(ခ) သက်တန့်နာ

(The'tan na)

၁။ နိဒါန်း ***(Introduction)***

သက်တန့်နာသည် တိုင်းရင်းဆေးပညာလာ အနာပေါက်ရောဂါအမျိုး အစား ဖြစ်သည်။ တိုင်းရင်းဆေးပညာတွင် ဓါတုဇအနာ၊ အာဂန္တုဇအနာဟု ခွဲခြားမှုရှိသည်။ သက်တန့်နာသည် ဓာတုဇ အာဂန္တုဇ (၂)မျိုးလုံးဖြစ်သော ရောဂါအမျိုးအစား ဖြစ်သည်။ ခန္ဓာကိုယ်၏ နေရာဌာန မရွေး ပေါက်နိုင်သော အနာအမျိုးအစား လည်းဖြစ်သည်။ ဖြစ်ရာဌာန၊ ဖြစ်ပုံအချင်းအရာ ၊ ဖြစ်ကြောင်းများကို လိုက်၍ သက်တန့်နာအမျိုးအမည် သတ်မှတ်ခဲ့ကြသည်။

The'tan na is a type of a sore given in the traditional medicine. The sore is classified as dhatuja vranaand agantuja vrana. The'tan na is a type of a sore concerning both of them. The sore appears on any part of the body. Based on the affected site, their clinical features and the causes, the name of The'tan na is fixed.

၂။ အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုခြင်း ***(Definition)***

သက်တန့်နာသည် မိုးဦးကျအခါ မိုးကောင်းကင်တွင်ပေါ်ပေါက်သော သက်တံ့ခေါ် ရောင်စဉ် (၇) မျိုးပါဝင်သည့် လေးကိုင်းပုံသဏ္ဍာန် သက်တံ့ရောင်စဉ်၏ အစနှင့်အဆုံးကို သိရှိရန် ခက်ခဲသကဲ့သို့ လူ၏ ခန္ဓာကိုယ်ကောဋ္ဌာသများအတွင်း ပြည်အိပ်များဖွဲ့ကာ တည်နေသော ထိုအနာရှိ ပြည်အိပ်များ၏ အစနှင့်အဆုံးကို သိရှိရန်ခက်ခဲသောကြောင့် သက်တံ့ရောင်စဉ်နှင့် နှိုင်းယှဉ်ကာ သက်တံ့နာဟု သမားစဉ်အရ ဖွင့်ဆိုခဲ့ကြသည်။

Just as it is difficult to know the end and the beginning of the rainbow consisting of 7 spectrums like a curved shape, appearing in the sky in the rainy season, so also it is not easy to know the end and the beginning of the cyst with pus which forms inside the organs of the body. In comparison with them, the sore is called The'tan na.

အာယုဗ္ဗေဒဆေးပညာအရဒေါသ (၃)ပါးဖောက်ပြန် ပျက်စီးခြင်း၊ ဒေသနာဆေးပညာအရ ဓါတ်ကြီး(၅)ပါး ဖောက်ပြန်ပျက်စီးခြင်းတို့ကြောင့် ခန္ဓာကိုယ်ကောဋ္ဌာသ ကလာပ်စည်းများ ဖောက်ပြန် ပျက်စီးကာ အသားအရေတင်းယောင်ခြင်း ထိုးကျင့်ကိုက်ခဲခြင်း၊ ပူခြင်း၊ လုံးခြင်း၊ မောက်ခြင်း၊ ဝိုင်းခြင်း၊ ရှည်ခြင်း စသော အချင်းအရာတို့ဖြင့် ခန္ဓာကိုယ်၏အတွင်း အပြင်ဌာန များတွင် ဖြစ်တတ်သော အနာကို သက်တန့်နာဟု ဖွင့်ဆိုခဲ့ကြသည်။

The sore appears at the inner and outer part of the body as a result that the organs of the body damage due to the dysfunction of three dosas according to the Ayurveda medicine and the dysfunction of five dhatu according to the Desana medicine, resulting in the swelling of the skin and shooting pain, with being hot, the shape of round, long and raising. It is defined as The’tan na.

၃။ ဖြစ်ကြောင်းနိဒါန်း ***(Aetiology)***

(၁) ထိခိုက်ဒါဏ်ရာရခြင်း

(၂) ခန္ဓာကိုယ်အနေအထားမမှန်သော နေရာထိုင်ခင်းအပြုအမူများကို လွန်ကြူးခြင်း

(၃) သက်ရှိ သက်မဲ့တို့ကြောင့် အဆိပ်ဖြစ်ခြင်း

(၄) အပူလွန်ကဲခြင်း

(၅) အရက်စသော မူးယစ်ဆေးဝါးများ သုံးစွဲခြင်း

(၆) သွေးကို ပျက်စီးစေသော အပြုအမူများ လွန်ကျူးခြင်း

(၇) ရောဂါပိုးကူးစက်ခြင်း

(၈) ဥတုဖောက်ပြန်ပြောင်းလဲခြင်း

စသောအကြောင်းများကြောင့် ဖြစ်ပွားကြောင်း တွေ့ရသည်။

1. Traumatic injury

2. Sitting or lying in a wrong position on the abnormal place
3. Organic and inorganic poisoning
4. Exposure to hot weather
5. Use of tobacco and alcohol
6. Wrong actions which cause the dysfunction of Ratta
7. Infection
8. Weather change

၄။ ရောဂါပြလက္ခဏာများ ***(Signs & Symptoms)***

သက်တန့် အနာပေါက်ရောဂါ ဖြစ်ပွားလာလျှင် ဖျားခြင်းနှင့်အတူ ဖြစ်ပွားရာ အစိတ်အပိုင်းများတွင် –

If a sore called The'tan na commonly occurs with fever. Signs and symptoms can be found in the affected area as follows:

(၁) ယောင်တင်းခြင်း
(၂) ပုံမှန်မလှုပ်ရှားနိုင်ခြင်း
(၃) အတွေ့အထိပူခြင်း
(၄) လုံးဝိုင်းခြင်း၊ မောက်ခြင်း၊ ရှည်လျားခြင်းပုံသဏ္ဌာန် အလုံးအကြိတ်များ တွေ့ရခြင်း
(၅) နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်း
(၆) တဖြည်းဖြည်းအနာဧရိယာကျယ်ဝန်းလာခြင်း
(၇) မဖောက်ခွဲမီ အနာဝလက္ခဏာတွေ့ရခြင်း
(၈) သွေးပြီ လွန်စွာယိုစီးထွက်ကျခြင်း
(၉) အနာအတွင်းနက်ရှိုင်းသော လိုဏ်ခေါင်းတွေ့ရခြင်း

