မြန်မာနိုင်ငံ၌ စပါးမျိုးပေါင်း ၁,၀၀၀ ခန့်ရှိ သည်ဟု ဆိုသည်။ စပါးမျိုး တစ်မျိုးတည်းကိုပင် အရပ်ဒေသလိုက်၍ အမည် အမျိုးမျိုးဖြင့် ခေါ်တတ်ကြသည်။ တစ်ဖန် မျိုးမတူသော စပါး များကို အမည်တစ်မျိုးတည်းဖြင့် ခေါ်တတ်ကြပြန်ရာ စပါးပင် တို့၏ အမျိုးအစားကို ခွဲခြားရန် ခဲယဉ်းပေသည်။ စပါးမှ ဆန် ကြိတ်လုပ်ငန်း တိုးတက်နေသော တိုင်းပြည်များတွင် စပါးစေ့ များ၏ အရွယ်အစားကို လိုက်၍ အမျိုးအစား ခွဲခြား တတ်ကြ လေသည်။ သို့သော် မြန်မာလယ်သမားများသည် လွယ်ကူစိမ့် သောငှာ စပါးပင်တို့၏ သက်တမ်းကိုလိုက်၍

- (၁) ကောက် လျင်၊
- (၂)ကောက်လတ်၊
- (၃)ကောက်ကြီး၊
- (၄) မှရင်း၊ ဟူ၍ စပါးမျိုး ၄မျိုး ခွဲခြားထားကြသည်။

#### ကောက်လျင် စပါး

ကောက်လျင် စပါး၏ သက်တမ်းမှာ ရက်ပေါင်း ၁၄၀ မှ ၁၅၀ အထိဖြစ်၍ အောက်တိုဘာလလယ်လောက်တွင် ဖြစ်စေ၊ လကုန်လောက်တွင် ဖြစ်စေ မှည့်သည်။ ထိုစပါးမျိုးကို မိုးနည်း သော ဒေသများနှင့် မြေမကောင်းသော လယ်ကွင်းများတွင် စိုက်ပျိုးလေ့ ရှိသည်။ သို့သော် မြန်မာနိုင်ငံ အောက်ပိုင်း၌ ကောက်ကြီးနှင့် ကောက်လတ်စပါး စိုက်ပျိုးသောလယ်များ တွင် သီးဦးစားရန်အတွက် ကောက်လျင်များကို အနည်းငယ် စိုက်ပျိုးလေ့ရှိသည်။ မြန်မာနိုင်ငံ အောက်ပိုင်းတွင် စိုက်ပျိုး သော ကောက်လျင်စပါးမျိုးများမှာ ဆန်လုံးငယ်သော ဧည့်မထ စပါးနှင့် လက်ရွေးဆန်စပါးများ ဖြစ်ကြသည်။ မြန်မာနိုင်ငံ အထက်ပိုင်းတွင် စိုက်ပျိုးသော ကောက်လျင်စပါးမျိုးများမှာ ငစိန်နှင့် လက်ရွေးဆန် အငယ်စားမျိုးများ ဖြစ်ကြသည်။

#### ကောက်လတ် စပါး

ကောက်လတ်စပါး အမျိုးအစား၏ သက်တမ်းမှာ ရက်ပေါင်း ၁၅၀ မှ ၁၇၀ အထိ ဖြစ်၍ နိုဝင်ဘာလလယ် သို့မဟုတ် လကုန်လောက်တွင်မှည့်သည်။ ထိုစပါးမျိုး၌ ဆန်လုံးသေးငယ် သော ငစိန်စပါး၊ လက်ရွေးဆန်စပါးနှင့် ဧည့်မထစပါးများ ပါဝင်သည်။ ထိုစပါးများကို ကောက်ကြီးစပါး စိုက်ပျိုးသော လယ်များမှာထက် ၁၀ ရက် ၁၅ ရက်စော၍ ရေခန်းသော လယ်ကွက်များတွင် စိုက်ပျိုးကြသည်။ ရခိုင်တိုင်းမှ ဆန်လုံး ငယ်သော 'လက်ရုံး'စပါး၊ 'ငကြိမ်သီး'စပါး၊ တနင်္သာရီတိုင်းမှ 'ရှမ်းကလေး'စပါးနှင့် 'ရဟိုင်း'စပါးတို့သည် ကောက်လတ်စပါး များ ဖြစ်ကြသည်။ မြန်မာနိုင်ငံ အထက်ပိုင်းတွင် ဆည်များမှ ရေမရသောလယ်များတွင် ကောက်လတ်စပါးမျိုးကို စိုက်ပျိုးကြ သည်။

