ၍ ကောင်းမွန်စေပါသည်။ ရောဂါကူးစက်မှုကို ခံနိုင်ရည်စွမ်း မြှင့်ပါသည်။

(၃) ဝိတာမင်ဘီ(၂)ဓာတ်ပါဝင်သဖြင့် ယင်းဝိတာမင်ဘီ(၂)သည် ဝိတာမင်အများကဲ့သို့ စွမ်းဆောင်နိုင်ပြီး အစားစားလိုစိတ်ကို ပို၍ဖြစ်စေပါသည်။

(၄) ဝိတာမင်ဘီ(၁) ဓာတ်ပါဝင်သဖြင့် စွမ်းအင်ထုတ်လုပ်မှုတွင် အရေးကြီးသော ဝိတာမင်ဖြစ်ပြီး ကာဗိုဟိုက်ဒရိတ်၏ အလုပ်များကိုလည်း ပို၍ ကောင်းမွန်စေပါသည်။

(၅) ဝိတာမင်ဘီ(၃)ဓာတ် ပါဝင်သဖြင့် ယင်းသည် ခန္ဓာကိုယ်အတွင်းရှိ အကျိုးမရှိသော ကိုလက်စထရောများကို လျော့နည်းစေသဖြင့် အသားအရေကို စိုပြည်နူးညံ့စေပါသည်။

(၆) နဂါးမောက်သီး၏အစေ့များတွင် သွေးအတွင်း၌ ကိုလက်စထရောမဖြစ်စေနိုင်သော ဖက်တီးအက်ဆစ်များစွာပါဝင်ပါသည်။

(၇) နဂါးမောက်သီး စားသုံးခြင်းဖြင့် ခန္ဓာကိုယ်အတွင်း၌ အဆိပ်အတောက်ဖြစ်စေသော သတ္တုများကို ဖယ်ရှားစေနိုင်ပါသည်။

(၈) နဂါးမောက်သီးသည် ကိုလက်စထရောအဆီများကို လျော့နည်းစေနိုင်၍ သွေးလည်ပတ်မှုကို ကောင်းမွန်စေပါသည်။

(၉) နဂါးမောက်သီးကို စားသုံးခြင်းဖြင့် အသက်ရှူလမ်းကြောင်း ရောဂါများဖြစ်ကြသော ရင်ကျပ်၊ ပန်းနာဖြစ်မှုကို သက်သာစေပါသည်။

- (၁၀) နဂါးမောက်သီးတွင် ပါဝင်သော 'ကယ်ရီတင်း'ခေါ် ဝိတာမင်အေဓာတ်က ခန္ဓာကိုယ်ကျန်းမာသန်စွမ်းစေ၍ မျက်စိအမြင်ကိုလည်း အားကောင်းစေပါသည်။
- (၁၁) နဂါးမောက်သီးတွင် ပရိုတင်းခေါ် အသားဓာတ်ပါဝင်သဖြင့် ယင်းကြောင့် ခန္ဓာကိုယ်အတွင်းရှိ အစိတ်အပိုင်းများ၏ လုပ်ဆောင်မှုကို ပိုမိုကောင်းမွန်စေပါသည်။
- (၁၂) နဂါးမောက်သီးတွင် ကယ်လိုရီများစွာ မပါဝင်သဖြင့် ဆီးချိုရောဂါဝေဒနာရှင်များအနေဖြင့် ဆန်အစားအစားထိုး၍ သုံးဆောင်နိုင်ပါသည်။
- (၁၃) နဂါးမောက်သီးကို အလှအပနှင့် ကျန်းမာရေးအတွက် အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။ ယင်းသည် မျက်စိအမြင်ကို ကောင်းမွန်စေပြီး သွေးတိုးဖြစ်မှုကိုလည်း လျော့နည်းစေပါသည်။
- (၁၄) နဂါးမောက်သီးသည် သစ်သီးဖျော်ရည် ပြုလုပ်ရန်အတွက် အကောင်းဆုံးသော သစ်သီးဖြစ်ပါသည်။ ထိုမျှမက စားချင့်စဖွယ်ဖြစ်အောင် သစ်သီးအချို့ပွဲအဖြစ် ပြုပြင်နိုင်ပါသည်။
- (၁၅) နဂါးမောက်သီးတွင် အာဟာရဓာတ်များစွာပါဝင်ပြီး အပူဓာတ်နည်း၍ ဝိတာမင်စီကြွယ်ဝသော အစားအစာလည်း ဖြစ်ပါသည်။
- (၁၆) နဂါးမောက်သီးတွင် ကယ်လစီယမ်ဓာတ်ပါဝင်သဖြင့် အရိုးများကို သန်စွမ်းစေပါသည်။
- (၁၇) နဂါးမောက်သီးတွင် ဖော့စဖရပ် ပါဝင်သဖြင့် ယင်းသည် အသားမွှင်များတည်ဆောက်မှုကို အထောက်အကူပြုပါသည်။

(၁၈) နဂါးမောက်သီးသည် ကယ်လိုရီဓာတ်နည်းပြီး အမျှင်ဓာတ်များစွာပါဝင်သောသစ်သီး ဖြစ်ပါသည်။ အမျှင်ဓာတ်ကြွယ်ဝသဖြင့် ဝမ်းချုပ်မှုကို ကာကွယ်ပေးပြီး ဝမ်းမှန်စေပါသည်။ အသီးတွင် ပါဝင်သော အမျှင်ဓာတ်က အစာကြေချက်မှုကို ပိုမိုကောင်းမွန်သဖြင့် အသီးများကို လျော့နည်းစေပါသည်။

နဂါးမောက်သီးမှရရှိသော ကျန်းမာရေးနှင့် ပတ်သက်သော အကျိုးကျေးဇူးများသည် အလွန်များပါသည်။ ထိုအကျိုးကျေးဇူးများကို ခံစားနိုင်ရန်မှာ နဂါးမောက်သီးကို စားသုံးရန် ဖြစ်ပါသည်။ အာဟာရဓာတ် အလွန်ကြွယ်ဝသော နဂါးမောက်သီးကို စားသုံးခြင်းဖြင့် အလုံးစုံသော ကျန်းမာရေးနှင့်ပတ်သက်သော အကျိုးများကို ခံစားရမည်ဖြစ်ပါသည်။ နဂါးမောက်သီးတွင်ပါဝင်သော အာဟာရဓာတ်များသည် ခန္ဓာကိုယ်၏ ဇီဝကမ္မဗေဒဆိုင်ရာ လုပ်ငန်းများကို လုပ်ဆောင်ရန် များစွာအထောက်အကူပြုနိုင်ပါသည်။

နဂါးမောက်သီးတွင် ပါဝင်သော ဗီတာမင်စီသည် အမှုန့်အခဲ ပြုလုပ်ထားသော ဗီတာမင်စီဆေးပြားများထက် ခန္ဓာကိုယ်ကပို၍ လွယ်ကူစွာ စုပ်ယူနိုင်ပါသည်။ နဂါးမောက်သီးအခြောက်တွင် ဗီတာမင်စီဓာတ် ပါဝင်မှုမှာ လတ်လတ်ဆတ်ဆတ် နဂါးမောက်သီးထက် ၁၀ ဆမျှပို၍ ပါဝင်ပါသည်။

နဂါးမောက်အသီးမှ ရရှိနိုင်သည့် အရေးကြီးဆုံး ကျန်းမာရေးနှင့် ပတ်သက်သော အကျိုးကျေးဇူးများမှာ ဆီးချိုအမျိုးအစား (၂) တွင် သွေးအတွင်း ဂလူးကိုစ့်ဓာတ်ကို ထိန်းချုပ်ပေးနိုင်ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ အမျိုးအစား(၁) ဆီးချို ရောဂါကိုလည်း သက်သာစေနိုင်သည်ဟု ဆိုပါသည်။

နဂါးဟောက်ပျိုးများ

- (1) Alice
- (2) American Beauty
- (3) Bloody Mary
- (4) Cosmic Charlie
- (5) Costa Rican Sunset
- (6) Dark Star
- (7) David Bowie
- (8) Delight
- (9) Guyute
- (10) Halley's Comet
- (11) Harpua
- (12) L.A Woman
- (13) Lake Atitlan
- (14) Marisupa
- (15) Natural Mystic
- (16) Neitzel
- (17) Physical Graffiti
- (18) Purple Haze
- (19) Red Jaina
- (20) Seoul Ritchen
- (21) Thompson
- (22) Vietnamese Jaina
- (23) Yellow Dragon
- (24) Voodoo Child
- (25) Zamorano

