8

ئۇيغۇر تىبابىتى كلاسسىك ئەسەرلىرى

زەخىرە ئىلمىي خاراكتېرىدە

شىنجاڭ خەلق سەھىيە نەشرىياتى

ئۇيغۇر تىبابىتى كىلاسسىك ئەسەرلىرى

8-توم

شىنجاڭ خەلق سەھىيە نەشرىياتى

图书在版编目（CIP）数据

《再合热花拉孜米》(花拉孜米医书)：维吾尔文/（清）哈拉孜米著；阿不都克力木江·吐尔逊托合提，阿不都热西提·依不拉音等译.—乌鲁木齐：新疆人民卫生出版社，2010.12
（维吾尔医药学古籍：8）
ISBN 978-7-5372-4605-7

Ⅰ.①再…Ⅱ.①哈…②阿…③阿…Ⅲ.①维吾尔族—民族医学—维吾尔语（中国少数民族语言）Ⅳ.①R291.5

中国版本图书馆CIP数据核字（2010）第259176号

作　　者：米孜拉花
译　　者：阿不都克力木江·吐尔逊托合提，买买提艾里·买合木提，阿不都热西提·依不拉音，阿吾拉江·买塞地
整　　理：艾则孜·阿塔吾拉·萨尔特肯
责任编辑：哈斯亚提·依不拉音
　　佐合拉·阿不都热依木
审　　定：新疆维吾尔自治区维吾尔医药研究所
责任校对：乔尔怕·吐尔逊、早热古丽·司地克
装帧设计：艾尼瓦·卡森木
制　　版：阿布杜艾尼·阿巴斯、阿娜尔古丽·斯马义、牙力洪江·司马已
出　　版：新疆人民卫生出版社
地　　址：乌鲁木齐市龙泉街196号
网　　址：http://www.xjpsp.com
印　　刷：北京外文印刷厂
发　　行：新疆新华书店
版　　次：2010年 12 月第 1 版
印　　次：2011年 1 月第 1 次印刷
开　　本：889×1194 毫米　1/16 开本　80.25 印张　插页4
书　　号：ISBN 978-7-5372-4605-7
印　　数：1 — 3000
定　　价：380.00元

发行科联系电话：(0991)2823055　邮编：830001

«ئۇيغۇر تېبابىتى كىلاسسىك ئەسەرلىرى» تەھرىر ھەيئىتى

باش پىلانلىغۇچى: **نۇر بەكرى** (شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق پارتكومنىڭ مۇئاۋىن شۇجىسى، شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ رەئىسى)

مۇدىرلار:

تىلۋالدى ئابدۇرېشىت (شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونىنىڭ مۇئاۋىن رەئىسى)

يىن يۈلىن (شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق سەھىيە نازارىتى پارتكۇرۇپپىسىنىڭ شۇجىسى)

مۇھەممەت ياسىن (شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق سەھىيە نازارىتىنىڭ نازىرى)

شى يوڭچياڭ (شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق ئاخبارات ـ نەشرىيات ئىدارىسى پارتكۇرۇپپىسىنىڭ شۇجىسى)

مىجىت قادىر (شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق ئاخبارات ـ نەشرىيات ئىدارىسىنىڭ باشلىقى)

مۇئاۋىن مۇدىرلار:

ما لۇڭ (شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق سەھىيە نازارىتىنىڭ مۇئاۋىن نازىرى)

جاڭ شنتەي (شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق ئاخبارات ـ نەشرىيات ئىدارىسىنىڭ مۇئاۋىن باشلىقى)

پەرھات كېرەم (شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق سەھىيە نازارىتىنىڭ مۇئاۋىن نازىرى، شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق جۇڭيى تېببابەتچىلىك ـ دورىگەرلىك ئىدارىسىنىڭ باشلىقى)

ۋاڭ شياۋيەن (شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق سەھىيە نازارىتىنىڭ مۇئاۋىن نازىرى)

گۇلشەن تۇراخۇن (شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق ئاخبارات ـ نەشرىيات ئىدارىسىنىڭ مۇئاۋىن باشلىقى)

خالمۇرات غوپۇر (شىنجاڭ تېببىي ئۇنىۋېرسىتېتىنىڭ مۇدىرى)

ئارىپ مۇھەممەتنىياز (شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق سەھىيە نازارىتىنىڭ مۇئاۋىن كۆزەتكۈچىسى)

تۇرغۇن ئەمەر (شىنجاڭ ئۇيغۇر تېببابەتچىلىكى ئالىي تېخنىكومنىڭ مۇدىرى)

ئەزالار:

چېن گۈڭچىڭ (شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق ئاخبارات ـ نەشرىيات ئىدارىسى نەشر بۇيۇملىرى باشقارمىسىنىڭ باشلىقى)

ئادىل مۇھەممەت (شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق ئاخبارات - نەشرىيات ئىدارىسى ئوقۇش - تەكشۈرۈش ئىشخانىسىنىڭ مۇدىرى)

ئىھسان ئىمىن (شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق ئۇيغۇر تېببابەتچىلىك - دورىگەرلىك تەتقىقات ئورنىنىڭ مۇئاۋىن باشلىقى)

ئابدۇرەھىم قادىر ئاسىپ (شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق ئۇيغۇر تېببابەت ئەسەرلىرىنى رەتلەش ئىشخانىسىنىڭ مۇدىرى)

ئىسھاق ئەخمەتجان (شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق سەھىيە نازارىتى ئىلمىي مائارىپ باشقارمىسىنىڭ باشلىقى)

ئىسراپىل ئەبەي (شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق ئۇيغۇر تېببابەت دوختۇرخانىسىنىڭ باشلىقى، ئۇيغۇر تېببابەت تەتقىقات ئورنىنىڭ باشلىقى)

گۈلنسا ياسىن (قەشقەر ۋىلايەتلىك سەھىيە ئىدارىسىنىڭ باشلىقى)

ئەسقەر مەتروزى (خوتەن ۋىلايەتلىك سەھىيە ئىدارىسىنىڭ باشلىقى)

جاڭ خۇەنپىڭ (شىنجاڭ خەلق سەھىيە نەشرىياتىنىڭ شۇجىسى، مۇئاۋىن نەشرىيات باشلىقى)

پەتتار مەخمۇت تۇرگۇن (شىنجاڭ خەلق سەھىيە نەشرىياتىنىڭ مۇئاۋىن باشلىقى)

روشەنگۈل سابىر (خوتەن ۋىلايەتلىك ئۇيغۇر تېببابەت دوختۇرخانىسىنىڭ باشلىقى)

شەۋكەت ئابدۇللا (قەشقەر ۋىلايەتلىك ئۇيغۇر تېببابەت دوختۇرخانىسىنىڭ باشلىقى)

ئەزىز ئاتاۋۇللا سارتېكىن (شىنجاڭ ئىسلام دىنى ئىنستىتۇتى ئوقۇتۇش تەتقىقات ئىشخانىسىنىڭ مۇئاۋىن مۇدىرى)

يارمۇھەممەت ئىسرائىل (شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق جۇڭيى تېببابەتچىلىك - دورىگەرلىك ئىدارىسى ئىلمىي باشقارمىسىنىڭ مۇئاۋىن باشلىقى)

باش مۇھەررلەر: پەتتار مەخمۇت تۇرگۇن

مۇئاۋىن باش مۇھەررلەر:

ئابدۇكېرىمجان تۇرسۇنتوختى، ئەزىز ئاتاۋۇللا سارتېكىن، يالقۇن ئابدۇسالام، روزىباقى ئابدۇۋايىت، مۇھەممەتئىلى مەھمۇدى، باقى ئالىم، باقى يۇسۇپ، ئابدۇقادىر ئابدۇۋايىت

مۇھەررلەر:

خاسىيەت ئىبراھىم، زۆھرە ئابدۇرېھىم، ئايگۈل مەخمۇت تۇرگۇن، مېھرىئاي ياسىن، ماھىرە سېلىم، شەمشىقەمەر ئابدۇراخمان، شىرىنجان ئەيسا، ئەركىن ئالىم، دىلشات ساۋۇت، ئەجمەلخان ھەببۇللا ھاجى، ئابدۇجېلىل بەكرى، ئوسماننىياز ئەخمەت، ئابابەكرى جاپپار، سەئىدئۆمەر شاۋۇدۇن، قۇربانجان ئوسمان، ئابدۇقادىر خېلىل، مەمتىمىن خۇدابەردى، ئوبۇلقاسىم ھۇسەين، ئابدۇرىشىت ئىبراھىم، تۇردىئەخمەت مۇھەممەت، مەتقۇربان مەتسەيدى، ئابلاجان مەتسەيدى، ئادىل ئابدۇخالىق، ئەكبەر مۇھەممەتجان يۇسۇپجان ياسىن، زۆھرەگۈل سىدىق، ئابدۇرىشىت ئابدۇكېرىم، گۈلچېھرە ھەببۇللا

بېكىتكۈچىلەر:

ئىھسان ئىمىن، ئەركىن قاسىم، ئەجمەلخان ھەببۇللا ھاجى

سۆز بېشى

ئۇيغۇر تېبابىتى ــ ئۇيغۇر مەدەنىيىتى جۇملىدىن شەرق ئىلىم - پەن خەزىنىسىنىڭ مۇھىم تەركىبىي قىسمى. ئۇ ئۇزاق ئەسىرلىك تارىخى تەرەققىيات جەريانىدا ئەۋلادمۇئەۋلاد ۋارىسلىق قىلىش، يېڭىلاش، تەجرىبىدىن ئۆتكۈزۈش، شۇنداقلا ئوتتۇرا ئاسىيا ۋە قەدىمكى يېپەك يولى لىنىيەسىدىكى قېرىنداش خەلقلەرنىڭ ساقلىقىنى ساقلاش، كېسەللىكلەرنى داۋالاش ئۇسۇللىرىغا ئۆز تەسىرىنى كۆرسىتىش بىلەن بىرگە، ئۇلارنىڭ تەجرىبىلىرىنى ئىجابىي قوبۇل قىلىش ئاساسىدا ساقلاش، كېسەللىكلەرنىڭ ئالدىنى ئېلىش ۋە داۋالاشنىڭ ئۆزىگە خاس سىستېمىسىنى بارلىققا كەلتۈردى. بۇگۈنكى ئۇيغۇر تېبابەت ئىلمى نەزەرىيە سىستېمىسى بىرقەدەر مۇكەممەللىكى، داۋالاش تەجرىبىلىرىنىڭ موللىقى، شۇنداقلا داۋالاش ئۇنۇمىنىڭ يۇقىرىلىقى بىلەن زامان تەلىپىگە ماس هالدا تەرەققىي قىلىپ، تارىخنىڭ ئۇزۇلمەس ئېقىنلىرىغا جور بولۇپ، يېڭى ئەسىرنى كۈتۈۋالدى ۋە كەلگۈسىگە دادىل قەدەم تاشلىدى.

ئۇيغۇر تېبابەت ئىلمىنىڭ تارىخى ئۇزۇن، دوربگەرلىك ۋە داۋالاشقا ئائىت مەخسۇس ئىلمىي مىراسلىرى بولغان ئۆڭمەس پۈتۈكلىرى كۆپ. ئەينى دەۋرلەردىلا بۇ ئۆڭمەس پۈتۈكلەر باشقا ئەللەرنىڭ تىللىرىغا تەرجىمە قىلىنىپ، هازىرغىچە مۇھىم قوللانما سۈپىتىدە ئەتىۋارلىنىپ كېلىنگەن. ئەپسۇسلىنارلىقى، بۇ قىممەتلىك ئەسەرلەرنىڭ كۆپ بىر قىسمى ئوخشاش بولمىغان تارىخىي شارائىتلار پەيدا قىلغان چەكلىمىلەر تۈپەيلى يوقىلىپ كەتتى. يېڭى جۇڭگو قۇرۇلغاندىن كېيىن پارتىيەنىڭ مىللىي سىياسىتىنىڭ پارلاق نۇرى، قەدىمكىنى بۇگۈنگە خىزمەت قىلدۇرۇش، شاكىلىنى چىقىرىۋېتىپ مېغىزىنى قوبۇل قىلىش پىرىنسىپىنىڭ تۈرتكىسىدە ئاز سانلىق مىللەتلەرنىڭ تېبابەت ئىشلىرى تېز تەرەققىي قىلىش دەۋرىگە قەدەم قويۇپ، زور يۇكسىلىشلەرگە ئېرىشتى. ئىسلاهات، ئىشىكنى ئېچىۋېتىش يولغا قويۇلغاندىن بۇيان، مەركىزىي كومىتېت ۋە گوۋۇيۈەننىڭ ئاز سانلىق مىللەتلەر مەدەنىيىتىگە ئائىت قەدىمكى ئەسەرلەرنى

تۇپلاش، رەتلەش، قوغداش، نەشر قىلىش تۇغرىسىدىكى بىرقاتار يۇليورۇقلىرى ۋە تەدبىرلىرىنىڭ تۈرتكىسىدە كەڭ ئۇيغۇر تېبابەت مۇتەخەسسىسلىرى نەچچە ئون مىڭ كىلومېتر جاپالىق يول يۈرۈپ، بىرقانچە يىللىق قىدىرىپ تەكشۈرۈش، تۇمەنلىگەن ماتېرىياللارنى سېلىشتۇرۇپ كۆرۈش، نەچچە يۈزلىگەن ئۇيغۇر تېۋىپلىرىنى مەخسۇس زىيارەت قىلىش ئارقىلىق ھەر خىل يېزىقلاردا يېزىلىپ، ئەسرلەردىن بېرى ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكىدە مۇھىم قوللانما سۈپىتىدە پايدىلىنىپ كېلىنگەن كۆپلىگەن كىلاسسىك قول يازما، تاش باسما ئەسەرلەرنى توپلىدى ۋە شۇ ئاساستا دەسلەپكى قەدەمدە ئۇيغۇر تېبابەت تەرەققىياتىنىڭ تارىخىي ئىزناسىنى ئىگىلەپ چىقىپ، ئۇيغۇر تېبابەت داۋالاش ئۇسۇللىرى ۋە دورىگەرلىكىنى تېخىمۇ چوڭقۇر، ئەتراپلىق ۋە ئىلمىي تەتقىق قىلىش، ئۇنى راۋاجلاندۇرۇش، ئۆلچەملەشتۈرۈش ئۈچۈن مۇستەھكەم ئاساس ھازىرلىدى.

«گۈۋۈيۈەننىڭ جۇڭيى تېبابەتچىلىك - دورىگەرلىك ئىشلىرىنىڭ تەرەققىياتىنى يۆلەش ۋە ئىلگىرى سۈرۈش توغرىسىدىكى بىرقانچە پىكرى» دە ئوتتۇرىغا قويۇلغان، جۇڭيىچە داۋالاش ۋە ئالدىنى ئېلىش، سالامەتلىكنى ئاسراش مۇلازىمىتىنى تەرەققىي قىلدۇرۇش؛ جۇڭيى تېبابەتچىلىك - دورىگەرلىك پەن - تېخنىكىسىدا ئىلگىرىلەش ۋە يېڭىلىق يارىتىشنى تېزلىتىش؛ جۇڭيى تېبابەتچىلىك - دورىگەرلىك ئىختىساس ئىگىلىرى قوشۇنى قۇرۇلۇشىنى كۈچەيتىش؛ جۇڭيى دورا سانائىتىنىڭ تەرەققىيات سەۋىيەسىنى ئۆستۈرۈش؛ مىللىي تېبابەتچىلىك - دورىگەرلىك ۋە جۇڭيى تېبابىتى بىلەن غەرب تېبابىتىنى بىرلەشتۈرۈش تەرەققىياتىنى تېزلىتىش؛ جۇڭيى تېبابەتچىلىك - دورىگەرلىك مەدەنىيىتىنى گۈللەندۈرۈش ۋە تەرەققىي قىلدۇرۇش؛ جۇڭيى تېبابەتچىلىك - دورىگەرلىكىنىڭ دۇنياغا يۈزلىنىشىنى ئىلگىرى سۈرۈشتىن ئىبارەت يەتتە كۆرسەتمىنىڭ مەدىتى، ھەر دەرىجىلىك سەھىيە مەمۇرىي ئورۇنلىرىنىڭ كۆڭۈل بۆلۈشى، ئەتراپلىق تەشكىللىشى بىلەن ئۇيغۇر تېبابىتىنى زامانىمىزغا يەتكۈزۈپ كەلگەن تېبابەت پېشۋالىرىنىڭ خەلق ئارىسىدىن يېغقان ئۇيغۇر تېبابەت ۋەسىقىلىرى ۋە ئۇلارنىڭ خالىس تەقدىم قىلغان تېببىي داۋالاش تەجرىبىلىرىنىڭ جەۋھەرلىرى ھەمدە مۇتەخەسسىسلەرنىڭ جاپالىق مېھنىتى نەتىجىسىدە سەھىيە مىنىستىرلىقى ئاپتونوم رايونىمىزغا تاپشۇرغان «جۇڭگو تېببىي قامۇسى» نىڭ تارماق تومى «ئۇيغۇر تېبابەت قامۇسى» تەلەپكە لايىق تۈزۈلۈپ ھەم نەشر قىلىنىپ، بۈگۈنكى دەۋر ئۇيغۇر تېبابىتىنىڭ تەرەققىياتىغا قوشۇلغان تۆھپىلەرنىڭ ئۇلگىسىنى بارلىققا كەلتۈردى.

ھەرقايسى تارىخىي دەۋرلەردە يېغىپ توپلانغان، شۇنداقلا «ئۇيغۇر تېبابەت قامۇسى» نى

تۇرۇشته پايدىلىنىلغان هەم خەلق ئارىسىدا ساقلىنىۋاتقان نۇرغۇنلىغان قەدىمىي قول يازما ئەسەرلەر ئىچىده ئىلىم دۇنياسىغا مەلۇم بولمىغان ئاجايىپ نادىر نۇسخىلارمۇ، شۇنداقلا سىياھى ئۆچەي دەپ قالغان يەككە - يېگانە نۇسخىلارمۇ بار بولۇپ، بۇ قىممەتلىك مىراسلار بىزنىڭ قۇتقۇزۇشىمىزنى، تەتقىق قىلىشىمىزنى، ئۇنى بۇگۈنكى دەۋر ئۇچۇن خىزمەت قىلدۇرۇشىمىزنى كۈتۈپ تۇرماقتا. ئەنئەنىۋى مىراسلارنى قۇتقۇزۇشنىڭ شەرت - شارائىتى پىشىپ يېتىلگەن ۋە بۇ مىراسلارنى قۇتقۇزۇشقا جىددىي ئېھتىياج تۇغۇلغان بۇ ئاچقۇچلۇق پەيتته، شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق سەھىيە نازارىتى دەسلەپكى قەدەمده ھەجمى بىرقەدەر زور بولغان 11 پارچە ئەسەرنى رەتلەپ نەشر قىلىپ قۇتقۇزۇشنى پىلانلىدى. بۇ ئەسەرلەر 11 - ئەسىردىن 19 - ئەسىرگىچە بولغان ئارىلىقتا ئۆتكەن مەشھۇر تېۋىپلار تەرىپىدىن يېزىلغان نوپۇزلۇق ئەسەرلەر بولۇپ، بۇلارنىڭ بىر قىسمى ئۇيغۇر تېۋىپلىرى قەلىمىگە مەنسۇپ ئەسەرلەر بولسا، يەنە بىر قىسمى ئۇيغۇر تېۋىپلىرىغا بېۋاستە تەسىر كۆرسەتكەن، شۇنداقلا قەدىمدىن ھازىرغىچە ھەرقايسى دەۋرلەردە ئۆتكەن مەشھۇر تېۋىپلىرىمىز داۋالاش ئەمەلىيەتىده ئىجابىي پايدىلىنىپ كېلىۋاتقان قىممەتلىك ئەسەرلەردۇر.

شىنجاڭ خەلق سەھىيە نەشرىياتى بۇ ئەسەرلەرنى نەشرگە تەييارلاشتا، ئالدى بىلەن نەشرگە تەييارلاشنىڭ كونكرېت، ئىلمىي پىرىنسىپلىرىنى تۇرۇپ چىقىپ، ئاندىن مۇناسىۋەتلىك مۇتەخەسسىسلەرنى تەشكىللەپ، يۇقىرىقى پىرىنسىپلار ئاساسىدا بۇ 11 پارچە ئەسەرنى نەشرگە ئۇيۇشتۇردى. بۇ ئەسەرلەرنىڭ قول يازما ياكى تاش باسما نۇسخىلىرى ئەرەب، پارس، چاغاتاي، ئوردۇ يېزىقلىرىدا يېزىلغان بولۇپ، نەشرگە تەييارلاشتا ئەسلىگە سادىق بولۇش (ئەسەرلەرنىڭ تارىخىيلىقى، قەدىمىيلىكى، ئەينەنلىكىگە قەتئىي كاپالەتلىك قىلىش)، كىلاسسىكلارنىڭ يېزىلىش ئۇسلۇبى ۋە تىل ئىشلىتىش ئالاھىدىلىكلىرىگە ھۆرمەت قىلىش، ھەرقايسى تارىخىي دەۋرلەردىكى تىل خۇسۇسىيەتلىرىنى ئىمكانقەدەر تولۇق، توغرا، چۈشىنىشلىك ئەكس ئەتتۈرۈش، تېكستولوگىيەلىك قائىدىلەرنى قەتئىي ئىزچىللاشتۇرۇش قاتارلىق ئىلمىي پىرىنسىپلارغا ئەمەل قىلىندى. ئىشىنىمىزكى، جۇڭگو ئەنئەنىۋى تېبابەتچىلىك مەدەنىيەت خەزىنىسىنىڭ مۇھىم تەركىبى بولغان ئۇيغۇر تېبابىتى پارتىيە ۋە ھۆكۈمەتنىڭ غەمخورلۇقى ئاستىدا، ئالىم، مۇتەخەسسىس، ھەكىم - تېۋىپلارنىڭ چوڭقۇر قېزىشى، ئەستايىدىل تەتقىق قىلىشى، كەڭ خەلق ئاممىسىنىڭ قىزغىن قوللىشى بىلەن تېخىمۇ پارلاق پەللىلەرگە قەدەم ئالالايدۇ.

مۇھەممەت ياسىن
شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق سەھىيە نازارىتىنىڭ نازىرى
2009 - يىل ئىيۇل

序

维吾尔医学是维吾尔文化的重要组成部分。它在长期的历史发展进程中代代相传，经过漫长而艰难积累不断实践和创新。通过西域这块东西方纽带所具有的地理优势，不但为东西方医学的发展做出了重大贡献，而且最终形成了自己独具特色的医疗体系。今天的维吾尔医学理论体系相对完善，医疗经验丰富，治疗效果良好，在奔腾不息的历史长河中，生生不息，与时俱进。

维吾尔医学历史悠久，有关药物和治疗方面确有不少独到之处。从古到今有大量的医学典籍流传下来，并译成了多国语言文字，这些作品被作为重要医疗指南而被珍藏。然而，令人遗憾的是，相当一部分珍贵的抄本，由于种种原因而遗失。新中国成立后，在党的民族政策光辉照耀下，少数民族的医疗事业得到了前所未有的发展。改革开放以来，在党中央、国务院有关搜集、整理、出版少数民族文化遗产的方针指引下，广大维吾尔医务工作者行程几万公里，搜集民间上千种维吾尔医学古籍资料，精心研读，走访数百名民间医生，经数年钻研，整理出了大量维吾尔医学典籍、抄本、石刻本，有力地促进了维吾尔医学的发展。并为深入、细致、科学地研究维吾尔医学奠定了坚实的基础。

《国务院关于扶持和促进中医医疗、医药事业的几点意见》中指出：发展中医医疗和预防保健服务；加快中医药科技进步与创新；加强中医药人才队伍建设；提升中药产业发展水平；加快民族医药和中西医结合发展；繁荣发展中医药文化；推动中医药走向世界。在各级医疗卫生管理部门的关心和精心组织下，多位专家学者通过不懈的努力和艰辛的劳动，整理出版了作为《中国医学百科全书》的《维吾尔医学分卷》，为当代维吾尔医学的发展做出了突出贡献。

各个历史时期所收集的有关维吾尔医学抄本以及民间所收藏的抄本当中有许多

《维吾尔医药学古籍》编委会

总 策 划：努尔·白克力（新疆维吾尔自治区党委副书记、新疆维吾尔自治区主席）

主　　任：铁力瓦尔地·阿布都热西提（新疆维吾尔自治区副主席）

殷宇霖（新疆维吾尔自治区卫生厅党组书记）

买买提·牙森（新疆维吾尔自治区卫生厅厅长）

石永强（新疆维吾尔自治区新闻出版局党组书记）

米吉提·卡德尔（新疆维吾尔自治区新闻出版局局长）

副 主 任：马　龙（新疆维吾尔自治区卫生厅副厅长）

张新泰（新疆维吾尔自治区新闻出版局副局长）

帕尔哈提·克力木（新疆维吾尔自治区卫生厅副厅长、新疆维吾尔自治区中医药管理局局长）

王 小 燕（新疆维吾尔自治区卫生厅副厅长）

古力先·吐拉洪（新疆维吾尔自治区新闻出版局副局长）

哈木拉提·吾甫尔（新疆医科大学校长）

阿尔甫·买买提尼牙孜（新疆维吾尔自治区卫生厅副巡视员）

吐尔洪·艾买尔（新疆维吾尔医学高等专科学校校长）

委　　员：陈共青（新疆维吾尔自治区新闻出版局出版物出版管理处处长）

阿迪力·穆罕默德（新疆维吾尔自治区新闻出版局审读室主任）

伊河山·伊明（新疆维吾尔自治区维吾尔医药研究所副所长）

阿不都热依木·卡地尔(新疆维吾尔自治区维吾尔医文献整理办公室主任)

伊沙克·阿合买提江（新疆维吾尔自治区卫生厅科教处处长）

斯拉甫·艾白（新疆维吾尔自治区维吾尔医院院长、新疆维吾尔自治区维吾尔医药研究所所长）

古丽尼沙·亚森（喀什地区卫生局局长）

艾斯卡尔·买提肉孜（和田地区卫生局局长）

张焕鹏（新疆人民卫生出版社书记、副社长）

帕塔尔·买合木提·土尔根（新疆人民卫生出版社副社长）

茹仙古丽·沙比尔（和田地区维吾尔医医院院长）

肖盖提·阿不都拉（喀什地区维吾尔医医院院长）

艾则孜·阿塔吾拉·萨尔特肯（新疆伊斯兰教经学院教研室副主任）

亚尔买买提·斯拉依力（新疆维吾尔自治区中医药管理局科教处副处长）

总　　编：帕塔尔·买合木提·土尔根

副 总 编：阿不都克力木江·吐尔逊托合提，艾则孜·阿塔吾拉·萨尔特肯，亚力坤·阿不都沙拉木，肉孜巴克·阿不都瓦依提，买买提艾里·买合木提，巴克·阿力木，巴黑·玉素甫，阿布都卡地尔·阿布都瓦依提

编　　务：哈斯亚提·依不拉音，佐合拉·阿布都热依木，阿依古丽·买合木提·土尔根，米合拉依·牙森，玛依拉·色力木，谢米西卡麦尔·阿布都热合曼，西尔尼江·艾沙，艾尔肯·阿里木，地力夏提·沙吾提，艾级买力汗·艾比布拉，阿卜杜杰力力·拜克尔，吾斯曼尼亚孜·艾合买提，阿巴拜科日·加帕尔，赛依地吾买尔·沙哈比丁，库尔班江·吾斯曼，阿不都卡迪尔·何里力，买买提依明·胡达拜尔地，吾不里卡斯木·玉赛音，阿不都热西提·依布拉音，吐尔地艾合买提·木合买提，买提库尔班·买塞地，阿吾拉江·买塞地，阿迪力·阿布都哈力克，艾克白尔·买买提江，玉素甫江·亚森，早热古丽·司地克，阿不都热西提·阿不都克力木，古丽其克热·海比布

审定人员：伊河山·伊明，艾尔肯·卡斯木，艾级买力汗·艾比布拉

不为学术界所认识，有一些残缺不全，还有一些正在流失，这些珍贵的资料亟待我们去抢救、去研究，在抢救传统文化遗产时机已经成熟的这个关键时刻，新疆维吾尔自治区卫生厅计划首先整理出版十一部篇幅较大的作品，这些作品时间跨度为11世纪至19世纪，均为各个时期名医所著，其中一部分为维吾尔民间医生所著，另一部分则是对维吾尔医学产生过直接影响、维吾尔医生在医疗实践中长期所采用的其它珍贵资料。

新疆人民卫生出版社在搜集、整理、出版这些作品时，首先制定了具体的出版方案，然后组织有关专家进行挖掘、整理、论证。这些作品的抄本由波斯语、阿拉伯语、察合台语、乌尔都语写成，本着忠实原文、尊重原文的写作风格和语言风格，尽可能如实、正确地反映各个历史时期的语言特点，严格按照出版原则和校勘规定组织翻译与审校。我们相信，作为中国传统医学文化宝库重要组成部分的维吾尔医学，在党和政府的关心下，在专家学者的辛勤钻研下，在广大人民群众的大力支持下，一定能为祖国医学繁荣发展做出更大的贡献。

买买提·牙森
新疆维吾尔自治区卫生厅厅长
2009年7月

Foreword

Uyghur medicine is an important component part of Uyghur culture and of the scientific heritage of the East. Transmitted from generation to generation, it was renewed and tested; it influenced the hygienic and medical practices of kindred peoples in Central Asia and along the Silk Road,and at the same time, creatively adopted these other people's learning in creating its own unique system of hygiene, disease-prevention, and treatment. The theoretical system of modern Uyghur medical science, relatively perfected, rich in treatment experience, and highly effective in its treatment, has developed in accordance with the needs of the era, going along with the endless flow of history, bravely welcoming the new century and stepping into the future.

Uyghur medicine possesses a long history, as well as a rich legacy of specialized learning related to pharmacology and the treatment of illnesses. Already in ancient times, these deathless works were translated into the languages of other lands, and to the present day continue to be valued as important manuals. Unfortunately, a fair number of these works have been lost due to restraints imposed by a variety of different historical environments. After New China was founded, the shining light of the Party's nationality policy, and the impetus of the principles of making the past work for the present and of casting off the shell and preserving the kernel, the medical traditions of China's minorities have entered an era of rapid development, and seen great improvements. Since the reform era and the Open Door Policy began, the Central Committee and the State Council have issued a number of directives and policies regarding the col-

lection, organization, preservation, and publication of ancient works relating to minority cultures; this has led many Uyghur medicine professionals to travel tens of thousands of kilometers, to search for years, to sift through tens of thousands of materials, to interview hundreds of téwips (practitioners of traditional Uyghur medicine), in order to collect numerous classic hand-written and manually printed works in all kinds of scripts, works which have been used for centuries as important reference works in Uyghur medicine, and thus these researchers have unearthed the historical traces of Uyghur medicine's development. A firm foundation has been laid for even deeper, even more thorough and scientific research into Uyghur medicine's treatment methods and pharmacology, and for developing and standardizing it further.

With the support of the seven guidelines put forth in "A Few Ideas from the State Council on Directing and Promoting the Development of Chinese Medicine and Pharmacology" -- developing traditional Chinese medical treatment and prevention, as well as health care service; increasing the speed of advancement and innovation in Chinese medical and pharmacological science; strengthening the ranks of China's traditional medicine and pharmacology experts; increasing the level of Chinese traditional medical industry; speeding up the development of unification of minority medical and pharmacological tradition and Chinese traditional medicine with Western medicine; making Chinese traditional medical and pharmacological culture flower and develop; and introducing Chinese medicine and pharmacology to the world-- and with the attention and thorough organization of medical administrative organs of all levels, the medical texts gathered from the people by those masters of their craft who have brought Uyghur medicine to the present day, the gems of their experience in health care which they so generously shared with us, and the hard work of numerous professionals, have made possible the composition and publication of Uyghur Traditional Medicine Encyclopedia, the volume of The Encyclopedia of Chinese Medicine which was entrusted to our Autonomous Region, comprising an exemplary contribution to the development of contemporary Uyghur medicine.

Among the numerous ancient hand-written works collected over the

ages, as well as those used in the composition of the Uyghur Traditional Medicine Encyclopedia and those preserved among the people, there are wonderful versions, as well as versions on which the ink has almost faded, unknown to the academic world; these valuable inheritances await our rescue, our research, and our putting them to use in the present day. The environment is ripe for saving traditional works, and at this moment time at which rescuing these works is so critical, the Health Bureau has planned, as a first step in our preservative efforts, to prepare and publish a relatively large, 11-part work. These are respected works, written by famous téwips between the 11th and 19th centuries; while some of them were written by Uyghur téwips, others are works which directly influenced Uyghur téwips, and can therefore be considered valuable works which, from ancient times to the present day, have, in every era, been creatively used by our famous téwips of the past in their treatment efforts.

Xinjiang People's Health Press in preparing these works for publication, first worked out concrete academic principles for preparing them for publication, then organized relevant professionals, and on the basis of those principles, collected 11 works for publication. These works were written by hand, or manually printed, in Arabic, Persian, Chaghatay, and Urdu, and while preparing them for publication, the principles of staying true to the original (ensuring the historicity, age, and authenticity of the works); respecting the classical authors' writing styles and distinctive use of language; reflecting as completely, correctly, and understandably as possible the linguistic characteristics of each historical era; carefully implementing the principles of text research; and other academic principles were all followed. We believe that Uyghur traditional medicine, that important component part of China's traditional medicine cultural treasury, with the care of the Party and the government, the deep unearthings and continued serious research of scholars, professionals,and téwips, and the enthusiastic support of the broad public, even brighter peaks can be reached.

Muhemmet Yasin

Xinjiang Uyghur Autonomous Region Health Bureau Inspector General

July 2009

كىرىش سۆز

ئۇيغۇر تېببىتى ئۆزىنىڭ ئۇزاق ئەسىرلىك تارىخى تەرەققىياتى جەريا-
ندا شەكىللەندۈرگەن ئىلمىي نەزەرىيە سىستېمىسى ۋە داۋالاش ئەمەلىيىتى
بىلەن ئېلىمىز ئىلىم - پەن ۋە مەدەنىيەت خەزىنىسىدە ئۆزىگە خاس ئورۇن تۇتىدۇ.
ئۇيغۇرلار ئۆزىنىڭ ئۇزاق ئەسىرلىك تارىخى تەرەققىياتىدا نۇرغۇنلىغان ئۆزگىچە خاسلىققا
ئىگە داۋالاش ئۇسۇللىرىنى بارلىققا كەلتۈرۈپ، ئىنسانىيەت تېببابەت مەدەنىيىتى، جۈملىدىن ئېلى-
مىز تېببابەت مەدەنىيىتىنىڭ تەرەققىياتىغا زور تۆھپىلەرنى قوشتى.

كىلاسسىك ئىلىم - پەن، مەدەنىيەت مىراسلىرىنى ئېچىش ۋە ئۇنى بۈگۈنكى زامان
ئۇچۇن خىزمەت قىلدۇرۇش ئېلىمىز ئىلىم - پەن، مەدەنىيەت تەتقىقات خىزمىتىدىكى مۇھىم
يۆنىلىش. پارتىيە ۋە ھۆكۈمەت ئىزچىل ھالدا كىلاسسىك مىراسلارنى قوغۇزۇش، ئۇنىڭغا
ئىجابىي ۋارىسلىق قىلىش ئارقىلىق جۇڭخۇا مىللەتلىرىنىڭ ئېسىل ئىلىم - پەن ئەنئەنىلىرىنى
تەرەققىي قىلدۇرۇشغا يۈكسەك دەرىجىدە ئەھمىيەت بېرىپ كەلدى. ئازادلىقتىن كېيىن، بولۇپمۇ
پارتىيە 11 - نۆۋەتلىك 3 - ئومۇمىي يىغىنىدىن بۇيان قەدىمكى مىراسلارنى توپلاش، رەتلەش،
جۈملىدىن ئۇيغۇر تېببابتى كىلاسسىك ئەسەرلىرىنى توپلاش، رەتلەپ نەشر قىلىش خىزمىتىدە
كىشىنى خۇشال قىلىدىغان نەتىجىلەر قولغا كەلدى. شۇنىڭ بىلەن بۇ مىراسلىرىمىز ئۆزىنىڭ
تەڭداشسىز ھاياتىي كۈچىنى قايتا نامايان قىلىش پۇرسىتىگە ئىگە بولدى.

نەشرىياتىمىز بۇ ئەسەرلەرنىڭ بۈگۈنكى دەۋردىمۇ ئۆز قىممىتىنى تېخىمۇ نامايان
قىلىشىغا يېتەرلىك شارائىت يارىتىش ۋە يوقلىپ كېتىش گىردابىغا بېرىپ قالغان نادىر قەدىمكى
ئەسەرلەرنى توپلاش، رەتلەش، نەشر قىلىپ قۇتقۇزۇۋېلىش مەقسىتىدە بىر قانچە يىلدىن بېرى
ھەر دەرىجىلىك سەھىيە مەمۇرىي ئورۇنلىرىنىڭ قىزغىن قوللىشى، ئۇيغۇر تېببابەت ساھەسىدىكى
ئالىم، مۇتەخەسسىسلەرنىڭ تىرىشچانلىقى بىلەن قەدىمكى تېببىي مىراسلارنى توپلاش، رەتلەش،
نەشرگە تەييارلاشنى مۇھىم ئىشلار كۈنتەرتىپىگە كىرگۈزۈپ، خۇشاللىنارلىق نەتىجىلەرنى
قولغا كەلتۈردى. ئاپتونوم رايونىمىزدىكى ھەرقايسى تەتقىقات ئورۇنلىرى ۋە قەدىمكى ئەسەرلەر

ئىشخانىلىرىدا، ھەر دەرىجىلىك مۇزىيىلاردا، شۇنداقلا خەلقىمىزنىڭ قولىدا ساقلىنىۋاتقان ئۇيغۇر تېبابىتىگە ئالاقىدار بولغان ۋە ئۇيغۇر تېۋىپلىرى قەلىمى بىلەن يازغان قەدىمكى ئەسەرلەردىن «زەخىرەئى خارەزىم شاھ(خارەزىم شاھ خەزىنىسى)»، «ئەغرازى تېببىييە (تېببي مەقسەتلەر)» (كىتابنىڭ تولۇق ئىسمى «ئەلئەغرازۇت تېببىييە ۋەلمە باھسۇل ئەلانىييە»)، «تۆھپەتۇل ئاشقىين(ئاشقىلارغا تۆھپە)»، «قارابادىن قادىرى(مۇرەككەپ دورىلار توپلىمى)»، «دەستۇرۇلئىلاج(داۋالاش دەستۇرى)»، «جەمئىي ئىلاج»، «شەرھى ئەسباب(كېسەللىك سەۋەبلىرى شەرھىسى)»، «ئەلقانۇن فىت ـ تىب (تېبابەت قانۇنى)»، «زۇبدەتۇل قاۋانىل ئىلاج (داۋالاش ئىلمىدىن خۇلاسە)»، «مەخزەنۇل مۇفرەدات (يەككە دورىلار خەزىنىسى)»، «تېببي چوڭ»، «تاجۇل ئاقاقىير(دورىگەرلىك تاجى)»، «سۇراھ»، «تارىخي تېببىييە(تېبابەت تارىخى)»، «مۇجەررىباتى ئارىف (ئارىف ھېكىم تەجرىبىدىن ئۆتكەن رېتسېپلىرى)»، «تۆھپە خانىيە (خانغا تۆھپە)»، «رۇمۇزى ئەتتىبا (تېۋىپلار كۆرسەتمىسى)»، «مەخزەنۇل جاۋاھىر(تېببي جەۋھەرلەر خەزىنىسى)»، «لۇغەتۇل ئەدۋىيە(دورا لۇغىتى)»، «تېببي رۇبائىيات(تېببي رۇبائىيلار)»، «تېببي يۇسۇفي»، «قارابادىن ئەزەم ۋە ئەكمەل (مۇرەككەپ دورىلار قامۇسى)»، «جامىئۇل ھېكمەت(داۋالاش دىۋانى)»، «مەخزەنۇل ھېكمەت»، «ئىكسىرى ئەزەم (خاسىيەتلىك داۋالاش قامۇسى)»، «مۇجەررەباتى نۇرۇللا(نۇرۇللاخۇنىنىڭ داۋالاش تەجرىبىلىرى)»، «ئاقساراي»، «ئىختىياراتي بەدىئي»، «مۆجەزۇل قانۇن(تېبابەت قانۇنىنىڭ قىسقارتىلمىسى)» «مىزانى تىب (تېبابەت مىزانى)» قاتارلىق ئەسەرلەرنى توپلىدى. نەشرىياتىمىز يۈكسەك مەسئۇلىيەت تۇيغۇسى بىلەن مەخسۇس «ئۇيغۇر تېبابىتى كىلاسسىك ئەسەرلىرىنى نەشرگە تەييارلاش ئىشخانىسى» نى قۇرۇپ، دەسلەپكى قەدەمدە تېبابەت ئۇستازلىرى ۋە يېتىلۋاتقان تېۋىپلار، شۇنداقلا كەڭ خەلق ئاممىسى ئۇزاقتىن بېرى نامىنى ئاڭلاپ، ئۇنىڭدىكى مەزمۇنلار بىلەن تونۇشۇش پۇرسىتىگە ئېرىشەلمەي كېلىۋاتقان كىلاسسىك ئەسەرلەردىن «ئىختىياراتي بەدىئي»، «مىزانى تىب»، «مەخزەنۇل مۇفرەدات»، «ئىلاجۇل مۇفرەدات»، «قارابادىن قادىرى»، «دەستۇرۇلئىلاج»، «جەمئىي ئىلاج»، «ئەغرازى تېببىييە»، «شەرھى ئەسباب»، «زەخىرەئى خارەزىم شاھ»، «تېبابەت قانۇنى» قاتارلىقلارنى ھازىرقى زامان ئۇيغۇر تىلىدا نەشرگە تەييارلاپ، دۆلىتىمىز قۇرۇلغانلىقىنىڭ 60 يىللىقىغا سوۋغا قىلدى. يەنە بىر قىسىم قەدىمىي ئەسەرلەرنى قېزىش، نەشرگە تەييارلاش ئىشلىرى داۋاملىق ئىشلىنىۋاتىدۇ. ئىشىنىمىزكى، پارتىيە ـ ھۆكۈمەتنىڭ قەدىمكى ئەسەرلەرنى قوغداش، قېزىش خىزمىتى جەھەتتىكى ئۇنۇملۇك تەدبىر ـ سىياسەتلىرىنىڭ تۈرتكىسى، مۇناسىۋەتلىك تارماقلار ۋە رەھبەرلەرنىڭ ئەمەلىي شارائىت بىلەن

تەمىنلىشى ئاستىدا بىز بۇ ئەھمىيەتلىك خىزمەتنى تېخىمۇ يۇقىرى سۈپەت، يۇقىرى ئۈنۈم بىلەن داۋاملاشتۇرىمىز.

قولىڭىزدىكى «زەخىرەئى خارەزمشاھ» ناملىق بۇ كىتاب تەخمىنەن مىلادى 1111-يىلى ئىسمائىل جورجانى(1137-1045) تەرىپىدىن يېزىلغان، ئۇيغۇر تېبابىتىنىڭ نەزەرىيە، تەشرىھ، داۋالاش، دورا قاتارلىق مەزمۇنلىرىنى ئۆز ئىچىگە ئالغان ئون كىتاب بولۇپ، تۇرلۈك سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن بۇ كىتاب تولۇق نۇسخىسى بىلەن بىزگىچە يېتىپ كىلەلمىگەن. ھازىرغىچە بۇ قەدىمىي ئەسەرنىڭ دىيارىمىزدىن ئوخشاش بولمىغان رايون ۋە ئوخشاش بولمىغان خەت نۇسخىلىرىدا كۆچۈرۈلگەن بەش خىل قول يازما نۇسخىسى تېپىلدى، بۇلارنىڭ ھەممىسى ئالتىنچى، يەتتىنچى، سەككىزىنچى كىتابلىرىدىن ئىبارەت. باش ۋە ئاخىرقى قىسىملىرى تا ھازىرغىچە تېپىلمىدى. قولىڭىزدىكى بۇ كىتاب «زەخىرەئى خارەزمشاھ»نىڭ چاغاتايچە نۇسخىسىنىڭ ئالتىنچى، يەتتىنچى ۋە سەككىزىنچى كىتابلىرىدۇر. ئالتىنچى كىتابتا ئىچكى كېسەللىكلەر، يەتتىنچى كىتابتا تاشقى كېسەللىكلەر، سەككىزىنچى كىتابتا چاچ چۈشۈش ۋە ئاق كېسەلگە ئوخشاش بەدەن گۈزەللىكىگە تەسىر يەتكۈزىدىغان ئەمما تەننى ئازاپلىمايدىغان كېسەللىكلەر بايان قىلىنغان. كىتابتا كېسەللىكلەر نامى، تەرىپى، ئالامىتى، سەۋەبى ۋە داۋالاش ئۇسۇللىرى، شۇنداقلا يەككە ۋە مۇرەككەب دورىلار بىلەن داۋالاش ئۇسۇللىرى، ئوپراتسىيەگە ئالاقىدار بەزى مۇھىم مەزمۇنلار بايان قىلىنغان.

ھازىرقى زامان ئۇيغۇر تىلىدىكى «زەخىرەئى خارەزمشاھ» ئوخشاش بولمىغان زامانلاردا خوتەن قەغىزىگە كۆچۈرۈلگەن، ھازىر قەشقەر ۋىلايەتلىك ئۇيغۇر تېبابەت دوختۇرخانىسىدىن مۇھەممەتئىلى مەھمۇدىنىڭ قولىدا ساقلىنىۋاتقان A نۇسخا ۋە خوتەن ۋىلايىتى چىرا ناھىيەسىدىن مىجىت ئابدۇقادىرنىڭ قولىدا ساقلىنىۋاتقان B نۇسخىنى ئۆز ئارا سېلىشتۇرۇش ئاساسىدا نەشرگە تەييارلاندى.

كىلاسسىك ئەسەرلەرنى قوغداش، قۇتقۇزۇش، نەشر قىلىش ھەربىر كەسپ ئەھلىنىڭ مەسئۇلىيىتى. شۇنىڭ ئۈچۈن جايلاردىكى شىپاخانىلار ۋە شەخسلەرنىڭ ئۆز قولىدا ساقلىنىۋاتقان قول يازما ئەسەرلەرنى خەلق بىلەن يۈز كۆرۈشتۈرۈشنى ئىلمىي بۇرچ ھېسابلاپ، خىزمەتلىرىمىزنى ئاكتىپ قوللىشىنى، بۇ قېتىم نەشرگە تەييارلانغان ئەسەرلەردە ئۆتكۈزگەن سەۋەنلىكلىرىمىزنى ئىلمىي پوزىتسىيە بىلەن تۈزىتىپ، تەكلىپ - پىكىر بېرىشنى ھەم بۇنىڭدىن كېيىنكى خىزمەتلىرىمىزگە يېقىندىن ياردەمدە بولۇشنى سەمىمىي ئۈمىد قىلىمىز.

«ئۇيغۇر تېبابىتى كىلاسسىك ئەسەرلىرى»نى نەشرگە تەييارلاش جەريانىدىكى مۇناسىۋەتلىك خىزمەتلىرىمىزنى ئاكتىپ قوللاپ كەلگەن شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق

سەھىيە نازارىتىگە، شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق جۇڭيى تېبابەتچىلىك ـ دورىگەرلىك ئىدارىسىغا، شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك ـ دورىگەرلىك تەتقىقات ئورنىغا، شىنجاڭ ئۇيغۇر تېبابەتچىلىكى ئالىي تېخنىكومىغا، شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق ئۇيغۇر تېبابەت ئەسەرلىرىنى رەتلەش ئىشخانىسىغا، خىزمەتلىرىمىزنى ئاكتىپلىق بىلەن قوللاپ، بىزنى قەدىمىي ئەسەر ئوريگىناللىرى بىلەن تەمىنلىگەن ۋە نەشرگە ئۇيۇشتۇرۇش خىزمىتىمىزگە يېقىندىن ياردەمدە بولغان يولداشلارغا سەممىي رەھمەت ئېيتىمىز.

نەشرىياتتىن

2009 ـ يىل ئىيۇل

前　言

维吾尔医药学以其独特的医学理论体系和医疗实践，在我国科学文化宝库中占有重要的位置。维吾尔人在漫长的历史发展过程中，创造出许多独具特色的治疗方法，为我国医疗事业的发展做出了重大的贡献。

挖掘古典文化遗产并使之为社会主义建设事业服务是我国科学文化研究工作的主导方向。党和政府始终高度重视古典文化遗产的挖掘、抢救和继承工作。解放后，特别是党的十一届三中全会以来，维吾尔医药学古籍的搜集、整理、出版工作取得了可喜的成果，大量优秀的古典文化遗产得以重放光彩。

新疆人民卫生出版社以搜集、整理、出版和抢救濒危医学古籍作品为工作重点，多年来，在各级医疗卫生管理部门的大力支持下，在维吾尔医学界各位专家学者的不懈努力下，在古代医学典籍的搜集、整理和出版工作中取得了一定的成绩。从收藏于自治区的各科研机构、古籍办、各级博物馆和流传于民间的有关维吾尔医学的古籍作品中整理出《再合热花拉孜米(花拉孜米医书)》、《艾格拉孜提比亚(医学之目的)》、《托排土里阿西克(强身医书)》、《卡拉巴丁卡地日(复方制剂集)》、《黛斯图尔依拉基(治疗指南)》、《贾米依拉基(医疗汇编)》、《夏日赫艾斯巴比(病因学医注)》、《艾力卡农非提比(医典)》、《祖比代土力卡瓦尼力依拉吉(治疗法则)》、《买赫孜努里木非尔达提(单味药宝库)》、《依拉基木非尔达提(单方治疗手册)》、《提比充(医学大全)》、《塔旧力阿卡克依尔(药剂精华)》、《苏拉赫(明净词汇)》、《塔日黑提比也(医学历史)》、《木加日巴提阿日非(阿日非验方)》、《托排哈尼也(皇家医书)》、《热木孜艾提巴(民医医嘱)》、《买合孜努里贾瓦依尔(精医宝库)》、《鲁海土里艾迪维也(单味药词典)》、《提比柔巴依(柔巴依保健书)》、《提比玉素甫(玉素甫医书)》、《卡拉巴丁艾再木(复方全集)》、《佳米奥里伊克买提(医技汇编)》、《买合孜努里伊克买提(医疗宝库)》、《伊克斯尔艾再木(圣医艾再木全书)》、《木加日巴提努如拉(努如拉医疗经验)》、《阿克萨拉依(白色宫殿)》、《依合提亚拉提拜地依(拜地依药书)》、《木吉孜勒卡农(医典缩小本)》、《米扎尼提比》(医学标准)等作品。

新疆人民卫生出版社以高度的责任感专门成立了维吾尔医药学古籍编译室，拟以现代维吾尔文出版广大维吾尔医疗工作人员和人民群众期盼已久的《依合提亚拉提拜地依》、《米扎尼提比》、《买赫孜努里木非尔达提》、《依拉基木非尔达提》、《卡拉巴丁卡地日》、《黛斯图尔依拉基》、《贾米依拉基》、《艾格拉孜提比亚》、《夏日赫艾斯巴比》、《再合热花拉孜米》、《艾力卡农非提比》等作品，并以此书为建国六十周年献礼。我们有理由相信，在党和政府有关医学古籍的挖掘、整理和出版政策的指引下，在有关部门和领导的大力支持下，我们一定能够顺利地完成这项光荣而艰巨的任务。

《再合热花拉孜米》一书由伊斯马伊里.基奥贾尼(1045---1137)约于公元1111年完成。这部著作共由10本构成，其中包括维吾尔医学理论、诊治和药剂等方面的内容，但由于种种原因，至今尚未发现其完整的版本。现今在不同的地区已找到了用5种不同字体所抄的手稿，这些手稿均为第6、7、8册书的内容，未见其他内容。您手中的这本书为该著作的第6、7、8册的察合台语写本。其中第6册中所阐述的是内科病症，第7册为外科病症，第8册则为脱发、白癜风等有关美容的病症。书中主要记载了各种病症的名称、症状、病因和诊治方法等，此外还包括生药和成药的运用以及有关手术的重要内容。

这本现代维吾尔语的《再合热花拉孜米》是在参照A、B两个抄本的基础上编辑而成的。这两个版本抄于不同时期的和田纸上，现在分别由喀什地区维吾尔医院的穆罕默德阿里.穆罕默德与和田地区策勒县的米吉提.阿布都卡德尔所收藏。

保护、抢救和出版古典文化遗产是我们每一位医学工作者和有关专业人员义不容辞的责任，使大量的流失于民间的手稿尽快与广大读者见面是我们的使命。因此，我们诚挚地希望社会各界朋友的大力支持并帮助我们的工作，对本次出版的作品中的不足之处批评指正。

最后，我们衷心地感谢在《维吾尔医药学古籍》一书的出版过程中，给予我们大力支持的新疆维吾尔自治区卫生厅、新疆维吾尔自治区中医药管理局、新疆维吾尔自治区维吾尔医药研究所、新疆维吾尔医学高等专科学校，新疆维吾尔自治区维吾尔医文献整理办公室等单位，同时对那些支持帮助我们的工作并为我们提供资料的同志们一并表示最真诚的谢意。

出版者

二00九年七月

Introduction

With its unique system of scientific thought and healing methods, developed over its centuries-long history, Uyghur medicine has a unique place in the scientific and cultural treasury of our country. Uyghurs, over their long period of historical development, created numerous distinctive healing practices, making great contributions to the development of our country's medical science and of the world's.

Preserving our heritage of classical science and culture, and finding ways to make it applicable in today's world, is an important trend in our nation's research into science and culture. The Party and the government have, by continuously preserving classical cultural legacies and by inheriting them in productive ways, placed a high priority on the development of the Chinese nations' scientific traditions. Since Liberation, particularly since the 3rd session of the 11th Party Congress, inspiring achievements have been made in collecting and organizing ancient inheritances, including the collection, organization, and publication of the classic works of Uyghur medicine. Thus, this legacy of ours now once again has a chance to demonstrate its peerless life force.

Our publishing house, in order to create an environment sufficient to allow these works to display their worth even more in the modern era, and to collect, organize, publish, and save great ancient works which had stood on the brink of oblivion, has for the last few years, with the enthusiastic support of public health organs of all levels, and the hard work of Uyghur medicine scholars and professionals, entered the

collection,editing, and preparation for publication of ancient medical inheritances into the agenda of important work, and made satisfying advances toward this goal. On the basis of works relating to Uyghur medicine and written by Uyghur téwips (practitioners of traditional Uyghur medicine), preserved across our Autonomous Region in research bureaus and ancient artifact offices, museums of every level, and in the hands of individuals,we have collected works including Zekhire'iy Kharezim Shah (Treasury of the King of Kharezm), Eghrazi Tébbiye (Collection of Medical Texts), Tuhpetul Ashiqiyn (A Contribution to the Lovers), Qarabadin Qadiri (Collection of Complicated Medicines), Desturul Ilaj (Manual of Healing),Jem'iy Ilaj, Sherhiy Esbab (Notes on the Etiology of Illnesses), Elqanun Fid Tip (The Laws of Medicine), Zubdetul Qawanil Ilaj (A summary of Treatment Science), Mekhzenul Mufridat (Treasury of Simple Medicines),Tébbiy Chong, Tajur Aqaqiyr (Crown of Pharmacology),Surah,Tarihiy Tébbiye (The History of Medicine), Mujerribati Arif (Prescriptions Tested by Doctor Arif), Tuhpe Khaniye (A Contribution to the King), Rembuzi Ettiba (Doctors' Advice), Mekhzenul Jawahir (Treasury of Medical Gems), Lughetul Edwiye (Dictionary of Drugs), Tébbiy Ruba'iyat (Medical Ruba'iys), Tébbiy Yüsüfi, Qarabadin E'zem(Encyclopedia of Complex Medicines), Jami'ul Hékmet (Healing Dictionary),Mekhzinul Hékmet, Iksir Ezem (Encyclopedia of Magical Healing), Mujerribati Nurullakh (Nurullakhun's Treatment Experience), Aqsaray,Ikhtiyaratiy Bedi'iy, Mujizul Qanun (The Abbreviated Laws of Medicine), Mizan Tib and more. Our publishing house, with a sense of great responsibility, created an "Office of Preparing the Classic Works of Uyghur Medicine for Publication," and as a first step, prepared for publication classic works the names of which master téwips, téwips in training, and the general public have long been hearing, but the contents of which they have lacked a chance to familiarize themselves with. These works, including Ikhtiyaratiy Bedi'iy, Mizan Tib, Mekhzenul Mufridat, Ilajul Mufridat, Qarabadin Qadiri, Desturul Ilaj, Jami'ul Ilaj, Eghrazi Tébbiye, Sherhiy Esbab, Zekhire'iy Kharezim Shah, Tébabet Qanuni and more, have been

prepared for publication in a Modern Uyghur edition, and presented in honor of the 60th anniversary of our country's founding. The process of uncovering and preparing another set of ancient works is continuing. We believe that, with the impetus of the Party and government's successful policies regarding the work of protecting and uncovering of ancient works, and the provision by the pertinent organs and leaders of the necessary environment, we will be able to continue this meaningful work with even higher quality and results.

