نېمىتۇللا ئەبەيدۇللا ھاجىم

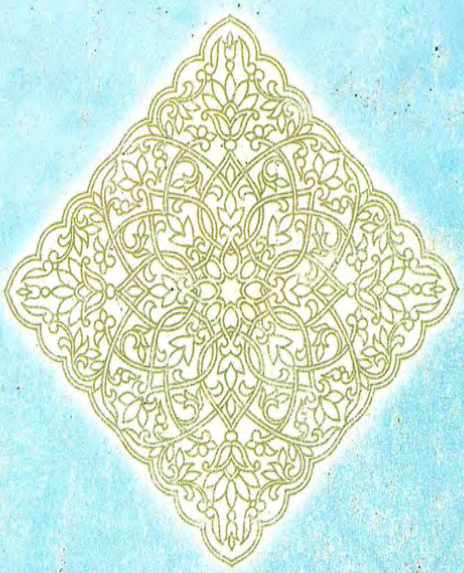


# ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكىدىكى سىناقتىن ئۆتكەن رېتسېپلار



قەشقەر ئۇيغۇر نەشرىياتى

مۇقاۋىنى ئىشلىگۈچى: غەيرەت خالىق



ISBN 978-7-5373-0690-4

9 787537 306904 >

定价：38.00元

ئۇيغۇر تىبابەتچىلىكى سىناقشۇناسلىقى ئۇتۇقلىرى توپلىمى

# كىرىش سۆز

ئۇيغۇر تېببابەتچىلىكى 2000 يىلدىن ئارتۇق تارىخقا ئىگە . ئۇ ، ئەمگەكچان ، ئەقىل ـ پاراسەتلىك ئۇيغۇر خەلقىنىڭ ئۇزاق يىللىق تارىخى جەريانىدا كېسەللىكلەرنىڭ ئالدىنى ئېلىش ۋە داۋالاش ئۇچۇن ئېلىپ بارغان كۆرەشلىرىنىڭ ئومۇمىي يەكۇنى بولۇش بىلەن بىللە ، ۋەتىنىمىز-نىڭ تېببىي دورىگەرلىك ئىلمىگە قوشقان شانلىق تۆھپىسى ھېسابلىنىدۇ .

ئۇيغۇر تېببابەتچىلىكى ئۇيغۇرلار ئارىسىدىن يېتىشىپ چىققان تېۋىپ ۋە دورىگەرلەرنىڭ سان ـ ساناقسىز ۋاستىلىك ياكى بىۋاستە ، مۇۋەپپەقىيەتلىك ياكى مۇۋەپپەقىيەتسىز تەجرىبىلىرى ۋە دورىگەرلىك ئىختىرالىرىنىڭ توپلاپ رەتلىنىشى ۋە يېزىپ قالدۇرۇلۇشى نەتىجىسىدە مەيدانغا كەلگەن ، راۋاجلانغان ئىلىم . ئۇ ، ئۇيغۇر خەلقىنىڭ قىممەتلىك مەدەنىي مىراسلىرىنىڭ بىرى . ئۇيغۇر تېببابەتچىلىكى ئۇيغۇر خەلقىنىڭ ئەقىل ـ پاراسىتىنىڭ جەۋھىرى ، ئۇ ، ۋەتەن تېبابىتى خەزىنىسىدىكى چاقناپ تۇرغان گۆھەر .

ئەجدادلىرىمىز ئۆزىنىڭ ئۇزاق تارىخىدا مۇشۇ تېببابەتچىلىككە تا-يىنىپ كېسەللىكلەرگە قارشى كۆرەش قىلغاندىن تاشقىرى ، قىممەتلىك تەجرىبىلىرىنى دەۋرىمىزگىچە داۋاملاشتۇرۇپ كەلدى . شۇنىڭ بىلەن ئۇيغۇر تېببابەتچىلىكى ئەنئەنىسىگە ۋارىسلىق قىلىش ۋە ئۇنى دەۋر بىلەن ماس قەدەمدە تەرەققىي قىلدۇرۇشتىن ئىبارەت بۇ جاپالىق ، لېكىن شەرەپ-لىك ۋەزىپە تارىخىي بۇرچ سۈپىتىدە بىزگە يۈكلەندى .

كىشىنى خۇشاللاندۇرىدىغىنى شۇكى ، يېقىنقى يىللاردىن بۇيان ، ئۇيغۇر تېببابەت شىپاخانىلىرىنىڭ كۆپلەپ قۇرۇلۇشى ، « ئۇيغۇر تېببابەت-

چىلىكى قامۇسى » قاتارلىق بىر يۇرۇش بىباھا كىتابلارنىڭ نەشر قىلىنىشى ، دورا ياساش تېخنىكىسىنىڭ ماشىنىلىشىشى ۋە قىسمەن زامانىۋىلىشىشى ، « شىنجاڭ ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكى ئالىي تېخنىكومى » قۇرۇلۇپ ، زور بىر تۈركۈم ئىختىساسلىق ئىزباسارلارنىڭ تەربىيىلىنىپ چىقىشى ، « ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكى » قاتارلىق ئىلمىي ژۇرناللارنىڭ نەشر قىلىنىشى قاتارلىقلار ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكىنىڭ تەرەققىياتىنى تارىخىي شارائىت ۋە پۇختا ئاساس بىلەن تەمىنلىدى .

مەن 1963 ـ يىلدىن باشلاپ دادام ئەبەيدۇللاخان ھاجى تۆرەمدىن تەلىم ئېلىپ ، بىر تەرەپتىن ئىشلەپ ، بىر تەرەپتىن تېبابەتچىلىكنى ئۆگەنگەن ئىدىم . ئوتتۇز نەچچە يىللىق تېبابەتچىلىك ئەمەلىيىتى جەريانىدا دادامنىڭ ۋە ئۆزۈمنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن مەخپىي رېتسىپلارنى رەتلەپ ۋە شىنجاڭنىڭ ھەرقايسى جايلىرىدىكى ئۇيغۇر تېبابەت ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىلىرىنى توپلاپ ، بۇ كىتابنى يېزىپ چىقتىم . كىتابىم كەسىپداشلىرىمنىڭ جاپاسىنى يەڭگىللىتىشكە ئازدۇر ـ كۆپتۇر ھەمدەم بولالىسا ، بۇ مەن ئۈچۈن چوڭ خۇشاللىق .

گەرچە كۆپ يىل ماتېرىيال توپلىغان بولساممۇ ، ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكىدىن ئىبارەت بۇ كەڭ ساھەنىڭ تەجرىبىدىن ئۆتكەن ھەممە نۇسخىلىرىنى خۇلاسىلەپ بولدۇم دېيەلمەيمەن . بۇكىتابنى تۈزۈشتە ئۆزۈمگە تونۇشلۇق بولغان جەنۇبىي شىنجاڭ رايونىنى ئاساس قىلدىم . بۇ ساھەدە يەنىمۇ چوڭقۇر ئىزدىنىش ، قېتىرقىنىپ تەتقىق قىلىش لازىملىقى ئۆزۈمگىمۇ ئايان . شۇڭا ، كەسىپداشلار ۋە ئوقۇرمەنلەرنىڭ بۇ نۇقتىغا ئەپۇ نەزىرى بىلەن قارىشىنى ئۈمىد قىلىمەن ، كىتابتا ساقلانغان مەسىلەرگە تەنقىدىي پىكىر بېرىشلىرىنى قىزغىن قارشى ئالىمەن .

# مۇندەرىجە

## بىرىنچى قىسىم

### كۆپ ئۇچرايدىغان كېسەللىكلەر ۋە تەجرىبىدىن ئۆتكەن داۋالاش ئۇسۇللىرى


I باب باش ۋە مېڭە كېسەللىكلىرى ..... 3
باش ئاغرىقى ..... 3
باشنىڭ يېرىمى ئاغرىش ..... 14
باش قېيىش ..... 18
تۇتقاقلىق ..... 20
نېرۋا ئاجىزلىق ..... 23
سەزگۈرلۈكى ئېشىپ كېتىش ..... 27
مالىخۇليا ..... 29
مېڭە سىلكىنىش ..... 31
ئۇنتۇغاقلىق ..... 33
مېڭە قان تومۇر قېتىشىش ..... 36
زۇكام ۋە نەزلە ..... 38
مېڭە پەردىسىنىڭ يالليۇغى ..... 43
II باب ھەرىكەت ئەسەبلىرىنىڭ كېسەللىكلىرى ..... 49
پالەچ ..... 49
ئىستىرخا ..... 52
يۈز نېرۋىلىرى پالەچلىنىش ..... 54
نىترىمە ( رەئىشە ) ..... 56

بەدەن مۇسكۇللىرى تارتىشىپ قېلىش ( ئىختىلاج ) ..... 59
باللار پالىچى ..... 60
III باب ھەرىكەت ئەزالىرىنىڭ كېسەللىكلىرى ..... 62
ئۆتكۈر بوغۇم ياللۇغى ..... 62
سوزۇلما بوغۇم ياللۇغى ..... 68
نىقرەس ..... 71
بوغۇم كېزىكى ..... 73
ئولتۇرغۇچ نېرۋا ئاغرىقى ( ئىرقۇننسا ) ..... 74
نېرۋا ئۇچى ياللۇغى ..... 76
سۆگەك سىلى ..... 77
سۆگەك ئۆسمىسى ..... 78
سۆگەك ئۆسۈش ..... 80
ھەرىكەت ئەزالىرى كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتا خەلق ئارىسىدا
سىناقتىن ئۆتكەن بەزى نۇسخىلار ..... 81
IV باب ئۆپكە ۋە نەپەس يولى كېسەللىكلىرى ..... 83
يۇقىرىقى نەپەس يوللىرىنىڭ ياللۇغى ..... 83
تۇتقاقلىق دەم سىقىلىش ( زىققە ) ..... 90
ئۆپكە ياللۇغى ..... 95
كۆكرەك پەردە ياللۇغى ..... 99
ئۆپكە ھاۋالىق ئىششىقى ..... 100
ئۆپكە سىلى ..... 102
ئۆپكە سەرتانى ..... 106
V باب يۈرەك كېسەللىكلىرى ..... 108
يۈرەك زەئىپلىشىش ..... 108
يۈرەك قوزغىلىش ..... 110
يۈرەك سانجىقى ..... 115
يۈرەك مۇسكۇل تىقىلمىسى ..... 123

يۇرەك قېپى ياللۇغى ..... 126
يۇرەك ئىچكى پەردە ياللۇغى ..... 127
ئۆپكە مەنبەلىك يۇرەك كېسەللىكى ..... 128
تاجسىمان قان تومۇرقېتىشش ..... 129
يۇقىرى قان بېسىمى ..... 132
كەم قانلىق ..... 141
يۇرەك كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتا خەلق ئارىسىدا سىناقتىن
ئۆتكەن بەزى نۇسخىلار ..... 144
VI باب ئاشقازان كېسەللىكلىرى ..... 147
ئىشتىهاسىزلىق ..... 147
ھېق تۇتۇش ..... 150
قىزىلئۆڭگەچ راكى ..... 151
ئۆتكۈر ئاشقازان ـ ئۇچەي ياللۇغى ..... 153
ئاشقازان ياللۇغى ..... 156
سوزۇلما ئاشقازان ياللۇغى ..... 157
ئاشقازان ـ 12 بارماق ئۇچەي يارىسى ..... 159
ئاشقازان تۆۋەنلەپ كېتىش ..... 163
ئاشقازان راكى ..... 168
خولېرا ..... 170
VII باب ئۇچەي ۋە مەقئەت كېسەللىكلىرى ..... 176
سازاڭسىمان ئۆسۈكچە ياللۇغى ..... 176
سوزۇلما ئۇچەي ياللۇغى ..... 177
بوغماق ئۇچەي ياللۇغى ..... 179
تولغاق كېسەللىكى ..... 181
قەۋزىيەت ..... 184
قەۋزىيەتنى داۋالاشتا خەلق ئارىسىدا تەجرىبىدىن ئۆتكەن
رېتسېپلار ..... 186

سازاڭسمان مەددە كېسەللىكى ..... 188
قاپاق ئۇرۇقى مەددە كېسەللىكى ..... 191
تۇتۇ مەددە كېسەللىكى ..... 192
قورساقتىكى ھەر تۈرلۈك قۇرتلارنى چۈشۈرۈشتە خەلق
ئارىسىدا تەجرىبىدىن ئۆتكەن نۇسخىلار ..... 194
بوۋاسىر ..... 195
بوۋاسىر كېسەللىكىنى داۋالاشتا خەلق ئارىسىدا سىناقتىن
ئۆتكەن بەزى رېتسېپلار ..... 198
مەقئەت قىچىشىش ..... 199
مەقئەت يېرىلىش ..... 201
سوڭى چىقىپ قېلىش ..... 203
سوك ئاقمىسى ..... 205
VIIIباب جىگەر ۋە ئۆت كېسەللىكلىرى ..... 207
يۇقۇملۇق جىگەر يالۇغى ..... 207
جىگەر ئاجىزلىشىش ..... 213
يەرقان ( سېرىقكېسەل ) ..... 216
جىگەر قېتىشىش ..... 220
ئۆت خالتا يالۇغى ..... 221
ئۆت تېشى كېسەللىكى ..... 224
ئىستىسقا ..... 228
IXباب سۈيدۈك ئاجرىتىش ئەزالىرى كېسەللىكلىرى ..... 233
بۆرەك زەئىپلىشىش ..... 233
بۆرەك ئورۇقلاش ..... 238
بۆرەك يالۇغى ..... 240
بۆرەك جامى يالۇغى ..... 244
بۆرەك سانجىقى ..... 246
بۆرەك ۋە سۈيدۈك يول تېشى ..... 248

بۆرەككە سۇ يىغىلىش ..... 253
قەنت سىيىش ..... 254
سىزلام ..... 264
دوۋساق ياللۇغى ..... 267
دوۋساق يارىسى ..... 269
سۈيدۈك تۇتالماسلىق ..... 270
X باب تاناسىل ئەزالار كېسەللىكلىرى ..... 273
سىفلىس ..... 273
سۆزنەك ..... 276
XI باب ئەرلەر كېسەللىكلىرى ..... 281
سىرتقى جىنسىي ئەزا ياللۇغى ..... 281
ئۇرۇقدان ياللۇغى ..... 284
جىنسىي ئاجىزلىق ..... 287
مەنىي تېز يۇرۇپ كېتىش ..... 297
مەنىي ئېقىپ كېتىش ..... 301
ئېھتىلام بولۇش ..... 305
مەزى بېزى ياللۇغى ..... 307
مەزى بېزى چوڭىيىپ قېلىش ..... 315
XII باب ئاياللار كېسەللىكلىرى ..... 317
ھەيز نورمالسىز كېلىش ..... 317
دەھلىز چوڭ بېزى ياللۇغى ..... 321
ئاق خۇن كېسەللىكى ..... 323
بالياتقۇ يەللىك ئىششىقى ..... 331
بالياتقۇنىڭ ئورنىدىن سىلجىشى ..... 333
بالياتقۇنىڭ قانىشى ..... 334
بالياتقۇ چىقىپ قېلىش ..... 339
بالياتقۇ بوينى ياللۇغى ..... 341

بالىياتقۇ جاراھىتى ..... 346
بالىياتقۇ راكى ..... 349
تۇغماسلىق ..... 352
ھۆسن تۇزەش ..... 354
ئاياللار كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتا خەلق ئارىسىدا سىناقتىن
ئۆتكەن بەزى نۇسخىلار ..... 356
XIII باب باللار كېسەللىكلىرى ..... 360
يەل كىندىك ..... 360
سۈت تەمرەتكىسى ..... 361
سۇ چېچەك ..... 362
قىزىل ..... 363
باللار يۆتىلى ..... 368
كۆكيۆتەل ..... 370
قۇلاق ئاستى بېزى ياللۇغى ..... 375
باللار مېڭە پەردە ياللۇغى ..... 379
باللار بويۇن بەز سىلى ..... 380
سىيىپ يېتىش ..... 382
باللار سۈيدۈك يول تېشى ..... 384
ھەزىم قىلىشنىڭ بۇزۇلۇشى ..... 386
باللار مەددە قۇرت كېسەللىكى ..... 389
راخىت ..... 391
XIV باب تېرە كېسەللىكلىرى ..... 394
ئاقكېسەل ( بەرەس ) ..... 394
بەھەق ..... 412
كالا تېرىسىسمان تەمرەتكە ..... 414
باش تەمرەتكىسى ..... 422
ھۆل تەمرەتكە ..... 426

قىچىشقاق ..... 428
دانىخورەك ..... 432
بەلۋاغسمان قوقاق ..... 434
نېرۋا خاراكتېرلىك تېرە ياللۇغى ..... 436
چاچراتقۇ ..... 437
يەل تاشما ( ئېشەكيېمى ) ..... 440
كۆپ شەكىللىك قىزىل داغ ..... 443
تېرە مۇكۈزلىشىش ..... 444
قىزىل تۇمشۇق كېسەللىكى ..... 447
كۆپ تەرلەش ..... 449
دائىرىلىك چاچ چۈشۈش ..... 452
چاچ بالدۇر ئاقىرىش ..... 453
باش كېپەكلىشىش ۋە قىچىشىش ..... 455
تېرە يۇزىدىكى يارا - چاقىلار ..... 455
XV باب بەش ئەزا كېسەللىكلىرى ..... 457
يىگناسقۇ ..... 457
تەتۇر كىرپىك ..... 458
كۆز ياشاقغىراش ..... 459
ياش خالتىسىنىڭ يىرىڭلىق ئاقمىسى ..... 460
كۆز ئاغرىقى ..... 461
كۆز قوتۇرى ..... 463
كۆرۈش قۇۋۋىتىنىڭ ئاجىزلىشىشى ..... 465
نامازشام قارىغۇسى ..... 466
كۆزگە ئاق چۈشۈش ..... 468
كۆزگە سۇ چۈشۈش ..... 469
قۇلاق ئاغرىش ..... 470
قۇلاق يالۇغى ..... 472

قۇلاق ئاقمىسى ..... 473
گاسلىق ..... 475
بۇرۇن يالۇغى ..... 476
بۇرۇن ئىچىگە جاراھەت چىقىش ..... 477
بۇرۇن قاناش ..... 478
بۇرۇن قۇرت كېسەللىكى ..... 481
ئېغىز پۇراش ..... 481
چىش ئاغرىقى ..... 482
ئاۋاز پۇتۇپ قېلىش ..... 487
بادامسىمان بەز يالۇغى ..... 489
يۇتقۇنچاق يالۇغى ..... 492
ئېغىزدىكى ھەر خىل جاراھەتلەر ..... 495
XVI باب زەھەرلىنىش ۋە باشقىلار ..... 497
ئىسسىق ئۆتۈپ كېتىش ..... 497
كۆيۈك ..... 499
ئۇششۇك ..... 502
ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك دورىلىرىدىن زەھەرلىنىش ..... 503
زەھەرلىك ھاشاراتلار چىقىش ..... 515

## ئىككىنچى قىسىم

### تەجرىبىدىن ئۆتكەن نۇسخىلار

ھەبلەر ..... 521
مەجۇناتلار ..... 538
ئايارەجلەر ..... 566
ئىترىپىللار ..... 568
جاۋارىشلار ..... 574
تەرياقلار ..... 579

خەمىرلەر ..... 581
مۇپەررىھاتلار ..... 584
گۈلقەنتلەر ..... 593
قۇرسلار ..... 596
لوئۇقلار ..... 600
سۇپۇپلار ..... 605
شەربەتلەر ..... 618
مائۇل ئۇسۇللار ..... 630
مەتبۇخلار ..... 634
ئەرەقلەر ..... 639
مۇرابباالار ..... 643
رەۋغەنلەر ..... 646
مەلھەملەر ..... 653
زىمادلار ..... 660
سۇرمىلەر ..... 663
باشقىلار ..... 666

بىرىنچى قىسىم

# كۆپ ئۇچرايدىغان كېسەللىكلەر ۋە تەجرىبىدىن ئۆتكەن داۋالاش ئۇسۇللىرى

# I باب باش‌ۇە مېڭە كېسەللىكلىرى

## باش ئاغرىقى

باش ئاغرىقىنى ئىنسانىنىڭ بېشى ئاغرىش بىلەن ئىپادىلىنىدىغان بىرخىل كېسەللىك ئالامىتى بولۇپ ، ئۆز ئالدىغا مۇستەقىل كېسەللىك ئەمەس، لېكىن كەلتۈرۈپ چىقىرىدىغان سەۋەبلەر كۆپ بولۇپ ، ھەممىسىدە ئوخشاشلا باش ئاغرىش ئالامىتى كۆرۈلىدۇ . شۇڭا ، پەيدا بولۇش سەۋەبىگە ئاساسەن ماددىلىق باش ئاغرىقى ۋە ماددىسىز باش ئاغرىقىدىن ئىبارەت ئىككى چوڭ تۈرگە بۆلۈنىدۇ . ماددىلىق باش ئاغرىقى تۆت خىلىت ئۆزگىرىشى سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان‌باش ئاغرىشنى كۆرسىتىدۇ؛ ماددىسىز باش ئاغرىقى تۆت خىلىت ئۆزگىرىشىدىن باشقا سەۋەبلەردىن كېلىپ چىققان باش ئاغرىشنىڭ ھەممىسىنى ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ .

**1 . ماددىسىز ئىسسىقتىن بولغان باش ئاغرىقى**

ئىچكى سەۋەبتىن بولغان ۋە تاشقى سەۋەبتىن بولغانلىرىنى ئېنىق ئايرىغاندىن كېيىن ، مىجەزگە توغرا كېلىدىغان ئاغرىق توختاتقۇچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ .

1 ) ئاق سەندەل ياكى كافۇر پۈرىتىلىدۇ .

2 ) بىنەپشىدىن 10گرام ياكى ئەرەقى گۈلدىن 30 گرام ئىچۈرۈلىدۇ .

3 ) باشقا ئاق سەندەل چېپىلىدۇ ياكى 10 گرام بىنەپشە ، 3 گرام قىزىلگۈلنى ئارىلاشتۇرۇپ دەملەپ ئىچۈرسە بولىدۇ .

4 ) يۇمغاقسۇت كۆكىدىن مەلۇم مىقدارىدا ئېلىپ ، سىركە ياكى

گۈلاب بىلەن زىمات قىلىپ ، پىشانە ياكى ئىككى چېكىگە چېپىلىدۇ .

5 ) گۈل يېغى ( 297 ـ نۇسخا ) پىشانە ۋە چېكىگە چېپىلىدۇ .

6 ) شەربىتى بىنەپشە ( 227 ـ نۇسخا ) 30 گرامدىن كۈندە 2 ۋاخ ئىچۈرۈلىدۇ .

7 ) قاپاق ئۇرۇقى يېغى ( 293 ـ نۇسخا ) ياكى رەۋغىنى مۇرەتتىب ( 296 ـ نۇسخا ) كە مۇز سۈيى قوشۇپ باشنى يۇسا ياكى مۇزدا قويۇپ سوۋۇتۇپ باش چوققىسىنى ياغلىسا بولىدۇ .

8 ) تەمرى ھىندىدىن 15 گرامنى چىلاپ ، تاتلىقىنى چىقىرىپ مۇز سۈيى قوشۇپ ئىچۈرسە بولىدۇ .

9 ) تۆۋەندىكى نۇسخا بىلەن پاشويە قىلىنىدۇ :

ئاق لەيلى گۈلى ، بىنەپشە 10 گرامدىن ، بۇغداي كېپىكى 45 گرام ، نىلۇپەر 10 گرام . يۇقىرىقى دورىلار قاينىتىپ بىرئاز سوۋۇتۇلۇپ ، سۈيىگە پۇتنى چىلاپ تىزلىك تۆۋىنى يۇيۇلىدۇ .

10 ) قۇرسى نىلۇپەر بېرىلىدۇ .

تەركىبى : نىلۇپەر ، ئاق سەندەل ، رۇسۇت ، مامسا 15 گرامدىن ، كافۇر 1 گرام . تەرخەمەك سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ ، 1 گراملىق قۇرس تەييارلىنىدۇ ، كۈندە 3 ۋاخ 3 تالدىن ئىچىلىدۇ .

11 ) قۇرسى تاباشىر كافۇرى ( 163 ـ نۇسخا ) 1 تالدىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

12 ) قۇرسى كافۇر ( 169 ـ نۇسخا ) 2 تالدىن كۈنىگە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

13 ) ھەببى شىپا ( 33 ـ نۇسخا ) 0.3 گرامدىن كۈنىگە 2 ۋاخ بېرىلىدۇ .

14 ) ئارپا ، ماش ، ھۆل قاپاق ، پالەك ، يۇمغاقسۇت ، غورا ، ئۇسۇك ، سىمىز ئوت قاتارلىقلارنى كۆپرەك سېلىپ تاماق ئېتىپ بېرىش بۇيرۇلىدۇ ، گۆش ۋە باشقا ئىسسىقلىق نەرسىلەردىن پەرھىز قىلدۇرۇلىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

**2 . ماددىسز سوغۇقتىن بولغان باش ئاغرىقى**

1 ) كېپەك ياكى تۇزنى قورۇپ ، خالتىغا ئېلىپ باشقا ئىسسىق ئۆتكۈزۈلىدۇ .

2 ) رەۋغېنى بادام تەلخ ( 282 ـ نۇسخا ) بىلەن باش ۋە چېكە ياغلىنىدۇ .

3 ) رەۋغېنى قەلەمپۇر ( 292 ـ نۇسخا ) بىلەن باش ۋە چېكە ياغلىنىدۇ .

4 ) تىلا سۇركىلىدۇ .

نۇسخىسى : مۇرمەككى ، ئىپار ، ئەنبەر ، قۇندۇز قەھرى ، كاۋاۋۇچىن ، قۇسته شېرىن قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 3 گرامدىن ئېلىپ ، 30 مىللىلىتر زەيتۇن يېغىدا سالايە قىلىپ ، باشقا سۇركىسە بولىدۇ .

5 ) تۆۋەندىكى دەملىمە چاي ئورنىدا ئىچۈرۈلىدۇ :

نۇسخىسى : بەدىيان ، بىنەپشە ، سەرپىستان ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، زىغىر 10 گرامدىن ، ئەنجۇر 30 گرام ، تەرەنجىۋىل ( يانتاقشېكىرى ) 60 گرام كۆندە 3 ۋاخ دەملەپ ئىچۈرۈلىدۇ .

6 ) تۆۋەندىكى دورىلارنى قاينىتىپ باش يۇيۇلىدۇ :

نۇسخىسى : بابۇنە ، ئىككىلمىلىك ، مەرزەنجۇش ، سەئتەر ، يالپۇز ، شىۋاق قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقدارىدا ئېلىپ قاينىتىپ ، ئىلمان ھالدا كۆندە 1 قېتىم باش يۇيۇلىدۇ .

7 ) ئىترىپىل كەبىر ( 115 ـ نۇسخا ) دىن 6 گرام ، ئەرەقى گاۋزىبان ( 270 ـ نۇسخا ) دىن 30 مىللىلىتر قوشۇپ ئىچۈرۈلىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

8 ) ئىترىپىل ئۇستىقۇددۇس ( 107 ـ نۇسخا ) تىن 10 گرام ، ئەرەقى گاۋزىبان ( 270 ـ نۇسخا ) دىن 30 گرام قوشۇپ ئىچۈرۈلىدۇ .

9 ) تۆۋەندىكى نۇسخا ئىشلىتىلىدۇ :

گۈلى بىنەپشىدىن 6 گرام ، چىلاندىن 5 دانە ، پىرسىياۋشاندىن 4

گـرام ، پىشقان ئەنجۇر قېقىدىن 3 دانە ، ئەرەقى گاۋزىباندىن 60 مىللىلىتر ئېلىمپ قاينىتىپ ، سۇزۇپ ، 25 مىللىلىتر ئەرەقى ئۇستىقۇددۇس بىلەن ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

10 ) تۆۋەندىكى نۇسخا بېرىلىدۇ :

نېلۇپەر ، ئۇستىقۇددۇس ، گاۋزىبان ھىندى ، بىخسۇستىن 5 گرامدىن ، ئەرەقى بەدىيان ، ئەرەقى گاۋزىباندىن 100 مىللىلىتردىن ئېلىپ قوشۇپ ، قاينىتىپ سۇزۇپ ، سۇيىگە 40 مىللىلىتر بىنەپشە شەربىتى قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

11 ) تۆۋەندىكى ئىنكىباب نۇسخىسىنى قاينىتىپ ، ھورىغا باشنى تۇتۇپ تەرلەندۇرۇلىدۇ :

بابۇنە گۈلى ، گۈلى بىنەپشە ، ئۇستىقۇددۇس ، سۇزاپ يوپۇرمىقى ، بەدىيان يىلتىزى ، ئەپسەنتىندىن 12 گرامدىن ئېلىپ ، سۇدا قاينىتىپ ، ھورىغا باشنى تۇتۇپ ، ئۇستىدىن بىرنەرسە بىلەن يۆگەپ تۇرۇپ باش تەرلىتىلىدۇ .

12 ) زەپەر ، قۇندۇز قەھرىدىن 1 گرامدىن ئېلىپ ، قاياق سۇغا چىلاپ ، ھورىنى بۇرۇنغا تارتىپ تەرلەندۇرۇلىدۇ .

13 ) مەجۇنى ئايارەج لۇغازىيا ( 105 ـ نۇسخا ) دىن 9 گرام ، ئەرەقى سۇزاپتىن 30 مىللىلىتر ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

### 3 . باشقا سەۋدىلەردىن بولغان باش ئاغرىقى

1 ) يەلدىن بولغان باش ئاغرىقىغا چىكسەي ئۇرۇقى ، جۇۋىنە ، ئارپىبەدىيان ، قارا كۆز بەدىيان ( سېرىقچېچەك ) قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 6 گرامدىن ئېلىپ ، 120 مىللىلىتر بەدىيان ئەرەقىگە چىلاپ قايناتىپ ، تەمىنى چىقرىپ ناۋات قوشۇپ ئىچۈرۈلىدۇ ياكى زەپەردىن 1 گرامغا 3 گرام ئاقموچ قوشۇپ ، سوقۇپ تالقانلاپ ، زۆرۈر تېپىلغاندا سۇدا ئېرىتىپ بۇرۇنغا تارتىلىدۇ . مۇرەككەپ دورىلاردىن جاۋارىش كۇمۇنى

( 126 ـ نۇسخا ) ، داۋا ئىلمىشكى شېرىن ( 70 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلار ئۆز ئۆلچىمى بويىچە ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

2 ) يەلدىن بولغان باش ئاغرىقىغا ئەرەقى پۈدىنە ( 266 ـ نۇسخا ) ياكى ئەرەقى نانىسخا ( 271 ـ نۇسخا ) نىڭ بىرسىدىن 30 مىللىلىتىردىن كۈنىگە 3 ۋاخ ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

3 ) قىزىلگۈلقەنت ( 155 ـ نۇسخا ) تىن 30 گرام كۈنىگە 3 ۋاخ ، تاماقتىن كېيىن يېيىشكە بېرىلىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

**4 . قاندىن بولغان باش ئاغرىقى**

1 ) تۇسالغۇ بولىدىغان ئامىللار بولمسا ، ۋېنا تومۇرىدىن قان ئېلىنىدۇ ، ئەگەر تۇسالغۇ بولىدىغان ئامىللار بولسا ، پاقالچاقنى تىلىپ ئوتلۇق لوكقا قويۇلىدۇ .

2 ) چىلاندىن 5 دانە ، شاھتەررە ، نېلۇپەر ، ئاق سەندەلدىن 5 گرامدىن ئېلىپ ، 150 مىللىلىتىر شاھتەررە ئەرەقىگە چىلاپ بىر كېچە تۇرغۇزۇپ ، ئەتىسى سۈزۈپ ، 30 مىللىلىتىر چىلان شەربىتى قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

چىلان شەربىتى نۇسخىسى : چىلان ،قەنتتىن 100 گرامدىن ئېلىپ ، چىلانىنى 2 ھەسسە سۇغا چىلاپ قويۇپ ، قاينىتىپ ، سۈيى 1 ھەسسە قالغاندا سۈزۈپ ، سۈيىگە قەنت سېلىپ شەربەت قىلىنىدۇ .

3 ) قاننى سوۋۇتۇش ئۇچۇن تۆۋەندىكى نۇسخا ئىشلىتىلىدۇ :

نېلۇپەر ، ئاق سەندەل كېپىكى 6 گرامدىن ، چىلاندىن 5 دانە ئېلىپ ، ئەرەقى شاھتەررىگە چىلاپ تاتلىقىنى چىقىرىپ ، ئۇنىڭغا تەرخەمەك ئۇرۇقى شىرىسىدىن ۋە ئۇسۇك ئۇرۇقى شىرىسىدىن 6 مىللىلىتىردىن قوشۇپ ، نېلۇپەر شەربىتى بىلەن ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

نېلۇپەر شەربىتى نۇسخىسى : نېلۇپەر ، شېكەردىن 100 گرامدىن

ئېلىپ ، نېلۇپەرنى 2 ھەسسە سۇدا قاينىتىپ ، 1 ھەسسە قالغاندا سۈزۈپ ، سۈيىگە شېكەر سېلىپ تەييارلىنىدۇ .

4 ) 5 دانە چىلانىنى 120 مىللىلىتىر نېلۇپەر ئەرەقىگە چىلاپ ، شىرىنى چىقىرىپ سۈزۈپ ، ئۈنىڭغا ئاچچىق - تاتلىقى ئارىلاشتۇرۇلغان ئانار شەربىتىدىن 25 مىللىلىتىر ۋە شەربىتى سەندەل (235 - نۇسخا) دىن 12 مىللىلىتىر قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

5 ) تۆۋەندىكى نۇسخا تەييارلاپ بېرىلىدۇ :

قىزىلگۈل 24 گرام ، زىرىق 100 گرام ، چوڭ ئەينۇلا 20 دانە ، چىلان 40 دانە ، شاھتەررە 12 گرام . دورىلار مۇۋاپىق مىقدارىدىكى قاينىق سۇغا بىر كېچە چىلىنىدۇ ، ئەتىسى سۈزۈپ ، ئۈنىڭغا 120 مىللىلىتىر ئەرەقى گۈلاب ( 269 - نۇسخا ) ، مۇۋاپىق مىقداردا قەنت سېلىپ ئېرىتىپ قويۇپ ، ھەممىنى بىراقلا ئىچىشكە بەرسە بولىدۇ . ئەگەر بۇنىڭدىن 40 مىللىلىتىرغا ئەرەقى شاھتەررە ( 267 - نۇسخا ) دىن 120 مىللىلىتىر قو شۇپ ئىچۈرۈلسە ، ئۇنۇمى تېخىمۇ ياخشى بولىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

6 ) باش ئاغرىقى قانىنىڭ ھارارىتى كۆچلۈكلۈكىدىن پەيدا بولغان بولسا ، چىلان شەربىتىنىڭ تۆۋەندىكى نۇسخىسى بېرىلىدۇ :

چىلان ، ئەينۇلا ، تەرەنجۈبل 60 گرامدىن ، نېلۇپەر ، بىنەپشە 15 گرامدىن ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، ئىت ئۈزۈمى ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى 10 گرامدىن ئېلىنىپ ، قائىدە بويىچە شەربەت تەييارلاپ ، 30 مىللىلىتىردىن كۈنىگە 3 ۋاخ ئىچۈرۈلىدۇ .

7 ) تۆۋەندىكى لىمون شەربىتى تەييارلاپ بېرىلىدۇ :

لىمون جەۋھىرىدىن 60 گرام ، قىزىلگۈلدىن 50 گرام ، شېكەردىن 1 كىلوگرام ئېلىپ ، قىزىلگۈلنى 1 لىتىر سۇدا قاينىتىپ سۈزۈپ ، سۈيىگە لىمون جەۋھىرىنى سېلىپ بىر قاينىتىپلا ئۈستىگە شېكەرنى سېلىپ قىيام قىلىنىدۇ . 20 مىللىلىتىردىن كۈنىگە 2 ۋاخ مۇز سۈيى بىلەن ئىچۈرۈلىدۇ .

8 ) ئەگەر باش ئاغرىقى قانغا سەپرا ئارىلاشقان سەۋەبتىن پەيدا بولغان بولسا ، چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىپ ماگدۇرۇشقا چارە قىلىنىدۇ ، بۇنىڭغا تۆۋەندىكى مۇلەييىنات ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ .

نۇسخىسى : تەمرى ھىندى ، ئەينۇلا 60 گرامدىن ، چىلان 30 گرام ، سەرپىستان 10 گرام ، بىنەپشە ، قىزىلگۈل 6 گرامدىن ، تەرەنجىۋىل 50 گرام ، قەنت مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىنىدۇ . يۇقىرىقى دورىلار قائىدە بويىچە شەربەت قىلىنىپ ، كۈنىگە 3 قېتىم 30 مىللىلىتىردىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ . غىزاسىغا ئۈسۈك ، پالەك ، ھۆل يۇمغاقسۇت سېلىنغان تاماقلار بېرىلىدۇ . ئاغرىق پەسەيگەندىن كېيىن توخۇ گۆشى قوشۇپ بېرىلىدۇ .

9 ) ئاخىرىدا مەجەزنى تەڭشەش ئۈچۈن سىركەنجىۋىل رۇمانى بېرىلىدۇ .

نۇسخىسى : ئاچچىق ئانار ، تاتلىق ئانار سۇيى 200 مىللىلىتىردىن ، سىركە 200 مىللىلىتىر ، سماق 30 گرام ، توغرالغان سەۋزە 100 گرام ، قەنت 500 گرام . بۇلاردىن شەربەت تەييارلاپ ، 30 گرامدىن كۈنىگە 3 ۋاخ ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

**5 . سەپرادىن بولغان باش ئاغرىقى**

1 ) دەسلەپ مۇنىزجى سەپرا ( 250 ـ نۇسخا ) بېرىش ، ماددا پىشقاندىن كېيىن سەپرانى سۈرگۈچى دورىلارنى بېرىپ باشنى تازىلاش لازىم . ئۇنىڭدىن كېيىن ، ئاچچىق ـ تاتلىقى باراۋەر ئارىلاشقان ئانار شەربىتى بېرىلىدۇ . قىزىتما بولسا ، شەربىتى سىركەنجىۋىل ( 237 ـ نۇسخا ) ياكى ئالدىنقى قىسمدا سۆزلەنگەن لىمون شەربىتى بېرىلىدۇ .

2 ) سەپرانىڭ مۇسھىلى ئۇچۇن تۆۋەندىكى نۇسخا ئىشلىتىلىدۇ :

سېرىق ھېلىلە پوستى 15 گرام ، چىلان 20 دانە ، تەمرى ھىندى 45 گرام ، شاھتەررە 9 گرام ، كاسنە ئۇرۇقى 6 گرام ، بىنەپشە 3 گرام ، قۇرۇق ئۇزۇم 6 گرام ، سانا 15 گرام ، بىستىپايەج ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى 6

گـرامدىن ، تەرەنجىۋىل 90 گرام . قائىدە بويىچە مەتبۇخ تەييارلاپ ، كۆندە 1 قېتىمدىن 3 كۈن بېرىلىدۇ .

3 ) مـۇسـهـىل بـېرىلسپ بولغاندىن كېيىن ، ئەرەقى گۈل ( 269 ـ نـۇسـخـا ) ، ئەرەقى كاسنە ( 268 ـ نۇسخا ) ، ئەرەقى بىدمىشكى ( 265 ـ نـۇسـخـا ) ، ئەرەقـى گـاۋزبان ( 270 ـ نۇسخا ) دىن 100 مىللىلىتىردىن ، ئـسـپـىـغـۇلـدىـن 3 گـرام ئېلـسپ ، بۇلارنـى ئارىلاشـتۇرۇپ 30 گـرام قـەنـت قـوشـۇپ ، كـۇنـدە 3 قـېـتـم ، هـەر قېتىمـدا 50 مىلـلىلىتىردىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

4 ) سەپرانىكۇ يىلتىزىنى كېسىش ئۈچۈن ، تەمرى هىندىنى چىلاپ قـويۇپ تەكرار ئىچۈرۈش ، بىرنەچچە كۈن ئىچۈرگەندىن كېيىن ، 2 گرام سـوقـمۇنىيانى يۇمشاق سوقۇپ تەمرى هىندى سۇيى ياكى ئەينۇلا سۇيى ۋە ياكى ئاچچىق ئانار سۇيى بىلەن ئىچۈرۈش لازىم .

5 ) سـىـرتىدىن ئىسپىغۇلنى گۈلاب بىلەن چېپىش ، ئاق سەندەلنى سـۇرۇپ يـاكى يۇمغاقسۇتنى سوقۇپ پېشانىسىگە چېپىش ئوبدان مەنپەئەت بـېـرىـدۇ . قـاپاق ئۈرۈقى يېغى ( 293 ـ نۇسخا ) بۇرۇنغا تېمتىلىدۇ ، ئالما شەربىتى ئىچۈرۈلىدۇ .

ئالما شەربىتى نۇسخىسى : سىقىپ چىقىرىلغان چۇچۇك ئالما سۇيى 500 مـىـلـلىلىتىر ، شېكەر 1 كىلوگرام قاينىتىپ شەربەت قىلىنىدۇ ، 50 مىلـ لىلىتىردىن كۈندە 3 ۋاخ ئىچىلىدۇ .

6 ) تـامـاقـنـى كېچىكتۇرمەي بېرىش تەۋسىيە قىلىنىدۇ . سەپرالىق قورۇما تاماقلار ۋە گۆش ـ ياغ ، تۇخۇمدىن پەرهىز قىلدۇرۇلىدۇ .

( يەكەن هۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

7 ) ئالـدى بىلەن سەپراخىلىتىنى تازىلاش ئۈچۈن ، سېرىق هېلىلە پـوسـتـى ، كـابـۇل هېلـلـىلسى پوستى ، ئەينۇلا ، قۇرۇق ئۈزۈم ، چىلان ، بـىـخـسـۇس ، تـەمـرى هـىـنـدى ، بىنەپشە ، سەرپىستان قاتارلىق دورىلارنى مـۇۋاپـىـق مىقداردا ئېلىپ ، قاينىتىپ ، تەرەنجىۋىل ۋە خىيارشەنبەرلەردىن مـۇۋاپـىـق مىقداردا سېلىپ ، شىرىسىنى چىقىرىپ بىللە ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

تەنقىيە بولغاندىن كېيىن ، قاندىن بولغان باش ئاغرىقىنى داۋالاشتا سۆزلەنگەن سوغۇق دورىلار باشقا چېپىلدۇ ۋە پاشويە قىلىنىدۇ .

8 ) سىركىدىن 12 مىللىلىتر ، گۈل يېغىدىن 60 مىللىلىتر ، گۈلابتىن 180 مىللىلىتر ئېلىپ قوشۇپ ئارىلاشتۇرۇپ ، لۆڭگىنى چىلاپ پېشانىسىگە قويسا بولىدۇ .

9 ) نېلۇپەر شەربىتى ۋە لىمون شەربىتى ( قاندىن بولغان باش ئاغرىقىنى داۋالاشقا قارالسۇن ) ، ئەرەقى كاسىنە ( 268 ـ نۇسخا ) ، ئەرەقى گاۋزىبان ( 270 ـ نۇسخا ) دىن 30 ـــ 50 مىللىلىتىردىن بېرىلىدۇ .

10 ) جاۋارىش ئامىلە ( 120 ـ نۇسخا ) دىن 10 گرامنى 30 مىللىلىتر ئەرەقى گاۋزىبان بىلەن ئىچۈرسە بولىدۇ . 6 گرام داۋا ئىلمىشكى بارىد ( 72 ـ نۇسخا ) نى 30 مىللىلىتر ئەرەقى گاۋزىبان ( 270 ـ نۇسخا ) بىلەن ئىچىشكە بەرسە بولىدۇ .

11 ) باش قېيىش ۋە قەۋزىيەت قوشۇلۇپ كەلگەن بولسا ، تۆۋەندىكى چىلانما بېرىلىدۇ :

گۈلى بىنەپشە 6 گرام ، يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى ، ئەينۇلا 5 گرامدىن ، تەمرى ھىندى 40 گرام ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، نېلۇپەر ، تەرخەمەك ئۇرۇقى 6 گرامدىن . بۇ دورىلارنى 100 مىللىلىتر ئەرەقى گاۋزىبان (270 ـ نۇسخا ) ، 100 مىللىلىتر ئەرەقى ئەنگۇرشىپا ( 262 ـ نۇسخا ) غا بىر كېچە چىلاپ قويۇپ ، ئەتىسى ئەتىگەندە سۈزۈپ ، 40 مىللىلىتر نېلۇپەر شەربىتى قوشۇپ ئىچۈرسە بولىدۇ .

12 ) تۆەندىكى سۈپۈپ دورا تەييارلاپ بېرىلىدۇ :

تۇز ۋە ئەگرى تەرخەمەك ئۇرۇقلىرىنىڭ مېغىزى ، سەي كاۋىسىنىڭ ئۇرۇقىنىڭ مېغىزى ، تاۋۇز ئۇرۇقى مېغىزى ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى 12 گرامدىن ، شېكەر دورىلار ۋەزنى بىلەن باراۋەر مىقدارىدا ئېلىنىدۇ . بۇلار يۇمشاق سوقۇپ تالقان قىلىنىپ ، كۈندە 2 قېتىم 9 گرامدىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

**6 . بەلغەمدىن بولغان باش ئاغرىقى**

1 ) ئومۇمىي بەدەننى بەلغەم ماددىسىدىن تازىلايدىغان ۋە بەلغەمنى تەڭشەيدىغان بەلغەم مۇنزىجى ( 250 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ . ئۇنىڭدىن كېيىن مائۇل ئۇسۇل بېرىلىدۇ ، بىخسۇس ، بەدىيانلارنى قاينىتىپ سۈيىگە گۈلقەنت سېلىپ ئىچۈرۈلىدۇ . ماددا پىشقاندىن كېيىن ، ئومۇمىي بەدەننى تازىلاشقا ھەببى ئايارەج پەيقىرا ( 1 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ .

2 ) باش بەلغەمدىن تازىلىنىپ بولغاندىن كېيىن ، قۇلاق ۋە بۇرۇنغا ئىسسىق تەبىئەتلىك ياغلاردىن رەۋغىنى بادام تەلخ ( 282 ـ نۇسخا ) ، رەۋغىنى قەلەمپۇر ( 292 ـ نۇسخا ) قاتارلىق دورىلار تېمىتىلىدۇ . رەۋغىنى بەيزە ( 283 ـ نۇسخا ) ، رەۋغىنى سەۋم ( 287 ـ نۇسخا ) ، رەۋغىنى قۇستە ( 291 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلار بىلەن چېكە ۋە پېشانە ياغلىنىدۇ .

3) مەجۇنى دەبدىلۇەرد ( 73 ـ نۇسخا ) تىن 6 گرامنى 30 مىللىلىتىر ئەرەقى بەدىيان بىلەن ئىچۈرسە بولىدۇ .

4 ) نەزلە بىلەن بىللە كەلگەن بەلغەمدىن بولغان باش ئاغرىقىغا تۆۋەندىكى چىلانما ئىشلىتىلىدۇ :

ئالدى بىلەن 12 گرام ئىترىپىل كەشنىزى ( 114 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ ، ئارقىدىنلا چىلاندىن 5 دانە ، بىخسۇستىن 4 گرام ، گۈلى بىنەپشىدىن 6 گرامنى 60 مىللىلىتىر گاۋزىبان ئەرەقىگە چىلاپ ، قاينىتىپ سۈزۈپ ، ناۋات سېلىپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

5 ) تۆۋەندىكى چىلانما ئىشلىتىلىدۇ :

گۈلى بىنەپشىدىن 6 گرام ، بەدىياندىن 4 گرام ، ئاق لەيلى ئۈرۈقى ، شاھتەررىدىن 6 گرامدىن ، چىلاندىن 5 دانە ، سەرپىستاندىن 10 دانە ، بىخسۇستىن 4 گرام ئېلىپ ، 180 مىللىلىتىر گاۋزىبان ئەرەقىگە چىلاپ ، سۈزۈپ ، سۈيىگە بىنەپشە شەربىتىدىن 40 مىللىلىتىر قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ . بۇ چىلانما بەلغەمدىن بولغان باش ئاغرىقى ۋە ئۇنىڭغا

قوشۇلۇپ كەلگەن يۆتەل ، نەزلە ، تەپ قاتارلىقلارغا ياخشى داۋا بولىدۇ .
( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

6 ) بەلغەمدىن بولغان باش ئاغرىقىدا بەلغەمنى تەڭشەش ئۇچۇن ھەببى سەبرە ئىشلىتىلىدۇ .

تەركىبى : سەبرە سۇقۇتىرى 30 گرام ، مەستىكى ، قىزىلگۈل ھەربىرى 10 گرامدىن . بۇلار يۇمشاق سوقۇپ ، ئارپىبەدىيان سۇيى بىلەن ھەب قىلىنىپ ، 3 گرامدىن كۈنىگە 1 ۋاخ ئىچۈرۈلىدۇ .

7 ) ھەببى شەبيار ئىشلىتىلىدۇ . بۇ ، بەلغەمدىن بولغان باش ئاغرىقى ، كۆز ئاغرىقى ۋە كۆز قاراڭغۇلىشىشلارغا ئوبدان پايدا قىلىدۇ .

تەركىبى : سەبرە سۇقۇتىرى 9 گرام ، قىزىلگۈل ، سىرىق ھېلىلە پوستى ، مەستىكى ، تۇربۇت ھەر بىرى 3 گرامدىن ، سوقمۇنىيا 1.5 گرام . بۇلار يۇمشاق سوقۇلۇپ ، بەدىيان سۇيى بىلەن ھەب قىلىنىپ ، 3 گرامدىن بېرىلىدۇ .

8 ) كۈنجۈت يېغى بىلەن مەرزەنجۇشنى قاينىتىپ بۇرۇنغا تېمىتىش ، ئىپار پۇرىتىش بىلەن بىللە ، قۇشقاچ گۆشى شورپا قىلىپ بېرىلىدۇ . ئايرىم پەيقىرا ( 1 ـ نۇسخا ) نى ئېزىپ ، ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئېغىز چايقىلىدۇ ، چاي ئورنىدا قەلەمپۇر دەملەپ ئىچىلىدۇ .

9 ) ھەببى شىپا ( 33 ـ نۇسخا ) كونا ـ يېڭى باش ئاغرىقى ، ئىسسىق ـ سوغۇقتىن بولغان باش ئاغرىقلىرىنىڭ ھەممىسگە ئوبدان پايدا قىلىش بىلەن بىللە ، سالامەتلىكنى ئاسراشتا ناھايىتى ياخشى رول ئوينايدۇ .
( تەشقەر ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

### 7 . سەۋدادىن بولغان باش ئاغرىقى

1 ) ئالدى بىلەن سەۋدا ماددىسىنى تەڭشەشكە چارە قىلىنىدۇ . بۇنىڭ ئۈچۈن ، بىستىپايەج ، ئۈستەقۇددۇس ، قۇرۇق ئۈزۈم ، گاۋزىبان ، بادرەنجىبۇيا ، ئەينۇلا ، سىرىق ئوت قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا

ئېلىپ ، قائىدە بويىچە چىلاپ ، قاينىتىپ ، سۈزۈپ ، تەرەنجۈبىل قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ ، بۇ دورا 15 كۈن ئىچىلگەندىن كېيىن ، سەۋدا ماددىسى تەڭشىلگەنلىك ئالامىتى كۆرۈلۈپ ، سۈيدۈك قويۇقلىشىپ ، قارامتۇللاشقاندىن كېيىن ، تۆۋەندىكى سەۋدا سۇرگىسى بېرىلىپ ئومۇمىي بەدەن تازىلىنىدۇ .

سەۋدا سۇرگىسى تەركىبى : سېرىق ئوت ، بىستىپايەج ، غارىقۇن ، سەبرە سۇقۇتىرى ، تۇربۇت ھەممىسى باراۋەر مىقداردا ئېلىنىپ ، يۇمشاق سوقۇلۇپ ، بەدىيان سۇيى بىلەن يۇغۇرۇلۇپ ، قارىمۇچ چوگىلۇقىدا ھەب تەييارلاپ قويۇلىدۇ . كۈنىگە 1 ۋاخ 3 ـــ 5 تال بېرىلىدۇ .

2 ) گاۋزىبان ، بادرەنجىبۇيا ، ئۇستىقۇددۇسلارنى ئايرىم ياكى قوشۇپ قاينىتىق سۇغا چىلاپ شىرىسنى چىقىرىپ ، قاينىتىپ سۈزۈپ ، شېكەر قوشۇپ ئىچۈرسە ياكى ئۇستىقۇددۇستىن 12 گرامنى گاۋزىبان ئەرەقىگە چىلاپ شىرىسنى چىقىرىپ ، ناۋات قوشۇپ ئىچۈرسە بولىدۇ .

3 ) ئىتىرىپىل ئۇستىقۇددۇس ( 107 ـ نۇسخا ) تىن 12 گرام ، ئەرەقى ئەنگۈرشىپا ( 262 ـ نۇسخا ) دىن 100 مىللىلىتىر ئىچۈرۈلىدۇ .

4 ) ھەببى قوقىيا ( 35 ـ نۇسخا ) دىن 3 گرام ، ئەرەقى گاۋزىبان ـ دىن 120 مىللىلىتىر ئىچۈرۈلىدۇ .

5 ) ھەببى شىپا ( 33 ـ نۇسخا ) دىن 1 گرام ئىچۈرۈلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## باشنىڭ يېرىمى ئاغرىش ( شەقىقە )

بۇ ، باشنىڭ يېرىمى ۋە ئىككى قوشۇما تۈتقاقلىق ئاغرىيدىغان بىرخىل كېسەللىك بولۇپ ، چېكە شىريان تومۇر لوقۇلداپ ئاغرىش ، كۆڭۈل ئېلىشىش ، قۇسۇش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

ئالدى بىلەن كېلىپ چىقىش سەۋەبىنى ئېنىقلاش ، قايسى

خىلىتىنىڭ غالىبلىقىدىن كېلىپ چىققان بولسا ، شۇ خىلىتنى پىشۇرغۇچى دورىلارنى بېرىش لازىم .

1 ) قان ۋە سەپرا خىلىتىنىڭ غالىبلىقىدىن بولغان بولسا ، گۈلى بىنەپشە ، گاۋزىبان ، ئەنگۈرشپا ، سېرىق ئوت ، تۇخۇمى شاھتەررە ، چىلان ، تەمرى ھىندى ، تۇربوت قاتارلىق دورىلارنى مۇۋاپىق مىقداردا بىرلەشتۈرۈپ ئىچۈرۈش ئارقىلىق خىلىت پىشۇرۇلىدۇ . ئاردىدىن 3 ـــ 4 كۈن ئۆتكەندىن كېيىن ، سۈرگۈچى دورىلار بىلەن ئارتۇق خىلىت سۈرۈپ چىقىرىلىدۇ . سەپرانى سۈرۈش ئۈچۈن ، سانا ، شاھتەررە ، تەمرى ھىندى ، ھېلىلە پوستى ، بىخ كەبىر ، سەرپىستان ، ئەنگۈرشپا ، كاسنە ئۇرۇقى ، قىزىلگۈل ، ئاق لەيلى ، تەرەنجۈل قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ، قاينىتىلغان سۈيىنى 3 كۈن ئىچۈرگەندىن كېيىن ، ئاساسىي داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ .

2 ) كېسەلنىڭ مىجەزى ۋە كېسەللىك ئالامىتىنىڭ ئېغىر ـ يېنىكـلىكىگە قاراپ سۈپۈپى ئىترىپىل كەشنىزى ( 184 ـ نۇسخا ) ، خەمىرى گاۋزىبان ( 138 ـ نۇسخا ) ، داۋا ئىلمىشكى بارىد ( 72 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى نۇجاھ ( 101 ـ نۇسخا ) قاتارلىق دورىلار ئەھۋالغا قاراپ 10 ـــ 20 كۈنگىچە يېيىشكە بېرىلىدۇ . ئىچىشكە لىمون شەربىتى ، ئەينۇلا شەربىتى بېرىلىدۇ .

3 ) ئەگەر باش لوقۇلداپ ئاغرىش بىلەن بىرگە يۈرەك چالغۇپ ئاغرىش كۆرۈلسە ، يۇقىرىقى دورىلارغا سەندەل شەربىتى (235 ـ نۇسخا)، ئەرەقى بادرەنجبۇيا(263 ـ نۇسخا) قاتارلىقلار قوشۇپبېرىلسىمۇ بولىدۇ.

4 ) باشىنىڭ ئاغرىقىنى پەسەيتىش ئۈچۈن زىمادى شەقىقە چېپىلىدۇ .

نۇسخىسى : سەمغى ئەرەبى ، ئەپيۇن ، زەپەر ، خۇنسياۋشاندىن 3 گرامدىن ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ ، ئەپيۇننى ئېرىتىپ تۇخۇم ئېقىغا ئارىلاشتۇرۇپ داكىغا سۈۋاپ ، ئاغرىق تەرەپ قۇلاق ئارقىسىغا ياكى هەريكەتچان تومۇرنىڭ ئۈستىگە چاپلانسا ، ئاغرىق دەرھال توختايدۇ .

5 ) باشنىڭ هارارىتىنى پەسەيتىش ئۈچۈن ، سوغۇق سۇ ياكى تەرخەمەك ، قاپاقنىڭ ھۆل تىلپلىرىنى پېشانىگە قويۇش ؛ ئاق سەندەلنى گۈلاب سۈيى تامغۇزۇلغان تاشقا سۈرۈپ ئېقىنى چىقارغاندىن كېيىن پېشانە ۋە باشقا سۈركەش ؛ كافۇرنى گۈلابتا ئېرىتىپ باشقا سۈركەش ؛ ھۆل يۇمغاقسۈتنى سوقۇپ نەم پېتى باشقا چېپىش لازىم .

( قەشقەر ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

6 ) سەپرادىن بولغان باش ئاغرىقىغا تۆۋەندىكى نۇسخا بويىچە پاشويە قىلىنىدۇ .

تەركىبى : گۈلى بىنەپشە ، نېلۇپەر ، ھەمىشە باھار گۈلى ، تۈزدىن 9 گرامدىن ، بۇغداي كېپىكى ، قاپاق پوستىدىن 47 گرامدىن ئېلىپ ، يېتەرلىك سۇ بىلەن قاينىتىپ ، داسقا قۇيۇپ قول ـ پۇتلارنى چىلاپ يۇسا ، ئاغرىق توختايدۇ .

7 ) سەپرانى تەڭشىگۈچى نۇسخا ئىشلىتىلىدۇ .

تەركىبى : سانا 15 گرام ، سېرىق ھېلىلە پوستى 9 گرام ، كاسنە ئۇرۇقى ، نېلۇپەر 6 گرامدىن ، سەرپىستان 30 دانە ، تەرەنجىۋىل 45 گرام ، دورىلارنى 1 كىلوگرام سۇغا چىلاپ ، 500 گرام قالغۇچە قاينىتىپ ، ئىلمان ھالەتتە 150 گرامدىن كۇنده 3 ۋاخ ئىچىشكە بەرسە بولىدۇ . بۇنى 3 ـــ 4 كۈن ئىچكەندىن كېيىن ، بىمارنىڭ ئەمەلىي ئەھۋالىغا قاراپ ئاغرىق توختاتقۇچى دورىلاردىن ھەببى شەبيار ( بەلغەمدىن بولغان باش ئاغرىقىنى داۋالاشقا قارالسۇن ) ، ھەببى زەھەب ، ئىترىپىل كەشنىزى ( 114 ـ نۇسخا ) ، ھەببى قوقيا ( 35 ـ نۇسخا ) قاتارلىق دورىلار بېرىلىدۇ . كۆزى قىزىرىپ نورمال كۆرەلمىسە ، ئەرەقى نانىخا ( 271 ـ نۇسخا ) كۇنده 2 ـــ 3 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 30 مىللىلىتىردىن تاماقتىن كېيىن بېرىلىدۇ . ئاغرىق تەرەپ كۆزنى ئۇخلاشتىن بۇرۇن 10 ـــ 15 مىنۇت يۇيۇپ بېرىش كېرەك .

8 ) ئەگەر كېسەللىك سەۋدادىن بولغان بولسا ، سەرپىستان ، چىلان ھەر بىرىدىن 10 دانە ، گاۋزىبان ، بادرەنجىبۇيىدىن 4 گرامدىن ، بىخسۇستىن 6 گرام ، ئۇستىقۇددۇس ، پىرسىياۋشان ، بەدىيان ئۇرۇقى ،

شاھتەررىدىن 5 گرامدىن ، تەرەنجۈنىدىن 20 گرام ئېلىپ ، مۇڭاپىق مىقدارىدا قاينىتىپ ، كۈندە 3 قېتىم 100 مىللىلىتىردىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ . ئۇنىڭدىن باشقا ، مۇرەككەپ ئۇستىقۇددۇس شەربىتى بېرىلسىمۇ بولىدۇ . بىمارنىڭ كۆڭلى ئېلىشىپ ، بېشى چىڭقىلىپ قاتتىق ئاغرىسا ، ئالدى بىلەن قەي قىلدۇرۇش ، ئاندىن ئۇستىقۇددۇس ، بىنەپشە ، قىزىلگۈل ھەر بىرىدىن 7 گرام ، سېرىق ھېلىلە پوستىدىن 3 گرام ئېلىپ ، دورىلاردىن 300 مىللىلىتىر شەربەت تەييارلاپ ، كۈنىگە 3 قېتىم 50 مىللىلىتىردىن بېرىلسە بولىدۇ .

شەربىتى ئۇستىقۇددۇس نۇسخىسى : ئۇستىقۇددۇس ، بادرەنجبۇيا ، گاۋزىبان ھىندى ، شاھتەررە ، پىرسىياۋشان ، ئارپىبەدىيان ، ئاقلانغان چۈچۈكبۇيا يىلتىزى ھەممىسى باراۋەر 10 گرامدىن ، شېكەر 100 گرام . دورىلار بىر چىنە قاينىتىلىپ ، سۈزۈپ ، سۈيىگە شېكەر سېلىپ شەربەت قىلىنىپ ، كۈنىگە 2 قېتىم 60 مىللىلىتىردىن ئىچۈرۈلىدۇ .

( تۇرپان ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

9 ) ئۇزاق مۇددەت داۋام قىلغان شەقىقە كېسەللىكىنى داۋالاشتا ، يۇمغاقسۇت ئۇرۇقىدىن 250 گرام ، زىرە ، سېرىق ھېلىلە پوستى ، رۇمبەدىيانداندىن 60 گرامدىن ، قارا ھېلىلە ، توغرىغا ، ئارپىبەدىياندىن 30 گرامدىن ئېلىپ ، يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، 2 ھەسسە ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلىپ ، ھەر قېتىمدا 10 گرامدىن كۈندە 2 ۋاخ ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

10 ) مېڭىنى بۇزۇق خىلتىلاردىن تازىلاش ئۈچۈن ، ھەببى سەبرىنىڭ تۆۋەندىكى نۇسخىسى بېرىلىدۇ :

تەركىبى : سەبىرە سۇقۇتىرى 20 گرام ، سېرىق ھېلىلە پوستى 10 گرام ، قىزىلگۈل ، رۇمبەدىيان 5 گرامدىن ، كەتىرا 6 گرام . دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، سۇ بىلەن يۇغۇرۇپ 0.2 گراملىق ھەب قىلىپ ، ھەر كۈنى ئاخشىمى 1 ۋاخ 5 — 7 تالدىن يېسە بولىدۇ .

11 ) ھەببى شىپا ( 33 ـ نۇسخا ) شەقىقە كېسەللىكىگە ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ .

12 ) بابۇنە يېغىدىن 12 گرام ئېلىپ بۇرۇنغا تېمتىلىدۇ ياكى باشنى ياغلاشقا بۇيرۇلىدۇ .

13 ) بىنەپشە يېغىدىن 12 گرام ئېلىپ باشنى ياغلاش ۋە بۇرۇنغا تېمتىش بۇيرۇلىدۇ .

14 ) بەلغەم خىلىتى سەۋەبىدىن پەيدا بولغان شەقىقە كېسەللىكىنى داۋالاش ئۇچۇن :

( 1 ) قەلەمپۇردىن 1 گرامنى سوقۇپ ، 50 گرام ناۋات بىلەن قوشۇپ دەملەپ ئىچىشكە بېرىش ؛

( 2 ) كەپتەر مايىقىدىن بىرئاز ئېلىپ ، ئىسسىق سۇدا ئېزىپ پىشانگە چېپىش ؛

( 3 ) سەبرە سۇقۇتىرىدىن 6 گرام ئېلىپ سۇدا ئېزىپ پىشانگە چېپىش ؛

( 4 ) 6 گرام ھىڭنى سۇدا ئېرىتىپ ئاغرىغان تەرەپكە چېپىش ؛

( 5 ) 2 گرام پارپىنى يۇمشاق ئېزىپ بۇرۇندىن تارتىشقا بېرىش ؛

( 6 ) شورادىن 6 گرام ، پىلپىلدىن 3 گرام ئېلىپ سوقۇپ ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، سۇ بىلەن ئېزىپ ساق تەرەپ پىشانگە چېپىش ۋە ياكى قۇرۇق ھالدا بۇرۇندىن تارتىشقا بېرىش لازىم . يۇقىرىقى چارىلەردىن بىرلا ۋاقىتتا يەيدىغان ، سىرتتىن چاپىدىغان ، دەملەپ ئىچىدىغان ۋە بۇرۇندىن تارتىدىغانلىرىنى تەڭ قوللانسا ئۇنۇمى ياخشى بولىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## باش قېيىش

بۇ ، بەدەن ئاجىزلىقى ، خىلتلار تەڭپۇڭلۇقىنىڭ بۇزۇلۇشى ، زەھەرلىنىش ، ئاپتاپ ئۆتۈش ، كەم قانلىق قاتارلىقلار سەۋەبىدىن ياكى

مېڭىنىڭ قان بىلەن تەمىنلىنىشى يېتەرلىك بولماسلىق تۈپەيلىدىن كېلىپ چىقىدىغان كېسەللىك ئالامىتى بولۇپ ، بەزىدە قۇلاق گۈركىرەش ، كۆڭۈل ئېلىشىش، چىراي تارتىش، ھەتتا قۇسۇشلارمۇ قوشۇلۇپ كېلىدۇ.

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) سەۋەبىگە قارىتا چارە قىلىنىدۇ ، باش قېيىشنى كەلتۈرۈپ چىقارغان كېسەللىك سەۋەبچىسى داۋالانسا ، باش قېيىش ئۆزلۈكىدىن سا-قىيىپ كېتىدۇ .

2 ) داۋاملىق خۇش پۇراقلىق نەرسىلەر پۇرىتىلىش بىلەن بىللە ، قەلەمپۇر يېغى ( 292 ـ نۇسخا ) بۇرۇنغا تېمىتىلىدۇ .

3 ) 2 دانە تاتلىق ئانار ، 1 دانە ئاچچىق ئانار ، 1 دانە ۋېھنى سە-قىپ ، سۇيى ئىچۈرۈلىدۇ .

4 ) قان بېسىمى يۇقىرىلىقتىن باش قايغان بولسا ، قان بېسىمىنى چۈشۈرگۈچى دورىلارنى ئىشلىتىش بىلەن بىللە ، ھەببى بىنەپشە ( 11 ـ نۇسخا ) ، ئىترىپىل كەشنىز ( 184 ـ نۇسخا ) ، ھەببى قوقيا ( 35 ـ نۇسخا ) ، ئىترىپىل ئۈستىقۇددۇس ( 107 ـ نۇسخا ) ، خەمىرى سەندەل (137 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلار بېرىلىدۇ .

5 ) ئەگەر قان بېسىمى تۆۋەنلىكتىن باش قايغان بولسا ، قان بې-سىمىنى يۇقىرى كۆتۈرۈش ئۈچۈن ، چېكە ۋە پۇت ـ قوللارنى رەۋغىنى ئازاراقى ( 279 ـ نۇسخا ) ، رەۋغىنى بەيزە ( 283 ـ نۇسخا ) ، رەۋغىنى قۇسته (291 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلار بىلەن ياغلاش ، مەجۇنى ئازاراقى (46 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلارنى بېرىش لازىم .

6 ) ئەگەر كەم قانلىقتىن ياكى بەدەن ئاجىزلىقتىن باش قايغان بولسا ، نۆش دورا ( 99 ـ نۇسخا ) ، داۋا ئىلمىشكى مۆتىدىل ( 71 ـ نۇسخا ) ، مائۇل لەھمى ( 249 ـ نۇسخا ) ، شەربىتى رۇمان ( 231 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلار بېرىلىدۇ .

7 ) بەدەننى قۇۋۇتلەش ، قاننى كۆپەيتىش مەقسىتىدە بادام ھالۋىسى بېرىلىدۇ .

نۇسخىسى : تاتلىق بادام مېغىزىدىن 50 گرام ، قاپاق ئۇرۇقى مې غىزى ، تاۋۇز ئۇرۇقى مېغىزى ، كۆكنار ئۇرۇقىنىڭ ئېقىدىن 100 گرامدىن ، يۇمغاقسۇت ئۇرۇقىدىن 150 گرام ئېلىپ ، ھەممىسىنى سوقۇپ تاسقاپ ، ئوخشاش مىقداردىكى ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ھالۋا تەييارلاپ ، 15 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ يېيىشكە بېرىلىدۇ .

8 ) ئاشقازان ئاجىزلىقى ۋە بۇخاراتلار سەۋەبىدىن باش قايغان بولسا ، تاماقتىن كېيىن قىزىلگۈلقەنتتىن 30 گرامدىن يېيىشكە بۇيرۇلىدۇ . جاۋارىش ئامىلە ( 120 ـ نۇسخا ) ، جاۋارىش ئۇد ( 118 ـ نۇسخا ) ، ھەببى تەنكار ( 14 ـ نۇسخا ) ، ھەببى ئىستەمخەقۇن ( 5 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلار بېرىلىدۇ .

9 ) باشقا سەۋەبلەردىن باش قايغانلارغا ھېلىلە مۇرابباسى ( 277 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى ئىترىپىل سەغىر ( 110 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلار بېرىلىدۇ .

10 ) قاتناش ۋاستىلىرىدە باش قايىدىغانلارغا سۇپۇپى ئىترىپىل (184 ـ نۇسخا ) دىن 5 گرامغا 5 گرام سوقۇلغان ناۋات قوشۇپ ، كۈنىگە 3 قېتىم تاماقتىن كېيىن كاپ ئېتىشكە بېرىلىدۇ ، شۇنىڭ بىلەن بىللە ، يالپۇزنى سوقۇپ سقىپ ، سۈيىنى باراۋەر مىقداردىكى گۈلاب ياكى ئانار شەربىتى بىلەن ئىچىشكە بۇيرۇلىدۇ . سەپەرگە چىققاندا قاتناش ۋاستىلىرىگە ئولتۇرۇشتىن يېرىم سائەت ئىلگىرى 2 قوشۇق ئاچچىقسۇغا 5 قوشۇق قاينىق سۇ قوشۇپ ئىچىۋېتىپ سەپەرگە چىقىش بۇيرۇلىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## تۇتاقلىق

بۇ ، مېڭىنىڭ ئۆتكۈزۈش قابىلىيىتىنىڭ توسۇقۇنلۇقىغا ئۇچرىشى ياكى بەدەن مىجەزىنىڭ ھۆل سوغۇق ھەم قۇرۇق

سوغۇقلۇقى ئېشىپ كېتىش تۈپەيلىدىن كېلىپ چىقىدىغان ، باللار ۋە ياشلاردا كۆپرەك ئۇچرايدىغان كېسەللىك بولۇپ ، ئۇشتۇمتۇت يىقىلىپ چۈشۈپ پۈت ـ قوللىرى تارتىشىش ، ئاغزىدىن كۆپۈك كېلىپ هوشسىز ـ لىنىپ بىرنەچچە مىنۇتتىن كېيىن ئەسلىگە كېلىش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) ئادەتتىكى ۋاقىتلاردا سوغۇقلۇق يېمەكلىك ۋە مېۋە ـ چېۋە لەردىن پەرهىز قىلدۇرۇلىدۇ . ئىسسىقلىق چاي دورىلارنى ئىچىپ تۇرۇش ، بەدەننى ئىسسىق ساقلاش ، سىرتتىن ئىسسىقلىق ياغلار بىلەن ياغلىنىپ تۇرۇش تەكىتلىنىدۇ . رەۋغېنى بەيزە ( 283 ـ نۇسخا ) ، مەلهىمى بەيزە (300 ـ نۇسخا ) ، رەۋغېنى قەلەمپۇر ( 292 ـ نۇسخا ) ، رەۋغېنى قۇستە (291 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلار بىلەن ياغلىنىپ تۇرۇشنىڭ كۆپ پايدىسى بار .

2 ) تۇتاقاقلىق كېسەللىكى تۇتقاندا دورا ئىچۈرگىلى بولمايدۇ . بۇنداق چاغلاردا دەرهال ئىپار پۈرىتىش ، ئىپار تېپىلمىسا ، خۇش پۇراق ماددىلاردىن لادەن ، ئەتىر قاتارلىقلارنى پۈرىتىشنىڭ پايدىسى بار .

3 ) ئادەتتىكى ۋاقىتلاردا مۇۋاپىق مىقداردا ئات گۆشى يەپ بەرسە ، تۇتقاقلىق كېسەللىكىنىڭ تۇتۇشى ئازىيىدۇ .

4 ) 500 گرام ئادراسماننى 1.5 لىتر مۇسەللەسكە چىلاپ ، تۆتتىن بىر قىسمى قالغۇچە قاينىتىپ سۈزۈپ ئىپلىپ ، هەر كۈنى 60 مىللىلىتىردىن ئىچىپ بەرسە ، تۇتقاقلىق كېسەللىكىگە ئوبدان پايدا قىلىدۇ .

5 ) ئاق خەربەقتىن 0.2 گرامنى كۈندە ئەتىگەن تاماقتىن كېيىن يەپ بەرسە ، بۇ كېسەللىككە پايدا قىلىدۇ .

6 ) ئاقىرقەرهادىن مۇۋاپىق مىقداردا ئىپلىپ ، يۇمشاق سوقۇپ داۋاملىق بۇرۇنغا تارتىشقا بەرسە ياكى ئاقىرقەرهانى يىپقا ئۆتكۈزۈپ ، تۇتقاقلىق كېسەللىكى بار بالىلارنىڭ بوينىغا ئېسىپ قويسا بولىدۇ .

7 ) تۇشقاننىڭ پەنىرمايىسىدىن 1 گرام ئىپلىپ ، ئۈزۈم سىركىسىدە ئېزىپ ، كۈندە 2 ۋاخ ئىچۈرۈلىدۇ .

8 ) ئېشەك قۇرتىنى گەجگە ئويمىنىدا ئېزىپ ئۆلتۈرۈپ سۈركەش ئارقىلىق تۇتقاقلىق كېسەللىكىنىڭ تۇتۇشىنى تىزگىنلىگىلى بولىدۇ .

9 ) ئالتۇن ۋەرەقتىن 1 دانىنى كۈندە 2 قېتىم تاماقتىن كېيىن قايناق سۇدا ئېرىتىپ ئىچۈرسە بولىدۇ .

10 ) چايان ، سازاڭدىن 3 گرامدىن ، بىخسۇستىن 2 گرام ئېلىپ ، يۇمشاق سوقۇپ ، ھەر قېتىمدا 2 گرامدىن كۈنىگە 4 ۋاخ ئىچۈرۈلىدۇ .

11 ) چايان ، زەمچە ، زۆرەنبادتىن 10 گرامدىن ئېلىپ ، يۇمشاق سوقۇپ ، ھەر قېتىمدا 3 گرامدىن قاياناق سۇ بىلەن ئىچۈرۈلىدۇ .

12 ) سېرىق ئوت ، بادرەنجبۇيا، ئۈستىقۇددۇس ، ئاقىرقەرھادىن 10 گرامدىن ، ئۇدسەلبىتىن 5 گرام ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ ، 3 ھەسسە ھەسەل بىلەن مەجۇنات تەييارلاپ ، كۈندە 3 قېتىم 10 گرامدىن يېيىشكە بېرىلىدۇ .

13 ) مەجۇنى سەرئى ( 58 ـ نۇسخا ) بۇ كېسەللىكىنىڭ مەخسۇس دورىسى بولۇپ ، كۈنىگە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 10 گرامدىن ئىچۈرۈلىدۇ .

14 ) مەجۇنى زەبىب ( 75 ـ نۇسخا ) بۇ كېسەللىكىنىڭ مەخسۇس دورىسى بولۇپ ، كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 9 گرامدىن ئىچۈرۈلىدۇ .

15 ) مەجۇنى ماددەتۇلھايات ( 85 ـ نۇسخا ) بۇ كېسەللىككە ئوبدان پايدا قىلىدۇ ، چوڭلارغا كۈندە 2 ۋاخ 6 گرامدىن بېرىلىدۇ .

16 ) مەجۇنى نۇجاھ ( 101 ـ نۇسخا ) تىن كۈنىگە 2 قېتىم 10 گرامدىن بېرىلىدۇ .

17 ) مەجۇنى ئايارەج جالىنۇس ( 104 ـ نۇسخا ) ھەر كۈنى كەچتە 1 ۋاخ 10 گرامدىن بېرىلىدۇ .

18 ) ھەببى سەرئى بۇ كېسەللىككە ئوبدان پايدا قىلىدۇ .

نۇسخىسى : سېرىق ئوت ، ئۈستىقۇددۇس ، بىستىپايەج ، نەمەكى ھىندى ، غاريقۇن ھەر بىرى 15 گرامدىن ، تۇربۇت سەپىد ، سېرىق ھېلىلە پوستى ، ئاچچىق تاۋۇز ، كەتىرا ، سوقمۇنىيا ، سەبرە سۇقۇتىرى ھەر بىرى 30 گرامدىن ئېلىنىدۇ . دورىلار يۇمشاق سوقۇلۇپ ، سۇ بىلەن 0.3 گرام

چوڭلۇقدا ھەب قىلىنىپ ، 5 تالدىن كۈنىگە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .
( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

19 ) سەۋدانىڭ مۇنزىجى بىر ئايغىچە بىرنەچچە قېتىم بېرىلىدۇ . مۇنزىج بىلەن بىرگە قارىمۇچ ، دارچىن ، پىندۇقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق تالقانلاپ ، كېسەللىك تۈتۈشتىن ئىلگىرى بۇرنىغا تارتىشقا بېرىلىدۇ . بۇ جەريانداا بىمارداا ھەر قېتىم كېسەللىك تۈتقاندا بىھوش بولۇش ئەھۋالى كۆرۈلىدۇ . بىر ھەپتە ھەببى ئايارەج ( 1 ـ نۇسخا ) بىلەن تەنقىيە قىلغاندىن كېيىن ، ئارقىدىن ئۇلاپلا بىرنەچچە كۈن مەجۇنى نۇجاھ ( 101 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ . ئۇستىقۇددۇس ھىندى ، ئاقىرقەرھا ، سېرىق ھېلىلە پوستى ، ھېلىلە پوستى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ ، ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئەھۋالغا قاراپ بېرىلىدۇ .

20 ) مەجۇنى ئايارەج لۇغازىيا ( 105 ـ نۇسخا ) دىن كۈنىگە 3 ۋاخ 9 گرامدىن بېرىلىدۇ .
( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## نېرۋا ئاجىزلىق

بۇ ، كۆپىنچە ياشلار ۋە ئوتتۇرا ياشلىقلاردا جىددىي خىزمەت ، تۇرمۇشتىكى غەم ـ ئەندىشىلەر سەۋەبىدىن مېڭىدە سەۋدالىق خىلىتىنىڭ ئېشىپ كېتىشى نەتىجىسىدە كېلىپ چىققان ئەسەبىلەر خىرىتىنىڭ بۇزۇلۇش كېسەللىكى بولۇپ ، ئۇيقۇ قېچىش ، ئەسەبىلەر قالايمىقانلىشىش ، قالايمىقان چۈش كۆرۈش ، ئۇنتۇغاقلىق ، ئاسان تېرىكىش ، يۈرىكى سىقىلىش ، ئورۇنسىز گۇمانخورلۇق ، ئىشتىھاسىزلىق ، ماغدۇرسىزلىق ، ئايالالاردا ھەيز قالايمىقانلىشىش ، ئەرلەردە كۆپ ئېھتىلام بولۇش ، ئېرىنچەكلىك قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

بۇ كېسەللىك نېرۋا قوزغىلىش خاراكتېرلىك ۋە نېرۋا زەئىپلىشىش

خاراكتېرلىك دەپ ئىككى تېپقا بۆلۈنىدۇ . نېرۋا قوزغىلىش خاراكتېرىدىكى كېسەللىكلەر تىنچلاندۇرغۇچى دورىلار بىلەن داۋالىنىدۇ .

1 ) گاۋزىبان شەربىتى ( 243 ـ نۇسخا ) كۈنىگە 3 ۋاخ 30 مىللىلىتىردىن بېرىلىدۇ .

2 ) سۇمبۇل شەربىتى ( 236 ـ نۇسخا ) كۈنىگە 3 ۋاخ 30 مىللىلىتىردىن ياكى يۇقىرىقى ئىككى شەربەتنى ئارىلاشتۇرۇپ ، 50 گرامدىن كۈنىگە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

3 ) شەربىتى خەشخاش ( 229 ـ نۇسخا ) كۈنىگە 3 ۋاخ 30 مىللىلىتىردىن بېرىلىدۇ .

4 ) مەجۇنى نۇجاھ ( 101 ـ نۇسخا ) 6 گرامدىن كۈنىگە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

5 ) خەمىرى گاۋزىبان ئەنبىرى ( 138 ـ نۇسخا ) كۈنىگە 3 ۋاخ 5 گرامدىن بېرىلىدۇ .

6 ) مەجۇنى بەرشىشا كەبىر ( 56 ـ نۇسخا ) بۇ كېسەللىككە ئوبدان پايدا قىلىدۇ . بۇ دورا كۈندە 2 ۋاخ ( ئەتىگەن ـ كەچتە ) تاماقتىن كېيىن 1 گرامدىن يېيىشكە بېرىلىدۇ . زەئىپلىشىش تىپىدىكى كېسەللىكلەر تۆۋەندىكى دورىلار بىلەن داۋالىنىدۇ .

7 ) شەربىتى ئەۋرىشىم ( 222 ـ نۇسخا ) كۈنىگە 3 ۋاخ 25 مىللىلىتىردىن بېرىلىدۇ .

8 ) مەجۇنى ماددەتۇلھايات ( 85 ـ نۇسخا ) كۈنىگە 2 ۋاخ 6 گرامدىن بېرىلىدۇ .

9 ) شەربىتى پۇختەجۇش ( 228 ـ نۇسخا ) كۈنىگە 3 ۋاخ 30 مىللىلىتىردىن بېرىلىدۇ .

10 ) شەربىتى زەبىب ( 228 ـ نۇسخا ) كۈنىگە 3 ۋاخ 30 مىللىلىتىردىن بېرىلىدۇ .

11 ) مەجۇنى مۇيەررىھ ( 89 ـ نۇسخا ) كۈنىگە 3 ۋاخ 6 گرامدىن بېرىلىدۇ .

12 ) مەجۇنى سەنجىرىنا ( 57 ـ نۇسخا ) كۇنىگە 2 ۋاخ 10 گرام-دىن بېرىلىدۇ .

13 ) مەجۇنى مۇپەررىھى ئەئزەم ( 141 ـ نۇسخا ) بۇ كېسەللىككە ئوبدان پايدا قىلىدۇ . كۇنىگە 3 ۋاخ 6 گرامدىن بېرىلىدۇ .

14 ) مۇپەررىھى بۇ ئەلى ( 143 ـ نۇسخا ) كۇنىگە 3 ۋاخ 10 گرام-دىن بېرىلىدۇ .

15 ) مۇپەررىھى سەھلىل ۋۇجۇد ( 145 ـ نۇسخا ) كۇنىگە 3 ۋاخ 30 مىللىلىتىردىن بېرىلىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

16 ) ئالدى بىلەن سەۋدا خىلتىنى تازىلاش ئۈچۈن ، مەتبۇخى ئەپتىمۇننىڭ تۆۋەندىكى نۇسخىسى بېرىلىدۇ :

تەركىبى : كابۇل ھېلىلىسى پوستى ، سېرىق ھېلىلە پوستى ، قارا ھېلىلە ھەر بىرى 30 گرامدىن ، بىستىپايەچ ، سېرىق ئوت ھەر بىرى 9 گرامدىن ، ئۇستىقۇددۇس 21 گرام ، چىگىسەي يىلتىزى ، بەدىيان يىلتىزى ھەر بىرى 15 گرامدىن ، ئۇرۇقسىز ئۈزۈم 15 دانە ، ئەينۇلا 30 دانە ، ئايارەج پەيقىرا 3 گرام ، تۇربۇت 2 گرام ، سوقمۇنىيا 1 گرام ، شېكەر 3 گرام تەييارلىنىدۇ . سېرىق ئوت ، ئايارەج پەيقىرا ، تۇربۇت ، سوقمۇنىيا ، شېكەردىن باشقىلىرىنى چالا سوقۇپ ، سېرىق ئوتنى كىچىك خالتىغا قاچىلاپ ، ئۇستىقۇددۇس ، سانالار قاينىتىلىپ بولغاندىن كېيىن سېلىپ ، بىر ئۆرلىتىپ سۈزۈپ ئېلىۋېتىپ ، ئۇستىگە يۇمشاق سوقۇلغان سوقمۇنىيا ، تۇربۇت ، سېرىق ئوتنى سېلىپ بىر ئۆرلىتىپ ئېلىنىدۇ . كۇندە 3 ۋاخ 100 مىللىلىتىردىن بېرىلىدۇ .

17 ) مېڭە قان تومۇرىنى ئېچىش ـ تازىلاش مەقسىتىدە ئۇزاققىچە ھەببى قوقىيا ( 35 ـ نۇسخا ) ياكى ھەببى ئەپتىمۇن بېرىلىدۇ .

نۇسخىسى : سېرىق ئوت ، بىستىپايەچ 3 گرامدىن ، قارا خەربەق ، نەمەكى ھىندى 6 گرامدىن ، ئۇستىقۇددۇس 1 گرام ، سەبرە سۇقۇتىرى ، غارىقۇن 15 گرامدىن تەييارلىنىدۇ . دورىلار سوقۇلۇپ ، بەدىيان سۇيى

بىلەن ھەب قىلىنىپ ، ھەركۈنى كەچتە 1 ۋاخ 10 گرامدىن بېرىلىدۇ . ئۇ-
نىڭدىن كېيىن ، تۆۋەندىكى شەربەت بېرىلىدۇ :

بىستىپايەج ، گاۋزىبان ، بادرەنجىبۇيا ، پىرسىياۋشان ، ئۇدسەلب ، رۇمبەدىيان ، ئۇرۇقسىز ئۈزۈم ، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى 30 گرامدىن ، ئۇس-
تىقۇددۇس 90 گرام ، سۇمبۇل ، بەدىيان ، رۇمبەدىيان 18 گرامدىن ، ھەسەل 500 گرام ، قەنت 260 گرام . دورىلار قائىدە بويىچە تەييارلىنىپ ، كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 30 مىللىلىتىردىن بېرىلىدۇ .

18 ) بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ تۆۋەندىكى شەربەت ئىشلىتىلىدۇ :

تەركىبى : گاۋزىبان 90 گرام ، گاۋزىبان گۈلى ، گۈلى سەۋسەن ، نىلۇپەر 15 گرامدىن ، سىرىق ئوت ، بادرەنجىبۇيا ، ئۇستىقۇددۇس 30 گرامدىن ، پەرەنجىمشكى ، سازەج ھىندى 6 گرامدىن ، قەنت 400 گرام . بۇ شەربەت بىرقانچە قېتىم تەييارلاپ بېرىلىدۇ .

19 ) ئۈيقۇسىزلىق ، چۆچۈش ياخشىلانمىسا ، بادام يېغى ( 287 ـ نۇسخا ) ، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى يېغى ( 293 ـ نۇسخا ) ، سىيادان يېغى (289 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلار بىلەن گەجگە ، پېشانە ، قۇلاق ئارقىسى ياغلى-
نىدۇ ياكى رەيھان ، قارا كۆز بەدىيان ، كۆكنار غولىدىن مۇڭاپىق مىقدارىدا ئېلىپ ، ئەرەق تارتىپ ئىچۈرۈلىدۇ . چايلىقىغا گاۋزىبان ، قىزىلگۈل ، باد-
رەنجىبۇيا ، ئۇستىقۇددۇس ، خولىنجان ، سۇمبۇل ، بىستىپايەج ، ئەۋرىشم لاچىندانە قاتارلىقلار دەملەپ بېرىلىدۇ .

20 ) نېرۋا ۋە بەدەننى كۈچەيتىش ، يۈرەك سىقىلىشنى ياخشىلاش مەقسىتىدە تۆۋەندىكى شەربەت تەييارلاپ بېرىلىدۇ :

تەركىبى : ئاق سەندەل ، ئۇستىقۇددۇس ، گاۋزىبان 20 گرامدىن ، بادرەنجىبۇيا 30 گرام ، ئۇد سەلب ، سۇمبۇل ، رۇمبەدىيان ، ئېگىر ، ئاسا-
رۇن 12 گرامدىن ، قەلەمپۇر 15 گرام ، خولىنجان 18 گرام ، شېكەر 100 گرام . بۇلار قائىدە بويىچە شەربەت قىلىنىدۇ .

21 ) شەربىتى بادرەنجىبۇيا ( 224 ـ نۇسخا ) كۈنىگە 3 ۋاخ 30 مىللىلىتىردىن بېرىلىدۇ .

22 ) مەجبۇرىي مەسىلە ( 86 ـ نۇسخا ) كۇنىگە 3 ۋاخ 6 گرامدىن بېرىلىدۇ .

23 ) شارابى رەيھان (سەزگۈرلۈكى ئېشىپ كېتىش كېسەللىكىنى داۋالاش ئۈسۈلىغا قارالسۇن) كۇنىگە 3 ۋاخ 30 مىللىلىتىردىن بېرىلىدۇ .

24 ) مۇپەررىھى دىل كۇشايى مۆتىدىل ( 147 ـ نۇسخا ) كۇنىگە 3 ۋاخ 10 گرامدىن بېرىلىدۇ .

( يوپۇرغا ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

25 ) بالەنگۇ ، شازاندىرا ، سۇمبۇل ، گاۋزىباندىن 15 گرامدىن ، ئۇستەقۇددۇس ، كابۇل ھېلىلىسىدىن 10 گرامدىن ئېلىپ ، چالا سوقۇپ ، 1200 لىتىر قاينىق سۇغا بىر سوتكا چىلاپ قويۇپ ، ئاندىن سۈس ئوتتا ئۇچتىن بىر قىسمى قالغۇچە قاينىتىپ سۈزۈپ ، سۈيى ئۇچكە بۆلۈپ بىر كۇندە ئىچىپ تۇگىتىلىدۇ .

## سەزگۈرلۈكى ئېشىپ كېتىش

سەزگۈرلۈكى ئېشىپ كېتىش كېسەللىكى كۆپىنچە ياشلاردا ، جۇملىدىن ئەقلىي ئەمگەك بىلەن شۇغۇللانغۇچىلاردا سەۋدا ۋە سەپرا خىلتىنىڭ ئېشىپ كېتىشى سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدىغان نېرۋا ئاجىزلىقىنىڭ بىر تۈرى بولۇپ ، دىققەت ـ ئېتىبارىنى مەركەزلەشتۈرەلمەسلىك ، گۇمانخورلۇق ، قالايمىقان خىياللارنى كۆپ قىلىش ، ئورۇنسىز ۋەھىمە قىلىش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) ئالدى بىلەن سەپرا ، سەۋدانى تازىلايدىغان ياكى ئۇلارنى ئازايتىدىغان دورىلارنى ئىستېمال قىلىش ، مېڭىنى سەگىتىش ۋە ئۇنىڭغا ھۆللۈك يەتكۈزۈش ، ئۇيقۇنى ياخشىلاش ، ئەقلىي ئەمگەكنى نورمال ئېلىپ بېرىش لازىم . بۇخىل كېسەللىكنىڭ پەيدا بولۇشىغا نېرۋا ئاجىزلىقى ، مېڭە يىگىلەش ، مېڭە تومۇرلىرى قېتىشىش ، سەرئى ، سەكتە ، مالىخولىيا

قاتارلىق ئىللەتلەر سەۋەب بولغان بولسا ، ئالدى بىلەن ئوڭنى داۋالاش لازىم . بۇنىڭغا يەككە دورىلاردىن گاۋزىبان ، گاۋزىبان گۈلى ، رەيھان ، قارا كۆز بەدىيان ، سۈمبۈل ، بادرەنجىبۇيا ، ئۇستىقۇددۇس ، سىيادان ، قىزىلگۈل قاتارلىقلاردىن قايسى بىرسى تېپىلسا ، 5 ــ 10 گرامدىن ئېلىپ ئادەتتىكى چاي ئورنىدا بىر مۇددەت ئىشلىتىلىدۇ .

2 ) بادام مېغىزى ، چىلغوزا مېغىزى ، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى قاتارلىقلاردىن 15 ــ 20 گرام ئېلىپ ، سوقۇپ ، سۈت بىلەن قوشۇپ بىرنەچچە كۈن ئىچىپ بەرسە ، مېڭىگە ھۆللۈك يەتكۈزىدۇ ۋە قۇرۇق مىجەزنى تەڭشەيدۇ ، نېرۋىنىڭ زىيادە سەزگۈرلىشىپ كېتىشىنى پەسەيتىدۇ . پۇت ـ قولىنى بادام يېغى ۋە گۈلى بىنەپشە يېغىدا ياغلاپ بەرسە ياخشى ئۇيقۇم بېرىدۇ . قوينىڭ كاللا ـ پاقالچىقى ، سۈت ـ قايماق ، سېرىق ياغ ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ .

3 ) بۇ كېسەللىككە شارابى رەيھان ئوبدان مەنپەئەت قىلىدۇ .

نۇسخىسى : ئۇزۇم شىرىسى 5 لىتىر ، دارچىن ، قەلەمپۇر ، بەسباسە ، جويۇز ، ئۇدھىندى ، گاۋزىبان ھىندى ، بادرەنجىبۇيا ھەر بىرى 30 گرامدىن ، ئىپار ، ئەنبەر 3 گرامدىن ، قەنت 3 كىلوگرام تەييارلىنىدۇ . ئۇزۇمنىڭ سىقىپ ئېلىنغان سۈيى كوزىغا قۇيۇلۇپ ، ئۇستىگە دورىلار سېلىنغاندىن كېيىن ئاپتاپتا قويۇلىدۇ ، 100 ــ 150 مىللىلىتىردىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

4 ) بەدەندىكى بۇزۇلغان خىلتلارنى چىقىرىپ تاشلاش ۋە بەدەننى تازىلاش ئۈچۈن مائۇل جەبىن بېرىلىدۇ .

نۇسخىسى : سېرىقئوت ، ئۇستىقۇددۇس ھەر بىرى 30 گرامدىن ، ھېلىلە پوستى 60 گرام ، شاھتەررە ، بىستىپايەج ، سانا ، بادرەنجىبۇيا 15 گرامدىن ، غارىقۇن ، تۇربۇت 6 گرامدىن ، سىركە 250 مىللىلىتىر ، ئۆچكە سۈتى 360 مىللىلىتىر تەييارلىنىدۇ . سېرىق ئوت ، ئۇستىقۇددۇستىن باشقا دورىلارنى ئۈچ چوڭ چىنە سۇغا چىلاپ ، ئۇستىگە سىركىنى قۇيۇپ بىر كېچە تۇرغۇزۇپ ، ئەتىسى قاينىتىدىغان ۋاقىتدا ئۇستىقۇددۇسنى سېلىپ ،

سىرىق ئوتنى بىر كىچىك خالتىغا سېلىپ دورىغا قوشۇپ بىللە قاينىتىلىدۇ . يېرىمى قالغاندا سۈزۈپ ، سۈيىگە ئېرىتىلگەن تەرەنجۈل ، شېكەر ۋە سۈتنى قوشۇپ بىر قاينىتىپلا ئېلىنىدۇ ، بادام مېغىزىنى ئاقلاپ ، يۇمشاق سوقۇپ ئۈستىدىن قوشۇۋېتىلىدۇ . كۈنىگە 2 قېتىم يېرىم پىيالە دىن ئىچىلىدۇ .

5 ) شاپىتۇل مۇرابباسى ، ئالما مۇرابباسىمۇ سەۋدا ۋە سەزگۈنى تەڭشەيدۇ .

6 ) مۇرەككەپ دورىلاردىن خەمىرى گاۋزىبان ئەنبىرى ( 138 ـ نۇسخا ) ، خەمىرى گاۋزىبان ، مۇپەررىھى ياقۇتى مۆتىدىل ( 153 ـ ، 154 ـ نۇسخا) ، ئىترىپىل زامانى (112 ـ نۇسخا)، ئىترىپىل ئۈستىقۇددۇس (107 ـ نۇسخا ) ، خەمىرى سەندەل ( 137 ـ نۇسخا ) ، مۇپەررىھى ئەۋرىشىم (139 ـ ، 140 ـ نۇسخا ) ، خەمىرى مەرۋايىت ( 136 ـ نۇسخا ) ، شەربىتى گاۋزىبان ( 243 ـ نۇسخا ) ، شەربىتى ئەۋرىشىم ( 222 ـ نۇسخا ) ، ئەرەقى گاۋزىبان ( 270 ـ نۇسخا ) ، ئەرەقى بادرەنجبۇيا ( 263 ـ نۇسخا ) ، لوبۇبى كەبىر ( 82 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى مۇبەھھى ئەلا ( 93 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلاردىن قايسىسى بولسا ئىشلىتىلسە ، ئوخشاشلا مەنپەئەت قىلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## مالىخۇلىيا

مالىخۇلىيا ئاشقازان ، تال ، جىگەر ، قاپقا ئوبنالاردا ھەرخىل سەۋەبلەردىن پەيدا بولىدىغان سېسىق بۇخاراتلارنىڭ مېڭە ۋە يۈرەككە تەسىر قىلىشىدىن پەيدا بولىدىغان بىرخىل روھىي كېسەللىكتىن ئىبارەت بولۇپ ، بىمارنىڭ روھىي ھالىتى ئوخشاش بولمىغان دەرىجىدە قالايمىقانلىشىش بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

بىمارنى مەنزىرىسى ياخشى ، ھاۋالىق جايلاردا كۆپرەك سايياھەت

قىلدۇرۇش ، ئۇخلاش ۋاقتىنى مۇۋاپىق تەڭشەش كېرەك .

1 ) دورا بىلەن داۋالاشتا ، ئالدى بىلەن كېسەللىك ماددىسىنى پەش ئۇرۇش ئۇچۇن پۇنۇس ، خىيارشەنبەر ، بىنەپشىدىن 10 گرامدىن ، چىلاندىن 60 گرام ، سەرپىستان ، بەدىيان ، ئەنگۇرشپا ، سېرىق ئوت ئۇرۇقى قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 2 گرامدىن ، بادام يېغىدىن 15 مىللىلىتىر ، قەنتتىن 100 گرام ئېلىپ ، بادام يېغى ، قەنتتىن باشقا دورىلارنى مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇغا بىر سوتكا چىلاپ ، قاينىتىپ سۇزۇپ تەييارلانغان دورا سۇيىگە پۇنۇس ، خىيارشەنبەر سۇيىنى ئارىلاشتۇرغاندىن كېيىن قەنت بىلەن قېيام قىلىپ ، ئاندىن بادام يېغىنى ئارىلاشتۇرۇپ ، كۇندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 15 ــ 20 مىللىلىتىر ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

2 ) گاۋزىبان ، نېلۇپەر ، كاسىنە ئۇرۇقى ، ئەنگۇرشپا ، تەرەنجۇل ھەر قايسىسىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ، ناۋات بىلەن قائىدە بويىچە شەربەت تەييارلاپ ، بىمارنىڭ ئەھمىيەتلىك ئاساسەن ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

3 ) كېسەللىك ماددىسى پىشقاندىن كېيىن ئۇنى سۇرۇپ چىقىرىش ئۇچۇن ، گاۋزىباندىن 25 گرام ، بادرەنجىبۇيا ، ئۇستىقۇددۇس ، گۇلى بەنەپشە ، نېلۇپەر ، كاسنە يىلتىزى ، چىگىدەي يىلتىزى ، بەرەنجاسپ ، بىخ كەبىر ، سۇزاپ ئۇرۇقى ھەر بىرىدىن 10 گرامدىن ، زەنجۇل ، ئەنگۇرشپا ھەر بىرىدىن 13 گرامدىن ، چىلان ، بادام مېغىزى ، سېرىق ئوت ، سانالارنىڭ ھەر بىرىدىن 30 گرامدىن ، ئەينۇلىدىن 60 گرام ، قىزىلگۇلدىن 15 گرام ، سېرىق ھېلىلىدىن 45 گرام ، قارا ھېلىلىدىن 21 گرام ، خىيارشەنبەردىن 45 گرام ، تەرەنجۇلدىن 200 گرام ، شېكەردىن 250 گرام ، سىركىدىن 250 مىللىلىتىر ، سۇتتىن 300 مىللىلىتىر ئېلىپ ، سوت ، سىركىدىن باشقا دورىلارنى چالا سوقۇپ ، 2 لىتىر سۇغا بىر سوتكا چىلاپ ، سۇنىڭ يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ ، سۇزۇپ ، تەييارلانغان دورا سۇيىگە سانا ، خىيارشەنبەر ، تەرەنجۇللەرنىڭ چىلانغان سۇيىنى ئارىلاشتۇرۇپ ، ئۇنىڭغا سوت ، سىركىنى ئارىلاشتۇرغاندىن كېيىن شېكەر

بـلـەن قىيام قىلىپ شەربەت تەييارلاپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 100 مىللىلىتىردىن ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

4 ) گـاۋزىـباندىن 10 گرام ، بادرەنجىبۇيىدىن 15 گرام ، ئۇستىقۇدۇس ، بەدىيان ، رەيھان ئۇرۇقى قاتارلىقلاردىن 5 گرامدىن ، لاچىنداننىدىن 6 گـرام ، بـەسـبـاسـە ، جـۇۋىـنـىلارنىڭ ھەر بىرىدىن 3 گرامدىن ئېلىپ ، چايلىق تەييارلاپ ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

5 ) مـۇرەكـكەپ دورىلاردىن داۋا ئىلمىشكى ( 71 ـ نۇسخا ) ، نۆش دورا لـوئـلـوۋى ( 100 ـ نـۇسـخـا ) ، مـۇپەررىھى ياقۇتى ( 151 ـ نۇسخا ) ، مـۇپەررىھى ئەۋرىشىم ( 139 ـ ، 140 ـ نۇسخىلار ) ، خەمىرى گاۋزىبان ئەنـبـىـرى ( 138 ـ نـۇسخا ) ، خەمىرى مەرۋايىت ( 135 ـ ، 136 ـ نۇسخىلار ) قـاتـارلىقلار بىمارنىڭئەمەلىيئەھۋالىغا قاراپ تاللاپ ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ.

6 ) پـەرۋىـش ئارقـىلىق داۋالاشتا ، بىمارنى لازا ـ ئاچچىقسۇ ، كالا گـۆشـى ، پـىـشـۇرۇلغان تۇخۇم ، شۇنداقلا سىگىشى تەس ، قان تومۇرلاردا تـوسـالغۇ پەيدا قىلىش تەسىرى بولغان باشقا يېمەك ـ ئىچمەكلەردىن پەرھىز قىلدۇرۇش لازىم .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## مېڭە سىلكىنىش

بـۇ ، باش قىسمىنىڭ سىرتقى زەربە تەسىرىدىن قاتتىق سىلكىنىشى نـەتـىجىسىدە يۈز بېرىدىغان كېسەللىك بولۇپ ، باش ئاغرىش ، كۆز قاراڭغـۇلـىـشـىـش ، قـۇلاق غۇڭۇلداش ، ئەسكە ئېلىش ئاجىزلىشىش ۋە پۈت ـ قـوللارنىڭ ھەرىكىتى نورمال بولماسلىقتەك ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

بـىمارنى ياتقۇزۇپ ئارام ئالدۇرۇش ، ئۇنىڭغا داۋاملىق خۇش پۇراق دورىلارنى پۈرىتىش ، قىزىتما پەيدا بولۇپ قالسا ، مۇناسىۋەتلىك چارىلەرنى قوللىنىش لازىم .

1 ) مېڭىدىكى بۇزۇلغان ماددىلارنى تازىلاش مەقسىتىدە ئايارەج پەيدا قىلىش ( 1 ـ نۇسخا ) دىن كۈندە 1 قېتىم 6 گرامدىن 3 كۈن ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

2 ) باش ئاغرىشنى پەسەيتىپ ، بىمارنى تىنچلاندۇرۇش مەقسىتىدە ھەببى قوقيا ( 35 ـ نۇسخا ) دىن كۈندە 1 قېتىم كەچتە ئۇخلاشتىن ئىلگىرى 4 دانە بېرىلىدۇ .

3 ) مېڭىنى قۇۋۇەتلەش ۋە روھىي ھالەتنى ياخشىلاش مەقسىتىدە خەمىرى گاۋزىبان ( 138 ـ نۇسخا ) دىن كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 گرام ، داۋا ئىلمىشكى مۆتىدىل ( 71 ـ نۇسخا ) دىن كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

4 ) مېڭىدىكى توسالغۇلارنى ئېچىش مەقسىتىدە سۇمبۇل ، ئاقرەقەرھا ، قەلەمپۇر قاتارلىق دورىلار سوقۇپ ، بۇرۇندىن پۇراشقا بېرىلىدۇ .

5 ) تومۇرلارنى يۇمشىتىش مەقسىتىدە ھەسەل سۇيى ( 251 ـ نۇسخا ) داۋاملىق بېرىلىدۇ.

6 ) باش ئاغرىقىنى توختىتىش مەقسىتىدە بابۇنە گۈلى ، ئانار گۈلى قاتارلىقلار پاقا يوپۇرمىقى شىرىسى بىلەن قوشۇپ باشقا تېڭىلىدۇ .

7 ) ئۈيقۇنى ياخشىلاش ئۈچۈن ، قاپاق ئۇرۇقىنى گۈل بېغىغا ئىلاشتۇرۇپ باشقا چاپسا بولىدۇ .

( ئۇرۇمچى ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

8 ) سىرتتىن قاپاق ئۇرۇقى يېغى ( 293 ـ نۇسخا ) چېپىلىدۇ .

9 ) خەمىرى گاۋزىبان ئەنبىرى ( 138 ـ نۇسخا ) دىن كۈندە 2 ۋاخ 5 گرامدىن بېرىلىدۇ.

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

10 ) ئۇرۇلۇش ، سوقۇلۇش زەخمىنسىنىڭ مېڭىدىكى تەسىرىنى تۈگىتىش ئۈچۈن تۆۋەندىكى دورا چېپىلىدۇ :

تەركىبى : گىلى ئەرمەنى ، ماش ئۇنى 12 گرامدىن ، سەبرە سۇقۇ-تىرى ، قىزىلگۈل ، ياغاچ كېپىكى 25 گرامدىن ، ئامۇتنىڭ كۆك يوپۇرمىقى

نېمىتۇللا ئەبەيدۇللا ھاجىم

# ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكى سىناقتىن ئۆتكەن رېتسېپلار

قەشقەر ئۇيغۇر نەشرىياتى



60 گرام ، بابۇنە ، چرائتە 4 گرامدىن ، ئانار گۈلى 12 گرام . بۇ دورىلار يۇمشاق سوقۇلۇپ ، سۆگەتنىك كۆك يوپۇرمىقى سۇيىدە يۇغۇرۇلۇپ باشقا زىماد قىلىنىدۇ .

11 ) باشتا ئىشىشىق بولسا ، 9 گرام ئۇستىقۇددۇسنى 200 گرام ئەرەقى ئەنگۈرشىپا ( 262 ـ نۇسخا ) سۇيىدە قاينىتىپ ، شېكەر قوشۇپ ئىچۈرۈلىدۇ .

12 ) قىزىتما پەيدا بولۇپ قالغان بولسا ، قاينىتىلغان كاسىنە سۇيىگە خىيارشەنبەر قوشۇپ كىلىزما قىلىش بىلەن بىرگە ، ئىچىشكە ھەببى قوقيا ( 35 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## ئۇنتۇغاقلىق

بۇ ، ياشلاردا مېڭىنىڭ ئاجىزلىقى ياكى مىجەزنىڭ ھۆل سوغۇقلۇقى ئېشىپ كېتىش ، ئوتتۇرا ياش ۋە ياشانغانلاردا مېڭە قىزىل قان تومۇرى قېتىشىش سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدىغان كېسەللىك بولۇپ ، سۆز ۋە ئىش ـ ھەرىكەتنى ئۇنتۇپ قېلىش ھەم ئەسكە ئالالماسلىق بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) ئاتىنىڭ يۇرىكى قورۇپ يېگۈزۈلىدۇ .

2 ) ئادراسمان ئۆسۈملۈكىنىڭ چۆپىدىن 10 ـــ 15 گرام دەملەپ ئىچۈرۈلىدۇ .

3 ) ئاسارۇندىن 4 ـــ 6 گرام ئېلىپ ، يۇمشاق سوقۇپ مائۇل ھەسەل بىلەن كۈنىگە 3 قېتىم يېگۈزۈلىدۇ .

4 ) مېڭىگە قۇرۇقلۇق يېتىش ۋە مېڭە قىزىل قان تومۇرى قېتىشىشتىن كېلىپ چىققان ئۇنتۇغاقلىققا مېغىزلىق دورىلار ئوبدان مەنپەئەت قىلىدۇ . نارجىل ، ياڭاق مېغىزى ، بادام مېغىزى ، ياڭاق مۇرابباسى (275 ـ

نۇسخا ) ، قۇرۇق ئەنجۇر ، چىلغوزا مېغىزى قاتارلىقلار مۇۋاپىق مىقداردا ئۇزاق مۇددەت ئىستېمال قىلىدۇرۇلىدۇ . ياغاق ، بادام مېغىزىدا چاي سۇتلەپ ئىچۈرۈلىدۇ .

5 ) ھەسەلدىن 15 ــ 20 گرامنى كۈنىگە 3 ۋاخ ئېرىتىپ ئىچۈرسە بولىدۇ .

6 ) ئۈزۈملۈقلاردىن قۇش تۇخۇملېرى ، توخۇ گۆشى ، يىلىك ، قوزا ۋە ئوغلاقلارنىڭ مېڭىسى ، ھەسەل قاتارلىقلار داۋاملىق ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

7 ) قائىدە بويىچە تەنقىيە قىلدۇرۇلىدۇ . قۇرۇقلۇقتىن بولغانلىرىغا مەتبۇخى ئەپتىمۇن ( 253 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ . تەنقىيەدىن كېيىن مەجۇنى لوبۇبى كەبىر (82 ـ نۇسخا) ، مەجۇنى نۆش دورا (99 ـ نۇسخا) ، جاۋارىش ئۇد ( 118 ـ نۇسخا ) ، ئىترىپىل زامانى ( 112 ـ نۇسخا ) ، بادام ھالۋىسى ( باش قېيىش كېسەللىكىنى داۋالاشقا قارالسۇن ) ، ئانار سۇيى ، مەجۇنى نۆجاھ ( 101 ـ نۇسخا ) قاتارلىق دورىلار مۇۋاپىق مىقداردا بېرىلىدۇ .

8 ) ھۆل سوغۇقلۇق تەسىردىن بولغان ئۇنتۇغاقلىق كېسەللىكى قائىدە بويىچە تەنقىيە قىلدۇرۇلىدۇ . بۇنىڭ ئۈچۈن ، مەتبۇخى ھېلىلە ( 261 ـ نۇسخا ) ، مەتبۇخى ئۇستىقۇددۇس بېرىلىپ بولغاندىن كېيىن ، ھەببى ئايارەج پەيقرا ( 1 ـ نۇسخا ) ، ھەببى بىنەپشە ( 11 ـ نۇسخا ) ، ھەببى قوقيا ( 35 ـ نۇسخا ) قاتارلىق دورىلار بېرىلىدۇ .

9 ) تەنقىيەدىن كېيىن ، مەجۇنى ماددەتۇلھايات ( 85 ـ نۇسخا ) ، داۋا ئىلمىشكى شېرىن ( 70 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلار بېرىلىدۇ .

10 ) ھەر خىل سەۋەبلەردىن كېلىپ چىقىقان ئۇنتۇغاقلىق كېسەللىكىگە ھەببى جەدۋارچىنى ( 26 ـ نۇسخا ) ، مۇپەررىھى ئەۋرىشىم ( 139 ـ ، 140 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى زەبىب ( 75 ـ نۇسخا ) ، ئىترىپىل ئۇستىقۇددۇس ( 107 ـ نۇسخا ) ، ئېگىر مۇرابباسى ( 276 ـ نۇسخا ) قاتارلىق دورىلار ئوبدان مەنپەئەت قىلىدۇ .

11 ) مېڭە ئاجىزلىقىدىن كېلىپ چىققان ئۇنتۇغاقلىق كېسەللىكىگە مەجۇنى كۇندۇر ( 80 ـ نۇسخا ) نىڭ ئۇنۇمى ياخشى .

12 ) ئۇنتۇغاقلىقنى داۋالايدىغان مەخسۇس دورىلار :

( 1 ) سۇپۇپى نەسىيان ( مەستىكى رۇمى ، كۇندۇر ، دارچىن ھەر بىرى 10 گرامدىن ، ناۋات 50 گرام . بۇلار يۇمشاق سوقۇلۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلىدۇ ) كۇندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرامدىن ئىچىلىدۇ .

( 2 ) ھەببى نەسىيان ( سۇمبۇل ، سەلخە ، قەلەمپۇر ھەر بىرى 4 گرامدىن ، مەستىكى رۇمى ، ئاسارۇن ، قىزىلگۈل 6 گرامدىن ، ئەپسەنتىن رۇمى ، رۇببىسۇس ھەر بىرى 10 گرامدىن ، سەبرە سۇقۇتىرى 12 گرام ، سوقمۇنىيا 10 گرام ، بۇلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ئاپپلسىن پوستىنىڭ سۇيى بىلەن يۇغۇرۇپ ، 0.5 گراملىق ھەب تەييارلىنىدۇ ) كۈنىگە 3 ۋاخ 4 تالدىن ئىچۈرۈلىدۇ .

( 3 ) مەجۇنى نەسىيان ( 102 ـ نۇسخا ) كۇندە 3 ۋاخ 5 گرامدىن بېرىلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

13 ) مەجۇنى ھافىزۇل ئەقىل ئۇنتۇغاقلىقنى داۋالاپ ، مېڭىنى قۇۋۋەتلەيدۇ ، ئەقىلنى ئاچىدۇ .

تەركىبى : ئامىلە مۇقەششەر 30 گرام ، سېرىق ھېلىلە پوستى ، تاباشىر ، ئاق سەندەل ، قىرقىلغان پىلە ، كۇندۇر ، بادرەنجبۇيا ، تاغ پىنەنسى ، نارجىل ، پىستە مېغىزى ، ئۇستىقۇددۇس ، بابۇنە گۈلى ھەر بىرى 3 گرامدىن ، بادام يېغى 60 گرام ، ئۇزۇم ، ھەسەل ، ناۋات ھەر بىرى 135 گرامدىن ئېلىنىدۇ . دورىلارنىڭ ھەممىسى ئايرىم سوقۇلۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلگەندىن كېيىن ، بادام يېغى بىلەن ياغلىنىدۇ . ئۇزۇم ئايرىم سوقۇلۇپ ناۋات سۇيى بىلەن خېمىر قىلىنىدۇ . ئۇستىگە ھەسەل قوشۇپ تەكشى ئارىلاشتۇرۇلغاندىن كېيىن ، باشقا دورىلار ئارىلاشتۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ . كۇنىگە 2 ۋاخ 6 گرامدىن يېيىشكە بېرىلىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

# مېڭە قان تومۇر قېتىشىش

بـۇ ، ئوتتۇرا ياش ۋە ياشانغان كىشىلەردە قان بېسىمى يۇقىرىلىق ، قـان تـەركـىبىدىكى ماي ۋە قاننىڭ يېپىشقاقلىقى نورمال مىقداردىن ئېشىپ كـېتىش سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدىغان كېسەللىك بولۇپ ، داۋاملىق باش ئاغـرىـش ، بـاش ئېسىلىش ، باش قېيىش ، ئۈيقۇ قېچىش ، كۆز تورلىشىپ قـۇلاق غـوڭـۇلداش ۋە تەپەككۇر كۈچى ئاجىزلاش قاتارلىق ئالامەتلەر بـەلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) ئالـدى بـىـلـەن قـويـۇق خـىـلـىتلارنى سۈيۈلدۈرۈپ بۈرۈلغان خـىـلـىتلارنـى تـازىلاش ، قاتتىقلىقنى يۇمشىتىش ، چۆكمىلەرنى ئېرىتىش ئۇسـۇلـى قـوللـىـنـىـلـىدۇ . بۇنىڭ ئۈچۈن ، مەتبۇخى ئەپتىمۇن ( 253 ـ نـۇسـخـا ) بېرىلىدۇ . ھەبـىبى قوقىيا ( 35 ـ نۇسخا ) ، سۇپۇپى ئىنـتـېرىپىل كـەشـنـىـزى ( 184 ـ نـۇسـخـا ) ، شەربىتـى سەنـدەل ( 235 ـ نۇسخا ) ، ئەرەقـى گـۈلاب ( 269 ـ نۇسخا ) ، ئەرەقى بادرەنجىبۇيا ( 263 ـ نۇسخا ) ، خـەمـىـرى گـاۋزىـبان ( 138 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى نۇجاھ ( 101 ـ نۇسخا ) قـاتارلىقلار قائىدە بويىچە بېرىلىدۇ . چايلىقى ئۈچۈن گاۋزىبان ، سەندەل ، قـىـزىـلـگـۈل ، لاچـىـنـدانـە ھىـنـدى ، كېۋەز چېچىكـى قاتارلىق دورىلار دەمـلەپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

( قەشقەر ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

2 ) سـىـرىـق ئوت ، چـايـان ، كـابـۇل ھېلىلىسىدىن 30 گرامدىن ، سـازاق ، تـاغ دېنى ، تاغ يالپۇزى يىلتىزى ، ئۇستقۇددۇس ، يىلان گۆشى ھەر بـىـرىـدىن 30 گرامدىن ، سەكسەنپۇت ، سۆئىدى ھىندى ، ئۇد غەرقى ، ئۇد سـەلـب ، گـاۋزىباندىن 15 گرامدىن ئېلىپ ، يۇمشاق سوقۇپ كاپسۇلغا قاچىلاپ ، كۈنىگە 3 ۋاخ 10 داندىن بېرىلىدۇ .

3 ) سـىـرىـق ھېلـىـلـە پوستى ، بەللە پوستى ، كابۇل ھېلىلىسى ،

سازاك ، چايانداڭ 15 گرامدىن ، تاغ يالپۇزى يىلتىزى ، سېرىق ئوت ، تاغ دېنىدىن 30 گرامدىن ئېلىپ ، يۇمشاق سوقۇپ ، 3 ھەسسە ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ ، كۈنىگە 3 ۋاخ 7 ــ 10 گرام بېرىلىدۇ .

4 ) مەجەز ئالاھىدىلىكىگە ئاساسەن داۋالىنىدۇ . قۇرۇق مەجەزدىكىلەرگە مەتبۇخى ئەپتىمۇن ( 253 ـ نۇسخا ) كۈندە 3 ۋاخ 150 گرامدىن بېرىلىدۇ . مەجۇنى نۇجاھ ( 101 ـ نۇسخا ) كۈندە 3 ۋاخ 10 گرامدىن بېرىلىدۇ .

5 ) ھۆل سوغۇق مىجەزلىكلەرگە مائۇل ھەسەل ( 251 ـ نۇسخا ) ، ھەببى قوقىيا ( 35 ـ نۇسخا ) 10 تالدىن كۈنىگە 2 ۋاخ بېرىلىدۇ .

6 ) ھۆل ئىسسىق مىجەزلىكلەرگە مەتبۇخى تەمرىھىندى بېرىلىدۇ.

نۇسخىسى : سېرىق ھېلىلە ، خىيارشەنبەر 30 گرامدىن ، ئەنگۇرشىپا 12 گرام ، كاسنە ئۇرۇقى 18 گرام ، تەرخەمەك ئۇرۇقى ، قوغۇن ئۇرۇقى ، ئەينۇلا 15 گرامدىن ، تەمرى ھىندى 45 گرام ، تەرەنجىۋىل 30 گرام ، نېلۇپەر ، بىنەپشە 12 گرامدىن ئېلىنىدۇ . خىيارشەنبەر ، تەمرى ھىندى ، تەرەنجىۋىلدىن باشقىلىرىنى چالا سوقۇپ بىر كېچە ـ كۈندۈز 4 چىنە سۇغا چىلاپ قويۇپ ، ئەتىسى يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ ئېلىپ سۈزۈپ ، سۈيىگە تەرەنجىۋىل سۈيى ۋە خىيارشەنبەر بىلەن تەمرى ھىندىنى قوشۇپ تەييارلاپ ، كۈنىگە 3 ۋاخ 150 گرامدىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

ئىترىپىل بەدىيان ( 108 ـ نۇسخا ) كۈنىگە 3 ۋاخ 10 گرامدىن بېرىلىدۇ .

7 ) قۇرۇق ئىسسىق مىجەزدىكىلەرگە ئىترىپىل سەغىر ( 110 ـ نۇسخا ) كۈنىگە 2 ۋاخ 10 گرامدىن ، مەتبۇخى ھېلىلە ( 261 ـ نۇسخا ) كۈنىگە 3 ۋاخ 100 گرامدىن بېرىلىدۇ .

8 ) قان بېسمى يۇقىرى بولسا ، ئەرەقى سەندەل بېرىلىدۇ .

نۇسخىسى : قىزىلگۈل ، كاسنە ئۇرۇقى ، بەدمىشكى ، نېلۇپەر 30 گرامدىن ، ئاق سەندەل كېپىكى ، يۇمغاقسوت ئۇرۇقى ، زىرىق ، ئالما چېچىكى ، بېھى چېچىكى ھەر بىرى 45 گرامدىن ئېلىنىدۇ . دورىلار يۇمشاق

سوقۇلۇپ ، بىر كىچە قاياق سۇغا چىلاپ ، ئەتىسى 6 ھەسسە سۇ قوشۇپ ئەرەق تارتىپ ، كۈنىگە 3 ۋاخ 100 گرامدىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ . ئەرەقى بىدەمشكى ( 265 ـ نۇسخا ) كۈنىگە 3 ۋاخ 100 گرامدىن بېرىلىدۇ .

9 ) قوشۇمچە يۇرەك مۇسكۇل تىقىلمىسى بارلارغا بادرەنجبۇيا ، گاۋزبان ، ئاق سەندەل ، ئاپېلسىن پوستىدىن 30 گرامدىن ، گۈلى سەۋسەن ، سازەج ھىندى ، بالەنگۇدىن 10 گرامدىن ئېلىپ چالا سوقۇپ ، دەملەپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ . داۋا ئىلمىشكى مۆتىدىل ( 71 ـ نۇسخا ) كۈنىگە 3 ۋاخ 5 گرامدىن بېرىلىدۇ .

10 ) تاش چۈشۈرىدىغان دورىلارمۇ مەلۇم تەسىرگە ئىگە .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

11 ) مېڭىدىكى ئومۇمىي قان ئايلىنىشنى نورمالاشتۇرۇش ۋە كېسەللىك ئالامەتلىرىنى يوقىتىش ئۈچۈن ، سېرىق ئوت ، سانا ، شاھتەررە ، بادرەنجبۇيا ، گاۋزبانلارنىڭ ھەر بىرىدىن 8 گرام ، چىلان ، خىيارشەنبەر ، سەرپىستان ھەر بىرىدىن 10 گرام ، تەرەنجۇبلدىن 20 گرام ئېلىپ ، 1 لىتىر سۇدا قاينىتىپ ، سېرىق ئوت بىلەن تەرەنجۇبللەرنى ئاخىرىدا سېلىپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 50 مىللىلىتىردىن ئۇدا 3 كۈن بېرىلىدۇ ھەم ھەببى قوقىيا ( 35 ـ نۇسخا ) ، ھېلىلە مۇرابباسى ( 277 ـ نۇسخا ) ، چىلان شەربىتى ( قاندىن بولغان باش ئاغرىقنى داۋالاشقا قارالسۇن ) ، مەجۇنى ئىترىپىل كەشنىزى ( 114 ـ نۇسخا ) ، شەربىتى تەمرى ھىندى ، ھەببى شەبيار ( بەلغەمدىن بولغان باش ئاغرىقنى داۋالاشقا قارالسۇن ) بېرىلىدۇ .

( ئۇرۇمچى ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## زۇكام ۋە نەزلە

بۇ ، كۆپىنچە قىش ۋە ئەتىياز پەسلىدە كۆرۈلىدىغان ، باش ئاغرىش ، بۇرۇن قىچىشىش ، ئېچىشىش ، چۈشكۈرۈش . بۇرۇن پۈتۈش ،

بۇرۇنـدىن سـۈيـۇقلۇق ئېقىش بىلەن ئىپادىلىنىدىغان كېسەللىك بولۇپ ، ئىسسىق ۋە سوغۇقتىن بولغان دەپ ئىككى تۈرگە بۆلۈنىدۇ .

زۇكـامـدا مېڭىدىن ۋە بۇرۇندىن كەلگەن سۇ نەزلە دەپ ئاتىلىدۇ . ئىـسـسـقتىن بولغان زۇكامدا بۇرۇندىن ئاققان سۇ قىزىق ۋە ئېچىشتۇرۇپ كېلىدۇ ، سوغۇقتىن بولغان زۇكامدا سوغۇق بولىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) ئالـدى بـىـلـەن ماددىنى پىشۇرۇش ئۈچۈن ، ئارپا تالقىنى ، بەـ نەپشە كاشكىپى ھەمدە ھەببى شىپا ( 33 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ .

2 ) قـىـزىـتـمـا قـايـتۇرۇش ۋە ئۇسسۇزلۇقنى توختىتىش ئۈچۈن ، ئەرەقى گۈلاب ( 269 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ .

3 ) سـوغـۇقـتىن بولغان زۇكامنىڭ ماددىسىنى پىشۇرۇش ئۈچۈن ، بـىـخـسـۇس بـېـرىـلـىـدۇ ياكى زەنجىۋىلنى قاينىتىپ قىزىق ھالدا ئىچۈرسە بـولـىـدۇ . ئەھۋالغا قاراپ ھەببى شىپا ( 33 ـ نۇسخا ) ۋە مەجۇنى ئايارەج لۇغازىيا ( 105 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ .

4 ) ئەگـەر ئـىـسـسـق ـ سوغۇقتىن بولغان زۇكامغا يۆتەل قوشۇلۇپ كەلسە ، زۇپا كاشكىپى تەييارلاپ بېرىلسە بولىدۇ .

تـەركـىـبـى : زۇپا ، پىرسىياۋشان ، بىخسۇس ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، رۇمـبـەدىـيان يىلتىزى ، كۈدە ئۇرۇقى ھەر بىرى 8 گرامدىن ، ئەنجۈر قېقى 24 گـرام . دورىلارنـى بـىـر چىنە سۇدا قاينىتىپ ، يېرىمى قالغاندا سۈزۈۋېـ لىپ ، سۈيىگە مۇۋاپىق مىقداردا قەنت ياكى ناۋات سېلىپ ، ئىككىگە بۆلۈپ ئەھۋالغا قاراپ بىر كۈندە ئىچىپ تۈگەتسە بولىدۇ .

( كۈچا ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

5 ) زەنـجـىـۋىـل بـىـلـەن يالپۇزدىن 20 گرامدىن ، سۇغىپيازدىن 50 گـرام ئېـلـىـپ ، 1.5 كىلوگرام سۇغا بىر سوتكا چىلاپ ، سۇس ئوتتا تەمى چـىـققۇچە قاينىتىپ ، تىرىپىنى سۈزگەندىن كېيىن دورا سۈيىگە 250 گرام قـارا شېكەر سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 قوشۇقـ تىن ئىچسە بولىدۇ .

6 ) ئوسما يوپۇرمىقىدىن 15 گرام ، گۈلى بىنەپشىدىن 20 گرام ، چۇچۇكبۇيا يىلتىزىدىن 2.5 گرام ئېلىپ ، ئۇچ چىنە سۇغا چىلاپ ، ئىككى چىنە قالغۇچە قاينىتىپ تىرىپلىرىنى سۈزۈپ ، دورا سۈيىگە ئومۇمىي دورا مىقدارىنىڭ ئۇچتىن بىر قىسمىچىلىك قارا شېكەرنى سېلىپ ، ئۇچكە بۆلۈپ بىر كۈندە ئىچىپ تۈگىتىلىدۇ .

7 ) نېلۇپەردىن 10 گرام ، چىلاندىن 15 گرام ، ئاق لەيلى ئۇرۇقىدىن 7 گرام ، پىننىدىن 5 گرام ئېلىپ ، بىر چىنە سۇدا يېرىم چىنە قالغۇچە قاينىتىپ ، تىرىپىنى سۈزۈپ ، سۈيىگە 100 گرام قارا شېكەر سېلىپ ئىسسىق پېتى ئىچۈرۈلىدۇ .

8 ) زەنجىۋىلدىن 50 گرام ، سامساق ، قۇرۇق يۇمغاقسۈتتىن 30 گرامدىن ، قارا شېكەردىن 50 گرام ئېلىپ ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ، 2.5 چىنە سۇدا قاينىتىپ سۈزۈپ ، 500 گرام ھەسەل ئارىلاشتۇرۇپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا بىر چىنىدىن ئىچىلىدۇ .

9 ) 20 گرام سامساقنى يۇمشاق چاناپ ، 100 گرام سىركىگە بىر سوتكا چىلىغاندىن كېيىن تىرىپىنى سۈزۈۋېتىپ ، دورا سۈيىگە باراۋەر مىقدارىدا ھەسەل ئارىلاشتۇرۇپ ، ئىككىگە بۆلۈپ ئىچىلىدۇ .

10 ) سىيادانىدىن 3 گرامنى چالا سوقۇپ ، تاماكىنا ئارىلاشتۇرۇپ چېكىپ ئىسىنى بۇرۇندىن چىقىرىپ بەرسە ، سۈنى توختىتىدۇ . تاماكا چەكمەيدىغانلار يۇقىرىقى تاماكىنى ئوت تۇتاشتۇرۇپ بوتۇلكىغا سېلىپ ، پۇرىسىمۇ بولىدۇ .

11 ) مۇۋاپىق مىقداردىكى تەمرى ھىندى بىلەن تەرەنجىۋىلنى قايناق سۇغا تەمى چىققۇچە دەملەپ ، تىرىپىنى سۈزۈۋېتىپ ، كۈندە 3 قېتىم ئىچسە بولىدۇ .

( قەشقەر ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

12 ) ئىسىقتىن بولغان زۇكام ئۇچۇن گۈلى بىنەپشە ، كاسنە ئۇرۇقى ، بەدىيان ، گاۋزىبان ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، ھەمىشە باھار ئۇرۇقى ھەر بىردىن 5 گرامدىن ، ئۇرۇقسىز ئۇزۇمدىن 7 گرام ئېلىپ ، پاكىز

سوغۇق سۇغا 8 سائەت ئۆپچۆرىسىدە چىلاپ ، تەمى چىققاندىن كېيىن سۈزۈپ ، سۈيى ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

13 ) شەربىتى شاتۇت ( 242 ـ نۇسخا ) تىن 30 مىللىلىتىر ، چىلان يوپۇرمىقىدىن 5 گرام ، لاچىندانە ھىندىدىن 3 گرام ئېلىپ ، لاچىندانە بىلەن چىلان يوپۇرمىقىنى 100 مىللىلىتىر سۇغا چىلاپ ، تەمى چىققاندىن كېيىن دورىلارنى سۈزۈپ ، سۈيىگە شاتۇت شەربىتىنى قوشۇپ ئىچۈرسە بولىدۇ .

14 ) ئۇرۇق ۋە تىرىپىدىن ئايرىلغان تاۋۇز سۈيىدىن 100 ــ 200 مىللىلىتىر تەييارلاپ ، سەل قىزىتىۋېتىپ بېرىلسە قىزىتما ياندۇرۇپ ، سۈيدۈك ھەيدەپ ، ئىسسىقتىن بولغان زۇكامغا ناھايىتى ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ .

15 ) ھەببى شىپا ( 33 ـ نۇسخا ) دىن 5 تال ، ئەرەقى بەدىيان ( 264 ـ نۇسخا ) دىن 50 مىللىلىتىر ئىچۈرۈلىدۇ .

16 ) شەربىتى خەشخاش ( 229 ـ نۇسخا ) كۈنىگە 3 ۋاخ 30 مىللىلىتىردىن بېرىلىدۇ .

17 ) تەرياقى نەزلە ( 133 ـ نۇسخا ) دىن 9 گرام ، ئەرەقى گاۋزىبان ( 270 ـ نۇسخا ) دىن 50 مىللىلىتىرنى ئەتىگەن تاماقتىن بۇرۇن ئىچۈرسە بولىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

18 ) زۇكام سەپرا خىلىتىنىڭ تەسىرىدىن پەيدا بولغان بولسا ، بىنەپشىدىن 15 گرام ، ئاق لەيلىدىن 10 گرام ، ئەينۇلىدىن 60 گرام ، تەمرى ھىندى ، پۇنۇستىن 45 گرامدىن ، زەنجىۋىلدىن 30 گرام ، ئەنگۈرشىپا ، چىلان قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 9 گرامدىن ئېلىپ ، مۇڭاپىق مىقدارىدىكى قايناق سۇ بىلەن دەملەپ ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ . بۇنىڭ بىلەن بىللە ، بىنەپشە ، بابۇنە ، ئاق لەيلى قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 6 گرامدىن ، ئۇسۇڭ ئۇرۇقىدىن 9 گرام ئېلىپ ، مۇڭاپىق مىقدارىدىكى سۇدا قاينىتىپ ، سۈيى ئىلمان ھالەتكە كەلگەندە باشنى يۇيۇش بۇيرۇلىدۇ .

19 ) زۇكام بەلغەم خىلىتىنىڭ تەسىردىن پەيدا بولغان بولسا ، زۇپادىن 10 گرام ، چۇچۇكبۇيا يىلتىزىدىن 9 گرام ، ئەنجۇر قېقىدىن 3 دانە ، ئۇرۇقسىز ئۈزۈمدىن 15 گرامنى مۇۋاپىق مىقداردىكى قاينات سۇدا دەملەپ ، تەمى سۇغا تولۇق چىققاندىن كېيىن ، 30 گرام تەرەنجىۋىل ئىلاشتۇرۇپ ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ . بۇنىڭ بىلەن بىرگە ، قاراكۆز بەدىيان ، بابۇنە ، بادرەنجىبۇيا ، سەئتەر ، ئىككىلىملىك قاتارلىق دورىلار- دىن 6 گرامدىن ئېلىپ ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇدا قاينىتىپ باش يۇيۇلىدۇ .

20 ) زۇكام سەۋدا خىلىتىنىڭ تەسىردىن پەيدا بولغان بولسا ، بىنەپشە ، ئاق لەيلى ، ئۇسۇڭ ، قاپاق يوپۇرمىقىدىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ قاينىتىپ ، پېشانە ۋە ئىككى چېكە يۇيۇلىدۇ .

21 ) زۇكام ئىسسىقلىق تەسىردىن پەيدا بولغان بولسا ، بىنەپشە- دىن 15 گرام ، ئاق لەيلى ، ھەمىشە باھار ، گاۋزىبان ، چىلان قاتارلىقلاردىن 10 گرامدىن ، بېھى ئۇرۇقى ، ئەرەب يېلىمىدىن 3 گرامدىن ئېلىپ ، بىر سوتكا قاينىتىلغا چىلاپ كاشكاپ تەييارلاپ ئىستېمال قىلدۇرۇش بىلەن بىللە ، كافۇرنى كۆيدۈرۈپ بۇرۇنغا پۈرىتىش كېرەك .

22 ) زۇكام سوغۇقلۇق تەسىردىن پەيدا بولغان بولسا ، سەندەل ، قۇستە ، سىيادانلارنىڭ ھەر بىرىدىن تەڭ مىقدارىدا ئېلىپ ، سىركىگە چىلاپ ، كۆيدۈرۈپ پۈرىتىلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

23 ) گۈلى بىنەپشە ، كاسنە ئۇرۇقى ، بەدىياندىن 5 گرامدىن ، ئۇرۇقسىز ئۈزۈمدىن 7 دانە ، گاۋزىباندىن 3 گرام ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، ھەمىشە باھار ئۇرۇقىدىن 5 گرامدىن ئېلىپ ، 8 سائەت ئەترايىدا پاكىز سوغۇق سۇغا چىلاپ ، تەمى چىققاندىن كېيىن سۈزۈپ ، سۈيىنى ئىچسە ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ .

24 ) سوغۇقتىن بولغان يۇقۇملۇق زۇكامنى داۋالاشتا ، گۈلى بى- نەپشە ، بەدىيان ، بىخسۇس ، ئەنجۇر مونىكى ، پىرسىياۋشان ، زەنجىۋىل

قاتارلىق دورىلارنىڭ ھەر بىرىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ، 100 گرام قايناق سۇغا سېلىپ 2 قېتىم دەملەپ ، ئازراق گۈلقەنت سېلىپ ئىچۈرسە ، كېسەل شىپا تاپىدۇ . ئۇنىڭدىن باشقا ، پاقلان گۆشىنىڭ شورپىسىغا سامسا قىنى كۆپەك سېلىپ ئىستېمال قىلىپ بەرسە ، سوغۇقتىن بولغان زۇكام ئاسان ساقىيىدۇ .

25 ) ئىسسىقتىن بولغان يۇقۇملۇق زۇكامنى داۋالاشتا ، گۈلى بىنەپشىدىن 15 گرام ، نېلۇپەردىن 10 گرام ، ئەينۇلىدىن 30 گرام ئېلىپ دەملەپ ، كۈندە 2 قېتىم ئىچۈرسە تېز مەنپەئەت قىلىدۇ . مۇرەككەپ دورىلاردىن لوئۇقى كەتان ( 183 ـ نۇسخا ) ، لوئۇقى سەرپىستان ( 175 ـ نۇسخا ) ، شەربىتى زۇپا ( 232 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلارمۇ ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## مېڭە پەردىسىنىڭ ياللۇغى

بۇ ، تۆت خىلىتنىڭ سان ـ سۈپىتى ۋە كەيپىياتتىكى ئۆزگىرىش ، ھەمدە يۇقۇملىنىش سەۋەبىدىن مېڭە ۋە مېڭىنى ئوراپ تۇرغۇچى پەردىلەرنىڭ ياللۇغلىنىشى بىلەن مېڭىنىڭ خىزمىتى ئوخشاشمىغان دەرىجىدە قالايمىقانلىشىپ ، بەدەندە جىددىي ھالەتتىكى ئۆزگىرىشلەرنى ، ھەتتا پالەچلىك ۋە ئۆلۈمنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدىغان كېسەللىك بولۇپ ، كېسەللىك كەلتۈرۈپ چىقارغۇچى خىلىتنىڭ ئۆزىگە خاس ئالامەتلىرى بولغاندىن باشقا ، جىددىي قۇسۇش ، يۇقىرى قىزىتما ، جۆيلۈش ، بىئارام‌لىق ، باش ئاغرىش ، يورۇقلۇقتىن ئۆزىنى قاچۇرۇش ، ئۇيقۇسىزلىق ۋە قول ـ پۇت ھەرىكەتلىرى قالايمىقانلىشىش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) كېسەللىك قانىنىڭ ئۆزگىرىشىدىن پەيدا بولغان بولسا ، قانىنى

تەڭشەش ئۇچۇن بىمارغا بىرقانچە كۈن يېڭى مېۋىلەرنىڭ سقىپ چىقىرىلغان سۈيىنى ئىچۈرۈش بىلەن بىللە ، ئەينۈلا ، تەمرى ھىندىلارنىڭ شىربىسىگە مۇۋاپىق مقداردا تەرەنجىۋىل قېتىپ ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ . مېڭىدىكى يالۇغنى قايتۇرۇپ ، ھارارەتنى پەسەيتىش ئۇچۇن ، قىزىلگۈل ئەرەقى (269 ـ نۇسخا ) ، سىركىلەرنى گۈل يېغى ( 297 ـ نۇسخا ) بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ باش قىسمىغا چېپىش ؛ نېلۇپەر ، بىنەپشىلەرنى بۇرۇنغا پۇرىتىش ، ھۆل قاپاقنىڭ سقىپ چىقىرىلغان سۇيى تەرخەمەك ، ھۆل يۇمغاقسۇتنىڭ سقىپ چىقىرىلغان سۇيى ۋە مۇۋاپىق مقداردىكى گۈل يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ شېشىگە قاچىلاپ بۇرنىغا پۇرىتىش ؛ ئارپا مايسىسى ، قارا سۆگەت يوپۇرمقى ، ئاق لەيلى گۈلى ، سېمىز ئوت ، كاسنە مايسىسى قاتارلىق دورىلارنىڭ ھەر قايسىسىدىن تەڭ مقداردا ئېلىپ ، دورىلارنى چىلاشقۇدەك سۇدا قاينىتىپ ، سۈيىدە ئومۇمىي بەدەننى يۇيۇش كېرەك . چوڭ تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش ئۇچۇن ، خىيارشەنبەر سۈيىدە كىلىزما قىلىش لازىم . ئۇيقۇسىزلىق ئەھۋالى بولسا ، شەربىتى خەشخاش ( 229 ـ نۇسخا ) تىن مەلۇم مقىدارىدا ئېلىپ ، ناۋات قوشۇلغان ئەرەقى بىدمىشكى ( 265 ـ نۇسخا ) بىلەن بىرگە ئىستېمال قىلدۇرۇش ، ئۇسسۇزلۇقنىغا ئەرەقى گۈل بېرىش لازىم .

2 ) كېسەللىك سەپرا خىلىتىنىڭ ئۆزگىرىشىدىن پەيدا بولغان بولسا ، ئالدى بىلەن بەدەندىكى سەپرانى پەسەيتىش ئۇچۇن تەمرى ھىندى ، ئەينۈلا ، قارىئۆرۈك ، چىلان ، سەرپىستان ، تەرەنجىۋىللەرنىڭ ھەر قايسىسىدىن مۇۋاپىق مقداردا ئېلىپ ، چىلاشقۇدەك سۇغا چىلاپ ، شىربىسىنى چىقىرىپ ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ . بەدەننىڭ ھارارىتىنى پەسەيتىش ، بەدەنگە ھۆللۇك يەتكۈزۈش ئۇچۇن ، تاتلىق ئانار ۋە چۇچۇمەل ئانارلارنىڭ سۇيىگە قاپاق سۇيى ، تاۋۇز سۇيى ، ئەرەقى گۈل قاتارلىقلارنىڭ ھەر قايسىسىدىن مۇۋاپىق مقداردا ئارىلاشتۇرۇپ ، ئازراق ناۋات سېلىپ ئېرىتىپ ئىستېمال قىلدۇرۇش بىلەن بىرگە ، كۆك قاپاقنىڭ لېشى ، تەرخەمەك ، ئەنگۈرشىپا ، سۆگەت يوپۇرمقى ، سۆگەت يىلتىزى

قاتارلىق دورىلارنىڭ ھەر قايسىسىدىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇدا قاينىتىپ ، سۈيىگە مەلۇم مىقداردا سىركە ۋە گۈل يېغى ئارىلاشتۇرۇپ باش ساھەسى يۇيۇلىدۇ . تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش ئۈچۈن ، تەرەتنى بوشاتقۇچى دورىلار بىلەن كىلىزما قىلىنىدۇ . ئۇيقۇ كەلتۈرۈش ئۈچۈن ، ئۇسۇلۇك ئۇرۇقى ، خەشخاش پوستى ، بابۇنە قاتارلىقلارنىڭ ھەر قايسىسىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ، چىلاشقۇدەك سۇدا قاينىتىپ ، سۈيىدە باش ساھەسى يۇيۇلىدۇ . زىيادە ئۇسسۇزلۇقنى پەسەيتىش ئۈچۈن ، شەربەتى خەشخاش ( 229 ـ نۇسخا ) قائىدە بويىچە ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ ، بۇنىڭغا قوشۇپ تاۋۇز ئۇرۇقى شىرىسى ، ئىسپىغۇل لۇئابى قاتارلىقلارنىڭ ھەر قايسىسىدىن 12 مىللىلىتىردىن ، ئەرەقى گاۋزىبان (270 ـ نۇسخا ) دىن 60 مىللىلىتىر ، ئەرەقى نىلۇپەردىن 120 مىللىلىتىر ، قورۇپ سوقۇلغان بالەنگۇ ئۇرۇقى تالقىنىدىن 10 گرام ئېلىپ ، ھەممە دورىلارنى تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ ئىستېمال قىلدۇرۇش بىلەن بىرگە ، مۇ-رەككەپ دورىلاردىن ئىتتىرىپىل كەشنىزى ( 114 ـ نۇسخا ) نى ئەرەقى گاۋزىبان ( 270 ـ نۇسخا ) بىلەن قوشۇپ ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

3 ) كېسەللىك بۇزۇلغان قان ۋە ئۆتكۈر سەپرانىڭ ئورتاق تەسىر قىلىشىدىن پەيدا بولغان بولسا ، بىمارغا قاپاق ئۇرۇقى مېغىزىدىن 25 گرام ، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى ، تاۋۇز ئۇرۇقى مېغىزى قاتارلىقلارنىڭ ھەر قايسىسىدىن 36 گرامدىن ئېلىپ سوقۇپ ، تاسقاپ سۇپۇپ تەييارلاپ ، كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 12 گرامدىن ئارپا سۈيى بىلەن بىرگە ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ . كۆك تەرخەمەكتىن 60 گرام ، تاۋۇز شاپىقى ، كۆك يۇمغاقسۇت ، سۆگەت يوپۇرمىقى ، ئاق سەندەل ، نىلۇپەر ، ئۇسۇلۇك ئۇرۇقى ، تاۋۇز ئۇرۇقى مېغىزى قاتارلىق دورىلارنىڭ ھەر بىرىدىن 30 گرامدىن ئېلىپ ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سىركە ، گۈل يېغىغا چىلاپ بىر كېچە تۇرغۇزۇپ ، سۈيىدە باش ساھەسى يۇيۇلىدۇ .

4 ) كېسەللىك بەلغەم خىلىتىنىڭ ئۆزگىرىشىدىن پەيدا بولغان بولسا ، ئالدى بىلەن ئۆزگەرگەن بەلغەم خىلىتىنى پىشۇرۇش ئۈچۈن

بىمارغا بەدىيان يىلتىزى پوستى ، چىڭسەي يىلتىزى ، رۇمبەدىيان ، ئۇ-
رۇقسىز ئۇزۇم ، ئىزخىر يىلتىزى ، ئۇستىقۇددۇس قاتارلىق دورىلارنىڭ
ھەر قايسىسىدىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ ، دورىلارنى چىلاشقۇدەك سۇغا
چىلاپ ، تەمى چىققاندىن كېيىن سۈزۈپ ، دورا سۈيىگە مۇۋاپىق مىقداردا
ھەسەل بىلەن تەييارلانغان گۈلقەنت ياكى سىركەنجۈبىل ئارىلاشتۇرۇپ
ئىستېمال قىلىدۇرۇلىدۇ . بەدەندىكى بەلغەم خىلتى تولۇق پىشىپ
بولغاندىن كېيىن ، بەلغەمنى سۈرگۈچى دورىلار ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ
ياكى سۈرگە دورىلىرىدىن تەييارلانغان دورا سۈيۇقلۇقدا كىلىزما
قىلىنىدۇ . دەسلەپكى داۋالاش كۈنلىرى سىركىگە گۈل يېغى ئارىلاشتۇ-
رۇپ باش ساھەسىگە چاپسا ياكى ئاق سەندەلنى قىزىلگۈل ئەرەقىدە
سۈرۈپ باش ساھەسىگە چاپسا بولىدۇ . بۇ ئۇسۇلنى ئىككى كۈن
داۋاملاشتۇرغاندىن كېيىن ، يۇقىرىقى دورىلارغا ئېزىپ تەييارلانغان مەلۇم
مىقداردىكى قۇندۇز قەھرىنى ئارىلاشتۇرۇپ يەنە باش ساھەسىگە چاپسا
بولىدۇ . بىمارنىڭ كېسەللىكى سەل ياخشىلىنىشقا قاراپ يۇزلەنگەندىن
كېيىن ، قۇندۇز قەھرى ، ئاقىرقەرھا ، يالپۇز ، تاغ يالپۇزى ، توغرىغا قاتار-
لىق دورىلار بىرلىكتە سىركىگە چىلىنىپ ، تەمى چىققاندىن كېيىن مەلۇم
مىقدارىدا زەيتۇن يېغى ئارىلاشتۇرۇلۇپ باش ساھەسىگە چېپىلىدۇ . مېڭە-
دىكى كېسەللىك ماددىلىرىنى تازىلاش ئۈچۈن ، كۈندۇش ، قۇندۇز
قەھرى ، قارىمۇچ قاتارلىق دورىلارنىڭ ھەر قايسىسىدىن مۇۋاپىق مىقدارىدا
ئېلىپ سوقۇپ ، تاسقاپ سۈپۈپ تەييارلاپ بۇرۇنغا پۈرىتىلىدۇ . يۇقىرىقى
دورىلاردىن باشقا ، سەبرە ، ئاچچىق تاۋۇز ، تۇربۇت ، سوقمۇنىيا ، غار-
قۇن ، مەستىكى قاتارلىق دورىلارنىڭ ھەر قايسىسىدىن تەڭ مىقدارىدا
ئېلىپ ، سوقۇپ تاسقاپ ، بەدىيان سۈيى بىلەن ھەر دانىسى نوقۇت چوڭ-
لۇقىدا ھەب تەييارلاپ ، بىمارنىڭ روھىي ھالىتىگە ئاساسەن كۈندە 1 قېتىم
7 — 15 دانە قاينىق سۇ بىلەن ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ . بەدىيان يىلتىزى ،
چىڭسەي يىلتىزى ، بىخ كەبىر ، پىننە ، قەنتەرىيۇن ، ئىزخىر قاتارلىق دو-
رىلارنىڭ ھەر بىرىدىن ھاجەتكە لايىق ئېلىپ ، 1 لىتىر سۇغا بىر كېچە

چىلاپ ، سۇنىڭ يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ سۈزۈپ ، دورا سۈيىگە زاراڭزا مېغىزى شىرىسى ۋە سوقۇپ ئۇپا ھالەتكە كەلتۈرۈلگەن ئاچچىق تاۋۇز ، سوقمۇنيا ، نەمەكى ھىندى ، توغرىغا قاتارلىق دورىلارنىڭ تالقانلىرىدىن مەلۇم مىقدارىدا ئارىلاشتۇرۇپ كىلىزما قىلىنىدۇ .

5 ) كېسەللىك سەۋدا خىلىتىنىڭ ئۆزگىرىشىدىن پەيدا بولغان بولسا ، ئۆزگەرگەن سەۋدا خىلىتىنى پىشۇرۇش ئۈچۈن ئالدى بىلەن بەمارغا گاۋزىبان ، بادرەنجبۇيا ، بىستىپايەج ، سەرپىستان ، تەرەنجىۋىل قاتارلىق دورىلارنىڭ ھەر قايىسىسىدىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ دەملەپ ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ . ماددا پىشقاندىن كېيىن ، سەۋدا خىلىتىنى تەنقىيە قىلغۇچى دورىلارنى تەييارلاپ ئىستېمال قىلدۇرۇپ بەدەن تازىلىنىدۇ . ئومۇمىي بەدەنگە ، بولۇپمۇ مېڭگە ھۆللۈك يەتكۈزۈش ئۈچۈن ، كۆپلەپ ئارپا دەملىمىسى ئىچۈرۈلىدۇ . بەدەندىكى كېسەللىك ماددىلارنى يۇمشىتىپ پارچىلاش ئۈچۈن ، سىركەنجىۋىل ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ . سەۋدا ماددىسى تەڭشىلىپ ، كېسەللىك بىرئاز ياخشىلىنىشقا قاراپ يۇزلەنگەندىن كېيىن ، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى ، پىننە ، بىنەپشىلەرنىڭ ھەر بىرىدىن ئېھتىياجغا لايىق ئېلىپ ، سوقۇپ تاسقاپ ، ئادەم سۈتى بىلەن مەلھەم تەيىارلاپ ، باش ساھەسىگە چېپىلىدۇ . بابۇنە ، قىزىلگۈل ، پىننە ، ئەككىلمىلىك ، خەشخاش يوپۇرمىقى قاتارلىق دورىلارنىڭ ھەر قايىسىسىدىن تەڭ مىقدارىدا ئېلىپ ، قاياق سۇغا چىلاپ يۇمشاتقاندىن كېيىن ، دورا تېرىپلىرى باشقا چېپىلىدۇ . بىنەپشە يېغى ، بابۇنە يېغى ، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى يېغى قاتارلىقلارنىڭ مەلۇم بىرىگە ئادەم سۈتى ئارىلاشتۇرۇلۇپ باش ساھەسى يېغلىنىدۇ . بۇنىڭغا قوشۇپ سېرىق ئوت ، بىستىپايەج ، غارىقۇن ، ئاچچىق تاۋۇز ، سوقمۇنيا ، لاچۇمرد ، ھەببى بىلسان قاتارلىق دورىلارنىڭ ھەر قايىسىسىدىن تەڭ مىقدارىدا ئېلىپ ، سوقۇپ تاسقاپ ، كاسىنە ئۇرۇقى سۇيى بىلەن خېمىر قىلىپ ، ھەر دانىسى نوقۇت چوڭلۇقىدا ھەب تەييارلاپ ، كۈندە 1 قېتىم 5 ــــ 9 دانە ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ . سېرىق ئوت ، قارا ھېلىلە ، كابۇل ھېلىلىسى ، سانا ، شاھتەررە ، بادرەنجە-

بۇيا ، گاۋزىبان ، ئۇرۇقسىز ئۇرۇم ، بىستىپايەج ، ئارپا قاتارلىق دورىلارنىڭ ھەر قايسىسىدىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ ، دورىلار چىلاشقۇدەك سۇغا چىلاپ ، قاينىتىپ سۈزۈپ ، بۇنىڭغا مەلۇم مىقداردا قارا شېكەر ، ئېرىتىلگەن خىيارشەنبەر شىرىسى ، بادام يېغى ، گۈل يېغى قاتارلىقلارنى ئارىلاشتۇرۇپ كىلىزما قىلىنىدۇ ( بۇ ئىككى خىل نۇسخىنىڭ سەۋدا خىلىتىنى تازىلاش-تىكى ئۇنۇمى يۇقىرى ) .

6 ) كېسەللىك بەلغەم ۋە سەۋدا خىلىتلىرىنىڭ ئورتاق تەسىر قىلىشىدىن پەيدا بولغان بولسا ، گۈلى بىنەپشە ، ئۇستىقۇددۇس ، نېلۇپەر ، بادرەنجبۇيا ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، خۇببازى ئۇرۇقى ، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 6 گرامدىن ، ئەنجۇردىن 3 دانە ، سەرپىستان ، ئۇرۇقسىز ئۇزۇملەرنىڭ ھەر بىرىدىن 11 داندىن ، ئەرەقى گاۋزىبان ، ئەرەقى بەدىيانلارنىڭ ھەر بىرىدىن 120 مىللىلىتىردىن ئېلىپ ، دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ چىلاپ ، قاينىتىپ ، سۈزۈپ سۈيىنى بىنەپشە شەربىتى بە-لەن بىرگە 30 مىللىلىتىردىن ئىستېمال قىلدۇرسا بولىدۇ . مۇرەككەپ دورىلاردىن خەمىرى گاۋزىبان ئەنبىرى ( 138 ـ نۇسخا ) ، خەمىرى گاۋ-زىبان ساددە ( 138 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلار ئەرەقى گۈل بىلەن بىرگە ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

7 ) بىمارغا مېۋە سۈيى ۋە مېۋە شەربەتلىرىنى ئىچۈرۈش ، تەمرى ھىندىنى ئەرەقى نېلۇپەر ياكى گۈلابقا چىلاپ تەمىنى چىقىرىپ ئىستېمال قىلدۇرۇش ، بۇلارغا قوشۇپ مۇرەككەپ دورىلاردىن ئىتىرىپىل كەشـ-نىزى ( 114 ـ نۇسخا ) ، ئەرەقى گاۋزىبان ( 270 ـ نۇسخا ) ، خەمىرى گاۋزىبان ئەنبىرى ( 138 ـ نۇسخا ) ، خەمىرى گاۋزىبان ساددە ( 138 ـ نۇسخا ) ، داۋا ئىلمىشكى بارىد ( 72 ـ نۇسخا ) قاتارلىق دورىلارنى كۇندە قائىدە بويىچە يېگۈزۈش لازىم .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

# II باب هەربىر ئەسەبلىرىنىڭ كېسەللىكلىرى

## پالەچ

بۇ ، ئورگانىزمدىكى خىلىتلار تەڭپۇڭلۇقى بۇزۇلۇپ توسالغۇ پەيدا بولۇش ، سىرتقى زەخىم ، قاتتىق سوغۇق ئۆتۈش ، مېڭە ئەسەبلىرىگە زەھەر يېتىش ياكى ئەسەبلەرنىڭ سېزىش ۋە ھەرىكەتنى ئۆتكۈزۈش ئىقتىدارى يوقلىش سەۋەبىدىن پەيدا بولىدىغان كېسەللىك بولۇپ ، ئومۇمىي بەدەننىڭ توغرىسىغا ياكى ئۈزۈنسىغا دەل يېرىمنىڭ ياكى بىرەر ئەزانىڭ سېزىمى ۋە ھەرىكەت قابىلىيىتى يوقلىش ئالامتى بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) بەلغەمنىڭ مۇنزىجى بېرىلىدۇ ، ئاندىن كېيىن بەدەننى تەنقىيە قىلىش ، توسالغۇلارنى ئېچىش ئۈچۈن مۇسھىل دورىلار بېرىلىپ ، ئارقىدىن مائۇل ھەسەل ( 251 ـ ، 252 ـ نۇسخا ) ، داۋا ئىلمىشكى شېرىن ( 70 ـ ، 71 ـ نۇسخا ) ، ھەببى جەدۋار ( 26 ـ نۇسخا ) ، مادداتۇلـ ھايات ( 85 ـ نۇسخا ) ، لوبۇبى كەبىر ( 82 ـ نۇسخا ) ، جاۋارىش جالىنۇس (122 ـ نۇسخا ) قاتارلىق دورىلار بېرىلىدۇ . بەدەننى سىرتتىن زەيتۇن يېغى ، قۇسته يېغى ( 291 ـ نۇسخا ) ، قەلەمپۇر يېغى ( 292 ـ نۇسخا ) ، ئىت يېغى قاتارلىق دورىلاردا ياغلىسا بولىدۇ .

2 ) سوزۇلما خاراكتېرلىك پالەچ كېسەللىكىگە گىرىپتار بولغانلارغا مەجبۇرىيەت ، قىيام ، شەربەتلەرنى بەرسە ۋە ئۇلارنى ئىسسىقلىق ياغلاردا

ياغلاندۇرسا بولىدۇ . دەسلەپتە تۆۋەندىكى مۇنزىجنى بېرىش كېرەك :

بەدىيان يىلتىزى ، بەدىيان ، چىگسەي يىلتىزى ، ئىزخىر ، بىخ كەبىر ، پىرسىياۋشان ھەر بىرىدىن 7 گرامدىن ، بىخسۇس ، گاۋزىبان ، ئۇستىقۇددۇس ھەر بىرىدىن 5 گرامدىن ، قۇرۇق مۇناقى ئۇزۇمدىن 9 دانە ، ئەنجۇردىن 3 دانە ئېلىپ ، بۇلارنى بىر كېچە قاينىق سۇغا چىلاپ ، ئەتىسى سەھەردە سۈزۈپ ، سۈيىگە 15 گرام خەمىرى بىنەپشە ئارىلاشتۇرۇپ ، كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 20 ـــ 30 گرام ئىچۈرسە بولىدۇ .

3 ) يۇقىرىقى مۇنزىجنى ئىچىپ بولغاندىن كېيىن ، تۆۋەندىكى مۇسھىلنى بېرىش كېرەك :

سانا ، تۇربۇتتىن 7 گرامدىن ، پۇنۇس ، سەرپىستان ، تەرەنجىۋىل ھەر بىرىدىن 12 گرامدىن ، قىزىل شېكەر گۈلقەنتتىن 15 گرام ، بادام مېغىزىدىن 5 دانە ئېلىپ ، بۇلارنى بىر كېچە قاينىق سۇغا چىلاپ ، سۈزۈپ گۈلقەنتنى ئارىلاشتۇرۇپ ، ھەممىنى ئىككى قېتىمدا ئىچۈرۈپ بولۇش كېرەك . ئۇنىڭدىن كېيىن ، مېڭىنى تەنقىيە قىلىش ئۈچۈن ھەببى ئايارەج ( 1 ـ نۇسخا ) ، ئىترىپىل ئۇستىقۇددۇس ( 107 ـ نۇسخا ) بېرىش كېرەك . ئارقىدىن ئەھۋالغا قاراپ داۋا ئىلمىشكى ( 71 ـ نۇسخا ) ، مائۇل ھەسەل ( 251 ـ نۇسخا ) ، ھەببى مەنتەن ، ھەببى جەدۋارچىنى ( 26 ـ نۇسخا ) ، ھەببى شىتىرەنج بېرىش كېرەك . ھەپتىدە 1 قېتىم ئايارەج لۇغازىيا ( 105 ـ نۇسخا ) بېرىش ۋە پۇت ـ قوللارنى ئىسسىقلىق ياغلار بىلەن ياغلاپ تۇرۇش كېرەك .

4 ) يۇقىرىقىلاردىن باشقا ، مەجۇنى ئازاراقى ( 4 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى سەۋم ( 60 ـ نۇسخا ) ، داۋا ئىلمىشكى شېرىن ( 70 ـ نۇسخا ) ، خەمىرى ئەۋرىشم ( 134 ـ نۇسخا ) ، خەمىرى سەندەل ( 137 ـ نۇسخا ) ، ئەرەقى گاۋزىبان ( 270 ـ نۇسخا ) ، ساپ ھەسەل قاتارلىق دورىلار سوغۇقتىن بولغان پالەچ ، ئىستىرخا ، پۇت ـ قولنىڭ سوۋۇپ بوشىشىپ كېتىشى قاتارلىق كېسەللىكلەرگە ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

5 ) كېسەللىك ماددىسىنى پىشۇرغۇچى قاينىتما ئىچۈرۈلىدۇ .

تەركىبى : رۇمىدىياندىن 6 گرام ، چۇچۇكبۇيا يىلتىزىدىن 10 گرام ، قاراكۆز بەدىيان ئۇرۇقى ، جۇۋۈننە ، بىخ كەبىر ، قەرەدمانە ، چىگىسەي ئۇرۇقى ، بەدىيان يىلتىزى ، چىگىسەي يىلتىزى ، ئىزخىردىن 10 گرامدىن ئېلىپ ، يىرىكلىرىنى چالا سوقۇپ ، سۇغا 12 سائەت چىلاپ ، ئارقا ـ ئارقىدىن قاينىتىپ ، سىقىپ سۈزۈپ ئېلىپ 100 گرام گۈلقەنت سېلىپ ، كۈندە ئەتىگەندە ئىچىلىدۇ .

6 ) ئەگەر كېسەل بولغۇچىنىڭ هالى خاراپراق بولسا ، قاقىلە ، زەنجىۋىل ، دارچىن ، زىرە ، پىننىدىن 0.5 گرامدىن ئېلىپ كەپتەر گۆشى بىلەن قاينىتىپ ، 5 ـــ 7 كۈن بېرىش بىلەن بىللە ، بەشىنچى كۈنى تۆۋەندىكى مۇنزىجنى قاينىتىپ بېرىش كېرەك :

تەركىبى : گۈلى بىنەپشىدىن 5 گرام ، ئۇششاق ئۈزۈم ، بەدىيان ، بەدىيان يىلتىزى ، چىگىسەي يىلتىزى ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، هەمىشە باهار ئۇرۇقىدىن 5 گرامدىن ، ئۇستىقۇددۇس ، ئىزخىردىن 3 گرامدىن ، ئەنجۇر مۇنەككىدىن 20 گرام ، پىرسىياۋشاندىن 5 گرام ئېلىنىدۇ . يىرىكلىرى سوقۇلۇپ 1200 گرام سۇغا چىلىنىپ ، ئەتىسى ئەتىگەندە قاينىتىپ ، سىقىپ سۈزۈپ 100 گرامغا 40 گرام خەمىرى بىنەپشە قوشۇپ بېرىلىدۇ . ئۇنىڭدىن كېيىن ، مائۇل هەسەل ( 251 ـ ، 252 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ .

7 ) كۈندە 1 قېتىم ئاخشامدا هەببى مەنتەن ياكى هەببى شىتىرەنج بېرىلىدۇ .

هەببى مەنتەن نۇسخىسى : سەبرە سۇقۇتىرىدىن 30 گرام ، ئاچچىق تاۋۇز ، قەنتەرىيۇن ، ماهى زەهرەجتىن 15 گرامدىن ، پەرپىيۇندىن 6 گرام ، قۇندۇز قەهرى ، زەنجىۋىل ، هىلە ، سەكبىنەج ، جاۋاشىر ، قارا مۇچىتىن 3 گرامدىن ، قىچىدىن 30 گرام ئېلىپ ، سوقۇپ سۇ بىلەن يۇغۇرۇپ ، قارىمۇچ چوگلۇقىدا كۈمىلاچ تەييارلاپ ، كۈندە 3 قېتىم 3 ـــ 9 دانە بېرىلىدۇ .

( خوتەن هۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

8 ) مېڭە قان تومۇر قېتىشىشتىن بولغان پالەچ كېسەللىكى توساڭ غۇلارنى ئېچىش ، قان بېسىمنى چۈشۈرۈش ، قان ئايلىنىشنى ۋە ھەرىكەت ئىقتىدارىنى ياخشىلاش پرىنسىپى بويىچە داۋالىنىدۇ . 10 كۈن مائۇل ھەسەل ( 251 ـ نۇسخا ) كۈندە 3 ۋاخ 200 مىللىلىتىردىن بېرىلىدۇ . ھەببى قوقىيا ( 35 ـ نۇسخا ) ۋە مەجۇنى ئەقرەب ( 48 ـ نۇسخا ) ئىچۈرۈلىدۇ . سىرتتىن رەۋغىنى بەيزە ( 283 ـ نۇسخا ) ، مەلھەمى بەيزە (300 ـ نۇسخا ) ، رەۋغىنى قۇستە ( 291 ـ نۇسخا ) بىلەن ياغلىنىدۇ . يېمەك ـ ئىچمەك جەھەتتە يەل ـ يېمىش ، سوغۇق تەبىئەتلىك بوشاش تۇرغۇچى سەي ـ كۆكتات ۋە يېمەكلىكلەر ، ھايۋانات يېغى ، تۇخۇمدىن پەرھىز قىلدۇرۇلىدۇ ، ئاسان سىڭىدىغان يېمەكلىك ، قۇش گۆشلىرى بېرىلىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## ئىستىرخا

بۇ ، ئومۇمىي بەدەن ياكى مەلۇم بىر ئەزانىڭ سەزگۈ ۋە ھەرىكەت نېرۋىلىرىنىڭ خىزمىتى سۇسلىشىشتىن كېلىپ چىقىدىغان ، ئوتتۇرا ياشلىق ۋە ياشانغانلاردا كۆپ ئۇچرايدىغان كېسەللىك بولۇپ ، كېسەللەنگەن جايىنىڭ سېزىمى ساقلىنىپ قالسىمۇ ، ھەرىكىتى سۇسلىشىپ كېتىش ياكى بوشاپ كېتىش ئالامىتى بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) بەدەندىكى خىلىتلارنى تەڭشەپ ، مىجەز نورماللاشتۇرۇلىدۇ . بەدەندىكى بەلغەم خىلىتىنى پىشۇرۇش ئۇچۇن ، ئالدى بىلەن بىمارغا بەدىيان يىلتىزى ، چىڭسەي يىلتىزى ، بىخ كەبىر ، ئىزخىر ، پىرسىياۋشان ، بادرەنجبۇيا قاتارلىق دورىلارنىڭ ھەر بىرىدىن 15 گرامدىن ، قىزىلگۈل ، ئۇستىقۇددۇس ، بىستىپايەج چىنى ، رۇمبەدىيان ، گۈلى بىنەپشە ، سەرپىستان قاتارلىق دورىلارنىڭ ھەر بىرىدىن 10 گرامدىن ، ئەنجۇر قېقى ،

گۈلقەنتتىن 60 گرامدىن ، بادام يېغىدىن 10 گرام ئېلىپ ، قائىدە بويىچە 750 مىللىلىتىر شەربەت تەييارلاپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 30 مىللىلىتىردىن 9 كۈن ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ ، ئاندىن بەدەندىكى ئارتۇقچە ھۆللۈكنى يوقىتىش ، كېرەكسىز ماددىلارنى تازىلاپ چىقىرىش ئۈچۈن ھەببى ئايارەج ( 1 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ .

2 ) بىمارنىڭ بەدىنىنى قىزىتىش ، قان ئايلىنىشنى ياخشىلاش ، پەي ـ مۇسكۇلنى چىڭىتىش ، نېرۋا سېزىمنى ئەسلىگە كەلتۈرۈش ئۈچۈن ، ھەسەلدىن 200 مىللىلىتىر ئېلىپ ، 500 مىللىلىتىر سۇ بىلەن قائىدە بويىچە مائۇل ھەسەل تەييارلاپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 30 مىللىلىتىردىن 3 كۈن ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ . ئاندىن دارچىن ، زەنجىۋىل ، خولىنجان ، مەستىكى ، لاچىندانە ، جويۇز ، بەسباسە قاتارلىق دورىلارنىڭ ھەر بىرىدىن 6 گرامدىن ، زەپەردىن 3 گرام ئېلىپ ، قائىدە بويىچە شەربەت تەييارلاپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 30 مىللىلىتىردىن 8 كۈن ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ . ئاخىرىدا گاۋزىبان ، بادرەنجبۇيا ، ئۇستىقۇددۇس ، بىستىپايەج ، لاچىندانە ھىندى ، سۇمبۇل ، سازەج ھىندى ، گۈلدارچىن ، ئاق سەندەل ، ئاق بەھمەن ، قىزىل بەھمەن ، ئىزخىر ، پىلپىل ، قاقىلە ، بەدىيان ، جويۇز ، خولىنجان ، ئاقىرقەرھا ، قەلەمپۇر قاتارلىق دورىلارنىڭ ھەر بىرىدىن 8 گرامدىن ، زەپەردىن 10 گرام ، ھەسەلدىن 500 مىللىلىتىر ئېلىپ ، قائىدە بويىچە مائۇل ھەسەل تەييارلاپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 30 ـــ 90 مىللىلىتىردىن 10 كۈن ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ . بۇنىڭغا قوشۇپ ، مۇرەككەپ دورىلاردىن ئىترىپىل ئۇستىقۇددۇس ( 107 ـ نۇسخا ) ، داۋا ئىلمىشكى شېربىن ( 70 ـ نۇسخا ) ، خەمىرى مەرۋايىت ( 136 ـ نۇسخا ) ، ماددەتۇلھايات ( 85 ـ نۇسخا ) ، خەمىرى گاۋزىبان ئەنبىرى ( 138 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى سەۋم ( 60 ـ نۇسخا ) قاتارلىق دورىلار ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ . سىرتتىن قۇستە ، قوۋزاق دارچىن ، قارمۇچ ، پەرپىيۇن قاتارلىق دورىلارنىڭ ھەر بىرىدىن 12 گرامدىن ، قۇندۇز قەھرىدىن 6 گرام ، زەيتۇن يېغىدىن 200 مىللىلىتىر

ئېلىپ ، قائىدە بويىچە ياغ تەييارلاپ ، پۇت ـ قول كۆندە 1 قېتىم ياغلىنىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## يۇز نېرۋىلىرى پالەچلىنىش

بۇ ، يۇز نېرۋىلىرىنىڭ پالەچلىنىشى سەۋەبىدىن يۈزنىڭ شەكلى ئۆزگىرىش ، باش ئاغرىش ، كۆز ، قاش ، كالپۇك ۋە پېشانە تېرىسى بىر تەرەپكە مايىماقلىشىپ قېلىش بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) بەدەندىكى غەيرىي تەبئىي بەلغەم ماددىسىنى تازىلاش ئۈچۈن گاۋزىبان ، رۇمبەدىيان 15 گرامدىن ، ئەپسەنتىن ، بەدىيانىدىن 11 گرامدىن ، پىرسىياۋشاندىن 23 گرام ، سانادىن 9 گرام ، سېرىق ھېلىلىدىن 45 گرام ئېلىپ ، دورىلارنى 700 مىللىلىتىر سۇغا چىلاپ ، 500 مىللىلىتىر قالغۇچە قاينىتىپ ، 100 گرام ھەسەل قوشۇپ ، سانانى ئايرىم چىنىگە چىلاپ سۈيىنى دورىلارغا ئارىلاشتۇرۇپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 60 ـــ 80 مىللىلىتىر ئىچۈرۈلىدۇ . سىرتىدىن قەلەمپۇر يېغى ( 292 ـ نۇسخا ) ياكى مۇڭاپىق ئاق تۇز قوشۇلغان تۇخۇم سېرىقى كېسەللەنگەن تەرەپكە سۈركىلىدۇ . ئىپار ياكى قۇندۇز قەھرىنىڭ بىرى سول تەرەپ كېسەللەنگەن بولسا ئوڭ تەرەپ بۇرۇنغا ، ئوڭ تەرەپ كېسەللەنگەن بولسا سول تەرەپ بۇرۇنغا پۇراشقا بېرىلىدۇ . كۈندە ئېغىزدا شۇمۇشكە جويۇز بېرىلىدۇ .

2 ) پىششىق دورىلاردىن لوبۇبى كەبىر ( 82 ـ نۇسخا ) ، ماددەتۇل ھايات ( 85 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى ئازاراقى ( 46 ـ نۇسخا ) تاللاپ بېرىلىدۇ .

3 ) تۆۋەندىكى نۇسخا ئىشلىتىلسە بولىدۇ .

تەركىبى : سۆئىلەپ چىنى ، ئاقىرقەرھا ، ئۇدسەلب ، ئۇد ھىندىدىن

15 گرامدىن ، ئۆشنە ، چارمىخ ، دۇرۇنەج ئەقرەبدىن 13 گرامدىن ، ئۇستىقۇددۇستىن 25 گرام ، گاۋزىبان ھىندىدىن 23 گرام ، ئەۋرىشىمدىن 11 گرام ، چىلغوزىدىن 35 گرام ، ئالتۇن ۋەرەق ، كۈمۈش ۋەرەقتىن 15 دانىدىن ئىلىپ ، ئالتۇن ۋەرەق ، كۈمۈش ۋەرەق ، قۇندۇز قەھرى ، ئەۋرىشىمدىن باشقىلىرىنى ياخشى سوقۇپ ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ 3 ھەسسە ھەسەل قوشۇپ ، قالغان دورىلارنى ئۇستىگە سىلىپ مەجۇن تەييارلىندۇ . كىسەللىك ئەھۋالىغا قاراپ كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 8 ــ 12 گرام بېرىلىدۇ .

( غۇلجا ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

4 ) كىسەللىك باشلانغان كۈندىن تارتىپ بىر ھەپتىگىچە مائۇل ھەسەل ساددە ( 251 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ . ئۇنىڭدىن كېيىن ، مائۇل ھەسەل مۇرەككەپ ( 252 ـ نۇسخا ) بىر ھەپتىگىچە بېرىلىدۇ . مائۇل ھەسەل مۇرەككەپتىن كېيىنلا ھەببى لەقۋا ( 41 ـ نۇسخا ) كىسەللىك ساقايغۇچە داۋاملىق بېرىلىدۇ .

5 ) بىمارنىڭ ئىككى چېكسى ۋە باشنىڭ چوققىسى رەۋغىنى قۇستە ( 291 ـ نۇسخا ) بىلەن ياغلىنىدۇ . شۇنىڭ بىلەن بىللە ، قىزىل زەمچىدىن 1 گرامنى 1 گرام ھەببۇلمۇلۇك بىلەن ئېزىپ خېمىر قىلىپ ، ساق تەرەپنىڭ چېكىسىگە قويۇپ يېلىملىق لاتا بىلەن چاپلاپ مۇقىملاشتۇرۇپ ، بىر سوتكىدىن كېيىن ئېلىۋېتىلىدۇ .

6 ) مەجۇنى ماددەتۇلھايات ( 85 ـ نۇسخا ) نى داۋاملىق يېگۈزۈشنىڭ تەسىرى كۆرۈنەرلىك بولىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

7 ) كىسەللىك باشلىنىپ تۆت كۈن ئۆتكەندە ، ئايارەج پەيقىرا ( 1 ـ نۇسخا ) دىن 3 گرام كۈندە 1 قېتىم بېرىلىدۇ .

8 ) قىچىنى سىركىدە ئېزىپ چېكىگە چاپسا بولىدۇ .

9 ) قىزىتما پەيدا بولۇپ قالغان بولسا ، تۆۋەندىكى مەتبۇخ بېرىلىدۇ .

تەركىبى : قىزىلگۈل ، ئاق لەيلى گۈلى ، گۈلى بىنەپشىدىن 6 گرامدىن ، بىخسۇستىن 5 گرام ، ئۇدسەلبتىن 4 گرام ئېلىپ ، 200 گرام بەدىيان ئەرەقىگە چىلاپ ، قاينىتىپ سۈزۈپ ، 40 مىللىلىتىر ئانار شەربىتى قوشۇپ ئىچۈرۈلىدۇ .

10 ) تەنقىيە قىلىنىپ بولغاندىن كېيىن ، ھەببى شىترەنجدىن 7 گرام قاياناق سۇ بىلەن ئىچۈرۈلىدۇ .

تەركىبى : تۈربۈتتىن 60 گرام ، سەبرىدىن 30 گرام ، زەنجۈبىل ، ئاق قىچا ، شىترەنج ھىندى ، نەمەكى ھىندى ، ئېگىردىن 6 گرامدىن ، قارىمۇچ ، پىلپىل ، ئاقىرقەرھادىن 3 گرامدىن ، قەنتتىن 12 گرام ئېلىپ ، چەلەك سۈيىدە ھەب قىلىپ تەييارلىنىدۇ .

11 ) مەجۇنى ئازاراقى ( 47 ـ نۇسخا ) ، داۋا ئىلمىشكى شېرىن ( 70 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى سەۋم ( 60 ـ نۇسخا ) ، ماددەتۈلھايات قاتارلىق دورىلار بېرىلىدۇ ، خەمىرى گاۋزىبان ئەنبىرى ( 138 ـ نۇسخا ) غا جەدۋار قوشۇپ بېرىلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## تىترىمە ( رەئىشە )

بۇ ، بەدەن ئاجىزلىق ، پەي ئەسەبلەرنىڭ بوشاپ كېتىشى ياكى ئۇزاق داۋام قىلغان كېسەللىك ياكى روھىي ئامىللار سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدىغان كېسەللىك بولۇپ ، قول ، پۇت ، گەۋدە ، يۈز مۇسكۇللىرى ، بولۇپمۇ پۇت ـ قول بارماقلىرى ئىختىيارسىز ھالدا تەرتىپسىز تىترەش ئالامىتى بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) ئالدى بىلەن كېسەللىك سەۋەبىنى تۇغۇتىش ئۇچۇن ، ماددىنى پىشۇرغۇچى تۆۋەندىكى دورا بېرىلىدۇ :

تەركىبى : بىخ كەبىر ، بىخ ئىزخىر ، بەدىيان يىلتىزى ، چىڭسەي

يـلـتـىزى ، بـەدىـيـان ھەر بـىرىدىن 17 گرامدىن ، ئۇزۇمدىن 30 گرام ، رۇمـبـەدىـيـانـدىـن 15 گرام ، ھەسەلدىن 150 گرام ئېلىپ ، دورىلارنى چالا سـوقـۇپ ، مـۇئاپىق مىقداردىكى سۇغا چىلاپ قاينىتىپ ، 400 گرام قالغاندا ھەسـەل بىلەن قىيام قىلىپ ، 500 گرام شەربەت تەييارلاپ ، ئەھۋالغا قاراپ 5 ـــ 10 كـۇنـگـىچە 100 مىللىلىتىردىن كۇندە 2 قېتىم ئىچىشكە بېرىلىدۇ . ئۇنـىـڭدىن كېيىن ، ھەببى ئايارەج ( 1 ـ نۇسخا ) بىلەن ماددا تازىلىنىدۇ . كـۇچلەندۇرۇش ، ئەسەب ۋە بەدەننى قۇۋۋەتلەش ئۈچۈن ، مائۇل ھەسەل ( 251 ـ ، 252 ـ نـۇسـخـا ) ، داۋا ئـىـلـمـىشكـى شېربن ( 70 ـ نۇسخا ) ، ئۇزۇم شـەربـىـتـى ( 228 ـــ 2 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى سامساق ( 60 ـ نۇسـخا ) قاتارلىق دورىلار ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

2 ) ھارارىتى غەرىزەنى ئەسلىگە كەلتۈرۈش ئۈچۈن ، داۋا ئىلمىشكى شېربن ( 70 ـ نۇسخا ) كۇندە 2 ۋاخ 3 گرامدىن بېرىلىدۇ . بـەدەنـدىكى غەيرىي تەبئىي بەلغەم خىلتىنى سۈرۈپ چىقىرىش ئۈچۈن ، ئايارەج پەيقىرا ( 1 ـ نۇسخا ) كۇندە 1 قېتىم 7 گرام بېرىلىدۇ .

3 ) مېڭىدىكى توسالغۇنى ئېچىش ئۈچۈن گاۋزىبان ھىندىدىن 10 گـرام ، سـۇمـبـۇل ، ئاسارۇنـدىن 1 گرامـدىن ، بىخـسـۇس ، ئاق سەنـدەلـدىن 1.5 گرامـدىن ، ئۈستىقۇددۇستىن 5 گرام ، بىستىپايەجتىن 3 گـرام ، رۇمـبـەدىـيان ، ئارپىبەدىياندىن 10 گـرامـدىن ئېلىپ ، دەملەپ 10 كۇن ئىچۈرۈلىدۇ.

4 ) بـىـمـارنـى تـىـنـچلانـدۇرۇش ئۈچۈن ، بەرشىنا كەبىر ( 56 ـ نۇسخا ) كۇندە 1 قېتىم 3 گرامدىن ئىستېمال قىلىشقا بېرىلىدۇ .

5 ) بـىـمـاردىكى باش ئاغرىقنى پەسەيتىش ۋە قاننى تازىلاش ئۈچۈن ، ئىترىپىل كەشنىزى ( 114 ـ نۇسخا ) كۇنىگە 2 قېتىم 7 گـرامـدىن بـېـرىـلـىـدۇ . ھەبـبـى قـوقـيا ( 35 ـ نۇسخا ) كۇنىگە 1 قېتىم 7 تالـدىن بـېـرىلىدۇ . بىمارنىڭ ئەھـۋالـى يـاخشىلانـغانـدىن كېيىن ، ماددەتۇلـھـايـات ( 85 ـ نۇسخا ) قوشۇپ بېرىلىدۇ . سىرتىـدىن ياغـلاشـقا قەلەمـپۇر

يېغـى ( 292 ـ نۇسخا ) ، سۆرۈنـجان ئىشلىتىلىدۇ .

( ئۇرۇمچى ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

6 ) ئەگـەر كـېسەللىك جامانىڭ كۆپلۈكىدىن كېلىپ چىققان بولـسا ، مـەجـۇنـى لـوبـۇبـى كـەبىر ( 82 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى مەسھا ( 86 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى مەسھابى مۇكەييبە ( 87 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى جاۋارىش جـالـىنۇس ( 122 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلار ۋە شەربىتى زەبىب ( 228 ـــ 2 ـ نـۇسـخـا ) ، پـۇخـتـەجـۇش ( 228 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلار بىرلىپ بەدەننى كۈچەيتىش بىلەن بىللە ، رەۋغىنى ئازاراقى ( 279 ـ نۇسخا ) بىلەن بەدەن ياغلىنىدۇ .

7 ) ئۇمـۇمىي بەلگىلىرىدە ياخشىلىنىش بولغاندىن كېيىن ، مەجۇنى ئازاراقى ( 47 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ .

8 ) ھەببـى رەئـشـە ( 31 ـ نـۇسـخـا ) كـۇنـسـگە 2 ۋاخ 12 تالدىن بـېـرىـلـىدۇ . ئايارەج جالىنۇس ( 104 ـ نۇسخا ) كۈنىگە 3 ۋاخ 5 گرامدىن بېرىلىدۇ .

9 ) كـەم قـانـلـىقتىن بولغان بولسا ، قان كۆپەيتكۈچى دورىلاردىن شەربىتى رۇمان ( 231 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

10 ) ئـىـسـىـقـلىق مايلار بىلەن ياغلاش بىلەن بىرگە ، يەنە ئاقىرقەرھا ، قـۇنـدۇز قـەھرى يـاكـى ھـىڭ بـىرىدىن 3 گرامنى زەيتۇن يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ سۇركەشكە بۇيرۇلىدۇ .

11 ) تۆۋەندىكى نۇسخا ئىشلىتىلىدۇ :

تـەركـىـبـى : ئۇسـتـقۇددۇس ، دارچىن 36 گرامدىن ، قەلەمپۇر 24 گـرام ، كـابـۇل ھېلـىـلـىسى پوستى ، سەئتەر 60 گرامدىن ، ئاق تۇربۇت ، غـارىـقـۇن ، ھـىڭ ، قـۇنـدۇز قەھرى ، زەپەر ، ئاقىرقەرھا 12 گرامدىن ئېلىـنـىـدۇ . ھەمـمـە دورىلار سوقۇپ ، تاسقاپ 3 ھەسسە ھەسەل بىلەن مەجۇن قىلىنىپ ، ھەر قېتىمدا 3 گرامدىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

# بەدەن مۇسكۇللىرى تارتىشىپ قېلىش ( ئىختىلاج )

بۇ ، بەدەننىڭ سوغۇقلۇقى ئېشىپ كېتىش ياكى قانىنىڭ تەركىبى ئۆزگىرىشتىن پەيدا بولىدىغان كېسەللىك بولۇپ ، يۇز ، قاپاق ۋە قوۋۇرغا ئەتراپلىرىدا كۆپرەك كۆرۈلىدۇ . ئەگەر پۈتۈن بەدەنده تارتىشىش ئالامىتى كۆرۈلسە ، ئۇ مېڭىگە قان چۈشۈشنىڭ باشلىنىشى بولۇپ قېلىشى مۇمكىن .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) مۇنزىج ، مۇسهىل دورىلىرىنى بېرىش ئارقىلىق بەدەندىن بەلغەم ماددىسىنى تازىلاپ چىقىرىش كېرەك ، ئاندىن گۈلقەنتەكە يۇمشاق سوقۇلغان بەدىيانىنى ئارىلاشتۇرۇپ يېيىشكە بېرىش ، ھەمدە تۆۋەندىكى مەجۇناتنى تەييارلاپ بېرىش لازىم :

نۇسخىسى : گاۋزىبان ، زۆرەنباد ، ئۇستىقۇددۇس ، كەتىرا ، نار-جىل ، چىلغوزا مېغىزى ، شاقاقۇل ، لاچىندانه ھەر بىرىدىن 6 گرامدىن ، زەھەرسىزلەندۈرۈلگەن كۇچۇلدىن 18 گرام ، ئاق سەندەل ، قەلەمپۇردىن 3 گرامدىن ، تازىلانغان ئامىله ، قارا ھېلىلدىن 15 گرامدىن ئېلىپ ، ئۈچ ھەسسه ھەسەل بىلەن مەجۇنات تەييارلاپ ، كۇنىگه 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 10 گرامدىن يېيىشكه بېرىلىدۇ . سىرتتىن ياغلاش ئۇچۇن ، قۇسته يېغى ( 291 ـ نۇسخا ) ، چۇمۇلە يېغى ( 295 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ ( ھەر ھەپتىده 1 قېتىم ) ، ھەببى ئايارەج (1 ـ نۇسخا ) ياكى ھەببى قوقيا (35 ـ نۇسخا ) كۇنىگه 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرامدىن بېرىلىدۇ . مۇشۇ ئۇسۇل بىلەن 1 ـــ 2 ئاي داۋالسا ئۇنۇمى كۆرۈلىدۇ .

2 ) مۇرەككەپ دورىلاردىن مەجۇنى ئازاراقى ( 47 ـ نۇسخا ) ، ھەببى تەنكار ( 14 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ . چايىلىقغا بەدىيان ، رۇمبەدىيان داۋاملىق دەملەپ ئىچىشكه بېرىلىدۇ . سىرتتىن سۇركەشكه قىچا يېغى ، پەرپىيۇن يېغى تەييارلاپ بېرىلىدۇ . سوغۇق تەبىئەتلىك تاماقلاردىن پەرھىز قىلدۇرۇلىدۇ .

پەرپىيۇن يېغىنىڭ نۇسخىسى : قۇستەدىن 60 گرام ، كۈندۈشتىن 120 گرام ، قۇندۇز قەھرىدىن 15 گرام ، تاغ پىننىسىدىن 36 گرام ، ئاقىر-قەرھادىن 21 گرام ، ئۈزۈمدىن 9 گرام ئېلىنىدۇ . بۇلار كونا شاراب بىلەن قايىنىتىپ ، ئۈچتىن بىر قىسمى قالغاندا باراۋەر مىقداردا كۈنجۈت يېغى قۇيۇپ داۋاملىق قايىنىتىپ ، سۇيى تۈگەپ يېغ قالغاندا توختىتىپ ، باراۋەر مىقداردا پەرپىيۇن قوشۇپ سىرتتىن ئىشلىتىشكە تەييارلىنىدۇ . پالەچ ، لەقۋا ، ئىستىرخالارنى داۋالايدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## بالىلار پالىچى

بۇ ، بىرنەچچە ئايلىقتىن بىرنەچچە ياشقىچە بولغان كىچىك بالىلاردا كۆپ ئۇچرايدىغان يۇلۇن ماددىلىرى ياللۇغلىنىش سەۋەبىدىن پەيدا بولىدىغان يۇقۇملۇق كېسەللىك بولۇپ ، مېڭە ۋە يۇلۇننىڭ مەلۇم قىسمىدا توسالغۇ پەيدا بولۇش سەۋەبلىك بىر ياكى ھەر ئىككى پۇتى پالەچلىنىپ ھەرىكەت قىلالماسلىق ھەم كېسەللەنگەن ئەزاسىنىڭ ئوزۇقلىنىشى ۋە ئۆسۈشى تەسىرگە ئۇچراپ ، كۈندىن - كۈنگە ئورۇقلاپ كېتىش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) قائىدە بويىچە مائۇل ھەسەل تەييارلاپ داۋاملىق ئىچۈرۈلىدۇ .

2 ) 0.5 گرام ھىكنى مائۇل ھەسەلدە ئېزىپ بىر قېتىمدىلا ئىچۈرسە، زۆرۈر تېپىلغاندا ھەر كۈنى 1 قېتىم شۇ بويىچە ئىچۈرسە بولىدۇ.

3 ) 2 گرام ئۇد سەلبنى سوقۇپ ، 24 گرام ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ ئاز - ئازدىن يالاتسا بولىدۇ .

4 ) جويۇز ياكى ئاقرقەرھانى ئايرىم - ئايرىم ھالدا ئېزىپ ، زەيتۇن يېغى ياكى تاغ پىيىزى يېغىدا ئېرىتىپ ، ئىلمان ھالدا سۈركىسە بولىدۇ .

5 ) دېڭىزىيا بادام يېغىدا ئېرىتىلىپ بۇرۇنغا تېمىتىلىدۇ . قەۋزىيەت بولۇپ قالغاندا ، 5 ــ 10 گرام بىدەنجىر يېغى ئازراق ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇلۇپ يالىتىلىدۇ .

6 ) يۇقىرىقى چارىلەر بىلەن ھەل بولمىغاندا ، 0.5 گرام تەرياقى پاروق ، 2 گرام ئىترىپىل ئۇستىقۇددۇس ( 107 ـ نۇسخا ) ، پارپا ياكى ئۇد سەلب سېلىنغان 2 گرام خەمىرى گاۋزىبان ئەنبىرى ( 138 ـ نۇسخا ) دىن بىرىنى تاللاپ ، 1 مىسقالىتىر ئەرەقى گاۋزىبان ( 270 ـ نۇسخا ) بىلەن ئىچۈرۈلىدۇ ياكى چايان ، كەمەكتىن 10 گرامدىن ، تاباشىردىن 7 گرام ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزىدىن 3 گرام ، قانتېپەردىن 7 گرام ئېلىپ ھەممىسىنى بىللە سوقۇپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرامدىن بېرىلىدۇ .

7 ) 1 كىلوگرام ھەسەلگە 2 لىتىر سۇ قوشۇپ ، ئاستا ئوتتا قايىنىتىپ ، ئۈنىڭغا قەلەمپۇر ، زەنجىۋىل ، پىلپىل ، گۈلدارچىن ، قوۋزاق دارچىن ، لاچىندانىنىڭ ھەر بىرىدىن 15 گرامدىن ئېلىپ ، چالا سوقۇپ سېلىپ ، بىللە قايىنىتىپ ، تەخمىنەن تۆت چىنە سۇ قالغاندا سۈزۈپ ئېلىپ ، سۈيىنى كۈندە 3 ــ 4 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 2 ــ 3 قوشۇقتىن ئىچۈرسە ئۇنۇمى ئوبدان بولىدۇ . سۈزۈۋېتىلگەن دورىلارنى سۇدا قايىنىتىپ ، بالىنىڭ بېلىنىڭ ئاستى تەرىپىنى يۇيۇپ بەرسە بولىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

# Ⅲ باب ھەربكەت ئەزالىرىنىڭ كېسەللىكلىرى

## ئۆتكۈر بوغۇم يالليۇغى

بۇ ، سوغۇق ئۆتۈش ، يۇقۇملىنىش ۋە قان ھەم بەلغەم خىلىتى مىجەزىنىڭ ئۆزگىرىشى نەتىجىسىدە تىز ، پاقالچاق ، ئوشۇق ، جەينەك ۋە بىلەك چوڭ بوغۇملىرىدا ، شۇنداقلا بوغۇملارنىڭ توقۇلما ۋە شىللىق پەردىلىرىدە يۈز بېرىدىغان يالليۇغلىنىشلىق كېسەللىك بولۇپ ، ئۇشتۇمتۇت باشلىنىپ بوغۇملار قىزىرىپ ئاغرىش ، بارا - بارا ئاغرىق كۈچىيىش ، بوغۇملار ئىششىش ۋە ئاخىر بوغۇملار قاتتىقلىشىپ ھەركەت قىلىشقا تەسىر يەتكۈزۈش ۋە يۈقىرى قىزىتما قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) ئەگەر كېسەللىك قان ماددىسىنىڭ بۇزۇلۇشىدىن بولغان بولسا ، قان تازىلاش ئۇچۇن بىنەپشىدىن 16 گرام ، سەرپىستاندىن 10 گرام ، ئەنگۈرشىپادىن 20 گرام ، گاۋزىبان بەرگىدىن 12 گرام ، ئاق لەيلى ئۇرۇقىدىن 15 گرام ئېلىپ ، قەنت ياكى تەرەنجىۋىل بىلەن شەربەت تەييارلاپ بېرىلىدۇ . ئۇچ كۈندىن كېيىن سۇرۇنجان ، شاھتەررىنىڭ ھەر بىرىدىن 18 گرام ، تەمرى ھىندىدىن 20 گرام ، ئەينۇلدىن 14 گرام ، ئۇرۇقسىز ئۈزۈمدىن 15 گرام ، ھېلىلىدىن 16 گرام ، پۇنۇس ، خىيارشەنبەر ، سانادىن 10 گرامدىن ئېلىپ ، شىرخىشت ياكى تەرەنجىۋىل قوشۇپ مەتبۇخ تەييارلاپ بېرىلىدۇ . قىزىتما قوشۇلۇپ كەلگەن بولسا ، تەمرى ھىندى

چىلانمىسى ، ئەرەقى گۈل ، سىركەنجۈبىل ساددە ( 237 ـ نۇسخا ) ، بۇزۇرى شەربىتى ( 226 ـ نۇسخا ) ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ . سىرتتىن كېسەللىك ماددىسىنى تارقىتىش ئۈچۈن ، ئاق سەندەل ، قىزىل سەندەل ، قىزىلگۈلنىڭ ھەر بىرىدىن 10 گرام ، فۇفىل ، مامسانىڭ ھەر بىرىدىن 8 گرام ، ئاقاقىيادىن 12 گرام ئېلىپ سوقۇپ ، 50 گرام سىركە ، مۇۋاپىق مىقدارىدا كاسنە سۇيى ياكى يۇمغاقسۈت سۇيى بىلەن قوشۇپ يەرلىك ئو-رۇنغا چېپىلىدۇ .

2 ) كېسەللىك بەلغەم ماددىسىدىن بولغان بولسا ، ئالدى بىلەن مۇنزىج بەلغەم ، كېيىن مۇسھىل بەلغەم ئىشلىتىش كېرەك .

مۇنزىج نۇسخىسى : ئۇرۇقسىز ئۈزۈمدىن 10 گرام ، بىخسۇستىن 9 گرام ، ئەنجۇردىن 5 دانە ، پىرسىياۋشاندىن 15 گرام ، گۈلقەنتتىن 25 گرام ئېلىپ ، شەربەت تەييارلاپ بېرىلىدۇ .

مۇسھىل نۇسخىسى : ئاچچىق تاۋۇزدىن 22 گرام ، بوزىداندىن 16 گرام ، سۆرۈنجاندىن 20 گرام ، تۇربۇت ، ماھى زەھرەجتىن 15 گرامدىن ، قەنتەرىيۇندىن 12 گرام ، ھەجەرى ئەرمەنىدىن 14 گرام ، ھەببى نىلدىن 20 گرام ، سەبرە ، سوقمۇنىيادىن 10 گرامدىن ئېلىپ ، مەتبۇخ تەييارلاپ بېرىلىدۇ . موم يېغىدىن 30 گرام ، ئۆردەك يېغىدىن 20 گرام ، توخۇ يېغـ-دىن 35 گرام ئېلىپ ، سىرتتىن يەرلىك ئورۇن ياغلىنىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

3 ) قاندىن بولغان بوغۇم ياللۇغنى داۋالاشتا ، مىجەزنى تەڭشەپ بولغاندىن كېيىن سۆرۈنجان ، شاھتەررە ، تەمرى ھىندى ، ئەينۇلا ، ئۇ-رۇقسىز قىزىل ئۈزۈم ، ھېلىلە پوستى ، پۇنۇس قاتارلىقلارنىڭ قاينىتىمىسى سۇرگە ئورنىدا بېرىلىدۇ . ئاغرىش قاتتىق بولسا ، سىرتىدىن ئاغرىق پە-سەيتكۈچى زىمادلارنى ، مەسىلەن خەشخاش ، ئۇسۇڭ سۇيى ، بەزىرۇلبەنجى ، ئىت ياڭقى ئۇرۇقى قاتارلىقلارنى سۇدا ئېرىتىپ چېپىش بۇيرۇلىدۇ . زىمادى مۇپاسىل ( 321 ـ نۇسخا ) چېپىشنىڭ ئاغرىق پەسەيتىش تەسىرى ناھايىتى ياخشى .

4 ) بەلغەمدىن بولغان بوغۇم ياللۇغنى داۋالاشتا ، ئالدى بىلەن قۇستۇرۇش ئۈچۈن قاراكۆز بەدىيان ئۇرۇقى ، بىخسۇس ، ھەسەل قاتارلىقلارنى ئارىلاشتۇرۇپ قاينىتىپ ئىچۈرۈلىدۇ . ئۇنىڭدىن كېيىن ، بەلغەم ماددىسىنى ئۆزۈل - كېسىل سۈرۈپ چىقىرىش ئۈچۈن ئاچچىق تاۋۇز ، بوزىدان ، سۆرۈنجان ، تۇربۇت ، ماھى زەھرەج ، قەنتەربيۇن ، ھەجەرى ئەرمەنى ، قارا زىرىدىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ ، يۇمشاق سوقۇپ ، سۇ بىلەن قارىمۇچ چوگلۇقدا ھەب قىلىپ ، كۈنىگە 2 قېتىم 10 ــ 15 تالدىن بېرىلىدۇ .

5 ) سەۋدادىن بولغان بوغۇم ياللۇغنى داۋالاشتا :

( 1 ) سەۋەبچى ماددىسىغا قارىتا چارە قىلىنىدۇ . سەۋدا مۇنزىجىنى بېرىپ بولغاندىن كېيىن ، سەۋدا ياكى بەلغەم سۈرگىسى بېرىپ تەنقىيە قىلىنىدۇ .

( 2 ) تەنقىيە قىلىنىپ بولغاندىن كېيىن ، ھەببى سۆرۈنجان (21 ـ نۇسخا ) ھەر كۈنى كەچتە 1 ۋاخ 10 تالدىن بېرىلىدۇ . بەزىدە ھەببى سۆرۈنجان ، شەربىتى بۈزۈرى گەرم ( 225 ـ نۇسخا ) قوشۇپ ئىچۈرۈلىدۇ .

( 3 ) كېسەللىك بار ئورۇنغا سىرتىدىن زىمادى ئىسپىغۇل ( 314 ـ نۇسخا ) چېپىلىدۇ .

( 4 ) مەجۇنى جاۋارىش جالىنۇس ( 122 ـ نۇسخا ) تىن 10 گرام-نى ئەتىگەندە يېگۈزۈپ ، ئارقىدىن قۇرۇق يالپۇز ، لاچىندانە ھىندى ، قا-رىمۇچ ، زەنجىۋىل ، چىگىسەي ئۇرۇقى قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 10 گرامدىن ئېلىپ ، چىلاپ چىقىرىلغان شىرىسىگە شەربىتى بىنەپشە ( 227 ـ نۇسخا ) دىن 10 گرام قوشۇپ ئىچۈرۈپ ، كەچتە ھەببى سۆرۈنجان بېرىلىدۇ.

( 5 ) ھەببى بەريۇما ( 10 ـ نۇسخا ) ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ .

( 6 ) مەجۇنى ئازاراقى ( 46 ـ نۇسخا ) كۈنىگە 2 ۋاخ 3 گرامدىن بېرىلىدۇ .

( 7 ) گۆشتىن پەرھىز قىلدۇرۇلىدۇ . قىزىتما بار ۋاقىتدا سۈت ، تۇخۇم بېرىلمەيدۇ . سوغۇق ھاۋا ، سوغۇق سۇ ، مۇز ، قاتتىق ھەرىكەتلەردىن پەرھىز قىلدۇرۇلىدۇ ، كۆكتات كۆپرەك سېلىنغان غىزالار بېرىلىدۇ . ياتقۇزۇپ داۋالسا ئۇنۇمى ئوبدان بولىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

6 ) قان بۇزۇلۇشتىن بولغان بوغۇم ياللۇغىنى داۋالاشتا ، مەتبۇخى سۆرۈنجانىنىڭ تۆۋەندىكى نۇسخىسى بېرىلىدۇ :

تەركىبى : سېرىق ھېلىلە پوستىدىن 30 گرام ، بىستېپايەج ، سۆرۈنجان ھىندى ، كاسنە ئۇرۇقى ، بەدىيان ، قىزىلگۈللەرنىڭ ھەر بىرىدىن 15 گرامدىن ، شاھتەررە ، بىنەپشە ، نېلۇپەرلەرنىڭ ھەر بىرىدىن 18 گرامدىن ، سانادىن 45 گرام ، خىيارشەنبەردىن 24 گرام ، تەرەنجۇلدىن 100 گرام ، بادام يېغىدىن 10 گرام ئېلىپ ، خىيارشەنبەر ، تەرەنجۇل ۋە سانانى قاينىق سۇغا چىلاشقۇدەك چىلاپ ، باشقا دورىلارنى چالا سوقۇپ ، ئىككى چوڭ چىنە قاينىق سۇغا چىلاپ ، ئەتسى يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ ، سۈزۈپ ، ئۇستىگە خىيارشەنبەر ، تەرەنجۇل ، سانا سۈيىنى قۇيۇپ ئارىلاشتۇرۇپ ، بادام يېغى قوشۇپ تەييارلىنىدۇ . كۈندە ئەتىگەن ۋە كەچتە بىر پىيالىدىن ئىچىدۇ . ھارارەت يۇقىرى بولسا ، ئارپا سۈيى قوشۇپ بېرىلىدۇ .

7 ) غەيرىي تەبئىي سەپرادىن بولغان بوغۇم ياللۇغىنى داۋالاشتا ، سېرىق ھېلىلە پوستى ، ئەينۇللارنىڭ ھەر بىرىدىن 30 گرام ، تەمرى ھىندى ، تەرەنجۇلنىڭ ھەر بىرىدىن 60 گرام ، سەرپىستان ، بىنەپشە ، سېرىق ئوت ئۇرۇقى ، كاسنە ئۇرۇقىنىڭ ھەر بىرىدىن 15 گرام ، پۇنۇس تىن 45 گرام ئېلىپ ، پۇنۇس ، تەرەنجۇلدىن باشقا دورىلارنى چالا سوقۇپ ، چىلاشقۇدەك سۇغا 6 سائەت چىلاپ ، قاينىتىپ ، ئۇستىگە پۇنۇس ، تەرەنجۇلنى سېلىپ ياخشى ئارىلاشتۇرۇپ ، تەمى چىققاندىن كېيىن ماتا بىلەن سۈزۈپ ، سقىپ ، كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 100 گرامدىن بېرىلىدۇ . ئىككىنچى قېتىمدا ، سېرىق ئوت ، كابۇل ھېلىلىسى

پوستی ، ئۇستىقۇددۇسلارنىڭ ھەر بىرىدىن 30 گرامدىن ، شاھتەررە ، بىستىپايەج ، سانالارنىڭ ھەر بىرىدىن 15 گرامدىن ، غارىقۇندىن 3 گرام ، سەبزىدىن 6 گرام ئېلىپ ، سېرىق ئوتتىن باشقا دورىلارنى چالا سوقۇپ ، 3 كىلوگرام سۇدا يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ ، سېرىق ئوتنى خالتىغا سېلىپ ، يۇقىرىدىكى قاياناتمىغا سېلىپ بىرلا قايناتقاندىن كېيىن دورىلارنى سۈزۈپ ، سۈيىگە سەبرە بىلەن غارىقۇننى ئارىلاشتۇرۇپ ، بىرئاز شېكەر قوشقاندىن كېيىن بىر قېتىمدا ئىچىشكە بېرىلىدۇ ، لېكىن كۆچلۈك سۈرگە بەرمەسلىك كېرەك . يەرلىك ئورۇنغا ئىسپىغۇل بىلەن سىركىنى ئارىلاشتۇرۇپ ياكى تەرخەمەك سۈيى ، قاپاق سۈيى ، ھەمىشە باھار سۈلىرىنى ئارىلاشتۇرۇپ چاپسا بولىدۇ . ئاغرىق پەسەيتىش ئۇچۇن ، سۆرۈنجان ، شېكەردىن تەڭ مىقدارىدا ئېلىپ تالقان قىلىپ ، سوۋۇتۇلغان قاياناق سۇ بىلەن كۈنىگە 10 گرامدىن كاپ ئەتسە بولىدۇ .

8 ) غەيرىي تەبئىي بەلغەمدىن بولغان بوغۇم ياللۇغىنى داۋالاشتا ، ئالدى بىلەن قەي قىلدۇرۇلىدۇ . بۇنىڭ ئۇچۇن ، قاراكۆز بەدىيان ، چۈچوكبۇيا يىلتىزى قاتارلىق دورىلار قاينىتىپ سۈيىگە ھەسەل قوشۇپ ئىچۈرۈلىدۇ . بەلغەم ماددىسىنى پىشۇرۇش ئۇچۇن ، ئۇدا 4 كۈن ھەسەل گۈلقەنتى بىلەن ئەرەقى بەدىيان بېرىلىدۇ ياكى 3 كۈن مائۇل ھەسەل ، بىدەنجىر يېغى قوشۇپ بېرىلىدۇ . تۆتىنچى كۈنى مەخسۇس مائۇل ئۇسۇل بېرىلىدۇ .

تەركىبى : بەدىيان يىلتىزى ، چىڭسەي يىلتىزى ، كاسنە يىلتىزى ، ئىزخىرلارنىڭ ھەر بىرىدىن 30 گرامدىن ، رۇمبەدىيان ، زىرە ، سۇزاپلارنىڭ ھەر بىرىدىن 15 گرامدىن ، جۇۋىنە ، سۆرۈنجان ھەر بىرىدىن 10 گرامدىن ، قۇستە شېرىن ، قەسبۇسزەررە ، مەستىكىنىڭ ھەر بىرىدىن 3 گرامدىن ، گۈلقەنتتىن 100 گرام ، بىدەنجىر يېغىدىن 30 گرام ئېلىپ ، چالا سوقۇپ ، 1 كىلوگرام سۇغا 6 سائەت چىلىغاندىن كېيىن قاينىتىپ ، ئاندىن سۈيىگە گۈلقەنت بىلەن بىدەنجىر يېغىنى ئارىلاشتۇرۇپ ، كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 30 گرامدىن بېرىلىدۇ .

كېسەللىك ماددىسى پىشقانىدىن كېيىن ، ھەببى سۆرۈنجان ( 21 ـ نۇسخا ) قوشۇپ بېرىلىدۇ .

9 ) غەيرىي تەبىئىي سەۋادىن بولغان بوغۇم ياللۇغنى داۋالاشتا ، سەۋدانى پىشۇرغاندىن كېيىن ، سۈرۈپ چىقىرىش ئۈچۈن مەتبۇخى ئەپتىمۇن بېرىلىدۇ .

تەركىبى : سېرىق ئوت ، كابۇل ھېلىلىسى ، ئۈستىقۇددۇس ھەر بىرىدىن 30 گرامدىن ، شاھتەررە ، بىستىپايەج ، سانا ھەر بىرىدىن 15 گرامدىن ، غارىقۇندىن 3 گرام ، سەبرىدىن 6 گرام ئېلىنىدۇ . سېرىق ئوتنى خالتىغا سېلىپ ئاغزىنى باغلاپ ، قالغان دورىلارنى چالا سوقۇپ ، 3 كىلوگرام سۇدا 1 كىلوگرام قالغۇچە قاينىتىپ ، تىرىپلىرىنى سۈزۈۋەتكەندىن كېيىن ، سېرىق ئوتنى خالتا بىلەن قاينىتمىغا سېلىپ ، يەنە بىر قاينىتقاندىن كېيىن سۈزۈپ ئېلىۋېتىپ ، سۈيىگە سىم ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلگەن غارىقۇن بىلەن سەبرىنى سېلىپ ، شېكەر قوشۇپ بىراقلا ئىچىدۇ . ئارقىدىن جاۋارىش كۈمۈنى ( 126 ـ نۇسخا ) ۋە باشقا مۇناسىۋەتلىك دورىلار بېرىلسە بولىدۇ . ئىششقىنى يۇمشىتىش ۋە تارقىتىش ئۈچۈن باـ بۇنە ، شۇمشە ، زىغىر ، مۇقەل ، جاۋاشىر ، ئۇدخام ، ئەنجۇرلەردىن باراۋەر مىقدارىدا ئېلىپ سوقۇپ ، قوي يېغى ۋە زەيتۇن يېغى قاتارلىقلارنى بىرئاز قىزىتىپ ، ئېرىگەندىن كېيىن ئۈستىگە دورىلارنى سېلىپ تەييارلاپ ، يەرلىك ئورۇنغا چاپسا بولىدۇ . ئۇنىڭدىن باشقا ، تۆۋەندىكى نۇسخا بېـ رىلسىمۇ ناھايىتى ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ .

تەركىبى : گۈلى سەۋسەن يېغى ، قۇسته يېغى ، ئىنەك پىتى يېغى ، زاراگزا يېغى ھەر بىرىدىن 15 گرامدىن ، قوي دۇمبە يېغى ، توخۇ يېغى ، ئۆردەك يېغى ھەر بىرىدىن 60 گرامدىن ، ئاق مومدىن 20 گرام ، بابۇنە ، مەرزەنجۇش ، شۇمشە ھەر بىرىدىن 15 گرامدىن ئېلىپ ، ياغ دورىلاردىن باشقىلىرىنى قاينىتىپ ، تەمى چىققاندا ماتا بىلەن سۈزۈپ سقىپ ، ياغلارنى سېلىپ سۈيى تۈگەپ يېغى قالغۇچە قاينىتىپ ، ئاندىن ئاق موم سېلىپ تەييارلىنىدۇ .

10 ) يەلدىن بولغان بوغۇم ياللۇغنى داۋالاشتا ، گۈلقەنت ، ئەرەقى بەدىيان ۋە شەربىتى بۇزۇرى بېرىلىدۇ .

شەربىتى بۇزۇرىنىڭ تەركىبى : كاسنە ئۇرۇقى ، قوغۇن ئۇرۇقى ، تەرخەمەك ئۇرۇقى ھەر بىرىدىن 15 گرامدىن ، كاسنە يىلتىزىدىن 30 گرام ، شېكەردىن 300 گرام ئېلىنىدۇ . دورىلار 1 كىلوگرام سۇغا 6 سائەت چىلانغاندىن كېيىن ، قاينىتىپ 500 گرام قالغاندا شېكەر سېلىپ ئارىلاشتۇرۇلۇپ ، كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 30 گرامدىن بېرىلىدۇ . ئارقىدىن سۈپۈپى سۆرۈنجان ( 198 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ .

( 11 ) ئوشۇق ۋە تاپان سۆڭەك بوغۇملىرىنىڭ ئاغرىقىنى داۋالاشتا، بوغۇملار بابۇنە ، ئاق لەيلى قاتارلىقلارنىڭ قاينىتىمىسىدا يۇيۇلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## سوزۇلما بوغۇم ياللۇغى

بۇ ، كۆپىنچە ئۆتكۈر بوغۇم ياللۇغنىڭ ئاسارىتى سۈپىتىدە ۋە بەزىدە سوغۇق تېگىش ، ناچار مۇھىت ، ئوزۇقلۇق ناچارلىق ، بوغۇملارنىڭ زەخىملىنىشى قاتارلىق سەۋەبلەردىن 40 ياشتىن ئاشقان كىشىلەردە كۆپرەك كۆرۈلىدىغان كېسەللىك بولۇپ ، بوغۇملارنىڭ توقۇلمىلىرى قاتتىقلىشىپ ، ھەركىتى توسالغۇغا ئۇچراش ، سوغۇق ۋە ھۆلچىلىك كۈنلەردە ھەمدە كېچىسى ئاغرىق كۈچىيىش ، بوغۇملار ئىششىش ، مۇشەك گۆشلەر ئاجىزلىشىش ۋە بەدەن ئورۇقلاش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) سوغۇق تېگىشتىن ساقلىنىدۇ ، كېسەللىك پەيدا قىلغۇچى خىلىتىنىڭ مۇنزىجى بېرىلىپ ، مادىدا پىشقاندىن كېيىن مۇسەللى بېرىلىدۇ . ئۇنىڭدىن كېيىن ، ئاغرىق پەسەيتكۈچى ، ئىششىق يانداۋرغۇچى ، سۈيدۈك ھەيدىگۈچى ، قىزىتما قايتۇرغۇچى ، توسالغۇلارنى ئېچىپ ماددىنى تارقاتـ

قۇچى دورىلار بىلەن داۋالىنىدۇ . سىكىشلىك ، قۇۋۇەتلىك ئوزۇقلۇقلار بېرىلىدۇ . سوغۇقلۇق ، يەللىك ، ھۆللۈك يېمەكلىكلەردىن پەرھىز قىلدۇرۇلىدۇ ، مۇۋاپىق جىسمانىي ھەرىكەت قىلدۇرۇلىدۇ .

2 ) ھۆل سوغۇق مىجەزدىكىلەرگە مەتبۇخى سۆرۈنجان گەرم (259 ـ نۇسخا) 200 مىللىلىتىردىن كۈندە 3 ۋاخ ، ھەببى سۆرۈنجان (21 ـ نۇسخا ) 3 ـــ 8 تالدىن كۈندە 3 ۋاخ ، مائۇل ھەسەل ( 251 ـ نۇسخا ) 200 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ ، سۇپۇپى سۆرۈنجان ( 198 ـ نۇسخا ) 3 ـــ 5 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ ، مەجۇنى ئازاراقى ( 47 ـ نۇسخا ) ، سۇپۇپى خولىنجان ( 208 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ . سىرتىدىن رەۋغىنى قۇستە ( 291 ـ نۇسخا ) ، رەۋغىنى سەۋم ( 287 ـ نۇسخا ) ، رەۋغىنى سۇزاپ ( 288 ـ نۇسخا ) سۇركىلىدۇ . 10 كۈن بىر داۋالاش كۇرسى قىلىنىدۇ .

3 ) قۇرۇق سوغۇق مىجەزدىكىلەرگە شەربىتى بۇزۇرى مۆتىدىل ( 225 ـ ، 226 ـ نۇسخىغا شېكەر قوشۇلمايدۇ ) 200 مىللىلىتىردىن كۈندە 3 ۋاخ ، ھەببى ئىرقۇننىسا 8 ـــ 10 دانە ، ماددەتۇلھايات ( 85 ـ نۇسخا ) 5 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ ، قوشۇمچە شەربىتى زوھرىلقوتىنىدىن 50 مىللىلىتىردىن كۈندە 3 ۋاخ ، مەجۇنى سەۋم ( 60 ـ نۇسخا ) 5 ـــ 10 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ . دەملەپ ئىچىشكە لاچىندانە ھىندى ، گاۋزىبان ، سۇمبۇل ، بادرەنجبۇيا بېرىلىدۇ . زەيتۇن يېغى ياكى گۇل يېغى ( 297 ـ نۇسخا ) بىلەن ياغلىنىدۇ .

شەربىتى زوھرىلقوتىن نۇسخىسى : كېۋەز چېچكى 50 گرام ، زەپەر 0.5 گرام ، شېكەر 150 گرام . كېۋەز چېچكىنى قاينىتىپ سۇزۇپ ، شېكەر سېلىپ قىيام قىلىپ ، ئۇستىگە زەپەر سېلىپ تەييارلىنىدۇ ، 50 مىللىلىتىردىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

4 ) ھۆل ئىسسىق مىجەزدىكىلەرگە شەربىتى بۇزۇرى مۆتىدىل (225 ـ ، 226 ـ نۇسخىلار قوشۇلۇپ ) 50 ـــ 100 مىللىلىتىردىن كۈندە 3 ۋاخ ، ھەببى سۆرۈنجان ( 21 ـ نۇسخا ) 8 ـــ 10 دانىدىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ . قوشۇمچە مائۇل ھەسەل ( 251 ـ نۇسخا ) 200 گرامدىن كۈندە 3

ۋاخ ، سۈپۈپى سۆرۈنجان ( 198 ـ نۇسخا ) 3 ـــ 5 گرامدىن كۆنده 3 ۋاخ ، مەجۇنى ئازاراقى ( 47 ـ نۇسخا ) 5 تالدىن كۆنده 3 ۋاخ بېرىلىدۇ . زىغىر ، شۇمشەدىن 30 گرامدىن ، ئىككىلمىلىك ، بابۇنه ، بادام يېغى ، گۈل يېغى ( 297 ـ نۇسخا ) دىن 15 گرامدىن ئېلىپ مەلھەم ياساپ ، زىماد قىلىنىدۇ . بىنەپشە ، گاۋزبان ، چىلان ، سەرپىستان ، ئىت ئۈزۈمى قاتارلىقلار دەملەپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

5 ) قۇرۇق ئىسسىق مەجەزدىكىلەرگە شەربىتى بۇزۇرى سەرد ( 226 ـ نۇسخىغا شېكەر قوشۇلمايدۇ ) 100 گرامدىن كۆنده 3 ۋاخ ، ھەببى ئىرقۇنىسا 8 ـــ 10 تالدىن كۆنده 3 ۋاخ ، سۈپۈپى سۆرۈنجان ( 198 ـ نۇسخا ) ، مادده‌تۇلھايات ( 85 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ . ئاق لەيلى گۈلى ، ئىككىلمىلىك ، كۆكنار پوستى ، ئىسپىغۇلدىن 30 گرامدىن ئېلىپ ، 500 گرام سىركىگه چىلاپ ئاغرىغان بوغۇملارغا سىرتتىن چېپىلىدۇ . ئىچىشكه مۆتىدىل چاي دورىلىرى بېرىلىدۇ . يۇرەك كېسەللىكى قوشۇلۇپ كەلگەنلەرگه مەجەز ئەھۋالىغا قاراپ داۋا ئىلمىشكى مۆتىدىل ( 71 ـ نۇسخا ) ، داۋا ئىلمىشكى شېرىن ( 70 ـ نۇسخا ) ، خەمىرى مەرۋايىت ياكى خەمىرى گاۋزبان ئەنبىرى ( 138 ـ نۇسخا) دىن بىرى قوشۇپ بېرىلىدۇ . شەربىتى بادرەنجەبۇيا ( 224 ـ نۇسخا ) ، شەربىتى ئەۋرىشم ( 222 ـ نۇسخا ) تاللاپ بېرىلىدۇ .

ھەببى ئىرقۇننسا نۇسخىسى : سۆرۈنجان 15 گرام ، سانا 18 گرام ، شىترەنج ھىندى 6 گرام ، زەپەر 2 گرام ، شېكەر 50 گرام . دورىلار يۇمشاق سوقۇپ تاسقاپ ، سۇ بىلەن 0.5 گرامليق ھەب قىلىنىدۇ .

6 ) يەلدىن بولغان بوغۇم يالىلۇغنىغا ئالدى بىلەن مەتبۇخى سۆرۈنجان گەرم بېرىلىپ ، ماددا پىشۇرۇلۇپ بولغاندىن كېيىن ھەببى سۆرۈنجان ( 21 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ . قىزىلگۈلقەنت كۆنده 3 ۋاخ تاماقتىن بۇرۇن 50 گرامدىن بىر پىيالە چايغا سېلىپ ئىرىتىپ ئىچىشكه بېرىلىدۇ ، ئۇنىڭدىن كېيىن كۆنگه 3 ۋاخ 10 گرامدىن مەجۇنى جاۋارىش كۈمۈنى (126 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ . بۇ دورىلارنى بىر ھەپتە ئىچكەندىن

كېيىن ، مەجۇنى چۆبچىنى ( 64 ـ نۇسخا ) ياكى مەجۇنى چۆبـچىنـى ئەلا (65 ـ نـۇسـخـا ) دىـن كۇنىگە 3 ۋاخ 9 گرامدىن بېرىش بىلەن بىللە ، مەـ جـۇنـى ئايـارەج لـۇغـازىـيـا ( 105 ـ نـۇسـخـا ) 10 گرامدىن كۇنىگە 3 ۋاخ تاماقتىن بۇرۇن يېيىشكە بۇيرۇلىدۇ ، لازا ـ ئاچچىقسۇ ، پىياز ، ئالما ، كالا ، ئۆچكە گۆشلىرىدىن پەرھىز قىلدۇرۇلىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

7 ) سـۇپۇپى سۇكمىل ( 200 ـ نۇسخا ) 1.5 گرامدىن كۇندە 1 ۋاخ قويۇق دەملەنگەن چاي بىلەن ئىچىلىدۇ .

( تۇرپان ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## نـــقـــرەس

بـۇ ، پـۇت ـ قـولـنـىڭ ئۇششاق بوغۇملىرىدا بولىدىغان بىر خىل كـېـسـەللىك بولۇپ ، پۇت ـ قول بارماقلىرىنىڭ بوغۇملىرى يالليۇغلىنىش ، ئـىـشـىـش ، بـوغـۇم جـايلاشـقـان جاينىڭ تېرىلىرى قىزىرىپ قېلىش ۋە قـاتـتـىقلىشىپ ئاغرىش بىلەن ھەرىكەت قىلىش قىيىنلىشىش قاتارلىق ئالاـ مەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) كـېـسـەلـلـىك سوزۇلما ھالەتكە ئۆزگەرگەن بولسا ، سۆرۈنجان تـالقىنى ، سۆرۈنجان قاياناتمىسى ۋە سۆرۈنجان مەجۇناتلىرى ئىشلىتىلىدۇ . نـىـقـرەس جـىـددىـي بـاشلانـغاندا ، ئىلاج قىلىپ كېسەللىك تەرەققىياتىنى چـەكلەش ، بوغۇمدىكى شەكىل ئۆزگىرىشىنى دەرھال توختىتىش زۆرۈر . بـولـمـسـا ، كـېـسـەللىك يەنمۇ تەرەققي قىلىپ بوغۇمنى تامامەن كاردىن چـىـقىرىدۇ . بۇ مەقسەتتە يىلان تالقىنى ئىشلىتىلسە تېز ئۇنۇم بېرىدۇ . قۇـ رۇقـلۇق يىلىنىدىن 5 دانىنى تالقان قىلىپ ، ئۇنىڭغا چۆبچىنى ، بىخ كەبىر تـالـقـانـلـىرىدىن 5 مىسقالدىن قوشۇپ سۇپۇپ تەييارلاپ ، كۇندە 2 قېتىم 3 مىسقالدىن بېرىلىدۇ .

2 ) بەدىيان يىلتىزى پوستى ، چىكسەي يىلتىزىدىن 40 گرامدىن ، بەدىيان ، رۇمبەدىيان ، چىكسەي ئۇرۇقى ، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى ، كالـ سىنە يىلتىزىدىن 30 گرامدىن ئېلىپ قاينىتىپ ، كۇندە 3 قېتىم 100 مىلـ لىلىتىردىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ . سۆرۈنجان ، سەبرە سۇقۇتىرى ، سېرىق هېلىلە پوستى قاتارلىقلاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ ، بەدىيان ئەرەقى بىلەن 0.2 گراملىق هەب تەييارلاپ ، كۇندە 3 ۋاخ 5 ــ 7 دانىدىن بېرىلىدۇ .

( يەكەن هۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

3 ) مەزكۇر كېسەللىك قانىنىڭ كۆپلۈكىدىن بولغان بولسا ، سېرىق هېلىلە قاياتمىسى بېرىپ قانىنى سۇۋۇتۇپ ، ئىخراج قىلدۇرۇلىدۇ . كابۇل هېلىلىسى ، سېرىق هېلىلە پوستىدىن 23 گرام ، ئەپسەنتىندىن 10 گرام ، شاهتەررىدىن 7 گرام ، چالا سوقۇلغان كاسىنە ئۇرۇقىدىن 3 گرام ، تەمرى هىندىدىن 66 گرام ، غۇنچە ئۇزۇمدىن 7 گرام ئېلىپ ، دورىلارنى 2 كىلوگرام سۇدا يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ سۈزۈپ ، سۈيىگە 25 گرام پۇنۇس ، 30 گرام تەرەنجىۋىل ، 3 گرام بادام قوشۇپ ، كۇندە 2 ۋاخ 50 گرامدىن بېرىلىدۇ .

4 ) ئەگەر كېسەللىك سەپرا بىلەن بەلغەم خىلتىنىڭ ئارىلاشمىسىدىن بولغان بولسا ، مەتبۇخى سۆرۈنجان بېرىلىدۇ .

تەركىبى : سانادىن 7 گرام ، سېرىق هېلىلە پوستىدىن 27 گرام ، چالا سوقۇلغان بىستىپايەج ، شاهتەررىدىن 7 گرامدىن ، چالا سوقۇلغان كاسىنە ئۇرۇقى ، بەدىيان ئۇرۇقى ، چىكسەي ئۇرۇقىدىن 3 گرامدىن ، قەزىلگۇل ، تۇربۇتتىن 7 گرامدىن ئېلىپ ، دورىلارنى 3 لىتىر سۇدا 300 مىللىلىتىر قالغۇچە قاينىتىپ ، تىرپىنى سۈزۈپ ، 66 گرام تەرەنجىۋىل سېلىپ تەييارلىنىدۇ . ئۇنىڭدىن كېيىن ، هەببى سۆرۈنجان ( 21 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ .

5 ) ئەگەر كېسەللىك ئىسسىقلىقتىن پەيدا بولغان بولسا ، يۇمشاق سوقۇلغان ئىسپىغۇل ئۇرۇقىدىن 23 گرام ، ئاق لەيلى گۈلىدىن 17 گرام ، ئارپا ئۇنىدىن 50 گرام ، توخۇ تۇخۇمىنىڭ سېرىقىدىن 3 دانە ئېلىپ ، ئۇنى

سىركە ۋە ئەرەقى گۈل بىلەن يۇغۇرۇپ ئاغرىق جايغا چاپسا مەنپەئەت قىلىدۇ . ئاق سەندەل ، ئىسپىغۇل ئۇرۇقى ، قىزىلگۈل ، مامسا ، فۇفىل ھەر بىرىدىن 4 گرامدىن ، سېرىق ئوتتىن 1 گرام ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ئىسپىغۇل ئۇرۇقى شىرىسى بىلەن يۇغۇرۇپ تاكسا پايدىلىق .

6 ) كېسەللىك ھۆل سوغۇقتىن پەيدا بولغان بولسا ، ئۇرۇقىدىن ئاجرىتىلغان قارا ئۇزۇمنى لوبيا بىلەن قوشۇپ يۇمشاق پىشۇرۇپ كېسەللەنگەن جايغا تاكسا پايدا قىلىدۇ . مەجۇنى سۆرۈنجان مۇپاسىل ، بەل ـ پۇت ئاغرىقى ، ئىرقۇننسا قاتارلىق كېسەللىكلەرگە پايدا قىلىپلا قالماي ، نىقرەسكىمۇ ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ .

نۇسخىسى : سېرىق ھېلىلە پوستىدىن 25 گرام ، قارىمۇچ ، پىلپىل ، زەنجىۋىل ، دارچىن ، كاۋۇل ھېلىلىسى پوستىدىن 17 گرامدىن ، ئاق لەيلى يىلتىزى پوستىدىن 33 گرام ، شىتىرەنج ھىندى ، يۇمىلاق زىراۋەندىدىن 13 گرامدىن ، سۆزلەپ مىسرىدىن 50 گرام ، سۆرۈنجان مىسرىدىن 23 گرام ، قاقىلەدىن 10 گرام ، چىلغوزا مېغىزى ، پىندۇق مېغىزى ، ئارپىبەدىيانىدىن 20 گرامدىن ، موزىدىن 7 گرام ، ئۇرۇقىدىن ئاجرىتىلغان قۇرۇق قارا ئۇزۇمدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ، دورىلارنىڭ ھەممىسىنى يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، 1 كىلوگرام كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل ياكى قەنت بىلەن قائىدە بويىچە مەجۇنات تەييارلىنىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## بوغۇم كېزىكى

بۇ ، كېزىك جاراسىملىرىنىڭ سۆگەك بوغۇملىرىنى ياللۇغلاندۇرۇشى نەتىجىسىدە كېلىپ چىقىدىغان بوغۇم ئاغرىقى بولۇپ ، كېزىك بولغان كېسەللىك تارىخى بولۇش ، بوغۇملار دائىملىق قىزىش ۋە ئاغرىش ، كەچتە قىزىتما يۇقىرىلاش ، ئادەتتىكى ئاغرىق

پەسەيتكۈچى دورىلار ئۇنۇم بەرمەسلىكتەك ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) ئالدى بىلەن قىزىتما قايتۇرۇش ئۈچۈن ، 1 ـــ 3 كۈن ئەرەقى نېلۇپەر ، ئەرەقى بىدمىشكى ( 265 ـ نۇسخا ) ، ئەرەقى سەندەل كافۇرى كۇنىگە 2 ۋاخ 50 ـــ 100 مىللىلىتىر ئىچۈرۈلىدۇ . ئۇسسۇزلۇقنىڭ تەمرى ھىندى ، ئاپېلسىن پوستى ، لىمون چىلانمىسى ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا بېرىلىدۇ .

2 ) غەيرىي تەبئىي سەپرا قانغا ئارىلاشقان بولسا ، سىركەنجۈبىل بۇزۇرى ( 239 ـ نۇسخا ) كۇنىگە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 50 ـــ 100 مىللىلىتىر بېرىلىدۇ . غەيرىي تەبئىي بەلغەم قانغا ئارىلاشقان بولسا ، ھەببى بوزىدان ، ئەرەقى بوزىدان قاتارلىقلار بېرىلىدۇ . بوغۇملاردىكى ئاغرىقنى پەسەيتىش ئۈچۈن ، ئەرەقى چۆبچىنى ، ئەرەقى ئۆشبە ، ھەببى ئۆشبە قاتارلىقلار بېرىلىدۇ . ئومۇمىي بەدەننى كۆچلەندۈرۈش ئۈچۈن ، خەمىرى سەندەل ( 137 ـ نۇسخا ) ، خەمىرى مەرۋايىت ( 136 ـ نۇسخا ) ، ماددەتۈلھايات ( 85 ـ نۇسخا ) قاتارلىق دورىلار بېرىلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## ئولتۇرغۇچ نېرۋا ئاغرىقى ( ئىرقۇننسا )

بۇ ، تولاراق ئوتتۇرا ياشلىق كىشىلەردە كۆرۈلىدىغان ، رېماتىزم ۋە باشقا كېسەللىك مىكروبلىرىنىڭ ، شۇنداقلا بەدەندىكى ھەر خىل غەيرىي نورمال ئاناتومىيىلىك ئۆزگىرىشلەر نەتىجىسىدە ، ئادەم بەدىنىدىكى ئەڭ ئۇزۇن نېرۋا بولغان ئولتۇرغۇچ نېرۋىنىڭ بېسىلىپ ياكى ياللۇغلىنىپ يانـ پاش بوغۇمدىن باشلاپ تىزنىڭ ئارقا ئويمىنى بەزىدە ئوشۇققىچە بولغان ئارىلىقتا ئاغرىشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدىغان كېسەللىك بولۇپ ، ئاساسلىقى ساغرا ۋە پۇتنىڭ ئارقا تەرىپى تۇراقلىق ھالدا ئاغرىش ئالامىتى بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) ئارام ئالدۇرۇش ئاساس قىلىنىپ ، ياتقۇزۇپ داۋالىنىدۇ . ئىمكانىيەتدەر ئورنىدىن قوپتۇرماي ، ئاغرىق پۇتىنى يۇمشاق نەرسە ئۈستىگە ئەپلىك قويدۇرۇپ 4 ــ 6 ھەپتە دەم ئالدۇرۇلىدۇ ، ئۆتكۈر بوغۇم ياللۇغىنى داۋالاشتا ئىشلىتىلگەن دورىلار ئاساس قىلىنىپ داۋالىنىدۇ .

2 ) كېسەللىك قايسى ماددىدىن پەيدا بولۇشىدىن قەتئىينەزەر ، ماددىنى پىشۇرۇش ئۈچۈن گۈلى بىنەپشە ، قەسىۋىسزەررە ، ئەنگۈرشپا ، بەدىيان يىلتىزى ، ئاھتەررە ، سۆرۈنجان مىسرى ، تەرەنجىۋىلدىن 6 گرامدىن ، قۇرۇتۇلغان مۇناقى ئۇزۇمدىن 1 دانە ئېلىپ دەملەپ بىراقلا ئىچىلىدۇ . سۇرۇش ئۈچۈن ، گۈلى بىنەپشە ، كاسنە يىلتىزى ، بەدىيان يىلتىزىدىن 6 گرامدىن ، قۇرۇق ئۇزۇمدىن 10 گرام ، گۈلى گاۋزىباندىن 3 گرام ، تەرخەمەك ئۇرۇقى ، قوغۇن ئۇرۇقىدىن 6 گرام ، ئاقلانغان بىخسۇس ، گاۋزىبان ، پىرسىياۋشان ، ئەنگۈرشپا ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، ھەمىشە باھار گۈلى ، ئاق لەيلى گۈلى ، قىزىلگۈل ، سانا ، چىلان ، سەرپىستان ، بادام مېغىزىدىن 5 گرامدىن ، پۇنۇس ، خىيارشەنبەر ، تەرەنجىۋىلدىن 60 گرامدىن ئېلىپ ، 1 لىتر مەتبۇخ تەييارلاپ ، مۇۋاپىق مىقداردا ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

3 ) ياسالمىلاردىن ھەببى سۆرۈنجان ( 21 ـ نۇسخا ) كۇندە 1 قېتىم 9 دانە بېرىلىدۇ . ئىترىپىل سەغىر ( 110 ـ نۇسخا ) دىن كۇندە 2 قېتىم 6 گرامنى تەرخەمەك ئۇرۇقى ، ئوغرىتىكەن ، قوغۇن ئۇرۇقى شىرىسى بىلەن بىرگە ئىچۈرۈلىدۇ . مەجۇنى چۆبچىنى ئەلا ( 65 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى ئايارەج لۇغازىيا ( 105 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلار بېرىلىدۇ .

4 ) سۇپۇپى جۇس بېرىلىدۇ .

تەركىبى : سانادىن 36 گرام ، سۆرۈنجان ، شىترەنج ھىندىدىن 15 گرامدىن ، زەپەردىن 3 گرام ئېلىپ ، سوقۇپ تاسقاپ ، تەكشى مىقداردا شېكەر قوشۇپ تەييارلىنىدۇ . كۇنىگە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 10 گرامنى ئىلمان قاينىق سۇ بىلەن ئىچۈرسە بولىدۇ .

5 ) مۇرەككەپ دورىلاردىن ھەببى سەبرە كۈندە 2 ۋاخ 7 دانىدىن ، ھەببى شەبيار كۈندە 1 ۋاخ 7 دانىدىن ( بەلغەمدىن بولغان باش ئاغرىقنى داۋالاشقا قارالسۇن ) ، ھەببى ئايارەج پەيقرا ( 1 ـ نۇسخا ) كۈندە 1 ۋاخ 7 تالدىن بېرىلىدۇ . سۇرگە ئۇچۇن ، ھەببى مەنتەن ( پالەچ كېسەللىكنى داۋالاشقا قارالسۇن ) كۈندە 1 ۋاخ 7 دانىدىن بېرىلىدۇ .

6 ) ھەببى شىترەنج ( لەقۇا كېسەللىكنى داۋالاشقا قارالسۇن ) ئىچۇرۇش بىلەن بىرگە ، سىرتىدىن ياغلاشقا قۇستە يېغى (291 ـ نۇسخا)، پەرپىيۇن يېغى ( ئىختىلاج كېسەللىكنى داۋالاشقا قارالسۇن ) قاتارلىقلار بېرىلىدۇ .

7 ) جامادىن ، ھاراقتىن ، گۆشتىن ، سۈت ـ قېتىق ، چۈچۈمەل تەملىك نەرسىلەر ۋە يەللىك نەرسىلەردىن پەرھىز قىلدۇرۇلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## نېرۋا ئۇچى ياللۇغى

بۇ ، يۇقۇملىنىش ، زەھەرلىنىش ، ئوزۇقلىنىشنىڭ ناچارلىقى ، ئىرسىيەت ۋە سەۋدا ماددىسىنىڭ غەيرىي نورماللىقى قاتارلىق سەۋەبلەردىن كېلىپ چىقىدىغان ھەرىكەت ئەزالىرى ئەسەبلىرىنىڭ يالۇغلىنىشى بولۇپ ، قول ۋە پۈت بارماقلىرىنىڭ سېزىمى يوقىلىش ياكى ئاجىزلىشىش ، بەزىلىرىدە سېزىمى ئېشىپ كېتىش ، ئاغرىش ، قولىشىش ، ئېغىرلاشقاندا ھەتتا مۇسكۇللار ئاغرىش ۋە ئىقتىدارى تۆۋەنلەش ، ئاخىرىدا يىگىلەش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

ماددا تەڭشەش ، پىشۇرۇش ئۇچۇن ، گاۋزىبان ، بادرەنجبۇيا ، ئۇستىقۇددۇس ، سېرىق ئوت ، قىزىلگۈل ، كاسنە يىلتىزى ، شاھتەررە ، بىستىپايەجلەرنىڭ ھەر بىردىن 5 گرامدىن ، چىلاندىن 15 گرام ، ئۇزۇمدىن 15 دانە ، گۈلقەنت ، تەرەنجىۋىل ، ئەينۇلىنىڭ ھەر بىردىن 20

گرامدىن ئېلىپ مەتبۇخ تەييارلاپ ، 10 كۈن ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ . ماددا پىشقاندىن كېيىن ، بۇزۇلغان خىلىتنى چىقىرىش ئۈچۈن ئۈستىقۇددۇس ، شاھتەررە ، سېرىق ئوت ، بادرەنجىبۇيا ، بىخسۇس ، غارىقۇن ، بەدىيان ، پىرسىياۋشان ، گاۋزىبان ، سانا ھەر بىرىدىن 5 گرامدىن ، خىيارشەنبەردىن 10 گرام ، گۈلقەنتتىن 25 گرام ئېلىپ قائىدە بويىچە مۇسھىل قاينىتمىسى تەييارلاپ ، 5 كۈنگىچە ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ . ئۈنىڭدىن كېيىن ، بەدەننى كۈچلەندۈرۈش ، قان ئايلىنىشنى ۋە نېرۋىلار-نىڭ ماددا ئالمىشىشىنى ياخشىلاش ، توقۇلمىلارنىڭ سەزگۈرلۈكىنى ئاشۇرۇش ، يالۇغ قايتۇرۇش ھەم رەئىس ئەزالارنى كۈچلەندۈرۈش مەقسىتىدە لوبۇبى كەبىر ( 82 ـ نۇسخا ) ، لوبۇبى سەغىر ( 84 ـ نۇسخا ) ، ئەۋرىشىم شەربىتى ( 222 ـ نۇسخا ) ، كاسنە جەۋھىرى ، داۋا ئىلمىشكى (70 ـ نۇسخا)، مەجۇنى نۇجاھ (101 ـ نۇسخا) قاتارلىق دورىلار بېرىلىدۇ.
( ئۇرۇمچى ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## سۆگەك سىلى

بۇ ، سىل جاراسىملىرىنىڭ سۆگەككە چۈشۈشىدىن كېلىپ چىقىدىغان كېسەللىك بولۇپ ، يەرلىك ئورۇن ئاغرىش ، قىزىتما ، ئۈزاققا داۋام قىلىغان ئومۇمىي بەدەنلىك يەڭگىل قىزىتما ۋە كېسەللەنگەن ئورۇننىڭ توقۇلمىلىرى بۇزۇلۇش سەۋەبىدىن ھەرىكىتى توسالغۇغا ئۇچراش ، ئاخىر بېرىپ كېسەللەنگەن ئورۇننىڭ شەكلى ئۆزگىرىش قاتارلىق ئالامەتلەر بەلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) ئالدى بىلەن بىمارنىڭ مىجەزىگە ئاساسەن خىلىتلارنى پىشۇرۇپ ، توسالغۇلارنى ئېچىش مەقسىتىدە گۈلى بىنەپشىدىن 16 گرام ، ئاق لەيلى گۈلى ، ھەمىشە باھار گۈلىدىن 20 گرامدىن ، پىرسىياۋشاندىن 20 گرام ، زۇپا ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى ھەر بىرىدىن 32 گرامدىن ، چىلان-

دىن 60 گرام ، ئەنجۇر قېقىدىن 200 گرام ئېلىپ ، 10 كۈن دەملەپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ . ئۇنىڭغا بىرلەشتۈرۈپ رەئىس ئەزالارنى قۇۋۋەتلەش ، كېسەللىككە قارشى تۇرۇش ئىقتىدارىنى ئاشۇرۇش مەقسىتىدە مەجۇنى بەرشىشا ( 36 ـ نۇسخا ) ۋە داۋا ئىلمىشكى ( 71 ـ نۇسخا ) بىلەن ئىككى ھەيتە داۋالاپ ، كېسەلنىڭ روھىي ھالىتى بىلەن ئىشتىھاسى ھەم كەم ماغدۇرلۇق تەرەپلىرىدە خېلى ياخشىلىنىشلار كۆرۈلگەندىن كېيىن ، سىل كېسەللىكىگە قارىتا مەجۇنى ماري ئەپئا ( 88 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى چۆبچىنى ئەلا (65 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى ئازاراقى (46 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ.