# ကောက်ကြီး စပါး

ကောက်ကြီးမှာ သက်ရင့်စပါးမျိုး ဖြစ်သည်။ သက်တမ်းမှာ ရက်ပေါင်း ၁၇၀ မှ ၂၀၀ အထိဖြစ်၍ ဒီဇင်ဘာလဆန်းတွင် မှည့်သည်။ သက်တမ်းအလိုက် အမျိုးအစားခွဲရလျှင် ပဲခူး တိုင်း၊ ရခိုင်တိုင်းတို့၌ စိုက်ပျိုးသော ဆန်လုံးကြီးမျိုး ငစိန်စပါး သည် ကောက်ကြီးမျိုး ဖြစ်သည်။ တနင်္သာရီတိုင်းတွင် စိုက်ပျိုး သော 'ဗျတ်'စပါးနှင့် မြန်မာနိုင်ငံအောက်ပိုင်း မြေဩဇာကောင်း သော အရပ်များတွင် စိုက်ပျိုးသော မီးတုံးစပါးတို့သည်လည်း ကောက်ကြီးမျိုးပင် ဖြစ်ကြသည်။ မီးတုံးမျိုးတွင် ကမာကြည်၊ စပါးနက်နှင့် ကုလားကြီးတို့ ပါဝင်သည်။ ကောက်ကြီးစပါးကို မြေဩဇာ ကောင်းမွန်၍ မိုးကုန်သည်အထိ ရေရရှိသော လယ်များတွင် စိုက်ပျိုးသည်။ ပုသိမ်၊ မြောင်းမြ၊ ဖျာပုံစသော မြစ်ဝကျွန်းပေါ် ဒေသတို့တွင် စပါးနက်မျိုးကို ငကျွဲဟု ခေါ်လေ့ရှိ သည်။ ဆည်မှ ရေရသော ရွှေဘိုခရိုင်နှင့် မင်းဘူးခရိုင်ရှိ လယ်များတွင် ကောက်ကြီးစပါးကို စိုက်ပျိုးကြသည်။

#### မှရင်း စပါး

မုရင်းစပါးသည် ကောက်လျင်စပါးနှင့် သက်တမ်းတူသည်။ ထိုစပါးမျိုးကို မြစ်ကမ်းခြေ အရပ်ဒေသများ၌ နိုဝင်ဘာလတွင် စိုက်ပျိုးကြ၍ မတ်လတွင် ရိတ်သိမ်းကြသည်။

#### တောင်ယာ စပါး နှင့် ရေပေး စပါး

အထက်ပါ စပါး မျိုးများအပြင် တောင်ပေါ်တွင် စိုက်ပျိုးသော တောင်ယာစပါး နှင့် ၆ - ၈ လက်မအထိ ရေမြုပ်နေသော လယ်များတွင် စိုက်ပျိုးသည့် တစ်တောင်ပို စပါးမျိုးကဲ့သို့သော ရေပေး စပါးမျိုး ဟူ၍ စပါးနှစ်မျိုး ရှိသေးသည်။ ထိုစပါးမျိုးများ အနက် ကောက်ကြီးနှင့် ကောက်လတ်စပါးတို့မှာ အနုတ်အသိမ်းများသဖြင့် ယင်းတို့ကို အကြီးအကျယ် စိုက်ပျိုးကြသည်။

### ကောက်ညှင်း စပါး

ကောက်ညှင်းသည် စပါးမျိုးပင်ဖြစ်သည်။ အကြမ်းအားဖြင့် ဆန်အရောင်ကိုကြည့်၍ ကောက်ညှင်းဖြူ၊ ကောက်ညှင်းငချိပ် ဟူ၍ နှစ်မျိုးခွဲသည်။ ကောက်ညှင်းဖြူမှာ အရောင်ဖြူ၍၊ ကောက်ညှင်းငချိပ်မှာ အရောင်ညိုသည်။ ကောက်ညှင်းစပါး သည် ရိုးရိုးစပါးများလောက် အသုံးမများသဖြင့် ယင်းကို အနည်းငယ်လောက်သာ စိုက်ပျိုးလေ့ရှိသည်။

