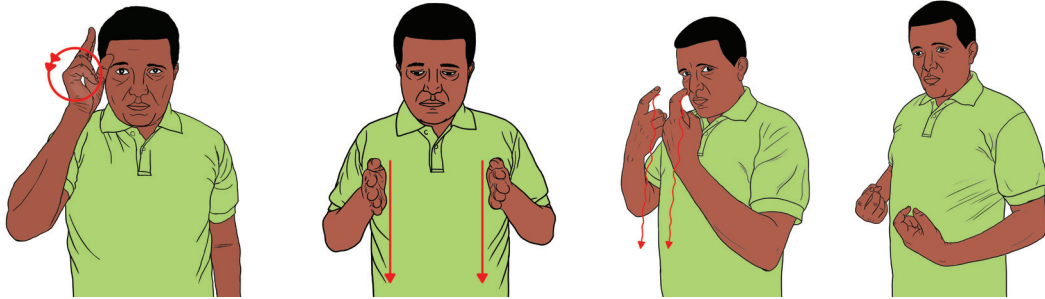


# ምዕራፍ ሦስት

## ባህላዊ ሕክምና

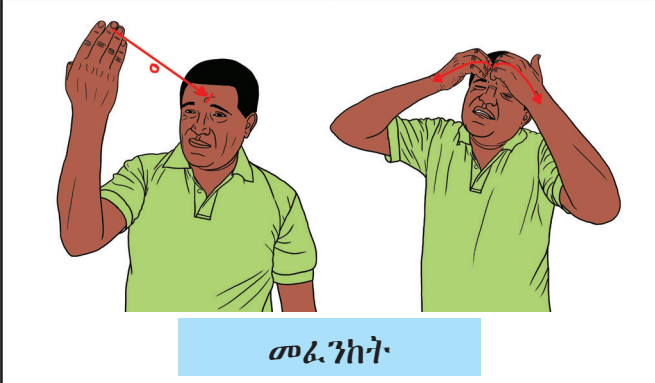
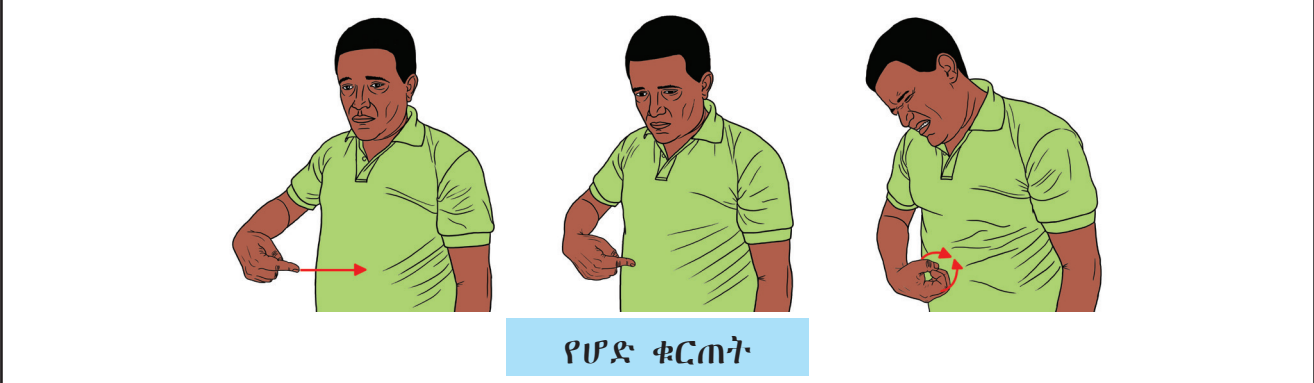
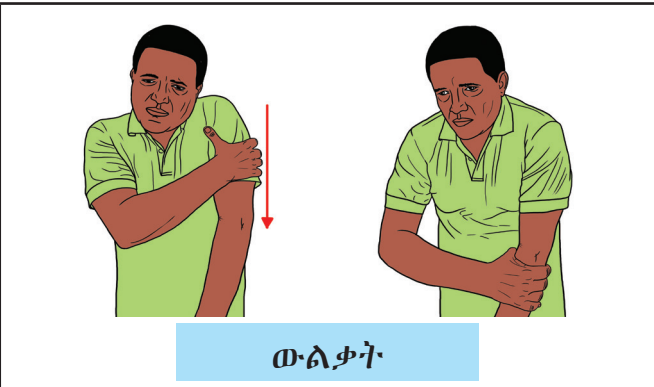