စသော လက္ခဏာများကိုတွေ့ရသည်/

1. swelling
2. abnormal movement
3. hot
4. lumps as oval, raising and long shape
5. pain and aching

6. gradually enlared lump
7. opening of sore before operating
8. excessive pus discharge
9. deep abscess

ထူးခြားသော ရောဂါပြလက္ခဏာများ

Cardinal Signs and Symptoms

ပေါင်တွင်းပိုင်းဖြစ်သော သက်တန့်နာများနှင့် ဝမ်းဗိုက်ပိုင်းတွင်ဖြစ်သော သက်တန့်နာ များတွင် ဒူးကွေးလာပြီး ခြေထောက်ဆန့်ခိုင်းသောအခါ ခါးကော့ လာတတ်သည်။

In the types of Thettant-nar appearing the medial aspect of thigh and the lower abdomen, the knees bend and the back turns up if the feet stretch out.

ပေါင်အပြင်ပိုင်းဖြစ်သော သက်တန့်နာများတွင် ဒူးသည် ဆန့်နေပြီး ခြေထောက် ကွေးခိုင်း၍ မရခြင်းသည် ထူးခြားသော လက္ခဏာများဖြစ်သည်။

In the kinds of Thettant-nar appearing the lateral aspect of thigh, the knees stretch and the feet are unable to bend.

၅။ အထွေထွေ ***(Varieties)***

ဘေသဇ္ဇနယလာ အာယုဗ္ဗေဒဆေးပညာတွင် သက်တန့်နာကို ဝိဒ္ဒဓိဟူသော ပါဠိစကား ဖြင့် ဖော်ပြသည်။

Thettant-nar is expressed in a Pali word of *viddadhi* in the Ayurveda medicine of Besajjanaya.

မာဝေနိဒါန်းကျမ်းတွင် အရိုး၌မှီ၍ ဖြစ်ကုန်သော လေ စသော ဒေါသတို့ သည် အလွန်တိုးပွားကုန်သည်ဖြစ်၍ အရေ၊ သွေး၊ အသား၊ အဆီတို့ကိုဖျက်ဆီး ကုန်သောကြောင့် လွန်စွာ တဖြည်းဖြည်း ကြမ်းကြုတ်သော (ဝါ) ကြောက်မက်ဖွယ် ကောင်းသော ၊ မြင့်မောက်သော ဖောယောင်ခြင်းကို ဖြစ်စေကုန်၏။ အလွန်ထိုးကျင်

ကိုက်ခဲ၏။ အလွန်နာကျင်၏ လုံး၍ သော်လည်းကောင်း၊ ရှည်၍သော်လည်းကောင်း ဖြစ်ကုန်၏။ (၆)ပါးအပြားရှိ၏ဟု ဆိုထားသည်။ ရောဂါပြလက္ခဏာများပါ ဖော်ပြထားသည်။

With regard to Thettant-nar, the book of *Madhava-nidana* states that Thettant-nar is a sore which causes serious and raising swelling as dosas including vata dosa based on the bones develop excessively and destroy skin, blood, flesh and fat following by the symptoms of deep pain and aching as an oval and long shape in the 6 kinds of a sore.

အာယုဗ္ဗေဒကျမ်းလာရောဂါပြလက္ခဏာများ

Signs and Symptoms given in the book of Ayurveda medicine

(က) လေလွန်၍ဖြစ်သော သက်တန့်နာလက္ခဏာ

(A) Signs and Symptoms caused by the hyperactivity of vata

(၁) နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်း
(၂) တင်းယောင်ခြင်း
(၃) အကျိတ်ပုံသဏ္ဌာန်ကြီးလိုက် သေးလိုက်ဖြစ်ခြင်း
(၄) မည်းနက်သောအဆင်း၊ နီညိုသောအဆင်းများရှိခြင်း
(၅) လေဒေါသ၏ ဂုဏ်များအကျိုးထင်တတ်ခြင်း

1. pain and aching
2. swelling
3. occasional small or large lump
4. black and reddish brown coloured skin
5. hyperactivity of vatadosa

(ခ) သည်းခြေလွန်၍ ဖြစ်သောသက်တန့်နာလက္ခဏာ

(B) Signs and Symptoms by the hyperactivity of pitta

(၁) နီညိုသောအဆင်းရှိခြင်း
(၂) အလွန်ပူခြင်း
(၃) ဖျားခြင်း
(၄) လျင်မြန်စွာ ပြည်မှဲ့ခြင်း

(၅) သည်းခြေဒေါသ၏ ဂုဏ်များအကျိုးထင်တတ်ခြင်း

1. reddish brown coloured skin
2. extensive hot
3. fever
4. quicklysuppuration
5. hyperactivityof pittadosa

(ဂ) သလိပ်လွန်၍ဖြစ်သော သက်တန့်နာလက္ခဏာ

(C) Signs and Symptoms by the hyperactivity of kapha

(၁) နာကျင်မှုနည်းပါးခြင်း
(၂) အဆင်းအရောင်ဖျော့ခြင်း
(၃) အနာပုံသဏ္ဍာန်ကြီးထွားကျယ်ပြန့်ခြင်း
(၄) အနာဖြစ်စဉ်ကြာရှည်ခြင်း
(၅) သလိပ်၏ဂုဏ်များအကျိုးထင်တတ်ခြင်း

1. slight pain
2. pale coloured skin
3. enlarged and increased lump
4. prolonged duration
5. hyperactivity of kapha dosa

(ဃ) သန္နိပါတ်ကြောင့်ဖြစ်သော သက်တန့်နာလက္ခဏာ

(D) Signs and Symptoms by Sannipata

(၁) ဥပဒ္ဒဝေါများတွဲဖက်နေခြင်း
(၂) အနာပုံသဏ္ဍာန်အမျိုးမျိုးဖြစ်ခြင်း
(၃) နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်း
(၄) အဆင်းအရောင်အမျိုးမျိုးရောထွေး တွေ့ရခြင်း
(၅) သွေးပြည် လွန်စွာယိုစီးထွက်ကျခြင်း

(၆) ဒေါသ(၃)ပါး၏ ဂုဏ်များအကျိုးထင်တတ်ခြင်း

1. associated with complications
2. various shapes
3. pain and aching
4. various coloured skin
5. Excessive pus and blood discharge
6. Hyperactivity of tridosa