### မြန်မာနိုင်ငံတွင် စိုက်ပျိုးလျှက်ရှိသော စပါးအုပ်စု နှင့် မျိုးကွဲများ-

ဧည့်မထ ၉၈၊ ငစိန် ၅၁၊ လက်ရွေးစင် ၃ဝ၊ မီးဒုံး၂၃၊ ဗျတ် ၃၊ စုစုပေါင်းစပါးမျိုး၂ဝ၅ မျိုး။

## ဗျတ်

- 1. စိန်ကြီး
- 2. ဗျတ်ကြီး
- 3. လော့သော့ကြီး

### မီးဒုံး

- 1. ကမာကြည်
- 2. ကမာကြည်စော
- 3. ကုလားကြီး
- 4. ခရမ်းကြား
- 5. ဂေါက်ရ

- 6. ငကြိမ်သီ
- 7. ငന്റി
- 8. ငကျွဲရင်
- 9. ငကျွဲ တောင်ပျံ
- 10. စပါးနက်
- 11. စပါးနက် တောင်ပျံ
- 12. စာပစိ
- 13. စာပစိချေ
- 14. စိန်ကမာကြည်
- 15. တုံကင်း
- 16. ပေါဆန်းရင်
- 17. ပေါဆန်းမွှေး
- 18. ပေါဆန်းဘေးကြား
- 19.ဗျတ်
- 20. ဘေးကြား
- 21. ဘေးကြားကြီး
- 22. မီးဒုံးမွှေး
- 23. အာဘောင်နီ

### လက်ရွေးစင်

- 1. ကောက်ဆန်း
- 2. ကောက်သွယ်ဖြူ
- 3. ကြွေးကြွက်
- 4. ကျွဲချေးမနိုင်
- 5. ခေါက်နုတ်တစ်

- 6. ခေါက်နမ်းခမ်း
- 7. ခေါက်မွန်
- 8. ခေါက်မွေးနှောင်း
- 9. ခေါက်လိုင်း
- 10. ခေါက်လိုင်ဟွမ်
- 11. ഞ
- 12. ဆင်းသိဂ်ီ
- 13. ညောင်အုပ်
- 15. တောင်ထိပ်ပန်း
- 16. နမသလေး
- 17. နှံကား
- 18. နှံကားထွန်း
- 19. မနော်ဟရီ
- 20. မနောသုခ
- 21. မီးကောက်
- 22. မှော်ဘီ ၁
- 23. မယ်စော
- 24. ရသလေး. လုံးသွယ်
- 25. ရာကျော် ၂
- 26. ရွှေအပ်
- 27. ရွှေဘို ခွန်နီ
- 28. လက်ရွေးစင်
- 29. အပျိုချော
- 30. IR 747

- 1. ကလယ်
- 2. ကုလားလေး
- 3.ခဲစပါး
- 4. ခေါက်ကန်
- 5. ငကျောက်
- 6. ငကျောက်ကြီး
- 7. ငစိန်ဒူးမဲ
- 8. ငဆောက်
- 9. ငါးရာကျော်
- 10. ငါးရာပို
- 11. ငွေတိုး
- 12. စအိုမဲ
- 13. စိန်ရွှေဆန်း
- 14. ဆစ်ပွား
- 15. ဇမ်းဘွတ်
- 16. တတောင်ပို
- 17. တိုးပွားလေး
- 18. ထားဝယ်စိန်ကြီး
- 19. ဒိုက်ကောက်ကြီး
- 20. ပန်းဝါ
- 21. ပုလဲသွယ်
- 22. ပုသိမ်ညွှန့်
- 23. ပြည်တော်အေး
- 24. ဖိုးကော်ကြီး
- 25. ღလကြား
- 26. ဘော်ကြမ်း

- 27. ဘေးကြောင်
- 28. ဘော့ကြီး
- 29. ဘုမ္မဒေ၀
- 30. မြစိမ်း
- 31. မှော်ဘီ ပုလဲ
- 32. မှော်ဘီငစိန်
- 33. မန်းငစိန်
- 34. မော်တိုက်
- 35. မုဆိုးမ ကြွေးကြေ
- 36. ရေပွား
- 37. ရာသေး
- 38. ရွှေပု
- 39. ရွှေခြေကျင်း
- 40. ရွှေကျီးညို
- 41. ရှမ်းကလေး
- 42. ရှမ်းငြိမ်း
- 43. လုံးပု
- 44.လုံးဖြူ
- 45. လက်တော်ရွေး
- 46.လက်ရုံး
- 47. လက်ရုံးကြီး
- 48.သီးထပ်
- 49. သီးထပ်ငစိန်
- 50. အံ့ဘော်
- 51. အနောက်ချောင်း