နဂါးမောက်စိုက်ပျိုးခြင်း

နဂါးမောက်စိုက်ပျိုးရာတွင် စိုက်ပျိုးသည့်စနစ်အမျိုးမျိုး ရှိပါသည်။ တစ်တန်းနှင့်တစ်တန်း အကွာအဝေး၊ တစ်ပင်နှင့်တစ်ပင် အကွာအဝေးသည် အမျိုးမျိုးဖြစ်နိုင်ပါသည်။ စိုက်ပျိုးနိုင်သော စနစ်များအလိုက် အောက်ပါအတိုင်း တစ်ဧကတွင် အပင်ဝင်ဆံ့မည်ဖြစ်ပါသည်။

- တစ်တန်းနှင့်တစ်တန်း ၁၀ ပေခြားပြီး၊ တစ်ပင်နှင့်တစ်ပင် ကိုလည်း ၁၀ ပေ ခြား စိုက်ပါက တစ်ဧကတွင် အပင်ပေါင်း ၄၃၅ ပင် ဝင်ဆံ့ပါမည်။
- တစ်တန်းနှင့်တစ်တန်း ကိုးပေခြားပြီး၊ တစ်ပင်နှင့်တစ်ပင် ကိုးပေခြားစိုက်ပါက တစ်ဧကတွင် အပင်ပေါင်း ၅၃၀ ခန့် ဝင်ဆံ့ပါမည်။
- တစ်တန်းနှင့်တစ်တန်း ကိုးပေခြား၍ တစ်ပင်နှင့်တစ်ပင် ရှစ်ပေခြားပါက တစ်ဧကတွင် အပင်ပေါင်း ၆၀၀ ခန့် ဝင်ဆံ့ပါမည်။
- တစ်တန်းနှင့်တစ်တန်း ရှစ်ပေခြား၍ တစ်ပင်နှင့်တစ်ပင် ရှစ်ပေခြားစိုက်ပျိုးပါက တစ်ဧကတွင် အပင်ပေါင်း ၆၈၀ ခန့် ဝင်ဆံ့ပါမည်။
- တစ်တန်းနှင့်တစ်တန်း ရှစ်ပေခြား၍ တစ်ပင်နှင့်တစ်ပင် ခုနစ်ပေခြားစိုက်ပျိုးလျှင် တစ်ဧကတွင် အပင်ပေါင်း ၇၇၀ ခန့် ဝင်ဆံ့ပါမည်။

မည်သို့ပင်ဆိုစေ တစ်ဧကတွင် အပင်အရေအတွက် အနည်းဆုံး အပင် ၅၀၀ ခန့် ရှိသင့်ပါသည်။ မြန်မာပြည်၌ စီးပွားဖြစ် နဂါးမောက်သီး ထုတ်လုပ်လျက်ရှိသော ကျောက်ပန်းတောင်းမြို့နယ်ရှိ

လယ်ယာ စိုက်ပျိုးရေးဦးစီးဌာနအောက်ရှိ ပုပ္ဖားစိုက်ပျိုးရေးခြံတွင် (၇ x ၈) ပေ စနစ်ဖြင့် စိုက်ပျိုးထားပါသည်။ ဤစနစ်အရလည်း စီးပွားဖြစ် အသီးအထွက်များ ရရှိလျက်ရှိပါသည်။

နဂါးမောက်တစ်ကေစိုက်ပျိုးရန်ပြင်ဆင်ခြင်း

ဤနေရာ၌ အပင်အရေအတွက် အနည်းဆုံးဖြစ်သင့်သော တစ်ဧက ဝင်ဆုံအပင် ၅၀၀ အပေါ် မူတည်၍ ဆွေးနွေးပါမည်။

နဂါးမောက်သီးမှာ ပူနွေးသော ရာသီဥတုကို ကြိုက်နှစ်သက်သော သီးနှံဖြစ်ပါသည်။ နှင်းကျပြီး အေးခဲသော ရာသီဥတုရှိသည့် ဒေသများတွင် ဖြစ်ထွန်းနိုင်သော်လည်း အပင်ဖြစ်မှုနှေးကွေးနိုင်ပါသည်။

နဂါးမောက်သီးသည် မိုးရေချိန် ၂၅ လက်မမှ လက်မ ၅၀ အတွင်းရှိသည့်ဒေသများတွင် အကောင်းဆုံးဖြစ်ထွန်းပါသည်။ မိုးရေချိန်များသောဒေသများတွင် စိုက်ပျိုး၍ဖြစ်ထွန်းနိုင်သော်လည်း အပွင့်ပွင့်သည့်အချိန် မိုးများပါက အပွင့်များဝတ်မှုန်ကူးမှု မပြုနိုင်ဖြစ်၍ ပုပ်ရိ၍ကြော့ကျတတ်သဖြင့် အသီးတင်မှုနည်းနိုင်ပါသည်။ ထိုဒေသများတွင် စိုက်ပျိုးလိုပါက အသီးသီးမည့်အချိန်ကို ရွှေ့ပြောင်းပေးပါက အောင်မြင်နိုင်ပါသည်။

အလင်းရောင်ကို တုံ့ပြန်ခြင်း

မြန်မာပြည်၏ ရာသီဥတုအခြေအနေများအရ မေလ၊ ဇွန်လ၊ ဇူလိုင်လများသည် နေ့တာရှည်သောလများ ဖြစ်ပါသည်။ မြန်မာနာရီမှာ တစ်ရက်တွင် နာရီ ၆၀ ဖြစ်ပါသည်။ ထိုမြန်မာနာရီအရ မေလတွင် နေ့နာရီ ၃၂ နာရီ၊ ညနာရီ ၂၈ နာရီ၊

ရွှန်လတွင် နေ့နာရီ ၃၄ နာရီ၊ ညနာရီ ၂၆ နာရီ၊ ဇူလိုင်လ၌ နေ့နာရီ ၃၆ နာရီ၊ ညနာရီ ၂၄ နာရီ၊ ဩဂုတ်လတွင် နေ့နာရီ ၃၄ နာရီနှင့် ညနာရီ ၂၆ နာရီ၊ စက်တင်ဘာလတွင် နေ့နာရီ ၃၂ နာရီနှင့်ညနာရီ ၂၈ နာရီတို့ ဖြစ်ပါသည်။

နောက်လများတွင် နေ့တာကတိုပြီး ညတာကရှည်လာပါသည်။ နေ့တာရှည်သောလများတွင် တစ်နေ့ကို နေရောင်ခြည် ၁၂ နာရီမှ ၁၄ နာရီအထိ ရရှိနိုင်ပါသည်။ ထိုနေ့တာရှည်သောကာလများဖြစ်သည့် မေလမှ စက်တင်ဘာလအထိ ကာလများတွင် နဂါးမောက်ပင်သည် ငါးကြိမ်မျှ ပွင့်နိုင်သီးနိုင်ပါသည်။

မိုးများသောဒေသများတွင် စိုက်ပျိုးပြီးမိုးရာသီ၌ အသီးတင်မှုနည်းလျှင် မိုးနောက်ပိုင်း အောက်တိုဘာ၊ နိုဝင်ဘာလများ၌ အလင်းတာပို၍ရရှိအောင် မီးထွန်း၍ ပြုပြင်နိုင်ပါမည်။

အပိုပေးသော အလင်းရောင်ပေးမှုကို နဂါးမောက်ပင်ပေါ်သို့ တိုက်ရိုက်ရရှိရန် ပြုလုပ်သင့်ပါသည်။ နဂါးမောက်ပင်၏ အထက် ငါးပေခန့်မြင့်သောနေရာမှာ ၂၅၀ ဝပ် သို့မဟုတ် ၅၀၀ မီးဆလိုက်များဖြင့် အမှောင်ထုဝင်ပြီး ၇ နာရီခန့်နောက်ပိုင်းမှစ၍ တစ်ညလျှင် ၄ နာရီမှ ၆ နာရီအထိ အလင်းရောင်ပေးရပါမည်။ အလင်းရောင် မည်မျှကြာသည်အထိ ပေးရမည်ဆိုသည်မှာ နဂါးမောက်အပင်များတွင် အဖူးအပွင့်ဝင်လာသည်အထိ အလင်းရောင်ပေးရန် ဖြစ်ပါသည်။

