

ဤလက်စွဲစာအုပ်သည်  
 UNDP/DFID မြန်မာနိုင်ငံ၏ ရန်ပုံငွေပံ့ပိုးမှုဖြင့်  
 အကောင်အထည်ဖော်ဆောင်ရွက်လျက်ရှိသော  
 Capacity Building for Food Security Project မှ  
 နည်းပညာစာစဉ်အဖြစ် ပြုစုထုတ်ဝေခြင်းဖြစ်သည်။  
 စီမံချက်အတွင်း သုံးစွဲရန်အတွက်သာဖြစ်သည်

ပြုစုရေးသားသူ  
 ဒေါက်တာခင်မောင်ဝင်း  
 မွေးမြူရေးပညာရှင်

စီဘီအက်(ဖ်)အက်(စ်)စီမံချက်  
 ဝေါ(လ်)ကွန်ဆန်မြန်မာ(ရုံးချုပ်)  
 ၁၁အေ၊ ရွှေတောင်ကြား(၂)ရပ်ကွက်၊ ကမ္ဘာအေးဘုရားလမ်း၊  
 ဗဟန်းမြို့နယ်၊ ရန်ကုန်မြို့။  
 ဆက်သွယ်ရန်ဖုန်း - ၅၄၉၇၆၀၊ ၅၅၇၄၇၁၊ ၅၅၉၃၂၀

# ကျေးလက်ဆိတ်မွေးမြူရေး

## မာတိကာ

စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
	အမှာစာ	
၁။	ဆိတ်မွေးမြူရေး	၄
၂။	ဆိတ်မျိုးများ	၅
	(က) ဂျမနာပါရီ	၅
	(ခ) အင်္ဂလိန်ဘီယံ	၆
	(ဂ) ဘင်ဂေါလ်	၆
	(ဃ) ဘာဘာရီ	၇
	(င) ဘီတယ်	၇
	(စ) ဆာနန်	၈
	(ဆ) အယ်ပိုင်း	၈
	(ဇ) ဘိုးဝါး	၉
	(ဈ) မြန်မာဆိတ်မျိုးများ (ထိန်စမ်း၊ ဂျိတ်နီ၊ ဝေသာလီ)	၁၀
၃။	မြေနေရာရွေးချယ်ခြင်း	၁၅
၄။	ဆိတ်တင်းကုပ်ဆောက်လုပ်ခြင်း	၁၅
၅။	မွေးမြူနည်းစနစ်များ	၁၇
	(က) ခြံလှောင်စနစ်	၁၇
	(ခ) တစ်ဝက်လွတ်ကျောင်းစနစ်	၁၇
	(ဂ) လွတ်ကျောင်းစနစ်	၁၈

စဉ်	အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
	(ဃ) ကြီးချုပ်ခြင်း (သို့) အပြင်သို့ထုတ်ချည်မွေးမြူခြင်းစနစ်။	၁၉
	(င) ဆိတ်မွေးမြူရေးနှင့် SACT (ခေါ်) တောင်စောင်းစိုက်ပျိုးရေးပူးတွဲခြင်း	၁၉
၆။	ကျွေးမွေးစောင့်ရှောက်ခြင်း	၂၁
	(က) အစာကြေချက်ခြင်းစနစ်	၂၁
	(ခ) အစာကြေချက်ခြင်းအဆင့်ဆင့်	၂၁
	(ဂ) ဆိတ်စာတွင် လိုအပ်သော အာဟာရဓာတ်များ	၂၂
	(ဃ) ဆိတ်စာအမျိုးအစားခွဲခြားခြင်း	၂၄
	(င) ဒေသထွက်ဆိတ်စာနုများ	၂၆
၇။	ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ခြင်း	၃၅
	(၇ - ၁) ဆိတ်မကြီးကိုစောင့်ရှောက်ခြင်း	၃၅
	(၇ - ၂) ဆိတ်သားပေါက်မွေးဖွားခြင်း	၃၈
	(၇ - ၃) ဆိတ်ကလေးမွေးဖွားပြီးပြုစုခြင်း	၄၅
	(၇ - ၄) ဆိတ်ငယ်ကလေးများအားထိန်းသိမ်း ပြုစုစောင့်ရှောက်ခြင်း	၄၇
	(၇ - ၅) မိခင်မဲ့ဆိတ်ငယ်ကလေးများ ပြုစုထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ခြင်း	၄၈
	(၇ - ၆) ဆိတ်လတ်များကိုထိန်းသိမ်း စောင့်ရှောက်ခြင်း	၄၉
	(၇ - ၇) ဆိတ်ထီးများထိန်းသိမ်း စောင့်ရှောက်ခြင်း	၅၀

	(၇ - ၈) မျိုးဆိတ်ထီးများထိန်းသိမ်း စောင့်ရှောက်ခြင်း	၅၀
၈။	ဆိတ်မွေးမြူနည်းစနစ်များ	၅၁
၉။	ဆိတ်၏ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်ခြင်း	၅၃
၁၀။	ဆိတ်မွေးမြူရေးစီမံခန့်ခွဲမှုများ	၇၆
	(က) စားကျက်ပင်များစိုက်ပျိုးခြင်းနှင့် ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ခြင်း	၇၆
	(ခ) ဆိတ်စာပင်များစိုက်ပျိုးခြင်းနှင့် ကျွေးမွေးခြင်း	၈၁
	(ဂ) ဆိတ်စာချဉ်ဖတ်ပြုလုပ်ခြင်း	၈၃
	(ဃ) ယူရီးယားသကာတုံးပြုလုပ်ကျွေးမွေးခြင်း	၈၇
	(င) ဆိတ်အသက်ခန့်မှန်းခြင်း	၉၂
	(စ) ဆိတ်အမှတ်အသားပြုလုပ်ခြင်း	၉၃
	(ဆ) ဆိတ်ဦးချိုမထွက်အောင်ပြုလုပ်ခြင်း	၉၄
	(ဇ) ခွာလှီးပေးခြင်း	၉၆
	(ဈ) ဆိတ်ကိုယ်အလေးချိန်ခန့်မှန်းခြင်း	၉၈
	(ည) ဆေးရည်တိုက်ကျွေးခြင်း	၁၀၀
၁၁။	ဆိတ်နို့ညှစ်ခြင်း	၁၀၀
၁၂။	ဆိတ်သင်းကွပ်ခြင်း	၁၀၈
၁၃။	ဆိတ်သားထုတ်လုပ်ခြင်း	၁၀၉
၁၄။	ဆိတ်သားရေထုတ်လုပ်ခြင်း	၁၁၁

**၁။ ဆိတ်မွေးမြူရေး**

ဆိတ်နှင့်သိုးများကို နှစ်ပေါင်းများစွာကပင် အိမ်မွေးတိရစ္ဆာန်အဖြစ် မွေးမြူခဲ့ကြသည်။ အထူးသဖြင့် ကမ္ဘာ့တစ်ဝှမ်းလုံးရှိ အပူပိုင်းဒေသများတွင် မွေးမြူလေ့ရှိသည်။ ပူပြင်းခြောက်သွေ့သော နေရာနှင့်တောင်ကုန်းတောင်တန်း ဒေသများ၌လည်း ဆိတ်ကို မွေးမြူတတ်ကြသည်။ ဆိတ်မွေးမြူခြင်း၏ အဓိကရည်ရွယ်ချက်မှာ နို့၊ အသားနှင့် သားရေရရှိရန်ပင်ဖြစ်သည်။ ဆိတ်တစ်ကောင်၏ ကိုယ်အလေးချိန်သည် နွားတစ်ကောင်၏ကိုယ်အလေးချိန်၏ ရှစ်ပုံတစ်ပုံခန့်သာ ဖြစ်သော်လည်း နို့တစ်ပိဿာခန့် ထွက်ရှိနိုင်သဖြင့် ဆိတ်မှာ နွားထက်နို့ထွက်နှုန်း ပိုမိုကောင်းသည်ဟုဆိုနိုင်သည်။

ဆိတ်နို့သည် နွားနို့နှင့်နှိုင်းယှဉ်လျှင် ပရိုတိန်းနှင့်အဆီဓာတ်ပါဝင်မှု တူညီသော်လည်း ဆိတ်နို့အဆီရှိ အဆီခဲကလေးများသည် ပိုမိုသေးငယ်သဖြင့် အစာကြေလွယ်သည်။ သို့ဖြစ်၍ ဆိတ်နို့သည် နွားနို့ထက်ကလေးငယ်များ၊ အသက်အရွယ်ကြီးရင့်သူများနှင့် လူနာများအတွက် ပိုမိုသင့်လျော်သည်။ ထို့ပြင်ဆိတ်နို့တွင် ဘက်တီးရီးယား ပါဝင်မှုနှုန်းသည် နွားနို့ထက်ပို၍ နည်းသည်။ ထို့ပြင်ဆိတ်သည် နို့ညှစ်ရလွယ်ကူသည့်အပြင် သဘာဝအရလည်း အကြမ်းခံနိုင်၍ အစာမရွေးစားနိုင်သည်။ တောင်ကုန်းနှင့်ကျောက်တောင်များပေါ်တွင်သွားလာနိုင်ပြီး ကွင်းပြင်ထက် ကုန်းမြင့်ဒေသများကို နှစ်သက်သည်။ မြက်၊ သစ်ရွက်အမျိုးမျိုးနှင့် သစ်ပင်များ၏ အခေါက်များကိုခွာ၍ စားတတ်သည်။ ဇီးပင်အပါအဝင် ဆူးပင်များကို ကြိုက်နှစ်သက်သည်။ ဆိတ်၏ အစာအိမ်သည် အမျှင်ကြမ်းများ(လစ်ဂနင်)ကို ချေဖျက်နိုင်စွမ်းရှိသည်။ သို့ဖြစ်၍ စားကျက်မကောင်းသော်လည်း ဆိတ်များကို ကောင်းစွာမွေးမြူနိုင်သည်။ ထို့ပြင် ဆိတ်သည်မျိုးအောင်မြင်မှု ကောင်းသဖြင့် ကောင်ရေပွားများနှုန်း မြင့်မားပါသည်။

ဆိတ်နို့သည်သာ အာဟာရဓာတ်များ ပြည့်ဝသည်မဟုတ်ဘဲ ဆိတ်သားသည်လည်း အရသာရှိ၍ လူတို့ကြိုက်နှစ်သက်ကြသည်။ ထို့အပြင်ဆိတ်သားရေမှာလည်း ဘိနပ်၊ လက်အိတ်၊ လက်ဆွဲအိတ်၊ ဂျာကင်အင်္ကျီစသည်ဖြင့် အသုံးပြုနိုင်ခြင်းကြောင့် ဆိတ်မွေးမြူရေးသည် ကုန်ကျစရိတ်နည်းနည်းဖြင့် အကျိုးအမြတ်များများ ရရှိနိုင်သည့် စီးပွားဖြစ်မွေးမြူရေးလုပ်ငန်းတစ်ခုဖြစ်သည်။

**၂။ ဆိတ်မျိုးများ**

ဆိတ်မျိုးမြောက်မြားစွာရှိသည့်အနက် ထုတ်လုပ်မှုအရတွက်လျှင် အဓိက (၃)မျိုးသာရှိသည်။ အသားစား၊ နို့စားနှင့်အသားရော နို့ထွက်နှုန်းပါကောင်းသော ဆိတ်မျိုးဟူ၍ ဖြစ်သည်။

**(က) ဂျမနာပါရီ (Jamunapari)**

ဆိတ်ကြီးမျိုးဖြစ်ပြီး နို့ထွက်ရောအသားထွက်ပါကောင်းသည်။ နွားရွက် ကြီးမားရှည်လျားပြီး တွဲကျနေတတ်သည်။ နွားရွက် အရှည်မှာ (၁၀-၁၂လက်မ)ခန့်ရှိတတ်သည် နှာတံပေါ်သည်။ ဦးချိုသည် ပြားပြီးတိုသည်။ အရောင်မှာ အဖြူရောင်တွင် အညို၊ အဝါ အကွက်အပြောက်များရှိတတ်သည်။ နို့သီးခေါင်းများ ကြီးမား၍ နို့အုံလည်း ကြီးမားပြီး တွဲကျနေတတ်သည်။ နို့ထွက်နှုန်းမှာ (၁.၅)ပိဿာမှ (၂)ပိဿာ အထိရှိတတ်၍ နို့တွင် အဆီ (၃.၅) ရာခိုင်နှုန်းပါသည်။ တစ်နှစ်လျှင်တစ်သားမွေးလေ့ရှိပြီး တစ်ကြိမ်တွင် တစ်ကောင်တည်းသာ မွေးလေ့ရှိသည်။



(ခ) အင်္ဂလိန်ကျွတ်ယံ(Angle-Nubian)

ဆိတ်ကြီးမျိုး ဖြစ်သည်။ အသားရောင်လှပ၍ တောက်ပသော အမွှေးများရှိသည်။ နားရွက်ရှည်သည်။ နှာတံပေါ်သည်။ အရောင် အမျိုးမျိုးရှိသည်။ အဖြူနှင့်အဝါရောင် ကွက်ကြားနှင့် အဖြူနှင့်အနက် ကွက်ကြား များလည်းရှိသည်။ နို့ထွက်နှုန်းကောင်းပြီး၊ နို့တွင် အဆီ ပါဝင်မှုများသည်။



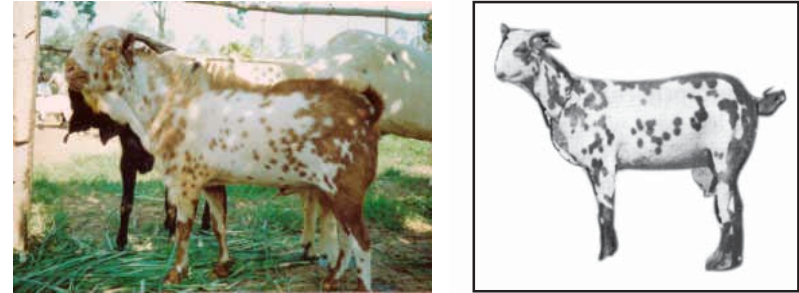
(ဂ) ဘင်ဂေါလ် (Bengal)

ဆိတ်ငယ်မျိုးဖြစ်သည်။ အလေးချိန်ပေါင်(၃၀)ကျော်ခန့်သာရှိသည်။ နို့ထွက် မကောင်းသဖြင့် နို့အတွက်မွေးမြူရန် မသင့်ပေ။ သို့သော် အသားထွက်ကောင်းပြီး အသားမှာ အရသာရှိသည်။ အမွှားဆိတ် ကလေးများ အမွှေးများပြီး သားရေကောင်းသဖြင့် ထင်ရှားသည်။



(ဃ) ဘာဘာရီ (Babari)

ဆိတ်ငယ်မျိုးဖြစ်သည်။ တစ်နှစ်လျှင် နှစ်သားကျ၍ တစ်နှစ်လျှင် နှစ်ကောင်၊ သုံးကောင်မွေးနိုင်သည့် ဆိတ်မျိုးဖြစ်သည်။ နားရွက်တို၍ မျက်နှာဖြောင့်စင်းသည်။ ခြေလက် သေးသွယ်ပြီးတိုသည်။ အဖြူရောင်တွင် အညိုရောင်၊ အဝါရောင် အစက်အပြောက်များ ရှိတတ်သည်။ နို့အုံတွဲကျပြီး နို့ထွက်နှုန်းတစ်နေ့လျှင် တစ်ပိဿာ ခန့်ရှိတတ်သည်။



(င) ဘီတယ် (Beetal)

ဂျပန်ဂျာနီနှင့် ဆင်သော်လည်း အရွယ်သေးသည်။ နားရွက်ရှည်ပြီး နှာတံပေါ်သည်။ ဦးချိုမှာ နောက်သို့လှန်ပြီး လိမ်နေတတ်သည်။ အနီနှင့်အဝါရောင်ရှိပြီး အဖြူပျောက်များရှိတတ်သည်။ နို့ထွက်နှုန်း တစ်ပိဿာကျော်ကျော်ရှိ သည်။ တစ်နှစ်လျှင် တစ်သားသာမွေးသော် လည်း တစ်ကြိမ်လျှင်နှစ်ကောင်မွေးတတ်သည်။



(၈) ဆာနန်မျိုး (Saanen)

နို့ထွက်ကောင်းသည့် ဆိတ်မျိုးဖြစ်သည်။ ဆွစ်ဇာလန်နိုင်ငံအနောက်ပိုင်းဒေသတွင် မွေးမြူခြင်းဖြစ်သည်။ ခြေချောင်းများတို၍ နို့သီးခေါင်း များတွဲကျနေတတ် သည်။ အဖြူရောင်နှင့် အနက်ရောင်များ ရှိတတ်သည်။ နို့ထွက် အဆီ(၄)ရာခိုင်နှုန်းခန့် ပါဝင်သည်။



ဆာနန်မျိုး (Saanen)



(ဆ) အယ်ပိုင်းမျိုး (Alpine)

နားရွက်ထောင်သည်။ နှာရောင်ဖြောင့်တန်းသည်။ အလယ်အလတ် အရွယ်အစား ရှိသည်။ အရောင်မှာ အနက်ရောင်မှ အဖြူရောင် ထိကွဲပြားမှုရှိသည်။ အချို့ဦးချိုပါ၍ အချို့မှာ ဦးချိုမပါရှိပါ။ အရွယ်ရောက်ပြီး အထီး နှင့်အမ အလေးချိန်မှာ ၆၅နှင့် ၆၀ကီလို အသီးသီးရှိသည်။ နို့ထုတ်လုပ်ရန် ပထမဦးစားပေးမွေးမြူပြီး၊ ဒုတိယ ဦးစားပေးမှာ အသားထုတ်လုပ်ရန် အတွက်ဖြစ်သည်။ နို့ထွက်နှုန်းမှာ တစ်နေ့လျှင် (၀. ၉ မှ ၁. ၃ကီလို )ဖြစ်သည်။ ထောပတ်ဆီပါဝင်မှု မှာ (၃. ၆%) ဖြစ်သည်။



အယ်ပိုင်းမျိုး (Alpine)



(ဇ) ဘိုးဝါးမျိုး (Boer)

ကိုယ်လုံးဖြူ၍ ဦးခေါင်းနှင့် လည်ပင်းမှာ နီညိုရောင်ဖြစ်သည်။ နှာယောင်ခုံးပြီး ဦးချိုထင်ရှား၍၊ နွားရွက်ကြီးများ ဖားလျားကျနေ သည်။ ဗီဇကောင်းစေရန် မျိုးမြှင့်တင်ထားသဖြင့် ကြွက်သားများ တောင့်တင်းပြီး အရိုးအဆစ်ခိုင်မာသည်။ မျိုးပွားနှုန်းကောင်းသည် မှတ်တမ်းအရ ၅၀%အမွှာမွေးပြီး ၇% (၃)မွှာပူးမွေးကြောင်း သိရ သည်။ အစာနုကျွေးမွေးလျှင် ကြီးထွားမှု လျင်မြန်သည်။ လွတ်ကျောင်း ခြင်းကို ပိုမိုနှစ်သက်သည်။ ဤဆိတ်မျိုးကို အသား၊ နို့နှင့် သားရေ ထုတ်လုပ်မှုအတွက် မွေးမြူသည်။ နို့ထွက်မှာ တစ်နေ့လျှင် (၁. ၂)မှ (၁. ၈)ကီလိုဂရမ် ဖြစ်သည်။ အသားထုတ်ဆိတ်များမှ အရည်အသွေး ကောင်းသော သားရေရရှိ၏။



ဘိုးဝါးမျိုး (Boer)

မြန်မာဆိတ်မျိုးများ

မြန်မာနိုင်ငံရှိဆိတ်မျိုးကို အကြမ်းအားဖြင့်(၃)မျိုး ခွဲခြားနိုင်ပါသည်။ ၎င်းတို့မှာ (၁)ထိန်စမ်းမျိုး၊ (၂)ဂျိတ်နီမျိုးနှင့် (၃)ဝေသာလီ မျိုးဟူ၍ ဖြစ်ပါသည်။

(၁) ထိန်စမ်းမျိုး

အလုံးအရပ် ထွားကြိုင်းပါသည်။ အမွှေးရောင်မှာ ကိုယ်လုံးဖြူပြီး ဦးခေါင်းမဲပါသည်။ နှာခေါင်းပိုင်း အမွှေးဖြူတတ်ပါသည်။ အများအားဖြင့် မုတ်ဆိတ်ပါပြီး၊ နားရွက်ရှည်၍ တွဲလောင်းကျသည်။ မျက်နှာခုံးပြီး၊ ဦးချိုနောက်ဖက်သို့ လန်၍ကွေးပါသည်။ ကိုယ်အလေးချိန်မှာ အထီးတွင်(၅၀)ကီလို၊ အမတွင် (၂၉)ကီလိုခန့်ရှိပါသည်။ အရပ်မှာ အထီးတွင် (၇၆. ၂)စင်တီမီတာ၊ အမတွင် (၆၈. ၅၈)စင်တီမီတာခန့် ရှိပါသည်။ မန္တလေးတိုင်း၊ ပုပ္ပီးနယ် တစ်ဝိုက်နှင့် မကွေးတိုင်း၊ ချောက်မြို့နယ်၊ မြိုင်မြို့နယ်၊ နတ်မောက်မြို့နယ်တို့တွင် တွေ့ရတတ်သည်။



ထိန်စမ်းမျိုး

(၂) ဂျိတ်နီမျိုး

အရွယ်အစားကြီးမားပြီး၊ နီညိုရောင်၊ အုန်းခွံရောင်၊ မန်ကျီးစေ့အရောင် ရှိပါသည်။ ကိုယ်အလေးချိန်အားဖြင့် အထီးတွင် (၄၅) ကီလို၊ အမတွင် (၄၂)ကီလိုခန့် ရှိပါသည်။ အရပ်မှာ အထီးတွင် ( ၇၆. ၂)စင်တီမီတာ၊ အမတွင်(၇၃. ၆၆)စင်တီမီတာခန့် ရှိပါသည်။ မန္တလေးတိုင်း၊ တံတားဦး၊ စဉ့်ကိုင်၊ ကျောက်ဆည်နယ် တစ်ဝိုက်တွင် အတွေ့များသည်။ မြေပြန့် ဒေသတွင် မွေးမြူရန်သင့်တော်ပါသည်။



ဂျိတ်နီမျိုး

(၃) ဝေသာလီမျိုး။

အလုံးအထည်သွယ်ပြီး အမွေးအရောင်မှာ အညိုရောင်အနက်ဘက် နွယ်ပြီး ကိုယ်အလေးချိန်မှာ အထီးတွင် (၃၈)ကီလို၊ အမတွင်(၃၁) ကီလိုခန့်ရှိပါသည်။ အရပ်မှာ အထီးတွင် (၈၁. ၂၈)စင်တီမီတာ၊ အမ တွင် (၆၈. ၅၈)စင်တီမီတာခန့်ရှိပါသည်။ မကွေးတိုင်း၊ ပခုက္ကူ၊ ရေစကြို၊ ပေါက်၊ မြိုင်မြို့နယ် တစ်ဝိုက်တို့တွင် မွေးမြူကြသည်။

မြန်မာဆိတ်မျိုးများ၏ အရွယ်အလိုက်ကိုယ်ခန္ဓာအလေးချိန် နှင့် အရပ်အမြင့်

ဆိတ်အမျိုးအမည်	အသက်	ကိုယ်အလေးချိန် ဂရမ်	အရပ်အမြင့် စင်တီမီတာ
ထိန်းစမ်းမျိုး	ထီး(၁၈)လ	၅၀	၇၆. ၂
	ထီးငယ်(၈)လ	၂၆	၇၁. ၁၂
	မ (၁၈)လ	၂၉	၆၈. ၅၈
	မငယ်(၈)လ	၁၅	၅၈. ၄၂
ဂျိတ်နီမျိုး	ထီး(၁၈)လ	၄၅	၇၆. ၂
	ထီးငယ်(၈)လ	၂၀	၉၀. ၉၆
	မ (၁၈)လ	၄၂	၇၃. ၆၆
	မငယ်(၈)လ	၂၂	၆၀. ၉၆
ဝေသာလီမျိုး	ထီး(၁၈)လ	၃၈	၈၁. ၂၈
	ထီးငယ်(၈)လ	၂၁	၅၅. ၈၈
	မ (၁၈)လ	၃၁	၆၈. ၅၈
	မငယ်(၈)လ	၁၈	၆၀. ၉၆

မြန်မာဆိတ်မျိုးများ၏ မွေးစနှင့်သားခွဲအရွယ်ထိ ကိုယ်ခန္ဓာအလေးချိန် တိုးပွားမှု

အရွယ်	ထိန်းစမ်း		ဂျိတ်နီ		ဝေသာလီ	
	ထီး	မ	ထီး	မ	ထီး	မ
မွေးစအလေးချိန် (ကီလိုဂရမ်)	၂. ၈	၂. ၁၈	၂. ၅	၂. ၀၈	၂. ၈	၂. ၂၇
တစ်လသားအလေးချိန် (ကီလိုဂရမ်)	၃. ၁၈	၂. ၈	၄. ၀	၂. ၇	၃. ၆၄	၃. ၄
နှစ်လသားအလေးချိန် (ကီလိုဂရမ်)	၅. ၄	၅. ၀	၅. ၂၂	၄. ၁	၅. ၈၅	၅. ၀

ဆိတ်သိုးငယ်များအား ကစီရိုက်မွေးမြူခြင်း

ဆိတ်အသက်(၇)လသားတွင် သင်းကွပ်၍ မွေးမြူခြင်းကို ကစီရိုက်မွေးမြူခြင်းဟုခေါ်ဆိုသည်။ ကစီဆိတ်အား (၁)နှစ်သားအထိ မွေးလေ့ရှိသည်။ ဒေသပေါက်ဈေး(မကွေးတိုင်း)၂၀၀၇ခုနှစ် ဈေးကွက်တွင် ရိုးရိုးဆိတ်သားတစ်ပေါင်လျှင် (၄၅၀/-)ခန့်ဖြစ်ပြီး၊ ကစီဆိတ်သားဈေးမှာ တစ်ပေါင်လျှင် (၅၅၀/-)ခန့်ရှိပါသည်။ ရိုးရိုးဆိတ်ထက် ကစီဆိတ်သည် တစ်ပေါင်လျှင် ၁၀၀/-ခန့် ဈေးပိုခဲ့ကြောင်းတွေ့ရပါသည်။ အရောင်းအဝယ်တွင် ကတ္တားနှင့် ချိန်တွယ်ပါသည်။

မြန်မာနိုင်ငံ ဆိတ်မွေးမြူရေးနှင့်ပတ်သက်၍ သိသင့်သိထိုက်သော အကြောင်းအရာများ

- + ဆိတ်ကျောင်းသားတစ်ဦးလျှင် ဆိတ်(၃၅-၄၀)ကောင်ခန့်သာ နိုင်နင်းသည်။
- + ဆိတ်တစ်အုပ်တွင် ဆိတ်လိုက်ဖားအကြီး(၁)ကောင်နှင့် လက်အောက်လိုက်ဖား(၁)နှစ်သားခန့် (၁)ကောင်သာ ထားသည်။ကျန်ဆိတ်ထီးများအား (၇-၈)လတွင် သင်းကွပ်လေ့ရှိသည်။
- + ဆိတ်မဒန်း(၇-၈)လသားခန့်တွင် မိတ်လိုက်လေ့ရှိသည်။
- + ဆိတ်ဖားငယ်မှာ (၁၀)လသားခန့်တွင် စတင်မိတ်လိုက်သည်။
- + ဆိတ်မတစ်ကောင်လျှင် တစ်နှစ်အတွင်း(၂)သားကျလေ့ ရှိသည်။
- + ဆိတ်မကြီး(၂-၃)သားကျပြီးလျှင် အမြွှာမွေးဖွားမှု ၅၀%ခန့် ရှိသည်။
- + ဆိတ်မကြီးတစ်ကောင် အသက်(၆)နှစ်ခန့်အတွင်း (၁၀-၁၅) ကောင်ခန့်မွေးဖွားနိုင်သည်။

- + ဆိတ်သားငယ်များ အသက်(၁)လကျော်မှသာ စားကျက်သို့ လွတ်ကျောင်းသည်။
- + ဆိတ်တစ်ကောင် တစ်ရက်လျှင် ရေ(၁)ပုလင်း (၅၅၀)စီစီခန့် သောက်လေ့ရှိသည်။
- + ရေကန်၊ ချောင်းများတွင် ရေသောက်လျှင်ခွာရေစိုမည်စိုး၍ ရေစပ်တွင် ဖူးထောက်သောက်လေ့ရှိသည်။ ခွာဖြင့် ရေကန်အတွင်း ဆင်းလေ့မရှိပါ။
- + ရေမဝင်သောနေရာ၊ တောင်ကုန်း၊ တောင်စောင်း၊ ကျောက်ကုန်းများတွင် မည်မျှ မတ်စောက်သည်ဖြစ်စေ၊ တက်နိုင်ဆင်းနိုင်သော ခြေမြဲသည့်ခွာများရှိသည်။
- + ဆူးမည်မျှပင်ရှိစေ၊ တိုးဝင်စားသောက်နိုင်သည်။
- + ဆိတ်သည်ဘောက်ဖတ်ဟုခေါ်သော သစ်ပင်ခြုံပုတ်များပေါ်တွင် နေသည့် အစိမ်းရောင်ရှိပိုးကောင်အား ကြောက်ရွံ့သည်။ ဘောက်ဖတ်ကိုလျှင် သေဆုံးနိုင်သည်။
- + ဆိတ်သည် ရေကြောက်သော သတ္တဝါဖြစ်သဖြင့် မိုးရွာလျှင်ခြံသို့ အလိုအလျောက် ပြန်ပြေးလေ့ရှိသည်။ (စားကျက်ခင်း လွတ်ကွင်းဝေးပါက မိုးခိုတဲဆောက်ထားသင့်သည်။)
- + ဆိတ်စားသောအစာများမှာ- ဇီး၊ ဇီးခလောက်၊ ခံပင်၊ သန်း၊ ဇင့်နီ၊ ဘောစကိုင်း၊ မြေဇာ မြက်၊ မကျီး၊ တမာ၊ ရှားသီး၊ ရှားရွက်၊ ကုက္ကိုသီး၊ ကုက္ကိုရွက်၊ ထနောင်းသီး၊ ထနောင်းရွက်၊ ရှားစောင်း၊ ရှောက်ရိုင်း၊ ဝါးရွက်၊ ချွေးလှေးယဉ်၊ သနပ်ခါး၊ ကွင်းစီးပင်၊ ပြောင်း၊ မြေပဲ၊ နှမ်း၊ ပဲစဉ်းငုံ၊ ပဲမျိုးစုံအရွက်များ၊ အဝေရာရွက်၊ အဝေရာသီး၊ မယ်ဇလီ၊ ပိတ်သင်းကပ်၊ မြင်းခွာ၊ ကန်စွန်း၊ ကန္တာရသီး၊ ကန္တာရရွက်၊ အသီး၊ အစေ့၊ အဆံအားလုံးစားသည်။
- + ဖြည့်စွက်စာအဖြစ်- ဝါစေ့ကြိတ်ဖတ်၊ ဆန်နုတ်၊ ဖွဲနု၊ ကုလားပဲခွံ၊ ဇီးခွံ၊ ပဲစဉ်းငုံမှော်၊ ပဲမျိုး စုံမှော်၊ ပဲဖတ်၊ နှမ်းဖတ်၊ ပြောင်းရိုးစဉ်း၊ နေကြာစေ့ဖတ်နှင့် လုံးညှပ်အစေ့အဆံ အားလုံးကျွေးမွေးနိုင်သည်။ ဆိတ်တစ်ကောင် တစ်နေ့ပျမ်းမျှ အစာ(၁၀-၂၅)ကျပ်သားခန့် ကျွေးမွေးသည်။
- + ဆိတ်မွေးသူတိုင်း “ဆိတ်ဖူး” ဟုခေါ်သော ဆိတ်ဆေးမြစ် ဆောင်ထားလေ့ရှိသည်။ ဂျင်းတက်ကဲ့သို့ ပူစပ်သော အရသာရှိသည်။ ပေါက်၊ ထီးလင်း၊ ဆောတွင်ပေါသည်။ ဆိတ်အစာပျက်ခြင်း၊ နှာချေခြင်း၊ ချောင်းဆိုးခြင်း၊ မျက်ဝတ်ထွက်ခြင်း၊ မှိုင်းတွေခြင်းများဖြစ်က ဆိတ်ဖူး(၁)လက်မ ခန့်ထုခြေ၍ ခွန့်ကျွေးပေးခြင်း၊ ကြိတ်ခြေအရေဖျော်၍ ဝါးကျည်တောက်ဖြင့် တိုက်ပေးလေ့ရှိသည်။

**၃။ မြေနေရာရွေးချယ်ခြင်း**

ဆိတ်ခြံဆောက်လုပ်မည့် မြေနေရာသည် မြေမာဖြစ်၍ ခြောက်သွေ့နေသင့်သည်။ လေကောင်းလေသန့်ရသည့် နေရာလိုအပ်သော်လည်း လေစိမ်းမတိုက်သင့်ပေ။ ဆိတ်များသည် ပူပြင်းခြောက်သွေ့၍ မြက်အနည်းငယ်နှင့် ချုံနွယ်သစ်ပင်များ ပေါက်သည့် မိုးနည်းရာဒေသများနှင့် တောင်တန်းဒေသများ၌ ဖြစ်ထွန်းနိုင်သည်။ ဆိတ်ကိုမြန်မာပြည်အလယ်ပိုင်းနှင့် အထက်ပိုင်းတို့တွင် မွေးမြူလေ့ရှိသည်။ ကွင်းပြင်နှင့်စားကျက်တွင် လှည့်လည်သွားလာ ကျက်စားတတ်သဖြင့် လုံလောက်သည့် မြေနေရာအကျယ်အဝန်း ရှိရန်လိုအပ်သကဲ့သို့ စားကျက်တွင် အရိပ်ခိုရန်အပင်များနှင့် သင့်တင့်သည့် စားပင်၊ စားကျက်ပင်များရရှိရန် လိုအပ်သည်။

**၄။ ဆိတ်တင်းကုပ်ဆောက်လုပ်ခြင်း**

ဆိတ်ကိုစနစ်တကျမွေးမြူရန်အတွက် သင့်လျော်သည့် ဆိတ်တင်းကုပ် ဆောက်လုပ်ရန်လိုအပ်သည်။ ဆိတ်တင်းကုပ်သည် ဆိတ်များအိပ်ရန်နှင့် အနားယူရန် အတွက် ရာသီဥတုအပူအအေးမှ အကာအကွယ်ပေး၍ လေကောင်းလေသန့်ရရှိသည့် အဆောက်အဦမျိုးဖြစ်သင့်သည်။ ဆိတ်တင်းကုပ်ဆောက်ရန် အောက်ပါအချက်များကို ထည့်သွင်းစဉ်းစားရပါမည်-

- (က) ဆိတ်တင်းကုပ် မြေစိုက်ဆောက်လုပ်ပါက အညစ်အကြေးများ အလွယ်တကူ သိမ်းဆည်းနိုင်ရမည်။
- (ခ) ဆိတ်များ နားနေရန်အတွက် လုံလောက်သော အကျယ်အဝန်း ရှိသင့်သည်။
- (ဂ) ဆိတ်ကြီးနှင့် ဆိတ်ကလေးများ အသက်အရွယ်အလိုက် ခွဲခြားထားနိုင်ရန် သင့်လျော်သည့်အကန့် ရှိရမည်။
- (ဃ) အမိုးသည် မိုးရေလုံ၍ သက်ကယ်မိုးဖြစ်ပါက တံစက်မြိတ် အနည်းဆုံး (၆)ပေရှိသင့်ပြီး ခေါင်အမြင့် (၁၀)ပေရှိသင့်သည်။ အဓိကမှာ အမိုးကိုဆိတ်ဆွဲ၍မစားနိုင်စေရန်ဖြစ်သည်။
- (င) လေဝင်လေထွက် ကောင်းသင့်သည်။ သို့မှသာ အခင်းခြောက်သွေ့စေရန်နှင့် သန့်ရှင်းရေးပြုလုပ်ရန် လွယ်ကူမည်။
- (စ) လုံလောက်သော အလင်းရောင်ရရှိစေရမည်။
- (ဆ) အစာခွက်၊ ရေခွက်များ စနစ်တကျထားရှိရမည်။



(ဇ) မိုးများ၍ စိုစွတ်သောအရပ်ဒေသများတွင် အခင်းကိုဝါးကြမ်းခင်း သို့မဟုတ် သစ်သားကြမ်းခင်းဖြင့် တည်ဆောက်ရန်လိုသည်။ အင်္ဂတေဖြင့် အခင်းခင်းပါက ကောက်ရိုး၊ မြက်ခြောက်စသည်ဖြင့် ခင်းပေးရန်လိုအပ်သည်။

(ဈ) လေစိမ်းမတိုက်စေရန် အကာရိရန်လိုသည်။

ဆိတ်ခြံများတွင် ဆိတ်မများသားမွေးရန် နို့ညစ်ရန်နှင့် ဆိတ်သိုးများကိုခွဲခြား ထားရှိရန်အတွက် အကန့်များလိုအပ်သည်။ အရွယ်ရောက်ပြီး ဆိတ်တစ်ကောင် အတွက် ကြမ်းခင်းအကျယ် ပျမ်းမျှ(၁၀)စတုရန်းပေလိုအပ်သည်။ လွတ်ကျောင်းခြင်း မရှိသည့် ဆိတ်များအား ကြမ်းခင်းအကျယ်ပို၍ ထားပေးရန်လိုအပ်သည်။

မည်သည့်ပုံစံဖြင့် ဆောက်လုပ်သည်ဖြစ်စေ၊ မွေးမြူရေး လုပ်ငန်းတစ်ခု အကျိုးအမြတ်ရရှိရန်အတွက် သင့်လျော်သည့် ကုန်ကျစရိတ်သာကုန်ကျစေပြီး ရေရှည်အတွက် စီးပွားရေးတွက် ချေကိုက်စေရန်အရေးကြီးပါသည်။

တိရစ္ဆာန်မွေးမြူရေးတွင် မွေးမြူနည်းစနစ်မှန်ကန်ရေးနှင့် သင့်လျော်သည့် အဆောက်အဦဆောက်လုပ်ရေးမှာ အထူးအရေးကြီးပါသည်။ အထူးသဖြင့် ဆိတ်များ သည် အအေးမိလွယ်သည်။ လေစိမ်းတိုက်ခတ်ခြင်း၊ အဆောက်အဦအတွင်းသန့်ရှင်းမှု မရှိခြင်း၊ အခင်းစိုစွတ်ခြင်းများဖြစ်ပါက အဆုတ်ရောင်ရောဂါ (Pneumonia) ဝင်တတ် သည်။ မွေးမြူသူအနေဖြင့် ခြံသန့်ရှင်းရေး၊ အခင်းခြောက်သွေ့ရေး၊ အဆောက်အဦ နွေးထွေးလုံခြုံရေးတို့ကို အလေးထားဆောင်ရွက်ပါက ဆိတ်မွေးမြူရေး အောင်မြင်မည် ဖြစ်သည်။



**၅။ မွေးမြူနည်းစနစ်များ**

မွေးမြူရေးလုပ်ငန်းတိုင်းတွင် မွေးမြူမည့်နေရာဒေသ၏ ရာသီဥတုအခြေ အနေနှင့် မွေးမြူမည့်တိရစ္ဆာန်အမျိုးအစား၊ အစာရရှိနိုင်မှု အခြေအနေတို့ပေါ် မူတည် ၍ သင့်လျော်သည့် မွေးမြူနည်းစနစ်ဖြင့် မွေးမြူရန်လိုအပ်သည်။ ဆိတ်မွေးမြူရေးတွင် လည်း မွေးမြူမည့်ဒေသ၏ ရာသီဥတုပေါ်မူတည်၍ အောက်ပါစနစ် (၃)မျိုးဖြင့် မွေးမြူနိုင်သည်-

**(က) ခြံလှောင်စနစ်(Intensive System)**

မိုးများလွန်းသော အရပ်ဒေသနှင့် ရာသီဥတုအလွန်အေးသော အရပ်ဒေသတို့တွင် အသုံးပြုလေ့ရှိကြသည်။ ဤစနစ်တွင် အဓိက အရေးကြီးသည့် အချက်များမှာတိရစ္ဆာန်များကို အရွယ်အစားခွဲခြား မွေးမြူရေး၊ အစာရေစာလုံလောက်စွာ ကျွေးမွေးရေးနှင့် သင့်လျော် သည့် နေရာအကျယ်အဝန်းရှိရေးပင် ဖြစ်သည်။