2 ) سىرتتىن ئىشلىتىلىدىغان دورىلاردىن ئاق لەيلى گۈلى ئالدى بىلەن بۇزۇلغان ماددىلارنى يوقىتىش مەقسىتىدە قاياناق سۇغا چىلاپ ، تەمى چىققاندىن كېيىن قىزىق ھالدا ئاغرىق ئورۇنغا 10 كۈن چېپىلىدۇ . 10 كۈندىن كېيىن ، يىغىلىپ قالغان ، كۆيگەن بۇزۇق خىلىتلارنى تارقىتىپ ، ئىششىقنىڭ يېنىشىنى تېزلىتىش مەقسىتىدە سەۋزىنىڭ تىرىپى بىلەن تۇخۇمنىڭ سېرىقىنى ئارىلاشتۇرۇپ كېسەللىك بار ئورۇنغا 10 كۈن تېڭىلىدۇ . ئۇنىڭدىن كېيىن ، يەرلىك ئورۇندا تۇرۇپ قالغان بۇزۇق خىلتارنى ھەيدەش مەقسىتىدە زەيتۇن يېغى بىلەن يېغلىنىدۇ . قوۋزاق دارچىن ، قەلەمپۇر ، خولىنجان ، قاقىلە ، زەنجىۋىل ، جويۇز قاتارلىقلارنىڭ ھەر قايسىسىدىن 6 گرامدىن ئېلىپ ، 2 لىتىر سۇدا 15 مىنۇت ئەتراپىدا قاينىتىپ ، قىزىق ھالدا كېسەللەنگەن ئورۇن كۈندە 1 قېتىم يۇيۇپ بېرىلىدۇ .

(ئۇرۇمچى ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## سۆڭەك ئۆسمىسى

بۇ ، زەخىم ۋە باشقا ياللۇغلىنىشلاردىن كېيىن ، چوڭ بوغۇملارنىڭ ھەرە كۆنەكسىمان قىسمىنىڭ ئۈستىدىكى كۆمۈرچەكنىڭ پولتىيىپ ئۆ-

سۇۋېلشى بولۇپ ، ياخشى سۈپەتلىك ۋە يامان سۈپەتلىك دېگەن ئىككى تۈرگە ئايرىلىدۇ . بەدەننى ئورۇقلىتىش ، ھەربىر ئەزالىرىنىڭ ھەربىر تېنى توسالغۇغا ئۇچرىتىش ، ئاغرىش ۋە كۆرۈنەرلىك شەكىل ئۆزگىرىش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) سىرتقى ۋە ئىچكى جەھەتتىن دورا ئىشلىتىش قوللىنىلىدۇ . ئىچكى جەھەتتىن مەجۇنى رېئايە ئەپرەسە كۇنىگە 3 ۋاخ 5 گرامدىن تاماقتىن كېيىن بېرىلىدۇ .

تەركىبى : ئېگىر ، سۇمبۇل ، دارچىن 5 گرامدىن ، مۇرمەككى 8 گرام ، جويۇز ئۇرۇقى ، دۇرۇنەج ئەقرەبى 3 گرامدىن ، چىگىسەي ئۇرۇقى ، ئادراسمان ئۇرۇقى 2 گرامدىن ئېلىنىدۇ . دورىلار 3 ھەسسە ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇلۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ .

2 ) سىرتىدىن رەۋغېنى پەرپىيۇن ( ئىختىلاج كېسەللىكىنى داۋالاشقا قارالسۇن ) ، رەۋغېنى قەلەمپۇر ( 292 ـ نۇسخا ) ، رەۋغېنى قۇستە ( 291 ـ نۇسخا ) ، رەۋغېنى بابۇنە قاتارلىق دورىلار بىلەن مايلاش ، ئۇۋۇلاش ئۇسۇللىرى قوللىنىلىدۇ .

رەۋغېنى بابۇنەنى تەييارلاش ئۇسۇلى : بابۇنە گۈلىدىن 100 گرام ، كۇنجۇت يېغىدىن 400 مىللىلىتىر ئېلىپ ، بابۇنە گۈلىنى كۇنجۇت يېغىغا چىلاپ ئاپتاپقا ئېسىپ قويۇلىدۇ . ھەر كۇنى 1 قېتىم ئىچىدىكى گۈلنى سىقىپ ئېلىپ تاشلاپ ، يېڭىدىن گۈل سېلىپ قويۇلىدۇ . مۇشۇ تەرىقىدە ئالماشتۇرۇلۇپ ئۇچ ھەپتە ئۆتكەندىن كېيىن ، چىلانغان گۈل بىلەن 20 كۇن تۇرغۇزۇلۇپ ، ئاندىن كېيىن سىقىپ ، گۈلنى تاشلىۋېتىپ ئىشلىتىلىدۇ . قۇرۇق گۈل بىلەن قاينىتقاندا 200 گرام قۇرۇق بابۇنە گۈلىنى 1 لىتىر سۇغا سېلىپ قاينىتىپ سۈزۈپ ، سۈيىگە 400 مىللىلىتىر كۇنجۇت يېغى قۇيۇپ قاينىتىپ ، سۈيى تۇگەپ يېغى قالغاندا ئېلىنىدۇ . ئاپتاپتا چىقىرىلغىنى كۆچلۈكرەك بولىدۇ .

( تۇرپان ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

# سۆگەك ئۆسۇش

بۇ ، ئومۇرتقا تەخسلىرى ۋە چوڭ بوغۇملار ھەمدە تاپان قاتارلىق ئورۇنلاردا ناھايىتى كىچىك كۆمۈرچەكسىمان سۆگەك ئۆسۈپ چىقىش سەۋەبىدىن يۇز بېرىدىغان كېسەللىك بولۇپ ، نېرۋىلارنىڭ بېسىلىشى تۈپەيلىدىن ئوخشاشمىغان دەرىجىدىكى ئىزچىل ئاغرىق ۋە ھەرىكەتنىڭ قىيىنلىشىشى قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

ئالدى بىلەن سۆرۈنجان ، گۈلى بىنەپشە ، بىستېپايەج ، سېرىق ئوت ، بادرەنجىبۇيا ، ئىت ئۈزۈمى ، شاھتەررە ، قىزىلگۈلنىڭ ھەر بىرىدىن 14 گرام ، بوزىدان ، رۇمبەدىيان ، دۇرۇنەج ئەقرەبىنىڭ ھەر بىرىدىن 8 گرام ، گۈلقەنتتىن 100 گرام ئېلىپ ، قائىدە بويىچە مەتبۇخ تەييارلاپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 60 مىللىلىتىر ئىچۈرۈلىدۇ . مەزكۇر نۇسخىنى 2 قېتىم تەييارلاپ بەرگەندىن كېيىن ، بىمارنىڭ يەرلىك ئورۇندىكى ئاغرىش ئەھۋالى ياخشىلىنىدۇ . يەرلىك ئورۇن داۋاملىق زەيتۇن يېغى بىلەن يېغىلىنىدۇ . يۇقىرىقى داۋالاشنىڭ 16 ـ كۈنى پىشقان ماددىنى سۈرۈش مەقسىتىدە سانا ، قارا ھېلىلىنىڭ ھەر بىرىدىن 18 گرام ، ئۈرۈقى ئايرىلغان ۋاسالغۇ ئۈزۈمدىن 24 گرام ، ئاق تۈربۇت ، رەۋەندىن 9 گرامدىن ، تەرەنجىبىلدىن 50 گرام ، بادام مېغىزىدىن 15 گرام ئېلىپ مەتبۇخ تەييارلاپ بېرىلىدۇ . مۇرەككەپ دورىلاردىن ھەببى سۆرۈنجان ( 21 ـ نۇسخا ) ، ئەرەقى گاۋزىبان ( 270 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ . 18 ـ كۈندىن باشلاپ سۆرۈنجان ، بادرەنجىبۇيا ، گاۋزىبان ، رۇمبەدىياندىن 30 گرامدىن ، سېرىق ئوت ئۈرۈقى ، دۇرۇنەج ئەقرەبى ، پەرەنجمشكى ، ئاق تۈربۇتتىن 18 گرامدىن ، ھەسەلدىن 100 گرام ئېلىپ ، كۈندە 3 ۋاخ 50 مىللىلىتىردىن بېرىلىدۇ ، يەرلىك ئورۇن چۆبچىنى بىلەن ئىسلاپ تۇرۇلىدۇ .

(توقسۇن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

# ھەربكەت ئەزالىرى كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتا خەلق ئارىسىدا سىناقتىن ئۆتكەن بەزى نۇسخىلار

1 ) پارچىدىن 1 گرام ، دارچىن دەرىخى شېخىدىن 2 گرام ، چۈچۈكبۇيىدىن 1 گرام ، چىلاندىن 4 گرام ، سېرىق ھاراقتىن 100 گرام ئېلىپ ، دورىلارنى سېرىق ھاراققا چىلاپ سۈزۈپ ( 60 گرام سۈيۇقلۇق چىقىدۇ ) كۈندە بىرقانچە قېتىم ئىچىپ بەرسە ، ئۇزاققا سوزۇلغان رېماتىزملىق بوغۇم ياللۇغىنى داۋالاشتا ئۈنۈمى ياخشى بولىدۇ .

2 ) قىزىل لازىدىن 10 تال ، تۇرۇپتىن 1 تال ئېلىپ ، بىرلىكتە يانـ جىپ ئېزىپ ، يەرلىك ئورۇنغا چېپىلىدۇ .

3 ) ئاق ھاراقنى يەرلىك ئورۇنغا ئازراق تۆكۈپ ئوت ياقسا ، بوغۇم ئاغرىشقا مەنپەئەت قىلىدۇ .

4 ) كۈدە يىلتىزىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ، سۇ بىلەن قاينىتىپ يەرلىك ئورۇننى يۇسا ، بوغۇم سىرقىراپ ئاغرىش توختايدۇ .

5 ) قىچا تالقىنىدىن 30 گرام ، ئاچچىقسۇدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېـ لىپ ، ئالدى بىلەن قىچا تالقىنىنى ئازراق قاينىتىپ سۇدا نەمدىگەندىن كېيىن ئاچچىقسۇنى قۇيۇپ ئۇماچ ھالىتىگە كەلتۈرۈپ ، يەرلىك ئورۇنغا چېپىپ ئۇستىگە بىر قەۋەت داكا يېپىپ قويۇپ ، ئۈچ سائەتتىن كېيىن ئېلىۋەتسە ئۈنۈمى ياخشى بولىدۇ .

6 ) سۆرۈنجان مىسىرىنى سەبرە بىلەن قوشۇپ سۈپۈپ قىلىپ ئىچسە ، يانپاش ۋە بوغۇم ئاغرىقلىرىغا ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ .

7 ) يىلان ، سۆرۈنجان ، مۇدەببەر قىلىنغان كۈچۈلا ، سەبرە ، ئادراسمان ئۈرۈقى ، شتىرەنج ھىندى قاتارلىق دورىلارنىڭ ھەر بىرىدىن تەڭ مىقدارىدا ئېلىپ ، يۇمشاق سوقۇپ تاسقاپ ھەب تەييارلاپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 10 دانىدىن ئىستېمال قىلسا ، رېماتىزم كېسەللىكىنى داۋالاشتا ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ .

8 ) سەرخەسنىڭ ھۆلىدىن 250 گرامنى ماشتەك پارچىلاپ ، 6 كىـ لوگرام ھەسەل قوشۇپ ، ھەسەل بىرىكىپ 2 كىلوگرام قالغۇچە پىشۇرۇپ ، 56 گرامدىن بېرىلسە ، كونا يانپاش ئاغرىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ .

9 ) ئاق لەيلى ئۇرۇقىنى يۇمشاق سوقۇپ تاسقاپ ، سۇپۇپ تەيـ يارلاپ ئىستېمال قىلسا ، ئولتۇرغۇچ نېرۋا ئاغرىقى ۋە بوغۇم ياللۇغىغا مەنپەئەت قىلىدۇ .

# IV باب ئۆپكە ۋە نەپەس يولى كېسەللىكلىرى

## يۇقىرىقى نەپەس يوللىرىنىڭ ياللۇغى

بۇ ، يۇقۇملۇق زۇكام ۋە باشقا ياللۇغلىنىشلار سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدىغان كاناي ۋە شاخچە كانايلارنىڭ ئۆتكۈر ۋە سوزۇلما ياللۇغلىنىشى بولۇپ ، ئۆتكۈر كاناي ياللۇغىدا زۇكامغا ئوخشاش ماغدۇرسىزلىق ، باش ئاغرىش ، قىزىتىش ، كۆپ بەلغەملىك يۆتەل قاتارلىق ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ . سوزۇلما كاناي ياللۇغىدا ئۇزاق داۋاملىشىدىغان ، سوغۇق پەسلىدە ئېغىرلىشىدىغان ، پات ـ پات تۇتىدىغان تۇتقاقلىق هاسراش قوشۇلۇپ كېلىدىغان بەلغەملىك يۆتەل قاتارلىق ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

ئۆتكۈر كاناي ياللۇغىنى داۋالاشتا :

1 ) ئالدى بىلەن كېسەللىك سەۋەبىنى يوقىتىش بىلەن بىرگە ياللۇغ قايتۇرۇش ، قىزىتما قايتۇرۇش چارىسىنى قوللىنىش لازىم . بۇنىڭ ئۈچۈن ، گۈلى بىنەپشىدىن 7 گرام ، ئەنجۈر قېقىدىن 1 دانە ، نېلۇپەردىن 4 گرام ، مەرزەنجۇشتىن 8 گرام ، سېمىزئوت ئۇرۇقىدىن 6 گرام ، چىلاندىن 5 گرام ، قىزىلگۈلدىن 5 گرام ئېلىپ ، چالا سوقۇپ ، بىر چىنە سۇ بىلەن دەملىمە تەييارلاپ ، كۈندە 3 قېتىم ، هەر قېتىمدا 100 مىللىلىتىردىن ئىچۈرۈلىدۇ .

2 ) كاسىنە ئۇرۇقى ، سېمىزئوت ئۇرۇقى ، چۈچۈكبۇيا قاتارلىقلارنىڭ هەر قايسىسىدىن تەڭ مىقداردا ، ئادراسمان ئۇرۇقىدىن ئو-

مۇمىي دورىلار مىقدارىنىڭ ئالتىدىن بىر ھەسسىسچىلىك ئېلىپ ، چالا سوقۇپ ، دورىلار چىلاشقۇدەك قاينىاق سۇ بىلەن دەملىمە تەييارلاپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 100 مىللىلىتىردىن ئىچۈرۈلىدۇ .

3 ) قىزىتما تۆۋەنلەپ ، يالۇغ بىرئاز يېنىكلىگەندىن كېيىن ، زىغىر ، ئاچچىق بادام مېغىزى ، بېھى ئۇرۇقى ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 10 گرامدىن ، ئەنجۈر قېقىدىن 3 دانە ، كېۋەز يىلتىزىدىن 8 گرام ئېلىپ ، چىلاشقۇدەك قاينىاق سۇ بىلەن دەملىمە تەييارلاپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 50 مىللىلىتىر ئىچۈرۈلىدۇ . نۆشۈدۇر ، ئاچچىق ئۆرۈك مېغىزى قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 8 گرام ، نىشاستە ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 10 گرام ، سۆرۈنجاندىن 6 گرام ، چاكاندىدىن 3 گرام ئېلىپ ، سوقۇپ تاسقاپ سۇيۇپ تەييارلاپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 5 گرامدىن ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

4 ) گالدىن ئاجرىلىپ چىقىدىغان بەلغەم بىرئاز ئازلىغاندىن كېيىن ، يۆتەلنى توختىتىش ئۈچۈن ، كۆكنار شاكىلىدىن 15 گرام ، ئەنجۈر قېقىدىن 2 دانە ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى ، زىغىر قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 10 گرامدىن ئېلىپ ، بىر چىنە سۇ بىلەن مەتبۇخ تەييارلاپ ، بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ ئىچۈرۈش ، مۇرەككەپ دورىلاردىن لوئۇقى كەتان ( 183 ـ نۇسخا ) ، لوئۇقى بادام (173 ـ نۇسخا ) ، ھەببى غارىقۇن (34 ـ نۇسخا ) ، ھەببى مۇقىل (42 ـ نۇسخا ) ، لوئۇقى سوئال (176 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى زۇپا (77 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلارنى قائىدە بويىچە ئىستېمال قىلدۇرۇش لازىم .

5 ) بىمارنىڭ ئەھۋالى بىرئاز ياخشىلانغاندىن كېيىن ، كېسەللىك قايتا قوزغىلىپ قېلىشنىڭ ئالدىنى ئېلىش ئۈچۈن ، كېسەللىك كەلتۈرۈپ چىقارغان بارلىق ئامىللارنى چەكلەش ، بىمارنىڭ بەدەن چېنىقتۇرۇشنى تەدرىجىي كۈچەيتىپ ، بەدەننىڭ مۇھىتقا بولغان ماسلىشىشچانلىقىنى ئاشۇرۇش كېرەك . ئوزۇقلاندۇرۇشتا ، سىگىشى ياخشى ، سۈيۇق ـ سەلەڭ

يېمەكلىكلەرنى ئىستېمال قىلدۇرۇش ، غىدىقلاش تەسىرى بولغان لازا - ئاچچىقسۇغا ئوخشاش ئاچچىق ، چۈچۈمەل يېمەكلىكلەردىن پەرھىز قىلدۇرۇش كېرەك .

( قەشقەر ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

6 ) بەلغەم خىلىتىدىن بولغان ئۆتكۈر كاناي يالليۇغىنى داۋالاشتا ، ئەنجۈر قېقىدىن 2 دانە ، چىلاندىن 10 دانە ، تاتلىق ئۈرۈك مېغىزىدىن 10 گرام ، ئۈزۈمىدىن 15 گرام ، بىنەپشە ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى ، نېلۇپەرنىڭ ھەر بىرىدىن 6 گرامدىن ئېلىپ ، ئۈرۈك مېغىزىنى سوقۇپ ، باشقا دورىلار بىلەن بىللە مۇۋاپىق مىقدارىدىكى سۇدا پىرىم سائەت قايىنتىپ ، 100 گرام شېكەر بىلەن شەربەت تەييارلاپ ، كۈندە 3 قېتىم مۇۋاپىق مىقدارىدا بېرىلىدۇ .

سۇ ئىچىيازدىن 1 باش ، زەنجىۋىلدىن 3 گرام ، قارا شېكەردىن 30 گرام ئېلىپ شەربەت تەييارلاپ ، مۇۋاپىق مىقدارىدا بېرىلىدۇ .

7 ) قان خىلىتىنىڭ تەسىرىدىن بولغان ئۆتكۈر كانايچە يالليۇغىنى داۋالاشتا ، بېھى ئۈرۈقىدىن 10 گرام ، چىلان ، قاپاق ئۈرۈقى مېغىزىدىن 15 گرامدىن ئېلىپ ، 250 مىللىلىتىر سۇدا 15 مىنۇت قايىنتىپ سۈزۈپ ، 15 گرام شاھتەررە شىرىسى قوشۇپ ، كۈندە 3 قېتىم 50 مىللىلىتىردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا نېلۇپەر ئەرەقى ئارىلاشتۇرۇپ بېرىلىدۇ . قاننى تەكشىگەندىن كېيىن ، زۇپا ، بادرەنجبۇيا ، سەرپىستان ، ئاق لەيلى ئۈرۈقى ، گاۋزىبان ، ئاقلانغان چۈچۈكبۇيا يىلتىزى ، سانا ھەر بىرىدىن 10 گرامدىن ، پىرسىياۋشاندىن 5 گرام ئېلىپ ، دورىلارنى چىلاشقۇدەك سۇدا سۇنۇڭ پىرىمى قالغۇچە قايىنتىپ سۈزۈپ ، 200 گرام شېكەر بىلەن شەربەت تەييارلاپ ، كۈندە 3 قېتىم 50 مىللىلىتىردىن ئىچۈرۈلىدۇ .

8 ) سەپرا خىلىتىنىڭ تەسىرىدىن بولغان كانايچە يالليۇغىنى داۋالاشتا ، قارىئۈرۈكتىن 30 گرام ، ئەينۇلا ، چىلان ، تەمرى ھىندى ، ئەنجۈر قېقىدىن 20 گرامدىن ، تەرەنجىۋىل ، قۇرۇق ئۈزۈمدىن 35 گرامدىن ، ئاقلانغان چۈچۈكبۇيا يىلتىزىدىن 15 گرام ئېلىپ ، دورىلارنى

چىلاشقۇدەك سۇدا سۈنىك يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ سۈزۈپ ، 200 گرام شېكەر بىلەن شەربەت تەييارلاپ ، كۈندە 3 قېتىم 50 مىللىلىتىردىن ئىچۈرۈلىدۇ .

9 ) سەۋدا خىلىتىنىك تەسىردىن بولغان ئۆتكۈر كانايچە يالىلۇغىنى داۋالاشتا ، گاۋزىبان ، شاھتەررە ، سەرپىستان ، بادرەنجبۇيا ، ئاق سەندەل قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 10 گرامدىن ، ئۇستىقۇددۇس ، ئاپېلسىن پوستى قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 12 گرامدىن ، بادام مېغىزى ، چىلغوزا مېغىزىنىڭ ھەر بىرىدىن 15 گرامدىن ئېلىپ ، دورىلارنى چىلاشقۇدەك سۇدا قاينىتىپ ، مۇۋاپىق مىقداردا شېكەر بىلەن شەربەت تەييارلاپ ، كۈندە 3 قېتىم 50 مىللىلىتىردىن بېرىلىدۇ .

( ئۇرۇمچى ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

سوزۇلما كاناي ياللۇغىنى داۋالاشتا :

10 ) بىنەپشە ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، زىغىردىن 6 گرامدىن ، نېلۇپەر ، زۇپا ، بېھى ئۇرۇقى ، چۇچۇكبۇيا يىلتىزىدىن 3 گرامدىن ، چىلاندىن 4 دانە ، ئەنجۇر قېقىدىن 2 دانە ئېلىپ ، دورىلارنى پاكىز تازىلاپ ، 500 گرام ئىلمان سۇغا چىلاپ ئوتتا ئازراق قاينىتىپ ، سۈزۈپ ئۇچكە بۆلۈپ ، ئىسسىق ھالدا ئىچۈرۈلسە ، قىزىتما بولغان قۇرۇق يۆتەلگە ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ .

11 ) چۇچۇكبۇيا شىرىسى ، قەنتتىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ ، يۇمشاق سوقۇپ ، بەدىيان سۇيىدە يۇغۇرۇپ 1.5 گرامدىن ھەب ياساپ ، ھەر قېتىمدا 1 داندىن ئېغىزغا سېلىپ شۇمۇشكە بېرىلىدۇ .

12 ) چاكاندىن 10 گرام ، بادام مېغىزى ، ئاچچىق ئۆرۈك مېغىزى ، بىخسۇس مۇقەششەر ، زۇپا قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ ، چالا سوقۇپ قاينىتىپ ئىچۈرۈلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

13 ) ئۇجمە يىلتىزىنىڭ ئاق پوستىدىن 15 گرام ، بالەنگۇ ئۇرۇقىدىن 9 گرام ، بىخسۇستىن 6 گرام ئېلىپ ، سۇدا قاينىتىپ ئىچۈرۈلىدۇ .

14 ) سەبرە سۇتۇتسرى ، ھەسەلدىن 0.4 گرامدىن ئېلىپ ھەب تەييارلاپ بېرىلىدۇ .

15 ) مازارىيۇن قوۋزىقىدىن 1 گرام ، زۇپادىن 2 گرام ئېلىپ سۇدا قاينىتىپ ، كۈندە 3 ۋاخ ئىچۈرۈلىدۇ .

16 ) غارىقۇندىن 4 گرام ، چۇچۇكبۇيىدىن 8 گرام ئېلىپ ، سۇدا قاينىتىپ ئىچۈرۈلىدۇ .

17 ) غارىقۇندىن 3 گرام ، شاكال بەدىياندىن 6 گرام ئېلىپ ، سۇدا قاينىتىپ ئىچۈرۈلىدۇ .

18 ) تۇخۇم شاكىلى ، چاكاندا ھەر بىرىدىن 30 گرامدىن ئېلىپ ، ئېزىپ 4 گرامدىن كۈنىگە 2 ۋاخ قاياق سۇ بىلەن ئىچۈرۈلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

ئىسسىقلىقتىن بولغان يۆتەلنى داۋالاشتا :

19 ) ئومۇمىي بەدەننىڭ ھارارىتىنى پەسەيتىش ئۈچۈن چارە قىلىنىدۇ ، بىنەپشە شەربىتى (227 ـ نۇسخا ) ياكى بىنەپشە ، نېلۈپەر ، زۇپا ، ئاق لەيلى ئۈرۈقى ، بىبھى ئۈرۈقى ، چۇچۇكبۇيا قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ دەملەپ ئىچىش بۇيرۇلىدۇ .

20 ) تۇز ۋە ئەگرى تەرخەمەك ئۈرۈقى مېغىزىدىن 6 گرامدىن ، سېمىزئوت ئۈرۈقىدىن 6 گرام ، قاپاق ئۈرۈقى مېغىزىدىن 5 گرام ئېلىپ ، شىرىسىنى چىقىرىپ ، 100 مىللىلىتىر گاۋزىبان ئەرەقى ۋە 30 مىللىلىتىر نېلۈپەر شەربىتى قوشۇپ ئىچۈرۈلىدۇ .

21 ) يۆتەل پەسەيتىش ئۈچۈن ھەببى سوئال بارىد ( 17 ـ نۇسخا ) ، سۇپۇپى سوئال ( 195 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ .

22 ) مەجۇنى خەشخاش ( 67 ـ نۇسخا ) دىن كۈندە 3 ۋاخ 5 گرامدىن بېرىلىدۇ . لوئۇقى خەشخاش ( 178 ـ نۇسخا ) ، لوئۇقى بادام ( 173 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا بېرىلىدۇ . شەربىتى خەشخاش بېرىلىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

سوغۇقلۇقتىن بولغان يۆتەلنى داۋالاشتا :

23 ) ئومۇمىي بەدەننى قىزىتىش ، بەدەننى قۇۋۇەتلەش چارىلىرى قوللىنىلىدۇ . قۇۋۇەتلىك ، ئىسسىق تەبئەتلىك ، سىڭىشلىك تاماقلار بېرىلىدۇ .

24 ) ئارپىبەدىيان ، چىگىسەي ئۇرۇقى ، بىخسۇس ، زۇپا ، پىرسىياۋشان قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ، بىرنەچچە كۈن دەملەپ ئىچۈرۈلىدۇ .

25 ) زاغۇن ئۇرۇقىنى سوقۇپ ، ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ يالانچۇق ياساپ ، كۈندە بىرنەچچە قېتىم ئاز - ئازدىن بېرىلىدۇ .

26 ) چاكاندىدىن 10 گرام ، ئاچچىق ئۆرۈك مېغىزى ، كۆپۈكى دەريا ، بىخسۇس ، ئارچا يوپۇرمىقى ، خام گەج ھەر بىرىدىن 10 گرامدىن ئېلىپ ، ئىككى چىنە سۇ بىلەن بىرچىنە قالغۇچە قايىنىتىپ سۈزۈپ ، ئىككى كىگە بۆلۈپ ئىچۈرۈلىدۇ .

27 ) ياڭاق ، بادام مېغىزى ، ئۇرۇقسىز قىزىل ئۈزۈم ، ھەسەلدىن بارلاۋەر مىقداردا ئېلىپ ، دورىلارنى سوقۇپ ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ، 1 قوشۇقتىن كۈندە 3 ۋاخ يېگۈزۈلىدۇ .

28 ) شەربىتى زۇپا ( 232 - نۇسخا ) ، شەربىتىزەنجىۋىل( 233 - نۇسخا ) ، سۇپۇپى سوئال مۇرەككەپ (196 - نۇسخا) ، ھەببى سوئال (16 - نۇسخا ) ، ھەببى سوئال ھار ( 17 - نۇسخا )، لوئۇقى سوئال (176 - نۇسخا ) ، لوئۇقى رۇببىسۇس ( 181 - نۇسخا ) ، لوئۇقى زۇپا ( 182 - نۇسخا ) ، لوئۇقى كەتان ( 183 - نۇسخا ) قاتارلىق دورىلار ئۆز مىقدارى بويىچە بېرىلىدۇ .

29 ) مەجۇنى ھورمىل كەبىرى ( 66 - نۇسخا ) ، مەجۇنى زەنجىۋىل ( 76 - نۇسخا ) ، مەجۇنى زۇپا ( 77 - نۇسخا ) دىن 5 گرامدىن كۈنىگە 3 ۋاخ ئىچىشكە ياكى مۇرابباىي زەنجىۋىل ( 274 - نۇسخا ) دىن شۇمۇشگە بېرىلىدۇ .

30 ) ھەببى مۇقىل ( 42 - نۇسخا ) ياشانغانلارنىڭ سوغۇقتىن

بولغان يۆتىلىى ۋە كاناي ياللۇغىغا ئوبدان شىپا بولىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

31 ) ھەببى زەيقى بېرىلىدۇ .

تەركىبى : تۇرىبۇتتىن 9 گرام ، سەۋسەن يىلتىزىدىن 5 گرام ، سەبرىدىن 2 گرام ، غارىقۇندىن 10 گرام ، سوقمۇنيادىن 3 گرام ، مۇقىلدىن 6 گرام ، بىنەپشىدىن 5 گرام ئېلىپ ، يۇمشاق سوقۇپ تاسقاپ ، سۇ بىلەن ھەب قىلىنىدۇ . 6 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ يېيىلىدۇ . بۇ دورا سوغۇقتىن بولغان يۆتەل ۋە دەم سقىلىشلارغا ئوبدان مەنپەئەت قىلىدۇ .

(خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

دەم سقىلىش قوشۇلۇپ كەلگەن يۆتەلنى داۋالاشتا :

32 ) چۇچۇكبۇيا يىلتىزىدىن 10 گرام ، زۇپادىن 3 گرام ، ئەنجۇر قېقىدىن 10 گرام ، پىرسىياۋشاندىن 10 گرام ئېلىپ قاينىتىپ ، تەمى چىققاندا سۈزۈپ سۈيىنى ئىچسە تەسىرى ياخشى بولىدۇ .

33 ) چۇچۇكبۇيا يىلتىزىدىن 6 گرام ، شۇمشە ئۇرۇقىدىن 3 گرام ، پىرسىياۋشاندىن 3 گرام ، تاغ پىيىزىدىن 6 گرام ئېلىپ دەملەپ ، تەمى چىققاندا سۈزۈپ سۈيىنى ئىچسە ، ئۇنۇمى ياخشى بولىدۇ .

34 ) رۇبىبىسۇستىن 1 ــ 3 گرام ئېلىپ شۇمسە ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

قۇرۇقلۇقتىن بولغان يۆتەلنى داۋالاشتا :

35 ) پار مۇنچىسىغا چۈشۈپ تەرلىنىش ، بەدەننى ھۆل تەبىئەتلىك ياغلار بىلەن ياغلاش ، سۇيۇقلۇقنى كۆپرەك ئىچىش ، تاۋۇز ، تەرخەمەككە ئوخشاش مېۋىلەرنى كۆپرەك يېيىش تەۋسىيە قىلىنىدۇ .

36 ) كالا ، ئۆچكە سۈتلىرى ۋە سۈت بىلەن پىشۇرۇلغان گۈرۈچ ئېشى بېرىلىدۇ ، ئارپا سۈيى ، بېھى لۇئابى ، توخۇ گۆشىۋەكاللا ـ پاقالچاق شورپىسى قاتارلىقلار بېرىلىدۇ .

37 ) بىنەپشە يېغى ، قاپاق يېغى ، بادام يېغى قاتارلىقلارنى ئاق موم

بـىلەن ئارىلاشتۇرۇپ كۆكرەككە چېپىش ياكى رەڭگىنى مۇرەتتىب (296 ـ نۇسخا) نى كۆكرەككە چېپىش بۇيرۇلىدۇ. شەربىتى گاۋزىبان مۇرەتتىب (244 ـ نۇسخا) قاتارلىقلار ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

38) رۇبـبـسۇس، قاپاق مېغىزى، تەرخەمەك مېغىزى، نىشاستە، كـەتـىرا، گۈلى بىنەپشە قاتارلىقلار باراۋەر مىقداردا ئېلىنىپ، بېھى ئۇرۇقى لۇئابى بىلەن يۇغۇرۇلۇپ، شۇمۇشكە بېرىلىدۇ.

39) ھەببى سوئال يابىس (18 ـ نۇسخا) 5 تالدىن كۈندە 3 ۋاخ، لـوئۇقـى رۇبـبـسۇس (181 ـ نـۇسـخا)، لوئۇقى بادام (173 ـ نۇسخا)، لوئۇقى سوئال (176 ـ نۇسخا) قاتارلىقلار شۇمۇشكە بېرىلىدۇ.

(يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن)

40) 250 گـرام تاۋۇز سۈيىنى قاچىغا ئېلىپ ئوت ئۈستىگە قويۇپ، ئۇنـىڭغا سەمغى ئەرەبى، كەتىرا، نوقۇت، لاچىندانىنىڭ ھەر بىرىدىن 12 گـرامـدىن ئېلىپ سوقۇپ ئارىلاشتۇرۇپ، ھەر كۈنـى ئەتىگەن ـ كەچـتە 12 ـــ 15 گرام ئىستېمال قىلسا، قۇرۇق يۆتەلگە مەنپەئەت قىلىدۇ.

41) 100 گرام تاۋۇز سۈيىگە 10 گرام زەنجۈبىل، 150 گرام ھەسەل قـوشۇپ، كۈندە 2 قېتىم 15 گرامدىن ئىلمان قىلىپ ئىچسە، كۆكيۆتەل ۋە قۇرۇق يۆتەلگە شىپا بولىدۇ.

42) ئۇرۇقـى ئايـرىلىپ ئازراق قورۇلغان ئەينۈلا ۋە كۆكنار شاكـلـىدىن باراۋەر مـقدارىدا ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، ئۇخلاشنىڭ ئالدىدا 6 گرامنى ھەسەل سۈيى بىلەن ئىچسە بولىدۇ.

(خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن)

## تۇتقاقلىق دەم سقىلىش (زىققە)

بـۇ، زۇكـامـنىڭ نەزلىسى، يۇرەكتە قان قېيىش ۋە بەدەنده بەلغەم خـىلـىتـى ئېشـىپ كـېتىش سەۋەبىدىن ئۆپكىدە قويۇق بەلغەم يىغىلىپ قـېلىش، نەپەس يوللىرى يالىلۇغلانغاندىن كېيىن ئۇزاققىچە ساقايماسلىق،

ھەر خىل ئۇزاقتا سوزۇلغان ياللۇغلىنىشلارنىڭ ئاسارىتى تۇپەيلىدىن كېلىپ چىقىدىغان ، ھەر خىل ياشتىكى كىشىلەرنىڭ ھەممىسىدە كۆرۈلىدىغان نەپەس يولى كېسەللىكى بولۇپ ، تولاراق كېچىسى تۇيۇقسىز دېمى سىقىلىش بىلەن باشلىنىپ ، نەپەس قىينىلىشىش ، بىمار ياتالماي ئولتۇرۇشقا مەجبۇر بولۇش ، تىنىقى چىقماي چىرايى قىزىرىپ كېتىش ، بەزىدە ئىسقىرتقاندەك ئاۋاز چىقىرىپ نەپەسلىنىش ، كۆپۈكلۈك بەلغەم چىقىرىش ۋە كالپۇك ، بارماقلىرى كۆكىرىش ، شۇنداقلا رېتىمسىز تۇتقاق تۇتۇش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 . نەزلە سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا :

1 ) تەرىياقى نەزلە ( 133 ـ نۇسخا ) دىن 7 گرامغا 120 مىللىلىتر گاۋزىبان ئەرەقى ۋە 25 مىللىلىتر شەربىتى خەشخاش قوشۇپ ئىچۈرۈلىدۇ .

2 ) نەپەس يوللىرىنى تەنقىيە قىلىش ئۈچۈن ھەببى ئايارەج پەيقىرا ( 1 ـ نۇسخا ) ، ھەببى قوقىيا ( 35 ـ نۇسخا ) ۋە ھەببى شەبىيار (بەلغەم لىك باش ئاغرىقىنى داۋالاشقا قارالسۇن ) قاتارلىق دورىلار بېرىلىدۇ .

3 ) كانايچىلارنىڭ تارتىشۇېلىشىنى بوشىتىش ئۈچۈن ، مەجۇنى بەرشىشا كەبىر ( 56 ـ نۇسخا ) دىن 2 گرامنى 25 مىللىلىتر ئەرەقى گاۋزىبانغا قوشۇپ ، كەچتە 1 ۋاخ ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

4 ) 15 مىللىلىتر شەربىتى خەشخاش بىلەن 30 مىللىلىتر ئەرەقى گاۋزىبانغا 2 دانە ھەببى جەدۋار قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

5 ) بىخسۇس ، گاۋزىبان ، گۈلى گاۋزىباندىن 5 گرامدىن ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، خۇببازى ئۇرۇقىدىن 2 گرامدىن ، سەرپىستاندىن 11 دانە ئېلىپ ، 200 مىللىلىتر سۇغا چىلاپ ، 100 مىللىلىتر قالغۇچە قاينىتىپ ، 20 مىللىلىتر شەربىتى بىنەپشە قوشۇپ ئىچۈرۈلىدۇ . كەچتە يەنە 100 مىللىلىتر ئەرەقى گاۋزىبان ئىچۈرۈلىدۇ .

6 ) نەپەس سقىلىپ قاتتىق ئازابلىغان ۋاقتىدا ، گۈلى بىنەپشىدىن

7 گرام ، گاۋزبان ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، خۇببازى ئۇرۇقىدىن 5 گرام ، چىلاندىن 6 دانە ئېلىپ ، قاياناق سۇغا چىلاپ قاينىتىپ سۈزۈپ ، ناۋات قوشۇپ ئىچۈرۈلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

2 . بەلغەم خىلىتىنىڭ غالىبلىقىدىن كېلىپ چىققان بولسا :

1 ) بەلغەم ماددىسىنى پىشۇرۇش ئۈچۈن ، مۇنزىجى بەلغەم (250 ـ نۇسخا ) بېرىپ ماددىنى پىشۇرغاندىن كېيىن مۇسھىل بېرىلىدۇ .

2 ) تۆۋەندىكى يەككە ياكى ئاددىي نۇسخىلار بېرىلىدۇ :

( 1 ) سۇمبۇلدىن 7 گرام ، زىرىدىن 6 گرام ئېلىپ قاينىتىپ ، 20 گرام ھەسەل قوشۇپ ئىچۈرۈلىدۇ .

( 2 ) 4 گرام رۇمبەدىيانىنى قاينىتىپ ، 20 گرام ھەسەل قوشۇپ ئىچۈرسە بولىدۇ .

( 3 ) 2 دانە تۇخۇم سېرىقىغا ئازراق شېكەر ، 2 گرام قارىمۇچ قوشۇپ چالا پىشۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ .

( 4 ) پاكىز زىرىدىن 30 گرامنى سوقماي 100 مىللىلىتىر قاياناق سۇغا چىلاپ قويۇپ ، ئىككىگە بۆلۈپ ئىچۈرسە بولىدۇ .

( 5 ) چالا سوقۇلغان زىرىدىن 100 گرامنى قاينىتىپ سۈزۈپ ، 200 گرام ھەسەل قوشۇپ تەييارلاپ قويۇپ ، زىققە تۇتقان ۋاقتىدا ئاز ـ ئازدىن ئىچىشكە بەرسە بولىدۇ .

( 6 ) ئىسپىغۇلنى سۇغا چىلاپ شىرىسىنى چىقىرىپ ، شېكەر قوشۇپ ئىچىشكە بەرسە بولىدۇ .

3 ) مۇرەككەپ دورىلاردىن :

( 1 ) شەربىتى زۇپا ( 232 ـ نۇسخا ) 30مىللىلىتىردىن كۈندە 3 ۋاخ ؛

( 2 ) لوئۇقى كەتان ( 183 ـ نۇسخا ) 15 گرامدىن كۈندە 2 ۋاخ ؛

( 3 ) شەربىتى ئەۋرىشىم ( 222 ـ نۇسخا ) 30 مىللىلىتىردىن كۈندە 3 ۋاخ ؛

( 4 ) لوئۇقى تىن ( 174 ـ نۇسخا ) 15 گرامدىن كۇندە 3 ۋاخ ؛
( 5 ) ھەببى غاربقۇن ( 34 ـ نۇسخا ) 6 تالدىن كۇندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

4 ) ئەرەقى سەندەل ، خەمىرى سەندەل ( 137 ـ نۇسخا ) ، لوئۇقى خەشخاش ( 178 ـ نۇسخا ) قاتارلىق دورىلار ئۆز مىقدارى بويىچە بېرىلسە ئوبدان پايدا قىلىدۇ .

5 ) مەجۇنى زىراۋەندىنىڭ دەم سىقىلىش كېسەللىكىگە ئۇنۇمى ياخشى .

تەركىبى : زىراۋەندە مۇدەھرىج ، قەرەدمانە ، قارىمۇچ ، ئادراسمان ئۇرۇقى ، سىيادان ، بادام مېغىزى ، ئەنجۇر قېقىدىن 15 گرامدىن ، رۇببەسۇس ، پىرسىياۋشان ، زۇپادىن 6 گرامدىن ئېلىپ ، دورىلارنى سوقۇپ تاسقاپ ، 3 ھەسسە ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ ، چوڭلارغا 10 گرامنى 30 مىللىلىتىر زۇپا شەربىتى بىلەن ئىچىشكە بەرسە بولىدۇ .

6 ) مەجۇنى مۇختەسەرنىڭ ئۇنۇمى يۇقىرى .

تەركىبى : زىغىر ، ئاقلانغان چۇچۇكبۇيا يىلتىزىدىن 60 گرامدىن ئېلىپ ، سوقۇپ تاسقاپ ، 120 گرام ناۋاتنى قېيام قىلىپ ، ناۋات قېيامىدا مەجۇن تەييارلىنىدۇ . ھەر قېتىمدا 6 ـــ 12 گرامدىن كۇنىگە 3 قېتىم بېرىلىدۇ .

7 ) ھەببى رەيھانى ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ .

تەركىبى : قارىمۇچ ، رۇببىسۇس ، تاتلىق بادام مېغىزى ، چىلغوزا مېغىزى ، سەمىغى ئەرەبىدىن 10 گرامدىن ، ناۋاتتىن 30 گرام ئېلىپ ، سوقۇپ تاسقاپ سۇ بىلەن ھەب قىلىنىپ ، 6 ـــ 8 دانە بېرىلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

8 ) تۆۋەندىكى تەييار دورىلاردىن تاللاپ بىرى ياكى ئىككىسى بىرلەشتۈرۈپ ئىشلىتىلىدۇ :

( 1 ) سۇپۇپى سوئال مۇرەككەپ ( 186 ـ نۇسخا ) 6 گرامدىن كۇنىگە 3 ۋاخ ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

( 2 ) مۇرابىايى زەنجىۋىل ( 274 ـ نۇسخا ) شۇمۇشكە بېرىلىدۇ .
( 3 ) لوئۇقى بادام ( 173 ـ نۇسخا ) ، لوئۇقى سوئال ( 176 ـ نۇسخا ) 10 گرامدىن كۇنىگە 3 ۋاخ شۇمۇپ يۇتۇشقا بېرىلىدۇ .
( 4 ) مەجۇنى ھورمىل كەبىرى ( 66 ـ نۇسخا ) 6 گرامدىن كۇنىگە 3 ۋاخ ئىچىشكە بېرىلىدۇ .
( 5 ) ھەببى بىنەپشە ( 11 ـ نۇسخا ) 12 تالدىن كۇنىگە 3 ۋاخ 50 مىللىلىتىر ئەرەقى بەدىيان بىلەن بېرىلىدۇ .
( 6 ) ھەببى سوئال ( 15 ـ نۇسخا ) 5 دانىدىن كۇنىگە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .
( 7 ) مەجۇنى سەۋزە ( 60 ـ نۇسخا ) 5 گرامدىن كۇنىگە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .
( 8 ) مەجۇنى خەشخاش ( 67 ـ نۇسخا ) 5 گرامدىن كۇنىگە 2 ۋاخ بېرىلىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

9 ) كانايچىلارنىڭ تەشەننۇچىنى بوشىتىش ، قويۇق بەلغەمنى چىقىرىش ، ئۆپكە ـ يۇرەك خىزمىتىنى كۈچەيتىش ئۈچۈن ، ياۋا زىرىدىن 15 گرام ئېلىپ ، 1 لىتىر سۇدا قاينىتىپ ، سۈيىگە 30 گرام خەمىرى بىنەپشە ، 15 گرام گۈلقەنت سېلىپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ . نەپەس سىقىلىش ئېغىر بولغانلارغا زىرىنى سوقۇپ قاينىتىپ ، ھەسەل قوشۇپ ئىچىشكە بەرسە بولىدۇ . كانايچىلارنىڭ تەشەننۇچىنى بوشىتىش ئۈچۈن ، مەرزەنجۇش ، قىزىل كىشمىش ئۈزۈم ، پىرسىياۋشاندىن 12 گرامدىن ، رۇمبەدىيان ، ئەنجۇر قېقىدىن 13 گرامدىن ، بىخسۇستىن 16 گرام ، چىلان ، سۇمبۇل ، تاغ يالپۇزىدىن 10 گرامدىن ، خەشخاش ئۇرۇقى ، چاكاندىدىن 5 گرامدىن؛ بىخ كەبىردىن 6 گرام ، كۆك ئاموتتىن 50 گرام ئېلىپ ، قائىدە بويىچە شەربەت تەييارلاپ ، 50 مىللىلىتىردىن كۇنده 2 ۋاخ ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

10 ) يۆتەل قوشۇلۇپ كەلسە ، سەرپىستان ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، گاۋزىبان ، پىرسىياۋشان ، زۇپادىن 10 گرامدىن ، بىخسۇس ، چىلان ،

ئەنجۇر قېيقىدىن 15 گرامدىن ئېلىپ ، دەملەپ ئىچىشكە ياكى شەربەت تەييارلاپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

3 . يۈرەك كېسەللىكى سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا :

1 ) ئاق سەندەلنى ھۆل كاسىنە ياكى ھۆل يۈمغاقسۈت سۈيى بىلەن سۈرۈپ كۆكرەككە چاپسا بولىدۇ .

2 ) گاۋزىباندىن 5 گرامنى قاينىتىپ سۈزۈپ ، سۈيىگە 30 مىللىلىتىر ئانار شەربىتى قوشۇپ ئىچۈرسە بولىدۇ .

3 ) خەمىرى ئەۋرىشىم ( 134 ـ نۇسخا ) ، مۇپەررىھى ئەۋرىشىم I ( 139 ـ نۇسخا ) ، مۇپەررىھى ئەۋرىشىم II ( 140 ـ نۇسخا ) ، خەمىرى گاۋزىبان ئەنبىرى ياكى ساددە ( 138 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلاردىن بىرىنى ئالما شەربىتى ، سەندەل شەربىتى ، ئەۋرىشىم شەربىتى ، نىلۇپەر شەربىتى قاتارلىقلاردىن بىرسى بىلەن قوشۇپ بەرسە بولىدۇ .

4 ) يۈرەك زەئىپلىكى قوشۇلۇپ كەلگەن بولسا ، مۇپەررىھى بارىد قەلبى ( 142 ـ نۇسخا ) ، مۇپەررىھى دىلكۈشا بارىد ( 148 ـ نۇسخا ) ، مۇپەررىھى ياقۇت بارىد ( 154 ـ نۇسخا ) ، خەمىرى مەرۋايىت ( 135 ـ نۇسخا ) لەردىن بىرىنى تاللاپ ، شەربىتى ئەۋرىشىم بىلەن بىللە بېرىلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## ئۆپكە يالۇغى

بۇ ، كۆكرەككە سوغۇق ئۆتۈش ۋە باشقا سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن ئۆپكىنىڭ ئاساسىي مادداسى بولغان ئۆپكە پۈۋەكچىلىرى ئىچىدە سىرغىما سۈيۇقلۇقلار جىددىي سىزىپ چىقىدىغان ياللۇغلىنىشلىق كېسەللىك بولۇپ ، جىددىي ھالدا توكۇپ تىترەش ، قىزىتىش ، نەپەس قىيىنلىشىش ، كۆكرەك ئاغرىش ، يۆتىلىپ دات رەڭلىك بەلغەم تۈكۈرۈش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) چىلان ، سەرپىستان ، نېلۇپەر ، بىنەپشە ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ، سۇغا چىلاپ شىرىسنى چىقىرىپ ، خىيارشەنبەر ۋە تەرەنجىۋىل شىرىسى بىلەن بىللە ئىچۈرۈپ ئىچى بوشىتىلىدۇ .

2 ) كېسەللىك دەسلەپكى باسقۇچتىن ئۆتۈپ كەتكەن بولسا ، مادىدىنى تارقاتقۇچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ . بۇنىڭ ئۈچۈن ، بابۇنە ، ئىككىلمىلىك ، ئاق لەيلى گۈلى ، بىنەپشە ، ئارپا ئۇنى قاتارلىقلارنى خېمىر قىلىپ كۆكرەككە چېپىش كېرەك .

3 ) ئاق مومدىن 5 گرام ، بىنەپشە يېغى ياكى قىزىلگۈل يېغىدىن 12 مىللىلىتىر ئېلىپ ، مومنى مەزكۇر ياغدا ئېرىتىپ ، ئىسسىقراق ھالەتتە كۆكرەكنى مايلاش كېرەك .

4 ) ئىت ئۈزۈمى ، ئاق لەيلى گۈلى ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، زىغىر ھەر بىرىدىن 12 گرامدىن ئېلىپ ، ئىسسىق سۇغا بىر كېچە چىلاپ ، ئەتىسى ئەتىگەندە قاينىتىپ سۈزۈپ ، 36 مىللىلىتىر قىزىلگۈل يېغى قۇيۇپ ياكى سۈيىي تۇگەپ يېغى قالغۇچە قاينىتىپ ، ھاسىل بولغان مومىلۇق ياغ بىلەن كۆكرەك ياغلىنىدۇ .

5 ) بېھى ئۇرۇقىدىن 3 گرام ، چىلاندىن 5 دانە ، سەرپىستاندىن 9 دانە ، ئاق لەيلى ئۇرۇقىدىن 5 گرام ئېلىپ ، سوغۇق سۇغا چىلاپ ، ئەتىسى قاينىتىپ سۈزۈپ ، ئاندىن 3 گرام ئاقلانغان ئۇسۇڭ ئۇرۇقىنىڭ لۇئابى ، 24 مىللىلىتىر بىنەپشە شەربىتى ( 227 ـ نۇسخا ) ياكى خاكشىدىن 5 گرام قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ . ئەگەر ماددا سۇيۇق بولسا ، مەزكۇر نۇسخىغا نېلۇپەر گۈلى ، گاۋزىبان ياكى خۇببازى ئۇرۇقىدىن 5 گرامدىن قوشۇپ ئىچۈرۈلىدۇ . ھارارەت زىيادە بولسا ، يۇقىرىقى دورىغا سېمىز ئوت ئۇرۇقىنىڭ شىرىسى ۋە قاپاق ئۇرۇقى مېغىزىنىڭ شىرىسىنى قوشۇپ ئىچۈرسە بولىدۇ .

6 ) نېلۇپەر گۈلى ، گۈلى بىنەپشە ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ھەر

بىرىدىن 6 گرامدىن ، چىلاندىن 5 دانە ، سەرپىستاندىن 11 دانە ئېلىپ ، 180 مىللىلىتر ئەرەقى گاۋزىبان ( 270 ـ نۇسخا ) دا قاينىتىپ سۈزۈپ ، 24 مىللىلىتر بىنەپشە شەربىتى ( 227 ـ نۇسخا ) قوشۇپ ئىچۈرۈلىدۇ . قان تۇكۈرۈش قوشۇلۇپ كەلسە ، 5 دانە چىلاننى 180 مىللىلىتر شاھتەررە ئەرەقى ( 267 ـ نۇسخا ) دە قاينىتىپ سۈزۈپ ، 3 گرامدىن قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى ، ئۈسۈك ئۇرۇقلىرىنىڭ لۇئابلىرى ، 24 مىللىلىتر نېلۇپەر شەربىتى ( باش ئاغرىقىنى داۋالاشقا قارالسۇن ) ، 5 گرام خاكشى قاتارلىقلارنى قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ . يەتتە كۈندىن كېيىن 5 گرام ئىسپىغۇل ، 4 گرام سېمىز ئوتنىڭ لۇئابىغا 24 مىللىلىتر چىلان شەربىتى ( باش ئاغرىقىنى داۋالاشقا قارالسۇن ) ، 1 گرام كەتىرا قوشۇپ ئىچۈرۈلىدۇ .

7 ) كېسەللىكىنىڭ دەسلىپىدە ئارپا سۈيىگە 5 دانە چىلان ، 5 گرام چۈچۈكبۇيا يىلتىزى ياكى 11 دانە سەرپىستان قوشۇپ قاينىتىپ بېرىلىدۇ ياكى ئارپا ئېشىغا بىنەپشە ، نېلۇپەرنىڭ ھەر بىرىدىن 5 گرامدىن ، شەربىتى بىنەپشە ( 227 ـ نۇسخا ) دىن 24 مىللىلىتر ، بادام يېغىدىن 5 مىللىلىتر قوشۇپ بېرىلىدۇ . ئەگەر ھارارەت يۇقىرى بولسا ، ئارپا سۈيىگە ئىسپىغۇلدىن 6 گرام ، بادام يېغىدىن 3 مىللىلىتر قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ ياكى بۇغداي كېپىكىدە ئاتىلا ئېتىپ ، شېكەر قوشۇپ بېرىلىدۇ . ئاجىزلاپ كەتكەن بىمارلارغا چۈجە شورپىسىغا ئارپا سېلىپ پىشۇرۇپ بەرسە بولىدۇ .

8 ) نەزلىدىن بولغان ئۆپكە يالليۇغىنى داۋالاشتا :

( 1 ) ئەگەر كېسەللىك يەڭگىل بولسا ، ئەنجۈردىن 8 دانە ياكى چىلاندىن 9 دانىنى ياكى قۇرۇق زۇپادىن 9 گرام ، پىرسىياۋشاندىن 7 گرامنى ئاقلانغان چۈچۈكبۇيا يىلتىزىدىن 7 گرام بىلەن بىللە قاينىتىپ ، 24 مىللىلىتر شەربىتى بىنەپشە ( 227 ـ نۇسخا ) ، 24 مىللىلىتر شەربىتى زۇپا ( 232 ـ نۇسخا ) بىلەن بىللە ئىچۈرۈلىدۇ .

( 2 ) لوئۇقى سەرپىستان ( 175 ـ نۇسخا ) ، لوئۇقى كەتان (183 ـ نۇسخا ) ياكى لوئۇقى زۇپا ( 182 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ . بىمارداقەۋزىيەت

بولسا ، لوئۇقى خىيارشەنبەر ( 180 ـ نۇسخا ) دىن 12 ـــ 24 مىللىلىتىر بېرىلىدۇ . بىمارنىڭ كۆكرىكىنى موم قوشۇلغان رەۋغىنى بىنەپشە ، كۈنـ جۇت يېغى ياكى زەيتۇن يېغىدىن بىرىنى تاللاپ ، ئازراق ئىسسىتىپ ياغلىسا ئوبدان ئۇنۇم بېرىدۇ .

( 3 ) 6 گرام ئاق مومنى 12 مىللىلىتىر بىنەپشە يېغىدا ئېرىتىپ ، 5 گرام ھۇلبە ( شۇمشە ) ، 5 گرام زىغىر لۇئابى ۋە 1 دانە تۇخۇم سېرىقى ئارىلاشتۇرۇپ ، سەل ئىسسىق ھالەتتە كۆكرەككە سۈركىسە بولىدۇ .

( 4 ) ئاق مومدىن 9 گرام ، قىزىلگۈل يېغىدىن 24 مىللىلىتىر ئېـ لىپ ، مومنى مەزكۇر ياغدا ئېرىتىپ ، ئۇنىڭغا لۇبان ياكى مەستىكى رۇمىنىڭ ھەر بىرىدىن 2 گرامدىن قوشۇپ ، سانجىقلىق ئاغرىۋاتقان كۆكرەككە ئىسسىقراق ھالەتتە سۈركىسە ، ئاغرىق پەسەيتىش بىلەن بىللە بەلغەم چىقىرىدۇ .

9 ) نەزلىلىك ئۆپكە ياللۇغى ۋە بەلغەملىك ئۆپكە ياللۇغلىرىنى داۋالاش ئۈچۈن ، بىنەپشە گۈلىدىن 7 گرام ، گاۋزىبان ، ئاق لەيلى ئۈرۈقى ، خۇبىبازى ئۈرۈقى ، پوستى ئاقلانغان چۇچۇكبۇيا يىلتىزى ھەر بىرىدىن 5 گرامدىن ، چىلاندىن 5 دانە ، سەرپىستاندىن 9 دانە ئېلىپ ، سۇغا چىلاپ قويۇپ قاينىتىپ ، 24 مىللىلىتىر شەربىتى بىنەپشە ( 227 ـ نۇسخا ) قوشۇپ ئىچۈرۈلىدۇ . ئەگەر بىمار قەۋزىيەتلىكتىن زارلانسا ، خەـ مىرى بىنەپشە قوشۇپ بېرىش لازىم .

10 ) گۈلى بىنەپشە ، پىرسىياۋشان ، قۇرۇق زۇپا ، ئاقلانغان چۇچۇكبۇيا ھەر بىرىدىن 5 گرامدىن ، ئەنجۈردىن 3 دانە ، ئۈرۈقسىز ئۈـ زۈم ، چىلاندىن 5 دانەدىن ، سەرپىستاندىن 11 دانە ئېلىپ ، بۇلارنىڭ ھەممىسىنى سۇغا چىلاپ قويۇپ سۈزۈپ ، بىنەپشە شەربىتى ، چىلان شەربىتى ( باش ئاغرىقىنى داۋالاشقا قارالسۇن ) ياكى زۇپا شەربىتى (232 ـ نۇسخا ) دىن 36 مىللىلىتىر قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلسە بولىدۇ .

11 ) تامىقنا چۇجىنىڭ گۆشى ياكى ئۆچكە بويۇن گۆشىدە شورپا

قىلىپ ، ھەمەك نان بىلەن بېرىش ، سوغۇق ، ئاچچىق - چۈچۈك ۋە بەك تاتلىق نەرسىلەردىن پەرھىز قىلىش لازىم .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## كۆكرەك پەردە يالـلۇغى

بۇ ، كۆكرەك قەپىسىنىڭ ئىچكى تەرىپىنى قاپلاپ تۇرغان پەردە نىڭ غەيرىي تەبىئىي ئۆزگەرگەن خىلتلار تەسىرى ۋە باشقا سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن ئومۇمىيۈزلۈك يالـلۇغلىنىشى بولۇپ ، پۈتۈن بەدەن قىزىش ، كۆكرەك ئاغرىش ، بېقىندا سانجىق پەيدا بولۇش ، تومۇر ھەرە چىشىدەك سېلىش ، دەم سىقىلىش ، يۆتەل قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) تاتـلىق ئانار سۈيىدىن 140 مىللىلىتىر ، ئاق شېكەردىن 24 گرام ، سەمىغى ئەرەبى ، قورۇلغان نىشاستە ھەر بىردىن 1 گرامدىن ، تاتـلىق بادام يېغىدىن 24 مىللىلىتىر ئېلىپ ، ئىسسىتىپ ئىـ چىشكە بېرىلسە ، يۆتەل ۋە كۆكرەكتىكى سانجىقنى پەسەيتىشتە ناھايىتى ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ .

2 ) بېھى ئۇرۇقى ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، خۇببازى ئۇرۇقى ، چىلان ، سەرپىستان ، نېلۇپەر گۈلى ، گۈلى بىنەپشە ، چالا سوقۇلغان تۇز ۋە ئەگرى تەرخەمەك ئۇرۇقى ، ئەنگۈرشپا ، ئاقلانغان چۈچۈكبۇيا يىلتىزى ، گاۋزىبان ، پىرسىياۋشان قاتارلىق دورىلاردىن ئىككى ياكى تۆت خىلنى بىرلەشتۈرۈپ شىربىسنى چىقىرىپ (قاينىتقىلى بولىدىغانلىرىنى قاينىتىپ) ، تاۋۇز مېغىزى ، قاپاق مېغىزى ، ئۇسۇك ئۇرۇقى ، بادام مېغىزى ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى قاتارلىقلارنىڭ لۇئابلىرىنى قوشۇپ ئىچىشكە بەرسە بولىدۇ .

3 ) ئارپا سۈيىگە 5 دانە چىلان ، 9 دانە سەرپىستان ، 5 گرام چۈچۈكبۇيا يىلتىزىنىڭ شىربىسنى چىقىرىپ قوشۇپ ئوزۇقلاندۇرۇش ، قىزىتما قايتقاندىن كېيىن پەيدىنپەي كۆچلۈك تاماقلارنى بېرىش لازىم .

4 ) يۆتەل بەك كۆچلۈك بولسا ، لوئوقى سەرپستان ( 175 ـ نۇسخا ) دىن 12 گرامنى 140 مىللىلىتىر ئەرەقى گاۋزىبان ( 270 ـ نۇسخا ) غا قوشۇپ ، ئىلمان ھالدا ئىچىشكە بەرسە بولىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

5 ) يۆتەلنى پەسەيتىپ ئاغرىقنى توختىتىش ئۈچۈن ، بىخسۇستىن 50 گرامنى 1 جىك سۇدا قاينىتىپ يېرىمى قالغاندا سۈزۈپ ، ئۈچكە بۆلۈپ تاماقتىن كېيىن ئىچۈرسە بولىدۇ .

6 ) ھەرە كۆنىكىدىن 10 گرام ، مەستىكىدىن 25 گرام ، كەمەكتىن 12 گرام ، چايانداىن 10 گرام ، مۇرمەككى ، قەلەمپۇردىن 15 گرامدىن ، بىخسۇستىن 12 گرام ئېلىپ ھەممىسىنى تالقانلاپ ، تاسقاپ ، تۇخۇم ئېقى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ بېقىنغا چېپىلىدۇ .

7 ) سانجىق ئېغىر بولسا ، 3 ـــ 4 گرام ھىكنى ئېرىتىپ لاتىغا سۈۋاپ ، ئاغرىق جايغا تاڭسا بولىدۇ .

8 ) ئۆپكە يالىلۇغنى داۋالاشتا ئىشلىتىلگەن دورىلارمۇ بۇ كېسەل لىكنى داۋالاشتا ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ .

( ئۇرۇمچى ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## ئۆپكە ھاۋالىق ئىششىقى

بۇ ، ئۇزاق مۇددەت يۆتىلىش ، دەم سىقىلىش ۋە ھاسراش تۈپەيلىدىن ئۆپكە پۈۋەكچىلىرىنىڭ ئەۋرىشىملىكى يوقىلىپ ، نەپەس چىقىرىش قىينلىشىپ ، ئۆپكە پۈۋەكچىلىرى ئىچىدىكى قالدۇق ھاۋا سىرتقا تولۇق چىقىرىلماسلىقتىن كېلىپ چىقىدىغان كېسەللىك بولۇپ ، ئۇزاق مۇددەتلىك يۆتەل ، نەپەس قىيىنلىشىش ، قول ئۇچى ۋە كالپۇك كۆكىرىش ، كۆكرەك چىڭقىلىش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) ئالدى بىلەن خىلتىنى پىشۇرۇش ، كانايىنى سىلىقلاشتۇرۇش

ئۇچۇن ، بىخسۇس ، زۇپا ھىندى ، پىرسىياۋشان ، ئەنجۇر قېقى ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، چىلان ، سەرپىستان قاتارلىقلار تەك مىقداردا ئېلىنىپ ، دەملەپ ئىچۈرۈلىدۇ .

2 ) نەپەسلىنىش ئەزالىرىدىكى چاپلاشقاق ، بۇزۇق ماددىلارنى تازىلاش ئۈچۈن ، ھەببى غارىقۇن ( 34 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى زۇپا ( 77 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى چۆبچىنى كەبىرى ( 65 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلار بېرىلىدۇ .

3 ) يۇرەكنى كۈچەيتىپ نېرۋىنى تىنچلاندۇرۇش مەقسىتىدە ، ئانار شەربىتى ( 231 ـ نۇسخا ) ، ئەۋرىشىم شەربىتى ( 222 ـ نۇسخا ) ، گۈل قەنت ( 155 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلار كۈندە 2 قېتىم ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

4 ) كۆكسى چىڭلىقنى بوشىتىش ئۈچۈن سىرتتىن زەيتۇن يېغى ، بادام يېغى سۈركىلىدۇ ھەمدە ھەسەل سۇيى ئىچۈرۈلىدۇ . بەلغەم بوشىتىش ئۈچۈن ، نۆشۈدۇر سېپىلگەن جىگەر كاۋىپى يېيىش بۇيرۇلىدۇ .

5 ) كانايچىلاردا سېزىملىنىش ئەھۋالى بايقالسا ، سېزىمنى بوشاشتۇرغۇچى دورىلاردىن چاكاندا ياسالمىلىرى مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

6 ) يۇرەك زەئىپلىشىش ئەھۋالى كۆرۈلسە ، ئانار ، ئەۋرىشىم شەربەتلىرى بېرىلىدۇ .

7 ) ئۆپكە پۈۋەكچىلىرىنىڭ كېڭەيگەن ھالىتىنى ئەسلىگە كەلتۈرۈش مەقسىتىدە ، مەجۇنى ئازاراقى ( 46 ـ نۇسخا ) ۋە باشقا قورۇغۇچى دورىلاردىن تاللاپ ئىشلىتىشكە بولىدۇ .

( ئۇرۇمچى ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

8 ) بالەنگۇدىن 30 گرام ، زۇپا ھىندى ، پىرسىياۋشان، سوغىگۈلىنىڭ ھەر بىرىدىن 15 گرامدىن ، ئاقلانغان چۇچۇكبۇيا يىلتىزى ، كۆكنار پوستى ھەر بىرىدىن 10 گرامدىن ئېلىپ ، دورىلارنى چالا سوقۇپ دەملەپ ئىچىپ بەرسە ، سوزۇلما كاناي يالىلۇغى ۋە ئۆپكە ھاۋالىق ئىششىقىغا ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ .

9 ) ھەببى سەدىرى بېرىلىدۇ .

تەركىبى : غاربىقۇن ، تۇربۇتتىن 9 گرامدىن ، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى ، ئاچچىق تاۋۇز ، سەبرە ، ئەنزۇرۇت ھەر بىرىدىن 6 گرامدىن ئېلىپ ھەب تەييارلاپ ، ئەھۋالغا قاراپ ئىستېمال قىلىنىدۇ .

10 ) مۇرەككەپ دورىلاردىن يۆتەل باسقۇچى لوئۇقلار ، زۇپا چۇشىدىغان ياسالمىلار ، بىنەپشە خەمىرى ۋە شەربىتى ، بادام چۇشىدىغان لوئۇق ۋە سۇپۇپلار ، ئەۋرىشىم شەربىتى قاتارلىقلار ئوبدان ئۇنۇم بېرىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## ئۆپكە سىلى

بۇ ، ئۆپكە سىل كېسەللىكى مىكروبى بىلەن يوقۇملىنىش نەتىجىسىدە كېلىپ چىقىدىغان ، كېسەللىك مىكروبى قان ۋە لىمفا سۇيۇقلۇقى ئارقىلىق ئۆپكىگە كېلىپ ، ئۆپكە توقۇلمىلىرىدا زەدىلىنىش پەيدا قىلىدىغان ، تارقىلىشى كەڭ ، يۇقۇشچانلىقى كۈچلۈك ، قايتىلىنىش نىسبىتى يۇقىرى ، ئىجتىمائىي زىيىنى چوڭ يۇقۇملۇق كېسەللىك بولۇپ ، كېچىسى تەرلەش ، چۇشتىن كېيىن قىزىتىش ، ماغدۇرسىزلىنىش ، ئىشتىھاسىزلىق ، كالتە يۆتەل ۋە ئوروقلاش قاتارلىق كلىنىكىلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) بىمارنىڭ قىزىتمىسى يۇقىرى بولسا ، بىنەپشە شەربىتى ( 227 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ .

2 ) يۆتەلنى پەسەيتىش ئۈچۈن بادام مېغىزى ، قىزىلگۈل ۋە ناۋات تىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ ، سوقۇپ تالقان قىلىپ ، كۈندە 4 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 10 گرام ئىچىلىدۇ .

3 ) تۇخۇم يېغىدىن كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 5 گرامنى يېرىم پىيالە قاينىتىلغان سۈت بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىچسە بولىدۇ .

4 ) شېكەر بىلەن ياسالغان گۈلقەنتنى كۈنده 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 20 ـــ 30 گرام ئىستېمال قىلسا ئۈنۈمى ياخشى .

5 ) قىزىلگۈل ، كراخمال ، كۆيدۈرۈلگەن سەرتان ، گىلى ئەرمەنى ھەر بىرىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ، ساپال ئۈستىده قورۇپ ئىستېمال قىلسا ياكى ئاق سەندەل تالقىنى ، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى ، تەرخەمەك ئۇرۇقى ، بىخ مارجان ، كەتىرا ، ئەرەب يېلىمى ، چۈچۈكبۇيا قىيامى ھەر بىرىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ تالقان قىلىپ ، ئۇنى بېھى ئۇرۇقى شىرىسى بىلەن مەجۇن قىلىپ ، كۈنده 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام يەپ بەرسە ، ئۆپكىدىكى جاراھەتنىك ساقىيىشى تېزلىشىدۇ ۋە قان تۈكۈرۈشمۇ تېز توختايدۇ .

6 ) سىل كېسەللىكىدىكى كۆپ تەرلەش ، يۇرەك تېز سېلىش ۋە قىزىتمىلار ئۈچۈن قۇرسى كافۇر ( 169 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ . ئۇنىڭدىن باشقا ، 10 جىك ئاق چامغۇرنى ئۇششاق توغراپ ، ئۇنىڭغا تەك مىقداردا يېڭى سويۇلغان قوي گۆشىنى چاناپ ئارىلاشتۇرۇپ ، چامغۇر بىلەن گۆش ئېزىلگۈچە قاينىتىپ ، ئاندىن ئۇنى سۈزۈپ ئېلىۋېلىپ ، 250 گرام كۈنجۈت يېغى ، 130 گرام سيادان ، 130 گرام ئارپىبەدىيان ، 130 گرام لاچىندانه ، 130 گرام قوۋزاق دارچىنىنى سوقۇپ خالتىغا ئېلىپ ، ئۇنى شورپىغا سېلىپ ، دورىنىك كۈچى چىققۇچە قاينىتىپ ، كۈنده 4 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 100 گرامدىن ئىستېمال قىلىپ بەرسە ، ھەممىدىن ئارتۇق مەنپەئەت قىلىدۇ . چامغۇرنى كۆپ ئىستېمال قىلىشنىك ئۆپكە سىلىنى داۋالاشتا رولى چوڭ بولىدۇ .

( قاغىلىق ھۆكۈمالىرىنىك تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

7 ) يىلاندىن 20 گرام ، تاباشىر ، كۈندۈر ، سەمغى ئەرەبى ، گىلى ئەرمەنى قاتارلىق دورىلارنىڭ ھەر بىرىدىن 10 گرامدىن ، ھەببۇلئاس ، نىشاستە ، كەتىرا ، بادام مېغىزى ، كۆكنار ئۇرۇقى قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 20 گرامدىن ئېلىپ ، يۇمشاق سوقۇپ تاسقاپ ، ئومۇمىي دورىلارنىڭ 3 ھەسسىسچىلىك ھەسەل بىلەن مەجۇن تەييارلاپ ، كۈنده 3 قې

تىم 10 گرامدىن ئىستېمال قىلسا ، ئۆپكە سىلىغا كۆرۈنەرلىك ئۈنۈم بېرىدۇ .

8 ) رۇبىبسۇس ، كەتىرا ، سەمغى ئەرەبى ، شېكەر تىغال ، ئەنجىبار قاتارلىق دورىلارنىڭ ھەر بىرىدىن 6 گرامدىن ، شېكەردىن 15 گرام ئېلىپ ، سوقۇپ سۈپۈپ تەييارلاپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 5 گرامدىن ئىستېمال قىلىنىدۇ .

9 ) چۇچۇكىبۇيا ، نىشاستە ، تاتلىق بادام مېغىزى قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 3 گرامدىن ئېلىپ ، سوقۇپ سۈپۈپ تەييارلاپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 5 گرامدىن قايناق سۇ بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ .

10 ) ئۆپكە سىلىنى داۋالاشتا ، كۆچنى تولۇقلاپ تەبىئىي قۇۋۋەتنى ئاشۇرغۇچى دورىلاردىن ماددەتۈلھايات ( 85 ـ نۇسخا ) ، لوبۇبى كەبىرى ( 82 ـ نۇسخا ) ، بەرشىنا كەبىرى ( 56 ـ نۇسخا ) قاتارلىق دورىلار ئىشلىتىلىدۇ .

چوڭ يىلاندىن 10 گرام ، ئۇچقۇن پاقىدىن 10 دانە ، موزىدىن 5 گرام ، گۈلەنتتىن 5 گرام ، چالاپىدىن 15 گرام ، ئەنجىباردىن 15 گرام ، مەرۋايىتتىن 20 گرام ، كەتىرادىن 15 گرام ئېلىپ ، سوقۇپ مەجۇن تەييارلاپ ، 7 گرامدىن كۈندە 3 قېتىم ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

( ئۇرۇمچى ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

11 ) ئۆزۈقلىنىش رېتىمى بەلگىلەپ بېرىلىدۇ . ئۆزۈقلىنىشى تەرتىپلىك ، قۇۋۋەتلىك ، سىڭىشلىك بولۇش تەلەپ قىلىنىدۇ ، ئاز بول غىنىدىمۇ كۈنىگە 500 مىللىلىتر سۈت ، 250 گرام گۆش ، 2 دانە تۇخۇم ، 100 گرام گۈلگەنت ۋە تەبىئىتى كۆتۈرگۈدەك سەي ـ كۆكتاتلار بىلەن ئۆزۈقلاندۇرۇلىدۇ ، ئىشتىھا ئاچقۇچى دورىلار بېرىلىدۇ .

12 ) بىمارنىڭ تامىقىغا كۈنىگە 60 مىللىلىتر چۇچۇتۇلگەن چامغۇر ئۇرۇقى يېغى قوشۇپ بېرىلىدۇ . چامغۇر ئۇرۇقى يېغى تېپىلمىسا ، كۈنجۈت يېغى بولسىمۇ بولىدۇ . شۇنىڭ بىلەن بىللە ھەر كۈنى 3 ۋاخ رەۋغىنى بەيزە تەييارلاپ ، 15 مىللىلىتردىن بېرىلىدۇ .

13 ) يۆتەل پەسلەيتكۆچى دورىلار تاللاپ ئىشلىتىلىدۇ . يۆتەل پەسەيتكۆچى دورىلار بىمارنىڭ شۇ ۋاقىتتىكى مىجەزىگە ماس كېلىشى كېرەك . يۆتەلنى پەسەيتىش بىلەن بىللە يۇرەكنى قۇۋۋەتلەش ئۈچۈن ، شەربىتى ئەۋرىشم ( 222 ـ نۇسخا ) قوشۇپ ئىشلىتىلىدۇ .

14 ) ئەگەر قان تۈكۈرۈش ئەھۋالى بولسا ، قۇرسى ئوبەھەل ( 166 ـ نۇسخا ) ، قۇرسى ئەنجىبار ( 165 ـ نۇسخا ) ، قۇرسى كەھرىۋا قابىز ( 171 ـ نۇسخا ) ، سۇپۇپى ماسكۇددەم ( 217 ـ نۇسخا ) قاتارلىق دورىلار بېرىلىدۇ .

15 ) ئۆپكىدىكى جاراھەتنى ساقايتىش ئۈچۈن ، قۇرسى سىل (168 ـ نۇسخا ) 5 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ . سۇپۇپى دىق (209 ـ نۇسخا ) 6 گرامدىن كۈندە 2 ۋاخ بېرىلىدۇ .

16 ) مەجۇنى سىلىنىڭ تۆۋەندىكى نۇسخىسى بېرىلىدۇ :

تاباشىر ، كۈندۇر ، سەمغى ئەرەبى ، گىلى ئەرمەنى ، كەتىرا ، كۆكنار ئۇرۇقى 6 گرامدىن ، سەرتان ، نىشاستە ، ھەببۇلئاس 10 گرامدىن ، بادام مېغىزى 12 گرام ، پىرسىياۋشان ، سۆئلەپ چىنى ، چامغۇر ئۇرۇقى ، سۆرۈنجان چىنى ( سوغىگۈل ) 15 گرامدىن ، ھەسەل 3 ھەسسە ئېلىنىدۇ . دورىلار سوقۇپ ، تاسقاپ ھەسەل بىلەن مەجۇن قىلىپ ، 10 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ ، تۆۋەندىكى نۇسخىدا تەييارلاپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ :

سۆئلەپ چىنى ، سۆرۈنجان چىنى ، پىرسىياۋشان ، كەتىرا 15 گرامدىن ، كۈندۇر ، بادام مېغىزى 10 گرامدىن ، سەرتان ، چايان ، تاباشىر 7 گرامدىن، ھەسەل 3 ھەسسە ئېلىنىدۇ. 6 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ.

17 ) ئەگەر ئۆپكىدە كاۋاك بولسا ، ھەسەل بىلەن تەييارلانغان قىزىلگۈلقەنتتىن 1 كىلوگرام ئېلىپ ، 30 گرام كەتىرانى يۇمشاق سوقۇپ تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ ، كۈنىگە 3 ۋاخ 30 گرامدىن بېرىلىدۇ .

18 ) ئومۇمىي بەدەننى كۈچەيتىش ئۈچۈن مۇۋاپىق كېلىدىغان ، يۆتەلنى قوزغاپ قويۇش تەسىرى بولمىغان مەجۇناتلار بېرىلسە بولىدۇ ،

تۆۋەندىكى ئۇسۇل بويىچە تەدبىر قوللىنىلسىمۇ بولىدۇ :

( 1 ) سۇ يىلىنىنىڭ باش ، قۇيرۇقىدىن كېسىۋېتىپ ، ئىچىنى تازىلاپ ، تېرىسىنى سويۇۋېتىپ ، يىلان گۆشىنى قوي گۆشى بىلەن قاينىتىپ ، شورپىسىنى ئىچىشكە بەرسە بولىدۇ .

( 2 ) يىلاننى تازىلاپ سايىدا قۇرۇتۇپ ، كېيىن ئوتقا قاقلاپ ئوبدان قۇرۇتقاندىن كېيىن سوقۇپ تالقانلاپ ، بادام ، سۆئلەپ ، كەتمرا ، سوغمىگۇل قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ ( يىلان گۆشى 1 ھەسسە ، باشقا دورىلار 1 ھەسسە ) ھەب تەييارلاپ ، دەسلەپ كۈنىگە 1 ۋاخ 2 گرامدىن بېرىپ ، ئاستا - ئاستا مىقدارىنى كۆپەيتىپ ، كۈنىگە 3 ۋاخ 5 گرامدىن بېرىلىدۇ .

( 3 ) 100 گرام قۇرۇتۇلغان يىلانغا 50 گرام قىزىل قولتۇق پاقا قوشۇپ سۈپۈپ تەييارلاپ ، كۈنىگە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 2 گرامدىن كاپ ئېتىشكە بېرىلىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## ئۆپكە سەرتانى

بۇ ، 40 ياشتىن ئاشقانلاردا كۆرۈلىدىغان ، ئۆپكىدىكى سوزۇلما كېسەللىكلەرنىڭ تەسىرى ياكى راك ھۈجەيرىلىرىنىڭ ئۆپكىگە تەسىر قىلىشى نەتىجىسىدە شاخچە كاناي ۋە ئۆپكە بۆلەكچىلىرى سىرتىدا پەيدا بولىدىغان بىر خىل خەۋپلىك ئۆسمە كېسەللىكى بولۇپ ، قېقىلىپ يۆتىلىش ، ھاسىراش ، قارامتۇل ياكى جىگەر رەڭ قان تۈكۈرۈش ، تۆۋەن قىزىتما ، كەم قانلىق ، ماغدۇرسىزلىنىش ، ئورۇقلاش ، كۆكرەك ئاغرىش قاتارلىق ئالامەتلەر ئېغىر ئۆتۈش بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) سەۋەبچى خىلىتقا ئاساسەن مۇنزىج بېرىلىدۇ . ماددا پىشقاندىن كېيىن مۇسھىل بېرىلىدۇ . ئادەتتە كۆپىنچە مۇنزىجى سەۋدا ياكى سەپرا

بېرىلىدۇ ، كېيىن مەتبۇخى ئەپتىمۇن ، مەتبۇخى شاھتەررە قاتارلىقلار بېرىلىدۇ .

2 ) كۆكرەكتىكى قاداقنى پەسەيتىش ئۈچۈن ، زىمادى شۇسە (318 ـ نۇسخا ) زىماد قىلىنىدۇ .

3 ) قانىنى تازىلاش ، جاراھەتنى ساقايتىش ئۈچۈن مەجۇنى ماری ئەپئا ( 88 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى قۇرسى ئەپئا ( 78 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى ئىترىپىل ھامانى ( 111 ـ نۇسخا ) قاتارلىق دورىلار بېرىلىدۇ .

4 ) يىلان گۆشى بىلەن تەييارلىنىدىغان باشقا ياسالمىلارمۇ مۇڭا-پىق مىقداردا بېرىلىدۇ ( ئاشقازان راكىنى داۋالاشقا قارالسۇن ) .

5 ) قۇۋۇۋەتلىك ، يۇمشاق گۆش ، تۇخۇم ، كۆكتاتلارنى بېرىپ بەدەننى قۇۋۇۋەتلەش بىلەن بىللە ، كالا ، ئۆچكە گۆشلىرى ، تۇزلىغان گۆش ، كونا گۆش ۋە يەللىك نەرسىلەردىن پەرھىز قىلدۇرۇلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

# V باب يۇرەك كېسەللىكلىرى

## يۇرەك زەئىپلىشىش

بۇ ، يۇرەكتە ھېچقانداق ئورگانىك ئۆزگىرىش بولماي ، يۇرەك مۇسكۇللىرىنىڭ قىسقىرىش كۈچى ئاجىزلىشىش نەتىجىسىدە كېلىپ چىقىدىغان يۇرەك مەجەزىنىڭ بۇزۇلۇش كېسەللىكى بولۇپ ، ئوڭ يۇرەك زەئىپلەشكەندە دەم سىقىلىش ، ھاسىراش ئاساسىي ئالامەت بولۇپ ، كۆپىنچە بەلىنىڭ تۆۋىنىدە سۇلۇق ئىششىق يۇز بېرىدۇ ، سول يۇرەك زەئىپلەشكەندە كۆپىنچە ئۆپكىدە سۇلۇق ئىششىق بولۇپ ، يۆتەل كۈچەيىش ، ئاچ قىزىل رەڭلىك كۆپۈكلۈك بەلغەم كېلىش ، نەپەس ئېلىش بەكمۇ قىيىنبولۇش ۋە كۆكىرىش‌قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ.

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) كېسەلنى يانتۇ ياتقۇزۇپ ئارام ئالدۇرۇش ، تۇز يېتىشنى چەكلەش لازىم .

2 ) يۇرەك زەئىپلىكى يۇرەك مەجەزىنىڭ ئىسسىقلىقتىن بۇزۇلۇشىدىن كېلىپ چىققان بولسا ، قۇرسى كافۇر ( 169 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ . تەمرى ھىندى چىلانمىسى ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى شىرىسى ، تەلۇە ئانار سۇيى قاتارلىقلار ئىچىشكە بېرىلىدۇ . پالەك ، سېمىز ئوت ، يۇمغاقسۇت كۆكى سېلىنغان تاماقلار بېرىلىدۇ . ئىسسىقلىق تاماقلاردىن پەرھىز قىلدۇرۇلىدۇ ، ئالمىنى سىقىپ چىقىرىلغان سۇدا سەندەلنى سۇرۇپ ، كافۇر قوشۇپ ، داكىغا چىلاپ كۆكرەك سىرتىدىن قويۇلىدۇ ، خەمىرى سەندەل ( 137 ـ نۇسخا ) ، ئەرەقى سەندەل مۇرەككەپ ( يۇرەك سانجىقى كېسەللىكىنى داۋالاشقا قارالسۇن ) قاتارلىقلار تەييارلاپ بېرىلىدۇ .

3 ) يۇرەك زەئىپلىكى يۇرەك مىجەزىنىڭ سوغۇقلۇقتىن بۇزۇلۇشىدىن كېلىپ چىققان بولسا ، داۋا ئىلمىشكى شېرىن ( 70 ـ نۇسخا ) ، شەربىتى گاۋزىبان ( 243 ـ نۇسخا ) ، شەربىتى بادرەنجىبۇيا ( 224 ـ نۇسخا ) قاتارلىق دورىلار بېرىلىدۇ . قەلەمپۇر ، سۇمبۇل ، ئۇد ھىندى ، لاچىندانە ، زەپەرلەر قوشۇپ دەملەپ بېرىلىدۇ . گاۋزىبان ھىندى ، گۈلى گاۋزىبان ، پىلە غوزىسى ، بادرەنجبۇيا شېخى قاتارلىقلارنى باراۋەر مىقداردا ئېلىپ ، بىر كېچە قاينىق سۇغا چىلاپ ، ئەتىسى بىرئاز قاينىتىپ سۈزۈپ ، قەنت سېلىپ قىيامنى تەڭشەپ ، قىزىلگۈل شەربىتى بىلەن ئىچۈرۈلىدۇ . سۇمبۇل ، قىزىلگۈل ، دارچىن ، سۆئىدى كۆپىدىن 6 گرامدىن ، زەپەردىن 3 گرام ئېلىپ ، سوقۇپ گۈلاب بىلەن يۇغۇرۇپ ، يۇرەكنىڭ سىرتىدىن چېپىلىدۇ .

4 ) يۇرەك زەئىپلىكى يۇرەك مىجەزىنىڭ قۇرۇقلۇقتىن بۇزۇلۇشىدىن بولغان بولسا ، كۆكرەكنىڭ سىرتى رەڭگىنى مۇرەتتىب (296 ـ نۇسخا ) بىلەن ياغلىنىدۇ . ئىسپىغۇل لۇئابى ، بېھى ئۇرۇقى لۇئابى ، گاۋزىبان لۇئابى ھەر بىردىن 5 مىللىلىتىردىن ئېلىپ ، ئەرەقى بىدمىشكى ۋە ئەرەقى گۈلابلاردىن 70 مىللىلىتىردىن قوشۇپ ، نېلۇپەر شەربىتى بىلەن ئىچىشكە بېرىلىدۇ ، داۋا ئىلمىشكى مۆتىدىل ( 71 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ ، سۈت ئەرەقى تەييارلاپ بېرىلىدۇ .

تەركىبى : كالا سۈتى 12 لىتر ، ئەرەقى گاۋزىبان 4 لىتر ، ئەرەقى بىدمىشكى ، ئەرەقى نېلۇپەر ، ئەرەقى گۈلاب ھەر بىرى 3 لىتىردىن ، ئاق ناۋات ، كاسنە ئۇرۇقى 2.5 كىلوگرامدىن ئېلىنىدۇ . ھەممىسىنى قازانغا سېلىپ قائىدە بويىچە ئەرەق تارتىپ ، 100 مىللىلىتىردىن كۇندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

( 5 ) يۇرەك زەئىپلىكى يۇرەك مىجەزىنىڭ ھۆللۇكتىن بۇزۇلۇشىدىن كېلىپ چىققان بولسا ، ھەببى ئايارىج پەيقرا (1 ـ نۇسخا)، ھەببى سەبرە ( بەلغەمدىن بولغان باش ئاغرىقىنى داۋالاشقا قارالسۇن ) قاتارلىقلار بېرىلىپ بەدەن تازىلىنىدۇ . بەدەن چېنىقتۇرۇش ۋە پار مۇنچىسىغا كىرىش

تەۋسىيە قىلىنىدۇ . قەلەمپۇر ، زەپەر ، بادرەنجىبۇيا قاتارلىقلار بىلەن چاي تەييارلاپ بېرىلىدۇ . غىزاسىغا كاۋاپ ، نوقۇت قاتارلىقلار بۇيرۇلىدۇ .
( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

# يۇرەك قوزغىلىش

تۇرلۇك سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن يۇرەكنىڭ ئادەتتىن تاشقىرى تەرـ تېپسىز ھەرىكەتلىنىشى يۇرەك قوزغىلىش دەپ ئاتىلىدۇ . ئۆزىنىڭ يۇرەك ھەرىكىتى ئۆزىگە ئېنىق بىلىنىدۇ ، تاۋۇش ئېنىق ئاڭلىنىدۇ . ئۇيقۇسزـ لىق ، قورقۇش ، نەپەس سىقىلىش ، ھالسزلىنىش قاتارلىق ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

يۇرەك قوزغىلىشنى كېلىپ چىقىش سەۋەبلىرىگە ئاساسەن داۋالسا بولىدۇ .

1 ) يۇرەك مىجەزىنىڭ ماددىسز بۇزۇلۇشىدىن كېلىپ چىققان يۇرەك قوزغىلىش

( 1 ) يۇرەك قوزغىلىش ئىسسىقلىقتىن بولغان بولسا ، ئالما شەربىتىگە ئاق سەندەل ، كافۇر قاتارلىقلارنى سۇرۇپ كۆكرەككە چېپىلىدۇ . مۇرەككەپ سەندەل ئەرەقى ( يۇرەك سانجىقىنى داۋالاشقا قارالسۇن ) 50 مىللىلىتىردىن كۈندە 3 ۋاخ ئىچۈرۈلىدۇ . خەمىرى سەندەل ( 137 ـ نۇسخا ) دىن مۇۋاپىق مىقداردا بېرىلىدۇ ، سوغۇقلۇق تاماق ۋە يېگۈ كۆكـ تاتلارنى كۆپ يېيىشكە بۇيرۇلىدۇ ، خام قاپاق سېلىپ تاماق ئېتىپ بېرىلىدۇ ، تەرخەمەك ، ئاچچىق ئانار ، قارىئۆرۈك ، ئالىرات ، تاۋۇز قاتارـ لىق مېۋىلەرنى يېيىشكە ياكى سىقىپ سۈيىنى ئىچىشكە بۇيرۇلىدۇ .

( 2 ) يۇرەك قوزغىلىش سوغۇقلۇقتىن بولغان بولسا ، سۇمبۇل ، دارچىن ، قەلەمپۇر ، سۆتدى كۆپى ، قىزىلگۈل ، بادرەنجىبۇيا ، مەرزەنـ جۇش ، رەيھانلارنى سوقۇپ ، تۇخۇم سېرىقىغا ئارىلاشتۇرۇپ كۆكرىكىگـ

چېپىش بۇيرۇلىدۇ . شەربىتى بادرەنجىبۇيا ( 224 ـ نۇسخا ) ، شەربىتى گاۋزبان ( 243 ـ نۇسخا ) ، شەربىتى ئەۋرىشم ( 222 ـ نۇسخا ) ، داۋا ئىلمىشكى هار قاتارلىق دورىلار مۇناسىپ مىقداردا بېرىلىدۇ .

تامىقنا كەكلىك گۆشى ، ئۇلار گۆشى ، باچكا گۆشلىرىنى كاۋاپ قىلىپ ياكى شورپا قىلىپ ، دارچىن ، زەپەر ، پىننە قوشۇپ بېيىش ، سۇمبۇل ، قىزىلگۈللەرنى دەملەپ ، ئازراق ئىپار قوشۇپ ئىچىشكە بۇيرۇلىدۇ .

تۆۋەندىكى هەسەل شەربىتى ئوبدان پايدا قىلىدۇ :

هەسەلدىن 1 كىلوگرام ، گۈلابتىن 500 مىللىلىتر ، گاۋزبان ئەرەقىدىن 500 مىللىلىتر ، قەلەمپۇر ، سۇمبۇل ، ئۇد هىندى ، زەپەر هەر بىرىدىن 10 گرامدىن ئېلىپ ، دورىلارنى چالا سوقۇپ كىچىك خالتىغا سېلىپ ، هەسەلنى ئەرەقلەردە ئېرىتىپ ، دورا سېلىنغان خالتىنى ئۇستىگە سېلىپ قاينىتىپ ، ئۇچتىن ئىككى قىسمى قالغاندا ئېلىپ ، خالتىنى سىقىپ تاشلىۋېتىپ ، دورىسىنى كۈندە 3 قېتىم ، هەر قېتىمدا 2 ـــ 3 قوشۇقتىن ئىچسە بولىدۇ .

( 3 ) يۈرەك قوزغىلىش قۇرۇقلۇقتىن بولغان بولسا ، كۆكرەكنىڭ سىرتىدىن نەملەشتۈرگۈچى دورىلار چېپىلىدۇ .

بىنەپشە يېغى ، ئاق موم ، قاپاق ئۇرۇقى يېغى ، هۆل يۇمغاقسۇت سۇيىي ، ئۇسۇڭ سۇيىي قاتارلىقلارنى بىرلەشتۈرۈپ قاينىتىپ تەييارلاپ كۆكرەككە چاپسا بولىدۇ . هۆل يۇمغاقسۇت ۋە قارا سۇنالارنى كۆكرەككە سىرتتىن چاپسىمۇ بولىدۇ . رەۋغىنى مۇرەتتىب ( 296 ـ نۇسخا ) چېپىلىدۇ . تامىقنا هۆل سوغۇق تاماقلار بۇيرۇلىدۇ ، يېڭى ساغقان قوي ، كالا سۈتلىرى ئىچىشكە بېرىلىدۇ ، نېلۇپەر شەربىتى بېرىلىدۇ .

( 4 ) يۈرەك قوزغىلىش هۆللۇكتىن بولغان بولسا ، بەدەندىن هۆللۇكنى هەيدەيدىغان چارىلەر قىلىنىدۇ . ئىسسىق تەبىئەتلىك سۇيدۇك هەيدىگۈچى دورىلار بېرىلىدۇ . يۈرەك مىجەزىنىڭ سوغۇقلۇقتىن بۇزۇلۇشىنى داۋالاشتا ئىشلىتىلگەن دورىلارمۇ ماس كېلىدۇ . يېمەك ـ ئىچمىكىگە

ئىسسىقلىق ۋە قۇرۇقلۇق تەبىئەتتىكى يېمەكلىكلەر ، ياڭاق ، بادام ، ئۆرۈك مېغىزى قاتارلىقلار ، سېمىز ، ياش قوينىڭ گۆشىدە قىلىنىدىغان زىخ كا-ۋىپى بۇيرۇلىدۇ .

2 ) قان تومۇرلار تولۇپ قېلىشتىن كېلىپ چىققان يۇرەك قوزغىلىش

ئىمكان بولسا باسلىق تومۇرىدىن قان ئېلىنىدۇ ، ئۇنىڭغا ئىمكان بولمىسا يوتا تېرىسىنى يەڭگىل تىلىپ لوڭقا قويۇپ قان چىقىرىلىدۇ . ئىچىدىغان دورىسىغا بىنەپشە شەربىتى ( 227 ـ نۇسخا ) ، قۇرسى كافۇر ( 169 ـ نۇسخا ) ، شەربىتى سەندەل ( 235 ـ نۇسخا ) ، كاسنە ، بىد-مىشكى ، بەدىيان ئەرەقلىرى بېرىلىدۇ . كافۇرنى گۈلابتا ئېزىپ يۇرەك ئۇدۇلىغا چېپىپ ، خۇش پۇراق نەرسىلەر بۇرنىغا پۇرىتىلىدۇ . تامىقىغا چۈچۈمەل مېۋىلەر سېلىنغان تاماقلار ، قېتىقنىڭ سېرىق سۈيى قاتارلىقلارنى بېرىش بىلەن بىللە ، تەمرى ھىندىنى چىلاپ ئۈسسۈزلۇقىغا ئىچىش بۇيرۇلىدۇ . كېسەلنىڭ مىجەزى سوغۇق تەرەپكە مايىل بولسا ، لاچىندانە ، قاقىلە ، زەنجىۋىل قاتارلىق دورىلارنى چېيىغا قوشۇپ بېرىش ئارقىلىق مىجەز تەڭشىلىدۇ . ئومۇمەن ، بەك قاتتىق سوغۇقلۇق قىلىش چەكلىنىدۇ .

3 ) سەپرادىن بولغان يۇرەك قوزغىلىش

مەتبۇخى ئەپتىمۇن (253 ـ نۇسخا) ياكى مەتبۇخى ھىلىلە (261 ـ نۇسخا ) بېرىپ ، قان تەركىبىدىكى سەپرا تازىلىنىدۇ . ئۇنىڭدىن كېيىن ، ئىچىشكە ئاچچىق ئانار سۈيى ، ئەينۇلا ، تەمرى ھىندى ، تاۋۇز ، ئاپېلسىن سۈلىرى ئايرىم ياكى بىرلەشتۈرۈپ شەربەت قىلىپ بېرىلىدۇ . 500 گرام زىرىقنى بەش چوڭ چىنە سۇدا قاينىتىپ ، شۆكەر سېلىپ شەربەت قىلىپ ئىچىشكە بەرسە بولىدۇ .

0.3 گرام مېھرىگىياھ ، 0.3 گرام كافۇر ، 0.2 گرام ئىپار ، 0.2 گرام زەپەرىنى يۇمشاق سوقۇپ 0.2 گراملىق ھەب ياساپ ، كۈنىگە 1 قېتىم 1 دا-نىدىن شۇمۇشكە بەرسە بولىدۇ .

ئاق سەندەلىنى سۈرۈپ ، سۈيىگە يىپەك ياغلىقنى چىلاپ يۇرەك ئۇدۇلىغا قويسا بولىدۇ .

4 ) بەلغەمدىن بولغان يۇرەك قوزغىلىش

ئالدى بىلەن بەدەندىن بەلغەمنى سۈرۈپ چىقىرىش ئۈسۈلى قوللىنىلىدۇ . بۇنىڭ ئۈچۈن ، ھەببى ئىستەمخقۇن ( 5 ـ نۇسخا ) دىن 3 گرامغا ئايارەج پەيقىرا ( 1 ـ نۇسخا ) دىن 3 گرام قوشۇپ بېرىلىدۇ . ئەگەر بەدەندە ھۆللۈك كۆپرەك بولسا ، ئايارەج لۇغازىيا ( 105 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ ، بەدەن تولۇق تازىلانغاندىن كېيىن ، ئىسسىق تەبىئەتلىك مەجۇناتلار بېرىلىپ ھۆللۈك ئازايتىلىدۇ . خەمىرى ئەۋرىشم ( 134 ـ نۇسخا ) ، مۇپەررىھى ياقۇت ( 151 ـ نۇسخا ) ، مۇپەررىھى ھار ( 153 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلار بېرىلىدۇ .

تامىقىغا كەپتەر باچكىسىنىڭ گۆشى ، دارچىن ، زەنجىۋىل ، خۇلىنجان ، پىلپىل قاتارلىقلار دورىلار بىلەن دۇملەپ پىشۇرۇپ يېيىشكە بېرىلىدۇ . گۈلقەنتكە قۇندۇز قەھرى ، پەرەنجىمشكى قاتارلىقلار ئاز ـ ئازدىن ئارىلاشتۇرۇلۇپ بېرىلىدۇ .

5 ) سەۋدادىن بولغان يۇرەك قوزغىلىش

مەتبۇخى ئەپتىمۇن ( 253 ـ نۇسخا ) ، مەتبۇخى ھېلىلە ( 261 ـ نۇسخا ) ، ھەببى شەبيار ( بەلغەمدىن بولغان باش ئاغرىقىنى داۋالاشقا قارالسۇن ) قاتارلىقلار بېرىلىپ سەۋدا ماددىسى تازىلىنىدۇ . ماددا تازىلانغاندىن كېيىن ، خەمىرى ئەۋرىشم ( 134 ـ نۇسخا ) ، شەربىتى ئەۋرىشم ( 222 ـ نۇسخا ) ، شەربىتى گاۋزىبان ( 243 ـ نۇسخا ) ، شەربىتى سۈمبۈل ( 236 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلار بېرىلىدۇ .

ئالمىنى ئاقلاپ ، ئۇرۇقلىرىنى ئېلىپ تاشلاپ چوڭ ـ چوڭ پارچىلاپ ، 1 كىلوگرام ئالمىنى 1.5 لىتر سۇ قۇيۇلغان سىرلىق كوردا ئېزىلىپ كەتكۈچە قاينىتىپ ، سۈزۈپ ، سۈيىگە مۇۋاپىق مىقداردا شېكەر سېلىپ شەربەت تەييارلاپ ، كۈندە 3 ـــ 4 ۋاخ يېرىم پىيالىدىن ئىچسە ياكى ھەر قېتىمدا 1 دانە تۇخۇمنى ئىلىتىپ بىللە ئىچسە بولىدۇ .

6 ) كۆپ سۇيۇقلۇق يوقتىشتىن بولغان يۈرەك قوزغىلىش

بۇنى داۋالاشتا ، سەۋەبچى ئامىلنى تېزدىن كونترول قىلىش لازىم . ئىچى سۇرغەن ، قۇسقان بولسا ، بۇنى تېزدىن توختىتىش ، تەرلەش ۋە بەدەن ئاجىزلىق ئېغىر بولسا ، ئۇنىڭغا چارە قىلىش زۆرۈر . شۇنىڭ بىلەن بىللە ، مۇناسىپ سۇيۇقلۇق تولۇقلاش ۋە بەدەننى قوۋۇتەلەندۈرۈش چارىلىرىنى قوللىنىش تەۋسىيە قىلىنىدۇ . توخۇ گۆشى شورپىسى ، نوقۇت قاينىتمىسى ، تۇخۇم شورپىسى قاتارلىقلارنى بېرىش بىلەن بىللە ، ئالما ، ئانار شەربەتلىرى بېرىلىدۇ . مائۇللەھمى ( 249 ـ نۇسخا ) تەييارلاپ بېرىلىدۇ . سۇيۇقلۇقنى كۆپ ئىچۈرۈش بىلەن بىرگە ئىچىدىغان سۇيىقە ئازراق ئاش تۇزى سېلىپ بېرىلىدۇ .

مەجۇنى بەرشىشا كەبىر ( 56 ـ نۇسخا ) ۋە مەجۇنى ماددەتۇلھايات ( 85 ـ نۇسخا ) مۇناسىپ مىقدارىدا بېرىلىدۇ .

تۆۋەندىكى شارابى مۇپەررىھنىڭ تەسىرى ياخشى :

نۇسخىسى : ياخشى ، سۇپەتلىك پولاتتىن بىر پارچە ئېلىپ ئوتتا قىزىتىپ ، قاچىدىكى 1 لىتىر پاكىز سۇدا سۇغىرىلىدۇ . ئەگەر ئالتۇن ياكى كۈمۈش بولسا تېخىمۇ ياخشى ، قانچە كۆپ سۇغىرىلسا شۇنچە ياخشى . قاچىدىكى سۇغا قەلەمپۇر ، بەسباسە ، سېرىق ئوت ، قاقىلە ، لاچىندانە ، قىزىل سەندەللەرنىڭ ھەر بىرىدىن 6 گرامدىن ئېلىپ خالتىغا قاچىلاپ سېلىپ ، قىرقىلغان پىلە غوزىسىدىن 100 گرامنى بۇ سۇغا بىر سوتكا چىلاپ ، پەس ئوتتا قاينىتىلىدۇ . سۇنىڭ تەخمىنەن يېرىمى قالغاندا 180 مىللىلىتىر ئانار سۇيى ، 120 مىللىلىتر ئالما سۇيى ئارىلاشتۇرۇپ ، 1 كىلوگرام ناۋات سېلىپ قاينىتىپ قىيام قىلىپ ، كۈنىگە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 100 مىللىلىتىردىن ئىچۈرۈلىدۇ .

7 ) سېزىمچانلىقى ئېشىپ كېتىشتىن بولغان يۈرەك قوزغىلىش

بۇنى داۋالاشتا ، يۈرەكنى ۋە ئەسەبلەرنى تىنچلاندۇرىدىغان ۋە ئارام بېرىدىغان دورىلار ئىشلىتىلىدۇ . سۇمبۇل ئەرەقى ، كۆكنار شەربىتى ۋە ئەرەقى ، مەجۇنى نۇجاھ ( 101 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى مەسھا ( 86 ـ

نۇسخا)، مەجۇنى بەرشىنا كەبىر ( 56 ـ نۇسخا ) قاتارلىق دورىلار تاللاپ ئىشلىتىلىدۇ . سېزىمچانلىقنى پەسەيتىشتە ، زىيادە سېزىمچانلىق كېسەللىكى ( ھەسساسىيەت ) نى داۋالاشتىكى مۇناسىپ دورىلار تاللاپ ئىشلىتىلسە بولىدۇ .

8 ) باشقا ئەزالارنىڭ شېرىكچىلىكىدىن بولغان يۇرەك فوزغىلىش

يۇرەك قوزغىلىشنى كەلتۈرۈپ چىقارغۇچى ئاساسلىق ئەزانىڭ كېسەللىكىنى داۋالاش ئاساس قىلىنىدۇ ، شۇنىڭ بىلەن بىرگە ، يۇرەك قوزغىلىشنى پەسەيتىدىغان ئارام بەرگۈچى دورىلارمۇ قوشۇپ ئىشلىتىلىدۇ . بۇ كېسەللىكنىڭ يەتتىنچى تۈرىدە تونۇشتۇرۇلغان دورىلار بۇنىڭغىمۇ ماس كېلىدۇ .

( يەكەن ۋە خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## يۇرەك سانجىقى

بۇ ، ھەر خىل ناچار تۇرمۇش ئادىتى ، يۇرەكنى ماي قاپلىۋېلىش ، يۇرەك ئاجىزلىشىش سەۋەبىدىن يۇرەكتە سپازما پەيدا بولۇپ شىددەتلىك ئاغرىش يۈز بېرىدىغان كېسەللىك بولۇپ ، كۆپىنچە 40 ياشتىن ئاشقان ، قان بېسىمى يۇقىرى ياكى سېمىز كىشىلەردە كۆپ كۆرۈلىدۇ ئاغرىش تۇيۇقسىزلا سول كۆكرەك ساھەسىدىن باشلىنىپ سول تاغاق ، بىلەك ، چىمچىلاق قولغىچە تارقىلىدۇ . كېسەل كىشىدە قاتتىق قورقۇنچ پەيدا قىلىش ، بىرنەچچە سېكۇنتتىن بىرنەچچە مىنۇتقىچە ئارىلىقتا داۋاملىشىپ قويۇۋېتىش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 . يۇرەك سانجىقى بىلەن ئاغرىغان بىمارلارنى باشتىن ـ ئاخىر تىنچ ياتقۇزۇپ ئارام ئالدۇرۇش لازىم . بىمارنىڭ مەجەزىنى ئېنىق ئايرىۋالغاندىن كېيىن ، كېسەللىك قوزغالغان مەزگىلدە ، مەجەزىگە ماس كېلىدىغان خۇش پۇراق دورىلارنى بۇرنىغا پۈرتىش ، كېسەل سەل

يـاخـشـىلانغاندىن كېيىن ، يۇرەك ۋە مېڭىگە خۇشاللىق يەتكۈزىدىغان دو-رىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلدۇرۇش ، ئاندىن ئاغرىق پەسەيتكۈچى دورىلارنى قاينىتىپ دورا سۈيىدە پۈتىنىڭ ئاستىنى چىلاپ يۇيۇش ، يۇرەك ئۇدۇلىغا بابۇنە ، بۇغداي كېپىكى ، ئىككىلمىلىك ، بادرەنجىبۇيا قاتارلىقلارنىڭ ھەر قايسىسىدىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ ، يۇمشاق سوقۇپ ، بادام يېغى (281 ـ نۇسخا) بىلەن زىمادە تەييارلاپ چېپىش لازىم.

2 . كېسەللىك روھى چۈشكۈنلىشىش ، ئىچى تىتىلداش سەۋەبىدىن پەيدا بولغان بولسا ، ئالدى بىلەن شەربىتى ئۈستەخۇددۇس تەييارلاپ بېرىلىدۇ ، ئارقىدىن خەمىرى ئەۋرىشىم ( 134 ـ نۇسخا ) ، مۇپەررىھى ئەۋرىشىم ( 140 ـ نۇسخا ) ، ئەرەقى سەندەل مۇرەككەپ تەييارلاپ ئىچۈرۈلىدۇ .

ئەرەقى سەندەل مۇرەككەپ نۇسخىسى : قىزىلگۈل ، كاسنە ئۇرۇقى ، بىدەمىشكى ، نېلۇپەر ھەر بىرى 30 گرامدىن ، ئاق سەندەل ، يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى ، شاھتەررە ، زىرىق ، ئالما چېچىكى ، بېھى چېچىكى ھەر بىرى 45 گرامدىن ئېلىنىپ سوقۇلىدۇ . 6 ھەسسە سۇ ئېلىپ ، سەندەل ئاشۇ سۇغا ئىككى سوتكا چىلاپ قويۇلىدۇ . كېيىن باشقا دورىلارمۇ سېلىنىپ ، قائىدە بويىچە ئەرەق تارتىلىپ ، سۇنىڭ 4 ھەسسىسى چۈشۈپ بولغاندا توختىتىلىدۇ . كېسەلنىڭ يېشى ۋە بەدەن قۇۋۋىتىگە قاراپ كۈنىگە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 قوشۇقتىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

3 . ئەگەر بۇ كېسەللىك قويۇق يەلنىڭ تەسىرىدىن پەيدا بولغان بولسا ، يەلنى تارقىتىش مەقسىتىدە تۆۋەندىكى دورىلارنى تاللاپ ئىستېمال قىلدۇرۇش كېرەك :

1 ) 1 دانە بۇغدايچىلىك ھېكىنى 1 دانە ئۇزۇمنىڭ ئىچىگە سېلىپ ، ھەر كۈنى 1 قېتىم ئىستېمال قىلدۇرۇش لازىم .

2 ) جاۋارىش كۈمۈنى ( 126 ـ نۇسخا ) نى كۈندە 2 قېتىم 10 گرامدىن يېگۈزۈپ ، ئارقىدىن 5 گرام بەدىيان ، 5 گرام سېرىق ئوت ئۇرۇقى ، 5 گرام ئۇششاق ئۇزۇمنى 100 گرام ئەرەقى گۈل بىلەن قوشۇپ

شىربىسىنى چىقىرىپ ، بۇنىڭغا 20 گرام ھۆل ئۈزۈم شەربىتى قوشۇپ ئىچىۋېرىش ، يەنە ئۇنىڭ ئارقىسىدىن شەربىتى ئۈستىقۇددۇس ( شەقىقە كېسەللىكىنى داۋالاشقا قارالسۇن ) تەييارلاپ ئىچىۋېرىش لازىم .

3 ) بەدەن ئاجىزلىقى ، يۈرەك ئاجىزلىقى سەۋەبىدىن پەيدا بولغان يۈرەك سانجىقىغا ئالدى بىلەن شەربىتى ئۈستىقۇددۇس مۇپەررىھ ، خەمىرى گاۋزىبان ئەنبىرى ( 138 ـ نۇسخا ) ۋە داۋا ئىلمىشكى ( 71 ـ نۇسخا ) نى كۇنىدە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 10 گرامدىن بېرىپ ، ئۇنىڭ ئۈستىدىن ئەرەقى بىدمىشكى ( 265 ـ نۇسخا ) ، ئەرەقى گاۋزىبان ( 270 ـ نۇسخا ) ۋە ئەرەقى گۈل ( 269 ـ نۇسخا ) لەرنىڭ ھەر بىرىدىن 15 گرامدىن ئىچىشكە بېرىش لازىم .

4 ) تېز سىڭىدىغان ، ھۆل ئىسسىق تەبىئەتلىك ، قانىنى قىزىتمايدىغان غىزالارنى تەييارلاپ بېرىش ؛ ئەگەر سەپرا خاراكتېرلىك يۈرەك سانجىقى بولسا ، سەي ـ كۆكتات ، ئورۇق قوي گۆشى بېرىش لازىم .

5 ) يۈرەك سانجىقى سەۋدا ۋە باشقا ئەزالاردىكى جاراھەت ، بوغۇم ئاغرىقى ، جىنسىي ئاجىزلىق سەۋەبىدىن پەيدا بولغان بولسا ، تۇخۇم سېرىقىنى چاي قىلىپ ئىچىۋېرىش ، چۇجە ، كەپتەر گۆشلىرىنى شورپا قىلىپ بېرىش ؛ تەستە ھەزىم بولىدىغان ، يېرىك ، يەل قوزغاتقۇچى ، قانىنى قىزىتقۇچى ۋە قويۇقلاتىدۇرغۇچى نەرسىلەر ، مەسىلەن كالا گۆشى ، كاۋاپ ، گۈرۈچ ، قارىمۇرۇك ، ئەينۈلا ، بېلىق گۆشى ، ھاراق ، تاماكا ، گازىر قاتارلىقلاردىن پەرھىز تۇتۇش لازىم .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

6 ) داۋالاشتا ، بىمار باشتىن ـ ئاخىر روھىي جەھەتتىن تىنچلاندۇرۇلۇپ ، مايىلىق ، تۇزلۇق ، ئىسسىق تەبىئەتلىك دورىلار سېلىنغان يېمەكلىكلەردىن پەرھىز قىلدۇرۇلىدۇ . تۆۋەندىكى ئالتە باسقۇچ بويىچە قائىدىلىك داۋالىنىدۇ :

بىرىنچى باسقۇچ : بۇ ، داۋالاشنىڭ 1 ـ كۇنىدىن 5 ـ كۇنىگىچە بولۇپ ، بۇ باسقۇچتا ، سانادىن 10.5 گرام ، قىزىلگۈلدىن 6 گرام ، سېرىق

ئوت ، قارا هېلىلىدىن 7 گرامدىن ، بىستىپايەج ، بەدىيان ، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 6 گرامدىن ، ئۇستەقۇددۇس ، پىر-سىياۋشان ، شاھتەررە ، گاۋزىبان ، بادرەنجىبۇيا ، گۈلى بىنەپشە ، نېلۇپەر قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 5 گرامدىن ، ئۇزۇمدىن 10 گرام ، سەرپىستان-دىن 15 گرام ، خىيارشەنبەردىن 22.5 گرام ، تەرەنجىۋىلدىن 23 گرام ئېلىپ ، دورىلارنى 1.5 كىلوگرام سۇدا 500 گرام قالغۇچە قاينىتىپ سۈ-زۈپ ، سۈيىگە 50 گرام قەنت ، 10 گرام بادام يېغى ئارىلاشتۇرۇپ مەتبۇخ تەييارلاپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 100 مىللىلىتىردىن ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

ئىككىنچى باسقۇچ : بۇ ، داۋالاشنىڭ 6 ـ كۈنىدىن 10 ـ كۈنگىچە بولۇپ ، بۇ باسقۇچتا ، سەندەل شەربىتى ( 235 ـ نۇسخا ) ، داۋا ئىلمىشكى شىربىن ( 70 ـ نۇسخا ) ، ئەرەقى كاسىنە ( 268 ـ نۇسخا ) قاتارلىق دورىلار قائىدە بويىچە ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

ئۈچىنچى باسقۇچ : بۇ ، داۋالاشنىڭ 11 ـ كۈنىدىن 17 ـ كۈنگىچە بولغان ۋاقىت بولۇپ ، بۇ باسقۇچتا ، ئانار شەربىتىگە تەمرى ھىندى دەم-لەنمىسى ئارىلاشتۇرۇلۇپ ، مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

تۆتىنچى باسقۇچ : بۇ ، داۋالاشنىڭ 18 ـ كۈنىدىن 23 ـ كۈنگىچە بولغان ۋاقىت بولۇپ ، بۇ باسقۇچتا ، بىرىنچى باسقۇچتا ئىستېمال قىلدۇرغان مەتبۇخ نۇسخىسى قايتا ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

بەشىنچى باسقۇچ : بۇ ، داۋالاشنىڭ 24 ـ كۈنىدىن 29 ـ كۈنە-گىچە بولغان ۋاقىت بولۇپ ، بۇ باسقۇچتا ، يۇرەك سانجىقنىڭ قوزغىلىشىنى تورمۇزلاش ، ئاشقازاننى قۇۋۇتەتلەش ئۈچۈن قىزىلگۈل ، زەنجىۋىل ، دارچىل ، دارچىن ، ئاسارۇنلارنىڭ ھەر بىرىدىن 6 گرامدىن ، زۆرەنباد ، مەستىكى ، يالپۇز ، رۇمبەدىيانلارنىڭ ھەر بىرىدىن 3 گرامدىن ، قۇندۇز قەھرىدىن 2 گرام ، ھەسەلدىن 200 گرام ، گۈلقەنت شىرنىسىدىن 200 گرام ئېلىپ ، قاتتىق دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ تاسقاپ ، ھەسەل ، گۈلقەنت شىرنىسىگە سوقۇلغان دورىلارنى سېلىپ تەكشى ئا-

رىلاشتۇرۇپ مەجۇن تەييارلاپ ، كۈندە مۇئاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

ئالتىنچى باسقۇچ : بۇ ، داۋالاشنىڭ 29 ـ كۈنىدىن كېيىنكى داۋالاش باسقۇچى بولۇپ ، بۇ باسقۇچتا ، يۈرەك ، مېڭە ۋە پۈتۈن بەدەننى قۇۋۋەتلەش ئۈچۈن ، خەمىرى گاۋزىبان ئەنبىرى ( 138 ـ نۇسخا ) دىن كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 5 گرامدىن ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

داۋالاشنىڭ قايسى باسقۇچىدا بولسۇن ، ئاق مەۋسەل ، ناۋاتتىن 50 گرامدىن ئېلىپ سوقۇپ ، تاسقاپ ، سۈپۈپ تەييارلاپ ، يۈرەك سانجىقى قوزغالغان پەيتته 5 گرامدىن كاپ ئەتكۈزۈلسە ، يۈرەك سانجىقىنىڭ قوزغىلىشى دەرھال ياخشىلىنىدۇ .

( تۇرپان ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

7 ) بىمارنى باشتىن ـ ئاخىر يېپەك كۆرپىدە ئارام ئالدۇرۇپ داۋالاش كېرەك .

( 1 ) كۈندە بىر سائەت ئاغرىق پەسەيتكۈچى دورىلار قاينىتىلمىغا پۈتىنى چىلاش كېرەك .

( 2 ) يۈرەك سانجىلىپ ئاغرىغاندا ، ئاغرىق پەسەيتكۈچى ۋە يۈرەك ، مېڭىگە خۇشلۇق بەرگۈچى دورىلار بېرىلسە ، بادرەنجىبۇيا بۇرنىغا پۇرىتىلسا ۋە بەدمىشكى گۈلابى ، ھۆل قىزىلگۈل گۈلابى ئىچۈرۈلسە تېز مەنپەئەت قىلىدۇ .

( 3 ) يۈرەك ۋە مېڭىنى قۇۋۋەتلىگۈچى مەجۇناتلاردىن خەمىرى گاۋزىبان ئەنبىرى ( 138 ـ نۇسخا ) ، داۋا ئىلمىشكى مۆتىدىل ( 71 ـ نۇسخا ) ۋە خەمىرى ئەۋرىشىم ( 134 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلار مۇئاپىق مىقداردا بېرىلىدۇ .

( 4 ) بىمارنىڭ مىجەزىنى ئايرىپ ، ئىسسىق ياكى سوغۇق تەبىئەتلىك ، خۇش پۇراق دورىلارنى مىجەزگە قاراپ ئىشلىتىش كېرەك .

( 5 ) مەزكۇر كېسەللىكتە بەدەننى قاتتىق راھەتلەندۇرۇش مەنئى قىلىنىدۇ .

( 6 ) بەزىلەردە قەۋزىيەت كۆرۈلسە ، خۇش پۇراقلىق دورىلارنى قاينىتىپ كىلىزما قىلىش كېرەك .

( 7 ) ئاغرىق جايىنىڭ ئۈدۈلىغا تۇز ، بۇغداي كېپىكى ، بابۇنە گۈلى ، ئىككىلمىلىك ، بادرەنجىبۇيا قاتارلىقلارنى سوقۇپ ، بادام يېغى بىلەن خېمىر قىلىپ زىماد قىلىش كېرەك .

8 ) چايىلىقى ئۇچۇن ئۇستىقۇددۇس ، بادرەنجىبۇيا ، گاۋزىبان ھىندى ، پەرەنجىمشكى ئۇرۇقى ، لاچىندانە ھىندى قاتارلىق دورىلار 1 ــ 3 گرام دەملىمە قىلىپ ئىچۈرۈلىدۇ ھەمدە تىنچ ئارام ئالدۇرۇلىدۇ .

9 ) ئەگەر يۇرەك سانجىقى قىيامى كۆيگەن سەپرا ، يۇرەك قان تومۇرلىرى ۋە قاپقىلىرىغا قۇرۇقلۇق ياكى تەشەننۇچ يەتكەنلىكتىن پەيدا بولغان بولسا ، ئالدى بىلەن شەربىتى گاۋزىبان ( 244 ـ نۇسخا ) ، مۇنەببى سەپرا ( 250 ـ نۇسخا ) بېرىپ كېسەللىك ماددىسىنى پىشۇرغاندىن كېيىن ، ئەرەقى كەشنىزى ( 271 ـ نۇسخا ) ، ئەرەقى نىلۇپەر ، ئەرەقى سەندەل ، ئەرەقى گۇل ( 269 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلار بېرىلىدۇ . مۇۋاپىق كۆرۈلسە ، خەمىرى مەرۋايىت ( 135 ـ نۇسخا ) ، خەمىرى گاۋزىبان ساددە ( 139 ـ نۇسخا ) ، داۋا ئىلمىشكى بارىد ( 72 ـ نۇسخا ) لەرنىڭ بىرسىنى تاللاپ بەرسىمۇ بولىدۇ . كېسەلنىڭ بۇرنىغا سوغۇق تەبىئەتلىك ، خۇش پۇراق دورىلاردىن ئاق سەندەل ، ئالما ، گۈلى سەۋسەن ، كۆك بادرەنجىبۇيا قاتارلىق دورىلار پۈرتىلىدۇ .

10 ) يۇرەك ئاجىزلىقى ئۇزاققا سوزۇلۇپ كەتسە ، خالىس ئەنبەردىن 1 گرام ئېلىپ ، ئونغا بۆلۈپ ھەر كۈنى بىر ئۇلۇشنى 3 گرام ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ بېرىش كېرەك . ئۇستىدىن ئەرەقى ئەۋرىشىمدىن 30 گرام ئىچسە يۇرەك قۇۋۋىتى كۈچىيىدۇ ھەمدە تۆۋەندىكى مەجۇنى جۈندى بېرىلسە ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ :

مەجۇنى جۈندى نۇسخىسى : قىزىلگۈل ، قارىمۇچ ، زەنجىۋىل ، دارچىپىل ، ئۇزۇن زىراۋەندە ، دارچىن ، ئاسارۇن ھىندى ھەر بىرى 20 گرامدىن ، مەستىكى رۇمى ، زۆرەنباد ، يالپۇز ، رۇمىبەدىيان ھەر بىرى

10 گرامدىن ، قۇندۇز قەھرىدىن 6 گرام ، ھەسەل ، گۈلقەنتتىن 100 گرامدىن ئېلىنىدۇ . ھەسەلنىڭ كۆپۈكىنى ئېلىپ گۈلقەنتنى ئارىلاشتۇرۇپ ، ئۇنىڭغا باشقا دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ئارىلاشتۇرۇپ ، 1 ــ 3 گرامى 30 گرام ئەرەقى گۈل ياكى ئەرەقى بىدمىشكى بىلەن ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

11 ) كېسەللىك پەيدا قىلغۇچى خىلتىنى تازىلاش ئۈچۈن تەرەنجۈل ، خىيارشەنبەردىن 23 گرامدىن ، سېرىق ھېلىلە پوستى ، ئۈزۈم ، سەرپىستانلارنىڭ ھەر بىرىدىن 15 گرامدىن ، سانا ، بادام يېغىدىن 10 گرامدىن ، سېرىق ئوت ، قارا ھېلىلىدىن 7 گرامدىن ، قىزىلگۈل ، بىستىپايەج ، بىخسۇس ، بەدىيانلارنىڭ ھەر بىرىدىن 6 گرامدىن ، ئۇستەقۇددۇس ، پىرسىياۋشان ، شاھتەررە ، گاۋزىبان ، بادرەنجبۇيا ، گۈلى بىنەپشە ، نېلۇپەر ھەر بىرىدىن 5 گرامدىن ، گۈلقەنتتىن 50 گرام ، سۇدىن 1.5 لىتىر ئېلىپ قاينىتىپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 50 مىللىلىتىردىن بېرىلىدۇ . يۇرەكنى كۈچەيتىش ۋە سۇيۇقلۇق تولۇقلاش مەقسىتىدە سەندەل شەربىتى ( 235 ـ نۇسخا ) ، ئەرەقى كاسنە ( 268 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى ئىتىرىپىل كەشنىزى ( 114 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى داۋا ئىلمىشكى شېرىن ( 70 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلار بېرىلىدۇ . ئۇنىڭدىن باشقا ، شەربىتى چىلان ، شەربىتى ئانار قاتارلىقلار بىلەن بىللە كۈندە تەمرى ھىندىدىن 30 گرام دەملەپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ . يۇقىرىقى دورىلار ئۇچ كۈن ئىستېمال قىلدۇرۇلغاندىن كېيىن ، قايناتمىدىن يەنە ئىككى نۇسخا ئىچۇرۇلىدۇ . يەنە خەمرى گاۋزىبانىنىڭ تۆۋەندىكى نۇسخىسى تەييارلاپ بېرىلىدۇ :

گاۋزىبانىدىن 60 گرام ، گاۋزىبان گۈلى ، يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى ، ئەۋرىشىم ، ئاق بەھمەن ، بالەنگۇ ، ئاق سەندەل ، پەرەنجمىشكىنىڭ ھەر بىرىدىن 12 گرامدىن ئېلىپ ، 800 مىللىلىتىر سۇدا 300 مىللىلىتىر قالغۇچە قاينىتىپ سۈزۈپ ، ئۈستىگە ناۋات ، ھەسەلدىن 220 گرامدىن سېلىپ قىيام قىلىپ ، يەنە 1.5 گرام ئەنبەر ، 20 داندىن ئالتۇن ۋە كۈمۈش ۋەرەق سې-

لىپ ئوبدان ئارىلاشتۇرۇپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 5 گرامدىن ئىستېمال قىلىشقا بېرىلىدۇ .

( تۇرپان ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

12 ) سەۋدا خىلىتىنى پىشۇرۇش ئۈچۈن ، سەۋدانىڭ مۇنزىجى ئەھۋالىغا قاراپ بېرىلىدۇ . ئۇستىقۇددۇس ، پىرسىياۋشان ، بەدىيان ، سەرپىستان ، گاۋزىبان ، بادرەنجبۇيا ھەر بىردىن 10 گرامدىن ، چىلاندىن 15 گرام ، بىخسۇستىن 7 گرام ، سېرىق ئوتتىن 18 گرام ، تەرەنجىۋىلدىن 80 گرام ، گۈلقەنتتىن 100 گرام ئېلىپ ، قائىدە بويىچە شەربەت تەييارلاپ ، كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 100 گرامدىن ئىچۈرۈلىدۇ . خىلىت پىشقاندىن كېيىن ، تازىلاش ئۈچۈن مەتبۇخى ئەپتىمۇن بېرىلىدۇ .

13 ) يۈرەك زەئىپلىشىشنىڭ ئالدىنى ئېلىش ئۈچۈن ، شەربىتى ئەۋرىشىم ( 222 ـ نۇسخا ) دىن كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 100 گرامدىن بېرىلىدۇ . ئۇنىڭدىن كېيىن ، شارابى مۇپەررىھى مۆتىدىل ، شەربىتى بادرەنجبۇيا ( 224 ـ نۇسخا ) ، خەمىرى گاۋزىبان ( 138 ـ نۇسخا ) ، خەمىرى مەرۋايىت ( 135 ـ نۇسخا ) ، مۇپەررىھى ئامىلە ، داۋا ئىلمىشكى (70 ـ نۇسخا ) قاتارلىق دورىلار ئەھۋالغا قاراپ بېرىلىدۇ .

مۇپەررىھى ئامىلە نۇسخىسى : ئامىلە مۇقەششەر ، ئاق سەندەل ، قىزىلگۈل ، يۇمغاقسۇت ئۇرۇقلىرىنىڭ ھەر بىردىن 24 گرامدىن ، زەپەردىن 3 گرام ، تاباشىردىن 12 گرام ، گاۋزىبان ھىندى ، بادرەنجبۇيىلارنىڭ ھەر بىردىن 30 گرام ، قىرقىلغان پىلە ، مەرۋايىتلارنىڭ ھەر بىردىن 15 گرام ، ئالتۇن ۋەرەقتىن 10 دانە ، كۈمۈش ۋەرەقتىن 20 دانە ، قاشتېشىدىن 12 گرام ، ئالما شەربىتى ، قەنتلەرنىڭ ھەر بىردىن 500 گرامدىن ئېلىپ ، مەرۋايىتنى كۈشتە قىلىپ ئايرىم سوقۇپ ، زەپەرنى ئايرىم سالايە قىلىپ ، قىزىلگۈل ، يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى ، گاۋزىبان ، بادرەنجبۇيا قاتارلىق دورىلارنى چالا سوقۇپ ، 1 كىلوگرام سۇدا قاينىتىپ ، 500 گرام قالغاندا سۈزۈپ ، ئۇنىڭغا ئالما شەربىتى بىلەن شېكەرنى سېلىپ قېيام قى-

لىپ ، ئۇنىڭدىن كېيىن مەرۇزايىت ، ئالتۇن - كۈمۈش ۋەرەق ، پىلىلەرنى ۋە قالغان دورىلارنى سوقۇپ ، قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن تەييارلىنىدۇ . بۇ دورىنى كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 10 گرامدىن ئىستېمال قىلدۇرسا بولىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## يۇرەك مۇسكۇل تىقىلمىسى

بۇ ، يۇرەكنى قان بىلەن تەمىنلەيدىغان تومۇرلارنىڭ مەلۇم قىسمىدا توسۇلۇش پەيدا بولۇش ياكى يۇرەك قان تومۇرلىرىنىڭ قېتىشىشى سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدىغان يۇرەكنىڭ مەلۇم قىسمىنىڭ قان ۋە ساپ ھاۋا بىلەن تەمىنلىنىشى ئۇزۇلۇپ قېلىش كېسەللىكى بولۇپ ، يۇرەك كېسەللىكلىرىنىڭ ئىچىدە ئەڭ خەتەرلىك ھېسابلىنىدۇ . يۇرەك مۇسكۇلىنىڭ بەلگىلىك قىسمىغا قان يېتىپ بارالمىغانلىقتىن ، شۇ جايىنىڭ مۇسكۇللىرى ھەرىكەتتىن توختىغانلىقى تۈپەيلىدىن يۇرەكنىڭ نورمال خىزمىتى بىردىنلا بۇزۇلۇپ ، كۆكرەك ساھەسىدە چىدىغۇسىز قاتتىق مۇجۇپ ئاغرىش بىلەن باشلىنىپ ، پۈت - قوللىرى ماغدۇرسىزلىنىپ يىقىلىپ چۈشۈش ۋە ئايلىنىپ كېتىش ، ھوشسىزلىق ئىچىدە رەڭگى تاتىرىپ كېتىش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) خىلىتلار تەڭپۇڭلۇقى ئەسلىگە كەلتۈرۈلۈپ ، قان تومۇرلارنىڭ قېتىشىشى يەڭگىللىتىلىدۇ ، يۇرەكنى تولۇق قان ۋە ساپ ھاۋا بىلەن تەمىنلەشنى ئەسلىگە كەلتۈرۈپ ، يۇرەكنىڭ داۋاملىق زەئىپلىشىشىنىڭ ئالدى ئېلىنىدۇ . بۇنىڭ ئۈچۈن ، غەيرىي تەبئىي خىلىتلارنى تەڭشىگۈچى ۋە ئۇلارنى تارقاتقۇچى ، توسالغۇلارنى ئاچقۇچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ . غەيرىي تەبئىي سەۋدا خىلىتىنى تەڭشەش ۋە پىشۇرۇش ئۈچۈن ، مۇنزىج سەۋدا بېرىلىدۇ .

تەركىبى : سەرپىستاندىن 10 گرام ، چىلاندىن 15 گرام ، گاۋزەبان ، بادرەنجىبۇيا ، ئۇستىقۇددۇس ، بەدىيان ، پىرسىياۋشان ، شاھتەررىدىن 10 گرامدىن ئېلىپ ، چالا سوقۇپ ، 1 لىتر سۇ بىلەن پىرىمى قالغۇچە قاينىتىپ ، ئۇستىگە 100 گرام تەرەنجىۋىل سېلىپ بىرلا ئۆرلىتىپ سۈزۈپ ، 30 مىللىلىتىردىن كۈندە 3 قېتىم ئىچىشكە بېرىلىدۇ . تۇسالغۇلارنى ئېچىش ۋە قان تومۇرلارنى راۋانلاشتۇرۇش ئۈچۈن ، مەتبۇخى ئەپتىمۇننىڭ تۆۋەندىكى نۇسخىسى بېرىلىدۇ :

تەركىبى : سانا ، سېرىق ئوت ، شاھتەررە ، ئەينۇلىدىن 30 گرام دىن ، بالەنگۇ ، گاۋزىبان ، كاسىنە ئۇرۇقىدىن 15 گرامدىن ، بادام مېغىزىدىن 60 گرام ، پىرسىياۋشان ، بەخسۇس ، ئۇستىقۇددۇس ، قىزىل گۈل ، ئەنگۇرشپادىن 10 گرامدىن ئېلىپ ، دورىلارنى چالا سوقۇپ 3 لىتر سۇغا بىر كېچە چىلاپ ، ئەتىسى يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ سۈزۈپ ، سۈيىگە 200 گرام شېكەر سېلىپ تەييارلاپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 50 مىللىلىتىردىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ . ئاخىرقى باسقۇچلىرىدا يۇرەك زەئىپلىشىشنىڭ ئالدىنى ئېلىش ئۈچۈن ، داۋا ئىلمىشكى ( 71 ـ نۇسخا ) كۈندە 1 قېتىم 5 گرامدىن ، ئەۋرىشم شەربىتى ( 222 ـ نۇسخا ) كۈندە 3 قېتىم 20 مىللىلىتىردىن ، بادرەنجىبۇيا شەربىتى ( 224 ـ نۇسخا ) كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 30 مىللىلىتىردىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

( ئۇرۇمچى ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

2 ) سىرتىدىن كۆكرەكىكە ئىسسىق ئۆتكۈزۈش ، ئىسسىقلىق دورىلاردىن قۇستە يېغى ( 291 ـ نۇسخا ) ۋە قەلەمپۇر يېغى ( 292 ـ نۇسخا ) بىلەن كۆكرەكنى ياغلاش ، سوغۇق شامال تېگىشىنىڭ ئالدىنى ئېلىش لازىم . ئۇسسۇزلۇق كۆپ بولمىسا ۋە مەيدىسى ئېچىشمىسا ، مەجۇنى ماددەتۇلھايات ( 85 ـ نۇسخا ) كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 10 گرامدىن تاماقتىن كېيىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ . مەجۇنى جاۋارىش جالىنۇس ( 122 ـ نۇسخا ) كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 8 گرامدىن قوشۇپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ . ئاغرىش بىلەن ئۇسسۇزلۇق بىرگە قوشۇلۇپ كەلسە ، ئەۋرىشم

شەربىتى ( 222 ـ نۇسخا ) تاماقتىن بۇرۇن كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 30 مىللىلىتىردىن بېرىلىدۇ . ئەگەر مەيدە ئېچىشىپ ئاچچىق سۇ يېنىش ئەھۋالى كۆرۈلسە ، ئىترىپىل ئۇستىقۇددۇس ( 107 ـ نۇسخا ) نى تاماقتىن بۇرۇن كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 10 گرامدىن بېرىش كېرەك . مەيدە ئېچىشىش بىلەن ئېسىلىش بىرگە كۆرۈلسە ، جاۋارىش كۈمۈنى ( 126 ـ نۇسخا ) كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 10 گرامدىن بېرىلىدۇ . بەدەننى كۈچەيتىش ئۈچۈن ماددەتۈلھايات ( 85 ـ نۇسخا ) ، جاۋارىش جالىنۇس ( 122 ـ نۇسخا ) ، بەرشىشا كەبىر ( 56 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ . غىزاسىغا قۇۋۋەتلىك ئوزۇقلۇقلارنى بېرىش لازىم . كەم قانلىق كۆرۈلسە ، تەبىئىتى ئىسسىق ، خۇش پۇراق داۋا ئىلمىشكىگە ئوخشاش دورىلار بېرىلىدۇ . ئۈيقۇسى كەم بولسا ، ھەمىرى گاۋزىبان (138 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ . ئەپيۇندىن زەھەرلىنىش سەۋەبىدىن بولغان بولسا زىغىر يېغىدا ؛ قوغۇشۇندىن زەھەرلەنگەنلىكتىن بولسا قىچا يېغىدا كۆكرەك ساھەسىنى سىرتىدىن ياغلاش كېرەك .

پەرھىز قىلىنىدىغان ئىشلار : پەمىدۇر سۇيى ، ئاچچىقسۇ ، چۇچۇمەل ۋە ئوزۇقلۇق قىممىتى ئاز ، مىقدارى كۆپ تاماقلارنى ۋە ئۇسسۇلۇقنى كۆپ ئىستېمال قىلماسلىق لازىم .

(خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

3 ) بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ ئىچى ۋە سىرتىدىن ئاغرىق پەسەيتكۈچى ، تارتىشىشنى بوشاتقۇچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ .

سىرتىدىن ئىشلىتىدىغان زىماد نۇسخىسى : قۇستە يېغىدىن 30 مىللىلىتىر ، سوقۇلغان زىرە ، سىرىقچېچەك ئۇرۇقى ، سۇزاپ ئۇرۇقى ، مىڭدۇانە ئۇرۇقى ھەر بىرىدىن 30 گرامدىن ، بىنەپشە يېغىدىن 15 مىللىلىتىر ئېلىپ ، دورىلارنى چالا سوقۇپ سۇدا قاينىتىپ خېمىر قىلىپ ، ياغلارنى ئارىلاشتۇرۇپ ، ئىلمان ھالەتكە كەلگەندە كۆكرەكنىڭ ئاغرىش نۇقتىسىغا چېپىپ ، ئۇستىدىن داكا بىلەن تېڭىپ قويسا بولىدۇ .

4 ) ئىچىشكە مەجبۇرى بەرشىشا كەبىردىن ئادەتتىكىدىن يۇقىرى

مىقدارىدا كۈنىگە 3 قېتىم بېرىپ ، قاينىاق سۇنى كۆپ ئىچۈرۈپ ، ياتقۇزۇپ ئارام ئالدۇرۇلىدۇ .

5 ) كۆكىرەك ساھەسىدىكى ئاغرىق سېزىمى يوقالغاندىن كېيىن ، مۇپەررىھى ئەزەم (141 ـ نۇسخا) ، مەجۇنى داۋا ئىلمىشكى مۆتىدىل (71 ـ نۇسخا ) ، مۇپەررىھى دىلكۈشايى مۆتىدىل ( 147 ـ نۇسخا ) ، مۇپەررىھى ئەۋرىشىم ( 140 ـ نۇسخا ) ، مۇپەررىھى سەھلىل ۋۇجۇد ( 145 ـ نۇسخا ) قاتارلىق دورىلارنىڭ ئىككىسى بىرلەشتۈرۈلۈپ بېرىلىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## يۈرەك قېپى يالۇغى

بۇ ، سىل ، مۇپاسىل ، يۈرەك مۇسكۇل يالۇغى قاتارلىق كېسەللىكلەر سەۋەبىدىن پەيدا بولىدىغان كېسەللىك بولۇپ ، يۈرەك ئۇدۇلى ئاغرىش ، نەپەس قىينىلىشىش ، يۈرەك ئېغىش ، قىزىتما قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

ئالدى بىلەن بىمارنى ياتقۇزۇپ ئارام ئالدۇرۇپ ، سەۋەبىگە قارىتا چارە قىلىش ، ۋەرەملىنىش قايسى ماددا خىلىتىدىن بولغان بولسا ، شۇنى پىشۇرۇش ھەمدە يېنىك سۇرگە بېرىپ تازىلاش كېرەك .

ئۇسسۇزلۇقنىڭ ئەرەقى گاۋزىبان (270 ـ نۇسخا ) ، ئەرەقى رەيھان بىرىلىدۇ . سۆرۈنجان ، زىغىر ، بابۇنە ، ئىككىلمىلىك ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، ئەنگۈرشپا قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ، ئەرەقى گۈلابتا زىماد تەييارلاپ ، كۆكىرەك ئۇستىگە تېڭىلىدۇ . بۇ چارىلەر ئۈنۈم بەرمىسە ، بەدەننىڭ تۆۋەن تەرىپىدىكى تومۇرلاردىن قان ئېلىنىدۇ .

يۈرەك ئاجىز بولسا ، خەمىرى گاۋزىبان ئەنبىرى ( 138 ـ نۇسخا ) ، خەمىرى مەرۋايىت ( 136 ـ نۇسخا ) ، داۋا ئىلمىشكى مۆتىدىل ( 71 ـ نۇسخا ) ، قىزىلگۈل ياكى ئانار شەربىتى ( 231 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ .

ئەرەقى رەيھان نۇسخىسى : رەيھانگۈلدىن 1 كىلوگرام ، سۇدىن 6 لىتىر ئېلىپ ، 4 لىتىر ئەرەق تارتىلىدۇ . 50 مىللىلىتىردىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

( قەشقەر ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## يۈرەك ئىچكى پەردە يالليۇغى

بۇ ، ھەر خىل يالليۇغلىنىشلىق سوزۇلما كېسەللىكلەرنىڭ تەسىرىدە يۈرەكنىڭ ئىچكى پەردىسى يالليۇغلىنىش ياكى يۈرەك كلاپانلىرى كېڭىيىپ كېتىشتىن كېلىپ چىقىدىغان كېسەللىك بولۇپ ، قىزىتىش ، باش ئاغرىش ، ھوشسىزلىنىش ، يۈرەك ئېغىش ، يۈرەك ئۇدۇلى ئاغرىش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

يەڭگىل دەرىجىدە مۇتىرىج ، مۇسھىل بەرگەندىن كېيىن ، ماددىنى تارقىتىش ئۈچۈن بابۇنە ، ئىككىلمىلىك ، پىرسىياۋشان قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ ، سۈيىنى ئىلمان ھالەتتە كۆكرەككە سۈركەش ؛ ئىششىق يانداۋرۇش ئۈچۈن چىلان ، زىرىك ، سەرپىستان قاتارلىقلار قوشۇپ پىشۇرۇلغان ئارپا سۈيى بېرىش ؛ كېسەللىك ئەھۋالىغا قاراپ ئىككى پۈتىغا ھىجامەت قويۇپ قانىنى ئىسلاھ قىلغاندىن كېيىن ، توسالغۇ بەلغەمدىن بولغان بولسا ، مەتبۇخى ئەپتىمۇن ( 253 ـ نۇسخا ) ، ھەببى ئايارەج ( 1 ـ نۇسخا ) ، ئىنتىرىپىل مۇقەۋۋى زەنجىۋىل قاتارلىقلارنى ئىچۈرۈش كېرەك . ئەگەر توسالغۇ قاندىن بولغان بولسا ، مەتبۇخى ئۇستىقۇددۇس ( 254 ـ نۇسخا ) بېرىش ياكى گاۋزىباندىن 30 گرام ، بادرەنجىبۇيىدىن 25 گرام ، قىزىلگۈل ، ئۆشنە ، سۇمبۇل ، ئاق سەندەل قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 10 گرامدىن ، شېكەردىن 300 گرام ئېلىپ ، قائىدە بويىچە مۇرەككەپ گاۋزىبان شەربىتى تەييارلاپ بېرىش لازىم .

( قەشقەر ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

# ئۆپكە مەنبەلىك يۇرەك كېسەللىكى

بۇ ، ئۆپكىدە يۇز بەرگەن ئۇزاق مۇددەتلىك كېسەللىك ئۆزگىرىشىنىڭ يۇرەككە تەسىر قىلىشىدىن پەيدا بولىدىغان يۇرەك كېسەللىكى بولۇپ ، كۆپىنچە چوڭ ياشلىق كىشىلەردە كۆرۈلىدۇ . يۆتىلىش ، نەپەس قىيىنلىشىش ، سۇلۇق ئىششىق قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) ئالدى بىلەن ئۆپكىنى تازىلاش ، بەلغەم بوشىتىپ يۆتەلنى پەسەيتىش لازىم . بۇنىڭ ئۈچۈن قۇرۇق زۇپا ، يالپۇز ، بىخسۇس ، قىچا ، قەرەدمانە ، پىلپىل ، چاققاق ئوت ئۇرۇقى ، رۇمبەدىيان قاتارلىقلاردىن تەييارلانغان مەجمۇن كۈندە 3 ــ 4 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 ــ 10 گرام بېرىلىدۇ . ياسالمىلاردىن شەربىتى بۇزۇرى ( 225 ـ نۇسخا ) ، خەمىرى سەندەل ( 137 ـ نۇسخا ) ، جاۋارىش ئەنبەر ( 117 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلار بېرىلىدۇ . يۇرەكتىكى ئىششىقنى ياندۇرۇش ئۈچۈن ئەنگۈرشىپا ، بىنەپشە ، يۇمغاقسۇت ، ئارپىبەدىيان ، بادرەنجىبۇيا ، سۇمبۇل ، رەيھان ، بەسباسە ، لاچىندانە ، گاۋزىبان قاتارلىقلاردىن چايلىق تەييارلاپ بېرىلىدۇ . يۇرەكنى كۈچلەندۇرۇش ئۈچۈن خەمىرى مەرۋايىت ( 136 ـ نۇسخا ) ، جاۋارىش ئەنبەر ( 117 ـ نۇسخا ) ، ئەرەقى بادرەنجىبۇيا ( 263 ـ نۇسخا ) ، شەربىتى بادرەنجىبۇيا ( 224 ـ نۇسخا ) ، ئەرەقى گۈلاب (269 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلار بېرىلىدۇ .

( قەشقەر ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

2 ) سۇيدۇك ھەيدەپ ئىششىق يانداۇرۇش ، يۆتەل پەسەيتىش ، بەلغەم بوشىتىش ، يۇرەكنى قۇۋۋەتلەش ئۈچۈن ، ئالدى بىلەن ئەرەقى كاسىنە ( 268 ـ نۇسخا ) بېرىلىپ ، سۇيدۇك ھەيدەش بىلەن بىر ۋاقىتتا لوئۇقى بادام ( 173 ـ نۇسخا ) ، لوئۇقى كەتان ( 183 ـ نۇسخا ) ، شەربىتى زۇپا قاتارلىق دورىلاردىن بىر ياكى ئىككىسى بىرلەشتۇرۇپ بېرىلىدۇ .

ئۇنىڭدىن كېيىن ، مىجەزىگە ماس كېلىدىغان يۈرەك قۇۋۋەتلىگۈچى شەر-
بەت ياكى مەجۇنات دورىلار بېرىلىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

3 ) بالىنىگۇ ، بادرەنجىبۇيا ، زۇپانىڭ ھەر بىرىدىن 15 گرامدىن ، بەدىيان يىلتىزى پوستى ، كاسنە يىلتىزى پوستى ، گۈلى بىنەپشە ، كا-
كىنەچ ، تاغ پىيىزىنىڭ ھەر بىرىدىن 10 گرامدىن ئېلىپ ، 1500 مىللىلىتىر
قاينىتىلغان سۇغا بىر سوتكا چىلاپ قويۇپ ، ئاندىن سۈس ئوتتا ئۇچتىن بىر
قىسمى قالغۇچە قاينىتىپ ، كۈنىگە 3 ۋاخ 150 گرامدىن ئىچىپ بەرسە ،
ئۆپكە مەنبەلىك يۈرەك كېسەللىكىگە كۆرۈنەرلىك ئۈنۈم بېرىدۇ .

## تاجسىمان قان تومۇر قېتىشىش

بۇ ، كۆپىنچە 40 ياشتىن ئاشقان ، بىرقەدەر سېمىز كىشىلەردە كۆپ
كۆرۈلىدىغان ، مىجەزىنىڭ ماددىلىق بۇزۇلۇشى ، بولۇپمۇ سەۋدا ماددىسى
بىلەن قويۇق بەلغەمنىڭ ئارتىپ كېتىشى ، ئۇزاق مەزگىل ھەرىكەتنى ئاز
قىلىپ ، مايلىق يېمەكلىكلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلىش سەۋەبىدىن ، قان
تەركىبىدىكى ماينىڭ ئېشىپ كېتىشى ۋە ھەرخىل ئاسان چۆكىدىغان
ماددىلارنىڭ كۆپىيىشىگە سەۋەب بولغۇچى ئامىللارنىڭ ئۇزاق مەزگىل
داۋاملىشىشى نەتىجىسىدە كېلىپ چىقىپ ، تەدرىجىي تەرەققىي قىلىپ ئېغىر
ئاقىۋەتلەرنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدىغان كېسەللىك بولۇپ ، يۈرەك ساھەسى
ئېغىرلىشىش ، ئاسان ھاردىغان ، يۈرەك سالدىغان بولۇپ قېلىش ، بەزىدە
يۈرەك رىتىمسىزلىشىش ، يۈرەك ساھەسى يەڭگىل ئاغرىش ۋە تۇيۇقسىز
ھوشىدىن كېتىش ، بەزىدە قان بېسىمى ئۆرلەش ، لابوراتورىيىلىك
تەكشۈرگەندە قاندىكى ماي ماددىسى يۇقىرى بولۇش قاتارلىق ئالامەتلەر
بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) ھەزىم قىلىش يوللىرىنى تازىلاش ئۈچۈن ، يەڭگىل سۈرگە

دورىلىرىدىن مۇلەييىن بېرىلىدۇ . كۆچلۈك سۇرگىلەر بېرىلمەيدۇ .

مۇلەييىن نۇسخىسى : سېرىق هېلىله پوستىدىن 15 گرام ، ئاق تۇربۇتتىن 10 گرام ، پۇنۇستىن 20 گرام ، سانادىن 20 گرام ، بىنەپشە ، سېرىق ئوت ئۇرۇقى ، هەشقىپىچەك ئۇرۇقىدىن 10 گرامدىن ، تەرەنجۇبىلـ دىن 100 گرام ، بادام يېغىدىن 10 گرام ئېلىپ ، سانا ، پۇنۇس ، تەرەنجۇبىللەردىن باشقىسىنى چالا سوقۇپ ، 1 كىلوگرام سۇدا يېرىم ساـ ئەت قايىنىتىپ سۈزۈپ ، سۈيىگە پۇنۇس ، سانا ، تەرەنجۇبىللەرنى سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ ، بادام يېغىنى قوشۇپ كېسەلنىڭ بەدەن كۆچىگە قارىپ كۇندە 2 قېتىم ، هەر قېتىمدا 100 ـــ 200 گرام ئىچۈرۈلىدۇ . بۇ دورىنى بۇزۇلۇپ قېلىشتىن ساقلاش ئۈچۈن ، سوغۇق جايدا ياكى مۇز ئۈستىدە قويۇش كېرەك . هەر كۈنى ئىچىدىغان ۋاقتىتا بىرئاز قىزىتسا بولىدۇ . مەزكۇر سۇرگە ۋراچ تېۋىپنىڭ نازارىتى ئاستىدا ئىچۈرۈلىدۇ . ئىچىنى سۇرگۈزۈپ بولغاندىن كېيىن ، ئۇنىڭ ئورنىنى تولدۇرۇش ئۈچۈن توخۇ شورپىسى ۋە توخۇ گۆشى يېگۈزۈلىدۇ . قىزىلگۈلقەنت ( 155 ـ نۇسخا ) ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ . سۇرگىنى توختاتقان كۈنلەردە ئەرەقى پۇدىنە (266 ـ نۇسخا ) ، ئەرەقى سەندەل ( مېڭە قان تومۇر قېتىشىش كېسەللـ كىنى داۋالاشقا قارالسۇن ) ، ئەرەقى چۆبچىنى ( 271 ـ نۇسخا ) ، شارابى رەيهان ( هەسساسىيەت كېسەللىكىنى داۋالاشقا قارالسۇن ) ، خەمرى مەرۋايىت ( 136 ـ نۇسخا ) ، داۋا ئىلمىشكى مۆتىدىل ( 71 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلارنى مۇۋاپىق مىقداردا يېسە بولىدۇ . يەنە سېرىق ئوتتىن 20 گرام ، سېرىق ئوت ئۇرۇقى ، سېرىق هېلىله پوستى ، قارا هېلىله ، تۇربۇت ، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى ، بىستىپايەج ، گاۋزىبان ھىندى ، گۈلى گاۋزىباندىن 10 گرامدىن ، شاھتەررە ، قىزىلگۈل ، بادرەنجبۇيا ، كاسنىدىن 15 گرامـ دىن ، ئۇرۇقسىز ئۈزۈم ، تەرەنجۇبىلدىن 100 گرامدىن ، قەنتتىن 200 گرام ئېلىپ مەتبۇخ تەييارلاپ بېرىلىدۇ . مەتبۇخ هەر 10 كۈندە 1 قېتىم ۋراچ تېۋىپنىڭ نازارىتى ئاستىدا ئىچۈرۈلىدۇ . ئىچىنى سۇرۇش ئەھۋالىغا دىققەت قىلىنىدۇ . مەتبۇخنى ئىچىش جەريانىدا هۆ تۈتۈش ، قۇسۇش ئەھۋاللىرى

كۆرۈلسه ، ئىچىش مىقدارى ئازايتىلىدۇ ياكى توختىتىلىپ ، دەرھال خەمىرى مەرۋايىت ( 136 ـ نۇسخا ) ، ئەرەقى پۇدىنە (266 ـ نۇسخا ) ، خەمىرى سەندەل ( 137 ـ نۇسخا ) ، داۋا ئىلمىشكى مۆتىدىل ( 71 ـ نۇسخا ) ، خەمىرى گاۋزىبان ئەنبىرى ( 138 ـ نۇسخا ) قاتارلىق دورىلار بېرىلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

2 ) قانىنى سۈيۈلدۈرۈش ، ماددىنى تازىلاش ۋە تەڭشەش ئۈچۈن گۈلى بىنەپشە ، نىلۇپەر گۈلى ، كاسنە ئۈرۈقى ، سانا ، سېرىق ھېلىلە ، سىيادان ، ئۈستەقۇددۇس ، بىخسۇس ، سېرىق ئوت ئۈرۈقى ، شاھتەررە ، سېرىق ئوت ، خىيارشەنبەر ، تەرەنجىۋىل قاتارلىقلاردىن 5 ـــ 6 نۇسخا مەتبۇخ تەييارلاپ بېرىلىدۇ . سۈپۈپى ئىترىپىل ( 184 ـ نۇسخا ) ، ھەببى قوقىيا ( 35 ـ نۇسخا ) ، چىلان شەربىتى ، نىلۇپەر شەربىتى ، لىمون شەربىتى ( قاندىن بولغان باش ئاغرىشنى داۋالاشقا قارالسۇن ) ، ئەرەقى كاسىنە ( 268 ـ نۇسخا ) ، خەمىرى گاۋزىبان (138 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى داۋا ئىلمىشكى (71 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلار تاللاپ ئىشلىتىلىدۇ .

( قەشقەر ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

3 ) بۇ خىل كېسەللىك بەدەننىڭ زىيادە سەمرىپ كېتىشىدىن پەيدا بولغان بولسا ، مەتبۇخى ئەپتىمۇن ( مۇشۇ كېسەللىكنىڭ بىرىنچى تارمىقىغا قارالسۇن ) ، داۋائىل لوك ، خەمىرى سەندەل ( 137 ـ نۇسخا ) ، ئەرەقى سەندەل ( شەقىقە كېسەللىكنى داۋالاشقا قارالسۇن ) ، شەربىتى سەندەل ( 235 ـ نۇسخا ) قاتارلىق دورىلار بېرىلىدۇ .

داۋائىل لوك تەركىبى : لەكى مەغسۇل ، قۇسته تەلخ ، ئىزخىر چىچەكى ، تىرمىس ، ھەببۇلغار ، شۇمشە ، قارىمۇچتىن 30 گرامدىن ، رەۋەندىن 45 گرام ، ھەسەلدىن ئومۇمىي دورا ۋەزنىنىڭ 2 ھەسسىسچىلىك ئىلىپ ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن تەييارلاپ ، كۈنىگە 2 قېتىم 6 گرامدىن بېرىلسە بولىدۇ .

4 ) كېسەللىك بەدەندىكى سەۋدا خىلتىنىڭ ئېشىپ كېتىشىدىن بولغان بولسا ، ئالدى بىلەن سەۋدانىڭ مۇنزىج شەربىتى ( 250 ـ نۇسخا ) كۇنده 3 قېتىم ، هەر قېتىمدا 50 مىللىلىتىردىن 20 ـــ 40 كۇن ئىستېمال قىلدۇرۇلۇپ ، ماددا پىشقاندىن كېيىن سۇرگه بېرىپ ، ئاخىرىدا مەجۇنى نۇجاھ ( 101 ـ نۇسخا ) ، خەمىرى ئەۋرىشم ( 134 ـ نۇسخا ) ، خەمىرى مەرۋايىت ( 136 ـ نۇسخا ) ، خەمىرى گاۋزبان ( 138 ـ نۇسخا ) قاتارلىق دورىلار بېرىلىدۇ .

5 ) كېسەللىك بەدەندىكى قويۇق بەلغەم خىلتىنىڭ تەسىرىدىن بولغان بولسا ، ئالدى بىلەن بەلغەم خىلتىنىڭ مۇنزىج شەربىتى ( 250 ـ نۇسخا ) كۇنده 3 قېتىم ، هەر قېتىمدا 60 مىللىلىتىردىن 10 ـــ 15 كۇن ئىستېمال قىلدۇرۇلۇپ ، ماددا پىشقاندىن كېيىن سۇرگه بېرىپ ، ئاخىرىدا ئايارەج پەيقرا ( 1 ـ نۇسخا ) ، مۇپەررىھى ھار ( 152 ـ نۇسخا ) ، داۋائىل مىشكى ھار ( 70 ـ نۇسخا ) ، مۇپەررىھى ياقۇتى ( 151 ـ نۇسخا ) ، مۇپەررىھى جالىنۇس قاتارلىق دورىلار ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ . بۇ كېسەل لىككە كەم قانلىق قوشۇلۇپ كەلگەن هەربىر بىمارغا مائۇل لەھمى ( 249 ـ نۇسخا ) ، ئانار شەربىتى (231 ـ نۇسخا ) قاتارلىق دورىلار يۇقىرىقى دورىلارغا قوشۇمچە قىلىپ ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## يۇقرى قان بېسىمى

بۇ ، تۇرلۇك سەۋەبتىن تومۇردا ئايلىنىۋاتقان قاننىڭ قان تومۇر دىۋارىغا چۈشۈرگەن بېسىمى ئارتىپ كېتىشتىن كېلىپ چىقىدىغان كېسەللىك بولۇپ ، باش ئاغرىش ، باش قېيىش ، يۈرەك قوزغىلىش ، ئۈيقۇسىزلىق ۋە مەخسۇس ئۆلچىگۈچته ئۆلچىگەندە يۈرەكنىڭ قىسقىرىش ۋاقتىدىكى بېسىمى 90 مىللىمېتىر سىماب تۈۋرۈكىدىن يۇقرى بولۇش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) ئەگەر بۇ كېسەللىك قان تەركىبىدىكى ماي ماددىسى ئېشىپ كېتىش سەۋەبىدىن بولغان بولسا ، قىزىلگۈل ، نېلۇپەر ، گۈلى بىنەپشە ، گاۋزىبان ، يۇمغاقسۇت ئۈرۇقى قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 15 گرامدىن ، چىلان ، ئاق سەندەل ، بادرەنجىبۇيىلارنىڭ ھەر بىرىدىن 60 گرامدىن ، تەرەنجىۋىلدىن 100 گرام ئېلىپ ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن 600 مىللىلىتىر شەربەت تەييارلاپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 50 مىللىلىتىر شەربەت ئىستېمال قىلدۇرۇش بىلەن بىرگە ، مۇرەككەپ دورىلاردىن ئەرەقى سەندەل ( مېڭە قان تومۇرى قېتىشىش كېسەللىكىنى داۋالاشقا قارالسۇن ) دىن كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 50 مىللىلىتىردىن ، ئىترىپىل كەشنىزى (184 ـ نۇسخا ) دىن كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 10 گرام ، گۈلاب (269 ـ نۇسخا ) تىن كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 50 مىللىلىتىردىن ئىستېمال قىلدۇرۇش لازىم .

2 ) ئەگەر بۇ كېسەللىك بەلغەم خىلتىتنىڭ تەسىرىدىن بولغان بولسا ، ئالدى بىلەن بەلغەمنىڭ مۇنزىج نۇسخىسىنى تەييارلاپ 10 ـــ 15 كۈن ئىستېمال قىلدۇرۇپ ، ماددا پىشقاندىن كېيىن ، ماددىنى تازىلاش ئۇچۇن ھەببى ئايارەج ( 1 ـ نۇسخا ) نى كۈندە 1 قېتىم 11 دانىدىن ئىستېمال قىلدۇرۇش لازىم . ئاندىن ، مۇرەككەپ دورىلاردىن مائۇل ھەسەل (251 ـ نۇسخا ) نى كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 30 مىللىلىتىردىن ، مەجۇنى ماددەتۇلھايات ( 85 ـ نۇسخا ) نى كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 10 گرامدىن ، مەجۇنى سەۋم ( 60 ـ نۇسخا ) نى كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 10 گرامدىن ئىستېمال قىلدۇرۇش كېرەك .

3 ) ئەگەر بۇ كېسەللىك سەۋدا ماددىسىنىڭ تەسىرىدىن بولغان بولسا ، ئالدى بىلەن سەۋدانىڭ مۇنزىجىنى تەييارلاپ 15 ـــ 45 كۈن ئىستېمال قىلدۇرۇپ ، ماددا پىشقاندىن كېيىن ماددىنى تازىلاش ئۇچۇن ، مۇرەككەپ دورىلاردىن ئىترىپىل ئەپتىمۇن ( 106 ـ نۇسخا ) نى كۈندە 2 قېتىم 6 گرامدىن ، ئىترىپىل ئۇستىقۇددۇس (107 ـ نۇسخا ) نى كۈندە 1

قېتىم 10 گرامدىن ، مەجۇنى نۇجاھ ( 101 ـ نۇسخا ) نى كۇندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 10 گرامدىن ، مەتبۇخى ئەپتىمۇن ( 253 ـ نۇسخا ) نى كۇندە 2 قېتىم 100 مىللىلىتىردىن ، داۋا ئىلمىشكى ( 72 ـ نۇسخا ) نى كۇندە 3 قېتىم 3 گرامدىن ، نۆش دورا ( 99 ـ نۇسخا ) نى كۇندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 10 گرامدىن يۇقىرىقى تەرتىپ بويىچە ئىستېمال قىلدۇرۇش لازىم .

4 ) بۇ كېسەللىككە مېڭە قان تومۇرى قېتىشىش كېسەللىكى قوشۇلۇپ كەلگەن بولسا ، ئالدى بىلەن بەدەندىكى كېسەللىك ماددىسىنى پىشۇرۇپ تازىلىغاندىن كېيىن ، يۇقىرىقى دورىلارنىڭ مۇۋاپىقىنى تاللاپ ئىستېمال قىلدۇرۇش لازىم . ئەگەر بۇ كېسەللىككە يۇرەك كېسەللىكى قوشۇلۇپ كەلگەن بولسا ، يۇقىرىقى كۆرسىتىلگەن دورىلارنى تاللاپ ئىستېمال قىلدۇرۇش بىلەن بىرگە ، يۇرەك خىزمىتىنى ياخشىلاش ئۈچۈن ، ئەۋرىشىم شەربىتى ( 222 ـ نۇسخا ) نى كۇندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 10 گرامدىن ، خەمىرى گاۋزىبان ( 138 ـ نۇسخا ) نى كۇندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 گرامدىن ، خەمىرى سەندەل ( 137 ـ نۇسخا ) نى كۇندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 5 گرامدىن ، ئەرەقى سەندەلنى كۇندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 50 مىللىلىتىردىن ئىستېمال قىلدۇرۇش كېرەك .

5 ) بىمارغا يېڭى يۇمغاقسۇت ، چىگسەي ، پالەك ، ئۇسۇڭ ، چامغۇر ، تۇرۇپ قاتارلىق كۆكتاتلاردا ئېتىلگەن سىگىشلىك تائاملارنى ، مىجەزىنى تەڭشەشكە ياردىمى بولىدىغان باشقا يېمەكلىكلەرنى ئىستېمال قىلدۇرۇش لازىم .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

6 ) ئالما ، ئانار ، بېھى قاتارلىقلارنى سقىپ ، شىرىسىگە قەنت سېلىپ ئىچۈرۈش ، خەمىرى مەرۋايىت نۇسخىسىنى تەييارلاپ بېرىش لازىم.

خەمىرى مەرۋايىت نۇسخىسى : كەھرىۋا ، ئاق سەندەل ، تۇغرالغان پىلە ، تاباشىر ، قىزىلگۈل ، قاشتېشى ، گاۋزىبان ، ئاق بەھمەن ، قىزىل بەھمەن ، بىدمىشكىدىن 6 گرامدىن ، مەرۋايىتتىن 9 گرام ، ئىپاردىن 1 گرام ، زەپەردىن 1 گرام ، ناۋاتتىن 500 گرام ئېلىپ ، مەرۋايىتنى تۆمۈر

چۆمۇچكە سېلىپ ئوت ئۆستىدە قويۇپ سارغايتىپ ، قاشتېشىدىن باشقا دورىلار بىلەن يۇمشاق سوقۇپ ، قاشتېشىنى يۇمىلاق تاش ئۆستىگە قاپاق سۇ قۇيۇپ سۈرۈپ ، قاشتېشى سۈرۈلگەن سۇغا ناۋاتنى سېلىپ قىيام قىلىپ ، ئاندىن باشقا دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ ، كۈندە 3 ۋاخ ، ھەر ۋاخ- لىقىغا 6 گرامدىن بېرىلىدۇ . مۇشۇ بويىچە كېسەل ياخشىلانغانغا قەدەر داۋالىسا بولىدۇ .

7 ) ئۈستەقۇددۇس ، رۇمبەدىيان ، قەنتەرىيۇن ، ئىزخىر ، بەدىيان ، زۇپا ، قەرەدمانە ، ھىلىلە يىلتىزى ، چىگىسەي يىلتىزى ، كاسنە يىلتىزى ، بەدىيان يىلتىزى ھەر بىرىدىن 6 گرامدىن ئېلىپ ، 1 لىتىر سۇدا قاينىتىپ ، 300 مىللىلىتىر قالغاندا داكىدىن ئۆتكۈزۈپ سۈزۈپ ، 30 گرام گۈلقەنت سېلىپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 100 مىللىلىتىردىن بېرىش لازىم . مۇشۇ ئۇسۇل بويىچە 9 كۈن داۋالاپ ، ئونىنچى كۈنى چىلاندىن 30 گرام ، شاھتەررىدىن 15 گرام ، رۇمبەدىياندىن 45 گرام ، مەستىكىدىن 3 گرام ، تۇربۇتتىن 9 گرام ئېلىپ ، تۇربۇت ۋە مەستىكىدىن باشقا دورىلارنى 1 لىتىر سۇدا قاينىتىپ ، 300 مىللىلىتىر قالغاندا داكىدىن ئۆتكۈزۈپ سۈ- زۈپ ، تۇربۇت بىلەن مەستىكىنى سوقۇپ ئارىلاشتۇرۇپ ، كۈندە 2 ــ 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 100 مىللىلىتىردىن بېرىش لازىم . 11 ـ كۈنى بىستىپا- يەج ، سانا ، بىنەپشە ، قەنتەرىيۇن ، ئاچچىق تاۋۇز ، ئۇششاق ئۈزۈم ، قارا كۆز بەدىيان ، پىرسىياۋشان ، بادرەنجبۇيا ، گۈلقەنت ، سوقۇلغان زاراڭزا مېغىزى ھەر بىرىدىن 6 گرامدىن ئېلىپ ، 1.5 لىتىر سۇدا قاينىتىپ ، 500 مىللىلىتىر قالغاندا داكىدىن ئۆتكۈزۈپ سۈزۈپ ، 30 گرام قارا شېكەر ، 3 گرام بادام يېغى قوشۇپ كىلىزما قىلىنىدۇ . بۇ خىل كېسەللىك بىلەن ئاغرىغان بىمارلارغا كۈچلۈك سۈرگە بېرىشكە بولمايدۇ . چۈنكى ، ئېغىر- لىق يۈرەككە يۈكلەنگەنلىكى ئۈچۈن ھوشسىزلاندۇرۇپ قويۇشى مۇمكىن . ئەھۋالغا قاراپ داۋا ئىلمىشكى ( 72 ـ نۇسخا ) دىن كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 ــ 6 گرامدىن بېرىش لازىم .

( خوتەن ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

8 ) كۈندىلىك تۇرمۇشتىكى ئىستېمال قىلىنىدىغان مېۋىلەردىن ئالما ، ئامۇت ، كۆك شاپتۇل ، ئەينۈلا ، غوراپ ئۈزۈم ، ئالىرات ، گىلاس ، ئاپېلسىن قاتارلىقلار يېيىش ۋە سقىپ سۈيىنى ئىچىشكە بېرىلىدۇ . باشنى داۋاملىق ئېگىز قويۇپ يېتىشقا ئادەتلىنىش ، ئاچچىقلىنىش ، قاتتىق يىغلاش ۋە قانىنى قىزىتقۇچى نەرسىلەرنى يېيىشتىن قاتتىق ساقلىنىش لازىم .

9 ) يۇقىرى قان بېسىمى قان غالىبلىقتىن پەيدا بولغان بولسا ، قان هارارىتىنى پەسەيتىش ۋە قاننى سۈيۈلدۈرۈش ئۈچۈن نېلۈپەر گۈلى ، بىنەپشە ، گاۋزىبان هەر بىرىدىن 7 گرامدىن ، چىلان ، ئەينۈلىدىن 30 گرامدىن ، كاسنە ئۇرۇقى ، قىزىلگۈلدىن 6 گرامدىن ، يۇمغاقسۇتتىن 10 گرام ، قەنتتىن 100 گرام ئېلىپ ، مۇنزىج شەربەت تەييارلاش ئۈسۈلى بويىچە جۇلاپ تەييارلاپ ، كۈندە 3 قېتىم ، هەر قېتىمدا 50 مىللىلىتىردىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ . بۇ جۇلاپنى ئىستېمال قىلىپ تۇرغان مەزگىلدە ئۈسۈزلۇقىغا كۈندە 1 گرام ئاق سەندەلنى ئۈپىدەك سوقۇپ ، قىزىلگۈل ئەرەقى بىلەن ئىچىشكە ياكى ئەرەقى سەندەل ( مېڭە قان تومۇرى قېتىشىش كېسەللىكىنى داۋالاشقا قارالسۇن ) ، ئەرەقى كەشنىزدىن قايسىسى بولسا 50 مىللىلىتىردىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ . ئەتىگەن ۋە ئاخشامدا يېيىش ئۈچۈن ئاق سەندەل هىندى ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى ، ئۈسۈك ئۇرۇقى ، قىزىلگۈل قاتارلىقلارنىڭ هەر بىرىدىن 3 گرامدىن ئېلىپ سوقۇپ ، 10 گرام قەنت ئارىلاشتۇرۇپ تالقان تەييارلاپ بېرىلىدۇ . ئۇستىدىن ئەرەقى گۈل ( 269 ـ نۇسخا ) ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

10 ) يۇقىرى قان بېسىمى قان تومۇرنىڭ تاريىشىدىن پەيدا بولغان بولسا ، ئەتىگىنى ئۆچكە سۈتىنىڭ ئەرەقىدىن 50 گرام ياكى ئەرەقى مائۇلجەبىندىن 20 گرام ، نېلۈپەر شەربىتى ( باش ئاغرىش كېسەللىكىنى داۋالاشقا قارالسۇن ) بېرىلىدۇ . كەچلىكى نېلۈپەر گۈلى ، چىلاندىن 7 گرامدىن ، ئەينۈلىدىن 30 گرام ، تاۋۇز ئۇرۇقى مېغىزى ، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزىدىن 5 گرامدىن ، گاۋزىباندىن 3 گرام ئېلىپ ، 300 مىللىلىتىر

سۇغا تۆت سائەت چىلاپ قويۇپ ، كېيىن سقىپ سۈزۈپ ، 20 گرام نېلۇ- پەر شەربىتى قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ . ئەگەر بىمارىدا قەۋزىيەت بولسا ، 15 كۈندىن بىر ئايغا قەدەر مەتبۇخى ئەپتىمۇن ( 253 ـ نۇسخا ) ۋە شەر- بىتى بىنەپشە (227 ـ نۇسخا ) مۇسھىلى تەييارلاپ بېرىش كېرەك .

كىشىلەرنىڭ تەجرىبىدە تاۋۇز مېغىزى يېيىش ، غوراپ سۈيى شەربىتى ، زىرىق شەربىتى ئىچىش ، چۈچۈمەل ئالما ، ئانار ۋە بېھى ئىستې- مال قىلىشنىڭ ئۈنۈمى كۆرۈنەرلىك بولىدۇ .

11 ) دائىملىق يۈرەك سېلىشىنى پەسەيتىش ، قان بېسىمىنى نورمالالاشتۇرۇش ئۈچۈن ، ئاق سەندەلنى قاينىتىپ سۇغا چىلاپ سوۋۇتۇپ بەرسە ياكى ئەرەقى بىدەمشكى ( 265 ـ نۇسخا ) نى بەرسە كۆرۈنەرلىك مەنپەئەت قىلىدۇ . ئەگەر كېسەل بولغۇچى سېمىز بولۇپ ، قان مىقدارى كۆپ بولسا ، زۇلۇك قۇرتىغا چاققۇزۇپ قان تارتقۇزسا ياكى باسلىق تومۇردىن ۋە ياكى قېيىپال تومۇردىن بىرنەچچە قېتىم قان ئالسا ، پالەچ بو- لۇشنىڭ ئالدىنى ئالغىلى بولىدۇ .

12 ) پەرھىز قىلىدىغان ئىشلار :

( 1 ) قان بېسىمى يۇقىرى كىشىلەر قان بېسىمىنى نورمال ھالەتكە كەلتۈرۈش ۋە تۇراقلاشتۇرۇش ئۈچۈن ، كۈچلۈك جىسمانىي ھەرىكەت قىلىش ، ئىسسىق كۈنلىرى ئۇزاق يول يۈرۈش ، كۈچلۈك ئەقلىي ئەمگەك بىلەن شۇغۇللىنىش ، زېھنىنى چاچىدىغان ئىش ـ پىكىرلەرگە چۆكۈپ كېتىش ۋە قاتتىق ئىچ پۇشۇقى تارتىش قاتارلىقلاردىن ساقلىنىش لازىم .

( 2 ) يېمەك ـ ئىچمەكنى كۆپ ئىستېمال قىلىشتىن ، بولۇپمۇ قورۇلغان گۆش ، كاۋاپ ، پىشۇرۇلغان تۇخۇم ، ياغدا پىشۇرۇلغان بېلىق قاتارلىقلارنى كۆپ يېيىشتىن ، ھاراق ، تاماكا ، قارا چاي ، قەھۋە ، پىشىق قايماق قاتارلىقلارنى كۆپ ئىستېمال قىلىشتىن پەرھىز قىلىش كېرەك .

( 3 ) قانىنى كۆيدۈرگۈچى ، زەھەرلىگۈچى دورا ۋە يېمەكلىكلەرنى ئىستېمال قىلىشتىن پەرھىز قىلىش لازىم .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

13 ) قان بېسىمنى تۆۋەنلىتىش ۋە قانىنى سوۋۇتۇش ئۈچۈن ، سۇپۇپى ئىترىپىل كەشنىزى ( 184 ـ نۇسخا ) كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 10 گرامدىن ، ئەرەقى كاسىنە ( 268 ـ نۇسخا ) كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 50 مىللىلىتىردىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ ياكى ئەرەقى گۈلاب (269 ـ نۇسخا ) تىن مۇشۇ مىقداردا بېرىلسىمۇ بولىدۇ . قىزىلگۈل ، نېلۇپەر، گۈلى بىنەپشە ، گاۋزىبان ھىندى ، يۇمغاقسۇتىنك ھەر بىرىدىن 15 گرامدىن ، چىلان ، ئاق سەندەل ، بادرەنجەبۇيىنك ھەر بىرىدىن 20 گرامدىن ، تەمرى ھىندىدىن 100 گرام ، تەرەنجىۋىل ، ئەينۇلا ھەر بىرىدىن 30 گرامدىن ئېلىپ كاشكاپ تەييارلاپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 30 مىللىلىتىردىن ئەھۋالغا قاراپ 1 ـــ 2 ھەپتە ئىچىشكە بېرىلسە ، قان بېسىمى تۆۋەنلەيدۇ .

14 ) ھەببى قوقىيا ( 35 ـ نۇسخا ) دىن كۈنىگە 5 ـــ 11 تالدىن ئەھۋالغا قاراپ بېرىلىدۇ . خەمرى گاۋزىبان ( 138 ـ نۇسخا ) كۈندە 1 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 5 ـــ 10 گرام ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

15 ) ئەگەر يۈقىرى قان بېسىم كېسەللىكىگە يولۇقىك كېسەللىكى قوشۇلۇپ كەلسە ، شەربىتى سەندەل ( 235 ـ نۇسخا ) ، ئەرەقى بەدىيان (264 ـ نۇسخا ) دىن كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 50 مىللىلىتىردىن ئىچىشكە بېرىش بىلەن بىرگە ، لوبۇبى كەبىر ( 82 ـ نۇسخا ) ياكى مادەتۇلھايات ( 85 ـ نۇسخا ) تىن ئەھۋالغا قاراپ كۈندە 1 قېتىم ، 10 گرام ئىستېمال قىلىشقا بېرىلىدۇ .

( قەشقەر ھۆكۈمالرىنىك تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

16 ) قانىنى سوۋۇتۇپ سۈيۈلدۈرىدىغان دورىلارنى قوللىنىش ، شۇنىك بىلەن بىرگە قانىنى قىزىتىدىغان ، كۆپەيتىدىغان ۋە ئۇنى قويۇقلاشتۇرىدىغان ئامىللاردىن ساقلىنىش لازىم .

يەككە دورىلاردىن ئارپىبەدىيان ، چىكسەي ئۇرۇقى ، شۇمشە ئۇرۇقى ، پىنىنە ، پىرسىياۋشان ، شاھتەررە قاتارلىقلارنى يەككە ھالدا ياكى بىرلەشتۈرۈپ دەملەپ ئىچسە ؛ چىلان ، قارىئۆرۈك ، ئەينۇلا ، پۇنۇس ،

خىيارشەنبەر ، تەمرى ھىندى قاتارلىقلارنى يەككە ھالدا ياكى بىرلەشتۇرۇپ چىلاپ ئىچسە بولىدۇ .

مۇرەككەپ دورىلاردىن بۇزۇرى شەربىتى ( 226 ـ نۇسخا ) ، مەتـ بۇخى ھېللىلە ( 261 ـ نۇسخا ) ، مەتبۇخى خىيارشەنبەر ، مەجۇنى خىيارشەنبەر ، ئىترىپىل سەغىر ( 110 ـ نۇسخا ) ، ئىترىپىل كەشنىزى (114 ـ نۇسخا ) ، ھەببى ئايارەج پەيقىرا ( 1 ـ نۇسخا ) ، چىلان شەربىتى ، بىنەپشە شەربىتى ( 227 ـ نۇسخا ) ، قارىئۆرۈك شەربىتى ۋە مۇرابباسى ، ئەينۇلا شەربىتى ۋە مۇرابباسى قاتارلىقلاردىن قايسىبىرى بولسا ، قائىدە بو- يىچە ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

قارىمۇچ ۋە ئاقمۇچلار قاتتىق ، ئاچچىق دورىلار بولغاچقا ، مىقدارىدىن زىيادە ئىستېمال قىلىنسا بەدەننى قىزىتىپ ، قاننى قويۇقلاشتۇ- رىدۇ . ئەگەر بۇ ئىككى خىل دورا نورمال ئىستېمال قىلىنسا ، قانىنىڭ نورمال ئايلىنىشىغا تەسىر كۆرسىتىدۇ . ئاشقازاننى قىزىتىپ ، ھەزىم قە- لىشنى ياخشىلايدۇ . بەل ۋە پۇت ـ قوللاردىكى يەللەرنى تارقىتىپ ، سۆگەك ئاغرىقىنى توختىتىدۇ .

قىزىلگۈل ، ئانارگۈلى ، ئەنجىبار ، سېمىزئوت ئۇرۇقى ، پاقا يوپۇر- مىقى ئۇرۇقى ، ئاق سەندەل ، قىزىل سەندەل ، ئاچچىق ئانار ، ئالما ، بېھى قاتارلىقلار دەملەپ ئىچىلىدۇ .

مۇرەككەپ دورىلاردىن ئانار چېچىكى ، گۈلقەنت (158 ـ نۇسخا)، خەمىرى سەندەل ( 137 ـ نۇسخا ) ، خەمىرى مەرۋايىت ( 136 ـ نۇسخا ) ، مۇپەررىھى ياقۇتى بارىد (154 ـ نۇسخا)، سەندەل شەربىتى (125 ـ نۇسخا)، قۇرسى تاباشىر قابىز ( 162 ـ نۇسخا ) ، قۇرسى كەھرىۋا ( 170 ـ نۇسخا ) ، ئالما مۇرابباسى ۋە شەربىتى بېرىلىدۇ .

مەجۇنى خىيارشەنبەر نۇسخىسى : خىيارشەنبەر 100 گرام ، سوق- مۇنيا 50 گرام ، بىنەپشە ، تۇربۇت ھەر بىرى 30 گرامدىن ، رۇببىسۇس 25 گرام ، ھىندى تۇزى 20 گرام ، ئارپىبەدىيان ، مەستىكى ھەر بىرى 15 گرامدىن ، بادام يېغى ياكى گۈل يېغى 100 مىللىلىتىر ، قەنت 100 گرام ،

هەسەل 200 گرامدىن ئېلىنىدۇ . قەنتنى قىيام قىلىپ ھەسەلگە قوشۇپ ، ياغنى قۇيۇپ ، ئارقىدىن دورا تالقىنىنى سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ . كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 5 گرامدىن ئىستېمال قىلىنىدۇ .

مەتبۇخى خىيارشەنبەر نۇسخىسى : سېرىق ھېلىلە پوستى ، تەمرى ھىندى 45 گرامدىن ، ئۇرۇقى يوق ئۈزۈم 60 گرام ، چىلان ، ئەينۈلا 20 دانىدىن ، قىزىلگۈل 15 گرام ، بىنەپشە 9 گرام ، پۈنۈس ، خىيارشەنبەر 60 گرامدىن ئېلىنىپ ، ئادەتتىكىدەك مەتبۇخ تەييارلىنىدۇ . 60 مىللىلىترنى 6 مىللىلىتر بادام يېغى بىلەن ئىچىدۇ .

( ئۈرۈمچى ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

17 ) ئەگەر كېسەللىك سىرتقى قۇرۇق ئىسسىقلىق تەسىرىدىن پەيدا بولغان بولسا ، كېسەللىك پەيدا قىلغۇچى سەۋەبنى يوقىتىش بىلەن بىرگە ، ئەرەقى سەندەل ( باش ئاغرىقىنى داۋالاشقا قارالسۇن ) ، شەربىتى سەندەل ( 235 ـ نۇسخا ) قاتارلىق دورىلارنى مۇۋاپىق مىقداردا بېرىش ، باش ئاغرىقىنى توختىتىش ئۈچۈن ھەببى قوقىيا ( 35 ـ نۇسخا ) بېرىش ، بەدەننى تەنقىيە قىلىپ بولغاندىن كېيىن ، ئىتىرىپىل كەشنىزى ( 114 ـ نۇسخا ) نى مۇۋاپىق ئىستېمال قىلدۇرۇش لازىم . يۇقىرىقى دورىلار بىلەن كېسەللىك ئەھۋالى ياخشىلانمىسا ، بىمارغا سەندەل ، نىلۇپەر ، خەشخاش ئۇرۇقى ، ياۋا ئۇسۇك ئۇرۇقى ، بادام مېغىزىدىن 12 گرامدىن ئېلىپ ، بادام مېغىزىدىن باشقا دورىلارنى 1.5 لىتىر سۇدا ئوتنى سۇس قالاپ قاينىتىپ ، سۈزۈك ئۈچتىن بىر قىسمى قالغاندا 300 گرام شېكەر بىلەن قائىدە بويىچە شەربەت تەييارلاپ ، سوقۇلغان بادام مېغىزىنى ئارىلاشتۇرۇپ ، ھەر قېتىمدا 60 مىللىلىتردىن ئىستېمال قىلدۇرۇش كېرەك .

18 ) بىمارنىڭ ئۇيقۇسىنى نورمالاشتۇرۇش ئۈچۈن ، قىز تۇغقان ئايالنىڭ سۈتىنى ئىككى چېكىسىگە چېپىش ھەم بۇرنىغا تېمىتىش كېرەك .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

19 ) چىلان شەربىتى ( قاندىن بولغان باش ئاغرىقىنى داۋالاشقا قارالسۇن ) ، گاۋزىبان شەربىتى ( 243 ـ نۇسخا ) ، ئىتىرىپىل كەشنىزى

( 114 ـ نۇسخا ) ، ئىترىپىل ئۇستىقۇددۇس ( 107 ـ نۇسخا ) ، ئەرەقى بۇ-زۇرى قاتارلىق دورىلار تاللاپ ئىشلىتىلىدۇ .

ئەرەقى بۇزۇرى نۇسخىسى : چىڭسەي ئۇرۇقى ، ئارپىبەدىيان 40 گرامدىن ، يۇمغاقسوت ئۇرۇقى ، سېرىق ئوت ئۇرۇقى 20 گرامدىن ، كا-سىنە ئۇرۇقى ، ئۇسۇك ئۇرۇقى 10 گرامدىن ئېلىنىدۇ . دورىلار مىقدارىغا 5 ھەسسە سۇ قوشۇپ ئەرەق تارتىپ ، قوشۇلغان سۇنىڭ ئۇچتىن ئىككى قىسمى چۈشۈپ بولغاندا توختىتىپ ، 50 مىللىلىتىردىن كۇنىدە 3 ۋاخ ئىچۈرۈلىدۇ .

( قەشقەر ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

20 ) شەربىتى سىركەنجۈبىل ( 237 ـ نۇسخا ) كۇنىگە 3 ۋاخ 30 مىللىلىتىردىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

ئۇسسۇزلۇقنىغا تەمرى ھىندى چىلاپ ئىچىشكە ياكى سىركىدىن 30 مىللىلىتىرغا 10 گرام ناۋات سېلىپ ياكى تەمرى ھىنددىدىن 30 گرامغا 10 گرام ناۋات سېلىپ ئىچىشكە بۇيرۇلىدۇ .

چايلىقىغا بادرەنجىبۇيىدىن 50 گرام ، قىزىلگۇل ، سۇمبۇل ، گاۋزىباندىن 25 گرامدىن ، لاچىندانە ھىنددىدىن 15 گرام ، ئارپىبەدىياندىن 30 گرام ، ئېگىردىن 15 گرام ئېلىپ ، چالا سوقۇپ دەملەپ ئىچىشكە بۇيرۇلىدۇ .

21 ) بىمارغا ھايۋانات يېغى ، ھاراق ، تاماكا ۋە تۇزلۇق يېمەكلىك-لەردىن پەرھىز قىلىش بۇيرۇلىدۇ . ئۇجمە ، شاپتۇل ، توغاچ ، تاۋۇز قاتارلىق مېۋىلەردىن مۇۋاپىق مىقداردا يەپ تۇرۇش تەۋسىيە قىلىنىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## كەم قانلىق

بەدەنگە ئوزۇقلۇق يېتىشمەسلىك ، يىلىكنىڭ قان ئىشلىشى ناچار بولۇش ياكى قاناش سەۋەبىدىن بەدەندىكى قاننىڭ مىقدارى ئازىيىپ ، قان

تەركىبىدىكى قىزىل قان ئاقسىلى ( ھېموگلوبىن ) تۆۋەنلەپ كېتىش كەم قانلىق دەپ ئاتىلىدۇ . بۇ كېسەللىك ئومۇمىي بەدەن ماغدۇرسىزلىنىش ، باش قېيىش ، كۆز قاراڭغۇلىشىش ، باش ئاغرىش ، تېرە تاتىرىش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) تاتلىق ئانار شەربىتى ( 231 ـ نۇسخا ) كەم قانلىقنى داۋالاشتا ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ .

2 ) تۆمۈر ـ پولاتنى قىزىتىپ سۇغارغان سۇغا قان تېپەر ، چىلاننى چىلاپ ئىچۈرسە ، قان تەركىبىنى ، تۆمۈر مادداسىنى تولۇقلايدۇ .

3 ) شەربىتى زەبىب ( ئۇزۇم شەربىتى ) ئۇزاق مۇددەت كېسەللىك تارتىپ ئاجىزلىغانلارغا ، ئۆتكۈر قىزىتمىلىق كېسەللىكلەرگە ۋە خۇن كېسەللىكىدىن بولغان كەم قانلىقلارغا بېرىلسە ، بەدەننى ماغدۇرلاندۇ. رۇش ، سەمرىتىش رولىنى ئويناىدۇ .

4 ) يۇمران بۇغا مۇڭگۈزىدىن 30 گرام ، قىزىل بەھەمدىن 60 گرام ئېلىپ ، مۇڭگۈزنى ئېكەكلەپ يۇمشىتىپ ، قىزىل بەھەمنى سوقۇپ تاسقاپ ، 200 گرام ساپ ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن تەييارلاپ ، كۈنىگە 2 ـــ 3 قېتىم 5 ـــ 10 گرامدىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

5 ) ئاقىرقەرھا ، قەلەمپۇر ، تۇم زەنجىۋىلدىن 30 گرامدىن ، دارچىن ، خولىنجاندىن 15 گرامدىن ، پىشۇرۇلغان تۇخۇم سېرىقىدىن 20 دانە ئېلىپ ، 1 جىڭ ساپ ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ ، كۈندە تاماقتىن ئىلگىرى 2 ـــ 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 ـــ 10 گرامدىن يېيىشكە بېرىلىدۇ .

6 ) مەجۇنى مادداتۇلھايات ( 85 ـ نۇسخا ) نى داۋاملىق يەپ تۇرۇشقا بۇيرۇلىدۇ .

7 ) موزاي ، قوي ، ئۆچكە جىگەرلىرىنى چالا كاۋاپ قىلىپ ، ئۇنىڭغا زىرە ، قارىمۇچ سېپىپ يېيىش تەۋسىيە قىلىنىدۇ .

8 ) ياش قايماق قانىنى كۆپەيتىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

9 ) بـــمـارغا ئوزۇقلىنىش تەرتىپى بەلگىلەپ بېرىلىدۇ . ھەر كۈنى مـۇۋاپـىـق مقداردا سۈت ئىچىش ، يېگـىـ كۆكتات ۋە مېۋە ـ چېۋىلەردىن خـالـىـغـانـچە يېيىشكە بۇيرۇلىدۇ ، ئوزۇقلۇقى تەركىبىدە مۇۋاپىق مقداردا پۇرچاق ، نوقۇت ، ماش قاتارلىقلار بولۇشى تەكتلىنىدۇ .

10 ) تۆمۈر كەملىكتىن بولغان كەم قانلىققا جاۋارىش ئامىلە (120 ـ نـۇسخا ) ، مەجۇنى خۇبسلىھەددە ( 69 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ . بۇ دورىلارنى يەۋاتقان مەزگىلدە دەملەنگەن چاي ئىچمەي ، قاينىق سۇ ئىچىش لازىم .

11 ) ھالـۋايى بەيزىنىڭ تۆۋەندىكى نۇسخىسى تەييارلاپ بېرىلىدۇ :

تـەركـىـبـى : زەنـجـىـۋىل ، خولىنجان ، لاچىندانە ھىندى ، قاقىلە ، سـۆئـلـەپ ، شاقاقۇل ، ئاق بەھمەن ، قىزىل بەھمەن ، ئاقىرقەرھا ، پىلپىل ، سـەۋزە ئۇرۇقـى ، پـىـيـاز ئۇرۇقى ، ئامىلە ، تۇدرى ھەر بىرى 10 گرامدىن ، كـۇنـجـۇت ، خـەشـخاش ئۇرۇقى ، نوقۇت ، بابۇنە 15 گرامدىن ، ياڭاق مېـغـىـزى ، نارجىل ، چىلغوزا مېغىزى 30 گرامدىن ، خورما 50 گرام ، سېرىق يـاغ 60 گـرام ، قـوي يـېـغى ، بادام مېغىزى 30 گرامدىن ، تەرەنجۇىل 200 گـرام ، نـاۋات 500 گـرام ، ھەسـەل 600 گـرام ، تـۇخـۇم سـېـرىقى 30 دانە تـەييارلىنىدۇ . ئاۋۋال تەرەنجۇىلنى 500 مىللىلىتىر سۇغا بىر كېچە چىلاپ سـۇزۇپ ، تـەرەنـجـۇىل شىرىسىگە نـاۋاتنى سېلىپ قىيام قىلىنىدۇ ، ئاندىن سـېـرىـق ياغ ئېرىتىلگەن قوي يېغى بىلەن تەكشى ئارىلاشتۇرۇلىدۇ ، سەل سـوۋۇغاندىن كېيىن تۇخۇم سېرىقى سېلىنىپ قوچۇلىدۇ ، كېيىن يەڭگىل قـايـىـنـتـىلىدۇ . تازىلانغان دورىلار ۋە مېغىزلار ئايرىم سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتـكـۈزۈلـىـدۇ . ئاخـىـرىدا قىيام بىلەن ياغ ئارىلاشتۇرۇلۇپ ، قىزىق ھالدا ئاۋۋال تالقان دورىلار ، ئاندىن مېغىز دورىلار ئارىلاشتۇرۇلىدۇ .

بـۇ دورا تـەبـىـئىتى ھۆل ئىسسىق بولۇپ ، ئوزۇقلۇقنى ياخشىلاش ، قـانـنـى كـۆپـەيـتـىش ، بەدەننى سەمرىتىش ، مېڭە ، ئاشقازان ، يۈرەكنىڭ خـىـزمىتىنى ياخشىلاش ، ئومۇمي بەدەننى ياخشىلاش تەسىرىگە ئىگە . كەم قانلىق ئۇچۇن كۈنىگە 2 ۋاخ 15 ـــ 20 گرامدىن بېرىلىدۇ .

12 ) ئـىـشـتـىـھـانـى يـاخشىلاش ئۇچۇن مەجۇنى نۆش دورا ( 99 ـ

نـۇسـخا ) ، قـىزىلگۈلقەنت ( 155 ـ نۇسخا ) ، پىننە گۈلقەنت ( 157 ـ نۇسـخا ) مۇۋاپىق مىقداردا بېرىلىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## يۈرەك كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتا خەلق ئارىسىدا سىناقتىن ئۆتكەن بەزى نۇسخىلار

1 ) شەربىتى گاۋزىبان بېرىلىدۇ .

تـەركـىبى : گۈلى گاۋزىبان ، قىزىلگۈل ، سەندەل ، نىلۇپەر گۈلى ھەر بـىرىدىن 18 گرامدىن ، شېكەردىن 375 گرام ئېلىپ ، قاينىتىپ قىيام بـولغاندا يانجىپ ، تالقانلانغان تاباشىردىن 0.5 گرام قوشۇپ ، ئاچ قورساققا 21 گرامدىن قاينىق سۇ بىلەن ئىچىلىدۇ .

2 ) سۇپۇپى مەرۋايىت بېرىلىدۇ .

تەركىبى : كاسنە ئۇرۇقى ، ئۇسۇك ئۇرۇقى ، تاباشىر ، قىزىلگۈل ، ئاق سـەنـدەل ، سـىمىزئوت ئۇرۇقى ، گاۋزىبان ، يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى ، بىخ مـارجـان ، كەھرىۋا ، مەرۋايىت ھەر بىرىدىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ يانجىپ تاسقاپ ، كۈنىگە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 0.5 گرامدىن كاپ ئېتىلىدۇ .

3 ) شەربىتى ئۇنناپ بېرىلىدۇ .

تـەركـىبى : چـىلانـدىن 30 دانە ، گۈلى بىنەپشە ، گۈلى نىلۇپەر ، گـۈلـى گـاۋزىـبـان ، قـىزىلگۈل ھەر بىرىدىن 6 گرامدىن ئېلىپ ، گۈلابقا چـىلاپ قـايـىنـىتىپ قىيام قىلىپ ، كۈنىگە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 1 قوشۇق شەربەتكە 3 قوشۇق قاينىق سۇ قوشۇپ ئىچىلىدۇ .

4 ) تـەمـرى ھىـنـدىـدىـن 200 گرام ، چىلاندىن 100 گرام ئېلىپ ، ئالـدى بـىـلـەن چـىلاننى 2 كىلوگرام قاينىق سۇغا بىر سوتكا چىلغاندىن كـېـيـىـن ، يـېـرىـمى قالغۇچە قاينىتىپ ، ئۇستىگە تەمرى ھىندىنى سېلىپ قـايـىنـاتماي ، سوۋۇتۇپ سۈزۈپ ، كۈنىگە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 100 گرام دىن ئىچسە ، يۇقىرى قان بېسىمى كېسەللىكىگە ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ .

5 ) سىرىق ئوت ، ئۇستىقۇددۇستىن 30 گرامدىن ، تۇربۇت ، ئۇد سەلب ، ئەپسەنتىن ، بادرەنجىبۇيىدىن 0.5 گرامدىن ، كابۇل ھېلىلىسى پوستى ، بەللە پوستى ، قارا ھېلىلە ھەر بىرىدىن 20 گرامدىن ، ھەسەلدىن 600 گرام ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ ، ھەسەل بىلەن مەجۇن تەييارلاپ ، كۈندە 3 ۋاخ 10 گرامدىن بىرىلسە ، يۇقىرى قان بېسىمى كېسەللىكىگە ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ .

6 ) جىگدە گۈلدىن 500 گرام ، ئاق لەيلى گۈلى ، ھەمشە باھار ، قىزىلگۈلنىڭ سېرىقچېچكى ، رەيھان چېچكى ، بەزىرۇلبەنجى چېچكى قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 200 گرامدىن ئېلىپ ، 600 گرام سۇ بىلەن قائىدە بويىچە ئەرەق تارتىپ ، كۈندە 3 قېتىم 100 گرامدىن ئىستېمال قىلسا ، قىزىتما قايتۇرۇپ ، يۇقىرى قان بېسىمىغا مەنپەئەت قىلىدۇ .

7 ) سېرىق ھېلىلە پوستى ، ئەينۇلا ، چىلان ھەر بىرىدىن 30 گرامدىن ، بىنەپشە ، كاسنە ئۇرۇقى ھەر بىرىدىن 15 گرامدىن ، تەرەنجىۋىلدىن 60 گرام ئېلىپ ، 300 گرام قاينىق سۇغا تۆت سائەت چىلاپ ، سۈيىنى ئىستېمال قىلسا ، قىزىتما ، يۇقىرى قان بېسىمىغا ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ .

8 ) مۇۋاپىق مىقداردىكى ناۋاتنى ئاچچىقسۇدا ئېرىتىپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 10 مىللىلىتىردىن تاماقتىن كېيىن ئىستېمال قىلسا ، يۇرەك ، قان تومۇر كېسەللىكىگە مەنپەئەت قىلىدۇ .

9 ) ھەر كۈنى مۇۋاپىق مىقداردا ئاچچىقسۇ ئىچسە ياكى خاسىڭ مېغىزىنى ئاچچىقسۇغا 24 سائەت چىلاپ ، كۈندە ئەتىگەندە 10 دانىدىن ئىستېمال قىلسا ، قاندىكى ماي ماددىسى ئېشىپ كېتىشتىن تىزگىنلەشتە ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ .

10 ) تەمرى ھىندىدىن 200 گرام ، ئاپېلسىندىن 100 گرام ئېلىپ ، ئاپېلسىننى 2 كىلوگرام قاينىق سۇغا بىر سوتكا چىلىغاندىن كېيىن قاينىتىپ ، ئۇستىگە تەمرى ھىندىنى سېلىپ بىرلا قاينىتىپ سۈزۈپ سۇۋۇتۇپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 100 مىللىلىتىردىن ئىچۈرۈلسە ،

ۋىروس خاراكتېرلىك يۇرەك مۇسكۇل يالىلۇغىغا ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ .

11 ) سۇيۇپى بىخ مارجان تەييارلاپ ، ئۇنىڭغا 2 گرام ئەتراپىدا ئىسپار ئارىلاشتۇرۇپ ، مۇۋاپىق مىقداردىكى قىزىلگۈل ئەرەقى بىلەن بىرگە ئىستېمال قىلسا ، يۇرەككە قان قېيىش كېسەللىكىگە مەنپەئەت قىلىدۇ .

12 ) 10 گرام تاۋۇز مېغىزىنى چالا سوقۇپ ، 200 گرام سۇدا بىر قاينىتىپ تەمىنى چىقىرىپ سۈزۈپ ، سۈيىگە 50 گرام ناۋات ياكى قەنت سېلىپ ، كۇندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 15 گرامدىن تاماقتىن كېيىن ئىچىپ بەرسە ، يۇرەكنىڭ قالايمىقان سېلىشى ۋە ئاجىزلىشىشى تەدرىجىي ئوڭشىلىپ كېتىدۇ .

# VI باب ئاشقازان كېسەللىكلىرى

## ئىشتىهاسىزلىق

بۇ ، ئاشقازان مىجەزى بۇزۇلۇش ، ئاشقازاندىكى سەزگۈ ئەسەبلىرىنىڭ خىزمىتى ناچارلىشىش ، ئاشقازاندا خام خىلىتلار كۆپىيىپ كېتىش ياكى جىگەر خىزمىتىدە توسالغۇ پەيدا بولۇش سەۋەبىدىن كۆڭۈلىنىڭ تاماقنى خالىماسلىقى بولۇپ ، ئادەتتە هەممە ياشتىكى كىشىلەردە كۆرۈلىدۇ ۋە ئاچلىق سېزىمى بولغان هالەتتىمۇ تاماق يېگۈسى كەلمەسلىك ئالامىتى بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) زەنجىۋىل ، زىرە ، پىلپىل ، قاقىلە ، پىننە ، بەدىيان قاتارلىق دورىلاردىن 10 گرامدىن ئېلىپ چالا سوقۇپ ، كۈندە 3 قېتىم مۇۋاپىق مىقدارىدا دەملەپ ئىستېمال قىلدۇرۇش بىلەن بىللە ، ئەينۇلا مۇرابباسىغا پىننە ، جۇۋىنىدىن 10 گرامدىن ئارىلاشتۇرۇپ ئىستېمال قىلدۇرۇش هەم كۆك يالپۇزنى سقىپ ، چىقىرىلغان سۈيىگە مۇۋاپىق مىقدارىدا سىركە ئارىلاشتۇرۇپ ئىستېمال قىلدۇرۇش كېرەك .قىچنى قورۇپ ، سوقۇپ تاسقاپ سۈيۈپ تەييارلاپ ، كۈندىلىك تامىقىغا مۇۋاپىق مىقدارىدا قوشۇپ ئىستېمال قىلدۇرۇش لازىم .

2 ) قەلەمپۇر ، گۈلدارچىن ، سۇمبۇل هەر بىرىدىن 6 گرامدىن ، رۇمبەدىيان ، چىڭسەي ئۇرۇقى هەر بىرىدىن 5 گرامدىن ، مەستىكى ، زىرە هەر بىرىدىن 3 گرامدىن ، قارىمۇچتىن 8 گرام ، هەسەلدىن ئومۇمىي دورا ئېغىرلىقىنىڭ 2 هەسسىسىچىلىك مىقدارىدا ئېلىپ ، سوقۇپ تاسقاپ ، هەسەل بىلەن مەجۇن تەييارلاپ ئىستېمال قىلدۇرۇش كېرەك .

3 ) مۇرەككەپ دورىلاردىن نۆش دورا ( 99 ـ نۇسخا ) ، جاۋارىش جالمۇس ( 122 ـ نۇسخا ) ، جاۋارىش مەستىكى ، جاۋارىش ئۇد شىرىن (118 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلارنىڭ قايسىبىرى بولسا ، ئەرەقى بەدىيان بىلەن بىللە ئىستېمال قىلدۇرۇش لازىم .

جاۋارىش مەستىكى نۇسخىسى : مەستىكىدىن 10 گرام ، قەنتتىن 200 گرام ، گۈلابتىن 100 مىللىلىتر ئېلىپ ، قەنتنى گۈلاب بىلەن قېيام قىلىپ ، سوقۇلغان مەستىكىنى سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ . ئاش قازانىدىكى ئارتۇقچە ھۆللۇكنى سۈرۈپ چىقىرىپ ، ئىشتىھانى ئاچىدۇ ، كۈنىگە 2 قېتىم 3 گرامدىن يېيىلىدۇ .

4 ) ئاشقازاننى قۇۋۇەتلەپ ، ئىشتىھانى ئاچىدىغان دورىلانى ئىشلىتىش كېرەك . بۇنىڭ ئۈچۈن ، 30 گرام زىرىقنى قاينىتىپ ، سۈيىگە 15 گرام تەمرى ھىندى شىربىسى ئارىلاشتۇرۇپ ، تۆۋەن تېمپېراتۇرىلىق مۇھىتتا مۇزلىتىپ ئىستېمال قىلدۇرۇش لازىم .

5 ) مۇرەككەپ دورىلاردىن يەنە سىركەنجىۋىل شەربىتى ( 237 ـ نۇسخا ) ، شەربىتى سەپەرجىل (234 ـ نۇسخا) ، جاۋارىش ئامىلە (120 ـ نۇسخا ) ، جاۋارىش ئۇتروج قاتارلىقلاردىن قايسىبىرى بولسا ، گۈلاب بىلەن بىللە ئىستېمال قىلدۇرۇش لازىم . ئۇنىڭدىن باشقا ، مەجۇنى نانىخا ( 97 ـ نۇسخا ) دىن مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلدۇرۇش كېرەك .

جاۋارىش ئۇتروج نۇسخىسى : ئاپىلسىن پوستىدىن 30 گرام ، قەلەمپۇر ، جويۇز ، قارىمۇچ ، گۈلدارچىن ، قاقىلە ، خولىنجان ، زەنجىۋىل ھەر بىرىدىن 3 گرامدىن ، ئىپاردىن 1 گرام ئېلىپ ، سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەلدىن 150 گرام ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ ، بۇ دورا ئاشقازاننى قۇۋۇەتلەپ ، تاماق سىڭدۈرۈپ ئىشتىھانى ئاچىدۇ . چوڭلار كۈنىگە 3 قېتىم 3 گرامدىن ئىستېمال قىلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

6 ) كېلىپ چىقىش سەۋەبلىرىگە قارىتا چارە قىلىنىدۇ .

جىگەر خىزمىتىنىڭ ناچارلىشىشىدىن بولغان بولسا ، جىگەرنىڭ

توسالغۇلرنى ئاچقۇچى دورىلاردىن شەربىتى دىنارى ( 230 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ . ئاشقازاندا خام خىلىتلار كۆپىيىپ كەتكەنلىكى سەۋەبىدىن بولغان بولسا ، ھەببى تەنكار ( 14 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ . ئۆپكە سىلىنىڭ سەۋەبىدىن بولغان بولسا ، سىلغا قارشى دورىلارنى بېرىش بىلەن بىللە ، قىزىلگۈلقەنت بېرىپ بەدەن قۇۋۇەتلەندۈرۈلىدۇ . ئۆت خالتىسى ياللۇغى ياكى سەرتان سەۋەبىدىن ئىشتىھا تۇتۇلغان بولسا ، ئۆزىگە مۇناسىپ چارە قىلىنىدۇ .

7 ) ئاشقازان ئاجىزلىقىدىن بولغان بولسا ، مەجۇنى جالالى ( 62 ـ نۇسخا ) ۋە مەجۇنى مۇلۇكى ( 90 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ ، سۈپۈپى سەنـ گىدانە مۇرغ ( 194 ـ نۇسخا ) 6 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

8 ) ئاشقازانىنىڭ سوغۇقلۇقى ئېشىپ كەتكەنلىكتىن ئىشتىھا تۇتۇلغان بولسا ، پىننە گۈلقەنت (157 ـ نۇسخا) 25 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ تاماقتىن بۇرۇن بېرىلىدۇ ، شەربىتى زەنجۇبىل (233 ـ نۇسخا) كۈنىگە 3 ۋاخ 30 مىللىلىتىردىن بېرىلىدۇ .

9 ) ئاشقازانىنىڭ تارتىش قۇۋۋىتى تۆۋەنلەپ كەتكەن سەۋەبتىن ئىشتىھا تۇتۇلغان بولسا ، شەربىتى نارپىننە تەييارلاپ بېرىلىدۇ .

تەركىبى : پوستى بىلەن سقىلغان ئاچچىق ئانار سۈيىدىن 500 مىللىلىتىر ، سقىلغان پىننە سۈيىدىن 250 مىللىلىتىر ، شېكەردىن 250 گرام ئېلىپ قاينىتىپ ، 500 مىللىلىتىر شەربەت ئېلىنىدۇ . كۈنىگە 3 ـــ 4 قېتىم 1 قوشۇقتىن ئىچىلىدۇ .

تۆۋەندىكى ئىشتىھا ئېچىش سۈپۈپى بېرىلىدۇ :

قىزىلگۈلدىن100 گرام ، سىماقتىن 15 گرام ، قاقىلدىن 30 گرام ئېلىپ ، سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ئەتىگەن ـ كەچتە 6 گرامدىن قاينىق سۇغا چېلىپ ئىچىلىدۇ .

تۆۋەندىكى نۇسخا دەملەپ ئىچىلىدۇ :

پىلپىل ، قارىمۇچ ، دارچىن ، زەنجىۋىلدىن 10 گرامدىن ، قەلەمپۇردىن 15 گرام ، جۇۋىنە ، رۇمبەدىيان ، لاچىندانە ، قاقىلە ھەر بە

رىدىن 20 گرامدىن ئېلىپ ، سوقۇپ تالقانلاپ ، دەملەپ ئىچىلىدۇ .

10 ) نۆش دورا ( 99 ـ نۇسخا ) ، جاۋارىش ئۇد ( 118 ـ نۇسخا ) ، جاۋارىش كۆمۈنى ( 126 ـ نۇسخا ) قاتارلىق دورىلارنى ئۆز ئۆلچىمى بو-يىچە ئىشلىتىشنىڭمۇ ئۇنۇمى ئالاھىدە ياخشى .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## ھېيىق تۇتۇش

ھېيىق تۇتۇش دېئافراگما ، ئاشقازان ، قىزىلئۆڭگەچ ، كۆكرەك پەردە توقۇلمىلىرىنىڭ ھەرخىل تەسىرلەر سەۋەبىدىن غىدىقلىنىپ سىزمە-لىنىش نەتىجىسىدە تۇيۇقسىز پەيدا بولىدىغان غەيرىي ئاۋاز چىقىرىپ نەپەسلىنىش ھادىسىسىدىن ئىبارەت .

داۋالاش ئۇسۇلى

سەۋەبىنى ئېنىقلاپ ، سەۋەبىگە قارىتا چارە قىلىش كېرەك .

1) ئەگەر تاماقنى كۆپ ئىستېمال قىلىش ياكى سۇيىتى ئۆزگەرگەن تاماقنى ئىستېمال قىلىشتىن پەيدا بولغان بولسا ، ئالدى بىلەن بىمارنىڭ ئەھۋالىغا ئاساسەن مۇۋاپىق قۇستۇرغۇچى دورىلارنى ئىشلىتىپ قۇستۇرۇش ئارقىلىق ئاشقازاننى تازىلاپ ، ئاندىن ھەزىمنى ياخشىلىغۇچى دورىلاردىن شەربىتى پۇدىنە ، پىننە گۈلقەنت قاتارلىقلارنى قائىدە بويىچە ئىستېمال قىلدۇرۇش كېرەك .

2 ) ئەگەر ھېيىق تۇتۇش ئۆتكۈر غىدىقلاش تەسىرى بولغان يې-مەك ـ ئىچمەكلەرنى ئىستېمال قىلىش تەسىرىدىن بولغان بولسا ، بېھى ئۇرۇقى ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، پاقا يوپۇرمىقى ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلار-نىڭ ھەر بىرىدىن 3 گرامدىن ئېلىپ ، يېرىم پىيالە سۇدا دورىلارنىڭ لۇئابىنى چىقىرىپ ئىستېمال قىلدۇرۇش كېرەك .

3 ) ئەگەر ھېيىق تۇتۇش ئېمىۋاتقان بالىلارنىڭ ئاشقازان خىزمىتى بۇزۇلۇشتىن كېلىپ چىققان بولسا ، نارجىلدىن 15 گرام ئېلىپ ، مۇۋاپىق

مىقداردىكى شېكەر بىلەن سوقۇپ ، تاسقاپ سۇپۇپ تەييارلاپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 3 گرامدىن ئىچۈرۈش كېرەك .

4 ) بالىنىڭ ئانىسى ھەزمىنى ياخشىلىغۇچى دورىلاردىن شەربىتى سەپەرجىل (234 ـ نۇسخا) ، شەربىتى سىركەنجۈبىل (237 ـ نۇسخا) ، جاۋارىش كۈمۈنى (126 ـ نۇسخا) ، پىننە گۈلقەنتى (157 ـ نۇسخا) ، ئالما شەربىتى قاتارلىقلارنى تاللاپ ، قائىدە بويىچە ئىستېمال قىلىش كېرەك .

5 ) ئەگەر ئىچكى ئەزالاردىكى كېسەللىك تەسىرىدىن پەيدا بولغان بولسا ، يۇقىرىقى داۋالاش ئۇسۇللىرىنى قوللىنىش بىلەن بىللە ، ئىچكى ئەزالاردىكى شۇ خىل كېسەللىككە قارىتا داۋالاش ئېلىپ بېرىش ھەم تەڭلاندۇرغۇچى دورىلارنى ئىشلىتىپ بىمارنى تەڭپۇڭ ئالدۇرۇش لازىم.

6 ) سېزىمنى بوشىتىش ، زىيادە سېزىمچانلىقنى پەسەيتىش ئۈچۈن بەرشىنا كەپىر (56 ـ نۇسخا) 1 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

7 ) بىخسۇستىن 7 گرام ، ناۋاتتىن 5 گرام ئېلىپ ، سوقۇپ تالقان قىلىپ ، كۈندە 2 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 2 گرامدىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ . ھېق پەسەيگەندىن كېيىن ، ئىچىنى يۇمشىتىش ئۈچۈن دىنار شەربىتى ( 230 ـ نۇسخا ) كۈندە 3 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 30 مىللىلىتىردىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ . تامىقىغا يەڭگىل ، تېز سىڭىدىغان تاماقلار بېرىلىدۇ .

8 ) يۇقىرىقى دورىنى 2 كۈن ئىستېمال قىلغاندىن كېيىن ، زىرە ۋە مەستەكىدىن 4 گرامدىن ، سىيادانىدىن 3 گرام ئېلىپ سوقۇپ ، كۈندە 3 ۋاخ 4 گرامدىن ئىچۈرۈلىدۇ .

( تۇرپان ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن)

## قىزىلئۆڭگەچ راكى

بۇ ، كۈچلۈك غىدىقلىغۇچى نەرسىلەر ۋە كۆيدۈرگۈچى ، زىدىلىگۈچى ئامىللار تەسىرىدىن قىزىلئۆڭگەچنىڭ زەخمىلىنىشى نەتىجىسىدە

كېلىپ چىقىپ ، تەرەققىي قىلىپ ئۆسمىگە ئايلىنىدىغان ، ئادەتتە 40 ياشـ تىن ئاشقان ئەرلەردە كۆپرەك كۆرۈلىدىغان كېسەللىك بولۇپ ، كۆپىنچە قىزىلئۆڭگەچنىڭ تارايغان ئۇچ يېرىدە پەيدا بولۇش بىلەن بارغانسېرى ئېغىرلىشىپ يۇتۇش قىينلىشىش ، ئۆسمە بار ئورۇندا توسۇلۇش يۈز بېرىش ، ئاغرىش ، ئاخىر بېرىپ ھېچنېمە ئۆتمەي ، يۇتقان نەرسىلىرىمۇ شىلىمشىق ياكى قانلىق قۇسۇق بىلەن يېنىپ چىقىش ، چىرايى سارغىيىپ ، قان ئازىيىپ ، ئورۇقلاپ ئاچ قېلىش ۋە سۇسىزلىنىش ئارقىلىق ئېغىر ئاقىۋەت كېلىپ چىقىش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) بىمارنىڭ گېلىدىن تاماق ۋە دورا ئۆتكۈزۈش ئۈچۈن ھەببى تەنكار ( 14 ـ نۇسخا ) دىن 5 تالنى 2 قوشۇق قاينىق سۇدا ئېرىتىپ 3 ـــ 5 كۈن ئىچۈرسە ، توسۇلغان جايدىكى مۇسكۇللار سەل بوشاپ ، كۆچەيرەك يۇتۇش ھەرىكىتى قىلىنسا سۈيۇق تاماقلار ئۆتكۈدەك بولىدۇ . مۇشۇ پەيتتە شەربىتى ئەۋرىشىم ، شەربىتى رومان ، شەربىتى گەزەر ، شەربىتى زەبىب قاتارلىقلاردىن 20 مىللىلىتىردىن ئېلىپ ، 200 مىللىلىتر قاينىق سۇغا ئارىلاشتۇرۇپ ئۈچكە بۆلۈپ ، بىر كۈندە ئىچۈرۈپ تۈگىتىلىدۇ .

2 ) سۈيۇق تاماق ئۆتكەن پۇرسەتنى چىڭ تۇتۇپ توخو شورـ پىسى ، تۇخۇم شورپىسى ، قوي گۆشى شورپىسى ، كۆكتات شورپىسى قاتارلىق سۈيۇق تاماقلارنى تەبئىتى كۆتۈرگەن مىقداردا ئىچۈرۈش بىلەن بەدەن قۇۋۇتىنى تولۇقلاپ تۇرىدۇ .

3 ) سەۋزە ، شوخلا ، كۆكمۇچ ، چىگىسەي قاتارلىق كۆكتاتلاردىن سىقىپ چىقىرىلغان سۇدىن ئېچىلىسە خام پېتى ، ئېچىلمىسە قاينىتىپ ، كۈندە 3 ۋاخ بىر ئىستاكاندىن ئىچۈرۈلىدۇ .

4) مائۇللاھەمى ( 249 ـ نۇسخا ) 50 مىللىلىتىردىن كۈنىگە 3 قېتىم ئىچۈرۈلىدۇ .

5 ) ئاساسلىق دورىسىغا مەجۇنى ماري ئەپئا ( 88 ـ نۇسخا ) كۈنىگە 3 قېتىم 5 گرامدىن قوشۇپ بېرىلىدۇ .

6 ) بەرشىشا كەبىر ( 56 ـ نۇسخا ) بېرىپ ئاغرىق توختىتىلىدۇ .
7 ) ئاشقازان راكىدا ئېيتىلغان يىلان بىلەن داۋالاش ئۇسۇللىرى ھەممىسى بۇ كېسەللىككىمۇ مۇۋاپىق كېلىدۇ .
( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## ئۆتكۈر ئاشقازان ـ ئۈچەي يالليۇغى

بۇ ، ھەممە ياشتىكى كىشىلەردە كۆرۈلىدىغان ، تاماقنى زىيادە كۆپ ۋە ئارىلاش يېيىش ياكى بۇزۇلغان ، بۇلغانغان يېمەكلىكلەردىن زەھەرلىنىش سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدىغان جىددىي خاراكتېرلىك كېسەللىك بولۇپ ، كېسەللىك تېز باشلىنىپ ، قورساق ئاغرىش ، جىددىي قۇسۇش ، ئىچ سۇرۇش ، قايتا ـ قايتا قۇسۇش ۋە سۇدەك ئىچ سۇرۇش نەتىجىسىدە بەدىنى سۇسزلىنىپ ، ھوشىدىن كېتىش قاتارلىق بىر قاتار ئۆتكۈر كېسەللىك ئالامەتلىرى بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) قۇسۇش ۋە ئىچ سۇرۇش نەتىجىسىدە بەدەن ئېغىر دەرىجىدە سۇسىزلانغاچقا ، ئالدى بىلەن سۇسزلىنىشنى جىددىي بىر تەرەپ قىلىش لازىم . بۇنىڭ ئۈچۈن ، 1 لىتىر سوۋۇتۇلغان قاينىق سۇغا 3 گرام ئاش تۇزى ، 40 گرام ئاق شېكەر سېلىپ ، بىمارغا ھەر 2 ــ 3 مىنۇتتا 1 قوشۇقتىن ئىچۈرۈلىدۇ ، پېشانىسىگە ئىسسىق سۇغا چىلانغان ھۆل لۆڭگە قويۇلىدۇ ، بەدىنى پات ـ پات ھۆل لۆڭگە بىلەن سۇرتۈپ تۇرۇلىدۇ .

2 ) ئىلمان سۇغا سىركە قوشۇپ ئىچۈرۈلىدۇ ، لېكىن تاماق چەكلىنىدۇ . ئىچ سۇرۇش توختىغۇچە ئارىلىقتا يۇقىرىدىكى شېكەرلىك سۇ داۋاملىق ئىچۈرۈلىدۇ .

3 ) ئىچ سۇرۇشنى توختىتىش ئۈچۈن ، 5 گرام پىننىنى يېرىم پىيالە سۇدا قاينىتىپ سۈزۈپ ، سۈيىگە يېرىم پىيالە ئاچچىق ئانار سۈيى قوشۇپ ئاز ـ ئازدىن ئىچۈرسە بولىدۇ .

4 ) سۇپۇپى قابىز ( 213 ـ نۇسخا ) ، شەربىتى سەپەرجىل ( 234 ـ نۇسخا ) قوشۇپ ئىچۈرۈلىدۇ .

5 ) شەربىتى سەپەرجىلدىن 50 مىللىلىتىرغا شەربىتى رومماندىن 50 مىللىلىتىر قوشۇپ ئىچۈرۈش ئارقىلىق ھۆنى پەسەيتىش مەقسىتىگە يەتكىلى بولىدۇ .

6 ) شەربىتى سەپەرجىلدىن 100 مىللىلىتىرغا سىركىدىن 10 مىللىلىتىر ، جەۋھەر لىموندىن 1 گرام سېلىپ ، ئازراق قاينىقسۇ قوشۇپ سۇيۇلدۇرۇپ ، ئاز ـ ئازدىن پات ـ پات ئىچۈرۈپ تۇگىتىلىدۇ .

7 ) ئىچ سۈرۈشتىن كېيىنكى كۆكۈل ئېلىشىنى پەسەيتىش ئۈچۈن ، شەربىتى سەپەرجىلدىن 2 قوشۇققا بۇغدايدەك ئىپار سېلىپ ، 2 قوشۇق سۇ قوشۇپ تەكشى ئېرىتىپ ، بىمارنىڭ گېلىغا بىر تامچە ـ بىر تامچىدىن تېمىتىلىدۇ .

8 ) غوراپ ئۇزۇمدىن سىقىپ ئېلىنغان سۇدىن 500 مىللىلىتىرغا 100 گرام شېكەر قوشۇپ قاينىتىپ ، 300 مىللىلىتىر قالغاندا توختىتىپ ئېلىپ قويۇپ، كۈنىگە 3 قېتىم، ھەرقېتىمدا 30 مىللىلىتىردىن ئىچۈرۈلىدۇ.

9 ) ئىچ سۈرۈشنى ئۇزۇل ـ كېسىل توختىتىش ئۇچۇن ، قۇرسى ئۇدتىن 5 ـــ 10 گرام كۈندە 2 ۋاخ بېرىلىدۇ .

تەركىبى : قەلەمپۇر ، دارچىن 10 گرامدىن ، سۇمبۇل ، مەستىكى 5 گرامدىن ، ئۇد ھىندى 40 گرام ئېلىنىدۇ . دورىلار سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلۈپ ، باراۋەر مىقداردىكى شېكەر بىلەن ئارىلاشتۇرۇلۇپ سۇ بىلەن خېمىر قىلىنىپ ، 1 گرامليقتىن قۇرس قىلىنىدۇ .

10 ) ئىچ سۈرۈش توختىغاندىن كېيىن ، شەربىتى پىننە تەييارلاپ بېرىلىدۇ .

تەركىبى : پىننە 40 گرام ، زىرىق ، چىلان 20 گرامدىن ، يالپۇز 12 گرام ، شېكەر 300 گرام ئېلىنىدۇ . دورىلار 3 لىتىر سۇغا چىلاپ يېرىمى قالغۇچە قاينىتىلىپ ، شېكەر سېلىپ قېيامنى تەكشەپ ، 50 مىللىلىتىردىن كۈندە 3 ۋاخ ئىچۈرۈلىدۇ .

11 ) بـمـارنـی ئسسسق چۈمكەپ ياتقۇزۇپ ، مۇنچىدا يۇيۇندۇرۇپ بەدەننى نەملەشتۇرۇپ ، سۇيۇق ، سىگىشلىك غىزالار بىلەن ئوزۇقلاندۇ- رۇپ ئارام ئالدۇرسا بولىدۇ .

12 ) جاۋارىش خۇزى ( 123 ـ نۇسخا ) چوڭلارغا 8 گرامدىن ، بالىلارغا يېشىغا قاراپ مىقدارىنى كېمەيتىپ بېرىلىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

13 ) يېمىش جىگدىنىڭ ئۇرۇقسىز قىسمىدىن 200 گرام ، ئانار پوستىدىن 200 گرام ، مۇزىدىن 50 گرام ، سىماقتىن 34 گرام ، پاقا يوپۇرمىقى ئۇرۇقىدىن 40 گرام ، شېكەردىن 150 گرام ئېلىپ تالقانلاپ ، بىر قاچا قېتىق سۈزمىسىگە 15 گرام ئارىلاشتۇرۇپ ، چوڭلارغا كۈندە 3 قېتىم 1 قوشۇقتىن ، بالىلارغا ئەھۋالغا قاراپ بېرىلىدۇ .

14 ) پاقا يوپۇرمىقى ئۇرۇقىدىن 30 گرام ، ئازغان مۇنچىقىدىن 20 گرام ، مۇزىدىن 55 گرام ، ئانار پوستىدىن 35 گرام ، ئاق شېكەردىن 250 گرام ، قارا شېكەردىن 100 گرام ئېلىپ ، پاقا يوپۇرمىقى ئۇرۇقى بىلەن ئانار پوستىنى قورۇپ ، قالغان دورىلار بىلەن قوشۇپ سوقۇپ تالقانلاپ ، چوڭلارغا كۈندە 3 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 8 گرام ، بالىلارغا ئەھۋالغا قاراپ بېرىلىدۇ .

15 ) ھەببى ئانارداىە بېرىلىدۇ .

تەركىبى : پىننە ، يالپۇز ، ئاقمۇچتىن 20 گرامدىن ، زىرىدىن 15 گرام ، ئانار ئۇرۇقىدىن 45 گرام ، ئانار پوستىدىن 30 گرام ، جويۇزدىن 10 گرام ، لاچىندانە ياكى قاقىلىدىن 15 گرام ، قارا شېكەردىن 50 گرام ، ئاق شېكەردىن 90 گرام ئېلىپ ، پىننە ۋە يالپۇزدىن باشقا دورىلارنى تالقانلاپ ، پىننە ۋە يالپۇزنى قاينىتىپ تەمى چىققان قىيامدا خېمىر قىلىپ ، 1 گرامنى 4 دانە كۈمىلاچ قىلىپ ، چوڭلارغا كۈندە 3 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 3 تال ، بالىلارغا ئەھۋالغا قاراپ بېرىلىدۇ .

16 ) پىننە ، ئاقمۇچ ، پىلپىل ، موزا ھەر بىرىدىن 15 گرامدىن ، يالپۇز ، زىرىدىن 10 گرامدىن ، ئانار گۈلىدىن 25 گرام ، ئانار پوستىدىن 30

گرام ، جويۇز ، قاقىلىدىن 5 گرامدىن ئېلىپ تالقانلاپ ، يېرىك قىسمى چاي ئۇرنىدا ھەرقېتىمدا 10 گرامدىن دەملەپ ئىچىلىدۇ . يۇمشاق قىسمى يەيدىغان تاماقتا ھەرقېتىمدا 5 ـــ 6 گرامدىن ئارىلاشتۇرۇلۇپ ئىستېمال قىلىنىدۇ .

17 ) يۇقىرىقى چارىلەر بىلەن ياخشىلانمىسا ، كۆكنار شاكىلى ، زەمچە ، ئاقموچلارنىڭ ھەر بىرىدىن 10 گرامدىن ئېلىپ تالقانلاپ ، تۇخۇم سېرىقىدىن 2 دانە ، بۇغداي ئۇنىدىن 10 گرام قوشۇپ ئارىلاشتۇرۇپ ، قىزىتىلغان سۇ يېغىدا پوشكال قىلىپ ، ئىلمان بولغاندا بىمارنىڭ قورساق ۋە ئاشقازان قىسمىغا لۆڭگىگە يۆگەپ 6 ـــ 12 سائەت تېڭىپ قويۇلسا ، ناھايىتى تېز ئۇنۇم بېرىدۇ .

( مارالبېشى ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## ئاشقازان يالىلۇغى

بۇ ، ئۆتكۈر ئاشقازان ـ ئۈچەي ياللۇغى ، زەھەرلىنىش ياكى يۇقۇملىنىش قاتارلىق سەۋەبتىن پەيدا بولغان ئاشقازان ئىچكى پەردىسىنىڭ يالىلۇغلىنىشى بولۇپ ، كۆپىنچە تاماقنى كۆكلى تارتماسلىق ، تاماق يېيىش كۆڭۈل ئېلىشىش ، قۇسۇش ، ئاشقازان ئاغرىش ، بەزىدە بەلغەمدەك ، بەزىدە ياغدەك ، بەزىدە قان ئارىلاش شىلىمشىق ماددىلارنى ياندۇرۇش ، ئاشقازان ئۈدۈلى كۆيۈپ قالغاندەك سېزىم بولۇش ، باسقاندا ئاغرىش ، ھەزىم قىلىش بۇزۇلۇپ ئىچ سۇرۇش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) يېمەكلىك بۇلغىنىش سەۋەبىدىن بولغانلىرى ئۆتكۈر ئاشقازان ـ ئۈچەي ياللۇغىدا كۆرسىتىلگەن چارىلەر بىلەن داۋالىنىدۇ .

2 ) زەھەرلىنىش سەۋەبىدىن كېلىپ چىققانلىرىنىڭ ئۆتكۈر خاراكتېرلىكلىرىگە دەرھال شۇ زەھەرنى قۇستۇرۇپ ، بەدەندىن

چىقىرىۋېتىش ۋە ئىمكانىيەت بولسا ئاشقازاننى يۇيۇش چارىسى قوللىنىلىدۇ ، ئارقىدىن شۇ زەھەرنى قايتۇرغۇچى تەرياقلار بېرىلىدۇ . ئاستا خاراكتېرلىك زەھەرلىنىشلەرگە ئۆزىگە مۇناسىپ كېلىدىغان زەھەر قايتۇرۇش چارىلىرى قىلىنىدۇ (زەھەرلىنىشكە قارالسۇن). زەھەرلىنىش بەلگىلىرى يوقالغاندىن كېيىن، يۇرەكنى كۈچەيتىش تەدبىرى قوللىنىلىدۇ.

3 ) باشقا سەۋەبلەردىن بولغان ئاشقازان يالۇغىغا ھەببە تەنكار ( 14 ـ نۇسخا ) 5 تالدىن كۈندە 3 ۋاخ ياكى ھەببى شىپا ( 33 ـ نۇسخا ) 3 تالدىن كۈندە 2 ۋاخ ياكى بەرشىشا كەبىر ( 56 ـ نۇسخا ) 1 گرامدىن كۈندە 1 ۋاخ بېرىلىدۇ .

4 ) مەجۇنى جاۋارىش كۈمۈنى ( 126 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى نانىخا ( 97 ـ ، 98 ـ نۇسخىلار ) ، ئەرەقى نانىخا ( 271 ـ نۇسخا ) ، ئەرەقى پۇدىنە ( 266 ـ نۇسخا ) لەر مۇۋاپىق مىقداردا بېرىلىدۇ . مەجۇنى ئىستەخىقۇن (50 ـ نۇسخا) ۋە مەجۇنى بىيەدىتۇس (51 ـ نۇسخا) قاتارلىقلار قائىدە بويىچە ئىشلىتىلىدۇ .

(يەكەن ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن)

## سوزۇلما ئاشقازان يالۇغى

سوزۇلما ئاشقازان يالۇغى ئۆتكۈر ئاشقازان يالۇغىنىڭ سوزۇلما ھالەتكە ئۆزگىرىشىدىن پەيدا بولىدىغان ، ياش ۋە ئوتتۇرا ياشلىقلاردا كۆپرەك كۆرۈلىدىغان كېسەللىك بولۇپ ، ئاشقازان ساھەسى مۇجۇپ ئاغرىش ، ئاشقازان ئېچىشىش ، زەرداب سۇ يانداۋرۇش ، قورساق كۆپۈش ، ھەزىم بولۇش تەسرەك يېمەكلىكلەرنى يېگەندە ئاغرىش ئېغىرلىشىش ، قەۋزىيەت بولۇش ، قورساق ساھەسى يېقىمسىزلىنىشتەك ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) ئارىيەدىيان ، رۇمبەدىيان ، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى ، چىگىسەي

ئۇرۇقى ، چىكىسەي يىلتىزى ، گاۋزىبان ، ئۇستقوددۇس ، بادرەنجبۇيا ، پەمىدۇر ، قوغۇن ئۇرۇقى ، كاسنە ئۇرۇقى ، جۇۋىنە ، ئېگىر ، زەنجۇبىل قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ، 2 لىتىر سۇ بىلەن سۇس ئوتتا قاينىتىپ ، 1 لىتىر قالغاندا ئوتنى توختىتىپ ، سىرىق ئوت ، قىزىلگۈل ، رەۋەنلەردىن ئازراق سېلىپ ، يېرىم سائەت دۇملىگەندىن كېيىن سۈزۈۋېلىپ ، 150 گرام شېكەر سېلىپ ، كۈنىگە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 100 مىللىلىتىردىن تاماقتىن ئىلگىرى ئىچىشكە بېرىلىدۇ . بۇ قاينىتىما 2 ـــ 3 قېتىم تەكرار بېرىلسە ، بىرنەچچە يىل داۋاملاشقان سوزۇلما خاراكتېرلىك ئاشقازان يالليۇغى ساقىيىپ كېتىدۇ .

2 ) ئەگەر يۇقىرىقى دورىلارنىڭ ھەممىسىنى تەل قىلغىلى بولمىسا ، جۇۋىنە ، زەنجۇبىل ، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى ، قوغۇن ئۇرۇقى ، پەمىدۇر ، ئېگىر ، چىكىسەي ئۇرۇقى ، چىكسەي يىلتىزى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ، 1.5 لىتىر سۇدا قاينىتىپ ، 1 لىتىر قالغاندا ئوتنى ئۆچۈرۈپ ، ئازراق رەۋەن سېلىپ يېرىم سائەت دۇملىگەندىن كېيىن سۈزۈپ ، 100 گرام شېكەر سېلىپ ، كۈنىگە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 100 مىللىلىتىردىن تاماقتىن ئىلگىرى ئىچىشكە بەرسە بولىدۇ . دورا ئىچىش جەريانىدا قالايمىقان ئوزۇقلانماسلىق ، تەستە ھەزىم بولىدىغان تاماقلارنى يېيىشتىن ساقلىنىش لازىم .

( ئۇرۇمچى ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

3 ) بىمار ئاز ـ ئازدىن كۆپ قېتىم ئوزۇقلاندۇرۇلىدۇ . ئاسان سىڭىدىغان ، قۇۋۇتلىك غىزالاردىن توخۇ شورپىسى ، قىيمىلىق شورپا ، تۇخۇم شورپىسى قاتارلىقلار بېرىلىدۇ . ھوردا پىشقان تاماقلار چەكلىنىدۇ . نېپىز ياققان ھەمەك نان يېيىش بۇيرۇلىدۇ . تامىقىغا دارچىن ، پىلپىل ، زىرە قاتارلىق دورىلار سېلىنىدۇ .

4 ) خولىنجان ، پىلپىل ، زەنجۇبىل ، دارچىن ، قەلەمپۇر قاتارلىق ئىسسىق تەبىئەتلىك دورىلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ ، يۇمشاق سوقۇپ ، تۇخۇم سېرىقىغا ئارىلاشتۇرۇپ مەيدە سىرتىدىن چېپىش ياكى سوقۇلغان

دورىلارنى نېپىز خالتىغا ئېلىپ مەيدە سىرتىدىن تېگىپ تەسىر قىلدۇرۇش بۇيرۇلىدۇ .

5 ) مەجۇنى جاۋارىش كۈمۈنى ( 126 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى نانىخا ( 97 ـ ، 98 ـ نۇسخىلار ) ، جاۋارىش ئامىلە ( 120 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى ئىترىپىل كەبىر ( 115 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى داۋا ئىلمىشكى شېرىن ( 70 ـ نۇسخا) ، جاۋارىش ئەنبەر ( 117 ـ نۇسخا ) قاتارلىق دورىلار مۇۋاپىق مىقدارىدا بېرىلىدۇ .

(يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن)

## ئاشقازان ـ 12 بارماق ئۈچەي يارىسى

بۇ ، سوزۇلما ئاشقازان ياللۇغى سەۋەبچىلىرىنىڭ تەسىرىدىن ئاشقازان ۋە 12 بارماق ئۈچەينىڭ ئاشقازانغا تۇتاشقان قىسمىدا پەيدا بولىدىغان ، ئاسان ساقايماي تەكرارلىنىپ تۇرىدىغان سوزۇلما كېسەللىك بولۇپ ، دەۋر خاراكتېرلىك تەرتىپلىك قورساق ئاغرىش ، ئورۇقلاش ، بەزىدە تەرەتتىن قان كېلىش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ . ئاشقازان يارىسىدا كۆپىنچە تاماق يەپ بولغاندىن كېيىنلا ، 12 بارماق ئۈچەي يارىسىدا تاماق يەپ 1 ـــ 2 سائەت ئۆتكەندىن كېيىن ئاغرىش كۆرۈلىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) ئالدى بىلەن يارا ئورنىنى تازىلاش مەقسىتىدە ھەسەل شەربىتى ( 251 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ ، ئاندىن ئۇزاق مۇددەت يەرلىك ئورۇننى قورۇش ، قان توختىتىش مەقسىتىدە قۇرسى كەھرىۋا ( 170 ـ نۇسخا ) بىلەن سۇپۇپى بىخ مارجان ( 190 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ . ۋاقتى ئۆتكەن كونا يارىغا قىزىلگۈل ، ئانار گۈلى ، كەھرىۋادىن 3 گرامدىن ، گۈل دارچىندىن 10 گرام ، كۈندۈر ، خۇنسياۋشاندىن 15 گرامدىن ئېلىپ ، سوقۇپ سۇپۇپ قىلىپ ، بېھى ياكى ئالما شەربەتلىرى بىلەن قوشۇپ بېرىلىدۇ . ئۇنىڭدىن باشقا ، مەستىكى رۇمى ، مۇرمەككى ، گىلى ئەرمەنى

دىن 15 گرامدىن ئېلىپ سۇيۇپ قىلىپ ، يۇقىرىقى شەربەتلەر بىلەن بىللە ئىچسىمۇ بولىدۇ .

( يوپۇرغا ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

2 ) يارا يۇزىنى مۇھاپىزەت قىلىش مەقسىتىدە رەۋەندىن 10 گرام ، ئاق لەيلى ئۇرۇقىدىن 15 گرام ، سېرىق ئوتتىن 15 گرام ، ھەسەلدىن 120 گرام ئېلىپ ، قائىدە بويىچە مائۇل ھەسەل تەييارلاپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 30 مىللىلىتىردىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ . يارىدىكى قاناشنى توختىتىش مەقسىتىدە سۇيۇپى كەھرىۋا بىلەن گۈلقەنت بېرىلىدۇ .