မီးဆလိုက်မည်မျှလိုသည်မှာ မီးဆလိုက်တစ်ခု၏ အလင်းရောင်သည် ဧရိယာမည်မျှအထိ အလင်းရောင်ကို ရစေနိုင်သည်ဆိုသည်အပေါ် လိုအပ်သလို အရေအတွက်ထားရန် ဖြစ်ပါသည်။

အပူချိန်ကိုတုံ့ပြန်ခြင်း

နဂါးမောက်ပင်သည် မိုးရေချိန်များလျှင် ပျက်စီးစေနိုင်သကဲ့သို့ အပူချိန်မြင့်ပါကလည်း နဂါးမောက်အပင်များ ပျက်စီးနိုင်ပါသည်။ အပူချိန် ၃၈-၄၀ ဒီဂရီဆဲလ်စီယပ် သို့မဟုတ် ၉၅-၁၀၄ ဒီဂရီဖာရင်ဟိုက်ထက်များပါက နဂါးမောက်အပင်များ အပူလောင်၍ ပျက်စီးနိုင်ပါသည်။ မြန်မာပြည်၌ လက်ရှိအချိန်တွင် စိုက်ပျိုးလျက်ရှိသောမျိုးများမှာ အပူရှိန်ကို ခံနိုင်ရည်မြင့်သောမျိုးများ ဖြစ်ပါသည်။ မည်သို့ပင်ဖြစ်စေကာမူ အပူချိန်သည် ၁၀၂ ဒီဂရီ အထက်ကျော်လျှင် နဂါးမောက်အပင်များကို အရိပ်တစ်ဝက်ပေးနိုင်လျှင် အကျိုးရှိပါသည်။

အရိပ်ပြုလုပ်ရာတွင် Horticulture Net ပိုက်စများကို အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။ အပူဒဏ်ကာကွယ်ရန်ဖြစ်သဖြင့် အစိမ်းရောင်ပိုက်စများကို အသုံးမပြုဘဲ အမည်းရောင်ပလတ်စတစ်များကို အသုံးပြုရန်ဖြစ်ပါသည်။ အမည်းရောင်ပိုက်စမှာလည်း ၅၀ ရာခိုင်နှုန်း၊ ၇၀ ရာခိုင်နှုန်း ဟူ၍ နှစ်မျိုးရှိပါသည်။ ၅၀ ရာခိုင်နှုန်းကို အသုံးပြုလျှင် လုံလောက်ပါသည်။ ထိုပိုက်စများမှာ အနံ့ခြောက်ပေခွဲရှိပါသည်။ တစ်ကိုက် ပေါက်စေ့ ၆၀၀ ကျပ်ခန့်ရှိပါသည်။ အရိပ်လုပ်ပေးခြင်းမှာ အပူလျော့ရန်အတွက်ဖြစ်သဖြင့် ပိုက်စအစိမ်းများကို အသုံးမပြုသင့်ပါ။

ပျိုးရွေးချယ်ခြင်း

ယခုအခါ မြန်မာပြည်၌ စိုက်ပျိုးလျက်ရှိသောမျိုးများမှာ သုံးမျိုးသာ ရှိပါသည်။ ယင်းတို့မှာ -

- (၁) အပြင်အခွံအနီရောင်နှင့် အတွင်းသားအဖြူရှိသောမျိုး။

သက်ရှည်ကျန်းမာချမ်းသာရေးအတွက် လူတိုင်းနေ့စဉ်စားသုံးရမည့် သစ်သီးသုံးမျိုး ၁၆၅

(၂) အပြင်အခွံ အနီရောင်နှင့် အတွင်းသားအနီရောင် ရှိသောမျိုး၊

(၃) အပြင်အခွံအဝါရောင်နှင့် အတွင်းသားအဖြူရောင်ရှိ သောမျိုး ဟူ၍ဖြစ်ပါသည်။

ဤမျိုးများတွင် သီးသန့်ပေးထားသော မျိုးအမည်မရှိပါ။ အဖြူမျိုး၊ အနီမျိုး၊ အဝါမျိုးဟူသာ နားလည်ကြပါသည်။

အဖြူမျိုး

အဖြူမျိုးဆိုသည်မှာ အပြင်မှ အသီး၏အရောင်မှာ ပန်းရောင်ဘက်လှသော အနီရောင်ဖြစ်ပါသည်။ အတွင်းသား မှာ နူးညံ့သောအဖြူရောင်ဖြစ်၍ အသား၏အတွင်း၌ အမည်းစေ့များ ကို ထင်ထင်ရှားရှားတွေ့ရပါသည်။ အမည်းစေ့များသည် ထင်ရှား သည်ဟု ဆိုသော်လည်း အသားထုမျက်နှာပြင်အတွင်း တစ်စေ့နှင့် တစ်စေ့ ထိမနေပါ။ ခပ်ပါးပါးသာဖြစ်ပါသည်။ အရသာမှာ အချို မကဲပါ။ ချိုရုံသာဖြစ်ပါသည်။

ဤမျိုးသည် ဖြစ်ထွန်းမှု အလွန်ကောင်းပါသည်။ သက်တမ်း တစ်နှစ်တွင် အသီး စသီးနိုင်ပါသည်။ ဤအပင်များသည် နှစ်ရှည် အပင်များဖြစ်သည်ကို သတိပြုရန်ဖြစ်ပါသည်။ ဒုတိယနှစ်မှစ၍ စီးပွားဖြစ် အသီးထွက်ရရှိနိုင်ပါသည်။

စိုက်ပျိုးခြင်း

နဂါးမောက်အပင်မှာ အမှီတိုင်နှင့် စိုက်ရသောမျိုးဖြစ်ပါ သည်။ ယင်းသည် နှစ်ရှည်ပင်ဖြစ်ကြောင်း ဖော်ပြပြီးဖြစ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် နဂါးမောက်အပင်ကို စိုက်ပျိုးရာတွင် အမှီတိုင်သည်

အဓိကဖြစ်ပါသည်။ အမှီတိုင်ကို သစ်သားတိုင်၊ ကွန်ကရစ်တိုင်၊ နှစ်လက်မ၊ သုံးလက်မ ဂျီအိုင်ပိုက်များကို အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။

အမှီတိုင်ကို သစ်သားဖြင့် ပြုလုပ်မည်ဆိုလျှင် အသားသည် သစ်မာ သို့မဟုတ် ကျွန်းသားဖြစ်ရပါမည်။ သစ်မာဆိုသည်မှာ သစ်ယာ၊ အင်ကြင်း၊ ကျွန်းနှင့် ယှဉ်းကတိုး အမျိုးအစားသစ်များ ဖြစ်ပါသည်။ အသုံးပြုရမည့်အရွယ်အစားမှာ မျောတိုင်ဖြစ်လျှင် ထိပ်ဝအချင်း အနည်းဆုံးအချင်းရှစ်လက်မရှိသင့်ပါသည်။ ခွဲသား တိုင်ဖြစ်ပါက (၃" x ၃") သုံးပတ်လည်တိုင် သို့မဟုတ် (၄" x ၄") လေးပတ်လည်တိုင် ဖြစ်သင့်ပါသည်။ ငါးပတ်လည်၊ ခြောက် ပတ်လည်အထိ အသုံးပြုရန် မလိုအပ်ပါ။ အရှည်မှာ ဒုနစ်ပေ ရှိရမှာဖြစ်၍ မြေဝင် ၁၂ ပေ ဖြစ်ရပါမည်။ မြေကြီးအထက်တွင် ၅၂ ရှိရပါမည်။