**(ခ) တစ်ဝက်လွတ်ကျောင်းစနစ် (Semi Intensive System)**

ဆိတ်မွေးမြူရေးအတွက် အသင့်လျော်ဆုံးဖြစ်သည်။ လွတ်ကျောင်း ခြင်းဖြင့် ဆိတ်တင်းကုပ် သန့်ရှင်းမှုစနစ်တကျပြုလုပ်နိုင်ပြီး သင့်တင့် သည့် အစာသည်လည်း စားကျက်မှရရှိနိုင်သဖြင့် အစာနုအကုန် အကျသက်သာသည်။ ဆိတ်များ လွတ်ကျောင်းခြင်းဖြင့် ကျန်းမာရေး နှင့် ပြည့်စုံစေသည်။ ဆိတ်တင်းကုပ်ကို ညဘက်အိပ်ရန်သာ အသုံးပြုလျှင် အကောင်းဆုံးဖြစ်သည်။



**(၈) လွတ်ကျောင်းစနစ်(Free ranged system)**

လွတ်ကျောင်းခြင်းဖြင့် လေကောင်းလေသန့်ရသည်။ကျန်းမာရေးနှင့် ပြည့်စုံစေသည်။ သင့်တင့်သည့် အစာစားကျက်မှရနိုင်သည်။ သို့သော် လွတ်ကျောင်းနိုင်သည့် ရာသီဥတုမျိုးဖြစ်ရန်လိုသည်။ မိုးမများလွန်းရန်အရေးကြီးသည်။ အေးသည့်အရပ်တွင် ဆိတ်ကို လွတ်ကျောင်းထားနိုင်သော်လည်း မိုးရေထဲတွင် လွတ်ကျောင်း ထား၍ မဖြစ်ပေ။ ထို့အတူပင် ညဘက်တွင် နွေးနွေးထွေးထွေး အိပ်စက် အနားယူရန်အတွက် မည်သည့်မွေးမြူရေး စနစ်တွင်ပင်ဖြစ်စေ ဆိတ်တင်းကုပ်လိုအပ်သည်။



**(ဃ) ကြီးချုပ်ခြင်း (သို့) အပြင်သို့ထုတ်ချည် မွေးမြူခြင်းစနစ်**

ဆိတ်တစ်ကောင် နှစ်ကောင်သာ မွေးမြူရာ၌ ဤစနစ်ကို ကျင့်သုံး နိုင်သည်။ တစ်နေ့တာ၌ ဆိတ်ကို အကြိမ်ပေါင်းများစွာ ပြောင်းရွှေ့ ချည်နှောင်ရန်လိုသည့်အပြင် ရေသန့်များစွာ တိုက်ကျွေးရန် လိုအပ် ပါသည်။မိုးရွာသောနေ့ရက်များ၌ အိမ်အောက်တွင်ထားရန် လိုအပ် ပါသည်။ ဤစနစ်ဖြင့် မွေးမြူထားသောဆိတ်များသည် မတော်မဆ ဒဏ်ရာရခြင်း(ဝါ)သေဆုံးခြင်း ပိုမိုဖြစ်တတ်သည်။ ချည်ထားသော ကြီးကြောင့်လည်ပင်းညစ်၍ ဒဏ်ရာရရှိခြင်းနှင့် သေဆုံးခြင်းများစွာ ကို နှစ်စဉ်ကြုံတွေ့ရသည်။

**(င) ဆိတ်မွေးမြူရေး နှင့် SALT (ခေါ်) တောင်စောင်းစိုက်ပျိုးရေး ပူးတွဲခြင်း**

ကွန်တိုလင်းဖြင့် မြေဩဇာပင်တန်းစိုက်ပျိုးပြီး ကြားကွက်များတွင် နှစ်တိုနှစ်ရှည်ပင်များကို ဆိတ်မွေးမြူရေးနှင့် ပူးတွဲခြင်းစနစ်ကို ချင်းပြည်နယ် တောင်တန်းဒေသများတွင် မွေးမြူနိုင်ပါသည်။ တောင်ကုန်းတောင်တန်းမြေ (၂)ဧကတွင် အကောင်အထည်ဖော်နိုင် ပါသည်။ ၎င်းမြေကို သီးနှံစိုက်ပျိုးရန် (၄၀%)၊ ဆိတ်မွေးမြူရန် (၄၀%)နှင့် သစ်တောစိုက်ပျိုးရေးအတွက် (၂၀%) အသီးသီး အသုံးချခြင်းဖြစ်သည်။

ဆိတ်ခြံကို ဥယျာဉ်ခြံ၏အလယ်ဗဟိုတွင် ဆောက်လုပ်ပြီး အပေါ်ဆုံးအပိုင်းဖြစ်သော ခြံမြေ၏ထက်ဝက်အနက် လေးပုံ၊ သုံးပုံကို နှစ်ရှည်ပင်များဖြစ်သည့် ကော်ဖီ၊ ငရုပ်ကောင်း၊ လက်ဖက် စသည်တို့ကို စိုက်ပျိုးနိုင်ပါသည်။ ဥယျာဉ်ခြံမြေ၏ လေးပုံတစ်ပုံကို နှစ်တိုသီးနှံပင်များဖြစ်သော တောင်ယာစပါး မြေပဲ၊ပဲမျိုးစုံနှင့် ပြောင်းဖူးစသည့် သီးနှံများကို စိုက်ပျိုးပါသည်။ အခြားခြံမြေ၏ ထက်ဝက်ပိုင်းတွင် မွေးမြူထားသော ဆိတ်များအတွက် ဆိတ်စား မြက်ပင်မျိုးနှင့် ဆိတ်စားအပင်မျိုးစုံ စိုက်ပျိုးပါသည်။ ဆိတ်အတွက် အသင့်တော်ဆုံးအပင်မျိုးများမှာ ဘောစကိုင်းပင်၊ ဂလိုက်စီးရီးယား ပင်၊ ရမ်ဆမ်ပင်၊ ပါရာမြက်နှင့် နေပီယာ မြက်မျိုးတို့ဖြစ်သည်။

**ဆိတ်အိမ်နှင့်ခြံကာခြင်း**

ဆိတ်အတွက် အကောင်းဆုံးနေအိမ်(သို့မဟုတ်)ဆိတ်ခြံသည် လေပြင်းဒဏ်၊ မိုးဒဏ် နှင့်အခြားတိရစ္ဆာန်များ၏ရန်မှ ကာကွယ်ပေးခြင်းပင်ဖြစ်သည်။ ၎င်းသည် လေဝင်လေထွက်ကောင်းပြီး၊ ရေမဝဘဲ သန့်ရှင်းရေးပြုလုပ်ရန် လွယ်ကူရမည် လုံလောက်သော ကြမ်းပြင်အကျယ်အဝန်း ရှိရမည်ဖြစ်သည်။

ဆိတ်ခြံအခင်းနှင့် အကာအတွက်သစ်/ဝါးနှင့် အမိုးအတွက် သတ္တု/သွပ်ပြားများကို အသုံးပြုနိုင်သည်။ ကြမ်းပြင်သည်မြေမှ (၂.၅ - ၃)ပေခန့် အမြင့်ထားသင့်ပါသည်။ ဆိတ်ချေးနှင့် အညစ်အကြေးများ လွယ်လင့်တကူ အောက်သို့ကျနိုင်စေရန် ကြမ်းပြင်ကို လက်မဝက်ခန့်ဟပြီး သံရိုက်ရန်ဖြစ်သည်။ ဆိတ်ခြံအဆောက်အဦအထဲ၌ အစာခွက်၊ ရေခွက်၊ မြက်ခြောက် ထားရန်စင်စသည် တို့ကို ထားရှိပြီး ရာသီဥတုဆိုးဝါးသော အချိန်၌ပင် အစာရေစာကို ကောင်းမွန်လုံခြုံစွာ တိုက်ကျွေးနိုင်ရေးအတွက် စီစဉ်ပေးရန်ဖြစ်သည်။

နို့စားဆိတ်မွေးမြူရေး၌ ဆိတ်ခြံသည် အခန်းခွဲများကာရံ ပြုလုပ်ပေးသင့် သည်။ ဆိတ်ထီး၊ ဆိတ်ငယ်များ၊ နို့ညှစ်နေသည့် ဆိတ်မ၊ ဇီးရိုနေသော ဆိတ်မ စသည်တို့ကို သီးခြားစီ အခန်းခွဲ၍ ထားရန်ဖြစ်သည်။ ဆိတ်ငယ်များနှင့် မိခင်ကို နီးကပ်စွာခွဲထားရန် နှင့် ဆိတ်ထီးကိုမူ နို့ညှစ်နေသည့် ဆိတ်မနှင့် အလှမ်းဝေးဝေး၌ ထားမှ ဆိတ်နို့သည် ဆိတ်ထီး၏ အနံ့ဆိုးစုပ်ယူခြင်းမှ ကင်းဝေးနိုင်မည်ကို မမေ့သင့် ပေ။ အစာခွက်၊ ရေခွက်နှင့် မြက်ခြောက်စင်တို့ကို အပြင်ဘက်၌ထားခြင်းဖြင့် ပြုစု စောင့်ရှောက်သူသည် အထဲဝင်ရန်မလိုဘဲ အလွယ်တကူအစာနှင့် ရေများကို တိုက်ကျွေးနိုင်မည်ဖြစ်သည်။

အိမ်နီးနားချင်းများနှင့် သင့်တင့်စွာ ပေါင်းသင်းဆက်ဆံခြင်းကို ထိန်းသိမ်း လိုပါက ဆိတ်မမွေးမြူပါနှင့်ဟူသော ဆီရိုးစကားရှိပါသည်။ ဆိတ်သည် မထိန်းကျောင်း ဘဲလွှတ်မိပါက လျှောက်သွားပြီး တွေ့သမျှအစားအစာအပါအဝင် လှပသော ပန်းမာလ်နှင့် သီးနှံများ၊ အဝတ်ထည်များမကျန်စားတတ်ကြပါသည်။ ထို့ကြောင့် ဆိတ်မွေးမြူပါက မွေးမြူရေးစာကျက်ခင်းကို ခြံကာရန် အဓိကလုပ်ငန်းအဖြစ် သတ်မှတ်ပါ။ ခြံစည်းရိုးကို အမြင့် (၄ - ၄.၅)ပေထားပြီး သံဆူးကြိုး၊ ဝါး၊ သစ်သား စသည်တို့ကို အသုံးပြုရန်ဖြစ်သည်။

**၆။ ကျွေးမွေးစောင့်ရှောက်ခြင်း**

**(က) ဆိတ်၏အစာကြေချက်ခြင်းစနစ်**

**အစာကြေချက်ခြင်းဆိုင်ရာ ခန္ဓာပေဒ**

ဆိတ်သည် ကျွဲ၊ နွားများကဲ့သို့စမြုံ့ပြန်သော တိရစ္ဆာန်မျိုးဖြစ်သည်။ ပါးစပ်နှင့်အစာအိမ်ကို ဆက်သွယ်ပေးသော ရှည်လျားသည့်ပြွန်ကို လည်ချောင်းပြွန် (Oesophagus) ဟုခေါ်သည်။ ၎င်းလည်ချောင်းပြွန်က ပါးစပ်မှအစာအိမ်သို့ အစာ များကို သယ်ပို့ပေးပြီး၊ အစာအိမ်မှ တစ်ပိုင်းတစ်စကြေနေသော အစာများကို ပိုမို ကြေညက်စွာ ဝါးနိုင်ရန်ပါးစပ်သို့ ပြန်ပို့ပေးသည်။

အစာအိမ်သည် အစားအစာများကို သိုလှောင်ရာနှင့် ကြေညက်ရာ နေရာ ဖြစ်သည်။ ၎င်းသည် မြက်နှင့် အစာကြမ်းများကို အစိတ်စိပ်အမွှာမွှာကြေညက် အောင် ချေဖျက်နိုင်စွမ်းရှိသော အစိတ်အပိုင်းဖြစ်သည်။ ဆိတ်၏အစာအိမ်ကို အစိတ်အပိုင်း (၄) ပိုင်းဖြင့်ဖွဲ့စည်းထားသည်။ အကျယ်ဆုံးသော အပိုင်းကို ရှုမင်ဟုခေါ်သည်။ မျက်နှာသုတ်ပဝါကဲ့သို့ အမျှင်များဖြင့်ဖွဲ့စည်းထားသည်။ ၎င်းသည် မြက်နှင့် အစာကြမ်းများကို ခွဲခြမ်းပြီး အစာကြေချက်ရန် လွယ်ကူအောင်လုပ်ပေးသော နေရာဖြစ်သည်။ ၎င်း အစိတ်အပိုင်း ရှိခြင်းဖြင့် ဝမ်းပိုက်အတွင်းသို့ ရောက်ပြီးသား အစာများကို ပါးစပ်သို့ စားမြုံ့ပြန်ပြီး ပြန်လည်ကြိတ်ဝါးသည်။ စားမြုံ့ပြန်သော တိရစ္ဆာန်များ ဖြစ်သည့် ကျွဲနွားသိုးဆိတ်များသည် စားမြုံ့မပြန်သော ဝက်နှင့်လူတို့နှင့် မတူပဲကွဲပြားသည်။

အစာအိမ်မှတစ်ဆင့် အစားအစာများသည် အူသိမ်ထဲသို့ ရောက်ရှိသွား သည်။ အူသိမ်၏ အဓိကတာဝန်မှာ အစာထဲမှ အာဟာရဓာတ်များကို စုတ်ယူပြီး သွေးကြောများမှတစ်ဆင့် ကိုယ်ခန္ဓာအစိတ်အပိုင်းအားလုံးသို့ပို့ပေးခြင်းဖြစ်သည်။ အူသိမ်နှင့် တစ်ဆက်တည်းရှိသော အူမ၏အဓိကတာဝန်မှာ ရေကိုစုပ်ယူခြင်း ဖြစ်သည်။ ၎င်းအပြင် မကြေချက်နိုင်သော အရာများကို စအိုမှတစ်ဆင့် အပြင်သို့ စွန့်ထုတ်ခြင်းကိုလည်း တာဝန်ယူဆောင်ရွက်ပါသည်။

**(ခ) အစာကြေချက်ခြင်းအဆင့်ဆင့်**

ဆိတ်မှစားထားသော မြက်နှင့်နွယ်ပင်စသည့် အစာကြမ်းများနှင့် ဖွဲနုနှင့် အုန်းသီး ဆန်ဖတ်စသည့် အစာနုများကို တံတွေးများနှင့် စိုစွတ်စေပြီးသွားဖြင့်

ကြိတ်ဝါးပါသည်။ ၎င်းကြိတ်ဝါးပြီးသော အစာများကိုလည်ချောင်းပြွန်မှတစ်ဆင့် အစာအိမ်ရူမင် (Ruman) အစိတ်အပိုင်းထဲသို့ မျိုချပါသည်။

ရူမင်တွင် အစာကြေချက်စေနိုင်သော အရည်နှင့် အချွဲများရှိသည်။ ၎င်းအရည်နှင့် အချွဲများထဲတွင် ပရိုတိုဇွာနှင့် ဘက်တီးရီးယားခေါ် သက်ရှိငယ်များ ရှိကြသည်။ သာမန်မျက်စိဖြင့် မမြင်နိုင်သော ၎င်းသက်ရှိများသည် ဆိတ်၏အစာအိမ် ထဲ၌ရှိသော ကွဲလွင့် နေသော ဓာတ်ငွေ့များအပေါ်တည်မှီ၍ အသက်ရှင်ကြသည်။ ၎င်းတို့မှ မြက်နှင့်အစာကြမ်းများအား ချေဖျက်ပြီးစားသုံးကြသည်။ အကျိုးဆက်အဖြစ် ဆိတ်မှ ပရိုတိုဇွာနှင့် ဘက်တီးရီးယားများအတွက် အစာကိုဖန်တီးပေးပြီး၊ ၎င်းတို့မှလည်းဆိတ်အတွက်မြက်နှင့် အစာကြမ်းများကို ကြေချက်၍ လွန်စွာအသုံး ဝင်သည့် အစာအဟာရဖြစ်စေခြင်းဖြင့် အပြန်အလှန်အကျိုးပြုကြသည်။

ရူမင်မှတစ်ဆင့်တစ်ကြော့ပြီးသော မြက်များသည် အစာအိမ်၏ အခြားအစိတ်အပိုင်း(၃)ပိုင်းသို့ ဖြတ်ကျော်ရောက်ရှိသွားသည် ယင်းအပိုင်းများမှာ အစာအိမ်အခန်း(၂) ရက်တီကူလမ် (Reticulum) ပျားအုံပုံသဏ္ဍာန်ကွက်များနှင့် ဖွဲ့စည်းထားသည်။ အစာအိမ် အခန်း(၃) အိုမာဆမ်(Omasum) မှာ အထပ်တစ်ရာဟု ခေါ်တွင်သည့် အထပ်များဖြင့် ဖွဲ့စည်းထားသည်။ စတုတ္ထအခန်းမှာ အဘိုမတ်ဆမ် (Abomasum) ခေါ် လူနှင့် ဝက်တို့မှာကဲ့သို့ ပုံမှန်အစာအိမ်တို့ ပါဝင်သည်။

**(၈) ဆိတ်စာတွင်လိုအပ်သောအာဟာရဓါတ်များ**

အာဟာရဓာတ်ဆိုသည်မှာ ဆိတ်သား၊ ဆိတ်နို့ရရှိရန် မျှော်လင့်ထားချက် ပြည့်မှီစေရေးအတွက် အစာတစ်မျိုး(ဝါ) အစာအမျိုးမျိုးတွင် ပါဝင်သော အရာများဖြစ် သည်။ အာဟာရ(၅)မျိုး ရှိသည်။ ၎င်းတို့မှာ (၁)အပူစွမ်းအင်၊ (၂)ပရိုတင်းခေါ် အသား ဓာတ်၊ (၃)သတ္တုဓာတ်၊ (၄)ဗီတာမင်၊ (၅)ရေတို့ဖြစ်သည်။

**(၁) အပူစွမ်းအင်**

ခန္ဓာကိုယ်အတွင်း ဇီဝဓါတုပစ္စည်းဖြစ်သော အောက်စီဂျင်ဓာတ်ပြုပြင်ခြင်းမှ ရရှိသော အပူစွမ်းအင်ဖြစ်သည်။ လိုအပ်သော အပူစွမ်းအင်အများဆုံး ရရှိနိုင်သော အရာများမှာ အသီးအနှံနှင့် တိရစ္ဆာန်အစာများထဲတွင် တွေ့ရသော ကာဘိုဟိုက်ဒြိတ် နှင့် အဆီဓာတ်များဖြစ်သည်။ အလုပ်လုပ်နိုင်ရန် လိုအပ်သော စွမ်းအင်၊ နို့ထုတ်ပေး နိုင်ရန် လိုအပ်သော စွမ်းအင်တို့ဖြစ်သည်။

**(၂) ပရိုတင်းခေါ် အသားဓာတ်**

ကြီးထွားခြင်း၊ အသားမျှင်ပျက်စီးမှုအတွက် အစားထိုးခြင်း၊ နို့ထွက်များ စေခြင်း၊ မမွေးသေးသော သန္ဓေသားဖွံ့ဖြိုးစေခြင်းတို့အတွက် အရေးကြီးလိုအပ်ပါ သည်။ ဇီးရှိစဉ်နှင့် နို့ညှစ်ချိန်တွင်လည်း အထူးလိုအပ်ပါသည်။ အစာနုများသည်သာ အချိုးအစား မြင့်မားစွာ ပါဝင်သော အာဟာရဖြစ်သည်။ ဆိတ်ကို ပရိုတင်းကျွေးသော အခါလိုအပ်သည်ထက် ပို၍မကျွေးရန်လိုအပ်သည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ပိုကျွေးပါက အပူစွမ်းအင် ဖြစ်သွားသည်။ ပရိုတင်းပါဝင်သော အစာနုများသည် ကာဘိုဟိုက်ဒြိတ် ထက်စွေးကြီးသောကြောင့် ပရိုတင်းကို လိုသလောက်သာ ကျွေးခြင်းသည် စီးပွားရေးတွက်ခြေ ပိုမိုကိုက်ညီပါသည်။

**(၃) သတ္တုဓါတ်များ**

ကြီးထွားခြင်းနှင့် သားဖွားခြင်းဆိုင်ရာများအတွက် အထူးလိုအပ်သည်။ နို့စားဆိတ်မ၏ ကိုယ်အလေးချိန် (၅%) ကို ဤသတ္တုဓာတ်များမှ ဖြည့်စွက်ပေးပါသည်။ ၎င်းတို့သည် များသောအားဖြင့် ကယ်စီယမ်ခေါ်ထုံးဓာတ်နှင့် ဖေါစဖါရပ်ခေါ် မီးစုန်းဓာတ်တို့ဖြစ်ပြီး အရိုးစုထဲတွင် အများစုတွေ့ရှိရသည်။ ကယ်စီယမ်နှင့် ဖေါစဖါရပ် အချိုးသည် အကြမ်းအားဖြင့် (၂ : ၁) ဖြစ်သင့်ပါသည်။

သတ္တုဓာတ်မချို့တဲ့စေရန် အိုင်အိုဒင်း၊ ကိုဘောလုံ ကြေးနီ၊ မင်းဂနစ်နှင့် သွတ်များကို အစာနှင့်ရော၍လည်းကောင်း၊ သီးခြားတိုက်ကျွေး၍လည်းကောင်း စီစဉ်ပေးနိုင်သည်။

**(၄) ဗီတာမင်များ**

အသက်ရှင်သန်ရန် အထူးလိုအပ်သော်လည်း အရေအတွက်အားဖြင့် အနည်းငယ်သာ လိုအပ်ပါသည်။ ဆိတ်စာထဲတွင် ဗီတာမင်အေနှင့် ဗီတာမင်ဒီ ချို့တဲ့ လိုအပ်လေ့ရှိသည်။ ဆိတ်စာအများစု၌ ဗီတာမင်အီးကြွယ်ဝစွာရှိသည်။ ဗီတာမင်ကေ နှင့် ဘီကွမ်ပလက်စ်တို့ကို အစာအိမ်တွင် အစာကြေချက်ခြင်း ဖြစ်စဉ်မှ ထုတ်လုပ်နိုင် သည်။

**ရေ**

ရေသည်အမှန်စင်စစ် အာဟာရဓါတ်မဟုတ်သော်လည်း တိရစ္ဆာန်များ၏ ကျန်းမာရေးအတွက် ရေ၏အရေးကြီးပုံကို ကျယ်ပြန့်စွာ အသိအမှတ်ပြုကြပါသည်။ ခန္ဓာကိုယ်၏ (၅၆%မှ ၇၀%)သည် ရေဖြစ်သည်။ ရေကအစာကြေချက်စေခြင်း ဆိုင်ရာ လုပ်ငန်း၌ကူညီပါသည်။ ကိုယ်ခန္ဓာအပူချိန်ထိန်းချုပ်ရာတွင်လည်း ရေသည် အရေးကြီးသည်။ ဆိတ်များကျန်းမာသန်စွမ်းပြီး အသုံးချနိုင်ရန် ရေကောင်းရေသန့် များစွာရှိရန် လိုအပ်သည်။ ဆိတ်များသည် ရေများစွာ သောက်နိုင်သည်။

**(ဃ) ဆိတ်စာမျိုးအစားခွဲခြားခြင်း**

ဆိတ်စာများကို တိကျသော အာဟာရဓါတ်ပါဝင်မှု ပမာဏနှင့် အစာကြေ ချက်နိုင်သော အာဟာရဓါတ်ပမာဏပေါ် တည်၍ (၄)မျိုးခွဲခြားနိုင်သည်။ ၎င်းတို့မှာ-

**(၁) အစာကြမ်း**

အစာကြေချက်၍မရသော အရာများနှင့် အမျှင်မြောက်များစွာပါဝင်သော အစာများဖြစ်သည်။ ဤအစာအုပ်စုထဲတွင် မြက်စိမ်း၊ ပဲပင်များ၊ မြက်ခြောက်၊ မြက်ချဉ်ဖတ်တို့ ပါဝင်သည်။ ၎င်းကို ပဲမျိုးဝင်အစာကြမ်းနှင့် ပဲမျိုးပင်မဟုတ်သော အစာကြမ်းဟူ၍ နှစ်မျိုးထပ်မံခွဲနိုင်သည်။



**(၂) အစာနု**

ကြေချက်ရန်လွယ်ကူသော အစာမျိုးဖြစ်သည်။ အမျှင်ပါဝင်မှုနည်းသည်။ နို့စားမျိုးဝင်အားလုံးနှင့် နို့စားနှင့် စိုက်ပျိုးရေးဘေးထွက် ပစ္စည်းများဖြစ်သော ဆန်ကွဲ၊ ဖွဲ၊ ပြောင်းဖူးဖွဲ၊ ပဲဖတ်နှင့် တင်လဲစသည်တို့ပါဝင်သည်။

အာဟာရဓါတ်များဖြစ်သော အသားဓာတ်နှင့်စွမ်းအင် မြင့်မားစွာပါဝင်ပါ သည်။ ဖွဲမျိုးစုံ၊ အမှော်ကြိတ်ဖက်၊ ပဲဆန်နှင့် စက်ရုံထွက်အစာနုစပ်စာတို့ဖြစ်ပါသည်။ ဖွဲမျိုးစုံတစ်ပိဿာတွင် ကြေချက်နိုင်သောအသားဓာတ် (၆ကျပ်သား)ခန့်နှင့် ကြေချက်နိုင်သော အာဟာရ (၆၃ကျပ်သား)ခန့် ပါဝင်ပါသည်။

ပဲဖတ်၊ နှမ်းဖတ်၊ တစ်ပိဿာတွင် ကြေချက်နိုင်သော အသားဓာတ် (၂၇ကျပ်သား)ခန့်နှင့်ကြေချက်နိုင်သော အာဟာရ (၆၄ကျပ်သား)ခန့်ပါဝင်ပါသည်။

ဆန်ကွဲ တစ်ပိဿာတွင် ကြေချက်နိုင်သော အသားဓာတ် (၇ကျပ်သား)ခန့် နှင့် ကြေချက်နိုင်သော အာဟာရ (၈၀ကျပ်သား)ခန့် ပါဝင်ပါသည်။

ပဲမှုန့်တစ်ပိဿာတွင် ကြေချက်နိုင်သောအသား (၁၂. ၇ ကျပ်သား)ခန့် ပါဝင်ပြီး ကြေချက်နိုင်သော အာဟာရ (၆၃. ၄ ကျပ်သား)ခန့်ပါဝင်ပါသည်။

ဤကဲ့သို့ အစာများ၏ အာဟာရပါဝင်မှုပေါ်မူတည်ပြီး ကိုယ်ခန္ဓာတည်တံ့မှု အတွက် စပ်စာများနှင့် ကိုယ်ခန္ဓာကြီးထွားမှု၊ ထုတ်လုပ်မှုနှင့် ကိုယ်ဝန်ဆောင်မှု အတွက် စပ်စာများကို စီးပွားရေးတွက်ခြေအကိုင်ဆုံးနှင့် တိရစ္ဆာန်အတွက် အရသာနှင့် ပြည့်စုံသော အရည်အသွေးကောင်းသည့် စပ်စာများရရှိရန် ဖော်ထုတ် ကြရပါမည်။

အပူပိုင်းဒေသဆိတ်မွေးမြူရေးအတွက် ဆိတ်စာအပင် အရွက်ရရှိနိုင်မှုနှင့် အရည်အသွေး ဖြည့်စွက်ကျွေးမွေးရမည့် လိုအပ်ချက်များကို သိရှိရန်လိုအပ်ပါသည်။ အများအားဖြင့် လွတ်ကျောင်းမွေးမြူခြင်းမှ လိုအပ်သောစွမ်းအင်ပြည့်မီစွာရရှိ နိုင်ခြင်းမရှိပါ။ သို့ဖြစ်၍ အစာနုဖြည့်စွက်ကျွေးမွေးရန် လိုအပ်ပါသည်။ အထူး စိုက်ပျိုးထားသော မြက်နှင့် ပဲနွယ်စားကျက်များတွင် လွတ်ကျောင်းမွေးမြူပါက



ပါဝင်သောအစာနုတွင် အသားဓာတ် (၁၄%)လိုအပ်ပြီး၊ ခြုံပတ်စားကျက်ကိုသာ လွှတ်ကျောင်းကျေးမွေးပါက အသားဓာတ် (၁၆%)မှ (၁၈%)ပါရှိသော အစာနုဖြည့်စွက်ရန် လိုအပ်ပါသည်။ အရည်အသွေးကောင်းသော စားကျက်လွတ်ကွင်းမှ အစာ၏ အခြောက်ဝတ္ထု(Dry Matter ) (၅၀%) မှ (၇၀%)ထိ ရရှိနိုင်ပါသည်။

**(၃) သတ္တုဓာတ်ဖြည့်စွက်ပစ္စည်းများ**

အဓိကတာဝန်မှာ ခန္ဓာကိုယ်ဖွဲ့စည်းတည်ဆောက်မှု အထောက်အကူပြုရန် ဖြစ်သည်။ အိမ်သုံးဆား၊ ခရုခွံ၊ ထုံးကျောက်နှင့် ပြာစသည်တို့သည် အကောင်းဆုံး ဥပမာများဖြစ်သည်။

**(၄) ဗီတာမင်ဖြည့်စွက်ပစ္စည်းများ**

ဆိတ်ကဲ့သို့သော စမြုံ့ပြန်သည့် တိရစ္ဆာန်များအတွက် အာဟာရဖြည့်ပေးသည့် ဗီတာမင်များသည် မရှုတ်ထွေးဘဲ ရိုးစင်းသည်။ အကြောင်းမှာ သူတို့စားသုံးသော သာမန်အစားအစာပေါ် တည်မှီခြင်းဖြစ်သည်။ တိရစ္ဆာန်ဆေးဆိုင် များမှ ၎င်းဗီတာမင်ဖြည့်စွက်ပစ္စည်းများရရှိနိုင်သည်။

**(င) ဒေသထွက်ဆိတ်စာနုများ**

**(၁) ပြောင်းဖူးစေ**

အများဆုံးအသုံးပြုသော နှံစားသီးနှံဖြစ်သည်။ အစာကြေချက်လွယ်သော အာဟာရပါဝင်မှု မြင့်မားသည်။ အမျှင်ဓာတ်ပါဝင်မှုနည်းပြီး အဆီဓာတ်ပါဝင်မှု၌ အခြားနှံစားသီးနှံ များထက်(အုတ်စပါးမှ လွဲ၍ )များသည်။ ပရိုတင်းပါဝင်မှု (၈%) မှ (၉%)ရှိသည်။ ဗီတာမင်အေနှင့် အကြိုဗီတာမင်အေ အဝါရောင်အစက်အပြောက် များ ပါဝင်သည်။ ဆိတ်အပါအဝင် တိရစ္ဆာန်အစာအတွက် အသင့်တော်ဆုံးဟု ယူဆရသော်လည်း ပရိုတင်းနှင့် သတ္တုဓာတ်ပါဝင်နှုန်းနည်းနေသောကြောင့် အခြားတိရစ္ဆာန်အစာများနှင့် ရော၍ ပြုပြင်ကျွေးမွေးအသုံးပြုရန် လိုအပ်ပါသည်။

**(၂) ပြောင်းဖူးဖွဲ**

ပြောင်းဖူးကိုကြိတ်ခွဲခြင်းမှ ထွက်ပေါ်ရရှိသော ပစ္စည်းဖြစ်၍ ပြောင်း

ဆန်ကွဲနှင့် ပြောင်းစေ့ခွဲများပါဝင်သည်။ ပရိုတင်းပါဝင်နှုန်း (၈-၉%)ရှိသည်။

**(၃) ဆန်ဖွဲ**

စပါးကြိတ်ခွဲရာမှ ရရှိသောဆန်ဖွဲသည် အဆင့်တန်း အမျိုးမျိုးရှိသည်။ အကောင်းဆုံးသော ဖွဲနုတွင် အဆီဓာတ်လုံလုံလောက်လောက်ပါဝင်သည်။ ပရိုတင်းဓာတ် (၁၁%)အထိ ပါဝင်သည်။

**(၄) နှံစားပြောင်း**

အဆီဓာတ်ပါဝင်မှုနည်းပါးခြင်းမှလွဲ၍ ပြောင်းဖူးနှင့် အာဟာရတန်ဖိုး ချင်းဆင်တူပါသည်။ ပရိုတင်းပါဝင်မှု (၅-၉%) အထိရှိသည်။ ပြောင်းဖူးစေ့ ထက်ဈေးနည်းသောကြောင့် ပြောင်းဖူးစေ့အစားအသုံးပြုရန်ကောင်းမွန်သော တိရစ္ဆာန်အစာ ဖြစ်ပါသည်။

**(၅) အုန်းဆီဖတ်**

အုန်းသီးအဆံမှ အုန်းဆီထုတ်ပြီးကျန်ခဲ့သော အုန်းဆံအဖတ်ဖြစ်သည်။ ကာဘိုဟိုက်ဒြိတ် အလုံအလောက်ပါဝင်ပြီး ပရိုတင်းပါဝင်မှုမှာ (၂၁%)ဖြစ်သည်။

**(၆) ပဲပုပ်ဆီဖတ်**

ပဲပုပ်မှဆီထုတ်ပြီး ကျန်ခဲ့သော ပစ္စည်းဖြစ်သည်။ ပရိုတင်းဓာတ်ပါဝင်မှု (၄၄%)ထိရှိပြီး အပူစွမ်းအင်များစွာကိုလည်း ထုတ်ပေးသည်။

**(၇) နှမ်းဖတ်/ပဲဖတ်**

နှမ်း(သို့မဟုတ်) မြေပဲကို ဆီကြိတ်ခြင်းမှ ထွက်ပေါ်ရရှိသော ထွက်ကုန် ပစ္စည်းဖြစ်သည်။ ပရိုတင်းပါဝင်မှု (၂၄%)ရှိ၍ ပဲပုပ်ဆီဖတ်အစား အသုံးပြုနိုင်သည်။

**(၈) တင်လဲရည်**

သကြားထုတ်လုပ်ရာ၌ အပိုပစ္စည်းအဖြစ် အမဲရောင်ပြစ်ခွဲသော အရည် အဖြစ် ထုတ်လုပ်ရောင်းချလေ့ရှိကြသည်။ ၎င်းသည် စင်စစ်အားဖြင့် ကာဘိုဟိုက်ဒြိတ် ဖြစ်၍ ပရိုတင်းပါဝင်မှုမှာ (၃%)သာဖြစ်သည်။

(၉) ဆိတ်အတွက်စပ်စာများ

ဆိတ်အသက်ရှင်စဉ်ကာလအတွင်း တိရစ္ဆာန်ကိုယ်ခန္ဓာ သာမန်အခြေအနေအား ထိန်းသိမ်းရန်လည်းကောင်း၊ ကိုယ်ခန္ဓာ ကြီးထွားခြင်း၊ နို့ထုတ်လုပ်ခြင်းများအတွက်လည်းကောင်း၊ ခန္ဓာကိုယ်မှစွမ်းအင်၊ အသားဓာတ်၊ ရေ၊ ဗီတာမင်နှင့်ဓာတ်သတ္တုများကို အသုံးပြုရပါသည်။ အာဟာရဗေဒနည်းအရ ပြောဆိုသော် ခန္ဓာကိုယ်တည်တံ့မှုနှင့် ထုတ်လုပ်မှုများအတွက် ကြေပျက်နိုင်သော အသားဓာတ်နှင့် ကြေပျက်နိုင်သော အာဟာရများ (ကြေပျက်နိုင်သောစွမ်းအင်) များကို အသုံးပြုရပါသည်။ ၎င်းအာဟာရများကို တိရစ္ဆာန်၏ အစားအစာများမှ ရရှိပါသည်။ တိရစ္ဆာန်အစားအစာများကို တိရစ္ဆာန်စားသုံးရန်အတွက်လိုအပ်သော အာဟာရနှင့်အညီ အချိုးကျပေါင်းစပ်ထားသော အစာကို စပ်စာဟုခေါ်ပါသည်။

စပ်စာ၏အရည်အသွေးမှာ-

- (၁) အစာများကိုဒေသအတွင်းအလွယ်တကူရှာဖွေ စုဆောင်းနိုင်ခြင်း။
- (၂) ဈေးနှုန်းချိုသာခြင်း။
- (၃) အရသာရှိခြင်း
- (၄) အရည်အသွေးကောင်းခြင်းနှင့်
- (၅) စီးပွားရေးတွက်ခြေကိုက်ခြင်းစသော အရည်အသွေး ပါဝင်ရပါမည်။

အရသာရှိ၍ အရည်အသွေးကောင်းပြီး၊ စီးပွားရေး တွက်ခြေကိုက်သော စပ်စာများဖော်ထုတ်နိုင်ရန်အတွက် အစာများအကြောင်းနှင့် အစာများတွင်ပါဝင်သော အာဟာရများအကြောင်း၊ အကြမ်းဖျင်းသိရှိရန်လိုအပ်ပါသည်။

မြန်မာနိုင်ငံဒေသအသီးသီးတွင် ကျေးမွေးသော စပ်စာ နမူနာများ

အစာအမျိုးအမည်	အစာအမျိုးအစား	အစာအမျိုးအစား	အစာအမျိုးအစား	အစာအမျိုးအစား	အစာအမျိုးအစား	အစာအမျိုးအစား
	(၁)	(၂)	(၃)	(၄)	(၅)	(၆)
ပြောင်းမှုန့်	၁၅	၁၄	၃၃	၃၃	၂၅	၂၀
ပဲဖတ်	-	-	၁၄	၁၇	၁၁	၂၀
နှမ်းဖတ်	-	-	၂၀	၁၇	၁၅	၂၀
ဆန်ကွဲ	၁၂	၂၀	၃၃	-	-	၄၀
ဖွဲနု	၁၄	၃၃	-	၃၃	-	-
ပဲပုတ်ဖတ်	-	၃၃	-	-	-	-
ကုလားပဲခွံ	၂၇	-	-	-	၅၀	-
ဝါကြိတ်ဖတ်	၃၂	-	-	-	-	-
	၁၀၀	၁၀၀	၁၀၀	၁၀၀	၁၀၀	၁၀၀

စပ်စာတွင်ဆား ၂%နှုန်းထည့်ရန်

**နို့ပေးဆိတ်မအတွက် အသားဓာတ်ပါဝင်မှုအမျိုးအစား အလိုက်စပ်စာ**

အစာအမျိုးအမည်	အသားဓာတ်အကြမ်း C.Pပါဝင်မှု		
	၁၄%	၁၆%	၁၅%
ပီလောပီနိုစင်းဖတ်	၂၅. ၀	၁၈. ၀	၈. ၀
သကာရည်	၁၅. ၀	၁၅. ၀	၁၅. ၀
အုန်းဖတ်	၃၃. ၀	၃၅. ၀	၄၀. ၀
မြေပဲဖတ်	၂၅. ၀	၃၀. ၀	၃၅. ၀
အိုင်အိုဒင်းဆား	၁. ၀	၁. ၀	၁. ၀
သတ္တုဓာတ်ဖြည့်စွက်စာ	၁. ၀	၁. ၀	၁. ၀
စုစုပေါင်း	၁၀၀. ၀	၁၀၀. ၀	၁၀၀. ၀

**ခန္ဓာကိုယ်အလေးချိန် ၂၀မှ ၄၀ကီလိုဂရမ်ရှိ နို့ပေးဆိတ်မအတွက် အစာနု အစာကြမ်းတွဲတက်ကျွေးမွေးမှု အကြံပြုချက်**

စဉ်	အစာကြမ်း၊ အစာနုပါဝင်မှု	ကျွေးမွေးရမည့်ပမာဏ (နေ့စဉ်)
၁။	မြက်အမျိုးမျိုး (လတ်ဆတ်) အစာနု (အသားဓာတ် ၁၆%မှ ၁၈%)	၂-၃ ကီလိုဂရမ် ၀. ၃ - ၀. ၈ ကီလိုဂရမ်
၂။	မြက်အမျိုးမျိုး (မြက်ခြောက်) အစာနု (အသားဓာတ် ၁၆%မှ ၁၈%)	၀. ၇ - ၁၃ ကီလိုဂရမ် ၀. ၃ - ၀. ၈ ကီလိုဂရမ်
၃။	မြက်နှင့်ပဲနွယ်ပင်ရောစပ် (လတ်ဆတ်) အစာနု (အသားဓာတ် ၁၆%မှ ၁၈%)	၁. ၈ - ၂. ၅ ကီလိုဂရမ် ၀. ၃ - ၀. ၈ ကီလိုဂရမ်
၄။	မြက်နှင့်ပဲနွယ်ပင်ရောစပ် (အခြောက်) အစာနု (အသားဓာတ် ၁၆%မှ ၁၈%)	၀. ၆ - ၀. ၈ ကီလိုဂရမ် ၀. ၃ - ၀. ၈ ကီလိုဂရမ်