The book in your hands "Zekhire'iy Kharezim Shah" (Treasury of the King of Kharezm) was written in 1111 A.D by Ismayil Jorjaniy (1045–1137 A.D.). This book originally consisted of ten books with extensive knowledge about the theories, diagnosis, treatment and medicaments of Uyghur medicine. Due to various reasons, this book hasn't passed on to us with its full versions. So far five manuscripts with different writing styles have been found in various parts of our region, and these books are volume six, seven, and eight of ten books in Chaghatay version, and others have not been found up to now. The medical diseases, surgical illness, and alopecia as well as leukoderma were stated respectively in the books of volume six, seven, and eight. In this work, far-ranging knowledge such as designation of illness, aspects, symptoms, causations of illness, treatment methods, treatment practices with simple and complex medicaments, operations were presented in scientific, popular manner in the light of encyclopedia in their orders.

The "Zekhire'iy Kharezim Shah" in modern Uyghur language was prepared for publication on the basis of comparing two manuscripts, which were preserved by Muhammed Eli Mahmud of Kashgar Uyghur Medicinal Hospital(version A) and Mijit Abduqadir of Khotan prefecture (version B), written on Khotan paper at different times.

The preservation, rescuing, and publication of classic works is the responsibility of every professional. Thus, we sincerely hope that the various treatment centers and individuals who are in possession of handwritten works will see introducing these works to the broader public as a responsibility, and actively support our efforts, correct from a scientific

standpoint the various errors we may have made in the present edition, provide us with ideas and advice, and otherwise assist in our future work.

We want to express our sincere gratitude to the Health Department of Xinjiang Uyghur Autonomous Region, then Uyghur Medicine and Pharmacology Research Department of Autonomous Region, the Ancient Works Office of Autonomous Region, and the Xinjiang Uyghur Medicine College for actively supporting our work during the process of preparing "Classic Works of Uyghur Medicine" for publication, and to those comrades who provided us with the originals of ancient works, as well as those who have assisted us in preparing these works for publication.

From the Publisher
July 2009

مۇندەرىجە

ئالتىنچى كىتاب

بىرىنچى بۆلۈم باش كېسەللىكلىرى توغرىسىدا

بىرىنچى قىسىم مېڭىنىڭ چاپلىشىپ تۇرىدىغان پەردىسى ئىششىپ، مېڭىدىن ئاجرىغانلىق سەۋەبىدىن بولىدىغان كېسەللىكلەر توغرىسىدا

بىرىنچى باب «قەرانىيتىس» ھەققىدە 3
ئىككىنچى باب قاندىن بولغان مېڭە ئىششىقى توغرىسىدا 15
ئۈچىنچى باب سەبارا توغرىسىدا 15
تۆتىنچى باب مېڭىگە چىقىدىغان تەمرەتكە ۋە سفلىس چىقىش توغرىسىدا 17
بەشىنچى باب «لىسرغىس» (بەلغەمدىن بولغان مېڭە پەردە يالليۇغى) توغرىسىدا 17
ئالتىنچى باب ئۇيقۇسىزلىق خاراكتېرلىك ئېغىر ئۇيقۇ (سۇبات سەھىرى) ۋە ئېغىر ئۇيقۇ خاراكتېرلىك ئۇيقۇسىزلىق (سەھەر سۇباتى) توغرىسىدا 19
يەتتىنچى باب قاتما كېسەللىكى (ئاخىزە) توغرىسىدا 21

ئىككىنچى قىسىم مېڭىگە بۇزۇق خلىت يىغىلىشتىن ۋە بۇخاراتلار ئۆرلەشتىن پەيدا بولىدىغان كېسەللىكلەر توغرىسىدا

بىرىنچى باب مالىخوليا كېسەللىكى توغرىسىدا 24
ئىككىنچى باب ساراڭلىق توغرىسىدا 48
ئۈچىنچى باب ئىشق كېسەللىكى توغرىسىدا 53

تۆتىنچى باب ئەخمەقلىق، ئۇنتۇغاقلىق، قالايمىقان سۆزلەش، ئەقىلگە نۇقسان يېتىش
ۋە بۇزۇق خىيال قىلىش توغرىسىدا 57
بەشىنچى باب نورمالسىز ئۇيقۇ توغرىسىدا 62
ئالتىنچى باب ئۇيقۇسىزلىق توغرىسىدا 67
يەتتىنچى باب باش ئىچىگە سۇ يىغىلىش ۋە كىچىك بالىلارنىڭ ئۇسسىشى توغرىسىدا ... 70

ئۈچىنچى قىسىم قويۇق خىلتىلارنىڭ مېڭە يوللىرىنى توسۇۋالغانلىق سەۋەبىدىن پەيدا بولىدىغان كېسەللىكلەر توغرىسىدا

بىرىنچى باب باش قېيىش ۋە كۆز قاراڭغۇلىشىش توغرىسىدا 71
ئىككىنچى باب قارا بېسىش توغرىسىدا 75
ئۈچىنچى باب تۇتقاق كېسەل توغرىسىدا 75
تۆتىنچى باب سەكتە توغرىسىدا 86

تۆتىنچى قىسىم ھېس - ھەرىكەت نېرۋىلىرىغا ھۆللۇك يىغىلغان سەۋەبتىن بولغان كېسەللىكلەر توغرىسىدا

بىرىنچى باب ئەزالارنىڭ لىپىلدىشى توغرىسىدا 92
ئىككىنچى باب لەقۋا كېسەللىكى توغرىسىدا 93
ئۈچىنچى باب ئەزالارنىڭ سېزىمسىزلىنىشى توغرىسىدا 98
تۆتىنچى باب رەئىشە توغرىسىدا 100
بەشىنچى باب پالەچ توغرىسىدا 102
ئالتىنچى باب تەشەنئۇج توغرىسىدا 111
يەتتىنچى باب كۇزاز (تىتانوس) توغرىسىدا 118
سەككىزىنچى باب بويۇن قىيسىيپ قېلىش توغرىسىدا 122

بەشىنچى قىسىم باش ئاغرىقىنىڭ بايانى

بىرىنچى باب ماددىسىز ئىسسىقتىن بولغان باش ئاغرىقى توغرىسىدا 124
ئىككىنچى باب سەپرادىن بولغان باش ئاغرىقى توغرىسىدا 126
ئەينۇلا شەربىتى 128

تەبىئەتنى يۇمشىتىدىغان جۇلاپ شەربىتى 128
مەتبۇخى ھېللە 128
ھېللە نۇقۇئى (ھېللە چىلانمىسى) 129
يەكگىل سۇرگە دورىسىنىڭ نۇسخىسى 129
مەتبۇخى بىنەپشە 129
ھەببى بىنەپشە 129
نۇقۇئى سەبرە 129
باشقا چېپىلىدىغان مەلھەم 130
ئۇچىنچى باب قانىنىڭ غالىبلىقىدىن پەيدا بولغان باش ئاغرىقى توغرىسىدا 131
تۆتىنچى باب سوغۇقتىن پەيدا بولغان ماددىسىز باش ئاغرىقى توغرىسىدا 132
بەشىنچى باب سوغۇقتىن (بەلغەمدىن) بولغان ماددىلىق باش ئاغرىقى توغرىسىدا 133
ھەببى ئىيارەج 134
غار - غار (ئېغىز چايقاش) نۇسخىسى (1) 134
غار - غار نۇسخىسى (2) 134
نۇتۇل نۇسخىسى 135
سەئۇت نۇسخىسى 135
تىلا (چاپقۇلۇق) نۇسخىسى (1) 135
تىلا (چاپقۇلۇق) نۇسخىسى (2) 135
ئالتىنچى باب سەۋدادىن بولغان باش ئاغرىقى توغرىسىدا 137
سەبرە نۇسخىسى 138
يەتتىنچى باب قويۇق يەلدىن بولغان باش ئاغرىقى توغرىسىدا 139
سۇفۇپ (تالقان) نۇسخىسى 139
ھەببى ئايارەج 140
مائۇلئۇسۇل نۇسخىسى 140
سەككىزىنچى باب قۇرۇقلۇق ئېشىپ كېتىشتىن بولغان باش ئاغرىقى توغرىسىدا 141
توققۇزىنچى باب ئاشقازان ئېغىزى ئاجىزلىقى سەۋەبىدىن پەيدا بولغان باش ئاغرىقى توغرىسىدا 142
ئونىنچى باب مېڭىنىڭ ئىدراك قۇۋۋىتى (سېزىمچانلىقى) ئېشىپ كەتكەنلىكتىن بولغان باش ئاغرىقى توغرىسىدا 142
ئون بىرىنچى باب ئۇيقۇدىن كېيىن پەيدا بولغان باش ئاغرىقى توغرىسىدا 143

بەشنچی باب قاپاقتىكى ئارپىسمان مۇدۇر ۋە ئۇنى داۋالاش تـوغرىسـدا 183
ئالتىنچى باب ئارتۇق كىرپىك ئۆسۈشنى داۋالاش تـوغرىسـدا 183
شـيافى دەبـز (1) 184
شـيافى دەبـز (2) 185
يەتتىنچى باب تەتۇر كىرپىك ۋە ئۇنى داۋالاش توغرىسـدا 187
سەككزىنچى باب قاپاقنىڭ ئىچىگە ئۇششاق مونەكچە چىقىش ۋە ئۇنى داۋالاش توغرىسـدا ... 188
زەرۇرى مەلكـايـا 189
زەرۇرى نـامـايـى 189
زەرۇرى ئەسـفەر سەغـىـر 189
زەرۇرى ئەسـفەركەبـىر 189
زەرۇرى ئەغـبـەر 190
توققۇزىنچى باب قاپاق سۇلۇق ئىششىقى ۋە ئۇنى داۋالاش توغرىسدا 190
شيافى ئەھمەرلەييـن 191
زەرۇرى غـۇرە 191
ئونىنچى باب قاپاق مايلىق ئۆسمىسى ۋە ئۇنى داۋالاش توغرىسدا 191
ئون بىرىنچى باب قاپاق تەمرەتكسى توغرىسدا 192
شيافى ئەھمەرھـار 194
شـيافى ئەخـزەر 194
شيافى زەپەر 195
دارۇيى تەر 196
سەقـوت 196
ئون ئىككىنچى باب قاپاق قېتىۋېلىش توغرىسدا 197
ئون ئۈچىنچى باب قاپاق ئىششش توغرىسدا 198
ئون تۆتىنچى باب كەد - كەد توغرىسـدا 198
ئون بەشنچى باب تۇسە توغرىسـدا 199
ئون ئالتىنچى باب كۇمنە توغرىسدا 199
شيافى تەرخۇماتىقۇن 200
ئون يەتتىنچى باب قاپاققا سۆگەل چىقىش توغرىسدا 200
ئون سەككزىنچى باب قاپاقتا پەيدا بولغان تىلما توغرىسدا 201
ئون توققۇزىنچى باب نەملە تـوغرىسـدا 201

يىگىرمىنچى باب قاپاقتا پەيدا بولىدىغان بىر خىل تەمرەتكە توغرىسىدا 202
يىگىرمە بىرىنچى باب قاپاق ئېسىلىش توغرىسىدا 202
يىگىرمە ئىككىنچى باب قاپاق ئۆسمىسى توغرىسىدا 203
يىگىرمە ئۈچىنچى باب قاپاقتا پەيدا بولىدىغان كېڭىيىشچان يارا توغرىسىدا 204
يىگىرمە تۆتىنچى باب قاپاق ساڭگىلاش توغرىسىدا 204
يىگىرمە بەشىنچى باب زەخمە سەۋەبىدىن قاپاقنىڭ كۆكىرىپ قېلىشى توغرىسىدا 205
يىگىرمە ئالتىنچى باب كىرپىكتە پىت پەيدا بولۇش توغرىسىدا 205
يىگىرمە يەتتىنچى باب كىرپىك ئاقىرىش ۋە قاش تۆكۈلۈش توغرىسىدا 206
يىگىرمە سەككىزىنچى باب كىرپىك چۈشۈش توغرىسىدا 207

ئۈچىنچى قىسىم كۆز چانىقىدا پەيدا بولىدىغان كېسەللىكلەر توغرىسىدا

بىرىنچى باب غۇربىنىڭ ئىلاجى توغرىسىدا 209
ئىككىنچى باب غۇددىنىڭ ئىلاجى توغرىسىدا 212
ئۈچىنچى باب كۆز ياشاڭغۇراش توغرىسىدا 212

تۆتىنچى قىسىم كۆز بىرىكتۈرگۈچى پەردىسىدە پەيدا بولىدىغان كېسەللىكلەر توغرىسىدا

بىرىنچى باب كۆز ئاغرىقى توغرىسىدا 214
شىياق (1) 217
شىيافى بەرئى يەۋما (2) 217
شىيافى بەرئى يەۋما (بىر كۈندە ساقايتقۇچى شىياق) (3) 218
دەردى ئەبىيەزى 218
دەردى ئەسفەر 218
شىيافى ئەبىيەز (1) 219
زەرۇرى (سەپمە) 220
شىيافى ئەبىيەز (2) 221
ھارارەتنى ۋە ئاغرىقنى پەسەيتىدىغان تىلا (1) 222
تىلا (2) 222
تىلا (3) 223

كۆزنىڭ زىڭىلداپ ئاغرىشىنى پەسەيتىدىغان زىمات 223
ئىككىنچى باب كۆز ئېقىدا پەيدا بولىدىغان خال توغرىسىدا 224
تەرىپەنى يوق قىلىدىغان شىياق 225
شىياق (1) 225
شىياق (2) 225
ئۇچىنچى باب كۆزگە تۇتۇن ۋە چاڭ - توزانغا ئوخشاش نەرسىلەر كىرىپ كېتىش توغرىسىدا ... 226
تۆتىنچى باب كۆزگە تىرناقچە گۆش ئۆسۈش توغرىسىدا 226
باسلىقۇن 228
شىيافى قەيسەر 228
كۆز قوتۇرى ۋە كۆزگە تىرناقچە گۆش ئۆسۈشكە مەنپەئەت قىلىدىغان شىيافى زەنگار ... 229
بەشىنچى باب كۆز بىرىكتۈرگۈچى پەردىسىنىڭ كۆپۈپ قېلىشى توغرىسىدا 229
ماددىنى يۇمشىتىدىغان دورا 230
شىيافى ھەلۇقى 230
قارا شىياق (شىيافى ئەسۋەد) 231
ئالتىنچى باب كۆز بىرىكتۈرگۈچى پەردىسىنىڭ قاتتىقلىشىشى توغرىسىدا 231
يەتتىنچى باب كۆز بىرىكتۈرگۈچى پەردىسى قىچىشىش توغرىسىدا 232
سەككىزىنچى باب سەبەل توغرىسىدا 232
ئىككىنچى خىل دورا 233
زەرۇرى مادى 234
توققۇزىنچى باب ۋەدەقە (كۆزنىڭ بىرىكتۈرگۈچى پەردىسىدە مونچاق گۆش ئۆسۈپ قېلىش) توغرىسىدا 235
زەرۇرى ئىبنى ئەلى 236
ئونىنچى باب دەمئە كېسەللىكى توغرىسىدا 236
ئىسسىق مىزاج كىشىلەرگە پايدا قىلىدىغان سۈرمە 238
سوغۇق مىزاج كىشىلەرگە پايدا قىلىدىغان سۈرمە 238
كۆز مۇسكۇللىرىنىڭ زەئىپلىكىگە پايدا قىلىدىغان دورا 239
دەمئە كېسەللىكىگە مەنپەئەت قىلىدىغان ۋە مۇسكۇللارغا قۇۋۋەت بېرىدىغان سۈرمە 239
يەنە بىر سۈرمە 239
سىرىق سۈرمە 239
سوغۇق مىزاجلىق كىشىگە پايدا قىلىدىغان يەنە بىر سۈرمە 240

ئون بىرىنچى باب كۆز بىرىكتۈرگۈچى پەردىسىدە پەيدا بولغان دۇبەيلە توغرىسىدا 240
شىيافى ئابار (1) 240
شىيافى ئابار (2) 241
شىيافى ئابار (3) 241
شىيافى ئەبىيەز كۇندۇرى 241
ئون ئىككىنچى باب كۆز بىرىكتۈرگۈچى پەردىسىدە پەيدا بولىدىغان مونچاق گۆش توغرىسىدا ... 241
ئون ئۈچىنچى باب كۆز بىرىكتۈرگۈچى پەردىسىگە يەتكەن تەپەررۇقى ئىتتىسال توغرىسىدا 242

بەشىنچى قىسىم مۇڭگۈز پەردىدە پەيدا بولىدىغان كېسەللىكلەر توغرىسىدا

بىرىنچى باب يارا ۋە دۇبەيلە توغرىسىدا 243
ئىككىنچى باب كۆز مۇڭگۈز پەردىسىگە چىقىدىغان ئۇششاق يارا توغرىسىدا 245
ئۈچىنچى باب كۆزگە ئاق چۈشۈش، ئۇنى ئېلىش ۋە كۆك كۆزنى قارايتىش توغرىسىدا ... 247
زەرۇرى مىشكى (1) 248
زەرۇرى مىشكى (2) 248
زەرۇرى مىشكى (3) 248
زەرۇرى مىشكى (4) 248
زەرۇرى مىشكى (5) 249
زەرۇرى مىشكى (6) 249
كۆزگە چۈشكەن ئاقنى تارقىتىدىغان زەرۇرى 249
كۆزدىكى ئاقنى يوقىتىدىغان شىياق 249
كۆز ئېقىنى قارا كۆرسىتىدىغان دورا 250
تۆتىنچى باب كۆز مۇڭگۈز پەردىسى رەڭگىنىك ئۆزگىرىشى توغرىسىدا 250
بەشىنچى باب كۆز مۇڭگۈز پەردىسىنىك ھۆللىشىشى توغرىسىدا 251
ئالتىنچى باب كۆز مۇڭگۈز پەردىسىنىك قۇرغاقلىشىشى توغرىسىدا 251
يەتتىنچى باب كۆز مۇڭگۈز پەردىسىدە سەرتان پەيدا بولۇش توغرىسىدا 252
بۇ كېسەللىككە پايدا قىلىدىغان سۈرمە 253
سەككىزىنچى باب كۆز مۇڭگۈز پەردىسى ئاستىدا يىرىك پەيدا بولۇش توغرىسىدا 253
شىيافى كۇندۇر (1) 254

شىيافى كۇندۇر (2) 254
قىزىلگۇل شيافى 254
توققۇزىنچى باب كۆز مۇڭگۇز پەردىسىنىڭ پۈلتىيىپ قېلىشى توغرىسىدا 255
ئونىنچى باب كۆز مۇڭگۇز پەردىسگە يانداش پەردىنىڭ ئاجراپ كېتىشى توغرىسىدا ... 255

ئالتىنچى قىسىم كۆز ئۇۋۇمسمان پەردىسىدە پەيدا بولىدىغان كېسەللىكلەر توغرىسىدا

بىرىنچى باب كۆز ئۇۋۇمسمان پەردە تۆشۈكى كېڭىيىپ قېلىش توغرىسىدا 256
ئىككىنچى باب كۆز ئۇۋۇمسمان پەردە تۆشۈكى تارىيىپ قېلىش توغرىسىدا 258
شيافى زەئفەران 259
دارويى مۇپەسسەل (1) 259
دارويى مۇپەسسەل (2) 259
ئۈچىنچى باب كۆز ئۇۋۇمسمان پەردىسىنىڭ پۈلتىيىپ چىقىشى توغرىسىدا 259
شيافى ئابار (1) 260
شىيافى ئابار (2) 260
تۆتىنچى باب كۆز ئۇۋۇمسمان پەردىسگە زەخىم يېتىش توغرىسىدا 261
بەشىنچى باب كۆزگە سۇ چۈشۈش توغرىسىدا 261

يەتتىنچى قىسىم كۆزنىڭ ھېس بىلەن بىلگىلى بولمايدىغان كېسەللىكلىرى توغرىسىدا

بىرىنچى باب تۇخۇم ئېقىسمان سۇيۇقلۇق كېسەللىكلىرى توغرىسىدا 270
ئىككىنچى باب قىروۋسمان سۇيۇقلۇق كېسەللىكلىرى توغرىسىدا 271
ئۈچىنچى باب كۆزنىڭ كۆرۈش قۇۋۋىتى توغرىسىدا 272
تۆتىنچى باب كېچىسى كۆرمەسلىك ۋە كۈندۈزى كۆرمەسلىك توغرىسىدا 273
بەشىنچى باب كۆزگە سوغۇق تېگىش توغرىسىدا 275
ئالتىنچى باب ئەينەكسمان سۇيۇقلۇق كېسەللىكلىرى توغرىسىدا 275
يەتتىنچى باب تورسمان پەردە كېسەللىكلىرى توغرىسىدا 275
سەككىزىنچى باب كاۋاك نېرۋا كېسەللىكلىرى ۋە كۆزنىڭ نۇر يىغالماسلىقى توغرىسىدا ... 276
توققۇزىنچى باب كۆز كاۋاك نېرۋىسىنىڭ خاس مۇسكۇل كېسەللىكلىرى توغرىسىدا 277
ئونىنچى باب كۆزنىڭ پۈلتىيىشى توغرىسىدا 278
ئون بىرىنچى باب كۆرۈش ئاجىزلىقى توغرىسىدا 279

ئۇچىنچى بۆلۈم قۇلاق كېسەللىكلىرى توغرىسىدا

بىرىنچى باب قۇلاق ۋە ئۇنى ئاسراشنىڭ مۇھىملىقى توغرىسىدا 281
ئىككىنچى باب قۇلاق ئېغرىقى ۋە ئاڭلىيالماسلىق توغرىسىدا 281
ئۇچىنچى باب قۇلاقتا توسالغۇ پەيدا بولۇش توغرىسىدا 286
تۆتىنچى باب قۇلاقنىڭ ئىچى ۋە سىرتىدا پەيدا بولىدىغان ئىششقلار توغرىسىدا 288
بەشىنچى باب قۇلاق ئاغرىقى توغرىسىدا 290
ئالتىنچى باب قۇلاق يارىسى توغرىسىدا 292
يەتتىنچى باب قۇلاق غوڭۇلداش ۋە ساختا ئاۋازنىڭ ئاڭلىنىشى توغرىسىدا 295
سەككىزىنچى باب قۇلاققا بىر نەرسە ئۇرۇلۇپ يارا بولۇش توغرىسىدا 298
توققۇزىنچى باب قۇلاققا كىرگەن سۇنى چىقىرىش توغرىسىدا 298

تۆتىنچى بۆلۈم بۇرۇن كېسەللىكلىرى توغرىسىدا

بىرىنچى باب پۇراش سېزىمى كېسەللىكلىرى 300
ئىككىنچى باب بۇرۇن سېسىق پۇراش توغرىسىدا 303
ئۇچىنچى باب بۇرۇن يارىسى توغرىسىدا 305
تۆتىنچى باب بۇرۇن ناسورى ۋە گۆش ئۆسۈش توغرىسىدا 306
بەشىنچى باب بۇرۇن قاناش توغرىسىدا 309
ئالتىنچى باب بۇرۇن سۆڭىكى سۇنۇش ۋە ئېزىلىش توغرىسىدا 313
يەتتىنچى باب بۇرۇندا تۇرۇپ قالغان نەرسىلەرنى چىقىرىش توغرىسىدا 314
سەككىزىنچى باب بۇرۇن قىچىشىش توغرىسىدا 314
توققۇزىنچى باب كۆپ چۈشكۈرۈش توغرىسىدا 315
ئونىنچى باب زۇكام توغرىسىدا 316

بەشىنچى بۆلۈم ئېغىز، تىل، لەۋ، چىش كېسەللىكلىرى توغرىسىدا

بىرىنچى قسم لەۋ، ئېغىز، چىش مىلكى كېسەللىكلىرى توغرىسىدا

بىرىنچى باب لەۋنىڭ مەنپەئەتلىرى ۋە ئۇنىڭدا بولىدىغان كېسەللىكلەرتوغرىسىدا 324
ئىككىنچى باب لەۋ يېرىلىش توغرىسىدا 325

ئۇچىنچى باب لەۋگە گۆش ئۆسۈش توغرىسىدا 326
تۆتىنچى باب لەۋ ۋە چىش مىلىكىگە پەيدا بولغان گۆشخور چاقا توغرىسىدا 326
بەشىنچى باب چىش مىلىكى ئاجىز بولۇشنىڭ ئىلاجى توغرىسىدا 328
ئالتىنچى باب ئېغىز يارىسى توغرىسىدا 329
يەتتىنچى باب لەۋ مىزاجى بۇزۇلۇش توغرىسىدا 331
سەككىزىنچى باب لەۋ ئىششىقلىرى توغرىسىدا 332
توققۇزىنچى باب ئۇخلىغاندا ئېغىزدىن شۆلگەي ئېقىش توغرىسىدا 333
ئونىنچى باب ئېغىز پۇراش توغرىسىدا 334

ئىككىنچى قىسىم

بىرىنچى باب تىلنىڭ ئەھۋالى ۋە كېسەللىكلىرىنى تونۇش توغرىسىدا 338
ئىككىنچى باب تىلنىڭ تەمسىز نەرسىلەرنى خالىشى توغرىسىدا 340
ئۇچىنچى باب تىل ئاجىزلىقى توغرىسىدا 341
تۆتىنچى باب تىلنىڭ كۆيۈشۈشى توغرىسىدا 343
بەشىنچى باب تىل يېرىلىش توغرىسىدا 344
ئالتىنچى باب تىل تەشەننۇجى توغرىسىدا 344
يەتتىنچى باب تىل ئىششش توغرىسىدا 345
سەككىزىنچى باب گاچىلىق ۋە كېكەچلىك توغرىسىدا 347
توققۇزىنچى باب تىل ئاستى پاقىسىمان ئۆسمىسى توغرىسىدا 348
ئونىنچى باب كىچىك تىل كېسەللىكلىرى توغرىسىدا 349

ئۇچىنچى قىسىم چىش كېسەللىكلىرى توغرىسىدا

بىرىنچى باب چىشنىڭ تۇزۇلۇشى ۋە چىش كېسەللىكلىرىنىڭ ئىلاجى توغرىسىدا 354
ئىككىنچى باب چىش تازىلاش تەدبىرى توغرىسىدا 357
ئۇچىنچى باب چىش ئاغرىقى توغرىسىدا 359
تۆتىنچى باب چىش سۇنۇش ۋە چۈشۈش توغرىسىدا 365
بەشىنچى باب چىش مىدىرلاپ قېلىش توغرىسىدا 366
ئالتىنچى باب چىش رەڭگىنىڭ ئۆزگىرىشى توغرىسىدا 368

يەتتىنچى باب چىش قاماش توغرىسىدا 369
سەككىزىنچى باب چىش بوشاپ كېتىش ۋە چىش ئاجىزلاش توغرىسىدا 370
توققۇزىنچى باب باللارنىڭ چىشنى ئاسان چىقىرىش توغرىسىدا 371
ئونىنچى باب چوڭلارنىڭ چۈشۈپ كەتمەكچى بولغان چىشنى ئاسان چۈشۈرۈش توغرىسىدا ... 371

ئالتىنچى بۆلۈم كېكىردەك، گال ئەھۋالى ۋە ئۇلارنىڭ كېسەللىكلىرى توغرىسىدا

بىرىنچى قىسىم ئاۋازغا مۇناسىۋەتلىك ئىللەتلەر توغرىسىدا

بىرىنچى باب ئاۋاز چىقماسلىق توغرىسىدا 373
ئىككىنچى باب ئاۋاز تۇتۇلۇش توغرىسىدا 375
ئۈچىنچى باب ئاۋازنىڭ تىترەپ چىقىشى توغرىسىدا 377
تۆتىنچى باب بۇغۇق ئاۋاز توغرىسىدا 378
بەشىنچى باب ئىنچىكە ئاۋاز توغرىسىدا 378

ئىككىنچى قىسىم كېكىردەك توسۇلۇش توغرىسىدا

بىرىنچى باب زەبھە ۋە خەنناق توغرىسىدا 380
ئىككىنچى باب گالنىڭ ئىچىگە چىقىدىغان مۇدۇرلار توغرىسىدا 393
ئۈچىنچى باب تاتامنىڭ بوغۇزدا تۇرۇپ قېلىشى توغرىسىدا 394
تۆتىنچى باب گالغا زۇلۇك قۇرتى چاپلىشىۋېلىش توغرىسىدا 395

يەتتىنچى بۆلۈم نەپەس ئەزالىرى كېسەللىكلىرى توغرىسىدا

بىرىنچى باب نەپەس ئەزالىرىنى تونۇش ۋە ئۇنىڭ ئۆزگىرىشلىرى توغرىسىدا 397
ئىككىنچى باب نەپەس ئەسلىي هالىتىدىن ئۆزگەرسە قانداق بولىدىغانلىقى توغرىسىدا ... 400
ئۈچىنچى باب تۇتقاقلىق دەم سىقىلىش توغرىسىدا 405
تۆتىنچى باب يۆتەلنىڭ تۈرلىرى ۋە سەۋەبلىرى توغرىسىدا 415
بەشىنچى باب ماددىسىز ئىسسىقتىن مىزاج بۇزۇلۇش سەۋەبىدىن بولغان قۇرۇق يۆتەل توغرىسىدا 417
ئالتىنچى باب ماددىسىز سوغۇقتىن مىزاج بۇزۇلۇشتىن بولغان قۇرۇق يۆتەل توغرىسىدا ... 419

يەتتىنچى باب ئىسسىقتىن مىزاج بۇزۇلۇشتىن بولغان ھۆل يۆتەل توغرىسىدا 420
سەككىزىنچى باب مىزاجنىڭ ماددىسىز سوغۇقتىن بۇزۇلۇشىدىن بولغان يۆتەل توغرىسىدا ... 423
توققۇزىنچى باب ئۆپكە ئىششىش ۋە جاراھەت بولۇش سەۋەبىدىن پەيدا بولغان يۆتەل توغرىسىدا 425
ئونىنچى باب ئىسسىقلىق سەۋەبىدىن پەيدا بولغان يۆتەل توغرىسىدا 426
ئون بىرىنچى باب بوغۇزدىن قان چىقىش توغرىسىدا 427
ئون ئىككىنچى باب زاتىررىيە (ئۆپكە يالىلۇغى) توغرىسىدا 439
ئون ئۈچىنچى باب زاتۇس سەدرى توغرىسىدا 448
ئون تۆتىنچى باب ئۆپكە سىلى توغرىسىدا 450
ئون بەشىنچى باب زاتىلجەنبە توغرىسىدا 464

سەككىزىنچى بۆلۈم يۈرەكنىڭ ئەھۋالى ۋە ئۇنىڭ كېسەللىكلىرى توغرىسىدا

بىرىنچى باب يۈرەك كېسەللىكلىرىنىڭ قانچە خىل بولىدىغانلىقى توغرىسىدا 477
ئىككىنچى باب مىزاجنىڭ ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشىدىن بولغان يۈرەك زەئىپلىكى توغرىسىدا ... 486
ئۈچىنچى باب يۈرەكنىڭ ماددىسىز سوغۇقلۇقتىن مىزاجى بۇزۇلۇشتىن زەئىپ بولغانلىقى توغرىسىدا 488
تۆتىنچى باب مىزاجنىڭ ماددىسىز قۇرۇقلۇقتىن بۇزۇلۇشىدىن بولغان خەپەقان توغرىسىدا ... 491
بەشىنچى باب مىزاج بۇزۇلۇشتىن سەۋداۋى بۇخاراتنىڭ يۈرەككە ئۆرلىشىدىن كېلىپ چىققان خەپەقان ۋە ۋەسۋەسلىك توغرىسىدا 491
ئالتىنچى باب بىھوشلۇق توغرىسىدا 493

توققۇزىنچى بۆلۈم ئەمچەك كېسەللىكلىرى توغرىسىدا

بىرىنچى باب سۈتنىڭ ئەھۋالىنى بىلىش ۋە سۈتى ئاز ئايالغا تەدبىر قىلىش توغرىسىدا 497
ئىككىنچى باب سۈتنىڭ كۆپلۈكگە قارشى تەدبىر قىلىش توغرىسىدا 500
ئۈچىنچى باب سۈتنىڭ ئەمچەكتە ئۈيۈپ قېلىشى توغرىسىدا 501
تۆتىنچى باب سۈتنىڭ ئەمچەكتە ئېچىپ قېلىشى توغرىسىدا 502
بەشىنچى باب ئەمچەكنىڭ ئىسسىقتىن ئىششىشى توغرىسىدا 502
ئالتىنچى باب ئەمچەكنىڭ سوغۇقتىن ئىششىشى توغرىسىدا 503
يەتتىنچى باب ئەمچەكنىڭ قاتتىقلىششى ۋە بەز پەيدا بولۇش توغرىسىدا 503

سەككىزىنچى باب ئەمچەكتە يىرىڭلىق ئىششىق پەيدا بولۇش توغرىسىدا 504
توققۇزىنچى باب ئەمچەكتە ياماق جاراھەت پەيدا بولۇش توغرىسىدا 504
ئونىنچى باب ئەمچەكنىڭ زىيادە چوڭىيىشى توغرىسىدا 504

ئونىنچى بۆلۈم قىزىلئۆڭگەچ ۋە ئاشقازان كېسەللىكلىرى توغرىسىدا

بىرىنچى قىسىم قىزىلئۆڭگەچ كېسەللىكلىرى توغرىسىدا

بىرىنچى باب تاياق ۋە سۇنۇق يۇتقۇنچاقتىن مۇشكۈلدە ئۆتۈشى توغرىسىدا 506
ئىككىنچى باب قىزىلئۆڭگەچ ئىششىش توغرىسىدا 508
ئۈچىنچى باب قىزىلئۆڭگەچ جاراھەتلىنىش ۋە ئۇشتاق مۇدۇر چىقىش توغرىسىدا 509

ئىككىنچى قىسىم ئاشقازان مىزاجىنىڭ ھەرخىل بۇزۇلۇشلىرى توغرىسىدا

بىرىنچى باب ئاشقازان مىزاجىنىڭ ماددىسىز ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشى توغرىسىدا 510
ئىككىنچى باب ئاشقازان مىزاجىنىڭ ماددىلىق ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشى توغرىسىدا 512
ئۈچىنچى باب ئاشقازان مىزاجىنىڭ سوغۇقتىن بۇزۇلۇشى توغرىسىدا 517
تۆتىنچى باب ئاشقازان مىزاجىنىڭ قۇرۇق سوغۇقتىن بۇزۇلۇشى توغرىسىدا 518
بەشىنچى باب ئاشقازان مىزاجىنىڭ ھۆل سوغۇقتىن بۇزۇلۇشى توغرىسىدا 519
ئالتىنچى باب ئاشقازان ئاغرىقى ۋە ئاشقازاندا يەل پەيدا بولۇپ تاياق سىڭمەسلىك توغرىسىدا ... 523
يەتتىنچى باب ئاشقازانىنىڭ سەۋدا خىلىتى قۇيۇلۇشتىن بولغان ئاغرىقى توغرىسىدا 527

ئۈچىنچى قىسىم ئىشتىھاغا مۇناسىۋەتلىك كېسەلىكلەر توغرىسىدا

بىرىنچى باب ئىشتىھاسىزلىق توغرىسىدا 528
ئىككىنچى باب شەھۋەتى كەلبىيە توغرىسىدا 531
ئۈچىنچى باب ئىشتىھاغا ئاپەت يېتىش توغرىسىدا 534
تۆتىنچى باب غەيرىي نەرسىلەرنى يېيىشنى ئارزۇ قىلىش توغرىسىدا 536
بەشىنچى باب كۆپ ئۇسساش توغرىسىدا 538

تۆتىنچى قىسىم ئاشقازانىنىڭ قوزغىلىشىغا مۇناسىۋەتلىك كېسەللىكلەر توغرىسىدا

بىرىنچى باب ھېق تۇتۇش توغرىسىدا 542

ئىككىنچى باب كېسكىرىش توغرىسىدا 545
ئۈچىنچى باب ئاشقازان بىئارام بولۇش ۋە كۆكۈل ئېلىشىش توغرىسىدا 546
تۆتىنچى باب قۇسۇش توغرىسىدا 548
بەشىنچى باب قان قۇسۇش توغرىسىدا 553
ئالتىنچى باب ھەيزى توغرىسىدا 556

بەشىنچى قىسىم ئاشقازان ئاجىزلىقى، تائام سىڭمەسلىك ۋە ئاشقازان ئاغرىقلىرى توغرىسىدا

بىرىنچى باب ئاشقازان ئاجىزلىقى توغرىسىدا 559
ئىككىنچى باب ئاشقازانىنىڭ تارتقۇچى قۇۋۇتىنىڭ ئاجىزلىشىشى توغرىسىدا 559
ئۈچىنچى باب ئاشقازانىنىڭ تۈتۈپ تۇرغۇچى قۇۋۇتىنىڭ ئاجىزلىشىشى توغرىسىدا 560
تۆتىنچى باب ھەزىم بۇزۇلۇش توغرىسىدا 562
بەشىنچى باب ئاشقازانىنىڭ ئىتتىرىپ چىقىرىش قۇۋۇتىنىڭ ئاجىزلىشىشى توغرىسىدا 564
ئالتىنچى باب ئاشقازان بوشاپ كېتىش توغرىسىدا 565

ئونىنچى قىسىم ئالتىنچى بۆلۈم ئاشقازان ئىششىقلىرى، يارىلىرى ۋە ئۆشىشاق مۇدۇرلىرى توغرىسىدا

بىرىنچى باب ئاشقازانىنىڭ قاندىن ئىششىشى توغرىسىدا 567
ئىككىنچى باب ئاشقازانىنىڭ سەپرادىن ئىششىشى توغرىسىدا 570
ئۈچىنچى باب ئاشقازانىنىڭ بەلغەمدىن ئىششىشى توغرىسىدا 571
تۆتىنچى باب ئاشقازانىنىڭ قاتتىق ئىششىقى توغرىسىدا 572
بەشىنچى باب ئاشقازان قاپلىق يارىسى توغرىسىدا 574
ئالتىنچى باب ئاشقازان يارىسى ۋە ئۆشىشاق مۇدۇرلىرى توغرىسىدا 575

ئون بىرىنچى بۆلۈم جىگەرنىڭ ئەھۋالى ۋە كېسەللىكلىرى توغرىسىدا

بىرىنچى قىسىم جىگەر ئەھۋالى ۋە ئۇنىڭ مىزاجىنىڭ ھەرخىل بۇزۇلۇشلىرى توغرىسىدا

بىرىنچى باب جىگەر ئەھۋالى توغرىسىدا 578
ئىككىنچى باب جىگەر مىزاجىنىڭ ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشى توغرىسىدا 579

ئۇچىنچى باب جىگەر مىزاجىنىڭ سوغۇقلۇقتىن بۇزۇلۇشى توغرىسىدا 582
تۆتىنچى باب جىگەر مىزاجىنىڭ ماددىسىز قۇرۇق سوغۇقتىن بۇزۇلۇشى توغرىسىدا 587
بەشىنچى باب جىگەر مىزاجىنىڭ ماددىسىز ھۆل سوغۇقتىن بۇزۇلۇشى توغرىسىدا 588
ئالتىنچى باب جىگەر مىزاجىنىڭ ھۆل ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشى توغرىسىدا 588
يەتتىنچى باب جىگەر مىزاجىنىڭ قۇرۇق ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشى توغرىسىدا 589
سەككىزىنچى باب جىگەر مىزاجىنىڭ ماددىلىق قۇرۇق سوغۇقتىن بۇزۇلۇشى توغرىسىدا ... 590
توققۇزىنچى باب جىگەرنىڭ كىچىك بولۇشى توغرىسىدا 590
ئونىنچى باب جىگەرگە زىيان قىلىدىغان نەرسىلەر توغرىسىدا 591
ئون بىرىنچى باب جىگەرگە پايدا قىلىدىغان نەرسىلەر توغرىسىدا 591

ئىككىنچى قىسىم جىگەر ئاجىزلىقى ۋە جىگەردە توسالغۇ پەيدا بولۇش توغرىسىدا

بىرىنچى باب جىگەر ئاجىزلىقى توغرىسىدا 593
ئىككىنچى باب جىگەر سىرتىدا توسالغۇ پەيدا بولۇش توغرىسىدا 599
ئۇچىنچى باب جىگەر تېگىدە توسالغۇ پەيدا بولۇش توغرىسىدا 606
تۆتىنچى باب قابىز خۇسۇسىيەتلىك نەرسىلەرنى يېيىشتىن پەيدا بولغان جىگەر توسالغۇسى توغرىسىدا 608
بەشىنچى باب جىگەردە يەل پەيدا بولۇش توغرىسىدا 608
ئالتىنچى باب جىگەر ئاغرىقلىرى توغرىسىدا 609

ئۈچىنچى قىسىم جىگەر ئىششىقلىرى توغرىسىدا

بىرىنچى باب جىگەرنىڭ ئىسسىقتىن ئىششىشى توغرىسىدا 611
ئىككىنچى باب جىگەر ئىششىقى پىشىپ يېرىڭلاپ، قاپلىق يارىغا ئايلىنىش توغرىسىدا ... 613
ئۇچىنچى باب جىگەر قاتتىق ئىششىقى توغرىسىدا 615
تۆتىنچى باب قورساق پەردىلىرى ئىششىش توغرىسىدا 618
بەشىنچى باب ئۇرۇلۇش سوقۇلۇش ياكى يىقىلىش سەۋەبىدىن جىگەر زەخمىلىنىش توغرىسىدا 618
ئالتىنچى باب جىگەرنىڭ سوغۇقتىن بولغان ئىششىقى توغرىسىدا 619

ئون ئىككىنچى بۆلۈم تال كېسەللىكلىرى توغرىسىدا

بىرىنچى باب تالنىڭ ئەھۋالى ۋە ئۇنىڭ خىزمىتى توغرىسىدا 621
ئىككىنچى باب تال قۇۋۇقتىرىنىڭ زەئىپلىشىشى توغرىسىدا 623
ئۈچىنچى باب تال ئىششىقى توغرىسىدا 624
تۆتىنچى باب تالنىڭ يەلدىن ئاغرىشى توغرىسىدا 632

ئون ئۈچىنچى بۆلۈم جىگەر ۋە تال سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدىغان بەزى كېسەللىكلەر توغرىسىدا

بىرىنچى قىسىم يەرقان ۋە ئۇنى داۋالاش

بىرىنچى باب يەرقان توغرىسىدا 633
ئىككىنچى باب جىگەر مىزاجىنىڭ ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشىدىن كېلىپ چىققان سېرىق يەرقان توغرىسىدا 635
ئۈچىنچى باب ئىسسىق تەبىئەتلىك يېمەك - ئىچمەكلەرنى ئىستېمال قىلىشتىن كېلىپ چىققان يەرقان توغرىسىدا 636
تۆتىنچى باب ئومومىي بەدەن مىزاجىنىڭ ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشىدىن بولغان يەرقان توغرىسىدا ... 638
بەشىنچى باب تەر تۆشۈكچىلىرى توسۇلۇشتىن بولغان يەرقان توغرىسىدا 638
ئالتىنچى باب جىگەر يوللىرى توسۇلۇشتىن بولغان يەرقان توغرىسىدا 639
يەتتىنچى باب بوھراندىن بولغان يەرقان توغرىسىدا 643
سەككىزىنچى باب جىگەر ئىششىش ياكى ئىسسىق زەھەرلىك ھاشاراتلار چېقىۋېلىشتىن بولغان يەرقان توغرىسىدا 643
توققۇزىنچى باب قارا يەرقان توغرىسىدا 644

ئىككىنچى قىسىم ئىستىسقانىڭ ئالامەتلىرى ۋە داۋالاش توغرىسىدا

بىرىنچى باب ئىستىسقانىڭ تۈرلىرى توغرىسىدا 647
ئىككىنچى باب سۇئۇلقۇنىيە توغرىسىدا 650
ئۈچىنچى باب ئىسسىقتىن بولغان ئىستىسقائى زىققى توغرىسىدا 652

تۆتىنچى باب جىگەرنىڭ سوغۇقلۇقىدىن بولغان ئىستىسقائى زىققى توغرىسىدا 662
بەشىنچى باب يەللىك ئىستىسقا توغرىسىدا 665
ئالتىنچى باب ئىستىسقائى لەھمى توغرىسىدا 666

ئون تۆتىنچى بۆلۈم ھەرخىل ئىچ سۇرۇش توغرىسىدا

بىرىنچى باب مېڭە مەنبەلىك ئىچ سۇرۇش توغرىسىدا 670
ئىككىنچى باب ئۆت مەنبەلىك ئىچ سۇرۇش توغرىسىدا 672
ئۈچىنچى باب جىگەر مەنبەلىك ئىچ سۇرۇش توغرىسىدا 673
تۆتىنچى باب قانلىق ئىچ سۇرۇش توغرىسىدا 678
بەشىنچى باب ئوموموي بەدەنلىك ئىچ سۇرۇش توغرىسىدا 680
ئالتىنچى باب ئاشقازانلىق قۇۋۇتى ھازىمەسى زەئىپلىشىشتىن بولغان ئىچ سۇرۇش توغرىسىدا 681
يەتتىنچى باب ئاشقازانلىق قۇۋۇتى ماسكەسى ئاجىزلىشىشتىن بولغان ئىچ سۇرۇش توغرىسىدا ... 687
سەككىزىنچى باب تەرتىپسىز غىزالىنىشتىن بولغان ئىچ سۇرۇش توغرىسىدا 690
توققۇزىنچى باب ئاشقازاندا سەۋدا خىلتى ئېشىپ كېتىشتىن بولغان ئىچ سۇرۇش توغرىسىدا ... 691
ئونىنچى باب ئۈچەينىڭ قۇۋۇتى ماسكەسىنىڭ زەئىپلىكىدىن بولغان ئىچ سۇرۇش توغرىسىدا ... 692
ئون بىرىنچى باب ئۈچەيگە مۇدۇر چىقىشتىن بولغان ئىچ سۇرۇش توغرىسىدا 694
ئون ئىككىنچى باب ئۈچەي شىللىق پەردىلىرىنىڭ زەخىملىنىشى توغرىسىدا 695
ئون ئۈچىنچى باب ئۈچەي يىرىسىدىن بولغان ئىچ سۇرۇش توغرىسىدا 699
ئون تۆتىنچى باب تولغاق توغرىسىدا 707

ئون بەشىنچى بۆلۈم مەقئەت كېسەللىكلىرى توغرىسىدا

بىرىنچى باب سوڭگى چىقىپ قېلىش توغرىسىدا 713
ئىككىنچى باب مەقئەت يارىسى توغرىسىدا 714
ئۈچىنچى باب مەقئەت يىرىلىش توغرىسىدا 714
تۆتىنچى باب مەقئەت قىچىشىش توغرىسىدا 717
بەشىنچى باب مەقئەت بوۋاسىرى توغرىسىدا 718
ئالتىنچى باب مەقئەت ئاقمىسى توغرىسىدا 734

ئون ئالتىنچى بۆلۈم مەددە قۇرت كېسەللىكلىرى توغرىسىدا

بىرىنچى باب مەددە قۇرتلار ۋە ئۇلارنىڭ پەيدا بولۇشى توغرىسىدا 736
ئىككىنچى باب ئۇچەيدە پەيدا بولغان يىلان مەددە ۋە قاپاق ئۇرۇقسىمان مەددە توغرىسىدا 739
ئۇچىنچى باب تۈتۈ مەددە توغرىسىدا 745

ئون يەتتىنچى بۆلۈم قۇلۇنجى توغرىسىدا

بىرىنچى باب ساختا قۇلۇنجى توغرىسىدا 747
ئىككىنچى باب ھەقىقىي قۇلۇنجى توغرىسىدا 749
ئۇچىنچى باب چوڭ تەرەتتىكى ئۇچەيدە قۇرۇپ توختاپ قالغانلىقىدىن بولغان قۇلۇنجى توغرىسىدا 753
تۆتىنچى باب شىلىمشىق بەلغەمدىن بولغان قۇلۇنجى توغرىسىدا 757
بەشىنچى باب قويۇق يەلدىن بولغان قۇلۇنجى توغرىسىدا 767
ئالتىنچى باب ئىششىقتىن بولغان قۇلۇنجى توغرىسىدا 770
يەتتىنچى باب ئۇچەينىكى ئۇرۇقدان خالتىسىغا چۈشۈپ بىلىشىدىن بولغان قۇلۇنجى توغرىسىدا ... 773
سەككىزىنچى باب ئۇچەي تولغىشىپ قىلىشتىن بولغان قۇلۇنجى توغرىسىدا 774
توقۇزىنچى باب ئۇچەينىكى ئىتتىرىش كۈچىنىكى زەئىپلىكىدىن بولغان قۇلۇنجى توغرىسىدا 775
ئونىنچى باب ئۇچەي سەزگۈرلۈكىنىكى يوقىلىشىدىن بولغان قۇلۇنجى توغرىسىدا 776
ئون بىرىنچى باب ئەيلاۋۇس توغرىسىدا 776

ئون سەككىزىنچى بۆلۈم بۆرەك ۋە دوۋساق كېسەللىكلىرى توغرىسىدا

بىرىنچى قىسىم بۆرەك كېسەللىكلىرى

بىرىنچى باب بۆرەك مىزاجىنىكى ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشى توغرىسىدا 781
ئىككىنچى باب بۆرەك مىزاجىنىكى ماددىسىز سوغۇقتىن بۇزۇلۇشى توغرىسىدا 782
ئۇچىنچى باب بۆرەك مىزاجىنىكى ماددىلىق ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشى توغرىسىدا 783

تۆتىنچى باب بۆرەك مىزاجىنىڭ ماددىلىق سوغۇقتىن بۇزۇلۇشى توغرىسىدا 784
بەشىنچى باب بۆرەك ئورۇقلاش توغرىسىدا 784
ئالتىنچى باب بۆرەك زەئىپلىكى توغرىسىدا 785
يەتتىنچى باب بۆرەك ئەتراپىدا قويۇق يەل تۇرۇۋېلىش توغرىسىدا 788
سەككىزىنچى باب ماددىلىق ئىسسىقتىن بولغان بۆرەك ئىششقى توغرىسىدا 789
توققۇزىنچى باب بەلغەمدىن بولغان بۆرەك ئىششقى توغرىسىدا 796
ئونىنچى باب سەۋدادىن بولغان بۆرەك ئىششقى توغرىسىدا 797
ئون بىرىنچى باب بۆرەكنىڭ ئىسسىق ياكى سوغۇقتىن بولغان قاتتىق ئىششقى توغرىسىدا ... 799
ئون ئىككىنچى باب بۆرەك ۋە دوۋساقا مۇدۇر ياكى قوتۇر چىقىش توغرىسىدا 803
ئون ئۈچىنچى باب بۆرەك تومۇرى يېرىلىش توغرىسىدا 805
ئون تۆتىنچى باب بۆرەك ۋە دوۋساقتا قان ئۈيۈپ قېلىش توغرىسىدا 810
ئون بەشىنچى باب بۆرەك ۋە سۈيدۈك يوللىرىدا يارا پەيدا بولۇش توغرىسىدا 811

ئىككىنچى قىسىم دوۋساق كېسەللىكلىرى توغرىسىدا

بىرىنچى باب ئىسسىقتىن بولغان دوۋساق ئىششقى توغرىسىدا 819
ئىككىنچى باب سوغۇقتىن بولغان دوۋساق ئىششقى توغرىسىدا 821
ئۈچىنچى باب دوۋساق ياڭىسى توغرىسىدا 822
تۆتىنچى باب دوۋساقتا قان ئۈيۈپ قېلىش توغرىسىدا 823
بەشىنچى باب دوۋساق قىچىشىش توغرىسىدا 825
ئالتىنچى باب دوۋساقتا يەل تۇرۇۋېلىش توغرىسىدا 826
يەتتىنچى باب دوۋساقنىڭ بوشىشى ۋە ئورنىدىن قوزغىلىشى توغرىسىدا 827
سەككىزىنچى باب سۈيدۈك تامچىلاش توغرىسىدا 828
توققۇزىنچى باب سۈيدۈك تۈتۈلۇش توغرىسىدا 832
ئونىنچى باب سۈيدۈك ئېچىشتۇرۇپ كېلىش توغرىسىدا 839
ئون بىرىنچى باب زىيابىتوس توغرىسىدا 841
ئون ئىككىنچى باب سۈيدۈك تۇتالماسلىق توغرىسىدا 844
ئون ئۈچىنچى باب قان سىيىش توغرىسىدا 848
ئون تۆتىنچى باب سۈيدۈكنىڭ ھەر خىل رەڭدە كېلىشى توغرىسىدا 850

ئۇچىنچى قىسىم سۈيدۈك ئاجرىتىپ چىقىرىش ئەزالىرىدا تاش پەيدا بولۇش توغرىسىدا

بىرىنچى باب بۆرەك ۋە دوۋساقتا تاش پەيدا بولۇش توغرىسىدا 852
ئىككىنچى باب ھەرقايسى ئەزالاردا تاش پەيدا بولۇش توغرىسىدا 854
ئۈچىنچى باب دوۋساق ۋە بۆرەكتە تاش پەيدا بولۇش توغرىسىدا 854
تۆتىنچى باب تاشنىڭ سۈيدۈك يولىنى يارا قىلىشى توغرىسىدا 865
بەشىنچى باب دوۋساقتىكى تاشنى يېرىپ چىقىرىش توغرىسىدا 866

ئون توققۇزىنچى بۆلۈم ئەرلەر كېسەللىكلىرى توغرىسىدا

بىرىنچى قىسىم زەكەر، ئۇرۇقدان ئىششىقى ۋە ئۇنىڭدىكى يارا، قوتۇر ۋە باشقا كېسەللىكلەر توغرىسىدا

بىرىنچى باب ئىسسىقتىن بولغان ئۇرۇقدان ئىششىقى توغرىسىدا 868
ئىككىنچى باب سوغۇقتىن بولغان ئۇرۇقدان ئىششىقى توغرىسىدا 870
ئۈچىنچى باب ئۇرۇقدان چوڭىيىپ قېلىش توغرىسىدا 872
بەشىنچى باب ئۇرۇقدان خالتىسى بوشاپ قېلىش توغرىسىدا 873
ئالتىنچى باب ئۇرۇقدان يارىسى توغرىسىدا 873
يەتتىنچى باب جىنسىي ئەزا لىكىلداش توغرىسىدا 875
سەككىزىنچى باب ئۇرۇقدان قىچىشىش توغرىسىدا 876

ئىككىنچى قىسىم چوۋقۇق توغرىسىدا

بىرىنچى باب چوۋقۇقنىڭ تۈرلىرى توغرىسىدا 877
ئىككىنچى باب ئۇرۇقدانغا ئۇچەي ياكى چاۋا ياغ چۈشۈۋېلىش توغرىسىدا 878
ئۈچىنچى باب ئۇرۇقدانغا يەل توشۇۋېلىش توغرىسىدا 880
تۆتىنچى باب ئۇرۇقدان خالتىسىغا سۇ يىغىلىپ قېلىش توغرىسىدا 881

ئۈچىنچى قىسىم جىما توغرىسىدا

بىرىنچى باب جىمانىڭ ھېكمىتى توغرىسىدا 881
ئىككىنچى باب جىما قىلىش توغرىسىدا 882
ئۈچىنچى باب جىمانىڭ پايدىلىرى توغرىسىدا 883

تۆتىنچى باب كۆپ جىما قىلىشنىڭ زەرەرى توغرىسىدا 884
بەشىنچى باب قانداق كىشىلەرگە كۆپ جىما قىلىش زەرەر قىلىدىغانلىقى توغرىسىدا ... 885
ئالتىنچى باب جىماغا پايدىلىق ئىشلار توغرىسىدا 886
يەتتىنچى باب شەھۋەت زىيادە بولۇش توغرىسىدا 889
سەككىزىنچى باب زەكەرنىڭ داۋاملىق قايىم بولۇپ تۇرۇشى توغرىسىدا 891
توققۇزىنچى باب مەنىي تېز يۇرۇپ كېتىش توغرىسىدا 893
ئونىنچى باب باھ ئاجىزلىقى توغرىسىدا 896
ئون بىرىنچى باب باھىنى قۇۋۇتلىگۈچى داۋائى غىزالار توغرىسىدا 901
ئون ئىككىنچى باب باھىنى قۇۋۇتلىگۈچى شەربەتلەر توغرىسىدا 907
ئون ئۈچىنچى باب باھنى قۇۋۇتلىگۈچى دورىلار توغرىسىدا 909
ئون تۆتىنچى باب زەكەر پالەچلىنىش توغرىسىدا 911
ئون بەشىنچى باب باھنى كۈچەيتكۈچى ھۆقنە ۋە شىيافلار توغرىسىدا 912
ئون ئالتىنچى باب باھنى زەئىپلەشتۈرىدىغان دورىلار 915
ئون يەتتىنچى باب ئوبنە كېسەللىكى توغرىسىدا 916
ئون سەككىزىنچى باب جىمادا چوڭ تەرەت مېڭىپ كېتىش توغرىسىدا 918
ئون توققۇزىنچى باب زەكەرنى چوڭايتىش تەدبىرلىرى توغرىسىدا 919
يىگىرمىنچى باب جىمادا لەززەت پەيدا قىلىدىغان نەرسىلەر توغرىسىدا 919
يىگىرمە بىرىنچى باب ئاياللارنىڭ پەرجىنى قىزىتىش تەدبىرلىرى توغرىسىدا 920
يىگىرمە ئىككىنچى باب ئاياللارنىڭ پەرجىنى كىچىكلىتىش ۋە قۇرۇتۇش توغرىسىدا ... 920
يىگىرمە ئۈچىنچى باب قانداق ۋاقىتتا ۋە قانداق ھالەتتە جىما قىلسا ياخشى بولىدىغانلىقى
توغرىسىدا 921
يىگىرمە تۆتىنچى باب قانچە كۈندە بىر قېتىم جىما قىلسا ياخشى بولىدىغانلىقى توغرىسىدا ... 922