တိုင်ထိပ်တွင် (၃" x ၂") သို့မဟုတ် (၄" x ၂") ယှဉ်နှင့်တိုင်ထိပ် လေးလက်မခန့်ချန်၍ အစွန်းတစ်ဘက် နှစ်ပေစီရှိသော ကြက်ခြေ ခတ် တန်းရှိကရပါမည်။ ဤတန်းမှာ နဂါးမောက်ပင်၏ သက်တမ်း တစ်လျှောက်ရှိနေရမည်ဖြစ်၍ တိုင်နှင့်စွဲမြဲစွာ ရိုက်ထားရန်လိုပါ သည်။ သို့မဟုတ် ဘုတ်ချောင်းဖြင့် စွဲရန်ဖြစ်ပါသည်။ တိုင်စိုက် ရမည့်ကျင်းကို ကိုးလက်မအကျယ် ၁၂ ပေ၊ တစ်ပေခွဲအနက် တူးရ ပါမည်။ ထိုကျင်းထဲသို့ တိုင်မစိုက်မီ မြေတွင်းအောင်း ပိုးသတ်ဆေး တစ်မျိုးမျိုးကို စတီးဇွန်းတစ်ဇွန်းစာခန့် ထည့်၍ မွှေထားရပါမည်။

တိုင်စိုက်ပြီးကာလကြာသောအခါ ယိုင်မသွားနိုင်ရန်အတွက် တိုင်စိုက်ပြီး ဘေးမှ ကွန်ကရစ်ဖျော်ပြီး လောင်းပေးရပါမည်။ သို့မဟုတ် ကျောက်စရစ်ခဲများထည့်၍ တိုင်လုံးဝမလှုပ်နိုင်အောင် သေသေချာချာမြေဖို့ရပါမည်။

တိုင်များစိုက်ပြီး တိုင်များအသားကျ၍ မြဲသွားသည့်အချိန်မှာ နဂါးမောက်အပင်စိုက်ရန် ကျင်းတူးရပါမည်။ ကျင်းများကို တစ်ပေ အကျယ်၊ တစ်ပေအနက် တူး၍ ထိုကျင်းတွင် နွားချေးမြေဆွေးလေးပြည့်ခန့်၊ ၁၅ ပတ်လည်၊ ၁၆ ပတ်လည် ဓာတ်မြေဩဇာ စတီးဇွန်းလေးဇွန်းခန့်ထည့်၍ အပေါ်ယံမြေနှင့် သမအောင်ရောမွှေပြီး ရေနပ်ထားရပါမည်။

နဂါးမောက်ပျိုးပင်ကို တိုက်ရိုက်မစိုက်နိုင်ပါက အရှည်သုံးပေ ထက်မတိုသော နဂါးမောက်အတိုင်းများကို တိုက်ရိုက်စိုက်နိုင်ပါသည်။ ထိုသို့ စိုက်ပါက တိုင်တစ်တိုင်တွင် အနည်းဆုံး နှစ်ကိုင်းကို မျက်နှာချင်းဆိုင်၍ စိုက်ရပါမည်။ ရေနပ်ပြီးသောကျင်းကို ကိုးလက်မခန့်တူး၍ နဂါးမောက်ကိုင်းကိုစိုက်ပြီး သဲကြမ်းဖြင့် ဖို့ပေးရပါမည်။ နွားချေးနှင့်မဖို့ရန် သတိပြုပါ။ စိုက်ပျိုးပြီးလျှင် ရေနပ်အောင် လောင်းပေးပြီး သုံးရက်ခြားတစ်ကြိမ်ခန့်သာ ရေလောင်းပေးရပါမည်။ သုံးပတ်၊ လေးပတ်ခန့်ရှိလျှင် အမြစ်များထွက်လာပါမည်။ နဂါးမောက်ပင်ကို ခြံများဖျက်ဆီးတတ်သဖြင့် စိုက်ပြီးလျှင် တစ်ပတ်တစ်ကြိမ်ခန့် ပိုးသတ်ဆေးဖျန်းပေးရပါမည်။ အပင်ရှင်သန်၍ တိုင်ထိပ်သို့ ရောက်သွားလျှင် ပိုးသတ်ဆေးကို လိုမှသာ ဖျန်းရန်ဖြစ်ပါသည်။

ပျိုးပင်

နဂါးမောက်ပျိုးပင်အား အမြစ်ထွက်ပြီး ပျိုးအိတ်နှင့်ထည့်ထားသော ပျိုးပင်ဖြစ်ပါက တစ်ပင်လျှင် ၅၀၀ ကျပ်မှ ၀၀၀၀ ကျပ်အထိ အရောင်းအဝယ်ပြုလုပ်ကြပါသည်။ နဂါးမောက်အများအပြားစိုက်ပျိုးသော ဒေသများသို့သွား၍ ဝယ်ယူပါက အဖြူဖျိုး

တစ်ကိုင်းလျှင် ၂၀၀ ကျပ်ဝန်းကျင်နှင့် ဝယ်ယူ ရရှိနိုင်မည်ဖြစ်၍ အနီမျိုးဖြစ်လျှင် တစ်ကိုင်း ၅၀၀ ကျပ်ဖြင့် ဝယ်ယူရရှိနိုင်မည် ဖြစ်ပါသည်။

အဖြူမျိုးစိုက်မည်လား၊ အနီမျိုးစိုက်မည်လား

အဖြူမျိုးမှာ ဖြစ်ထွန်းမှုကောင်းမွန်၍ အသီးထွက်လည်း ကောင်းပါသည်။ အသီးအရွယ်အစားကြီးသကဲ့သို့ အသီးအရေ အတွက်လည်း များပါသည်။ အဖြူသီးတစ်ကီလိုဗျေးမှာ တစ်ကီလို လျှင် ၁၀၀၀ ကျပ် ဝန်းကျင်ဖြစ်ပါသည်။

အနီမျိုးမှာ ဖြစ်ထွန်းမှုအားနည်းပြီး အသီးနှုန်းလည်းညံ့၍ အသီး၏အရွယ်အစားလည်း မကြီးပါ။ သို့ရာတွင် အသားအနီ ရောင်အသီးက ကျန်းမာရေးအတွက် ပိုကောင်းသည်ဟု ယူဆကြ ပါသည်။ ဓာတ်ခွဲခန်းအဖြေများအရမူ အာဟာရဓာတ်ပါဝင်မှုများ မှာ အတူတူဖြစ်သည်ဟု ဆိုပါသည်။

အဖြူမျိုးမှာ တစ်နှစ် ငါးကြိမ်သီးနိုင်၍ အနီမျိုးမှာ ခြောက် ကြိမ်ခန့် သီးနိုင်ပါသည်။ ကြိုက်နှစ်သက်ရာ ရွေးချယ်ရန်ဖြစ် ပါသည်။

အဝါမျိုးမှာ မျိုးတစ်မျိုးအနေဖြင့် စမ်းသပ်စိုက်ပျိုးခြင်းဖြစ်၍ သက်တမ်းပိုရှည်သည်ဟု ဆိုပါသည်။

ပြုစုခြင်း

နဂါးမောက်အပင်များမှာ အကြမ်းခံသော အပင်အမျိုးအစား ဖြစ်ပါသည်။ နဂါးမောက်ပင်မှာ ခြန်မာပြည်အရပ်ရပ်တွင် ခြံစည်းရိုး များ၌ စည်းရိုးအဖြစ် စိုက်ပျိုးသော ရွားစောင်းပြုဿဒ်များနှင့်

မျိုးရင်းအတူတူဖြစ်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် ရှားစောင်းမျိုးဖြစ်သဖြင့် ရေငတ်ခံသောမျိုးဖြစ်သည်။ ထို့ကြောင့် ဤအပင်များကို ရေ အလွန်အကျွံမပေးမိရန် အရေးကြီးပါသည်။

ဤနဂါးမောက်ပင်အား ဖျက်ဆီးတတ်သည်မှာ အပင်ခြေတွင် ခြေများ ကိုက်ဖြတ်စားသောက်ခြင်းကြောင့် အပေါ်ယံအစိမ်းအသား များကုန်သည်အထိ ဖြစ်တတ်ပါသည်။ သို့ရာတွင် နဂါးမောက် အပင်မှာ ပင်စည်၏အလယ်တည့်တည့်မှ အနှစ်ကဲ့သို့ဖြစ်ပြီး အလွန် မာကျောသော ပင်စည်ရှိနေခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ထိုပင်စည်မှ အစာ များကို အထက်အပိုင်းသို့ ပို့ဆောင်နိုင်စွမ်းရှိခြင်းဖြစ်ပါသည်။ ထို ပင်စည်ကို လက်ဖြင့်ကိုင်ကြည့်ပါက ဆူးများဖြင့် ပြည့်လျက်ရှိသည် ကို တွေ့ရမည်ဖြစ်ပါသည်။