နို့ပေးဆိတ်များကို တစ်ဖက်ဖော်ပြပါဇယားတွင် အကြံပြုချက်အတိုင်း ကျွေးမွေးမှုသည် ချင့်ချိန်နိုင်ရန် ဖော်ပြခြင်းသာဖြစ်ပြီး၊ ထုတ်လုပ်ပေးသော နို့ထွက်ရရှိမှု အပေါ်မူတည်ပါသည်။ နို့တစ်ကီလိုတိုးမြှင့်တွက်ချက်တိုင်း (၀. ၃မှ ၀. ၅)ကီလိုဂရမ် အစာနုတိုးမြှင့်ကျွေးရန်လိုအပ်ပါသည်။ သားပေါက်မှီနှင့် သားပေါက်ပြီး အစာနု ကျွေးမွေးမှုအတွက် အောက်ဖော်ပြပါ အချက်များကို အလေးပေးဆောင်ရွက်ရန် လိုအပ်ပါသည်-

- (၁) ဇီးဆိတ်မသားပေါက်ရန်အတွက် တစ်ပတ်အလိုတွင် အစာနု ကျွေးမွေးမှုကို လျော့ချရပါမည်။ ဇီးရင့်ကာလတွင် (၀. ၅)ကီလိုဂရမ် ကျွေးမွေးခဲ့ပါက (၀. ၂-၀. ၃)ကီလိုဂရမ်ထိ လျော့ချရပါမည်။
- (၂) သားပေါက်ပြီးရက်သီတင်းပတ်(၂)ပတ်အတွင်း တစ်နေ့ (၀. ၂-၀. ၄) ကီလိုဂရမ်ကျွေးမွေးရပါမည်။
- (၃) သားပေါက်ပြီး (၂)ပတ်အကြာတွင် နို့ထွက်နှုန်း အပေါ်မူတည်ပြီး အစာနုကျွေးနှုန်း တိုးမြှင့်ရပါမည်။
- (၄) နို့ထုတ်လုပ်မှုအပေါ်မူတည်ပြီး အစာနုတိုးမြှင့်ကျွေးမွေးမှုကို အစာ စားသုံးနိုင်မှုပမာဏအပေါ် မူတည်ပြီး ပြန်လည်လျော့ချပေးရန် လိုအပ်ပါသည်။

အသားဓာတ်ပါဝင်မှု (၁၄%၊ ၁၅%၊ ၁၆%)ရှိသော စပ်စာနုမူနာအား ဇယားတွင် ဖော်ပြထားရှိပါသည်။ နို့ညှစ် ဆိတ်မများကို တစ်ကောင်ခြင်းမှတ်တမ်းဖြင့် နို့ညှစ်စဉ် အစာကျွေးမွေးရပါမည်။ အစာကျွေးမွေးမှုစနစ် မှန်ကန်မှုရှိမှသာ နို့ထုတ်လုပ် မှုအမြင့်ဆုံးရရှိခြင်းနှင့် အစာစရိတ်ကုန်ကျမှု တွက်ခြေကိုက်ပါမည်။

ခြံတစ်ခြံအတွင်းရှိဆိတ်အားလုံးသည် အစာနုလိုအပ်ချက် မတူညီနိုင်ပါ။ ဆိတ်မတစ်ကောင်သည် နို့ခမ်းကာလဖြစ်နေချိန်တွင် အခြားဆိတ်မတစ်ကောင်သည် နို့ပေးနေချိန် ဖြစ်နိုင်ပါသည်။ ဆိတ်တစ်ကောင်သည် ကြီးထွားဆဲကာလတွင် အခြား ဆိတ်သည် သားပေါက်နေတတ်ပါသည်။ ဆိတ်မနှစ်ကောင်သည် အသက်တူ၊ ခန္ဓာကိုယ်အရွယ်တူဖြစ်နေပြီး နို့ထုတ်လုပ်ပေးမှုတူညီနေသည့်တိုင် အစာနုလိုအပ်ချက် ကွာခြားနိုင်ပါသည်။

အစာနုကျွေးမွေးမှုအကြံပြုချက်များသည် ချင့်ချိန်နိုင်ရန်သာဖြစ်ပြီး ဆိတ်ခြံ စီမံခန့်ခွဲသည့် မန်နေဂျာ၏ဆုံးဖြတ်ဆောင်ရွက်မှုသည် အဓိကကျပါသည်။ အစာနု



ကျေးမွေးမှုပြုရာတွင် နှိုင်းဆဆောင်ရွက်ရမည့်အချက်(၄)ချက်အား ဖော်ပြအပ်ပါသည်။

**(၁) ဆိတ်စားသောအစာကြမ်း၏အရည်အသွေး**

ဆိတ်လွတ်ကျောင်း စားကျက်တွင် အရည်အသွေးကောင်းသော အစာပင်၊ ချုံပုတ်ကောင်းများရှိပါက အစာနု ကျွေးမွေးရန် လိုအပ်ချက်နည်းပါသည်။

**(၂) ဆိတ်၏ခန္ဓာကိုယ်အနေအထားအရ အစာနုလိုအပ်ချက်**

အစာနှင့် စားကျက်အခြေအနေကောင်းတွင် ရပ်တည်နေသော ဆိတ်များသည် ကိုယ်ခန္ဓာပြည့်ဖြိုးနေမည်။ နို့ပေးဆိတ်များသည် နံရိုးကိုစိမ်းပါက ပြည့်ဖြိုးနေမည်။ ယင်းအနေအထားတွင် ကိုယ်ခန္ဓာထိန်းသိမ်းမှုအတွက် အစာနုကိုထည့်သွင်းစဉ်းစားရန်မလိုတော့ပါ။

**(၃) ဆိတ်၏အသက်နှင့်အစာနုလိုအပ်ချက်**

ဆိတ်သားပေါက်ကလေးများသည် အစပိုင်းတွင်အစာနု ကို ပါးစပ်ဖြင့် တဖြုတ်ဖြုတ်စားခြင်းမှစတင်ပြီး သားခွဲချိန် နောက်ပိုင်းတွင် အစာတစ်နေ့တစ်ပေါင် ပမာဏအထိ တိုးမြှင့်စားသုံးလာပါသည်။ မည်သည့်အသက်အရွယ်ရှိ ဆိတ်များကိုမဆို အစာနုလိုအပ်ချက်ကို မနက်နှင့်ည နှစ်ပိုင်းခွဲ၍ ကျွေးမွေးသင့်ပါသည်။

**(၄) ကြီးထွားမှုနှင့်ထုတ်လုပ်မှုအပေါ်အစာနု ကျွေးမွေးခြင်း**

အရွယ်ရောက်ပြီးဆိတ်မ၊ ကိုယ်ဝန်(ဇီး) မရှိသေးပါက ကိုယ်ခန္ဓာထိန်းသိမ်းမှုအတွက် လိုအပ်သောအစာပမာဏ တွက်ချက်မှုဇယားအရသာ ကျွေးမွေးရပါမည်။ လွတ်ကျောင်းစားကျက်တွင် အစာပင်များ၏ အရည်အသွေးနှင့် စားကျက်ပင်များ ကောင်းမွန်ပါက အစာနုကျွေးရန် မလိုအပ်ပါ။ အသားတိုးဆိတ်များကို အထက်ဖော်ပြပါ အစာကြမ်းအခြေအနေ ကောင်းမွန်ပါက တစ်နေ့အစာနု(၃)မှ (၅) ပေါင်ဖြည့်စွက်ကျွေး မွေးခြင်းဖြင့် အသားတိုးကြီးထွားမှု မြင့်မားလာပါမည်။ အစာကန့်သတ်ကျွေးထားသော ဇီးတင်ပြီး ဆိတ်မများနှင့် ဇီးမရရှိသေးသော ဆိတ်မများကို အစာတစ်ဖြည်းဖြည်းခြင်း(၁)ပေါင်အထိ တိုးမြှင့်ကျွေးရပါမည်။ အသားစား မျိုးဇီးဆိတ်မအတွက် မမွေးဖွားမီ(၆)ပတ်

အထိ ခန္ဓာကိုယ် ထိန်းသိမ်းရန်ကျွေးသော အစာနုအလေးချိန်ကို သာကျွေးပြီး တဖြည်းဖြည်းခြင်း (၁)ပေါင်အထိတိုးမြှင့် ကျွေးရပါမည်။ မွေးဖွားသော ဆိတ်ကလေး (၆)ပတ်အထိ ဆိတ်မအားအစာ(၁)ပေါင်နှုန်းကျွေးရန်ဖြစ်ပြီး၊ အမွှာမွေးပါက (၁၄ပေါင်)ကျွေးရပါမည်။ ပြီးနောက် တဖြည်းဖြည်းခြင်း ဆိတ်ကလေး (၃)လအရွယ်ရောက်ချိန်တွင် ခန္ဓာကိုယ်ထိန်းသိမ်းရန် လိုအပ်သည့် အစာပမာဏ အထိလျော့ချရန်ဖြစ်သည်။

**အစာနုကျွေးမွေးရန်ညွှန်ပြချက်**

ဆိတ်ကလေး	သားခွဲသည်အထိနှင့် သားခွဲပြီး	၁ - ၂ ပေါင် တဖြုတ်ဖြုတ် တိုးစားစေရန်
ကိုယ်ခန္ဓာ ထိန်းသိမ်းမှုအစာ	အရည်အသွေးကောင်း မြက်၊ ချုံပုတ်ပင် အရည်အသွေးညံ့စားကျက်ပင်	၃-၅ပေါင် ၁ပေါင်
အကြိုနို့ခမ်း ကာလ		ကိုယ်ခန္ဓာထိန်းသိမ်းမှု အစာ
အသားစားဆိတ်မ	ဇီးကာလနို့ဖြတ်ပြီး အသားမပေါက်မီ (၆)ပတ်အလို နို့တိုက်ကာလ သားပေါက်ပြီး (၃)လ	ကိုယ်ခန္ဓာထိန်းသိမ်းမှုအစာ တဖြည်းဖြည်းခြင်း ၁ပေါင် အထိတိုးမြှင့်ကျွေးရန် ၁ပေါင်မှ၁၄ပေါင် ကိုယ်ခန္ဓာထိန်းသိမ်းမှု အစာ
နို့စားဆိတ်မ	ဇီးကာလနို့ဖြတ်ပြီး သားမပေါက်မီ (၂)ပတ်အလို နို့ပေးကာလ	၁ပေါင် ၃ပေါင်ထိ တိုးမြှင့်ကျွေးရန် နို့ပေါင် ရတိုင်းအစာနု ၅ပေါင်တိုးကျွေးရန်
ခြံရံဆိတ်အကောင်အထည်အားလုံးအတွက် ကိုယ်ခန္ဓာအနေအထားအရ ချင့်ချိန်ရန်		

**နို့စားဆိတ်မ**

ဇီးတင်ပြီး၊ နို့ခမ်းကာလတွင် အစာနုတစ်နေ့ (၁)ပေါင်နှုန်းကျွေးမွေးရန် သားမပေါက်မီ (၂)ပတ်အကြာတွင် အစာနုတဖြည်းဖြည်းခြင်း (၃)ပေါင်အထိ တိုးမြှင့်ကျွေးရန် လိုအပ်ပါသည်။ နို့ပေးကာလတွင် အစာနုပုံမှန်(၁)ပေါင်နှုန်း ကျွေးခြင်း အပြင် နို့တစ်ပေါင်တိုးရတိုင်း အစာနု(၂)ပေါင် တိုးကျွေးရန်ဖြစ်ပါသည်။ နို့ပေးဆိတ်မ သားတင်ပြီးပါက ကိုယ်ခန္ဓာထိန်းသိမ်းမှုအစာကျွေးပြီး တဖြည်းဖြည်းခြင်း တစ်နေ့ အစာနု တစ်ပေါင်နှုန်း တိုးမြှင့်ကျွေးခြင်းဖြင့် ထုတ်လုပ်မှု စက်ပိုင်း တစ်ပတ်ပြန်ဝင်သွား ပါမည်။

**ဇီးဆိတ်မကြီး**

ဇီးဆိတ်မကြီးများသည် ခန္ဓာကိုယ် ပြန်လည်ပြည့်ဖြိုးအောင် တည်ဆောက် ခြင်းနှင့် သန္ဓေသားကြီးထွားဖွံ့ဖြိုးမှုများအတွက် မမွေးဖွားမီကာလအတွင်း စားကျက် တွင် လွှတ်ကျောင်း၍ အစာကြမ်းဖြည့်ဆည်းမှုအပြင် အစာနု (၀.၂၅ ၀.၇)ကိုလိုဂရမ် (ဒီပေါင် မှ ၁ဒီပေါင်)ထိ ဆိတ်မ၏ ကိုယ်ခန္ဓာအခြေအနေကို ချိန်ဆကျွေးမွေးရပါမည်။

**ဆိတ်မဒန်းမများ**

ဆိတ်မဒန်းမများအတွက် ကိုယ်ခန္ဓာထိန်းသိမ်းမှုအစာနှင့် ကြီးထွားမှုအစာ ကျွေးမွေးရာတွင် အဆိတ်ကဆူဖြိုးမသွားစေရန် သတိပြုရပါမည်။ စားကျက်ကွင်းတွင် မြက်၊ ချုံပုတ်ပင်များ စားသောက်ခြင်းဖြင့် ကိုယ်လက်လှုပ်ရှားမှုရရှိပြီး အစာနု(ဒီပေါင် မှ ၁ဒီပေါင်)အထိဖြင့် ချင့်ချိန်ကျွေးမွေးရပါမည်။

**ဆိတ်သိုးများ**

ဆိတ်သိုးများသည် စားကျက်ကောင်းတွင် လွှတ်ကျောင်းခြင်းဖြင့် ကိုယ်ခန္ဓာ ထိန်းသိမ်းမှုအစာရရှိနိုင်သည်။ ပူပြင်းခြောက်သွေ့ရာသီတွင် မြက်ခြောက်နှင့် ကောက်ရိုးကျွေးမွေးပြီး၊ အစာနု (၁)ပေါင်မှ (၁.၅)ပေါင်အထိ ကျွေးပေးရန် လိုအပ်ပါသည်။ သားတင်သားစပ်မှုပြုလုပ်သော ဆိတ်သိုးကြီးများအတွက် အစာနု (၁)ပေါင်မှ (၂)ပေါင်အထိ သားစပ်ကြိမ်ရေအပေါ်မူတည်ပြီးဖြည့်စွက် ကျွေးမွေးသင့်ပါ သည်။

**ဆိတ်ကလေး**

ဆိတ်ကလေးအားသားပေါက်ပြီး (၃)ရက်အထိ နို့ဦးရေကောင်းစွာ တိုက်ကျွေးရပါမည်။ သုံးလေးရက်နောက်ပိုင်း(၀.၇-၀.၉)လီတာ သို့မဟုတ် အစား ထိုးနို့ (Milk replacer)ကို တစ်နေ့(၃)ကြိမ်မှ (၅)ကြိမ် တိုက်ကျွေးပြီးဆိတ်ကလေး (၃)ပတ်သားမှ စတင်၍ အစာနုအနည်းငယ် စမ်းသပ်ကျွေးမွေးနိုင်ပါသည်။ ဆိတ်ကလေးများသည် (၃)ပတ် (၄)ပတ်သားအရွယ်မှစ၍ စားကျက်မြှောက်နှင့် အစာနုအနည်းငယ် စတင်စားစပြုပါ သည်။ ဆိတ်ကလေးများအသက်(၃)မှ (၄)လ အရွယ်စားကျက်မြှောက်နှင့် အစာနုတမြုံမြုံစားနိုင်ချိန်တွင် နို့ဖြတ်ပေးရန်ဖြစ်ပါသည်။

**၇။ ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ခြင်း**

**(၇ - ၁) ဆိတ်မကြီးကိုစောင့်ရှောက်ခြင်း**

- ဆိတ်မများကို အချိန်ကာလ(၃)ပိုင်းခွဲခြားပြုစုရပါသည် -
- (က) နို့ခမ်းကာလ (ကလေးကို နို့ခွဲပြီးချိန်မှ နောက်တစ်ကြိမ် သားစပ်သည့် အချိန်)၊
- (ခ) ကိုယ်ဝန်ဆောင်ကာလ (သားတင်ချိန်မှကလေးမွေးသည့် အချိန်အထိ)၊
- (ဂ) နို့ပေးကာလ(ကလေးမွေးချိန်မှသားခွဲချိန်အထိ)။

**(က) နို့ခမ်းကာလ**

သားပေါက်ဆိတ်ကလေးများ သားခွဲပြီးချိန် နို့ခမ်းကာလ စတင်သည့် နို့စား ဆိတ်များတွင် နောက်တစ်သားမပေါက်မီ သာမန်အားဖြင့် (၂)လကာလသည် နို့ခမ်း ကာလဖြစ်သည်။ ဤကာလတွင် နို့ထုတ်လုပ်မှုအနည်းဆုံးဖြစ်၏။ ဤကာလအတွင်း ဆိတ်မအနေဖြင့် ကိုယ်ဝန်ဆောင်ခြင်း၊ နို့ပေးကာလများက ဒဏ်များမှအနားရသည့် အချိန်ဖြစ်သည်။ ဤကာလသည် နောင်လာမည့် သားတင်သားစပ်မှုနှင့် ဇီးကာလ အတွက် ဟိုမုန်းစနစ်ပြင်ဆင်ချိန်လည်း ဖြစ်သည်။ ဤကာလအတွင်း ဆိတ်မကို အာဟာရပြည့်ဝသော အစာများကို ဂရုစိုက် ကျွေးမွေးပေးရပါသည်။ အစာအာဟာရပြည့်ဝသော အစာများဖြင့် ဂရုတစိုက်ကျွေးမွေး ခြင်းဖြင့် မျိုးဥပိုမိုကျနိုင်သကဲ့သို့ ကျလာသောဥများ မျိုးအောင်မြင်မှုမြင့်မားသဖြင့် အမြှောပူးများ မွေးနိုင်ပါသည်။

**အထီး/အမ အချိုးအစား**

ဆိတ်ထီးနှင့် ဆိတ်မအချိုးအစားမှာ အပူပိုင်းဒေသတွင် အထီး (၁)ကောင် လျှင် အမအကောင် (၄၀)ထိန်းနိုင်ပါသည်။ ခြံလှောင်စနစ်များတွင် လူတို့က ဂရုတစိုက် ထိန်းပေးမည်ဆိုပါက အမအကောင်(၅၀)ထိပင် ထိန်းနိုင်ပါသည်။

**ဗိုက်တာမင်နှင့်သတ္တုဓာတ်ဖြည့်စွက်ပေးခြင်း**

ဆိတ်မကြီး သားမပေါက်မီ တစ်လအလိုတွင် ဆီလီနီယမ်သတ္တုဓာတ် ထိုးဆေးထိုးပေးရန် လိုအပ်ပါသည်။ စားကျက်မြေများတွင် အများအားဖြင့် ဆီလီနီယမ် ဓာတ် ချို့တဲ့နိုင်ပါသည်။ လတ်ဆတ်စားကျက်ပင်များ၊ အရွက်များလုံလောက်စွာ မရရှိပါက ဆိတ်မအား ဗိုက်တာမင် (အေ၊ ဒီ၊ အီး)ထိုးဆေးဖြည့်စွက် ထိုးပေးရပါမည်။ ဆေးထိုးရန်လိုအပ်သော ဆေးအချိန်အဆကို ကျွမ်းကျင်သူ တိရစ္ဆာန်ဆေးကု ဆရာဝန်၏ ညွှန်ကြားချက်ရယူရန်လိုအပ်ပါ သည်။

**ဇီးကာလအတွင်း လုပ်ဆောင်ရန် ဇယားမှတ်တမ်း**

- ၁။ သားစပ်ပေးသည့်ရက် .....
- ၂။ သားစပ်ပြီးမြင်ပြန်ပေါ်/မပေါ် .....
- စောင့်ကြည့်ရမည့်ရက် (၁၇-၂၃ရက်)
- ၃။ နို့ခမ်းကာလ(၉၀)ရက် .....
- ၄။ အစာနုဖြည့်စွက်ကျွေးမည့် .....
- ကာလ(၁၀၀-၁၂၀ရက်)
- ၅။ ဆီလီနီယမ်နှင့်ဗိုက်တာမင် A, D, E .....
- ထိုးပေးရမည့်ရက်(၁၃၅)ရက်
- ၆။ သားပေါက်မည့်ရက် .....
- ဇီးကာလ ၁၅၀ရက် - ၅ရက်)

**(ခ) ကိုယ်ဝန်ဆောင်ကာလ**

**(ဇီးကာလ)ဆိတ်မများအားပြုစောင့်ရှောက်ခြင်း**

ဆိတ်များသည် (၈)လခန့်တွင် အရွယ်ရောက်သည်။ အရွယ်ရောက်မှုသည် လည်း မျိုးရိုးခန္ဓာကိုယ်ကြီးထွားမှု၊ ကျွေးမွေးသော အစားအစာနှင့် ရာသီဥတုအပေါ် မူတည်သည်။ မိတ်လိုက်၍ သားအောင်သော ဆိတ်မသည် ဇီးကာလ(၅)လခန့်တွင် ဆိတ်ကလေးမွေးသည်။ ဆိတ်မ၏ကိုယ်ဝန်ဆောင်ကာလမှာ ပျမ်းမျှ (၁၅၀)ရက်ခန့် ဖြစ်သည်။ ဇီးရိုသော ဆိတ်မအား ကိုယ်ဝန်နုစဉ် ကာလအတွင်း အခြားဆိတ်များနှင့် ရော၍ လွှတ်ကျောင်းနိုင်သည်။

ဇီးကာလပထမ(၃)လအတွင်း သန္ဓေဖွံ့ဖြိုးမှုမှာ နှေးကွေးပါသည်။ ထိုအချိန် တွင် အစာနုထူးထူးခြားခြား လိုအပ်မှုမရှိပါ။ ကလေးမမွေးမီ (၄)ပတ်မှ (၆)ပတ်ကာလ အတွင်း သန္ဓေသား၏ ကြီးထွားမှုလျင်မြန်သဖြင့် ဆိတ်မကြီးထံမှ အာဟာရဓာတ်ကို လျင်မြန်စွာ ထုတ်ယူသုံးစွဲလိုက်ပါသည်။ သို့အတွက် အဆိုပါကာလအတွင်း ဆိတ်မကြီး နှင့် သန္ဓေသားကို ကောင်းစွာဖွံ့ဖြိုးနိုင်မည့် အာဟာရဓာတ်ပါသော အစာများကို လုံလောက်စွာဖြည့်တင်းပေးရန် လိုအပ်ပါသည်။ သို့မှသာလျှင် ကြီးထွားဖွံ့ဖြိုးသော ရင်သွေးငယ်ကို မွေးမြူနိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။ ၎င်းအပြင် နို့ထုတ်လုပ်မှုကိုပါ မြင့်မားစေ နိုင်ပါသည်။ သန္ဓေကာလနောက်ဆုံး(၂)လအတွင်း အာဟာရဓာတ်ကောင်းမွန်သော အစာများကို လုံလောက်စွာ ကျွေးမွေးပေးခြင်းဖြင့် အောက်ပါအကျိုးကျေးဇူးများကို ရရှိနိုင်ပါသည်။

- (၁) ဆိတ်မကြီးနှင့် ကလေးငယ်သေဆုံးမှုနည်းပါးသည်။
- (၂) မွေးစကလေးငယ်သည် ဖွံ့ဖြိုးကြီးထွားပါသည်။
- (၃) နို့လုံလောက်စွာထွက်ရှိ၍ ကလေးငယ်ဖွံ့ဖြိုးမှုလျင်မြန်ပြီး အရွယ်ရောက်ချိန် တွင် ဖွံ့ဖြိုးသော ဆိတ်များဖြစ်လာနိုင်ပါသည်။

အဆိုပါကာလအတွင်း အစားအစာပြောင်းလဲမှုကို ချက်ချင်းလျင်မြန်စွာ မပြုသင့် ပါ။ ပြောင်းလိုပါက တဖြည်းဖြည်းချင်း ပြောင်းပေးရပါသည်။ ရေအလုံအလောက် ဖြည့်တင်းပေးပြီး သတ္တု ဓာတ်များပါသော လျက်တုံး (mineral licks) ကိုပါ ထားပေး သင့်ပါသည်။

မွေးဖွားခါနီးတစ်ပတ်အလိုခန့်တွင် လွှတ်ကျောင်းရာသို့ မထည့်ဘဲ ဆိတ်တင်းကုပ် တွင်သာ ထားသင့်သည်။ သို့သော်လည်း ဆိတ်မအတော်များများသည် လွှတ်ကျောင်း

ကွင်း၌ပင် ဆိတ်ကလေးမွေးပြီး ဆိတ်ပြန်သွင်းချိန်၌ ဆိတ်တင်းကုပ်သို့ပြန်လာတတ်သည်။

သို့သော်လည်း ဆိတ်မွေးမြူသူအနေဖြင့် ကိုယ်ဝန်ဆောင် ဆိတ်မကို စနစ်တကျ ဂရုစိုက်သင့်သည် အစာနုပုံမှန်စားရစေရန် သီးခြားခွဲ၍ ကျွေးမွေးသင့်သည်။ သားပေါက်ခါနီး မွေးဖွားရက်စေ့ချိန်တွင် အစာလျှော့၍ ကျွေးသင့်သည်။ ဝမ်းပျော့စေမည့် အစားအစာများဖြစ်သည့် ဂေါ်ဖီရွက်၊ ဆလပ်ရွက်စသည့် ဟင်းရွက်အစိမ်းများ ပိုမိုကျွေးသင့်သည်။ ဆိတ်တစ်ကောင်လျှင် တစ်နေ့ ဆား(၂)ကျပ်သား ကျွေးသင့်သည်။

**(၇ - ၂) ဆိတ်သားပေါက်မွေးဖွားခြင်း**

သားပေါက်ကာနီး ဆိတ်မ၏ အမြီးအောက်ဖက်နှင့် နို့အုံအနီးရှိ အမွေးများအား ရိတ်ပေးခြင်းဖြင့် သားပေါက်ချိန်တွင် အညစ်အကြေး၊ သန့်ရှင်းပေးရန် လွယ်ကူပါသည်။ ဆိတ်မသားပေါက် ကာနီးလျှင် အစာစားရပ်ခြင်း၊ စိတ်လှုပ်ရှားပြီး ဂဏှာမငြိမ်ဖြစ်ခြင်း၊ အသံထွက်အောင် အော်မြည်ခြင်းများပြုတတ်သည်။ အမတန်ဆာ ရောင်ရမ်းခြင်း၊ နို့အုံများပြည့်၍ မာတင်းလာခြင်း၊ ညှစ်၍ကြည့်ပါက နို့ရည်ပြစ်များထွက်ခြင်း စသည်တို့ကို တွေ့ရသည်။ နံရိုးနှင့် ဝမ်းဗိုက်ကြားတွင်ရှိသော ကြွက်သားများသည် ပျော့ပျောင်းနေမည်။ အိပ်သည့်နေရာကို ခြေထောက်ဖြင့် ယက်ကုတ်ခြင်းများ ပြုလုပ်မည်။ အမအင်္ဂါမှ အရိအချွဲများ ထွက်လာမည်။ ပြစ်ချွဲသော အဝါရောင် အညစ်အကြေး အမအင်္ဂါမှထွက်လာပါက မကြာမီမွေးဖွားလာတော့မည့် လက္ခဏာ ဖြစ်သည်။ ဆိတ်မသည် ပို၍ပို၍ မငြိမ်မသက်ဖြစ်လာမည်။ အိပ်လိုက်ပြန်ထလိုက် ကြိမ်ဖန်များစွာ လုပ်နေရင်း ကလေးမွေးဖွားလာမည်ဖြစ်သည်။ မကြာမီ ရေအိတ် ထွက်လာပြီး ပိုမိုညှစ်လာမည်။ ၎င်းနောက် ကလေးထွက်ပေါ်လာပါမည်။ ကလေး မွေးရာတွင် ပုံမှန်မွေးခြင်းရှိသကဲ့သို့ အနေအထား ပုံစံမမှန်ဘဲ မွေးသည့်အခါလည်း ရှိပါသည်။ ထိုအခါမျိုးတွင် ကျွမ်းကျင်သည့်လူ၏အကူအညီလိုအပ်ပါသည်။ ကလေးမမွေးဖွားမီ အခင်းအဖြစ် ကောက်ရိုး၊ မြက်ခြောက်များထားပေးရပါမည်။

**ဆိတ်သားပေါက်မှုအတွက် ကြိုတင်ပြင်ဆင်ရန်အချက်များ**

- ၁။ သန့်စင်သည့် စောင်အဟောင်း၊ အဝတ်ဟောင်းအစများ (သားပေါက်ဆိတ် ကလေးများအား သန့်စင်ရန်နှင့် နွေးထွေးမှုအတွက်)
- ၂။ တင်ချာအိုင်အိုဒင်းအရည်ပုလင်း (ချက်တိုင်အားထည့်ပေးရန်) ခွက်နှင့်ဝှမ်းစ။
- ၃။ ကိုင်တွယ်သူအတွက်ဆပ်ပြာခွက်။
- ၄။ အိမ်သုံးနှမ်းဆီ (သို့မဟုတ်) ပဲဆီ (လိုအပ်ပါက ဆိတ်ကလေး ဆွဲထုတ်ရန်ချောဆီ)
- ၅။ ရေနွေးဖြင့် ရောစပ်ထားသော သကာရည်ခွက် (မွေးဖွားပြီး ဆိတ်မကြီးအား တိုက်ကျွေးရန်)
- ၆။ သားဖွားပေးရန် သုံးနိုင်သော လက်အိတ်
- ၇။ ကူညီသားဖွားပေးမည့်လူ လက်သည်းညှပ်ခြင်းနှင့် လက်သန့်စင်ဆေးကြောခြင်း။

**မွေးဖွားခန်းပြင်ဆင်ခြင်း**

ဆိတ်မကို အလင်းရောင်ကောင်းစွာရှိသော အခန်းတွင်ထားပြီး ကူးစက်တတ်သော ရောဂါများ ကင်းစင်အောင်ပြုလုပ်ထားသည့် အခန်းခွဲတွင် သန့်ရှင်းခြောက်သွေ့သော ကောက်ရိုးများခင်းကျင်း၍ အိပ်စေရန်ဖြစ်သည်။

**ဆိတ်ကလေးမွေးဖွားခြင်း**

ပထမဆုံးရေမြွှာသည် အပြင်သို့ထွက်လာလိမ့်မည်။ ၎င်းရေမြွှာသည် ပို၍ ပို၍ ကြီးလာပြီးမှ ကွဲသွားတတ်သည်။ ၎င်းနောက် မကြာမီမှာပင် သန္ဓေသားပါသော အမြှေးပါးအိတ်က လိုက်လာသည်။ ၎င်းအမြှေးပါးအိတ်သည် ညှစ်ထုတ်ဆွဲဆန့်ခြင်းကြောင့် ပေါက်ကွဲပြီး ကလေးမွေးဖွားခြင်း ဆက်လက်ဖြစ်ပေါ်လာပါသည်။

မွေးခါနီးအချိန်တွင် ဆိတ်မ၏ အနီးအနားတွင် နေရမည်ဖြစ်သော်လည်း ဆိတ်မ၏မြင်နိုင်သောနေရာတွင် မဖြစ်သင့်ပါ။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ဆိတ်မသည် လူကိုမြင်ခြင်းဖြင့် ပိုမိုစိတ်လှုပ်ရှားတတ်သည်။ မွေးဖွားခြင်းသည် ပုံမှန်ဖြစ်ပါက တစ်နာရီ နှစ်နာရီအတွင်း အထူးအကူအညီမလိုဘဲ ပြီးမြောက်သွားမည် ဖြစ်သည်။

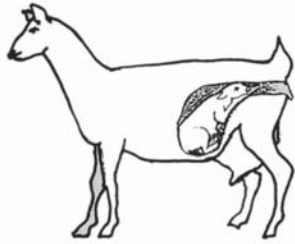
ပုံမှန်မွေးဖွားလာခြင်းတွင် ခေါင်းနှင့်ရှေ့ခြေထောက်များသည် ပထမဆုံး ထွက်လာမည်ဖြစ်သည်။ များစွာသော ပုံမှန်မွေးဖွားခြင်း၌ ဖြစ်လေ့ရှိသော အမြီး ရှေ့ဆုံးမှထွက်ပြီး နောက်ခြေထောက်များ ကိုယ်ခန္ဓာနှင့်ကပ်လျက် ရှေ့ခြေထောက်

တစ်ဘက် သို့မဟုတ် နှစ်ဘက်နှင့်ဦးခေါင်းသည် နောက်သို့လှည့်ပြီး ပြောင်းပြန်မွေးတတ်သည်။ ဤကဲ့သို့သော ပုံမှန်မဟုတ်သည့် မွေးဖွားခြင်းမျိုးတွင် ဆိတ်မသည် အကူအညီမပါဘဲ မွေးဖွားနိုင်မည် မဟုတ်ပါ။

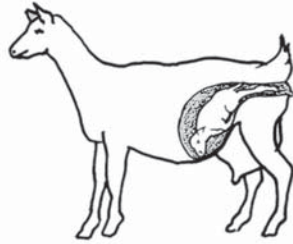
**ပုံမှန်ကလေးမွေးဖွားခြင်း**

NORMAL KIDDING POSITIONS

ကလေးပုံမှန်အနေအထား



ရှေ့လက်ပေါ်မေးတင်ပုံ



ဦးခေါင်းနောက်ပစ်ပုံ

PROBLEM KIDDING POSITIONS

ကလေးပုံသဏ္ဍန်မမှန် အနေအထား



လည်ပင်းခေါက်



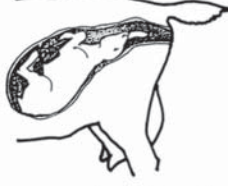
လက်တဘက်ခေါက်



အမွှာယှဉ်နေ

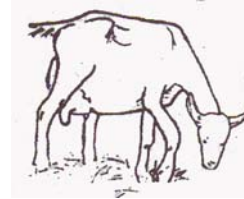


ခြေနောက်ပစ်တင်ပဆွဲဖွား



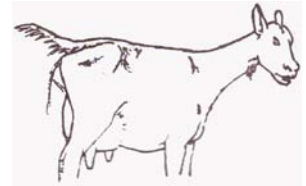
လက်နောက်ပစ် ပက်လက်

**ဆိတ်ကလေးမမွေးမီ ဆိတ်မကြီး၏အပြုအမူပြောင်းလဲခြင်း**



ပုံ-၁ ဂဏှာမငြိမ်ဖြစ်ပြီး ခွာဖြင့်အခင်းများကိုဖွခြင်း

ပုံ-၂ အမြီးနှင့်တင်ပါးပိုင်းနိမ့်ချိုင့်လာခြင်း အသက်ရှူလေးလံ၍ စိုးရိမ်သော အကြည့်ဖြင့် ကြည့်ခြင်း



ပုံ-၃ ထူးခြားစွာခင်မင်မှုကိုပြသခြင်း

ပုံ-၄ မိမိနောက်ပိုင်းကိုလှည့်ကြည့်ခြင်း



ပုံ-၅ သားမွေးရန် ကြိုးပမ်းအားထုတ်ခြင်း

### ဆိတ်ငယ်မွေးဖွားပုံအဆင့်ဆင့်



ဆိတ်မသည် တစ်နာရီ (သို့မဟုတ်) ၎င်းထက်နောက်ကျသော အချိန်အတွင်း မွေးဖွားခြင်းမပြုမြောက်နိုင်ပါက ပုံမမှန်သော မွေးဖွားခြင်းဖြစ်နေခြင်းကြောင့် မည်သည့် အခက်အခဲဖြစ်နေကြောင်းကို ဆန်းစစ်ရှာဖွေရမည်ဖြစ်သည်။ ပထမစစ်ဆေးစမ်းသပ်ခြင်းမပြုဘဲ ကောင်းမွန်လုံခြုံစွာမွေးဖွားပေးနိုင်မည် မဟုတ်ပါ။

### ဆိတ်ငယ်မွေးဖွားခြင်း

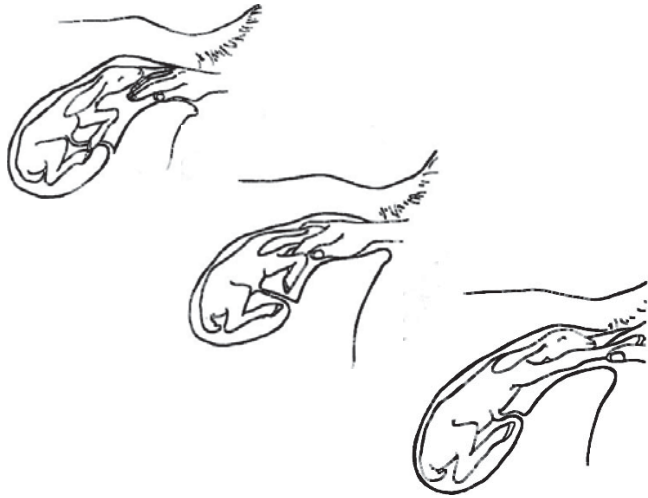
ဆိတ်အား စမ်းသပ်စစ်ဆေးခြင်း မပြုလုပ်မီ မိမိ၏လက်သည်းများကို အတိုနိုင်ဆုံးညှပ်ထားရမည်။ ဆိတ်၏အလွန်နူးညံ့သော အတွင်းသားများ မထိခိုက်မနာကျင်စေရန်ဖြစ်သည်။ လက်မောင်း၊ လက်ချောင်းများနှင့် လက်သည်းများအား ကူးစက်တတ်သော ရောဂါပိုးမှ သန့်စင်စေရန် အရက်ပျံ့ဖြင့်သော်လည်းကောင်း၊ ပိုးကင်းစေနိုင်သော ဆပ်ပြာဖြင့်သော်လည်းကောင်း ဆေးကြော သန့်စင်ပါ။ ဆိတ်မ၏ ကိုယ်ခန္ဓာအောက်ပိုင်းကိုလည်း အဆိုပါ ပိုးကင်းစေနိုင်သောအရာများဖြင့် သန့်စင်ပေးပါ။ ၎င်းနောက် ဆိတ်မ၏သားဖွားလမ်းကြောင်းကို လက်လျှိုသွင်း၍ ဦးခေါင်း၊ ခြေထောက်နှင့် အမြီးအနေအထားများကို စမ်းသပ်ပါ။



ဆပ်ပြာဖြင့်ဆေးကြောခြင်း



**ပုံသဏ္ဍာန်မမှန်သောဆိတ်ကလေးအားပြုပြင်မွေးဖွားခြင်း**



ဝမ်းဗိုက်ထဲရှိ ကလေး၏ ခြေထောက်အဆစ် အရေအတွက်ကို စမ်းသပ် ရေတွက်ခြင်းဖြင့် ရှေ့ခြေထောက်နှင့် နောက်ခြေထောက်ကို ခွဲခြားနိုင်မည်ဖြစ်ပြီး အနေအထားပုံစံကိုလည်း လက်ဖြင့်စမ်းသပ်သောအခါ သိရှိနိုင်မည်ဖြစ်သည်။ မည်သို့သော ပုံစံအနေအထားဖြစ်နေသည်ကို အတိအကျသိရှိပြီးမှသာ မည်သို့ ပြုပြင် ပေးရမည်ကို အကြံပြုနိုင်မည်ဖြစ်သည်။