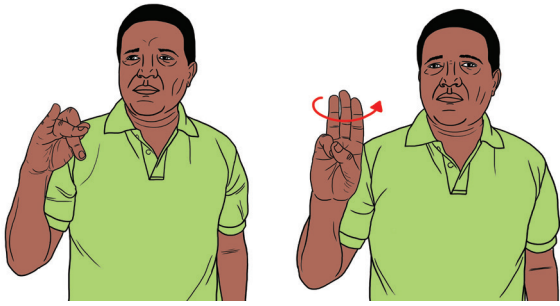
ከምዕራፍ የሚጠበቁ ውጤቶች

ተማሪዎች ከዚህ ትምህርት በኋላ፤

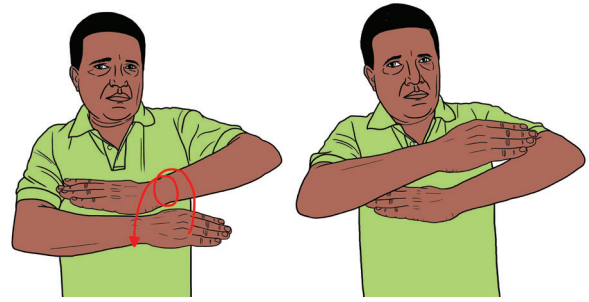
- \* ስለ ባህላዊ ሕክምናና መድኃኒቶች ምንነት በምልክት ቋንቋ ትገልጻላችሁ፤
- \* የባህላዊ ሕክምና ጠቃሚታና ጉዳዮችን በአምቋ ትዘረዝራላችሁ፤
- \* ሰዎች ባህላዊ ሕክምና ለምን እንደሚጠቀሙ ትገልጻላችሁ፤
- \* የባህላዊ ሕክምናና መድኃኒቶችን፣ በጣት ፊደልና በጽሑፍ ትዘረዝራላችሁ፤
- \* የጥምር ቃላትና የጥምር ምልክቶች አጠቃቀም ክህሎታችሁን ታዳብራላችሁ።

ቁልፍ ምልክቶች





ጀሶ



ፋሻ



ነጭ ሽንኩርት



ጤና አዳም



ዳማከሴ



ወጌሻ

### ክፍለ ትምህርት አንድ

#### መመልከትና መግለጽ



**ከዚህ በላይ የቀረበውን ስዕል በጥንቃቄ ተመልክታችሁ፤ የሚከተሉትን ጥያቄዎች በአምቋ መልሱ።**

1. ከዚህ በላይ በተገለጸው ሥዕል ሐኪሙ ወጣቱን ምን እያደረገው ነው?
2. በሥዕሉ ላይ እንደምትመለከቱት ወጣቱ በምን ዓይነት ስሜት ውስጥ ነው?
3. ከወጣቱ ጎንና ጎን ያሉት ሰዎች ወጣቱን ለምን የያዙት ይመስላችኋል?
4. በአጠቃላይ ከዚህ በላይ ያለውን ሥዕል ተመልክታችሁ ምን እንደ ተረዳችሁ በአጭሩ ግለጹ?

### ክፍለ ትምህርት ሁለት

#### እንብቦ መረዳት

ከዚህ በታች የቀረበውን ምንባብ በአንቀጽ ተከፋፍላችሁ በማንበብ፣ እያንዳንዱ አንቀጽ የያዘውን ፍሬ ነገር ለክፍል ተማሪዎች በኢምቋ አቅርቡ።

#### ባሕላዊ ሕክምና

ባሕላዊ ሕክምና ማለት በአንድ አካባቢ የሚኖሩ ሰዎች የተለያዩ በሽታዎችን ለመከላከልና በበሽታ ከተያዙ ደግሞ ከበሽታው ለመዳን የሚጠቀሙባቸው ልዩ ልዩ ሀገር በቀል የሕክምና ዘዴዎች ነው። በሀገራችን ልዩ ልዩ ባሕላዊ ሕክምናዎች አሉ።