يىگىرمىنچى بۆلۈم ئاياللار كېسەللىكلىرى توغرىسىدا

بىرىنچى قىسىم ھەيزگە مۇناسىۋەتلىك كېسەللىكلەر توغرىسىدا

بىرىنچى باب ھەيز توغرىسىدا 924
ئىككىنچى باب ھەيز كۆپ كېلىش توغرىسىدا 925
ئۈچىنچى باب ھەيز تۇتۇلۇش توغرىسىدا 937

ئىككىنچى قىسىم ھاملىدارلىق ۋە تۇغۇت توغرىسىدا

بىرىنچى باب بالىنىڭ قورساقتا قانداق شەكىللىنىدىغانلىقى توغرىسىدا 946
ئىككىنچى باب تۇغماسلىق توغرىسىدا 950
ئۈچىنچى باب ھاملىدارلىقنىڭ ئالامەتلىرى توغرىسىدا 957
تۆتىنچى باب بالىنىڭ قىز ـ ئوغۇللۇقىنى بىلىش توغرىسىدا 959
بەشىنچى باب ئوغۇل پەرزەنت كۆرۈش تەدبىرلىرى توغرىسىدا 960
ئالتىنچى باب كۆپ ياكى ئاز پەرزەنتلىك بولۇشنى بەدەن تۈرقىدىن بىلىش توغرىسىدا ... 961
يەتتىنچى باب تۇغۇت يېقىنلىشىپ قالغانلىقنىڭ ئالامەتلىرى توغرىسىدا 962
سەككىزىنچى باب ھاملىنىڭ پەرۋىش تاپالماسلىقى توغرىسىدا 962
توققۇزىنچى باب قېيىن تۇغۇت توغرىسىدا 963
ئونىنچى باب سېزىك (يۇرۇك) توغرىسىدا 971
ئون بىرىنچى باب نېپاس قېنى توغرىسىدا 973
ئون ئىككىنچى باب بويىدىن ئاجراش توغرىسىدا 974
ئون ئۈچىنچى باب بالا چۈشۈرۈش توغرىسىدا 977
ئون تۆتىنچى باب ھاملىدارلىقتىن ساقلىنىش تەدبىرلىرى توغرىسىدا 979
ئون بەشىنچى باب ساختا ھاملىدارلىق توغرىسىدا 980

ئۈچىنچى قىسىم بالىياتقۇ كېسەللىكلىرى توغرىسىدا

بىرىنچى باب ئىسسىقتىن بولغان بالىياتقۇ ئىششىقى توغرىسىدا 982
ئىككىنچى باب بەلغەمدىن بولغان بالىياتقۇ ئىششىقى توغرىسىدا 987
ئۈچىنچى باب بالىياتقۇ قاتتىق ئىششىقى توغرىسىدا 987
تۆتىنچى باب بالىياتقۇ بوينى بوغۇلۇش توغرىسىدا 990
بەشىنچى باب بالىياتقۇغا سۇ يىغىلىش توغرىسىدا 994
ئالتىنچى باب بالىياتقۇغا يەل يىغىلىۋېلىش توغرىسىدا 995
يەتتىنچى باب بالىياتقۇنىڭ ئورنىدىن قوزغىلىپ كېتىشى توغرىسىدا 996
سەككىزىنچى باب بالىياتقۇ ئېغىزىغا پەردە ئۆسۈۋېلىش توغرىسىدا 998
توققۇزىنچى باب دىلچىقنىڭ ئۇزىراپ قېلىشى توغرىسىدا 999

يىگىرمە بىرىنچى بۆلۈم ئومۇرتقا ۋە پۇت ـ قول كېسەللىكلىرى توغرىسىدا

بىرىنچى باب ئۇچا ۋە بەل ئاغرىقى توغرىسىدا 1000
ئىككىنچى باب ئومۇرتقىنىڭ ئورنىدىن چىقىۋېلىشى توغرىسىدا 1002
ئۈچىنچى باب ئىسسىقتىن بولغان ۋەجئۈل مۇپاسىل، ئىرقۇننىسا ۋە نۇقرەس توغرىسىدا ... 1005
تۆتىنچى باب سوغۇقتىن بولغان ۋەجئۈل مۇپاسىل ۋە نۇقرەس توغرىسىدا 1017
بەشىنچى باب ئىرقۇننىسا ۋە يانپاش ئاغرىقى توغرىسىدا 1023
ئالتىنچى باب داۋالى ۋە دائۇل پىل كېسەللىكى توغرىسىدا 1027
يەتتىنچى باب پاچاققا مۇدۇر پەيدا بولۇش توغرىسىدا 1030
سەككىزىنچى باب سونجاق ئاغرىقى توغرىسىدا 1030
توققۇزىنچى باب تىرناق ئاغرىقى ۋە ئۇنىڭ يانجىلىشى توغرىسىدا 1031
ئونىنچى باب تىرناقنىڭ چىڭقىلىپ قىچىشى توغرىسىدا 1031

يەتتىنچى كىتاب

بىرىنچى بۆلۈم ئىسسىقتىن بولغان ئىششقلار توغرىسىدا

بىرىنچى قىسىم

بىرىنچى باب ئىسسىقتىن بولغان ئىششىق ۋە مۇدۇرلار توغرىسىدا 1033
ئىككىنچى باب فەلىغەمونى توغرىسىدا 1034
ئۈچىنچى باب ھۈمرە توغرىسىدا 1038
تۆتىنچى باب ماشرا توغرىسىدا 1040
بەشىنچى باب تائۇن توغرىسىدا 1042
ئالتىنچى باب يانپاش ۋە يىرىق ئىششىقى توغرىسىدا 1043
يەتتىنچى باب چىيقان توغرىسىدا 1044
سەككىزىنچى باب دۈممەل توغرىسىدا 1051
توققۇزىنچى باب شەرا توغرىسىدا 1052

ئىككىنچى قىسىم ئىسسىقتىن بولغان ئۇششاق مۇدۇرلار توغرىسىدا

بىرىنچى باب كۆيدۈرگە توغرىسىدا 1055
ئىككىنچى باب ئاتەش پارسى توغرىسىدا 1056
ئۈچىنچى باب بەلباغسمان قوقاق توغرىسىدا 1057
تۆتىنچى باب گاۋرەسىيە توغرىسىدا 1058

ئۈچىنچى قىسىم

بىرىنچى باب باش تەمرەتكسى ۋە شېرىنە توغرىسىدا 1059
ئىككىنچى باب بەدەنگە ئىسسىقلىق ئۆرلەش توغرىسىدا 1061
ئۈچىنچى باب بەناتۇللەيل توغرىسىدا 1061
تۆتىنچى باب قوتۇر توغرىسىدا 1062
بەشىنچى باب تەڭگىتەمرەتكە توغرىسىدا 1067

ئىككىنچى بۆلۈم

بىرىنچى باب سوغۇقتىن بولغان ئىششقلار توغرىسىدا 1070
ئىككىنچى باب يۇمشاق ئىششقلار توغرىسىدا 1072
ئۈچىنچى باب سەۋدا ۋە قويۇق بەلغەمدىن بولغان قاتتىق ئىششقلار توغرىسىدا 1074
تۆتىنچى باب سەرتان توغرىسىدا 1075
بەشىنچى باب يەللىك ئىششق توغرىسىدا 1077
ئالتىنچى باب خانازىر توغرىسىدا 1078
يەتتىنچى باب پوقاق ۋە توپۇق توغرىسىدا 1082
سەككىزىنچى باب بەز چۈشۈش، سۆگەل ۋە مەسامىر توغرىسىدا 1084

ئۈچىنچى بۆلۈم

بىرىنچى باب ھەر خىل يارىلار ۋە جاراھەتلەر توغرىسىدا 1086
ئىككىنچى باب زەرداب يىغىلىدىغان يارىلار توغرىسىدا 1092
ئۈچىنچى باب چىرىگەن يارىلار توغرىسىدا 1093

تۆتىنچى باب ئويمانلاشقان ئېغىزى كەڭ جاراھەتلەر تـوغرىسـدا 1094
بەشىنچى باب سېسىپ يامانلىشىدىغان يارىلار توغرىسىدا 1095
ئالتىنچى باب ئېغىز ئالمايدىغان ۋە تەستە ساقىيىدىغان يارىلار تـوغرىسـدا 1099
يەتتىنچى باب قۇرتلىغان يارا تـوغرىسـدا 1101
سەككىزىنچى باب رېيش بەلخى تـوغرىسـدا 1102
توققۇزىنچى باب ئەتنى يەيدىغان، بەتبۇي پۇرىمايدىغان جاراھەتلەر تـوغرىسـدا 1102
ئونىنچى باب ناسۇرغا ئايلانغان جـاراھەتلەر تـوغرىسـدا 1103
ئون بىرىنچى باب جاراھەتلەرنىڭ ئۇستىخانىنى سېستىشى تـوغرىسـدا 1104
ئون ئىككىنچى باب كۆيۈك يارىسى تـوغرىسـدا 1106

تۆتىنچى بۆلۈم جوزام توغرىسىدا

بەشىنچى بۆلۈم جاراھەتلەرنىڭ ئەھۋالى ۋە ئۇلارنىڭ تەدبىرلىرى توغرىسىدا

بىرىنچى باب جاراھەتلەرنىڭ ئەھۋالى تـوغرىسـدا 1118
ئىككىنچى باب تۆشۈكى تۈز بـولغان يارا تـوغرىسـدا 1120
ئۇچىنچى باب تەكشىسىز، چوڭقۇر بولغان، كېڭىيىپ تېرە ۋە گۆشنى يەيدىغان جاراھـەت
تـوغرىسـدا 1120
تۆتىنچى باب بەدەن سىرتىدىن ئىچىگە ماڭىدىغان جاراھەت توغرىسىدا 1122
بەشىنچى باب قاناش توغرىسـدا 1124
ئالتىنچى باب پەيگە چۈشكەن جاراھەت توغرىسىدا 1127
يەتتىنچى باب يىڭنە ۋە پىچاق زەخـمىسى تـوغرىسـدا 1132
سەككىزىنچى باب تاياق، قامچا زەخمىسى تـوغرىسـدا 1133
توققۇزىنچى باب تېرە سۈرۈلۈپ كېتىش تـوغرىسـدا 1134

ئالتىنچى بۆلۈم داغلاش توغرىسىدا

بىرىنچى باب داغلاشنىڭ پـايدىسى تـوغرىسـدا 1136
ئىككىنچى باب باشنى داغلاش توغرىسـدا 1136
ئۇچىنچى باب چېكـىنى داغلاش تـوغرىسـدا 1137
تۆتىنچى باب تەتۈر كىرپىكنى داغلاش توغرىسـدا 1137
بەشىنچى باب كۆز ئاقمىسىنى داغلاش تـوغرىسـدا 1138

ئالتىنچى باب كۆكرەك پەردىسىدىكى غەلۋىرەكنى داغلاش تـوغرىسـدا 1138
يەتتىنچى باب جىگەردىكى غەلۋىرەكنى داغلاش توغرىسـدا 1139
سەككىزىنچى باب تال ساھەسـىنى داغلاش تـوغرىسـدا 1139
توققۇزىنچى باب ئاشقازاننى داغلاش توغرىسـدا 1140
ئونىنچى باب ئىستىسقانى داغلاش توغرىسدا 1140
ئون بىرىنچى باب بىلەك بوغۇمنى داغلاش تـوغرىسـدا 1140
ئون ئىككىنچى باب يانپاشنى داغلاش تـوغرىسـدا 1141

يەتتىنچى بۆلۈم چىقىق ۋە سۈنۈق توغرىسدا

بىرىنچى قىسىم ئەزالارنىڭ ھەرخىل چىقىقلىرى توغرىسدا

بىرىنچى باب چىقىق تـوغرىسـدا 1142
ئىككىنچى باب ئېغەك بوغۇمى چىقىقى توغرىسـدا 1144
ئۈچىنچى باب ئوقۇرەك سۆڭەك چىقىقى تـوغرىسـدا 1146
تۆتىنچى باب مۇرە بوغۇمى چىقىقى تـوغرىسـدا 1146
بەشىنچى باب بارماق بوغۇملىرى چىقىقى تـوغرىسـدا 1148
ئالتىنچى باب بەل ئومۇرتقىسى چىقىقى توغرىسـدا 1148
يەتتىنچى باب بويۇن ئومۇرتقا چىقىقى تـوغرىسـدا 1150
سەككىزىنچى باب قۇيرۇق سۆڭەك چىقىقى تـوغرىسـدا 1151
توققۇزىنچى باب يانپاش بوغۇمى چىقىقى تـوغرىسـدا 1151
ئونىنچى باب تىز بـوغۇمى چـىقىقى تـوغرىسـدا 1153
ئون بىرىنچى باب تىز لىپىكى چىقىقى تـوغرىسـدا 1153
ئون ئىككىنچى باب ئوشۇق چىقىقى توغرىسـدا 1154

ئىككىنچى قىسىم سۈنۈقنى تېڭىش توغرىسدا

بىرىنچى باب سۈنۈق توغرىسـدا 1155
ئىككىنچى باب سۈنۈقنى تـېڭىش قـائىدىسـى 1156
ئۈچىنچى باب ئۇۋۇلغان ئۈستىخاننى كېسىش توغرىسدا 1159
تۆتىنچى باب سۈنغان ئۈستىخاننى نېمە بىلەن قانداق تېڭىش تـوغرىسـدا 1159
بەشىنچى باب تېڭىنى ئالـماشتۇرۇش تـوغرىسـدا 1161
ئالتىنچى باب ئەزادا ئۈستىخان سۈنۈپ يارا بولۇش توغرىسـدا 1161

يەتتىنچى باب مايماق تۇتۇپ قالغان ئۇستىخاننى ئوڭشاش تـوغرىسـدا 1161
سەككىزىنچى باب تېڭىقچىلىقتا ئىشلىتىدىغان دورىلار توغرىسـدا 1162
توققۇزىنچى باب ئىسسىق سۇنىڭ پايدا - زىيىنى توغرىسدا 1165
ئونىنچى باب باشتىن ئاياغقىچە بولغان ئۇستىخانلارنىڭ سۇنۇقى تـوغرىسـدا 1165

سەككىزىنچى كىتاب

بىرىنچى بۆلۈم چاچنىڭ ئەھۋاللىرى توغرىسدا

بىرىنچى بـاب چاچ چۈشۈش تـوغرىسـدا 1181
ئىككىنچى باب چاچ چۈشۈشنى توختىتىـدىغان دورىلار تـوغرىسـدا 1183
ئۈچىنچى باب چاچنى ئۇزارتىشنىڭ ئىلاجى تـوغرىسـدا 1184
تـۆتىنچى باب دائىـرىـلىك چـاچ چـۈشۈش ۋە يـىلان قـاسىرىقـسـمـان تـېرە سويـۇلـۇش
تـوغرىسـدا 1185
بەشىنچى باب بەدەندىكى موينى چۈشۈرۈشنىڭ ئىلاجى تـوغرىسـدا 1188
ئالتىنچى باب ھاك ۋە زەرنىخ كۆيدۈرۈپ قويغان كىشىلەرنىڭ ئىلاجى تـوغرىسـدا 1189
يەتتىنچى باب ھاك پۇرىقىنى يوقىتىشنىڭ تەدبىرى توغرىسدا 1189
سەككىزىنچى باب موينى چۈشۈرۈش ۋە چىقارماسلىقنىڭ تەدبىرى تـوغرىسـدا 1190
توققۇزىنچى باب چاچنى بۇدۇر قىلىشنىڭ تەدبىرى توغرىسدا 1190
ئونىنچى باب چاچنىڭ بۇدۇرسىنى تۈزەش تەدبىرى تـوغرىسـدا 1191
ئون بىرىنچى باب چـاچ يېرىلـىپ چۈشۈش تـوغرىسـدا 1191
ئون ئىككىنچى باب چاچنى يۇمشاق قىلىش تـوغرىسـدا 1191
ئون ئۈچىنچى باب باش كېپەكلىشىش توغرىسـدا 1191
ئون تۆتىنچى باب چاچ - ساقال بالدۇر ئاقىرىشنىڭ ئالدىنى ئېلىش تـوغرىسـدا 1193
ئون بەشىنچى باب چاچ - ساقالنى بوياش توغرىسـدا 1195
ئون ئالتىنچى باب بوياقنىڭ زەھەرىنى يوقىتىش توغرىسـدا 1198

ئىككىنچى بۆلۈم تېرىدە پەيدا بولىدىغان كېسەللىكلەر توغرىسدا

بىرىنچى باب يۈز رەڭگىنىڭ بۇزۇلۇشى توغرىسدا 1200
ئىككىنچى باب كۆز ئەتراپىدا پەيدا بولغان زەخىم ئىزلىرىنى يوقىتىش تـوغرىسـدا 1202

ئۇچىنچى باب يارا ئىزى، سۇلۇق قاپاراتما ئىزى، داغ ۋە سەپكۈنلەرنى يوقتىش توغرىسىدا 1203
تۆتىنچى باب بەدەندە كۆك ئىزلار پەيدا بولۇپ، بەدەننىڭ رەڭگى ئۆزگىرىش ۋە ئۇنى يوقتىشنىڭ تەدبىرى توغرىسىدا 1204
بەشىنچى باب بادەشنام توغرىسىدا 1204
ئالتىنچى باب بەھەق، بەرەس ۋە ۋەزىھ توغرىسىدا 1205
يەتتىنچى باب قولتۇق سېسىق پۇراش ۋە سېسىق تەرلەش توغرىسىدا 1209
سەككىزىنچى باب چوڭ - كىچىك تەرەتنىڭ سېسىق پۇرىشى توغرىسىدا 1210
توققۇزىنچى باب بەدەن پىتلاش توغرىسىدا 1211
ئونىنچى باب پۇت - قوللار يېرىلىش توغرىسىدا 1213
ئون بىرىنچى باب پۇت - قول بارماقلىرىنىڭ ئارىلىقلىرى يېرىلىش توغرىسىدا 1213

ئۇچىنچى بۆلۈم بەدەن شەكلى ۋە پۇت - قولغا مۇناسىۋەتلىك ئەھۋاللار توغرىسىدا

بىرىنچى باب ئورۇق - سېمىزلىك توغرىسىدا 1214
ئىككىنچى باب ھەربىر ئەزانى ئايرىم سەمرىتىش ياكى ئورۇقلىتىش توغرىسىدا 1218
ئۇچىنچى باب سېمىز كىشىنى ئورۇقلىتىش تەدبىرى توغرىسىدا 1219
تۆتىنچى باب مەلۇم ئەزانى ئورۇقلىتىش توغرىسىدا 1220
بەشىنچى باب تىرناقنىڭ پورلىشىشى توغرىسىدا 1221
ئالتىنچى باب تىرناقتا پەيدا بولىدىغان بەرەس توغرىسىدا 1222
يەتتىنچى باب تىرناق سارغىيىش توغرىسىدا 1222
سەككىزىنچى باب ئەيىبلىك تىرناقنى ئوڭشاش توغرىسىدا 1222
توققۇزىنچى باب تىرناقنى ئاسراش توغرىسىدا 1223
ئونىنچى باب سەينەك توغرىسىدا 1223
«ل» ھەرپى بىلەن باشلانغان دورىلار 1225
«م» ھەرپى بىلەن باشلانغان دورىلار 1226
«ن» ھەرپى بىلەن باشلانغان دورىلار 1227
«ۋ» ھەرپى بىلەن باشلانغان دورىلار 1227
«ي» ھەرپى بىلەن باشلانغان دورىلار 1228
دورىلارنىڭ ئورۇنباسارى توغرىسىدا 1229

ناھايىتى شەپقەتلىك ۋە مېھرىبان ئاللانىڭ نامى بىلەن باشلايمەن!

ئالتىنچى كىتاب
باشتىن ـ ئاياغقىچە بولغان ئەزالاردا پەيدا بولىدىغان كېسەللىكلەر توغرىسىدا

بىرىنچى بۆلۈم باش كېسەللىكلىرى توغرىسىدا
ئىككىنچى بۆلۈم كۆز كېسەللىكلىرى توغرىسىدا
ئۈچىنچى بۆلۈم قۇلاق كېسەللىكلىرى توغرىسىدا
تۆتىنچى بۆلۈم بۇرۇن كېسەللىكلىرى توغرىسىدا
بەشىنچى بۆلۈم ئېغىز، تىل، لەۋ، چىش كېسەللىكلىرى توغرىسىدا
ئالتىنچى بۆلۈم كېكىردەك، گال ئەھۋالى ۋە ئۇلارنىڭ كېسەللىكلىرى توغرىسىدا
يەتتىنچى بۆلۈم نەپەس ئەزالىرى كېسەللىكلىرى توغرىسىدا
سەككىزىنچى بۆلۈم يۈرەكنىڭ ئەھۋالى ۋە ئۇنىڭ كېسەللىكلىرى توغرىسىدا
توققۇزىنچى بۆلۈم ئەمچەك كېسەللىكلىرى توغرىسىدا
ئونىنچى بۆلۈم قىزىلئۆڭگەچ ۋە ئاشقازان كېسەللىكلىرى توغرىسىدا
ئون بىرىنچى بۆلۈم جىگەرنىڭ ئەھۋالى ۋە كېسەللىكلىرى توغرىسىدا
ئون ئىككىنچى بۆلۈم تال كېسەللىكلىرى توغرىسىدا
ئون ئۈچىنچى بۆلۈم جىگەر ۋە تال سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدىغان بەزى كېسەللىكلەر توغرىسىدا
ئون تۆتىنچى بۆلۈم ھەرخىل ئىچ سۇرۇش توغرىسىدا
ئون بەشىنچى بۆلۈم مەقئەت كېسەللىكلىرى توغرىسىدا
ئون ئالتىنچى بۆلۈم مەددە قۇرت كېسەللىكلىرى توغرىسىدا
ئون يەتتىنچى بۆلۈم قۇلۇنجى توغرىسىدا
ئون سەككىزىنچى بۆلۈم بۆرەك ۋە دوۋساق كېسەللىكلىرى توغرىسىدا
ئون توققۇزىنچى بۆلۈم ئەرلەر كېسەللىكلىرى توغرىسىدا
يىگىرمە بىرىنچى بۆلۈم ئومۇرتقا ۋە پۇت ـ قول كېسەللىكلىرى توغرىسىدا
يىگىرمىنچى بۆلۈم ئاياللار كېسەللىكلىرى توغرىسىدا

بىرىنچى بۆلۈم باش كېسەللىكلىرى توغرىسىدا

بۇ بۆلۈم بەش قىسمنى ئۆز ئىچىگە ئالۇر.

بىرىنچى قىسىم، مېڭىنىڭ چاپلىشىپ تۇرىدىغان پەردىسى ئىششىپ، مېڭىدىن ئاجرىغانلىق سەۋەبىدىن بولىدىغان كېسەللىكلەر توغرىسىدا.

ئىككىنچى قىسىم، مېڭىگە بۇزۇق خىلىتلار يىغىلىشتىن ۋە بۇخاراتلار ئۆرلەشتىن پەيدا بولىدىغان كېسەللىكلەر توغرىسىدا.

ئۈچىنچى قىسىم، مېڭە بوشلۇقىغا زىيادە هۆللۈك يىغىلىشتىن پەيدا بولىدىغان كېسەللىكلەر توغرىسىدا.

تۆتىنچى قىسىم، نېرۋىلارغا كۆپ هۆللۈك يىغىلۇالغانلىقتىن پەيدا بولىدىغان كېسەللىكلەر توغرىسىدا.

بەشىنچى قىسىم، تۇرلۈك باش ئاغرىقلىرى توغرىسىدا.

بىرىنچى قىسىم مېڭىنىڭ چاپلىشىپ تۇرىدىغان پەردىسى ئىششىپ، مېڭىدىن ئاجرىغانلىق سەۋەبىدىن بولىدىغان كېسەللىكلەر توغرىسىدا

بىرىنچى باب «قەرانىيتىس» ھەققىدە

«قەرانىيتىس» يۇنانچە سۆز بولۇپ، ئۆتكۈر مېڭە پەردە يالۇغى (سەرسام ھاد) دېگەن مەنىنى بىلدۈرەر. بۇ مېڭە پەردىسىنىڭ ئۆتكۈر يالۇغلىنىشىدىن بولۇر. ئەمما بۇ مېڭىنىڭ ئۆزىدىكى يالۇغ ئەمەس. مېڭە پەردىسى ئىككى خىل بولۇر. بىرى، مېڭىنى بىۋاستە ئوراپ تۇرار. ئۇ «پەردەئى مۇلايىم»، يەنى يۇمشاق پەردە دەپ ئاتىلۇر. يەنە بىرى، باش سۆڭىكىنىڭ تېگىگە چاپلىشىپ تۇرىدىغان پەردە بولۇپ، ئۇ قاتتىق پەردە دەپ ئاتىلۇر. سەرسام خۇددى «بەرسام» دېگەن ئىبارىگە ئوخشاشلا پارسچە سۆزدۇر.

چۈنكى، «سەر» باش دېگەن مەنىنى، «سام» بولسا يالۇغ دېگەن مەنىنى، «بەر» بولسا كۆكرەك دېگەن مەنىنى، «سام» بولسا، يالۇغ دېگەن مەنىنى، ئىككىسى قوشۇلۇپ باش يالۇغى ۋە كۆكرەك يالۇغى دېگەن مەنىلەرنى بىلدۈرەر. چۈنكى، ئالدىنقىسىدا مېڭە پەردىسى يالۇغلانغىنىغا ئوخشاش كېيىنكىسىدىمۇ كۆكرەك پەردىسى يالۇغلىنار.

سەپرا خىلىتى ئۆتكۈر ھەم زىيادە ئىسسىق بولغاندا مېڭە پەردىسىدىن ھالقىپ ئۆتۈپ، مېڭە جىسىملىرى ئارىسىدا توختاپ تۇرار ۋە تەدرىجىي مېڭە پەردىسىنى يالۇغلاندۇرار. خىلىت زىيادە ئىسسىق ۋە ئۆتكۈر بولمىسا ئۇ مېڭە پەردىسىدىن ئۆتەلمەس، شۇنداقتىمۇ مېڭە تېنىگە تەسىر قىلىپ مېڭىنى يالۇغلاندۇرار. مېڭە پەردىسى يالۇغدا مېڭە يالۇغدا بولىدىغان يۇقىرى قىزىتما،

ئەقىلدىن ئېزىش، جۆيلۇش قاتارلىق ئالامەتلەر كۆرۈلەر. شۇ سەۋەبتىن مېڭە ياللۇغمۇ سەرسام دەپ ئاتىلار. «قەرانىيتىس» مەخسۇس مېڭە پەردىسى ياللۇغىنى كۆرسىتەر.

ئۇ ئۆتكۈر خاراكتېرلىك بولۇپ، مېڭە پەردىسى ياللۇغلانغان ۋاقىتتا ئەگەر كېسەللىك پەيدا قىلغۇچى ماددا كۆپ بولسا، مېڭىمۇ بىرلا ۋاقىتتا ياللۇغلىنار. بۇ ناھايىتى خەتەرلىك بولۇپ، بىمار تۆت كۈن ئىچىدە يا ھاياتىدىن ئايرىلىشى ياكى تۆت كۈن ئۆتكەندىن كېيىن ساقىيىشى مۇمكىن. بەزىدە مېڭىنىڭ ھەممە قىسمى ياللۇغلىنار. كۆپ ھاللاردا سېزىم مەركىزى بولغان ئالدى مېڭە ياللۇغلىنار. بەزىدە تەپەككۇر مەركىزى بولغان ئوتتۇرا مېڭە ياللۇغلىنار. ياللۇغ قان بىلەن سەپرادىن، بەزىدە پەقەت سەپرادىن، بەزىدە سەۋدادىن، بەزىدە كۆيگەن سەپرادىن بولۇر. بۇ خىلدىكى ياللۇغ خەتەرلىك بولۇپ، ئەقىلدىن ئادىشىش، سەۋەبسىز يىغلاش، كۈلمەيدىغان چاغدا كۈلۈش، يىغلىمايدىغان چاغدا يىغلاشتەك ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنەر. بۇ خىلدىكى ياللۇغمۇ خەتەرلىكتۇر. بەزىدە مېڭە پەردىسى بىلەن بىرلىكتە مېڭە قان تومۇرلىرىمۇ ياللۇغلىنار. بۇ چاغدا بىمار بېشىنىڭ ئارقا تەرىپى يارىلانغاندەك گۇمان قىلۇر.

بەزى ھۆكۈمالار مېڭىنىڭ ئۆزىدە ياللۇغ بولماس، چۈنكى، مېڭە ناھايىتى يۇمشاقتۇر. مېڭىگە ئوخشاش يۇمشاق ياكى ئۇستىخانغا ئوخشاش قاتتىق ئەزالاردا ياللۇغ بولماس، چۈنكى ئۇلار ئېلاستىكلىققا ئىگە ئەمەس دەپ قارار. ئۇلارنىڭ بۇ قارىشى توغرا ئەمەستۇر. چۈنكى مېڭە گەرچە يۇمشاق بولسىمۇ، مايلىق ۋە چاپلاشقاقتۇر. مايلىق ۋە چاپلاشقاق نەرسە سوزۇلۇشچان بولۇر. شۇنىڭ بىلەن بىر ۋاقىتتا ياللۇغنى ئاسانلا قوبۇل قىلۇر. شۇنىڭغا ئوخشاش ئۇستىخان گەرچە قاتتىق بولسىمۇ سوزۇلار ۋە چوڭيار. شۇڭا، ئۇمۇ ياللۇغلىنار. بۇ ھەقتە ئىككىنچى كىتابنىڭ بىرىنچى بۆلۈمى ئالتىنچى بابىدا توختىلىپ ئۆتىمىز، شۇ يەردىن كۆرۈۋالغاي.

بەزىلەردە ئۆپكە ياللۇغى، مېڭە پەردە ياللۇغىغا سەۋەبچى بولۇر. چۈنكى كۆكرەك پەردىسى مېڭىدىن كۆكرەك پەردىسگە تۇتاشقان بىر خىل نېرۋا بىلەن مېڭە پەردىسگە تۇتىشار. بۇ خىل مېڭە پەردە ياللۇغى ناھايىتى خەتەرلىكتۇر. چۈنكى ھارارەتنىڭ يۇقىرىلىقى كېسەللىك ماددىسىنىڭ كۆپلۈكىگە دالالەت قىلۇر. يەنە بەزى كىشىلەردە ئاشقازان ئېغىزى ياكى بالياتقۇدا مەلۇم كېسەللىك يۈز بەرگەن سەۋەبىدىن مېڭە پەردە ياللۇغى كېلىپ چىقار. چۈنكى، بۇ ئەزالارنىڭمۇ مېڭە بىلەن شېرىكلىكى باردۇر.

بەزىدە سەپرادىن بولغان مېڭە پەردە ياللۇغى بەلغەمدىن بولغان مېڭە پەردە ياللۇغىغا ئۆزگىرەر. يەنى «قەرانىيتىس» «لىسرغىس» قا ئۆزگىرەر. «لىسرغىس» يۇنان تىلىدا ئۇنتۇغاقلىق دېگەن مەنىنى بىلدۈرەر. تېۋىپلارنىڭ قارىشىچە، ئۇ سوغۇقتىن بولغان مېڭە پەردە

يالليۇغنى كۆرستىدىكەن. سوغۇقتىن بولغان مېڭە پەردە يالليۇغدا ئۇنتۇغاقلىق ئاساسلىق ئالامەت بولغاچقا، شۇ نام بىلەن ئاتالغان ئىكەن، بۇ خىل مېڭە پەردە يالليۇغمۇ ناھايىتى خەتەرلىكتۇر. بەزىلەردە مېڭە پەردە يالليۇغى قايتقاندىن كېيىن تەپى دىق (جۈدەتكۈچى قىزىتما) نىڭ ئاسارىتىنى قالدۇرار. يەنە بەزىلەر سارىڭ بولۇپ قالۇر. ئەگەر مېڭە پەردە يالليۇغى بىمارىنىڭ بېشى، بوينى، ئۆپكىسى ۋە كۆكرەك ساھەلىرى ئېغىر بىلىنسە، پۇت - قوللىرى تارتىشسا، زەڭگەر رەڭلىك قەي قىلسا، بىمار ئۇزۇنغا قالماي ئۆلۈپ كېتۇر. ئەگەر بەدەن قۇۋۇتى كۈچلۈك بولسا، بىر - ئىككى كۈن بەرداشلىق بېرەر، ئۇنىڭدىن ئۇزاققا بارماس. ئەگەر قىزىل رەڭلىك قەي قىلسا ھەم بەدەن قۇۋۇتى ئاجىز بولغان بۇ خىل ئەھۋالدا بىمار شۇ كۈن ئىچىدە ئۆلۈپ كېتەر. ئەگەر بەدەن قۇۋۇتى كۈچلۈك بولسا 1 ~ 2 كۈنگىچە بەرداشلىق بېرەر. «قەرانىيتىس» (سەپرادىن بولغان مېڭە پەردە يالليۇغى) دىكى بوھران كۆپ ھاللاردا تەرلەش بىلەن ياخشىلىنىش تەرەپكە يۈزلىنەر. بەزىدە بۇرۇن قاناش بىلەن، يەنە بەزىدە مەقئەت بوۋاسىرىنىڭ قانىشى بىلەن ياخشىلىنىشقا يۈزلىنەر. رەڭگرويى قارا كىشىلەر مېڭە پەردە يالليۇغىغا گىرىپتار بولسا، تەبىئەت قۇۋۇتى كېسەللىك سەۋەبىگە تاقابىل تۇرالماي خەتەر ئىچىدە قالۇر. بەزى ھۆكۈمالار: بەزى بىمارلار مېڭە پەردە يالليۇغىغا گىرىپتار بولغان بولسىمۇ، مېڭە پەردىسى ئىششىمىغان بولغاچقا قىزىتما بولماس، دەپ قارار. بۇ خىل مېڭە پەردە يالليۇغى ساختا مېڭە پەردە يالليۇغى (قەرانىيتىس غەيرىي ھەقىقىي) دەپ ئاتىلۇر. بۇنىڭدا بىمار قاتتىق بىئارام بولۇر، قالايمىقان سەكرەر، ئەھمىيەتسىز ئىشلارنى قىلۇر. تاماردىن سەكرەپ ئۆتۈپ كەتمەكچى بولۇر، قاتتىق ۋارقىرار، تولا يول يۈرەر، ئۇسسۇزلۇق كۆپ بولۇر، نەپەس قىستار. سۇ ئىچسە گېلىدىن ئۆتمەي ياندۇرۇۋېتەر. يۈزلىرى ۋە تىللىرى قارا بولۇر، كۆزلىرى چەكچىيىپ قالۇر، خۇددىنى بىلمەي قالايمىقان ئىشلارنى قىلۇر، نەتىجىدە بەدەن قۇۋۇتى بىردىنلا ئاجىزلاپ تېزلا ئۆلۈپ كېتەر. بۇ خىلدىكى مېڭە پەردە يالليۇغى كۆپ ھاللاردا ساراڭلىق بىلەن ئاخىرلىشار. بەزىلىرىدە دەسلەپكى كۈنلا، يەنە بەزىلەردە تۆت كۈندىن كېيىن نەپەس كېسەللىكىگە ئېلىپ بارۇر، بۇ كېسەللىكە گىرىپتار بولغان بىمار كۆپ ھاللاردا ساقىيالماس.

شەيخۇر رەئىس ئەبۇئەلى ئىبن سىنا مېڭە پەردە يالليۇغنىڭ ئەسلىي سەۋەبى نەپەس ئەزالىرىنىڭ بېرەرسىدە كېسەللىك بولغانلىقتىن ياكى تەشەننۇجدىن ئىبارەت بولۇپ، كېسەللىك ماددىسى مېڭە ياكى مېڭە پەردىسىگە تەسىر قىلغانلىقتىن بولۇر، چۈنكى نەپەس ئەزالىرى بىلەن مېڭىنىڭ مۇناسىۋىتى باردۇر، دېگەن.

ئالامتى

بۇنىڭدا داۋاملىشىشچان قىزىتما بولۇر، بولۇپمۇ چۈش ۋاقتىدا قىزار. كۆپ جۆيلۈپ، قالايمىقان سۆزلەرنى قىلۇر، بەزىدە ئاۋازىنى چىقىرالماس، رېتىمسىز نەپەسلىنەر. بېشىنى ئېگىز قويۇپ ياتسا ئارامىدا ئۇخلار. قورقۇنچلۇق چۈشلەرنى كۆرەر، يالغۇزلۇقنى خالار، گەپ ۋە يورۇقلۇقنى خالماس، ئۇنتۇغاق بولۇر، تولا چېچىلار. سۆزلىگەندە كېكەچلەپ سۆزلەر. بەزىدە تىلىنىڭ ئىشىشى قاندىن بولغان بولسا، كۆز ئېقى قىزىل بولۇپ، چەكچىيىپ قالۇر. سەپرادىن بولسا كۆز ئېقى سېرىق بولۇر. ئەگەر مېڭە پەردە يالليۇغى باشقا ئەزالاردا يۈز بەرگەن كېسەللىكلەرنىڭ شېرىكچىلىكىدىن بولسا، بىماردا دەسلەپتە شۇ كېسەللىكنىڭ ئالامەتلىرى كۆرۈلۈر، ئاندىن مېڭە پەردە يالليۇغىنىڭ ئالامەتلىرى كۆرۈلۈر. ئەگەر مېڭە پەردە يالليۇغى قاندىن بولسا، قانىنىڭ ئالامەتلىرى كۆرۈلۈر. يەنى بىھۇدە كۈلۈپ شوخلۇق قىلۇر، ئۇلۇغ كىچىك تىنار، كۆزى ياشاڭغۇراپ، چاپاقلىشار، تىلى قىزىل بولۇر، بەزىدە تىلى قاردىاپ قالۇر. ئېغىر ھەم ئاستا سۆزلەر. يەنە قانىنىڭ باشقا ئالامەتلىرى كۆرۈلەر.

ئەگەر مېڭە پەردە يالليۇغى خالىس سەپرادىن بولغان بولسا، سەپرانىڭ ئالامەتلىرى كۆرۈلۈر. يەنى ئۇيقۇسى ئاز، تىلى چوڭ، قۇرغاق، قىزىق بولۇر. قىزىتمىسى يۇقىرى، كۆز ئېقى، تىل رەڭگى سېرىق بولۇر، پەيلى يامانلىشىپ، ئۇرۇشقاق بولۇر.

ئەگەر مېڭە پەردە يالليۇغى سەپرا خىلىتى بىلەن سەۋدا خىلىتىنىڭ بىرىكىشىدىن بولسا، بۇنىڭدىمۇ بىمار تېرىككەك، مىزاجى ئەسكى بولۇر، خىيالچان بولۇپ، غەم ـ ئەندىشىنى كۆپ قىلۇر، كۆزى قۇرغاق ھەم چوڭقۇر بولۇر، يەنە سەپرا بىلەن سەۋدانىڭ باشقا ئالامەتلىرى كۆرۈلۈر.

ئەگەر يالليۇغ مېڭىنىڭ ئالدى تەرىپىدە بولسا، كۆزى داۋاملىق ئوچۇق تۇرار، بىمار قولى بىلەن يۈزىنى سىلاپ يۇزىدىن بىرنەرسە تېرىپ ئالغاندەك ھەرىكەتلەرنى قىلۇر، بەزىدە ئۆزىنى تام ئۈستىدىن تاشلىماقچى بولۇر، قولىنى كۆز ئالدىغا ئەكېلىپ چۈشىن قوغلىغاندەك ھەرىكەتلەرنى قىلۇر.

ئەگەر مېڭە پەردە يالليۇغى مېڭىنىڭ ئوتتۇرا قىسمىدا بولسا، بىمار ئەقلىدىن ئادىشار، شوخلۇق قىلۇر، كۆپ سۆزلەر، بەزىدە ئىختىيارسىز سىيىپ سالۇر ھەم ياخشى ـ ياماننى ئايرىيالماس.

ئەگەر يالليۇغ مېڭىنىڭ ئارقا تەرىپىدە بولسا، بىمار دېگەن گەپلىرى ۋە قىلغان ئىشلىرىنى

ئۇنتۇپ قالۇر، مەسىلەن: سىيگۈسى كېلىپ، سۆيدۈك قاچسىنى ئېلىپ كېلىشنى تەلەپ قىلىدۇ. ئۇنى ئېلىپ كەلگەندە، ئۆزىنىڭ قاچا ئەكېلىشكە بۇيرۇغانلىقىنى ئۇنتۇپ قالۇر.

ئەگەر ياللۇغ مېڭىنىڭ پۈتۈن قىسمىدا بولسا، يۇقىرىقى ئالامەتلەرنىڭ ھەممىسى كۆرۈلۈر.

بىلىش لازىمكى، ياللۇغ ئەگەر مېڭىنىڭ قېپىدا بولسا، بىمارنىڭ سۆيدۈكى ئاق كېلۇر، تومۇرى قاتتىق سالۇر. مېڭە قېپى پەي - نېرۋىلاردىن تۈزۈلگەن بولۇپ، بىمارنىڭ بەدەن قۇۋۋىتى ئاجىزلاشقان بولغاچقا، تومۇرنىڭ قاتتىق - يۇمشاقلىقىنى پەرق ئېتىش تەس بولۇر. شۇنداقتىمۇ بەدەندە قىزىتما بولغانلىقتىن، تومۇرى ئىنچىكە ھەم قاتتىق بولۇپ، چۈمۈلە ماڭغاندەك ھەربىكەتلەرنى قىلۇر. بۇ مېڭە پەردىسىنىڭ يۇمشاق ھۆل ئىكەنلىكىدىندۇر.

بەزىدە بىمارنىڭ تومۇرى چوڭ ۋە قوغلىشىپ سالۇر. ئەگەر تومۇر تېز سالسا ياكى تومۇر ھەربىكتىدە تىترەش بولسا، بۇ بىمارنىڭ ھوشسىزلىنىدىغانلىقىدىن دېرەك بېرۇر. ئەگەر بىمارنىڭ بەدىنى كۆچلۈك بولۇپ، تومۇرى كۆچلۈك سالسا، تېز ياكى تومۇر ھەربىكتىدە تىترەش ئەھۋالى كۆرۈلسە، بۇ بىمارنىڭ ھوشسىزلىنىدىغانلىقىدىن دېرەك بەرمەس. بەزىدە بىمارنىڭ تومۇرى تەشەننۇج بىمارىنىڭ تومۇرىدەك سالۇر، بۇ ئۇنىڭدا تارتىشىپ قېلىش بولىدىغانلىقىدىن دېرەك بېرەر.

ئەگەر ياللۇغ مېڭىنىڭ يۇمشاق پەردىسىدە بولسا، يۇقىرىدىكى ئالامەتلەر كۆچلۈك ۋە روشەنرەك بولۇر. بىمارنىڭ كۆزلىرى پۇلتىيىپ، بېشى ئاغرار، ئېغىرلىشار، ھەتتا ئاغرىق كۆز ئىچىگە تارقىلار.

ئەگەر ياللۇغ مېڭىنىڭ قاتتىق پەردىسىدە بولسا، مەركۇز ئالامەتلەر يەڭگىلرەك، ساقىيىشى ئاسانراق بولۇر.

ئىسسىقتىن بولغان مېڭە پەردە ياللۇغىدا، ئەگەر بىماردا قەۋزىيەت بولۇپ، نەپسى ئېغىز - پەس بولسا ھەم نەپەس يېتىشمەيۋاتقاندەك ھېس قىلىپ، پۇت - قوللىرى تارتىشسا، بۇ مېڭە پەردە ياللۇغنىڭ باشلانغانلىقىدىن دېرەك بېرەر.

ئەگەر ساق كىشى تۇيۇقسىز ئۇنتۇغاق، غەمكىن بولۇپ قالسا، قالايمىقان چۈش كۆرسە، بېشى ئاغرىپ ئېغرلاشسا، چىرايى سارغايغان بولسا ۋە يورۇقتىن قورقسا، بۇ مېڭە پەردە ياللۇغنا گىرىپتار بولىدىغانلىقىدىن دېرەك بېرەر. ئەگەر مېڭە پەردە ياللۇغى باشلىنىپ بولغان بولسا، بىمارنىڭ چېكە تومۇرلىرى قاتتىق سېلىپ، كۆزلىرى قۇرغاقلىشار، بېشىنىڭ ئارقا تەرىپى تولا ئاغرار. تەرەققىي قىلغانسېرى كۆزنىڭ قۇرغاقلىشىشى ئېغرلىشار. ئارقىدىن كۆزدىن ياش ئاقىدىغان بولۇپ قالۇر. كۆزى تولا ياشاڭغۇراپ، كۆزىنى تولا ئۇۋۇلار. ئۇنىدىن باشقا، بىمارلارنىڭ ئاغرىق ئازابىنى ھېس قىلالماسلىقىمۇ مېڭە پەردە ياللۇغىدىن دېرەك بېرۇر.

داۋالاش

ئەگەر مېڭە پەردە يالۇغى قان خىلتىددىن بولغانلىق ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، داۋالاشتا بەدەن قۇۋۇتىنى كۈچلۈك بولۇپ، باشقا توسالغۇ بولمىسا، بىماردىن شۇ كۈنى قان ئالغاي. ئەقلى جايىدا بولمىسا، قالايمىقان جۆيلىسە، قىيفال تومۇرىدىن قان ئالغاي. ئەگەر شۇ كۈنى قان ئېلىش مۇۋاپىق بولمىسا، شۇ ھەپتە ئىچىدە مۇۋاپىق كەلگەن كۈندە قان ئالغاي، بىرىنچى ھەپتىسى قان ئېلىش كېرەك. يەنى بەدەن قۇۋۇتىنى بەرداشلىق بېرەلسە، بىماردىن قانچە بالدۇر قان ئالسا شۇنچە ياخشى بولۇر. قىيفال تومۇرى تېپىلمىسا ھەفتى ئەندام (يەتتە ئەزا) تومۇرىدىن قان ئالغاي. ئېلىنىدىغان قانىنىڭ مىقدارىنى بىمارنىڭ بەدەن قۇۋۇتىگە قاراپ بەلگىلىگەي. ئەگەر بەدەن قۇۋۇتى كۈچلۈك بولسا، بىمار بىھوشلۇققا يېقىنلاشقۇچە قان ئالغاي. ئەگەر بىمارنىڭ بەدەن قۇۋۇتى ئاجىز بولسا، تەبىئەتنىڭ تەندىكى نورمىلىق قان ئارقىلىق كېسەللىككە ۋە كېسەللىكنىڭ بوھران دەۋرىگە تاقابىل تۇرالشى، كۆكۈل غىزا تارتمغاندا شۇ قان بىلەن بەدەن قۇۋۇتىنى ساقلاپ تۇرالشى ئۈچۈن قانىنى ئاز ئالغاي. قان ئالغاندا، تېۋىپ بىمارنىڭ قانسىراپ ھوشسىزلىنىشىدىن ئېھتىيات قىلغاي، بۇنىڭ ئۈچۈن، قان چىقىۋاتقان مەزگىلدە تېۋىپ بىر قولىنى بىمارنىڭ بىر تەرەپ بىلەك تومۇرىغا، يەنە بىر قولىنى يەنە بىر تەرەپ بىلەك تومۇرىغا قويۇپ، بىمارنىڭ تومۇر رايىغا دىققەت قىلغاي، بىمارنىڭ تومۇر ھەرىكىتىنىڭ سۇسلىغانلىقى ياكى تىترەپ سالغانلىقى ياكى تەرتىپسىز سالغانلىقى ياكى بىر بىلىكىنىڭ تومۇرى چوڭ، يەنە بىر بىلىكىنىڭ تومۇرى ئاجىز سالغانلىقىنى بايقىسا، دەرھال تومۇرىنى تېڭىپ، قانىنى توختاتقاي. ئەگەر بىمارنىڭ بەدەن قۇۋۇتىنى كۈچلۈك بولسا، قىيفال تومۇرىدىن قان ئالغاندىن كېيىن، ئىككىنچى كۈنى پېشانە تومۇرىدىن قان ئالغاي. ئەگەر بىمارنىڭ بەدەن قۇۋۇتى ئاجىز بولۇپ، قولىدىن قان ئېلىش مۇمكىن بولمىسا ياكى قان ئېلىشقا بىرەر توسالغۇ بولسا، پېشانە تومۇرىدىن قان ئالغاي ياكى بۇرنىدىن قان ئاقتۇرغاي ياكى پاچاققا قانلىق لوكۇقا قويغاي. ئەگەر بىمارنىڭ ھالى خاراب، يېشى چوڭ، بەدەن قۇۋۇتىنى ئوتتۇراھال بولسا، قان ئېلىشنى كېچىكتۇرسىمۇ خەتىرى يوقتۇر. 2 ~ 3 كۈن تەخىر قىلغاندىن كېيىنمۇ مادداىنىڭ ئۆتكۈرلۈكى پەسەيمىسە قان ئالغاي. بۇ چاغدا ئۇنىڭ پايدىسى كۆپرەك بولۇر. ئۇنىڭدىن كېيىن، گۈل يېغى، قىزىلگۈل ئەرقىنىڭ ھەربىرىدىن 30 گىرام، ئۇزۇم سىركىسىدىن 15 گىرام ئېلىپ، ھەممىنى ئەينەك بوتۇلكىغا سېلىپ چايقاپ تولۇق ئارىلاشقاندىن كېيىن، بىر پارچە رەختنى ئۇنىڭغا مىلەپ بىمارنىڭ بېشىغا قويغاي، ئۇنىڭدىن كېيىن ئالما سۇيى، ئاموت چېچكى سۇيى، قىزىلگۈل سۇيى، سەندەل، كافۇر قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، ھەممىسىنى تولۇق ئارىلاشتۇرۇپ لاخلەخە (پۇراتما)

تەييارلاپ، بىماغا پۇراتقاي. ئۇنىڭدىن كېيىن، بىنەپشە، بابۇنە، نېلۇپەر قاتارلىقلارغا ئوخشاش سوغۇق تەبىئەتلىك دورىلار بىلەن نۇتۇل قىلغاي. نۇتۇل دېگىنىمىز، لازىملىق دورىلارنى قاينىتىپ كېسەللەنگەن ئەزانى يۇيۇشتىن ئىبارەتتۇر. تۆۋەندىكى نۇتۇلنى ئىشلەتكەي.

بىنەپشە، نېلۇپەر، بابۇنىنىڭ ھەربىردىن بىر چاڭگالدىن ئېلىپ، بارلىق دورىلارنى سۇدا قاينىتىپ تەمى چىققاندىن كېيىن، چۆگۈنگە ئېلىپ ئېغىزى يېپىپ قويۇلۇپ، ئىلمان بولغاندا، چۆگۈنىنىڭ ئېغىزىنى بىمارنىڭ يۈزىگە قارىتىپ ئېچىپ، دورىنىڭ بۇسنى بىمارنىڭ بۇرنىغا پۇراتقاي. ئاندىن كېيىن، چۆگۈندىكى سۇنى داسقا تۆكۈپ مۇۋاپىق مىقداردا گۇل يېغى قوشۇپ، بىمارنىڭ بېشىغا ئاستا ـ ئاستا تۆككەي. ئاندىن دورىنىڭ پىسەپلىرىنى بىمارنىڭ بېشىغا چاپقاي ۋە بۇسنىڭ تارقاپ كېتىشىدىن ساقلىنىش ئۈچۈن بىمارنىڭ بېشىغا ئەدىيال يېپىپ قويغاي، يەنى چۆگۈنىنىڭ تېگىدە قالغان دورا سۇيىنى بىمارنىڭ بۇرنىغا تېمىتقاي.

يەنە بىر نۇتۇل نۇسخىسى ئۇنىڭدىن كېيىن ئاغرىق باشلانغاندا ئىشلىتىلىدىغان بىنەپشە، نېلۇپەر، كاھۇ ئۇرۇقى، خەشخاش قاتارلىقلارنىڭ ھەربىردىن 10 گىرامدىن ئېلىپ، قاينىتىپ سۇيى بىلەن بىمارنىڭ بېشىنى يۇغاي. ئەگەر پېشانە تومۇرلىرى يالۇغلانغان بولسا، بىمار بېشىنىڭ ئارقا تەرىپى خۇددى ئېتىلىپ كېتىدىغاندەك ئاغرار. بۇ چاغدا يالۇغنى پەسەيتىپ، ئىششىقنى تارقىتىدىغان دورىلارنى پېشانىسىگە چاپقاي. بۇنىڭ بىلەن يالۇغنى قايتۇرۇش ۋە ئاغرىقنى پەسەيتىش مەقسىتىگە يەتكىلى بولۇر. ئەگەر كېسەللىك باشلىنىپ تۇنجى ھەپتىسى قان ئېلىنمىغان بولسا ياكى بەدەن قۇۋۇتى ئاجىز بولسا ياكى قان ئېلىشقا بىرەر توسالغۇ بولسا، تۆۋەندىكى ھۆقنىنى ئىشلەتكەي.

نۇسخىسى ئارپا يارمىسى 20 گىرام، بىنەپشە، نېلۇپەرنىڭ ھەربىردىن 6 گىرامدىن، چىلان 15 دانە، سەرپىستان 30 دانە، بابۇنىدىن 15 گىرام ئېلىپ، بىر كىلوگىرام سۇدا قاينىتىپ، يېرىمى قالغاندا ئوتتىن ئېلىپ پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، ئۇنىڭدىن 150 گىرامنى ئېلىپ، 20 گىرام سوپۇن سۇيى، 15 گىرام بىنەپشە يېغى قوشۇپ ئىلمان ھالەتتە ھۆقنە قىلغاي ياكى پەقەت ئارپا سۇيى بىلەن گۇل يېغىنى ئارىلاشتۇرۇپ ياكى ساپ زەيتۇن يېغىنى سۇغا ئارىلاشتۇرۇپ ھۆقنە قىلسىمۇ بولۇر. ئەگەر ھۆقنە قىلىش مۇمكىن بولمىسا، بىنەپشىدىن 30 گىرام، شېكەردىن 15 گىرام، مەھمۇدە (سوقمونىيا) دىن ئۈچ گىرام ئېلىپ، سوقۇپ، ئارىلاشتۇرۇپ قائىدە بويىچە شامچە ياساپ مەقئەتكە كىرگۈزگەي. ئەگەر شامچە ئىشلىتىشمۇ مۇمكىن بولمىسا، بىمارنىڭ ئېچىنى سۇرگۈزۈش ئۈچۈن 800 گىرام مېۋە سۇيىگە 30 گىرام تەمرى ھىندى، 30 گىرام چىلان، 20 گىرام ئەينۇلا، 15 گىرام سەرپىستان، 15 گىرام بىنەپشە

قاتارلىقلارنى قوشۇپ قاينىتىپ، سۈيىگە 30 گىرام خىيار شەنبەر، 30 گىرام شىرخىست قوشۇپ ئېرىتكەندىن كېيىن، دورىنىڭ پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، بىمارغا ئىچكۈزگەي. ئەگەر شىرخىست تېپىلمىسا، ئۇنىڭ ئورنىغا شېكەر قوشقاي. 100 گىرام تەمرى ھىندى، 100 گىرام قارىئۆرۈك، 60 گىرام شېكەر بىلەن بىرلىكتە مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇغا بىر كېچە چىلاپ، ئەتىسى ئەتىگەندە پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، بىمارغا ئىچكۈزگەي. كەچتە ئۇخلاشتىن بۇرۇن 30 گىرام ئىسپىغۇلنى 20 گىرام شېكەر بىلەن بىرلىكتە 500 گىرام ئاچچىق ئانار سۈيىگە چىلاپ شىرنىسىنى چىقىرىپ ئىچكۈزگەي. ئۇنىڭدىن كېيىن، كېسەللىك ماددىسىنى تۆۋەنگە ماڭغۇزۇش چارىلىرىنى قىلغاي. ئۇنىڭ تۆۋەندىكىدەك ئۇچ خىل ئۇسۇلى بار:

بىرىنچى خىلى: بىمارنىڭ پۇتىنى ئەتىگەن - كەچتە ئىسسىق سۇ بىلەن يۇغاي، بولۇپمۇ مەزكۇر سۇغا بابۇنە، بىنەپشىلەردىن 30 گىرامدىن قوشسا تېخىمۇ ياخشى بولۇر.