سۇيۇپى كەھرىۋا نۇسخىسى : كەھرىۋا ، كۈندۈر ، گىلى ئەرمەنى ، خۇنسياۋشان ، يۇيۇلغان شادنەج باراۋەر مىقدارىدا ئېلىنىپ ، يۇمشاق سوغۇلۇپ ، ئاچ قورساقتا 3 ــ 5 گرام ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

3 ) يارىنىڭ ساقىيىشىنى تېزلىتىش مەقسىتىدە سۇيۇپى سەنگدانە ( 194 ـ نۇسخا ) 3 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

4 ) ئاشقازانىنىڭ سىزمىلىنىشىنى بوشىتىش ۋە ئاغرىق پەسەيتىش مەقسىتىدە زەنجىۋىلدىن 30 گرام ، بەزىرۇلبەنجى ، خەشخاش ئۇرۇقىدىن 15 گرامدىن ئېلىپ ، قائىدە بويىچە سۇيۇپ تەييارلاپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 1 ــ 3 گرام ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

(ئۇرۇمچى ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

5 ) بىخ مارجان كۈشتىسىدىن 2 گرام ، سۇيۇپ قىلىنغان كەتىرا ھىندىدىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئىستېمال قىلسا ، ئاشقازان ، جىگەر ، تال ، بۆرەك قاتارلىق ئەزالارنى كۈچلەندۈرىدۇ .

6 ) ئاشقازانىدا ئېچىشىش ۋە كۆپۈش بولسا ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، بەدىيان يىلتىزى ، رۇمبەدىيان ، ئاسارۇن ، قۇسته ، رەۋەن قاتارلىقلاردىن 7 گرامدىن ، زىرىدىن 10 گرام ، سۆمبۈل ، سۆئىدى كۈپىدىن 2 گرامدىن ئېلىپ سۇيۇپ تەييارلاپ ، ئەرەقى بەدىيان بىلەن كۈندە 3 ۋاخ 5 گرامدىن ئىستېمال قىلىنىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

7 ) ئاشقازان كسلاتاسى ئېشىپ كېتىش ئەھۋالى كۆرۈلسە ، ئىتـ ربېپىل دورىلارغا گـۇلـقـەنت ( 155 ـ نۇسخا ) ، پىننە گۈلقەنت ( 157 ـ نـۇسـخـا ) ، تـەبىئىي ھەسەل قاتارلىقلار قوشۇپ بېرىلىدۇ . ھەسەلنى دەسـ لـەپـتـە ئـسـتېمال قىلغاندا ، بىمارنى قەي قىلدۇرۇشى مۇمكىن . كسلاتانى قـەي قـىـلـدۇرۇپ چىقىرىۋەتكەندىن كېيىن ، ھەسەلنى داۋاملىق ئىستېمال قىلسا بولۇۋېرىدۇ . تۇرۇپنىڭ سۇيىدە ئېرىتىلگەن ھەسەلنى ئىچۈرۈپ قەي قـىـلـدۇرغـانـدىن كېيىن ، تاتلىق يېمەكلىكلەرنى ئىستېمال قىلسا ئاشقازان ئېچـىـشـمـايـدۇ . مـۇرەكـكـەپ دورىلاردىن جاۋارىش ئۈد شېرىن (118 ـ نـۇسـخـا ) ، ئىترېپىل كەشنىزى ( 114 ـ نۇسخا ) ۋە جاۋارىش مشكىلەرنى بېرىشكە بولىدۇ .

جـاۋارىـش مشكى نۇسخىسى : گۈلدارچىن ، دارچىن ، جويۇز ، لا ـ چـىـنـدانـە ، قـەلـەمـپـۇر ، خـولـىنجان ، پىلپىل ، ئۈد ھىندى ھەر بىرى 15 گرامـدىن ، ئىپار 3 گـرام ، زەپەر 6 گـرام ، قەنـت 265 گـرام ، ھەسەل 3 ھەسـسـە ئېلىنىدۇ . دورىلارنـى سوقۇپ ، كۆپۈكـى ئېلىنـغان ھەسەل بـە لـەن ئارىلاشـتـۇرۇپ ، كـۇنـىگـە 2 قېـتـىم ، ھـەر قېتىمـدا 3 گرامـدىن ئىچۈرسە بولىدۇ .

( ئۇرۇمچى ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

8 ) بـىـمـارنـىڭ قاتتىق ، خام ، كۆيگەن ۋە يىرىك يېمەكلىكلەرنى ئـسـتېمال قىلىشى ، كالا گۆشى ، لازا ، ئاچچىقسۇ يېيىشى مەنئى قىلىنىدۇ . تـامـىـقـى سىڭىشـلـىك ، ئوبـدان پىشـقان ، ئـاز ، قۇۋۇەتـلـىك قـىـلـىـپ ئورۇنلاشتۇرۇلىدۇ .

9 ) تـامـاقـتـىـن يـېرىم سائەت بۇرۇن كېۋەز چېچىكىدىن 1 گرام ، خـەشـخـاش پـوسـتـىدىن 0.5 گرام ئېلىپ ، يۇمشاق سوقۇپ مائۇل ھەسەل سـادده ( 251 ـ نـۇسـخا ) ياكى ئىلتىلغان تۇخۇم بىلەن ئىچۈرۈپ ، يېرىم سائەتتىن كېيىن تاماق يېسە بولىدۇ .

10) كـالـلەكىبەسەينىڭ سقىلغان سۇيى كۈندە 3 قېتىم 100 مىللىلـ تىردىن ئىچۈرۈلىدۇ .

11 ) مەجۇنى جاۋارىش كۈمۈنى ( 126 ـ نۇسخا ) بىلەن مەجۇنى ئىترىپىل كەبىر ( 115 ـ نۇسخا ) بىرلىكتە تاماقتىن بۇرۇن ئىچۈرۈلىدۇ .

12 ) ياڭاق مۇرابباسى ( 275 ـ نۇسخا ) تاماقتىن كېيىن كۈنىگە 3 قېتىم 20 گرامدىن بېرىلىدۇ .

13 ) مەجۇنى نانىخا ( 97 ـ ، 98 ـ نۇسخا ) ، سۇپۇپى سەنگىدانە مۇرغ ( 194 ـ نۇسخا ) ، جاۋارىش پەنجنۇش ( 121 ـ نۇسخا ) ، سۇپۇپى بىخ مارجان ( 190 ـ نۇسخا ) قاتارلىق دورىلار بەلگىلەنگەن مىقدار بويىچە بېرىلىدۇ .

14 ) سۆئىلەپ چىنى تالقىنىدىن مۇڭاپىق مىقداردا ئېلىپ ، ئىلمان سۇغا چىلاپ قويسا ، مەلۇم ۋاقىتتىن كېيىن شىلىمشىق شىرىسى چىقىدۇ ، بۇنى تاماقتىن كېيىن 15 ـــ 20 گرام ئىچسە بولىدۇ . بۇ لۇئابىنى ئاش قازان ـ ئۇچەينى غىدىقلايدىغان ئۆتكۈر دورىلارنىڭ تەسىرىنى پەسەيتىش مەقسىتىدە ئىشلىتىشكە بولىدۇ .

15 ) سۆئىلەپ چىنى ، سوغىگۇل ، ئاقلانغان چۇچۇكبۇيا يىلتىزى ھەر بىرىدىن 15 گرامدىن ، ئاق لەيلى گۈلى ، توخۇ تاشلىقى ، سېرىق ھېللە پوستى ، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى ھەر بىرىدىن 10 گرامدىن ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ ، 2.5 ھەسسە ھەسەل ئارىلاشتۇرۇپ خېمىر قىلىپ ، كۈنىگە 3 قېتىم ، ھەرقېتىمدا تاماقتىن كېيىن 5.7 گرامدىن ئىستېمال قىلىشقا بېرىلىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

16 ) داۋالاش باسقۇچلار بويىچە ئېلىپ بېرىلىدۇ . بىرىنچى باسقۇچتا ، يارا يۈزىنىڭ غىدىقلىنىشىنى پەسەيتىپ بەدەنگە ھۆللۈك يەتكۈزۈش ئۈچۈن بىنەپشىدىن 15 گرام ، بەدىيان ، قىزىلگۈل ، نېلۇپەر دىن 10 گرامدىن ، كاسنە ئۇرۇقى ، پاقا يوپۇرمىقى ئۇرۇقى ، ئەنگۈرشپا ، ئوغرىتىكەندىن 6 گرامدىن ، بەدىيان يىلتىزى ، كاسنە يىلتىزى ، چىگ سەي يىلتىزى قاتارلىقلاردىن 30 گرامدىن ئېلىپ ، قەنت بىلەن 750 مىللىلىتىر شەربەت تەييارلاپ ، كۈنىدە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 50 مىللى

لىتتىردىن بىر ھەپتە بېرىلىدۇ ؛ ئىككىنچى باسقۇچتا ، يارا يۇزىنىڭ پۈتۈشى ئۈچۈن جاۋارىش ئامىلە ( 120 ـ نۇسخا ) كۇندە 3 ۋاخ 10 گرام-دىن 3 كۈن بېرىلىدۇ . ئۇنىڭدىن كېيىن ، سۇيۇپى بىخ مارجان (190 ـ نۇسخا) كۇنىگە 2 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 10 گرامدىن بېرىلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

17 ) تۆۋەندىكى نۇسخىلارنىڭ ئۇنۇمى ئالاھىدە ياخشى :

( 1 ) مەستىكى رۇمى ، مۇرمەككىدىن 15 گرامدىن ئېلىپ ، يۇمشاق سالايە قىلىپ ، كۇندە 3 قېتىم 0.2 گرامدىن ئىچۈرۈلىدۇ .

( 2 ) بىخسۇسىنى ئاقلاپ قۇرۇتۇپ ، سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، كۇندە 2 قېتىم 10 گرامدىن قاينىق سۇ بىلەن ئىچۈرسە بولىدۇ .

( 3 ) كۆپۈكى دەريادىن 60 گرام ، كۆيدۈرۈلگەن زەمچە ، زەنجىۋىلدىن 15 گرامدىن ، بىخسۇس تالقىنىدىن 30 گرام ئېلىپ سوقۇپ تالقان قىلىپ ، كۇندە 2 قېتىم 4 گرامدىن بېرىلىدۇ .

( 4 ) كۆپۈكى دەريادىن 15 گرام ، موزا ، زەنجىۋىل ، بىخسۇس تالقىنى ياكى قىيامىدىن 30 گرامدىن ئېلىپ تالقانلاپ ، كۇندە 3 گرامدىن ئىچۈرۈلىدۇ .

( 5 ) ئاشقازان ئېچىشىپ كەتكەندە بەدىيان ، زەنجىۋىل ، بىخ-سۇستىن 10 گرامدىن ، يالپۇزدىن 6 گرام ئېلىپ تالقان قىلىپ ، 3 گرامدىن كاپ ئەتسە ئاغرىق توختايدۇ . تاماقتىن 10 مىنۇت بۇرۇن ئىچىۋالسا تاماق يېگەندە ئاغرىمايدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## ئاشقازان تۆۋەنلەپ كېتىش

بۇ ، تاماقنى كۆپ يېيىش ، سوزۇلما ئاشقازان يالليۇغى قاتارلىق سەۋەبلەردىن پەيدا بولىدىغان كېسەللىك بولۇپ ، ئىشتىها تۇتۇلۇش ، قەۋزىيەت بولۇش ، ئاشقازان ساھەسى يېقىمسىزلىنىش ،

يەل ئاۋازى كېلىش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

بۇ خىل كېسەللىكنى داۋالاشتا ، ئالدى بىلەن مىجەزنى تەكشەش ، ئاشقازان مۇسكۇلى بىلەن ئاشقازان پەي - تارىمۇشلىرىنى كۈچەيتىش ، ھەمدە ئاشقازان تۆۋەنلەشكە ئەگىشىپ كەلگەن ئەگەشمە كېسەللىكلەرنى داۋالاش ئاساس قىلىنىدۇ .

1 ) مىجەزنى تەكشەشتە ، غەيرىي تەبىئىي سەۋدا بولغان بولسا سېرىق ئوت ، ھېلىلە كابىلى ، ئۇستىقۇددۇستىن 30 گرامدىن ، شاھتەررە ، بىستىپايەجتىن 15 گرامدىن ، غارىقۇندىن 3 گرام ئېلىپ مەتبۇخ تەييارلاپ بېرىلىدۇ . ماددىسى بەلغەمى سەۋدا دەپ قارالغانلارغا سۇمبۇل ، دارچىن ، ھەببى بىلسان ، ئۇدىبلسان ، مەستىكى رۇمى ، ئاسارۇن ھەر بىرىدىن 9 گرامدىن ، غارىقۇندىن 3 گرام ، ئۇستىقۇددۇستىن 30 گرام ، بىستىپايەجتىن 15 گرام ، تەرەنجىۋىلدىن 60 گرام ئېلىپ ، قائىدە بويىچە مەتبۇخ تەييارلاپ بېرىلىدۇ .

2 ) ماددىسى بەلغەمى سەپرا دەپ قارالغانلارغا قارىئۆرۈكتىن 30 گرام ، شاھتەررىدىن 25 گرام ، بىنەپشە ، ئەپسەنتىن ، سانا ، سېرىق ھېلىلە پوستى ھەر بىرىدىن 20 گرامدىن ، سوقمۇنىيادىن 10 گرام ، كاسنىدىن 30 گرام ، تەرەنجىۋىلدىن 100 گرام ، قىزىلگۈلدىن 15 گرام ، سۇمبۇل ، ئۇد بىلسان ، ئاسارۇن ھەر بىرىدىن 9 گرامدىن ، ھەببى بىلساندىن 6 گرام ئېلىپ مەتبۇخ تەييارلاپ بېرىلىدۇ . يۇقىرىدىكى دورىلار ئارقىلىق بىمار-دىكى غەيرىي تەبىئىي خىلىت نورمالىلاشقاندىن كېيىن ، ئاشقازان پەي - باغلامىلىرىنى كۈچەيتىش ئۈچۈن ھەببى جەدۋار (26 - نۇسخا) 2 تالدىن كۈندە 2 قېتىم ، مەجۇنى ئازاراقى (46 - نۇسخا) 3 گرامدىن كۈندە 1 قېتىم بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ نۆۋەتلەشتۇرۇپ بېرىلىدۇ . گۈلقەنتىنى 20 گرام-دىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىش بىلەن بىللە ، بىمار مىجەزنىڭ ئۆزگىرىشىگە ئاساسەن جاۋارىش ئۇد ( 118 - نۇسخا ) ، ئىترىپىل كەبىر (115 - نۇسخا) ، داۋا ئىلمىشكى ( 70 - نۇسخا ) ، مائۇل ھەسەل ( 251 - نۇسخا ) قاتارلىق

دورىلار بېرىلىدۇ ھەمدە ئەگەشمە كېسەللىكلەرگە مۇناسىپ داۋالار قىلىنىدۇ .

( تۇرپان ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

3 ) مىجەزنى تەڭشەش ئۇچۇن ، بىرىنچى باسقۇچتا : لاچىندانە ، گۈلدارچىن ، زەنجىۋىل ، ئۆشنە ، سازەج ھىندى ، ئۇدسەلب ، زىرە ، دارچىن ھەر بىرىدىن 10 گرامدىن ، زەپەردىن 1 گرام ئېلىپ ، 550 گرام ھەسەل بىلەن شەربەت تەييارلاپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 50 گرامدىن 10 كۈن ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ . ئىككىنچى باسقۇچتا : ئاشقازان-دىكى ھۆللۈكنى قۇرۇتۇش ، ئاشقازان تاربىمۇشلىرىنى چىڭىتىش مەقسەت-تىدە دارچىن ، زەنجىۋىل ، خولىنجان ، مەستىكىدىن 5 گرامدىن ، ھەسەل-دىن 500 گرام ئېلىپ مائۇل ھەسەل تەييارلاپ ، كۈندە 3 ۋاخ 30 ــ 50 گرامدىن ئىچۇرۇلىدۇ . ئۇچىنچى باسقۇچتا : بىمارغا بەدىنىنى قىزىتىش ، ئاشقازانىنى قۇۋۇتەلەش ئۇچۇن جاۋارىش ئۇد (118 ـ نۇسخا) كۈندە 2 قېتىم 10 گرامدىن ، ئىترىپىل كەبىر (115 ـ نۇسخا) كۈندە 2 قېتىم 10 گرامدىن ، مەجۇنى ئازاراقى (46 ـ ، 47 ـ نۇسخا) كۈندە 2 قېتىم 5 داندىن ، جاۋارىش جالىنۇس (122 ـ نۇسخا) كۈندە 2 قېتىم 10 گرامدىن ، داۋا ئىلمىشكى (70 ـ نۇسخا) كۈندە 2 قېتىم ، خەمىرى مەرۋايىت (136 ـ نۇسخا) كۈندە 2 قېتىم 3 داندىن تاماقتىن كېيىن بېرىلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

4 ) دورا بىلەن داۋالاشتا ، ئالدى بىلەن سەۋەبنى تېپىپ چىقىپ ، سەۋەبىگە قارىتا داۋالاش پرىنسىپلىرىنى بېكىتىش ، دورا ئىشلەتكەندە مۇسكۇل ، پەي ۋە ئومۇمىي بەدەننى كۈچلەندۇرگۈچى قاتىز دورىلارنى ئاساسلىق دورا قىلىپ تاللاش لازىم .

5 ) ئەگەر كېسەللىك بەلغەم ماددىسىنىڭ غالىبلىقىدىن پەيدا بولغان بولسا ، ئالدى بىلەن غەيرىي تەبئىي بەلغەم ماددىسىنى تەنقىيە قىلىش كېرەك . بۇنىڭ ئۇچۇن ، ماددىنى پىشۇرۇش مەقسىتىدە ئارپىبەدىيانىدىن 10 گرام ، رۇمىبەدىيانىدىن 7 گرام ، ئىزخىر ، قارا كۆز بەدىيان ، چىگىسەي

ئۇرۇقى ، بىخسۇس ، پىرسىياۋشان ، بىخ كەبىردىن 10 گرامدىن ، ئەنجۇر قېقىدىن 4 دانە ، ئۇرۇقسىز ئۇزۇمدىن 15 گرام ، گۈلقەنتتىن 60 گرام ئېلىپ ، دورىلارنى مۇۋاپىق مىقداردىكى قاياناق سۇغا تۆت سائەت چىلاپ قويۇپ ، 750 مىللىلىتىر شەربەت تەييارلاپ ، كۈندە 2 قېتىم 60 مىللىلىتىردىن ئىچۈرسە بولىدۇ . بۇنى تەخمىنەن 9 كۈن بېرىپ ، مادىدا پىشقاندىن كېيىن ، بەلغەمنى تازىلاش ئۈچۈن ھەببى ئايارەج ( 1 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ ھەمدە ئاشقازان توقۇلمىلىرىدىكى غەيرىي ھۆللۈكنى تازىلاش مەقسىتىدە تۇرۇپ سۇيى ياكى تۇز سۇيىگە سىركە ئارىلاشتۇرۇپ ئىچۈرۈپ قەي قىلدۇرۇلىدۇ .

6 ) يۇقىرىقى ئۇسۇللار ئارقىلىق مادىدا تازىلانغاندىن كېيىن ، ئاشقازان ۋە ئۇمۇمىي بەدەن مۇسكۇللىرى ۋە تارىمۇشلىرىنى كۈچلەندۇرۇش ئۈچۈن ، جاۋارىش ئۇد شېكىرىن (118 ـ نۇسخا) دىن كۈندە 2 قېتىم 10 گرامدىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ ياكى بۇ دورىغا مەلۇم مىقداردا زەمچە ئارىلاشتۇرۇلسا ئۇنۇمى تېخىمۇ ياخشى بولىدۇ . ماددەتۈلھايات (85 ـ نۇسخا) تىن كۈندە 2 قېتىم 10 گرامدىن ئىچۈرۈلىدۇ . جاۋارىش پەنجىنۇش (121 ـ نۇسخا) تىن 5 گرام ، ئەرەقى بەدىيان (264 ـ نۇسخا) دىن 50 مىللىلىتىردىن ئىچۈرۈلىدۇ . جاۋارىش ئەنبەر (117 ـ نۇسخا) دىن كۈندە 2 قېتىم 5 گرامدىن ياكى مائۇل ھەسەل مۇرەككەپ (252 ـ نۇسخا) تىن كۈندە 2 قېتىم 30 مىللىلىتىردىن ئىچۈرۈلىدۇ .

7 ) سىرتىدىن ئاشقازان ئۈدۈلىنى قەلەمپۇر يېغى ، قۇستە يېغى ، زەيتۇن يېغى قاتارلىق ياغلار بىلەن ياغلىسا ئۇنۇمى ياخشى بولىدۇ . ھازىر تۆۋەندىكى نۇسخىلىق خېمىر دورىنىڭ تەسىرى ياخشى بولماقتا .

تەركىبى : خوراز تاشلىقىنىڭ ئىچكى پوستىدىن 15 گرام ، مەرۋايىت ، تاباشىردىن 7.5 گرامدىن ، قىزىلگۈل ، يالپۇز ، پىستە مېغىزى ، قاقىلە ، لاچىندانە ھىندىدىن 11 گرامدىن ، ئاق سەندەل ھىندىدىن 6 گرام ، جويۇز ، بەسباسە ، سەلىخەدىن 3.5 گرامدىن ، قىزىل سەندەلدىن 6.5 گرام ، سەئتەردىن 6 گرام ، سىرىق ھىلىلىدىن 30 گرام ، ھەبىۋلئاس ، ئا-

مىلە مۇقەششەردىن 6 گرامدىن ، زەپەردىن 3 گرام ، بىخ مارجان ، كەھرىۋا ، قارا زىرە ، چىلغوزا مېغىزىدىن 3.5 گرامدىن ، دارچىندىن 5 گرام ، زەمچىدىن 3 گرام ، ئالما شەربىتى ، بېھى شەربىتىدىن 300 مىللىلىتىردىن ئېلىپ ، يۇمشاق سوقۇپ ، ياخشى ئارىلاشتۇرۇپ ، ئىككى خىل شەربەت بىلەن يۇغۇرۇپ ، قائىدە بويىچە مەجۇن تەييارلاپ ، كۈندە 2 قېتىم 10 گرامدىن ئىچۈرۈلىدۇ . يۇقىرىقى دورىلار بىلەن بىللە ، ئامىلە نۆش دورا (99 ـ نۆسخا) ، جاۋارىش ئامىلە ( 120 ـ نۆسخا ) ، جاۋارىش كۈمۈنى (126 ـ نۆسخا ) ، پىننە گۈلقەنت ( 157 ـ نۆسخا ) قاتارلىق دورىلار قوشۇمچە ئىشلىتىلىدۇ .

8 ) ئەگەر بۇ كېسەللىك ئومۇمىي بەدەن ئاجىزلىقى سەۋەبىدىن پەيدا بولغان بولسا ، ئوزۇقلۇق ۋە داۋالاش جەھەتتىن تەڭ ماسلاشتۇرۇش لازىم . بۇخىل كېسەللىككە ئاشقازان ياللۇغلىنىش قوشۇلۇپ كەلگەن بولسا ، ئالدى بىلەن ياللۇغقا قارىتا داۋالاش ئېلىپ بېرىش كېرەك .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

9 ) قۇرۇتۇلغان قىزىل ئۈزۈم ، ياڭاق مېغىزى ، قارىمۇچ ، توخۇ تاشلىقىنىڭ ئىچكى پەردىسى ، ئۇچقۇن پاقا ، قەلەمپۇر ، زەنجىۋىل ، تومزەنجىۋىل ، كاۋاۋىچىن ، زەھەرسىزلەندۈرۈلگەن كۈچۈلا تالقىنى ، ئاقمىرقەرھا ، بۇغا مۈڭگۈزى ، كابۇل ھېلىلىسى ، چامغۇر ئۈرۈقى ، سەۋزە ئۈرۈقى ، زىرە قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىردىن 50 گرامدىن ، سەقەنقۇر ، پىلپىل ھەر بىردىن 10 گرامدىن ، قۇرۇتۇلغان ئاق يەر يىلىنىدىن 80 گرام ، ئەمەن ئۈرۈقىدىن 20 گرام ، تازىلانغان ئامىلىدىن 30 گرام ، ساپ ھەسەلدىن 400 گرام ، توخۇ تۇخۇمىنىڭ سېرىقىدىن 60 دانە ئېلىپ ، تۇخۇم سېرىقىنى ئېزىپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، باشقا دورىلارنىڭ سوقىدىغىنىنى سوقۇپ ، ئېزىدىغىنىنى ئېزىپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، تۇخۇم سېرىقىغا تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ ، ئاندىن ھەسەل بىلەن مەجۇن تەييارلاپ ، كۈندە 2 قېتىم 10 ـــ 15 گرامدىن ئىستېمال قىلسا ، ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ .

# ئاشقازان راكى

بۇ ، سوزۇلما ئاشقازان ياللۇغى كەلتۈرۈپ چىقىرىدىغان ، كۆپىنچە ئاشقازان بىلەن قىزىلئۆڭگەچنىڭ تۇتىشىدىغان يېرىدە ، قىسمەن ئاشقازان-نىڭ ئۈچەيگە چىقىش قىسمىدا پەيدا بولىدىغان ئاقىۋىتى خەتەرلىك ئۆسمە كېسەللىكى بولۇپ ، ماغدۇرسىزلىنىش ، قانلىق تەرەت كېلىش ، خېمىرتۇرۇچ پۈرىقىدەك ، كۆپۈكلۈك قۇسۇش ، قورساق ئاغرىش ، ئۇ-رۇقلاش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) ئالدى بىلەن سەۋدانىڭ مۇنزىجى بېرىلىپ ، كېسەللىكنى پەيدا قىلغۇچى غەيرىي سەۋدا پىشۇرۇلغاندىن كېيىن ، سۈرۈپ چىقىرىش ئۇ-چۇن مۇسھىل بېرىلىدۇ . ئۇنىڭدىن كېيىن ، مائۇلجەبىن بېرىش بىلەن بىللە ، ئوزۇقلۇق قىممىتى يۇقىرى ، ئاسان ھەزىم بولىدىغان ، بەدەن قۇۋۋە-تىنىشى ساقلاشقا پايدىلىق يېمەكلىكلەر بېرىلىدۇ . ئىشتىها تۇتۇلۇش كۆرۈلسە ، بېھى قىيامى ، ئالما قىيامى قاتارلىق ئىشتىها ئاچقۇچى دورىلار ۋە خىيارشەنبەرگە ئوخشاش يېنىك سۈرگىلەر بېرىلىدۇ . ئەگەر يېمەكلىكلەر تۆۋەنگە ماڭمىسا ، ھەببى تەنكار ( 14 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ .

2 ) يىلان گۆشىنى بىلەن سەرتانىنى داۋالاش ئۈيغۇر تېبابەتچىلىكىنىڭ ئەنئەنىۋى داۋالاش ئۇسۇلى بولۇپ ، ئۇنۇمى ياخشى .

( 1 ) يىلان تالقىنى : قۇرۇتۇلغان يىلاندىن 10 گرام ، زەنجىۋىلدىن 30 گرام ، دارچىندىن 20 گرام ، خولىنجان ، پىلپىلدىن 30 گرامدىن ، ۋاڭ ئۇرۇقىدىن 9 گرام ئېلىپ ، سوقۇپ تاسقاپ تالقانلاپ ، كۇندە 2 قېتىم 6 گرامدىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

( 2 ) يىلان مەجۇنى : يىلان ، زەنجىۋىل ، دارچىندىن 60 گرامدىن ، خولىنجان ، پىلپىل ، بىخ كەبىردىن 30 گرامدىن ، ۋاڭ ئۇرۇ-قى ، ئادراسمان ئۇرۇقىدىن 15 گرامدىن ، ھەسەلدىن پۇتۇن دورىلار

ئېغىرلىقى بىلەن تەڭ ۋەزىندە ئېلىپ ، سوقۇپ تاسقاپ ، ھەسەل بىلەن مەجۇن تەييارلاپ ، كۈندە 2 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 9 ــ 15 گرامدىن بېرىلىدۇ .

( 3 ) ھاراقنى چىلانغان يىلان : ئاق يەر يىلاننىڭ چوڭراق بولسا 1 دانە ، كىچىكرەك بولسا 2 دانىنى 500 مىللىلىتىر ئۈزۈم ھاربىغا 3 ــ 5 كۈن چىلىغاندىن كېيىن ، كۈنىگە 2 قېتىم 3 قوشۇقتىن ئىچىشكە بەرسە بولىدۇ . يىلاننىڭ پۈربىقىنى يوقىتىش ، بىمارنىڭ ئىشتىھاسىنى ئېچىش مەقسىتىدە زەنجىۋىلدىن 30 گرام ، پىلپىلدىن 20 گرام ، ئالقاتتىن 60 گرام سىلىنسىمۇ بولىدۇ . كۈندە قانچىلىك ئىچىلسە شۇنچىلىك ھاراق قوشۇپ قويۇش ۋە بىر قېتىمدا ئىچىلىدىغان مىقدارى 3 گرامدىن ئېشىپ كەتمەسلىك لازىم . بىر قېتىملىق داۋالاش كۇرسى ئىككى ئاي ئەتراپىدا بولىدۇ .

3 ) ھەرە كۆنىكى بىلەن داۋالىنىدۇ .

تەركىبى : ھەرە كۆنىكى ، يىلان پوستى ، پىلە قۇرتى ھەر بىرىدىن 250 گرامدىن ئېلىپ ، ھەرە كۆنىكىنى يۇيۇپ تازىلىغاندىن كېيىن قۇرۇتۇپ ، دورىلارنىڭ ھەممىسىنى يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ مەجۇن قىلىپ ، كۈنىگە 2 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 6 ــ 9 گرامدىن ئۈزاق مۇددەت ئىستېمال قىلىنىدۇ .

4 ) ئاشقازان راكىدىكى قاناشنى توختىتىش ئۈچۈن ، كۆپۈكى دەريا ، كۆيدۈرۈلگەن زەمچىدىن 210 گرامدىن ، سۇ يىلاننىدىن 150 گرام ، ھەشقىپىچەك ئۇرۇقى ، كېلەر تالقىنى ، قۇرۇتۇلغان ئاپېلسىن پوستى ، سۆئىدى كۈپى ھەر بىرىدىن 60 گرامدىن ئېلىپ ، يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، كۈنىگە 2 ــ 3 قېتىم 12 ــ 18 گرامدىن تاماقتىن بۇرۇن ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

5 ) تازىلانغان كۈچۈلنى كۈنجۈت يېغىدا قورۇپ ، چايان ، قىرىق ئاياغ ، كېلەر ، ھەرە كۆنىكى قاتارلىقلارنى قورۇپ سارغايتىپ ، ھەممىسىنى قوشۇپ تالقانلاپ ، سۇ بىلەن كۆمىلوناق چوگلۇقىدا كۈمىلاچ قىلىپ ، كۈنىگە 3 گرامدىن يېسە بولىدۇ .

( ئۇرۇمچى ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

6 ) ئاشقازان راكىنى داۋالاشتا ، ئۆسمىگە قارشى دورىلارنى ئىشلەتمەش بىلەن بىللە ، بەدەن قۇۋۇتىنى ئاشۇرغۇچى ، ئوزۇقلاندۇرغۇچى ، قان كېزىپەيتكۈچى دورىلارنىمۇ قوشۇپ ئىشلىتىش لازىم . بۇنىڭ ئۈچۈن ، شەربىتى زەبىب ( 228 ـ نۇسخا ) ، شەربىتى رۇمان ( 231 ـ نۇسخا ) ، شەربىتى پۇختا جۇش ( 228 ـ نۇسخا ) ، شەربىتى ئەۋرىشم (222 ـ نۇسخا ) ، شەربىتى گەزەر ( 245 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلاردىن ئاز ـ ئازدىن قوشۇپ ، قايناق سۇ بىلەن سۈيۇقلاندۇرۇپ ، كۈنىگە بىرنەچچە قېتىم ئىچۈرۈلىدۇ .

7 ) ئادراسمان ئۇرۇقىنىڭ قاينىتىمسى ياكى تالقىنىدىن كۈنىگە 3 ۋاخ 3 گرامدىن ئىچۈرۈلىدۇ .

8 ) مەجۇنى ماري ئەپئا ( 88 ـ نۇسخا ) دىن كۈنىگە 2 ۋاخ 5 گرامدىن بېرىلىدۇ .

9 ) ئاشقازان راك ئۆسمىسى زېدىلىنىپ ، قان قۇسۇش ياكى قانلىق تەرەت كېلىش ئەھۋالى كۆرۈلسە ، ھەببى كەھرىۋا ( 38 ـ نۇسخا ) ، قۇرسى كەھرىۋا ( 170 ـ نۇسخا ) قاتارلىق دورىلار بىلەن قان توختىتىلىدۇ . يەنە تۆۋەندىكى سۈپۈپ تەييارلاپ بېرىلىدۇ :

تەركىبى : كۆپۈكى دەريا ، كۆيدۈرۈلگەن زەمچە 20 گرامدىن ، سۆئىلەپ 18 گرام ، ھەشقىپىچەك ئۇرۇقى ، كېلەر ، ئاپىلسىن پوستى ، سۆئىدى كۈپى ھەر بىرى 6 گرامدىن ئېلىنىپ ، يۇمشاق سوقۇپ تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ، كۈنىگە 3 قېتىم، ھەرقېتىمدا 4 گرامدىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

( يەكەن ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## خولىبرا

بۇ ، خولىبرا باكتېرىيىسى كەلتۈرۈپ چىقىرىدىغان ئۆتكۈر يۇقۇملۇق كېسەللىك بولۇپ ، شىددەتلىك گۇرۇچ سۈيىدەك قۇسۇش ۋە ئىچى سۇرۇش ، ئېغىر دەرىجىدە سۇ يوقىتىش ، سېزىملىنىش ، شوك

بولۇش قاتارلىق كېسەللىك ئالامەتلىرى بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

خولېرا كېسەللىكىنى داۋالاشتا ، بىمارىدا كېسەللىك بايقالغان ھامان جىددىي تۇتۇش قىلىپ ، ئائىلىسىدىكى ۋە جەمئىيەتتىكى كىشىلەر بىلەن بولغان بارلىق مۇناسىۋەتنى ئۈزۈش ، شۇنىڭ بىلەن بىللە بىمارنىڭ چوڭ تەرىتىنى ۋاقتىدا بىر تەرەپ قىلىش ، كېسەللىكنىڭ باشقىلارغا يۇقۇپ قېلىشىنىڭ قاتتىق ئالدىنى ئېلىش ، بىمارغا قارىتا جىددىي قۇتۇلدۇرۇش ۋە داۋالاش تەدبىرىنى قوللىنىش لازىم . ئالدى بىلەن بىمارنىڭ بەدىنى قانچىلىك سۇيۇقلۇق يوقاتقانلىقىنى ئېنىقلاپ ، ئۇنىڭ ئورنىنى تولۇقلاش ۋە ھەزىم يولىلىرىدىكى كېسەللىك ماددىسىنى تازىلاش كېرەك . بۇنىڭ ئۈچۈن ، تۆۋەندىكى دورىلارنى تاللاپ ئىشلىتىش لازىم :

1 ) تەمرى ھىندى چىلانمىسى ، سىركەنجۇبىلنىڭ ھەر قايسىسىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ، مەلۇم مىقداردىكى سوقۇلغان سوقمۇنيانى ئارىلاشتۇرۇپ ، قايناق سۇ بىلەن بىللە ئىستېمال قىلدۇرۇش ياكى مائۇل ھەسەل بىلەن كاسىنە سۈيىگە سوقۇلغان سوقمۇنيانى ئارىلاشتۇرۇپ ئىستېمال قىلدۇرۇش لازىم .

2 ) سوقۇلغان تاباشىر ۋە ئانار ئۈرۈقى ئارىلاشتۇرۇلغان چۇچۇمەل ئانار شەربىتى ھەمدە ھەرخىل مېۋە سۇلىرىنى ئارقا - ئارقىدىن ئىستېمال قىلدۇرۇش كېرەك .

3 ) رۇمبەدىيان ، زىرە ، مەستىكى رۇمى ، ئۇد ھىندى قاتارلىق دورىلارنىڭ ھەر قايسىسىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سۇ بىلەن قاينىتىپ ، سۈيىنى ئىلمان ھالەتتە ئىستېمال قىلدۇرۇش كېرەك . تۇرۇپ ئۈرۈقىنىڭ قاينىتىلغان سۈيىگە مۇۋاپىق مىقداردا سىركەنجۇبىل ( 237 - نۇسخا ) ئارىلاشتۇرۇپ ئىستېمال قىلدۇرۇش ، ئۇنىڭدىن كېيىن شەربىتى سەپەرجەل مومسىك تەييارلاپ ، قائىدە بويىچە ئىستېمال قىلدۇرۇش كېرەك .

4 ) ئاشقازان ۋە ئۇچەي يوللىرىدىكى كېسەللىك ماددىلار تازىلىنىپ بولغاندىن كېيىن ، ئىچى سۇرۇش ۋە قۇسۇشنى توختىتىش

مەقسىتىدە ئاق سەندەل ، ئانار گۈلى ، قىزىلگۈل ، بېھى قېقى ، ئالما قېقى ، كافۇر قاتارلىقلارنىڭ ھەر قايسىسىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ، سوقۇپ تاسقاپ ، ئاموت يوپۇرمىقى ئەرەقى بىلەن يۇغۇرۇپ زىماد تەييارلاپ ، كىندىك ساھەسىگە چېپىش لازىم .

5 ) قومۇش يىلتىزى ، سۆگەت شېخىنىڭ كۈلىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ، سىركە بىلەن يۇغۇرۇپ زىماد تەييارلاپ ، قورساق ساھەسىگە چېپىش كېرەك . خەشخاش ، نىشاستە قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ، سوقۇپ تاسقاپ ئۇپا ھالەتكە كەلتۈرۈپ ، سۇ بىلەن كىلىزما تەييارلاپ كىلىزما قىلىش لازىم .

6 ) قەلەمپۇر ، كاۋاۋۇچىندىن 3 گرامدىن ، سۇمبۇل ھىندى ، مەستەكىدىن 1.5 گرامدىن ، ئۇدخامدىن 12 گرام ، شېكەردىن 16 گرام ئېلىپ ، سوقۇپ تاسقاپ سۈپۈپ تەييارلاپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 3 گرامدىن ئىستېمال قىلدۇرۇش كېرەك .

7 ) قەلەمپۇردىن 30 گرام ، ئىپاردىن 3 گرام ، گۈلدارچىندىن 6 گرام ، راسەندىن 4.5 گرام ، مەستىكى رۇمى ، ئەپيۇن ھەر بىردىن 5 گرامدىن ئېلىپ سوقۇپ تاسقاپ ، بېھى شەربىتى بىلەن يۇغۇرۇپ خېمىر قىلىپ ، 10 دانە كۈملاچ تەييارلاپ ، مۇۋاپىق ئەرەق ياكى شەربەت بىلەن قوشۇپ ئىستېمال قىلدۇرۇش كېرەك .

8 ) ئانار سۈيىگە ئىسپىغۇل لۇئابى ، شېكەر ئارىلاشتۇرۇپ ئىستېمال قىلدۇرۇش كېرەك . بىمارىدا ھوشسىزلىنىش بولسا ھوشىغا كەلتۈرۈش ، ئەزالارنى بوشاشتۇرۇپ ، تارتىشىپ قېلىشنى ئەسلىگە كەلتۈرۈش ئۈچۈن ئىككى چېكە ۋە گەدەن ، پۇت ـ قوللىرىنى ئۇۋۇلاپ بېرىش ، بادام يېغى ، گۈل يېغىغا ئوخشاش ئەزالارنى يۇمشاتقۇچى ، بوشاتقۇچى ياغلار بىلەن پۇت ـ قوللىرىنى ياغلاپ ئىسسىق ئۆيدە تىنچ ئارام ئالدۇرۇش لازىم .

9 ) غىزاسىغا بەدەنىنى كۈچلەندۈرۈپ ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى ، سىگىشى ياخشى يېمەك ـ ئىچمەكلەرنى بېرىش كېرەك .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

10 ) ئالدى بىلەن ئاشقازان ۋە ئۇچەي خىزمىتىنى ياخشىلاش ، قۇسۇش ، ئىچى سۇرۇشكە ھەمدە بۇنىڭدىن كېلىپ چىقىدىغان سۇ يوقىتىشقا ئامال قىلىش لازىم . بىمارغا كېسەللىكنىڭ دەسلەپكى باسقۇچىدا ھەرقېتىمدا 1 قوشۇق ئاچچىق مېۋە سۈيىگە 1 قوشۇق گۈلاب ، 1.5 گرام تاباشىر تالقىنى قوشۇپ بېرىلىدۇ . ئەگەر بۇ دورىلار يېنىپ كەتسە ، يۇقىرىدىكى دورىلارغا ئانار ئۇرۇقى تالقىنىدىن قوشۇپ ئاز - ئازدىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ . ئەگەر ئىچكى ئەزالارنىڭ ھارارىتى يۇقىرى بولمىسا ، 15 گرام گۈلقەنتكە 3 گرام مەستىكى ، 1 قوشۇق ئاچچىق ئانار ياكى غورا سۈيى قوشۇپ بېرىلىدۇ . بەدەندىن يوقالغان سۇيۇقلۇقلارنىڭ ئورنىنى تولدۇرۇش ئۈچۈن ئانار سۈيى ، تاشئالما سۈيى ، غورا سۈيى ، ئۈزۈم تېلىدىن تامچىلىغان سۇ ، توغراق تېلىدىن تامچىلىغان سۇ قاتارلىقلاردىن قايسىسى تېپىلسا شۇنىڭغا تاباشىر ، ئەرەب يېلىمى قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

11 ) ئەگەر ئىچكى ھارارەت يۇقىرى بولسا ، قۇرسى كاۋۇر ( 169 - نۇسخا ) نى يۇقىرىقى مېۋە سۈلىرى بىلەن قوشۇپ ئىچۈرۈش ياكى مېۋە سۈلىرىغا تاباشىر ، گۈلاب ، سىركە قوشۇپ ، مۇزلىتىلغان قايناق سۇ بىلەن ئىچۈرۈش كېرەك . سەندەل ، قىزىلگۈل ، يالپۇز ۋە پىننە شىبخىنى كۆيدۈرۈپ ، ھىدىنى بۇرنىغا تارتقۇزۇش ، ھەسەل سۈيىگە سىركەنجۈبىل سادده ( 237 - نۇسخا ) سۈيىنى قوشۇپ ئىچۈرۈش لازىم . ئەگەر ئىچكى ھارارەت يۇقىرى بولسا ھەسەل بېرىلمەيدۇ . قۇسۇش ، ئىچى سۇرۇش توختىغاندىن كېيىن ، توخۇ گۆشىگە سامساق ، غورا ، بېھى ، يۇمغاقسۈت قاتارلىقلارنى قوشۇپ پىشۇرۇپ ، ئاز - ئازدىن ئوزۇقلاندۇرۇلىدۇ .

12 ) مۇرەككەپ دورىلاردىن قۇرسى كاۋۇرنىڭ تۆۋەندىكى نۇسخىسى تەييارلاپ بېرىلىدۇ :

مەستىكىدىن 20 گرام ، ئانارگۈلى ، قىزىلگۈل ، زىرىق ھەر بىرىدىن 10 گرامدىن ، قاقىلە ئەكبەردىن 4 گرام ، قەلەمپۇردىن 15 گرام ، ئىپارىدىن 1

گـرام ، كافۇردىن 2 گرام ئېلىپ ، قائىدە بويىچە سۇپۇپ قىلىپ ، ئىسپىغۇل شـىرىسى بىلەن 3 گرام ئېغىرلىقتا قۇرس تەييارلاپ ، ھەركۈنى سەھەردە 1 تـالـدىـن 1 قـوشۇق پىننە مۇرابباسى ، 1 قوشۇق ئاچچىق ئانار سۇيى بىلەن قوشۇپ ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

13 ) قۇرسى كۈندۈر بېرىلىدۇ .

تەركىبى : كۈندۈر ، گۈل نىجامى ھەر بىرى 20 گرامدىن ، قاقىلە ، قـەلـەمپۇر ھەر بىرى 15 گرامدىن ، تاباشىر ، ئانار گۈلى ، بەللۇت ، جىگدە ھەر بـىـرى 10 گـرامـدىـن ، كافۇر ، ئىپار ھەر بىرى 1 گرامدىن ئېلىنىدۇ . دورىلار قـائـىـدە بـويـىـچـە سۇپۇپ قىلىنىپ ، گۈلابتا يۇغۇرۇپ 3 گرامدىن قـۇرس يـاساپ ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە 1 تالدىن ئاچچىق ئانار سۇيى بىلەن ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

14 ) قۇرسى گۈل بېرىلىدۇ .

تـەركـىـبـى : قـىـزىـلـگـۈلدىن 20 گرام ، ئانار گۈلى ، موزا ، ئامۇت يـوپـۇرمـىـقى ، سماق ، بەللۇت ، گۈرۈچ كراخملى ھەر بىرىدىن 10 گرام دىـن ئېـلـىـنـىـدۇ . دورىلار سـوقـۇلـۇپ گـۈلابتا يۇغۇرۇپ 30 دىن قۇرس قـىـلىنىپ ، كۈندە 1 قېتىم 1 دانە ئانار سۇيى بىلەن ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

15 ) قۇرسى راسەن بېرىلىدۇ .

تـەركـىـبـى : قۇرۇتۇلغان ئانار ئۈرۈقىدىن 20 گرام ، قەلەمپۇر ، قا- قـىـلـە ، مـەسـتـىـكـى ھەر بـىـرى 3 گرامدىن ، قۇرۇق راسەندىن 10 گرام ، قـىـزىلگۈل ، رەيھان ئۈرۈقى ھەر بىرى 6 گرامدىن ئېلىنىدۇ . دورىلار يۇمـشاق سـوقـۇلـۇپ ، گـۈلاب بـىـلەن يۇغۇرۇلۇپ قۇرس قىلىنىپ ، كۈندە 2 قېتىم، ھەر قېتىمدا 3 گرامدىن مېۋە سۈلىرى بىلەن ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ.

16 ) جاۋارىش ناردىن بېرىلىدۇ .

تەركىبى : ھەببۇلئاستىن 20 گرام ، بەللۇت ، ئالۇچا ، بېھى ، جىگدە ھەر بـىـرىـدىـن 10 گرامدىن ئېلىپ ، يۇمشاق سوقۇپ ، يېڭى بېھى سۇيىدە يـۇغـۇرۇپ خـىـمـىـر قـىلىپ ، كۈندە 2 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 3 ـــ 6 گرامنى گۈلاب ياكى مېۋە سۈلىرى بىلەن ئىستېمال قىلدۇرسا بولىدۇ .

17 ) كۆلچە بېرىلىدۇ .

تەركىبى : قۇرۇتۇلغان بۇغا مۆڭگۈزى ، سېمىز ئوت غولى ، قوي مۇش يىلتىزلىرىدىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ كۆيدۈرۈپ ، كۆلىدىن كۈندە 2 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 3 گرامدىن ئاچچىق ئانار سۈيى بىلەن ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

18 ) ئىقراسى ئۇد بېرىلىدۇ .

تەركىبى : كاۋاۋىچىندىن 2 گرام ، سۇمبۇل ، مەستىكى ھەر بىرىدىن 1.5 گرامدىن ، ئۇدخامدىن 8 گرام ، قەنتتىن 24 گرام ئېلىپ تالقان قىلىپ ، كۈندە 2 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 3 گرامدىن ئاچچىق ئانار سۈيى بىلەن ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ . ئانار سۈيى تېپىلمىسا ، گۈلاب ۋە مۇزلىتىلغان قايناق سۇ بىلەن ئىستېمال قىلدۇرۇلسىمۇ بولىدۇ . بۇ نۇسخا ئىچكى ھارارەت تۆۋەنلىگەن ، ئىچى سۇرۇش توختىغاندا ئىشلىتىلىدۇ .

( ئۇرۇمچى ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

# VII باب ئۇچەي ۋە مەقئەت كېسەللىكلىرى

## سازاڭسسمان ئۆسۈكچە ياللۇغى

سازاڭسسمان ئۆسۈكچە دېۋارى ئىنتايىن نېپىز بولغان ئۇچەي بولۇپ ، تۇرلۈك سەۋەبلەردىن ئاسانلا زەخملىنىپ ۋە يۇقۇملىنىپ يالۇغلىنىدۇ . سازاڭسمان ئۆسۈكچە ياللۇغى ئوڭ تەرەپ قورساق ئاستى داۋاملىق قاتتىق ئاغرىش ھەم قورساقنى باسقاندا ئاغرىش پەيدا قىلىپ ، قۇسۇش ، ئاق قان دانچىسى جىددىي كۆپىيىش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) بۇزۇق سەپرانى قايتۇرغۇچى ، بەلغەمنى تازىلىغۇچى دورىلار بىلەن داۋالاش ، ئالدىراپ سۈرگە ئىشلەتمەسلىك ، چوڭ تەرەت ماڭمىغانلارغا يېنىك دەرىجىدە ئىچىگە شامچە كىرگۈزۈش لازىم .

شامچىنىڭ ياسىلىشى : سوقمۇنىيادىن 7 گرام ، توغرىغىدىن 25 گرام ، مۇقىلدىن 3 گرام ، ئاچچىق تاۋۇزدىن 5 گرام ، تەمرى ھىندىدىن 11 گرام ئېلىپ سوقۇپ ، تەرەنجۈبىل سۈيى بىلەن شامچە تەييارلاپ ، گۈل يېغى بىلەن ياغلاپ ئارقا مەقئەتتىن سېلىندۇ . چوڭ تەرەت راۋانلاشقاندىن كېيىن ، ئىسپىغۇل ، بېھى ئۇرۇقى ، رەيھان ئۇرۇقى لۇئابىنى چىقىرىپ ، تالقانلانغان سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، پاقا يوپۇرمىقى ئۇرۇقى ، كاسىنە ئۇرۇقى ، موزا ، ئېگىر ، چۆبچىنى ھەممىدە نېلۇپەر ، بىنەپشە ، پۇنۇس ، تەمرى ھىندى ، چىلان ، تەرەنجۈبىللەرنىڭ دەملىمىسىنى يۇقىرىدىكى لۇئابقا قوشۇپ مۇۋاپىق مىقدارىدا ئىچۈرسە بولىدۇ .

( ئۇرۇمچى ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

2 ) تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش مەقستىدە رەۋەن ، خىيارشەنبەرلەرنىڭ ھەر بىرىدىن 20 گرامدىن ، سانادىن 5 گرام ، تۇر-بۇتتىن 10 گرام ئېلىپ ، خىيارشەنبەردىن باشقا دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ تاسقاپ ، خىيارشەنبەرنىڭ قاياق سۇدا تاتلىقنى چىقىرىپ ، بۇ سۇ بىلەن تالقان دورىلارنى خېمىر قىلىپ ، نوقۇت چوڭلۇقىدا ھەب تەييارلاپ ، كۈندە 3 ۋاخ ، ھەرۋاخلىقىغا 10 دانىدىن ئىستېمال قىلدۇرۇش بىلەن بىللە ، سانا ، تەرەنجۇللەرنىڭ ھەر بىرىدىن 90 گرامدىن ، تۇربۇتتىن 30 گرام ئېلىپ ، 300 مىللىلىتىر سۇت بىلەن قائىدە بويىچە مەتبۇخ تەييارلاپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 150 مىللىلىتىردىن ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ . بۇنىڭغا قوشۇپ مۇرەككەپ دورىلاردىن دىنار شەربىتى (230 ـ نۇسخا) ، مەجۇنى چۆبچىنى ( 64 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلار ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ . قانتېپەر ، ئۇد سەلب ، قىزىل بەھمەن قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن تەڭ مىقدارىدا ئېلىپ ، قائىدە بويىچە شەربەت تەييارلاپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەر-قېتىمدا 100 مىللىلىتىردىن ؛ خاس زەنجۇل ، شېكەر بىلەن تەييارلانغان زەنجۇل شەربىتى كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 100 ـــ 150 مىللىلىتىردىن ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

## سوزۇلما ئۇچەي ياللۇغى

بۇ ، كۆپىنچە ئۆتكۈر ئاشقازان ـ ئۇچەي ياللۇغىدىن كېيىن تولۇق داۋالانماسلىق ياكى ئۇزاق داۋاملاشقان ئىچ سۇرۇشلەرنىڭ ئۇچەي دىۋا-رىنى زەخىملەندۇرۇشى نەتىجىسىدە كېلىپ چىقىدىغان ئۇچەي كېسەللىكى بولۇپ ، ئۇزاق مۇددەت داۋاملاشقان قورساق غولدۇرلاش ، ئاغرىتماي تەرەت كۆپ قېتىم كېلىش ، بەزىدە يەڭگىل قورساق ئاغرىش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) ھەر قېتىملىق تاماقتىن بۇرۇن ، قوقاستا چالا

پۇچىلانغان سامساقتىن بىر باشتىن يېيىش بۇيرۇلىدۇ .

2 ) سۇپۇپى بەللۇت ( 188 ـ نۇسخا ) 6 گرامدىن كۇندە 3 ۋاخ يېمىشكە بېرىلىدۇ . سۇپۇپى سەمغى ئەرەبى ( 192 ـ نۇسخا ) 5 گرامدىن كۇندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

3 ) مەجۇنى خۇبسىلھەدد (69 ـ نۇسخا) 6 گرامدىن كۇندە 3 ۋاخ ، جاۋارىش خۇرۇى ( 123 ـ نۇسخا ) 5 گرامدىن كۇندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

4 ) سىرىق ھېلىلە پوستى ، ھەببۇلئاس ، سماق ، شېكەر قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ ، سوقۇپ تاسقاپ سۇپۇپ تەييارلاپ ئىستېمال قىلىندۇ .

5 ) ئاق لەيلى ئۇرۇقىدىن 100 گرام ، گاۋزىبان ھىندى ، قىزىلگۈل بەرگى چېچىكى ، شۇمشە ئۇرۇقىدىن 30 گرامدىن ئېلىپ ، يۇمشاق سوقۇپ تاسقاپ سۇپۇپ تەييارلاپ ، كۇندە مۇڭاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلسا ، ئۇچەي ياللۇغى ئۇچۇن ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ .

6 ) چايان ، سالاجىت ، موزا ، كەتىرا ، قەلەمپۇر ، ئاقىرقەرھا ، يۇمغاقسوت ئۇرۇقى ، گۈلى بىنەپشە ، ئېگىر ، كاسنە ئۇرۇقى ، كاكىنەچ ، چۆبچىنى ، كات ھىندى ، كۆپۈكى دەريا ، كۆيدۇرۇلگەن بىخ مارجان ، خىيارشەنبەر قاتارلىقلاردىن مۇڭاپىق مىقداردا ئېلىپ ، خىيارشەنبەر بىلەن سالاجىتنىن باشقا دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، خىيارشەنبەرنى قاينىتىپ سۇغا چىلاپ تەمىنى چىقىرىپ ، سۇيىگە سالاجىتنى سېلىپ ئېرىتىپ ، ئاندىن دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ نوقۇت چوڭلۇقىدا ھەب تەييارلاپ ، كۇندە 3 قېتىم 2 دانىدىن 20 مىللىلىتر شەربىتى سەپەرجىل ( 234 ـ نۇسخا ) قوشۇپ بېرىلىدۇ . 45 كۈن ئەتراپىدا ئىستېمال قىلغاندىن كېيىن ، كېسەللىك ئالامەتلىرى يوقلىپ ، چوڭ تەرەپ نورماللىشىدۇ .

(خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن)

# بوغماق ئۇچەي ياللۇغى

بۇ ، ھەزىمنىڭ بۇزۇلۇشى ، بۇلغانغان يېمەكلىكتىن يۇقۇملىنىش قاتارلىق سەۋەبلەردىن پەيدا بولىدىغان ، قايتا قوزغىلىشچانلىقى يۇقىرى كېسەللىك بولۇپ ، دەسلەپ ئۆتكۈر ئۇچەي ياللۇغىدەك سۈدەك ئىچ سۇ-رۇش بىلەن باشلىنىپ ، داۋالىنىپ ساقايغاندىن كېيىنمۇ داۋاملىق ئاغرىتماي ئىچ سۇرۇش داۋاملىشىپ تۇرۇش ، سوزۇلما ھالەتكە ئۆزگەر-گەندىن كېيىن تۆۋەنكى قورساق ساھەسى مۇجۇپ ئاغرىش ، قورساق غولدۇرلاش ، ئۇچەي يارىلانغاندا ئاغرىق تېخىمۇ كۈچىيىش ، چوڭ تەرەت داۋاملىق سۈيۇق ۋە كۈنىگە بىرنەچچە قېتىمدىن كېلىش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

بوغماق ئۇچەي ياللۇغنىڭ دەسلەپكى مەزگىلىدە ھەزىمنى ياخ-شىلاش ۋە ئىچ سۇرۇشنى توختىتىشقا چارە قىلىنىدۇ .بۇنىڭ ئۈچۈن :

1 ) پىننىدىن 10 گرام ، ماموراڭچىنى ، زەنجىۋىلدىن 5 گرامدىن ئېلىپ ، بىر پىيالە سۇدا قاينىتىپ ، يېرىمى قالغاندا ئىككىگە بۆلۈپ ئىچۈرۈلىدۇ .

2 ) ئانار پوستىدىن 5 گرام ، ئازغان مۇنچىقىدىن 15 گرام ئېلىپ ، بىر چىنە سۇدا يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ ، ئىككىگە بۆلۈپ ئىچۈرۈلىدۇ .

3 ) بوغماق ئۇچەي ياللۇغى سوزۇلما ھالەتكە ئۆزگەرگەن بولسا ، مۇرەككەپ دورىلاردىن سۇپۇپىي قابىز ( 213 ـ نۇسخا ) دىن 5 گرام ، شەربىتى سەپەرجىل ( 234 ـ نۇسخا ) دىن 30 گرام ئىچۈرۈلىدۇ .

4 ) مەجۇنى مىئە ( 91 ـ نۇسخا ) كۈندە 3 ۋاخ 3 گرامدىن بېرى-لىدۇ . ھەببى سماق ( 20 ـ نۇسخا ) 10 داندىن كۈندە 3 ۋاخ پىشۇرۇلغان تۇخۇم سېرىقى بىلەن بېرىلىدۇ . ھەببى تاباشىر قابىز ( 12 ـ نۇسخا ) 6 تالدىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

5 ) كالا گۆشى ، لازا ـ ئاچچىقسۇ ، پىياز ۋە ئالما قاتارلىق يەللىك نەرسىلەردىن پەرھىز قىلىش ، سەي ـ كۆكتاتنى كۆپرەك ، قوي گۆشىنى ئاز يېيىش بۇيرۇلىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

6 ) بىنەپشە ، قىزىلگۈل ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، ئانار پوستى ، ئانار گۈلىدىن 10 گرامدىن ، ئېگىر ، كۈندۇر ، پارچىدىن 5 گرامدىن ئېلىپ چالا سوقۇپ ، 200 مىللىلىتىر سۇغا ئىككى سائەت چىلاپ بوش ئوتتا 100 مىللىلىتىر قالغۇچە قاينىتىپ سۈزۈپ ، كۈندۇرنى يۇمشاق سوقۇپ ئا-رىلاشتۇرۇپ ھۆقنە تەييارلاپ ، دورا تېمپېراتۇرىسى بەدەن تېمپېراتۇرىسىغا ئوخشاش ھالەتكە كەلتۈرۈلۈپ ، 100 مىللىلىتىرلىق شىپرىس بىلەن ھۆقنە ( كىلىزما ) قىلىنىدۇ .

( ئۇرۇمچى ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

7 ) بوغاق ئۇچەي ياللۇغى يارا خاراكتېرلىك بولسا ، ئالدى بىلەن ئىچ سۈرۈشنى توختىتىپ قىزىتمىنى پەسەيتىش مەقسىتىدە ئىسپىغۇل لۇئا-بىدىن كۈنىگە 3 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 30 مىللىلىتىر ، خەشخاش جەۋھىرىدىن كۈنىگە 2 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 7 گرامدىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ ھەمدە 100 گرام گۈلقەنتكە 30 گرام تاباشىر ، 15 گرام مەستىكىنى سۈپۈپ قىلىپ ئارىلاشتۇرۇپ ، كۈنىگە 3 قېتىم 20 گرامدىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ . دورىلارنى 10 كۈن ئىچكەندىن كېيىن قىزىتما يېنىپ ، قورساق مۇجۇپ ئاغرىش ۋە ئىچى سۈرۈش بىرقەدەر ياخشىلىنىدۇ .

مەخسۇس داۋالاشتا ، ئۇچەيگە چۈشكەن غەيرىي تەبىئي سەپرانى پەسەيتىش مەقسىتىدە كاكىنەچ ، ئوغرىتىكەن ھەر بىرىدىن 30 گرامدىن ، ئەنگۈرشپا ، چىڭسەي يىلتىزى ھەر بىرىدىن 25 گرامدىن ، مامۇرانچىنى ، نېلۇپەر ھەر بىرىدىن 10 گرامدىن ، بىنەپشە ، كاسىنە يىلتىزى ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، كاسىنە ئۇرۇقى ، پاقا يوپۇرمىقى ئۇرۇقى ، تەرخەمەك ئۇ-رۇقى ھەر بىرىدىن 15 گرامدىن ئېلىپ ، قائىدە بويىچە 500 مىللىلىتىردىن شەربەت تەييارلاپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 50 مىللىلىتىردىن داۋام-

لىق ئىچىشكە بېرىلىدۇ . شۇنىڭ بىلەن بىرگە يارىنى پۈتتۈرۈپ ئۈچەي خىزمىتىنى ياخشىلاش مەقسىتىدە سۈپۈپى كەھرىۋا (ئاشقازان يارىسىنى داۋالاشتا سۆزلەندى) تەييارلاپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 7 گرامدىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ . ياللۇغ قايتۇرۇش مەقسىتىدە سۈپۈپى مامۇرانچىنى كۈندە 3 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 5 ــ 7 تال داۋاملىق بېرىلىدۇ .

سۈپۈپى مامۇرانچىنى نۇسخىسى : مامۇرانچىنىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ، يۇمشاق سوقۇپ كاپسۇلغا قاچىلاپ تەييارلاپ قويۇلىدۇ .

( ئۇرۇمچى ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## تولغاق كېسەللىكى

بۇ ، غەيرىي تەبىئىي خىلىتلارنىڭ تەسىرى ۋە تولغاق باكتېرىيە لىرىنىڭ يۇقۇشىدىن پەيدا بولىدىغان ئېغىر ئۈچەي كېسەللىكى بولۇپ ، ياز ، كۈز پەسىللىرىدە كۆپرەك پەيدا بولىدۇ . بۇ كېسەللىك توغۇپ تىتىرەش ، تەرەت سۇدەك ھەم شىللىمشىق ، بەزىدە قان ـ يىرىڭلىق كۆپ قېتىم كېلىش ، قۇرۇق ئىنجىق ، ماغدۇرسىزلىنىش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) رەيھان ، بالەنگۇ ، ھۇممار ئۇرۇقلىرىدىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ ، شىرىسنى چىقىرىپ ، كۈنىگە بىرنەچچە قېتىم ئىستېمال قىلسا بولىدۇ .

2 ) قارا ھېلىلە ، ئارپىبەدىيان ۋە قەنتتىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ ، قارا ھېلىلىنى كالا يېغىدا قورۇپ ، دورىلارنى قوشۇپ يۇمشاق تالقانلاپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 3 ــ 5 گرام ئىستېمال قىلسا بولىدۇ .

3 ) كۈندۇر ، مۇرمەككى ، زەپەر ، كۆيدۇرۇلگەن زەمچىدىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ شىياپ تەييارلاپ ، مەقئەتكە كىرگۈزسە بولىدۇ .

4 ) تۇخۇم سېرىقى ، گۈل يېغى ، تۈتىيانى گۈلابقا ئارىلاشتۇرۇپ ، پاختىغا سىلەپ مەقئەتكە قويسا بولىدۇ .

5 ) قىزىلگۈل ، كۆك ماشىنى سوقۇپ گۈل يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ، كىندىك ئەتراپىغا سۈركەپ قويسا ئۇنۇمى ياخشى .

6 ) چوڭ تەرەت قىستاپ بىئارام بولغاندا ، شەربىتى بىنەپشە ( 227 ـ نۇسخا ) گە خىيارشەنبەرنى سوقۇپ ئارىلاشتۇرۇپ ، تەمى چىقـ قاندىن كېيىن بادام يېغى ( 281 ـ نۇسخا ) بىلەن قوشۇپ كىلىزما قىلسا ئۇنۇمى ناھايىتى ياخشى .

7 ) تولغاق يېگى باشلانغاندا قىزىش ، جۇغ ـ جۇغ بولۇش ، باش ئاغرىش قاتارلىق ئالامەتلەر قوشۇلۇپ كېلىپ قاتتىق ئىنجىق تۇتسا ، نېلۇپەر ، بىنەپشە ، قىزىلگۈل ، گاۋزىبان ، سېرىق ئوت ھەر بىردىن 10 گرامدىن ، چىلان ، سەرپىستاندىن 7 دانە ، ئەينۇلدىن 11 دانە ، پوستى خەشخاشتىن 5 گرام ، تەرەنجىۋىل ، تەمرى ھىندىدىن 30 گرامدىن ، سېرىق ھېللىلە پوستى ، تۇربۇت ھەر بىردىن 6 گرامدىن ، يۇمغاقسۇت ئۇرۇقىدىن 15 گرام ئېلىپ ، چىنە چەينەككە سېلىپ قاينىق سۇ قۇيۇپ ، ئوتتا بىر ئۆرلىتىپ ، بىرلا قېتىمدا ئىچىلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

8 ) بىمارداً قىزىتما بولسا ، قىزىتما ياندۇرۇش ئۈچۈن بىنەپشە ، نېلۇپەر ، يۇمغاقسۇت ، چىلان ، ئەينۇلا ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، ئەنگۈرشىپا ، بېھى ئۇرۇقى ، ئىسپىغۇل قاتارلىق دورىلار بىرىلىدۇ . ئاق لەيلى گۈلى ، خۇببازى ، بىخ بىنەپشە ، ئەنگۈرشىپا ، زىغىر ھەر قايسىسىدىن 30 گرامدىن ئېلىپ ، 750 گرام سۇدا قاينىتىپ سۈزۈپ ، سۈيىگە 20 گرام گۈل يېغى ئارىلاشتۇرۇپ ھەممىلچە قىلىندۇ . بىخ بىنەپشە ، قىزىلگۈل ، ئەنگۈرشىپا ، ئاق لەيلى گۈلى ، كاسىنە گۈلى ، چەلەك يوپۇرمىقى قاتارلىقلارنى 5 كىلوگرام سۇدا قاينىتىپ ئايرىپ ، بىمارنى بەل قىسمىغىچە ۋاننا قىلدۇرسا بولىدۇ .

9 ) قۇرۇق ئاق لەيلى گۈلى ، زىغىردىن 7 گرامدىن ، رۇسۇتتىن 3 گرام ، ئەپيۇن ، زەپەردىن 2 پۇڭدىن ئېلىپ ، سوقۇپ ، رۇسۇت سۈيى بىلەن شامچە تەييارلاپ ، گۈل يېغىدا ياغلاپ مەقئەتكە كىرگۈزۈلىدۇ .

10 ) قىزىتما يۇقىرى بولسا ، سوغۇق سۇدا ۋاننا قىلدۇرۇش ، بېشىغا سوغۇق سۇ قۇيۇش ، قورساقتا سەندەلنى سۇرۇپ چېپىش ، ئالما سۇيىگە زىرىق شەربىتى قوشۇپ ئىچۈرۈش چارىسى قىلىنىدۇ . تەييار دورىلاردىن ئەرەقى رەيھان ، ئەرەقى بىدەمىشكى ، ئەرەقى كافۇر ، ئەرەقى سەندەل قاتارلىق دورىلار بېرىلىدۇ . كېسەللىكنىڭ دەسلىپىدە ئارپا ئېشى ئېتىپ بېرىشنىڭ ئۈنۈمى ياخشى .

(ئۇرۇمچى ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

11 ) ئاددىي دورىلاردىن تۆۋەندىكىلەر بېرىلىدۇ :

( 1 ) بىر كۈن يېمەكلىك چەكلىنىدۇ . ئايناق سۈنى كۆپ ئىچسە بولىدۇ .

( 2 ) بىرنەچچە چىش سامساقنى خام ھالدا تاماق بىلەن قوشۇپ يېيىشكە بۇيرۇلىدۇ .

( 3 ) سىمىز ئوتنى پىشۇرۇپ يېيىشكە ياكى سقمپ سۈيىنى چىقىرىپ قاينىق سۇ قوشۇپ ئىچىشكە بۇيرۇلىدۇ .

( 4 ) ئانار پوستىدىن 30 گرامنى بىر چىنە سۇ بىلەن قاينىتىپ يېرىمى قالغاندا سۈزۈپ ، 1 قوشۇق قارا شېكەر قوشۇپ ئىچۈرۈلىدۇ .

( 5 ) تۇخۇمەك مېۋىسىدىن 50 گرامنى 60 گرام قارا شېكەر قوشۇپ ، بىر چىنە سۇ بىلەن قاينىتىپ سۈزۈپ ، ئۇچكە بۆلۈپ ئىچۈرۈلىدۇ .

( 6 ) مامۇرانچىنى ، قۇستىدىن 10 گرامدىن ئېلىپ ، يۇمشاق سوقۇپ ، 5 گرامنى قاينىق سۇ بىلەن ئىچۈرسە بولىدۇ .

( 7 ) 2 دانە تۇخۇمنى 50 گرام شېكەر قوشۇپ قوچۇپ ، قاچىغا ئېلىپ ، قاسقاندا پىشۇرۇپ ، بىر قېتىمدىلا يېيىشكە بۇيرۇلىدۇ .

( 8 ) يۇمغاقسۇت ئۇرۇقىنى قورۇپ ، سوقۇپ 6 گرامنى شېكەر سېلىنغان قاينىق سۇ بىلەن ئىچۈرسە بولىدۇ .

( 9 ) گۈل يېغى بىلەن تۇخۇم سېرىقىنى ئارىلاشتۇرۇپ ، مەقئەتكە ھەمەلچە قىلسا بولىدۇ .

12 ) مۇرەككەپ دورىلاردىن تۆۋەندىكىلەر بېرىلىدۇ :

( 1 ) 20 گرام سانا ياكى 50 گرام شور سۇرگە بېرىلىپ ئىچى توقۇق سۇردۇرۇلىدۇ ، ئۇنىڭدىن كېيىن ، ئىچ توختاتقۇچى دورىلار بېرىلىدۇ . سۇپۇپى قابىز ( 213 ـ نۇسخا ) بىلەن شەربىتى سەپەرجىل بېرىلىدۇ ياكى سۇپۇپى مەقلىياسا ( 221 ـ نۇسخا ) دىن 10 گرامنى شەربىتى سەپەرجىل بىلەن كۇنىگە 3 ۋاخ بەرسە بولىدۇ .

( 2 ) ئانار گۈلقەنت ( 158 ـ نۇسخا ) تىن 20 گرامنى قاياناق سۇ بىلەن ئىچۇرسە بولىدۇ .

( 3 ) شەربىتى ئەنجبار ( 223 ـ نۇسخا ) 30 مىللىلىتىردىن كۇندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

( 4 ) ھەببى تاباشىرقابىز ( 12 ـ نۇسخا ) كۇنىگە 3 ۋاخ 6 تالدىن بېرىلىدۇ .

( 5 ) جاۋارىش خۇزى ( 123 ـ نۇسخا ) 6 گرامدىن كۇنىگە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

تولغاق كېسەللىكىنى داۋالاشتا خەلق ئارىسىدا تەجرىبىدىن ئۆتكەن رېتسېپلار :

1 ) 20 دانە ئەينۇلنى بىر قاچا سۇدا ئۇرۇقى ئايرىلغۇچە قاينىتىپ ئېزىلدۇرۇپ ، ئىككىگە بۆلۈپ تاماقتىن بۇرۇن ئىچسە بولىدۇ .

2 ) ئەينۇلنى قورۇپ ئاچچىقسۇ بىلەن كۇمىلاچ قىلىپ ، قاياناق سۇ بىلەن بىللە ئىچسە بولىدۇ .

## قەۋزىيەت

بۇ ، تۇرلۇك ئوزۇقلۇق ۋە ئىچكى ئەزالار ئامىللىرى تۇپەيلىدىن پەيدا بولىدىغان كېسەللىك بولۇپ ، ئىشتىھا تۇتۇلۇش ، قورساق كۆپۈش ، 2 ــ 3 كۇنىگىچە تەرەت كەلمەسلىك ۋە كۆكۈل

ئېلىشىشتەك ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) ئادەتتىكى قەۋزىيەت ياكى يېڭىدىن بولغان قەۋزىيەتلەرگە دورا ئىشلىتىلمەسمۇ بولىدۇ . قوغۇن ـ تاۋۇز ، ئۆرۈك ـ شاپتۇل قاتارلىق مېۋە ـ چېۋىلەرنى ( ئاچچىق ـ چۈچۈك مېۋە ـ چېۋىلەردىن پەرھېز قىلىنىدۇ ) ، كۆكتاتنى كۆپرەك يېيىش ، كۆكتات شورپىسى ، سۈت ئىچىش ئارقىلىق قەۋزىيەتتىن ساقلىنىش ۋە قەۋزىيەتنى تۈزەش تەۋسىيە قىلىنىدۇ .

2 ) ئادەتلەنگەن قەۋزىيەتكە :

( 1 ) ھەركۈنى ئەتىگەندە 1 قوشۇق ھەسەلنى قايناق سۇدا ئېرىتىپ ئىچىش ياكى قايناق سۇغا ئازراق تۇز قوشۇپ ئىچىش بۇيرۇلىدۇ .

( 2 ) مېۋە قاقلىرىنى قايناق سۇغا چىلاپ ( قايناتمىسمۇ بولىدۇ ) چۈلە قىلىپ ئىچىش بۇيرۇلىدۇ .

( 3 ) سانادىن 15 ــ 30 گرامنى بىر چىنە قايناق سۇغا چىلاپ ، تەمىنى چىقىرىپ سۈزۈپ ئىچىش بۇيرۇلىدۇ .

( 4 ) ئىنەك پېتى يېغى ( رەۋغىنى بىدەنجىر ) دىن 20 مىللىلىتىرنى ئىچىش بۇيرۇلىدۇ .

( 5 ) ناشتىدا تويغۇچە ئۇجمە يېگۈزۈلىدۇ ياكى ئۇجمە ۋاسالغۇسى چىلاپ ئىچۈرۈلىدۇ .

3 ) تەبىيار دورا بىلەن داۋالاشتا :

( 1 ) مەجۇنى سانا ( 59 ـ نۇسخا ) 10 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

( 2 ) ھەببى تاباشىر مۇلەييىن ( 13 ـ نۇسخا ) 10 تالدىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

(3) ھەببى رەۋمن (30 ـ نۇسخا) 7 تالدىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ.

( 4 ) ھەببى مۇخرىج ( 44 ـ نۇسخا ) 3 تالدىن كۈندە 1 قېتىم بېرىلىدۇ ، ئارقىدىن قايناق سۇنى كۆپ ئىچىش بۇيرۇلىدۇ .

( 5 ) لوئۇقى خىيارشەنبەر ( 180 ـ نۇسخا ) 5 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

( 6 ) شەربىتى دىنارى ( 230 ـ نۇسخا ) 30 مىللىلىتىردىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

( 7 ) ھەببى ئايارەج پەيقىرا ( 1 ـ نۇسخا ) 7 تالدىن كۈندە 1 ۋاخ بېرىلىدۇ .

( 8 ) ھەببى تەنكار ( 14 ـ نۇسخا ) 5 تالدىن كۈندە 3 ۋاخ ئىچىپ بېرىلسە ، ئاغرىتماي ئىچىنى بوشتىدۇ .

( 9 ) مەتبۇخى سۆرۈنجان ( 258 ـ نۇسخا ) 60 مىللىلىتىردىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

( 10 ) كىر سوپۇن ، ئاق مومدىن 2 گرامدىن ئېلىپ ، ئارىلاشتۇرۇپ شامچە ياساپ ، مەقئەتكە ھەركۈنى كەچتە 1 قېتىم قويۇلىدۇ .

( 11 ) شىياپى مۇلەييىن ( 350 ـ نۇسخا ) مەقئەتكە قويۇلىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## قەۋزىيەتنى داۋالاشتا خەلق ئارىسىدا تەجرىبىدىن ئۆتكەن رېتسىپلار

1 ) قارا كۈنجۈتتىن 30 گرام ، ياڭاق مېغىزىدىن 60 گرام ئېلىپ يۇمشاق ئېزىپ ، كۈندە 2 قېتىم 1 قوشۇقتىن ئىلمان سۇ بىلەن ئىچىلىدۇ .

2 ) قارىغاي ئۇرۇقى ، كەندىر ، ئارچا ئۇرۇقلىرىدىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق يانجىپ ، قايناق سۇ بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ .

3 ) ئاپېلسىن پوستىنى ھاراقتا چىلاپ ، سايىدا قۇرۇتقاندىن كېيىن يۇمشاق يانجىپ ، ھەرقېتىمدا 25 گرامدىن گۈرۈچ سۈيى بىلەن ئىستېمال قىلسا ، چوڭ ئۇچەي توسۇلۇپ قېلىش خاراكتېرلىك قەۋزىيەتكە مەنپەئەت قىلىدۇ .

4 ) كۈندە بىر ئىستاكاندىن قېيىق ئىچىپ بەرسە ھەزىم قىلىشنى

كۆچەيتىدۇ ، ئۇچەيلەرنى راۋانلاشتۇرىدۇ . بۇ ، ياشانغان كىشىلەردىكى قەۋزىيەتكە مۇۋاپىق كېلىدىغان ، ساغلاملىقنى ئاشۇرغۇچى ئىچىملىكتۇر .

5 ) تاتلىق ياغلىرىدىن 250 گرام ئېلىپ ، مايدا پىشۇرۇپ ئىككىگە بۆلۈپ ، بىر كۈندە ئىستېمال قىلسا ، سوزۇلما خاراكتېرلىك قەۋزىيەتكە مەنپەئەت قىلىدۇ .

6 ) يېڭى كۈدە يىلتىزى بىلەن يوپۇرمىقىنى يانچىپ ، بىر ئىستاكان سۈيىنى ئىلمان قايناق سۇ بىلەن ئىچسە ، سوزۇلما خاراكتېرلىك قەۋزىيەتكە مەنپەئەت قىلىدۇ .

7 ) كۈنجۈت ، ياڭاق مېغىزى ، قارىغاي ئۇرۇقىدىن 25 گرامدىن ئېلىپ يۇمشاق ئېزىپ ، ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ، كۈندە 2 قېتىم ئەتىگەن - ئاخشامدا ئاچ قورساققا ئىستېمال قىلسا ، ئادەتلىنىش خاراكتېرلىك قەۋزىيەتكە مەنپەئەت قىلىدۇ .

8 ) سۈتتىن 250 گرام ، ھەسەلدىن 100 گرام ، پىياز شىرىسىدىن ئازراق ئېلىپ ، سۇس ئوتتا قاينىتىپ پىشۇرۇپ ، كۈندە سەھەردە ئاچ قورساققا ئىستېمال قىلسا ، ئادەتلىنىش خاراكتېرلىك قەۋزىيەتكە مەنپەئەت قىلىدۇ .

9 ) قارا كۈنجۈت ، رەۋەن ھەر بىرىدىن 60 گرامدىن ، چايدىن 15 گرام ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ ، ھەرقېتىمدا 10 گرامنى قايناق سۇ بىلەن كاپ ئەتسە بولىدۇ .

10 ) بالەنگۇ ئۇرۇقىدىن 30 گرام ، كەندىر ئۇرۇقىدىن 15 گرام ئېلىپ ، سۇدا نەمدەپ شىرىسىنى چىقارغاندىن كېيىن ، گۈرۈچ قېيامى بىلەن ئېچسە ، سوغۇقتىن بولغان قەۋزىيەتكە مۇۋاپىق كېلىدۇ .

11 ) ھەرخىل بىرقانچە تامچە ئاچچىقسۇ تېمىتىلغان قايناق سۇ ئېچىپ بەرسە ، قەۋزىيەتنىڭ ئالدىنى ئالغىلى بولىدۇ .

12 ) ھەسەلدىن مۇۋاپىق مىقدارداپ ئېلىپ ، ئىلمان قايناق سۇدا تەڭشەپ ، ھەرخىل 2 ــ 4 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 60 ــ 90 مىللىلىتىردىن ئېچسە بولىدۇ .

13 ) تۇرۇپ ئۇرۇقىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ، قورۇپ سارغايـ تىپ ، سوقۇپ پاراشوك ھالەتكە كەلتۈرۈپ ، زۆرۈر بولغاندا ئۇخلاشتىن ئىلگىرى 5 ــ 20 گرام ئېلىپ ، ھەسەل ياكى ئاق شېكەرگە ئارىلاشتۇـ رۇپ ، ئىلمان قاينىق سۇ بىلەن ئىچۈرۈلىدۇ .

14 ) ھەسەلدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ، پەس ئوتتا قاينىتىپ ، ئىلمان بولغاندا قول بىلەن ئېشىپ نۆكچە قىلىپ ، مەقئەتكە كىرگۈزۈلىدۇ .

15 ) چوڭ چىلاندىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قاسقانغا سېلىپ دۇملەپ پىشۇرۇپ ، پوستىنى سويۇۋېتىپ ئېزىپ ، چىلان قېيمىسى تەيـ يارلاپ ، ئۇنىڭدىن كېيىن كۈنجۈتتىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قورۇپ ، ئېزىپ ، پاراشوك ھالەتكە كەلتۈرۈپ ، چىلان قېيمىسى بىلەن ئارىلاشتۇـ رۇپ ، ھەرقېتىمدا 2 قوشۇقتىن كۈندە 3 ــ 4 قېتىم يېگۈزۈلىدۇ .

## سازاڭسمان مەددە كېسەللىكى

بۇ ، تازىلىقلا رىئايە قىلماسلىق سەۋەبىدىن سازاڭسمان مەددە تۇخۇمىنىڭ ئۇچەيگە ئورۇنلىشىپ تىرىلىشى ۋە كۆپىيىشى ئارقىلىق يۈز بېرىدىغان ، باللاردا كۆپ كۆرۈلىدىغان بىر خىل ئۇچەي مەددە قۇرت كېسەللىكى بولۇپ ، باللاردا ئىشتىھا تۆتۈلۈش ، چىشلىرىنى كاراسلىتىپ ئۇخلاش ، ئۇخلىغاندا ئېغىزدىن شال ئېقىش ، بەزىدە قورساق ئاغرىش ۋە ئۇچەي توسۇلۇش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) فۇفىلدىن 21 گرام ئېلىپ سوقۇپ سۈپۈپ قىلىپ ، ئاچ قورساققا قاينىق سۇ بىلەن باللار كۈندە 7 گرامدىن ئۈدا 3 كۈن ، چوڭلار 21 گرام ئىچىدۇ .

2 ) 125 گرام ئانار پوستىنى 700 مىللىلىتىر سۇدا بىر سائەت قاينىتىپ سۈزۈپ ، ئۇنىڭغا يەنە 3.5 گرام تازىلانغان شور قوشۇپ ، بەش

ئۇلۇشكە بۆلۈپ ، بالىلارغا يېرىم ئۇلۇشتىن ، چوڭلارغا بىر ئۇلۇشتىن كۈندە 1 قېتىم 5 كۈن ئىچۈرۈلىدۇ .

3 ) فۇفىل تالقىنىدىن 30 گرام ، كاۋاۋېچىندىن 10 گرام ، مامۇرانچىنىدىن 15 گرام ئېلىپ ، ئالدى بىلەن كاۋاۋېچىن بىلەن مامۇرانچىنىنى 1 لىتىر سۇدا قاينىتىپ سۈزۈپ ، ئۈنىگە فۇفىل تالقىنىنى قوشۇپ ئارىلاشتۇرۇپ ، باللارغا يېرىمى ، چوڭلارغا ھەممىسى ئىچۈرۈلىدۇ .

4 ) قاپاق ئۇرۇقى مېغىزىدىن 100 گرام ، فۇفىلدىن 45 گرام ، سانادىن 15 گرام ئېلىپ ، ئالدى بىلەن فۇفىل بىلەن قاپاق ئۇرۇقى مېغىزىنى سوقۇپ تالقانلاپ ، ئاچ قورساققا كاپ ئېتىپ ، 20 مىنۇتتىن كېيىن سانانى سۇدا بىرلا ئۆرلىتىپ ئېلىپ ئىچسە بولىدۇ . باللارغا بېرىشتە مىقدارىغا دىققەت قىلىش لازىم .

5 ) كالا سۈتىدىن 300 مىللىلىتىر ، كاۋا ئۇرۇقى مېغىزىدىن 100 گرام ، فۇفىلدىن 60 گرام ، سانادىن 15 گرام ، ھەسەلدىن 30 مىللىلىتىر ئېلىپ ، ئالدى بىلەن فۇفىل بىلەن كاۋا ئۇرۇقى مېغىزىنى ئايرىم - ئايرىم سوقۇپ تالقانلاپ ، فۇفىلنى 150 مىللىلىتىر كالا سۈتىگە ئارىلاشتۇرۇپ ئاچ قورساققا ئىچىدۇ . ئارىدىن بىر سائەت ئۆتكەندىن كېيىن ، سانانى قاينىتىپ ، سۈزۈپ سۈيىگە ھەسەل قوشۇپ ، يېرىم چىنە سانا قاينىتمىسىنى بىراقلا ئىچىدۇ .

( تۇرپان ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

6 ) چار بۇرجەكتىن 30 گرامنى چېقىپ مېغىزىنى قاينىتىپ ئىچۈرسە بولىدۇ .

7 ) دەرمەنە تۇرىدىن 30 گرام ئېلىپ ، يۇمشاق سوقۇپ 6 گرامدىن كۈنىگە 1 قېتىم كاپ ئەتكۈزۈلىدۇ ( يۇقىرىقى ئىككى دورىنى ئىشلىتىشتىن ئۈچ كۈن ئىلگىرى ۋە دورا ئىچىپ ئۈچ كۈنگىچە بىمارغا ياغلىق تاماق بېرىش چەكلىنىدۇ ) .

8 ) دەرمەنە تۇرىدىن 3 گرام ، بەرەڭگى كابىلدىن 6 گرام ئېلىپ ، يۇمشاق سوقۇپ ، 2 دانە ئۇرۇقى ئېلىۋېتىلگەن خورما بىلەن خېمىر

قىلىپ ، بىر قېتىمدىلا ئۇخلاش ئالدىدا ئىچۈرۈلىدۇ .

9 ) بىمارغا ئۇچ كۈنگىچە يېڭى سېغىلغان سۈت ئىچۈرۈلۈپ ، تۆۋەتىچى كۈنى تۆۋەندىكى نۇسخا بېرىلىدۇ .

بەرەڭگى كابىلى ، شىرخشت ، تۇربۇت ، قەمبىل ھەر بىرىدىن 15 گرامدىن ، تىرمىس ، قىزىل لوبىيا ، ئاچچىق قۇستە ھەر بىرىدىن 21 گرامدىن ، دەرمەنە تۇرکىدىن 30 گرام ، تاشتۇزدىن 3 گرام ئېلىپ يۇمشاق تالقانلاپ ، كۈندە 1 قېتىم 9 گرامدىن ئىچۈرۈلىدۇ ، ئەگەر ئىچكۈچى قۇسۇپ تاشلىسا ، 1 لىتىر سۈغا چېلىپ ھەمەل قىلىنىدۇ .

10 ) يۇقىرىقى چارىلەر قىلىنغاندىن كېيىن ، سىيادان ، قىزىل لوبىيا ، بابۇنىدىن 15 گرامدىن ، ئەمەندىن 21 گرام ، شاپتۇل غازىكىدىن 15 گرام ئېلىپ ، ئىككى چوڭ چىنە سۈغا چىلاپ قويۇپ قاينىتىپ ، يېرىمى قالغاندا سۈزۈپ ، ئازراق كۈنجۈت يېغى قوشۇپ ھەمەل قىلىنىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

11 ) مەجۇنى قەمبىل ( 79 ـ نۇسخا ) 10 گرامدىن كۈنىگە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

12 ) مەتبۇخى سەرخەس مۇرەككەپ بېرىلىدۇ .

تەركىبى : سەرخەستىن 15 گرام ، ئەينۇلىدىن 12 گرام ، كاۋا ئۇرۇقىدىن 30 گرام ئېلىپ ، بىر چىنە سۇ بىلەن قاينىتىپ ، يېرىمى قالغاندا سۈزۈپ ئىچۈرۈلىدۇ . بۇ دورىنى ئاخشىمى ئىچۈرۈپ ، ئەتىسى ئەتىگەندە تۇز سۈرگىدىن 30 گرام بىرنېچە ئىچى سۈردۈرۈلىدۇ . بۇ دورىنى ئىچىشتىن بىر كۈن بۇرۇن ۋە ئىچىپ بىر كۈنگىچە مايلىق تاماق چەكلىنىدۇ .

13 ) مەجۇنى سەرخەس بېرىلىدۇ .

تەركىبى : تۇربۇت ، مۇقىل ھەر بىرى 6 گرامدىن ، سەرخەس ، بەرەڭگى كابىلى ھەر بىرى 3 گرامدىن ، ھەسەلدىن 60 گرام ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ ، كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 گرامنى 200 مىللىلىتىر كالا سۈتى بىلەن ئىچىدۇ .

14 ) شاپتۇل چېچىكى قاينىتمىسى بېرىلىدۇ .

تەركىبى : شاپتۇل چېچىكىدىن 15 گرام ، شېكەردىن 50 گرام ئېلىپ ، شاپتۇل چېچىكىنى 1 لىتر سۇدا قاينىتىپ ، 300 مىللىلىتر قالغاندا شېكەرنى سېلىپ ، سۈزۈپ تەييارلاپ ، ئاچ قورساققا بىراقلا ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

15 ) ئانار پوستى ئاينىتمىسى بېرىلىدۇ .

تەركىبى : ئانار پوستىدىن 30 گرام ، تۇز سۇرگىدىن 6 گرام ، شېكەردىن 50 گرام ئېلىپ ، ئانار پوستىنى 1 لىتر سۇدا قاينىتىپ ، 300 مىللىلىتر قالغاندا سۈزۈپ ، شېكەرنى سېلىپ ئىككىگە بۆلۈپ ، ئىچىش ئالدىدا 3 گرامدىن تۇز سۇرگىنى سېلىپ ئېرىتىپ ، ئاچ قورساققا بىراقلا ئىچىدۇ .

( بەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## قاپاق ئۇرۇقى مەددە كېسەللىكى

بۇ ، تازىلىققا رىئايە قىلماسلىق ۋە خام يېيىلگەن كالا گۆشىدىن يۇقۇملىنىشتىن پەيدا بولىدىغان مەددە كېسەللىكى بولۇپ ، چوڭ تەرىتىدىن قاپاق ئۇرۇقىدەك ياپىلاق ئاق رەڭلىك مەددە بوغۇملىرى كېلىش ، بەزىدە تەرەت قىلمىغان چاغلاردىمۇ ئۆزلۈكىدىن كېلىپ قېلىش ، يۇقۇملانغۇچى ئورۇقلاش ، تېرىلىرى قۇرغاقلىشىش ، بەزىدە ئىچى سۇرۇشتەك ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) مەجۇنى سەرخەس ( سازاڭسىمان مەددە كېسەللىكىنى داۋالاشتا سۆزلەندى ) كۇندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 گرامدىن 200 مىللىلىتر كالا سۈتى بىلەن ئىچۈرۈلىدۇ .

2 ) ئانار پوستىدىن 3 گرام ، سەرخەستىن 9 گرام ئېلىپ ، بىر چىنە سۇغا بىر كېچە چىلاپ ، ئەتىسى قاينىتىپ يېرىمى قالغاندا سۈزۈپ ، ئاچ قورساققا بىراقلا ئىچۈرۈلىدۇ .

3 ) چالا سوقۇلغان كاۋا ئۇرۇقىدىن 100 گرام ئېلىپ ، بىر چوڭ چىنە سۇدا قاينىتىپ سوۋۇتۇپ ، ئاچ قورساققا بىراقلا ئىچۈرۈلىدۇ .

4 ) چالا سوقۇلغان كاۋا ئۇرۇقى ، سوقۇلغان فۇفلىدىن 100 گرامدىن ئېلىپ ، ئاۋۋال كاۋا ئۇرۇقىنى بىر چىنە سۇدا قاينىتىپ ، يېرىمى قالغاندا ئاچ قورساققا بىراقلا ئىچۈرۈپ ، ئىككى سائەتتىن كېيىن فۇفلىنى قاينىتىپ سۈزۈپ ئىچۈرسە بولىدۇ . دورا ئىچىپ 1 ــ 2 سائەتتىن كېيىن بىمارنىڭ ئىچى سۈرۈپ مەددە چۈشۈپ كېتىدۇ ، ئەگەر چۈشمەي قالسا ، 50 گرام تۇز سۇرگىنى يېرىم چىنە سۇ بىلەن تەڭشەپ ئىچۈرسە بولىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

5 ) ئەركەك سەرخەس ، بەرەڭگى كابىلى ، زەنجىۋىل ، دارچىن ، پىلپىل ، سۆئىدى كۈپى ، ئاق تۇربۇت ھەر بىرىدىن 1 گرامدىن ئېلىپ ، بىر چوڭ چىنە سۇغا بىر كېچە چىلاپ قويۇپ ، ئەتىسى قاينىتىپ سۈزۈپ ، سۈيىگە 30 گرام قىزىلگۈلقەنت قوشۇپ ئىچۈرۈلىدۇ .

6 ) بەرەڭگى كابىلى ، قۇرۇق يالپۇز ، ئاچچىق ئانار پىلتىرى پوسىتىدىن 5 گرامدىن ، قەمبىل ، تىرمىس ، سەبرىدىن 4 گرامدىن ، ئاچچىق تاۋۇزدىن 3گرام ، نەمەكى ھىندىدىن 2 گرام ئېلىپ سوقۇپ ، ھۆل شاپتۇل يوپۇرمىقى سۈيى بىلەن نەمدەپ كۈمىلاچ قىلىپ ، كۈنىگە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرامدىن قاينىق سۇ بىلەن ئىچىشكە بېرىلىدۇ ، ئارقىدىن بىدەنجىر يېغى بىلەن ئىچى بوشىتىلىدۇ .

7 ) مەجۇنى قەمبىل ( 79 ـ نۇسخا ) 10 گرامدىن كۈنىگە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## تۇتۇ مەددە كېسەللىكى

بۇ ، ئۇششاق بالىلاردا كۆپ ئۇچرايدىغان ، چوڭلاردىمۇ ئۇچرايدىغان ، ئۇزۇنلۇقى 1 سانتىمېتىردىن ئۇزۇنراق يىپتەك ئىنچىكە ئاق

رەڭلىك قۇرت بولۇپ ، يۇقۇملانغۇچىنىڭ مەقئەت ئەتراپىنى قىچىشتۇرۇپ بىئارام قىلىش ، ئىشتىها تۆتۈلۈش ، باللار كېچىسى كۆپ يىغلاش ، مەقئەت ئەتراپىنى كۆپ قاشلاش ، ئىچى سۇرۇش ، تەرىتىدە مەددە بولۇش ، بەزىدە تەرەت قىلمىغاندىمۇ مەددە سىرتقا چىقىش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) كېسەللەنگۈچىنى داۋاملىق تاماقتىن بۇرۇن ، تەرەتتىن كېيىن قول يۇيۇشقا تەۋسىيە قىلىش ، مەقئەت ئۆپچۆرىسىنى قاشلاشقا قەتئىي يول قويماسلىق كېرەك .

2 ) شامچە تەييارلاپ ، ئۇخلاش ئالدىدا مەقئەتكە كىرگۈزۈپ قويۇلىدۇ .

شامچە نۇسخىسى : قۇرۇق ئۇزۇم ، ئاچچىق ئۆرۈك مېغىزى ، شاپتۇل مېغىزى ، تاتلىق قۇسته هەر بىرى 15 گرامدىن ئېلىنىپ ، يۇمشاق سوقۇپ ، مۇۋاپىق چوڭلۇقتا شامچە تەييارلاپ مەقئەتكە كىرگۈزۈلىدۇ .

3 ) تۆۋەندىكى دورا ھۆقنە قىلىنىدۇ .

تەركىبى : ئاچچىق تاۋۇز ، قەنتەرىيۇن ، نەمەكى ھىندى ، ئاچچىق ئۆرۈك شاكىلى ۋە مېغىزى باراۋەر مىقدارىدا ئېلىنىپ چالا سوقۇپ ، قايناتىپ سۈزۈپ ، ھۆقنە ئەسۋابى بىلەن ھۆقنە قىلىنىدۇ .

4 ) سەبرە سۇقۇتىرىدىن 10 گرام ، سىركىدىن 100 مىللىلىتىر ئېلىپ ، سەبرىنى يۇمشاق سوقۇپ سىركە بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ، مەقئەتتىن ھۆقنە قىلسا بولىدۇ .

5 ) مەقئەت سىرتىغا چىقىۋالغان قۇرتنى ئۆلتۈرۈش ۋە قاشلاش جەريانىدا زىدىلەنگەن ئورۇننى ساقايتىش ئۈچۈن ، شاپتۇل مېغىزىنى سوقۇپ مەقئەت ئۆپچۆرىسىگە چېپىش ياكى مەرھىمى كىبرىت ( 310 ـ نۇسخا ) ياكى مەرھىمى ئەمراز ( 299 ـ نۇسخا ) بىلەن مەقئەت ئۆپچۆرىسىنى يېغلاش بۇيرۇلىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

6 ) سۆگەت يىلتىزىدىن 30 گرامنى 1 لىتر سۇدا يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ ، ئازراق شېكەر قوشۇپ ، ئاچ قورساقتا بىرقاتلا ئىچىش بۇيرۇلىدۇ .

7 ) ئانار پوستىدىن 9 گرامنى يېرىم چىنە سۇدا قاينىتىپ ، يېرىمى قالغاندا سۈزۈپ ، ئۇخلاش ئالدىدا هۆقنە قىلسا بولىدۇ .

( خوتەن هۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## قورساقتىكى هەر تۈرلۈك قۇرتلارنى چۈشۈرۈشتە خەلق ئارىسىدا تەجرىبىدىن ئۆتكەن نۇسخىلار

1 ) سۆئىدى هىندىدىن 30 گرامنى 500 گرام هاراق بىلەن قاينىتىپ 30 گرامدىن ئىچۈرسە ، قورساقتىكى هەر تۈرلۈك قۇرتلارنى چۈشۈرىدۇ .

2 ) ئۇچەي قۇرتى ئۇچۇن شاتۇت پوستى ، ئاچچىق ئانار پوستىدىن 24 گرامدىن ئېلىپ ، سۇدا قاينىتىپ مەتبۇخ تەييارلاپ ، كۈندە مۇڭاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلسا ، ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ .

3 ) كۆك رەيھاننى سىقىپ سۈيىگە شېكەر سېلىپ ئىچسە ، قۇرت ئۆلتۈرىدۇ .

4 ) ئۆت يولى مەددە قۇرت كېسەللىكى ئۇچۇن 9 گرام كاۋاۋە چىننى ئېزىپ ، 1 دانە توخۇ تۇخۇمى بىلەن مايدا قورۇپ ، كۈندە 3 قېتىم مۇڭاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلسا ، ئۇنۇمى كۆرۈلىدۇ .

5 ) هەر خىل تېپىتىكى مەددە قۇرت كېسەللىكى ئۇچۇن قەمبىل ، بەرەڭگى كابىلى ، ئاچچىق تاۋۇز ئۇرۇقى ، فۇفىل ، ئانار يىلتىزى پوستى هەر بىردىن 5 گرامدىن ئېلىپ ، سوقۇپ تاسقاپ ، ناۋات قىيامى بىلەن 0.3 گرامغىتىن هەب تەييارلاپ ، كۈندە 1 قېتىم 1 ــ 3 دانە ئىستېمال قىلىندۇ.

6 ) ئاق ئۇجمە يىلتىزىنى فۇفىل بىلەن قاينىتىپ ، سۈيىنى ئاچ قورساق ئىستېمال قىلسا ، مەددە قۇرتىنى تۆگىتىدۇ .

# بـوۋاسـسـر

بـۇ ، مـەقئەتـكـە ئېغـىـر بـېـسـىـم چـۈشـۈش ۋە بـاشقا سەۋەبلەر تـۈپـەيـلـىـدىن مەقئەت يولىدىكى ئۇششاق قان تومۇرلارنىڭ كېڭىيىشىدىن ئۇزۇم دانـچـىلىرىدەك قانلىق پۈۋەكچە پەيدا بولىدىغان مەقئەت كېسەللىكى بـولـۇپ ، ئۇ ئـىـچـكـى بوۋاسىر ۋە تاشقى بوۋاسىر دەپ ئىككىگە بۆلۈنىدۇ . تـاشـقـى بـوۋاسىردا ھەر خىل شەكىلدىكى مونەكچە گۆش ئۆسۈكچىلىرى بـولـۇش بـىـلـەن بىللە ، ئىچكى - تاشقى بوۋاسىرلار مەقئەت قىچىشىش ، ئاغـرىـش ، تـۈتـقـانـدا مونەكچە مەلۇم بولۇش ، تەرەت بىلەن قان كېلىش قاتارلىق كېسەللىك ئالامەتلىرى ئارقىلىق ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

تـۇرمـىنى ئايرىپ سەۋەبىگە قارىتا چارە قىلىش ، سەي - كۆكتاتنى كۆپرەك يېگۈزۈش ، ھاراق ، لازا - ئاچچىقسۇ ، كالا ، ئۆچكە گۆشلىرىدىن پـەرھـىـز قـىـلـدۇرۇش ، قـەۋزىـيـەت بـولـۇپ قـېلىشنىڭ ئالدىنى ئېلىش ، ياتقۇزۇپ داۋالىتىش ۋە دەم ئالدۇرۇش لازىم .

1 ) مـەتـبـۇخـى ھېـلـىـلە ( 261 - نوسخا ) بىلەن قان سەۋدانى تازىلاش ، دانـچـىلار چىقـىـۋالغان بولسا ، مەقـئەت ساھەسـىـنـى گۈل يېغـى (297 - نـۇسـخـا ) ۋە ئازاراقـى يـېـغـى ( 279 - نـۇسـخـا ) بـىـلـەن ياغلاپ كـىـرگۈزۈۋېتىش ، سۇپۇپى بوخۇر شىكىرىپ ( 191 - نۇسخا ) بىلەن كۈندە 1 ۋاخ بۇسلاش ، ئىترىپىل سەغىر ( 110 - نۇسخا ) نى 10 گرامدىن ، ھەببى مـۇقـىـل ( 42 - نۇسخا ) نى 10 دانىدىن كۈندە 3 ۋاخ ئىستېمال قىلدۇرۇش كـېـرەك . قـان تـوختىتىش ۋە كەم قانلىقنى داۋالاش ئۈچۈن ، مۇرەككەپ دورىلاردىـن ھەببى كەھرىۋا ( 38 - نۇسخا ) ، شەربىتى ئەنجىبار ( 223 - نۇسخا ) ، شەربىتى رۇمان ( 231 - نۇسخا ) لار تاللاپ بېرىلىدۇ .

ئانـار گـۈلـى ، موزا ، سۇرمە ، زەمچە ، ئاقاقىيا ، سەمغى ئەرەبىدىن 5 گرامدىن ئېلىنىپ ، قائىدە بويىچە شامچە تەييارلاپ كىرگۈزۈلىدۇ .

يانتاق يىلتىزىنىڭ قاينىتىلمىسى ياكى يانتاق چېچكى گۈلقەنتى ( 160 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلاردىن بىرى تاللاپ بېرىلىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

2 ) ئەرەقى شاھتەررە ( 267 ـ نۇسخا ) كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 50 مىللىلىتىردىن بېرىلىدۇ . زاغرا ناننىڭ ئىچىگە سېلىپ تونۇردا پىشۇرۇلغان موزىدىن 10 گرام ، بىخ مارجانىدىن 8 گرام ، چۆچىنىدىن 2 گرام ، مۇقىلدىن 8 گرام ئېلىپ ، يۇمشاق سوقۇپ سۈپۈپ ياكى ھەب تەييارلاپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 ــ 8 گرام ، يەنە ھەببى مۇقىل (42 ـ نۇسخا ) كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 5 تال ، سۈپۈپى ئىترىپىل (184 ـ نۇسخا ) كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 10 گرام بېرىلىدۇ .

3 ) كالا يىلىكىدىن 10 گرام ، قاغىنىڭ قۇرۇتۇلغان قېنىدىن 3 گرام ، سەبرىدىن 3 گرام ئېلىپ مەلھەم تەييارلاپ ، يەرلىك ئورۇن سىرتىدىن تېڭىلىدۇ ۋە چۆچىنى قاينىتىلغان سۇ بىلەن يۇيۇلىدۇ .

4 ) يىلان تېرىسى ، مۇقىل ، بالادۇر ، بۆرە سويىمىسىنىڭ يىلتىزىدىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ ، چوغ قاچىلانغان قاچىنىڭ ئۈستىگە دورىلارنى سېلىپ مەڭئەت ئىسلىنىدۇ .

( پەيزاۋات ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

5 ) بوۋاسىر تالقىنى بېرىلىدۇ .

تەركىبى : پىلپىلدىن 36 گرام ، قارىمۇچتىن 42 گرام ، زەنجىۋىل ، زەرچىۋە ، ئامىلە پوستى ھەر بىردىن 3 گرامدىن ، قىزىل قولتۇق پاقىدىن 15 گرام ، قۇلىيىلىنىدىن 10 گرام ، چۇغۇندەڭ تالقىنىدىن 7 گرام ، كىرپە تالقىنىدىن 20 گرام ئېلىپ ، سوقۇپ تالقانلاپ ، 3 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ ئىچىلىدۇ .

6 ) پاقىدىن 3 دانە ، سۆرۈنجاندىن 9 گرام ، دانىكاردىن 6 گرام ، قۇرۇتۇلغان چايانداىن 9 گرام ، قوغۇشۇن ئۈپسىدىن 8 گرام ، قوينىڭ بۆرەك يېغىدىن 250 گرام ئېلىپ ، دورىلار سوقۇپ قوي يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇلۇپ ، سىرتىدىن چېپىلىدۇ .

7 ) زەرچىۋىدىن 25 گرام ، موزىدىن 30 گرام ، زەنجۈبلدىن 20 گرام ، پىلپىلدىن 25 گرام ، قارىمۇچتىن 15 گرام ، ئاقمۇچتىن 20 گرام ، كاۋاۋىچىندىن 8 گرام ، كۆپۈكى دەريادىن 20 گرام ، كات هىندى ، پاقا تالقىندىن 15 گرامدىن ، كىرپە تالقىندىن 10 گرام ئېلىپ ، سوقۇپ چاي ئورنىدا دەملەپ ئىچىلىدۇ هەم ئىلمان هالدا مەقئەت يۈيۈلىدۇ .

( مارالبېشى هۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

8 ) نورمالسىز سەۋادىدىن پەيدا بولغان بولسا ، ماددىنى پىشۇرۇش ئۈچۈن تەرەنجۈبلدىن 30 گرام ، گاۋزىبان هىندىدىن 20 گرام ، ئۈستەقۇدۇستىن 25 گرام ، بادرەنجىبۇيىدىن 20 گرام ، چىلان ، پىرسىياۋشان ، شاهتەررە هەر بىرىدىن 15 گرامدىن ، بىخسۇستىن 10 گرام ئېلىپ ، 1 لىتر سۇدا 500 مىللىلىتر قالغۇچە قاينىتىپ ، كۈندە 3 قېتىم ، هەر قېتىمدا 50 مىللىلىتردىن ئىچۈرۈلىدۇ . ئۈنىڭدىن كېيىن ، تازىلاش ئۈچۈن تۆۋەندىكى ئاددىي مەتبۇخى ئەپتىمۇن نۇسخىسى تەييارلاپ بېرىلىدۇ :

تەركىبى : سېرىق ئوت ، كابۇل هېلىلىسى ، ئۈستەقۇدۇس هەر بىرىدىن 30 گرامدىن ، شاهتەررە ، بىستىپايەج ، سانا هەر بىرىدىن 15 گرامدىن ، غارىقۇندىن 3 گرام ئېلىپ ، غارىقۇن ، سېرىق ئوتلارنىڭ تەمىتى چىقىرىپ ، باشقىلارنى 1 لىتر سۇدا 500 مىللىلىتر قالغۇچە قاينىتىپ ، دورىلارنى قوشۇپ ، كۈندە 3 قېتىم ، هەر قېتىمدا 100 مىللىلىتردىن ئىچۈرسە بولىدۇ .

سىرتىدىن يۈيۈش ئۈچۈن بىخ مارجان تالقىندىن 50 گرام ، ئانار پوستى ، زارائىزا چېچىكىدىن 30 گرامدىن ، چۆبچىنى ، كاۋاۋىچىن ، ماۋرانچىنىڭ هەر بىرىدىن 20 گرامدىن ، موزا ، قەلەمپۇردىن 15 گرامدىن ئېلىپ قاينىتىپ ، تەرەتتىن كېيىن يەرلىك ئورۇن يۈيۈلىدۇ . ئەگەر ئاددەتلەنگەن قەۋزىيەت بولسا ، هەسەل شەربىتى ياكى سۇپۇپ كۈمۈنى بېرىلسە ياكى تەرەنجۈل بىلەن خىيارشەنبەر دەملەپ بېرىلسە بولىدۇ .

( ئۇرۇمچى هۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

# بوۋاسىر كېسەللىكىنى داۋالاشتا خەلق ئارىسىدا سىناقتىن ئۆتكەن بەزى رېتسېپلار

1 ) يىلان پوستىدىن 3 گرامنى ئېزىپ ، 6 گرام ئارپا ئۇنىدا يۇغۇرۇلغان خېمىرغا يۆگەپ ، شېغىل تاشنى قىزىتىپ ، ئارىسىغا كۆمۈپ پىشۇرۇپ يېسە ، ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ .

2 ) كۈنجۈتتىن 6 گرامنى 3 گرام كۆيدۈرۈلگەن ياڭاق بىلەن يېسە ، بوۋاسىرنىڭ قېنىنى توختىتىدۇ .

3 ) يىلاندىن 50 گرام ، سېرىق هېلىلە پوستى ، كابۇل هېلىلىسى ، بەلىلە پوستى ، ئامىلە مۇقەششەر ، مۇقىل ، قارا هېلىلە ، كۈدە ئۇرۇقى ، بىخ مارجان قاتارلىقلارنىڭ هەر قايىسىسىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ، يۇمشاق سوقۇپ تاسقاپ ، كۈدە سۇيى بىلەن هەب تەييارلاپ ، كۈندە 3 قېتىم ، هەر قېتىمدا 10 داندىن ئىستېمال قىلسا ، ئىچكى - تاشقى بوۋاسىر كېسەللىكى ئۆچۈن ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ .

4 ) كۆك يانتاق مېۋىسىدىن 15 گرام ئېلىپ چالا سوقۇپ ، 250 مىللىلىتىر سۇدا 15 مىنۇت قاينىتىپ ، كۈندە 1 قېتىم مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلسا ، ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ .

5 ) مۇقىلدىن 50 گرام ، كۈندۇر ، سەبرە ، قارا هېلىلە ، سانا هەر بىرىدىن 25 گرامدىن ، ئامىلە ، بەلىلە هەر بىرىدىن 20 گرامدىن ئېلىپ ، يۇمشاق سوقۇپ تاسقاپ ، كۈدە ياكى بەدىيان سۇيى بىلەن هەب تەييارلاپ ، كۈندە 3 قېتىم ، هەر قېتىمدا 7 داندىن ئىستېمال قىلسا ، بوۋاسىر كېسەللىكىگە شىپا بولىدۇ .

6 ) مۇقىل ، كۈندۇر هەر بىرىدىن 50 گرامدىن ، سەۋزە ئۇرۇقى ، موزا ، ئادراسمان ئۇرۇقى هەر بىرىدىن 25 گرامدىن ، مۇدەببەر قىلىنغان كۈچۈلا تالقىنى ، پىلپىل ، قارىمۇچ ، ئاقمۇچ ، كۈدە ئۇرۇقى هەر بىرىدىن 15 گرامدىن ئېلىپ ، يۇمشاق سوقۇپ تاسقاپ ، هەسەل بىلەن هەب

تەييارلاپ ، كۈندە مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلسا ، بوۋاسىر كېسەللىكىگە ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ .

7 ) كۆيدۈرۈلگەن تۇخۇم سېرىقى ، كۆيدۈرۈلگەن جويۇز ھەر بىرىدىن 20 گرامدىن ، قورۇلغان كۈنجۈتتىن 60 گرام ئېلىپ ، يۇمشاق سوقۇپ تاسقاپ ، سۇپۇپ تەييارلاپ ، 10 گرامدىن ئىستېمال قىلىنىدۇ .

8 ) ئوردان ، ناۋاتتىن 60 گرامدىن ئېلىپ ، قائىدە بويىچە ئىچىلىدۇ .

9 ) تاۋۇز ئۇرۇقى مېغىزى ، بەدىيان ، نوقۇت ھەر بىرىدىن 3 گرامدىن ئېلىپ ، سوقۇپ پاراشوك قىلىپ ، سۇ بىلەن مەلھەم تەييارلاپ ، سەھەردە تاشقى بوۋاسىرغا سىرتىدىن چاپسا ، بوۋاسىر تۈگۈنچىسىنىڭ قاتتىقلىقى يوقىلىدۇ .

## مەقئەت قىچىشىش

بۇ ، سوغۇق ئەتراپىغا ئۆتكۈر خىلتىلارنىڭ تەسىر قىلىشى ، ھەر خىل روھىي ئامىللار ۋە مەددە قاتارلىقلارنىڭ تەسىرىدىن سوغۇق ئەتراپى ۋە پۈرمەكلىرىنىڭ تۇتقاقلىق قاتتىق قىچىشىشى بولۇپ ، ئۇزاق قاشلاش نەتىجىسىدە تېرە زېدىلىنىش ، يىرىكلىشىش ، بەزىدە تەمرەتكە ھاسىل بولۇش ، قىچىشىپ بىئارام قىلىپ ئازابلاش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) سەۋەبىگە قارىتا داۋالاپ بىر تەرەپ قىلىنىدۇ . مەددە سەۋەبىدىن بولغان بولسا ، مەددە يوقىتىلىدۇ ، روھىي ئامىللار سەۋەبىدىن بولغان بولسا ، سەۋەبچى ئامىل تۈگىتىلىدۇ .

2 ) مەتبۇخى ئەپتىمۇن ( 253 ـ نۇسخا ) ياكى مەتبۇخى شاھتەررە ( 260 ـ نۇسخا ) بېرىپ ماددا تازىلىنىدۇ .

3 ) مەقئەت ئەتراپى ئاۋۇال بىرنەچچە كۈن گۈل يېغى ( 297 ـ

نۇسخا ) بىلەن ياغلىنىدۇ ، كېيىن مەرھەمنى مۇرداراسەك ( 312 ـ نۇسخا ) بىلەن ياغلىنىدۇ .

4 ) ساقىيىپ بولغۇچە تەرەتنى يۇمشاتقۇچى دورىلار بېرىلىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

5 ) كېسەللىك ماددىلىق سەۋەبتىن بولغان بولسا ، گۈلى بىنەپشە ، نىلۇپەر گۈلىدىن 20 گرامدىن ، كاسنە ئۇرۇقى ، شاھتەررىدىن 15 گرام ، چىلاندىن 30 گرام ، ئەينۈلىدىن 60 گرام ، تەرەنجىۋىلدىن 150 گرام ئېلىپ ، 1 لىتىر مۇنىج شەربىتى تەييارلاپ ، كۈنىگە 3 قېتىم 100 مىللىلىتىردىن بېرىلىدۇ . ماددا پىشقاندىن كېيىن سېرىق ھېلىلە پوستى ، خىيارشەنبەردىن 30 گرامدىن ، ئەينۈلا ، تەمرى ھىندىدىن 60 گرامدىن ، سەرپىستاندىن 15 گرام ، چىلاندىن 20 گرام ، گۈلى بىنەپشە ، كاسنە ئۇرۇقى ھەر بىرىدىن 9 گرامدىن ، تەرەنجىۋىلدىن 45 گرام ئېلىپ ، قائىدە بويىچە 1 لىتىر مۇسھىل شەربىتى تەييارلاپ ، كۈنىدە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 150 مىللىلىتىردىن ئىچۈرۈلىدۇ .

6 ) گۈلى بىنەپشە ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، ھەمىشە باھار ئۇرۇقى ، ئەنگۈرشپادىن 25 گرامدىن ئېلىپ قاينىتىما تەييارلاپ ، مەقئەت يۇيۇلىدۇ . مەقئەت قۇرۇغاندىن كېيىن ، گۈل يېغىدىن 12 گرام ، تۇخۇمدىن 1 دانە ، يۇمغاقسۇتنىڭ سقىلغان سۇيىدىن 30 مىللىلىتىر ، كۆكنار ئۇرۇقىدىن 10 گرام ، سەمغى ئەرەبى ، نىشاستىدىن 3 گرامدىن ، گۈگۈرتتىن 2 گرام ئېلىپ مەلھەم تەييارلاپ ، يەرلىك ئورۇنغا چېپىلىدۇ .

7 ) كېسەللىك غەيرىي تەبئىي سەۋدا ، بەلغەمدىن بولغان بولسا ، چىلاندىن 20 گرام ، سەرپىستان ، شاھتەررە ھەر بىرىدىن 15 گرامدىن ، گاۋزىبان ھىندى ، پىرسىياۋشان ، ئۇستقۇددۇس ، بادرەنجبۇيا ، بىخ سۇس مۇقەششەر ھەر بىرىدىن 10 گرامدىن ، بەدىياندىن 6 گرام ، تەرەنجىۋىلدىن 60 گرام ئېلىپ ، قائىدە بويىچە 800 مىللىلىتىر شەربەت مۇنىج تەييارلاپ ، كۈنىدە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 100 مىللىلىتىردىن بېرىلىدۇ . ماددا پىشقاندىن كېيىن تۇربۇت مۇقەششەردىن 10 گرام ، باد-

رەنجەبۇيا ، گاۋزىبان ھندى ، ئامىلە ، ئۇستىقۇددۇس ، بىستىپايەج ، بىخسۇس ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، شاھتەرىدىن 9 گرامدىن ، بىنەپشە ، نېلۇپەر ، كاسنە ئۇرۇقىدىن 12 گرامدىن ، سانا ، سېرىق ئوتتىن 20 گرامدىن ، ئۇزۇمدىن 30 گرام ، خىيارشەنبەر ، تەرەنجىۋىلدىن 60 گرامدىن ، بادام مېغىزىدىن 15 گرام ئېلىپ ، قائىدە بويىچە 1 لىتر مۇسھىل شەربىتى تەييارلاپ ، كۈندە 2 قېتىم 150 مىللىلىتىردىن بېرىلىدۇ .

8 ) سېرىق ھېلىلە ، ئەنگۈرشپا ، خەشخاش ، شاھتەررە ھەر بىرىدىن 15 گرامدىن ، ئۆشبە ، چۆبچىنى ھەر بىرىدىن 5 گرامدىن ئېلىپ قاينىتما تەييارلاپ مەقئەت يۇيۇلىدۇ . مەقئەت قۇرۇغاندىن كېيىن ، گۈڭگۈرتتىن 10 گرام ، ۋازېلىندىن 30 گرام ، نىشاستە ، پوستى خەشخاش ، كەتىرا ھەر بىرىدىن 3 گرامدىن ئېلىپ ، يۇمشاق سوقۇپ مەلھەم تەييارلاپ سۈركىلىدۇ .

( كورلا ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## مەقئەت يېرىلىش

بۇ ، مەقئەت ئەتراپى جىددىي ياللۇغلىنىش نەتىجىسىدە ئېرىقچە شەكىلىدە يېرىلىدىغان كېسەللىك بولۇپ ، ھەر خىل ياشلاردىكى كىشىلەردە كۆرۈلىدۇ . ئوڭايلىقچە ساقايماي ، كىشىنى ئازابلايدۇ ، مەقئەت ئەتراپى قىزىرىپ ئىششىپ ، تەرەت قىلغاندا ئاغرىيدۇ ، بەزىدە يېرىلىپ قاناش ، ئېچىشش قاتارلىق ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) ئالدى بىلەن كېسەللىك پەيدا قىلغۇچى نورمالسىز خىلتلار تاۋلاپ چىقىرىلىدۇ . ئەگەر سەپرا ماددىسىدىن بولغان بولسا ، ماددىنى پىشۇرۇش ئۈچۈن كاسنە ، نېلۇپەردىن 6 گرامدىن ، تەرەنجىۋىلدىن 40 گرام ، بادرەنجىبۇيا ، چىلان ھەر بىرىدىن 20 گرامدىن ، سەرپىستانىدىن 12 گرام ، سانادىن 10 گرام ئېلىپ ، 1 لىتر سۇدا 500 مىللىلىتىر قالغۇچە

قايىنتىپ ، كۈندە 3 قېتىم 50 مىللىلىتىردىن بېرىلىدۇ . ماددىنى تازىلاش ئۈچۈن سېرىق هېلىلە ، كابۇل هېلىلىسى ، بەلىلە ، سەرپىستان ، ئەينۈلا هەر بىرىدىن 30 گرامدىن ، قارا هېلىلە ، تەرەنجۈبىل هەر بىرىدىن 20 گرامدىن ، بىنەپشە ، نېلۈپەر ، كاسنە ئۇرۇقى ، شاهتەررە ، سانا هەر بىرىدىن 50 گرامدىن ، تەمرى هىندى ، بادام مېغىزى ، خىيارشەنبەردىن 10 گرامدىن ئېلىپ ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇدا قاينىتىپ ، 500 گرام قالغاندا كۈندە 3 قېتىم ، هەر قېتىمدا 100 مىللىلىتىردىن بېرىلىدۇ .

شەربىتى بىنەپشە ( 227 ـ نۇسخا ) ، شەربىتى دىنارى ( 230 ـ نۇسخا ) ، ئىترىپىل سەغىرى ( 110 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى چۆبچىنى ( 64 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى چۆبچىنى ئەلا ( 65 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى سانا ( 59 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلار بېرىلىدۇ .

سىرتىدىن زۇۋا ، مەدەستان ، نىشاستە ، مامۇرانچىنى ، ئاق لەيلى ، مۇزىلاردىن مۇۋاپىق مىقدارda ئېلىپ سوقۇپ ، گۈل يېغى بىلەن مەلهەم تەييارلاپ سۈركىلىدۇ .

2 ) قاناش ، شەلۇمەشى ئېغىر بولسا ، زۇۋا ، مەدەستان ، كەھرىۋا ، مۇزا ، كۆپۈكى دەريا ، چۆبچىنى قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ، يۇمشاق سوقۇپ ، گۈل يېغىدا مەلهەم قىلىپ ، چوڭ تەرەتتىن كېيىن تازىلانغان ئورۇنغا چېپىلىدۇ . ئادەتتىنىش خاراكتېرلىك قەۋزىيەت بولسا ، هەسەل شەربىتى ( 251 ـ نۇسخا ) ، بېھى ئۇرۇقى لۇئابى ياكى تەرەنجۈبىل ، سانا ، خىيارشەنبەر قاتارلىقلار دەملەپ ئىچىلىدۇ .

( ئۇرۇمچى هۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

3 ) سىرتىدىن رەۋغىنى قىروتى (290 ـ نۇسخا) بىلەن ياغلىنىدۇ . ئىچكى هارارەتنى پەسەيتىش ئۈچۈن شەربىتى بىنەپشە (227 ـ نۇسخا ) ، شەربىتى نېلۈپەر ( باش ئاغرىقىنى داۋالاشقا قارالسۇن ) ، ئەرەقى ئەنگۇرشىپا ( 262 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلار بېرىلىدۇ .

مەقئەت هەر قېتىملىق تەرەتتىن كېيىن ئىسسىق سۇ بىلەن يۇيۇلىدۇ ، قۇرۇغاندىن كېيىن گۈل يېغى ( 297 ـ نۇسخا ) بىلەن ياغلىنىدۇ .

يېيىشكە ئىتىرىپىل سەغىرى ۋە مەجۇنى چۆبىچىنى قاتارلىق دورىلار بېرىلىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## سوغۇق چىقىپ قېلىش

بۇ ، كۆپىنچە بالىلاردا ، بەزىدە ھەر خىل ياشتىكى چوڭلاردىمۇ كۆرۈلىدىغان ، ئومۇمىي بەدەن ئاجىزلىق ، ئۇزاق داۋام قىلغان تولغاق ، ئىچى سۇرۇش ، ھامىلىدار ئاياللارنىڭ كۆچنىپ كەتكەن تولغىقى قاتارلىق سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن كىلىپ چىقىدىغان ، توغرا ئۇچەينىڭ سوغۇغا يېقىن قىسمىنىڭ ئۆرۈلۈپ چىقىۋېلىش ھادىسىسى بولۇپ ، كۆپىنچە تەرەتتىن كېيىن ، بەزىدە ئىنجىقلىغاندا چىقىۋېلىش ، ئۆزلۈكىدىن كىرىپ كەتمەي ، قول بىلەن ئىتتىرىپ كىرگۈزۈلۈشكە موھتاج بولۇش ، ئاغرىش ، بەزىدە يۇقۇملىنىپ ئىششىپ قاتتىق ئازابلاش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) كېسەللىك سەۋەبچىسى داۋالاپ تۈگىتىلسە ، بۇ كېسەللىك ئۆزلۈكىدىن ساقىيىدۇ .

2 ) تازىلىقلا رىئايە قىلىپ ، تەرەتتىن كېيىن ئىسسىق سۇ بىلەن پاكىز يۇيۇپ ، گۈل يېغىدا ياغلاپ ، پاكىز قول بىلەن ئاستا ئىتتىرىپ كىرگۈزۈۋېتىلىدۇ .

3 ) بالىلارنىڭ سوغۇق چىقىۋالغان بولسا ، يۇقىرىقى ئۇسۇل بىلەن كىرگۈزۈۋەتكەندىن كېيىن ، تۆۋەندىكى ئابزەن نۇسخىدا ئولتۇرغۇزۇلىدۇ :

قىزىل ماش ، قىزىلگۈل ، قۇرۇق ئەنگۈرشپا ، سماق ھەر بىرى 50 گرامدىن ئېلىنىدۇ . سۇدا قاينىتىپ ، ئىلمان ھالەتتە داسقا قۇيۇپ ، بالا شۇ سۇدا ئولتۇرغۇزۇلىدۇ . كىرگۈزگىلى بولمىغان چىقىقلار مۇشۇ دورىدا

ئولتۇرغۇزۇپ بولۇپ ، ئاۋايلاپ ئۆۋۈلاپ تۇرۇپ پاختا بىلەن بېسىپ كىرگۈزۈۋېتىپ ، تۆۋەندىكى زىماد بىلەن تېڭىلىدۇ :

زىماد نۇسخىسى : پوستى ئاجرىتىلغان قىزىل ماش ، ئانار پوستى ، جۇپىتى بەللۇت ، ئارچا مېۋىسى ھەر بىرىدىن 12 گرامدىن ئېلىپ ، يۇمشاق سوقۇپ ، ھەببۇلئاس سۇيىي بىلەن نەمدەپ سىرتىدىن چېپىپ ، پاختا شارچىسىنى مەقئەت ئاغزىغا قويۇپ تۇرۇپ سىرتىدىن مۇقىملاشتۇرۇپ تېڭىۋېتىلىدۇ .

4 ) ئاغرىق قاتتىق بولسا ، تۆۋەندىكى ئاغرىق پەسەيتىش مەلھىمى بىلەن تېڭىلىدۇ :

پوستى ئاجرىتىلغان قىزىل ماش ، ئەنگۈرشىپا ئۇرۇقىدىن 12 گرامدىن ، قىزىلگۈلدىن 3 گرام ئېلىپ ، يۇمغاقسۇت سۇيىدە پىشۇرۇپ ، تۇخۇم سېرىقى ۋە گۈل يېغىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم تەييارلىنىدۇ . چىقىۋالغان مەقئەتكە ئوبدان سۇركەپ ، پاختا بىلەن بېسىپ تۇرۇپ كىرگۈزۈۋېتىپ ، ئۇستىدىن پاختا كاللىكى قويۇپ يېلىملىق لاتا بىلەن تېڭىۋېتىلىدۇ .

5 ) چوڭلارنىڭ چىقىقىغا جۇپىتى بەللۇت ، ئاقاقىيا ، ئانارگۈلى ، ئانار پوستى ، موزا قاتارلىقلاردىن 20 گرامدىن ئېلىپ قاينىتىپ سۇيىدە ئولتۇرغۇزۇش ياكى 200 مىللىلىتر قاينىتىمنى ئىلمان ھالەتتە ھەمەل قىلىش ئۇسۇلى قوللىنىلىدۇ .

6 ) مەقئەت مۇسكۇللىرىنىڭ بوشاپ كېتىشىدىن كېلىپ چىققان بولسا ، مەجۇنى ئازاراقى ( 46 ـ ، 47 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى خۇبسلەھدىد ( 69 ـ نۇسخا ) ، ئىترىپىل سەغىرى ( 110 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى كۇندۇر ( 80 ـ نۇسخا ) قاتارلىق دورىلار بېرىلىدۇ . لېكىن ، تەرەتنىڭ مۇلايىم كېلىشىگە دىققەت قىلىش ، سەي ـ كۆكتات ، سۇت ، ھەسەل سۇيى قاتارلىقلارنى ئىچۈرۈش ئارقىلىق قەۋزىيەتنىڭ ئالدىنى ئېلىش لازىم . سۇ-پۇپى خۇرۇجى مەقئەت ( 207 ـ نۇسخا ) 2 گرامدىن كۇندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

7 ) مۇڭاپىق دەرىجىدە بەدەننى كۆچەيتىش ۋە سەمرىتىش تەدبىر-لىرى قوللىنىلىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## سوغۇ ئاقمىسى

بۇ ، مەقئەت ئەتراپىدا پەيدا بولغان ئۇششاق يىرىگىلىق ئىششىقلارنىڭ تولۇق ساقىيىپ كەتمىگەنلىكى سەۋەبلىك قېپقالغان ئاقما تۆشۈك بولۇپ ، بەزىلىرى پۈتەي بولىدۇ ، بەزىلىرى ئىنچىكە يوللار بىلەن تۇغرا ئۆچەيگە تۇتىشىپ ، ئىككى تەرەپلىمىلىك ئاقما يولنى شەكىللەندۈرىدۇ . داۋاملىق يىرىڭ ۋە زەرداب سۇ ئېقىپ تۇرۇش ، ئەتراپى شەلۋەرەش ، قىزىرىش ، ئاقما تۆشۈكى ئېتىلىپ قالسا ئىششىپ قاتتىق ئاغرىتىش ، بەزىدە يالۇغلىنىپ ئومۇمىي بەدەنلىك قىزىتما پەيدا قىلىش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) بىخلىما گۆشلەرنى يوقىتىش ۋە يېڭىدىن ئەت ئۇنۇشنى كاپالەتكە ئىگە قىلىش ئۈچۈن ، ئاقما سىرتىنى پاكىز يۇيۇپ ، ئاقما ئىچىنى قوش ئوكسىدلىق سۇ بىلەن يۇيۇپ ، ئىچىدىكى يىرىڭنى تولۇق چىقىرىۋەتكەندىن كېيىن ، شىياپى زەنكار ( 349 ـ نۇسخا ) نى قۇشقاچ مايىغا شەكىللىدە تەييارلاپ ، ئاقما ئىچىگە كىرگۈزۈپ تېڭىۋېتىلىدۇ . بۇ ئۇسۇل تاكى يېڭى گۆش ئۇنگۈچە داۋاملاشتۇرۇلىدۇ .

2 ) ئەگەر ئاقما ئاغزى كېڭىيىپ كەتكەن بولسا ، زەرۇرى ئەنزۇرۇت مۇنەششپ ( 345 ـ نۇسخا ) سېپىپ تېڭىلىدۇ .

3 ) قىزىتما پەيدا بولۇپ قالغان بولسا ، شەربىتى بىنەپشە ( 227 ـ نۇسخا ) ، ئەرەقى ئەنگۇرشىپا (262 ـ نۇسخا ) قاتارلىق دورىلار بىلەن قىزىتما قايتۇرۇلىدۇ . ئاقما دائىرىسى ئىششىپ قىزىرىپ قالغان بولسا ، زىمادى ئىسپىغۇل ( 314 ـ نۇسخا ) چېپىلىدۇ .

4 ) ئاقما جاراهەتنىڭ ئىچىدىن پۈتۈشىنى ئىلگىرى سۈرۈش ئۈچۈن ، ھەببى كىبرىت (40 ـ نۇسخا ) ، ھەببى سماب (22 ـ نۇسخا ) ، ھەببى كەپەرەس (39 ـ نۇسخا ) لەردىن بىرىنى ئايارەج جالىنۇس (104 ـ نۇسخا ) ، ئايارەج لۇغازىيا ( 105 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى چۆبچىنى (64 ـ ، 65 ـ نۇسخا ) لارنىڭ بىرسى بىلەن بىللە بېرىلىدۇ .

5 ) داۋاملىق سۈپۈپى چاردورا ( 203 ـ نۇسخا ) نى دەملەپ ئىچىش بۇيرۇلىدۇ .

6 ) بارلىق يەللىك نەرسىلەر ، كونا گۆش ، لازا ـ ئاچچىقسۇ ۋە تەرەتنى قاتۇرىدىغان ئاممىللاردىن پەرھىز قىلدۇرۇلىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

# VIII باب جىگەر ۋە ئۆت كېسەللىكلىرى

## يۇقۇملۇق جىگەر ياللۇغى

بۇ ، بەدەن قارشىلىق كۈچى، جىگەر خىزمىتى ئاجىزلاش ۋە خەستىلار تەكشۈرۈلۈۋقىنىڭ بۇزۇلۇشى سەۋەبىدىن ۋىرۇسلار جىگەر ھۈجەيرىلىرىنىڭ ياللۇغلىنىشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدىغان ئومۇمىي بەدەنلىك ئۆتكۈر يۇقۇملۇق كېسەللىكلەرنىڭ بىرى بولۇپ ، جىگەر زورىيىش ، كۆڭۈل ئېلىشىش ، ئىشتىھاسىزلىق ، پۈتۈن بەدەن ماغدۇرسىزلىنىش ، شاللىق پەردىلەر سارغىيىش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) سەپرادىن بولغان جىگەر ياللۇغى ئۈچۈن تەمرى ھىندىدىن 15 گرام ، كاسسىنە ئۇرۇقىدىن 30 گرام ، نىلۇپەر ، ئەينۈلدىن 15 گرامدىن ، بىنەپشە ، سەرپىستان ھەر بىردىن 10 گرامدىن ، چىلاندىن 10 دانە ، تەرخەمەك ئۇرۇقىدىن 10 گرام ئېلىپ دەملەپ ئىچىلىدۇ . ئەگەر بىماردا قىزىتما بولمىسا ، يۇقىرىقى دورىلارغا بەدىيان قوشۇپ بېرىلسە بولىدۇ . ئەرەقى كاسنە ( 268 ـ نۇسخا ) ، ئەرەقى بەدىيان ( 264 ـ نۇسخا ) كۈندە 500 مىللىلىتىردىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

2 ) سەۋدادىن بولغان جىگەر ياللۇغى ئۈچۈن گاۋزىبان ھىندى ، سىرىق ئوت ئۇرۇقى ، سىرىق ئوت 50 گرامدىن ، بادرەنجبۇيىدىن 15 گرام ، قىزىلگۈل ، نېپىز دارچىن 10 گرامدىن ، رۇمبەدىيان ، بادام مېغىزى 15 گرامدىن دەملەپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

3 ) بەلغەمدىن بولغان جىگەر ياللۇغى ئۈچۈن ، شەربىتى بۇزۇرى ھار بېرىلىدۇ .

تەركىبى : غاپەستىن 15 گرام ، بەدىيان يىلتىزى ، رەۋەن ، چىڭ سەي يىلتىزىدىن 3 گرامدىن ، رۇمبەدىيان ، ياۋا قوغۇن يىلتىزى ، بەدىياندىن 15 گرامدىن ئېلىپ ، بۇنىڭغا 500 مىللىلىتىر سىركە ياكى 500 گرام قەنت قوشۇپ شەربەت قىلىپ بېرىلىدۇ .

دەملەپ ئىچىش ئۇچۇن بەدىيان ، قووزاق دارچىن ، سۇمبۇل ، زۇپا ، پىرسىياۋشان ھەر بىردىن 10 گرامدىن بېرىلىدۇ . ساقىيىش باسقۇچىغا بارغاندا ، مەجۇنى سەنجىرىنا ( 57 ـ نۇسخا ) ، جاۋارىش ئامىلە ( 120 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى ئاساناسىيا ئاز مىقداردا بېرىلىدۇ .

مەجۇنى ئاسانىاسىيا نۇسخىسى : سۇمبۇل ، قۇستە تەلخ ، زەپەر ، مۇرمەككى ، ئۇدىبىلسان ، ئەپيۇن ، سەلىخە ، قۇرۇتۇلغان يېڭى بۆرە جىگىرى ھەر بىرى 5 گرامدىن ، غاپەستىن 10 گرام ، بىخسۇستىن 15 گرام ، ھەسەلدىن 200 گرام ئېلىپ ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ ، چىنە قاچىدا ساقلاپ ئالتە ئايدىن كېيىن كۇنىگە 2 ــ 5 گرام ئىستېمال قىلسا بولىدۇ . بۇ ، جىگەر ئاجىزلىقى ، جىگەر قېتىشىش ، تال ئاجىزلىق ، بۆرەك ، سۇيدۇك يولى ، دوۋساق كېسەللىكلىرى ، ئىستىرخا ، كونا يۆتەل ، قان قۇسۇش ، مەيدە ئاجىزلىق ۋە ئاغرىش ، بوۋاسىر قاتارلىقلارغا ئوبدان پايدا قىلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

4 ) سۇيدۇكنى راۋانلاشتۇرۇش ئۇچۇن ، ئەرەقى كاسىنە ( 268 ـ نۇسخا ) دىن 50 مىللىلىتىر ئىچۇرۇلىدۇ . خىلىتلارنى تەڭشەش ۋە پىشۇرۇش ئۇچۇن ، شەربىتى بۇزۇرى مۆتىدىل بېرىلىدۇ . ئارتۇق ماددىلارنى چىقىرىش ئۇچۇن ، شەربىتى دىنارى ( 230 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ .

5 ) كېسەللىك ئەھۋالىغا قاراپ سەپرا خىلىتى يۇقىرىلارغا شەربىتى دىنارى بىلەن ئەرەقى كاسىنە ، بەلغەم خىلىتى يۇقىرىلارغا شەربىتى بۇزۇرى ( 226 ـ نۇسخا ) بىلەن ئەرەقى كاسىنە بېرىلىدۇ . كاسىنە ئوكۇلى ياكى تابلېتكىسى تەييارلاپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ . كۆكۇل ئېلىشىش ئېغىرلارغا يۇقىرىقى دورىلارغا تەمرى ھىندى قوشۇپ بېرىلىدۇ . سېرىقلىق

زىيادە بولسا ، ئەرەقى كاسىنە بىلەن سىركەنجۈبىل ( 237 ـ نۇسخا ) بىرلىدۇ . قورساق كۆپىدىغانلارغا ئەرەقى بەدىيان ( 264 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ . تېرە قىچىشدىغانلارغا ئەرەقى ئەنگۈرشىپا ( 262 ـ نۇسخا ) بىلەن تەمرى ھىندى بېرىلىدۇ .

6 ) جىگەردىكى ئىششىقنى ياندۇرۇش ئۈچۈن ، مەتبۇخى شۇاق بېرىلىدۇ . ئىشتىھانى ئېچىش ئۈچۈن ، جاۋارىش ئامىلە ( 120 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ . كېسەل ئەسلىگە كېلىش دەۋرىدە مەجبۇنى دەبدىلۇەرد ( 73 ـ نۇسخا ) ، گۈلقەنت ، نۆش دورا (99 ـ نۇسخا) قاتارلىق دورىلار بېرىلىدۇ.

7 ) ئۈچىنچى ياكى تۆتىنچى دەۋردە ئەينۇلىدىن 5 دانە ، كاسىنە ئۇرۇقى ، قۇرۇق ئەنگۈرشىپادىن 6 گرامدىن ئېلىپ ، مۇۋاپىق مىقداردىكى قاينىاق سۇغا بىر كېچە چىلاپ ، ئەتىسى سۈزۈپ سىقىپ ، ئاز مىقداردا قەنت قوشۇپ ئىچۈرۈلىدۇ . كەچقۇرۇنلۇقى مەجبۇنى دەبدىلۇەردتىن 6 گرام ، ئەرەقى كاسىنىدىن 50 مىللىلىتىر ، ئەرەقى ئەنگۈرشىپادىن 50 مىللىلىتىر ئىچۈرۈلىدۇ .

8 ) كۆكۈل ئاينىش ، قىزىتما ۋە ئىدراك كەملىك ئۈچۈن زىرىق ، ئارپىبەدىيان ، كاسىنە ئۇرۇقى ، تەرخەمەك ئۇرۇقى ھەر بىرىدىن 3 گرامدىن ئېلىپ ، مۇۋاپىق مىقداردا ئېزىپ شىرىسىنى چىقىرىپ ، 72 مىللىلىتىر شەربىتى بۈزۈرى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچۈرۈلىدۇ . چۈشتە جاۋارىش ئانارەينىدىن 6 گرام بېرىلىدۇ . ئۇنىكىدىن باشقا ، رەۋەندىن 3 گرام ، قۇرۇق ئۈزۈمدىن 9 دانە ئېلىپ ، بىر كېچە قاينىاق سۇغا چىلاپ ، ئەتىسى سۈزۈپ سىقىپ ، شەربىتى بۈزۈرىدىن 72 مىللىلىتىر ئارىلاشتۇرۇپ ئىچۈرسە مەنپەئەت قىلىدۇ . ھۆل كاسىنە يوپۇرمىقىنىڭ سۈيى ، كۆك تۇرۇپ يوپۇرمىقىنىڭ سۈيىدىن 36 مىللىلىتىردىن ئىچۈرۈلىدۇ .

( قەشقەر ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

9 ) جىگەرنىڭ ھارارىتىنى تەڭشەش ، سۈيدۈك كۆپەيتىپ سېرىقلىقنى قايتۇرۇش ، ئىششىق ياندۇرۇش ، جىگەر خىزمىتىنى ئەسلىگە كەلتۈرۈش ئۈچۈن ، ئەرەقى كاسىنە ( 268 ـ نۇسخا ) دىن كۇندە 3 قېتىم

500 مىللىلىترىدىن ، شەربىتى بۇزۇرى ( 226 ـ نۇسخا ) دىن كۇندە 3 قېتىم 40 مىللىلىترىدىن ، شەربىتى دىنار ( 230 ـ نۇسخا ) دىن كۇندە 3 قېتىم 40 مىللىلىترىدىن ئىچۈرۈلىدۇ . سېرىقلىق بىرقەدەر ئېغىر ، نېرۋا سىستېمىسى كېسەللىك ئالامەتلىرى كۆرۈلگەن بىمارلارغا سىركەنجۈبىل سادىدە ( 237 ـ نۇسخا ) ، سىركەنجۈبىل بۇزۇرى ( 239 ـ نۇسخا ) ، مەلۇم مىقدارىدا تەمرى ھىندى قوشۇپ بېرىلىدۇ . ئەرەقى بەدىيان ( 264 ـ نۇسخا ) كۇندە 3 قېتىم 40 مىللىلىترىدىن ، نۆش دورا ( 99 ـ نۇسخا ) كۇندە 3 قېتىم 10 گرامدىن ئىچۈرۈلىدۇ . جىگەرنىڭ ئىششىقىنى يانداۋرۇش مەقسىتىدە مەجۇنى دەبدىلۇەرد ( 73 ـ نۇسخا ) كۇندە 3 قېتىم 10 گرامدىن ئىچۈرۈلىدۇ .

ئۇسسۇزلۇقى ئۇچۇن تەمرى ھىندىدىن 15 گرام ، كاسنە ئۇرۇقىدىن 30 گرام ، نىلۇپەر ، بىنەپشىدىن 15 گرامدىن ، سەرپىستاندىن 10 گرام ، چىلاندىن 10 دانە ، تەرخەمەك ئۇرۇقىدىن 10 گرام ئېلىپ دەملەپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

10 ) بەلغەم مىجەزلىك كىشىلەرگە ئەرەقى كاسنىدىن 50 مىللىلىتىر ، شەربىتى بۇزۇرىدىن 30 مىللىلىتىر كۇندە 3 قېتىم ئىچىشكە بېرىلىدۇ . ئۇسسۇزلۇقى ئۇچۇن بەدىيان ، قوۋزاق دارچىن ، سۇمبۇل ، زۇپا ، پىرسىياۋشان ھەر بىرىدىن 10 گرامدىن ئېلىپ دەملەپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

11 ) قان مىجەزلىك كىشىلەرگە ئەرەقى كاسنىدىن 50 مىللىلىتىر ، شەربىتى سىركەنجۈبىلدىن 40 مىللىلىتىر كۇندە 3 قېتىم ئىچىشكە بېرىلىدۇ . ئۇسسۇزلۇقى ئۇچۇن تەمرى ھىندى سۇيى ، ئارپا سۇيى ۋە ئەينۇلا سۇيى بېرىلىدۇ .

12 ) سەپرا مىجەزلىك كىشىلەرگە كۇندە 3 قېتىم ئەرەقى كاسنىدىن 50 مىللىلىتىر ، شەربىتى بۇزۇرىدىن 40 مىللىلىتىر بېرىلىدۇ . ئۇسسۇزلۇقى ئۇچۇن تەمرى ھىندى سۇيى ، ئارپا سۇيى ۋە ئەينۇلا سۇيى بېرىلىدۇ .

13 ) سەۋدا مىجەزلىك كىشىلەرگە كۇندە 3 قېتىم ئەرەقى كاسىنىدىن 50 مىللىلىتىر ، شەربىتى بۇزۇرىدىن 40 مىللىلىتىر بېرىلىدۇ . دەسلەپتە گاۋزىبان ، سېرىق ئوت ئۇرۇقى ، نېپىز دارچىن ، رۇمبەدىيان ، بەدىيان ھەر بىرىدىن 10 گرامدىن ئېلىپ دەملەپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

14 ) سېرىقلىق ئېغىر بولغۇچىلارغا سىركەنجۇبىل بۇزۇرى ھەمدە سىركىدىن 500 مىللىلىتىر ، چاقماق قەنتتىن 250 گرام ئېلىپ بىرلا قاينىتىپ ، كۇندە 3 قېتىم بىر پىيالىدىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ . ئەرەقى ئەنـ گۇرشپاغا تەمرى ھىندى قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ . كۆكۇل ئېلىشىش ، قۇسۇش ئالامەتلىرى كۆرۈلسە ، ئەرەقى بەدىياندىن كۇندە 3 قېتىم 40 مىلـ لىلىتىردىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

15 ) جىگەرنى قۇۋۇەتلەپ ، جىگەر خىزمىتىنى ئەسلىگە كەلتۈرۈش ئۈچۈن ، جاۋارىش ئامىلە ( 120 ـ نۇسخا ) ، نۆش دورا ( 99 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى دەبىدىلۇەرد ( 73 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلاردىن كۇندە 3 قېتىم 10 گرامدىن ئىچۈرۈلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

16 ) جىگەر مىجەزى ئىسسىقلىقتىن بۇزۇلغان بولسا ، تۆۋەندىكى تەجرىبىدىن ئۆتكەن نۇسخىلار بېرىلىدۇ :

( 1 ) ئاق سەندەلدىن 12 گرام ، قىزىلگۈل ، قىزىل سەندەلدىن 25 گرامدىن ، نىلۇپەر ، بىنەپشىدىن 11 گرامدىن ، فۇفىل ، گىلى ئەرمەنىدىن 7 گرامدىن ، كافۇر ، مەستىكى ، سازەج ھىندىدىن 4 گرامدىن ئېلىپ ، يۇمشاق سوقۇپ ، موم ، گۈل يېغى ياكى نىلۇپەر يېغىدىن كېرەكلىك مىقداردا ئېلىپ ، يۇقىرىقى دورىلارنى قوشۇپ سۈيۇقراق مەلھەم ياساپ ، سىرتىدىن جىگەر ئۈستىگە چېپىلىدۇ .

( 2 ) قىزىلگۈلدىن 12 گرام ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، تۇز ۋە ئەگرى تەرخەمەك ئۇرۇقى ، كاسىنە ئۇرۇقى ، قاپاق ئۇرۇقىنىڭ مېغىزىدىن 2 گرامدىن ، ئاق سەندەل ، تاباشىردىن 3 گرامدىن ، رەۋەن ، بەدىياندىن 7 گرامدىن ، لەكى مەغسۇلدىن 14 گرام ، زەپەر ، ئۇسارەئى غاپەستىن 4

گـرامـدىـن ئېلـىـپ ، يۇمشاق سوقۇپ تاسقاپ ، كاسىنە سۇيىدە يۇغۇرۇپ قـۇرس قىلىندۇ . بۇنىڭدىن 5 گرامغا 100 گرام ئەرەقى كاسىنە ۋە 50 گرام سىركەنجۈبىل بۇزۇرى قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

17 ) جـىـگـەر مىجەزى سوغۇقلۇقتىن بۇزۇلغان بولسا ، تۆۋەندىكى تەجرىبىدىن ئۆتكەن مەخسۇس نۇسخىلار ئىشلىتىلىدۇ :

( 1 ) بـەدىـيـان ، چـىـگـىـسـەي ئۇرۇقـى ، رۇمـبـەدىيان ، مەستىكى ، چـىـگـىـسـەي يىلتىزى ، بەدىيان يىلتىزى ، غاپەس ، ئەپسەنتىن ، لەك ، قەسـەبـۇسزەرىرە ، قۇستە شېرىن ، قۇستە تەلىخ ، رەۋەن ، ئىزخىر مەككىلەردىن 10 ــ 15 گـرامدىن ئېلىپ ، 2 لىتىر سۇدا 1 ــ 2 سائەت قاينىتىپ ، يېرىمى قـالغاندا سۈزۈپ ، ئۈنىڭغا كېرەكلىك مىقداردا پىستە يېغى ياكى بادام يېغى قوشۇپ ئىچۈرۈلىدۇ .

( 2 ) ئۆشـنـە ، مـەسـتـىـكى ، ئىككىلىملىك ، سۇمبۇل ، بىخ سەۋسـەن ، قـىـزىـلـگۈلدىن تەك مىقداردا ئېلىپ ، ئېرىتىلگەن مەستىكى يېغىغا ئارىلاشـتـۇرۇپ ، ھەر كـۈنى ئاخشامدا ئىلمان ھالدا زىمماد قىلىنىدۇ ( سىرتىدىن جىگەر ئۇستىگە تېڭىلىدۇ ) .

( 3 ) مـەستىكى ، سۇمبۇل ، ئاسارۇن ، لەكى مەغسۇل ھەر بىرىدىن 11 گـرامـدىـن ، قـىـزىلگۈلدىن 14 گرام ، رۇمبەدىياندىن 7 گرام ، ئۇسارەئى غـاپـەس ، ئەپـسـەنـتىن ، رەۋەندىن 4 گرامدىن ، زەپەردىن 3 گرام ئېلىپ ، يـۇمـشاق سوقۇپ ، چىگسەي سۇيىدە يۇغۇرۇپ ، 3 ــ 5 گراملىقتىن قۇرس قـىـلـىـپ ، سـىـركەنجۈبىل ياكى كاسىنە سۇيى بىلەن 1 دانىدىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

18 ) جـىـگەر مىجەزى قۇرۇقلۇقتىن بۇزۇلغان بولسا ، ئارپا تالقىنى ، ھولـىـزون ( قـۇلۇلە قۇرتى ) دىن بەلگىلىك مىقداردا ئېلىپ ، سۇغا چىلاپ تەمىنى چىقىرىپ ، كۈندە ئەتىگەن ـ كەچتە ھەمەل قىلىنىدۇ .

19 ) جـىـگـەر مىجەزى ھۆللۈكتىن بۇزۇلغان بولسا ، خورنۇب نېپـتى ، ئارپىبەدىيان ، چىگسەي ئۇرۇقىدىن 11 گرامدىن ، سۇمبۇلدىن 12 گرام ئېلىـپ يۇمشاق سوقۇپ ، كېرەكلىك مىقداردىكى ئارپىبەدىيان سۇيى ياكى

چىگىسەي سۇيى بىلەن يۇغۇرۇپ ، 4 ــ 5 گرامغىچە قۇرۇس ياساپ ، سىر-كەنجۈبىل بۇزۇرى بىلەن 1 دانىدىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

20 ) جىگەر يىرىڭلىق ئىششىقىنى داۋالاش ئۈچۈن شۇشە ، زىغىردىن 40 گرامدىن ، ئاق ئەنجۈردىن 10 دانە ، پىرسىياۋشان ، ھەمىشە باھار ئۇرۇقى ، ئاق لەيلى ئۇرۇقىدىن 12 گرامدىن ، يالپۇز ، قەنتەرىيۇندىن 14 گرامدىن ، قۇرۇق زۇپا ، كۈدە ئۇرۇقىدىن 7 گرامدىن ئېلىپ ، 500 مىللىلىتىر سۇدا قاينىتىپ ، يېرىمى قالغاندا سۈزۈپ ، شېكەر ياكى قەنت سېلىپ ، ئازراق بادام يېغى قوشۇپ ئىچۈرۈلىدۇ . يارا ئېغىز ئېلىشتىن ئىلگىرى مادداسى تارقىتىش ۋە مادداسى يىغىلىپ ئېغىز ئېلىپ قېلىشنىڭ ئالدىنى ئېلىش ئۈچۈن ، يوتىغا ھىجامەت قويۇلىدۇ . ئىچنى يۇمشىتىش ، ئىششىق تارقاتقۇچى دورىلارنى چېپىش قاتارلىق تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ . بۇ چارىلەر كۆپايە قىلماي مادداسى يىغىلىشقا باشلىغان بولسا ، پىشۇرغۇچى دورىلارنى قورساق سىرتىدىن چېپىش ئارقىلىق تېزراق پىشىشنى قولغا كەلتۈرۈش لازىم . پىشقاندىن كېيىن ، تەبىئەتكە يارەملىشىپ مادداسى تولۇقى بىلەن چىقىرىپ ئەزانى تازىلاشقا تىرىشىلىدۇ . مۇشۇ مەقسەتتە ئاچ قورساقتا ئارپا سۇيى ، شېكەر سۇيى ياكى مائۇل ھەسەلگە سىركەنجۈبىل قوشۇپ بېرىلىدۇ . يەنە كۈندۇر ، خۇنسىياۋشان قاتارلىقلار ، ئۇنىڭدىن باشقا كاسىنە ئۇرۇقى ۋە چىگىسەي ئۇرۇقىغا سىركەنجۈبىل ياكى مائۇل ھەسەل قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ . جىگەر ئۈستىدىن قايىز ۋە كۈچەيتكۈچى دورىلار چېپىلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## جىگەر ئاجىزلىشىش

بۇ ، بەدەندىكى خىلتلارنىڭ ئۆزگىرىشى سەۋەبىدىن پەيدا بولىدىغان جىگەرنىڭ تارتىش ، پارچىلاش ، تۈتۈش ۋە چىقىرىش

قۇۋۇەتلىرىنىڭ ھەممىسى ياكى بىرسى ئاجىزلىشىش كېسەللىكى بولۇپ ، كېلىپ چىقىش سەۋەبلىرىگە قارىتا مەخسۇس ئالامەتلەر بولغاندىن تاشقىرى ، بىمارنىڭ ئىشتىھاسى كېمىيىش ، ئورۇقلاش ، غىزالانغاندىن كېيىن جىگەر ساھەسىدە ئاغرىق سېزىلىش ، خىلىتلار ئۆزگىرىشكە ماس ھالدا چىرايى ئۆزگىرىش قاتارلىق ئومۇمىي ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) ئىسسىقلىقتىن بولغان جىگەر ئاجىزلىقى ئۇچۇن :

( 1 ) ئانار ئۇرۇقى ، دارچىنىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ سوقۇپ تالقانلاپ ، مۇناسىۋەتلىك دورىلار بىلەن قوشۇپ يېيىشكە بەرسە بولىدۇ .

( 2 ) قىزىلگۈل ، زىرىق ، لەكى مەغسۇل ، تاباشىر ، ئاق سەندەل ، نىشاستە ، سەمغى ئەرەبى ، رەۋەن ، ھەمىشە باھار ئۇرۇقى ، زەپەر قاتارلىق دورىلارنى سوقۇپ تالقان قىلىپ ، شەربىتى ئەپسەنتىن ۋە شەربىتى زىرىقلارغا قوشۇپ يېگۈزسە ، ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ .

( 3 ) قىزىلگۈل ، ئاق سەندەل ، ئانارگۈلى ، گىلى ئەرمەنى ، ھەببۇلئاستىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ ، گۈلابتا ئېزىپ ، جىگەر ئۇستى قورساق تېمىغا كۇندە 3 قېتىم سۇركىلىدۇ .

2 ) سوغۇقلۇقتىن بولغان جىگەر ئاجىزلىقى ئۇچۇن :

( 1 ) سەبرە سۇقۇتىرى ، قەسىۋىزەرىرە ، رۇسۇت ، قۇرۇق كەشنىزى ھەر بىرىدىن 4 گرامدىن ، ئۇدھىندى ، مەستىكى رۇمى ، مىئە سائىلە ، ئەپسەنتىن ، زەپەر ھەر بىرىدىن 7 گرامدىن ، سمابتىن 25 گرام ئېلىپ ، يۇمشاق سوقۇپ ، تاسقاپ ، گۈل يېغى ، بابۇنە يېغىدىن 85 مىللىلىستىردىن ، ئاق مومدىن 60 گرام ئېلىپ بىرلەشتۇرۇپ ، ئۇنىڭدا دورىلارنى ئېزىپ ، جىگەر ۋە ئاشقازان ئۇستىدىن چاپسا بولىدۇ .

( 2 ) سۇمبۇل ، مەستىكى ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، ئىزخىر ، رۇمبەدىيان ، ئاچچىق بادام مېغىزى ، قۇستە شېرىن ھەر بىرىدىن 7 گرامدىن ، ئۇسارەئى غاپەس ، پىلپىل ، زەنجىۋىل ھەر بىرىدىن 2 گرامدىن ئېلىپ ، يۇمشاق سوقۇپ ، تاسقاپ ، 1 گرامدىن قۇرس قىلىپ ، لازىم

بولغاندا 3 ــ 4 دانىنى 80 مىللىلىتىر بەدىيان ئەرەقدە ، 70 مىللىلىتىر ئەپسەنتىن ئەرەقى ياكى 25 مىللىلىتىر بۇزۇرى شەربىتىدە ئىزنىپ ئىچىشكە بەرسە بولىدۇ .

( 3 ) چىگىسەي يىلتىزى ، ئارپىبەدىيان يىلتىزىدىن 40 گرامدىن ، چىگىسەي ئۇرۇقى ، ئارپىبەدىيان ، رۇمبەدىياندىن 14 گرامدىن ، ئىزخىر يىلتىزى ، غاپەس كۆكى ، پىننە ، جۆئدە ھەر بىرىدىن 12 گرامدىن ، ئۇرۇقسىز ئۇزۇمدىن 75 گرام ئېلىپ ، يېتەرلىك سۇغا 12 سائەت چىلاپ ، قايىنىتىپ ، ئۇچتىن بىر قىسمى قالغاندا سۈزۈپ ، بۇنىگدىن 120 مىللىلىترغا 25 گرام بۇزۇرى شەربىتى قوشۇپ ئىچىشكە بەرسە بولىدۇ .

3 ) ھۆللۈكتىن بولغان جىگەر ئاجىزلىقى ئۈچۈن :

( 1 ) ئەپسەنتىن ، سىرىق ھېلىلە پوستى ، مەستىكى ، رەۋەن ، زەپىر ، لەكى مەغسۇل ، رۇمبەدىيان ، شاھتەررە قاتارلىق دورىلار 1 ھەسسىدىن ، ئايارەج پەيقىرا ياكى سەبرە پۈتۈن دورا مىقدارى بىلەن تەڭ ئېلىنىپ ، يۇمشاق سوقۇپ ، تاسقاپ ، ئەنگۈرشىپا سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ ، كىچىك ـ كىچىك ھەب قىلىنىپ ، كەچتە ئۇخلاشتىن بۇرۇن 4 ــ 5 گرامدىن بېرىلىدۇ .

( 2 ) ئەپسەنتىن رۇمى ، مەستىكى ، بىخ ئىزخىر ، سۇمبۇل ، سەبرە سۇقۇتىرى ، ئاق سەندەل ھەر بىرى 14 گرامدىن ، ھەببى بىلسان ، ئۇدبىلسان ، مىئەسائىلە ، سەلىخە ، قۇستە شىرىن ، ئۇدخام ، سۆك ھەر بىرى 7 گرامدىن ، قىزىلگۈلدىن 12 گرام ، لادەندىن 6 گرام ئېلىپ ، يۇمشاق سوقۇپ ،سىرىق موم ۋە سەۋسەن يېغىدىن لازىملىق مىقداردا ئېلىپ ئىرىتىپ ، سوقۇلغان دورىلارنى ياغقا ئارىلاشتۇرۇپ سىرتىدىن جىگەر ئۈستىگە چاپسا بولىدۇ .

( 3 ) ئەپسەنتىن رۇمدىن 12 گرام ، قىزىلگۈل ، رۇمبەدىيان ، ئارپىبەدىيان ، چىگىسەي ئۇرۇقى ، ئىزخىر ، ئاسارۇن ھەر بىرىدىن 7 گرامدىن ، دارچىن ، ھەببى بىلسان ، مەستىكى ، رۇببىسۇس ، قۇستە شىرىن ، سەلىخە ھەر بىرىدىن 4 گرامدىن ، زەپەردىن 1 گرام ئېلىپ ،

يۇمشاق سوقۇپ تاسقاپ ، قاياناق سۇدا خېمىر قىلىپ قۇرس ياساپ ، ئېھتىياج بولغاندا سىركەنجۈبىل قوشۇپ ، 4 ــ 5 گرامدىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## يەرقان ( سېرىقكېسەل )

بۇ ، بەدەندىكى سەپرا خىلتىنىڭ غالىبلىقى ، ئۆت ھارارىتىنىڭ ئېشىپ كېتىشى ، جىگەر چوڭ تومۇرلىرى ياكى ئۆت يوللىرى توسۇلۇش قاتارلىق سەۋەبلەردىن ئۆت قىزىل بويياق ماددىسىنىڭ قانغا كۆپلەپ قوشۇلۇشىدىن كېلىپ چىقىدىغان كېسەللىك ئالامىتى بولۇپ ، كۆز ئېقى ، شىللىق پەردە ۋە تېرە سارغىيىپ كېتىش ، سۈيدۈك قىزىل چايدەك كېلىش ، چوڭ تەرەت رەڭسىز ئاق كېلىش ، تېرە قىچىشىش ، ئېغىز ئاچچىق ، تەشنالىق ئېغىر بولۇش ، قۇرۇق ھۆ تۇتۇش ۋە جىگەر ئەتراپىدا ئېغرىلىق ھېس قىلىشتەك ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) جىگەر خىزمىتى ئارتۇقچە ئىسسىقلىقتىن بۇزۇلۇش نەتىجىسىدە كېلىپ چىققان بولسا ، ئالدى بىلەن بىمارنى قەي قىلدۇرۇش ئۈچۈن ئەينۈلا شەربىتى ، تەمرى ھىندى سۇيى ، بېھى سۇيى ۋە تاۋۇز سۇيى بېرىلىدۇ . كاسىنە ، ئەنگۈرشىپا ۋە سېرىق ئۆت ئۇرۇقى قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 10 گرامدىن ئېلىپ چالا سوقۇپ ، قاينىتىپ ، سۇيى ئىچۈرۈلىدۇ . يەنە ئەرەقى كاسىنە ( 268 ـ نۇسخا ) كۇندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 100 مىللىلىتىردىن ئىچۈرۈلىدۇ . بۇلاردىن باشقا ، قۇرسى زىرىشكە ، بۇزۇرى شەربىتى ( 226 ـ نۇسخا ) ۋە سىركەنجۈبىل ( 237 ـ نۇسخا ) قاتارلىق دورىلار كۇندە 2 قېتىمدىن مۇۋاپىق مىقدارىدا بېرىلىدۇ .

قۇرسى زىرىشكە نۇسخىسى : زىرىق 30 گرام ، كاسىنە ئۇرۇقى ، سېمىز ئۆت ئۇرۇقى ، تۇز تەرخەمەك ۋە ئەگرى تەرخەمەك ئۇرۇقى 9

گرامدىن ، قىزىلگۈل ، تاباشىر 15 گرامدىن ، رەۋەن ، لوك ، چىگسەي ئۇ-
رۇقى 3 گرامدىن ، سۇمبۇلدىن 2 گرام ئېلىپ ، سوقۇپ تالقانلاپ ، 3 گرام
چوكۇلۇقتا قۇرس تەيارلاپ ، سىركەنجۈبىل ياكى ئاچچىق ئانار
سۇيى بىلەن كۈندە 2 ۋاخ 1 داندىن بېرىلىدۇ . بۇ دورا سېرىقكېسەل
ۋە ئىسسىقلىقتىن بولغان جىگەر كېسەللىكىنى داۋالايدۇ ، قىزىتما
مىنى پەسەيتىدۇ .

2 ) ئەگەر يەر قان ئۆت هارارىتىنىڭ ئېشىپ كېتىشىدىن پەيدا
بولغان بولسا ، ئۆتنىڭ مىجەزىنى تەڭشەش ۋە هارارىتىنى پەسەيتىش ئۈ-
چۈن غورا سۇيى بىلەن ئەينۈلا سۇيىدىن كۈندە 2 قېتىم ، هەر قېتىمدا 30
مىللىلىتىردىن ئىچۈرۈلىدۇ ياكى 30 گرام كاسنە ئۇرۇقىنى 500 مىللىلىتىر
سۇغا تۆت سائەت چىلاپ ، قاينىتىپ ، تىرىپلىرىنى سۈزۈۋەتكەندىن كېيىن
100 مىللىلىتىر سىركە ، 100 گرام شېكەر قوشۇپ ، كۈندە 2 قېتىم ، هەر
قېتىمدا 50 مىللىلىتىردىن ئىچۈرۈلىدۇ . ئارتۇقچە سەپرانى تازىلاش ئۈ-
چۈن ، مەتبۇخى هېلىلە ( 261 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ .

3 ) يەر قان جىگەر ۋە ئۆت يوللىرىنىڭ توسۇلۇشىدىن كېلىپ
چىققان بولسا ، توسالغۇلارنى ئېچىش ئۈچۈن تەركىبىدە ئۇرۇقى ، كاسنە
ئۇرۇقى ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ۋە ئەنگۈرشىپا قاتارلىقلارنىڭ هەر بىردىن
15 گرامدىن ئېلىپ چالا سوقۇپ ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇدا قاينىتىپ ،
تىرىپلىرىنى سۈزۈۋەتكەندىن كېيىن ، سۇيىگە 15 گرام زىرىق سۇيى
قوشۇپ بېرىلىدۇ . ئىككىنچى قېتىم ، 100 گرام شېكەرنى سۇدا ئېرىتىپ ،
ئۇنىڭغا 100 مىللىلىتىر سىركە قوشۇپ ، كۈندە 2 قېتىم ، هەر قېتىمدا 15
مىللىلىتىردىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ . ئۇچىنچى قېتىم ، كاسنە ئۇرۇقى ، سې-
رىق هېلىلە پوستى ۋە ئەينۈلا قاتارلىق دورىلاردىن 30 گرامدىن ئېلىپ ،
50 مىللىلىتىر سۇدا تولۇق تەمى چىققۇچە قاينىتىپ ، تىرىپىنى سۈزۈ-
ۋەتكەندىن كېيىن سۇيىگە 60 گرام تەرەنجۈبىل ، 30 گرام تەمرى هىندى
چىلانغان 500 مىللىلىتىر دورا سۇيى قوشۇپ ، كۈندە 2 قېتىم ، هەر قېتىمدا
50 مىللىلىتىردىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ . مۇرەككەپ دورىلاردىن سىركەنجە-

ۋىل بۇزۇرى ( 239 ـ نۇسخا ) ، شەربىتى دىنارى ( 230 ـ نۇسخا ) ۋە ئەرەقى كاسنە ( 268 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلار بېرىلىدۇ .

4 ) ئەگەر يەر قان جىگەر ئىششش سەۋەبىدىن پەيدا بولغان بولسا ، ئالدى بىلەن جىگەر ھارارىتىنى پەسەيتىش ، ئىششقنى ياندۇرۇش ئۈچۈن تەرخەمەك ئۇرۇقىدىن 9 گرام ، بېھى ئۇرۇقىدىن 3 گرام ، ئەرەقى گۈلدىن 50 مىللىلىتىر ، نىلۇپەردىن 20 گرام ئېلىپ ، 500 مىللىلىتىر قايناق سۇغا چىلاپ ، تولۇق تەمى چىققاندىن كېيىن ، سۈيىدىن كۈندە 2 قېتىم ئىچىشكە بېرىلىدۇ . ئۇچ كۈندىن كېيىن ئەينۈلدىن 10 دانە ، خىيارشەنبەردىن 60 گرام ، تەرەنجۈبلدىن 25 گرام ، ئەرەقى ئەنگۈرشىپادىن 250 مىللىلىتىر ئېلىپ ، 300 مىللىلىتىر قايناق سۇغا چىلاپ ، تولۇق تەمى چىققاندىن كېيىن ، سۈيىگە 6 گرام بادام مېغىزى قوشۇپ ، كۈندە 2 قېتىمدىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ . ئۇنىڭدىن باشقا ، ئەرەقى كاسنە ( 268 ـ نۇسخا ) ، ئەرەقى گۈل ( 269 ـ نۇسخا ) ۋە ئەرەقى ئەنگۈرشىپا ( 262 ـ نۇسخا ) دىن 500 مىللىلىتىردىن ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 30 مىللىلىتىردىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

5 ) ئەگەر يەر قان جىگەردىكى سوزۇلما خاراكتېرلىك ئىششقتىن پەيدا بولغان بولسا ، شەربىتى دىنارى ( 230 ـ نۇسخا ) ، خەمىرى دىنارى ياكى تۆۋەندىكى دورىلار بېرىلىدۇ :

سېرىق ھېلىلە پوستى ، شاھتەررە ، سانا ، كاسنە ئۇرۇقى ، كۈشۈش ، پىرسىياۋشان ، چىلاندىن 30 گرامدىن ، ئەينۈلدىن 60 گرام ئېلىپ ، چالا سوقۇپ ، 2 لىتىر سۇدا 700 مىللىلىتىر قالغۇچە قاينىتىپ ، تىرىپىنى سۈزۈۋەتكەندىن كېيىن كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 100 مىللىلىتىردىن ئىچىدۇ .

6 ) ئەگەر يەرقان ئۆت خالتىسى ۋە ئۆت يوللىرى ئىششپ ، ئۆت سۈيۇقلۇقى بەدەنگە تارقاپ كېتىشتىن پەيدا بولغان بولسا ، ئالدى بىلەن ئۆت يوللىرىدىكى ئىششقنى ياندۇرۇش ئۈچۈن ، بىمارغا بىرىنچى قېتىم كاسنە ئۇرۇقىدىن 6 گرام ، گۈلابتىن 100 مىللىلىتىر ، ئىسپىغۇلدىن 9

گرام ، گۈلقەنتتىن 40 گرام ئېلىپ ، 300 مىللىلىتر قاينىق سۇغا تولۇق تەمى چىقىۋچە چىلاپ ، كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 50 مىللىلىتردىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ . ئىككىنچى قېتىم ، 10 دانە ئەينۈلنى 300 مىللىلىتر قاينىق سۇغا چىلاپ ، تولۇق تەمى چىققاندىن كېيىن ئۈستىگە ئەرەقى شاھتەررىدىن 250 مىللىلىتر قوشۇپ ، كۈندە 2 قېتىم مۇۋاپىق مىقداردا ئىچۈرسە ھەمدە 30 گرام تەمرى ھىندىنى 200 مىللىلىتر قاينىق سۇغا چىلاپ ، كۈندە ئىچىشكە بەرسە بولىدۇ . ئۈچىنچى قېتىم ، مەتبۇخى تەمرى ھىندى بېرىلىدۇ .

مەتبۇخى تەمرى ھىندى نۇسخىسى : تەمرى ھىنددىن 50 گرام ، ئەينۈلددىن 10 دانە ، كاسنە ئۇرۇقى ، سانا ، قىزىلگۈلدىن 6 گرامدىن ، نىلۇپەر ، بەدىياندىن 4 گرامدىن ، خىيارشەنبەر ، گۈلقەنتتىن 60 گرام ، بادام يېغىدىن 60 مىللىلىتر ئېلىپ مەتبۇخ تەييارلاپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 100 مىللىلىتردىن ئىچىلىدۇ .

7 ) ئەگەر يەرقان جىگەر قۇۋۇتسىزلىكى ئاجىزلاپ كېتىشى ۋە جىگەر مىجەزىنىڭ سوغۇقلۇقتىن بۇزۇلۇشىدىن پەيدا بولغان بولسا ، ئالدى بىلەن مۇنىزىج بېرىپ ، مادداىلارنى پىشۇرۇش ، تۇسالغۇلارنى ئېچىش ۋە مۇلەييىن ، قابىز دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ بېرىش ئۇسۇلى قوللىنىلىدۇ . بۇنىڭ ئۈچۈن بىرىنچى قېتىم ، بىنەپشە ، پىرسىياۋشان ، سەرپىستان ، كاسنە ئۇرۇقى ، قىزىلگۈل ، چىلان ھەر بىرىدىن 15 گرامدىن ئېلىپ ، 300 مىللىلىتر قاينىق سۇغا چىلاپ ، تولۇق تەمى چىققاندىن كېيىن ، ئۈنىڭغا 60 گرام گۈلقەنت قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ . ئىككىنچى قېتىم ، ئەرەقى گۈل ( 269 ـ نۇسخا ) ، ئەرەقى كاسنە ( 268 ـ نۇسخا ) دىن كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 50 مىللىلىتردىن بېرىلىدۇ . ئۈچىنچى قېتىم ، مۇنىزىجقا تەمرى ھىنددىن 30 گرام ، خىيارشەنبەر ، تەرەنجىۋىلدىن 50 گرامدىن قوشۇپ ، ئاندىن دورا شىرىسگە 10 مىللىلىتر بادام يېغى ئارىلاشتۇرۇپ ، كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 100 مىللىلىتردىن بېرىلىدۇ . بۇنىڭدىن باشقا ، ئانار شەربىتى ( 231 ـ نۇسخا ) ، ئالما شەربىتى ، بېھى شەربىتى

( 234 ـ نۇسخا ) دىن كۇنده 2 قېتىم 30 مىللىلىتىردىن بېرىلىدۇ . ئەگەر بىمارنىڭ ئىچى سۇرگەن بولسا ، قۇرسى تاباشىر ( 12 ـ نۇسخا ) دىن كۇنده 2 قېتىم مۇۋاپىق مىقداردا بېرىلىدۇ .

8 ) ئەگەر يەرقان تېرە تازىلىقى ياخشى بولماي ، تەر تۆشۈكچىلىرى ئېتىلىپ قېلىش سەۋەبىدىن پەيدا بولغان بولسا ، ئالدى بىلەن كىلىزما قىلىش ئارقىلىق توسالغۇلارنى ئېچىش ، تەر تۆشۈكچىلىرىنى ئېچىش ئۈچۈن مۇنچىدا يۇيۇندۇرۇش ، تېرىنى پاكىز تۇتۇش ۋە بەدەننى تەرلىتىش كېرەك . مۇمكىن بولسا بىنەپشە ، ئىككىلمىلىك ، بابۇنە ، ئاق لەيلى گۈلى ھەر بىرىدىن 15 گىرامدىن ئېلىپ ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇدا قايىنىتىپ ، سۈيىدە يۇيۇنۇش مەنپەئەتلىك . ئەچىشكە شەربىتى دىنارى ( 230 ـ نۇسخا ) دىن كۇنده 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 30 مىللىلىتىردىن بېرىلىدۇ .

9 ) يەرقان زەھەرلىك ياكى ئۆتكۈر ئىسسىقلىق دورىلارنى ئىچىش ، زەھەرلىك ھاشاراتلار چېقىشتىن پەيدا بولغان بولسا، تەرياقى كەبىر (131 ـ نۇسخا ) بىرىپ زەھەر قايتۇرۇلىدۇ ياكى قۇستۇرۇپ زەھەر تازىلىنىدۇ . ھۆل كاسىنە سۈيى بىلەن ئارپا سۈيى ئۈزمەي ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## جىگەر قېتىشىش

بۇ ، ئۇزاق مۇددەت ئوزۇقلۇق يېتىشمەسلىك ، ئىسپىرتتىن زەھەرلىنىش ، جىگەرنى ياغ قاپلىۋېلىش ، ھەر خىل جىگەر يالليۇغلىرى جىگەر توقۇلمىلىرىنى زەخىملەندۇرۇش قاتارلىق سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن جىگەر قاتتىقلىشىپ ، پائالىيىتى توسقۇنلۇققا ئۇچرايدىغان كېسەللىك بولۇپ ، جىگەر ئورنى قاتتىق مەلۇم بولۇش ، ئىشتىھا تۇتۇلۇش ، ئورۇقلاش ، چىرايى سۇنۇق بولۇش ، ئاخىر قورساققا سۇ چۈشۈش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) ماددىنى پىشۇرۇش ئۈچۈن بەدىيان ، كاسىنە ئۇرۇقى ، چىگ سەي ئۇرۇقى ، گاۋزىبانلاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ ، ناۋات بىلەن دەملەپ ئىچۈرۈلىدۇ .

2 ) گاۋزىبان گۈلى ، بەدىيان ، غاپەس گۈلى قاتارلىقلار بىرلەشتۈرۈلۈپ ، ئەرەقى ئەنگۈرشىپا بىلەن قاينىتىپ ، زۇپا شەربىتى قوشۇپ ئىچۈرۈلىدۇ .

3 ) بەدىيان سۇيى ، كاسىنە سۇيى ، ئەنگۈرشىپا سۇيى قاتارلىقلار گۈلقەنت بىلەن بىللە ئىچۈرۈلىدۇ .

4 ) ئۆچكە سۈتىگە زۇپا گۈلىنىڭ قاينىتىلمىسىنى قوشۇپ ، ئىچىشكە بەرسە بولىدۇ .

5 ) ئېشەك سۈتى قاينىتىپ بېرىلسە ، قاتقان جىگەرنى يۇمشىتىدۇ ، قورساقتا چۈشكەن سۇنى يوقىتىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

6 ) قارا تۇغاچىنى تۇيغۇدەك مىقدارىدا كۈنىگە 3 قېتىم تاكى تېپىلمايدىغان ۋاقتى كەلگۈچە داۋاملىق يىگۈزسە ، قاتقان جىگەرنى يۇمشىتىدۇ .

7 ) قىزىلگۈلقەنتنى 60 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ قايناق سۇ بىلەن تاكى جىگەر يۇمشىغۇچە ئۈزمەي ئىچۈرسە بولىدۇ .

8 ) مەجۇنى ئاساناسىيا ( جىگەر يالۇغنى داۋالاشقا قارالسۇن ) كۈنىگە 3 ۋاخ 6 گرامدىن بېرىلىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## ئۆت خالتا يالۇغى

ئۆت خالتا يالۇغى ئۆتكۈر ئۆت خالتا يالۇغى ۋە سوزۇلما ئۆت خالتا يالۇغىدىن ئىبارەت ئىككى خىلغا بۆلۈنىدۇ . ئۆتكۈر ئۆت خالتا

يالـلـۇغـى خـلـمـتـلار تـەڭـپـۇڭـلـۇقـى بۇزۇلۇپ ، ئۆت خالتا شللىق پـەردىسى ياللۇغـلـىنىشتىن كېلىپ چىقىپ ، يۇقىرى قىزىتما ، توڭۇپ تىتـرەش ، ئوكۇ تـەرەپ يـۇقـىـرىـقـى قـورسـاق ساھەسـى بـاسقاندا ئاغرىش ، ئىشتـىـھاسىزلىنىش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ . ئۆتكۇر ئۆت خـالـتـا يـالـلـۇغى ۋاقتىدا ، توغرا داۋالاپ ساقايتىلمىسا ، سوزۇلما ئۆت خالتا ياللۇغنا ئايلىنىپ ، ياغلىق تاماقلارنى يېگەندە يۇقىرىقى ئۆتكۇر ئۆت خالتا يـالـلـۇغـىـدىكى ئالامەتلەر تەكرارلىنىش بىلەن قۇسۇش ، قورساق ئاغرىش قاتارلىق ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) قـانـداق مـىـجـەزدىـكـى بـىـمار بولۇشىدىن قەتئىينەزەر ، ئۆت يـولـلـىرىدىكى توسالغۇلارنى ئېچىپ ، ئىششىق يانداۋرغۇچى دورىلار بىلەن داۋالاش ئاساس قـىـلـىنىدۇ . بۇنىڭ ئۈچۈن ، كاسىنە يىلتىزى ، بەدىيان ، چـىـگـسەي يىلتىزى ، كاسىنە ئۇرۇقى ، گاۋزىبان قاتارلىق دورىلارنىڭ ھەر بـىـرىدىن 10 گرامدىن ، سېرىق ئوت ئۇرۇقى ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، غاپەس ، قـوغـۇن ئۇرۇقـى ، تۇز ۋە ئەگرى تەرخەمەك ئۇرۇقى ، قىزىلگۈل ، قىل يو-پـۇرماقلىق ئەمەن ، زىرىق ، گەزمازمج قاتارلىق دورىلارنىڭ ھەر بىرىدىن 5 گـرامـدىـن ، ئەنـگـۈرشىپا ، كاكىنەچ ، رەۋەن قاتارلىق دورىلارنىڭ ھەر بـە-رىدىن 10 گرامدىن ئېلىپ چالا سوقۇپ ، 2 لىتىر سۇغا بىر سوتكا چىلاپ ، ئاندىن سۇنىڭ يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ ، دورا تىرىپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ ، سـۈيـىـدە مۇۋاپىق مىقداردىكى شېكەر بىلەن شەربەت تەييارلاپ ، كۈندە 3 قـېـتـىـم ، ھەر قېتىمـدا 100 مىللىلىتىردىن ئىسـتـېمال قىلىشـقا بېرىلىدۇ . ھەبـبـى رەۋەن ( 30 ـ نـۇسـخا ) كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 10 دانىدىن ئـىـسـتـېمال قىلدۇرۇلىدۇ . بىمارنىڭ ئۇسسۇزلۇقىغا قىل يوپۇرماقلىق ئەمەن پـوسـتى ، كاسىنە يىلتىزى ، جىنتىيانا ، ئوغرىتىكەن ، گۈلى بىنەپشە قاتار-لـىـق دورىلارنـىـڭ ھەر بـىـرىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ، چالا سوقۇپ ، قاياناق سۇ بىلەن دەملەپ كاشكاپ تەييارلاپ بېرىلىدۇ .

2 ) ئۆت تـېـشى كېسەللىكى قوشۇلۇپ كەلگەن بىمارلارغا يۇقىرىقى

دورىلارنى ئىستېمال قىلدۇرۇش بىلەن بىللە ، جىنتيانا ، كاسنە ، ئوغرىتىكەن ، رەۋەن ، سۆئىدى ھىندى قاتارلىق دورىلارنىڭ ھەر بىرىدىن 15 گرامدىن ، كاكىنەچ ، تەرخەمەك ئۇرۇقى ، تۇرۇپ تۇزى قاتارلىق دورىلارنىڭ ھەر بىرىدىن 100 گرامدىن ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ تاسقاپ ، سۇپۇپ تەييارلاپ ، كۇندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 10 گرامدىن ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

3 ) يېمەك ـ ئىچمەك جەھەتتە ھايۋانات مايلىرى ، تۇخۇم سېرىقى ، ئىسسىقلىق چاي دورىلىرى ، غىدىقلاش تەسىرىگە ئىگە ۋە تەركىبىدە ئىسپىرت بولغان ئىچىملىكلەر ، قورساقنى ئېسىدىغان ، قەۋزىيەت پەيدا قىلىدىغان ، تەستە ھەزىم بولىدىغان يېمەكلىكلەردىن پەرھىز قىلدۇرۇلىدۇ . غىزاسىغا ئەتىگەنلىكى تۇزسىز ، مايسىز ، سۇيۇق ـ سەلەڭ يېمەكلىكلەر بېرىلىدۇ . چۇشتە تەركىبىدە ھايۋانات مايلىرى ۋە خولېستېرىنلىق ماددىلار بولمىغان ، يۇقىرى قەنتلىك ، يۇمشاق ، ئاسان ھەزىم بولىدىغان يېمەكلىكلەر ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ . ھەر قېتىملىق غىزالىنىشتىن كېيىن ، بىمار يېنىك ھەرىكەت قىلدۇرۇلىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

4 ) ئەنگۈرشىپا ۋە كاكىنەچنىڭ ھەر بىرىدىن 50 گرامدىن ، قوغۇن ئۇرۇقى ، بەدىيان يىلتىزى ۋە كاسنە يىلتىزلىرىنىڭ ھەر بىرىدىن 20 گرامدىن ، ئوغرىتىكەن ، پىرسىياۋشان ، چىگسەي ئۇرۇقى ، ئارپىبەدىيان ، چۆبچىنىلەرنىڭ ھەر بىرىدىن 10 گرامدىن ئېلىپ ، 2 لىتىر قاينىق سۇغا سەككىز سائەت چىلىغاندىن كېيىن ، قاينىتىپ يېرىمى قالغاندا سۈزۈپ ، 500 گرام ھەسەل قوشۇپ قىيام قىلىپ ، كۇندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 500 مىللىلىتىردىن ئىچۈرۈلىدۇ .

5 ) قان تەركىبىدىكى سەپرا ماددىسىنى تازىلاش ئۈچۈن چىگسەي يىلتىزى ، پوستى بىخ كەبىر ، بەدىيان يىلتىزى پوستى ، كاسنە يىلتىزى ، ئىزخىر ، رۇمبەدىيان ، سېرىق ئوت ئۇرۇقى ، سۇمبۇللارنىڭ ھەر بىرىدىن 30 گرامدىن ، ئوردانىدىن 16 گرام ، مەستىكى رۇمى ، ئاسارۇن ، بوزىدان ،

جىنتيانا ، سەلىخەلەرنىڭ ھەر بىرىدىن 12 گرامدىن ، جۇۋىنىدىن 6 گرام ئېلىپ ، 3 لىتىر قايناق سۇغا چىلىغاندىن كېيىن ، يېرىمى قالغۇچە قايناتىپ سۈزۈپ ، 500 گرام قەنت سېلىپ شەربەت تەييارلاپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 50 مىللىلىتىردىن ئىچۈرۈلىدۇ . ئۇنىڭدىن باشقا ، شەربىتى مۇرەككەپ سىركەنجىۋىل ( 240 ـ نۇسخا ) ، ئەرەقى كالا سىنە ( 268 ـ نۇسخا ) ، ئەرەقى ئەنگۈرشىپا ( 262 ـ نۇسخا ) ، شەربىتى زىرىشكە قاتارلىق دورىلار كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 50 مىللىلىتىردىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

شەربىتى زىرىشكە نۇسخىسى : زىرىقتىن 100 گرام ، بېھى سۇيىدىن 200 مىللىلىتىر ، ئاچچىق ئانار سۇيى ، ئالما سۇيىدىن 50 مىللىلىتىردىن ، شېكەردىن 100 گرام ئېلىپ ، زىرىقنى مېۋە سۇلىرىغا بىر سوتكا چىلاپ ، پەس ئوتتا قاينىتىپ ، سۈزۈپ ، شېكەرنى سېلىپ قىيام قىلىپ ، كۈندە 2 ـــ 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 30 مىللىلىتىردىن ئىچىلىدۇ .

( ئاۋات ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## ئۆت تېشى كېسەللىكى

بۇ ، ئۆت سۇيۇقلۇقى تەركىبىدىكى تۇز ماددىلىرىنىڭ كۆپىيىپ كېتىشى ، ئۆت خالتىسىنىڭ ياللۇغلىنىشى ، ئۆت سۇيۇقلۇقىنىڭ قويۇقلۇقى ئېشىپ كېتىپ ، ئاستا ـ ئاستا چۆكمە شەكىللىنىپ ۋە چۆكمە ماددىلار بىرىكىپ ، ئۆت خالتىسى ۋە ئۆت نەيچىلىرىدە تاش ھاسىل قىلىشىدىن بولـ لىدىغان كېسەللىك بولۇپ ، ئوڭ تەرەپ قورساق جىگەر ساھەسى مۇجۇپ ئاغرىش ، توڭۇپ تىترەش ، يۇقىرى قىزىتما ، سېرىقلىق چۈشۈش قاتارلىق كېسەللىك ئالامەتلىرى بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) ئالدى بىلەن بىمارنى دەم ئالدۇرۇش ، ئاغرىغان ئورۇن ئۇسـ تىدىن ئىسسىق ئۆتكۈزۈش ، ئۆتتىكى ئاغرىق يېنىكلىگۈچە ياكى

توختىغۇچە كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 15 مىللىلىتىردىن ياكى كۈندە ئەتىگەندە 30 مىللىلىتىر زەيتۇن يېغى ئىچۈرۈش لازىم . ئاغرىش توختىغاندىن كېيىن ، تاشنى چۈشۈرۈش ئۈچۈن ھەجەرىل يەھۇد ، شورا ، تۇزلارنىڭ ھەر بىرىدىن 1 گرامدىن ئېلىپ يۇمشاق ئېزىپ ، كۈندە 1 قېتىم مەجۇنى ئەقىرەپ ( 48 ـ نۇسخا ) كە ئارىلاشتۇرۇپ ، 5 گرامدىن بېرىلىدۇ . ئاراقىدىن تۇرۇپ كۆكى ۋە قاراكۆز بەدىيان كۆكىدىن 1ى گرامدىن ئېلىپ قاينىتىپ ، سىقىپ سۈيىنى ئىچسە ناھايىتى ياخشى مەنىپەئەت قىلىدۇ . يۇقىرىقى دورىلارنى بەش كۈن ئىچۈرگەندىن كېيىن توختىتىپ ، شەربىتى دىنارىنىڭ تۆۋەندىكى نۇسخىسى تەييارلاپ بېرىلىدۇ :

تەركىبى : كاسنە يىلتىزىدىن 50 گرام ، بەدىيان يىلتىزى ، كاسنە ئۇرۇقى ، قىزىلگۈل ھەر بىرىدىن 45 گرامدىن ، بەدىيان ، بىنەپشە ، نىلۇپەر ، گاۋزىبان ، سېرىق ئوت ، ئۇستىقۇددۇس ، سېرىق ئوت ئۇرۇقى ھەر بىرىدىن 12 گرامدىن ، بىستىپايەج ، رەۋەن ، تەرەنجىۋىل ھەر بىرىدىن 60 گرامدىن ، سېرىق ھېلىلىدىن 30 گرام ئېلىپ چالا سوقۇپ ، 2 لىتىر سۇغا بىر كېچە چىلاپ ، 700 مىللىلىتىر قالغۇچە قاينىتىپ ، تەرەنجىۋىلنى ئايرىم چىلاپ سۈزۈپ ، سۈيىگە رەۋەننى يۇمشاق سوقۇپ سېلىپ ، ئاندىن يۇقىرىدىكى قاياتمىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 5 قوشۇقتىن ئىچىدۇ . چايلىقى ئۇچۇن كاسنە يىلتىزى ، بەدىيان يىلتىزى ، ئوغرىتىكەن ئۇرۇقى ، قوغۇن ئۇرۇقى ، پىرسىياۋشانلارنىڭ ھەر بىرىدىن 15 گرامدىن ئېلىپ ، قاينىتىپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

2 ) شەربىتى دىنارىنىڭ تۆۋەندىكى نۇسخىسى تەييارلاپ بېرىلىدۇ:

تەركىبى : كاسنە ئۇرۇقى 30 گرام ، كاسنە يىلتىزى پوستى ، بەدىيان يىلتىزى پوستى ، قىزىلگۈل 45 گرامدىن ، بىستىپايەج 60 گرام ، سېرىق ئوت ئۇرۇقى 15 گرام ، كابۇل ھېلىلىسى 30 گرام ، رەۋەن 60 گرام ، بەدىيان 15 گرام ، گۈلى بىنەپشە 12 گرام ، نىلۇپەر ، گاۋزىبان ،

سىرىق ئوت ، ئۇستىقۇددۇس 12 گرامدىن ئېلىنىدۇ . دورىنى ئىستېمال قىلغاندىن كېيىن تەسىرى ياخشى بولىدۇ . ئارقىدىن مەجۇنى ھەجەرىل يەھۇدا(68 ـ نۇسخا ) تەييارلاپ بېرىلىدۇ . بۇنىڭ بىلەن بىللە ، چايىلىقغا قوغۇن ئۇرۇقى ، ئوغرىتىكەن ، پىرسىياۋشان ، چىگىسەي ئۇرۇقى ، بەدىيان يىلتىزى پوستى ، كاسنە يىلتىزى پوستى قاتارلىقلار مۇۋاپىق مىقداردا دەملەپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ . شۇنىڭ بىلەن بىللە ، بىمارغا تەستە ھەزىم بولىدىغان كالا گۆشى ، قوي گۆشى ، پىشۇرۇلغان تۇخۇم قاتارلىقلارنى يېمەسلىك ، يەڭگىل ھەمدە ئاسان ھەزىم بولىدىغان تاماقلارنى ئىستېمال قىلىش بۇيرۇلىدۇ .

3 ) يۇقىرىقى شەربىتى دىنارنى تەييارلاپ بەرگەندىن كېيىن ، سۇيۇپى ھەجەرىل يەھۇدا ( 204 ـ نۇسخا ) تىن 6 گرامدىن كۇندە 3 ۋاخ بېرىش بىلەن بىللە ، يۇقىرىدا تونۇشتۇرۇلغان چايىلىق دورا داۋاملىق ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

4 ) بىلسان ئۇرۇقى ، تۇرۇپ ئۇرۇقى ، ياۋا سەۋزە ئۇرۇقى ، پەتىر ئاسالىيۇن ، بۆرە سويمىسى يىلتىزىنىڭ پوستى ، ئارپىبەدىيان يىلتىزىنىڭ پوستى ، جاۋاشىر ، ئاقلانغان تاتلىق بادام مېغىزى ، ھەببۇلغار ، مەككە چىغى ، سۇمبۇل ، دارچىن ، ياۋا سامساق ، ئادراسمان ئۇرۇقى ، زىراۋەندە مۇدەھرەج ، جىنتىيانا ، ئاسارۇن ، قەرەدمانە ، سەكبىنەج ، مۇقىل ، ئاق بەزىرۇلبەنجى ، پىلپىل ، ئېگىر قاتارلىق دورىلارنىڭ ھەر بىرىدىن تەڭ مىقدارىدا ئېلىپ ، سوقۇپ تاسقاپ ، بىلسان يېغىدا ياغلاپ ، ئەرەب يېلىمىنىڭ ئېرىتىلگەن سۇيى بىلەن خېمىر قىلىپ ، 0.3 گراملىقتىن ھەب تەييارلاپ ، كۇندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 2 ـــ 10 دانە تاماقتىن بۇرۇن ، تۇرۇپنىڭ سقىپ چىقىرىلغان سۇيى بىلەن بىللە ئىستېمال قىلىنىدۇ .

5 ) ھەجەرىل يەھۇدا تىن 20 گرام ، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى ، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى ، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى ، كاكىنەچ قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 40 گرامدىن ، ھەسەلدىن 640 گرام ئېلىپ ، مېغىز دورىلار ۋە

باشقا دورىلارنى ئايرىم - ئايرىم سوقۇپ تاسقاپ ، چەككىلەنگەن ھەسەل بىلەن مەجۇن تەييارلاپ ، كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 1 ـــ 5 گرام مۇۋاپىق مىقداردىكى تۇرۇپ سۈيى بىلەن بىللە يېيىلىدۇ .

6 ) قۇرۇتۇلغان چايانداىن 10 گرام ، پىرسىياۋشان ، ئوردان ، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى ، بۇيا يىلتىزى ، ئوغرىتىكەن قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 8 گرامدىن ، شېكەر ، ناۋات ھەر بىرىدىن 12 گرامدىن ئېلىپ ، سوقۇپ تاسقاپ ، سۈپۈپ تەييارلاپ ، كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 2 ـــ 10 گرام تاماقتىن كېيىن مۇۋاپىق مىقداردىكى تۇرۇپ سۈيى بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ .

7 ) تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى ، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى ھەر بىرىدىن 34 گرامدىن ، ئوردانىدىن 16 گرام ، ئوغرىتىكەندىن 15 گرام ، پىرسىياۋشاندىن 8 گرام ئېلىپ ، چالا سوقۇپ چايلىق تەييارلاپ ، ئۈسسۈزلۇق ئۈچۈن قايناق سۇدا دەملەپ ئىستېمال قىلىنىدۇ .

( مارالبېشى ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

8 ) ھەجەرىل يەھۇد كۈشتىسىدىن 0.3 گرامنى 25 مىللىلىتر شەربىتى بۇزۇرى بىلەن قوشۇپ ، ھەر كۈنى ناشتىدا ئىستېمال قىلىدۇرسا بولىدۇ .

9 ) ئوغرىتىكەن شەربىتىدىن 50 مىللىلىترغا تاۋۇز ئۇرۇقى مېغىزى ، تۇز ۋە ئەگرى تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى ، كاسنە ئۇرۇقى قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 3 گرامدىن ئېلىپ ، شىرىسنى چىقىرىپ قوشۇپ ئىچۈرۈلىدۇ .

10 ) مەجۇنى ئەمرۇسىيا كۈندە 3 ۋاخ 4 گرامدىن ئىچۈرۈلسە ، جىگەر ، ئۆت ۋە بۆرەكتىكى تاشنى چۈشۈرىدۇ .

تەركىبى : قارا زىرە ، دۇقۇ ، ئۇدىبلسان ، سەلىخە ، قەرەدمانە ، ئىزخىر چىچىكى ، چىگىسەي ئۇرۇقى ، پىلپىل ، قۇستە ھەر بىرى 3.5 گرامدىن ، مۇرمەككى 1.5 گرام ، ھەببۇلغار 2 دانە ، ئېگىر ۋە زەپەر 7 گرامدىن ئېلىنىپ ، ھەسەل بىلەن مەجۇن قىلىنىدۇ .

11 ) « ئىكسىرى ئەزەم » دىن ئېلىنغان ئۆت تېشىنى چۈشۈرىدىغان مۇجەررەپ نۇسخا :

ئوردان ، چاقماق ئۇرۇقى ، بادرەنجىبۇيا ، ئەنگۈرشپا ھەر بىرى 9 گرامدىن ، قەنتەرىيۇن 7 گرام ، بابۇنە گۈلى ، گاۋزىبان گۈلى ، زىراۋەندە مۇددەھرىج ھەر بىرى 3 گرامدىن ، ئەرەقى ئەنگۈرشپا ، ئۇغرىتىكەن ئەرەقى ، يانتاق ئەرەقى 280 مىللىلىتىردىن ئېلىنىدۇ . دورىلار ئەرەقلەرگە چىلاپ قاينىتىلىپ ، ئۇچتىن بىر قىسمى قالغاندا سۈزۈپ ئېلىنىپ ، ئاناناس شەربىتىدىن 12 مىللىلىتىر قوشۇپ بىراقلا ئىچىلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## ئىستىسقا

بۇ ، ئوزۇقلۇق يېتىشمەسلىك ، كەم قانلىق ۋە جىگەر ، يۈرەك ، بۆرەك قاتارلىق ئەزالارنىڭ پائالىيىتى بۇزۇلۇش ۋە زەئىپلىشىش قاتارلىق سەۋەبلەردىن كېلىپ چىقىدىغان بىر خىل كېسەللىك بولۇپ ، قورساق بوشلۇقىغا سۇ چۈشۈش ، پۇتۇن بەدەن ئىششىش سەۋەبىدىن نەپەس سىقىلىش ، ماغدۇرسىزلىق ، ئىشتىھاسىزلىق ، ھەرىكەت تۇسالغۇغا ئۇچراش ، ئەس - ھوشى تۇتۇق بولۇش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

بۇنىڭدا كېلىپ چىقىش سەۋەبىگە قارىتا داۋالاش ئاساس قىلىنىدۇ .

ئىستىسقايى زىققىنى داۋالاشتا :

1 ) ئاسارۇندىن 9 گرام ياكى ئاچچىق تاۋۇز يىلتىزىدىن 3 گرام ياكى ئەنىسىلدىن 7 گرامنى پىشۇرۇپ ، شىكەر قوشۇپ ياكى غارىقۇن ، ئاسارۇندىن 3 گرامدىن ئېلىپ ، شىكەر قوشۇپ ئىچۇرسە بولىدۇ .

2 ) رەۋەندىن 4 گرامنى يۇمشاق سوقۇپ ، كۇنىگە 2 ۋاخ

ئىچۈرسە ، جىگەر توسالغۇلىرىنى ئېچىپ ، سۇ ئالمىشىشنى كۈچەيتىپ ، ئىششىق يانىدۇرىدۇ .

3 ) كابۇل ھېلىلىسى ، كاسىنە ئۇرۇقىدىن 8 گرامدىن ئېلىپ ، قايىنىتىپ ئىچۈرۈلىدۇ .

4 ) ئىزخىرمەككى ، ئەنگۈرشپادىن 4 گرامدىن ، قۇرۇق زۈپادىن 4 گرام ، تەرخەمەك ئۇرۇقى ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، ئۇرۇقسىز ئۈزۈم ھەر بىرىدىن 15 گرامدىن ئېلىپ ، مۇۋاپىق مىقداردىكى قاينىق سۇغا چىلاپ قاينىتىپ ، سۈزۈپ ، خەمىرى بىنەپشە بىلەن ئىچۈرۈلىدۇ .

5 ) مەستەكى رۇمى ، رەۋەن ، پىلپىل ، دارچىن ، قارىمۇچ ھەر بىرىدىن 1 گرامدىن ، زەنجىۋىل ، بەرەڭگى كابىلى ھەر بىرىدىن 6 گرامدىن ئېلىپ ، قاينىق سۇغا چىلاپ قاينىتىپ ، سۈزۈپ ، 60 گرام گۈلقەنت قوشۇپ ئىچۈرۈلىدۇ .

6 ) تۆۋەندىكى مەجۇنى ھېلىلە تەييارلاپ بېرىلىدۇ :

تەركىبى : سېرىق ھېلىلە پوستى ، ئاق تۇربۇت ھەر بىرى 25 گرامدىن ، بەلىلە پوستى 7 گرام ، ئامىلە 12 گرام ، پىلپىل 15 گرام ، مازەرىيۇن 25 گرام ، زەنجىۋىل 12 گرام ئېلىنىدۇ . دورىلار يۇمشاق سوقۇپ تاسقاپ ، 3 ھەسسە ھەسەل بىلەن مەجۇن قىلىنىدۇ . بۇ دوردىن 4 گرامنى 60 گرام تۆگە سۈتىگە قوشۇپ ئىچسە بولىدۇ.

7 ) مۇناسىپ سۈرگە دورىلار بىلەن بەدەننى تازىلىغاندىن كېيىن ، 100 مىللىلىتر تۆگە سۈتىگە 50 گرامدىن گۈلقەنت قوشۇپ ، ئۈدا 3 كۈن بېرىلىدۇ . ئاندىن كېيىن ، گۈلقەنت مىقدارىنى ئۆزگەرتمەي ، سۈت مىقدارىنى ھەر كۈنى 12 مىللىلىتردىن ئاشۇرۇپ 500 مىللىترغا يەتكۈزۈلىدۇ ، ئاندىن كېيىن ھەر كۈنى 12 مىللىلىتردىن ئازايتىپ 100 مىللىلىترغا چۈشۈرۈلىدۇ ۋە شۇ بويىچە 3 كۈن ئىچۈرۈپ توختىتىلىدۇ . بۇ ھەم ئوزۇق بولىدۇ ، ھەم سۈيدۈك ھەيدەش رولىنى ئويناىيدۇ .

8 ) تاماق مىقدارى قاتتىق كونترول قىلىنىدۇ ، نورمال ۋاقىتتىكى تاماقنىڭ ئالتىدىن بىر قىسمىدىن ئېشىپ كەتمەسلىك شەرتى بىلەن

ئوزۇقلاندۇرۇلىدۇ . سۈيۇقلۇق قاتتىق چەكلىنىدۇ ، يەنى ئىچىدىغان سۈيى يەيدىغان غىزاسىنىڭ 3 ھەسسىسىدىن ئېشىپ كەتمەسلىكى شەرت قىلىنىدۇ . جىرىس نان ، پۇرچاق ، نوقۇت ، سۈپۈرگە قوناق دانلىرى ، كەپتەر باچكىسى قاتارلىقلار بېرىلسە بولىدۇ . كۆكتاتلاردىن چىگىدىغىنى ، تەرخەمەك ؛ مېۋىلەردىن ئانار ، ۋېھى ، تاۋۇز قاتارلىقلار بېرىلىدۇ . بەدەن قۇۋۇتىنى ساقلاش ئۈچۈن ، مائۇللەھمى ( 249 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ .

9 ) سەۋەبچى ماددىغا ئاساسەن مۇنزىج ۋە مۇسھىل بېرىپ بەدەننى تازىلىغاندىن كېيىن ، تۆۋەندىكى مۇرەككەپ دورىلاردىن بىرى ياكى ئىككىسى بىرلەشتۈرۈلۈپ ئىشلىتىلىدۇ .

( 1 ) شەربىتى بۇزۇرى ( 225 ـ ، 226 ـ نۇسخىلار ) 30 مىللىلىتىردىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

( 2 ) مەجۇنى ئەمرۇسىيا ( ئۆت تېشى كېسەللىكىنى داۋالاشقا قارالسۇن ) 6 گرامدىن كۈندە 1 ۋاخ بېرىلىدۇ .

( 3 ) مەجۇنى نۆش دورا ( 99 ـ نۇسخا ) 7 گرامدىن كۈندە 2 ۋاخ بېرىلىدۇ .

( 4 ) ھەببى ئىستىسقا ( 6 ـ نۇسخا ) 1 دانىدىن كۈنىگە 1 قېتىم بېرىلىدۇ .

( 5 ) ھەببى غارىقۇن ( 34 ـ نۇسخا ) 5 گرامدىن كۈنىگە 1 ۋاخ بېرىلىدۇ .

( 6 ) ھەببى بەھرام ( 9 ـ نۇسخا ) 9 گرامدىن كۈندە 1 ۋاخ بېرىلىدۇ .

( 7 ) مەجۇنى دەبىدىلۇمرد ( 73 ـ نۇسخا ) 15 گرامدىن كۈندە 1 ۋاخ بېرىلىدۇ .

( 8 ) داۋائىلكۆركەمدىن 5 گرامنى كاسنە ئەرەقىدىن 30 مىللىلىتىر ياكى مائۇللەھمىدىن 50 مىللىلىترغا قوشۇپ ئىچۈرسە بولىدۇ .

داۋائىلكۆركەم نۇسخىسى : زەپەر 36 گرام ، ئاسارۇن ، دۇقۇ ، رۇمبەدىيان ، پەتىرئاسالىيۇن ، رەۋەن ، مۇرمەككى ھەر بىرى 12 گرامدىن ،

سۇمبۇل 18 گرام ، قۇسته ، سەلىخۇلھەييە ، ئىزخىر چېچىكى ، ھەببى بىلـ سان ھەر بىرى 3 گرامدىن ، ئوردان 6 گرام ، رۇببىسۇس ، جوئىدە ، مەستىكى ، غاپەس 9 گرامدىن ، بىلسان يېغى 15 گرام ، ھەسەل 3 ھەسسە ئېلىنىدۇ .

دورىلار سوقۇپ تاسقاپ ، بىلسان يېغى بىلەن ياغلاپ ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ . كۈنىگە 2 قېتىم 3 گرامدىن يەپ ، ئۇستىدىن ھەسەل شەربىتى ئىچىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

ئىستىسقائى تەبلىنى داۋالاشتا :

1 ) بىمارنىڭ ئىچنى قاتۇرۇپ قويماسلىق ئۈچۈن ، ئالدىنقى ماۋـ زۇدىكى پەرھىز قىلىنىدىغان ۋە يېيىش بۇيرۇلىدىغان يېمەكلىكلەر بۇيرۇلىدۇ . تۆگە سۈتىگە رۇمبەدىيان ۋە كالىيزىرە قوشۇپ بېرىلىدۇ .

2 ) ئىككىلمىلىك ، بابۇنە ، ھاشا ، يالپۇز ، ئوغرىتىكەن ، مازەرـ يۇن ، قۇندۇز قەھرى قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ ، پۇنۇس مېغىزى قوشۇپ قورساققا چېپىلىدۇ .

3 ) سۇمبۇل ، سەبرە 50 گرامدىن ، كالا تېزىكى كۈلى ، ئۆچكە ماـ يىقى كۈلى ، سۆئىدى كۈيى ، قەرەدمانە ، ئىرسا ، ئاچچىق قۇسته ، نۆشۈدۇر ، ئۆشنە ، ھۇماما ، سەلىخە ، ھەببى بىلسان ، ئۇد بىلسان ، بۆرە ئەرمىنى ، سەئىتەر ، نەمەكى ھىندى ، جىنتىيانا ھەر بىرى 25 گرامدىن ئېلىنىدۇ . بارلىق دورىلار سوقۇپ تۆگە سۈيدۇكى بىلەن يۇغۇرۇلۇپ زىماد تەييارلاپ ، قورساقنىڭ سىرتىدىن چېپىلىدۇ .

4 ) ھەببى بەھرام (9 ـ نۇسخا) 9 گرامدىن كۈندە 1 ۋاخ بېرىلىدۇ.

5 ) سۇپۇپى كەرەپشە ( 215 ـ نۇسخا )دىن 4 گرام ، ئەرەقى بەدـ يان (264 ـ نۇسخا ) دىن 75 مىللىلىتىر ئىچۈرۈلىدۇ .

6 ) داۋائىلكۆركەم ( ئىستىسقايى زىقىنى داۋالاشقا قارالسۇن) دىن 5 گرامنى ئەرەقى كاسىنە ياكى ئەرەقى بەدىيان بىلەن قوشۇپ ئىچۈرسە بولىدۇ .

7 ) مەجۇنى ئەنسۇندىن 15 گرامنى 30 مىللىلىتىر شەربىتى بۇزۇرى بىلەن ئىچۇرسە بولىدۇ .

مەجۇنى ئەنسۇن نۇسخىسى : رۇمبەدىيان ، تاغ چىگىسىيى ئۇرۇقى ، ھەبىۋلغار ، سىيادان ، سۆئىدى كۇپى ، ھىلگ ، قۇندۇز قەھرى ، قەرەدمانە ، سۇمبۇل ، ھەببى بىلسان ، جاۋاشىر ، ئەنجىدان ، ئاسارۇن ، زەپەردىن 3 گرامدىن ، سەكبىنەج ، ئىگىر ، ئاچچىق بادام مېغىزى ، قۇرۇق سۇزاپ ، زىرە ، جۇۋىنە ، يالپۇز ، ياۋا سەۋزە ئۇرۇقى ، خولنجان ، غار يوپۇرمقى ، جوئىدە ، زەنجىۋىل ، غارىقۇن ، ھۇماما ، كالىنىگ كۆيدۇرۇلگەن ئوشۇق سۆگىكى ھەر بىرىدىن 6 گرامدىن ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ ، 2 ھەسسە ھەسەل بىلەن مەجۇن قىلىپ ، 6 گرامدىن كۇنىدە 2 ۋاخ بېرىلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

8 ) ئىستىسقا كېسەللىكىنى داۋالاشتا ئەرەقى رەۋەن ئىشلىتىلىدۇ .

ئەرەقى رەۋەنىنىڭ تەركىبى : ئاسارۇن ھىندى ، سۇمبۇل ھىندى ، دارچىن ، ئىزخىرمەككى ھەر بىرىدىن 20 گرامدىن ، بىخ كەبىر ، كاسنە ئۇرۇقى ، بەدىيان ، چىگسەي ئۇرۇقى ھەر بىرىدىن 135 گرامدىن ، كاسنە يىلتىزى ، چىگسەي يىلتىزى ، بەدىيان يىلتىزى ھەر بىرىدىن 30 گرامدىن ، پىشقان قۇرۇق ئۇزۇمدىن 120 دانە ، پىشقان ئەنجۇر قېقىدىن 30 دانە ئېلىپ ، قائىدە بويىچە 2 لىتىر قاينىق سۇغا بىر سوتكا چىلغاندىن كېيىن ، پار قازىنىغا سېلىپ 3 لىتىر ئەرەق چىقىرىلىدۇ . رەۋەندىن 20 گرام ئېلىپ ئوبدان سالايە قىلغاندىن كېيىن ، داكىغا ئوراپ ئەرەق چىقىرىشتىن بۇرۇن قازان جۇمىكىگە باغلاپ قويۇلىدۇ . ئۇنىڭدىن باشقا ، تازىلانغان رەۋەن ، شورا قەلەمدىن 18 گرامدىن ، قەنتتىن مەلۇم مىقداردا ئېلىپ ھەب تەيياراپ ، ئەرەقى رەۋەن بىلەن قوشۇپ ، كۇنىگە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا ئەرەقى رەۋەندىن 50 مىللىلىتىر ، ھەببى رەۋەندىن 5 تال ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

# IX باب سۈيدۈك ئاجرىتىش ئەزالىرى كېسەللىكلىرى

## بۆرەك زەئىپلىشىش

بۇ ، ھەر خىل سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن بىر بۆرەك ياكى ھەر ئىككى بۆرەكنىڭ سۈيدۈك ئاجرىتىش ۋە چىقىرىش خىزمىتى بۇزۇلۇش ، تومۇر قۇنلۇقلا ئۇچراشتىن كېيىپ چىقىدىغان كېسەللىك بولۇپ ، بەل ئاغرىش ، جىنسىي قۇۋۋەت ئاجىزلاش ، سۈيدۈك قېتىمى ئازىيىش ، ئورۇقلاش قاتارلىق كېسەللىك ئالامەتلىرى بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

بۆرەكنى قۇۋۋەتلەش چارىلىرى قىلىنىدۇ .

بىرىنچى باسقۇچتا :

1 ) قىرقىلغان پىلە غوزىسىدىن 20 گرام ، سېرىق ئوتتىن 28 گرام ، ئۇستىقۇددۇستىن 20 گرام ، كاسنە ، ئارپىبەدىيان ، قاراكۆز بەدىيان ئۇرۇقى ، چۆچۈكبۇيا يىلتىزى ، ئەنگۈرشپا قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 12 گرام ، گۈلقەنتتىن 70 گرام ، ئاق شېكەردىن 200 گرام ئېلىپ ، قائىدە بويىچە 2.5 لىتر شەربەت تەييارلاپ ، كۈنىگە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 100 مىللىلىتردىن 16 كۈن بېرىلىدۇ . بۇ جەريانىدا مەجبۇرىي دەۋرىلۈمرد (73 ـ نۆۋىخا ) كۈنىگە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 گرامدىن يېيىشكە بېرىلىدۇ . ئۇنىڭدىن باشقا ، سېمىزگۈت ئۇرۇقى ، نىشاستە ، سەمغى ئەرەبىدىن 48 گرامدىن ، ئانارگۈلىدىن 24 گرام ، خۇنسياۋشان ، كەھرىۋانىڭ ھەر بىرىدىن 8 گرامدىن ئېلىپ ، ئىسپىغۇل لۇئابىدا قائىدە بويىچە قۇرس

تەييارلاپ ، كۈندە 2 قېتىم 3 گرامدىن شوراشقا بېرىلىدۇ .

2 ) چۆبچىنىدىن 300 گرام ، گاۋزىباندىن 100 گرام ، ئاق سەندەل دىن 15 گرام ، بادرەنجىبۇيا ، دارچىن ، ئەق بەھمەن ، سۈمبۈل ھەر بىردىن 15 گرامدىن ئېلىپ ، قائىدە بويىچە ئەرەق تارتىپ ، كۈندە 3 قېتىم 100 مىللىلىتىردىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

ئىككىنچى باسقۇچتا :

3 ) قىرقىلغان پىلە غوزىسى ، ئۈستىقۇددۇس ، ئارپىبەدىيان ، سېرىق ئوتتىن 20 گرامدىن ، بادرەنجىبۇيىدىن 14 گرام ، كاسنە ئۇرۇقى ، ئەنگۈرشپا ، ئاقلانغان چۇچۇكبۇيا يىلتىزىدىن 12 گرامدىن ، گۈلقەنتتىن 200 گرام ، ئاق شېكەردىن 400 گرام ئېلىپ ، قائىدە بويىچە شەربەت تەييارلاپ ، كۈندە 3 ۋاخ تاماقتىن بۇرۇن 100 مىللىلىتىردىن بېرىلىدۇ . شەربەتكە ماسلاشتۇرۇپ قىزىلگۈل ، سۆئىدى كۆپى ، قارىمۇچ ، قەلەمپۇر ، ئاسارۇن ، ئۇدبىلسان ، سۈمبۈل ، رەۋەن ، مەستىكى ، بەسباسە ، جويۇز ، زۆرەنباد ، زەنجىۋىل ، ئىزخىرمەككى ، سەلىخە قاتارلىق دورىلارنىڭ ھەر بىرىدىن 6 گرامدىن ، دارچىن ۋە سىماقتىن 10 گرامدىن ، ئۇرداندىن 3 گرام ، ئامىلىدىن 24 گرام ، گۈلقەنتتىن 200 گرام ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەلدىن 400 گرام ئېلىپ ، قائىدە بويىچە مەجۇن تەييارلاپ ، كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 گرامدىن ئىستېمال قىلىنىدۇ .

4 ) قىزىلگۈل ، تاباشىر ، سىماق ، ئاق سەندەل ، گىلى ئەرمەنى ، لەھيە تۇتتىس ( ئۆچكە ساقلى دېگەن ئۆسۈملۈكنىڭ سىقىپ چىقىرىلغان سۈيىنىڭ قۇرۇتۇلغىنى ) قاتارلىق دورىلاردىن 25 گرامدىن ، قۇرۇتۇلغان تاغ ئالمىسىدىن 28 گرام ، موزا ، ھەببۇلئاس ، بادام مېغىزى ھەر بىردىن 8 گرامدىن ئېلىپ زىماد تەييارلاپ ، كۈندە 1 قېتىم بۆرەك ساھەسىگە چېپىلىدۇ . بۇ ئۇسۇل 10 كۈن داۋاملاشتۇرۇلىدۇ .

5 ) يۇقىرىقى دورىلار ئىستېمال قىلىنىپ بولۇشىغا قىزىلگۈل ، سىماق ، تاباشىر ، سەمغى ئەرەبى ، ئاق سەندەل ھەر بىردىن 6 گرامدىن ، گىلى ئەرمەنىدىن 12 گرام ، قورۇلغان نىشاستە ، ھۆممۇز ئۇرۇقى ، ئانار

گۈلىڭ ھەر بىرىدىن 9 گرامدىن ، قورۇلغان سېمىزئوت ئۈرۈقى ، ھەببۇلئاس ، نوقۇت قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 12 گرامدىن ئېلىپ ، قالغان بويىچە قۇرس تەييارلاپ ، كۈنىگە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرامدىن بېيىشكە بېرىلىدۇ .

( تۇرپان ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

6 ) سوغۇقلۇق تەسىرىدىن بولغان بۆرەك ئاجىزلىقى ئۈچۈن بىخسۇستىن 6 گرام ، بەدىيان ، پىرسىياۋشان ، زاراڭزا ، قوغۇن ئۈرۈقى مېغىزى قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 7 گرامدىن ئېلىپ ، چىلاشقۇدەك سۇدا قاينىتىپ ، سۈيىگە 50 گرام گۈلقەنت ئارىلاشتۇرۇپ بىر قېتىمدا ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ ( بۇ ، 4 كۈن ئەتراپىدا بېرىلىدۇ ) . ئاخىرىدا 1 قېتىم قەي قىلدۇرغاندىن كېيىن ، سانا ، خىيارشەنبەر ، ئۇزۇم ھەر بىرىدىن 30 گرام ، رەۋەندىن 5 گرام ، تەرەنجۈبلدىن 60 گرام ، ئاق تۇرىبۇتتىن 10 گرام ، بادام يېغىدىن 10 مىللىلىتىر ، دىنار شەربىتىدىن 100 مىللىلىتىر ئېلىپ ، قائىدە بويىچە مەتبۇخ تەييارلاپ ، مۇڭاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ . بۇ مەتبۇخ 4 قېتىم تەييارلاپ بېرىلىشى كېرەك . ئۈنگىدىن كېيىن ، پىندۇق مېغىزى ، پىستە مېغىزى ، چىگىت مېغىزى قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 30 گرامدىن ، نارجىل ، كۈنجۈتتىن 50 گرامدىن ئېلىپ ، مۇڭاپىق مىقداردىكى شېكەر بىلەن سۈپۈپ تەييارلاپ ، كۈندە 3 قېتىم 6 گرامدىن ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

7 ) ئومۇمىي بەدەننى كۈچلەندۈرۈش ، قىزىتىش ، بۆرەكنى كۈچلەندۈرۈش ئۈچۈن ئاق بەھمەن ، قىزىل بەھمەن ، ئاق تۇدرى ، قىزىل تۇدرى ، قوغۇن ئۈرۈقى مېغىزى ، پىياز ئۈرۈقى ، پاقا يوپۇرمىقى ئۈرۈقى ، زەپەر خەمىكى ، كەتىرا ، چىگىسەي ئۈرۈقى ، چامغۇر ئۈرۈقى قاتارلىق دورىلارنىڭ ھەر بىرىدىن 16 گرامدىن ، دارچىن ، شاقاقۇل ، پىلپىل ، لاچىنداڭ ، زەنجۈبىل ، گۈلدارچىن ، خولنجان قاتارلىق دورىلارنىڭ ھەر بىرىدىن 5 گرامدىن ، تەرەنجۈبلدىن 600 گرام ئېلىپ ، سوقۇپ تاسقاپ ، تەرەنجۈبىل شىرىسى بىلەن خېمىر قىلىپ مەجۇن تەييارلاپ ، كۈندە ئەتىگەن

گەندە 100 مىللىلىتىر كالا سۇتى بىلەن 10 گرامدىن ئىستېمال قىلىنىدۇ .

8 ) چىگىت مېغىزى ، پىستە مېغىزى ، ھەببى قەلقەل مېغىزى ، پىل پىل قاتارلىق دورىلارنىڭ ھەر بىرىدىن 10 گرامدىن ، قۇشقاچ مېڭىسىدىن 15 گرام ، زەنجىۋىل ، نارجىل ، شاقاقۇل ، لىسانىل ئاساپىر ، پىننە ، ھەل يۇن ، ھەببى زەلەم قاتارلىق دورىلاردىن 5 گرامدىن ئېلىپ مەجۇن تەييارلاپ ، كۈندە 2 قېتىم 10 گرامدىن ئىستېمال قىلىنىدۇ .

( لوپ ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

9 ) ياڭاق مېغىزى ، بادام مېغىزى ، ئۈرۈكسىز قىزىل ئۈزۈم ، ناۋات ، ھەسەل ھەممىسىدىن باراۋەر مىقدارىدا ئېلىپ ، دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ئۈزۈمنى سوقۇپ خېمىر قىلىپ ، ھەسەلنى قايناتىپ كۆپۈكىنى ئېلىپ ، ئاۋۋال ئۈزۈمنى ، ئاندىن دورىلارنى سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلاپ قويۇپ ، 30 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

10 ) يۇقىرىقى ئارىلاشمىدىن 1 كىلوگرامغا نارجىل ، چىلغوزا ، ئاق بەھمەن ، قىزىل بەھمەن ، شاقاقۇل ھەر بىرىدىن 60 گرامدىن ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ ئارىلاشتۇرۇپ ، 30 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

11 ) شەربەتتى زەبىب ( 228 ـ نۇسخا ) 50 مىللىلىتىردىن كۈندە 3 ۋاخ ، مەجۇنى مادداتۇلھايات 6 گرامدىن كۈندە 2 ۋاخ بېرىلىدۇ .

12 ) مەجۇنى لوبۇبى كەبىر( 82 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى لوبۇبى مۆتىدىل ( 83 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى لوبۇبى سەغىر ( 84 ـ نۇسخا ) لەرنىڭ بىرى بېرىلىدۇ .

13 ) مەجۇنى سۆئلەپ بېرىلىدۇ .

تەركىبى : سۆئلەپ مىسرى 48 گرام ، پىندۇق مېغىزى 60 گرام ، پەنىرمايە ، شاقاقۇل ، سەۋزە ئۇرۇقى ، قۇشقاچ مېڭىسى ھەر بىرى 18 گرامدىن ، پىلپىل ، ئاقلانغان كۈنجۈت ، تۇخۇمى ھەلىۋن ، چىلغوزا مېغىزى ھەر بىرى 360 گرامدىن ئېلىنىدۇ . سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، 3 ھەسسە ھەسەل ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلىپ ، 10 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

14 ) مەجۇنى جاۋارىش زەرئون (124 ـ نۇسخا ) ياكى مەجۇنى جاۋارىش زەرئون مۇقەۋىۋى ( 125 ـ نۇسخا ) لەرنىڭ بىرى بېرىلىدۇ .
( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

15 ) ئالدى بىلەن سەۋەبچى ئامىللار بىر تەرەپ قىلىنىدۇ . كەم قانلىق كۆرۈلسە، قانىنى كۆپەيتكۈچى ۋە قۇۋۋەتلىگۈچى دورىلار بېرىلىدۇ.

16 ) بىمارنىڭ مىجەزى ئىسسىقلىقتىن بۇزۇلغان بولسا ، مىجەزنى تەڭشەش ئۈچۈن ئانار شەربىتى ( 231 ـ نۇسخا ) ، نىلۇپەر شەربىتى ( قاندىن بولغان باش ئاغرىقىنى داۋالاشقا قارالسۇن ) ، زىرىق شەربىتى (ئۆت يالليۇغنى داۋالاشقا قارالسۇن ) ، بېھى ئۇرۇقى لۇئابى ، ئىسپىغۇل لۇ-ئابى قاتارلىقلار قائىدە بويىچە ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ . بىمارنىڭ مىجەزى تەڭشەلگەندىن كېيىن ، بۆرەكنى كۈچەيتىش ئۈچۈن خۇنسياۋشان ، ئا-نارگۈلى ، ئەرەب يېلىمى قاتارلىق دورىلارنى سوقۇپ سۈپۈپ تەييارلاپ ، پاقا يوپۇرمىقى سۈيى بىلەن ئىستېمال قىلدۇرۇش بىلەن بىللە ، لوبۇبى كەبىر ( 82 ـ نۇسخا ) ، لوبۇبى سەغىر ( 84 ـ نۇسخا ) ، خەمىرى ئەۋرىشىم ، ھالۋايى بەيزە ( كەم قانلىق كېسەللىكىنى داۋالاشقا قارالسۇن ) قاتارلىق دورىلار ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

17 ) بىمارنىڭ مىجەزى سوغۇقلۇقتىن بۇزۇلغان بولسا ، مىجەزنى تەڭشەش بىلەن بىرلىكتە ، بەل ساھەسى سۇزاپ يېغى ( 288 ـ نۇسخا ) بىلەن ياغلىنىدۇ . سەبرە سۇقۇتىرى بىلەن تۇخۇم سېرىقىنى ئارىلاشتۇرۇپ چېپىپ بېرىش بىلەن بىللە ، جاۋارىش زەرئون (124 ـ نۇسخا ) ، جاۋارىش كۇمۇنى ( 126 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى لوبۇبى كەبىر ( 82 ـ نۇسخا) قاتارلىقلار بېرىلىدۇ .

18 ) سۇيدۇك يولىدا ئېچىشىش ، كۆيۈشۈش ئەھۋاللىرى بولسا ، كاكىنەچتىن 6 گرام ، بېھى ئۇرۇقى ، ئىسپىغۇللارنىڭ ھەر بىرىدىن 3 گرامدىن ئېلىپ ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇدا شىرىسىنى چىقىرىپ ئىچۈرسە ۋە بەدىيان ، كاسنە ئۇرۇقى ، ئوغرىتىكەندىن 3 گرامدىن ، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى ، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى ، تاۋۇز ئۇرۇقى مېغىزى ، قاپاق ئۇ-

رۇقى مېغىزى ھەر بىرىدىن 5 گرامدىن ، ئەنگۈرشىپادىن 6 گرام ئېلىپ ، مۇۋاپىق مىقداردىكى قاياناق سۇدا شىرىسىنى چىقىرىپ ، ئازراق شېكەر قوشۇپ ، كۈندە 2 قېتىم 30 مىللىلىتىردىن ئىچۈرسە بولىدۇ .

( لوپ ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## بۆرەك ئۇرۇقلاش

بۇ ، بۆرەك مىجەزى بۇزۇلۇش ، ئۇزاق داۋاملاشقان بۆرەك زەئىپلىكى ، جىنسىي ئالاقىنىڭ كۆپ بولۇشى ۋە قەنت سېيىش كېسەللىكى قاتارلىقلاردا بۆرەكنى قاپلاپ تۇرغان ياغلارنىڭ سىرتىپ كېتىشىدىن كېلىپ چىقىدىغان كېسەللىك بولۇپ ، زىيادە ئورۇقلاش ، ماغدۇرسىزلىق ، سۈيدۈك كۆپىيىش ۋە ئاغرىتىپ كېلىش ، بەل ئاغرىش ، باش ئاغرىش ، كۆز تورلىشىش ، سۈيدۈك تۇتالماسلىق قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) سەۋەبىگە قارىتا چارە قىلىنىدۇ . قەنت سېيىش كېسەللىكىدىن كېلىپ چىققان بولسا ، ئاساسلىق كېسەللىك داۋالىنىدۇ . بۆرەك مىجەزىنىڭ بۇزۇلۇشى ۋە ياللۇغلىنىشتىن كېلىپ چىققان بولسا ، مۇناسىپ چارە قىلىنىدۇ . جىنسىي ئالاقە بىر مەزگىل چەكلىنىدۇ .

2 ) بۆرەكنى سەمرىتىدىغان چارىلەر قىلىنىدۇ . بۇنىڭ ئۈچۈن بادام مېغىزى ، ياڭاق مېغىزى ، نارجىل ، چىلغوزا ، پىستە مېغىزى ، پىنەدۇق مېغىزى ، ھەببى تۈلخوزرا قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ ، سوقۇپ تاسقاپ ، دورىلارنىڭ ۋەزنى بىلەن تەڭ مىقداردا ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئېلىپ قويۇپ ، 30 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ يېيىشكە بېرىلىدۇ .

3 ) بىمارنىڭ مىجەزى ئىسسىق بولسا ، خەشخاش ئۇرۇقى ، قاپاق ئۇرۇقى ، چىگىت مېغىزىنىڭ ھەر بىرىدىن 10 گرامدىن ئېلىپ ، 300

مىللىلىتىر قاينىتىلغان كالا سۈتى بىلەن ئىچۈرۈلىدۇ ، بۇنى كەم دېگەندە ئىككى بىر ئايدىن ئارتۇق داۋاملاشتۇرۇش لازىم .

4 ) بىمارنىڭ مەجبۇرى سوغۇق بولسا ، داۋائىلتەرەنجۈل بېرىلىدۇ .

نۇسخىسى : تەرەنجۈلدىن 100 گرام ، كالا سۈتىدىن 1 لىتىر تەييارلاپ ، سۈتنى قاينىتىپ ، ئۈستىگە ئېرىتىپ سۈزۈلگەن تەرەنجۈل سۈيىنى قۇيۇپ ، قويۇلغۇچە قاينىتىپ ، 50 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

5 ) ئىلىتىلغان توخۇ تۇخۇمىنى ھەر كۈنى ناشتىدا يېگۈزسە بولىدۇ .

6 ) غاز ياكى ئۆردەك يېغى بىلەن بۆرەك ئۈدۈلى ياغلاپ بېرىلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

7 ) بىمارغا ھالۋايى بەيزە ( كەم قانلىق كېسەللىكىنى داۋالاشقا قارالسۇن ) 30 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

8 ) ھالۋايى بادام ( ئۇنتۇغاقلىق كېسەللىكىنى داۋالاشقا قارالسۇن ) 30 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

9 ) مۇرابباىي سۆئلەپ ( 272 ـ نۇسخا ) ياكى مۇرابباىي گىردىگان ( 275 ـ نۇسخا) 15 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

10 ) مۇرەككەپ دورىلاردىن مەجۇنى لوبۇبى كەبىر ( 82 ـ نۇسخا ) ياكى مەجۇنى سەنجىرىنا ( 57 ـ نۇسخا ) ۋە مەجۇنى سۆئلەپ (بۆرەك زەئىپلىكىنى داۋالاشقا قارالسۇن ) لارنىڭ بىرى بېرىلىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

11 ) بۆرەك ئورۇقلاشتىن كېلىپ چىققان پەۋقۇلئاددە ئورۇقلاشنى داۋالاش ئۈچۈن ، ئەسلىي كېسەللىكنى داۋالاش بىلەن بىرگە ، سۆئلەپ چىنىدىن 30 گرام ، كۆكنار ئۇرۇقى ، لىسانىل ئاساپىر ، تاتلىق بادام مېغىزى ، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى ، مانتا كاۋىسى ئۇرۇقى مېغىزى ، ئاقلانغان ياڭاق مېغىزى ھەر بىرىدىن 15 گرامدىن ، ئاق ۋە قىزىل تۇدرى ، ئاق ۋە قىزىل بەھمەن ھەر بىرىدىن 10 گرامدىن ئېلىپ ، يۇمشاق سوقۇپ ، 2.5

هەسسە هەسەل ئارىلاشتۇرۇپ خېمىر قىلىپ ، 10 ــ 15 گرامدىن ئىستېمال قىلىشقا بېرىلىدۇ .

## بــۆرەك يــاللــۇغــى

بـۇ ، ئومۇمىي بەدەن ياكى بۆرەك ساھەسىگە سوغۇق ئۆتۈش ياكى بـاشـقـا قـىـزىتمىلىق كېسەللىكلەرنىڭ قانىنى يۇقۇملاندۇرۇشى نەتىجىسىدە بـۆرەك شـارچىلىرى ۋە ئەگرى نەيچىلەر ياللۇغلىنىپ ، سۈيدۈك چىقىرىش خـىـزمـىـتـى تـوسالغۇغا ئۇچراپ ، بەدەندە سۇلۇق ئىششىق يۈز بېرىدىغان كـېـسـەللـىـك بـولۇپ ، ئۆتكۈر ۋە سوزۇلما قاتارلىق ئىككى خىل بولىدۇ . ئۆتـكـۈر بـۆرەك ياللۇغى جىددىي باشلىنىپ ، سۈيدۈك مىقدارى ئازىيىش ، رەڭـگـى قېنىقلىشىش ، يۇز ، كۆز ۋە قاپاقلار ئىششىش ، ئېغىرلاشقاندا پۈت ۋە ئومۇمىي بەدەن ئىششىش ، بەل ئاغرىش ، قان بېسىمى ئۆرلەش قاتارلىق ئالامـەتـلەر بىلەن ؛ سوزۇلما ھالەتكە ئۆزگەرگەندە بولسا ، ئۇزاققا داۋاملاشـقان بـەل ئاغرىقى ، پۈتۈن بەدەن ئىششىش ، قان بېسىمى ئۆرلەش ، سول يـۈرەك قـېـرىـنـچىسى زورىيىش ، سۈيدۈكتە ئاقسىل ۋە يوشۇرۇن قان بو-لـۇش ، ئېغـىـرلـىـرىدا سۈيدۈكتىن زەھەرلىنىش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

ئۆتكۈر بۆرەك ياللۇغىنى داۋالاشتا :

1 ) بـىـمار ياتقۇزۇپ ئارام ئالدۇرۇلىدۇ ، سوغۇق تېگىشتىن مۇھاپـىـزەت قـىـلـىـنىدۇ . دەسلەپكى مەزگىلدە يېمەك ـ ئىچمەكلىدە ئاقسىل ۋە تۇز ئاز بـولـۇش تەلەپ قىلىنىدۇ . ئەتىگەن ـ كەچتە كالا سۈتىنى ئارپا ئېشىغا قـوشـۇپ بـېـرىـش ، گۆش ۋە ياغلىق تاماقنى چەكلەش ، كېپەك ئارىلاش تۇزسىز نان بېرىش بۇيرۇلىدۇ .

2 ) قـايـسـى خـىـلـىـتتىن كېسىپ چىققان بولسا ، شۇ خىلىتنىڭ مۇنـىـزىـج ، مـۇسـھـەللىرى بېرىلىپ ، تەنقىيە قىلدۇرۇلىدۇ . تەنقىيەدىن كېيىن ،

ئىسپىغۇل لۇئابى ، بېھى ئۇرۇقى لۇئابى ، خەشخاش ، چىلان ، سېمىزگۈت شىربىسى قاتارلىقلار كاسىنە ئەرەقى بىلەن ئىچۈرۈلىدۇ . شەربىتى خەشخاش ( 229 ـ نۇسخا ) ، شەربىتى بىنەپشە ( 227 ـ نۇسخا ) لەر 30 مىللىلىتىردىن بېرىلىدۇ .

3 ) بىمارداً قەۋزىيەت بولسا ، قاتتىق سۇرمەيدىغان ، ئىچىنى يۇمشاتقۇچى دورىلار بىلەن ئىچى يۇمشتىلىدۇ . سەرپىستان ، ئەينۇلا ، كاسىنە ، بىنەپشە ، چىلان ، تەرەنجۇبل قاتارلىقلاردىن بىر ياكى بىرنەچچىسىنى بىرلەشتۇرۇپ بېرىش ياكى ئەنگۇرشىپا سىلىنغان ھېلىلە قاينىتىمسى بېرىش ئارقىلىق قەۋزىيەت يۇمشتىلىدۇ . شۇنىڭ بىلەن بىللە ، قەلەمپۇر بېغى ( 292 ـ نۇسخا ) ياكى رەۋغىنى قىروتى ( 280 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلار بەل ساھەسىگە سرتتىن چېپىلىپ ، ئۇستىدىن ئىسسىق ئۆتكۈزۈلىدۇ .

4 ) بىر ھەپتىگىچە ئىششىق يانمىسا ، سىرتىدىن زىمادى ئىسپىغۇل ( 314 ـ نۇسخا ) ، زىمادى شۇسە ( 318 ـ نۇسخا ) قاتارلىق زىمادلارنى چېپىپ ، زىغىر ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، شۇمشە قاتارلىقلارنىڭ چىلاپ چىقىرىلغان شىربىسىنى ئىچۈرۈش ئارقىلىق ماددىنىڭ پىشىشى ئىلگىرى سۈرۈلىدۇ .

5 ) سۇيدۇكتىكى يىرىڭنى ۋە يوشۇرۇن قانىنى تۇگىتىش ئۈچۈن تەرخەمەك ، قوغۇن ، قاپاق ئۇرۇقلىرىنىڭ شىربىسىگە ئارپىبەدىيان قاينىتىمسى ۋە ئازراق قەنت قوشۇپ ئىچۈرۈلىدۇ .

6 ) بۇغداي كېپەكى ، ئارپا يارمىسى ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، ئەنگۇرشىپا ، بابۇنە ، ئىككىلمىلىك ھەر بىردىن 15 گرامدىن ئېلىپ ، كىرەكلىك مىقدارىدىكى سۇغا چىلاپ قاينىتىپ ، ئىسسىق سۇ قۇيۇلغان ۋاننىغا بىمارنى ئولتۇرغۇزۇپ ، قاينىتىمنى قۇيۇپ يۇيۇندۇرۇلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

7 ) سۇيدۇك ھەيدەش ، ئىششىق يانىدۇرۇش ئۈچۈن قوغۇن ئۇرۇقىنى مېغىزىدىن 10 گرام ، تۇز ۋە ئەگرى تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىز-

لىرى ، بەزىرۇلبەنجى ، چىگسەي ئۇرۇقى ، سېمىزئوت ئۇرۇقى ، بېھى ئۇرۇقى ، بەدىيان يىلتىزى ، كاسنە ئۇرۇقى ھەر بىرىدىن 5 گرامدىن ئېلىپ ، مۇۋاپىق مىقداردىكى قايناق سۇغا بىر كېچە چىلاپ قاينىتىپ ، كۈنىگە 3 قېتىم ئىچۈرۈلىدۇ .

8 ) ئەرەقى كاسنە ( 268 ـ نۇسخا ) كۈنىگە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 150 مىللىلىتىردىن ئىچۈرۈلىدۇ .

9 ) بۆرەكنى كۆچەيتىش ئۈچۈن مەجۇنى لوبۇبى كەبىر ( 82 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى ماددەتۈلھايات ( 85 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى جاۋارىش بۇزۇرى ( 119 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلار قائىدە بويىچە ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

سوزۇلما بۆرەك يالليۇغىنى داۋالاشتا :

1 ) تۇرمۇش ، ئوزۇقلىنىش ، يېتىش ـ قوپۇش ، ھەربىرىكەت ۋە دەم ئېلىش ، تازىلىق ئادەتلىرى مۇۋاپىق تەرتىپكە سېلىنىدۇ . ئوڭاي ھەزىم بولىدىغان ئارىلاشما تاماقلار بېرىلىدۇ ، مۇۋاپىق دەم ئالدۇرۇلىدۇ . زۇكام بولۇش ۋە باشقا يۇقۇملىنىشلارنىڭ ئالدىنى ئېلىشقا دىققەت قىلىنىدۇ، تاماقتىكى تۇز ۋە سۇ مىقدارى مۇۋاپىق چەكلىنىدۇ . بەدەن ئىسسىق ساقلىنىدۇ ، مۇۋاپىق دەرىجىدە قۇمغا كۆمۈلۈش ۋە پار مۇنچىلىرىغا چۈشۈپ تەرلىنىش تەۋسىيە قىلىنىدۇ .