အကယ်၍ ဦးခေါင်းနှင့် ရှေ့ခြေထောက်များသည် ပုံမှန်အနေအထားဖြင့် သားဖွားလမ်းကြောင်းတွင် ရှိနေသော်လည်း တင်ပဆုံးရှုံးသို့ ကပ်နေပါက ခြေထောက် တစ်ချောင်း နောက်တစ်ချောင်းကို ညင်သာစွာဖြင့် ဆွဲဆန်းပြီး ဖြောင့်တန်းအောင် ထားပြီးမှ ကလေးကိုဆွဲထုတ်ပါ။ အကယ်၍ ဦးခေါင်းတစ်ခုတည်းသာ ခြေထောက် မပါဘဲ ထွက်နေပါက ဦးခေါင်းကိုပြန်သွင်းပြီး ခြေထောက်များကို ပုံမှန်အတိုင်း ရှေ့သို့မျက်နှာမူအောင် ဆွဲပေးပြီးမှ ကလေးကိုမွေးထုတ်ပေးပါ။ ရှေ့ခြေထောက် တစ်ဘက်ကို နောက်လှည့်ပြီး ပုံမှန်မွေးဖွားခြင်းများစွာရှိတတ်သည်။ အကယ်၍ ကလေးသည် တစ်ဝက်အပြင်ရောက်နေပြီး ပေါင်မှာမိခင်၏ တင်ပဆုံးနှင့် ကပ်နေလျှင် ကလေးကို မိခင်၏ ညာသို့မဟုတ်ဘယ်ပေါင် ဘက်သို့တွန်းချပါ။ ဤသို့ဖြင့် ပေါင်တစ် ခြမ်းမှ တင်ပဆုံးသို့ တစ်ဆင့်လှုပ်ရှားရွေ့လျားသွားစေလိမ့်မည်။

အကယ်၍ နောက်ခြေထောက်များ ရှေ့ကိုရောက်နေပါက သားအိမ်ပြန် အတွင်းရှိ အရိအခွဲနှင့်အရည်များ ကလေးငယ်၏ အသက်ရှူလမ်းကြောင်းသို့ မရောက် မိစေရန် သတိထားပြီး ပုံမှန်အနေအထားရောက်အောင် ပြုပြင်ပေးရမည်။ အမြီးသာ ထွက်နေပြီး နောက်ခြေထောက်များတင်နေလျှင်လည်း ပုံမှန်အနေအထားသို့ ရောက် အောင် ဖိသွင်းပြီးမှ ကလေးကိုမွေးထုတ်ပေးရန်ဖြစ်သည်။ ပြောင်းပြန်အနေအထား ဖြစ်နေလျှင်လည်း ပုံမှန်အနေအထားသို့ ပြုပြင်ပြီးမှသာ ကလေးကိုမွေးထုတ်ပေးရန် ဖြစ်သည်။

အကယ်၍ ဆိတ်မသည် ကလေးတစ်ကောင်တည်းမဟုတ်ဘဲ အမွှာမွေးရန်ဖြစ်နေ ပါက ကလေးတစ်ကောင်မွေးပေးပြီးနောက် ဆိတ်မကို ပြန်စစ်ဆေးပြီး ဒုတိယ သို့မဟုတ် တတိယကလေးမွေးပေးရန်ကိုလည်း စီစဉ်ပေးရမည်ဖြစ်သည်။ ဆိတ် ကလေးငယ်၏ အနေအထားပြုပြင်ပေးသောအခါ သန္ဓေသားအိတ်နှင့် အမြှေးပါးများမှ ဆွဲခြင်း၊ တွန်းခြင်းများ မပြုလုပ်ရပါ။ အကြောင်းမှာ သွေးသွန်ပြီးသေနိုင်သည်။ အမြှေး ပါးနှင့်သန္ဓေသားအိတ်များသည် ပုံမှန်နှုန်းထားအတိုင်း ကွဲခြင်းပေါက်ခြင်းများဖြစ်စေရန် အရေးကြီးသည်။

**(၇ - ၃) ဆိတ်ကလေးမွေးဖွားပြီး ပြုစုခြင်း**

ဆိတ်ကလေးမွေးဖွားပြီးပြီးချင်း ဦးခေါင်းကို သုတ်ပေးပါ။ လွတ်လပ်စွာ အသက်ရှူနိုင်ရန်ဖြစ်သည်။ ချက်ကြိုး၏ အဖျား ပိုင်းကို (၁၀%) အိုင်အိုဒင်းရည်ထဲသို့ နှစ်ထားခြင်းဖြင့် ကူးစက်တတ်သောရောဂါများမှကာကွယ်နိုင်မည်ဖြစ်သည်။ အကယ် ၍ ချက်ကြိုးမှ သွေးယိုစီးနေပါက အဖျားတစ်ဖက်တွင်သွေးရပ်သွားအောင် လိမ်းထား ခြင်း (သို့မဟုတ်) ကြိုးဖြင့်ချည်ထားခြင်းပြုလုပ်ပါ။

**နို့ဦးရေတိုက်ကျွေးရန် အရေးကြီးပုံ**

နို့ဦးရေခေါ် (Colostrum)သည် ကလေးမွေးပြီး ပထမရက်မှ ခုနစ်ရက်အထိ မိခင်ဆိတ်မမှထုတ်ပေးသော ထူပြစ်၍ အဝါရောင်ရှိသော နို့ရည်ဖြစ်သည်။ ၎င်းနို့ရည် ၏ အသုံးဝင်ပုံနှင့်အရေးကြီး အချက်(၃)ခုတို့မှာ -

- (၁) ကူးစက်တတ်သောရောဂါကို ခုခံနိုင်စွမ်းရှိသော ပဋိဇီဝဓာတ်ပါရှိသော ကြောင့် အထူးသဖြင့် အစာလမ်းကြောင်း တစ်လျှောက်တွင် ဖြစ်တတ်သော ရောဂါများမှ ယာယီအားဖြင့် ကာကွယ်ပေးသည်။

- (၂) သန္ဓေသားနှင့်စပ်ဆိုင်သော အရာများအစာလမ်းကြောင်း၌ စုမိ၍ မလိုလား အပ်ခြင်းများဖြစ်ပေါ်လာခြင်းကို ရှင်းလင်းပေးသည့် သဘာဝဓာတ်တစ်မျိုး အဖြစ် တာဝန်ထမ်းဆောင်သည်။
- (၃) နို့ဦးရည်မှ ဗီတာမင်အကြွယ်ဝစွာရရှိသည်။  
ဆိတ်ကလေးငယ်သည် ပထမရက်နှင့် နောက်ပိုင်းရက်များတွင် နို့ဦးရေစို့ရန် မအောင်မြင်ခြင်း၊ အစဉ်မပြေခြင်းမျိုးဖြစ်ပါက အဆင်ပြေအောင် ဆိတ်ကလေးငယ်အား ကူညီရမည်။ ဆိတ်ကလေးငယ်၏ပါးစပ်ကို မဖြစ်မနေဟစေပြီး မိခင်၏နို့သီးကို ထည့်ပေး၍ နို့ဦးရေကိုညှစ်ပေးရမည်ဖြစ်သည်။

**အချင်းထွက်ရန် (သို့မဟုတ်)မွေးဖွားပြီးနောက်ပိုင်း ပြုစုခြင်း**

ပုံ မှန် အားဖြင့် အချင်းခေါ်(placenta)သည် မွေးပြီးမကြာခင် ထွက်ကျလေ့ရှိသည်။ သို့သော် (၂၄)နာရီနှင့် ၎င်းအထက်တွင် ထွက်မကျဘဲ ကျန်နေပါက ကျွမ်းကျင်မှုအကူအညီပေးသင့်သည်။ အချင်းထွက်ကျစေနိုင်သော ဆေးဝါးများကို သုံးစွဲသင့်ပါသည်။ အချင်းကို အတင်းဆွဲထုတ်ခြင်း၊ ဖယ်ရှားခြင်း များပြုလုပ်ရန် မကြိုးစားရပါ။

**သားစပ်သားပေါက်မှတ်တမ်း**

ပုံစံအမှတ် ( )

သားစပ်သည်နေ့ . . . . .

ဆိတ်သိုးအမည် . . . . . ဆိတ်သိုးနံပါတ် . . . . .

သားစပ်ဆိတ်မအမည် . . . . . ဆိတ်နံပါတ် . . . . .

ပိုင်ရှင်အမည် . . . . . ခြံအမည် . . . . .

လိပ်စာ . . . . .

. . . . .

မှတ်တမ်းတင်သူအမည် . . . . . လက်မှတ် . . . . .

သားပေါက်သည်နေ့ . . . . .

ပထမပေါက်ဆိတ်ကလေးအမည် . . . . . လိင်(ထီး/မ) . . . . .

ထူးခြားမှုဖော်ပြချက် . . . . .

. . . . . ဆိတ်ကလေးနံပါတ် L . . . . . R . . . . .

ဒုတိယပေါက်ဆိတ်ကလေးအမည် . . . . . လိင်(ထီး/မ) . . . . .

ထူးခြားမှုဖော်ပြချက် . . . . .

. . . . . ဆိတ်ကလေးနံပါတ် L . . . . . R . . . . .

တတိယပေါက်ဆိတ်ကလေးအမည် . . . . . လိင်(ထီး/မ) . . . . .

ထူးခြားမှုဖော်ပြချက် . . . . .

. . . . . ဆိတ်ကလေးနံပါတ် L . . . . . R . . . . .

**(၇ - ၄) ဆိတ်ငယ်ကလေးများအားထိန်းသိမ်းပြုစုစောင့်ရှောက်ခြင်း**

မွေးစဆိတ်ငယ်ကလေးများသည် များသောအားဖြင့် သန်မာသည်။ မွေးပြီးလျှင်ပြီးချင်း ၎င်းဘာသာထရန် ကြိုးစားတတ်သည်။ သန်မာသောဆိတ်ငယ်များသည် မွေးပြီးမကြာမီထ၍ မိခင်နို့ကို တွေ့အောင်ရှာတတ်သည်။ ဆိတ်မဒန်းမိခင်များမှ အပ ဆိတ်မကြီးများသည် သားငယ်ထနိုင်ရန် အကူအညီပေးသည်။ ဆိတ်ငယ်သည်



လည်း မိခင်နို့ကိုတွေ့အောင်ရှာပြီး စို့လေ့ရှိသည်။ မွေးမြူသူသည် ဆိတ်ငယ်ကို အကူအညီ ပေးရန်လိုသည်။ မွေးဖွားပြီး နာရီပိုင်းအတော်ကြာသည့်အထိ မိခင်နို့မစို့ဘဲ ဆိတ်ငယ်များ ခံနိုင်ရည်ရှိသော်လည်း မွေးဖွားပြီးလျှင်ပြီးချင်း နာရီပိုင်းအတွင်း မိခင်နို့စို့နိုင်စေရန် ဆောင်ရွက်ပေးသင့်သည်။ မွေးဖွားစရက်များတွင် ဆိတ်မကြီးမှထွက်ရှိသည့် နို့ဦးရည်သည် ဆိတ်ကလေးအတွက် မရှိမဖြစ် လိုအပ်သည်။ နို့ဦးရည်သည် ဆိတ်ငယ်ကလေးများ၊ သာမန်ရောဂါများ ခံနိုင်စွမ်းရည်ရှိသည့် မိခင်၏ ကိုယ်ခံစွမ်းအားများ ပါရှိလာသည့်နည်းတူ ဆိတ်ငယ်အား ဝမ်းပျော့ပျော့သွားစေနိုင်ခြင်းဖြင့် မိခင်၏ ဝမ်းတွင်း၌ ရှိနေစဉ် ရှိနေမည့်ငယ်ချေးများ ပါသွားမည်ဖြစ်သည်။ သို့ဖြစ်၍ မွေးစ ဆိတ်ငယ်များ နို့ဦးရည်သောက်သုံးစေရန် စီမံဆောင်ရွက်ပေးရမည်။

ဆိတ်ငယ်တစ်ပတ်သား အရွယ်ခန့်ရောက်သည့်အခါ ဆိတ်အုပ်နှင့်အတူ လွှတ်ကျောင်းနိုင်သည်။ အချို့ဆိတ်များ နှစ်ကောင်မွေးလေ့ရှိသည်။ နှစ်ကောင်မွေးပါက ဆိတ်ငယ်နှစ်ကောင်စလုံး နို့စနစ်တကျသောက်သုံးနိုင်စေရန် စီမံဆောင်ရွက်ပေးရမည်။ အချို့ဆိတ်မများ တစ်ခါတစ်ရံတွင် သုံးကောင်မွေးတတ်သည်။ ဆိတ်မ၏ နို့အုံတွင် နို့တံ(၂)ချောင်းသာရှိသဖြင့် ဆိတ်ငယ်များ အလှည့်ကျနို့စို့နိုင်စေရန် အလှည့်ကျလွှတ်ပေးရမည်။ နှစ်ကောင် သုံးကောင်မွေးသည့် ဆိတ်မများတွင် ဆိတ်မကြီးအား အစာကိုစနစ်တကျကျွေးရန်အရေးကြီးသည်။ သို့မှသာ နို့ထွက်ကောင်းပြီး ဆိတ်ကလေးများ ကျန်းမာသန်စွမ်းမည်ဖြစ်သည်။ ဆိတ်ငယ်တစ်ကောင်တည်း မွေးဖွားသောဆိတ်မများတွင်လည်း ဆိတ်ငယ်ကို နို့သီးတံနှစ်တိုင်စလုံး နို့စို့စေရန် အလေ့အကျင့် ပြုလုပ်ပေးရမည်။ ဆိတ်ငယ်မှ နို့သီးတံတစ်တိုင်တည်းနို့စို့ပါက ကျန်နို့သီးတိုင်အတွင်း နို့များခဲ၍ နို့ကန်းသွားတတ်၏။ မွေးမြူသူမှ စောင့်ကြည့်ပြီး နို့ညှစ်ပေးခြင်း၊ ဆိတ်ငယ်အား နို့စို့စေခြင်းပြုလုပ်ပေးရမည်။ ဆိတ်ငယ်များ နှစ်ပတ်သားမှစ၍ အစာနှင့်မြက်နုများ စားတတ်ရန် အလေ့အကျင့်ပြုလုပ်ကျွေးမွေးရသည်။ များသောအားဖြင့် အသက်(၆)ပတ်သားတွင် နို့ခွဲလေ့ရှိရာ အစာနုစားသည့် အလေ့အကျင့်ရပြီးဖြစ်သဖြင့် ဆိတ်ငယ်များ၏ ကြီးထွားဖွံ့ဖြိုးမှု အနှောင့်အယှက်မဖြစ်တော့ပေ။

**(၇ - ၅) မိခင်ခွဲဆိတ်ငယ်ကလေးများပြုစုထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ခြင်း**

နို့စားဆိတ်များတွင် ဆိတ်ကလေးများမွေးပြီးနောက် သီးခြားခွဲ၍ ပြုစုထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်သကဲ့သို့ အကြောင်းကြောင်းကြောင့် မိခင်ဆိတ်မကြီး သေဆုံးသွားလျှင်လည်း မွေးမြူသူက စနစ်တကျထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ရန်လိုသည်။

အရေးကြီးသည်မှာ ဆိတ်ငယ်အား(၆)ပတ်သားအတွင်း နို့ကိုစနစ်တကျတိုက်ကျွေးရန် ပင်ဖြစ်သည်။ နို့တိုက်နည်းနှစ်မျိုးရှိသည်။ နို့သီးတံတပ်ထားသည့် နို့ပုလင်းဖြင့် နို့တိုက်ခြင်းနှင့် နို့ပုံးဖြင့် နို့တိုက်ကျွေးခြင်းနှစ်မျိုးလုံးတွင် စနစ်တကျလေ့ကျင့်ပေးရန် လိုအပ်သည်။ နို့ပုံးဖြင့် တိုက်ကျွေးရာတွင် လေ့ကျင့်ပေးပုံမှာ ခွက်တွင်နို့ထည့်၍ မွေးမြူသူ၏ လက်ညှိုးကို နို့ရည်အတွင်းအပေါ်သို့အနည်းငယ်ဖော်ထားရမည်။ ဆိတ်ငယ်ကို မွေးမြူသူ၏ လက်တစ်ဖက်ဖြင့် လက်ညှိုးထိပ်ကို ငိုမိအောင်ဖိပေးရသည်။ ဆိတ်ငယ်လက်ညှိုးကိုငိုမိ၍ နို့အရသာ တွေ့သည့်အခါ နို့ရည်ကိုခွက်မှ ဆက်လက်စုပ်၍ သောက်ယင်း သောက်တတ်သွားမည်ဖြစ်သည်။ အရေးကြီးသည်မှာ နို့တိုက်သည့် နို့ပုလင်း၊ နို့သီးခေါင်းများ သန့်ရှင်းစွာဆေးကြောထားရှိရေးပင် ဖြစ်သည်။ ၎င်းပြင် နို့တိုက်ရာတွင် ဆိတ်နို့၊ နွားနို့ သို့မဟုတ် ကျွဲနို့ကိုအချိန်အခွဲခွဲ၍ တစ်နေ့လျှင် ပထမပိုင်း၌ (၄)ကြိမ်ခန့် တိုက်သင့်သည်။ တစ်ပတ်သားကျော်က နို့ပမာဏအဆတိုး၍ တစ်နေ့လျှင် နှစ်ကြိမ်သာ အလေ့အကျင့်လုပ်၍တိုက်ပြီး အစာနု စတင်ကျွေးမွေးနိုင်သည်။ (၃)ပတ်မှသားခွဲချိန်(၃)လအထိ တစ်နေ့ (၂)ကြိမ်နို့တိုက်ကျွေးရမည်။ နို့ဘူးဖြင့် တိုက်လျှင် နို့ဘူးကို သန့်စင် အောင်ဆေးကြောပြီး အပူချိန် ၃၆၀ ဒီဂရီစင်တီဂရိတ်ထိ ပူနွေးရန်လိုအပ်သည်။

**(၇ - ၆) ဆိတ်လတ်များကိုထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ခြင်း**

ဆိတ်ထီးကလေးများကို တစ်လသားခန့်တွင် သင်းကွပ်ပေးပြီးနောက် ဆိတ်လတ်ကလေးများအား (၆)ပတ်သားတွင် သားခွဲလေ့ရှိသည်။ ၎င်းနောက် ဆက်လက်၍ မွေးမြူထားရာတွင် ဆိတ်မကလေးများသည် အသက်(၄)လမှ(၈)လအတွင်း အများအားဖြင့် အရွယ်ရောက်လေ့ရှိသည်။ ဆိတ်မငယ်များ၏ အရွယ်ရောက်ချိန်သည် မျိုးရိုး၊ အစားအစာနှင့် မွေးမြူသည့်အရပ်ဒေသ၊ ရာသီဥတု အခြေအနေပေါ်တွင်မူတည်သည်။ သို့သော်လည်း သားပေါက် စိတ်ချရပြီး သားငယ်ကြီးထွားနှုန်း၊ အသားတိုးနှုန်းမြန်ခြင်း၊ နို့ထွက် စံချိန်မီခြင်းတို့အတွက် ဆိတ်မအသက်တစ်နှစ်ပြည့်ပြီးမှ သားတင်သားစပ်ခြင်းဖြင့် ဆိတ်မဆက်လက် မကြီးထွားမဖွံ့ဖြိုးတော့ဘဲ အရွယ်အစား တဖြည်းဖြည်းသေးငယ်သွားတတ်သည်။ အလားတူပင် ဆိတ်ထီး (ဆိတ်သိုး)များကိုလည်း တစ်နှစ်သားအရွယ်ပြည့်ပြီးမှ သားစပ်လျှင် သားအောင်မြင်မှုများပြီး ကောင်ရေများများရရှိနိုင်၏။ ဆိတ်များပန်းပေါ်မှု (မြိုင်လာမှု)နှင့်ပတ်သက်၍ အအေးပိုင်းဒေသ တိုင်းပြည်များတွင် စက်တင်ဘာလမှမတ်လအတွင်း မြိုင်ပေါ်လေ့ရှိ

သည်။ မြန်မာပြည်တွင်ကား ဆိတ်များနှစ်ပတ်လည် ပန်းပေါ်သည်ကိုတွေ့ ရှိရသည်။ ပန်းတစ်ခါပေါ်လျှင် (၁)ရက်ခွဲမှ (၂)ရက်အထိ ကြာတတ်ပြီး ကျန်းမာသည့်ဆိတ်မများ တွင် (၂၁)ရက် တစ်ကြိမ်ပန်းပေါ်လေ့ရှိသည်။ ပန်းပေါ်သည့်အချိန်ကုန်ဆုံးခါနီးတွင် မျိုးဥကြွေလေ့ရှိသည်။ သို့ဖြစ်၍ သဘာဝနည်းဖြင့်ဖြစ်စေ၊ မေထုန်မဲ့နည်းဖြင့်ဖြစ်စေ၊ သားစပ်မည်ဆိုလျှင် ပန်းစတင်ပြပြီး နေ့ဝက် သို့မဟုတ် နောက်တစ်ရက်တွင် သားစပ်ခြင်းသည် မျိုးအောင်မြင်မှုရရှိရန်အတွက် အကောင်းဆုံးအချိန်ပင်ဖြစ်သည်။ သို့ဖြစ်၍ ဆိတ်မမြိုင်ပေါ်မှု (ပန်းပြုမှု)ကို မွေးမြူသူအနေဖြင့် သိရှိထားရန်လိုအပ်သည်။

**(၇ - ၇) ဆိတ်ထီးများထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ခြင်း**

ဆိတ်မွေးမြူရေးတွင် ဆိတ်ထီးသည် မျိုးကောင်းရန်အရေးကြီးသည်။ ဆိတ်ထီးမျိုးကောင်းပါမှ ဆိတ်အုပ်ရိပေါက်ပွားလာသော ဆိတ်ငယ်များ မျိုးကောင်းမည် ဖြစ်သည်။ ဆိတ်ထီးမျိုးကောင်းရန် လိုအပ်သကဲ့သို့ စနစ်တကျပြုစုထိန်းသိမ်း စောင့်ရှောက်ရန်လည်း လိုအပ်သည်။ မျိုးကောင်းသော ဆိတ်ထီး၏ နံရိုးများမှာ သာမန်အားဖြင့် တောင့်တင်းပြီး နောက်ပိုင်းသို့ကျယ်သွားရမည်။ အသားအရည် ကောင်းမွန်ပြီး အမွေးများ နူးညံ့တောက်ပြောင်နေသင့်သည်။ ဆိတ်သိုးများကိုလည်း အခြားဆိတ်များနည်းတူ တစ်နေ့လျှင် အစာနှစ်ကြိမ်ကျွေးရမည်။ မိတ်လိုက်ချိန်များတွင် အစာစားနည်းလျှင် ခန္ဓာကိုယ်ကျဆင်းတတ်သဖြင့် အာဟာရ ပြည့်ဝသည့်အစာများ ဖြည့်စွက်ကျွေးမွေးရန်လိုအပ်သည်။ အစာစိမ်း၊ အစာနု၊ မြက်ခြောက်အပြင် သကာရည် ကိုပါ ဖြည့်စွက်ကျွေးမွေး သင့်သည်။ ဆိတ်ထီးများ အသက်(၅)နှစ်ကျော်လာသောအခါ အသားအရေများ တင်းမာလာတတ်၏ ထိုအခါများတွင် ရေခဲနွေး၊ ဆပ်ပြာဖြင့် ပွတ်တိုက်ရေချိုးပေးပြီး မာနေသောသားရေပိုင်းကို(၅) ရာခိုင်နှုန်း ကာဘော်လစ်ဖြင့် လူးပေးခြင်း၊ ဆီသုတ်လိမ်းပေးခြင်းဖြင့် အသားအရေများ နူးညံ့ပျော့ပျောင်းလာမည် ဖြစ်သည်။ မျိုးဆိတ်သိုးများအား အဆောက်အဦ စနစ်တကျထားရှိခြင်း၊ အစာ စနစ် တကျကျွေးမွေးခြင်း၊ ရောဂါကာကွယ်ဆေးများ အချိန်မှန်ထိုး၍ စနစ်တကျထိန်းသိမ်း စောင့်ရှောက်ခြင်းဖြင့် ဆိတ်မွေးမြူရေးဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်စေရန် ဆောင်ရွက်ရမည်ဖြစ်သည်။

**(၇ - ၈) မျိုးဆိတ်ထီးများထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ခြင်း**

မျိုးဆိတ်ထီးကိုကောင်းမွန်စွာ ကျွေးမွေးရန်လိုအပ်သည်။ မျိုးစပ်ခြင်း၌ အသုံးပြုနေစဉ် တစ်နေ့လျှင် အစာနု (၁/၂) ကီလိုဂရမ် အနည်းဆုံးကျွေးမွေးရမည်။

၎င်းအပြင် မြက်နှင့်ပဲမျိုးရင်းဝင် အပင်များ၏ အရွက်များကိုလည်း ကျွေးရမည်။ သို့သော် အလွန်အကျွံ မကျွေးမိရန်လိုအပ်သည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် ဝလွန်းပြီး တက်မြက်မှုမရှိဘဲ ထိုင်းမှိုင်းစေတတ်ပါသည်။ မျိုးစပ်ရာ၌ အသုံးပြုမည့်ရက် နှစ်ပတ် အလိုနှင့် အသုံးပြုနေသည့်ရက်များတွင် တစ်နေ့လျှင် အစာနု(၁) ကီလိုနွန်းအထိ တိုးမြှင့်ကျွေးမွေးပါက မျိုးအောင်နှုန်း မြင့်မားစေနိုင်သည်။

**၈။ ဆိတ်မွေးမြူနည်းစနစ်များ**

ဆိတ်သည် အကောင်ငယ်သော တိရစ္ဆာန်ဖြစ်၍ ပုံစံအမျိုးမျိုး မွေးမြူကြပါ သည်။ မွေးမြူနည်းစနစ်အမျိုးမျိုးမှာ အောက်ပါအတိုင်း ဖြစ်ပါသည် -

- (က) ချည်၍ မွေးမြူခြင်း
- (ခ) လွတ်ကျောင်းမွေးမြူခြင်း
- (ဂ) ခြံလှောင်မွေးမြူခြင်း
- (ဃ) ကွင်းလွတ်ခြံလှောင်တွဲဖက်မွေးမြူခြင်း
- (င) နှစ်ရှည်သီးနှံခင်းများနှင့်ဒွန်တွဲမွေးမြူခြင်း

မြေနေရာရရှိမှု၊ စိုက်ပျိုးစနစ်၊ မြေယာအသုံးချမှုအပေါ် မူတည်၍ မွေးမြူပုံ စနစ် ပြောင်းလဲပါသည်။

**ချည်၍ မွေးမြူခြင်း**

လွတ်ကျောင်းမည့်မြေကွက်လပ် ကျယ်ကျယ်ပြန့်ပြန့်မရှိသည့်အခါ စိုက်ပျိုး ရေးလုပ်ငန်းများ ထူထပ်သည့်အခါတွင် ဤနည်းကို သုံးပါသည်။ ဆိတ်ကို ကြိုးဖြင့် ချည်ထားပြီး လွတ်ကျောင်းရန် မြက်ခင်းအနီး၌ လှည့်လည်သွားလာနိုင်သော စနစ်ဖြစ် ၏။ ဆိတ်ကို ချည်ထားသောကြိုး၏ အဆုံးပိုင်းကို ငှက်ရိုက်ထားခြင်းဖြင့် ၎င်းငှက်ကို လှည့်လည်၍ စားသုံးနိုင်ပါသည်။ နေ့လည်တွင် ဤနည်းကိုအသုံးပြုပြီး ညပိုင်းတွင် အမိုးအကာအောက်တွင်ထား၍ ရေနှင့်အစာနုအား ဖြည့်တင်းပေးရပါသည်။ စိုက်ပျိုးရေးလုပ်ကိုင်ကြသော တောင်သူလယ်သမားများသည် ဤနည်းကို အသုံးပြုကြ ပါသည်။ အချို့မှာ ဆိတ် (၄-၅)ကောင်ကို ကြိုးဖြင့်ချည်ပြီး လူကလှည့်လည်ရွှေ့ပြောင်း ၍ ကျောင်းပေးသည့် စနစ်လည်းရှိပါသည်။

**လွှတ်ကျောင်းစနစ်**

မြေဧရိယာကျယ်ဝန်းသော မြေလွတ်မြေရိုင်းများ၊ တောတောင် များပေါ်ရှိ လူသားတို့အတွက် အသုံးမဝင်သော အပင်အရွက်၊ ဆူးချုံများကို ဆွတ်ယူစားသုံးနိုင် အောင် ဆိတ်များကို လူဖြင့်လွှတ်ကျောင်းသည့် စနစ်ဖြစ်ပါသည်။ မိသားစုလုပ်အား (သို့မဟုတ်) ငှားရမ်းလုပ်အားမှာ အဓိကသွင်းအားစုဖြစ်ပါသည်။ နေ့တွင် လွှတ်ကျောင်း ပြီး ညတွင် ခြံဝင်းအတွင်း၌ ခြံလှောင်ထားလေ့ရှိပါသည်။ မြန်မာနိုင်ငံအထက်ပိုင်း၊ အပူပိုင်းဒေသတွင် ဤစနစ်ကို အသုံးပြုလေ့ရှိပါသည်။ မိုးနည်းပါးပြီး ဆိတ်များမြေပြင်မှ ဆွတ်ခူးစားနိုင်သော ချုံပုတ်၊ ပင်ပုများပေါများသည့် မကွေး၊ မန္တလေး၊ စစ်ကိုင်းတိုင်း တို့တွင် ဤစနစ်ကိုအသုံးပြုကြပါသည်။

**ခြံလှောင်မွေးမြူခြင်း**

လွှတ်ကျောင်းရန် အခြေအနေမပေးသော မြေနေရာမရှိသည့် ဒေသမျိုးတွင် ဤစနစ်ကိုသုံးပါသည်။ အထူးသဖြင့် စိုက်ပျိုးရေး လုပ်ငန်းထွန်းကားသော ဒေသများ၊ တစ်နှစ်ပတ်လုံး နှစ်သီး၊ သုံးသီးစား စိုက်ပျိုးနေသောနေရာဒေသတို့တွင် ဆောင်ရွက်နိုင် ပါသည်။ ဤနည်းကို အရှေ့တောင်အာရှ၊ အိန္ဒိယနိုင်ငံတောင်ပိုင်း၊ သီရိလင်္ကာ မြောက်ပိုင်းနှင့် ဖိလစ်ပိုင်နိုင်ငံတို့တွင် အသုံးပြုလေ့ရှိ၏။ အင်ဒိုနီးရှားနိုင်ငံ ဂျားဗား ကျွန်းတွင် ဤစနစ်ဖြင့်သာ ဆိတ်ကို အများအပြား မွေးမြူကြပါသည်။ ဆိတ်များကို တစ်ချိန်လုံး လှောင်ထားပြီး အစာအဖြစ် မြက်၊ အပင်အရွက်များကို ရိတ်ဖြတ် ခုတ်ဖြတ် ၍ ကျွေးပါသည်။

**ကွင်းလွှတ်ခြံလှောင်တွဲဖက်မွေးမြူခြင်း**

ဆိတ်များကို ခြံလှောင်ထားသော်လည်း အချိန်ပိုင်းအားဖြင့် ပြင်ပသို့ထုတ်၍ ၂-၄ နာရီခန့် လွှတ်ကျောင်းလေ့ရှိပါသည်။ ညနေလွှတ်ကျောင်းသည့်အချိန်မတိုင်မီ နံနက်ပိုင်း၌ ရိတ်ဖြတ်ထားသောမြက်၊ အရွက်များကို အစာကြမ်းအဖြစ်လည်းကောင်း၊ အစာနုများ ကိုလည်းကောင်း ကျွေးပါသည်။

**နှစ်ရှည်သီးနှံခင်းများနှင့်တွဲဖက်မွေးမြူခြင်း**

ဆိတ်များကို ရော်ဘာ၊ ဆီအုန်း၊ အုန်းခြံများတွင် တွဲဖက် မွေးမြူခြင်း ဖြစ်သည်။ ဤစနစ်ကို သီရိလင်္ကာ၊ မလေးရှား၊ အင်ဒို နီးရှား၊ ဖိလစ်ပိုင်၊ ဖိဂျီနိုင်ငံ များတွင် ကျင့်သုံးလေ့ရှိပါသည်။ နှစ်ရှည်ပင်ကြီးများအောက်၌ ပေါက်ရောက်လျက်

ရှိသော သဘာဝပေါက်ပင်များ၊ ပေါင်းမြက်ပင်များကို ဆိတ်များစားသုံးခွင့်ရပါသည်။ သဘာဝပေါက်ရောက်ပင်များ အပေါ်မူတည်၍ အောင်မြင်ဖြစ်ထွန်းမှုရှိပါသည်။ ဤနည်းစနစ်သည် လွှတ်ကျောင်းစနစ်၊ ခြံလှောင်စနစ်နှင့် လွှတ်ကျောင်းနှင့်ခြံလှောင် တွဲဖက်မွေးမြူသည့် စနစ်များအားလုံးနှင့် အကျုံးဝင်နိုင်ပါသည်။

**နှစ်ရှည်စိုက်ခင်းများအောက်မှ ဆိတ်စာရရှိမှု (တစ်နှစ်)**

စိုက်ခင်း အမျိုးအစား	ထုတ်လုပ်မှုပမာဏ (အခြောက်ခံပစ္စည်း) (ကီလို / ဟက်တာ)	အပင်အမျိုးအစား
ရော်ဘာစိုက်ခင်း	၄၈၀ - ၅၆၀	မြက်၊ ချုံ၊ ဆူးပင်၊ နွယ်ပင်
အုန်းစိုက်ခင်း	၈၀၀ - ၁၂၀၀	မြက်၊ ချုံ၊ ဆူးပင်၊ နွယ်ပင်

ဤနည်းစနစ်အရ အကျိုးကျေးဇူးများမှာ စိုက်ခင်းအတွက်ဆိတ်တို့၏မစင်နှင့် ဆီးကို မြေဩဇာအဖြစ်ရရှိခြင်း၊ ပေါင်းမြက်များ ကိုရှင်းလင်းနိုင်ခြင်း၊ အပင်နှင့် မွေးမြူရေးလုပ်ငန်းမှ ဝင်ငွေနှစ်မျိုး ရရှိခြင်းတို့ဖြစ်ပါသည်။

**၉။ ဆိတ်၏ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်ခြင်း**

ကျန်းမာသောဆိတ်များ မွေးမြူခြင်းဖြင့်သာ ထုတ်လုပ်မှု ကောင်းမွန်ပြီး အကျိုးဖြစ်ထွန်းနိုင်ပါမည်။ ရောဂါဖြစ်ပွားမှုမှ ကာကွယ်ရန် အစာအာဟာရ ကောင်းမွန်စွာ ကျွေးမွေးခြင်း၊ သန့်ရှင်းသော ရေလုံလောက်စွာတိုက်ခြင်း၊ ခြံ၊ တဲ သန့်ရှင်းမှုကို နေ့စဉ်သန့်ရှင်းပေးခြင်း၊ မြေစိုက်ခြံဖြစ်ပါက ဆိတ်ငယ်ကလေးများ အတွက် အခင်းပုံမှန်လဲပေးခြင်း၊ အစာကျန်များဖယ်ရှားခြင်း၊ နို့ညှစ်မှုတွင် နို့ညှစ်သူ တစ်ကိုယ်ရည် သန့်ရှင်းခြင်း၊ သန့်ရှင်းသော နို့ပုံးနှင့် ကိရိယာများအသုံးပြုခြင်း၊ နာမကျန်းဆိတ်အား သီးခြားခွဲခြားထားခြင်း၊ နာမကျန်းတိရစ္ဆာန်ထားသည့်နေရာအား ပိုးသတ် ဆေးဖျန်းခြင်းများဆောင်ရွက်ရပါမည်။ အသစ်ဝယ်ယူသော ဆိတ်များကို မူလမွေးမြူထားသော ဆိတ်အုပ်တွင် မရောဘဲ အနည်းဆုံး ရက်(၃၀)သီးခြားခွဲထားခြင်း

(Quarantine) ဖြင့် လက္ခဏာမပေါ်သေးသည့် ကူးစက်တတ်သောရောဂါများမှ ကြိုတင်ကာကွယ် နိုင်မည်ဖြစ်သည်။

**(၁) ကျန်းမာသောဆိတ်၏သဏ္ဍာန်လက္ခဏာများ**

- အစာကောင်းမွန်စွာစားသုံးခြင်း၊ စားမြုံ့ပြန်နေခြင်း
- တောက်ပသော အမွှေးနှင့်နူးညံ့ပြီး ဆွဲဆန်နိုင်သော အရေပြားရှိခြင်း
- တောက်ပသော မျက်လုံးနှင့် ပန်းရောင်မျက်ခွံရှိခြင်း
- ပျော်မြူးနေခြင်း၊ ဖြတ်လတ်နေခြင်း
- နို့စားဆိတ်မျိုးတွင် နို့ထွက်နှုန်းမှန်ခြင်း
- ဆိတ်ချေးပုံမှန်ယိုချခြင်း
- ခြေ၊ လက်များ ခိုင်မာစွာရပ်နေခြင်း

**(၂) မကျန်းမာသောဆိတ်၏သဏ္ဍာန်လက္ခဏာများ**

- အုပ်စုမှခွဲပြီး မှိုင်၍ရပ်နေတတ်ခြင်း
- အစာကောင်းစွာမစားခြင်း
- စားမြုံ့ပြန်မှုပုံမမှန်ခြင်း
- အသားအရေခမ်းခြောက်နေခြင်း (မစိုပြေခြင်း)
- သာမန်ကိုယ်အပူချိန်၏အထက် (သို့မဟုတ်) အောက်တွင် ရှိနေခြင်း
- မျက်လုံးနှင့်ပါးစပ်ဝန်းကျင်တွင်အရောင်ပြောင်းခြင်း
- ဝမ်းလျှောခြင်း
- နှာခေါင်းနှင့်ပါးစပ်တွင် အရိအရွဲများရှိခြင်း
- မျက်လုံးများနီရဲခြင်း
- ခြေမသန်ခြင်း
- သွားလာလှုပ်ရှားမှုမမှန်ခြင်း
- အမွှေးကျွတ်ခြင်း (သို့မဟုတ်) အမွှေးကြမ်းခြင်း
- ပိန်ချိုးခြင်း
- နို့စားဆိတ်များ နို့ထွက်ကျဆင်းခြင်း

**ကျန်းမာသောဆိတ်၏ ဇီဝကမ္မဆိုင်ရာအချက်များ**

- ကိုယ်ခန္ဓာအပူချိန် (စအိုတိုင်းတာမှု) - ၃၈. ၇ - ၄၀ဒီဂရီစင်တီဂရိတ် (၁၀၁. ၀၇-၁၀၄. ၅ ဒီဂရီဖာရင်ဟိုက်)
- နှလုံးခုန်နှုန်း Heart (pulses) rates - ၇၀-၈၀/မိနစ်
- အသက်ရှူနှုန်း - ၁၂-၂၀/မိနစ် (ဆိတ်ငယ်ကလေးများတွင် အသက်ရှူနှုန်းနှင့်နှလုံးခုန်နှုန်း ပိုမြန်ပါသည်။)
- ရှုမင်လှုပ်ရှားနှုန်း (အစာအိမ်) - ၁-၁. ၅/မိနစ်

ကိုယ်ခန္ဓာအပူချိန်ရယူရန် ဆိတ်ကိုထိန်းချုပ်ပြီး နားနေသည့် အနေအထား ဖြင့် စအိုအတွင်းသာမိတိတာသွင်း၍ တိုင်းယူနိုင်ပါသည်။ သွေးခုန်နှုန်းကို ခြေထောက် အတွင်းအပေါ်ပိုင်းရှိ သွေးလွှတ်ကြောမကြီးပေါ်တွင် လက်ချောင်းဖြင့် ညှင်သာစွာဖိ၍ တစ်မိနစ်အတွင်း အကြိမ်ရေမှတ်သားရပါမည်။ အသက်ရှူနှုန်းကို နံရိုး၏အောက်ပိုင်း တွင် လက်ချောင်းတင်ပြီး တစ်မိနစ်အတွင်း အကြိမ်ရေမှတ်သားတိုင်းတာနိုင်ပါသည်။

ဆိတ်မွေးမြူရေးခြံများ ပုံမှန်ကျန်းမာရေးစောင့်ရှောက်မှု လုပ်ငန်းတွင် ခွာလှီးခြင်း၊ ကိုယ်ခန္ဓာအလေးချိန်ယူခြင်း၊ နေ့စွဲနှင့် မှတ်တမ်းထားရှိခြင်း၊ ပုံမှန်သန်ချ ဆေးတိုက်ကျွေးခြင်း၊ ဒေသအတွင်း အစိုးရတိရစ္ဆာန်ဆေးကုဌာန၏ ရောဂါပျံ့နှံ့မှု လေ့လာထားမှု (Epidemiology in disease prevalence)အရ ကာကွယ်ဆေး ပုံမှန်ထိုးမှုအစီအစဉ်ရေးဆွဲခြင်း၊ မိမိခြံကိုကြည့်ရှုပေးသည့် တိရစ္ဆာန်ဆေးကု ဆရာဝန်နှင့် မွေးမြူရေးလုပ်ငန်းတူလုပ်ကိုင်သူများ စုစည်း၍ တိရစ္ဆာန်ကျန်းမာရေး ပြဿနာဖြေရှင်းမှု ဆွေးနွေးတိုင်ပင်ခြင်းများ လိုအပ်ပါသည်။