ပိုးကျမှုမှ ကာကွယ်ရန်အတွက် အပင်ငယ်အဆင့်တွင် နှစ်ပတ် လျှင်တစ်ကြိမ်၊ အပင်ကြီးဖြစ်သွားလျှင် တစ်လလျှင်တစ်ကြိမ်သာ ပိုးသတ်ဆေးဖျန်းပေးရန် ဖြစ်ပါသည်။ ပိုးကျမှုမရှိပါက မဖျန်းဘဲ ထားနိုင်ပါသည်။

ရေများခြင်း၊ မိုးရေချိန်များခြင်းကြောင့် ပန်းပွင့်များပုပ်ရီ ခြင်း၊ အသီးများပုပ်ရီခြင်းများ ဖြစ်တတ်ပါသည်။ ကျေးငှက်များ ကလည်း နဂါးမောက်သီးများကို ဖျက်ဆီးတတ်ပါသည်။ ကျေးငှက် များ၏ အန္တရာယ်မှကာကွယ်ရန် နဂါးမောက်သီးများကို အိတ်စွပ် ထားရန်ဖြစ်ပါသည်။

ရှဉ့်နှင့်ကြွက်တို့ကလည်း စားသောက်ဖျက်ဆီးတတ်ပါသည်။ ရှဉ့်များကိုမူ နဂါးမောက်စိုက်ခင်းများအနီးရှိ သစ်ပင်ကြီးများတွင် မှီခို၍ နေထိုင်တတ်သောကြောင့် ခြောက်လှန့်၍ အခြားတစ်နေရာ

ရာသို့ ရွှေ့သွားအောင် ပြုလုပ်ရန်ဖြစ်ပါသည်။ ကြွက်များဖျက်ဆီးပါက ကြွက်ထောင်ချောက်ဖြစ်စေ၊ ကြွက်သတ်ဆေးများဖြင့်ဖြစ်စေ ကာကွယ်ရန်ဖြစ်ပါသည်။

Xanthomonas Campestris မှီရောဂါကြောင့် ပင်စည်များ၊ အတိုင်းများတွင် ပုပ်ရိတ်တတ်ပါသည်။ ဤမှီရောဂါကာကွယ်ရန် အတွက် Dithane မှီသတ်ဆေးဖြင့် အညွှန်းအတိုင်းအသုံးပြု၍ ကာကွယ်နိုင်ပါသည်။

Dithorella fungi မှီကြောင့် အသီးများအပေါ်တွင် အမည်းစက်များဖြစ်၍ ပုပ်ရိတ်တတ်ပါသည်။

မှီဆေးများကို မိုးရာသီတွင် နှစ်ပတ်လျှင်တစ်ကြိမ်နှုန်းဖြင့် ကာကွယ်ရန်ဖြစ်ပါသည်။

အပင်ကိုပုံသွင်းခြင်း

နဂါးမောက်အကိုင်းများစွာ အသက်ရင့်လာသည်နှင့်အမျှ အတက်ပွားမှု လျင်မြန်ပါသည်။ ရှည်ထွက်မှုလည်း မြန်ပါသည်။ ထို့ကြောင့် အသီးများဆွတ်ခူးပြီးပါက အလွန်ရှည်ထွက်သော အကိုင်းများ၊ ပင်စည်ပေါ်တွင် တစ်ကိုင်းနှင့်တစ်ကိုင်း ထပ်နေပြီး နေရောင်ခြည်မရနိုင်သော အကိုင်းများကို ဖြတ်ထုတ်ပေးရန် လိုအပ်ပါသည်။ နဂါးမောက်သီးသည် အတွင်းပိုင်းကျသော အကိုင်းများတွင် သီးလေးမရှိဘဲ အမြင့်ဆုံးအပိုင်းတွင်ရှိသော အကိုင်းအရင့်များတွင် အသီးသီးနိုင်သည်ကို သတိပြုရန်ဖြစ်ပါသည်။ မလိုအပ်သော အကိုင်းညစ်များကို အချိန်မီဖြတ်ထုတ်ပစ်ရန် အရေးကြီးပါသည်။

ပျိုးပွားခြင်း

နဂါးမောက်သီးကို အကိုင်းများမှ တိုက်ရိုက်ပျိုးထောင်နိုင်ပါသည်။ နဂါးမောက်အကိုင်းကို ကြည့်ပါက အစိမ်းရောင်အသားမရှိသော အဆက်များကို တွေ့မြင်ရမည်ဖြစ်ပါသည်။ ထိုအဆစ်များ၏ အထက်ဘက်အခြေ၌ အမြစ်များထွက်တတ်ပါသည်။ အမြစ်ထွက်သည်ဖြစ်စေ၊ မထွက်သည်ဖြစ်စေ ထိုနေရာများမှဖြတ်၍ ပျိုးထောင်ရန် ဖြစ်ပါသည်။ နဂါးမောက်အပင်သည် လေးပတ်လည်ရှိလျှင် အမြစ်များကောင်းစွာ ထွက်လာပါသည်။

အစေ့မှပျိုးပွားခြင်း

အစေ့မှပျိုးပွားလိုပါက ကောင်းစွာရင့်မှည့်ပြီး အမှည့်လွန်သကဲ့သို့ဖြစ်နေသော နဂါးမောက်သီးကို အခွံများခွာပါ။ အမှည့်လွန်သော အသီးဖြစ်ပါက အပေါ်ယံအခွံသည် ပျော့အိနေပြီး လက်နှင့်အလွယ်တကူ ခွာထုတ်နိုင်ပါသည်။ အပေါ်ယံအခွံကို ခွာထုတ်လိုက်ပါက အလယ်တွင် မာကျောသော အသားအလုံးကြီးကို တွေ့ရမည်ဖြစ်ပါသည်။

ထိုအသားလုံးကို ရေခွက်တစ်ခုခုတွင်ထည့်၍ ကြေမှု့အောင် ချေပြီး အသားများကို တဖြည်းဖြည်း ဖယ်ထုတ်ပစ်ပါ။ နောက်ဆုံးတွင် အစေ့များကျန်နေပါသည်။ ထိုအစေ့များကို စားပွဲတစ်ခုပေါ်တွင် အဝတ်စတစ်ခုကို ဖြန့်ခင်း၍ ခပ်ပါးပါးလှမ်းပါ။ နှစ်ပတ်ခန့် မျိုးစေ့များ ခြောက်သွေ့အောင်လှမ်းပါ။ မျိုးစေ့များ ကောင်းစွာ ခြောက်သွေ့သွားသောအခါ ပျိုးဘန်းတွင် ပျိုးထောင်သော Media ခေါ် မြေဩဇာကိုဖြစ်စေ၊ စကာချထားသော အုန်းဆန်မှုန့်

ကို ဖြစ်စေ ညီညာစွာခင်း၍ သိပ်သည်းအောင် ရေလောင်းပြီးမှ မျိုးစေ့များကို ခပ်ပါးပါးဖြန့်ရန် ဖြစ်ပါသည်။

မျိုးစေ့များသည် သုံးပတ်ခန့်ရှိလျှင် စတင်၍ ပေါက်လာမည် ဖြစ်ပါသည်။ မျိုးဗန်းကို လက်နှိပ်ဆေးဖျန်းဘူးတွင် ရေထည့်၍ ရေမွှားဖြင့်သာ ရေပေးရန် ဖြစ်ပါသည်။

ပျိုးပင်များတဖြည်းဖြည်းကြီးလာသောအခါ သင့်လျော်သော ပျိုးခွက်အရွယ်အစားများတွင် အဆင့်ဆင့်ကူးပြောင်း၍ ပြုစုသွားရန် ဖြစ်ပါသည်။

နဂါးမောက်အပင်အခြေများတွင် ပေါင်းရှင်းခြင်း၊ တိုင်သို့ မှီတက်ရာတွင် ဘေးသို့လန်မကျအောင် သင့်လျော်သော လျော်ဖြင့် ခပ်ပွပွချည်နှောင်ပေးခြင်း၊ နဂါးမောက်အပင်သည် နေရာတကာ မှ အတက်ထွက်လေ့ရှိသဖြင့် တိုင်ထိပ်ထိအောင် ရှည်ထွက်နိုင်မှု မရှိနိုင်သော ဘေးတက်များကို ဖြတ်ထုတ်ခြင်း၊ တိုင်ထိပ်သို့ ရောက်သွားသောအခါ နဂါးမောက်ပင်၏ ပင်ကိုသဘောအရ ဘေးတက်များ ဖြာထွက်လာပါသည်။ ထိုသို့ ဖြာထွက်လာသောကိုင်းများကို ကြက်ခြေခတ်ပြုလုပ်ထားသော တန်းလေးတန်းပေါ်သို့ သွားအောင် ဂရုပြုချည်နှောင်ပေးခြင်းတို့ကို ပြုလုပ်ခြင်း၊ ရေသွင်းပေးခြင်း၊ မြေဩဇာကျွေးခြင်း၊ ဆေးဖျန်းခြင်းတို့ကို လိုအပ်သလို ပြုစုသွားရန် ဖြစ်ပါသည်။