በሁሉም ሀገር የሚኖሩ ሕዝቦች የራሳቸው የሆኑ የባሕላዊ ሕክምና ዘዴዎች አሏቸው። ባሕላዊ ሕክምና ከአበውና ከእመው የሚመነጭና እየተላለፈ የሚመጣ በአንጻሩም የኅብረተሰቡን የስልጣኔና የአስተሳሰብ ደረጃ የሚገልጽ የሕክምና ሒደት ነው።

እነዚህ ባሕላዊ ሕክምናዎች፣ በተለያዩ ምክንያቶች የሚከሰቱ ስብራቶችና ውልቃቶችን ለመጠገን፣ ከተለያዩ ሕመሞች ለመፈወስና በሽታዎችንም አስቀድሞ ለመከላከል የምንጠቀምባቸው ናቸው። የቆዳ በሽታዎችን ለመፈወስ የሚደረጉ ባሕላዊ ሕክምናዎች አሉ። ለምሳሌ፣ የቆዳ መገርጣት፣ የቆዳ በፈላ ውኃ ወይም በእሳት መቃጠል፣ ማድያት፣ ጭርት፣ ቋቋቻ፣ ለማከም የሚደረጉ፣ ወዘተ ናቸው።

በባሕላዊ ሕክምና ከሚካተቱት መካከል ወንሻ፣ በዋናነት ይጠቀሳል። ወንሻ አካልን (ለምሳሌ ውልቃት ላጋጠመው እግር፣ እጅ፣ ወገብ፣ ቁርጭምጭሚት፣ ወዘተ) ለመጠገን ወይም ውልቃቱንም ለመመለስ የሚደረግ ባሕላዊ የሕክምና ዓይነት ነው። ወንሻ ያለ ምንም የሕክምና መሣሪያ ባሕላዊ ሐኪሙ ባለው ልምድ የሚያከናውነው ሕክምና በመሆኑ፣ በሕክምናው ሲከወን ከባድ የሆነ የሕመም ስሜት ሊፈጠር ይችላል። ባሕላዊ ሕክምና በርካታ ጠቃሚ ጎኖች እንዳሉት የሕክምና ባለሙያዎች ይናገራሉ። ለምሳሌ ሁለት ትንንሽ ነጭ ሽንኩርት በሁለት ማንኪያ ማር አዝወትሮ መመገብ ከበርካታ በሽታዎች ይከላከላል። ዝንጅብልን በሻይ አፍልቶ መጠጣት ለጉንፋን በሽታዎች መድኃኒትነት አለው። ጤናዳም እንደሰዎች ፍላጎትና የዕድሜ ደረጃ በውኃ፣ በቡና ወይም በሻይ ነክሮ መጠጣት ልዩ ልዩ በሽታዎችን እንደሚከላከልና የደም ዝውውር ሂደትን እንደሚያስተካክል ይታመናል። ዳማከሴ ተቀቅሎ መጠኑን በሚገባ በሚያውቀውና ልምድ ባለው ሰው በመታገዝ የሚጠጣ ከሆነ እንደ ወስፋትና ኮሶ የመሳሰሉትን ጥገኛ ባክቴሪያዎች ከሰውነታችን ለማስወገድ ይረዳል።

በመፈንከትና በልዩ ልዩ አደጋዎች የፈሰሰን ደም ለመተካት፣ ንጽሕናው የተረጋገጠ የበሬ ጉበት መመገብ በጣም ጠቃሚ ነው። በወሊድ ምክንያት ደም የፈሰሰትና አቅሚ የደከመ እናት የፈሰሰ ደሚን ለመተካትና አቅሚን ወደ ነበረበት ለመመለስ እንዲሁም በተገቢው ሁኔታ የጡት ወተት እንዲኖራት አጥሚት መጠጣት በእጅጉ እንደሚረዳት በተለያዩ የሀገሪቱ አካባቢዎች የምናየው ተመክሮ ያስረዳል።

የገጠራቱ ኢትዮጵያ ነዋሪዎች ወይራ በማጨስ ልዩ ልዩ ተላላፊ በሽታዎችን ሊያስከትሉ የሚችሉ እንደ ዝንብና ቢንቢ የመሳሰሉትን ነፍሳት በማጥፋት ራሳቸውን በነፍሳት አማካይነት ከሚተላለፉ በሽታዎች ይከላከላሉ።