**ဖျားနာနေသော ဆိတ်အားပြုစုခြင်း**

ဆိတ်သည် သာမန်အားဖြင့် အကြမ်းခံသော တိရစ္ဆာန်မျိုးဖြစ်သည်။ သို့သော် ဆိတ်များအား လွယ်ကူစွာရောဂါရရှိစေနိုင်မည့် အခြေအနေများဖြစ်သည့် မိုးထဲလေထဲတွင်ထားခြင်း၊ ဆိတ်တဲသန့်ရှင်းမှုမရှိခြင်း၊ အစာအာဟာရလုံလောက်စွာ မစားရခြင်း၊ သင်္ဘော (သို့မဟုတ်) ကားဖြင့် အချိန်ကြာမြင့်စွာသယ်ပို့ခြင်း၊ ကပ်ပါးပိုး များရှိခြင်းတို့ကြောင့် ဖျားနာမှုများ ဖြစ်ပေါ်နိုင်ပါသည်။ ဖျားနာနေသောဆိတ်ကို

ပြစ်မထားသင့်ပါ။ ဆောလျင်စွာ အထူးပြုစောင့်ရှောက်ရန် လိုအပ်သည်။ ဖျားနာ သည့်လက္ခဏာ ပြနေသော ဆိတ်အားအောက်ပါအတိုင်း ပြုစောင့်ရှောက်ရပါ မည်

- (၁) ဖျားနာနေသော ဆိတ်အား လုံလောက်သော အလင်းရောင်နှင့် လေသန့်ရရှိပြီး အညစ်အကြေး များကင်းစင်သော သီးခြားအခန်းတွင် ခွဲခြားထားပေးပါ။
- (၂) သန့်ရှင်းလတ်ဆတ်သောမြက်နှင့် အစာရေစာများ စီစဉ်ပေးပါ။
- (၃) ခြေ၊ လက်အခြေအနေ ပြောင်းလဲမှုရှိမရှိကို မကြာခဏ အကဲခတ် လေ့လာပါ။
- (၄) အကောင်းဆုံးကုသမှုရယူပါ။
- (၅) မိမိအရပ်ဒေသအတွင်းရှိ တိရစ္ဆာန်ကျန်းမာရေး အကူလုပ်သားနှင့် တိရစ္ဆာန်ဆေးကုဆရာဝန်တို့အား တိုင်ပင်ပါ။

**ဆိတ်မွေးမြူရေးခြံတွင်ထားရှိရမည့်ဆေးသေတ္တာ**

ဆိတ်မွေးမြူရေးခြံတွင် ပဏာမဆေးကုသမှုအတွက် အရေးပေါ်ကုသမှု ပစ္စည်းများပါဝင်သော ဆေးသေတ္တာတစ်ခု ထားရှိရန် လိုအပ်ပါသည်။ ဈေးကွက်တွင် ကော်ဘူး၊ ဆေးသေတ္တာ (Plastic first aid kit box) လွယ်ကူစွာဝယ်ယူရရှိနိုင် ပါသည်။ ပုံမှန်ကြည့်ရှုပေးသော တိရစ္ဆာန်ဆေးကုဆရာဝန်မရောက်ရှိမီ ကြိုတင်ပြုစောင့်ရှောက်ထားရန်ဖြစ်သည်။

**ဆေးသေတ္တာငယ်တွင် ထည့်သွင်းပါရှိရမည့်ပစ္စည်းများ**

- ၁။ အပူချိန်တိုင်း သာမိုမီတာတစ်ခု
- ၂။ သာမိုမီတာသန့်စင်ရန် အိုင်ဆိုပရိုပိုင်း အရက်ပြန်ပုလင်းငယ်
- ၃။ တစ်ခါသုံး ပလတ်စတစ်ဆေးထိုးပြွန် (၃-၅စီစီ) ၆ ခု
- ၄။ ၁၈ ဂီတ်ဆေးထိုးအပ် (၆)ခု
- ၅။ သွေးတိတ်စေမှုအတွက် သန့်ပြန်သော သွေးစုပ်အဝတ်စ (၃)ခု
- ၆။ မေးခိုင်ကာကွယ်ဆေး (tetanus antitoxin) (၁)ဘူး
- ၇။ အနာဆေးကြောရန် ဟိုက်ဒရိုဂျင်ပါအောက်ဆိုဒ်(၁)ဘူး

- ၈။ အနာဆေးထည့်ရန် ပဋိဇီဝလိမ်းဆေး (၁)တောင့်
- ၉။ စားဆီ (မြေပဲဆီ၊ နှမ်းဆီ) အအေးပုလင်းနှင့်တစ်ပုလင်း (အစာအိမ်လေပွခြင်းတွင်တိုက်ရန်)
- ၁၀။ Ketosis ကုသရန် propylene glycol တစ်ပုလင်း
- ၁၁။ ဓာတ်ဆားထုပ်(၁၀)ထုပ် (ဝမ်းလျှောဝမ်းပျက်ကုသရန်)
- ၁၂။ နို့အုံသန့်ရှင်းရန် ပိုးသတ်ဆေးဖျော်ရည် (နို့မညှစ်မီ သန့်စင်ခြင်း)
- ၁၃။ သန့်ချဆေးထုပ်(တိရစ္ဆာန်ဆေးကုဆရာဝန်၏ ညွှန်းဆိုမှုအရ တိုက်ကျွေးရန်)
- ၁၄။ သန်း၊ မွှား သန့်စင်ရန် ပိုးသတ်ဆေးရည် (အမှုန့်၊ အရည်) (လိုအပ်ပါက ကိုယ်ခန္ဓာပြင်ပကပ်ပါးများဖျန်းပေးရန်)
- ၁၅။ အနာဆေးကြောသန့်စင်ရန် ဝှမ်းလိပ်တစ်လိပ်
- ၁၆။ ၂ လက်မ ပတ်တီး (၃)လိပ်
- ၁၇။ အနာဆေးထည့်စဉ် အသုံးပြုရန် ဖော့ဆက်ပ် (Forceps) နှင့် ကပ်ကြေး တစ်စုံ

**ဆေးကုမူမှတ်တမ်းထားရှိခြင်း**

ဆေးကုသမှု သမိုင်း၊ သန့်ချဆေးတိုက်ခြင်း၊ ကာကွယ် ဆေးထိုးခြင်းများကို နေ့အလိုက်မှတ်တမ်းတွင် ဖြည့်သွင်းရန်အတွက် ဆေးကုသမှုမှတ်တမ်းကတ်ပြား ထားရှိရပါမည် -

နေ့စွဲ	ဆိတ်အမည် (နားရွက်နံပါတ်)	ဆေးကုသမှု ကာကွယ်ဆေး ထိုးခြင်း	ဆေး အချိန်အဆ	မှတ်ချက်

အသားဆေးထိုးပုံ (I.M)



အရေပြားအောက်ဆေးထိုးပုံ (S.C)



**ရောဂါများနှင့်ရောဂါဖြစ်စေသောအကြောင်းရင်းများ**

ရောဂါဆိုသည်မှာ ပကတိကျန်းမာခြင်းမှ တစ်စုံတစ်ခု လွဲချော် ချွတ်ယွင်းခြင်းပင်ဖြစ်သည်။ ထိုသို့ ဖြစ်စေသော အကြောင်းမျိုးစုံအနက် အဓိကအကြောင်းရင်းများမှာ -

- (၁) ကူးစက်တတ်သော ဘက်တီးရီးယားနှင့် ဗိုင်းရပ်စ် ပိုးများ
- (၂) ကူးစက်ခြင်းမရှိသော ဓာတုပစ္စည်းများ၊ အဆိပ်အတောက်များ၊ အာဟာရချို့တဲ့ခြင်းနှင့် ဒဏ်ရာရခြင်း
- (၃) ဆိတ်များအား လွယ်ကူစွာ ရောဂါရရှိနိုင်ရန် အခြေ အနေများ ဖြစ်သည့် မိုးထဲလေထဲတွင်နေခြင်း၊ သင်္ဘော (သို့မဟုတ်) ကားဖြင့် အချိန်ကြာမြင့်စွာ သယ်ပို့ခြင်း၊ ကိုင်တွင်းကိုယ်ပမှ ကပ်ပါးပိုးများ ရှိခြင်း။

**(၃) ဆိတ်တွင်အဖြစ်များသောရောဂါများ**

ဆိတ်တွင်အဖြစ်များသောရောဂါများအား သဏ္ဍာန်လက္ခဏာ၊ ကုသပေးမှု နှင့် ကာကွယ်ပေးခြင်းများအား ဇယားဖြင့် ဖော်ပြပါသည်။ တိရစ္ဆာန်ဆေးကုဆရာဝန်မှ ရောဂါစူးစမ်းရှာဖွေ ခြင်း၊ ကုသပေးခြင်းများကို စနစ်ကျစွာလုပ်ဆောင်ပေးနိုင်မည် ဖြစ်သော်လည်း တိရစ္ဆာန်ဆေးကုဆရာဝန်မရောက်ရှိမီ ကြိုတင် ဆောင်ရွက်နိုင်ရန်နှင့် သိရှိထားရန် လိုအပ်ချက်အစိတ်အပိုင်းများကို ကောက်နုတ်ဖော်ပြထားခြင်းဖြစ်ပါ သည်။

**ကူးစက်ခြင်းမရှိသောရောဂါများ**

ကျန်းမာရေးပြဿနာ	သဏ္ဍာန်လက္ခဏာ	ကာကွယ်/ကုသပေးခြင်း
<b>သွေးအားနည်းရောဂါ</b>	မျက်ခွံအရောင် ဖျော့ခြင်း၊ နှာဖျား၊ အရောင်ဖျော့ခြင်း၊ အားနည်းမှုသဏ္ဍာန် ပေါ်ခြင်း၊ ဒယ်မ်း ဒယ်ိုင်ဖြစ်ခြင်း	အစာအာဟာရဖြည့်စွက် ကျွေးမွေးရန်၊ အစာတွင် သံဓာတ်ဖြည့်စွက်ပေးရန်၊ သန်ချဆေးတိုက်ရန်
<b>သွေးအားနည်းရောဂါ</b>	ကိုယ်ဝန်ဆောင် ကာလအတွင်း ရက်မစေ့မီသား အသေပေါက်ခြင်း	ဇီးရိုဆိတ်မများ ၁၅%ခန့် သားလျော့နိုင်သည်။ ဆိတ် အချင်းချင်းခွေသော ကြောင့် သားလျော့မှု အများဆုံးဖြစ်သည်။ အာဟာရချို့တဲ့ခြင်း၊ သတ္တု ဓာတ်ချို့တဲ့ခြင်းများ ကြောင့်လည်း သားလျော့ နိုင်သည်။ ဘက်တီးရီးယား ဗိုင်းရပ်ပိုးကြောင့်လည်း သားလျော့နိုင်သည်။ ဇီးဆိတ်မများကို သီးခြား ခွဲထားရန် အာဟာရဖြည့် စွက်ကျွေးရန်၊ သတ္တုဓာတ် ဖြည့်စွက်ကျွေးရန်။

ကျန်းမာရေးပြဿနာ	သဏ္ဍာန်လက္ခဏာ	ကာကွယ်/ကုသပေးခြင်း
<b>အစာအိမ် လေပွခြင်း (Bloat)</b>	ဗိုက်ဖောင်းခြင်း (အစာအိမ်ဘယ်ဘက်)	တန်ခူး၊ ကဆုန်မြက်သား မွေး၊ မြက်နုများ၊ ပြောင်းပင် အနုများစားခြင်း ကြောင့်ဖြစ်တတ်သည်။ မြက်နုကိုထိန်းချုပ်ကျွေးရန်၊ မြက်နုကိုကောက်ရိုး၊ မြက်ကြမ်းဖြင့် ရောကျွေးရန်၊ ပဲဆီ၊ နှမ်းဆီ၊ ဘီလပ် ရည်ပုလင်း (၁၅၀စီစီ)တိုက်ရန်၊ အသက်ရှူကြပ်ခြင်း အထိဖြစ်ပါက ဝမ်းဗိုက်ဘယ်ဘက်အပေါ်ပိုင်း သုံးပုံတစ်ပုံတွင် ၁၅ဂရမ် ဆေးထိုးအပ်ဖြင့်ဖောက်၍ မီသိန်းဓာတ်ငွေ့များ ထုတ်ပေးရန်။
<b>အစာမကြေရောဂါ (Indigestion)</b>	အစာစားသုံးခြင်း၊ လျော့နည်းလာသည်။ အစာစားရပ်သွားသည်။ အစာမကြေခြင်းသည် သောက်သုံးရေမလုံလောက်ခြင်းကြောင့် ဖြစ်ရပါကဝမ်းချုပ်သည်။ ကျင်ကြီး	ဖြစ်ပွားသောအခြေအနေပေါ်မူတည်၍ ဆောင်ရွက်ပေးရမည်။ ဝမ်းချုပ်ပါက ဝမ်းသွားစေရန် ဆားခါး (မဂ္ဂနီဆီယမ်ဆာလဖိတ်) ၆၀-၁၂၀ ဂရမ် တိုက်ကျွေးသည်။ ဝမ်းသွားပါက ဝမ်းပိတ်ဆေးတိုက်ကျွေးရန် လိုအပ်သည်။

ကျန်းမာရေးပြဿနာ	သဏ္ဍာန်လက္ခဏာ	ကာကွယ်/ကုသပေးခြင်း
	မာနေတတ်သည်။ သစ်ရွက်စိမ်းများနှင့်အစေ့အဆံ အမြောက်အမြား စား၍ အစာမကြေဖြစ်လျှင် မူကား၊ ဝမ်းလျှော၍ အရည်များသွားတတ်သည်။ တိရစ္ဆာန်ငေးမှိုင့်နေတတ်သည်။	
<b>ကိုယ်ဝန်သွေးအဆိပ် တက်ခြင်း (KETOSIS)</b>	အစာစားချင်စိတ် လျော့နည်းခြင်း၊ ကိုယ် ဒယ်မ်းဒယိုင်လှုပ်ရှားခြင်း၊ ကိုယ်ဝန်ဆောင်နောက်ပိုင်းကာလနှင့်မွေးဖွားပြီး ကလေးနို့တိုက်ကာလဖြစ်တတ်သည်။	သကြားရည်၊ ပျားရည်၊ အချိုရည်တိုက်ရန်၊ ကုသမှုအတွက် ပရိုပိုင်းလင်း ဂလိုက်ကော(၂)အောင်စ တိုက်ရန်။

ကျန်းမာရေးပြဿနာ	သဏ္ဍာန်လက္ခဏာ	ကာကွယ်/ကုသပေးခြင်း
<b>ချက်ရောင်ခြင်း</b>	ဆိတ်သားပေါက် ကလေးအဖျားဝင်ခြင်း၊ အဆစ်များ ရောင်ခြင်း၊ ထော့ ကျိုးသွားခြင်း၊ ကုသ မှုမရှိပါက သေစေ နိုင်သည်။	ဆိတ်မွေးဖွားခန်း သန့်ရှင်း မှုဆောင်ရွက်ရန်၊ ချက်ကြိုး စကို ၇% အိုင်အိုဒင်း ဖျော်ရည်တွင် နှစ်ရန်၊ ချက်ရောင်ရမ်းပါက ပဋိ ဇီဝဆေးထိုးရန်၊ မိခင် ဆိတ်မကြီးအား အမြင့် စားပဋိဇီဝဆေး (Broad spectrum) တိုက်ကျွေး ခြင်းဖြင့် နို့စို့ဆိတ်ကလေး အား ကုသရန်။
<b>မေးခိုင်ရောဂါ</b>	အနာဒဏ်ရာမှ တစ်ဆင့် မေးခိုင်ပိုး ဝင်ရောက်သည်။ အကြောဆွဲခြင်း၊ မျက်ခွံလန်ခြင်းဖြစ် ပေါ်သည်။	မေးခိုင်ရောဂါကာကွယ် ဆေးထိုးပေးရန်၊ ရောဂါ သဏ္ဍာန်ဖြစ်ပေါ်ချိန်တွင် ပဋိဇီဝဆေး အဆပြင်း တင်၍ ကုသပေးရန်။

**ကူးစက်တတ်သောရောဂါများ**

ကျန်းမာရေးပြဿနာ	သဏ္ဍာန်လက္ခဏာ	ကာကွယ်/ကုသပေးခြင်း
<b>ပြီဖုနာ(ABCESSES)</b>	လင်းနုတ်များရောင် ရမ်းခြင်း၊ အများအား ဖြင့် မေးရိုးအောက် နားရွက်နောက်ဘက်၊ ပုခုံးရွှေ့ပိုင်း၊ ရင်အုပ် ပိုင်း၊ နို့အုံအထက် ပိုင်း၊ ပေါင်ခြုံ၊ ဒူးဆစ်အပေါ်ပိုင်း၊ လင်းနုတ်များပူခြင်း၊ ရောင်ရမ်းခြင်း၊ (၃-၅ စင်တီမီတာ) ကြီးလာ ခြင်း၊ အစိမ်းရောင် အရည်၊ အဝါရောင် ပြီဖတ်များဖြစ်လာ သည်။	တစ်ကောင်နှင့် တစ်ကောင် ထိတွေ့ကူးစက်နိုင်သည်။ အရေပြားမှတဆင့်သော် လည်းကောင်း၊ မှက် မွှား ကိုက်ခြင်းဖြင့်လည်း ကူးစက်နိုင်သည်။ ပြီဖုကို ခွဲစိတ်ပြီး ၇% အိုင်အိုဒင်း အရည်ဖြင့် ဆေးကြော ပေးခြင်းနှင့် အနာကျက် စေရန် ဆာလဖာ၊ ပဋိဇီဝ ဆေးမှုန့်ဖြင့် ဆက်လက် ကုသပေးရန်။
<b>သားလျှောရောဂါ</b>	ဆိတ်ဇီးကာလ ၄-၆ ပတ်တွင်သားလျှော တတ်သည်။ သား လျှောမှုဖြစ်ခဲ့သည်။	<i>Brucella melitensis</i> ပိုး ကြောင့် သားလျှောသည်။ ရောဂါပိုးပါသောအစာမှ လည်းကောင်း၊ သားလျှော သည့် အရိအရွဲအရည်ကို လျှောဖြင့် ရက်ခြင်းဖြင့်လည်း ကောင်း ကူးစက်နိုင်သည်။ သားလျှောသည့်ဆိတ်မကို ကုသခြင်းဖြင့် ပျောက်ကင်း မှုမရနိုင်ပါ။



ကျန်းမာရေးပြဿနာ	သဏ္ဍာန်လက္ခဏာ	ကာကွယ်/ကုသပေးခြင်း
		<p>သားလျှောဆိတ်မ၏နို့ကို ပိုးသတ်သန့်စင်ခြင်း လုံလောက်စွာမပြုပဲ သောက်သုံးခြင်းဖြင့် လူသို့ ကူးစက်နိုင်သည်။</p> <p>သားလျှောရောဂါကာကွယ်ဆေးကို ရောဂါဖြစ်ပွားသောခြံလုံးကျွတ်ထိုးပေးရမည်။</p> <p>နှစ်စဉ်သားလျှောရောဂါပိုးစစ်ဆေးရန် လိုအပ်သည်။</p>
<b>သွေးဝမ်းရောဂါ</b>	<p>ဆိတ်ငယ်ကလေးများတွင်အများအားဖြင့်တွေ့ရသည်။ ဝမ်းအဆက်မပြတ် သွားရာတွင် သွေးများပါဝင်သည်။ ဝမ်းသွားရာတွင် အဖြူဖတ်များ ရံဖန်ရံခါ တွေ့ရတတ်သည်။ ဝမ်းသွားပြီး ဒယ်မ်းဒယိုင်ဖြစ်ခါ သေဆုံးတတ်သည်။</p>	<p>အမ်ပရာသွေးဝမ်းကုသဆေး(၄)ရက်တိုက်ကျွေးရမည်။ ဝမ်းသွားရာတွင်ကုသမှုအတိုင်းဆောင်ရွက်ရန်၊ ရေဆုံးရှုံးမှုအတွက် ဓာတ်ဆားရည် ဖြည့်စွက်တိုက်ကျွေးရန်လိုအပ်သည်။ ဓာတ်ဆားရည်ထုပ် (Oral Salts) မရရှိနိုင်ပါက ဆားလွှက်ရည်ဇွန်းတစ်ဇွန်း၊ ဆော်ဒါလေးပုံတစ်ပုံ ဇွန်း၊ ဂလူးကို့(စ်) ၄အောင်စရေ (၂)လီတာရောစပ် တိုက်ကျွေးရန်</p>

ကျန်းမာရေးပြဿနာ	သဏ္ဍာန်လက္ခဏာ	ကာကွယ်/ကုသပေးခြင်း
<b>နာဖျား၊ အရည်ဖုနာ (Contagous ecthyma sore mouth)</b>	<p>ပါးစပ်ဒေါင့်တွင် အနီစက်အနာဖုဖြင့် စတင်ဖြစ်သည်။ ကြီးလာပြီး အရည်ဖြစ်လာသည်။ နာဖျားပါးစပ်နှင့် မျက်ဝန်းအနီး ကူးစက်သည်။ တစ်ပတ်မှလေးပတ်အကြာ အနာဖေးကွာကျသည်။ ဆိတ်ငယ်ကလေးများ နို့စို့ရင်း ဆိတ်မကြီး၏ နို့တံသို့ကူးစက်သည်။</p>	<p>ဆိတ်ကလေးများ(၂)ပတ်အရွယ်ကာကွယ်ဆေးထိုးပြီး(၂)နှစ်တစ်ကြိမ်ထပ်မံထိုးပေးရန် လိုအပ်သည်။ ရောဂါဖြစ်သောဆိတ်ကို သီးခြားခွဲခြားထားရမည်။ ရောဂါဖြစ်ပွားဖူးသောခြံ၊ စားကျက်တွင်(၁၀)နှစ်အထိ ထပ်မံကူးစက်နိုင်မှု ရှိသည်။ လျန်ဆန်ဘိုင်အိုလက်မှုတ်ဆေး၊ အောက်စီစပရေးဘူးဖြင့် ပက်ဖျန်းခြင်းဖြင့် အနာလျင်မြန်စွာပျောက်နိုင်သည်။</p>
<b>ဝမ်းသွားခြင်း</b>	<p>ဝမ်းပျော့၊ ဝမ်းအရည်များသွားသည်။ ကိုယ်တွင်း သန်ကောင်ကြောင့် ဝမ်းသွားတတ်သည်။ သွေးဝမ်းကြောင့် လည်းဝမ်းသွားသည်။ ဝမ်းလျှောနိုင်သော အကြောင်းများစွာ ရှိသည်။ ပုတ်သိုးသော၊ ညစ်ပတ်သော အစာကြောင့်လည်း ဝမ်းလျှောနိုင်သည်။</p>	<p>ဝမ်းသွားစဉ် အစာကျွေးခြင်း တစ်ရက်နားပြီး ဓာတ်ဆားရည်တိုက်ကျွေးရန်၊ ဝမ်းသွားမှု မြင့်တက်ပါက အမ်ပရာ (သို့) ဆာလဖာဆေးတိုက်ပေးရန်။</p>

ကျန်းမာရေးပြဿနာ	သဏ္ဍာန်လက္ခဏာ	ကာကွယ်/ကုသပေးခြင်း
<p><b>အူမတွင်ဘက်တီးရီးယားပိုးဝင်ခြင်း (Enterotoxemia)</b></p>	<p>အစာမစားခြင်း၊ မှိုငှဲတွေခြင်း၊ အမွှေးဆောင်းခြင်း၊ မျက်ခွံချိုင့်ဝင်ခြင်း၊ ဝမ်းသွားရာ၌ အမြှုပ်များပါရှိပြီး အနံ့ဆိုးဝါးခြင်း။</p>	<p>ရောဂါဖြစ်သောဆိတ်ကို သန့်ရှင်းခြောက်သွေ့သောနေရာ၌ ကောက်ရိုး၊ မြက်ခြောက်ခင်း၍ အိပ်စေရမည်။ ကောက်ရိုး၊ မြက်ခြောက်ညစ်ညမ်းပါက အသစ်လဲပေးရမည်။ ရောဂါဖြစ်သောဆိတ်အား တာရာမိုင်စင်ကိုဆေးညှန်းအတိုင်း တိုက်ကျွေးကုသနိုင်သည်။</p>
<p><b>ခွာပုတ်နာ(Foot rot)</b></p>	<p>ခြေထောင့်ကျိုးလျှောက်သည်။ ခွာထိပ်ပန်းကုံးရောင်ခြင်း၊ ခွာကြားတွင်ပြည်တည်နာပြုပြီး အနာဖြစ်ခြင်းများတွေ့ရသည်။ အနံ့ဆိုးထွက်သည်။</p>	<p>ခွာများရှည်ထွက်မှုမရှိအောင် ပုံမှန်လှီးဖြတ်ပေးရန်၊ သန့်ရှင်းခြောက်သွေ့သောနေရာ၌ထား၍ ကုသရန်၊ ခွာကြားပြည်ဖတ်၊ အနာဖတ်များဖယ်ရှားပစ်ရန်၊ အနာအား ကော့ပါးဆာလဖိတ် (CuSo<sub>4</sub>)၁၀% ဖျော်ရည်ဖြင့် ဆေးကြောနိုင်သည်။ ကလိုရိုဖီနီကော့အမှုန့်(သို့) ဖျန်းဆေးဖြင့် အနာကုသရန်။ဖြစ်စအချိန်တွင် ပဋိဇီဝထိုးဆေးဖြင့် ကုသလျှင် လျှင်မြန်စွာပျောက်ကင်းနိုင်သည်။</p>

ကျန်းမာရေးပြဿနာ	သဏ္ဍာန်လက္ခဏာ	ကာကွယ်/ကုသပေးခြင်း
<p><b>လည်ချောင်းကွဲရောဂါ (Harmorrhagic Septicemia)</b></p>	<p>အဖျားဝင်သည်။ ချောင်းဆိုးသည်။ နှာရည်ကျသည်။ စွတ်စိုအနိမ့်ပိုင်းကျသောဒေသများ၌ ရာသီအလိုက်ဖြစ်တတ်သည်။ အထူးသဖြင့် တိရစ္ဆာန်သည် ရာသီဥတုဒဏ်၊ ခရီးသွားလာမှုဒဏ်ခံရပါက ကူးစက်မှုလွယ်သည်။ အသက်ရှူလမ်းကြောင်းနှင့် အစာလမ်းကြောင်းထိခိုက်သဖြင့် ရောဂါပြင်းထန်ပါက သေဆုံးနိုင်သည်။</p>	<p>ရောဂါမပြင်းထန်လျှင် ပဋိဇီဝဆေးဖြင့် ကုသနိုင်သည်။ ကာကွယ်ဆေးထိုးခြင်းဖြင့် ကြိုတင်ကာကွယ်နိုင်သည်။</p>
<p><b>ခွာနာလျှာနာ (Foot and Mouth disease)</b></p>	<p>အချို့သောအပူပိုင်းဒေသများတွင် ဆိတ်များ၌ ခွာနာလျှာနာရောဂါဖြစ်တတ်ပါသည်။ ဗိုင်းရပ်စ်ပိုးကြောင့်ဖြစ်ပြီး၊ ပါးစပ်နှင့်ခြေထောက်ရှိ ခွာပတ်ဝန်းကျင်ပိုင်းတွင် ရေအိတ်သဏ္ဍာန်ဖုများဖြစ်</p>	<p>ရောဂါဖြစ်သော တိရစ္ဆာန်ကို သီးခြားခွဲခြားပြုစုရန် လိုသည်။ အနာများမှ ကျဆင်းလာသော ဗိုင်းရပ်စ်သည် အစာ၊ ရေ၊ ပစ္စည်း၊ ကိရိယာ၊ အသုံးအဆောင်၊ လူ၊ တိရစ္ဆာန်၊ လေမှတစ်ဆင့်ကူးစက်ပြန့်ပွားနိုင်သည်။ ကာကွယ်ဆေးကြိုတင်ထိုးပေးခြင်းဖြင့်</p>

ကျန်းမာရေးပြဿနာ	သဏ္ဍာန်လက္ခဏာ	ကာကွယ်/ကုသပေးခြင်း
	လာပြီး ပေါက်ပြဲသွားသည်။ ပါးစပ်၌ သွားရည်များကျဆင်းပြီး အမြှုပ်များကျသည်။	ကာကွယ်ပေးနိုင်သည်။
<b>ဒေါင့်သန်းရောဂါ (Anthrax)</b>	ဘက်တီးရီးယားပိုးကြောင့် ရောဂါဖြစ်ပွားသည်။ ကိုယ်အပူချိန်မြင့်မားခြင်း၊ အသက်ရှူကြပ်ခြင်း၊ အသားများတုန်လှုပ်ခြင်းများဖြစ်ပြီး တက်၍ သေဆုံးတတ်သည်။ သေဆုံးပြီးပါက စအို၊ နှာခေါင်းပေါက်နှင့် အမအင်္ဂါစပ်တို့မှ သွေးမဲများထွက်လာပြီး မခဲပေ။ အသေကောင်ကိုတွင်းနက်နက်တူး၍ ထုံးစသောပိုးသတ်ဆေးဖျန်း၍ မြှုပ်ပစ်ရမည်။ (သို့) မီးရှို့ဖျက်ဆီးပစ်ရမည်။	ရောဂါသဏ္ဍာန်ပေါ်စတွင် တာရာမိုင်စင်အကြောဆေးဖြင့် ကုသနိုင်သည်။ ကြိုတင်ကာကွယ်ဆေးထိုးပေးခြင်းဖြင့် ကာကွယ်နိုင်သည်။ ရောဂါလုံးဝမဖြစ်ဖူးသော ဒေသများတွင် ကာကွယ်ဆေးထိုးရန် မလိုအပ်ပါ။ ဤရောဂါကြောင့် သေဆုံးသောတိရစ္ဆာန်ကို ခွဲစိတ်ခြင်းမပြုရပါ။ သေသည့်တိရစ္ဆာန်၏ အသားစားပါက လူကို လျင်မြန်စွာဖြစ်ပေါ်သည်။

ကျန်းမာရေးပြဿနာ	သဏ္ဍာန်လက္ခဏာ	ကာကွယ်/ကုသပေးခြင်း
<b>အဆုတ်အအေးမိ ရောဂါ (Pneumonia)</b>	အသက်ပြင်းပြင်းရှူသည်။ နှာရည်အပြစ်ချွဲကျသည်။ ကိုယ်အပူချိန်မှန်တွင် ဖြစ်သကဲ့သို့ အပူချိန်မြင့်တက်မှုလည်း ရှိသည်။	ဆိတ်တဲလေဝင်လေထွက် ညံ့ခြင်း၊ ကောင်ရေများစွာ ထားခြင်း၊ အခင်းညစ်ပတ်ခြင်းများကြောင့်ဖြစ်နိုင်သည်။ ကုသမှုမပေးပါက သေဆုံးနိုင်သည်။ တက်ထရာဆိုက်ကလင်း၊ အောက်စီတက်ထရာဆိုက်ကလင်း၊ တိုက်လိုစင်၊ ပင်နီစလင်၊ စထရက်တိုမိုင်းစင် ထိုးဆေးဖြင့်ကုသနိုင်သည်။
<b>နို့အုံရောင်ရောဂါ (Mastitis)</b>	နို့အုံတစ်ဖက်မာတင်းပြီး ပူနေသည့်အပြင် အခြားနို့အုံများနှင့် မညီမညာဖြစ်ခြင်း၊ နို့ရည်တွင် သွေးပါခြင်းများတွေ့ရသည်။ တခါတရံ နို့ရည်သည်ပုံမှန်ဖြစ်သော်လည်း င်နေသော နို့ရည်တွေ့ရသည်။ ဘက်တီးရီးယားပိုးကြောင့်ဖြစ်ပွားသည်။ အခြားဆိတ်များသို့လည်း ကူးစက်နိုင်သည်။	နို့အုံရောင်ခြင်းကို စောစီးစွာ ပင်နီစလင်ထိုးဆေး၊ နို့တံသွင်းဆေးတောင့်ဖြင့် ကုသနိုင်သည်။ ဆိတ်ခြံသန့်ရှင်းခြင်း၊ နို့ညစ်ရာ၌ သန့်ရှင်းခြင်း၊ နို့အုံများဒဏ်ရာမရစေရန် ကျယ်ဝန်းလုံလောက်သောနေရာထားရှိခြင်း၊ စိုစွတ်ပြီး ညစ်ညမ်းသောအခင်းများဖယ်ထုတ်ခြင်း၊ ကလေးမမွေးဖွားမီ အစာအာဟာရအကျိုးကျေးဇူးမြင့် ရှောင်ရှားရမည်။

ကျန်းမာရေးပြဿနာ	သဏ္ဍာန်လက္ခဏာ	ကာကွယ်/ကုသပေးခြင်း
<b>ချောင်းဆိုးခြင်း (Coughs)</b>	ချောင်းဆိုးခြင်းသည် တချို့သန်ကောင်များကြောင့်ဖြစ်တတ်သည်။ အအေးမိခြင်း၊ တုပ်ကွေး စသည်တို့နှင့်တွဲ၍ဖြစ်တတ်သည်။ ဖုံ့မှုန့်ကပ်သောအစားအစာများကြောင့်လည်း ချောင်းဆိုးနိုင်သည်။	ဆိတ်၏ရင်ပတ်နှင့် အာခေါင်တို့ကိုပရုပ်လုံးပါသော ဆီလိမ်းပေးခြင်းဖြင့် ကုသနိုင်သည်။ ဆိတ်ခြံ၏ နံရံများအား ခရီအိုဆပ်ဆေးလိမ်းပေးခြင်းသည် ထိရောက်မှုရှိသည်။ သန်ချပေးခြင်းဖြင့် ချောင်းဆိုးခြင်းနှင့် အခြားဒွန်တွဲသောရောဂါများပြန်လည်ကောင်းတတ်သည်။
<b>ကျောက်တည်ခြင်း (Urinary Stones)</b>	ဆီးသွားရန်ခက်ခဲခြင်း၊ ဝမ်းဗိုက်ကို ခြေဖြင့်ကန်ခြင်း၊ အစာစားမှုကျဆင်းခြင်း၊ ရောဂါပြင်းထန်ပါက သေဆုံးနိုင်သည်။ ဆီးလမ်းကြောင်းတွင် ကျောက်တည်ခရစ်စတယ်များစုပုံနေပြီး ဆီးလမ်းကြောင်းပိတ်သည်။	သောက်ရေလုံလောက်စွာ မသောက်ရခြင်း၊ မစာနုအလွန်အကျွံကျွေးခြင်းကြောင့် ဖြစ်တတ်သည်။ မြက်ခြောက်၊ ပြောင်းရိုးခြောက်ကျွေးခြင်း၊ ပဲနွယ်ရွက်ခြောက် (ပဲမှော်) ကျွေးမှုရပ်ခြင်း၊ အစာနုကျွေးမှုလျော့ချခြင်း၊ ရေလုံလောက်အောင်တိုက်ကျွေးခြင်းဖြင့် အစာကျွေးစနစ်ပြောင်းပေးရန်ဖြစ်သည်။ ကျောက်တည်ခရစ်စတယ် (Urinary Calculi) ပြင်းထန်ပါက ခွဲစိတ်ကုသပေးမှုလိုအပ်သည်။

ကျန်းမာရေးပြဿနာ	သဏ္ဍာန်လက္ခဏာ	ကာကွယ်/ကုသပေးခြင်း
<b>ဆိတ်ကိုယ်တွင်း သန်ကောင်များ</b>  <b>အစာအိမ်သန်ကောင် (Stomach worm)</b>	သန်ကောင်သည် ချည်မျှင်နှင့်သဏ္ဍာန်တူပြီး အရှည်(၁")ခန့် အထိ အစာအိမ်ထဲတွင် ရှိတတ်သည်။ သန်ကောင်အရေအတွက်များပြားစွာ ရှိပါက သွေးစုပ်ယူခြင်းကြောင့် ပိန်ချိုးပြီး အားနည်းစေသည်။ အစာမစားလိုခြင်း၊ အမွေးအရောင်အဆင်း မွဲခြောက်ဖျော့တော့ခြင်းလည်း ဖြစ်စေသည်။	သန်ချဆေးဖြစ်သော တက်ကြာဆိုလ် (Tetrosole) သို့မဟုတ် ဗာလ်ဘာဆင်း (Valvazene) ဆေးကို ဆေးညှန်းအတိုင်း တိုက်ကျွေးခြင်းဖြင့်ကုသပျောက်ကင်းနိုင်သည်။ သန်ကောင်ရှိနေသောစားကျက်မြက်ခင်းကိုစားခြင်းဖြင့် ကူးစက်နိုင်သည်။ ဆိတ်များအား စားကျက်မြက်ခင်းမှအခိုက်အတန့်ဖယ်ရှားခြင်းဖြင့် သန်ကောင်များသေစေနိုင်သည်။
<b>သန်ကောင်အပြား (Paramphistome)</b>	အစာအိမ်နှင့် အူသိမ်အတွင်း၌ နေသည်။ အစာချေလမ်းကြောင်း တစ်လျှောက်ရောင်ရမ်းမှုကိုဖြစ်စေသည်။ အရွယ်အားလုံးတွင်တွယ်ကပ်မှုဖြစ်ပွားနိုင်သည်။ ဆိတ်ငယ်ကလေး	ကာဗွန်တက်ထရာကလိုရိုဒ်နှင့် ဟက်စတာလိုရိုအီသိန်း (သို့) ဗာလ်ဘာဆင်းတိုက်ကျွေးကုသနိုင်သည်။ စားကျက်မြက်ခင်းကိုလွှတ်ကျောင်းမှုရပ်နားပေးခြင်း၊ ခရုများရှင်းလင်းခြင်းဖြင့် ရောဂါထိန်းချုပ်နိုင်သည်။

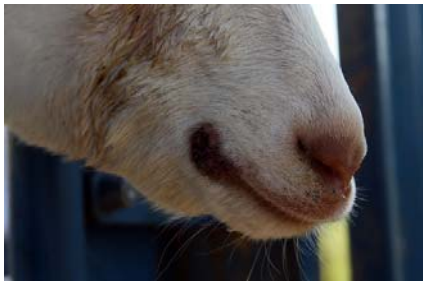
ကျန်းမာရေးပြဿနာ	သဏ္ဍာန်လက္ခဏာ	ကာကွယ်/ကုသပေးခြင်း
	<p>များ သေဆုံးနှုန်းများပြားသည်။ ဆိတ်သည်ပိန်ချိုးအားနည်းပြီး အရောင်ဖျော့သောပြည်တည်သည့်အမြွေးပါးများတွေ့ရသည်။ အေးသောရာသီတွင် အမွေးများထောင်နေပြီး ခါးကုန်းနေတတ်သည်။ သန်ကောင်၏ အစိတ်အပိုင်းများ မစင်တွင်တွေ့ရတတ်သည်။ ချက်ထားသော ထမင်းလုံး သဏ္ဍာန်ဖြစ်သည်။</p>	
<p><b>အသည်းသန်ကောင် (Liver Fluke)</b></p>	<p>ဖက်ဆီအိုလာ ဟီပက်တီကာ (<i>Fasciola hepatica</i>) သန်ပြားကောင်သည် အသည်းရောင်ရမ်းခြင်းနှင့် အသည်းလုပ်ငန်းကောင်းစွာ မလုပ်နိုင်ခြင်းတို့ကို ဖြစ်စေသည်။ သန်ကောင်သည် သစ်ရွက်ပုံ</p>	<p>ကာဗွန်တက်ထရောကလိုရိုဖ်ဆေး ကိုယ်အလေးချိန် (၁၀၀)ပေါင်အတွက် ၁-၂ စီစီ သတ္တုဆီများနှင့်ရောစပ်တိုက်ကျွေးကုသနိုင်သည်။ စားကျက်ခရုများမှ တစ်ဆင့် ကူးစက်နိုင်သဖြင့် စားကျက်မှ ခရုများဖယ်ရှားရမည်။ ကော့ပါးဆာလဖိတ်(၁)ဂရမ်ကို ရေ(၁၀၀) လီတာတွင် ရောဖျော်၍</p>