(င) <u>အဂန္တုကကြောင့် ဖြစ်သောသက်တန့်နာလက္ခဏာ</u>

(E) Signs and Symptoms by Agantuka

(၁) ထိခိုက်ဒါဏ်ရာရခြင်း
(၂) နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်း
(၃) ဖျားခြင်း
(၄) ရေငတ်ခြင်း
(၅) သည်းခြေဒေါသအကျိုးထင်ခြင်း

1. traumatic injury
2. pain and aching
3. fever
4. thirstiness
5. hyperactivityof pitta dosa

(စ)သွေးလွန်၍ ဖြစ်သောသက်တန့်နာလက္ခဏာ

(F) Signs and Symptoms by hyperactivity of Rakta

(၁) အနာငယ်များဝိုင်းရံပေါက်တတ်ခြင်း
(၂) ပူခြင်း
(၃) ကိုက်ခဲနာကျင်ခြင်း
(၄) နီညိုရောင်အဆင်းရှိခြင်း
(၅) အနာပြင် မြင့်မောက်ကျယ်ပြန့်ခြင်း
(၆) ပြည်မှည့် လွယ်ခြင်း
(၇) သည်းခြေဒေါသအကျိုးထင်ခြင်း

1. small sore in surrounding area
2. being hot
3. pain and aching
4. reddish brown coloured skin
5. raisingsurface
6. easily suppuration
7. hyperactivity of pittadosa

သက်တန့်နာသည် ခန္ဓာကိုယ်နေရာဌာနမရွေး ပေါက်သဖြင့် ဖြစ်ရာဌာနကို မူတည်ကာ အမျိုးအစားခွဲခြားသတ်မှတ်သည့် ပေါင်ရင်းသက်တန့်၊ နားရင်း သက်တန့်၊ ဝမ်းတွင်းသက်တန့်၊ လက်မောင်းရင်းသက်တန့်၊ အရိုးသက်တန့် စသည်ဖြင့် ဖြစ်ပွားရာ အစိတ်အပိုင်းနှင့် တွဲဖက်ကာ အနာအမည်သတ်မှတ်သည်။

The'tan nacan be occuredon any part of the body so The'tan na is named based on the affected sitelike The'tan na appearing at the medial aspect of the thigh, The'tan na appearing at the ear, The'tan na at the the lower abdomen, The'tan na at the medial aspect of arm, Thettant-nar at the bones, etc.

အတွေ့ရအများဆုံး သက်တန့်အမျိုးအစား

Common types of The'tan na

ပေါင်တဝိုက်သည် သက်တန့်နာ အများဆုံး ပေါက်ရောက်ရာ နေရာဖြစ်ပြီး ပေါင်ရင်း သက်တန့်၊ ပေါင်တွင်းသက်တန့်များသည် အတွေ့ရအများဆုံး သက်တန့်နာ အမျိုးအစားများ ဖြစ်သည်။

The'tan na appears most commonly around the thigh. Thus the types of The'tan na appearing at the inguinal region and The'tan na at the medial aspect of the thigh can be commonly found.

သမားစဉ်အရ သက်တန့်နာအမျိုးအစား

Types of The'tan na according to the succession of the physicians

သမားစဉ်အရ သက်တန့်နာကို အတွင်းသက်တန့်၊ အပြင်သက်တန့်ဟု (၂)မျိုး ခွဲခြား သတ်မှတ်ခဲ့သည်။

According to the succession of the physicians, The'tan na is classified two types: The'tan na appearing at the inter parts of the body and Thettant-nar at the outer parts of the body.

အပြင်သက်တန့်

The'tan na at the outer parts of the body

ခန္ဓာကိုယ်အပြင်ပိုင်းတွင် အလုံးအကျိတ်ပေါ်ကာ ပြည်မှည့်သော အကျိတ်များကို အပြင် သက်တန့် သတ်မှတ်သည်။

The'tan na at the outer parts of the body is called lumps with pus ripened occurring at the outer parts of the body.

အပြင်သက်တန့်လက္ခဏာ

Signs and Symptoms of The'tan na at the outer parts of the body

(၁) အလုံးအကျိတ်ပေါ်ခြင်း
(၂) ယောင်တင်းခြင်း
(၃) နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်း
(၄) အတွေ့အထိပူခြင်း
(၅) ပြည်တည်၍ပေါက်ထွက်ခြင်း

1. lump appearance
2. swelling
3. pain and aching
4. hot to touch
5. suppuration and eruption

အတွင်းသက်တန့်

The'tan na at the inner parts of the body

ခန္ဓာကိုယ်အတွင်းပိုင်း နက်ရှိုင်းသောနေရာမှာ အနာဖြစ်ပြီး၍ ပြည်များ ပေါက်ထွက် လာသောအနာဖြစ်သည်။

The'tan na at the inner parts of the body is a type of a sore which appears at the inner parts of the body with eruption in pus formation.

အတွင်းသက်တန့်လက္ခဏာ

Signs and Symptoms of The'tan na at the inner parts of the body

(၁) ယောင်တင်းခြင်း
(၂) နာကျင်ကိုက်ခဲခြင်း
(၃) အနာဧရိယာတဖြည်းဖြည်းကျယ်ပြန့်ခြင်း
(၄) ဖျားခြင်း
(၅) ဖြစ်ပွားရာအစိတ်အပိုင်း ပုံမှန်မလှုပ်ရှားနိုင်ခြင်း
(၆) လိုဏ်ခေါင်းသဏ္ဍာန်အနာဝလက္ခဏာတွေ့ခြင်း
(၇) သွေးပြည်ယိုစီးမှုများခြင်း

1. swelling
2. pain and aching
3. gradually enlarged in size
4. fever
5. normal immobility in the affected area
6. sinus appearance
7. excessive pus discharge

သုတေသနပြုတွေ့ရှိမှုများ

(Findings on the clinical research)

လေ့လာတွေ့ရှိမှုများအရ သက်တန့်နာသည် သမားစဉ်အရ အဓိပ္ပာယ်ဖွင့်ဆိုထားသော မိုးရာသီတွင် ပေါ်ပေါက်သည့် သက်တန့်ရောင်စဉ်နှင့် နှိုင်းယှဉ်သကဲ့သို့ နွေအကုန် မိုးအကူးနှင့် မိုးရာသီတွင် တွေ့ရသော အနာအမျိုးအစားတစ်မျိုးဖြစ်သည်။ အခြားရာသီများတွင် သက်တန့်နာ ဖြစ်လာသောအခါ T.B၊ H.I.V ကဲ့သို့ ကူးစက်ရောဂါပိုးများနှင့်ယှဉ်တွဲတွေ့ရခြင်း၊ အရိုးတိုင် ထိခိုက်ပျက်စီးသော Osteomyelitis များအဖြစ်တွေ့ရခြင်းလက္ခဏာရှုပ်ထွေးခြင်းတို့ကို တွေ့ရသည်။

According to the practical study, The'tan na like the shape of a rainbow containing 7 spectrums is a type of a sore which commonly appears in the rainy

season. If The’tan na appears in other seasons, it can be associated with infected diseases such as T.B and H.I.V and osteomyelitis.