ئىككىنچى خىلى: رەختتىن تەييارلانغان ياپىلاق تاسما بىلەن بىمارنىڭ يوتا تۇۋىدىن باشلاپ پۇتىنىڭ ئۇچىغچە مۇۋاپىق بېسىم بىلەن تېڭىپ، ئۇنىڭدىن كېيىن ئۇنى ئىلمان سۇدا بىر سائەت ئولتۇرغۇزۇپ، باغلانغان پۇتىنىڭ ئۇچىدىن باشلاپ يوتا تەرىپىگە قارىتىپ يەشكەي.

ئۈچىنچى خىلى: بىمارنىڭ پاچىقى يەنى بېلىق گۆش ئۈستىگە ۋە تاپىنىغا لوڭقا قويغاي. بۇ ئۇسۇللارنى بىمارنىڭ قىزىتمىسى پەسەيگەن ۋاقتىتا قىلسا، ئەڭ ياخشىدۇر. ئەگەر قىزىتما پەسەيمىسە، 1 ~ 2 كۈننى ئۆتكۈزۈپ، قىزىتما پەسەيگەندە قىلغاي.

بۇ كېسەللىك باشلانغان مەزگىلدە، بىمارغا غىزا بەرمىگەي، ئاچچىق ئانار سۈيى بىلەن تاتلىق ئانار سۈيىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، ئۇنىڭغا ئاز مىقداردا قىزىلگۈل ئەرقى قوشۇپ بەرگەي ياكى سىركەنجۈبىل ساددىگە ئاز مىقداردا سوغۇق سۇ قوشۇپ ياكى قىزىلگۈل ئەرقى قوشۇپ ئىچكۈزگەي. ئۇنىڭدىن باشقا غىزا بەرمىگەي. ئەگەر بىماردا قەۋزىيەت بولسا، تەرەتنى بوشىتىش تەسىرى بولغان مۇناسىپ شەربەتلەرنى ئىچكۈزگەي، مەسىلەن: شەربىتى بىنەپشە ياكى نىلۇپەر شەربىتى، ئانار سۈيى ياكى قاپاق سۈيى ياكى تاۋۇز سۈيى بىلەن ئىچكۈزگەي، ياكى ئەينۈلا شەربىتىگە قىزىلگۈل ئەرقى ياكى شېكەر قوشۇپ بەرگەي. ئىككى كۈندىن كېيىن ئارپا سۈيى بىلەن سىركەنجۈبىلنى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزگەي ھەم بەدەن قۇۋۇتىنى ساقلاشقا دىققەت قىلغاي. بۇ ھەقتىكى بىلىملەر تۆتىنچى بابتا بايان قىلىنار.

بىمار ياتىدىغان ئۆي مېڭە پەردە يالليۇغىغا گىرىپتار بولغان بىمار ياتىدىغان ئۆي خۇش پۇراقلىق، ھاۋالىق، يورۇقلۇقى نورمال، نەقىشسىز بولغاي. ئەگەر ئۆيدە نەقىشلەر كۆپ بولسا، بىمار نەقشىكە قاراشقا قىزىقىپ مېڭىسىنىڭ ئارام ئېلىشىغا تەسىر قىلۇر. بىمارغا قارايدىغان

كىشىلەر بىمارنى ياخشى كۆرىدىغان ۋە ئۇنىڭغا كۆيۈنىدىغان، ئۇلاردىن ئەيمىنىدىغان كىشىلەر بولغاي. بىمارنىڭ قېشىغا سوغۇق مېۋىلەرنى، رەيھانگۈلى ۋە سۇغا چىلانغان سۆگەت يوپۇرمىقى، بىنەپشە قاتارلىقلارنى قويۇپ، مېڭە ھارارىتىنىڭ پەسىيىشىگە ۋە مېڭىسىنىڭ قۇۋۇەتلىنىشىگە ياردەم بەرگەي ۋە بىمارنى ئۇخلىتىدىغان چارە - تەدبىرلەرنى قىلغاي. ئەگەر بىمارنىڭ بەدەن قۇۋۋىتى كۈچلۈك بولسا، پېشانە ۋە چېكىسىگە ئەپيۇن سۈرگەي، ناۋادا بىمارنىڭ بەدىنى ئاجىز بولسا، ئۇنىڭ قېشىغا ھەرگىز ئەپيۇننى يېقىن يولاتمىغاي. چۈنكى، ئەپيۇن بەدىنى ئاجىز كىشىلەرنى تېخىمۇ زەئىپلەشتۈرۈپ ھالاك قىلۇر. ئەمما، ئۇيقۇنى ياخشىلاش ئۈچۈن، خەشخاش شەربىتى ئىچكۈزسە ياكى ئاز مىقداردىكى كۆكنار ئۇرۇقىنى ئارپا يارمىسى بىلەن قاينىتىپ ئىچكۈزسە ياكى كاھۇنى بىمارنىڭ بېشىغا چاپسا ياكى بىنەپشە، نېلۇپەرنى قاينىتىپ، ئۇنىڭغا مۇۋاپىق دورىلارنى قوشۇپ، سۈيى بىلەن بىمارنىڭ ئەزالىرىنى يۇسا ياكى خەشخاش پوستىنى قاينىتىپ، ئۇنىڭ سۈيىدە ئەزالىرىنى يۇسا ئۇيقۇ كەلتۈرەر. كۆكنارنىڭ زەرەرىنى تۈزىتىش ۋە ماددىنىڭ تارقىلىشىغا ياردەم بېرىش ئۈچۈن، مۇۋاپىق مىقداردا بابۇنە قوشقاي. ئەگەر بىمار بىئارام بولۇپ، خۇدىنى بىلمىسە ۋە قالايمىقان ھەرىكەتلەرنى كۆپ قىلىپ، ئاغرىقنى ئېغىرلاشتۇرسا، بىمارنىڭ بېشى ۋە غوللىرىنى ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى ياغلار بىلەن ياغلىغاي. ئەگەر بىمارنىڭ ئەھۋالى ئېغىرلىشىپ بىئارام بولۇپ، ھوشسىزلانغان ياكى سېزىمچانلىقى تۆۋەنلىگەن سەۋەبىدىن سىيىشنى ئۇنتۇپ قېلىپ سىيەلمىسە، بىمارنىڭ دوۋسۇن ۋە چات ئارىلىقلىرىنى ئىسسىق زەيتۇن يېغى بىلەن مايلاپ، قول بارماقلار بىلەن سىيرىپ مۇجۇپ بەرگەي. ئەگەر بۇنىڭ بىلەنمۇ سىيەلمىسە بابۇنە، قامچىگۈل (بوستان قۇرۇش)، ئىكلىلمىلىك قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 30 گىرامدىن ئېلىپ، قاينىتىپ، ئىلمان ھالەتتە بىمارنىڭ دوۋسۇنىغا تۆككەي. ئەگەر بۇنىڭ بىلەنمۇ سىيمىسە، بابۇنە بىلەنلا نۇتۇل قىلغاي.

ئەگەر كېسەللىك يەنمۇ ئېغىرلىشىپ، گەپ قىلالمايدىغان، ئاۋاز چىقىرالمايدىغان بولۇپ، «سەرسام سۇباتى» غا ئوخشاپ قالسا، ھەرىكەتتىن توختاپ تىنچلانسا، كېسەللىك ئېغىرلاپ كېتىشنىڭ ئالدىنى ئېلىش ئۈچۈن، بىمارغا سوغۇق دورىلارنى ئىشلەتمىگەي ۋە يېنىغا يولاتمىغاي. 30 گىرام زىغىرنى سوقۇپ، يۇمشىتىپ، زەيتۇن يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم قىلىپ، بىمارنىڭ بېشىغا چاپقاي ھەمدە زەيتۇن يېغى بىلەن زىغىر يېغىنى ئىلمان قىلىپ، بىمارنىڭ ئەزالىرىنى ياغلاپ بەرگەي.

بەزىدە بىمارنىڭ كېسەللىك ئەھۋالى ياخشىلىنىپ، قىزىتمىسى يانغان ھالەتتىمۇ بىمار بىھوش ئادەمدەك قالايمىقان سۆزلەر. بۇ چاغدا بىمارنىڭ بەدەن قۇۋۋىتى كۈچلۈك بولسا، بېشىغا ئۆچكە

سۈتىنى سۈرگەي. ناۋادا بەدەن قۇۋۇتى ئاجىز بولسا، ئايال كىشىنىڭ سۈتىنى ساغقاي. سۈتنىڭ باشتا قۇرۇپ قالماسلىقى، تۈك تۆشۈكچىلىرىنىڭ راۋان تۇرۇشى ھەمدە كېسەللىك ماددىسىنىڭ تارقىشى ئۈچۈن، بىمارنىڭ بېشىغا ھەر قېتىم سۈت سېغىپ بولغاندىن كېيىن، تەركىبىدە بابۇنە، بىنەپشە، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى قاتارلىقلار بولغان مۆتىدىل دورىلارنى قايىنىتىپ ئىلمان ھالەتتە بىمارنىڭ بېشىغا تۆككەي. بىمارنىڭ غىزاسىغا ئۇزۇم سىركىسى، ئاقلانغان ماش، يېسسىمۇق، قىزىلچا قاتارلىقلارنى پىشۇرۇپ، ئۇنىڭغا مۇۋاپىق مىقدارىدا سىركە بىلەن شېكەر قوشۇپ بەرگەي. ياكى يېڭى بېلىقنى سىركە بىلەن پىشۇرۇپ بەرگەي.

ئەگەر كېسەللىك سەپرا ماددىسىدىن كېلىپ چىققان بولسا، بەدەندە سەپرانىڭ ئالامەتلىرى كۆرۈلۈر. يەنى بۇ چاغدا سەپرانىڭ ئۆتكۈر بولۇپ، ئۇنىڭ بۇزۇلمىغانلىقى بايقالسا، ئۇنىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى پەسەيتىش ۋە مۆتىدىللەشتۈرۈش ئۈچۈن چارە تەدبىرلەرنى قىلغاي. ئەگەر ئۆتكۈرلۈك بىلەن بىرلىكتە بۇزۇلغان بولسا، ئۇنى مۆتىدىللەشتۈرۈپ، بەدەندىن تازىلاپ چىقىرىش ئۈچۈن تۆۋەندىكى چارىلەرنى قىلغاي. ھەر كۈنى ئەتىگەندە غورا شەربىتى ياكى سىركەنجۈبىل شەربىتى ياكى شارابى كۈشنە (سوغۇق تەبىئەتلىك بۇزۇرى شەربىتى) ياكى تۇرۇنجى شەربىتى ياكى ئاچچىق ئانار شەربىتى ياكى لىمون شەربىتى قاتارلىقلارنىڭ بىرەرسىنى بەرگەي. ئەگەر بىماردا قەۋزىيەت بولسا، ئەينۈلا شەربىتى ياكى ئەينۈلا سۈيى ياكى تەمرى ھىندى سۈيىنى شېكەر بىلەن ئىچكۈزگەي. بىر سائەتتىن كېيىن، ئارپا سۈيىنى ئىچكۈزگەي. ئەگەر سەپرا ماددىسى ئۆتكۈر بولسا، نورماللاشتۇرۇش ئۈچۈن، قاپاق سۈيى ياكى تاۋۇز سۈيىنى قوشۇپ ئىچكۈزگەي.

قاپاق سۈيىنى ئېلىش ئۇسۇلى پىشمىغان تاتلىق قاپاقنى بۇغداي ئۇنى خېمىرنىڭ ئارىسىغا ئېلىپ ئۇنى يەنە ئارپا خېمىرنىڭ ئارىسىغا ئېلىپ، چالا قىزىتىلغان تونۇردا خىش ئۈستىدە قويۇپ، تونۇرنىڭ ئېغىزىنى ئېتىپ قويۇپ، قاپاق پىشقاندىن كېيىن تونۇردىن چىقارغاي، قاپاقنىڭ بېشىنى كېسۈۋېتىپ، سۈيىنى قاچىغا ئاقتۇرۇپ، بىمارغا ئىچكۈزگەي.

تاۋۇز سۈيىنى ئېلىش ئۇسۇلى بىر دانە تاۋۇزنىڭ بېشىنى كېسىپ، پىچاق بىلەن ئىچىنى قىرىپ يۇمشاتقاي. شېكەرنى ئۇندەك ئېزىپ، (شېكەر 100 گىرام ئەتراپىدا بولسا بولۇر) تاۋۇزنىڭ ئىچىگە تۆكۈپ، ئۇنى ئېرىتكەندىن كېيىن، قاچىغا ئېلىپ ئىچكۈزگەي. خەشخاش شەربىتى، بىنەپشە شەربىتى بۇنداق بىمارلارغا بەك ماس كېلۇر. چۈش ۋاقتىدا تەرخەمەك سۈيىنى شېكەر بىلەن ئىچكۈزگەي. ئەگەر غىزا ببرىشكە توغرا كەلسە، قاپاق، پالەك، ئاقلانغان ماش، كۆك يۇمغاقسۇت، بادىرەڭ (تەرخەمەكنىڭ بىر تۈرى) قاتارلىقلارنى بىرلەشتۈرۈپ، بادام

يېغى قوشۇپ، پەرھىز ئېشى قىلىپ بەرگەي. ئەگەر بىمار ئاچچىق - چۈچۈك يېمەكلىكلەرنى خالسا، يېسسىمۇقنى پوستىدىن ئايرىپ غورا ۋە ئاقلانغان ماش بىلەن قوشۇپ پىشۇرۇپ ئاش قىلىپ بەرگەي.

كېسەللىكنىڭ قان ياكى سەپرادىن بولغانلىقىنى پەرقلەندۈرۈپ، شۇنىڭغا ماس هالدا دورا ئىشلەتكەي. سەپرادىن بولغان بولسا، سەپرانى پەسەيتكۈچى چارە - تەدبىرلەرنى قىلىپ، سوغۇق سۇدىن پەرھىز قىلغاي ۋە قانىنى ئازراق ئالغاي. ئەگەر كېسەللىك قاندىن بولغان بولسا، شۇنىڭغا ماس چارە - تەدبىرلەرنى قىلغاي، سوغۇق تەبىئەتلىك شەربەت ۋە سوغۇق سۇنى بېرىشكە ئالدىرىمغاي. سەپرادىن بولغان مېڭە پەردە يالليۇغىغا ئۇيقۇ كەلتۈرۈشكە قىلىنىدىغان تەدبىرلەرنى قىلغاي. خەشخاش شەربىتى، كاهۇ ئۇرۇقى ۋە ئۇنىڭ يوپۇرمقى مۇۋاپىق كېلۈر.

ئەگەر بىمارda قەۋزىيەت بولۇپ، هۆقنە قىلىش زۆرۈر بولۇپ قالسا، بىنەپشە يېغى بىلەن گۈل يېغىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى ئارپا سۈيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ هۆقنە قىلىنغاي. تۆۋەندىكى هۆقنە ئىچىنى يۇمشىتىش بىلەن بىرلىكتە هارارەتنى پەسەيتىش تەسىرىنى بېرەر. ئارپا سۈيى 60 گىرام، ئىسپىغۇل لوئابىدىن 30 گىرام، قاپاق ۋە گۈل يېغىدىن 30 گىرامدىن ئېلىپ، بىر دانە تۇخۇمنىڭ ئېقى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ هۆقنە قىلغاي ياكى قۇرۇق بىنەپشە، ئاق لەيلىگۈل ئۇرۇقى، ئارپا يارمىسى، بۇغداي كېپىكى قاتارلىقلاردىن هەربىرىدىن 30 گىرامدىن ئېلىپ، 500 گىرام سۇدا قاينىتىپ، يېرىمى قالغاندا 200 گىرامغا 15 گىرام كۈدە سۈيى، 15 گىرام بىنەپشە يېغى ئارىلاشتۇرۇپ هۆقنە قىلغاي. ئەگەر بىمارغا ئىچىنى سۈرگۈچى دورا بېرىش زۆرۈر بولسا، تەمرى هىندى بىلەن شىرخىستىن ياكى تەرەنجىبىندىن 60 گىرام ئېلىپ، 300 گىرام قاينىق سۇدا شىرنىسىنى چىقىرىپ ئىچكۈزگەي. ئەگەر بىمارda يۆتەلمۇ بىرگە بولسا، بىنەپشە، سەرپىستان، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، خىيارشەنبەر، شىرخىست قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، قاينىتىپ ئىچكۈزگەي. ئەگەر بىمارنىڭ هارارىتى پەسەيمىسە قۇرسى كاۋۇرنى ئىشلەتكەي. ئاشقازان بوش بولسا، چىگدىن توقۇلغان بىر پارچە رەختنى سىركە، گۈلاب ۋە ئاز مىقداردىكى كاۋۇر بىلەن نەمدەپ، جىگەر ۋە كۆكرەك ساهەسىگە قويسا يۆتەلنى پەسەيتىپ، هارارەتنى ياندۇرار. بىمارنىڭ ئۇيقۇسى كەلمىسە، بېهوش ئادەمدەك قالايمىقان سۆزلىسە، بىنەپشە، نېلۇپەر، قىزىلگۈل، خەشخاش پوستى، ئارپا يارمىسى، كاهۇ يوپۇرمقى قاتارلىقلارنىڭ هەربىرىدىن 30 گىرامدىن ئېلىپ، قاينىتىپ تەمى چىققاندىن كېيىن پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، ئىلمان هالدا بىمارنىڭ بېشىغا ئاستا - ئاستا تۆككەي. هەر كۈنى كەچتە بىمارنىڭ كىندىك ساهەسى، مەقئىتى، تاپىنى ۋە بۇرنىنى تاتلىق قاپاق ئۇرۇقى يېغى، بىنەپشە يېغى بىلەن ياغلاپ

بەرگەي. قىز تۇغقان ئايالنىڭ سۈتىنى بۇرنىغا تېمىتقاي ھەم كۆكنار شەربىتىنى ئىچكۈزگەي. بابۇنە، رەيھان ئۇرۇقى، رەيھان يوپۇرمىقى، ئارپا يارمىسى، بىنەپشە قاتارلىقلاردىن 10 گرامدىن ئېلىپ، سۇ بىلەن قاينىتىپ بىمارنىڭ پۇتىنى يۇيۇپ بەرگەي.

بىمارنىڭ كۆڭلى ئېلىشىپ ھۆ قىلسا، قەي قىلغاندىن كېيىنمۇ ھۆ قىلىش پەسەيمىسە ۋە بارغانسېرى ئېغىرلاشسا بىمارغا ئالما شەربىتى، بېھى شەربىتى، ياۋا ئالما شەربىتى، غورا شەربىتى، ئانار شەربىتى، لىمون شەربىتى قاتارلىقلاردىن قايسىبىرى تېپىلسا شۇنى كۈنىگە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا 15 گىرامدىن ئىچكۈزگەي ياكى يالاتقاي. ئانار ئۇرۇقىدىن مۇڭاپىق مىقداردا ئېلىپ تالقان قىلىپ، ئالما شەربىتى بىلەن ئىستېمال قىلدۇرغاي. ئامۇت سۈيى، ئالما سۈيى، بېھى سۈيى، سۆگەت سۈيى قاتارلىقلاردىن مۇڭاپىق مىقداردا ئېلىپ، ئۇنىڭغا مۇڭاپىق مىقداردا ئۇد ھىندى، زەپەرنى ئارىلاشتۇرۇپ، بىمارنىڭ ئاشقازان ساھەسىگە سۈركىگەي. ئەگەر بىماردا ئىچى سۇرۇش بولۇپ ماغدۇرسىزلانسا، قۇرسى تاباشىرنى ئانار شەربىتى ياكى غورا شەربىتى بىلەن ئىچكۈزگەي ھەمدە قورۇلغان ئارپا تالقىنى بىلەن شاھىبەللۇت تالقىنىدىن مۇڭاپىق مىقداردا ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ ئىستېمال قىلدۇرغاي. غىزاسىغا ئارپا تالقىنى، سۇماق، گاۋرەستىن مۇڭاپىق مىقداردا ئېلىپ، پىشۇرۇپ بادام مېغىزى تالقىنى ئارىلاشتۇرۇپ بەرگەي.

بىمار كۆپ تەرلەپ بەدىنى ئاجىزلىسا، بېھى سۈيى، ئامۇت سۈيى، گۈل يېغى قاتارلىقلاردىن مۇڭاپىق مىقداردا ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ، سۈيى تۇگەپ يېغى قالغۇچە قاينىتقاي ۋە شۇ ياغ بىلەن بىمارنىڭ پۇت ـ قوللىرى، ئۇچسى ۋە بوغۇملىرىنى ياغلاپ بەرگەي. ئۇنىڭغا گۈل يېغى، قارا سۆگەت يېغى، ئامۇت يېغى، غورا سۈيى قاتارلىقلارنىڭ بىرەرسى قوشۇلسا ياخشى بولۇر.

ئەگەر كېسەللىك سەۋدادىن، يەنى كۆيگەن سەپرادىن كېلىپ چىققان بولسا، قورقۇنچلۇق ئىشلارنى خىيال قىلىش، ئۇخلىغاندا جۆيلۈپ ۋارقىراش، ئاچچىقلىنىش قاتارلىقلارغا ئوخشاش سەۋدانىڭ ئالامەتلىرى كۆرۈلۈر.

داۋالاشتا ماددىنىڭ پىشقانلىقى مەلۇم بولمىسا، ماددىنى پىشۇرۇش مەقسىتىدە ئارپا سۈيىنى گۈلاب بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ بەرگەي. كەچتە بىنەپشە يېغى، قاپاق ئۇرۇقى يېغى، تەرخەمەك ئۇرۇقى يېغى بىلەن بىمارنىڭ تاپىنى، كىندىك ساھەسى، مەقئىتى ۋە گېلىنى مايلاپ بەرگەي. ئىلگىرى ئېيتىپ ئۆتكىنىمىزدەك بىمارنىڭ بېشىغا قىز تۇغقان ئايالنىڭ سۈتىنى ساغقاي. قالغان داۋالاش ئۇسۇللىرى سەپرادىن ۋە قاندىن بولغان مېڭە پەردە ياللۇغىنىڭ داۋالاش ئۇسۇللىرىغا ئوخشاشتۇر.

ئىككىنچى باب قاندىن بولغان مېڭە ئىششىقى توغرىسىدا

بۇ مېڭىنىڭ قاندىن بولغان ئىششىقىدىن ئىبارەت بولۇپ، كۆپ ھاللاردا قانىنىڭ ئوفۇنەتلىنىشىدىن پەيدا بولۇر. مېڭىنىڭ ياللۇغلىنىشى بارغانسېرى ئېغىرلىشىپ، باش سۆڭىكىگە تەسىر قىلىپ، باش سۆڭىكىنىڭ تۇتاشمىلىرىنى بىر - بىرىدىن ئاجرىتار.

ئالامىتى

بۇ بەش خىل بولۇپ، ئۇنىڭ ئۇچىسى مېڭىگە خاس ئالامەتلەر، ئىككىسى مېڭە بىلەن مېڭە پەردىسىگە ئورتاق بولغان ئالامەتلەردۇر.

مېڭىگە خاس بولغان ئالامىتى: ① بىمارنىڭ كۆزى ئېغىر دەرىجىدە قىزىرار. كۆزلىرى پۇلتىيىپ چاچراپ چىقىپ كېتىدىغاندەك بولۇر. ② بېشى گويا يېرىلىپ كېتىدىغاندەك قاتتىق ئاغرار. ③ ئۇيقۇسى ئادەتتىن تاشقىرى ئېغىر بولۇر.

مېڭە ۋە مېڭە پەردىسىگە خاس بولغان ئالامىتى: ① مېڭە ۋە ئۇنىڭ پەردىسى تەڭلا ئىششىغاچقا، بەدەندە كېزىك پەيدا بولۇر. ② مېڭىدىكى بۇزۇق ماددا ئاشقازانغا چۈشۈپ، ئاشقازاننى بۇزغانلىقتىن كۆڭلى ئېلىشىپ قۇسار.

داۋالاش

بۇنى داۋالاشتا سەپرادىن بولغان مېڭە پەردە ياللۇغىنى داۋالاشتا قوللانغان چارە - تەدبىرلەرنى قىلغاي. ئەمما دورىلارنى زىيادە ۋە كۆچلۈك ئىشلەتكەي. بولۇپمۇ تىل ئاستىدىن ۋە پېشانىدىن قان ئېلىشقا كۆپرەك ئەھمىيەت بەرگەي. چۈنكى ئۇنىڭ پايدىسى قېيىل تومۇرىدىن قان ئالغاندىن كۆپرەكتۇر.

ئۈچىنچى باب سەبارا توغرىسىدا

بۇ ھەددىدىن ئاشقان ساراڭلىق بولۇپ، سەپرادىن بولغان مېڭە پەردە ياللۇغى بىلەن سەۋدادىن بولغان ساراڭلىقنىڭ بىرىكىشىدىن پەيدا بولۇر. بۇ كېسەللىكنىڭ ئالامەتلىرى بىمارنىڭ

ئۇيقۇسى، كۆزى، گەپ - سۆزى، ئىش - ھەرىكىتى، قىزىتمىسى، تومۇر سوقۇشى ۋە نەپىسى ۋە ئاغرىشى قاتارلىق يەتتە جەھەتتە ئىپادىلىنەر.

1. ئۇيقۇدىكى ئالامىتى بۇنىڭدا بىمار بىئارام ئۇخلار، قالايمقان چۈشلەرنى كۆرەر. چۈشىدە قورقۇپ ئويغىنىپ كېتەر، بەزىدە جۆيلۈپ ئورنىدىن قوپۇپ كېتەر.

2. كۆزىدىكى ئالامىتى بۇنىڭدا كۆز ئېقى قىزىل بولۇر، بەزىدە سېرىقسىمان مايىل بولۇپ، كۆزى قالايمقان ھەرىكەت قىلۇر، كۆزىنى ئېغىرلىق بىلەن ئاچار. بىر كۆزىنى قالايمقان ھەرىكەت قىلدۇرار. يەنى بىر كۆزى ياشاڭغۇرار.

3. گەپ - سۆزىدىكى ئالامىتى بېھوش كىشىدەك قالايمقان سۆزلەر، دېگەن گېپىنى ئۇنتۇپ قالۇر. سوئال سورالسا، جاۋاب سوئالغا ماس كەلمەس، بارا - بارا كەم سۆز بولۇپ، ئەڭ ئاخىرىدا سۆزلەش ۋە ئاڭلاشنى پەقەت خالىماس.

4. ئىش - ھەرىكەتلىرىدىكى ئالامىتى ئولتۇرۇپ - قوپۇشتا قوپال ھەرىكەتلەرنى قىلۇر. ئاخىرىدا ئارامغا چۈشەر. كۆزلىرىنى ئېغىرلىق بىلەن ئاچۇر. كېيىملىرىدىن ياكى تامدىن بىرەر نەرسىنى تەرگەندەك قىلىقلارنى قىلۇر.

5. قىزىتمىسىدىكى ئالامىتى بۇنىڭدا بىمارنىڭ قىزىتمىسى ناھايىتى يۇقىرى بولۇر، تىلى چوڭىيىپ، ئېغىزى قۇرار.

6. تومۇر سوقۇشى ۋە نەپەس ئېلىشىدىكى ئالامىتى تومۇرى دەسلەپتە تېز ۋە كۈچلۈك سالۇر. ئاخىرىدا سۇس ۋە ئىنچىكە سالۇر. قاتتىق سېلىشىغا مىزاجىنىڭ قۇرۇق - ئىسسىقلىقى سەۋەب بولۇر. نەپەس ئېلىشىمۇ دەسلەپتە چوڭ ۋە ئارقىمۇئارقا بولۇر، كېيىن تەدرىجىي پەسىيىپ قالۇر.

7. ئاغرىش ئالامىتى مېڭىدىكى كېسەللىك سەۋەبى بويۇنغا چۈشكەنلىكتىن گەجگىسى ئاغرار. پەي - نېرۋىلىرى تارتىشقاندەك مەلۇم بولۇر.

داۋالاش

بۇنىڭدا سەپرانىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى پەسەيتىپ، مىزاجىنىڭ ھۆللۈكىنى ئاشۇرۇش ئۈچۈن چارە - تەدبىر قىلغاي. بىمارنىڭ قالايمقان ھەرىكەت قىلىشىنى چەكلەش ئۈچۈن، قول - پۇتىنى تېڭىپ قويغاي. سەپرانى پەسەيتىش، مىزاجىغا ھۆللۈك يەتكۈزۈش ئۈچۈن، قەرانىيتىس بابىدا بايان قىلىنغان دورىلارنى ئىشلەتكەي.

تۆتىنچى باب مېڭىگە چىقىدىغان تەمرەتكە ۋە سىفلىس توغرىسىدا

ئالامىتى

بۇنىڭدا باشنىڭ ئىچى يېنى كۆچلۈك دەرىجىدە ئېچىشىپ ئاغرىرى. ھارارەت باش ئىچىگە تولۇپ قالغانلىقتىن، يۈز تېرىسى سوغۇق، يۈز - كۆزلىرى سېرىق بولۇر. بىمارنىڭ قىزىتمىسى فەلغەمۇنى (قاندىن بولغان مېڭە پەردە يالليۇغى) دىكى قىزىتمىدىن يۇقىرىراق بولۇر. ئاغرىشىمۇ ئۇنىڭدىن كۆچلۈكرەكتۇر. ئېغىزى قۇرۇر، بېشى فەلغەمۇنىدىكىدەك ئېغىر بولماس. چۈنكى، بۇ كېسەللىك سەپرادىن بولۇر. سەپرا خىلىتى پۈتۈن خىلتىلار ئىچىدە يەڭگىلرەك بولۇر. بۇ كېسەللىك بىلەن ئاغرىغان بىمار كۆپ ۋاقىتلاردا ئۇچىنچى كۈنى ئۆلۈپ كېتەر. ئۇچ كۈن ئۆتكەندىن كېيىن ساقىيىش ئىمكانىيىتى بولۇر.

بۇ كېسەللىك كۆپ ھاللاردا كىچىك بالىلاردا كۆپ بولۇر، باشنى تۇتسا ئاغرىر، كۆزى كىچىكلەپ ئولتۇرۇشۇپ كېتەر، كۆرۈشمۇ خىرەلىشىپ، تېرىسى قۇرغاقلىشار.

داۋالاش

بۇ كېسەللىكنى داۋالاش ئۇسۇلى سەبارا (قۇترىغان سارامىلىق) نى داۋالاش ئۇسۇلى بىلەن ئوخشاشتۇر. ئۇنىڭدىن باشقا، توخۇ تۇخۇمىنىڭ ئېقىنى گۈل يېغى بىلەن پىشۇرۇپ بېشىغا قويغاي. ئۇنىڭدىن كېيىن، سېمىزئوت يوپۇرمىقى سۈيى، ھۆل يۇمغاقسۇت سۈيى، قاپاق سۈيى، قارا سۇنا سۈيى، گۈل يېغى قاتارلىقلادىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ، باشقا ئاستا - ئاستا قۇيغاي.

بەشىنچى باب «لىسرغىس» (بەلغەمدىن بولغان مېڭە پەردە يالليۇغى) توغرىسىدا

بۇ بەلغەمدىن بولغان مېڭە پەردە يالليۇغى بولۇپ، يۇنانچە «لىسرغىس» دەپ ئاتىلۇر. ئۇنىڭ مەنىسى ئۇنتۇغاقلىق دېگەندىن ئىبارەت بولۇپ، ئەرەبچە «سىيان»، پارسچە «فەراموشكار»،

تۇركچە ئۇنتۇغاقلىق دېيىلۇر. بۇ كېسەللىكنىڭ گەۋدىلىك ئالامتى ئۇنتۇغاقلىق بولغاچقا، يۇنان خەلقى بۇ كېسەللىكنى ئۇنتۇغاقلىق دەپ ئاتىغان.

سەۋەبى پىياز، هۆل مېۋە - چېۋىلەرنى كۆپ يېيىش، كۆپ شاراب ئىچىش، هەزىم بۇزۇلۇش سەۋەبىدىن بەلغەم خىلىتى نورمالسىزلىنىپ، قويۇلۇپ، ئوفۇنەتلىنىپ، ئۇنىڭدىن مېڭىگە قويۇق بۇخارات ئۆرلىگەن سەۋەبىدىن كېلىپ چىقار. كېسەللىك ماددىسى مېڭە پەردىسى ياكى مېڭە تېنىگە ئەمەس، بەلكى تومۇرلارغا ئورۇنلىشار. چۈنكى، مېڭە قېپى قاتتىق، مېڭە تېنى پۈتەي ۋە شىلىمشىق بولغانلىقتىن، بۇخارات ئۇنىڭغا ئۆتەلمەس. ئەمما، كېسەللىك ئۇزۇنغا سوزۇلسا مەزكۇر بۇخارات مېڭە قېپىنى چىرىتەر.

ئالامتى

بۇ كېسەلنىڭ جەمئىي 14 خىل ئالامتى باردۇر، بۇنىڭ 12 سى خاس ئالامەتلەر، ئىككىسى ئورتاق ئالامەتتۇر.

خاس ئالامەتلەر تۆۋەندىكىلەردىن ئىبارەتتۇر.

1. كېسەللىك پەيدا قىلغۇچى ماددا مۇلايىم بولغاچقا، بېشى ئاستا - ئاستا ئاغرار، ماددىسى قويۇق بەلغەم بولغانلىقى ئۈچۈن بېشى ئېغىر بولۇر.

2. قىزىتمىسى پەرق ئەتكىلى بولمىغۇدەك دەرىجىدە تۆۋەن بولۇر. ئەمما، بۇ كېسەللىك ئوفۇنەتلەنگەن خىلىتتىن پەيدا بولغاچقا، قىزىتمىنىڭ يۇقىرىلاش ئېھتىماللىقى بولۇر. لىسىرغىس (بەلغەمدىن بولغان مېڭە پەردە يالليۇغى) بىلەن سۇبات (ئېغىر ئۇيقۇ) قىزىتمىسىنىڭ بولۇش - بولماسلىقى جەھەتتە پەرقلىنەر. يەنى بەلغەمدىن بولغان مېڭە پەردە يالليۇغدا مېڭىدە يالليۇغ بولغاچقا، قىزىتما بولۇر. ئېغىر ئۇيقۇ كېسىلدە قىزىتما بولماس. بەلغەمدىن بولغان مېڭە پەردە يالليۇغدىكى قىزىتمدا، بەزىدە بىمارنىڭ پۇت - قوللىرى تەرلەر.

3. ئۇيقۇسى ئېغىر بولۇر. ئويغاق ۋاقتىتىمۇ كۆزىنى يۇمۇپ ياتۇر. ئويغىتىلسا كۆزىنى ئېچىپ يەنە يۇمۇۋالۇر.

4. ئۇنتۇغاقلىق شۇنچىلىك دەرىجىدە ئېغىر بولۇركى، دېگەن ۋە ئاڭلىغان سۆزنى شۇ زامان ئۇنتۇپ قالۇر.

5. سۆزلەش ۋە جاۋاب بېرىشكە هۇرۇنلۇق قىلۇر، سۆزلەش خۇشياقماي هاڭۋېقىپ تۇرار.

6. تومۇرى ئېگىز - پەس (دولقۇنلۇق)، ئاستا هەم بوش سالۇر. بەزىدە كېسەللىك ماددىسىنىڭ كۆپلۈكىدىن نەپەس قىستار.

7. تولا ئەسنەر، هەمىشە ئۇيقۇچان كىشىدەك بولۇر.

8. تىلى ئاق بولۇر.

داۋالاش

ئەگەر كۆچلۈك سۇرگە بېرىشتە بەدەننىڭ ئاجىزلىشىپ كېتىش خەۋپى بولسا، قۇندۇز قەھرىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ھەسەل بىلەن يالاتقاي. باشقا سۇرگۈچى دورا ئىچىش زۆرۈر بولسا، ئايارەج پەيقرادىن 10 گىرام ئېلىپ، 30 گىرام شەھمەنزەل بىلەن بىرلىكتە ھەب ياساپ بەرگەي. باشتىكى سوغۇق بەلغەمنى تارقىتىپ مېڭگە ھارارەت يەتكۈزۈش، بۇزۇق بۇخاراتلارنى يوقىتىپ، مېڭىنى سەگەكلەشتۇرۇش ئۈچۈن، بىمارنىڭ چېچىنى چۈشۈرۈۋېتىپ، 100 گىرام تېرىقنى 100 گىرام تۇز بىلەن بىرلىكتە قىزىتىپ، رەختنىڭ ئارىسىغا ئېلىپ باشقا تاڭغاي. مۇشۇ كېسەللىك ساقايغۇچە ئايارەج پەيقرا، ھەببى ئايارەج، ھەببى قوقيا، مەتبۇخى ئۇستقۇددۇس، مۇسھىلى بەلغەم قاتارلىقلارغا ئوخشاش ھۆللۈكنى تارقىتىدىغان دورىلارنى ئىچىپ بېرىش كۆپ پايدىلىقتۇر ياكى تەبئىتى ئىسسىق بولغان مۇۋاپىق دورىلارنى قاينىتىپ تەمىنى چىقارغاندىن كېيىن، زەيتۇن يېغى بىلەن قوشۇپ ھۆقنە قىلغاي.

تامىقىغا 300 گىرام نوقۇت سۇيىگە زەنجۇبىل، دارچىن، زىرە قاتارلىقلارنىڭ ھەرقايىسىسىدىن 10 گىرامدىن ئېلىپ قاينىتىپ ئىچكۈزگەي. 300 گىرام بۇغداي كېپىكى سۇيىگە 100 گىرام ھەسەل قوشۇپ، قاينىتىپ ئىچكۈزسىمۇ بولۇر. قىزىتما تولۇق يانماي تۇرۇپ، ئارپا سۇيى بېرىشكە تېگىشلىك بولسا، نوقۇت بىلەن ئارپا يارمىسىدىن 50 گىرامدىن ئېلىپ، ئۇنىڭغا زۇپا ھىندى، كەرەپشە، تاغ بابۇنسى قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرامدىن ئېلىپ، قاينىتىپ ئىچكۈزگەي. نوقۇت بىلەن ئارپا يارمىسى سۇيى قىزىتمىنى پەسەيتەر. بىمار ھەر قېتىم غىزالىنىپ بولغاندىن كېيىن، بۇخارات ئاشقازاندىن مېڭگە ئۆرلەشنىڭ ئالدىنى ئېلىش ئۈچۈن، بىمارنىڭ قول ـ پۇتلىرىنى 1 ~ 2 سائەتكىچە مۇجۇپ بەرگەي.

ئالتىنچى باب ئۇيقۇسىزلىق خاراكتېرلىك ئېغىر ئۇيقۇ (سۇبات سەھىرى) ۋە ئېغىر ئۇيقۇ خاراكتېرلىك ئۇيقۇسىزلىق (سەھەر سۇباتى) توغرىسىدا

بۇ ئىككى خىل كېسەللىك بولۇپ، بىر ـ بىرى بىلەن مۇرەككەپلەشكەن بولۇر. بەزى ھۆكۈمالار، بۇ ئىككىسى «قەرانىيتىس» (سەپرادىن بولغان مېڭە پەردە ياللۇغى) بىلەن

«لىسىرغىس» (بەلغەمدىن بولغان مېڭە پەردە يالليۇغى) نىڭ ئالامەتلىرى دەپ قارىغان. بىمارنىڭ ئۇيقۇ ۋاقتى ئۇيقۇسىزلىق ۋاقتىدىن كۆپ بولسا، «سۇبات سەھىرى» دەپ، ئۇيقۇسىزلىق ۋاقتى ئۇيقۇ ۋاقتىدىن كۆپ بولسا، «سەھەر سۇباتى» دەپ ئاتىلار، سەھەر سۇباتىدا بىمارنىڭ ئۇيقۇسى كەم بولۇر. ئۇخلىغان ۋاقتىدا ئېغىر ئۇخلار، بېھوش كىشىدەك قالايمىقان سۆزلەر. گەرچە ئويغاق بولسىمۇ، ھەربىرىكەت قىلماي جىم ياتار. بىمارنىڭ بەدىنىدە بۇزۇق خىلىت غالىب بولۇپ، بىمار ئويغاق ھالەتتە تۇرسا خىلت تىنچ ھالەتتە تۇرار. ئەگەر بىمار تىنچلانسا ۋە ئۇخلاشقا تىرىشسا بەدەندىكى تەبئىي ھارارەت بۇزۇق خىلتىنى ئېرىتىشكە، پىشۇرۇپ تارقىتىشقا كىرىشەر، ئەمما، بەدەن قۇۋۇتى ئۇنىڭغا يار بەرمەس. بۇنىڭ بىلەن خىلتىلار قوزغىلىپ، مېڭىگە بۇخارات ئۆرلەشتىن بىمار ئويغىنىپ كېتەر. ئۇخلىغان تەقدىردىمۇ راھەت ھېس قىلماس. بۇ ئەھۋال ئېغىر ئۇيقۇدىكى ئۇيقۇسىزلىق دەپ ئاتىلار ھەم مىزاجى قۇرۇق ئىسسىق كىشىلەردە كۆپ كۆرۈلەر.

ئەگەر بەدەندە بەلغەم خىلتى غالىب بولسا، «لىسىرغىس» نىڭ ئالامتى كۆرۈلەر. يەنى بىماردا ئۇيقۇسىزلىقتىكى ئېغىر ئۇيقۇ (سۇبات سەھىرى) كۆرۈلەر. يەنى بىمار كۆپ ياتار ۋە كۆپ ئۇخلار. بىمارنى ئويغاتسا كۆزىنى ئېچىپ قويۇپ، يەنە ئۇخلاپ قالۇر. بەزىدە كۆز قاپىقى تارتىشىپ كۆزىنى يۇمالماي قالار. بۇ خىل بىمارنىڭ ئۇخلاش ھالىتى بەلغەمدىن بولغان مېڭە پەردە يالليۇغى بىمارنىڭ ئۇخلاش ھالىتىگە ئوخشار. ئەگەر كېسەللىك ئېغىر بولمىسا، ئىچكۈزگەن سۇيۇقلۇق گېلىدىن ئۆتەر. ئېغىر بولسا، گېلىدىن ئۆتمەي، بۇرنىدىن يېنىپ چىقار. بەزىدە چوڭ تەرىتى كەلمەس ياكى ئاز كېلۇر، نەپىسى سىقىلۇر، بىمارنىڭ بۇ خىل ئەھۋاللىرى ئايالاردىكى ھىستېرىيە (ئىھتىناقۇر - رەھمى) كېسەللىكىگە ئوخشار. ئەما، بۇنىڭ بىلەن پەرقى شۇكى، ئېغىر ئۇيقۇدىكى ئۇيقۇسىزلىق (سۇبات سەھىرى) كېسەللىكىدە بىماردىن سوئال سورىسا سوئالغا جاۋاب بېرەر، ئەمما ھىستېرىيە بىمارى بولسا سورىغان سوئالغا جاۋاب بېرەلمەس. يەنە بىر پەرقى شۇكى، ئېغىر ئۇيقۇدىكى ئۇيقۇسىزلىقتا بىمارنىڭ چىرايىدا ئۆزگىرىش بولۇر، ئەما ھىستېرىيە كېسەللىكىدە بولسا چىرايىدا ئۆزگىرىش بولماس. ئېغىر ئۇيقۇدىكى ئۇيقۇسىزلىقتا بىمارنىڭ چىرايى كۆككە مايىل بولۇپ قالۇر، تومۇرى ئاستا سالۇر، ئەما بەلغەمدىن بولغان مېڭە پەردە يالليۇغى بىمارنىڭ تومۇرىدىن ئىستىراق سالۇر.

داۋالاش

يۇقىرىقى كېسەللىكلەرنى داۋالاشتا ئىمكانىيەت بولسا ئاۋۋال قان ئېلىپ، ئارقىدىن ھۆقنە قىلغاي. ئەگەر بۇ كېسەللىك تائام ۋە تەستە ھەزىم بولىدىغان تائاملارنى كۆپ يېگەنلىكتىن

بولغانلىقى مەلۇم بولسا، قەي قىلدۇرۇش ئارقىلىق ئاشقازاننى تازىلىغاي، بىمارغا غىزا بېرىشتىن چەكلىگەي، شارابنى كۆپ ئىچىپ، داۋاملىق مەست يۇرگەنلىكتىن بولسا، مەستلىك يېشىلمىگۈچە داۋالاش ئېلىپ بارمىغاي. مەستلىك يېشىلگەندىن كېيىن، مۇناسىپ زىمات، شەربەت، كىلىزما، نۇتۇل ۋە باشقا مۇناسىۋەتلىك دورىلارنى ئىشلەتكەي ھەم سەپرادىن بولغان مېڭە پەردە ياللۇغى بىلەن بەلغەمدىن بولغان مېڭە پەردە ياللۇغى كېسەللىكىگە ئىشلەتكەن دورىلارنى ئەھۋالغا قاراپ تاللاپ ئىشلەتكەي.

بىماردا سەپرادىن بولغان مېڭە پەردە ياللۇغىنىڭ ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، يەڭگىل سۇرگە دورىلىرى بىلەن ھۆقنە قىلغاي. ئارقىدىن سۆگەت يوپۇرمىقى، بىنەپشە، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى، ئارپا يارمىسى، بابۇنە، ئىكلىلمىلىك، سېرىقچېچەك قاتارلىق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ، تەمى چىققاندىن كېيىن، پىسەپىلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، دورا سۈيىنى ئىلمان ھالەتتە بىمارنىڭ بېشىغا جىغايتىپ قويۇپ بەرگەي.

ئەگەر بىماردا بەلغەمدىن بولغان مېڭە پەردە ياللۇغىنىڭ ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، جىددىي داۋالاش قىلغاي. يۇقىرىدىكى نۇتۇل نۇسخىسىغا غار دەرىخى يوپۇرمىقى، بەرگى سۇزاپ، پىننە، زۇپا، قۇندۇز قەھرى، زەنجۇبىل قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرامدىن قوشۇپ، قائىدە بويىچە نۇتۇل قىلىنغاي. ئەگەر كېسەللىك سەپرا بىلەن بەلغەمنىڭ تەڭ تەسىر كۆرسىتىشىدىن بولغان بولسا، يۇقىرىدىكى نۇتۇل نۇسخىسىغا مەرزەنجۇش بىلەن ئەمەندىن 15 گىرامدىن قوشقاي. كېسەللىك ياخشىلىنىشقا يۈزلەنگەندە، سوغۇق تەبىئەتلىك نەرسىلەردىن پەرھىز قىلدۇرغاي. سىكىشلىك، مۆتىدىل يېمەكلىكلەر بىلەن ئوزۇقلاندۇرۇپ، كېسەللىكنىڭ تېزراق ساقىيىشىغا ياردەم بەرگەي.

يەتتىنچى باب قاتما كېسەللىكى (ئاخىزە) توغرىسىدا

بۇ كېسەللىك يەنە «شۇخۇس»، «جۇمۇد»، يەنى كۆزى چەكچىيىپ قالغۇچى، قېتىپ قالغۇچى دەپمۇ ئاتىلۇر. چۈنكى، بۇ كېسەللىك يۈز بەرگەندە، بىمار پۈتۈن سېزىمى بىلەن ھەرىكىتىنى يوقىتىپ، كېسەللىك تۇتقان ۋاقىتتا قانداق ھالەتتە بولسا شۇ خىل ھالەتتە تۇرۇپ قالۇر، مەسىلەن: ئولتۇرغان ھالەتتە تۇتقان بولسا، ئولتۇرغان پېتى، ئۆرە تۇرغان ھالەتتە تۇتقان

بولسا، ئۆره تۇرغان پېتى، ئويغاق هالەتته تۇتقان بولسا، كۆزلىرى ئوچۇق پېتى، ئۇخلىغان هالەتته تۇتقان بولسا، كۆزلىرى يۇمۇلغان پېتى تۇرۇپ قالۇر. كېسەللىك ماددىسى ئارقا مېڭىگه تەسىر يەتكۈزۈپ، بارا - بارا پۈتۈن مېڭىگه تارار، شۇ سەۋەبتىن بىمارنىڭ پۈتۈن بەدىنىنىڭ هېس ۋە هەرىكىتى توسالغۇغا ئۇچرار.

ئالامىتى

بۇ كېسەللىك قۇرۇق سوغۇقتىن، يەنى سەۋدا خىلىتىدىن پەيدا بولىدىغان بولغاچقا، بىمارنىڭ تومۇرى ئىنچىكه، ئاستا، قاتتىق بولۇر.

داۋالاش

بەلغەمدىن بولغان مېڭه پەرده ياللۇغنى داۋالىغانغا ئوخشاش داۋالىغاي. ئەمما، بەلغەمدىن بولغان مېڭه پەرده ياللۇغنىڭ سەۋەبچىسى بەلغەم خىلتى، بۇ كېسەللىكنىڭ سەۋەبچىسى سەۋدا خىلتى بولۇپ، سەۋدا خىلىتىدىن بولغان كېسەللىكلەر بەلغەم خىلىتىدىن بولغان كېسەللەرگه قارىغاندا نىسبەتەن جاهىل بولغاچقا، كۈچلۈكرەك داۋالاش چارىلىرىنى قىلغاي. داۋالاشتا دەرهال تۆۋەندىكى هۆقىنىنى ئىشلەتكەي.

نۇسخىسى شەهمەنزەل لېشى، ئەفتىمۇننىڭ هەربىرىدىن 30 گىرامدىن، بىستىپايەجدىن 60 گىرام، ياۋا پىنىنىدىن 30 گىرام ئېلىپ، پۈتۈن دورىلارنى 500 گىرام سۇ بىلەن قاينىتىپ، تەمى تولۇق چىققاندىن كېيىن، ئوتتىن چۈشۈرۈپ، پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، ئۈستىگه 15 گىرام بابۇنه يېغى قوشۇپ هۆقنه قىلغاي. ئەگەر هۆقنىنىڭ كۈچلۈكرەك بولۇشى، تېزراق تەسىر قىلىشى نەزەرده تۇتۇلسا، نەمەك هىندىدىن ئۇچ گىرام، توغرىغۇدىن 30 گىرام، ئاق قەنتتىن 30 گىرام قوشقاي، بۇ دورىلار تەركىبىنىڭ ئاز - كۆپلۈكى بىمارنىڭ بەدەن كۈچى، مىزاجى ۋە تېۋىپنىڭ ئادىتىگه قاراپ تەڭشىلەر. ئۇنىڭدىن كېيىن بەلغەمدىن بولغان مېڭه پەرده ياللۇغنى داۋالىغاندا ئىشلەتكەن زىماتنى بىمارنىڭ بېشىغا توختىماي چېپىپ بەرگەي. بىمارنىڭ هېس - هەرىكىتى ئەسلىگه كېلىپ، ئەقلى جايىغا چۈشكەندە، هەب دورىلارنى بېرىشكه تېگىشلىك دەپ قارالسا، ئايارەج پەيقىرادىن 10 گىرام، غارىقۇنىدىن ئالته گىرام، تۇربۇتتىن ئالته گىرام، ئەفتىمۇندىن ئۇچ گىرام، بىستىپايەج، نەمەك هىندىنىڭ هەرقايىسىسىدىن ئۇچ گىرامدىن ئېلىپ،

سوقۇپ، خېمىر قىلىپ، قوناق چوڭلۇقىدا ھەب ياساپ، كۈنگە ئىككى ۋاق، تۆت تالدىن يېگەي. ئەگەر ئەفتىمۇندىن 30 گىرام، بىستىپايەجىدىن 30 گىرام، ئۇستەقۇددۇسىتىن 30 گىرام ئېلىپ، 500 گىرام سۇ بىلەن قاينىتىپ، ئۇستىدىن ئالتە گىرام غارىقۇننى ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئارىلاشتۇرۇپ بىمارغا ئىچكۈزسە كۆپ ياخشى بولۇر. بىمار ساقىيىشقا يۈزلەنگەندە، گۈلقەنت ھەسىلىنىمۇ (ھەسەل بىلەن تەييارلانغان گۈلقەنت) بەرگەي. ئۇسسۇزلۇقىغا مائۇلھەسەلنى ئىچكۈزگەي، تامىقىنىمۇ شۇنىڭغا ماس ھالدا تەڭشەپ بەرگەي. بىمارنىڭ بەدىنىنى تەنقىيە قىلغان سەۋەبىدىن، بىماردا ئۇيقۇسىزلىق كۆرۈلسە، ئۇيقۇنى ياخشىلاش ئۈچۈن، بىمارنىڭ بېشىنى ئىلمان بىنەپشە يېغى بىلەن مايلاپ بەرگەي ياكى بابۇنە، سېرىقچېچەك، ئىكلىلمىلىك، قىزىلگۈل، كاھۇ ئۇرۇقى، كۆكنار پوستى قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرامدىن ئېلىپ، قاينىتىپ تەمى چىققاندىن كېيىن، پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، بىمارنىڭ بېشىغا جىغايتىپ تۆككەي.

ئىككىنچى قىسىم مېڭىگە بۇزۇق خىلىت يېغىلىشتىن ۋە بۇخاراتلار ئۆرلەشتىن پەيدا بولىدىغان كېسەللىكلەر توغرىسىدا

بىرىنچى باب مالىخولىيا كېسەللىكى توغرىسىدا

بەزى تېۋىپلار بۇ كېسەللىكنىڭ نامىنى «مالىنخۇلىيا»، يەنى بەزىلەر «مالىخولىيا» دەپ ئاتايدۇ. بۇ يۇنانچە ئاتالغۇ بولۇپ، مېڭىنىڭ تەپەككۇر قىلىش، ئەسلەش پائالىيىتىنىڭ بۇزۇلۇشى دېگەن مەنىنى بىلدۈرىدۇ. بەزىلەر مالىخولىيا دېگەن سۆز سەۋدا دېگەن مەنىنى بىلدۈرىدۇ، دەپ قارايدۇ. چۈنكى، بۇ كېسەللىك كۆيگەن غەيرىي تەبىئىي سەۋدادىن پەيدا بولۇر. يەنى سەۋدا خىلىتى سەۋەبىدىن مېڭىنىڭ سەزگۈ روھلىرى ئۆتىدىغان كانال يوللىرى توسۇلۇش ياكى ئاشقازاندىن مېڭىگە سەۋدا خاراكتېرلىك بۇخارات ئۆرلەش سەۋەبىدىن مېڭىنىڭ ھېس - تۇيغۇ كۈچلىرىنىڭ نورمال پائالىيىتى توسالغۇغا ئۇچراشتىن كېلىپ چىقار. مېڭە ئوخشاش بولمىغان ئاپپاراتلاردىن تۈزۈلگەن بولۇپ، ھەرقايسى سېزىش، چۈشىنىش، ئويلاش، ئەسته ساقلاش قاتارلىق خىزمەتلەرنى ئۈستىگە ئالغاندۇر. مەلۇم سەۋەبلەردىن مەزكۇر ئاپپاراتلارنىڭ بىرەرسى ياكى بىرقانچىسى تەسىرگە ئۇچرىسا، بەدەنده شۇنىڭغا ماس ھالدا غەيرىي ئالامەتلەر كۆرۈلەر، مەسىلەن: ئۇنتۇغاقلىق، غەمكىنلىك، قورقۇنچاقلىق قاتارلىقلارغا ئوخشاش. مېڭىنىڭ قۇرۇقلۇقى ئاشسا ئۇيقۇسىزلىق پەيدا بولۇر. قۇرۇقلۇقتا ئىسسىقلىق قوشۇلسا ئەقلى چېچىلاڭغۇ بولۇر. سۆزىده تۇرالماس. كۆپ ھەرىكەت قىلۇر. مېڭىگە قۇرۇق سوغۇقلۇق غالىب كەلسە، قاتما كېسەل كېلىپ چىقار. ھۆل سوغۇقلۇق غالىب كەلسە، ئۇيقۇسىزلىقتىكى ئېغىر ئۇيقۇ كېسەللىكى، ئۇنتۇغاقلىق كېلىپ چىقار. ئۇ كىشى نادان، ئەخمەق، پايدا - زىيانىنى ئويلىمايدىغان، بىھۇدە سۆزلەيدىغان بولۇپ قالۇر.

سەۋدا خىلىتى ئالدى بىلگە تەسىر كۆرسەتكەن بولسا، بىمار بۇزۇق خىياللارنى كۆپ قىلۇر، كۆزىگە خىيالىي كۆرۈنۈشلەر كۆرۈنەر. بىلگىنىڭ ئوڭ تەرىپىگە تەسىر كۆرسەتكەن بولسا، بىمار تولا غەم - ئەندىشە قىلىدىغان بولۇپ قالۇر. ئارقا بىلگىگە تەسىر كۆرسەتكەن بولسا، ئۇنتۇغاقلىق يۈز بېرەر. سەۋدا خىلىتى بىلگىنىڭ ھەممە قىسمىغا تەسىر كۆرسەتكەن بولسا، ئېغىر دەرىجىدىكى مالىخولىيا كېسىلىگە گىرىپتار بولىدۇ.