ကျန်းမာရေးပြဿနာ	သဏ္ဍာန်လက္ခဏာ	ကာကွယ်/ကုသပေးခြင်း
	<p>သဏ္ဍာန်ရှိ၍ ညိုမွဲမွဲ အရောင်ရှိသည်။ တစ်လက်မခန့်အရှည်ရှိသည်။ ပူအိုက်စွတ်စိုသော ရာသီတွင် ခရုလက်ခံကောင်မှ တစ်ဆင့် ကူးစက်သည်။ ဆိတ်အစာစားပျက်သည်။ ငေးမှိုင်းလာသည်။ အားနည်းချိနဲ့လာသည်။ သွေးအားနည်းသည့် လက္ခဏာများတွေ့ရသည်။ ရင်အုပ်ပိုင်းဖိပါက နာကျင်သည့် လက္ခဏာပြသည်။ နာတာရှည်ဖြစ်ပါက မေးရိုးအောက်ဘက်ပိုင်းဖောလာသည်။ ဝမ်းလျှောခြင်း၊ အမွှေးကျွတ်ခြင်းဖြစ်ပြီး (၂လ-၃လ)အတွင်း သေဆုံးတတ်သည်။</p>	<p>ပက်ဖျန်းခြင်းဖြင့်ခရုပေါက်ဖွားမှုနည်းပါးစေသည်။</p>

**ပြီဖုနာ(ABCESES)**



**နှာဖျား၊ အရည်ဖုနာ  
(Contagous ecthymasore mouth)**



**ခွာပုတ်နာ(Foot rot)**



**နို့အုံရောင်ရောဂါ (Mastitis)**



Link



**ခွာနာလျှာနာ  
(Foot and Mouth disease)**

**၁၀။ ဆိတ်မွေးမြူရေးစီမံခန့်ခွဲမှုများ**

**(က) စားကျက်ပင်များစိုက်ပျိုးခြင်းနှင့်ထိန်းသိမ်းစောင့်ရှောက်ခြင်း စားကျက်ဖွံ့ဖြိုးရေးလုပ်ငန်း**

ဆိတ်မွေးမြူရေးလုပ်ငန်းတိုးတက်ဖွံ့ဖြိုးမှုမှာ စားကျက်ဖွံ့ဖြိုးရေးလုပ်ငန်း အပေါ် များစွာမူတည်ပါသည်။ ဆိတ်များအတွက် ဈေးအသက်သာဆုံးနှင့် အာဟာရပြည့်ဝသော အစားအာဟာရများကို စားကျက်များမှသာ ရရှိနိုင်သောကြောင့်ဖြစ်သည်။ စားကျက်တစ်ခုတွင် အထွက်နှုန်းကောင်းခြင်း၊ သိုးဆိတ်ကြိုက်နှစ်သက်ခြင်း၊ အာဟာရပြည့်ဝခြင်း၊ မြေအမျိုးအစားနှင့်သင့်လျော်ခြင်းနှင့် ရာသီဥတုနှင့် သင့်လျော်ခြင်း စသည့်အရည်အသွေးများနှင့် ပြည်စုံ သောစားကျက်ပင်များကို စိုက်ပျိုးရပေမည်။

**တိုင်းရင်းမြက်မျိုးများ**

တိုင်းရင်းမြက်မျိုးများ အများစုမှာ အာဟာရဓာတ်ပါဝင်မှု နည်းပါးခြင်း၊ လျင်မြန်စွာရင့်ကျက်သွားသဖြင့် လွတ်ကျောင်းကာလ တိုတောင်းခြင်း၊ အရွက်ထက် ပင်စည်ပါဝင်မှု အချိုးကပိုများခြင်းနှင့် အထွက်နှုန်းကောင်းနည်းပါးခြင်း စသည့် ညံ့ဖျင်းသော အရည် အသွေးများရှိသည်။ သို့ရာတွင် တိုင်းရင်းမြက်မျိုးများတွင် မြေဇာမြက်၊ သုံးတင်ခွဲမြက်၊ လက်သည်းခွဲမြက်၊ နယားမြက် စသည့် အရည်အသွေး ကောင်းသော မြက်မျိုးများလည်းရှိပါသည်။ မြန်မာပြည် ဒေသအလိုက် မြေဇာ၊ ပန်းတော်နီ၊ ပန်းတော်ဖြူ၊ သုံးတင်ခွ၊ ဝမ်းဘဲစာ၊ ဆင်ငိုမြက်၊ မြက်ဆွဲလွဲ၊ မြက်ချို စသည်များ ပေါက်ရောက်ပါသည်။

**တိုင်းရင်းပဲနွယ်မျိုးများ**

မြန်မာနိုင်ငံတွင် လူစားသုံးရန်စိုက်ပျိုးသော ပဲနွယ်မျိုးများ အမြောက် အများရှိသော်လည်း တိရစ္ဆာန်အစာအတွက်စိုက်ပျိုး သော စားကျက်ပဲနွယ်မျိုးများဟူ၍ သီးခြားမရှိပါ။ သို့ရာတွင် လူစား သုံးရန် စိုက်ပျိုးသော ပဲနွယ်မျိုးများမှ ပဲလွန်း၊ ပဲပုတ်၊ ပဲကြီး၊ ပဲယဉ်း၊ မတ်ပဲ၊ ပဲတီစိမ်း စသည်တို့ကို ကန်သင်းဘောင်တွင် ပက်ကျပြီး နွားစာ အဖြစ် ရိတ်ကျွေးမှုရှိပါသည်။ မြက်များနှင့်ရောနှော၍လည်း စိုက်ပျိုးကျွေးမွေးနိုင်ပါ သည်။

**တိုင်းရင်းနွားနှင့် ဆိတ်စာသီးနှံပင်များ နွားစာပြောင်း**

နွားစာပြောင်းကို မြန်မာပြည်အလယ်ပိုင်းဒေသများတွင် အများအားဖြင့် စိုက်ပျိုးကြသည်။ အကြမ်းခံသည်။ မြေမရွေး စိုက်ပျိုးနိုင်သည်။ အစိုကိုရိတ်၍ ကျွေးခြင်းနှင့်အခြောက်လှန်း သို့လှောင်ပြီး နွေရာသီအစာရှားချိန်တွင်ထုတ်၍ ကျွေးမွေးသည်။ နွားစားပြောင်းသည် အဆန်ပေါ်တွင် အနှံ့တစ်ထပ်အုပ်လျက်ရှိသည်။ နွားစားပြောင်းတွင်ကုလားပြောင်း၊ ဗမာပြောင်း၊ ပြောင်းအုတ်၊ ပြောင်းချို၊ ရွှေနီပြောင်း စသည်ဖြင့် အမျိုးမျိုးရှိသည်။ သက်တမ်း အားဖြင့်လည်း သက်ကြီး၊ သက်လတ်၊ သက်ငယ် စသည်ဖြင့် ရှိသည်။ နွားစားပြောင်းအထွက်ကောင်းသောမြေမှာ စနယ်မြေသား နှင့် နန်းမြေများဖြစ်သည်။ တစ်နှစ်ပတ်လုံးစိုက်ပျိုးနိုင်သည်။ မိုးဦးကျတွင် စိုက်ပျိုးလျှင် မိုးလယ်ဝါခေါင်လတွင် ရိတ်ကျွေးနိုင်သည်။ ရိတ်ပြီးနောက် ထပ်ပြန်ထွက်သဖြင့် မိုးနှောင်းတွင် နောက်တစ်ကြိမ် ရိတ်ကျွေးနိုင်သည်။ အချို့မြန်မာပြည် အလယ်ပိုင်း ဒေသများတွင် မိုးနှမ်းနှင့်ပင်ထောင်မြေပဲသိမ်းအပြီး တော်သလင်းလထဲတွင် စိုက်ကြ သည်။

နွားစားပြောင်းပင် နုနုကို အစိုရိတ်ကျွေးပါက အဆိပ် အတောက်ဖြစ်တတ် သည်။ နွားစားပြောင်းအပင်နုစဉ်တွင် ပရစ်ဆစ် အက်ဆစ်ပါဝင်မှုကြောင့်ဖြစ်သည်။ အပင်ကြီးလာသောအခါ ယင်း အက်ဆစ်ပါဝင်မှု လျော့နည်းသွားသည်။ အနှံ့ထွက်ချိန် တွင် ပရစ်ဆစ် အက်ဆစ်ဓာတ်လုံးဝမရှိတော့ပါ။ အများအားဖြင့် ပြောင်းပင်အဆစ် (၃)ဆစ်၊ (၄)ဆစ်ထိရှည်လာချိန်တွင် စတင်ကျွေးမွေးနိုင်သည်။ နွားစားပြောင်း တစ်ဧက စိုက်လျှင် မျိုးတစ်ဧက(၈)ပြည်မှ(၁၂)ပြည်ထိ ကြိုပက်ရသည်။ နွားစားပြောင်းပင်များကို အပင်လိုက်ရိတ်၍ ထွာဆိုင်အထုံးများထုံးပြီး အခြောက်ခံသိမ်းဆည်းကြသည်။ ချဉ်ဖတ် (Silage) ပြုလုပ်ပြီး သိမ်းဆည်းပါက အာဟာရဓာတ်ပိုမိုရရှိပြီး သိမ်းဆည်းရာတွင် လွယ်ကူသည်။ နွေရာသီမြက်ရှားပါးချိန်တွင် ထုတ်ယူကျွေးမွေးနိုင်သည်။

**ဖူးစားပြောင်း**

ယာခင်းများတွင် ရောနှောစိုက်ကြသည်။ ကိုင်းမြေများတွင်လည်း အဖူးချိုး ရောင်းချရန်စိုက်ကြသည်။ ကျွန်းမြေများတွင် မြေပဲ၊ ကြက်သွန်၊ အာလူးခင်းများ၌ ပြောင်းဖူးပင်ကို သီးညှပ် စိုက်ပျိုးသည်။ အပင်လိုက်ခုတ်ယူ၍ ပြောင်းဖူးများကို

အစိုအတိုင်း ရောင်းချကာကျန်ရစ်သောအပင်စိုများကို နွား၊ ဆိတ်များအား ကျွေးသည်။

**အပူပိုင်းဒေသစိုက်ပျိုးရန်စားကျက်မြက်မျိုးများ**

အပူပိုင်းဒေသတွင် နေပီယာ၊ ဂီနီ၊ ပါရာ၊ ဆူဒန်၊ ဆစ်ဂနယ်၊ စီတေးရီးယား (မြက်ချဉ်)၊ ပဲနစ်အစိမ်း၊ ဆာဘီ၊ ကိုင်ကူးကူး စသည့်မြက်မျိုးများသည် အထွက်နှုန်း ကောင်းမွန်ပြီး အာဟာရပြည့်ဝစွာပါဝင်သည်။

**အပူပိုင်းဒေသစိုက်ပျိုးရန်စားကျက်ပဲနွယ်မျိုးများ**

အပူပိုင်းဒေသတွင် စတိုင်လိုပဲများ (ဘရာနိုစတိုင်လို၊ စကိုးဖီးလ်စတိုင်လို၊ စီးကားစတိုင်လို)၊ စင်ထရိုပဲနွယ်ပင်၊ စီရာထရိုပဲနွယ်ပင်၊ ဒက်စမိုဒီယမ်ပဲများ၊ အာဟာရပါဝင်မှု ကောင်းမွန်သော စားကျက်ပဲနွယ်မျိုးများဖြစ်သည်။

စားကျက်များတွင် စားကျက်ပဲနွယ်ပင်များကို မြက်မျိုးများနှင့် ရောနှော စိုက်ပျိုးခြင်းမှာ ပဲနွယ်မျိုးများမှာ အသားဓာတ် ကြွယ်ဝခြင်း၊ ဗီတာမင်အေနှင့် ဒီကြွယ်ဝခြင်း၊ ထွက်နှုန်းမြင့်မားခြင်း၊ အတူစိုက်ပျိုးသော မြက်မျိုးများကို အမြစ်ဖုမှ နိုက်တြိုဂျင်မြေဩဇာ ရစေခြင်းနှင့် စိုက်ပျိုးထားသော စားကျက်မြေကို မြေဩဇာ ကောင်းမွန်လာစေခြင်း စသည့်အကျိုးများရရှိနိုင်သည်။

**စားကျက်လွတ်ကျောင်းကျွေးမွေးခြင်း**

စားကျက်လွတ်ကျောင်းနိုင်မှုသည် စားကျက်မှရရှိနိုင်သော စားကျက်စာ အပေါ်တွင် မူတည်သည်။ မြန်မာနိုင်ငံတွင် မိုးတွင်းကာလ၌ စားကျက်မှစားကျက်စာ များစွာရရှိသဖြင့် သိုး၊ ဆိတ်ကောင်ရေများစွာ လွတ်ကျောင်းနိုင်ပြီး နွေရာသီတွင် စား ကျက်စာ အနည်းငယ်သာရရှိနိုင်၍ ကောင်ရေအနည်းငယ်ကိုသာ စားကျက်သို့လွတ် ကျောင်းနိုင်သည်။

**စားကျက်ခင်းတွင် သိုး၊ ဆိတ်လွတ်ကျောင်းမှုစနစ်များ**

**(၁) ထာဝစဉ်လွတ်ကျောင်းခြင်း**

စားကျက်ခင်းတစ်ခုတွင် သိုး၊ ဆိတ်များကို အချိန်ကြာမြင့်စွာ လွတ်ကျောင်း ခြင်းဖြစ်သည်။ စားကျက်သို့လွတ်ကျောင်းရသည့် ကောင်ရေနည်းပြီး ကျယ်ပြန့်သော စားကျက်များ၊ စည်းရုံးကာရံမှု မတတ်နိုင်သော မြက်ခင်းများတွင် သိုးသည်၊ မိုးရာသီ၌

စားကျက်သို့ လွတ်ကျောင်းနိုင်သည့်ကောင်ရေများပြီး နွေရာသီတွင် ကောင်ရေနည်းစေ ခြင်းဖြင့် စားကျက်ခင်းညံ့ဖျင်းမှုမရှိအောင် ထိန်းသိမ်းနိုင်သည်။ ထာဝစဉ်လွတ်ကျောင်း ခြင်းဖြင့် သိုး၊ ဆိတ်များတွင် မွှားများ၊ သန်ကောင်များတွယ်ကပ်နိုင်၍ ကြီးထွားမှု လျော့နည်းစေသည်။

**(၂) အလှည့်ကျလွတ်ကျောင်းခြင်း**

အလှည့်ကျလွတ်ကျောင်းခြင်းကို စနစ်တကျ စိုက်ပျိုးထားသော မျိုးကောင်း စားကျက်များတွင် ကျင့်သုံးသည်။ လွတ်ကျောင်း ကောင်ရေနည်းခြင်းနှင့် များခြင်းတို့ ကြောင့် ပေါ်ပေါက်သော ဆိုးကျိုးများကို ရှောင်ရှားနိုင်သည်။ စားကျက်မြေကို အနည်းဆုံး (၆)ကွက်ထား၍ အကွယ်ငယ်များခွဲခြားထားပြီး သိုး၊ ဆိတ်များကို အဆိုပါ စားကျက်အကွက်တစ်ခုမှတစ်ခုသို့ အလှည့်ကျပြောင်းရွှေ့ လွတ်ကျောင်းခြင်းဖြစ်သည်။ အကွက်တစ်ခုစီတွင် (၃-၅)ရက်ထိသာ လွတ်ကျောင်းသည်။ လွတ်ကျောင်းကာလ သည် လွတ်ကျောင်း ကောင်ရေနှင့်အပင်များ၏ ကြီးထွားမှုအပေါ်မူတည်သည်။ အကွက် တစ်ခုသည် လွတ်ကျောင်းအပြီး နောက်တစ်ကြိမ် လွတ်ကျောင်းရန် အလှည့်ကျချိန် တွင် လွတ်ကျောင်းခြင်းဖြင့် အပင်များနုနယ်စဉ် စားရခြင်း၊ အာဟာရတန်ဖိုးမြင့်မားခြင်း၊ အပင်များပြန်လည် ကြီးထွားရန်အချိန်ရခြင်း စသောအကျိုးကျေးဇူးများရရှိသည်။ မြက်အထွက်များစဉ်တွင် ပိုလျှံသောမြက်များကို ကြာရှည်ခံအောင် မြက်ချဉ်ဖတ်ပြုလုပ် ခြင်း၊ မြက်ခြောက်ပြုလုပ်ခြင်းဖြင့် ကြာရှည်ခံအောင် ပြုပြင်သိုလှောင်ထားနိုင်သည်။

**(၃) အကန့်လိုက်လွတ်ကျောင်းခြင်း (Moving Electric Fence)**

ဤနည်းမှာ ဘက်ထရီလျှပ်စစ်ဝါယာကြိုး (DC voltage) အသုံးပြုသော စည်းရိုးများကို အသုံးပြုသည့်အလှည့်ကျ လွတ်ကျောင်းနည်းတစ်မျိုးပင်ဖြစ်သည်။ ရွှေ့ပြောင်းနိုင်သော လျှပ်စစ်စီးရိုးတစ်ခုကို စားကျက်အတွင်း ကာရံထား၍ နေ့စဉ် ရှေ့ဘက်သို့တစ်ကြိမ်မှ နှစ်ကြိမ်ထိရွှေ့ပေးသည်။ သိုး၊ ဆိတ်များ စားရမည့်ပမာဏ ကန့်သတ်ပေးထားသည့် သိုး၊ ဆိတ်များအနေဖြင့် ကြိုက်ရာအပင်ကို ရွေးချယ် စားခြင်းမပြုပဲ၊ တညီတည်းစားသွားရသဖြင့် အပင်များတညီတည်းဖြစ်စေသည်။ သိုးဆိတ်များနင်းခြင်း၊ မစင်စွန့်ခြင်းများကြောင့် အစာလေလွင့်မှုနည်းပါးစေသည်။ သိုးဆိတ်များနောက်ကြောင်းပြန်လှည့်၍ မစားစေနိုင်ရန် နောက်ဘက်မှလည်း လျှပ်စစ်



ဝါယာကြိုးတစ်ခုဖြင့် ကာထားရမည်။ စည်းရိုးအရှင်များကို စားကျက်အတွင်း တစ်နေရာမှတစ်နေရာသို့ ရွှေ့ပြောင်းပေးသွားရမည်။ အကန့်လိုက်လွှတ်ကျောင်းခြင်းမှာ အထွက်နှုန်းကောင်းသော စားကျက်ခင်းများအတွက်သာ သုံးသင့်သည်။

**(၄) ရိတ်သိမ်းသယ်ယူကျွေးမွေးခြင်း**

လွှတ်ကျောင်းမှု လုံးဝမရှိသော စားကျက်မျိုးဖြစ်သည်။ ဤစနစ်တွင် သိုးဆိတ်လွှတ်ကျောင်းခြင်း လုံးဝမပြုလုပ်ပဲ စားကျက်ခင်းမှရိတ်သိမ်း၊ သယ်ယူ၍ ကျွေးခြင်းဖြစ်သည်။ သိုးဆိတ်များသည် ရိတ်ကျွေးသောအစာပေါ်တွင်သာ လုံးဝမှီခိုနေရသည်။ (Stall Feeding) ယင်းကိုယ်တိုင် ရှာဖွေစားသောက်ခွင့် မရပေ။ စားကျက် ရှားပါးသော ဒေသများတွင်သုံးစွဲသော စနစ်ဖြစ်သည်။ သိုးဆိတ်များကို စင်ခြံအတွင်း (သို့မဟုတ်) တင်းကုပ်တဲအတွင်းမှာပင် ထားသဖြင့် မွှားများ၊ သန်ကောင်များ ကပ်တွယ်ခြင်းမပြုနိုင်။ သိုးဆိတ်များ၏ ထုတ်လုပ်မှုမြင့်မားလာခြင်း၊ စားကျက်မြက်များကို ပိုမို အကျိုးရှိစွာ အသုံးချနိုင်ခြင်း၊ အပင်များကို သိုးဆိတ်များ နင်းခြေမှုမရှိခြင်း၊ မြက်ပင်များကို အသင့်လျော်ဆုံးအခြေအနေတွင် ရိတ်သိမ်းနိုင်ခြင်းများ ရရှိသည့်အပြင် ကျွေးမွေးသောမြက်၏ အရည်အသွေးကို ပိုမိုထိန်းချုပ်နိုင်သည်။ ဤနည်းစနစ်၏ အားနည်းချက်မှာ လုပ်အားခစရိတ်မြင့်မားသည်။ မွေးမြူမည့်ကောင်ရေပမာဏမှာ အကန့်အသတ်ဖြင့်သာ မွေးနိုင်သည်။ သိုးဆိတ်တင်းကုပ်များ သန့်ရှင်းရေး အထူးဂရုစိုက်ရသည်။ အားသာချက်များမှာ စားကျက်ကို ခြံစည်းရိုးကာရံထားရန်မလိုခြင်း၊ သိုးဆိတ်များ နေပူဒဏ်နှင့် မိုးရေမိခြင်းဒဏ်မခံရခြင်း၊ သမပိုင်းမှတင်သွင်းသော နို့စားဆိတ်များကို ဤနည်းစနစ်ဖြင့် မွေးမြူနိုင်သည်။

**စားကျက်ခင်းများကို စနစ်တကျအသုံးပြုခြင်းနှင့်ထိန်းသိမ်းခြင်း**

စားကျက်ခင်းကို ရင့်မှည့်ခါနီးမှ ရိတ်သိမ်းလျှင် အစာ၏အခြောက်ဝတ္ထုပစ္စည်း (Dry Matter) အထွက်နှုန်း အများဆုံးရသည်။ သို့ရာတွင် အစာကြေချက်မှုနှင့် အာဟာရဓာတ်ပါဝင်မှုတို့ နည်းပါးသည်။ အပင်ငယ်စဉ်တွင် အရွက်၊ ပင်စည်တို့သည် အသားဓာတ်အကြမ်း အများဆုံးပါဝင်ပြီး အမျှင်ဓာတ်အကြမ်းအနည်းဆုံး ပါဝင်သည်။ ထို့ကြောင့် စားကျက်ပင်များ ရင့်မသွားအောင် ထိန်းသိမ်းရမည်။ ရိတ်ဖြတ်ပစ်ရမည်။ စားသုံးနိုင်သည်ထက် အထွက်ပိုလျှံပါက အစာရှားပါးချိန်တွင် ကျွေးမွေးရန် ချဉ်ဖတ်သိပ်ခြင်း (Slilage) နှင့် အခြောက်လှန်းခြင်း (Hay)

စသည်တို့ပြုလုပ် သိုလှောင်ရပါသည်။

စားကျက်ရိတ်သိမ်းမှုများလွန်းပါက အမြစ်အဖွဲ့အစည်း အားနည်းစေခြင်း၊ အမြစ်များသေးငယ်ခြင်း၊ ကြီးထွားမှုနှုန်း လျော့နည်းခြင်းတို့အပြင် မျိုးကောင်းမျိုးသန့်အပင်များ သေကြေပျောက်ကွယ်သည်အထိ ဖြစ်နိုင်သည်။

စားကျက်ကောင်းတစ်ခုအဖြစ် ကြာရှည်တည်တံ့နေစေရန် စားကျက်သို့ လွှတ်ကျောင်းသည့် သိုးဆိတ်ကောင်ရေ ပမာဏကိုလည်း ဂရုစိုက်ရမည်။ စားကျက် တစ်ခုတွင် လွှတ်ကျောင်း ကောင်ရေများလွန်းပါက စားကျက်ပင်များကို အပင်ရင်းထိ ကိုက်ဖြတ်စားသောက်သွားသဖြင့် စားကျက်တုံးသွားတတ်သည်။ လွှတ်ကျောင်းကောင်ရေနည်းလွန်းပါက စားကျက်ပင်ရွက်နုများကိုသာ ကိုက်ဖြတ်စားသုံးသဖြင့် အပင်များရင့်ရော်ပြီး စားကျက် ရော်သွားတတ်သည်။

**(ခ) ဆိတ်စာပင်များစိုက်ပျိုးခြင်းနှင့်ကျွေးမွေးခြင်း ဘောစကိုင်းပင်**

ဘောစကိုင်းပင် အမျိုးကွဲများစွာရှိသော်လည်း အဓိကအားဖြင့် ဟာပိုင်ရီ၊ ပီရူး၊ အယ်ဆာဗားဒိုးနှင့် ကန်နီကန်မျိုးကွဲများဟူ၍ လူသိများပါသည်။ ကန်နီကန်မှာ မျိုးစပ်အပင်ဖြစ်ပါသည်။

**အပင်၏အာဟာရဓာတ်ပါဝင်မှုနှင့်အစာကျေချက်နိုင်မှု**

တိရစ္ဆာန်များ ကြိုက်နှစ်သက်ပါသည်။ အရွက်များ၊ ပင်စည်ငယ်များ၊ အသီးများသည် အသားဓာတ်နှင့်သတ္တုဓာတ် အများဆုံးပါဝင်ပါသည်။ ရိုးတံတွင် အာဟာရ ပြည့်ဝသောအရွက် (၇၅-၈၀)ရာခိုင်နှုန်းပါဝင်ပါသည်။ အချင်း (၀.၂)လက်မရှိသော အစိမ်းရောင်ရှိသည့် ပင်စည်ကိုပင် ဆိတ်များစားသုံးကြပါသည်။ ဘောစကိုင်းတွင် တင်နင်းဓာတ်ထူးကဲစွာပါဝင်ခြင်းကြောင့် အခြားသောမြက်များနှင့်မတူပဲ လေပွရောဂါ (Bloat) ဖြစ်ပေါ်နိုင်ခြင်းမရှိပါ။ ထုံးဓာတ်ပါဝင်မှုမှာ ဘောစကိုင်းပင်ပေါက်ရောက်ရာ အရပ်ဒေသကိုလိုက်၍ ကွာခြားမှုရှိပါသည်။ ဘောစကိုင်းရွက်တွင် ဘီတာကယ်ရိုတင်း ထူးကဲစွာရှိပါသည်။ ဘောစကိုင်းကို သီးသန့်ကျွေးမွေးခြင်းဖြင့် အစာချေဖျက်နိုင်မှု တန်ဖိုးမှာ (၇၀)ရာခိုင်နှုန်းခန့် ရှိပါသည်။ အခြားသောအစာများနှင့် ရောနှောကျွေးမွေးပါက အစာကျေချက်မှုရာခိုင်နှုန်း လျော့နည်းပါသည်။ ဘောစကိုင်းပင်၏ အစာခြောက်ခြေချက်နိုင်မှုတန်ဖိုးမှာ (၅၀-၇၀)ရာခိုင်နှုန်းရှိပါ သည်။ ဘောစကိုင်းစားသုံးမှုသည်

ဆိတ်ကိုယ်ခန္ဓာအလေးချိန်၏ (၁. ၇ မှ ၂. ၇)ရာခိုင်နှုန်းသာ ရှိပါသည်။ ပူအိုက်စိုစွတ်သော ဒေသများတွင် တစ်နှစ်အတွက်တစ်ဧကအထွက်နှုန်းမှာ အစာခြောက်တန်ချိန် (၈)တန်ထွက်ရှိနိုင်ပြီး ၎င်းအစာခြောက်တွင် အသားဓာတ်ကြမ်း (CP) ပါဝင်မှုမှာ (၁. ၂)တန်ထက်ကျော်လွန်ပါသည်။

**ဘောစကိုင်း၏အဆိပ်သင့်မှု**

ဘောစကိုင်းတွင် မန်မိုဆင်းဆိုက်ပါဝင်ပါသည်။ အပင်၏ အစိတ်အပိုင်းတိုင်းတွင်ပါဝင်၍ ပါဝင်မှုရာခိုင်နှုန်းသာ ကွာခြားမှုရှိပါသည်။ စထွက်လာသော အညွန့်အရွက်နုများတွင် အစာခြောက်၏ (၃. ၅)ရာခိုင်နှုန်းပါဝင်၍ အစေ့တွင် (၄. ၅)ရာခိုင်နှုန်းပါဝင်ပါသည်။ အစိမ်းရောင် ပင်စည်ပိုင်းတွင် မန်မိုဆင်း (၂)ရာခိုင်နှုန်းအထိပါဝင်၍ ပင်စည်ရင့်ကြီးများတွင် (၁)ရာခိုင်နှုန်းထက်လျော့နည်း စွာပါဝင်ပါသည်။

စားမြုံ့ပြန်သောတိရစ္ဆာန်များ (ကျွဲနွားသိုးဆိတ်)တွင် ဘောစကိုင်းကို တဖြည်းဖြည်းကျွေးသွားလျှင် ရူမင် (Rumen)ခေါ် အစာအိမ်အတွင်းရှိ မန်မိုဆင်းဓာတ်ကိုချေဖျက်နိုင်သော အဏုဇီဝ ပိုးအရေအတွက် တဖြည်းဖြည်းချင်း များပြားလာသဖြင့် မန်မိုဆင်း ကြောင့်ဖြစ်ပေါ်သော ဘေးဥပါဒ်ဖြစ်နိုင်မှု အလားအလာ လျော့နည်းသွားသည်။ ဘောစကိုင်းကျွေးတိုင်း မလိုလားအပ်သော အကျိုး တရားများမဖြစ်ပေါ်နိုင်ပါ။

**ရိတ်ဖြတ်ကျွေးသည့်စနစ်**

ဘောစကိုင်းပင်ကို ရိတ်ဖြတ်ကျွေးလျှင် စိုက်ပျိုးပင်(၆)လခန့်တွင် ဆောင်ရွက်နိုင်ပါသည်။ ပင်စည်အချင်း (၁)လက်မ ရောက်လျှင် ရိတ်ဖြတ်နိုင်ပါသည်။ သို့သော် ရိတ်ဖြတ်ပြီးလျှင်ထပ်မံ၍ အကိုင်းအခက်အသစ်ထွက်လာစေရန် လုံလောက်သော နားချိန်ပေးရပါသည်။ သို့မှသာ အပင်အသစ်တက်လာရန်အတွက် လိုအပ်သော အာဟာရဓာတ်ကို စုဆောင်းနိုင်မည်ဖြစ်ပါသည်။ ပုံမှန်ကြီးထွားဖွံ့ဖြိုးနိုင်ရန် ရိတ်ဖြတ်ပြီး (၃)လအနားပေးရပါသည်။ ကြီးထွားမှုနှုန်းကောင်းနေစဉ် အနားပေးသည့်ကာလကို (၂)လခွဲသို့ လျှော့နိုင်ပါသည်။ ကြီးထွားနှုန်းနှေးသောကာလတွင် အနားပေးသည့်အချိန်ကို မြင့်ပေးရပါသည်။

ဘောစကိုင်းပင်သည် မြေနေရာယူမှုနည်းသော်လည်း ထုတ်လုပ်မှုကောင်း

သဖြင့် စီးပွားဖြစ် ဆိတ်မွေးမြူရေးလုပ်ငန်းအတွက် အစားအစာကုန်ကျစရိတ်မှာ များစွာသက်သာသွားမည် ဖြစ်ပါသည်။ မြန်မာပြည်အလယ်ပိုင်းနှင့် အထက်ပိုင်းဒေသများတွင် ဘောစကိုင်းစိုက်ပျိုးကျွေးမွေးခြင်းဖြင့် သိုးဆိတ်မွေးမြူရေး လုပ်ငန်းကျယ်ပြန့်တိုးတက်လာမည်ဖြစ်ပါသည်။

**ဂလိုင်းဒီစီရီးယားပင်**

ဂလိုင်းဒီစီရီးယားပင်ကို ဘောစကိုင်းပင်ကဲ့သို့ ရိတ်ဖြတ်ကျွေးမွေးနိုင်သည်။ မျိုးစေ့ဖြင့်လည်းကောင်း၊ ကိုင်းဖြတ်ခြင်းဖြင့်လည်းကောင်း စိုက်ပျိုးနိုင်သည်။ ဆိတ်စာအခင်းအဖြစ် စိုက်ပျိုးပါက (၃. ၅)ပေ တန်းကြားနှင့် ပင်ကြား (၁)ပေ စိုက်ပျိုးရပါမည်။ အပင်အမြင့် (၅)ပေတွင် စတင်ရိတ်ဖြတ်ကျွေးမွေးနိုင်ပြီး (၄)လတစ်ကြိမ် အနားပေးရိတ်ကျွေးနိုင်ပါသည်။ သိုး၊ ဆိတ်များ ကြိုက်နှစ်သက်ပြီး ကျေချက်နိုင်သော အသားဓာတ်နှင့် စွမ်းအင်ကြွယ်ဝစွာပါရှိသည်။ ဆိတ်အစာ၏ (၃၀%)ထိ ရောစပ်ကျွေးမွေးနိုင်ပါသည်။

ဂလိုင်းဒီစီရီးယားရွက်တွင် အစာ၏အခြောက်ဝတ္ထု (Dry Matter) (၁၉. ၃)ရာခိုင်နှုန်းပါဝင်ပြီး အသားဓာတ်အကြမ်း (၂၉. ၃)ရာခိုင်နှုန်းပါဝင်ပါသည်။ နွေရာသီအစာရှားပါးချိန်တွင် အစာနုနှင့် ဖြည့်စွက်ကျွေးမွေးနိုင်ပါသည်။

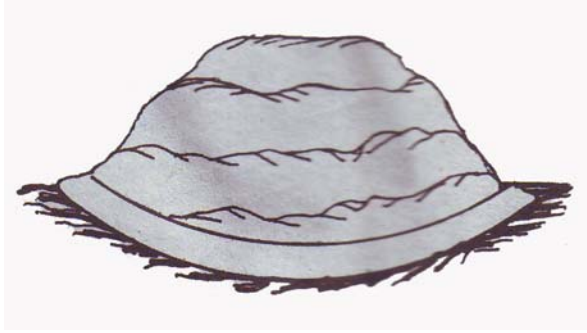
**(ဂ) ဆိတ်စာချဉ်ဖတ်ပြုလုပ်ခြင်း**

ချဉ်ဖတ်သည် လေမဲ့သောနေရာတွင် ကစော်ပေါက်အောင် စနစ်တကျ စီမံသို့လှောင်ထားခြင်းဖြင့် ရရှိလာသော ဆိတ်အစားအစာပင်ဖြစ်သည်။ ချဉ်ဖတ်ထည့်ရန် ချဉ်ဖတ်ပုံ (သို့မဟုတ်) ချဉ်ဖတ်ကျင်းပြုလုပ်ရသည်။ ကစော်ပေါက်မှုသည် သို့လှောင်ထားသောအစာစိမ်းများ၏ အာဟာရဓာတ်တန်ဖိုးနှင့် ရေပါဝင်မှုကို တည်တံ့အောင်ထိန်းသိမ်းထားနိုင်သည်။

**မြေပြင်ပုံသောစနစ်**

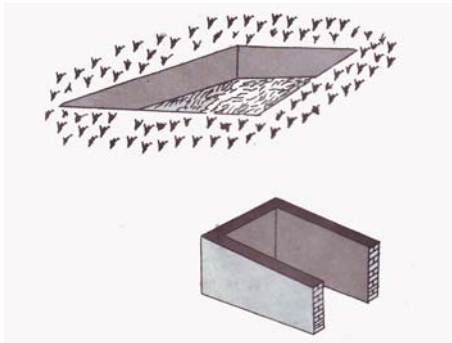
ဤစနစ်သည်ပြုပြင်ရန် အလွယ်ကူဆုံးနည်းဖြစ်ပါသည်။ ဤစနစ်တွင် ခုတ်စင်းထားပြီး မြက်၊ ပြောင်းရိုး (ချဉ်ဖတ်စာ)များကို လေနှင့်ထိတွေ့အောင်ဖုံးရန် ပလတ်စတစ်အထူသားအစနှင့် မြေသားအလုံအလောက်လိုအပ်ပါသည်။ မြေပုံသောစနစ်၏ အကျိုးကျေးဇူးမှာ ဆိတ်မွေးမြူသူများမှ ကြိုက်နှစ်သက်ရာနေရာတွင်

စိတ်ကြိုက်အကျယ်အဝန်းကို ပြုလုပ်နိုင်သည်။ ချဉ်ဖတ်ပြုလုပ် ရန်နှင့်ပြုလုပ်ပြီး ချဉ်ဖတ်ကိုကျွေးမွေးရန် အဆင်ပြေနိုင်မည်ဖြစ်သော မည်သည့်နေရာတွင်မဆို ပြုလုပ် နိုင်သည်။ အဆောက်အအုံ ကုန်ကျစရိတ်မရှိပါ။ ဖုံးအုပ်ရန်မြေသားထု (၁၀လက်မ)ခန့် သာ လိုအပ်သည်။



**ချဉ်ဖတ်ကျင်း**

ကျင်းတူးထားပြီးကျင်း၏ နံရံများကို အုတ်စီခြင်း (သို့) ကွန်ကရစ် လောင်းခြင်းဖြင့် မြေသားပြိုမကျစေရန်ဆောင်ရွက် ထားခြင်းဖြစ်ပါသည်။ မြေသား ကျစ်လျစ်မှုရှိပါက ဘေးနံရံကာရန် မလိုအပ်ပါ။



**ကတုတ်ကျင်း**

မြေပြန့်ညီညာသော အရပ်တွင်ပြုလုပ်နိုင်သည်။ အုတ်စီ (သို့မဟုတ်) ကွန်ကရစ်နံရံ(၃)ဘက်ပါရှိ၍ မြေပြင်အထက်တွင် အကာအရံသဖွယ်ဖြစ်ပေါ် နေသည်။

**ချဉ်ဖတ်၏အကျိုးများ**

- (၁) ချဉ်ဖတ်သည် အာဟာရတန်ဖိုးနှင့် စိုထိုင်းဆ (ရေပါဝင်မှု)ကို ထိန်းသိမ်းထားနိုင် သည်။
- (၂) အခြားအစားများကဲ့သို့ ကောင်းနိုးရာရာအပိုင်းများကိုသာ ရွေးချယ်စားခြင်းမရှိပဲ တညီတညာတည်း သမစွာစားရသည်။
- (၃) အာဟာရနည်းပါးသော အပိုင်းများသည်လည်း ပို၍အရသာကောင်းမွန်လာ သည်။
- (၄) ကာလအတန်ကြာထိန်းသိမ်းသိုလှောင်ထားနိုင်သည်။ (၃လမှ ၉လ)
- (၅) ပြောင်းခြောက်၊ မြက်ခြောက်ကဲ့သို့ နေရောင်ခြည်ဖြင့် လှန်းသည့်စနစ်နှင့်မတူပဲ မိုးရာသီ၌ ပြုလုပ်နိုင်သည်။
- (၆) ကုန်ကျစရိတ်နည်းပါးသည်။
- (၇) နံ့စားပြောင်းမှာ တစ်ကြိမ်ထက်ပို၍ ရိတ်သိမ်းနိုင်သဖြင့် ချဉ်ဖတ်အထွက်နှုန်းပို သည်။
- (၈) သိုလှောင်ထားသောအစားများ မီးဘေးအန္တရာယ်မှ ကင်းဝေးသည်။

**ချဉ်ဖတ်ပြုလုပ်ရာတွင် သိရှိထားအပ်သောအချက်အလက်များ**

**(၁) ချဉ်ဖတ်ထည့်ရန် နေရာရွေးချယ်ခြင်း**

ချဉ်ဖတ်ပြုလုပ်မည့် သီးနှံများကို ချဉ်ဖတ်ထည့်ရန် နေရာသို့ သယ်ယူရန် လွယ်ကူမည့် နေရာမျိုးဖြစ်ရမည်။ ချဉ်ဖတ်သိတ်မည့်သီးနှံကို ခုတ်စဉ်းဖြတ်တောက်ခြင်း မပြုမီ လျင်မြန်စွာမညှိုးနွမ်း၊ မခြောက်သွေ့စေရန် ရိတ်သိမ်းသည့်နေရာနှင့် ချဉ်ဖတ်ထည့်မည့်နေရာ နီးကပ်မှုရှိရမည်။ ချဉ်ဖတ်ကျွေးမွေးသည့်နေရာနှင့် ချဉ်ဖတ် ထည့်သည့်နေရာ နီးကပ်မှုရှိရမည်။