2 ) بەدەننى بەلغەمدىن تەنقىيە قىلىش ئۈچۈن رەۋەندىن 4 گرام ، چىگسەي ئۇرۇقىدىن 6 گرام ، قۇستە شىرىندىن 4 گرام ئېلىپ ، مۇۋاپىق سۇدا قاينىتىپ سۈزۈپ ، ھەسەل بىلەن تەييارلانغان گۈلقەنت ۋە مەستىكى قوشۇپ ئىچۈرۈلىدۇ .

3 ) ئىزخىر ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ھەر بىرىدىن 10 گرامدىن ئېلىپ ، 300 مىللىلىتىر سۇدا قاينىتىپ،200مىللىلىتىر قالغاندا سۈزۈپ ئىچۈرۈلىدۇ.

4 ) بابۇنە گۈلى ، قاراكۆز بەدىيان ئۇرۇقى ، شۇمشە ئۇرۇقى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ ، بەدىيان قاينىتىلغان سۇ

بـلـەن قـوشـۇپ بـەلـگـە چـېپىلىدۇ ، ئۇستىدىن يەنە قۇستە يېغى بىلەن ياغلىنىدۇ .

5 ) بـۆرەكـنىڭ سوغۇقتىن بولغان سوزۇلما ياللۇغىنى داۋالاش ئۈچـۈن ئارپـىـبـەدىـيان ، چـىـگـەي ئۇرۇقى ، كاسنە ئۇرۇقى ، قىزىلگۈل ، بـادرەنـجـبـۇيا ، نېلۇپەر ، بىنەپشە ، سانادىن 12 گرامدىن ، بىخسۇستىن 4 گـرام ، ئاق تـۇربـۇتـتـىن 7 گرام ، ئۇرۇقسىز ئۈزۈمدىن 50 دانە ، چىلان ، سـەرپىستاندىن 15 دانىدىن ، ئەنجۇر قېقىدىن 10 دانە ، خىيارشەنبەردىن 50 گـرام ، تـەرەنـجـبـۇلـدىن 72 گرام ئېلىپ ، قائىدە بويىچە يېتەرلىك سۇدا قـايـنـىـتـىپ سۈزۈپ ، كۈنىگە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 50 مىللىلىتىردىن ئىـچىشكە بېرىلىدۇ .

6 ) ئۇمـۇمـىـي بـەدەنـنـى قـۇۋۇشـتـلـەش ئۈچۈن داۋا ئىـلـمـىشكـى شـېـرىـن ( 70 ـ نـۇسـخا ) ، مەجۇنى خەمىرى گاۋزىبان ئەنبىرى ( 138 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلار بېرىلىدۇ .

7 ) سـۇلـۇق ئـىـشـىـق ئالامـەتـلـىرى گەۋدىلىك بولسا ، مەجۇنى دەبـىـدىـلـۇەرد ( 73 ـ نـۇسـخـا ) ، مەجۇنى ئاساناسىيا ( جىگەر ياللۇغىنى داۋالاشـقا قارالسۇن ) ، مەجۇنى داۋائىلكۆركەم قاتارلىق دورىلار بېرىلىدۇ .

مـەجـۇنـى داۋائـىـلـكـۆركەم نۇسخىسى : زەپەر 36 گرام ، ئاسارۇن ، دۇقـۇ ، رۇمـبـەدىـيان ، پەتىر ئاسالىيۇن ، رەۋەن 12 گرامدىن ، سۇمبۇل 18 گرام ، قۇستە ، سەلخۇلھەييە ، ئىزخىر ، ھەببى بىلسان 3 گرامدىن ، ئۇردان 6 گـرام ، رۇببىسۇس ، جوئىدە ، مەستىكى ، غاپەس 9 گرامدىن ، مۇرمەككى 12 گـرام ، رەۋغـبـنـى بـىـلـسان 15 گرام ، ھەسەل پۈتۈن دورا ۋەزنىنىڭ 3 ھەسسىسچىلىك .

بـۇ دورا تـوسـالـغـۇلارنـى ئاچـىـدۇ ، يـەل ھەيـدەيـدۇ ، بـۆرەك ، دوۋساقلارنـى كـۈچـەيتىپ ، سۈيدۈك ھەيدەپ ، ئىششىق ياندۇرىدۇ . جـىـگـەر ، تـال ، بـۆرەك سەۋەبىدىن بولغان سۇلۇق ئىششىقلارنى داۋالايدۇ ، 5 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ يەپ ، ئۇستىدىن ھەسەل شەربىتى ئىچىلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

# بۆرەك جامى ياللۇغى

بۇ ، بۆرەك جامىنىڭ يۇقۇملىنىشىدىن كېلىپ چىقىدىغان ، ئالـ
يالالاردا ، بولۇپمۇ ياش قىزلاردا كۆپرەك ئۇچرايدىغان كېسەللىك بولۇپ ،
ئۆتكۈر ۋە سوزۇلمىدىن ئىبارەت ئىككى خىل بولىدۇ . ئۆتكۈر بۆرەك جامى
ياللۇغى باشلانغاندا قىزىتما ، توڭۇپ تىترەش ، بەل ئاغرىش ، پات ـ پات
سۈيدۈك قىستاش ، سۈيدۈك مىقدارى ئاز بولۇش ، سۈيدۈك ئېچىشىپ
كېلىش ، سىيگەندە ئاغرىش قاتارلىق ئالامەتلەر ؛ سوزۇلما ھالەتكە ئۆزـ
گەرگەندە بولسا قىزىتما ، بەل ئاغرىش ، ماغدۇرسىزلىق ئالامەتلىرىگە
قوشۇلۇپ قان بېسىمى ئۆرلەپ قېلىشتەك ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) بىمار جىم ياتقۇزۇپ ئارام ئالدۇرۇلىدۇ ، ئوڭاي ھەزىم بولىدىـ
غان يېمەكلىكلەر بۇيرۇلىدۇ . قاينىق سۇ كۆپ ئىچۈرۈلىدۇ . تۇخۇم ، كالا
گۆشى ۋە باشقا يۇقىرى ئاقسىللىق ئوزۇقلۇقلار چەكلىنىدۇ .

2 ) تۇز ۋە ئەگىرى تەرخەمەك ئۇرۇقى ، تاۋۇز ئۇرۇقى ، قاپاق ئۇـ
رۇقى ، بەدىيان ئۇرۇقلىرىنى سۇغا چىلاپ شىرىسىنى چىقىرىپ ، خەشخاش
شەربىتى ( 229 ـ نۇسخا ) دىن مۇۋاپىق مىقدارىدا قوشۇپ ئىچۈرۈلىدۇ .

3 ) بەل ساھەسى سىرتىدىن قەلەمپۇر يېغى ( 292 ـ نۇسخا ) ،
رەۋغىنى قىروتى ( 290 ـ نۇسخا ) ، رەۋغىنى قۇستە ( 291 ـ نۇسخا ) لەر
بىلەن ياغلىنىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

4 ) بۆرەك زەئىپلىشىش كېسەللىكىدە كۆرسىتىلگەن ( 1 ) ،
( 2 ) ، ( 3 ) ، ( 4 ) ، ( 5 ) چارىلەر تەرتىپ بويىچە قوللىنىلىدۇ .

( تۇرپان ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

5 ) سەپرانى تەگشىش ، ھارارەتنى پەسەيتىش ، كېسەللىك
ماددىسىنى پىشۇرۇش ئۇچۇن سەرپىستان ، قىزىلگۈل ، گاۋزىبان ، چۇـ

چۇكىۋىيا يىلتىزى ، خەشخاش پوستى قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 8 گرامدىن ، نېلۇپەر ، كاسنە ئۇرۇقى ، شاھتەررە ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، ھەمىشە باھار ئۇرۇقى ، قاپاق ئۇرۇقى ، ئەنگۈرشىپا قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 10 گرامدىن ، تەرخەمەك ئۇرۇقى ، قوغۇن ئۇرۇقى ھەر بىرىدىن 15 گرامدىن ، بىنەپشىدىن 12 گرام ، چىلاندىن 25 گرام ، ئەينۇلىدىن 20 گرام ، شېكەردىن 250 گرام ئېلىپ ، مۇڭاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قائىدە بويىچە شەربەت تەييارلاپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 100 مىللىلىتىردىن ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ . ھارارەتنى پەسەيتىپ ، ئۇسسۇزلۇقنى تۆۋەنلىتىش ئۈچۈن سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، قارا سۇنا ئۇرۇقى ، ئىسپىغۇلارنىڭ ھەر بىرىدىن مۇڭاپىق مىقداردا ئېلىپ ، شىرىنى چىقىرىپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 20 مىللىلىتىردىن ئەرەقى ئەنگۈرشىپا ( 262 ـ نۇسخا ) بىلەن بىللە ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

6 ) ھارارەت تۆۋەنلەپ كېسەللىك ماددىسى پىشقاندىن كېيىن ، يۇقىرىقى شەربەتتىن يەنە بىر نۇسخا تەييارلاپ ، ئۇنىڭغا تەرەنجىۋىل شىرىسىدىن 60 مىللىلىتىر ئارىلاشتۇرۇپ ئىستېمال قىلدۇرۇش بىلەن بىللە ، قۇرسى بۇزۇرىدىن كۈندە 3 ۋاخ 3 دانىدىن ئىچۈرۈلىدۇ ، ئاندىن بەدەننى ، بۆرەكنى قۇۋۇەتلەش ئۈچۈن ، مۇرەككەپ دورىلاردىن لوبۇبى مۆتىدىل ( 83 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى زەرئۇنى ( 185 ـ نۇسخا ) ، خەمىرى گاۋزىبان ( 138 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلار قائىدە بويىچە ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

7 ) ئەگەر كېسەللىك سوزۇلما خاراكتېرلىك بولسا ، بەدەندىكى بەلغەمى شورىنى پىشۇرۇش ۋە تازىلاش ئۈچۈن بەدىيان يىلتىزى ، كاسنە ئۇرۇقى ، چىلان ، قىزىلگۈل ، قۇرۇق ئۈزۈم قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 30 گرامدىن ، تەرخەمەك ئۇرۇقى ، كاكنەچ ، شاھتەررىلەرنىڭ ھەر بىرىدىن 15 گرامدىن ، سېرىق ئوت ، گاۋزىبان ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 10 گرامدىن ، كاسنە يىلتىزىدىن 60 گرام ، شېكەردىن 300 گرام ئېلىپ ، 250 مىللىلىتىر سۇ بىلەن قائىدە بويىچە

شەربەت تەييارلاپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 80 مىللىلىتىردىن ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

8 ) كېسەللىك ئالامەتلىرى تۈگەشكە باشلىغاندا ، بۆرەكنى جانلاندۇرۇش ئۈچۈن بەدىيان يىلتىزى ، چىڭسەي يىلتىزى ، ئىزخىر ھەر بىرىدىن 30 گرامدىن ، چىڭسەي ئۈرۈقى ، بەدىيان ، رۇمبەدىيان ، كەپە يىلتىزى ، ئاسارۇن ھەر بىرىدىن 15 گرامدىن ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى ، زەنجىۋىللەرنىڭ ھەر بىرىدىن 10 گرامدىن ، سۆرۈنجان ، بوزىدانلارنىڭ ھەر بىرىدىن 6 گرامدىن ئېلىپ چالا سوقۇپ ، 500 گرام ھەسەل ، 2 لىتىر سۇ بىلەن قائىدە بويىچە شەربەت تەييارلاپ ، كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 60 مىللىلىتىردىن تاماقتىن كېيىن ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ . ئاشقازان ، بۆرەك ۋە ئومۇمىي بەدەننى كۈچلەندۇرۇش ئۈچۈن ، مۇرەككەپ دورىلاردىن لوبۇبى سەغىر ( 84 ـ نۇسخا ) ، لوبۇبى كەبىر ( 82 ـ نۇسخا ) ، ماددەتۈلھايات ( 85 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى زەرئۇنى ( 183 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلار كۈندە قائىدە بويىچە ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

9 ) پەرۋىش ئارقىلىق داۋالاشتا ، بىمارنى باشتىن ـ ئاخىر تىنچ ياتقۇزۇپ ئارام ئالدۇرۇش ، بىمار ياتقان ئورۇننىڭ ھاۋا مۇھىتى پاكىز بولۇشىغا كاپالەتلىك قىلىش ، تۈز قۇيۇلغان تاماقلاردىن پەرھىز قىلدۇرۇش ، جىنسىي مۇناسىۋەتنى چەكلەش ، قۇش گۆشى توغرالغان سۈيۇق ـ سەلەڭ تائام ۋە قۇش گۆشى بىلەن تەييارلانغان شورپىلارنى كۆپرەك ئىستېمال قىلدۇرۇش لازىم .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## بۆرەك سانجىقى

بۇ ، بۆرەك تېشى ، بۆرەك ياللۇغى ۋە بۆرەك ساھەسىدە يىغىلغان قويۇق يەلنىڭ تەسىرىدە بۆرەكنىڭ ئۆزىدە ياكى بۆرەك ئەتراپىدا يۈز بېرىدىغان كېسەللىك ئۆزگىرىشى بولۇپ ، بۆرەك ئۇدۇلى قاتتىق مۇجۇپ

ئاغرىش ، بەزىدە ئاغرىش دوۋسۇن ۋە يىرىقىغچە تارقىلىش ، چىڭقىلىش ، بەزىدە ئاغرىش بىردەم بوشاپ ، بىردەم كۈچىيىش ، ئېغىرلىرىدا ھوشىدىن كېتىش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) ئەگەر ئاغرىش قويۇق يەل يىغىلىۋىلىش سەۋەبىدىن بولسا ، ئالدى بىلەن سوپۇنلۇق سۇدا ھەمەل قىلىش ياكى ئۇچەينى سۈرگە بىلەن تازىلاپ بولغاندىن كېيىن ، ئارپىبەدىيان ، رۇمبەدىيان ، سېرىق ئوت ئۇرۇقى قاتارلىقلارنى بەدىيان ئەرەقى ( 264 ـ نۇسخا ) ياكى گۈلقەنت قوشۇپ ئىستېمال قىلدۇرۇش لازىم . زاراڭزا ئۇرۇقىنىڭ شىرىسىنى چىقىرىپ ، بۇزۇرى شەربىتى (225 ـ نۇسخا ) ياكى دىنار شەربىتى (230 ـ نۇسخا ) بىلەن قوشۇپ ئىچۈرسە ناھايىتى پايدا قىلىدۇ . بۇغداي كېپىكى بىلەن تۇزنى بىرلەشتۈرۈپ قىزىتىپ ، ئۇستىدىن ئىسسىق ئۆتكۈزسىمۇ بولىدۇ .

2 ) تۆۋەندىكى ۋاننا دورىسى بۆرەك سانجىقى ئۈچۈن ناھايىتى پايدىلىق :

تەركىبى : زىغىر ، شۇمشە ، بابۇنە ، بىنەپشە ، ئارپىبەدىيان ، ھەلىيۇن ئۇرۇقى ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، ئەنگۈرشىپا ، ئىككىلمىلىك ، پىرسىياۋشان ، قەنتەربيۇن دەقىق ھەر بىردىن 50 گرامدىن ، زەيتۇن كۆكى ، چەلەك كۆكىدىن 100 گرامدىن ، ئاسارون ، بەدىيان يىلتىزى پوستى ، كاسىنە يىلتىزى ، چىڭسەي يىلتىزى ھەر بىردىن 60 گرامدىن ئېلىپ ، كىچىكىلىك مىقداردىكى سۇغا بىر سوتكا چىلاپ قاينىتىپ ، سۈيىنى چوك داسقا ياكى ۋاننا دېسىغا قۇيۇپ ، بىمار بېلىگىچە ئولتۇرغۇزۇلىدۇ .

3 ) تۆۋەندىكى چىلانما سوغۇقتىن بولغان بۆرەك سانجىقىغا ناھايىتى پايدا قىلىدۇ :

تەركىبى : پىشىشق ئەنجۈر قېقىدىن 3 دانە ، دۇقۇ ، پەتىرئاسالىيۇن ، پىرسىياۋشان ھەر بىردىن 4 گرامدىن ، ئوغرىتىكەندىن 6 گرام ، قۇرۇق زۇپادىن 3 گرام ئېلىپ ، كىچىكىلىك مىقداردىكى سۇدا دەملەپ

سۇزۇپ ، زاراڭزا مېغىزىنىڭ شىرىسىدىن 9 گرام ، گۈلقەنتتىن 30 گرام قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

4 ) ئەپيۇندىن 2 گرام ، قاراكۆز بەدىيان ئۇرۇقى ، زەپەر ، كۇنـدۇر ، سەبرە ، زاراڭزىدىن 3 گرامدىن ئېلىپ سوقۇپ ، ئەرەقى بەدىيان بىلەن سۈيۈلدۇرۇپ ، بۆرەك ئۈدۈلىغا چېپىلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

5 ) بىمار يەللىك تاماقلاردىن پەرھىز قىلدۇرۇلىدۇ . سۇزاپ ئۇرۇقى ، ئارپىبەدىيان ، زىرە ھەر بىرىدىن 15 گرامدىن ئېلىپ ، چالا سوقۇپ قاينىتىپ ، مائۇل ھەسەل بىلەن ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

6 ) تۆۋەندىكى زىمات بۆرەك ئۈدۈلىغا سىرتىدىن چېپىلىدۇ :

تەركىبى : قىزىلگۈل ، ئارپىبەدىيان ، بەدىيان يىلتىزى پوستى ، زىرە ، بىخ كەبىر ، قاراكۆز بەدىيان ئۇرۇقى ، سۇزاپ ئۇرۇقى ھەر بىرىدىن 30 گرامدىن ، بەزىرۇلبەنجى ئۇرۇقىدىن 45 گرام ئېلىپ ، چالا سوقۇپ ، قايناق سۇغا ئىككى سائەت چىلاپ قويۇپ ، سۈيى بىلەن قاينىتىپ خېمىر ھالەتكە كەلتۈرۈپ ، قۇسته يېغى ( 291 ـ نۇسخا ) دىن 50 مىللىلىتىر قوشۇپ تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ ، بۆرەك سىرتىدىن چېپىپ تېڭىۋېتىلىدۇ ، ئادەتته كۈنىگە 2 قېتىم يۆتكەپ قىزىتىپ تېڭىلىدۇ .

7 ) مەجۇنى بەرشىشا كەبىر ( 56 ـ نۇسخا ) بۆرەك سانجىقىغا ئالاھىدە ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ ، جىددىي ئاغرىق تۇتقاندا 1 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ يېگۈزۈش ، پەۋقۇلئاددە ئەھۋالدا 10 گرامنى ئاغرىق نۇقتىسىغا سىرتىدىن چېپىش چارىلىرى قوللىنىلىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## بۆرەك ۋە سۇيىدۇك يول تېشى

بۇ ، بۆرەك سۇيىدۇك قانىلى ، دوۋساق ، سۇيىدۇك يوللىرى قاتارلىقلاردا پەيدا بولىدىغان ، سۇيىدۇك تەركىبىدىكى چۆكۈشكە مايىل

هاك ، تـۇز ۋە شـىللـىق پەردە ئاجرالمىلىرىنىڭ يۇقۇملىنىش ، توسۇلۇش نـەتـىجـىسـىدە چۆكمىگە ئايلىنىپ بارا ـ بارا يىغىلىپ كاللەكلىشۇبلىش سـەۋەبـىدىن تاشنى شەكىللەندۇرىدىغان كېسەللىك بولۇپ ، بۆرەكتە تاش پـەيدا بولغاندا بەل ئاغرىش ، ئاغرىش كىندىك ئاستى ۋە جىنسىي ئەزاغىچە تـارقـىلىش ، بەزىدە تۇتقاقلىق تولغاپ ئاغرىش ، ئاغرىق بەك تۇتقاندا قان سـىيىش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ؛ سۈيدۈك قانىلىدا تاش پەيدا بولغاندا ، قـاتـتـىق تـۇتـقـاقـلـىق ئاغرىش ، ھەر قېتىم ئاغرىق تۇتقاندا قان سىيىش قـاتـارلىق ئالامەتلەر بىلەن ؛ دوۋساقتا تاش پەيدا بولغاندا ، سۈيدۈك راۋان بـولـماسلىق ، كېلىۋاتقان سۈيدۈك تۈيۇقسىز ئۈزۈلۈپ قېلىش ، سىيگەندە كـىندىك ئاستى ئاغرىش ، بالىلاردا كۆرۈلگەندە يىغلاپ تېپىچەكلەپ زوك ئولـتـۇرۇۋېلىش ، بىر قولى بىلەن جىنسىي ئەزاسىنى تۇتۇۋېلىش ، سۈيدۈك يـولـىدا تـاش پـەيـدا بـولـغاندا ، ئاغرىق بالا قاتتىق ئازابلىنىپ سىيەلمەي قىينىلىش بىلەن بىر ۋاقىتتا ، دوۋساقتا سۈيدۈك يىغىلىپ قېلىپ ، دوۋساق جىددىي كۆپۈپ ئاغرىتىش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) تـەسـتـە ھەزىـم بولىدىغان ، يۇقىرى ئاقسىللىق ، يۇقىرى كالتـسـىـيـلـىق ، تۈزلۇق تاماقلار ، گۆش ، قىيمىلىق تاماق ، ھوردا پىشۇرۇلغان تـامـاقلاردىن پەرھىز قىلدۇرۇلۇپ ، ئاسان سىڭىدىغان ، ئۈزۈقلۇق قىممىتى يـۇقـىـرى ، لـېـكـىـن سـۈيـۇق ـ سـەلەك تاماقلار بۇيرۇلىدۇ . قايناق سۇنى كۆپرەك ئىچىپ ببرىش دەۋەت قىلىنىدۇ .

2 ) سـۈيـدۈك ھەيـدەش ئۇچۇن ئەرەقى بەدىيان ( 264 ـ نۇسخا ) 50 مـىـلـلـىـلـىـتـىـردىن كۇندە 3 ۋاخ ؛ ياللۇغلىنىشنىك ئالدىنى ئېلىش ۋە يـالـلـۇغـلـىنىشنى قايتۇرۇش ئۇچۇن ئەرەقى ئەنگۇرشىپا ( 262 ـ نۇسخا ) ، ئەرەقـى گـۇل ( 269 ـ نـۇسـخـا ) 50 مىللىلىتىردىن كۇندە 3 ۋاخ ؛ ئاغرىق پـەسـەيتىش ۋە تاشنىك پارچىلىنىشنى ئىلگىرى سۇرۇش ئۇچۇن مەجۇنى بـەرشـىـا كـەبـىر ( 56 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى سەنجىرىنا ( 57 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلار ئەھۋالغا قاراپ بېرىلىدۇ .

3 ) مەخسۇس تاشنى پارچىلاپ چۇشۇرۇش ئۈچۈن ، سۇپۇپى ھەجەرىل يەھۇد(204 ـ نۇسخا) كۈنىگە 3 قېتىم 10 گرامدىن ئىچۈرۈلىدۇ.

4 ) چايىلىقىغا سۈزاپ ئۇرۇقى ، بەدىيان ، قوغۇن ئۇرۇقى ، بېدە ئۇرۇقى ، بادرەنجبۇيا ، ئۇستقۇددۇس ، رۇمبەدىيان ، چىگسەي ئۇرۇقى ، ئەنگۈرشپا ، كاسنە ئۇرۇقى ، سۇمبۇل ، شۇمشە ئۇرۇقى ، تۇرۇپ ئۇرۇقى ھەر بىرىدىن 10 گرامدىن ئېلىپ ، چالا سوقۇپ دەملەپ بېرىلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

5 ) مۇۋاپىق پەرھىز بۇيرۇلىدۇ ۋە قاتتىقلىقنى يۇمشىتىش ، تاشنى ئېرىتىش ، ئاغرىق پەسەيتىش ئۈچۈن ، بنمارغا ئالدى بىلەن مەتبۇخى سەگگىكۈلىيە بېرىلىدۇ .

نۇسخىسى : پوستى بىخ بەدىيان ، كاسنە ئۇرۇقى ، كاسنە يىلتىزى ، چىگسەي ئۇرۇقى ھەر بىرىدىن 45 گرامدىن ، جۇۋىنە ، ئوغرىتىكەن ، تىللا گۈلدىن 70 گرامدىن ، بەدىيان ، كاكنەچتىن 25 گرامدىن ، سۆئىدى ھىندىدىن 15 گرام ئېلىپ ، مۇۋاپىق سۇدا قاينىتىپ سۈزگەندىن كېيىن ، ئۇستىگە يۇمشاق سوقۇلغان شوربدىن 45 گرام سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ ، 100 مىللىلىتىردىن كۈنده 3 ۋاخ ئىچۈرۈلىدۇ .

6 ) يۇقىرىقى مەتبۇخ بىر ھەپتە ئىچۈرۈلگەندىن كېيىن ، ئۇنىڭغا قوشۇپ مەجۇنى ھەجەرىل يەھۇد ( 68 ـ نۇسخا ) ھەر قېتىمدا 5 ـــ 10 گرامدىن كۈنده 3 ۋاخ ۋە سۇپۇپى ھەجەرىل يەھۇد ( 204 ـ نۇسخا ) 10 گرامدىن كۈنده 3 ۋاخ بىرلىكتە ئىشلىتىلىدۇ .

7 ) يۇقىرىقى دورىنى ئىچىپ بىر مەزگىل ئۆتكەندىن كېيىن ، سۈيدۈكتە دۇغلىشىش ۋە چۆكمە ھاسىل بولۇش ئەھۋالى كۆرۈلۈشكە باشلىغاندا ، يۇقىرىقى دورىلارنىڭ مىقدارىنى سەل ئاشۇرۇش بىلەن بىرلىكتە ، مەجۇنى ئەقرەب ( 48 ـ نۇسخا ) 10 گرامدىن قوشۇلىدۇ ۋە سۈيدۈكنى ئۇلغايتىش ئۈچۈن ، ئەرەقى كاسنە ( 268 ـ نۇسخا ) 100 مىللىلىتىردىن كۈنده 3 ۋاخ بېرىلىدۇ ( بۇ دورىلارنىڭ ھەممىسى تاماقتىن بۇرۇن بېرىلىدۇ ) .

8 ) تاش يۆتكىلىش ۋە پارچىلىنىش سەۋەبىدىن بەل ساھەسىدە ئاغرىق كۆرۈلسە ، مەجۇنى بەرشىشا كەبىر ( 56 ـ نۇسخا ) 1 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ . شۇنىڭ بىلەن بىللە ، بۆرەك سانجىقى كېسەللىكىنى داۋالاشتا كۆرسىتىلگەن 6 ـ نۇسخىدىكى زىماد بۆرەك سىرتىدىن چېپىلىدۇ .

9 ) بۆرەك ۋە دوۋساق تاشلىرىغا يۇقىرى قان بېسىمى قوشۇلۇپ كەلگەن بىمارلارغا ئەرەقى سەندەل ( مېڭە قان تومۇرى قېتىشىش كېسەللىكىنى داۋالاشقا قارالسۇن ) كۈنىگە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 100 مىللىلىتىردىن ئىچۈرۈلىدۇ .

10 ) سۈيدۈكىدە يوشۇرۇن قان كۆرۈلگەن ياكى تاش چۈشۈش مەزگىلىدە سۈيدۈكىدە قان كۆرۈلگەن بىمارلارغا شەربىتى ئەنجىبار ( 223 ـ نۇسخا ) 50 مىللىلىتىردىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

11 ) دوۋساقتا تاش پەيدا بولغانلارغا ۋە سىرتقى جىنسىي يولىدا تاش تۇرۇۋالغانلارغا يۇقىرىقى دورىلاردىن مۇناسىپلىرىنى ئىشلەتكەندىن باشقا ، كۈنجۈت يېغى ياكى ياڭاق يېغىدىن 30 مىللىلىتىر ئىچۈرۈش ، سۈيدۈك يولى ئارقىلىق چايان يېغى ( 280 ـ نۇسخا ) دىن 3 ـــ 10 مىللىلىتىرنى شىپرىس بىلەن دوۋساققا كىرگۈزۈش لازىم .

12 ) تاش بىلەن بىللە بۆرەكىكە سۇ چۈشۈش كېسەللىكى ۋە بۆرەك يالۇغى قوشۇلۇپ كەلگەنلەر قائىدە بويىچە مۇناسىپ داۋالىنىدۇ .

13 ) تاش چۈشكەن ۋە تەكشۈرۈش ئارقىلىق تاشنىڭ يوقالغانلىقى ئىسپاتلانغاندىن كېيىنلا دورا ئىشلىتىشنى توختىتىپ قويماي ، قايتا چۆكمە ھاسىل بولۇۋېلىشنىڭ ئالدىنى ئېلىش ، بۇنىڭ ئۈچۈن دورىنى بىرەر ھەپتە ئۈزاقراق ئىشلىتىش ، ئەرەقى كاسنە ( 268 ـ نۇسخا ) نى ئىككى ھەپتە گىچە ئۈزۈپ قويماسلىق ، ساقايغاندىن كېيىنلا دەرھال ياخشى ئوزۇقلىنىشنى ئەسلىگە كەلتۈرۈشتىن ئىبارەت قىلىش ، قاينىق سۇنى داۋاملىق كۆپ ئىچىش لازىم .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

14 ) پەرھىز ۋە پەرۋىش خىزمىتى ماسلاشتۇرۇلىدۇ ، يىمار قاتتىق ھاياجانلىنىش ۋە جىنسىي ئالاقىدىن چەكلىنىدۇ .

15 ) قوشۇمچە يۇقۇملىنىشنىڭ ئالدى ئېلىنىدۇ ، ياللۇغ قايتۇرۇش ، قىزىتما پەسەيتىش ، ئاغرىق توختىتىش تەسىرى بار دورىلار 2 ــ 3 كۈن ئىشلىتىلىپ ، ئۇنىڭدىن كېيىن تاشنى پارچىلاش ۋە ھەيدەپ چىقىرىش ئۈچۈن ئەنگۈرشپا ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، بەدىيان ھەر بىرىدىن 20 گرامدىن ، قوغۇن ئۇرۇقى ، قاپاق ئۇرۇقى ھەر بىرىدىن 30 گرامدىن ، كاسنە ئۇرۇقىدىن 10 گرام ، شېكەردىن 150 گرام ئېلىپ شەربەت تەييارلاپ ، كۈنىگە 2 قېتىم 70 مىللىلىتىردىن ئىچۈرۈلىدۇ . بۇنىڭغا قوشۇپ ئوغرىتىكەن ، تال يوپۇرمىقىدىن 30 گرامدىن ، زاراڭزا مېغىزى ، بەدىياندىن 20 گرامدىن ، تاۋۇز ئۇرۇقى ، قوغۇن ئۇرۇقىدىن 15 گرامدىن ، قەنتتىن 250 گرام ئېلىپ شەربەت تەييارلاپ ، كۈنىگە 2 ۋاخ 70 مىللىلىتىردىن ئىچۈرۈلىدۇ .

16 ) بۆرىكىگە سۇ يىغىلغان ۋە سۈيدۈك يولى يۇقۇملانغان بىمارلارغا ئەرەقى كاسنە ( 268 ـ نۇسخا ) ، ئەرەقى ئەنگۈرشپا ( 262 ـ نۇسخا ) ، ھەببى بىنادۇقى ئىدرا ( 45 ـ نۇسخا ) قاتارلىق دورىلار قائىدە بويىچە ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

17 ) بىمارغا ھەربىر كەت بىلەن دەم ئېلىشنى بىرلەشتۈرۈش تاپىلىنىدۇ . سۈيدۇكىدە ئاقسىل ۋە قان ـ يىرىڭ ھۈجەيرىلىرى بولغۇچىلارغا ئەنگۈرشپا ، كاكىنەچ ، كاسنە ئۇرۇقى قاتارلىقلار دەملەپ ئىچىشكە بېرىلگەندىن تاشقىرى ، ئاساسلىق دورا سۈپىتىدە ئەرەقى كاسنە ( 268 ـ نۇسخا ) ، ئەرەقى بەدىيان ( 264 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلار بېرىلىدۇ .

18 ) يۇقىرىقى ئەرەقلەرگە بىرلەشتۈرۈپ سۈپۈپى ھەجەرىل يەھۇد ( 204 ـ نۇسخا ) ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

19 ) بىر داۋالاش كۇرسى ئىچىدە تاش چۈشمىگەنلەرگە يۇقىرىقى دورىلارغا بىرلەشتۈرۈپ مەجۇنى ئەقرەب ( 48 ـ نۇسخا ) قوشۇپ بېرىلىدۇ

ياكى چايانىنى سۈپۈپ قىلىپ ، سۈپۈپى ھەجەرىل يەھۈد بىلەن قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ . شۇنىڭ بىلەن بىللە ، كۈنىگە 2 ۋاخ 5 مىللىلىتىردىن كۈنجۈت يېغى قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

20 ) تاشنىڭ بىر قىسمى چۈشۈپ ، بىر قىسمى چۈشمەي توختاپ قالغان بىمارلارغا يۈقىرىقى دورىلارنى ئۇزمەي بەرگەندىن تاشقىرى ، تۈ-رۈپىنى سىقىپ ، سۈيىدىن كۈندە 3 ۋاخ 100 مىللىلىتىردىن ئىچۈرۈلىدۇ ياكى تۇرۇپنى قاينىتىپ ئىچىش بۇيرۇلىدۇ .

( قەشقەر ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## بۆرەكىكە سۇ يىغىلىش

بۇ ، بۆرەك ئورنىنىڭ تۆۋەنلەپ كېتىشى ، بۆرەكتە تاش پەيدا بو-لۇش ، سۈيدۈك يوللىرىنىڭ توسۇلۇشى ، كۆپىنچە بۆرەك ياللۇغى سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدىغان ئەگەشمە كېسەللىك بولۇپ ، بۆرەك يال-لۇغى ۋە بۆرەك تېشى كېسەللىكىگە گىرىپتار بولغۇچىلارنىڭ بىر قىسمىدا كۆرۈلىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) بۆرەكتىكى سۇنى تارقىتىش ، سۈيدۈك ھەيدەش ئۈچۈن جۇ-ۋىنە ، قاراكۆز بەدىيان ئۇرۇقى ، قاقلە ، بەدىيان ، رۇمبەدىيان ، ھەر بىرىدىن 30 گرامدىن ، بەدىيان يىلتىزى پوستى ، ئېگىر ، پىرسىياۋشان ، تىللا گۈل ، قۇستە ھەر بىرىدىن 10 گرامدىن ، قاقلە ئۇرۇقى ، تەرخەمەك ئۇرۇقى ھەر بىرىدىن 15 گرامدىن ئېلىپ چالا سوقۇپ ، 2 لىتىر سۇغا بىر كۈن چىلاپ ، ئەتىسى قاينىتىپ يېرىمى قالغاندا سۈزۈپ ، كۈنىگە 3 ۋاخ 150 مىللىلىتىردىن ئىچۈرۈلىدۇ .

2 ) بۆرەك يالىۋغى قوشۇلۇپ كەلگەن ئىسسىق مىجەزلىكلەرگە شەربىتى بۇزۇرى سەرىد ( 226 ـ نۇسخا ) ، سوغۇق مىجەزلىكلەرگە شەربىتى بۇزۇرى گەرم ( 225 ـ نۇسخا ) 50 مىللىلىتىردىن كۈندە 3 ۋاخ ،

مەجۇنى ماددەتۇلھايات ( 85 ـ نۇسخا ) 6 گرامدىن كۇندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

3 ) بۆرەك تېشى قوشۇلۇپ كەلگەن بىمارلارغا ھەببى مۇپەتتەتىل ھاسات ( 43 ـ نۇسخا ) 5 ـــ 10 تالدىن كۇنىگە 3 ۋاخ ، ھەببى بىنادۇقى ئىدرا ( 45 ـ نۇسخا ) 9 گرامدىن كۇنىگە 2 ۋاخ ، مەجۇنى ئەقرەب ( 48 ـ نۇسخا ) 6 گرامدىن كۇنىگە 3 ۋاخ ، مەجۇنى ھەجەرىل يەھۇد ( 68 ـ نۇسخا ) 5 گرامدىن كۇنىگە 3 ۋاخ ، سۇيۇپى ھەجەرىل يەھۇد ( 204 ـ نۇسخا ) 5 گرامدىن كۇنىگە 3 ۋاخ بويىچە قايىسى تەييارلانسا ، ئىككى خىل دورىنى قوشۇپ بەرسە بولىدۇ .

4 ) سۇيدۇكىدە قان كۆرۈلگەن بىمارلارغا شەربىتى ئەنجىبار (223 ـ نۇسخا ) 100 مىللىلىتىردىن كۇندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## قەنت سىيىش

بۇ ، ئاشقازان ئاستى بېزىنىڭ ئاجراتما ماددا چىقىرىش ئىقتىدارى ۋە بۆرەك پائالىيىتى ئاجىزلاش سەۋەبىدىن بەدەنگە كىرگەن ئوزۇقلۇقلار تەركىبىدىكى قەنت ماددىسى بەدەنگە ئۆزلەشمەي ، سۇيدۇك ئارقىلىق بەدەندىن چىقىپ كېتىدىغان كېسەللىك بولۇپ ، تېبابەتتە ئىسسىقلىقتىن ۋە سوغۇقلۇقتىن بولغان دەپ ئىككى تۈرگە ئايرىلىدۇ . ئىسسىقلىقتىن بولغىنى قەنتلىك دىئابىت ، سوغۇقلۇقتىن بولغىنى قەنتسىز دىئابىت دەپ ئاتىلىش بىلەن ، كۆپ ئۇسساش ، كۆپ يېيىش ، كۆپ ئىچىش ، كۆپ سىيىش ، قاندا ۋە سۇيدۇكتە قەنت ماددىسى كۆپىيىپ كېتىش ، ماغدۇر-سىزلىنىش ، ئورۇقلاش ، تېرە قۇرغاقلىشىش ، چىش بوشاپ كېتىش ، كۆرۈش كۈچى ئاجىزلاش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) قەنت سىيىش كېسەللىكىنى داۋالاشتا ، ئالدى بىلەن روھىي جەھەتتىن داۋالاش ۋە ئوزۇقلۇق بىلەن داۋالاشقا ئەھمىيەت بېرىش

كېرەك . يەنى ، بىمارغا بۇ خىل كېسەللىكنىڭ خاراكتېرىنى تولۇق چۈ-شەندۈرۈپ ، ھەر خىل غەم - ئەندىشىلەردىن خالىي قىلىش ، بىمار ئۇچۇن ئېيتقاندا ، ئوزۇقلىنىش قاتارلىق ئىشلاردا دوختۇرنىڭ كۆرسەتمىسىگە ئەمەل قىلىپ داۋالاشقا ماسلىشىش ، قالايمىقان ئوزۇقلانماسلىق لازىم . ئا-دەتتە ، بۇ خىل كېسەللىككە گىرىپتار بولغانلار ئەركەك پاقلان گۆشى ، ئوغلاق گۆشى ، كۆك كەپتەر گۆشى ، ھەر خىل كەپتەر باچكىسىنىڭ گۆشى ، چۈجە گۆشى قاتارلىقلارنى كاۋاپ قىلىپ يېيىش ، بېلىق گۆشى ، قوينىڭ كاللا - پاقالچاق گۆشىنى پىشۇرۇپ يېيىش ، پالەك ، سىمىز ئوت يوپۇرمىقى ، خام قاپاق ، تەرخەمەك سۈيىنى ئىچىش ، نوقۇتنى پىشۇرۇپ يېيىش ، ئۇسسۇزلۇقنىغا تاغ ئالمىسى يېيىش لازىم .

2 ) دورا بىلەن داۋالاشتا ، ئالدى بىلەن بىمارغا تۇتۇش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە يەككە دورىلاردىن ئۇسۇڭ ئۇرۇقى ، ھۆل خەشخاش ، قىزىلگۈلنىڭ سېرىق چېچىكى ، قۇرۇق يۇمغاقسوت ئۇرۇقى ، قۇرۇتقان سىمىز ئوت ئۇرۇقىنىڭ سۈيىنى ئىچۈرۈش لازىم . ئۇنىڭدىن باشقا ، بىمار سوغۇق تەبىئەتلىك ، خۇشبۇي دورىلاردىن نېلۇپەر گۈلى ، بىنەپشە گۈ-لى ، قىزىلگۈل ، ئالما يوپۇرمىقى ، بېھى يوپۇرمىقى ، سۆگەت يوپۇرمىقى قاتارلىقلاردىن قايسىسى تېپىلسا ، شۇنى ئاستىغا كۆرپە قىلىپ سېلىپ يې-تىپ بەرسە ، كېسەللىكنىڭ ياخشىلىنىشىغا كۆپ ياردىمى بولىدۇ .

3 ) مۇرمەككى ، سەمغى ئەرەبىنىڭ ھەر بىرىدىن 3 گرامدىن ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ ، قېيىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، قايناق سۇ بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ سۇيۇق ئۇماچ ھالىتىگە كەلتۈرۈپ ، سۈيدۈك يولىغا كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 ـــ 4 تامچىدىن تېمىتىپ بەرسە ، سۈيدۈك تۇتۇشتا ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ .

4 ) ئاق سەندەل ، ئانار گۈلى ، ئاقاقىيا ، گىلى ئەرمەنى ، ئارپا ئۇنى قاتارلىقلاردىن ئېھتىياجىغا لايىق ئېلىپ ، يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، گۈلاب ياكى كاسنە سۈيى بىلەن ئارىلاشتۇ-رۇپ بەلگە چېپىلىدۇ .

5 ) ئاق سەندەل ، قىزىل سەندەل ، قىزىلگۈل ھەر بىردىن 12 گىرام ، ئىسپىغۇلدىن 9 گرام ، گىلى ئەرمەنى ، ئانار گۈلى ھەر بىردىن 6 گرامدىن ئېلىپ ئايرىم - ئايرىم سوقۇپ ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ بولغاندىن كېيىن ھەممىنى بىرلەشتۈرۈپ ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، ئۇسۇك سۇيى ياكى گۈلاب بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ، سۇيۇقراق خېمىر قىلىپ بەلگە چېپىلىدۇ .

6 ) مۇرەككەپ دورىلاردىن قۇرسى گۈلنار ، قۇرسى تاباشىر قابىز ( 162 - نۇسخا )، قۇرسى دىئابىت ( 161 - نۇسخا ) ، قۇرسى كافۇر ( 169 - نۇسخا ) ، مەجۇنى بەرشىشا كەبىر ( 56 - نۇسخا ) ، جاۋارىش ئامىلە ( 120 - نۇسخا ) قاتارلىقلار بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ تاللاپ ئىشلىتىلىدۇ .

قۇرسى گۈلنار نۇسخىسى : ئانار گۈلى ، گىلى ئەرمەنى ، سەلىخە ھەر بىرى 15 گرامدىن ، سەمغى ئەرەبى ، قىزىلگۈل ، ھەببۇلئاس ھەر بىرى 10 گرامدىن ، كەتىرا 6 گرام ئېلىنىدۇ . دورىلار سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ئانار گۈلى سۇيى بىلەن يۇغۇرۇپ 2 گراملىق قۇرس قىلىنىپ ، چوڭلارغا 1 دانىدىن كۈندە 2 ۋاخ بېرىلىدۇ .

( تۇرپان ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

7 ) ئۇساش بەك ئېغىر بولسا ، شاقاقۇل مىسىردىن 50 گرام ، سۆئلەپ مىسىردىن 20 گرام ، قارا چايدىن 10 گرام ، قارىئۇرۇكتىن 7 دانە ئېلىپ ، سۆئلەپ بىلەن شاقاقۇلنى چالا سوقۇپ ، قالغان دورىلارنى قوشۇپ 500 مىللىلىتىر قاينات سۇدا دەملەپ بېرىش لازىم . تەييار دورىلاردىن مەجۇنى لوبۇبى كەبىر (82 - نۇسخا) ، مەجۇنى زەرئۇنى (124 - نۇسخا)، مەجۇنى مېھرىگياھ قاتارلىقلار كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 10 گرامدىن بېرىلىدۇ . قۇرسى دىئابىت ( 161 - نۇسخا ) ، ھەببى ئىمساك ( 7 - نۇسخا ) كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 دانىدىن بېرىلىدۇ . مەجۇنى مادەتۇلھايات ( 85 - نۇسخا ) ، مەجۇنى مەسھا ( 86 - نۇسخا ) بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ مۇۋاپىق بېرىلسە بولىدۇ .

8 ) ئەگەر قەنت سىيىش كېسەللىكىگە يۇقىرى قان بېسىمى ، قاندا

مای تەرکیبی یۇقىرىلاش ، مېڭە قان تومۇرى قېتىشىش قوشۇلۇپ كەلگەن بولسا ، سۇپۇيى ئىترىپىل كەشنىزى ( 184 ـ نۇسخا ) كۇندە 3 قېتىم 7 گرامدىن بېرىلىشتىن سىرت ، يەنە يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى ، گۇلى بىنەپشە ، ئاق سەندەل ، ئانار پوستى ، سەمغى ئەرەبى ، نېلۇپەر ، چۆبچىنى ھەر بىر دىن 10 گرام ، رۇببىسۇس ، تاباشىر ، ئىزخىر مەككى ھەر بىرىدىن 15 گرام ، كۆكنار ئۇرۇقىدىن 40 گرام ، قىزىلگۈلدىن 20 گرام ، مېھرىگىياھ ، شاقاقۇل مىسرى ، سماق ، كەتىرا ھەر بىرىدىن 10 گرام ، موزىدىن 5 گرام ، زەپەردىن 3 گرام ئېلىپ ، ئاچچىق ئانار سۈيىدە قائىدە بويىچە نەقۇت چوگىلۈقىدا ھەب ياساپ ، كۇندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 گرامدىن بېرىلىدۇ .

9 ) تۆۋەندىكى نۇسخىلارمۇ ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ :

( 1 ) پىشۇرۇلغان توخۇ تۇخۇمىدىن 12 دانىنى شاكىلى بىلەن قوشۇپ 500 مىللىلىتىر ئاچچىقسۇ جەۋھىرىگە ئىككى سوتكا چىلاپ ، كۇندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 2 دانىدىن بېرىلىدۇ .

( 2 ) كۇنجۇت ، ياڭاق مېغىزى ، بادام مېغىزى ھەر بىرىدىن 190 گرام ، بەسباسە ، جويۇز ھەر بىرىدىن 15 گرام ، شاقاقۇل مىسرى ، قىزىل بەھمەن ، ئاق بەھمەن ھەر بىرىدىن 30 گرامدىن ، سۆئلەپ مىسرى ، ئار پىبەدىيان ھەر بىرىدىن 20 گرامدىن ، نوقۇتتىن 40 گرام ئېلىپ ، مېغىز دورىلارنى قورۇپ ، باشقا دورىلار بىلەن قوشۇپ سوقۇپ ، كۇندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 20 گرامدىن بېرىلىدۇ .

( 3 ) خەشخاش پوستىدىن 40 گرام ، چۆبچىنى ، قارا ھېلىلىدىن 10 گرامدىن ، شاقاقۇل مىسرىدىن 17 گرام ، پىلە تۆرەلمىسى ، ئەنگۈرشىپا ھەر بىرىدىن 30 گرامدىن ، سماقتىن 5 گرام ، قارىئۆرۈكتىن 15 دانە ، ئانار پوستى ، تەمرى ھىندى ، تۇخۇمى گاۋزىبانلارنىڭ ھەر بىرىدىن 20 گرام ئېلىپ ، 1 لىتىر سۇغا بىر سوتكا چىلاپ 500 مىللىلىتىر كاشكاپ تەيياركاپ ، كۇندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 400 مىللىلىتىردىن بېرىلىدۇ .

( قەشقەر ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

10 ) داۋالاشتا ، ئالدى بىلەن قاپاق شەربىتىنىڭ مۇرەككەپ نۇسخىسى بېرىلىدۇ .

تەركىبى : قاپاق ئۇرۇقىدىن 100 گرام ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، ئۇ-سۇڭ ئۇرۇقى ، خەشخاش پوستىدىن 30 گرامدىن ، تەمرى ھىندىدىن 20 گرام ئېلىپ ، قائىدە بويىچە قاينىتىپ 570 مىللىلىتىر شەربەت تەييارلاپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 30 مىللىلىتىردىن ئۈستۈلۈق ئورنىدا ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

11 ) سۇپۇپى شاقاقۇل بېرىلىدۇ .

تەركىبى : شاقاقۇل ، پۇراربندىن 200 گرامدىن ، ئىزخىردىن 100 گرام ، سېمىز ئوت ئۇرۇقىدىن 200 گرام ، ئادەمگىياھىتىن 100 گرام ، قىزىلگۈلدىن 50 گرام ، چالاپىدىن 30 گرام ئېلىپ ، يۇمشاق سو-قۇپ ، قائىدە بويىچە سۇپۇپ قىلىپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 9 ــ 15 گرام بېرىلىدۇ .

12 ) بۆرەكنى قۇۋۇتلەش ئۈچۈن مەجۇنى مۇقەۋىي باھ ( 95 ـ نۇسخا ) كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 گرامدىن ، لوبۇبى سەغىر ( 84 ـ نۇسخا ) كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 9 گرامدىن قوشۇمچە ئىستېمال قى-لىشقا بېرىلىدۇ .

13 ) قاپاق ئۇرۇقىدىن 100 گرام ئېلىپ ، 300 مىللىلىتىر سۇدا قاينىتىپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 30 مىللىلىتىردىن ئىچۈرۈلىدۇ . يۇقىرى قان بېسىمى قوشۇلۇپ كەلگەن بىمارلارغا قاپاق ئۇرۇقىدىن 100 گرام ، سېمىز ئوت ئۇرۇقىدىن 20 گرام ، ئۇسۇڭ ئۇرۇقىدىن 30 گرام ، خەشخاش ئۇرۇقىدىن 20 گرام ، گاۋزىبان گۈلى ، گاۋزىبان ھىندى ، سەندەلدىن 10 گرامدىن ئېلىپ ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇدا قاينىتىپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 10 مىللىلىتىردىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

( ئۇرۇمچى ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

14 ) ئىچىشكە چىلاندىن 45 گرام ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، يۇمغاقسوت ئۇرۇقى ، نوقۇت ھەر بىرىدىن 25 گرامدىن ئېلىپ ، قائىدە بو-

يـىچه 500 مىللىلىتىر قاينىتىما تەييارلاپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 100 مىللىلىتىردىن داۋاملىق بېرىلىدۇ ھەمدە تاباشىر ، ھەببى بىلسان ، كۆكنار ئۇرۇقى ھەر بىرىدىن 3 گرام ، ئۇسۇك ئۇرۇقى ، يۇمغاقسوت ئۇرۇقى ، ئاق سەندەل ، ئانار گۈلى ، گىلى ئەرمەنى ، سىماق ، سەمغى ئەرەبى ، پاقا يو-پۇرمىقى ئۇرۇقى ھەر بىرىدىن 7 گرام ، سېمىز ئوت ئۇرۇقىدىن 20 گرام ، كافۇردىن 1 گرام ئېلىپ ، قائىدە بويىچە تالقان قىلىپ ، سېمىز ئوت سۈيى بىلەن قۇرس تەييارلاپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 5 داندىن ئىستېمال قىلىشقا بېرىلىدۇ . ئۇسسۇزلۇقى ئۇچۇن قارىئۆرۈك دەملەپ بېرىلىدۇ ياكى شاقاقۇلدىن 60 گرام ، سۆئلەپ مىسرىدىن 50 گرام ، ئادەمگىياھتىن 30 گرام ئېلىپ ، قائىدە بويىچە تالقان قىلىپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 9 گرامدىن كاپ ئېتىشكە بېرىلىدۇ .

بەدەننى قۇۋۇەتلەش ئۇچۇن ، مەجۇنى لوبۇبى كەبىرنىڭ زەيەر ، ئەنبەر ، ئىپار ، ئالتۇن ۋەرەق ، كۈمۈش ۋەرەقتىن باشقا دورىلىرىنى ئېلىپ سۈپۈپ قىلىپ ، كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 10 گرامدىن كاپ ئېتىشكە بېرىلىدۇ .

( تۇرپان ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

15 ) قۇرسى دىئابىت ( 161 ـ نۇسخا ) كۈنىگە 3 قېتىم ، ھەر قې-تىمدا 6 ـــ 9 گرام ئىچۈرۈلىدۇ . شەربىتى ئەنجباردىن 500 گرام تەييارلاپ ، كۈنىگە 3 ـــ 4 قېتىمغا بۆلۈپ ئىچۈرۈلىدۇ .

تەركىبى : ئەنجبار يىلتىزى ۋە ئۇرۇقى ، تاتلىق ئانار پوستى ۋە ئۇرۇقى ھەر بىرىدىن 9 گرامدىن ، تاباشىردىن 10 گرام ، موزا ، كۈندۈرلارنىڭ ھەر بىرىدىن 6 گرامدىن ، قىزىلگۈل ، كۆكنار پوستى ھەم ئۇرۇقى ھەر بىرىدىن 12 گرام ئېلىپ ، مۇۋاپىق مىقداردىكى قاينات سۇغا بىر ئاخشام چىلاپ قويغاندىن كېيىن قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ . مۇشۇ ئۆل-چەمدە دورا تەييارلاپ 2 ـــ 3 ھەپتە ئۈدا ئىچۈرگەندىن كېيىن ، بىمارنىڭ كېسەللىك ئەھۋالى تۇراقلىشىدۇ ياكى ئاساسىي جەھەتتىن ياخشىلىنىدۇ .

( پىچان ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

16 ) ئىسسىقلىقتىن بولغان قەنت سىيىش كېسەللىكىنى داۋالاش ئۇچۇن :

( 1 ) تاتلىق يېمەكلىكلەر ۋە تاماقنى كۆپ يېيىش چەكلىنىدۇ . پالەك ، تەرخەمەك ، ماش ، ئاچچىق ئانار ، چۇچۇمەل مېۋىلەرنى يېيىشكە بۇيرۇلىدۇ .

( 2 ) خام قايماق ، بېلىق گۆشى ، قوينىڭ كاللا ـ پاقالچاق گۆشلىرى دورا سۈپىتىدە يېيىشكە بۇيرۇلىدۇ .

( 3 ) كۈنىگە 1 ۋاخ ( كۆپىنچە ئەتىگەن ) نوقۇت پىشۇرۇپ يېيىش بۇيرۇلىدۇ .

( 4 ) ئارپا سۈيى ، ئاق سەندەل ، ئانار گۈلى ، ئاقاقىيا ، گىلى ئەرمىنى قاتارلىقلارنى سوقۇپ ، گۈلاب ياكى ھۆل كاسىنە سۈيى بىلەن ئۇماچتەك قىلىپ ، بۆرەك ساھەسىگە چاپسا بولىدۇ .

( 5 ) قۇرسى گۈلنار ، قۇرسى تاباشىر ( 162 ـ نۇسخا ) ، قۇرسى كافۇر ( 169 ـ نۇسخا ) ، قۇرسى دىئابىت ( 161 ـ نۇسخا ) نىڭ بىرى ئەھۋالغا قاراپ ئىشلىتىلىدۇ .

( 6 ) قىزىلگۈلدىن 15 گرام ، ئانار گۈلىدىن 6 گرام ، ھۇمماز ئۇرۇقىدىن 15 گرام ، تاباشىر ، ئۇسۇڭ ئۇرۇقى ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، يۇمغاقسۇت ئۇرۇقىدىن 6 گرامدىن ئېلىپ چالا سوقۇپ ، دەملەپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

( 7 ) بۆرەك سىرتىدىن ئىسپىغۇل ۋە سىركە چېپىلىدۇ .

17 ) سوغۇقلۇقتىن بولغان قەنت سىيىش كېسەللىكىگە :

( 1 ) سوغۇق سۇ ، قېتىق ، تاۋۇز قاتارلىق سوغۇق تەبىئەتلىك يېمەكلىكلەردىن پەرھىز قىلىش بۇيرۇلىدۇ .

( 2 ) تۇخۇمنى چالا پىشۇرۇپ يېيىش ، قوي گۆشى ، بېلىق گۆشى ، قۇش گۆشلىرىنى يۇمشاق پىشۇرۇپ يېيىش بۇيرۇلىدۇ .

( 3 ) كۈندە 1 ۋاخ 200 گرام مىقدارىدا نوقۇتنى يۇمشاق پىشۇرۇپ يېيىشكە بۇيرۇلىدۇ .

( 4 ) بۆرەكنى قىزىتىش ئۇچۇن مەجۇنى ماددەتۇلھايات ( 85 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى زەر ئۇنى ( 124 ـ نۇسخا ) ، جاۋارىش ئامىلە ( 120 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلار بېرىلىدۇ .

( 5 ) سۇيدۇك مىقدارىنى تىزگىنلەش ئۇچۇن مەجۇنى ماسكۇلبەـ ۋىل ( 96 ـ نۇسخا ) ، سۇپۇپى دىئابىت ( 210 ـ نۇسخا ) ، قۇرسى دىئابىت ( 161 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلار بېرىلىدۇ .

( 6 ) بۆرەك سىرتى ئىسسىقلىق ياغلار بىلەن ياغلىنىدۇ .

( 7 ) تۇخۇم شاكىلى بىلەن تاباشىر سوقۇپ كاپ ئېتىشكە بېرىـ لىدۇ .

( 8 ) شاقاقۇلنى سوقۇپ چاي ئورنىدا دەملەپ ئىچىشكە بەرسە بولىدۇ .

( 9 ) شاقاقۇلدىن 5 گرام ، تاباشىر ، قانسەدىن 1 گرامدىن ئېلىپ ، يۇمشاق سوقۇپ ، 3 گرامدىن كۇندە 2 ۋاخ كاپ ئېتىشكە بېرىلىدۇ .

( 10 ) شاقاقۇل ، خولىنجان ، دارچىن ، گۇلدارچىن ، بەللۇت ، سۆئىدى كۇپىدىن 15 گرامدىن ، زەنجىۋىلدىن 10 گرام ئېلىپ قاينىتىپ ئىچىلىدۇ.

( يەكەن ھۆكۇمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

18 ) ئىسسىقلىقتىن بولغان دىئابىت كېسەللىكىگە گىرىپتار بولـ غانلارغا بىر مەزگىل ئارپا سۇيى ئىچۈرۈلىدۇ ، شۇنداقلا ھارارەتنى پەسەيتكۈچى شەربەت دورىلار ، ئاچچىق ئانار قاتارلىق مېۋىلەرنى ئىستېمال قىلىشقا بۇيرۇلىدۇ . شۇنىڭ بىلەن بىرگە ، قۇرسى كافۇر ( 169 ـ نۇسخا ) ، قۇرسى تاباشىر ( 162 ـ نۇسخا ) ، قۇرسى دىئابىت (161 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلار بېرىلىدۇ . بەل ساھەسىگە تۆۋەندىكى زىماد چېپىلىدۇ :

نۇسخىسى : ئاق سەندەل ، ئانار گۈلى ، ئاقاقىيا ، گىلى ئەرمەنى ، ئارپا ئۇنى قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 15 گرامدىن ئېلىپ ، ئۇسۇگۈنىڭ سىقىلغان سۇيى بىلەن زىماد تەييارلىنىدۇ .

19 ) قەنت سىيىش كېسەللىكىنىڭ داۋالاشتىكى ئۇنۇمىياخشىدورىلار:

( 1 ) يېڭى باشلانغان ۋاقتتدا چىگىت مېغىزىنى قورۇپ ، چالا سوقۇپ ، كەچ تەرەپتە قاينىق سۇغا چىلاپ قويۇپ ، ئەتسى ئەتىگەندە سىقىپ سۈيى ئىچۈرۈلىدۇ .

( 2 ) سۇپۇپى سەندەل دېتابىت كۇنده 1 ۋاخ 3 گرامدىن ئىچۈرۈلىدۇ .

( 3 ) سۇپۇپى دېتابىتنىڭ يەنه بىر نۇسخىسى بېرىلىدۇ .

تەركىبى : رۇببىسۇس ، رەۋەن ، كەتىرا ، خۇنسياۋشان ، گىلى ئەرمەنى ، گىلى مەختۇم ، تاباشىر ، كاكىنەچ ئۇرۇقى ، خەشخاش ئۇرۇقى ھەر بىرى 24 گرامدىن ، نىشاستە ، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ھەر بىرى 30 گرامدىن ئېلىنىپ ، سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلۈپ تەييارلىنىدۇ . 3 گرامدىن 2 ۋاخ قايناق بىلەن قوشۇپ ئىچۈرۈلىدۇ .

( 4 ) جاۋارىش زەر ئۇنىنىڭ تۆۋەندىكى نۇسخىسى ئانار گۈلىدىن چىقىرىلغان ئەرەق بىلەن كۇنده 1 قېتىم 10 گرامدىن ئىچۈرۈلىدۇ .

تەركىبى : قارىمۇچ ، پىلپىل ، زەنجىۋىل ، گۈلدارچىن ، دارچىن ، قەلەمپۇر ، خولىنجان ھەر بىردىن 10 گرام ، سېرىق تۇدرى ، قىزىل تۇدرى ، ئاق بەھمەن ، قىزىل بەھمەن ، بوزىدان ، شاھى بەللۇت ، لىسانىل ئاساپىر ، قۇستە شېرىن ، سۆئىدى كۇپى ، سۇمبۇل ھىندى ھەر بىرى 20 گرامدىن ، بۇغا مۇڭگۈزى 10 گرام ، زەپەر 6 گرام ، ھەسەل ئومۇمىي دورىلار ۋەزنىنىڭ 3 ھەسسىسچىلىك .

( 5 ) ئىترىپىل مىشكى 6 گرامدىن كۇنده 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

تەركىبى : كابۇل ھېلىلىسى ، بەللە ، سېرىق ھېلىلە پوستى 30 گرامدىن ، ئامىلە مۇقەششەر ، قارا ھېلىلە ھەر بىرى 15 گرامدىن ، ئانار گۈلى ، ئاق سەندەل ، ھەببۇلئاس ، قىيمىقۇ ئۇرۇقى ، لىسانىل ئاساپىر ھەر بىرى 10 گرامدىن ، قۇندۇز قەھرى ، ئىپار ھەر بىرى 1.5 گرامدىن ، ھەسەلدىن 250 گرام ئېلىپ ، قائىدە بويىچە مەجۇن تەييارلىنىدۇ . بۇ دورا باشقۇرغۇچى ئەزالارنىڭ ئاجىزلىشىشى سەۋەبىدىن بولغان قەنت سىيىش كېسەللىكىگە پايدا قىلىش بىلەن بىللە ، ئاشقازان ئاستى بېزىنىڭ

خىزمىتىنى كۆچەيتىپ ، قاندىكى قەنت مىقدارىنى تۆۋەنلىتىدۇ ، يۈرەك ۋە بۆرەكنى قوۋۇۋەتلەيدۇ .

20 ) سوغۇقلۇقتىن بولغان قەنت سىيىش كېسەللىكىنى داۋالاش ئۇچۇن :

( 1 ) كۈنىگە 2 ۋاخ داۋائى دىئابىتتىن 2 گرام ، مەجۇنى ماددەتۇلھايات ( 85 ـ نۇسخا ) تىن 6 گرام بېرىلىدۇ .

داۋائى دىئابىت نۇسخىسى : كۈندۇر ، ھەبىۋلغار ، قورۇلغان چىگىت مېغىزى ، پولات كۇشتىسى ھەر بىردىن 4 گرام ، مەستىكى رۇمىدىن 3 گرام ، كۈشتە قىلىنغان تۇخۇم شاكىلىدىن 2 گرام ئېلىنىپ ، سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تەييارلىنىدۇ .

( 2 ) بەدەن سىرتى رەۋغىنى قۇستە ( 291 ـ نۇسخا ) ، رەۋغىنى قەلەمپۇر ( 292 ـ نۇسخا ) ياكى ياڭاق يېغى ، دارچىن يېغى قاتارلىقلار بىلەن ياغلىنىدۇ .

( 3 ) يۇقىرىقى ياغلار بىلەن ياغلانغان ۋاقتىدا ، يېيىشكە كۈشتە قىلىنغان تۇخۇم شاكىلىدىن 1 گرام ۋە مەجۇنى خۇبسلىھەدىد ( 69 ـ نۇسخا ) تىن 3 گرام بېرىلىدۇ .

( 4 ) مەستىكى رۇمى ، جۇپتى بەللۇت ، كۈندۇرنىڭ ھەر بىردىن 10 گرامدىن ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ ، بۇنىڭدىن 7 گرامغا مەجۇنى كۈندۇردىن 7 گرام قوشۇپ يېيىشكە بېرىلىدۇ .

مەجۇنى كۈندۇر نۇسخىسى : پىلپىل 2 گرام ، زەنجىۋىل 3 گرام ، كۈندۇر ، سۆئىدى كۇپى ، جۇپتى بەللۇت ، قۇستە شېرىن ، قارىمۇچ 5 گرامدىن ، شاقاقۇل مىسرى ، مۇسلى سەپىد 10 گرامدىن ، ھەسەل 150 گرام ئېلىنىپ ، قائىدە بويىچە مەجۇن تەييارلىنىدۇ .

( 5 ) مەجۇنى ماددەتۇلھايات ( 85 ـ نۇسخا ) 6 گرامدىن كۈنىگە 2 ۋاخ يېيىشكە بېرىلىدۇ .

21 ) قەنت سىيىش كېسەللىكىگە گىرىپتار بولغان بىمارنىڭ جىنسىي ئىقتىدارى تۆۋەنلەپ كەتسە، سۇپۇپىمۇسلىتەييارلاپ بېرىلىدۇ.

تەركىبى : مۇسلى سەپىد ، سۆئلەپ مىسرى ، ئاقىرقەرھا ، ئاق بەھمەن ، قىزىل بەھمەن ، قىزىل تۇدرى ، شاقاقۇل مىسرى ، ئانار گۈلى ، بەسباسە ، جويۇز ، لىسانىل ئاساپىر ، بېدە ئۇرۇقى ، پىياز ئۇرۇقى ، سەۋزە ئۇرۇقى ، زەپەر ھەر بىرى 10 گرامدىن ، قۇندۇز قەھرىدىن 3 گرام ئېلىپ ، يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلىدۇ . سوغۇقلۇقتىن بولغان قەنت سىيىش كېسەللىكىگە يۇقىرىقى نۇسخىغا 150 گرام ناۋات قوشۇپ بېرىلىدۇ . بۇ دورا كۈنىگە 3 قېتىم 3 گرامدىن سۈت بىلەن ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

22 ) قەنت سىيىش كېسەللىكىگە گىرىپتار بولغان بىمارداا چىشى بوشاپ قاناش ئەھۋاللىرى كۆرۈلسە ، قەلەمپۇر ، ئاقىرقەرھا ، ھەببۇلئاس ، ئىزخىر ، ئاسارۇندىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ ، ئېغىز چايقاشقا بېرىلىدۇ . قەلەمپۇر ۋە لاچىندانە ھىندى شۇمۇشكە بېرىلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## سىزلام

بۇ ، يۇقۇملىنىش ۋە ئۆتكۈر غىدىقلىغۇچى ئامىللارنىڭ تەسىرىدىن پەيدا بولغان سۈيدۈك يولىنىڭ يالىلۇغلىنىشى بولۇپ ، سۈيدۈك قىستاش ، سۈيدۈك ئاغرىتىپ كېلىش ، تېمپ كېلىش ، سۈيدۈكتە يىرىڭ بولۇش ، قىزىتما ، بەل ۋە پۇت ـ قوللار سىرقىراپ ئاغرىش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) بىمار ئاچچىق ـ چۈچۈك نەرسىلەردىن ، ئىسسىق تەبئەتلىك يېمەكلىكلەردىن پەرھىز قىلدۇرۇلىدۇ . بىمارغا ئىلتىلغان تۇخۇم ئېقى بېرىلىدۇ .

2 ) سەپىرا خىلىتىنىڭ تەسىرىدىن بولغان سىزلامنى داۋالاش ئۈچۈن قىزىلگۈل ، تەمرى ھىندىدىن 30 گرامدىن ، كاسنە ئۇرۇقىدىن 20

گرام ، نېلۇپەر ، گۈلى بىنەپشە ، شاھتەررە ھەر بىرىدىن 15 گرام ، تەرەنجۈبلدىن 60 گرام ، چىلاندىن 16 دانە ئېلىپ ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇدا قائىدە بويىچە شەربەت تەييارلاپ ، كۈندە 3 قېتىم 50 مىللىلىتىردىن بېرىلىدۇ . بۇنى 3 كۈن ئىستېمال قىلغاندىن كېيىن ، سېرىق ھېپلە پوسـ تىدىن 60 گرام ، تەمرى ھىندى ، سانا ، شاھتەررە ، چىلان قاتارلىق دورىلاردىن 30 گرامدىن ، بىنەپشە ، قىزىلگۈلدىن 15 گرامدىن ، كاسنە ئۇرۇقى ، سېرىق ئوت ئۇرۇقى ، كاكىنەچ قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 9 گرام ، تەرەنجۈبلدىن 120 گرام ئېلىپ ، مۇۋاپىق سۇ بىلەن مەتبۇخ تەيـ يارلاپ ، بىمارنىڭ ئەمەلىي ئەھۋالىغا ئاساسەن ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

3 ) سۈيدۈك يولىدىكى ئېچىشىشنى پەسەيتىش ئۈچۈن بادرەنجبۇيا ، ئۈستەقۇددۇس ، مەرزەنجۇش ، چىلان ، گۈلى بىنەپشە ، نېـ لۇپەر ، ئەينۇلا ، كاسنە ئۇرۇقى ، ئۇسۇڭ ئۇرۇقى ، چىگسەي ئۇرۇقى ، ئەنگۇرشپا ، قىزىلگۈل ، سېرىق ھېپلە ، قارا ھېپلە ، سېرىق ئوت ، بىسـ تېپايەج ، خىيارشەنبەردىن 20 گرامدىن ، بىخ كەبىر ، سانا ، تەرەنجۈل ، بادام ، جۇۋىنە ، سۇزاپ ئۇرۇقى قاتارلىقلاردىن 21 گرامدىن ، گاۋزىباندىن 32 گرام ، شېكەردىن 300 گرام ، سىركىدىن 270 مىللىلىتىر ، سۇتتىن 360 مىللىلىتىر ئېلىپ ، قائىدە بويىچە مەتبۇخ تەييارلاپ ، كۈندە 3 قېتىم مۇۋاـ پىق مىقداردا بېرىلىدۇ . بۇنىڭغا قوشۇپ تەرخەمەك ئۇرۇقىدىن 20 گرام ، قاپاق ئۇرۇقى ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، خەشخاش ، نىشاستە ، كەتىرا ، رۇبـ بىسۇس قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 10 گرامدىن ، بەزىرۇلبەنجىدىن 7 گرام ئېلىپ ، سوقۇپ تاسقاپ ، سوقۇلغان قەنتتىن 90 گرام ئارىلاشتۇـ رۇپ ، كۈندە ئەتىگەندە 7 گرام ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

4 ) يەرلىك ئورۇنىنى ئۆچكە سۈتى بىلەن يۇيۇش ياكى ئوسما كۆكىنى ئېزىپ يەرلىك ئورۇنغا تېڭىشقا بۇيرۇلىدۇ . يەنە تۆۋەندىكى زەـ مادنى جىنسىي ئەزا ۋە دوۋسۇن ئەتراپىغا تېڭىشقا بەرسە بولىدۇ .

نۇسخىسى : ئارپا ئۇنى 5 گرام ، قىزىلگۈل ، ئانار گۈلى ، رۇسۇت ، مامسا ، قىزىل سەندەل ، ئاقاقىيا ، سماق ھەر بىرىدىن 4 گرام ئېلىپ ،

سوقۇپ تاسقاپ ، سېمىز ئوت سۈيى بىلەن زىماد تەييارلىنىدۇ .
( شايار ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

5 ) يۇقۇملىنىش تەرەققىياتىنى تىزگىنلەش ئۈچۈن ، ئەرەقى ئەنگۈرشىپا ( 262 ـ نۇسخا ) 50 مىللىلىتىردىن كۈندە 3 ۋاخ ، ئەرەقى كاسىنە ( 268 ـ نۇسخا ) 30 مىللىلىتىردىن كۈندە 3 ۋاخ ، ئەرەقى چۆبچىنى ( 265 ـ نۇسخا ) 60 مىللىلىتىردىن كۈندە 3 ۋاخ ، مەجۇنى چۆبچىنى (64 ـ نۇسخا ) 10 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ ، مەجۇنى سەنجىرىنا ( 57 ـ نۇسخا ) 10 گرامدىن كۈندە 2 ۋاخ ، قۇرسى كاكنەچ ( 164 ـ نۇسخا ) 1 تالدىن كۈندە 2 ۋاخ ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

6 ) سۈيدۈك يولىدىكى ئېچىشىشنى تۇغدىرىش ، سۈيدۈك مىقدارىنى كۆپەيتىش ئۈچۈن :

( 1 ) بەدىيان ، ئەنگۈرشىپا ، كاكنەچ ھەر بىرىدىن 15 گرامدىن ئېلىپ چالا سوقۇپ ، دەملەپ ئىچۈرۈلىدۇ .

( 2 ) كاكنەچ ، ئەنگۈرشىپا ھەر بىرىدىن 5 گرامدىن ئېلىپ ، 30 مىللىلىتىر سۇدا يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ سۈزۈپ ، ئۈنىڭغا 5 مىللىلىتىر بادام يېغى قوشۇپ ، شېرىس بىلەن سۈيدۈك يولىدىن كىرگۈزۈلىدۇ (ئۇچ كۈن بىر كۇرس قىلىنىدۇ ) .

( 3 ) بىنەپشە ، ئەنگۈرشىپا ، چىڭسەي ئۇرۇقى قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 12 گرامدىن ، كاكنەچتىن 15 گرام ، بەدىيان ، شاھتەررە ، كاسىنە ئۇرۇقى ، چۆبچىنى ، پىرسىياۋشان ، ئوغرىتىكەن ھەر بىرىدىن 10 گرامدىن ، دارچىن ، سۇمبۇل ، سېرىق ئوت ئۇرۇقى قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 5 گرامدىن ، پوستى خەشخاشتىن 6 گرام ، ئىسپىغۇلدىن 7 گرام ، تەرەنجىۋىلدىن 160 گرام ئېلىپ شەربەت تەييارلاپ ، كۈنىگە 3 قېتىم 60 مىللىلىتىردىن ئىچۈرۈلىدۇ .

( 4 ) بىمار تۈزلۇق يېمەكلىكلەردىن ، چۇچۇمەل يېمەكلىكلەردىن پەرھىز قىلدۇرۇلىدۇ ، جىنسىي ئالاقە چەكلىنىدۇ .

( پەيزاۋات ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

# دوۋساق يـاللـۇغـى

بـۇ ، يـۇقـۇمـلـنـنـش ۋە سـەپـرالـق ئىسسىقتىن بولغان جىددىي كـېسەللىكلەر سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدىغان ياللۇغلىنىش بولۇپ ، ئۆتكۈر دوۋساق يـاللـۇغى كېسەللىك توساتتىن باشلىنىپ ، سۈيدۈك پات ـ پات قـىستاش ، ئېچىشىپ كېلىش ، بەزىدە كۆيگەندەك ئېچىشىپ ئاغرىتىپ كېـلـىش ، سـۈيـدۈكـتـە يـېـرىـڭ بولۇش ، سۈيدۈك دۇغ بولۇش ، قىزىتما ، تـوڭـۇپ تىترەش ، ماغدۇرسىزلىق قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ؛ سوزۇلما هاـلـەتـكـە ئۆزگـەرگـەنـدە بـولـسا يۇقىرىقى ئالامەتلەر يەڭگىلرەك بولغاندىن تـاشـقـىرى ، دوۋساقتا ئاغرىش ۋە ئېغىرلىق بولۇش ، سۈيدۈك مىقدارى ئاـزىـيـىـش ، سـۈيـدۈك تـەسـتـە چـىـقـىـش ، ئۇمۇمىي بەدەن ئاجىزلىشىش ، ماغدۇرسىزلىنىش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) سـۈيدۈك يوللىرىنى تازىلىغۇچى ، ياللۇغ قايتۇرغۇچى دورىلارـدىـن بـىـنـەپـشـە ، خـۇببازى ، ئەنگۈرشپا ، كاكىنەچ قاتارلىقلار مۇناسىپ مـىـقـداردا قـاپـىنـتـىپ بېرىلىدۇ . چامغۇر ، كاللەكېسەي ، بابۇنە قاتارلىقلار قاپىنتىپ ، ئازراق كۈنجۈت يېغى قوشۇپ دوۋساققا تېڭىلىدۇ .

2 ) چـامـغـۇر ، چەلەك يوپۇرمىقى ، بابۇنە ، ئوغرىتىكەن قاتارلىقلار سوقۇپ دوۋساققا ئۇستىدىن چېپىلىدۇ .

3 ) ئارپـا ئۇنـى ، بـىـنـەپـشـە ، ئاق لـەيـلى قاتارلىقلاردىن مۇڭاپىق مـىـقـداردا ئېـلـىـپ ، كـاسـىـنـە ۋە ئەنگۈرشپا سۈيى بىلەن خېمىر قىلىپ دوۋساققا چېپىلىدۇ .

4 ) بـىـنـەپشە يېغىدىن 30 گرام ، بابۇنە يېغىدىن 15 گرام ئېلىپ ئاـرىلاشتۇرۇپ دوۋسۇن ياغلىنىدۇ .

5 ) سـۈيـدۈك تـوخـتـاپ قـالـسـا ، تـۇز ۋە ئەگـرى تـەرخـەمـەك ئۇرۇقـلـىرىدىن 10 گرامدىن ئېلىپ ، سوقۇپ شىرىسىنى چىقىرىپ ، ئىسپـ

غۇل لۇئابى بىلەن ئىچۈرۈلىدۇ . ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، خۇببازى ئۇرۇقىدىن 6 گرامدىن ئېلىپ ، 15 گرام بىنەپشە شەربىتى ( 227 ـ نۇسخا ) بىلەن ئىچۈرۈلىدۇ .

6 ) ئاغرىق كۈچلۈك بولسا ، ئۇسۇكىدىن 30 گرام سوقۇپ خېمىر قىلىپ ، ئۇنىڭغا 0.1 گرام ئەپيۇن ، 0.1 گرام زەپەر ، بادام يېغى ئارىلاشتۇرۇپ تېڭىلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

7 ) سوزۇلما ھالەتكە ئۆزگەرگەنلەر قەي قىلدۇرۇلىدۇ ، بۇنىڭ ئۈچۈن ئىلمان سۇغا سركە ، قارا كۆز بەدىيان سۇيى ، تۇرۇپ سۇيى ، ھەسەللەرنى مۇۋاپىق مىقاردا ئارىلاشتۇرۇپ ئىچۈرۈلىدۇ .

8 ) سۇيدۇك چىقىش قىيىن بولسا ، چىگسەي ئۇرۇقى ، قوغۇن ئۇرۇقىنىڭ مېغىزى ، رۇبىسۇس ، ئاق قەنت ھەر بىرىدىن 50 گرامدىن ئېلىپ ، سوقۇپ تالقانلاپ ، 10 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىش بىلەن ، ئار-قىسىدىن سركەنجۇبىل ( 238 ـ نۇسخا ) ياكى بىنەپشە شەربىتى ( 227 ـ نۇسخا ) ئىلمان سۇ بىلەن ئىچۈرۈلىدۇ .

9 ) يۇمشاتقۇچى ۋە ھەيدىگۈچى دورىلار بىلەن ئابزەن قىلىنىدۇ . بۇنىڭدا ، بابۇنە ، چىگىت ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، زاراڭزا ئۇرۇقى ، پىر-سىياۋشان قاتارلىقلار قاينىتىلىپ ، سۇيىدە ئولتۇرغۇزۇلىدۇ ياكى دوۋسۇن سىرتىدىن ئىسسىق ئۆتكۈزۈلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

10 ) شەربىتى بۇزۇرى سەرىد ( 226 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ .

11 ) كاۋاۋچىنىدىن 50 گرامنى 500 مىللىلىتىر سۇدا قاينىتىپ ، سۇيىدە زەكەرنى يۇيۇش ياكى ئىمكانىيەت بولسا ، زەكەر ۋە دوۋسۇننى يېرىم سائەت ئۆپچۆرىسىدە چىلاپ تۇرۇش ، بۇ جەريانىدا قاينىتما سوۋۇپ قالسا ، قىزىتىش كېرەك .

12 ) سۇيدۇك يولىدىن چايان يېغى ( 280 ـ نۇسخا ) 3 گرامدىن تېمىتىلىدۇ .

13 ) قۇرسى كاكنەچ ( 164 ـ نۇسخا ) دىن كېسەللىك ئەھۋالىغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا بېرىلىدۇ .

14 ) سۇيۇپى شورا ( 212 ـ نۇسخا ) 5 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ ئىچۈرۈلىدۇ .

15 ) دوۋسۇن سىرتىدىن كالا ئۆتى سۈركىلىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## دوۋساق يارىسى

بۇ ، ئۆتكۈر سەپرالىق ماددىلارنىڭ دوۋساققا يىغىلىپ غىدىقلىشى ۋە ئۇزاق داۋاملاشقان دوۋساق يالىلۇغى نەتىجىسىدە دوۋساقتىكى ئىششىقلارنىڭ ئېغىز ئېلىشى ، دوۋساقتىكى تاش ۋە قۇملانىڭ زىدىلىشى سەۋەبىدىن پەيدا بولىدىغان كېسەللىك بولۇپ ، ئومۇمىي بەدەن يېقىمسىزلىنىش ، جۈغۈلداپ توكۇپ تىترەش ، قىزىتما ، سۇيدۇك سېسىق ۋە تەستە كېلىش ، تولا سىيگۈسى كېلىش ، سۇيدۇكتە كېپەكسىمان ئاجرالمىلار بولۇش ، دوۋسۇن ئىچى قاتتىق ئاغرىش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) بۇزۇلغان خىلىتقا قاراپ تەڭشەش ۋە تازىلاش ئېلىپ بېرىلىدۇ . بۇنىڭ ئۈچۈن :

( 1 ) تاۋۇز ، قوغۇن ، تەرخەمەك ئۇرۇقلىرىنىڭ شىرىسى ئىچۈرۈلىدۇ .

( 2 ) ئىسپىغۇل لۇئابى ياكى بېھى ئۇرۇقى لۇئابىغا گۈل يېغى قوشۇپ ، دوۋسۇن ئۈستىدىن ياغلىسا بولىدۇ .

( 3 ) مۇناسىپ كېلىدىغان قۇستۇرغۇچى دورىلار بېرىلىپ قۇستۇرۇلىدۇ .

( 4 ) يەڭگىل دەرىجىدە تەرەتنى يۇمشاتقۇچى دورىلار بېرىلىدۇ .

لېكىن ، كۆچلۈك سۈرگىلەرنى بېرىشتىن قاتتىق ساقلىنىش كېرەك .

( 5 ) قىزىتما بولمىسا چىگىسەي يىلتىزى ، بەدىيان يىلتىزى پوستى ، ئىزخىر ، بەدىيانلارنى قاينىتىپ ، ھەسەل قوشۇپ ، ئەگەر قىزىتما بولسا ، تۆز ۋە ئەگرى تەرخەمەك ئۇرۇقى ، قوغۇن ئۇرۇقى ، تاۋۇز ئۇرۇقى ، زىغىر ۋە ئىسپىغۇل ، بېھى ئۇرۇقى لۇئابلارنى قەنت قوشۇپ ئىچۈرسە بولىدۇ .

( 6 ) ئوغرىتىكەن ، بابۇنە ، پىرسىياۋشان ، خۇببازىلارنىڭ قاينىتىلغان سۈيى بىلەن دوۋسۇن ئۈستى قىزىق ھالدا يۇيۇپ بېرىلسە ، يارىنىڭ ساقىيىشى تېزلىشىدۇ .

2 ) يۇقىرىقى چارىلەر ئارقىلىق سۈيدۈك سۈزۈلگەندىن كېيىن ، قۇرسى تاباشىر ( 162 ـ نۇسخا ) ، قۇرسى كاكىنەچ ( 164 ـ نۇسخا ) ، قۇرسى كەھرىۋا قاتارلىق دورىلاردىن بىرى ياكى ئىككىسى شەربىتى خەشخاش ( 229 ـ نۇسخا ) بىلەن قوشۇپ ئىچۈرۈلىدۇ .

3 ) ئاغرىش قاتتىق بولسا ، يارىنىڭ كىر ـ يىرىڭلىرىنى تازىلاش ئۈچۈن ، شىياپى ئەبەزنى كالا سۈتىگە قوشۇپ جىنسىي ئەزا تۆشۈكىدىن دوۋساققا ماڭدۇرسا بولىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

4 ) سۈيدۈك يولىدىن چايان يېغى ( 280 ـ نۇسخا ) 3 مىللىلىتىر ـ دىن كۈنىگە 2 ۋاخ تېمىتىلىدۇ .

5 ) قۇرسى كاكىنەچ ( 164 ـ نۇسخا ) 5 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## سۈيدۈك تۇتالماسلىق

بۇ ، قۇرامىغا يەتكەن كىشىلەردە كۆرۈلىدىغان ، سۈيدۈك چىقىرىش ئەزالىرىنىڭ تۇغما كەمتۈكلۈكى ، دوۋساق مۇسكۇللىرىنىڭ

زەخمىلە نىشى ، مېڭىدىكى ئۆسمە قاتارلىقلارنىڭ تەسىرى ۋە بەدەندىكى ھۆللۈكنىڭ ئېشىپ كېتىشى سەۋەبىدىن دوۋساقتىكى نېرۋا ۋە مۇسكۇللارنىڭ بوشاپ كېتىشى ، پالەچلىنىشى ، شۇنداقلا قوشنا ئەزالار-دىكى ئىششىقلارنىڭ دوۋساقنى قىستىشى نەتىجىسىدە كېلىپ چىقىدىغان كېسەللىك بولۇپ ، سۈيدۈك كونترول قىلغىلى بولماي ئىختىيارسىز چىقىپ كېتىش ئالامىتى بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) تۇغما كەمتۈكلۈكتىن كېلىپ چىققان بولسا ، ئوپېراتسىيە قىلىش يولى بىلەن داۋالاش لازىم .

2 ) ئۆسمە ۋە قوشنا ئەزالارنىڭ ئىششىقلىرى دوۋساقنى قىستىشى نەتىجىسىدە كېلىپ چىققان ۋە مېڭىدىكى ئۆسمە ۋە ياللۇغلىنىشنىڭ سۈيدۈك چىقىرىشنى باشقۇرىدىغان نېرۋىلارنىڭ خىزمىتىنى توسالغۇغا ئۇچرىتىشى سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا ، ئاساسلىق كېسەللىك داۋالانسا ، بۇ كېسەللىكمۇ ياخشىلىنىدۇ .

3 ) بەدەننىڭ ھۆللۈكى ئېشىپ كېتىش سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا :

( 1 ) خولىنجانىنى چاي ئورنىدا دەملەپ ئىچىش ياكى سۈپۈپى خولىنجان (208 ـ نۇسخا) نى داۋاملىق چاي ئورنىدا دەملەپ ئىچىشكە بەرسە بولىدۇ .

( 2 ) كۈندۇر ، مەستەكى ، سۆئىدى كۆپى قاتارلىقلارغا باراۋەر مىقداردا ئانارگۈلى ، جۈيتى بەللۈت ۋە ھەببۇلئاسلارنى قوشۇپ دەملەپ ئىچىشكە ياكى سوقۇپ ھەسەل بىلەن مەجۇن تەييارلاپ يېيىشكە بېرىلىدۇ.

( 3 ) ئىپار ياكى قۇندۇز قەھرىدىن مەلۇم مىقداردا ئېلىپ ، زەيتۇن يېغى ياكى گۈلى سەۋسەن يېغىدا ئېرىتىپ ، دوۋسۇن ئۇستىدىن چېپىشقا بېرىلىدۇ .

( 4 ) جۈيتى بەللۈت ، مەستەكى ، سۆئىدى كۆپى ، قارا ھېلىلە ھەر بىرىدىن 15 گرامدىن ، قەنتتىن 30 گرام ئېلىپ ، سوقۇپ تالقانلاپ ، 3

گرامدىن كۈنده 3 ۋاخ يېيىشكه بېرىلىدۇ .

( 5 ) ئىنتىرناسىيونال سەغىر ( 110 ـ نۇسخا ) ، ئىنتىرناسىيونال كەبىر ( 115 ـ نۇسخا ) لارنىڭ بىرسى جاۋارىش پەنجىنۇش ( 121 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى ماددەتۇلھايات (85 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى زەرئۇن مۇقەۋىۋى (125 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلارنىڭ بىرى ياكى ئىككىسى بىلەن بىرلەشتۈرۈلۈپ ، ئۆز مىقدارى بويىچە بېرىلىدۇ .

4 ) دوۋساقنىڭ ئىستىرخاسى ( بوشاپ كېتىشى ) ۋە دوۋساق نېرۋىلىرىنىڭ بوشاپ كېتىشى سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا :

( 1 ) دوۋساق سىرتى رەۋغىنى قۇستە ( 291 ـ نۇسخا ) ، رەۋغىنى ئازاراقى ( 279 ـ نۇسخا ) لارنىڭ بىرسى بىلەن ياغلىنىدۇ .

( 2 ) مەجۇنى كۇندۇر ( 80 ـ نۇسخا ) 5 گرامدىن كۈنده 3 ۋاخ ، مەجۇنى ئازاراقى ( 46 ـ نۇسخا ) 3 گرامدىن كۈنده 3 ۋاخ ياكى ھەببى ئازاراقى 1 گرامدىن كۈنده 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

( 3 ) مەجۇنى ماسكۇلبەۋىل ( 96 ـ نۇسخا ) 5 گرامدىن كۈنده 3 ۋاخ ، سۇپۇپى سلسلبەۋىل ( 202 ـ نۇسخا ) 3 گرامدىن كۈنده 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

( 4 ) ئومۇمىي بەدەننى قۇۋۋەتلەنگۈچى دورىلاردىن مەجۇنى ماددەتۇلھايات ( 85 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى سەنجىرىنا ( 57 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى جاۋارىش جالىنۇس ( 122 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلار ئۆز مىقدارى بويىچە بېرىلىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

# X باب تاناسل ئەزالار كېسەللىكلىرى

## سىفلىس

بۇ ، سىفلىس بۇرمىسىمان تەنچە مىكروبى كەلتۈرۈپ چىقىرىدىغان ، تاناسىل ئەزالىرىنىڭ سوزۇلما خاراكتېرلىك يۇقۇملۇق كېسەللىكىدۇر . سىفلىس جىنسىي ئالاقە يولى بىلەن يۇقىدىغان ، دەسلەپكى دەۋردە ئەرلەرنىڭ زەكەر ئۈچى ، خەتنىلىك ئۆپچۆرىسى ، ئاياللارنىڭ جىنسىي يول ئاغزى ، بالياتقۇ بوينى قاتارلىق جايلاردىن باشلىنىپ ، كالپۇك ، سوك ، ئەمچەكلەرگىمۇ تارقىلىدىغان ، تېرىدىن ئۆرلەپ چىقىدىغان مونەكچە شەكىللىنىپ ، كېيىن زېدىلىنىپ يارىغا ئايلىنىدىغان ، يارا ساقايغاندىن كېيىنمۇ قاندىكى تەسىرى بىرنەچچە يىلغىچە ساقلىنىپ ، سۆگەك ، يۇلۇن ، مېڭىگە تارقىلىدىغان ، ھەتتا ئەۋلادلىرىغىمۇ تۇغما كېسەللىك ئاسارىتىنى قالدۇرىدىغان كېسەللىك بولۇپ ، كېيىنكى دەۋرىگە كەلگەندە باش ، بويۇن ، كۆكرەك ، بەللەردە ئاغرىمايدىغان قاتتىق تۇگۇنچە شەكىللىنىپ ، بىرقانچە ئايدىن كېيىن زېدىلىنىپ يارىغا ئايلىنىش ، بۇرۇن شىللىق پەردىلىرىدە زېدىلىك يارا پەيدا بولۇش ، شىللىق پەردىلەر شەلۋىرەش ، چاچ چۈشۈش ، بوغۇملار ئاغرىش ، پۈتۈن بەدەن يېقىمسىزلىنىش ، يارىلاردىن سېسىق پۇرايدىغان سۇ ۋە يىرىك ئېقىش ، بۇرۇن ۋە تاكىلايدا پەيدا بولغاندا چىرتىپ شەكلىنى ئۆزگەرتىۋېتىش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) دەسلەپتە ، قان تازىلىغۇچى دورىلار ئىشلىتىلىپ بەدەن تازىلىنىدۇ . بۇنىڭ ئۈچۈن ، شاھتەررىدىن 30 گرام ، قىزىلگۈل ، نىلۇپەر ،

ئەنگۈرشپادىن 15 گرامدىن ، ئاق سەندەلدىن 10 گرام ، كاسنە ئۇرۇقى ، بالەنگۇدىن 15 گرامدىن ، سېرىق ئوت ، چىلاندىن 30 گرامدىن ، چۆبچىنى ، ئۆشبەدىن 10 گرامدىن ئېلىپ ، شەربەت تەييارلاپ بېرىلىدۇ . ئۇنىڭدىن كېيىن ، گۈلى بىنەپشە ، قىزىلگۈل ، نېلۇپەر ، شاھتەررە ، قەسىۋىزەربىرە ھەر بىرى 7 گرامدىن ، سېرىق ئوت ، بىستېپايەج ، بادرەنجىبۇيا ، گاۋزىبان ھەر بىرى 5 گرامدىن ، چىلان ، ئەينۈلا 5 دانىدىن ، تەمرى ھىندىدىن 24 گرام ، كابۇل ھېلىلىسى پوستىدىن 12 گرام ، گۈل قەنت ياكى خەمرى بىنەپشىدىن 48 گرامدىن ئېلىپ مۇنزىج تەييارلاپ بېرىلىدۇ . مۇنزىج بېرىلىپ ، ماددا ئوبدان پىشىپ بەدەندىن چىقىپ كېتىش دەرىجىسىگە يەتكەندە ، يۇقىرىقى مۇنزىج نۇسخىسىغا سۈرگە دورىلاردىن سانا ، ئاق تۇربۇت ، ئاچچىق تاۋۇز ، ھەشقىپىچەك ئۇرۇقى ، ئاق لەيلى گۈلى ھەر بىرىدىن 15 گرامدىن ، خىيارشەنبەر ، تەرەنجىۋىل ھەر بىرىدىن 20 گرامدىن ئېلىپ قوشۇپ ، قائىدە بويىچە مەتبۇخ تەييارلاپ ، كۈندە 2 قېتىم 1 پىيالىدىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ . مۇسھىلدىن كېيىن ، ئادەتتىكى سوۋۇتقۇچى دورىلاردىن بىنەپشە ، كاسنە ئۇرۇقى ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، نېلۇپەر ، سەندەل ، ئەنگۈرشپا قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ دەملىمە ياساپ ، كۈندە 2 قېتىم 60 مىللىلىتىردىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ . بۇ جەريانداً بىمارداً بىرەر قوشۇمچە ئالامەتلەر كۆرۈلمىسە ، سوۋۇتقۇچى دەملىمە نۇسخىسىنى 1 ــ 2 كۈن ئىستېمال قىلدۇرغاندىن كېيىن ، مۇددەببەر قىلىنغان ھەببۇلمۇلۇك ، ئىلمەك پۇشتى مېغىزى ۋە بەدىيان ، سىيادان ، قارىمۇچ ، ئامىلە ، كابۇل ھېلىلىسى پوستى ، قىزىلگۈل ھەر بىرىدىن 6 گرامدىن ئېلىپ ، يۇمشاق سوقۇپ تاسقاپ ، قاينىق سۇ بىلەن يۇغۇرۇپ ، ماش چوگىلۇقىدا ھەب قىلىپ ، كۈندە 1 ۋاخ 1 دانىدىن يېيىشكە بېرىلىدۇ .

يۇقىرىقى ھەبنى 1 ــ 2 ھەپتە ئىستېمال قىلدۇرغاندىن كېيىن ، ھەببى سىماب (22 ـ نۇسخا) ئىشلىتىش ناھايىتى پايدىلىق . گۈل يېغىدا ئاق سەندەلنى سۈرۈپ ، ئۇنىڭغا ئاز مىقداردا كافۇر قوشۇپ يەرلىك ئورۇن

يـاغـلـىنىدۇ . ئەگەر مۇرەككەپ سىماب ياسالمىلىرىنى ئىشلىتىش جەريانىدا چـىشلار بـوشـاپ چـۈشـۈپ كـېـتـىش ئېھتىمالى بولسا ، دورا ئىشلىتىشنى ۋاقـىـتـلىق توختىتىپ ، قارىغاينىڭ پوستى ، يەسىمەن ، سەمغى ئەرەبى قا- تـارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ ، ئېغىزنى غەر - غەر قىلىشقا بېرىلىدۇ . بۇ ، چىشلارنىڭ بوشاپ چۈشۈپ كېتىشىنىڭ ئالدىنى ئالىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

2 ) بـارلـىق يەللىك ۋە سوغۇقلۇق يېمەك - ئىچمەكلەردىن ، جۈمـلـىدىن كالا گۆشى ، پىياز ، لازا ، ئاچچىقسۇ ، ھاراق قاتارلىقلاردىن پەرھىز قـىـلدۇرۇلىدۇ ، ماش ، پۇرچاق تېپىدىكىلەر چەكلىنىدۇ ، سۈيۇقراق ، قۇۋۇ- ۋەتـلـىـك ، ئاسـان سىڭىدىغان تاماقلار بۇيرۇلىدۇ . جىنسىي ئالاقە قەتئىي مەنئى قىلىنىدۇ .

3 ) بـۇ كـېـسەللىك بىلەن ئاغرىغان بىمارنىڭ جورىسى ۋە پەرزەنـتـلـىـرىـمـۇ تـەكشۈرۈلۈپ ، كېسەللىك يۇققان بولسا ، تەڭ داۋالاش تەۋسىيە قىلىنىدۇ .

4 ) ئالـدى بـىـلـەن ئىچىدىن يەيدىغان دورىلار بىلەن كېسەللىكنى تەڭ گىنلەش ، سىرتى جاراھەتلەنگەن بولسا ، ئىچى - تېشىنى تەڭ داۋالاش ئۇسۇلى قوللىنىلىدۇ . بۇنىڭدا :

( 1 ) قـويۇق يەللەرنـى تارقىتىش ئۈچۈن ، ئەرەقى پۇدىنە ( 266 - نۇسخا ) 50 مىللىلىتىردىن كۈنىگە 3 ۋاخ ئۈزۈلدۈرمەي بېرىلىدۇ .

( 2 ) ئـىـچـىـدىـغان چېيىغا سۇپۇپى چار دورا ( 203 - نۇسخا ) نى بىرنەچچە ئاي ئۈزۈلدۈرمەي ئىچىش تەۋسىيە قىلىنىدۇ .

( 3 ) كېسەللىك ئېغىز ، بۇرۇن ئىچى ۋە يۇمشاق تاكلايغا يامىرىغان بـولسا ، سۇپۇپى بوخۇر شىكىرىپ ( 191 - نۇسخا ) نى كۈنىگە 2 ۋاخ تاماكا ئورنىدا چېكىشكە بەرسە بولىدۇ .

( 4 ) قـانـنى تازىلاش مەقسىتىدە مەتبۇخى ھېلىلە ( 261 - نۇسخا ) يـاكى مەتبۇخى شاھتەررە ( 260 - نۇسخا ) دىن بىرسىنى قائىدە بويىچە 15 كۈن ئىچىشكە بۇيرۇلىدۇ .

( 5 ) مەتبۇخ دورىلارنى ئىچىپ بولغاندىن كېيىن ، مەجۇنى چۆبچىنى (64 ـ نۇسخا ) 10 گرامدىن كۇندە 3 ۋاخ ، ھەببى سماب (22 ـ نۇسخا ) 5 تالدىن كۇندە 3 ۋاخ ، ھەببى كىبرىت ( 40 ـ نۇسخا ) 7 تالدىن كۇندە 3 ۋاخ ، مەجۇنى مارى ئەپئا ( 88 ـ نۇسخا ) 4 گرامدىن كۇندە 2 ۋاخ ، ھەببى كەپەرەس ( 39 ـ نۇسخا ) 1 تالدىن كۇندە 3 ۋاخ ئايرىم ياكى ئىككىسىنى بىرلەشتۇرۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

( 6 ) ئەگەر قىزىتما پەيدا بولغان بولسا ، شەربىتى بىنەپشە ( 227 ـ نۇسخا ) 30 مىللىلىتردىن كۇندە 3 ۋاخ ياكى شەربىتى شاتۇت ( 242 ـ نۇسخا ) 30 مىللىلىتردىن كۇندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

( 7 ) سىرتقى بەدەندە پەيدا بولغان سىفلىس يارىلىرىغا مەلھەمى ئاتىشەك ( 298 ـ نۇسخا ) جاراھەت ئەھۋالىغا قاراپ 2 ـــ 3 قېتىم چېپىلىدۇ . مەلھەمى ئەمراز ( 299 ـ نۇسخا ) كېسەللىك ئەھۋالىغا قاراپ 2 ـــ 3 قېتىم چېپىلىدۇ .

( 8 ) بەدەنىنىڭ ھەرقانداق يېرىدە پەيدا بولغان مونەكچىلەرنى تارقىتىش ۋە يۇمشىتىپ ئەسلىگە كەلتۈرۈش ئۈچۈن ، مەلھەمى داخلىيۇن ( 303 ـ ، 304 ـ نۇسخىلار ) چېپىلىدۇ .

5 ) كېسەللىك تولۇق ساقايغاندىن كېيىن ، يەنە بىرەر ئاي دورا ئىشلىتىپ ، دورا توختىتىلغاندىن كېيىن يەنە ئۇچ ئايغىچە پەرھىزنى بۇزۇشقا رۇخسەت قىلىنمايدۇ . ئۇچ ئايدىن كېيىن قايتا قان تەكشۈرۈپ كۆرۈپ ، قان نەتىجىسى مەنپىي چىققۇچىلارغا پەرھىزدىن چىقىشقا رۇخسەت قىلىنىدۇ ، مۇسبەت چىققۇچىلار يەنە بېڭىۋاشتىن داۋالىنىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## سۆزنىڭ

بۇ ، پاھىشۋازلىق يوللىرى ئارقىلىق سۆزنىڭ باكتېرىيىسىنىڭ بىر كىشىدىن يەنە بىر كىشىگە يۇقۇشىدىن شەكىللىنىدىغان تاناسىل

كېسەللىكى بولۇپ ، بەل ئاغرىش ، توڭۇپ تىترەش ، ماغدۇرسىزلىنىش ، سىيگەندە ئېچىشىپ ئاغرىش ، جىنسىي يولدىن يىرىڭ كېلىش قاتارلىق كېسەللىك ئالامەتلىرى بىلەن ئىپادىلىنىدۇ . بۇ كېسەللىك ئەرلەردىلا پەيدا بولۇپ قالماستىن ، ئاياللاردىمۇ ئوخشاش نىسبەتتە پەيدا بولىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) ئالدى بىلەن قايسى ماددا ئۇستۇنلۇكنى ئىگىلىسە ، شۇ ماددىـ نىڭ مۇنىجى بېرىلىدۇ . ئۇنىڭدىن كېيىن ، ئىششىق ياندۇرغۇچى ، ياللۇغلىنىشنى پەسەيتكۈچى ، سۈيدۈك ھاڭدۇرغۇچى دورىلارنىڭ شىرىسى چىقىرىلىپ ئىچۈرۈلىدۇ . مەسىلەن ، تەرخەمەك ئۇرۇقى ، چىڭسەي ئۇـ رۇقى ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، كاسنە ئۇرۇقى ، تاۋۇز ئۇرۇقى مېغىزى ، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى قاتارلىقلاردىن ئېھتىياجغا لايىق مىقداردا ئېلىنىپ ، يۇمشاق سوقۇپ ، قېلىن رەخت خالتىغا سېلىپ ، ئاغزى ئېتىلىدۇ . ئاندىن بۇ خالتا كاكىنەچنىڭ تەمى چىقىرىلغان سۇغا سېلىنىپ ، دورىلارنىڭ شىرىسى چىقىرىلىدۇ . مەزكۇر دورىنىڭ شىرىسى بىلەن ئۇسسۇزلۇق پەسەيپ بولغاندىن كېيىن ، قۇرسى كاكىنەچ ( 164 ـ نۇسخا ) ، قۇرسى بىنادۇقى بۇزۇرىدىن چوڭلارغا 4.5 ـــ 6 گرامدىن ، كىچىكلەرگە 3 گرامدىن بېرىلىدۇ .

قۇرسى بىنادۇقى بۇزۇرىنىڭ تەركىبى : قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى ، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى ، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، بەزىرۇلبەنجى ، بادام مېغىزى ، نىشاستە ، كۆكنار ئۇرۇقى ، رۇببىسۇستىن 6 گرامدىن ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ ، ئىسپىغۇل لۇئابىدا 3 گرامىلىقتىن قۇرس تەييارلىنىدۇ . بۇ دورا بىلەن يىرىڭ ۋە ئېـ چىشىش توختىغاندىن كېيىن ، مەجۇنى سەنجىرىنا ( 57 ـ نۇسخا ) ياكى مەجۇنى پۈلۈنىيادىن كۇندە 2 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 3 ـــ 5 گرام بېرىلىدۇ . ئۇنىڭدىن كېيىن ، داۋاملىق ھالدا لوبۇبى كەبىر ( 82 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى سۆئىلەپ ، جاۋارىش زەرئۇنى ( 125 ـ نۇسخا ) غا ئوخشاش كۇچىلەندۇرگۈچى دورىلار بېرىلىدۇ . بۇ جەريانداۋ ئېچىشىش توختىماس

لمق ، يەرىلىك كۆپەيتىپ قېلىش ئەھۋاللىرى كۆرۈلسە ، قاينىق سۇغا قەنت سېلىپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

مەجۇنى پۈلۈنيا نۇسخىسى : ئاقىرقەرھا ، پەرپىيۇن ، سۇمبۇل ، بەزىرۇلبەنجى ھەر بىرى 3 گرامدىن ، زەپەر 15 گرام ، ئەپيۇن 6 گرام ، ئاقمۇچ 60 گرام ئېلىنىدۇ . دورىلار يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، 2 ھەسسە ھەسەل بىلەن مەجۇن قىلىنىدۇ .

2 ) سۆزنەك كېسەللىكىگە گىرىپتار بولغان بىمارلار داۋالىنىۋاتقان مەزگىلدە ئاچچىق ـ چۈچۈك يېمەكلىكلەر ، سوغۇق سۇ ، ئاچچىقسۇ ، ھاراق قاتارلىقلاردىن قاتتىق پەرھىز قىلدۇرۇلىدۇ . جىنسىي ئالاقە ، ئېغىر جىسمانىي ھەرىكەت چەكلىنىدۇ . شۇنىڭ بىلەن بىر ۋاقىتتا ، تازىلىققا ئەھمىيەت بېرىپ بەدەننى پاكىز تۇتۇش ، كىيىم ـ كېچەك ۋە يوتقان ـ كۆرپىلەرنى پات ـ پات يۇيۇش ۋە ئاپتاپقا سېلىش تەلەپ قىلىنىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

3 ) ئېچىشىپ سىيىشنى ياخشىلاش ئۈچۈن ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى چاي ئورنىدا دەملەپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ . ئەرەقى ئەنگۈرشپا ( 262 ـ نۇسخا ) 50 مىللىلىتىردىن كۈندە 3 ۋاخ ياكى ئەرەقى كاسىنە ( 268 ـ نۇسخا ) 50 مىللىلىتىردىن كۈندە 3 ۋاخ ئىچۈرۈلىدۇ .

4 ) تۆۋەندىكى دورىلاردىن بىرى تاللاپ ئىشلىتىلىدۇ :

( 1 ) ھەببى سۆزنەك ( 19 ـ نۇسخا ) كۈندە 1 ۋاخ 7 تالدىن بېرىلىدۇ ، سۈپۈپى شورا ( 212 ـ نۇسخا ) كۈندە 2 ۋاخ 3 گرامدىن بېرىلىدۇ.

( 2 ) سۈپۈپى ھەرقەتۇلبەۋىل I ( 205 ـ نۇسخا ) قاينىق سۇ بىلەن ئېرىتىپ ، شىپىرىس بىلەن سۈيدۈك يولىغا كىرگۈزۈلۈپ ، سۈيدۈك يولى كۈنىگە 5 ـــ 6 قېتىم يۇيۇلىدۇ .

( 3 ) سۈپۈپى ھەرقەتۇلبەۋىل II ( 206 ـ نۇسخا ) 5 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ ئىچۈرۈلىدۇ .

( 4 ) ھەببى كەبەت ( 40 ـ نۇسخا ) 5 تالدىن كۈندە 2 ۋاخ بېرىلىدۇ .

( 5 ) قۇرسى كاكىنەچ ( 164 ـ نۇسخا ) 2 تالدىن كۆندە 1 ۋاخ ياكى 1 تالدىن كۆندە 2 ۋاخ بېرىلىدۇ .

5 ) ساقايغاندىن كېيىنمۇ بىر ئايغىچە داۋاملىق تەكشۈرۈپ تۇرۇش بۇيرۇلىدۇ ۋە جىنسىي ئالاقە قىلىش مەنئى قىلىنىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

6 ) سۆزنەكنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدىغان دورا ياسالمىلىرى :

( 1 ) سۈيدۈك ئېچىشىپ كېلىش سېزىلگەن ھامان تۇز ۋە ئەگرى تەرخەمەك ئۇرۇقى ، تاۋۇز ئۇرۇقى ، ئوغرىتىكەنلەردىن 3 گرامدىن ئېلىپ ، سۇ بىلەن شىرىسىنى چىقىرىپ ، شەربىتى بۇزۇرى سەرد ( 226 ـ نۇسخا ) تىن 50 مىللىلىتىر قوشۇپ ئىچۈرۈلىدۇ .

( 2 ) قىزىلگۈلدىن 3 گرام ، خام نوقۇتتىن 12 گرام ئېلىپ ، بىر كېچە قاياناق سۇغا چىلاپ قويۇپ ، ئەتىسى ئەتىگەندە سۈزۈپ ، سۈيىگە 50 مىللىلىتىر شەربىتى بۇزۇرى سەرد ( 226 ـ نۇسخا ) قوشۇپ ئىچۈرۈلىدۇ .

( 3 ) قەلەي كۈشتىسىدىن 2 گرام ، مامۇرانچىنى تالقىنىدىن 5 گرام ئېلىپ ، ھەببى سۆزنەكتىن 5 تال قوشۇپ ، ئەرەقى كاسىنە ( 268 ـ نۇسخا ) بىلەن ئىچۈرۈلىدۇ .

7 ) كونىرىغان سۆزنەك كېسەللىكىگە تۆۋەندىكى دورىلاردىن بىرى تاللاپ ئىشلىتىلىدۇ :

( 1 ) سۆزنەك ئەرەقى

تەركىبى : ھۆل يۇمغاقسۈتىنىڭ سىقىلغان سۈيىدىن 600 مىللىلىتىر ، ئۆتكۈر مۇسەللەستىن 120 مىللىلىتىر ، سەندەلدىن 10 گرام ئېلىپ ، ئەرەق تارتىپ ، 50 مىللىلىتىردىن كۆندە 3 ۋاخ ئىچۈرۈلىدۇ .

( 2 ) سۆزنەك تالقىنى

تەركىبى : موزىدىن 12 گرام ، كات ھىندىدىن 24 گرام ، تاباشىر ، مارجان كۈشتىسىدىن 4 گرامدىن ئېلىپ سوقۇپ ، سەندەل يېغىدىن 30 مىللىلىتىر قوشۇپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ . بۇ ياسالمىدىن 10 گرامنى 50 مىللىلىتىر شەربىتى بۇزۇرى سەرد ( 226 ـ نۇسخا ) بىلەن قوشۇپ

كۈنده 1 ۋاخ ئىچۈرسه بولىدۇ . مۇبادا بىمارنىڭ ئىچى سۇرۇپ كەتسە ، 7 دانە تاتلىق بادام مېغىزىنى سۇدا ئېزىپ شىرىسىنى چىقىرىپ ، 25 گرام شېكەر قوشۇپ ئىچىشكە بەرسە بولىدۇ .

( 3 ) سۇپۇپى سوزاك

تەركىبى : دېۋىرقاي يېلىمى ، تاباشىر ، قاقلە ئۇرۇقىدىن 4 گرامدىن ، كاۋاۋىچىن ، ئاق ناۋاتتىن 24 گرامدىن ئېلىپ ، سوقۇپ تالقانلاپ ، 18 مىللىلىتىر سەندەل يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلاپ قويۇپ ، كالا سۈتى بىلەن كۈندە 2 ۋاخ 2 گرامدىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

8 ) شەربىتى خېنە بېرىلىدۇ .

تەركىبى : ھۆل خېنىدىن 500 گرام ، شېكەردىن 1 كىلوگرام ئېلىپ ، خېنىنى قاينىتىپ سۈزۈۋېتىپ ، سۈيىگە شېكەر سېلىپ تەييارلىنىدۇ . ئەرلەردىكى سۆزنەكنى داۋالاشتا ، شەربىتى خېنە كۈنىگە 3 قېتىم 50 مىللىلىتىردىن بېرىلىدۇ . بۇنىڭغا قوشۇپ ھەببى كىبرىت (40 ـ نۇسخا) 7 دانىدىن كۈندە 3 ۋاخ ، ئەتىگەندە 1 ۋاخ 0.3 گرام پارپا تالقىنى بېرىلىدۇ . كاۋاۋىچىن ، پارپىلاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ ، سۈزۈۋېتىپ سىرتقى جىنسىي ئەزا يۇيۇلىدۇ .

ئايالالارنىڭ سۆزنىكىنى داۋالاشتا ، شەربىتى خېنە 50مىللىلىتىردىن ھەرئالتە سائەتتە 1 قېتىم ، ھەببى كىبرىت ( 40 ـ نۇسخا ) 8 تالدىن كۈنىگە 3 ۋاخ بېرىلگەندىن باشقا ، مەجۇنى رەۋەن كۈنىگە 3 قېتىم 6 ـــ 9 گرام بېرىلىدۇ .

مەجۇنى رەۋەن نۇسخىسى : رەۋەن ، ئېگىر ، ئەنجىدان ، چىگىسەي ئۇرۇقى ، بەدىيان ، رۇمبەدىيان ، جۇۋىنە ، كەندىر ياراۋەر مىقداردا ، ھەسەل 3 ھەسسە .

بۇ دورا مائۇل ھەسەل بىلەن ئىچىلىدۇ . جىگەر ، بالىياتقۇ ، ئاشقازان ئىششىقلىرىنى ياندۇرىدۇ .

( پوسكام ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

# XI باب ئەرلەر كېسەللىكلىرى

## سرتقى جنسي ئەزا ياللۇغى

بۇ ، ئەرلەرنىڭ سرتقى جنسي ئەزاسى ( زەكەر )نىڭ بۇلۇتسمان تېنى بىلەن زەكەر مۇسكۇل قەۋىتىنىڭ ھەرخىل جاراسملارنىڭ يۇقۇملاندۇرۇشى ۋە سۆزنەك ، سفلس قاتارلىق كېسەللىكلەرنىڭ قالدۇغان ئاسارىتى نەتىجسىدە ياللۇغلىنىش ۋە بەزىدە يىرىڭلىق جاراھەتكە ئايلىنىشى بولۇپ ، ياللۇغلىنىش تېرىدىلا بولسا ، تېرە قىزىرىپ ئىششش ، ئاغرىش ؛ بۇلۇتسمان تەن ۋە مۇسكۇل قەۋىتىگە يامرىغان بولسا ، سرتقى تېرە يۇزىدە چېكىتسمان قىزىل رەڭلىك مۇدۇرچاقلار پەيدا بولۇش ، ئو-مۇمىي بەدەندە يېقىمسزلىق ، قىزىتما ، توڭۇپ تىترەش ، ئالەت ئاغرىش ، سىيگەندە ئېچىشش ، يەرلىك ئورۇن ۋە ئەتراپى قىزىرىپ قىچىشش ، ئېغىرلاشقاندا شەلۋەرەپ يارىلىنىش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) يارىلانمىغان بولسا :

( 1 ) سەبرىنى سوقۇپ ، ئىسسق سۇ بىلەن ئېرىتىپ ، سرتىدىن چېپىش ؛

( 2 ) كالا ئۆتىنى ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ چېپىش ؛

( 3 ) لۇبيا ئۇنىسى ۋە ئارپا ئۇنىسى سۇ بىلەن خېمىر قىلىپ ، گۈل يېغىسى ( 297 ـ نۇسخا ) بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ زەكەر ئۇستىگە چېپىش ؛

( 4 ) لۇبيا ئۇنىنى قايماق بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ چېپىش ؛

( 5 ) بەزىرۇلبەنجىنى سوقۇپ ، مۇسەللەس بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ سۈركەش لازىم .

( 6 ) مەرھىمى كافۇر چېپىلسا ، ئىششىقنى ياندۇرىدۇ ، ئېچىشىشنى پەسەيتىدۇ .

نۇسخىسى : سەپىداپ كاشغەرى ، سېرىق ماي ، ئاق موم ، تۇخۇم ئېقى ھەر بىرىدىن 60 گرامدىن ، كافۇردىن 15 گرام ئېلىپ ، ئاق مومنى سېرىق مايدا ئېرىتىپ ، يۇمشاق ئېزىلگەن سەپىداپ كاشغەرى بىلەن كافۇر ئۇستىگە قۇيۇپ ياخشى ئارىلاشتۇرغاندىن كېيىن ، تۇخۇم ئېقى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

( 7 ) مەلھىمى مەدەستان ( 312 ـ نۇسخا ) چېپىلىدۇ .

( 8 ) مەلھىمى رال ( 305 ـ نۇسخا ) چېپىلىدۇ .

2 ) يارىلانغان بولسا :

( 1 ) قاراكۆز بەدىيان ئۇرۇقنى كۆيدۇرۇپ سېپىش ؛

( 2 ) كونا سۆگەكنى كۆيدۇرۇپ كۈلنى سېپىش ؛

( 3 ) سۇرمنى يۇمشاق سالايە قىلىپ سېپىش لازىم .

( 4 ) مەلھىمى ناسۇر چېپىلسا ، جاراھەتنى ساقايتىدۇ ، قايتا زېدىلىنىشنىڭ ئالدىنى ئالىدۇ .

مەرھىمى ناسۇر نۇسخىسى : گۈل يېغىدىن 15 مىللىلىتىر ، زەر-چىۋە ، مەدەستان ھەر بىرىدىن 45 گرامدىن ، ئاق مومدىن 30 گرام ئېلىپ ، گۈل يېغى بىلەن مومنى قوشۇپ ئازراق سۇ بىلەن قاينىتىپ ، سۈيى تۇگەپ يېغى قالغاندا ، يۇمشاق سوقۇلغان زەرچىۋە بىلەن مەدەستان تالقىنىنى قوشۇپ ، تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ . مامۇرانچىنى قايناتمىسدا زەخىم يۇيۇلۇپ ، قۇرۇغاندىن كېيىن ، بۇ مەلھەم چېپىلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

3 ) يارىلانغان ۋە يىرىڭلىغان زەكەر يالۇغى ئۇچ باسقۇچ بويىچە داۋالىنىدۇ :

بىرىنچى باسقۇچتا ، يەرلىك ئورۇندىكى شەلۋەرەشنى ياندۇرۇش ، يۇقۇملىنىشنى تىزگىنلەش مەقسىتىدە دورا ئىشلىتىلىدۇ . بۇنىڭ ئۈچۈن :

( 1 ) زەمچە ، كۆپۈكى دەريا ، بىخ مارجان ھەر بىرى 10 گرامدىن ،

پـشۇرۇلغان موزا 20 گرام ، مامۇرانچىنى ، كات هىندى ، رەۋەن ھەر بىرى 5 گـرامـدىـن ، قىزىلگۈل 30 گرام ئېلىنىپ ، سوقۇپ تاسقاپ ، قاياناق ، سۇغا چىلاپ ، قۇۋۇتى چىققان سۇدا يەرلىك ئورۇن يۇيۇلىدۇ .

( 2 ) يـۇقىرىقى دورىلارنىڭ سۇيۇپىغا گۈل يېغى ( 297 ـ نۇسخا ) دىن مۇۋاپىق مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ ، يەرلىك ئورۇن زىماد قىلىنىدۇ .

( 3 ) زىـماد قـىلىنىپ ئىككى سائەتتىن كېيىن ، 100 گرام مامۇرانـچىنىنى 500 مىللىلىتىر سۇدا قاينىتىپ ، 200 مىللىلىتىر قالغاندا دورىلارنى سۈزۈۋېتىپ ، بۇ سۇ بىلەن جاراھەت ئورنى يۇيۇلىدۇ . بۇ ئۇسۇل كۈنىگە 1 قېتىم داۋاملاشتۇرۇلىدۇ .

ئىككـىنـچى باسقۇچتا ، ئىششقىنى ياندۇرۇش ، سۇيدۇكنى راۋانلاشتۇرۇش ، سۇيدۇك يولىدىكى ئېچىشىشنى پەسەيتىش مەقسىتىدە دورا ئىشلىتىلىدۇ . بۇنىڭ ئۇچۇن :

( 1 ) يـۇقـىرىـقى مـامۇرانچىنى قاياناتمىسى بىلەن 2 كۈندە 1 قېتىم جىنسىي ئەزا يۇيۇلىدۇ .

( 2 ) يـۇيـۇلغان كۈننىڭ ئەتىسى گۈل يېغى ئارىلاشتۇرۇلغان قەلەمپۇر يېغى ( 292 ـ نۇسخا ) بىلەن ياغلىنىدۇ .

( 3 ) ئىچـىشـكە خېنە شەربىتى ( سۆزنەك كېسەللىكىنى داۋالاشقا قـارالـسۇن ) 50 مـىـلـلـىلىتىردىن كۈندە 3 ۋاخ ، مەجۇنى چۆبچىنى (64 ـ نـۇسخا) 10 گـرامـدىـن كـۈنـدە 2 ۋاخ ، ھەببى كەبرىت (40 ـ نۇسخا) 7 دانـىـدىن ئەتىگەندە 1 ۋاخ ، شەربىتى مامۇرانچىنى 50 مىللىلىتىردىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

شـەربـىـتـى مـامـۇرانـچـىـنى نۇسخىسى : مامۇرانچىنىدىن 10 گرام ، سـۇدىن 1 لىتر ئېلىنىدۇ . مامۇرانچىنىنى چالا سوقۇپ ، 1 لىتر سۇدا قاينـىـتـىپ ، سۇنىڭ يېرىمى قالغاندا سۈزۈپ ، 500 گرام شېكەر سېلىپ شەربەت تەييارلىنىدۇ .

ئۇچـىـنچى باسقۇچتا ، جاراھەتنى تولۇق ساقايتىش ۋە تېرە ئاستى توقۇلمىلىرىنىڭ پۈتۈنلۈكىنى ئەسلىگە كەلتۈرۈش ئۇچۇن :

( 1 ) تۇخۇم شاكىلى كۇشتىسى ، چاچ كۆلدىن 100 گرامدىن ئېلىپ يۇمشاق سالايە قىلىپ ، 50 مىللىلىتىر ئابدىمىلىك يېغى بىلەن مەلھەم تەييارلاپ ، قاقاچ تاشلاپ تېرىنىڭ پۈتۈنلۈكى ئەسلىگە كەلگۈچە چېپىلىدۇ .

( 2 ) پەرۋىش ۋە تازىلىققا ئەھمىيەت بېرىلىدۇ . لازا - ئاچچىقسۇ ، هاراق ، كالا گۆشى ، ئۆچكە گۆشى ۋە باشقا يەللىك يېمەكلىكلەردىن پەرھېز قىلدۇرۇلىدۇ . جىنسىي ئالاقە چەكلىنىدۇ .

( 3 ) ساقايغاندىن كېيىن ، قايتا قان تەكشۈرۈپ سۆزنەك ۋە سەلىس مىكروبلىرىنىڭ بار - يوقلۇقى تەكشۈرۈلىدۇ ، بار بولسا ، شۇ كېسەللىكلەرنى داۋالاش قائىدىسى بويىچە داۋالىنىدۇ .

( پوسكام هۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## ئۇرۇقدان يالۇغى

بۇ ، ئەرلەرنىڭ ئۇرۇقدىنىغا سىل ، سۆزنەك ، سىفلىس قاتارلىق كېسەللىكلەرنىڭ مىكروبى ، ئۆتكۈر بوغۇم يالۇغلىرى ۋە باشقا يالۇغلىنىشلارنىڭ تەسىر قىلىشى سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدىغان كېسەلىك بولۇپ ، ئۆتكۈر ۋە سوزۇلما خاراكتېرلىك بولىدۇ . ئۆتكۈر ئۇرۇقدان يالۇغى ئۇرۇقدان تۇتقىلى قويمىغۇدەك دەرىجىدە ئىششىپ قاتتىق ئاغرىش ، بىر ياكى ئىككىلا ئۇرۇقدان ئىششىپ چوڭىيىپ قېلىش ، ئومۇمىي بەدەن مۇناسىپ هالدا قىزىش ۋە باشقا بەدەن ئالامەتلىرى بىلەن ؛ سوزۇلما ئۇرۇقدان يالۇغى ئۆتكۈر ئۇرۇقدان يالۇغىنىڭ ۋاقتىدا داۋالاپ ساقايتىلماسلىقى نەتىجىسىدە كېلىپ چىقىپ ، قاتتىق ئاغرىش بولمىسىمۇ ، بوشراق ئاغرىش ، روشەن ئىششىش ، ئۇرۇقدان تېرىسى ئاقىرىشتەك ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) ئالدى بىلەن كېلىپ چىقىش سەۋەبىنى ئېنىقلاپ ، قايسى سە-

ۆەبتىن كېلىپ چىققان بولسا ، سەۋەبچى ئامىلىغا قارىتا چارە قىلىنىدۇ .

2 ) يالـلـۇغـلـىنىشنى ، قىزىتمىنى ، ئىششىقنى قايتۇرۇش چارىلىرى قىلىنىدۇ . بۇنىڭ ئۈچۈن :

( 1 ) سـىـركـە ، گـۈلاب ، ئەنگۈرشىپا سۇيى ، كاسنە سۇيى قاتارـلىقلارنى ئىچۈرۈش ؛

( 2 ) بابۇنە ، زىرە قاتارلىقـلارنـى يۇمشاق سوقۇپ ، گـۈل يېغـى (297 ـ نـۇسخا) ياكى تۇخۇم سېرىقىغا ئارىلاشتۇرۇپ ئۇرۇقدانغا چېپىش؛

( 3 ) لۇبيا ئۇننىنى خىمىر قىلىپ چېپىش ياكى يۇمغاقسۇت سۇيىنى ھەسـەل بـىـلـەن ئارىلاشـتـۇرۇپ چـېـپـىـش ، لـۇبيا ئۇننىنى تۇخۇم ئېقىغا ئارىلاشتۇرۇپ ياكى تۇخۇم ئېقىنى كۆپتۈرۈپ چېپىش ؛

( 4 ) 4 گـرام ئاق لـەيـلـى گـۈلنى سۇدا قاينىتىپ ، سۇيىنى ئىچۈرۈپ ، تېرىپلېرىنى سىرتىدىن چېپىش ؛

( 5 ) مەدەستانىنى گۈلابتا ئېزىپ ، سىرتىدىن چېپىش لازىم .

3 ) تۆۋەندىكى قاينىتىما ئىچۈرۈلىدۇ :

نـۇسخىسى : بېھى ئۇرۇقى 3 گرام ، ئەنگۈرشىپا ، ئۇسۇڭ ئۇرۇقى 5 گـرامـدىن ، چىلان 5 دانە ، سەرۋىستان 11 دانە ئېلىنىدۇ . بۇ دورىلار سۇغا چـىلاپ يـاكـى قـايـىـنـىـتـىـپ تـەمى چىققانـدىن كېيىن سۈزۈپ ، بىنەپشە شەربىتـى ( 227 ـ نۇسخا ) دىن 30 مىللىلىتىر قوشۇپ ئىچۈرۈلىدۇ .

4 ) تۆۋەندىكى زىمادلار قويۇلىدۇ :

( 1 ) مـۇقىل ، ئۇشەق ، مىئەسائىلە ، مۇرمەككى ، گۈلى بابۇنە ، كـاـلـىـزىـرە ، سـۇمبۇل ھەر بىرىدىن 3 گرامدىن ، ئاق لەيلى گۈلى ، زىغىر ، شـۇمشە ئۇرۇقى ، ئىككىلمىلىك ، لۇبيا ئۇنى ھەر بىرىدىن 4 گرامدىن ، ئاق مـومـدىـن 30 گـرام ، ئۆچـكـە بۆرەك يېغىدىن 30 گرام ، گۈل يېغىدىن 60 مـىـلـلـىـلـىـتـىـر ئېلىپ ، دورىلارنى تالقانلاپ تاسقاپ ، ئاق موم بىلەن بۆرەك يـېـغـىـنى گۈل يېغىدا ئېرىتىپ ، ئۈستىگە تالقان دورىلارنى سېلىپ تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ زىماد تەييارلاپ ئۇرۇقدانغا چېپىلىدۇ .

( 2 ) ئابدىسىلىك ئۇرۇقدا ياغلىققارا قىلىپ ئۇرۇقدانغا چېپىلىدۇ.

( 3 ) كالسيزىرىنى سوقۇپ ، زەيتۇن يېغى بىلەن زىماد قىلىپ ئۇرۇقدانغا چاپسا بولىدۇ .

( 4 ) كۆك يۇمغاقسۇتنى سوقۇپ سىقىپ ، سۈيىگە ئازراق ئەپيۇن قوشۇپ زىماد قىلىنىدۇ .

5 ) تۆۋەندىكىلەر ئۇرۇقدانغا سۈركىلىدۇ :

( 1 ) ئاق قىچا ، قارا قىچا ، ئابدىسلىك مېغىزى ھەر بىرىدىن 10 گرامدىن ، يەسمەن يېغىدىن 50 مىللىلىتىر ئېلىپ ، دورىلارنى سوقۇپ ، يەسمەن يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ، كۈندە 2 ــ 3 قېتىم ئۇرۇقدان ياغلىنىدۇ .

( 2 ) گۈلاب ۆە سىركىدىن 45 مىللىلىتىردىن ، كافۇردىن 1 گرام ئېلىپ ، كافۇرنى دورىلار بىلەن ئېرىتىپ ، ئېرىتمىگە داكىنى چىلاپ ئۇرۇقدان ئۇستىگە قويسا بولىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

6 ) سەبرە سۇقۇتىرى ، يىلان تۇخۇمىدىن 30 گرامدىن ، ئازاراقى پاراشوكىدىن 10 گرام ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ ، سۇ بىلەن خېمىر قىلىپ ئۇرۇقدانغا چېپىلىدۇ .

7 ) قىزىتمىنى پەسەيتىش ، ئىششىقنى يانداۋروش ئۈچۈن تۆۋەندىكى دورىلار بېرىلىدۇ :

( 1 ) ھەببى كىبرىت ( 40 ـ نۇسخا ) 5 تالدىن كۈندە 3 ۋاخ ؛

( 2 ) ھەببى كافۇر ( 37 ـ نۇسخا ) 3 تالدىن كۈندە 3 ۋاخ ؛

( 3 ) ئەرەقى ئەنگۇرشىپا (262 ـ نۇسخا) 50 مىللىلىتىردىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

8 ) ئىششىقنى يانداۋروش ئۈچۈن تۆۋەندىكى دورىلار چېپىلىدۇ :

( 1 ) شۇمشە ئۇرۇقى ، لۇبيادىن تەڭ مىقداردا ئېلىنىپ ، سوقۇپ تالقانلاپ ، بىنەپشە سۈيى بىلەن خېمىر قىلىپ ئۇرۇقدانغا چېپىلىدۇ .

( 2 ) ئىسپىغۇلدىن 60 گرام ئېلىپ ، سۇ بىلەن خېمىر قىلىپ سىرتىدىن ئۇرۇقدانغا چېپىلىدۇ .

( 3 ) زىمادى ئىسپىغۇل ( 314 ـ نۇسخا ) كۇنىگە 3 قېتىم ئۇرۇقدانغا چېپىلىدۇ .

( 4 ) زىمادى مۇسەككىن ( 319 ـ نۇسخا ) كۇنىگە 2 قېتىم تۇخۇم ئېقىنى كۆپتۇرۇپ ئارىلاشتۇرۇپ ، ئۇرۇقدانغا چېپىلىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

9 ) ئۇرۇقدان ئىششىقى سوزۇلما ھالەتكە ئۆزگەرگەن بولسا :

( 1 ) قەيسەلدۇرۇلىدۇ . بۇنىڭ ئۈچۈن تۇرۇپ ئۇرۇقىدىن 60 گرام ، قاراكۆز بەدىيان ئۇرۇقىدىن 30 گرام ، ئاق تۇزدىن 15 گرام ئېلىپ سوقۇپ ، يېتەرلىك مىقداردىكى ھەسەل قوشۇلغان سۇ بىلەن ئىچۈرۈلىدۇ . ئەگەر قەيى يانمىسا ، ئارقىدىن كۆپ مىقداردا قاينىق سۇ ئىچۈرۈلىدۇ .

( 2 ) بابۇنە ، ئابدىمىلىك مېغىزى ، باقلا ، نوقۇت ، زىرە قاتارلىقلاردىن بىرى ياكى ئىككىسىنى بىرلەشتۈرۈپ ، ئاق موم ياكى گۈل يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ زىماد قىلىنىدۇ .

( 3 ) قۇرۇتۇلغان ئەنگۈرشىپا ، بابۇنە گۈلى ، ئاق لەيلى گۈلى ، ئىككىلمىلىك ، كۆكنار ئۇرۇقىدىن 15 گرامدىن ، ئارپا ئۇنىدىن 75 گرام ئېلىپ ، 250 مىللىلىتىر كالا سۈتىدە پىشۇرۇپ ، ئىلمان ھالدا ئۇرۇقدانغا زىماد قىلىنىدۇ .

( 4 ) ئەپيۇن ، كافۇر ، زەپەر ، بەزىرۇلبەنجى ، سەمغى ئەرەبىدىن 1 گرامدىن ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ ، 1 دانە تۇخۇم ئېقىغا ئارىلاشتۇرۇپ ئۇرۇقدانغا زىماد قىلىنىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## جىنسىي ئاجىزلىق

بۇ ، كۆپىنچە بەدەن ئاجىزلىق ، بۆرەك ئاجىزلىق ، باشقۇرغۇچى ئەزالارنىڭ ئاجىزلىشىشى ، سوزۇلما كېسەللىكلەرنىڭ ئاسارىتى ، جىنسىي ئەزانىڭ مىجەزى ئىسسىقلىق ياكى سوغۇقلۇقتىن بۇزۇلۇشى ، جىنسىي

ئەزانىڭ يالەچلىنىشى ياكى ئۇرۇقداننىڭ زەخىملىنىشىدىن ، يەنە بەزىدە مەست قىلغۇچى ئىچىملىك - چېكىملىكلەرنىڭ تەسىرى ۋە روھىي زەربە ، پىسخولوگىيىلىك ئامىللار تۈپەيلىدىن كېلىپ چىقىدىغان كېسەللىك بولۇپ ، پەندىنپەي ئېغىرلىشىپ بارىدىغان جىنسىي ئىنتىلىشنىڭ سۇسلىشىشى ، رىغبەتنىڭ ئازىيىشى ، لەززەتلىنىشنىڭ كەم بولۇشى ، قوزغىلىشنىڭ بارا - بارا سۇسلىشىشى ۋە پۈتۈنلەي يوقىلىشى قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

جىنسىي ئاجىزلىقنىڭ سەۋەبى نۇرغۇن ، شۇڭا خۇسۇسىيىتى ۋە ئالامەتلىرى ئوخشاش بولمايدۇ . تولۇق داۋالاش مەقسىتىگە يېتىش ئۈچۈن ، ئالدى بىلەن كېسەل چىقىش سەۋەبىنى توغرا تەھلىل قىلىپ ، توغرا دىئاگنوز قويۇش كېرەك . دىئاگنوز توغرا بولسا ، ئۇنۇملۇك ھالدا داۋالاپ ساقايتقىلى بولىدۇ .

جىنسىي ئاجىزلىق بەدەن ئاجىزلىقىدىن كېلىپ چىققان بولسا :

1 ) ئومۇمىي بەدەننى كۈچەيتىدىغان ، قان كۆپەيتىدىغان ئوزۇقلۇق ۋە دورىلار ماسلاشتۇرۇپ ئىشلىتىلىدۇ . بۇنىڭ ئۈچۈن ، ئەركەك قوي گۆشى ، موزاي گۆشى ، بۆدۈنە ، كەكلىك ، قۇشقاچ گۆشلىرى بىلەن ئوزۇقلاندۇرۇلىدۇ . ئىلتىلغان تۇخۇم ، زىخ كاۋىپى ، ياڭاق ، پىستە ، بادام مېغىزلىرى ، چىلغوزا ، پىندۇق ، نارجىل قاتارلىقلار بەدەننى قۇۋۇتەلەش ، قانىنى كۆپەيتىش جەھەتتە كۆرۈنەرلىك تەسىر بېرىدۇ . يۇقىرىقى ئوزۇقلۇقلار بۇغداي نېنى ۋە بۇغداي ئۇنى تاماقلىرى بىلەن ماسلاشتۇرۇپ توغرا ئوزۇقلاندۇرۇش تەرتىپى تۈزۈپ چىقىپ ئىستېمال قىلدۇرۇلسا ، ياخشى نەتىجە بېرىدۇ .

2 ) ئەتىگەنلىك ناشتىدا قىزىل كىشمىش ، ياڭاق مېغىزى ، بادام مېغىزى ھەربىرىدىن 20 گرامدىن ، ھەسەلدىن 100 گرام ، تۇخۇمدىن 1 دانە ئۈزمەي يېيىشكە بۇيرۇلىدۇ .

3 ) ئوزۇقلىنىشنى ياخشىلاش بىلەنلا قانائەتلەنمەي ، بەدەننى چې-

نىسقىتۇرۇش ، مادداى ئالمىشىشنى كۆچەيتىش ، مۇڭاپىق جىسمانىي ئەمگەك بىلەن شۇغۇللىنىش ، روھىي كەيپىياتنى جانلاندۇرۇشقا ئىلھاملاندۇرۇش قاتارلىق ئۇسۇللار تەك قوللىنىلىدۇ .

4 ) مائۇللەھمى ( 249 ـ نۇسخا ) 50 مىللىلىتىردىن كۇندە 3 ڭاخ ، ھالۇايى بەيزە ( كەم قانلىق كېسەللىكىنى داۇالاشقا قارالسۇن ) 15 گرامدىن كۇندە 3 ڭاخ ئاساسلىق بېرىلىدۇ . بۇنىڭغا بىرلەشتۇرۇپ مەجۇنى ماددە-تۇلھايات (85 ـ نۇسخا) 6 گرامدىن كۇندە 2 ڭاخ ، شەربىتى زەبىب (228 ـ نۇسخا ) ياكى شەربىتى رۇممان ( 231 ـ نۇسخا ) لارنىك بىرسى 50 مىللىلىتىردىن كۇندە 3 ڭاخ قوشۇپ بېرىلىدۇ .

( يەكەن ھۆكۇمالىرىنىك تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

5 ) جىنسىي ئاجىزلىق بەدەننىك ئورۇقلۇقى ۋە قۇرۇقلۇقىدىن كېلىپ چىققان بولسا ، داۇائىلتەرەنجۇل بېرىلىدۇ .

نۇسخىسى : تەرەنجۇلدىن 500 گرام ، سۇتتىن 1.5 لىتر ئېلىپ ، تەرەنجىۇلنى تازىلاپ ئۇستىگە سۇتنى قۇيۇپ ئاستا ئوتتا قاينىتىلىدۇ . ئاندىن ئوتتىن ئېلىپ بىر سائەت قويۇپ تىندۇرۇپ ، ئۇستىدىكى سۇيىنى سۇزۇۋېلىپ ، چۆكمىسىنى تاشلىۋېتىپ ، ئاستا ئوتتا داۇاملىق قاينىتىلسا قويۇقلىشىدۇ . بۇ دورا كۇنىگە 2 قېتىم ياڭاق چوڭلۇقىدا يېيىشكە بېرىلىدۇ .

( قەشقەر ھۆكۇمالىرىنىك تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

جىنسىي ئاجىزلىق مېڭىنىك ئاجىزلىقى ياكى مېڭە مەجەزىنىك ئۆزگىرىشىدىن كېلىپ چىققان بولسا ، جىنسىي ئىنتىلىش سۇسلىشىدۇ ، ھەتتا يوقلىدۇ ، ئالەتتە قوزغىلىش سۇس بولىدۇ ، جىنسىي ئالاقىدە لەز-زەتلىنىش يېتەرلىك بولمايدۇ . داۇالاش ئۇچۇن :

6 ) ئالدى بىلەن مېڭە مەجەزىنى تەڭشەش ، خىلتىلارنىك تەڭشىكى بۇزۇلغان بولسا ، غەيرىي نورمال خىلتىنى سۇرۇپ چىقىرىش ۋە مېڭىنى تازىلاش تەدبىرلىرى قوللىنىلىدۇ ( مېڭە كېسەللىكلىرىنى داۇالاشقا قارالسۇن ) .

7 ) مېڭە مىجەزىنى تەڭشەپ بولغاندىن كېيىن ، مېڭىنى قوۋۇۋەتـ لىگۈچى تۆۋەندىكى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ :

شەربىتى ئەۋرىشم ( 222 ـ نۇسخا ) 30 مىللىلىتىردىن كۈندە 3 قېتىم ، مۇپەررىھى ئەۋرىشم ( 139 ـ ، 140 ـ نۇسخىلار ) 6 گرامدىن كۈندە 3 قېتىم ، خەمىرى ئەۋرىشم ( 134 ـ نۇسخا ) 6 گرامدىن كۈندە 3 قېتىم ، مۇپەررىھى ئەزەم ( 141 ـ نۇسخا ) 5 گرامدىن كۈندە 3 قېتىم ، داۋا ئىلمىشكى شېرىن ( 70 ـ نۇسخا ) 3 گرامدىن كۈندە 3 قېتىم ، داۋا ئىلمىشكى مۆتىدىل ( 71 ـ نۇسخا ) 3 گرامدىن كۈندە 3 قېتىم ، مۇپەررىھى مەسىھا (149 ـ نۇسخا ) 5 گرامدىن كۈندە 2 قېتىم ، مۇپەررىھى مۇنشىت (150 ـ نۇسخا ) 6 گرامدىن كۈندە 2 قېتىم بېرىلىدۇ . ئۇنىڭدىن باشقا ، كېسەلنىڭ مىجەزىگە ماس كېلىدىغان مۇپەررىھاتلاردىن بىرى ياكى ئىك كىسى تاللاپ ئىشلىتىلىدۇ .

( يەكەن ، خوتەن ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

جىنسىي ئاجىزلىق يۈرەك ئاجىزلىقىدىن كېلىپ چىققان بولسا ، قوزغىلىش كۆپ بولسىمۇ ، جىنسىي ئالاقە جەريانىدا يۈرەك تىترەش ، يۈـ رەك سېلىپ كېتىش ، يۈرەك ئېغىش ، جىنسىي ئالاقىدىن كېيىن ھالسىزلىنىپ قېلىش ، بارا ـ بارا تەلەپ ئازىيىش ئەھۋاللىرى كۆرۈلىدۇ . بۇنى داۋالاش ئۇچۇن :

8 ) يۈرەك مىجەزىنى تەڭشەش ، يۈرەكنى قۇۋۇۋەتلەش تەدبىرلىرى قوللىنىلىدۇ . بۇنىڭ ئۇچۇن ، يۇقىرىدا سۆزلەنگەن مېڭە ئاجىزلىقىدىن كېلىپ چىققان جىنسىي ئاجىزلىققا ئىشلىتىلىدىغان دورىلارنىڭ ھەممىسى بۇخىل تۇردىكىنمۇ ماس كېلىدۇ ، شۇلاردىن بىر ـ ئىككىسى تاللاپ ئىشلىتىلىدۇ .

9 ) مەجبۇرى مۇپەررىھى ياقۇتى مۆتىدىل ( 153 ـ نۇسخا ) ، مەجبۇرى مۇپەررىھى ھار ( 152 ـ نۇسخا ) ، مۇپەررىھى بۇ ئەلى ( 143 ـ نۇسخا ) ، مۇپەررىھى دىلكۇشا ھار ( 146 ـ نۇسخا ) ، مۇپەررىھى دىلكۇشا مۆتىدىل ( 147 ـ نۇسخا ) ، مۇپەررىھى دىلكۇشا بارىد ( 148 ـ نۇسخا )

قاتارلىقلاردىن بىرى سەۋەبچى خىلىتقا قاراپ تاللاپ ، ئۆز مىقدارى بويىچە ئىشلىتىلىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

10 ) زەھرى مۇھرە ، تاباشىردىن 3 گرامدىن ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ ، ئۇنىڭغا مەجۇنى داۋا ئىلمىشكى مۆتىدىل ( 71 ـ نۇسخا ) دىن 5 گرام ياكى مەجۇنى مۇپەررىھى بارىد ( 142 ـ نۇسخا ) دىن 5 گرام ياكى مەجۇنى مۇپەررىھى ياقۇتى مۆتىدىل ( 153 ـ نۇسخا ) دىن 5 گرام قوشۇپ ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ . ئۇنىڭ ئۈستىدىن تاتلىق ئانار سۈيىدىن 60 مىللىلىتىر ، ئالما سۈيىدىن 25 مىللىلىتىر ، ئالما شەربىتىدىن 25 مىللىلىتىر ئېلىپ ، يۇمشاق سوقۇلغان پەرەنجىمشكى ئۇرۇقىدىن 5 گرام قوشۇپ ئىچۈرۈلىدۇ .

11 ) خەمىرى گاۋزىبان ئەنبىرى ( 138 ـ نۇسخا ) 5 گرامدىن كۈندە 3 قېتىم ئىچۈرۈلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

جىنسىي ئاجىزلىق بۆرەك ئاجىزلىقىدىن كېلىپ چىققان بولسا ، جىنسىي ئىنتىلىش سۇس بولۇپ ، قوزغىلىش بولماي تۇرۇپلا مەنىي ئېقىپ كېتىدىغان ئالامەتلەر يۈز بېرىدۇ . بۇنى داۋالاشتا :

12 ) جىنسىي ئالاقە چەكلىنىدۇ . ئوزۇقلۇقىغا مۇرابباىي گىردىگان ( 275 ـ نۇسخا ) ، مۇرابباىي سۆئلەپ ( 272 ـ نۇسخا ) ، مۇرابباىي شاقاقۇل ( 273 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلار قوشۇپ بېرىلىدۇ .

13 ) بۆرەك زەئىپلىشىش كېسەللىكىدە سۆزلەنگەن پىششىق دورىلارنىڭ ھەممىسى بۆرەك زەئىپلىشىشتىن كېلىپ چىققان جىنسىي ئاجىزلىققا ئوبدان مەنپەئەت قىلىدۇ ، بۇلار تاللاپ ئىشلىتىلسە بولىدۇ .

14 ) داۋائىلتەرەنجىۋىل ( بەدەن ئاجىزلىقىدىن كېلىپ چىققان جىنسىي ئاجىزلىقنى داۋالاشقا قارالسۇن ) ، ھالۋايى بەيزە ( كەم قانلىق كېسەللىكنى داۋالاشقا قارالسۇن ) قاتارلىقلارمۇ ئوبدان پايدا قىلىدۇ . تۆۋەندىكى نۇسخا تەييارلاپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ .

تەركىبى : سۆئلەپ مىسرى ، پىلپىل ، ئاقىرقەرھا ، زەنجۈبىل ھەر بىرىدىن 30 گرامدىن ئېلىپ ، يۇمشاق سوقۇپ تاسقاپ ، 300 گرام ھەسەلگە 10 دانە تۇخۇم سېرىقىنى قوشۇپ قوچۇپ ، ئاستا ئوتتا قاينىتىپ پىشۇرۇپ ، ئۈستىگە سوقۇلغان دورىنى سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ ، 15 گرامدىن كۈنىگە 3 قېتىم بېرىلىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

15 ) مەجۇنى پۈنبەدانە تەييارلاپ بېرىلىدۇ .

تەركىبى : سۆئلەپ مىسرى ، شاقاقۇل ، دارچىن ، بادام مېغىزى ، پىستە مېغىزى ، ياڭاق مېغىزى ، كۆكنار ئۇرۇقى ، چىگىت مېغىزى ، كۈنجۈت ھەر بىرى 15 گرامدىن ، زەنجۈبىل ، ئاق بەھمەن ، قىزىل بەھمەن ھەر بىرى 6 گرامدىن ئېلىنىدۇ . دورىلار ئايرىم سوقۇلۇپ ، 90 گرام ناۋات قوشۇپ ، 3 ھەسسە ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن تەييارلاپ ، كۈنىگە 2 ۋاخ 9 گرامدىن ئىچۈرۈلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

جىنسىي ئاجىزلىق جىگەر ئاجىزلىقىدىن كېلىپ چىققان بولسا ، جىنسىي ئىنتىلىش ۋە قايىملىشىش نورمال بولسىمۇ ، جىنسىي ئالاقە جەريانىدا ئۆزلۈكىدىنلا بوشاپ كېتىش ئەھۋالى كۆرۈلىدۇ .

16 ) بۇ خىلىنى داۋالاشتا ، جىگەر قۇۋۋىتىنى نورماللاشتۇرۇش ، جىگەر مەجەزىنى مۆتىدىللەشتۈرۈش ئۈسۈلى قوللىنىلىدۇ . بۇنىڭ ئۈچۈن:

( 1 ) قىزىلگۈلدىن 6 گرام ، ئاچچىق ئانار سۈيىدىن 60 گرام ، ناۋاتتىن 25 گرام تەييارلاپ ، ناۋاتنى ئاچچىق ئانار سۈيىدە ئېرىتىپ ، ئۈستىگە تالقانلانغان قىزىلگۈل سېلىپ ئىچۈرۈلىدۇ .

( 2 ) ھەببى جەدۋال ( 26 ـ نۇسخا ) 5 تالدىن ، خەمىرى گاۋزىبان ئەنبىرى ( 138 ـ نۇسخا ) 3 گرامدىن كۈنىگە 3 قېتىم بېرىلىدۇ .

( 3 ) ھەببى جالىنۇس ( 25 ـ نۇسخا ) 3 تالدىن كۈنىگە 2 ۋاخ ياكى جاۋارىش جالىنۇس ( 122 ـ نۇسخا ) 5 گرامدىن كۈنىگە 2 ۋاخ قايناتقان سۈت بىلەن ئىچۈرۈلىدۇ .

( 4 ) مەجۇنى مۇقەۋۋى ( 95 ـ نۇسخا ) 5 گرامدىن كۇنىگە 2 ۋاخ بېرىلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

جىنسىي ئاجىزلىق روھىي ئامىللار ( غەم ـ قايغۇ ، روھىي زەربە ، ئۆچمەنلىك ، قورقۇش ، زىيادە ھۆرمەتلەش ) تەسىرىدىن بولغان بولسا ، ئىنتىلىش سۇس ، قايمىلىشش بوش ، قايمىلاشقاندىمۇ جىنسىي ئالاقە جەريانىدا سەۋەبچى ئامىللاردىن بىرەرى يادىغا يەتسىلا بوشاپ كېتىش ، بەزىدە يۇرەك سېلىپ كېتىش ، چىرايى تاتىرىش ئالامىتى يۈز بېرىدۇ . بۇنىڭ ئۈچۈن :

17 ) مۇۋاپىق تىنچلاندۇرۇش ، كەيپىياتنى مۇقىملاشتۇرۇش ، نېر-ۋىنى قۇۋۋەتلەش تەدبىرلىرى قوللىنىلىدۇ . كۆپىنچە ، سەۋەبچى ئامىللار يوقالسا بۇ كېسەللىكمۇ ئۆزلۈكىدىن تۈزىلىپ كېتىدۇ . دورىلاردىن شەر-بىتى ئەۋرىشم ( 222 ـ نۇسخا ) 30 مىللىلىتىردىن كۈندە 3 قېتىم ، داۋا ئىلمىشكى مۆتىدىل ( 71 ـ نۇسخا ) 4 گرامدىن كۈندە 3 قېتىم ، خەمىرى گاۋزىبان ئەنبىرى ( 138 ـ نۇسخا ) 3 گرامدىن كۈندە 3 قېتىم بېرىلىدۇ . شۇنىڭ بىلەن بىرگە ، ئۆزىگە ئىشىنىش ، ھاياتقا قىزغىن پوزىتسىيە تۈ-تۈش توغرىسىدا ئەسىھەت قىلىنىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

جىنسىي ئاجىزلىق مەنبەنىڭ ئازلىقىدىن كېلىپ چىققان بولسا ، بۇ كەم قانلىق ، بەدەن ئاجىزلىق ۋە كۆپ ئېھتىلام بولۇش كېسەللىكى بىلەن ئاغرىغانلاردا يۈز بېرىپ ، جىنسىي ئىنتىلىش يوقىلىش ۋە قوزغالماسلىق بىلەن ئىپادىلىنىدۇ . بۇنى داۋالاشتا :

18 ) سەۋەبچى ئامىلغا قارىتا چارە قىلىنىدۇ . مەنبەنىڭ ئازلىقى كەم قانلىقتىن كېلىپ چىققان بولسا ، قان كۆپەيتىكۈچى چارىلەر قىلىنىدۇ ( كەم قانلىق كېسەللىكىنى داۋالاشقا قارالسۇن ) . ئەگەر مەنبەنىڭ ئازلىقى بەدەن ئاجىزلىقىدىن كېلىپ چىققان بولسا ، يۇقىرىدا كۆرسىتىلگەن بەدەن قۇۋۋەتلەش چارىلىرىنى قوللىنىش بىلەن بىللە ، يەنە ھالۋايى بادام

(ئۇنتۇغاقلىق كېسەللىكىنى داۋالاشقا قارالسۇن ) 20 گرامدىن كۆندە 3 ۋاخ بىر ئاي ئۇزمەي بېرىلىدۇ .

19 ) مەنىنىڭ ئازلىقى مەنىنىڭ كۆپ چىقىم بولغانلىقىدىن كېلىپ چىققان بولسا ، جىنسىي ئالاقە قەتئىي چەكلىنىدۇ . ئېھتىلام بولىدىغانلارنىڭ كېسەللىكى مەخسۇس داۋالىنىدۇ ( ئېھتىلام كېسەللىكىنى داۋالاشقا قارالسۇن ) . مەجۇنى مادداتۇلھايات ( 85 ـ نۇسخا ) ، مۇرابباىي سۆئىلەپ ( 272 ـ نۇسخا ) ، مۇرابباىي شاقاقۇل ( 273 ـ نۇسخا ) ، مۇرابـ بايى گىردىگان ( 275 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلاردىن بىرى بېرىلىدۇ .

20 ) جىنسىي ئاجىزلىق ئۇرۇقدان ۋە ئالەتنىڭ غەيرىي نورمال ئۆزگىرىشلىرىدىن كېلىپ چىققان بولسا ، قايىملىق دەسلەپتە بوش بولۇپ ، جىنسىي ئالاقە جەريانىدا كۆچىيىپ قالىدۇ . ئالەتنىڭ ئۆزىدىكى پالەچلىك بولغانىدا ، ھەرقانچە غىدىقلىنىش بولغاندىمۇ ئالەت قايىم بولمايدۇ . ئۇرۇقدانىنىڭ كېسەللىك ئۆزگىرىشىدىن كېلىپ چىققان جىنسىي ئاجىزلىقا « ئۇرۇقدان ئىششىقىنى داۋالاش » قىسمىدا كۆرسىتىلگەن چارىلەر قىلىنىدۇ .

21 ) ئالەتنىڭ ئىستىرخاسى سەۋەبىدىن كېلىپ چىققانلىرىغا شەرـ بىتى پۈختەجۇش ياكى شەربىتى زەبىب ( 228 ـ نۇسخا ) 30 مىللىلىتىردىن ، مەجۇنى مەسھا مۇكەيىب ( 87 ـ نۇسخا ) 4 گرامدىن كۈنىگە 3 قېتىم بېرىلىدۇ .

22 ) ئىستىرخا سەۋەبىدىن كېلىپ چىققانلارغا يۇقىرىقى دورـ لاردىن بىر ياكى ئىككىسىنى بىللە ئىشلەتكەندىن تاشقىرى ، رەۋغىنى شوـ نىز ( 289 ـ نۇسخا ) ، رەۋغىنى قۇسته ( 291 ـ نۇسخا ) ، رەۋغىنى پەرپىيۇن ( ئىختىلاج كېسەللىكىنى داۋالاشقا قارالسۇن ) ، رەۋغىنى مور ( 295 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلاردىن بىرسىنى تاللاپ ، ئۇرۇقدان ۋە ئالەت ياغـ لىنىدۇ . مەجۇنى ئازاراقى ( 46 ـ نۇسخا ) نى 2 گرامدىن كۈنىگە 3 ۋاخ يەپ ، ئالەتنى رەۋغىنى ئازاراقى ( 279 ـ نۇسحا ) بىلەن ياغلىسا بولىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

جىنسىي ئاجىزلىق جىنسىي ئەزا ۋە ئومۇمىي بەدەن مىجەزىنىڭ بۇزۇلۇشىدىن كېلىپ چىققان بولسا ، بۇنى داۋالاش ئۇچۇن :

23 ) ئالدى بىلەن كەيپىياتنى نورماللاشتۇرۇپ ، ئۇنىڭدىن كېيىن بىمارنىڭ مىجەزىگە ماس كېلىدىغان مەنىنى قويۇلدۇرۇش ، مەنىنى كۆپەيتكۈچى دورىلار ( يۇقىرىقى 19 ـ تارماقتا قارالسۇن ) نى ئىشلەتكەندىن باشقا ، ياڭاق ، بادام ، پىستە ، ئۆرۈك مېغىزى قاتارلىق ياغلىق مېغىزلار ، پىندۇق ، چىلغوزا ، ھەبەتۇلخۇزرا قاتارلىق دەرەخ ئۇرۇقلىرى ، كۈنجۈت ، بېدە ، چامغۇر ، پىياز ، سەۋزە ، زاراڭزا ئۇرۇقلىرى قاتارلىقلاردىن بىر ـ ئىككىسى قوشۇپ ئىشلىتىلىدۇ .

24 ) مۇرەككەپ دورىلاردىن سۆئلەپ ، چىلغوزا ، نارجىل قوشۇلغان ياسالمىلار مەنىي كۆپەيتىدۇ ، بۇلارنىڭ ئەڭ ئەلاسى مەجۇنى لوبۇبى كەبىر ( 82 ـ نۇسخا ) ، لوبۇبى مۆتىدىل ( 83 ـ نۇسخا ) ، لوبۇبى سەغىر ( 84 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلار بولۇپ ، بىمارنىڭ مىجەزىگە ماس كېلىدىغىنى تاللاپ ئىشلىتىلىدۇ .

25 ) جىنسىي ئاجىزلىق مەنىنىڭ سۇيۇقلۇقىدىن كېلىپ چىققان بولسا ، سۇپۇپى مۇغەللىز ( 219 ـ نۇسخا ) 2 گرامدىن كۇندە 3 قېتىم بېرىلىدۇ . مەجۇنى مۇغەللىز تەييارلاپ بېرىلىدۇ .

تەركىبى : مەستەكى رۇمى 2 گرام ، ئەلىكۇل بەتەم 3 گرام ، كەتىرا ، تاباشىر ، لاچىندانە ، دارچىن ھەر بىرى 4 گرامدىن ، سۆئلەپ مىسرى ، نىشاستە ھەر بىرى 6 گرامدىن ، چىلغوزا مېغىزى 180 گرام ، نارجىل ، ئاقلانغان بادام مېغىزى 24 گرامدىن ، ھەسەل ئۇچ ھەسسە ئېلىنىپ ، قائىدە بويىچە مەجۇن تەييارلاپ ، ئەتىگەندە سۇت بىلەن 12 گرام ئىچىلىدۇ .

26 ) مىجەزنىڭ سۇسلىشىپ كېتىشىدىن بولغان جىنسىي ئاجىزلىققا مۇۋاپىق تەڭشەش ۋە قۇۋۋەتلەش چارىلىرى قوللىنىلىدۇ . بۇنىڭ ئۇچۇن : 5 گرام زەنجىۋىلنى تالقانلاپ ، پىشۇرۇلغان كالا سۇتى بىلەن ئىچىش ؛ 6

گرام چىگسەي ئۇرۇقنى سوقۇپ شېكەر ۋە كالا مەسكىسى بىلەن ئىچىش ؛ زەپەردىن 0.5 گرام ، ئىسپار ياكى ئەنبەردىن 0.3 گرامنى ھەسەل بىلەن ئىچىش ؛ زاغۇن ئۇرۇقىدىن 4 گرامنى تۇخۇم بىلەن چالا پىشۇرۇپ يېيىش؛ خولىنجاندىن 4 گرامنى 1 لىتىر كالا سۈتى بىلەن قاينىتىپ ئىچىش ؛ سۆئەلەپتىن 3 گرامنى تالقانلاپ ، سۈت بىلەن ئىچىش ؛ كۈندۈردىن 1 گرامنى تالقانلاپ ، تۇخۇم بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىچىش ؛ تۇدرىدىن 10 گرامنى سوقۇپ ، 10 گرام ئاق شېكەر قوشۇپ كۈندە ئىچىش ؛ قەلەمپۇردىن 2 گرامنى تالقانلاپ ، شېكەر سىلىنغان سۈت بىلەن ئىچىش ؛ بوزىداندىن 2 گرام ، شاقاقۇلدىن 12 گرام ئېلىپ قايىنىتىپ ، ھەسەل بىلەن بىللە ئىچىش لازىم .

27 ) مىجەزنىڭ سۇسلىشىپ كېتىشىدىن كېلىپ چىققان جىنسىي ئاجىزلىققا تۆۋەندىكى دورىلار ئوبدان پايدا قىلىدۇ :

( 1 ) ھەببى رىگى ماھى

تەركىبى : رىگى ماھى ، دارچىن ، زەپەر ، ئاقىرقەرھا ، كاۋاۋىچىن ، خولىنجان ھەر بىرىدىن 12 گرامدىن ئېلىپ ، سوقۇپ تاسقاپ ، سۇدا يۇغۇرۇپ نوقۇت چوڭلۇقىدا ھەب قىلىنىدۇ . ھەر كۈنى ئەتىگەن - كەچتە 1 داندىن بېرىلىدۇ .

( 2 ) مەجۇنى پۇنبەدانە

تەركىبى : سۆئەلەپ مىسرى ، شاقاقۇل ، دارچىن ، بادام مېغىزى ، پىستە مېغىزى ، ياڭاق مېغىزى ، ئاق كۆكنار ئۇرۇقى ، چىگىت مېغىزى ، كۈنجۈت ھەر بىرىدىن 15 گرامدىن ، زەنجىۋىل ، ئاق بەھمەن ، قىزىل بەھمەن ھەر بىرىدىن 6 گرامدىن ، ناۋاتتىن 90 گرام ئېلىپ ، سوقۇپ تاسقاپ ، 3 ھەسسە ھەسەل بىلەن مەجۇن قىلىپ ، ئەتىگەن - كەچتە 9 گرامدىن سۈت بىلەن ئىچىلىدۇ .

28 ) يۇقىرىقى سەۋەبلەردىن باشقا ، ئومۇمەن مىجەزنىڭ سۇسلىشىپ كەتكەنلىكى سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان جىنسىي ئاجىزلىققا مەجۇنى بۇئەلى ( 53 - نۇسخا ) ، مەجۇنى باھ ( 54 - نۇسخا ) ، مەجۇنى

بىنەزىد ( 55 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى مۇبەھھى ( 92 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى مۇبەھھى ئەلا ( 93 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى مۇبەھھى مۇكەييب ( 94 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى مۇقەۋىۋى ( 95 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى نۆش دورا لوئلوۋى ( 100 ـ نۇسخا ) ، مۇپەررىھى مۇنشىت ( 150 ـ نۇسخا ) ، داۋائى مۇبەھھى ( 344 ـ نۇسخا ) قاتارلىق دورىلاردىن ئىمكانىيەت ۋە كېسەللىك ئەھۋالىغا ئاساسەن تاللاپ ئىشلىتىلىدۇ .

( خوتەن ، يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## مەنمىي تېز يۇرۇپ كېتىش

بۇ ، نېرۋا ئاجىزلىق ، بەدەننىڭ تۇتۇش قابىلىيىتى تۆۋەنلەپ كېتىش ، مەنمىي خالتىسى بوشاپ كېتىش ، بەزىدە مەنىينىڭ كۆپلۈكى ، ھارارىتىنىڭ يۇقىرىلىقى قاتارلىق سەۋەبلەردىن كېيىن چىقىدىغان كېسەللىك بولۇپ ، جىنسىي ئالاقە باشلىنىش بىلەنلا مەنمىي يۇرۇپ كېتىش ، جىنسىي تەلەپ قانماسلىق ، لەززەت ھاسىل بولماسلىق ، بەزىدە ئالەتتە قاتىيىپ قىلماي تۇرۇپلا مەنمىي كېتىپ قېلىش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

بۇ كېسەللىك كېلىپ چىقىش سەۋەبىنى توغرا تەھلىل قىلىپ ، بىمارنىڭ يېشى ، بەدەن ھالىتى نەزەرگە ئېلىنغان ئاساستا داۋالىنىدۇ .

1 ) تۇتۇش كۈچىنىڭ ئاجىزلىشىپ كېتىشى ئىسسىقلىقتىن بولغان بولسا ، مەنمىي سارغۇچ ، قويۇق ، تېز بولىدۇ . سوغۇقلۇقتىن بولغان بولسا ، مەنمىي سۇيۇق ، رەڭگى ئاق ، مىقدارى كۆپ بولىدۇ . بۇنىڭ داۋالاش ئۇچۇن :

( 1 ) ھەببى ئايارەج پەيقرا ( 1 ـ نۇسخا ) 7 تالدىن كۈنىگە 1 قېتىم ياكى ھەببى مۇخرىج ( 44 ـ نۇسخا ) بېرىش ئارقىلىق بەدەندىكى ئارتۇق ھۆللۈك سۇرۇپ چىقىرىلىدۇ ياكى مۇناسىپ قۇستۇرغۇچى دورا

رىلارتىى بېرىپ ( ئۇرۇقدان ئىششىقى كېسەللىكىنى داۋالاشقا قارالسۇن ) قۇستۇرۇپ ، بەدەن تازىلىنىدۇ .

( 2 ) دوۋسۇن ساھەسى رەۋغىنى قۇستە ( 291 ـ نۇسخا ) ، رەۋغىنى سەۋم ( 287 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلار بىلەن ياغلىنىدۇ .

( 3 ) مەجۇنى خۇبسلىھەدىد ( 69 ـ نۇسخا ) 5 گرامدىن كۈنىگە 3 قېتىم بېرىلىدۇ .

( 4 ) شەربەتى پەنجەنۇش 30 مىللىلىتىردىن كۈنىگە 3 قېتىم بېرىلىدۇ .

تەركىبى : ئۈزۈمنىڭ سقىلغان سۈيىدىن 3 لىتىر ، سىماق ، موزا ، ئانار گۈلى ، قىزىلگۈل ، كۈندۈر ، يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى ، سەئتەر ، سۆئىدى ھىندى ھەر بىرىدىن 25 گرامدىن ، زەپەر ، مۇرمەككى ، زەمچىدىن 3 گرامدىن ، خۇبسلىھەدىدتىن 100 گرام ئېلىپ قاينىتىپ ، قائىدە بويىچە شەربەت تەييارلاپ بېرىلىدۇ .

( 5 ) چايلىقىغا ياكاق پاسلىدىن قاينىتىپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

( 6 ) تۇتۇش قۇۋۇتىنىڭ ئاجىزلىشىپ كېتىشىنى داۋالاش بىلەن بىللە ، جىنسىي قابىلىيەتىنى ياخشىلاش مەقسىتىدە ھەببى مۇقەۋۋى مومسىك بېرىلىدۇ .

تەركىبى : ئاقىرقەرھا ، دارچىن ، ئەپيۇن ، قىزىل سىردىن 3 گرامدىن ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ ، ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ نوقۇتتەك ھەب ياسىلىدۇ . جىنسىي ئالاقىدىن ئىككى سائەت بۇرۇن 1 دانە يەپ ، ئۈستىدىن سۇت ئىچىلىدۇ .

( 7 ) ھەببى جەدۋارنىڭ تۆۋەندىكى نۇسخىسى بېرىلىدۇ :

جەدۋار ، پەنىرمايە ، مەستىكى رۇمى ، ئاق بەھمەن ، تاباشىر ، ئاق بەزىرۇلبەنجى ، ئادەمگىياھ ، شاقاقۇل ھەر بىرى 2 گرامدىن ، زەپەر ، ئەپيۇن 0.2 گرامدىن ، سەمغى ئەرەبى 4 گرام ، ناۋات 15 گرام ، ئالتۇن ۋەرەق 15 دانە ، كۈمۈش ۋەرەق 5 دانە ئېلىنىدۇ . دورىلار يۇمشاق سوقۇپ تاسقاپ ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ نوقۇتتەك ھەب قىلىنىدۇ . ھەركۈنى ئە-

تـگـەندە ياكى جنسي ئالاقىدىن ئۇچ سائەت ئىلگىرى قاينىتىلغان سۇت بىلەن 1 دانە ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

2 ) ھارارەتـنـىڭ يـۇقىرىلىقى ، سېزىمچانلىقنىڭ ئېشىپ كېتىشى ، مەنىنىڭ تېزلىكى سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا :

( 1 ) تـۆۋەنـدىكى سۈپۈپ سېزىمچانلىقنى تۆۋەنلىتىپ ، ھارارەتنى پەسەيتىپ ، مەنىنىڭ تېز كېتىشىنى داۋالايدۇ .

تەركىبى : ئۇسۇڭ ئۇرۇقى ، كەندىر ئۇرۇقى ، يۇمغاقسۇت ، شاپتۇل مېغىزى ، نېلۇپەر گۈلى ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، ئاق سەندەل ، قىزىل سەندەل ، سىماق ، ئانار گۈلى ، تاباشىر ، ئەدەس مۇقەششەر ، قىزىلگۈل ھەر بىرى 1 ھەسسىدىن ، بەزىرۇلبەنجى ، كافۇر ھەر بىرى تۆتتىن بىر ھەسسىدىن ئېلىنىدۇ . دورىلار يۇمشاق سوقۇپ ، ئەتىگىنى سۇت بىلەن 6 گرامدىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

( 2 ) سېمىز ئوت ئۇرۇقىدىن 10 گرام ، قۇرۇق يۇمغاقسۇتتىن 5 گرام ، ئىسپىغۇلدىن 7 گرام ئېلىپ ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى بىلەن يۇمغاقسۇتنى يۇمشاق سوقۇپ ، ئىسپىغۇلنى سوقماي قوشۇپ ، ھەركۈنى ئەتىگىنى سۇت بىلەن 5 گرامدىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

( 3 ) تۆۋەندىكى مەجۇنى سۈرئىتى ئىنزال بېرىلىدۇ .

تەركىبى : جويۇزدىن 10 گرام ، ئامىلە مۇقەششەر ، قۇرۇق ئىزخىر ، قارا ھېلىلە ، بەسباسە ، گۈلدارچىن ، قاقىلە ، خولىنجان ، ھەببى بىلسان ، زەپەر ، دارچىن ، زەنجۇبىلدىن 15 گرامدىن ئېلىپ ، يۇمشاق سوقۇپ ، 3 ھەسسە ھەسەل بىلەن مەجۇن قىلىپ ، ھەركۈنى ئەتىگەندە سۇت بىلەن 6 گرامدىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

3 ) كـۆپـىنچە ھاللاردا مەنىي تېز يۈرۈپ كېتىش بىلەن جنسىي ئاجىزلىق قوشۇلۇپ كېلىدۇ . بۇخىل كېسەللىكنى داۋالاش ئۈچۈن :

( 1 ) ھەببى مۇقەۋىي بېرىلىدۇ .

تەركىبى : ئۇد ھىندى ، قەلەمپۇر ، كاۋاۋىچىن ، ئاقموچ ، نېپىز ـارچىن ھەر بىرىدىن 10 گرامدىن ، زەپەردىن 2 گرام ، بالەنگۇدىن 6 گرام ، پىلپىل ، بابۇنە گۈلى ، مەرۋايىت ھەر بىرىدىن 3 گرامدىن ئېلىپ ، يۇمشاق سوقۇپ ، شېكەر قېيامى بىلەن نوقۇت چوڭلۇقىدا كۇمىلاچ ياساپ ، ئەتىگەندە سۈت بىلەن 2 داندىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

( 2 ) ھەببى جەدۋارنىڭ تۆۋەندىكى نۇسخىسى بېرىلىدۇ :

جويۇزدىن 6 دانە ، ئەپيۇندىن 2 گرام ، جەدۋار ، دارچىن ، قەلەمـ پۇر ، زەرنەپ ، لاچىندانە ، ئاق بەھمەن ، قىزىل بەھمەن ، شاقاقۇلدىن 4 گرامدىن ، پەنىرمايە ، زەپەردىن 2 گرامدىن ئېلىپ ، ئالدى بىلەن جويۇزنى تېشىپ ، ئەپيۇننى جويۇزنىڭ تۆشۈكىدىن كىرگۈزۈپ ، چۆرىسىنى بۇغداي ئۇنى خېمىرى بىلەن يۆگەپ ، كالا يېغىدا قورۇپ ، خېمىر قىزارغاندا جويۇزنىڭ ئىچىدىكى ئەپيۇننى ئېلىپ دورىغا قوشۇپ ، ھەممە دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ، تاسقاپ ، سەمغى ئەرەبنى ئېرىتىپ ، سۇيى بىلەن يۇغۇرۇپ نوقۇتتەك ھەب قىلىپ ، كۈمۈش ۋەرەققە ئوراپ ، سايىدا قۇرۇتۇپ ، ئەتىگەندە سۈت بىلەن 2 داندىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

4 ) مەنىنىڭ سۇيۇقلۇقى سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا :

( 1 ) ھەببى مومسىك بېرىلىدۇ .

تەركىبى : ئاقىرقەرھا ، قەلەمپۇر ، بەسباسە ، جۇۋىنە ھەر بىرى 4 گرامدىن ، ئەپيۇن ، زەپەر 2 گرامدىن ئېلىنىدۇ . دورىلار يۇمشاق سوقۇپ ، ھەسەل قوشۇپ نوقۇت چوڭلۇقىدا ھەب قىلىنىپ ، جىنسىي ئالاقىدىن ئۇچ سائەت بۇرۇن 1 داندىن يېيىشكە بېرىلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

( 2 ) ھەببى ئىستەمخىقۇن ( 5 ـ نۇسخا ) 3 تالدىن كۈندە 2 ۋاخ بېرىلىدۇ .

( 3 ) ھەببى ئىمساك (7 ـ نۇسخا) ، ھەببى سىماب مومسىك (23 ـ نۇسخا ) ، ھەببى سەھلىل ۋۇجۇد ( 24 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى مەسھا مۇـ

كەيىپ ( 87 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلاردىن بىرى بېرىلىدۇ .
( قەشقەر ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )
( 4 ) سۈپۈپى ئىتتىرىپىل كەشنىزى ( 184 ـ نۇسخا ) 5 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ ؛
( 5 ) مەجۇنى لوئلو ( 81 ـ نۇسخا ) 5 گرامدىن كۈندە 2 ۋاخ ؛
( 6 ) سۈپۈپى مۇغەللىز (219 ـ نۇسخا) 3 گرامدىن كۈندە 2 ۋاخ؛
( 7 ) مەجۇنى مۇغەللىز ( جىنسىي ئاجىزلىق كېسەللىكىنى داۋالاشقا قارالسۇن ) 5 گرامدىن كۈندە 2 ۋاخ بېرىلىدۇ .
( 8 ) سۈپۈپى سۇرئىتى ئىنزال ( 199 ـ نۇسخا ) 3 گرامدىن كۈندە 2 ۋاخ بېرىلىدۇ .
(9) مەجۇنى قۇرسى ئەپئا ( 78 ـ نۇسخا ) 6 گرامدىن كۈندە 2 ۋاخ بېرىلىدۇ .
( 10 ) سۈپۈپى سەيلانى ( 193 ـ نۇسخا ) 3 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .
( 11 ) سۈپۈپى كۈنجۈت ( 216 ـ نۇسخا ) 3 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .
( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## مەنىي ئېقىپ كېتىش

بۇ ، جىنسىي ئالاقە قىلمىغان ، جىنسىي ئورگانلاردا قوزغىلىش بولمىغان ئەھۋال ئاستىدىمۇ مەنىي سۇيۇقلۇقىنىڭ ئۆزلۈكىدىن ئېقىپ كېتىش كېسەللىكى بولۇپ . مەنىينىڭ كۆپلۈكى ، مەنىينىڭ تېزلىكى ، مەنىي خالتىسىنىڭ ئاجىزلىشىشلىرى ، بۆرەك ئاجىزلىقى ۋە مەنىي كانالچىلىرىنىڭ كېڭىيىپ كېتىشى قاتارلىق سەۋەبلەردىن كېلىپ چىقىدۇ . شەھۋانىي خىيال قىلىش ، رەسىم ياكى سىنئالغۇ كۆرۈش ، ئاددىي سۈرـ كىلىشلەر نەتىجىسىدىمۇ جىنسىي ئەزا قوزغالماي تۇرۇپلا مەنىي ئېقىپ

كېتىش ئالامتى بىلەن ئىپادىلىنىپ ، ۋاقىت ئۇزارغانسېرى بوشاڭ ، غەيرەتسىز ، ماغدۇرسىز ، نېرۋىسى ئاجىز بولۇپ قېلىش ، ئورۇقلاش ، باش قېيىش ، كۆز قاراڭغۇلىشىش ، ئەسته تۇتۇش قابىلىيىتى تۆۋەنلەش ، بېلى ئاغرىش ، چىرايى غەمكىن ، پەرىشان بولۇپ قېلىشتەك ئومۇمىي بەدەن ئالامەتلىرى كۆرۈلىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

( 1 ) ھەرخىل غىدىقلىغۇچى ئامىللاردىن قاتتىق پەرھىز قىلدۇرۇلىدۇ . كەڭرەك ئىچ كىيىم كىيىش بۇيرۇلىدۇ ، مۇڭاپىق بەدەن چېنىقتۇرۇش ئارقىلىق نېرۋىلارنىڭ يەنمۇ ئاجىزلىشىپ كېتىشىنىڭ ئالدىنى ئېلىش تەۋسىيە قىلىنىدۇ .

( 2 ) ئۇزۇقلۇق تەرتىپكە سېلىنىدۇ ، مۇڭاپىق مىقداردىكى ئوڭاي ھەزىم بولىدىغان يېمەكلىكلەر بېرىلىدۇ . ھاراق ، قويۇق چاي ، قەھۋە ، قۇۋۇەتلىك ۋە ئىسسىقلىق تاماقلاردىن پەرھىز قىلدۇرۇلىدۇ .

3 ) يەككە دورىلاردىن تۆۋەندىكىلەر بېرىلىدۇ :

( 1 ) ئوغرىتىكەننى سوقۇپ ، باراۋەر مىقداردا ھەسەل قوشۇپ ، ئۆچكە سۈتى بىلەن ئىچىشكە بەرسە بولىدۇ .

( 2 ) ئىسپىغۇلدىن 5 گرام ئېلىپ ، سوقماي ، ئۇخلاش ئالدىدا كالا سۈتى بىلەن ئىچۈرۈلىدۇ .

( 3 ) ھەببى سەھلىل ۋۇجۇد ( 24 ـ نۇسخا ) تىن 6 گرامنى ئەتىگەن ـ كەچته ئۆچكە سۈتى بىلەن ئىچىشكە بەرسە بولىدۇ .

( 4 ) مەنىي ئېچىشىپ كەلسە كاسنە ئۇرۇقى ، ئانار گۈلى ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، جۇۋىنە ، ئۇسۇڭ ئۇرۇقى ، تەرخەمەك ئۇرۇقى ، يۇمغاقسۈت ۋە يۇمغاقسۈت ئۇرۇقى قاتارلىق مەنىنى ئازايتقۇچى ۋە قويۇقلاشتۇرغۇچىلاردىن تاللاپ قائىدە بويىچە بېرىلىدۇ .

( 5 ) مەنىي خالتىسى ئاجىز بولسا ، مەنىي سۇيۇق ۋە قوزغالماسلىقتىن ئۆزلۇكسىز ئېتىلىپ چىقىدىغان بولۇپ قالىدۇ . بۇنداق ئەھۋالدا ئانارگۈلى ، سۇزاپ ئۇرۇقى ، كەندىر ئۇرۇقى ، زىرە ، يالپۇز يوپۇرمىقى ،

زەمچە قاتارلىق ئىسسىق تەبىئەتلىك مەنبنى ئازايتىدىغان دورىلار ئىشلىتىلىدۇ .

4 ) مۇرەككەپ دورىلاردىن تۆۋەندىكىلەر بېرىلىدۇ :

( 1 ) مەجۇنى جاۋارىش كۈمۈنى ( 126 ـ نۇسخا ) 5 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

( 2 ) مەجۇنى جاۋارىش جالىنۇس ( 122 ـ نۇسخا ) تىن 3 گرام ، مەجۇنى خۇبسىلەددد ( 69 ـ نۇسخا ) تىن 2 گرام كۈندە 2 قېتىم ئەتىگەن ـ كەچتە بېرىلىدۇ .

( 3 ) مۇرەككەپ سۇپۇپى بىخسۇس تەييارلاپ بېرىلىدۇ .

تەركىبى : چۇچۇكبۇيا يىلتىزىدىن 7 گرام ، ئۇسۇك ئۇرۇقىدىن 10 گرام ، ئانار گۈلى ، قىزىلگۈل ، سۇزاپ ئۇرۇقى ، پەرەنجىمشكى ھەر بىرىدىن 15 گرامدىن ئېلىپ سوقۇپ ، قايناتقان سۇت بىلەن كۈندە ئەتىگەن ـ كەچتە 6 گرامدىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

( 4 ) مەنىي تېز ۋە ئېچىشىپ كەلسە ، نېلۇپەر شەربىتى ( باش ئاغرىقىنى داۋالاشقا قارالسۇن ) ، بىنەپشە شەربىتى ( 227 ـ نۇسخا ) ، چىلان شەربىتى ( قاندىن بولغان باش ئاغرىقىنى داۋالاشقا قارالسۇن ) دىن بىرنى تاللاپ ، مىقدارى بويىچە بېرىلىدۇ .

( 5 ) سۇپۇپى سۆئىلەپ بېرىلىدۇ .

تەركىبى : سۆئىلەپ چىنى ، جىنكېۋىزى ئۇرۇقى ، كۈندۈر ، كەندىر ئۇرۇقى ، ئۇدخام تەك مىقدارىدا ئېلىنىپ ، چالىراق قورۇۋېتىپ ، يۇمشاق سوقۇپ ، كۈنىگە 2 ۋاخ 5 گرامدىن ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

( 6 ) مەجۇنى جەريانى مەنىي بېرىلىدۇ .

تەركىبى : تەمرى ھىندى ئۇرۇقى ، بەزىرۇلبەنجى ھەر بىرىدىن 16 گرامدىن ، سەدەپ كۈشتىسىدىن 8 گرام ، زەپەردىن 4 گرام ئېلىپ ، يۇمشاق سىرقۇپ ، 3 ھەسسە ناۋات قىيامى بىلەن مەجۇن قىلىپ ، كۈنىگە 3 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 10 گرامدىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

( 7 ) ئۇسۇك ئۇرۇقى ، كاسىنە ئۇرۇقى ، يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى ،

تەرخەمەك ئۇرۇقى ، قوغۇن ئۇرۇقى ، بەزىرۋلبەنجى ، ئانار گۈلى ، نېلۇپەر ، ئىسپىغۇل قاتارلىقلاردىن 15 گرامدىن ئېلىپ مەتبۇخ تەييارلاپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 50 مىللىلىتىردىن ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

( 8 ) ئۇرۇقدان ۋە باشقا ئۇرۇق ئىشلەپچىقارغۇچى مۇناسىۋەتلىك جىنسىي ئەزالارنىڭ ئاجىزلىشىشىدىن بولغان مەنىي ئېقىپ كېتىش كېسەللىكىنى داۋالاشتا بەندى ئۇرۇقى ، رەيھان ئۇرۇقى ، ئەرمىدۇن ئۇرۇقى ، دارچىن ، قىزىل تۇدرى ، ئاق تۇدرى ، ئاق مەۋسەل ، قارا مەۋسەل ، ئازغان مۇنچىقى ئۇسارىسى ، بۇغا مۇڭگۈزى ، مەستىكى رۇمى ، سۆئلەپ ، كاۋاۋچىن ، لاچىندانە ، تاباشىر ، ئوغرىتىكەن قاتارلىق دورىلاردىن 6 گرامدىن ، نىشاستە ، سەرپىستان ، خەشخاش ئۇرۇقىدىن 4 گرامدىن ، ناۋاتتىن 135 گرام ئېلىپ سۇيۇپ تەييارلاپ ، كۈندە 3 قېتىم 10 گرامدىن ئىستېمال قىلدۇرۇش ، مۇرەككەپ دورىلاردىن ماددەتۇلھايات (85 ـ نۇسخا) نى كۈندە 3 ۋاخ 7 گرامدىن بېرىش ، جىنسىي ئەزا ۋە ئەتراپىنى چۈمۈلە يېغى ( 295 ـ نۇسخا ) ، ئازاراقى يېغى ( 279 ـ نۇسخا ) دا كۈندە 1 قېتىم ياغلاش كېرەك .

( 9 ) بۆرەك ، نېرۋا ئاجىزلىقىدىن ، مەنىي سۇيۇلۇپ كېتىشتىن بولغان مەنىي ئېقىپ كېتىش كېسەللىكىنى داۋالاشتا جويۇز ، بەسباسە ، موزا ، مۇقىل ، مەستىكى رۇمى ، نارمشكى ، دارچىن ، قۇقىل ، لاچىندانە ، تاباشىر ، بەزىرۋلبەنجى ھەر بىرىدىن 10 گرامدىن ، زەپەر ، ئەپيۇن ، قەلەي كۇشتىسى قاتارلىقلاردىن 4 گرامدىن ئېلىپ ، سوقۇپ تاسقاپ ، ئىسپىغۇل لۇئابى بىلەن خېمىر قىلىپ ، 0.5 گرامليقتىن ھەب تەييارلاپ ، سۈت بىلەن كۈندە 3 قېتىم 2 دانىدىن ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ . قەلەي كۇشتىسىدىن 10 گرام ، سوقۇلغان ناۋاتتىن 60 گرام ئېلىپ ، تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ سۇيۇپ تەييارلاپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 5 گرامدىن ئىستېمال قىلدۇرۇش بىلەن بىللە ، مۇرەككەپ دورىلاردىن لوبۇبى كەبىر ( 82 ـ نۇسخا ) ، جاۋارىش زەرئۇنى ( 125 ـ نۇسخا ) قائىدە بويىچە ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

# ئېهتىمال بولۇش

بۇ ، مەنىي يۈرۈپ كېتىشنى كەلتۈرۈپ چىقىرىدىغان سەۋەبلەر تۇپەيلىدىن كىشىلەر چىقىدىغان بىرخىل كېسەللىك بولۇپ ، چۈشىدە جىنسىي ئالاقە قىلىپ چۈش كۆرۈش بىلەن مەنىي ئېقىپ كېتىش ، بەزىدە ئۇنداق چۈش كۆرمەيمۇ مەنىي ئېقىپ كېتىش ، بۇنداق ئەھۋال ھەپتىسىگە بىر قېتىمدىن كۆپ داۋاملىشىش ، سۈيدۈك ئېچىشىپ كىشلىش ، ئۇرۇقدان ۋە بېلى ئاغرىش ، بارغانسېرى روھىي كەيپىياتى تۆۋەنلىشىپ ، بەدىنى ، نېرۋىسى ئاجىزلىشىش قاتارلىق كېسەللىك ئالامەتلىرى بىلەن ئىپادىلىنىدۇ.

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) ئالدى بىلەن كېسەللىك ھالەت بىلەن نورمال ھالەتنى ئايرىش كېرەك . بالاغەتكە يەتكەن ، تېخى توي قىلمىغان ياشلارنىڭ ئوتتۇرا ھېساب بىلەن ئايدا 3 ــ 4 قېتىم ئېھتىلام بولۇشى نورمال ئەھۋال . نورمال ئەھۋالنى كېسەللىك ھېسابلاپ قورقۇپ كېتىپ ، نېرۋىسىنى ئاجىزلاشتۇرۇۋېلىپ ، تەكرار ئېھتىلام بولۇش كىشلىپ چىقىشنىڭ ئالدىنى ئېلىش لازىم . ئۇنىڭدىن قالسا ، ئۇخلاش ئادىتىنى ئۆزگەرتىپ ، پۇتنى ۋە بەدەننى يوتقاندىن چىقىرىپ ياتىدىغان ئادەتنى تۈگىتىش كېرەك . تار ئىچ كىيىملەرنى كىيمەسلىك ، غىدىقلىنىشنى ئازايتىش ، روھىي ئازادىلىكنى قولغا كەلتۈرۈپ ، ھەرخىل بىمەنە خىياللارنى قىلىشنىڭ ئالدىنى ئېلىش لازىم . بەك ئىسسىقلىق تاماق ، چاي دورىلىرىدىن ، غىدىقلىغۇچى يېمەكلىكلەردىن پەرھېز قىلدۇرۇش ، كەچلىك تاماقنى ئۇخلاشتىن 3 ــ 4 سائەت بۇرۇن يېيىشكە ئادەتلەندۈرۈش ، تاماق يەپلا ئۇخلاشتىن ساقلىنىش ، ئۇخلاشتىن ئىلگىرى كىچىك تەرەت قىلۇېلىشقا ئادەتلەندۈرۈش ، ئۇخلاش ئالدىدا پۇتۇن بەدەننى ئىسسىق ياكى سوغۇق سۇ بىلەن يىرىك لەگەن سۈرتۈپ يۇيۇپ يېتىش لازىم ، مۇشۇنداق قىلغاندا نېرۋىلار چىڭىپ ، ئېھتىلام بولۇشنىڭ ئالدى ئېلىنىدۇ .

2 ) يەككە دورىلاردىن تۆۋەندىكىلەر بېرىلىدۇ :

( 1 ) قۇرۇق يۇمغاقسۇت ، ئاق شېكەردىن باراڭمر مىقدارىدا ئېلىپ ، سوقۇپ تالقانلاپ كۈنىگە 1 قېتىم 7 گرامدىن بېرىلىدۇ .

( 2 ) يۇمغاقسۇت ئۇرۇقىدىن مۇڭاپىق مىقدارىدا ئېلىپ ، سوقۇپ تالقانلاپ ، كۈنىگە 3 ڭاخ 1 گرامدىن تاماققا سېپىپ يېيىلىدۇ .

( 3 ) مەڭسىلى سەپىدتىن مۇڭاپىق مىقدارىدا ئېلىپ ، كۈنىگە 3 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 3 گرامدىن بىرنەچچە ئايغىچە بېرىلىدۇ .

( 4 ) خورما ئۇرۇقىنى سوقۇپ تالقانلاپ ، ئۇنىڭغا باراڭمر مىقدارىدا ئاق شېكەر قوشۇپ ، 5 گرامدىن كۈندە 2 ڭاخ يېيىشكە بېرىلىدۇ .

( 5 ) تەمرى ھىندى ئۇرۇقىدىن مۇڭاپىق مىقدارىدا ئېلىپ ، پوستىنى سۇغا چىلاپ چىقىرىۋېتىپ سوقۇپ ، باراڭمر مىقدارىدا ئاق شېكەر قوشۇپ ، 5 گرامدىن كۈندە 2 ڭاخ يېيىشكە بېرىلىدۇ .

3 ) مۇرەككەپ دورىلاردىن تۆۋەندىكىلەر بېرىلىدۇ :

( 1 ) سۇپۇپى ئېھتىلام

تەركىبى : ئاق بەھمەن ، قىزىل بەھمەن ، سۆئىلەپ مىسرى ، قورۇلغان تەمرى ھىندى ئۇرۇقى ھەر بىرى 15 گرامدىن ، سەمغى ئەرەبى 4 گرام ، ئىسپىغۇل 5 گرام . ئىسپىغۇلدىن باشقا دورىلارنى سوقۇپ تاسقاپ ، ئۇنىڭغا ئىسپىغۇل ۋە 70 گرام سوقۇلغان ناۋات ئارىلاشتۇرۇپ سۇپۇپ تەييارلىنىدۇ . ئەتىگەن ـ كەچتە 250 مىللىلىتىر پىشۇرۇلغان كالا سۈتى بىلەن 7 گرامدىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

( 2 ) ھەببى ئېھتىلام

تەركىبى : بەللۇت ، ئانارگۈلى ، بەزىرۇلبەنجى ھەر بىرىدىن 15 گرامدىن ئېلىپ ، سوقۇپ تاسقاپ ، ئىسپىغۇل شىرىسى بىلەن يۇغۇرۇپ ، قارىمۇچتەك ھەب قىلىپ ، ئۇخلاش ئالدىدا ئىسسىق سۈت بىلەن 2 ـــ 3 دانە ئىچۈرۈلىدۇ .

( 3 ) داۋائى ئېھتىلام

تەركىبى : يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى ، كاسنە ئۇرۇقى ، سېمىز ئوت

ئۇرۇقى ، ئۇسۇڭ ئۇرۇقى هەر بىرىدىن 7 گرامدىن ئېلىپ ، سۇغا چىلاپ ئېزىپ شىرىسىنى چىقىرىپ ، ئۇنىڭغا 30 مىللىلىتر نېلۇپەر شەربىتى ( قاندىن بولغان باش ئاغرىقىنى داۋالاشقا قارالسۇن ) قوشۇپ ئىچۈرۈلىدۇ .

( 4 ) سۈپۈپى ئېھتىلام ( 186 ـ نۇسخا ) 6 گرامدىن كۈندە 2 ۋاخ بېرىلىدۇ .

( 5 ) شەربىتى غۇبەيرا تەييارلاپ بېرىلىدۇ .

تەركىبى : جىگدە 2 كىلوگرام ، ئېرىك قوي كاللىسى 1 دانە ، زەنجىۋىل ، مۇرمەككى ، زاراڭزا مېغىزى هەر بىرى 10 گرامدىن ئېلىنىدۇ . قوي كاللىسى ئايرىم پىشۇرۇلىدۇ ، جىگدە 4 كىلوگرام سۇغا بىر سوتكا چىلىنىپ ، ئاندىن يېرىمى قالغۇچە قاينىتىلىپ ، داكا بىلەن سۈزۈلىدۇ . بۇنىڭغا كاللا شورپىسىنى قوشۇپ ، ئۇستىگە دورىلارنى سېلىپ يەنە يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ ، دورىلىرىنى سۈزۈپ ئېلىۋېتىپ ، سۈيى كۈندە 3 قېتىم ، هەرقېتىمدا 100 مىللىلىتىردىن بېرىلىدۇ .

( خوتەن هۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## مەزى بېزى يالۇغى

بۇ ، 40 ياشتىن ئاشقان ئەرلەردە كۆپ كۆرۈلىدىغان ، يۇقۇملىنىش ، خىلىتلارنىڭ تەڭپۇڭسىزلىقى ، هەددىدىن ئارتۇق جىنسىي ئالاقە بىلەن شۇغۇللىنىش ، سوغۇق ئۆتۈش ۋە غىدىقلىنىش قاتارلىق سەۋەبلەر-دىن پەيدا بولىدىغان ، ئۇرۇق چىقىرىش يولى بىلەن سۈيدۈك يولىنى ئوراپ تۇرىدىغان مەزى بېزىنىڭ يالۇغلىنىشى بولۇپ ، توڭۇپ تىترەش ، قىزىتما ، سۈيدۈك قېتىم سانى كۆپىيىش ، سۈيدۈك يولى قىچىشىش بىلەن باشلىنىپ ، كونىرىغانسېرى مەزى بېزى چوڭىيىپ سۈيدۈك يولىنى تو-سۇپ ، سۈيدۈك تامچىلاپ كېلىش ، هەتتا توسۇلۇپ قېلىش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) قايسى خىلىتتىن كېلىپ چىققانلىقىنى ۋە كېسەلنىڭ مىجەزىنى ئېنىقلاپ ، سەۋەبچى خىلىتقا قارىتا چارە قىلىنىدۇ . شۇنىڭ بىلەن بىللە ، سۇيدۇكنى راۋانلاشتۇرۇش ، سۇيدۇك يولىنى تازىلاش ، دوۋساقنىڭ قىسقىرىش كۈچىنى ئاشۇرۇش پرىنسىپى ئاساسىدا مۇناسىپ چارىلەر قوللىنىلىدۇ .

2 ) ۋاقتىدا قىلىش ئۇچۇن سۇپۇپى خولىنجان بېرىلىدۇ .

تەركىبى : خولىنجان ، كاۋاۋىچىن ، قوۋزاق دارچىن ، قەلەمپۇر ، زەنجىۋىل قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ، چالا سوقۇپ ، مەلۇم مىقداردىكى سۇدا قاينىتىپ ئىسسىق سۇ بىلەن تەڭشەپ ۋاقتىدا قىلىنىدۇ ياكى داكىنى 3 ــ 4 قەۋەت قىلىپ دورىغا چىلاپ ، دوۋسۇنغا ئىسسىق پېتى تەكرار قويۇلىدۇ . ئېچىشكە سۇيدۇك يولىنى تازىلايدىغان ، قىزىتما قايتۇرىدىغان ، يالىلۇغقا قارشى تۇرىدىغان دورىلاردىن ئەرەقى كاسىنە ( 268 ـ نۇسخا ) ، ئەرەقى بەدىيان ( 264 ـ نۇسخا ) ، ئەرەقى شاھتەررە ( 267 ـ نۇسخا ) ، ئەرەقى ئەنگۇرشىپا ( 262 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلار بېرىلىدۇ ھەمدە سۇيدۇكنىڭ راۋان بولۇشىغا كاپالەتلىك قىلىنىدۇ .

3 ) يەڭگىل دەرىجىدە سۇيدۇك تۇتۇلۇپ تامچىلاپ كەلسە ، رېزىنكە نەيچىنى قاينىتىپ دېزىنفېكسىيە قىلغاندىن كېيىن سۇيدۇك يولىغا كىرگۈزۈپ ، ئۇچى سۇيدۇك خالتىسىنىڭ ئاغزىغا كەلگەندە شپىرىس ئارقىلىق 2 گىرام چايان يېغى بېرىلىدۇ . چايان يېغىدىن سۇيدۇك يولىغا 1 ــ 2 تامچە كىرگۈزۈلسىمۇ ئىدىلگىنىش بەدىلىگە سۇيدۇك كېلىدۇ . چايان يېغى تۆۋەندىكىدەك ئۇسۇلدا تەييارلانسىمۇ بولىدۇ :

15 دانە چايانىنى پاكىز ئەينەك قاچىغا سېلىپ ، ئۇستىگە كۆنجۇت ، زىغىر ، خاسىڭ ، زەيتۇن يېغىدىن قايسى بىرسى تېپىلسا ، 250 گرام قۇيۇپ ، قاچىنىڭ ئاغزىنى ئېتىپ ، بىۋاستە كۇن نۇرى چۈشۈپ تۇرىدىغان جايدا يازدا ئىككى ئاي تۇرغۇزغاندىن كېيىن ، داكا بىلەن سىقىپ سۈزۈۋ-

لـدۇ يـاكـى 20 دانـه قـۇرۇق چايانـنى 250 گرام ياغقا سېلىپ ، پەس ئوتتا ئاستا قاينىتىپ ، سىقىپ سۈزۈپ ئېلىنىدۇ .

4 ) رەۋغېنى ئازاراقى ( 279 ـ نۇسخا ) بىلەن دوۋسۇن ئۇستى ۋە زەكەرنىڭ تۈۋى ياغلىنىدۇ .

5 ) ھەببى جەدۋار ( 26 ـ نۇسخا ) 5 تالدىن كۈندە 2 ۋاخ يېيىشكە بېرىلىدۇ .

6 ) سۈپۈپى ئەقرەپ بېرىلىدۇ .

تەركىبى : چايانىدىن 50 دانە ، ئەنگۈرشىپادىن 40 گرام ، تەرخەمەك ئۇرۇقـدىـن 30 گـرام ، شېـكـەردىن 200 گرام ئېلىپ ، چايانىنى تەخسىدە كـۆيـدۈرۈپ كـۈل قـىـلـىپ ، قالغان دورىلارنى سوقۇپ قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتـكـۈزۈپ ، چـايـان كـۈلـى بـىـلـەن ئارىلاشـتـۇرۇپ ، كـۈنده 3 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 5 ـــ 10 گرام كاپ ئېتىلىدۇ .

7 ) بـاھ قـۇۋۇتـنى تۆۋەنلەپ كەتكەنلەرگە كېسەللىك ئەھۋالى ياخـشىراق بولغاندا ، بەدەننى تەدرىجىي كۈچلەندۈرۈش ئۈچۈن ماددەتۈلھايات (85 ـ نۇسخا) ، لوبۇبى كەبىر ( 82 ـ نۇسخا ) قاتارلىق دورىلار بېرىلىدۇ .

8 ) مەجۇنى ئادەمگىياھنىڭ تۆۋەندىكى نۇسخىسى ياساپ بېرىلسە ، تـوسالغۇنى ئېچىپ ، ئىششىقلارنى ياندۇرۇپ ، مەزى بېزىنى كىچىكلىتىدۇ :

ئادەمگىياھ ، جۇۋىنە ، سۈزاپ ، پىننە ، كۆكنار ئۇرۇقى ھەر بىرى 6 گـرامـدىـن ، ھەببـۈلـغار 5 گرام ، پىلپىل ، زىرە 4 گرامدىن ، سوقمۇنىيا 2 گـرام ، قـۇنـدۈز قەھرى 1 گرام ، ھەسەل 3 ھەسسە ئېلىنىدۇ . دورىلار يۇمـشاق سـوقۇلۇپ ، ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلىنىپ ، كۈنده 1 قېتىم 6 گرامدىن بېرىلىدۇ .

( قەشقەر ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

9 ) سۈيدۈك يولىنى تازىلاش ئۈچۈن كاسنە ئۇرۇقى ، چىغىرتماق ئۇرۇقـى ، پـاقـا يـوپۇرمقىدىن 12 گرامدىن ، كاكىنەچ ، ئەنگۈرشىپادىن 30 گـرامـدىـن ، گـۈلـى بـىـنـەپـشىدىن 15 گرام ، نېلۇپەر ، بەدىيان يىلتىزى ، كـاسـنـە يـىـلـتىزى ، ئوسما يىلتىزى ، چىڭسەي يىلتىزى ھەر بىرىدىن 30

گرامدىن ، بىخسۇستىن 15 گرام ئېلىپ ، ئۇرۇق دورىلارنى چالا سوقۇپ ، يىلتىز دورىلارنى پوستىنى قىرىۋېتىپ ئۇششاق توغراپ ، ئىككى چوڭ چىنە سۇ بىلەن پەس ئوتتا قاينىتىپ ، تەمى چىققاندىن كېيىن ، يوپۇرماق دورىلارنى ئۈستىگە سېلىپ يەنە بىر قېتىم قاينىتىپ ، تىرىپىنى سۈزۈۋېتىپ ، سۈيى ھەركۈنى 2 قېتىم 30 گرامدىن ئىستېمال قىلىنىدۇ .

10 ) يالۇغلىنىشقا قارشى تۇرۇش ئۈچۈن گۈلى بىنەپشە ، گاۋزىبان ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، ئەنگۈرشپا ، بېھى ئۇرۇقى قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 5 گرامدىن ، چىلاندىن 10 دانە ئېلىپ قاينىتىپ ، ئۇنىڭ سۈيىگە شەربىتى بۇزۇرى مۆتىدىلدىن 30 گرام ئارىلاشتۇرۇپ ، كۈنىگە 3 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 15 گرامدىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ . پوستى خەشخاش قاينىتىلغان بىلەن دوۋسۇن ئۈستى ، مەزى بېزى ساھەسىگە ئىسسىق ئۆتكۈزۈلىدۇ .

11 ) قورۇغۇچى ، قۇرۇتقۇچى دورىلاردىن ھەببى جەدۋال ( 26 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى ئازاراقى ( 46 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى ئەقرەپ ( 48 ـ نۇسخا ) قاتارلىق دورىلار ئىستېمال قىلىدۇرۇلىدۇ .

12 ) قۇۋۇۋەتلەندۇرگۈچى دورىلاردىن لوبۇبى كەبىر ( 82 ـ نۇسخا ) ، ھەببى ئىمساك ( 7 ـ نۇسخا ) ، ماددەتۈلھايات ( 85 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى ئازاراقى ( 47 ـ نۇسخا ) ، داۋائىلمىشكى ھار ( 70 ـ نۇسخا ) قاتارلىق دورىلار بېرىلىدۇ .

13 ) ئاقىرقەرھادىن 30 گرام ، رەيھان ئۇرۇقىدىن 60 گرام ، ناۋاتىتىن 200 گرام ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ سوقۇپ ، كۈنىگە 2 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 6 گرامدىن ئىستېمال قىلسا ، ئورۇنسىز چىقىپ كەتكەن قۇۋۇۋەت تولۇقلىنىدۇ .

( ئۇرۇمچى ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

14 ) ئىچكى جەھەتتىن داۋالاش بىلەن سىرتقى جەھەتتىن داۋالاش بىرلەشتۈرۈلىدۇ . ئىچكى جەھەتتىن داۋالاشتا چايىاندىن 20 گرام ، پارپا جىنىدىن 12 گرام ، چۆبچىنى ، ئاق يەر يىلىنى ، ئۆشبە ، ئەنگۈرشپا ،

سەمغى ئەرەبى ، ئادراسمان ئۇرۇقى قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 10 گرام-دىن ئېلىپ ، دورىلارنى قائىدە بويىچە يۇمشاق سوقۇپ تاسقاپ ، ئاندىن ئەرەقى بەدىيان بىلەن خېمىر قىلىپ 0.3 گرامليقتىن ھەب تەييارلاپ ، 25 كۈننى بىر داۋالاش كۇرسى قىلىپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 5 دانىدىن ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

15 ) سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرۇش ئۈچۈن نانىخا ، زەرچىۋە ، ئەنگۇرشىپا ، ئوغرىتىكەن قاتارلىق دورىلارنىڭ ھەر بىرىدىن 10 گرامدىن ، چايانداىن 5 گرام ، كاكىنەچتىن 15 گرام ئېلىپ ، يۇمشاق سوقۇپ ، تاسقاپ سۈپۈپ تەييارلاپ ، قاينىاق سۇ بىلەن كۈندە 2 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 10 گرامدىن ئىستېمال قىلدۇرۇش بىلەن بىللە ، قاينىاق سۇ كۆپرەك ئىچۈرۈلىدۇ .

16 ) سۈيدۈك يولىنى تازىلاش ، ياللۇغ قايتۇرۇش ئۈچۈن ئەرەقى بەدىيان ( 264 ـ نۇسخا ) بىلەن ئەرەقى كاسنە ( 268 ـ نۇسخا) كۈندە 3 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 50 مىللىلىتىردىن ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ . ئۇنىڭدىن كېيىن ئەرەقى چۆبچىنى ، ئەرەقى ئەنگۇرشىپا (262 ـ نۇسخا) ، شەربىتى بۇزۇرى (225 ـ نۇسخا) ، مەجۇنى نانىخا (97 ـ ، 98 ـ نۇسخا) ، مەجۇنى چۆبچىنى (65 ـ نۇسخا) ، ھەببى جەدۋار (26 ـ نۇسخا) قاتارلىق دورىلار ئەھۋالغا قاراپ قائىدە بويىچە ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

17 ) نېرۋىنى تىنچلاندۇرۇپ ، جىددىيلىكنى تۇگىتىش ئۈچۈن خەمىرى گاۋزىبان ، مەجۇنى مۇپەررىھى ئەۋرىشىم (139 ـ ، 140 ـ نۇسخا) ، شەربىتى بادرەنجەبۇيا (224 ـ نۇسخا) ، شەربىتى رەيھان قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىقلىرىنى تاللاپ ئىستېمال قىلدۇرۇش كېرەك .

18) سىرتقى جەھەتتىن داۋالاشتا ، ھەرخىل ئۇسۇللار بىلەن يەرلىك ئورۇنغا ئىسسىق ئۆتكۈزۈش ئارقىلىق يەرلىك ئورۇننىڭ قان ئايلىنىشىنى ياخشىلاش ، سىرغىپ چىققان سۈيۇقلۇقلارنى ئازايتىش ئۈچۈن ئەمەن ، شۇاق ، كاسنە ئۇرۇقى ، ئوغرىتىكەن ، كاكىنەچ ، ئادراسمان ئۇرۇقى ، قومۇش يىلتىزى قاتارلىق دورىلارنىڭ ھەر بىرىدىن

مۇڭاپىق مىقدارىدا ئېلىپ ، يېتەرلىك سۇدا قاينىتىپ ، كۈندە 2 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 15 ــ 20 مىنۇت ڭانىا قىلدۇرۇش ، ھەرقېتىملىق ڭاننىدىن كېيىن 1 قېتىم كىچىك تەرەت قىلدۇرۇڭېتىش كېرەك . بىمارنى جىنسىي تۇرمۇشنى رەتكە سېلىش ، بەدەن چېنىقتۇرۇشنى كۈچەيتىش ئىشلىرىنى داڭاملاشتۇرۇشقا دەڭەت قىلىش لازىم .

( قەشقەر ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

19 ) يالـلـۇغ قـايتۇرۇش ، ئىششىق ياندۇرۇش ئۇچۇن ئاق لەيلى ، بـىنەپشە ، شاھتەررە ، كاسىنىدىن 15 گرامدىن ، نېلۇپەر ، كاكىنەچ ، چۆبـچـىنـى ، ئەنگۈرشىپالارنىڭ ھەر بىرىدىن 30 گرامدىن ، بەدىيان ، بەدىيان يىلتىزى ، كاسىنە يىلتىزى ، چىڭسەي يىلتىزى ھەر بىرىدىن 20 گرامدىن ، رۇمىبەدىيان ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، قوغۇن ئۇرۇقى ، تاۋۇز ئۇرۇقى ، تەرخەمەك ئۇرۇقىدىن 10 گرامدىن ئېلىپ ، 2 لىتىر سۇغا چىلاپ ، 750 مىللىلىتىر قـالـغۇچە قاينىتىپ ، داكا بىلەن سۈزۈپ ، كۈندە 3 قېتىم 60 مىللىلىتىردىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

20 ) سـۇيـدۇك قـان ئارىلاش كەلسە ، كەھرىۋادىن 15 گرام ، ھەبـۇلئاس ، تـاباشـىـرلارنـىڭ ھەر بىرىدىن 20 گرام ، خۇنسياۋشان ، بىخ مـارجـان ، قـۇرۇق ئانـار پـوسـتىدىن 10 گرامدىن ئېلىپ ، يۇمشاق سوقۇپ تـاسقاپ سۈپۈپ تەييارلاپ ، كۈندە 3 قېتىم بېرىلىدۇ . يۇقۇملىنىش بولسا ، مامۇرانچىنىدىن 10 گرام ، شېكەردىن 30 گرام ئېلىپ سوقۇپ ، ھەر قېتىمدا 1 گـرامدىن بېرىش بىلەن بىللە ، ئەمەن ، شۇاق ، ئوغرىتىكەنلەرنىڭ ھەربـىـرىـدىـن 30 گـرام ، رەۋەندىن 15 گرام ئېلىپ ، 1 لىتىر سۇغا بىر سوتكا چـىلاپ ، 500 مـىـلـلـىـلـىتىر قالغۇچە قاينىتىپ سۈزۈپ ، ئۇستىگە مۇڭاپىق مـىـقـدارىدا شېكەر سېلىپ بىر قاينىتىپ ، كۈندە 3 قېتىم 100 مىللىلىتىردىن ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ . مۇرەككەپ دورا ياسالمىلىرىدىن ئەرەقى شاھتەررە ، ئەرەقى چۆبچىنى ، ئەرەقى كاكىنەچ ، ھەببى جەدۋار ( 26 ـ نۇسخا ) ، ھەببى كەھرىۋا ( 38 ـ نۇسخا ) ، ھەببى كىبرىت ( 40 ـ نۇسخا ) قاتارلىق دورىلار بېرىلىدۇ .

21 ) ئۇزاق مۇددەت ئىستېمال قىلىش ئۈچۈن شتروەنج ھىندى ، خەشخاش ، كاكىنەچلەردىن 30 گرامدىن ، زۇپا ، ئاق لەيلى ، پىرسىياۋ-شاندىن 60 گرامدىن ، ئانار گۈلىدىن 15 گرام ، موزىدىن 10 گرام ، ئاقاقىيادىن 25 گرام ، كەھرىۋادىن 40 گرام ، ئۇچقۇن پاقا ، يىلان ، ئەنـ گۈرشپالاردىن 50 گرامدىن ئېلىپ سوقۇپ ، مۇۋاپىق مىقداردا شېكەر قوشۇپ دانچە تەييارلاپ ، بەدىنى ئاجىز بىمارلارغا 10 گرامدىن ، باشقىلارغا 10 ـــ 30 گرامدىن بېرىلىدۇ .

( قەشقەر ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

22 ) مېڭە ئاجىزلىشىشتىن كېلىپ چىققان بولسا ، ھەببى ئىمساك ( 7 ـ نۇسخا ) 2 تالدىن كۈندە 2 ۋاخ بېرىلىدۇ . نۆش دورا (99 ـ نۇسخا) 5 گرامدىن كۈندە 2 ۋاخ بېرىلىدۇ ، يەنە مېڭىنى قۇۋۋەتلىگۈچى دورىلار-دىن تاللاپ ئىشلىتىلىدۇ .

23 ) بەدەن ئاجىزلىقىدىن كېلىپ چىققان بولسا ، داۋا ئىلمىشكى مۆتىدىل ( 71 ـ نۇسخا ) 3 گرامدىن كۈندە 2 ۋاخ ، خەمىرى مەرۋايىت (136 ـ نۇسخا ) 3 گرامدىن كۈندە 2 ۋاخ بېرىلىدۇ .

24 ) كېسەللىك ھۆل سوغۇقلۇق كەيپىيات تەسىرىدىن كېلىپ چىققان بولسا :

( 1 ) مەجۇنى لوبۇبى كەبىر ( 82 ـ نۇسخا ) 5 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ ؛

( 2 ) ھەببى ئىمساك ( 7 ـ نۇسخا ) 2 تالدىن كۈندە 2 ۋاخ ؛

( 3 ) مەجۇنى ماددەتۇلھايات ( 85 ـ نۇسخا ) 6 گرامدىن كۈندە 2 ۋاخ بېرىلىدۇ .

( 4 ) زەنجىۋىل ھۇرابباسى ( 274 ـ نۇسخا ) 10 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

( 5 ) سەۋزىنىڭ ئاستى تەرىپىنى كېسىۋېتىپ ، ئىچىنى ئويۇپ ، ئويۇلغان ئورۇنغا سوقۇلغان زەنجىۋىلدىن 3 گرام سېلىپ ، ئاغزىنى خېمىر بىلەن ئېتىپ ، قوقاسقا كۆمۈپ پىشۇرۇپ ، كۈنىگە 1 داندىن بېرىلىدۇ .

( 6 ) كۈنىگە 1 ۋاخ 2 دانىدىن قۇشقاچ كاۋىپى بېرىلىدۇ .

( 7 ) 2 دانە تۇخۇم سېرىقىغا ، سوقۇلغان ئاقىرقەرھادىن 3 گرام ئارىلاشتۇرۇپ بېرىلىدۇ .

( 8 ) 4 دانە ياڭاق مېغىزىغا 10 گرامدىن ئۈرۈكسىز قىزىل ئۈزۈم ئارىلاشتۇرۇپ ، 40 كۈنگىچە بېرىلىدۇ .

25 ) كېسەللىك كەلتۈرۈپ چىقارغۇچى سەۋەبلەر بىر تەرەپ قىلىنغاندىن كېيىن ، يالۇغ قايتۈرغۇچى ، مەزى بېزىنىڭ خىزمىتىنى ئەسلىگە كەلتۈرگۈچى دورىلار تاللاپ ئىشلىتىلىدۇ . بۇنىڭ ئۈچۈن :

(1) مەجۇنى چۆبچىنى (64 ـ نۇسخا) 10 گرامدىن كۈندە 3 قېتىم ؛

( 2 ) ھەببى كىبرىت ( 40 ـ نۇسخا ) 2 دانىدىن كۈنىگە 3 قېتىم ؛

( 3 ) ھەببى ئىمساك ( 7 ـ نۇسخا ) 2 دانىدىن كۈنىگە 3 قېتىم ؛

( 4 ) مەجۇنى ماددەتۈلھايات ( 85 ـ نۇسخا ) 6 گرامدىن كۈنىگە 2 قېتىم 20 كۈنگىچە ئۈزۈلدۈرمەي بېرىلىدۇ .

26 ) ئەگەر بىماردا سۈيدۈك تۇتۇلۇپ قېلىش ئەھۋالى كۆرۈلسە ، قوغۇن ئۇرۇقى ، تەرخەمەك ئۇرۇقى ، بەدىيان ، رۇمبەدىيان ، سۇزاپ قاتارلىق دورىلارنىڭ قاينىتىلغان سۈيىنى مەجۇنى ئەقرەپ ( 48 ـ نۇسخا ) بىلەن ئىچۈرۈش ، سۈيدۈك تۇتالماسلىق ئەھۋالى كۆرۈلسە ، بەدەننى چىڭىتىپ ، سۈيدۈك تۇتقۇچى دورىلاردىن تاللاپ ئىشلىتىش لازىم .

( ئۇرۇمچى ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

27 ) بىماردا سۈيدۈك تۇتۇلۇش بولسا ، نەيچە بىلەن سۈيدۈك ئاققۇزۇلىدۇ . ئۇنىڭدىن كېيىن ، يالۇغ قايتۈرۈش ، ئاغرىق پەسەيتىش ، سۈيدۈك ھەيدەش ۋە ئىشىشىق ياندۇرۇش ئۈچۈن ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، بىنەپشە ، شاھتەررە ، كاسنە ئۇرۇقى ھەر بىرىدىن 15 گرام ، نىلۇپەر ، كاكىنەچ ، چۆبچىنى ، ئەنگۈرشپا ھەر بىرىدىن 30 گرام ، بەدىيان ، بەدىيان يىلتىزى ، كاسنە يىلتىزى ، چىڭسەي يىلتىزى ھەر بىرىدىن 20 گرام ، رۇمبەدىيان ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، قوغۇن ئۇرۇقى ، تاۋۇز ئۇرۇقى ، تەرخەمەك ئۇرۇقى قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 10 گرام ئېلىپ ، چالا

سوقۇپ ، 2 لىتر سۇغا بىر سوتكا چىلاپ قويۇپ ، 750 مىللىلىتر قالغۇچە قاينىتىپ ، داكا بىلەن سۈزۈپ ، كۈنىگە 3 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 60 مىللىلىتىردىن ئىچۈرۈلىدۇ .

( پوسكام ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## مەزى بېزى چوڭىيىپ قېلىش

بۇ ، 50 ياشتىن ئاشقان ئەرلەرنىڭ %50 دىن كۆپرەكىدە كۆرۈلىدىغان ، يۇقۇملىنىش ۋە كۆپىنچە مەزى بېزى ياللۇغىنىڭ ۋاقتىدا داۋالىنىپ تولۇق ساقايماسلىقى نەتىجىسىدە كېلىپ چىقىدىغان سوزۇلما كېسەللىك بولۇپ ، سۈيدۈك قېتىم سانى كۆپەيىش ، سيىش قىينىلىش ، سۈيدۈك قىستاش لېكىن دەرھال سيەلمەسلىك ، تەدرىجىي ئېغىرلاپ ئارىلاپ سيىش ، ئاخىرقى باسقۇچقا بارغاندا تامچىلاپ سيىش ، دوۋساقىنىڭ بېسىمى ئېشىپ كەتكەنلىكتىن سۈيدۈك تۇتالماسلىق ، ئاخىر بېرىپ تۆۋەنكى سۈيدۈك يولى توسۇلۇش قاتارلىق كېسەللىك ئالامەتلىرى بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) كېسەللىك ئەھۋالى ۋە ئالامەتلىرىگە قاراپ ، مەزى بېزى يالـلۇغى داۋالاشتا ئېيتىلغان دورىلاردىن ماس كېلىدىغانلىرى قائىدە بويىچە بېرىلىدۇ .

2 ) ھەببى جەدۋال ( 26 ـ نۇسخا ) بىلەن سۈپۈپى شورا ( 212 ـ نۇسخا ) بىرلىكتە ئىشلىتىلسە ، مەزى بېزىنىڭ چوڭىيىشىنى توسىدۇ ، سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرىدۇ ، ئىششىقنى يانىدۇرىدۇ .

3 ) مەجۇنى چىلىغوزا ( 63 ـ نۇسخا ) 5 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

4 ) سۈپۈپى ئەپتا بېرىلىدۇ .

تەركىبى : يىلاندىن 30 گرام ، چايانداىن 10 گرام ، مامۇرانچىنىدىن

5 گرام ، چىگىسەي ئۇرۇقى ، كاسىنە ئۇرۇقى ، قوغۇن ئۇرۇقىدىن 15 گرامدىن ئېلىپ سۈپۈپ تەييارلاپ ، 3 گرامدىن كۈندە 2 ۋاخ بېرىلىدۇ .

5 ) مەجۇنى ئەپئانىڭ تۆۋەندىكى نۇسخىسى ياساپ بېرىلىدۇ :

يىلان ، زەنجىۋىل ، دارچىندىن 60 گرامدىن ، پىلپىل ، خولنجان ، چۆۋىچىنى ، بىخ كەبىر ھەر بىرىدىن 30 گرامدىن ، ۋالڭ ئۇرۇقىدىن 15 گرام ، ھەسەلدىن 3 ھەسسە ئېلىنىدۇ . دورىلار سوقۇپ تاسقاپ ، ھەسەل بىلەن مەجۇن قىلىنىپ ، 5 گرامدىن كۈندە 2 ۋاخ بېرىلىدۇ .

6 ) ئوزۇقلىنىشتا يەڭگىل ، ئاسان سىڭىدىغان تاماقلارنى يېيىش ، سەي ـ كۆكتاتلارنى كۆپرەك يېيىش ، ئاچچىق ـ چۈچۈك ۋە غىدىقلىغۇچى يېمەكلىكلەردىن پەرھىز قىلىش ، تاماكا چەكمەسلىك ، ھاراق ئىچمەسلىك ، جىنسىي ئالاقە قىلماسلىق ، ئېغىر جىسمانىي ئەمگەك ، ۋېلىسىپىت مىنىش ، ئۇزاق پىيادە مېڭىش قاتارلىقلاردىن پەرھىز قىلىش بۇيرۇلىدۇ . سوغۇق ئۆتكۈزۈۋېلىش ، قالايمىقان دورا ئىشلىتىشتىن ساقلىنىش لازىم .

( يەكەن ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

# XII باب ئاياللار كېسەللىكلىرى

## ھەيز نورمالسىز كېلىش

بۇ ، ھەرخىل سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن بالىياتقۇ ۋە تۇخۇمدان پائالىيىتىنىڭ بۇزۇلۇشى نەتىجىسىدە كېلىپ چىقىدىغان كېسەللىك بولۇپ ، ھەيز كۆپ كېلىش ، ھەيز بەك ئاز كېلىش ، ھەيز بوغۇلۇش ( 18 ياشقا كىرگەندىمۇ ھەيز كەلمەسلىك ) ، ھەيز ئاغرىتىپ كېلىش قاتارلىق ھەيزنىڭ نورمالسىزلىق ئالامەتلىرى بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) ھەيزنىڭ بىر قېتىمدا بەك كۆپ ۋە بىر ئايدا بىر قېتىمدىن كۆپ كېلىشى ھەيزنىڭ كۆپ كېلىشى دېيىلىدۇ . بۇنىڭغا تۆۋەندىكى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ :

( 1 ) سۇپۇپى ھابىس ( بالىياتقۇنىڭ قاناش كېسەللىكىنى داۋالاشقا قارالسۇن ) 4 گرامدىن كۈنىگە 2 قېتىم بېرىلىدۇ .

( 2 ) سۇپۇپى كەشنىزدىن 18 گرامنى ھەر كۈنى 1 قېتىم ناشتىدا 60 مىللىلىتىر ئالما شەربىتى بىلەن ئىچسە بولىدۇ .

تەركىبى : قۇرۇق يۇمغاقسۇتتىن 60 گرام ، گىلى ئەرمەنى ، تاباشىر ، سوقۇلغان مارجان ، كەھرىۋا ھەر بىرى 60 گرامدىن ، ئاقاقىيادىن 12 گرام ، دارچىن ، ئېگىر ، زەپەر ھەر بىرى 1 گرامدىن ، ئالما قېقىدىن 30 گرام ئېلىپ سوقۇپ ، تاسقاپ تەييارلىنىدۇ .

( 3 ) قۇرسى كەھرىۋا ( 170 ـ نۇسخا ) ، شەربىتى ئەنجىبار ( 223 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلار ئوبدان ئۇنۇم بېرىدۇ .

( 4 ) بالىياتقۇ قاناش كېسەللىكىدە كۆرسىتىلگەن دورىلار ئىچىدىن

مۇڭاپىق كېلىدىغانلىرى تاللاپ ئىشلىتىلىدۇ .

( خوتەن ، يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

2 ) ھەيزنىڭ بىر قېتىملىق مىقدارىنىڭ بەك ئاز بولۇشى ۋە ئىككى قېتىملىق ھەيز ئارىلىقىنىڭ 40 كۈندىن ئېشىپ كېتىشى ھەيزنىڭ ئاز كېلىشى دېيىلىدۇ . بۇنىڭغا تۆۋەندىكىچە داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ :

( 1 ) ئالدى بىلەن مەتبۇخى ئەپتىمۇن ( 253 ـ نۇسخا ) بېرىپ ماددا تازىلىنىدۇ .

( 2 ) قانىنى تازىلاش ئۈچۈن سىرىق ئوت ، كابۇل ھېلىلىسى ، ئۇستىقۇددۇس قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 30 گرامدىن ، شاھتەررە ، بىستىپايەج ، سانا ھەر بىرىدىن 15 گرامدىن ، غارىقۇندىن 3 گرام ، سەبرىدىن 6 گرام ئېلىپ ، سەبرىدىن باشقا دورىلارنى چالا سوقۇپ ، 2 لىتىر سۇغا تۆت سائەت چىلاپ ، قاينىتىپ ، سۈزۈپ ، سۈيىنى تىندۇرۇپ ، سەبرىنى ئايرىم تالقانلاپ ، يۇقىرىقى دورا سۈيىگە ئارىلاشتۇرۇپ 10 مىنۇت قاينىتىپ ئېلىپ ، كۈندە 2 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 50 مىللىلىتىردىن 7 كۈن ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

( 3 ) ھەيز ماڭدۇرۇش ئۈچۈن زاراڭزا چېچىكى ، قارا شېكەردىن 30 گرامدىن ، خىيارشەنبەر ، سەۋزە ئۇرۇقى ، سىيادانلارنىڭ ھەر بىرىدىن 20 گرامدىن ئېلىپ ، خىيارشەنبەر بىلەن قارا شېكەردىن باشقىلىرىنى چالا سوقۇپ ، 2 لىتىر سۇدا سۇنىڭ يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ سۈزۈپ ، سۈيىنى تىندۇرۇپ ، خىيارشەنبەرنى 500 مىللىلىتىر قايناق سۇغا ئايرىم چىلاپ شىرىسنى چىقىرىپ ، يۇقىرىقى دورا سۈيىگە ئارىلاشتۇرۇپ ، ئۇستىگە قارا شېكەرنى سېلىپ بىر قاينىتىپ ئېلىپ كۈنىگە 2 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 100 مىللىلىتىردىن ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

3 ) 60 گرام ئەرەقىگە بەدىيانغا 6 گرام تاۋۇز ئۇرۇقى مېغىزى ۋە نوقۇتنى سوقۇپ تاسقاپ قوشۇپ ، بىر قېتىمدىلا ئىچىپ تۇگەتسە ياكى تاۋۇز ـ قوغۇن ياكى تۇز ۋە ئەگرى تەرخەمەك ئۇرۇقىنىڭ ھەر بىرىدىن 3

گـرامـدىن ئېلىپ سۇدا ئېزىپ ، نوقۇت ئارىلاشتۇرۇپ ئىچسە ، توختاپ قالـغان ھەيزنى ماڭدۇرىدۇ .

4 ) يـاڭـاق مېغـمـزى ، زەنـجـۈبىل ، چىلاندىن 15 گرام ، گۈرۈچ ھارىـقـىدىن 30 گرام ئېلىپ سۇدا قاينىتىپ ئەتىگەندە 1 قېتىم ئىچسە ، ھەيز كـەلـمـەسـلـىـك ، ھەيـز ئاغرىتىپ كېلىش ۋە تۇغۇتتىن كېيىنكى قورساق ئاغرىقىغا مەنپەئەت قىلىدۇ .

5 ) ھەرخـىـل سـەۋەبـلـەر تۈپەيلىدىن دەسلەپكى ھەيز 18 ياشقىچە كـەلـمـەسـە يـاكـى ھەيـز كـۆرۈپ تـۇرغان ئاياللار ئۇدا ئۇچ ئايغىچە ھەيز كۆرمسە ، ھەيز بوغۇلۇش دېيىلىدۇ . بۇنى داۋالاش ئۇچۇن :

( 1 ) كـەم قـانلىقتىن كېلىپ چىققان بولسا ، بەدەننى كۈچەيتىش ، قـان كـۆپـەيـتـىش چـارىـلـىـرى قوللىنىلىدۇ ( كەم قانلىقـنـى داۋالاشقا قـارالـسۇن ) . روھـىـي ئامىللاردىن كېلىپ چىققان بولسا ، مېڭىنى قۇزغۇەتـلـەش ، نېرۋىنى تىنچلاندۇرۇش ، روھىي پەرۋىش چارىلىرى قوللىنىلىدۇ .

( 2 ) مـىـجـەزنىڭ ماددىلىق بۇزۇلۇشىدىن بولغان بولسا ، سەۋەبچى خىلىتنى پەشۇرۇش ۋە سۇرۇپ چىقىرىش چارىلىرى قوللىنىلىدۇ .

( 3 ) مـىـجـەزنىڭ ماددىسىز بۇزۇلۇشىدىن بولغان بولسا ، قۇرۇقلۇقـتـىـن بـولـغـىـنـىـغا ھەرخىل مېۋە شەربەتلىرى ، بادام مېغىزى ، خام قاپاق قـاتـارلـىـقلار ئىستېمال قىلدۇرۇلۇش بىلەن بىللە ، ئىسسىق سۇدا يۇيۇندۇرۇپ ، جـىـنـسـىـي يـولـغـا بـادام يېغى ، گۈل يېغى قاتارلىقلار تامچىلىتىپ كىرگۈزۈلىدۇ .

( 4 ) بـاشـقا سەۋەبتىن كېلىپ چىققان بولسا ، زاراڭزا چېچىكىدىن 20 گـرام ، داڭـگـۈي ، تـاتلىق قۇسته ، پىرسىياۋشان ، نوقۇت ، كۈنجۇت ، ئەپسـەنـتىن قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىردىن 10 گرامدىن ئېلىپ سوقۇپ تاسـقـاپ ، مـۇۋاپـىـق مـىـقـداردىـكى ئەپسەنتىن سۈيىدە خېمىر قىلىپ ، نوقۇت چـوڭـلـۇقـىدا ھەب تەييارلاپ ، كۈنـدە 3 قېتىم ، ھەرقېتىمـدا 20 تالـدىن ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

( پوسكام ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

6 ) ھەيز كۆرگەندە تۆۋەنكى قورساق قاتتىق ئاغرىش ، ھەتتا كۆڭلى ئېلىشىپ قۇسۇش ، بەزىدە بىرنەچچە سائەت يېتىپ ئارام ئېلىشقا مەجبۇر بولۇش ئاغرىتىپ ھەيز كېلىش دېيىلىدۇ . بۇنى داۋالاشتا ، سىركەنجىۋىل بۇزۇرى (239 ـ نۇسخا ) ، مائۇل ھەسەل (251 ـ نۇسخا ) ، دىنار شەربىتى ( 239 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلاردىن تاللاپ ئىشلەتسە بولىدۇ . تۆۋەندىكى مەجۇن بىرىلسە ئۇنۇمى ياخشى :

تەركىبى : سۇمبۇلدىن 12 گرام ، قۇستە شىرىن ، قىزىلگۈل ، قوۋزاق دارچىن ، پىلپىلدىن 9 گرامدىن ، جىنتىيانا ، رۇمبەدىيان ، يىلان پوستى ھەر بىردىن 6 گرامدىن ، زەپەردىن 2 گرام ، خولنجان ، ئېگىر ھەر بىردىن 9 گرامدىن ئېلىپ ، قائىدە بويىچە مەجۇن قىلىنىدۇ .

7 ) ئوبھەل شەربىتى قانىنى سۈيۈلدۈرۈشتا ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ .

تەركىبى : ئوبھەل ، سوزە ، بەدىيان ، پىرسىياۋشان ، گاۋزىبان ھەر بىرىدىن 20 گرام ، زاراڭزا چېچىكى ، ئاقىرقەرھا ، ئالا تېكە مايىقى ھەر بىرىدىن 15 گرام ، تۇربۇت ، پۇنۇس ، مۇرمەككى ھەر بىرىدىن 12 گرام ، قارلەيلەسىدىن 9 گرام ، چىلاندىن 100 گرام ئېلىپ ، 1 لىتىر سۇدا قاينىتىپ ، 750 مىللىلىتىر قالغاندا سۈزۈپ ئېلىپ ، 100 گرام شېكەر سېلىپ يەنە بىر ئۆرلىتىپ ، سوۋۇغاندا كۈنىگە 3 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 100 گرامدىن بېرىلىدۇ . ئەگەر كەم قانلىقتىن ھەيز ئاز كەلگەن بولسا ، قان كۆپەيتكۈچى دورىلاردىن قانتېپەر ، جىنتىيانا ، قىزىل بەھمەن قاتارلىقلار يۇقىرىقى شەربەتلەرگە قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلسە ئۇنۇمى ياخشى . ھەيز بەك كۆپ ، يەنى كۈنىگە 300 مىللىلىتىردىن ئارتۇق كەلگەن بولسا ، باش قېيىپ ماغدۇرسىزلىنىش ئەھۋالى كۆرۈلىدۇ . بۇنداق ئەھۋالدا ، قانىنى قويۇلدۇرۇش مەقسىتىدە قۇرسى كەھرىۋا ( 170 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى جىنتىيانا ، مەجۇنى كۈندۇر ( 80 ـ نۇسخا ) ، ئەنجىبار شەربىتى ( 223 ـ نۇسخا ) ، سەندەل شەربىتى ( 235 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلاردىن تاللاپ ئىشلەتسە بولىدۇ . ئەرەب يېلىمى ، كافۇر ، كۈندۇر ھەر بىردىن 9 گرام ، ئانار گۈلى ، قورۇلغان يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى ھەر بىردىن 2 گرام ئېلىپ

يۇمشاق سوقۇپ ، پاكىز داكىغا ئوراپ جىنسىي يولغا قويىسمۇ بولىدۇ .
( پىچان هۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )
8 ) هەيز سوغۇقتىن ئاغرىتىپ كەلسە ، كاۋاۋىچىندىن 9 گرام ، خام زەنجۈبلدىن 24 گرام ، چىلاندىن 10 دانە ئېلىپ ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ ، ئەتىگەن - كەچتە ئىككىگە بۆلۈپ ئىستېمال قىلسا ، ئۇنۇمى ياخشى بولىدۇ .

## دەھلىز چوڭ بېزى يالۇغى

بۇ ، جىنسىي يول كىرىش ئاغرىغا جايلاشقان دەھلىز چوڭ بېزى (دالانچە چوڭ بېزى دەپمۇ ئاتىلىدۇ) نىڭ يۇقۇملىنىش سەۋەبىدىن يالۇغلىنىشى بولۇپ ، ئۆتكۈر دەۋرىدە دەھلىز چوڭ بېزىنىڭ شىللىق پەردىلىرى ئىششىش ، قىزىرىش ، قىزىرىش ، ئاغرىش ، بەزىدە يىرىڭ چىقىش ، يىرىڭ چىقالماي قالسا ، مونەك شەكىللىك يىرىڭلىق ئىششىق شەكىللىنىش قاتارلىق ئالامەتلەر ؛ ئۆتكۈر دەۋرىدىن ئۆتۈپ كەتكەندىن كېيىن ، خالتىلىق ئىششىق شەكىللىنىپ قايتا - قايتا قوزغىلىش ، هەربىرىگە چەكلىمىگە ئۇچراش ۋە ئۇخلىيالماسلىقتەك ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) ئۆتكۈر دەۋرىدە تېخى يىرىڭ يىغىلمىغان بولسا ، ئىسسىق ئۆتكۈزۈلىدۇ ۋە مىكروبقا قارشى چۆپ دورىلارنىڭ قاينىتمىسى بىلەن يۇيۇلىدۇ . بۇ چارە كۈندە 2 قېتىم تەكرار ئېلىپ بېرىلىدۇ . ئوسما يىلىتىزى ، كاكۇك گۈلى ، ئەمەن ، مامۇرانچىنى قاتارلىقلار يۇيۇش دورىسىنىڭ تەركىبىگە كىرگۈزۈلىدۇ .

2 ) ئەرەقى شاھتەررە ( 267 - نۇسخا ) 100 مىللىلىتىردىن كۈنىگە 3 قېتىم ، هەببى كىبرىت ( 40 - نۇسخا ) 10 تالدىن كۈنىگە 1 قېتىم ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

3 ) كاسىنە ئۇرۇقى ، نېلۇپەر ، ئاق لەيلى گۈلى ، ئەنگۈرشپا هەر

بىرى 5 گرامدىن ، كاسىنە ئۇرۇقىنىڭ لوئابى ، ئوغرىتىكەن لوئابى 4 گرامدىن ، بىنەپشە شەربىتى ( 227 ـ نۇسخا ) دىن 30 مىللىلىتىر ، خاك شىددىن 4 گرام ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ قاينىتىپ ، كۈنىگە 3 قېتىم ئىچۈرۈلىدۇ .

4 ) ئەگەر خالتىلىق ئىششىق شەكىللەنگەن بولسا ، يۇقۇملىنىشقا قارشى تەدبىرلەر قوللىنىلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

5 ) كېسەللىك كەلتۈرۈپ چىقارغۇچى غەيرىي تەبئىي سەۋدا ماددىسىنى سۈرۈپ چىقىرىش ئۈچۈن گاۋزىبان ، بادرەنجبۇيا ، ئۇستەقۇددۇس ، سېرىق ئوت ، قىزىلگۈل خەمىكى ، شاھتەررە ، بىستىپايەج ، ئىزخىر ، رۇمبەدىيان ، تەرەنجىۋىل ، قارا ھېلىلە ، گۈلى بىنەپشە ، بەدىيان يىلتىزى پوستى قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 6 گرام ، چىلاندىن 15 گرام ئېلىپ قاينىتىپ ، 50 مىللىلىتىردىن كۈنىگە 3 قېتىم ئۇدا 5 كۈن بېرىلىدۇ . ماددا پىشقاندىن كېيىن ئۇستەقۇددۇس ، شاھتەررە ، سېرىق ئوت ، بادرەنجىبۇيا ، بەخسۇس ، غارىقۇن ، بەدىيان ، پىرسىياۋشان ، گاۋزىبان ، سانا ھەر بىرىدىن 5 گرام ، خىيارشەنبەردىن 6 گرام ئېلىپ قوشۇپ قاينىتىپ بېرىپ بەدەن تازىلىنىدۇ .

6 ) مەجەز تەڭشىلىپ بولغاندىن كېيىن ياللۇغ قايتۇرۇش ، قاننى تازىلاش مەقسىتىدە مەجۇنى ماري ئەپتا ( 88 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى چۆبچىنى ( 64 ـ نۇسخا ) ، ئەرەقى كاسنە ( 268 ـ نۇسخا ) ياكى جەۋھىرى كاسنە قاتارلىقلار ئۆز مقدارى بويىچە بېرىلىدۇ .

7 ) چۆبچىنى ، بىنەپشە ، نېلۇپەر ، موزا ، قەلەمپۇر ، جويۇز ، قارا كۆز بەدىيان قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 15 گرام ، ئەنگۇرشپادىن 30 گرام ، مامۇرانچىنى ، ئاقرەقەرھا ، ئەمەن ھەر بىرىدىن 20 گرام ئېلىپ قايناتىپ ، بىمارنى مەزكۇر قاينىتىمدا ئولتۇرغۇزۇپ ، يەرلىك ئورۇن يۇيۇلىدۇ .

( ئۇرۇمچى ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

# ئاق خۇن كېسەللىكى

بۇ ، بالىياتقۇ بويىنى ياللۇغى ، جىنسىي يول ۋە بالىياتقۇنىڭ ھەر-خىل يۇقۇملىنىشلىرى ، شۇنداقلا ئىچكى جەھەتتىن بەدەننىڭ ھۆللۈكى ئېشىپ كېتىش ، تاشقى جەھەتتىن سىرتقى جىنسىي ئەزا تازىلىقىنىڭ ياخشى بولماسلىقى ، بالىياتقۇدىكى ئىششىق ۋە داس بوشلۇقىدىكى كېسەللىك ئۆزگىرىشلىرى سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدىغان ، ياش ۋە ئوتتۇرا ياش ئايالالاردا كۆپرەك ئۇچرايدىغان كېسەللىك بولۇپ ، ئايالالارنىڭ جىنسىي يولىدىن پۇرىقى ۋە مىقدارى ئوخشاش بولمىغان دەرىجىدە ئاق ئاجرالما ماددىلار كېلىش ، ئېغىرلاشقانسېرى سۈيۇقلۇقنىڭ مىقدارى كۆپىيىپ ، پۇرىقى ئۆتكۈرلىشىپ سېسىق پۇراش ، بەل ، يوتا سىرقىراپ ئاغرىش ، ئومۇمىي بەدەن ماغدۇرسىزلىنىش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) ئەگەر ئاق خۇن سۈيۇق ۋە ئاق رەڭدە كەلسە ، بابۇنە ، قارا كۆز بەدىيان ، جۇۋۇننە ، زىرە ، ئەمەن ياغىچى ، مەرزەنجۇش قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ، سۇدا ئوبدان تەمى چىققۇچە قاينىتىپ ، سۈيى بەدەننى كۆيدۈرمىگۈدەك بولغاندا جىنسىي ئەزانى چىلاپ ئولتۇرۇش ياكى جىنسىي ئەزانى يۇيۇش لازىم . بۇ ئۇسۇل بالىياتقۇدىكى ئىششىقنى ياندۇرۇپلا قالماي ، ئاق خۇننى توختىتىدۇ .