تۆۋەندە سەۋدا خىلىتىنىڭ مالىخولىيانى پەيدا قىلىشى توغرىسىدا توختىلىمىز. سەۋدا خىلىتى تەبىئىي ۋە غەيرىي تەبىئىي دەپ ئىككىگە بۆلۈنەر. تەبىئىي سەۋدا خىلىتى قانىنىڭ چۆكمىگە چۈشكەن قىسمىدىن ئىبارەتتۇر. غەيرىي تەبىئىي سەۋدا خىلىتى بولسا، سەپرا خىلىتىنىڭ كۆيۈشۈشىدىن پەيدا بولۇر. بەزىدە تەبىئىي سەۋدا خىلىتىغا سوغۇقلۇق تەسىر قىلىپ، ئۇنى قويۇلدۇرۇش سەۋەبىدىن ئۇنىڭ مىزاجى غەيرىي تەبىئىيلىككە ئۆزگىرۈر. بەزىدە، ئۇنىڭغا ئىسسىقلىق تەسىر قىلار. بۇنىڭغا تەسىر قىلغان ماددىنىڭ ئاز - كۆپلۈكى، كۈچلۈك - ئاجىزلىقىغا قاراپ بۇزۇلۇش دەرىجىسىمۇ ئوخشاش بولماس. بەزىدە سەۋدا خىلىتىغا باشقا خىلىت ئارىلىشىپ، ماس ھالدىكى يامان تەسىرنى پەيدا قىلار. بىكە ئۆزىدىكى روھىي قۇۋۋەتلەر ئارقىلىق خىيال قىلىش، ئەسلەش، چۈشىنىش، غەم قىلىش، ئەسته ساقلاش قاتارلىق پائالىيەتلەرنى بېجىرۈر. گەرچە روھىي نەپسانىيەتنىڭ خىزمىتى بىلگىنى بېجىرىلىدىغان بولسىمۇ، بىلگىنىڭ ھەرقايسى نېرۋىلىرى ئارقىلىق يۈرەكتە ئىپادىلىنەر. روھىي نەپسانىي يۈرەكتىن چىقىپ، بىلگىنىڭ ئاستىدىكى نېپىز پەردىگە يېتىپ پىشىپ يېتىلىپ، خىزمىتىگە لايىقلىشار. ئۇنىڭدىن كېيىن، بىلگىنىڭ ئالدىنقى قىسمىغا كىرىپ يەنمۇ ئىلگىرىلىگەن ھالدا پىشىپ يېتىلەر ۋە ئۇچۇچانلىشار. ئۇنىڭدىن كېيىن، بىلگىنىڭ ئوڭ تەرىپىگە بېرىپ، ھەرقايسى ئەزالارنىڭ مىزاجىنى قوبۇل قىلىپ، يەنە بىر تەرەققىي قىلىش ھالىتىنى بېشىدىن كەچۈرۈپ، ئارقا بىلگىگە بارار ھەمدە ھەرقايسى روھلارنىڭ تۇرتكىسىدە ئۆز خىزمىتىنى بېجىرىشكە باشلار.

دېمەك، بىلگىنىڭ مىزاجى ئۆزگەرسە ئۇنىڭدىكى روھنىڭ مىزاجىمۇ ئۆزگىرەر. بىلگىنىڭ مىزاجى ئادەتتە سەۋدا خىلىتىنىڭ تەسىرىگە ئۇچرار. روھىي نەپسانىي يۇقىرى دەرىجىدە ئۇچۇچان ھەم نازۇك بولۇپ، ئۇچۇرلارنى قوبۇل قىلىشقا ماسلاشقاندۇر. ئەمما سەۋدا خىلىتى قوپال، غۇۋالققا ئىگە بولۇپ، روھقا تەسىر قىلسا، روھنى غۇۋالاشتۇرۇپ، پائالىيىتىنى قالايمىقانلاشتۇرار. بۇ چاغدا ئادەم قورقۇنچاق، گۇمانخور، يامان خۇيلۇق بولۇپ قالۇر. بۇ ھال قارا ئاغۇلۇق بىلەن يورۇقلۇقنىڭ ئەھۋالىغا ئوخشار. روھىي نەپسانىي ئۇچۇچان، نازۇك، سەزگۈر بولغاچقا، ئۇنىڭ ماھىيىتى، يورۇقلۇق، سۈزۈكلۈك بولغاچقا، روھ يورۇقلۇقنى خالار ۋە ئۇچۇچان

شەيئىلەر بىلەن قۇۋۇەت تاپار. قاراڭغۇلۇقتىن، غۇۋالىقتىن، ئېغىرلىقتىن قاچار. سەۋدا خىلىتى تەبىئەت جەھەتتىن قۇرۇق سوغۇق، ئېغىر، غۇۋا بولغاچقا، روھنى تورمۇزلاپ، ئەركىن ھەرىكەت قىلىشقا توسقۇنلۇق قىلۇر.

دېمەك، مالىخولىيا كېسەللىكى سەۋدادىن كېلىپ چىققاچقا، بىمارنىڭ روھى تۇتۇق، كۆڭلى غەش، مىزاجى ئوسال بولۇر. تەبىئىتى قۇرۇق سوغۇق بولغان نەرسىلەر قاتتىق بولۇپ، قوبۇل قىلغان نەرسىنى ئاسان قويۇۋەتمەيدىغان ھەرخىل خىيالىلارنى قىلار. بەزىلىرى، يېقىندا ئۆلىمەن، دەپ ئويلاپ ئۆلۈم ۋەھىمىسىدىن خالىي بولالماس. يەنە بەزىلىرى، ھەرقانچە ئىشلىسەممۇ باي بولالمايمەن، دەپ ئويلاپ يوقسۇللۇقنىڭ غېمىدە ھۇرۇنلىشىپ ۋەيران بولۇر. يەنە بەزىلىرى مېنى بىرەرسى قەستلەۋاتىدۇ، بۇگۈن ياكى ئەتە ئۇ ھامان مېنى ئۆلتۈرۈۋېتىدۇ، دەپ دۇشمەننىڭ ۋەھىمىسىدە يۈرەر. يەنە بەزىلىرى، بىرەرسى مېنى زەھەرلەپ ئۆلتۈرمەكچى دەپ ئويلار. يېمەك ـ ئىچمىكىدە زەھەر بار دەپ خىيال قىلىپ جېنىنى قينار. يەنە بەزىلىرى، بېشىم يوق دەپ خىيال قىلۇر. بۇنىڭغا سەۋدا ماددىسىغا ھاۋا ئارىلاشقانلىق سەۋەب بولۇر. يەنە بەزىلىرى، تېرەم قەغەزدەك نېپىزلاپ كەتتى، ئاسرىمسام يىرتىلىپ كېتىدۇ دەپ ئەنسىرەر. بۇنىڭغا مىزاجنىڭ قۇرۇق سوغۇقلۇقى سەۋەب بولۇر، يەنە بەزىلەر، ئىچىمگە يىلان كىرىپ كەتتى، ھازىرمۇ ئىچىمدە بار دەپ خىيال قىلار.

مەسىلەن: رىۋايەت قىلىنىشچە، ئىلگىرى مۇنداق بىر ئىش بولغان:

بۇرۇنقى زاماندا بىر ئايال ئىچىگە يىلان كىرىپ كېتىپ چۈش كۆرگەن، شۇنىڭدىن كېيىن بۇ خىيال ئۇنىڭ مېڭىسىنى چىرمىۋالغان. ھەر ۋاقىت ئۆزىنى خۇددى ئىچىدە يىلان باردەك ھېس قىلغان. مەلۇم ۋاقىت ئۆتكەندىن كېيىن، بۇ ئايال يېمەك ـ ئىچمەكتىن قېلىپ ماغدۇرسىزلىنىپ يېتىپ قالغان. بىر كۈنى ئۇنى داۋالتىش ئۈچۈن، تېۋىپ تەكلىپ قىلغان. تېۋىپ ئۇنىڭدىن: «سىزگە نېمە بولدى، قاچان ئاغرىپ قالدىڭىز؟» دەپ سورىغاندا، ئايال كېسەللىك سەۋەبىنى چۈشەندۈرۈپ: «بىر باغدا يېتىپ ئۇخلىغان ئىدىم، ئۇخلاۋاتقىنىمدا بىر يىلان ئېغىزىمغا كىرىپتۇ. ئويغانسام يىلان ئىچىمگە كىرىپ بولغان ئىكەن» دەپتۇ. تېۋىپ ئۇ ئايالدىن يەنە قايتىلاپ: «ئىچىڭىزگە راستلا يىلان كىرىپ كەتتىمۇ؟» دەپ سورىغان ئىكەن، ئايال «شۇنداق» دەپ جاۋاب بېرىپتۇ. تېۋىپ ئايالنىڭ ئۇخلىغان ۋاقتىمدا ئىچىمگە يىلان كىرىپ كېتىپتۇ دېگەن

سۆزىدىن بۇنىڭ پەقەت بىر خىيال ئىكەنلىكىنى پەملەپ، ئۇنى ئۆزگىچە تەدبىر بىلەن داۋالىماقچى بوپتۇ ھەمدە بۇ تەدبىرنى ئايالدىن يوشۇرۇپ، ئۇنىڭغا: «راست دەيسىز، سىز ئۇخلىغان يەردە يىلان كۆپ ئىدى. ئىچىڭىزگە راستلا يىلان كىرىپ كېتىپتۇ. مەن بۇنىڭغا دورا قىلىپ، يىلانىنى ئىچىڭىزدىن چىقراي» دەپتۇ. ئاندىن تېۋىپ ئايالنىڭ يېنىدىن چىقىپ يىلاندىن بىرنى تۇتۇپ ئەكېلىپ، پارچە - پارچە قىلىپ يوشۇرۇپ قويۇپتۇ ۋە ئايالىنىڭ يېنىغا كىرىپ: «مەن سىزگە دورا تەييارلاپ ئېلىپ كەلدىم» دەپ قەي دورىسىنى ئىچىشكە بېرىپتۇ. ئايال قەي دورىسىنى ئىچىپ ئۇزۇن ئۆتمەي ھۆ قىلىپ قۇسقىلى تۇرۇپتۇ. بۇ چاغدا تېۋىپ ئالدىنئالا تۇتۇپ پارچىلاپ قويغان يىلانىنى كۆرسەتمەي، داسنىڭ ئىچىگە تاشلاپ قويۇپتۇ. ئايال دورىنىڭ تەسىرىدە داسقا كەينى - كەينىدىن قۇسۇپتۇ. قۇسۇش توختىغاندىن كېيىن تېۋىپ قۇسۇقنىڭ ئارىسىدىكى يىلانىنى كۆرسىتىپ: «مانا، كۆردىڭىزمۇ؟ ئىچىڭىزدىكى يىلان چىقىپ كەتتى» دەپتۇ. ئايال بۇنى كۆرۈپ قاتتىق خۇشال بولۇپتۇ ھەم غەم - ئەندىشىدىن خالىي بولۇپ، بارغانسېرى ياخشىلىنىپ كېتىپتۇ. دېمەك، بىمار ساق ۋاقىتتا قانداق ئەندىشىدە بولغان بولسا، كېسەللىككە مۇپتىلا بولغاندىن كېيىنمۇ شۇ ئەندىشىنى قىلۇر. ئەسكەر بولسا، پادىشاھلىق داۋاسىنى قىلۇر. يۇرت سورىماقچى بولۇر. قايسى يۇرتلارغا قوشۇن تارتماقچى بولۇر. دۇشمىنى بولسا، ئۆزىنى قەستلەپ ئۆلتۈرۈشىدىن ياكى زەھەرلەپ ئۆلتۈرۈشىدىن ئەنسىرەر. ئالىم بولسا، پەيغەمبەرلىك دەۋاسى قىلىپ مۆجىزە - كارامەتلەرنى كۆرسەتمەكچى بولۇر. خۇدا ھەققىدە سۆزلەپ خەلقنى دىنغا دەۋەت قىلۇر.

ھەكىم جالىنۇس مۇنداق دەيدۇ: مەن بىر كىشىنى كۆرگەن ئىدىم. ئۇ مۇنەججىم (يۇلتۇزغا ئائىت بىلىملەردىن خەۋەردار) ئىدى. ئۇ مالىخوليا كېسەللىكىگە گىرىپتار بولۇپ قالدى. ھەمىشە قولىنى ئاسمانغا كۆتۈرۈپ تۇراتتى. كىشىلەر ئۇنىڭدىن بۇنىڭ سەۋەبىنى سورىسا، ئۇ: «ئاسمان يېقىلىپ چۈشىدۇ. ئۇستۈمگە چۈشۈپ، مېنى بېسىۋېلىشىدىن قورقۇۋاتىمەن» دەپ جاۋاب بېرىپتۇ. يەنە بىر كىشىنى كۆرگەن ئىدىمكى، ساق ۋاقىتتا توخۇ، كەپتەرگە ئوخشاش ئۆڭ قۇشلىرىنى ساتاتتى. ئۇ كېيىن مالىخوليا كېسەللىكىگە گىرىپتار بولۇپ قالدى. ئۇ ھەر دائىم ئۆزىنى مەن توخۇغا ئايلىنىپ قالدىم دەپ خىيال قىلىپ، ئىككى قولىنى كۆتۈرۈپ پۈلاڭلىتىپ خورازدەك چىللاپ يۈرەتتى.

يەنە بىر كىشىنى كۆرگەن ئىدىمكى، ساق ۋاقىتتا كوزىچى ئىدى. مالىخوليا كېسەللىكىگە گىرىپتار بولغاندىن كېيىن، ئۆزىنى كوزا دەپ خىيال قىلىپ، تامدىن قېچىپ يۈرىدىغان بولۇپ قالغانىدى. يېقىنلىرى ئۇنىڭدىن بۇنىڭ سەۋەبىنى سورىسا: «مەن كوزىغا ئايلىنىپ قالدىم. تامغا

يېقىن كەلسەم تام ئۆرۈلۈپ چېقىلىپ كېتىشتىن قورقىمەن» دەپ جاۋاب بېرەتتى. بۇ سەۋدا خىلتىنىڭ قۇرۇقلۇقىدىن بولۇپ، بۇ كېسەللىك ئايال كىشىلەردە، بولۇپمۇ ھەيز مۇددەتتىن بۇرۇن توختاپ قالغان ئاياللاردا كۆپ كۆرۈلەر.

رۇفس مۇنداق دەيدۇ: بىر كىشى مالىخولىيا كېسەللىكى بولۇپ قالغان ئىدى. ئۇ باشقا ھېچ نەرسىدىن شامالدىن قورقمايتتى. شامال گۈركىرىسە، قورقۇپ ئۆلگۈدەك بولۇپ كېتەتتى. بەدىنىدە باشقا ھېچقانداق كېسەللىك يوق ئىدى. ئۇ شامالدىن زىيادە قورقىدىغان چوڭقۇر ئورا كولاپ ئېغىزىنى يېپىپ قويغانىدى. شامال چىققان ھامان ئورىنىڭ ئىچىگە كىرىپ يېتىۋالاتتى.

يەنە بىر كىشىنى كۆرگەن ئىدىمكى، گەپ - سۆزلىرى ۋە ھەرىكەتلىرى ھەممىسى نورمال ئىدى. ئەمما ئۇنىڭغا ئىتتىن بىرەر زىيان يەتمىگەن بولسىمۇ، ئۇ ئىتتىن ئىنتايىن قورقاتتى.

بۇ كېسەللىككە گىرىپتار بولغان بىمارنىڭ ئەھۋالى، كېسەللىك ماددىسىنىڭ مېڭىنىڭ قايسى قىسمىغا تەسىر قىلغانلىقى ۋە سەۋدا ئارىلاشقان خىلتىنىڭ قانداقلىقىغا قاراپ تۇرۇپ ئوخشاش بولماس، مەسىلەن: كېسەللىك ماددىسى مېڭىنىڭ ئوتتۇرا قىسمىدا بولسا، ئۇ ئەقىل - ئىدراك مەركىزى بولغانلىقتىن، بىمارنىڭ ئەقىل - ئىدراكى قالايمىقانلىشىپ، گەپ - سۆزلىرى ۋە ئىش - ھەرىكەتلىرى پاراكەندە بولۇر.

ھەكىم جالىنۇس مۇنداق دەيدۇ: ئەگەر كېسەللىك ماددىسى مېڭىنىڭ ئالدى قىسمىدا بولسا، بىمارنىڭ تەپەككۇرى تەتۇر بولۇر، مەسىلەن: بىر كىشى مالىخولىيا كېسەللىكى بىلەن ئاغرىغان ئىدى. كېسەللىك ماددىسى ئۇنىڭ بېشىنىڭ ئالدى قىسمىغا تەسىر قىلغان ئىدى. ئۇ بىر ئۆيدە ياتاتتى. ئۆينىڭ دېرىزىسىدىن سىرتتىكى كىشىلەرگە قاراپ تۇراتتى، كىشىلەرمۇ ئۇنىڭغا قاراپ كۈلۈشەتتى. ئۇنىڭدىن بىر نېمىلەرنى سورايتتى. ئۇمۇ كىشىلەرگە نېمە سوراشلار شۇنى بېرىمەن دەيتتى. بىر قېتىم كىشىلەر ئۇنىڭدىن بىرەر نەرسە بېرىشنى سورىۋېدى. ئۇ ئۆيگە كىرىپ كېتىپ، بىر كىچىك بالىنى كۆتۈرۈپ چىقىپ يەرگە تاشلىدى. بالا ئۆلدى. كىشىلەر قايغۇغا چۆمۈشتى. ئۇلارنىڭ تاماشالىرى ماتەمگە ئايلانغان ئىدى.

يەنە مەسىلەن: ھەكىم جالىنۇس مۇنداق دەيدۇ: بىر تېۋىپ مالىخولىيا كېسەللىكىگە گىرىپتار بولغان ئىدى. ئۇنىڭ تەپەككۇر مەركىزى بۇزۇلغان ئىدى. ئۇنىڭ خىيالىدا ۋە كۆز ئالدىدا بىر توپ سازەندىلەر ئۆيگە كىرىپ نەغمە - ناۋا قىلىپ، ئۇسسۇل ئوينىغاندەك كۆرۈنىدى. تېۋىپ ئەتراپىدىكىلەرگە: «بۇ سازەندىلەرنى ئۆيدىن ھەيدەپ چىقىرىڭلار» دەپ ۋارقىرىدى. ئەتراپتىكىلەر ئۇنىڭ بۇ سۆزىدىن ھەيران قېلىشقان ئىدى. يەنە بىر ھۆكۈمانى غالجىر ئىت

چىشلىۋالغان ئىدى. ئۇ سۇ ئىچىش ئۈچۈن كۆلنىڭ يېنىغا باردى. كۆلدە ئۇنىڭغا ئىتنىڭ سۈرىتى كۆرۈندى. ئەمما، ئۇ بۇ ئىتنىڭ سۈرىتى ئىكەن. ئىتنىڭ سۇدا تۇرالىشى مۇمكىن ئەمەس دەپ ئويلىدى. چۈنكى، ئۇنىڭ تەپەككۇر مەركىزى ئاپەتكە ئۇچرىمىغان ئىدى.

ئەگەر كېسەللىك ماددىسى مېڭىنىڭ پۈتۈن قىسمىغا تەسىر كۆرسەتكەن بولسا، بىمارنىڭ خىيال - تەپەككۇرلىرى، گەپ - سۆزلىرى ۋە پۈتۈن ئىش - ھەرىكەتلىرى قالايمىقان بولۇر. ئەگەر سەۋداغا باشقا خىلىت ئارىلاشقان بولسا، ماس ھالدىكى ئالامەتلەر كۆرۈلۈر، مەسىلەن: سەپرا ئارىلاشقان بولسا، بىمارنىڭ ئاچچىقى يامان بولۇر. بەلغەم ئارىلاشقان بولسا، ھۇرۇن، ئېغىر بولۇر. بۇرۇنقى ھۆكۈمالارنىڭ كىتابىدا مۇنداق دېيىلىدۇ: بىر كىشى مالىخولىيا كېسەللىكىگە گىرىپتار بولغان ئىدى. ئۇ ھەر دائىم باشقىلارنى كۈلدۈرۈشنى خىيال قىلاتتى. شۇ مەقسەتتە يەرگە يىقىلىپ قوپالمىغان قىياپەتكە كىرىۋالاتتى. كىشىلەر ئۇنىڭ قېشىغا كېلىپ قولىدىن تۇتۇپ يۆلىمەكچى بولغاندا ئۇ كىشىنى چىڭ تۇتۇۋېلىپ كىيىمگە سىيىپ قويۇاتتى.

رۇفىس مۇنداق دەيدۇ: مالىخولىيا كېسەللىكىگە گىرىپتار بولغان بىمارنىڭ بەزىسى قەدىمكى زاماندا يۇز بەرگەن ئىشلاردىن خەۋەر بېرەر. ئۇنىڭ بۇ خەۋەرلىرى راست چىقار. بۇنىڭ سىرىنى تېۋىپلار ئەمەس، ھۆكۈمالار بىلۇر.

بىلىش لازىمكى، مالىخولىيا كېسەللىكىنىڭ كۆپ قىسمى مېڭىنى مەنبە قىلغان بولۇر. ئەمما، بەزى ۋاقىتلاردا ئاشقازان ۋە تالغا ئوخشاش ئەزالار بىلەنمۇ ئورتاقلىقى بولۇر.

ھەكىم جالىنۇس مۇنداق دەيدۇ: ئاشقازان مېڭە بىلەن زىچ مۇناسىۋەتلىك بولۇپ، ئاشقازاندا يۇز بەرگەن كېسەللىك مېڭىگە، مېڭىدە يۇز بەرگەن كېسەللىك ئاشقازانغا تەسىر قىلۇر. شۇ سەۋەبتىن كىشىلەر سېسىق پۇراقنى پۇرىغان ياكى سېسىغان نەرسىلەرنى كۆرگەن ۋاقىتتا كۆڭلى ئېلىشار. ئېغىر بولغاندا ئاشقازان تەتۇر ھەرىكەت قىلىپ قۇسۇشقا سەۋەب بولۇر. چۈنكى، باشتىن چىققان ئىككى دانە نېرۋا ئاشقازان ئېغىزىغا كېلۇر. بۇ سەۋەبتىن ئاشقازان ئاغرىقى باشقا ئەزالارنىڭ ئاغرىقىدىن قاتتىقراق بولۇر.

ھەكىم جالىنۇس مۇنداق دەيدۇ: كېسەللىك ئاۋۋال ئاشقازاندا پەيدا بولۇپ، كېيىن مېڭىگە تەسىر قىلغان بولسا، تائامنىڭ ھەزىم بولۇشى، كېكىرىش، قەي قىلىش ياكى ئاشقازاننى تازىلاش ئارقىلىق ئاشقازاندىكى كېسەللىك يەڭگىللەر. بۇنىڭ بىلەن مېڭىدىكى كېسەللىكمۇ يەڭگىللەپ قالۇر. بۇ كېسەللىكنىڭ ئاشقازان مەنبەلىك ئىكەنلىكىدىن دېرەك بېرۇر. بۇ مالىخولىيا مىراقى دەپ ئاتىلۇر. بۇ كېسەللىك ئاۋۋال مېڭىدە يۇز بەرگەن بولۇپ، ئىلگىرى ئاشقازان ساغلام بولسا، بۇ كېسەللىكنىڭ مېڭە مەنبەلىك ئىكەنلىكىنى بىلدۈرەر. بۇ مالىخولىيا دىماغى دەپ ئاتىلۇر.

ئەبۇل خەيرى مۇنداق دەيدۇ: مالىخولىيا كېسەللىكىنىڭ تال بىلەن ئورتاقلىقى باردۇر. چۈنكى، تال سەۋدانىڭ مەنبەسىدۇر. تالدىن ئاشقازانغا ئۇلاشقان قان تومۇر ئارقىلىق ئاشقازانغا سەۋدا تۆكۈلۈپ تۇرار. ئەگەر ئاشقازانغا كېلىدىغان سەۋدانىڭ مىقدارى كۆپ بولسا ياكى غەيرىي تەبئىي سەۋدا بولسا، ئاشقازانىنىڭ (قۇۋۋەتتى دافئە) سى ئۇنى ئىتتىرىپ چىقرالمايدۇ، ئاشقازانىدا هارارەت پەيدا بولۇر. بۇ هارارەت تەسىرىدە ئاشقازانىدىكى سەۋدادىن مېڭىگە بۇخارات ئۆرلەپ، مېڭىگە تەسىر قىلۇر، مانا بۇ مالىخولىيا مىراقى دېيىلۇر.

بەزى تېۋىپلار مۇنداق دەيدۇ: ئاشقازان - ئۇچەيدىكى چوڭ تەرەت ماڭىدىغان يول يالىلۇغلىنىپ ئىششسا، ئاشقازان تالدىن ئۆزىگە قويۇلغان سەۋدانى تۆۋەنگە يۇرۇشتۇرەلمەس. بۇنىڭ بىلەن يەرلىك ئورۇندا هارارەت پەيدا بولۇپ، سەۋدا خىلىتىدىن بۇخارات ئۆرلەر هەم ئاشقازاندا يەل پەيدا بولۇپ، بۇ يەل مېڭىگە تەسىر قىلىپ، مالىخولىيانى پەيدا قىلۇر، مانا بۇ مالىخولىيا مىراقى دەپ ئاتىلۇر.

يەنە بىر تۈركۈم هۆكۈمالار مۇنداق دەيدۇ: ماساريقا تومۇرى مەلۇم سەۋەبلەردىن يالىلۇغلىنىپ ئىششار. شۇ سەۋەبتىن يېگەن تائام ئەتىسى قەي بىلەن چىقىپ كېتۇر. يالىلۇغ سەۋەبىدىن يەرلىك ئورۇندا هارارەت پەيدا بولۇپ، مېڭىگە بۇخارات ئۆرلەر. ئاشقازاندا كۆيۈشۈش سېزىمى پەيدا بولۇر. بۇنىڭغا سوغۇق تەبئىتلىك يېمەكلىكلەر مۇۋاپىق كېلۇر.

ئەبۇل خەيرى مۇنداق دەيدۇ: مەركۇز كېسەللىكىنىڭ سەۋەبى يالىلۇغ ئەمەس، چۈنكى بۇ يەردە بايان قىلىنغان يالىلۇغ قىزىتمىسىز بولماس. هالبۇكى، بۇ كېسەللىكتە قىزىتما بولماس. ئەگەر قىزىتما بولسا، ئۇ سەرتان ئۆسمىسىگە ئۆزگەرگەن بولۇر.

ئەگەر يالىلۇغ قاتتىق بولسا، جىگەرگە يېقىن بولغانلىق سەۋەبىدىن جىگەرنىڭ مىزاجىنى سۇۋۇتار، بۇنىڭ بىلەن جىگەرنىڭ مىزاجى سوغۇقتىن بولىدىغانغا ئالاقىدار كېسەللىكلەر پەيدا بولۇر، لېكىن بۇ كېسەللىك بۇنىڭ ئەكسىچە بولۇر، بۇ سۆزنىڭ دەللىلى شۇكى، يېگەن غىزالار ۋە تالدىن كەلگەن سەۋدا خىلىتى ئاسانلا تۇرۇپ قېلىپ ئۆتەلمەس، لېكىن بۇ دەلىل يېتەرلىك ئەمەس. خىلىت ئۆتەلمەسلىكىنىڭ سەۋەبى، چىقىرىش قۇۋۋىتىنىڭ ئاجىزلىقىدىندۇر، ئەگەر ئاشقازاندا تائام هەزىم بولمىسا، بۇنىڭ سەۋەبى ئاشقازاندا بولۇر هەم تائام ئاشقازاندا ئۇزاق تۇرۇپ قالۇر، چىقىرىش قۇۋۋىتى بىلەن هەزىم قىلىش قۇۋۋىتى ئۇ سەۋەب تۇپەيلىدىن ئۆزىنىڭ خىزمىتىنى نورمال بېجىرەلمەس، ئەگەر هەزىم قىلىش قۇۋۋىتى خىزمىتىنى نورمال بېجىرەلمىسە، قويۇق يەل پەيدا بولۇر ۋە چىقىرىش قۇۋۋىتى بۇنى يوق قىلۇر.

ئالامىتى

بۇ كېسەللىكنىڭ ئالامىتىنى ئالتە خىل سەۋەبتىن بىلگەي. بىرىنچىسى، بۇ كېسەللىكنىڭ

خۇسۇسيەتىدىن بىلگەي؛ ئىككىنچى، بىمارنىڭ چرايىدىن بىلگەي؛ ئۈچىنچى، ئاشقازاندا پەيدا بولغان يەللەرنىڭ ۋە كېكىرىشنىڭ ئەھۋالىدىن بىلگەي؛ تۆتىنچى، ئاشقازانىنىڭ ئومۇمىي ئەھۋالىدىن بىلگەي؛ بەشىنچى، ئۇيقۇ ۋە ئويغاقلىقنىڭ ھالىتىدىن بىلگەي؛ ئالتىنچى، بۇ كېسەللىك بىلەن ئاغرىمىغان ۋاقىتدا قۇسۇش ئەھۋالىنىڭ بار - يوقلۇقىدىن بىلگەي.

بىمارنىڭ ئەھۋالىدىن بىلىنىدىغان ئالامەتلەر: بىمار ھەمىشە گۇمانخور بولۇپ قالار، يەنى ھەرقانداق كىشىنى تېڭىپ دەپ گۇمان قىلىپ، ئۆز كېسلىنى داۋالاپ قويۇشنى ئۆتىنەر، لېكىن دورا بۇيرۇسا ئىستېمال قىلماس.

چرايىدىن بىلىنىدىغان ئالامەتلەر: ساقال - بۇرۇتلىرى قويۇق، يىرىك ئۆسەر، چرايى قىزىل ياكى بۇغداي ئۆڭلۈك بولۇر، كۆپىنچە ۋاقىتلاردا چرايى كۆكىرىپ قالار، كۆكرەك ۋە ئوقۇرەك سۆڭەكنىڭ يۇقىرىسىغا جايلاشقان ئەزالىرى كۆچلۈكرەك بولۇر. يەل ئۇستى تەرەپكە ئۆرلەشكە مايىل بولۇر، كۆزنىڭ ھەرىكىتى ناھايىتى يېنىك بولۇر، قاپىقى ھەمىشە تارتىشار، سۆزنى تېز، ئايرىيالمىغۇدەك ئېيتار، بۇ كېسەللىك بىلەن ئاغرىغان كىشىنىڭ يۈرىكى ۋە جىگىرىنىڭ مىزاجى ئىسسىق بولسا، سەۋدا خىلىتىنىڭ كۆيۈشىنى كەلتۈرۈپ چىقرار، مېڭىگە بۇ سەۋەبتىن قويۇق يەللەر قۇيۇلار.

كېكىرىشتىن بىلىنىدىغان ئالامەتلەر: ئاشقازان ۋە سۆڭگىچىدە قويۇق يەل توپلىنىپ قالغان بولۇر، لېكىن بۇ يەللەر ناھايىتى تەسلىكتە تارقار، بىمار كېكىرەلمەس، ئەگەر كېكىرەلسە ناھايىتى راھەت ھېس قىلار. دەسلەپتە كېكىرگەندە ئاچچىق كېكىرەر، ئۇنىڭدىن كېيىن سېسىق كېكىرەر، بۇ خىل كېكىرىش بىلەن ئۇنىڭ خىلىت تېپىغا ھۆكۈم قىلىشقا بولماس، بەزى بىمارلار پەقەت كېكىرەلمەس، بۇ كېكىرەلمەسلىكنىڭ سەۋەبى، يەلنىڭ قويۇقلۇقى ۋە ھارارەتنىڭ ئاجىزلىقىدۇر، بەزىدە ئۈچەي كورىكرار، بەزىدە شەبىق ناھايىتى كۆچلۈك بولۇر، شەبىق جىنسىي ئىنتىلىشنى كۆرسىتەر، بەزىدە بىمارنىڭ جىنسىي ئەزاسى تارتىشقاندەك، تىترىگەندەك سېزىلەر، بەزىدە بىمارنىڭ مېڭىسىدە پاراسلىغاندەك سېزىم پەيدا بولۇر، بەزىدە بىمارنىڭ قۇلىقىغا قوڭغۇراقنىڭ، بەزىدە ئاتنىڭ ئاۋازىغا ئوخشاش ئاۋاز ئاڭلىنار. بەزى ۋاقىتلاردا باشقا نەرسىلەرنىڭ ئاۋازى ئاڭلىنار، بۇ ئاۋازلارنى ئەرەبچە «تانىن» ۋە «دەۋئى» دەپ ئاتار، بۇ خىل ئالامەتلەردىن «تانىن» كۆچلۈك بولسا ياكى كۆپ ئاڭلانسا، ئەزا مىزاجى سوغۇقتىن بۇزۇلغان ۋە ئاجىزلىغان بولسا، قول - پۇتلىرى ئاغرىسا، بۇ باشقا بىر كېسەللىك (سەرئى، پالەچ، سەكتە) پەيدا بولۇشنىڭ ئالامىتىدۇر.

ئاشقازانىنىڭ ئەھۋاللىرىدىن بىلىنىدىغان ئالامەتلەر بولسا، ئاشقازانىدا تائاملار ياخشى ھەزىم

بولمسا، ئېغىزىدىن شۆلگەي كۆپ ئاقسا، بۇ تائاملارنىڭ ھەزىم بولمىغانلىق سەۋەبىدىن بولۇر، بەزى بىمارلارنىڭ ئىشتىھاسى ناھايىتى كۈچىيىپ كېتەر، بەزى بىمارلارنىڭ كەملەپ كېتەر، تاماقنى كۆپ ئىستېمال قىلسۇن ياكى ئاز ئىستېمال قىلسۇن، تائام ياخشى ھەزىم بولماس، ئەگەر تاماقنى ئاز يېسە، كۆپىنچە ۋاقىتلاردا مىزاجى قۇرۇق بولۇر، ئەگەر تائام ياخشى ھەزىم بولمسا، سەپرا خىلىتى كۆپلەپ ئىشلىنەر ھەم تائام ھارارەتكە ئىگە بولۇپ، ئاشقازاندا ئۇزاق تۇرۇپ قالار، بۇنىڭ بىلەن قويۇق يەل پەيدا بولۇپ، بۇ خىل قويۇق يەللەر بىمارنىڭ بەزىنىدە ئىسسىق ھالەتتە تۇرار، بۇ بىر خىل تۇتۇندەك قويۇق يەلدۇر. دەسلەپتە پەيدا بولىدىغان بۇ يەل سەۋدا خىلىتىدىن پەيدا بولۇر، بەزىدە بىماردا ئاشقازان كېسەللىكلىرى پەيدا بولۇر، ئاغرىش، ئېچىشىش كىندىك ئەتراپىدا، دۈمبىسىدە، ئىككى تاغاق ئوتتۇرىسىدا پەيدا بولۇر، بۇنىڭ سەۋەبى شۇكى، ئاشقازان كىرىش ئېغىزىنىڭ ئاستى ۋە ئىچىدىكى يەلنىڭ ئاستىغا ۋە ئۇستىگە يۇرۇشكەنلىكىدىن بولۇر، ئەگەر بۇ كېسەللىكنىڭ ماددىسى ئاشقازانىنىڭ ئاستى قىسمىدا بولسا، ئاغرىش كىندىكنىڭ ئاستى قىسمىدا بولۇر، كېسەللىك ماددىسىدىن ئاشقازان كىرىش ئېغىزىنىڭ ئەھۋالىنى بىلگىلى بولۇر، يەنى دەسلەپتە بىمارنىڭ ئۇيقۇسى ناھايىتى ئاز بولۇر، ئۇخلىسا ناھايىتى بىئارام بولۇپ ئۇخلار ھەم قورقۇدەك ئاجايىپ چۈش كۆرەر.

كېسەللىكنىڭ ئۆتكەن ھالىتىدىن بىلىش بولسا، بىمارنىڭ بۇ كېسەللىك بىلەن ئاغرىشىن بۇرۇن تال كېسىلى بىلەن ئاغرىغان ياكى مۇرەككەپ قىزىتمىلاردىن قىزىغان ياكى بوۋاسىرنىڭ چىقىۋاتقان قېنى توختىغان ياكى ئاپىتاپتا تولا ئولتۇرغان ياكى سەپەردىن، ھەربىرىتتىن ھەم ئېغىر ئەمگەك قىلىشتىن بەدىنىگە ئاغرىق يەتكەن ياكى سەۋدا خىلىتىنى كۆپەيتىدىغان تائاملاردىن كالا گۆشى، ئۆچكە گۆشى، چوڭ بېلىق گۆشى قاتارلىقلارنى يېگەن ئەھۋالىنىڭ بار - يوقلۇقىنى ئېنىقلىغاي.

داۋالاش

دەشتى - تاغلاردا، دەريالاردا ياشايدىغان جانىۋارلارنىڭ گۆشى، قاقلاپ پىشۇرۇلغان گۆش، تۇزلىغان گۆش، يېسسىمۇق، ئارچا ئۇرۇقى، خۇسۇسەن پەنىرمايە (قۇرۇتۇلغان ئوغۇز سۈتى) ۋە قويۇق شارابلارغا ئوخشاش نەرسىلەر بىلەن شۇغۇللىنىش ياكى ئىستېمال قىلىش بۇ كېسەلگە سەۋەب بولۇر. ھەرقاچان مالىخوليا كېسىلىگە گىرىپتار بولغان بىمار شوخ ۋە خۇشال يۈرسە، بىلىش كېرەككى، بۇ كېسەللىكنىڭ ماددىسى غەيرىي تەبىئىي قان ۋە قاننىڭ بۇزۇلۇشى ۋە كۆپۈشىدىن بولۇر. بۇنى داۋالاش قىينىراقتۇر، ھەرقاچان بىمارنىڭ يۈزى سېرىق، ئاچچىقى

يامان، جىم تۇرالمايدىغان، ئۇششاق ھەرىكىتى كۆپ بولۇر ياكى كۆيگەن سەپرادىن بولغان بولۇر، ھەرقاچان چىرايى تۇتۇق، ھەرقانداق ئىشتىن بەك غەم يەيدىغان، يىغلاكۆغۇ بولسا، بىلىش كېرەككى، بۇ كېسەللىكنىڭ ماددىسى كۆيگەن سەۋدادىندۇر. بۇنى داۋالاش بەك قىيىندۇر، ئەگەر بىمارنىڭ ھەرىكىتى بەك ئاستا، كېسەل چىراي، بەغەم، ئۇيقۇسى كۆپ بولسا، بىلىش كېرەككى، كېسەللىك ماددىسىغا بەلغەم ئارىلاشقاندۇر. بىمارنىڭ ئۆزىدە پەيدا بولغان كېسەللىك ماددىسىدىن بولغان مالىخولىيانى داۋالاشتا مەراقى (قورساق پەردىسى)، جىگەر، يۈرەكتە پەيدا بولغان غەيرىي تەبئىيلىككىمۇ ئەقىل يۈرگۈزگەي، تالىنىڭ زەئىپلىكىدىن بولدىمۇ ياكى كېسەللىك ماددىسى غەيرىي تەبئىي قان خىلتى ياكى سەۋدا خىلتى ياكى سەپرا خىلتى ياكى بەلغەم خىلتىمۇ بۇلارنى ئويلاش، يەنى قايسى ئەزانىڭ شېرىكچىلىكىدە قايسى خىلتىنىڭ سەۋەبىدىن بولدى، بۇلارنى ياخشى ئويلىغاي. لېكىن ئەڭ مۇھىم داۋالاش ئۇسۇلى شۇكى، مالىخولىيا كېسەللىكى بىلەن ئاغرىغانلىقى بايقالغان ھامان تېز دورا قىلغاي. يەنى كېسەللىك ماددىسى كۆچلۈك بولمىسا ھەم دائىم تۇتمىسا تېزدىن داۋالغاي. چۈنكى كېسەللىك ماددىسى كۆچلۈك بولسا داۋالاش قىيىندۇر، خۇسۇسەن كېسەللىك پەردىسىنى كۆچلۈك قاماللاپ بولغاندا بىمار تېۋىپنىڭ سۆزىنى ئاڭلىماس، تېۋىپ كېسەللىكنىڭ دەسلىپىدە شەربەت ۋە باشقا دورىلارنى بەرسە ئىستېمال قىلۇر ۋە تېۋىپنىڭ كۆرسەتمىسىنى ماقۇل كۆرەر. داۋالاشتا شۇنىڭغا دىققەت قىلىش كېرەككى، بىمارنىڭ كۆڭلىنى خۇشال تۇتقاي، پاكىز، ھاۋالىق يەردە ياتقۇزغاي. ئۇ يەرگە خۇشبۇي گۈل ۋە خۇشبۇي مېۋىلەرنى قويغاي ھەم ئەترلەرنى چاچقاي، بەدەنگە ھۆللۈك يەتكۈزىدىغان پاكىز تاماقلارنى ئاشقازانىنىڭ ھەزىم ئەھۋالىغا قاراپ بەرگەي، تاماق يېيىشتىن بۇرۇن مۇنچىغا كىرگۈزگەي، مۇنچىنىڭ سۇيىنى ئىسسىق - سوغۇقلۇقىدا مۆتىدىل قىلغاي. تاماق يېگۈزۈپ تۆت سائەتتىن كېيىن بەدەننى نورمال ئۈۋۈلغاي، بۇنىڭ بىلەن تاماقنىڭ ھۆللۈكى پۈتكۈل ئەزالارغا تارقار، مىزاجنى ئىسسىق قىلغاي، ھۆللۈك يەتكۈزۈشكە بەكرەك تىرىشقاي. جىنسىي مۇناسىۋەتتىن چەكلىگەي، ئۇخلىتىشقا ئالاقىدار تەدبىرلەرنى قىلغاي، ئەگەر كېسەللىك ماددىسى مېڭىدە بولسا ھەم ئىسسىق بولسا، قان مېڭىگە بېرىپ تېزدىن كۆيۈپ، غەيرىي تەبئىي سەۋدا خىلتىنى ھاسىل قىلار. بۇ ھارارەتنىڭ سەۋەبى كۆپىنچە ئاپىتاپتا كۆپرەك ئولتۇرغانلىقتىن، ئېغىر ئىش قىلغانلىقتىن، لەتىف تائاملارنى ئىستېمال قىلغانلىقتىن، ئۇيقۇسىزلىقتىن، ئېغىر ئەقلىي ئەمگەكلەرنى كۆپ قىلغانلىقتىن بولۇر، ئەگەر بۇ خىل سەۋدا خىلتىدىن بولغىنى بولسا، داۋالاش ئۇسۇلى شۇكى، مېڭىنىڭ مىزاجىنى تەڭشىگەي. مۇلايىم (يېنىك) دەرىجىدىكى سۇرگە دورىلىرىنى بېرىپ، غەيرىي تەبئىي سەۋدانىڭ ماددىسىنى مېڭىدىن

تازىلغاي. مېڭىنىڭ مىزاجىنى تەڭشەش ئۈچۈن زىمات، نۇتۇل، پۇرىتسلملارنى ۋە ھۆل سوغۇق تەبىئەتلىك خۇشبۇي دورىلارنى ئىشلەتكەي، ماددىنى تارقىتىشنى ئەقلىدىن ساقىت قىلمىغاي، بۇنىڭ ئۈچۈن زىمات ۋە پۇرىتسلما قاتارلىق نەرسىلەرنى تاللاپ ئىشلەتكەي.

ئوخشاش نەرسىلەرنى قۇيۇش ياكى شۇلار بىلەن تەخىر قىلىش كېرەك. زىمات ۋە نۇتۇل قىلىش ئۈچۈن سېرىقچېچەك، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى قاتارلىق دورىلارغا ھاجەت چۈشەر ھەم سوغۇق تەبىئەتلىك ماددىنى تارقىتىدىغان دورىلارنى قوشمىغۇچە باشتىكى ئېغىرلىقنى يوقاتقىلى بولماس، لېكىن سوغۇق دورىلار ماددىنى قويۇقلاشتۇرۇپ قويار، تارقاتقۇچى دورىلارنى مۇۋاپىق مىقدارىدا تاللاپ ئىشلەتكەي، ئەگەر ماددا لەتىق (يەڭگىل) بولسا، ماددا ئاسان تارقىلىپ چىقىپ كېتەر، ئەگەر ماددا قويۇق بولسا، مەلۇم مىقدارىدا ساقلىنىپ قالار، ئۇنىڭ ئۈچۈن مۇۋاپىق زىمات ئىشلەتكەي، بۇنىڭغا ئىشلىتىدىغان زىمات نۇسخىسى: بىنەپشە، نېلۇپەر، سېمىزئوت يوپۇرمىقى، كاھۇ يوپۇرمىقى، ھۆل قاپاق يېرىم ھەسسىدىن، بابۇنە، ئىكلىلمىلىك، سېرىقچېچەك، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى (ئوردۇچە نۇسخىسىدا بىخ سەۋسەن دەپ ئېلىنغان) بىر ھەسسىدىن ئېلىنىپ، زىمات قىلىنار، بۇلارنى مېڭىنىڭ مىزاجىغا ماسلاشتۇرۇپ، ماددىنى تارقىتىشنى ئويلاش ھەم مېڭىنىڭ قۇۋۋىتىنى ساقلاشنى ئويلاشقان ئاساستا قوشقاي. ماددىنى تارقىتىدىغان دورىلار بۇزۇق ماددىنى تارقىتار، لېكىن قۇۋۋىتىنى ئاجىزلاشتۇرۇپ قويار. شۇنىڭ ئۈچۈن، زىماتقا مېڭىنى قۇۋۋىتلەيدىغان دورىلارنى قوشقاي، بۇنىڭ ئۈچۈن يۇقىرىدىكى زىمات تەركىبىگە ئاموت يوپۇرمىقى، بېھى يوپۇرمىقى قاتارلىقلارنى كۆپرەك قوشقاي. بەدەننى ئىستىفراغ قىلدۇرۇش بۇرۇن قۇۋۋىتلىگۈچى زىماتنى قەتئىي ئىشلەتمىگەي ۋە قىزىلگۈل ئەرقى، سۆگەت يوپۇرمىقىنىڭ سۈيى، بىنەپشە سۈيى، نېلۇپەر سۈيى ياكى بابۇنىنىڭ يېغى قاتارلىق نەرسىلەرنى ئىشلەتمىگەي. بەلكى، بەدەننى ئىككى - ئۈچ قېتىم ئىستىفراغ قىلغاندىن كېيىن قارا سۇنانىڭ سۈيى (كاھۇنىڭ سۈيى) بىلەن گۈل يېغىدىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ قوشۇپ، بىمارنىڭ بېشىنى ياغلىغاي، بىمارنىڭ مىزاجى بەك ئىسسىق بولغان ۋاقىتلاردا گۈل يېغى، بىنەپشە يېغىنى ئارىلاشتۇرۇپ ئىشلىتىش بەك مەنپەئەتلىكتۇر. بەدەننى بۇ خىل ھالەتتە ئىستىفراغ قىلغاي. يەنى سىركە سېلىپ قايناتقىلىغان ئەفتىمۇن شەربىتى (سىركەنجۇبىل ئەدمۇنى) گە مائۇلجەبىن (قېتىقىنىڭ زەرداب سۈيى) نى قوشۇپ بەرگەي. ھەر ھەپتىدە بىر قېتىم ئۈچ گىرام ھەببى ئايارەج پەيقىراغا ئالتە گىرامدىن توققۇز گىرامغىچە ئىترىفىل سەغىر، ئىككى گىرام ئەفتىمۇن ئارىلاشتۇرۇپ بەرگەي. ئەگەر بۇنىڭ بىلەن ماددا سۇرۇلمىسە، ئۇنىڭغا بىر گىرام شەھمەنزەلنىڭ لېشىنى قوشقاي.

سىركەنجۇبىل ئەفتىمۇنىنىڭ نۇسخىسى ئەفتىمۇن، بىستىپايەج ھەربىرىدىن ئوتتۇز گىرامدىن، قارا خەربەق تۆت گىرام. دورىلارنى ئايرىم - ئايرىم ھالدا چالا سوقۇپ، بىردىن لاتا

خالتىغا سالغاي، قارا خەربەقنى 500 گىرام سىركىگە چىلاپ، ئەتىسى ئۇنىڭغا يەنە 500 گىرام سۇ قوشۇپ، بوش ئوتتا قاينىتىقاي ھەم ئۇنىڭغا بىستىپايەج چىگىلگەن خالتا سېلىنغاي ھەم قاينىتىپ سىركىنىڭ مىقدارى قالغان چاغدا ئەھتىمۇن چىگىلگەن خالتىنى سېلىپ، يەنە قاينىتىپ ئېلىپ، خالتىلارنى قولدا سىقىپ، دورىلارنىڭ قۇۋۋىتىنى سىركىگە چىقارغاي ھەم بۇنىڭغا مۇۋاپىق مىقداردا ئاق شېكەر سېلىپ قاينىتىپ، كۆپۈكنى ئېلىپ قىيامىغا كەلتۈرگەي. يەنى شېكەرنىڭ مىقدارى سىركىنىڭ مىقدارىچىلىك بولغاي، 60 گىرام ئۆچكە سۈتىنى ساپال قاچىدا قاينىتىپ، سىركەنجۈبىل ئەھتىمۇن بىلەن قوشۇپ، ئوتتا قويۇپ، قازاننىڭ تۈۋىقىنى ھىم يېپىپ قويغاي، بۇ چاغدا سۈتنىڭ پىشلىقى (قايمىقى) دورا تەركىبىدىن ئايرىلار، بۇ سۇدىن 120 گىرامدىن بىمارغا بەرگەي، غىزاسىغا يېگۈ بېلىق، چالا پىشۇرۇلغان تۇخۇم سېرىقى، سېمىز توخۇ گۆشى شورپىسى، ئوغلاق گۆشى، پاقلاننىڭ كالا ـ پاچىقىنى بەرگەي. مۇنچىغا كىرىپ بېشىنى ئىسسىق سۇدا يۇغاي ھەم بەدەننى تىنچلاندۇرۇشنىڭ تەدبىرىنى قىلغاي، بەدەننى تازىلىغاندىن كېيىن (ئىستىفراغدىن كېيىن) يۇرەككە خۇشلۇق يەتكۈزگۈچى، قۇۋۋەتلىگۈچى دورىلارنى بەرگەي، ئەگەر بەدەندە ھارارەت يۇقىرى بولسا، سوغۇق تەبىئەتلىك مۇپەررىھاتلارنى بەرگەي. ئەگەر ھارارەت ئانچە كۈچلۈك بولمىسا، بۇ دورىلارنى مۆتىدىل قىلغاي ياكى ئايارەج كەبىر بىلەن بەدەننى تازىلىغاي. چۈنكى بۇنداق كۈچلۈك تەدبىرلەرنى قوللانمىغاندا بىمار سارىڭ بولۇپ قالار ياكى مالىخولىيائى مانىيا (سارىڭلىق ئارىلاشقان مالىخولىيا) بولۇپ قالار، بۇ ئىسسىقتىن بولغان مالىخولىيا كېسەللىكىدە كېسەللىكنىڭ ئاخىرقى باسقۇچىدا پەيدا بولىدىغان مالىخولىيادۇر، ھەرقاچان بۇ كېسەللىك ماددىسىنى بەدەندىن تازىلاشنى خىيال قىلسا ۋە ياخشى تەدبىرنى قىلىشنى ئويلىسا، لېكىن بىمارنىڭ قۇۋۋىتى بۇنىڭغا يار بەرمىسە ئىلگىرى بايان قىلىنغان نۇتۇل ۋە زىماتىلارنى، خۇشبۇي پۇرالمىلارنى ئىشلىتىش كۇپايە قىلار. ئەگەر مېڭىنىڭ مىزاجى قۇرۇق سوغۇق بولسا، مۇپەررى ھار، داۋائىمىشكى، تەرياقى مەسرۇدىتۇس بەرگەي. ھەرقاچانكى سەۋدا قانغا ئارىلاشقان بولسا، ئالدى بىلەن ھەفتى ئەندام تومۇرىدىن ئازراق قان ئالغاي ھەم بىر ھەپتە مۇشۇ تەدبىرنى قىلغاي. كېيىنكى ھەپتىسى يەنە قۇۋۋەت يار بەرسە، يەنە بۇ تومۇردىن قان ئالغاي. تېۋىپلارنىڭ بۇيرۇقى بويىچە قاننى كۆپرەك ئالسا بىر قېتىمدىلا بۇخاراتلار مېڭىگە ئۆرلەپ چىقالماس، ئەگەر قۇۋۋىتى يار بەرسە ئىككى ـ ئۈچ قېتىم ئالغاي. نەشتەرنى بەكرەك سانجىپ تومۇرنىڭ ئېغىزىنى چوڭراق ئاچقاي، ئوشۇقنىڭ ئالدى تەرەپتىكى تومۇردىن قان ئالغاي. مابىز تومۇردىن قان ئالسا، ئاياللارنىڭ بەدىنىنى تازىلاشقا بەك پايدىسى باردۇر، تېۋىپ قويۇق يەلنىڭ مېڭىدە مۇستەھكەم ئورۇنلاشقانلىقىنى بىلسە پىشانە تومۇردىن قان ئالغاي. ئۇ تومۇردىن قان

ئالغاندىن كېيىن بىمار بىر ھەپتىگىچە ئۆزىنى تىنچ ۋە ئەركىن - ئازادە تۇتقاي، ئۇنىڭدىن كېيىن بۇرۇن بايان قىلىنغان مائۇلجەبىن، ھەببى ئايارەج پەيقىرا، ئىتىربفل سەغىر قاتارلىقلارغا ئەفتىمۇننى قوشۇپ بەدەننى تازىلىغاي. بۇنىڭ بىلەن بىمارىدا ياخشىلىنىش ئەھۋالى كۆرۈلمىسە، كۈچلۈك دورىلارنى ئىشلەتكەي. بۇ كېسەللىكنىڭ ياخشى دورىسى ئايارەج جالىنۇستۇر. ئايارەج جالىنۇسنى ئۈچ قېتىم يېگەندىن كېيىنمۇ ياخشىلىنىش ئەھۋالى كۆرۈلمىسە، تېۋىپ يۇيۇلغان ھەجرۇل ئەرمنى، سەبرە، شەھمەنزەل، غارىقۇن، ئەفتىمۇن، سوقمونىيا قاتارلىقلار ئىچىدە بىرنى بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ ئېلىپ، ھەب تەييارلاپ بەرگەي. ھەببى ئايارەج رۇفس، ئايارەج لوغانزىيا، مەتبۇخى ئەفتىمۇن، ھېلىلە كابۇلى، قارا ھېلىلە، ئۇستقۇددۇس، ئۇرۇقسز ئۇزۇم، ئازراق نەمەك ھىندى قاتارلىقلارنى بىرلەشتۇرۇپ ياكى تاللاپ ئىشلىتىش مەنپەئەتلىكتۇر. ئەگەر بىمار بۇنىڭ بىلەنمۇ ئانچە ياخشىلانمسا، يۇيۇلغان ھەجەرى ئەرمىننى ھەببى ئايارەج پەيقىرا بىلەن بەرگەي. ئىسكەندەر دېگەن تېۋىپ مۇنداق دەيدۇ: يۇيۇلغان ھەجەرى ئەرمىنىدىن ئالتە گىرام ياكى توققۇز گىرامنى ھەر كىشىنىڭ ئەھۋالىغا بېقىپ تەڭشەپ بەرگەي. يەنە بىر ئورۇندا مۇنداق ئېيتىدۇ: ئۈچ گىرام كۈچلۈك دورىنى بىر خىل شەربەت بىلەن، توققۇز گىرام ئىتىربفل سەغىر، ئۈچ گىرام ئايارەج پەيقىرا، ئۈچ گىرام ئەفتىمۇن بىلەن قوشۇپ بەرگەي. ھەرقاچان بۇ دورىلارنى ئىشلەتسە كېسەللىك يەنە ئۆز ھالىتىدە تۇرسا ئۇمىدسىزلەنمىگەي. مۇشۇ ئۇسۇل بويىچە بىرقانچە مۇددەت داۋالاپ تۇرغاي، ناۋادا بىرەر ئۆزگىرىش بولسا، بۇ ياخشىلىنىشنىڭ ئالامىتىدۇر ياكى ناۋادا بىر ھالەتتىن يەنە بىر ھالەتكە ئۆزگەرسە، بۇمۇ ياخشىلىنىشنىڭ ئالامىتىدۇر. مەجۇنى نۇجلە بۇ كېسەللىككە بەكمۇ پايدىلىق بولۇپ، قان ۋە سەۋدا خىلىتىنى تازىلار.