**(၂) သကြားနှင့်ကစိဓာတ်ပါဝင်မှု**

လက်တစ်အက်စစ်နှင့် လက်တစ်အက်စစ်ထုတ်လုပ်သော ဘက်တီးရီးယား များသည် အပင်များတွင် ပါဝင်သည့်သကြားကို ကောင်းစွာအသုံးပြုနိုင်ပေသည်။ အပင်များကိုခုတ်ဖြတ်နင်းသိပ်ခြင်းကြောင့် ယိုစီးထွက်ပေါ်လာသောအရည်များတွင် သကြားနှင့် ကစိဓာတ်ပါဝင်လာသဖြင့် ကစော်ပေါက်ရန် လွယ်ကူသည်။ နွားစာ မြက်တွင် သကြားဓာတ်ပါဝင်မှုနည်းပါးသဖြင့် ချဉ်ဖတ်ပြုလုပ်လျှင် သကာရည်များ ထည့်ပေးရမည်။

**(၃) ချဉ်ဖတ်နင်းသိပ်ခြင်း**

ချဉ်ဖတ်ကောင်းရရှိရန် ကောင်းစွာနင်းသိပ်ပေးရန် လိုအပ်ပါသည်။ လေခိုအောင်းမှုနည်းလေ ချဉ်ဖတ်အရည်အသွေး ကောင်းလေဖြစ်သည်။ ကြီးမားသော ချဉ်ဖတ်ကျင်းများ၌ ထွန်စက် များဖြင့် ဖိနင်းသိပ်ရပါသည်။ ချဉ်ဖတ်ကျင်းငယ်များ ချဉ်ဖတ်ပုံများကို အရှည် (၁-၂)လက်မ အရွယ်အစားဖြတ်တောက်ပေးနိုင်ပါက နင်းသိပ်ရာတွင် ကျစ်လစ်သိပ်သည်းပါသည်။ သေးငယ်စွာ ဖြတ်တောက်ခြင်းဖြင့် သိုးဆိတ်များစားသုံးရာတွင် လွယ်ကူပြီး အလေအလွင့်နည်းပါသည်။

**ချဉ်ဖတ်ထဲသို့ထည့်ပေးရန်ပစ္စည်း**

ချဉ်ဖတ်ထဲသို့ထည့်ပေးရန်အသင့်လျော်ဆုံးပစ္စည်းမှာ သကာရည်ပင်ဖြစ် သည်။ သကာရည်ကို ခုတ်စင်းထားသော အပင်ရိုးတံများ (ချဉ်ဖတ်စာ)၏ (၄%) ခန့် ထည့်ပေးရပါသည်။ ချဉ်ဖတ်စာတစ်တန်လျှင် သကာရည်ပေါင်(၈၀)ခန့် ထည့်ပေးရပါသည်။ ဂါလံ(၄၀)ဝင် သကာရည်ပုံးတစ်ပုံးသည် ချဉ်ဖတ်(၈)တန်အတွက် လုံလောက်သည်။ သကာရည်ထည့်ပေးခြင်းဖြင့် ချဉ်ဖတ်၏ ကစိဓာတ်မြင့်မားလာစေရုံ သာမက အရသာနှင့်အရည်အသွေးပါ တိုးတက်ကောင်းမွန်လာသဖြင့် သိုး၊ ဆိတ်များ နှစ်သက်စွာ စားသုံးကြသည်။ သကာရည်ကို ရေ (၅၀%)ရောစပ်၍ ချဉ်ဖတ်စာပေါ် တွင် သမအောင် ပက်ဖျန်းပေးရမည်။ (၆)လက်မထုအလွှာရောက်တိုင်း သကာရည်ကို နှံ့စပ်အောင် ပက်ဖျန်းပေးရသည်။

**ဖုံးကာခြင်း**

မြေပြင်ပုံစနစ်၏ ပုံသဏ္ဍာန်မှာ အတိအကျမရှိနိုင်ပေ။ ပိုင်ရှင်၏အကြိုက်နှင့် နေရာဒေသပေါ်လိုက်၍ ပြောင်းလဲနိုင်ပါသည်။ ချဉ်ဖတ်ပုံ၏နံဘေးသည် အနည်းငယ် စောင်း၍ ဆင်ခြေလျှောသဏ္ဍာန် အခြေကျယ်ကာ အပေါ်သို့ကျဉ်းမြောင်းသွားပေ သည်။ သို့မှသာ မြေသားဖြင့်ဖုံးကာရာတွင် မြဲမြံကပ်ငြိနေမည်။ ကောင်းစွာဖုံးကာခြင်း သည် နင်းသိပ်ခြင်းကဲ့သို့ပင် လေခိုအောင်းမှုကို ကာကွယ်ပါသည်။ ချဉ်ဖတ်စာများကို ဖုံးကာထားခြင်းဖြင့် ပြင်ပလေဖြင့် ထိတွေ့ခွင့်မရပဲ ချဉ်ဖတ်၏ အပေါ်ယံမျက်နှာပြင် သည် တည်တံ့ခိုင်မြဲနေမည်။ ပလတ်စတစ်ဖုံးနှင့် ဖုံးအုပ်ထားခြင်းဖြင့် လေမိုးဒဏ်မှ ကာကွယ်ပေးနိုင်ပါသည်။ မြေသားဖြင့် မဖုံးအုပ်မီ (၂)လက်မထုရှိသော ကောက်ရိုး မြက်ခြောက်များ ခင်းပေးရပါသည်။

**ချဉ်ဖတ်အရည်အသွေး**

- အရည်အသွေးကောင်းမွန်သောချဉ်ဖတ်တွင်
- (၁) အရောင်အဆင်းအားဖြင့် စိမ်းဝါရောင်ရှိခြင်း။
- (၂) ရှာလကာရည်နံ့ (သို့မဟုတ်) စူးရှဆိုးဝါးသောအနံ့မျိုး ကင်းရှင်းလျက် အနံ့ကောင်းမွန်ခြင်း။
- (၃) အဖြူစက်၊ အဖြူပြောက်များကင်းမဲ့ခြင်း (ဗိုမတက်ခြင်း)။
- (၄) အက်စစ်ပြင်းအား ၄.၂ ရှိခြင်း။
- (၅) အက်စစ်စိုထိုင်းဆ ၇၀ ရာခိုင်နှုန်းရှိခြင်း။
- (၆) အရသာကောင်းမွန်ခြင်း (သိုးဆိတ်များ ဆွဲငင်စားသုံးခြင်း) စသည့် အရည်အသွေး များရှိ၏။

**(ဃ) ယူရီးယားသကာတုံးပြုလုပ်ကျွေးမွေးခြင်း**

ယူရီးယားသကာတုံးကို ကျွဲနွား၊ သိုးဆိတ်ကဲ့သို့ စားမြုံ့ပြန် သတ္တဝါများအား ဖြည့်စွက်ကျွေးမွေးခြင်းဖြင့် ကြီးထွားမှု ထုတ်လုပ်မှုကို ပိုမိုကောင်းမွန်စေပါသည်။ ယူရီးယားသကာတုံးသည် အရည်အသွေးနိမ့်သော အစာကြမ်းများကိုသာ စားရသော တိရစ္ဆာန်များ (သို့မဟုတ်)အထွက်နှုန်းညံ့ဖျင်းသောစားကျက်တွင် လွတ်ကျောင်း မွေးမြူထားသော တိရစ္ဆာန်များအတွက် အထူးလိုအပ်ပြီး ၎င်းမှအသားဓာတ်၊ စွမ်းအင် နှင့်သတ္တုဓာတ်များကို ဖြည့်စွက်ရရှိစေပါသည်။

**ယူရီးယားသကာတုံး**

ပါဝင်သောပစ္စည်း	ပါဝင်မှုရာခိုင်နှုန်း	
	ရောစပ်နည်း (၁)	ရောစပ်နည်း (၂)
သကာရည်	၃၃	၃၅
ယူရီးယား	၁၂	၁၂
ဘိလပ်မြေ	၅	၅
ထုံးမှုန့်	၁၀	
အမျှင် (သို့) ဖွဲနု (သို့) ဂျုံဖွဲ (နှပ်နှပ်စင်းထားသော ကောက်ရိုး၊ မြက်ခြောက်)	၅	၅

**လိုအပ်သောပစ္စည်းကိရိယာများ**

- သကာတုံးပြုလုပ်ရန်ပုံစံခွက် (သစ်သား၊ ပုံး၊ အုတ်ရိတ်ပုံစံခွက်)
- ချိန်ခွင်
- ထည့်သွင်းမည့်ပစ္စည်းများ

**ယူရီးယားသကာတုံးပြုလုပ်နည်း**

ဖွဲနု (နှပ်နှပ်စင်းထားသော ကောက်ရိုး၊ မြက်ခြောက်၊ ကြံဖတ်ခြောက်တို့ကို လည်း အသုံးပြုနိုင်ပါသည်။) ဘိလပ်မြေ၊ ထုံး စသည်တို့ကို အချိုးအတိုင်းချိန်တွယ်၍ ဂေါ်ပြားဖြင့် သမအောင်မွေပါ။ သကာရည်၊ ယူရီးယား (အတုံးအခဲမဖြစ်စေဘဲ အမှုန့် ဖြစ်အောင်ချေရမည်။) ဆားတို့ကိုလည်း ချိန်တွယ်၍ ဇလုံထဲသို့ထည့်ပြီး သမအောင် မွေပါ။

ဖွဲနုရောထဲသို့ သကာရည်ကို လောင်းထည့်ပြီး ပန်းရုံဆရာ မဆလာနယ် သကဲ့သို့ သမအောင်နယ်ပါ။ သမသွားသောအခါ အသင့်ရှိသည့်ပုံစံခွက်တွင် သတ်မှတ်အလေးချိန်ထည့်၍ သစ်သားဖြင့် ထုထောင်းနင်းသိပ်ပါ။

ပုံစံခွက်မှသကာတုံးကိုထုတ်ယူပြီး (၂၄)နာရီအခြောက်ခံထားပြီးပါက ကျွဲနွား၊ သိုးဆိတ်များအား ကျွေးမွေးနိုင်ပါသည်။ စတင်ကျွေးမွေးချိန်တွင် အနည်းငယ်မှ တဖြည်းဖြည်းခြင်း သတ်မှတ်ပမာဏအထိ တိုးမြှင့်ကျွေးမွေးရန်ဖြစ်ပါသည်။

**ကျွေးမွေးရန်အလေးချိန်**

- ကျွဲနွားကြီးတစ်ရက်လျှင် (၂၀-၅၀)ကျပ်သား
- (၆)လအထက် ကျွဲ၊ နွားငယ်တစ်ရက် (၉-၁၅)ကျပ်သား
- သိုး/ဆိတ်တစ်ရက် (၄-၆)ကျပ်သား
- တစ်နှစ်ပတ်လုံးရာသီမရွေးကျွေးနိုင်ပါသည်။
- အလေအလွင့်လျော့နည်းစေရန် သကာတုံးကို အစာခွက်တွင် ထည့်ကျွေးနိုင်ပါ သည်။

**သတိပြုရန်အချက်များ**

- ယူရီးယားသကာတုံးများပြုလုပ်စဉ် ယူရီးယားနှင့်ဘိလပ်မြေ အတုံးအခဲများမပါစေရ ပါ
- ပါဝင်ပစ္စည်းများကို နို့စပ်အောင်ရောနှောရမည်။
- သကာတုံးသည် အာဟာရဖြည့်စွက်စာဖြစ်၍ အစာနု (သို့) အစာကြမ်းများဖြင့်သာ တွဲဖက်ကျွေးရမည်။
- ရေလုံလောက်စွာသောက်နိုင်ရန် ထားပေးရမည်။
- နည်းနည်းခြင်း စကျွေးပြီးမှ တဖြည်းဖြည်းတိုးမြှင့်ကျွေးရမည်။

**(၄) ဆိတ်မွေးမြူရေးတွင် EM (အကျိုးပြုအဏုဇီဝပိုး)အသုံးပြုခြင်း**

ဆိတ်တွင် အများဆုံးဖြစ်လေ့ရှိသော ရောဂါများတွင် အစာမကြေရောဂါနှင့် ဝဲရောဂါသည်လည်း အပါအဝင်ဖြစ်ပါသည်။ အစာမကြေရောဂါ၊ အစာအိမ်လေဖောင်း ရောဂါနှင့် ရောဂါများကို ကြိုတင်ကာကွယ်ရန် အကျိုးပြုအဏုဇီဝပိုး (EM) Effective Microorganism ကို အသုံးပြုခြင်းဖြင့် ထိရောက်စွာ အကျိုးဖြစ်ထွန်းစေ နိုင်ပါသည်။

အကျိုးပြုအဏုဇီဝပိုးများသည် ရောဂါဖြစ်စေသော ဘက်တီးရီးယားပိုးများ ပေါက်ဖွားခြင်းကို ပိတ်ပင်တားဆီးပေးပြီး ရောဂါဖြစ်စေသည့် ပိုးဦးရေကို လျော့နည်းလာ

စေပါသည်။ ဝမ်းပျက် ဝမ်းလျော့ရောဂါဖြစ်စေသော (Salmonella, E-coli) ပိုးများ သည် ညစ်ပေသောရေတွင် ပေါက်ပွားလေ့ရှိပါသည်။ ထိုရေမျိုးကို (EM)ဖြင့် ပြုပြင်ပေးပါက ရက်(၃၀)ကြာသည့်အခါ လုံးဝမရှိတော့ကြောင်း တွေ့ရှိရပါသည်။

EM ကို ဆိတ်တို့၏ အစာထဲတွင် ရောစပ်ကျွေးခြင်း၊ ဆိတ်သောက်ရေတွင် EM ရောပေးပြီး သောက်စေခြင်း၊ ခြံသန့်ရှင်းရေးပြုလုပ်ရာတွင် EM အရည်ဖျန်းပေးခြင်း၊ ဆိတ်အခင်းပေါ်တွင် ဖျန်းပေးခြင်း၊ အညစ်အကြေးကန်၊ မိလ္လာကန်များ ပက်ဖျန်းပေးခြင်းဖြင့် အနံ့ဆိုးများကို ပျောက်ကင်းအောင် ဆောင်ရွက်နိုင်ပါသည်။

**EM တွင် အဓိကအားဖြင့် -**

- အစာချက်လုပ်သည့် (Photosynthetic) ဘက်တီးရီးယား
- လက်တစ်အက်စစ် (Lactic Acid) ဘက်တီးရီးယား
- တဆေး (Yeast)
- အက်တီနိုမိုင်းစီ (Actinomyces)နှင့်
- အချဉ်ပေါက်စေသော မှို (Femented fungi)တို့ပါဝင်ပါသည်။

**မွေးမြူရေးတွင် အကျိုးသက်ရောက်မှု**

- မွေးမြူရေးခြံများ၏ ဆိုးရွားသော အနံ့အသက်များကို တားဆီးကာကွယ်ခြင်း
- အနံ့ဆိုးကင်းစင်၍ ပတ်ဝန်းကျင်လေထုသန့်လာပြီး လူနှင့် တိရစ္ဆာန်တို့၏ ကျန်းမာရေးကို ဖွံ့ဖြိုးတိုးတက်လာစေခြင်း
- ဆိတ်များကိုရေ၊ အစာတို့ဖြင့်ရောစပ်ကျွေးခြင်းဖြင့် အူလမ်းကြောင်းဆိုင်ရာ ရောဂါများအပြင် အခြားရောဂါများပါ ပပျောက်ခြင်း
- အီးအမ်နှင့်အစာရောကျွေးခြင်းဖြင့် အစာအရည်အသွေးမြင့်မားလာခြင်း
- အူတွင်အသားဓာတ်၊ အဆီဓာတ်၊ ကစီဓာတ်စုပ်ယူနိုင်မှုများလာ၍ ကြီးထွားနှုန်း တိုးတက်ခြင်း၊ နို့၊ အသား၊ ဥ ထုတ်လုပ်တိုးတက်ခြင်း
- ယင်ကောင်၊ မွှား၊ လေး၊ ခြင်၊ မှက် စသော အကောင်များ လျော့နည်းစေခြင်း
- အီးအမ်ကြောင့် ကျန်းမာလာ၍ ပဋိဇီဝဆေးများ အခြားပိုးသတ်ဆေးများကို သုံးစွဲမှု လျော့နည်းလာ၍ တိရစ္ဆာန်ထုတ်ကုန်ပစ္စည်းများတွင် ဓာတုပစ္စည်းအကြွင်းအကျန် မရှိခြင်း၊ ပြည်သူ့ကျန်းမာရေး လုံခြုံမှုပေးနိုင်ခြင်း

**EM အသုံးပြုမှု**

- တိရစ္ဆာန်အစာထဲတွင် အီးအမ်ထည့်ကျွေးခြင်း
- သောက်ရေတွင် အီးအမ်ရောပေး၍ သောက်စေခြင်း
- ခြံများတွင် အီးအမ်အရည်ဖျန်းပေးခြင်း
- ဆိတ်ခြံအခင်းပေါ်တွင် အီးအမ်ဖျန်းပေးခြင်း
- တိရစ္ဆာန်အညစ်အကြေးများအတွင်း အီးအမ်ဖျန်းပေးခြင်း

**အစာတွင်ရောစပ်၍ကျွေးခြင်း**

၁. ၅% အထိ ရောစပ်၍ ကျွေးနိုင်ပါသည်။

ဖွဲနု - ၂ ကီလို  
 ဂျုံဖွဲ - ၂ ကီလို  
 (ဂျုံဖွဲအစား ပြောင်းမှုန့်အစားထိုးပြုလုပ်နိုင်ပါသည်)

EM အရည် - ၄၈ စီစီ

သကာရည် - ၃၆ စီစီ

ရေ - ၁၁၁၆ စီစီဖြင့် ရောပြီး လုံအောင်ပိတ်ပါ။  
 (၃-၄)ရက်ထိ အချဉ်ဖောက်၍ထားပြီး ကျွေးနိုင်ပါသည်။

ဆိတ်အစာတွင် ရောစပ်ကျွေးရန် ဖွဲနုနှင့်ဂျုံဖွဲတို့ကို သမအောင်ရောပြီး တင်လဲရည်၊ ရေနှင့် EM အရည် ရောစပ်ထားသော ဖျော်ရည်တို့ကို နည်းနည်းချင်း ရောမွှေပေးရပါသည်။ လက်ဖြင့် ဆုပ်နယ်ပေးခြင်းဖြင့် ဖွဲနု၊ ဂျုံဖွဲ အလုံးလေးများ ဆုပ်လျှင် အလုံးလိုက်နေပြီး ခွဲလိုက်လျှင်လည်း အလွယ်တကူ ကွဲသွားတဲ့အနေ အထားကိုရလာအောင် ဆောင်ရွက်ရပါသည်။ စည်းစည်းလုံးလုံးလေး ဖြစ်လာလျှင် ပလတ်စတစ်အိတ် အမဲထဲသို့ထည့်သိပ်ပြီး လေလုံအောင်ထုပ်ပေးထားရပါသည်။ နေရောင်ခြည်တိုက်ရိုက် မထိတွေ့သောနေရာ၌ လေလုံအောင် သိမ်းထားပေးခြင်းဖြင့် (၃-၄)ရက်အကြာ ဖွင့်ကြည့်နိုင်ပါသည်။ အပေါ်မျက်နှာပြင်မှာ အဖြူရောင်အဖတ်လေး များပွင့်နေပြီး မွှေးပျံ့သော ရနံ့ရရှိလာသည်ကိုတွေ့ရပါသည်။ ၎င်းကို ဆိတ်ကျွေးသော အစာတွင် (၁-၅%) ထည့် ကျွေးခြင်းဖြင့် ဆိတ်များကျန်းမာရေး ကောင်းမွန်လာခြင်း၊ စွန့်ပစ်သော မစင်အနံ့အသက် ကင်းစင်လာခြင်းတို့ကို တွေ့ရှိနိုင်ပါသည်။

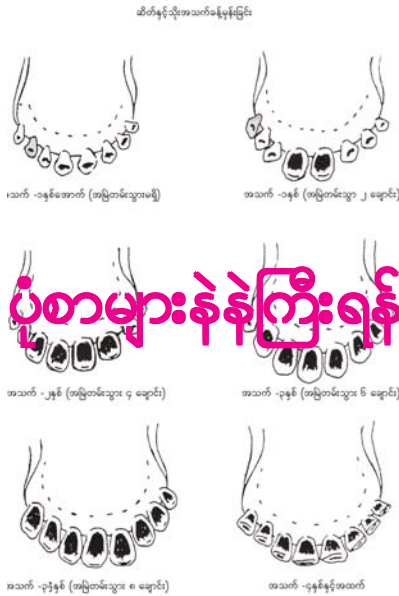
ဆိတ်သောက်ရေတွင် (၁ : ၁၀၀၀ မှ ၁ : ၁၀၀၀၀) အချိုး အစားအတိုင်း ရောစပ်တိုက်နိုင်ပါသည်။

**(င) ဆိတ်အသက်ခန့်မှန်းခြင်း**

ဆိတ်အောက်မေးရိုးရှိ သွားများကို စစ်ဆေးခြင်းဖြင့် အနီးစပ်ဆုံး အသက် ခန့်မှန်းနိုင်ပါသည်။ ဆိတ်ကလေးမွေးဖွားပြီး (သို့မဟုတ်) မွေးဖွားပြီး ရက်များစွာမကြာမီ အောက်မေးရိုးတွင် သွား(၈)ချောင်းပေါက်ပြီးကြောင်း တွေ့ရသည်။ ယင်းသွားများကို နို့သွား (sucking teeth) ဟုခေါ်သည်။

အသက်တစ်နှစ်ခန့်တွင် အလယ်သွားတစ်စုံကျွတ်ပြီး အမြဲတန်းတစ်စုံလဲ သည်။ အမြဲတမ်းသွားသည် ခိုင်ခံ့ပြီး အဖြူရောင်ဖြစ်သည်။ ဒုတိယအစုံ၊ တတိယ အစုံနှင့်စတုတ္ထအစုံ အမြဲတမ်းသွားများသည် (၈-၉)လကြာတိုင်းလဲသည်။ အသက်(၃) နှစ်ခွဲတွင် အမြဲတမ်းသွားများအားလုံး လဲပြီးဖြစ်သည်။

**ဆိတ်နှင့်သိုး အသက်ခန့်မှန်းခြင်း**



**ပုံစာများနဲ့နဲ့ကြီးရန်**

**(စ) ဆိတ်အမှတ်သားပြုလုပ်ခြင်း (Identification)**

ဆိတ်မွေးမြူရေးခြံများတွင် တစ်ကောင်နှင့်တစ်ကောင် ခွဲခြားခြင်းမှတ်တမ်း များထားရှိခြင်းဖြင့် ဆိတ်တစ်ကောင်ချင်း၏ ကျန်းမာရေးနှင့်ထုတ်လုပ်မှု၊ သားစပ်ခြင်း မှတ်တမ်းများတွင် စနစ်ကျစွာဖြည့်စွက်နိုင်ပါသည်။

ဆိတ်တစ်ကောင်ချင်း၏ အမှတ်အသားကို အောက်ပါနည်းများဖြင့် ပြုလုပ် နိုင်ပါသည်။

**(က) နားရွက်နံပါတ်တပ်ခြင်း**

နံပါတ်ပြားကို သတ္တုပြား (သို့မဟုတ်) ပလတ်စတစ် ပြားဖြင့်ပြုလုပ်ပါ သည်။ ကပ်ပြားအရောင်ခွဲခြား သတ်မှတ်ခြင်း၊ ခြံ၏ကုတ်နံပါတ်၊ ခြံတည်ရှိသည့် နေရာကုတ်နံပါတ်များလည်း ထည့်သွင်းကြပါသည်။ နားရွက်အပေါက်တွင် ကပ်ပြားအဖိုအမ စွတ်ပေးခြင်းဖြင့် နားရွက် တွင် ခိုင်ခံ့စွာတပ်ဆင် နိုင်ပါသည်။ ခြံများတွင် လက်ရှိသုံးစွဲနေသည့် နည်းဖြစ်ပါသည်။



**(ခ) နံပါတ်ပြားလည်ဆွဲတပ်ဆင်ခြင်း**

ဆိတ်လည်ပင်းတွင် နံပါတ်ကတ်ပြားချိတ်ဆွဲပေးခြင်း၊ တစ်ကောင်ခြင်းအမှတ်အသား ပြုလုပ်ပေးခြင်းဖြစ်ပါသည်။ အမှတ်အသား နံပါတ်ကို လွယ်ကူစွာ မြင်နိုင်ခြင်းဖြင့် တစ်ကောင်ခြင်း ခွဲခြားသိရှိနိုင်ပါသည်။

**(ဆ) ဆိတ်ဦးချိုမထွက်အောင်ပြုလုပ်ခြင်း (Dehorning)**

ဆိတ်များ၏ ဦးချိုကိုရှည်ထွက်အောင် မထားသင့်ပါ။ ဆိတ်အချင်းချင်း အတွက်သာမက လူအတွက်ပါ ကြောက်မက်ဖွယ်ကောင်းသည်။ ထို့ကြောင့် ကြိုတင်ကာကွယ်သည့်အနေဖြင့် ဆိတ်ငယ်များ၏ဦးချိုကို တစ်ပတ်သားအရွယ်ရောက်ချိန်၌ ထွက်မလာအောင် ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။

ဆိတ်တိုင်းတွင် ဦးချိုရှိကြသည်မဟုတ်ပါ။ အချို့ဆိတ်များသည် သဘာဝအရ ဦးချိုမရှိကြပါ။ မွေးလာသော ဆိတ်ငယ်များ၏ ခေါင်းထိပ်ပိုင်းအရေခွံကို စမ်းခြင်းဖြင့် သိနိုင်သည်။ အရေခွံသည် လွတ်လပ်စွာလှုပ်ရှားရပါက ဦးချိုပေါက်မည့်အဖုကို စမ်းမိမည်ဖြစ်၍ ၎င်းဆိတ်သည် ဦးချိုရှိလာမည်ဖြစ်သည်။

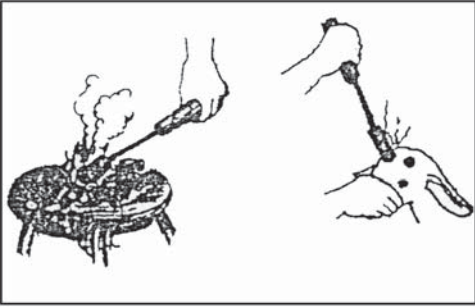
ဆိတ်အကောင်ငယ်အား ခြေထောက် (သို့မဟုတ်) ပေါင်မှ ခိုင်မြဲစွာ ကိုင်ပေးမည့် လူတစ်ဦး၏အကူအညီကိုရယူပါ။ ဦးချို ပေါက်သည့်နေရာတစ်ဝိုက်ကို ကတ်ကြေးဖြင့် အမွှေးများညှပ်ပေးပါ။ ထိုအခါ ဦးချိုပေါက်စအဖုကို ထင်ထင်ရှားရှား တွေ့မြင်ပါလိမ့်မည်။ ထိုအခါ အောက်ပါနည်းစနစ်ကိုအသုံးပြု၍ ဦးချိုမထွက်အောင်ပြုလုပ်နိုင်ပါသည်။

**သံပူဖြင့်နှိုးပေးခြင်း (Hot-iron cautery)**

ပုံတွင်ပြထားသည့်အတိုင်း အသုံးပြုမည့်သံပိုက်၏ အဖျားပိုင်းကို နီရဲအောင် အပူပေးပါ။ ၎င်းနီရဲနေသော သံပူကို ဦးချိုထွက်မည့်အဖုနေရာသို့ ပိုက်၍ဖိပေး၍ တို့ပေးပါ။ ဤသို့ပြုလုပ်ခြင်းကို ခြောက်စက္ကန့် သို့မဟုတ် ၎င်းထက်ကြာမြင့်အောင် ဦးချို ထွက်နေသော အရွယ်အစားပေါ်တည်၍ ပြုလုပ်နိုင်သည်။ ဦးချို ၏ထိပ်ပိုင်းကို အရေခွံနှင့်အညီ ပြားချပ်နေအောင်ပြုလုပ်ရန် ဖြစ်သည်။ ဆိတ်ငယ်၏မျက်စိနှင့် သံပူပိုက်ကို ဝေးစေရန် သတိပြုရပါသည်။

ဦးချိုမထွက်အောင်ပြုလုပ်ရန် အပူပေးမည့် သံကို (၃/၄)လက်မ သံမဏိပိုက်အား သစ်သားလက်ကိုင်ဖြင့်လည်းကောင်း၊ ထိပ်ဖျား၌ အခေါင်းပါသည့် ဂဟေဆက်ရာ၌ အသုံးပြုသည့် သံကိုလည်းကောင်း သုံးနိုင်သည်။

ဦးချိုပေါက်စေရန် ပြုလုပ်ခြင်း လုပ်ငန်းပြီးမြောက်သောအခါ ဦးချိုပေါက်ရန် အဖုတစ်ဝိုက်၌ အညိုရောင်အပိုင်းကို ထင်ရှားစွာမြင်တွေ့ရမည်ဖြစ်သည်။



သံပူစနစ်ဖြင့် ဦးချိုမထွက်အောင်ပြုလုပ်နည်း

အကယ်၍ ဦးချိုပေါက်ရန် အဖုတစ်ဝိုက်၌ အမဲရောင်မီးလောင်၍ အရေခွံများ ကွဲအက်ပြီး အရိုးကိုမြင်ရပါက သံပူပြားကို ဖိပေးခြင်းနှင့်တို့ပေးခြင်းများ လွန်းကြောင်းကို သိစေမည်ဖြစ်သည်။ ဤသို့ဖြစ်လျှင် ပြဿနာ မဟုတ်ပါ။ အနာအဖြစ် ကြီးထွားမလာရန် အရေးကြီးသည်။ သံပြားသည်ရဲနေရန် အရေးကြီးသည်။ အပူချိန်နည်းသော သံပြားဖြင့် ပြုလုပ်မိပါက အချိန်ပိုမိုကြာမြင့်ပြီး ဆိတ်ငယ်အတွက် အင်အားပိုမို ကုန်ခမ်းစေပါသည်။ ဦးချိုမထွက်အောင်ပြုလုပ်ပြီးပြီးချင်း ကာဗွန်ပါသော ခေါင်းလိမ်းဆီကို သုတ်လိမ်းပေးပါ။ (ဥပမာ - ကလီယို ပက်ထရာခေါင်းလိမ်းဆီ)

အရွယ်ရောက်သော ဆိတ်ကြီးများ ဦးချိုမထွက်အောင် ပြုလုပ်နည်းမှာ ရှိပြီးသား ဦးချိုကို ဖယ်ရှားခြင်းပင် ဖြစ်ပါသည်။ သေးငယ်သောအသွားပါသည့် အလွန်ထက်သော လွှဲကိုအသုံး ပြုခြင်းဖြင့် ဦးချိုများကိုဖြတ်တောက်နိုင်ပါသည်။ ဦးချိုကို ဦးခေါင်းနှင့် နီးကပ်စွာ ဖြတ်ပြီး သွေးမထွက်ရန် ဖြတ်ထားသော ဒဏ်ရာကို သံပိုက်ဖြင့်တို့ပေးပါ။ ဆက်လက်သွေးထက်နေပါက သွေးထွက် တိတ်သွားသည်အထိ အိုင်ယွန်းဆာလ်ဖိတ် အမှုန့်လိမ်းပေးပါ။ အနာရင်းမြီး ပိုမဆိုးအောင် နှစ်ပတ်သုံးပတ် အထိ သေချာစိစစ်ခြင်းကို ဆက်လက်ဆောင်ရွက်ရန် လိုအပ်ပါသည်။ ဖုယောင်ခြင်း



အရည်ထွက်စီးခြင်းများရှိပါက သေချာစွာသန့်စင်ဆေးကြောပြီး ပဋိဇီဝဆေး တစ်မျိုးမျိုးကို လိမ်းပေးပါ။

**(၈) ခွာလှီးပေးခြင်း (Hoof trimming)**

ဆိတ်ခွာများရှည်လွန်းလျှင် နာကျင်ခြင်းဖြစ်စေသည်။ ခွာရှည်ပါက ပုံမှန်လမ်းလျှောက်၍ မရနိုင်ပါ။ ခွာရှည်ခြင်းကြောင့် ခွာတွင်မြေမှုန့်နှင့် ရွှံ့များပေကပ် နေခြင်းဖြင့် ခွာနူးခြင်း၊ ဘက်တီးရီးယားပိုး ဝင်ခြင်းများကြောင့် ခွာပုတ်နာဖြစ်ပေါ်နိုင် သည်။ ခွာပုံမှန် လှီးဖြတ်ပေးခြင်းဖြင့် ခွာသည်ပိုင်းနေပြီး ခွာကွဲနစ်သည် အရှည် တူညီနေမည်။ ပုံမှန်အားဖြင့် (၂၀ - ၃၀)တစ်ကြိမ်ခွာလှီးပေးခြင်း ပြုလုပ်ရပါမည်။ အချို့ဆိတ်တွင် နှစ်ပတ်တစ်ခါ လှီးပေးခြင်းလည်း ရှိနိုင်ပါသည်။ ခွာရှည်ထွက်တိုင်း အနည်းငယ်စီ မကြာခဏ လှီးပေး ခြင်းသည် ပိုမိုကောင်းမွန်ပါသည်။ ဆိတ်ခွာလှီးရန် ခွာလှီးခား ထက်ထက် (သို့မဟုတ်) ကတ်ကြေးအမာဖြင့် ဖြတ်ပေးနိုင်သည်။

**ခွာလှီးဖြတ်ခြင်းဆောင်ရွက်ရန်အဆင့်များ**

- ၁။ မတ်တတ်အနေအထားဖြင့် ခွာလှီးပါက တိုင်တန်းတွင် ချည်နှောင်ပြီး ခြေထောက် တစ်ဖက်ကိုမ၍ အဆစ်ချိုးကာ ခွာကို စစ်ဆေးပါ။ ဆိတ်ငယ်များအား လှဲ၍ ခွာလှီးပါက ဆိတ်ကို အကူတစ်ယောက်၏အကူအညီဖြင့် ကျောဖက်မှ လဲလျောင်းပြီး ခွာကို စစ်ဆေးပါ။
- ၂။ ခွာခြားအတွင်းမှ အညစ်အကြေးအမှုန်များ၊ ရွှံ့များသန့်စင်ပေးပါ။
- ၃။ ခွာပိုင်းထက်ပိုရှည်ထွက်နေသော ခွာဖျားများဖြတ်လှီးပစ်ပါ။
- ၄။ ခွာထိပ်မှ အောက်စိုက်နေသော ခွာ၏အစိတ်အပိုင်းများ လှီးပေးခြင်းဖြင့် ခြေဖဝါးသည် ညီညာသွားရန်ဖြစ်သည်။
- ၅။ တစ်ကြိမ်လှီးတိုင်း အနည်းငယ်သာ တဖြည်းဖြည်းခြင်းလှီး ပေးရန်လိုအပ်ပါသည်။ ခွာမှသွေးစထွက်ပါက လှီးခြင်းရပ်ပြီး ဟိုက်ဒြိုဂျင်ပါအောက်ဆိုင်အရည် (သို့မဟုတ်) အိုင်အိုဒင်း အရည်သုတ်ပေးပါ။
- ၆။ လှီးပြီးခွာထိပ်နှင့် ဖဝါးထိပ်ဘက်ကို လက်သမားသုံးကျားရှာဖြင့် ပွတ်တိုက်ပေးခြင်း ဖြင့် ချောမွေ့ပေးနိုင်သည်။

**ခွာလှီးပေးပုံ**



**(၈၂) ဆိတ်ကိုယ်အလေးချိန်ခန့်မှန်းခြင်း**

ဆိတ်ငယ်ကလေးများ၏ ကိုယ်အလေးချိန်တိုးတက်မှုကို မှတ်တမ်းတင်ခြင်းဖြင့် ကြီးထွားမှုတိုင်းတာနိုင်သည်။ ဆိတ်ကိုယ် အလေးချိန်လျော့နည်းလာခြင်းသည် ကျန်းမာရေးပြဿနာတစ်ခုခု ပေါ်ပေါက်ခြင်းဖြစ်သည်။ ဆိတ်၏ကိုယ်အလေးချိန် အနီးစပ်ဆုံး ရယူရန် ရင်ပတ်လုံးကိုပေးကြိုးဖြင့်တိုင်းတာပြီး အလေးချိန်ဇယားတွင် ကြည့်ခြင်းဖြင့် ရရှိနိုင်သည်။ ရာခိုင်နှုန်းပြည့်မမှန်နိုင်သော်လည်း အနီးစပ်ဆုံး အလေးချိန်ကိုရရှိနိုင်သည်။

ဆိတ်၏ ရှေ့လက်နောက်ဘက် ရင်ပတ်အကျယ်ကို ပေးကြိုးဖြင့် ပုံပါအတိုင်း တိုင်းယူပြီး ဖော်ပြပါဇယားနှင့် တိုက်ဆိုင်စစ်ဆေးကြည့်ပါက ရင်ပတ်အကျယ်(လက်မ)မှ ဆိတ်ကိုယ်အလေးချိန် (ပေါင်)ကို သိရှိနိုင်ပါသည်။



ရင်ပတ်လုံးပတ် (လက်မ)	ကိုယ်အလေးချိန် (ပေါင်)	ရင်ပတ်လုံးပတ် (လက်မ)	ကိုယ်အလေးချိန် (ပေါင်)
၁၀. ၇၅	၅	၁၅. ၂၅	၁၂
၁၁. ၂၅	၅. ၅	၁၅. ၇၅	၁၃
၁၁. ၇၅	၆	၁၆. ၂၅	၁၄
၁၂. ၂၅	၆. ၅	၁၆. ၇၅	၁၅
၁၂. ၇၅	၇	၁၇. ၂၅	၁၇
၁၃. ၂၅	၈	၁၇. ၇၅	၁၉
၁၃. ၇၅	၉	၁၈. ၂၅	၂၁
၁၄. ၂၅	၁၀	၁၈. ၇၅	၂၃
၁၄. ၇၅	၁၁	၁၉. ၂၅	၂၅
၁၅. ၇၅	၂၇	၂၅. ၇၅	၆၀
၂၀. ၂၅	၂၉	၂၆. ၂၅	၆၃
၂၀. ၇၅	၃၁	၂၆. ၇၅	၆၆
၂၀. ၂၅	၃၅	၂၇. ၂၅	၆၉
၂၀. ၇၅	၃၇	၂၇. ၇၅	၇၂
၂၂. ၂၅	၃၉	၂၈. ၂၅	၇၅
၂၂. ၇၅	၄၂	၂၈. ၇၅	၇၈
၂၃. ၂၅	၄၅	၂၉. ၂၅	၈၁
၂၃. ၇၅	၄၈	၂၉. ၇၅	၈၄
၂၄. ၂၅	၅၁	၃၀. ၂၅	၈၇
၂၄. ၇၅	၅၄	၃၀. ၇၅	၉၀
၂၅. ၂၅	၅၇		

### (ည) ဆေးရည်တိုက်ကျွေးခြင်း (Drenching)

ဆိတ်အား ဆေးအရည်များကို အာခေါင်မှတစ်ဆင့် လောင်းပေးခြင်းလုပ်ငန်း ပင်ဖြစ်သည်။ ဆိတ်များသန်ချခြင်း၌ ဤနည်းကိုအသုံးများသည်။

ပြုပြင်ထားသော ဆေးဝါးကိုသေးငယ်ပြီး သန်မာသော လည်ပင်းရှိသည့် ပုလင်းထဲသို့ထည့်ပါ။ ထောင့်တစ်နေရာ၌ ဆေးတိုက်မည့်ဆိတ်ကို ခြေနှစ်ဘက်ကြားတွင် ခွ၍ မတ်တပ်ရပ်ပြီး ဒူးဖြင့်ညှပ်ထားပါ။ ထို့နောက် ပုလင်း၏အဝကို ဆိတ်နှုတ်ခမ်း၏ ဒေါင့်တွင် ထည့်ပါ။ ၎င်းနောက်ဆေးရည်ကိုအာခေါင်ထဲသို့ အစက်လိုက်စီးဆင်းရန် တဖြည်းဖြည်းလောင်းထည့်ပါ။ ဆိတ်သည် ချောင်းဆိုး လာပါက ချက်ချင်းရပ်ပြီး ခေါင်းကိုလည်း သက်သာစွာနေပါစေ။ ချောင်းဆိုးခြင်းရပ်သောအခါ ဆေးတိုက်ခြင်းကို ဆက်လက်ပြုလုပ်ပြီး ဆေးရည်ကုန်ခမ်းသွားသည်အထိ ပြန်လည်ပြုလုပ်ပါ။ ဆိတ်၏လေပြန်ထဲသို့ ဆေးရည်များ ဝင်မိခြင်းဖြင့် ချက်ချင်းသေစေနိုင်ခြင်း၊ အအေးမိ နိုင်ခြင်း စသည်တို့ဖြစ်နိုင်သည်ကို အထူးသတိပြုရမည်။ ဆေးရည်ကို အလွန်နှေးကွေး စွာ သွင်းပေးရမည်။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် မြန်လွန်းပါက ဆိတ်သည် မွန်းတတ်ခြင်း ကြောင့် ဖြစ်သည်။