ဝတ်မှုန်ကူးခြင်း

နဂါးမောက်သီးပင်၏အပွင့်များမှာ အခြားသစ်ပင်ပန်းပင်များနှင့်မတူဘဲ ညပိုင်းမှအပွင့်ပွင့်ခြင်း ဖြစ်ပါသည်။ ညမှာပွင့်ပြီး မိုးလင်းသည်နှင့် ဝတ်မှုန်ကူးမှုပြီးဆုံးပြီး ဖြစ်သလောက်ဖြစ်နေပါ

သည်။ အချို့အပွင့်များသည် မိုးလင်းသည်အထိ ဆက်လက်ပွင့်
နေသေး၍ ပျားများက အထိုက်အလျောက် ဝတ်မှုန်ကူးမှုကို
အထောက်အကူပြုနိုင်မည်ဟု မှတ်ယူနိုင်ပါသည်။ နံနက်ပိုင်း အပွင့်
များဆက်လက်ပွင့်အာနေမှုမှာ မိုးအုံ့နေသောရက်များတွင်သာ ဖြစ်
ပါသည်။ သာမန်အားဖြင့် ညဉ့်ပိုင်းမှပွင့်သောအပွင့်များသည်
နံနက် ၉ နာရီခန့်တွင် ဝတ်မှုန်ကူးမှု ပြီးဆုံးနေပြီဖြစ်ပါသည်။
နဂါးမောက်ပန်းမှာ ညပိုင်း အထူးသဖြင့် လရောင်ရှိသောညများ
တွင် သူ၏သဘာဝအရ ပို၍ ပွင့်လေ့ရှိပါသည်။ နဂါးမောက်သီး
များ အသီးတင်ရန်အတွက် ဝတ်မှုန်ကူးပေးရန် လိုအပ်ပါသည်။
ညပိုင်းမှသာ ပွင့်သောပန်းဖြစ်သဖြင့် နဂါးမောက်ပွင့်မှထွက်ရှိ
သော အနံ့ကြောင့် ညဉ့်ငှက်များဖြစ်သည့် လင်းခို့များ၊ လင်းဝက်
များ၊ လင်းဆွဲများက နဂါးမောက်ပွင့်ကို လာရောက်နားခြင်းဖြင့်
လည်းကောင်း၊ ညဉ့်ပိုင်းမှထွက်သည့် ဖလံကောင်များ၏ အကူအညီ
ကြောင့်လည်းကောင်း ဝတ်မှုန်ကူးနိုင်ပါသည်။ သို့ရာတွင် ရာနွန်း
ပြည့် ဝတ်မှုန်ကူးရန် မသေချာပါ။ ထို့ကြောင့် လူက ဝတ်မှုန်ကူး
ပေးရန် လိုအပ်ပါသည်။

နဂါးမောက်အပွင့်များမှာ ည ၈ နာရီနောက်ပိုင်းတွင် ပွင့်
လေ့ရှိပါသည်။ အပင်၏သဘောအရ အပွင့်များ ပွင့်အာမှုသည်
စပွင့်သည့်အချိန်မှ ၁ နာရီ ၁ နာရီခွဲအတွင်း အားအကောင်းဆုံး
အချိန် ဖြစ်ပါသည်။ ထိုအချိန်တွင် လူကလိုက်၍ ဝတ်မှုန်ကူး
ပေးရန် အရေးကြီးပါသည်။ ဝတ်မှုန်ကူးပေးရာတွင် မတူသော
အပင်မှ ပန်းပွင့်ကိုခူးယူ၍ အပွင့်စေ့အောင် ဝတ်မှုန်ကူးပေးရန်
ဖြစ်ပါသည်။ ထိုသို့ ဝတ်မှုန်ကူးပေးမှသာလျှင် ရာနွန်းပြည့်နီးပါး
အသီးတင်နိုင်ပါသည်။

နဂါးမောက်စိုက်သူအနေဖြင့် နဂါးမောက်ပင်၏ပန်းပွင့်အလှကို သိရှိထားပြီး နဂါးမောက်ပွင့်များ ပွင့်မည့်ညတွင် ဝတ်မှုန်ကူးပေးနိုင်ရန်အတွက် ကျွမ်းကျင်သောလုပ်သားများ အသင့်စီစဉ်ထားရပါမည်။ ညပိုင်းမှာသာ ဆောင်ရွက်နိုင်သည့် လုပ်ငန်းဖြစ်သည်ကို အထူးသတိပြုရန် လိုအပ်ပါသည်။

နဂါးမောက်ပွင့်မှာ ညပိုင်းတွင်သာ ပွင့်၍ Moon Flower လရောင်ဆမ်းပန်း သို့မဟုတ် Queen of Night ညဘုရင်မဟုတ်ခေါ်ဝေါ်ကြောင်း ဖော်ပြခဲ့ပြီးဖြစ်ပါသည်။

ဝတ်မှုန်ကူးမှုပြည့်စုံပါက နဂါးမောက်ပွင့်သည် နောက်တစ်ရက်တွင် အညှာကြွေကျသွားပြီး အသီးကင်းကျန်နေပါသည်။ ဝတ်မှုန်ကူးမှု မအောင်မြင်ပါက နဂါးမောက်ပွင့်သည် ပုပ်သွားပြီး အသီးကင်းပါ အညှာမှ ကြွေကျသွားပါသည်။

ဝတ်မှုန်ကူးမှု၊ အသီးတင်မှု ကောင်းစေရန် ကြိုတင်ပြင်ဆင်ခြင်း

နဂါးမောက်အဖူးများ စတင်ထွက်သည့်ရက်မှ တစ်ပတ်ခန့် ကာလအတွင်း အပင်များတွင် အစိုဓာတ်လုံလောက်စွာ ရရှိအောင် လိုအပ်သလို ရေသွင်းပေးခြင်း၊ အဖူးများပိုမိုကြီးထွားစေသော ဟော်မုန်းဆေးများ ဖျန်းပတ်ခြင်း၊ အဖူးများ ပိုးမွှားကျရောက်၍ မပျက်စီးစေရန်အတွက် ပိုးသတ်ဆေးများ ကြိုတင်ဖျန်းပတ်ခြင်း တို့ကို ပြုလုပ်ထားရန် လိုအပ်ပါသည်။ ပိုးသတ်ဆေးဖျန်းခြင်းကို အဖူးများပွင့်အာလာခါနီး နှစ်ရက်ခန့်မှစ၍ မဖျန်းပတ်ရန် သတိပြုရပါသည်။

နဂါးမောက်သီးမှာ သီးကင်းဝင်ပြီး ရက်ပေါင်း ၂၅ ရက်မှ ၃၀ ရက်အတွင်း အကြီးဆုံးအရွယ်သို့ ရောက်ပြီး ရင့်သွားသဖြင့်

ထိုကာလအတွင်း အောက်ခြေမှမြေတွင်းသို့ မြေဩဇာများထည့် ကျွေးခြင်း၊ အရွက်ဖျန်းမြေဩဇာများနှင့် ဟော်မုန်းဆေးများ တွဲဆက်၍ ဖျန်းပေးခြင်းတို့ကို အချိန်ကိုက် အစိုဓာတ်လုံလောက် အောင် ပြုစုပေးခြင်းတို့ကို အချိန်ကိုက်ဆောင်ရွက်ရန် ဖြစ်ပါသည်။

