

အရက်အတုများတွင် မက်သနောလ် ပါဝင်
နိုင်သောကြောင့် ရှောင်ကြဉ်ပါ !!!

၎င်းကို သောက်စားပါက သေစေနိုင်သည်။

အရက် သောက်စားပြီးနောက် အောက်ပါ လက္ခဏာများရှိလာပါက
နီးစပ်ဆုံး ဆေးရုံ သို့ ဆေးကုသမှု ခံယူပါ။



အသက်ရှူ ခက်ခဲခြင်း



ပိုက်နာခြင်း



အမြင်
မပြည့်လင်ခြင်း



မအီမသာဖြစ်ခြင်း (ဝါ)
အော့အံခြင်း



ဝမ်းသွားခြင်း



အလွန် ခေါင်းမူး (ဝါ)
ခေါင်းကိုက်ခြင်း



ခြေတလုံးကြွက် တက်ခြင်း



ရုတ်တရက် မူးလဲခြင်း



မေ့မြောခြင်း



သတိလစ်ခြင်း

မက်သနောလ် သည် အလွန် ပြင်းသော အဆိပ်ဖြစ်သည်။
သင့် အသက် ကို ချစ်ပါ။



မက်သနောလ် အကြောင်း သင် ဘာ သိသင့်သလည်း။

မက်သနောလ် ဆိုသည်မှာ အဘယ်နည်း။



မက်သနောလ်သည် မက်သာလ်အဖြစ်လည်း သိကြသည်။ ၎င်းကို စက်ယန္တရား၊ ပလပ်စတိတ် နှင့် လောင်စာဆီ ထုတ်လုပ်မှု များ ၌ ကျယ်ပြန့်စွာ အသုံးပြုသည်။ ၎င်း သည်အရောင်မဲ့အရည် ၊ အငွေ့ပျံလွယ်သော အရည်၊စားသုံး၍မရသော အရည်ဖြစ်သည်။

မက်သနောလ်ကြောင့် ဘယ်လို အစာရည်စာ များ အဆိပ်အတောက်ဖြစ်စေသနည်း။



များသောအားဖြင့် အရက်ယမကာ ဖျော်ရည်များတွင် အဆိပ်ဖြစ်စေတတ်သော မက်သနောလ် ပါဝင်လေ့ရှိသည်။

မက်သနောလ် စာသုံးခြင်းဖြင့် ကျန်းမာရေး အပေါ် အကျိုးသက်ရောက်မှု မည်သို့ရှိသနည်း။



မက်သနောလ် စာသုံးခြင်းဖြင့် ခန္ဓာကိုယ်ထဲတွင် အဆိပ်အတောက် ဖြစ်ပြီး ဤလက္ခဏာ များ ဖြစ်ပေါ်စေသည်။ ၎င်း လက္ခဏာများမှာ ဗိုက်နာခြင်း၊ မအီမသာဖြစ်ခြင်း၊ အော့အန်ခြင်း၊ ဝမ်းသွားခြင်း၊ အလွန်ခေါင်းမူးခြင်း၊ အလွန်ခေါင်းကိုက်ခြင်း၊ အမြင်မကြည်လင်ခြင်း၊ ခြေတလုံး ကြွက်တက်ခြင်း၊ အသက်ရှူခက်ခဲခြင်း၊ မေ့မြောခြင်း နှင့် အသက် ဆုံးရှုံးခြင်း များဖြစ်ပေါ်စေနိုင်သည်။

မက်သနောလ် အလွဲသုံးစားမှု နှင့် ဥပဒေပြဋ္ဌာန်းမှု။



၁၉၈၃ စားသောက်ကုန်အက်ဥပဒေ ပုဒ်မ၁၃ အရ ၎င်းအား သုံးစွဲသူ (ဝါ) ၎င်း အားပါဝင်သော အစားအစာ ရောင်းသူ (ဝါ) ၎င်းအား အခြားပစ္စည်းတစ်ခုခုဖြင့် ပေါင်းစပ် အဆိပ်ဖြစ်စေသူ၊ အန္တရာယ် (ဝါ) အသက်အန္တရာယ် ထိခိုက်စေခြင်း သည် ဥပဒေအရ ပြစ်ဒဏ်ပေးခြင်း၊ ဒဏ်ငွေ ရိန်ဂတ် တသိန်း မနည်း(ဝါ) ထောင်ဒဏ် ၁၀နှစ် ထက်မနည်း (ဝါ) ပြစ်ဒဏ်နှစ်ခုစလုံးကျခံစေနိုင်သည်။

စားသုံးသူများနေဖြင့် ဘာလုပ်သင့်သနည်း။



စားသုံးသူများအနေဖြင့်မိမိ ဝယ်ယူသော စားသောက်ကုန်ပစ္စည်းများတွင် ကုန်စည်အမှတ်တံဆိပ် နှင့်အညွှန်း၊ ထုတ်လုပ်သူ ၊ တင်သွင်းသူ နှင့် ပါဝင်ပစ္စည်းများစာရင်းများ သေချာသိသင့်ပါသည်။ အထူးသဖြင့် လိုင်စင်မရှိသော ယမကာအရောင်းဆိုင် (ဝါ) ဈေးနန်းချိုသာစွာရောင်းသောယမကာ ထုတ်ကုန်များ သတိထားသင့်ပါသည်။

လက်လုပ် ယမကာများ သောက်စားခြင်းကို ရှောင်ကြဉ်ပါ။

သင့် အသက်ကို ချစ်ပါ။