مەجۇنى نۇجلە نۇسخىسى ھېلىلە كابۇلى، قارا ھېلىلە، سىرىق ھېلىلە، ئامىلە ھەربىردىن 30 گىرامدىن، تۇربۇت، ئۇستقۇددۇس، ئەفتىمۇن، بىستىپايەج، غارىقۇن ھەربىردىن 15 گىرامدىن، ھەجەرى ئەرمىنى 7.5 گىرام، تازىلانغان ھەسەل دورىلارنىڭ ئۈچ ھەسسىسچىلىك. بۇ دورىلاردىن قائىدە بويىچە مەجۇن تەييارلاپ، كۈندە 12 گىرامدىن يېگەي. ئەگەر بىمارنىڭ بەدىنى ئاجىز بولۇپ، كۈچلۈك دورىلارنى كۆتۈرەلمىسە، ئۇنىڭغا مائۇلجەبىنگە تۆۋەندىكى سۇفۇپنى قوشۇپ بېرىشتىن باشقا داۋالاش ئۇسۇلى يوقتۇر.

سۇفۇپنىڭ نۇسخىسى ئەفتىمۇن، قارا ھېلىلىدىن ئۈچ گىرامدىن، شېكەردىن 12 گىرام ئېلىپ، سۇفۇپ تەييارلىغاي. ئەگەر بىمارىدا قۇسۇش ئالامەتلىرى بولسا، بۇرۇن بايان قىلىنغان دورىلارنى بېرىش ئارقىلىق سەۋدانىڭ ماددىسىنى بەدەننىڭ تېگىدىن قوزغاپ،

ئاشقازانغا كەلتۈرۈپ، قەي بىلەن چىقارغاي، مەسىلەن: تۇرۇپنى سىركە بىلەن ياكى كەرەپشە بىلەن بەرگەي. تۆتىنچى كۈنى قەي قىلىشقا ماس كېلىدىغان تائاملارنى يېگەي ۋە كەرەپشە، سۇزاپ، تۇربۇت قاتارلىقلاردىن قەي دورىسى تەييارلاپ، تېۋىپنىڭ كۆرسەتمىسى بويىچە ئىچكەي. قۇسۇش ئاخىرلاشقاندىن كېيىن ئۇچ ھەپتىگىچە ھەپتىدە بىر قېتىم قەي قىلىپ تۇرغاي، ھەر قېتىملىق قۇسۇش ئاخىرلاشقاندىن كېيىن مەستىكى، ئەفسەنتىن رۇمى، قىزىلگۈل، سۇمبۇل، ئاسارۇن، سەئدى كۈفى قاتارلىق دورىلاردىن زىمات تەييارلاپ، ئاشقازان ساھەسىگە تاڭغاي. بۇنىڭ بىلەن ئاشقازان قۇۋۇەتلىنەر، بۇ ئۇچ قېتىملىق قەيدىن كېيىن باشقىچە داۋالاش تەدبىرىنى قوللانغاي. بىلىش كېرەككى، سەۋدا خىلتىنىڭ قانغا باشقىچە ئارىلىششى بىرخىل قارىمۇقارشى جەريانىدۇر. بەزىدە سەۋدا خىلتى ناھايىتى نازۇكلىشىپ، ئۆتكۈرلىشىپ، قاندىن ئايرىلىپ، تومۇرلاردىكى قانىنىڭ ئۈستىدە تۇرار، بۇ ئەرەب تىلىدا «تاخى» دەپ ئاتىلار، بەزىدە سەۋدا خىلتى قارىراق، تۆۋەنرەك ھەم قويۇقراق بولۇر ھەم تۆۋەنگە چۆكۈش ھالىتىدە تۇرار. بۇ ئەرەب تىلىدا «رۇسسۇپ» دەپ ئاتىلۇر. بوۋاسىر، داۋالى (تۆۋەنكى مۇچە ۋېنالىرىنىڭ ئەگىرى - بۈگرى كۆپۈشى)، پىل پۈت كېسەللىكى مۇشۇنىڭدىن پەيدا بولۇر. بۇ كېسەللىكلەر ۋە سەۋدا خىلتى قاندىن ئايرىلغانلىق سەۋەبىدىن بەزىلەر بۇ كېسەللىكنى داۋالاشنى ئاسان دەپ قارار، لېكىن بۇ كېسەللىكنى داۋالاش ناھايىتى قىيىندۇر، بەزىدە سەۋدا خىلتىنىڭ ھەممە تەركىبى قىسمى قان خىلتىنىڭ ھەممە قىسمى بىلەن ئارىلىشىپ، بىر - بىرىدىن ئايرىلماس، بۇنىڭدىن خىلمۇخىل كېسەللىك پەيدا بولۇر، بۇ بابتا سۆزلەنگەن مالىخولىيا مۇشۇنىڭدىن پەيدا بولغاندۇر، ھەرقاچان مالىخولىيا كېسىلىنىڭ سەۋەبى جىگەر ئىسسىقلىقى ۋە قورساق پەردىسىدىكى غەيرىي تەبئىي ئىسسىقلىق بولسا، جىگەر كېسەللىكلىرى بىمارلىرىغا ئوخشاش بولۇر، بۇنداق كىشىلەرگە قارىتا ئېيتىلىدۇكى، ئالدى بىلەن كىشىنىڭ جىگىرىدە كېسەللىك بولسا، ئۇنى سوغۇق شەربەتلەر بىلەن داۋالار، مائۇلجەبىن بېرەر ھەم ئۇرۇق دورىلاردىن كاسىنىڭ سۈيىنى بېرەر ھەم خىيارشەنبەر، تەمرى ھىندى، شىرخىستلارغا ئوخشاش دورىلارنى بېرەر. مائۇلجەبىن بېرىپ باسلىق تومۇردىن قان ئالار، تامىقىغا سوغۇق تاماق بېرەر، ھەرقاچان تاماق يېيىشنى ئويلىسا كاھۇ، كاسىنە قاتارلىقلارنى سىركە بىلەن قوشۇپ بەرگەي. توسۇلۇش ياكى نازۇك ساپ خىلتى پەيدا قىلىش ئۈچۈن كاھۇ ۋە كاسىنە كۈپايىدۇر.

ئەگەر ھەزىم قىلىش قۇۋۇتىنى كۈچەيتىشنى ئويلىسا، جىگەرنىڭ تومۇرلىرىدا توسۇلۇش بولمىسا، تامىقى ئۈچۈن سوغۇق تەبئەتلىك قويۇق تائاملارنى بەرگەي، بۇ تائاملار جىگەر ھارارىتىنى يۇقىرى كۆتۈرەر، بۇنىڭ ئۈچۈن كالا گۆشى، بېلىق گۆشى قاتارلىقلارنى سىركىدە

پشۇرۇپ بەرگەي. كالىنىڭ پاچقىنى پشۇرۇپ سىركە بىلەن بەرگەي ۋە شۇنىڭغا ئوخشاش غىزالارنى بەرگەي. ئەگەر مالىخولىيا كېسەللىكى تالىنىڭ ئاجىزلىقىدىن بولسا، ئۇسەيلەم تومۇردىن قان ئالغاي، ئۇنىڭدىن باشقا تال كېسەللىكلىرىنى داۋالاش بابىدا ئېيتىلغان تەدبىرلەرنى قوللانغاي. بۇنىڭ ئۈچۈن تالىنى تازىلىغاي ۋە قۇۋۋەتلىگەي. مائۇلجەبىن قوشۇپ تەييارلانغان سىركەنجۇبۇل ئەفتىمۇننى قوشۇپ بەرگەي ھەم سەۋدا خىلىتىنىڭ قان خىلىتىغا ئارىلاشقانلىقىدىن بولغان مالىخولىيانىڭ بايانىدا سۆزلەنگەن دورىلارنى ئىشلەتكەي، ئەگەر بۇ كېسەللىك مالىخولىيا مەراقى (قورساق پەردىسى خاراكتېرلىك مالىخولىيا) بولسا، قەي قىلىشقا بۇيرۇغاي، ئەگەر بىمار ئاسان قەي قىلالسا، خىلىت ئاشقازاندا بولۇر.

ئالدى بىلەن بىمارنىڭ چوڭ تەرىتىنى راۋانلاشتۇرۇش ئۈچۈن ئەفتىمۇن بىلەن سەبرىنى قوشۇپ بەرگەي، يەنى ئەفتىمۇن بىلەن سەبرىنى تېۋىپنىڭ مەسلىھەتىنى ئالغاندىن كېيىن، بىرقانچە مۇددەت ئىستېمال قىلسا، پايدىلىقتۇر. بۇ ئاشقازاننى تازىلار ھەم ئاشقازاندىكى بۇزۇق ماددىلارنىڭ ئاشقازاندىن ئاسان ئۆتكۈزۈشگە يارىدەم بېرەر، ئەگەر بۇ ئۇسۇل بىلەن داۋالسا، ئاشقازان ئاسان تازىلىنار ھەم بۇ ئۇسۇل بىلەن بىر مەزگىل داۋالاش ئېلىپ بارسا، بەدەندىكى بۇزۇق ماددىلار تازىلىنار ھەم بۇ دورىغا قوشۇپ ھەر كۈنى ئەتىگەندە ئەفسەنتىن شەربىتىدىن 90 گىرامنى ئىچكۈزگەي.

ئەفسەنتىن شەربىتى نۇسخىسى ئەفسەنتىن رۇمى 30 گىرام، قىزىلگۈل 60 گىرام، ئاقلانغان ئاق تۇربۇت 12 گىرام، سۇمبۇل ھىندى ئالتە گىرام (بەزى نۇسخىلاردا مەستىكى، ئىزخىر، سازەج ئالتە گىرامدىن، غارىقۇن 12 گىرام (ئۇردۇچە نۇسخىسىدا سەبرە سەككىز گىرام) قوشۇلغان) دورىلارنى جەملەپ تاسقاپ چالا سوقۇپ، ئىككى كىلوگىرام سۇدا يېرىم قالغۇچە قاينىتىپ سۈزۈپ، ئەتىگەن ۋاقتىدا ئىچكۈزسە پەيدا قىلۇر. بۇ ئاشقازاننى تازىلاپ، تائاملارنى ياخشى ھەزىم قىلدۇرار، چوڭ تەرەتنى يۇمشىتار، ھەرقاچان ئاشقازان تازىلانسا، تائام ياخشى ھەزىم بولسا، چوڭ تەرەت راۋان بولسا، غەيرىي تەبئىي يەل ۋە بۇس - بۇخارات پەيدا بولماس، كېسەللىك ماددىسىنىڭ مەنبەسى توسۇلار، كالا سۈتىدىن مائۇلجەبىن تەييارلاپ بەرگەي، ئات سۈتىنى بەرسىمۇ چوڭ تەرەتنى راۋانلاشتۇرار، ئۇنى ئازراق ئىستېمال قىلغاي، چۈنكى ئات سۈتى ئىچىنى بەك سۈرەر، غىزاسىنى بۇ خىل ئۇسۇل بويىچە بېرىش كېرەككى، تائاملارنىڭ تۇرى كۆپ خىل بولسا، ئاشقازانىنىڭ قۇۋۋىتىمۇ تائاملارنىڭ تۇرى بويىچە ئۆزگىرەر، ھەزىم قىلىش قۇۋۋىتى بىرخىل تائامنى ئاسان ھەزىم قىلار ياكى تائامنىڭ تۇرى ئاز بولسا، ئاسان ھەزىم بولۇر، بەزى جانۋارلارنى يىرتقۇچ قۇشلار ئۆلتۈرگەن بولسا، بۇنىڭ گۆشى قار ۋە يامغۇرنىڭ

ئاستىدا تۇرۇپ قالغان بولسا، بۇ گۆشنى پىشۇرسا ھۆللۈكى يوقىلار. بۇنى يېگەي، ھەرقاچان بىمارنىڭ ئاشقازىنى خالىي ۋاقتىدا ئەفسەنتىن، سېرىقچېچەك، تاغ يالپۇزى، زىرە، رۇمبەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى قاتارلىقلارنى سۇدا قاينىتىپ سۈزۈپ، كالىنىڭ سۈيدۈكلۈكى (كالىنىڭ سۈيدۈك خالتىسى) گە ئېلىپ، ئاشقازان ساھەسىگە قويغاي. بۇنىڭ بىلەن ئاشقازانىنى قۇۋۇتلەپ، يەللەرنى توختىتار. ئەگەر دورىنى بۇنىڭدىن كۆچلۈكرەك تەييارلاشنى ئويلىسا، سۆئىتەر، رەيھاننىڭ چۆپى قاتارلىقلارنى قوشۇپ تەييارلىغاي، بىلىش كېرەككى، مالىخولىيا كېسەللىكى بىلەن ئاغرىغان كىشىگە سوغۇق تائاملار ۋە سوغۇق شەربەتلەر بەك ماس كېلەر، بۇ ئىككى خىل سەۋەبتىن بولۇر. بىرىنچى، ھۆللۈك سەۋدا خىلىتىدىكى قۇرۇقلۇقنى زىتتۇر. ئىككىنچى، ھۆل سوغۇق نەرسىلەردىن يەل پەيدا بولماس ۋە مېڭىگە بارماس، ھۆل سوغۇق نەرسىلەرنىڭ مەنپەئىتى ئۇلارغا ھەققىي ئەمەس، چۈنكى ئۇ نەرسىلەردىن سەۋدا خىلىتى پەيدا بولماس، سەۋدا خىلىتىنىڭ مادىدىسى ۋە مەدەتكارى بىمارنىڭ بەدىنىدىن بىر تەرەپ بولۇر، شۇ سەۋەبتىن سەۋدا خىلىتى ھاسىل بولماس، شۇنىڭ بىلەن سەۋدانىڭ مادىدىسى بىمارنىڭ بەدىنىدىن يوقىلار ھەم كېسەللىك ساقىيار، بۇ قائىدىدۇر، شۇنىڭغا دىققەت قىلىش كېرەككى، قويۇق مادىدىنى تەڭشەشكە ئالاھىدە ئېتىبار بەرگەي. نازۇك تەدبىرلەر بۇنىڭغا زىيان قىلمىغان بولۇپ، سەۋدانى كۆپەيتىپ قويار، چۈنكى ئۇنداق نازۇك تەدبىرلەر سەۋدانى كۆيدۈرەر، سوغۇقلۇق ھۆللۈكنى ئازايتار، ئەگەر بۇ كېسەللىكنىڭ سەۋەبى بەلغەم خىلىتى بولسا، بەلغەمى قەي قىلسا، بىمار راھەت تاپالار، لېكىن خۇشال بولماس. ئەمما تولۇپ قېلىش خاراكتېرلىك (ئىمتىلا) بولسا، ئاندىن راھەت تاپار، بۇنىڭدىن مەلۇم بولىدۇكى، مالىخولىيانى داۋالاشنىڭ ئەسلىي قائىدىسى شۇكى، بەدەنگە ھۆللۈك يەتكۈزۈپ، بەدەننى سەۋدا خىلىتىدىن تازىلاشنى بىرىنچى ئورۇنغا قويغاي، رۇفەس دېگەن تېۋىپ ئېيتىدۇكى، سەۋدا خىلىتىنى بەدەندىن تازىلاش ئۈچۈن 27 گىرام ئەفتىمۇننى مائۇلجەبىن بىلەن بەرگەي.

ئەگەر مائۇلجەبىن بولمىسا مائۇلھەسەل سۈيى بىلەن بەرگەي، ھەرقاچان سۈرگە دورىسى ئىچىپ يەنە بىر قېتىم ئىچكۈچە بولغان ئارىلىقتا ھەر كۈنى ئەفسەنتىن شەربىتى ئىچىش بۇ خىل كېسەللىك ئۈچۈن مەنپەئەتلىكتۇر. بۇ، ئاشقازاننى تازىلار، قۇۋۇتلەر، چوڭ تەرەتنى راۋان قىلار، قان ۋە قويۇق خىلىتنى ساپلاشتۇرار، ھەرقاچان سەۋدا خىلىتى قويۇق بەلغەم خىلىتىگە قوشۇلغان بولسا پىياز سېلىنغان سىركىدە تەييارلانغان سىركەنجۈبىل ناھايىتى ماس كېلۇر. بۇ قويۇق خىلىتلارنى تازىلاپ، ئەسلىدىكى ھالىتىگە كەلتۈرەر، رۇفىس دېگەن تېۋىپ ئېيتىدۇ: «مەن بىمارلارغا شۇنداق تەجرىبە قىلىمكى، ئۇلار ئەفسەنتىننى ئىستېمال قىلىپ بۇ كېسەلدىن

ساقايدى». بەلبىخ دېگەن تېۋىپ: «(ئوردۇچە نۇسخىسدا ئەبۇل خەيرى خۇمارى دەپ يېزىلغان) مەن تەجرىبە قىلدىم، ئەفسەنتىننىك بۇ كېسەلگە رۇفىس ئېيتقاندەك مەنپەئەتسىزلىك بەك كۆپ ئىكەنلىكىنى بىلدىم» دەيدۇ. رۇفىس مۇنداق بىر ھېكايەتنى كەلتۈرەر. بۇ ھېكايەت ناھايىتى پايدىلىقتۇر: «بىر كىشىنى كۆردۈم، ئۇنىڭ يېشى 30 ياشلاردا بار ئىدى، قويۇق خىلتىلار ئۈچەيگە يىغىلىپ قالغان بولۇپ، چوڭ تەرىتى قېتىپ، ئۈچ - تۆت كۈندە بىر كېلىدىكەن. بۇ خىل دورىنى ئىشلەتكەن بولساممۇ تەرىتىنى يۇمشىتالمىدى، ھەر قېتىم دورا ئىشلەتكەن ۋاقىتتا، ئۇنىڭدىن قويۇق بەلغەم مايىاقتەك چىقاتتى، مەن ئالدى بىلەن بۇ ئاغرىقنى پىياز سېلىنغان (ئوردۇچە نۇسخىسى ئەنسىل سېلىنغان دەپ يېزىلغان) سىركىدە قاينىتىلغان سىركەنجۈبىلنى بەردىم، ھەسەل ئىچىشنى بۇيرىدىم، ھەر كۈنى شۇ شەربەتلەرنى ئىچىك دېدىم ۋە بۇ دورىدىن ناھايىتى ياخشى مەنپەئەت تاپتى. ئۇنىڭ چوڭ تەرىتى يۇمشاپ، ھەر كۈنى بىر قېتىم كېلىدىغان بولدى، قويۇق بەلغەم چوڭ تەرىتى بىلەن بىللە كەلدى، مەلۇم مۇددەت مۇشۇ ئۇسۇل بىلەن داۋالىدىم، ھەرقاچان مەندىن شۇ سىركەنجۈبىلنى ياساشنى ئۆگىنىپ ئىستېمال قىلدى، بىر يىل ئىستېمال قىلغاندىن كېيىن مېنىڭ يېنىمغا كەلدى. ئېيتتىكى، بەقىنىم ئېچىشۋاتىدۇ دېدى، مەن قولۇمنى ئۇنىڭ تېلىنىڭ ئۈستىگە قويدۇم، مۇلاھىزە قىلدىمكى، ئۇنىڭ تېلى يالىلۇغلىنىپ ئىششىپتۇ. سوردىم: قاياتقان دورىنى قانچىلىك ۋاقىت ئىستېمال قىلدىڭ؟ ھازىرغا قەدەر سىز بۇيرىغان شۇ سىركەنجۈبىلنى ئىچىپ تۈردۇم، دېدى. سىركەنجۈبىلنى بىر يىل ئىچكەن بولساڭ، ئەمدى ئىچمە دەپ ئۇنىڭ ئورنىغا يەنە باشقا دورا بەردىم، نەچچە كۈن ئۆتكەندىن كېيىن يەنە كەلدى، لېكىن تالىنىڭ كۆيۈشۈشى پەسەيمەپتۇ، تال كۆيۈشكەنىنىڭ سەۋەبى سىركەنجۈبىل ئىچكەندىن بولغان ئوخشايدۇ، دەپ گۇمان قىلدىم. دەسلەپتە بەدىنىدىكى قويۇق خىلىت كەم بوپتۇ، ئۇنىڭ ئورنىغا ئۆتكۈر خىلىت پەيدا بولۇپ، تالدا كۆيۈشۈش پەيدا قىلغان ئوخشايدۇ، سۈرگە دورىسى بەردىم. ئۇ دېگەندەك تەسىر قىلمىدى، ئەتىسى ئەفتىمۇن، بىستىپايەجگە ئازراق مەھمۇدىيە قوشۇپ بەردىم، چوڭ تەرىتى راۋان كەلدى، لېكىن ئەفتىمۇن بەدەندە ھارارەت پەيدا قىلىپ قويدى، كېيىن ئەفتىمۇن قوشۇلغان مائۇلجەبىن بەردىم، شۇ كېچىسى قىزىتما پەيدا بولدى، ئەتىسى مالىخولىيانىڭ ئالامەتلىرى كۆرۈلدى، بۇ خىل ھالنى كۆرۈپ قان ئالايمىكىن دەپ ئويلاپ يەنە توختىتىدىم، يەنە تال ۋە قورساق ساھەسىگە ماددىنى توختىتىدىغان، قۇۋۇەتلەيدىغان زىماتنى چاپتىم، لېكىن مالىخولىيا كېسەللىكىدىن ئارام تاپالمىدى ۋە تالدىكى كۆيۈشۈش پەسەيمىدى ھەم يۇقىرىغا تارتىلغاندەك سېزىم بولدى. كېيىنكى كۈنى ئوشۇقىنىڭ قېشىدىكى تومۇردىن 90 گىرامغا يېقىن قان ئالدىم، كۆپۈشۈش ئازراق ئاجىزلىدى، مالىخولىيانىڭ ئالامىتى

ھەم يوقالدى. ئىككىنچى كۈنى يەنە قان ئالدىم، بىمارنىڭ بەدىنى خېلى قۇۋۇەتلىك ئىدى، ئەتىسى پەقەت مائۇلجەبىنلا بەردىم، قىزىمسۇن دەپ ئەفتىمۇن قوشمىدىم، كېيىن مائۇلجەبىننى تېخىمۇ كۆپەيتىپ بەردىم، چوڭ تەرتىنى راۋانلاشتۇرۇش ئۈچۈن ھۆقنە قىلىشقا بۇيرىدىم، سوغۇق تەبىئەتلىك زىماتلارنى تال ساھەسىگە چاپتىم، ئازراق مەھمۇدىيەنى مائۇلجەبىندە ئېرىتىپ بەردىم، شۇ خىل ئۇسۇل بىلەن سەككىز كۈن داۋالىغان ئىدىم، بىمار ساق - سالامەت ساقايدى».

رۇفس دېگەن تېۋىپ يەنە ئېيتۇر: «مەن بىر كىشىنى كۆردۈم، ھەر يىلدىكى باھارنىڭ تۇنجى ئېيىدا ئۇنىڭ ئىككىنچى قوۋۇرغىسىنىڭ ئاستى تەرىپىدە قاتتىق ئاغرىش پەيدا بولىدىكەن، قىزىمايدىكەن، بەدىنىدە يالۇغمۇ يوق ئىكەن، بۇ كىشىنىڭ ئېيتىشىچە، دائىم كۆيۈشۈپ ئاغرىپ تۇرىدىكەن، سۈرگە دورىسى ئىچىدىكەن، لېكىن پايدا قىلمايدىكەن، ئاغرىقى دەسلەپتە ناھايىتى ئۆتكۈر باشلىنىدىكەن، ئۈچ كۈندىن كېيىن بەدەننىڭ ئۈستى تەرىپىگە يۆتكىلىپ، كۆكرىكىنى ئاغرىتىكەن. بىمار بۇ ئىككى خىل دورىدىن ھېچقانداق پايدا كۆرمىگەچكە، ھېچقانداق دورا قىلمىدى، بۇ ئاغرىق ئۈستىگە ئۆرلەپ يۈز ساھەسىگە چىقتى، بۇ ئاغرىق شۇنداق تەرەققي قىلىپ يۈز ساھەسىگە ۋە مېڭىسىگە يېرىپ، بۇ كىشىنى ئۆلتۈرۈپ قويارمۇ دەپ ئويلىدىم، مەن ئۇ بىمارىدىن ئىككى قېتىم قان ئالدىم. بىر قېتىم ئوشۇقنىڭ يېنىدىن، يەنە بىر قېتىم قولىدىن، ئۈچىنچى قېتىم سۈرگە دورىسى بەردىم، ئىككى بقىننىڭ كەينى تەرىپىنى داغلىدىم، دەسلەپكى ئاغرىق پەيدا بولغان ئورۇندا ئاغرىق پەسەيدى، تۆتىنچى كۈنى بەدىنى ئەسلا ئاغرىمىدى، بەشىنچى كۈنى ئۇ كۆز ئالدىمدا قارا نەرسىلەر كۆرۈنگەندەك بولدى، دېدى. ئۇ سەۋەبتىن ئۇنىڭدىن يەنە كۆپ مىقداردا قان ئالدىم ۋە سۈرگە دورىسىنى كۆپرەك بەردىم، دورا ئىچىشكە بەدەن قۇۋۇتى ئاجىزلىق قىلىدىكەن، مىزاجىغا ھۆللۈك يەتكۈزىدىغان ئۇسۇللارنى قوللاندىم، ئۇنىڭ بەدىنىدىكى ھۆللۈك تارقالغاندىن كېيىن يەنە سۈرگە دورىسى بەرسەم ئىككىنچى كۈنى ئالامەتلەر يوقالدى. ئۈچىنچى كۈنى مالىخولىيانىڭ ئالامىتى پەيدا بولدى، بىمار داۋالىنىشتىن ئۈمىد ئۈزدى، لېكىن مەن بىلدىمكى، ئاغرىقنىڭ تۈپ يىلتىزىنى يوقتىش ئۈچۈن بەدەنگە ھۆللۈك يەتكۈزۈش كېرەك ئىدى، شۇنىڭ بىلەن ئارپا سۈيى، ئاق قوناق قاتارلىقلارنى بەردىم، ئوتتۇز كۈندە بۇ ئاغرىق ساقايدى، بۇ كېسەل باشلانغاندىن تارتىپ تاكى ساقايغىچە سەكسەن كۈن ئۆتتى، تېۋىپلار بۇ ئاغرىقنىڭ سەۋەبىنى شەرھلىدى ۋە ھەممىسىنى ئۆزىنىڭ پىكرى بويىچە سۆزلىدى. مەن بىلدىمكى، بۇ كېسەلنىڭ سەۋەبى بولغان سەۋدا خىلىتى شىريان (ئارتېرىيە) تومۇرلاردا ئىكەن، ئۇ ئاستا - ئاستا قانىنى

بۇزۇپ، بۇزۇلغان سەۋدا خىلىتى ئۇستىگە ئۆرلەپتۇ، كۆچلۈك سۇرگىلەر بىلەن بەدەننى تازىلىدىم، ئۇستىگە ئۆرلىگەن بۇزۇق سەۋدا خىلىتى يىلتىزىدىن ئاستا - ئاستا يوقالدى، يۇقىرىغا تېخمۇ ئۆرلەپ مېڭىگە بارغان ماددا مېڭىنىڭ خىزمىتىنى قالايمىقانلاشتۇرۇپ مالىخوليانى پەيدا قىلدى، لېكىن بەدىنى ئاجىز بولغاچقا، سۇرگە دورىلارنى بېرىشكە بولمىدى، بەدىنىگە ھۆللۈك يەتكۈزىدىغان تەدبىرلەر بىلەن ساقايدى.» ئۇلۇغ ئاللانىڭ ھۆرمىتى بىلەن مۇھەممەد زىكرىيانىڭ تەجرىبىسىدىن شۇنى بىلىشكە بولىدۇكى، مالىخوليا كېسەللىكى بىلەن ئاغرىغان بىر يىگىت مۇھەممەد زىكرىيانىڭ قېشىغا كەلدى، يىگىتتە كۆرۈلگەن مالىخوليا كېسەللىكىنىڭ ئالامىتى بولسا، بەزىدە ئۇ ساقلىنى يۇلاتتى، بەزىدە تاملاردىن چالمىلارنى ئېلىپ ئاتاتتى، مۇھەممەد زىكرىيا قان ئېلىشنى، ئەگەر قاننىڭ رەڭگى قارا بولسا قاننىڭ رەڭگى ئۆزگەرگۈچە ئېلىشنى بۇيرىدى ۋە بىر ئايدا ئىككى قېتىم مەتبۇخى ئەفتىمۇن بېرىش ۋە كەچتە ئىچىدىغان چاغدا توققۇز گىرامنى ئۇرۇقسىز ئۈزۈم بىلەن قوشۇپ بېرىش، ئەتسى مەتبۇخىنى بېرىش، بېشىنى بىنەپشە يېغى بىلەن ياغلاش، يۈزىگە يېنىك دەرىجىدىكى دورىلارنى زىمات قىلىش، كۆڭلىنى رەنجىتمەسلىكنى بۇيرىدى، بىمار بۇ تەدبىرلەر بىلەن ئۇزاق قالماي ساقايدى.

ئاچلىققا سەۋر قىلىپ، چىداپ تازا ئاچقاندا يېسە بەك پايدىلىقتۇر. سۇنىڭ ئورنىغا مائۇلھەسەل ئىچكەي، بۇ كېسەلگە شاراب بەرمىگەن ياخشىدۇر، چۈنكى شاراب ماددىنى پەي - نېرۋىلاردا توختىتىپ قويىدۇ ھەم ئاشقازاندا بۇزۇلۇپ سىركە خاراكتېرىگە ئۆزگىرىدۇ، سىركە خاراكتېرلىك بۇ ماددا پەيگە زىيان قىلىدۇ، ھەرقاچان يىلىنىڭ ھاۋاسى، بىمارنىڭ مىزاجى ۋە بەدەن قۇۋۋىتى يار بەرسە قان ئالغاي، چۈنكى قان مۇرەككەپ بولۇپ، قان سۇيۇقلۇقىدا ھەممە خىلىت بولۇر. كېسەللىك ماددىسىنى دەرھال ئازايتسا، بەدەن يەڭگىللىشەر، ئەگەر كېسەللىك ماددىسى بەلغەمدىن بولغان بولسا، ئالدى بىلەن تەرياقى، مەجۇنى مەسرۇدىتۇس، سالا شەربىتى ياكى سەنجىبىنا ياكى ئەنقەريا شەربىتىنى كونا شاراب ياكى مائۇلھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ بەرگەي ياكى بىمارىدىن قان ئېلىشتىن بىر سائەت بۇرۇن بېرىپ، ئۇنىڭدىن كېيىن قان ئالغاي. يىلىنىڭ ھاۋاسى، پەسلى، بىمارنىڭ يېشى، مىزاجى، بەدەن قۇۋۋىتى يار بەرمەسە، ھەببى ئەفتىمۇن، ھەببى شەترەنجى، ھەببى مەنتىن قاتارلىق سۇرگىلەرنى تاللاپ بەرگەي. ئاق خەربەق، تۇرۇپ ئۇرۇقى قاتارلىق نەرسىلەرنى بېرىپ قەي قىلدۇرۇپ، بەدەننى تازىلىغاندىن كېيىن مەجۇنى مەسرۇدىتۇس ياكى ئۇنىڭدىن باشقا مەجۇنلەرنى بەرگەي. تەرياق يېيىشنى 0.7 گىرامدىن باشلاپ، تاكى ئوچ گىرامغا يەتكۈزۈپ، ئۇنى بارا - بارا كېمەيتىپ، ئەسلىي ھالىتىگە (0.7 گىرام) قايتۇرغاي. ئەگەر تەرياق ياكى ماس كېلىدىغان مەجۇناتلار تېپىلمىسا، سەكبىنەج،

جاۋشىرلارنىڭ قايسىسى تېپىلسا بىر تال باقلە چوڭلۇقىدا ئېلىپ، مائۇلھەسەل بىلەن قوشۇپ بەرگەي. ئۇنى يېيىش يېقى مۇناسىۋەتلىك مايلار بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ بەدەنگە سۈركەشمۇ پايدىلىقتۇر. ئەگەر بەدەندە سوغۇقلۇق بەك يۇقىرى بولسا، ئەتىگەنلىك ناشتىدا مائۇلھەسەل بىلەن قوشۇپ بەرسە مەنپەئەتلىكتۇر، بەزى قەدىمكى تېۋىپلار پالەچكە، ئايارەج پەيقىرادىن تۆت گىرامدىن ئېلىپ، ھەر بەش كۈندە تۆت گىرامدىن مقدارىنى كۆپەيتىپ تاكى 20 گىرامغا يەتكۈچە ئىستېمال قىلىشنى بۇيرار. بەزىلەر، پالەچ كېسەللىكى بىلەن ئاغرىغان بىمارلارغا ھەر كۈنى تۆت گىرام سەبرىنى 20 گىرام ھەسەلدە يۇغۇرۇپ بەرسە، ئاشقازاندا ئۇزۇنراق تۇرۇپ ياخشى تەسىر قىلار، دەيدۇ. ھەر كۈنى كەچتە ئۇخلاشنىڭ ئالدىدا ئىككى گىرام پىلپىلنى ئىككى گىرام قۇندۇز قەھرى بىلەن بەرگەي. بەزى تېۋىپلار ئايارەج پەيقىرا بىلەن قۇندۇز قەھرىنىڭ ھەربىردىن 1.5 گىرامدىن ئېلىپ، ئۇچ گىرام يېگەي. ئۇنىڭ مقدارىنى يۇقىرىدا ئېيتىلغان ئۇسۇل بىلەن كۆپەيتىپ، 15 گىرامغا يەتكۈزۈپ توختاتقاي، دەيدۇ. مۇھەممەد زىكىريا مۇنداق ھېكايەتنى رىۋايەت قىلىدۇ: «پالەچنى داۋالىغاندا ھەر ھەپتىدە ھەببى قوقىيا بىلەن بەدەننى تازىلىغاي، تاكى ئۇنىڭ ماددىلىرى بەدەندىن ئازىيىپ، مىزاجى ئەسلىگە قايتىقۇچە ئىشلەتكەي. بەدەننى قۇسته يېغى بىلەن مايلىغاي، نېرۋا - ئەسەبلەرگە ئىسسىق ئۆتكۈزگەي».

قەدىمكى تېۋىپلار ئېيتقان ھەب نۇسخىسى قەدىمكى تېۋىپلار بۇ دورىنى تەرىپلەپ نېرۋا - ئەسەبلەرنى تازىلاشتا ھېچقانداق دورا بۇ دورىنىڭ ئالدىغا ئۆتەلمەيدۇ، دېگەن. سەبرە، شەھمەنزەلنىڭ لېشى ھەربىردىن 30 گىرامدىن، پەرپىيۇن 15 گىرام، مۇقەل 30 گىرام. دورىلاردىن قائىدە بويىچە ھەب تەييارلاپ، 4.5 گىرامدىن يېگەي. بىر ھەپتە ئىستېمال قىلغاندىن كېيىن، يەتتە گىرامدىن يېگەي، ئۇچىنچى ھەپتىسى 9.5 گىرامدىن يېگەي، مۇشۇ ئۇسۇلدا تاكى 24 گىرامغا چىققۇچە يېگەي.

پالەچنىڭ ھارارىتىنى ئاشۇرۇپ، بەدەننى قىزىتىدىغان مەجۇن نۇسخىسى زەنجۇبىل، ئېگىر، شەترەنجى ھىندى، ئاقرقەرھا، پىلپىل ھەربىردىن 30 گىرامدىن، ھىلىلە توققۇز گىرام، قارا ھىلىلە، ئامىلە ھەربىردىن 45 گىرامدىن، بالادۇر ھەسىلى 60 گىرام، جويۇز يېغى 30 گىرام. دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، تاسقاپ، جويۇز يېغى بىلەن ياغلاپ ئارىلاشتۇرۇپ، قەنتنى قېيام قىلىپ يۇغۇرۇپ مەجۇن تەييارلىغاي، بۇ مەجۇننىڭ بىر قېتىملىق يېيىش مىقدارى ئالتە گىرامدىن بولۇر، بۇ مەجۇن پالەچ، لەقۋا، رەئىشە، سەكتە قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلۇر، بۇنىڭدىن باشقا بىمارنىڭ مىزاجىنى ئەسلى ھالىتىگە قايتۇرار.

مەتبۇخى ئەفتىمۇننىڭ نۇسخىسى ئەفتىمۇن، ھىلىلە كابۇلى، ئۇستۇددۇس،

ئۇرۇقسىز ئۇزۇم ھەربىردىن 30 گىرامدىن، بىستىپايەج 15 گىرام، ئاقلانغان تۇربۇت 12 گىرام (بەزى نۇسخىلارغا 21 گىرام سانا قوشۇلغان)، دورىلاردىن ھەممىسىنى بىر كىلوگىرام سۇدا قاينىتىپ، يېرىمى قالغاندا سۈزۈپ، بىمارغا ئىچكۈزگەي. ئەگەر ئىچكىلى ئۇنۇمسا ھەببى ئەفتىمۇن بەرگەي.

ھەببى ئەفتىمۇننىڭ نۇسخىسى ئەفتىمۇن ئالتە گىرام، بىستىپايەج، غارىقۇن ھەربىردىن ئۇچ گىرامدىن، قارا خەربەق، نەمەك ھىندى، سەبرە ھەربىردىن 5.4 گىرامدىن، ئۇستقۇددۇس ئىككى گىرام، ھەب تەييارلاپ ئىستېمال قىلغاي.

مالىخولىيا كېسەللىكىگە بېرىدىغان مۇپەررىھنىڭ نۇسخىسى بادرەنجبۇيا، پوستى تۇرۇنجى، مەستىكى، بۇنىڭ ئاخىرى كىتابتا يوق، بۇنىڭ كېيىنكى قىسمى ئوردۇچە نۇسخىسىدىن تەرجىمە قىلىندى. قەلەمپۇر، دارچىن، جويۇز، قاقىلە، لاچىندانە، نارمىشكى، ئاق بەھمەن، قىزىل بەھمەن، زورەمبات، دۇرنەج ئەقرەبى، بالەنگو ئۇرۇقى، پەرەنجىمشكى ھەربىردىن يەتتە گىرامدىن، ئىپار 0.5 گىرام، كابۇل ھېلىلىسى 180 گىرام، ئامىلە 250 گىرام، ھېلىلە بىلەن ئامىلىدىن باشقا دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ تاسقىغاي. ئامىلە بىلەن ھېلىلىنى ئىككى كىلوگىرام سۇدا قاينىتىپ، يېرىمى قالغاندا يۇمشاق ئېزىپ، ئۇرۇقلىرىنى ئايرىغاي ۋە بۇنىڭغا 1.25 كىلوگىرام ھەسەل بىلەن دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن تەييارلىغاي. ئىستېمال مىقدارى: ئاز مىقداردىن توققۇز گىرامغىچە ئىستېمال قىلسا بولۇر (بۇ يەردە كىتابتا بىر ئۇقۇشماسلىق بار، كىتابنىڭ چاغاتايچە نۇسخىسىدا مالىخولىيا كېسەللىكىنى داۋالاشنىڭ ئاخىرقى قىسمىغا بۇ مەزمۇن يېزىلغان، لېكىن ئوردۇچە نۇسخىسىدا يېزىلمىغان، كىتابنىڭ چاغاتايچە نۇسخىسىغا ھۆرمەت قىلىپ، بۇ مەزمۇن تولۇق تەرجىمە قىلىندى). ئۇنىڭدىن باشقا كېسەللىكلەر پالەچتىن كېيىن پەيدا بولسا، شۇ بابتا بايان قىلىنغان دورىلارنى بىرلەشتۈرۈپ ئىشلەتكەي. بۇنى بىمارنىڭ كۆزى، يۈزى، تومۇرىدىن بىلگىلى بولار، ئەگەر پالەچ تۇتقاقلىق كېسەللىكىدىن، سەكتە ۋە باشقا قىزىتمىلىق كېسەللىكلەردىن كېيىن پەيدا بولغان بولسا، شۇ كېسەللىكنىڭ ئالامەتلىرىدىن ئۇنى بىلگىلى بولار، ئەگەر پالەچ مىزاجىنىڭ سوغۇقتىن ياكى ھۆللۈكتىن بۇزۇلغانلىقىدىن بولسا، ئۇنىڭ ئالامتى شۇكى، كېسەللىك ئاستا - ئاستا باشلىنار ۋە بەدەنگە تەككەن نەرسىلەرنى سېزىش ھالىتى، ئىسسىق تەبىئەتلىك دورا ۋە باشقا نەرسىلەردىن راھەتلىنىش ھالىتى، بۇنىڭ ئالامتى بولۇر ھەم ئىلگىرىكى بابلاردا ئېيتىپ ئۆتۈلگەن ھۆل سوغۇقنىڭ ئالامەتلىرى كۆرۈلەر. ھەرقاچان كىچىك بالىنىڭ سۆيدۈكى يېشىل كەلسە، بۇ شۇ بالىنىڭ پالەچ ياكى تەشەننۇج بىلەن ئاغرىيدىغانلىقىنىڭ ئالامتىدۇر. پالەچ كېسىلى بىلەن ئاغرىغان ئادەمنىڭ تومۇرى ئاجىز،

كېچىكىپ پەرقلىق سالار، ئەگەر قۇۋۇەتلىك بولسا تومۇرى ئاجىز، دولقۇنلۇق بولۇر، كۆپىنچە ۋاقىتلاردا سۈيدۈكى ئاق ياكى قىزىل كېلۇر، بۇنىڭ سەۋەبى بەش خىلدۇر. بىرىنچى، جىگەر ئاجىزلىقى سەۋەبىدىن قان ھەممە ئەزالارغا يېتەرلىك بارالماس. ئىككىنچى، جىگەردىن يۇرەككە كېلىدىغان تومۇرلاردا بىرەر توسۇلۇش ياكى ئاجىزلىق سەۋەبىدىن قانىنى يۇرەك تەرەپكە ياخشى ئەۋەتەلمەس. ئۈچىنچى، بۆرەك ئاجىزلىقى سەۋەبىدىن نورمال پائالىيىتىنى بېجىرەلمەس (ياكى ئۆزىگە كەلگەن نەرسىنى كۆتۈرەلمەس). تۆتىنچى، ئاغرىق بەك كۈچلۈك بولغانلىق سەۋەبىدىن. بەشىنچى، ياللۇغنىڭ بەك ئېغىرلىقى سەۋەبىدىن. بىلىش كېرەككى، پالەچ بولغان كىشىنىڭ بەدىنىنىڭ يېرىمى قىزىق، يېرىمى سوغۇق بولۇر، قولنىڭ تومۇرى بىر - بىرىگە ئوخشىماس (مۇخالىپ بولۇر)، يەنى ئىككى قولنىڭ مىزاجىنىڭ ئوخشىماسلىقى سەۋەبىدىن شۇنداق بولۇر، ھەرقاچان پالەچ بىمارنىڭ ئەزالىرىنىڭ رەڭگى، چوڭ - كىچىكلىكى ساق ئەزالىرى بىلەن سېلىشتۇرغاندا ئوخشاش بولسا داۋالاشنى تېز قوبۇل قىلىدىغانلىقى ھەم تېز ساقىيىدىغانلىقىنىڭ ئالامىتىدۇر. ھەرقاچان رەڭگى ئۆزگىرىپ ئورۇقلاپ (يىگلەپ) كەتسە، كىچىك بولسا، داۋالاشنى قوبۇل قىلمايدىغانلىقىنىڭ بەلگىسىدۇر.

بۇ كېسەللىكنى داۋالاشتا دەسلىپىدە ھېچقانداق داۋالاشنى قىلمىغاي، تۆت كۈن ياكى يەتتە كۈن ياكى 14 كۈندىن كېيىن ئاندىن داۋالاشنى باشلىغاي. داۋالاشنى ئۆتكۈر ھۆقنىلەرنى ئىشلىتىشتىن باشلىغاي. ئاندىن كېيىن ماددىنى لەتىفلەشتۈرىدىغان (پىشۇرىدىغان) شەربەتلەرنى يەنى مائۇلئۇسۇلغا ئوخشاش دورىلارنى بەرگەي. ئەگەر قۇۋۇتى كۈچلۈك بولمىسا، قۇرۇق زۇپانى سىركەنجۈبىل ئەنسىلى بىلەن بەرگەي ھەم ئازراق مەسرۇدىتۇسنى بەدىيان سۈيىگە سېلىپ بەرگەي ياكى سۈرگە دورىسى بىلەن قوشۇپ بەرگەي. يەنى سەبرە، شەھمەنزەل، غارىقۇن قاتارلىقلاردىن ھەب تەييارلاپ بېرىش، غىزاسىغا لەتىش، قۇۋۇەتلىك، نازۇك بولغان تائاملاردىن نانىنى مائۇلھەسەل بىلەن ياكى خەندۇرۇسنىڭ قاينىتىلغان شەربىتىنى مائۇلھەسەل بىلەن بەرگەي، ئەگەر بىمارنىڭ قۇۋۇتى ئاجىز بولسا، قۇشقاچ، قىرغاۋۇل، كەكلىك، بۆدۈنە، تاغ توخۇسى ياكى باشقا جانۋارلارنىڭ گۆشىنى كاۋاپ قىلىپ، قورسقىنى ياخشى ئاچۇرۇپ، ئاز - ئازدىن بەرگەي.

بۇ بەدەن ھارارىتىنى يۇقىرى كۆتۈرەر، شۇنىڭغا دىققەت قىلىش كېرەككى، بۇ مەجۇننى بەدەننى تازىلاپ بولغاندىن كېيىن، ئاندىن بەرگەي.

يەنە بىر مەجۇننىڭ نۇسخىسى زەنجىۋىل، ئاقىرقەرھا، سىيادان، ئاچچىق قۇستە، پىلپىل، قارىمۇچ ھەربىرىدىن 30 گىرامدىن، مۇرمەككى، سۇزاپ يوپۇرمىقى، جىنتىيانا،

زىراۋەندە، ھەببۇلغار، قۇندۇز قەھرى، شەتىرەنجى ھىندى، قىچا، بالادۇر ھەسلى، قەنت (بۇ دورىلارنىڭ مقدارى كىتابتىمۇ ئەسكەرتىلمىگەن) مۇۋاپىق مقداردا. دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، قەنتنى قىيام قىلىپ مەجۇن تەييارلىغان، بۇ مەجۇننىڭ تەسىرى يۇقىرىقى دورىلار بىلەن ئوخشاشتۇر.

ھەببى پەرپىيۇننىڭ نۇسخىسى سەكبىنەج، غارىقۇن، شەھمەنزەلنىڭ لېپشى، مۇقەل بىر ھەسسىدىن، سەبرە ئىككى ھەسسە، مۇقەلنى رەيھان سۇيىدە ئېرىتىپ، باشقا دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، شۇ سۇدا يۇغۇرۇپ ھەب تەييارلىغاي. بۇ ھەبنىڭ بىر قېتىملىق يېيىش مقدارى 7.5 گىرامدىن بولۇر. ئەگەر بىمارنىڭ بەدىنى بەك ئاجىز بولسا، 3.5 گىرامدىن يېگەي.

ھەببى شەترەنجىنىڭ نۇسخىسى سەبرە 60 گىرام، ئاقلانغان سېرىق ھېلىلە 30 گىرام، شەترەنجى ھىندى، نەمەك ھىندى ھەربىردىن ئالتە گىرامدىن، قەنت 12 گىرام. دورىلارنى رەيھان سۇيىدە يۇغۇرۇپ ھەب تەييارلىغاي، بىر قېتىملىق يېيىش مقدارى 7.5 گىرام بولۇر.

يەنە بىر ھەببى شەترەنجىنىڭ نۇسخىسى سەكبىنەج، مۇقەل، جاۋشىر ھەربىردىن 5.4 گىرامدىن، ئېگىر، شەترەنجى ھىندى، قارا تۇزدىن 1.5 گىرامدىن، شەھمەنزەلنىڭ لېپشى، غارىقۇن ھەربىردىن 2.5 گىرامدىن، قىچا، پىلپىل ھەربىردىن سەككىز گىرامدىن، سوقمونىيا ئىككى گىرام، زەنجىۋىل 1.5 گىرام. دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، رەيھان سۇيى بىلەن يۇغۇرۇپ ھەب تەييارلىغاي.

ھەببى سەكبىنەجنىڭ نۇسخىسى سەكبىنەج، ئوشەق، مۇقەل، جاۋشىر، شەھمەنزەلنىڭ لېپشى، ئادراسمان ئۇرۇقى ھەربىردىن 5.4 گىرامدىن، سەبرە 1.5 گىرام، ئاقلانغان تۇربۇت توققۇز گىرام. دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ رەيھان سۇيى ياكى سۇزاپ سۇيىدە يۇغۇرۇپ ھەب تەييارلىغاي. بۇ دورىلارنىڭ ھەممىسى بىر قېتىمدىلا ئىستېمال قىلىنار ياكى بىمارنىڭ ئەھلي ئەھۋالىغا قاراپ بەرسە بولۇر.

ھەببى مەنتىننىڭ نۇسخىسى سەبرە، ئاقلانغان تۇربۇت ھەربىردىن 1.5 گىرامدىن، قۇندۇز قەھرى، پەرپىيۇن ھەربىردىن 2.25 گىرامدىن، مۇقەل، ئوشەق، سەكبىنەج، جاۋشىر، ئادراسمان ئۇرۇقى ھەربىردىن 4.5 گىرامدىن. دورىلارنى قائىدە بويىچە تەييارلاپ، ھەممىسىنى بىر قېتىمدىلا ئىستېمال قىلار.

ھەببى مەنتىننىڭ يەنە بىر نۇسخىسى سەبرە 30 گىرام، شەھمەنزەلنىڭ لېپشى، قەنتەرىيۇن ھەربىردىن 15 گىرامدىن، پەرپىيۇن 5.7 گىرام، قۇندۇز قەھرى، پىلپىل،

سەكبىنەج، جاۋشىر، شەترەنجى ھندى، قىچا ھەربىردىن ئۈچ گىرامدىن. دورىلارنى سۈزۈپ سۈيىدە يۇغۇرۇپ ھەب تەييارلاپ، 10 غا بۆلۈپ، 10 قېتىم ئىستېمال قىلار.

مۇھەممەد زىكرىيا ئېيتقان يەنە بىر ھەبنىڭ نۇسخىسى مۇھەممەد زىكرىيا مۇنداق دەيدۇ: بۇ ناھايىتى پايدىلىق دورا بولۇپ، تەسىرى ناھايىتى تېز. تەركىبى: ھىلە، قۇندۇز قەھرى، شەھمەنزەل لېشى، ئەفسەنتىن ھەربىردىن ئۈچ گىرامدىن، مۇقەلنى باشقا دورىلار بىلەن بىرلىكتە ئېزىپ ھەب تەييارلىغاي ھەم بۇ دورىلارنىڭ ھەممىسىنى بىر قېتىمدىلا ئىستېمال قىلغاي.

يەنە بىر رېتسېپنىڭ نۇسخىسى زىراۋەندە تەۋىل، پىلپىلدىن 1.5 گىرامدىن ئېلىپ، ھەر ئىككىسىنى يۇمشاق سوقۇپ، سۈفۈپ تەييارلاپ، بىر قېتىمدىلا ئىستېمال قىلغاي. بۇ سۈفۈپنى بىرقانچە كۈن يېگەي، بۇ ناھايىتى پايدىلىق دورىدۇر.

يەنە بىر نۇسخا قۇندۇز قەھرى 1.5 گىرام، قەنتەرىيۇن، ئاقىرقەرھا ھەربىردىن 1.5 گىرامدىن، قەردمانە ئالتە گىرام. بۇ دورىلاردىن سۈفۈپ تەييارلاپ، ئىككىگە بۆلۈپ سۈزۈپ سۈيى بىلەن ئىستېمال قىلغاي. تۆۋەندىكى ھۆقنە بىلەن بەدەننى تازىلىغاي. شەھمەنزەل لېشى، قەنتەرىيۇن، ئاچچىقسۇ، زەيتۇن يېغى، گۈلقەنت قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، قائىدە بويىچە ھۆقنە قىلغاي ۋە بۇ ھۆقننىنى بىرقانچە كۈن ئارقىمۇئارقا قىلغاي. بەدەننى تازىلاپ بولغاندىن كېيىن، بىمارنىڭ بېشىغا ھىجامەت قويغاي ھەم بەدەننى ئىسسىق تەبىئەتلىك مايلار بىلەن مايلىغاي. بىمارنى خۇمدانغا (ھور مۇنچىسى بولسىمۇ بولىدۇ) كىرگۈزگەي، قۇمغا كۆمگەي، ئارشاڭ ۋە دەريا سۈلىرىدا ئولتۇرغۇزۇش، بەدەننىڭ قۇۋۇتىگە بېقىپ جاپالىق ئىشلار بىلەن شۇغۇللاندۇرۇش، قورساقنى ئاچ قويۇش، ئۇنلۇك ئاۋازلاردا ۋارقىراش، ئاچچىقلىنىش ھەم ئۇنلۇك ئاۋازدا قۇرئان ئوقۇش، ئاچچىقسۇ بىلەن ئېغىزنى چايقاش ۋە غار - غار قىلىش بەك پايدىلىقتۇر. بۇلار تۇرۇپ قالغان ماددىنى تارقىتار، بەدەن ھارارىتىنى ئۆرلىتەر.

ھەرقاچان ھىجامەت قويسا، ئۇزاق قويماي، لوكقىنى تېزدىن ئېلىۋېتىپ يەرلىك ئورۇنغا ئىسسىق تەبىئەتلىك زىماتلارنى سۈركىگەي. بۇ خىل ئۇسۇل پەي ۋە ئەسەبلەرگە ئىسسىق ئۆتكۈزەر، ئەگەر ئاغرىق ئۇزاققا سۈرۈلۈپ كەتسە، ھەببى ئىيارەج، بىخ كەبىر بەرگەي. بىمارنىڭ ئۇچا، بىقىن (كېرگەت ئەتلىرى) قاتارلىق جايلىرىنى قۇستە يېغى بىلەن ياغلىغاي، ئەگەر شارائىت يار بەرسە قەي قىلدۇرغاي، قەي قىلدۇرۇش بۇ كېسەللىكنىڭ باشلىنىش ۋە ئاخىرقى باسقۇچىدا ناھايىتى پايدىلىقتۇر. مائۇلھەسەلگە بىدەنجىر يېغى، ئاچچىق بادام يېغى قاتارلىقلارنى قوشۇپ بەرسە، كېسەللىكنىڭ باشلىنىش ۋە ئاخىرقى باسقۇچىدا پايدىلىقتۇر. لېكىن ئاخىرىدا بەرگەن

ياخشىراق، توشقانـنىڭ مېڭىسـنى كاۋاپ قـىلىپ، پالـەچ ۋە رەئىشە بـولغان بـىمارلارغا بەرسـە، ناھايىتى پايدا قىلار، ھەسەل بىلەن قوشۇپ بەرسىمۇ بولۇر.

مائۇلئۇسۇلنىڭ نۇسخىسى كەرەپشە يىلتىزىنىڭ پوستى، بەدىيان يىلتىزىنىڭ پوستى ھەربىردىن 30 گىرامدىن، ئىزخىر يىلتىزى، گەركۇھەن (بۇ ئاتالغۇ لۇغەتلەردە ئۇچرىمىدى) ھەربىردىن 21 گىرامدىن، ئارپىبەدىيان، رۇمبەدىيان، جۇۋىنە، سىيادان، قەنتەرىيۇن، ئاقرقەرھا، زەنجىۋىل، قەردمانە، سۇزاپ ئۇرۇقى، شەترەنجى ھندى ھەربىردىن 15 گىرامدىن، بىدەنجىر يېغى 12 گىرام. دورىلاردىن قالغىنى بويىچە شەربەت تەييارلىغاي.

قۇستە يېغىنىڭ نۇسخىسى ئۇبەھەل، زەنجىۋىل، ئېگىر، ئىزخىر بىر ھەسسىدىن، ئاچچىق قۇستە ئۇچ ھەسسە، سۇمبۇل ئىككى ھەسسە. دورىلارنى چالا سوقۇپ قاينىتىپ، سۇنىڭ رەڭگى قىزىلغا ئۆزگەرگەندە ياكى سۇنىڭ مقدارى ئەسلىدىكىنىڭ ئۇچتىن بىر ھەسسىسچىلىك قالغاندا سۈزۈپ، دورا سۈيىنىڭ مىقدارىچىلىك ياغ قوشقاي (كىتابتا نېمىنىڭ يېغى قوشۇلىدىغانلىقى ئەسكەرتىلمىگەن، لېكىن زەيتۇن يېغى قوشۇپ ئىشلەتسە بولۇر — تەرجىماندىن)، يەنە قاينىتىپ، ياغنىڭ مقدارى قالغاندا ئۇنىڭغا قۇندۇز قەھرى، پىلپىل، لايىقلاشتۇرۇلغان پەرپىيۇن قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مقداردا قوشۇپ ئىشلىتىلگەي.

سۇزاپ يېغىنىڭ نۇسخىسى ھۆل سۇزاپنىڭ سىقىلغان سۈيىدىن ئىككى كىلوگىرام، سەۋسەن يېغىدىن 5000 گىرام ئېلىپ، دورىلارنى قوشۇپ سۇس ئوتتا قاينىتىپ، ياغنىڭ مقدارى قالغاندا ئېلىپ، قۇندۇز قەھرى، ئاچچىق قۇستىدىن 30 گىرامدىن، پەرپىيۇندىن 15 گىرام ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ ئىسسىق ۋاقتىدا ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىغاي، ئەگەر مۇمكىن بولسا سەۋسەن يېغىنىڭ ئورنىغا بىلسان يېغى ئىشلەتسە تېخىمۇ ياخشى بولۇر.