በባሕላዊ ሕክምና ከሚሰተዋሉ ችግሮች መካከል የቆዳ ሕመሞችን ማከም አንዱ ነው። ሕክምናዎች አንዳንድ ጊዜ ፈጠራነታቸው ፍቱን ቢሆንም፣ ብዙውን ጊዜ ባሕላዊ ህክምና የተደረገለት ቆዳ ተፈጥሮአዊ ወዘትና መልኩን በመቀየር ለከፋ ጉዳት ሊጋልጥ ይችላል።

የአወሳሰድ መጠንን አለማወቅ፣ መድኃኒቱ የሚወሰድበት ሰዓት በትክክል አለመታወቅ፣ መድኃኒቱ የሚወሰድበት ሁኔታ በግልጽ አለመስፈሩ፣ መድኃኒቱ ከተወሰደ በኋላ ከምን መጠንቀቅና ምን መመገብ እንዳለብን የተገለጸ ነገር አለመኖሩ፣ አዘገጃጀቱና የመድኃኒቱ የቆይታ ጊዜ አለመታወቅ፣ የመድኃኒቱ ማርክሻና ማስታገሻ ተለይቶ አለመገለጹ፣ መድኃኒቱ ከተወሰደ በኋላ የሚያስፈልግ የዕረፍት ጊዜና በዕረፍት ጊዜ የሚወሰዱ መድኃኒቶች ተለይተው አለመገለጻቸው የባሕላዊ ሕክምና አሉታዊ ጎኖች ናቸው። ለተለያዩ የሆድ ህመሞች የሚደረገው ባሕላዊ ሕክምና የመድኃኒቱ መጠን በውል ስለማይታወቅ መድኃኒቱ በሚወሰድበት ጊዜ ለከፍተኛ የጨንፍና የአንጀት ሕመሞች ሊያጋልጥ ይችላል።

ለተለያዩ የሆድ ሕመሞች የሚደረጉ ባሕላዊ ሕክምናዎች የሚታዘዙ መድኃኒቶች በግምት የሚደረጉና ታካሚዎችም በዕድሜ፣ በነጭ ደረጃ፣ በአመጋገብ የተለያዩ በመሆናቸው ለአንዱ ሰው ፍቱን ነው የተባለ መድኃኒት ሌላውን ሰው ከፍተኛ ጉዳት ሊያደርስበት ወይም ለሞት ሊዳርገው ይችላል።

ወንሻ ብዙውን ጊዜ ፍቱን እንደሆነ ቢነገርለትም፣ አንዳንድ ጊዜ ውልቃቱን ወይም ስብራቱን በማባባስ ዘላቂ ለሆነ የአካል ጉዳት ሊዳርግ ይችላል።

ሁሉም ባሕላዊ ሕክምናዎች ጎጂ ናቸው ብሎ መናገር ባይቻልም፣ በአብዛኛው ለውስጥ ደዌ የሚደረጉ ባሕላዊ ሕክምናዎች ከጥቅማቸው ይልቅ ጉዳታቸው እንደሚያመዘን ይገመታል።

ሰዎች ወደ ባሕላዊ ሕክምና እንዲያዘነብሉ የሚያደርጓቸው ልዩ ልዩ ምክንያቶች አሉ። አንዱ የግንዛቤ ችግር ነው፣ የገንዘብ እጥረትም ሊጠቀስ ይችላል። በተለያዩ ባሕላዊ እምነቶችና አመለካከቶች መያዝ፣ በዘመናዊ ሕክምና ላይ እምነት ማጣት በተጨማሪነት ይጠቀሳሉ። እነዚህንና መሳሪያ በባሕላዊ ሕክምና የሚከሰቱ ችግሮችን ለመቅረፍ ባሕላዊ ሕክምናዎችን በምርምር ማሳደግ ያስፈልጋል።