မြေဩဇာများ

နဂါးမောက်အပင်တစ်ပင် တစ်နှစ်အတွက် ကျွေးရမည့် မြေဩဇာများမှာ-

- (၁) နွားဆေးမြေဆွေး လေးပြည်မှ ချစ်ပြည်
 - (၂) ပုလဲဓာတ်မြေဩဇာ နှစ်ပေါင်မှ သုံးပေါင်
 - (၃) ဆူပါမြေဩဇာ သုံးပေါင်မှ လေးပေါင်
 - (၄) ပို့တက်မြေဩဇာ တစ်ပေါင်မှ နှစ်ပေါင်
- အနည်းဆုံး ငါးကြိမ်မှ ခုနစ်ကြိမ်အထိ ခွဲကျွေးရန်။

သို့မဟုတ် ၁၅ ပတ်လည်၊ ၁၆ ပတ်လည် မြေဩဇာများကို တစ်ပင် (၁၂ ပေါင်မှ နှစ်ပေါင်) ငါးကြိမ်ခွဲ၍ကျွေးရန်။

မြေဩဇာထည့်ပြီး တိုင်အပင်ခြေများကို တောက်ရိုး သို့မဟုတ် အပွိုက်ခြောက်များဖြင့် ဖုံးအုပ်ထားပေးပါ။ ထိုသို့ ဖုံးရာတွင် ခြများ၊ ကျွင်းများ ခိုအောင်းနိုင်၍ မြေတွင်းအောင်း ပိုးသတ်ဆေးတစ်မျိုးမျိုး ကို ပြုထားပေးပါ။

ဆွတ်ခူးခြင်း

နဂါးမောက်သီးများမှာ ဝတ်မှုန်ကူးပြီး ၂၅ ရက်မှ ၃၀ ရက် အတွင်း ရင့်မှည့်ပါသည်။ ဆွတ်ခူးရာတွင် အရောင်ညီသော အသီး များကိုသာ ဆွတ်ခူးရန်ဖြစ်ပါသည်။ ဆွတ်ခူးရာတွင် အညှာအနား၌ လက်မဝက်ခန့်ချန်၍ ဆွတ်ခူးရန်ဖြစ်ပါသည်။

အဝေးသို့တင်ပို့ရာတွင် နဂါးမောက်သီးများကို တစ်လုံးချင်း ထုပ်ပိုးရန် လိုအပ်ပါသည်။ နဂါးမောက်သီးကို ဖော့အိတ်များဖြင့် ဖြစ်စေ၊ သတင်းစာစက္ကူများဖြင့်ဖြစ်စေ လုံခြုံစွာပတ်၍ တင်ပို့ရန် ဖြစ်ပါသည်။

နဂါးမောက်တစ်ကေအတွက် အကျိုးအမြတ်

ပထမနှစ်

(၁) မြေပြုပြင်ခြင်း	၁၀၀,၀၀၀
(၂) မြေဆွေးမြေဩဇာဝယ်ယူခြင်း	၄၀,၀၀၀
(၃) ပျိုးပင် ၁၂၀၀ ဝယ်ခြင်း x ၂၅၀	၃၀၀,၀၀၀
(၄) တိုင် ၅၀၀ ဝယ်ခြင်း x ၂၀၀	၁,၀၀၀,၀၀၀
(၅) ပိုးသတ်ဆေးတစ်လီတာ	၁၀,၀၀၀
(၆) မှိုသတ်ဆေးနှစ်ကီလို	၂၀,၀၀၀
(၇) ဆေးဖျန်းကိရိယာ	၂၀,၀၀၀
(၈) အလုပ်သမားခများ	၁၀၀,၀၀၀

၁,၆၄၀,၀၀၀

ဒုတိယနှစ်

(၁) ထိန်းသိမ်းစရိတ်လုပ်သားခများ	၂၀၀,၀၀၀
(၂) မြေဆီဩဇာ ပိုးသတ်ဆေး	၁၅၀,၀၀၀

၃၅၀,၀၀၀

ဝင်ငွေ

ဒုတိယနှစ်တွင် တိုင်တစ်တိုင်မှ နဂါးမောက်သီး ငါးကီလိုခန့် ရရှိမည်ဖြစ်၍ တစ်ကီလို ၈၀၀ ကျပ်မှ ၁၀၀၀ ကျပ် ဈေးခန့်ဖြင့် သိန်း ၂၀ ခန့် ဝင်ငွေရမည်ဖြစ်၍ တတိယနှစ်တွင် နဂါးမောက် သီးတစ်ဧက၊ နဂါးမောက်သီး ကီလို ၃,၀၀၀ မှ ၄,၀၀၀ အထိ ထွက်ရှိနိုင်ပါသည်။ တတိယနှစ် နောက်ပိုင်းတွင် တစ်ဧကမှ ကီလို ၅,၀၀၀ အထက် ထွက်ရှိနိုင်ပါသည်။ အရင်းကျေ၍ တတိယနှစ်မှ စ၍ နှစ်စဉ်ဝင်ငွေ သိန်း ၃၀ ခန့် အသားတင်ရရှိပါမည်။





အစေ့ပုပေါက်လာသော နဂါးမောက်ပျိုးပင်



ပျိုးပွားရန်အတွက်ဖြတ်ရမည့်နေရာ



နဂါးမောက်စိုက်ခင်း



နဂါးမောက်အပွားပျား



ညပိုင်းတွင်မှပွင့်သော နဂါးမောက်ပွင့်များ



နံနက်ပိုင်းအထိ ဆက်၍ပွင့်နေသော နဂါးမောက်ပွင့်တွင် ပျားများ ဝတ်မှုန်ယူနေပုံ



အပူ၊ အသီးကင်း၊ အသီးစိမ်းနှင့် အရင့်ပါတွေ့နိုင်သော နဂါးမောက်ပင်စိုက်ခင်း



အသီးရင့်စပြုနေသော နဂါးမောက်ပင်



သီးသင့်တွေ့နိုင်သော နဂါးမောက်ပင်



ဈေးကွက်သို့ တင်ပို့မည့် နဂါးမောက်သီးပျား



နဂါးမောက်သီးပျားအား ကန့်လန့်ဖြတ် ခွဲပြထားပုံ

ပျိုထောက်ကျထောက်နေသော နဂါးမောက်ပင်များ



နဂါးဟောက်မျိုးကွဲများ



ALICE



AMERICAN BEAUTY



BLOODY MARY



COSMIC CHARLIE



COSTA RICAN SUNSET



DARK STAR



DAVID BOWIE



DELIGHT

နဂါးဟောက်ပျိုးကွဲများ



GUYUTE



HALLEY'S COMET



HARPUA



L.A. WOMAN



LAKE ATTLAN



MAKISUPA



NATURAL MYSTIC



NEITZEL

နဂါးမောက်ပျိုးကွဲများ



PHYSICAL GRAFFITI



PURPLE HAZE



RED JAINA



SEOUL KITCHEN



THOMPSON



VIETNAMESE JAINA



YELLOW DRAGON



VOODOO CHILD



ZAMORANO

နိဂုံး

ဖရဲ သစ္စာမွှေး၊ နဂါးမောက်သီးများကို စီးပွားဖြစ် စိုက်ပျိုးရာတွင် ဆောင်ရန်၊ ရှောင်ရန်များနှင့်ပတ်သက်၍ အသေးစိတ် အချက်အလက် များကို ဖော်ပြခဲ့ပြီး ဖြစ်ပါသည်။ လူတိုင်းနီးပါးတွင် တစ်မျိုးမဟုတ်တစ်မျိုး ခံစားနေရသော အဓိကရောဂါကြီး ၁၀ မျိုးခန့်ကို သက်သာပျောက်ကင်း စေနိုင်သည့် အကျိုးကျေးဇူးများကိုလည်း ဖော်ပြထားခဲ့ပြီး ဖြစ်သည်။

ဤစာအုပ်ကို ဖတ်ရှုပြီး တစ်စုံတစ်ယောက်သောသူသည် ဖရဲ သစ္စာမွှေး၊ နဂါးမောက်သီး စိုက်ပျိုးရေးများနှင့်ပတ်သက်၍ တစ်စုံတစ်ခု သော အတိုင်းအတာအထိ အထောက်အပံ့ရခဲ့လျှင်လည်းကောင်း၊ ကျန်းမာရေးနှင့်ပတ်သက်၍ ဖော်ပြထားသော အကျိုးကျေးဇူးများထံမှ တစ်စုံတစ်ခုသောရောဂါကို သက်သာပျောက်ကင်းသွားသည်ဟု လည်းကောင်း၊ သိရပါလျှင် စာရေးသူ၏မျှော်မှန်းချက်မှာ ပြည့်ဝပြီ ဖြစ်ပါသည်။