၆။ ရောဂါရှာဖွေစစ်ဆေးခြင်း ***(Clinical Diagnosis)***

အနာဖြစ်ပွားလာသော ရာသီနှင့် အနာဖြစ်စဉ်ကို သေချာစွာစစ်ဆေးပါ။

အနာဖြစ်ပွားရာနေရာအား လက်မ သို့မဟုတ် လက်ညှိုးနှင့် ဖိစမ်းသွားသောခါ နိမ့်ကျ သွားသော နေရာတွေ့လျှင် အနာ၀ဖြစ်ပြီး သက်တန့်နာအမျိုးဖြစ်ကြောင်းနှင့် ပြည်မှဲ့နေကြောင်း သိသာသည်။

Analyze the season and the process how the sore appears.

While the affected areawill be palpated with thumb or forefinger; it is a mouth of the sore if a dent is found. There is a type of The’tan na and it issuppuration.

ဖြစ်ပွားလာသောအကြိတ်ဖုသည် လုံးဝိုင်းမှု၊ ရှည်လျားမှု လက္ခဏာများ တွေ့ရခြင်း၊ ပကတိ အသားရောင်ကဲ့သို့ ရှိခြင်း၊ သွေးစုနာကဲ့သို့ လက္ခဏာများ မတွေ့ရခြင်း၊ သွေးစုနာ ထက် အကြိတ်အရွယ်ကြီးခြင်းသည် သက်တန့်နာ၏ ထူးခြားမှုဖြစ်သည်။

Clinical feature of The’tan naare:

a round and long lump, normal skin colour, lack of the symptoms of boil and enlarged size than boil.

ပေါင်တွင်ဖြစ်ပွားသော သက်တန့်နာများ၌ လူနာကို ပက်လက်လှန်ပြီး စစ်ပေးပါ။ ပက်လက်လှန်ထားစဉ် ဒူးသည် အပေါ်ထောင်ပြီး ပေါင်၊ ဒူး၊ ခြေသလုံး တို့သည် ၉၀ံ အနေအထား ကွေးနေပါက ပေါင်တွင်းသက်တန့်နာဖြစ်ပြီး ပေါင်၏ အတွင်းဘက်နေရာ အနာအနေအထားကိုသာ စမ်းသပ်ပါ။

A patient with The’tan na atthigh must be examined in supine position. In that position, if the affected leg bends in 90 degree with knees raise upwards, it is Thettant-nar at the medial aspect of thigh. Thus you will examineat the medial aspect of thigh.

လူနာကို ပက်လက်လှန်ထားစဉ် ပေါင် ဒူးခြေသလုံးတို့သည် ၄၅ံအောက် ကွေးနေသော အနေအထားတွေ့ရခြင်း၊

ခြေထောက်ကိုဆွဲဆန့်ပါက ခါးကော့ပြီး တစ်ဖက်သို့ စောင်းသွားခြင်း လက္ခဏာများသည် ဝမ်းဗိုက်တွင်း သက်တန့်နာ အထူးသဖြင့် ချက်နှင့်ပေါင်ထိပ်ကြား မျဉ်းဖြောင့် လိုင်းနေရာ ပေါင်ထိပ်ဖက် ၃ပုံ ၁ပုံနေရာတွင် သက်တန့်နာဖြစ်နေကြောင်း သိရမည်။

While the patient lies in a supine position, the affected leg bends less than 45 degree and the back turns up at the side if that leg stretchs out. It is The'tan na at lower abdomen, especially at the lateral 1/3 site betweenthe navel and the anterior superior iliac spine.

လူနာကို ပက်လက်လှန်ထားစဉ် ခြေထောက်သည် ဆန့်နေပြီး ဒူးကွေးခိုင်း၍ မရသော လူနာများသည် ပေါင်ပြင်သက်တန့်နာ လက္ခဏာဖြစ်ပြီး ပေါင်၏ ဒူးဖက်အပေါ်ပိုင်းနှင့်ပေါင်၏ အပြင်ဘေးဘက်ပိုင်းတွင် အနာကို စမ်းရမည်။

While a patient lies in the supine position, if the affected leg cannot bend, it is The'tan na at the lateral aspect of thigh. Thus you will examineat the site which is above the knee and the lateral aspect of the thigh.

လက်မောင်းအတွင်း သက်တန့်နာများတွင်လည်း လက်ဖျံသည် တံတောင်ဆစ်မှ ကွေးလာ ကြောင်း တွေ့ရသည်။

In the The'tan na at the medial aspect of the arm, the forearm bends from the elbow.

ကူးစက်ရောဂါ များပြားလာသည့်အလျောက် H.I.Vရှိ မရှိ မျက်မြင်အရ စူးစမ်းစစ်ဆေး ခြင်း၊ သွေးစစ်ဆေးခြင်;၊ T.B၊ O.M ဖြစ်နေမှု ရှိ–မရှိ ၊ X-rayရိုက်ကာ ရောဂါရှာဖွေခြင်းများ ဆောင်ရွက်ပါ။

X-rays and Blood test for HIV, O.M or T.B must be investigated.