### ဧည့်မထ

- 1. ကျောက်ကမ်းပါး
- 2. ကျော်ဇေယျ
- 3.ကြွက်သွား
- 4. ခတ်ချို
- 5.ခေါက်ကျင်ဟိုင်း
- 6. ခေါက်ဖွားဖြူ
- 7. ခွန်နှစ်ရာသီထပ်
- 8. ငချိတ်
- 9. ငပြာကြီး
- 10. ငါးရှည့်သွေး
- 11. C4 63
- 12. စိန်လေး
- 13. စိန်တလေး
- 14. ဆားငန်ခံ
- 15. ဆားငန်ခံ 4
- 16. ဆင်းသီရိ
- 17. ဆင်းရွှေသွယ်
- 18. ဆင်းဧကရီ ၃
- 20.ဧိမ်းလတ်
- 21. ဇိမ်းကြီး
- 22. ညောင်အိုင်
- 23. ထွန်းသီရိ
- 24. နံ့သာမွေး
- 25. နှံဝါမီးကောက်

- 26.နောင်ထု
- 27.ပဒင်းသူမ
- 28. ပချီး
- 29. ပါချီး ( ချင်းပါချီး)
- 30. ပါချီးဝါ
- 31. ပါချီးဖြူ
- 32. ပါချီးမြွေစွယ်
- 33. ပင်တိုစိမ်း
- 34. ဘန်ကောက်
- 35. မြဝတ်ရည်
- 36. မှော်ဘီ၂
- 37.မှော်ဘီဆန်း
- 38. မောင်တင်ရွေး
- 39. မြွေစွယ် (ကောက်ညှင်း)
- 40. မြတ်မနိုင်
- 41. မိုင်းကောက်
- 42. ယာ ၁
- 43. ധാ ്വ
- 44. ယာ ၃
- 45. ယာ ၄
- 46. ယာ ၅
- 47. ယာ ၆
- 48. ယာ ၇
- 49. ယာ ၈
- 50. ရတနာအောင်
- 51. ရဟိုင်း
- 52. ရခိုင်သူမ

- 53. ရေဆင်း ၁
- 54. ရေဆင်း၂
- 55. ရေဆင်း ၃
- 57. ရာကျော် ၁
- 58. ရှမ်းမလေး
- 59. ရွှေဝါလေး
- 60. ရွှေဝါရင်
- 61. ရွှေသွယ်လေး
- 62. ရွှေသွယ်ရင်
- 63. ရွှေဝါထွန်း
- 64. ရွှေသွယ်ထွန်း
- 65. ရေသူမ
- 66. ရဲဘော်ရိုးစိမ်း
- 67. ရဲဘော်စိန်
- 68. ရဲဘော်ရင်
- 69.ရဲဘော်လတ်
- 70. ရေနက် ၁
- 71. ရေနက် ၂
- 72. ရေနက် ၃
- 73. ရေနက် ၄
- 74. ရေနက် ၅
- 75. ရေနက် ၆
- 76. ရေနက် ၇
- 77. ရွှေဒဂါး
- 78. ရွှေမန်း ၁
- 79. ရွှေဆည် ၂

- 80. ရွှေတစ်ဆုတ်
- 81. လင်ပန်းချော
- 82. လုံးသွယ်မွှေး
- 83. ဝက်ဆီဖြူ (ကောက်ညှင်း)
- 84. ဝက်သဆီ
- 85. သီးထပ်ရင်
- 86. သီးထပ် ၁
- 87. သီးထပ်၂
- 88. သီးထပ် ၃
- 89. သုံးနှံပွား
- 90. အီကရင်
- 91. အီကရဲ
- 92. အီကရင်ကွ
- 93.အင်းမရဲဘော်
- 94. ဧည့်မထ အစ်မကြီး
- 95. ဧရာမင်း
- 96. အောင်ဇေယျ
- 97. အမ်အာ ၉
- 98. အိုင်အာ ၃၆