2 ) گىلى ئەرمەنى ، موزا ، ماموراڭچىنى ، سەمغى ئەرەبى قاتارلىق دورىلاردىن سۇپۇپ ياكى مەلھەم تەييارلاپ ، پاكىز داكىغا ئوراپ ، جىنسىي يولىغا شامچە قىلىپ سېلىش لازىم . بۇمۇ ئارتۇقچە ھۆللۈكنى ئازايتىپ ، ئىششىق ياندۇرىدۇ ، ئاق خۇننى توختىتىدۇ .

3 ) ئەگەر ئاق خۇن قويۇق ، رەڭگى ئاق ، پۇراقسىز كەلسە ، ئالدى بىلەن مائۇل ئۇسۇل شەربىتى ، ئايارەج پەيقىرا ( 1 ـ نۇسخا ) ۋە جاۋارىش

كۆمۈنى ( 126 ـ نۇسخا ) قاتارلىق تەييار دورىلارنى بېرىش ئارقىلىق بالىياتقۇدىكى يەللىك ئىششىق ياندۇرۇلىدۇ . بابۇنە ، ئىزخىر ، قارا كۆز بەدىيان ، مەرزەنجۇش ، سۇزاپ ، چىگىسەي ئۇرۇقى ، بەدىيان ، ياۋا ئەمەن ، زىرە ، جۇۋىنە قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ ، سۈيىنى ئۇسسۇلۇق ئورنىدا ئىچسە ياكى 1 گرام سەنجىرىنا قوشۇپ ھۆقنە قىلىسىمۇ بولىدۇ . سىرتىدىن قارا كۆز بەدىيان يېغىدا ياغلاپ بەرسە ، ئۇنۇمى تېخىمۇ ياخشى .

4 ) ئەگەر ئاق خۇن قويۇق ، رەڭگى سارغۇچ ، ئازراق سېسىق پۇ-رىسا ، شۇنداقلا مىقدارى كۆپ بولۇپ ، قورساق ۋە بەل قىسمى قاتتىق تېلىپ ئاغرىشتەك ئالامەتلەر كۆرۈلسە ، ئالدى بىلەن بالىياتقۇدىكى ئىششىق ۋە جاراھەتنى ساقايتىش مەقسىتىدە سېرىق ئوت ، بىستېپايەج ، گاۋزىبان ھىندى ، بەدىيان ، شۇمشە ئۇرۇقى ، ئۆشبە ، سايۋا ئۇزۇم ، قىزىلگۈل ، چۆبچىنى ، ئەنگۈرشىپا ، بىنەپشە ، تەرەنجىۋىل ، خىيارشەنبەر قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ ، سۈيىنى ئىچۈرۈش لازىم .

5 ) ئەنگۈرشىپا ، بىنەپشە ، شۇمشە ئۇرۇقى ، بابۇنە ، گۈل يېغى قاتارلىق دورىلارنى قاينىتىپ ، سۈيىدە جىنسىي ئەزانى يۇيۇش لازىم . ئانـ دىن ئانارگۈلى ، قىزىلگۈل ، گىلى ئەرمەنى ، چۆبچىنى، كەتىرا قاتارلىق دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ھەمەلچە تەييارلاپ ، جىنسىي يولغا ھەمەل قە-لىش لازىم . بۇخىل ئۇسۇل تاكى ئاق خۇن توختىغۇچە داۋاملاش-تۇرۇلىدۇ . داۋالىنىش جەريانىدا ئىنتىپىل سەغىر ( 110 ـ نۇسخا ) نى داۋاملىق ئىستېمال قىلغان ياخشى .

6 ) ئەگەر ئاق خۇن رەڭگى قىزىلغا مايىل بولۇپ ، قويۇق ھەم كۆپ كەلسە ، ھەمدە سېسىق پۇرىسا ، ئالدى بىلەن گۆشلۈك تاماقلاردىن پەرھىز قىلىش ، شۇنىڭ بىلەن بىللە مەتبۇخى ئەپتىمۇن كەبىر ئىستېمال قىلىش ، ئاندىن گۈل يېغى ، بىنەپشە يېغى ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، قىيمىقۇ ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلارنى قاينىتىپ ، سۈيىدە جىنسىي ئەزانى يۇيۇش ، ئەنزۇرۇت ، كۇندۇر ، خۇنسياۋشان ، ئانار پوستى ، ئانار گۈلىدىن

ئېلىپ يۈمشاق سوقۇپ ، قىيمىقۇ يوپۇرمىقىنىڭ سۈيىدە مەلھەم تەييارلاپ جىنسىي يولغا سېلىش ھەمدە ئىچىشكە قۇرسى كەھرىۋا (170 - نۇسخا ) بېرىش لازىم .

7 ) ئەگەر ئاق خۇن زەرداب ۋە سېسىق پۇراقلىق يېرىڭغا ئوخشاش كەلسە ، ئالدى بىلەن سەۋدا ماددىسىنى پىشۇرۇش ۋە تازىلاش ئۈچۈن ، ئىچىشكە مەتبۇخى ھېلىلە ( 261 - نۇسخا ) بېرىش ، ئاندىن ئەنگۈرشىپا ، قىزىلگۈل ، بىنەپشە ، شاھتەررە ، گۈل يېغى قاتارلىق دورىلارنى قايىنىتىپ ، سۈيىدە جىنسىي ئەزانى يۇيۇش ياكى بىمارنى سۈيىدە ئولتۇرغۇزۇش لازىم .

8 ) ئەگەر ئاق خۇن قويۇق كېلىپ رەڭگى سارغۇچ بولسا ، قورساق ۋە دوۋسۇن ئۈستى ئېچىشىپ ئاغرىش ، جىنسىي ئەزانىڭ ئىچى قىچىشىقا ئوخشاش ئالامەتلەر كۆرۈلسە ، جىنسىي ئەزادا قىل قۇرت كېسەللىكى بارلىقىدىن دېرەك بېرىدۇ . بۇنى داۋالاشتا ، ئالدى بىلەن ئاسان سىڭىمەيدىغان كۈچلۈك غىزالاردىن پەرھىز قىلىش بىلەن بىللە ، ئاسان ھەزىم بولىدىغان ، قان پەيدا قىلىدىغان ئوزۇقلۇقلار بىلەن ئوزۇقلىنىش ، زەھەرلىك ئىچىملىك ھەم چېكىملىكلەرنى ئىچمەسلىك ۋە چەكمەسلىك ، شۇنداقلا غەيرىي ، قوپال جىنسىي ئالاقىدە بولماسلىق لازىم .

9 ) مەتبۇخى ھېلىلە ( 261 - نۇسخا ) ، مەتبۇخى شاھتەررە ( 260 - نۇسخا ) ، ئىترىپىل مۇقىل (سوزۇلما بالىياتقۇ بويىنى يالىلۇغىنى داۋالاشقا قارالسۇن) ، مەجۇنى خىيارشەنبەر قاتارلىق دورىلارنى ئىستېمال قىلىشقا بېرىش بىلەن بىللە ، بىنەپشە ، قىزىلگۈل ، كاكىنەچ ، كۈندۈر ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلارنى قايىنىتىپ ، سۈيىنى جىنسىي يولغا كىرگۈزما قىلىش لازىم .

10 ) ئەگەر ئاق خۇن شىلىمشىق كېلىپ ، رەڭگى ئۆچكە يۇغان سۈدەك ياكى كۆكۈش رەڭدە بولسا ، ھەمدە ئادەم سەسكەنگۈدەك سېسىق پۇرسا ، ئاساسەن بالىياتقۇ راكى كېسەللىكىدىن دېرەك بېرىدۇ . داۋالاشتا ، ئالدى بىلەن كېسەللىكنىڭ داۋاملىق تەرەققىي قىلىشىنىڭ ئالدىنى ئېلىش

ۋە ئاق خۇننىڭ مىقدارىنى ئازايتىش ئۈچۈن ، مەتبۇخى ئەپتىمۇن كەبىر قاينىتمىسىنى ئىچۈرۈش بىلەن بىللە ، ھەيزنى راۋانلاشتۇرۇشقا ئامال قىلىش لازىم . ئاق لەيلى گۈلى ، چەلەڭ يوپۇرمىقى ، بىنەپشە يېغى قاتارلىق دورىلارنى قاينىتىپ ، سۈيىدە بىمارنى ئولتۇرغۇزۇش ياكى جىنسىي ئەزانى يۇيۇش ، ئاندىن كېيىن ئاق لەيلى غازىڭى ، زىغىر ، چەلەڭ قۇلىقى ، بىنەپشە قاتارلىق دورىلارنى قاينىتىپ ، سۈيىدە بىمارنى ئولتۇرغۇزۇش ياكى يەرلىك ئورۇنغا دورا سۈيىنى پۈركۈش لازىم . گىلى ئەرمەنى ، قوغۇشۇن تالقىنى ، ھۆل خەشخاش سۈيى ، ئەنگۈرشىپا سۈيى ، ئۆچكە ساقىلى ئوتىنىڭ سۈيى قاتارلىق دورىلاردىن مەلھەم ياساپ ، بىمارنىڭ جىنسىي يولىغا قويۇش لازىم .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

11 ) پىششىق دورىلاردىن ئەرەقى چۆبچىنى ، ئىترىپىل چۆبچىنى (64 ـ نۇسخا ) ، ئەرەقى ئەنگۈرشىپا ( 262 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى كۈندۈر (80 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى ماددەتۈلھايات ( 85 ـ نۇسخا ) ، خەمىرى مەرۋا-يىت ( 136 ـ نۇسخا ) ، ھەببى سىماب ( 22 ـ نۇسخا ) قاتارلىق دورىلاردىن بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ تاللاپ ئىشلىتىش كېرەك .

12 ) يەككە دورىلاردىن تۆۋەندىكىلەرنى ئىشلەتسە بولىدۇ :

( 1 ) ئاپتاپپەرەس غولىنىڭ پوستىنى سويۇپ ، ئىچىدىكى ئاق قىسمىدىن 30 گرام ئېلىپ ، ئىككى پىيالە سۇدا قاينىتىپ ، ئىككىگە بۆلۈپ ئىچۈرسە ، قان ئارىلاش كەلگەن ئاق خۇنغا مەنپەئەت قىلىدۇ .

( 2 ) ھۆل سېمىز ئوتىنى سىقىپ ، 5 قوشۇق سېمىز ئوت سۈيىگە مۇۋاپىق مىقداردا تۇخۇم ئېقى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچسە ، ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ .

( 3 ) سېمىز ئوت ، كاكۇك گۈلى ھەر بىرىدىن 9 گرام ، ئانار پوستىدىن 6 گرام ئېلىپ ، سوقۇپ تالقان قېلىپ ، كۈنىگە 3 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 8 گرامدىن ئىچۈرۈلىدۇ ھەمدە يۇقىرىقى دورىلارنى قاينىتىپ ، سۈيىدە جىنسىي ئەزا يۇيۇلىدۇ .

( 4 ) 500 گرام سۇتكه 250 گرام هەسەل قوشۇپ قاينىتىپ ، سۇتى تۇگەپ ساپ هەسەل قالغاندا ئېلىپ ، دېزىنفېكسىيىلەنگەن داكىغا ئوراپ ، هەر كۈنى ئاخشىمى جىنسىي يولغا تىقىپ قويۇلىدۇ .

( 5 ) خۇنسىياۋشان ، نىشاستە ، گىلى ئەرمەنى ، سەمغى ئەرەبى ، كەتىرا قاتارلىقلارنىڭ هەر بىرىدىن 15 گرام ، ئانار گۈلى ، بابۇنە ، ئانار پوستى ، ئىككىلمىلىك ، ئانار ئۇرۇقى ، ئاقاقيا ، ئەنگۈرشپا ، ئەنجبار ، شاهتەررە ، قارا كۆز بەدىيان قاتارلىقلارنىڭ هەر بىرىدىن 30 گرام ئېلىپ ، ئەنجباردىن ئىلگىرىكى دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ، قالغان دورىلار بىلەن بىللە خالتىغا قاچىلاپ ، خالتىنى سۇغا سېلىپ تەمىنى چىقىرىپ يۇيۇنسا ، ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ .

( 6 ) گۈلى بابۇنە ، ئەنگۈرشپا ، مەرزەنجۇش ، قەيسۇم ، بەرەنجاسب قاتارلىقلارنىڭ هەر بىرىدىن 12 گرام ئېلىپ ، مۇڭاپىق سۇدا قاينىتىپ سۈزۈپ ، ئىلمان بولغاندا جىنسىي يولغا هەمەل قىلسا هەم جىنسىي ئەزانى يۇسا ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ .

( 7 ) ئانار پوستى ، ئەنگۈرشپا ، شاهتەررە ، موزا ، زەرچۇبە ، ئوغرىتىكەن ، چۆبچىنى ، ئۆشبە قاتارلىقلارنىڭ هەر بىرىدىن 15 گرام ، ئاق لەيلى گۈلى ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، سېرىق ئوت ئۇرۇقى قاتارلىقلارنىڭ هەر بىرىدىن 10 گرام ئېلىپ ، چالا سوقۇپ قاينىتىپ ، سۈيىدە جىنسىي يولنى يۇيۇش لازىم .

( 8 ) تامچە قۇرتلۇق جىنسىي يول يالىلۇغىدىن كېلىپ چىققان بولسا ، 60 مىللىلىتىر ئاچچىقسۇغا 120 مىللىلىتىر قاينات سۇ ئارىلاشتۇرۇپ ، كۈندە 1 قېتىم جىنسىي يولنى يۇيۇش كېرەك . بۇنىڭدا يەتتە كۈن بىر داۋالاش كۇرسى قىلىنىدۇ .

( 9 ) گۆدەك قىزلارنىڭ جىنسىي يول يالىلۇغىنى داۋالاشتا ، ياۋا جۇخار گۈلى ، كاككۇك گۈلى قاتارلىقلارنىڭ هەر بىرىدىن 50 ـــ 60 گرام ئېلىپ قاينىتىپ ، جىنسىي ئەزانى يۇيۇش ۋە سىرتىدىن زەيتۇن يېغى بىلەن ياغلاش لازىم .

( 10 ) موزا ، گىلى ئەرمىنى ، ئانار پوستى ، كەتىرا قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 10 گرام ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ئانار سۇيى بىلەن يۇغۇرۇپ شامچە تەييارلاپ ، كۈندە 1 قېتىم 5 ــ 7 كۈن جىنسىي يولغا قويۇلىدۇ .

( باي ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

13 ) كىسەللىك پەيدا قىلغۇچى سەۋەبنى ئېنىقلاپ ، سەۋەبنى قانىتا داۋالاش يۈرگۈزۈلىدۇ ۋە دورا ئارقىلىق داۋالاش بىلەن ئوزۇقلۇق ئارقىلىق داۋالاش بىرلەشتۈرۈلىدۇ .

( 1 ) يۇمغاقسۇت ئۇرۇقىدىن 100 گرام سوقۇپ تالقانلاپ ، 200 گرام ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلىپ ، كۈنىگە 2 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 10 گرامدىن بېرىلىدۇ .

( 2 ) ئانار ئۇرۇقىدىن 50 گرام ، تاباشىر ، شاھى بەللۇت ھەر بىرىدىن 20 گرام ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ ، 200 گرام ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلىپ ، 10 گرامدىن كۈندە 2 قېتىم بېرىلىدۇ .

( 3 ) كاۋاۋچىن ، قەلەمپۇر ، زىرە قاتارلىق دورىلارنىڭ ھەر بىرىدىن تەڭ مىقداردا ، خولىنجان ، زەنجۇبىلدىن يېرىم مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ ، 2.5 ھەسسە ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلىپ ، كۈنىگە 2 قېتىم 10 گرامدىن بېرىلىدۇ .

( 4 ) مۇرەككەپ دورىلاردىن ھەببى جەدۋال (26 ـ نۇسخا) ، ھەببى شىپا (33 ـ نۇسخا) ، مەجۇنى چۆبچىنى (64 ـ نۇسخا) ، مەجۇنى جاۋارش كۈمۈنى (126 ـ نۇسخا) ، مەجۇنى نانىخا (97 ـ نۇسخا) ، ئەرەقى نانىخا قاتارلىقلارنىڭ بىرى ياكى ئىككىسى تاللاپ بېرىلىدۇ .

( 5 ) ئانار پوستىدىن 60 گرام ، مامۇرانچىنىدىن 10 گرام ئېلىپ چالا سوقۇپ ، چىلاشقۇدەك قاياناق سۇغا چىلاپ ، دورا سۈيىدە سىرتقى جىنسىي ئەزا يۇيۇلىدۇ .

( 6 ) خولىنجاننى چالا سوقۇپ قاينىتىپ ، سۈيىدە سىرتقى جىنسىي ئەزا چىلاپ يۇيۇلىدۇ .

( 7 ) كاۋاۋىچىن ، ئانار پوستىدىن 30 گرامدىن ئېلىپ قاينىتىپ ، سۈيىدە سىرتقى جىنسىي ئەزا كۈنىگە 2 قېتىم يۇيۇلىدۇ .

( 8 ) ئانار پوستىدىن 50 گرام ، موزىدىن 20 گرام ئېلىپ قاينىتىپ ، سۈيىدە سىرتقى جىنسىي ئەزا يۇيۇلىدۇ .

( 9 ) موزا ، ئانار ئۇرۇقى ، گىلى ئەرمەنى ، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى قاتارلىقلاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ ، چالا سوقۇپ ، قاياناق سۇغا چىلاپ تەمىنى چىقىرىپ ، سىرتقى جىنسىي ئەزا يۇيۇلىدۇ . يۇقىرىقى دورىلاردىن تەڭ مىقدارda ئېلىپ ، يۇمشاق سوقۇپ ، تۇخۇم ئېقى بىلەن شامچە تەيياراپ ، جىنسىي يولغا كىرگۈزۈلىدۇ .

( 10 ) ئوزۇقلۇق بىلەن داۋالاشتا ، تەبىئىتى ئىسسىق ، ئۆزى قۇۋۋەتلىك ، ئەزالارنى چىڭىتقۇچى ، ھۆللۈكنى قۇرۇتقۇچى يېمەكلىكلەر بۇيرۇلىدۇ . سوغۇق ئىچىملىك ، ھۆل ۋە سوغۇق تەبىئەتلىك مېۋە ، يېمەكلىكلەردىن پەرھىز قىلدۇرۇلىدۇ .

( قەشقەر ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

14 ) مىجەز بۇزۇلۇشتىن بولغانلىرىغا ، مىجەزنى تەڭشەش ئۇسۇلىنى قوللانغاندىن كېيىن دورا ئىشلىتىلىدۇ . ئاق خۇننى توختىتىش ۋە تۇخۇمدان خىزمىتىنى ياخشىلاش مەقسىتىدە :

( 1 ) يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى ، بىخ مارجان ، كەھرىۋا ، گىلى ئەرمەنى ، تاباشىر ھەر بىرىدىن 30 گرام ، دارچىن ، ئۇدخامدىن 7 گرامدىن ، ئانار گۈلىدىن 6 گرام ، گىلى مەختۇم ، زەپەردىن 2 گرامدىن ئېلىپ ، قائىدە بويىچە سۈپۈپ تەييارلاپ ، كۈندە 2 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 10 گرامنى 30 مىللىلىتر ئانار شەربىتى (231 ـ نۇسخا) بىلەن قوشۇپ ئىچۈرۈلىدۇ .

( 2 ) شەربىتى ئەنجىبار (223 ـ نۇسخا) 50 مىللىلىتردىن كۈنىگە 2 قېتىم ئىچۈرۈلىدۇ .

( 3 ) قۇرسى كەھرىۋا ( 170 ـ نۇسخا ) 5 داندىن كۈنىگە 3 قېتىم بېرىلىدۇ .

15 ) قان تولۇقلاش ، بەدەننى قۇۋۋەتلەش مەقسىتىدە داۋا ئىلى

مىشكى شېرىن ( 70 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى ماددەتۇلھايات (85 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى خۇبسلھەدد (69 ـ نۇسخا ) ، نۆش دورا (99 ـ نۇسخا ) ، قەزىلگۇلقەنت ( 155 ـ نۇسخا ) قاتارلىق دورىلاردىن بىر ـ ئىككىسى بىرلەشتۇرۇپ بېرىلىدۇ .

( توقسۇن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

16 ) ئەگەر جىنسىي يول تامچە قۇرت كېسەللىكى سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا ، ئالدى بىلەن سامساقتىن مۇڭاپىق مىقدارىدا ئېلىپ ، ئايرىم ياكى تۇرۇپ بىلەن قوشۇپ قاينىتىپ سۈزۈپ ، تەييارلانغان سۈيىدە جىنسىي ئەزانى يۇيۇش كېرەك . مامۇرانچىنىدىن مۇڭاپىق مىقدارىدا ئېلىپ ، قاينىتىپ سۈزۈپ ، تەييارلانغان سۈيىدە جىنسىي ئەزانى يۇيۇش بىلەن بىللە ، دورا تېرىپلىرىدا شامچە تەييارلاپ ، 7 كۈنگىچە جىنسىي يولغا قويۇش لازىم . شاپتۇل مېغىزى ، زەئجۇبلدىن تەكّ مىقدارىدا ئېلىپ سوقۇپ ، ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ، چىلان چۆكۈلۈقىدا شامچە تەييارلاپ ، جىنسىي يولغا قويۇش كېرەك . گۈل يېغى ياكى بىنەپشە يېغى بىلەن جىنسىي ئەزانى ياغلاش لازىم . مۇرەككەپ دورىلاردىن تىلايى ھىككەنى قائىدە بويىچە ئىشلەتسە ، داۋالاش ئۈنۈمى يۇقىرى بولىدۇ .

تىلايى ھىككە نۇسخىسى : سۈزاپ ، نېلۇپەر ، قارا سۇنا قاتارلىقلار تالقانلىنىپ ، كاسنە سۇيىي بىلەن ئارىلاشتۇرۇلۇپ ، جىنسىي يولغا كىرگۈزۈلىدۇ .

بەسباسە ، سۇمبۇل ، رەيھان ، يالپۇز ، كەكرە ، مامۇرانچىنى ھەر بىرىدىن 4 گرام ، كۆيدۇرۇلگەن زەمچىدىن 2 گرام ئېلىپ ، سوقۇپ تاسقاپ ، سىركە ياكى ئاچچىقسۇدا خېمىر قىلىپ شامچە تەييارلاپ ، كۈندە كەچتە جىنسىي يولغا 1 دانىدىن سېلىپ قويۇلسا ، جىنسىي يول ئاجراتمىلىرىنى ئازايتىپ ، قۇرت ئۆلتۈرۈش تەسىرىنى كۆرسىتىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

17 ) پىلە غوزىسى ، زۇپا ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، گاۋزىبان ، ھەمىشە باھار ئۇرۇقى ، سەرپىستان ، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى ھەر بىرىدىن 30 گرام ،

شېكەردىن 100 گرام ئېلىپ ، سوقۇپ تاسقاپ سۈيۈپ قىلىپ ، كۈنىگە 2 قېتىم 10 گرامدىن ئىستېمال قىلىشقا بېرىلىدۇ .
( چىرا ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## بالىياتقۇ يەللىك ئىشىشقى

بۇ ، بويىدىن ئاجراش ۋە قېيىن تۇغۇتلار سەۋەبىدىن بالىياتقۇنىڭ زەخىملىنىشى ، بەزى قالدۇقلارنىڭ بالىياتقۇدا يىغىلىپ قېلىشى ، بالىياتقۇنىڭ زەئىپلىكى ۋە گاز پەيدا قىلغۇچى مىكروبلار بىلەن يۇقۇملىنىشلار سەۋەبىدىن بالىياتقۇدا قويۇق يەل يىغىلىپ قېلىپ بالىياتقۇنى كۆپىتۈرۈشىدىن پەيدا بولىدىغان بىر خىل كېسەللىك بولۇپ ، كىندىك ئاستىدا كۆپۈپ ئاغرىيدىغان ئىششىق بولۇش ، باسقاندا ئاغرىش ، ئاغرىش يانپاش ۋە مەيدە تەرەپكە تاراش ، چېكىپ كۆرگەندە ئاۋاز چىقىش ۋە كۆپ مىقداردا سېسىق پۇراقلىق ئاق خۇن كېلىش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) ھامىلدارلىق ۋە تۇغۇت مەزگىلىدە تازىلىققا قاتتىق دىققەت قىلىنىدۇ ، لازا ـ ئاچچىقسۇ ، كونا گۆش ، كالا ـ ئۆچكە گۆشى ، سۈت ، قېيىق ، تاۋۇز ، لەڭپۇك ۋە باشقا سوغۇقلۇقلاردىن پەرھىز قىلدۇرۇلىدۇ ، قۇۋۇۋەتلىك ئوزۇقلاندۇرۇلىدۇ .

2 ) يەل ھەيدىگۈچى ، يەل تارقاتقۇچى ۋە ئىششىق يانداۋرغۇچى مۇرەككەپ دورىلاردىن ھەببى ئايارەج پەيقىرا ( 1 ـ نۇسخا ) ھەسەل بىلەن كۈندە كەچتە 1 ۋاخ 7 تالدىن ، شەربىتى دىنارى ( 230 ـ نۇسخا ) كۈندە 3 ۋاخ 50 گرامدىن ، شەربىتى ئەنجىبار ( 223 ـ نۇسخا ) كۈندە 3 ۋاخ 50 گرامدىن ، جاۋارىش كۈمۈنى ( 126 ـ نۇسخا ) كۈندە 3 ۋاخ 5 گرامدىن ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

3 ) كات ھىندى ، قەلەمپۇر ، زۆرەنباد ، جويۇز ، قۇقىل ، مامۇرانـ

چىنىدىن 30 گرامدىن ئېلىپ ، چالا سوقۇپ ، مۇڭاپىق سۇدا تەمى چىققۇچە قاينىتىپ ، كۈندە 1 ڭاخ ئىلمان ھالەتتە ڭانىا قىلىنىدۇ .

4 ) بەدەننى قىزىتىش ئۈچۈن ، شەربىتى زەبىب ( بەرەسىنى داۋالاشقا قارالسۇن ) كۈندە 3 ڭاخ 30 گرامدىن ، شەربىتى زەبىب ( بەرەسىنى داۋالاشقا قارالسۇن ) كۈندە 3 ڭاخ 30 گرامدىن ، مەجۇنى ئازاراقى ( 46 ـ نۇسخا ) كۈندە 3 ڭاخ 5 گرامدىن ، جاۋارىش كۈمۈنى ( 126 ـ نۇسخا ) كۈندە 3 ڭاخ 5 گرامدىن بېرىلىدۇ .

5 ) جىنسىي يولدا قىچىشش بولسا ، ھەببى شاھتەررە ( 32 ـ نۇسخا ) كۈندە 2 ڭاخ 7 تالدىن ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

6 ) قىچىشش ڭە سىرتقى جىنسىي ئەزادا مۇدۇر ـ چاقا بولسا ، قەلەمپۇردىن 30 گرام ، پىلپىلدىن 15 گرام ، جويۇز ، زۇرەنباد ، كات ھىندى ، موزا ، كاۋاۋىچىن ، شاھتەررە ، ئەمەن ، بەزىرۇلبەنجى ، زەمچىدىن 30 گرامدىن ئېلىپ ، چالا سوقۇپ قاينىتىپ ، قول كۆيمىگۈدەك بولغاندا كۈندە 1 ڭاخ ڭانىا قىلىنىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

7 ) ئالدى بىلەن بەلغەم ماددىسىنى تەكشەش ئۈچۈن رۇمبەدىيان ، تاغ زىرىسىنىڭ ھەر بىرىدىن 12 گرام ئېلىپ ، مۇڭاپىق مىقداردىكى سۇدا 300 گرام قالغۇچە قاينىتىپ ، سۈيىگە 72 گرام گۈلقەنت سېلىپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 50 گرامدىن ئىچۈرۈلىدۇ . ئاندىن بەدىيان بىلەن تاغ زىرىسىنىڭ ھەر بىرىدىن 12 گرامدىن ئېلىپ ، 1 كىلوگرام سۇغا 8 سائەت چىلىغاندىن كېيىن ، 600 گرام قالغۇچە قاينىتىپ ، سۈيىگە سانادىن 21 گرام ، تەرەنجىۋىلدىن 60 گرام سېلىپ شىرىسىنى چىقىرىپ ، 72 گرام گۈلقەنت قوشۇپ ، كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 50 گرامدىن ئىچۈرۈلىدۇ .

8 ) بەدىيانىدىن 6 گرام ، بەدىيان يىلتىزىدىن 10 گرام ، ئوردان ، ئوغرىتىكەندىن 6 گرامدىن ، تاۋۇز ئۇرۇقىدىن 10 گرام ، ئەنگۈرشىپادىن 6 گرام ، گۈلقەنتتىن 50 گرام ئېلىپ ، گۈلقەنتتىن باشقا دورىلارنى 1 كىلوگرام سۇغا 8 سائەت چىلىغاندىن كېيىن پىرىمى قالغۇچە قاينىتىپ ،

سۇيـگـه گـۇلـقەنتنى سېلىپ ، كۇندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 30 گرامدىن ئـچـۈرۈلـىدۇ . دورىنى ئىچىپ ئۇچ كۇندىن كېيىن ، ئايارەج پەيقىرا ( 1 ـ نۇسخا ) كۇندە 1 قېتىم 10 گرامدىن ئىستېمال قىلىنىدۇ .

9 ) بـەدىـيـان ، رۇمـبـەدىيان ، چىگسەي ئۇرۇقى ، سەئتەر ، بەرگى سـۇزاپـىنىڭ ھـەر بىرىدىن 30 گـرام ، ئېرىتىلـگەن ھەسەلـدىن 120 گرام ئېلىپ ، دورىلارنـى يۇمشاق سوقۇپ ھەسەل بىلەن خېمىر قىلىپ ، كۇنـدە 2 قـېـتـىـم ، ھـەر قـېـتـمـدا 30 گـرامـدىن پاكىز داكـىـغا ئوراپ جىنسىي يولغا قويۇلىدۇ .

10 ) داۋالـىـنـىش جەريانىدا بىمارغا دادۇر ، نوقۇت ، زەنجىۋىل سېـلـىـنـغـان شـوۋگـۇرۇچ ئىستېمال قىلىش ، پىياز ، لازا ۋە كالا ـ ئۆچكە گۆشىگە ئوخشاش يەللىك نەرسىلەردىن پەرھىز قىلىش بۇيرۇلىدۇ .

( ئاۋات ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## بالىياتقۇنىڭ ئورنىدىن سلجىشى

بـۇ ، بـالـىـياتقۇنىڭ تۇغما ئارقىغا ئورۇنلىشىپ قېلىشى ، تۇغۇتتىن كـېـيـىـن بـالـىـياتقۇنىڭ تولۇق ئەسلىگە قايتماي ئارقىغا سلجىپ قېلىشى ، قـورسـاق بوشلۇقىدىكى ئەزالارنىڭ ھەر خىل سەۋەبلەر تۇپەيلىدىن چاپلىـشـىپ قـېـلـىـشى قاتارلىق سەۋەبلەردىن بالىياتقۇ ئەسلىدىكى ئورنىدىن بىر تـەرەپـكـە يـاكـى ئارقـىـغـا ئېگىلىپ قېلىش كېسەللىكى بولۇپ ، دوۋسۇن ئەتـراپـى ۋە تـوقـقـۇز كـۆز تـېـلـىـپ ئاغرىش ، جىنسىي ئالاقىدە ئاغرىش ، بالىياتقۇ سلجىغان تەرەپتىكى بېسىلغان ئەزالارنىڭ پائالىيىتى توسقۇنلۇققا ئۇچراش ، ھەيـز ئاغرىتىپ كېلىش ، كۆپ كېلىش ، ئوڭاي ھامىلدار بولـماسلىق قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) نـېـلـۇپـەر ، بـىـنـەپـشە 10 گرامدىن ، يۇمغاقسوت ئۇرۇقى ، ئاق لـەيـلـى ، خـەشـخاش پوستى ، سەرپىستان ھەر بىرىدىن 5 گرام ، چىلان ،

ئەينۇلا ھەر بىرىدىن 30 گرام ئېلىپ كاشكاپ تەييارلاپ بېرىلىدۇ . ئاندىن كېيىن ، مەجۇنى مادداتۇلھايات ( 85 ـ نۇسخا ) ، بەرشىشا ( 56 ـ نۇسخا ) ، پۇلۇنيا ( سۆزنەك كېسەللىكنى داۋالاشقا قارالسۇن ) ، ئەۋرىشىم شەربىتى ( 222 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلار بېرىلىدۇ .

2 ) چايىلىقى ئۇچۇن گاۋزىبان ھىندى ، لاچىندانە ، موزا ، بادرەنجىبۇيا ، جۇۋىنە ، كاۋاۋىچىن ھەر بىرىدىن 10 گرام ئېلىپ دەملەپ ئىچىسە بولىدۇ . ئاندىن كېيىن ، گاۋزىبان ھىندى ، بادرەنجىبۇيا ، ئاق سەندەل ، قىزىل سەندەل ، بۇغا مۇگگۇزى ، قىزىلگۇل ھەر بىرىدىن 21 گرام ، ئاقاقىيا ، كەتىرا ، گىلى ئەرمەننىڭ ھەر بىرىدىن 10 گرام ، ئەنجىبار ، ئانار گۈلىدىن 31 گرامدىن ، سۇمبۇل ، سىمىزئوت ئۇرۇقى ، پاقا يوپۇرماقى ئۇرۇقىدىن 15 گرامدىن ، ناۋاتتىن 250 گرام ئېلىپ ، قائىدە بويىچە شەربەت تەييارلاپ ئىچۇرسە بولىدۇ . قۇرسى كەھرىۋا قوشۇپ بېرىلسىمۇ بولىدۇ .

3 ) ئەنجۇر ، شۇمشە ، زاراڭزا مېغىزى ، زىغىردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ ، ھوردا ئولتۇرغۇزۇش ، شۇنىڭدەك مۇۋاپىق ھەربىرىكەتلەر بىلەن بالىياتقۇ ئورنىنى ئەسلىگە كەلتۇرۇش كېرەك .

4 ) مۇۋاپىق مىقداردىكى ئىپارنى يەسمەن گۈلى يېغىدا ئېزىپ ، بالىياتقۇ قىنىغىر كەتكەن تەرەپكە سىرتتىن چاپسىمۇ بولىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## بالىياتقۇنىڭ قانۇنى

بۇ ، بالىياتقۇ مىجەزى بۇزۇلۇش ، قان سۇيۇلۇپ كېتىش ، ئۇيۇشۇشچانلىقى تۆۋەنلەش ، بالىياتقۇنىڭ قۇۋۋىتىنى تەكشۈچى تەبىئىي قۇۋۋەتنىڭ خىزمىتى قالايمىقانلىشىش ، شۇنداقلا بەدەن ئاجىزلىق ، ئۇزۇقلۇق يېتىشمەسلىك ، غەم ـ قايغۇ ، قاتتىق چارچاش قاتارلىق روھىي ئامىللار سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدىغان كېسەللىك بولۇپ ، خەلق ئارىسىدا

خۇن تەۋرەش ، خۇن كېسەللىكى دەپ ئاتىلىدۇ . ئاياللارنىڭ جىنسىي يو-لىدىن قەرەلسىز خۇن كېلىش ، ھەيز كۆرۈش ۋاقتى ئۇزىرىپ كېتىش ، خۇننىڭ مىقدارى كۆپ بولۇش ، كۆزى قاراڭغۇلىشىش ، ماغدۇرسىزلى-نىش ، يۈرەك سېلىش ، ئىشتىھاسىزلىق ، ئۈيقۇسىزلىق ، ئىنچىكە بەل بىلەن تۆۋۈنكى قورساق قىسمى تېلىپ ئاغرىش ، ئاقمۇتتىدە كەم قانلىق قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) بەدەننى قۇۋۇتلىگۈچى ، ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى ، قان كۆ-پەيتكۈچى دورىلاردىن مەجۇنى چۆبچىنى ( 64 ـ نۇسخا ) ، شەربىتى ئەنجىبار ( 223 ـ نۇسخا ) ، ھالۋايى بەيزە ( ئۇنتۇغاقلىق كېسەللىكىنى داۋالاشقا قارالسۇن ) ، ماددەتۇلھايات ( 85 ـ نۇسخا ) ، شەربىتى رۇمان ( 231 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلار بېرىلىدۇ .

2 ) ھەيزنى نورمالاشتۇرۇش ئۈچۈن ، ھەببى كەھرىۋا ( 38 ـ نۇسخا ) ، شەربىتى ئەنجىبار ( 223 ـ نۇسخا ) ، شەربىتى رۇمان ( 231 ـ نۇسخا ) ، شەربىتى قانتېپەر قاتارلىق دورىلار بېرىلىدۇ .

3 ) قاناش ۋاقتى ئۇزاق بولسا ، ئەنجىبار ، ئانار گۈلى ، ئاق سەن-دەل ، ئاقاقىيا ، كەتىرا ، تاباشىر ، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى ، موزا ، داۋا ، گىلى ئەرمەنى ، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزىدىن 20 گرامدىن ، سېرىق ناۋاتتىن 200 گرام ئېلىپ ، قائىدە بويىچە مەتبۇخ قىلىپ ، كۈنىگە 3 ۋاخ 200 گرامدىن بېرىلىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

4 ) قاندىن بولغان خۇن تەۋرەش كېسەللىكىگە مىجەزنى تەڭ-شەش ، پەرھىز تۇتۇش ، قەۋزىيەتتىن ساقلىنىش ئاساسىدا ، ئىترىپىل كەشنىزى ( 184 ـ نۇسخا ) ، شەربىتى سەندەل ( 235 ـ نۇسخا ) قا-تارلىقلارنى بەرگەندىن كېيىن ، مۆتىدىلەرنىڭ خۇن توختاتقۇچى دورىلاردىن مەتبۇخى ھېلىلە ( 261 ـ نۇسخا ) ياكى مەتبۇخى شاھى-تەررە ( 260 ـ نۇسخا ) ، ئانار شەربىتى ( 231 ـ نۇسخا ) ، زۇپا شەربىتى

( 232 ـ نۇسخا ) ، چىلان شەربىتى بېرىلىدۇ .

5 ) غەيرىي تەبىئىي بەلغەمدىن بولغان خۇن تەۋرەش بولسا ، بەدەندىكى ھۆللۈكنى نورماللاشتۇرۇش ئۈچۈن ئايارەج پەيقىرا ( 1 ـ نۇسخا ) ، ئىترىپىل سەغىر ( 110 ـ نۇسخا ) قاتارلىق دورىلارغا خۇن توختاتقۇچى دورىلار قوشۇپ بېرىلىدۇ .

6 ) سەۋدا خىلىت تېپىدىكى بىمارنى داۋالاشتا ، بەدەنگە نەملىك بىلەن ئىسسىقلىق يەتكۈزۈش ئۈچۈن ، مەتبۇخى ئەپتىمۇن ( 253 ـ نۇسخا ) بىلەن خۇن توختاتقۇچى دورىلار قوشۇپ بېرىلىدۇ . خۇن توختىتىش مەقسىتىدە قۇرسى كەھرىۋا ( 170 ـ نۇسخا ) دىن كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 گرامدىن 1 ــ 2 ھەپتە بېرىپ ، خۇن توختىغاندىن كېيىن ، كۈندە 1 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 30 مىللىلىتىردىن بېرىلىدۇ . ئىككىنچى قېتىم ھەيز كەلگەندە ، دورىلار ئالدىنقى مىقداردا بىر ھەپتە بېرىلىدۇ . يۇقىرىقى دورىلار بىلەن بىللە ، مەجۇنى خەمىرى مەرۋايىت ( 135 ـ نۇسخا ) ياكى مەجۇنى كۈندۇر ( 80 ـ نۇسخا ) ، ئانار شەربىتى ( 231 ـ نۇسخا ) ، سەندەل شەربىتى ( 235 ـ نۇسخا ) قاتارلىق دورىلاردىن تاللاپ ئىشلىتىلىدۇ . ئۇنىڭدىن باشقا ، جىنسىي يولغا كۈندە ياكى كۈن ئاتلاپ شىياپى مومسىك بىر كۇرس سېلىنىدۇ .

تەركىبى : سۇرمە ، ئانارگۈلى ، زەمچە ، تەنكار ، كۈندۇر ، موزا ، ئاقاقىيا ھەر بىرىدىن 10 گرام ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ ، ھەببۇلئاس سۇيى بىلەن 2 گراملىقتىن شامچە تەييارلاپ ، ئەھۋالغا قاراپ كۈندە 1 ــ 3 دانە دىن جىنسىي يولغا سېلىنىدۇ .

7 ) بالىياتقۇ داس بوشلۇقىدا ياللۇغلىنىش قوشۇلۇپ كەلگەنلەرگە ياللۇغ قايتۇرۇش ئۈچۈن ، مەجۇنى چۆبچىنى سەغىر ( 64 ـ نۇسخا ) ياكى كەبىرە ( 65 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ . خۇن توختىغاندىن كېيىن ، ئانار پوستى ، موزا ، شاھتەررە ، چۆبچىنى ، ئەمەن قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ، قاينىتىپ يۇيۇندۇرۇلىدۇ .

( ئۇرۇمچى ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

8 ) ئالدى بىلەن قان توختاتقۇچى دورىلاردىن سۈپۈپى ھابىس كۈنىگە 2 قېتىم 4 گرامدىن قاياناق سۇ بىلەن ئىچۈرۈلىدۇ ، ئاندىن ئانار گۈلقەنت ( 158 ـ نۇسخا ) 10 گرامدىن كۈنىگە 3 قېتىم 2 گرام كەھرىۋا ئارىلاشتۇرۇپ ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

سۈپۈپى ھابىس نۇسخىسى : موزا ، سەگگى جاراھەت ، يۇلغۇن مېۋىسى ، ئاچچىق ئالما قېقى قاتارلىقلار باراۋەر مىقدارىدا ئېلىنىپ ، يۇمشاق سوقۇپ ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تەييارلىنىدۇ . كۈندە 2 قېتىم 4 گرامدىن ئىچىلىدۇ .

9 ) ئەگەر يەل خاراكتېرلىك بولسا ، ھەببى كىبرىت ( 40 ـ نۇسخا ) كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 5 داندىن بېرىلىدۇ . ھەببى سىماب ( 22 ـ نۇسخا ) كۈندە 1 قېتىم 5 داندىن بېرىلىدۇ . ئۇنىڭدىن باشقا ، شۇمشە ئۇرۇقى ، بابۇنە ، قارا كۆز بەدىيان ، سېمىزئوت ئۇرۇقى قاتارلىقلاردىن تەڭ مىقدارىدا ئېلىپ ، مۇۋاپىق سۇدا قاينىتىپ ، سۈيىگە ئازراق زىغىر يېغى قوشۇپ ، ھورىدا بىمار ئولتۇرغۇزۇلىدۇ . كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا شەربىتى ئەنجىبار ( 223 ـ نۇسخا ) دىن 10 گرام ، قۇرسى كەھرىۋا قابىز ( 171 ـ نۇسخا ) دىن 2 گرام ئىچۈرۈلىدۇ .

( قاغىلىق ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

10 ) قان توختىتىش ئۇچۇن ئەنجىباردىن 30 گرام ، ئاق سەندەل ، ئانار گۈلى ، ئاقاقىيا ، موزا ، سەمغى ئەرەبى ، ھۇممار ئۇرۇقى ، يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى ھەر بىرىدىن 12 گرام ، شېكەردىن 50 گرام ئېلىپ ، 1.5 لىتىر سۇدا قائىدە بويىچە قاينىتىپ ، 750 مىللىلىتىر قالغاندا شېكەر سېلىپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 50 مىللىلىتىردىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ . ياسالمىلاردىن خەمىرى مەرۋايىت ( 135 ـ نۇسخا ) ، قۇرسى كەھرىۋا ( 170 ـ نۇسخا ) قاتارلىق دورىلار بېرىلىدۇ . كەلگەن قانىنىڭ مىقدارى كۆپ بولسا ، خۇنسىياۋۇشان ، ئەنجىبار ، كۈندۇر ، كەھرىۋا ، تاباشىر ، ئانارگۈلى ، ئانار پوستى ، موزا ، ئاقاقىيا قاتارلىق دورىلاردىن 15 گرامدىن ئېلىپ قائىدە بويىچە سۈپۈپ تەييارلاپ ، كۈندە 3 قېتىم 7 گرامدىن بېرىلىدۇ . كەم قانلىق

قوشۇلۇپ كەلگەن بولسا ، ئانار شەربىتى ( 231 ـ نۇسخا ) ، ماددەتۇلھايات ( 85 ـ نۇسخا ) قوشۇپ بېرىلىدۇ .

( ئۇرۇمچى ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

11 ) تـۆۋەندىكى چارىلەرمۇ خۇن توختىتىشتا ياخشى تەسىرقىلىدۇ:

( 1 ) بـۇغـا مـۇڭـگـۈزى كۈلىدىن 80 گرام ، كەھرىۋادىن 20 گرام ، پـىـلە غۇزىسىنىڭ كۈلىدىن 15 گرام ، فۇفىل ، موزىدىن 30 گرامدىن ، ئانار پـوسـتـىـدىن 80 گرام ، ئانارگۈلىدىن 60 گرام ئېلىپ تالقانلاپ ، 200 گرام قـارا شـېـكەر قوشۇپ ، بىر چـمـدىـمـدىن كۆنـدە 2 قېتىم تاماقتىن كېيىن ئىستېمال قىلىنىدۇ .

( 2 ) كـەھرىـۋا ، گـىـلى ئەرمـەنـى ، ئەرەب يـېـلـىـمـى ، كەتىرا ، خۇنسياۋشان ، بۇغداي كراخملى ، ئاقىرقەرھا ، ئانارگۈلى ھەر بىرىدىن 5 گـرام ئېـلـىـپ ، يۇمشاق تالقانلاپ ، پاقا يوپۇرمقىنىڭ تاتلىقى چىقىرىلغان شـەربـەت بـىـلـەن خـېـمـىـر قىلىپ ، 0.2 گرامدىن كۈمىلاچ تەييارلاپ ، 4 داندىن كۈندە 2 قېتىم تاماقتىن كېيىن ئىستېمال قىلىنىدۇ .

( 3 ) ئانـارگـۈلـى ، تاجىگۈلىنىڭ ھەر بىرىدىن 10 گرام ، قىزىلگۈل چـېـچـىـكى ، ئانار پوستى ، خوخا يوپۇرمقى ھەر بىرىدىن 12 گرام ئېلىپ ، چالا سوقۇپ دەملەپ ئىچىلىدۇ .

( 4 ) ئۆرۈك يـاكى جىگدە يېلىمىدىن 30 گرام ، يىلان تۇخۇمىدىن 10 گـرام ، كـاۋاۋچـىـن ، زەرچىۋە ، شاكال بەدىيان ھەر بىرىدىن 10 گرام ئېـلـىـپ تالقانلاپ ، ھەر كۈنى بىر تۇخۇمنىڭ ئېقىغا بىر چىمدىم ئارىلاشتۇ- رۇپ ، دوۋسۇن ، بەل ۋە يىرىقتا چېپىلىدۇ .

( 5 ) ئانـارگۈلقەنت ھەر كۈنى ھاجەتكە لايىق ئىستېمال قىلىنىدۇ .

( 6 ) سـۆئـلـەپ چـىـنـى ، بـىـخ مارجان ، كەھرىۋا ھەر بىرىدىن 15 گـرام ، ئەنـجـىـبـار ، ئانار گۈلى ھەر بىرىدىن 10 گرام ئېلىپ يۇمشاق سو- قـۇپ ، ئەرەقـى سـەنـدەل بـىـلـەن نوقۇت چوڭلۇقىدا ھەب قىلىپ ، 4 ـــ 8 داندىن ئىستېمال قىلىشقا بېرىلىدۇ .

( 7 ) 60 گـرام ئەمـەن كۆمۈرىنى ( ئەمەننى قورۇپ ، ئوندىن يەتتە

ھەسسسسگىچە قارايتىپ ئېلىنىدۇ ) يۇمشاق سوقۇپ ، ھەر قېتىمدا 10 گرامدىن گۈرۈچ سۈيى بىلەن ئىچسە ، ئوبدان مەنپەئەت قىلىدۇ .

## بالىياتقۇ چىقىپ قېلىش

بۇ ، ئوتتۇرا ياش ۋە ياشانغان ئاياللاردا كۆپ ئۇچرايدىغان ، بالىياتقۇنىڭ ھۆللۈكى ئېشىپ كېتىش بىلەن مۇسكۇل - پەيلەرنىڭ توتۇش قابىلىيىتى ئاجىزلاش ، تۇغۇت جەريانىدىكى نورمالسىزلىقلار نەتىجىسىدە بالىياتقۇ ۋە داس تۇۋۇى سىرتىق ئەتلىرى بوشاپ كېتىش ، قورساق ساھەسىگە چۈشكەن ھەر خىل بېسىملار سەۋەبىدىن بالىياتقۇنىڭ جىنسىي يولدىن سىرتقا چىقىۋېلىشى بولۇپ ، ئېغىر - يەڭگىللىك دەرىجىسى ئوخشاشمايدۇ . ئېغىرلىرىدا بالىياتقۇ جىنسىي يولدىن ئامۇتتەك چوڭلۇقتا سىرتقا چىقىۋېلىش ، ھەتتا چوڭ - كىچىك تەرەت يوللىرىنى توسۇۋېلىش ، سۈيدۈك توسۇلۇش ، بەل تېلىپ ئاغرىش ، ئاق خۇن كۆپ كېلىش ، ئاغرىش كۈچلۈك بولۇش ، ئىچ كىيىمگە سۈركىلىپ جاراھەتلىنىش ، جاراھەتتىن قان ۋە شلىمشق سۈيۇقلۇق ئېقىپ تۇرۇش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) چوڭ - كىچىك تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش ، يۆتەل ، قەۋزىيەتنى داۋالاش ئارقىلىق بالىياتقۇغا چۈشىدىغان بېسىمنى يەڭگىللىتىش چارىسى قوللىنىلىدۇ .

2 ) غەيرىي تەبئىي بەلغەم غالىبلىقىدىن كېلىپ چىققان بولسا :

( 1 ) ھەببى ئايارەج پەيقرا ( 1 - نۇسخا ) 7 تالدىن كۈنىگە 1 ۋاخ بېرىلىپ ، ئۈستىدىن 1 قوشۇق ھەسەل بېرىلىدۇ .

( 2 ) مەجۇنى بايادىتۇس ( 51 - نۇسخا ) كۈنىگە 2 ۋاخ 6 گرامدىن بېرىلىدۇ .

3 ) چىلاندىن 7 گرام ، ئەنگۈرشىپا ، قىزىلگۈلدىن 9 گرامدىن ،

گـاۋزىـبـان ، قۇرۇق ئۇزۇم ، ئاق لەيلى گۈلى ، گۈلى بىنەپشىدىن 15 گرام دىـن ئېـلـىـپ ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇدا قاينىتىپ سۈزۈپ ، سۈيىگە قارا شېكەر بىلەن گۈل يېغىدىن 30 گرامدىن ئارىلاشتۇرۇپ ، چىقىۋالغان بولسا يۇيۇلىدۇ ياكى ئىتتىرىپ كىرگۈزۈۋېتىپ ، بالىياتقۇغا ھۆقنە قىلىنىدۇ .

4 ) چـىـقىۋالغان بالىياتقۇنى يۇيۇپ بولغاندىن كېيىن ، چىقىۋالغان قـىـسمىنى بېسىپ كىرگۈزۈۋېتىپ ، 1 گرام زەپەرنى يۇمشاق سالايە قىلىپ ، 30 گـرام گـۈل يـېـغـىـغـا ئارىلاشـتـۇرۇپ دېـزىـنـفېكسىيە قىلىنغان داكىغا ئـىـچـۈرۈپ ، جـىـنـسـىي يولغا كىرگۈزۈپ ، بىمار پۇتىنى ئۇستۇن ، بېشىنى پەس قىلىپ ياتقۇزۇلىدۇ .

5 ) فـۇفـىـل ، مـوزا ، كۇندۇر ، ئاقاقىيا ، تاباشىر ، گىلى ئەرمەنى ، كـۆيـدۈرۈلـگەن زەمچە ، خەرنۇپ قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 12 گرام ئېـلـىـپ ، سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ئەرەقى گۈل ياكى رەيھان سۈيىدە يـۇغـۇرۇپ ، پـاكىز داكىغا ئوراپ بالىياتقۇ ئىچىگە سېلىنىدۇ ۋە سىرتىدىن تـېـڭـىـۋېـتـىـلـىـدۇ . 2 ــ 3 كـۈنـدە 1 قېتىم دورا يۆتكەپ ، 15 كۈنگىچە قوزغالماي يېتىش بۇيرۇلىدۇ .

6 ) بەل ۋە دوۋسۇن ساھەسىنى زەيتۇن يېغى ياكى قەلەمپۇر يېغى ( 292 ـ نۇسخا ) بىلەن ياغلاشقا بۇيرۇلىدۇ .

7 ) ئىچىدىن ئىچىشكە تۆۋەندىكى دورىلار بېرىلىدۇ :

( 1 ) مەجۇنى ئازاراقى ( 46 ـ نۇسخا ) 3 گرامدىن كۈندە 3 قېتىم ؛

( 2 ) جـاۋارىش كۇندۇر(127 ـ نۇسخا) 5 گرامدىن كۈندە 3 قېتىم؛

( 3 ) مـەجـۇنى ماددەتۇلھايات (85 ـ نۇسخا ) 6 گرامدىن كۈندە 2 قېتىم ؛

( 4 ) خـەمـىرى مـەرۋايـىت ( 136 ـ نۇسخا ) 5 گرامدىن كۈندە 2 قېتىم بېرىلىدۇ .

7 ) يەللىك ۋە سوغۇقلۇق يېمەكلىكلەردىن پەرھىز قىلدۇرۇلىدۇ .

( غۇلجا ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

8 ) بـالـىـياتقۇنىڭ پەيلىرىنى چىڭىتىش ، مېڭە ، يۇرەك خىزمىتىنى

نورماللاشتۇرۇش ئۇچۇن ، شەربىتى ئۇستىقۇددۇس بېرىلىدۇ .

شەربىتى ئۇستىقۇددۇسنىڭ تەركىبى : ئۇستىقۇددۇس ھىندى ، ئۇدسەلەب ھەر بىرىدىن 15 گرام ، بىخسۇس ، بىستىپايەج ، گاۋزىبان ، بادرەنجىبۇيا ، زۇپا ، پىرسياۋشان ھەر بىرىدىن 10 گرام ، سۇمبۇل ، ئىرسا ، رۇمبەدىيان ھەر بىرىدىن 9 گرام ، ئۇۋاق ئۇزۇمدىن 10 گرام ، ئەنجۇردىن 60 گرام ، سازەج ھىندىدىن 6 گرام ، ھەسەلدىن 250 گرام ئېلىپ ، قائىدە بويىچە شەربەت تەييارلاپ بېرىلىدۇ . بۇ شەربەتنى ئىككى كۇرس ئىچكەندىن كېيىن ، دوۋسۇن ئۇستى ۋە جىنسىي يولدىكى چىڭقىلىش خىلى ياخشىلىنىدۇ .

9 ) شەربىتى ئۇستىقۇددۇس بېرىلىش بىلەن بىللە ، تۆۋەندىكى قاينىتمىدا بالىياتقۇ يۇيۇلىدۇ :

تەركىبى : بىنەپشىدىن 11 گرام ، چىلان ، گاۋزىبان ، قىزىلگۇل ھەر بىرىدىن 9 گرام ، ئۇزۇمدىن 15 گرام ، قارا شېكەردىن 30 گرام ، گۇل يېغىدىن 20 گرام ئېلىپ ، دورىلارنى قاينىتىپ سۇزۇپ ، ئۇستىگە قارا شېكەر سېلىپ ئېرىتىپ ، گۇل يېغى قوشۇپ تەييارلىنىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## بالىياتقۇ بوينى يالۇغى

بۇ ، ھەيز كۆرۈپ تۇرغان ئاياللاردا كۆپ ئۇچرايدىغان ، تۇغۇت ، بالا چۈشۈش ياكى قىردۇرۇش جەريانىدا بالىياتقۇ بوينى زەخمىلىنىپ يۇقۇملىنىش ۋە چىلە دەۋرىدىكى تازىلىققا رىئايە قىلماسلىق سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدىغان كېسەللىك بولۇپ ، بالىياتقۇ بوينى شەلۋىرەپ زىيادىلىنىش ، بالىياتقۇ بوينىغا مۇنچاق گۆش ئۇنۇپ قېلىش ، بالىياتقۇ بويىنىغا قان تولۇش ، سۇلۇق ئىششىق ، خالتىلىق ئىششىقلار شەكىللىنىش نەتىجىسىدە ئاق خۇن كۆپىيىش ، قويۇق يىرىڭسىمان بەزىدە قان ئارىلاش ئاق خۇن كېلىش ، بەل تېلىپ ئاغرىش ، قورساق ئاغرىش ، قورساق

ئېغىرلاشقاندەك بولۇش ، بالىياتقۇ بويىندا تېرىقسىمان مونەكچىلەر پەيدا بولۇش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) بىرىنچى دەرىجىلىك يەڭگىل كېسەللىكنى داۋالاشتا ، كاكىنەچ ، ئەنگۈرشپا ، شاھتەررە ، گىلى ئەرمەنى ، بىنەپشە ، بابۇنە ، بەخسۇس ھەر بىرىدىن 5 گرام ئېلىپ قاينىتىپ ، ئىلمان ھالەتتىكى سۇيىدە بالىياتقۇ بوينى يۇيۇپ تازىلىنىدۇ . شۇنىڭ بىلەن بىللە ، گۈلى بىنەپشىدىن 30 گرام ، سېرىق ئوت ئۇرۇقى ، كاسنە ئۇرۇقى ، گاۋزىبان ھىندى ، تەرخەمەك ئۇرۇقى ھەر بىرىدىن 7 گرام ، كاسنە يىلتىزى ئۇرۇقىدىن 18 گرام ، بەدىيانداىن 9 گرام ، تاۋۇز ئۇرۇقىدىن 7 گرام ، شەۋەردىن 110 گرام ، گۈلقەنتتىن 30 گرام ، شېكەردىن 350 گرام ئېلىپ شەربەت تەييارلاپ ، كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 50 گرامدىن 3 كۈن ئىچۈرۈلىدۇ . ئۇنىڭدىن كېيىن ، ياللۇغ قايتۇرۇش ، گۆش ئۇندۇرۇش ئۇچۇن مامۇرانچىنىدىن 5 گرام ، موزىدىن 3 گرام ، زەمچىدىن 1.5 گرام ، كات ھىندىدىن 10 گرام ، كۆكنار ، قىزىلگۈل ، چۆبچىنىدىن 7 گرامدىن ئېلىپ سوقۇپ ، 3 ــ 7 كۈنگىچە ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ . بۇنىڭ بىلەن بىللە ، تازىلانغان پاختىنى گۈل يېغىغا تەگكۈزۈپ ، ئۇستىگە 3 گرام سۇپۇپ سېلىپ ، زەخىملەنگەن ئورۇنغا 5 ــ 7 كۈنگىچە قويۇلىدۇ . مۇرەككەپ دورىلاردىن مەجۇنى خىيارشەنبەر ، ئىترىپىل چۆبچىنى ( 64 ـ نۇسخا ) ھەر بىرى 10 گرامدىن كۈندە 2 ۋاخ ئىستېمال قىلىنىدۇ .

2 ) ئىككىنچى دەرىجىدىكى كېسەللىكلەرنى داۋالىغاندا ، يۇقىرىقى تەرتىپ بويىچە بالىياتقۇ بوينى يۇيۇلىدۇ ، يۇقىرىقى مۇنزىج بىمارغا 7 كۈن ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ ، يۇقىرىقى سۇپۇپ بالىياتقۇ بوينىغا كۈن ئارىلاپ 7 ــ 14 كۈنگىچە سېپىپ بېرىلىدۇ . بۇنىڭغا قوشۇپ سېرىق ئوت ، بىنەپشە ، گاۋزىبان ھىندى ، قىزىلگۈل قاتارلىقلاردىن 7 گرام ، بىستىياـ يەچ ، ئۇستىقۇددۇس ھىندى ، بادرەنجبۇيا ، ئۇرۇقسىز ئۇزۇمدىن 10 گرام ، تەرەنجىۋىل ، خىيارشەنبەر قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 30 گرام ، سانادىن

15 گرام ، ئەينۇلا ، كابۇل هېلىلىسىدىن 30 گرامدىن ، بادام مېغىزىدىن 10 گرام ئېلىپ ، 1.5 لىتر سۇغا 4 سائەت چىلاپ 750 مىللىلىتر شەربەت تەيياراپ ، كۇندە 2 قېتىم 60 مىللىلىتردىن 3 ــ 7 كۇنگىچە بېرىلىدۇ .

3 ) بىمارداً بەل ، قورساقنىڭ تۆۋەن قىسمى ئاغرىش ئېغىر بولۇپ ، يىرىڭسمان قويۇق ئاق خۇن كۆپ بولسا ، گۇلى بىنەپشە ، ئەنگۇرشپا ، بابۇنە ، شۇمشە ، ئىككىلمىلىك ھەر بىرىدىن 10 گرام ئېلىپ قاينىتىپ ، ھورىدا ئولتۇرغۇزۇلىدۇ . ئىترىپىل چۆبچىنى ( 64 ـ نۇسخا ) ، قۇرسى كەھرىۋا ( 170 ـ نۇسخا ) ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

4 ) ئۇچىنچى دەرىجىدىكى كېسەللىكلەرنى داۋالاشتا ، يۇقىرىقى يۇيۇش سۇيۇقلۇقى بىلەن جىنسىي ئەزا تازىلاپ تۇرۇلىدۇ . بىمارغا 7 ــ 14 كۇنگىچە مۇنزىج بېرىلىپ ، ياللۇغ قايتۇرۇش سۇيۇپى 14 كۇندىن بىر ئايغىچە ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ . بۇنىڭ بىلەن بىللە ، كابۇل هېلىلىسى ، ئەنجۇر ، ئۇرۇم ، چىلان ، خىيارشەنبەرلەرنىڭ ھەر بىرىدىن 30 گرام ، سېرىق ئوت ، ئۇستىقۇددۇس ، سانا ، شاھتەررە ، ئەنگۇرشپا ھەر بىرىدىن 15 گرام ، سېرىق ئوت ئۇرۇقى ، كاسنە ئۇرۇقى ، تۇربۇت ، گاۋزىبان ھىندى ، بىستېپايەج ، بادرەنجبۇيا ، قارا هېلىلە ھەر بىرىدىن 9 گرام ، بىنەپشە ، قىزىلگۇل ، چۆبچىنى ھەر بىرىدىن 7 گرام ، ئامىلە ، ئۇشبىدىن 12 گرامدىن ، ئەينۇلىدىن 45 گرام ، تەرەنجىۋىلدىن 100 گرام ، بادام يېغىدىن 15 مىللىلىتر ئېلىپ ، 200 مىللىلىتر سۇغا چىلاپ 750 مىللىلىتر شەربەت تەييارلاپ ، كۇندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 50 مىللىلىتردىن 7 ــ 10 كۇنگىچە ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ . مۇرەككەپ دورىلاردىن مەجۇنى ئۇشبە ، ئىترىپىل چۆبچىنى ( 64 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى خىيارشەنبەر ( يۇقىرى قان بېسىمى كېسەللىكىنى داۋالاشقا قارالسۇن ) ، قۇرسى كەھرىۋا (170 ـ نۇسخا ) ، ھەببى مەنتەن ( پالەچ كېسەللىكىنى داۋالاشقا قارالسۇن ) قاتارلىقلار بېرىلىدۇ .

( خوتەن هۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

5 ) مامۇرانچىنى ، ئانار پوستى ، ئانار گۇلى قاتارلىقلاردىن باراۋەر

مىقداردا ئېلىپ ، چالا سوقۇپ قاينىتىپ ، سۈيىدە ۋاننا قىلىنىدۇ .

( ئاقتۇ ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

6 ) ئەگەر بالياتقۇ بوينى يالۇغى يەڭگىل دەرىجىدە بولسا ، مامۇرانچىنىنى قاينىتىپ ، قاينىتىلغان سۇغا پاختىنى چىلاپ يەرلىك ئورۇننى پاكىز يۇغاندىن كېيىن ، تۆۋەندىكى سۈپۈتتىن كۇنىدە 1 قېتىم ئۇدا 3 ــ 4 كۈن تەگكۈزۈپ بەرسە ، شەلۋەرەش يوقىلىپ ، يېڭى توقۇلمىلار شەكىللىنىدۇ .

سۈپۈپنىڭ تەركىبى : مۇرمەككى ، مەستەكى رۇمى ، زەمچە ، كات ھىندى ھەر بىرىدىن 10 گرام ، ئانار گۈلى ، چۆبچىنى ، قىزىلگۈل ھەر بىرىدىن 7 گرام ئېلىپ ، يۇمشاق سوقۇپ سۈپۈپ تەييارلىنىدۇ . ئۇنىڭدىن باشقا ، مامۇرانچىنى بىلەن كەتىرادىن تەييارلانغان سۈپۈپنى ئىشلەتسىمۇ تەسىرى ياخشى بولىدۇ .

7 ) مۇرەككەپ دورىلاردىن مەجۇنى چۆبچىنى ( 64 ـ نۇسخا ) كۇنىدە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 10 گرامدىن ، قۇرسى كەھرىۋا ( 170 ـ نۇسخا ) ھەر كۇنى 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 2 گرامدىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

8 ) ئەگەر كېسەللىك ئوتتۇرا دەرىجىلىك بولسا ، يەرلىك ئورۇننى يەنىلا مامۇرانچىنىنى قاينىتاتقان سۇدا يۇيۇپ تازىلىغاندىن كېيىن ، تۆۋەندىكى نۇسخا جىنسىي يولغا كۇنىدە 1 قېتىم بىر ھەپتىگىچە قويۇلىدۇ :

تەركىبى : ئەنزۇرۇتتىن 15 گرام ، زەرنىخ ، زەمچە ، مەستەكى ، مۇرمەككى ھەر بىرىدىن 20 گرام ، نۆشادۇر ، كات ھىندىدىن 10 گرامدىن ئېلىپ ، يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، پاختا شارچىغا يۇقتۇرۇپ جىنسىي يولغا قويۇلىدۇ . بۇ ئۇسۇل ئارقىلىق شەلۋەرەشنى يوقاتقاندىن كېيىن ، ئانار گۈلى ، موزا ھەر بىرىدىن 10 گرامدىن ، كۈندۈر ، سۈرمە ، ئاقاقىيادىن 3 گرامدىن ، ھۇماما ئۇرۇقىدىن 10 گرام ئېلىپ ، يۇمشاق سوقۇپ ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ھۇماما ئۇرۇقىنى مۇڭاپىق مىقداردىكى سۇدا تولۇق تەمى چىققۇچە قاينىتىپ ، سۈيىدە دورىلارنى يۇغۇرۇپ شامچە تەييارلاپ . ئۇدا بىر ھەپتە جىنسىي يولغا قويۇلىدۇ . بۇ دورا بىلەن داۋالىغاندا

يەنىلا ئۇنۇمى كۆرۈلمىسە ، موزىدىن 6 گرام ، قەلەمپۇردىن 3 دانە ، ئىپاردىن 5 گرام ، ئىزخىر ، ئامىلە ، ھەببۇلئاس ھەر بىرىدىن 4.5 گرامدىن ئىبلىپ يۇمشاق سوقۇپ ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ سۈپۈپ تەييارلاپ ، قۇرۇق پاختىغا تەگكۈزۈپ جىنسىي يولغا قويۇلىدۇ .

9 ) مۇرەككەپ دورىلاردىن ئىترىپىل چۆبچىنى ( 64 ـ نۇسخا ) كۇندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 10 گرامدىن ، ھەببى سماب ( 22 ـ نۇسخا ) كۇندە 1 قېتىم 1 گرام بېرىلىدۇ .

10 ) زەمچە ، مۇرمەككى ، زەرنىخ ، مەستىكى رۇمى ھەر بىرىدىن 20 گرام ، نۆشادۇر ، چايانىدىن 10 گرامدىن ، كافۇردىن 6 گرام ، شىڭرىپ مۇدەببەردىن 12 گرام ، ئىپاردىن 4 گرام ، دېڭىزبىيادىن 8 گرام ، سۆئلەپ چىنىدىن 16 گرام ئىبلىپ ، يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، كۇندە 1 قېتىم ئۇدا 8 كۇن بېرىلىدۇ .

11 ) ئەگەر جىنسىي يولدىن كېلىدىغان سېسىق پۇراقلىق سۈيۇقلۇق يەنىلا توختىمسا ، ئەنزۇرۇت ، كۇندۇر ، خۇنسياۋشان ، مۇر-مەككى ، زەمچە ، ئانار پوستى ، جويۇز ، سەبرە ھەر بىرىدىن 15 گرامدىن ئىبلىپ ، يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، پاقا يوپۇرمىقى سۈيى ياكى ئانار سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ شامچە تەييارلاپ ، كۇندە 1 قېتىم 3 ـــ 5 كۇنگىچە جىنسىي يولغا قويۇلىدۇ . بۇلاردىن باشقا ، مەلھەمى داخلىيۇن (304 ـ نۇسخا ) نى پاختىغا يۇقتۇرۇپ جىنسىي يولغا قويسىمۇ ئۇنۇمى ياخشى بولىدۇ . موم ، تۇخۇم بېغى ، ئۆردەك بېغى ، زىغىر بېغى ، قارا كۆز بەدىيان ئۇرۇقى ، بابۇنە ، مۇقىل قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئىبلىپ شامچە تەييارلاپ ، جىنسىي يولغا سالسىمۇ ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ .

12 ) مۇرەككەپ دورىلاردىن ئىترىپىل مۇقىل كۇندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 10 گرام ، ھەببى مۇقىل ( 42 ـ نۇسخا ) كۇندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام بېرىلىدۇ .

ئىترىپىل مۇقىل نۇسخىسى : كابۇل ھېلىلىسى پوسىنى ، ئامىلە پوستىدىن 20 گرامدىن ، مۇقىلدىن 30 گرام ئىبلىپ ، يۇمشاق سوقۇپ بول-

غاندىن كېيىن ، مۇقىلنى كۆدە سۈيدە ئېرىتىپ ، ئۈستىگە باشقا دورىلارنى ۋە مۇۋاپىق مىقدارىدا ھەسەل قوشۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ .

( يوپۇرغا ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

13 ) جىگدە گۈلى ، كۆيدۈرۈلگەن زەمچە ، ئوسما يىلتىزى ياكى ئۇرۇقى ، كاكنەچ ، ئەنگۈرشپا ، سېمىزئوت ئۇرۇقى ، گۈل يېغى ، بابۇنە يېغى ، چايان يېغى قاتارلىق دورىلارنىڭ ھەر بىرىدىن 100 گرام ئېلىپ ، سوقۇشقا تېگىشلىك دورىلارنى سوقۇپ تاسقاپ ، ئاندىن ھەممە دورىلارنى بىرلەشتۈرۈپ قائىدە بويىچە شامچە تەييارلاپ ، جىنسىي يولغا كىرگۈزۈلىدۇ .

14 ) ئەگەر بالىياتقۇ ياللۇغى يەڭگىل دەرىجىدە بولسا ، سۆئلەپ چىنى ، مامۇرانچىنىلاردىن تەڭ مىقدارىدا ئېلىپ ، چالا سوقۇپ قاينىتىپ ، دېزىنفېكسىيىلەنگەن پاختىنى چىلاپ يەرلىك ئورۇننى پاكىز يۇغاندىن كېيىن ، زەمچە ، كات ھىندى ، سۆئلەپ چىنى ، مامۇرانچىنى ، مۇرمەككى قاتارلىقلارنى يۇمشاق سوقۇپ ئۇدا 5 ــ 7 كۈن يەرلىك ئورۇنغا تەگكۈزۈپ بەرسە ، شەلۈەرەش يوقىلىپ ، توقۇلمىلار پەيدا بولۇپ ، ياللۇغ قايتىدۇ .

15 ) خىتمىنى ئۆردەك يېغى بىلەن قوشۇپ بالىياتقۇغا قويسا ، ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ .

## بالىياتقۇ جاراھىتى

بۇ ، ياش ، ئوتتۇرا ياش ۋە ياشانغان ئاياللاردا كۆپ ئۇچرايدىغان ، سىرتقى زەخىم ، كۆپ تۇغۇش ، قىيىن تۇغۇت ، سۈنئىي ئۇسۇلدا كۆپ قېتىم بالا ئالدۇرۇش قاتارلىق سەۋەبلەردىن بالىياتقۇ بوينى ۋە دىۋاربدىكى قان تومۇرلار يېرىلىپ ، شىللىق پەردىلەر يىرتىلىپ ، بارغانسېرى يارىغا ئايلىنىدىغان ئاياللار كېسەللىكى بولۇپ ، دوۋسۇن ، بەل قاتتىق ئاغرىش ۋە چىڭقىلىش ، جىنسىي يولدىن گۆش يۇغان سۇدەك سېسىق پۇراقلىق قان

كېلىش ، بەزىدە قان بىلەن يىرىڭ ئارىلاش كېلىش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) ئەگەر بالىياتقۇ جاراھىتى سىرتقى زەخمىدىن بولغان بولسا ، بالىياتقۇدىن يىرىڭ كەلمەي قانلا كەلسە ، زەخمىنى ساقايتىش ئۈچۈن ئالدى بىلەن مەتبۇخى ئەپتىمۇن بېرىلىپ ، ئۇنىڭدىن كېيىن خۇن توختىتىشقا چارە قىلىنىدۇ . شەربىتى ئەنجىبار ۋە باشقا دورىلارنى بېرىش بىلەن بىللە ، شۇمشە ئۇرۇقى ، بابۇنە ، قارا كۆز بەدىيان ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، زىغىر ، گۈل يېغىدىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ ، سۇدا قاينىتىپ ، كۆيمىگۈدەك ھالەتتە ۋاننا قىلىنىدۇ . زۆرۈر تېپىلغاندا ، بىۋاستە جىنسىي يولغا دورا ماگدۇرۇلىدۇ .

مەتبۇخى ئەپتىمۇن تەركىبى : كاۋۇل ھېلىلىسى 61 گرام ، ھېلىلە زەرد 41 گرام ، سېرىق ئوت 3 گرام ، ئۇستىقۇددۇس 31 گرام ، سېرىق ئوت ئۇرۇقى 15 گرام ، نىلۇپەر 2 گرام ، سانا 31 گرام ، ئەنگۇرشىپا 15 گرام ، شاھتەررە 31 گرام ، بىنەپشە 9 گرام ، سايۇا ئۇزۇم 31 گرام ، چىلان 61 گرام ، ئۆشبە ، ئامىلە ، تۇربوت 21 گرامدىن ، گاۋزىبان 15 گرام ، قىزىل گۈل 9 گرام ، بىستىپايەج 17 گرام ، بادرەنجبۇيا 15 گرام ، چۆبچىنى 9 گرام ، قارا ھېلىلە 21 گرام ، كاسنە ئۇرۇقى 15 گرام ، پۇنۇس 45 گرام ، ئەينۇلا 90 گرام ، تەرەنجىۋىل 200 گرام ، بادام يېغى 15 گرام .

شەربىتى ئەنجىبار تەركىبى : گاۋزىبان ھىندى ، بادرەنجبۇيا 21 گرامدىن ، ئەنجىبار 31 گرام ، ئانارگۈلى 21 گرام ، قىزىلگۈل ، خۇنسىياۋشان 7 گرامدىن ، ئاق سەندەل ، قىزىل سەندەل 21 گرامدىن ، قىيمىقۇ ئۇرۇقى ، سىمىز ئوت ئۇرۇقى ، بۇغا مۇڭگۈزى ، چۆبچىنى 15 گرامدىن ، داۋا ، رۇبىبسۇس ، كەتىرا ، سەمغى ئەرەبى 7 گرامدىن ، ناۋات 250 گرام .

2 ) جاراھەتنىڭ ئېغىر ـ يەڭگىللىك دەرىجىسىگە ئاساسەن ، مەجۇنى چۆبچىنىڭ تۆۋەندىكى ئاددىي نۇسخىسى تەييارلاپ بېرىلىدۇ :

تەركىبى : چۆبچىنى 60 گرام ، سەۋزە ئۇرۇقى ، تەرخەمەك ئۇ-

رۇقى ، ئەنجىبار ، ئۆشبە ، ھەر بىرى 15 گرامدىن ، مامۇرانچىنى ، رەۋەن ، كاكىنەچ ، قوغۇن ئۇرۇقى ، قەلەمپۇر 10 گرامدىن ، ئېگىر ، كۆپۈكى دەريا 30 گرامدىن ، ھەسەل 500 گرام . قائىدە بويىچە مەجۇن تەييارلاپ ، كۈنىگە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 10 گرامدىن بېرىلىدۇ .

3 ) شەربىتى ئەنجىبار ( 223 ـ نۇسخا ) 30 گرامدىن كۈنىگە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

4 ) بابۇنە ، ئىككىلمىلىك ، شۇمشە ئۇرۇقى ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، مۇرمەككى ، ئانار گۈلىدىن 20 گرامدىن ، سۇدىن 1 لىتر ئېلىپ ، دورىلارنى پىششىق قاينىتىپ سۈزۈپ ، دورا سۈيىنى ئىلمان ھالەتكە كەلتۈرۈپ ، جىنسىي يول كۈندە 1 قېتىم يۇيۇش سايمىنى ئارقىلىق يۇيۇلىدۇ .

5 ) تۆۋەندىكى موزا شامچىسى كىرگۈزۈلىدۇ :

تەركىبى : مۇرمەككى ، مەستىكى رۇمى 40 گرامدىن ، زەرنىخ ، زەمچە 15 گرامدىن ، ئاقاقىيا ، موزا ، كافۇر 10 گرامدىن ئېلىنىپ ، قائىدە بويىچە شامچە ياساپ ، كۈندە 1 قېتىم جىنسىي يولغا كىرگۈزۈپ ئۇزاقراق تۇرغۇزۇلىدۇ .

6 ) جاراھەتلەنگەن ئورۇن رەۋغىنى سەۋم ( 287 ـ نۇسخا ) بىلەن ياغلىنىدۇ . سىرتىدىن ئىسسىق ئۆتكۈزۈلىدۇ .

7 ) بەدەننى كۆچەيتىش ئۈچۈن ماددەتۈلھايات ( 85 ـ نۇسخا ) ، شەربىتى ئەۋرىشم ( 222 ـ نۇسخا ) ، شەربىتى رۇمان ( 231 ـ نۇسخا ) قاتارلىق دورىلار بېرىلىدۇ .

8 ) يېنىك دەرىجىدىكى بالىياتقۇ بوينى جاراھىتىنى داۋالاشتا ، ئىچىشكە مەتبۇخى كاكىنەچنىڭ تۆۋەندىكى نۇسخىسى 200 مىللىلىتىردىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

كاكىنەچ ، ئۇستىقۇددۇس ، ئەنگۈرشپا ، گۈلى بىنەپشە ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، چۆبچىنى ، شاھتەررە ، قوغۇن ئۇرۇقى ، تەرخەمەك ئۇرۇقى ، رۇمبەدىيان ، بەدىيان ، بەدىيان يىلتىزى ، سېرىق ئوت ، ئامىلە ، قارا ھىلىلە ، ئەنجۇر قېقى 20 گرامدىن ئېلىنىپ ، قائىدە بويىچە قاينىتىلىدۇ .

سىرتىدىن دورا ئىشلىتىشتە ، كاكىنەچ ، ئەنگۈرشىپا ، شاھتەررە ، گىلى ئەرمەنى ، بىنەپشە ، بابۇنە ، بىخسۇس قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 5 گرامدىن ئېلىپ قاينىتىپ ، سوۋۇتۇپ يۇيۇلىدۇ . موزا ، ئانار پوستى 10 گرامدىن ، زەمچىدىن 5 گرام ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ ، گۈل يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ ، پاكىز پاختىدا پىلتىكۈچ ياساپ يارا يۈزى ياغلىنىدۇ .

9 ) ئېغىر دەرىجىدىكى بالىياتقۇ بويىنى جاراھەتسىگە يۇقىرىقى دورىلارنى تولۇق ئىشلەتكەندىن تاشقىرى ، يەنە مەجۇنى چۆبچىنى ( 64 ـ نۇسخا ) 10 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ ، ھەببى كەھرىۋا ( 38 ـ نۇسخا ) 7 تالدىن كۈندە 3 ۋاخ ئىچىشكە بېرىلىدۇ . ئەرەقى كاسنە ( 268 ـ نۇسخا ) بىلەن گۈل يېغى ( 297 ـ نۇسخا ) دىن باراۋەر مىقدارا ئارىلاشتۇرۇپ ، يارا يۈزىنى يۇغاندىن كېيىن ، ئۈستىگە موزا تالقىنى سېپىلىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

10 ) مامۇرانچىنى ، كەتىرا ، قىزىلگۈل خەمىكى ، موزا ھەر بىرىدىن 20 گرام ، گۈل يېغىدىن 15 گرام ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ تاسقاپ ، گۈل يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ شامچە ياساپ ، بالىياتقۇ ئاغزىغا قويۇلىدۇ .

( ئاقتۇ ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## بالىياتقۇ راكى

بۇ ، 40 ياشتىن يۇقىرى ئاياللاردا كۆپ كۆرۈلىدىغان ، سەۋدا ياكى سەپرا ئارىلاشقان بەلغەم ماددىسىنىڭ كۆپىيىشىدىن كېلىپ چىقىدىغان ، بالىياتقۇ ياللۇغى ۋە جاراھەتلىرىنىڭ ۋاقتىدا ساقايماي ئۇزاققا سوزۇلۇشى نەتىجىسىدە راكقا ئۆزگىرىشىدىن پەيدا بولىدىغان كېسەللىك بولۇپ ، بالىياتقۇ بويىنى ، بالىياتقۇ تېنى ۋە بالىياتقۇ ئىچكى پەردىسىدە پەيدا بولىدۇ . دەسلەپتە بادامچىلىك مونەكچە پەيدا بولۇپ ، كېيىنچە چوڭىيىش ، ھەيز كېسىلگەندىن كېيىنكى دەۋردە جىنسىي يولدىن خۇن كېلىش ، كېيىنچە سۇ كېلىش ، زىيدىلەنگەندىن كېيىن سېسىق پۇراقلىق زەرداب سۇ كېلىش ،

ئاغرىش بارغانسېرى كۈچەيمىش ، ئاخىرقى باسقۇچتا كۆيگەندەك قاتتىق ئېچىشىپ ئاغرىش ، توقۇزكۆز ، دوۋسۇن ئۇستى قاتارلىق جايلار ئېچىشىپ ، سانجىلىپ ئاغرىش ، كەم قانلىق ، تېز ئورۇقلاش ۋە قىزىتما قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) راك دەسلەپ پەيدا بولغاندا ، سەۋدا ۋە سەپراغا قارىتا مۇنزىج يېكى ئارىلاپ مەتبۇخى ئەپتىمۇن ( 253 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ . كاسنە ئۇرۇقى ، بىخسۇس ، گاۋزىبان ھىندىنىڭ ھەر بىرىدىن 1 گرامدىن ئېلىپ ، 33 گرام ئاق شېكەر قوشۇپ قايىنىتىپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ . ئىككىنچى قېتىم ، سېرىق ئوت ، غارىقۇن قوشۇپ بېرىلىدۇ . ئۇنىڭدىن كېيىن ، يەڭگىل مۇسھىل بېرىلىدۇ . سېرىق ئوت قاينىتمىسى مائۇلجەبىن بىلەن قوشۇپ بېرىلىدۇ . قان تازىلاش ئۇچۇن ئەرەقى شاھتەررە ( 267 ـ نۇسخا ) ، ئەرەقى مۇسەپپاخۇنغا ئوخشاش دورىلار بېرىلىدۇ . ئۇنىڭدىن كېيىن ، يۇقۇملىنىشقا قارشى ، يۇرەكنى قۇۋۋەتلەندۇرگۈچى ، راكنىڭ باشقا ئەزالارغا كېڭىيىپ كېتىشىنى توسقۇچى دورىلار بېرىلىدۇ ۋە ئالامىتىگە قاراپ داۋالاشمۇ ئېلىپ بېرىلىدۇ .

2 ) مۇرەككەپ دورىلاردىن ئەۋرىشم شەربىتى ( 222 ـ نۇسخا ) ، ئالما شەربىتى ، خەمىرى مەرۋايىت ( 136 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى ئۆشبە ، ئەرەقى چۆبچىنى ، ئىترىپىل چۆبچىنى ( 64 ـ نۇسخا ) ، قۇرسى كەھرىۋا ( 170 ـ نۇسخا ) ، ئەرەقى سەندەل ، ئەرەقى ئەنگۇرشىپا ( 262 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى رەۋەن ، شەربىتى ئەنجىبار ( 223 ـ نۇسخا ) قاتارلىق دورىلار كېسەلنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ بېرىلىدۇ .

3 ) ئىشىق يانداۋروش ئۇچۇن بابۇنە ، شۇمشە ، زىغىر ، ئاق لەيلى ، پۇرچاق ئۇنى قاتارلىقلار ئەنجۇر شىرنىسىدە يۇغۇرۇلۇپ ، يېرىم ئىسسىق ھالەتتە زىماد قىلىنىدۇ .

4 ) ئىپار ، چىلان ، نىشاستە ، بىخسۇس ، زەمچە ، بىخ مارجان ، كات ھىندى ، مەستىكى ، مۇرمەككى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېـ

لىپ شامچە تەييارلاپ ، ئۇنى بالىياتقۇغا قويۇپ 1 ــ 3 كۈندە 1 قېتىم ئالماشتۇرسا بولىدۇ . كۈندۈر ، جىنتىيانا ، كۆيدۈرۈلگەن سەرتان ، ئېھتىياجغا لايىق ھەسەل ئېلىپ ، مەجۇنات تەييارلاپ بېرىلىدۇ .

5 ) ئاغرىش ئېغىر بولسا ، ھەببى ئەپيۇن بېرىلىدۇ . قاناش ئېغىر بولسا ، قان توختاتقۇچى مۇرەككەپ دورىلار بېرىلىش بىلەن بىللە ، ئاناركۈلى ، گىلى ئەرمەنى ، بۇغا مۇڭگۈزىنىڭ كۈلى . سېمىز ئوت ئۇرۇقىنىڭ سۈيى ، خۇنسياۋشان قاتارلىقلار ئىچۈرۈلىدۇ . مەلھەمى روسۇل ، مەلھەمى ئەلا ، مەلھەمى سەرپىستانلارنىڭ ئۇنۇمى ياخشى .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

6 ) ئالدى بىلەن ئىشىشقىنىڭ تەرەققىياتىنى توسۇش ئۈچۈن ، تۇگمەن تېشى ، بىلەي تېشى ، قوغۇشۇن قاتارلىقلارنى كۆك ئەنگۈرشپا ، كۆك يۇمغاقسۇت سۈيىگە سۈرۈپ ياكى ئېزىپ ، گۈل يېغىغا قوشۇپ ئىچىشكە بەرسە بولىدۇ . ئۇنكىدىن كېيىن ، قەلەي ئۇپىسى ، گىلى ئەرمەنى ، ئۇسۇڭنىڭ سۈيىگە زەيتۇن يېغى قوشۇپ زىماد قىلىنىدۇ . بۇ ، ئېتىلىش ، جاراھەتلىنىشتىن ساقلايدۇ . ئەگەر جاراھەتلەنگەن بولسا ، قەلەي ئۇپىسى ، تۇتىيا مەغسۇلنى گۈل يېغى بىلەن قوشۇپ چاپسا بولىدۇ .

7 ) بالىياتقۇ راكىدا بىرىنچى قېتىم ماددىنى پىشۇرۇش ئۈچۈن كاسىنە ئۇرۇقى ، بىخسۇس ، گاۋزىبان ھىندى 11 گرامدىن ، ئاق شېكەردىن 33 گرامنى 1 كۈن ئىچىپ تۇرۇشقا بېرىلىدۇ . ئىككىنچى قېتىم ، سېرىق ئوت ، غارىقۇن ئاساس قىلىنغان قاياناتما بېرىلىدۇ . ئۈچىنچى قېتىم ، سېرىق ئوت ، غارىقۇندىن 11 گرام ، شورادىن 3 گرام ، قارا خەربەقتىن 50 گرام ئېلىپ ، يۇمشاق سوقۇپ ھەب قىلىپ ، 2 كۈندە 1 قېتىم 3 ــ 5 گرام ئىستېمال قىلىشقا بېرىلىدۇ . بەدەننى قۇۋۇتلەندۈرۈش ئۈچۈن ، ئوغلاق گۆشى سېلىنغان تاماق يېيىشنىڭ لازىملىقى بۇيرۇلىدۇ . تۆتىنچى قېتىمدا ھەسەلدىن 30 گرام ، سۇتتىن 100 گرام ، توخۇ تۇخۇمىنىڭ ئېقىدىن 1 دانە ئېلىپ قوچۇپ ، گۈلدىن 100 گرام قوشۇپ بالىياتقۇغا كىلىزما قىلىنىدۇ .

8 ) قارىمۇچ ، ئۇچقۇن پاقا ، ئاقىرقەرھا ، قۇرۇتۇلغان ئاق يەر يىلىنى قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 100 گرام ، سىماب ، سىرىق ھېلىلە ، ئاقمۇچ ، لاچىندانە ، بۇغا مۇڭگۈزى تالقىنى ، تۇم زەنجىۋىل ، سۇمبۇل ، كۇندۇر ، زۆرەنباد ، قاقىلە ، قۇرۇتۇلغان ئانارگۈلى ، كاۋاۋىچىن قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 50 گرام ، كۇچۇلا تالقىنى ، تازىلانغان ئامىلە قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 30 گرام ، ئىپاردىن 5 گرام ، قۇرۇتۇلغان سازاڭ قۇرتىدىن 10 دانە ، توخۇ تاشلىقى پوستىدىن 100 دانە ، ھەسەلدىن 2 كىلوگرام ئېلىپ ، سىمابنى زەھەرسىزلەندۈرۈپ ( سىمابنى ئالدى بىلەن 50 گرام قارىچاي تالقىنىغا ئارىلاشتۇرۇپ ، سوقما ھاۋانچىدا 2 سائەت سوقۇپ ، ئاندىن 50 گرام ئۇرۇقسىز ئۈزۈم بىلەن يېرىم سائەت ئەتراپىدا سوقۇپ ، ئەڭ ئاخىرىدا 20 گرام ئېرىتىلگەن قوي يېغى بىلەن بىللە يېرىم سائەت ئەتراپىدا سوقسا ، سىماب تولۇق ئۆلۈپ پارچىلىنىپ زەھەرسىزلەنىدۇ ) ، باشقا سوقۇشقا تېگىشلىك دورىلارنى ئايرىم ـ ئايرىم سوقۇپ تاسقاپ ، يۇقىرىقى زەھەرسىزلەندۈرۈلگەن سىمابقا ئارىلاشتۇرۇپ ، چەكىلەنگەن ھەسەل بىلەن مەجۇن تەييارلاپ ، كۇندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 10 گرامدىن تاماقتىن كېيىن قايناق سۇ بىلەن ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .
( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## تۇغماسلىق

بۇ ، ئەر ـ ئايال ئىككىلا تەرەپكە چېتىلىدىغان بىر مۇرەككەپ كېسەللىك بولۇپ ، ئەر تەرەپتىكى مۇھىم سەۋەبلەردىن تاشقىرى ، ئايالالاردا ئومۇمىي بەدەنلىك ياكى بالىياتقۇنىڭ مىجەزى بۇزۇلۇش ، تۇخۇمدان ، تۇخۇم توشۇش نەيچىسى ، بالىياتقۇ بوينى ۋە بالىياتقۇنىڭ ئۆزىدىكى نۇرغۇن كېسەللىك ئۆزگىرىشلىرى سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىپ ، توي قىلىپ ئۇچ يىلغىچە تۇغماسلىق ۋە بەرەرنى تۇغۇپ قايتا ھامىلدار بولماسلىق قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) ئالدى بىلەن سەۋەبىنى ئېنىقلاپ ، تۇغماسلىق سەۋەبى ئايالدا بولسا ، ئايالدىكى كېسەللىك ئۆزگىرىشلىرىگە توغرا دىئاگنوز قويۇپ ، كەلتۈرۈپ چىقارغۇچى سەۋەبكە قارىتا داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ .

2 ) قان سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا :

( 1 ) ئاياغ تەرىپىگە لوكىقا قويۇلىدۇ .

( 2 ) تەمرى ھىندى چىلانمىسى بېرىلىدۇ .

( 3 ) بالىياتقۇ گۈل يېغى ياكى سەۋسەن يېغى بىلەن ياغلىنىدۇ .

3 ) سەپرا خىلىتى غالىبلىقىدىن كېلىپ چىققان بولسا :

( 1 ) مەتبۇخى ھېلىلە بېرىپ ( 261 ـ نۇسخا ) تەنقىيە قىلىنىدۇ .

( 2 ) مەتبۇخى تەمرى ھىندى ( مېڭە قان تومۇرى قېتىشىش كېسەللىكىنى داۋالاشقا قارالسۇن ) بېرىلىدۇ .

( 3 ) شەربىتى زىرىشكە ( ئۆت يالۇغنى داۋالاشقا قارالسۇن ) بېرىلىدۇ .

( 4 ) ئالما شەربىتى بېرىلىدۇ .

4 ) سەۋدا غالىبلىقىدىن كېلىپ چىققان بولسا ، مەتبۇخى ئەپتىمۇن ( 253 ـ نۇسخا ) بېرىپ تەنقىيە قىلىنىدۇ .

5 ) بەلغەم مادىسى غالىبلىقىدىن كېلىپ چىققان بولسا ، ھەببى ئايارەج پەيقرا ( 1 ـ نۇسخا ) بېرىپ ، بەلغەم تەنقىيە قىلىنىدۇ .

6 ) بەك سېمىزلىكتىن كېلىپ چىققان بولسا ئورۇقلىتىش ، ئورۇقلىتىن كېلىپ چىققان بولسا مۇۋاپىق سەمرىتىش ، كەم قانلىقتىن كېلىپ چىققان بولسا قان كۆپەيتىش چارىلىرى قوللىنىلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

7 ) بەلغەم خىلىتى غالىبلىقىدىن كېلىپ چىققان بولسا ، داۋالاشنىڭ دەسلەپىدە بالىياتقۇنىڭ ھالىتىنى ئۆزگەرتىش مەقسىتىدە پۇتنى قورساققا يېغىپ كۆندە 2 قېتىم 20 مىنۇتتىن دۇم ياتقۇزۇلىدۇ . بالىياتقۇدا قىزىقلىق پەيدا قىلىپ ھۆللۇكنى ئازايتىش ئۈچۈن ، داۋا ئىلمىشكى (70 ـ

نۇسخا ) ، ئەۋرىشىم شەربىتى ( 222 ـ نۇسخا ) ، لوبۇبى سەغىر ( 84 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى سەقەنقۇر قاتارلىق دورىلار بېرىلىدۇ . چايلىقىغا خولىنجان ، قاقىلە ، قەلەمپۇر ، دارچىن ، بەدىيان ، پىلپىل قاتارلىق دورىلار تەييارلاپ بېرىلىدۇ . دوۋسۇن ئۈستى زەيتۇن يېغى بىلەن ياغلىنىدۇ .

مەجۇنى سەقەنقۇر نۇسخىسى : زەنجىۋىل ، قارىمۇچ ، پىلپىل ، ئاق قىرقەرھا ، قوۋزاق دارچىن ، يۇمىلاق زىراۋەندە ، سۆئلەپ ، ياڭاق مېغىزى ، نارجىل ، لاچىندانە ، سۆئىدى ھىندى ، قەلەمپۇر ، سۇمبۇل ، كۈندۇر ، زۆرەنباد ، سەۋزە ئۇرۇقى ، قۇستە شېرىن ، ئاق بەھمەن ، قىزىل بەھمەن ، جويۇز ، قاقىلە ، چىكسەي ئۇرۇقى ، زاراڭزا ئۇرۇقى ، بۇقا چۆنسى ، سەقەنقۇر ، مېھرىگىياھ ھەر بىرىدىن 10 گرامدىن ، بۇغا مۇڭگۈزىدىن 20 گرام ، ھەسەلدىن 3 ھەسسە ئېلىنىپ ، قائىدە بويىچە مەجۇن تەييارلاپ ، كۈنىگە 2 قېتىم 6 گرامدىن بېرىلىدۇ .

8 ) ئايالالار ھەيزدىن پاك بولغاندىن كېيىن ، لىسانىل ئاساپىرنى ھەسەل ۋە زەپەر بىلەن يۇمشاق ئېزىپ ، لاتىغا ئوراپ ۋاليىاتقۇ ئېغىزىغا قويسا ، ھامىلىدار بولۇشقا ياردەم بېرىدۇ .

( ئۇرۇمچى ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## ھۆسن تۇزەش

1 ) خام تۇخۇمنىڭ ئېقىنى تاكى ئاپئاق بولغۇچە قوچۇپ ، ئاندىن يۇزگە سۈركەپ ، بىر پەس ئۇۋۇلىغاندىن كېيىن ئىسسىق سۇ بىلەن يۇيۇۋەتسە ، يۇزنى سىلىقلاشتۇرىدۇ . تۇخۇمنىڭ ئېقىغا بېھى شىرىسى ( لۇئابى ) قوشۇۋېتىلسە تېخىمۇ ياخشى .

2 ) 1 قوشۇق زەيتۇن يېغىغا 1 دانە تۇخۇم سېرىقىنى ئوبدان ئارىلاشتۇرۇپ يۈزگە سۈركەپ بەرسە ، تېرىنى يۇمشىتىدۇ .

3 ) 50 گرام ياڭاق يوپۇرمىقىنى 1 لىتىر سۇدا قاينىتىپ ، سۈيىدە يۇزىنى يۇيۇپ بەرسە ، تېرە يۇزىدىكى يۇقۇملىنىش ۋە ھەر خىل يالۇغلارنى

قايتۇرىدۇ . ئەگەر شارائىت يار بەرسە ، دورا سۈيدە ۋاننا قىلسمۇ يۇقىرىدەك تەسىرلەرنى بېرىدۇ .

4 ) خام ئالمىنى يۇمشاق چاناپ ، بېھى شىرىسى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يۇزگە سۈركىسە ، يۇزنى پارقىرىتىدۇ . پىششىق ئالمىنى يۇمشاق ئېزىپ سۈت بىلەن ئوبدان ئارىلاشتۇرۇپ يۇزگە بىر پەس سۈركەپ ، 15 مىنۇت تۇرغاندىن كېيىن ئىلمان سۇ بىلەن يۇيۇۋەتسە ، يۇزنى پارقىراق ھەم يۇمشاق قىلىدۇ .

5 ) 3 گرام سەمىغى ئەرەبنى مېۋە سۈيىدە ئېرىتىپ يۇزگە سۈركەپ ، بىرئاز تۇرغاندىن كېيىن ئىلمان سۇ بىلەن يۇيۇۋەتسە ، يۇز تېرىسىنى ياخشىلايدۇ .

6 ) ھۆل كاسىنىڭ غولى ۋە يوپۇرمىقىنى ئوبدان ئېزىپ سۈيىنى چىقىرىپ ، ئۇنىڭغا تۇخۇم ئېقىنى ئارىلاشتۇرۇپ يۇزگە سۈركەپ 10 مىنۇت تۇرغاندىن كېيىن يۇيۇۋېتىلسە ، تەر بەزلىرىنى جانلاندۇرۇپ ، تەرنى كۆپەيتىدۇ ھەمدە ھەر خىل تېرە كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ .

7 ) يالپۇزنى ئېزىپ سۈيىنى چىقىرىپ ، تۇخۇمنىڭ ئېقى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يۇزگە سۈركىسە ، يۇز تېرىسىدىكى قىچىشىشنى توختىتىپ ، مۇدۇرلارنى يوقىتىدۇ ، يۇزنى پارقىرىتىدۇ .

8 ) ھۆل ئۇزۇمنى زەيتۇن يېغىدا قايناتىپ سۈزۈپ يۇزگە سۈركىسە ، يۇزنى چىرايلىق قىلىدۇ ۋە قورۇقلارنى يوقىتىدۇ .

9 ) ئوبدان پىشقان ھۆل قاپاقنى قاينىتىپ ھالۋىدەك قىلىپ يۇزگە سۈركىسە ، رەڭگىروينى ئەسلىگە كەلتۈرىدۇ ۋە پارقىرىتىدۇ .

10 ) ئاپېلسىننى يۇمشاق ئېزىپ يۇزگە سۈركىسە ، تېرىنى يۇمران قىلىدۇ . چۈنكى ، ئۇنىڭ تەركىبىدە ۋىتامىن C كۆپ بولغانلىقى ئۈچۈن ، تېرىگە ناھايىتى ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ .

11 ) تېرىنىڭ ساغلام ۋە پارقىراق بولۇشى ھەمدە تېرە يېرىلىشنىڭ ئالدىنى ئېلىش ئۈچۈن ، 20 گرام قۇرۇق بىنەپشىنى 0.5 لىتر سۇغا 2 سائەت چىلىغاندىن كېيىن ، ئوتقا قويۇپ بىرنەچچە مىنۇت قاينىتىپ سۈزۈپ

ئېلىپ ، كۆندە ئۇچ ئىستاكان ئىچسە بولىدۇ ..بۇ ئۇسۇلنى ئەتىياز پەسلىدە قوللانسا تېخىمۇ ياخشى .

12 ) بىرنەچچە دانە لالە گۈلنى 1 لىتر سۇدا قاينىتىپ سۈزۈپ يۇزنى يۇسا ، قۇرۇقلۇقتىن بولغان تېرە كېپەكلىشىشكە مەنپەئەت قىلىدۇ .

13 ) چىكسەينى ئوبدان يۇيۇپ ، سقىپ سۈينى چقىرىپ ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ھەپتىدە 2 قېتىم يۈزگە سۈركسە ، يۈز تېرىسىنى يۇمشاق ، پارقىراق قىلىدۇ ، تۈكلەرگىمۇ قۇۋۋەت بېرىدۇ .

14 ) پاكىز ئۇجمىنى يۈزگە سۈركەپ بىر پەس تۇرغۇزغاندىن كېيىن ئەرەقى گۈل بىلەن يۇيۇۋەتسە ، يۈزدىكى قورۇقلارنى يوقىتىدۇ .

15 ) ئۇزۇم يېغى تېرىنى پارقىرىتىپ چىرايلىق قىلىدۇ .

16 ) ھەر كۈنى ناشتىدا زەيتۇن يېغى بىلەن سىيادانىنى ئارىلاشتۇرۇپ ئىستېمال قىلسا ، يۈزنى سىلىق ۋە پارقىراق قىلىدۇ .

17 ) سېزىم ناچارلاشقان ، ھەزىم بۇزۇلغان ، يۈزگە قورۇق چۈشكەن ۋە سارغايغان چاغدا 1 دانە باش پىيازنى تۆتكە بۆلۈپ ئۇچ ئىستاكان سۇ بىلەن قاينىتىپ ناشتىدا ئىچسە ، ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ . بۇ ئۇسۇل بىرنەچچە ھەپتە داۋاملاشتۇرۇلىدۇ .

18 ) ئاخشىمى يېتىشتىن ئىلگىرى بىرنەچچە تال تەرخەمەكنى يەپ ، ئەتىگىنى قەلەمپۇر چىلانغان سۇغا ھەسەل قوشۇپ ئىچسە ، جىگەرنى كۈچەيتىپ ، بەدەنگە ئاراملىق بېغىشلايدۇ . چىراي سارغىيىشنىڭ ئالدىنى ئالىدۇ .

( ئۇرۇمچى ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## ئاياللار كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتا خەلق ئارىسىدا سىناقتىن ئۆتكەن بەزى نۇسخىلار

1 ) مەجۇنى ئازاراقى ( 46 ـ ، 47 ـ نۇسخىلار ) بالياتقۇ چىقىلىرىنى ساقايتىدۇ ، ھۆللۈكنى قۇرۇتىدۇ ، بەل ، ئۇستىخان ئاغرىقلىرىنى

پەسەيتىدۇ ، پالەچ ، لەقۇالارغا پايدا قىلىدۇ .

2 ) ھەببى سماب ( 22 ـ نۇسخا ) ئىچكى ـ تاشقى جاراھەتلەرنى ساقايتىدۇ ، ھۆللۇكنى قۇرۇتىدۇ ، جاراھەت ۋە ئۆسمىنى يوقىتىدۇ .

3 ) ھەببى كىبرىت ( 40 ـ نۇسخا ) ئىسسىق ۋە سوغۇقتىن بولغان ھەر خىل ئىچكى ـ تاشقى يەل جاراھەت ۋە ئۆسمىلەرنى تۇگىتىدۇ ، يەرىك ۋە ھۆللۇكنى قۇرۇتىدۇ .

4 ) ھەببى سەبرە

تەركىبى : سەبرىدىن 70 گرام ، تەرەنجىۋىل ، رۇمىبەدىيان ، بەدىيان ، مەستىكى ، نىلۇپەر ، سانا ، دارچىن ، زەنجىۋىل ، بىنەپشە ، سىرىق ھىلىلە پوستى ، قارا ھىلىلە ، لاھور تۇزىدىن 5 گرامدىن ئىلىپ تالقانلاپ ، جۇۋىنە سۇيى بىلەن ھەب قىلىپ ، 1.5 ـــ 2 گرامغىچە بېرىلىدۇ . تۇسالغۇنى ئېچىپ ، قانىنى تازىلاپ ، ئاغرىق پەسەيتىدۇ ، ئىشتىھانى ئاچىدۇ .

5 ) سۇپۇپى ماري ئەپئا

تەركىبى : ئاق يەر يىلىنى 60 گرام ، قارا پارپا 15 گرام ، زەنجىۋىل ، دارچىن ، خولىنجان ، پىلپىلىنىڭ ھەر بىرى 30 گرامدىن ، ئىت يالىقى ئۇرۇقى 9 گرام ، ناۋات 200 گرام .

تەييارلىنىشى : دورىلار تالقانلىنىپ ياسىلىدۇ .

تەسىرى : بالىياتقۇ ئىششقى ، بالىياتقۇ جاراھىتى ۋە ھەر خىل ئۆسمىنى تەدرىجي تۇگىتىپ ، ھۆللۇكنى قۇرۇتىدۇ . بالىياتقۇ چىقىقنى ئەسلىگە كەلتۈرۈپ ، ئاغرىق توختىتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ئىلىتىلغان تۇخۇمغا قوشۇپ كۇندە 2 قېتىم ئۇچ بارماقتا بىر چىمدىمدىن ئىچىلىدۇ .

6 ) خۇن ۋە ھۆللۇكنى توختىتىش تالقىنى

تەركىبى : كۆيدۈرۈلگەن بۇغا مۇڭگۈزى 80 گرام ، كەھرىۋا تالقىنى 20 گرام ، كۆيدۈرۈلگەن چىلغوزا كۈلى 15 گرام ، موزا 30 گرام ، ئانار پوستى 80 گرام ، ئانارگۈلى 60 گرام ، قارا شېكەر 150 گرام .

تەييارلىنىشى : دورىلار تالقانلىنىدۇ . تەبئىتى مۆتىدىل .

تەسىرى : تۇسالغۇلارنى ئېچىپ ، بۇزۇلغان قانىنى تازىلايدۇ . قىزىل ، ئاق خۇن زەردابى ، يىرىڭلارنى تازىلاپ قۇرۇتىدۇ . بالىياتقۇنىڭ ئىششىقى ۋە جاراھەتنىنى ياخشىلاپ ، ئاغرىق توختىتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : كۈندە 2 قېتىم تۆت بارماقتا بىر چىمدىمدىن ئىچىلىدۇ .

7 ) جىنسىي يولغا كىرگۈزۈلىدىغان مەلھەم نۇسخىسى

تەركىبى : كۈندۇر ، مەستىكى ، قارا كۆز بەدىيان ئۇرۇقى ھەر بىرى 15 گرام ، كالىنىڭ يىلىكى ، ئۆچكىنىڭ بۆرەك يېغى ، ئاق موم ھەر بىرى 50 گرام .

تەييارلىنىشى : دورىلارنى تالقانلاپ ، ياغنى ئېرىتىپ ، سۈزۈغاندىن كېيىن تالقان دورىلارنى ياغنىڭ ئۈستىگە سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : ھۆللۈكنى قۇرۇتۇپ ، ئىشىق ـ جاراھەتنى ياخشىلايدۇ .

ئىشلىتىلىشى : كۈندە 1 قېتىم پاكىز پاختىنى بۇ مەلھەمگە يۇقتۇرۇپ ، جىنسىي ئەزاغا كىرگۈزۈپ بالىياتقۇ ياغلىنىدۇ .

8 ) تاماققا ئارىلاشتۇرىدىغان دورا نۇسخىسى

تەركىبى : زىرە ، پىننە ، يالپۇز 5 گرامدىن ، ئاقمۇچ 10 گرام ، قارىمۇچ 3 گرام ، پىلپىل ، لاچىندانە ، كۆپۈكى دەريا 5 گرامدىن ، موزا 10 گرام ، كات ھىندى 7 گرام ، ئۇچقۇن پاقا 1 دانە ، چۇغۇندەك تالقىنى 1 گرام ، بىخ مارجان 2 گرام .

تەييارلىنىشى : دورىلار تالقانلاپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : ئىشىق ، جاراھەت ، ئۆسمىلەرنى تەدرىجىي ياخشىلاپ ، ھۆللۈكنى قۇرۇتۇپ ، ئىشتىھانى ئېچىپ ، قانىنى كۆپەيتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : تاماققا ھەر قېتىمدا بىر چىمدىمدىن ئارىلاشتۇرۇپ ئىستېمال قىلىنىدۇ .

9 ) كاشكاپ ئورنىدا دەملەپ ئىچىدىغان دورا نۇسخىسى

تەركىبى : ئانار گۈلى ، تاجىگۈل ھەر بىرى 10 گرامدىن ، قىزىلگۈل ، خوخنىك تېنى ، يوپۇرمىقى 12 گرامدىن ، سۇمبۇل ، گاۋزىبان ، كۆكنار شاكىلى ھەر بىرى 3 گرام .

تەييارلىنىشى : دورىلار چالا سوقۇپ تەييارلىنىدۇ . ھەر قېتىمدا بەش بارماقتا بىر چىمدىم ئېلىپ ، يېتەرلىك سۇ بىلەن قاينىتىپ ، تىرىپ لىرىنى سۈزۈۋېتىپ ، كۈندە 2 قېتىم ئىچىشكە بېرىلىدۇ . تەبىئىتى مۇتىدىل .

تەسىرى : خۇننى توختىتىپ ، ئاغرىق پەسەيتىدۇ . يۇرەك ھەرىكىتىنى نورماللاشتۇرىدۇ .

10 ) ئاق يەر يىلىنى شورپىسى

تەركىبى ۋە تەييارلىنىشى : 5 سانتىمېتىر ئۇزۇنلۇقتىكى ئاق يەر يىلىنىنى سوقماي خالتىغا سېلىپ ، ھەر 4 كۈندە 1 قېتىم 200 گرام قوي گۆشى بىلەن بىر چىنە سۇدا قاينىتىپ پىشۇرۇپ ، شورپىسىغا زىرە ، پىنىنە ، ئاقمۇچ ، قارىمۇچ ئارىلاشتۇرغاندىن كېيىن يىلانىنى ئېلىۋېتىپ ، گۆش بىلەن شورپىسى ئىستېمال قىلىنىدۇ . يىلان سۆرۈن جايدا تەكرار ئىشلىتىش ئۈچۈن ساقلىنىدۇ .

تەسىرى : بالىياتقۇ چىقىقى ، بالىياتقۇ ئۆسمىسى ۋە ئىششىقى قاتارلىق كېسەللىكلەرگە ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ .

11 ) بالىياتقۇ ئېغىزىغا قويۇلىدىغان شامچە

تەركىبى : سۇرمە ، ئانارگۈلى ، زەمچە ، موزا ، تەنكار ، كۈندۈر ، ئاقرەقەرھا ھەر بىرى 15 گرامدىن .

تەييارلىنىشى : دورىلار تالقانلىنىپ ، ئامۇتنىك سۇيىدە خېمىر قىلىنىپ ، چىمچىلاق قول چوڭلۇقىدا شامچە تەييارلاپ قۇرۇتۇلىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ھەر كۈنى ياكى 2 كۈندە 1 قېتىم جىنسىي يولغا كىرگۈزۈلىدۇ .

# XIII باب باللار كېسەللىكلىرى

## يەل كىندىك

بۇ ، يېڭى تۇغۇلغان باللارنىڭ كىندىكى ياخشى بوغۇلماسلىق ، ئېمىۋاتقان باللارنىڭ كۆچىنىپ كۆپ يىغلىشى نەتىجىسىدە ، كىندىك ئاستىدىكى سېرىق ئەتنىڭ يىرتىلىپ كېتىشىدىن كېلىپ چىقىدىغان كېسەللىك بولۇپ ، كۆپىنچە يىغلىغان ۋاقىتلاردا ، بەزىدە يىغلىمىغاندىمۇ كىندىكى چوڭلىرى تۇخۇمدەك ، كىچىكلىرى چىلانداق چوڭلۇقتا پولتىيىپ چىقىۋېلىش بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) بالا جىم ياتقان ۋاقىتدا چىققان كىندىكنى بېسىپ ئىچىگە كىرگۈزۈۋېتىپ ، چىققان كىندىكنىڭ چوڭلۇقىچىلىك پاختىنى كاللەكلەپ ، كىندىك ئۇستىگە قويۇپ ، ئۇستىدىن قەۋەتلەنگەن داكا بىلەن مۇقىملاشتۇرۇپ تېڭىۋېتىلىدۇ . مۇشۇ ئۇسۇل بىلەن بىرنەچچە ۋاقىت يىغلىمۇ چىقالمايدىغان قىلىۋېتىلسە ، بارا - بارا چىقمايدىغان بولىدۇ . زۆرۈر تېپىلغاندا ، مەجۇنى جاۋارىش كۇمۇنى ( 126 - نۇسخا ) دىن بىرئاز ئېلىپ سۇدا ئېرىتىپ ، بالىغا ئىچۈرۈپ بەرسە بولىدۇ .

2 ) تۆۋەندىكى زىمادلارنى قويۇپ تېڭىپ بەرسە بولىدۇ :

( 1 ) زىمادى پەتەق I

جۇۋىنە ، سەبرە ، يىلان تۇخۇمى ھەر بىردىن 10 گرام ئېلىپ ، يۇمشاق سوقۇپ ، تۇخۇم ئېقى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ زىماد قىلىپ ، يەل كىندىك ئۇستىگە چىلانداقتىن قويۇپ تېڭىۋېتىلىدۇ . 3 كۈندە 1 قېتىم تېڭىق ۋە دورا ئالماشتۇرۇلىدۇ .

( 2 ) زىمادى پەتەق II

مەستىكى رۇمى ، ئەنزۇرۇت ، كۇندۇر ، جويۇز ، ئاقاقىيا ، زەمچە ، سەبرە سۇقۇتىرى ، جۇۋىنە ، زىرە ھەر بىرىدىن 10 گرام ئېلىپ ، يۇمشاق سوقۇپ ، 45 گرام بېلىق يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ ، تېگىش ئۈستۈلى ئالدىنقىسى بىلەن ئوخشاش .

( 3 ) زىمادى پەتەق III

مەستىكى رۇمى ، ئەنزۇرۇت ، كۇندۇر ، جويۇز ، قارىغاي يوپۇرمىقى ، ئاقاقىيا ، ئانار گۈلى ، مۇرمەككى ، پىرسىياۋشان ، زەمچە ، رۇسۇت ، ئارچا مېۋىسى ، سەبرە سۇقۇتىرى ھەر بىرىدىن 10 گرام ئېلىپ ، 20 گرام بېلىق يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ زىماد تەييارلىنىدۇ . ئىشلىتىش ئۈستۈلى ئالدىنقىسىغا ئوخشاش . بىراق بۇ ، چوگراق باللارغا ئىشلىتىلىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

3 ) يەر مەرىزىنىڭ قۇرۇقىدىن ئېلىپ ئېزىپ ، سىركە ، بېلىق يېلىمى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ، كىچىك باللارنىڭ چىقىپ قالغان كىندىكى ، كىچىك بالىلارنىڭ پەتەق كېسەللىكى ۋە باشقا پەتەقلەرگە ئىشلەتسە ، ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ .

## سۈت تەمرەتكىسى

بۇ ، يېڭى تۇغۇلغان بوۋاقلاردا كۆپ ئۇچرايدىغان تېرىنىڭ سېزىمچانلىقى زىيادە ئېشىپ كېتىش سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدىغان تېرە كېسەللىكى بولۇپ ، ماگىلاي ، يۇز ۋە قاش ئارىسىدا پەيدا بولىدۇ . دەسلەپ تېرە قىزىرىش ، تەدرىجىي ئۇششاق چېكىتسىمان ئاق قاپارتقۇلار پەيدا بولۇپ ، تاتىلىنىپ كەتسە سۇ ئېقىش ، شەلۋەرەش ، بوۋاقلار تېرە قىزىرىپ ئېچىشىپ بىئارام قىلغانلىقتىن كۆپ يىغلاش ، ئۈيقۇسى قېچىش ، ئوزۇقلىنىشى ناچارلىشىش ، ئورۇقلاش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

1 ) داۋالاش ئۇسۇلى

كېسەل ئورۇننى كۇنجۇت يېغىغا تەگكۈزۈلگەن پاكىز پاختا بىلەن مايلاش ياكى ئاقما سۇيۇقلۇقنى سۈركەپ ، قاقاچ يۇمشىغاندىن كېيىن يۇمشاق لۆڭگە ، داكىلار بىلەن قاقاچلارنى ئېلىۋېتىپ ، تۇخۇم سېرىقى يېغى بىلەن مايلاش كېرەك .

2 ) ئەگەر يۇقىرىقى ئۇسۇلدا ساقايمىسا ، ئىچىدىن داۋائى بەرگى ئۇننىاپ ، سىرتىدىن رەۋغىنى مامۇرانچىنى ئىشلىتىپ داۋالاش لازىم .

داۋائى بەرگى ئۇننىاپ نۇسخىسى : چىلان غازىكى ، شاھتەررە ، چۆۋىچىننىلەرنىڭ ھەر بىرىدىن 30 گرام ، ھەسەلدىن 200 گرام ئېلىپ ، دورىلارنى 300 مىللىلىتىر سۇغا بىر سوتكا چىلاپ يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ ، سۈزۈپ ، ھەسەل قوشۇپ قايتا قاينىتىپ كۆپۈكنى ئېلىۋېتىپ ، سىرلانغان قاچىغا ئېلىپ قويۇلىدۇ . بوۋاقلارنىڭ ياش پەرقى ۋە تەن ئېغىرلىقىغا قاراپ كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 5 ــ 10 گرام ئىچۈرۈلىدۇ .

رەۋغىنى مامۇرانچىنى نۇسخىسى : مامۇرانچىنىدىن 30 گرام ، زەيتۇن يېغىدىن 50 گرام ئېلىپ ، مامۇرانچىنىنى چالا سوقۇپ ، 300 مىللىلىتىر قايناق سۇغا بىر سوتكا چىلاپ ، ئاندىن يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ سىقىپ سۈزۈپ ئېلىۋەتكەندىن كېيىن ، زەيتۇن يېغىنى قۇيۇپ سۇيى تۇگىگۈچە قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## سۇ چىچەك

بۇ ، قىش ۋە ئەتىياز پەسلىدە كۆپرەك تارقىلىدىغان ، ساق بالىلارنىڭ كېسەل بالىلارغا يېقىنلىششىدىن نەپەس يوللىرى ئارقىلىق ناھايىتى ئاسان يۇقىدىغان ئۆتكۈر يۇقۇملۇق كېسەللىك بولۇپ ، دەسلەپتە زۇكامغا ئوخشاش بەلگىلەر كۆرۈلۈش ، باش ئاغرىش ، تاماق يېگۈسى ۋە ئەمگۈسى كەلمەسلىك ، يەڭگىل قىزىتىش ، 1 ــ 2 كۈندىن كېيىن تېرىلىـ

رىگە تېرىدىن كۆتۈرۈلۈپ تۇرىدىغان تارقاق قىزىل ئەسۈە چىقىش، 2ـــ3 كۈن ئەتراپىدا ئەسۈە تەدرىجىي چوڭىيىپ ماشتەك ، پۈرچاقتەك سوقىچاق سۈلۈق قاپارتمىغا ئايلىنىش ، بىرەر ھەپتە ئىچىدە قاپارتمىلار قۇرۇپ قاقاچلىنىش ۋە قاقاچ چۈشۈش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) بۇ ، ئاقىۋىتى ياخشى كېسەللىك بولۇپ ، مۇڭاپىق پەرۋىش قىلىنسىلا ئۆزلۈكىدىن ساقىيىپ كېتىدۇ . كېسەللىكنىڭ 3 ـ ، 4 ـ كۈنلىرىدىن باشلاپ ئىلمان سۇ بىلەن بالىنىڭ بەدەنلىرى يۇيۇپ تۇرۇلىدۇ . تامىقىغا قېتىق ، پالەك ، خام قاپاق قاتارلىقلار قوشۇپ بېرىلىدۇ .

2 ) چىقىۋاتقان ۋە قاقاچلانغان ئەسۈەلەر ئورنىدا قىچىشىش ئېغىر بولسا ، قىزىل سەندەلنى سۇ بىلەن تاشقا سۈرۈپ ، قاقاچ ئۈستىدىن ھۆل سەندەل سۈرۈلمىسىنى چېپىپ ، قۇرۇغاندىن كېيىن ئىسسىق سۇ بىلەن يۇيۇندۇرۇلىدۇ .

4 ) دورىلاردىن نېلۇپەر شەربىتى ( قاندىن بولغان باش ئاغرىقىنى داۋالاشقا قارالسۇن ) ، چىلان شەربىتى ( ئالدىنقىغا ئوخشاش ) قاتارلىقلار ئاز ـ ئازدىن ئىچۈرۈلىدۇ .

3 ) كېسەل بالىنى ئايرىپ بېقىپ ، ساق بالىلارغا يۇقۇپ قېلىشىنىڭ ئالدى ئېلىنىدۇ . قاينىمىغان سۇدا يۇيۇندۇرۇش ، ئاچچىق ۋە مايلىق نەرسىلەرنى يېگۈزۈش ، قاپارتمىلارنى تاتىلاپ يارىلاندۇرۇپ يىرىڭلىتىپ قويۇشتىن ساقلىنىلىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## قىزىل

بۇ ، ئالتە ئايلىقتىن بەش ياشقىچە بولغان بالىلاردا كۆپ كۆرۈلىدىغان ، قىش ۋە ئەتىياز پەسلىدە يۇقۇملۇق ھالەتتە كەڭ تارقىلىدىغان ، كېسەللىك مىكروبى بالىلارنىڭ بۇرۇن ۋە نەپەس يوللىرىغا كىرىشى بىلەن

يۇقۇملىنىدىغان بىر خىل ئۆتكۈر يۇقۇملۇق كېسەللىك بولۇپ ، دەسلەپ زۇكامدەك جۇغ - جۇغ ۋە تىترەك بىلەن باشلىنىپ ، بىئاراملىق ، باش ئاغرىش ، بۇرۇنىدىن سۇ ئېقىش ، چۈشكۈرۈش ، يۆتىلىش ، قۇسۇش ، ئىچى سۇرۇش كۆرۈلۈپ ، ئاندىن قىزىتما ئۆرلەش ، ئاۋۇال قۇلاق كەينى ۋە باش ساھەسىگە ، ئاندىن گەۋدە ۋە پۇتلارغا قىزىل ئەسۋە چىقىش ، بەزىلەردە جۆيلۈش ، هوشىدىن كېتىش ، ئاۋاز پۇتۇش ، كۆزىدىن ياش ئېقىپ چاپاق بېسىش ، قاپاقلىرى ئىششىش ، تەدرىجىي هالدا ئەسۋەلەر كېپەكلىشىپ سويۇلۇپ چۈشۈش قاتارلىق ئېغىر ئۆتىدىغان ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

بۇ كېسەللىكنى داۋالاشتا مۇۋاپىق پەرۋىش قىلىش ۋە پەرهىز تۇتۇش مۇهىم ئورۇندا تۇرىدۇ . پەرۋىش ياخشى بولسا ، كېسەللىك يەڭگىل ئۆتىدۇ .

پەرۋىش ۋە پەرهىز :

1 ) كېسەل بالا ئىسسىق ئۆيدە ياتقۇزۇلۇپ ، ئوبدان ئارام ئالدۇرۇلىدۇ . ئۆيىنىڭ هاۋاسى پات - پات يېڭىلاپ تۇرۇلىدۇ ، كېسەل بالىغا سوغۇق هاۋا ، شامال تېگمەي قېلىشتىن ساقلىنىلىدۇ .

2 ) كېسەل بالىغا قايناق سۇ كۆپ بېرىلىدۇ ، تازىلىققا دىققەت قىلىنىدۇ . ئوزۇقلۇق قىممىتى يۇقىرى ، سۈيۇق ، ئاسان سىڭىدىغان يېمەك - ئىچمەكلەر بېرىلىدۇ .

3 ) ئاچچىق - چۈچۈك تاماق ، قورۇغان تاماق ، مايلىق تاماقلار چەكلىنىدۇ .

4 ) ئېمىدىغان بالىلارغا ئىچى سۇرۇۋاتقان مەزگىلدە بېرىدىغان سۈتنىڭ مىقدارى ئازايتىلىدۇ .

5 ) بالىلارنىڭ كۆز ، ئېغىز - بۇرۇنلىرى پات - پات ئىلمان سۇدا نەمدەلگەن لۆڭگە بىلەن سۈرتۈپ تۇرۇلىدۇ .

دورا بىلەن داۋالاش :

1 ) دەسلەپكى مەزگىلدە قىزىتمىنى پەسەيتىدىغان دورا بىرىلمەيدۇ ، پەقەت قايناق سۇنى كۆپ بېرىپ ، ئىسسىق بېقىلسىلا بولىدۇ .

2 ) قىزىتمىنىڭ 4 ـ ، 5 ـ كۈنلىرىدە قىزىل تېشىغا تەپمەي بالا بەك قىينىلىپ كەتسە ، تۆۋەندىكى چارىلەرنىڭ بىرى قىلىنىدۇ :

( 1 ) چىلان قايناتمىسىغا كۆك كىشمىش ئۈزۈم ۋە قومۇش يىلتىزىدىن مۇۋاپىق مىقدارىدا چىلاپ تەمىنى چىقىرىپ ، قىزىق هالدا ئىچۈرۈلىدۇ .

( 2 ) غۇنچە ئۈزۈمدىن 15 گرام ئېلىپ قاينىتىپ ، ئاز ـ ئازدىن ئىچۈرۈلىدۇ .

( 3 ) غۇنچە ئۈزۈمدىن 15 گرام ، قومۇش يىلتىزىدىن 9 گرام ، يۇمغاقسۇت يىلتىزىدىن 9 گرام ئېلىپ ، سۇدا قاينىتىپ ئىچۈرۈلىدۇ .

( 4 ) يۇمغاقسۇتتىن 9 گرامنى سۇدا قاينىتىپ ئىچۈرسە بولىدۇ .

( 5 ) يۇمغاقسۇت يىلتىزىدىن 7 دانە ، جامىكادىن 6 گرام ، قومۇش يىلتىزىدىن 9 گرام ئېلىپ ، سۇدا قاينىتىپ ئىچۈرۈلىدۇ .

( 6 ) قۇرۇق يۇمغاقسۇتتىن 30 گرام ئېلىپ ، سۇدا قاينىتىپ ، باـ لىنىڭ بەدىنىگە سۈركىلىدۇ .

( 7 ) هۆل يۇمغاقسۇتتىن 120 گرام ، سۇكپىيازدىن 60 گرام ئېلىپ سۇدا قاينىتىپ ، ئىلمان هالدا بالىنىڭ پۇت ـ قول ۋە گەۋدىسى يۇيۇلىدۇ ، بۇ جەريانداا سوغۇق تېگىپ قېلىشتىن ساقلىنىلىدۇ .

( 8 ) يۇلغۇندىن 9 گرام ، يالپۇزدىن 6 گرام ، چاكاندىدىن 2 گرام ئېلىپ ، سۇدا قاينىتىپ ئىچۈرۈلىدۇ ياكى يۇلغۇندىن 9 گرام قاينىتىپ ئىچۈرۈلسىمۇ بولىدۇ .

( 9 ) ئەسۋە شالاڭ چىقىپ بالا قينالغان بولسا ، ئەكلىك ئوتتىن 3 گرام ، ئۆرۈك مېغىزىدىن 5 گرام ، جامىكا ، كەۋرەكتىن 6 گرامدىن ، يالپۇزدىن 4 گرام ، هۆل قومۇش يىلتىزىدىن 30 گرام ئېلىپ قاينىتىپ ، ئۇچكە بۆلۈپ ئىچۈرۈلىدۇ .

3 ) قىزىل تەكشى چىقىپ بولغاندىن كېيىن ، قىزىتمىنى

پەسەيتكۈچى ، ئىشتىها ئاچقۇچى ، يۇرەك خىزمىتىنى ياخشىلىغۇچى تۆۋەندىكى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ :

( 1 ) چىلاندا ئەرەق تارتىپ ئۇسسۇلۇق ئورنىدا بېرىلىدۇ .

( 2 ) ئىچىشكە نېلۇپەر شەربىتى ( قاندىن بولغان باش ئاغرىقنىڭ داۋالاشقا قارالسۇن ) ، سىرتىدىن سۈركەشكە نېلۇپەر يېغى بېرىلىدۇ .

( 3 ) كۆزگە قارا سۈرمە تارتىلسا ، كۆز ۋە قاپاق ئىششىقلىرىنى ياندۇرىدۇ .

( 4 ) تۆۋەندىكى قىزىل قاينىتىلمىسى بېرىلىدۇ :

كۆك كىشمىش ئۈزۈمدىن 5 گرام ، ئەنجۈر ياكى ئەنجۈر قېقىدىن 2 دانە ، غۇنچە ئۈزۈمدىن 3 گرام ، چىلاندىن 3 دانە ، شېكەردىن 12 گرام ئىلىم ، مۇڭاپىق سۇدا قاينىتىپ ، چوگىراق بالىلارغا 1 قېتىمدا ، كىچىكرەكلەرگە 2 ــ 3 قېتىمغا بۆلۈپ ئىچۈرۈپ تۈگىتىلىدۇ .

( 5 ) خەمىرى مەرۋايىت ( 136 ـ نۇسخا ) تىن 1 گرام يېگۈزۈپ ، ئارقىدىن 2 دانە چىلان ، 3 دانە ئۇرۇقىدىن ئايرىلغان ئۈزۈمنى 45 مىللىلىتىر ئەرەقى ئەنگۇرشىپا ( 262 ـ نۇسخا ) دا ئېزىپ شىرىسىنى چىقىرىپ ، ئۈستىگە 6 گرام شېكەر ۋە 1 گرام غۇنچە ئۈزۈم قوشۇپ ئىچۈرۈلىدۇ .

( 6 ) بەدەن ئاجىزلىقى ئېغىر بولسا ، مۇپەررىھى ئەزمم ( 141 ـ نۇسخا ) دىن 2 گرام ، مۇپەررىھى ياقۇتى مۆتىدىل ( 153 ـ نۇسخا ) دىن 2 گرام يېگۈزۈپ ، ئۈستىدىن 30 مىللىلىتىر گۈلاب ( 269 ـ نۇسخا ) ، 12 مىللىلىتىر ئالما شەربىتى ئىچۈرۈلىدۇ .

( 7 ) ئەگەر يۆتىلى كۆچلۈك بولسا ، يۇقىرىقى نۇسخىدىكى گۈلابنىڭ ئورنىغا ئەرەقى گاۋزىبان ( 270 ـ نۇسخا ) ئىشلىتىلىدۇ ياكى بۇ بابىنىڭ بالىلار يۆتىلىدە كۆرسىتىلگەن چارىلەردىن بىرى تالاپ ئىشلىتىلىدۇ .

4 ) قىزىلدىن كېيىن ئاسارەت قالغان بولسا :

( 1 ) ئىچى سۈرسە ، مەبۇلئاستىن مۇڭاپىق مىقداردا قاينىتىپ

بېرىلىدۇ ياكى ئانار گۈلىتەنىت ( 158 ـ نۇسخا ) ياكى قۇرسى تاباشىر (162 ـ نۇسخا ) دىن مۇۋاپىق مىقداردا بېرىلىدۇ .

( 2 ) ئەگەر قان ئارىلاش ئىچى سۇرسە ، قۇرسى تاباشىر ( 162 ـ نۇسخا ) بىلەن شەربىتى ئەنجىبار ( 223 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ .

( 3 ) ئاۋازى پۇتۇپ گېلى ئاغرىسا ، تاتلىق ئانار سۈيىدىن ئاز ـ ئازدىن ئىچۈرۈپ ، سىماق ، ئاقلانغان ماش ، قىزىلگۈللەرنى قاينىتىپ ، سۈيىدە گېلى غەر ـ غەر قىلدۇرۇلىدۇ .

( 4 ) ئۆپكە ياللۇغلىنىپ قالسا ، مەسكە يېغىنى ئانار شەربىتى ( 231 ـ نۇسخا ) گە قوشۇپ ئىچۈرسە ، ئىسپىغۇلنى بېھى ئۇرۇقى لۇئابىغا قوشۇپ ئىچۈرسە بولىدۇ .

( 5 ) قورۇلغان بادام مېغىزىدىن 3 گرام ، قەنتتىن 12 گرام ، ئىسپىغۇل لۇئابىدىن 6 گرام ، سەمغى ئەرەبى ، نىشاستە ، تەرخەمەك ئۇرۇقى ، سېمىز ئوت ئۇرۇقىدىن 9 گرامدىن ئېلىپ ، بۇلاردىن سوقۇشقا تېگىشلىك لىرىنى سوقۇپ ، ئىسپىغۇل لۇئابى ۋە ئازراق قېيام بىلەن يالايدىغان دورا تەييارلاپ ، 3 ـــ 6 گرامدىن كۈندە 2 ۋاخ بېرىلىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

5 ) زاراڭزا چېچىكى ، قىزىلگۈلدىن 10 گرامدىن، ئۇرۇقسىز ئۈزۈمدىن 30 گرام ئېلىپ ، بىر چىنە قاينىق سۈغا چىلاپ ، تەمى چىققاندىن كېيىن ، ياش ئەھۋالغا قاراپ 30 ـــ 60 مىللىلىتىردىن كۈندە 3 قېتىم ئىچۈرۈلىدۇ .

6 ) ئارپىبەدىياندىن 30 گرام ، ئۇرۇقسىز ئۈزۈمدىن 60 گرام ئېلىپ ، بىر چىنە سۇدا قاينىتىپ ، يېرىمى قالغاندا سۈزۈپ ئېلىۋېتىپ ، سۈيى ئەھۋالغا قاراپ 20 ـــ 40 مىللىلىتىردىن كۈندە 3 قېتىم ئىچۈرۈلىدۇ .

7 ) يۇمغاقسۇتتىن 10 گرام ئېلىپ سوقۇپ ، %60 لىك 1500 مىللىلىتىر ئىسپىرتقا ياكى ئاق ھاراققا 4 سائەت چىلاپ ، ئاندىن يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ ، ئىلمان ھالدا كېسەللەنگەن ئورۇنغا سۈركەش لازىم .

( يېڭسار ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

# باللار يۆتىلى

بۇ ، باللارنىڭ ئۆپكە ۋە كانايلىرىغا يات ماددا ، بۇزۇق گاز ، چاڭ ـ توزان قاتارلىقلارنىڭ كىرىشى ۋە تەسىر قىلىشى سەۋەبىدىن ئۆپكە ، كاناي ، شاخچە كانايلىرىنىڭ ھەر خىل يۇقۇملىنىشلىرى ، ياللۇغلىنىشلىرى نەتىجىسىدە كېلىپ چىقىدىغان نەپەس يولى كېسەللىكلىرىنىڭ ئومۇمىي ئالامتى بولۇپ ، كېسەل بالدا ھالسىزلىق ، بېشى ئاغرىش ، قىزىتىش ، گېلى قۇرۇپ قىچىشىش ، كۆكرىكى چىڭقىلىپ ئاغرىش ، نەتىجىدە يۆتىلىش ئارقىلىق قىچىشىش ۋە چىڭقىلىشنى پەسەيتىشكە مەجبۇر بولۇش ، يۆتەلدىن كېيىن چاپلاشقاق بەلغەم تۈكۈرۈش قاتارلىقلار بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) ئەگەر يۆتەل ئۆپكىدە قۇرۇق ئىسسىقلىق ئېشىپ كېتىش تەسىرىدىن پەيدا بولغان بولسا ، ئالدى بىلەن 3 گرام ئىسپىغۇل ، 3 گرام بېھى ئۇرۇقىدىن 60 مىللىلىتىر لۇئاب ئېلىنىدۇ ، ئاندىن قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى ھەم تاۋۇز ئۇرۇقى مېغىزىنىڭ ھەر بىرىدىن 6 گرامدىن ئېلىپ شىرىسى چىقىرىلىدۇ . شىرە بىلەن لۇئاب بىرلەشتۈرۈلۈپ 30 مىللىلىتىرغا 20 مىللىلىتىر بىنەپشە شەربىتى ( 227 ـ نۇسخا ) قوشۇپ ، ئۇچكە بۆلۈپ ئىچۈرۈلىدۇ .

2 ) ئەگەر يۆتەل ئىسسىقلىق ۋە ئۆتكۈر نەزلە سەۋەبىدىن پەيدا بولغان بولسا ، بېھى ئۇرۇقى ، چىلان ، چۈجۈكبۇيا يىلتىزى ، سەرپىستانلارنىڭ ھەر بىرىدىن 3 گرام ، ھەمىشە باھار ئۇرۇقى ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، گاۋزىبان قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 5 گرام ، قەنتتىن 60 گرام ئېلىپ ، قائىدە بويىچە لوئۇق تەييارلاپ ، 2 سائەتتە 1 قېتىم 5 گرامدىن بېرىلىدۇ .

3 ) قايسى سەۋەبتىن بولغان يۆتەل بولسۇن تۆۋەندىكى لوئۇقى سەرپىستان تەييارلاپ بېرىلىدۇ :

تەركىبى : بىنەپشە ، سەرپىستاندىن 6 گرامدىن ، بەدىياندىن 9 گرام ، بادام مېغىزدىن 10 گرام ، رۇببىسۇس ، ئاق لەيلى ئۇرۇقدىن 5 گرامدىن ، قاپاق مېغىزى ، تەرەنجۈل ، ھەمشە باھارلارنىڭ ھەر بىرىدىن 4 گرامدىن ، خىيارشەنبەرنىڭ پۈنۈسىدىن 10 گرام ، ناۋاتتىن 200 گرام ئېلىپ ، پۈنۈس بىلەن تەرەنجۈپلىنىڭ ئايرىم ـ ئايرىم شىرىسىنى ئېلىپ ، ناۋاتنى قوشۇپ قېيام قىلىندۇ . ھەر 3 سائەتتە 3 مىللىلىتر ئىچۈرۈلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

4 ) 60 گرام لوئۇقى سەرپىستان ( 175 ـ نۇسخا ) بىلەن 500 مىللىلىتر گاۋزىبان ئەرەقى ( 270 ـ نۇسخا ) نى قاينىتىپ ئېلىپ قويۇپ ، ھەر 2 سائەتتە 1 قېتىم ئىلمان ھالدا 1 قوشۇقتىن ئىچۈرۈش لازىم .

5 ) گۈلى بىنەپشە ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى 7 گرامدىن ، بىخسۇس ، گاۋزىبان 5 گرامدىن ، چىلاندىن 5 دانە ، سەرپىستاندىن 9 دانە ئېلىپ ، سۇدا قاينىتىپ سىقىپ سۈزۈپ ، سۈيىگە 10 مىللىلىتر بىنەپشە شەربىتى ( 227 ـ نۇسخا ) قوشۇپ ، ئانىسىغا ئىككىگە بۆلۈپ بىر كۈندە ئىچىپ تۇگىتىشكە بۇيرۇلىدۇ ، بوۋاق بالىلارغا ئازراقتىن ئىچۈرۈپ قويۇلىدۇ . چوڭراق بالىلار يۇقىرىقى نۇسخىنى 2 ـــ 3 كۈندە ئىچىپ تۇگىتىدۇ .

6 ) كۆكىرەكتە بەلغەم يىغىلىۋېلىپ نەپەس قىيىنلىشىش ئەھۋالى كۆرۈلسە ، گاۋزىبان ، گاۋزىبان گۈلى ھەر بىرىدىن 3 گرام ، چىلاندىن 5 دانە ، ئاق ناۋاتتىن 20 گرام ئېلىپ ، مۇۋاپىق سۇدا قاينىتىپ سۈزۈپ ، ناۋاتنى سېلىپ ئېرىتكەندىن كېيىن ، ئانا ـ بالا ئىككىسىگە مۇۋاپىق مىقداردا بىر كۈندە ئىچۈرۈپ بولۇندۇ .

7 ) ئۆپكە ئىششىقى سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا ، كۆك كىشمىش ئۈزۈمدىن 30 گرام ، كۆكنار ئۇرۇقىنىڭ ئېقى ، قىزىلگۈل ، بىنەپشە ھەر بىرىدىن 15 گرام ئېلىپ ، قاينىتىپ سۈزۈپ ، ئازراق شېكەر سېلىپ شەربەت تەييارلاپ ، بالىنىڭ يېشى ۋە سالامەتلىك ئەھۋالىغا قاراپ مۇناسىپ مىقداردا كۈنىگە 3 قېتىمدىن ئىچۈرۈلىدۇ . ئالامىتى يەڭگىللىگەندىن كېيىنمۇ 3 ـــ 4 كۈن ئىشلىتىش لازىم .

8 ) زەنجىۋىلدىن 10 گرام ، قورۇپ سوقۇلغان بۇغا مۇڭگۈزىدىن 10 گرام ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ ، 60 گرام ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلاپ ، مۇڭاپىق مىقدارىدا يالتىلدۇ ۋە كۆكرەك سىرتى گۈل يېغى بىلەن ياغلىنىدۇ .

9 ) يۆتەل كونىراپ قالغان ۋە يۆتىلىش بىلەن قۇسۇۋاتىدىغان ئەھۋال كۆرۈلگەندە ، كۈندۈر ، باقلا ئۇنى ، بېھى ئۇرۇقى مېغىزى ، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى قىيامى ، كەتمرا ، گۈلى بىنەپشە ، تەرەنجىۋىل ھەر بىرىدىن 3 گرام ، ئۇرۇقدىن ئايرىلغان قۇرۇق قىزىل ئۈزۈمدىن 4 گرام ، رۇمبەدىيان ، ئاچچىق بادام مېغىزىدىن 1 گرامدىن ، شېكەردىن 3 گرام ئېلىپ ، سوقۇپ تالقانلاپ ، ئىسپىغۇل لۇئابى بىلەن يۇغۇرۇپ ماش چوڭلۇقدا ھەب قىلىپ ، ئانا سۈتى بىلەن ئېرىتىپ ھەر 4 سائەتتە 1 دانە يېگۈزۈلىدۇ .

10 ) يۆتەل بىلەن قەۋزىيەت بىللە كەلگەن بولسا ، گاۋزىبان گۈلى ، گاۋزىبان ھەر بىرىدىن 3 گرام ، چىلاندىن 5 دانە ئېلىپ ، بۇنىڭغا ئېرىتىلگەن تەرەنجىۋىلدىن 12 گرام ، ناۋاتتىن 20 گرام قوشۇپ قاينىتىپ ، بۇ قاينىتمىغا 6 گرام ھەسەل ، 12 گرام مۇدەببەر قىلىنغان ئابدىمىلىك يېغى قوشۇپ ئاز - ئازدىن يالتىپ قويۇلىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## كۆكيۆتەل

بۇ ، قىش ، ئەتىياز پەسلىدە ۋە 2 ياشتىن 8 ياشقىچە بولغان بالىلاردا كۆپ كۆرۈلىدىغان ، ئاغرىق بالىلارغا يېقىنلىشىش نەتىجىسىدە يۇقۇملىنىپ ئۇچ ئايدىن ئارتۇق داۋاملىشىدىغان ئۆتكۈر يۇقۇملۇق كېسەللىك بولۇپ ، دەسلەپ زۇكامغا ئوخشاش سەل - پەل قىزىتىش ، ئاغرىق - بۇرنىدىن سۇ ئېقىش بىلەن باشلىنىپ ، كېيىنچە ئۆزۈلمەي تېلىقىپ يۆتىلىش ، يۆتەلگەندە بېشى ئالدىغا ساڭگىلاپ ، چېكە تومۇرلىرى

كۆپۈپ كېتىش ، چىرايى ئاۋۋال قىزىرىپ ، كېيىن كۆكىرىش ، كۆپ مىقدارda شىلىمشىق بەلغەم تۈكۈرۈش ، بەزىدە يۆتەل بىلەن يېگەن تاماقلىرىنىمۇ قۇسۇۋېتىش ، كۈندۈزگە نىسبەتەن كېچىسى كۆپرەك تۈ- تۈش ، كۈچەپ نەپەس ئېلىش بىلەن خۇددى خوراز چىللىغاندەك بىر خىل ئالاھىدە تاۋۇش چىقىرىش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) ئاغرىق بالىنى تىنچ ، پاكىز ، ھاۋالىق ئۆيدە ياتقۇزۇش ، تامە- قىغا ئوكۇلاي سىڭدىغان ، قۇۋۇەتلىك تاماقلارنى ، مەسىلەن سۈت ، توخۇ گۆشى ، ئىلىتىلغان تۈخۈم قاتارلىقلارنى بېرىش ، ئاچچىق - چۈچۈك ، سوغۇقلىۇق ۋە يىرىك تاماقلاردىن پەرھىز قىلدۇرۇش ، بەلغەم بوشىتىدىغان ، نەپەس يوللىرىدىكى سىقىلىشنى بوشىتىدىغان ، يۆتەلنى ئازايتىدىغان دورىلارنى ئىشلىتىش كېرەك . يۆتەلنىي پۈتۈنلەي توختىتىشقا بولمايدۇ .

2 ) 2 ياشلىق بالىلارغا ھەببى سۇرفەدىن 1 ۋاخلىقىغا يېرىم تالدىن كۈنده 3 ۋاخ ئىچۈرۈش ؛ كىچىك بوۋاقلارغا تۆتتىن بىرىنى ئانا سۈتىدە ئېزىپ ئىچۈرۈش كېرەك .

ھەببى سۇرفە نۇسخىسى : زەپەردىن 1 گرام ، ئەپيۇندىن 0.5 گرام ، بەزىرۇلبەنجى ، ئۇسۇك ئۇرۇقى ، سەمغى ئەرەبى ، بىخۇس ، كە- تىرا ، كۈندۇر ، مۇرمەككى ، بېھى ئۇرۇقى ھەر بىرىدىن 3 گرامدىن ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ تالقانلاپ ، قايناق سۇ بىلەن خېمىر قىلىپ قارىمۇچ چوگ- لۇقدا ھەب تەييارلاپ ، ئەھۋالغا قاراپ ئۆلچەم بويىچە بېرىلىدۇ .

3 ) كۆكيۆتەل بىلەن قەۋزىيەت بىللە پەيدا بولغان بولسا ، 3 گرام رەۋەن ئۇسارىسىنى 6 گرام مەستىكى ، 12 گرام سەبرە سۇقۇتىرى بىلەن قوشۇپ يۇمشاق تالقانلاپ ، سۇدا نەمدەپ ، ماش چوكۇلۇقدا ھەب قىلىپ ، ئېھتىياجغا قاراپ 1 داندىن بېگۈزۈلىدۇ .

4 ) تۇغرىغا ، پىلپىل ، ئانار ئۇرۇقى ، قارىمۇچ ، لاھور تۇزىنىڭ ھەر بىرىدىن 3 گرام ، قارا تۇزدىن 12 گرام ئېلىپ تالقانلاپ ، نوقۇت

چوڭلۇقىدا ھەب قىلىپ ، ئەتىگەن - كەچتە 1 دانىدىن يېيىشكە بېرىلىدۇ .

5 ) 1 دانە تۇخۇنىڭ ئۆتىنى 30 گرام شېكەرگە ئارىلاشتۇرۇپ ، تۆتكە بوۋلۇپ ، كۈنىگە 2 قېتىمدىن 2 كۈن ئىچۈرۈلىدۇ ياكى قوي ئۆتىدىن 1 دانىنى مۇڭاپىق ھالدا شېكەرگە ئارىلاشتۇرۇپ ، 1 ياشتىن تۆۋەن بالىلارغا 18 كۈندە ، 1 ــ 2 ياشلىق بالىلارغا 12 كۈندە ، 2 ياشتىن ئاشقان بالىلارغا 6 كۈندە ئىچۈرۈپ بولۇش بۇيرۇلىدۇ .

6 ) سامساقنى قاينىتىپ سۈيىنى ئىچۈرۈش ، سامساقنى سوقۇپ پۈرىتىش ، ئالمىنى ئويۇپ ئىچىگە ناۋات سېلىپ قاسقاندا پىشۇرۇپ يېگۈ- زۇشمۇ ئوبدان ئۇنۇم بېرىدۇ . باچكا گۆشى ياكى ناۋات بىلەن پىشۇرۇلغان قۇشقاچ گۆشى يېگۈزۇشنىڭ ئۇنۇمى ياخشى .

7 ) كېسەل بولغۇچى ياغلىق ، چۇچۇمەل ، ھۆل سوغۇق تەبىئەتلىك نەرسىلەردىن ، قارا شېكەر ۋە ياغدا پىشۇرۇلغان يېمەكلىكلەر- دىن پەرھىز قىلدۇرۇلىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

8 ) بىنەپشىدىن 7 گرام ، پىرسىياۋشان ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، زۇپا ، گاۋزىبان ، بېھى ئۇرۇقىنىڭ ھەر بىرىدىن 5 گرام ، چۇچۇكبۇيا يىلتىزىدىن 2 گرام ئېلىپ ، چوڭ بىر پىيالە قاينىق سۇدا دەملەپ ، تەمى چىقىقۇچە قاينىتىپ ، مۇڭاپىق مىقدارىدا شېكەر ياكى 25 گرام تەرەنجۈل سېلىپ ، ئىلمان ھالەتتە ئەھۋالغا قاراپ 3 ــ 5 قېتىمغا بۆلۈپ ئىچۈرۈلىدۇ .

9 ) زەمچە ، سۇڭپىياز ، ھۆل زەنجۈل ، قۇرۇق زەنجۈل قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقدارىدا ئېلىپ ، داكىغا يۆگەپ تۆش سۆڭىكىنى بويلاپ كۆكرەكىكە بىرنەچچە قېتىم سۈركىسە ، ياخشى ئۇنۇمنى كۆرگىلى بولىدۇ .

10 ) 100 گرام سامساقنى بىر چوڭ چىنە سۇدا تولۇق تەمى چىققۇچە قاينىتىپ ، تىرىپنى سۈزۈپ ئېلىۋېتىپ ، ئۇستىگە مۇڭاپىق مىقدارىدا سىرىق شېكەر قوشۇپ ، كىچىك بوۋاقلارغا 3 ــ 4 كۈندە ، 2 ياشتىن

ئاشقان باللارغا 2 ــ 3 كۈندە ئىچۈرۈپ تۇگەتسە ، ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ .

11 ) 1 دانە ئاق قۇشقاچنى يۇگداپ پاكىز تازىلاپ ، قاچىغا سېلىپ 500 گرام ئەتراپىدا سۇ قۇيۇپ ، پېرىم پىياله سۇيى قالغۇچه قاينىتىپ ، گۆشىنى يېگۈزۈپ هەم سۇيىنى ئىچۈرسه ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ .

12 ) ئاق قىچىدىن 10 گرام ، ئۆرۈك مېغىزىدىن 8 گرام ، قاقىله مېغىزىدىن 10 گرام ، خەشخاش ئۇرۇقىدىن 5 گرام ئېلىپ ، يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، هەسەل بىلەن ماش چوگۇلۇقىدا هەپ تەييارلاپ ، بىمار قانچه ياشقا كىرگەن بولسا شۇنچه دانىدىن يېيىشكه بېرىلىدۇ .

13 ) چىگىسەي ئۇرۇقى ، سوقا چىلانىدىن 20 گرامدىن ، ئاق تۇرۇپتىن 40 گرام ئېلىپ ، 3 هەسسه سۇدا يېرىمى قالغۇچه قاينىتىپ ، دورا تېرىپىنى سۇزۇۋۆتكەندىن كېيىن ، قالغان سۇيىگه مۇۋاپىق مقداردا قارا شېكەر قوشۇپ شەربەت قىلىپ ، ئۇچكه بۆلۈپ ، كۈنىگه 3 قېتىم ئىچىپ بەرسه ، كۆرۈنەرلىك ئۇنۇم بېرىدۇ .

14 ) كۆكنار ئۇرۇقىدىن 20 گرام ، كۆكنار شاكىلىدىن 30 گرام ، ئۇششاق جىگدىدىن 40 گرام ، چۇچۇكبۇيا يىلتىزىدىن 30 گرام ئېلىپ چالا سوقۇپ ، 1 لىتىر سۇدا يېرىمى قالغۇچه قاينىتىپ سۇزۇپ ئىچىشكه بېرىلىدۇ .

15 ) ئەنجۇر قېقىدىن 100 گرام ، شۇمشىدىن 30 گرام ، چامغۇر ئۇرۇقىدىن 40 گرام ئېلىپ ، ئەنجۇر قېقىدىن باشقىسىنى يۇمشاق سوقۇپ ، 1 لىتىر سۇدا 400 مىللىلىتىر قالغۇچه قاينىتىپ ، تېرىپىنى سۇزۇپ ئېلىۋېتىپ ، 200 گرام هەسەل بىلەن شەربەت تەييارلىنىدۇ . بىمارنىڭ ئەھەلىي ئەهۋالىغا قاراپ كۈنده 1 قېتىم 30 ــ 60 مىللىلىتىر ئىچۈرۈلىدۇ .

( يېگىشەهەر هۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

16 ) ئەۋرىشىم شەربىتىدىن كېسەل بالىنىڭ ياش ـ قۇرامىغا قاراپ مۇۋاپىق مقداردا ئىچۈرۈلىدۇ .

( يېگىسار هۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

17 ) ئەگەر كۆكيۆتەلنىڭ دەسلەپكى باسقۇچىدا نەزلە بىلەن قىزىتما بولسا ، گۈلى بىنەپشىدىن 2 گرام ، بېھى ئۇرۇقىدىن 2 گرام ، گاۋزىباندىن 1 گرام ، ھەمشە باھار ئۇرۇقىدىن 2 گرام ، چىلاندىن 3 دانە ، سەرپىستاندىن 5 دانە ئېلىپ ، 1 لىتر سۇدا 500 مىللىلىتر قالغۇچە قايناتىپ ، تىرپىنى سۈزۈۋەتكەندىن كېيىن ، سۈيىگە 12 مىللىلىتر بىنەپشە شەربىتى ( 227 ـ نۇسخا ) ئارىلاشتۇرۇپ كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 30 مىللىلىتردىن ئىچۈرۈلسە ئۈنۈمى ياخشى .

18 ) ئەگەر يۇقىرىقى ئۇسۇل كۆگۈلدىكىدەك ئۈنۈم بەرمىسە ، گاۋزىبان ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى ، بەدىيان يىلتىزى ، زۇپا ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ھەر بىرىدىن 2 گرام ، قۇرۇق ئۈزۈمدىن 3 دانە ، بەدىياندىن 2 گرام ئېلىپ ، 1 لىتر سۇدا 500 مىللىلىتر قالغۇچە قايناتىپ ، تىرپىنى سۈزۈۋەتكەندىن كېيىن ، سۈيىگە خەمىرى بىنەپشىدىن 12 گرام قوشۇپ ئەتىگەندە 1 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 30 گرامدىن ئىچۈرۈش ھەمدە كەچتە لوئۇقى مۆتىدىلدىن 6 گرام ، لوئۇقى سەرپىستان ( 175 ـ نۇسخا ) دىن 6 گرامنى 72 مىللىلىتر گاۋزىبان ئەرەقىدە قاينىتىپ ئىلمان ھالەتتە بىمارغا ئىچۈرۈش لازىم .

19 ) ئەگەر كېسەللىك تۇتقاقلىق باسقۇچقا يەتكەن بولسا ، مەستىكىدىن 6 گرام ، سەبرىدىن 12 گرام ، رەۋەن قىيامىدىن 3 گرام ئېلىپ سوقۇپ ، سۇ بىلەن نەمدەپ نوقۇت چوكۈلۈكىدا كۈمىلاچ قىلىپ ، ئەھۋالغا قاراپ كۈندە 1 ـــ 2 تال ئىچۈرۈلىدۇ .

20 ) زۇپادىن 9 گرام ، زىراۋەندىدىن 6 گرام ، بىخسۇستىن 3 گرام ، ئۆرۈك مېغىزىدىن 10 گرام ، ئاپېلسىن پوستىدىن 3 گرام ، قومۇش يىلتىزىدىن 6 گرام ، شاپتۇل مېغىزىدىن 2 گرام ئېلىپ ، 1 لىتر سۇدا 500 مىللىلىتر قالغۇچە قاينىتىپ ، تىرپىلرىنى سۈزۈۋەتكەندىن كېيىن ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 30 مىللىلىتردىن ئىچۈرۈلىدۇ .

21 ) 1 باش سامساقنى يۇمشاق چاناپ ، مۇڭاپىق مىقدار-دىكى سۇغا يېرىم كۈن چىلاپ تەمى چىقىقاندىن كېيىن ، سۈيىگە

شېكەر قوشۇپ بىرقانچە قېتىم ئۇچۇرۇلىدۇ .

22 ) ئالما ياكى نەشپۈتنىڭ ئىچىنى ئويۇپ ، ناۋات سېلىپ ، قاسقاندا دۇمبەپ پىشۇرۇپ ئىستېمال قىلسىمۇ ياكى سەۋزىنى ئىسسىق كۈلگە كۆمۈپ پىشۇرغاندىن كېيىن يېسىمۇ ، كۆكىيۆتەلگە ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ .

( ئۇرۇمچى ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

23 ) ئارپا ، ئاق تېكەن مېۋىسى ھەر بىرىدىن 50 گرام ، چاكاندىدىن 30 گرام ئېلىپ ، 1 لىتر سۇدا 500 مىللىلىتر قالغۇچە قايناتىپ ، سۈيىگە مۇۋاپىق مىقدارىدا قارا شېكەر قوشۇپ ، كۈنىگە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 قوشۇقتىن ئۇدا بىر ھەپتە ئىچۈرۈلىدۇ .

24 ) جىغان ، سوقا چىلانىڭ ھەر بىرىدىن 500 گرام ، نىلدىن 100 گرام ، قارا شېكەردىن 300 گرام ئېلىپ ، جىغانىڭ سىقىپ چىقىرىلغان سۈيىگە قالغان دورىلارنى سېلىپ 20 مىنۇت قايناتقاندىن كېيىن ، كۈنىگە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا دورا سۈيى بىلەن قوشۇپ سوقا چىلاندىن 10 دانە ئىستېمال قىلىنىدۇ .

25 ) كۆكيۆتەل بەك ئېغىر بولسا ، كۆك كەپتەر بۆرىكىنىڭ ئىچىگە 1 گرام قىزىل سىر سېلىپ ، ئۇنى چىنىدە دۇمبەپ پىشۇرۇپ ، سۈيى بىلەن بىللە ئىستېمال قىلسا بولىدۇ .

## قۇلاق ئاستى بېزى يالليۇغى

بۇ ، يۇقۇملىنىش سەۋەبىدىن ۋە خىلتىلار تەڭپۇڭلۇقى بۇزۇلۇشتىن كېلىپ چىقىدىغان ، ئەتىياز ۋە كۈز پەسلىدە كۆپرەك تارقىلىدىغان يۇقۇملۇق كېسەللىك بولۇپ ، قۇلاق يۇمشقىنىڭ ئالدى تەرىپىگە جايلاشقان بىر جۈپ بەز قىزىرىپ ئىششىش ، 1 ــ 2 كۈن قىزىتىش ، ئومۇمىي بەدەن ماغدۇرسىزلىنىش ، يۇز ۋە بويۇنلار ئىششىپ ، تاماق يېيەلمەي قېلىش ، ئۇخلىغاندا جۆيلۈش ، بەزىلىرىدە ئىششىق ئېغىز ئالغاندىن

كېيىن يېنىش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) بىمار ياتقۇزۇپ ئارام ئالدۇرۇلىدۇ ، كېسەللىكنىڭ ئومۇمىي ئالامەتلىرىنى كۆزىتىپ ، قوشۇمچە ئۆزگىرىشلەردىن قايسىبىرى كۆچىيىپ كەتسە شۇنىڭغا تەدبىر قوللىنىش ، قىزىتمىنى ياندۇرۇش ، ماددىنى سىرتقا تەپتۇرۇش چارىلىرى قىلىنىدۇ .

2 ) سىرتىدىن تۆۋەندىكى دورىلار چېپىلىدۇ :

( 1 ) ھۆل ئەنگۈرشىپا ئۆسۈملۈكىنى مېۋىسى ۋە غازىگى بىلەن سوقۇپ چېپىش ياكى ئەنگۈرشىپا مېۋىسىنى مىجىپ چېپىش ؛

( 2 ) ئوسما ياكى ئوسما يىلتىزىنى خېمىر قىلىپ چېپىش ؛

( 3 ) بىنەپشە ، ئاق لەيلى گۈلى قاتارلىقلارنى شۇمشە سۈيى بىلەن خېمىر قىلىپ چېپىش ؛

( 4 ) قارا كۆز بەدىيان ، بابۇنە ، زىغىرلاردىن بىرىنى سوقۇپ ، گۈل يېغى بىلەن خېمىر قىلىپ چېپىش ؛

( 5 ) ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، ئىككىلمىلىك ياكى باقلا ئۇنىنى بىنەپشە يېغى بىلەن خېمىر قىلىپ چېپىش ؛

( 6 ) بۇ چارىلەر بىلەنمۇ ئىششىق يانمىسا ، رۇسۇتنى خېمىر قىلىپ چېپىش ؛

( 7 ) كۆك يۇمغاقسۇتنى قارا كىشمىش ئۈزۈم بىلەن خېمىر قىلىپ چېپىش ؛

( 8 ) زىغىرنى تالقانلاپ ، ھەسەل بىلەن خېمىر قىلىپ چېپىش ؛

( 9 ) يۇمشاق سوقۇلغان باقلا ۋە شۇمشىنى ياكى ئىسپىغۇل لۇئا-بىنى سىركە ياكى گۈل يېغى بىلەن خېمىر قىلىپ چېپىش ؛

( 10 ) تۇخۇم ئېقىنى گۈل يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ چېپىش لازىم .

3 ) ئىچىشكە تۆۋەندىكى دورىلار بېرىلىدۇ :

( 1 ) ئىتىرىپىل ئۇستىقۇددۇس ( 107 - نۇسخا ) تىن 12 گرام ، ئەرەقى شاھتەررە ( 267 - نۇسخا ) دىن 70 مىللىلىتىر ، قارا ئۇجمە شەر-

يـتـتـدىن 25 گرام قوشۇپ ئىچۇرۇلىدۇ ( 12 ياشلىق بالىنىڭ بىر كۈنلۈك ئىچىش مىقدارى ) .

( 2 ) ئىترىپىل كەشنىزىدىن 12 گرامنى ئەرەقى شاھتەررە ۋە قارا ئۇجمە شەربىتى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىچۇرسە بولىدۇ .

( 3 ) ئىترىپىل شاھتەررە ( 116 ـ نۇسخا ) دىن 9 گرام ، چىلان شەربىتىدىن 25 گرام ئىچۈرۈلىدۇ .

( 4 ) 6 گرام سەلىخۇلھەييەنى 2 دانە توخۇ تۇخۇمى بىلەن مايدا قورۇپ ، تۈز قوشۇپ يېگۈزسە ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ .

( 5 ) ئۇسما يىلتىزىدىن 30 گرام ، ئەڭلىك ئوتتىن 15 گرام ئېلىپ ، سۇدا قاينىتىپ ، ئازراق شېكەر قوشۇپ بالىنىڭ يېشىغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئىچۇرۇلىدۇ .

( 6 ) چايانىنى كۈنجۈت يېغىدا قورۇپ ، كۈنىگە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 1 دانىدىن 2 كۈن يېگۈزسە ئۇنۇمى كۆرۈلىدۇ .

( 7 ) مېڭە ۋە يۇرەكنى كۈچەيتىش مەقسىتىدە ، خەمىرى گاۋزىبان ئەنبىرى ( 138 ـ نۇسخا ) دىن 6 گرام ياكى خەمىرى مەرۋايىت ( 135 ـ نۇسخا ) تىن 3 گرامنى 100 مىللىلىتىر ئەرەقى گاۋزىبان ( 270 ـ نۇسخا ) بىلەن ئېرىتىپ ، 12 گرام ناۋات قوشۇپ كۈندە 2 قېتىم ئىچۇرسە بولىدۇ .

4 ) قۇلاق ئاستى بەز يالىلۇغى ئىسسىقلىقتىن بولغان بولسا :

( 1 ) ئاق لەيلى گۈلى ، بىنەپشە ، ئەنگۇرشپا ھەر بىرىدىن 6 گرام ، نېلۇپەردىن 4 گرام ، خەشخاش غوزىسىدىن 4 دانە ئېلىپ ، 250 مىللىلىتىر سۇت بىلەن قاينىتىپ قۇلاق ھورىتىلىدۇ .

( 2 ) قىزىتما يانمىسا ، بېھى ئۇرۇقىدىن 3 گرام ، چىلاندىن 5 دانە ، سەرپىستاندىن 10 دانە ئېلىپ ، 100 مىللىلىتىر ئەرەقى شاھتەررە ( 267 ـ نۇسخا ) ، 70 مىللىلىتىر ئەرەقى ئەنگۇرشپا ( 262 ـ نۇسخا ) بىلەن قاينىتىپ ، 25 مىللىلىتىر نېلۇپەر شەربىتى ، 7 گرام غۇنچە ئۇزۇم تالقىنى قوشۇپ ، بىرنەچچە قېتىمغا بۆلۈپ ئىچۇرۇلىدۇ.

( 3 ) ئاق لەيلى گۈلى ، ئەنگۈرشپا ، خيارشەنبەر مېغىزى قاتارلىق لاردىن 9 گرامدىن ئېلىپ ، كۆك ئەنگۈرشپا سۈيى بىلەن ئېزىپ ، 6 گرام گۈل يېغى قوشۇپ قاينىتىپ ، ئىلمان هالدا ئىششىق ئۈستىگە چېپىلىدۇ .

5 ) سوغۇقلۇقتىن بولغان بولسا ، زەرچىۋە ، ئاچچىق تاۋۇز يىلىتىزى ، تۈز قاتارلىقلاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ ، سوقۇپ ، قاياناق سۇدا نەمدەپ ئىلمان هالەتتە چېپىلىدۇ .

6 ) سەۋدادىن بولغان بولسا ، قەسىۋىسزەررە ، چۇچۇكبۇيا يىلتىزىدىن 7 گرامدىن ، چىلاندىن 5 دانە ، قۇرۇق ئەنگۈرشپا ، كابۇل هېلىلىسىدىن 6 گرامدىن ، ئەنجۈردىن 3 دانە ئېلىپ ، سوقۇلىدىغانلارنى سوقۇپ ، هەممىسىنى بىللە قاينىتىپ ، سىقىپ سۈزۈپ ، 25 گرام هەسەل قوشۇپ ئىچۈرۈلىدۇ .

7 ) ئىششىق قېتىپ قالغان بولسا ، 4 دانە قۇرۇق ئەنجۈرنى سۇدا قاينىتىپ ، ئۈستىگە 24 گرام بۇغداي ئۇنى ، 12 گرام زەيتۇن يېغى قوشۇپ پىشۇرۇپ ، ئىلمان هالەتتە ئىششىققا چېپىلىدۇ . بۇ ئارقىلىق ئىششىق ئىشۇرۇلۇپ مىلىقلىغاندىن كېيىن ، نەشتەر سېلىپ زەردابلىرى ئېقىتىلىپ ، ئاندىن جاراهەتنى داۋالاش قائىدىسى بويىچە داۋالىنىدۇ

( خوتەن ۋە يەكەن هۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

8 ) كاسىنە جەۋهىرى ( ئاپتونوم رايونلۇق ئۇيغۇر تېبابەت دورا زاۋۇتىدا ئىشلەنگەن دورا ) 5 گرامدىن كۈنىگە 3 قېتىم ئىچۈرۈلىدۇ .

9 ) رەۋەن ، سېمىز ئوت ، ئوسما يوپۇرمىقى هەر بىردىن 10 گرام ، ئوسما يىلتىزىدىن 20 گرام ئېلىپ ، سوقۇپ خېمىر قىلىپ ، سىرتىدىن كۈندە 1 قېتىم چېپىلىدۇ .

10 ) ئېغىرلىرىدا يۇقىرىقىلار بىلەن بىللە ، ئوسما يىلتىزىدىن 30 گرام ، ئەنگۈرشپادىن 20 گرام ، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى ، كاككۇك گۈلى ، نېلۇپەر هەر بىردىن 15 گرام ئېلىپ ، قاينىتىپ شەربەت تەييارلاپ ، 10 مىللىلىتىردىن كۈندە 3 ۋاخ ئىچۈرۈلىدۇ .

11 ) ئاغرىق قاتتىق بولسا ، سازاڭ قۇرتىدىن 6 ــ 7 دانىگە 1 قو-

شۇق شېكەر قوشۇپ ئارىلاشتۇرۇپ ، خېمىر قىلىپ سىرتىدىن چېپىلىدۇ .
( ئۈرۈمچى ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## بالىلار مېڭە پەردە يالليۇغى

بۇ ، بالىلار مىجەزىنىڭ ماددىلىق بۇزۇلۇشى ، يۇقۇملىنىش ۋە قىزىتمىلىق كېسەللىكلەرنىڭ ئاسارىتىدىن كېلىپ چىقىدىغان ئۆتكۈر يۇقۇملۇق كېسەللىك بولۇپ ، قىش ۋە ئەتىياز پەسلىدە ئەمچەكتىكى بالىلاردا كۆپ كۆرۈلىدۇ . دەسلەپ زۇكامدەك بەلگىلەر كۆرۈلۈپ ، كېيىن قىزىتما ، باش ئاغرىش ، ئارقىدىن چىدىغۇسىز باش ئاغرىش ، روھىي كەيپىيات تۇتۇقلىشىش ، ئەس ـ ھوشىنى يوقىتىش ، چۆچۈش ، پۇرقۇپ قۇسۇش ، بېشى ئارقىغا قاتىيىپ قېلىش ، باشنىڭ ئالدىنقى لىپىلدىقى پولتىيىپ چىقىش ، كۆز ئالمىسى تىترەش ۋە مىدىرلىماسلىق ، ئېغىرلاشقاندا كۆكىرىش ، پۇت ـ قوللار مۇزلاپ كېتىش قاتارلىق ئېغىر ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) كېسەللىك ئالامىتى كۆرۈلگەن ھامان ، بالىنى پاكىز ، ھاۋالىق جايدا ئارام ئالدۇرۇش بىلەن بىللە ، ئەينۈلا ، تەمرى ھىندى ، چىلان ھەر بىرىدىن 30 گرام ، بىنەپشىدىن 20 گرام ئېلىپ ، 500 گرام سۇغا چىلاپ ، سۈيىنى سۈزۈپ بالىنىڭ ئۇسسۇزلۇقىغا بېرىش ، بالىدا بەدەن ۋە يۈرەك ئاجىزلىقى بولسا ، خەمىرى گاۋزىباندىن 3 گرامنى 1 دانە كۈمۈش ۋەرەققە ئوراپ يېگۈزۈپ ، ئاندىن ئەرەقى گاۋزىبان ( 270 ـ نۇسخا ) ، چىلان شەربىتى ، بىنەپشە شەربىتى ( 227 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 25 گرامدىن ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ ئىچۈرۈش ، كەچتە بۇ ئەرەق ، شەربەتلەرگە ئىسپىغۇلدىن 6 گرام چىلاپ ، لۇئابىنى چىقىرىپ سۈزۈپ ئىچۈرۈش لازىم .

2 ) ئەگەر بالىدا ھارارەت پەسەيمەي ، كۆپ ئۇسساش ، ئورۇقـ

لاش ، ئۇيقۇسىزلىق داۋاملىشىۋەرسە ، بېھىي ئۇرۇقى ، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى ، تاۋۇز ئۇرۇقى مېغىزى ، ئۇسۇك ئۇرۇقىنىڭ ھەر بىرىدىن 3 گرامدىن ئېلىپ شىرىسىنى چىقىرىپ ، ئەرەقى گاۋزىبان (270 ـ نۇسخا)، ئەرەقى بىدەمىشكى ( 265 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلاردىن 75 مىللىلىتىردىن ئېلىپ ، ئارىلاشتۇرۇپ سۇزۇپ ئىچۈرۈلىدۇ . شۇنىڭ بىلەن بىللە ، كۈندە 3 قېتىم شەربىتى بىنەپشە ( 227 ـ نۇسخا ) ۋە شەربىتى نېلۇپەر (باش ئاغرىقىنى داۋالاشقا قارالسۇن ) لەرنىڭ ھەر بىرىدىن 25 گرامدىن قوشۇپ ئىچۈرۈلىدۇ .

3 ) بۇ كېسەللىك قايسى ماددىنىڭ بۇزۇلۇشىدىن بولغان بولسا ، شۇ خىل ماددىغا قارىتا مۇنزىج تەييارلاپ ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

4 ) قىزىتمىنى پەسەيتىش مەقسىتىدە ئەرەقى بەدىيان ( 264 ـ نۇسخا ) ، ئەرەقى چۆبچىنى ، ئەرەقى گاۋزىبان ( 270 ـ نۇسخا ) ، ئەرەقى ئەنگۈرشىپا ( 262 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ . قىزىتمىسى پەسەيگەندىن كېيىن مېڭە ۋە يۇرەكنى قۇۋۇۋەتلەش ئۈچۈن ، خەمىرى ئەۋرىشىم ( 134 ـ نۇسخا ) ، خەمىرى مەرۋايىت ( 135 ـ ، 136 ـ نۇسخا ) ، داۋا ئىلمىشكى مۆتىدىل (71 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ ، بالىنىڭ بۇرنىغا ھۆل ئىسسىق كەيپىياتلىق خۇش پۇراق دورىلار پۇرىتىلىدۇ ھەمدە باش قىسمىغا زىماد قىلىنىدۇ . ئەگەر كېسەللىك سوزۇلما خاراكتېرلىك بولۇپ قالسا ، سىركەنجىۋىل بۇزۇرى ( 239 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## باللار بويۇن بەزسىلى

بۇ ، خىلىت ئۆزگىرىشى ، بەدەن ئاجىزلىق ، يۇقۇملىنىش ، ئىرسىيەت ۋە سىل جاراسىملىرىنىڭ باللارنىڭ بويۇن بەزلىرىگە چۈشۈشىدىن كېلىپ چىقىدىغان كېسەللىك بولۇپ ، بالىنىڭ كۆپىنچە بىر تەرەپ بويۇن ساھەسىدە بىر ياكى بىرنەچچە تۈتسا مىدىرلايدىغان مونەكچىلەر

تېره ئاستىدىن كۆتۈرۈلۈپ چىقىش ، كېيىنچە بۇ مونەكچىلەر يۈمشاپ يېرىڭ يىغىپ قاتتىق ئاغرىتىش ، بەزىدە ئېغىز ئېلىپ سېسىق پۇراقلىق يېرىڭ ئېقىش ۋە جاراھەت ئورنى پات ساقايماي ، كېسەل بالا ئورۇقلاش ، ئىشتىهاسى كەم ، كەيپىياتى سۈس بولۇش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) ئالدى بىلەن مۇناسىپ مۇنزىج ۋە مۇسهىللار بېرىلىپ ، غەيرىي تەبىئىي بەلغەم ۋە غەيرىي تەبىئىي سەۋدا تازىلىنىدۇ . ئاندىن ئاقىرقەرھا ، قىزىلگۈل ، سەدەپ ، بىخ مارجان ، لاچىندانە ھىندى ھەر بىرىدىن 15 گرام ، موزا ، مامۇرانچىنى ، كىبرىت ھەر بىرىدىن 10 گرام ، قىزىل قولتۇق پاقىدىن 20 دانە ، زۆرەنباد ، سىياداڭ ھەر بىرىدىن 20 گرام ، كەتىرادىن 50 گرام ئېلىپ ، يۇمشاق سوقۇپ ، قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، دورا مىقدارى بىلەن تەڭ شېكەر ئارىلاشتۇرۇپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 گرام بېرىلىدۇ .

2 ) چايىلىقى ئۇچۇن سېرىق ئوت ، ئۇستىقۇددۇس ، كابۇل ھېلىلىسى ، سېرىق ھېلىلە ھەر بىرىدىن 20 گرام ، گاۋزىبان ، بادرەنجىبۇيا ھەر بىرىدىن 15 گرام ئېلىپ چالا سوقۇپ ، دەملەپ ئىچىش بۇيرۇلىدۇ .

3 ) مۇرەككەپ دورىلاردىن مەجۇنى سەۋم ( 60 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى ئىترىپىل غۇدۇدى ( 113 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلار بېرىلىدۇ .

4 ) باللارنىڭ بوينى ئىششىغان ، لېكىن ئېغىز ئالمىغان مەزگىلدە ئېغىز ئېلىشنى توختىتىش ، ئىششىقنى ياندۇرۇشقا چارە قىلىنىدۇ . بۇنىڭ ئۇچۇن :

( 1 ) 2 گرام گۈلى سەۋسەن يىلتىزىنى سوقۇپ ، 12 گرام مەرھەمى داخىلىيۇن ( 303 ـ ، 304 ـ نۇسخىلار ) بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىششىق ئۇستىگە چېپىش ؛

( 2 ) قىزىل زەمچىنى سۇ بىلەن سۈرۈپ چېپىش ؛

( 3 ) سەنگىيا تالقىنىنى ئالتۇن ۋەرەق بىلەن

ئارىلاشتۇرۇپ خېمىر قىلىپ ئىششىق ئۈستىگە چېپىش ؛

( 4 ) كۆيدۈرۈلگەن تاشپاقا قېپى ۋە سۆڭىكى ، سەڭگى جاراھەت ھەر بىرىدىن 24 گرام ، مەدەستانىدىن 4 گرام ، تۈتىيا ۋە شىكەرنىپ ھەر بىر رىدىن 3 گرام ئېلىپ ، ھەممىنى ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم تەييارلاپ ، سىرتىدىن چېپىش لازىم .

5 ) بويۇن بەز سىلى تېشىلىپ ئاققان بولسا :

( 1 ) 2 دانە تۈخۈم شاكىلىنى قازاندا قورۇپ سارغايتىپ ، ئۈندەك سوقۇپ يېگۈزۈش ؛

( 2 ) سىرتىدىن زىمادى خانازىر ( 317 ـ نۇسخا ) چېپىپ تېڭىش لازىم .

6 ) تۆۋەندىكى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ :

( 1 ) سۆئلەپ چىنى ( بىلتىللا ) ، سازاق ، مۇددەبىر قىلىغان چايان ، ئاق گۈللۈك يىلان ھەممىسىدىن باراۋەر مىقدارىدا ئېلىپ ، ئۈندەك يۇمشاق سوقۇپ ، 0.5 گراملىق كاپسۇلغا قاچىلاپ ، 2 ــ 3 گرام بېرىلىدۇ .

( 2 ) چار پاقىدىن 3 دانە تۇتۇپ ، باش ، پۇت ۋە ئىچكى ئەزالىرىنى ئېلىۋېتىپ ، 1 لىتىر سۇغا بىر سوتكا چىلاپ قويۇپ ، 500 مىللىلىتىر قالغۇچە قاينىتىپ سۈزۈپ ، سۈيى كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 30 مىللىلىتىردىن بېرىلىدۇ ، بۇ ئۇسۇل ئىششىق تولۇق يانغۇچە داۋاملاشتۇرۇلىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## سىيىپ يېتىش

بۇ ، ئومۇمىي بەدەننىڭ سوغۇقى ئېشىپ كېتىش ياكى نېرۋىنىڭ باشقۇرۇشى ئاجىزلىشىش سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدىغان ، باللاردا كۆپ كۆرۈلىدىغان كېسەللىك بولۇپ ، كېچىسى ئۇخلاۋېتىپ ئورنىغا سىيىپ قويۇش ، بەزىدە ئويغاق ھالەتتىمۇ سۈيدۈكنى تۇتالماي سە-

يىپ سېلىش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) قوي بۆرىكىدىن 2 دانە ئېلىپ ، 50 گرام ياڭاق مېغىزى بىلەن پىشۇرۇپ ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

2 ) كەپتەر گۆشى تۇز ، پىياز ، زەنجىۋىل قاتارلىقلار بىلەن پىشۇرۇپ بېرىلىدۇ .

3 ) قوي قېرىنىدىن 1 دانە ، كالا گۆشىدىن 250 گرام ، قارا ماشتىن 50 گرام ئېلىپ بىللە قاينىتىپ بېرىلىدۇ .

4 ) زەمچە بىلەن گۈڭگۈرتنى سۇدا قاينىتىپ ، بالا هوردىتىلىدۇ .

5 ) قۇرۇتۇلغان توخۇ تاشلىقىنىڭ ئىچكى پەردىسى يېگۈزۈلىدۇ.

6 ) ياڭاق مېغىزى قوقاستا پىشۇرۇپ بېرىلىدۇ .

7 ) ئەرمۇدۇن دەرىخىنىڭ مېۋىسى دەملەپ ئىچۈرۈلىدۇ .

8 ) سۇڭىپياز بىلەن گۈڭگۈرت مەلھەم قىلىپ كىندىك ئەتراپىغا تېڭىلىدۇ .

9 ) قوي ياكى كالا قېرىنى قىرماي پاكىز يۇيۇپ ، پىشۇرۇپ ئىستېمال قىلىنىدۇ .

10 ) ئۇخلاشتىن ئىلگىرى تاپان ، كىندىك ئەتراپى ۋە دوۋسۇن ئۇستى تۇخۇم يېغى بىلەن ياغلىنىدۇ .

11 ) نوقۇت بىلەن قوي گۆشى قاينىتىپ ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

12 ) جىنىكېۋىزى ، شىقىلداق ، گۈڭگۈرت هەر بىرىدىن 30 گرام ئېلىپ ، 8 گرام پىياز بىلەن سوقۇپ مەلھەم تەييارلاپ ، كىندىك ئۇستىگە تېڭىپ ، ئەتىسى ئېلىۋېتىلىدۇ .

13 ) زىرە ، كۈندۇر ، هەبۇلئاس هەر بىرىدىن 15 گرام ئېلىپ ، 120 گرام هەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن تەييارلاپ بېرىلىدۇ .

14 ) قەلەمپۇر ، قارىمۇچلارنىڭ هەر بىرىدىن 3 گرام ، كۈدە ئۇرۇقىدىن 10 گرام ئېلىپ سوقۇپ ، بۇغداي ئۇنىغا ئارىلاشتۇرۇپ توقاچ يېقىپ بېرىلىدۇ .

15 ) مۇرەككەپ دورىلاردىن مەجۇنى كۇندۇر ( 80 ـ نۇسخا ) ، گۈلقەنت ( 155 ـ نۇسخا ) ، مادداتۇلھايات ( 85 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى جىنتىيانا ، مەجۇنى بەۋىل فلىپراش ( 52 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلاردىن بىرسى تاللاپ بېرىلىدۇ .

مەجۇنى جىنتىيانا نۇسخىسى : جىنتىيانا ، قارىمۇچتىن 30 گرامدىن ، قۇسته ، سازەج ھىندى ، سۇمبۇل ، رەۋەندىن 21 گرامدىن ، ھەسەلدىن 3 ھەسسە ئېلىپ ، قائىدە بويىچە مەجۇن تەييارلىنىدۇ . ياش ـ قۇرامىغا قاراپ 12 ياشتىن چوڭلارغا 6 گرامدىن ، ئۇنىڭدىن كىچىكلەرگە مۇناسىپ ھالدا ئازايتىپ بېرىلىدۇ .

16 ) خولىنجان ، قوۋزاق دارچىن ، پىلپىل ، زەنجۇبىل ، رۇمىبەدىياندىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ ، تالقانلاپ ، يىرىك قىسمىنى 5 گرام دىن دەملەپ ئىچىشكە ، يۇمشاق قىسمىنى 2 ـــ 3 گرامدىن تامىقىغا ئارىلاشتۇرۇپ يېيىشكە بەرسە ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ .

( قەشقەر ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## باللار سۈيدۈك يول تېشى

بۇ ، باللار بەدىنىدە خىلتلار تەڭپۇڭلۇقى بۇزۇلۇش ۋە ئانىنىڭ سۈتى بۇزۇلۇش سەۋەبىدىن باللارنىڭ سۈيدۈك يولى ياكى دوۋسىقىدا تاش پەيدا بولۇپ قالىدىغان كېسەللىك بولۇپ ، ھەرقانداق ياشتىكى بالىلاردا ، ئوغۇللاردا قىزلارغا نىسبەتەن كۆپرەك كۆرۈلىدۇ . دوۋسۇن ئەتراپىدا ئاغرىق پەيدا بولۇپ قېلىش ، ئاسانلىقچە سىيەلمەسلىك ، سۈيدۈك مېڭىۋېتىپ بىردىنلا توختاپ قېلىش ، قاتتىق ئاغرىش ، سىيگەندە ئېچىشىش ، بەزىدە تاش سۈيدۈك يولىغا قاپلىشۋالسا ، سۈيدۈك تامچىلاپ كېلىش ياكى بالىنىڭ سىيەلمەي كۆچەپ ئىنجىقىلىشى نەتىجىسىدە تاش سۈيدۈك يولىنى زەخمىلەپ ، قان سىيىش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) تاش چۇشۇرگۈچى دورىلارنى بېرىشتىن بۇرۇن ، سۈيدۈك يولىنى كېڭەيتىش ۋە سىلىقلاشتۇرۇش چارىسىنى قىلىش لازىم . بۇنىڭ ئۈچۈن ، ئاق لەيلى ، ھەمشە باھار ، نېلۇپەر ، بىنەپشە ، قىزىلگۈل ، باد-رەنجىبۇيا قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقدارداى ئېلىپ قاينىتىپ ، بالىنى شۇ سۇدا ھورلاندۇرۇش ۋە ئولتۇرغۇزۇش كېرەك .

2 ) سۈيدۈك يولىنى سىلىقلاشتۇرۇش ئۈچۈن ، بادام يىغدىن كۈنده 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 2.5 مىللىلىتىردىن ئىچۈرۈلىدۇ ۋە سۈيدۈك يولىدىن تېمىتىلىدۇ .

3 ) تاش چۈشۈرۈش ئۈچۈن تەرەنجۈبىلدىن 30 گرام ، سانادىن 18 گرام ، سېرىق ئوت ئۇرۇقىدىن 15 گرام ، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى ، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى ھەر بىردىن 7.5 گرام ، گاۋزىبان ، كاكىنەچ ، پىرسىياۋشان ، قىزىلگۈل ، ئوغرىتىكەنلەرنىڭ ھەر بىردىن 6 گرام ئېلىپ ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ سۈزۈپ ، بادام يېغى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچۈرۈلىدۇ .

4 ) ئۇنىڭدىن باشقا ، سۈپۈپى ھەجەرىل يەھۇد ( 204 ـ نۇسخا ) بالىنىڭ يېشىغا قاراپ كۈنىگە 3 ۋاخ 3 ـــ 5 گرام ئىچۈرۈلىدۇ .

( قاغىلىق ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

5 ) كېسەل بالا بەك كىچىك بولسا ، چايان يېغى ( 280 ـ نۇسخا ) كۈنىگە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 1 مىللىلىتىر سۈيدۈك يولىدىن نەيچە بىلەن كىرگۈزۈلىدۇ ۋە ئۇنىڭ بىلەن دوۋسۇن ئۇستى ياغلىنىدۇ .

6 ) 500 گرام ياڭاق مېغىزىنى 100 گرام كۈنجۈت يېغىدا قورۇپ سوقۇپ ، 100 گرام ناۋاتنى سوقۇپ ئارىلاشتۇرۇپ ، بالىنىڭ يېشىغا قاراپ مىقدار بەلگىلەپ يېگۈزسە بولىدۇ .

7 ) مەجۇنى ھەجەرىل يەھۇد ( 68 ـ نۇسخا ) تىن مۇۋاپىق مىقداردا يېگۈزۈلىدۇ .

8 ) كۆك تۇرۇپنى قىرىپ ، سىقىپ سۈيىنى ئېلىپ ، 2 قوشۇقتىن

كۈنىگە 3 قېتىم ئىچۈرسە بولىدۇ . شۇنىڭ بىلەن بىللە ، جۈۋىنە ، چىڭ سەي ئۈرۈقى ، ئارپىسىمان ، قوغۇن ئۇرۇقى ، ئوغرىتىكەن قاتارلىقلارنى قاينىتىپ سۈزۈپ ، سۈيىگە شېكەر سېلىپ ، يۇقىرىقى دورىلار بىلەن بىللە ئىچۈرسە بولىدۇ .

9 ) يېشى چوڭراق بالىلارغا چوڭلارنىڭ سۈيدۈك يول كېسەللىكىنى داۋالاشتا كۆرسىتىلگەن چارىلەردىن تاللاپ قوللىنىلىدۇ .

10 ) تۆگە گۆشى ، كالا گۆشى ، كۆمەچ ، قازان نېنى قاتارلىقلار- دىن پەرھىز قىلىش ۋە سەي - كۆكتاتلارنى كۆپرەك يېيىش ، قاينىق سۈنى كۆپرەك ئىچىش ، چوڭ - كىچىك تەرەتلەرنىڭ راۋان بولۇشىغا دىققەت قىلىش بۇيرۇلىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## ھەزىم قىلىشنىڭ بۇزۇلۇشى

بۇ ، بۇۋاقلار ۋە كىچىك بالىلارنىڭ ناتوغرا ئوزۇقلاندۇرۇلۇشى ، يۇقۇملىنىشى ، قول ۋە يېمەك - ئىچمەك تازىلىقنىڭ ناچارلىقى ، مىجەزنىڭ بۇزۇلۇشى ، چىش چىقىش مەزگىلىدىكى كۈتۈشنىڭ ناچارلىقى قاتارلىق سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن كېلىپ چىقىدىغان كېسەللىك بولۇپ ، ئاچچىق ياكى سېسىق كېكىرىش ، قورسىقى كۆپۈش ، ئىچى سۇرۇش ۋە قۇسۇش ، قۇسۇقتا ھەزىم بولمىغان تاماق ماددىلىرى ۋە سۈت پىشلاقلىرى بولۇش ، تەرىتى ئىللىتىلغان تۇخۇمدەك ، ھەتتا سۇدەك كېلىش ، سۇسىزلىنىش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

داۋالاش بىلەن پەرھىز تەڭ ئېلىپ بېرىلىدۇ .

1 ) ئانا ئەمچەك ۋە ئېمىتىدىغان باشقا نەرسىلەرنىڭ تازىلىقىغا قاتتىق رىئايە قىلىشى ۋە ئېمىتىشنى تەرتىپكە سېلىشى لازىم .

2 ) تاماق بىلەن بېقىلىدىغان بالىلارغا تاماقتىكى ماي مىقدارىنى

ئازايتىش ، كالا سۇتىنىڭ ئاساس قىلىپ ، يەڭگىل ۋە سىڭىشلىك تاماقلار بىلەن بېقىش تەۋسىيە قىلىنىش بىلەن ، ھەزمنى ئاجىزلاشتۇرىدىغان سوغۇق تەبىئەتلىك يېمەكلىك ۋە مېۋە - چېۋىلەردىن پەرھىز قىلىش بۇيرۇلىدۇ . قۇشقاچ ، كەپتەر ، توخۇ گۆشلىرى ئاز مىقدارىدا بېرىلىدۇ . جىگەر ۋە مايسىز گۆش يۇمشاق پىشۇرۇپ ، ئاز - ئازدىن بېرىلىدۇ .

3 ) قورساققا سىرتتىن سوغۇق ئۆتكۈزۈۋېلىشتىن قاتتىق ساقلىنىش تەۋسىيە قىلىنىدۇ .

4 ) ئاشقازان سىرتىنى مەستىكى يېغى ( 294 - نۇسخا ) بىلەن يېغلاش بىلەن بىللە ، بېھىنىڭ سقىلغان سۈيىگە 3 ــ 4 تال قەلەمپۇرنى يۇمشاق سوقۇپ ئارىلاشتۇرۇپ ، ئاز - ئازدىن يالتىپ قويسا بولىدۇ .

5 ) گۈلابقا ئازراق قەلەمپۇرنى چالا سوقۇپ چىلاپ ، قاينىتىپ سۈزۈۋېتىپ ، سۈيىگە شېكەر سېلىپ ئىچۈرۈلىدۇ .

6 ) قىزىل گۈلقەنت ( 155 - نۇسخا ) ۋە پىننە گۈلقەنت ( 157 - نۇسخا ) تىن ئاز - ئازدىن بېرىپ ، ئاشقازان قۇۋۇشقاقلىرىنى ئۇرۇلىدۇ .

7 ) بالىنىڭ ئىچى كۆكۈش كەلگەن بولسا ، توخۇ تاشلىقىدىن بىرنى يۇمشاق سوقۇپ شېكەر بىلەن ؛ ئىچى سېرىق ياكى قىزغۇچ كەلگەن بولسا سۈزمە قوشۇپ ، 5 ــ 6 ياشلىق بالىلارغا 2 كۈندە ، 1 ــ 4 ياشقىچە بالىلارغا 3 ــ 4 كۈندە يېگۈزۈپ تۇرغۇزۇپ تۇرۇلىدۇ .

8 ) مەجۇنى نۆش دورا ( 99 - نۇسخا ) دىن ئازراق ئېلىپ ، ئانا سۈتى ياكى گۈلابتا ئېزىپ ، بالغا يالىتىلىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

9 ) ئالدىن قۇسقان 1 ياش ئىچىدىكى بالىلارغا بېھى ئۇرۇقى ۋە ئىسپىغۇلنىڭ ھەر بىرىدىن 3 گرامدىن ئېلىپ ، 200 مىللىلىتىر قايناق سۇدا لۇغاپنى چىقىرىپ سۈزۈپ ، كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 2 قوشۇقتىن تاماقتىن كېيىن ئىلىتىپ ئىچۈرۈلىدۇ .

10 ) ئىچى سۇرۇش ئالدىن كۆرۈلگەن بولسا ، رۇمبەدىيان ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، قىزىلگۈل ئۇرۇقى ۋە گۈل ئوتتۇرىسىدىكى سېرىقىدىن

تەڭ مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ ، ئىلمان ھالەتتە بالىنى ئولتۇرغۇزۇش ، قورساقتا قىزىقلىق بولسا ، يۇقىرىقى دورىغا سىركە قوشۇپ قىزىتىپ ، قورساق سىرتىدىن چېپىش لازىم .

11 ) ئۇسسۇزلۇق ئېغىر بولسا ، قورۇلغان سېمىز ئوت ئۇرۇقىدىن 15 گرامنى 100 مىللىلىتىر سۇدا قاينىتىپ ، 20 مىللىلىتىردىن كۇنده 3 ۋاخ ئىچۇرۇش لازىم .

12 ) ھەرقانداق سەۋەبتىن بولغان ئىچ سۇرۇش ۋە قۇسۇشقا ئەرەقى سىماق بېرىلسە ، ئۇچەينى تازىلاش ، ياللۇغ قايتۇرۇش ، بەدەننى قۇۋۇەتلەش ، قۇسۇشنى توختىتىش تەسىرىنى كۆرسىتىدۇ .

تەركىبى : سماق ھىندى 300 گرام ، قىيمىقۇ ئۇرۇقى ، پاقا يوپۇرمىقى ئۇرۇقى ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، بېھى ئۇرۇقى ، يانتاق چېچىكى ، قامچىگۇل ئۇرۇقى ، قورۇلغان يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى ، قورۇلغان ئارپىبەدىيان ، بالەنگۇ ئۇرۇقى ھەر بىرى 100 گرامدىن ، ئالقات ، قورۇلغان زىغىر ، قورۇلغان موزا ، قىزىلگۇل ، ئانارگۇلى ، قورۇلغان ئانار ئۇرۇقى ھەر بىرى 50 گرامدىن ، ئوتتا سالايە قىلىنغان تاباشىر 30 گرام ئېلىنىپ ، 6 كىلوگرام قاياناق سۇغا بىر سوتكا چىلاپ ، قائىدە بويىچە ئەرەق تارتىلىدۇ . بىر ئايلىق بوۋاقىقا 2 مىللىلىتىر ، ئىككى ئايلىق بوۋاققا 3 ــ 6 مىللىلىتىر ، ئۇچ ئايلىققا 10 ــ 20 مىللىلىتىر ، ئالتە ئايلىققىچە بولغانلارغا 30 مىللىلىتىردىن كۇنىگە 1 ــ 2 قېتىم بېرىلىدۇ .

13 ) يۇقىرىقى ئەرەق بېرىلگەندىن كېيىن يەنە قۇسسا ، ئازراق پىننە گۇلقەنت ( 157 ـ نۇسخا ) ئارىلاشتۇرۇپ بېرىلىدۇ . ئىچى سۇرۇش توختىمسا ، ئازراق قۇرسى تاباشىر ( 162 ـ نۇسخا ) نى ئەرەقتە ئېرىتىپ بەرسىمۇ بولىدۇ .

14 ) سۇسىزلىنىش بولغانلارغا كونا قاپاقتېرەك ياغىچىنىڭ چوغىنى بىر پىيالە قاياناق سۇغا سېلىپ ، سوۋۇغاندىن كېيىن سۇيىنى سۇزۇپ ، كۇنىگە 3 قېتىمدىن ئۇدا 3 كۇن بېرىلىدۇ .

( قاراقاش ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

# بالىلار مەددە قۇرت كېسەللىكى

بۇ ، يېمەك ـ ئىچمەك ۋە شەخسىي تازىلىققا رىئايە قىلماسلىقتىن يېمەكلىك ماددىلىرى بىلەن ئۇچەيگە كىرگەن مەددە قۇرت تۇخۇمىنىڭ مەددىگە ئايلىنىش ھادىسىسى بولۇپ ، كىچىك بالىلاردا كۆپرەك كۆرۈلىدۇ . كۆپرەك ئۇچرايدىغىنى قىل قۇرت ، يەنى تۇتۇۋ مەددە بولۇپ ، ئۇزۇنلۇقى 1 سانتىمېتىر بولغان قىلدەك ئىنچىكە مەددە چوڭ تەرەت بىلەن چىقىش ، سوغۇق قېچىشش ، قورساق ئاغرىش ، كېچىسى بىئارام بولۇپ ئۇخلىيالماسلىق قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

قىل قۇرتنى داۋالاشتا :

1 ) كېسەل بالىنىڭ قولىنى داۋاملىق پاكىز تۇتۇشىغا ، تاماقتىن بۇرۇن قول يۇيۇشىغا ، قولىنى ئاغزىغا سالماسلىقىغا ، مەقئەتنى قاشلىماسلىقىغا كاپالەتلىك قىلىنىدۇ .

2 ) تۆۋەندىكى تۇتۇۋ قۇرت شامچىسى مەقئەتكە كىرگۈزۈلىدۇ :

قۇرۇق ئۇزۇم ، ئاچچىق ئۆرۈك مېغىزى ، شاپتۇل مېغىزى ، تاتلىق قۇسته ھەر بىرىدىن 15 گرام ئېلىپ ، يۇمشاق سوقۇپ شامچە تەييارلىنىدۇ .

3 ) ئاچچىق تاۋۇز ، قەنتەرىيۇن ، نەمەكى ھىندى ، ئاچچىق ئۆرۈك مېغىزى ، ئاچچىق ئۆرۈك شاكىلى قاتارلىقلاردىن 10 گرامدىن ئېلىپ ، 500 گرام سۇ بىلەن قاينىتىپ سۈزۈپ ، كىچىك بالىلارغا بېرىمى ، چوڭراق بالىلارغا ھەممىسى بىر قېتىمدىلا ھۆقنە قىلىنىدۇ .

4 ) سىركە ، ئانار پوستى قاينىتىلمىسى قاتارلىقلار ئايرىم ھالدا ھۆقنە قىلىنىدۇ .

5 ) سوقۇلغان شاپتۇل مېغىزى سوك ئەتراپىغا چېپىلىدۇ ياكى مەرھىمى كىبرىت ( 310 ـ نۇسخا ) بىلەن سوك ئەتراپى ھەر كۈنى

كەچتە ياغلىنىپ ، ئەتىگەندە سوپۇنلاپ يۇيۇلىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

سازاگسمان مەددىنى داۋالاشتا :

1 ) بەرەڭگى كابىلى ، تۇربۇت ، قەمبىل ھەر بىرىدىن 15 گرام ، قىزىل لوبىيا ، ئاچچىق قۇستە ھەر بىرىدىن 21 گرام ، ئەپسەنتىن رۇمىدىن 30 گرام ، تاش تۇزىدىن 3 گرام ئېلىپ ، سوقۇپ تاسقاپ سۈپۈپ تەيىارلاپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 5 گرامدىن ئاچ قورساققا سۈت بىلەن بىللە ئىچۈرۈلىدۇ .

2 ) بەرەڭگى كابىلىدىن 6 گرام ، دەرمىندىن 3 گرام ، ئۇرۇقسىز خورمىدىن 2 دانە ئېلىپ ، سوقۇپ تاسقاپ تالقان قىلىپ ، 15 گرام ئابدىسىلىك يېغى بىلەن تەكشى ئارىلاشتۇرغاندىن كېيىن قائىدە بويىچە كىلىزما تەييارلاپ ، بىمارنىڭ ئەمەلىي ئەھۋالىغا ئاساسەن كىلىزما قىلىنىدۇ .

3 ) تۈتۇ مەددە قۇرت كېسەللىكىنى داۋالاشتا ، بىخ كەبىر ، تاغ يالپۇزى ، كۆك پىننە ، ئوبھەل ، قىزىل لوبىيا ، سېرىق ئوت قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 15 گرام ، قۇندۇز قەھرىدىن 6 گرام ، ئۇزۇمدىن 30 گرام ئېلىپ ، سوقۇپ تاسقاپ ، قائىدە بويىچە ھەب تەييارلاپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 داننى 1 دانە كۈمۈش ۋەرەققە ئوراپ ، ئەرەقى شاھتەررە (267 ـ نۇسخا ) ۋە ئەرەقى ئەپسەنتىن بىلەن ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

ئەرەقى ئەپسەنتىن نۇسخىسى : ئەپسەنتىندىن 1 كىلوگرام ، سۇدىن 6 لىتىر ئېلىپ ، قائىدە بويىچە 4 لىتىر ئەرەق ئېلىنىدۇ . 60 مىللىلىتىردىن كۈندە 3 ۋاخ ئىچىلىدۇ .

4 ) ئۇزۇم ، ئاچچىق ئۆرۈك مېغىزى ، شاپتۇل مېغىزى ، تاتلىق قۇستە قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 15 گرام ئېلىپ ، سوقۇپ تاسقاپ ، قائىدە بويىچە شامچە تەييارلاپ مەقئەتكە سېلىنىدۇ .

5 ) كىچىك بالىلاردا مەددە قۇرت سەۋەبىدىن قورساق ئاغرىش ياكى قۇسۇش ئەھۋالى يۈز بەرگەن بولسا ، 60 مىللىلىتىر كۈنجۈت يېغىنى قاينىتىپ ، ئۈستىگە كاۋاۋچىندىن 9 گرام سېلىپ ، كاۋاۋچىن ئازراق

قارايغاندىن كېيىن ئۇنى سۈزۈۋېتىپ ، سوۋۇتۇپ ئىلمان بولغاندا بىر قېتىمدىلا ئىستېمال قىلىندۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

# راخـــــت

بـۇ ، باللارنىڭ ئانا قورسىقىدىكى ۋاقتىتىن تارتىپلا ئوزۇقلۇق يېـتـىشـمـەسـلـىكـى ، تۆرەلمە تەرەققىياتىنىڭ ئاجىز بولۇشى ، تۇغۇلغاندىن كـېـيـىـن ئانا سۈتىگە قانماسلىقى ، ئۆسۈۋاتقان دەۋردە ئوزۇقلۇققا قانماسـلـىـقـى ، مۇۋاپىق كۇن نۇرىغا قاقلىنىپ تۇرماسلىقى قاتارلىق سەۋەبلەردىن پەيدا بولىدىغان كېسەللىك بولۇپ ، بالىنىڭ بەدىنىگە كالتسي ۋە ۋىتامىن D قـاتـارلىقلار يېتىشمەسلىك ، ئۇچ ياشتىن تۆۋەن باللاردا سۆڭىكى تەبـئـىـي يـوسـۇنـدا قـېـتـىـشماسلىق ، باللارنىڭ باش سۆڭىكىنىڭ چاكلىرى پـۈتـمـەسـلىك ، باش سۆڭىكى يۇمشاپ قەغەزدەك تاراقلايدىغان بولۇپ قېـلـىـش ، تـوخـۇ كـۆكـرەك بولۇپ قېلىش ، پۈتلىرى ئېچىگە ياكى سىرتىغا ئېـگـىـلـىـپ قـېلىش قاتارلىق سۆڭەكتىكى ئۆزگىرىشلەرنى ئاساس قىلغان ھالـدا ، يـىـغلاڭـغـۇ بـولـۇپ قـېلىش ، ياخشى ئۇخلىيالماسلىق ، ئاشقازىنى ئاجـىـزلـىـشش ، كۆپ تەرلەش ، باشىنىڭ ئارقا تەرىپىنىڭ چېچى چۈشۈپ كېتىش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

مـەخـسـۇس داۋالاش بـىـلـەن ئوزۇقلۇقنى ياخشىلاش ، كۇن نۇرىغا قاقلاش ئۇسۇللىرىنى بىرلەشتۇرۇش كېرەك .

1 ) بـالـىنى پاكىز ، ئازادە مۇھىتتا بېقىش ، ھەمدە قوشۇمچە كېسەلـلـىـكـلـەر بـىـلـەن يۇقۇملىنىپ قېلىشتىن ئىمكانقەدەر ساقلاش كېرەك . ياز كۇنلىرى پۈتۈن كۇن بويى ئاپتاپ چۈشۈپ تۇرىدىغان ياكى ئالا كۆلەڭگە جـايدا بېقىش ، پات ـ پات يالىڭاچلاپ ئاپتاپقا ساقلاش ، قىش كۇنلىرىدىمۇ ئىمكانقەدەر كۇن نۇرى چۈشىدىغان جايدا بېقىش تەۋسىيە قىلىنىدۇ .

2 ) ئېمىۇاتقان بالىنى مۇمكىنقەدەر ئانا سۈتى بىلەن بېقىپ ، قوشۇمچە ئوزۇقلاندۇرۇش ، سۈت ، تۇخۇمنى كۆپرەك يېگۈزۈش ، يېلىق ئۆشى ، قوي گۆشى ، قايماق ، ھايۋانات جىگىرى قاتارلىقلارنى كۆپرەك بېرىش ، ياش پاقلان مېڭىسىنى ئاز - ئازدىن يېگۈزۈش ، كۆكتات قىيمىسىنى سۆگەك شورپىسى بىلەن بېرىش ، ئۇزاققىچە بىر خىل تاماق بېرىشتىن ساقلىنىپ ، تاماق تۈرى ۋە كۆكتات تۈرىنىڭ ھەر خىل بولۇشىغا كاپالەتلىك قىلىش ئاساسىدا ئوزۇقلاندۇرۇش لازىم .

3 ) ھۆل ئىسسىق تەبىئەتلىك مېغىز ۋە مايلىق دورىلارنى بېرىش بىلەن بەدەن قۇۋۋىتى ئەسلىگە كەلتۈرۈلىدۇ .

4 ) پاكىز يۇيۇلغان تۇخۇم شاكىلىنى قازاندا سەل سارغايغۇچە قورۇپ ، يۇمشاق سوقۇپ ، 3 ھەسسە ھەسەل يېكى گۈلقەنتەكە ئارىلاشتۇرۇپ ، بالىنىڭ يېشىغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا كۈنىگە 3 قېتىمدىن ئىستېمال قىلدۇرۇش يېكى يۇقىرىقىدەك تەييارلانغان تۇخۇم شاكىلىنى مەخسۇس دۇملەپ ، قاينىتىلغان سۆگەك شورپىسى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىچۈرۈش لازىم .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

5 ) دورا بىلەن داۋالاشتا ، مىجەزنى تەڭشەش ، دورىلارنى ماسلاشتۇرۇپ بېرىش كېرەك . ياڭاق ، بادام ، ئەنجۈر ، بېھى ، ئۈزۈم ، نوقۇت ، ھېلىلە ، بەلىلە ، خورما ، قىزىلگۈل ، لاچىندانە ، تەمرى ھىندى ، يالپۇز ، سۈت - قايماق ، تۇخۇم ، گۆشلەردىن مۇۋاپىق كېلىدىغانلىرىنى تاللاپ بەرسە ، ئەھۋالغا قاراپ بۇغا مۈڭگۈزى ئىشلەتسە بولىدۇ .

6 ) مۇرەككەپ دورىلاردىن گۈلقەنت ( 155 - نۇسخا ) ، مادداتۇل ھايات ( 85 - نۇسخا ) ، ھالۋايى بەيزە (كەم قانلىقنى داۋالاشقا قارالسۇن)، لوبۇبى كەبىر ( 82 - نۇسخا ) ، خەمىرى مەرۋايىت ( 136 - نۇسخا ) ، جاۋارىش كۈمۈنى ( 126 - نۇسخا ) ، ئانار شەربىتى ( 231 - نۇسخا ) ، ئەۋرىشىم شەربىتى ( 222 - نۇسخا ) ، ئۈزۈم شەربىتى ( 228 - نۇسخا ) قاتارلىقلار ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ .

7 ) يۇقىرىقىلارغا قوشۇمچە سىرتىدىن دورا ئىشلىتىلسە ، داۋالاش ئۇنۇمىنى تېخىمۇ يۇقىرى كۆتۈرىدۇ . زۆرەنباد ، زەرچىۋە ، جويۇز قاتار-لىقلارنى سوقۇپ تالقانلاپ ، نەمدەپ ، بوۋاقنىڭ ئىككى چېكە ، قۇلاقنىڭ ئالدى ـ كەينى قىسىملىرى ، ئالقان ۋە تاپانلىرىغا ھەر 3 ـــ 4 كۈندە 1 قېتىم سۈركىلىدۇ . بۇ ئۇسۇل بوۋاق تۆت ئايلىقتىن ئاشقاندا تەدرىجىي قوللىنىلسا ، ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ .

8 ) ھەر 3 ـــ 4 كۈندە 1 قېتىم چۈچۈتۇلگەن قىچا يېغى ، تۇخۇم يېغى ( 283 ـ نۇسخا ) بىلەن ئالقان ۋە تاپانلىرى ، ئۇزۇن سۆگەك ئەتراپىدىكى پەيلەر ياغلىنىدۇ . ھەر 7 ـــ 10 كۈندە 1 قېتىم ئىسسىق تەبىئەتلىك ياغلار بىلەن ياغلىنىدۇ .

( شايار ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

# XIV باب تېره كېسەللىكلىرى

## ئاقكېسەل ( بەرەس )

بۇ ، رەئىس ئەزالارنىڭ خىزمىتى قالايمىقانلىشىش سەۋەبىدىن تېرىنىڭ قان ۋە ئوزۇقلۇق بىلەن تەمىنلىنىشى ، ئوزۇقلۇقلارنىڭ سۈمۈرۈلۈشى ، رەڭ پىگمېنتلىرىنىڭ ئىشلەپچىقىرىلىشى توسقۇنلۇققا ئۇچراش ، تەبىئىي هارارەت تۆۋەنلەپ ، هۆللۈك كۆپىيىپ كېتىش ، هۆل ۋە سوغۇق لۇق يېمەكلىكلەرنى كۆپ يېيىش نەتىجىسىدە خىلتلار خام قېلىش ، كەم قانلىق ، كۆيۈك ، ئۇشۇك هەم مەددە قۇرت قاتارلىق ئىچكى ـ تاشقى سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن كېلىپ چىقىدىغان ، هەممە ياشتىكى كىشىلەردە ئوخشاشلا كۆرۈلىدىغان تېرە كېسەللىكى بولۇپ ، بەدەننىڭ مەلۇم قىسمى ياكى ئومۇمىي بەدەنده شەكىلسىز ۋە تەرتىپسىز هالدا تېرىنىڭنورمال تېرىدىن پەرقلىق هالدىكى ئاقىرىپ قېلىشىدەك ئالامەت بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) ئىچكى تەرەپتىن داۋالاشنى ئاساس ، سىرتقى تەرەپتىن داۋالاشنى قوشۇمچە قىلىش پرىنسىپى قوللىنىلىدۇ . ئىچكى تەرەپتىن ئىشلىتىلگەن دورىلارنىڭ ئۇنۇمى بولمىغان ئەهۋال ئاستىدا ، سىرتقى تەرەپتىن دورا ئىشلىتىلىدۇ ياكى قوشۇمچە باشقا تېخنىكىلىق داۋالاش تەدبىرلىرى قوللىنىلىدۇ .

2 ) ئالدى بىلەن كېسەللىك ماددىسىغا قارىتا مۇنىۋىج ۋە مۇسهىل ئىشلىتىش ، باشقا دورىلارنى ۋە داۋالاش ئۇسۇللىرىنى تەنقىيەدىن كېيىن ئىشلىتىش پرىنسىپى قوللىنىلىدۇ .

3 ) بۇ كېسەللىك باشقا كېسەللىكلەر سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان

بولسا ، سەۋەبچى كېسەللىكنى ئالدىن داۋالاپ ساقايتقاندىن كېيىن ، ئاقكېسەل داۋالىنىدۇ . بولۇپمۇ ئاشقازان ، ئۇچەي ۋە مەددە كېسەللىكلىرى سەۋەبىدىن كېلىپ چىققانلىرىدا ، سەۋەبچى كېسەللىك ئالدىن داۋالىنىدۇ .

4 ) ئالدى بىلەن بىمارغا تۆۋەندىكى مۇنزىجنى بېرىش كېرەك :

مۇنزىج نۇسخىسى : ئاۋۇال قۇرۇق ئۈزۈمدىن 150 گرام ، بەدىيان يىلتىزى ، چىڭسەي يىلتىزىدىن 60 گرامدىن ، قىزىلگۈلدىن 15 گرام ، باۋىدىن 30 گرام ، سىياداندىن 10 گرام ، گۈلقەنتتىن 30 گرام ، شتىرەنج ھىندى ، زەنجىۋىل ، يالپۇز ، ئاچچىق تاۋۇز ھەر بىرىدىن 15 گرام ، جۇۋىدىن 15 گرام ئېلىپ ، چالا سوقۇپ ، قاينىق سۇغا چىلاپ ، 1.5 لىتىر قالغۇچە قاينىتىپ ، تىرىپلىرىنى سۈزۈپ ، ئۇستىگە 200 گرام گۈلقەنت سېلىپ ، 100 مىللىلىتىردىن كۇندە 3 ۋاخ ئۇدا 9 كۈن بېرىلىدۇ . ئۇنىڭدىن كېيىن ، ئۈزۈمدىن 150 گرام ، بەدىيان يىلتىزى ، چىڭسەي يىلتىزىدىن 60 گرامدىن ، قىزىلگۈل ، بابۇنە ھەر بىرىدىن 15 گرامدىن ، سىياداندىن 60 گرام ، ياۋا سەۋزە ئۇرۇقىدىن 30 گرام ، گۈلقەنتتىن 100 گرام ، شتىرەنج ھىندى ، ئاقىرقەرھا ، زەنجىۋىل ، سامساق ، يالپۇز ، ئاچچىق تاۋۇز ، سېرىق ئوت ، ئوردان ، تاغ پىنىسى ۋە جۇۋىنە قاتارلىق دورىلارنىڭ ھەر بىرىدىن 15 گرامدىن ، سانادىن 20 گرام ، تەرەنجىۋىلدىن 100 گرام ، تۇرىبۇتتىن 10 گرام ئېلىپ ، تەرەنجىۋىل بىلەن تۇرىبۇتنى 500 گرام سۇغا چىلاپ سۇيىنى ئېلىپ ، قالغان دورىلارنى 2.5 لىتىر سۇدا قاينىتىپ ، 1 لىتىر سۇيى قالغاندا يۇقىرىقى دورا سۇيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ، ئۇستىگە 200 گرام ھەسەل سېلىپ كۇندە 2 ۋاخ ، ھەر قېتىمدا بىر پىيالىدىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ . ئەگەر سەۋدا ماددىسىنىڭ تەسىرىدىن بولغان بولسا ، يۇقىرىقى مۇنزىجقا بىستىپايەج ، شاھتەررە ، سېرىق ئوت قاتارلىق دورىلارنىڭ ھەر بىرىدىن 15 گرامدىن قوشۇپ ، كۇندە 3 ۋاخ 100 مىللىلىتىردىن بېرىلىدۇ .

5 ) ئەگەر بەلغەم ماددىسىغا سەۋدا قوشۇلغان بولسا ، يۇقىرىقى رېتسېپقا بىستىپايەج ، غارىقۇن ، شاھتەررىلەردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئارىلاشتۇرۇپ ، 15 كۈن ئىستېمال قىلدۇرغاندىن كېيىن ، 3 كۈن مۇسھىل

بېرىلىدۇ . ئاندىن مەخسۇس ئاقكېسەلنى داۋالايدىغان شەربىتى بەرەس ، مەجۇنى بەرەس ، مەجۇنى ئاتىرىلال ۋە ھەببى ئاتىرىلال قاتارلىق بەدەننى ۋە قانىنى قىزىتقۇچى ، تېرىنىڭ رەڭگىنى ئەسلىگە كەلتۈرگۈچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

6 ) تۆۋەندىكى ماددىنى پىشۇرغۇچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ :

مادداننى پىشۇرغۇچى مۇنزىج نۇسخىسى : قۇرۇق ئۈزۈمدىن 150 گرام ، رۇمبەدىياندىن 90 گرام ، سىياداندىن 60 گرام ، بابۇنە ، چىكسەي ئۇرۇقى ، سانادىن 30 گرامدىن ، قىزىلگۈل ، قۇستە شېرىن ، شتىرەنج ھىندى ، سۇزاپ ئۇرۇقىدىن 18 گرامدىن ، ھەسەلدىن 500 گرام ، سۇدىن 2 لىتىر ئېلىپ ، دورىلارنى سۇس ئوتتا قاينىتىپ 1 لىتىر شەربەت تەييارلىنىدۇ . كۈندە 2 ۋاخ 100 مىللىلىتىردىن 15 ــ 20 كۈن ئىچىلىدۇ .

مۇسھىل نۇسخىسى : ھەببى ئايارەج ( 1 ـ نۇسخا ) ، ھەببى پەرپىيۇن ، ئايارەج لۇغازىيا ( 105 ـ نۇسخا ) بىمارنىڭ مىجەزى ، بەدەن قۇۋۇتى ، كېسەللىك تارىخى ، كېسەللىك دەرىجىسىگە ئاساسەن يالغۇز ياكى بىرلەشتۈرۈپ ، 3 كۈن ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

7 ) مەخسۇس بەرەسكە قارشى دورىلاردىن شەربىتى بەرەس ، مەجۇنى بەرەس ۋە ئىترىپىل ھامانلار 20 ــ 30 كۈن ئىشلىتىلگەندىن كېيىن ، شەربىتى بەرەس توختىتىلىپ ، مەجۇنى بەرەس ئاساس ، ئىترىپىل ھامانى قوشۇمچە قىلىپ بېرىلىدۇ .

شەربىتى بەرەس نۇسخىسى : ئۈزۈمدىن 75 گرام ، سىياداندىن 10 گرام ، قىچىدىن 5 گرام ، زەنجىۋىل ، قەرەدمانىدىن 7.5 گرامدىن ، سامساقتىن 12.5 گرام ، بابۇنىدىن 2.5 گرام ، سەئتەردىن 7.5 گرام ، ئاقىرقەرھا ، ئوردان ، ئەپسەنتىندىن 5 گرامدىن ، نۆشۈدۈردىن 100 گرام ، بىخ كەبىر ، پىنىنىدىن 2.5 گرامدىن ، ھەسەلدىن 76 گرام ، ئۈزۈم شەربىتىدىن 174 گرام ئېلىپ ، قائىدە بويىچە شەربەت تەييارلىنىدۇ . كۈندە 3 قېتىم 40 مىللىلىتىردىن ئىچىدۇ .

مەجۇنى بەرەس نۇسخىسى : گۈلقەنتتىن 1 گرام ، مەستىكىدىن 4.8 گرام ، جويۇزدىن 2 گرام ، ھەسەلدىن 1 گرام ، گۈلى سەۋسەن ، سېرىق ئوت ، غارىقۇندىن 0.5 گرامدىن ، ئاچچىق تاۋۇز ، تۇربۇتتىن 1 گرامدىن ، ھەسەلدىن 70 گرام ، گۈڭگۈرتتىن 0.5 گرام ، سامساقتىن 1 كىلوگرام ئېلىپ ، قائىدە بويىچە مەجۇنات ياسىلىدۇ . كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 30 گرام ئىچىلىدۇ .

ئىترىپىل ھامانى نۇسخىسى : كابۇل ھېلىلىسى پوستىدىن 60 گرام ، بەلىلە پوستى ، ئامىلە پوستىدىن 30 گرامدىن ، بەرەڭگى كابىلى ، سازەج ھىندىدىن 15 گرامدىن ، شىترەنج ھىندى ، سۆئىدى كۈپى ، تۇم زەنجىۋىلدىن 10 گرامدىن ، بىستىپايەج ، ئۇستىقۇددۇستىن 30 گرامدىن ، غارىقۇن ، ئاچچىق قۇسته ، كۈندۇر ، مەستىكى رۇمى ، رۇمبەدىيان ، قەلەمپۇر ، لاچىندانە ، جويۇزدىن 18 گرامدىن ، ھەسەلدىن ئومۇمىي دورا مىقدارىنىڭ 3 ھەسسىسچىلىك ئېلىپ ، قائىدە بويىچە مەجۇنات تەيارلاپ ، كۈندە 2 ۋاخ 10 گرامدىن ئىچىلىدۇ .

بەرەسنى داۋالايدىغان شەربەت نۇسخىسى : سانا ، قارا ھېلىلە ، سېرىق ئوت ، سېرىق ھېلىلىدىن 30 گرامدىن ، بەلىلە ، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى ، بادرەنجىبۇيا ، ئۇستىقۇددۇس ، قىزىلگۈل ، يەر باغرى ئوت ھەر بىردىن 15 گرامدىن ، گاۋزىبان ھىندى ، بادام مېغىزى ، ئەينۇلدىن 60 گرامدىن ، تۇربۇت ، نىلۇپەر ، بىنەپشە ، سەرپىستان ھەر بىردىن 10 گرامدىن ، تەرەنجىۋىلدىن 100 گرام ، شېكەردىن 1 كىلوگرام ، سۇدىن 4 لىتر ئېلىپ ، دورىلارنى قاينىق سۇغا بىر سوتكا چىلغاندىن كېيىن بىرلا قاينىتىپ سۈزۈپ ، شېكەر سېلىپ ، كېسەللىك ئەھۋالىغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا كۈنىگە بىرنەچچە قېتىم ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

8 ) سىيادان يېغى بىلەن ياغلىنىدۇ .

سىيادان يېغى تەييارلاشنىڭ ئۇسۇلى : سىيادان ، قارا كۈنجۈت ، بۇيا ئۇرۇقى ھەر بىردىن 200 گرامدىن ، موزىدىن 100 گرام ، تۆمۇر دېتىدىن 30 گرام ئېلىپ ، نۆمۇر دېتىدىن باشقا دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ،

ئوتقا چىداملىق شېشكە سېلىپ ئوتتا قىزىتىپ ياغ چىقىرىپ ، ئۇنىڭغا تۆمۈر دېتىنى سېلىپ تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا سۈركەش ھەمدە ئۈستىگە قىزىتىلغان سەدەپنى مەلۇم ۋاقىت يېقىش لازىم . بۇ ئۇسۇل بىلەن مەلۇم مەزگىل داۋالىغاندىن كېيىن ، يەرلىك ئورۇندا سەپكۈنگە ئوخشاش داغلار پەيدا بولۇپ ، ئۆزئارا تۇتىشىپ ساقىيىشقا باشلايدۇ .

بىر ئاي تۆۋەندىكى نۇسخا بېرىلىدۇ :

تەركىبى : ئادراسمان ئۇرۇقى ، رۇمبەدىيان ، كاسنە ئۇرۇقى ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، رەيھان ئۇرۇقى ، سىيادان ئۇرۇقى ، بابۇنە ، بادرەنجبۇيا ئۇرۇقى ، ئىزخىر ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزىدىن 15 گرامدىن ، ھەسەلدىن 2 كىلوگرام ، سۇدىن 4 لىتىر ئېلىپ ، دورىلار چالا سوقۇلۇپ ، قاينىق سۇغا بىر سوتكا چىلاپ قاينىتىپ سۈزۈپ ، ئۈستىگە ھەسەل قوشۇپ ئارىلاشتۇرۇپ ئىشلىتىلىدۇ .

( گۈما ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

9 ) بەلغەم ماددىسىنى پىشۇرۇش ئۈچۈن ، ئالدى بىلەن قۇرۇق ئۇزۇمدىن 150 گرام ، بەدىيانداىن 90 گرام ، سىيادانداىن 60 گرام ، بابۇنە ، چىگىسەي ئۇرۇقى ، سانا ، سەئتەردىن 30 گرامدىن ، قىزىلگۈل ، قۇستە ، شىتىرەنج ھىندى ، سۈزاپ ھەر بىرىدىن 18 گرامدىن ئېلىپ ، 2 لىتىر سۇدا قاينىتىپ ، يېرىمى قالغاندا سۈزۈپ ، 75 گرام ھەسەل قوشۇپ بېرىلىدۇ . ماددا پىشقاندىن كېيىن ، غارىقۇن ، ئاچچىق تاۋۇز ، راتىيانەج ، ئاق تۇرۇبۇت ، چۈچۈكبۇيا شىرىسىدىن 1 ھەسسە ، مەستىكى ، ھىلگ ، سەكبىنەج ، مەرۋايىت ، ئۇد ھىندىدىن يېرىم ھەسسە ، زەپەر ، بىخ كەبىر پوستى ، شىتىرەنج ھىندىدىن 0.5 ھەسسە ئېلىپ سوقۇپ ، چىگىسەي سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ ھەب قىلىپ ، 2 دانىدىن بېرىلىدۇ . ماددىنى تازىلاپ بولغاندىن كېيىن ، كالىيزىرە ، ئاقىرقەرھا ، تۇربۇت ، زەنجىۋىل ، يىلان پوستى ھەر بىرىدىن 3 گرامدىن ئېلىپ سوقۇپ ، ھەسەل بىلەن مەجۇن قىلىپ بېرىلىدۇ . ئۇنىڭدىن باشقا ، ئىترىپىل ھامانى ( 111 ـ نۇسخا ) بەرسىمۇ بولىدۇ . سىرتىدىن كېسەللەنگەن ئورۇنغا چېپىشقا كۆيدۈرۈلگەن مىس ،

زەرنىخ ، شىترەنج ھندى ، زىراۋەندىلەردىن مۇڭاپىق مىقداردا ئېلىپ ، يۇمشاق سوقۇپ ، سىركىگە چىلاپ ، 20 كۈن ئاپتاپتا قويغاندىن كېيىن ئىشلەتسە ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ . يەنە قۇستە ، شىترەنج ، زەرنىخ ، پىلپىل ، زەنكاردىن مۇڭاپىق مىقداردا ئېلىپ ، مىس قاچىدا سىركىگە چىلاپ بىر ھەپتە تۇرغۇزغاندىن كېيىن ، ئاق داغ بار ئورۇنغا سۇركەپ ئاپتاپقا قاقلىسا بولىدۇ . تامىقنا كەپتەر ، پاقلان ، قۇشقاچ گۆشلىرى بېرىلىدۇ .

( تۇرقان ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

10 ) كېسەللىكنىڭ سەۋەبچى ماددىسىنى ئېنىقلاپ ، شۇ ماددىنىڭ مۇنىزىج ، مۇسھىللىرىنى بېرىپ بەدەننى تەڭشەپ ، بەدەننى قىزىتىپ ھۆلـ لۈكىنى ئازايتىش ، قانىنى جانلاندۇرۇپ ، يەرلىك ئورۇننىڭ قان بىلەن تەمىنلىنىشىنى كۈچەيتىش ، رەڭ ماددىسى ھاسىل بولۇشنى ئىلگىرى سۈرۈش ، قان تومۇرلاردىكى توسالغۇنى ئېچىش ، ئومۇمىي بەدەننى قۇۋۋەتلەندۈرۈپ بەدەننىڭ قارشىلىق كۈچىنى ئاشۇرۇش پرىنسىپى ئاساسىدا دورا بىلەن داۋالاش ، كۈن نۇرىغا قاقلاپ داۋالاش ، ئوزۇقلۇق بىلەن داۋالاش ، روھىي داۋالاش ئۇسۇللىرى بىرلەشتۈرۈپ قوللىنىلىدۇ . سوغۇقلۇق يېمەكلىكلەردىن پەرھىز قىلىش بۇيرۇلىدۇ .

دورا بىلەن داۋالاشتا :

( 1 ) بىمارغا ھەببى كالىيزىرە ، ھەببى كەرۋىيا ، مەجۇنى ئىترىپىل كەبىر ( 115 ـ نۇسخا ) ، سۇپۇپى ھېلىلە سىياھ قاتارلىق دورىلار قائىدە بويىچە ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ . ئۇنىڭدىن باشقا ، كالىيزىرە ئوكۇلى ، كەرۋىيا ئوكۇلى ، ئىپار ئوكۇلى ، زەپەر ئوكۇلى ۋە سىيادان ئوكۇلى قاتارلىق ئوكۇللار ( بۇ دورىلارنىڭ ھەممىسى قەشقەر ۋىلايەتلىك ئۇيغۇر تېبابەت شىپاخانىسى دورا زاۋۇتىدا ئىشلەنگەن ) كۈندە 1 قېتىم مۇسكۇلدىن ئوكۇل قىلىنىدۇ . سىرتىدىن مەرھىمى شىكىرىپ ( 307 ـ ، 308 ـ نۇسخىلار ) ، مەرھىمى پەرپىيۇن ( 301 ـ نۇسخا ) ، مەرھىمى بەيزە ( 300 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلار بىلەن ياغلىنىدۇ . بىمارنىڭ ئۇسسۇزلۇقىغا سۇپۇپى خولىنجان ( 208 ـ نۇسخا ) بېرىلىپ ، يەنە بۇ سۇپۇپ

قايناتمسدا يۇيۇنۇشقا بۇيرۇلمدۇ .

( 2 ) جىنكبۇنزى ئۇرۇقىدىن %10 ، %20 ، %30 ، %40 لىك ئىسپىرتلىق چىلانما تەييارلاپ ، يەرلىك ئورۇنغا سىرتىدىن ئىشلىتىلىدۇ .

( 3 ) جىنكبۇنزى ئۇرۇقى ، كۆكنار ، چەكىلەنگەن گۈڭگۇرتتىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ ، قائىدە بويىچە سوقۇپ تالقان تەييارلاپ بېرىلىدۇ .

( 4 ) جىنكبۇنزى ئۇرۇقى بىلەن ھۆل زەنجۇبىلدىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ ، سۇ بىلەن يۇمشاق ئېزىپ زىماد تەييارلاپ بېرىلىدۇ .

( 5 ) جىنكبۇنزى ئۇرۇقى ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، چىگىت ، نېلۇپەر گۈلى قاتارلىقلاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ ، قارا شېكەر ياكى ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ 6 گرامىلىق كۇمىلاچ ياساپ ، كۈندە بىر كۇمىلاچتىن ئىستېمال قىلىدۇ .

( 6 ) جىنكبۇنزى ئۇرۇقىدىن 6 گرام ، قارىمۇچتىن 1 گرام ئېلىپ ، قائىدە بويىچە يۇمشاق سوقۇپ ، سۇغا چىلاپ بىر كېچە تۇرغۇزۇپ ، ئەتىسى سۈزۈك سۈيىنى ئىچىپ ، تىرىپىنى يەرلىك ئورۇنغا سۈركىسە ، قىسقا ۋاقىت ئىچىدە ئۇنۇمىنى كۆرگىلى بولىدۇ .

( 7 ) جىنكبۇنزى ئۇرۇقىدىن 120 گرام ، قىزىلگۈلدىن 60 گرام ، چەكىلەنگەن گۈڭگۇرتتىن 36 گرام ئېلىپ ، ئايرىم ـ ئايرىم ھالدا سۇدا 48 سائەت ئېزىپ ، 24 گرام مومنى 60 مىللىلىتىر ئاق قىچا يېغىدا ئېرىتىپ ، يۇقىرىدا ئېزىلگەن دورىلار بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم تەييارلاپ بېرىلىدۇ .

( قەشقەر ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

11 ) تۆۋەندىكى نۇسخىلار بېرىلىدۇ :

( 1 ) بەلغەمنى پەشۇرغۇچى مۇنزىج نۇسخىسى : ئۇرۇقسىز ۋاسالغۇ ئۇزۇمىدىن 11 دانە ، چالا سوقۇلغان ئارپىبەدىياندىن 5.5 گرام ، ئاقلاپ سوقۇلغان چۇچۇكبۇيا يىلتىزىدىن 7.5 گرام ، شۇكانىدىن 5.5 گرام ، پىرسىياۋشاندىن 11.4 گرام ، ئەنجۇردىن 5 دانە ، قىزىلگۈلدىن 8.3 گرام ئېـ

لىمپ ، 750 مىللىلىتىر سۇدا 300 مىللىلىتىر قالغۇچە قاينىتىپ ، سۈيىگە ھەسەل گۈلقەنتىدىن 5 18 گرام سېلىپ ، كۈندە 2 ۋاخ 50 مىللىلىتىردىن ئىچىدۇ . بۇ دورىغا 20 مىللىلىتىر سىركەنجۈبىل قوشۇلسا ، بەلغەمنى پەسۈرۈش ئۈنۈمى ئاشىدۇ .

( 2 ) سەپرانى پەسۈرغۇچى مۇنزىج نۇسخىسى : گۈلى بىنەپشە ، نىلۇپەر ، شاھتەررە ، چالا سوقۇلغان كاسنە يىلتىزى ، تازىلانغان قىزىلگۈل 5.5 گرامدىن ، چىلاندىن 7 دانە ، چالا سوقۇلغان كاسنە ئۇرۇ- قىدىن 7.5 گرام ئېلىپ ، 750 مىللىلىتىر سۇدا يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ سۈزۈپ ، كۈندە 2 قېتىم 50 مىللىلىتىردىن ئىچىلىدۇ .

( 3 ) سەۋدانى پەسۈرغۇچى مۇنزىج نۇسخىسى : سەرپىستاندىن 20 دانە ، چىلاندىن 10 دانە ، گاۋزىبان ، بادرەنجبۇيا ، ئۇستىقۇددۇس ، پىر- سىياۋشان ، ئارپىبەدىيان ، شاھتەررە ھەر بىردىن 5.5 گرام ، چالا سوقۇلغان چۇچۇكبۇيا يىلتىزىدىن 11 گرام ئېلىپ ، 1 لىتىر سۇدا 450 مىل- لىلىتىر قالغۇچە قاينىتىپ سۈزۈپ ، سۈيىگە مۇۋاپىق مىقدارىدا قەنت ياكى 200 گرام تەرەنجۈبىل سېلىپ ، كۈندە 3 ۋاخ 50 مىللىلىتىردىن بېرىلىدۇ .

( 4 ) ئەتىياز ، كۈز پەسىللىك مۇنزىج نۇسخىسى : ئاق لەيلى ئۇ- رۇقى ، پىرسىياۋشان ، گاۋزىبان ، ئۇدخالىس ، ۋاسالغۇ ئۈزۈم ، شتىرەنج ھىندى ، ئوردان قاتارلىقلاردىن تەڭ مىقدارىدا ئېلىپ ، مۇۋاپىق سۇدا يې- رىمى قالغۇچە قاينىتىپ ، كۈندە 2 ۋاخ 30 ــ 40 مىللىلىتىر بېرىلىدۇ .

( 5 ) مادداىنى سۇرگۈچى مۇسھىل نۇسخىسى : سېرىق ھېلىلە پوستى ، قارا ھېلىلە ، ئامىلە ھەر بىردىن 20 گرام ، گاۋزىبان ، بادرەنجە- بۇيا ، ئۇستىقۇددۇس ، بىستىپايەج ، ئۇدسەلب ، پىرسىياۋشان ، بەدىيان ، رۇمبەدىيان ، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى ، ئەنگۇرشىپا ھەر بىردىن 9 گرام ، شاھتەررە ، سېرىق ئوت ، چىلان ، سانا ھەر بىرىدىن 30 گرام ، سەرپىستان ، تۇربۇتتىن 10 گرامدىن ، تەرەنجۈبىلدىن 150 گرام ئېلىپ ، سانا بىلەن تەرەنجۈبىلنى 350 مىللىلىتىر سۇغا 3 سائەت چىلاپ ، قالغان

دورىلارنى 2.5 مىللىلىتىر قاياق سۇغا 2 سائەت چىلاپ تولۇق تەمى چىقىدىن كېيىن سۈزۈپ ، ھەممىسىنى بىرلەشتۈرۈپ ، كۈندە 2 ۋاخ 50 مىللىلىتىردىن بېرىلىدۇ .

( غۇلجا ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

12 ) بەرەسىنى داۋالاشتا ، تۆۋەندىكى ماددىنى پىشۇرغۇچى مۇنىرج بېرىلىدۇ :

قۇرۇق ئۈزۈمدىن 100 گرام ، سىيادىندىن 60 گرام ، چىڭسەي ئۈرۈقى ، بابۇنە ، سانا ھەر بىرىدىن 30 گرام ، رۇمبەدىيان ، شتىرەنج ھىندى ، سۈزاپ ئۈرۈقى ھەر بىرىدىن 15 گرام ئېلىپ ، 2 لىتىر سۇدا 1.5 لىتىر قالغۇچە قاينىتىپ سۈزۈپ ، 250 گرام ھەسەل قوشۇپ بىرلا ئۆرلەتىپ ، تاماقتىن ئىلگىرى 60 ــ 100 مىللىلىتىردىن كۈندە 2 ۋاخ ئىچىدۇ .

13 ) تۆۋەندىكى سۈرگە دورا ئىچۈرۈلىدۇ :

تەركىبى : سېرىق ھېلىلە ، قارا ھېلىلە ، بەلىلە ، ئامىلە پوستى ، سانا ھەر بىرىدىن 30 گرام ، ئۈستىقۇددۇس ، بىستىپايەج ، ئۈد سەلب ، پىرسىياۋشان ، بەدىيان ، رۇمبەدىيان ، تۇربۇت ، گاۋزىبان ، بادرەنجبۇيا ھەر بىرىدىن 15 گرام ، تەرەنجۇبىلدىن 200 گرام . ئۈنىڭدىن كېيىن شەربەتتى بەرەس كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 60 ــ 80 مىللىلىتىر ، بالىلارغا مۇۋاپىق مىقدارىدا ئازايتىپ 15 ــ 20 كۈن تاماقتىن ئىلگىرى بېرىلىدۇ . بۇ جەريانداا ھەر 5 ــ 6 كۈندە 1 قېتىم ئايارەج لۇغازىيا ئىچۈرۈلىدۇ .

14 ) مەجۇنى كالىيزىرە 20 ــ 25 كۈن ئىستېمال قىلىشقا بېرىلىدۇ . 35 ــ 40 كۈندىن كېيىن ، كالىيزىرىنى پىشۇرۇلغان تۇخۇم سېرىقىغا ئارىلاشتۇرۇپ ، تۇخۇم سېرىقىنى كۆيدۈرۈپ ، ئۈنىڭغا مۇۋاپىق مىقدارىدا زاغۇن يېغى قوشۇپ ، ھەر كۈنى ئاپتاپقا قاقلانغاچ دائىم ئۇستىگە سېپىپ بەرسە بولىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

15 ) بەلغەمنىڭ مۇنىزىجى : بەدىيان ، چىڭسەي ئۈرۈقى ، چۇچۇكبۇيا يىلتىزىدىن 30 گرامدىن ، بەدىياندىن 30 گرام ، سىيادىندىن

40 گرام ، بېھىدىن 10 گرام ، زەنجىۋىلدىن 6 گرام ، جۇۋىنىدىن 10 گرام ، قۇرۇق ئۈزۈمدىن 200 گرام بېرىلىدۇ .

بەلغەمنىڭ ئۇسھىلى : سانادىن 20 گرام ، قىزىلگۈل ، بابۇنە ، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى ، ئۇستەقۇددۇس ، چىلان ، سەرپىستان ھەر بىرىدىن 10 گرامدىن ، بەدىيان ، چىگسەي يىلتىزى ، بەدىيان يىلتىزى ، گاۋزىبان ، سېرىق ئوت ، قارا ھېلىلىدىن 15 گرامدىن ، تەرەنجىۋىلدىن 200 گرام ، گۈلقەنتتىن 150 گرام بېرىلىدۇ .