တိုင်းရင်းဆေးပညာကုထုံး(**Treatment of Traditional Medicine)**

(က) ကုထုံးအစဉ်

(A) TreatmentProcedure

ပထမဆင့်ကုထုံး **(Therapy in first stage)**

(၁) ဆီးဝမ်းအပုပ်ချဆေးကျွေးပါ။

(၂) မန်းဆေးသုံးပါ (သီတ အာကာသဖြစ်စေမည့်သောက်ဆေး၊ လိမ်းဆေး၊ အုံဆေး၊ ရှူဆေး)

(၃) ဥပဒ္ဒဝေါများကို ကာကွယ်ပါ

1. Medication for urination and defecation (oral or enema)
2. Medication for sepsis (oral, external or inhale which cause sita and akasa)
3. Prevention from complications (Uppaddavos)

ဒုတိယဆင့်ကုထုံး (အနာမကြေ၊ မပျောက်၊ ပြီမှဲ့လာသောအဆင့်)

Therapy in second stage

(၁) ဆီးဝမ်းအပုပ်ချဆေးကျွေးပါ။

(၂) ပါဌ္ဌနအမှုပြုပါ။

(၃) အနာသန့်ဆေးထည့်ပါ။

(၄) သက်တန့်ဆေးထည့်ပါ။

(၅) ဖန်ရည်ဆေးပါ။

(၆) မန်းဆေးသုံးပါ။ (တေဇော ပထဝီအာကာသဖြစ်စေမည့် သောက်ဆေး၊ လိမ်းဆေး၊ အုံဆေး)

(၇) ဥပဒ္ဒဝေါများကိုကာကွယ်ပါ။

1. Medication for urination and defecation (oral or enema)

2. *Patana karma*
3. Applying medication for cleaning slough
4. The’tan hsei:
5. Cleaning the sore with disinfectant solution
6. Medication for sepsis (oral, external or inhale which cause tejo, pathavi and akasa)
7. Prevention from complications ***(Uppaddavos***)

(ခ) သုံးစွဲနိုင်သည့်ဆေးဘက်ဝင်အပင်များ

(B) Recommended Medicinal Plants

(၁) ချဉ်ပေါင်

(၂) ဝွေးတောက်

(၃) ခေါင်ရမ်း

(၄) မန်းသုံးခွ

1. *Hibiscus sabdariffa* Linn. (Roselle)
2. *Dregea volubilis* Benth. (Sneeze wort)
3. *Hibiscus rosa-sinensis* Linn. (China rose)
4. *Vitis carnosa* Wall.

(ဂ) သုံးစွဲနိုင်သည့်ဆေးဝါးများ

(C) Recommended Drugs

(၁) မက်လက်ချဉ်

(၂) ဆား၅ပါး

(၃) ဟလိဒ္ဒစုဏ္ဏ

(၄) ဆီးရှင်ဝမ်းနုတ်ဆေး

(၅) ၁၁ပါးငန်းဆေး

(၆) စက္ခုပါလ

(၇) သွေးဆေးနီ

(၈) ဆီးဆေးဖြူ

(၉) ဆေးပုလဲကလာပ်

(၁၀) လေးညှင်းကလာပ်
(၁၁) မတဲမြင့်မိုရ်ကုန်း
(၁၂) သဗ္ဗဇေယျဆေးစပ်ကြီး
(၁၃) ဇာတိလဝင်္ဂ
(၁၄) အကင်း၁၀–ပါး
(၁၅) ၇–ပါး ဆေးဝါလေး

(1) TMF-1
(2) TMF-3(A)
(3) TMF-6
(4) TMF-10
(5) TMF-13
(6) TMF-12
(7) TMF-17
(8) TMF-21
(9) TMF-23
(10) TMF-24
(11) TMF-25
(12) TMF-29
(13) TMF-35
(14) TMF-43
(15) TMF-47

(ဃ) အာရုံနေရာကျင့်သုံးခြင်း **(Lifestyle Modification)**

မကောင်းသော ညှော်အနံ့အသက်များကို ကင်းစေအောင် ရှောင်ရမည်။ လေကောင်း လေသန့်ရသောနေရာများတွင် နေထိုင်ရမည်။

You have to keep away from bad smells and live in the places where you can get fresh air.

(င) အစားအစာအပြုအမူရှောင်ခြင်း၊ ဆောင်ခြင်း

(E) Foods and Behaviour

အနာဖြစ်ခါစအကြောကျ၍ရသောအဆင့်နှင့် ပြည်မှဲ့ရန် လိုအပ်သော အဆင့်များတွင် ပူခါးစပ်အရသာရှိသော ဆေးဝါး အစားအစာများကို စားခြင်းမှ ရှောင်ကြဉ်ပြီး သီတအာကာသ ဖြစ်စေမည့် အေးခါးငန် အရသာရှိ ဆေးဝါး အစားအစာများကို တိုက်ကျွေးပါ။ပြည်မှဲ့ပြီး ပြည်ဖောက်ထုတ်ပြီးသော အဆင့်တွင် ပူခါးစပ်အရသာရှိ ဆေးဝါး အစားအစာများကို ပိုစားပါ။ သင့်လျော်သော လေ့ကျင့်ခန်းများ ဆောင်ရွက်ပါ။ တိုင်းရင်းဆေးပညာအရ ကုသဆောင် ရွက်၍ မရသော အဆင့်များတွင် ကျွမ်းကျင်ပညာရှင်များထံ လမ်းညွှန်မှုပြုပြီး ပါဝင်ဆောင်ရွက်ပါ။

Avoid foods that are hot, bitter and spicy, eating foods and drugs that are cold, bitter and salty before immature stage and need to be suppuration stage.

After suppurating and pus drainage, consume foods and drugs that are hot, bitter and spicy.

Take light physical exercises.

If not treated according to traditional medicine, you have to referral the patient to the specialists.

(ခ) သက်တန့်နာ

(ခ) သက်တန့်နာ

သက်တန့်နာနှင့် ပတ်သက်၍ မရှင်းလင်းသည်များ ရှိပါက ဒေါ်နုနုလွင်၊ ဒုတိယပါမောက္ခ/ဌာနမှူး၊ အနာပေါက်ကုသမှုပညာဌာန၊ တိုင်းရင်းဆေးတက္ကသိုလ်၊ မန္တလေး၊ ဖုန်း၀၉–၂၀၁၇၄၄၀သို့ ရုံးချိန်အတွင်း ဆက်သွယ်မေးမြန်းနိုင်ပါသည်။

(ဂ) အိပ်ယာနာ **[Bed Sore]**

၁။ နိဒါန်း(**Introduction)**

အိပ်ယာနာသည် ရောဂါအရဖြစ်စေ၊ အသက်အရွယ်အရဖြစ်စေ၊ ထိခိုက် ဒဏ်ရာအရ ဖြစ်စေ အိပ်ယာပေါ်တွင် နေရာမှရရှိလာသော အနာမျိုးအစား ဖြစ်သည်။ တိုင်းရင်းဆေး ပညာအရ အာကာရစွဲ၊ ဌာနစွဲ(၂)မျိုးစလုံးပါဝင်သော အမျိုး အစားဖြစ်သည်။ အိပ်ယာနာကို စနစ်တကျကုသမှု မပြုနိုင်ပါက အသက်အန္တရာယ်ပြုသော အမျိုးအစားလည်း ဖြစ်သည်။ လူနေမှုဘဝပုံစံ ပြောင်းလဲမှုအရ ရုတ်တရက် အပြင်းစား ထိခိုက်ဒဏ်ရာရမှုများ ဖြစ်လာခြင်း၊ သက်ကြီးရွယ်အို များပြားလာခြင်းများကြောင့် အတွေ့ရများသော အနာအမျိုးအစား လည်း ဖြစ်သည်။

Bed sore is an ulcer occurring from the lying in the bed due to the chronic disease or aging or traumatic injury. It is a type of a sore based on the affected site and their clinical features. It can be life threatening if untreated. It commonly found due to the severe traumatic injury and increased aging peoples.