အထွက်ကောင်းစပါးမျိုး ဒေသစပါးမျိုး တောင်ယာ စပါးမျိုး အရည်သွေးကောင်း စပါးမျိုး စပ်မျိုးစပါး အခြားစပါး

- 1.ရက် ၉၀
- 2.ရတနာတိုး
- 3.ပခမ်းရွှေဝါ
- 4.ကျော်ဇေယျ
- 5.ပခမ်း
- 6.ဗီယက်နမ် ၂၀
- 8.သုခ
- 9.မနောသုခ
- 10.ဆင်းသုခ
- 11.ဆင်းသွယ်လတ်
- 12.စူပါနှံကောက်(ထိုင်းနှံကောက်)
- 13.ဗျော့ထွန်း
- 14.ဧရာမင်း
- 15.ပြည်တော်ရင်
- 16.ရွှေမနော်
- 17.မှော်ဘီ
- 18.ဆင်းဧကရီ
- 19.ရွှေဘိုပေါဆန်း
- 20.ရေဆင်း
- 21.ရာကျော်
- 22.cന്റ്വ്
- 23.အင်းမရဲဘော်
- 24.ရွှေသွယ်ရင်
- 25.လုံးသွယ်မွှေး
- 26.ပေါဆန်းဘေးကြား
- 27.ပေါဆန်းမွှေး
- 28.ရွှေဝါထွန်း

```
29.နုံကား
30.ထွန်းသီရိ
31.ရွှေပြည်တန်
32.မြောင်းမြမေ
33.မနော်ဟရီ
34.ရွှေရင်အေး
35.မဂျမ်းတော
36.နယူးဧရာ
37.ကရင်မ
37.သီးထပ်ရင်
39.IR
40.GW 11
41.GW 18
42.အညာသား
43.တောင်ပျံ
44.ထွန်းပု
45.ဘာစမာတီ
ကျွန်တော်တို့ မြန်မာနိုင်ငံမှာ စိုက်ပျိုးထုတ်လုပ်တဲ့ စပါးများကို
အုပ်စုအလိုက် ဒေသအလိုက် သတ်မှတ်ထားကြပါတယ်ခင်ဗျာ။
စပါးမျိုးစေ့အပေါ်မူတည်ပြီး Long Grain / Short Grain ဆိုပြီး ပြန်လည်သတ်မှတ်ထားကြပါတယ်။
စပါးစေ့၏အလျား / အလျား၊အနံ အချိုးအစား
ဆန်စေ့၏အလျား/ အလျား၊အနံ အချိုးအစား တို့ဖြင့် ခွဲခြားသတ်မှတ်ထားပါတယ်။
ဆန်စေ့ (75% Minimum)
စပါးစေ့ (80% Minimum)
စပါးစေ့ အလေးချိန် (Paddy Grains/Kg)
အလျား (အတိုအရှည်ပေါ်မူတည်ပြီး) Average Grain Length 4.8 mm to 6.8 mm
အစိုဓာတ်ပါဝင်မှု(ကာလ အပိုင်းအခြားအလိုက် အစိုဓာတ်ပါဝင်မှု) (Moisture Content)
```

```
ဆန်သားလုံးပြည့် (Whole Kernel)
ဆန်ကျော် (Big Broken)
ဆန်ကွဲ (Small Broken)
ဖုန်၊သဲ၊ခဲ၊အမှုန်အမွှား(Point /Dust and Chalky)
လုံးပိန်၊လုံးညှပ် (Lesser Grade and Damage Kernels)
ဆန်နီ(Red & Red Streak Kernels)
ဆန်ဝါ (Yellow Kernels)
ဆန်ရောင်ပျက်(Foreign Matter)
ဆန်ခေါင်းပဲ့ (Head Rice)
ဆန်ဗိုက်ဖြူ(Foreign Kernels) /
မှို(Fungus) စသဖြင့် တိကျသော တိုင်းတာမှု(Specification) တို့နှင့်
ဆန်အမျိုးအစားအလိုက် (Inspection) တိုင်းတာကြပါတယ် ။
(Sortexed) ကောင်းမွန်စွာ ကြိတ်ခွဲသန့်စင်ထားသော
(Non-Sortexed) ကောင်းမွန်စွာ ကြိတ်ခွဲသန့်စင်ထားခြင်းမရှိသော ဆိုပြီးလဲ သိရှိနိုင်ပါတယ် ။
စပါးအုပ်စုကို ငစိန်အုပ်စု၊ မြီးတုံးအုပ်စု၊ ဧည့်မထအုပ်စု၊ အထူး ဧည့်မထအုပ်စု၊ ငကျွဲအုပ်စုနှင့်
ကောက်ညှင်းအုပ်စု ဟူ၍ အုပ်စု(၆)အုပ်စု ခွဲခြားထားပါတယ် ။
များသောအားဖြင့် ကျွန်တော်တို့ စားသုံးနေကြသော ဈေးကွက်ဝင်ဆန်များဖြစ်သည့် မနောသုခ၊
ဧရာမင်း၊ ဆင်းသုခ၊ မနော်ဟရီ၊ ရွှေဝါထွန်း၊ ရွှေတစ်ဆုပ်၊ရက် ၉ဝ၊မိုးသုခ၊ရေကျသုခ စသည့် ဆန်များသည်
ဧည့်မထ အုပ်စု ဝင်များဖြစ်ပြီး၊
ပေါ်ကျွဲ နှင့် ပေါ်ဆန်းများသည် ငကျွဲအုပ်စုဝင်များ ဖြစ်ကြပါတယ် ။
ဆန်ရဲ့သက်တမ်းမှာ ဆန်ပေါ်မူတည်ပြီး ကာလအားဖြင့် ၃ လ မှ ၆ လအထိ သက်တမ်းထိရှိပြီး ၊
သက်တမ်းကြာသော ဆန်များသည် ပိုးတက်ခြင်း ၊ ဆန်သားများဖွာခြင်း ၊ ဆန်အရည်သွေးကျသွားခြင်း၊
ဆန်များ အဝါရောင်သို့ ပြောင်းသွားခြင်း၊ဆန်သားများကြေသွားခြင်း ၊ ဆန်အနံ့ထွက်ခြင်း ၊
ဆန်အနံ့မကောင်းခြင်း ၊ ဆန်အရသာ မကောင်းခြင်း စသည်တို့ဖြစ်တတ်ပါတယ် ။
ဆန်အထားသိုကြာပါက ဆန်ဝါဆန်ပျက်များဖြစ်သွားတတ်ကြပြီး ၊
```