### ၁၁။ ဆိတ်နို့ညှစ်ခြင်း (How to milk Goats)

ဆိတ်နို့သည် အစာကြေလွယ်သော အာဟာရဓာတ် ပြည့်ဝသည့် အခြား အစားအစာများနည်းတူ သန့်ရှင်းစွာထုတ်လုပ် သင့်ကြောင်း သတိထားရမည်။ ဆိတ်နို့ တွင် ရောဂါပိုးမွှားများ ဝင်ရောက်ပါရှိခြင်းမှ ကင်းဝေးပြီး သောက်သုံးရာတွင်စိတ်ချမှု ရရှိရန် လိုအပ်ပါသည်။

### နို့ထွက်သောကာလ (Period of Milk Production)

ဆိတ်မသည် ဆိတ်ကလေးမွေးချိန်မှစ၍ နို့ထွက်ချိန် ကာလတစ်ပြိုင်တည်း စတင်ပါသည်။ နောက်တစ်ကြိမ်ထပ်မံ၍ ပဋိသန္ဓေပြန်လည်တည်သည့်အချိန်အထိ လပေါင်းအတော်အတန်အထိ ကြာမြင့်တတ်သည်။ ၎င်းကို နို့ထွက်သောကာလ (Lactation period) ဟုခေါ်သည်။ (၃)လမှ (၁၂)လအထိ ကြာတတ်သည်။

လူများ စားသုံးရန်သင့်တော်သော ဆိတ်နို့မှာဆိတ် ကလေးမွေးဖွားပြီး

(၃ - ၄) ရက်အကြာ ဆိတ်ကလေးမှ ကလိုစထရမ် (Colostrum) ခေါ် နို့ဦးရည်ကို စို့ပြီးနောက် ထွက်ရှိသော ဆိတ်နို့ပင်ဖြစ်သည်။ ဆိတ်နို့ညှစ်ခြင်းကို နောက်ကလေး မွေးထုတ်ရန် တစ်လအလိုအထိ ပြုလုပ်ပြီးမှ ရပ်တံ့ရန်ဖြစ်သည်။

ဆိတ်များတွင် ပဋိသန္ဓေတည်သည့်အချိန်သည် (၅)လ ကြာသည်။ များသောအားဖြင့် ဆိတ်မများပဋိသန္ဓေတည်သည့် နောက်(၃)လကြာမှ နို့ခမ်းတတ် သည်။ နို့ထွက်ခြင်းမရှိသေးလျှင်လည်း နို့ညှစ်ခြင်းကို တစ်ရက်တစ်ကြိမ်မှ နှစ်ရက် တစ်ကြိမ် စသည်ဖြင့်လျှော့ပြီး နောက်ဆုံးလုံးလုံးလျားလျား ရပ်တံ့သွားရန်ဖြစ်သည်။ အနည်းငယ် ထွက်သည့် ဆိတ်မများအတွက် နို့ညှစ်ခြင်းကို ချက်ချင်းရပ်တံ့ခြင်းသည် အကောင်းဆုံး ဖြစ်သည်။ နို့အုံတွင် နို့ရည်များပြည့်နေလျှင်မူ ညှစ်ထုတ်ပေးခြင်းဖြင့် ဆိတ်မ သက်သာမှုရရှိပါမည်။

### နို့အုံ၏အစိတ်ပိုင်းများ (Parts of the Udder)

နို့အုံသည် နို့ရည်ထွက်စီးသော အင်္ဂါဖြစ်သည်။ အောက် ပါအစိတ်အပိုင်းများ ဖြင့် ဖွဲ့စည်းထားပါသည်-

### ၁။ အထောက်အကူပြုသောအဖွဲ့အစည်း (Supporting structures)

နို့အုံ၏အဓိက အထောက်အကူပြုသောအဖွဲ့အစည်းများမှာ အာရုံကြောများ ပါသော သရွတ်နှင့် သားရေများဖြစ်သည်။ ၎င်းသရွတ်နှင့်သားရေများက နို့အုံကို ဝမ်းဗိုက်နံရံနှင့် ခိုင်မြဲ တင်းရင်းစွာထိန်းပေးသည်။ အထောက်အကူပြုသရွတ်များ အားနည်းခြင်း သို့မဟုတ် ပြန်သွားသောအခါ နို့အုံသည် ကိုယ်ခန္ဓာမှ ပြတ်တောက်ပြီး တွဲလောင်းကျခြင်းဖြစ်ပေါ်သည်။

### ၂။ ဂလင်း (Glands)

ဆိတ်၏နို့အုံသည် ဂလင်းနှစ်ခုဖြင့်ဖွဲ့စည်းထားသည်။ ဘယ်ဘက်ဂလင်းနှင့် ညာဘက်ဂလင်းများဖြစ်ကြပြီး နို့ထွက်စေရန် အကူအညီပေးသည်။

### ၃။ နို့သီးများ (Treats)

နို့အုံမှ တွဲလွဲကျ၍ ပြန်နှင့်တူသောအပေါက်များဖြစ်သည်။ နို့ရည်ထွက် ပေါက်များ ဖြစ်ကြသည်။

### နို့ထွက်ခြင်း (Milk Secretion)

ဆိတ်နို့အုံ၏ ဂလင်းများတွင် (alvoli) နို့ထွက်ခန်းဟု ခေါ်သော နို့စက်ရုံများရှိသည်။ ၎င်းနို့ထွက်ခန်းထဲတွင် သွေးမှ လွတ်ပေးသည့်အရာများစွာကို နို့ဖွဲ့စည်းပုံဖြစ်သည့် သကြား၊ ပရိုတင်း၊ ဗီတာမင်၊ သတ္တုဓာတ်များအသွင်သို့ ပြောင်းလဲစေသည်။

နို့ထွက်ခန်း (avli)သည် နို့များကို အချက်ပေးမှု မရှိမချင်း ထုတ်လွှတ်ပေးခြင်းမပြုဘဲ သိုလှောင်ပေးခြင်းကိုလည်း တာဝန်ယူသည်။ နို့အုံနှင့် နို့သီးတို့၏ အာရုံကြောများအား ဆိတ်ကလေးမှသော်လည်းကောင်း၊ နို့ညှစ်သူမှသော်လည်းကောင်း နှိုးကြားစေခြင်းသည် နို့လွှတ်ထွက်စေရန် အချက်ပေးခြင်းပင်ဖြစ်သည်။

ဆိတ်မအားကြောက်လန့်စေခြင်း သို့မဟုတ် စိတ်ဆိုးစေခြင်းများ ပြုလုပ်မိပါက နို့ထွက်စေမည်မဟုတ်ပါ။ ထို့ကြောင့် ဆိတ်မအား အထူးသဖြင့် နို့မညှစ်မီနှင့် နို့ညှစ်နေချိန်အတွင်း စိတ်လှုပ်ရှားအောင်ရိုက်ခြင်း၊ အော်ငေါက်ခြင်း၊ အတင်းမောင်းနှင်ပြေးလွှား စေခြင်းများမပြုလုပ်သင့်ပါ။

### နို့ညှစ်ချိန် (Milking Time)

နို့ညှစ်ခြင်းသည် တိကျသော လုပ်ငန်းစဉ်နှင့် အချိန်ရှိသင့်သည်။ အစာကျွေးခြင်းနှင့် နို့ညှစ်ခြင်း အစီအစဉ် အနည်းအကျဉ်းမျှပြောင်းလဲရုံဖြင့် မလိုလားအပ်သော နို့ထွက်ခြင်းကို ဖြစ်ပေါ်စေမည်ဖြစ်သည်။ ဥပမာ- ဆိတ်မတစ်ကောင်အား လုပ်နေကျဖြစ်သော နံနက် (၆:၀၀)နာရီတွင် အစာကျွေးခြင်း၊ (၆:၀၅)နာရီတွင် ဆေးကြောခြင်းများပြုလုပ်ပြီးနောက် နို့ညှစ်ခြင်းအစား အချိန်ပြောင်း၍ နို့ညှစ်ပါက နို့ထွက်နည်းသွားမည်ဖြစ်သည်။

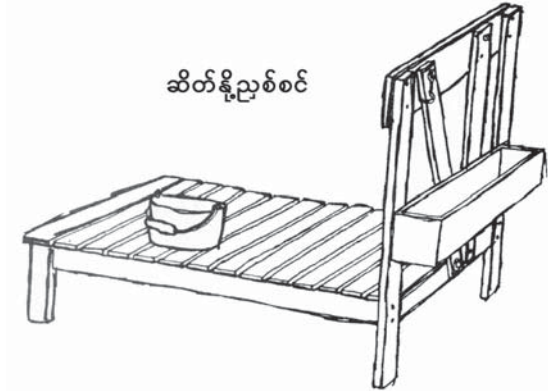
အစာကျွေးခြင်းနှင့် နို့ညှစ်ခြင်းလုပ်ငန်းများကို ပုံမှန်ပြုလုပ်သင့်ပါသည်။ သို့မှသာ နို့ထွက်ခြင်းလည်း ပုံမှန်မည်ဖြစ်သည်။

### နို့ညှစ်ပုံအနေအထား (Milking Position)

ဆိတ်မအား သစ်ပင်သို့ချည်ထားပြီး အနည်းငယ်မြင့်သော နေရာ၌ထားသည့် ပုံစံဖြစ်စေရန် တိုင်တစ်ချောင်းကိုအသုံးပြု၍ နို့ညှစ်မည့်ဆိတ်မကိုချည်ပါ။ လွယ်ကူစွာ နို့ညှစ်နိုင်ရန် ဦးခေါင်းကို လွတ်လပ်စွာထားပေးသင့်သည်။

နို့ညှစ်နေချိန် အတောအတွင်း ငြိမ်သက်စွာနေရန် လည်ပင်းကို တည့်မတ်စွာ

စိုက်ထူထားသော ဝါးနှစ်ချောင်း သို့မဟုတ် ကြက်ခြေခတ်ပုံစံ ဝါးနှစ်ချောင်းကြားတွင် ချည်ထားပါ။ ဤဝါး နှစ်ချောင်းပုံစံသည် ခွာများလှီးဖြတ်သောအခါလည်း အသုံးပြုနိုင်သည်။



ဆိတ်နို့ညှစ်စင်

### နို့ညှစ်နည်း (Milking Procedure)

သန့်ရှင်းလတ်ဆတ်သော ဆိတ်နို့ရရှိရန် အောက်ပါအဆင့်များသည် ကောင်းမွန်သော နို့ညှစ်နည်းစနစ်ဖြစ်သည်။

- (၁) နို့မညှစ်မီလက်များကို ရေများများနှင့် ဆပ်ပြာဖြင့် ဆေးပါ။
- (၂) ဆိတ်မ၏ နို့အုံနှင့် နို့သီးများကို သန့်ရှင်းသော ရေနွေး (၀၂) ပိုးကင်းစေသော ကလိုရောက်စ် (Clorox) စသော အရည်ဖြင့် ဆေးပါ။ ၎င်းနောက် နို့အုံ နို့သီးများကို သန့်ရှင်းသောအဝတ်ဖြင့် ခြောက်အောင်သုတ်ပါ။ စိုနေသော လက်များဖြင့် မည်သည့်အခါမှ နို့မညှစ်ရပါ။
- (၃) လက်မနှင့်လက်ညှိုးဖြင့် နို့သီးကိုညှပ်၍ပိတ်ပါ။ နို့အုံသို့ နို့ပြန်မဝင်သွားရန်ဖြစ်သည်။
- (၄) လက်ခလယ်ဖြင့် နို့ထွက်ရန် ဖိညှစ်ပါ။ ၎င်းပထမ ထွက်သောနို့သည် မသန့်ရှင်းသောကြောင့် ဖယ်ထားရမည်။
- (၅) လက်သူကြွယ်ကိုလည်း ထပ်ကပ်ပြီး ညင်သာစွာ ဖိပေးပါ။ သို့သော်

နို့သီးကို မညှစ်ရသေးပါ။

- (၆) နောက်ဆုံးလက်သန်းကိုလည်း ကပ်လာစေပြီး နို့ထွက်လာသည်အထိ ညှစ်ပေးပါ။
- (၇) ထို့နောက်နို့သီးအားညှစ်ထားသော လက်ကိုအနည်းငယ်လျှော့ပြီး လက်ချောင်းများကိုဖွင့်ထားပါ။ ဤသို့ ပြုလုပ်ခြင်းဖြင့် နို့သီးများတွင် နို့ဖြင့်ပြန်လည် ပြည့်လာမည်။ နို့သီးတစ်ခုမှ နောက်တစ်ခုသို့ လက်ပြောင်းပြီး နောက်ဆုံးနို့ရည်အနည်းငယ်သာ ထွက်လာသည် အထိ ဆက်လက်လုပ်ဆောင်ပါ။
- (၈) နို့ထွက်ခြင်း အလွန်နည်းသောအခါ နို့အုံကို တစ်တောင်ဆစ်ဖြင့် ဖိတွန်းခြင်းဖြင့် ၎င်းဆိတ်မှ နို့အကုန်ထုတ်လွှတ်ပြီး ဖြစ်မဖြစ်သိနိုင် မည် ဖြစ်သည်။ ထိုသို့ ဖိတွန်းခြင်းဖြင့် နို့ပိုထွက်စေတတ်သည်။
- (၉) နောက်ဆုံးနို့ရည်စက်ကို လက်မနှင့်လက်ညှိုးဖြင့် နို့သီးအား ခိုင်မြဲစွာ ဖိညှစ်ပေးခြင်းဖြင့် ရယူပါ။
- (၁၀) ဖိညှစ်ထားသော လက်ချောင်းများဖြင့် နို့သီးအရှည် ရှိသလောက်ကို ညှစ်ပေးပါ။ သို့သော် ဖိညှစ်ခြင်းကို ကြာရှည်စွာမပြုလုပ်သင့်ပါ။ နို့သီးကို ထိခိုက်စေတတ်သည်။

**နို့ရည်စစ်ခြင်း (Straining)**

နို့ညှစ်နေချိန်တွင် အမွှေးအမျှင်နှင့် အညစ်အကြေးများမှ ကင်းဝေးစေရန် နို့ခံရသောခွက်ပန်းကန်များကို ရေစစ်အဝတ်ဖြင့် ခံထားပါ။ နို့ညှစ်ခြင်းကို အပြီး ဆောင်ရွက်ပြီးသောအခါ အခြားအိုးခွက်ထဲသို့ ဒုတိယရေစစ်ဖြင့် စစ်ချပါ။ အဝတ်ဖြင့် ပြုလုပ်ထားသော ရေစစ်များအား နေ့စဉ်လျှော်ဖွပ်ပြီး သန့်ရှင်းသောနေရာတွင် ထားသင့်ပါသည်။ အကောင်းဆုံးမှာ ရေစစ်အဝတ်များကို ရေဆူမှတ်တွင်ပြုတ်ပြီး နေပူလှမ်းခြင်းဖြစ်သည်။

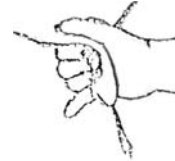
**လက်ဖြင့် ဆိတ်နို့ညှစ်ခြင်း အဆင့်ဆင့်**



၁။ လက်မနှင့် လက်ညှိုးတို့အား နို့သီးတဝိုက်သို့ တပ်ထားပါ။



၂။ လက်ခလယ်အားလည်း နို့သီးသို့ ထပ်မံ၍ ကပ်ထားခြင်းဖြင့် နို့ရည်ထွက်လာစေမည်။



၃။ လက်သူကြွယ်ပါ နို့သီးသို့ ထပ်မံကပ်ထားပါ။



၄။ လက်သန်းအပါအဝင် လက်ချောင်းအားလုံးဖြင့် ညှစ်သောစွာ နို့ထွက်သည်အထိ ညှစ်ပါ။



၅။ လက်ချောင်းများကို ဖွင့်လိုက် ခြင်းဖြင့် နို့သီးတွင်နို့ရည် ပြန်လည်ပြည့်လာမည်။



၆။ နို့ထွက်ခြင်း နည်းသောအခါ နို့အုံကို ညှစ်သောစွာ ပွတ်ခြင်း တွန်းခြင်းများ ပြုလုပ်ပါ။ နို့ရည်ရှိသေးသည် (သို့မဟုတ်) ကုန်သွားသည်ကို သိစေမည်။



၇။ နောက်ဆုံး နို့ညှစ်ခြင်းကို လက်မနှင့် လက်ညှိုးကြား၌ နို့သီးကို ဖိထားပြီး ဖိညှစ်ခြင်းဖြင့် ပြုလုပ်ပါ။



၈။ နို့သီးရည်သလောက် ဖိညှစ်ခြင်းဖြင့် အဆုံးသတ်နိုင်သည်။

**သတိပေးချက်များ (Some Reminders)**

သန့်ရှင်းလတ်ဆတ်သော ဆိတ်နို့ရရှိနိုင်ရန် အထောက်အကူပေးသော သတိပေးချက်များမှာ အောက်ပါတို့ဖြစ်ကြသည် -

- ၁။ နို့ညှစ်ခြင်းကို အခြားဆိတ်လှောင်ခန်းများနှင့် အနည်းငယ် အလှမ်းဝေးသော နေရာ၌ ပြုလုပ်ပါ။ ပတ်ဝန်းကျင်ရှိ မကောင်းသည့် အနံ့အသက်များ ဆိတ်နို့ထဲသို့ စိမ့်ဝင်ခြင်းမှ ကာကွယ်နိုင်ရေးအတွက် ဤသို့ပြုလုပ်ရန် အရေးကြီးခြင်းဖြစ်သည်။
- ၂။ ပထမဆုံးညှစ်ထုတ်သော သုံးလေးခါစီးဆင်းလာသည့် နို့သည် အရောင်အဆင်း၊ သွေးပါဝင်မှု၊ အရည်ကျဲခြင်း၊ ပြစ်ခဲနေခြင်း စသည်တို့ဖြစ်ပါက ရောဂါဖြစ်ခြင်း ကို ဖော်ပြသည်။
- ၃။ ရောဂါရှိသည်ဟု သင်္ကာမကင်းသောဆိတ်များကို ချက်ချင်း ခွဲထုတ်ပါ။ ၎င်းတို့အား စနစ်တကျကုသပါ။ ရောဂါလုံးဝ ပျောက်ကင်းမှုမရှိမချင်း ၎င်း၏နို့ကို မသောက်သုံးရပါ။
- ၄။ နို့ညှစ်နေချိန်၌ လက်များသန့်ရှင်းခြောက်သွေ့ခြင်းအမှန် တကယ်လိုအပ်သည်။ လက်ဖြင့် နို့ရည်ကို ထိတွေ့မိခြင်းမဖြစ်စေရပါ။
- ၅။ နို့ညှစ်နေသော ဆိတ်မနှင့် မျိုးဆိတ်ထီးကို အလှမ်းဝေးစွာ ထားပါ။ မျိုးဆိတ်ထီး၏ ဆိုးဝါးသောအနံ့အား ဆိတ်နို့သို့ စိမ့်ဝင်ခြင်းမှ ကာကွယ်ရန်ဖြစ်သည်။

**နို့ညှစ်ကိရိယာများ ပိုးမွှားကင်းစင်စေခြင်း (Sterilizing Milking Equipment)**

နို့ညှစ်သည့်ခွက်၊ ဇလုံ၊ ပန်းကန်များ ခရားအိုးများနှင့် အခြားအသုံးအဆောင် ပစ္စည်းများ သန့်ရှင်းမှု စိတ်ချသေချာရပါမည်။ ညစ်ပေသော အိုးခွက်ပန်းကန် အသုံး အဆောင်များမှ နို့ကို ပျက်စီးစေပြီး လူသားများသောက်သုံးရန် မသင့်သည့်အခြေအနေ ရောက်စေနိုင်သည်။ သန့်ရှင်းစွာပြုလုပ်နည်းများမှာ -

- ၁။ နို့ညှစ်ပြီးပြီးချင်း၊ အသုံးပြုခဲ့သော အိုးခွက်ပန်းကန်များကို ရေနွေးဖြင့် နို့အကြွင်း အကျန်များ မရှိအောင် ဆေးကြောပါ။
- ၂။ အထက်ဆေးကြောထားသော ကိရိယာများကို ဆပ်ပြာရည် ပူထဲသို့ (၅)မိနစ်စိမ် ထားပါ။
- ၃။ ထိုသို့ စနစ်တကျစိမ်ပြီးနောက် ကိရိယာများကို နူးညံ့သော ဝက်မင်ဘီး (သို့မဟုတ်) နိုင်လွန်အဝတ်ဖြင့်သုတ်ပါ။ သံမဏိဘရပ်ရှ် (သို့မဟုတ်) ကြမ်းတမ်းသော

အဝတ်စများကို အသုံးပြုပါက ပိုးမွှားများ စုစည်းကျန်ရစ်စေမည် ခြစ်ကြောင်းများ ဖြစ်ပေါ်စေမည် ဖြစ်သည်။ နောက်ဆုံးရေပူဖြင့် ကျင်းပြီးမှ သန့်ရှင်းသော စင်ပေါ်တွင် အခြောက်လှန်းရန်ဖြစ်သည်။

- ၄။ နောက်တစ်ကြိမ် နို့ညှစ်ရာ၌ အသုံးမပြုမီ သန့်ရှင်းစင်ကြယ်စေခြင်းကို ပြုလုပ်ခြင်းသည် ကောင်းသော အစဉ်အလာဖြစ်သည်။ သာမန်ရေအေးနှင့် Clorox (ဝါ) Purex စသည့် ဓာတုဗေဒဆေးဝါးများ ရောထားသည့် အရည်တွင် (၅)မိနစ်စိမ်ထားခြင်း ပြုလုပ်နိုင်သည်။

**နို့ကိုပိုးကင်းအောင်ပြုလုပ်နည်း (How to Pasteurize Milk)**

ပိုးကင်းအောင်ပြုလုပ်ခြင်း၏ အခြေခံရည်ရွယ်ချက် (၂)ရပ်ရှိသည်။ ၎င်းတို့မှာ

- (၁) နို့တွင် ရောဂါဖြစ်စေတတ်သော ဘက်တီးရီးယားပိုး ကင်းရန်။
- (၂) နို့ကို အရည်အသွေးမပျက် ကြာရှည်ထိန်းထားရန်။

ပိုးကင်းအောင်ပြုလုပ်နည်းတွင် နို့ကိုသတ်မှတ်ထားသော အပူချိန် ဒီဂရီတွင် အပူပေးခြင်းနှင့် ၎င်းအပူချိန်ကို ရောဂါဖြစ်စေနိုင်သော ဘက်တီးရီးယားပိုးများ သေသည်အထိ အချိန်ကန့်သတ်၍ အပူပေးခြင်းတို့ပါဝင်သည်။

**ပိုးကင်းအောင်လုပ်ဆောင်နည်း (Pasteurization Procedure)**

- ၁။ ရေစစ်ဖြင့် စစ်ထားသော နို့ကို သံမဏိခရားအိုး၊ ဒယ်အိုး၊ အလူမီနီယမ်အိုး၊ ဖန်အိုး စသည်တို့တွင် ထည့်ထားပါ။ ကြေး၊ သံရိုးရိုးနှင့် သင်္ဘောဆေးသုတ်ထား သော အိုးခွက်များကို မသုံးရ။ အဘယ့်ကြောင့်ဆိုသော် နို့၏ အနံ့အရသာကို ပျက်စီးစေတတ်ပါသည်။
- ၂။ နို့ထဲတွင် အပူချိန်တိုင်းကိရိယာ (ရိုးရိုးသာမိမိတာ)ကို ဖော့နှင့်ချည်ပြီးထားပါ။
- ၃။ နို့ကိုလျှင်မြန်စွာပူအောင် အပူပေးပြီး ၇၄° စင်တီဂရိတ် ရောက်သည်အထိ (သို့) နို့ဆူပွက်သည်အထိ အဆက်မပြတ် စတီးလ်ဇွန်းဖြင့် မွှေပေးပါ။
- ၄။ ၇၄°စင်တီဂရိတ်၌ (၃၀)စက္ကန့်ခန့်ထားပြီးနောက် နို့ထည့် ထားသော နို့အိုး(သို့) ခရားအိုးကို ရေအေးထည့်ထားသော ဒယ်အိုးကြီးတွင် ချက်ချင်းထည့်ပါ။ ဆက်လက်မွှေနေရင်း အပူချိန် ကို လျင်မြန်စွာ လျော့ချပါ။
- ၅။ ပိုးကင်းအောင်ပြုလုပ်ထားသော သန့်ရှင်းသည့် အိုးခွက် ထဲတွင် လုံခြုံစွာဖုံးအုပ်ပြီး နို့ကိုသိုလှောင်ပါ။ ရေခဲသေတ္တာ (သို့) အအေးခန်းတွင် မထားပါက နို့သည်

မကြာခင်ပျက်စီးသွားမည် ဖြစ်သည်။

၆။ ကျိုချက်ထားသည့် အနံ့ပပျောက်စေရန် နို့ထည့် ထားသော အိုးခွက်အား လေးပုံသုံးပုံအထိ ရေဖြည့်ထားသော အခြား အိုးခွက်ကြီးထဲတွင် နှစ်ထားပါ။ ပိုးသတ်သန့်စင်ထားသော ပုလင်းများတွင် နို့ထည့်သွင်းခြင်း၊ အအေးခန်းတွင် သိမ်းဆည်းခြင်း စသည်ဖြင့် ပိုးကင်းစေခြင်းလုပ်ငန်းကို ဆက်လက်ပြုလုပ်ရသည်။

ဆိတ်နို့သည် အစာကြေချက်ရန် ကောင်းမွန်မှုကြောင့် နလန်ထစ လူမမာများအတွက် အထူးသင့်တော်သည်။ အာဟာရ ပြည့်ဝစွာပါဝင်မှုမှာ အဓိကအပိုင်နို့အက်စစ်ဓာတ်များပြည့်ဝစွာ ပါဝင်ပြီး အစာကြေချက်မှုလွယ်ကူခြင်းမှာ နွားနို့ထက် ဆိတ်နို့တွင် အဆီဥ သေးနှုတ်စွာဖွဲ့စည်းပါဝင်ခြင်းပင်ဖြစ်သည်။ ဗီတာမင်အေ ပါဝင်မှုမှာလည်း ကျွဲနို့၊ နွားနို့ထက်သာလွန်ပါသည်။ သတ္တုဓာတ် များဖြစ်သော ဆိုဒီယမ်၊ သံဓာတ်နှင့် ကြေးနီဓာတ်များလည်း နွားနို့တွင် ပါဝင်မှုထက်မြင့်မားပါသည်။

**၁၂။ ဆိတ်သင်းကွပ်ခြင်း**

ဆိတ်ငယ်ကလေးများ သားခွဲပြီးနောက် ဆိတ်သိုးမျိုးအဖြစ် အသုံးမပြုသည့် ဆိတ်ထီးကလေးများအားလုံး သင်းကွပ်ရန် လိုအပ်ပါသည်။

သင်းကွပ်ပေးခြင်းဖြင့် အောက်ပါအကျိုးကျေးဇူးများရရှိ နိုင်သည် -

- (၁) ညံ့သောမျိုးဆက်များဆက်လက်မပြန့်ပွားစေခြင်း၊
- (၂) အသားပိုမိုနူးညံ့ခြင်း၊
- (၃) ကြီးထွားနှုန်း၊ အသားတိုးနှုန်းကောင်းပြီး အသား ထွက်နှုန်းပိုစေခြင်း၊
- (၄) အသားတွင် ဆိတ်သိုးနံ့ကင်းစင်ခြင်း၊
- (၅) စိတ်နူးညံ့ပျော့ပြောင်း၍ ထိန်းကျောင်းရလွယ်ကူ စေခြင်းတို့ဖြစ်သည်။

ဆိတ်ငယ်ကလေးများ တစ်လသားအရွယ်တွင် သင်းကွပ်ရန် အကောင်းဆုံး ဖြစ်သည်။ သင်းကွပ်နည်း(၂)မျိုးရှိသည်။ ဘာဒီဇို ခေါ် သင်းကွပ်သည့်ကိရိယာဖြင့် သင်းကွပ်နည်းနှင့် ခွဲစိတ်၍ သင်းကွပ်နည်းတို့ဖြစ်သည် -

**(၁) ဘာဒီဇိုကိရိယာဖြင့်သင်းကွပ်ခြင်း။**

သင်းကွပ်လိုသည့် ဆိတ်ငယ်ကိုလှဲ၍ ချုပ်ထိန်းရမည်။ ၎င်းနောက် ဝှေးဥနှင့်ပတ်ဝန်းကျင်ရှိ အညစ်အကြေးများ ကင်းစင်စေရန် ရေ ဆပ်ပြာနှင့်ဆေး၍ တင်ချာအိုင်အိုးဒင်းသုတ်လိမ်းရမည်။ ၎င်းနောက် ဝှေးဥမှလာသော လိင်ကြောကို လက်ဖြင့်ထိန်းကိုင်၍ ဘာဒီဇိုဖြင့် အရေခွံအပေါ်မှညှပ်ရမည်။ (၂)မိနစ် (၃)မိနစ်ခန့်ထား၍ ညှပ်ကို လွှတ်ရမည်။ ထိုကဲ့သို့ အခြားဝှေးဥတစ်ဖက်ရှိ လိင်ကြောကိုလည်း ညှပ်ရမည်။ အရေးကြီးသည်မှာ ညှပ်ရာနှစ်ခုတစ်ဆက်တည်း မဖြစ် စေရန်နှင့် မြေပြင်ညီမဖြစ်ဘဲ ခပ်စောင်းစောင်းညှပ်ရန်ဖြစ်သည်။ ၎င်းညှပ်ရာများကို အမဲဆီနှင့် ပဋိဇီဝဆေးထည့်ပေးခြင်းဖြင့် အနာကျက်၍ သက်သာပျောက်ကင်းစေနိုင်သည်။

**(၂) ခွဲစိတ်၍သင်းကွပ်ခြင်း။**

ဝှေးဥနှင့်ပတ်ဝန်းကျင် ကို ဆပ်ပြာနှင့်ရေ စင်အောင်ဆေးကြောပြီး တင်ချာ အိုင်အိုးဒင်း သုတ်လိမ်းရမည်။ ၎င်းနောက် ဝှေးဥ အပေါ်မှ အရေခွံကို လက်ဖြင့်ဆွဲ၍ ဓားထက်ထက် ဖြင့်ခွဲပြီး ဝှေးဥကို ညှစ်ထုတ်ကာ လိင်ကြောကို ဆွဲလိမ်၍ ဖြတ်ရန်လိုသည်။ ဤနည်းဖြင့် သင်းကွပ် ရာတွင် မလိုအပ်ဘဲ အပေါက်မကျယ်ရန် လိုအပ် သကဲ့သို့ သွေးထွက်မများစေရန် လိင်ကြောကို စနစ်တကျလိမ်၍ ချည်ထားရန် လိုအပ်သည်။ ၎င်းနောက် အမဲဆီ၊ ပဋိဇီဝဆေးမှုန့်များ ထည့်ပေး ခြင်းဖြင့် အနာသက်သာပျောက်ကင်းစေနိုင်ပါသည်။

**၁၃။ ဆိတ်သားထုတ်လုပ်ခြင်း (How to Butcher and dress Goats)**

ချယ်ဘွန် (Chevon) ဟု သိကြသော ဆိတ်သားသည် လူသားများအတွက် အရသာရှိသော ဈေးကြီးသော ဟင်းတစ်မျိုးဖြစ်သည်။ ကောင်းသော ဆိတ်သားသည် ကောင်းစွာ ရွေးထားသော ဆိတ်မှရရှိသည်။ သင်းကွပ်ထားခြင်းမရှိသော ဆိတ်ထီးကို အသားစားရန် မသင့်ပါ။ အဘယ်ကြောင့်ဆိုသော် အနံ့အလွန်ဆိုးခြင်းကြောင့်ဖြစ် သည်။

အသားစားရန် သတ်သင့်သော ဆိတ်များမှာ အသက် အရွယ်(၈)လမှ(၂)နှစ် အတွင်းဖြစ်သည်။ ဤအရွယ်ရှိဆိတ်များ၏ အသားသည် အထူးနူးညံ့ပြီး အနံ့လည်း အထူးမရှိပါ။ (၂)နှစ်ကျော် သော ဆိတ်များ၏အသားသည် မာကြမ်းသည့်အပြင် ကြီးထွားခြင်းလည်း အနည်းငယ်သာရှိခြင်းကြောင့် (၂)နှစ်ကျော်သည့် ဆိတ်များ မွေးနေခြင်းသည် အကျိုးမရှိတော့ပါ။

သတ်ရမည့် ဆိတ်အားကြိုတင်၍ (၁၂-၁၈)နာရီအထိ အစာနှင့်ရေ မတိုက်ကျွေးဘဲထားပါ။

**ဆိတ်ထီး၏ပျမ်းမျှအသားထွက်ရှိမှု**

အရင် ကောင် အလေးချိန် (ကီလို)	အသားထွက်			
	ဆိတ်သိုး		ဆိတ်သင်း	
	ကီလို	အသားဓာတ် ပါဝင်မှု	ကီလို	အသားဓာတ် ပါဝင်မှု
၈. ၁	၅. ၂	၆၄. ၉ %	၅. ၂	၆၄. ၉%
၂၄. ၅	၁၁. ၇	၄၇. ၃%	၁၂. ၁	၄၉. ၄%
၃၆. ၅	၁၉. ၁	၅၂. ၃%	၁၉. ၁	၅၂. ၃%

**ဝမ်းတွင်းကလီစာများဖယ်ထုတ်ခြင်း (Removing the Viscera)**

သားရေခွာထုတ်အပြီးတွင် ဝမ်းတွင်းကလီစာများဖြစ်သော အသည်း၊ နှလုံး အဆုတ်၊ အစာအိမ်နှင့် အူစသည်တို့ကို ဖယ်ထုတ်ပါ။ ၎င်းကို ဝမ်းဗိုက်နောက်ပိုင်း အလယ်တည့်တည့်မှ လှီးဖောက်၍ ရင်ခေါင်းပိုင်းအထိ ဖွင့်ချပြီးမှ ဖြတ်ချရမည်ဖြစ် သည်။

ဆီးအိမ်ပြွန်ကို ကြိုးဖြင့်ချည်ပြီးမှသာ ဝမ်းတွင်းကလီစာများကို ဆွဲထုတ်ခြင်း ဖြင့် ဆီးရည်များအသားထဲတွင် ဖိတ်စင်ခြင်း မှ ကင်းဝေးနိုင်မည်ကို အထူးသတိပြုရပါ မည်။

၎င်းနောက် ဆိတ်တစ်ကောင်လုံးအား ရေစိုအဝတ် သန့်သန့်ဖြင့် သုတ်၍ ကြောရိုးတစ်လျှောက်မှ ခုတ်လှီးခြင်းဖြင့် နှစ်ပိုင်းဖြစ်လာမည်။ ၎င်းနှစ်ပိုင်းဖြစ်သော

အသားကို ကြိုက်နှစ်သက်သလို လှီးဖြတ်ခွဲခြမ်းနိုင်ပါသည်။

**၁၃။ ဆိတ်သားရေထုတ်လုပ်ခြင်း**

**သားရေကိုလှီးဖြတ်ခြင်း (Cutting the skin)**

သားရေကို နောက်ခြေထောက်အတွင်းပိုင်းမှ ပထမဆုံး စတင်၍ ဝမ်းဗိုက်ပိုင်း ကိုလှီးဖြတ်ပါ။ အစာအိမ်နှင့် အူရှိသော အပိုင်းကိုလည်း လှီးဖြတ်ပါ။ အစာအိမ်နှင့် အူများထွက်မကျရန်နှင့် အထဲရှိ အစာဟောင်းများ ဖိတ်မထွက်ရန် ကြိုးဖြင့်အစာအိမ် နှင့် အူများကိုချည်ထားပါ။ ဝမ်းဗိုက်မှတစ်ဆင့် လည်ပင်းအထိ လှီးဖြတ်ခြင်းကို ဆက်လက်ပြုလုပ်ပါ။

သားရေလှီးဖြတ်ခြင်းကို ရှေ့လက် အတွင်းပိုင်းအထိ ဆက်စပ်အောင် ပြုလုပ်ပါ။

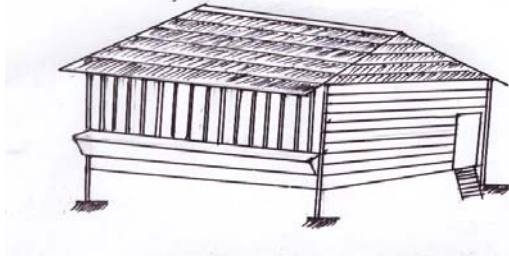
**သားရေခွာထုတ်ခြင်း (Removing the Skin)**

သားရေခွာခြင်းကို ဝမ်းဗိုက်မှစ၍ ကျောကုန်းပိုင်းသို့ ဆက်လုပ်ရန်ဖြစ်သည်။ သားရေခွာရာ၌ အတွင်းပိုင်း၌ရှိသော စက္ကူဖြူပါးပါးကဲ့သို့သော အသားမျှင်ကိုမူ သားရေ၌ပါမလာစေဘဲ အသားတွင်ထားခဲ့ရန်ဖြစ်သည်။ သားရေပေါက်ပြဲအောင် မလှီးမိရန် သတိပြုရမည်။ သားရေကို လက်ဖြင့်ဆွဲခွာခြင်း (သို့) လိမ်ခြင်းဖြင့် ခွာထုတ်နိုင်မည်ဖြစ်သည်။

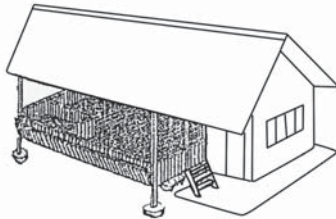


### အဆောက်အဦးပုံစံရွေးချယ်ခြင်း

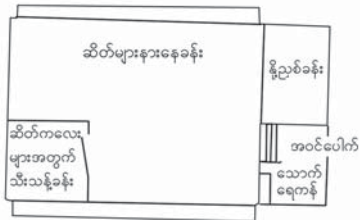
ဆိတ်မ(၃-၅)ကောင်ထိ မွေးမြူနိုင်မည့် ဆိတ်တဲပုံစံ (၈၀၀ x ၇၀၀ x ၇၀၀)



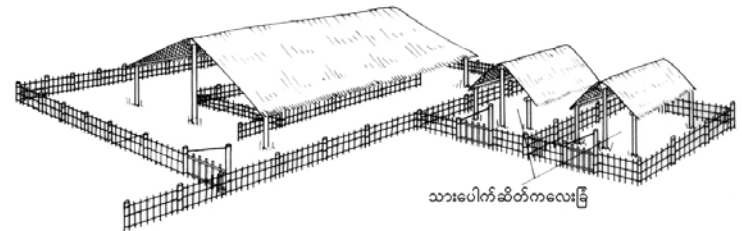
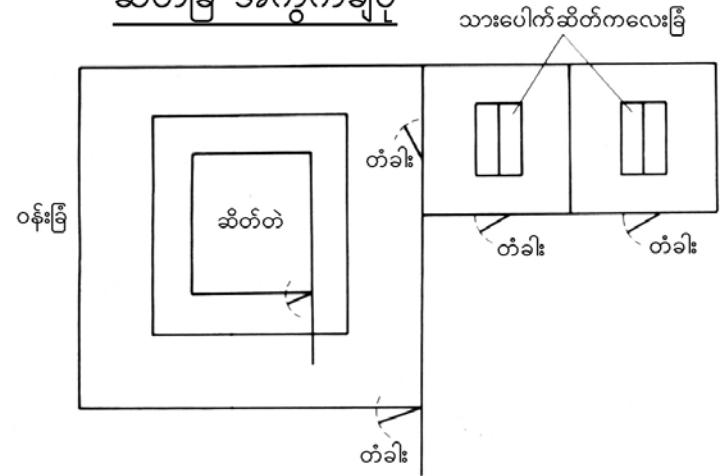
ဆိတ်တင်းကုတ် ပုံစံ



ဆိတ်အိမ်တစ်လုံးအတွက်ကြမ်းပြင်သတ်မှတ်ချက်



### ဆိတ်ခြံ အကွက်ချပုံ



သားပေါက်ဆိတ်ကလေးခြံ