၂။ အဓိပ္ပါယ်ဖွင့်ဆိုရှင်းလင်းခြင်း **(Definition)**

အိပ်ယာနာဆိုသည်မှာ ရုတ်တရက်အပြင်းစား ထိခိုက်ဒါဏ်ရာရမှု့များကြောင့် ဖြစ်စေ၊ အသက်အရွယ်အရ အိုမင်းမစွမ်းဖြစ်ခြင်းကြောင့်ဖြစ်စေ၊ နာတာရှည်ရောဂါများကြောင့်ဖြစ်စေ၊ အိပ်ယာပေါ်တွင် မလှုပ်မရှား တာရှည်စွာ လဲလျောင်းနေရာမှ ဖြစ်စေ၊ လူ၏ခန္ဓာကိုယ်နှင့်

အိပ်ယာနေရာ ထိဖိများသောနေရာများ၌ အသားများ ပုပ်ဆွေးပြီး အနာဖြစ်ပွားလာခြင်းကို အိပ်ယာနာဟု ခေါ်သည်။

It is an ulceration with necrosis of tissues on the pressure area by lying too long due to the severe traumatic injury, aging and chronic diseases that is called bed sore

၃။ ဖြစ်ကြောင်းနိဒါန်းများ **(Aetiology)**

၁။ အပြင်းစားထိခိုက်ဒဏ်ရာရခြင်း

၂။ ကိုယ်တခြမ်းသေ၊ လေဖြတ်ခြင်း

၃။ အသက်အရွယ်ကြီးမြင့်ခြင်း

၄။ ပိန်ကြုံ၍ အထိအဖိများခြင်း

၅။ ရောဂါတစ်စုံတရာကြောင့် သတိလစ်ခြင်း

၆။ အိပ်ယာပေါ်တွင် ကြာရှည်အလဲလျောင်းနေရခြင်းတို့ကြောင့် ဖြစ်သည်။

1. Serious injury
2. Hemiplegia, paralysis
3. Old aged
4. Frequent pressing with emaciated body
5. Being coma due to certain diseases
6. Lying in the bed for too long

၄။ အထွေထွေ **(Varieties)**

အိပ်ယာနာဖြစ်ပွားလာသော အဓိကအကြောင်းရင်းသည် အိပ်ယာနေရာ တနေရာ တည်းပေါ်တွင် ကြာရှည်စွာလဲလျောင်းနေရခြင်းသည် အဓိကအကြောင်းရင်း ဖြစ်သည်။ ဒေသနာဆေးပညာ အခြေခံသဘောတရားအရ

ပေါင်းစပ်လေ့လာလျှင် ကံ၊ စိတ်၊ ဥတု၊ အာဟာရ အကြောင်းတရားလေးပါးကြောင့် ဓါတ်ကြီး(၅)ပါး ဖောက်ပြတ်ပျက်စီးမှုနှင့် ဘေသဇ္ဇနယဆေးပညာအရ ပေါင်းစပ်လေ့လာလျှင် ကာလ၊ အတ္တ၊ ကမ္မ အဝေးကြောင်း (၃)ပါးကြောင့် လေ၊ သည်းခြေ၊ သလိပ်တည်း ဟူသော ဒေါသ(၃)ပါး ဖောက်ပြန်ပျက်စီးမှု များသာ ဖြစ်သည်။

The main cause of bed sore is lying on the bed in the same position for too long.According to the *Desana* Medicine, it appears resulting from the disfunction of five *dhatus* due to the *kamma, citta, utu* and *ahara* and the disfunction of the three *dosas* of vata, pitta and kapha due to the indirect causes of kala, attha and karma according to the Bhesajjanaya Medicine.

အိပ်ယာပေါ်တွင် မလှုပ်မရှား ငြိမ်သက်စွာကြာရှည်နေရခြင်းကြောင့် ဒေသနာ ဆေးပညာအရ ဝါယောဓါတ်ပျက်မှု၊ တေဇောဓါတ်စူးစိုက်လောင်မှု၊ အာပေါ၊ ပထဝီဓါတ်များ၊ ပျက်စီးမှုကို တွေ့ရသည်။ ဘေသဇ္ဇနယဆေးပညာအရ လေဒေါသ ပျက်စီးမှု၊ သည်းခြေဒေါသ လောင်မြိုက်မှု၊ သလိပ်ဒေါသပျက်စီးမှုများကို တွေ့ရသည်။

According to the Desana Medicine, the symptoms of the disfunction of vayo, the hyperactivity of tejo and the disfuncton of apo-pathavi due to lying on the bed for too long and the symptoms of the disfunction of vata dosa, the hyperactivity of pitta dosa and the disfunction of kapha dosa according to the Bhesajjanaya Medicine.

ဆေးပညာလေ့လာတွေ့ရှိမှုအရ အိပ်ယာနာတွင်

(က) အပြင်းစားအိပ်ယာနာ

(ခ) နာတာရှည်အိပ်ယာနာ ဟု (၂)မျိုး တွေ့ရသည်။

According to the western medicine, the common types are: (a) Acute Bed Sore and (b) Chronic Bed Sore.

(က) အပြင်းစားအိပ်ယာနာ **(ဗခကအန ဘနိ ၂သမန)**

ထိခိုက်ဒါဏ်ရာကြောင့် တိုက်ရိုက်ဒါဏ်ပုပ်ဆွေးနာမျိုးဖြစ်သည်။ ကျောရိုး နာပ်ကြောစည်းတွင် ဒဏ်ရာရရှိခြင်းကြောင့် ကိုယ်ခန္ဓာမလှုပ်ရှားနိုင်သူများတွင် ဖြစ်ပွားကြောင်း တွေ့ရသည်။ တခါတရံ ကြောက်မက်ဖွယ် လျင်မြန်စွာ ပြန့်ပွားကြောင်း တွေ့ရသည်။

It is a type of bed sore resulted from severe injury. It may occur in the patient who is unable to be movement due to the spinal cord injury. Sometimes it spreads seriously and rapidly.