ئىككىنچى باب ساراڭلىق توغرىسىدا

ساراڭلىق تۆت خىل بولۇر، بىرى مانىيا، ئىككىنچى بىرى دائۇلكەلىب، ئۈچىنچى خىلى سەبارا، تۆتىنچى خىلى قۇتۇرۇبتۇر.

مانىيا بولغان كىشى يىرتقۇچلارنىڭ خۇيىنى ئالۇر، نېمە تاپسا سۇندۇرار، يىرتار، ھەمىشە ئەل ئارىسىغا كىرىپ ھەر قاچان ئىت ۋە بۆرىدەك ئۇرۇشۇشنىڭ قەستىدە يۈرەر، ئۇنىڭ قاراشلىرىمۇ ئادەمنىڭ قارىشىغا ئوخشىماس، بەلكى ئىت، بۆرىنىڭ قارىشىغا ئوخشار.

دائۇلكەلىب مانيانىڭ بىر تۇرى، بۇنىڭدا بىمار بەتخۇيلۇق قىلۇر، گاھى مېھرىبانلىق ئىزھار قىلۇر، ئىتقا ئوخشاش خىرىس قىلۇر.

مانيا ئىللىتىنىڭ ماددىسى كۆيگەن سەپرا بولسا، ئۇ مېڭىگە يىغىلغان بولۇر، كۆيگەن سەۋدانىڭ بۇخاراتىدىنمۇ بولۇر.

مالىخوليا سەۋدالىق قان، سەۋدالىق بەلغەم ياكى خالىس سەۋدانىڭ كۆپلۇكىدىن بولۇر.

سەبارا ئاغرىقى ئىسسىقلىقتىن پەيدا بولغان سەرسام، يۇقىرى قىزىتمىدىن كېيىن بولۇر، ئۇنىڭ سەۋەبى بىمار تەبئىتىنىڭ قۇرۇقلۇقىدۇر. ئاشۇ سەۋەبتىن بەدەن ھارارىتى، كۆيگەن سەپرانىڭ بۇخاراتى مېڭىگە ئۆرلەپ، قىزىتمىسى پەسىيەر.

قۇتۇرۇپ مالىخوليانىڭ بىر تۇرىدۇر، بىمار بىر يەردە تۇرار، قەتروب بىر كىچىك جانىۋارلارنى كۆرستەر، بۇ پاشىغا ئوخشاش بولۇپ، سۇنىڭ ئۈستىدە يۈرەر، ئىلدام - ئىلدام، ئوڭ - سولغا ھەرىكەت قىلار، قالايمىقان ھەرىكەت قىلۇر، بۇ خىل سارىڭلىققا گىرىپتار بولغان كىشىنىڭ زىيادە بىئارامليقىدىن قۇتۇرۇپ دەپ ئاتار.

ئالامىتى

مانيا بىلەن ئىسسىقتىن بولغان سەرسامنىڭ پەرقى شۇكى، سەرسام بولغان كىشىنىڭ ئىسسىتمىسى قىزىق، كۆزلىرى قىزىل بولۇپ، كۆزلىرىنىڭ تومۇرى كۆپەر.

مانيا بولغان كىشىنىڭ كۆزى قۇرۇق بولۇپ، ئولتۇرۇشۇپ كېتەر، يۈزىنىڭ تېرىسى ۋە پېشانىسى قۇرۇق ۋە قىلىن، ئورۇق بولۇر. بەھوش كىشىدەك تولا سۆزلەر، بەدىنىنىڭ قۇرۇقلۇقىنىڭ سەۋەبىدىن تومۇرلىرى تېز سالار، كۆپ ۋاقىتلاردا پېشابى رەڭلىك بولۇر، گاھى رەڭگى قىزىلغا مايىل بولۇر، قىيامى ئىككىلا ھالدا سۇيۇق بولۇر، ماددىسى كۆيگەن سەپرادىن بولسا ئىتتەك سەكرىگەك، ئۇرۇشقاق بولۇر، پات - پات ھەرىكەت قىلۇر، يەنە ئارام ئالۇر. بۇ ئاغرىقنىڭ ماددىسى كۆيگەن سەۋدادىن بولسا جىمغۇر بولۇر، بەلكى بىر نەرسە ئويلاۋاتقان كىشىدەك بولۇر، لېكىن تۇيۇقسىز قوزغىلىپ ھەرىكەتكە كەلسە توختىتىش ئىنتايىن مۇشكۇل بولۇر، كېچىكىپ ئارام تاپۇر.

دائۇلكەلىب بولغان كىشى بۇ ئىككى ئاغرىقنىڭ ئوتتۇرىسىدا بولۇر، چۈنكى بۇ كېسەللىكنىڭ ماددىسىغا قان ئارىلاشقاندۇر.

سەبارا بولغان كىشى ھەممىدىن ئازابلىق ۋە بىئارام بولۇر، بەھوش كىشىدەك كۆپ سۆزلەر، پېشابى كۆپ، ئاق، سۇيۇق كېلۇر، شۇنىڭ ئۈچۈنكى، يۈزىنىڭ ھەممە ھارارىتى مېڭىسىدە

توختار، بۇ سەۋەبتىن ئۆزىدىن بىخەۋەر بولۇر، گاھى سۆيدۈكى تۇتۇلار، بىمار قولىنى دوۋسۇنغا ئۇرۇپ، ئۇۋۇلاپ ببرەر، ئەقلىنىڭ يوقالغانلىقى سەۋەبىدىن ئىشنى بىلمەس، گاھى ھەممە ئەزالىرى تىترەر.

قۇتروب بولغان كىشى ئەلدىن قاچار، ھەتتا گۆرىستانغا ببرىپ ياتار، ئۇنى كىشى كۆرمەس، ئۇ كىشىنى كۆرسە قاچار. ئەگەر قاچقان تەرەپتە يەنە كىشىنى كۆرسە، ئۇنىڭدىنمۇ قاچار، ئەگەر قاچقان تەرەپتە يەنە كىشىنى كۆرسە ئۇنىڭدىن ھەم قاچار، چىرايى تۇتۇق، تۇرۇلگەن بولۇر، كۆڭلىدە ئەنسىزچىلىك، ئايبغدا جاراھەت تۇگمەس، چۈنكى كېچىسى كۆپ يول يۈرۈپ پۇتنى تاشقا ئۇرغانلىقتىن جاراھەت بولۇر. بۇنداق ئاغرىغان كىشىدىن كۆپ ھەزەر قىلغاي، چۈنكى بۇ كىشى ئەلدىن قورقار، ئۆز كۆڭلىدە ئەلدىن قېچىشنى ئويلار، ئەگەر كىشىنىڭ قولىغا چۈشسە قۇتۇلۇش تەس دەپ ئويلار.

داۋالاش

بىمارنىڭ ئىلاجى ئىسسىقتىن بولغان سەرسامغا يېقىن كېلۇر، ئاۋۇال قارىغاي، ئەگەر كېسەللىك خىلتىنىڭ كۆپلۈكىدىن بولسا، قان ئالغاي. يامان قانىنى ئازايتقاي، ھۆللۈك پەيدا قىلىدىغان تەدبىرلەرنى قىلغاي، يەنە مەلۇم مىقداردا سەۋدا خىلتىنى چىقارغاي، بۇ كېسەللىك قان خىلتىدىن ياكى سەۋدا خىلتىدىن بولسا قان ئالغاندىن كېيىن مەتبۇخى ھېلىلە بىلەن سۈرگە بەرگەي، ئەگەر سەۋدا خىلتىدىن بولسا مەتبۇخى ئەفتمۇن بىلەن سۈرگە بەرگەي.

مەتبۇخى ئەفتمۇننىڭ نۇسخىسى ئىلگىرىكى بابتا بايان قىلىپ ئۆتۈلگەن.

مەتبۇخى ھېلىلە نۇسخىسى ھېلىلە پوستى 33 گىرام، ھېلىلە كابۇلى پوستى 30 گىرام، ئەفسەنتىن رۇمى، ئەفتمۇن ھەربىردىن 12 گىرامدىن، چالا سوقۇلغان بىستىپايەج 15 گىرام، سانائى مەككى توققۇز گىرام، چالا سوقۇلغان تۇربۇت 12 گىرام، قارىئۆرۈك 30 دانە، تەمرى ھىندى، فۇلۇس ھەربىردىن 60 گىرامدىن، تەرەنجبىن 150 گىرام، بۇ دورىلارنى جەم قىلىپ، قائىدە بويىچە قاياناتقاي ۋە سۈزگەي. ئەگەر زۆرۈر بولسا، يېرىم گىرام مەھمۇدى قوشۇپ ئىرىتىپ ئىچكۈزگەي.

بۇ ئىيتىلغان ئۇسۇل مەتبۇخى ئەفتمۇننىڭ ياسلىش ئۇسۇلىدۇر، ئەمما تېۋىپ ھەر كىشىنىڭ ھالىغا قاراپ ئاز قىلىپ، كۆپ قىلىدىغانىنى كۆپ قىلغاي. بەزىدە بۇ مەتبۇخقا بىنەپشە، نىلۇپەر، چىلان قوشقاي، ئاشقازانىنى نەزەردە تۇتۇپ، مەستىكى، رۇمبەدىيان قوشقاي.

ھۆللۈك پەيدا قىلىش ئۇسۇلى: ھەر كۈنى ئەتىگەندە 120 مىللىلىتىر كاشكاپ، 60 مىللىلىتىر كۆكنار شەربىتى بىلەن توققۇز مىللىلىتىر بادام يېغىنى بەرگەي.

كۆكنار شەربىتى نۇسخىسى نېلۇپەر سۈيى، بىنەپشە سۈيى ھەربىردىن 350 گىرامدىن، ئاق كۆكنار ئۇرۇقى 300 گىرام. دورىلارنى يۇمشاق سوققاي، بەزى تېۋىپلار ئاق بەڭ ئۇرۇقىنى بۇ سۇلارغا سىلىپ ئۇچ كۈن تۇرغۇزار، ئاندىن بۇ ئۇرۇقلارنى قولدا ئېزىپ سقىپ، سۈيىگە 720 گىرام شېكەر سىلىپ، قاينىتىپ قىيامغا كەلتۈرەر. بۇ شەربەتنى ئىچكەندىن كېيىن مۇنچىغا كىرگەي ياكى ئىابزەنگە (دورا قاينىتىلمىسى) كىرگەي، بەدەنگە بىنەپشە يېغى سۈركىگەي، مۇنچىدىن چىققاندىن كېيىن ئارام ئېلىپ ئولتۇرغاي، غىزاسىغا يېنىك، ئاسان ھەزىم بولىدىغان غىزا بەرگەي، ئەگەر كاشكاپتىن مالال بولسا تاتلىق ئانار شەربىتى بىلەن بەرگەي، ئەگەر مىزاجى قۇرۇق بولسا ئەينۇلا شەربىتى بەرگەي، ئۇ مىزاجنى ھۆل ھەم مۇلايىم قىلار.

ئەگەر مېڭىدىكى قاننىڭ زىيادىلىكىدىن بولسا، تىلىنىڭ ئاستىدىكى تومۇرى، پېشانە تومۇر، بۇرۇن تومۇرىدىن قان ئالغاي.

ئەگەر سەۋدانىڭ زىيادىلىكىدىن بولسا كېچىسى ئالتە گىرام ھەببى شەبيار بەرگەي.

ھەببى شەبيار نۇسخىسى ئايارەج پەيقرا، ئەفتىمۇن ھەربىردىن ئالتە گىرامدىن، ئۇستقۇددۇس، شەھمەنزەل ھەربىردىن ئۈچ گىرامدىن، يۇيۇلغان ھەجەرى ئەرمىنى ۋە لاجۇەرد، قارا خەربەق، كەتىرا ھەربىردىن ئۈچ گىرامدىن، ھىلىلە كابۇلى ئالتە گىرام. بۇ دورىلارنى جەم قىلىپ قائىدە بويىچە ھەب ياسىلىدۇ.

ئەگەر كۆيگەن سەپرانىڭ زىيادىلىكىدىن بولسا ھەببى شەبيارنى تۆۋەندىكىدەك تەييارلاپ بەرگەي.

ئايارەج پەيقرا، سىرىق ھىلىلە، ئەفتىمۇن بىر ھەسسىدىن، مەھمۇدە يېرىم ھەسسە، مۇرمەككى تۆت گىرام. ئەمما بۇ ھەبلەرنى بىمارنىڭ ھالىغا قاراپ بەرگەي، ھەر كۈنى بىرقانچە قېتىم نۇتۇل قىلسا بولۇر، خۇسۇسەن ئىچنى تازىلىغاندىن كېيىن.

نۇتۇل نۇسخىسى بىنەپشە، نېلۇپەر، ئاق لەيلى گۈلى، رەيھان ئۇرۇقى، ئارپا سۈيى، سۆگەت يوپۇرمىقى، بابۇنە، ھەببۇلئاس يوپۇرمىقى، ئىتئۈزۈمى يوپۇرمىقى ھەربىردىن بىر چاڭگالدىن. بۇ دورىلارنىڭ ھەممىسىنى قاينىتىپ، مۇنچىغا ئېلىپ كىرىپ، ھورىغا پېشانىسىنى تۇتۇپ تەرلەنگەي، ئاندىن بۇ سۇنى ئىلمان قىلىپ بېشىغا تېمىتقاي. ئوغلاقنىڭ كالا - پاچىقىنى پىشۇرۇپ، شورپىسىنى بېشىغا قويغاي، قىز بالىنى ئېمىتىدىغان سۈتىنى بېشىغا ساغقاي. ئەگەر ئۇيقۇسى كەم بولسا كۆكنار، بابۇنەنى قاينىتىپ بېشىغا قۇيغاي، غىزاسىغا كاھۇ ئۇرۇقىنى

پىشۇروۇپ بەرگەي ھەم ئازراق دارچىن سالغاي. بۇسى مېڭگە بارسا بولماس، دائىم يوتىلىرىنى، پاچاقلىرىنى باغلاپ قويغاي، پۇتىنى ئىسسىق سۇ بىلەن يۇغاي، ئەگەر پۇتىنى يۇيىدىغان سۇغا بابۇنە سېلىپ قاياناتسا ياخشى بولۇر.

قاپاق ئۇرۇقىنىڭ مېغىزىنى بىنەپشىنىڭ سۇيىگە چىلاپ، يېغىنى چىقىرىپ بۇرنىغا تېمىتقاي ھەمدە كىندىكى، سوگى، تاپىنىغا سۈركىگەي. قاپاق ئۇرۇقىنىڭ يېغىنى ئايال كىشىنىڭ سۈتى بىلەن تۇخۇمنىڭ ئېقىغا ئارىلاشتۇرۇپ بېشىغا چاپقاي، بۇرنىغا تېمىتسا ياخشى بولۇر. پېشانىنى راۋان قىلىدىغان ھەرقانداق دورىدىن پەرھىز قىلغاي، ھەرقانداق نەرسە، ھەرقانداق غىزا، دورىلار توسالغۇ پەيدا قىلسا، ئۇنىڭدىن ھەم پەرھىز قىلغاي، قىيامغا يەتكەن ئاق رەڭلىك شاراب مۇۋاپىق كېلۇر، ھۆللۈك پەيدا قىلۇر، ئۇيقۇ كەلتۈرەر.

ئەگەر بۇ ئاغرىق كىشى باشقىلارغا ئازار بەرسە، ئۆزىگە زىيان كەلتۈرىدىغان ئىشلارنى قىلىپ يۈرسە باغلاپ قويغاي، ئىلاجىنى قىلىش كېرەك، قەپەسنىڭ ياساپ ئىچىگە سولاپ، قەپەسنىڭ ئاغزىنى ئېتىپ، ئېسىپ قويسا ياخشى بولۇر.

قۇتۇرۇب ئاغرىقى بولغان كىشىگە ھەم بۇ ئۇسۇل بىلەن ئىلاج قىلغاي، قۇتۇرۇب بولغان كىشىدىن قانىنى ھوشسىزلانغۇدەك دەرىجىدە كۆپرەك ئالغاي ھەمدە بەدىنىگە ھۆللۈك يەتكۈزۈشتە قانداق چارە ۋە ئۇسۇللار بىلەن بولسۇن ھۆللۈك يەتكۈزۈش ۋە ئۇيقۇ كەلتۈرۈشكە تىرىشقاي. قايسى نۇسخا بىلەن مۇۋاپىق بولسا سۈرگە بېرىپ مائۇلھەسەل ئىچكۈزۈش پايدا قىلۇر. ئەگەر بىر ھەپتىگىچە ئەتىگەندە مائۇلجەبىن شەربىتىنى شېكەر بىلەن تاتلىق قىلىپ بېرىپ سۈرگۈچى دورىسىغا ئايارەج ئەركانىيس بىلەن ياكى باشقىسى (ئايارەج ھۇرمۇس ياكى ئايارەج رۇفىس) بىلەن سۈرگە بەرسە ياخشىراق بولۇر. سۈرگە بېرىپ بولغاندىن كېيىن مېڭىنى قۇۋۇەتلەندۈرۈش ئۈچۈن تەرياقى پارۇقى بىلەن داۋائىمشكى مۆتىدىل، خېمىرى ئەۋرىشىم، خېمىرى گاۋزىبان ساددە، خېمىرى گاۋزىبان ئەنبىرى بېرىش مەنپەئەتلىك بولۇر. يېغىپ ئېيتقاندا ئۇيقۇ كەلتۈرۈشكە ئۈزلۈكسىز چارە قىلغاي. ئۇيقۇ كەلتۈرۈشكە ئۇنۇملۈك بولىدىغىنى ئەپيۇندۇركى، تۈزەتكۈچى دورىسى زەپەر ۋە قۇندۇز قەھرى، تاتلىق بادام مېغىزى ھەم شۇنىڭغا مۇناسىپ مۇۋاپىق مىقداردىكى دورىلارنى بىرلەشتۈرۈپ ئىستېمال قىلدۇرۇپ ئۇيقۇ كەلتۈرگەي. ئەگەر ھەرقانچە ئىلاج قىلىپ ياخشىلانمىسا ئۇ بىمارنى بەدەن ۋە مېڭىسىگە ھۆللۈك يەتكۈزىدىغان ۋە قۇۋۇەتلەيدىغان لەتىف تاماقلار بىلەن غىزالاندۇرغاي، ئەگەر ئۇخلاپ ھوشىغا كەلمىسە بېشىغا ئىسسىق سۇ قۇيۇش، داغ سېلىش بىلەن ھوشىغا كەلتۈرگەي. ئەگەر يەنە ھوشىغا كەلمىسە لۆكۈگنى ھۆللەپ ئىسسىق قىلىپ ئارقىمۇئارقا قويغاي.

ئۇچىنچى باب ئىشق كېسەللىكى توغرىسىدا

ئىشق شۇنداق كېسەلدۇركى: كىشىلەر بۇ كېسەلدە چىرايلىق نەرسە ياكى چىرايلىق شەخسنىڭ جامالى ۋە گۈزەللىكىگە كۆيۈپ قېلىپ شۇنىڭ ئۈي - پىكرىنى ئۆزىگە ئېلىۋالۇر. داۋاملىق شۇنى قولغا كەلتۈرۈشنىڭ كويىدا يۈرەر ۋە ئۇ خيالنى كۆڭلىگە پۈكەر. ئۇنىڭ شەھۋانىي كۈچى شۇ ئارزۇسىنى قوزغاشقا ياردەم بېرۇر. شۇنىڭ بىلەن ئۇنىڭ ئىشق ئوتى تېخىمۇ كۈچىيەر. ئىشقى خيال ئۇنىڭ دىلى ۋە مېڭىسىگە بېكىنگەن ۋاقتىدا مالىخوليانىڭ ئوخشاش مەشۇقىنىڭ كويىدا تۇرلۇك قالايمقان ئۈي - خيالالارنى قىلىدىغان بولۇپ قالۇر.

ئالامتى

كۆزلىرى چوڭقۇرلىشىپ قۇرۇق بولۇپ قالۇر. ئەمما ئويلاپ يىغلايدىغان بولۇپ قالۇر. بۇ كىشىنىڭ سۆزى كۆزنىڭ ئىشارىتى بىلەن بولۇر، مەسىلەن: بىر كىشىدىن ياخشى بىر نەرسىنىڭ خەۋىرىنى ئاڭلىسا ياكى بەك چىرايلىق نەرسىنى كۆرسە كۆزى كۈلەر. يەنە بىر ئالامتى تولا ئاھ تارتىپ، ئىچ - ئىچىدىن ئۇلۇغ - كىچىك تىنار، ھەرقاچانكى مەشۇقىنىڭ ۋىسالىغا يېتىش مەزمۇنىدىكى ئىشق - مۇھەببەت، ناخشا - غەزەللەرنى ئاڭلىسا ئۆزىدىن خۇش بولۇپ يۈرەر. ئەگەر ئۇ بېيتلەر ۋە غەزەللەردىن جۇدالىق، مەھرۇملۇقنىڭ خەۋىرىنى ئاڭلىسا غەملىك بولۇپ يىغلار. يەنە ئىشقى خيالى يانماس. ئۇنىڭدىن ھەرقانچە يامانلىق كۆرسىمۇ كۆزىگە كۆرۈنمەس. يەنە بىر ئالامتى: تومۇرى ھەر خىل مۇختەلىپ ئۆلچەمسىز سالار. بولۇپمۇ مەشۇقىنى كۆرسە ياكى مەشۇقىنىڭ ئېتىنى ئاڭلىسا ياكى خەۋىرىنى ئىشتىسە تومۇرى شۇئانلا ئۆزگىرەر. ئۇنداق بىمار كىمگە ئاشىق بولسا ئۇنىڭ ئېتىنى دىلىدا مەخپىي تۇتار. ئۇنىڭ ئاشىق بولغان مەشۇقىنى بىلىشىنىڭ ئۇسۇلى شۇكى: ماھىر بولغان تېۋىپ ئۇنىڭ تومۇرىغا قولىنى قويۇپ تۇرۇپ مەشۇقىنىڭ بار - يوقلۇقىغا ئالاقىدار ئىشلارنى ناھايىتى چىرايلىق سۆزلەر بىلەن سوراپ، ئاندىن مەشۇقىنىڭ ئېتىنى سورار. ئۇنىڭ نامىنى دەپ بولغاندا ئۇنىڭ بارلىق ئەھۋاللىرىنى سورار. بىمارنىڭ تومۇرىنى تۇتۇپ تۇرۇقلۇق مەشۇقى ھەققىدىكى سۆزلەر بىلەن گەپ سوراپ سىناق قىلغاندا ئىسمىنى ئاغزىغا ئالغاندا، يۈرت، مەھەللە، ئاتا - ئانىسى، يېقىن تۇغقانلىرىنىڭ نامىنى دېگەندە تومۇرى ئۆزگىرىپ دولقۇنسىمان سالغىلى تۇرسا ئۇ ئاشىقىنىڭ مەشۇقى شۇ شەخس ئىكەنلىكى مەلۇم بولۇر. ھەكىم ئەبۇ ئەلى ئىبن سىنانىڭ بىر ئىشق كېسەللىكى بىلەن ئاغرىغان

بىمارنىڭ دىياگنوزىنى قويۇپ ساقايتقان تەجربە ھېكايىسى:

غوجا ئەبۇ ئەلى ئىبن سىنا بىر چاقىرىق بىلەن خارەزمدىن جۇرجانغا كەلدى. جۇرجاننىڭ ۋالىسى شەمسۇل مەئالى قابۇسنىڭ يۇرتىدىن بىر تۇغقىننىڭ ئوغلى شۇ ئىشقى كېسىلىگە مۇپتىلا بولغان ئىدى. شۇ شەھەرنىڭ كۆپلىگەن تېۋىپلىرى ھەر خىل داۋالاپ، چارە - ئۇسۇللارنى قىلدى. ئەمما ئۇ بىمارغا بۇ داۋالار ھېچ شىپالىق تەسىر كۆرسەتمىدى. قابۇس جانابلىرى بىمارغا داۋا تەسىر قىلمىغانلىقىنى ئاڭلاپ بەك ئەنسىرەپ غەمكىن بولۇپ كەتتى. شۇ ئاندا قابۇسنىڭ ئوردىسىدىكى خىزمەتچىلىرىدىن بىر كىشى شۇ خەۋەرنى بەردىكى: سەھرادا پۇلان قەبىلىسىگە بىر تېۋىپ كەپتۇ، بەك ھوشيار ھەم قولى مۇبارەك ماھىر تېۋىپمىش. شۇ يۇرتنىڭ ئادەملىرىدىن كۆپ بىمارلارنى داۋالاپ شىپا تېپىپتۇ دېگەن ئىدى. قابۇس دېدىكى، ئۇنداق بولسا شۇ تېۋىپنى دەرھال چاقىرتىڭلار، بۇ بىمار بالىنى شۇ تېۋىپقا كۆرسىتىڭلار. شۇ ئەمرىگە بىنائەن خۇاجە ئەبۇ ئەلى كۆردىكى ئۇ بەك چىرايلىق، قەددى - قامىتى كېلىشكەن (22～25 قىچە ياشتا بار) يىگىت ئىكەن، ياداپ چىرايى سارغىيىپ كېتىپتۇ. خۇاجە بۇ يىگىتنىڭ تومۇرىغا قولىنى قويدى. سۈيدۈكىنى قاچىغا ئالدۇرۇپ كۆردى، بىلدىكى، بۇ ئىشقى كېسىلىگە مۇپتىلا بولۇپتۇ دېدى. ئاندىن گورگانىنىڭ ھەممە يۇرت ۋە قەبىلىلىرىنى تولۇق بىلىدىغان بىر كىشىنى قېشىمغا كەلتۈرۈڭلار دېدى. شۇنىڭچە شۇنداق بىر خەۋەرنى بىلىدىغان كىشىدىن بىر بۆلەك كىشى چاقىرتىپ ئېلىپ كېلىندى. ئەبۇ ئەلى ئىبن سىنا بۇ يىگىتنىڭ تومۇرىغا قولىنى قويۇپ دىققەت بىلەن گورگانىنىڭ بارلىق مەھەللىلىرىنىڭ ئېتىنى بىلىدىغان كىشىدىن سۆزلەڭ، گورگانىنىڭ يىراق - يېقىن بارلىق مەھەللىلىرىنىڭ نامىنى ماڭا بىر بىرلەپ سۆزلەپ بېرىڭ دېگەنتى. راستتىن ئۇ كىشى گورگانىنىڭ مەھەللىلىرىنىڭ نامىنى ئاغزىغا ئالغاندا بۇ بىمارنىڭ تومۇرى ئادەتتىكىدىن باشقىچە قوزغىلىپ سوقتى. يەنە خۇاجە ئەبۇ ئەلى دېدىكى، ئەمدى مۇشۇ مەھەللىنىڭ ئىچىدىكى ئادەملەرنىڭ نامىنى بىلىدىغان كىشىنى كەلتۈرۈڭلار دېدى. ئاندىن شۇ ئىشتىن خەۋەردار كىشىنى كەلتۈردى. ئۇ كىشى شۇ مەھەللىنىڭ ئادەملىرىنىڭ ئىسمىنى توۋلاپ كېتىۋېتىپ، بىر ئائىلىدىن بىر قىزنىڭ نامىنى ئاغزىغا ئالغاندى، يەنە ئۇ يىگىتنىڭ تومۇرى دولقۇنلاپ سوقۇپ كەتتى. شۇ ئاندىلا خۇاجە ئەبۇ ئەلى «بولدى، ئەمدى كېسەلنىڭ دىياگنوزى مەلۇم بولدى» دېدى (ئاندىن چاقىرتىلغان كىشىلەرنى ئۆزىتىپ قويدى). خۇاجە ئەبۇ ئەلى بۇ بىمارنىڭ ئائىلىسىدىكى خىزمەتچىلەرگە پالان مەھەللىدىن پالان ئۆيلۇكنىڭ پالانە قىزىغا ئاشىق بولۇپ قاپتىكەن، بۇ سىرنى ئېيتالماي كېسەلچان بولۇپتۇ، بۇنىڭ داۋاسى شۇ مەشۇقىغا يەتكۈزۈشتىن باشقا بولمايدۇ، دېدى. بۇ ئوغۇل بۇ سۆزنى ئاڭلاپ خىجىل بولۇپ بېشىنى تۆۋەن سېلىپ ئولتۇردى.

خىزمەتكارلار ئۆيىنى خالىي قىلىپ ئۇ ئوغۇلىنىڭ كۆڭلىدىكى مەقسىتىنى ئۇقۇپ، ئەبۇ ئەلى ئىبن سىنا ھەكىمنىڭ كېسەلگە توغرا ھۆكۈم قىلغانلىقىغا تەستىق قىلدى، ئاندىن ئۇلار بۇ ئىشنىڭ ھەقىقىتىنى ئايدىڭلاشتۇرغانلىقىنى قابۇس جانابلىرىغا دېدى. قابۇس بۇ ئىشقا ھەيران قالدى. خۇاجە ئەبۇ ئەلىنى چاقىرتىڭلار دېدى. خۇۋاجە ئەلى چاقىرتىپ كېلىندى. قابۇس: خۇۋاجە ئەبۇ ئەلى سىزمۇ؟ دېدى. مەن خۇۋاجە ئەبۇ ئەلى بولىمەن جانابلىرى ئۇلۇغ پادىشاھ، دېدى. قابۇس تەختىدىن چۈشۈپ بىر قەدەم مېڭىپ، خۇۋاجە ئەبۇ ئەلى ئىبن سىنانىڭ ئالدىغا كېلىپ (ئېھتىرام بىلدۈرۈپ) كۆرۈشتى. تەختىنىڭ ئالدىدا ئايرىم يېقىن تارتىپ ئولتۇردى. قاتتىق خۇرسەن ھالدا سوراشقى: ئەي ئۇلۇغ پەزىلەتلىك كامىل ھەكىم، بۇ كېسەل كۆرۈش ئىشلىرىڭىزنى ماڭا ئېيتىپ بېرىڭ، دېگەن ئىدى، خۇۋاجە ئەبۇ ئەلى ئېيتتى: مەن ئۇ بىمارنىڭ تۇمۇرىنى كۆردۇم ھەم سۈيدۈكىنى كۆردۇم، چوڭقۇر تەھقىقلاپ بىلدىمكى، بۇ كېسەل ئىشقى مۇھەببەت كېسىلى ئىكەن، بۇ ئوغۇل سىرنى مەخپىي تۇتۇپ بىر كىمگە مەقسىتىنى ئىپادىلىيەلمەي ئاغرىقى بۇ دەرىجىگە يېتىپتۇ. ئۇنىڭغا بۇ ھالنى دېدىم، سورىسام دېگىلى ئۇنىمىدى، ئاندىن تۇمۇرىغا تۆت بارمىقىمنى قويدۇم، ئاندىن گۇرگان ۋىلايىتىنىڭ بارلىق ئەھۋالىنى بىلىدىغان مېھمانلارنى چاقىرتىپ ھەممە مەھەللىنىڭ نامىنى دېگىلى تۇرغاندا ئۇنىڭ ئىشقى قوزغىلىپ تۇمۇرى باشقىچە سوقۇلى تۇردى. ئۇنىڭدىن بىلدىمكى مەشۇقى شۇ مەھەللىدە ئىكەن، ئاندىن ئۇلارغا شۇ مەھەللىنىڭ ھەممە كوچىلىرىنى ماڭا دەپ بېرىڭلار دېدىم. ئۇلار بىر بىرلەپ دېگىلى تۇرغانتى، ئوغۇلنىڭ مەشۇقىنىڭ كوچىسىنى دېگەندە يەنە تۇمۇرى باشقىچە سوقۇپ كەتتى. كوچىسى مەلۇم بولدى. ئاندىن شۇ كوچىدىكى ھويلا ھەرەملەرنىڭ نامىنى دەپ بېرىڭلار دېدىم. ئۇلار شۇ كوچىدىكى ھويلىلارنىڭ نامىنى دېگىلى تۇرغانتى، ئوغۇلنىڭ مەشۇقىنىڭ ھويلىسىنى دېگەندە يەنە تۇمۇرى دولقۇنلاپ سىلىپ كەتتى. بۇنىڭدىن مەشۇقى شۇ ھويلىدا ئىكەن دېدىم. ئاندىن ئۇ خەۋەرچىلەر شۇ ھويلىدىن بىر قىزنىڭ نامىنى ئاغزىغا ئالغاندا يەنە بۇنىڭ تۇمۇرى باشقىچە قوزغىلىپ سىلىپ كەتتى. ئاندىن ئوغۇلنىڭ مەشۇقى مۇشۇ قىز ئىكەن دېدىم. تىنالماي يەرگە قاراپ ئولتۇردى. ئاخىر ئىقرار قىلدى، دېدى. قابۇس جانابلىرى ئەجەبلەندى ھەم خۇرسەن بولدى، ئېيتتىكى، ئەي ئالىملارنىڭ ئۇلۇغى، ئاشىق ۋە مەشۇقنىڭ ھەر ئىككىلىسى مېنىڭ ئايال بىر تۇغقانلىرىمنىڭ بالىلىرىدۇر. ئىككىسىنى بىر ئۆيدە قىلساق نەۋرىلىك بىر تۇغقانلاردىن بولىدۇ، سىز قوبۇل كۆرسىڭىز نىكاھلاپ قويايلى دېگەنتى، خۇاجە ئەبۇ ئەلى ئىبن سىنا شۇنداق قىلساق ئوغۇل ساقىيىپ كېتىدۇ، دېدى، شۇنىڭ بىلەن تويلاپ نىكاھلاپ قويۇلدى.

ئۇ شاھزادە بۇ ئىشقى كېسىلىدىن ئۆلۈشكە يېقىن قالغان ئىدى، ساقايدى. شەمسۇل مەئالى قابۇس خۇاجە ئەبۇ ئەلى ئىبن سىنا بەك ياخشى ئىكەن دەپ قالدى. ئاندىن بۇ يەردىن رەي شەھرىگە باردى. رەينىك پادىشاھى (ئەلا ئۇد دەۋلە) گە ۋەزىر بولدى. بۇ تارىخ كىتابلىرىدا ۋە مەۋلانە نىزامىدىن ئەرۇزى سەمەرقەندىنىك «تۆت ماقالە» ناملىق كىتابىدا ئەبۇ ئەلى ئىبن سىنانىك تارىخىي ھاياتىدا ئۆتكەن مەشھۇر ھېكايىدۇر. خۇاخە ئەبۇ ئەلى ئىبن سىنا ئېيتىدۇكى: بەزى كېسەللەرگە دورا تەسىر قىلمىسا ئۇنىڭغا تەدبىر قىلغاي. شۇنىڭدەك ئىشق كېسىلى بولغان كىشىنى مەشۇقىغا چېتىپ قويسا دەرھال بارلىق ئاجىزلىق كېسىلى ساقىيىپ كېتەر، دېدى.

داۋالاش

چوڭقۇر تەكشۈرۈپ كۆرۈش لازىمكى، ئەگەر بىمارنىڭ بەدىنىدە كۆيگەن خىلىت بار بولسا، بىمارنىڭ بەدەن قۇۋۋىتى يار بەرسە، ئالدى بىلەن شۇ خىلىتنى سۈرۈپ چىقىرىشقا تىرىشقاي. ئەگەر بىمارنىڭ قۇۋۋىتى ئاجىز بولسا، مېڭە ۋە يۈرەكنى قۇۋۋەتلەشكە پايدىلىق چارە - ئۇسۇللارنى ئىشلەتكەي. ئاندىن باشقا روھىي جەھەتتىن بىمارنىڭ كۆڭلىنى ئۇمىدۋار قىلىپ، ئىلھام بېرىپ خۇش قىلىپ بەرسە قۇۋۋەت تولۇقلىنىپ، غەمكىنلىكى يوقلىپ، ئاجىزلاپ كېتىشنىڭ ئالدىنى ئالغىلى بولۇر. ئاندىن كېيىن بەدەن بىر قەدەر قۇۋۋەتلىنىپ بولغاندا مېڭە ۋە بەدەندىكى كۆيگەن خىلىتنى تازىلاپ چىقىرىشقا تەدبىر قىلغاي. ئاندىن كېيىن بەدىنگە ھۆللۈك يەتكۈزىدىغان تەدبىر قىلغاي ۋە ياخشى نەرسىلەرنى يېگۈزگەي. ئۇ نەرسىلەرنىڭ تەپسىلاتى يۇقىرىقى بابتا يېزىپ كۆرسىتىلدى. ئاندىن كېيىن ئۇنىڭ كۆڭلىنى مەشۇقىنىڭ يادىدىن نېرى قىلىدىغان ئىشلارغا باشلىغاي، مەسىلەن: مەشۇقىنىڭ خىيالىنى پەسەيتىش ئۈچۈن ئۇنى ئۆچ كۆرسىتىش، ئەيىبلىك يەرلىرىنى ئاڭلىتىپ سۇۋۇتۇپ ئۇنتۇلدۇرۇشقا سەۋەبكارلىق قىلغاي.

ئەگەر ئۇنىڭ خىيالىنى يۆتكەش ئۈچۈن ئۇنىڭ قېشىدا ئولتۇرۇپ ئۇنىڭ مەشۇقىغا ئوخشاش بىر مەشۇقنى تەرىپلىسە ھەم ئۇنىڭ بەك ياخشىلىقىنى ماختاپ بەرسە كۆڭلى مايىل بولۇر. بۇرۇنقى مەشۇقىدىن ئىشقىنىڭ كۈچى ئازىيار. ئەمدى ئىككى مەشۇقىغا كۆڭۈل باغلاپ كېتىشتىن بۇرۇن باشقا بىر ئىشقا مەشغۇل قىلىپ، ئۇنىڭ ئۈي - خىيالىنى بۆلسە، شۇ ئارىدا ئىككى مەشۇقىنىڭ خىيالىنى ئۇنتار. ئەگەر ئاشىق ئىشقى خىيالىدىن غاپىل بولسا ئولتۇرۇپ ئەڭ ئىللىق سۆزلەر بىلەن نەسىھەت قىلىش، ئۆتكەن ئۆمرىگە ئەپسۇسلاندۇرۇش كۈپايە قىلۇر. ئەگەر ئۇمۇ پايدا بەرمىسە يەنە بىر ياخشى تەدبىر شۇكى، بىر نەچچە نەپەر ئەڭ چىرايلىق قىزلارنى ھەر

كۈنلىكى بىمارنىڭ قېشىغا ئېلىپ كېلىپ ئۇلارنىڭ ئويۇن ـ تاماشا ۋە شوخلۇقلىرى ئارقىلىق ئاستا ـ ئاستا ئىلگىرىكى مەشۇقىنىڭ ئەندىشىسى ۋە خىيالىنى ئۇنتۇلدۇرۇپ كۆڭلىنى خۇش قىلغاي. بەزىلەرگە روھىي تەدبىرلەر (ناخشا ـ ئۇسسۇل، ساز چېلىپ باغلاردا ئوينىتىش قاتارلىق) نى قوللىنىش بىلەن بىرگە مالىخولىيانىڭ داۋالاش ئۇسۇللىرىنىمۇ قوللانغاي.

تۆتىنچى باب ئەخمەقلىق، ئۇنتۇغاقلىق، قالايمىقان سۆزلەش، ئەقىلگە نۇقسان يېتىش ۋە بۇزۇق خىيال قىلىش توغرىسىدا

بۇ كېسەللىكلەرنىڭ ھەممىسى مېڭىدىن پەيدا بولۇر. ئەقىل ـ ئىدراك قۇۋۋىتىگە نۇقسان يەتكەندىن بولۇر. غەپلەت ۋە ئەخمەقلىقنىڭ، ھەر خىل بىمەنە سۆزلىمەكنىڭ، كۆڭۈل ئېلىشماقنىڭ سەۋەبى مېڭىنىڭ ئوتتۇرا قىسمىدا بولۇر. بىمارنىڭ ئىش ـ ھەرىكىتى ئەقىلنىڭ كەملىكى ۋە يوقلۇقىغا گۇۋاھلىق بېرەر. مېڭىنىڭ جەۋھىرىنىڭ ئازلىقى ئەقىلنىڭ كەملىكىدىن بولسا ئۇنىڭ سەۋەبى: مېڭىنىڭ مىزاجىنىڭ سوغۇقلۇققا ئايلىنىپ كەتكەنلىكىدىندۇر. چۈنكى مىزاجنىڭ سوغۇقلۇققا غالىب بولۇپ كەتكەنلىكى پىكىر قىلىدىغان روھنى قويۇق قىلۇر. ئۆز خىزمىتىدىن توختىتار. شۇ سەۋەبتىن غەپلەت (بېپەرۋالىق) ۋە ئەخمەقلىق (قىلىدىغان گەپنى قىلمايدىغان، قىلمايدىغان گەپنى قىلىدىغان) قىلمىشلىرى پەيدا بولۇر. شۇنىڭ ئۈچۈن ئۇلۇغ خۇدا ئۆز ھىكمىتى بىلەن پىكىر قىلىپ ياخشى ـ ياماننى بىر ـ بىرىدىن ئايرىيدىغان (قۇۋۋىتى مۇتەپپەككۇرە) نىڭ ئورنىنى مېڭىنىڭ ئوتتۇرا قىسمىدا قىلىپ ئۇنىڭ مىزاجىنى باشقا قىسىملارنىڭ مىزاجىدىن بەكرەك ئىسسىق قىلغان. شۇ ئارقىلىق مېڭىدە پىكىر ۋە ئىمتىياز پەيدا بولغاي. ئەخمەقلىق ۋە ئۇنتۇغاقلىققا مېڭە مىزاجىنىڭ سوغۇقلۇقى سەۋەب بولۇر. ئۇ ئۈچ خىل بولۇر. يەنى ئاددىي سوغۇقلۇق سەۋەب بولۇر ياكى سوغۇقلۇق بىلەن قۇرۇقلۇق مۇرەككەپلىشەر ياكى سوغۇقلۇق بىلەن ھۆللۈك مۇرەككەپلىشەر. قالايمىقان سۆزلەش زېھنىنىڭ ئېلىشقانلىقىنىڭ ئىپادىسى بولۇپ، تەپەككۇرغا تەسىر يەتكۈزەر. بۇ چاغدا كىشى قىلىدىغان ئىشنى قىلمايدىغان، سۆزلەيدىغان سۆزنى سۆزلىمەيدىغان بولۇر. خالايدىغان ئىشلارنى خالىماس، ئەندىشە قىلماس. بۇ خىل كېسەللىكنىڭ سەۋەبى مېڭە مىزاجىنىڭ ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشى ياكى ئاجىزلىقى بولۇر، چۈنكى ئۇنىڭدا مېڭە مىزاجىنىڭ سوغۇقلۇقىدا كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر كۆرۈلەر. قالايمىقان

سۆزلەر، خيالى بۇزۇلار، بۇ چاغدا ئادەمنىڭ شەكلىنى باشقا شەكلده خيال قىلۇر، كۆزىگە يوق نەرسىلەر كۆرۈنەر. پالاننى يېنىمدىن ئېلىپ كېتىڭلار، پالاننى يېنىمدىن يىراق قىلىڭلار، دەپ ۋارقىرار. بۇ كېسەللىكنىڭ سەۋەبى مېڭىنىڭ ئىسسىقلىقى، مېڭىنىڭ ئالدىنقى قىسمىدا كېسەللىك يەتكەنلىكىدۇر. ئەمما ئەرەب تىلىدا «فەسادۇز زىكر» (ئەسلەشنىڭ بۇزۇلۇشى) دەپ ئاتىلىدىغان كېسەللىك مېڭىنىڭ ئاخىرقى قىسمىنىڭ سوغۇقلۇقىدىن بولۇر، بىمارنىڭ ھەممە سەزگۈلىرى نورمال بولۇر. ھەرقانداق نەرسە كۆزىگە ئەسلىي ھالىتىدە كۆرۈنەر، ھەرقانداق ئاۋازنى ئاڭلىسا ئەسلىي ھالىتى بويىچە ئاڭلار، ئەمما كۆرگەن ۋە ئاڭلىغان ھەرقانداق ئىشنى تېز ئۇنتۇر. بىمارنىڭ تەپەككۇر قىلىشى بىلەن پەرقلەندۈرۈشىگە نۇقسان يەتكەن بولسا، ئەسلىي كېسەللىكىگە ئۇنتۇغاقلىق قوشۇلغانلىقتىن دېرەك بېرەر.

زېھنىنىڭ قالايمىقان بولۇشى، قالايمىقان سۆزلەش كۆيگەن سەۋدانىڭ، بۇخاراتنىڭ تەسىرى ياكى سەپرانىڭ تەسىرىدىن ياكى مېڭىنىڭ ھەرقايسى كاۋاكلىرىدىكى ھۆللۇكلەرنىڭ بۇخاراتىدىن مىزاجنىڭ قۇرۇق ئىسسىق بولۇپ بۇزۇلۇشى ياكى بۇخاراتنىڭ پۈتۈن بەدەنگە تارقىلىشىدىن بولۇر. يەنە ئىسسىقتىن بولغان تەپتىكىگە ئوخشاش بۇستىن، بىرەر ئەزانىڭ ئىششىشىدىن ياكى بىرەر ئەزاغا ئاپەت يەتكەنلىكتىن پەيدا بولغان بۇخاراتتىن بولۇر، مەسىلەن: ئاشقازان، بالىياتقۇ قاتارلىق ئەزالاردا كېسەللىك پەيدا بولغانغا ئوخشاش. يەنە مالىخولىيادا ئېيتىلغان سەۋەبلەردىنمۇ بولۇر. بۇ چاغدا ئۇخلىماسلىق، كۆپ ئەندىشە قىلىش، باشقا سەۋەبلەردىن مېڭە قۇرۇقلۇقى ئېشىش ياكى باشقا سەۋەبلەردىن بولۇر.

ئالامتى

يۇقىرىدا بىز مەزكۇر كېسەللىكنىڭ يالغۇز سوغۇقلۇق ۋە سوغۇقلۇق بىلەن ھۆللۇكنىڭ بىرلىشىشىدىن بولىدىغانلىقىنى بايان قىلغان ئىدۇق. قۇرۇق سوغۇقلۇقتىن بولغانلىقىنىڭ ئالامتى شۇكى، بىمار ئۇخلىماس، بۇرنى قۇرۇق بولۇر، كۆزىدىغان نەرسىلەرنى توغرا كۆرۈشى، توغرا پىكىر قىلىشى ۋە توغرا ئاڭلىشى قىيىن بولۇر. ئۆتكەن ئىشلارنى ئۇنتۇماسلىق، شۇ ۋاقىتتىكى ئىشلارنى ئۇنتۇش ئالامەتلىرى پەيدا بولۇر. مېڭىسىگە بىرەر نەرسىنىڭ شەكلى ئورنىسا ئۇنى ئۇنتۇمقىمۇ تەس بولۇر. ئەمما مەزكۇر كېسەللىكنىڭ ھۆللۇك بىلەن سوغۇقلۇقنىڭ بىرلىشىشىدىن بولغىنىنىڭ ئالامتى شۇكى، كۆپ ئۇخلار، ئېغىزىدىن شۆلگەي كۆپ ئاقار، بېشى، كۆزى ئېغىر بولۇر، ئۆتكەن ئىشلارنى ئۇنتار، ھازىر يۈز بەرگەن ئىشلارنىڭ بەزىسىنى ئۇنتار، بەزىسىنى كېچىكىپرەك ئۇنتار. مەزكۇر كېسەللىكنىڭ ئاددىي سوغۇقلۇقتىن بولغىنىنىڭ ئالامتى

يۇقىرىدىكىسىنىڭ ئالامەتلىرىنىڭ ئوتتۇرىدا بولۇر.

بىمارنىڭ زېھنى ئېلىشقانلىقىنىڭ ئالامتى شۇكى، ئۆزىدە ئاغرىق بولمىسىمۇ ئاغرىقنىڭ قاتتىقلىقىدىن ناله قىلۇر، ئاغرىق بولسا ئۇنى بىلمەس، كىيىملىرىنى قايرىپ قارار، تامدىن نەرسە تەرگەندەك، چۈشۈن تۇتقاندەك ھەرىكەتلەرنى قىلۇر، پېشانىسىنى تولا سىلار، مەزكۇر ئىشلار زېھىن ئېلىشقانلىقنىڭ ئالامتىدۇر.

مەزكۇر كېسەللىكنىڭ سەۋدا، سەپرا، قان، بەلغەم خىلتلىرى سەۋەبىدىن بولغانلىرىنىڭ ئالامەتلىرى، مېڭە ئاجىزلىقىنىڭ ئالامەتلىرى ئىلگىرىكى بابلاردا بايان قىلىندى. مەلۇم بولغايكى، زېھىن ئېلىشىش، قالايمىقان سۆزلەش ياكى قىزىتما يۇقىرى بولۇش قاتارلىقلارنىڭ ھەممىسى پۈتۈن بەدەندىن مېڭگە يامان خىلت ئۆرلەشتىن بولۇر. قايسى ئەزادىن مېڭگە بۇس ئۆرلىسە شۇ ئەزادا ماس بولغان ئالامەتلەر پەيدا بولۇر.

داۋالاش

بىمار ئۇنتۇغاق بولۇپ، بەدەنده قۇرۇق سوغۇقلۇقنىڭ ئالامەتلىرى ئاشكارا بولسا مىزاجنى تەڭشەپ، بىمارنىڭ غىزاسىغا ھۆل ئىسسىق، مۆتىدىل غىزالارنى بەرگەي. مۇنچىغا چۈشۈشكە، ئابىزەنگە ئولتۇرۇشقا بۇيرۇغاي. ئۇخلىتىدىغان ئىلاج قىلغاي. مۆتىدىل ياغلارنى بېشىغا سۈركىگەي، مەسىلەن: نەرگەس يېغى، سەۋسەن يېغىغا ئوخشاش. بولۇپمۇ چاچنى چۈشۈرگەندىن كېيىن باشقا ھۆل ئىسسىق دورىلارنى زىمات قىلغاي، نۇتۇلنى باشقا قۇيغاي.

نۇتۇل نۇسخىسى ئوغلاقنىڭ كاللا - پاچىقنى بابۇنه، ئىكلىلمىلىك، شۇمشا، سېرىقچېچەك قوشۇپ قاينىتىپ، سۈيى بىلەن باشنى يۇغاي. ئۇنى باشقا ئەزالىرىغا يەتكۈزمىگەي. ھەسەل، خورمىنىڭ سىققان سۈيى بىلەن بۇلماق ئېتىپ بېشىغا چاپسا ياخشى پايدا قىلۇر. باشقا يېرىك يۇڭ رەختنى سۈركىسىمۇ ئوزۇقلۇقنى تارتىپ پايدا قىلۇر. غىزانى بەدەنگه تارقىتىش ئېھتىماللىقى بولسا باشقا سۈركەشتىن ئېھتىيات قىلغاي. بىماردا ھۆلۈك ۋە سوغۇقلۇقنىڭ ئالامەتلىرى ئاشكارا بولسا ئۇنىڭغا لىسرغىس كېسەللىكنىڭ ئىلاجنى قىلغاي، ئۇ يۇقىرىدا بايان قىلىندى. ھەببى ئايارەج پەيقرا، شەھمەنزەل، ئازراق قۇندۇز قەھرى ئارقىلىق ماددىنى سۈرۈش، ئارقىدىن ئايارەج لوغانزىيا، ئايارەج روفس، ئايارەج بايادىتۇس، ئايارەج جالىنۇس قاتارلىقلارنى ئىچكۈزۈپ ماددىنى سۈرگەي. ئارقىدىن ئىپار، قەلەمپۇر، مەرزەنجۇش ۋە جويۇزغا ئوخشاش نەرسىلەرنى پۈرىتىش ئارقىلىق مېڭنى قۇۋۇتلىگەي. قىچىنى سوقۇپ ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىسسىق قىلىپ باشقا چاپقاي، چۈنكى بۇرۇنقى تېۋىپلار ھەرقانداق بىمارنىڭ

ئەسلي هارارىتىنى پەيدا قىلماقچى بولسا، بىمارنىڭ ئەزالىرىدا ئىسسىقلىق كەم بولۇپ، ئۇنى پەيدا قىلماقچى بولسا قىچا بىلەن ئىلاج قىلاتتى. ئارقىدىن بۆرە ئەرمىنگە ئوخشاش ماددىنى تارتىدىغان ئىسسىق نەرسىلەرنى بىلەن ئىلاج قىلسا ياخشى بولۇر. هارارەتنى ئاشۇرۇشقا مەجبۇرى بالادۇردىن ياخشىراق دورا يوقتۇر، بولۇپمۇ ئۇنتۇغاق بولغان بىمارغا تېخىمۇ پايدىلىقتۇر. ئەمما ئەسلي هۆللۈكنىڭ كېمىيىپ كەتمەسلىكى ئۈچۈن هۆللۈكنى كۆپ چىقارمىغاي، چۈنكى ئەسلي هۆللۈك كېمەيسە ئەسلي هارارەتنىڭ ماددىسى كەم بولۇر، قۇرۇقلۇق ۋە سوغۇقلۇق پەيدا بولۇشقا سەۋەب بولۇر. قۇرۇق سوغۇقلۇق ئۇنتۇغاقلىققا سەۋەب بولۇر. كۆپ سۈرگە بېرىش ئەسلي هارارەتنى يوق قىلۇر، ئاشقازاننىڭ كۆپ ئاچچىق بولۇشىمۇ ئەسلي هارارەتنى ئاجىز قىلۇر. شۇ سەۋەبتىن بۇ كېسەللىكتە ئاشقازاننىڭ تائام بىلەن چىڭ تۇرۇشى ياخشى ئەمەستۇر، شاراب ئىچىپ مەست بولۇش تېخىمۇ ياماندۇر. ئەمما كونا شارابتىن ئاز مىقداردا ئىچسە بەدەنىدە هارارەت پەيدا قىلۇر، بەدەن قۇۋۋەت تاپار، تولا سۇ ئىچىشتىن بىهاجەت بولۇر. كۆپ ئۇخلاشمۇ زىيان قىلۇر، بولۇپمۇ ئاشقازان توق ۋاقىتتا ئۇخلاش زىيانلىقتۇر. ئەمما ئۇخلىماسلىقمۇ زىيانلىقتۇر، چۈنكى كۆپ ئۇخلاش روهنى ئاجىزلاشتۇرار، مېڭىنى كۆپ ئەندىشىلىك قىلۇر. شامالىلىق يەردە ئولتۇرۇش كۆپ زىيان قىلۇر. بۇ كېسەللىك ئۈچۈن مۇۋاپىق غىزا بۆدۈنە گۆشىدۇر، چۈنكى ئۇنىڭدىن پەيدا بولغان قان مېڭىگە ئوزۇق بېرەر. ئېگىر مۇرابباسى ئۇنتۇغاقلىققا ناهايىتى پايدا قىلۇر.

ئېگىر مۇرابباسىنى تەييارلاش ئۇسۇلى ئېگىردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ئىلىك ئۇزۇنلۇقىدا پارچىلىغاي، ئارقىدىن قاچىغا سېلىپ كالا يېغىنى ئېرىتىپ ئۈستىگە قۇيغاي، ياغ ئېگىر چىلاشقۇدەك مىقداردا بولغاي، قاچىنىڭ بىر هەسسىسى بوش قالغاي. ئۇنىڭدىن كېيىن قاچىنى قىرىق كۈنگىچە ئارپىغا كۆمۈپ قويغاي، ئۇنىڭدىن كېيىن مەزكۇر قاچىنى ئارپىدىن ئېلىپ ئىچىدىكى ياغنى ئېلىۋېتىپ ئورنىغا ساپ هەسەل قوشقاي، يەنە قىرىق كۈنگىچە ئارپىغا كۆمۈپ قويغاي. ئالتە گىرامدىن توققۇز گىرامغىچە ئىستېمال قىلغاي. پىلپىل مۇرابباسىمۇ پايدا قىلۇر.

پايدىلىق مەجۇن نۇسخىسى كۈندۇر، ئاقمۇچ، سۆئىدى، زەپەر، مۇرمەككىدىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ هەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ ئېلىشتۇرغاي. هەر كۈنى ئەتىگەندە ئالتە گىرامدىن ئىستېمال قىلغاي.

يەنە بىر مەجۇن نۇسخىسى زىرە كېرمانى 15 گىرام، مۇرچ ئۇچ گىرام، ئېگىر ئالتە گىرام، قارا هېلىلە ئالتە گىرام، بالادۇر شىرىسىدىن ئالتە گىرام ئالغاي. سوقىدىغان دورىلارنى

سوقۇپ، ئۇچ ھەسسە ساپ ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ ئىستېمال قىلغاي.

يەنە بىر مەجۇن نۇسخىسى ئېگىر، سۆئىدى، پىلپىل، زەنجۇبىلنىڭ ھەربىردىن 30 گىرامدىن، سەۋزە 30 گىرام. دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ تاسقاپ 24 گىرام كالا يېغى بىلەن ياغلاپ، 540 گىرام ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ قاچىغا قاچىلاپ، ئارپىغا كۆمۈپ 40 كۈن تۇرغۇزۇپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە ئالتە گىرامدىن ئىستېمال قىلغاي.