16 ) يۇقىرىقى مۇنزىج ۋە مۇسھىللار بېرىلىپ بولغاندىن كېيىن ، ئاقىرقەرھا ، شۇمشە ، سۇمبۇل ھەر بىرىدىن 10 گرام ، گاۋزىبان ، قاقىلە ، زەنجىۋىل ھەر بىرىدىن 15 گرام ، ئامىلە ، سېرىق ھېلىلە پوستى ھەر بىرىدىن 2 گرام ، بەدىيان ، بەدىيان يىلتىزى ھەر بىرىدىن 30 گرام ، قارا ھېلىلىدىن 40 گرام ، سىياداندىن 60 گرام ، قۇرۇق ئۈزۈمدىن 1 كىلوگرام ، قارا شېكەر ياكى ھەسەلدىن 500 گرام ئېلىپ ، دورىلارنىڭ سوقىدىغىنىنى سوقۇپ ، سۇغا بىر سوتكا چىلاپ ، ئۈزۈمنى 1.5 لىتىر سۇغا بىر سوتكا چىلاپ شىرىسنى ئېلىپ ، ئاندىن بۇ دورىلاردىن قالىدە بويىچە شەربەت تەييارلاپ ، كۈندە 3 ۋاخ 50 ـــ 150 مىللىلىتىردىن بېرىلىدۇ ، شۇنداقلا مەجۇنى ئاتىرىلال ، مەجۇنى ئىتىرىپىل ھامانى ( 111 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى ئىتىرىپىل ھەكىم ئەلى ، بايادىتۇس ( 51 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى سەۋزم ( 60 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى بەرەس ، ماددەتۇلھايات ( 85 ـ نۇسخا ) قاتارلىق دورىلاردىن تاللاپ ئىشلىتىلىدۇ .

17 ) سىرتىدىن زىمادى بەرەس ۋە تۇخۇم يېغى ئىشلىتىلىدۇ .

زىمادى بەرەس نۇسخىسى : ئەنجۇر غازىگى ، ئامۇت غازىگى ، ئوسما ، كۆك جىنكېۋىزى ، كۆك بەدىيان ، ياڭاق غازىگى ، ياڭاق يېغى ھەر بىرىدىن 50 گرام ، قوغۇشۇندىن 30 گرام ئېلىپ ، قالىدە بويىچە زىماد تەييارلاپ ، يەرلىك ئورۇنغا كۈندە 3 ـــ 5 قېتىم سۈركىلىدۇ .

تۇخۇم يېغى تەركىبى : پىشۇرۇلغان تۇخۇم سېرىقىدىن 5 دانە ، قەلەمپۇر ، قارا كۈنجۈتتىن 10 گرامدىن ، جىنكېۋىزى ئۈرۈقىدىن 30 گرام ،

كالا يېغىدىن 100 گرام ئېلىپ ، تۇخۇم سېرىقى ، كالا يېغىدىن باشقىسىنى 300 مىللىلىتىر سۈغا چىلاپ ، 100 مىللىلىتىر قالغۇچە قاينىتىپ ، ئاندىن ئۈستىگە تۇخۇم سېرىقى ، كالا يېغى قوشۇپ ياكى دورىلار كۆيۈپ قارا رەڭگە كىرگەنگە قەدەر قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ .

( قاراقاش ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

18 ) كېسەللىك ماددىسىنى پىشۇرۇش ئۈچۈن مۇنىزىج نۇسخىسى بېرىلىدۇ : چىڭسەي يىلتىزى ، بەدىيان يىلتىزى ھەر بىرىدىن 100 گرام ، سېرىق ئوت ، بەدىيان ئۈرۈقى ، چىڭسەي ئۈرۈقى ھەر بىرىدىن 50 گرام دىن ئېلىپ ، سېرىق ئوتنى سۈغا چىلاپ تەمىنى چىقىرىپ ، قالغان دورىلارنى قاينىتىپ ، سېرىق ئوت سۈيىنى قوشۇپ بىر ئۆرلىتىپلا بىمارغا كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 20 مىللىلىتىردىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

19 ) مۇسھىل نۇسخىسى بېرىلىدۇ : سەبرىدىن 10 گرام ، بەدىيان ، رەۋەن ، بادام مېغىزى ھەر بىرىدىن 20 گرام ، سانا ، سېرىق ھېلىلە پوستى ھەر بىرىدىن 30 گرام ، دەندىتىن 10 گرام ، لىموندىن 5 1 گرام ئېلىپ ، ئالدى بىلەن دەندىنىڭ پوستى ، تىلىنى ئېلىۋېتىپ ، ئاندىن ئۈنى ئېزىپ خېمىرغا ئارىلاشتۇرۇپ قوقاستا پىشۇرۇپ ، قالغان دورىلارنى سوقۇپ بىللە قوشۇپ ھەب قىلىپ بېرىلىدۇ . يۇقىرىقى مۇنىزىج ، مۇسھىل بېرىلىپ بولغاندىن كېيىن ، ئاساسىي داۋالىنغۇچى دورىلاردىن مەجۇنى ئاتىرىلال ، جاۋارىش كۆمۈنى ( 126 ـ نۇسخا ) ، ماددەتۇلھايات ( 85 ـ نۇسخا ) ، گۈلقەنت ( 155 ـ نۇسخا ) ، شەربىتى ئەۋرىشم ( 222 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلار بېرىلىدۇ .

20 ) گۈگۈرت ، كەپەرەستىن 50 گرامدىن ، قوي يېغى ياكى زىغىر يېغىدىن 200 گرام ئېلىپ ، كەپەرەس ۋە گۈگۈرتنى قائىدە بويىچە سوقۇپ ئوبدان سالايە قىلىپ ، يۇقىرىقى ياغلار بىلەن سۈس ئوتتا پىشۇرۇپ ئاق داغقا سۈركىسە ، ئارقىدىن 100 گرام موزا ، قارا ھېلىلىنى سوقۇپ ، قاينىتىپ ئاق داغقا سۈركىسىمۇ بولىدۇ .

21 ) بۇنىڭدىن باشقا ، بالادۇر مېيىنى ئېھتىيات بىلەن ئاق داغ بار

ئورۇنغىلا سۇركىسمۇ بولىدۇ . سۇلۇق قاپارتقۇ ئۆرلىگەندىن كېيىن ، مامۇرانچىنىنى قايىنىتىپ ، سۇيىدە يەرلىك ئورۇنىنى بىرقانچە قېتىم يۇيۇش لازىم .

( كۆچا ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

22 ) كىسەللىك بەلغەمدىن بولغان بولسا ، قۇرۇق ئۈزۈمدىن 150 گرام ، بەدىيان ، چىگىدەي يىلتىزى ھەر بىردىن 30 گرام ، قىزىلگۈلدىن 15 گرام ، بابۇنىدىن 30 گرام ، سىياندىن 10 گرام ، گۈلقەنتتىن 3 گرام ، شىتىرەنج ھىندى ، يالپۇز ، ئاچچىق تاۋۇز ، جۇۋىنە ھەر بىردىن 15 گرام ئېلىپ چالا سوقۇپ ، 3 لىتر قاينىق سۇغا چىلاپ يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ سۈزۈپ ، 200 گرام گۈلقەنت سېلىپ ، كۈندە 3 قېتىم 100 مىللىلىتىردىن قىزىق پېتى ئىچۈرۈلىدۇ .

23 ) كىسەللىك مادىدىسىنى سۈرۈش ئۈچۈن قۇرۇق ئۈزۈمدىن 150 گرام ، بەدىيان ، چىگىدەي يىلتىزىدىن 60 گرامدىن ، قىزىلگۈل ، بابۇنىدىن 18 گرامدىن ، سىياندىن 60 گرام ، ياۋا سەۋزە ئۇرۇقىدىن 15 گرام ، سالىنادىن 20 گرام ، تەرەنجىۋىلدىن 100 گرام ، سېرىق ئوت ، تۇرىبۇتتىن 10 گرامدىن ، ئاقىرقەرھا ، تاغ پىنىسى ، جۇۋىنىدىن 15 گرامدىن ئېلىپ ، تەرەنجىۋىل ، سېرىق ئوت ، تۇرىبۇتنى سۇغا چىلاپ تەمىنى چىقىرىپ ، قالغان دورىلارنى سۇدا قاينىتىپ ، ئازراق ھەسەل قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ . كىسەللىك مادىدىسىنى پىشۇرۇپ تازىلاپ بولغاندىن كېيىن ، ئاساسىي داۋالىغۇچى دورىلاردىن مەجۇنى تاغ زىرىسى ، مەجۇنى شاھتەررە ، مەلھەمى ئوقاپ ، رەۋغىنى قۇستە ( 291 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلار ئىشلىتىلىدۇ .

مەجۇنى تاغ زىرىسىنىڭ تەركىبى : تاغ زىرىسى ، ئاقىرقەرھا ، تۇرىبۇت ، زەنجىۋىل ھەر بىردىن 18 گرام ، ئادەمگىياھ ، بۇغا مۇڭگۈزىدىن 7 گرامدىن ، مەرۋايىتتىن 3 گرام ، پىلپىلدىن 4 گرام ، دارچىندىن 3 گرام ئېلىپ سوقۇپ ، دورىلار مىقدارىنىڭ 4 ھەسسىسىگە تەڭ ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 گرامدىن بېرىلىدۇ .

مەجۇنى شاھتەررىنىڭ تەركىبى : سېرىق ھېلىلە ، كابۇل ھېلىلىسى پوستى ھەر بىرىدىن 45 گرام ، بادرەنجىبۇيىدىن 15 گرام ، شاھتەررىدىن 12 گرام ئېلىپ سوقۇپ ، ئومۇمىي دورا مىقدارى بىلەن تەڭ ھەسەلدە مەجۇن قىلىپ ، كۈندە 2 ۋاخ 10 گرامدىن بېرىلىدۇ .

مەلھەمى ئوقاپ نۇسخىسى : نۆشۈدۈردىن 100 گرام ئېلىپ ، 100 گرام ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ ئاق بار ئورۇنغا چاپسا بولىدۇ .

( پىچان ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

24 ) بەلغەم خىلىتلىق بىمارغا قۇرۇق سايۋا ئۇزۇم ، بەدىيان ھەر بىرىدىن 150 گرام ، چىڭسەي يىلتىزى ، بابۇنىلەرنىڭ ھەر بىرىدىن 30 گرام ، سىيادان ، ئاقلانغان چۈچۈكبۇيا يىلتىزىدىن 10 گرامدىن ، قىزىلگۈل ، جۇۋىنىدىن 5 گرامدىن ئېلىپ مەتبۇخ تەييارلاپ ، بەدەندىكى بەلغەم خىلىتى پىشقانغا قەدەر بېرىلىدۇ .

25 ) سەپرا خىلىتلىق بىمارغا يۇقىرىقى رېتسېپقا كاسىنە ئۇرۇقى ، گۈلى بىنەپشە ، نېلۇپەردىن 15 گرامدىن ، تەمرى ھىندىدىن 100 گرام قوشۇپ ، قائىدە بويىچە مەتبۇخ تەييارلاپ ، سەپرا خىلىتى پىشقانغا قەدەر بېرىلىدۇ .

26 ) سەۋدا خىلىتلىق بىمارغا يۇقىرىقى رېتسېپ نۇسخىسىغا بىنەپايەج ، گاۋزىبان ، سېرىق ئوت ، بادرەنجىبۇيا قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 15 گرامدىن قوشۇپ ، قائىدە بويىچە مەتبۇخ تەييارلاپ ، سەپرا خىلىتى پىشقانغا قەدەر بېرىلىدۇ . ھەرقايسى خىلىتلار پىشقاندىن كېيىن ، مۇسھىل دورىلىرى بېرىلىپ ، خىلىتقا قارىتا تازىلاش ئېلىپ بېرىلىدۇ .

27 ) ئىككىنچى باسقۇچتا ، پۈتۈن بەدەنلىك داۋالاش بىلەن يەرلىك ئورۇنغا قارىتا داۋالاش بىرلەشتۈرۈلىدۇ . بىمارغا قانىنى جانلاندۇرۇپ ، رەڭ پىگمېنت ماددىسى پەيدا بولۇشنى كۈچەيتكۈچى مۇقەۋىيات دورىلاردىن ئىتىرىپىل ھامانى ( 111 ـ نۇسخا ) كۈندە 3 ۋاخ 10 ـــ 15 گرام ، جاۋارىش جالىنۇس ( 122 ـ نۇسخا ) كۈندە 2 ۋاخ 10 گرام ، قۇرسى باپچى كۈندە 2 ۋاخ 4 دانىدىن ، شەربىتى بەرەس كۈندە 3 ۋاخ

60 ــ 100 مىللىلىتىر ، شەربىتى ئەۋرىشىم ( 222 ـ نۇسخا ) كۈندە 3 ۋاخ 20 مىللىلىتىردىن ، ئانار شەربىتى ( 231 ـ نۇسخا ) كۈندە 2 ۋاخ 10 ــ 20 مىللىلىتىردىن ، مەجۇنى چۆبچىنى ( 64 ـ نۇسخا ) كۈندە 2 ۋاخ 10 گرامدىن ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

28 ) يەرلىك ئورۇن بىلسان يېغى ، تۇخۇم يېغى ( 283 ـ نۇسخا ) ، قەلەمپۇر يېغى ( 292 ـ نۇسخا ) ، پەرپىيۇن يېغى قاتارلىقلاردىن مۇئاپىق تاللاپ ياغلاپ ببرىلىدۇ .

( تۈرپان ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

29 ) ھورداپ داۋالىنىدۇ .

ھورداش دورىسىنىڭ تەركىبى : ئاقتېرەكھا ، ئوردان ، خولىنجان ، سىيادان ، زەنجىۋىل ، تۇربۇت ، كەپە يىلتىزى ، كالىيزىرە ، قەلەمپۇر ، گۈلدارچىن ، ئۆشبە ، شتىرەنج ھىندى ھەر بىردىن 50 گرام ئېلىپ داكىغا ئوراپ ، پار قازانغا سېلىپ قايىنىتىپ ، چىقىقان پارى بىلەن بىمار ھوردىتىلىدۇ .

( ئۇرۇمچى ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

30 ) قۇمغا كۆمۈپ داۋالىنىدۇ .

مىجەزى ھۆل ، كېسەللىك دائىرىسى 5% تىن چوڭ ، تەكرار داۋالىنىشتا ئۇنۇمى كۆرۈلمىگەن ياكى ساقايغاندىن كېيىن قايتا قوزغالغان تۆت مۇچە ۋە توقۇز كۆز ساھەسىدە يەككە خاراكتېرلىك چوڭ دائىرىلىك كېسەللەنگەن بىمارلار 6 ـ ئاي ئاخىرىدىن 7 ـ ئاي ئاخىرىغىچە بولغان بىر ئاي ئىچىدە 2 كۈندە 1 قېتىمدىن قۇمغا كۆمۈپ داۋالىنىدۇ . بىمارلار ئاۋۋال قۇم ئۈستىدە بەش مىنۇت يالاڭ ئاياغ ماڭدۇرۇلىدۇ ، ئاندىن ئىككى پۇتى ، ئۇنىڭدىن كېيىن كېسەللەنگەن ئورنى قۇمغا 15 مىنۇتتىن 3 قېتىم كۆمۈلىدۇ . چۈشتىن كېيىنكى سائەت بىردە كۆمۈش باشلىنىپ 3 قېتىم كۆمۈلگەندىن كېيىن ، بىر سائەت ئارام ئالدۇرۇپ يەنە 3 قېتىم كۆمۈلىدۇ ، ئاخىرىدا قۇم ئۈستىدە 10 مىنۇت يالاڭ ئاياغ ماڭدۇرۇلىدۇ .

( قەشقەر ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

31 ) بەرەسنى داۋالايدىغان ئاددىي نۇسخىلار :

( 1 ) سۇپۇپى ئوغرىتىكەن : قارىمۇچتىن 40 گرام ، ئوغرىتىكەندىن 60 گرام ئېلىپ ، يۇمشاق سوقۇپ ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تەييارلىنىدۇ .

( 2 ) سۇپۇپى يىلان : ئاق يەر يىلنى ياكى چىپار يىلاندىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ، يۇمشاق سوقۇپ ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تەييارلىنىدۇ .

( 3 ) لالە ئۇرۇقىدىن كۇندە 3 گرام ئۇدا 15 كۈن بېرىلسە ، بەرەسكە شىپا بولىدۇ .

( 4 ) غاريقۇندىن سۇپۇپ تەييارلاپ كۇندە 1.5 گرام ياكى توغرىغىدىن سۇپۇپ تەييارلاپ كۇندە ناشتىدا 1.5 گرامدىن ، ئۇدا 10 كۈن بېرىلسە ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ .

( 5 ) ئەنگۇرشىپانىڭ پۇتۇن تېنىنى سوقۇپ سۇيىنى چىقىرىپ ، كۇندە 200 ـــ 300 مىللىلىتىردىن ئۇدا 40 كۈن ئىچسە بولىدۇ .

( 6 ) تازىلانغان كەپتەر مايىقىدىن 500 گرام ، بۇغداي ئۇنىدىن 250 گرام ، تېرەك يېلىمىدىن 50 گرام ئېلىپ ، يۇمشاق سوقۇپ ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تەييارلاپ ، سىرتىدىن ئىشلىتىلىدۇ .

( 7 ) سىيادانىي يۇمشاق سوقۇپ ، ئۆتكۈر سىركە بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا سۈركىسە ، بەرەسكە پايدا قىلىدۇ .

( 8 ) قارا يىلاننىڭ قېنىنى يەرلىك ئورۇنغا سۈركەپ بەرسىمۇ ئاق داغنى يوقىتىدۇ .

( 9 ) كۆك كەپتەرنىڭ قېنىنى ئارپا ئۇنى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا سۈركىسمۇ ، بەرەسكە مەنپەئەت قىلىدۇ .

( 10 ) ئالا قاغىنىڭ يېغى ۋە قېنىنى شەپەرەڭ قېنى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا سۈركىسە ، بەرەسكە مەنپەئەت قىلىدۇ .

( 11 ) نۆشادۇر ، سامساق ، كۆك تۇتىيالارنى يۇمشاق سوقۇپ ، لىمون سۇيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا سۈركىسە بولىدۇ .

( 12 ) شاقاقۇل نىسمان ئۇرۇقىدىن ھەركۇنى سوغۇق سۇ بىلەن 3

گرامدىن ئىچىشنى داۋاملاشتۇرسا ، بەرەس كېسەللىكىنى يوقىتىدۇ .

32 ) بەرەسكە ئىشلىتىلىدىغان مۇرەككەپ دورىلار :

( 1 ) مۇنزىج بەرەس

تەركىبى : بەدىيان يىلتىزىنىڭ پوستى ، چىگىسەي يىلتىزى ، كاسسىنە يىلتىزى ، ئادراسمان ئۇرۇقى ، رۇمبەدىيان ھەر بىرىدىن 30 گرام ، كاسسىنە ئۇرۇقى ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، رەيھان ئۇرۇقى ، سىيادان ، بابۇنە ، بادرەنجىبۇيا ، ئىزخىر ھەر بىرىدىن 15 گرام ، چۇچۇكبۇيا يىلتىزىدىن 10 گرام ، ھەسەلدىن 200 گرام ئېلىپ ، قائىدە بويىچە قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ . كۈندە 2 ــ 3 قېتىم 100 ــ 200 مىللىلىتىر ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

( 2 ) مۇسھىل بەرەس (مەتبۇخى بەرەس)

تەركىبى : كابۇل ھېلىلىسى پوستى ، سېرىق ھېلىلىدىن 60 گرامدىن ، كىشمىش ئۈزۈم ، سېرىق ئوتتىن 30 گرامدىن ، ئەنجۈر قېقىدىن 100 گرام ، تۇربۇت ، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى ، ئىزخىردىن 9 گرامدىن ، بىستىپايەج ، پىنىندىن 15 گرامدىن ، رۇمبەدىيان ، چىگىسەي ئۇرۇقىدىن 6 گرامدىن ئېلىپ ، قائىدە بويىچە مەتبۇخ تەييارلىنىدۇ .

( 3 ) مەجۇنى ئاتىرىلال

تەركىبى : ئاتىرىلال 222 گرام ، ئاقىرقەرھا 44 گرام ، ياغىچى ئېلىنغان ئاق تۇربۇت ، زەنجىۋىل ھەر بىرى 44 گرامدىن ، ھەسەل ئومۇمىي دورا ۋەزنىنىڭ 3 ھەسسىسچىلىك .

ئەسكەرتىش : بۇ ، مەشھۇر نۇسخا بولۇپ ، كۆپ يىللاردىن بېرى مۇشۇ بويىچە ئىشلىتىلىپ كەلمەكتە . ئەمما ، جايلارنىڭ شارائىتى ئوخشاشمىغانلىقى ئۈچۈن ، بەزى ئورۇنلار مەجۇنات تەربىسىدە ئىشلەتسە ، بەزى ئورۇنلار ھەسەلنى چىقىرىۋېتىپ ھەب ياكى تابلېتكا ياساپ ھەببى ئاتىرىلال ، قۇرسى ئاتىرىلال دېگەن نام بىلەن ئىشلەتمەكتە . يېقىندىن بۇيان ئاتىرىلالنىڭ كالىيزىرە دېگەن نامى ئېنىقلانغاچقا ، ھەببى كالىيزىرە دېگەن نام بىلەن ئىشلىتىلمەكتە . لېكىن ، نۇسخىنىڭ تەركىبى ئۆزگەرگىنى يوق .

( 4 ) مەجۇنى ئىترىپىل ھامانى ( 111 ـ نۇسخىغا قارالسۇن )

( 5 ) مەجۇنى ئىترىپىل ھەكىم ئەلى

تەركىبى : كابۇل ھېلىلىسى پوستى ، بەللە پوستى ، ئاملە مۇ-قەششەر ، سېرىق ھېلىلە پوستى ، قارا ھېلىلە ، سېرىق ئوت ھەر بىرىدىن 17.5 گرام ، ئاقىرقەرھا ، شىتىرەنج ھىندىدىن 7 گرامدىن ، پىلپىل ، قوۋزاق دارچىنىدىن 14 گرامدىن ، ھەسەلدىن 440 گرام ئېلىپ ، قائىدە بويىچە مەجۇن تەييارلىنىدۇ .

( 6 ) مەجۇنى ئىترىپىل بەرەس

تەركىبى : ئاملە مۇقەششەر ، بەللە پوستى ، كابۇل ھېلىلىسى پوستى ، سېرىق ھېلىلە پوستى ، قارا ھېلىلە ، سانا 30 گرامدىن ، دۇقۇ 60 گرام ، ئېگىر 6 گرام ، مەستىكى 9 گرام ، ئەپسەنتىن 15 گرام ، ئۇرۇقسىز ئۇزۇم 90 گرام ، ھەسەل 3 ھەسسە .

( 7 ) مەجۇنى بەرەس I

تەركىبى : قىزىلگۇل 250 گرام ، ئوغرىتىكەن ئۇرۇقى 20 گرام ، زەنجىۋىل 45 گرام ، ئاقىرقەرھا ، تۇزبۇت 60 گرامدىن ، كالىيزىرە 90 گرام ، ھەسەل 3 ھەسسە .

(8) مەجۇنى بەرەس II

تەركىبى : قارا ھېلىلە 250 گرام ، سېرىق ھېلىلە پوستى 125 گرام ، ئاملە 60 گرام ، بەللە پوستى 20 گرام ، سېرىق ئوت 60 گرام ، جويۇز ، قارىمۇچ ، ئوردان ، قىزىل قىچا ، غارىقۇن ، سانا ، تاغ پىننىسى ، رۇمبەدىيان ، ئاقىرقەرھا 60 گرامدىن ، گۈلدارچىن ، ئۇستىقۇددۇس ، تۇزبۇت ، پىلپىل 30 گرامدىن ، شىتىرەنج ھىندى ، ئەپسەنتىن 45 گرامدىن ، قەرەمانە ، قۇرۇق سامساق ، تاغ چىڭسىيى ئۇرۇقى 125 گرامدىن ، سازەج ھىندى 12 گرام ، بىستىپايەج ، كالىيزىرە 90 گرامدىن ، ھەسەل 3 ھەسسە .

بۇ ئىككى نۇسخا كالىيزىرىنى بىر سوتكا ئۇزۇم سىركىسىگە چىلاپ ، ئەتسى سۇزۇپ قۇرۇتۇپ ، باشقا دورىلار بىلەن قوشۇپ ، سوقۇپ تەييارلىنىدۇ .

( 9 ) شەربىتى بەرەس

تەركىبى : ئۈرۈقسىز قۇرۇق ئۈزۈم 150 گرام ، رۇمبەدىيان 90 گرام ، سىيادان 60 گرام ، يالپۇز ، شتىرەنج ھندى ، ئوردان ، قىچا ، ئالما ، گۈلى قەقە ، بىخ كەبىر ، ئاچچىق تاۋۇز ، دۇقۇ ، قۇرۇق سامساق ، پىننە ، زەنجىۋىل 30 گرامدىن ، قەنت 500 گرام .

تەييارلىنىشى : دورىلار چالا سوقۇلۇپ ، بەش چوڭ چىنە قاينىق سۇغا بىر سوتكا چىلىنىپ ، ئەتسى شۇ سۇ بىلەن قاينىتىلىدۇ . قاينىپ ئۈچ چىنە سۇيى قالغاندا سۈزۈپ شىكەر سېلىپ ، قىيام قىلىپ ئىلىنىدۇ .

( 10 ) مەجۇنى سىر

تەركىبى : سۆسۈن پوستلۇق سامساق ، مەسكە ياغ 400 گرامدىن ، كالا سۈتى 600 مىللىلىتىر ، ھەسەل 800 گرام ، زەپەر ، بەسباسە ، جويۇز ، پىلپىل ، قارىمۇچ ، كاۋاۋىچىن ، زىرە ، زۆرەنباد ، زەنجىۋىل ، قەلەمپۇر ، دارچىن ھەر بىرى 6 گرامدىن ، دۇقۇ 30 گرام .

تەييارلىنىشى : سامساقنى يانجىپ سۈتكە سېلىپ ، ئاستا ئوتتا ئۈزاق قايىنتىپ ، ئۇماچ ھالەتكە كەلگەندە سىم ئەلگەكتە سۈزۈپ تىرىپلىرىنى تاشلىۋېتىپ ، ھەسەل بىلەن مەسكە ياغنى ئوستىگە سېلىپ قايىنتىپ ، ھالۋىدەك ھالغا كەلگەندە باشقا دورىلار تالقىنىنى ئوستىگە سېلىپ تەييارلىنىدۇ .

( 11 ) قۇرسى باپچى

باپچى ( جىنكېۋىزى ) نى يۇمشاق سوقۇپ ، تابلېتكا ياساش ماشىنىسىدا تابلېتكا بېسىپ چىقىرىلىدۇ .

( 12 ) ھەببى پەرپىيۇن

تەركىبى : پەرپىيۇن ، غارىقۇن ، مۇقەل ، سەكبىنەج ، ئاچچىق تاۋۇز 12 گرامدىن ، سەبرە سۇقۇتىرى 24 گرام .

تەييارلىنىشى : مۇقەل ۋە سەكبىنەجلەرنى كۈدە سۈيىدە ئېرىتىپ ، باشقا دورىلار تالقىنىنى ئوستىگە سېلىپ تەييارلىنىدۇ .

( 13 ) كالىيزىرە ئوكۇلى

كالسيزبردىن 1 كىلوگرام ، ناترىي خلوردىن 8 گرام ، تۇۋىن 80 دىن 10 مىللىلىتر ، ئوكۇلغا ئشلىتىلىدىغان سۇدىن 3 لىتر ئېلىپ ، قائىدە بويىچە ( جۇڭخۇا پارماكوپىيەسىنىڭ كۆرسەتمىسى بويىچە ) 1 لىتر ئوكۇل سۇيۇقلۇقى تەييارلىنىپ ، قاچىلاپ چىقىرىلىدۇ . باشقا ئوكۇللارمۇ مۇشۇ تەرتىپ بويىچە ياسىلىدۇ .

## بەھەق

بۇ ، كۆپىنچە ياش ۋە ئوتتۇرا ياش كىشىلەردە كۆرۈلىدىغان ۋە ياز كۈنلىرىدە پەيدا بولىدىغان ، كۆكرەك ، بويۇن ، تاغاق ۋە قورساق ، بىلەك ساھەسىنىڭ تېرە ئۈستىگە ئاق ياكى قارا داغ چۈشىدىغان تېرە كېسەللىكى بولۇپ ، شەكلى ھەرخىل بولۇش ، ئازراق كېپەكلىشىش ، تەرلىگەندە يەڭگىل قىچىشىش ، ئۈۋۈلسا كېپەككە ئوخشاش قاسراقچىلار ئاجرىلىپ چۈشۈش ، ئاۋۇال كىچىك دائىرىدە پەيدا بولۇپ ، كېيىنچە بىر ـ بىرىگە تۇتىشىپ چوڭىيىش ، لېكىن كېسەللەنگەن ئورۇندىكى تۈكلەر ئاقارماسلىق قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

ئاق بەھەقنى داۋالاشتا :

1 ) مۇنزىج بەلغەم شەربەتلىرىدىن 10 ـــ 15 كۇن ئىچۈرۈپ ، ماددا پىشقاندىن كېيىن تازىلاش ئۇچۇن ئىترىپىل سەغىر ( 110 ـ نۇسخا ) دىن 6 گرام ، ئايارەج پەيقىرا ( 1 ـ نۇسخا ) دىن 3 گرام ، تۇربۇتتىن 3 گرام ، ئاچچىق تاۋۇزدىن 1 گرام ئېلىپ سوقۇپ ئارىلاشتۇرۇپ ، قايناق سۇ بىلەن ھەپتىدە 1 قېتىم ئىچۈرۈپ تەنقىيە قىلىنىدۇ . ئۇنىڭدىن كېيىن ، ئىترىپىل كەبىر ( 115 ـ نۇسخا ) دىن كۇندە 3 قېتىم 6 گرامدىن بېرىلىدۇ . بىر ئايدا 2 قېتىم قەي دورىلىرى ئىچۈرۈلۈپ قەي قىلدۇرۇلىدۇ . ھەزمنى ياخشىلاش ئۇچۇن ، گۇلقەنت ( 155 ـ نۇسخا ) كۇندە 3 ۋاخ 30 گرامدىن ، زەنجىۋىل مۇرابباسى ( 60 ـ نۇسخا ) ۋە ئىترىپىل ھامانى ( 111 ـ نۇسخا )

كۈندە 2 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 10 گرامدىن بېرىلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

2 ) بەلغەمنى تازىلىغاندىن كېيىن ، بۆرە سويىمىسىنىڭ پوستىنى ئېزىپ سىركە بىلەن خېمىر قىلىپ ، كېسەللەنگەن ئورۇنغا چېپىش لازىم .

3 ) ئاقىرقەرھا ، بۆرە سويىمىسىنىڭ يىلتىزى ، شتىرەنج ھىندى يىلتىزىدىن 5 گرامدىن ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ ، سىركە بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تېرە سىرتىدىن چېپىلىدۇ . بۇ نۇسخىنى 3 ھەسسە ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ 1 قېتىمدا 4 گرامدىن يېيىشكە بەرسە بولىدۇ .

( قەشقەر ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

4 ) ئاقكېسەلنى داۋالاش پرىنسىپى بويىچە تەنقىيە قىلدۇرۇلىدۇ .

5 ) مەجۇنى ئىترىپىل بەرەس ( 109 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى ئىترىپىل ھامانى ( 111 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى ئىترىپىل زامانى ( 112 ـ نۇسخا ) لەردىن بىرسى تاللاپ بېرىلىدۇ .

6 ) سىرتىدىن مۇۋاپىق نەملىك يەتكۈزۈش چارىلىرىنى قوللىنىش بىلەن بىللە ، بادام يېغى ( 281 ـ نۇسخا ) ، زەيتۇن يېغى ، توخۇ يېغى ، رەۋغىنى قىروتى ( 290 ـ نۇسخا ) قاتارلىق تېرە يۇزىنى سىلىقلاشتۇرغۇ-چىلەردىن بىرسىنى تاللاپ ئىشلەتسە بولىدۇ .

7 ) قارا بەھەقتە تۇخۇم شاكىلى كۈشتىسى ئىشلىتىلىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

قارا بەھەقنى داۋالاشتا :

1 ) سەۋدا ماددىسىنى سۈرۈش ئۈچۈن ، مائۇل جىنىن بېرىلىدۇ .

تەركىبى : سىرىق ئوت ، ئۈستەقۇددۇس ھەر بىرى 30 گرامدىن ، ھىلىلە پوستى 60 گرام ، شاھتەررە ، بىستىپايەج ، سانا ، بادرەنجىبۇيا ھەر بىرى 15 گرامدىن ، غارىقۇن ، تۈرىبۇت 6 گرامدىن ، سىركە 300 مىللىلىتىر ، ئۆچكە سۈتى 400 مىللىلىتىر ، شېكەر 120 گرام ، تەرەنجىبۇل 60 گرام ، بادام مېغىزى 30 گرام .

تەييارلىنىشى : شېكەر ، سىركە ، سۈت ، تەرەنجىبۇلدىن

باشقىلىرىنى 500 مىللىلىتىر سۇدا يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ ، تېرىپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ ، سۇيىگە ئاۋۇال سۇتنى قۇيۇپ ئازراق قاينىتىپ ، ئاندىن سىركە ۋە شېكەر ، ھەمدە تەرەنجۈل ئېرىتمىسىنى قۇيۇپ بىرلا ئۆرلىتىپ تەييارلىنىدۇ . كۇندە 3 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 50 مىللىلىتىردىن ئىچۈرۈلىدۇ .

2 ) مۇنچىغا كىرىپ ، ئومۇمىي بەدەنگە ھۆللۈك يەتكۈزۈلىدۇ .

3 ) سىرتىدىن چېپىشقا ئاق بەھەقنى داۋالاشتا سىرتىدىن چېپىشقا ئىشلىتىلىدىغان دورىلار ئىشلىتىلىدۇ .

( قەشقەر ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

4 ) ئاچچىقسۇدىن 100 مىللىلىتىر ، تەنكار ۋە تازىلانغان گۈڭگۈرت تالقىنىدىن 10 گرامدىن ئېلىپ ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ، ئاچچىقسۇغا بىر سوتكا چىلاپ ، كۇندە 2 ــ 3 قېتىمدىن كېسەللەنگەن ئورۇنغا سۈركەشكە بېرىلىدۇ .

5 ) سىرتىدىن دورا ئىشلىتىش بىلەن بىر ۋاقىتتا ، مەجۇنى چۆرە چىنى ( 65 ـ نۇسخا ) 10 گرامدىن كۇندە 3 ۋاخ ، ھەببى كىبرىت ( 40 ـ نۇسخا ) 5 تالدىن كۇندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

6 ) قاننى جانلاندۇرۇپ تېرە رەڭگىنى ئەسلىگە كەلتۈرۈش ئۈچۈن سىيادان يېغى (289 ـ نۇسخا) ، پەرەنجمىشكى يېغى ۋە چالا كۆيدۈرۈپ تەييارلانغان بادام يېغىدىن 20 مىللىلىتىردىن ئېلىپ ، تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ چېپىلىدۇ .

7 ) ئىتىرىپىل ھامانى ( 111 ـ نۇسخا ) ۋە جاۋارىش جالىنۇس ( 122 ـ نۇسخا ) تىن ئەھۋالغا قاراپ ئىشلىتىلىدۇ .

( تۇرپان ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## كالا تېرىسىسمان تەمرەتكە

بۇ ، خىلىتلارنىڭ غەيرىي تەبئىي بۇزۇلۇشىدىن كېلىپ چىقىدىغان ، ھەرقانداق ياشتىكىلەرنىڭ ھەممىسىدە كۆرۈلىدىغان ، جەينەك ،

بىلەك ، پاقالچاق تاشقى قىسىملىرىدا كۆپرەك ئۇچرايدىغان جاھىل خاراكتېرلىك تېرە كېسەللىكى بولۇپ ، دەسلەپ ئۇششاق قىزغۇچ مۇدۇر شەكىلدە پەيدا بولۇپ ، مۇدۇرلار بارا - بارا كېڭىيىپ ئۆزئارا قوشۇلۇپ ، تېرىدە چوڭ - كىچىكلىكى ئوخشاش بولمىغان تەڭگىسىمان ياكى ئۇزۇنچاق ، چېگرىسى ئېنىق ، قۇرغاق ، تېرىدىن كۆتۈرۈلۈپ تۇرىدىغان قاپارتقۇ ھاسىل قىلىپ ، تېرە قېلىنلىشىش ، تېرە ئۇستىدە بىر قەۋەت نېپىز قاسراق ھاسىل بولۇش ، تاتىلىغاندا قاسرىقى سويۇلۇپ ، ئاستىدىن قان چېكىتلىرى كۆرۈلۈش ، كۆز ۋە قىش پەسىللىرىدە تەكرارلىنىش ، قاتتىق قىچىشىش ۋە بىئارام قىلىش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) ئالدى بىلەن كېسەللىك پەيدا قىلغۇچى خىلىتقا قارىتا مۇنىزىج بېرىپ ماددا پىشۇرۇلىدۇ ، ئاندىن مۇناسىپ سۈرگۈچى دورا بىلەن كېسەللىك ماددىسى چىقىرىپ تاشلىنىدۇ . ئۇنىڭدىن كېيىن ، ئىچىشكە قان ئايلىنىشنى ياخشىلىغۇچى ، تېرىنى سىلىقلاشتۇرغۇچى ، قاتتىقلىقنى يۇمشاتقۇچى ۋە كېسەللىك چاراسمنى يوقاتقۇچى دورىلارنى بېرىش ؛ سىرتىدىن زەمبۇرغقا قارشى ۋە تېرە توقۇلمىلىرىنى ياخشىلىغۇچى دورىلارنى ماسلاشتۇرۇپ ئىشلىتىش پرىنسىپى بويىچە داۋالىنىدۇ .

2 ) غىدىقلىغۇچى ، يەللىك ۋە سەۋدانى قوزغىغۇچى يېمەكلىكلەردىن قاتتىق پەرھىز قىلدۇرۇلىدۇ .

3 ) تۆۋەندىكى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ :

( 1 ) ئالدى بىلەن مەتبۇخى شاھتەررە ( 260 - نۇسخا ) 15 كۈن بېرىلىپ ، ماددا پىشۇرۇلىدۇ .

( 2 ) ماددا پىشۇرۇلۇپ بولغاندىن كېيىن ، چالاپا گۈلقەنت (159 - نۇسخا ) بېرىلىپ بەدەن تازىلىنىدۇ .

( 3 ) مۇسھىل بېرىلىپ بولغاندىن كېيىن ، ھەببى شاھتەررە (32 - نۇسخا ) ياكى مەجۇنى ئىترىپىل شاھتەررە ( 116 - نۇسخا ) دىن بىرى ئەرەقى شاھتەررە ( 267 - نۇسخا ) بىلەن ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

( 4 ) سىرتىدىن رەۋغىنى قىروتى ( 290 ـ نۇسخا ) بىلەن ياغلاپ ، تېرە يۇمشىتىغاندىن كېيىن ، مەرھىمى شىكىرىپ ( 308 ـ نۇسخا ) بىلەن ياغلىنىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

4 ) ئالدى بىلەن خام خىلىتنى پىشۇرۇپ مىجەزنى تەڭشەش ئۈچۈن ، چىلاندىن 17 دانە ، نېلۇپەر ، گۈلى بىنەپشە ، شاھتەررە ھەر بىر 17.5 گرام ، كاسنە ئۇرۇقىدىن 23 گرام ، كاسنە يىلتىزىدىن 50 گرام ، قىزىلگۈلدىن 15 گرام ئېلىپ ، 2 كىلوگرام سۇغا 6 سائەت چىلاپ ، 1 كىلوگرام قالغۇچە پەس ئوتتا قاينىتىپ ، كۈندە 2 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 60 ــ 100 مىللىلىتىردىن 5 كۈن ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

5 ) بەدەندىكى بۇزۇق ماددىلارنى تازىلاش مەقسىتىدە ، 6 كۈن مەتبۇخى ھېلىلە بېرىلىدۇ .

مەتبۇخى ھېلىلىنىڭ تەركىبى : سېرىق ھېلىلە پوستى ، تازىلانغان ئامىلە شاكىلى ، كاسنە ئۇرۇقى ھەر بىرىدىن 30 گرام ، شاھتەررە ، سانا ھەر بىرىدىن 30 گرام ، چىلاندىن 100 دانە ، سەرپىستاندىن 15 گرام ، تەمرى ھىندى ، ئەينۇلا ، تەرەنجىۋىل ھەر بىرىدىن 100 گرام ، خىيارشەنبەردىن 75 گرام ، بادام مېغىزىدىن 30 گرام ئېلىپ ، 3 كىلوگرام سۇدا 1 كىلوگرام قالغۇچە پەس ئوتتا قاينىتىپ ، سۈزۈلگەن سۇيىدىن 200 ــ 500 مىللىلىتىر غىچە ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

6 ) بىمار ئىچى سۇرۇپ ، بەدەندىكى بۇزۇق ماددىلاردىن خالىي بولغاندىن كېيىن ، ئۇنىڭغا ئىنتېپىل شاھتەررە ( 116 ـ نۇسخا ) ، ئىنتېپىل سەغىر ( 110 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى چۆبچىنى ( 64 ـ نۇسخا ) قاتارلىق دورىلار كۈنىگە 2 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 8 گرامدىن ئىستېمال قىلىشقا بېرىلىدۇ . داۋالاش جەريانىدا تازىلاش ئۈچۈن ، ھەر 10 ــ 15 كۈندە 1 قېتىم يۇقىرىقى مەتبۇخ بېرىپ تۇرۇلىدۇ .

7 ) موزا ، خەشخاش ، شاھتەررىلەرنىڭ ھەر بىرىدىن 30 گرام ، چۆبچىنىدىن 20 گرام ، ئانار پوستى ، سېرىق ھېلىلە ھەر بىرىدىن 50 گرام

ئېلىپ ، 4 كىلوگرام سۇدا 2 كىلوگرام قالغۇچە قاينىتىپ ، بۇ قاينىتما بىلەن بەدەن يۇيۇلغاندىن كېيىن ، مەلھەمى كىبرىت ( 310 ـ نۇسخا ) بىلەن مايلىنىدۇ . بەزىدە مەلھەمى كىبرىت ئورنىغا مەلھەمى ئەمراز ( 299 ـ نۇسخا ) ئىشلىتىلىدۇ .

( ئۇرۇمچى ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

8 ) تەرەنجۇبل ، رۇمبەدىيان ، ئارپىبەدىيان ، مەستىكى ، جۇۋىنە ، نېلۇپەر ، قارىموچ ، سانا ، دارچىن ، زەنجۇبل ، بىنەپشە ، قارا ھېلىلە ، سېرىق ھېلىلە پوستى ، لاھور تۇزى قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 5 گرام ، سەبرە سۇقۇتىرىدىن 75 گرام ئېلىپ ، جۇۋىنىدىن باشقا دورىلارنى تالقانلاپ ، جۇۋىنىنىڭ تاتلىقى چىقىرىلغان سۇ بىلەن خېمىر قىلىپ ، 3 مىللىگرامدىن ھەب تەييارلاپ ، كۈندە كەچتە 5 ــ 7 دانە ئىستېمال قىلىنىدۇ .

9 ) سېرىق ھېلىلە پوستى ، قارا ھېلىلىنىڭ ھەر بىرىدىن 15 گرام ، سەبرە سۇقۇتىرىدىن 21 گرام ، سوقمۇنىيادىن 8 گرام ئېلىپ ، يۇمشاق سوقۇپ ، شاھتەررىنىڭ تاتلىقى چىقىرىلغان سۇ بىلەن خېمىر قىلىپ ، 3 مىللىگرامدىن ھەب تەييارلاپ ، كۈندە 2 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 5 دانىدىن تاماقتىن ئىلگىرى ئىستېمال قىلىنىدۇ .

10 ) مەلھەمى ئەمراز ( 299 ـ نۇسخا ) سىرتىدىن چېپىلىدۇ .

11 ) كېسەللىكنىڭ پەيدا بولۇش سەۋەبىنى ئېنىقلاپ ، سەۋەبىگە قارىتا چارە قىلىش ، كېسەللىك قايسى ماددىدىن بولغان بولسا ، شۇخىل ماددىنىڭ مۇنزىجىنى بېرىپ كېسەللىك ماددىسىنى پىشۇرۇش ، ماددا پىشقاندىن كېيىن شۇخىل ماددىنىڭ مۇسھىلىنى بېرىپ ، ماددىنى بەدەن سىرتىغا سۈرۈپ چىقىرىش ، ئاندىن ئىچكى ـ تاشقى تەرەپتىن دورا ئىشلىتىپ ، داۋالاشنى بىرلەشتۈرۈش لازىم .

12 ) ئىچكى تەرەپتىن داۋالاشتا ، كۈندە ئەتىگەن ناشتىدا سۇپۇپى ئىترىپىل كەشنىزى ( 184 ـ نۇسخا ) دىن 10 گرام ، چۇشلۇك تاماقتىن كېيىن ھەببى كىبرىت ( 40 ـ نۇسخا ) تىن 7 دانە ، ئۇخلاش ئالدىدا

ھەببى شاھتەررە ( 32 ـ نۇسخا ) دىن 9 دانە ، ئەرەقى شاھتەررە ( 267 ـ نۇسخا ) دىن كۈندە 3 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 50 مىللىلىتىردىن ئىستېمال قىلدۇرۇش كېرەك ، شۇنىڭ بىلەن بىللە ، سەرپىستانىدىن 20 گرام ، چىلانىدىن 10 دانە ، چالا سوقۇلغان چۇچۇكبۇيا يىلتىزىدىن 11 گرام ، گاۋزىبان ، بادرەنجبۇيا ، ئارپىبەدىيان ، ئۇستقۇددۇس ، پىرسياۋشان ، شاھتەررە قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 55 گرامدىن ئېلىپ ، 1 كىلوگرام سۇغا بىر سوتكا چىلاپ ، ئاندىن سۇنىڭ يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ مەتبۇخ تەييارلاپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 30 مىللىلىتىردىن ئىستېمال قىلدۇرۇش كېرەك .

13 ) سىرتقى تەرەپتىن ئاۋۋال يەرلىك ئورۇننى مەلھەمى شىكىرىپ ( 308 ـ نۇسخا ) بىلەن مايلاپ ، قاسراقلارنى چۇشۇرۇش ، ئاندىن 500 مىللىلىتىر ئەرەقى نانىخا ( 271 ـ نۇسخا ) غا 3 كىلوگرام يۇمشاق سوقۇلغان زەمچىنى ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇننى مايلاپ ، كۈن نۇرىغا قاقلاش كېرەك .

( قەشقەر ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

14 ) چىلان ، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى ، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 15 گرام ، شاھتەررە ، بىنەپشە ھەر بىرىدىن 6 گرام ، ئەرەقى شاھتەررىدىن 150 مىللىلىتىر ئېلىپ ، چىلان ، شاھتەررە ، بىنەپشە قاتارلىقلارنى ئەرەقى شاھتەررە بىلەن قاينىتىپ سۈزۈپ ، سۈيىگە قالغان مېغىز دورىلارنى ئېزىپ ئارىلاشتۇرۇپ مەتبۇخ تەييارلاپ ، كۈندە 3 قېتىم مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلسا بولىدۇ .

15 ) شاھتەررىدىن 700 گرام ، قىزىل سەندەلدىن 3 گرام ، قارا ھېلىلىدىن 8 گرام ، ئەرەقى بەدىيانىدىن 200 مىللىلىتىر ، چىلان شەربىتىدىن 30 مىللىلىتىر ئېلىپ ، سوقۇشقا تېگىشلىك دورىلارنى چالا سوقۇپ ، ئەرەقى بەدىيانغا بىر كېچە چىلاپ ، قاينىتىپ سۈزۈپ ، سۈيىنى چىلان شەربىتى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ، كېسەلنىڭ ئەمەلىي ئەھۋالىغا ئاساسەن كۈندە 3 قېتىم ئىستېمال قىلدۇرسا بولىدۇ .

16 ) چىلان ، سەرپىستان ، گاۋزبان ، ئاقلانغان چۇچۇكبۇيا يىلتىزى ، بادرەنجبۇيا ، پىرسياۋشان ، شاھتەررە ، بەدىيان ، ئۇستىقۇدۇس ، قارا ھېلىلە قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 15 گرام ، تەرەنجۇبلدىن 50 گرام ، گۇلقەنتتىن 50 گرام ئېلىپ ، تەرەنجۇبلدىن باشقا دورىلارنى چالا سوقۇپ ، 1 كىلوگرام سۇغا 10 سائەت چىلاپ سۇزۇپ ، سۇيىگە تەرەنجۇبل شىرىسى ۋە گۇلقەنتنى ئارىلاشتۇرۇپ ، بىر قاينىتىپ مەتبۇخ تەييارلاپ ، كۇندە 3 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 50 ـــ 100 مىللىلىتىر ئىستېمال قىلدۇرسا بولىدۇ . بۇ رېتسېپتىن ئارقىمۇئارقا ئۇچ نۇسخا تەييارلاپ ئىستېمال قىلدۇرغاندىن كېيىن ، سانادىن 20 گرام ، قىزىلگۇلدىن 12 گرام ، سېرىق ئوت ، سېرىق ھېلىلە ، بەلىلە پوستى ، قارا ھېلىلە ، بىستېپايەج ، ئاقلانغان چۇچۇكبۇيا يىلتىزى ، بەدىيان قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 6 گرام ، ئۇستىقۇددۇس ، پىرسياۋشان ، شاھتەررە ، گاۋزبان ، بادرەنجبۇيا ، بىنەپشە ، نىلۇپەرلەرنىڭ ھەر بىرىدىن 10 گرام ، ئۇزۇم ، سەرپىستان قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 30 گرام ، تەرەنجۇبل ، پۇنۇس ، خىيارشەنبەرلەرنىڭ ھەر بىرىدىن 45 گرام ئېلىپ ، سانا ، تەرەنجۇبل ، قىزىلگۇل ، سېرىق ئوت ، خىيارشەنبەرلەرنى ئايرىم ـ ئايرىم ھالدا قاينىق سۇغا چىلاپ مىجىپ ، سۇغا تاتلىقىنى تولۇق چىقىرىپ ، سۇزگۈچ بىلەن سۇزۇپ ، ئۆزئارا ئارىلاشتۇرۇپ ، قالغان دورىلارنىڭ سوقۇشقا تېگىشلىكىنى سوقۇپ ، يۇقىرىدىكى دورا سۇيىگە تەكشى ئارىلاشتۇرغاندىن كېيىن ، سۇس ئوتتا سۇنىڭ يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ ، ئاندىن دورا تەرىپلىرىنى سۇزۇۋېتىپ ، دورا سۇيىنى سۇزگۈچ بىلەن يەنە بىر قېتىم سۇزۇپ ، ئۇنىڭغا قەنتتىن 100 گرام ، گۇلقەنت ، بادام يېغىدىن 30 گرام دىن ئارىلاشتۇرۇپ ، ئەڭ ئاخىرىدا يەنە بىر قاينىتىۋېتىپ مەتبۇخ تەييارلاپ ، كۇندە 3 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 100 مىللىلىتىردىن ئىستېمال قىلدۇرسا ئۇنۇمى ياخشى بولىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

17 ) كېسەللىك ماددىسىنى پىشۇرۇش ئۇچۇن سەرپىستاندىن 40

گرام ، چىلاندىن 100 گرام ، گاۋزىبان ، بادرەنجبۇيىدىن 20 گرامدىن ، چۇچۇكبۇيا يىلتىزىدىن 40 گرام ، ئۇستىقۇددۇس ، پىرسىياۋشان ، ئارپىبەدىيان ، شاھتەررىلەرنىڭ ھەر بىرىدىن 20 گرام ئېلىپ ، 2.5 لىتر سۇغا چىلاپ ، 1.5 لىتىر سۇيى قالغۇچە پەس ئوتتا قاينىتىپ سۈزۈپ ، كۈنىگە 3 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 100 مىللىلىتىردىن ئەھۋالغا قاراپ 2 ــ 3 كۈن بېرىلىدۇ .

18 ) ئەگەر بىمار بەلغەم مىجەزلىك بولسا ، مەتبۇخى ھېلىلە ( 261 ـ نۇسخا ) كۈندە 3 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 100 مىللىلىتىردىن 3 ــ 5 كۈن ئىچۈرۈلىدۇ .

19 ) ئەگەر بىمار قان مىجەزلىك بولسا ، مەتبۇخى شاھتەررە ( 260 ـ نۇسخا ) كۈندە 3 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 60 ــ 100 مىللىلىتىردىن 3 ــ 5 كۈن ئىچۈرۈلىدۇ .

20 ) ئەگەر بىمار سەۋدا مىجەزلىك بولسا ، مەتبۇخى ئەپتىمۇن ( 253 ـ نۇسخا ) كۈندە 3 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 60 ــ 100 مىللىلىتىردىن 3 ــ 5 كۈن ئىچۈرۈلىدۇ .

21 ) ئەگەر بىمار سەپرا مىجەزلىك بولسا ، مەتبۇخى ھېلىلە ( 261 ـ نۇسخا ) كۈندە 3 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 100 مىللىلىتىردىن ئىچۈرۈلىدۇ .

22 ) شاھتەررە ، ئانار پوستى ، سېرىق ھېلىلىنىڭ ھەر بىرىدىن 100 گرام ، ئەمەن ، چۆبچىنى ، كۆكنار ئۈرۈقى ، بىخسۇس ، كاۋاۋنچىن ، موزا ، مامۇرانچىنىلارنىڭ ھەر بىرىدىن 60 گرام ئېلىپ ، 5 لىتىر سۇدا 3 ــ 4 لىتىر قالغۇچە پەس ئوتتا قاينىتىپ ، يەرلىك ئورۇن كۈنىگە 2 قېتىم يۇيۇلىدۇ . سىرتىدىن سماب مېيى ( 299 ـ نۇسخا ) ياكى رەۋغىنى كەبىر بىلەن ياغلىنىدۇ . ئىچىش ئۈچۈن ھەببى شاھتەررە ( 32 ـ نۇسخا ) كۈندە 2 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 1 گرامدىن ؛ مەجۇنى چۆبچىنى كەبىر ياكى سەغىر ( 64 ـ نۇسخا ) كۈندە 3 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 7 گرامدىن ؛ ھەببى كەپەرەس ( 39 ـ نۇسخا ) كۈنىگە 1 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 3 تالدىن بېرىلە-

دۇ . قىچىشنى پەسەيتىش مەقسىتىدە ئەرەقنى شاھتەررە ( 267 ـ نۇسخا ) كۇندە 3 ۋاخ 30 مىللىلىتىردىن ئىچۇرۇلىدۇ .

( ئۇرۇمچى ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

23 ) دورىلاردىن ئىچىشكە مەجبۇرى چۆپچىنى ( 64 ـ نۇسخا ) ، قۇرسى سىماب ( 22 ـ نۇسخا ) ، قۇرسى كىبرىت ( 40 ـ نۇسخا ) ، قۇرسى شاھتەررە ( 32 ـ نۇسخا ) لەر ئاساس ، جاۋارىش كۇمۇنى ( 126 ـ نۇسخا ) ، شەرىبىتى سەپەرجىل ( 234 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلار قوشۇمچە قىلىپ بېرىلىدۇ ، شۇنىڭ بىلەن بىللە كىچىك ئاق يەر يىلىنىدىن 8 دانە ، دارچىن ، ئۇستىقۇددۇس ، خولىنجان ، زىرىلەرنىڭ ھەر بىرىدىن 30 گرام ، پىلپىلدىن 25 گرام ئىلىپ ئايرىم ـ ئايرىم سوقۇپ ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ئارىلاشتۇرۇپ ، ئۇستىگە 400 گرام يۇمشاق سوقۇلغان شېكەر سېلىپ سۇ-پۇپ تەييارلاپ ، كۇندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 7 گرامدىن كاپ ئېتىشكە بېرىلىدۇ .

24 ) كاۋاۋچىن ، شاھتەررىلەرنىڭ ھەر بىرىدىن 10 گرام ، سېرىق ئوتتىن 7 گرام ئىلىپ ، 5 لىتىر سۇدا 2.5 لىتىر قالغۇچە قاينىتىپ ، يەرلىك ئورۇننى كۇندە 2 قېتىم يۇيۇشقا بۇيرۇلىدۇ . يۇيۇلغان ئورۇن قۇرۇغاندىن كېيىن ، 4 كۇنگىچە مەلھەمى بەيزە ( 300 ـ نۇسخا ) سۇركىلىدۇ . ئارقـ-دىن يەرلىك ئورۇننى قايتا يۇيۇش بىلەن بىللە ، كۆيدۇرۇلگەن كۆك تاشتىن 60 گرام ، گۇگۇرت پوقىدىن 50 گرام ، سىمابىتىن 30 گرام ئې-لىپ يۇمشاق سوقۇپ ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، 30 گرام قوي يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ، 25% لىك تەييار مەلھەمى كىبرىتتىن 100 گرام ئىلىپ قو-شۇپ ، يەرلىك ئورۇن دەسلەپتە ناھايىتى نېپىز ھالدا كۇندە 2 قېتىم مايلىنىدۇ ، كېيىن دورا مىقدارى تەدرىجىي ھالدا كۆپەيتىلىدۇ .

( قىزىلسۇ ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

25 ) بەدەن مەجبۇرىگە قاراپ مۇناسىپ مۇنزىج بېرىپ ، كېيىن مەتبۇخى شاھتەررە بېرىلىدۇ . مەلھەمى شىگرىپ ( 308 ـ نۇسخا ) بىلەن مايلىنىدۇ . سۇپۇپى باپچى ، ئىترىپىل شاھتەررە ( 116 ـ نۇسخا ) ، مەببى

كىبرىت ( 40 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى چۆبچىنى ( 64 ـ نۇسخا ) ، ئەرەقى نانىخا ( 271 ـ نۇسخا ) ، شەربىتى رۇمان ( 231 ـ نۇسخا ) بىرىلىدۇ . دورا سۈيى بىلەن تەرلەندۈرۈپ ۋاننا قىلىنىدۇ .

مەتبۇخى شاھتەررە نۇسخىسى : سىرىق ھىلىلە پوستى ، ئامىلە ، بەلىلە ، قارا ھىلىلە ، كابۇل ھىلىلىسىدىن 30 گرامدىن ، شاھتەررىدىن 60 گرام ، سىرىق ئوتتىن 30 گرام ، بەدىيان ، كاسنە ئۇرۇقى ، چىگسەي ئۇرۇقىدىن 15 گرامدىن ، سانادىن 20 گرام ، چۆبچىنىدىن 15 گرام ، ما- مۇرانچىنىدىن 10 گرام ، ئۆشبە ، بىنەپشىدىن 15 گرامدىن ، چىلانىدىن 40 گرام ، ئەينۇلىدىن 30 گرام ، تەمرى ھىندىدىن 60 گرام ، خىيارشەنبەردىن 90 گرام ، تەرەنجىۋىلدىن 50 گرام ئىلىپ ، سانا ، خىيارشەنبەر ، تەمرى ھىندى ، تەرەنجىۋىلدىن باشقا دورىلارنى 3 كىلوگرام سۇغا بىر سوتكا چىلاپ ، قالغان دورىلارنى ئىسسىق سۇغا چىلاپ قۇۋۇتىنى چىقىرىپ قوشۇپ ، يەڭگىل قاينىتىپ ، 1.5 كىلوگرام سۈيى قالغاندا ئىلىپ ، كۇندە 3 ۋاخ 200 گرامدىن ئىچىشكە بىرىلىدۇ . جەمئىي 16 كۇن ئىچۈرۈلۈپ بولغاندىن كېيىن ، ئىترىپىل شاھتەررە ( 116 ـ نۇسخا ) ، ھەببى كىبرىت (40 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى چۆبچىنى ( 64 ـ نۇسخا ) ، سۇپۇپى مامۇرانـ چىنى ، شەربىتى رۇمان ( 231 ـ نۇسخا ) بىرىلىدۇ . ھەركۇنى 1 قېتىم تەرلەندۈرۈپ يۇيۇپ بولغاندىن كېيىن ، مەلھەمى شىگرىپ ( 308 ـ نۇسـ خا ) بىلەن مايلىنىدۇ . ئاچچىق ـ چۈچۈك ، يەللىك نەرسىلەردىن ، كالا ، ئۆچكە گۆشى ، ھاراقتىن پەرھىز قىلدۇرۇلىدۇ .

## باش تەمرەتكىسى

بۇ ، خەلق ئارىسىدا تاز دەپ ئاتىلىدىغان يۇقۇملۇق تېرە كېسەل- لىكى بولۇپ ، بۇزۇلغان بەلغەم خىلتىنىڭ قانغا ئارىلىشىپ ، غەيرىي تەبىئىي قويۇق خىلت ھاسىل قىلىپ تېرە ئاستىغا ئولتۇرۇۋېلىشى سەۋە- بىدىن كېلىپ چىقىدۇ ، ھۆل ۋە قۇرۇق دەپ ئىككى خىلغا بۆلۈنىدۇ ،

بالىلاردا كۆپ ئۇچرايدۇ . ھۆل باش تەمرەتكىسى دەسلەپ تېرىگە ئۇششاق يېرىكسلىق مۇدۇر پەيدا بولۇپ ، ئەتراپقا تارقىلىپ قىچىشىپ ، تاتىلاش نەتىجىسىدە ئىچىدىن سېرىق سۇ چىقىپ چاقىغا ئايلىنىپ ، سېرىق قاقاچ ھاسىل بولۇش ، قاشلاپ قاقاچ ئاجرىتىلسا ، تېگىدىن چاشقان سۈيدۈكىدەك پۇرايدىغان سېرىق سۇ چىقىدىغان قىزىل يارا يۇزى كۆرۈنۈش ئالامىتى بىلەن ؛ قۇرۇق باش تەمرەتكىسى باشقىلار مەلۇم جايىدا چوڭ - كىچىكلىكى ئوخشاش بولمىغان ئاق كېپەكلىشىدىغان قۇرۇق تەمرەتكە پەيدا بولۇپ قىچىشىش ، قاشلىغاندا قاسراق چۈشۈش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) باشقىلار سېرىق تەمرەتكىسىنى داۋالاشتا ، نېلۇپەر ، بىنەپشىدىن 21 گرام ، كاسىنە ئۇرۇقى ، ئەنگۈرشپا ، قىزىلگۈلدىن 10 گرامدىن ، چىلاندىن 30 گرام ، ئەينۈلدىن 60 گرام ، شاھتەررىدىن 15 گرام ، تەرەنجىۋىلدىن 100 گرام ئېلىپ ، قائىدە بويىچە 1 كىلوگرام شەربەت تەييارلاپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 100 گرام بېرىلىدۇ . ماددا پىشقاندىن كېيىن ، سېرىق ھىللە پوستىدىن 30 گرام ، تەمرى ھىندى ، ئەينۈلا ، تەرەنجىۋىلدىن 60 گرامدىن ، سەرپىستان ، بىنەپشە ، سېرىق ئوت ئۇرۇقى ، كاسىنە ئۇرۇقىدىن 15 گرامدىن ، ئەپسەنتىن ، مامۇرانچىنىدىن 8 گرامدىن ، خىيارشەنبەردىن 75 گرام ئېلىپ ، قائىدە بويىچە 1200 مىللىلىتىر شەربەت تەييارلاپ ، كۈندە 2 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 150 مىللىلىتىر بېرىلىدۇ . يېرىڭ ۋە سېرىق سۇنى يوقىتىش ، يالىلوغ قايتۇرۇش مەقسىتىدە باش تېرىسى مامۇرانچىنى قاينىتىلغان سۇدا يۇيۇلىدۇ ، ئۇنىڭدىن كېيىن ۋازىلىنىدىن 30 گرام ، گۈڭگۇرتتىن 10 گرام ، بۇدۇشقاق يوپۇرمىقى ، كۆكنار پوستىدىن 5 گرامدىن ، كۆيدۈرۈلگەن زەمچىدىن 3 گرام ئېلىپ مەلھەم تەييارلاپ ، باش تېرىسى ياغلىنىدۇ .

2 ) قارا چېكىتلىك تەمرەتكىنى داۋالاشتا ، چىلاندىن 30 گرام ، سەرپىستان ، ئاقلانغان بىخسۇس ، پىرسىياۋشان ، قىزىلگۈل ، بادرەنجە-

بۇيا ، گاۋزبان ھندى ، ئۇستىقۇددۇسلارنىڭ ھەر بىرىدىن 10 گرام ، شاھتەررىدىن 15 گرام ، بەدىياندىن 6 گرام ، تەرەنجىۋىلدىن 60 گرام ئېلىپ ، قائىدە بويىچە 1 لىتر شەربەت تەييارلاپ ، كۇندە 2 قېتىم 100 مىللىلىتىردىن بېرىلىدۇ . ماددا پىشقاندىن كېيىن ، سېرىق ئوت ، ئۇستىقۇددۇس ، ئەنگۇرشىپا ، شاھتەررە ، پىرسىياۋشان ، سانا قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 21 گرام ، بىستىپايەج ، نىلۇپەر ، بىنەپشە ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، قارا ھېلىلە ، قىزىلگۈل ، گاۋزبان قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 15 گرام ، سېرىق ھېلىلە پوستىدىن 30 گرام ، تەمرى ھىندىدىن 60 گرام ، خىيارشەنبەردىن 45 گرام ، چۆپچىنىدىن 10 گرام ، تەرەنجىۋىلدىن 150 گرام ئېلىپ ، قائىدە بويىچە 1500 مىللىلىتىر شەربەت تەييارلاپ ، كۇندە 2 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 150 مىللىلىتىردىن بېرىلىدۇ .

سىرتىدىن ياللۇغ قايتۇرۇپ ھۆللۇكنى قۇرۇتۇش ئۇچۇن ، 10 گرام قەمبىلنى يۇمشاق سوقۇپ ، 30 گرام گۈل يېغى بىلەن تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ باش تېرىسى ياغلىنىدۇ . بۇنىڭدىن باشقا ، ۋازېلىندىن 30 گرام ، گۈڭگۈرتتىن 10 گرام ، بۇدۇشقاق يوپۇرمىقىدىن 5 گرام ، نىشاستە ، مامۇرانچىنىدىن 5 گرام ئېلىپ ، قائىدە بويىچە مەلھەم تەييارلاپ سۇركىلىدۇ .

3 ) ئاق تەمرەتكىنى داۋالاشتا ، چىلان ، ئەينۇلىدىن 30 گرامدىن ، سەرپىستان ، شاھتەررىدىن 15 گرامدىن ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، بىنەپشە ، قىزىلگۈل ، گاۋزبان ، بەدىيان ، ئەنگۇرشىپا ، بىخسۇسلارنىڭ ھەر بىرىدىن 10 گرام ، شېكەردىن 100 گرام ئېلىپ ، قائىدە بويىچە 1 لىتر شەربەت تەييارلاپ ، كۇندە 2 قېتىم 100 مىللىلىتىردىن بېرىلىدۇ . ماددا پىشقاندىن كېيىن ، سېرىق ئوت ، ئۇستىقۇددۇس ، بادام مېغىزىدىن 30 گرامدىن ، سېرىق ھېلىلە ، تەرەنجىۋىلدىن 60 گرامدىن ، شاھتەررە ، گاۋزبان ، بىستىپايەج ، سانا ، بادرەنجبۇيا قاتارلىقلاردىن 15 گرامدىن ، غارىقۇن ، تۇربۇتتىن 6 گرامدىن ، سىركىدىن 200 مىللىلىتىر ، ئۆچكە سۈتىدىن 250 مىللىلىتىر ، شېكەردىن 200 گرام ئېلىپ ، قائىدە بويىچە

1500 مىللىلىتىر شەربەت تەييارلاپ ، كۈندە 2 قېتىم 150 مىللىلىتىردىن بېرىلىدۇ . ئامىلە ، كابۇل هېلىلىسى پوستى ، قارا هېلىلە ، خەشخاش پوستى قاتارلىقلاردىن 15 گرامدىن ، بەدىياندىن 6 گرام ، گۈڭگۈرتتىن 3 گرام ئېلىپ ، چالا سوقۇپ ، 100 مىللىلىتىر سۇدا يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ سۈزۈپ ، سۈيىگە گۈڭگۈرت قوشۇپ باش يۇيۇلىدۇ . باش قۇرۇغاندىن كېيىن ، ۋازېلىندىن 30 گرام ، گۈڭگۈرت ، نىشاستىدىن 10 گرامدىن ، توخۇ يېغىدىن 15 گرام ، بۇدۇشقاق يوپۇرمىقى ، مامۇرانىچىنى ، ئەرەب يېلىمى هەر بىرىدىن 5 گرام ئېلىپ ، توخۇ يېغىنى ئېرىتىپ ، ۋازېلىن بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ، قالغان دورىلارنى سوقۇپ تاسقاپ ياغقا ئارىلاشتۇرۇپ ، باش تېرىسى ياغلىنىدۇ .

( چەرچەن هۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

4 ) قۇرۇق تازىنى داۋالاشتا ، ئىچىدىن هەببى كىبرىت ( 40 ـ نۇسخا ) 5 تالدىن كۈندە 3 ۋاخ ئىچۈرۈلۈش بىلەن ، مەرهىمى كىبرىت ( 310 ـ نۇسخا ) بىلەن باش ياغلىنىدۇ .

5 ) سېرىق چاقىلىق تازنى داۋالاشتا :

( 1 ) باشنى ئىسسىق سۇ بىلەن يۇيۇپ بولغاندىن كېيىن ، هۆل كۆك ياكاق پوستىنى سوقۇپ ئۈماچتەك قىلىپ باشقا چېپىش ؛

( 2 ) « 666 » پاراشوكىدىن 36 گرام ، گۈڭگۈرتتىن 4 گرام ، ماشىنىدىن چۈشۈرۈلگەن كونا ئاپتولدىن 60 گرام ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم قىلىپ باشقا چېپىش ؛

( 3 ) يۇقىرىقى دورىلارنى ئىشلىتىش بىلەن بىر ۋاقىتتا ، مەتبۇخى هېلىلە ( 261 ـ نۇسخا ) ئىچۈرۈش لازىم .

( 4 ) تىلايى سۆئىفە ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ .

تەركىبى : ئامىلە ، كۆكتاش ، قارىمۇچ ، خەشخاش پوستى ، مەدەستان باراۋەر مىقدارىدا .

تەييارلىنىشى : مەدەستاندىن باشقىلىرىنى ئايرىم ـ ئايرىم كۆيدۈرۈپ ، كۈلىنى مەدەستان بىلەن قوشۇپ ئېزىپ ، پۈتۈن دورا ۋەز-

نىسبەتكە 2 ھەسسىسگە تەڭ مىقداردا سىرىق ياغ قوشۇپ مەلھەم قىلىپ ، تاز ياريسغا سىرتىدىن سۈركىلىدۇ .

( 5 ) مەرھىمى سۆئىفە بېرىلىدۇ .

تەركىبى : كافۇر ، زەرچىۋە ، قىزىلگۈل ، ئاقاقىيا 3 گرامدىن ، ئانارگۈلى 7 گرام ، موم 6 گرام ، كۈنجۈت يېغى 7 گرام ، سەپىداپ كاشىغەرى 10 گرام .

تەييارلىنىشى : دورىلار سوقۇلۇپ ، ماي دورىلار بىلەن ئارىلاشتۇ- رۇلۇپ مەلھەم قىلىپ ، سىرتىدىن چېپىلىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## ھۆل تەمرەتكە

بۇ ، بوۋاقلار ۋە كىچىك بالىلاردا كۆپ ئۇچرايدىغان بىرخىل تېرە كېسەللىكى بولۇپ ، كۆپىنچە يۈز ، قۇلاق ئارقىسى ، بويۇن قاتارلىق ئەزالاردا كۆپ كۆرۈلۈش بىلەن ، دەسلەپتە كىچىك مۇدۇر پەيدا بولۇپ ، قىزىرىپ قىچىشىش ، تاتىلىغاندىن كېيىن مۇدۇرلار بۇزۇلۇپ سىرىق سۇ چىقىش ، يارا - يارا كېڭىيىش ، ئاقۇەتتە يىرىڭلىق چاقىغا ئايلىنىش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) مۇنزىج ئۇچۇن ئۇرۇقىدىن ئايرىلغان قىزىل ئۇزۇمدىن 11 دانە ، چالا سوقۇلغان ئارپىبەدىيان ياكى رۇمبەدىياندىن 55 گرام ، چالا سوقۇلغان چۇچۇكبۇيا يىلتىزىدىن 7.5 گرام ، زىراۋەندىدىن 5.5 گرام ، پىرسىياۋ- شاندىن 14 گرام ، سىرىق ئەنجۇردىن 5 دانە ، قىزىلگۈلدىن 8.5 گرام ئېلىپ ، بىتەرلىك مىقداردىكى سۇدا قائىدە بويىچە قاينىتىپ سۈزۈپ ، سۇ- يىگە 20 گرام گۈلقەنت ھەسىلى ۋە 20 گرام سىركە قوشۇپ ئىچۈرۈلىدۇ .

2 ) يۇقىرىقى مۇنزىج بېرىلگەندىن كېيىن مۇسھىل بېرىلىدۇ . ئۇنىڭدىن كېيىن ، ھەببى كىبرىت ( 40 - نۇسخا ) كۇندە 2 قېتىم 5 دانە

دىن تاماقتىن كېيىن بېرىلىدۇ . سۇپۇپى ئىترىپىل ( 184 ـ نۇسخا ) كۈندە 3 قېتىم 10 گرام ، ھەببى ئايارەج پەيقىرا ( 1 ـ نۇسخا ) تاماقتىن بۇرۇن 7 دانە ، ھەببى جەدۋار ( 26 ـ نۇسخا ) تاماقتىن كېيىن 7 دانە ، مەجۇنى ماددەتۇلھايات ( 85 ـ نۇسخا ) كۈندە 2 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 10 گرامدىن ئىستېمال قىلدۇرۇلۇش بىلەن بىللە ، ئەمەن يوپۇرمىقى ، سېمىز ئوتتىن 20 گرام ، قەلەمپۇردىن 10 گرام ، سۆگەت گۈلىدىن 30 گرام ئېلىپ يۇمشاق سالايە قىلىپ ، زەيتۇن يېغى بىلەن مەلھەم تەييارلاپ ، يەرلىك ئورۇنغا چېپىلىدۇ .

( قەشقەر ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

3 ) رەۋغىنى بەيزە (283 ـ نۇسخا) تەمرەتكە ئۇستىگە چېپىلىدۇ .

4 ) قوي ئۆتىگە زىرىقنى ئارىلاشتۇرۇپ ، قۇرۇغاندىن كېيىن سوقۇپ تالقانلاپ ، يىرىڭلىق جاراھەت ئۇستىگە بېسىلىدۇ .

5 ) مامۇرانچىنى قايناتمىسىدا يۇيۇپ ، ئۇستىدىن مەرھەمى بەيزە ( 300 ـ نۇسخا ) بىلەن مايلىنىدۇ .

6 ) قامچىگۈلدىن مەلۇم مىقداردا ئېلىپ ، بىرئاز ئاش تۇزى قوشۇپ سۇدا قاينىتىپ ، جاراھەت يۇيۇلىدۇ .

7 ) ئاچچىق ئەمەن ، چۇچۇكبۇيىدىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ ، جاراھەت كۈندە 3 قېتىم يۇيۇلىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

8 ) ئىچىدىن دورا ئىچۈرۈش ۋە سىرتىدىن دورا چېپىشنى بىر-لەشتۈرۈش پرىنسىپى بويىچە داۋالىنىدۇ .

( 1 ) بەلغەم مىجەزلىكلەرگە بەلغەم مۇنزىجى بېرىلىپ ، ماددا پىشقاندىن كېيىن ، مەجۇنى ئىترىپىل شاھتەررە ( 116 ـ نۇسخا ) ، ئىترى-پىل چۆبچىنى ( 64 ـ نۇسخا ) ، ھەببى كىبرىت ( 40 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلار قائىدە بويىچە بېرىلىدۇ .

( 2 ) سەۋدا مىجەزلىكلەرگە سەۋدا مۇنزىجى بېرىلىپ ، ماددا پىشـ قاندىن كېيىن ، ھەببى شاھتەررە ( 32 ـ نۇسخا ) ، ھەببى كىبرىت

( 40 ـ نۇسخا ) ، ئەرەقى چۆبچىنى قاتارلىقلار قائىدە بويىچە بېرىلىدۇ .

( 3 ) سىرتىدىن مەرھىمى كىبرىت ( 310 ـ نۇسخا ) ، مەرھىمى ئەمراز ( 299 ـ نۇسخا ) قاتارلىق دورىلار بىلەن مايلىنىدۇ . شەلۋەرەش ئېغىر بولسا ، يەرلىك ئورۇن ماموراڭچىنى قاينىتمىسى ياكى چۆبچىنى قاينىتمىسى بىلەن يۇيۇلىدۇ ۋە ئۇستىدىن كەھرىۋا سوقۇپ سېپىلىدۇ . قىچىشش ئېغىر بولسا ، مەجۇنى خەشخاش ( 67 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ .

( 4 ) مۇھىت ، يېمەك ـ ئىچمەك تازىلىقىنى ياخشى قىلىپ ، تەكرار يۇقۇملىنىشىنىڭ ئالدى ئېلىنىدۇ . سىگىشلىك ، قۇۋۇەتلىك ئوزۇقلاندۇرۇلىدۇ . تەستە ھەزىم بولىدىغان مايلىق تائاملار ۋە لازا ـ ئاچچىقسۇدەك غىدىقلىغۇچى ۋە يەللىك تائاملاردىن پەرھىز قىلدۇرۇلىدۇ .

( توقسۇ ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## قىچىشقاق

بۇ ، قىچىشقاق سالجىسى بىلەن يۇقۇملىنىش ۋە بەدەندىكى غەيرىي تەبىئىي سەۋدا سەۋەبىدىن بەدەننىڭ تېرىسى نېپىز بولغان قىسىملاردا پەيدا بولىدىغان ، باشقىلارغا ئوخشاي يۇقىدىغان تېرە كېسەللىكى بولۇپ ، بارماق ئارىلىقى ، يوتا ، قورساق قاتارلىق ئورۇنلاردا ئۇششاق مۇدۇرلار پەيدا بولۇپ ، قاتتىق قىچىشش ، قىچىشش كېچىسى بەكرەك كۈچىيىپ كېتىش ، قاشلاش نەتىجىسىدە تېرە شەلۋەرەپ ، سۇلۇق قاپارتقۇ ۋە تېرە زەخمىلىرى پەيدا بولۇش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) ئالدى بىلەن بەدەن تازىلىقى ، كىيىم ـ كېچەك ۋە يوتقان ـ كۆرپىلەرنىڭ تازىلىقىنى چىڭ تۇتۇش لازىم . قانىنىڭ مىجەزىنى تەڭشەش ، ماددىنى پىشۇرۇپ ، قاننى تازىلىغۇچى دورىلارنى ئاساس قىلىپ ، خىلىتلار تېپىغا قاراپ دورا ئىشلىتىش لازىم . مەسىلەن ، غەيرىي تەبىئىي سەپرا غالىب كەلگەن بولسا ، مەتبۇخى ھېلىلە بىلەن تازىلىنىدۇ .

قىچىشىشنى توختاتقۇچى ، تىنچلاندۇرغۇچى دورىلار قاينىتىسى بىلەن تېرىنى يۇيۇپ ، ئارقىدىن قىزىلچا سۈيىگە گۈل يېغى ، توغرىغا ئارىلاشتۇرۇپ ياسالغان مەلھەم چېپىلىدۇ .

2 ) غەيرىي تەبىئي سەۋادىن بولغان بولسا ، سىرتىدىن پۈرچاق ئۇنى بىلەن قىزىلچا سۈيى بىرلەشتۈرۈپ چېپىلىدۇ ، بۇ جەريانىدا بەدەنگە ھۆللۈك يەتكۈزۈش ئۈچۈن ، مائۇل ئۇسۇل ئىچىشكە بېرىلىدۇ . بەدەنگە ھۆللۈك پەيدا بولغاندىن كېيىن ، 10 ــ 15 كۈندە 1 قېتىم مەتبۇخ بېرىلىدۇ . ئىترىپىل شاھتەررە ( 116 ـ نۇسخا ) 8 گرامدىن كۈنىگە 2 قېتىم ، ھەببى كىبرىت ( 40 ـ نۇسخا ) 2 ــ 3 تالدىن كۈنىگە 2 قېتىم ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

3 ) غەيرىي تەبىئي سەپرادىن بولغان بولسا ، ئىترىپىل سەبرە قوشۇپ بېرىلىدۇ . غەيرىي تەبىئي بەلغەمدىن بولغانلارغا مەجۇنى ئايارەج پەيقرا ( 1 ـ نۇسخا ) ، ئايارەج لۇغازىيا ( 105 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ . سىرتىدىن قىچىشىشنى باسقۇچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ .

( ئۇرۇمچى ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

4 ) قايسى خىلتتىن بولغان بولسا ، شۇ خىلتنىڭ مۇنزىجىنى بېرىپ ، ماددا پىشقاندىن كېيىن مۇسھىل بېرىلىدۇ .

5 ) بەدەننى ئىسسىق سۇ بىلەن سوپۇنلاپ يۇيۇپ بولغاندىن كېيىن ، ھۆل ئەمەندىن 200 گرام ، گۈڭگۇرتتىن 50 گرام ئېلىپ ، 10 لىتىر سۇدا 15 مىنۇت قاينىتىپ ، ئىلمان بولغاندا كېسەللەنگەن جاي ۋە ئومۇمىي بەدەن تۆۋەنگە قارىتىپ يۇيۇلىدۇ . ئەگەر قىچىشىش كۈچلۈك بولۇپ ، قىچىشقان ئورۇندا سۇلىشىش ئەھۋالى كۆرۈلگەن بولسا ، يۇقىرىقى قاينىتمىغا 30 گرام كاۋاۋچىن ، 30 گرام ئادراسمان ، 10 گرام مامۇرانچىنى قوشۇلىدۇ . يۇيۇپ بولۇپ ھۆللۈك قۇرۇغاندىن كېيىن ، بەدەن مەرھىمى كىبرىت ( 310 ـ نۇسخا ) بىلەن ياغلىنىدۇ . مەرھىمى كىبرىت 3 ــ 30% كىچە نىسبەتتە تەييارلىنىپ ، كېسەلنىڭ ياش ـ قۇرامىغا قاراپ تاللاپ ئىشلىتىلىدۇ .

6 ) كاۋاۋىچىن ، گۈڭگۇرت ، يالپۇزدىن 10 گرامدىن ، كۆكتاش ، مامۇرانچىنى ، ئاقىرقەرھا ھەر بىرىدىن 5 گرام ئېلىپ ، ۋازىلىن ياكى قوي يېغى بىلەن مەلھەم تەييارلاپ ، كۈندە 2 قېتىم سۈركىلىدۇ .

7 ) قىچىشقاق سالجىسىنى يوقىتىش ۋە يەلنى ھەيدەش ئۈچۈن ، مەجۇنى چۆچىنى ( 64 ـ نۇسخا ) 10 گرامدىن كۈندە 1 ۋاخ ، ھەببى كىبرىت ( 40 ـ نۇسخا ) 7 تالدىن كۈندە 1 ۋاخ بېرىلىدۇ .

8 ) مىجەزنى تەڭشەش ئۈچۈن ، سۈپۈپى ئىترىپىل ( 184 ـ نۇسخا ) ناشتىدا 10 گرامدىن ، مەتبۇخى شاھتەررە ( 260 ـ نۇسخا ) كۈنىگە 2 قېتىمدىن ئىچۈرۈلىدۇ .

9 ) قىچىشىشنى پەسەيتىش ئۈچۈن ، خەمىرى گاۋزىبان ساددە ( 138 ـ نۇسخا ) ھەركۈنى كەچتە 1 ۋاخ 10 گرامدىن بېرىلىدۇ .

10 ) كىيىم ـ كېچەكلەرنى پات ـ پات ئالماشتۇرۇپ تۇرۇش ، ئالماشتۇرغان كىيىملەرنى قاينىق سۇغا بېرىم سائەت چىلاپ ئاندىن يۇيۇش ، بەدەننى 2 ـــ 3 كۈندە 1 قېتىم سوپۇنلاپ يۇيۇپ تۇرۇش ، بەدەننى يۇغاندىن كېيىنلا يېگى كىيىم ئالماشتۇرۇش ، كىرلىك ، ياستۇق قېپى ۋە باشقا لازىمەتلىكلەرنى دېزىنفېكسىيە قىلىپ تۇرۇش ، غىدىقلىغۇچى ۋە يەللىك يېمەكلىكلەردىن پەرھىز قىلىش قاتارلىقلار تەۋسىيە قىلىنىدۇ .

( قەشقەر ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

11 ) قۇرۇق قىچىشقاق بولسا ، ئاۋۇال ھەببى سەبرە (بەلغەمدىن بولغان باش ئاغرىقنى داۋالاشقا قارالسۇن ) 5 ـــ 7 تالغىچە كەچتە 1 قېتىم بېرىلىپ ئىچى تازىلىنىدۇ . ئەتىسىدىن تارتىپ ئىترىپىل شاھتەررە ( 116 ـ نۇسخا ) كۈنىگە 2 قېتىم 5 ـــ 8 گرام تاماقتىن بۇرۇن ئەرەقى شاھتەررە ( 267 ـ نۇسخا ) بىلەن ئىچىشكە بېرىلىدۇ . بۇنىڭغا بىرلەشتۈرۈپ ھەببى كىبرىت ( 40 ـ نۇسخا ) كۈنىگە 2 قېتىم 5 ـــ 9 تال بېرىلىدۇ . سۈيۇقلۇقنى كۆپرەك ئىچىش تەۋسىيە قىلىنىدۇ .

12 ) سىرتىدىن سۈركەشكە ۋە يۇيۇشقا تۆۋەندىكى دورىلار تەييارلاپ بېرىلىدۇ :

يۇيۇش دورىسى

قوۋزاق دارچىندىن 50 گرام ، مامۇرانچىنى ، شاھتەررە ، سامساق پوستى ھەر بىردىن 20 گرام ئېلىپ ، چالا سوقۇپ ، 1.5 لىتر سۇغا چىلاپ قويۇپ ، 1 لىتر قالغۇچە قاينىتىپ ، سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ .

سۈركەش دورىسى

15% لىك مەرھەمى كىبرىتتىن 100 گرامغا يۇمشاق سوۋۇن قەلەمپۇردىن 15 گرام قوشۇپ تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ . كۈنىگە 2 قېتىم يۇيۇش دورىسى بىلەن قىچىشىدىغان جايىنى يۇيۇپ ، قۇرۇغاندىن كېيىن مەلھەم دورا سۈركىلىدۇ .

13 ) ھۆل قىچىشاق بولسا ، 50 مىللىلىتىر مەتبۇخى شاھتەررە ( 260 ـ نۇسخا ) گە ئۈزۈم سىركىسى قوشۇپ ، تاماقتىن بۇرۇن ئىچىشكە بېرىلىدۇ . 3 ـــ 4 كۈندىن كېيىن كەچتە 1 قېتىم 7 تال ھەببى سەبرە بېرىپ بەدەن تازىلىنىدۇ . ئەتسىدىن تارتىپ تاماقتىن بۇرۇن ئىترپىل شاھتەررە (116 ـ نۇسخا) دىن 7 گرام ، ئەرەقى شاھتەررە (267 ـ نۇسخا ) دىن 50 مىللىلىتىر قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ . 5 كۈندە 1 قېتىم ھەببى سەبرە بېرىپ بەدەن تازىلىنىدۇ . يۇقىرىقى دورىلارغا قوشۇپ ھەببى كىبرىت ( 40 ـ نۇسخا ) كۈنىگە 2 قېتىم 5 ـــ 9 تالدىن تاماقتىن 20 مىنۇت كېيىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

14 ) يۇقىرىقى دورىلارغا قوشۇپ تۆۋەندىكى پاقا ، موزا تالقىنى ئىچىشكە بېرىلىدۇ :

تەركىبى : قىزىل قولتۇق پاقىدىن 5 دانە ، موزىدىن 10 گرام ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ ، كۈنىگە 3 قېتىم 2 گرامدىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

15 ) سىرتىدىن تۆۋەندىكى ھۆل تاڭما ئىشلىتىلىدۇ :

نۇسخىسى : مامۇرانچىنىدىن 50 گرام ، گۈڭگۇرتتىن 10 گرام ئېلىپ ، مامۇرانچىننى يۇمشاق سوقۇپ ، 1 لىتر سۇغا 2 سائەت چىلاپ قويۇپ ، 750 مىللىلىتىر قالغۇچە قاينىتىپ ، ئۇستىگە گۈڭگۇرت سېلىپ تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ . قىچىشاق پەيدا بولغان ئورۇن ئاۋۇال

تۇز سۈيىدە يۇيۇلىدۇ ، ئاندىن ئۇستىگە دورا سۈيىگە چىلانغان داكا 7 ـــ 8 قەۋەت قىلىپ يېپىپ قويۇلىدۇ . داكا قۇرۇپ قالسا ئۇستىدىن يەنە ھۆللەپ تۇرۇلىدۇ . 4 سائەت تۇرغۇزۇپ ئېلىۋېتىپ ، 2 سائەتتىن كېيىن يەنە تەكرارلىنىدۇ . تېرە جاراھىتى قېتىشقاندىن كېيىن ، 100 گرام ٪ لك مەرھىمى كىبرىتقا 15 گرام مامۇرانچىنى پاراشوكى ئارىلاشتۇرۇپ تەييار ن مەلھەم سۈركىلىدۇ .

( غۇلجا ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## دانـــــخـــورەك

بۇ ، يېتىلىۋاتقان ياشلاردا كۆپ ئۇچرايدىغان تېرە كېسەللىكى بولۇپ ، يېمەك ـ ئىچمەك ، ھاۋا كىلىماتى ، ئىرسىيەت قاتارلىق كۆپ خىل ئامىللار تەسىرىدىن باشقا ، قان بۇزۇلۇش ۋە بەلغەمگە غەيرىي تەبىئىي سەۋدانىڭ قوشۇلۇشى سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدۇ . يۇز ، پېشانە ، يوتا ، يۇقىرىقى دۈمبە قاتارلىق ياغ بەزلىرى كۆپرەك ئورۇنلاردا پەيدا بولۇش بىلەن بىللە ، دەسلەپتە تېرىدىن پەرقسىز دۆڭچە ئەسۋە كۆرۈلۈش ، سىقىقاندا سۇس سېرىق ياغ نۆكچىسى چىقىش ، كېيىنچە قىزىل مۇدۇرلار چىقىپ ، تېرە يۈزىدىن كۆتۈرۈلۈپ ئۇچى ئاقىرىش ، سىقىقاندا بەتبۇي پۇراقلىق ، يېرىڭلىق ئۇيۇل ماددا چىقىش ، سىقىقان جاي ئويمانلىشىش ، بەزىدە يېرىڭلاش ، قىچىشىش ، ئاغرىش ، بەزىلەردە يېرىڭلىق خالتىلىق ئىششىق شەكىللىنىش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) بەدەندىكى نورمالسىز خىلتىلارنى تازىلاپ چىقىرىش ئۇچۇن ، ئالدى بىلەن سېرىق ھىللىلە ، كابۇل ھىللىسى ، بەلىلە ، ئامىلە پوستىلىرىنىڭ ھەر بىرىدىن 30 گرام ، شاھتەررىدىن 50 گرام ، مامۇرانچىنى ، سېرىق ئوت ، قىزىلگۈل ، چۆبچىنى ، چىلان ، سانا ، بەدىيان ، كاسىنە ئۇرۇقى ، بىخسۇسلارنىڭ ھەر بىرىدىن 1 گرام ، خىيارشەنبەر ،

تەرەنجىۇللەرنىڭ ھەر بىرىدىن 60 گرام ئېلىپ ، سانا ، خىيارشەنبەر ، تەرەنجىۇللەردىن باشقىسىنى 3.4 لىتىر قاينىق سۇغا بىر كېچە چىلاپ قايناتقاندىن كېيىن سانانى سېلىپ بىرلا قاينىتىپ ، ئۇنىڭ ئۈستىگە خىيارشەنبەر ، تەرەنجىۇللەرنىڭ سۈيىنى قوشۇپ ، ئارىلاشتۇرۇپ سۈزۈپ ، 2 لىتىر قاينىتىما تەييارلاپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 200 مىللىلىتىردىن 15 ــ 30 كۈن ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

2 ) ئەگەر كېسەللىك قانىنىڭ بۇزۇلۇشىدىن كېلىپ چىققان بولسا ، سېرىق ھېلىلە ، قارا ھېلىلە ، تۇرىبۇت قاتارلىق دورىلاردىن قاينىتىما تەييارلاپ ئىچۈرۈلىدۇ ياكى يۇقىرىقى مەتبۇختىن كېيىن ھەببى ئايارەج پەيقىرا ( 1 ـ نۇسخا ) بېرىپ بەدەننى تازىلىغاندىن كېيىن ، ئىترىپىل سەغىر ( 110 ـ نۇسخا ) ، ھەببى شاھتەررە ( 32 ـ نۇسخا ) ، ھەببى كىبرىت ( 40 ـ نۇسخا ) قاتارلىق دورىلاردىن بىرى ياكى بىرقانچىسىنى كېسەللىك ئەھۋالىغا قاراپ تاللاپ ئىچۈرۈپ ، سىرتىدىن توغرىغا ، سەيادان ، كىبرىت ، سۆگەت گۈلى يوپۇرمىقى قاتارلىق دورىلار مۇئاپىق مىقدارىدا ئېلىنىپ ، يۇمشاق ئېزىپ ، سىركىگە ئارىلاشتۇرۇپ چېپىلىدۇ ياكى سۈزاپ ، مۇرمەككى ، كىبرىت ، سۆگەت گۈلىنىڭ ھەر بىرىدىن تەڭ مىقدارىدا ئېلىپ ، يۇمشاق ئېزىپ ، سىركە بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ چېپىلىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

3 ) دورا بىلەن داۋالاش بىلەن پەرۋىش بىلەن داۋالاش زىچ بىرلەشتۈرۈلىدۇ .

پەرۋىش بىلەن داۋالاشتا بىمار لازا ـ ئاچچىقسۇ ، كالا گۆشى ، مايلىق ۋە بەك تاتلىق يېمەكلىكلەردىن ، غىدىقلىغۇچى ، يەللىك نەرسىلەردىن پەرھىز قىلدۇرۇلىدۇ . زىيادە غەزەپلىنىش ، ھاياجانلىنىش ۋە خاپىلىقلاردىن ساقلىنىش ، خۇشال ـ خۇرام ئۆتۈشكە تەۋسىيە قىلىنىدۇ . قانىنى سۈيۈلدۇرىدىغان ، قانىنى تازىلايدىغان يېمەكلىكلەر ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

دورا بىلەن داۋالاشتا :

( 1 ) مۇشۇ ماۋزۇنىڭ 1 ) دە كۆرسىتىلگەن مەتبۇخ دورىنى ئىچۈرۈپ ماددا پىشۇرۇلىدۇ .

( 2 ) ماددا تازىلىنىپ بولغاندىن كېيىن ، سىرتقى جەھەتتىن داۋالاپ ، قاينىق سۇغا چىلانغان لۆڭگە بىلەن ئىسسىق ئۆتكۈزۈلىدۇ .

( 3 ) تۇخۇم شاكىلىنىڭ ئىچكى پوستى ، كۆيدۈرۈلگەن توخۇ سۆڭىكى ، ماش ئۇنى ، تەنكار ، قار لەيلىسى قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ ، دانىخورەك بار جاي يۇيۇلىدۇ .

( 4 ) يۇمشاق سوقۇلغان يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى بىلەن گۈل يېغى ئارىلاشتۇرۇپ چېپىلىدۇ .

( 5 ) سۇيۇپى مەرۋايىت بىلەن تۇخۇم ئېقى ئارىلاشتۇرۇلۇپ ، دانىخورەك ئۇستىگە چېپىلىدۇ .

( 6 ) شاھتەررە ، چۇچۇكبۇيا يوپۇرمىقى تەڭ مىقداردا ئېلىنىپ ، قاينىتىپ دانىخورەك يۇيۇلىدۇ .

( 7 ) 5% لىك ئىسپىرتقا 20% لىك كىبرىت ئارىلاشتۇرۇپ ئېرىتمە تەييارلاپ ، يەرلىك ئورۇنغا چاپسا بولىدۇ .

( 8 ) بىخ سەۋسەندىن 1 ھەسسە ، ئاق خەربەقتىن 2 ھەسسە ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ ، سىركە بىلەن زىماد قىلىپ چېپىلىدۇ .

( 9 ) زىغىر ، سىيادان ، قىزىلگۈلدىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ ، سوقۇپ تاسقاپ ، ئۇزۇم ياغچىنىڭ كۆيدۈرۈلگەن كۈلىنى ئارىلاشتۇرۇپ ، سىركە بىلەن زىماد قىلىپ چېپىلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## بەلۋاغسىمان قوقاق

بۇ ، ئەتىياز ۋە كۈز پەسلىدە كۆپ كۆرۈلىدىغان ، غەيرىي تەبىئىي سەپرانىڭ قانغا ئارىلىشىشى نەتىجىسىدە كېلىپ چىقىدىغان ، كۆپىنچە

گەۋدە تېرىسىنىڭ نېرۋا شاخچىلىرىنى بويلاپ پەيدا بولىدىغان يۇقۇملۇق تېرە كېسەللىكى بولۇپ ، دەسلەپ زۇكامداش ، كېسەللىك ئورنىنىڭ سەزگۈرلۈكى ئېشىپ كېتىش ، كېيىم تەگسە يېقىمسىزلىنىش ، يېنىك ئېچىشىپ ئاغرىش ، ئارقىدىن تېرىقتەك قىزىل داغلىق سۇلۇق پۈۋەكچىلەر ۋە قاپارتقۇ پەيدا بولۇش ، قىزىتما ، ئىشتىهاسىزلىق ، ماغدۇرسىزلىق ، ۋاقتىدا داۋالاپ ساقايتىلمىسا يۇقۇملىنىپ يېرىڭلىق جاراھەتكە ئايلىنىش ، قاپارتقۇلار بەلۋاغدەك ئايلانما ھاسىل قىلىش ئالامەتلىرى بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) غەيرىي تەبىئىي سەپرا خىلىتىنى پىشۇرۇش ، قاننىڭ قىزىقلىقىنى پەسەيتىش ئۈچۈن ، شاھتەررە ، كاسنە يىلتىزىنىڭ ھەر بىر قىسىم 25 گرام ، گۈلى بىنەپشە ، نېلۇپەر ، قىزىلگۈل ھەر بىرىدىن 20 گرام ، كاسنە ئۇرۇقىدىن 40 گرام ، سەرپىستاندىن 30 گرام ، چىلاندىن 100 گرام ، چۆبچىنىدىن 35 گرام ، سىركىدىن 200 مىللىلىتىر ئېلىپ ، گۈل دورىلار بىلەن سىركىدىن باشقا دورىلارنى چالا سوقۇپ ، 1.5 لىتىر سۇدا بوش قاينىتىپ ، 1 لىتىر دورا سۇيى قالغاندا گۈل دورىلارنى سېلىپ بىر ئۆرلىتىپ ، ئۈنىڭغا 100 گرام جەۋھىرى كاسنە قوشۇپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 100 مىللىلىتىردىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ . قانىنى تازىلاش مەقسىتىدە ھەببى شاھتەررە ( 32 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ .

2 ) يەرلىك ئورۇننى قۇرۇتۇپ ، يالالۇغلىنىشنى قايتۇرۇش مەقسىتىدە شاھتەررە ، خەشخاشلارنىڭ ھەر بىرىدىن 40 گرام ، چۆبچىنى ، چىنتىيانلارنىڭ ھەر بىرىدىن 35 گرام ، موزا ، ئاق لەيلى گۈلى ، ماموراچىنىلارنىڭ ھەر بىرىدىن 30 گرام ئېلىپ ، ئاق لەيلى گۈلىدىن باشقا دورىلارنى چالا سوقۇپ ، 2.5 لىتىر سۇدا پەس ئوتتا قاينىتىپ ، سۇيى 2 لىتىر قالغاندا ئاق لەيلى گۈلىنى سېلىپ بىر ئۆرلىتىپ سۈزۈپ ، يەرلىك ئورۇن يۇيۇلىدۇ . 3 ـــ 8 كۈن يۇغاندىن كېيىن ئاغرىق توختاپ ، قاقاچ چۈشۈپ ، تېرە نورمال ھالىتىگە كېلىدۇ .

( ئۇرۇمچى ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

3 ) سېمىز ئوتنى سوقۇپ خېمىر قىلىپ ، قوقاق ئۇستىگە چېپىپ تېڭىۋەتسە بولىدۇ .

4 ) ئۇسۇڭنىڭ پوستىنى سويۇۋېتىپ ، يالپاقلاپ توغراپ قۇرۇ- تۇپ ، ئۇنىڭدىن مەلۇم مىقدارىدا ئېلىپ ئازراق قورۇپ ، باراۋەر مىقداردىكى يالپۇز بىلەن قوشۇپ سوقۇپ ، ئاچچىقسۇ بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئاغرىق ئورۇنغا چاپسا بولىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## نېرۋا خاراكتېرلىك تېرە يالليۇغى

بۇ ، نېرۋىنىڭ ھەددىدىن تاشقىرى غدىۋقلىنىشى ۋە روھىي ھالەتنىڭ ھەددىدىن زىيادە قوزغىلىشى سەۋەبىدىن پەيدا بولىدىغان ، كۆپ ئۇچرايدىغان تېرە كېسەللىكى بولۇپ ، ئاساسىي بەلگىسى قىچىشىشتىن ئىبارەت . كۆپىنچە قۇلاق ئارقىسى ، بويۇن ئارقىسى قاتارلىق جايلاردا دائىرىسى ئېنىق ، چەكلىك دائىرىلىك ياپىلاق سەپكۈ كۆتۈرۈلۈپ تۈرۈش ، تېز ئاستى ، چوڭ پاقالچاقنىڭ ئىچكى قىسمى قاتارلىق ئورۇنلاردا كۆپلىگەن ياپىلاق ۋە قېلىن ، شۇنداقلا پاراللېل ئورۇنلاشقان تېرە سەپ- كۈسى كۆتۈرۈلۈپ تۇرۇش ، قاشلىغاندا تېرىدىن كۆتۈرۈلۈپ تۇرىدىغان قېلىن سەپكۈ پەيدا بولۇش ، قاتتىق قىچىشىپ ئۇخلىيالماسلىق ، كېسەللىك ۋاقتىي ئۇزاقسا سوزۇلۇپ ئاسان قايتىلاش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) ئاچچىق - چۇچۇك يېمەكلىكلەردىن ، قويۇق چاي ، ھاراق ۋە باشقا غدىۋقلىغۇچىلاردىن پەرھېز قىلدۇرۇلىدۇ . سەۋەبىگە قارىتا چارە قە- لىنىپ ، قايسى ماددىدىن بولسا ، شۇ ماددىنىڭ مۇنۇزىجى بېرىلىدۇ - ماددا پىشقاندىن كېيىن مۇسھىل بېرىپ ، ئاندىن مەخسۇس دورا بېرىلىدۇ .

2 ) ئىچىشكە چىلان ، شاھتەررە ، نېلۇپەر ، گۈلى بىنەپشە ھەر بە-

ردىن 18 گرام ، كاسىنه ئۇرۇقدىن 24 گرام ، كاسنه يىلتىزىدىن 50 گرام ، قىزىلگۈلدىن 15 گرام ، گاۋزىبان ، پىرسياۋشان ، بادرەنجبۇيا ، ئۇستىقۇددۇستىن 6 گرامدىن ئىلىپ ، 2 كىلوگرام سۇغا 6 سائەت چىلاپ ، 1 كىلوگرام قالغۇچە پەس ئوتتا قاينىتىپ ، 100 گرامدىن 5 كۈن بېرىلىدۇ . ئۈنىڭدىن كېيىن 6 كۈن مەتبۇخى ھېلىلە بېرىلىدۇ .

3 ) پىلە مايىقى ، بۇيىدىن 200 گرامدىن ، كاۋاۋچىن ، پەنجە ئەنگۇشت، ئەمەندىن 40 گرامدىن، خەشخاش، شاھتەررىدىن 30 گرامدىن ئىلىپ، 3 كىلوگرام سۇ قۇيۇپ ، پەس ئوتتا قاينىتىپ ، بەدەن يۇيۇلىدۇ .

4 ) سىرتىدىن سۈركەشكە مەلھەمى كىبرىت ( 310 ـ نۇسخا ) ، نوقۇئى ھىككە بېرىلىدۇ .

نوقۇئى ھىككە نۇسخىسى : ئەمەندىن 30 گرام ، مامۇرانچىنىدىن 15 گرام ، چىلان غازىكى ، سامساقتىن 10 گرامدىن ، ئاق بەزىرۇلبەنجىدىن 55 گرام ئىلىپ چالا سوقۇپ ، 75% لىك 500 مىللىلىتىر ئىسپىرتقا بىر ھەپتە چىلاپ ، سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ . بۇ دورا قىچىشقاققىمۇ ئوبدان پايدا قىلىدۇ .

5 ) ئىچىشكە ھەببى كىبرىت ( 40 ـ نۇسخا ) ، ھەببى شاھتەررە ( 32 ـ نۇسخا ) ، شەربىتى سۇمبۇل ( 236 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى چۆبچىنى ( 64 ـ نۇسخا ) ، ئىترىپىل سەغىر ( 110 ـ نۇسخا ) كۇندە 3 ۋاخ 10 گرامدىن بېرىلىدۇ .

6 ) زەرنىخ ، رەۋەن ، گۈگۈرتتىن تەڭ مىقداردا ئىلىپ ، يۇمشاق سوقۇپ، ۋازىلىن بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم تەييارلاپ سۈركىلىدۇ. بۇ دورا يەنە ھۆل تەمرەتكە ۋە چاچراتقۇ كېسەللىكىمۇ ئوبدان پايدا قىلىدۇ.

( يەكەن ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## چاچراتقۇ

بۇ ، ياز ۋە كۈز پەسلىدە ئۇششاق باللاردا كۆپ ئۇچرايدىغان ، يۇقۇملىنىشتىن كېلىپ چىقىدىغان يىرىڭلىق تېرە كېسەللىكى بولۇپ ،

بالىلارنىڭ يۇز قىسمى ياكى پۇت - قوللىرىدا دەسلەپ قىزىل داغلىق چوڭ - كىچىكلىكى پۇرچاق ياكى تىرناقتەك چوڭلۇقتا غادىر - بۇدۇر يىرىڭلىق ياكى سۇلۇق يىرىڭلىق قاپارتقۇ پەيدا بولۇش ، قىچىشش ، قاشىلىغاندا ئۇچى بۇزۇلۇپ شەلۋىرەپ قاقاچ ۋە تۆگۈنچە ھاسىل قىلىش ، ئاققان سۇ ۋە يىرىڭ نەگە تەگسە شۇ يەردە يۇقۇملىنىش پەيدا بولۇپ ، ساق تېرىلەرگە تارقىلىش ، بەزىدە بىرنەچچىسى بىر - بىرىگە تۇتىشىپ سۇ ساقىپ تۇرىدىغان شەلۋىرەشلىك جاراھەت ھاسىل قىلىش ، بەزىدە لىمفا تۈگۈنلىرى يوغىناش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) ئاغرىق بالىنى ساق بالىلاردىن ئايرىش ، نەرسە - كېرەكلىرىنى ئايرىش ، كىيىم - كېچەكلىرىنى دېزىنفېكسىيە قىلىش ، قاشلاش ، يۇيۇنۇشىنى مەنئى قىلىش ئارقىلىق باشقا جايلىرىغا تارقىلىشنىڭ ئالدى ئېلىنىدۇ .

2 ) ئالدى بىلەن كېسەللىك سەۋەبىگە قارىتا داۋالاش ، خىلىتلارنىڭ بۇزۇلۇشى سەۋەبىدىن بولغان بولسا ، شۇ خىلىتنىڭ پىشۇرۇغۇچى ۋە سۈرگۈچى مۇنزىج ھەم مۇسھىللىرىنى تەييارلاپ بېرىش ، باشقا سەۋەبلەر كەلتۈرۈپ چىقارغان بولسا ، شۇنىڭغا قارىتا چارە قىلىش ئارقىلىق بەدەندىكى كېسەللىك پەيدا قىلغۇچى ئامىللارنى تازىلاپ چىقىرىش لازىم .

3 ) قان تازىلاش ، ھارارەتنى پەسەيتىش ، جاراسمىلارنى يوقىتىپ يەرلىك ئورۇندىكى شەلۋىرەش ، يالىلۇغلىنىش ، قىچىشىشنى يوقىتىش ئۈچۈن ، گۈلى بىنەپشە ، نېلۇپەر ، قىزىلگۈل ، كاسنە ئۇرۇقى ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، ئەينۇلا ، چىلان ، بەدىيان قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 210 گىرام ، شاھتەررە ، چۆبچىنى ، ئۆشبە ، ئەنگۈرشپا ، پىننە قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 10 گىرامدىن ئېلىپ ، 1 كىلوگىرام ئەرەقى شاھتەررە ( 262 - نۇسخا ) ياكى ئەرەقى ئەنگۈرشپا ( 262 - نۇسخا ) غا چىلاپ ، يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ ، سۈزۈپ داكىدىن

ئۆتـكـۈزۈپ ، بـنـمـارنـسـڭ ئەمەلىي ئەھـۋالىغا ئاساسەن كۈنـدە مۇئاپىق مىقـداردا ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

4 ) مـۇرەكـكـەپ دورىلاردىـن مـەجـۇنى چۆبچىنى ( 64 ـ ، 65 ـ نـۇسـخا ) ، مەجۇنى ئۆشبە ، ئەرەقى ئەنگۈرشىپا ( 262 ـ نۇسخا ) ، ئەرەقى شـاھتـەررە ( 267 ـ نـۇسـخـا ) ، ئەرەقـى نـانىخا ( 271 ـ نۇسخا ) ، ھەببى كـىبرىت ( 40 ـ نۇسخا ) ، ھەببى شاھتەررە ( 32 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلار قاـ ئىدە بويىچە تاللاپ ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

5 ) پـەرۋىـش جـەھەتـتـە يـەل پـەيـدا قـىلغۇچى ، غىدىقلىغۇچى ، ئاچچىق تەملىك يېمەك ـ ئىچمەكلەردىن پەرھىز قىلدۇرۇلىدۇ . سىگىشى يـاخشى ، بەدەنگە ئۆزلىشىشچانلىقى يۇقىرى ، قۇۋۋەتلىك يېمەكلىكلەر ئىسـتـېـمـال قـىـلـدۇرۇلـىـدۇ . قەرەللىك ھالدا ئىچ كىيىملەرنى ئالماشتۇرۇش بۇيرۇلىدۇ .

( قەشقەر ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

6 ) تۆۋەندىكى چارىلەر قوللىنىلىدۇ :

( 1 ) تـۇخـۇم يـېـغـى ( 283 ـ نـۇسـخا ) نى كۈنىگە 5 ـــ 6 قېتىم سىرتىدىن چېپىش ؛

( 2 ) ئۆرۈك مـېـغـىزى ياكى شاپتۇل مېغىزىنى قارايغۇچە قورۇپ ، يۇمشاق سوقۇپ ، ئازراق كۈنجۈت يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ چېپىش ؛

( 3 ) تـۇخـۇمـەكـنىڭ يۇمران قوۋزىقىنى ئوتقا قاقلاپ سارغايتىپ ، سـوقـۇپ ، كـۈنـجـۈت يـېـغـى ئارىلاشـتـۇرۇپ ياكى سۆگەتنىڭ يىلتىزىنى كۆيدۈرۈپ ، كۈلىنى كۈنجۈت يېغى بىلەن مەلھەم قىلىپ چېپىش ؛

( 4 ) مـامـۇرانـچـىـنـىـدىن مەلۇم مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ ، شـەلـۈمەرەش ۋە سـۇيـى ئېـقـىش ئېغىرلاشقانلارغا سىرتىدىن سېپىش ياكى مامۇرانچىنى قاينىتىمسىغا چىلانغان داكىنى يېپىپ قويۇش ؛

( 5 ) جـاراھەت قـېتىشقاندا مەرھىمى كىبرىت ( 310 ـ نۇسخا ) بىـلەن مايلاش لازىم .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

# يەل تاشما ( ئېشەك يېمى )

بۇ ، يىلىنىڭ ھەرقانداق پەسلىدە كۆرۈلىدىغان ، ھەر خىل غىدىقلىغۇچى يېمەكلىكلەر ، دورىلار ، پارازىت قۇرتلار ، ئۆتكۈر پۇراق ، ھەر خىل ناباب تېمپېراتۇرا قاتارلىقلارنىڭ غىدىقلىشى نەتىجىسىدە بەدەنىنىڭ سېزىمچانلىقى ئېشىپ كېتىش بىلەن كېلىپ چىقىدىغان رېئاكسىيە خاراكتېرلىك تېرە كېسەللىكى بولۇپ ، ئۆتكۈرلىرى تۈيۈقسىز باشلىنىپ ، بەدەن قاتتىق قېچىشىپ ، تېرە يۈزىدىن كۆتۈرۈلۈپ تۇرىدىغان ئاچ قىزىل رەڭلىك ، چوڭ - كىچىكلىكى ئوخشاش بولمىغان پارچە - پارچە ياپىلاق قاپارتقۇلار پەيدا بولۇش ، بەزىلىرى ھەتتا ئالقاندەك چوڭلۇقتا بولۇش ، بەزىدە كونىلىرى يوقىلىپ ، يېڭىلىرى پەيدا بولۇپ تۇرۇش ، بەزىدە پۈتۈن بەدەن خاراكتېرلىك بولۇش ، بەزىلەردە قورساق ئاغرىش ، يەڭگىل قىزىتىش ، ئېغىرلىرىدا كانايلاردا سۇلۇق ئىششىق پەيدا بولۇپ ، نەپەس قىيىنلىشىش ، ئۆتكۈرلىرى ۋاقتىدا ساقايتىلمىسا سوزۇلما ھالەتكە ئۆزگىرىپ ، بىرنەچچە ئاي داۋاملىشىش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) بەدىنىدە قان خىلىتى ئۇستۇنلۇكنى ئىگىلىگەن بىمارلارغا ئالدى بىلەن ئەنگۈرشپادىن 10 گرام ، چىلان ، ئەينۇلىدىن 25 گرامدىن ، تەمرى ھىندىدىن 35 گرام ، سىرىق ھېلىلە پوستىدىن 15 گرام ، تەرەنجىۋىلدىن 50 گرام ئېلىپ ، 700 مىللىلىتىر سۇ بىلەن قائىدە بويىچە شەربەت تەييارلاپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 80 مىللىلىتىردىن ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ . ئاندىن بىمار ئەنگۈرشپانىڭ قاينىتىلغان سۈيىدە كۈندە 1 قېتىم يۇيۇندۇرۇلۇپ ، ئارقىدىن يەرلىك ئورۇنغا بۇدۇشقاق يوپۇرمىقىنىڭ سۈيى سۈركىلىدۇ .

2 ) بەدىنىدە سەپرا خىلىتى ئۇستۇنلۇكنى ئىگىلىگەن بىمارلارغا

ئالدى بىلەن ماددىنى پىشۇرۇش ئۈچۈن ، گۈلى بىنەپشىدىن 12 گرام ، چىلاندىن 15 دانە ، نېلۇپەر ، سەرپىستان ، قىزىلگۈل ، ئەنگۈرشپا قاتارلىق دورىلارنىڭ ھەر بىرىدىن 10 گرامدىن ئېلىپ ، 500 مىللىلىتىر سۇ ۋە 80 گرام شېكەر بىلەن قائىدە بويىچە شەربەت تەييارلاپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 100 مىللىلىتىردىن ئىستېمال قىلدۇرۇپ ماددا پىشۇرۇلىدۇ . ماددا پىشقاندىن كېيىن ، سېرىق ھېلىلە پوستى ، كابۇل ھېلىلىسى ، قارا ھېلىلە ، سانا قاتارلىق دورىلارنىڭ ھەر بىرىدىن 30 گرامدىن ، نېلۇپەر ، گاۋزىبان ، ئەينۇلىدىن 90 گرام ، شاھتەررە ، ئەنگۈرشپانىڭ ھەر بىرىدىن 21 گرام ، چىلاندىن 20 دانە ، ئۇرۇقسىز ئۈزۈمدىن 60 گرام ، بادام مېغىزى ، سېرىق ئوتنىڭ ھەر بىرىدىن 18 گرام ، سەرپىستاندىن 25 دانە ، تەرەنجىۋىلدىن 150 گرام ئېلىپ ، 2 لىتىر سۇغا بىر سوتكا چىلاپ ، سۈزۈك يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ مەتبۇخ تەييارلاپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 80 مىلـ لىلىتىردىن ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ . ئاندىن ئىترىپىل چۆبچىنى ( 64 ـ نۇسخا ) ، ئەرەقى ئەنگۈرشپا ( 262 ـ نۇسخا ) ، خەمىرى گاۋزىبان ساددە ( 138 ـ نۇسخا ) قاتارلىق دورىلار كۆرسىتىلگەن ئۆلچەم بويىچە تاللاپ ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .بۇنىڭغا قوشۇپ يەرلىك ئورۇن سىرتقى تەرەپتىن 50 مىللىلىتىر گۈل يېغىنا 100 مىللىلىتىر سىركە ئارىلاشتۇرۇپ ياغلىنىدۇ . ئەنگۈرشپا ، شاھتەررە ، كاسنە ئۇرۇقى ، خەشخاش پوستى ، يالپۇزلارنىڭ ھەر بىرىدىن تەڭ مىقاردا ئېلىپ ، قاينىتىلغان سۈيىدە كۈندە 1 قېتىم ياكى 2 كۈندە 1 قېتىم يۇيۇندۇرۇلىدۇ .

3 ) بەدىنىدە بەلغەم خىلىتى ئۇستۇنلۇكنى ئىگىلىگەن بىمارلارغا ئالدى بىلەن ماددىنى پىشۇرۇش ئۈچۈن ، ئۇستىقۇددۇس ، پىرسىياۋشان ، ئاقلانغان چۈچۈكبۇيا يىلتىزى ، بەدىيان يىلتىزى ، گۈلى بىنەپشە ، بەدىيان قاتارلىق دورىلارنىڭ ھەر بىرىدىن 15 گرامدىن ، ئەنجۇر قېقىدىن 10 گرام ، گۈلقەنتىتىن 120 گرام ئېلىپ ، گۈلقەنتىتىن باشقا دورىلارنى قائىدە بويىچە قاينىتىپ مەتبۇخ تەييارلاپ ، ئۇستىگە گۈلقەنتىنى ئارىلاشـ تۇرۇپ كۈنىگە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 100 مىللىلىتىردىن 10 كۈن ئەتراپىدا

ئىستېمال قىلىدۇرۇلىدۇ . ئاندىن سېرىق هېلىله ، قارا هېلىلىنىڭ هەر بىرىدىن 15 گرام ، سانا ، ئەنگۈرشىپا ، كاسنه ئۇرۇقى ، خىيارشەنبەرلەر- نىڭ هەر بىرىدىن 24 گرام ، قىزىلگۈل ، گۈلى بىنەپشه ، ئۇستىقۇددۇس ، گاۋزىبان ، سېرىق ئوت ، ئاقلانغان چۇچۇكبۇيا يىلتىزى قاتارلىقلارنىڭ هەر بىرىدىن 12 گرام ، چىلاندىن 60 گرام ، تەرەنجۈبلدىن 90 گرام ، ئەينۈلا ، سېرىق ياغ ، شاهتەررىلەرنىڭ هەر بىرىدىن 30 گرام ئېلىپ ، قا- ئىده بويىچه مەتبۇخ تەييارلاپ ، كۈنده 3 قېتىم ، هەر قېتىمدا 100 مىللىلىتىردىن ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ . بۇنىڭغا بىرلەشتۇرۇپ سامساقتىن مۇۋاپىق مىقدارداا ئېلىپ ، يېتەرلىك ئاچچىقسۇدا قاينىتىپ ، سۈيىنى سىرتقى تەرەپتىن يەرلىك ئورۇنغا سۈركىسه ياكى شاپتۇل يوپۇرمىقىدىن 100 گرام ئېلىپ ، %98 لىك ئىسپىرتقا بىر سوتكا چىلاپ سۈزۈپ ، سۈيىنى سىرتقى تەرەپتىن يەرلىك ئورۇنغا سۈركىسه بولىدۇ .

4 ) قانىنى ساپلاشتۇرۇش ، يۇرەك ، مېڭه ، ئاشقازان قاتارلىق ئەزالارنى كۈچلەندۈرۈش ئۈچۈن ، ئىترىپىل شاهتەررە ( 116 ـ نۇسخا ) ، نۆش دورا ( 99 ـ نۇسخا ) ، خەمىرى گاۋزىبان ( 138 ـ نۇسخا ) قاتارلىق دورىلار كۆرسىتىلگەن ئۆلچەم بويىچه ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

5 ) بەدىنىده سەۋدا خىلىتى ئۇستۇنلۇكنى ئىگىلىگەن بىمارلارغا ئالدى بىلەن ماددىنى پىشۇرۇش ئۈچۈن ، گاۋزىبان ، بادرەنجىبۇيا ، ئۇستىقۇددۇس ، شاهتەررە ، سەرپىستان قاتارلىق دورىلارنىڭ هەر بىرىدىن 12 گرام ، ئاقلانغان چۇچۇكبۇيا يىلتىزىدىن 10 گرام ، بەدىياندىن 8 گرام ، چىلاندىن 25 گرام ، تەرەنجۈبلدىن 60 گرام ئېلىپ ، قائىده بويىچه مەتـ بۇخ تەييارلاپ ، كۈنده بىر نۆسخىدىن 9 كۈن ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

6 ) سېرىق هېلىله ، كابۇل هېلىلىسى ، قارا هېلىله ، بەلىله پوستى ، ئامىله پوستى ، ئەنگۈرشىپا ، چۆبچىنى ، ئۆشبه ، سېرىق ئوت ، شاهتەررە قاتارلىق دورىلارنىڭ هەر بىرىدىن 30 گرام ، زەرچۇۋە ، بىنەپشە ، بىخ- سۈس ، بابۇنە ، بەدىيان ، سەۋزە ئۇرۇقى ، سۈزاپ ئۇرۇقى ، شۇمشه ، كاسىنه ئۇرۇقى ، بادام يېغى ، نېلۇپەر قاتارلىق دورىلارنىڭ هەر بىرىدىن

15 گرام ، ئەينۇلا ، ئەنجۇر قېقى ، چىلان ھەر بىر بىدىن 90 گرام ، خىيارشەنبەردىن 60 گرام ، چۆبچىنى ، مامۇرانچىنىلارنىڭ ھەر بىر بىدىن 15 گرام ئېلىپ ، دورىلارنىڭ قايىنىتىلغان سۈيىدە ھەر 2 كۈندە 1 قېتىم يۇيۇندۇرۇلۇپ ، مېڭىنى ۋە ئومۇمىي بەدەننى كۈچلەندۈرۈش ئۈچۈن ئىتـ ربىل سەغىر ( 110 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى نۇجاھ ( 101 ـ نۇسخا ) قاتارلىق دورىلارنى كۆرسىتىلگەن ئۆلچەم بويىچە ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

(چەرچەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

7 ) قېچىشىنى پەسەيتىش ئۈچۈن :

( 1 ) سىركىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ، ھەر يېرىم سائەتتە 1 قېتىم قېچىشقان قاپارتقۇ ئۈستىگە سۈركەش ؛

( 2 ) 50 گرام تۇز سۈركە ( نەمەكى مۇسھىل ) نى 500 گرام قاينىق سۇدا ئېرىتىپ ، قاپارتقۇ ئۈستىگە سۈركەش ؛

( 3 ) ئاچچىق ئەمەن ، شاھتەررە ، سامساقتىن باراۋەر مىقداردا ئېـ لىپ قاينىتىپ ، سۈيىنى ئىلمان قىلىپ پۈتۈن بەدەننى يۇيۇش ؛

( 4 ) ئىچىشكە ئەرەقى شاھتەررە ( 267 ـ نۇسخا ) ، ھەببى شاھتەررە ( 32 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلارنى بېرىش لازىم .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## كۆپ شەكىللىك قىزىل داغ

بۇ ، ئەتىياز ۋە كۈز پەسلىدە كۆپ كۆرۈلىدىغان ، ئوغۇل بالىلاردا كۆپرەك ئۇچرايدىغان ، ئاساسلا تەكرار قوزغىلىپ سوزۇلما ھالەتكە ئۆزگىرىپ كېتىدىغان تېرە كېسەللىكى بولۇپ ، چوڭ ـ كىچىكلىكى ئوخشاش بولمىغان قىزىل داغلار تېرىدىن كۆتۈرۈلۈپ چىقىش ، قاتتىق قېچىشىش ۋە ئېچىشىش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) ئالدى بىلەن بەدەندىكى ھۆللۇكنى يوقاتقۇچى دورىلارنى ئىشـ

لىتتىش بىلەن بىللە ، كېسەللىك پەيدا قىلغۇچى ماددىنىڭ مۇنزىج ، مۇسھىللىرىنى ئىشلىتىپ بەدەندىكى كېسەللىك ماددىسىنى تازىلاش لازىم . ئاندىن ، كۇندە ناشتىدا سۇپۇپى ئىترىپىل ( 184 ـ نۇسخا ) دىن 10 گرام ، چۇشتە ھەببى شاھتەررە ( 32 ـ نۇسخا ) دىن 9 دانە ، كەچتە ھەببى سۆـ رۇنجان ( 21 ـ نۇسخا ) دىن 7 دانە ئىستېمال قىلدۇرۇش لازىم . ئۇنىڭدىن باشقا ، ئەرەقى شاھتەررە ( 267 ـ نۇسخا ) دىن كۇندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 30 مىللىلىتر ، مەجۇنى چۆبچىنى ( 64 ـ نۇسخا ) دىن كۇندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 10 گرام ئىستېمال قىلدۇرۇش لازىم . ئەگەر بىمار دا قىزىتما بولسا ، ئەرەقى گۇلاب ( 269 ـ نۇسخا ) ، ئەرەقى كاسنە ( 268 ـ نۇسخا ) لەردىن بىرسىنى تاللاپ ، كۇندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 50 مىللىلىتردىن ئىستېمال قىلدۇرۇش لازىم . سىرتقى تەرەپتىن يەرلىك ئۇـ رۇنىڭ ھۆللۇكىنى قۇرۇتۇش ئۈچۈن ، مامۇرانچىنىنى قاينىتىپ ، داكىنى سۇيىدە نەمدەپ ، قاپارتقۇ يۇزىگە قويۇپ ، ئۇستىدىن مامۇرانچىنى سۇيىنى تېمىتىپ بېرىش لازىم . تېرىنى سىلىقلاشتۇرۇش ئۈچۈن ، گۈل يېغى ( 297 ـ نۇسخا ) ياكى مەلھەمى شىگرىپ ( 307 ـ نۇسخا ) بىلەن كۇندە 2 قېتىم يەرلىك ئورۇن ئەتراپىدىكى تېرىلەرنى مايلاش كېرەك .

2 ) ئوزۇقلاندۇرۇشتا ، ئاسان ھەزىم بولىدىغان ، تۇزسىز ، ئوزۇقلۇق قىممىتى يۇقىرى يېمەكلىكلەرنى ئىستېمال قىلدۇرۇش ، تەستە ھەزىم بولىدىغان ، بەدەندە ھۆللۈك كۆپەيتىش رولى بولغان ۋە غىدىقلىغۇچى تەسىرگە ئىگە يېمەك ـ ئىچمەكلەردىن پەرھىز قىلدۇرۇش لازىم .

( قەشقەر ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## تېرە مۇڭگۈزلىشىش

بۇ ، ھەر خىل ياشتىكى كىشىلەردە ئوخشاشلار كۆرۈلىدىغان ، ئىرسىيەت ئامىلى ۋە ئوزۇقلۇق يېتىشمەسلىكتىن باشقا ، غەيرىي تەبىئىي

سەۋدا ۋە سەپرانىڭ قانغا تەسىر قىلىشىدىن تېرە ھۈجەيرىلىرىنىڭ مۇڭگۈز قاتلىمى قېلىنلىشىشتىن پەيدا بولىدىغان كېسەللىك بولۇپ ، تېرە قۇرغاقلىشىش ، قۇرۇپ قىچىشىش ، خۇددى چېتى ئاجرالغان بېلىق تەڭگىچىلىرىگە ئوخشاش قاسراقسىمان كېپەكلىشىش ، بۇ خىل ئەھۋال قىش پەسلىدە ئېغىرلىشىش ، ئاخىرىدا مۇڭگۈز ماددىلىق تەڭگىچىلەر پەيدا بولۇپ ، تېرە كەسىلەنچۈك تېرىسىدەك بولۇپ قېلىش ۋە قېلىنلىشىپ قېلىش ئالامىتى بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) پەرۋىش ئارقىلىق داۋالاشتا ، بىمارنى يەل پەيدا قىلغۇچى ، غىدىقلىغۇچى يېمەكلىكلەرنى ئىستېمال قىلىشتىن پەرھېز قىلدۇرۇش ، روھىي جەھەتتىن ئىلھاملاندۇرۇش ، كېسىلىنىڭ تېز ساقىيىشىغا بولغان ئىشەنچىنى تۇرغۇزۇش ، بەدىنىنى سىلىق ساقلاشقا تەۋسىيە قىلىش كېرەك . يېمەكلىكلەردىن ئاسان سىڭىدىغان ، ئوزۇقلۇق قىممىتى يۇقىرى بولغان يېمەك ـ ئىچمەكلەرنى كۆپرەك ئىستېمال قىلىشقا تەۋسىيە قىلىش ، تېرىنىڭ تازىلىقىغا ئالاھىدە ئەھمىيەت بېرىش كېرەك .

2 ) دورا ئارقىلىق داۋالاشتا ، كېسەللىك قايسى ماددىدىن بولغان بولسا ، شۇ ماددىغا قارىتا مۇنۇرج ۋە مۇسھىل بېرىپ ، كېسەللىك پەيدا قىلغۇچى ماددىنى يوقىتىش لازىم . زۆرۈر تېپىلسا ، ھەببى مۇخرىج ( 44 ـ نۇسخا ) ياكى چالاپا گۈلقەنتى ( 159 ـ نۇسخا ) بېرىپ بەدەننى تازىلىسىمۇ بولىدۇ .

3 ) قان تازىلاش مەقسىتىدە سۇپۇپى ئىترىپىل ( 184 ـ نۇسخا ) دىن ئەتىگەن ۋە كەچتە تاماقتىن بۇرۇن 10 گرامدىن ، ھەببى شاھتەررە (32 ـ نۇسخا ) دىن ئەتىگىنى ناشتىدا 7 ـــ 9 تال ، مەتبۇخى شاھتەررە (260 ـ نۇسخا ) دىن كۇندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 30 گرام تاماقتىن بۇرۇن ئىستېمال قىلدۇرۇش لازىم . ھەببى كىبرىت ( 40 ـ نۇسخا ) كۇندە 1 قېتىم 5 ـــ 7 تال ، ھەببى سۆرۈنجان ( 21 ـ نۇسخا ) دىن كۇندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 3 ـــ 5 دانە ئىستېمال قىلدۇرۇش لازىم .

4 ) قان تومۇرنى كېگەيتىپ ، يەرلىك ئورۇندىكى ماددا ئالمىشىنى ياخشىلاش ، توسالغۇلارنى ئېچىش ئۈچۈن ، مەتبۇخى ئەپتىمۇن ( 253 ـ نۇسخا ) دىن كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 30 گرام تاماقتىن بۇرۇن ئىستېمال قىلدۇرۇش كېرەك . ھەزمنى ياخشىلاش ، بەدەننى كۈچلەندۈرۈش ، يۈقۇملىنىشقا قارشى تۇرۇش ئۈچۈن ، نۆش دورا ( 99 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى نانىخا ( 97 ـ ، 98 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى چۆبچىنى ( 64 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى ئىترىپىل كەبىر ( 115 ـ نۇسخا ) ، مائۇل ھەسەل ساددە ( 251 ـ نۇسخا ) ، قىزىلگۈل گۈلقەنتى ( 155 ـ نۇسخا ) ، ئەرەقى نانىخا (271 ـ نۇسخا ) ، ئانار شەربىتى ( 231 ـ نۇسخا ) قاتارلىق دورىلاردىن قايسىبىرى تېپىلسا ، شۇنى قائىدە بويىچە ئىستېمال قىلدۇرۇش كېرەك . ئەگەر بىماردا زۇكام كۆرۈلسە ، زۇكامغا قارىتا چارا قوللىنىلسا بولىدۇ .

5 ) تېرىنىڭ قۇرغاقلىشىش ئالامىتىنى يەڭگىللىتىپ ، قىچىشىشنى پەسەيتىش ، تېرىنى يۇمشىتىپ سىلىقلاشتۇرۇش ، تەڭگىچىلەرنى يوقىتىش ئۈچۈن ، سىرتىدىن گۈل يېغى ( 297 ـ نۇسخا ) ، كۈنجۈت يېغى ، بادام يېغى ( 281 ـ نۇسخا ) ، زەيتۇن يېغى قاتارلىقلاردىن قايسىبىرى تېپىلسا ، شۇنىڭ بىلەن ئەتىگەن ـ كەچتە مايلاش كېرەك .

6 ) يەرلىك ئورۇندىكى قاسراقلىشىشنى يوقىتىپ ، تېرە زەخمىسىنى ئەسلىگە كەلتۈرۈش ئۈچۈن ، كاۋاۋىچىن ، چوڭ يوپۇرماقلىق ئەمەندىن 50 گرامدىن ئېلىپ ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇغا چىلاپ ، داكا ياكى خام بىلەن بىللە 10 ـــ 20 مىنۇت قاينىتىپ ، تېرە كۆيمىگۈدەك ھالەتكە كەلگەندە بەدەننى سۈرتۈپ يۇيۇش كېرەك . بۇ ئۇسۇلنى كۈندە 2 قېتىم ، 10 ـــ 15 كۈن داۋاملاشتۇرسا بولىدۇ . ئۇنىڭدىن كېيىن ، مەلھىمى شىگرىپ ( 308 ـ نۇسخا ) ، مەلھىمى بەيزە (300 ـ نۇسخا ) ، مەلھىمى ئەمراز (299 ـ نۇسخا ) قاتارلىق دورىلاردىن قايسىسى تېپىلسا ، شۇنى تاللاپ ئىشلىتىش كېرەك .

( قەشقەر ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

# قىزىل تۇمشۇق كېسەللىكى

بۇ ، ئوتتۇرا ياشلىقلاردا كۆپ كۆرۈلىدىغان ، بۇزۇق خىلىتلاردىن ھاسىل بولغان ، يەنىكى بۇرۇنغا ئولتۇرۇشۇپ بۇرۇن تېرىسىنى غىدىقلىشىدىن كېلىپ چىقىدىغان سوزۇلما كېسەللىك بولۇپ ، بۇرۇن قىزىرىپ ئۇششاق مۇدۇرلار ئۆرلەپ چىقىش ئالامىتى بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) كېسەللىكى سەپرا غالىبلىقىدىن بولغان بولسا ، گۈلى بىنەپشە ، نېلۇپەر ، شاھتەررە ، كاسنە يىلتىزىنىكى پوستى ، كاسنە ئۇرۇقى ھەر بىرىدىن 7.5 گرام ، قىزىلگۈلدىن 5 گرام ئېلىپ ، 1 لىتىر سۇغا بىر سوتكا چىلاپ ، ئاندىن قاينىتىپ سۈزۈپ مۇنزىج تەييارلاپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 100 گرامدىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ . ماددا پىشقاندىن كېيىن ، تەمرى ھىندى ، ئەينۈلا ، سانا ھەر بىرىدىن 12 گرام ، چىلاندىن 20 دانە ، شاھتەررە ، گۈلى بىنەپشە ، كاسنە يىلتىزى ، كاسنە ئۇرۇقى ، تەرەنجىۋىل ھەر بىرىدىن 7.5 گرام ، قىزىلگۈلدىن 5 گرام ئېلىپ قائىدە بويىچە قاينىتىما تەييارلاپ سۈزۈپ ، ئۈستىگە 250 گرام شېكەر سېلىپ قايتا قاينىتىپ ، كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 100 گرام ئىچۈرۈپ ماددا سۈرۈپ چىقىرىلىدۇ .

2 ) ئەگەر بەلغەمدىن بولغان بولسا ، بەدىيان ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى ، سەرپىستان ، ئامىلە ، سېرىق ئوت ، قارا ھېلىلە ھەر بىرىدىن 20 گرام ، ئۈستەقۇددۇستىن 15 گرام ، چىلاندىن 20 دانە ئېلىپ قاينىتىما تەييارلاپ ، كۈندە 1 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 150 گرامدىن ئىچۈرۈلىدۇ ، ماددا پىشقاندىن كېيىن بەلغەم مۇسھىلى بېرىلىدۇ .

3 ) ئەگەر سەۋدادىن بولغان بولسا ، سەرپىستاندىن 20 دانە ، چىلاندىن 10 دانە ، گاۋزىبان ، بادرەنجبۇيا ، شاھتەررە ھەر بىرىدىن 7.5 گرام ، چۈچۈكبۇيا يىلتىزىدىن 11 گرام ئېلىپ قاينىتىما تەييارلاپ ، كۈندە 3

قېتىم ، ھەر قېتىمدا 150 گرامدىن ئېچۈرۈپ ماددا پىشۇرۇلىدۇ . ماددا پىشقاندىن كېيىن ، سەۋدانىڭ مۇسھىلى بېرىلىدۇ .

4 ) تەييار دورا بىلەن ئادەتتە ئۇچ كۇرس داۋالىنىدۇ .

بىرىنچى كۇرستا ، ئەتىگىنى ھەببى شاھتەررە ( 32 ـ نۇسخا ) ، چۈشتە قۇرسى ئەنزۇرۇت ، كەچتە ھەببى كىبرىت ( 40 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ . %10 لىك مامۇرانچىنى سۇيۇقلۇقى بىلەن يەرلىك ئورۇن يۇيۇ-لىدۇ ھەم ئۇنىڭغا مەلھىمى كىبرىت ( 310 ـ نۇسخا ) سۇركىلىدۇ .

ئىككىنچى كۇرستا ، ئەتىگىنى ھەببى سۆرۈنجان ( 21 ـ نۇسخا ) ، چۈشتە ھەببى ۋاسلى ، كەچتە ھەببى سماب ( 22 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ . سىرتىدىن %20 لىك مامۇرانچىنى سۇيۇقلۇقى بىلەن يۇيۇلىدۇ ۋە مەلھىمى سماب ( 299 ـ نۇسخا ) سۇركىلىدۇ .

ئۈچىنچى كۇرستا ، ئەتىگىنى ھەببى سۆرۈنجان ( 21 ـ نۇسخا ) ، چۈشتە ھەببى كىبرىت ( 40 ـ نۇسخا ) ، كەچتە ھەببى سماب ( 22 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ . سىرتىدىن %20 لىك مامۇرانچىنى سۇيى بىلەن يەرلىك ئورۇن يۇيۇلىدۇ ۋە مەلھىمى داۋائى ئاتىشەك ( 298 ـ نۇسخا ) سۇركىلىدۇ .

( قەشقەر ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

5 ) بىماردىكى غەيرىي تەبئىي سەپرانى پىشۇرۇش ئۇچۇن ، مە-جۇنى شاھتەررە ( 116 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى چۆبچىنى (64 ـ نۇسخا)، ئىترىپىل سەغىر ( 110 ـ نۇسخا ) ، نۆش دورا ( 99 ـ نۇسخا ) ، داۋائىل-مىشكى ( 72 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ . سىرتىدىن ئانارگۈلى ، ئانار پوستى ، موزا ، سىركە ، گۈل مېيى قاتارلىقلاردىن زىماد تەييارلاپ ئىشلىتىلىدۇ . ھەمىشە باھار ، كاسىنە ئۇرۇقى ، نېلۇپەر ، يۇمغاقسۇت ، ئەنگۇرشپا ۋە ئىسپىغۇلالارنى قاينىتىپ يەرلىك ئورۇن يۇيۇلىدۇ ، بىمارنىڭ كېسەللىك ئەھۋالىغا قاراپ يەرلىك ئورۇنىنى يۇيۇشقا ئەرەقى قىزىلگۈل (269 ـ نۇسخا ) ياكى شاھتەررە ، قىزىلگۈل ، يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى ، چۆبچىنى ، نېلۇپەرلەرنىڭ قاينىتمىسى بېرىلىدۇ .

( ئۇرۇمچى ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

# كۆپ تەرلەش

بۇ ، ھەر خىل روھىي ئامىللار ۋە سوزۇلما كېسەللىك ، كەم قۇۋۇەتلىك ، بەدەننىڭ تۈتۈش قابلىيىتى تۆۋەنلەش ، نەملىكنىڭ ئېشىپ كېتىشى ، ئوزۇقلۇق يېتىشمەسلىك ۋە باشقا سەۋەبلەردىن تېرىدىن كۆپ تەر چىقىش كېسەللىكى بولۇپ ، يامغۇر ياغقاندەك تەرلەپ ، ئىچ كىيىمى نەملىشىپ ، تېرە سۈركىلىپ قىزىرىپ كېتىش ، ھەتتا بەزىدە جاراھەت ھاسىل بولۇش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

1 ) بەدەن تەرلەش

بەدەن تەرلەشنى داۋالاشتا ، تۈتۈش قۇۋۇتىنى كۈچەيتىش لازىم . گۈرۈچ ، سىماق ، قۇرۇق يۇمغاقسۈت ، ئەدەس ، چىلان قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ ، قايىنتىپ ئىچسە بولىدۇ .

سىرتىدىن موزىنى سوقۇپ ، قەلەي ئۇپىسى ئارىلاشتۇرۇپ ، ئەرەقى گۈل بىلەن بەدەنگە سۈركىسە بولىدۇ . ھەببۇلئاس ، قىزىلگۈل ، ئانارگۈلى ، ئاقاقىيا ، رۇسۈت ، كۈندۈر قاتارلىقلارنى گۈل يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ بەدەننى ياغلسا بولىدۇ . بېھى يېغىمۇ پايدا قىلىدۇ . سۆگەتنىڭ كۆك چىۋىقى ، غورا سۈيى ، سەندەل ، كافۇردىن قايسىسى بولسا ، شۇنى سۈركىسىمۇ ياكى ئىسپىغۇل ، بېھى شىرىسىگە ئوخشاش دورىلارنى چاپسىمۇ بولىدۇ . بىنەپشە يېغى ، بادام ، تۈز ، ئاق موم ، كالا يىلىكى ياكى توخۇ يېغى قاتارلىقلاردىن قىرىتى ياساپ ياغلسا ، ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ .

2 ) سېسىق تەرلەش

بۇ ، بۇزۇلغان خىلتىلارنىڭ يۇقۇملىنىش ھاسىل قىلىشىدىن كېلىپ چىقىپ ، ئومۇمىي بەدەن ، قولتۇق ، چاتراق ۋە پۇتتا كۆپرەك كۆرۈلىدىغان تەرلەش ئالامىتىدۇر .

داۋالاشتا ، بەدەن تازىلىقىنى ياخشىلاش لازىم . زەمچە ،

مۇرمەككى ، قىزىلگۈل قاتارلىقلاردىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ ، يۇمشاق سو-
قۇپ ، كېسەللەنگەن ئورۇنغا چېپىش ، ئۇنىڭدىن باشقا زەمچە ، ئاق
سەندەل ، دارچىن ، سازەج ، سۇمبۇل ، مۇرمەككى ، قىزىلگۈل ھەر بىردىن
4 گرام ، كافۇر ، مەدەستاندىن 2 گرامدىن ئېلىپ ، يۇمشاق سوقۇپ ، ئە-
رەقى گۈل بىلەن خېمىر قىلىپ تابلېتكا ياساپ ، ئەرەقى گۈلدە ئېزىپ ،
تولا تەرلىگەن ئورۇنغا چېپىش كېرەك .

3 ) قان تەرلەش

بۇ ، ئېغىر كېسەللىكلەردە بەدەن زىيادە ئاجىزلىشىپ ، تۇتۇش قا-
بىلىيىتى تۆۋەنلەپ كەتكەندە كېلىپ چىقىپ ، تەر تۆشۈكچىلىرىدىن قان
ھۇجەيرىلىرىمۇ قوشۇلۇپ سىرغىپ چىقىش بىلەن ئىپادىلىنىدىغان تەر-
لەش ئالامىتى .

داۋالاشتا ، قانىنىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى پەسەيتىدىغان دورىلاردىن زىرىق
چىلانمىسى ۋە كاسنە ، يۇمغاقسۈت ، چىلان ، شاتۇت ، چۈچۈمەل ئۆرۈك ،
ئانار ئۇرۇقى قاتارلىقلارنى ئايرىم - ئايرىم چىلاپ بەرسىمۇ بولىدۇ .
ئۇنىڭدىن باشقا ، ئانار پوستى ، ھەببۇلئاس ، جۈپتى بەللۈت قاتارلىقلاردىن
قايسىسى تېپىلسا ، شۇنى بەدەنگە سۈركىسە بولىدۇ .

4 ) پۇت تەرلەش

( 1 ) ئاچچىقسۇدىن 200 مىللىلىتىر ئېلىپ ، 1 لىتىر سۇغا ئارىلاش-
تۇرۇپ ، كۈندە كەچتە پۇتنى چىلاپ بەرسە ، پۇت تەرلەش يوقىلىدۇ .

( 2 ) زەمچىدىن 100 گرام ، زەنجىۋىلدىن 50 گرام ئېلىپ ،
زەنجىۋىل سېلىپ قاينىتقان سۇدا زەمچىنى ئېزىتىپ پۇت يۇيۇلىدۇ .

( 3 ) پۇتنى سۇپۇپى شەببى بىلەن يۇيۇپ بولغاندىن كېيىن قۇ-
رۇتۇپ ، ئۇستىگە سۇپۇپى زەرۇر سېپىش لازىم .

سۇپۇپى شەببى نۇسخىسى : ئانار پوستىدىن 30 گرام ، ئانارگۈلى ،
يالپۇزدىن 20 گرامدىن ، زەمچىدىن 10 گرام ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ ، 1 لى-
تىر قاينىتىلغان سۇغا چىلاپ ، تەمى چىققاندىن كېيىن ، ئىلمان ھالەتكە
كەلگەندە پۇتنى ئاشۇ سۇغا چىلاپ 15 مىنۇت تۇرغۇزۇلىدۇ .

سۆپۈپى زەرۋر نۇسخىسى : گۈڭگۈرت ، زەرچىۋە ، سۇمبۇل ، فۇ-فىل 30 گرامدىن ، قەلەمپۇردىن 10 گرام ئېلىپ يۇمشاق سالايە قىلىپ سېپىلىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

5 ) قولتۇق پۇراش

بۇ، بۇزۇلغان خىلتلارنىڭ چىرىشىدىن كېلىپ چىقىدىغان، قولتۇق-نىڭ سېسىق پۇراقلىق تەرلىشى بىلەن ئىپادىلىنىدىغان تەرلەش ئالامىتىدۇر .

داۋالاشتا :

( 1 ) نۆش دورا ( 99 ـ نۇسخا ) ، چۆپچىنى كەبرى ( 65 ـ نۇسخا ) ، جاۋارىش مشكى قاتارلىق دورىلارنى ئىستېمال قىلسا ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ . ئەگەر پۇتنىڭ تەرلىشى پۇت تەمرەتكىسىنىڭ تەسىرىدىن بولغان بولسا ، قەلەمپۇر ، جويۇز ، گۈڭگۈرت ، زەرچىۋە ھەر بىردىن 30 گرام ، ئېگىردىن 20 گرام ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ ، كۇندە ئاخشىمى يېتىش-تىن ئىلگىرى پۇتنى ئىلمان سۇدا پاكىز يۇغاندىن كېيىن ، پۇتقا سېپىش كېرەك ياكى ئانار پوستىدىن 30 گرام ، ئانار گۈلىدىن 20 گرام ، سماق ، يالپۇز ، سۇمبۇللارنىڭ ھەر بىردىن 20 گرام ، زەمچىدىن 10 گرام ئېلىپ ، چالا سوقۇپ ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇدا قاينىتىپ ، يېتىشتىن ئىلگرى ئىلمان پېتى پۇتنى يۇيۇش كېرەك .

( 2 ) مەدەستاندىن 125 گرام ، زەمچىدىن 31 گرام ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ ، ئۇنى پىشۇرۇلغان ياغىيۇغا تەكشى سېپىپ ، ھەپتىدە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 20 مىنۇتتىن قولتۇققا قىسىپ تۇرۇش كېرەك .

( 3 ) ئانارگۈلى ، سۇمبۇل ، زەمچە ، چىغىرتماق گۈلىنى يۇمشاق سوقۇپ ، قولتۇقنى سوپۇنلاپ يۇغاندىن كېيىن سېپىش كېرەك .

( ئۇرۇمچى ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

( 4 ) قولتۇقنى سوپۇنلاپ يۇيۇپ بولغاندىن كېيىن ، سۇپۇپى تە-ئەققىنى قولتۇققا سېپىپ ، سۇركەپ سىڭدۇرۇۋېتىش لازىم .

سۇپۇپى تەئەففىن نۇسخىسى : مەدەستاندىن 100 گرام ، ئانارگۈلى ، سۇمبۇل ، زەمچە ، چىغىرتماق ، ئەقمائى ( قىزىلگۈلنىڭ ئوتتۇرىسىدىن چىقىدىغان سېرىق چاڭدىنى ) ھەر بىردىن 25 گرام ئېلىپ ، يۇمشاق سالايە قىلىپ تەييارلىنىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## دائىرىلىك چاچ چۈشۈش

بۇ ، چاچ يىلتىزىنىڭ قان ۋە ئوزۇقلۇق بىلەن تەمىنلىنىشى تەسىرگە ئۇچراش سەۋەبىدىن پەيدا بولۇپ ، كۆپىنچە بىر كېچىدىلا مەلۇم ئورۇننىڭ چېچى تەڭگىسىمان تۆكۈلۈش ، چاچ چۈشكەن ئورۇن يۇمشاق ، پارقىراق ، سىلىق بولۇشتەك ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) ئەگەر سەپىرا ماددىسىدىن بولغان بولسا ، چىلاندىن 7 دانە ، گۈلى بىنەپشە ، نېلۇپەر ، شاھتەررە ھەر بىردىن 5 گرام ، چالا سوقۇلغان كاسنە ئۇرۇقىدىن 7 گرام ، كاسنە يىلتىزى ، سېرىق ھېلىلە ، رەيھانگۈل ، قىزىلگۈل ھەر بىردىن 8 گرام ئېلىپ بىرلەشتۈرۈپ ، 1 لىتر سۇدا پىرىمى قالغۇچە قاينىتىلغاندىن كېيىن تىرىپلىرىنى سۈزۈپ ئېلىۋېتىپ ، ئەھۋالغا قاراپ 50 مىللىلىتىردىن كۈندە 3 ۋاخ ئىچىشكە بېرىلىدۇ . ئىترىپىل كەبىر ( 115 ـ نۇسخا ) كۈندە 2 قېتىم 10 گرامدىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ . سۇپۇپى ھېلىلە سىياھ 10 گرامدىن كۈندە 3 قېتىم ئىچۈرۈلىدۇ .

2 ) ئاچچىق لازىدىن 100 گرام ، قىزىل باش سامساقتىن 100 گرام ، شاپىتۇل مېغىزى يېغىدىن 300 گرام ئېلىپ ، لازا بىلەن سامساقنى ئايرىم ـ ئايرىم سوقۇپ ، شاپىتۇل مېغىزىنىڭ يېغىنى ئارىلاشتۇرۇپ بىر سوتكا تۇر- غۇزغاندىن كېيىن ماتا بىلەن سقىپ يېغىنى سۈزۈپ ئېلىپ ، كۈندە 2 قېتىم باشنى ئۇۋۇلاپ ، ئارقىدىن مەزكۇر ياغ بىلەن ياغلاش كېرەك .

3 ) كۈندۇش ، شتىرەنج ھىندىدىن 1 گرامدىن ، كىرپە يېغىدىن 5

گرام ، قاغا مېڭىسىدىن 2 گرام ، زەيتۇن يېغىدىن 50 گرام ئېلىپ ، كۈندۈش بىلەن شتىرەنج ھىندىنى يۇمشاق سوقۇپ ، يۇقىرىقى ئۇسۇل بو-يىچە ياغ تەييارلاپ ، سىرتىدىن كۈندە 2 ــ 3 قېتىم ياغلاش كېرەك . قاغىنىڭ مېڭىسىنى ئىسسىق پېتى چاچ چۈشكەن ئورۇنغا سۈركىسمۇ ئۈ-نۈمى ياخشى بولىدۇ .

( پەيزاۋات ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## چاچ بالدۇر ئاقىرىش

بۇ ، 50 ياشقا يەتمىگەن كىشىلەردە كۆرۈلىدىغان ، ئىچكى ۋە تاشقى تەسىرلەر تۈپەيلىدىن خىلىتلاردا ئۆزگىرىش پەيدا بولۇپ ، قانىنىڭ تۈزلۇق تەرەپكە مايىل بولۇپ قېلىشى ۋە ئوزۇقلۇقنىڭ يېتىشمەسلىكى ياكى ئىسسىقلىقنىڭ زىيادە ئېشىپ كېتىشى ، ھەزىم قىلىشنىڭ ناچارلىشىشى ، ھەددىدىن زىيادە چارچاش ، روھىي زەربە ، غەم ـ قايغۇ ، ھاياجانلىنىش ، ئىچىملىك ۋە چېكىملىكلەر بىلەن كۆپ شۇغۇللىنىش ، قالايمىقان جىنسىي تۇرمۇش قاتارلىقلارنىڭ تەسىرىدىن كېلىپ چىقىدىغان كېسەللىك بولۇپ ، چاچ ۋە ساقالنىڭ تېخى ئاقىرىش يېشىغا يەتمەي تۇرۇپلا مەزگىلسىز ئاقـ رىپ قېلىشى بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) سۆئىدى كۈپى ، كۈندۇر ، ئېگىر ، پىلپىل ، زەنجىۋىل قاتارلىق دورىلارنىڭ ھەر بىرىدىن 15 گرام ، قارا ھېلىلە ، ئامىلە قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 30 گرام ، بەللىدىن 60 گرام ، بالادۇردىن 90 گرام ئېلىپ ، يۇمـ شاق سوقۇپ تاسقاپ ، 500 گرام چەككىلەنگەن ھەسەل بىلەن مەجۇن تەييارلاپ ، كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 10 گرامدىن ئىستېمال قىلىش ياكى سىرىق ھېلىلىدىن 500 گرام ، كابۇل ھېلىلىسىدىن 50 گرام ، قارا ھېلىلە ، سىيادان قاتارلىق دورىلارنىڭ ھەر بىرىدىن 100 گرام ، ئامىلە ، قارا كۈنجۈت قاتارلىق دورىلارنىڭ ھەر بىرىدىن 50 گرام ، بادام

مېغىزىدىن 200 گرام ، شېكەردىن 1 كىلوگرام ئېلىپ ، يۇمشاق سوقۇپ ، تاسقاپ سۈيۈپ تەييارلاپ ، كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 10 گرامدىن ئىستېمال قىلىش بىلەن بىللە ، سىرتقى تەرەپتىن قارا ھېلىلە ، ئامىلە ، كالا بۇل ھېلىلىسى ، بەدىيان قاتارلىق دورىلارنىڭ ھەر بىرىدىن تەڭ مىقدارىدا ئېلىپ چالا سوقۇپ ، چىلاشقۇدەك سۇغا بىر كېچە چىلاپ قاينىتىپ ، دورىلارنىڭ تەمى سۇغا چىققاندىن كېيىن سۈزۈپ ، سۈيىدە خېنە ، ئوسما قاتارلىقلاردىن تەڭ مىقدارىدا ئېلىپ قاينىتىپ ، ھەر 2 كۈندە 1 قېتىم چاچنى يۇسا ، ھەر قېتىم چاچنى يۇيۇپ بولغاندىن كېيىن ، چاچ چۈشكەن يەرلىك ئورۇنغا خام زەنجىۋىلنى ئېزىپ داكىغا ئوراپ تېڭىپ بەرسە ، ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ .

2 ) ھېلىلە ، بەلىلە ، ئامىلە ، نېلۇپەر يىلتىزى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ ، ئايرىم - ئايرىم سوقۇپ ئارىلاشتۇرۇپ ، شېكەر قوموشى سۈيىگە سېلىپ ، تۆمۈر قاچىغا قاچىلاپ 40 كۈن يەرگە كۆمگەندىن كېيىن چاچقا چېپىپ بېرىلىدۇ .

3 ) تەرخەمەك يىلتىزىنى يۇمشاق سوقۇپ ، باراۋەر مىقدارىدا كۈنجۈت يېغى ۋە ئومۇمىي دورا مىقدارىدا سۇ قوشۇپ قاينىتىپ ، سۇ پارغا ئايلىنىپ ، ياغ يېرىملاشقاندا ئېلىپ چاچقا چاپسا بولىدۇ .

4 ) تاغ لەيلىسى يوپۇرمىقىدىن 32 گرام ، ماشنىڭ ھۆل پوستى ، ئامىلە ھەر بىرىدىن 17 گرامدىن ئېلىپ سوقۇپ ، سىركىگە ئارىلاشتۇرۇپ ئاپتاپتا 20 كۈن قويغاندىن كېيىن چاچقا چېپىلىدۇ .

5 ) ئاچچىق تاۋۇز مېۋىسىنى كامار قىلىپ ، ئىچىدىكى ئۇرۇقلىرىنى ئېلىپ تاشلاپ ، ئاندىن سىماب يېغى بىلەن تولدۇرۇپ كامېرىنى ئېتىپ ، خېمىرغا ئوراپ قوقاسقا كۆمۈپ پىشۇرۇپ ، شۇنىڭ بىلەن چاچنى ياغلىسا ، ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ .

6 ) چاچنى قارايتىش ۋە پارقىرىتىش ئۇچۇن :

( 1 ) شاتۇت ، كۈنجۈت يېغىدىن 1 كىلوگرامدىن ، كالا سۈتى ياكى قوي سۈتىدىن 44 گرام ، خېنىدىن 240 گرام ، موزىدىن 600 گرام ،

قارا هېلىلە پوستىدىن 60 گرام ئېلىپ ، شاتۇتنى سقىپ ، سۈيىگە كۆنجۈت يېغى ، سۈت ، خېنىنى ئارىلاشتۇرۇپ ، سوۋۇتۇپ قايناق چقماس ، بۇنىڭغا قالغان دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ تاسقاپ ئارىلاشتۇرۇپ ، ئاندىن سۇس ئوتتا پىشۇرۇپ، كۆندە مۇۋاپىق مقداردا ئىستېمال قىلىنىدۇ.

( 2 ) قىزىل لەيلى ئۇرۇقىدىن چىقىرىلغان ياغقا مۇۋاپىق مقداردا موزا پاراشوكى ئارىلاشتۇرۇپ ، تومۇز ئاپتېپىدا بىرقانچە كۈن تۇرغۇزۇپ چاچقا چېپىلىدۇ .

( 3 ) جىگدە گۈلىدىن ياغ چىقىرىپ باشنى مايلىسا ، چاچ قارىيىپ ئۆسىدۇ .

## باش كېپەكلىشىش ۋە قىچىشىش

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) ئاچچىقسۇدىن 200 مىللىلىتىر ئېلىپ ، 500 مىللىلىتىر سۇ بىلەن قاينىتىپ ، كۆندە 1 قېتىم باشنى يۇيۇپ بەرسە ، ئۇنۇمى ياخشى بولىدۇ .

2 ) كاۋاۋچىنىدىن 20 گرام ئېلىپ چالا سوقۇپ ، 3 كىلوگرام سۇدا قاينىتىپ ، سۈزۈك ئۇچتىن ئىككى قىسمى قالغاندا دورا تىرپىلىرىنى سۈزۈپ ئېلىۋېتىپ ، ئۇنىڭغا 30 گرام ئاچچىقسۇ ئارىلاشتۇرۇپ ئىلمان هالدا باش يۇيۇلىدۇ .

3 ) 20 گرام قوي يېغىنى ئوتتا قىزىتىپ ، كۆيمىگۈدەك هالەتتە باشنى ياغلاپ بەرسە ، ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ .

## تېرە يۇزىدىكى يارا ـ چاقىلار

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) يەرلىك ئورۇننىڭ هارارىتىنى پەسەيتىش ، جاراهەتنىڭ ئەتراپىغا كېڭىسىپ كېتىشىنىڭ ئالدىنى ئېلىش ۋە ئىششىق قايتۇرۇش چارىسىنى قوللىنىش لازىم . بۇنىڭ ئۈچۈن ، ئاق لەيلى گۈلى ياكى ئۇرۇقى ،

يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى ، نېلۇپەر ، گۈلى بىنەپشە ، ئىسپىغۇل قاتارلىق دورىلارنىڭ ھەر بىرىدىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ ، سوقۇپ تاسقاپ ، گۈل يېغى بىلەن مەلھەم تەييارلاپ ، يەرلىك ئورۇنغا تېڭىش كېرەك . ئۇنىڭدىن باشقا ، زىغىر ، ئەنجۇر قېقى ، شۇمشە ، كۈنجۈت ، گۈلى بىنەپشە ، ئاق لەيلى گۈلى ، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى ، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى ، ئىسپىغۇل ، بەدىيان قاتارلىق دورىلارنىڭ ھەر بىرىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ، سوقۇپ تاسقاپ ، گۈل يېغى بىلەن مەلھەم تەييارلاپ ، جاراھەت يۈزگە تېڭىش كېرەك .

2 ) قەنتەرىيۇن ئۇسارىسىنى سىركە بىلەن ئېزىپ ، چاچنى چۈشۈرۈپ باشقا چاپسا ، يىرىڭلىق چاقىلارنى يوقىتىپ ، چاچ ئۇندۇرىدۇ .

3 ) كۆيدۈرۈلگەن زەنگار ، كۆيدۈرۈلگەن پىندۇق ، كەتىرا ، تۇخۇ تۇخۇمىنىڭ ئېقى ۋە سېرىقىدا مەلھەم تەييارلاپ چاپسا ، ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ .

4 ) ئاق لەيلى گۈلىنى ئېزىپ ، توخۇ يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ، ھەر خىل كۆيۈك ئۈستىگە چاپسا ، جاراھەتتىكى سۇنى يوقىتىدۇ ، داغ ئىزى قالدۇرمايدۇ .

5) ھامىلدارلىق سەۋەبىدىن بولغان داغ ۋە دانىخورەكنى داۋالاشتا:

( 1 ) پىياز سۈيى ، سىركىدىن 100 گرامدىن ، ئاچچىق بادام يېغىدىن 30 گرام ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ ، سۇس ئوتتا 150 گرام قالغۇچە قاينىتىپ ، كۈندە 2 قېتىم يۈزگە چېپىپ بېرىلىدۇ .

( 2 ) سىركە بىلەن پالپۇزدا زىماد تەييارلاپ يۈزگە چاپسا ، يۈزدىكى داغنى چۈشۈرىدۇ .

( 3 ) كۆك رەيھانىنى سقىپ ، سۈيىنى ھەسەل ياكى قەنت سېلىپ ئىچسە ، يۈزدىكى داغنى چۈشۈرۈپ ، چىرايىنى نۇرلاندۇرىدۇ .

6 ) سەينەكنى داۋالاشتا ، ئەينۈلىنى ئاچچىقسۇ بىلەن خېمىر قىلىپ سىرتىدىن چاپسا ياكى ئەينۈلىنى قۇرۇتۇپ ، قارايتىپ سوقۇپ ، ۋازىلىن بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم تەييارلاپ چاپسا بولىدۇ .

# XV باب بەش ئەزا كېسەللىكلىرى

## يۈرەك ناسقۇ

بۇ ، بۇزۇق سەۋدا ۋە قان خىلىتىنىڭ يەرلىك ئورۇنغا تەسىر كۆرسىتىشى ، ئاچچىق - چۈچۈك نەرسىلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلىش نەتىجىسىدە ھەزىم قىلىش ياخشى بولماي خام خىلتىنىڭ ھاسىل بولۇشى ھەمدە تازىلىققا رىئايە قىلماسلىق ئادىتى قاتارلىق سەۋەبلەردىن كېلىپ چىقىدىغان قاپاق گىرۋەكلىرىنىڭ يىرىڭلىق ئىششىقى بولۇپ ، كۆز گىرۋەكلىرىنىڭ ئاستى ياكى ئۈستىدە دەسلەپتە كىچىك مۇدۇر پەيدا بولۇش ، ئازراق قىچىشىش ، ئاغرىش ، تەدرىجىي مۇدۇر دائىرىسى قىزىرىپ ، ئاغرىق كۈچىيىپ ، مۇدۇر ئۇچى ئاقرىپ يىرىڭ يىغىش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) مېڭە ۋە كۆز قان تومۇرلىرىدىكى بۇزۇق ماددىلارنى تازىلاش ئۈچۈن ، مەتبۇخى ئەپتىمۇن ( 253 - نۇسخا ) ، ھەببى قوقىيا ( 35 - نۇسخا ) ، مەتبۇخى ھېلىلە ( 261 - نۇسخا ) بېرىلىدۇ . شۇنىڭ بىلەن بىللە ، توقۇلمىلارنى كېڭەيتىش ئارقىلىق بۇزۇق ماددىلارنى سىرتقا چىقىرىش ۋە دورىنىڭ تەسىرىنى تېزلىتىش ئۈچۈن ، سىرتقى تەرەپتىن ئىسسىق ئۆتكۈزۈلىدۇ .

2 ) سىرتقى تەرەپتىن شىياپى رۇسۇت تەييارلاپ چاپسىمۇ تېز ئۇنۇم بېرىدۇ . بۇ دورا ھۆللۈكلەرنى قۇرۇتۇپ ، يىرىڭنى تازىلاش ، جاراھەتلەرنى پۈتتۈرۈش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە . رۇسۇت ، گىلى ئەرمەننىڭ ھەر بىرىدىن 3 گرام ، مامسادىن 1 گرام ئېلىپ ، ناھايىتى يۇمـ

شاق سوقۇپ تاسقاپ ، كاسىنە سۈيى بىلەن خېمىر قىلىپ تەييارلاپ ، مۇڭاپىق مىقدارىدا ئىستېمال قىلىنىدۇ .

3 ) شېشىگە قاياق سۇ ئېلىپ ، لۆڭگىگە ئوراپ ياكى لۆڭگىنى قايناق سۇغا چىلاپ ، كۈندە بىرنەچچە قېتىم 5 ــ 10 مىنۇتتىن قاپاقنى ئىسسىق ئۆتكۈزۈلىدۇ .

4 ) ئاچچىق - چۈچۈك ، تەستە سىڭدىغان ۋە خام پىشقان تاماقلاردىن پەرھېز قىلدۇرۇلىدۇ .

( قەشقەر ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## تەتۇر كېرپەك

بۇ ، قاپاق گىرۋەكلىرىنىڭ يېرىگلىق ئىششىقى ، ئۇششاق مۇدۇر ، جاراھەتلەر چىقىش ، قاپاق گىرۋەكلىرى قىزىرىپ سۇلىشىش ، كۆز جىيەكلىرى كۆپ قېچىشىش بىلەن دائىم ئۇۋۇلاش ئارقىلىق تۈك بەزلىرىنىڭ تەتۇر يۆنىلىشكە ، يەنى قاپاقنىڭ ئىچىگە قاراپ ئۆسۈش كېسەللىكى بولۇپ ، كىرپىكلەر داۋاملىق كۆز ئىچىگە قادىلىپ ئاغرىتىش ، كۆزگە داۋاملىق بىر نەرسە قادىلىپ تۇرغاندەك سېزىلىش ، كۆزدىن ياش ئېقىش ، كۆز قىزىرىپ ، مۇڭگۈز پەردە زەخىملىنىش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) سەۋەبچى ماددا تەنقىيە قىلىنىدۇ .

2 ) تەتۇر كىرپىكنى چاپلاشتۇرغۇچقا يېپىشتۇرۇپ ، قاپاقنا چاپلاپ قويۇش چارىسى قوللىنىلىدۇ .

3 ) تەتۇر كىرپىكنى يۇلۇۋېتىپ ، تېگىنى شىياپى ئەسۋەد بىلەن ياغلاپ بەرسە بولىدۇ .

شىياپى ئەسۋەد نۇسخىسى : ئەپيۇن ، كۆيدۇرۇلگەن مىس ھەر بىرىدىن 2.7 گرام ، زەپەر ، شىياپى ماسا ، تېشىلمىگەن مەرۋايىت ، بىخ

مارجان هەر بىرىدىن 1.4 گرام ، ئاقاقىيادىن 13.5 گرام ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ ، ئەرەقى بەدىيان بىلەن خېمىر قىلىپ ، سوقا چىلان ئۇرۇقدەك شىياپ ياساپ ، لازىم بولغاندا مۇۋاپىق مىقداردىكى قاياق سۇ بىلەن ئېرىتىپ ئىشلىتىلىدۇ .

4 ) يۇلۇنغان كىرپىك ئورنىغا يېڭىدىن كىرپىك ئۇنمىسە ، كۆھلى مۇنبىت (330 ـ نۇسخا)نى سۇرمە پىلتىكۇچ بىلەن كۆزگە تارتىش لازىم.

5 ) كۆز تازىلىقىغا رېئايە قىلىش ، كۆزنى ئۇۋۇلماسلىق ، چاڭ ـ توزانلاردىن ساقلاش تەۋسىيە قىلىنىدۇ .

(قەشقەر ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## كۆز ياشاڭغىراش

بۇ ، تۇغما ۋە كېيىن پەيدا بولىدىغان كېسەللىك بولۇپ ، زۇكام ، قىزىتمىلىق كېسەللىكلەر ، كۆز ئاغرىقى ۋە باشقا سەۋەبلەردىن كېلىپ چىقىپ ، سوغۇق ھاۋاغا چىققاندا ياكى سوغۇقلۇق يېمەكلىكلەرنى ئىستېمال قىلغاندا كۆزدىن ياش ئېقىش كۈچىيىپ قېلىش ئالامىتى بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) سەۋەبىگە قارىتا چارە قىلىنىدۇ . ماددىي سەۋەبتىن بولغان بولسا تەنقىيە قىلىنىدۇ .

2 ) زۇكامدىن بولغان بولسا ، ھەببى شىپا(33 ـ نۇسخا) ئىشلىتىلىدۇ.

3 ) سوغۇقلۇقى ئېشىپ كەتكەنلىكتىن بولغانلارغا ئىترىپىل كەبىر ( 115 ـ نۇسخا ) ، ھەببى جەدۋار ( 26 ـ نۇسخا ) ئىشلىتىلىدۇ .

4 ) كۆزگە سۇرمە ئورنىدا تارتىشقا قارا سۇرمە ، تۇتىيا بېرىلىدۇ .

5 ) كۆزگە كۆھلى دەمئە ساددە ( 328 ـ نۇسخا ) ياكى كۆھلى دەمئە مۇرەككەپ ( 329 ـ نۇسخا ) لەردىن بىرىنى تۇخۇم ئېقىغا

ئارىلاشتۇرۇپ ، كىرپىك ئۇستىگە كۇنىگە 2 قېتىم چېپىشقا ياكى كۆھلى روشنايى ( 326 ـ نۇسخا ) نى تارتىشقا بەرسە بولىدۇ .
( قەشقەر ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## ياش خالتىسىنىڭ يىرىڭلىق ئاقمىسى

بۇ ، يۇقۇملىنىش ياكى سىرتقى زەخىم نەتىجىسىدە بۇزۇق ماددىلارنىڭ ياش خالتىسى ياكى ياش يوللىرىدا يىرىڭلىق ئىششىق پەيدا قىلىشىدىن كۆزنىڭ بۇرۇن تەرەپتىكى بۇلۇڭىدا پەيدا بولىدىغان يىرىڭلىق ئاقما كېسەللىكى بولۇپ ، كۆز چانىقى ئاغرىش ، ياش ئېقىش ، بۇرۇن تەرەپ كۆز چانىقىغا چىگىتتەك چوڭلۇقتا مونەك پەيدا بولۇش ، قول بىلەن باسسا كۆز چانىقىدىن سېرىق سۇ ياكى يىرىڭ چىقىپ كېتىپ ، ئاغرىق پەسەيگەندەك بولسىمۇ ، 1 ـــ 2 كۇندىن كېيىن يەنە مونەكچە پەيدا بولۇپ ، يىرىڭ يىغىلىش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) ئارتۇقچە ھوللۇكنى تازىلاپ ، يىرىڭنى تۇگىتىپ ، يەرلىك ئورۇنىنى قۇرۇتقۇچى ۋە پۇتۇرگۇچى ئىسسىقلىق تەبىئەتتىكى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ . كېسەلنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ ھەببى ئايارەج ( 1 ـ نۇسخا ) ، ھەببى كىبرىت ( 40 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى چۆبچىنى ( 64 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى مەسھا ( 86 ـ نۇسخا ) قاتارلىق دورىلاردىن بىر ياكى ئىككىسى بىرلەشتۇرۇپ ئىشلىتىلىدۇ .

2 ) ياش خالتىسىنىڭ ئاقما يولىغا كۇمۇش يىڭنە كىرگۈزۈپ ، ئاقما يولىنى كېڭەيتىش ئارقىلىق ئېقىشنى راۋانلاشتۇرۇپ ، شامچە كىرگۈزۈشكە ئوڭايلىق تۇغدۇرۇلىدۇ . كېيىن ئاقما ئىچىگە شىياپى ناسۇر كىرگۈزۈپ ، ئاقمىنىڭ بۇزۇلغان گۆشلىرىنىڭ ئىچىدىن ساقىيىشى تېزلەشتۇرۇلىدۇ .

شىياپى ناسۇر نۇسخىسى : سەبرە سۇقۇتىرى ، كۇندۇر ، ئەنزۇرۇت ، ئانارگۈلى ، سۇرمە ، ئاق زەمچە ، خۇنسياۋشان ھەر بىرىدىن 2

گـرام ، زەنـكاردىن 8 گرام ئېلىپ ، قائىدە بويىچە يۇمشاق سوقۇپ ، ئەرەقى بـەدىـيان بـىـلـەن خـېـمـىـر قىلىپ ، قۇشقاچ مايىقىدەك چوڭلۇقتا شىياپ تەييارلاپ ، لازىم تېپىلغاندا ئاقما ئىچىگە كىرگۈزۈلىدۇ . قىزىرىپ ئىشىپ قـالـسـا ، ئاق لـەيـلى گۈلى ھۆل يۇمغاقسۈت سۈيى بىلەن مەلھەم قىلىنىپ ، سىرتىدىن چېپىلىدۇ .

3 ) سـوغـۇق تـەبـىئەتلىك يېمەكلىكلەردىن پەرھىز قىلدۇرۇلىدۇ ، ئۆزۈقلۇق قىممىتى يۇقىرى ، سىڭىشلىك غىزالار بىلەن ئوزۇقلاندۇرۇلىدۇ .

( قەشقەر ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## كـۆز ئـاغـرىـقـى

بـۇ ، كـۆپـىنچە ياز ۋە كۈز پەسلىدە كۆپ كۆرۈلىدىغان ، يۇقۇملـىـنـىش ۋە كـۆز تازىلىقىغا رىئايە قىلماسلىق ، كۆزى ئاغرىغانلار ئىشلەتكەن سـايـمـانلارنى ئىشلىتىش ، زۇكام ۋە سۆزنەك قاتارلىق كېسەللىكلەرنىڭ ئا-سـارىـتـى قـاتـارلـىـق سـەۋەبـلـەردىـن كـېـلـىپ چىقىدىغان كۆز ۋە قاپاق تـۇتـاشتۇرغۇچى پەردىلىرىنىڭ ئۆتكۈر ياللۇغلىنىشى بولۇپ ، كۆز قىزىرىپ ئـىـشـىـنـىـش ، قـاپـاق ئـىـچـكـى شىللىق پەردىلىرىمۇ ئىشىشىش ، كۆزى قان قـۇيـغـانـدەك بـولـۇپ قېلىش ، باش ۋە گەجگىلىرى ھەم كۆز ئالمىسى لو-قۇلداپ ئاغرىش ، كۆزدە ئېچىشىش ۋە قادىلىش سېزىلىش ، ئۇيقۇ قېچىش ، كـۆزنـى ئاچـالـمـاسـلـىـق ، يورۇققا قارىيالماسلىق ، چاپاق ئېقىش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

كـۆزگـە دورا قـىـلىش بىلەن بىر ۋاقىتتا ، ئومۇمىي بەدەندىكى سە-ۋەبچى ماددىنى تازىلاش تەدبىرلىرىنى قوللىنىش لازىم .

1 ) قـانـدىـن بـولـغـان بـولـسـا ، مـەنئى قىلىنىدىغان باشقا ئەھۋال بولمىغان شارائىتتا ، ئەھۋالغا قاراپ 100 مىللىلىتىر ئۆچۈرىسىدە بىلەك ۋېنا تـومـۇرىـدىـن قان ئېلىۋېتىلىدۇ . شۇنىڭ بىلەن بىللە ، قانىنى تازىلاش ئۇ-

چۈن مەتبۇخى ھېلىلە ( 261 ـ نۇسخا ) ، مەتبۇخى شاھتەررە ( 260 ـ نۇسخا ) ياكى مەتبۇخى تەمرى ھىندى ( مېڭە قان تومۇر قېتىشىش كېسەللىكىنى داۋالاشقا قارالسۇن ) قاتارلىق دورىلار ئىچۈرۈلىدۇ . سىرتىدىن شىياپى ئەبىيەزنى تۇخۇم ئېقى ياكى قىز تۇغقان ئايالنىڭ سۈتى بىلەن ئېزىپ ، كۆزگە تارتسا بولىدۇ .

شىياپى ئەبىيەز نۇسخىسى : كەتىرا ، سەمغى ئەرەبى 12 گرامدىن ، نىشاستىدىن 4 گرام ، ئەپيۇندىن 0.4 گرام ئېلىپ ، يۇمشاق سالايە قىلىپ تەييارلىنىدۇ .

2 ) سەپرادىن بولغانلىرىغا يۇقىرىقى مەتبۇخلاردىن بىرسىنى تاللاپ قاينىتىپ بېرىش بىلەن بىللە ، يەنە تۆۋەندىكى چارىلەرنى قوللىنىش كېرەك :

( 1 ) كاسىنە ئۇرۇقى ، ئىسپىغۇل ، بېھى ئۇرۇقى قاتارلىقلار-نىڭ شىرىسىنى چىقىرىپ ، تۇخۇم ئېقى ياكى ئايال سۈتى بىلەن كۆزگە چېپىش ؛

( 2 ) ئەنگۈرشىپا ، ھۆل يۇمغاقسۈتنى سوقۇپ كۆزگە سىرتىدىن چېپىش ؛

( 3 ) ئاق لەيلى گۈلىدىن 30 گرام ، ھۆل يۇمغاقسۈت ، ئەنگۈرشىپا ياكى غازىكىدىن 15 گرامدىن ئېلىپ سوقۇپ ، ئايال سۈتى بىلەن خېمىر قىلىپ گەجگىگە تېڭىش ؛

( 4 ) ئىچىشكە ھەببى بىنەپشە ( 11 ـ نۇسخا ) بېرىش ؛

( 5 ) بىنەپشىدىن 6 گرام ، سەرپىستاندىن 5 دانە ، چىلاندىن 4 دانە ، تەمرى ھىندىدىن 120 گرام ئېلىپ قايناق سۇغا چىلاپ ، سۈيىنى ئىچۈرۈش لازىم .

3 ) بەلغەمدىن بولغانلىرىغا :

( 1 ) مادداىنى تازىلاش ئۈچۈن ھەببى ئايارەج پەيقىرا ( 1 ـ نۇسخا ) ، ھەببى قوقيا ( 35 ـ نۇسخا ) لاردىن بىرى بېرىلىدۇ .

( 2 ) ئىشىشق قايتۇرۇش ئۈچۈن ھۇزۇز مەككى ، ئاقاقى-

يا ، زەپەرلەردىن بىرسىنى گۈلاب بىلەن ئېزىپ پىشانىگە ، كۆزگە تاڭسا بولىدۇ .

4 ) سەۋدادىن بولغانلىرىغا مەتبۇخى مۇنزىج سەۋدا ( 250 ـ نۇسخا ) بېرىپ بەدەننى تازىلىغاندىن كېيىن ، گۈل يېغى ( 297 ـ نۇسخا ) بىلەن چېكە ۋە كۆز ئەتراپىنى ياغلاش بىلەن بىللە ، مېڭىنى ھۆللەشتۇرۇش ئۈچۈن سۈت ، ئارپا سۈيى ، پالەك ، توخۇ شورپىسى قاتارلىق نەرسىلەر كۆپرەك يېگۈزۈلىدۇ .

5 ) كۆزنى ئۇۋۇلاش ، قاتتىق يۆتىلىش ، چاڭ ـ توزاندا تۇرۇشتىن ساقلىنىش ، كۆزنى سالقىن ساقلاش بىلەن قاراڭغۇراق جايدا ئارام ئېلىش كېرەك .

( قەشقەر ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## كۆز قۇۋۋىتى

بۇ ، يۇقۇملىنىش ۋە كېسەل كىشىنىڭ ئىشلەتكەن لۆڭگە ۋە باشقا سايمانلىرىنى ئىشلىتىش نەتىجىسىدە يۇقىدىغان ، تراخوما دەپ ئاتىلىدىغان يۇقۇملۇق كۆز كېسەللىكى بولۇپ ، دەسلەپتە كۆزگە بىر نەرسە كىرىۋالغاندەك سېزىلىش ، كۆز قىچىشىش ، چاپاقلىشىش ، قاپاقلىرى چاپلىشىپ قالغاندەك ، كۆزگە قۇم تىقىلغاندەك مەلۇم بولۇش ، قاپاق ئىچى تەرىپىگە مۇدۇرلار پەيدا بولۇش ، كېيىنچە مۇدۇرلار بىر ـ بىرىگە قوشۇلۇپ جاراھەت ھاسىل قىلىش ، كۆز ياشاڭغىراش ، كېيىنچە جاراھەتلەر كۆز ئالمىسىنى كاردىن چىقىرىپ تاشلاش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) تازىلىق قائىدىلىرىگە ئەمەل قىلىپ ، كېسەل ئىشلەتكەن نەرسىلەرنى ئايرىپ پاكىز تۇتۇپ ، قايتا يۇقۇملىنىش ۋە كېسەللىكنىڭ ئېغىرلىشىپ كېتىشىنىڭ ئالدى ئېلىنىدۇ .

2 ) بەدەندىكى شورلۇق ماددىنى تازىلاش ئۈچۈن ، مەتبۇخى ئەپ تسۇن ( 253 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ .

3 ) ئىككى چېكىگە ھجامەت قويۇلىدۇ .

4 ) قاپاقنى كەينىگە ئۆرۈپ تۇرۇپ ، قاپاق ئىچىدىكى مۇدۇرلارنى كۆپۈكى دەريا بىلەن قىرىش ، ئاندىن سوقۇلغان موزنى تۇخۇم ئېقى بىلەن چېپىش لازىم .

5 ) تۇخۇم سېرىقىنى گۈل يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ قاپاق ئۈستىگە چېپىش ، شۇنىڭ بىلەن بىللە قاپاقنى ئۆرۈپ تۇرۇپ شىياپى ئەھمەرلەيىن سۇركەش لازىم .

شىياپى ئەھمەرلەيىن نۇسخىسى : شادنەج ، يۇيۇلغان ئەدەستىن 30 گرام ، كۆيدۈرۈلگەن مىستىن 24 گرام ، كەتىرا ، سەمغى ئەرەبى ، مۇر ـ مەككىدىن 6 گرامدىن ، بىخ مارجان ، كەھرىۋا ، تېشىلمىگەن مەرۋايىت ، سازەج ھىندىدىن 12 گرامدىن ، خۇنسياۋشان ، زەپەردىن 3 گرامدىن ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ ، تۇخۇم ئېقى بىلەن شىياپ تەييارلىنىدۇ .

6 ) مۇنچىغا ئەكىرىپ تەرلەندۈرۈلىدۇ . تەرلىگەندىن كېيىن ، تۆۋەندىكى دورىنى بۇرۇنغا تارتىپ چۈشكۈرتۈلىدۇ :

چۈشكۈرتۈش دورىسىنىڭ تەركىبى : سەبرە ، جاۋاشىر ، ئەنزۇ ـ رۇت ، ھاشا ، زەپەر ، ھۆزۈز مەككى ، ئاچچىق يېسسىمۇق ، كۈندۈش ھەر بىردىن 3 گرامدىن ئېلىپ ، يۇمشاق سوقۇپ ، بۇرۇنغا بىر چىمدىم سېلىپ ئىچىگە تارتىلىدۇ .

7 ) ھەببى ئايارەج پەيقىرا ( 1 ـ نۇسخا ) ۋە ھەببى زەھەب بېرىلىدۇ .

ھەببى زەھەب نۇسخىسى : سەبرە سۇقۇتىردىن 30 گرام ، تۇربۇتتىن 21 گرام ، سىرىق ھېلىلە پوستىدىن 15 گرام ، سوقمۇنىيادىن 10 گرام ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ ، سۇ بىلەن قارىمۇچتەك ھەب تەييارلاپ ، كۈندە كەچتە 6 گرامدىن 1 ۋاخ بېرىلىدۇ .

( قەشقەر ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

# كۆرۈش قۇۋۇتىنىڭ ئاجىزلىششى

بۇ ، زۇكام ۋە مېڭە كېسەللىكلىرى ، قېرىلىق ، بەدەن ئاجىرلىق ، ئوزۇقلۇق يېتىشمەسلىك ، ھەزىم ناچارلىشش ، قەنت سېيىش كېسەللىكى ۋە ناچار تۇرمۇش ئادەتلىرى سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدىغان كۆزنىڭ كۆرۈش قۇۋۇتى بارا - بارا ئاجىزلىشىپ ، نورمال كۆرەلمەسلىك كېسەللىكى بولۇپ ، كۆز ئۇدۇلىدا پاشا - كۆمۈتىلار ئۇچقاندەك بىلىنىش ، كۆز جىيەكلىرى قىزىرىش ، كۆزدىن ياش كەلمەي قۇرۇپ تۇرۇش ، كۆرۈش قۇۋۇتى تەدرىجىي ئاجىزلاپ ، نەرسىلەرنى ئېنىق كۆرەلمەسلىك قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

كۆرۈش قۇۋۇتى ئاجىزلىششىنىڭ كەلتۈرۈپ چىقارغۇچى سەۋەبىنى ئېنىقلاپ چىقىپ ، سەۋەبىگە قارىتا چارە قىلىنىدۇ .

1 ) مادديي سەۋەبلەردىن بولغان بولسا ، سەۋەبچى مادداننى تازىلاش چارىسى قوللىنىلىدۇ . مادداننى تازىلاپ بولغاندىن كېيىن ، مەجۇنى ئىتىرىپىل بەدىيان ( 108 - نۇسخا ) ، مەجۇنى ۋەج (103 - نۇسخا ) لەر بىر مەزگىل داۋاملىق ئىچىلىدۇ .

2 ) ئەگەر ئىسسىقلىقتىن بولغان بولسا ، بادام يېغى كۆزگە تېمىتىلىش بىلەن بىللە ، سوغۇق تەبىئەتلىك ياغلار بىلەن باش ياغلىنىدۇ .

3 ) ئەگەر سوغۇقلۇقتىن بولغان بولسا ، پاقلان گۆشىنى كاۋاپ قىلىپ ياكى مېكىيان گۆشىنى دارچىن بىلەن قاينىتىپ پىشۇرۇپ بەرسە ، ئىسسىقلىق دورىلارنى قاينىتىپ باشنى تەرلەتسە ۋە سۇيى بىلەن يۇيۇندۇرسا بولىدۇ .

4 ) قېرىلىق سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا ، بەدەننى قۇۋۇتلىگۈچى ، كۆرۈش كۈچىنى ئاشۇرغۇچى دورىلار بېرىلىپ بەدەن قۇۋۇتلەندۈرۈلىدۇ . مەسىلەن ، ماددەتۈلھايات (85 - نۇسخا) ، مائۇل

هەسەل سادده (251 ـ نۇسخا) ، مائۇل لەهمى (249 ـ نۇسخا) ، مەجۇنى ئىترىپىل كەبىر (115 ـ نۇسخا) ، مەجۇنى جاۋارىش زەرئۇنى (124 ـ ، 125 ـ نۇسخا) قاتارلىقلار بىرىلىپ بەدەن قۇۋۋەتلەنگەندىن كېيىن ، ھەببى قوقىيا ( 35 ـ نۇسخا ) ، ھەببى شەبيار ( بەلغەمدىن بولغان باش ئاغرىقنى داۋالاشقا قارالسۇن ) قاتارلىقلار بىرىلىدۇ .

5 ) كۆھلى جاۋاھىر ( 325 ـ نۇسخا ) كۈندە 2 ۋاخ كۆزگە تارتىلسا ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ .

6 ) بېلىق گۆشى ، قوي ۋە موزاي جىگىرى يېگۈزۈلىدۇ . يىرىك ۋە تەستە سىڭىدىغان تاماق ، ھاراق ، تاماكا ، توپا ـ چاڭدىن ، يېتەرلىك يورۇقلۇق بولمىغان شارائىتتا ئوقۇش ، يېزىشتىن پەرھىز قىلدۇرۇلىدۇ .

7 ) پىيازنى ئېزىپ سۇيىنى چىقىرىپ ، مۇۋاپىق مىقداردا سىركە ئارىلاشتۇرۇپ ، سۈس ئوتتا 10 مىنۇت ئەتراپىدا قاينىتىپ ، كۈندە كۆزگە تېمىتىپ بەرسە ، كۆزنىڭ كۆرۈش قۇۋۋىتىنى ئاشۇرىدۇ .

8 ) كۆزنىڭ كۆرۈش قۇۋۋىتىنى ئاشۇرۇش ، كۆز ياشاڭغىراشنى توختىتىش ئۈچۈن ، سېرىق ھېلىلە پوستىنى سوقۇپ تاسقاپ ، ئۇپا ھالەتكە كەلتۈرۈپ كۆزگە تارتسا بولىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## نامازشام قارىغۇسى

بۇ ، قېرىلىق ، ئۇزۇقلۇق يېتىشمەسلىك ، مېڭىدىن ساقىغان نەزلە ياكى ئاشقازاندىن ئۆرلىگەن بۇخاراتنىڭ تەسىرىدە كۆرۈش قۇۋۋىتى تەدرىجي ئاجىزلىشىشتىن كېلىپ چىقىدىغان كېسەللىك بولۇپ ، سىرتتىن قارىغاندا ھېچقانداق ئۆزگىرىش سېزىلمىسمۇ ، كۈندۈزى ھەرقانداق نەرسىنى نورمال كۆرۈۋېرىش ، لېكىن قاراڭغۇ چۈشكەندىن كېيىن ئادەتتىكى نەرسىلەرنى قىسمەن ياكى پۈتۈنلەي كۆرەلمەسلىك ئالامىتى بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) سەۋەبچى ئامىلنى يوقىتىش ياكى غەيرىي تەبىئىي خىلىت سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا ، شۇ خىلىتنى تەڭشەش ۋە تازىلاش لازىم . بۇنىڭغا مۇۋاپىق كېلىدىغان دورىلاردىن ھەببى شەبيار (بەلغەمدىن بولغان باش ئاغرىقنى داۋالاشقا قارالسۇن) ، ھەببى ئايارەج (1 ـ نۇسخا) ، ھەببى قوقىيا (35 ـ نۇسخا) ، مەجۇنى ۋەج (103 ـ نۇسخا) ، ئىترىپىل بەدىيان (108 ـ نۇسخا) ، مەتبۇخى ھېلىلە (261 ـ نۇسخا) ، ئەرەقى بەدىيان (264 ـ نۇسخا) قاتارلىقلار مۇۋاپىق مىقداردا ئىشلىتىلىدۇ .

2 ) يەل ياكى بۇخاراتتىن بولغان بولسا ، بۇخاراتلارنى تازىلاش ئۈچۈن قارىمۇچ ، قۇندۇز قەھرى ، كۇندۇش قاتارلىقلارنى يۇمشاق سوقۇپ ، بۇرۇنغا تارتىش ئارقىلىق چۈشكۈرتۈلىدۇ .

3 ) جەرمەن ياكى قوتازنىڭ جىگىرىدىن 100 گرامنى توغراپ ، ئۇنىڭغا 10 گرام ئارپىبەدىيان ، 5 گرام پىلپىل قوشۇپ ، 1 كىلوگرام سۇدا قاينىتىپ ، ھورىغا باش ـ كۆزنى تۈتۈپ بىرقانچە قېتىم تەرلەندۈرۈلىدۇ .

4 ) 1 گرام ھەسەلنى 3 گرام ئارپىبەدىيان سۈيىدە تەڭشەپ كۆزگە تېمىتىش لازىم .

5 ) 5 گرام قارىمۇچ بىلەن 3 گرام ئارپىبەدىيانىنى سوقۇپ ، يالپاقلانغان تاغ تېكسىنىڭ جىگىرىگە سېپىپ ، جىگەرنى ئوتقا قاقلاپ ، دورىلار جىگەرنىڭ سۈيىنى تارتقاندىن كېيىن ئېلىپ قۇرۇتۇپ ، يۇمشاق ئېزىپ كۆزگە تارتىش لازىم .

( قەشقەر ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

6 ) كۇندە 1 قېتىم 2 ـــ 3 تال سەۋزىنى قۇشلارنىڭ گۆشى بىلەن پىشۇرۇپ شورپا تەييارلاپ ئىچىش بىلەن بىللە ، كۇندە 1 قېتىم سەۋزە ئىستېمال قىلىشقا ئادەتلىنىش كېرەك .

7 ) ھەركۇنى 3 ۋاخ توخۇ تۇخۇمى سېرىقىدىن 3 تالنى چالا پىشۇرۇپ ئىستېمال قىلىش لازىم .

8 ) تاتلىق تەمدىكى ھەرخىل مېغىزلاردىن ۋە توخۇ تۇخۇمى

سىبرىقىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ، ھەسەل بىلەن ھالۋايى بەيزە تەيـ يارلاپ ئىستېمال قىلىش ، ئۇسسۇزلۇقنى ئۇچۇن بەدىيانىنى چالا سوقۇپ ، قايناق سۇدا دەملەپ ئىچىش كېرەك .

9 ) ئۆچكە جىگىرىنى توغراپ ، پىلپىلنى سوقۇپ سېپىپ كاۋاپ قىلىپ ، جىگەردىن ئېقىپ چىققان سۇنى كۆزگە تارتىپ ، جىگەرنى يېيىش لازىم .

## كۆزگە ئاق چۈشۈش

بۇ ، كۆز كېسەللىكلىرى ۋە كۆز زەخىملىرىنىڭ ۋاقتىدا ، توغرا داۋالانماسلىقىدىن ۋە ئۇزاق داۋاملاشقان شەقىقە كېسەللىكلىرىنىڭ تەسىرىدە كۆز قارىچۇقىدا بىرخىل ئاق چېكىت پەيدا بولۇش كېسەللىكى بولۇپ ، كۆز قارىچۇقىدا بەزىسى نېپىز ، سۇزۇك ئاق بۇلۇتتەك ، بەزىسى قېلىن ، توق ۋە ئاق پەردە پەيدا بولۇش ، بەزىلەردە مەزكۇر پەردە سىرتقا بىرئاز پولتىيىپ چىقىش ئالامىتى بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) سەدەپنى كۈشتە قىلىپ ، سوقۇپ يۇمشاق سالايە قىلىپ ، قىز تۇغقان ئايالنىڭ سۈتى بىلەن قوشۇپ كۆزگە سۈرمە قىلىش ؛

2 ) ھۆل لالە گۈلىنىڭ سىقىلغان سۈيىدىن 10 مىللىلىتىرغا 0.1 گرام نۆشادۇر قوشۇپ كۆزگە تېمىتىش ؛

3 ) تۈتىيانى كۆزگە تارتىش ؛

4 ) تۇشقانىنىڭ ئۇغۇز سۈتىگە 0.1 گرام ئىپار قوشۇپ كۆزگە تارتىش لازىم .

5 ) كۆزدىكى ئاق قېلىن ۋە كونا بولسا ، قايسى خىلىت غالىب بولسا ، شۇ خىلىتنىڭ مۇسھىلى بېرىلىدۇ . بۇنىڭ مۇۋاپىق كېلىدىغانلىرى ھەببى ئايارەج ( 1 ـ نۇسخا ) ، ھەببى قوقيا ( 35 ـ نۇسخا ) ، ئىترىپىل كەشنىزى ( 114 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلار .

6 ) زەمچىنى كۆشتە قىلىپ ، مەرۋايىت ، شېكەر ، توخۇ تۇخۇمىنىڭ ئېقى ۋە كېلەر مايىقىنى قوشۇپ سالايە قىلىپ كۆزگە تارتسا ، ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ .

7 ) كۆھلى بەياز ( 323 ـ نۇسخا ) ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ .

( قەشقەر ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## كۆزگە سۇ چۈشۈش

بۇ ، كۆز گۆھىرىنىڭ تۇغما ناچارلىقى ، ئىرسىيەت ئامىلى ، تۇغۇلۇشىدىلا كېسەل تۇغۇلۇش ، قېرىغاندا كۆز ئىچىدىكى ماددا ئالمىشىشنىڭ ناچارلىشىشى ، كۆزنىڭ زەخمىلىنىشى ، كۆز ئىچىنىڭ ئوزۇقلۇق بىلەن تەمىنلىنىشىنىڭ ناچارلىشىشى قاتارلىق سەۋەبلەردىن كېلىپ چىقىدىغان كۆز گۆھىرىنىڭ دۇغلىشىش كېسەللىكى بولۇپ ، كۆزنىڭ شەكلى ئۆزگەرمەسمۇ ، كۆرۈش قۇۋۋىتى تەدرىجىي ئاجىزلىشىش ، تەرەققىي قىلىش باسقۇچىدا كۆز قارىچۇقىنىڭ ئىچى ئاقۇش كۇل رەڭگە كىرىپ قېلىش ، شۇنىڭ بىلەن كۆرۈش كۈچى زور دەرىجىدە ئاجىزلاپ ، كۆرۈش تامامەن يوقىلىش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) ماددىنى پىشۇرۇشقا ھەببى زەھەب ( كۆز قوتۇرى كېسەللىكىنى داۋالاشقا قارالسۇن ) ۋە ماددىنى تازىلاشقا تۆۋەندىكى مائۇل ئۇسۇل بېرىلىدۇ .

تەركىبى : چىگىسەي يىلتىزى ، بەدىيان يىلتىزى ، بىخ كەبىر ھەر بىرى 30 گرامدىن ، قەنتەرىيۇن 9 گرام ، رۇمبەدىيان ۋە چىگىسەي ئۇرۇقى 6 گرامدىن ئېلىنىپ ، دورىلار چالا سوقۇلۇپ ، بىر كېچە ئىسسىق سۇغا چىلاپ ، ئەتىسى 2 لىتىر سۇ بىلەن قاينىتىپ ، يېرىمى قالغاندا سۈزۈۋېلىپ ، 120 گرام گۈلقەنت قوشۇپ ، كۈنىگە 3 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 5 قوشۇقتىن ئىچۈرۈلىدۇ .

2 ) ھەببى زەھەب ، ھەببى شەبيار (بەلغەمدىن بولغان باش ئاغرىقىنى داۋالاشقا قارالسۇن) ، ھەببى ئايارەج پەيقىرا ( 1 ـ نۇسخا ) ، ئىترىپىل كەشنىزى ( 114 ـ ، 184 ـ نۇسخىلار ) قاتارلىقلار ئۇزاق مۇددەت بېرىلىدۇ .

3 ) كۆزگە سۇ چۈشۈشنىڭ ئاخىرقى مەزگىلىدە كۆزدىكى سۇنى كېسىپ ئېلىۋېتىش ئوپېراتسىيسى قىلىنىدۇ .

4 ) تاماقنى تويۇپ يېيىشتىن ، جىنسىي ئالاقىدىن ، كەچتە تەستە سىڭىدىغان تاماقلارنى يېيىشتىن پەرھېز قىلدۇرۇلىدۇ .

( قەشقەر ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

5 ) سۇمبۇلنى موزا بىلەن كۆزگە تارتسا ياشنى قۇرۇتىدۇ .

6 ) يۇمغاقسۇت كۆكنى ئېزىپ سىقىپ ، سۈيىنى بالا ئېمىتىۋاتقان ئايالىنىڭ سۈتى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ كۆزگە تارتىپ بەرسە ، كۆزنىڭ ھەرخىل يالۇغلىنىشلىق كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ .

7 ) يۇمغاقسۇت كۆكنى ئېزىپ سىقىپ ، سۈيىنى كافۇر ئېرىتمىسى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ كۆزگە تېمىتسا ، كۆز جىيەكلىرىنىڭ يالۇغلىنىشىغا مەنپەئەت قىلىدۇ .

8 ) يۇمغاقسۇتنى سىقىپ ، سۈيىنى گۈل يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ كۆزگە تېمىتسا ، كۆزدىكى قىزىللىقنى ئالىدۇ .

## قۇلاق ئاغرىش

بۇ ، ئومۇمىي بەدەننىڭ مىجەزى بۇزۇلۇش ، يەل ، ئىسسىق ـ سوغۇق تەسىر قىلىش ، خىلىتلارنىڭ تەكۈسىزلىقى ، قۇلاققا سۇ ، ھاشارات ياكى باشقا ياتمىدىلار كىرىپ قېلىش قاتارلىق سەۋەبلەردىن كېلىپ چىقىدىغان كېسەللىك بولۇپ ، قۇلاق ئىچى ئاغرىش ، قۇلاق ئىچى ۋە سىرتى ئىششىش ، بەزىدە ئىششىق سەۋەبىدىن ئاڭلاش تەسىرگە ئۇچراش ، قۇلاقتا قوشۇلۇپ باشمۇ ئاغرىش ، بەزىدە ۋاقتىلىق گاسلىق كېلىپ چىقىش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

سەۋەبىگە قارىتا چارە قىلىنىدۇ .

1 ) خىلىتلار تەڭپۇڭسىزلىقى سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا ، سەۋەبچى ماددىنىڭ مۇنزىجىنى بېرىپ ، ماددا پىشۇرۇلغاندىن كېيىن ، مۇ-ناسىپ مۇسهىل بېرىپ مىجەز تەڭشىلىدۇ .

2 ) ھەرخىل ھاشاراتلار كىرىۋالغانلىقتىن پەيدا بولغان بولسا ، قۇلاقتا قولچىراغ بىلەن يورۇق چۈشۈرۈپ تۇرۇلسا ، ھاشاراتلار چىقىپ كېتىدۇ . ياغ دورا ياكى سىركە تېمتىپ ھاشاراتلارنى ئۆلتۈرگەندىن كېيىن ، قوش ئوكسىدلىق سۇ تېمتىلسا ، قۇلاق ئىچىدىكى ھاشاراتلار چىقىپ كېتىدۇ .

3 ) قۇلاقتا سۇ كىرگەندىن پەيدا بولغان بولسا ، قۇلاقتا كىرسىن تامدۇرۇلسا ، ئاغرىقى توختايدۇ .

4 ) قۇلاقتا يات ماددىلار كىرگەندىن پەيدا بولغان بولسا ، قۇلاقتا گۈل يېغى ( 297 ـ نۇسخا ) ياكى بادام يېغى ( 282 ـ نۇسخا ) تېمتىلىپ يات ماددىلار ياكى كىر يۇمشىتىلىپ ، جۇپتەك بىلەن قىسىپ ئېلىۋېتىلىدۇ ياكى قوش ئوكسىدلىق سۇ تېمتىپ قۇلاق ئىچى تازىلىنىدۇ .

5 ) ئىسسىقلىق تەسىرىدىن بولغان بولسا ، رەۋغېنى كەدۇ (293 ـ نۇسخا ) ، گۈل يېغى ( 297 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلار قۇلاقتا تېمتىلىدۇ ، قۇلاق كەينى ۋە چېكە مايلىنىدۇ ، بۇرۇنغا تېمتىلىپ دىماغقا تارتىلىدۇ . ئىچىشكە ئەرەقى ئەنگۈرشىپا ( 262 ـ نۇسخا ) ھەببى شىپا (33 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ .

6 ) سوغۇقلۇق تەسىرىدىن بولغان بولسا ، رەۋغېنى قەلەمپۇر (292 ـ نۇسخا ) ، رەۋغېنى پەجەل ( 284 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلار قۇلاقتا تېمتىلىدۇ . يېيىشكە ئايارەج پەيقىرا ( 1 ـ نۇسخا ) ، ئايارەج لۇغازىيا (105 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلار بېرىلىدۇ .

7 ) ئىشىق ۋە باشقا سەۋەبلەردىن ياكى قۇلاق ئىچىگە چىققان جاراھەتلەر سەۋەبىدىن بولغان بولسا ، ئومۇمىي بەدەنلىك ئاغرىق

پەسەيتكۇچى ۋە ئىششىق ياندۇرغۇچى چارىلەر قىلىنىدۇ .
( يەكەن ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

# قۇلاق يالۇغى

بۇ ، كۆپىنچە خىلىتلارنىڭ غەيرىي تەبىئىي ئۆزگىرىشى ياكى يۇقۇملىنىش ، چاقا - مۇدۇرلارنىڭ چىقىشى سەۋەبىدىن كېلىپ چىققىدىغان قۇلاق ئىچى ۋە سىرتىنىڭ يالۇغلىنىش كېسەللىكى بولۇپ ، ئىسسىقلىقتىن بولغانلىرىدا قۇلاق چىگىلىپ قاتىلىپ باش قوشۇلۇپ ئاغرىش ، سوغۇقلۇقتىن بولغانلىرىدا قۇلاقتا ئېغىرلىق سېزىلىش ، سەۋەبىدىن بولغانلىرىدا ئىششىق قاتتىق ، ئاغرىش ئازراق بولۇشتەك ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) مەيلى قايسى خىلىتتىن بولسۇن ، سەۋەبچى خىلىتقا قارىتا تازىلاش ئېلىپ بارغاندىن كېيىن ، سىرتىدىن ئاغرىق پەسەيتىپ ، ئىشىشەنى ياندۇرغۇچى ئىسسىق تەبىئەتلىك دورىلار ئىلمان ھالەتتە چېپىلىدۇ . سوغۇق تەبىئەتلىك دورىلارنى سوغۇق ھالەتتە چېپىشتىن ساقلىنىش لازىم .

2 ) قاراكۆز بەدىيان ئۇرۇقى ، بابۇنە ، زىغىر ھەر بىرىدىن 30 گرام ، كۇنجۇت يېغىدىن 100 گرام ، ئاق مومدىن 50 گرام ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ ، ئىلمان ھالەتتە چېپىلىدۇ .

3 ) مەرھىمى داخىلىيۇن ( 303 - ، 304 - نۇسخىلار ) سىرتىدىن چېپىلىدۇ .

4 ) مەرھىمى مۇھەللىل ( 311 - نۇسخا ) سىرتىدىن چېپىلىدۇ .

5 ) كاللەكىبەسەي سېرىق ياغدا پىشۇرۇلۇپ چېپىلىدۇ .

6 ) سەۋەبىدىن بولغانلىرىغا ئەنگۈرشپانىڭ سىقىپ چىقىرىلغان سۈيى چېپىلىدۇ .

7 ) ئىسسىقلىقتىن بولغان بولسا ، مەتبۇخى شاھىتەررە ( 260 ـ نۇسخا ) بىلەن تازىلانغاندىن كېيىن ، ھەببى بىنەپشە (11 ـ نۇسخا) ، ئىتـ رىپىل كەشنىزى ( 114 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ .

8 ) ئاغرىق بەك كۈچلۈك بولسا ، رەۋغىنى سۈزاپ (288 ـ نۇسخا)، رەۋغىنى كەدۇ ( 293 ـ نۇسخا ) ، رەۋغىنى ۋەرد ( 297 ـ نۇسخا ) ، رەۋـ غىنى دەھتۇرە ( 285 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلار چېپىلىدۇ .

9 ) سوغۇقلۇقتىن بولغانلىرىغا ھەببى ئايارەج ( 1 ـ نۇسخا ) ، ئىترىپىل كەبىر ( 115 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلارنى ئىچۈرۈش بىلەن ، سىرتـ دىن رەۋغىنى قۇستە ( 292 ـ نۇسخا ) ، رەۋغىنى بەيزە ( 283 ـ نۇسخا ) ، رەۋغىنى بادام تەلخ ( 282 ـ نۇسخا ) لار چېپىلىدۇ ، سىرتىدىن كېپەك بىلەن تۇزنى ئارىلاشتۇرۇپ قورۇپ ئىسسىق ئۆتكۈزۈلىدۇ .

10 ) يىرىڭ ئاققان بولسا :

( 1 ) قەتۇرى مىرارە ( 331 ـ نۇسخا ) نى قۇلاققا تېمىتىپ ، بىر سائەتتىن كېيىن قوش ئوكسىدلىق سۇ بىلەن قۇلاقنى تازىلاپ ، يىرىڭلـ رىنى چىقىرىپ ، پىلتىكۈچ بىلەن سۈرۈپ قۇرۇتۇپ ، قەتۇرى مىرارەنى يەنە تېمىتىش لازىم .

( 2 ) 10 گرام مامۇرانچىنى 100 مىللىلىتىر سۇدا قاينىتىلىپ ، سو- ۋۇتۇپ قۇلاققا تېمىتىلىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## قۇلاق ئاقمىسى

بۇ ، يۇقۇملىنىش ، قۇلاققا سۇ ياكى يات ماددا كىرىپ كېتىش ، قۇلاق ئاغرىقى ياكى قۇلاق ياللۇغنىڭ ئاسارىتى نەتىجىسىدە كېلىپ چى- قىدىغان ئوتتۇرا قۇلاق ياللۇغى بولۇپ ، ئۆتكۈر ھالەتتە بولغاندا ئومۇمىي بەدەن قىزىش ، ھالسىزلىق ، قۇلاققا قوشۇلۇپ باشمۇ ئاغرىش ، قۇلاق غو- ڭۇلداش ، قۇلاقتىن سېرىق سۇ ئېقىش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ، ۋاقتىدا

داۋالاپ ساقايتىلمىسا سوزۇلما هالەتكە ئۆزگىرىپ ، قۇلاقتىن سېسىق پۇرايدىغان يىرىڭ ئېقىش ، بەزىدە قۇلاق ئىششىپ قېلىش ، قۇلاق چىڭقىلىپ ئاغرىش ، ئاڭلاش كۈچى تۆۋەنلەش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) يىرىڭنى ئىچىدىن قۇرۇتۇش ئۈچۈن ، ھەببى جەدۋال ( 26 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ . تۇسالغۇنى ئېچىش ئۈچۈن ھەببى ئايارەج ( 1 ـ نۇسخا ) ، ھەببى قوقىيا ( 35 ـ نۇسخا ) ؛ يالۇغ قايتۇرۇش ئۈچۈن ھەببى كىبرىت ( 40 ـ نۇسخا ) ؛ ئىششىق ياندۇرۇش ئۈچۈن سۇپۇپى چاردورا (203 ـ نۇسخا) قاتارلىق دورىلار بېرىلىدۇ .

2 ) قۇلاق ئىچى ئىششىپ قالغان بولسا ، بىنەپشە ، ئاق لەيلى گۈلى ، كاسىنە يوپۇرمىقى ، كۆك يۇمغاقسۇت ، ئەنگۈرشپا قاتارلىقلارنى سوقۇپ ، گىلى ئەرمەنى بىلەن خېمىر قىلىپ سىرتىدىن چاپسا بولىدۇ .

3 ) قۇلاقتىكى يىرىڭنى تازىلاش ئۈچۈن ، ئاۋۋال قۇلاقنى قوش ئوكسىدلىق سۇ بىلەن تازىلاپ ، يىرىڭلارنى چىقىرىۋەتكەندىن كېيىن ، كۈنىگە 3 قېتىم قۇلاققا سۇپۇپى موزا پۈركۈلىدۇ ، ھەرقېتىم پۈركۈشتىن بۇرۇن قۇلاقنى تازىلاپ قۇرۇتۇش لازىم .

4 ) قۇلاققا قوش ئوكسىدلىق سۇ تېمىتىپ يېرىڭنى ئۆرلىتىپ چىقىرىپ تازىلىۋەتكەندىن كېيىن ، قەتئىي مىراره ( 331 ـ نۇسخا ) ياكى قەتئىي خۇبسلىھەدىد ( 332 ـ نۇسخا ) تېمىتىلىدۇ ، كېيىنكى قېتىم دورا تېمىتىشتىن بۇرۇن يەنە بىر قېتىم تازىلىنىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

5 ) قۇلاق ئاغرىش كۈچلۈك بولسا ، كافۇرنى سۇدا ياكى كۈنجۈت يېغىدا ئېرىتىپ قۇلاققا تېمىتىش ۋەياكى ئادەم سۈتى تېمىتىش ، قۇلاقنى سىرتىدىن گۈل يېغى ياكى ئازاراقى يېغىدا ياغلاش كېرەك . يېيىشكە ھەببى ئايارەج ( 1 ـ نۇسخا ) ، ھەببى قوقىيا ( 35 ـ نۇسخا ) ، ھەببى كىبرىت ( 40 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى چۆبچىنى ( 64 ـ نۇسخا ) ، گۈل

قەنت ( 155 ـ نۇسخا ) ، بەرشىنا كەبىر ( 56 ـ نۇسخا ) ، جاۋارنىڭ كۈندۈر ( 127 ـ نۇسخا ) قاتارلىق دورىلارنى داۋاملىق بېرىش لازىم . قۇلاقتىن يىرىڭ ئېقىش توختىمسا ، ئالدى بىلەن قۇلاقنى تۆز سۈيىگە چىلانغان پىلتىكۇچتە تازىلىغاندىن كېيىن ، 2 ھەسسە كالا ئۆتىگە 1 ھەسسە ھەسەل ئارىلاشتۇرۇپ قۇلاق ئىچىگە سۈركىسە ، پىيازنى چاناپ داكىغا ئېلىپ مىجىپ ، چىققان سۈيىگە تۇخۇم ئېقى قوشۇپ قۇلاققا تېمىتسا ، ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ . ساپ ھەسەل ياكى كۈدە سۈيىنى قۇلاققا تېمىتسا يىرىڭنى تازىلايدۇ .

6 ) كۈندۈر ، خۇنسىياۋشان ، مەدەستانلارنىڭ ھەر بىرىدىن 10 گرام ، كۈدە سۈيىدىن 15 مىللىلىتىر ، سىركىدىن 30 مىللىلىتىر ئېلىپ ، قائىدە بويىچە مەلھەم قىلىپ ، قۇلاققا سۈركىسە ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ .

( بورتالا ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

7 ) پىيازنى ئېزىپ سۈيىنى چىقىرىپ ، 100 گرام پىياز سۈيىگە 50 گرام سىركە قوشۇپ ، سوقۇپ ئۈپا ھالەتكە كەلتۈرۈلگەن ئەنزۇرۇتتىن 10 گرام ئارىلاشتۇرۇپ ، سۈس ئوتتا 5 مىنۇت ئەتراپىدا قايناتقاندىن كېيىن سۈزۈپ قۇلاققا تېمىتسا ، ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ .

## گاسلىق

بۇ ، تۇغما سەۋەبتىن باشقا ، ياشنىڭ چوڭىيىشى ، بەدەن قۇۋۇتىنىڭ ئاجىزلىشىشى ، زەخىم ، قىزىتمىلىق كېسەللىكلەر ، مىجەز بۇزۇلۇش ، دورىلارنىڭ زەھىرى ۋە قۇلاق پەردىلىرىنىڭ يىرتىلىشى قاتارلىق سەۋەبلەردىن كېلىپ چىقىدىغان ، ئاۋازلارنى يېرىم ياكى پۈتۈنلەي ئاڭلىيالماسلىق كېسەللىكى بولۇپ ، كەلتۈرۈپ چىقارغان سەۋەبلەرگە خاس بەلگىلەردىن باشقا ، دەسلەپ ئاڭلاش قۇۋۇتى ئاجىزلىشىش ، بارا ـ بارا پۈتۈنلەي ئاڭلىيالماسلىق ، بەزىدە توساتتىنلا پۈتۈنلەي ئاڭلىيالماسلىق ئالامىتى بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

سەۋەبلىرىگە قارىتا داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ .

1 ) تۇغما بولغانلىرى ۋە زىيادە قېرىلىق ھەم نېرۋىلارنىڭ بۇزۇلۇشىدىن بولغانلىرىغا دورا قىلىنمايدۇ .

2 ) مىجەز بۇزۇلۇشتىن بولغانلىرىغا سەۋەبچى ماددىغا قارىتا تازىلاش ئېلىپ بېرىلىدۇ . مەتبۇخى ئەپتسۇن ( 253 ـ نۇسخا ) ، مەتبۇخى ھېلىلە ( 261 ـ نۇسخا ) ۋە ئايارەجلەر بىلەن ماددا تازىلىنىدۇ .

3 ) قۇلاقنا كىر تولۇۋالغانلىقتىن كېلىپ چىققان بولسا ، قۇلاققا كۇنجۇت يېغى ياكى بادام يېغى ( 282 ـ نۇسخا ) بىرنەچچە كۇن تېمىتىلىپ ، قۇلاق كىرى يۇمشىغاندىن كېيىن ، جۇپتەك بىلەن ئاستاغىنا قىسىپ ئېلىۋېتىلىدۇ .

4 ) پەيدىنپەي قۇلاق ئېغىرلاشقانلارغا چايان يېغى ( 280 ـ نۇسخا ) ۋە چۇمۇلە يېغى ( 295 ـ نۇسخا ) قۇلاققا تامدۇرۇلۇش بىلەن بىللە ، مەجۇنى ئىترىپىل سەغىر (110 ـ نۇسخا) 5 گرامدىن كۇندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## بۇرۇن يىللۇغى

بۇ ، ئىرسىيەت ئامىلى ۋە ھەرخىل چاڭ ـ توزان ، سېسىق پۇراق ، ئىس ـ تۈتەكلەرنىڭ غىدىقلىشى ، زۇكام ۋە بەزى يۇقۇملۇق كېسەللىكلەرنىڭ ئاساسىتى ، سوغۇق ئۆتۈش قاتارلىق سەۋەبلەردىن كېلىپ چىقىدىغان بۇرۇن ئىچىدىكى نېپىز پەردىنىڭ ئىششىپ قېلىشىدىن ئىبارەت سوزۇلما خاراكتېرلىك كېسەللىك بولۇپ ، بۇرۇن ئىچى قىزىرىش ، قىچىشىش ، ئاغرىش ، بەزىدە ئومۇمىي بەدەن قىزىتىش ، دىماغ پۈتۈش ، باش چىڭقىلىپ ئاغرىش ، چۈشكۈرۈش ، بۇرۇن شىللىق پەردىلىرى قىزىرىش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) سەۋەبىگە قارىتا چارە قىلىنىدۇ . كەلتۈرۈپ چىقارغان سەۋەبچى ئامىللىرىن يىراقلاشتۇرۇلىدۇ . مۇۋاپىق بەدەن چېنىقتۇرۇپ ، بەدەننىڭ قارشىلىق كۈچىنى ئاشۇرۇش تەۋسىيە قىلىنىدۇ .

2 ) زىيادە سەسكىنىش سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا ، زىيادە سېزىمچانلىق كېسەللىكىنى داۋالاشتا كۆرسىتىلگەن چارىلەر بويىچە داۋالىنىدۇ .

3 ) بۇرۇن شىللىق پەردىلىرى ئىششىغان بولۇپ ، بۇرۇندىن داۋاملىق سۇ ئېقىپ تۇرىدىغانلارغا ھەببى شىپا ( 33 ـ نۇسخا ) نى ئەرەقى بەدىيان ياكى ئەرەقى ئەنگۈرشىپا (262 ـ نۇسخا) بىلەن ئىچۈرسە بولىدۇ.

4 ) داۋاملىق دىمىغى پۇتۇپ ، چۇشكۇرۇپ تۇرغۇچىلارغا بەلغەمدىن ۋە سوغۇقتىن بولغان زۇكامغا قىلىنىدىغان چارىلەر بويىچە كاشكاپ تەييارلاپ بېرىلىدۇ .

5 ) بۇرۇن ئىچى تاتلىق بادام يېغى ( 281 ـ نۇسخا ) ياكى رەۋغىنى ۋەرد ( 297 ـ نۇسخا ) ، رەۋغىنى مۇرەتتىب ( 296 ـ نۇسخا ) لەردىن بىرسى بىلەن ياغلىنىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## بۇرۇن ئىچىگە جاراھەت چىقىش

بۇ ، يۇقۇملىنىش ، قىزىتمىلىق كېسەللىكلەرنىڭ قىزىتمىسى قايتىش دەۋرىدە قوقاق چىقىش ، بۇرۇننى كولاپ زىدە قىلىشتىن كېيىن يۇقۇملىنىش ، ئاتىشەك ، يەل يارىلار ۋە بۇرۇن ئىچىگە چىققان مۇدۇرلارنىڭ كونىراپ قېلىشى قاتارلىق سەۋەبلەردىن كېلىپ چىقىدىغان بۇرۇن ئىچىگە چىقىدىغان يىرىڭلىق چاقىلار بولۇپ ، بۇرۇن ئىچى ـ تېشى ئىششىش ، ئاغرىش ، قىزىرىش ، بەزىدە قاناش ، يىرىڭ يىغىپ ئېغىز ئېلىش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) خىلىتلار تەڭپۇڭلۇقى بۇزۇلۇشتىن كېلىپ چىققان ۋە ئۇزاققا سوزۇلغان چاقىلارغا خىلىتنى مۇۋاپىق تەڭشىگۈچى دورىلار بېرىلىدۇ . شۇنىڭ بىلەن بىللە ، ئۇپۇنەتنى يوقىتىش ، ئىششىقنى ياندۇرۇش ، جارا-ھەتنى پۈتتۈرۈش ۋە قۇرۇتۇپ ساقايتىش مەقسىتىدە ئايارەج پەيقىرا (1 - نۇسخا ) ، ھەببى كىبرىت ( 40 - نۇسخا ) ، مەجۇنى چۆبچىنى ( 64 - نۇسخا ) ، ھەببى سىماب ( 22 - نۇسخا ) قاتارلىقلارنى بېرىش بىلەن بىللە ، سۇپۇپى چارىدورا ( 203 - نۇسخا ) دەملەپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

2 ) بۇرۇن ئىچى ماموراڭچىنى قاينىتماسى بىلەن يۇيۇلىدۇ .

3 ) بۇرۇن ئىچىگە گۈل يېغى ۋە بادام يېغى تېمىتىپ دىماغقا تارتىپ ، جاراھەت يۇزى مايلىنىدۇ .

4 ) جاراھەتنى يۇمشىتىش ۋە قاقاچلىرىنى ئاجرىتىش ئۈچۈن ، مەرھىمى كىبرىت ( 310 - نۇسخا ) بىلەن مايلىنىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## بۇرۇن قانىاش

بۇ ، ئۆتكۈر قىزىتمىلىق كېسەللىكلەرنىڭ بوھران مەزگىلىدە ۋە قانىنىڭ سۇيۇلۇپ يېپىشقاقلىقىنىڭ تۆۋەنلەپ كېتىشى ، بۇرۇن ئىچىدىكى ئۇشتاق قان تومۇرلارنىڭ يېرىلىشى ياكى بۇرۇن ئىچىنىڭ قۇرغاقلىشىشى ، قان ياسغۇچى ئورگانلار پائالىيىتىنىڭ ناچارلىشىشى ، بۇرۇن كولاش ئادىتى قاتارلىق سەۋەبلەردىن ئۇشتۇمتوت كۆرۈلىدىغان ، ئۇزاققا سوزۇلىدىغان ، كۆپ ئۇچرايدىغان كېسەللىك بولۇپ ، بۇرۇن ئۇشتۇمتوت قاناپ كېتىش ، قان پات توختىماسلىق ، بەزىدە باش ئاغرىش ، يۇز - كۆزى قىزىرىش ، كۆپرەك قان ئاققاندا چىرايى تاتىرىش ، يۈرەك سېلىش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) سەپرانىڭ ئۆتكۈرلۈكىدىن كېلىپ چىققان بولسا ، شەربىتى ئۈنناب ( قاندىن بولغان باش ئاغرىقىنى داۋالاشقا قارالسۇن ) ، شەربىتى نىلۇپەر ( قاندىن بولغان باش ئاغرىقىنى داۋالاشقا قارالسۇن ) ، شەربىتى ئەنجىبار ( 223 ـ نۇسخا ) ، شەربىتى زىرىشكە ( ئۆت ياللۇغىنى داۋالاشقا قارالسۇن ) ، قۇرسى كەھرىۋا ( 170 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلار مۇۋاپىق مىقداردا بېرىلىدۇ . گىلى ئەرمەنى ، نىشاستىدىن 3 گرامدىن ، كافۇردىن 1 گرام ئېلىپ ، يۇمشاق ئېزىپ ، تۇخۇم ئېقىغا ئارىلاشتۇرۇپ ، پىلتىكۈچ بىلەن بۇرۇن ئىچىگە سېلىنىدۇ .

2 ) سەندەل ۋە كافۇرنى گۈلابتا ئېزىپ پېشانىگە چاپسا بولىدۇ .

3 ) باشقا سەۋەبتىن بولغانلىرىغا موزا ، يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى ، تۇخۇمەن توزۇندىسى ، كۈندۈر ، سەبرە سۇقۇتىرى ، خۇنسىياۋشان ، زەمچە قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ ، پاختىنى تۇخۇم ئېقىغا مىلەپ ، يۇقىرىقى تالقانغا يېپىشتۇرۇپ ، بۇرۇن تۆشۈكىدىن تىقىپ قويۇلىدۇ .

( قەشقەر ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

4 ) قان سۈيۈلۈپ كېتىشتىن كېلىپ چىققان پات ـ پات بۇرۇن قاناشنى داۋالاشتا ، قانىنى قويۇقلاشتۇرۇش ئۈچۈن شەربىتى ئەنجىبار ( 223 ـ نۇسخا ) ، شەربىتى خەشخاش ( 229 ـ نۇسخا ) ، سۇ-پۇپى مۇغەللەز ( 219 ـ نۇسخا ) قاتارلىق دورىلار ئۆز مىقدارى بويىچە بېرىلىدۇ .

5 ) ئۇزۇم تالىنىڭ يۇمران نوتىسىنى سوقۇپ سىقىپ ، سۈيىنى ئېلىپ ، بۇ سۇدىن 500 مىللىلىتىرغا 100 گرام ناۋات سېلىپ ئاستا ئېرىتىپ ، بىراقلا ئىچسە بولىدۇ .

6 ) نوپۇخى رۇئاب ( 335 ـ نۇسخا ) ياكى نوپۇخى رۇئاب مۇ-جەررەپ ( 336 ـ نۇسخا ) بۇرۇنغا پۈركۈلىدۇ .

7 ) پەتىلە رۇئاب ( 337 ـ نۇسخا ) قا پاختىنى كاللەكلەپ مىلەپ ، بۇرۇنغا تىقىپ قويۇلىدۇ .

8 ) باش مۇزلۇق سۇ بىلەن يۇيۇلىدۇ .

9 ) بۇرۇن قاناشتىن كېيىن كەم قانلىق ۋە بەدەن ئاجىزلىق ئالامىتى كۆرۈلسە ، مەجۇنى خۇبسلىھەدىد ( 69 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ . ئانار شەربىتى ( 231 ـ نۇسخا ) ، شەربىتى زەبىب ( 228 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلار بېرىلىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

10 ) 20 گرام كەھرىۋانىي يۇمشاق سوقۇپ كۈندە 2 قېتىم 2 گرامدىن ئىچىدۇ .

11 ) بۇرۇن قانىغان ھامان تۇخۇم ئېقىغا چىلانغان پاختىنى كەھرىۋا تالقىنىغا مىلەپ بۇرۇنغا تىقىپ قويسا ياكى تۇخۇم ئېقىغا 3 گرام كەھرىۋا ئارىلاشتۇرۇپ پېشانە ۋە بۇرۇنىنىڭ ئىككى تەرىپىگە چاپسا بولىدۇ .

12 ) گىلى ئەرمەنى ، ئەرەب يېلىمى ، خۇنسياۋشان ، كەتىرا ، بۇغداي كراخملى ، ئاقاقىيا ، ئانارگۈلى ، لەھيە تۇتتىس ھەر بىرىدىن 5 گرامدىن ئېلىپ تالقانلاپ ، پاقا يوپۇرمىقى قىيامىدا خېمىر قىلىپ ، كۈندە 2 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 3 گرام ئىستېمال قىلىنىدۇ .

13 ) كۆيدۈرۈلگەن بۇغا مۈڭگۈزى ، ئانار پوستىنىڭ ھەر بىرىدىن 80 گرام ، ئانار گۈلىدىن 60 گرام ، كەھرىۋا تالقىنىدىن 20 گرام ، موزىدىن 30 گرام ، پىلە غوزا كۈلىدىن 15 گرام ئېلىپ تالقانلاپ ، كۈندە 2 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 5 گرامدىن تاماقتىن كېيىن ئىستېمال قىلىنىدۇ .

14 ) ھەركۈنى 50 گرام جىگەرنى قاينىتىپ سۈدا چالا پىشۇرۇپ يېسە بولىدۇ .

15 ) قۇرۇق قىزىلگۈل ، خوخا يوپۇرمىقى ۋە غولىنىڭ ھەر بىرىدىن 12 گرام ، ئانارگۈلى ، ئانار پوستى ، تاجگۈل ھەر بىرىدىن 10 گرام ، سۇمبۇل ، گاۋزىبان ، خەشخاش ھەر بىرىدىن 3 گرام ، سەندەلدىن 1 گرام ئېلىپ چالا سوقۇپ ، 5 گرامدىن دەملەپ ئىچۈرۈلىدۇ .

( مارالبېشى ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

# بۇرۇن قۇرت كېسەللىكى

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) شاتۇت يوپۇرمىقىنى سەۋزە كۆكى بىلەن بىللە ئېزىپ سىقىپ ، سۈيىنى بۇرۇنغا تېمىتىش لازىم .

2 ) يالپۇزنى ئېزىپ سىقىپ ، سۈيىنى قۇرت چۈشكەن ئەزاغا تېمىتسا ، قۇرتنى ئۆلتۈرىدۇ .

# ئېغىز پۇراش

بۇ ، چىش تۈۋىنىڭ كېسەللىكلىرى ، ئوزۇقلۇق يېتىشمەسلىك ، سېسىق پۇراقلىق نەرسىلەرنى كۆپ يېيىش ، ئېغىز ئىچى تازىلىقى ياخشى بولماسلىق سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدىغان ئېغىزنىڭ سېسىق پۇراش ئالامىتىدىن ئىبارەت .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) سامساق ، سۇغىپىياز ، كۈدە قاتارلىقلارنى كۆپ يېيىشتىن كېلىپ چىققان ئېغىز پۇراشنى ئازراق قارا چاينى چاينىۋېتىش ئارقىلىق يوقاتقىلى بولىدۇ .

2 ) ئېغىز يارىلىنىشتىن كېلىپ چىققان ئېغىز پۇراش پىننىدىن 10 گرام ، ئارپىدىن 3 گرام ، تۆگىقۇلاقتىن 5 گرام ، چۈچۈكبۇيىدىن 4 گرام قاينىتىپ ئىچىۋەتسە يوقىلىدۇ .

3 ) چىش يالىلۇغىدىن كېلىپ چىققان ئېغىز پۇراش تاۋۇز شىرىسىنى ئىششىغان جايغا تېمىتىۋەتسە يوقىلىدۇ .

4 ) ئاشقازان يالىلۇغىدىن كېلىپ چىققان ئېغىز پۇراش 2 ـــ 3 تال رېندان مېغىزى چاينىۋەتسە ناھايىتى ئاسانلا يوقىلىدۇ .

5 ) ئادەت خاراكتېرلىك ئېغىز پۇراش سانادىن 6 گرام ،

چۇچۇكبۇيىدىن 5 گرامنى 200 مىللىلىتىر سۇدا قاينىتىپ ، ئىغىزدا 1 مىنۇت تۇرغۇزغاندىن كېيىن يۇتۇۋەتسە يوقلىدۇ . بۇخىل ئۇسۇلنى ھەيز كۆرۈۋاتقان ۋە ھامىلدار ئاياللار ئىشلەتسە بولمايدۇ .

6 ) ئوزۇقلۇق يېتىشمەسلىكتىن كېلىپ چىققانلارغا ھەرخىل سەي ـ كۆكتات ، بولۇپمۇ مېۋە ـ چېۋىلەرنى كۆپرەك يەپ بېرىش تەۋسىيە قىلىنىدۇ .

7 ) قان بۇزۇلۇشتىن كېلىپ چىققانلارغا چۇچۇمەل تەملىك مېۋىلەرنى كۆپرەك يېيىش ، جىغان ۋە ئازغان مېۋىسىنى چاي دەملەپ ئىچىش بۇيرۇلىدۇ .

8 ) ئومۇمەن ، قايسى خىلدىكى ئىغىز پۇراش بولسۇن ، ھەممىسىدە ئىغىز تازىلىقىنى ياخشى تۇتۇش ، كۈنىگە 2 قېتىم چىشنى چوتكىلاش لازىم . چىش قاناش ئەھۋالى بولسا ، مەخسۇس داۋالىنىش بىلەن بىللە ، تۆۋەندىكى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ :

( 1 ) لاچىندانە ھىندىنى داۋاملىق شۇمۇپ يۇرۇشكە بۇيرۇلىدۇ .

( 2 ) مەجۇنى بەرشىشا كەبىر ( 56 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى ئىترىپىل كەشنىزى ( 114 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى ماددەتۇلھايات ( 85 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى مەسھا ( 86 ـ نۇسخا ) ، مەجۇنى نانىخا ( 97 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلاردىن بىر ـ ئىككىسى تاللاپ مۇۋاپىق ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## چىش ئاغرىقى

بۇ ، مىجەزنىڭ ماددىلىق ۋە ماددىسىز بۇزۇلۇشى ، قۇرت چۈشۈش ، يالۇغلىنىش ، چىش تۈۋى تازىلىقىنىڭ ناچارلىقى ، ناچار ئوزۇقلىنىش ئادىتى ۋە سۈپەتسىز يېمەكلىكلەر ، ئاشقازاندىن ئۆرلىگەن قويۇق يەل ۋە بەزى كېسەللىكلەرنىڭ ئاسارىتى سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدىغان ، ھەممە ياشتىكى كىشىلەردە كۆرۈلىدىغان چىش كېسەللىكى بولۇپ ، چىشنىڭ

تۇۋى قىزىرىش ، ئىششش ، ئاغرىش ، شۇنداقلا چىش مىلىكى ، ئېغىز ئىچى ، چىش يىلتىزى لوقۇلداپ ئاغرىش ، بەزىدە ئېگەك قوشۇلۇپ ئاغرىش ۋە ئىششىپ قېلىش ، بەزىلەردە ئاغرىق ئورۇن يىرىك يېغىش ، باشمۇ قوشۇلۇپ ئاغرىشتەك ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

سەۋەبلىرىنى ۋە سەۋەبچى ماددىنى تولۇق ئېنىقلاپ ، سەۋەبنى قارىتا داۋالاش ، سەۋەبچى ماددىنى تازىلاش ، مىجەزنى تەڭشەش بىلەن ئاغرىق پەسەيتىش چارىلىرى قوللىنىلىدۇ .

1 ) چىش ئىسسىقلىقتىن ئاغرىغان بولسا ، ئالدى بىلەن ئارتۇقچە سەپرا ماددىسىنى سۈرۈپ چىقىرىش ۋە قويۇق قانىنى سۇيۇلدۇرۇش چارىسى قىلىنىدۇ . بۇنىڭ ئۈچۈن ، تەمرى ھىندى ، قارىئۆرۈك ، چىلان قاتارلىق دورىلارنىڭ ھەر بىرىدىن 50 گرامدىن ئېلىپ ، مۇۋاپىق مىقداردىكى قاينىق سۇ بىلەن دەملەپ ، سۈزۈغاندىن كېيىن ، بىمارغا كۈندە ئۈسسۈزلۇق ئورنىدا ئىچىشكە بېرىلىدۇ . ئاندىن ئەرەقى كاسىنە ، ئۈزۈم سىركىسى ، تاغ ئالمىسىنىڭ سۇيى قاتارلىق دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ ئېغىزنى چايقىسا ياكى ئىچسىمۇ بولىدۇ . دىنار شەربىتى ( 230 ـ نۇسخا ) ، چىلان شەربىتى ، بەنەپشە شەربىتى ( 227 ـ نۇسخا ) قاتارلىق شەربەتلەردىن قايسىسى تېپىلسا ، شۇنى ئىچۈرۈش لازىم .

2 ) چىش سوغۇقلۇقتىن ئاغرىغان بولسا ، تۇز سۇيى بىلەن ئېغىز چايقاش ، ئاندىن پىلپىل ، كاۋاۋچىن ، خولىنجان ، قارىمۇچ ، ئاقىرقەرھا ، قەلەمپۇر قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ، چالا سوقۇپ ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇدا قاينىتىپ ، سۇيىنى ئېغىزغا ئېلىپ بىرئاز تۇرغۇزغاندىن كېيىن چىقىرىۋەتسە بولىدۇ . تەييار دورىلاردىن ھەببى ئاقىرقەرھانى چىشلەش كېرەك . ئىستېمال قىلىشقا ئەپيۇن قوشۇلغان دورىلاردىن مەجۇنى سەنجىرىنا ( 57 ـ نۇسخا ) ياكى مەجۇنى بەرشىفا ( 56 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ .

3 ) يالـلۇغلىنىشتىن بولغان چىش ئاغرىقىغا يالـلۇغ قايتۇرغۇچى ۋە

ئاغرىق توختاتقۇچى دورىلار بېرىلىدۇ . بۇنىڭ ئۈچۈن ، ئالدى بىلەن ئېغىزنى تۆۋەن سۈيىدە چايقاش بۇيرۇلىدۇ . ئاندىن بىنەپشە ، نېلۇپەر ، قىزىلگۈل ، ئاق لەيلى گۈلى ، پىرسىياۋشان ۋە چۆبچىنى قاتارلىق دورىلارنىڭ ھەر بىرىدىن 8 گرام ئېلىپ ، مۇۋاپىق مىقداردىكى قاينىق سۇدا دەملەپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ . تەييار دورىلاردىن بىنەپشە شەربىتى ( 227 ـ نۇسخا ) ، خەشخاش شەربىتى ( 229 ـ نۇسخا ) ۋە دىنار شەربەتلىرى ( 230 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ .

( تۇرپان ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

4 ) قۇرت يېگەن چىشقا شۇمبۇيا يىلتىزىنى پوستىدىن ئاقلاپ ، 75% لىك ئىسپىرتقا چىلاپ باسسا ، دەرھال ئاغرىق توختايدۇ .

5 ) قۇندۇز قەھرى ، ھىنگ ، مۇرمەككى ، پىلپىل ، كۆكنار ئۇرۇقى ، مىڭدىۋانە ئۇرۇقىدىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ ، نوقۇت چوكۇلۇقىدا ھەب قىلىپ ، ئاغرىق چىشقا بېسىلىدۇ .

6 ) سۇپۇپى سۇنۇن شەببى ( 197 ـ نۇسخا ) ئاغرىق پەسەيتىدۇ ، چىشنى چىڭىتىدۇ . مۇرمەككى ، تۇتىيا ، زەمچە ، نىشاستە ، قىزىلگۈل ، ئاچچىق ئانار يىغىچىنىڭ پوستى ، ھېلىلە ئۇرۇقى ، ئامىلە ، ئانارگۈلى ، موزا ، يۇلغۇن مېۋىسىدىن 10 گرامدىن ئېلىپ ، يۇمشاق سوقۇپ ، چىش تۆشۈگە بېسىلىدۇ .

7 ) چىش سوغۇقلۇقتىن ئاغرىغان بولسا ، ئاقىرقەرھا ، قەلەمپۇر ، ئېگىر قاتارلىقلار سۇيۇپ قىلىنىپ ، ئاغرىق چىشقا بېسىلىدۇ . ئىت ياڭقى گۈلىدىن 100 گرامنى 75% لىك ئىسپىرتتىن 500 مىللىلىتىرغا چىلاپ ، ھەپتە تۇرغۇزغاندىن كېيىن سۈزۈپ ، ياختا شارچىسىغا ئىچۈرۈپ چاپسا بولىدۇ .

-8 ) مۇۋاپىق مىقداردىكى كاۋاۋىچىننى ھاراق رومكىسىغا سېلىپ ، ئۇستىگە ھاراق قۇيۇپ ، ھاراقتا ئوت يېقىپ ، ھاراق رەڭگى سېرىققا ئۆزگەرگەندىن كېيىن ئوتنى ئۆچۈرۈۋېتىپ ، سەل سوۋۇغاندىن كېيىن ئېغىزنى چايقىسا ، ئاغرىقنى دەرھال توختىتىدۇ .

9 ) پـيـاز ئۇرۇقـدىـن 100 گـرام ئېلىپ چالا سوقۇپ ، مۇڭاپىق مـىقـداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ ، دورا تىرىپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ 30 گرام گۈل يېغى ئارىلاشتۇرۇپ ، 5 مىنۇت ئەتراپىدا قاينىتاقاندىن كېيىن ھەرقېتىم چىش ئاغرىغاندا چىشقا تېمىتىلىدۇ .

10 ) ئاچچىقسۇ ، سوۋۇتۇلغان قاينىق سۇدىن 50 مىللىلىتىردىن ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ ، كۈندە 2 قېتىم ئېغىز چايقاشقا بۇيرۇلىدۇ .

11 ) قەتۇرى ئىسنان ( 333 ـ نۇسخا ) چىشقا تېمىتىلىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

12 ) چىش كاۋاك بولۇپ ئاغرىغان بولسا :

( 1 ) كۆكنار يېغىنى چىش كاۋىكىغا تېمىتىش ؛

( 2 ) ھەرە كـۆنـكـىـنـى كـاۋاۋىـچـىن بىلەن قاينىتىپ سۈزۈپ ، سۈيىگە ئازراق تۇز قوشۇپ ئېغىزغا ئېلىپ تۇرۇش ؛

(3) 4 گـرام ئاقـىرقـەرھانـى 0.2 گرام كافۇر بىلەن سوقۇپ ، گۈل يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ چىش كاۋىكىغا قويۇش ؛

( 4 ) كـۈدە ئۇرۇقـى ، پـيـاز ئۇرۇقـى ، مـىـكـدىـۋانـە ئۇرۇقـى قـاتـارلـىـقلارنـى موم بىلەن بىللە چوغ ئۈستىگە قويۇپ ، ۋارونكا ئارقىلىق چىشنى ئىسلاش لازىم .