በተጨማሪም የሰው ልጅ በአውቀቱ እየዳበረ የሳይንሳዊ ውጤቶችን ተጠቃሚነቱ እያደገ ስለመጣ የባሕላዊ ሕክምናዎች ተፈላጊነት እየተቀነሰ በምትካቸው ፍቱንነታቸው በሳይንስ የተረጋገጡ የሕክምና ዘዴዎች እየጎለበቱ መጥተዋል። በመሆኑም ባሕላዊ ሕክምናዎችን በምርምር ማሳደግ አሊያም ፍቱንነታቸው በሳይንስ የተረጋገጡ ሕክምናዎችንና መድኃኒቶችን በመጠቀም በባሕላዊ ሕክምናና በባሕላዊ መድኃኒቶች አማካይነት የሚከሰቱ ችግሮች ሊቀረፉ ያስፈልጋል።

(ምንጭ፣ መድኃኒት በኪሴ ከሚለው መጽሐፍ ተሻሽሎ የተወሰደ።)



# መልመጃ አንድ

ከላይ የቀረበውን ምንባብ በጽሞና አንብባችሁ ከዚህ በታች ለቀረቡት ጥያቄዎች አጫጫጭር መልስ በጽሁፍ ከሰጣችሁ በኋላ በምልክት ቋንቋ ለመምህራችሁ ግለጹ።

1. ባሕላዊ ሕክምና ምንድን ነው?
2. ባሕላዊ ሕክምና የሚያስከትላቸው ጉዳዮች ምን-ምን ናቸው?
3. ባሕላዊ ሕክምና ምን-ምን ጠቃሚታዎች አሉት?
4. ሰዎች በባሕላዊ ሕክምና የሚታከሙባቸው ምክንያቶች ምን-ምን ናቸው ?
5. በምንባቡ ውስጥ ስንት ዓይነት የባሕላዊ ሕክምና ዓይነቶች ተዘርዘረዋል?

# ክፍለ ትምህርት ሦስት

## የኢምቋ ጥምር ምልክቶችና የአማርኛ ጥምር ቃላትን መግለጽ

የኢምቋ ጥምር ምልክቶችና የአማርኛ ጥምር ቃላት የሚገለጹባቸው መንገዶች።

በልሳን ቋንቋ ሁለት ቃላት ተጣምረው አንድ ከሁለቱም ቃላት የተለየ ትርጉም ያለው ቃል ይፈጥራሉ። በምልክት ቋንቋ ሁለት ምልክቶች ተጣምረው አንድ ከሁለቱም ምልክቶች የተለየ ትርጉም ያለው ምልክት ይፈጥራሉ።

የአማርኛ ቋንቋ የጥምር ቃላት ምሳሌ፡

አየር + ወለድ

ብረት + ምጣድ

እግር + ብረት

ከዚህ በላይ የተገለጹት የአማርኛ ጥምር ቃላት እንዳንዳቸው ሁለት ሁለት ቃላት ይኑራቸው እንጂ፣ የያዙት ሐሳብ ወይም መልዕክት አንድ ነው። በመሆኑም እነዚህን ቃላት በምልክት ቋንቋ ለመግለጽ ወይም ለመተርጎም የምንጠቀመው ምልክቶች ብዛት የተለያየ ነው።

ምሳሌ

አየር ወለድ ለሚለው ጥምር ቃል ወታደር የሚለውን አንድ ምልክት በመጠቀም ይገለጻል።

ብረት ምጣድ ለሚለው ጥምር ቃል ብረትና ሳሕን ወይም ምጣድ የሚሉትን ሁለት ምልክቶችን በመጠቀም ይገለጻል።

እግር ብረት የሚለው ጥምር ቃል የሚያመለክተው የእግር ማሰሪያ ብረት እንደመሆኑ እግር፣ ማሰርና

ብረት (ሰንሰለት) የሚሉትን ሦስት ምልክቶችን በመጠቀም ይገለጻል። በመሆኑም የአማርኛ ጥምር ቃላት በኢምቋ በአንድና ከዚያ በላይ በሆኑ ምልክቶች ሊገለጹ ይችላሉ።

