

Миний хувьд тамхийг татдаггүй байвал сайн юм. Тамхийг хүн төрлөхтөн дээр үеэс хэрэглэж ирсэн. Монголд одоо үед 18 нас хүрээгүй хүн тамхи их татах боллоо. Мөн хүүхэд залуучууд болон эмэгтэйчүүд тамхи татах болсон нь хортой юм. Мөн тамхи татах нь хүний эрүүл мэндэд хортой юм. Тамхи нь хүний уушгийг хордуулахаас гадна цаашдаа сүрье болох аюултай тул эртхэн эмчлүүлэх хэрэгтэй. Тамхи хүнд ханиад хүргэхээс гадна нүүр царайг нь муухай болгодог. Мөн тамхи татдаг хүмүүсийн ихэнх хувь нь удаан хугацаагаар татсан байдаг тул тамхинаас гарч чаддаггүй. Тамхичдын ихэнх хувь нь тамхийг стрессээ тайлахын тулд татдаг. Зарим нь зүгээр л сонирхолын журмаар татдаг. Ийм учраас тамхийг хаяуулахын тулд тамхины эсрэг сурталчилгаа явуулж байгаа ч энэ нь үр дүнд хүрэхгүй байна. Иймээс тамхины янз бүрийн сурталчилгааг болиулах хэрэгтэй. Мөн тамхийг хаяхийн тулд өдөр болгон тамхи татахаа багасгаж тамхинаас гарах янз бүрийн эмчилгээг хийлгэх хэрэгтэй. Мөн гадаа тамхийг ширхэглэж зарахыг хориглож, гадаадаас тамхи оруулж ирэхийг хориглох хэрэгтэй. Монголд тамхи таван нас хорооно, архи арван нас хорооно гэсэн зүйр үг байдаг.