13 ) چىش تۇۋى بوشاپ كەتكەن بولسا :

( 1 ) قـىـچـا ، ئاقـىرقـەرھا ، پىلىل ۋە ئاق تۇزنى باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ ، چىش تۇۋىگە بېسىش ؛

( 2 ) قـىـزىـلگۈل ، يېسىسمۇق ، پۇرچاق ، نۆشۈدۇر ، كۈچۈلا ، زەپەر ، ئانار پوستىنى يۇمشاق سوقۇپ چىش تۇۋىگە بېسىش ؛

( 3 ) فـۇفـىـلـدىن مەلۇم مىقداردا ئېلىپ ، داۋاملىق چاينىپ ئېغىزدا تۇتۇش لازىم .

14 ) تۆۋەندىكى چارىلەر چىش ئاغرىقىغا ئوبدان ئۇنۇم بېرىدۇ :

( 1 ) سـىركە بىلەن گۈلابنى ئارىلاشتۇرۇپ ، ئۇنىڭغا ئازراق كافۇر قوشۇپ ئېغىز چايقىلىدۇ .

( 2 ) ئىت ئۇزۇمى ، ھۆل يۇمغاقسۇت ، پاقا يوپۇرمىقى قاتارلىقلارنى سىقىپ ياكى قاينىتىپ ، سۇيى ئېغىزدا تۇتۇلىدۇ .

( 3 ) رۇمبەدىيان بىلەن زىرىنى قاينىتىپ ، سۇيى بىلەن ئېغىز چايقىلىدۇ .

( 4 ) يىلان پوستىنى سىركىدە قاينىتىپ ، سۇيىدە ئېغىز چايقىلىدۇ .

( 5 ) ئۇزۇم تال پوستىنى يوپۇرمىقى بىلەن قاينىتىپ ، سۇيىدە ئېغىز چايقىلىدۇ .

( 6 ) كاۋاۋچىننى سۇدا قاينىتىپ ئازراق زەمچە سېلىپ ، سۇيىدە ئېغىز چايقىلىدۇ .

( 7 ) تېرەكنىكى قاتتىق قوۋزىقى ، ئىسلانغان قومۇش ، كاۋاۋچىندىن تەكى مىقدارىدا ئېلىپ قاينىتىپ ، ئېغىز چايقىلىدۇ .

( 8 ) ئاپتاپپەرەس يىلتىزى ، سېرىق ئەمەندىن 250 گرامدىن ، كاۋاۋچىن ، قارا ھېلىلە ، ئاق تۇزدىن 15 گرامدىن ئېلىپ ، مۇۋاپىق سۇدا قاينىتىپ ، ئىلمان ھالدا ئېغىز چايقىلىدۇ .

( 9 ) ئاقىرقەرھا ، بەزىرۇلبەنجىدىن 10 گرامدىن ، خەشخاشتىن 11 گرام ، كۆك ماشتىن 15 گرام ئېلىپ چالا سوقۇپ قاينىتىپ ، سۇيى بىلەن ئېغىز چايقىلىدۇ .

( 10 ) چىش بەلغەمدىن ئاغرىغان بولسا ، ئاق تۇرىبۇتتىن 10 گرام ، سۆرۈنجان ، سېرىق ھېلىلىدىن 5 گرامدىن ، قىزىلگۈل ، بىنەپشە ، سېرىق ئوت ، تاشتۇز ، بوزىدان ، رۇمبەدىيان ، پىشۇرۇلغان سوقمۇنيا ، مۇقىل ، غاريقۇن ، سەكبىنەجتىن 3 گرامدىن ئېلىپ ، يۇمشاق سوقۇپ ، ئەرەقى بەدىيان بىلەن يۇغۇرۇپ ، نوقۇتتەك ھەب قىلىپ ، 10 تالدىن كۈندە 2 ۋاخ بېرىلىدۇ .

( قەشقەر ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

15 ) قۇرت چۈشكەن چىشنى داۋالاشتا :

( 1 ) شاتۇت پوستىدىن 24 گرام ، كۈشتە قىلىنغان سەدەپ ، ئاق

تـۇز ، سـۆئىدى كـۇپـى ، مـەسـتـىكى رۇمى قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 12 گـرامـدىـن ئېلـىـپ ، سـوقۇپ تاسقاپ سۇيۇپ تەييارلاپ ، كۇنده 2 قېتىم چىشقا بېسىلىدۇ .

( 2 ) شـاپـتـۇل يـوپـۇرمـەقىنى قاينىتىپ ، سۇيىنى ئىلمان ھالەتتە قۇرت يېگەن چىشقا تېمىتسا بولىدۇ .

( 3 ) پـيـاز ئۇرۇقـىنى ئوتتا كۆيدۈرۈپ ، تۇتۇنىده قۇرت يېگەن چىشنى بۇسلسا بولىدۇ .

( 4 ) ئـت يـاڭـىقى يـوپۇرمەقىنى ئېزىپ سەقىپ ، سۇيىنى قۇرت يېگەن چىشقا تېمىتسا بولىدۇ .

## ئاۋاز پۇتۇپ قېلىش

بـۇ ، مـىجەز بۇزۇلۇش ، زۇكامنىڭ نەزلىسى ساقىش ، گالىنىڭ قۇر-غـاقـلـىـقى ئېـشـىـپ كېتىش ، سىرتتىن سوغۇق ۋە زىيادە غىدىقلىغۇچىلار تـەسـىـر قـىلىش قاتارلىق سەۋەبلەردىن كېلىپ چىقىدىغان كېسەللىك بو-لـۇپ ، گـال ئـىچى قـىـچـىـشـىـپ قۇرۇپ تۇرۇش ، بەزىده گال قوشۇلۇپ ئاغـرىـش ، سـۆزلـىـگـەنده ئاۋاز تولۇق چىقماي خىرقىراپ قېلىش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

سەۋەبىگە قارىتا چارە قىلىنىدۇ .

1 ) قـۇرۇقـلـۇقـتـىـن بـولـغـان بولسا ، ھۆللەشتۇرگۈچى ، نەملىك يەتكۈزگۈچى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ .

( 1 ) ھەبـىـ سوئال بارىد ( 17 ـ نۇسخا ) كۇنىگە 3 ۋاخ 3 تالدىن شۇمۇشكە بېرىلىدۇ .

( 2 ) قـاپـاق ئۇرۇقى مېغىزى ، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى قاتارلىقلارنىڭ شىرىسى بىنەپشە شەربىتى (227 ـ نـۇسـخـا ) ۋە نـېـلـۇپەر شەربىتى ( قاندىن بولغان باش ئاغرىقىنى

داۋالاشقا قارالسۇن ) نىڭ بىرى بىلەن ئىچۈرۈلىدۇ .

( 3 ) ئۆچكە سۈتىنگە ئازراق زەنجىۋىل قوشۇپ ئىچۈرۈلىدۇ .

( 4 ) تامىقنىغا چالا پىشۇرۇلغان تۇخۇم ۋە توخو گۆشىنى سەۋزە ، چامغۇرلار بىلەن پىشۇرۇپ يېيىشكە بېرىلىدۇ .

2 ) ھۆللۈك ۋە سوغۇقلۇقتىن بولغان بولسا :

( 1 ) نەپەس يوللىرىنى تازىلاش ئۈچۈن ، ھەببى غارىقۇن ( 34 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ .

( 2 ) زىغىر ئۇرۇقى ، ئاچچىق بادام مېغىزى ، رۇمبەدىيان ، رۇبـ بىسۇس ، ئەرەب يېلىمىدىن 3 گرامدىن ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ ، بېھى ئۇرۇقى شىرىسى بىلەن خېمىر قىلىپ ، نوقۇتتەك كۇمىلاچ قىلىپ ، ھەرقېتىمدا 3 تالدىن كۇنىگە 3 قېتىم شۇمۇشكە بېرىلىدۇ .

3 ) زۇكام ۋە نەزلە تەسىرىدىن بولغان بولسا :

( 1 ) لوئۇقى سەرپىستان ( 175 ـ نۇسخا ) ۋە چىلان شەربىتى ( قاندىن بولغان باش ئاغرىقنى داۋالاشقا قارالسۇن ) گە كۆكنار ئۇرۇقى ۋە بادام مېغىزى شىرىلىرى قوشۇپ ئىچۈرۈلىدۇ .

( 2 ) زىغىر ئۇرۇقىدىن 20 گرام ، ئەنگۇرشىپادىن 10 گرام ، كۆكنار شاكىلدىن 5 گرام ئېلىپ ، 300 مىللىلىتىر سۇدا قاينىتىپ سۇـ زۇپ ، ئازراق سەمغى ئەرەبى قوشۇپ ، ئېغىز ئىچىدە ئۇزاقراق تۇرغۇزۇپ ، ئاز ـ ئازدىن يۇتۇلىدۇ .

4 ) غىرتىلداقنىڭ مىجەزى بۇزۇلغان بولسا :

( 1 ) ئارپا قاينىتمىسى ئىچىشكە بۇيرۇلىدۇ .

( 2 ) ئاقلانغان ئارپا ، چىلان ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، سەرپىستان مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىنىپ ، قاينىتىپ ، سۈيىگە ناۋات سېلىپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

( قەشقەر ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

5 ) ئۇزاقتا سوزۇلغان ئاۋاز پۈتۈشكە لوئۇقى تېيىن ( 174 ـ نۇسـ خا ) مۇۋاپىق مىقدارda شۇمۇشكە بېرىلىدۇ ۋە بۇنىڭ بىلەن بىللە ،

كاكىنەچ ، قىچا ، چەلەك قاتارلىقلاردىن باراۋمر مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ ، گۈل غەر ـ غەر قىلىنىدۇ .

6 ) تۆۋەندىكى چارىلەر ئاۋاز پۇتۇشكە ئوبدان پايدا قىلىدۇ :

( 1 ) شاتۇت شېخىدىن 12 گرام ، چىلاندىن 5 دانە ئېلىپ ، سۇدا قاينىتىپ ، سۇيىدە ئېغىز چايقىلىدۇ .

( 2 ) ئەنگۈرشىپادىن 20 گرام ، غارىقۇندىن 15 گرام ، كاكىنەچتىن 12 گرام ئېلىپ ، 500 مىللىلىتىر قايناق سۇغا چىلاپ تاتلىقىنى چىقىرىپ ، چىققان سۇغا 200 مىللىلىتىر كونا سىركە قوشۇپ ، گال غەر ـ غەر قىلىنىدۇ .

( 3 ) لوئۇقى كەتان ( 183 ـ نۇسخا ) 15 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ شۇمۇشكە بېرىلىدۇ .

( 4 ) ھەببى بەھتۇسسەۋت ( 8 ـ نۇسخا ) 10 تالدىن كۈندە 4 ۋاخ شۇمۇشكە بېرىلىدۇ .

7 ) بىمار چاك ـ توزان ، ئىس ـ تۈتەكتە قېلىش ، ئاچچىق ـ چۈچۈك يېمەكلىك ، لازا ـ ئاچچىقسۇ ، ھاراق ، ئۆتكۈر قىزىق ۋە سوغۇق نەرسىلەرنى يېيىش ، ئىچىش ، تاماكا چېكىش ، قاتتىق ئاۋازدا ۋارقىراش قاتارلىق ئىشلاردىن پەرھىز قىلىشقا بۇيرۇلىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## بادامسىمان بەز ياللۇغى

بۇ ، زىيادە چارچاش ، بەدەن ئاجىزلىشىش ، سوغۇققا چىلىقىش ، زۇكام بولۇش ۋە خىلتىلار تەڭپۇڭلۇقى بۇزۇلۇش قاتارلىق سەۋەبلەردىن كېلىپ چىقىدىغان ، تاماقنىڭ ئىككى يېنىدىكى بەزلەرنىڭ قىزىرىپ ئىششىپ قېلىش كېسەللىكى بولۇپ ، گال ئاغرىپ تاماق قىزىرىپ ئىششىپ ، يۇتۇش قىيىنلىشىش ، بەدەن ھارارىتى ئۆرلەپ ، جۇغ ـ جۇغ بولۇپ تىترەش ، پۇتۇن بەدەن ماغدۇرسىزلىنىش ، بۇلجۇڭ گۆشلەر ۋە

بوغۇملار ئاغرىش ، بادامسمان بەزلەر چوڭىيىش ، قىزىرىش ، ئىششىش ، بادامسمان بەزلەر يۇزىدە يىرىڭلىق توچكىلار كۆرۈلۈش ، باش ئاغرىش ، قىزىتىش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

ئالدى بىلەن كېسەلنى تەپسىلىي تەكشۈرۈپ ، كېسەللىك سەۋەبىنى تېپىپ چىقىپ ، سەۋەبىگە قارىتا چارە قىلىش ، ئاندىن سىرتقى جەھەتتىن ۋە ئىچكى جەھەتتىن دورا ئىشلىتىپ داۋالاشنى بىرلەشتۈرۈش لازىم .

1 ) كېسەللىك ماددىسىز ئىسسىقلىق ياكى قان ، سەپرانىك ئۆزگىرىشىدىن كېلىپ چىققان بولسا ، 30 گرام ئىسپىغۇلنىك لۇئابىنى چىقىرىپ ئېغىز چايقىتىلىدۇ . گۈلى بىنەپشىدىن 12 گرام ، ئەنگۈرشىپا ، كاسنە ئۇرۇقى ھەر بىرىدىن 10 گرام ، تەمرى ھىندىدىن 30 گرام ، خىيارشەنبەردىن 45 گرام ئېلىپ ، 500 گرام ئەرەقى كاسنە ياكى ئەرەقى ئەنگۈرشىپاغا چىلاپ ، كۈندە 2 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 50 ــ 100 گرام ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ . ئەگەر ئىششىق قىزىرىپ يىرىڭلىغان بولسا ، يىرىڭنى يوقىتىش ئۈچۈن 30 گرام ئىسپىغۇل لۇئابىغا 3 گرام گىلى ئەرمەنىنى يۇمشاق سوقۇپ ئارىلاشتۇرۇپ ، ئېغىز چايقىتىلىدۇ .

2 ) ئەگەر بۇ كېسەللىك ماددىسىز سوغۇقلۇق ياكى بەلغەمنىڭ ئۆزگىرىشىدىن بولغان بولسا ، ئېگىردىن 6 گرام ، كاۋاۋىچىن ، پىلپىلدىن 3 گرامدىن ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ ، قايناق سۇ بىلەن تەڭشەپ ، 2 ــ 5 مىنۇت ئېغىزدا تۇرغۇزۇلىدۇ .

3 ) ئىچكى جەھەتتىن داۋالاشتا ، 30 گرام شاتۇتنى 500 گرام ئەرەقى بەدىيانغا چىلاپ قويۇپ ، كۈندە 2 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 50 گرامدىن ئىستېمال قىلدۇرسا بولىدۇ .

4 ) ئەگەر كېسەللىك سوزۇلمىغا ئايلىنىپ ئىششىق قېتىۋالغان بولسا ، ئايارەج لۇغازىيا ( 105 ـ نۇسخا ) كۈندە 1 قېتىم 0: گرامدىن 3 كۈنگىچە ئىستېمال قىلدۇرۇلغاندىن كېيىن ، ئىترىپىل چۆبچىنى

(65 ـ نۇسخا ) قائىدە بويىچە ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

( خوتەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

5 ) بادامسىمان بەز يالۇغنىڭ ئۆتكۈر دەۋرىدە تۆۋەندىكى چارىلەر قىلىنىدۇ :

( 1 ) تەمرى ھىندىدىن 15 گرامنى قاياناق سۇغا چىلاپ ، تەمنى چىقىرىپ ئىچۈرسە ، زۆرۈر تېپىلغاندا قىزىتما يانغۇچە كۈنىگە 3 قېتىمدىن ئىچۈرسە بولىدۇ .

( 2 ) كاكىنەچتىن 50 گرامنى 500 مىللىلىتىر سۇ بىلەن قاينىتىپ ئېلىپ قويۇپ ، كۈنىگە 5 ـــ 6 قېتىم ئېغىزغا ئېلىپ ، گالىنى غەر ـ غەر قىلسا بولىدۇ .

( 3 ) شاتۇت شەربىتى (242 ـ نۇسخا) ياكى بىنەپشە شەربىتى (227 ـ نۇسخا ) 30 مىللىلىتىردىن كۈندە 3 ۋاخ ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

( 4 ) گۈلى بىنەپشە ، نېلۇپەر ، گاۋزىبان ، يۇمغاقسۇت ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، بېھى ئۇرۇقى ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، تەمرى ھىندى ، كاكىنەچ ھەر بىرىدىن 10 گرام ، چىلان ، شاتۇت قېقىدىن 20 گرامدىن ، زىغىر ، ئەنگۈرشىپادىن 15 گرامدىن ، ئىسپىغۇلدىن 12 گرام ئېلىپ ، دەملەپ چاي ئورنىدا ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

( 5 ) يالاقنىڭ كۆك پوستىنى قاينىتىپ ، ئازراق شېكەر قوشۇپ ، گال غەر ـ غەر قىلىنىدۇ .

6 ) بادامسىمان بەزنىڭ ئىششىقى ئۇزاققىچە يانمىسا :

( 1 ) گالىنىڭ سىرتىدىن بىنەپشە يېغى چېپىپ ئىسسىق ئۆتكۈزۈلىدۇ .

( 2 ) مۇشۇ ماۋزۇنىڭ 5 ) نىڭ ( 4 ) سىدە كۆرسىتىلگەن دەملەنمە داۋاملىق ئىچۈرۈلىدۇ .

( 3 ) ھەركۈنى ئۇخلاشتىن بۇرۇن ئەنگۈرشىپانىڭ قويۇقلاشتۇرۇلغان رۇببىسنى سۇدا ئېرىتىپ چېپىپ يېتىپ ، ئەتىگەندە يۇيۇۋەتسە بولىدۇ .

( 4 ) ئاقىرقەرھادىن 15 گرام ، زۇپادىن 10 گرام ، قۇرۇق ئۈزۈمدىن 10 گرام ، بىخ سۆسەندىن 15 گرام ، كاكىنەچتىن 50 گرام ئېلىپ ، 1 لىتر سۇدا قاينىتىپ يېرىمى قالغاندا سۈزۈپ ، كۈنىگە 5 ــ 6 قېتىم غەر ـ غەر قىلىندۇ .

( 5 ) ھەببى كىبرىت ( 40 ـ نۇسخا ) ياكى ھەببى سماب ( 22 ـ نۇسخا) بىر ھەپتىدىن 10 كۈنگىچە بېرىلىپ ، ئارقىدىن مەجۇنى چۆبچىنى ( 64 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ .

7 ) خىلىتلار تەڭپۇڭلۇقى بۇزۇلغاندىن كېلىپ چىققان بولسا ، سەۋەبچى خىلتنىڭ مۇنزىج ـ مۇسھىلنى بېرىپ داۋالىنىدۇ .

8 ) كېسەللىكنىڭ ئۆتكۈر مەزگىلىدە گۆش ، تۇخۇم ۋە باشقا قىزىتما پەيدا قىلغۇچى يېمەكلىكلەردىن پەرھىز قىلدۇرۇلىدۇ . سوزۇلما ھالەتتىكسىگە كالا گۆشى ، لازا ـ ئاچچىقسۇ ، پىياز ۋە باشقا يەللىك يېمەكلىكلەردىن پەرھىز قىلدۇرۇش بىلەن بىللە ، بوخۇرى شىگىرىپ ( 191 ـ نۇسخا ) نى چېكىشكە بېرىلىدۇ ، بوخۇرى شىگىرىپنى كۈنىگە 3 ــ 4 قېتىم غاگىزا بىلەن چېكىپ ، تۆتۈنىنى گالدا 1 مىنۇت ئۆپچۆرىسىدە تۇرغۇزۇش تەۋسىيە قىلىنىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## يۇتقۇنچاق ياللۇغى

بۇ ، غىدىقلىغۇچى يېمەكلىكلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلىش ، زىيادە ھېرىپ چارچاش ، سوغۇق ئۆتۈپ قېلىش ، خىمىيىلىك ماددىلار ۋە ئىسپىرت قاتارلىقلاردىن زەھەرلىنىش ، ئۈزۈقلىنىش ناچارلىشىش ، تاماكا چېكىش ، سوغۇق يەللىك كېسەللىكلەرنىڭ ئاساربتى ، چاڭ ـ توزان ، زۇكام ۋە نەزلىنىڭ تەسىرى ۋە يۇتقۇنچاقنىڭ مىجەزى بۇزۇلۇش قاتارلىق سەۋەبلەردىن كېلىپ چىقىدىغان ، باشلىنىشى تېز ، كېسەللىك جەريانى ئۇزاق ، ساقايغاندىن كېيىنكى قايتىلىنىشى ئاسان كېسەللىك بولۇپ ،

كۆپىنچە گال قۇرۇش ، كۆيگەندەك ئاغرىش ، ئېچىشىش ، قىچىشىش ، بەئارامـلـىق ، يـات نـەرسـە تـۇرۇۋالـغـاندەك سېزىلىش ، تولا گالنى قېقىشقا مـەجـبۇر بولۇش ، گالدىن چىقىدىغان ئاجرالمىلار تەستە چىقىش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) سـەۋەبـلـىرىگـە قـارىتا داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ . پرىنسىپ جـەھەتـتـە ، يـۇتـقـۇنـچـاقـنىڭ مۇتىدىللىكىنى ساقـلاش ، ھۆلـلـەشتۇرگـۇچـى دورىلار ئارقـىلـىق شـىلـلـىق پـەردىلەرنىڭ غىدىقـلـىنىشـىنـى پەسەيـتىش ئاساس قىلىنىدۇ .

2 ) زۇكـام ۋە نەزلە سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا ، زۇكامغا قارىتا داۋالاش ئېلىپ بېرىلىدۇ .

3 ) ئاۋازنى ئېچىش ئۇچۇن ، ھۆل بىنەپشىدىن 60 گرامنى سقىپ ، سـۇيـى ئـىچـۈرۈلـمـدۇ يـاكـى ھۆل بـىـنـەپشە تېپىلمىسا ، 20 گرام قۇرۇق بىنەپشنى قاينىتىپ ، سۇيى ئىچۈرۈلىدۇ .

4 ) ئاغـرىـش سېزىمنى يوقىتىش ئۇچۇن ، خەمىرى گاۋزىبان ئەنـبـىـرى ( 138 ـ نـۇسـخـا ) دىـن 8 گـرامـنـى 1 دانە كۆمۈش ۋەرەق بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزسە بولىدۇ .

5 ) يۇتقۇنچاقنىڭ قۇرۇشى ۋە يات ماددا باردەك سېزىمنى يوقىتىش ئۇچۇن ، بېھـى ئۇرۇقىدىن 10 گرامـنـى 100 مىللىلىتىر ئەرەقـى گاۋزىبان ( 270 ـ نـۇسـخـا ) غا چىلاپ شىرىسنى چىقىرىپ ، چىلاندىن 5 دانە ، ئۇسـۇلـى ئۇرۇقـىـدىـن 10 گـرامـنـى 150 مىللىلىتىر ئەرەقى گاۋزىبان ( 270 ـ نـۇسـخـا ) غا چىلاپ شىرىسنى چىقىرىپ ، بۇنى بېھى شىرىسى بىلەن قوشۇپ ، ئۇستىگە 25 گرام قارا ئۇجمە شەربىتى قوشۇپ ئىچۈرۈلىدۇ .

6 ) گـالـدىـكـى ئـىـششقنى ياندۇرۇش ، ئاجرالمىلارنىڭ چىقىشىنى ئاسانلاشـتـۇرۇش ئۇچۇن ، ئانـار گۈلىدىن 12 گرام ، كۆكناردىن 4 دانە ، يـۇمـغـاقسـۇتتىن 6 گرام ، قۇرۇتۇلغان ئەنگۇرشپادىن 4 گرام ئېلىپ ، 300 مىللىلىتىر سۇدا قاينىتىپ ، ئىلمان ھالەتتە گال غەر ـ غەر قىلىنىدۇ .

7 ) سۇيۇق ئاجرالمىلارنىڭ چىقىشىنى توختىتىش ئۈچۈن ، ھەببى جەدۋال ( 26 ـ نۇسخا ) كۆنده 1 ۋاخ 7 تالدىن ئىچۈرۈلىدۇ .

8 ) نەزلىدىن بولغان يۇتقۇنچاق ياللۇغىنى داۋالاشتا ، بېھى ئۈرۈقىدىن 3 گرام ، چىلاندىن 5 دانه ، سەرپىستاندىن 9 دانه ، گاۋزىبان ، چۆچىنىدىن 5 گرامدىن ئېلىپ ، ھەممىسىنى قاينىتىپ سۈزۈپ ، قارا ئۇجمه شەربىتىدىن 25 گرام ئارىلاشتۇرۇپ ئىچۈرۈلىدۇ .

( قەشقەر ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

9 ) چۆچىنى ، بىخ مارجان ، موزا ، زەرچۇبه ، توم زەنجىۋىل ، كاۋاۋچىن ، پىلپىل ، كات ھىندى ، كۆپۈكى دەريا قاتارلىق دورىلاردىن بىر كۇنلۇك ئىشلىتىلىش مىقدارىدا ئېلىپ سوقۇپ ، 1 دانه قىزىل قولتۇق ياقا ، 1 دانه ئاق يەر يىلىنىنى قازاندا قورۇپ سوقۇپ ، يۇقىرىقى دورىغا ئارىلاشتۇرۇپ تالقان تەييارلىنىدۇ . تەييارلانغان تالقان يېرىك ، يۇمشاق ، ئۇپا ھالەتته ئۇچ خىل تاسقىلىدۇ . يېرىكى قاينىتىلىپ گال غەر ـ غەر قىلىنىدۇ ياكى ئوراپ چېكىپ ، يۇتقۇنچاق ئىسلىنىدۇ . يۇمشىقى كۆنده 2 قېتىم 10 گرامدىن ئىچىلىدۇ ، ئۇپىسى نەيچه بىلەن گالغا پۈركۈلىدۇ .

( مارالبېشى ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

10 ) ئۆتكۇر خاراكتېرلىكنى داۋالاشتا ، شاتۇتتىن 25 گرام ئېلىپ ئېزىپ ، 1 لىتىر سۇدا يېرىمى قالغۇچه قاينىتىپ ، شاتۇتنى سۈزۈۋېتىپ ، سۇيىده ئېغىز ئىچى چايقىلىدۇ .

11 ) ئۆتكۇر ۋه سوزۇلما خاراكتېرلىكنى داۋالاشتا ، يىلان ، قىزىل قولتۇق پاقا ، بىخ مارجان ، موزا ، چۆچىنى قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن 30 گرامدىن ئېلىپ ، يۇمشاق سوقۇپ تاسقاپ سۈپۈپ تەييارلاپ ، كۆنده 3 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 5 گرامدىن ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

12 ) گالدىكى يېرىكلىكنى تۇگىتىش ئۈچۈن ، ھەببى بەھتۇسسەۋت ( 8 ـ نۇسخا ) 7 تالدىن كۆنده 4 ۋاخ شۇمۇشكه بېرىلىدۇ .

13 ) گالدىكى مۇدۇرلارنى تۇگىتىش ، ئىششقىنى ياندۇرۇش ئۈچۈن ، سۇپۇپى چار دورا ( 203 ـ نۇسخا ) دەملەپ ئىچىشكه بېرىلىدۇ .

هەببى كىبرىت ( 40 ـ نۇسخا ) ياكـى زۆرۈر تېپىلـغانـدا هەببى سماپ (22 ـ نـۇسخا ) كـۇنـگە 3 ۋاخ 5 تالدىن ئىچىشكە بېرىلىدۇ . بوخۇرى شىكىرىپ ( 191 ـ نۇسخا ) چېكىشكە بېرىلىدۇ .

14 ) ئېغىرلىرىغا مەجۇنى چۆبچىنى ( 64 ـ نۇسخا ) ياكى مەجۇنى ماري ئەپئا ( 88 ـ نۇسخا ) 5 گرامدىن كۇندە 3 ۋاخ ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## ئېغىزدىكى ھەرخىل جاراھەتلەر

بـۇ ، ئېغـىـز ئىـچـى ، قـوۋۇز ئىـچـكى تەرىپى ، تىل يۈزى ۋە تىل چـۆرىـسـى ، كـالـيـۇك شـىـللىق پەردىلىرىگە چىققان مۇدۇر ۋە قوقاقلارنى كۆرسىتىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) سېرىق ھېلىلە ئۇرۇقىنى سوقۇپ ، تاسقاپ سۈپۈپ تەييارلاپ ، جاراھەتلەرگە سېپىش ؛

2 ) يـۇمـغـاقسۈت ئۇرۇقى ، موزا ، تاباشىرلارنىڭ ھەر بىرىدىن تەڭ مـىـقـداردا ئېلىـپ يـۇمشاق سوقۇپ ، تاسقاپ سۈپۈپ تەييارلاپ ، ئېغىزغا سېپىش ؛

3 ) فـۇفـىـل، ئانـار پوستىنى يۇمشاق سوقۇپ تاسقاپ ، ئېغىزغا سېـپىش ؛

4 ) يـۇمـغـاقـسۈت ئۇرۇقـى ، ئانار پوستـى ، موزا قاتارلىقـلارنىڭ ھـەر بـىرىدىن مۇڭاپىق مىقـداردا ئېلىپ ، سىركە بىلەن قايـىنىتىپ ئېغىز چايقاش ؛

5 ) كـۆك يـۇمـغـاقسۈت ، كۆك ئەنگۈرشىپا يوپۇرمىقى ، كۆك خېنە يـوپۇرمىقى قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ ، سىقىپ سۈـيىنى چىقىرىپ ، سۈيىدە ئېغىز چايقاش لازىم .

6 ) ئېغـىـزدىـكـى سـىـغـلـىـس كـېـسـەللىكىنى داۋالاشتا ، شاتۇت

يـلتزىنىڭ سۈيىنى چىقىرىپ ، كۈندە مۇڭاپىق مىقدارىدا ئىستېمال قىلسا ، ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ .

7 ) يۈمغاقسۈت كۆكسىنى ئېزىپ سىقىپ ، سۈيىدە ئېغىز غەر ـ غەر قىلىنىدۇ .

8 ) ئېغىز ۋە گالدىكى سىغىلىس كېسەللىكىنى داۋالاشتا ، شاتۇت يوپۇرمىقىنى سۇدا قاينىتىپ ، سۈيىدە ئېغىز چايقىلىدۇ ياكى شاتۇت يوپۇرمىقىنى ئېزىپ سىقىپ ، سۈيىدە ئېغىز چايقىلىدۇ .

9 ) ئېغىز ئىچىدىكى ۋە تىلدىكى مۇدۇرلار ۋە شىللىق پەردىلەرگە چىقىقان قوقاقىنى داۋالاش ئۈچۈن ، ھەسەلنى ئېغىزغا ئېلىپ 5 مىنۇت ئۆپچۆرىسىدە ئېغىزدا تۇرغۇزۇپ ، قوقاقلارغا تەكشى تەگكۈزۈپ بولۇپ يۇتۇۋەتسە بولىدۇ .

# XVI باب زەھەرلىنىش ۋە باشقىلار

## ئىسسىق ئۆتۈپ كېتىش

ھۇ ، ياز كۈنلىرى ياكى يۇقىرى ھارارەتلىك تېمپېراتۇرىدا خىزمەت قىلىدىغان كىشىلەردە كۆرۈلىدىغان ، كۈچلۈك كۈن نۇرى ياكى يۇقىرى تېمپېراتۇرىلىق شارائىتتا ئۇزاق مۇددەت مەشغۇلات قىلىش ، ئىچكەن سۇيۇقلۇقى ئاز بولۇش ، ئىچى سۈرۈپ ياكى قاتتىق تەرلەپ سۇ يوقىتىش قاتارلىق سەۋەبلەردىن كېلىپ چىقىدىغان ، ۋاقتىدا داۋالىنمىغاندا ھاياتقا خەۋپ يېتىش ئېھتىمالى بولغان جىددىي كېسەللىك بولۇپ ، تەرلەش ، بەدەن ماغدۇرسىزلىنىش ، باش ئاغرىش ، بەزىلەردە ئىچى سۈرۈپ كېتىش ، ئۇسساش ، باش قېيىپ كۆز قاراڭغۇلىشىپ ، يۈز تېرىسى قىزىداپ ، تېمپېراتۇرىسى ئۆرلەپ قىزىتىش ، قاتتىق بىئارام بولۇش ، سۈيدۈك يوقلىش ، قان بېسىمى تۆۋەنلەش ، بەزىدە ھوشسىزلىنىش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) بىمار ئەھۋالى يەڭگىلرەك ، ھوشىنى يوقاتمىغان بولسا ، ئازراق تۇز سېلىنغان قاينىق سۇ كۆپرەك ئىچۈرۈلىدۇ . سالقىن ، ھاۋا ئۆتۈشۈپ تۇرىدىغان جايدا ياتقۇزۇپ ئارام ئالدۇرۇلىدۇ . ئىچى سۈرگەن بولسا ، مۇناسىپ چارە قىلىنىدۇ .

2 ) بىمار ئېغىرراق ئەھۋالدا بولۇپ ، ھوشىنى يوقاتقان بولسا ، دەرھال بېشىغا مۇز قويۇلىدۇ ، بەدەنلىرى مۇزلۇق سۇ بىلەن ، مۇزلۇق سۇ تېپىلمىسا ، سوغۇق سۇ بىلەن يۇيۇلىدۇ . پۇتۇن بەدەن سۇغا چىلاتقان لۆڭگە بىلەن توختىماستىن سۈرتۈپ تۇرۇلىدۇ .

3 ) ئاش تـۇزىـدىـن 3 گرام ، ئاق توغرىغدىن 5 گرام ، شېكەردىن 40 گرام ، سوغۇق سۇدىن 1 لىتىر ئېلىپ ، بۇنى ھەر 5 مىنۇتتا 1 قوشۇقتىن ئىـچـۇرسـە ، ئىسسىق ئۆتۈشنى داۋالاپ ، بەدەندىكى يوقالغان سۇنىڭ ئور-نىنى تېز تولدۇرغىلى بولىدۇ .

4 ) كـېـسـەلنىڭ كەيپىياتى سەل ياخشىلانغاندىن كېيىن ، تېزلىكتە سۈيۇق - سەلەڭ تاماق يېگۈزۈپ قورسىقى تويغۇزۇلىدۇ .

5 ) كـېـسـەل خـەۋپـىتىن قۇتۇلغاندىن كېيىن ، ياخشى ئارام ئالدۇ-رۇپ ، بـىـرنـەچـچـە كـۈن سـۈيـۇقلۇقنى كۆپرەك ئىچۈرۈپ ، تېرىلەرنىڭ قۇرغاقلىشىش ئەھۋالى ياخشىلانغۇچە كۆزىتىلىدۇ .

( يەكەن ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

6 ) تۆۋەندىكى چارىلەردىن بىر - ئىككىسى بىللە قوللىنىلىدۇ :

( 1 ) سـېمىز ئوتتىن 100 گرام ، ئەينۈلدىن 30 گرام ، كاسىنە چۆ-پىدىن 50 گرام ئېلىپ ، 1.5 لىتىر سۇدا يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ ، كۈندە 3 قېتىم يېرىم پىيالىدىن ئىچۈرۈلىدۇ .

( 2 ) چـۇچـۇكـبـۇيا يىلتىزىدىن 30 گرام ، زەنجىۋىلدىن 50 گرام ، گـۈلـى بىنەپشىدىن 20 گرام ئېلىپ ، ئالدىنقى ئىككىسىنى سوقۇپ ، 1 لىتىر سۇدا يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ ، ئۇچكە بۆلۈپ ئىچۈرۈلىدۇ .

( 3 ) ئىسپىغۇل ، نېلۇپەردىن 30 گرامدىن ، يۇمغاقسۇت ئۇرۇقىدىن 50 گـرام ئېلىپ ، 1 لىتىر سۇدا يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ سۈزۈپ ، كۈنىگە 3 قېتىم 3 قوشۇقتىن ئىچۈرۈلىدۇ .

( 4 ) غـورا ئۇرۇمـنـىـڭ سـىقىلغان سۈيىدىن 100 مىللىلىتىر ، ھۆل يـۇمـغـاقـسـۇتـتـىـن 50 گـرام ئېلىپ ، ئىككى چىنە سۇدا يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ ، 100 مىللىلىتىردىن كۈندە 3 قېتىم ئىچۈرۈلىدۇ .

( 5 ) سىركىدىن 100 مىللىلىتىر ، ئاق شېكەردىن 50 گرام ، سۇدىن 50 مىللىلىتىر ئېلىپ ، ھەممىسىنى ئارىلاشتۇرۇپ ئېرىتىپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 2 قوشۇقتىن ئىچىلىدۇ .

( 6 ) زىـرىـقـتـىـن 50 گرام ، ماشتىن 100 گرام ، پىنىنىدىن 30 گرام

ئېلىپ ، 5 چىنە سۇدا پەس ئوت بىلەن قاينىتىپ سۈزۈپ ، ئۈستىگە ئاق شېكەر سېلىپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 4 قوشۇقتىن ئىچىدۇ .

( 7 ) يۇمىغاقسۇت ئۇرۇقىدىن 50 گرام ، ئاق لەيلى ئۇرۇقىدىن 30 گرام ، ئاق ئۈجمە يوپۇرمىقىدىن 35 گرام ، زىغىردىن 20 گرام ، سىركىدىن 10 لىتر ، ئاق شېكەردىن 1 كىلوگرام ئېلىپ ، تۆت چوڭ چىنە سۇ قوشۇپ ئوبدان قاينىتىپ سۈزۈپ ، 2 قوشۇقتىن كۈندە 3 قېتىم ئىچۈرۈلىدۇ .

( 8 ) قىزىل لەيلى گۈلىدىن 30 گرام ، گۈلى بىنەپشىدىن 50 گرام ، نېلۇپەردىن 20 گرام ئېلىپ ، 1 لىتر سۇدا يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ سۈزۈپ ، سۈيىگە 3 گرام لىمون سېلىپ ئېرىتىپ ، كۈندە 3 قېتىم 2 قوشۇقتىن ئىچۈرۈلىدۇ .

( يېڭىشەھەر ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

7 ) قىزىلگۈل ، ھەمىشە باھار ، تاۋۇز ئۇرۇقى مېغىزى ، ئەنگۈرشىپا تېنى ، ئاق لەيلى ، ئاق ئۈجمە يوپۇرمىقى ياكى قېقى ، تەرەنجىۋىل ھەر بىرىدىن 20 گرام ، سېرىق ھېلىلە ، قارىئۆرۈك ھەر بىرىدىن 12 گرام ئېلىپ چالا سوقۇپ ، سۇدا نەمدەپ ، 5 گرامدىن ئىچۈرۈلىدۇ .

8 ) سۆگەت يوپۇرمىقى ، سۆگەت چېچىكى ، قىزىلگۈل قاتارلىقلارنى قاينىتىپ ، سۈيىدە باش ۋە پۇت كۈندە 1 قېتىم يۇيۇلىدۇ ياكى قېتىق ئىچۈرۈلىدۇ .

## كۆيۈك

بۇ ، كۆيدۈرگۈچى ئاممىلار ( ئوت ، قىزىق ياغ ، قاياناق سۇ ، كۈن نۇرى ، توك ، چاقماق ، خىمىيىۋى ماددىلار ) تەسىرىدىن كېلىپ چىقىدىغان زەخىملىنىش بولۇپ ، ئېغىر ـ يەڭگىللىكىگە قاراپ ئۈچ دەرىجىگە بۆلۈنىدۇ . بىرىنچى دەرىجىلىك كۆيۈكتە ، تېرە قىزىرىپ ئىششىش ؛ ئىككىنچى دەرىجىلىك كۆيۈكتە ، تېرىدە سۇلۇق قاپارتما پەيدا بولۇش ، بۇ

ئىككىلىسىدە قاتتىق ئاغرىش ؛ ئۇچىنچى دەرىجىلىك كۆيۈكتە ، تېرە زەخمىلىنىشى ئېغىر ، ئەمما ئاغرىش سېزىمى يەڭگىل بولۇش ئالامتى بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) كېسەل پاكىز ، ھاۋاسى ساپ ، شامال ئۆتۈشۈپ تۇرىدىغان ، چۈشى قاتارلىق ھاشاراتلار بولمىغان شارائىتتا داۋالىنىدۇ .

2 ) بىرىنچى دەرىجىلىك كۆيۈكنى ئالىلە شارائىتىدا داۋالاشتا ، كۆيگەن جايىنىڭ ئۈستىگە ئىسپىرتلىق داكا يېپىپ ، 2 ــ 3 سائەتكىچە داكا ئۈستى ئىسپىرت بىلەن نەمدەپ تۇرۇلسا ، ئىششىق تېز يانىدۇ .

3 ) ئىككىنچى دەرىجىلىك كۆيۈكنى ئالىلە شارائىتىدا داۋالاشتا ، قاپارتمىغا ئىسپىرت تەگكۈزمەسلىك ، كۆيگەن ئورۇننى قېنىق دەملەنگەن سوۋۇتۇلغان چاي بىلەن يۇيۇش ياكى چىلاپ قويۇش ؛ يۇيۇپ بولغاندىن كېيىن ، ئۈستىدىن ماموراڭچىنى قاينىتمىسى بىلەن يۇيۇشنى 2 ــ 3 كۈن داۋاملاشتۇرۇپ ، ئاندىن ئۈستىگە مەرۋايىت تالقىنى سېپىش ( يېرىڭلىغان بولسا ، مەرۋايىت تالقىنى سېپىشكە بولمايدۇ ) لازىم .

4 ) كۆيۈك ساقىيىشقا باشلىغاندا ، تاتۇق بولۇپ قېلىشنىڭ ئالدىنى ئېلىش ئۈچۈن ، ئۆردەك يېغى ، كالا يىلىكى يېغى ، توخۇ يېغى ، سېرىق ياغ ، سۇغۇرىيېغى قاتارلىق ياغلار بىلەن ياغلىنىدۇ .

5 ) كېسەلخانا شارائىتىدا داۋالاشتا ، دەسلەپ قاپارتمىلارنى ۋە قاتتىقلاشقان تېرە زەخمىلىرىنى مىكروبسىز قايچا بىلەن كېسىپ ئېلىۋەتكەندىن كېيىن ، زەخىم ئۈستىگە داكا يېپىپ 5 ــ 10% لىك ماموراڭچىنى قاينىتمىسى ئۈستىدىن 3 ــ 4 سائەتتە 1 قېتىم قۇيۇپ تۇرۇلىدۇ . ماموراڭچىنى قاينىتمىسى 50 گرام تازىلانغان ماموراڭچىننى چالا سوقۇپ ، 1.5 لىتر سۇغا چىلاپ 20 مىنۇت قايىنىتىپ تەييارلىنىدۇ . بۇ جەريانىدا كۆيۈكىكە ئىشلىتىلىدىغان داكا بىلەن قاينىتىلىدۇ . سۇ 1 لىتر قالغاندا توختىتىپ سۈزۈپ ، ئىلمان بولغاندا داكىنى جاراھەت يۈزىگە يېپىپ ، دورا سۈيى پات ـ پات

تېمتىپ تۇرغۇلىدۇ . داكا 2 ــ 3 كۈنىدە 1 قېتىم ئالماشتۇرغۇلىدۇ . زەخىم يۈزىدە قاقاچ ھاسىل بولغاندىن كېيىن ، داكىنى ئېلىۋېتىپ ، 100 مىللىلىتىر زەيتۇن يېغىغا 20 گرام يۇمشاق سوقۇلغان مامۇرانچىنى ، 10 گرام مەرۋايىت تالقىنى قوشۇپ ئارىلاشتۇرۇپ ، قاقاچ ئۈستىگە سۈركەپ ، داكا بىلەن تېڭىپ قويۇلىدۇ . يەڭگىلىرەكلىرىگە 50 گرام تۇخۇم ئېقىغا 4 گرام كافۇرنى يۇمشاق سوقۇپ ئارىلاشتۇرۇپ چېپىلىدۇ .

6 ) تىزىتمىنى قايتۇرۇش ئۈچۈن ، نېلۇپەر ، گۈلى بىنەپشە ، كاسنە ئۇرۇقى ، ئەنگۈرشپا ، چىلان قاتارلىقلاردىن مۇزاپىق مىقداردا ئېلىپ كاشكاپ ئورنىدا دەملەپ ئىچۈرۈلىدۇ . مۇرەككەپ دورىلاردىن ئەرەقى كاسىنە ( 268 ـ نۇسخا ) ، ئەرەقى بەدىيان ( 264 ـ نۇسخا ) ، ئەرەقى گۈلاب ( 269 ـ نۇسخا ) ، مائۇل ھەسەل ساددە ( 251 ـ نۇسخا ) قاتارلىقلار مىقدارى بويىچە ئەھۋالغا قاراپ ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ .

7 ) بىمارنىڭ مىجەزىنى تەڭشەش ، توقۇلمىلارنىڭ ماددا ئالمىشىشنى ياخشىلاپ ، جاراھەتنىڭ ساقىيىشىنى تېزلىتىش ئۈچۈن ، ئانار شەربىتى ( 231 ـ نۇسخا ) كۈنىگە 2 ــ 3 قېتىم 30 مىللىلىتىردىن ، بېھى شەربىتى ( 234 ـ نۇسخا ) كۈنىگە 2 ــ 3 قېتىم 30 مىللىلىتىردىن ، گۈلقەنت ( 155 ـ نۇسخا ) كۈنىگە 2 ــ 3 قېتىم 10 گرامدىن ، مەجۇنى ماددەتۇلھايات ( 85 ـ نۇسخا ) كۈنىگە 1 ــ 2 قېتىم 6 گرامدىن بېرىلىدۇ . بەدەنىنىڭ كېسەللىككە قارشى تۇرۇش كۈچىنى ئاشۇرۇش ، جاراھەتنىڭ يۇقۇملىنىشىنى ئازايتىش ، سۈيىنى تارتىش ئۈچۈن ، مەجۇنى چۆبچىنى ( 64 ـ نۇسخا ) كۈنىگە 2 قېتىم 6 گرامدىن ، سۇپۇپى ئىترىپىل ( 184 ـ نۇسخا ) كۈنىگە 1 ــ 2 قېتىم 10 گرامدىن ، ھەببى شاھتەررە ( 32 ـ نۇسخا ) كۈنىگە 1 قېتىم 5 تالدىن بېرىلىدۇ .

8 ) ئەسلىگە كېلىش باسقۇچىدا ، قاتلىشىدىغان ، ئاسان سۇركىلىدىغان جايلارغا سۇپۇپى مامۇرانچىنىغا ئاز مىقداردا سۇپۇپى مەرۋايىت ئارىلاشتۇرۇپ ياكى يەككە ھالدا سۇپۇپى مەرۋايىت سېپىلىدۇ .

9 ) زەخمىلەنگەن تېرە يۇزىنىڭ سىلىقلىشىشى ، يۇمشىشى ئۇچۇن ، تولۇق قاقاچلىشىپ بولغاندىن كېيىن، توخۇ يېغى، گۈل يېغى (297 ـ نۇسخا ) ۋە بادام يېغى ( 281 ـ نۇسخا ) قاتارلىق ياغلار بىلەن ياغلىنىدۇ.

10 ) 1 ـ ، 2 ـ دەرىجىلىك كۆيۈكلەرگە دەرھال ئاغرىق پەسەيتىش ئۇچۇن ، مەلھەمى نەۋرە ( 313 ـ نۇسخا ) سۈركىلىدۇ .

( قەشقەر ھۆكۈمالىرىنىڭ تەجرىبىسىدىن ئۆتكەن )

## ئۇشۇق

بۇ ، قاتتىق سوغۇق تەسىردە پۈت ـ قول ئۇچلىرى ، قۇلاق ۋە شۇنىڭغا ئوخشاش قان تومۇرلار ئىنچىكە ، تەبىئي ھارارەت تەسىرەك يېتىپ باردىغان ئەزالارنىڭ توكۇپ ، توقۇلمىلارنىڭ زەخمىگە ئۇچرىشى بولۇپ ، كېسەللەنگەن ئەزا توكلاپ ئىششىش ، قىچىشىش ، توقۇلمىلار قاۋرىداش ، بەزىدە سېسىپ چۈشۈپ كېتىشىتەك ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) قىزىلمۇچتىن 300 گرام ، تەرخەمەك غولدىن 200 گرام ، كاۋا شۆپۈكىدىن 150 گرام ئېلىپ ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇدا تولۇق تەمى چىققۇچە قاينىتىپ ، سۈيى بىلەن يەرلىك ئورۇن يۇيۇلىدۇ .

2 ) 95% لىك ئىسپىرتتىن 100 مىللىلىتر ، قىزىلمۇچ ، كافۇردىن 10 گرامدىن ، گلىتسىرىندىن 20 گرام ئېلىپ ، كافۇر بىلەن قىزىلمۇچنى ئايرىم ـ ئايرىم ئىسپىرتقا چىلاپ ، كافۇرنى ئېرىتىپ ، قىزىلمۇچنى ئىسپىرتتا 7 ـــ 8 كۈن تۇرغۇزۇپ ، ئاندىن گلىتسىرىننى قوشۇپ ، ئۇشۇگەن ئورۇنغا كۈندە 5 ـــ 7 قېتىم سۈركىلىدۇ .

3 ) قۇرۇتۇپ سوقۇلغان قىزىلمۇچتىن 30 گرام ئېلىپ ، 100 گرام ئاق ھاراق ياكى 70% لىك ئىسپىرتقا بىر ھەپتە چىلىغاندىن كېيىن ، يەرلىك ئورۇنغا كۈندە 3 ـــ 5 قېتىم چېپىلىدۇ .

4 ) يەرلىك ئورۇننى پاكىز يۇيۇپ دېزىنفېكسىيىلىگەندىن كېيىن ، تۇخۇم يېغى بىلەن ياغلاپ ، پاكىز لاتا بىلەن تېڭىپ قويسا ، جاراھەتكە ئايلانغان ئۇششۇك يارىسىغا ناھايىتى ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ .

5 ) قۇرۇتۇلغان لازا ، ئارپىبەدىيان ، زەنجىۋىل ، قوۋزاق دارچىن ، كافۇر قاتارلىق دورىلارنى ئىسپىرتقا چىلاپ ، تولۇق تەمى چىققاندىن كېيىن سۈيىنى يەرلىك ئورۇنغا تېمىتىپ ، كۈندە 2 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 3 — 5 مىنۇت يېنىك ئۇۋۇلاپ بەرسە ، ئېچىشش ۋە ئاغرىق توختايدۇ .

6 ) قۇرۇق لازىنى سۇدا تولۇق تەمى چىققۇچە قاينىتىپ ، سۈيى بىلەن يەرلىك ئورۇننى ئەتىگەن - كەچتە يۇيۇش كېرەك .

7 ) ئەگەر ئۇششۇگەن جاي كۆكىرىپ ، قاردىاپ ئىششىغان بولسا ، چوگقۇر قاتلامغىچە نەشتەر ئورۇپ ، لوگقا قويۇپ ، بۇزۇق قانىنى تارتىۋېتىش ، كېيىن شۇ جاينى ئىسسىق سۇغا چىلاپ ، قان چىقىش توختىمىغۇچە يۇيۇش ، قان توختىغاندىن كېيىن ، سۇدىن چىقىرىپ گىلى ئەرمەنى ، ھەسەل ، سىركىلەرنىك ئارىلاشمىسى بىلەن يۇيۇش لازىم . بۇ چارە تاكى نەشتەر ئۇرغان جاي ساقايغۇچە داۋاملاشتۇرۇلىدۇ .

## ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك دورىلىرىدىن زەھەرلىنىش

ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكىدە ئىشلىتىلىدىغان بىر قىسىم دورىلارنىڭ زەھەرلىك خۇسۇسىيىتى كۈچلۈك ، شۇڭا ئېھتىيات بىلەن ئىشلىتىش ، مىقدارىغا قاتتىق دىققەت قىلىش دائىم تەكىتلەپ تۇرۇلىدۇ . ناۋادا دورىنى مىقدارىدىن ئارتۇق يېۋېلىش ياكى مەنئى قىلىنغان كىسەللىكلەرگە ئىشلىتىش ئەھۋالى يۈز بەرسە ، چوقۇم زەھەرلىنىش ئالامىتى كۆرۈلىدۇ . كۆپ ئۇچرايدىغان زەھەرلىنىش ئالامەتلىرىدىن ئېغىز قۇرۇش ، گال كۆيۈشۈپ ئاغرىش ، ئېچىشىش ، باش چىڭقىلىپ ئاغرىش ، كۆڭۈل ئېلىشش ، قۇسۇش ، ئىچى سۇرۇش ، قول - پۇتلار مۇزلاش ، تارتىشش ، يۈرەك

ھەرىكىتى قالايمىقانلىشىش ، نەپەس ھەرىكىتى تېزلىشىش ، كۆزلىرى ئولتۇرۇشۇپ قېلىش ، بىئارام بولۇش ، جىددىيلىشىش ، سوغۇق تەرلەش ، بەزىلىرىدە تېرىگە ئەسۇە چىقىش ، شىللىق پەردىلەر يېرىلىپ قان چىقىش ، تېرىدە كۆيۈش سېزىمى بولۇش ، شەلۇمرەش قاتارلىق ئالامەتلەردىن بىر ياكى بىرنەچچىسى كۆرۈلگەندىن باشقا ، يەنە ئىچكەن دورىسىنىڭ زەھەرلىك تەسىرىگە خاس ئايرىم ئالامەتلەرمۇ كۆرۈلىدۇ . شۇنىڭ ئۈچۈن ، زەھەرلىنىش ئالامەتلىرى كۆرۈلگەندە ئالدى بىلەن قايسى خىل دورىدىن زەھەرلەنگەنلىكىنى ئېنىقلىغاندىن كېيىن ، شۇخىل دورىنىڭ زەھىرىگە قارىتا مەخسۇس تەدبىر قوللىنىلىدۇ . ئۇنىڭدىن باشقا ، مەيلى قانداق دورىدىن زەھەرلەنسۇن ، مەخسۇس تەدبىر قوللىنىش بىلەن تۇڭۇنىدىكى ئومۇمىي چارىلەر قوللىنىلىدۇ :

1 ) قايسى خىل دورىدىن زەھەرلەنسۇن دەرھال قۇستۇرۇلىدۇ ، قانچە بالدۇر بولسا شۇنچە ياخشى .

2 ) قۇستۇرۇپ بولغاندىن كېيىن ، كالا سۈتى ئىچۈرۈلىدۇ ، ئەگەر سۈتنى ئىچۈرۈپ تۇرۇپ قۇستۇرۇلسا تېخىمۇ ياخشى .

3 ) زەھەر قايتۇرغۇچى تەرياقلار بېرىلىدۇ .

4 ) زەھەرلەنگۈچىنى ئۇخلاتماسلىق ، شۇنىڭ بىلەن بىللە ، خالىغان غىزاسىنى تويغۇچە يېگۈزۈش كېرەك .

5 ) ئىچى قىزىپ كەتكەن بولسا ، سېرىق ياغنى سوغۇق سۇ بىلەن ئىچۈرۈش كېرەك .

6 ) زەھەرلىك دورىلارنىڭ كەيپىياتىغا قارىمۇ قارشى دورىلار بېرىلىدۇ . مەسىلەن ، ئىسسىق تەبىئەتلىك دورىلاردىن زەھەرلەنسە ، سوغۇق تەبىئەتلىك ؛ سوغۇق تەبىئەتلىك دورىلاردىن زەھەرلەنسە ، ئىسسىق تەبىئەتلىك دورىلار بېرىلىدۇ .

### 1 ) سىمابتىن زەھەرلىنىش

ئالامىتى : قورساق تولغاپ ئاغرىش ، مەيدە ئېغىرلىشىش ، ئېغىز

تۇرۇش ، شۆلگەي ئېقىش ، ئېغىز ئىچى ئاغرىش ، سۇيدۇك توختاش ، تېرىلىرى كۆپۈپ ئىششپ يېرىلىش ، شەلۈمەش ئالامتى كۆرۈلىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

بەدەندىن سىمابنى چۈشۈرۈش ئۈچۈن ، كۆپ مىقداردا كالا سۈتى ئىچۈرۈلىدۇ . سېمىز قوي گۆشى شورپىسى ۋە تۇخۇم ئېقى ئىچۈرۈلسە ، ئۇچەي ۋە ئاشقازاندىكى سىماب قالدۇقلىرىنى ئاجىزلاشتۇرۇپ ، سىلىقلاپ چىقىرىۋېتىدۇ . زۆرۈر تېپىلغاندا ، چالاپا گۈلقەنتى ( 159 ـ نۇسخا ) بىرىپ ئۇچەي تازىلانسا ، ئاشقازان يۇيۇلسىمۇ بولىدۇ . ئەرەقى بەدىيان (264 ـ نۇسخا ) نى كۈندە 3 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 50 مىللىلىتىردىن بېرىپ سۇيدۇك كۆپەيتىلىدۇ . سىرتقى زەھەرلىنىشتە ، پار سۇيىدە يارا ئېغىزىدىكى سىماب دانچىلىرى يۇيۇپ چىقىرىلىدۇ . مەجبۇنى شەكلىدىكى تۆلەيات ( 85 ـ نۇسخا ) كۈندە 3 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 10 گرامدىن بېرىلىپ ، بۆرەك كۈچەيتىلىدۇ .

قۇستۇرۇش ئۈچۈن ، ھەسەل سۈيىگە توغرىغا قوشۇپ ئىچۈرۈلىدۇ ۋە ھۆقنە قىلىنىدۇ . تەرياقى سومۇم ( 132 ـ نۇسخا ) 6 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ ئىچۈرۈلىدۇ .

## 2 ) سەنگىيا ( مەرگىمۇش ) دىن زەھەرلىنىش

ئالامىتى : سەنگىيانى ئىچىپ سالغان تارىخى بولىدۇ . تىلى ئاقىرىش ، ھېچ تۇتۇش ، كۆڭلى ئېلىشىش ، يۆتەل ۋە گالىناك قۇرۇشىدىن ئازابلىنىش ، مەيدىسى ئاغرىش ، ئەس ـ ھوشى جايىدا بولماسلىق ، جۆيلۈش ، سۇيدۇك كەلمەسلىك ، ئۇيقۇ بېسىش ئالامتى كۆرۈلىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

ھەسەلگە سۇ قوشۇپ ۋە ئازغىنا ئەنجۈر سېلىپ ، قاينىتىپ ئىچۈرۈپ قۇستۇرۇلىدۇ . 1 گرام سوقمۇنىيانى ھەسەل سۇيى بىلەن ئىچۈرۈپ ئىچى سۇرگۈزۈلىدۇ ياكى ھۆقنە قىلىنىدۇ . سۇيدۇك تۇتۇلۇپ قالسا ،

ئەيسەنتىن رۇمىدىن 15 گرام ، قىزىلگۈلدىن 21 گرام ، شاھتەررە ، ئۈرۈقسىز ئۈزۈمدىن 6 گرامدىن ، قارىئۆرۈكتىن 20 دانە ، تەمرى ھىندىدىن 60 گرام ئېلىپ ، قاينىتىپ شەربەت قىلىپ ئىچۈرۈلىدۇ . مۇگدەپ قالسا ، ئۇخلاتماسلىققا ھەربكەت قىلىنىدۇ .

كېپەكنى سۇغا چىلاپ ، شىرىسى ئىچۈرۈلىدۇ . تەرياقى سومۇم ( 132 ـ نۇسخا ) يېگۈزۈلىدۇ .

### 3 ) مەدەستاندىن زەھەرلىنىش

ئالامىتى : مەدەستانىنى يەپ سالغان تارىخى بولىدۇ . بەدەن ئىشىشى ، ئىششىغان جايلار ئاغرىش ، تىل قۇرۇش ، ئۇچەي توسۇلغاندەك قورساق قاتتىق مۇجۇپ ئاغرىش ، قانلىق تەرەت كېلىش ، قۇسۇش ، قۇسۇقى قارامتۇل كۆكۈش رەڭدە ، قوغۇشۇن پۇراش ئالامتى كۆرۈلىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

ئەنجۇر ، قارا كۆز بەدىيان ، توغرىغا قاتارلىقلار قاينىتىلغان سۇنى كۆپ مىقداردا ئىچۈرۈپ قەي قىلدۇرۇلىدۇ . كۆچلۈك دورىلارنى ھۆقنە قىلىپ ياكى ئىچۈرۈپ ئىچى سۇرگۈزۈلىدۇ . سۇرۇپ بولغاندىن كېيىن ، زەنجىۋىل مۇرابباسى يېگۈزۈلۈپ مۇنچىدا تەرلىتىلىدۇ .

مۇرمەككىدىن 9 گرام ، سۇمبۇلدىن 6 گرام ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ ، 45 گرام ھەسەل بىلەن قوشۇپ تۆتكە بۆلۈپ بىر كۈندىلا يېگۈزۈپ تۇگىتىلىدۇ . توخۇ شورپىسىدا نوقۇت پىشۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ . تەرياقى سومۇم ( 132 ـ نۇسخا ) يېگۈزۈلىدۇ .

### 4 ) زەرنىختىن زەھەرلىنىش

ئالامىتى : زەرنىخ ئىچكەن تارىخى بولىدۇ . قورساق قاتتىق ئاغرىش ، ئۇچەيلەر جاراھەتلىنىپ تولغاقتەك قان كېلىش ، يۆتىلىش ، سىيىش قىينىلىشىش ، بەدىنى سوۋۇپ كېتىش ، قۇسۇقى سېرىق بولۇپ ، زەرنىخ پۇراش ئالامتى كۆرۈلىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

سىمابتىن زەھەرلىنىشنى داۋالاشقا ئوخشىشىدۇ . سۈت كۆپ مىقدارىدا ئىچۈرۈلىدۇ . تەرياقى سومۇم ( 132 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ .

## 5 ) زەنكاردىن زەھەرلىنىش

ئالامىتى : توختىماي قۇسۇش ، قۇسۇقى كۆك رەڭدە ، مىس دېتى پۇراش ، مەيدىسى ئاغرىش ، سۈيدۈكى يېشىل كېلىش ئالامتى كۆرۈلىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

زەرنىختىن زەھەرلىنىشنى داۋالاشقا ئوخشىشىدۇ . تەرياقى سومۇم ( 132 ـ نۇسخا ) يېگۈزۈلىدۇ .

## 6 ) قەلەي كۇشتىسىدىن زەھەرلىنىش

ئالامىتى : سەنگىيادىن زەھەرلىنىشكە ئوخشىشىدۇ ، پەقەت دورا ئىچكەن تارىخىغا قاراپ ئايرىلىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

سەنگىيادىن زەھەرلىنىشنى داۋالاشقا ئوخشاش .

## 7 ) زەمچە ۋە زاكتىن زەھەرلىنىش

ئۆپكە زەخمىلىنىدۇ ، شۇڭا يۆتىلىپ قان تۆكۈرىدۇ . سوزۇلما خاراكتېرلىك زەھەرلىنىشتە ئۆپكە جاراھىتى كېلىپ چىقىشى مۇمكىن .

داۋالاش ئۇسۇلى

ئۆتكۈر زەھەرلىنىشتە قەي قىلدۇرۇلىدۇ . ئۇنىڭدىن كېيىن ، كۆپ مىقدارىدا سۈت ۋە مەسكە ياغ ئىچۈرۈلىدۇ . شەربىتى بىنەپشە (227 ـ نۇسخا) ، چالا پىشقان تۇخۇم سېرىقى ۋە توخۇ گۆشى شورپىسى بېرىلىدۇ .

## 8 ) تۆمۇر دېتى ياكى تۆمۇر كۇشتىسىدىن زەھەرلىنىش

ئالامىتى : باش قاتتىق ئاغرىش ، قۇسۇش ، ئېغىزدىن تۆمۇر دېتى

پۇرىقى كېلىش ، قورساق ئاغرىپ ، قارامتۇل ياكى پوررەكلىك سۇيۇق تەرەت قىلىش ئالامتى كۆرۈلىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

قۇستۇرۇلىدۇ ، كۆپ مىقدارىدا سۇت بىلەن مەسكە ياغ ياكى سېرىق ياغ ئىچۈرۈلىدۇ . گۇل يېغى (297 ـ نۇسخا) ياكى بادام يېغى (281 ـ نۇسخا) بىلەن باش ياغلىنىدۇ . شۇنىڭ بىلەن بىللە ، كۈنىگە 3 گرامدىن ھەجەرى مىقناتىس (ماگنىت تېشى) تالقىنى ئىچۈرۈپ ، ئارقىسىدىن سۈرگە بېرىلىدۇ ياكى قۇستۇرۇلىدۇ .

## 9 ) ھاكتىن زەھەرلىنىش

ئالامىتى : يۆتىلىش ، باش ئاغرىش ، كۆزى قىزىرىش ، كۆڭلى ئېلىشىش ، سۈيدۈكى قىزىل كېلىش قاتارلىق بەلگىلەر كۆرۈلىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

بادام يېغى ، سېرىق ياغ ، مەسكە ياغلار كۆپ مىقدارىدا ئىچۈرۈلۈپ ، ئارقىدىن ئىسسىق سۇ ئىچۈرۈپ قۇستۇرۇلىدۇ . ئۇنىڭدىن كېيىن ، ياغلىق شورپا ۋە بېھى ئۇرۇقىنىڭ لۇئابى قاتارلىقلار ئىچۈرۈلىدۇ .

## 10 ) قۇندۇز قەھرىدىن زەھەرلىنىش

ئالامىتى : بەدەن قىزىش ، قۇسۇش ، باش قاتتىق ئاغرىش ، يۇز ـ كۆزلەر قىزىرىش ، قىزىل رەڭدە سىيىش ، جۆيلۈش ، تارتىشىپ قېلىش ئالامەتلىرى كۆرۈلىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

قارا كۆز بەدىيان ۋە سەرپىستان قاينىتقان سۇ ئىچۈرۈلۈپ قۇستۇرۇلىدۇ . ئۇنىڭدىن كېيىن ، لىمون مېۋىسىنىڭ شەربىتى ۋە ئاچچىق دوغاپلار ئىچۈرۈلۈپ ، ئارقىدىن سېمىز ئوت شىرىسى ۋە بېھى لۇئابلىرى بېرىلىدۇ . ئاپېلسىننىڭ سقىلغان سۈيى ياكى پاقا يوپۇرمىقى سۈيى بېرىلسىمۇ بولىدۇ .

## 11 ) كۆچۈلدىن زەھەرلىنىش

ئالامىتى : زەھەرلىنىش ئادەتتە بىردىنلا يۈز بېرىدۇ . ئالدى بىلەن گەجگە ، كېيىن پۈتۈن بەدەن تارتىشىش ، كۆز قارىچۇقى ئارقىغا تارتىشىش ، بەدەن يېغىلىپ قېلىپ كېيىن بىرئاز بوشىغاندەك بولۇپ ، يەنە بىراقلا تارتىشىش ئالامتى كۆرۈلىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

بىمارغا خام سۈت ياكى قايماقنى ئارقىمۇ ئارقا كۆپلەپ ئىچۈرۈش ، ئاشقازانىنى تازىلاش ، ئاندىن تەرياقى پارۇق ، مائۇل ھەسەلگە ئوخشاش دورىلارنى ئىستېمال قىلدۇرۇش لازىم . سانا قاتارلىق يەڭگىل سۈرگە بەلەن ئىچى سۈرگۈزۈلسە بولىدۇ . سۈرۈپ بولغاندىن كېيىن ، داۋائىلمىشكى مۆتىدىل ( 71 ـ نۇسخا ) يېگۈزۈلىدۇ . مائۇل لەھمى ( 249 ـ نۇسخا ) ۋە ياغلىق قوي گۆشى شورپىسى ئىچۈرۈلىدۇ .

## 12 ) ئەپيۇندىن زەھەرلىنىش

ئالامىتى : ئۇيقۇ بېسىش ، ئۇخلاپ ئويغانماسلىق ، سوغۇق تەرلەش ، كۆزى ئولتۇرۇشۇپ كېتىش ، كۆز قارىچۇقى كىچىكلەش ، نەپەس قىيىنلىشىش ، سۆزلىيەلمەسلىك ئالامتى كۆرۈلىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

بىمارغا ئالدى بىلەن قارا كۆز بەدىيان ، تۇرۇپ ئۇرۇقى ، دارچىنىلارنى چالا سوقۇپ ، قاينىتىپ سۈيىنى ئىچۈرۈپ ئاشقازانىنى تازىلاش ، ئاندىن كېيىن تەرياقى ئەربەئە ( 130 ـ نۇسخا ) ئىستېمال قىلدۇرۇش ، ئاقىرقەرھا ، قۇندۇز قەھرى ، پىلپىل ، ھەك ، ئوبھەل قاتارلىق دورىلارنىڭ ھەر بىرىدىن تەڭ مىقدارىدا ئېلىپ ، سوقۇپ تاسقاپ ، ھەسەل بىلەن مەجۇن تەييارلاپ ، كۈندە 3 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 7 گرامدىن ئىستېمال قىلدۇرۇش بىلەن بىللە ، پۈتۈن بەدەننى قۇستە يېغى ( 291 ـ نۇسخا ) بىلەن ياغلاش لازىم .

## 13 ) پارپىدىن زەھەرلىنىش

ئالامىتى : بىمارنىڭ كالپۇكى ۋە تىلى ئىششىيدۇ . نەپەس تېزلىشىش ، بوغۇلۇپ هوشىدىن كېتىش ، ئۆپكە زەھەرلىنىپ نەپەس قىسىتاش ئالامىتى كۆرۈلىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

چامغۇر ئۇرۇقىنىڭ قاينىتىلغان سۈيىنى ئىچۈرۈپ قۇستۇرۇش ياكى سېرىق مايىنى ئاشقازان يۇيۇش سايمىنى ئارقىلىق كۆپ مىقدارىدا ئاشقازان ئىچىگە كىرگۈزۈش ئارقىلىق ئاشقازاننى تازىلاش ، ئاندىن كۆپ مىقدارىدا سۈت ئىچۈرۈش كېرەك . ئۇنىڭدىن باشقا ، شاھى بەللۇتنى قاينىتىپ ، سۈيىگە 3 گرام داۋا ئىلمىشكى ( 71 ـ نۇسخا ) نى قوشۇپ ئىستېمال قىلدۇرۇش ، تەرياقى پارۇق ، پادى زەھىرى هايۋىنىنى ئىستېمال قىلدۇرۇش لازىم .

## 14 ) پەرپىيۇندىن زەھەرلىنىش

ئالامىتى : مەيدە ۋە قورساقتا بىر نەرسە چىشلىگەندەك ، گېلىدا بوغۇلغاندەك ئاغرىش سېزىمى بولۇش ، ئېچىشىش ، هېچ تۇتۇش ئالامىتى كۆرۈلىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

ئالدى بىلەن قۇستۇرۇلىدۇ . ئاندىن ئاشقازاننى يۇيۇش سايمانلىرى ئارقىلىق ئاشقازاننى تازىلاپ بولغاندىن كېيىن ، كۆپ مىقدارىدا سۈت ، مەسكە ياغ ، مايلىق شورپا ، ئىلىتىلغان تۇخۇم بېرىلىدۇ .

## 15 ) ئىت يالمىقى ئۇرۇقىدىن زەھەرلىنىش

ئالامىتى : سوغۇقلۇقتىن بولغان سەزسامغا ئوخشاش جۆيلۈش ، بېشى قېيىش ، كۆزىگە هەرخىل نەرسىلەر كۆرۈنۈش ، كۆز قارىچۇقى چوڭىيىش ، تارتىشىپ قېلىش ، هوشىدىن كېتىش ئالامەتلىرى كۆرۈلىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

ئالدى بىلەن قۇستۇرۇش ، ئاشقازاننى يۇيۇپ دورا قالدۇقلىرىنى چىقىرىپ تاشلاپ ، ئاندىن پۇت ـ قوللىرىنى نىسبەتەن سۇغا چىلاش ، كۆپرەك ھەرىكەتلەندۇرۇش ، كۆپلەپ سۇت ئىچۈرۈش لازىم . گۇل يېغى ( 297 ـ نۇسخا ) ، سىركە ، ۋە گۇلاب ( 269 ـ نۇسخا ) لارنى قوشۇپ باشقا چېپىش ؛ تەرياقى ئەرەبەئە ( 130 ـ نۇسخا ) ياكى تەرياقى سامانىيە ( 131 ـ نۇسخا ) دىن بىرسىنى ئىچۈرۈش كېرەك .

## 16 ) بەزىرۇلبەنجىدىن زەھەرلىنىش

ئالامىتى : يۇز ـ كۆزلەر قىزىرىش ، جۆيلۈش ، كۆزى تورلىشىش ، كۆز قارىچۇقى كېڭىيىش ، تىلى ئىششىش ، نەپەس سىقىلىش ، باش قېيىپ بەدەن تەڭپۇڭلۇقى يوقىلىش ئالامىتى كۆرۈلىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

بىمارغا دەرھال مائۇل ھەسەلگە تۇز ياكى توغرىغا ئارىلاشتۇرۇپ ئىچۈرۈش ياكى مائۇل ھەسەلگە تۇرۇپ ئۇرۇقىنى سوقۇپ ئارىلاشتۇرۇپ ئىچۈرۈپ قايتا ـ قايتا قۇستۇرۇش ، ئاندىن سۇت ـ قايماقنى ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىستېمال قىلدۇرۇش ، چىلغوزا مېغىزىنى سوقۇپ ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىستېمال قىلدۇرۇش كېرەك .

## 17 ) سوقۇلغان ئىسپىغۇلدىن زەھەرلىنىش

ئالامىتى : مەيدە ئېچىشىش ، نەپەس قىيىنلىشىش ، بەدەن ماغدۇرسىزلىنىش ، تومۇر ھەرىكىتى ئاجىزلىشىش ، بەدەن سوۋۇپ كېتىش ، ھوشىدىن كېتىش ئالامەتلىرى كۆرۈلىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

قارا كۆز بەدىيان ، توغرىغا سېلىپ قاينىتىلغان سۇ ياكى ھەسەل قوشۇپ قاينىتىلغان سۇغا ئازراق توغرىغا ئارىلاشتۇرۇپ ئىچۈرۈپ قۇستۇرۇلىدۇ ، ئۇنىڭدىن كېيىن رەيھان شەربىتى ، بادرەنجىبۇيا شەربىتى ( 224 ـ نۇسخا ) ياكى تەرياقى پاروق ( ئۇيغۇر تېبابىتى ئىلمى

ساۋاتلىرى ، 776 ـ يەت ) ئىستېمال قىلدۇرۇلۇش بىلەن بىللە ، ياغلىق شورپا ، ئىلىتىلغان تۇخۇم تەييارلاپ بېرىلىدۇ . ھەببى جەدۋار ( 26 ـ نۇسخا ) كۇندە 3 ۋاخ 5 تالدىن بېرىلىش بىلەن بىللە ، سېمىز ئوت ، كالا سىنە ، تەرخەمەك ، قوغۇن ئۇرۇقلىرىنىڭ شىرىسى ئىچۈرۈلىدۇ .

## 18 ) يۇمغاقسۇتتىن زەھەرلىنىش

ئالامىتى : پۇتۇن بەدىنىدىن يۇمغاقسۇتىنىڭ پۇرىقى كېلىدۇ ، بېشى قېيىش ، ئاۋازى پۇتۇش ، ئۇيقۇ بېسىش ئالامىتى كۆرۈلىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

دەرھال قارا كۆز بەدىيان بىلەن توغرىغا سېلىپ قاينىتىلغان سۇغا زەيتۇن يېغى قوشۇپ ئىچۈرۈپ قۇستۇرۇپ ئاشقازانىنى تازىلاش ، ئاندىن كېيىن ئىلىتىلغان تۇخۇمغا قارىمۇچ ، پىلپىلنى سوقۇپ ئارىلاشتۇرۇپ ئىستېمال قىلدۇرۇش لازىم .

## 19 ) بالادۇردىن زەھەرلىنىش

ئالامىتى : ئېغىز ئىچىگە قاپارتما چىقىش ، بەدىنى قىزىش ، ئىچ ئەزالىرى كۆيگەندەك ئېچىشىش ، مەيدە ، قورساقتا ئېچىشىش روشەن بولۇش ، بىمار قورقۇنچاق بولۇپ قېلىش ئالامىتى كۆرۈلىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

بىمارغا ئالدى بىلەن قاپاق ئۇرۇقى يېغى ، بادام يېغى ئىچۈرۈش ھەمدە بۇ ياغلار قوشۇلغان ئىلمان سۇ بىلەن كىلىزما قىلىش ، ئاندىن كېيىن ياڭاق مېغىزى ۋە دېڭىزىيا قاتارلىقلارنى ئىستېمال قىلدۇرۇش كېرەك . شۇنىڭغا دىققەت قىلىش لازىمكى ، بالادۇردىن زەھەرلەنگەن بىمارنى ھەرگىز قۇستۇرۇشقا بولمايدۇ . بەدەنگە بالادۇر يېغى تېگىپ كېتىشتىن زەھەرلەنگەن بولسا ، دەرھال قېتىقنى دوغ قىلىپ چايقاش ، ئۇنىڭدىن كېيىن بادام ، ياڭاق ، پىندۇق مېغىزلىرىنى جاراھەت ئۇستىگە سوقۇپ قويۇپ ، 4 سائەتتىن كېيىن يۇيۇۋېتىش كېرەك .

## 20 ) ئاق خەربەقتىن زەھەرلىنىش

ئالامىتى : قورساق ئاغرىش ، ئىچى سۇرۇش ، بوغۇلۇپ قېلىش ، يۈرەك قوزغىلىپ ھوشىدىن كېتىش ، سۈيدۈكى قىزىل ، كۆيگەندەك كېلىش ئالامتى كۆرۈلىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

بىمارغا ئالدى بىلەن كالا سۈتى ياكى سىرىق مايى ئىچۈرۈپ ، ئارقىدىن ئانار شەربىتى ( 231 ـ نۇسخا ) ياكى ئالما شەربىتى ئىچۈرۈش لازىم . قىزىق يېمەكلىك ۋە قىزىق چاي ئىستېمال قىلدۇرۇشقا بولمايدۇ .

## 21 ) ھەببۇلمۇلۇكتىن زەھەرلىنىش

ھەببۇلمۇلۇكتىن زەھەرلىنىش دەرىجىسى يەڭگىلەك بولسا ، ئېغىز شىللىق پەردىلىرى قۇرۇش ، يۇتقۇنچاق ساھەسى كۆيۈشۈش ، ئېچىشىش ، باش چىڭقىلىپ ئېغىرلىشىش ، كۆڭلى ئېلىشىش قاتارلىق ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ . مۇنداق بىمارلارغا ئالدى بىلەن تۇز سۈيىگە مۇۋاپىق مىقداردا سىركە ئارىلاشتۇرۇپ ئىستېمال قىلدۇرۇش ئارقىلىق قۇستۇرۇپ ، ئاشقازاندىكى زەھەرلىك ماددىلارنى تازىلىغاندىن كېيىن ، قايناق سۇ بىلەن قويۇق تەڭشەلگەن سۈت پاراشوكى ئېرىتمىسى ۋە شېكەر ئېرىتمىسى قارىلىقلارنى كۆپ مىقداردا ئارقىمۇ ئارقا ئىستېمال قىلدۇرسا ، بىمارنىڭ سالامەتلىكى 1 ـــ 2 كۈندىن كېيىن تولۇق ئەسلىگە كېلىدۇ .

زەھەرلىنىش دەرىجىسى ئېغىر بولسا ، يۇقىرىقى ئالامەتلەر گەۋدىلىك ئىپادىلىنىش بىلەن بىللە ، تۆۋەنكى مۇچىلەر تارتىشىش ، پۇت ـ قول مۇزلاش ، يۈرەك ھەرىكىتى قالايمىقانلىشىش ، نەپەس ھەرىكىتى تېزلىشىش ، كۆزلىرى ئولتۇرۇشۇش ، روھىي جىددىيلىك ، بىئارام بولۇش ، چىرايى تاتىرىش ، ئىچى سۇرۇپ بەدىنى سۇسزلىنىش قاتارلىق ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ . بۇنداق ئەھۋال كۆرۈلگەندە ، كالا سۈتى بىلەن قايماق ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزۈلىدۇ ۋە قۇستۇرۇلىدۇ ، ئاندىن سۈتكە تۇخۇم

ئېقىنى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچۈرۈلىدۇ . رۇمبەدىيان ، قىزىلگۈلدىن باراۋار مىقداردا ، زەپەردىن يېگىرمىدىن بىر مىقدارىدا ئېلىپ چاي دەملەپ پات ـ پات ئىچۈرۈلىدۇ . يۇمشاق سوقۇلغان كەتىرا بىلەن نىشاستىنى قايماق بىـ لەن ئارىلاشتۇرۇپ چىلاندەك چوگلۇقتا يالانچۇق ياساپ شۇمۇرگۈزۈلىدۇ . سۇسىزلىنىش ئالامىتى كۆرۈلسە ، ئىچۈرۈپ سۈيۇقلۇق تولۇقلاش ئۇسۇلى بويىچە سۈيۇقلۇق تولدۇرۇلىدۇ .

## 22 ) ئات تۈيىقى ردۇەندىن زەھەرلىنىش

ئالامىتى : ئىشلىتىلىش مىقدارى ئېشىپ كەتسە ، توختىماي ئىچ سۇرۇش ، قورساق مۇجۇپ ئاغرىش ، ئىنجىقسىمان ئاغرىش پەيدا بولۇش ، سۇسىزلىنىپ بەدەن تارتىشىپ قېلىش ئالامىتى كۆرۈلىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

كۆپ مىقداردا سۈت ۋە سېرىق يېغ بېرىلىدۇ ، بېھى شەربىتى ( 234 ـ نۇسخا ) بىلەن سۈپۈپى قابىز ( 213 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ . ئانار شەربىتى ( 231 ـ نۇسخا ) بىلەن ئالما شەربىتى ( سەپرادىن بولغان باش ئاغرىقىنى داۋالاشقا قارالسۇن ) بېرىلىدۇ ، بەدەن سوغۇق سۇ بىلەن يۇيۇـ لىدۇ ، سۇسىزلىنىش ئېغىر بولسا سۈيۇقلۇق تولۇقلىنىدۇ .

## 23 ) ياۋا پىيازدىن زەھەرلىنىش

ئالامىتى : تاشقى پوستى تازىلانماي ۋە پىشۇرۇلماي ئاز مىقداردا بېرىلسە ، قورساق ئاغرىش ، ئىچى سۇرۇش ؛ كۆپرەك بېرىلسە ، چىش مىـ لىكلىرى ئاغرىش ، كۆكرىكى ئاغرىش ، قانلىق ئىچ سۇرۇش قاتارلىق ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

قىزىتىلغان تۆمۈر پارچىسى سىلىنغان سۈت ئىچۈرۈلىدۇ . چالا پىشۇرۇلغان تۇخۇم سېرىقى ، ئىسپىغۇل لۇئابى بىلەن قۇرسى كەھرىۋا ( 170 ـ ، 171 ـ نۇسخا ) بېرىلىدۇ .

# زەھەرلىك ھاشاراتلار چېقىش

يىلان ، چايان ، ئۆمۈچۈك ، قاپاق ھەرە قاتارلىق زەھەرلىك ھاشاراتلار چېقىش ئەھۋالى داۋاملىق ئۇچراپ تۇرىدۇ . زەھەرلىك ھاشاراتلار چاقماندا ، يەڭگىل بولغاندا بەدەن ئاغرىيدۇ ، ئېچىشىدۇ ، ئىششىيدۇ ، تېرە تاشمىلىرى چىقىدۇ ، ئېغىرلىرىدا ئادەم ئۆلۈش ئەھۋالى كېلىپ چىقىدۇ .

زەھەرلىك ھاشاراتلار چاققان بىمارنى چاققان ھاشاراتنىڭ زەھىرىگە قارشى مەخسۇس داۋالىغاندىن باشقا ، تۆۋەندىكى ئومۇمىي قائىدىنىيەتنى ئەستىن چىقارماي قويۇشقا بولمايدۇ :

1 ) زەھەر تەسىر قىلغان جايدىكى بەدەن سۈيۇقلۇقى تېزدىن چىقىرىپ تاشلىنىدۇ . بۇنىڭدا ، تىلىپ ھىجامەت قويۇش ، كۆپ مىقداردا سۇ ئىچۈرۈپ قەي قىلدۇرۇش ، ھۆقنە قىلىپ ئىچىنى سۈرگۈزۈش ، سۈيدۈك ھەيدەش قاتارلىق ئۇسۇللار قوللىنىلىدۇ . تىلىپ ھىجامەت قويۇش مەخسۇس زەھەرلىك يىلان چاققاندىلا قوللىنىلىدۇ .

2 ) بەدەنىنىڭ قارشىلىق كۈچى ئاشۇرۇلىدۇ . بۇنىڭ ئۈچۈن ، زەھەر قايتۇرغۇچى تەرياق ۋە دېگىزىيا قاتارلىق دورىلار بېرىلىدۇ.

3 ) زەھەرنىڭ تاراپ كېتىشىنىڭ ئالدى ئېلىنىدۇ . بۇنىڭ ئۈچۈن ، ھاشارات چاققان جايدىن تىلىش ، زۇلۇك قويۇش ، ھىجامەت قويۇش ، بەزدە داغلاش ۋە ئېغىز ئارقىلىق شوراش قاتارلىق چارىلەر قوللىنىلىدۇ . شوراش زۆرۈر تېپىلسا ، شورىغۇچىنىڭ قورسىقىنى تويغۇزۇپ ، ئېغىز ئىچىنى گۈل يېغى بىلەن چايقاش لازىم .

4 ) بەدەندىكى خىلىتلارنىڭ زەھەرنى سىرتقا ھەيدىشىگە يارىدەم بېرىش ئۈچۈن تەرلىتىلىدۇ .

5 ) چاققان ھاشارات زەھىرىنىڭ تەبىئىتىگە قارشى تەسىردىكى دورىلار ئىشلىتىلىدۇ .

6 ) زەھەر قايتۇرغۇچى مەخسۇس دورىلاردىن ئاپىلسىن ئۇرۇقى ، چىنار مېۋىسى ، قۇرۇق يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى ، ئەنجىدان يىلتىزى ، دېڭىز-يا ، ئۆچكە مايىقى ، تاغ پىننىسى ، خام قايماق ۋە مەسكە ياغ ، تەرياقلار بېرىلىدۇ .

## 1 ) يىلان ۋە چايان چېقىش

ئالامىتى : كۆيگەندەك ئېچىشىش ۋە چىدىغۇسىز ئاغرىش ئالامىتى كۆرۈلىدۇ . چاققان جاي قىزىرىپ قالىدۇ ، بەزىدە قاتتىق تۇگۇن بولۇپ قالىدۇ ، ئەگەر قىزىل قان تومۇرىغا تەككەن بولسا ، تېزلا ھوشىدىن كېتىش ، بەزىدە ئۆلۈم ئەھۋالى كېلىپ چىقىدۇ . قان زەردابى زەھىرى بىلەن زەھەرلەنگەندە يۇقىرىقىدەك ئالامەت كۆرۈلىدۇ . ئەگەر نېرۋا زەھىرى بىلەن زەھەرلەنسە تۇتقاق كېسەللىكى ۋە مېڭە پەردە يالۇغىدەكىگە ئوخشاش ئالامەتلەر كۆرۈلىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) دەرھال چاقماق جاينىڭ يۇقىرىسىدىن ناھايىتى چىڭ ئولغىما سىپلىپ ، چاققان جاينىڭ مەركىزىنى تىلىپ ھىجامەت قويۇلىدۇ . چۆرە-سىگە ئامال بولسا زۇلۇك قويۇلىدۇ . ھىجامەت قويۇش ، زۇلۇك قويۇشقا ئامال بولمىسا شورىتىلىدۇ .

2 ) بابۇنە ، ئەمەن ، بۇغداي كېپىكىنى قاينىتىپ يۇيۇنسا ، پىندۇقىنى ئېغىزغا ئېلىپ شۇمسە ۋە يۇمشاق سوقۇپ چاققان جايغا باسسا بولىدۇ .

3 ) تۆۋەندىكى چارىلەردىن بىرى تاللاپ قوللىنىلىدۇ :

( 1 ) پىننە ، ئارپا ئۇنىنى سۇزاپ سۇيىگە ئارىلاشتۇرۇپ چېپىش .

( 2 ) گۈڭگۇرت ، زىغىر ، مەستىكى ، قۇندۇز قەھرى ، سامساق قاتارلىقلاردىن بىرسى ياكى بىرقانچىسىنى بىرلىكتە زەيتۇن يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ چېپىش .

( 3 ) ھىلك بىلەن سامساقنى ھاراقتا قوشۇپ چېپىش .

( 4 ) هاكنى سۇغا چىلاپ تىندۇرۇپ ، سۇيى بىلەن يۇيۇنۇش .

4 ) مۇرەكىكەپ دورىلاردىن تەرياقى ئەربەئە ( 130 ـ نۇسخا ) 3 گرامدىن قاياناق سۇ بىلەن بېرىلىدۇ .

مەجبۇرى سەۋەب ( 60 ـ نۇسخا ) 10 گرامدىن كۈندە 4 ـــ 5 قېتىم بېرىلىدۇ .

مەجبۇرى سەنجىرىنا ( 57 ـ نۇسخا ) 5 گرامدىن كۈندە 1 قېتىم بېرىلىدۇ .

## 2 ) ھەرە چېقىش

ئالامىتى : ئادەتتىكى ھەرىلەر چاقسا بىر مەزگىل ئاغرىش ، ئىششىش ئالامتى كۆرۈلىدۇ . چوڭ قارا ھەرە چاقسا ، كۆچلۈك ئاغرىش ، پۈتۈن بەدەن ئىششىش ، نەپەس قىيىنلىشىش ئالامتى كۆرۈلىدۇ . ئېغىرلىرىدا ئۆلۈم كېلىپ چىقىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

1 ) دەرھال بىر سىقىم كۆك يۇمغاقسۇتنى يېگۈزۈش ، ئاق لەيلى ، ھەمىشە باھار ، ئەنگۈرشپا ، بىنەپشە ، كاسنە ، كاكىنەچلەرنى سوقۇپ ھەرە چاققان جايغا قويۇش لازىم .

2 ) ئاچچىق ئانار سۇيى ، ئالما شەربىتى ياكى سىركەنجۇبىل ( 237 ـ نۇسخا ) لەردىن بىرسى بېرىلىدۇ . كاسنە سۇيى ، تەرخەمەك سۇيى قاتارلىقلار ئىچۈرۈلىدۇ .

3 ) ئاددىي ھەرە چاققان بولسا ، ھەرە كۆنىكىنى سىركىدە ئېزىپ چېپىش ، كۆك يۇمغاقسۇتنى سوقۇپ چېپىش ، قىزىل قاپاق ھەرىنى ئىسىپىرتقا چىلاپ ئېلىنغان چىلانمىنى چېپىش قاتارلىق چارىلەردىن بىرسى قوللىنىلىدۇ .

## 3 ) زەھەرلىك ئۆمۈچۈك چېقىش

1 ) رەڭگى قارا ، قىسقا پاچاقلىق ، ئۇستى تۈكسىز ئۆمۈچۈك

چاقسا ، پۇتۇن بەدەن قىچىشىپ ، قىزىتىپ ، نەپەس سىقىلىپ ، بوغۇلۇپ ئۆلۈپ قېلىش ئەھۋالى كۆرۈلىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

چاققان جايدىن دەرھال تىلىپ ھىجامەت قويۇپ قان چىقىرىلىدۇ . زۆرۈر تېپىلسا ، چاقماق جايدىن ئازراق كېسىپ تاشلاپ ، قان چىقىرىۋېتىلىدۇ . تەمرى ھىندى ، چىلان ، ئەينۇلا ، خىيارشەنبەرلەرنى قاياناق سۇغا چىلاپ تەمىنى چىقىرىپ ئىچۈرسە بولىدۇ .

2 ) رەڭگى ئاق ، قارا يوللۇق ئۆمۈچۈك چاقسا ، قورساق ئېسىلىپ كېتىدۇ ، چاققان يەر قاتتىق ئاغرىيدۇ ، تىترەك باسىدۇ ، بەدەن سوۋۇپ كېتىدۇ .

داۋالاش ئۇسۇلى

چاقماق جايغا ھىجامەت قويۇپ زەھەر شوراپ ئېلىنىدۇ ، ئىسسىق سۇغا ئازراق تۇز قوشۇپ بەدەن يۇيۇلىدۇ ، بىمار ئىسسىق سۇغا چىلىنىپ ئولتۇرىدۇ . تۇز بىلەن مۇرمەككى ئىسسىق سۇدا ئېرىتىلىپ بەدەنگە سۈركىلىدۇ ، سىيادان تالقىنى يېيىشكە بېرىلىدۇ . تەرياقى ئەربەئە ( 130 ـ نۇسخا ) ياكى تەرياقى سومۇم ( 132 ـ نۇسخا ) لاردىن بىرى بېرىلىدۇ .

ئىككىنچى قىسىم

# تەجرىبىدىن ئۆتكەن نۇسخىلار

# هەبلەر

**1 - نۇسخا : ھەببى ئايارەج پەيقرا**

تەركىبى : سۇمبۇل ، دارچىن ، مەستىكى رۇمى ، ھەب بىلسان ، ئۇدبىلسان ، سەلىخە ، ئاسارۇن ، زەپەر 10 گرامدىن ، سەبرە سۇقۇتىرى 80 گرام .

تەييارلىنىشى : ئەرەقى بەدىيان بىلەن 0.25 گرامدىن ھەب قىلىنىدۇ ، تەبئىتى قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : بەدەن ۋە مېڭىدىكى ھۆللۇكنى سىرتقا چىقىرىدۇ ، باش ئاغرىقىنى پەسەيتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : پالەچ ھەم لەقۋا ، ئېغىزدىكى سۇيۇقلۇقنىڭ كۆپەلۇكىدىن بولغان كېكەچلىك ، ئاشقازان ھەم ئۇچەيلەرنى پاكىزلەش ، يۇمشىتىش ، بېغىشلارنىڭ ئاغرىقىنى پەسەيتىش ، قەي قىلدۇرۇش ئۇچۇن بېرىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : كەچتە قورساق توق ۋاقىتتا 7 ـــ 10 دانە ئەھۋالغا قاراپ بېرىلىدۇ .

دىققەت : ھامىلدار ، ھەيز كۆرۈۋاتقان ئاياللارغا ، بۇۋاسىر ، ئاشقازان - ئۇچەي جاراھىتى بارلارغا ، ئۇچەي تولغاشقان كېسەللەرگە بېرىلمەيدۇ .

**2 - نۇسخا : ھەببى ئافىيەت**

تەركىبى : تۇربۇت مەۋسۇق 10 گرام ، سۆرۈنجان مىسرى ، سېرىق ھېلىلە 50 گرامدىن ، قىزىلگۈل ، بىنەپشە ، سېرىق ئوت ، نەمەكى ھىندى ، رۇمبەدىيان ، سوقمۇنيا ، بوزىدان ، مۇقىل ، غارىقۇن ، سەنىبنەج 3.5 گرامدىن .

تەييارلىنىشى : 0.5 گرامدىن ھەب قىلىنىدۇ . تەبئىتى ئىسسىق .

تەسىرى : ئاغرىق پەسەيتىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : ھەر خىل ئاغرىقلارغا ئەھۋالغا قاراپ 3 ـــ 5 تال بېرىلىدۇ .

**3 - نۇسخا : ھەببى ئەقرە**

تەركىبى : رۇمىبەدىيان ، ئارپىبەدىيان ، چىگىسەي ئۇرۇقى ، تاغ پىنىنىسى ، يالپۇز 3 گرامدىن ، سۇمبۇل ، دارچىن ، سەلخە ، ھەببى بىلسان ، ئۇد بىلسان ، جويۇز ، ئوبھەل ، قۇستە 2 گرامدىن .

تەسىرى : ئايالارنىڭ ھامىلدار بولۇشىنى كونترول قىلىدۇ .

مىقدارى : ھەر قېتىم جىنسىي ئالاقە قىلىشتىن بۇرۇن 3 گرامدىن يەيدۇ .

**4 - نۇسخا : ھەببى ئەتشە**

تەركىبى : ئۇسۇكۇ ئۇرۇقى ، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى ، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى 15 گرامدىن ، كەتىرا ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى 30 گرامدىن .

تەيىارلىنىشى : يۇقىرىقى دورىلار يۇمشاق سوقۇپ تاسقاپ ، ئىسپىغۇل شىرىسى بىلەن خېمىر قىلىپ ، 0.3 گرامدىن ھەب قىلىنىدۇ . تەبىئىتى ھۆل ئىسسىق .

تەسىرى : تەشنالىقنى پەسەيتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : يۇرەك ، بۆرەك كېسەللىكلىرىگە ، تەشنالىقنى قاندۇرۇشقا مەلۇم مىقدارىدا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 7 ـــ 9 دانىدىن كۇندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

**5 - نۇسخا : ھەببى ئىستەمخەۋن**

تەركىبى : سەبرە 45 گرام ، بىستىپايەج ، سېرىق ئوت 18 گرامدىن ، سوقمۇنىيا ، غارىقۇن ، ئاچچىق تاۋۇز 9 گرامدىن ، سۇمبۇل ، سەلخە ، زەرپەر ، ھەببى بىلسان ، نەمەكى ھىندى ، ئېگىر ، ئاسارۇن ، ئوسارە ئەپسەنتىن ، ئۇد ھىندى ، مەستىكى ، ئىزخىر يىلتىزى ، يۇمىلاق زىراۋەندە ، دارچىن 3 گرامدىن .

تەيىارلىنىشى : بەدىيان سۇيىدە يۇغۇرۇپ ، 0.5 گرامدىن ھەب قىلىنىدۇ .

تەسىرى : باش ساھەسىدىكى ۋە پۇتۇن بەدەندىكى سوغۇقلۇقنى تازىلايدۇ ، ئەستە تۇتۇش كۈچىنى ئاشۇرىدۇ ، يامان خىيالنى يوقىتىدۇ ، سەۋدادىن بولغان تۇرلۈك كېسەللىكلەرنى داۋالايدۇ ، يۇرەك تىترەش ، ئاشقازان ئاجىزلىقى ۋە بۆرەك كېسەللىكلىرىگە ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 6 تالدىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

**6 - نۇسخا : ھەببى ئىستىسقا**

تەركىبى : تۇرىبۇت 12 گرام ، رەۋەن 6 گرام ، غاربقۇن ، ئۇزۇنچاق زىراۋەندە ، يۇمىلاق زىراۋەندە 2 گرامدىن ، مۇقىل ، چاققاق ئوت ئۇرۇقى 3 گرامدىن ، پەرپىيۇن 2 گرام .

تەييارلىنىشى : سۇ بىلەن 0.5 گرامدىن ھەب قىلىنىدۇ .

تەسىرى : سۈيدۈك ھەيدەيدۇ ، ئىستىسقا كېسەللەرگە بېرىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 4 تالدىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

**7 - نۇسخا : ھەببى ئىمساك**

تەركىبى : ئاقسىرقەرھا 3 گرام ، قەنت 27 گرام ، رەيھان ئۇرۇقى 24 گرام .

تەييارلىنىشى : سۇ بىلەن 0.5 گرامدىن ھەب قىلىنىدۇ .

تەسىرى : باھنى كۈچلەندۈرۈپ ، مەنىنى تۇتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : باھنىك ئاجىزلىقى ، سۈرئىتى ئىنزاللارغا بېرىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 6 تالدىن كۈندە 2 ۋاخ بېرىلىدۇ .

**8 - نۇسخا : ھەببى بەھتۈسسەۋت**

تەركىبى : كەتىرا ، نىشاستە ، سەمغى ئەرەبى ، رۇببىسۇس ، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى ، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزىدىن باراۋەر مىقداردا .

تەييارلىنىشى : تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزىنىك شىرىسى بىلەن 0.3 گرامدىن ھەب قىلىنىدۇ . تەبئىتى مۆتىدىل .

تەسىرى : ئاۋاز ئېچىش ، بەلغەم چىقىرىش ئۇنۇمىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ئۇنى پۈتۈپ قالغانلارغا ، زىققە - نەپەس كېسەللىكلىرىگە بېرىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 5 ياشقىچە باللارغا 1 ــ 2 دانە ، 5 ــ 10 ياشلىق باللارغا 3 ــ 5 دانە ، چوڭلارغا 5 ــ 7 دانە كېسەللىك ئەھۋالىغا قاراپ بېرىلىدۇ .

**9 ـ نۇسخا : ھەببى بەھرام**

تەركىبى : سەبرە سۇقۇتىرى 36 گرام ، سېرىق ئوت 18 گرام ، سوقمۇنيا 12 گرام ، سۇمبۇل ، سەلىخە ، تۇربۇت ، مەستىكى 6 گرامدىن ، زەپەر 5 گرام ، غاريقۇن 9 گرام ، ھۇماما 3 گرام .

تەييارلىنىشى : سوقۇپ ، سۇ بىلەن 0.5 گرامدىن ھەب قىلىنىدۇ .

تەسىرى : ئىستىسقائى لەھمگە ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 5 تالدىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

**10 ـ نۇسخا : ھەببى بەريۇما**

تەركىبى : سەبرە سۇقۇتىرى ، تۇربۇت 24 گرامدىن ، سېرىق ھېلىلە پوستى ، بوزىدان ، سۆرۈنجان 6 گرامدىن ، رۇمبەدىيان ، سوقمۇنيا 3 گرامدىن ، مۇقىل 9 گرام .

تەييارلىنىشى : كۈدە سۈيىدە 0.5 گرامدىن ھەب قىلىنىدۇ .

تەسىرى : بوغۇم ئاغرىقلىرىغا تېز ئۇنۇم بېرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : مۇپاسسل ۋە باشقا بوغۇم ئاغرىقلىرىغا بېرىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 6 تالدىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

**11 ـ نۇسخا : ھەببى بىنەپشە**

تەركىبى : ئاق تۇربۇت ، رۇببىسۇس ، قىزىلگۈل ، گۈلى بىنەپشە 9 گرامدىن ، سوقمۇنيا ، غاريقۇن 5 گرامدىن .

تەييارلىنىشى : يۇقىرىقى دورىلار يۇمشاق سوقۇپ ، تاسقاپ ، قاينىق سۇ بىلەن خېمىر قىلىپ 0.3 گرامدىن ھەب قىلىنىدۇ . تەبىئىتى مۆتىدىل .

تەسىرى : بەلغەم بوشىتىپ ، نەپەس يوللىرىنى تازىلايدۇ .

ئىشلىتىلىشى : زىققە ـ نەپەس كېسەللىكى ، ئىسسىقتىن بولغان يۆتەللەرگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : ئەرەقنى بەدىيان بىلەن كۇنىدە 1 ۋاخ 10 ــ 15 دانە ئىستېمال قىلىنىدۇ .

**12 - نۇسخا : ھەببى تاباشىر قابىز**

تەركىبى : تاباشىر 12 گرام ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ( قورۇلغان ) 27 گرام ، قىزىلگۇل 21 گرام ، ئاق سەندەل ، ئەرەب يېلىمى ( قورۇلغان ) ، كەتىرا ( قورۇلغان ) ، نىشاستە ، شاھى بەللوت ، رۇببىسۇس ، قوغۇن ئۇرۇقى ، زىرىق 6 گرامدىن ، ئانارگۇلى ، بۇزغۇن قېيامى 3 گرامدىن .

تەييارلىنىشى : يۇقىرىقى دورىلار يۇمشاق سوقۇپ ، تاسقاپ ، ئالما ، بېھى ياكى زىرىق سۇيىدە خېمىر قىلىپ ، 0.5 گرامدىن ھەب قىلسا بولىدۇ . تەبىئىتى قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : ئىچ سۇرۇشنى توختىتىدۇ ، قانىنى قويۇلدۇرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ئىچ ئۆتكۇ ، ئىسسىقتىن بولغان تولغاق ، قان ، سەپرانىك كۆيگىنىدىن بولغان تەپنى داۋالاشقا بېرىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : كۈندە 1 ۋاخ 5 ــ 7 دانە بېرىلىدۇ .

**13 - نۇسخا : ھەببى تاباشىر مۇلەييىن**

تەركىبى : سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، تاباشىر ، نىشاستە 20 گرامدىن ، قىزىلگۇل ، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى ، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى ، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى ، ئاقلانغان يۇمغاقسوت ئۇرۇقى 12 گرامدىن ، گۈلى بىنەپشە ، تەرەنجىۋىل 40 گرامدىن ، ئاق سەندەل ، كەتىرا ، رۇببىسۇس ، نىلۇپەر 6 گرامدىن ، زەپەر 1.5 گرام .

تەييارلىنىشى : دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ، تاسقاپ ، ئارپا سۇيىدە خېمىر قىلىپ ، 0.2 گرامدىن ھەب قىلسا بولىدۇ . تەبىئىتى ھۆل ئىسسىق .

تەسىرى : قىزىتمىنى ياندۇرۇش ، چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىش ، قانىنى تازىلاش ئۇنۇمىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : بەدەننىك داۋاملىق قىزىتىشى ، سۇيدۇكنىك كۆيۈپ كېلىشى ، ئۇسسۇزلۇق ، يۆتەل ، زاتىل جەنبە قاتارلىقلارنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 15 ـــ 20 دانە بېرىلىدۇ .

**14 - نۇسخا : ھەببى تەنكار**

تەركىبى : سەبرە سۇقۇتىرى 64 گرام ، قارىمۇچ 48 گرام ، تەنكار 8 گرام ، ئاق بەزىرۇلبەنجى 10 گرام .

تەييارلىنىشى : سۇ بىلەن خېمىر قىلىپ ، 0.25 گرامدىن ھەب قىلىندۇ . تەبئىتى قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىش ، يەلنى ماڭدۇرۇش ، بەدەندىكى ئىسسىق - سوغۇق ، قۇرۇق - ھۆللۈكلەرنى ئۆز ئەسلىگە كەلتۈرۈش ، قورساق ئاغرىقىنى پەسەيتىش ئۇنۇمىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ئاشقازاننىڭ زەئىپلىكى ، قورساق ئاغرىقى ، قەۋزىيەت ، ئىشتىھاسىزلىق ، قورساق ئېسىلىش ، يەل كەلمەسلىك قاتارلىق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : چوڭلارغا 0.75 گرام ئەتىگەنلىك تاماقتىن بۇرۇن بېرىلىدۇ ( 1.25 گرام بېرىلسىمۇ بولىدۇ ) ، 1 ـــ 5 ياشقىچە بالىلارغا 0.25 گرام ، 5 ـــ 10 ياشقىچە بالىلارغا 0.5 گرام بېرىلىدۇ .

**15 - نۇسخا : ھەببى سوئال**

تەركىبى : ئاقلانغان بادام مېغىزى ، زىنجىر ( قورۇلغان ) ، بېھى ئۇرۇقى ( قورۇلغان ) 8 گرامدىن ، كەتىرا ، سەمغى ئەرەبى ، رۇمبەدىيان 6 گرامدىن ، رۇببىسۇس 2 گرام ، شېكەر 12 گرام .

تەييارلىنىشى : يۇمشاق سوقۇپ ، تاسقاپ ، ئەرەقى بەدىيان بىلەن خېمىر قىلىپ ، 0.25 گرامدىن ھەب قىلىنىدۇ . تەبئىتى ھۆل ئىسسىق .

تەسىرى : بەلغەم بوشىتىش ، يۆتەل توختىتىشتىن ئىبارەت .

ئىشلىتىلىشى : ئىسسىق - سوغۇقتىن بولغان ھەر خىل يۆتەل ، زىققە - نەپەس كېسەللىكلىرىگە بېرىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 5 دانىدىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

**16 - نۇسخا : ھەببى سوئال ھار**

تەركىبى : تەمرى ھىندى ، رۇببىسۇس ، نىشاستە ، زەپەر ، كەتىرا ،

چىگىت مېغىزى ، ھەببۇلئاس ، خەشخاش ئۇرۇقى ، خەشخاش پوستى ، رۇمبەدىيان ، ئارپىبەدىيان ئۇرۇقى ، قارا كۆز بەدىيان ئۇرۇقى ، مۇرمەككى ، ناۋات باراۋمر مقدارىدا .

تەييارلىنىشى : يۇقىرىقى دورىلارنى تەڭ مقدارىدا ئېلىپ ، سوغۇپ ، تاسقاپ ، ناۋات بىلەن 0.5 گرامدىن ھەپ قىلسا بولىدۇ .

تەسىرى : سوغۇقتىن بولغان يۆتەلنى توختىتىدۇ .

ئىشلىتىلىش مقدارى : چۆكىلارغا 10 ــ 12 تالدىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

**17 - نۇسخا : ھەببى سوئال بارىد**

تەركىبى : نىشاستە ، كەتىرا ، رۇببىسۇس تەڭ مقدارىدا .

تەييارلىنىشى : زاراگزا ئۇرۇقىنىڭ شىرىسى بىلەن 0.5 گرامدىن ھەپ قىلىنىدۇ .

تەسىرى : ئىسسىقلىقتىن بولغان يۆتەلنى توختىتىدۇ .

ئىشلىتىلىش مقدارى : چوڭلارغا 6 ــ 8 تالدىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

**18 - نۇسخا : ھەببى سوئال يابىس**

تەركىبى : نىشاستە ، سەمغى ئەرەبى ، رۇببىسۇس ، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، كەتىرا تەڭ مقدارىدا .

تەييارلىنىشى : بېھى ئۇرۇقىنىڭ لۇئابى بىلەن 0.5 گرامدىن ھەپ قىلىنىدۇ .

تەسىرى : قۇرۇقلۇقتىن بولغان يۆتەلنى توختىتىدۇ .

ئىشلىتىلىش مقدارى : 6 تالدىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

**19 - نۇسخا : ھەببى سۆزنەك**

تەركىبى : نېلۇپەر ئۇرۇقى ، زەمچە 26 گرامدىن ، شورا ، لاچىندانە 13 گرامدىن ، كات ھىندى 6.5 گرام .

تەييارلىنىشى : يۇمشاق سوقۇپ ، تاسقاپ ، قارا شېكەر قىيامى بىلەن 0.3 گرامدىن ھەپ قىلىنىدۇ . تەبئىتى مۆتىدىل .

تەسىرى : سۈيدۈك يوللىرىنى تازىلاش ، ئاغرىق توختىتىش .

ئىشلىتىلىشى : سۆزنەك ، سۈيدۈك يوللىرى كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 2 ـــ 7 دانە بېرىلىدۇ .

**20 ـ نۇسخا : ھەببى سماق**

تەركىبى : سماق 3 گرام ، ئانار پوستى 2 گرام ، موزا 6 گرام .

تەييارلىنىشى : سوقۇپ ، 0.5 گرامدىن ھەب قىلىنىدۇ .

تەسىرى : ئىچ سۈرۈشنى توختىتىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 10 دانە يەپ ، ئاندىن چالا پىشۇرۇلغان تۇخۇم سېرىقىنى يېسە بولىدۇ .

**21 ـ نۇسخا : ھەببى سۆرۈنجان**

تەركىبى : سېرىق ھېلىلە پوستى ، سەبرە سۇقۇتىرى ، سۆرۈنجان مىسرى 20 گرامدىن ، پوستى ئاقلانغان تاتلىق بادام مېغىزى 32 گرام ، سانا ، مەستىكى رۇمى ، زەپەر 4 گرامدىن .

تەييارلىنىشى : ئەرەقى بەدىيان بىلەن خېمىر قىلىپ ، 0.2 گرامدىن ھەب قىلىنىدۇ . تەبىئىتى قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : ئاغرىق قالدۇرۇش ، بېغىشلارنىڭ ئىششىقلىرىنى يانـ دۇرۇش ، قول ـ پۇتلارنىڭ ئېغىرلىقىنى قالدۇرۇش ئۇنۇمىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : مۇپاسىل ، يانپاش ئاغرىقلىرىغا بېرىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : ئاخشامدا يېتىش ئالدىدا 1 ـــ 5 ياشقىچە بالىلارغا 2 ـــ 4 دانە ، 5 ـــ 10 ياشقىچە بالىلارغا 5 ـــ 7 دانە ، چوڭلارغا 10 دانە بېرىلىدۇ .

**22 ـ نۇسخا : ھەببى سماب**

تەركىبى : سماب ، پىستە مېغىزى ، ئاقلانغان بادام مېغىزى ، ھۆل خېنە تېنى 9 گرامدىن ، مۇقىل ، كەتىرا ، سەمغى ئەرەبى ، ئەنزۇرۇت ، رەۋەن ، تۇربۇت 15 گرامدىن ، غارىقۇن ، نىشاستە ، زەپەر ، مەستىكى 6 گرامدىن ، كافۇر ، جەدۋار ، سوقمۇنىيا 3 گرامدىن .

تەييارلىنىشى : لىمون سۇيى بىلەن 0.3 گرامدىن ھەب قىلىنىدۇ . تەبئىتى مۆتىدىل .

تەسىرى : خۇننى تازىلاش ، جاراھەتلەردىكى سۇنى يوقىتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ئىسسىق - سوغۇقتىن بولغان ھەر خىل يەل كېسەللىكلىرى ، ھەر خىل تېرە كېسەللىكلىرى ، ناسۇر ، خانازۇر ، جۇزام ، ماخاۋ كېسەللىكلىرىگە بېرىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 1 ــ 5 ياشقىچە بالىلارغا 2 دانە ، 5 ــ 10 ياشقىچە بالىلارغا 3 دانە ، چوڭلارغا 5 ــ 10 دانە ئەھۋالغا قاراپ بېرىلىدۇ .

**23 - نۇسخا : ھەببى سماب مومسك**

تەركىبى : سىماب 9 گرام ، ئەپپۇن 10 گرام ، ئاقىرقەرھا ، بەزىرۇلبەنجى ، خولنجان ، جويۇز ، قەلەمپۇر ، بەسباسە 3 گرامدىن .

تەييارلىنىشى : سىمابنى قېلىن خامدىن 7 قېتىم ئۆتكۈزۈپ ، ئەپپۇن بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ، سايىدا قۇرۇتۇپ ، سوقۇپ ، قالغان دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ نوقۇت چوڭلۇقىدا ھەب قىلىنىدۇ .

تەسىرى : باھنى كۆرۈنەرلىك دەرىجىدە كۈچلەندۈرىدۇ ، مەنىنى تورمۇزلايدۇ .

ئىشلىتىلىشى : باھنىڭ ئاجىزلىقى ، سۈرئىتى ئىنزال ۋە سىيگەكلىك كېسەللىكلىرىگە بېرىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : ئاخشىمى ئاچ قورساق ھالەتتە 1 داننى نان بىلەن يېسە بولىدۇ .

**24 - نۇسخا : ھەببى سەھلل ۋۇجۇد**

تەركىبى : پوستى ئاجرىتىلغان تەمرى ھىندى مېغىزى 30 گرام ، قەنت 60 گرام .

تەييارلىنىشى : قەنت بىلەن قىيام قىلىپ ، 1 گرامدىن ھەب قىلىنىدۇ .

تەسىرى : مەنى تېز كېتىشنى تورمۇزلايدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 2 دانىدىن يەيدۇ .

**25 - نۇسخا : ھەببى جالىنۇس**

تەركىبى : ئەركەك قۇشقاچ مېڭىسى ، سۆئلەپ ، شاقاقۇل ، زاغۇن ، پىياز ئۈرۈقى ، سەقەنقۇر ، خورما ئۈرۈقى 10 گرامدىن ، ئىپار مەلۇم مىقداردا .

تەييارلىنىشى : دورىلارنى سوقۇپ ، تاسقاپ ، ھەسەل ۋە زاغۇن سۈيىدە 0.5 گرامدىن ھەب قىلسا بولىدۇ .

تەسىرى : ھەر خىل تېپتكى جىنسىي ئاجىزلىقنى ياخشىلايدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 6 دانىدىن كۈندە 2 ۋاخ يېسە بولىدۇ .

**26 - نۇسخا : ھەببى جەدۋارچىنى**

تەركىبى : جەدۋارچىنى ، تۆشۈكسىز مەرۋايىت ، ئۈزۈن پىلپىل ، ساپ كەھرىۋا 4 گرامدىن ، قارىمۇچ ، زەنجىۋىل ، خولىنجان ، نېپىز دارچىن ، ئاق بەھمەن ، قىزىل بەھمەن ، ئۈد قىمارى ، ئۈدخام ، قەلەمپۇر ، كاۋاۋاچىن 8 گرامدىن ، سۆئلەپ ، شاقاقۇل ، بادرەنجبۇيا ئۈرۈقى 12 گرامدىن ، زەپەر 2 گرام .

تەييارلىنىشى : يۇقىرىقى دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ، تاسقاپ ، قىيام بىلەن خېمىر قىلىپ ، 0.25 گرامدىن ھەب قىلسا بولىدۇ . ئىمكان بار ئالتۇن ۋەرەققە يۆگەلسە تېخىمۇ ياخشى . تەبىئىتى قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : مېڭىنى تازىلاش ، نېرۋىنى تىنچلاندۇرۇش ، يۈرەكنى قۇۋۋەتلەش ، يىرىڭنى يوقىتىش ، ئۇچەي ھەرىكىتىنى نورماللاشتۇرۇش ، بەدەننى قۇۋۋەتلەش .

ئىشلىتىلىشى : يۈرەك كېسەللىكلىرى ، ھەزىم قىلىشنىڭ ناچارلىقى ، مەزى بېزىنىڭ ئىششىقى ، مەزى بېزىنىڭ يوغىناپ قېلىشى ، سوغۇقلۇقتىن بولغان خاپىغان ، قۇلاقتىن يىرىڭ ئېقىش ، ئىچ سۇرۇش ، ئومۇمىي بەدەن ئاجىزلىقى ، جىنسىي ئاجىزلىق ، سوغۇقلۇقتىن بالىياتقۇ چىقىپ قېلىش كېسەللىكلىرىنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 4 ــ 7 دانە بېرىلىدۇ .

**27 - نۇسخا : ھەببى بنادۇقى ئىدرا سەپراۋى**

تەركىبى : سېرىق ھېللىلە ، قىزىلگۈل 5 گرامدىن ، سەبرە سۇقۇتىرى 3 گرام ، سوقمۇنيا 4 گرام .

تەييارلىنىشى : دورىلار سوقۇپ ، سۇ بىلەن 0.5 گرامدىن ھەب قىلىنىدۇ .

تەسىرى : سەپرادىن بولغان دائىرىلىك چاچ چۈشۈشنى داۋالايدۇ .

ئىشلىتىلىش مقدارى : 12 تالدىن كۈندە 2 ۋاخ بېرىلىدۇ .

**28 - نۇسخا : ھەببى بنادۇقى ئىدرا بەلغمى**

تەركىبى : تۇربۇت ، سەبرە سۇقۇتىرى 30 گرامدىن ، ئاچچىق تاۋۇز 10 گرام .

تەييارلىنىشى : دورىلار سوقۇپ ، 0.5 گرامدىن ھەب قىلىنىدۇ .

تەسىرى : بەلغەمدىن بولغان بنادۇقى ئىدرانى داۋالايدۇ .

ئىشلىتىلىش مقدارى : 12 تالدىن كۈندە 2 ۋاخ بېرىلىدۇ .

**29 - نۇسخا : ھەببى بنادۇقى ئىدرا مۇرەككەپ**

تەركىبى : سېرىق ئوت 12 گرام ، ئاچچىق تاۋۇز ، سوقمۇنيا ، نەمەكى ھىندى ، ئەپسەنتىن 30 گرامدىن ، ئەنزۇرۇت ، بىستىپايەج 9 گرامدىن ، تۇربۇت 36 گرام .

تەييارلىنىشى : سۇ بىلەن 0.5 گرامدىن ھەب قىلىنىدۇ .

تەسىرى : بەلغەم ۋە سەپرانىڭ بىرىكىشىدىن بولغان دائىرىلىك چاچ چۈشۈشنى داۋالايدۇ .

ئىشلىتىلىش مقدارى : 12 تالدىن كۈندە 2 ۋاخ بېرىلىدۇ .

**30 - نۇسخا : ھەببى رەۋەن**

تەركىبى : رەۋەن 15 گرام ، غارىقۇن 9 گرام ، تۇربۇت 60 گرام ، يۇمىلاق زىراۋەندە 18 گرام ، مۇقىل 15 گرام ، رۇمىبەدىيان 9.5 گرام .

تەييارلىنىشى : يۇمشاق سوقۇپ تاسقاپ ، ئەرەقى بەدىيان بىلەن

خېمىر قىلىپ ، 0.3 گرامدىن ھەب قىلىندۇ . تەبئىتى قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : سۈيدۈك ھەيدەپ ، قەۋزىيەتنى يۇمشىتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : قەۋزىيەت ، بۆرەك ۋە جىگەر كېسەللىكلىرى ، ئومۇمىي بەدەن ئىششىش ، قورساقتا سۇ چۈشۈشكە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : كۈنىدە 1 ۋاخ ئەتىگەنىدە 7 ــ 10 دانە بېرىلىدۇ .

**31 - نۇسخا : ھەببى رەئىشە**

تەركىبى : ئاقىرقەرھا ، قۇندۇز قەھرى ، شىتىرەنج ھىندى ، بەزىرۇلبەنجى 9 گرامدىن ، سەكبىنەج ، ئاچچىق تاۋۇز 12 گرامدىن ، ئايارەج پەيقرا 15 گرام .

تەييارلىنىشى : 0.5 گرامدىن ھەب قىلىندۇ .

تەسىرى : باش ، قول ، پۇتلارنىڭ تىترىشىنى داۋالايدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 12 تالدىن كۈندە 2 ۋاخ بېرىلىدۇ .

**32 - نۇسخا : ھەببى شاھتەررە**

تەركىبى : سېرىق ھېلىلە پوستى ، كابۇل ھېلىلىسى پوستى ، قارا ھېلىلە 15 گرامدىن ، سەبىرە سۇقۇتىرى 21 گرام ، سوقمۇنىيا 7.5 گرام ، شاھتەررە 100 گرام ، قىزىلگۈل 7.5 گرام ، سانا 6 گرام .

تەييارلىنىشى : ئەرەقى شاھتەررە بىلەن خېمىر قىلىپ ، 0.3 گرامدىن ھەب قىلىندۇ . تەبئىتى ئىسسىق ( مۆتىدىل ) .

تەسىرى : جاراھەتلەرنىڭ سۈيىنى يوقىتىش ، خۇننى تازىلاش ئۇنۇمىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ھەر خىل تېرە كېسەللىكلىرى ، قىچىشقاق ، سېرىق يېرىڭلىق جاراھەت ، تەمرەتكە ، ئېشەك يېمى قاتارلىق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 5 ياشقىچە بالىلارغا 3 دانە ، 5 ــ 10 ياشقىچە بالىلارغا 3 ــ 5 دانە ، 10 ياشتىن چوڭلارغا ئەھۋالغا قاراپ 5 ــ 10 دانە بېرىلىدۇ .

**33 - نۇسخا :ھەببى شپا**

تەركىبى : ئىت ياكىقى 36 گرام ، رەۋەن 24 گرام ، زەنجۇبل ، سەمغى ئەرەبى 12 گرامدىن .

تەييارلىنىشى : سوقۇپ تاسقاپ ، قاينىق سۇ بىلەن خېمىر قىلىپ ، 0.2 گرامدىن ھەب قىلىپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : ئاغرىق پەسەيتىش ، قاننى ، جىگەرنى كۈچلەندۈرۈش ، ھارارەتنى پەسەيتىش ، چوڭ - كىچىك تەرەتلەرنى مۇلايىم قىلىش ئۇنۇمىگە ئىگە . تەبىئىتى مۆتىدىل ( ئوتتۇرا ھال ) .

ئىشلىتىلىشى : باش ئاغرىقى ، مېڭىنىڭ قۇۋۇەتسىزلىكى ، جىگەر-نىڭ قۇۋۇەتسىزلىكى ، تىنچلاندۇرۇش ، ئىسسىق - سوغۇقتىن بولغان قىزىتما ، ئۆمۈرنى ئۇزارتىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : چوڭلارغا 0.25 گرامدىن كۈندە 2 ۋاخ ئە-تىگەن ۋە كەچتە ( بىر سوتكىدا 0.5 گرام ) بېرىلىدۇ . 1 ــ 5 ياشقىچە بولغانلارغا تۆتتىن بىر دانە ، 5 ــ 10 ياشقىچە بولغانلارغا ئىككىدىن بىر دانە ، 10 ياشتىن يۇقىرىلارغا 1 ــ 2 دانىدىن بېرىلىدۇ .

**34 - نۇسخا : ھەببى غارىقۇن**

تەركىبى : غارىقۇن 12 گرام ، رۇببىسۇس 4 گرام ، ئاق تۇرىبۇت 20 گرام ، ئايارەج پەيقىرا ، ئاچچىق تاۋۇز ، ئەنزۇرۇت 8 گرامدىن .

تەييارلىنىشى : يۇمشاق سوقۇپ تاسقاپ ، قاينىق سۇ بىلەن خېمىر قىلىپ ، 0.3 گرامدىن ھەب قىلىنىدۇ . تەبىئىتى قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : كۆكرەك ۋە ئۆپكىلەرنىڭ سوغۇقلۇقىنى ياندۇرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : نەپەس يوللىرى ۋە كۆكرەك ئاغرىقلىرىغا بېرىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 7 دانىدىن كۈندە 1 ۋاخ ناشتىدا بېرىلىدۇ .

**35 - نۇسخا : ھەببى قوقىيا**

تەركىبى : سەبرە سۇقۇتىرى ، ئوسارە ئەپسەنتىن ، مەستىكى رۇمى ، غارىقۇن 10 گرامدىن ، ئاچچىق تاۋۇز ، سوقمۇنىيا 5 گرامدىن .

تەييارلىنىشى : يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، چىگسەي

سۈيى بىلەن خېمىر قىلىپ ، 0.3 گرامدىن ھەب قىلىنىدۇ . تەبىئىتى قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : ئاغرىق پەسەيتىش ، قان تومۇر ، ئۇچەيدىكى قاتتىقلىقنى يۇمشىتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : باشقا بىر تەرىپى ئاغرىش . كۆز خىرەلىشىش ، كۆزگە مېڭىدىن سۇ چۈشۈش ، كۆز ياشاڭغىراش . قان بېسىمى يۇقىرىلاشقا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 5 ياشتىن تۆۋەن بالىلارغا 1 ــ 3 دانە ، 5 ــ 10 ياشقىچە بالىلارغا 3 ــ 5 دانە ، 10 ياشتىن يۇقىرىلارغا 7 ــ 10 دانە ھەر كۈنى ئاخشامدا ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

**36 - نۇسخا : ھەببى قۇرسى ئەپئا**

تەركىبى : سۆزۈلمەپ ، خولىنجان 9 گرامدىن ، تۆگىنىڭ ئوغۇز سۈتى ، زەنجىۋىل ، قۇرسى ئەپئا ، خورما ئۇرۇقى 3 گرامدىن ، قىچا 6 گرام .

تەييارلىنىشى : گۈلاب بىلەن 0.5 گرامدىن ھەب قىلىنىدۇ .

تەسىرى : باھنى كۈچلەندۈرىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 5 تالدىن كۈندە 2 ۋاخ بېرىلىدۇ .

**37 - نۇسخا : ھەببى كافۇر**

تەركىبى : كافۇر 10 گرام ، تاباشىر ، نىشاستە ، ئاق سەندەل ، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى ، كەتىرا 20 گرامدىن .

تەييارلىنىشى : بېھى ئۇرۇقى لۇئابى بىلەن 0.3 گرامدىن ھەب قىلىنىدۇ . تەبىئىتى سوغۇق .

تەسىرى : ھارارەت پەسەيتىش ، ئىچ توختىتىش .

ئىشلىتىلىشى : قاتتىق تەپ ، ئىسھال ، سىل خاراكتېرلىك قىزىتمىلارغا بېرىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 5 ياشقىچە بالىلارغا 1 دانە ، 10 ياشقا يەتكەنلەرگە 1.5 ــ 2 دانە، چوڭلارغا 5 ــ 7 دانە ئەھۋالغا قاراپبېرىلىدۇ.

**38 ـ نۇسخا : ھەببى كەھرىۋا**

تەركىبى : كەھرىۋا 15 گرام ، گىلى ئەرمەنى ، سەمغى ئەرەبى ، خۇنسىياۋشان ، تاباشىر ، نىشاستە ، كەتىرا ، ئاقاقيا ، ئانار گۈلى ، بىخ مارجان ، كۈندۈر ، پوستى خەشخاش 10 گرامدىن ، ئەنجىبار 15 گرام .

تەييارلىنىشى : 0.5 گرامدىن ھەب قىلىنىدۇ . تەبئىتى مۆتىدىل .

تەسىرى : قان توختىتىش ، ئىچ توختىتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

ئىشلىتىلىشى : ئۆپكە ، ئاشقازان ، ئىياللار كېسەللىكى سەۋەبىدىن كەلگەن قانلارنى توختىتىش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 5 ياشلىق بالىلارغا 0.25 گرام ئەتراپىدا ، 10 ياشقىچە بولغان بالىلارغا 0.75 ـــ 1 گرام ئەتراپىدا ، چوڭلارغا ئەھۋالغا قاراپ 5 ـــ 7 دانە بېرىلىدۇ .

**39 ـ نۇسخا : ھەببى گەپەرەس**

تەركىبى : قەلەمپۇر ، قارىمۇچ ، كەپەرەس ، سەمغى ئەرەبى تەڭ مىقداردا ئېلىنىدۇ .

تەييارلىنىشى : بەدىيان ئەرەقى بىلەن خېمىر قىلىنىپ ، 0.3 گرامدىن ھەب قىلىنىدۇ . تەبئىتى قۇرۇق ئىسسىق .

ئىشلىتىلىشى : چېچەك ، يەل يارا ، بۆرەك ، دوۋساق كېسەللىكلىرى ، سۈيدۈك يولىنىڭ كونا يىرىڭلىق جاراھىتى ، سۆزنەك ، سىفىلىس ، ماخاۋ ، ياماق جاراھەت ، ھۆل ـ قۇرۇق قىچىشىق ، ھەر خىل ئاقكېسەللەر ، بۇرۇن ئاقمىسى ، چاشقان يارىسى ، بۆرەك ، دوۋساقتىكى تاشلارنى پارچىلاش ، سۈرئىتى ئىنزال ، باھانىڭ ئاجىزلىقى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 1 تالدىن كۈندە 2 ۋاخ بېرىلىدۇ .

دىققەت قىلىدىغان ئىشلار : بۇ دورىنى يېگەندىن كېيىن ، ئاچچىق ـ چۈچۈك نەرسىلەر ، پىياز ، سامساق ۋە باشقا كۆكتاتلاردىن ، سۈت ، قېتىق ، كالا ـ ئۆچكە گۆشلىرىدىن پەرھىز قىلدۇرۇلىدۇ . بۇغداي نېنى ۋە قوي گۆشى ئىستېمال قىلسا بولىدۇ . دارچىن ۋە قەلەمپۇر سېلىپ

ئاتىلا ئېتىپ ئىچۈرۈلىدۇ . دورا ئىچكەندە چاينىاپ يېيىشتىن ، چىشنىڭ تۇۋۈگە ۋە ئېغىز شىللىق پەردىلىرىگە تەگكۈزۈشتىن ساقلىنىش لازىم . ئۇنداق بولمىغاندا ، ئېغىز ئىچىگە مۇدۇر چىقىش ۋە شىللىق پەردىلەر ئېچىلىپ كېتىش ، چىش بوشاپ كېتىش ئەھۋالى يۈز بېرىدۇ . بۇنداق ئەھۋالدا ، چۈجە گۆشى ۋە سىرىق مايى بىلەن ئاتىلا ئېتىپ ئىچۈرۈش بىلەن بىللە ، بىر توخۇنى ئۆلتۈرۈپ ئىچ باغرىنى ئېلىۋېتىپ يۇمىدىمايلا پىشۇرۇپ ، شورپىسىنى داكا بىلەن سۈزۈپ ، سۈزۈلگەن شورپا بىلەن ئېغىزنى چايقاش لازىم .

**40 - نۇسخا ھەببى كىبرىت**

تەركىبى : تازىلانغان گۈڭگۈرت ، چۆبچىنى ، نۆشادۇر ، ئاقىر-قەرھا 4 گرامدىن ، سەمغى ئەرەبى 2 گرام ، شېكەر 10 گرام .

تەييارلىنىشى : يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، لىمون سۈيى بىلەن خېمىر قىلىپ ، 0.3 گرامدىن ھەب قىلىنىدۇ . تەبىئىتى قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : بەدەندىكى ئىسسىق - سوغۇقتىن بولغان يەللەرنى تۈگىتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ئاقما ، خانازىر ، پۈتۈن ئەزالاردا ۋە تاناسىل ئەزالاردا پەيدا بولغان يەل كېسەللىكلىرىگە بېرىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 1 — 5 ياشقىچە بالىلارغا 1 — 2 تال ، 5 — 10 ياشقىچە بالىلارغا 3 — 5 تال ، 10 ياشتىن يۇقىرىلارغا 7 — 10 تال كۈندە 2 ۋاخ بېرىلىدۇ .

**41 - نۇسخا : ھەببى لەقۋا**

تەركىبى : تۇربۇت 9 گرام ، ئايارەج پەيقىرا ، سىرىق ئوت 2 گرامدىن ، سۆرۈنجان 5 گرام ، ماھى زەھرەج ، زەنجىۋىل 3 گرامدىن ، سوقمۇنىيا ، مۇقىل 2 گرامدىن .

تەييارلىنىشى : ھەب قىلىپ ، 2 قېتىمغا بۆلۈپ يېسە بولىدۇ .

تەسىرى : لەقۋانى داۋالايدۇ .

**42 ـ نۇسخا : ھەببى مۇقىل**

تەركىبى : ھېلىلە پوستى ، بەللە پوستى ، ئامىلە مۇقەششەر 3 گرامدىن ، بىخ مارجان ، كەھرىۋا ، كۆيدۇرۇلگەن كالا مۇگگۇزى 15 گرامدىن ، ئاق زەمچە 6 گرام ، جۇۋىنە 9 گرام ، مۇقىل 60 گرام .

تەييارلىنىشى : كۈدە سۈيى بىلەن خېمىر قىلىپ ، 0.25 گرامدىن ھەب قىلىندۇ . تەبىئىتى ئىسسىق .

تەسىرى : بوۋاسىرنىڭ خۇنىنى يوقىتىدۇ ، قان توختىتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : قانائ خاراكتېرلىك بوۋاسىر كېسەللىكلىرى ۋە باشقا ئەزالاردىن كەلگەن قانلارنى توختىتىش ئۈچۈن بېرىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 10 ياشقىچە بالىلارغا 3 ـــ 4 دانە ، چوڭلارغا 5 ـــ 7 دانە بېرىلىدۇ .

**43 ـ نۇسخا : ھەببى مۇپەتتەتىل ھاسات**

تەركىبى : بىلسان ئۇرۇقى ، تۇرۇپ ئۇرۇقى ، تاغ سەۋزىسى ئۇرۇقى ، پەتىر ئاسالىيۇن ، بۆرە سويمىسى يىلتىزى پوستى ، بەدىيان يىلتىزى پوستى ، جاۋاشىر ، ئاقلانغان بادام مېغىزى ، ھەبۇلغار ، مەككى چىنى ( ئىزخىر ) ، سۇمبۇل ، قېلىن دارچىن ، ئۇسقۇلۇ قەنتەربىيۇن ، ئادراسمان ئۇرۇقى ، يۇمىلاق زىراۋەندە ، جىنتىيانا ، ئاسارۇن ، قەرەدمانە ، سەكبىنەج ، ئاق بەزىرۇلبەنجى ، مۇقىل ، پىلپىل ، ئېگىر 10 گرامدىن .

تەييارلىنىشى : يۇقىرىقى دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ تاسقاپ ، بىلسان يېغىدا ياغلاپ ، ئېرىتىلگەن ئەرەب يېلىمىدا خېمىر قىلىپ ، 0.3 گرامدىن ھەب قىلسا بولىدۇ . تەبىئىتى مۆتىدىل .

تەسىرى : بۆرەك ۋە سۈيدۈك يولىدىكى تاشلارنى ئېرىتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : بۆرەك ۋە سۈيدۈك يوللىرىدىكى ، دوۋساقتىكى تاشلارنى ئېرىتىپ چۈشۈرۈش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : كۈندە 1 ۋاخ 5 ـــ 10 دانە بېرىلىدۇ .

**44 ـ نۇسخا : ھەببى مۇخرىج**

تەركىبى : سەبرە سۇقۇتىرى 8 گرام ، ئاق تۇربۇت 16 گرام ، سېـ

رىق هېلىلە پوستى 32 گرام ، هەببۇلمۇلۇك مۇدەببەر 6 دانە ، ئاقلانغان بادام مېغىزى 10 گرام ، جەۋھەرلىمون 4 گرام .

تەييارلىنىشى : بەدىيان ئەرەقى بىلەن خېمىر قىلىپ ، 0.2 گرامدىن ھەب قىلىنىدۇ . تەبئىتى قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : ئىچ سۇرگۈزىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : قورساق ئاغرىقى ، قەۋزىيەتلەرگە ئىچ سۇرگۈزۈش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : كېسەلنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ ، 1 ــ 5 ياشقىچە بالىلارغا 1 تال ، 5 ــ 10 ياشقىچە بالىلارغا 3 تال ، چوڭلارغا 5 ــ 7 تال بېرىلىدۇ .

دىققەت : ھامىلدار ئاياللار ، ھەيز كېلىۋاتقان ئاياللارغا ، قۇلىنجى كېسەللىكلىرىگە بېرىلمەيدۇ .

**45 - نۇسخا : بىنادۇقى ئىدرا**

تەركىبى : چىگىسەي ئۇرۇقى ، سەۋزە ئۇرۇقى ، ئوردان ، تاغ چىگىسىي ئۇرۇقى ، ئوبھەل ، ئاسارۇن ، جۇۋىنە ، سۇمبول ، ئارپىبەدىيان ، ئاچچىق بادام مېغىزى ، قۇستە 20 گرامدىن ، قوغۇن ئۇرۇقى 10 گرام ، داۋا 1 گرام ، ئۇشەق 3 گرام .

تەييارلىنىشى : ئۇشەقنى بەدىيان سۇيىدە ئېرىتىپ ، قالغان دورىلارنى تالقانلاپ ئارىلاشتۇرۇپ ، 0.5 گرامدىن كۇمىلاچلىنىدۇ .

تەسىرى : سۇيدۇكنى راۋان قىلىدۇ ، بۆرەك ۋە دوۋساقتىكى تاشلارنى پارچىلاپ چۈشۈرىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 18 تالدىن كۈندە 2 ۋاخ بېرىلىدۇ .

## مەجۇناتلار

**46 - نۇسخا : مەجۇنى ئازاراقى I**

تەركىبى : ئازاراقى مۇدەببەر 18 گرام ، گاۋزىبان گۈلى ، زۆرەنـ

باد ، ئۇستىقۇددۇس ، كەتىرا ، نارجىل ، چىلغوزا ، شاقاقۇل ، لاچىندانە 6 گرامدىن ، ئاق سەندەل ، قەلەمپۇر 3 گرامدىن ، ئامىلە ، قارا ھىلىلە 15 گرامدىن ، ھەسەل 3 ھەسسە .

تەييارلىنىشى : كۆرسىتىلگەن دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ئىرىتىلگەن ھەسەل ئۇستىگە سىلىپ تەكشى ئا-رىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلسا بولىدۇ . تەبىئىتى قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : پەي - مۇسكۇللارنى چىڭىتىش ، بەدەننى قۇرۇتۇش ، ئومۇمىي بەدەننى قۇۋۇتلەش ، ئاغرىق پەسەيتىش ئۇنۇمىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : پالەچ ، لەقۋا ، مۇپاسىل ، بەل ئاغرىقلىرى ، بوۋاسىر كېسەللىكلىرىگە ، ھۆل مىجەزلىك كىشىلەرگە بېرىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : چوڭلارغا كېسەللىك ئەھۋالىغا قاراپ 2 ـــ 5 گرام بېرىلىدۇ .

**47 - نۇسخا : مەجۇنى ئازاراقى II**

تەركىبى : زەنجىۋىل ، قەلەمپۇر ، دارچىن ، جويۇز ، لاچىندانە ، قارىمۇچ ، پىلپىل ، سىياداں ، ئارپىبەدىيان ، خولىنجان 1 ھەسسىدىن ، مۇ-دەببەر قىلىنغان كۆچۈلا ھەممە دورا مىقدارى بىلەن تەڭ ، ھەسەل جەمئىي دورا مىقدارىنىڭ 3 ھەسسىسچىلىك .

تەييارلىنىشى : دورىلار يۇمشاق سوقۇپ ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل ئۇستىگە سىلىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ . تەبىئىتى قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : پەي - مۇسكۇللارنى چىڭىتىش ، بەدەننى قۇرۇتۇش ، ئومۇمىي بەدەننى قۇۋۇتلەش ، ئاغرىق پەسەيتىش ئۇنۇمىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : پالەچ ، لەقۋا ، مۇپاسىل ، بەل ئاغرىقلىرى ، بوۋا-سىر ، بەدەن ئاجىزلىق كېسەللىكلىرىگە ، ھۆل مىجەزلىك كىشىلەرگە بېرىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 10 ياشتىن تۆۋەنلەرگە بېرىلمەيدۇ ، 10 ياشتىن چوڭلارغا بەدەن ئەھۋالىغا قاراپ 1 ـــ 2 گرام ھەر كۈنى ناشتىدا

ئاچ قورساق ئىچىشكە بېرىلىدۇ . كۆپ يېسە بولمايدۇ .

**48 - نۇسخا : مەجۇنى ئەقرەب**

تەركىبى : چايان كۈلى 10 گرام ، جىنتىيانا 5 گرام ، زەنجىۋىل 3 گرام ، قارىمۇچ 6 گرام ، كاكىنەچ 17 گرام ، قۇندۇز قەھرى 12 گرام ، ھەسەل 3 ھەسسە .

تەييارلىنىشى : چىگىسەي ئۇرۇقى سۇيى بىلەن ھەب قىلىنىدۇ .

تەسىرى : بۆرەك ۋە دوۋساقتىكى تاشنى ئېرىتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : بۆرەك ۋە سۇيدۇك يوللىرىدىكى ھەر خىل تاشلارنى ۋە دوۋساقتىكى تاشنى ئېرىتىپ چۈشۈرۈشكە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 6 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

**49 - نۇسخا : مەجۇنى ئۇد**

تەركىبى : ئۇد ، ئەنبەر ، ئىپار ، پارپا 3 گرامدىن ، دارچىن ، قارىمۇچ ، قەلەمپۇر 5 گرامدىن ، بادرەنجىبۇيا ، گاۋزىبان ، ئارپىبەدىيان ، چىگىسەي ئۇرۇقى ، سۇمبۇل ، ئاپىلسىن پوستى 6 گرامدىن ، ھەسەل 2 ھەسسە .

تەييارلىنىشى : ھەسەل بىلەن مەجۇن قىلىنىدۇ .

تەسىرى : ئاشقازاننى كۈچلەندۈرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ھەزىم قىلىش ناچارلىشىش ، ئاشقازان يارىسى ، ئاشقازان - ئۆچەي ئاجىزلىق كېسەللىكلىرىگە بېرىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : كۈندە 3 ۋاخ 6 گرامدىن تاماقتىن بۇرۇن بېرىلىدۇ .

**50 - نۇسخا : مەجۇنى ئىستەمخەقۇن**

تەركىبى : قۇستە ، ھوماما ، مۇرمەككى ، سۇمبۇل ، قېلىن دارچىن ، مەستىكى ، ئۇزۇنچاق زىراۋەندە ، قارىمۇچ ، چىگىسەي ئۇرۇقى ، قارا كۆز بەدىيان ئۇرۇقى ، رۇمىبەدىيان 36 گرامدىن ، جۇۋىنە ، زىرە ، تاغ سەۋزىسى ئۇرۇقى ، تاغ چىگىسىيى ئۇرۇقى ، ھىلە ، ئاسارۇن ، كاشىم ، ئەپسەنتىن ، پىنىنە ، يالپۇز 12 گرامدىن ، ھەسەل 2 ھەسسە .

تەييارلىنىشى : مەجۇن قىلىنىدۇ .

تەسىرى : بۇزۇلغان مىجەزنى ، بولۇپمۇ بەلغەمدىن بۇزۇلغان مىجەزنى ئوڭشايدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ئاشقازان ئاجىزلىقى ، ئاشقازان ئاغرىقى ، جىگەر ئاجىزلىقى ، ئىستىسقالارنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 6 ــ 12 گرام .

**51 ـ نۇسخا : مەجۇنى بايادىتۇس**

تەركىبى : سەبرە سۇقۇتىرى 45 گرام ، غارىقۇن 60 گرام ، زەپەر ، دارچىن ، ئېگىر ، مەستىكى ، بىلسان يېغى 9 گرامدىن ، رەۋەن 5 گرام ، ئۇد بىلسان ، پەرپىيۇن ، قارىموچ ، ئاقموچ ، ھوپارىقۇن ، ھوماما 6 گرامدىن ، كامادىرىيوس ، قۇسته ، سېرىق ئوت 12 گرامدىن ، ئاسارۇن ، سەلىخە ، سۇقمۇنىيا 18 گرامدىن ، سۇمبۇل 11 گرام ، ھەسەل 3 ھەسسە .

تەييارلىنىشى : يۇقىرىقى دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ تاسقاپ ، بىلسان يېغىدا ياغلاپ ، ھەسەل بىلەن مەجۇن قىلسا بولىدۇ .

تەسىرى : باش ئاغرىقى ، پالەچ ، لەقۋا ، تىترەش كېسەللىكلىرى ، ھەر خىل ئاشقازان ، جىگەر ، تال كېسەللىكلىرى ، بۆرەك ، بالىياتقۇ كېسەللىكلىرىنى داۋالايدۇ ، جىگەر ۋە تالدىكى توسالغۇلارنى ئېچىپ ، جىگەر خىزمىتىنى ياخشىلايدۇ ، بەلغەم خاراكتېرىنى ئالغان تۇرلۇك كېسەللىكلەرنى داۋالايدۇ ، بەدەندە توختاپ قالغان يەللەرنى ھەيدەپ ، بۇزۇق خىلىتلارنى تازىلايدۇ ، قورساقنى ئاغرىتماي ئېچىنى سۈرىدۇ . سۈيدۇك ۋە ھەيزنى راۋان قىلىدۇ . سوغۇقتىن بولغان ئىستىسقالارغا ئۇنۇم بېرىدۇ . بۆرەك ، دوۋساقتىكى تاشلارنى چۈشۈرىدۇ ، بەھەق ، بەرەس ۋە قۇلىنجىغا ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ . چىرايىنى گۈزەللەشتۈرىدۇ . باش قېيىش ، نەپەس سىقىلىشنى ياخشىلايدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 6 ــ 12 گرام .

**52 ـ نۇسخا : مەجۇنى بەۋىل فىلپىراش**

تەركىبى : مۇرمەككى ، كۈندۈر ، ئاقاقىيا ، شىياپى سامسا 6

گـرامـدىـن ، زەمـچـە 9 گرام ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى 21 گرام ، ئاق زەنجۈبل ، زىنجىر ، كاپۇل ھېلىلىسى پوستى 30 گرامدىن ، ھەسەل 2 ھەسسە .

تەييارلىنىشى : ھەسەل بىلەن مەجۇن قىلىنىدۇ .

تەسىرى : ئۇيقۇدا سېمىپ يېتىشنى داۋالايدۇ .

ئىشلىتىلىشى : سىيگەك كېسەللەرگە بېرىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : چوڭلارغا 6 گرامدىن ، بالىلارغا مىقدارىنى كېچەيتىپ بېرىلىدۇ .

**53 - نۇسخا : مەجۇنى بۇئەلى**

تـەركـىبـى : ھـىـك ، سـەۋزە ئۇرۇقـى ، قـاقـىلە ، زاغۇن ، لىسانىل ئاساپـىـر ، كـەرەمـدانە 1 ھەسسىدىن ، بوزىدان ، قارىمۇچ 3 ھەسسە ، ئىپار ئالتىدىن بىر ھەسسە ، ھەسەل 2 ھەسسە .

تەييارلىنىشى : تالقانلانغان دورىلار چىلغوزا يېغى بىلەن نەمدەپ ، ھەسەل بىلەن مەجۇن قىلىنىدۇ .

تەسىرى : باھنى كۈچەيتىشتە تەڭداشسىز ئۇنۇم بېرىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : ئەھۋالغا قاراپ بېرىلىدۇ .

**54 - نۇسخا : مەجۇنى باھ**

تـەركـىبـى : قـىـزىـلگۈل ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، سەۋزە ئۇرۇقى ، چـامـغـۇر ئۇرۇقـى 9 گـرامـدىن ، گاۋزىبان ، قوغۇن ئۇرۇقى 15 گرامدىن ، رەيـھـان ئۇرۇقـى ، ئاق بەھمەن ، قىزىل بەھمەن 12 گرامدىن ، تەرەنجۈبل ياكى قەنت قىيامى مەلۇم مىقداردا .

تەييارلىنىشى : ئادەتتىكىدەك مەجۇن قىلىنىدۇ .

تەسىرى : يۈرەكنى ياخشىلاپ ، باھنى كۈچلەندۈرىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 12 گرامدىن يېيدۇ .

**55 - نۇسخا : مەجۇنى بىنەزىد**

تـەركـىبى : ئاقىرقەرھا ، قەلەمپۇر ، زەنجۈبل 23 گرامدىن ، تۇخۇم سېرىقى 20 دانە ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل 360 گرام .

تەييارلىنىشى : ھەسەل بىلەن مەجۇن قىلىنىدۇ .

تەسىرى : جىنسىي كۈچىنى ئاشۇرىدۇ .
ئىشلىتىلىش مىقدارى : 9 گرامدىن ، تاماقتىن بۇرۇن يەيدۇ .

**56 ـ نۇسخا : مەجۇنى بەرشىشا كەبىرى**

تەركىبى : قارىمۇچ ، ئاقمۇچ ، ئاق بەزىرۇلبەنجى 80 گرامدىن ، ئەپيۇن 40 گرام ، زەپەر 20 گرام ، سۇمبۇل ، ئاقىرقەرھا ، پەرپىيۇن ، لە سانىل ئاساپىر 4 گرامدىن ، ھەسەل 900 گرام .

تەييارلىنىشى : يۇقىرىقى دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ، تاسقاپ ، ئېرىتىپ ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل سوۋۇغاندىن كېيىن زەپەرنى سېلىپ تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ ، ئارقىدىن ئەپيۇننى سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ ، كېيىن قالغان دورىلارنى سېلىپ ياخشى ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن تەييارلىسا بولىدۇ . زەپەر بىلەن ئەپيۇن ئايرىم سوقۇلىدۇ . تەبىئىتى قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : تىنچلاندۇرۇپ ئاغرىق قالدۇرۇش ، ئۇخلىتىش ، يۇرەك ، مەيدىنى قۇۋۇەتلەش ، خۇشخۇي قىلىش ، ئەقلىنى ئېچىش ، سەمرىتىش ، ھۆل مىجەزنى قۇرۇتۇش ئۇنۇمسىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ئىسسىق ـ سوغۇق ، ھۆل ـ قۇرۇق مىجەزلىك كىشىلەرگە ، زۇكام ، باش قېيىش ، كۆز قاراڭغۇلىشىش ، قۇلاق گۇركىرەش ، پالەچ ، لەقۋا ، يىقىلما كېسەللىك ، تىترىمە كېسەللىك ، تۇتقاقلىق ، نېرۋا كېسەللىكى ، كۆپ ئۇخلاش ياكى ئۇيقۇ كەلمەسلىك ، ئۇنتۇغاقلىق ، ئەپيۇن خۇمارىنى يوقىتىش ، پەي زەئىپلىكى ، چىش گۆشى سۇسلاش ، گالۋاڭلىق ، ئېغىز پۇراش ، شال ئېقىش ، قانلىق بەلغەم ، قۇلەنجى ، قورساق ۋە ئاشقازان ئاغرىقى ، جىگەر ئاغرىقى ، جىگەر زەئىپلىكى ، جىگەر توسۇلۇش ، ئىسسىق ـ سوغۇقتىن بولغان ئىستىسقا ، ئورۇقلاپ كېتىش ، تولا تەرلەش ، ھورۇنلۇق ، چارچاش ، يۇرەك ئاجىزلىقى ، يۇرەك سېلىش جىنسىي ئاجىزلىق ، بەلغەم چىقىرىش ، سۈيدۈك يولىدىكى تاشنى پارچىلاش ، سۈيدۈك يولىدىكى قۇم ـ تاشلارنى چىقىرىش ، ئاشقازان بۇزۇلۇش ، ئىشتىھا ئېچىش ، قان توختىتىش ، مەنىنىڭ تېز كېتىشىنى تورمۇزلاش ، كونا تەپ ، نەپەس سىقىلىش ، يۆتەل ، سىل ،

زەھەرلەرنى قايتۇرۇش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 10 ياشتىن تۆۋەنلەرگە بېرىلمەيدۇ . 10 ياشتىن يۇقىرىلارغا ئەھۋالغا قاراپ كۈندە 1 ۋاخ 0.3 ــ 0.5 گرام بېرىلىدۇ . ساقلىنىش مۇددىتى 10 يىل .

**57 - نۇسخا : مەجۇنى سەنجىرىنا**

تەركىبى : سۇمبۇل 30 گرام ، بەسباسە ، جويۇز ، لاچىندانە ، زەنجىۋىل ، دارچىن ، قەلەمپۇر ، زەپەر ،ئاق بەھمەن ، قىزىل بەھمەن ، مەستەكى ، ئۇدسەلب ، نارجىل ، سازەج ھىندى ، تاتلىق بادام مېغىزى ، پىستە مېغىزى ،قۇشقاچ مېڭىسى 18 گرامدىن ، شاقاقۇل ، زاراڭزا ئۇرۇقى ، ماھى زەھرەج ئۇرۇقى ، قارا كۆز بەدىيان ئۇرۇقى ، جۇۋىنە ، زىرە ، رۇمبەدىيان ، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى ، چىگىت مېغىزى 9 گرامدىن ،ئۇ-رۇقسىز ئۇزۇم ، قەنت 90 گرامدىن ،ھەسەل 3 ھەسسە .

تەييارلىنىشى : باشقا مەجۇناتقا ئوخشاش تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : يۈرەك ، ئاشقازان ، جىگەرنى قۇۋۇتلەپ ، باھنى كۈچلەندۈرىدۇ ، تاماق سىڭدۈرىدۇ ، كۆز ۋە قولاق خىزمەتلىرىنى ياخ-شىلايدۇ ، ئۇنتۇغاقلىقنى قالدۇرۇپ ، ئەستە ساقلاش كۈچىنى ئاشۇرىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 6 گرام .

**58 - نۇسخا :مەجۇنى سەرئى**

تەركىبى : ئاقىرقەرھا تالقىنى ، كونا سىركە 30 گرامدىن ، ھەسەل 2 ھەسسە .

تەييارلىنىشى : ئاقىرقەرھا تالقىنىنى سىركىگە چىلاپ سالايە قى-لىپ ، ھەسەل بىلەن مەجۇن قىلسا بولىدۇ .

تەسىرى : تۇتقاقلىق كىسەللىكىنى داۋالايدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 6 ــ 9 گرام .

**59 - نۇسخا : مەجۇنى سانا**

تەركىبى : سانا ، بىنەپشە 100 گرامدىن ، قىزىلگۇل ، بىستىپايەج ، نىشاستە ، سوقمۇنىيا ، رۇببىسۇس 15 گرامدىن ، قارا ھېلىلە ، كابۇل ھې-

لىلىسى پوستى ، بادام يېغى ، زاراڭزا ئۇرۇقى ، سېرىق ئوت ئۇرۇقى 60 گرامدىن ، ھەسەل 2 ھەسسە .

تەييارلىنىشى : 30 گرام سانا ، قىزىلگۈل ، بىنەپشە ، قارا ھېلىلە ، 60 گرام كابۇل ھېلىلىسى قاينىتىلغان سۇ بىلەن ھەسەلنى قىيام قىلىپ ، يۇقىرىقى دورىلارنى تالقانلاپ ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ .

تەسىرى : قۇلۇنجى كېسەللىكلىرىگە ئىنتايىن ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ . مۇنزىجتىن كېيىن بېرىلسە ، سەۋدا ماددىلىرىنى ياخشى سۈرىدۇ . ئىسسىقلىقتىن بولغان كېسەللىكلەرنى داۋالايدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 15 گرامدىن .

**60 - نۇسخا : مەجۇنى سەۋدا**

تەركىبى : ئاقلانغان سامساق 280 گرام ، ئاق تۇدىرى ، قىزىل تۇدىرى ، زىرە ، خولىنجان ، دارچىن 30 گرامدىن ، پىلپىل 15 گرام ، زەنجىۋىل ، قارىمۇچ ، قەلەمپۇر ، كاۋاۋىچىن ، جويۇز ، ئاقىرقەرھا 9 گرامدىن ، زەپەر 3 گرام ، سېرىق ياغ 30 گرام ، ھەسەل 3 ھەسسە ، سۇت مەلۇم مىقداردا ، نوقۇت 500 گرام .

تەييارلىنىشى : نوقۇتنى بىر سوتكا قاياق سۇغا چىلاپ ، قاينىتىپ پىشۇرۇپ ، سىقىپ ئېلىۋېتىپ ، مەزكۇر سۇغا سامساقنى توغراپ سېلىپ يۇمشاق پىشۇرۇپ ، ئۇستىدىن سامساقتىن بىرئاز كۆپرەك كالا سۇتى قۇيۇپ ، پەس ئوتتا سۇت تۇگىگۈچە قاينىتىلىدۇ ، ئۇستىدىن سېرىق ياغنى قۇيۇپ يەنە ئۆزلىشىپ بولغانغا قەدەر قاينىتىلىدۇ ، كېيىن مىس قازان ئىچىدە سالايە قىلىنىدۇ . ياخشى سوقۇپ ، خېمىرىدەك ئۆزلىشىپ بولغاندىن كېيىن ، ھەسەلنى قۇيۇپ قاينىتىپ ، ھەسەل ئۆزلىشىپ بولغاندىن كېيىن ، باشقا دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : پالەچ ، ئۇنتۇغاقلىق ، شوك ( سەكتە ) ، تىتىرىمە كېسەللىكى ۋە باشقا تېپتىكى سوغۇق تەبىئەتلىك كېسەللىكلەرنى داۋالايدۇ ، دەم سقىلىش ، تىل ئېغىرلىقنى تۇزىتىدۇ . ھۆللۇكتىن بولغان يۆتەل ، ئاۋاز بوغۇلۇشلارنى داۋالايدۇ ، يەللەرنى تارقىتىپ ، توسالغۇلارنى

ئاچىدۇ ، ئاشقازان ۋە جىگەرنى كۆچلەندۈرىدۇ ، ھەيز ۋە سۈيدۈكنى ھەيدەيدۇ ، چىرايىنى گۈزەللەشتۈرىدۇ ، باھىنى قوزغايدۇ ، ئاقكېسەلگىمۇ ياخشى تەسىر قىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 6 ــ 9 گرام

دىققەت : ياشلار ۋە ئىسسىق مىجەزلىك كىشىلەرگە ئىشلەتكەندە ئېھتىيات قىلىش كېرەك . تۈزەتكۈچىسى شەربىتى ئۈننىاپ ، سىركەنجۈبىل .

**61 - نۇسخا : مەجۇنى سەلئە**

تەركىبى : خەيدەي 40 گرام ، قارىمۇچ ، پىلپىل ، كاۋاۋىچىن ، زەنجۈبىل ، دارچىن ، چىلان پورى 10 گرامدىن ، ھەسەل 3 ھەسسە .

تەييارلىنىشى : كۆرسىتىلگەن دورىلار يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ھەسەل بىلەن تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ . تەبىئىتى ئىسسىق .

تەسىرى : قالقانسىمان بەزنىكنىڭ چوكىيىشىنىكنىڭ ئالدىنى ئالىدۇ ، پوقاقنى يوقىتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : پوقاق كېسەللىكىنى داۋالاش ، قالقانسىمان بەزنىكنىڭ ئىششىشىنىكنىڭ ئالدىنى ئېلىشقا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : كۈندە 3 ۋاخ 10 گرامدىن بېرىلىدۇ .

**62 - نۇسخا : مەجۇنى جەلالى**

تەركىبى : قەلەمپۇر ، گۈلدارچىن ، سۈمبۈل ، دارچىن ، قاقىلە 6 گرامدىن ، رۇمبەدىيان ، چىكسەي ئۇرۇقى 5 گرامدىن ، زىرە ، مەستىكى ، پىننە 2 گرامدىن ، قارىمۇچ 8 گرام ، ھەسەل 2 ھەسسە .

تەييارلىنىشى : ھەسەل بىلەن مەجۇن قىلىنىدۇ .

تەسىرى : ئىشتىھانى ئاچىدۇ ، ئاشقازان ۋە يۇرەكنى كۈچلەندۈرىدۇ ، باھنى قوزغاپ مەنىنى كۆپەيتىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 6 گرام .

**63 - نۇسخا : مەجۇنى چىلغوزا**

تەركىبى : چىلغوزا مېغىزى 90 گرام ، ياۋا سەۋزە ئۇرۇقى ،

رەۋەن ، ئىزخىر ، ھەببى بىلسان ، رۇمبەدىيان ، قېلىن دارچىن ، زەپەر ، دارچىن ، تاغ چىگىسىي ئۈرۈقى ، ئاسارۇن ، كامادەرىيوس 9 گرامدىن ، قۇرۇق پىننە 2 گرام ، ھەسەل 2 ھەسسە .

تەييارلىنىشى : ئادەتتىكىدەك مەجۇن قىلىنىدۇ .

تەسىرى : سۈيدۇك يولىنى راۋانلاشتۇرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : سۈيدۇكنىڭ تەستە كېلىشى ، قېرىلاردىكى مەزى بېزى ياللۇغى ، مەزى بېزىنىڭ يوغىناپ قېلىشلىرىغا بېرىلىدۇ

ئىشلىتىلىش مىقدارى : كۈندە 3 ۋاخ 6 گرامدىن بېرىلىدۇ .

**64 - نۇسخا : مەجۇنى چۆبچىنى**

تەركىبى : چۆبچىنى 30 گرام ، بەدىيان ، ئامىلە ، سېرىق ھېلىلە پوستى ، قارا ھېلىلە ، كابۇل ھېلىلىسى پوستى ، جۇۋىنە ، شاقاقۇل ، جو- يۇز ، بوزىدان ، سەۋزە ئۈرۈقى ، ئۇد ھىندى ، دارچىن ، بەسباسە ، سۇمبۇل ، ئاسارۇن ، قەلەمپۇر ، سۆرۈنجان مىسرى ، خولىنجان ، سۆئىدى كۈپى ، پىلپىل ، زەپەر ، كۈندۇر ، زەنجىۋىل 10 گرامدىن ، ھەسەل 3 ھەسسە .

تەييارلىنىشى : دورىلار يۇمشاق سوقۇپ ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ئېرىتىلگەن ھەسەل بىلەن تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ . تەبئىتى قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : ھەر خىل يەل خاراكتېرلىك ئىششىقلارنى ، ئاياللارنىڭ بالىياتقۇ ، تۇرۇبا ئىششىقلىرىنى ياندۇرۇش ، ئاق خۇننى توختىتىش ، سوغۇقلۇقتىن بولغان كېسەللىكلەرگە مەنپەئەت قىلىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ئاياللارنىڭ بالىياتقۇ ، تۇرۇبا ئىششىقلىرى ، ئاق خۇن كۆپ كېلىش ، ھەر خىل تېرە كېسەللىكلىرى ، قانىنى تازىلاش ، بە- دەندىكى ھۆللۇكنى تارتىش ، سۇلۇق ئىششىق خاراكتېرلىك رېماتىزم ئاغرىقلىرىنى پەسەيتىش ، نېرۋىنى كۈچلەندۇرۇش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : كۈندە 2 ۋاخ 5 گرامدىن بېرىلىدۇ .

**65 - نۇسخا : مەجۇنى چۆبچىنى ئەلا**

تەركىبى : چۆبچىنى ئەلا 150 گرام ، تېشىلمىگەن مەرۋايىت ، لاچىۋەرد ، جويۇز ، بەسباسە ، دارچىن ، قەلەمپۇر ، قارىمۇچ ، زەنجېۋىل 6 گرامدىن ، رەۋەن ، سېرىق ئوت ، سۇمبۇل ، لاچىندانە 9 گرامدىن ، مەستەكى ، ئەرەب تۆگە بوتىلىقىنىڭ ئوغۇز سۈتى ، ئۇدخام ، زەپەر ، ئىپار ، ئەنبەر ، بوزىدان ، سۆرۈنجان ، سۆئىدى كۈپى 6 گرامدىن ، قۇم بېلىقى ، ماھى رۇببان ، دۇرۇنەج ئەقرەبى ، زۆرەنباد ، سەۋزە ئۇرۇقى ، چامغۇر ئۇرۇقى ، تۇرۇپ ئۇرۇقى ، بېدە ئۇرۇقى ، ئاق بەھمەن ، قىزىل بەھمەن ، ھۆل ئوغرىتىكەن سۈيىگە چىلاپ قۇرۇتۇپ 7 قېتىم تەكرارلانغان ئوغرىتىكەن ئۇرۇقى ، ئاق تۇدرى ، قىزىل تۇدرى 9 گرامدىن ، سۆئلەپ 15 گرام ، شاقاقۇل 30 گرامدىن ، نەشە 6 گرام ، گاۋزىبان ، تاغ سۇمبۇلى ، قىزىلگۈل ، بادرەنجبۇيا 30 گرامدىن ، سۇ 1120 گرام ، قوغۇن ئۇرۇقى ، كاسىنە ئۇرۇقى ، تەرخەمەك ئۇرۇقى ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى 30 گرامدىن ، بېھى سۈيى ، ئالما سۈيى ، ئانارى شېرىن سۈيى ، گۈلاب 30 گرامدىن ، قەنت ، ھەسەل 2 ھەسسىدىن ، بادام مېغىزى ، پىندۇق ، چىلغوزا ، ياڭاق مېغىزى 30 گرامدىن .

تەييارلىنىشى : نەشىگىچە بولغان دورىلارنى سوقۇپ تالقانلاپ ، گاۋزىباندىن بادرەنجبۇيغىچە بولغان دورىلارنى 1120 گرام سۇدا يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ سۈزۈپ ، بۇنىڭ سۈيىدە قوغۇن ئۇرۇقىدىن سېمىز ئوت ئۇرۇقىغىچە بولغان دورىلارنىڭ شىرىسى ئېلىنىدۇ . سۇ ۋە مېۋە سۈلىرىنى ئارىلاشتۇرۇپ ، ئۈستىدىن قەنت ، ھەسەللەرنى سېلىپ قېيام قىلىنىدۇ . بادام بېغىزى ، ياڭاق مېغىزىغىچە بولغان دورىلارنى ناھايىتى يۇمشاق تالقانلاپ ، مەزكۇر قېيامغا ئارىلاشتۇرۇپ ، ئاندىن كېيىن يۇقىرىقى تال قانلارنى ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ . زەپەرنى گۈلابتا سالايە قىلىپ ، قېيام سوۋۇغاندىن كېيىن ئارىلاشتۇرسا بولىدۇ .

تەسىرى : مېڭە ، يۈرەك ، ئاشقازان ، جىگەر ، باھ ، بۆرەك ، دوۋ- ساقلارنى كۈچلەندۈرىدۇ ، چىرايىنى گۈزەللەشتۈرىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 6 ـــ 9 گرام .

**66 ـ نۇسخا : مەجۇنى هورمىل كەبىرى**

تەركىبى : باقلە مېغىزى ، قىزىلگۈل ، كۆكنار شاكىلى 40 گرامدىن ، ئاقلانغان چۇچۇكبۇيا يىلتىزى 80 گرام ، ئادراسمان ئۇرۇقى ، ئاقلانغان بادام مېغىزى 120 گرامدىن ، ئۇرۇقسىز ئۇزۇم 160 گرام ، كۆكنار ئۇرۇقى 20 گرام ، ھەسەل 1240 گرام .

تەييارلىنىشى : يۇقىرىقى دورىلاردىن قۇرۇق ئۇزۇمدىن باشقا دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ تاسقاپ ، ئۇزۇمنىمۇ يۇمشاق سوقۇپ ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەلگە تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ . تەبىئىتى مۆتىدىل.

تەسىرى : بەلغەم بوشىتىدۇ ، ئىششىق ياندۇرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ئۆپكە كېسەللىكلىرى ، زىققە ، ئىسسىق ـ سوغۇق لۇقتىن بولغان ھەر خىل يۆتەلگە بېرىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : كۈندە 1 ۋاخ 4 گرامدىن بېرىلىدۇ .

**67 ـ نۇسخا : مەجۇنى خەشخاش**

تەركىبى : كۆكنار غوزىسى 30 گرام ، بادام مېغىزى ، رۇببىسۇس ، نىشاستە 10 گرامدىن ، ھەسەل 3 ھەسسە .

تەييارلىنىشى : كۆرسىتىلگەن دورىلار يۇمشاق سوقۇپ ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ئېرىتىلگەن ھەسەل بىلەن تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ . تەبىئىتى مۆتىدىل .

تەسىرى : ھەر خىل يۆتەل ، زىققە كېسەللىكلىرىنى ، دەم سقىلىشنى ياخشىلايدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : كۈندە 2 ۋاخ 5 گرامدىن بېرىلىدۇ .

**68 ـ نۇسخا : مەجۇنى ھەجەرىل يەھۇد**

تەركىبى : ھەجەرىل يەھۇد 150 گرام ، قاپاق ئۇرۇقى ، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى 15 گرامدىن ، چايان 10 گرام ، كاكىنەچ 5 گرام ، جىنتىيانا ، تۇرۇپ تۇزى 15 گرامدىن ، ھەسەل 3ھەسسە .

تەييارلىنىشى : كۆرسىتىلگەن دورىلار يۇمشاق سوقۇپ ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ئېرىتىلگەن ھەسەل بىلەن تەكشى ئارىلاشتۇرۇلۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ . تەبىئىتى سوغۇق .

تەسىرى : ئۆت ، بۆرەك ، دوۋساقتىكى تاشلارنى ئېزىپ چىقىرىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ئۆت ، بۆرەك ، دوۋساق ، سۈيدۈك يولىدىكى تاشلارنى ئېزىپ چىقىرىش ، سۈيدۈك يولىنى تازىلاش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : كۈندە 3 ۋاخ 5 گرامدىن بېرىلىدۇ .

**69 - نۇسخا : مەجۇنى خۇبسىلھەدد**

تەركىبى : قارا ھېلىلە ، بەلىلە ، يۇلغۇن مېۋىسى ، زەھەرسىزلەندۈرۈلگەن تۆمۈر پوقى ، سۇمبۇل ، كۈندۈر ، ئىزخىر ، سۆئىدى كۈپى ، زەنجىۋىل ، قارىمۇچ ، جۇۋىنە تەڭ مىقداردا .

تەييارلىنىشى : ئامىلە سۈيى بىلەن قېيام قىلىنغان ھەسەل بىلەن مەجۇن قىلىنىدۇ .

تەسىرى : بەدەننى كۈچەيتىدۇ ، تۆمۈر كەملىكنى تولۇقلايدۇ ، كەم قانلىق ، ئاشقازان ئاجىزلىقى ، بۇۋاسىر ، ئىشتىھاسىزلىقلارنى داۋالايدۇ ، بۇۋاسىر ۋە ھەيز خۇنلىرىنى توختىتىدۇ ، چىرايىنى گۈزەللەشتۈرىدۇ ، ئىچ سۈرۈشنى توختىتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : مۇناسىپ كېسەللىكلەرگە بېرىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 6 گرامدىن .

**70 - نۇسخا : مەجۇنى داۋا ئىلمىشكى شېرىن**

تەركىبى : زۆرەنباد ، دۇرۇنەج ئەقرەبى ، مەرۋايىت ، كەھرىۋا ، بېخ مارجان 40 گرامدىن ، قىرقىلغان پىلە ، ئاق بەھمەن ، قىزىل بەھمەن ، سازەج ھىندى ، سۇمبۇل ، قاقىلە ، قەلەمپۇر 20 گرامدىن ، ئۆشنە ، پىلپىل ، زەنجىۋىل 16 گرامدىن ، ئىپار 8 گرام ، ھەسەل 3 ھەسسە .

تەييارلىنىشى : كۆرسىتىلگەن دورىلار يۇمشاق سوقۇپ ، ئەلگەكتىن

ئۆتكۈزۈلىدۇ ، پىلە غوزىسىنىمۇ ئەلگەكتىن ئۆتكۈدەك يۈمشاق قىرقىپ ، ھەسەل ئۈستىگە سىلىپ ، دورىلارنى تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ . تەبىئىتى ئىسسىق .

تەسىرى : يۈرەك ، مەيدىنى قۇۋۈەتلەش ، نېرۋىنى تىنچلاندۇرۇش ، چىرايىنى گۈزەللەشتۈرۈش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : يۈرەك ، ئاشقازان ، نېرۋىنى كۈچەيتىش ، پالەچ ، تۇتقاقلىق ، نېرۋا كېسەللىكى ، سارىڭلىق ، ھامىلدارلىق ۋاقتىدىكى يەل كېسەللىكلىرىگە بېرىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : چوڭلارغا ئەھۋالغا قاراپ 5 گرامدىن كۈندە 2 ۋاخ بېرىلىدۇ .

**71 - نۇسخا : مەجۇنى داۋا ئىلمىشكى مۇتىدىل**

تەركىبى : مەرۋايىت ، بىخ مارجان ، كەھرىۋا ، دۇرۇنەج ئەقرەبى ، قىرقىلغان پىلە ، زۆرەنباد ، ئاق بەھمەن ، قىزىل بەھمەن 90 گرامدىن ، قەلەمپۇر ، ئۆشنە ، سۇمبۇل ، لاچىندانە ، زەپەر ، مەستىكى ، سازەج ھىندى ، دارچىن ، تاباشىر ، ئاق سەندەل ، قىزىل سەندەل ، ئىپار 30 گرامدىن ، ئەنبەر 45 گرام ، ھەسەل 3 ھەسسە .

تەييارلىنىشى : كۆرسىتىلگەن دورىلارنى يۈمشاق سوقۇپ ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ئېرىتىلگەن ھەسەل بىلەن تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلسا بولىدۇ . تەبىئىتى مۇتىدىل .

تەسىرى : يۈرەك كېسەللىكلىرىنى ساقايتىش ، قان تومۇرلاردىكى توسالغۇلارنى ئېچىش ، يۈرەك ۋە مېڭىنى قۇۋۈەتلەش ئۇنۇمىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ھەر خىل يۈرەك ۋە نېرۋا كېسەللىكلىرى ، يۈرەك ئاجىزلىق ، يۈرەك سانجىقى ، مېڭە - قان تومۇر كېسەللىكلىرى ، مېڭە - قان تومۇرلىرىغا قان نۆكچىسى كەپلىشۈپلىش كېسەللىكى ، ئاشقازان كېسەللىكلىرى ، پالەچ ، ئىستىرخا كېسەللىكلىرىگە بېرىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : كۈندە 2 ۋاخ 5 گرامدىن تاماقتىن كېيىن بېرىلىدۇ .

**72 - نۇسخا : مەجۇنى داۋا ئىلمىشكى باردد**

تەركىبى : كەھرىۋا ، تاباشىر ، قىزىلگۈل ، گاۋزىبان ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى 15 گرامدىن ، كەتىرا ، بېخ مارجان ، مەرۋايىت ، ئاق سەندەل ، قىرقىلغان پىلە غوزىسى 9 گرامدىن ، ئامىلە مۇقەششەر 21 گرام ، دارچىن 3 گرام ، زەپەر 1.5 گرام ، ئىپار 3 گرام ، قەنت 2 ھەسسە .

تەييارلىنىشى : يۇقىرىدىكى دورىلارنى سوقۇپ ، قەنتنى گۈلاب بىلەن قىيام قىلىپ ، قىيامغا يۇمشاق سوقۇلغان ئىپاردىن سېلىپ ، قالغان دورىلارنى ئۇستىگە سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ . تەبئىتى سوغۇق .

تەسىرى : يۇرەك ، ئاشقازانىنى قۇۋۇتلەش ، نېرۋىنى تىنچلاندۇرۇش ، چىرايىنى گۈزەللەشتۈرۈش ئۇنۇمىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ئىسسىقلىقتىن بولغان يۇرەك كېسەللىكلىرى ، نېرۋا كېسەللىكلىرى ، ئاشقازان كېسەللىكلىرىگە بېرىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : كۈنىگە 2 ۋاخ 3 ــ 5 گرامدىن بېرىلىدۇ .

**73 - نۇسخا : مەجۇنى ددىددىلۇەرد**

تەركىبى : سۇمبۇل ، مەستىكى ، زەپەر ، تاباشىر ، دارچىن ، ئىزخىر ، ئاساروۇن ، قۇسته شېرىن ، غاپەس ئوساريسى ، سېرىق ئوت ئۇ-رۇقى ، ئوردان ، يۇيۇلغان لوك ، كاسنه ئۇرۇقى ، چىگسەي ئۇرۇقى ، ئۇزۇنچاق زىراۋەندە ، ھەببى بىلسان ، قەلەمپۇر ، لاچىندانە ئۇرۇقى ، ئۇد ھىندى 30 گرامدىن ، ئېقى كېسۇبتىلگەن قىزىلگۈل 600 گرام ، ھەسەل 3 ھەسسە .

تەييارلىنىشى : تالقانلاپ ، ھەسەل بىلەن مەجۇن قىلىنىدۇ .

تەسىرى : توسالغۇلارنى ئاچىدۇ ، سۇيدۇك ھەيدەيدۇ ، ئىششىق يانىدۇرىدۇ ، جىگەر ۋە مەيدىنى قۇۋۇتلەيدۇ ، بۇخاراتنىك دىماغقا ئۆرلىشىنى توسىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : بارلىق سۇلۇق ئىششقلارغا ، جىگەر ۋە مەيدىنىك ئاجىزلىقلىرىغا ، سوغۇقلۇقتىن بولغان باش ئاغرىقلىرى ، باش قېيىش ،

قۇلاق غوگۇلداش ، قۇلاق ئېغىرلىشىش ، بۇخاراتىنى ھەيدەش ، مەيدە ۋە جىگەر ۋەرەملىرىگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : كۈندە 2 ۋاخ 6 گرامدىن تاماقتىن كېيىن بېرىلىدۇ .

**74 - نۇسخا : مەجۇنى راھەت**

تەركىبى : پىلپىل ، قارمۇچ ، زەنجىۋىل ، زىرە ، سۇزاپ ، خولنجان ، گۈلدارچىن 30 گرامدىن ، سوقمۇنىيا 210 گرام ، ھەسەل 500 گرام .

تەييارلىنىشى : تالقانلاپ مەجۇن قىلىنىدۇ .

تەسىرى : قۇلىنجى كېسەللىكلىرىگە بېرىلسە بىر سائەت ئىچىدىلا تەسىر كۆرسىتىپ ، توسالغۇلارنى ئاچىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 15 ــ 20 گرام .

**75 - نۇسخا : مەجۇنى زەبىب**

تەركىبى : سېرىق ھېلىلە پوستى ، كابۇل ھېلىلىسى پوستى ، بەلىلە پوستى ، تازىلانغان ئامىلە ، ئۇستىقۇددۇس 30 گرامدىن ، ئۇد سەلىب 15 گرام ، ئاقىرقەرھا 9 گرام ، ئۇرۇقسىز ئۇزۇم 280 گرام .

تەييارلىنىشى: دورىلارنى تالقانلاپ، ئۇزۇم بىلەن خېمىرقىلسابولىدۇ.

تەسىرى : سەرئىنى داۋالايدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 6 ــ 15 گرام .

**76 - نۇسخا : مەجۇنى زەنجىۋىل**

تەركىبى : زەنجىۋىل ، دارچىن ، سۆئلەپ ، جويۇز ، لىسانىل - ئاساپىر ، مەستىكى ، زەپەر ، پىلپىل ، بوزىدان ، قىزىلگۈل ، ئاق بەھمەن ، قىزىل بەھمەن ، ھەلىيۇن ئۇرۇقى ، سەۋزە ئۇرۇقى 6 گرامدىن ، ئىنار ، ئەنبەر 5 گرامدىن ، ھەببى قەلقەل 9 گرام ، نىشاستە 75 گرام ، ھەسەل 280 گرام .

تەييارلىنىشى : ھەسەل بىلەن مەجۇن قىلىنىدۇ .

تەسىرى : باھنى كۈچلەندۇرۇپ ، ئىشتىھانى ئاچىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : ئەھۋالغا قاراپ ئىشلەتسە بولىدۇ .

**77 - نۇسخا : مەجۇنى زۇپا**

تەركىبى : بەدىيان يىلتىزى ، سەۋسەن يىلتىزى ، چىڭسەي يىلتىزى ، ئارپىبەدىيان ، رۇمبەدىيان ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، شۇمشە ئۇرۇقى ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى 9 گرامدىن ، سەمغى ئەرەبى ، كۇندۇر ، مەستىكى ، كەتىرا ، زۇرەنباد ، زەنجىۋىل 3 گرامدىن ، زۇپا ، پىرسىياۋشان 21 گرامدىن ، رۇببىسۇس ، خەشخاش ئۇرۇقى ، خەشخاش پوستى 15 گرامدىن ، ئەپيۇن 30 گرام ، ئەنسىل ، تۇربۇت ، غارىقۇن 9 گرامدىن ، دارچىن ، پىلپىل 6 گرامدىن ، سۇمبۇل ، چىلغوزا مېغىزى ، پىستە مېغىزى ، ئىزخىر ، زىغىر 8 گرامدىن ، بۇرە جىگىرى ، تاغ تېكىسىنىك مۇڭگۈزى 9 گرامدىن ، ھەسەل 3 ھەسسە .

تەييارلىنىشى : ئادەتتىكىدەك مەجۇن قىلىنىدۇ .

تەسىرى : زۇكام ، نەزلە ، يۇتەللەرنى داۋالايدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 2 ـــ 9 گرام .

**78 - نۇسخا : مەجۇنى قۇرسى ئەپئا**

تەركىبى : سۇئىلەپ ، زەنجىۋىل ، دارچىن 18 گرامدىن ، پىستە مېغىزى ، بادام مېغىزى ، نارجىل مېغىزى ، پىندۇق مېغىزى ، ئەنبەر ، كۇموش ۋەرەق ، ئىپار 6 گرامدىن ، كاۋاۋىچىن ، قەلەمپۇر ، پىلپىل ، قىرقىلغان پىلە ، ئۇشنە ، ئەنجىدان ، تۇگە ئوغۇز سۇتى ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، قارا كۆز بەدىيان ئۇرۇقى ، ھەلىيۇن ئۇرۇقى ، كۇدە ئۇرۇقى ، چامغۇر ئۇرۇقى ، تەرخەمەك ئۇرۇقى ، بولۇ ئۇرۇقى ، زاغۇن ، بوزىدان ، پارپا ، چىلغوزا مېغىزى ، قاقىلە ، لاچىندانە ، تۇروپ ئۇرۇقى ، خولنجان ، گۈلدارچىن ، ئاق تۇدرى ، قىزىل تۇدرى ، ئاق بەھمەن ، قىزىل بەھمەن ، سەۋزە ئۇرۇقى ، ھەببى قەلقەل ، لىسانىل ئاساپىر ، ئالتۇن ۋەرەق ، تاغ پىيىزى ، تەكرار چىلاپ قۇرۇتۇلغان ئوغرىتىكەن ، قىچا ، ئاقىرقەرھا 3 گرامدىن ، قۇرسى ئەپئا پۇتۇن دورا ۋەزنىنىك ئوندىن بىر قىسمىچىلىك ، ھەسەل 2 ھەسسە .

تەييارلىنىشى : ئادەتتىكىدەك مەجۇن قىلىنىدۇ .

تەسىرى : ئاجىز بەدەننى كۆچەيتىپ ، مەننى كۆپەيتىدۇ . جىنسىي ھەۋەسنى ئاشۇرىدۇ . سوغۇق مىجەزلىكلەر ۋە ياشانغانلارغا مۇۋاپىق كېلىدۇ . مەنىنىڭ تېز كېتىشىنى تەدرىجىي نورماللاشتۇرىدۇ . ساقلىقنى ساقلايدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 12 ــ 15 گرام .

**79 ـ نۇسخا : مەجۇنى قەمبىل**

تەركىبى : قەمبىل ، بەرەڭگى كابىلى ، سەرخەس ، دەرمىنى تۇركى ، ھەببۇلنىل ، تۇربۇت ، قىزىل لوۋى ، شاپتۇل يوپۇرمىقى ئوساربىسى 10 گرامدىن ، ھەسەل 3 ھەسسە .

تەييارلىنىشى : كۆرسىتىلگەن دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ، ئېرىتىلگەن ھەسەل بىلەن ياخشى ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلسا بولىدۇ . تەبئىتى مۆتىدىل .

تەسىرى : مەددە قۇرتلارنى چۈشۈرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ئۇچەيدىكى ھەر خىل قۇرتلارنى چۈشۈرۈشكە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 5 ياشلىقلارغا 3 گرام ، 10 ياشقا يەتكەنلەرگە 3 ــ 4 گرام ، چوڭلارغا 10 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

**80 ـ نۇسخا : مەجۇنى كۈندۇر**

تەركىبى : كۈندۇر ، ئانارگۈلى ، بەللۇت ، يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى 12 گرامدىن ، زىرە ، تاغ زىرىسى ، جۇۋىنە 6 گرامدىن ، ئامىلە ، بەلىلە ، سېرىق ھېلىلە ، قارا ھېلىلە 4 گرامدىن ، سىيادان 8 گرام ، ھەسەل 3 ھەسسە .

تەييارلىنىشى : كۆرسىتىلگەن دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ئېرىتىلگەن ھەسەل ئۈستىگە سېلىپ ياخشى ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلسا بولىدۇ . تەبئىتى قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : ئورگانىزمدىكى سۇيۇقلۇقلارنى قۇرۇتىدۇ ، سۇيدۇكنى ، مەننى توختىتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : سىيگەك ، مەنىنى تۇتالماسلىق كېسەللىكلىرىگە ، ھۆل مىجەزلىك كىشىلەرگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى: چوڭلارغا كۈندە 3 ۋاخ 5 گرامدىن بېرىلىدۇ.

**81 - نۇسخا : مەجۇنى لوئلو**

تەركىبى : تېشىلمىگەن مەرۋايىت ، مارجان 3 گرامدىن ، رۇمبەدىيان ، ئاق بەھمەن 9 گرامدىن ، كاكىنەچ ، ھەشقىپىچەك يىلتىزى 5 گرامدىن ، ئادەمگىياھ ، ئىزخىر ، سۆئىدى كۈپى ، يۇلغۇن مېۋىسى ، قېلىن دارچىن ، دارچىن ، ئاسارۇن ، مەستىكى 6 گرامدىن ، سەمغى ئەرەبى ، كەتىرا 5 گرامدىن ، ھەسەل 2 ھەسسە .

تەييارلىنىشى : ئادەتتىكىدەك مەجۇن قىلىنىدۇ .

تەسىرى : بۇ ، جالىنۇس ھەكىمنىڭ ئىجادىيىتى بولۇپ ، جىنسىي ئەزانى چىڭىتىپ ، مەنىنى كۆپەيتىدۇ . پەيلەرنى كۈچلەندۈرىدۇ ، كۆڭۈلگە خۇشلۇق پەيدا قىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى: 3 گرامدىن قاينىقسۇ بىلەن ئىچسە بولىدۇ.

**82 - نۇسخا : مەجۇنى لوبۇبى كەبىرى**

تەركىبى : پىستە مېغىزى ، پىندۇق مېغىزى ، بادام مېغىزى ، ھەبىتۇل خۇزرا مېغىزى ، ياڭاق مېغىزى ، چىلغوزا مېغىزى ، ھەببى زەلەم مېغىزى ، ماھى روبيان ، خولىنجان ، شاقاقۇل ، قىزىل بەھمەن ، ئاق بەھمەن ، سىرىق تۇدرى ، قىزىل تۇدرى ، زەنجىۋىل ، كۈنجۇت مۇقەششەر ، دارچىن 15 گرامدىن ، سۇمبۇل ، سۆئىدى كۈپى ، قەلەمپۇر ، كاۋاۋىچىن ، ھەببى قەلقەل ئۇرۇقى ، سەۋزە ئۇرۇقى ، چامغۇر ئۇرۇقى ، تۇرۇپ ئۇرۇقى ، پىياز ئۇرۇقى ، بىدە ئۇرۇقى ، ھەلىيۇن ئۇرۇقى ، ئەرمۇدۇن ئۇرۇقى ، دۇرۇنەج ئەقرەبى ، زۆرەنباد 9 گرامدىن ، جويۇز ، بەسباسە ، داۋالە ، پىل پىل 6 گرامدىن ، سۆئىلەپ ، يېڭى نارجىل ، قۇشقاچ مېڭىسى ، كۆكنار ئۇرۇقىنىڭ ئېقى 30 گرامدىن ، قۇرۇتۇلغان كالا چىۋىسى ، سۆرۇنجان ، بوزىدان ، پىننە ، زەپەر ، مەستىكى 12 گرامدىن ، ئۇدخام 8 گرام ، تىللا ۋەرەق 30 دانە ، كۈمۈش ۋەرەق 50 دانە ، ئەنبەر 4 گرام ، ئىپار 2 گرام ،

هەسەل 136 گرام ، مەرۋايىت ، كەھرىۋا ، مارجان ، ئەقىق يەمەن ، قىزىل ياقۇت 16 گرامدىن .

تەييارلىنىشى : كۆرسىتىلگەن دورىلارنىڭ مىقدارىدىن باشقىلىرى يۇمشاق سوقۇلۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلىدۇ . مەرۋايىت ، مارجان ، ئەنبەر ، كەھرىۋا ، زەپەر ، ئەقىق ، ياقۇت دورىلار سالايە قىلىنىپ ، ھەسەل بىلەن تەكشى ئارىلاشتۇرۇلۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ . تەبىئىتى مۆتىدىل .

تەسىرى : بۆرەكنى قىزىتىدۇ ، مەنىنى زىيادە قىلىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : بۆرەك ، يۇرەك ، مىڭە كېسەللىكلىرىگە ، جىنسىي ئاجىزلىققا ، دىلنى خۇش قىلىشقا ، سەمرىتىشكە ، پەيلەرنى چىڭىتىشقا ، بەدەننى قۇۋۋەتلەشكە ، چىرايىنى گۈزەللەشتۈرۈشكە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : كۈندە 2 ۋاخ 5 گرامدىن بېرىلىدۇ .

**83 - نۇسخا : مەجۇنى لوبۇبى مۆتىدىل**

تەركىبى : پىندۇق مېغىزى ، پىستە مېغىزى ، چىلغوزا مېغىزى ، بادام مېغىزى ، كۈنجۈت ( ئاقلانغان ) ، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى ، ئاق خەشخاش ئۇرۇقى 18 گرامدىن ، تەرخەمەك مېغىزى ، بەگىناي قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى 9 گرامدىن ، بوزىدان ، ئاق بەھمەن ، قىزىل بەھمەن ، لىسانىل ئاساپىر ، خولىنجان ، دارچىن 6 گرامدىن ، قەنت 150 گرام ، ھەسەل 280 گرام .

تەييارلىنىشى : ئادەتتىكىدەك مەجۇن قىلىنىدۇ .

تەسىرى : بۆرەكنى قىزىتىپ ، جىنسىي ھەۋەسنى قوزغايدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 15 گرامدىن يېسە بولىدۇ .

**84 - نۇسخا : مەجۇنى لوبۇبى سەغىر**

تەركىبى : بوزىدان ، قىزىل بەھمەن ، ئاق بەھمەن ، لىسانىل ئاساپىر ، خولىنجان ، دارچىن 6 گرامدىن ، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى ، خىيارشەنبەر ئۇرۇقىنىڭ مېغىزى 9 گرامدىن ، پىندۇق مېغىزى ، بادام مېغىزى ، پىستە مېغىزى ، ئاقلانغان كۈنجۈت ، چىلغوزا مېغىزى ، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى ، كۆكنار ئۇرۇقى 18 گرامدىن ، ھەسەل 540 گرام .

تەييارلىنىشى : يۇقىرىدىكى دورىلارنى سوقۇپ ، تاسقاپ ، مېغىز دورىلارنى ئايرىم قورۇپ سوقۇپ ، ئېرىتىلگەن ھەسەلگە ئالدى بىلەن مېغىز دورىلارنى ، ئاندىن باشقا دورىلارنى سېلىپ تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلسا بولىدۇ .

تەسىرى ، ئىشلىتىلىشى : لوبۇبى كەبىر بىلەن ئوخشاش .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : كۈندە 2 ۋاخ 6 گرامدىن يەيدۇ .

**85 - نۇسخا : مەجۇنى ماددەتۇلھايات**

تەركىبى : پىلپىل ، قارىمۇچ ، دارچىن ، ئامىلە مۇقەششەر ، بەلىلە پوستى ، شىتىرەنج ھىندى ، يۇمىلاق زىراۋەندە ، سۆئلەپ ، چىلغوزا ، بابۇنە يىلتىزى ، نارجىل ، شاقاقۇل 10 گرامدىن ، بابۇنە ئۇرۇقى 5 گرام ، كىشمىش ئۈزۈم 30 گرام ، ھەسەل 2 ھەسسە .

تەييارلىنىشى : يۇمشاق سوقۇپ ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ . تەبىئىتى ھۆل ئىسسىق .

تەسىرى : ئورگانىزمنى ، مېڭىنى قۇۋۋەتلەش ، ھۆللۈكنى يوقىتىش ، ئاغرىق پەسەيتىش ، مەنىنى كۆپەيتىش ئۇنۇمىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : مېڭە ، پالەچ ، لەقۋا كېسەللىكلىرىگە ، ئاشقازان - ئۇچەيلەرنى قۇۋۋەتلەش ، ئىشتىھا ئېچىش ، تىلدىكى ئېغىرلىق ، بەدەندىكى ھۆللۈكنى چىقىرىش ، سۈيدۈكنىڭ تېمپ كېلىشىنى يوقىتىش ، بەل ۋە بۆرەك ئاغرىقى ، مۇپاسىلنى داۋالاش ، جىنسىي قۇۋۋەتنى كۈچلەندۈرۈش ، خۇشخۇي قىلىش ، چىرايىنى گۈزەللەشتۈرۈش ، ئېغىزدىكى پۇراقنى يوقىتىش ، چىشنى چىڭىتىش ، ئاشقازان - ئۇچەينى قۇۋۋەتلەش ، يەلدىن بولىدىغان قۇلنجىنى يوقىتىش ، سۈيدۈك يولىدىكى تاشنى ئېرىتىش ، سوغۇق مىجەز كىشىلەرگە بېرىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : كېسەل ئەھۋالىغا قاراپ چوڭلارغا كۈندە 2 ۋاخ 8 گرامدىن بېرىلىدۇ .

**86 - نۇسخا : مەجۇنى مەسىھا**

تەركىبى : قىزىلگۈل ، ئاقىرقەرھا ، سۆئىدى ھىندى ، سۈمبۈل ،

دارچىن ، قەلەمپۇر ، مەستىكى ، زۆرەنباد ، زەپەر ، جويۇز ، قاقىلە ، لاچىندانە ھىندى 10 گرامدىن ، قەنت 120 گرام ، ھەسەل 240 گرام .

تەييارلىنىشى : كۆرستىلگەن دورىلار يۇمشاق سوقۇپ ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ئىرىتىلگەن ھەسەل ئۈستىگە سىلىپ ياخشى ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلىندۇ . تەبئىتى قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : مەنى تۇتۇش ، ئاشقازاننى تازىلاش ، نېرۋىنى پەسەيتىش ، چاچنى قارايتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ئاشقازاننى قۇۋۇەتلەپ ئاغرىق پەسەيتىش ، مەنىنى تىزگىنلەش ، مېڭە ـ نېرۋا ئاغرىقلىرى ، بەدەننىڭ ئاغرىقلىرى ، چاچنىڭ ئاقىرىپ كېتىشىنىڭ ئالدىنى ئېلىشقا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : كۈندە 3 ۋاخ كېسەللىك ئەھۋالىغا قاراپ 5 گرامدىن بېرىلىدۇ .

**87 ـ نۇسخا : مەجۇنى مەسما مۇكەييىپ**

تەركىبى : گۈلدارچىن ، گاۋزىبان ، قىزىلگۈل 15 گرامدىن ، خولىنجان ، كاۋاۋۇچىن ، قەلەمپۇر ، سۇمبۇل ، قاقىلە ، نارجىل ، جويۇز ، پەرەنجىمشكى 9 گرامدىن ، ئىپار 2 گرام ، لەئەل ، زەنجىۋىل ، پىلپىل 3 گرامدىن ، ئاپېلسىن پوستى ، مەستىكى ، لىسانىل ئاساپىر ، بەسباسە 9 گرامدىن ، ئۆشنە 12 گرام ، تۆشۈكسىز مەرۋايىت ، سازەج ھىندى ، سۆئىدى كۈپى ، ئەنبەر 6 گرامدىن ، سۆئىلەپ 30 گرام ، ئالتۇن ۋەرەق ، كۈمۈش ۋەرەق 2 گرامدىن ، كەھرىۋا ، مارجان 3 گرامدىن ، نەشە يېغى 90 گرام .

تەييارلىنىشى : ئادەتتىكىدەك مەجۇن قىلىنىدۇ .

تەسىرى : باھنى كۈچلەندۈرۈش ، مەنىنى تورمۇزلاشتا ئۇنۇمى ئىنتايىن يۇقىرى .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 2 ـــ 3 گرام يەيدۇ .

**88 ـ نۇسخا : مەجۇنى ماري ئەپئا**

تەركىبى : مۇدەببەر كۈچۈلا 100 گرام ، يىلان گۆشى 360 گرام ،

قىزىل سىر 60 گرام ، چايان 20 گرام ، ھەسەل 3 ھەسسە .

تەييارلىنىشى : كۆرسىتىلگەن دورىلار يۇمشاق سوقۇپ ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ئېرىتىلگەن ھەسەل بىلەن تەكشى ئارىلاشتۇرۇلۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ . تەبئىتى ئىسسىق .

تەسىرى : ھەر خىل ئۆتكۈر يەللەرنى يەيدۇ ، ھەر خىل ئۆسمىلەر- نىڭ تەرەققىياتىنى تىزگىنلەيدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ئاشقازان ، قىزىلئۆڭگەچ ، بالىياتقۇ راكلىرىنى داۋالاش ۋە تەرەققىياتىنى توسۇش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : كۈندە 3 ۋاخ 10 گرامدىن يېسە بولىدۇ .

**89 - نۇسخا : مەجۇنى مۇپەررەھ**

تەركىبى : قىزىلگۈل ، سۆئىدى كۈپى ، قەلەمپۇر 15 گرامدىن ، ئىپار 1 گرام ، بەسباسە ، ئاپېلسىن پوستى ، گۈلدارچىن ، پەرەنجىمشكى 9 گرامدىن ، ئالما شەربىتى 3 ھەسسە .

تەييارلىنىشى : ئادەتتىكىدەك مەجۇن قىلىنىدۇ .

تەسىرى : مالىخوليا ۋە باشقا نېرۋا كېسەللىكلىرىنى داۋالايدۇ ، بۆرەكنى كۈچلەندۈرىدۇ ، خۇشلۇق كەلتۈرىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : كۈندە 3 ۋاخ 6 گرامدىن بېرىلىدۇ .

**90 - نۇسخا : مەجۇنى مولۇكى**

تەركىبى : جويۇز ، قەلەمپۇر ، بەسباسە ، لىسانىل ئاساپىر ، ئىز- خىر ، زەنجىۋىل ، دارچىن ، مەستىكى ، زەپەر ، ئۇد ھىندى 9 گرامدىن ، قاقىلە ، كۈندۈر 3 گرامدىن ، ئۆشنە 8 گرام ، قەنت ، گۈلاب 30 گرامدىن ، ھەسەل مەلۇم مىقدارىدا .

تەييارلىنىشى : قەنتنى گۈلابتا ئېرىتىپ ، ھەسەلنى قۇيۇپ قېيام قىلىپ ، دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلسا بولىدۇ .

تەسىرى : ئاشقازانىنى كۈچلەندۈرىدۇ ، ئىشتىھا ئېچىپ ، باھىنى قوزغايدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : كۈندە 3 ۋاخ 3 گرامدىن بېرىلىدۇ .

**91 - نۇسخا : مەجۇنى مئە**

تەركىبى : مئە سائىلە ، قۇندۇز قەھرى ، ئەپيۇن ، قارا بەزىرۇل- بەنجى تەڭ مىقداردا ، سۇرمەككى ، كۇندۇر تەڭ مىقداردا ، ھەسەل 3 ھەسسە .

تەييارلىنىشى : ئادەتتىكىدەك مەجۇن قىلىنىدۇ .

تەسىرى : كونا ئىسھال ۋە قان توختىتىدۇ ( قىزىتما بولمىغان ئەھۋاللاردا ) .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : كۇندە 3 ۋاخ 2 ـــ 6 گرامدىن بېرىلىدۇ .

**92 - نۇسخا : مەجۇنى مۇبەھھى**

تەركىبى : زەنجىۋىل ، شاقاقۇل ، دارچىن ، زاغۇن ، ئاق قىچا 1 ھەسسىدىن ، چاققاق ئۇرۇقى ، ئاقىرقەرھا ، قارىمۇچ 0.5 ھەسسىدىن ، ھىلە تۆتتىن بىر ھەسسە ، زەنجىۋىل مۇرابباسى 3 ھەسسە .

تەييارلىنىشى : مەجۇن قىلىنىدۇ .

تەسىرى : سوغۇق مىجەزلىك كىشىلەرنىڭ باھىنى كۇچلەندۇ- رۇشتە ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : كۇندە 3 ۋاخ 6 گرامدىن بېرىلىدۇ .

**93 - نۇسخا : مەجۇنى مۇبەھھى ئەلا**

تەركىبى : ھىلە ، پارپا ، كۇچۇلا 30 گرامدىن ، پىلپىل ، كاۋاۋىچىن ، زەنجىۋىل ، دارچىن ، ئاقىرقەرھا ، قەلەمپۇر ، جويۇز ، خولنـ- جان ، قارىمۇچ ، شاقاقۇل 15 گرامدىن ، زەپەر 9 گرام ، ياڭاق مېغىزى، ئۇرۇقسىز ئۇزۇم 1500 گرامدىن ، ئېرىك قوينىڭ جىگىرى 750 گرام ، تۇخۇم سېرىقى 30 دانە ، ھەسەل 3 ھەسسە .

تەييارلىنىشى : ئادەتتىكىدەك مەجۇن قىلىنىدۇ .

تەسىرى : باھىنى كۇچلەندۇرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : باھىنىڭ ئاجىزلىقى ، ئومۇمىي بەدەن ئاجىزلىق ، كەم قانلىق ، قۇۋۋەتسىزلىكلەرگە بېرىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : كۇندە 3 ۋاخ 6 گرامدىن بېرىلىدۇ .

**94 - نۇسخا : مەجۇنى مۇبەھىي مۇكەييپ**

تەركىبى : جويۇز ، بەسباسە، دارچىن ، قىزىلگۈل ، شەۋكىران يىلتىزى ، قاقىلە ، لاچىندانە ، قارا سۇنا ئۇرۇقى ، كاكىنەچ ، ئاق بەھمەن ، قىزىل بەھمەن ، سۆئلەپ ، شاقاقۇل ، زەپەر 9 گرامدىن ، تاباشىر 18 گرام ، بادام مېغىزى ، چىلغوزا مېغىزى ، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى 48 گرامدىن ، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى 18 گرام ، ھەسەل ، ناۋات 560 گرامدىن ،نەشە يېغى 120 گرام .

تەييارلىنىشى : ئادەتتىكىدەك مەجۇن قىلىنىدۇ .

تەسىرى : باھىنى قوزغايدۇ ، ئىشتىھانى ئاچىدۇ ، لېكىن خۇمار پەيدا قىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : ئەھۋالغا قاراپ كۈندە 3 ۋاخ 3 — 6 گرامدىن بېرىلىدۇ .

**95 - نۇسخا : مەجۇنى مۇقەۋۋى**

تەركىبى : دارچىن ، سۇمبۇل ، پىستە پوستى ، جويۇز ، موغاس ، خولىنجان ، ئاق بەھمەن ، قىزىل بەھمەن ، شاقاقۇل ، ئۆشنە ، بەللىلە پوستى ، بادرەنجبۇيا ، گاۋزىبان 9 گرامدىن ، مەستىكى ، زەرنەپ ، لاچىندانە ، زەنجۇبىل ، قەلەمپۇر ، ئاسارۇن ، سازەج ھىندى ، كاۋاۋچىن ، ئاپىلسىن پوستى ، دۇرۇنەج ئەقرەبى ، زۆرەنباد ، ئاق سەندەل ، قىزىل سەندەل ، ھەببى قەلقەل ، رۇمبەدىيان ، پىننە ، بەسباسە ، قارا ھېلىلە ، بوزىدان ، زەپەر ، پەرپىيۇن ، كەھرىۋا ، تۆشۈكسىز مەرۋايىت 6 گرامدىن ، سۆئىدى كۆپى ، قىزىلگۈل 12 گرامدىن ، قۇم بېلىقى ، سۆئلەپ ، ئاق تۇدرى ، قىزىل تۇدرى 15 گرامدىن ، ئىپار 2 گرام ، ئەنبەر 3 گرام ، ئالتۇن ۋەرەق 30 دانە ، كۈمۈش ۋەرەق 50 دانە ، قەنت ياكى ھەسەل 3 ھەسسە .

تەييارلىنىشى : ئادەتتىكىدەك مەجۇن قىلىنىدۇ .

تەسىرى : مېڭە ، يۈرەك ، ئاشقازان ، جىگەرنى كۈچلەندۈرىدۇ ، ئىشتىھانى ئېچىپ ، باھنى قوزغايدۇ ، چىراينى گۈزەللەشتۈرىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : كۈندە 3 ۋاخ 5 گرامدىن بېرىلىدۇ .

**96 - نۇسخا : مەجۇنى ماسكۇلبۇل**

تەركىبى : ئاقاقيا ، ئانارگۈلى 9 گرامدىن ، ئاق سەندەل ، قىزىل سەندەل 6 گرامدىن ، ھەببۇلئاس 8 گرام ، كۇندۇر 3 گرام ، قىزىل ماش ، قەسبۇسزەربره ، قىيمىقۇ ئۇرۇقى ، سەمغى ئەرەبى ، تاباشىر 6 گرامدىن .

تەييارلىنىشى : يۇقىرىقى دورىلار سوقۇلۇپ ، قىيام بىلەن خېمىر قىلىنىدۇ . تەبئىتى ئىسسىق .

تەسىرى : سۈيدۈك قېتىم سانىنى ئازايتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : سۈيدۈك تۇتالماسلىق كېسەللىكلىرىگە بېرىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : كۈندە 1 ۋاخ 6 گرامدىن ئىستېمال قىلىنىدۇ .

**97 - نۇسخا : مەجۇنى نانىخا I**

تەركىبى : جۇۋىنە ، زەنجۇبىل 30 گرامدىن ، زەپەر ، بىستېپايەج 3 گرامدىن ، چىكسەي يىلتىزى 15 گرام ، مەستىكى 8 گرام ، ئۇدخام 6 گرام ، ئاقىرقەرھا 5 گرام ، ھەسەل 3 ھەسسە .

تەييارلىنىشى : ئادەتتىكىدەك مەجۇن قىلىنىدۇ .

تەسىرى : ئاشقازان - جىگەردىكى يەللەرنى ھەيدەيدۇ ، خام بەلغەملەرنى بوشىتىدۇ . ئىشتىھانى ئېچىپ ، تاماق سىڭدۈرىدۇ . خام كېكىرىشنى تۇزىتىدۇ . ئېغىزنى خۇش پۇراقلاشتۇرىدۇ . شال ئېقىشنى توختىتىدۇ ، توسالغۇلارنى ئاچىدۇ ، قاپاق ئۇرۇقى مەددىسنى چۇشۇرىدۇ ، بۆرەك ، دوۋساقتىكى تاش - قۇملارنى تازىلايدۇ ، باھنى قوزغايدۇ . بەقراتنىڭ پىكرىچە ، يىلدا بىر ھەپتە كۇنىگە 9 گرامدىن يېيىش تەۋسىيە قىلىنىدۇ .

**98 - نۇسخا : مەجۇنى نانىخا II**

تەركىبى : جۇۋىنە ، زۇپا ، پىننە ، سىيادان ، زىرە ، سەۋزە ئۇرۇقى ، زەنجۇبىل 40 گرامدىن ، ئېگىر ، بەسباسە ، بەدىيان ، جويۇز ، چىكسەي ئۇرۇقى 10 گرامدىن ، يالپۇز 20 گرام ، ئاقىرقەرھا 5 گرام ، ھەسەل 3 ھەسسە .

تەييارلىنىشى : كۆرسىتىلگەن دورىلار يۇمشاق سوقۇپ ، ئېرىتىلگەن ھەسەل بىلەن ياخشى ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ . تەبئىتى ئىسسىق .

تەسىرى : ئاشقازان ، جىگەرنى قۇۋۇتلەش ، ئاغرىق پەسەيتىش ئۇنۇمىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ئاشقازان - ئۇچەي كېسەللىكلىرى ، ئىشتىھا ئېچىش ، جىگەرنى قۇۋۇتلەش ، ئېغىز پۇراشنى يوقىتىش ، شال ئېقىشنى توختىتىش ، يەل ھەيدەش ، بۆرەك ، سۈيدۈك يولىدىكى قۇملارنى چىقىرىش ، جىنسىي ئاجىزلىقنى ياخشىلاش ، مەنىنى كۆپەيتىش ئۈچۈن بېرىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : چوڭلارغا كۈندە 3 ۋاخ 10 گرامدىن بېرىلىدۇ.

**99 - نۇسخا : مەجۇنى نۆش دورا**

تەركىبى : قىزىلگۈل 18 گرام ، سۆئىدى كۈپى 15 گرام ، قەلەمپۇر ، مەستەكى ، سۇمبۇل ، ئاسارۇن 9 گرامدىن ، زەرنەپ ، بەسباسە ، قاقىلە ، لاچىندانە ، جويۇز ، قوۋزاق دارچىن ، زەپەر 6 گرامدىن ، ئامىلە 36 گرام ، قەنت ، ھەسەل 720 گرامدىن .

تەييارلىنىشى : كۆرسىتىلگەن دورىلار يۇمشاق سوقۇپ ، ھەسەلنى ئېرىتىپ ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ . تەبئىتى ئىسسىق .

تەسىرى : يۈرەك ، بۆرەك ، جىگەر ، تال ، مېڭە ۋە باشقا ئەزالارنى قۇۋۇتلەيدۇ .

ئىشلىتىلىشى : نېرۋا ، يۈرەك كېسەللىكى ، تۇتقاقلىق ، ئىشتىھاسىزلىق ، جىنسىي ئاجىزلىقنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : كۈندە 2 ۋاخ 10 گرامدىن تاماقتىن ئىلگىرى بېرىلىدۇ .

**100 - نۇسخا : نۆش دورا لوئلوۋى**

تەركىبى : تاباشىر ، قىرقىلغان پىلە غوزىسى ، زەپەر ، مەستىكى ،

مەرۋايىت ، سۇمبۇل ، كەھرىۋا ، قىزىلگۈل 9 گرامدىن ، ياقۇت ، رەۋەن ، ئاسارۇن ، سۆئىدى كۇپىسى ، ئۇدھىندى ، مارجان ، پېشىل قاشتېشى ، باد-رەنجىبۇيا ئۇرۇقى ، دۇرۇنەج ئەقرەبى ، لاچىندانە ، زىرىق ، بېھى ئۇرۇقى ، ئەنبەر ئەشھەب ، ئالتۇن ۋەرەق ، كۇموش ۋەرەق 6 گرامدىن ، ئاقلانغان ئامىلە 270 گرام ، ھەسەل ، قەنت 1500 گرامدىن .

تەييارلىنىشى : ئادەتتىكىدەك مەجۇن قىلىنىدۇ .

تەسىرى : يۈرەك ، جىگەر ، مېڭە ، ئاشقازان ۋە پۇتۇن بەدەننى كۈچلەندۈرىدۇ ، سەمرىتىدۇ ، جىنسىي قۇۋۋەتنى ئاشۇرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : يۈرەك ، مېڭە ، جىگەر ، ئاشقازان كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : كۈندە 2 ۋاخ 6 گرامدىن بېرىلىدۇ .

**101 - نۇسخا : مەجۇنى نۇجاھ**

تەركىبى : كابۇل ھېلىلىسى ، ئامىلە ، بەلىلە پوستى ، قارا ھېلىلە 30 گرامدىن ، ئاق تۇربۇت ، بىستىپايەج ، سېرىق ئوت ، ئۇستىقۇددۇس 15 گرامدىن ، غارىقۇن 9 گرام ، نارمىشك ، سۇمبۇل ، لاچىندانە ، مەستىكى ، گاۋزىبان ، ئاپىلسىن پوستى ، رەۋەن ، زەپەر 3 گرامدىن ، قىزىلگۈل ، رۇببىسۇس 15 گرامدىن ، ھەسەل 729 گرام .

تەييارلىنىشى : دورىلار يۇمشاق سوقۇلۇپ ، ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇلۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ . تەبئىتى مۆتىدىل .

تەسىرى : نېرۋىدىكى ئەسەبىيلىكنى پەسەيتىدۇ ، ئارام ئالدۇرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : نېرۋا كېسەللىكلىرى ، مېڭىنىڭ ئاجىزلىقى ، سارائ ، تۇتاقلىق ، ئۇچەينىڭ ، بالىياتقۇ ئاغرىنىڭ تاريىپ قېلىشلىرى ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : ئەھۋالغا قاراپ كۈندە 2 ۋاخ 10 گرامدىن بېرىلىدۇ .

**102 - نۇسخا : مەجۇنى نەسيان**

تەركىبى : كۈندۇر ، ئېگىر ، سۆئىدى كۇپىسى 30 گرامدىن ،

قارىمۇچ ، زەنجىۋىل 15 گرامدىن ، ھەسەل 2 ياكى 3 ھەسسە .

تەييارلىنىشى : ئادەتتىكىدەك مەجۇن قىلىنىدۇ .

تەسىرى : مەخسۇس ئۇنتۇغاقلىقنى داۋالايدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : كۈندە 3 ۋاخ 3 گرامدىن بېرىلىدۇ .

**103 - نۇسخا : مەجۇنى ۋەج**

تەركىبى : ئىگىر ، ئايارەج پەيقىرا ، ئارپىبەدىيان ، سەئتەر ، ھىلگ ، زەنجىۋىل 28 گرامدىن ، ھەسەل 504 گرام .

تەييارلىنىشى : يۇقىرىقى دورىلارنى سوقۇپ ، تاسقاپ ، ھەسەلنى ئېرىتىپ ئۈنىگىغا تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلسا بولىدۇ . تەبئىتى قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : بەدەندىكى سۇيۇقلۇقلارنى قۇرۇتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : كۆزنىڭ سۇلىشىشى ، روشەن كۆرمەسلىكى ، كۆزگە ھەر خىل نەرسىلەر ئۇچقاندەك كۆرۈنۈش ، بىر نەرسىنىڭ ئەينى كۆرۈنمەسلىكى ئۈچۈن بېرىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : كۈندە 1 ۋاخ 4 گرامدىن بېرىلىدۇ .

## ئايارەجلەر

**104 - نۇسخا : ئايارەج جالىنۇس**

تەركىبى : ئاچچىق تاۋۇز ، غارىقۇن ، تاغ پىيىزى ( ئەنسىل ) ، سوقمۇنىيا ، قاراخەربەق ، پەرپىيۇن ، ھوپارىقۇن 48 گرامدىن ، بىستىپا- يەج ، كامازىرىيۇس ، سېرىق ئوت ، سەلىخە 21 گرامدىن ، مۇرمەككى ، سەكبىنەج ، يۇمىلاق زىراۋەندە ، ئۇزۇنچاق زىراۋەندە ، قارىمۇچ ، ئاقمۇچ ، پىلپىل ، دارچىن ، جاۋاشىر ، قۇندۇز قەھرى ، پەتىر ئاسالىيۇن 12 گرامدىن ، ھەسەل 3 ھەسسە .

تەييارلىنىشى : يۇقىرىقى دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ، تاسقاپ ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل بىلەن تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ

مەجۇن قىلسا بولىدۇ . تەبىئىتى ئىسسىق .

تەسىرى : ئاغرىق توختىتىش ، نېرۋىنى تىنچلاندۇرۇش ، ھەر خىل جاراھەتلەرنى ساقايتىش ، ھەيز ماڭدۇرۇش ئۇنۇمىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : سەرئى ( تۇتقاقلىق ) ، مالىخوليا ، تەشەننۇج ، پالەچ ، سەكتە ، رەئىشە ، لەقۋا ، باش ئاغرىقى ، شەقىقە ، باش قېيىش ، قۇلاق ئېغىرلىقى ، قۇلاق ئاغرىش ، بوغۇم ئاغرىقلىرى ، ئىرقۇننسا ، چاچ چۈشۈپ كېتىش ، جوزام ، يامان سۈپەتلىك جاراھەت ، دوۋساق بوشىشىپ كېتىش ، سۈيدۈك تېمىپ كېلىش ۋە سۈيدۈك تۇتالماسلىق كېسەللىكلىرىنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : كۈندە 1 ۋاخ كەچتە 10 گرامدىن يېسە بولىدۇ .

**105 - نۇسخا : ئايارەج لۇغازىيا**

تەركىبى : ئاچچىق تاۋۇز 75 گرام ، تاغ پىيىزى ، غارىقۇن ، سوقمۇنىيا ، قارا خەربەق ، ئۇشەق ، ئۇسقۇدىرىيۇن 12 گرامدىن ، سېرىق ئوت ، مۇقىل ، سەبىرە سۇقۇتىرى ، كامازىرىيۇس 7.5 گرامدىن ، ھاشا ( تاغ يالپۇزى ) ، رۇمبەدىيان ، سازەج ھىندى ، ياۋا تاغ كۈدىسى ئۇرۇقى ، پەرىسىيۇن ، ھۇماما ، زەنجىۋىل ، جوئىدە ، سەلىخە ، ئاقموچ ، جاۋاشىر ، قۇندۇز قەھرى ، سۇمبۇل ، پەتىر ئاسالىيۇن ، ئۇزۇن زىراۋەندە ، ئەمەن ئوسارىسى 6 گرامدىن ، جىنتىيانا ، ئۇستىقۇددۇس 3 گرامدىن ، ھەسەل 840 گرام .

تەييارلىنىشى : يۇقىرىقى دورىلار يۇمشاق سوقۇپ ، تاسقاپ ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل بىلەن تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ . دورا تەييارلىنىپ 40 كۈندىن كېيىن ئىستېمال قىلىنىدۇ . تەبىئىتى قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : مېڭىنى قۇۋۋەتلەيدۇ ، ئاغرىق پەسەيتىدۇ ، پەينى يۇمشىتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : مېڭە ئاغرىقلىرى ، پەي كېسەللىكلىرى ، باش قېيىش ۋە باش ئاغرىقلىرى ، بەرەس ، قۇلاق ئاغرىقلىرى ، پەلەچ ، لەقۋا

كېسەللىكلىرىنى داۋالاش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ ، بوغۇم ئاغرىقلىرىغىمۇ ئوبدان ئۇنۇم بېرىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : كۈنىگە 1 ۋاخ كەچتە ياتىدىغان ۋاقىتتا 7 گرامدىن يېسە بولىدۇ .

# ئىترىپىللار

**106 - نۇسخا : مەجۇنى ئىترىپىل ئەپتىمۇن**

تەركىبى : كابۇل ھېلىلىسى پوستى ، ئامىلە پوستى ، سېرىق ھېلىلە پوستى 40 گرامدىن ، ياغىچى ئېلىنغان تۇرىبۇت 20 گرام ، قىزىلگۈل 12 گرام ، رۇمىبەدىيان 8 گرام ، سېرىق ئوت ، سانا 20 گرامدىن ، شىتىرەنج ، بىستىپايەج ، ئۇستىقۇددۇس 12 گرامدىن ، قاراتۇز 8 گرام ، ھەسەل 732 گرام .

تەييارلىنىشى : يۇقىرىقى دورىلار يۇمشاق سوقۇپ ، تاسقاپ ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەلگە تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ . تەبئىتى مۆتىدىل .

تەسىرى : قانىنى تازىلاش ، نېرۋا قوزغىلىشنى پەسەيتىش ، تىنچلاندۇرۇش ، غەيرىي تەبئىي بەلغەم ۋە سەپرا ماددىلىرىنى سۈرۈش ئۇنۇمىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ھەر خىل ئەسەبىي كېسەللىكلەر ، سوغۇقلۇقتىن بولغان سارامىلىق ، تۇتقاقلىق ، مېڭە كېسەللىكلىرى ، ئاق قان دانچىلىرى كۆپىيىپ كېتىش ، يۇرەك قان تومۇرلىرى قېتىشىش كېسەللىكلىرىنى داۋالاش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : كۈندە 2 قېتىم 6 گرامدىن بېرىلىدۇ .

**107 - نۇسخا : مەجۇنى ئىترىپىل ئۇستىقۇددۇس**

تەركىبى : سېرىق ھېلىلە پوستى ، كابۇل ھېلىلىسى پوستى ، بەلىلە پوستى ، قارا ھېلىلە ، ئامىلە ، سانا ، ئاق تۇرىبۇت ، بىستىپايەج ، ئۇستە-

قۇددۇس ، مەستىكى ، ۋاسالغۇ 22 گرامدىن ، ھەسەل 792 گرام .

تەييارلىنىشى : يۇقىرىقى دورىلارنى كۆرسەتمە بويىچە ئېلىپ سوقۇپ ، تاسقاپ ، بادام يېغى بىلەن ياغلاپ ، ئاندىن ھەسەلگە سېلىپ تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلسا بولىدۇ . تەبىئىتى ھۆل ئىسسىق .

تەسىرى : ئاغرىق توختىتىدۇ ، چاچنى قارايتىدۇ ، مېڭىنى قۇۋۋەتلەيدۇ .

ئىشلىتىلىشى : باش ئاغرىقى ، نېرۋا ئاجىزلىقى ، بەلغەم ، سەۋدا مەنبەلىك كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : كۈندە 1 ۋاخ گاۋزىبان ئەرەقى بىلەن 3 ــ 5 گرام ئىشلىتىلىدۇ .

**108 - نۇسخا : مەجۇنى ئىترىپل بەدىيان**

تەركىبى : يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى ، سېرىق ھېلىلە پوستى ، كاۋۇل ھېلىلىسى پوستى ، بەلىلە پوستى ، ئامىلە ، قىزىلگۈل 7.5 گرامدىن ، ئارپىبەدىيان 55 گرام ، ھەسەل 291 گرام .

تەييارلىنىشى : دورىلار يۇمشاق سوقۇپ ، تاسقاپ ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل بىلەن تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ . تەبىئىتى ئىسسىق .

تەسىرى : مېڭىنى قۇۋۋەتلەيدۇ ، كۆزنى روشەن قىلىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : نېرۋا ئاجىزلىقى ، كۆزنىڭ كۆرمەسلىكى ۋە باشقا كۆز كېسەللىكلىرىنى داۋالاش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 10 ــ 15 گرامنى كۈندە 1 ۋاخ ئەتىگەندە 100 مىللىلىتىر ئەرەقى بەدىيان بىلەن ئىچسە بولىدۇ .

**109 - نۇسخا : مەجۇنى ئىترىپل بەرەس**

تەركىبى : ئامىلە مۇقەششەر ، بەلىلە پوستى ، قارا ھېلىلە ، سېرىق ھېلىلە پوستى ، كاۋۇل ھېلىلىسى پوستى ، سامساق ، تۇربۇت ، ئاقبۇرقەرھا ، ئوردان ، زەنجىۋىل ، شىترەنج ھىندى 10 گرامدىن ، جىنكېۋىزى ، سىيادان ، قارا كۈنجۈت ، قىزىل قىچا ، ئوغرىتىكەن 20 گرامدىن ، ئاچچىق

تاۋۇز ، نۆشۈدۇر ، جۇۋىنە 5گرامدىن ، شاقاقۇل نىئمان ، ئاترىلال 50 گرامدىن ، ھەسەل 3 ھەسسە .

تەييارلىنىشى : كۆرسىتىلگەن دورىلار يۇمشاق سوقۇپ ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ئىبرىتىلگەن ھەسەل ئۈستىگە سىلىپ تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ . تەبئىتى قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : رەڭ پەيدا قىلىش ، ھۆللۈكنى قۇرۇتۇش ، ئاقكېسەل ۋە ھەر خىل تېرە كېسەللىكلىرىنى داۋالاش ئۈنۈمىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ئاشقازان ۋە بەدەننى قىزىتىش ، تېرىگە رەڭ بېرىش ، ئاقكېسەللەرنى داۋالاش ، ھۆللۈكلەرنى قۇرۇتۇش ، بەلغەمدىن بولغان چاچ ئاقىرىشنىڭ ئالدىنى ئېلىشقا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مقدارى : چوڭلارغا 10 گرامدىن كۈندە 3 ۋاقى ، بالىلارغا بەدەن ئېغىرلىقى بويىچە مۇۋاپىق مقداردا بېرىلىدۇ .

**110 - نۇسخا : مەجۇنى ئىترىپىل سەغىرى**

تەركىبى : ئامىلە پوستى ، بەلىلە پوستى ، كابۇل ھېلىلىسى پوستى ، سېرىق ھېلىلە پوستى ، قارا ھېلىلە 10 گرامدىن ، ھەسەل 3 ھەسسە .

تەييارلىنىشى : كۆرسىتىلگەن دورىلار يۇمشاق سوقۇپ ، ئىبرىتىلگەن ھەسەل بىلەن تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ . تەبئىتى قۇرۇق سوغۇق .

تەسىرى : مېڭىنى قۇۋۋەتلەش ، مېڭە تومۇرلىرىنى تازىلاش ، زېھنىنى ئېچىش ، چىرايىنى گۈزەللەشتۈرۈش ئۈنۈمىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : مېڭىنىڭ زەئىپلىكى ، مېڭە قان تومۇرلىرىنىڭ قېتىشىشى ، ھەزىم قىلىشنىڭ ئاجىزلىقى ، ئاشقازان ۋە مېڭە كېسەللىكلىرى ، باش قېيىش ، كۆز تورلىشىش،قۇلاق غوگۇلداش، بوۋاسىرغا ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىلىش مقدارى : كۈندە 2 قېتىم 6 گرامدىن تاماقتىن كېيىن ئىچۈرۈلىدۇ .

**111 - نۇسخا : مەجۇنى ئىترىپىل ھامانى**

تەركىبى : كابۇل ھېلىلىسى پوستى 60 گرام ، بەلىلە پوستى ،

ئامىلە مۇقەششەر ، سىرىق ئوت ، بەرەڭگى كابىلى 30 گرامدىن ، تۇربۇت 45 گرام ، ئۇستەقۇددۇس ، بىستىپايەج 21 گرامدىن ، غارىقۇن 15 گرام ، كۇندۇر ، قۇسته ، سۆئدى كۇپى ، زەنجىۋىل ، زۇپا 9 گرامدىن ، شتىرەنج ھىندى ، سازەج ھىندى ، مەستىكى رۇمى ، رۇمبەدىيان ، قەلەمپۇر ، ھاشا 6 گرامدىن ، پىلپىل ، قارىمۇچ ، نارمشك 12 گرامدىن ، ھەسەل 3 ھەسسە .

تەييارلىنىشى : ئادەتتىكىدەك مەجۇن قىلىندۇ .

تەسىرى : بەرەس ، بەھەق كېسەللىكلەرنى داۋالايدۇ ، چاچنىڭ قارىلىقىنى ساقلايدۇ ، بەلغەمدىن بولغان ھەر خىل كېسەللىكلەرگە ئۇنۇم بېرىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 6 گرامدىن كۇندە 3 ۋاخ تاماقتىن كېيىن بېرىلىدۇ .

**112 - نۇسخا : مەجۇنى ئىترىپىل زامانى**

تەركىبى : سىرىق ھىلىلە پوستى ، كابۇل ھىلىلىسى پوستى ، قارا ھىلىلە ، گۇلى بىنەپشە ، سوقمۇنىيا 30 گرامدىن ، نىلۇپەر 15 گرام ، بادام يېغى 90 گرام ، تۇربۇت ، قۇرۇق يۇمغاقسۇت 60 گرامدىن ، بەلىلە پوستى ، ئامىلە ، قىزىلگۇل ، تاباشىر 15 گرامدىن ، ئاق سەندەل ، كەتىرا 9 گرامدىن .

تەييارلىنىشى : دورىلارنى سوقۇپ تاسقاپ ، بادام يېغى بىلەن تالقان قىلىپ ، ئاندىن 100 دانە چىلان ، 30 دانە سەرپىستان ، 30 گرام گۇلى بىنەپشىلەرنى قاينىتىپ ، ھىلىلە سۇيىنى ئارىلاشتۇرۇپ ، 500 گرام ھەسەل بىلەن قىيام قىلىپ ، ئۇنىڭغا تالقان دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلسا بولىدۇ .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : مېڭىنى تازىلاپ ، سەۋدا ، بەلغەم خىلىتلىرىنى سۇرۇپ چىقىرىدۇ ، نەزلە ۋە سوزۇلما زۇكامنى داۋالايدۇ ، خىلىتلارنىڭ ئۇپۇنەتلىنىشىنى توسىدۇ . مالىخۇلىيا ، قۇلىنجى كېسەللىكلىرىنى داۋالاپ ، يەللەرنى ھەيدەيدۇ . ھەر خىل مىجەزدىكى كىشىلەرگە مۇۋاپىق كېلىدۇ .

**113 - نۇسخا : مەجۇنى ئىترىپىل غۇدۇدى**

تەركىبى : قارا ھېلىلە 45 گرام ، بەلىلە ، ئامىلە ، تۇربۇت 21 گرامدىن ، سېرىق ئوت 30 گرام ، بىستىپايەج ، ئۇستىقۇددۇس ، قوينىڭ بويۇن بېزى 15 گرامدىن ، سانا 12 گرام ، غارىقۇن ، زۆرەنباد ، شتىرەنج ھىندى 9 گرامدىن ، رۇمبەدىيان ، گۈلدارچىن ، سۇمبۇل ، قەلەمپۇر ، جو-يۇز ، مەستىكى 6 گرامدىن ، ھەسەل 3 ھەسسە .

تەسىرى ۋە ئىشلىتىلىشى : خانازىر كېسەللىكىنى داۋالايدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 6 ـــ 15 گرام .

**114 - نۇسخا : مەجۇنى ئىترىپىل كەشنىزى**

تەركىبى : ئامىلە مۇقەششەر ، بەلىلە پوستى ، سېرىق ھېلىلە پوستى ، كابۇل ھېلىلىسى پوستى ، قارا ھېلىلە 15 گرامدىن ، پوستى ئاقلانغان بادام مېغىزى 40 گرام ، يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى 75 گرام ، ھەسەل 3 ھەسسە .

تەييارلىنىشى : دورىلار يۇمشاق سوقۇپ ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ئېرىتىلگەن ھەسەل بىلەن تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ . تەبىئىتى ئىسسىق .

تەسىرى : ئاغرىق پەسەيتىش ، تىنچلاندۇرۇش ، يەل ھەيدەش ، ئاشقازانىنى قۇۋۇتلەش خۇسۇسىيتىگە ئىگە . توسالغۇنى ئاچىدۇ ، سەپرانى پەسەيتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : نېرۋا ئاغرىقلىرى ، باش قېيىش ، كۆزگە قاراڭغۇ-لۇق تىقىلىش ، ئاشقازان ئاجىزلىقى ، بوۋاسىر كېسەللىكلىرى ، چىرايىنى گۈزەللەشتۈرۈش ، قانىنى تازىلاش ، سەپرادىن بولغان كۆز ، قۇلاق ، باش ئاغرىقلىرىغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : ئەھۋالغا قاراپ كۈندە 2 ۋاخ 10 گرامدىن بېرىلىدۇ .

**115 - نۇسخا : مەجۇنى ئىترىپىل كەبىرى**

تەركىبى : كابۇل ھېلىلىسى پوستى ، ئامىلە پوستى ، بەلىلە پوس-

تى ، قارىمۇچ ، پىلپىل 90 گرامدىن ، زەنجىۋىل 40 گرام ، قارا ھېلىلە 90 گرام ، شاقاقۇل ، ئاق تۇدرى ، قىزىل تۇدرى ، لىسانىل ئاساپىر ، ئاق بەھمەن ، قىزىل بەھمەن ، ھەببى قەلقەل ، پوستى ئاقلانغان كۇنجۇت ، كۆكنار ئۇرۇقىنىڭ ئېقى 40 گرامدىن ، كۇنجۇت يېغى 250 گرام ، ھەسەل 3 ھەسسە .

تەييارلىنىشى : كۆرسىتىلگەن دورىلار يۇمشاق سوقۇپ ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ئېرىتىلگەن ھەسەل ئۇستىگە سېلىپ تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ . تەبىئىتى ئىسسىق .

تەسىرى : ئاغرىق پەسەيتىش ، مەيدىنى قۇۋۇتلەش رولىغا ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ھەر خىل ئاشقازان ـ ئۆچەي كېسەللىكلىرى ، مېڭىنى قۇۋۇتلەش ، ئەقلىنى زىيادە قىلىش ، نېرۋىنى پەسەيتىش ، خۇننى تازىلاپ ، ئادەمنى سەمرىتىش ، پەينى چىگىتىش ، يەلدىن بولغان بوۋاسىرنى داۋالاش ، ئاشقازانغى قىزىتىش ، قېرىشنى كېچىكتۇرۇشكە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مقدارى : 5 ياشلىقلارغا 0.5 ـــ 1 گرام ، 10 ياشقا يەتكەنلەرگە 1 ـــ 2 گرام ، چوڭلارغا 10 گرامدىن كۇنده 2 ۋاخ بېرىلىدۇ .

**116 ـ نۇسخا : مەجۇنى ئىترىپل شاھتەررە**

تەركىبى : شاھتەررە 105 گرام ، سېرىق ھېلىلە پوستى 90 گرام ، كابۇل ھېلىلىسى پوستى 60 گرام ، بەلىلە پوستى ، ئامىلە 45 گرامدىن ، سانا 22 گرام ، قىزىلگۇل 15 گرام ، ۋاسالغۇ 75 گرام ، ھەسەل 1371 گرام .

تەييارلىنىشى : يۇقىرىقى دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ، تاسقاپە ئېرىتىلگەن ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلسا بولىدۇ . تەبىئىتى مۆتىدىل.

تەسىرى : قاننى تازىلاش ، مېڭىنى قۇۋۇتلەش ، جاراسمغا قارشى تۇرۇش رولىغا ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ھەر خىل تېرە كېسەللىكلىرى ، قىچىشقاق ، نېرۋا كېسەللىكلىرىنى داۋالاش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مقدارى : 4 گرامدىن كۇنده ناشتىدا يېيىلىدۇ .

# جاۋارىشلار

**117 - نۇسخا : مەجۇنى جاۋارىش ئەنبەر**

تەركىبى : لاچىندانە ، قاقىلە ، بەسباسە ، دارچىن 7 گرامدىن ، زەنجىۋىل ، پىلپىل 4 گرامدىن ، تاباشىر ، سازەج ھىندى ، ئاپپلسىن پوستى 2 گرامدىن ، مەستىكى ، ئەنبەر ، زەپەر 3 گرامدىن ، جويۇز 8 گرام ، ئىپار 2 گرام ، مەرۋايىت 3 گرام ، ھەسەل 200 گرام .

تەييارلىنىشى : يۇقىرىقى دورىلار يۇمشاق سوقۇپ ، تاسقاپ ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇلۇپ تەييارلىنىدۇ . تەبىئىتى ئىسسىق .

تەسىرى : ئاشقازانىنى قىزىتىدۇ ، ئاشقازاندىكى ، جۇملىدىن بەدەندىكى قويۇق يەللەرنى تارقىتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ئاشقازان كېسەللىكى ۋە ئومۇمىي بەدەن ئاجىزلىقى ، مېڭە ، يۈرەك كېسەللىكلىرى ، ئاشقازان سوۋۇپ كېتىشىنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 2 گرامدىن كۈندە 1 ۋاخ ئەرەقى بەدىيان بىلەن بېرىلىدۇ .

**118 - نۇسخا : مەجۇنى جاۋارىش ئۇد**

تەركىبى : ئۇد ھىندى ، ئارپىبەدىيان ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، ئېگىر ، سۇمبۇل 9 گرامدىن ، بەسباسە ، نارمىشك ، پەرەنجىمشكى ، سۆئىدى كۆپى ، زەرنەپ ، زۆرەنباد 3 گرامدىن ، دارچىن ، زەنجىۋىل ، قارىمۇچ ، قەلەمپۇر ، مەستىكى 6 گرامدىن ، گاۋزىبان 15 گرام ، كافۇر 1 گرام ، ئىپار 2 گرام ، ھەسەل 2 ھەسسە .

تەييارلىنىشى : ئادەتتىكىدەك مەجۇن قىلىنىدۇ .

تەسىرى : ئاشقازان ، يۈرەكنى كۈچلەندۈرىدۇ ، تاماق سىڭدۈرۈپ ، يەللەرنى ھەيدەيدۇ . قوزغىلىشنى باسىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : قۇرساق ئېسكى ، ئاشقازان ئاجىزلىقى ، ئۇچەيلەر-نىڭ غولدۇرلىشى ، تاماق سىڭمەسلىك ، يۇرەك ئاجىزلىقى ، بۇخاراتىنىڭ ئۆرلىشى قاتارلىق كېسەللىكلەرگە بېرىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 6 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ تاماقتىن بۇرۇن بېرىلىدۇ .

**119 - نۇسخا : مەجۇنى جاۋارىش بۇزۇرى**

تەركىبى : چىڭسەي ئۇرۇقى ، جۇۋىنە 6 گرامدىن ، مەستىكى ، خولىنجان ، گۈلدارچىن ، قەلەمپۇر 9 گرامدىن ، ئاق قىچا 60 گرام ، ئوبھەل 15 گرام ، ھەسەل 2 ھەسسە .

تەسىرى : ئاشقازانىنى كۈچلەندۈرۈپ ، ھەزىم قىلىشنى ياخشىلايدۇ ، ئاشقازان ۋە ئۇچەيلەردىكى يەللەرنى ھەيدەيدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 9 گرام .

**120 - نۇسخا : جاۋارىش ئامىلە**

تەركىبى : قىزىلگۈل 250 گرام ، ئاقلانغان ئامىلە 70 گرام ، كابۇل ھېلىلىسى پوستى 60 گرام ، مۇددەببەر قىلىنغان خۇبسلىھەددە 20 گرام ، سىماق 15 گرام ، پىستە پوستى ، ئاپېلسىن پوستى ، مەستىكى ، نارمىشك ، ئوغرىتىكەن ، دارچىن ، قىزىل سەندەل ، ئاق سەندەل ، قىرقىلغان پىلە ، گاۋزىبان گۈلى ھەر بىرى 10 گرامدىن ، قەنت 1800 گرام .

تەييارلىنىشى : خۇبسلىھەددە مۇددەببەر قىلىنىپ ، قالغان دورىلار سوقۇپ تالقان قىلىنىدۇ . خۇبسلىھەددە سوقۇلۇپ 10 كۈن سىركىگە چىلىنىدۇ . سىركە كۈندە ئالماشتۇرۇپ تۇرۇلىدۇ . كېيىن سوغۇق سۇدا 15 قېتىم يۇيۇلۇپ ، قۇرۇتۇلۇپ ، دورىلار تالقىنىغا ئارىلاشتۇرۇپ ، قەنت قېيىمىغا سېلىپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : يۇرەك ، جىگەر ، ئاشقازاننى كۈچەيتىش ، ئىشتىھانى ئېچىش ، قاننى كۆپەيتىش ئۇنۇمىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : باش ئاغرىش ، ئاشقازان كېسەللىكلىرى ، كەم قانلىقلا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مقدارى : كۈندە 2 قېتىم ، ھەر قېتىمدا 6 گرامدىن ئىچىلىدۇ ، باللارغا مۇۋاپىق مقدارىدا ئازايتىپ بېرىلىدۇ .

**121 - نۇسخا : مەجۇنى جاۋارىش پەنجىنۇش**

تەركىبى : سېرىق ھېلىلە پوستى ، بەللىلە پوستى ، ئامىلە شىرىسى ، قارىمۇچ ، پىلپىل ، زەنجىۋىل ، سۆئىدى كۆپى ، شىترەنج ھىندى ، سۇمبۇل 30 گرامدىن ، قارا سۇنا ئۇرۇقى ، كۈدە ئۇرۇقى 12 گرامدىن ، خۇبسلىھەددە 300 گرام ، كالا يېغى مەلۇم مقدارىدا ، ھەسەل 3 ھەسسە .

تەسىرى : ئاشقازان تۆۋەنلەپ كېتىش كېسەللىكىگە ئۇنۇم بېرىدۇ ، يەلدىن بولغان بوۋاسىرنى داۋالايدۇ . چىرايىنى ياخشىلاپ ، مىجەزنى تەڭشەيدۇ ، باھنى كۈچلەندۈرىدۇ .

ئىشلىتىلىش مقدارى : كۈندە 3 ۋاخ 5 گرامدىن بېرىلىدۇ .

**122 - نۇسخا : مەجۇنى جاۋارىش جالىنۇس**

تەركىبى : سۇمبۇل ، قاقىلە ئۇرۇقى ، قېلىن دارچىن ، دارچىن ، خولىنجان ، قەلەمپۇر ، سۆئىدى كۆپى ، زەنجىۋىل ، قارىمۇچ ، پىلپىل ، قۇستە بەھرى ، بىلسان ياغىچى ، ئاسارۇن ، ھەببۇلئاس ، قەسبۇسزەمىرە ، زەپەر 6 گرامدىن ، مەستىكى 30 گرام ، ئاق قەنت 138 گرام ، ھەسەل 276 گرام ، جىنتىيانا 12 گرام .

تەييارلىنىشى : زەپەردىن باشقا دورىلارنى سوقۇپ تاسقاپ ، قەنتنى ھەسەلدە قىيام قىلىپ ، ئۇستىگە سوقۇلغان زەپەرنى سېلىپ ئوبدان ئارىلاشتۇرغاندىن كېيىن ، باشقا دورىلارنى سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلسا بولىدۇ . تەبىئىتى قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : ئاغرىق قالدۇرۇش ، ئىچ توختىتىش ، يەل ھەيدەش ئۇنۇمىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ئاشقازان ، جىگەر ئاغرىقلىرى ، مۇپاسىل ، گال ئاغرىقلىرى ، ساراڭلىق ، سۆيدۈك كۆپ كېلىش ، ھۆللۈكتىن بولغان باش ئاغرىقى ، يۆتەل ، بوۋاسىر ، تەمرەتكە ، يانپاش ئاغرىقى ، تولا ئۇخلاش ، سۆيدۈك يوللىرىدىكى تاشنى ئېرىتىپ چۈشۈرۈش ، بۆرەكنى قىزىتىش ،

جىنسىي ئاجىزلىقنى ياخشىلاش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 9 گرامدىن كۈندە 1 ۋاخ بېرىلىدۇ .