သိရှိသိထိုက်သော အသိပညာဗဟုသုတများကို အစွမ်းကုန် ကြိုးစား၍ ပေးအပ်ခဲ့ပြီးဖြစ်ပါသည်။ မည်သည့်အရာဖြစ်စေ ပေးသူက ပေးပြီး ယူသူကယူဦးမှ၊ ရယူပြီးသော်လည်း အသုံးမခွင့်၊ မှသာ ပေးသူ၏ ဆန္ဒ ပြည့်ဝမည် ဖြစ်ပါသည်။

ထို့ကြောင့် ဤသီးနှံသုံးမျိုး စိုက်ပျိုးထုတ်လုပ်ရေးနှင့် ပတ်သက်၍ လည်းကောင်း၊ ကျန်းမာရေးအကျိုးကျေးဇူးများနှင့် ပတ်သက်၍ လည်းကောင်း တစ်စုံတစ်ယောက်သောသူအတွက် 'သဲတစ်ပွင့်'မျှ လောက်သော အကျိုးခံစားရပြီး ကိုယ်ကျန်းမာ၊ စိတ်ချမ်းသာ၍ ကြီးပွား တိုးတက်လာသည်ဟု ဆိုပါလျှင် -

အမျိုးသားစာပေဆုရ
အောင်စိုး(စိုက်ပျိုး/၁၀၇)

ကျမ်းကိုးစာရင်း

- (1) The Culture of Vegetable&Flowers from seed and roots; by Sutton and Sons (1950).
- (2) Tropical Planting and Gardening, by Macmillan H.F (1962).
- (3) Disease of Vegetable Crops by Charles Walker, John (1952).
- (4) Disease of Fruit Crops, by Warren Anderson, Harry (1952).
- (5) Plant Diseases, by Singh R.S Oxford Publication (1983).
- (6) Burma Fruits and Their Cultivation, Government Printing Press Yangon.
- (7) The Word Book Encyclopedia, Vol, (13) (21), World Book Childcraft Internation InC.
- (8) New Fruits For California by Thomson, Paul H, Bonsal Publication (2001).
- (9) The Amateur Gardener, by Hellyer A.G.L (1968).
- (10) Internet **စာမျက်နှာများ**
 - (A) Water Melon
 - (B) Musk Melon
 - (C) Dragon Fruit/Pitya/Pitahaya
- (11) ပုံပြုဆေးအဘိဓာန်-ဒုတိယတွဲ၊ အရှင်နာဂသိန်၊ ဗဟိုဌာန ပုံနှိပ်တိုက် (၁၉၈၁)။
- (12) မြန်မာ့စွယ်စုံကျမ်း အတွဲ (၇)၊ စာပေဝိမာန် (ရန်ကင်း)။
- (13) ကျန်းမာရေးအတွက် ထိပ်တန်းအသီးအနှံဖျော်ရည် (၁၀၀)- ဗမာလေး (၂၀၁၂)။
- (14) စွဲပြုစေသော ခေတ်သစ်စိုက်ပျိုးရေး၊ အောင်စိုက်ပျိုး/၁၀၇) စာပေဝိမာန် (၂၀၀၈)။
- (15) ပြီးဟောင်း ဆွတ်ခူးပြုရောက်ပိုင်ဝင် အောင်စိုက်ပျိုး/၁၀၇) စာပေဝိမာန်(၂၀၀၉)။

၂၀၁၂ ခုနှစ်အတွက် စာပေဗိမာန်စာမူဆု
သုတပဒေသာ (သိပ္ပံနှင့်အသုံးချသိပ္ပံ) ဒုတိယဆုရ

သက်ရှည်ကျန်းမာချမ်းသာရေးအတွက်

ဂူဟိုင်း နေ့စဉ်စားသုံးရမည့် သီးနှံသုံးမျိုး



(၀၇၇၇ သိပ္ပံ၊ သိပ္ပံ၊ သိပ္ပံ၊ သိပ္ပံ၊ သိပ္ပံ၊ သိပ္ပံ၊ သိပ္ပံ၊ သိပ္ပံ၊ သိပ္ပံ၊ သိပ္ပံ)

အောင်စိုး
(စိုက်ပျိုး/၁၀၇)

အဖ ဦးရွှေ အမိ ဒေါ်မန်းတို့မှ ၂၅-၆-၁၉၃၉ နေ့တွင် တောင်တွင်းကြီးမြို့နယ်၌ မွေးဖွားသည်။ ၁၉၆၆ ခုနှစ်တွင် မန္တလေး စိုက်ပျိုးရေးတက္ကသိုလ်မှ B.A. ဘွဲ့ ရရှိသည်။ ၁၉၆၉ ခုနှစ်တွင် ကျောက်ပန်းတောင်မြို့နယ်ရှိ မြေကော့ရှင်း ဆည်ပေါက် စပျစ်ခြံ ၁၉၇၆ မှ ၁၉၈၅ အထိ တောင်တွင်းကြီး၊ ညောင်ဦးနှင့် ကျောက်ပန်းတောင် စပျစ်ခြံများ မန်နေဂျာအဖြစ် တာဝန်ထမ်းဆောင်သည်။ ၁၉၈၈-၈၉ ခုနှစ်တွင် ပြင်သစ်နိုင်ငံသို့ စပျစ်စိုက်ပျိုးရေးနှင့် စပျစ်ပိုင် ထုတ်လုပ်ရေး သွားရောက်သင်ကြားခဲ့သည်။ ၁၉၈၅ မှ ၁၉၉၇ အထိ ကျောက်ပန်းတောင်၊ ညောင်ဦး၊ ပိတ္တိလာ စပျစ်ခြံများ၏ စီမံခန့်ခွဲမှုနှင့် အထက်မြန်မာပြည် ဥယျာဉ်ခြံသီးနှံများ၏ တာဝန်ခံအဖြစ် ဆောင်ရွက်ပြီး ၂၀၀၀ ပြည့်နှစ်တွင် အငြိမ်းစားယူသည်။

စာပေဗိမာန်စာမူဆုပြိုင်ပွဲများတွင် သုတပဒေသာ (သိပ္ပံနှင့်အသုံးချသိပ္ပံ) ဆုများ ရရှိခဲ့ရာ ၁၉၉၈ တွင် သန်းရှစ်ဆယ်ဖြစ်လာခဲ့လျှင် ၂၀၀၆ တွင် ထိပ်ဆုံးသို့ အမြန်ရောက်ဖို့ စိုက်ပျိုးရေးနှင့် လှမ်းတက်ဖို့ ၂၀၀၇ တွင် ပီပီဟာဗက် ဆွတ်ခူးပြီးနောက် ပိုင်ဆိုင် စာမူများဖြင့် ပထမဆုများ ရရှိခဲ့ပြီး ၂၀၀၉ တွင် သိပ္ပံနည်းကျ လက်တွေ့ အသုံးချ စပျစ်စိုက်ပျိုးရေး နည်းပညာ ဖြင့် ဒုတိယ ရရှိခဲ့သည်။ ၂၀၀၈ ခုနှစ်တွင် ပွဲပြီးသော ခေတ်သစ်စိုက်ပျိုးရေး စာအုပ်ဖြင့် အမျိုးသားစာပေဆု ရရှိခဲ့သည်။

ယခုအခါ မဟာရာဗွင့် စိုက်ပျိုးရေးဝန်ဆောင်မှုလုပ်ငန်း အမည်ဖြင့် Indoor/outdoor ပန်းအလှ စိုက်ပျိုးခြင်း၊ ရေတံခွန်၊ ရေပန်းနှင့် ဥယျာဉ်ပန်းခြံ ဖန်တီးခြင်း လုပ်ငန်းများကို ဆောင်ရွက်ရင်း စာပေများ ဆက်လက်ရေးသားလျက်ရှိသည်။

အမည်ရင်း ဦးအောင်စိုး ဖြစ်သည်။

နေရပ်လိပ်စာ - မဟာရာဗွင့် စိုက်ပျိုးရေးဝန်ဆောင်မှုလုပ်ငန်း
ပြေပဒေသာကျွန်း၊ ဝဟန်းမြို့နယ်၊ ရန်ကင်းမြို့