ተጨማሪ ምሳሌዎች፡

ሥነሥርዓት = ደንብ

ሥነምግባር = ጸባይ

እኩለ ለሊት = የሌሊቱ አጋማሽ

ቤተ መጻሕፍት = ላይብረሪ

ነገረ ፈጅ = ጠበቃ

እግረ ሙቅ = የእግር ማሰሪያ ብረት

ፈር ቀዳጅ = የመጀመሪያ

ግንባር ቀደም = መሪ

ከዚህ በላይ የተገለጹት ጥምር ቃላትና ምሳሌያዊ ንግግሮች ከ"እግረ ሙቅና" "እኩለ ለሊት" በስተቀር ሌሎች በአንድ ምልክት የሚገለጹ ናቸው። ይህ ማለት አንድን ምልክት ከመተርጎም ወይም ከመግለጽ በፊት ጥምር ቃሉ የያዘውን ሐሳብ ወይም መልዕክት መረዳት ያስፈልጋል። ይህ ካልሆነ የሰማናቸውን ቃላት ቃል በቃል ለመተርጎም ወይም በምልክት መግለጽ ቃሉ ትርጉም የለሽ ከመሆኑም ባሻገር መልዕክት ተቀባዩን (አድማጩን) ግራ ሊያጋባው ይችላል።

ለምሳሌ

“አጉራ ዘለል” የሚለውን ምሳሌያዊ አነጋገር ምን ተብሎ ወደ ኢምቋ ሊተረጎም ወይም ሊገለጽ እንደሚችል እናስብ።

“አንገተ ሰባራ” የሚለውን ምሳሌያዊ ንግግር ደግሞ ቃል በቃል ለመተርጎም ወይም ለመግለጽ መሞከር ምናልባት “የተሰበረ አንገት” ወደሚል የተዛባ ትርጉም ሊያመራ እንደሚችል መረዳት ያስፈልጋል።

ከዚህ በላይ በአማርኛ ቋንቋ የቀረቡት ጥምር ቃላት ሁለት ሁለት ቃላትን ይያዙ እንጂ የሚወክሉት አንድ ነገር ነው። በምልክት ቋንቋም ሁለት ምልክቶች ተጣምረው አንድን ነገር የሚወክሉበት ጊዜ በርካታ ነው።

የኢምቋ ጥምር ምልክቶች ምሳሌ

ባሪያ + መክተፍ = ሽንኩርት

ቆርቆሮ + ጀበና = ማንቆርቆሪያ

ቀይ + መክተፍ = ቲማቲም

ወንድ + ቀለበት = ባል

ሴት + ቀለበት = ሚስት



ቀይ + መጻፍ = እስኪርብቶ

ባል + መሞት + ሴት = መበለት

በሌላ በኩል በኢምቋና አማርኛ ጥምር የሆኑ ምልክቶችና ቃላት አሉ። እነዚህ ምልክቶች እንዳላቸው ጥምር ቃላት በሁለትና ከዚያ በላይ በሆኑ ምልክቶች ይገለጻሉ።

- ምሳሌ ፤-                    ጥቁር፡ሰሌዳ፤
- ነጭ፡ሰሌዳ፤
- ቤተ፡መንግሥት

ከዚህ በላይ የተገለጹት ጥምር ቃላት በኢምቋም በተመሳሳይ በጥምር ምልክት የሚገለጹ ናቸው።

### መልመጃ ሁለት

ከዚህ በላይ የቀረቡትን ጥምር ቃላትና ጥምር ምልክቶችን ምሳሌ በማድረግ፣ የሚከተሉትን ጥያቄዎች መልስ በደብተራችሁ ከጻፋችሁ በኋላ፣ በኢምቋ ለመምህራችሁ አሳዩ።

1. የጥምር ቃላትና የጥምር ምልክቶች ተመሳሳይነት ምንድን ነው ?
2. የጥምር ቃላትና የጥምር ምልክቶች ልዩነት ምንድን ነው?
3. የአማርኛ ጥምር ቃላትን በኢምቋ በሚገለጽበት ጊዜ የምልክቶች ብዛት የሚለያየው ለምንድን ነው?
4. አንድ መስማት የተሳነው ግለሰብ የአማርኛ ጥምር ቃላት በሚተረጎምበት ጊዜ ግራ ሊገባው የሚችለው ምን ሲሆን ነው?
5. የአማርኛ ጥምር ቃላትን በሚገባ በኢምቋ ለመተርጎም ምን ማድረግ ያስፈልጋል?