**123 - نۇسخا : مەجۇنى جاۋارىش خۇزى**

تەركىبى : ئۇزۇم ئۈرۈقى 90 گرام ، مەبۇلئاس 180 گرام ، خەر- نۇپ ، ئانار گۈلى ، گەزمازەج ، جويۇز 30 گرامدىن ، كۈندۈر ، جۇۋىنە ، سۆئىدى كۈپى ، سۈمبۈل ، مەستىكى 15 گرامدىن ، شېكەر 730 گرام .

تەييارلىنىشى : يۇقىرىقى دورىلاردىن ئۇزۇم ئۈرۈقىنى بىر كېچە - كۈندۈز سىركىگە چىلاپ سۈزۈۋېلىپ ، سايىدا قۇرۇتۇپ ، چالا قورۇپ يۇمشاق سالايە قىلىپ ، قالغان دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ، شېكەرنى ئە- رەقى گۈلابتا قىيام قىلىپ ، دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلسا بولىدۇ . تەبىئىتى مۆتىدىل .

تەسىرى : ئىچ سۈرۈشنى توختىتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ئىچ ئۆتكۈ ، ئاشقازان كېسەللىكلىرىنى داۋالاش ، ئىشتىھا ئېچىش ، جىگەرنى قۇۋۋەتلەش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ . كىچىك بالىلارنىڭ ئاشقازان - ئۈچەي كېسەللىكىگە بەك ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : چوڭلارغا 8 گرامدىن كۈندە 1 ۋاخ ، بالىلارغا يېشىغا قاراپ كېمەيتىپ بېرىلىدۇ .

**124 - نۇسخا : مەجۇنى جاۋارىش زەرئۇنى**

تەركىبى : سەۋزە ئۇرۇقى ، چىگىسەي ئۇرۇقى ، ھېدە ئۇرۇقى ، جۇۋىنە ، ئارپىبەدىيان ، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى ، چىگىسەي يىلتىزى پوستى 15 گرامدىن ، ئاقىرقەرھا ، سەلىخە ، زەپەر ، مەستىكى ، ئۇدخام 6 گرامدىن ، بەسباسە ، قەلەمپۇر ، كاۋاۋېچىن ، قارىمۇچ 9 گرامدىن ، قەنت 190 گرام ، ھەسەل 200 گرام .

تەييارلىنىشى : يۇقىرىقى دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ، تاسقاپ ، قەنتنى ھەسەلدە ئېرىتىپ ، باشقا دورىلارنى سېلىپ تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ . تەبىئىتى ھۆل ئىسسىق .

تەسىرى : ئومۇمىي بەدەننى قۇۋۋەتلەيدۇ .

ئىشلىتىلىشى : بۆرەك ، بەل ئاغرىقلىرى ، ئومۇمىي بەدەن ئاجىزلىقلىرىغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 6 گرامدىن كۈندە 1 ۋاخ ئەرەقى بەدىيان بىلەن يېيىلىدۇ .

**125 - نۇسخا : مەجۇنى جاۋارىش زەرئۇنى مۇقەۋىي**

تەركىبى : ھەلىيۇن ئۇرۇقى ، شاقاقۇل ، قىزىل تۇدرى ، ئاق تۇدرى ، ئىپار ، سەقەنقۇر ، لىسانىل ئاساپىر 3 گرامدىن ، چاقماق ئۇرۇقى 6 گرام ، زەنجىۋىل ، چامغۇر ئۇرۇقى ، سەۋزە ئۇرۇقى ، تەرخەمەك ئۇرۇقى ، زاغۇن ، پىياز ئۇرۇقى ، كۈدە ئۇرۇقى ، خولىنجان ، جويۇز ، دارچىن ، پىلپىل ، بوزىدان 9 گرامدىن .

تەييارلىنىشى : دورىلارنى سوقۇپ تاسقاپ ، قەنت قىيامىغا ئايلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلسا بولىدۇ .

تەسىرى : يۇرەك ، جىگەر ، مېڭە ، باش ، بۆرەكنى كۈچلەندۈرىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : كۈندە 3 ۋاخ 3 ــ 6 گرامدىن بېرىلىدۇ.

**126 - نۇسخا : مەجۇنى جاۋارىش كۈمۈنى**

تەركىبى : زىرە مۇدەببەر 2 گرام ، قارىمۇچ 6 گرام ، زەنجىۋىل ، سۇزاپ يوپۇرمىقى 8 گرامدىن ، ئاق توغرىغا 2 گرام ، قىلىن دارچىن ، قوۋزاق دارچىن ، گۈلدارچىن ، سۇمبۇل ، ھەببى بىلسان ، مەستىكى 8 گرامدىن ، ھەسەل 3 ھەسسە .

تەييارلىنىشى : كۆرسىتىلگەن دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ئېرىتىلگەن ھەسەل ئۈستىگە سىلىپ تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلسا بولىدۇ . تەبىئىتى قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : ئاغرىق قالدۇرىدۇ ، ئىشتىھانى ياخشىلايدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ھەر خىل تېپتىكى ئاشقازان - ئۆچەي كېسەللىكلىرى ، ئايالالارنىڭ يەل خاراكتېرلىك بالىياتقۇ ئىششىقى ، يېڭىدىن بولغان سېرىق ئەتنىڭ يېرتىلىشى قاتارلىق كېسەللىكلەرگە بېرىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى: چوڭلارغا 5 گرامدىن كۈندە 2 ۋاخ بېرىلىدۇ.

**127 - نۇسخا : مەجۇنى جاۋارىش كۆندۈر**

تەركىبى : دارچىن 6 گرام ، كۆندۈر ، خولنجان 9 گرامدىن ، سەلىخە ، لاچىندانە 12 گرامدىن ، قەلەمپۇر ، جويۇز ، بەسباسە ، سۇمبۇل ، قاقىلە 15 گرامدىن ، مەستىكى 18 گرام ، ھەسەل 306 گرام .

تەييارلىنىشى : يۇقىرىقى دورىلار يۇمشاق سوقۇپ تاسقاپ ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل بىلەن تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ . تەبىئىتى ئىسسىق .

تەسىرى : سۇيدۇك توختىتىدۇ ، بەدەندىكى ھۆللۇكنى قۇرۇتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : مەنى ۋە سۇيدۇكنى تىزگىنلەشكە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 3 گرامدىن كۆندە 2 ۋاخ بېرىلىدۇ .

**128 - نۇسخا : مەجۇنى جاۋارىش نارمىشك ئىستىسقائى**

تەركىبى : نارمىشك 9 گرام ، قاقىلە 6 گرام ، لاچىندانە 3 گرام ، دارچىن 12 گرام ، پىلپىل 15 گرام ، قەنت 90 گرام ، ھەسەل 3 ھەسسە .

تەسىرى : ئاشقازان ئاجىزلىقىنى ياخشىلاپ ، ناغرىسمان سۇلۇق ئىششقىنى داۋالايدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 3 گرامدىن كۆندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

**129 - نۇسخا : مەجۇنى جاۋارىش نەسيان**

تەركىبى : زەنجىۋىل ، جۇۋىنە 6 گرامدىن ، سيادان ، كابۇل ھېلىلىسى پوستى 15 گرامدىن ، ھەسەل 2 ھەسسە .

تەسىرى : ئەستە تۇتۇش قابىلىيىتىنى ئاشۇرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ئۇنتۇغاقلىق ، مېڭە ئاجىزلىقلىرىغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 3 گرامدىن كۆندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

## تەرياقلار

**130 - نۇسخا : تەرياقى ئەربەئە**

تەركىبى : ھەببۇلغار ، جىنتىيانا ، مۇرمەككى ، ئۇزۇنچاق زىراۋەندە 4 گرامدىن ، ھەسەل 48 گرام .

تەييارلىنىشى : دورىلار يۇمشاق ئېزىپ تاسقاپ ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل بىلەن تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ خېمىر قىلىنىدۇ . تەبئىتى سوغۇق .

تەسىرى : زەھەرلىك ھاشاراتلارنىڭ زەھىرىنى قايتۇرىدۇ ، قويۇق يەللەرنى تارقىتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : قۇلىنجى ، تال ، جىگەر كېسەللىكلىرىگە ، تۇغۇتنى ئاسانلاشتۇرۇشقا ، قورساقتىكى ئۆلۈپ قالغان بالىنى چۈشۈرۈشكە ، توسالغۇلارنى ئېچىپ ، خىلتلارنىڭ نورمال ئىقتىدارىنى ساقلاشقا ، سوغۇقتىن بولغان كېسەللىكلەرنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : كۈندە 1 ۋاخ 3 گرامدىن بېرىلىدۇ .

**131 - نۇسخا : تەرياقى سامانىيە**

تەركىبى : مۇرمەككى ، ھەببۇلغار ، ئۇزۇنچاق زىرەك ، جىنتيانا ، ئاچچىق قۇسته ، سەلىخە ، رەۋەن ، بىخ كەبىر ھەممىسى باراۋەر مىقداردا ، ھەسەل ئومۇمىي دورا مىقدارىنىڭ 3 ھەسسىسچىلىك .

تەييارلىنىشى : دورىلار يۇمشاق سوقۇلۇپ ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : يەل ھەيدەيدۇ ، زەھەر قايتۇرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : سەرئى ، پالەچ ، لەقۋا ، رەئىشە ، پەي تارتىشىش قاتارلىق كېسەللىكلەرگە ۋە زەھەر قايتۇرۇشقا ئىشلىتىلىدۇ . تەرياقى ئەربەئەدىن كۈچلۈكرەك تەسىر قىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 3 گرامنى بەدىيان ئەرەقى بىلەن ئىچىدۇ .

**132 - نۇسخا : تەرياقى سۇمۇم**

تەركىبى : مۇرمەككى ، ئەپسەنتىن ، چىڭسەي ئۇرۇقى 10 گرامدىن ، ھەسەل 30 گرام .

تەييارلىنىشى : يۇقىرىقى دورىلار يۇمشاق سوقۇپ تاسقاپ ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل بىلەن تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ . تەبئىتى مۆتىدىل .

تەسىرى : زەھەر قايتۇرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : سىماب ، سەممىلپار ، مەدەستان ، كەپەرەستىن زەھەرلىنىپ قالغان كىشىلەر ئۇچۇن ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 6 گرامدىن كۇندە 1 ۋاخ ئىچىدۇ ، ئارقىدىن 120 مىللىلىتىر شاراب ئىچىدۇ .

**133 - نۇسخا : تەرياقى نەزلە**

تەركىبى : ئۇستىقۇددۇس 8 گرام ، گۇلى گاۋزىبان ، ئامۇت ئۇرۇقى ، يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى 24 گرامدىن ، ئۇسۇك ئۇرۇقى 32 گرام ، بەزىرۇلبەنجى ، خەشخاش پوستى 56 گرامدىن ، خەشخاش ئۇرۇقى ، رۇببىسۇس ، نىشاستە ، سەمغى ئەرەبى ، يۇمغاقسۇت ، كەتىرا 8 گرامدىن ، قەنت ياكى ئاق شېكەر 500 گرام .

تەييارلىنىشى : يۇقىرىقى دورىلار ئىچىدىن يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى ، نىشاستە ، سەمغى ئەرەبى ، كەتىرا ، رۇببىسۇسلاردىن باشقا دورىلارنى قايناق سۇغا بىر سوتكا چىلاپ قايىنىتىپ ، دورىلارنىڭ تەمى چىقىپ بولغاندىن كېيىن تىلىپىنى سۇزۇۋېتىپ ، قەنت بىلەن قىيام قىلىپ ، قىيام ئۇستىگە يۇقىرىقى دورىلارنى سوقۇپ ، تاسقاپ ، ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ . تەبئىتى سوغۇق .

تەسىرى : نەزلە ماددىلىرىنى تەڭشەيدۇ ، يۆتەل توختىتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : نەزلە كېسەللىكى ۋە ھەرخىل يۆتەللەرگە بېرىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 9 گرامدىن كۇندە 1 ۋاخ ئەتىگەندە ئەرەقى گاۋزىبان بىلەن ئىچىلىدۇ .

## خەمىرلەر

**134 - نۇسخا : خەمىرى ئۇرۇشىم**

تەركىبى : قىرقىلغان ئەۋرىشىم 300 گرام ، ئۇدھىندى 3 گرام ، سۇمبۇل ، ئاپېلسىن پوستى ، مەستىكى ، قەلەمپۇر ، لاچىندانە ، سازەج 4 گرامدىن ، ئاق سەندەل 5 گرام ، ئەرەقى گاۋزىبان ، ئەرەقى گۇلاب ،

تاتلىق ئالما ئەرەقى ، بېھى سۇيى ، تاتلىق ئانار سۇيى 120 مىللىلىتىردىن ، پار سۇيى 1500 مىللىلىتىر ، ھەسەل 180 گرام ، ئاق قەنت 500 گرام .

تەييارلىنىشى : يۇقىرىقى دورىلارنى كۆرسەتمە بويىچە ئېلىپ ، قىرقىلغان ئەۋرىشمنى 3 كۈن ئەرەق ياكى سۇغا چىلاپ ، يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ سۈزۈپ ، تىرىپلىرىنى سقىپ ، سۇيىقە قەنت ياكى ئالما ، ئانار سۇلىرىنى تۆكۈپ قىيام قىلىپ ، ئاندىن باشقا دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، قىيامغا سېلىپ تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ خېمىر قىلسا بولىدۇ . تەبىئىتى ھۆل ئىسسىق .

تەسىرى : مېڭىنى قۇۋۋەتلەيدۇ ، نېرۋىنى تىنچلاندۇرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : مېڭە ، يۈرەك ، جىگەر كېسەللىكلىرى ، خاپىغان ، تۇتقاقلىق ، ئومۇمىي بەدەن ئاجىزلىقىغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 4 گرامدىن كۈندە 2 ۋاخ ئەرەقى گاۋزىبان بىلەن تاماقتىن كېيىن بېرىلىدۇ .

**135 - نۇسخا : خەمىرى مەرۋايىت I**

تەركىبى : مەرۋايىت 60 گرام ، بىخ مارجان ، كەھرىۋا ، سەندەل 30 گرامدىن ، ئەنبەر 2 گرام ، كۈمۈش ۋەرەق 5 دانە ، گۈلاب ، ئەرەقى بىدمىشكى 5 گرامدىن ، قەنت 300 گرام ، ھەسەل 150 گرام .

تەييارلىنىشى : كۆرسىتىلگەن دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، قەنتنى يۇمشاق سوقۇپ ، باشقا دورىلارنى ھەسەل بىلەن تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلسا بولىدۇ . تەبىئىتى قۇرۇق سوغۇق .

تەسىرى : يۈرەكنى كۈچلەندۈرۈش ، ئاغرىق پەسەيتىش ، تېرىلەرنى ياخشىلاش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ھەرخىل سەۋەبتىن بولغان يۈرەك كېسەللىكى ، نېرۋا كېسەللىكى ، يۈرەك ئاجىزلىقى ، نېرۋا ئاجىزلىقى ، پۇت ـ قول ئاغرىش ، ماغدۇرسىزلىق ، ئىشتىھاسىزلىق قاتارلىق كېسەللىكلەرگە ، سەمرىتىشكە ، ئىسسىق مىجەز كىشىلەرگە بېرىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى: چوڭلارغا كۈندە 2 ۋاخ 5 گرامدىن بېرىلىدۇ.

**136 - نۇسخا : خەمىرى مەرۋايىت II**

تەركىبى : تېشىلمىگەن مەرۋايىت ، ئەرەقى گۈلاپ ، ئەرەقى گاۋزىبان 10 گرامدىن ، ئاق بەھمەن ، قىزىل بەھمەن ، يۇمغاقسۇت تۇرۇقى ، كاسىنە گۈلى ، پەرەنجمىشكى ، گاۋزىبان ، بادرەنجبۇيا ئۇرۇقى ، كاسىنە ئۇرۇقى 6 گرامدىن ، قىرقىلغان پىلە 10 گرام ، ئىپار ، ئەنبەر 1 گرامدىن ، ئالما شەربىتى 100 مىللىلىتىر ، ئامىلە مۇرابباسى ، ناۋات 200 گرامدىن .

تەييارلىنىشى : مەرۋايىتنى گۈلاب ياكى ئەرەقى گاۋزىبان بىلەن سالايە قىلىپ يۇمشىتىپ ، قالغان دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ناۋاتنى گۈلاب بىلەن قېيام قىلىپ ، ئاندىن شەربەت مۇرابباسىغا ئارىلاشتۇرۇپ ، باشقا دورىلارنى سېلىپ خېمىر قىلىنىدۇ . تەبىئىتى سوغۇق .

تەسىرى : رەئىس ئەزالارنىڭ خىزمىتىنى ياخشىلايدۇ ، يۇرەك ۋە نېرۋىلارنى تىنچلاندۇرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : يۇرەك ، مېڭە ، جىگەر كېسەللىكلىرىدە رەئىس ئەزالارنىڭ خىزمىتىنى ياخشىلاش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : كۈندە 1 گرامدىن 1 ۋاخ بېرىلىدۇ .

**137 - نۇسخا : خەمىرى سەندەل**

تەركىبى : ئاق سەندەل ، گۈلى گاۋزىبان ، قىرقىلغان پىلە 10 گرامدىن ، ئەرەقى گۈلاب ، ئەرەقى بىدمىشكى 10 مىللىلىتىردىن ، زەپەر 1.5 گرام ، قەنت 170 گرام .

تەييارلىنىشى : ئەرەقلەر بىلەن قەنتنى قېيام قىلىپ ، قالغان دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ، قېيامغا سېلىپ خېمىر قىلىنىدۇ . تەبىئىتى سوغۇق .

تەسىرى : يۇرەكنى تىنچلاندۇرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : يۇرەك كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 6 گرامدىن كۈندە 1 ۋاخ تاماقتىن كېيىن يېيىلىدۇ .

**138 - نۇسخا : خەمىرى گاۋزىبان ئەنبىرى**

تەركىبى : گاۋزىبان ھىندى ، ئاقلانغان يۇمغاقسۇت تۇرۇقى ، تاۋزىلانغان پىلە غوزىسى ، بالەنگۇ تۇرۇقى ، ئاق بەھمەن ، سەندەل ، پەرەنجىمشكى 30 گرامدىن ، مەرۋايىت ، ئىپار 2.5 گرامدىن ، ئەنبەر 5 گرام ، ناۋات 1200 گرام .

تەييارلىنىشى : دورىلار چالا سوقۇپ ، 10 ھەسسە سۇغا بىر كېچە چىلاپ ، ئەتىسى سۈيى ئۇچتىن بىر قىسمى قالغۇچە قاينىتىلىپ سۈزۈلىدۇ ۋە سۈيىگە 1.5 ھەسسە ناۋات سېلىپ قىيام قىلىندۇ . قىيام سوۋۇپ ئىلمان ھالەتكە كەلگەندە ، ئۇستىگە سالايە قىلىنغان ئىپار ، ئەنبەر ، مەرۋاۋىتلار سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ . تەبئىتى مۆتىدىل .

تەسىرى : يۈرەك ۋە مېڭىگە قۇۋۋەت بېرىدۇ ، سەۋدانى دەپئى قىلىدۇ ، نېرۋىنى تىنچلاندۇرىدۇ ، يۈرەك ۋە مېڭە قان تومۇرلىرىدىكى توسالغۇلارنى ئاچىدۇ ، قان نۆكچىلىرىنى ئېرىتىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 6 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

قوشۇمچە : خەمىرى گاۋزىبان ساددە

يۇقىرىقى نۇسخىدىكى دورىلار تەركىبىدىن مەرۋايىت ، ئىپار ، ئەنبەرلەر چىقىرىۋېتىلىپ تەييارلىنىدۇ ، تەييارلىنىشى ۋە ئىشلىتىلىشى يۇقىرىقى بىلەن ئوخشاش . لېكىن ، ئىشلىتىلىش مىقدارى ئۈنىڭدىن 1 ھەسسە كۆپ بولۇشى لازىم .

## مۇپەررىھاتلار

**139 - نۇسخا : مۇپەررىھى ئەۋرىشىم I**

تەركىبى : سېرىق ئوت ، قېلىن دارچىن ، ئۇستىقۇددۇس ، ھەببى بىلسان ، ئاسارۇن ، قەلەمپۇر 12 گرامدىن ، زۆرەنباد ، دۇرۇنەج ئەقرەبى ،

تېشىلمىگەن مەرۋايىت ، كەھرىۋا ، مارجان ، ئاق بەھمەن ، قىزىل بەھمەن ، سازەج ھىندى ، قاقىلە ، قۇندۇز قەھرى 9 گرامدىن ، كۆيدۈ-رۈلگەن پىلە 6 گرام ، پىلپىل ، زەنجىۋىل 3 گرامدىن .

تەييارلىنىشى : دورىلارنى تالقانلاپ ، قىيامغا ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : سەۋدا خىلىتلىرىنى نورماللاشتۇرىدۇ ، شىلىمشىق بەلـ غەمىلەرنى ئازايتىدۇ ، توسالغۇلارنى ئېچىپ مېڭىنى تازىلايدۇ ، كۆڭۈلگە خۇشلۇق پەيدا قىلىدۇ ، قويۇق يەللەرنى تارقىتىدۇ ، تاماق سىڭدۈرىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 6 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

**140 - نۇسخا : مۇپەررىھى ئەۋرىشم II**

تەركىبى : قىرقىلغان پىلە 120 گرام ، ئالتۇن ، كۈمۈش تاۋلىغان سۇ 6 مىللىلىتىردىن ، گاۋزىبان ، پەرەنجىمشكى ، قىزىلگۈل ، سۇمبۇل ، ئاق شېكەر ، مەرۋايىت ، كەھرىۋا ، ياقۇت 6 گرامدىن ، ئاق سەندەل 8 گرام ، تاباشىر 9 گرام ، ئەنبەر 3 گرام ، ئىپار 2 گرام .

تەييارلىنىشى : يۇقىرىقى دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ تاسقاپ ، ئالتۇن ۋە كۈمۈش تاۋلانغان سۇلاردا قەنتنى قىيام قىلىپ ، باشقا دو-رىلارنى قىيامغا ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ . تەبئىتى مۆتىدىل .

تەسىرى : نېرۋىنى تىنچلاندۇرىدۇ ، كۆڭۈلنى خۇشال قىلىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : خاپىغان كىسەللىكى ، يۈرەك كىسەللىكلىرى ، ئاشقازان ۋە جىگەر كىسەللىكلىرىنى داۋالاش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 7 گرامدىن كۈندە 1 ۋاخ ئەرەقى گۈلاب بىلەن يېيىلىدۇ .

**141 - نۇسخا : مۇپەررىھى ئەئزەم**

تەركىبى : شاھتەررە ، بادرەنجىبۇيا ، گۈلى گاۋزىبان ، تەنبۇل يوپۇرمىقى 30 گرامدىن ، ئاق بەھمەن ، قىزىل بەھمەن 15 گرامدىن ، يۇ-يۇلمىغان لاچۇەرد ، تاباشىر ، گىل مەختۇم ، زەپەر ، دۇرۇنەج ئەقرەبى ، زەرنەپ ، كاۋاۋىچىن 9 گرامدىن ، كابۇل ھېلىلىسى ، قىرقىلغان پىلە ، ئاق

سەندەل ، پىستە پوستى ، لاچىندانە ئۇرۇقى ، ئالتۇن ۋەرەق ، كۈمۈش ۋەرەق ، قىزىل ياقۇت 6 گرامدىن ، مارجان ، مەرۋايىت ، كەھرىۋا 3 گرامدىن ، ئۇد 2 گرام ، ئاق شېكەر 500 گرام ، بېھى سۇيى ، گۈلاب ، ئاچچىق ئانار سۇيى ، ئاچچىق ئاپېلسىن سۇيى ، زىرىق سۇيى ، رەۋەن شەربىتى 70 گرامدىن .

تەييارلىنىشى : دورىلارنى تالقانلاپ ، شېكەر ۋە مېۋە سۇيىدە قىيام قىلىپ مەجمۇن قىلسا بولىدۇ .

تەسىرى : ھەرخىل مىجەزدىكى ۋە ھەرخىل تەبىئەتتىكى كىشىلەرگە ئوخشاشلا مۇۋاپىق كېلىدۇ . قانىنى سۈزىدۇ ۋە تازىلايدۇ ، باشقۇرغۇچى ئەزالارنى كۈچلەندۈرىدۇ ، كۆرۈش ، ئاڭلاش ، پۇراش ، تېتىش ، سېزىشتىن ئىبارەت بەش خىل سېزىمنى ياخشىلايدۇ . مالىخوليا ، ۋەسۋەسىلىك ، ساراڭلىق ، يۇرەك تىترەش ، يۇرەك ئاجىزلىقىنى داۋالايدۇ . ئەقىلنى كۈچەيتىپ ، ئەستە تۇتۇشنى ياخشىلايدۇ ، يەللەرنى تارقىتىپ ، ئىشتىھانى ئېچىپ ، تاماق سىڭدۈرىدۇ ، باھنى كۈچلەندۈرىدۇ ، ھەرخىل مەددە قۇرتلارنى چۈشۈرىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 3 ـــ 6 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

**142 - نۇسخا : مۇپەررىھى بارىد قەلبى**

تەركىبى : قىزىلگۈل ، تاباشىر ، ئاق بەھمەن ، گاۋزىبان ، قۇرۇق يۇمغاقسۇت ، ئاق سەندەل 3 گرامدىن ، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى ، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى 12 گرامدىن ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى 45 گرام ، ئۇرۇقىدىن ئايرىلغان زىرىق 18 گرام ، تېشىلمىگەن مەرۋايىت ، كەھرىۋا ، زەپەر ، كاـ فۇر 2 گرامدىن ، قەنت 300 گرام ، ئەرەقى بىدمىشكى مەلۇم مىقداردا ، ئالما سۇيى 150 گرام .

تەييارلىنىشى : قەنتنى ئەرەقى بىدمىشكى ۋە ئالما سۇيى بىلەن قىيام قىلىپ ، تالقان قىلىنغان دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : ئىسسىقلىقتىن بولغان يۇرەك كېسەللىكلىرى ۋە يۇرەك ئاجىزلىقىنى ياخشىلايدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 3 ـــ 6 گرام .

**143 - نۇسخا : مۇپەررىھى بۇئەلى**

تەركىبى : قىزىل ياقۇت ، ئەقىق 3 گرامدىن ، ئالتۇن ۋەرەق 2 گرام ، كۈمۈش ۋەرەق 1 گرام ، غاريقۇن ، سىرىق ئوت ، قارىمۇچ ، زەنجىۋىل ، قەلەمپۇر ، رەيھان 5 گرامدىن ، ئەرمەن تېشى ، لاچىۋەرد ، نەمەكى ھىندى ، زۆرەنباد ، پىل سۆڭىكى ، دۇرۇنەج ئەقرەبى ، ئاق بەھمەن ، گاۋزىبان 4 گرامدىن ، سۇمبۇل ، ھۇماما ، ئېگىر ، سازەج ھىندى ، دارچىن ، يالپۇز ، پىننە ، زۇپا ، زىرە 3 گرامدىن ، يۇمغاقسۇت ، چىگىسەي ئۇرۇقى ، مۇرمەككى ، كۈندۇر ، زەپەر ، ھەلىۋن ئۇرۇقى ، جوھۇد تېشى ، ئاقمۇچ 2 گرامدىن .

تەييارلىنىشى : جاۋاھىرات دورىلارنى ئۈپىدەك يۇمشىتىپ ، ئالتۇن ۋەرەق ، كۈمۈش ۋەرەقلەرنى قوشۇپ شارابقا سېلىپ ياخشى سالايە قىلىپ ، قالغان دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ، تاسقاپ 3 ھەسسە ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : بۇ ، شەيخ ئەبۇ ئەلى ئىبنىسىنانىڭ ئىجادىيىتى بولۇپ ، يۈرەك قالايمىقانلىشىش ، يۈرەك ئاجىزلىقى ، يالغۇزلۇقنى خالاشنى داۋالايدۇ . مېڭە ، ئاشقازان ، جىگەر ، تال ، قۇلىنجى ، ھەرخىل بوغۇم كېسەللىكلىرىگە ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : ئەھۋالغا قاراپ 6 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

**144 - نۇسخا : مۇپەررىھى سەندەل**

تەركىبى : تېشىلمىگەن مەرۋايىت ، مارجان 6 گرامدىن ، ئاق سەندەل 31 گرام ، قىزىل سەندەل 16 گرام ، تاباشىر ، سىمىز ئوت ئۇرۇقى ، قورۇلغان يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى ، پىستىنىڭ سىرتقى پوستى ، مەستىكى ، زەپەر 6 گرامدىن ، ئىپار 1.5 گرام ، ئاپېلسىن پوستى سۇيى 150 مىللىلىتىر ، ئاق شېكەر 600 گرام .

تەييارلىنىشى : قەنتنى گۈلاب ۋە ئاپېلسىن سۇيى بىلەن قىيام

قىلىسپ ، سوقۇپ تاسقالغان دورىلارنى قىيامغا سېلىپ مەجبۇن قىلىنىدۇ . تەبئىتى سوغۇق .

تەسىرى : كۆڭۈلنى شادلاندۇرىدۇ ، يۈرەكنى سالقىنلاشتۇرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : خاپىغان ۋە باشقا يۈرەك كېسەللىكلىرىنى داۋالاش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 8 گرامدىن كۈندە 2 ۋاخ بېرىلىدۇ .

**145 - نۇسخا : مۇپەررىھى سەھلىل ۋۇجۇد**

تەركىبى : تۆمۇر ، كۈمۈش ، ئالتۇن ، مىس ، تۇچ ، چوپۇن تاۋلىغان سۇ 500 گرامدىن ، قەلەمپۇر ، بەسباسە ، سېرىق ئوت ، قاقىلە ، قىزىل سەندەل 21 گرامدىن ، خام پىلە 90 گرام ، قەنت ، ئالما سۇيى 5 كىلوگرامدىن ، رەيھان ئۇرۇقى ، بادرەنجبۇيا ئۇرۇقى 6 گرامدىن .

تەييارلىنىشى : رەيھان ، بادرەنجبۇيىدىن باشقا دورىلارنى تالقانلاپ ، بىر خالتىغا قاچىلاپ ئاغزىنى بوغۇپ ، داغمال سۇيىگە چىلاپ 10 كۈن تۇرغۇزۇپ ، ئاندىن كېيىن تۆتتىن بىر قىسمى قالغۇچە قاينىتىپ سۈزۈپ ، قەنت ۋە ئالما سۇيىنى قۇيۇپ قىيام قىلىپ ، قىيام بىرئاز سۇۋۇغاندىن كېيىن ، رەيھان ، بادرەنجبۇيا ئۇرۇقلىرىنى تالقانلاپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : يۈرەك قالايمىقان سېلىش ، ئەزالار تىترەش ، ماغدۇرسىزلىنىش ، كونا باش ئاغرىقى ، جىگەر كېسەللىكلىرى ، نېرۋا كېسەللىكلىرى ، دۆتلۈكنى داۋالايدۇ ، قانىنى تازىلايدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : ئەھۋالغا قاراپ 30 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

**146 - نۇسخا : مۇپەررىھى دىلكۈشايى ھار**

تەركىبى : ئاپېلسىن پوستى ، قىزىلگۈل ، بادرەنجبۇيا ، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى ، بەگىنەي ، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى 15 گرامدىن ، ئاق بەھمەن ، قىزىل بەھمەن 8 گرامدىن ، قارا ھېلىلە ، بادام مېغىزى ، ئاق خەشخاش ، ئاقلانغان كۈنجۈت 9 گرامدىن ، زەپەر 6 گرام ، دارچىن 9

گـرام ، چـىـكـسـەي ئۇرۇقـى 3 گـرام ، ئىپار 5 گرام ، بادام يېغى 15 گرام ، قەنت ، تەرەنجۈبل 280 گرامدىن .

تـەيـيارلىنىشى : تەرەنجۈبلنى گۈلابتا ئېرىتىپ ، ئۈستىدىن قەنتنى سېلىپ قىيام قىلىپ، تالقانلانغان دورىلارنىئارىلاشتۇرۇپ مەجۇنقىلىنىدۇ.

تـەسـىرى : سـوغـۇقـتـىن بـولغان يـۈرەك ئـاجىزلىقـى ، يۈرەك تىتـرەشـلەرنـى داۋالايدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : ئەھۋالغا قاراپ بېرىلىدۇ .

**147 - نۇسخا : مۇپەررىھى دىلكۈشايى مۇتىدىل**

تـەركـىبـى : ئاق بـەھـمـەن ، قـىزىل بەھمەن 15 گرامدىن ، كابۇل ھېلـىـلىسى ، پىستە پوستى ، ئاپېلسىن پوستى ، قىرقىلغان پىلە ، تېشىلمـىگـەن مـەرۋايـىـت 6 گـرامـدىـن ، گـاۋزىـبان ، شاھتەررە ، بادرەنجبۇيا 30 گـرامـدىن ، قۇرۇق يۇمغاقسۇت ، تاباشىر 9 گرامدىن ، مارجان ، كەھرىۋا ، زۆرەنـبـاد ، دۇرۇنـەج ئەقـرەبى 3 گرامدىن ، ئۇدخام 5 گرام ، ئانار سۇيى ، بـېـھـى سۇيى ، قىيمىقۇ سۇيى ، زىرىق سۇيى 30 گرامدىن ، قەنت ، بىنەپشە شەربىتى 300 گرامدىن .

تـەسـىرى : ھەرخـىـل تـىـپـتىكى يۈرەك كېسەللىكلىرىگە مۇۋاپىق كېلىدۇ ، كۆڭۈلگە خۇشلۇق كەلتۈرىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : ئەھۋالغا قاراپ بېرىلىدۇ .

**148 - نۇسخا : مۇپەررىھى دىلكۈشايى بارىد**

تـەركـىبـى : تـاباشىر ، ئاق بەھمەن ، قىزىل بەھمەن ، قىزىلگۈل ، مـارجـان ، كـەھرىـۋا ، تـېشىلمىگەن مەرۋايىت 3 گرامدىن ، ئاق سەندەل ، قـۇرۇق يـۇمـغـاقـسـۇت 6 گرامدىن ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى 24 گرام ، زىرىق ، بـېـھـى ئۇرۇقى 30 گرامدىن ، ئالتۇن ۋەرەق ، كۈمۈش ۋەرەق 2 گرامدىن ، پىستە پوستى 3 گرام ، قەنت 560 گرام ، تەرەنجۈبل 280 گرام .

تـەيـيارلـىـنىشى : دورىلارنـى سوقۇپ تاسـقاپ ، قەنت بىلەن تەـرەنـجـۈبـلـنـى قـىـيـام قـىلىپ ، سوقۇلغان دورىلارنـى ئارىلاشـتۇرۇپ مەجۇن قىلىنىدۇ .

تەسىرى : ئىسسىقلىقتىن بولغان يۇرەك كېسەللىكلىرىنى داۋالايدۇ .
ئىشلىتىلىش مىقدارى : ئەھۋالغا قاراپ بېرىلىدۇ .

**149 - نۇسخا : مۇپەررىھى مەسھا**

تەركىبى : گۈلدارچىن ، گاۋزىبان ، قىزىلگۈل 15 گرامدىن ، خولىنجان ، كاۋاۋۇچىن ، قەلەمپۇر ، جويۇز ، قاقىلە ، لاچىندانە ، پەرەنجىمىشكى ، كۈمۈش ۋەرەق ، زەپەر 9 گرامدىن ، لەئەل 3 گرام ، سۆئىدى ھىندى 5 گرام ، ئىپار 2 گرام ، ئالتۇن ۋەرەق 1.5 ھەسسە ، بادام يېغى 60 گرام ، قەنت ، ھەسەل 3 ھەسسە ، مەستىكى ، لىسانىل ئاساپىر ، بەسباسە 9 گرامدىن ، ئاق بەھمەن ، قىزىل بەھمەن ، ئۆشنە ، سۇمبۇل 12 گرامدىن ، سازەج ھىندى ، زەنجىۋىل ، پىلپىل ، كەھرىۋا ، مارجان 3 گرامدىن ، ئەنبەر ، مەرۋايىت 6 گرامدىن ، نەشە 90 گرام .

تەسىرى : يۈرەك ، مېڭە ، جىگەر ، ئاشقازاننى كۈچلەندۈرىدۇ . ئاغرىق پەسەيتىدۇ . بۆرەكنى كۈچلەندۈرىدۇ . تاماق سىڭدۈرۈپ ، جىنسىي كۈچنى ئاشۇرىدۇ ، مەنىنى كۆپەيتىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : ئەھۋالغا قاراپ بېرىلىدۇ .

**150 - نۇسخا : مۇپەررىھى مۇنشىت**

تەركىبى : ئالتۇن ۋەرەق ، كۈمۈش ۋەرەق ، ياقۇت ، لەئەل ، مەرۋايىت ، تېشىلمىگەن مارجان ، كەھرىۋا 6 گرامدىن ، ئاق بەھمەن ، قىزىل بەھمەن ، دۇرۇنەج ئەقرەبى ، بادرەنجبۇيا ، گاۋزىبان ، قىزىلگۈل ، قىزىل سەندەل ، ھەببۇلئاس ، تاباشىر ، سۆئەلەپ ، كاۋاۋۇچىن ، قەلەمپۇر ، زەرنەپ ، دارچىن ، رەيھان يوپۇرمىقى ، سىيسەمبەر ، سازەج ھىندى ، ئاق تۇدرى ، قىزىل تۇدرى ، ياۋا رەيھان ، تاجىگۈل ، ئۇدخام ، سۆئىدى كۈپى ، سۇمبۇل ، زەپەر ، مەستىكى 15 گرامدىن ، ئاق خەشخاش ئۇرۇقى ، مۇدەببەر زىرە 6 گرامدىن ، گىلى ئەرمەنى ، ئەنبەر 9 گرامدىن ، ئىپار 3 گرام ، نەشە 0.5 ھەسسە ، ھەسەل 3 ھەسسە ، ھەرخىل مېۋىلەر شەربىتى پۈتۈن دورىلار بىلەن تەڭ مىقداردا .

تەييارلىنىشى : ئادەتتىكىدەك مەجۇن قىلىپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : مېڭە ، يۈرەك ، ئاشقازاننى كۈچلەندۈرىدۇ ، جىنسىي قۇۋۋەتنى ئاشۇرۇشتا تەڭداشسىز ئۇنۇم بېرىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : ئەھۋالغا قاراپ بېرىلىدۇ .

**151 - نۇسخا : مۇپەررىبى ياقۇتى**

تەركىبى : تېشىلمىگەن مەرۋايىت ، تاباشىر ، قىزىلگۈل 9 گرام- دىن ، قىزىل سەندەل ، گىل مەختۇم ، بادرەنجىبۇيا ، ئاق بەھمەن 6 گرامدىن ، ئالتۇن ۋەرەق ، ئەقىق ، قاشتېشى ، سازەج ھىندى ، زۆرەنباد ، دۇرۇنەج ئەقرەبى ، ئىپار 2 گرامدىن ، لاچىۋەرد ، لەئەل ، كەھرىۋا ، نىلۇپەر ، زىرىق ، قۇرۇق يۇمغاقسۇت ، قىزىلگۈل ئۇرۇقى ، ئۇد ھىندى ، ئاپىلسىن پوستى ، گاۋزىبان ، قىزىل بەھمەن ، يۇمىلاق زىراۋەندە ، كاسنە ئۇرۇقى ، كۆيدۈرۈلگەن پىلە ، كافۇر ، ئەنبەر 9 گرامدىن ، ئامىلە شىرىسى ، ھىلىلە پوستى ، بېھى شەربىتى 40 گرامدىن ، گۈلاب ، شېكەر ، ئالما شەربىتى ، تاتلىق ئانار شەربىتى 180 گرامدىن .

تەييارلىنىشى : ھىلىلىنى قاينىتىپ تەمنى چىقىرىپ ، ئۇستىدىن شەربەت دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ قىيام قىلىپ ، باشقا سوقۇلغان دو- رىلارنى تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : مالىخولىيانى داۋالايدۇ ، مېڭە ، يۈرەك ، ئاشقازان ۋە- رەئىس ئەزالارنى كۈچلەندۈرىدۇ ، ئۇيقۇنى نورماللاشتۇرىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 3 ـــ 6 گرام بېرىلىدۇ .

**152 - نۇسخا : مۇپەررىبى ياقۇتى ھار**

تەركىبى : گاۋزىبان ، بادرەنجىبۇيا ، پەرەنجىمشكى ، ئاق بەھمەن ، قىزىل بەھمەن 21 گرامدىن ، دارچىن ، يۇمغاقسۇت ، تاباشىر ، كەھرىۋا ، مارجان ، ئۇد ھىندى ، پىلە ، تېشىلمىگەن مەرۋايىت ، قەلەمپۇر ، زەرنەپ 6 گرامدىن ، زەپەر 5 گرام ، زۆرەنباد ، دۇرۇنەج ئەقرەبى ، كاۋاۋىچىن ، قا- قىلە ، ئاق سەندەل 9 گرامدىن ، ئالتۇن ۋەرەق ، كۆمۈش ۋەرەق ، قىزىل ياقۇت ، ئىپار 2 گرامدىن ، ھاراقتا چىلانغان ئامىلە 60 گرام ، قىزىلگۈل 15 گرام ، ھەسەل بىلەن سىلىنغان ھىلىلە مۇرابباسى 150 گرام ، ئالما

شەربىتى ۋە گۈلابتا تەييارلانغان جۈلاپ مەلۇم مىقداردا .

تەييارلىنىشى : جاۋاھىرات دورىلارنى سالايە قىلىپ ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ھېلىمە مۇرابباسىنى جۈلاپتا قىيام قىلىپ ، باشقا دورىلارنى قىيامغا سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ . تەبىئىتى ئىسسىقتا مايىل .

تەسىرى : يۈرەك - قان تومۇرلىرىنى كۈچەيتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : سوغۇقتىن بولغان كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 3 ـــ 6 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

**153 - نۇسخا : مۇپەررىھى ياقۇتى مۆتىدىل**

تەركىبى : تېشىلمىگەن مەرۋايىت ، گاۋزىبان ، مارجان ، قۇرۇق يۇمغاقسۇت ، ئاق بەھمەن ، قىزىلگۈل بەرگى ، ئاپېلسىن پوستى ، كەھرىۋا ، كۆيدۈرۈلگەن پىلە ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى 6 گرامدىن ، ياقۇت ، كافۇر 3 گرامدىن ، ھەسەلدە ياسالغان ھېلىلە مۇرابباسى 3 ھەسسە .

تەييارلىنىشى : دورىلار تالقانلىنىپ ، ھېلىلە مۇرابباسىدا يۇغۇرۇپ خېمىر قىلىپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : يۈرەكنى كۈچلەندۈرىدۇ ، بىئارامليقنى يوقىتىپ ، خۇشلۇق بەخش ئېتىدۇ . يۈرەك ، جىگەرنى قۇۋۋەتلەيدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ھەرخىل نېرۋا كېسەللىكلىرى ، يۈرەك ، جىگەر كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 6 گرامدىن كۈندە 2 ۋاخ يەيدۇ .

**154 - نۇسخا : مۇپەررىھى ياقۇتى بارىد**

تەركىبى : ئاق خەشخاش ئۇرۇقى ، تاباشىر ، قىزىلگۈل 30 گرامدىن ، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى ، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى ، يۇمغاقسۇت ، زىرىق ئوسارىسى ، گىلى ئەرمەنى ، ئامىلە شىرىسى ، گاۋزىبان 15 گرامدىن ، كافۇر ، سەندەل ، مەرۋايىت ، مارجان ، كەھرىۋا 9 گرامدىن ، بادرەنجىبۇيا ، ئاق بەھمەن ، قىزىل بەھمەن ، دۇرۇنەج ئەقرەبى ، پىلە ، پىستە پوستى 6 گرامدىن ، قىزىل ياقۇت 1 گرام ، زەپەر 2 گرام ، ئالما شەربىتى 2 ھەسسە .

تەييارلىنىشى : ئادەتتىكى مەجۇناتلارغا ئوخشاش تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : يۇقىرىدىكى نۇسخا بىلەن ئوخشاش .
ئىشلىتىلىشى : ئىسسىقلىقتىن بولغان كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىلىش مىقدارى : 6 گرامدىن كۈندە 2 ۋاخ يەيدۇ .

## گۈلقەنتەر

**155 - نۇسخا : قىزىلگۈل گۈلقەنتى**

تەركىبى : قىزىلگۈل 1 كىلوگرام ، شېكەر 4 كىلوگرام .

تەييارلىنىشى : يېڭى ئېچىلغان قىزىلگۈلنى ئۈزۈپ ، ئەخلەتلىرىنى ئېلىپ ، تاسقاپ ، تۆۋەن تەرىپىدىن ئاق يېرىنى كېسىۋېتىپ ، 1 ھەسسە گۈلگە 4 ھەسسە شېكەر ياكى ھەسەلنى ئۆزىگە ئالغۇدەك ئوبدان ئارىلاشتۇرۇپ ، ئاندىن ئەينەك شىشىگە قاچىلاپ ، ئاغزىنى مەھكەم بېكىتىپ ، 40 كۈن ئاپتاپتا تۇرغۇزۇلىدۇ . ئاپتاپتا تۇرغۇزغان ۋاقتىدا كۈندە 1 قېتىم ئارىلاشتۇرۇلىدۇ . ئەگەر دورا قۇرۇپ قېتىپ قالسا ، ئەرەقى گۈلابتىن بىرئاز قۇيۇپ ئارىلاشتۇرۇلىدۇ . تەبىئىتى مۆتىدىل ، ھەسەل بىلەن تەييارلانغىنى ئىسسىق ھەم قۇرۇق .

تەسىرى : ئاشقازان ، مېڭىنى قۇۋۋەتلەيدۇ ، كېسەللىك سەۋەبىدىن بولغان بەدەندىكى ھۆللۈكلەرنى قۇرۇتىدۇ ، غىزادىن كېيىن يېسە ئاشقازاندىكى بۇخاراتلارنى توسىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ئاشقازان ، نېرۋا كېسەللىكلىرى ، مۇپاسىل ، پالەچ ھەم بەدەندىكى يۆتكىلىپ ئاغرىيدىغان يەللەرگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : كۈندە 1 قېتىم 5 ـــ 8 گرام بېرىلىدۇ .

**156 - نۇسخا : رەيھان گۈلقەنتى**

تەركىبى : ھۆل رەيھان 1 كىلوگرام ، شېكەر 4 كىلوگرام .

تەييارلىنىشى : ھۆل رەيھان يوپۇرمىقىنى پۈتاپ ئېلىپ ، ماشىنا ياكى ھاۋانچىدا ئېزىپ ، ئۈنىگە كۆرسەتمىدىكى ھەسەل ياكى

شېكەرنى سېلىپ ، قول ئەمگەكى ياكى ئارىلاشتۇرۇش ماشىنىسى بىلەن ئوبدان ئارىلاشتۇرۇپ ، ئاندىن سىرلىق قاچا ، ئەينەك شېشىگە قاچىلاپ ، ئاغزىنى بېكىتىپ ، 40 كۈن ئاپتاپقا قويۇپ پىشۇرۇپ تەييارلىنىدۇ . تەبىئىتى قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : ھەزىمنى ياخشىلايدۇ ، قان كۆپەيتىدۇ ، نېرۋا ، يۈرەكنى كۈچەيتىدۇ ، بەدەننى سەمرىتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : نېرۋا ئاجىزلىقى ، يۈرەك سېلىش كېسەللىكلىرى ، چاچ ئاقىرىش كېسەللىكلىرى ، ئاقكېسەلنى داۋالاش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىلىش مىقدارى: كۈنىگە 1 قېتىم گۈلدەكئىستېمال قىلىنىدۇ.

**157 - نۇسخا : پىننە گۈلقەنتى**

تەركىبى : ھۆل پىننە 1 كىلوگرام ، شېكەر 4 كىلوگرام .

تەييارلىنىشى : پىشقان ھۆل پىننىنى ئورۇپ ، يوپۇرماقلىرىنى پۈتاپ ئېلىپ ، ماشىنا ياكى ھاۋانچىدا ئېزىپ ، ئۈنىڭغا ھەسەل ياكى شېكەرنى قوشۇپ ياكى ئارىلاشتۇرۇش ماشىنىسىدا ئارىلاشتۇرۇپ ، ئاندىن ئەينەك شىشە ياكى سىرلىق قاچىلارغا قاچىلاپ ئاغزىنى بېكىتىپ ، 40 كۈن كۈن نۇرى كۈچلۈك جايدا ئاپتاپقا قويۇپ پىشۇرۇپ تەييارلىنىدۇ . تەبىئىتى ھۆل ئىسسىق .

تەسىرى : يۈرەك ، مېڭە ، ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەيدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ئاشقازان ، يۈرەك ، ئۆپكە ، نېرۋا ، ئۈچەي كېسەللىكلىرى ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : كۈندە 1 قېتىم 10 گرامدىن ئىستېمال قىلىنىدۇ .

**158 - نۇسخا : ئانار چېچىكى گۈلقەنتى**

تەركىبى : ئانار گۈلى 1 كىلوگرام ، شېكەر 4 كىلوگرام .

تەييارلىنىشى : قىزىل ، پاكىز ، ياخشى ئېچىلغان ئانار گۈللىرىنى يىغىپ ئېلىپ ، ئۇنى ھاۋانچا ياكى ماشىنا بىلەن ئېزىپ ، كۆرسەتمىدىكى شېكەرنى سېلىپ قول ياكى ئارىلاشتۇرۇش ماشىنىسى بىلەن تەكشى

ئارىلاشتۇرۇپ ، شېكەر بىلەن ئانارگۈلى ئۆزلىشىپ بولغاندا ، سىرلىق كاستۇرۇلكا ياكى شېشىگە قاچىلاپ ، ئاغزىنى مەھكەم بېكىتىپ ، تومۇز ئاپتېپىدا 40 كۈن قويۇپ پىشۇرۇپ تەييارلىنىدۇ . تەبىئىتى ئىسسىق .

تەسىرى : ئىچنى توختىتىش ، قان توختىتىش ، بەدەننى قۇۋۋەتلەش ئۇنۇمىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ھەرخىل ئەزالاردىن ، بوۋاسىر ، بالىياتقۇدىن كەلگەن قاننى توختىتىشقا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : كۈندە 1 قېتىم 10 گرامدىن ئىستېمال قىلىنىدۇ .

**159 - نۇسخا : چالاپا گۈلقەنت**

تەركىبى : چالاپا 1 كىلوگرام ، قىزىلگۈلقەنت 5 كىلوگرام .

تەييارلىنىشى : چالاپىنى يۇمشاق سوقۇپ ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزگەندىن كېيىن ، تەييار قىزىلگۈلقەنتكە ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : ئاغرىتماي ئىچ سۇرگۈزىدۇ ، قان تومۇر ۋە ئۇچەيلەرنى تازىلايدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ھەرخىل سەۋەبلەردىن پەيدا بولغان قەۋزىيەت ۋە قان تومۇرلارنى تازىلاش زۆرۈرىيىتى بولغان ئەھۋالدا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : زۆرۈر تېپىلغاندا ، كۈندە 1 قېتىم 10 ــ 15 گرام بېرىلىدۇ .

**160 - نۇسخا : يانتاق چېچكى گۈلقەنتى**

تەركىبى : يانتاق چېچكى 1 كىلوگرام ، شېكەر 4 كىلوگرام .

تەييارلىنىشى : يېڭى ئېچىلغان يانتاق چېچكىنى ئۈزۈپ ، ئەخلەتلىرىنى تاسقاپ ، پاكىزلەنگەن 1 ھەسسە يانتاق چېچكىگە 4 ھەسسە شېكەر ياكى ھەسەل سېلىپ ، ئۆزىگە ئالغۇدەك ئوبدان ئارىلاشتۇرۇپ ، ئاندىن ئەينەك شېشىگە قاچىلاپ ، ئاغزىنى مەھكەم بېكىتىپ ، 40 كۈن ئاپتاپتا تۇرغۇزۇپ تەييارلىنىدۇ . تەبىئىتى ھۆل ئىسسىق .

تەسىرى : خۇن توختىتىش ، جاراھەتلەرنى پۈتتۈرۈش رولى بار .

ئ ىشلىتىلىشى : بالىياتقۇدىن كەلگەن قانىنى ، بوۋاسىرخۇننىنى توختىتىش ، بالىياتقۇ جاراھىتىنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : كۈندە 1 قېتىم 10 گرامدىن بېرىلىدۇ .

# قۇرسىلار

**161 - نۇسخا : قۇرسى دىئابىتۇس**

تەركىبى : تاباشىر ، رۇببىسۇس 100 گرامدىن ، قاراسۇنا ئۇرۇقى 200 گرام ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى 150 گرام ، قىزىلگۈل ، يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى ، گىلى ئەرمەنى ، تۇخۇمى ھۇماز ، خولىنجان ، دارچىن 50 گرامدىن ، شاقاقۇل ، سۆئلەپ مىسرى 100 گرامدىن ، ئاقاقىيا ، سەمغى ئەرەبى ، كەتىرا ، ئاق سەندەل ، ئانارگۈلى 20 گرامدىن ، كافۇر 10 گرام .

تەييارلىنىشى : دورىلار يۇمشاق سوقۇپ ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ئەرەقى گۈلاب بىلەن 1 گرام ئەتراپىدا تابلېتكا قىلىنىدۇ. تەبىئىتى سوغۇق.

تەسىرى : سۈيدۈكنىڭ كېلىش مىقدارىنى ئازايتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : قەنت كېسەللىكى ئۈچۈن بېرىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 10 تالدىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

**162 - نۇسخا : قۇرسى تاباشىر**

تەركىبى : سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، قىزىلگۈل ، گىلى ئەرمەنى ، ئانار گۈلى ، تاباشىر ، ئۇسۇڭ ئۇرۇقى 8 گرامدىن .

تەييارلىنىشى : يۇقىرىقى دورىلار يۇمشاق ئېزىپ ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ خېمىر قىلىپ ، 0.5 گرامدىن تابلېتكا قىلىنىدۇ .

تەسىرى : ئۇسسۇزلۇقنى باسىدۇ ، قىزىتمىنى ياندۇرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : قەنت سېسىش كېسەللىكى ، ھەرخىل قىزىتما ، خۇن كۆپ كېلىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 2.5 گرامدىن كۈندە 2 ۋاخ ئەرەقى گاۋزىبان بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ .

**163 - نۇسخا : قۇرسى تاباشىر كافۇرى**

تەركىبى : سەمغى ئەرەبى ، كەتىرا ، نىشاستە 6 گرامدىن ، قىزىلگۇل ، رۇبىبسۇس 15 گرامدىن ، تەرخەمەك ئۇرۇقى ، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى ، تاۋۇز ئۇرۇقى مېغىزى ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى 12 گرامدىن ، كافۇر 3 گرام ، زەپەر 2 گرام ، ئىسپىغۇل لۇئابى مۇۋاپىق مىقداردا .

تەييارلىنىشى : دورىلار يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ئىسپىغۇل لۇئابى بىلەن يۇغۇرۇپ ، 3 گرامدىن تابلېتكا قىلىنىدۇ .

تەسىرى : ئىسسىقلىقتىن بولغان باش ئاغرىقى ۋە ھەرخىل قىزىتمىلارنى داۋالايدۇ . ئىچ توختىتىدۇ ، قان توختىتىدۇ ، يۇرەكنىڭ ئىسسىقلىقىنى سوۋۇتىدۇ ، ئۇسسۇزلۇقنى پەسەيتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ھەرخىل چارىلەر بىلەنمۇ توختىمىغان ئىچ سۇرۇش ، قان تۈكۈرۈش ، ئىسسىقلىقتىن بولغان باش ئاغرىقى ، سىل ۋە سىل قىزىتمىسى ، ئىسسىقلىقتىن بولغان يۇرەك تىترەش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 1 تالدىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

**164 - نۇسخا : قۇرسى كاكىنەچ**

تەركىبى : تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى ، گىلى ئەرمەنى ، ئەرەب يېلىمى ، كۈندۇر ، خۇنسياۋشان ، ئاق كۆكنار ئۇرۇقى ، ئاقلانغان بادام مېغىزى ، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى قېيامى ، كەتىرا ، نىشاستە ، كاكىنەچ ئۇرۇقى 100 گرامدىن ، چىگىسەي ئۇرۇقى 20 گرام ، ئەپيۇن 10 گرام .

تەييارلىنىشى : يۇقىرىقى دورىلار يۇمشاق سوقۇپ ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، بىنەپشە شەربىتى بىلەن 1 گرامدىن تابلېتكا قىلىنىدۇ . تەبئىتى مۆتىدىل .

تەسىرى : سۇيدۇكنى راۋان قىلىش ، سۇيدۇك يولىدىكى جاراھەتنى ياندۇرۇش ، ئاغرىق پەسەيتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى: بۆرەك ، دوۋساق جاراھەتلىرى ، سۇيدۇكنىڭ تېمپ كېلىشى ، قان سىيىش ، سۆزنەك كېسەللىكلىرى ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 5 تالدىن كۆندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

**165 - نۇسخا : قۇرسى ئەنجىبار**

تەركىبى : ئەنجىبار يىلتىزى 12 گرام ، قىزىلگۈل ، سەمغى ئەرەبى ، كەھرىۋا ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، ئانارگۈلى 9 گرامدىن ، نىشاستە ، گىلى ئەرمەنى ، مارجان ، تاباشىر ، رۇبىسۇس 6 گرامدىن ، ئاقاقىيا 8 گرام .

تەييارلىنىشى : ھەببۇلئاس سۇيى بىلەن تابلېتكا قىلىنىدۇ .

تەسىرى : قان توختىتىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 3 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

**166 - نۇسخا : قۇرسى ئوبھەل**

تەركىبى : ئاق قىچا ، ئوبھەل ، ئىسپىغۇل 30 گرامدىن ، زىرە ، كۈدە ئۇرۇقى ، قارا كۆز بەدىيان ، خەشخاش ئۇرۇقى ، رۇمبەدىيان ، چىگىسەي ئۇرۇقى ، بەزىرۇلبەنجى 8 گرامدىن ، ئەپيۇن 5 گرام .

تەييارلىنىشى : قائىدە بويىچە تابلېتكا قىلىنىدۇ .

تەسىرى : قان - يىرىڭ كېلىشنى توختىتىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 2 ـــ 3 گرام بېرىلىدۇ .

**167 - نۇسخا : قۇرسى سماق**

تەركىبى : سماق 9 گرام ، قىزىلگۈل ئۇرۇقى ، تاباشىر ، مۇدەببەر زىرە ، يۇمغاقسۇت 6 گرامدىن ، پىستە پوستى 3 گرام ، مەستىكى 2 گرام .

تەييارلىنىشى : گۈلاب بىلەن ھەب قىلىنىدۇ .

تەسىرى : تاماق يەپلا قۇسۇش كېسەللىكىنى داۋالايدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 6 گرامنى قىزىلگۈلقەنت بىلەن يېيىشكە بېرىلىدۇ .

**168 - نۇسخا : قۇرسى سل**

تەركىبى : تەرخەمەك ئۇرۇقى 30 گرام ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، بىخسۇس 12 گرامدىن ، تاباشىر ، كۆيدۇرۇلگەن راك 6 گرامدىن ، نىشاستە ، كەتىرا 3 گرامدىن .

تەييارلىنىشى : ئىسپىغۇل لۇئابى بىلەن تابلېتكا قىلىنىدۇ .

تەسىرى : ئۆپكە جاراھىتى ۋە كۆكرەك كېسەللىكلىرىگە ئۇنۇم بېرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : سىل كېسەللىكى ۋە كۆكرەك پەردىسىنىڭ يالليۇغلىرىغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 6 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

**169 - نۇسخا : قۇرسى كافۇر**

تەركىبى : كافۇر 2 گرام ، قىزىلگۈل ، تەرەنجىۋىل 6 گرامدىن ، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى ، تاباشىر 15 گرامدىن ، قارا سۇنا ئۇرۇقى 21 گرام ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى 18 گرام ، كاسنە ئۇرۇقى 6 گرام ، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى 12 گرام ، رۇببىسۇس 9 گرام .

تەييارلىنىشى : دورىلار تالقانلىنىپ ، ئىسپىغۇل لۇئابى بىلەن تابلېتكا قىلىنىدۇ .

تەسىرى : كېزىك ۋە سىل قىزىتمىسىنى داۋالايدۇ ، يۇرەكنى سالقىنلاشتۇرىدۇ ، جىگەرنى ياخشىلايدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 6 گرامدىن كۈندە 2 ۋاخ بېرىلىدۇ .

**170 - نۇسخا : قۇرسى كەھرىۋا**

تەركىبى : كەھرىۋا ، سەمىغى ئەرەبى ، نىشاستە ، كەتىرا ، تۇز ۋە ئەگرى تەرخەمەك ئۇرۇقى ، قاپاق ئۇرۇقى ، ئانار گۈلى ، ئاقاقىيا 8 گرامدىن .

تەييارلىنىشى : يۇقىرىقى دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ، تاسقاپ ، ئەرەقى بارىتەك بىلەن خېمىر قىلىپ ، 0.5 گرامدىن تابلېتكا قىلسا بولىدۇ . تەبىئىتى مۆتىدىل .

تەسىرى : قان توختىتىش ، ئىچ سۇرۇشنى توختىتىش ئۇنۇمىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ئۆپكە ، ئاشقازان ، ئۇچەيلەردىن كەلگەن قانىنى توختىتىشقا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 3 ـــ 4 تالدىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

**171 - نۇسخا : قۇرسى كەھرىۋا قاينز**

تەركىبى : كەھرىۋا ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، مارجان ، قىيمىقۇ ئۇرۇقى ، كۆيدۇرۇلگەن بۇغا مۇڭگۈزى ، كۆيدۇرۇلگەن تۇخۇم شاكىلى كۈلى ، گىلى ئەرمەنى ، سەمغى ئەرەبى 15 گرامدىن ، نىشاستە ، مەستىكى 3 گرامدىن ، يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى ، چىلغوزا 15 گرامدىن ، سەدەپ ، ئانارگۈلى ، سوك (ئاملە جەۋھرى) 9 گرامدىن ، بەزىرۇلبەنجى ، لوك ، تاباشىر ، كەتىرا ، زەپەر ، ئەپيۇن 3 گرامدىن .

تەييارلىنىشى : قائىدە بويىچە ھەب قىلىنىدۇ .

تەسىرى : ھەرقايسى ئەزالاردىن كەلگەن قانىنى توختىتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ئاشقازان ، ئۇچەي ، ئۆپكە ، كاناي ۋە مەقئەتتىن كەلگەن قانلارنى توختىتىش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 3 ــ 4 تالدىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

**172 - نۇسخا : قۇرسى مۇر**

تەركىبى : مۇرمەككى 9 گرام ، تىرمىس 15 گرام ، ھىلە ، سەكبىنەج ، جاۋاشىر ، سۇزاپ يوپۇرمىقى ، پىننە ، يۇمغاقسۇت ، قەرەدمانە ، ئوردان 6 گرامدىن .

تەييارلىنىشى : 6 گرامدىن تابلېتكا ياسىلىدۇ .

تەسىرى : ھەيزنى راۋان قىلىدۇ ، بالا چۈشۈرۈشكە ، تۇغماسلىققا ياردەم بېرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ئادەت توختاپ قالغان كېسەللەرگە بېرىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 1 تابلېتكىدىن كۈندە 2 ۋاخ بېرىلىدۇ .

## لوئۇقلار

**173 - نۇسخا : لوئۇقى بادام**

تەركىبى : سەمغى ئەرەبى ، كەتىرا ، نىشاستە ، رۇببىسۇس 15 گرامدىن ، ئاق شېكەر 60 گرام ، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى ، بادام مېغىزى 9

گرامدىن ، گۈلاب ۋە بادام يېغى مەلۇم مىقداردا .

تەييارلىنىشى : سەمغى ئەرەبى ۋە كەتىرادىن باشقا دورىلارنى تالقانلاپ ، گۈلاب ۋە بادام يېغى بىلەن نەمدەپ ، قەنتنى قىيام قىلىپ ئاندىن سەمغى ئەرەبى بىلەن كەتىرانى سالايە قىلىپ قوشۇپ تەييارلىنىدۇ . تەبىئىتى ئىسسىق .

تەسىرى : يۆتەل پەسەيتىدۇ ، گالدىكى يىرىكلىكنى يوقىتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : نەپەس يولى كېسەللىكلىرى ، زۇكام قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 3 گرامدىن كۈندە 1 ۋاخ ئەرەقى گاۋزىبان بىلەن ئىستېمال قىلىنىدۇ .

**174 - نۇسخا : لوئۇقى تىن**

تەركىبى : قۇرۇق ئەنجۈر ، قۇرۇق يالپۇز ، سەمغى ئەرەبى تەڭ مىقدارداً .

تەييارلىنىشى : يۇقىرىقى دورىلار ئۆلچەم بويىچە ئېلىنىپ ، قائىدە بويىچە يالانچۇق قىلىنىدۇ . تەبىئىتى قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : ئاۋازنى ئاچىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ئاۋازى پۈتۈپ قالغان كېسەللەرگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 8 گرامدىن كۈندە 1 ۋاخ 100 مىللىلىتىر ئەرەقى گاۋزىبان بىلەن يەيدۇ .

**175 - نۇسخا : لوئۇقى سەرپىستان**

تەركىبى : سەرپىستان 50 دانە ، چىلان 20 دانە ، پوستى خەشخاش 15 گرام ، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى 8 گرام ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، تەرخەمەك ئۇرۇقى 2 گرامدىن ، بېھى ئۇرۇقى 3 گرام ، ئاق شېكەر 16 گرام ، بادام مېغىزى شىرىسى ، خەشخاش شىرىسى 8 گرامدىن ، رۇببىسۇس ، كەتىرا ، سەمغى ئەرەبى 3 گرامدىن .

تەييارلىنىشى : شىرە دورىلار ۋە رۇببىسۇسلاردىن باشقا دورىلارنى قاينىتىپ سىقىپ سۈزۈپ ، شېكەرنى سېلىپ قىيام قىلىپ ، ئاندىن

شـــره دورىلارنـــى ۋە رۇببىسۇسنـــى سېلىپ ئارىلاشـــتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ . تەبىئىتى ئىسسىق .

تـەسـىرى : يـۆتەل پەسەيتىدۇ ، كۆكرەك ۋە بەلغەمنى بوشىتىدۇ ، چوڭقۇر تەرەتنى يۇمشىتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : نەپەس يوللىرى كېسەللىكلىرىگە بېرىلىدۇ .

ئىشـلىتىلىش مىقدارى : 7 گرامدىن كۈندە 1 ۋاخ ئەرەقى گاۋزىبان بىلەن يەيدۇ .

**176 - نۇسخا : لوئۇقى سوئال**

تـەركـىبى : سەرپىستان 50 دانە ، چىلان 20 دانە ، ئەنجۇر 10 دانە ، ئۇرۇقسىز ئۈزۈم ، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى 45 گرامدىن ، ئارپا 90 گرام ، بېھى ئۇرۇقى ، پـىرسـىياۋشـان ، كـەتـىرا ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى 15 گرامدىن ، خەشخاش 21 گرام ، بەدىيان يىلتىزى 9 گرام ، قەنت 135 گرام .

تـەيـيارلىنىشى: كەتىرادىنباشقا دورىلارنى چالا سوقۇپ، 2.5 كىلو- گـرام سۇغا بىر سوتكا چىلاپ ، يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، سىقىپ سۈزۈپ، قەنتنى سېلىپ قىيام قىلىپ، كەتىرانى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : يۆتەلنى توختىتىدۇ ، دەم سىقىلىشنى داۋالايدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : لوئۇقى سەرپىستان بىلەن ئوخشاش .

**177 - نۇسخا : لوئۇقى سىبيان**

تـەركـىبى : سەمغى ئەرەبى ، نىشاستە ، ئاق خەشخاش ، رۇببىسۇس 60 گـرامـدىن ، قـاپـاق ئۇرۇقـى مـېغىزى ، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى 30 گـرامـدىن ، تاباشىر 12 گـرام ، ئـاق لەيـلـى ئۇرۇقـى ، ھەمىشە بـاھـار ئۇرۇقـى 9 گرامدىن .

تـەيـيـارلـىنىشى : دورىلارنى تالقانلاپ ، بادام يېغىدا قىيام قىلىنغان جۇلابقا ئارىلاشتۇرۇپ يالانچۇق تەييارلىنىدۇ .

تـەسـىرى : بوۋاق ۋە بالىلارنىڭ يۆتەل ، قىزىتما ، گالدىكى يىرىك لىكلەرنى داۋالاشتا ياخشى ئۈنۈم بېرىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : ئانا سۈتى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يالتىلىدۇ.

**178 - نۇسخا : لوئۇقى خەشخاش**

تەركىبى : خەشخاش 150 گرام ، رۇبىسۇس ، تاتلىق بادام مېغىزى ، قاپاق ئۈرۈقى مېغىزى 15 گرامدىن ، قەنت 280 گرام .

تەييارلىنىشى : خەشخاشنى 600 مىللىلىتىر سۇغا بىر سوتكا چىلاپ ، يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ سىقىپ سۈزۈپ ، قەنتنى ئۈنىگدا قىيام قىلىپ ، ئۈستىگە تالقانلانغان دورىلارنى سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلەنىدۇ . تەبئىتى ئىسسىق .

تەسىرى : كۆكرەكنى بوشىتىدۇ ، يۆتەلنى پەسەيتىدۇ ، بەلغەمنى سۈرۈپ چىقىرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : يۆتەل ، سىل كېسەللىكىدىكى قان تۈكۈرۈشنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : كۈندە 3 ۋاخ 15 گرامدىن يالايدۇ .

**179 - نۇسخا : لوئۇقى خەشخاش نەزلە**

تەركىبى : ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، بېھى ئۇرۇقى 21 گرامدىن ، بىخسۇس ، ئاق خەشخاش ، قارا خەشخاش 15 گرامدىن ، سەمغى ئەرەبى 9 گرام ، كەتىرا 12 گرام ، قەنت 360 گرام ، سۇ 750 گرام .

تەييارلىنىشى : سەمغى ئەرەبى ۋە كەتىرادىن باشقا دورىلارنى چالا سوقۇپ ، قاينىاق سۇغا بىر سوتكا چىلاپ ، يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ سىقىپ سۈزۈپ ، قەنتنى سېلىپ قىيام قىلىپ ، ئۈستىگە سەمغى ئەرەبى بىلەن كەتىرانى سالايە قىلىپ سېلىپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : يۆتەل ۋە نەزلىنى داۋالايدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 10 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ شۇمىدۇ .

**180 - نۇسخا : لوئۇقى خىيارشەنبەر**

تەركىبى : پۇنۇس ، خىيارشەنبەر 150 گرامدىن ، كەتىرا ، سەمغى ئەرەبى ، بادام مېغىزى 15 گرامدىن ، ماش ئۇنى 21 گرام ، قەنت 45 گرام .

تەييارلىنىشى : دورىلارنى تالقانلاپ ، پۇنۇس ، خىيارشەنبەرلەرنىڭ تەمى چىققان سۇ بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ لوئۇق تەييارلىنىدۇ . ئۈستىدىن 90

گرام ئەتراپىدا بادام يېغى ئارىلاشتۇرۇلىدۇ .

تەسىرى : ئۆپكە ياللۇغى ، كۆكرەك پەردىسى ياللۇغى قاتارلىقلارنى داۋالايدۇ ، ئىچكى ئەزالاردىكى ھارارەتنى پەسەيتىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 30 ـــ 40 گرام .

**181 - نۇسخا : لوئۇقى رۇببىسۇس**

تەركىبى : رۇببىسۇس ، كەتىرا ، بادام مېغىزى ، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى تەڭ مىقداردا ، ئارپىبەدىيان ، ھەسەل 2 ھەسسە ، بادام يېغى مەلۇم مىقدارda .

تەييارلىنىشى : يۇقىرىقىغا ئوخشاش .

تەسىرى : كونا يۆتەل ، شىلىمشىق بەلغەملەرنى يوقىتىدۇ ، قان تۈكۈرۈشنى توختىتىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : ئەھۋالغا قاراپ 10 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

**182 - نۇسخا : لوئۇقى زۇپا**

تەركىبى : زۇپا ، سەۋسەن يىلتىزى 60 گرامدىن ، سۇ 1 كىلوگرام ، ھەسەل 280 گرام .

تەييارلىنىشى : زۇپا ، سەۋسەن يىلتىزىنى سۇغا بىر سوتكا چىلاپ ، ئۇچتىن بىر قىسمى قالغۇچە قاينىتىپ سۈزۈپ ، ھەسەلنى قۇيۇپ قېيام قىلىنىدۇ .

تەسىرى : دەم سىقىلىشنى ياخشىلاش ، كونا يۆتەللەرنى پەسەيتىش ، ئۆپكە ۋە كۆكرەكتىكى قويۇق خىلىتلارنى تازىلاش ئۈنۈمگە ئىگە .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 10 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

**183 - نۇسخا : لوئۇقى كەتان**

تەركىبى : زىغىر 90 گرام ، قەرەدمانە 30 گرام ، ھەسەل مەلۇم مىقدارda .

تەييارلىنىشى : دورىلارنى كۆرسەتمە بويىچە ئېلىپ ، سوقۇپ ، تاسقاپ ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ تەييارلىسا بولىدۇ . تەبىئىتى مۆتىدىل .

تەسىرى : يۆتەل پەسەيتىدۇ ، كۆكرەكتىكى بەلغەمنى تازىلايدۇ ، قان تۈكۈرۈشنى توختىتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : دەم سقىلىش ، كونا يۆتەل ۋە قان تۈكۈرۈشنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مقدارى : 7 گرامدىن كۈندە 1 ۋاخ ئەرەقى گاۋزىبان بىلەن يېسە بولىدۇ .

## سۈپۈپىلار

**184 - نۇسخا : سۈپۈپى ئىترىپىل كەشنىزى**

تەركىبى : كابۇل ھېلىلىسى پوستى ، سېرىق ھېلىلە پوستى ، قارا ھېلىلە ، بەلىلە پوستى ، ئامىلە پوستى 40 گرامدىن ، ئاقلىغان بادام مېغىزى 100 گرام ، يۇمغاقسۈت ئۈرۈقى 200 گرام ، شېكەر 1 كىلوگرام .

تەييارلىنىشى : دورىلار يۇمشاق سوقۇپ ، تاسقاپ تەييارلىنىدۇ . تەبىئىتى قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : ئاغرىق پەسەيتىش ، تىنچلاندۇرۇش ، ئاشقازانىنى قۇۋۇتلەش .

ئىشلىتىلىشى : نېرۋا كېسەللىكى ، باش قېيىش ، كۆز قاراڭغۇلىشىش ، ئاشقازان ئاجىزلىقى ، قۇلاق ئاغرىقلىرىغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مقدارى : 5 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

ئەسكەرتىش : سۈپۈپى ئىترىپىل كەشنىزىنىڭ يۇمغاقسۈت ئۈرۈقى قوشۇلمىغان نۇسخىسى سۈپۈپى ئىترىپىل دەپ ئاتىلىدۇ ، ئىشلىتىلىشى مەجۇنى ئىترىپىل سەغىر بىلەن ئوخشاش .

**185 - نۇسخا : سۈپۈپى ئىرقۇننىسا**

تەركىبى : سۆرۈنجان 15 گرام ، سانا 18 گرام ، شىتىرەنج ھىندى 6 گرام ، زەپەر 2 گرام ، شېكەر 1 ھەسسە .

تەييارلىنىشى: دورىلار سوقۇپ،ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپتەييارلىنىدۇ.

تەسرى : ئاغرىق توختىتىدۇ .
ئىشلىتىلىشى : ئىرقۇننىساغا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىلىش مىقدارى : 9 گرامدىن كۈندە 2 ۋاخ بېرىلىدۇ .

**186 - نۇسخا : سۈپۈپى ئېھتىلام**

تەركىبى : يۇمغاقسۈت ئۇرۇقى ، قەنت تەڭ مىقداردا .
تەييارلىنىشى : سوقۇپ تەييارلىنىدۇ .
تەسرى : ئېھتىلام بولۇشنى كونترول قىلىدۇ .
ئىشلىتىلىش مىقدارى : 6 گرامدىن يەيدۇ .

**187 - نۇسخا : سۈپۈپى بەدىيان**

تەركىبى : رۇمبەدىيان ، جۇۋىنە ، چىگىسەي ئۇرۇقى 15 گرامدىن ، كۈندۈر 12 گرام ، ئىزخىر پۆپۈكى ، قۇسته ، مەستىكى 9 گرامدىن ، ئاق قىچا 90 گرام ، قەنت 2 ھەسسە .
تەييارلىنىشى : سوقۇپ تالقان قىلىنىدۇ .
تەسىرى : ئاشقازاندىكى يەللەرنى تارقىتىدۇ ، ئاشقازاننى قويۇق خىلىتلاردىن تازىلايدۇ .
ئىشلىتىلىش مىقدارى : 15 گرامدىن يەيدۇ .

**188 - نۇسخا : سۈپۈپى بەللۇت**

تەركىبى : شاھى بەللۇت 9 گرام ، موزا ، ئانار پوستى 12 گرامدىن ، خەشخاش ئۇرۇقى ، سىماق 18 گرامدىن ، ھەببۇلئاس 21 گرام .
تەسرى : ئىچ سۇرۇشنى تېز توختىتىدۇ .
ئىشلىتىلىش مىقدارى : سوغۇق سۇ بىلەن 6 گرامدىن يەيدۇ .

**189 - نۇسخا : سۈپۈپى بەزىرۋلبەنجى**

تەركىبى : بەزىرۋلبەنجى 5 گرام ، سېرىق ئوت 3 گرام ، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى 9 گرام ، قارا سۇنا ئۇرۇقى ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى 3 گرامدىن .
تەسرى : يۇرەك ، دوۋساق ئاغرىقلىرىنى داۋالايدۇ ، يۇرەك سانجىقىغا ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 1 ــ 3 گرامدىن شەربىتى خەشخاش بىلەن ئىچىلىدۇ .

**190 - نۇسخا : سۈپۈپى بېخ مارجان**

تەركىبى : بېخ مارجان ، ئۇچقۇن پاقا ، قانسە ، زەمچە ، نوقۇت 12 گرامدىن ، موزا 4 گرام ، كۆپۈكى دەريا 6 گرام ، بادام مېغىزى 18 گرام ، شېكەر 200 گرام .

تەييارلىنىشى : دورىلار يۇمشاق سوقۇپ ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلۈپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : ئاشقازان يارىسىنى ساقايتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ئاشقازان - 12 بارماق ئۇچەي يارىسى ۋە يارا سەۋەبىدىن ئاشقازان ئاغرىش ، قورساق ئېسىلىش ، تەرەت قارا كېلىش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 10 گرامدىن كۈندە 2 ۋاخ بېرىلىدۇ ، ئاچچىق - چۈچۈك نەرسىلەردىن پەرھېز قىلدۇرۇلىدۇ .

**191 - نۇسخا : بوخۇرشكرىپ**

تەركىبى : چۆبچىنى كۆمۈرى 50 گرام ، ئادراسمان ئۇرۇقى 40 گرام ، بەزىرۇلبەنجى ، جۇۋىنە 20 گرامدىن ، قىزىل سىر 50 گرام .

تەييارلىنىشى : دورىلار يۇمشاق سوقۇپ تالقان قىلىنىپ ، چالا سوقۇلغان چۆبچىنى كۆمۈرى بىلەن تەكشى ئارىلاشتۇرۇلىدۇ .

تەسىرى : ئىشتىق يانىدۇرۇش ، جاراھەتلەرنى قۇرۇتۇش ئۇنۇمسىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ھەرخىل جاراھەت ، يەل يارا ، تېرە كېسەللىكلىرى ، بولۇپمۇ بادامسىمان بەزنىڭ كونا ئىششقلىرىغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 1 ــ 3 گرامنى قەغەزدە يۆگەپ ياكى غاڭزىغا سېلىپ تاماكىغا ئوخشاش چەكسە بولىدۇ .

**192 - نۇسخا : سۈپۈپى سەمغى ئەرەبى**

تەركىبى : سەمغى ئەرەبى ، گىلى ئەرمەنى ، نىشاستە ، ئىسپىغۇل 15

گرامدىن ، رەيھان ئۇرۇقى ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى ، قىچا ، قەيمىقۇ ئۇرۇقى 21 گرامدىن ، خۇنسياۋشان 9 گرام .

تەسىرى : ئىچىدىن قان - يىرىڭ كېلىش ، قورساق كوركىراش ۋە ئاغرىش قوشۇلۇپ كەلگەن ئىچ سۇرۇش ، سەپرادىن بولغان ئىچ سۇ-رۇشلەرنى توختىتىدۇ . يۆتەلنى پەسەيتىدۇ . سوغۇق چىقىش ، ئۇچەي يارىسىنى ياخشىلايدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 2 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ يەيدۇ .

**193 - نۇسخا : سۇپۇپى سەيلانى**

تەركىبى : ئانارگۈلى ، قىزىلگۈل 15 گرامدىن ، رۇمبەدىيان ، بە-زىرۇلبەنجى ، موزا ، زىرە 6 گرامدىن ، خورما ئۇرۇقى 3 گرام ، قارا كۆز بەدىيان ئۇرۇقى ، سۇزاپ ئۇرۇقى ، شاھى بەللۇت ، كۈندۈر ، سۆئىدى كۈپى 9 گرامدىن ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى 12 گرام ، قەنت 1 ھەسسە .

تەسىرى : مەنى ئېقىش ، سۈيدۈك تېمىپ كېلىشنى داۋالايدۇ .

ئىشلىتىلىشى : مەنى ئېقىش ، مەزى بېزى ياللۇغى ، دوۋساق ئىستىرخاسى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 2 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ يېيىلىدۇ .

**194 - نۇسخا : سۇپۇپى سەنگىدانە مۇرغ**

تەركىبى : ئۇد ، مەستەكى ، تاباشىر ، ھەببۇلئاس ، قورۇلغان سەمغى ئەرەبى ، قورۇلغان لاچىندانە ، قورۇلغان نىشاستە ، قورۇلغان زىرە ، پىستە پوستى ، ئانار گۈلى 6 گرامدىن ، توخۇ تاشلىقىنىڭ تاشقى پوستى (قورۇلغان) 15 گرام .

تەييارلىنىشى : ئەرەب يېلىمى ، لاچىندانە ، نىشاستە ، زىرە ، پىستە قاتارلىقلارنى قورۇپ ، ھەممە دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ، تاسقاپ تەييار-لىنىدۇ . تەبئىتى مۆتىدىل .

تەسىرى : ئاغرىق پەسەيتىش ، ئاشقازانىنى قۇۋۇەتلەش ئۇنۇمسىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ئاشقازان كېسەللىكلىرىگە بېرىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 4 ــ 6 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ تاماقتىن بۇرۇن بېرىلىدۇ .

**195 - نۇسخا : سۈپۈپى سوئال**

تەركىبى : ئاقلانغان بادام مېغىزى ، نىشاستە 500 گرامدىن ، شېكەر 2 كىلوگرام .

تەييارلىنىشى : يۇقىرىقى دورىلار يۇمشاق سوقۇپ ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈلىدۇ . تەبئىتى هۆل ئىسسىق .

تەسىرى : بەلغەمنى بوشىتىدۇ ، يۆتەلنى پەسەيتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : هەرخىل ئۆپكە كېسەللىكلىرىنى داۋالاش ، بەلغەم بوشىتىش ، يۆتەلنى پەسەيتىش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 1 ــ 5 ياشقىچە باللارغا 1 ــ 3 گرام ، 5 ــ 10 ياشقىچە باللارغا 5 گرام ، چوڭلارغا 10 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

**196 - نۇسخا : سۈپۈپى سوئال مۇرەككەپ**

تەركىبى : بادام مېغىزى ، خەشخاش ئۇرۇقى ، زىغىر ، چىگىت مېغىزى ، شۇمشە ئۇرۇقى ، بىخسۇس مۇقەششەر ، نىشاستە 40 گرامدىن ، رۇببىسۇس ، سەمغى ئەرەبى ، كەتىرا 10 گرامدىن ، شېكەر 750 گرام .

تەييارلىنىشى : يۇقىرىقى دورىلاردىن مېغىز دورىلارنى ، چۇچۇكە بۇيا يىلتىزىنىڭ قوۋزىقىنى ئاقلاپ ، هەممە دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ تاسقاپ تەييارلىنىدۇ . تەبئىتى هۆل ئىسسىق .

تەسىرى : يۆتەل پەسەيتىدۇ ، بەلغەم بوشىتىدۇ ، كاناي ئىششىقلىرىنى ياندۇرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ئاددىي سۈپۈپى سوئال بىلەن ئوخشاش .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 10 گرامدىن كۈندە 2 ۋاخ بېرىلىدۇ .

**197 - نۇسخا : سۈپۈپى سۈنۈن شەبنى**

تەركىبى : كۆيدۈرۈلگەن زەمچە ، قىزىلگۈل ، هېلىلە ئۇرۇقى ، ئانار پوستى 100 گرامدىن ، فۇفىل ، يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى 50 گرامدىن ، ئاقىر-

قەرھا ، بىخ مارجان ، كات ھىندى ، كۆپۈكى دەريا ، زۆرەنباد 25 گرامدىن.

تەييارلىنىشى : يۇقىرىقى دورىلار يۇمشاق سوقۇپ تالقان قىلىندۇ . تەبئىتى مۆتىدىل .

تەسىرى : يىرىك يوقىتىش ، سۈيۈقلۇق يوقىتىش ، چىش كېسەللىكلىرىنى داۋالاش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : چىش كېسەللىكلىرى ، چىش تۈۋى قاناش ، ھەر-خىل كېسىلگەن جاراھەتلەر ، سۇلۇق جاراھەتلەرنىڭ سۈيىنى يوقىتىش ۋە تارتىش ، جاراھەتكە گۆش ئۈندۈرۈش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : ئەھۋالغا قاراپ سىرتىدىن مۇۋاپىق مىقداردا سېپىلىدۇ .

**198 - نۇسخا : سۈپۈپى سۆرۈنجان**

تەركىبى : سۆرۈنجان مىسرى 30 گرام ، سانا 21 گرام ، سىرىق ھېلىلە پوستى ، ئاقلانغان بادام مېغىزى 9 گرامدىن ، زەپەر 2 گرام ، سوقمۇنىيا 3 گرام ، قەنت 90 گرام .

تەييارلىنىشى : سوقۇپ تالقان قىلىندۇ .

تەسىرى : بوغۇم ئاغرىقى ، بوغۇم يالۇغى ، يانپاش ئاغرىقىنى داۋالايدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 6 گرامنى سۇ بىلەن يەيدۇ .

**199 - نۇسخا : سۈپۈپى سۈرئىتى ئىنزال**

تەركىبى : سۇزاپ ئۇرۇقى 9 گرام ، تەرخەمەك ئۇرۇقى ، سەۋسەن يىلتىزى 6 گرامدىن ، ئانار گۈلى ، قىزىلگۈل 5 گرامدىن .

تەسىرى : مەنىنىڭ سۈيۇلۇپ تېز كېتىشىنى داۋالايدۇ .

ئىشلىتىلىشى : سۈرئىتى ئىنزال ۋە جەريانى مەنىگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 6 گرامنى دوغ بىلەن ئىچىدۇ .

**200 - نۇسخا : سۈپۈپى سۈكىمل**

تەركىبى : لاچىندانە چىنى ، سەرتان نەھرى ، شاھى بەللۇت ، جۈپتى بەللۇت ، ھەببۇلبان ، ئاپتاپپەرەس ئۇرۇقى مېغىزى ، زەنجىۋىل ،

پـلـپـل ، بـۇغا مۇڭگۇزى 30 گرامدىن ، ئالا كولۇك 3 گرام ، ئاق تۇز 6 گرام ، ئىپار 1.2 گرام ، زەپەر 3 گرام .

تەييارلىنىشى : دورىلار يۇمشاق سوقۇلىدۇ . تەبئىتى ئىسسىق .

تـەسـرى : ئـىـشـتـىـق يـاندۇرۇپ ، ئاغرىق پەسەيتىدۇ ، مىجەزنى تەڭشەيدۇ .

ئـىـشـلـىـتىلىشى : مۇپاسىل ، نىقرىس ، بادىرەھمى ، پەتەق ۋە باشقا ئاياللار ئىچكى ئەزالىرىنىڭ ئىشتىقلىرىغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئـىـشـلـىـتىلىش مىقدارى : 1.5 گرامنى كۇنىگە 1 ۋاخ ناشتىدا قېنىق دەملەنگەن چاي بىلەن ئىچىدۇ .

**201 - نۇسخا : سۇيۇپى سىقلۇللسان**

تـەركـىـبى : نۆشادۇر ، زەنجىۋىل ، قارىمۇچ ، پىلپىل ، قىچا ، بۆرە ئەرمەنى ، سەئتەر ، ھىندىستان تۇزى ، سىيادان 40 گرامدىن .

تـەيـيـارلـىـنـىـشـى : يۇقىرىقى دورىلار يۇمشاق سوقۇلۇپ ، تاسقاپ تەييارلىنىدۇ . تەبئىتى قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : تىل ھەرىكىتىنى ئۆز ئەسلىگە كەلتۈرىدۇ .

ئـىـشـلـىـتـىـلـىـشى : پالەچ كېسەللىكىدە تىلنى ھەرىكەتلەندۈرۈش ، تـىـلـدىـكـى ئېغىرلىقنى يوقىتىپ ، سۆزلەشنى راۋانلاشتۇرۇش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .

ئـىـشـلـىـتىلىش مىقدارى : كېسەللىك ئەھۋالىغا قاراپ كۈندە 2 ـــ 3 قېتىم تىل ئۈستىگە سېپىلىدۇ .

**202 - نۇسخا : سۇيۇپى سىلسىلبەۋىل**

تـەركـىـبى : ھەببۇلئاس ، سۆئىدى كۈپى ، كۇندۇر ، نارمىشك ، ئانارگۈلى ، سەمغى ئەرەبى ، سۇمبۇل .

تەييارلىنىشى : دورىلار تـەڭ مىقداردا ئېلىنىپ ، سوقۇپ تـالقان قىلىنىدۇ .

تـەسرى : سۇيـدۇك تۇتالماسـلىق ۋە دوۋساق ئـاغـرىقـلىرىنـى داۋالايـدۇ .

ئىشلىتىلىشى: دوۋساق ئىستىرخاسى ۋە دوۋساقيالليۇغنىغا بېرىلىدۇ.
ئىشلىتىلىش مىقدارى : 6 گرامدىن ئىشلىتىلىدۇ .

**203 - نۇسخا : سۇپۇپى چاردورا**

تەركىبى : ئاقىرقەرھا ، بىخ مارجان ، كات ھىندى ، كۆپۈكى دەريا باراۋىر مىقداردا .

تەييارلىنىشى : دورىلار سوقۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : بۇخاراتلارنى بېسىش ، يەل ھەيدەش ئۇنۇمىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ھەرخىل يارا ، چاقا ، يەل كېسەللىكى ، قان بۇزۇلۇش ، تېرە ۋە تاناسىل ئەزالار كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 1 ـــ 3 گرام دەملەپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

**204 - نۇسخا : سۇپۇپى ھەجەرىل يەھۇد**

تەركىبى : قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى ، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى 15 گرامدىن ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى 6 گرام ، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى 9 گرام ، نىشاستە ، كەتىرا ، ھەببۇل قۇلت (بىرخىل ماش) 3 گرامدىن ھەجەرىل يەھۇد ( جوھۇت تېشى ) 4 گرام ، شېكەر پۇتۇن دورا ۋەزنى بىلەن تەڭ .

تەييارلىنىشى : دورىلار يۇمشاق سوقۇپ تالقان قىلىنىدۇ .

تەسىرى : بۆرەك ، دوۋساق ۋە سۈيدۇك يولىدىكى تاشلارنى چۈشۈرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : دوۋساق تېشى ، بۆرەك تېشى ، سۈيدۇك يولى تېشى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : نوقۇت سۈيى بىلەن 9 گرامدىن ئىچىدۇ .

**205 - نۇسخا : سۇپۇپى ھىرقەتۇلبەۋىل I**

تەركىبى : ياخشى پىشقان شاھى بەللۇت 45 گرام ، گىلى ئەرمەنى ، قۇرۇق يۇمغاقسۇت ، سەمغى ئەرەبى ، خەشخاش ئۇرۇقى ، قىيمىقۇ ئۇرۇقى ، كۈندۈر ، سەۋزە ئۇرۇقى ، رەۋەن 6 گرامدىن .

تەييارلىنىشى : دورىلار يۇمشاق سوقۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : سۈيدۇك تۇتالماسلىقنى داۋالايدۇ .

ئىشلىتىلىشى : سۈيدۈك يولى ۋە دوۋساقنىڭ جاراھەتلىرى ، سۆز-نەك ، سىزلام كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 10 گرامدىن كۈندە 2 ۋاخ قايناق سۇ بىلەن ئىچىدۇ .

**206 - نۇسخا : سۈپۈپى ھەرقەتۈلبەۋىل II**

تەركىبى : قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى ، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى ، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى ، كۆكنار ئۇرۇقى ، سەمەنى ئەرەبى ، كەتىرا ، نىشاستە ، گىلى ئەرمەنى 12 گرامدىن ، رەۋەن 6 گرام .

تەييارلىنىشى : يۇقىرىقى دورىلار يۇمشاق سوقۇپ ، تەكشى ئالـ-رىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ . تەبىئىتى سوغۇق .

تەسىرى : دوۋساق ۋە سۈيدۈك يوللىرىنى تازىلايدۇ ، سۈيدۈك كۆپەيتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى:سۆزنەكۆە سىزلام كېسەللىكلىرىئۈچۈنئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 5 ــ 10 گرامدىن كۈندە 1 ۋاخ بېرىلىدۇ .

**207 - نۇسخا : سۈپۈپى خۇرۇجى مەقئىت**

تەركىبى : پىلپىل يىلتىزى 36 گرام ، قارىمۇچ 42 گرام ، يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى 6 گرام ، زەنجىۋىل ، ئامىلە پوستى 3 گرامدىن .

تەييارلىنىشى : دورىلار يۇمشاق سوقۇپ ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تالقان قىلىنىدۇ . تەبىئىتى مۆتىدىل .

تەسىرى : مەقئەتنى قورۇيدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ھەرخىل ئۇچەي كېسەللىكى سەۋەبىدىن پەيدا بولغان مەقئەتنىڭ چىقىپ قېلىشىنى داۋالاش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 1 ــ 5 ياشقىچە بالىلارغا 0.5 ــ 1 گرام ، 5 ــ 10 ياشقىچە بالىلارغا 1 ــ 2 گرام ، چوڭلارغا 5 ــ 8 گرام بېرىلىدۇ .

**208 - نۇسخا : سۈپۈپى خولنجان**

تەركىبى : خولنجان ، زەنجىۋىل ، دارچىن ، گۈلدارچىن ، پىل-

پـيـل ، ئوغـرىتىكەن ، سۈپۈرگە ئۇرۇقى 100 گرامدىن ، جۇۋىنە ، شىتىرەنج ھـنـدى 25 گرامدىن ، سەۋزە ئۇرۇقى 50 گرام ، ئاقىرقەرھا ، چىگسەي ئۇرۇقى 25 گرامدىن .

تـەييارلىنىشى : يۇقىرىقى دورىلار يۇمشاق سوقۇپ تالقان قىلىندۇ . تەبئىتى قۇرۇق ئىسسىق .

تـەسـىرى : بـەدەندىكى نەملىكلەرنى تارتىدۇ ، بەدەننى قىزىتىدۇ ، تېرىگە رەڭ بېرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ئاقكېسەلگە دەملەپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ . ھۆل سوغۇق مىجەزلىك كىشىلەرگە ھۆللۇكنى قۇرۇتۇش ، بوشاڭلىقنى تۇگىتىش ، بەدەننى قىزىتىش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : مۇڭاپىق مىقداردا دەملەپ ئىچسە بولىدۇ .

**209 - نۇسخا : سۈپۈپى دىق**

تـەركـىبـى : قىزىلگۈل ، تاباشىر 15 گرامـدىن ، گىلى ئەرمەنـى ، سـەمغى ئەرەبى ، سىركىگە چىلانغان يۇمغاقسۇت 6 گرامدىن ، زىرىق ، پاقا يوپۇرمىقى ئۇرۇقى 9 گرامدىن ، ئانارگۈلى ، مۇقىل 5 گرامدىن .

تەييارلىنىشى : سوقۇپ تالقان قىلىندۇ .

تـەسـىرى : سـىل قـىزىتـمـىسـىنى داۋالايدۇ ، ئىچ سۈرۈشنى توختىتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : سىل ۋە دىق كېسەللىكىگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : كۈنـدە 2 ۋاخ سوغۇق سۇ بـىلـەن 6 گـرامـدىن ئىچىدۇ .

**210 - نۇسخا : سۈپۈپى دىئابىتۇس**

تـەركـىبـى : سەمغى ئەرەبى ، گىلى ئەرمەنى ، ئانارگۈلى ، سىماق ، شـاھى بـەللۇت 5 گرامدىن ، نىشاستە ، كەتىرا ، قارا كۆز بەدىيان ئۇرۇقى ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى 9 گرامدىن ، ئاق سەندەل 3 گرام .

تەييارلىنىشى : سوقۇپ تالقان قىلىندۇ .

تەسىرى : سۈيدۈك مىقدارىنى تورمۇزلايدۇ .

ئىشلىتىلىشى : قەنت سىيش كېسەللىكىگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 9 گرامدىن چۈچۈمەل نەرسىلەر بىلەن يېيىلىدۇ .

**211 - نۇسخا : سۈپۈپى زىراۋەندە**

تەركىبى : يۇمىلاق زىراۋەندە ، ئاس يوپۇرمىقى ، كۈندۇر ، سۆئىدى كۈپى ، ئانارگۈلى ، سەۋسەن يىلتىزى ، خۇنسياۋشان ، موزا .

تەييارلىنىشى : يۇقىرىقى دورىلار تەڭ مىقداردا ئېلىنىپ ، سوقۇپ تالقان قىلىنىدۇ .

تەسىرى : چىش مىلىكلىرىدە ئاشكارىلانغان سىغلىسلارنى داۋالايدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : مۇڭاپىق مىقداردا چىش تۇزىگە بېسىلىدۇ .

**212 - نۇسخا : سۈپۈپى شورا**

تەركىبى : شورا 100 گرام ، قاقىلە 50 گرام ، قىچا 100 گرام .

تەييارلىنىشى : يۇقىرىقى دورىلار يۇمشاق سوقۇپ تالقان قىلىنىدۇ . تەبىئىتى قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : سۈيدۇكنىڭ تېمىپ ۋە ئېچىشىپ كېلىشىنى ياخشىلايدۇ ، جىنسىي ئەزانىڭ قىچىشىشىنى پەسەيتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ئەر - ئاياللاردىكى يەل كېسەللىكلىرى ، بولۇپمۇ سۆزنەك كېسەللىكلىرى ، مەزى بېزى كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 10 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

**213 - نۇسخا : سۈپۈپى قابىز**

تەركىبى : نىشاستە ، ئانار ئۇرۇقى 80 گرامدىن ، پاقا يوپۇرمىقى ئۇرۇقى 40 گرام ، كۆكنار شاكىلى 20 گرام ، پىستە پوستى 80 گرام ، شېكەر 500 گرام .

تەييارلىنىشى : دورىلار يۇمشاق سوقۇپ ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تالقان قىلىنىدۇ . تەبىئىتى مۆتىدىل .

تەسىرى : ئىچ سۇرۇشنى توختىتىدۇ ۋە ئاغرىق پەسەيتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ھەرخىل ئىسسىق - سوغۇقتىن بولغان ئۇچەي كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 1 ــ 5 ياشقىچە باللارغا 1 ــ 2 گرام ، 5 ــ 10 ياشقىچە باللارغا 2 ــ 4 گرام ، چوڭلارغا 10 گرامدىن كۈندە 2 ۋاخ بېرىلىدۇ .

**214 - نۇسخا : سۇپۇپى كاتھىندى**

تەركىبى : كاتھىندى ، تاتلىق قۇسته ، تۈتىيا ، زەنجىۋىل تەڭ مىقداردا .

تەييارلىنىشى : يۇمشاق سوقۇپ تالقان قىلىنىدۇ .

تەسىرى : چىش تۈۋىدىكى ئۆسۈپ قالغان گۆشلەرنى يوقىتىدۇ ، چىش تۈۋىگە چۈشكەن ناسۇرنى داۋالايدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : مۇۋاپىق مىقداردا چىش تۈۋىگە سىلىنىدۇ .

**215 - نۇسخا : سۇپۇپى كەرەپشە**

تەركىبى : چىگىسەي ئۇرۇقى ، ئارپىبەدىيان ، رۇمبەدىيان ، ئاسارۇن ، قۇستە ، رەۋەن 6 گرامدىن ، زىرە 9 گرام ، سۆئىدى كۈپى 5 گرام ، سانا ئۈچتىن بىر ھەسسە ، ئەنبەر 1.5 گرام .

تەييارلىنىشى : يۇمشاق سوقۇپ تالقان قىلىنىدۇ .

تەسىرى : يەللەرنى تارقىتىدۇ ، قورساق ئېسىلىشنى پەسەيتىدۇ . ئىستىسقائى تەبلىگە ناھايىتى ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 3 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

**216 - نۇسخا : سۇپۇپى كۈنجۈت**

تەركىبى : كۈنجۈت ، قارا زىرە ، زەنجىۋىل 30 گرامدىن ، پىلپىل ، قارىمۇچ 15 گرامدىن ، دارچىن 6 گرام ، لاچىندانە ، قاقىلە 9 گرامدىن ، قەنت 270 گرام .

تەييارلىنىشى : سوقۇپ تالقان قىلىنىدۇ .

تەسىرى : باھنى كۈچلەندۈرىدۇ ، مەنىنىڭ سۈيۇقلىشىپ كېتىشىدىن كېلىپ چىققان مەنى تېز كېتىشنى داۋالايدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : ئەھۋالغا قاراپ ئىشلىتىلىدۇ .

**217 - نۇسخا : سۈپۈپى ماسكۇددەم**

تەركىبى : جويۇز ، تۇخۇم سېرىقى 6 گرامدىن ، قۇرۇتۇلغان كۇنجۇت 18 گرام .

تەسىرى : بوۋاسىر قېنىنى توختىتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : بوۋاسىر ۋە قان تۇكۇرۇشلەرگە بېرىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 6 گرامنى ئالما شەربىتى ياكى رەۋەن شەربىتى بىلەن ئىچىدۇ .

**218 - نۇسخا : سۈپۈپى مۇنەۋۋەم**

تەركىبى : ئۇدخام ، كۇندۇر 3 گرامدىن ، خەشخاش ئۇرۇقى 30 گرام ، قارا سۇنا ئۇرۇقى 15 گرام ، زەپەر 1 گرام ، ناۋات 60 گرام .

تەييارلىنىشى : سوقۇپ تالقان قىلىنىدۇ .

تەسىرى : ئۇيقۇ كەلتۈرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ئۇيقۇسىزلىق ، بەدەننىڭ قۇرۇقلۇقى قاتارلىقلارغا بېرىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 1 ــ 3 گرامدىن كۇنده 3 ۋاخ يەيدۇ .

**219 - نۇسخا : سۈپۈپى مۇئەللىز**

تەركىبى : چۇچۇكبۇيا يىلتىزى 6 گرام ، ئانارگۈلى 12 گرام ، قارا كۆز بەدىيان ئۇرۇقى 9 گرام ، قىزىلگۈل ، سۇزاپ ئۇرۇقى ، چاكىگاك 15 گرامدىن .

تەييارلىنىشى : يۇمشاق سوقۇپ تالقان قىلىنىدۇ .

تەسىرى : مەنىنى قويۇقلاشتۇرۇپ تورمۇزلايدۇ .

ئىشلىتىلىشى : سۈرئىتى ئىنزال ، جەريانى مەنى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 15 گرامدىن كەچته 1 ۋاخ يەيدۇ .

**220 - نۇسخا : سۈپۈپى مومسىك بارىد**

تەركىبى : ئىسپىغۇل كېپىكى 6 گرام ، سېمىز ئوت ئۇرۇقى 9

گرام ، قۇرۇق يۇمغاقسۇت 15 گرام .

تەسىرى : ئىسسىقلىقتىن بولغان مەنى تېز كېتىشنى داۋالايدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 3 گرامنى ناشتىدا سۇ بىلەن ئىچىدۇ .

**221 - نۇسخا : سۇپۇپى مەقلىياسا**

تەركىبى : ئاق قىچا ئۇرۇقى 24 گرام ، مۇدەببەر زىرە 5 گرام ، كۈدە ئۇرۇقى ، زىغىر ئۇرۇقى ، سۇ يېغىدا قورۇلغان قارا ھېلىلە 2 گرام، دىن ، مەستىكى 1 گرام .

تەييارلىنىشى : دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ تالقان قىلىپ ، قىچىغا ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ . تەبىئىتى قۇرۇق سوغۇق .

تەسىرى : ئىچ توختىتىش ۋە قان توختىتىش ئۇنۇمىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : قورساق ئاغرىقى ، تولغاق ، كونا ئىچ سۇرۇش ، مەيدە ، ئۇچەي ئاجىزلىقلىرى ، بوۋاسىر ۋە ئاغرىق پەسەيتىشكە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 6 گرامدىن كۈندە 2 قېتىم سوۋۇتۇلغان قاينىق سۇ بىلەن ئىچىلىدۇ .

## شەربەتلەر

**222 - نۇسخا : شەربىتى ئەۋرىشىم**

تەركىبى : پىلە غوزىسى 500 گرام ، خولىنجان ، مەستىكى ، ئېگىر 30 گرامدىن ، زەپەر 10 گرام ، شېكەر 3 كىلوگرام .

تەييارلىنىشى : كۆرسىتىلگەن دورىلارنى تازىلاپ ، 3 كۈن سۇغا چىلاپ قويۇپ قاينىتىپ ، دورىلارنىڭ تەمى چىقىپ بولغاندىن كېيىن پىلە غوزىسىنى سۈزۈپ ئېلىۋېتىپ ، شېكەر سېلىپ پەس ئوتتا قىيام قىلىپ ، دورا سەل سوۋۇغاندىن كېيىن زەپەر سېلىپ تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ . تەبىئىتى ھۆل ئىسسىق .

تەسىرى : يۈرەك ، مېڭە ، جىگەرنى قۇۋۋەتلەيدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ھەرخىل قۇرۇق سوغۇقتىن بولغان نېرۋا ، يۈرەك ، ئۆپكە ، ئاشقازان ، ئۇچەي ، جىگەر كېسەللىكلىرى ، سەمرىتىش ، چىرايىنى گۈزەللەشتۈرۈش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 20 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

**223 - نۇسخا : شەربىتى ئەنجىبار**

تەركىبى : ئەنجىبار 100 گرام ، ئاق سەندەل ، قىزىل سەندەل ، ئانارگۈلى ، فۇفىل 30 گرامدىن ، شېكەر 2 كىلوگرام .

تەييارلىنىشى : يۇقىرىقى دورىلاردىن بىر سوتكا سۇغا چىلاپ قويۇپ ، ئاندىن قاينىتىپ ، تەمى چىققاندىن كېيىن تىرىپلىرىنى سۈزۈپ ئېلىۋېتىپ ، شېكەر بىلەن قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ . تەبىئىتى مۆتىدىل .

تەسىرى: ئۆپكە، ئۇچەي ۋە بالىياتقۇدىن كەلگەن قانىنى توختىتىدۇ.

ئىشلىتىلىشى : ئۆپكە كېسەللىكلىرىدە قان كېتىش ، ئاشقازان - ئۇچەيلەردىن قان كېتىش ، ئايالارنىڭ بالىياتقۇسىدىن پائالىيەتچان قان كېتىشلەرگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 50 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

**224 - نۇسخا : شەربىتى بادرەنجبۇيا**

تەركىبى : قۇرۇق بادرەنجبۇيا 50 گرام ، ئاق شېكەر 500 گرام .

تەييارلىنىشى : بادرەنجبۇيىنى چۆكۈشكۈدەك سۇغا بىر سوتكا چىلاپ قويۇپ ، يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ ، شېكەر سىلىپ قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ . تەبىئىتى قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : تىنچلاندۇرۇش ، نېرۋا ، يۈرەكنى كۈچلەندۈرۈش ، يۈرەك ھەرىكىتىنى نورماللاشتۇرۇش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : نېرۋا ئاجىزلىقى ، يۈرەك ھەرىكىتى قالايمىقانلىشىش ، ئۇيقۇسىزلىقنى داۋالاش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 50 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

**225 - نۇسخا : شەربىتى بۈزۈرى گەردم**

تەركىبى : ئارپىبەدىيان يىلتىزى پوستى ، چىڭسەي يىلتىزى

پوستی 80 گرامدىن ، بەدىيان ، رۇمبەدىيان ، چىكسەي ئۇرۇقى 40 گرام دىن ، سىرىق ئوت ئۇرۇقى 20 گرام ، شېكەر 1 كىلوگرام .

تەييارلىنىشى : كۆرسىتىلگەن دورىلارنى بىر سوتكا سۇغا چىلاپ قويۇپ ، ئاندىن قاينىتىپ ، دورىلارنىڭ تەمى چىققاندىن كېيىن تىرىپلە رىنى سۈزۈپ ئېلىۋېتىپ ، شېكەر بىلەن قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ . تەبىئىتى ئىسسىق .

تەسىرى : ئاشقازان ، جىگەرنى قۇۋۇتلەيدۇ ، يەلنى قالدۇرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ئاشقازان ، جىگەر ، مۇپاسىل كېسەللىكلىرى ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 50 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

**226 - نۇسخا : شەربىتى بۈزورى سەرد**

تەركىبى : كاسنە ئۇرۇقى ، قوغۇن ئۇرۇقى ، تەرخەمەك ئۇرۇقى ، كاسنە يىلتىزى ، ئوغرىتىكەن 15 گرامدىن ، شېكەر 300 گرام .

تەييارلىنىشى : دورىلارنى چالا سوقۇپ ، 1.5 لىتىر سۇغا بىر سوتكا چىلاپ قويۇپ قاينىتىپ سۈزۈپ ، شېكەر سېلىپ قىيام قىلىپ تەييارلە نىدۇ . تەبىئىتى سوغۇق .

تەسىرى : جىگەرنىڭ توسالغۇلىرىنى ئېچىش ، سۈيدۈك ھەيدەش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ئىسسىقلىقتىن بولغان مىجەز بۇزۇلۇش ، مۇرەككەپ ماددىلىق تەپ ، ئىسسىقلىقتىن بولغان ھەرخىل كېسەللىك ۋە سۈيدۈك ھەيدەشكە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : كۈنىگە 3 قېتىم ، ھەرقېتىمدا 100 مىللىلە تىردىن ئىچىلىدۇ .

**227 - نۇسخا : شەربىتى بىنەپشە**

تەركىبى : بىنەپشە 100 گرام ، نىلۇپەر ، قىزىلگۈل ، كاسنە ئۇرۇقى ، شاھتەررە ، ئەنگۈرشىپا ، ھەمىشە باھار 25 گرامدىن ، گاۋزىبان ، چىلان ، سەرپىستان ، بېھى ئۇرۇقى ، قارا سۇنا ئۇرۇقى ، قاپاق ئۇرۇقى

مېغىزى 10 گرامدىن ، تەرەنجۈىل ، گۈلقەنت 120 گرامدىن .

تەييارلىنىشى : گۈلقەنت بىلەن تەرەنجۈىلنى ئايرىم قاچىغا ، قالغان دورىلارنى بىرلەشتۈرۈپ ئايرىم قاچىغا ئېلىپ سۇغا چىلاپ قويۇلىدۇ . 2 سائەتتىن كېيىن ئۇستىگە ئالتە چىنە سۇ قۇيۇپ ، يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ ، بىنەپشىنى سېلىپ بىر ئۆرلىتىپلا ئېلىپ ، سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ . تەبىئىتى سوغۇق .

تەسىرى : قىزىتما ، يالۇغلىنىشنى قايتۇرىدۇ ، تەرەتنى يۇمشىتىدۇ ، سۈيدۈك ھەيدەيدۇ .

ئىشلىتىلىشى : زۇكام ، كاناي يالۇغنى داۋالاش ، ئىچكى ـ تاشقى يالۇغلىنىشتىن بولغان قىزىتمىنى يانىدۇرۇش ، ئاغرىق پەسەيتىش ، سۈيدۈك ھەيدەش ۋە مەجەزنى نورماللاشتۇرۇش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : كۈنىگە 3 ۋاخ ، ھەرقېتىمدا چوڭلارغا 50 ـــ 100 مىللىلىتىر بېرىلىدۇ .

**228 ـ نۇسخا I : پۈختە جۇش**

تەركىبى : ئۇزۇم سۇيى 27 لىتىر ، سېمىز قوينىڭ بېقىن گۆشى 5.5 كىلوگرام ، ئۇدخام 30 گرام ، جويۇز ، زەپەر ، مەستىكى ، خولىنجان 15 گرامدىن ، نارجىل ، كاۋاۋىچىن ، زۆرەنباد ، قەلەمپۇر ، سۆئىدى كۆپى ، بەسباسە 9 گرامدىن ، زەنجۈىل ، دارچىن ، سۇمبۇل ، ئاقىرقەرھا ، سەلىخە 3 گرامدىن ، ھەسەل 1.5 كىلوگرام .

تەييارلىنىشى : قويۇ گۆشىنى ئۇزۇم سۇيىدە قاينىتىپ ، ئۇماچ ھالىتىكە كەلتۈرۈپ ، قالغان دورىلارنى تالقانلاپ ، خالتىغا قاچىلاپ ، ئاغزىنى بوغۇپ قازانغا سېلىپ ، يەنە بىر قاينىتىپ تەمىنى تولۇق چىقىرىپ ، ئاندىن بىر كوزىغا يۇقىرىقى قايناتمىنى قۇيۇپ ، ئۇنىڭغا 135 گرام گۈلاب ئارىلاشتۇرۇپ ، 6 ئاي تۇرغۇزۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : لەقۋا ، ئۇنتۇغاقلىق ، ئاشقازان ، جىگەر كېسەللىكلىرى ، بۇغۇم ئاغرىقلىرى ، قولىنجى ، بۆرەك ، دوۋساق كېسەللىكلىرىگە ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ . چىرايىنى ياخشىلاپ ، ئېغىزنى خۇش پۇراق قىلىدۇ .

ئاشقازانني كۆچلەندۈرۈپ ، يەلنى ھەيدەيدۇ . سۈيدۈكنى راۋان قىلىدۇ ، جىنسىي قۇۋۋەتنى ئاشۇرىدۇ .

**228 - نۇسخا Ⅱ : شەربىتى زەبىب**

تەركىبى : ئۈزۈم سۈيى 20 لىتىر ، قوي گۆشى 2 كىلوگرام ، كۆك كەپتەر باچكىسى 4 دانە ، كەكلىك 1 دانە ، دارچىن ، شاقاقۇل ، بەسباسە ، جويۈز ، خولنجان ، زۈرەنباد 25 گرامدىن ، بەدىيان ، چىگسەي ئۈرۈقى ، زىرە 50 گرامدىن .

تەييارلىنىشى : گۆشلەر كاۋاپ قىلىندۇ ، دورىلار چالا سوقۇپ ، ھەممىسى ئۈزۈم سۈيىگە سېلىنىپ ، يېنىك ئوتتا ئۈزۈم سۈيى 15 لىتىر قالغۇچە قاينىتىلىدۇ . كېيىن سۈزۈپ سىرلىق كوزىغا ئېلىپ ، ئاپتاپتا بىر ئاي تۇرغۇزۇلۇپ تەييارلىنىدۇ . تەبئىتى ھۆل ئىسسىق .

تەسىرى : نېرۋىنى پەسەيتىش ، ئاجىزلىقنى قۇۋۋەتلەش ، ئاغرىق پەسەيتىش ، تېرىگە رەڭ بېرىش ، قانىنى قىزىتىش ئۇنۇمىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ئومۇمىي بەدەن ئاجىزلىقلىرى ، جىنسىي ئاجىزلىق ، نېرۋا ئاجىزلىقى ، بەرەسكە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : كۈندە 3 قېتىم 50 مىللىلىتىردىن بېرىلىدۇ .

**229 - نۇسخا : شەربىتى خەشخاش**

تەركىبى : ئارپىبەدىيان 100 گرام ، زەنجۇبىل 50 گرام ، سەرپىستان 100 گرام ، بىخسۇس 150 گرام ، خەشخاش 200 گرام ، شېكەر 3 كىلوگرام .

تەييارلىنىشى : كۆرسىتىلگەن دورىلارنى بىر سوتكا سۇغا چىلاپ ، قاينىتىپ تەمى چىققاندىن كېيىن تىرىپىلىرىنى سۈزۈپ ئېلىۋېتىپ ، شېكەر بىلەن قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ . تەبئىتى قۇرۇق سوغۇق .

تەسىرى : تىنچلاندۇرۇش ، نەپەس سىقىلىشنى ياخشىلاش ، بەلغەم بوشىتىش ، ئىسسىقتىن بولغان كونا - يېڭى زىققە - نەپەسنى داۋالاش .

ئىشلىتىلىشى : ھۆل ئىسسىقتىن بولغان يۆتەل ، باش ئاغرىقى ، سۈيدۈك كۆيۈپ كېلىش ، بەلغەمگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 50 گرامدىن كۆندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

**230 - نۇسخا : شەربىتى دىنارى**

تەركىبى : كاسىنە ئۇرۇقى ، قىزىلگۈل 60 گرامدىن ، كاسنە يىلتىزى پوستى 120 گرام ، نېلۇپەر ، گاۋزىبان 30 گرامدىن ، سېرىق ئوت ئۇرۇقى 9 گرام ، شېكەر 400 گرام ، رەۋەن 40 گرام .

تەييارلىنىشى : گۈل دورا ۋە سېرىق ئوت ئۇرۇقىدىن باشقا دورىلارنى چالا سوقۇپ ، مۇۋاپىق سۇغا بىر سوتكا چىلاپ قويۇپ ، يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ ، گۈل ۋە سېرىق ئوت ئۇرۇقىنى سېلىپ يەنە بىر قاينىتىپ قاندىن كېيىن ئوتنى توختىتىپ ، تىرىپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ ، سۈيىگە شېكەر سېلىپ قىيام قىلىپ ، قىيام ئۇستىگە يۇمشاق سوقۇلغان رەۋەن قوشۇپ تەييارلىنىدۇ . تەبئىتى مۆتىدىل .

تەسىرى : يۇرەك ، جىگەرنى قۇۋۋەتلەيدۇ ، تەرەتنى يۇمشىتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : يۇرەك ، جىگەر كېسەللىكلىرىدىن پەيدا بولغان ئىششقىلارنى ياندۇرۇش ئۈچۈن بېرىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 50 گرامدىن كۆندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

**231 - نۇسخا : شەربىتى رومان**

تەركىبى : ئاچچىق ئانار سۇيى 500 گرام ، تاتلىق ئانار سۇيى 1 كىلوگرام ، شېكەر 3 كىلوگرام .

تەييارلىنىشى : قاينىتىپ قىيام قىلىنىدۇ . تەبئىتى مۆتىدىل .

تەسىرى : يۇرەكنى قۇۋۋەتلەيدۇ ، قاننى كۆپەيتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : يۇرەك كېسەللىكلىرى ، تۇرلۇك سەۋەبلەردىن قان يوقىتىش ، ئىچ سۇرۇشنى توختىتىش ، بەدەننى قۇۋۋەتلەش ۋە چىرايىنى گۈزەللەشتۈرۈش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 5 ياشقىچە بولغان بالىلارغا 2 ــ 5 گرام ، 5 ــ 10 ياشقىچە بالىلارغا 5 ــ 8 گرام ، چوڭلارغا 50 گرامغىچە بېرىلىدۇ .

**232 - نۇسخا : شەربىتى زۇپا**

تەركىبى : زۇپا، شۇمشە 8 گرامدىن ، پىرسىياۋشان ، بەدىيان يىلـ

تـىـزى پوستى ، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى 12 گرامدىن ، ئۇرۇقسىز قىزىل ئۈزۈم 16 گـرام ، رۇبـبسۇس 8 گرام ، چىگـسەي ئۇرۇقى ، ئارپىبەدىيان ، بىخ كەـ بىر 20 گرامدىن ، ئەنجۇر قېقى 15 دانە ، شېكەر 500 گرام

تـەيـيارلىنىشى : يۇقىرىقى دورىلارنى چىلاشقۇدەك سۇغا بىر سوتكا چـىلاپ قـويـۇپ قـايـىنـتىپ ، تەمى چىققاندىن كېيىن سۈزۈپ ئېلىۋېتىپ ، شېكەر بىلەن قايىنتىپ قىيام قىلسا بولىدۇ.تەبىئىتى ئىسسىق .

تەسىرى : يۆتەلنى پەسەيتىدۇ ، يۈرەكنى قۇۋۋەتلەيدۇ .

ئـىـشـلـتىلىشى : ھەرخىل ئۆپكە كېسەللىكلىرى ، سوغۇقتىن بولغان زۇكام ئۆچۈن ئىشلىتىلىدۇ .

ئـىـشـلـىـتىلىش مىقدارى : ئەھۋالغا قاراپ 20 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ ، كىچىك بالىلارغا مىقدارى تۆۋەنلىتىپ بېرىلىدۇ .

**233 ـ نۇسخا : شەربىتى زەنجۈبىل**

تەركىبى : زەنجۈبىل 300 گرام ، شېكەر 3 كىلوگرام .

تـەيـيـارلـىـنـىـشـى : زەنجۈبىلنى بىر سوتكا سۇغا چىلاپ قويۇپ ، قـايـىنـتىپ ، تەمى چىققاندىن كېيىن تىرىپلىرىنى سۈزۈپ ئېلىۋېتىپ ، ئاندىن شـېـكـەر بـىـلـەن قـايـىنـتـىـپ قـىـيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ.تەبىئىتى قۇرۇقئىسسىق.

تەسىرى : ئاشقازان ئاجىزلىقى ، ھەرخىل سەۋەبتىن بولغان پۇت ـ قـول ئېغىرلىقى ، سوغۇقتىن بولغان ئاشقازان يالىلۇغى ۋە ئۇستىخان ئاغرىـ قىنى ياخشىلاش ئۈنۈمىگە ئىگە .

ئـىـشـلـتىلىشى : ئاشقازانىنى قىزىتىپ ، تاماق ھەزىم بولۇشىنىئىلگىرى سـۇرۇش ، مـەيـدە ئېسىلىشىنى ياخشىلاش ، سوغۇقتىن بولغان يۆتەلنى پەـ سـەيـتـىـش ، ئـىـشـتـىـھانى ئېچىش ، بەدەننى قىزىتىش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ . ھۆل مىجەزلىك كىشىلەرگە مۇۋاپىق كېلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 50 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

**234 ـ نۇسخا : شەربىتى سەپەرجەل**

تەركىبى: سىقىلغان بېھىسۈيى1كىلوگرام، شېكەر 2 كىلوگرام،

تەييارلىنىشى : بېھنى توغراپ ، سىقىپ سۇيىنى ئېلىپ ، شېكەر بىلەن قاينىتىپ قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ . تەبىئىتى مۆتىدىل .

تەسىرى : يۇرەك ، ئاشقازانىنى قۇۋۇتلەيدۇ ، روھنى كۆتۈرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : يۇرەك ، ئاشقازان - ئۈچەي ، نېرۋا ، جىگەر كېسەللىكلىرى ، ئىچ سۇرۇش ، كۆكۈل ئېلىشىش ، ئىشتىھاسىزلىق قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 1 ــ 5 ياشقىچە بالىلارغا 5 گرام ، 5 ــ 10 ياشقىچە بالىلارغا 8 گرام ، چوڭلارغا 100 گرامغىچە بېرىلىدۇ .

**235 - نۇسخا : شەربىتى سەندەل**

تەركىبى : ئاق سەندەل ، قىزىل سەندەل 100 گرامدىن ، قىزىلگۈل 50 گرام ، شېكەر 2.5 كىلوگرام .

تەييارلىنىشى : سەندەلنى كېپەك ھالەتكە كەلتۈرۈپ ، بىر سوتكا ئىسسىق سۇغا چىلاپ ، قاينىتىپ سۈزۈپ ، سۈيىگە قىزىلگۈلنى سېلىپ بىر قاينىتىپلا سۈزۈپ ، شېكەر سېلىپ قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ . تەبىئىتى سوغۇق .

تەسىرى : يۇرەكنى كۈچەيتىدۇ ، ئىسسىقلىقتىن بولغان يۇرەك سېلىشىنى ياخشىلايدۇ ، يۇرەك ، جىگەر ، ئاشقازانىنى كۈچەيتىدۇ ، ئىچ سۇرۇشنى توختىتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ئىسسىقلىقتىن بولغان يۇرەك ئاجىزلىقى ، يۇرەك سېلىش ، يۇرەك ، جىگەر ، ئاشقازانىنىڭ ئاجىزلىقى ، ئىچ سۇرۇش قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 30 مىللىلىتىردىن كۈندە 3 ۋاخ ئىچىلىدۇ .

**236 - نۇسخا : شەربىتى سۈمبۈل**

تەركىبى : سۈمبۈل 200 گرام ، شېكەر 2 كىلوگرام .

تەييارلىنىشى : دورىلارنى چالا سوقۇپ ، مۇڭاپىق سۇغا بىر سوتكا چىلاپ قويۇپ ، قاينىتىپ تەمىنى چىقىرىپ ، تىرىپلىرىنى سۈزۈپ ئېلىۋېتىپ ، شېكەر بىلەن قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ . تەبىئىتى ئىسسىق .

تەسىرى : يۇرەك ۋە نېرۋىنى قۇۋۋەتلەيدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ھەر خىل نېرۋا ، يۇرەك كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : چوڭلارغا 50 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

**237 ـ نۇسخا : سىركەنجۇبىل**

تەركىبى : سىركە 1 ھەسسە ، شېكەر 2 ھەسسە .

تەييارلىنىشى : سىركە بىلەن شېكەرنى بىرگە قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ . تەبئىتى سوغۇق .

تەسىرى : قىزىتما قايتۇرۇش ، زۇكامدىن كېيىنكى ئۇستىخان ئاغرىقىنى پەسەيتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ئىسسىقلىقتىن بولغان ھارارەتنى پەسەيتىش ، سەپرانى ياندۇرۇش ، كېزىكنى داۋالاش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : ئەھۋالغا قارىتا 15 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

**238 ـ نۇسخا : سىركەنجۇبىل ئەنسىل**

تەركىبى : تاغ پىيىزى 30 گرام ، زۇپا ، بىخسۇس ، گۈلى گاۋزىبان ، پىرسىياۋشان ، ئۇستىقۇددۇس ، غارىقۇن 15 گرامدىن ، پىننە ، ئارپىبەدىيان ، سەۋسەن يىلتىزى ، قەرەدمانە 9 گرامدىن ، سىركە ، سۇ 900 گرامدىن .

تەييارلىنىشى : پۈتۈن دورىلارنى چالا سوقۇپ ، سۇ ۋە سىركىگە بىر سوتكا چىلاپ ، ئۇچتىن بىر قىسمى قالغۇچە قاينىتىپ ، دورا تىرىپلىرىنى سۈزۈپ ئېلىۋېتىپ ، قەنت بىلەن قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : يۆتەل ، دەم سىقىلىشلارنى داۋالايدۇ ، بەلغەم ، سەۋدا ماددىلىرىنى تەڭشەيدۇ ، ئۇچەي يوللىرىنى ئاچىدۇ ، ئاشقازان ۋە مېڭىنى كۈچلەندۈرىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 15 ـــ 30 گرام .

**239 - نۇسخا : سىركەنجۈبىل بۇزۇرى بارىد**

تەركىبى : كاسىنە يىلتىزى پوستى 21 گرام ، تەرخەمەك ئۇرۇقى ، كاسىنە ئۇرۇقى ، قوغۇن ئۇرۇقى 15 گرامدىن ، سىركە ، سۇ مەلۇم مىقداردا .

تەييارلىنىشى : دورىلار سىركە ۋە سۇغا بىر سوتكا چىلاپ ، يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ سۇزۇپ ، قەنت بىلەن قىيام قىلىنىدۇ .

تەسىرى : جىگەرنىڭ توسالغۇلىرىنى ئاچىدۇ ، ئىسسىقلىقتىن بولغان تەپنى پەسەيتىدۇ ، سۇيدۇكنى راۋان قىلدۇ ، ئۇسسۇزلۇقنى پەسەيتىپ ، ئىششىقتىن بولغان ئىستىسقانى داۋالايدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 30 گرامدىن 2 ۋاخ ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

**240 - نۇسخا : سىركەنجۈبىل رەۋەن يەرقانى**

تەركىبى : كاسىنە ئۇرۇقى 6 گرام ، قىزىلگۈل ، شاھتەررە ، سېرىق ئوت ئۇرۇقى 30 گرامدىن ، رەۋەن 15 گرام ، سىركە 300 گرام .

تەييارلىنىشى : رەۋەننى خالتىغا سېلىپ ، باشقا دورىلار بىلەن قوشۇپ 1.5 كىلوگرام سۇدا قاينىتىپ ، 300 گرام قەنت بىلەن قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : سېرىقلىق ، ئىسسىقلىقتىن بولغان جىگەر كېسەللىكىگە مەنپەئەت قىلىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : يەرقان ، جىگەر كېسەللىكى ۋە جىگەر خاراكتېرلىك باشقا كېسەللىكلەر ، جىگەر قېتىشىشقا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 30 مىللىلىتىردىن كۆنده 3 ۋاخ ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

**241 - نۇسخا : سىركەنجۈبىل مۇچەتتىت**

تەركىبى : كەپە يىلتىزى ، چىگىسەي يىلتىزى 120 گرامدىن ، تۇرۇپ پوستى 250 گرام ، گۈلى سەۋسەن ، ئېگىر ، تاغ پىيىزى ، پەتىرئاسالىيۇن ، دۇقۇ 60 گرامدىن ، سىركە 180 گرام ، شېكەر 300 گرام .

تەييارلىنىشى : دورىلارنى سىركىگە ئۇچ سوتكا چىلاپ ، ئازراق سۇ

قۇيۇپ قاينىتىپ ، شېكەر بىلەن قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : بۆرەك ، دوۋساقتىكى تاشنى پارچىلاپ چۈشۈرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : بۆرەك ۋە سۈيدۈك يولىدىكى ھەر خىل تاشلارنى ئېزىپ چىقىرىش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 30 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

**242 - نۇسخا : شەربىتى شاتۇت**

تەركىبى : شاتۇت سۈيى 1 ھەسسە ، شېكەر 2 ھەسسە .

تەييارلىنىشى : قاينىتىپ قىيام قىلىنىدۇ . تەبئىتى سوغۇق .

تەسىرى : قىزىتما قايتۇرىدۇ ، ئىششىق ياندۇرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : بادامسىمان بەزنىڭ ئىششىقلىرىنى ياندۇرۇش ، قىزىتما قايتۇرۇش ، پۇت - قول ئاغرىقلىرىنى پەسەيتىش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 20 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

**243 - نۇسخا : شەربىتى گاۋزىبان**

تەركىبى : گاۋزىبان 200 گرام ، شېكەر 2 كىلوگرام .

تەييارلىنىشى : گاۋزىباننى سۇغا بىر سوتكا چىلاپ قويۇپ قاينىتىپ ، تەمى چىققاندىن كېيىن تېرىپلىرىنى سۈزۈپ ئېلىۋېتىپ ، شېكەر بىلەن قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ . تەبئىتى ھۆل ئىسسىق .

تەسىرى : مېڭە ، يۈرەكنى كۈچلەندۈرۈش ، نېرۋىنى پەسەيتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ھەرخىل سەۋەبتىن بولغان يۈرەك كېسەللىكلىرى ، نېرۋا ئاجىزلىقى ، ئۈيقۇسىزلىق ، يۈقىرى قان بېسىمى كېسەللىكىنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 50 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

**244 - نۇسخا : شەربىتى گاۋزىبان مۇردىتتىپ**

تەركىبى : گاۋزىبان يوپۇرمىقى 120 گرام ، گۈلى بىنەپشە ، سېرىق ئوت ئۇرۇقى 60 گرامدىن ، قىزىلگۈل ، قامغاق ، پىننە ، رەيھان 30 گرامدىن ، ئاچچىق ئانارسۇيى ، كاسىنە ئۇرۇقى سۇيى 270 گرامدىن ، قەنت 1.8 كىلوگرام .

تەييارلىنىشى : دورىلارنى سۇغا بىر سوتكا چىلاپ ، ئۇچتىن بىر قىسمى قالغۇچە قاينىتىپ ، ئانار ۋە كاسىنە ئۇرۇقى سۇيى ، قەنتنى ئارىلاشتۇرۇپ قىيام ئىلىپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : ئاشقازان كېسەللىكلىرى ، مالىخوليا ، ئۇيقۇسىزلىق ، يۇرەك تىترەشنى داۋالايدۇ . ئاشقازاننى ئارتۇق سەپرادىن تازىلايدۇ ، مەجەزنى ھۆللەشتۇرىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى: 30 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

**245 - نۇسخا : شەربىتى گەزەر**

تەركىبى : سەۋزە سۇيى 1 لىتر ، شېكەر 1 كىلوگرام .

تەييارلىنىشى : سەۋزىنى پاكىز ئادالىغاندىن كېيىن قىرغۇچتا قىرىپ سۇيىنى سىقىپ ، سىقىلغان سۇغا شېكەر سېلىپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : جىگەر ، يۇرەك ، مېڭىگە قۇۋۋەت بېرىدۇ ، بەدەننى قۇۋۋەتلەيدۇ ، مەنىنى كۆپەيتىدۇ ، ئىچنى يۇمشىتىدۇ ، بەلغەم بوشىتىدۇ ، سۇيدۇك ھەيدەيدۇ .

ئىشلىتىلىشى : يۇرەك ۋە جىگەر ئاجىزلىق ، جىگەر ۋەرەملىرى ، يۆتەل ، زىققە ، سۇيدۇك ئېچىشىپ كېلىش ، بۆرەك ۋە دوۋساقتىكى تاشلارغا ، ئۆپكە ئىششىقلىرىغا ۋە ئومۇمىي بەدەننى قۇۋۋەتلەشكە ، ئومۇمەن ھەرقانداق سەرتانىنى داۋالاشتا قوشۇمچە دورا سۈپىتىدە بېرىلىدۇ ، بولۇپمۇ قىزىلئۆڭگەچ سەرتانىغا ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : كۈنىگە 3 قېتىم50مىللىلىتىردىن بېرىلىدۇ.

**246 - نۇسخا : شەربىتى نەزلە**

تەركىبى : چىلان ، سەرپىستان 20 دانىدىن ، زۇپا ، پىرسىياۋشان ،

نېلۇپەر ، بەنەپشە ، ئارپىبەدىيان 9 گرامدىن ، ئۇزۇم 15 دانە ، ئەنجۇر 7 دانە ، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى 12 گرام ، تەرەنجۇبل 30 گرام ، سانا 9 گرام ، بەدىيان يىلتىزى ، چىگسەي يىلتىزى ، سەۋسەن يىلتىزى 3 گرامدىن ، گاۋزىبان ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى 6 گرامدىن ، خەشخاش ئۇرۇقى ، خەشخاش پوستى 12 گرامدىن ، قىزىلگۇل ، بادرەنجبۇيا 6 گرامدىن ، بېھى ئۇرۇقى 9 گرام ، رۇمبەدىيان ، ھەمىشە باھار ئۇرۇقى 6 گرامدىن ، زىرىق ، ئەنگۇرشپا ، سۇزاپ ، رەۋەن 3 گرامدىن ، قەنت 500 گرام .

تەييارلىنىشى ۋە ئىشلىتىلىش مقدارى : يۇقىرىقى دورا نۇسخىسى بىلەن ئوخشاش .

تەسىرى : نەزلىلىك زۇكام ، يۆتەل ، ھەر خىل تېپتىكى ئىستىسقالارنى داۋالايدۇ .

## مائۇل ئۇسۇللار

### 247 - نۇسخا : مائۇل ئۇسۇل بۇزۇرى

تەركىبى : بەدىيان يىلتىزى ، كاسنە يىلتىزى ، چىگسەي يىلتىزى ، كەپە يىلتىزى ، بىخسۇس 15 گرامدىن ، ئارپىبەدىيان ، رۇمبەدىيان ، چىگسەي ئۇرۇقى ، تەرخەمەك ئۇرۇقى ، سىرىق ئوت ئۇرۇقى ، جۇۋىنە ، زىرە ، شۇمشە 6 گرامدىن ، دارچىن 3 گرام ، سىرىق ھېلىلە پوستى ، سۆرۈنجان ، ماھى زەھرەج ، قەنتەرىيۇن ، ئادراسمان ، بوزىدان ، تۇربۇت ، غارىقۇن ، ئاچچىق تاۋۇز 5 گرامدىن ، ئىزخىر ، سۇمبۇل ، ھەببى بىلسان ، ئۇدىبلسان ، قېلىن دارچىن 3 گرامدىن ، قەنت 500 گرام .

تەييارلىنىشى : دورىلارنى چالا سوقۇپ ، 3 كىلوگرام قاينىق سۇغا بىر سوتكا چىلاپ ، يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ ، دورا تىرىپىنى سۈزۈۋېتىپ ، قەنتنى سېلىپ قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : ھەر خىل تېپتىكى ئىستىسقا ، بۆرەك ، بوغۇم ، بەل ئاغرىقى ، بوۋاسىر ، باش ئاغرىقلىرىنى داۋالايدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : ئەھۋالغا قاراپ 30 گرامدىن كۆندە 3 ۋاخ بېرىلىدۇ .

**248 - نۇسخا : مائۇل ئۇسۇل مۇرەككەپ**

تەركىبى : بەدىيان يىلتىزى ، چىڭسەي يىلتىزى ، كەپە يىلتىزى ، كاسىنە يىلتىزى ، سەۋسەن يىلتىزى ، بىخسۇس ، رەۋەن ، جىنتىيانا ، زەنجىۋىل ، پىلپىل ، زۇرەنباد ، كاۋاۋىچىن 15 گرامدىن ، ئارپىبەدىيان ، رۇمبەدىيان ، چىڭسەي ئۇرۇقى ، كاسنە ئۇرۇقى ، تەرخەمەك ئۇرۇقى ، جۇۋىنە ، زىرە ، قارىمۇچ ، دارچىن ، قېلىن دارچىن ، قەلەمپۇر ، گۈلدارچىن ، تاشاك 9 گرامدىن ، سۇرۇنجان ، بوزىدان ، ماھى زەھرەج ، قەنتەربىيۇن ، ئىزخىر ، سۇمبۇل ، ئادراسمان ، ئاق قىچا ، تۇربۇت ، غارىقۇن ، ئاچچىق تاۋۇز ، قىزىلگۈل ، گاۋزىبان ، بادرەنجبۇيا 8 گرامدىن ، قارا ھېلىلە ، سېرىق ھېلىلە 15 گرامدىن ، تەرەنجىۋىل 250 گرام ، سانا 30 گرام ، قەنت 500 گرام .

تەييارلىنىشى : ئادەتتىكىدەك قىيام قىلىنىدۇ .

تەسىرى : ئاياللار كېسەللىكلىرى ، قۇلنجى ۋە باشقا يەلدىن بولغان كېسەللىكلەر ، سوغۇقتىن بولغان ئىستىسقا ، كۆز ، باش ، بوغۇم ئاغرىقى ، نىقرەس ، يانپاش ئاغرىقى ، سۆگەك ئاغرىقلىرىنى داۋالايدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : ئەھۋالغا قاراپ 100 ـــ 200 گرامدىن بېرىلىدۇ .

**249 - نۇسخا : مائۇللەھمى**

تەركىبى : سېمىز قوي گۆشى ياكى ئوغلاق گۆشى مەلۇم مىقداردا .

تەييارلىنىشى : گۆشنىڭ يېغىنى ئايرىۋېتىپ ، گۆشنى يالپاقلاپ توغراپ ، ئېزىلگۈچە قاينىتىپ ، سىقىپ ئېلىۋېتىپ ، تەمى چىققان شورپىسىنى پار قازىنىغا سېلىپ ئەرەق تارتىلىدۇ .

تەسىرى : ئومۇمىي بەدەننى كۈچلەندۈرىدۇ ، جىنسىي ھەۋەسنى ئاشۇرىدۇ . قانىنى كۆپەيتىدۇ ، قان توختىتىدۇ . پەۋقۇلئاددە ئاجىزلىقنى يوقىتىدۇ ، بىرئاز شاراب ئارىلاشتۇرۇلغىنى ئىنتايىن كۈچلۈك بولىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : ئەھۋالغا قاراپ بېرىلسە بولىدۇ .

**250 - نۇسخا : مائۇل ئۇسۇل مۇنزىج**

تەركىبى : كاسىنە يىلتىزى 60 گرام ، كاسىنە ئۇرۇقى 15 گرام ، سېرىق ئوت ئۇرۇقى 18 گرام ، چىلان 20 دانە ، سەرپىستان 16 دانە .

تەييارلىنىشى : دورىلارنى چالا سوقۇپ ، 2.5 كىلوگرام سۇغا بىر سوتكا چىلاپ ، ئۇچتىن بىر قىسمى قالغۇچە قاينىتىپ ، دورا تېرىپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : ئۆتكۈر خىلىتلارنى تەڭشەيدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ھەر خىل سوزۇلما كېسەللىكلەر ، جۈملىدىن سەپرا ۋە سەۋدادىن بولغان كېسەللىكلەرگە ماس كېلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : ئۈچ كۈنلۈك نۇسخا بولۇپ ، سىركەنجۈبلگە ئارىلاشتۇرۇپ ئىچىلىدۇ .

مۇنزىجى سەۋدا

تەركىبى : گاۋزىبان ، گۈلى گاۋزىبان ، بادرەنجبۇيا ، پېرسىياۋشان ، ئۇستىقۇددۇس ، سېرىق ئوت 5 گرامدىن ، بەدىيان 7 گرام ، چىلان 7 دانە ، قۇرۇق قىزىل ئۈزۈم 9 دانە ، گۈلقەنت 25 گرام .

دورىلار 10 ھەسسە سۇدا يېرىمى قالغۇچە قاينىتىلىپ ، ئۇستىگە گۈلقەنتنى سېلىپ ئىچىلىدۇ ( بۇ ، بىر كۈنلۈك نۇسخا ) .

ئىشلىتىلىشى : سەۋدانىڭ خالىس ۋە غەيرىي خالىس ھالىتى ئۈچۈن ئورتاق ئىشلىتىلىدۇ .

مۇنزىجى بەلغەم

تەركىبى : گۈلى بىنەپشە ، گاۋزىبان ، بىخسۇس مۇقەششەر ، پېرسىياۋشان ھەر بىرى 5 گرامدىن ، بەدىيان ، بەدىيان يىلتىزى 7 گرامدىن ، قۇرۇق قىزىل ئۈزۈم 9 گرام ، پىشىشق ئەنجۈر ياكى پىشىشق ئەنجۈرنىڭ قېپى 3 دانە .

تەييارلىنىشى : يۇقىرىقىغا ئوخشاش ( بىر كۈنلۈك نۇسخا ) .

ئىشلىتىلىشى : بۇ ، خالىس بەلغەم ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .

مۇنزىجى بەلغەم

تەركىبى : بەدخسۇس ، چىگسەي ئۇرۇقى 3 گرامدىن ، گۈلى بەتەپشە ، ئىزخىر ، پىرسياۋشان ، ئۇستىقۇددۇس ، بەدىيان يىلتىزى ھەر بىرى 5 گرامدىن ، بەدىيان ، رۇمبەدىيان 7 گرامدىن ، ئۇرۇقسىز ئۈزۈم 9 گرام ، ئەنجۇر قېقى 2 دانە .

تەييارلىنىشى : دورىلارنى 10 ھەسسە سۇدا يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ ، ھەسەل بىلەن قىلىنغان گۈلقەنتىتىن 25 گرام قوشۇپ تەييارلىنىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : غەيرىي خالىس بەلغەم ئۇچۇن ئىشلىتىلىدۇ .

مۇنزىجى سەپرا

تەركىبى : نىلۇپەر ، شاھتەررە 5 گرامدىن ، تەرخەمەك ئۇرۇقى 7 گرام ، ئەينۇلا ، چىلان 7 دانىدىن ، گۈلى بىنەپشە 10 گرام .

تەييارلىنىشى : دورىلارنى 10 ھەسسە سۇدا قاينىتىپ سۇزۇپ ، 100 مىللىلىتىر دورا سۇيىگە 25 مىللىلىتر سىركەنجۇبىل ياكى شەربىتى نىلۇپەر ۋە ياكى شەربىتى بۇزۇرى قوشۇپ ئىچسە بولىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : خالىس سەپرا ئۇچۇن بېرىلىدۇ .

مۇنزىجى سەپرا

تەركىبى : گۈلى بىنەپشە ، نىلۇپەر ، قىزىلگۈل ، ئەنگۇرشىپا ، شاھتەررە ، تەمرى ھىندى 5 گرامدىن ، بېھى ئۇرۇقى 3 گرام ، چىلان ، ئەينۇلا 7 دانىدىن .

تەييارلىنىشى : دورىلارنى كەچتە قاياناق سۇغا چىلاپ قويۇپ ، ئەتسى سۇزۇپ ، 100 مىللىلىتر دورا سۇيىگە 25 مىللىلىتردىن بىنەپشە شەربىتى ياكى خەمرى بىنەپشە قوشۇپ ئىچسە بولىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : غەيرىي خالىس سەپرا ئۇچۇن بېرىلىدۇ .

**251 - نۇسخا : مائۇل ھەسەل ساددە**

تەركىبى : ھەسەل 1 ھەسسە ، سۇ 6 ھەسسە .

تەييارلىنىشى : ھەسەل سۇ بىلەن قاينىتىلىپ ، 25% لىك ئېرىتمە

هالىتىگە كەلتۈرۈلىدۇ ( ئومۇمىي مىقدارى 4 ھەسسە مىقدارغا كەلگۈچە قاينىتىلىدۇ ) .

تەسىرى : كىسەللىك ماددىسىنى پىشۈرىدۇ ، تومۇرلارنى ئاچىدۇ ، ئومۇمىي تەبىئەتنى يۇمشىتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : پالەچ ، لەقۋا ، پەي بوشاپ كېتىش ، سوغۇقتىن كېلىپ چىققان كىسەللىك ئۇچۇن ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : ئەھۋالغا قاراپ 100 ــ 150 مىللىلىتىردىن كۈنىگە 4 ــ 5 قېتىم ئىچۈرۈلىدۇ .

**252 - نۇسخا : مائۇل ھەسەل مۇرەككەپ**

تەركىبى : قەلەمپۇر ، زەنجىۋىل ، پىلپىل ، گۈلدارچىن ، قوۋزاق دارچىن ، لاچىندانە ھىندى ھەر بىرى 15 گرامدىن ، ھەسەل 1 كىلوگرام .

تەييارلىنىشى : 1 كىلوگرام ھەسەل 3 كىلوگرام سۇ بىلەن قاينىتىلىپ ، ئۈستىگە چالا سوقۇلغان دورىلار سېلىنىپ يەنە قاينىتىلىدۇ . سۇ تەخمىنەن 2 كىلوگرام قالغاندا دورىسى سۈزۈپ ئېلىۋېتىلىپ ، قايناتما ئېلىپ قويۇلىدۇ .

تەسىرى : توسالغۇلارنى ئېچىش ، سوغۇقلۇقتىن بولغان كىسەللىك ماددىسىنى يەڭدىن سۈرۈپ چىقىرىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : پالەچ ، لەقۋا ، بولۇپمۇ بالىلار پالىچىگە ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ . كىسەل قانچە يېڭى ، دورا ئىشلىتىش قانچە تېز بولسا شۇنچە ياخشى تەسىر قىلىدۇ . سوغۇقلۇقتىن پەي ۋە ئەسەبلەر بوشاپ كېتىشتىن بولغان كىسەللىكلەر گىمۇ ئوبدان مەنپەئەت قىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : چوڭلارغا 100 مىللىلىتىردىن كۈنىگە 4 ــ 5 قېتىم ، بالىلارغا ئەھۋالغا قاراپ مىقدارىنى كېمەيتىپ بېرىلىدۇ .

## مەتبۇخلار

**253 - نۇسخا : مەتبۇخى ئەپتىمۇن**

تەركىبى : سېرىق ئوت ، كابۇل ھېلىلىسى پوستى ، ئۇستىقۇددۇس

هـنـدی ، ئۇرۇقـسـز قـىزىل ئۇزۇم 30 گرامدىن ، بىستىپايەج هىندى 15 گرام ، ئاق تۇربۇت 12 گرام ، سانا 21 گرام .

تەييارلىنىشى : دورىلارنى مقدارى بويىچە ئېلىپ ، ئۇستىقۇددۇس ، سانا ، سىرىق ئوتتىن باشقىلىرىنى چالا سوقۇپ ، 400 مىللىلىتىر سۇغا بىر كۈن چىلاپ ، يەڭگىل ئوتتا 200 مىللىلىتىر سۇيى قالغۇچە قاينىتىپ ، سىرىق ئوتنى خالتىغا ئېلىپ ، گۈل دورىلارنى بىرگە سېلىپ ، ئىككىلا قاينىتىقاندىن كېيىن ، ئوتنى توختىتىپ قازانىنى چۈشۈرۈپ ، دورا سۈۋۈغاندىن كېيىن پاكىز خام بىلەن سقىپ سۈيىنى چىقىرىپ ، چىققان سۈيۇقلۇقنى ۋارونكا ئارقىلىق پاكىز سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ . تەبىئىتى مۆتىدىل .

تەسىرى : ئەسەبىيلىكنى پەسەيتىش ، تىنچلاندۇرۇش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : نېرۋا كېسەللىكلىرى ، مالىخوليا ، هۆللۈك ئارىلاشقان كېسەللىكلەرگە بېرىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مقدارى : بىر كۈندە بىرنەچچىگە بۆلۈپ ئىچىپ تۇگىتىلىدۇ .

**254 - نۇسخا : مەتبۇخى ئۇستىقۇددۇس**

تەركىبى : بىستىپايەج ، زاراڭزا مېغىزى 15 گرامدىن ، چىلان 10 دانە ، سەرپىستان 30 دانە ، ئۇستىقۇددۇس ، بابۇنە ، قەنتەرىيۇن ، سىرىق ئوت 10 گرامدىن ، سۆرۈنجان 6 گرام .

تەييارلىنىشى : دورىلارنى سۇغا بىر سوتكا چىلاپ قاينىتىپ ، تېرىپلىرىنى سۈزۈپ ئېلىۋېتىپ ، تىندۇرۇپ مەتبۇخ تەييارلىنىدۇ . تەبىئىتى مۆتىدىل .

تەسىرى : سەۋدانى پەسەيتىدۇ ، خۇن تازىلايدۇ .

ئىشلىتىلىشى : هەر خىل سەۋدا كېسەللىكلىرى ، سارىلىق ، كۆپ ئويلىنىدىغان كېسەللىكلەر ، ئىرقۇننىسا ، مۇپاسسىللارغا بېرىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مقدارى: 100 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ ئىچىشكە بېرىلىدۇ.

**255 - نۇسخا : مەتبۇخى ئۇننات**

تەركىبى : قىزىل ئۇزۇم 45 گرام ، ئەينۇلا 30 دانە ، چىلان 10 دانە ، شاھتەرە 15 گرام ، رۇمبەدىيان ، مەستىكى 3 گرامدىن ، تۇربۇت 9 گرام ، تەمرى ھىندى 60 گرام .

تەييارلىنىشى : كۆرستىلگەن دورىلارنى چىلاشقۇدەك سۇغا بىر كېچە چىلاپ قويۇپ ، قاينىتىپ تەمى چىققاندىن كېيىن تىرىپلىرىنى سۇزۇپ ئېلىۋېتىپ ، تىندۇرۇپ تەييارلىندۇ .

تەسىرى : سەپرا ۋە بەلغەم خىلىتىنى سۇرۇپ چىقىرىدۇ ، مېڭە ۋە ئومۇمىي بەدەننى تازىلايدۇ .

ئىشلىتىلىشى : سەپرا ۋە بەلغەمنىڭ ئېشىپ كېتىشىدىن بولغان كېسەللىكلەرگە ، جۇملىدىن مېڭىنى تازىلاشقا بېرىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 100 مىللىلىتىردىن كۇندە 3 ۋاخ ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

**256 - نۇسخا : جۇلابى سەۋدا**

تەركىبى : ئارپىبەدىيان ، رۇمبەدىيان ، سېرىق ئوت ئۇرۇقى ، پىرسىياۋشان ، نېلۇپەر ، گاۋزىبان ، قىزىلگۇل ، سېرىق ئوت ، بىستىپايەج ، ئۇستىقۇددۇس ، كاسنە ئۇرۇقى 6 گرامدىن ، سېرىق ھېلىلە پوستى ، قارا ھېلىلە پوستى 9 گرامدىن ، سانا 30 گرام ، زەنجۇبىل 60 گرام ، پۇنۇس 30 گرام .

تەييارلىنىشى : دورىلارنى قاياناق سۇغا بىر سوتكا چىلاپ ، ئاندىن قاينىتىپ سۇزۇپ ، ئۇچكە بۆلۈپ ئىچسە بولىدۇ .

تەسىرى : سەۋدانى پەسەيتىپ ، سەۋدادىن بولغان تۇرلۇك كېسەللىكلەرنى داۋالايدۇ .

ئىشلىتىلىشى : سەۋدانىڭ ئېشىپ كېتىشىدىن كېلىپ چىققان ھەر خىل كېسەللىكلەرگە بېرىلىدۇ .

**257 - نۇسخا : جۇلابى سەپرا**

تەركىبى : نېلۇپەر ، بىنەپشە ، كاسنە ئۇرۇقى ، ئارپىبەدىيان ، يالـ

پۇز ، ئەنگۈرشىپا ، سىرىق ھېلىلە پوستى ، قارا ھېلىلە ، زىرىق 6 گرامدىن ، تەمرى ھىندى 30 گرام ، تەرەنجۈبل 45 گرام ، سانا 15 گرام ، تۇربۇت 6 گرام .

تەييارلىنىشى : دورىلارنى قاياناق سۇغا چىلاپ سۈزۈلدۈرۈپ تەييارلاپ ، ئۈچكە بۆلۈپ ئىچسە بولىدۇ .

تەسىرى : سەپرانى پەسەيتىدۇ ، سەپرادىن بولغان تۈرلۈك كېسەللىكلەرنى داۋالايدۇ .

ئىشلىتىلىشى : سەپرانىڭ ئېشىپ كېتىشىدىن كېلىپ چىققان ھەر خىل كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ .

**258 - نۇسخا : مەتبۇخى سۆرۈنجان بارىد**

تەركىبى : سانا سىرىق ھېلىلە پوستى 30 گرامدىن ، كاسنە ئۇرۇقى ، بىنەپشە ، نېلۇپەر ، زىرىق ، ئاق لەيلى گۈلى ، سۆرۈنجان مىسرى 10 گرامدىن ، تەمرى ھىندى ، ئالۇچا 90 گرامدىن .

تەييارلىنىشى : دورىلارنى سۇغا بىر سوتكا چىلاپ ، ئەتىسى قاياناتقاندىن كېيىن ، تېرىپلىرىنى سۈزۈپ ئېلىۋېتىپ مەتبۇخ تەييارلىنىدۇ . تەبىئىتى مۆتىدىل .

تەسىرى : ئاغرىق پەسەيتىش ، ئىششىق ياندۇرۇش ، بوغۇملاردىكى يەلنى يوقىتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى: ھەرخىل مۇپاسىل ئاغرىقلىرى ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ.

ئىشلىتىلىش مىقدارى : بۇ مەتبۇخ بىر كىشىلىك بولۇپ ، ھەر كۈنى ناشتىدا 5 قوشۇقتىن ئىچىلىدۇ .

**259 - نۇسخا : مەتبۇخى سۆرۈنجان گەرم**

تەركىبى : سانا 20 گرام ، ئەنجۈر قېقى 25 گرام ، ئىت ئۈزۈمى ، سۆرۈنجان مىسرى 10 گرامدىن ، قىزىل گۈلقەنت ، ھەسەل 100 گرامدىن ، تۇربۇت 15 گرام .

تەييارلىنىشى : دورىلارنى سۇغا بىر سوتكا چىلاپ قاينىتىپ ، تېرىپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ مەتبۇخ تەييارلىنىدۇ . تەبىئىتى ئىسسىق .

تەسىرى : بەلغەمدىن بولغان رېماتىزم ، بەل ، پۇت ـ قول ئاغرىقلىرىنى پەسەيتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : بەلغەمدىن ۋە ھۆللۈكتىن بولغان رېماتىزم ، ئۇشـ شاق بوغۇملارنىڭ ئاغرىقى ، پۇت ، قول ئېغرىقى ، بەلغەم قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 100 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

**260 - نۇسخا : مەتبۇخى شاھتەررە**

تەركىبى : قارا ھېلىلە ، سېرىق ھېلىلە پوستى ، كابۇل ھېلىلىسى پوستى ، بەلىلە پوستى ، ئامىلە پوستى 15 گرامدىن ، شاھتەررە ، گۈلى بـ نەپشە 21 گرامدىن ، سانا 12 گرام ، نېلۇپەر ، مامۇرانچىنى 3 گرامدىن ، گاۋزىبان ، سېرىق ئوت ، قىزىلگۈل 9 گرامدىن ، ئارپىبەدىيان ئۇرۇقى ، كاسنە ئۇرۇقى ، چىكسەي ئۇرۇقى ، بىستېپايەج ، ئۇستىقۇددۇس ھىندى ، پىنىنە 6 گرامدىن ، سوغا چىلان 20 گرام ، كۆك كاسنە يوپۇرمىقى 60 گرام ، تەرەنجىۋىل 90 گرام ، پۇنۇس ، تەمرى ھىندى 45 گرامدىن ، ئەينۇلا 30 گرام .

تەييارلىنىشى : دورىلارنى سۇغا بىر سوتكا چىلاپ ، ئەتسى قـ ـايىنىتىپ ، تېرىپىلرىنى سۈزۈپ ئېلىۋېتىپ مەتبۇخ تەييارلىنىدۇ . تەبىئىتى مۆتىدىل .

تەسىرى : قانىنى تازىلاش ، بەدەندىكى پايدىسىز ماددىلارنى تا ـ زىلاش ، خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : باش ، مېڭىنىڭ كېسەللىكلىرى ، تەمرەتكە ، قىچىشقاق كېسەللىكلىرىگە قانىنى تازىلاش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : بۇ دورىنىڭ مىقدارى بىر كىشىلىك بولۇپ ، بىر كۈندە بىرنەچچىگە بۆلۈپ ئىچىپ تۇگىتىلىدۇ .

**261 - نۇسخا : مەتبۇخى ھېلىلە**

تەركىبى : سېرىق ھېلىلە پوستى 30 گرام ، تەمرى ھىندى 60

گرام ، ئەينۇلا 30 دانە ، سەرپەستان ، بەنەپشە ، سېرىق ئوت ئۇرۇقى ، كاسنە ئۇرۇقى 15 گرامدىن ، پۇنۇس 75 گرام ، تەرەنجىۋىل 60 گرام .

تەييارلىنىشى : دورىلارنى سۇغا بىر سوتكا چىلاپ قويۇپ ، ئەتسى قاينىتىپ تېرىپلىرىنى سۇزۇۋېتىپ مەتبۇخ تەييارلىنىدۇ،تەبئىتىسوغۇق.

تەسىرى : ئومۇمىي بەدەننى سەپرادىن تازىلايدۇ .

ئىشلىتىلىشى : قانىنىڭ بۇزۇلۇشى ، قانىنىڭ يۇقۇملىنىشى ، قانىنىڭ قويۇقلىشىشى قاتارلىق قانىنىڭ ھەرخىل كېسەللىكلىرىگە ، قان بۇزۇلۇشتىن بولغان ھەرخىل يارا ، چاقا ، تېرە كېسەللىكلىرىگە ، قان ۋە سەپرادىن بولغان تېرە ، كۆز كېسەللىكلىرىگە ، غەيرىي تەبئىي سەپرادىن بولغان ھەرخىل كېسەللىكلەردە بەدەننى تازىلاش ۋە يۇقۇملىنىشنى تىزگىنلەشكە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 100 مىللىلىتىردىن كۆندە 3 ۋاخ ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

## ئەرەقلەر

**262 ـ نۇسخا : ئەرەقى ئەنگۇرشپا ( ئىت ئۈزۈمى پارلىق سۈيى )**

تەركىبى : ئەنگۇرشپا 1 كىلوگرام ، سۇ 5 كىلوگرام .

تەييارلىنىشى : دورىنى كۆرسەتمە بويىچە ئېلىپ ، يۇيۇپ تازىلاپ ، پار قازىنىدا قاينىتىپ پارلاندۇرۇپ تەييارلىنىدۇ . تەبئىتى سوغۇق .

تەسىرى : قىزىتمىنى قايتۇرىدۇ ، تەشنالىقنى قاندۇرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ئىسسىقلىقتىن بولغان قىزىتما ، ئىششىقلارنى ياندۇ-رۇشقا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : كېسەلنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ 10 ــ 50 گرامدىن كۆندە 3 ۋاخ ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

**263 ـ نۇسخا : ئەرەقى بادرەنجبۇيا**

تەركىبى : بادرەنجبۇيا 1 كىلوگرام ، سۇ 6 كىلوگرام .

تەييارلىنىشى : كۆرستىلگەن دورىلارنى تازىلاپ ، پار قازىنىدا قاينىتىپ پارلاندۇرۇپ تەييارلىنىدۇ . تەبئىتى ئىسسىق .

تەسىرى : مېڭە ، يۈرەكنى قۇۋۋەتلەيدۇ .

ئىشلىتىلىشى : نېرۋا ، يۈرەك ، جىگەر ، بۆرەك ،خاپىغان كېسەللىكلىرى ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : كېسەلنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ 10 ــ 15 گرام دىن كۈندە 3 ۋاخ ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

**264 - نۇسخا : ئەردەق بەدىيان**

تەركىبى : بەدىيان 1 كىلوگرام ، سۇ 5 كىلوگرام

تەييارلىنىشى : كۆرستىلگەن دورىلارنى پاكىز تازىلاپ ، پار قازىنىدا قاينىتىپ پارلاندۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .تەبئىتى ئىسسىق .

تەسىرى : سۇيدۇك يولىدىكى توسالغۇلارنى ئاچىدۇ ، كۆزنىڭ كۆرۈش قۇۋۋىتىنى ئاشۇرىدۇ ، سۇيدۇك ۋە يەلنى ماڭدۇرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : بۆرەك ، جىگەر كېسەللىكلىرىنى داۋالاش ، ھەرخىل ئىششىقلارنى يانىدۇرۇش ، كۆزنىڭ كۆرۈش قۇۋۋىتىنى ئاشۇرۇشقا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 10 ــ 15 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

**265 - نۇسخا : ئەردەق بەدمىشكى**

تەركىبى : ئىپارسۆگەت پوتلىسى 1 كىلوگرام ، سۇ 6 كىلوگرام .

تەييارلىنىشى : دورىلارنى تازىلاپ ، پار قازىنىدا قاينىتىپ پارلاندۇرۇپ تەييارلىنىدۇ . تەبئىتى ھۆل سوغۇق .

تەسىرى : قىزىتما چۈشۈرىدۇ ، سۇيدۇك ماڭدۇرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ھەرخىل قۇرۇق ئىسسىقلىقتىن بولغان قىزىتما ، جىگەر ، بۆرەك كېسەللىكلىرى ، باللارنىڭ تەپلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : ئەھۋالغا قاراپ 10 ــ 100 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

**266 ـ نۇسخا : ئەردقى پۇدىنە ( يالپۇز ئەردقى )**

تەركىبى : يالپۇز 1 كىلوگرام ، سۇ 6 كىلوگرام .

تەييارلىنىشى : كۆرسىتىلگەن دورىلارنى پاكىز يۇيۇپ تازىلاپ ، پار قازىنىدا قاينىتىپ پارلاندۇرۇپ تەييارلىنىدۇ ، تەبىئىتى ئىسسىق .

تەسىرى : يۇرەك ، مېڭە ، ئاشقازاننى قۇۋۋەتلەيدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ئاشقازان ، يۇرەك ، ئۆپكە ، نېرۋا ، چىش كېسەللىكلىرى ، گال ئاغرىقلىرىغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 10 ـــ 50 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

**267 ـ نۇسخا : ئەردقى شاھتەررە**

تەركىبى : شاھتەررە 1 كىلوگرام ، سۇ 6 كىلوگرام .

تەييارلىنىشى : كۆرسىتىلگەن دورىلارنى تازىلاپ ، پار قازىنىغا سېلىپ قاينىتىپ پارلاندۇرۇپ تەييارلىنىدۇ . تەبىئىتى مۆتىدىل .

تەسىرى : قانىنى تازىلايدۇ ، جىگەرنى قۇۋۋەتلەيدۇ .

ئىشلىتىلىشى : جىگەر ، تال ۋە ھەرخىل تېرە كېسەللىكلىرىدە قانىنى تازىلاش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 10 ـــ 50 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

**268 ـ نۇسخا : ئەردقى كاسنە**

تەركىبى : كاسنە 1 كىلوگرام ، سۇ 6 كىلوگرام .

تەييارلىنىشى : كۆرسىتىلگەن دورىنى تازىلاپ ، پار قازىنىغا سېلىپ قاينىتىپ پارلاندۇرۇپ تەييارلىنىدۇ . تەبىئىتى ھۆل سوغۇق .

تەسىرى : قىزىتما يانىدۇرىدۇ ، سۈيدۈكنى ھەيدەيدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ئىسسىقلىقتىن بولغان ھەرخىل كېسەللىكلەرگە ، بۆرەك ، جىگەر كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : كېسەلنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ 10 ـــ 50 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

**269 - نۇسخا : ئەردقى گۈلاب ( قىزىلگۈل پارلىق سۇيى )**

تەركىبى : قىزىلگۈل 1 كىلوگرام ، سۇ 6 كىلوگرام .

تەييارلىنىشى : كۆرسىتىلگەن دورىنى تازىلاپ ، پار قازىنىدا قاينىتىپ پارلاندۇرۇپ تەييارلىنىدۇ . تەبىئىتى مۆتىدىل .

تەسىرى : قىزىتمىنى ياندۇرۇش ، نېرۋىنى تىنچلاندۇرۇش ، كېسەلنىڭ روھىي ھالىتىنى ياخشىلاش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ھەرخىل نېرۋا ، يۈرەك ، بۆرەك ، جىگەر كېسەللىكلىرىگە بېرىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 10 ـــ 50 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

**270 - نۇسخا : ئەردقى گاۋزىبان**

تەركىبى : گاۋزىبان 1 كىلوگرام ، سۇ 6 كىلوگرام .

تەييارلىنىشى : كۆرسىتىلگەن دورىلارنى تازىلاپ ، پار قازىنىدا قاينىتىپ پارلاندۇرۇپ تەييارلىنىدۇ . تەبىئىتى ئىسسىق .

تەسىرى : نېرۋىنى تىنچلاندۇرۇپ ، يۈرەك ، جىگەرنى قۇۋۋەتلەش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ھەرخىل نېرۋا ، مېڭە ، جىگەر كېسەللىكلىرى ، رەقە ، گال ئاغرىقلىرى ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 10 ـــ 50 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

**271 - نۇسخا : ئەردقى نانىخا ( جۇۋىنە ئەردقى )**

تەركىبى : جۇۋىنە 1 كىلوگرام ، سۇ 5 كىلوگرام .

تەييارلىنىشى : كۆرسىتىلگەن دورىلارنى تازىلاپ ، پار قازىنىدا قاينىتىپ پارلاندۇرۇپ تەييارلىنىدۇ . تەبىئىتى ئىسسىق .

تەسىرى : بەدەننى قۇرۇتۇش ، يەللەرنى ماڭدۇرۇش ، ئىچنى يۇمشىتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : پالەچ ، قول تىترەش ، پەينىكى سۇسلۇقى ، كۆز

ئاغرىقى ، قۇلاق ئاغرىقى ، قۇلاق ئېغىرلىقى ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 10 ـــ 50 گرامدىن كۈندە 3 ۋاخ ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

ئۇنىڭدىن باشقا ، ئەرەقى چۆبچىنى ، ئەرەقى كاكنەچ ، ئەرەقى سەندەل ، ئەرەقى كەشنىزى ، ئەرەقى نېلۇپەر ، ئەرەقى رەيھان قاتارلىق ھەرخىل ئەرەقلەرمۇ كۆپ ئىشلىتىلىدۇ . بۇ دورىلارنىڭ خۇسۇسىيىتى ئاساسىي دورىنىڭ خۇسۇسىيىتىنى ئۆز ئىچىگە ئالغان بولىدۇ .

## مۇرابباالار

**272 ـ نۇسخا : مۇرابباى سۆئلەپ**

تەركىبى : ھۆل سۆئلەپ 600 گرام ، ھەسەل 1200 گرام .

تەييارلىنىشى : سۆئلەپ ھۆل بولسا ئۈچ سوتكا ، قۇرۇق بولسا 12 سوتكا سۇغا چىلاپ ، سۈزۈپ ئېلىپ ، بىرقانچە يېرىگە يېڭنە سانجىپ سۈيىنى ئېقىتۇۋېتىپ ، قازانغا سېلىپ ، ئۈستىدىن ھەسەلنى تۆكۈپ ئۈچ سوتكا تۇرغۇزۇپ ، نورمال ئوت ئۈستىدە قاينىپ قالماسلىق شەرتى بىلەن ئىككى سائەت ئىسسىق ئۆتكۈزۈلىدۇ . ئۇنىڭدىن كېيىن ، ئۈچ سوتكا توختىتىپ يەنە يۇقىرىقى ئۇسۇل بويىچە ئىككى سائەت ئوت ئۈستىدە تۇرغۇزۇلىدۇ ، ھەسەل قېيام بولغاندىن كېيىن قاچىلارغا ئېلىپ 40 كۈن تۇرغۇزۇلغاندىن كېيىن ئىستېمال قىلىنىدۇ .

تەسىرى : مەنىنى كۆپەيتىپ ، باھنى قوزغايدۇ ، مېڭىنى قۇۋۋەتلەيدۇ ، كۆڭۈلنى ئاچىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : ئەھۋالغا قاراپ بېرىلىدۇ .

**273 ـ نۇسخا : مۇرابباى شاقاقۇل**

تەركىبى : ھۆل شاقاقۇل 1 ھەسسە ، سۇ مۇۋاپىق مىقداردا ، ھەسەل 3 ھەسسە .

تەييارلىنىشى : شاقاقۇلنى بىر سوتكا سۇغا چىلاپ ، سۇ يېنى

تۆكۈۋېتىپ ، تەكرار ـ تەكرار 3 قېتىم سۈيىنى ئالماشتۇرۇپ ، يۇشغاندىن كېيىن پوستىنى ئاقلۇۋېتىپ قاينىتىپ ، يېرىم پىشقاندا ھەسەلنى قۇيۇپ قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : باھانى قوزغاپ خۇشلۇق كەلتۈرىدۇ ، دوۋساقنى ياخشىلايدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : ئەھۋالغا قاراپ بېرىلىدۇ .

**274 ـ نۇسخا : مۇرابباىئى زەنجۈبىل**

تەركىبى : زەنجۈبىل مەلۇم مىقداردا ، سۇ 1 ھەسسە ، ھەسەل 3 ھەسسە .

تەييارلىنىشى : زەنجۈبلىنى 1 ـــ 2 سوتكا سۇغا چىلاپ يۇمشىتىپ ، قايناتىپ ، ياخشى پىشقاندىن كېيىن ھەسەلنى قۇيۇپ قىيام قىلىپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : ئاشقازاننى قىزىتىدۇ ، ئىشتىھانى ئاچىدۇ ، ئاشقازاندا ھاسىل بولغان سوغۇق يەللەرنى يوقىتىدۇ . دوۋساقنىڭ سوۋۇپ كېتىشىنى ياخشىلاپ ، سۈيدۈك ھەيدەيدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : ئەھۋالغا قاراپ بېرىلىدۇ .

**275 ـ نۇسخا : مۇرابباىئى گىردىگان**

تەركىبى : ھۆل يېڭى ياڭاق مەلۇم مىقداردا ، سۇ 1 ھەسسە ، ھەسەل 3 ھەسسە .

تەييارلىنىشى : ياڭاقنىڭ كۆك پوستىنى قىرىپ تاشلاپ ، سۇدا قاينىتىپ ، ھەسەلنى قۇيۇپ قىيام قىلىپ ، مەزكۇر ياڭاق بىلەن مۇرابباتەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : ئاشقازاننى كۈچلەندۈرىدۇ ، باھانى قوزغايدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : ئەھۋالغا قاراپ بېرىلىدۇ .

**276 ـ نۇسخا : مۇرابباىئى ئېگىر**

تەركىبى : ئېگىر 100 گرام ، شېكەر 200 گرام .

تەييارلىنىشى : ئېگىرنى سۇغا چىلاپ يۇمشىتىپ ، نېپىز يالپاقلاپ

تـوغراپ قاينىتىپ ، ئۇستىگە شېكەر سېلىپ ، قىيامىنى يۇقىرىراق تەڭشەپ قۇرغاق ھالەتكە كەلتۈرۈپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : يەل ھەيدەيدۇ ، ئاشقازانىنىڭ سوغۇقلۇقىنى يوقىتىدۇ ، تەپنى پەسەيتىدۇ ، كېسەللىكتىن مۇداپىئەلىنىش كۈچىنى ئاشۇرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : قورساق ئېسىلگەن ، ئىشتىھا تۆۋەنلىگەن ، سوغۇقتىن ئاشقازان ئاغرىغان ، تۆۋەن گرادۇسلۇق قىزىتما بىلەن ئاغرىغان كېسەللەرگە بېرىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : 15 ــ 20 گرام شۇمۇشكە بېرىلىدۇ .

**277 ـ نۇسخا : مۇرابىئى ھېلىلە**

تەركىبى : كابۇل ھېلىلىسى 100 گرام ، شېكەر 200 گرام ، سۇ لازىم مىقدارىدا .

تەييارلىنىشى : ھېلىلىنى بىر قانچە كۈن سۇغا چىلاپ قويۇپ ، ھەر كۈنى سۈيىنى يەڭگۈشلەپ ، يۇمشىغاندا يېڭى سۇ بىلەن پەس ئوتتا قاينىتىپ ، ئوتنى توختىتىپ سۈزۈپ ئېلىپ ، دىرەپشە بىلەن ھەربىر ھېلىلىنىڭ بىرنەچچە يېرىنى تېشىپ ، ئاندىن سۈزۈپ ئېلىنغان سۇغا سېلىپ يەنە قاينىتىپ ، ئۇستىگە شېكەر سېلىپ پەس ئوتتا ئۈزاقراق قاينىتىپ ، تاكى قىيام ھېلىلىنىڭ ئىچ ـ ئىچىگە ئۆتكەن ۋاقىتدا قىيامنى تەڭشەپ ، ئوتنى توختىتىپ ئېلىپ تەييارلىنىدۇ . تەبئىتى قۇرۇق سوغۇق .

تەسىرى : قەۋزىيەتنى راۋانلاشتۇرىدۇ ، مېڭىنى قۇۋۋەتلەيدۇ ، ھەزىمنى ياخشىلايدۇ .

ئىشلىتىلىشى : مېڭە قان تومۇر كېسەللىكلىرى ، نېرۋا ئاجىزلىق ، قەۋزىيەت ، ھەزىمنىڭ ئاجىزلىقى قاتارلىق كېسەللەرگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : كۈندە 3 قېتىم تاماقتىن بۇرۇن 1 دانە ھېلىلىنى شۇمۇپ سۈيىنى يۇتىدۇ .

# رەۋغەنلەر

**278 - نۇسخا : رەۋغېنى ئامىلە**

تەركىبى : ئاقلانغان ئامىلە ، ئاس يۇپۇرمىقى ، قارا ھېلىلە تەڭ مىقدارىدا .

تەييارلىنىشى : دورىلارنى تەمى تولۇق چىققۇچە قاينىتىپ ، تىرىپىنى سۈزۈپ ئېلىۋېتىپ، مەلۇم مىقدارىدا كۈنجۈت يېغى ئارىلاشتۇرۇپ، سۇ قىسمى پارغا ئايلانغانغا قەدەر قايىنتىپ تەييارلىنىدۇ . تەبىئىتى ئىسسىق .

تەسىرى : چاچنى قارايتىپ ، چاچ چۈشۈشنىڭ ئالدىنى ئالىدۇ ، چاچنى كۆچلەندۈرۈپ پارقىرىتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : يۇقىرىقى مەقسەتتە سىرتىدىن چېپىشقا ئىشلىتىلىدۇ .

**279 - نۇسخا : رەۋغېنى ئازاراقى**

تەركىبى : كۈچۈلا 1 كىلوگرام ، كۈنجۈت يېغى 2 كىلوگرام .

تەييارلىنىشى : كۈچۈلىنى 5 كىلوگرام قاينىق سۇغا بىر سوتكا چىلاپ ، 1 كىلوگرام سۈيى قالغۇچە قاينىتىپ سىقىپ ئېلىۋېتىپ ، سۈيىگە كۈنجۈت يېغىنى قۇيۇپ ، سۈيى تۈگىگۈچە قايىنتىپ تەييارلىنىدۇ . تەبىئىتى ئىسسىق .

تەسىرى : پەينى چىكىتىدۇ ، ئاغرىق قالدۇرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : بەلغەمدىن بولغان پالەچ ، لەقۋا ، مۇپاسسىلارغا سىرتىدىن ئىشلىتىلىدۇ .

**280 - نۇسخا : رەۋغېنى ئەقرەب**

تەركىبى : رەۋەن ، سۆئىدى كۆپى ، جىنتىيانا ، بىخ كەبىر 120 گرامدىن ، ئاچچىق بادام يېغى 280 گرام .

تەييارلىنىشى : دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ تاسقاپ ، ياغقا

ئارىلاشتۇرۇپ ، شېشىگە قاچىلاپ ئاپتاپتا قويۇپ ، تەرىك چايغاندىن 10 دا-
نىنى شېشىگە سېلىپ ، ئاغزىنى مەھكەم ئېتىپ ئاپتاپتا بىرنەچچە كۈن
قويۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى: بۆرەك، دوۋساق، ئۆتتىكى تاشنى پارچىلاپ چۈشۈرىدۇ.

ئىشلىتىلىشى : يۇقىرىقى تەسىردە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : مۇۋاپىق مىقداردا ئىچىشكە ۋە سىرتىدىن
چېپىشقا بېرىلىدۇ .

**281 ـ نۇسخا : رەۋغىنى بادام شېرىن**

تەركىبى : بادام مېغىزىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ، ياغ
تارتىلىدۇ . تەبئىتى ھۆل ئىسسىق .

تەسىرى : مېڭىدىكى قۇرۇقلۇقنى يوقىتىپ ، ھۆللۈك پەيدا قىلى-
دۇ ، سەرسام ، قۇرۇقلۇق يەتكەندىن كېيىن بولغان پەي تارتىشىشلارنى
داۋالايدۇ ، ئۈيقۇسىزلىقنى قالدۇرىدۇ ، قۇلاق ئاغرىقىنى پەسەيتىدۇ ، قۇ-
سۇشنى توختىتىدۇ ، دوۋساقتا قۇم ، تاش تۇرۇۋېلىش سەۋەبلىك سۈيدۈك
خىرەلىشىشلەرنى داۋالايدۇ . بالىياتقۇ كېسەللىكلىرىگە پايدا قىلىدۇ ، كونا
يۆتەل ، دەم سىقىلىش ، غالجىر ئىت چىشلىگەنلەرنى داۋالايدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ئىچۈرۈش ، يېغىلاش ، تېمىتىش ئارقىلىق
ئىشلىتىلىدۇ .

ئەكس تەسىرى : ئۇچەينى ئاجىزلاشتۇرىدۇ .

تۇزەتكۈچىسى : مەستىكى .

**282 ـ نۇسخا : رەۋغىنى بادام تەلخ**

تەركىبى : ئاچچىق بادام مېغىزىدىن ئېھتىياجغا لايىق ئېلىنىدۇ .

تەييارلىنىشى: يۇقىرىقى بىلەن ئوخشاش. تەبئىتى قۇرۇق ئىسسىق.

تەسىرى : سوغۇقتىن بولغان باش ئاغرىقىنى پەسەيتىدۇ . يېيىلسە
ياكى زەكەر تۆشۈكىگە تېمىتىلسا ، سۈيدۈك يولىدىكى تاشلارنى پارچىلاپ
چۈشۈرىدۇ . قۇلاق تۆشۈكىگە تېمىتىلسا ، قۇلاق ئاغرىقىنى پەسەيتىدۇ .
يېيىلسە ، قۇلىنجىنى داۋالايدۇ .

ئىشلىتىلىشى : سىرتىدىن ياغلاش ، ئىستېمال قىلىش ، تېمىتىش ئۇسۇلى بويىچە ئىشلىتىلىدۇ .

**283 - نۇسخا : رەۋغېنى بەيزە**

تەركىبى : تۇخۇم سېرىقى 30 دانە ، تۆمۇر كېپسكى ، ھەببۇلئاس يوپۇرمىقى 30 گرامدىن ، زەيتۇن يېغى 750 گرام ، قوغۇن 1 دانە .

تەسىرى : چاچ ئۇندۇرۇش ، كېپەكنى يوقىتىش ئۇنۇمىگە ئىگە .

تەييارلىنىشى : تۇخۇم سېرىقىنى زەيتۇن يېغىدا كۆيدۈرۈپ ، تۆمۇر كېپسكى بىلەن ھەببۇلئاسنى سىقىلغان قوغۇننىڭ سۈيىگە چىلاپ ، ئاندىن ھەممىسىنى بىرلەشتۈرۈپ سۈيى تۈگەپ يېغى قالغۇچە قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : يۇقىرىقى تەسىردە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : سىرتىدىن سۈركىلىدۇ .

**284 - نۇسخا : رەۋغېنى پۈجەل ( تۈرۈپ سۈيىنىڭ يېغى )**

تەركىبى : تۈرۈپ سۈيى 600 مىللىلىتىر ، كۈنجۈت ياكى زەيتۇن يېغى 200 مىللىلىتىر .

تەييارلىنىشى : تۈرۈپ سۈيىنى كۈنجۈت ياكى زەيتۇن يېغى بىلەن سۈيى تۈگىگۈچە قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ . تەبئىتى ئىسسىق .

تەسىرى : ئاغرىق پەسەيتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : سوغۇقتىن بولغان قۇلاق ئاغرىقلىرىغا بېرىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : ئەھۋالغا قاراپ قۇلاققا بىر - ئىككى تېمىمدىن تېمىتىلىدۇ .

**285 - نۇسخا : رەۋغېنى دەھتۇرە ( ئىت ياڭقى ئۇرۇقى يېغى )**

تەركىبى : ئىت ياڭقى ئۇرۇقى مۇۋاپىق مىقداردا .

تەييارلىنىشى : قائىدە بويىچە رەۋغەن تەييارلىنىدۇ . تەبئىتى قۇرۇق سوغۇق .

تەسىرى : ئاغرىق پەسەيتىش ، تىنچلاندۇرۇش ، ئۇخلىتىش ، ئىششىق ياندۇرۇش ، سوغۇق ماددىلارنى تارقىتىش ئۇنۇمىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : رېماتىزم ، ئىستىرخا ، پالەچ ، سۈرئىتى ئىنزال ، ئۈيقۇسىزلىق كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش ئۇسۇلى : سىرتىدىن مايلاشقا بېرىلىدۇ .

**286 - نۇسخا : رەڭنى دوپ ( ئېيىق يېغى )**

تەييارلىنىشى : ئېيىقنىڭ يېغىنى ئاپتاپتا ئېرىتىپ ياكى قازانغا سېلىپ ئېرىتىپ تەييارلىنىدۇ . تەبىئىتى قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : مۇپاسىل ، بېغىش ئاغرىقلىرىغا مەنپەئەت قىلىدۇ ، تار-تىشىپ قالغان پەيلەرنى يۇمشىتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : كونا مۇپاسىل ئاغرىقلىرى ، پەي تارتىشىپ قالغان كېسەللەرگە بېرىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش ئۇسۇلى : سىرتىدىن ئەھۋالغا قاراپ چېپىلىدۇ .

**287 - نۇسخا : رەڭنى سەۋم**

تەركىبى : ھۆل سامساق 400 گرام ، پىلپىل 20 گرام ، پەرپىيۇن ، سۇزاپ ئۇرۇقى ، ئاقىرقەرھا 10 گرامدىن ، كۆنجۈت يېغى 500 گرام .

تەسىرى : مۇپاسىل ئاغرىقلىرى ، پۇت - قوللارنىڭ پەيلىرى بوشىشىپ كېتىش ، سوغۇقتىن بولغان بەل ، پۇت ، قوللارنىڭ ئاغرىقىنى قالدۇرۇش ئۈنۈمگە ئىگە . تەبىئىتى قۇرۇق ئىسسىق .

ئىشلىتىلىشى : بەلغەمدىن بولغان مۇپاسىل ئاغرىقلىرى ، ئەزالارنى قىزىتىش ، پۇت ، قوللارنىڭ ئاغرىقىنى پەسەيتىش ، پالەچ ، لەقۋالارنى داۋالاش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش ئۇسۇلى : سىرتىدىن ياغلاشقا بېرىلىدۇ .

**288 - نۇسخا : رەڭنى سۇزاپ**

تەركىبى : سۇزاپ سۇيى 420 گرام ، قىزىل قىچا ، ئاق قىچا ، ئاقىرقەرھا 3 گرامدىن ، كۆنجۈت يېغى ، زەيتۇن يېغى 265 گرامدىن .

تەييارلىنىشى : دورىلارنى سۇزاپ سۇيىگە چىلاپ ، كۆنجۈت ۋە زەيتۇن ياغلىرىنى قۇيۇپ ، سۇيى پارغا ئايلىنىپ بولغۇچە قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ . تەبىئىتى ئىسسىق .

تەسىرى : باش ئاغرىقى ، تۇتقاقلىق كېسەللىكىنى داۋالايدۇ . ھەيز ۋە سۈيدۈكنى راۋان قىلىدۇ ، يەللەرنى تارقىتىدۇ ، قۇلاق ئاغرىقىنى پەسەيتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : يۇقىرىقى تەسىردىن پايدىلىنىش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش ئۇسۇلى : سىرتىدىن چېپىشقا بېرىلىدۇ .

**289 ـ نۇسخا : رەۋغىنى شۇنىز ( سيادان يېغى )**

تەركىبى : سيادان 60 گرام ، ئاچچىق بادام يېغى 90 گرام .

تەييارلىنىشى : سيادانىنى سوقۇپ ، ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ . تەبئىتى قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : چاچ ئاقىرىشىنىڭ ئالدىنى ئېلىش ، باشتىكى كېپەكنى يوقىتىش ، چاچ چۈشۈشنى چەكلەپ ، چاچ ئۇندۇرۇش ئۇنۇمىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : يۇقىرىقى تەسىردىن پايدىلىنىش مەقسىتىدە ، شۇنداقلا پالەچ ، لەقۋا ، تەشەننۇجلارنى داۋالاشتا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش ئۇسۇلى : سىرتىدىن چېپىشقا بېرىلىدۇ .

**290 ـ نۇسخا : رەۋغىنى قىروتى**

تەركىبى : ئاق موم 10 گرام ، كۈنجۈت يېغى 20 گرام ، توخۇ يېغى 50 گرام ، بادام يېغى 10 گرام ، كالا يىلىكى 40 گرام .

تەييارلىنىشى : ھەممىسىنى بىللە ئېرىتىپ ، ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ . تەبئىتى ھۆل ئىسسىق .

تەسىرى : پۇت ـ قوللارنىڭ پەيلىرى تارتىشىۋالغان كېسەللەرنى ساقايتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : تەشەننۇج كېسەللىكىدە سىرتىدىن ياغلاشقا بېرىلىدۇ ، مۇپاسىل ئاغرىقلىرى ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش ئۇسۇلى : سىرتىدىن ياغلاشقا بېرىلىدۇ .

**291 ـ نۇسخا : رەۋغىنى قۇسىتە**

تەركىبى : قۇسىتە 30 گرام ، پىلپىل ، پەرپىيۇن ، ئاقىرقەرھا 12

گرامدىن ، قۇندۇز قەھرى 6.5 گرام ، كونا مۇسەللەس 300 گرام ، زەيتۇن ياكى كۇنجۇت يېغى 150 گرام .

تەييارلىنىشى : قۇستە ، پىلپىل ، ئاقىرقەرھالارنى چالا سوقۇپ ، مۇسەللەسكە بىر سوتكا چىلاپ ، 150 گرام قالغۇچە قايىنىتىپ ، سۈزۈغاندىن كېيىن دورا تىرىپلىرىنى سۈزۈۋېلىپ ، كۇنجۇت يېغى ياكى زەيتۇن يېغىنى قۇيۇپ ، مۇسەللەس پارغا ئايلىنىپ ياغلار قالغۇچە قايىنىتىپ ، قۇندۇز قەھرى بىلەن پەرپىيۇننى يۇمشاق سوقۇپ تالقانلاپ ، قازاندىكى ياغلار بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ، دورا سوۋۇغاندىن كېيىن 1 قېتىم سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ . تەبئىتى قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : ئاغرىق پەسەيتىدۇ ، پەينى چىكتىدۇ ، چاچنى قارايتىدۇ ، ئاشقازان ، جىگەرنى قۇۋۇتلەيدۇ .

ئىشلىتىلىشى : لەقۋا ، پالەچ ، مۇپاسىل ، ئاشقازان ـ جىگەر ئاغرىقى ، ئاق چاچلارغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش ئۇسۇلى : سىرتىدىن ئاغرىق جايغا چېپىلىدۇ .

**292 ـ نۇسخا : رەۋغىنى قەلەمپۇر**

تەركىبى : قەلەمپۇر 280 گرام ، تۇز 24 گرام ، سۇ 1680 مىللىلىتىر .

تەييارلىنىشى : رەۋغەن تەييارلىنىدۇ . تەبئىتى قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : نېرۋىنى قۇۋۇتلەيدۇ ، ئاغرىق پەسەيتىدۇ ، گۆش ئۇندۇرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : سوغۇقلۇقتىن بولغان جىگەر ، ئاشقازان ، ئۇچەي ، يۇرەك ، مېڭە كېسەللىكى ، كۆزنىڭ كۆرۈش كۈچى ئاجىزلاش ، رېماتىزم ئاغرىقلىرى ، پەتەق ( گىرىژ ) ، چىش ئاغرىقى ، سەۋدا كېسەللىكلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : سىرتىدىن ياغلاشقا بېرىلىدۇ ، كۆز كېسەللىكى ئۈچۈن ئاز مىقدارda يېيىشكە بېرىلىدۇ .

**293 ـ نۇسخا : رەۋغىنى كەدۇ ( قاپاق يېغى )**

تەركىبى : خام قاپاقنى ئاقلاپ ، سوقۇپ سىقىپ سۈيىنى ئېلىپ ، 4

ھەسسسسسسگە 1 ھ، سسە كۈنجۈت يېغى ئارىلاشتۇرۇپ ، سۇيى تۆگىگۈچە قاينىتىپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : ئۇيقۇ كەلمەسلىك ، سەپرا ۋە سەۋدادىن بولغان مېڭىگە قۇرۇقلۇق يېتىشلەرنى تۈزىتىپ ، مېڭىگە ھۆللۈك يەتكۈزىدۇ . سەرسام ، مالىخوليالارنى داۋالايدۇ .

ئىشلىتىلىش ئۇسۇلى : سىرتىدىن ياغلاشقا ، قۇلاققا تېمىتىشقا بېرىلىدۇ .

**294 - نۇسخا : رەۋغىنى مەستەكى**

تەركىبى : مەستەكى 30 گرام ، زەيتۇن يېغى 150 گرام .

تەسىرى : ئاشقازاننى قۇۋۇتلەپ ، تاماق سىڭدۈرىدۇ . تەبئىتى قۇرۇق ئىسسىق .

ئىشلىتىلىشى : ئاشقازان يالليۇغى ، ئىشتىھاسىزلىق ، باللارنىڭ سوغۇقلۇقى ئېشىپ مەيدىسىدىن سۇ يانىدۇرۇشنى داۋالاش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش ئۇسۇلى : سىرتىدىن ياغلاشقا ياكى تاماققا تېمىتىپ يېيىشكە بېرىلىدۇ .

**295 - نۇسخا : رەۋغىنى مۇر ( چۈمۈلە يېغى )**

تەركىبى : سېرىق چۈمۈلە 1000 دانە ، رەۋغىنى ئازاراقى 90 گرام .

تەييارلىنىشى : چۈمۈلىدىن كۆرسىتىلگەن مىقداردا ئېلىپ ، شېشىگە سېلىپ ، ئۇستىگە ئازاراقى يېغىدىن قۇيۇپ ، 21 كۈن يازنىڭ ئاپتىپىغا سېلىپ ، چۈمۈلىنى سىقىپ ئېلىۋېتىپ تەييارلىنىدۇ . تەبئىتى قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : چايان ، كۆكپىت ، يىلان ، ھەرنىڭ زەھىرىنى قايتۇرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : يۇقىرىقى تەسىردىن پايدىلىنىش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ . ئۇنىڭدىن باشقا ، قۇلاق ئاغرىقى ، گاسلىق ، چاچ ئۇندۇرۇش ، بەرەسكە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش ئۇسۇلى : سىرتىدىن ياغلاشقا ۋە قۇلاققا تېمىتىشقا بېرىلىدۇ .

**296 - نۇسخا : رەڭنىڭ مۇرەككەپلىكى**

تەركىبى : قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى ، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى ، بادام مېغىزى ، خەشخاش ئۇرۇقى ، قاراسۇنا ئۇرۇقى تەڭ مىقداردا . تەبىئىتى سوغۇق .

تەسىرى : مېڭىگە ھۆللۈك يەتكۈزۈش ، قۇرۇقلۇقنى يوقىتىش ، ئىسسىقلىقتىن بولغان باش ئاغرىقنى قالدۇرۇش ئۇنۇمىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : يۇقىرىقى تەسىردىن پايدىلىنىش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش ئۇسۇلى : سىرتىدىن ياغلاشقا بېرىلىدۇ .

**297 - نۇسخا : رەڭنىڭ ۋەرد**

تەركىبى : گۈل يېغى ، كۈنجۈت يېغى مۇۋاپىق مىقداردا .

تەييارلىنىشى : قىزىلگۈلنى كۈنجۈت يېغىغا سېلىپ قاينىتىپ ، تەمى چىقىپ بولغاندىن كېيىن گۈل تېرىپىنى سۈزۈۋېتىپ تەييارلىنىدۇ . تەبىئىتى مۆتىدىل .

تەسىرى : ئومۇمىي بەدەننى كۈچلەندۈرىدۇ ، بۈزۈق خىلتىلارنى ھەيدەيدۇ ، ئاغرىق پەسەيتىدۇ ، ئىسسىقلىقتىن بولغان باش ئاغرىقنى پەسەيتىدۇ ، ئۇيقۇسىزلىقنى ياخشىلايدۇ ، چىش ئاغرىقنى قالدۇرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : يۇقىرىقىغا ئوخشاش .

ئىشلىتىلىش ئۇسۇلى : سىرتىدىن ياغلاشقا ۋە دورىلارغا قوشۇپ ئىچىشكە بېرىلىدۇ .

## مەلھەم

**298 - نۇسخا : مەلھەمنىڭ ئاتىلىشى**

تەركىبى : يۇيۇلغان تۆتىيايى ھىندى 60 گرام ، سىر ( شېڭرېپ )

30 گرام ، چۆبچىنى 2 گرام ، ئوتقا كۆمۈپ پىشۇرۇلغان تۇخۇم ۋ برىقى مەلۇم مىقدارىدا .

تەييارلىنىشى : قائىدە بويىچە مەلھەم تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : سىفلىسنى داۋالايدۇ .

ئىشلىتىلىش ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ سىرتىدىن ئىشلىتىلىدۇ .

**299 - نۇسخا : مەلھىمى ئەمراز**

تەركىبى : سۇ تەگمىگەن ھاك 160 گرام ، تاش كۆمۈر 320 گرام ، كۆيدۈرۈلگەن كۆكتاش 120 گرام ، گۈڭگۈرت 600 گرام ، سىماب 40 گرام ، قوي يېغى 2.7 كىلوگرام ، قىچا يېغى 900 گرام .

تەييارلىنىشى : سىمابنى گۈڭگۈرت بىلەن ئۆلتۈرۈپ ، باشقا دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، قوي يېغىنى ئېرىتىپ ، سۈزۈغاندىن كېيىن دورىلارنى تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم قىلىنىدۇ . تەبئىتى قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : جاراھەتتىكى سۈيىنى تارتىش ۋە كۆيدۈرۈش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ھەر خىل تەمرەتكە ، قىچىشقاق ، تاز ، يەل جاراھەتلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : ئەھۋالغا قاراپ سىرتىدىن كۈندە 1 ــ 2 ۋاخ سۈركەشكە بېرىلدۇ .

**300 - نۇسخا : مەلھىمى بەيزە**

تەركىبى : تۇخۇم سېرىقى 20 دانە ، قارا كۈنجۈت ، سىياداڭ ، قىرىل قىچا ، قەلەمپۇر 100 گرامدىن ، قوي يېغى 1.5 كىلوگرام .

تەييارلىنىشى : قوي يېغىنى كۈنجۈت يېغىدا ئېرىتىپ ، تۇخۇم سېرىقىنى كۆيدۈرۈپ ، يېغى چىقىپ بولغاندىن كېيىن چىگدىكىنى سۈزۈپ ئېلىۋېتىپ ، باشقا دورىلارنى سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم قىلىنىدۇ . تەبئىتى ئىسسىق .

تەسىرى : رېماتىزمدىن بولغان قول ، پۇت ، بەل ئاغرىقلىرىنى

قالدۇرىدۇ ، پۇتلارنىڭ ئېغىرلىقىنى يەڭگىللىتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : سوغۇقتىن بولغان بەل ، پۇت ، قول ئاغرىقى ، ئايالارنىڭ دوۋسۇن قىسمى ئاغرىش ، بالىلارنىڭ سوغۇقلۇقى ئېشىپ ئېغىزىدىن شال ئېقىش ، يەرلىك ئورۇننى قىزىتىش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش ئۇسۇلى : سىرتىدىن ياغلاشقا ئىشلىتىلىدۇ .

**301 - نۇسخا : مەلھەمى پەرپىيۇن**

تەركىبى : نۆشۈدۇر 200 گرام ، دەن مېغىزى 35 گرام ، پەرپىيۇن ، ئاقىرقەرھا 10 گرامدىن ، كۈچۈلا يېغى 500 گرام .

تەييارلىنىشى : دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ تاسقاپ ، كۈچۈلا يېغىدىن ئازراقنى ھاۋانچىغا قۇيۇپ ، ئۈستىگە دەن مېغىزىنى سېلىپ ئوبدان ئېزىپ خېمىر قىلىپ ، قالغان تالقان دورىلارنى ۋە كۈچۈلا يېغىنى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ . تەبىئىتى قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : تېرىنى قۇرۇتۇش ۋە قىزىتىش ، ئاغرىق پەسەيتىش ئۇنۇمىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ئاقكېسەل ، پالەچ ، لەقۋا كېسەللىكلىرىنى داۋالاشتا سىرتىدىن چېپىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش ئۇسۇلى : كېسەلنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ ئىشلىتىلىدۇ .

**302 - نۇسخا : مەلھەمى جازىبە**

تەركىبى : قومۇشنىڭ قۇرۇق يىلتىزى ، ئۇزۇنچاق زىراۋەندىدىن تەڭ مىقداردا ، ھەسەلدىن مەلۇم مىقداردا .

تەييارلىنىشى : ئىككى خىل دورىنى يۇمشاق سوقۇپ تالقانلاپ ، ھەسەل بىلەن مەلھەم قىلىپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : ئادەم بەدىنىدە توختاپ قالغان ئوق ، مېتال ۋە تىكەنلەرنى تارتىپ چىقىرىدۇ .

ئىشلىتىلىش ئۇسۇلى : يەرلىك ئورۇنغا سىرتىدىن سۈركىلىدۇ .

**303 - نۇسخا : مەلھەمى داخلىيۇن I**

تەركىبى : مەدەستان 80 گرام ، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ، ئىسپىغۇل ،

كاللەكبەسەي ئۇرۇقى ، ھەمىشە باھار ئۇرۇقى ، شۇمشە ئۇرۇقى ، زىغىر 30 گرامدىن ، كۇنجۇت يېغى 160 گرام .

تەييارلىنىشى : مەدەستانىنى يۇمشاق سالايە قىلىپ ، ئۇرۇق دورىلارنى پاكىز تازىلاپ ، سۇغا بىر سوتكا چىلاپ قويۇپ ، پاكىز داكىغا ئوراپ سىقىپ لۇئابنى چىقىرىپ ، كۇنجۇت يېغىنى قىزىتىپ ، سوۋۇغاندىن كېيىن دورىلارنى سېلىپ تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم قىلىندۇ . تەبىئىتى مۆتىدىل .

تەسىرى : ئىششىق ياندۇرىدۇ ، ئاغرىق پەسەيتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ھەر خىل ئىششىق ، غەلۋىرەك ، خانازىرلارغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ سىرتىدىن ئىشلىتىلىدۇ .

**304 - نۇسخا : مەلھىمى داخليۇن II**

تەركىبى : مەدەستان ، كونا زەيتۇن يېغى 90 گرامدىن ، ئاق لەيلى گۈلى ، زىغىر ، ئىسپىغۇل ، ھەببۇلئاس ، شۇمشە 20 گرامدىن .

تەييارلىنىشى : مەلھەم تەييارلاش قائىدىسى بويىچە تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : جاراھەتلەرنى ئېغىز ئالدۇرۇپ يىرىكنى تازىلاش ، گۆش ئۇندۇرۇش ، جاراھەتنى پۈتتۈرۈش ، ئىششىقنى ياندۇرۇش ، ئاغرىق پەسەيتىش ، لىمفا سىللىرىنى ئېغىز ئالدۇرۇش ، مونەك ۋە قاداقلارنى يۇمشىتىش ، پوقاقنى كىچىكلىتىش ، تارتىشۋالغان پەيلەرنى بوشىتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىش ئۇسۇلى : سىرتىدىن يەرلىك ئورۇنغا ئەھۋالغا قاراپ چېپىلىدۇ .

**305 - نۇسخا : مەلھىمى رال**

تەركىبى : ئاق موم 100 گرام ، كافۇر ، رال ، كات ھىندى 25 گرامدىن ، سېرىق ياغ 100 گرام .

تەييارلىنىشى : سېرىق ياغ بىلەن ئاق مومنى قازاندا ئېرىتىپ ، ياغ سوۋۇغاندىن كېيىن رالنى سېلىپ ، ئاندىن سوقۇلغان كات ھىندىنى سېـ

لىپ تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ ، ئەڭ ئاخىردا كاۋۇرنى سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ . تەبىئىتى مۆتىدىل .

تەسىرى : يىرىڭ يوقتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ھەر خىل كونا يىرىڭلىق جاراھەتلەرنىڭ يىرىڭلىرىنى يوقىتىش ، سۈيىنى ئازايتىش ، گۆش ئۇندۇرۇش ۋە ئاقما ، جاراھەت ، يەرلىك يارا قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش ئۇسۇلى : كونا يىرىڭلىق جاراھەتلەرگە ئۇچ كۈنگىچە كۆيدۈرۈلگەن فۇفىل قوشۇپ چېپىلىدۇ . ئۇچ كۈندىن كېيىن دورىنىڭ ئۆزى چېپىلىدۇ .

**306 - نۇسخا : مەلھەمى زەنكار**

تەركىبى : زەنكار 100 گرام ، ئەنزۇرۇت ، ئۇشەق 50 گرامدىن ، ھەسەل 200 گرام . تەبىئىتى مۆتىدىل .

تەسىرى : كۆز كېسەللىكلىرىنى ياخشىلاش ئۇنۇمىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : كۆزنىڭ ئۇجمىسىمان ئۆسمىسىگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش ئۇسۇلى : 1 ياكى 2 قېتىم كۆزگە تارتىلىدۇ .

**307 - نۇسخا : مەلھەمى شىگرىپ I**

تەركىبى : قىزىل سىر 24 گرام ، مەدەستان 15 گرام ، كۈندۇر ، بارىزەت ، ئۇشەق ، ئاق موم 30 گرامدىن ، ئىلكولىبەتەم 18 گرام ، زەيتۇن يېغى ، كۈنجۈت يېغى 150 گرامدىن .

تەييارلىنىشى : دورىلار تالقانلىنىپ ، ياغلار بىلەن ئارىلاشتۇرۇلۇپ مەلھەم قىلىنىدۇ .

تەسىرى : ئىششىق ياندۇرىدۇ ، راك ، لىمفا سىلىنى داۋالاشتا ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ . كونا بۆرەك ئىششىقىنى داۋالايدۇ .

ئىشلىتىلىش ئۇسۇلى : سىرتىدىن چېپىلىدۇ .

**308 - نۇسخا : مەلھەمى شىگرىپ II**

تەركىبى : شىگرىپ 320 گرام ، كۇجا ، ئاق موم ، سوپۇن 400 گرامدىن ، سۇ يېغى 8 كىلوگرام .

تەييارلىنىشى : ياغنى قازانغا قۇيۇپ ، ئاق موم ، كۆجىلارنى قازانغا سىلىپ ئېرىتىپ ، سوپۇننى ئاز - ئازدىن قىرىپ قازانغا سىلىپ ، ياغ سوۋۇغاندا سالايە قىلىنغان شىكىرنىنى ياغ ئۈستىگە سىلىپ تەكشى ئىلاشتۇرۇپ مەلھەم تەييارلىنىدۇ . تەبىئىتى مۆتىدىل .

تەسىرى : جاراھەتلەرنى يۇمشىتىدۇ ۋە ئېغىز ئالدۇرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : چىيقان ، غەلۋىرەك ۋە ھەر خىل يىرىڭلىق جاراھەتلەرنىڭ ئىششىقىنى ياندۇرۇش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش ئۇسۇلى : جاراھەتنىڭ چوڭ - كىچىكلىكىگە قاراپ سىرتىدىن چېپىلىدۇ .

**309 - نۇسخا : مەلھەمى شىقاق**

تەركىبى : ھەسەل ، ۋازىلىن 500 گرامدىن .

تەييارلىنىشى : ھەسەلنى ئېرىتىپ ، ۋازىلىننى سىلىپ مەلھەم قىلىنىدۇ . تەبىئىتى ئىسسىق .

تەسىرى : قول - پۇتلارنىڭ يېرىلىشىنى ياخشىلايدۇ .

ئىشلىتىلىشى : قول - پۇت ، تاپان يېرىلىشىنى ياخشىلاش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ كۈندە 1 — 2 ۋاخ سىرتىدىن سۈركەشكە يېرىلىدۇ .

**310 - نۇسخا : مەلھەمى كىبرىت**

تەركىبى : كىبرىت 20 گرام ، قوي يېغى 60 گرام ، قىچا يېغى 20 گرام .

تەييارلىنىشى : قىچا بىلەن كىبرىتنى يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ئېرىتىلگەن قوي يېغى بىلەن تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم تەييارلىنىدۇ . تەبىئىتى قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : ھەر خىل ھۆل تەمرەتكە ، سۇلۇق جاراھەتلەرنىڭ سۈيىنى يوقىتىدۇ . سۇلۇق ۋە يىرىڭلىق قىچىشقاقنىڭ قىچىشىنى پەسەيتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : سۇلۇق ۋە يىرىڭلىق قىچىشقاقلارنىڭ سۈيىنى ۋە يىرىڭنى يوقىتىش ، قىچىشىنى پەسەيتىش ، قىزىل تەمرەتكە ۋە ھۆل تەمرەتكىلەرنى يوقىتىش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ كۈندە 3 ـــ 4 ۋاخ سىرتىدىن ياغلىنىدۇ .

**311 - نۇسخا : مەلھەمى مۇھەللل**

تەركىبى : شۇمشە ، زىغىر ، ئارپا ئۇنى ، ئاق لەيلى گۈلى 9 گرام دىن ، پۈنۈس ، خىيارشەنبەر 15 گرامدىن ، گۈل ياكى زەيتۇن يېغى ، ئابدىمىلىك يېغى مەلۇم مىقداردا .

تەييارلىنىشى : ئالدىنقى ئۈچ خىل دورىنى تالقانلاپ ، چامغۇر سۈيىدە ياكى تۇرۇپ سۈيىدە قاينىتىپ ، ئۇستىدىن پۈنۈس ، خىيارشەنبەرلەرنى ئارىلاشتۇرۇپ يەنە قاينىتىپ ، ياغ دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : ئىششىق جاراھەتلەرنى يۇمشىتىپ ئېغىز ئالدۇرىدۇ .

ئىشلىتىلىش ئۇسۇلى : يەرلىك ئورۇنغا سۈركىلىدۇ .

**312 - نۇسخا : مەلھەمى مەدەستان**

تەركىبى : مەدەستان 23 گرام ، زەيتۇن يېغى ، كۈندۇر ، بارزەت ، ئەنزۇرۇت ، خۇنسياۋشان ، زىپتىيابەس 6 گرامدىن .

تەييارلىنىشى : مەدەستاننى يۇمشاق سوقۇپ زەيتۇن يېغىدا قاينىتىپ پىشۇرۇپ ، ئۇستىدىن قالغان دورىلارنى تالقانلاپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : جاراھەتلەرنى گۆش ئۇندۇرۇپ پۈتتۈرۈشتە ئۇنۇمى ئىنتايىن ياخشى .

ئىشلىتىلىش ئۇسۇلى : سىرتىدىن سۈركىلىدۇ .

**313 - نۇسخا : مەلھەمى نەۋرە**

تەركىبى : مۇدەببەر قىلىنغان ھاك 100 گرام ، زىغىر يېغى ياكى گۈل يېغى 900 گرام ، كافۇر 15 گرام .

تەييارلىنىش : ھاكىنى يۇمشاق سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ياغنى قىزىتىپ ، كافۇرنى سېلىپ ئېرىتكەندىن كېيىن ، ئۇستىگە مۇدەببەر قىلىنغان ھاكىنى سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : ھەر خىل تېپتىكى كۆيۈكلەرنى داۋالايدۇ ، جاراھەتـ لەرنىڭ ئاغرىقىنى پەسەيتىدۇ ، قىزىتمىنى چۈشۈرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : چوڭ ـ كىچىك كۆيۈك ۋە جاراھەتلەرگە سىرتىدىن چېپىشقا ئىشلىتىلىدۇ .

## زىمادلار

**314 ـ نۇسخا : زىمادى ئىسپىغۇل**

تەركىبى : كۆكنار ، ئىسپىغۇل تەڭ مىقداردا ، گۈل يېغى ئاز مىقداردا .

تەييارلىنىشى : ئىككى خىل دورىنى تەمى تولۇق چىقىپ بولغۇچە قاينىتىپ ، ئۇستىدىن گۈل يېغىنى تېمىتىپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : ھەر خىل ئىششىقلارنى ياندۇرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : يۇقىرىقى تەسىرىدىن پايدىلىنىش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش ئۇسۇلى : سىرتىدىن چېپىلىدۇ .

**315 ـ نۇسخا : زىمادى بەرەس**

تەركىبى : مىس كېپىكى ، زەرنىخ ، شىتىرەنج ھىندى ، ھاك ، زىراۋەندە ، باپچى ھەر بىرى 50 گرامدىن ، سىركە 600 گرام .

تەييارلىنىشى : دورىلارنى چالا سوقۇپ ، سىركىگە چىلاپ 10 كۈن تۇرغۇزۇپ ، سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : ئېرىگە رەڭ بېرىش ، ئېرىنى قىزارتىش ، ئېرىگە خال چۈشۈشنى تېزلىتىش ئۇنۇمىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ئاقكېسەلگە ئىشلىتىلىدۇ . ئاساسلىقى سىرتقى بە-

دەندىكى ئالا - بۇلماچ داغلارنى بويىاش ئۈچۈن قوللىنىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ كۈندە 1 ـــ 2 قېتىم كېسەل ئورۇنغا سۈركىلىدۇ .

**316 - نۇسخا : زىمادى پەتەق**

تەركىبى : مەستىكى رۇمى ، ئەنزۇرۇت ، كۈندۇر ، جويۇز ، قارەغاي يوپۇرمىقى ، ئاقاقىيا ، ئانارگۈلى ، مۇرمەككى ، زەمچە ، پىرسىياۋشان ، رۇسۇت ، ئارچا مېۋىسى ، سەبرە سۇقۇتىرى ھەر بىرى 10 گرامدىن ، بېلىق يېغى 60 گرام .

تەييارلىنىشى : دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ، بېلىق يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : ئىچكى جاراھەتلەرنى پۈتتۈرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : پەتەق كېسەللىكىگە ئىشلىتىلىدۇ . سىرتىدىن چېپىپ ، ئۈستىگە ماي سىڭمەس قەغەز قويۇپ تېڭىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : ئەھۋالغا قاراپ ئىشلىتىلىدۇ . 2 كۈندە 1 قېتىم يۆتكەپ تۇرۇلىدۇ .

**317 - نۇسخا : زىمادى خانازىر**

تەركىبى : ئىككىلمىلىك ، كات ھىندى ، زىغىر ، مۇرمەككى ، سەبرە ھەر بىرى 15 گرامدىن ، زىراۋەندە ، پىلپىل ، قەسىۋۇسزەررە ، ئۇشۇق ، مۇقىل ، قارىمۇچ ، ھىلە ، ئاچچىق قۇستە ، پەرپىيۇن ، شۇمشە ئۇرۇقى ، پىننە ھەر بىرى 10 گرامدىن ، گۈل يېغى مۇۋاپىق مىقداردا .

تەييارلىنىشى : ھەممە دورىلارنى سوقۇپ ، گۈل يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : ئىششىق ياندۇرىدۇ ، ئاغرىق پەسەيتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : خانازىرغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق ئىشلىتىلىدۇ .

**318 - نۇسخا : زىمادى شۇسە**

تەركىبى : گۈلى بىنەپشە ، ئارپىبەدىيان ، قارا كۆز بەدىيان ،

زىغىر ، شۇمشە ئۇرۇقى ، ئارپا ئۇنى 10 گرامدىن ، كالا يىلىكى ، توخۇ يېغى ، ئۆچكە يېغى ھەر بىرى 5 گرامدىن ، كۇنجۇت يېغى 20 گرام .

تەييارلىنىشى : دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ، سۇدا قاينىتىپ ، ئاتىلىدەك بولغاندا ياغلارنى قوشۇپ ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ . تەبىئىتى مۆتىدىل .

تەسىرى : ئاغرىق ۋە سانجىق پەسەيتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : كۆكرەك ۋە باشقا ئەزالاردىكى سانجىقلارغا ، بولۇپمۇ كۆكرەك پەردىسى ياللۇغى سەۋەبىدىن پەيدا بولغان سانجىقلارغا ، بۆرەك ۋە جىگەر ساھەسىنىڭ سانجىق ئاغرىقلىرىغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش ئۇسۇلى : كېسەلنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ ئاغرىغان ئورۇننىڭ سىرتىدىن ئىسسىق ھالدا چېپىپ ، تېڭىپ قويۇلىدۇ .

**319 - نۇسخا : زىمادى مۇسەككىن**

تەركىبى : قىزىلگۈل ، ئارپىبەدىيان ، بىخ كەبىر ، قارا كۆز بەدىيان ، بەزىرۇلبەنجى ئۇرۇقى 30 گرامدىن ، قۇستە يېغى 20 گرام .

تەييارلىنىشى : دورىلارنى چالا سوقۇپ ، ئازراق سۇدا قاينىتىپ خېمىر قىلىپ ، ئىسسىق ھالدا قۇستە يېغىنى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىنىدۇ . تەبىئىتى ھۆل ئىسسىق .

تەسىرى : ئاغرىق پەسەيتىدۇ ، تەشەننۇجلارنى بوشىتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : بۆرەك سانجىقى ۋە باشقا ئەزالاردىكى تارتىشىش ، مۆجۇشتىن كېلىپ چىققان ئاغرىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش ئۇسۇلى : ئاغرىق ئورۇنغا قويۇلىدۇ .

**320 - نۇسخا : زىمادى مۇجەللى**

تەركىبى : ئاق خەربەق 4 گرام ، بىخ بىنەپشە 2 گرام ، سىركە 30 گرام .

تەييارلىنىشى : دورىلار چالا سوقۇلۇپ ، سىركىگە 10 كۈن چىلاپ ، سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : داغ چۈشۈرىدۇ ، تېرىنى ئاقارتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : داغ ، سەپكۇن ، دانىخورەكلەرگە سىرتىدىن چېچىپ ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش ئۇسۇلى : كېسەل ئەھۋالىغا قاراپ ئىشلىتىلىدۇ ، داغ چۇشۇپ بولغۇچە كۇندە 2 ۋاخ چېچىلىدۇ .

**321 - نۇسخا : زىمادى مۇپانسل**

تەركىبى : ئاق سەندەل ، قىزىل سەندەل ، ئىككىلمىلىك 30 گرام، دىن ، مامسا ئوسارىسى 15 گرام ، ئاقاقىيا ، ئەپيۇن ، ئىزخىر چېچىكى 6 گرامدىن ، زەپەر 3 گرام .

تەييارلىنىشى : يۇقىرىقى دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ تاسقاپ ، تۇخۇم سېرىقى بىلەن خېمىر قىلىپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : ئاغرىق پەسەيتىدۇ ، ئىششىق ياندۇرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ئىسسىقلىقتىن بولغان بوغۇم ئاغرىقلىرى ، نىقرەس قاتارلىق كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش ئۇسۇلى : ئاغرىغان جايغا سىرتىدىن چاپلىنىدۇ .

**322 - نۇسخا : زىمادى نىقرەس**

تەركىبى : رەيھان ، ئاق لەيلى گۈلى ، ئىسپىغۇل ، ئارپا ئۇنى ، سۆرۈنجان 5 گرامدىن ، تۇخۇم سېرىقى ۋە گۈل يېغى ئاز مىقداردا .

تەييارلىنىشى : يۇقىرىقى دورىلارنى يۇمشاق ئېزىپ ، گۈل يېغىدا يۇغۇرۇپ ، ئاندىن تۇخۇم سېرىقىنى قوشۇپ خېمىر قىلىپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : ئىششىق ياندۇرىدۇ ، ئاغرىق پەسەيتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : نىقرەس ، مۇپاسىلغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش ئۇسۇلى : ئاغرىغان ئورۇنغا سىرتىدىن چېچىلىدۇ .

## سۈرمىلەر

**323 - نۇسخا : كۆھلى بەياز**

تەركىبى : كۆپۈكى دەريا ، توغرىغا ، كېلەر مايىقى ، ئاق شېكەر 5

گرامدىن ، مامۇرانچىنى ، ئېگىر 10 گرامدىن ، سۇ 280 مىللىلىتىر .

تەييارلىنىشى : مامۇرانچىنى ۋە ئېگىرنى سۇغا سېلىپ ، سۇنىڭ تۆتتىن بىر قىسمى قالغۇچە قاينىتىپ ، پاكىز سۈزۈپ ، ئاندىن قالغان دورىلارنى سېلىپ ئېرىتىپ ، ئاپتاپتا قويۇپ قۇرۇتۇپ ، سوقۇپ ، يىپەك رەختتىن ئۆتكۈزۈپ تەييارلىنىدۇ . تەبىئىتى ئىسسىق .

تەسىرى : كۆزدىكى ئاقنى يوقىتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : كۆزگە ئاق چۈشكەن كېسەللەرگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش ئۇسۇلى : كۆزگە تارتىلىدۇ .

**324 - نۇسخا : سۈرمە**

تەركىبى : سۈرمە تېشى لازىم مىقدارىدا .

تەييارلىنىشى : سۈرمە تېشىنى يۇمشاق سالايە قىلىپ تەييارلىنىدۇ .

تەبىئىتى قۇرۇق سوغۇق

تەسىرى : كۆزنى روشەن قىلىش ، ھۆللۈكلەرنى قۇرۇتۇش ، كۆزنىڭ ھارارىتىنى پەسەيتىش ، ئارتۇق گۆشنى يوقىتىش ، كۆز ۋە كۆز جىيەكلىرىنىڭ جاراھىتىنى پۈتتۈرۈش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : يۇقىرىقى تەسىرگە ماس كېلىدىغان كېسەللىكلەرگە بېرىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش ئۇسۇلى : كۆزگە تارتىلىدۇ .

**325 - نۇسخا : كۆھلى جاۋاھىر**

تەركىبى : سۈرمە تېشى 18 گرام ، تۇتىيا 12 گرام ، مارجان ، مەرۋىشا 6 گرامدىن ، تېشىلمىگەن مەرۋايىت 21 گرام ، سازەج ھىندى 3 گرام ، ئىپار 1.5 گرام .

تەييارلىنىشى : يۇقىرىقى دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ ۋە سالايە قىلىپ ، يىپەك رەختتىن ئۆتكۈزۈپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : كۆزنىڭ كۆرۈش كۈچىنى ئاشۇرىدۇ .

ئىشلىتىلىش ئۇسۇلى : پىلىتكۇچىنى دورىغا مىلەپ كۆزگە تارتىلىدۇ .

**326 - نۇسخا : كۆهلى رۇشنائى**

تەركىبى : سۇرمە مېتالى 360 گرام ، سەبرە 12 گرام ، مەرۋايىت 24 گرام ، مامۇرانچىنى 6 گرام ، بىخ مارجان 15 گرام ، ئالتۇن ۋەرەق 4 گرام .

تەييارلىنىشى : ئالتۇن ۋەرەقتىن باشقا دورىلارنى هېلىله سۇيىده سۇرۇپ ئېرىتىپ توت كۇن تۇرغۇزۇپ ، ئاندىن يەنه گۇلاب قۇيۇپ توت كۇن تۇرغۇزۇپ ، توقۇزىنچى كۇنى ئالتۇن ۋەرەقنى ئارىلاشتۇرۇپ ، گۇلابتا سۇرۇپ تەييارلىنىدۇ . تەبىئىتى قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : كۆزنىڭ كۆرۇش كۇچىنى ئاشۇرىدۇ ، ئاغرىق توختىتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : كۆزنىڭ كۆرۇش قۇۋۋىتى ئاجىز كىشىلەرگە ، هەر خىل تېپتىكى كۆز ئاغرىقلىرىغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش ئۇسۇلى : كۆزگە تارتىلىدۇ .

**327 - نۇسخا كۆهلى غىشاۋە**

تەركىبى : پىلپىل ، قارىمۇچ ، قەمبىل تەڭ مىقداردا .

تەسىرى : كۆز خىرەلىشىش كېسەللىكىنى داۋالايدۇ .

ئىشلىتىلىش ئۇسۇلى : كۆزگە تارتىلىدۇ .

**328 - نۇسخا : كۆهلى دەمئە ساددە**

تەركىبى : سىرىق هېلىله 1 دانه ، زەپەر ئاز مىقداردا .

تەييارلىنىشى : هېلىلىنى خېمىرغا ئوراپ قىزىتىلغان تۇنۇرغا سېلىپ پىشۇرۇپ ، ئاندىن خېمىردىن ئايرىپ ، زەپەر بىلەن يۇمشاق سالايە قىلىپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : كۆز ياشاڭغىراشنى توختىتىدۇ .

ئىشلىتىلىش ئۇسۇلى : كۆزگە تارتىلىدۇ .

**329 - نۇسخا : كۆهلى دەمئە مۇرەككەپ**

تەركىبى : تۇتىيا 7 گرام ، بىخ مارجان ، سىرىق هېلىله پوستى ، سەبرە سۇقۇتىرى 3 گرامدىن ، قارا هېلىله ، پىلپىل 0.7 گرامدىن .

تەييارلىنىشى : تۇتىيانى قىزىتىپ ، 7 قېتىم ئەرەقى گۈلابتا سۈغىرىپ ، ئاندىن باشقا دورىلار بىلەن يۇمشاق سوقۇپ تاسقاپ تەييارلىنىدۇ . تەبئىتى قۇرۇق ئىسسىق .

تەسىرى : كۆز ياشاڭغىراشنى توختىتىش ، ھۆللۈكنى قۇرۇتۇش ، كۆزنى قۇۋۋەتلەش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : كۆرۈش قۇۋۋىتىنى ئاشۇرۇش ، كۆز ياشاڭغىراشنى داۋالاشقا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش ئۇسۇلى: كەچتە ئۇخلاشتىن بۇرۇن كۆزگە تارتىلىدۇ.

**330 - نۇسخا : كۆھلى مۇنبت**

تەركىبى : كۆيدۈرۈلگەن خورما ئۇرۇقى 15 گرام ، كۈندۈر كۈلى 12 گرام ، سۇمبۇل 9 گرام ، لاچىۋەرد ، ھەببى بىلسان 3 گرامدىن .

تەييارلىنىشى : يۇمشاق سوقۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : كىرپىك ئۇندۈرىدۇ .

ئىشلىتىلىش ئۇسۇلى : كىرپىككە تارتىلىدۇ .

## باشقىلار

**331 - نۇسخا : قەتۇرى مىرارە**

تەركىبى : ئۆت سۈيۇقلۇقى ، %50 لىك ئىسپىرت 500 گرامدىن ، سامساق 250 گرام . چىلاپ ، سۈزۈپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : قۇلاق ئاغرىقىنى پەسەيتىدۇ . تەبئىتى ئىسسىق .

ئىشلىتىلىشى : ھەر خىل قۇلاق ئاغرىقلىرىنى پەسەيتىش ، يىرىڭ لىرىنى تازىلاش ئۈچۈن ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ قۇلاققا تېمىتىلىدۇ .

**332 - نۇسخا : قەتۇرى خۇبسىلھەدد**

تەركىبى : خۇبسىلھەدد 100 گرام ، سىركە 500 گرام . چىلاپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : قۇلاق ئاغرىقلىرىنى ياخشىلايدۇ ، تەبىئىتى سوغۇق .
ئىشلىتىلىشى : قۇلاق يىرىڭلاش ، قۇلاق غوڭۇلداشنى داۋالاش مەقسىتىدە ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىلىش ئۇسۇلى : كۈندە 1 ــ 2 قېتىم قۇلاققا تېمىتىلىدۇ .

**333 - نۇسخا : قەتۇرى ئىسنان**

تەركىبى : قارىمۇچ ، كاۋاۋۇچىن ، شۇمبۇيا ، ئاقىرقەرھا ، قەلەمپۇر ، جويۇز 50 گرامدىن ، زۆرەنباد 500 گرام ، سىركە 1 كىلوگرام .
تەسىرى : سوغۇقتىن بولغان چىش ئاغرىقى ، چىش تۈۋى بوشىشىپ قېلىشنى ياخشىلايدۇ . تەبىئىتى قۇرۇق ئىسسىق .
ئىشلىتىلىشى : چىش يەل تارتىپ ئاغرىش ، چىش بوشىشىپ قېلىش ، شۆلگەي ئېقىش ، چىش گۆشى يىرىڭلاپ ئاغرىشقا ئىشلىتىلىدۇ .
ئىشلىتىلىش ئۇسۇلى : ئەھۋالغا قاراپ چىشقا تېمىتىلىدۇ .

**334 - نۇسخا : قەتۇرى كەرەم**

تەركىبى : شاپتۇل غازىكىنىڭ شىرىسى ، پىننە يوپۇرمىقىنىڭ شىرىسى مەلۇم مىقداردا .
تەسىرى : قۇلاقتىكى قۇرتلارنى ئۆلتۈرۈپ چۈشۈرىدۇ .
ئىشلىتىلىش ئۇسۇلى: ئايرىم ياكى بىرلەشتۈرۈپقۇلاققا تېمىتىلىدۇ.

**335 - نۇسخا : نوپۇخى رۇئاب**

تەركىبى : قەغەز كۈلى ، سەدەپ كۆيدۈرۈلمىسى 1 ھەسسىدىن ، زاك 0.5 ھەسسە .
تەييارلىنىشى : يۇمشاق تالقانلاپ تەييارلىنىدۇ .
تەسىرى : بۇرۇن قاناشنى داۋالايدۇ .
ئىشلىتىلىش ئۇسۇلى : بۇرۇنغا پۈركۈلىدۇ .

**336 - نۇسخا : نوپۇخى رۇئاپ مۇجەررەپ**

تەركىبى : ھاك ياكى گەچ مەلۇم مىقداردا .
تەييارلىنىشى ۋە ئىشلىتىلىشى : يۇمشاق تالقانلاپ ، بۇرۇن ئىچىگە پۈركۈلسە ياكى ھۆللەنگەن پىلتىكۈچنى مەزكۇر تالقانغا مىلەپ بۇرۇن

ئىچىگە تىقىپ قويۇلسا بۇرۇن قاناش توختايدۇ .

**337 - نۇسخا : پەتلە رۇئاپ**

تەركىبى : قەغەز كۇلى ، تۇخۇم شاكىلىنىڭ كۇلى ، ئاقاقىيا ، ئانار پوستى 6 گرامدىن .

تەييارلىنىشى : دورىلار تالقانلاپ ، قېلىن ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، رەيھان سۇيى بىلەن يۇغۇرۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : بۇرۇن قاناشنى توختىتىدۇ .

ئىشلىتىلىش ئۇسۇلى : دورىنى پىلتىكۇچكە مىلەپ بۇرۇن تۆشۈكىگە تىقىپ قويسا بولىدۇ .

**338 - نۇسخا : پەرزىجە موھبىل I**

تەركىبى : قۇندۇز قەھرى ، مئە سائىلە ، جاۋاشىر ، قۇسته 1 ھەسسىدىن ، ئىپار ، ئەنبەر 0.5 ھەسسىدىن.

تەييارلىنىشى: ھاراق بىلەن يۇغۇرۇپ جىنسىي يولغا كىرگۈزۈلىدۇ.

تەسىرى : ھامىلدار بولۇشقا ياردەم بېرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ھامىلدار بولمىغان ئاياللارنىڭ جىنسىي يولىغا ھەيزىدىن پاك بولغاندىن كېيىن قويۇلىدۇ . ئۇدا 10 كۈن قويۇش لازىم .

**339 - نۇسخا : پەرزىجە موھبىل II**

تەركىبى : شاپتۇل مېغىزى 40 گرام ، كاۋاۋۇچىن ، جىنتىيانا ، زەمچە 10 گرامدىن ، سەبرە 5 گرام .

تەييارلىنىشى : دورىلار يۇمشاق سوقۇپ ، بوشراق نەمدەپ ، بارماق چوڭلۇقىدىكى داكا خالتىغا قاچىلاپ جىنسىي يولغا كىرگۈزۈلىدۇ .

تەسىرى : ئاق خۇننى ئازايتىدۇ ، ئىششىق ياندۇرىدۇ ، جىنسىي يولىنىڭ ھەر خىل مىكروب ۋە تامچە قۇرت سەۋەبىدىن بولغان ياللۇغلىنىشنى قايتۇرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : مىكروبلۇق ۋە تامچە قۇرت سەۋەبىدىن بولغان جىنسىي يول ياللۇغى ، ئاق خۇن كېسەللىكى قاتارلىقلارغا ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش ئۇسۇلى : يۇقىرىقى نۇسخا 2 قېتىمغا بۆلۈپ ئىشلىتە-

لىدۇ . كۆندە 1 قېتىم قويۇلىدۇ . ھەر قېتىملىق قويۇلغىنى ئۇچ سائەت تۇرغۇزۇلۇشى كېرەك.

**340 - نۇسخا : پەرزىجە رەھىمى**

تەركىبى : ئارپىبەدىيان ، رۇمبەدىيان ، چىگىسەي ئۇرۇقى ، يالپۇز ، كۆپۈكى دەريا ، سۇزاپ 9 گرامدىن ، ھەسەل مەلۇم مىقداردا .

تەييارلىنىشى ۋە ئىشلىتىلىشى : سوقۇپ تالقانلاپ ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ جىنسىي يولغا كىرگۈزۈلىدۇ .

تەسىرى : ئاياللارنىڭ بادىرەھمى كېسەللىكلىرىنى داۋالايدۇ .

**341 - نۇسخا : تىلايى ھامىلە**

تەركىبى : ھەببى بىلسان ، جاۋاشىر ، مۇقىل ، قامغاق تەڭ مىقداردا .

تەييارلىنىشى : سوقۇپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، كالا ئۆتى بىلەن يۇغۇرۇپ زەكەرگە سۈركەپ جىنسىي ئالاقە قىلىدۇ .

تەسىرى : تۇغماس ئاياللارنىڭ تۇغۇشىغا ياردەم بېرىدۇ .

**342 - نۇسخا : داۋائى ئەقرە**

تەركىبى : پىننە ۋە قارىمۇچ لازىم مىقداردا .

تەييارلىنىشى : يۇمشاق سوقۇلغان پىننە ۋە قارىمۇچ ئايرىم - ئايرىم ھالدا بارماق چوڭلۇقىدىكى داكا خالتىغا قاچىلاپ تەييارلاپ قويۇلىدۇ.

تەسىرى : تۇغۇت چەكلەيدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ئايال كىشى جىنسىي ئالاقىدىن بىر سائەت بۇرۇن پىننە خالتىسىنى جىنسىي يولغا كىرگۈزۈپ قويىدۇ ، بىر سائەتتىن كېيىن ئېلىۋېتىدۇ . جىنسىي ئالاقىدىن كېيىن قارىمۇچ خالتىسىنى جىنسىي يولغا كىرگۈزۈپ ، بىر سائەتتىن كېيىن ئېلىۋېتىدۇ .

**343 - نۇسخا : داۋائى قابىز**

تەركىبى ۋە ئىشلىتىلىشى : ياغدا قورۇپ سارغايتىپ سوقۇلغان قارا ھېلىلە تالقىنىدىن 15 گرامنى بىراقلا يەپ ، ئۈستىدىن سوغۇق سۇ ئىچىدۇ . قايماقتا پىشۇرۇلغان گۈرۈچ تامىقى يەيدۇ .

تەسىرى : قانلىق ، قانسىز قورساق ئاغرىقلىرىنى داۋالايدۇ .

**344 - نۇسخا : داۋائى مۇبەھھى**

تەركىبى : تۇخۇم سېرىقى 20 دانە ، ھەسەل 360 گرام ، ئاقىرقەرھا ، قەلەمپۇر ، دارچىن ، زەنجىۋىل ، خولنجان 20 گرامدىن .

تەييارلىنىشى : مەجۇن قىلىنىدۇ .

تەسىرى : باھنى ئىنتايىن كۆرۈنەرلىك دەرىجىدە قوزغايدۇ .

ئىشلىتىلىشى : كەچتە 10 گرامدىن يەيدۇ .

**345 - نۇسخا : زەرۇرى ئەنزۇروت مۇنەششىپ**

تەركىبى : ئەنزۇروت ، ئانار پوستى ، موزا ، زەمچە ، كۆك قەغەز كۈلى ، سۆئىدى كۈپى 30 گرامدىن ، كۆيدۇرۇلگەن مىس 15 گرام ، مۇرمەككى ، خونسياۋشان ، كۇندۇر 6 گرامدىن .

تەييارلىنىشى : سوقۇپ تالقان قىلىنىدۇ .

تەسىرى : جاراھەتلەرنىڭ سۇيىنى تارتىش ، ئارتۇق گۆشلىرىنى يوقىتىشقا ياخشى ئۇنۇم بېرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ھەر خىل يارا ، چاقا ، سۇلۇق ، يىرىڭلىق جاراھەتلەرگە سىرتىدىن سېپىلىدۇ .

**346 - نۇسخا : زەرۇرى ئەئزەم**

تەركىبى : چاچ كۈلى ، ئانار گۈلى ، بۇغا مۇڭگۈزى كۈلى ، چىلان يوپۇرمىقى ، گىلى ئەرمەنى ، كۇندۇر ، قەلەي ئۇپىسى ، يۇيۇلغان تۇتىيا ، قىزىتىپ يۇيۇلغان مەدەستان 6 گرامدىن ، سەبرە 3 گرام ، مەدەستان 6 گرام .

تەييارلىنىشى : ناھايىتى يۇمشاق سوقۇپ ئۇپىدەك قىلىنىدۇ .

تەسىرى : ئاكىلەنى داۋالايدۇ ، جاراھەتلەرنى پۈتتۈرىدۇ ، جاراھەت قېنىنى توختىتىدۇ ، گۆش ئۇندۇرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ھەر خىل يەللىك يارا ، ئاكىلە ، قان ئېقىۋاتقان جاراھەت قاتارلىقلارغا ئەت ئۇندۇرۇش ، قان توختىتىش مەقسىتىدە جاراھەت ئۈستىگە سېپىلىدۇ .

**347 - نۇسخا : زەرۇرى زەنكار**

تەركىبى : زەنكار 9 گرام ، زەمچە ، خۇنسیاۋشان ، سماق 3 گرامدىن ، سەبرە ، كۇندۇر 1.5 گرامدىن .

تەييارلىنىشى : يۇمشاق سوقۇلىدۇ .

تەسرى : قان توختىتىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ھەر خىل سىرتقى جاراھەتلەرنىڭ قان ، يىرىڭلىرىنى ، سېرىق سۇلىرىنى يوقىتىش ئۈچۈن سىرتىدىن سېپىلىدۇ .

**348 - نۇسخا : زەرۇرى قۇلان**

تەركىبى : كۇندۇر 6 گرام ، مۇرمەككى 5 گرام ، ئانار گۈلى 9 گرام ، جۇپتى بەللۇت 3 گرام ، گىلى ئەرمەنى ، قىزىلگۈل 2 گرامدىن .

تەييارلىنىشى : يۇمشاق سوقۇپ تەييارلىنىدۇ .

تەسىرى : كونا جاراھەت ، بەز ئاقمىسى ، باش تەمرەتكىسىنى داۋالايدۇ .

ئىشلىتىلىشى : سىرتىدىن سېپىلىدۇ .

**349 - نۇسخا : شىياپى زەنكار**

تەركىبى : زەمچە ، ئەنزۇرۇت ، سەبرە ، كۇندۇر ، خۇنسیاۋشان ، ئانارگۈلى ، سۇرمە 12 گرامدىن ، زەنكار 3 گرام .

تەييارلىنىشى : يۇقىرىقى دورىلارنى كۆرسەتمە بويىچە ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ ، تاسقاپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ، ئازراق سۇ بىلەن خېمىر قىلىپ ، سەرەڭگە تېلى چوڭلۇقىدا شىياپ قىلىپ تەييارلىنىدۇ . ئەگەر جاراھەت ئاقما ئورنى چوڭراق بولسا ، چوڭراق ياسىلىدۇ .

تەسىرى : يىرىڭ يوقىتىش ، جاراھەتلەرنى قۇرۇتۇش ، ئەت ئۇندۇرۇش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە .

ئىشلىتىلىشى : ياش خالتىسىنىڭ ئاقمىسى ، مەقئەت ئاقمىسى ۋە باشقا جايلاردىكى ئاقما جاراھەتلىرىگە ئىشلىتىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش ئۇسۇلى : ئاقما جاراھەتنىڭ ئىچىگە كىرگۈزۈلۈپ ، كۇندە 1 قېتىم ئالماشتۇرۇلۇپ تېڭىلىدۇ .

**350 - نۇسخا : شىياپى مۇلەيىين**

تەركىبى : ئاق توغرىسىغا 30 گرام ، ئاچچىق تاۋۇز ، مۇقىل ، سەكبىنەج 15 گرامدىن ، سوقمۇنىيا 7.5 گرام ، قارا شېكەر 30 گرام .

تەييارلىنىشى : دورىلار يۇمشاق سوقۇپ تاسقاپ ، سوۋۇغان قايناق سۇ بىلەن خېمىر قىلىپ ، 4 گرامدىن شىياپ قىلىنىدۇ . تەبىئىتى ئىسسىق .

تەسىرى : تەرەتنى يۇمشىتىپ ، ئىچ كەلتۈرىدۇ .

ئىشلىتىلىشى : ھەر خىل كېسەللىك سەۋەبىدىن ئىچى كەلمىگەندە بىرلا قېتىم بېرىلىدۇ .

ئىشلىتىلىش مىقدارى : كېسەلنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ مەقئەتكە 1 — 2 دانە كىرگۈزۈلىدۇ .

本书介绍各种疾病的临床表现，发病原因和治疗、预防方法及经过实验的诸多维吾尔医处方。

مەسئۇل مۇھەررىرى: باقىھاجى تەۋەككۇل
مەسئۇل كوررېكتورى: بەختىيار ئابلىمىت

ئۇيغۇر تېبابەتشۇناسلىقى
# سىناقتىن ئۆتكەن رېتسېپلار

ئاپتورى: نېمەتۇللا ئەبەيدۇللا ھاجىم

قەشقەر ئۇيغۇر نەشرىياتى نەشر قىلىپ تارقاتتى
(قەشقەر شەھىرى تاربوغۇز يولى 14- قورۇ، پوچتا نومۇرى: 844000)
جايلاردىكى شىنخۇا كىتابخانىلىرىدا سېتىلىدۇ
قەشقەر ئۇيغۇر نەشرىياتى باسما زاۋۇتىدا بېسىلدى
فورماتى: 1168×850مم 1/32
باسما تاۋىقى: 21.5 قىستۇرما ۋاراقى: 3
1999 - يىل 8 - ئاي 1 - نەشرى
2010 - يىل 3 - ئاي 5 - بېسىلىشى
تىراژى: 19310 — 16311

ISBN 978-7-5373-0690-4
باھاسى: 38.00 يۈەن
سۈپەتتە مەسىلە كۆرۈلسە ئالماشتۇرۇپ بېرىلىدۇ
تېلېفون: 2653927 — 0998