(ခ) နာတာရှည်အိပ်ယာနာ **(Chronic bed sore)**

ရောဂါတစ်စုံတစ်ရာကြောင့် အိပ်ယာပေါ်တွင် ကြာရှည်စွာနေသောအခါ အရိုးငေါ ထွက်သည့် နေရာများနှင့် အထိအဖိများခြင်းကြောင့် ဖြစ်ပွားသည်။

It is caused by the prolong pressure on the bony prominent area for too long lying.

တနေရာတည်းတွင် အထိအဖိများခြင်း၊ အာရဟာဓာတ်ချို့တဲ့ခြင်း၊ အစိုဓါတ် လွန်ကဲခြင်းများက နာတာရှည်အိပ်ယာနာကို ပိုမိုကျယ်ပြန့်စေခြင်းဖြစ်သည်။

It can be enlarged due to prolong pressure on the same are, malnutrition and the humidity on the bed.

မည်သည့်အိပ်ယာနာမဆို အိပ်ယာနှင့် အထိအဖိများသောနေရာဖြစ်ခြင်း၊ ချွန်ထွက် သော အရိုးဖုလုံးနှင့် အရေပြားထိတွေ့သော နေရာတွင်ဖြစ်ခြင်းမှ စတင်ပြီး

အရေပြားအရောင် တဖြည်းဖြည်းပြောင်းလဲကာ ဖြစ်ပွားလာခြင်းဖြစ်သည်။

Any bedsores occur changing skin color from prolong pressure area and at the bony prominent area.

၅။ ရောဂါပြလက္ခဏာများ **(Signs and Symptoms)**

(က) ရှေ့ပြေးလက္ခဏာ**(Pre-signs and Symptoms)**

၁။ အရေပြားအရောင်ရဲလာခြင်း

၂။ တဖြည်းဖြည်းအမဲရောင်သို့ပြောင်းလာခြင်း

၃။ ထိတွေ့မှုမသိခြင်း

1. reddish skin
2. gradual blackish skin
3. numbness

(ခ) ဖြစ်ဆဲလက္ခဏာ**(Current Signs and Symptoms)**

၁။ အရေပြားအရောင်မဲခြောက်ခြင်း

၂။ အရေပြားကို ခွါလျှင် အသားဆွေးများတွေ့ရခြင်း

၃။ အနံ့ထွက်ခြင်း

၄။ အောက်ခံအရိုးများပေါ်လာခြင်း

၅။ စက်ဝိုင်းသဏ္ဌာန်အနာခွက်ပေါ်ခြင်း

1. blackish tissues
2. necrosis tissues after skin graft
3. foul smell
4. exposed bones
5. crater in sore

၆။ ရောဂါရှာဖွေစစ်ဆေးခြင်း **(Clinical Diagnosis)**

အပြင်းစားထိခိုက်ဒါဏ်ရာရထားသလား၊ ဆီးဝမ်းမထိန်းနိုင်မှုကြောင့် အိပ်ယာပေါ်တွင် အစိုဓာတ်လွှန်ကဲနေသလား၊ လေဖြတ်ခြင်းကဲ့သို့ နာတာရှည်ရောဂါဖြစ် နေသလား၊ သေချာစွာ စစ်ဆေးပါ။

Diagnosis must be done carefully concerning whether a patient has severe injury, or chronic disease such as paralysis, and moisture on the bed by incontinence.

အပြင်းစားထိခိုက်ဒဏ်ရာရခြင်းတွင် ကျောရိုးတလျောက် ခါးရိုးနေရာတွင် အနာဖြစ်ပွား မှု အဓိကတွေ့ရသည်။ လျင်မြန်ပြီး နက်ရှိုင်းမှုရှိသည်။

In severe injury, sores commonly appear in the lumbar region along the spinal cord and rapidly and deeply develop.

နာတာရှည်ရောဂါများတွင် အရိုးဖုလုံးငေါထွက်သည့်လက်ပြင်ရိုးနေရာ၊ တင်ခံရိုးနေရာ၊ ပေါင်ထိပ်ရိုးနေရာ၊ ဖနောင့်နေရာ၊ တစ်တောင်ဆစ်နေရာများတွင် အနံ့အပြားတွေ့ရသည်။ အပြင်းစား ထိခိုက်ဒဏ်ရာရခြင်းကဲ့သို့ နက်ရှိုင်းမှုမတွေ့ရ။

In the chronic disease, it found the shoulder-blade, the ischium, the trochanter, the heel and the elbow but no deepness as in the severe injury.

အပြင်းစားထိခိုက်ဒါဏ်ရာကြောင့် ဖြစ်ပွားသော အိပ်ယာနာများတွင် ခါးနေရာ၊ တင်ပါးဆုံထိပ်နေရာများတွင် နက်ရှိုင်းသောအနာခွက်ကြီးများအဖြစ် ဆိုးဝါးစွာ တွေ့ရသည်။

In the severe injury, it appears as a serious ulceration in the anteriosuperior spine or lumbar region.

၇။ တိုင်းရင်းဆေးပညာကုထုံး **(Treatment of Traditional Medicine)**

(က) ကုထုံးအစဉ်**(Treatment Procedure)**

၁။ မဲခြောက်နေသောအပေါ်ယံအရေပြားကိုဖယ်ထုတ်ပါ။
၂။ မန်းသောက်ဆေးသုံးပါ။
၃။ ဖန်ဆေးသုံးပါ။
၄။ အနာတင်ဆေးသုံးပါ။ (အသားနုတက်ဆေး၊ အနာသန့်ဆေး၊ အနာကျက်ဆေး)
၅။ ဥပဒ္ဒဝေါများကို ကာကွယ်ပါ။

1. *Chedana Karma* (to remove the blackish tissues)
2. Medication for sepsis (oral, external, inhale)
3. Cleaning the ulcer with disinfectant solution
4. External application of drug for the granulating tissue, cleaning and dried up of the ulcer
5. Prevent from the complications (Uppaddavos)

(ခ) သုံးစွဲနိုင်သည့်ဆေးဖက်ဝင်အပင်များ(**Recommended Medicinal Plants)**

၁။ လက်ဖက်
၂။ ရှားစောင်းလက်ပတ်

1. *Camellia sinensis* (Tea tree)
2. *Aloe vera* Linn. (Borbodos Aloe)