၎င်းဆန်များသည် မှိုဆိပ်များဖြစ်သွားနိုင်ကာ ၊ မှိုဆိပ် ပါသော ဆန်ဝါများကိုစားပါက အသည်းရောဂါ၊ ကင်ဆာရောဂါများ ဖြစ်ပွားနိုင် ကြောင်း သိရသဖြင့် အထူးသတိထားရမည့် အရည်အသွေး တစ်ရပ်အဖြစ်၊ စပါးဝယ်ယူရာတွင် အထူးသတိထားသင့်သည့် အချက်တစ်ချက်ဖြစ်ပါတယ် ။

ဆန်မှာလဲ ဆန်သစ် ဆန်ဟောင်း ဟူ၍ စပါးအလိုက် ဆန်ကြိတ်ကြသည့်အပေါ်တွင်လဲ ဈေးနှုန်းများ ပြောင်းလဲကြပါသေးတယ် ။ စပါးပေါ်စတွင် ကြိတ်သော စပါးသည် ဆန်သစ်ဖြစ်ပြီး ၊ ချက်ချင်းမကြိတ်သေးပဲ စပါး အသားငြိမ်သွားသည်အထိ ကာလတစ်ခု ထားသိုပြီးမှ ကြိတ်သော စပါးကို ဆန်ဟောင်းလို့ ခေါ်ပါတယ် ။ ဆန်သစ်မှာ ဆန်သားရနံ့မွှေးခြင်း၊ အိုးအဆူမခံခြင်း၊ချွဲခြင်း၊အိုးမတက်ခြင်း စသည့် လက္ခဏာများဖြစ်ပြီး ဆန်ဟောင်းမှာမူ ဆန်အကျိုခံခြင်း၊ အိုးဝင် အိုးတက်ခြင်း၊ထမင်းစားကောင်းခြင်း ၊ ဆန်သားရနံ့ အနည်းငယ် ငြိမ်သွားခြင်း စသည့် လက္ခဏာများဖြစ်ကြပါတယ်။