### መልመጃ ሦስት

ከላይ የቀረበውን የኢምቋ ጥምር ምልክቶችና ጥምር የአማርኛ ቃላት ምሳሌ መሠረት በማድረግ፣ የሚከተሉትን ጥያቄዎች በጽሑፍ ሠርታችሁ በክፍል ውስጥ በኢምቋ አሳዩ።

1. አምስት የአማርኛ ጥምር ቃላትን ፈልጋችሁ በማምጣት በኢምቋ እንዴት እንደሚገለጹ አሳዩ።
2. አምስት የኢምቋ ጥምር ምልክቶችን ፈልጋችሁ በማምጣት በኢምቋ እንዴት እንደሚገለጹ አሳዩ።

- 3. ጥምር ቃላት ከሐረግ በምን እንደሚለዩ በምሳሌ አስደግፋችሁ በኢምቋ ግለጹ?
- 4. ጥምር ምልክት ከሁለት ምልክቶች በምን እንደሚለይ በምሳሌ አስደግፋችሁ አሳዩ?
- 5. ጥምር ምልክቶች የሚፈጠሩበት ምክንያት ምንድን ነው?

**መልመጃ አራት**

የሚከተሉትን ጥምር ምልክቶች ከትክክለኛ አገላለጻቸው ጋር አዛምዱ።

ሀ	ለ
1. መበለት	ሀ. ነጭ + ጸጉር
2. ሽቦ	ለ. ደረጃ + መዘርጋት
3. አስፓልት	ሐ. ነጭ + ባሪያ + መክተፍ
4. ሽቦት	መ. ባል + መሞት + ሴት
5. ነጭ ሽንኩርት	ሠ. ቆርቆሮ + ገመድ
6. መድረክ	ረ. ጥቁር + ንጹሕ

**መልመጃ አምስት**

ከዚህ በታች ለቀረቡት ምልክቶችን የሚወክሉ ቃላት ትርጉማቸውን በጥንቃቄ ካጠናችሁ በኋላ፣ በኢምቋ እንዴት እንደሚገለጹ በክፍል ውስጥ አሳዩ።

- 1. ራስን መሳት
- 2. ራስ ምታት
- 3. በምች መመታት
- 4. ጤናዳም (ጤና አዳም)
- 5. ፋሻ
- 6. ወጌሻ
- 7. ውልቃት

- 8. ስብራት
- 9. ዳማክሴ
- 10. ዝንጅብል

### ክፍለ ትምህርት አራት

ሐሳብን በእምቋ የመቀበልና የመግለጽ ክሂል

#### ጭወወት

#### ርእስ፣ መጋጨት

በጥንድ እየሆናችሁ ከዚህ በታች የቀረበውን ጭወወት ከተለማመዳችሁ በኋላ፣ ተራ በተራ እየወጣችሁ ለክፍል ተማሪዎች አሳዩ።

ሁለት ተማሪዎች አንዱ ከግራ ወደ ቀኝ ሁለተኛው ደግሞ ከቀኝ ወደ ግራ ሲሄዱ ይታያል። በመሃል ሁለቱ ተማሪዎች ትከሻ ለትከሻ ይገጫጫሉ።

**ተማሪ አንድ፣** ለምን ገጨኸኝ? እያየህ አትሄድም?

**ተማሪ ሁለት፣** እኔንኝ የገጨሁህ?! ራስህ እያየህ አትሄድም?

**ተማሪ አንድ፣** እኔ አላየሁህም አንተ ለምን እያየህ አትሄድም?

**ተማሪ ሁለት፣** አንተ እያየህ የማትሄድ ከሆነ፣ የማን ጥፋት ነው?

**ተማሪ አንድ፣** ምን?

**ተማሪ ሁለት፣** ማነው የተጋጨው? ማለት፣ እኔ አንተን ገጨሁህ? አንተ እኔን ገጨኸኝ? ወይስ ሁለታችንም እኩል ተጋጨን?

**ተማሪ አንድ፣** ይቅርታ! ሁለታችንም እኩል የተጋጨን ይመስለኛል።

**ተማሪ ሁለት፣** ለኔም ይቅርታ አድርግልኝ።

ተጨማሪው ይለያያሉ።