(ဂ) သုံးစွဲနိုင်သည့်ဆေးဝါးများ(**Recommended Drugs)**

၁။ စက္ကူပါလ
၂။ ဆီးဆေးဖြူ
၃။ ဆေးပုလဲကလာပ်

၄။ ပြည်လုံးချမ်းသာဆေး
၅။ အစာကြေလေပုတ်ထုတ်ဆေး
၆။ ဇာတိလဝင်္ဂ
၇။ (၇)ပါးဆေးဝါလေး
၈။ အနာတင်ဖယောင်းချက်
၉။ အနာသန့်ဆေး
၁၀။ ဖန်ဆေး

1. TMF-12
2. TMF-21
3. TMF-23
4. TMF-27
5. TMF-33
6. TMF-35
7. TMF-47
8. ANARTIN-PHAYAUNGCHIT
9. ANAR-THANT-HSAY
10. PHAN-HSAY

(ဃ) အာရုံနေရာကျင့်သုံးခြင်း **(Lifestyle Modification)**

မကောင်းသောလေ၊ မကောင်းသော ညှော်နံ့များကို ရှောင်ကြဉ်ပါ။ လေကောင်း၊ လေသန့်ရသောနေရာ၊ မိမိပါတ်ဝန်းကျင်ကို အနာအနံ့ကြောင့် အနှောက်အယှက်မဖြစ်စေသော နေရာအနေအထားမျိုးကို ရွေးချယ်ကျင့်သုံးပါ။

You have to live in a place where you can get fresh air, keeping away from bad smell.

(င) အစားအစာအပြုအမူဆောင်ခြင်း၊ ရှောင်ခြင်း **(Foods and Behaviour)**

အာဟာရဖြစ်ပွားစေမည့် အစားအစာများ၊ ပူ, ခါး, စပ် အရသာရှိ ဆေးဝါးအစားအစာ များကို ပိုစားပါ။

Consume the foods and drugs that are hot-bitter-spicy and nutritious foods.

ဆောင်ရန်

၁။ အိပ်ယာပြင်ကို ပြန့်ပြူးစွာခင်းကျင်းပြင်ဆင်ပါ။

၂။ ကိုယ်အလေးချိန် ညီမျှအောင်ထားပါ။

၃။ အရေပြားသန့်ရှင်းခြောက်သွေ့အောင် ဂရုစိုက်ပါ။

၄။ နေရာပြောင်းရွှေ့မှု မကြာခဏပြုလုပ်ပါ။

၅။ ဆီးမထိမ်းနိုင်က ဆီးပိုက်တပ်ပါ။

၆။ သွေးလှည့်ပါတ်မှုကောင်းစေရန် အသက်ရှုလေ့ကျင့်ခန်းလုပ်ပါ။

Dos

1. Make a bed in a level of smooth surface.
2. Put body weight in balance.
3. Be careful of the body to be clean and dry.
4. Change the position of the body frequently.
5. Use a urinary catheter if urinary incontinence.
6. Take breathing exercise in and out to good circulation.

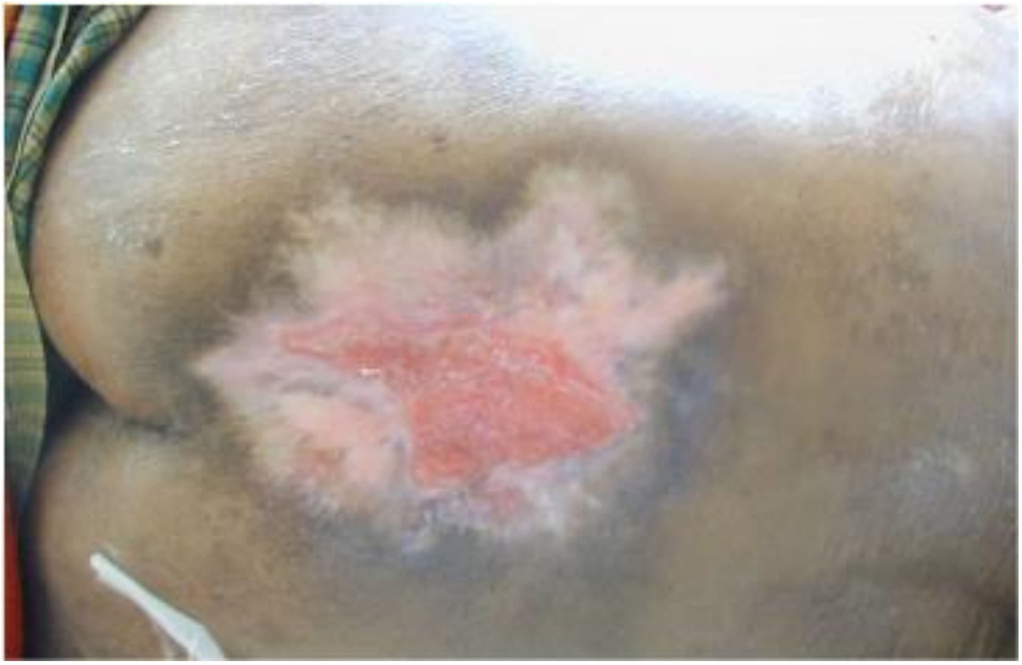
ရှောင်ရန်

၁။ လူနာတစ်ဦးတည်းပစ်မထားရ။
၂။ တနေရာတည်း တပုံစံတည်း လဲလျောင်းခြင်းကိုရှောင်ပါ။
၃။ အိပ်ယာပေါ်တွင် အစိုဓာတ်များစေမည့် ချွေးထွက်လွန်ကဲမှု၊ ဆီးလွန်မှုများ ကို ပြုပြင်ပါ။
၄။ အထိအဖိများသောနေရာတွင် ဒဏ်ရာရစေခြင်းမှ ကာကွယ်ပါ။

Don’ts

1. patient alone
2. lying in the same position on the same area
3. hidrosis and polyuria which cause excessive moisture on the bed
4. injury on the pressure area on the bony prominence

အိပ်ယာနာ



အိပ်ယာနာ

အိပ်ယာနာ (Bed Sore)နှင့် ပတ်သက်၍ မရှင်းလင်းသည်များ ရှိပါက ဒေါက်တာကစ်ကစ်ထွေး၊ လထကထိက၊ အနာပေါက်ကုသမှုပညာဌာန၊ တိုင်းရင်းဆေးတက္ကသိုလ်၊ မန္တလေး၊ ဖုန်း၀၉–၅၀၉၃၄၃၅သို့ ရုံးချိန်အတွင်း ဆက်သွယ်မေးမြန်းနိုင်ပါသည်။