مەجۇنى بالادۇر نۇسخىسى بۇ مەجۇن يۇنان تىلىدا «ئەنقەردىيا» دەپ ئاتىلۇر. ئەنقەردىيا دېگەن سۆز بالادۇر دېگەن بولۇر. تەركىبى: سۇمبۇل تېپ، سازەج ھىندى، مۇرمەككى، سەلىخە، زەپەر (بەزى نۇسخىلاردا دەرمەنە تۇركي قوشۇلغان)، ئەفتىمۇن، ئىزخىر خىتايى، ئاقلانغان رەۋەن، ھەببۇلبان، قەلەمپۇرنىڭ ھەرقايسىسىدىن 18 گىرامدىن، مەستىكى 21 گىرام، بالادۇر شىرىسى 10 گىرام، ھەببى بىلسان، زەنجۇبىل، سەبرىنىڭ ھەر قايسىسى 18 گىرامدىن، غارىقۇن 24 گىرام، ھاۋا رەڭلىك سەۋسەن يىلتىزى 42 گىرام، بەدىيان يىلتىزى پوستى مۇۋاپىق مىقداردا. بەدىيان يىلتىزى پوستىنى 350 گىرام سىركە بىلەن قاياناتقاي، ئۇنىڭغا 18 گىرام شاراب، 30 گىرام قۇستە قوشقاي. ئۇچ كېچە - كۈندۈز تۇرغۇزغاندىن كېيىن قاينىتىپ، ئوتنى سۇس قىلىپ بەدىيان يىلتىزىنىڭ قۇۋۇتى ياخشى چىققۇچە ئەزگەي، ئۇنىڭدىن كېيىن 200گىرام ھەسەل سېلىپ يەنە قايناتقاي، ئۇنىڭدىن كېيىن يۇقىرىدىكى دورىلارنى سوقۇپ تالقانلاپ ئارىلاشتۇرغاي، ئارقىدىن بالادۇر شىرىسىنى قوشۇپ ئارىلاشتۇرغاي. بەزى نۇسخىلارغا بالادۇر شىرىسىدىن 24 گىرام، غارىقۇندىن سەككىز گىرام قوشقاي. ھەر قېتىمدا ئالتە گىرامدىن ئىستېمال قىلسا بولۇر. بىمارنىڭ بەدىنى ئاجىزراق بولسا بۇ مەجۇننى ئازراق بەرگەي. بۇ مەجۇن ئۇنتۇغاقلىق، ئاشقازان ئاغرىقى، سوغۇقتىن بولغان كېسەللىكلەرگە پايدا قىلۇر. ئەمما بىمارنى يورۇق ئۆيدە ئولتۇرغۇزغاي، چۈنكى بۇ كېسەللىك سوغۇقتىن بولۇر، يورۇقلۇق قۇياش ۋە يۇلتۇزلارنىڭ نۇرىدىن بولۇر. يورۇقلۇق ئۇيقۇنى ئازايتار، چۈنكى كىشى ئۇخلىماقچى بولسا ئۆينى قاراڭغۇ قىلۇر.

بىمارنىڭ قالايمىقان سۆزلىشى ۋە جۆيلىشىنىڭ ئىلاجى شۇكى، قىزىتما ماددىسى سەۋەبىدىن پۈتۈن بەدەندىن مېڭىگە بۇخارات ئۆرلىگەنلىكى سەۋەبىدىن بولسا گۇلاب، سىركە، گۈل يېغى بىلەن لەخلەخە قىلىپ مېڭىگە قۇۋۇەت بەرگەي. لەخلەخە دەپ پۇرايدىغان دورىنى ئېيتۇر. قىزىتما ماددىسىنى بەدەندىن چىقارغاي، مېڭىدىكى قالغان ماددىلارنى تازىلىغاي، مىزاجنى مۆتىدىللەشتۇرگەي. بىمارنى ياغلىغاي، ئۇۋۇلىغاي، ئىسسىق سۇ بىلەن يۇيۇنغاي، چوڭ تەرىتىنى بوشاتقاي.

كېسەللىك ئەزالاردىن مېڭىگە بۇخارات ئۆرلەش سەۋەبىدىن پەيدا بولغان بولسا، بۇخاراتنىڭ قايسى خىلىتتىن ئۆرلىگەنلىكىگە قاراپ شۇنىڭغا مۇۋاپىق ئىلاج قىلغاي. مېڭىگە لەخلەخە بىلەن قۇۋۋەت بەرگەي.

ئۇخلىماسلىق كۆپ ئەندىشە قىلىش سەۋەبىدىن پەيدا بولغان بولسا، ھۆللۈك پەيدا قىلىدىغان تەدبىرلەرنى قىلغاي، مۆتىدىل زىماتلارنى چاپقاي. ئايال كىشىنىڭ سۈتى، بىنەپشە يېغى، كاللا - پاچاق شورپىسى، بادام يېغى قاتارلىقلارنى بىمارنىڭ بېشىغا سۈركىگەي. كىندىكى، مەقئىتى، تاپىنى ۋە تىرناقلىرىنى بىنەپشە يېغى بىلەن ياغلىغاي. كۆپ ھاللاردا مېڭىنىڭ ئىسسىقلىقى، ئۆتكۈر ھۆقنىلەرنى ئىشلىتىش سەۋەبىدىن كۆكۈل ئېلىشىش پەيدا بولۇر، بۇ سەۋەبتىن مېڭىگە بۇخارات ئۆرلەر. بۇنىڭ ئۈچۈن ياخشى تەدبىر شۇكى، ئاۋۋال ئاجىز كىلىزما قىلغاي، مەسىلەن: ئارپا سۈيى، گۈل يېغى، بىنەپشە يېغىغا ئوخشاش نەرسىلەرنى ئىشلەتكەي. كۆكۈلنىڭ ئېلىشىشى قىزىتما، كېسەللىك سەۋەبىدىن بولمىسا، ياخشى ئىلاجلارنى قىلسىمۇ پەسەيمىسە، بىمارنىڭ بېشى ۋە يۈزىگە نەچچە كاچات ئۇرغاي. بەزىلەرنىڭ بېشىغا كۈچلۈك داغ قويۇش لازىم.

بەشىنچى باب نورمالسىز ئۇيقۇ توغرىسىدا

نورمالسىز ئۇيقۇ شۇنداق ھالەتتۇركى، بۇنىڭدا روھىي نەپسانىي ھېس- ھەرىكەت قۇۋۋەتلىرىنى خىزمەتكە سالالماس، بۇ قۇۋۋەتلەر روھىي نەپسانىيغا خىزمەت قىلىشتىن قالۇر. نورمال ئۇيقۇ شۇنداق ھالەتكى، روھىي ھايۋانىي بەدەن ئىچىگە ماڭار. بەزىدە بىمارنىڭ جاپا تارتىشى، كۆپ يول مېڭىشى ياكى سۈرگە دورىسى ئىچىشى سەۋەبىدىن روھ تارقىلىپ كېتەر، بۇ سەۋەبتىن ئومۇمىي بەدەنگە مەدەت بېرەلمەس. تەبىئەت قۇۋۋىتى ئارام ئالماقچى بولسا روھىي نەپسانىي ھېس - ھەرىكەت قۇۋۋەتلىرىنى ئىشقا سالماس، بۇ ئارقىلىق روھىي ھايۋانىي قۇۋۋەت ئالۇر. ئۇيقۇ كېسەللىككە ساقلىق ئېلىپ كېلەر، بۇنداق ئۇيقۇ نورمال ئۇيقۇ بولۇپ ھېسابلىنار. بۇ ئۇيقۇ كېسەللىكنىڭ ياخشىلانغانلىقىنىڭ ئالامتى بولۇر.

ساقلىقتا ئۇزاق ئۇخلاپ تەرلىسە، ئۆتكەن ئىشلاردىن ھېچبىرى ئۇنىڭغا سەۋەب بولمىسا، ئويغاتسا تېز ئويغانمىسا ئۇ نورمالسىز ئۇيقۇ، دەپ ئاتىلار. بۇنداق ئۇيقۇ ئېغىر ئۇيقۇدۇر. بىلىش لازىمكى، ئېغىر ئۇيقۇنىڭ سەۋەبى توققۇز خىلدۇر: بىرىنچىسى، يۇقىرىدا ئېيتىلغىنىدەك، روھنىڭ ئەتراپىغا تارقىلىپ پارچىلىنار. ئىككىنچىسى، بىمارنىڭ كېسىلىنىڭ ياخشىلىنىشىدۇر. ئۈچىنچىسى، سوغۇق دورا ئىچىپ مىزاجنىڭ بۇزۇلۇشىدىن بولۇر، بۇ سەۋەبتىن ھېس

ھەربىكەت نېرۋىلىرى قاتتىق بولۇر، روھ نېرۋىلاردا ئىلگىرىكىدەك نورمال يۈرۈشمەس، بەدەننىڭ تۆۋەن تەرىپىگە ماڭار، بەدەنگە يېيىلماس، بۇ ھالەتتە بەدەن تەرلەر. تۆتىنچىسى، بەدەندە ھۆللۈك كۆپىيىپ ھېس - ھەربىكەت نېرۋىلىرىنى يۇمشىتار، روھنىڭ يۈرۈشىدىغان يوللىرىنى توسار، روھنىڭ ساپلىقىغا تەسىر يېتىپ بەدەنگە تارقالماس. بۇنىڭ بىلەن بىخۇد ئۇيقۇ پەيدا بولۇر. مەستلەر ۋە تائام سىڭمىگەنلەرنىڭ ئۇيقۇسى شۇ قاتاردىندۇر. بۇ ئىككى خىل ھالەت قەي قىلىش بىلەن ياخشى بولۇر. بەشىنچىسى، تۇتقاقلىق قىزىتما يۇقرى بولۇر، تەبىئەت كېسەللىك بىلەن مەشغۇل بولۇر، ماددىنىڭ كۆپلۈكىدىن تەبىئەت قۇۋۋىتى كۈچلۈك بولماس. يۇقىرىدا ئېيتىلغىنىدەك، بۇ چاغدا روھي نەپسانىيىنىڭ ئەھۋالىمۇ تەبىئەتنىڭ ئەھۋالىغا ئەگىشىپ ھېس - ھەربىكەت قۇۋۋەتلىرىنى ئىشقا سېلىشتىن توختار، بۇ چاغدا بىمار ئۇيقۇدا تەرلەر. بولۇپمۇ ماددا بەلغەم بولۇپ، بۇخارات سەۋەبىدىن ئىسسىغان بولسا تېخىمۇ شۇنداق بولۇر. ئالتىنچىسى، بەدەندە قانىنىڭ زىيادە بولۇشىدۇر. يەتتىنچىسى، ئاشقازان، ئۆپكىگە ئوخشاش ئەزالاردىن مېڭىگە بۇس ئۆرلەشتۇر. سەككىزىنچىسى، باشقا زەخمە يەتكەن سەۋەبتىن روھ مېڭە كاسسىي تېگىگە يىغىلار ياكى چېكە زەخمىلەنگەن سەۋەبتىن نېرۋا زەخمىلىنىپ روھ يولى توسۇلار. توققۇزىنچىسى، قاپاق ئۇرۇقسىمان قۇرت ياكى باشقا قۇرتلارغا ئوخشاش قۇرتلار ئاشقازاندا پەيدا بولۇپ، شۇ سەۋەبتىن روھ ئاجىزلىشار، شۇ سەۋەبتىن روھ زەئىپلىشىپ يامان بۇخاراتلار مېڭىگە ئۆرلەر. كېكىردەكتىكى ھۆللۈك سەۋەبىدىن ئۇيقۇدا نەپەس ئالغاندا ئاۋاز چىقار.

مەلۇم بولغايكى، نورمالسىز ئۇيقۇدا ئاڭلاش قۇۋۋىتى ئاجىزلىسا، كېسەللىك سەۋەبى مېڭىنىڭ ئۇيقۇ قىسمىدا ئىكەنلىكىگە دالالەت قىلۇر.

ئالامىتى

بۇ خىل ئۇيقۇ ھۆل سوغۇقلۇق سەۋەبىدىن پەيدا بولغان بولسا، بىمارنىڭ تومۇرى يۇمشاق، دولقۇنلۇق، كەڭ سالۇر، يۇز كۆزى ۋە تىل رەڭگى ئاق بولۇر. كۆز قاپىقى ئىشىشار. ئۆتكەن تەدبىرلەر ئۇنىڭغا گۇۋاھلىق بېرەر. بۇنىڭ ئىلاجى لىسىرغىس ۋە باش ئاغرىقىنىڭ ئىلاجىغا يېقىندۇر.

داۋالاش

بۇنىڭ تەدبىرى شۇكى، ئاۋۋال قەي دورىلىرى بىلەن قەي قىلدۇرغاي، ھەببى ئىستەمخقۇن بىلەن قەي قىلدۇرغاندىن كېيىن ھۆقنە قىلغاي. ئارقىدىن مېڭىنى ھەببى سەبرە، ھەببى ئايارەج

ۋە ھەببى قوقيالار بىلەن تازىلىغاي. ئاشقازانىنىڭ ھۆللۈكىنى ئازايتىدىغان دورا بەرگەي. ئاشقازانغا قۇۋۇەت بېرىش ئۈچۈن نۇتۇل بۇيرۇغاي، غار - غار قىلدۇرغاي، چۈشكۈرتكەي، بەدەننى ئىسسىق سۇدا يۇغاي. مېڭىگە پۇرايدىغان نەرسىلەر بىلەن قۇۋۇەت بەرگەي. ياخشى تەدبىرلەرنىڭ بىرى شۇكى، بىمارنىڭ يېنىدا ياماق سۆز ھەرىكەتلەرنى قىلىپ ئاچچىقلاتقاي، چۈنكى ئاچچىقلىتىش بەدەندىكى ئەسلىي ھارارەتنى قوزغىتىپ مىزاجنى نورماللاشتۇرار.

ھەببى ئىستەمخىقۇن نۇسخىسى ئايارەج پەيقرا 30 گىرام، ئاچچىق ئانار، سوقمونيا، سېرىق ھېلىلە، ئەفتىمۇن، غارىقۇن، بىستىپايەج، نەمەك ھىندىنىڭ ھەر قايسىسى ئالتە گىرامدىن، ئاق تۇربۇت، شەھمەنزەلنىڭ ھەربىرى ئالتە گىرامدىن، مۇقەل ئەزرەق 18 گىرام. مۇقەل ئەزرەقنى بەدىيان رۇمى سۇيى بىلەن ئەزگەي، ئۇنىڭغا قالغان دورىلارنى قوشۇپ ھەب قىلغاي، ھەربىر ھەبنىڭ چوڭلۇقى قارىمۇچ چوڭلۇقىدا بولغاي، ھەر قېتىمدا ئالتە گىرامدىن ئىستېمال قىلغاي.

ھەببى ئىستەمخىقۇننىڭ يەنە بىر نۇسخىسى ھېلىلە كابۇلى 18 گىرام، ئاملە، ئەفسەنتىن رۇمى، غارىقۇن، سوقمونيانىڭ ھەربىرى 10گىرامدىن، ئاسارۇن، بەدىيان رۇمى، كەرەپشە ئۇرۇقىنىڭ ھەربىرى ئالتە گىرامدىن، ئاق تۇربۇت 21 گىرام، ئەفتىمۇن 15 گىرام، ئايارەج پەيقرا 21 گىرام، قەلەمپۇر ئۈچ گىرام. دورىلارنىڭ ھەممىسىنى سوقۇپ تاسقاپ، ناۋات سۇيى بىلەن ئېرىتىپ قاينىتىپ، ھەسەلدەك قىيام بولغاندا باشقا دورىلارنى سوقۇپ قىيام قىلىپ، ئاقمۇچ چوڭلۇقىدا ھەب قىلىپ، ھەر قېتىمدا ئالتە گىرامدىن ئىسپمال قىلغاي.

ھەببى سەبرە نۇسخىسى سەبرە سوقۇتىرى 10 گىرام، مەستىكى ئۈچ گىرام. دورىلارنى سوقۇپ سالايە قىلىپ ئىسسىق سۇدا ھەب قىلغاي، ھەر قېتىمدا ئالتە گىرامدىن ئىستېمال قىلغاي.

ھەببى ئايارەج پەيقرا نۇسخىسى ئايارەج پەيقرا ئۈچ گىرام، شەھمەنزەل 18 نوقۇت چوڭلۇقىدا، تۇربۇت، ئەفتىمۇن بىر يېرىم گىرامدىن، سوقمونيا ئۈچ دانە نوقۇت چوڭلۇقىدا، مۇقەل تۆت يېرىم نوقۇت چوڭلۇقىدا. دورىلارنى قائىدىسى بويىچە ھەب قىلغاي.

يەنە بىر نۇسخا ئايارەج پەيقرا 18 گىرام، ھېلىلە كابۇلى 12 گىرام، ئاق تۇربۇت 21 گىرام، جۇۋىنە، بەدىيان رۇمىنىڭ ھەر قايسىسىدىن ئالتە گىرامدىن، نەمەك ھىندى ئالتە گىرام، شەھمەنزەل توققۇز گىرام، كەتىرا ئالتە گىرام. دورىلارنى سوقۇپ كەرەپشە سۇيى بىلەن قائىدە بويىچە ھەب قىلغاي، ھەپتىدە ئۈچ گىرامدىن ئالتە گىرامغىچە يېگەي.

ئۆتكۈر هۆقنه نۇسخسى شەھمەنزەل بىر چاڭگال، بىستىپايەج ئىككى چاڭگال، تاغ پىننىسى بىر باغلام، ئەفتىمۇن بىر چاڭگال. دورىلارنى 350 گىرام سۇدا قاينىتىپ، ئۈچ ھەسسىنىڭ بىر ھەسسىسى قالغاندا 300 گىرامغا 21 گىرام بابۇنه يېغى قوشۇپ هۆقنه قىلغاي.

ھەببى قوقىيا نۇسخسى ئايارەج پەيقىرا 30 گىرام، شەھمەنزەل تۇققۇز گىرام، سوقمونىيا سەككىز نوقۇت چوڭلۇقىدا، تۇربۇت ئالتە گىرام، ئۇستقۇددۇسنىڭ ھەربىرى 15 گىرامدىن. دورىلارنى سوقۇپ كەرەپشە سۇيى بىلەن ھەب قىلىپ، ئۈچ قېتىم ئىستېمال قىلغاي.

ھەببى قوقىيانىڭ يەنه بىر نۇسخسى سوقمونىيا، شەھمەنزەل، مەستىكى، ئەفسەنتىن رۇمىنىڭ سىققان سۇيى، سىقان سۇيى بولمىسا ئۇنىڭ ئۆزىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ كەرەپشە سۇيى بىلەن ھەب قىلىپ، ھەر قېتىمدا ئۈچ گىرامدىن ئىستېمال قىلغاي. بۇ جالىنۇسنىڭ ئۇسۇلىدۇر. ئەگەر ئۇنىڭغا ئۈچ گىرام ئايارەج پەيقىرا قوشۇپ بەرسە ناھايىتى پايدىلىقدۇر. ئاشقازان ئەھۋالىغا دىققەت قىلىش، ھاۋانى تازىلاش، نۇقۇئى سەبرە ۋە قۇۋۋەتلىك زىماتلارنى ئىشلىتىش لازىم.

نۇقۇئى سەبرىنىڭ ئىبنى سەراپىيۇن ئىجاد قىلغان نۇسخسى قارا ھېلىلە، بەلىلە، ئامىلە، بەدىيان يىلتىزى، كەرەپشە، ئىزخىر يىلتىزى، سەۋسەن يىلتىزىنىڭ ھەرقايسىسىدىن 30 گىرامدىن، سۇمبۇل تېپ، قەسبۇزەرىنىڭ ھەربىرى توققۇز گىرامدىن، شۇكائى، باد ئاۋەردنىڭ ھەرقايسىسىدىن 15 گىرامدىن، شەھمەنزەل ئالتە گىرام. دورىلارنىڭ ھەممىسىنى 1400 گىرام سۇدا قاينىتىپ، يېرىمى قالغاندا ئاز مىقداردا سۇزۇپ، سۇيىگه 21 گىرام سەبرە سوقۇترى قوشۇپ بۇ سۇغا سېلىپ، 21 گىرامدىن 30 گىرامغىچه ئىچكەي. بىمارنىڭ قۇۋۋىتىگه ئەھمىيەت بەرگەي.

تۆۋەندىكى زىمات ئاشقازانغا چېپىلسا بەلغەم پەيدا بولۇشنىڭ ئالدىنى ئالۇر: سېرىق ياغ، لازەن، ئۇدخامنىڭ ھەر قايسىسىدىن توققۇز گىرامدىن، قىزىلگۈل 12 گىرام، سۇمبۇل، مەستىكىنىڭ ھەربىرىدىن ئالته گىرامدىن، ئىپار نوقۇت چوڭلۇقىدا. دورىلارنى سوقۇپ مەرزەنجۇش سۇيى، يەنى تاغ پىننىسى سۇيى ياكى يالپۇز سۇيى بىلەن زىمات قىلىپ ئاشقازان بوش ۋاقتىتا چاپقاي. ئاشقازانغا قىلىنىدىغان باشقا تەدبىرلەرنى قىلىش ئۈچۈن ئاشقازانىنىڭ ئىلاجىغا قارىغاي.

مېڭىدىكى ھۆللۈكنى تازىلاش ئۈچۈن غار - غار قىلدۇرغاي. تۆۋەندىكى غار - غار ئۇنتۇغاقلىق، تۇتقاق كېسەل، پالەچكه پايدا قىلۇر: ئايارەج پەيقىرا، قىچا، زەبۇدە، قۇرۇق زۇپا، ئاقىرقەرھا، كەپه يىلتىزى پوستى قاتارلىقلارنىڭ ھەممىسىدىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، سوقۇپ

ئەنسل سىركىسى ئارىلاشتۇرۇپ ساقلاپ قويغاي. زۆرۈر بولغاندا ئەنسل سىركىسى قوشۇلغان سىركەنجۇبىل بىلەن ئېرىتىپ غار - غار قىلغاي. مۇرچ، ھالۇا دورىسى، قۇندۇزقەھرىنى يۇمشاق ئېزىپ بۇرنىغا پۇراتقاي ياكى چۈشكۈرتكەي. لىسىرغىسنىكۇ ئىلاجىدا ئېيتىلغان نۇتۇلنى ئىشلەتكەي، مەجۇنى فەلدىقۇننى سالايە قىلىپ بۇرنىغا سۈركىگەي. بېشى ۋە يۇزىگە سىركە سۈركىگەي. ئۇخلىماسلىق ئۈچۈن يانپېشىدىن باشلاپ پاچىقغىچە مۇناسىۋەتلىك دورىلار بىلەن ياغلىغاي.

مىزاج ئاددىي سوغۇق بولسا، ئۇنتۇغاقلىق، ھېچ نەرسىنى پەرقلەندۇرەلمەسلىكتەك ئالامەتلەر كۆرۈلسە، بىماردا قان ۋە بەلغەم خىلتىنىك ئالامەتلىرى بولمىسا، ئىپار، مەرزەنجۇش، قۇندۇز قەھرى، ئۇد ھىندىغا ئوخشاش نەرسىلەرنى پۇراتقاي. قۇندۇز قەھرى، ئىزخىر چېچىكى، قۇستە، ئارچا ئۇرۇقى، سوقمونىيا، پەرپىيۇن، ئاقىرقەرھا قاتارلىقلارنى باشقا زىمات قىلغاي. تەرياقى مەسرۇدىتۇس ئىستېمال قىلدۇرۇش كۆپ پايدىلىقتۇر. غىزاسىغا جۇۋىنە، كەرۋىيا، زىرە، سۈت قوشۇپ بەرگەي. نوقۇت سۇيى، قۇچقاچ گۆشى شورپىسى ئىستېمال قىلدۇرغاي.

بەدەندە قان غالىبلىقىنىك ئالامەتلىرى كۆرۈلسە ئۇكھەل تومۇرىدىن قان ئالغاي، پاچىقغا ھىجامەت قويغاي. مېڭىدىكى ماددىنى تۆۋەنگە تارتىش ئۈچۈن سافىن تومۇرىدىن قان ئالغاي. قاندىن بولغان قەرانتىسنىك ئىلاجىنى قىلغاي. بۇ ئىلاجلارنى ئاز - كۆپ قىلىش تېۋىپنىك تەدبىرىگە باغلىقتۇر.

كېسەللىك سوغۇق ئۆتكەن سەۋەبتىن بولسا، خىلتىلارنىك ھېچقايسىسىنىك غالىب بولغانلىقىنىك ئالامەتلىرى كۆرۈلمىسە، يۇز رەڭگى كۆككە مايىل، تومۇر قاتتىق، پەرقلىق سوقسا تەرياقى مەسرۇدىتۇس، داۋائىمشكى ئىستېمال قىلدۇرغاي. قۇستە يېغى، قۇندۇز قەھرى يېغى، پەرپىيۇن يېغى، ھەببۇلىبان يېغى قاتارلىقلارنى بېشىغا چاپقاي. بېشىغا يەنە قۇندۇز قەھرى چاپقاي، ئىپار، قۇندۇز قەھرى پۇراتقاي. غىزاسىغا ھىك، سامساق، ياڭاق مېغىزى قوشۇپ بەرگەي.

كېسەللىك ئەپيۇن، لۇپلە ئۇرۇقى، ئىتياڭقى، ھۆل يۇمغاقسۇت، ئىسپىغۇلغا ئوخشاش سوغۇق دورىلارنى ئىستېمال قىلغان سەۋەبتىن بولسا، ئۈچىنچى كىتابتا ئېيتىلغان ئالامەتلەر كۆرۈلسە ئۇنىك ئىلاجى شۇ يەردە بايان قىلىنۇر. ئەگەر باشقا بىرەر ئەزادىن يامان بۇخارات ئۆرلىگەن سەۋەبتىن بولۇپ، باش قېيىش، قۇلاقتا ساختا ئاۋازلار ئاڭلىنىش، كۆزگە چۈن، پاشىغا ئوخشاش نەرسىلەر كۆرۈنۈشكە ئوخشاش ئالامەتلەر پەيدا بولسا، شۇ ئەزاغا مۇناسىۋەتلىك

ئىلاجلارنى قىلغاي. بۇنىڭ ئۈچۈن ئۆز ئورنىدا بايان قىلىنغىنىغا ئوخشاش مېڭىگە زىمات چېپىش، نۇتۇل ئىشلىتىش، پۇتنى مايلاش، سۇدا يۇيۇش ئارقىلىق ۋە ھەببى شەبيار بېرىشكە ئوخشاش تەدبىرلەرنى قوللىنىش ئارقىلىق مېڭىدە قالغان بۇخاراتنى يوقاتقاي. دەۋرىي تۇتقىنغان تەپ سەۋەبىدىن پەيدا بولغان بولسا تەپنى پەسەيتىشنىڭ ئىلاجىنى قىلغاي. بەدەندىكى قىزىتما ماددىسىنى تازىلىغاي. ئۇنىڭدىن كېيىن ئىلگىرى ئېيتىلغان تەدبىرلەر بىلەن مېڭىنى قۇۋۋەتلىگەي. روھ زەئىپلەشكەن سەۋەبتىن پەيدا بولغان بولسا گۆش سۈيى، مەسرۇدىتۇس، داۋائىمىشكى بىلەن ئىلاج قىلغاي. مىزاج ئىسسىق بولسا مەسرۇدىتۇسنى ئامىلە شەربىتى ياكى ئانار شەربىتى بىلەن بەرگەي. مەسرۇدىتۇسنى يەنە مائۇلھەسەل، مېۋە سۈيى ياكى شاراب بىلەن بەرگەي. گۆش سۈيىنى شاراب بىلەن بەرگەي. ئىسسىق مىزاجلار ئۈچۈن گۆش سۈيىنى گۈلاب ياكى ئالما سۈيى بىلەن بەرگەي. سەندەل، گۈلاب پۇراتقاي.

قاپاق ئۇرۇقسىمان قۇرت سەۋەبىدىن پەيدا بولغان بولۇپ، ئالامەتلىرى ئاشكارا بولسا، قاپاق ئۇرۇقسىمان قۇرتنىڭ ئىلاجىنى قىلىپ، ئۈچەيلەرنى تازىلاپ، ئارقىدىن مېڭىگە قۇۋۋەت بېرىپ، مېڭىدىكى بۇخاراتنى يوقاتقاي.

مەلۇم بولغايكى، ئېغىر ئۇيقۇ بىلەن غەشىينىڭ پەرقى شۇكى، ئېغىر ئۇيقۇدا بىمارنىڭ تومۇرى كۈچلۈك، قورسىقى توق ئادەمنىڭ تومۇرىغا ئوخشاش سالۇر. غەشىي بولغان ئادەمنىڭ تومۇرى ئاجىز سالۇر. غەشىي بولغان كىشىنىڭ رەڭگى ئۆچەر، ئېغىر ئۇيقۇدا رەڭگى ئۆچمەس.

ئېغىر ئۇيقۇ بىلەن سەكتىنىڭ پەرقى شۇكى، ئېغىر ئۇخلىغان ئادەمنى چارە- تەدبىر قىلىپ ئويغاتقىلى بولۇر، بەدەن ھەرىكىتىمۇ ئۇخلىغان ئادەمگە ئوخشار، سەزگۈلىرى تۆۋەنلىگەن بولسىمۇ مەلۇم دەرىجىدە ساقلىنار. ئەمما سەكتە بولغان بىمارنى ئويغاتقىلى بولماس، ھېس - ھەرىكىتى يوقلار. مەلۇم بولغايكى، مېڭىدە كېسەللىك پەيدا بولغاندا سوغۇق سۇ ئىچىش، سوغۇق سۇ بىلەن ئېغىز چايقاش زىيانلىقتۇر.

ئالتىنچى باب ئۇيقۇسىزلىق توغرىسىدا

ئويغاقلىق شۇنداق ھالەتكى، بۇنىڭدا روھىي نەپسانىي ھېس - ھەرىكەت قۇۋۋەتلىرىنى ئىشقا سالۇر، بۇ ئارقىلىق ئادەم ئۆز ئىختىيارلىقى بىلەن ئىش قىلۇر، بىلگىلى بولىدىغان ئىشلاردىن خەۋەر ئالۇر.

ئۈيقۇسىزلىقنىڭ سەۋەبى توققۇز خىل بولۇر. بىرىنچى، مىزاجنىڭ قۇرۇق ئىسسىقلىقى. ئىككىنچى، ھۆللۈكنىڭ مېڭىگە يىغىلىشى. ئۈچىنچى، غەم - ئەندىشە قىلىش. تۆتىنچى، قاتتىق روھىي ئازاب. بەشىنچى، بەدەندە خىلىتلارنىڭ يىغىلىپ قېلىشى، تاۋام سىڭمەسلىك. ئالتىنچى، يەللىك يېمەكلىكلەرنى يېيىش سەۋەبىدىن بېشىغا يەل ئۆرلەپ قالايمقان چۈشلەرنى كۆرۈش. يەتتىنچى، تۈتۈن ۋە قىزىتما بۇسنىڭ مېڭىگە ئۆرلىشى. سەككىزىنچى، مېڭىدە سەرتان ئىششىقى ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش ئىششىقلارنىڭ پەيدا بولۇشى. توققۇزىنچى، قېرىلىق. قېرىلارنىڭ ئۈيقۇسى كەلمەسلىكىنىڭ سەۋەبى ئىككىدۇر، بىرى قېرى كىشىنىڭ بەدەن ھۆللۈكىنىڭ ئاچچىق بولۇشى، قېرى كىشىنىڭ مېڭىسىنىڭ ياشلارنىڭ مېڭىسىگە قارىغاندا قۇرۇق سوغۇق بولۇشىدۇر.

ئالامىتى ۋە داۋالاش

بىمارنىڭ كۆز تېگىدە ئىسسىقلىق ۋە كۆيۈشۈش پەيدا بولۇر. ئۇنىڭ ئىلاجى شۇكى، ئارام ئالغاي، ھەرىكەت قىلىش، بەدەن چىنىقتۇرۇش ۋە كۆپ ئەندىشە قىلىشتىن پەرھىز قىلغاي. بىنەپشە يېغى، تاتلىق قاپاق ئۇرۇقى يېغىنى بېشىغا سۈركىگەي. ھەر كۈنى كەچتە ئۇخلاشتىن بۇرۇن تاپىنى، كىندىكى، مەقئىتى ۋە بۇرنىنى شۇ ياغلار بىلەن ياغلىغاي. ئىسسىتىپ قۇلقىغا بىر - ئىككى تامچە تېمىتقاي. ئىسپىغۇل شىرىسى، سېمىز ئوت، ھۆل قاپاقنى سوقۇپ بېشىغا چاپلاي. غىزاسىغا قاپاق ئېشى، سېمىز ئوت، كاھۇ قوشۇپ بەرسە پايدا قىلۇر. مۇنچىغا كىرىش، مۆتىدىل ئابىزەندە ئولتۇرۇش ياخشى پايدا قىلۇر. كىشى مۇنچىغا كىرگەندىن كېيىن ئۈيقۇ تۇتسا مىزاجنىڭ ياخشى ئەمەسلىكى، قۇرۇقلۇقنىڭ زىيادە غالىبلىقى ياكى بەدەندە يامان خىلىت بارلىقىغا، مۇنچا ئىسسىقلىقىنىڭ ئۇنى قوزغاتقانلىقى ۋە باشقا ئۆرلىگەنلىكىگە دالالەت قىلۇر. بۇ چاغدا بەدەننى تەنقىيە قىلغاي. ئۈيقۇسى كەلمەيدىغان كىشىنىڭ ئۈيقۇسىنى كەلتۈرۈش تەدبىرى مۇڭلۇق نەغمىلەر، سۇ ئاۋازى ۋە دەرەخلەرنىڭ پەس ئاۋازىنى ئاڭلىتىشتۇر. كىشىنىڭ ئۈيقۇسى قاچسا، ئارقىدىن يۆتەل پەيدا بولسا تېزلا ئۆلۈپ كېتەر.

كېسەللىكنىڭ سەۋەبى ئاددىي سوغۇقلۇق بولسا، ئىسسىقلىق بولمىسا، بۇنىڭ ئالامەتلىرى يۇقىرىدا بايان قىلىندى. يەنە ئۇسساش، كۆيۈشۈش ئالامتى بولىماس. بۇنىڭ ئىلاجى ئىلگىرىكى ئىلاجغا يېقىنراقتۇر، ئەمما مۆتىدىل نەرسىلەر بىلەن ھۆللۈك پەيدا قىلغاي. ئەگەر ئۈيقۇسىزلىقنىڭ سەۋەبى ئاچچىق ھۆللۈك بولسا بىمارنىڭ كۆزى، بۇرنىدا ھۆللۈك بولۇر. ئۇخلىسا كۆزلىرى چاپاقلىشار، بېشىدا مەلۇم دەرىجىدە ئېغىرلىق بولۇر، ئۇخلىسا تېز ئويغىنار.

ئىلگىرى قىلغان تەدبىرلىرى، ياشىغان يىللىرى ئۇنىڭغا گۈۋاھلىق بېرەر. ئىلاجى شۇكى، ئاچچىق، تۇزلۇق، ئۆتكۈر نەرسىلەرنى يېيىشتىن پەرھىز قىلغاي، غىزاسىغا ئۇششاق، يېڭى بېلىق، سېمىز توخۇ گۆشى، ئوغلاق گۆشى بەرگەي، شورپىسىغا ئاز مىقداردا تۇز سېلىپ ئىستېمال قىلغاي. ھەببى شەبىيار، ئايارەج پەيقىرا بىلەن ماددىنى سۈرگەي. ئايارەج پەيقىرا بىلەن شەھمەنزەلنى سېرىق ھېلىلە بىلەن بەرسە ئوبدان پايدا قىلۇر. ھۆللۈك زىيادە بولسا ھېلىلە ئورنىغا تۇربۇت قوشقاي. گۈلقەنتنى سىركەنجۈبىل بىلەن قوشۇپ ھەر كۈنى ئەتىگەن بەرسە مۇڭاپىق كېلۇر. مەلۇم بولغايكى، ياشانغانلارنىڭ ئۇيقۇسى كەلمەسلىكىنىڭ ئىلاجى تەسرەكتۇر. ئىلاجى ئۇچۇن ئارپا، بابۇنە سۈيى بىلەن نۇتۇل قىلسا، ئەلۋەتتە پايدا قىلۇر. ھەر كۈنى كەچتە بۇ نۇتۇلنى ئىشلەتكەي. بابۇنە يېغى بىلەن ئۇقھۇڭان يېغىنى بۇرنىغا تېمىتقاي. غىزاسىغا ئاز مىقداردا كاھۇ ئۇرۇقى قوشۇپ بەرگەي.

جالىنۇس «ئۆزۈم ئۇچۇن كاھۇ سالغان غىزا بۇيرىسام دارچىن سېلىشنى مۇڭاپىق دەپ بىلمەن، چۈنكى ئۇ كاھۇنىڭ زەھەرىنى تۇگىتەر» دېگەن. بەدىنىدە بۇزۇق خىلت بولمىغان كىشىلەرگە پايدا قىلىدىغان، ئۇيقۇ كەلتۈرىدىغان تەدبىرلەردىن بەدەن چېنىقتۇرۇش، ئارقىدىن مۇنچىغا كىرىش، مۇنچىدىن چىققاندىن كېيىن ئارام ئېلىش، تائام يېيىش، بايان قىلىنغان ياغلارنى ئىشلەتكەندە، دەرھال ئۇخلىتار. ئۇيقۇسىزلىق تائامنى كۆپ يېيىش سەۋەبىدىن پەيدا بولغان بولسا تائامنى تۆۋەنگە چۈشۈشكە تەدبىر قىلغاي، بۇزۇق خىلتنى تازىلىغاي. يەللىك تائام يېيىش سەۋەبىدىن بولسا بۇنداق تائاملاردىن پەرھىز قىلغاي. مۇڭاپىق مىقداردا ئايارەج پەيقىرا، ھەببى شەبيار ئىستېمال قىلغاي. ئۇيقۇسىزلىق ئاغرىق، ئەندىشە ياكى قىزىتما بۇخاراتى سەۋەبىدىن پەيدا بولسا ئۇلاردىن پەرھىز قىلغاي، شۇنداق قىلغاندا بۇ مېڭىدىن يانار، ئۇيقۇ كېلۇر. بىمارنىڭ پېشانىسى ۋە چېكىسىنى كۆكنار يېغى ۋە كاھۇ يېغى بىلەن ياغلىغاي. ھۆللۈك پەيدا قىلىدىغان نۇتۇللارنى ئىشلەتكەي. پەرھىز ئېشىغا كۆكنار ئۇرۇقى سېلىپ بەرگەي. ئىسسىقتىن بولغان باش ئاغرىقىغا پايدا قىلىدىغان دورىلار بۇنىڭغىمۇ پايدا قىلۇر.

بۇ كېسەللىككە سىناقتىن ئۆتكەن دورا سەلىخە ئۇچ گىرام، ئەپيۇن بىر گىرام، زەپەر بىر يېرىم گىرام. ئۇلارنى گۈل يېغىدا ئېزىپ بىمارنىڭ بۇرنىغا تېمىتقاي. يەنە كەچتە ئۇخلاش ۋاقتىدا بىمارنىڭ ئەزالىرىنى ياغلاپ، چىراغ ياندۇرۇپ قويسا، يېنىدا بىر قانچە ئادەم ئولتۇرۇپ ھېكايە ئېيتىپ بەرسە، پەس ئاۋاز بىلەن سۆزلىسە، كېيىن ئاۋازنى تەدرىجي پەسەيتىپ چىراغلارنى ئۆچۈرسىمۇ ياخشى ئۇيقۇ كېلۇر.

يەتتىنچى باب باش ئىچىگە سۇ يىغىلىش ۋە كىچىك بالىلارنىڭ ئۇسسىشى توغرىسىدا

كۆپ هاللاردا باشنىڭ ئىچىدىكى قاتتىق پەردىگە سۇغا ئوخشاش سۇيۇقلۇق يىغىلۇر.

ئالامىتى ۋە داۋالاش

بىمارنىڭ بېشى ئېغىر، كۆزى يۇمۇقلۇق تۇرغاندەك مەلۇم بولۇر، كۆزىنى ئاچالماس ياكى تەسلىك بىلەن ئاچار، كۆزى دائىم هۆل تۇرار، ياش ئاقار. بۇنىڭ ئىلاجى يوقتۇر. بەزىدە هۆللۈك باش سىرتىدا بولۇر، بۇنداق بولۇشى كۆپ كۆرۈلۈر، بولۇپمۇ كىچىك بالىلاردا كۆپرەك بولۇر. بۇنىڭ ئالامىتى شۇكى، سۇ يىغىلغان ئورۇن هۆل بىلىنەر، قول بىلەن بېسىپ كۆرسە يۇمشاق سېزىلەر. تېرە رەڭگى كېتىپ هۆللۈك يىغىلغانلىقى مەلۇم بولسا، يارا ئېگىز كۆرۈنسە، قول بىلەن باسقاندا بوش بىلىنسە، يەرلىك ئورۇندا كۆپۈش زاهىر بولسا بۇ كېسەللىكنىڭ باشقا ماددا سەۋەبىدىن پەيدا بولغانلىقىغا دالالەت قىلۇر. ماددا كۆپ بولسا، قول بىلەن باسقاندا بوش بىلىنسە ئىلاجىغا مەشغۇل بولغاي. ماددا ئاز بولۇپ، بوش گۆش ئارىسىدا بولسا قول ئەمەلىيىتى بىلەن ئىلاج قىلغاي، ماددىنى تازىلىغاي. شاراب، زەيتۇن يېغىنى جاراهەتكە چاپقاي، ئۇچ كۈنگىچە تېڭىپ قويغاي، ئۇنىڭدىن كېيىن مەلهەم بىلەن ئىلاج قىلغاي. ماددا ئاز بولسا ماددىنى تارتىدىغان دورىلارنى زىمات قىلغاي.

كىچىك بالىلارنىڭ ئۇسسىشىنىڭ ئىلاجى شۇكى، ئىنىكئانىسىغا كاشكاپ ئىچكۈزگەي، بالىنىڭ ئىچى سۈرسە كاشكاپنى ئارپا تالقىنى بىلەن قىلغاي، بالغا تاباشىر، سېمىزئوت ئۇرۇقىنى قورۇپ بەرگەي، هۆل بىنەپشىنى سوقۇپ بېشىغا چاپقاي. ئىنىكئانىسىنى مۇنچىدىن پەرهىز قىلدۇرغاي. توخۇ تۇخۇمىنىڭ ئېقىنى گۈلى بىلەن بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ بالىنىڭ بېشىغا چاپقاي. قاپاق سۈيى، يۇمغاقسۈت سۈيى، سېمىزئوت سۈيى، ئىتئۈزۈمى سۈيى قاتارلىقلارنىڭ قايسىسى تېپىلسا بالىنىڭ بېشىغا سۈركىسە پايدا قىلۇر. هەر ئىشنىڭ ياخشى - يامىنىنى ئاللا ئەڭ ئوبدان بىلگۈچىدۇر.

ئۇچىنچى قىسىم قويۇق خىلىتلارنىڭ مېڭە يوللىرىنى توسۇۋالغانلىق سەۋەبىدىن پەيدا بولىدىغان كېسەللىكلەر توغرىسىدا

بىرىنچى باب باش قېيىش ۋە كۆز قارىغۇلىشىش توغرىسىدا

باش قېيىش شۇنداق كېسەللىككى، ئادەمنىڭ كۆزىگە نەرسىلەر چۆرگىلەۋاتقاندەك كۆرۈنەر، بېشىمۇ چۆرگىلەر، بۇ سەۋەبتىن ئورنىدىن تۇرالماس، ئورنىدىن تۇرسا يىقىلار. بەزىدە باش قېيىشنىڭ قاتتىقلىقىدىن كۆزى قارىغۇلىشىپ بېشى قايار، يىقىلىشقا تاس قالۇر. بۇ ئىككى كېسەللىكنىڭ ئومۇمىي سەۋەبى روھنىڭ مېڭە تومۇرلىرى ۋە يوللىرىدا مەلۇم سەۋەبتىن تەۋرىشىدىن بولۇر. يەنە كۆز نۇرى ئۆز ئورنىدا ئايلانسا ئەتراپتىكى نەرسىلەرمۇ ئايلانغاندەك بولۇر. چۈنكى كۆز ئالدىدىكى ھەرقانداق نەرسىنىڭ ئەكسى كۆزگە چۈشەر. ئەرەب تىلىدا ئۇ «تەبدىلى مەجازات» دەپ ئاتىلار.

بۇ كېسەللىكنىڭ سەۋەبى بەش خىلدۇر. بىرىنچىسى، كىشى بىرەر نەرسىگە تىكىلىپ ئۇزۇن ۋاقىت قارىسا ئۇنىڭ شەكلى كۆرگۈچى روھتا ئەكس ئېتەر، بۇ شەكىل ئۇزۇن مۇددەت ساقلىنار، ئەگەر بەدەن قۇۋۋىتى ئاجىزلىسا بۇ شەكىل ئاشكارىلىنىپ باش قېيىشقا سەۋەب بولۇر. ئىككىنچىسى، بىمارنىڭ ئاجىزلىقىدىن پەيدا بولۇر، چۈنكى بىمار ئاجىز بولسا مۇشەققەت بىلەن ھەرىكەت قىلۇر، بۇنىڭ بىلەن روھتا قوزغىلىش پەيدا بولۇر، باش قېيىشقا سەۋەب بولۇر. ئۈچىنچىسى، مېڭە كاۋاكلىرىغا ماددا يىغىلۇر. بۇ ئۈچ خىل بولۇر، بىرى، مېڭە كاۋاكلىرىغا بۇس يىغىلۇر، يەنە بىرى، بۇزۇق خىلىت مېڭىنىڭ كاۋاكلىرىغا يىغىلۇر. ئۇ قوزغالسا بۇس ئۆرلەپ مېڭە يوللىرىدا توختار. يەنە بىرى، ئاشقازان، بالىياتقۇ، دوۋسۇن ياكى بۆرەكتە بىرەر يامان خىلىت ياكى كېسەللىك پەيدا بولۇر، ئۇنىڭدا پەيدا بولغان بۇس شېرىكچىلىك سەۋەبىدىن

مېڭىگە يېتەر. بەزىدە ئاشقازان غىزا تەلەپ قىلغانلىقتىن ئاشقازان ئېغىزى قوزغىلار، بۇنىڭ بىلەن مېڭىگە بۇس ئۆرلەر. تۆتىنچىسى، يۈرەك، جىگەر ياكى ئۇمۇمىي بەدەن تومۇرلىرىدىن مېڭىگە بۇس ئۆرلەپ كۆز نۇرىغا تەسىر يەتكۈزەر، بۇنىڭ بىلەن باش قېيىش ۋە كۆز قارىغۇلىشىشنى پەيدا قىلۇر. بۇس سەپرا بىلەن بەلغەم ماددىسىدىن كۆپرەك پەيدا بولۇر، سەۋدا ماددىسىدىنمۇ بۇس پەيدا بولۇر. بەزىدە مىزاجنىڭ تۈيۇقسىز بۇزۇلۇشى سەۋەبىدىن بەدەندە بۇزۇق خىلىت پەيدا بولۇپ، روھنى تەۋرىتىپ باش قېيىشقا سەۋەب بولۇر. بەشىنچىسى، سىرتقى سەۋەبلەردىن بولۇر، مەسىلەن: يېقىلىش ياكى باشقا بىرەر زەخمە يېتىشكە ئوخشاش.

ئالامىتى ۋە داۋالاش

زەخمىلىنىش، چۆرگىلەش، ھەرىكەت قىلىۋاتقان نەرسىگە قاراش سەۋەبىدىن بولسا ئالامىتىنى ئىزدەش ھاجەت ئەمەس. ئۇنىڭ ئىلاجى ئورنىدا جىم تۇرۇپ ئارام ئېلىشتۇر. خىلتىنىڭ بۇسىنىڭ باشقا ئۆرلىشىدىن پەيدا بولغان باش قېيىش دائىم بولۇر، ئاشقازان مەيلى توق ياكى ئاچقان بولسۇن، بىر خىل ھالەتتە بولۇر. باش قېيىشتىن بۇرۇن بېشى ئېغىر بولۇر، قۇلىقىغا ئاۋاز ئاڭلىنۇر، كۆزى ۋە باشقا سەزگۈلىرى ناچار بولۇر، تائامنىڭ تەمىنى تېتىيالماس. باشقا بەلغەم خاراكتېرلىك بۇس ئۆرلىگەن بولسا باش ئېغىر بولۇر، كۆپ ئۇخلار، تومۇرى يۇمشاق، ئاستا، ئاجىز سالۇر، بەلغەمنىڭ ھەممە ئالامەتلىرى ئاشكارا بولۇر. بۇ چاغدا مېڭىنى ھەببى سەبرە، ھەببى قوقىيا ۋە ھەببى ئىستەمخۇن بىلەن تازىلىغاي. ئاشقازانىنمۇ قەي بىلەن تازىلىغاي.

قەينىڭ تەدبىرى تۇرۇپنى ھەسەل بىلەن كۆپ يېگەي، ئارقىدىن كۆپ سۆزلىگەي، 300 گىرام ياغلىق سۇغا 120 گىرام ھەسەل سېلىپ، ئوستىدىن ئۇچ گىرام تۇز ئارىلاشتۇرۇپ ئىلمان ئىچىپ قەي قىلغاي. ئارقىدىن ئاشقازانىنى قۇۋۇتلەش ئۈچۈن ئىترىفىل سەغىر يېگەي. مەستىكى بىلەن ئۇدخامنى سوقۇپ، مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ 20 دانە ئۇرۇقى ئايرىلغان ئۈزۈم بىلەن سوقۇپ ناشتىدا يېسە ياخشى پايدا قىلۇر. ئۇسسۇزلۇقى كۆپ بولسا چىدىغاي. سىركەنجۈبىل ئەسەلى ئىچسىمۇ مۇۋاپىق كېلۇر. خۇددى يۇقىرىقى بابلاردا ئېيتىلغىنىدەك، بىمارنى چۈشكۈرتۈش، غار - غار قىلدۇرۇش ئارقىلىق باشتىكى خىلىتلارنى ئاياغ تەرەپكە تارتىشمۇ پايدا قىلۇر. غىزاسىغا نوقۇت، سۈيى، قىرغاۋۇل گۆشى، كەكلىك گۆشىنى زەيتۇن يېغى ياكى ياڭاق يېغى بىلەن كاۋاپ قىلىپ بېرىش ياكى دارچىن، زىرە، ئاز مىقداردا قۇرۇق يۇمغاقسۇت سېلىپ بېرىش پايدىلىقتۇر. بىمار بۇ تەدبىرلەر بىلەن ياخشى بولمىسا ئايرەج

لوغانزىيا بىلەن ئايارەج روفىس بەرسە ياخشى پايدا قىلۇر. ماددا سەپرا خاراكتېرلىك بۇس بولسا، كۆزگە سېرىق نەرسىلەر كۆرۈنەر، بېشى قىزىق بولۇر، ئۇيقۇسى ئاز كېلۇر، كۈن ئىسسىغانسېرى باش قېيىش ئېغىرلىشۇر. ئىلاجى ئۈچۈن ئىسسىق سۇغا سىركەنجۇبىل ئارىلاشتۇرۇپ قەي قىلدۇرغاي، قەيدىن كېيىن ئاچچىق، تاتلىق ئانار سۇيى، ياۋا ئالما، غورا شەربىتى، سۇماق شەربىتى، بېھى شەربىتى قاتارلىقلارنى ئىچكەي. مېڭىنى بىنەپشە بىلەن تازىلىغاي. مەتبۇخى ھىلىلە بېرىپ ماددىنى تازىلىسمۇ بولۇر. سېرىق ھىلىلە سۇغۇپىنى شېكەر ۋە مائۇلجەبىن بىلەن بەرسىمۇ مۇۋاپىق كېلۇر. ھەر كۈنى ناشتىدا ئاچچىق، تاتلىق ئانارلارنىڭ سۇيىنى غورا شەربىتىگە ئوخشاش نەرسىلەر بىلەن بەرگەي. تائامغا غورا سۇيى، زىرىق سۇيى، سۇماق سۇيى، ياۋا ئالما سۇيى ياكى ئۈزۈم تېلى سۇيى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا قوشۇپ بەرگەي. باش ئاغرىسىغا ھىجامەت قويۇش، قۇلاق ئاغرىسىدىكى تومۇرلاردىن قان ئېلىش مۇۋاپىقتۇر. مېڭە ئاجىز بولسا ھەر كۈنى ئەتىگەن - كەچتە ئاپېبەدىيان، قۇرۇق يۇمغاقسۈتنى قورۇپ شېكەر ئارىلاشتۇرۇپ بىنەپشە يېغى بىلەن ياغلاپ بەرگەي.

كېسەللىك ماددىسى قان بولسا، قاننىڭ ئالامەتلىرى ئاشكارا بولۇر. ئۇنىڭ ئىلاجى ئۈچۈن قىيفال تومۇرىدىن، قۇلاق ئاغرىسى تومۇرىدىن قان ئالغاي، باشنىڭ ئاغرىسىغا ھىجامەت قويغاي. قان ئالغاندىن كېيىن، سېرىق ھىلىلە قاينىتمىسى ئىچكۈزۈپ چوڭ تەرىتىنى بوشاتقاي، مېڭىدىكى بۇسنى يوقاتقاي. بۇس ئاشقازاندىن مېڭىگە چىققان بولسا تائام ئاز سىكەر، تائامغا ئىشتىهاسى سۇس بولۇر، ئاشقازان ئېغىرىدا تەۋرىنىش سېزىمى بولۇر، باشنىڭ قېيىشى بەزىدە كۈچلۈك، بەزىدە ئاجىز بولۇر. باش قېيىش بىلەن تەڭ باش ئالدى ۋە يېنىدا ئاغرىق بولۇر. ئىلاجى ئۈچۈن قەي قىلىپ ئاشقازانىنى تازىلىغاي، قەيدىن كېيىن ئايارەج پەيقىرا ئىشلەتكەي، ھەببى قوقيا بىلەن بەدەننى تازىلىغاي، قۇۋۇتنى ئاجىز بولسا سەبرە چىلانمىسىنى گۈل يېغى بىلەن بىرگە بېشى ۋە پېشانىسىگە چاپقاي. نەچچە كۈن ئۆتكەندىن كېيىن ئاز مىقداردىكى بابۇنە يېغى بىلەن گۈل يېغىنى ئارىلاشتۇرۇپ ئىشلەتكەي.

باش قېيىش بالىياتقۇ ۋە دوۋسۇن سەۋەبىدىن بولسا، باش قېيىشتىن بۇرۇن ھەيز تۈتۈلۇر ياكى بالىياتقۇ ئېغىزى توسۇلۇر. بۇ چاغدا ھەيزنىڭ تۈتۈلۇشى سەۋەب بولغان بولسا ھەيزنى راۋانلاشتۇرىدىغان دورىلارنى ئىشلەتكەي، بالىياتقۇ ئېغىزى توسۇلغان بولسا ئۇنىڭ ئىلاجىنى قىلغاي، بۇ كېسەللىكنىڭ ئىلاجى ئۆز ئورنىدا ئاللا خالسا بايان قىلىنۇر.

بۇس بۆرەك ياكى جىگەردىن چىققان بولسا، ئۇنىڭ ئۆتەر يولى قۇلاق ئارقا تومۇرى،

بويۇن ئارقا تومۇرىدۇر. ئالامتى شۇكى، بىمارنىڭ بويۇن تومۇرلىرى تولۇپ تۇرار، بويۇن ۋە ۋە ئۇنىڭ پەيلىرىدە ھېچقانداق ئاغرىق بولماس، بۇ تومۇرنى قول بىلەن تۇتسا ياكى قابىز خۇسۇسىيەتلىك نەرسىلەرنى چاپسا باش قېيىش توختار. ئۇنىڭ ئىلاجى شۇكى، بۇس قايسى خىلىت سەۋەبىدىن بولسا شۇ خىلىتنى ھەيدەپ چىقىرىشقا مەشغۇل بولغاي. بۇس جىگەردىن چىققان بولۇپ، جىگەر خىزمىتىگە نۇقسان يەتكەن بولسا، جىگەر يېنىدىكى ئەزالاردا ئاغرىق بولسا، ئاغرىقنىڭ جىگەرنىڭ قايسى تەرەپتە ئىكەنلىكىگە قاراش لازىم. ئاغرىق جىگەرنىڭ ئۆزىدە بولسا، سۈيدۈك ھەيدەيدىغان دورىلارنى بەرگەي. جىگەرنىڭ ئاستى تەرىپىدە بولسا، چوڭ تەرەتنى راۋانلاشتۇرغاي. بۇس يۇرەكتىن چىققان بولسا، سۇرگە دورىسى بەرگەندىن كېيىن ئالما شەربىتى ۋە باشقا يۇرەككە قۇۋۋەت بېرىدىغان نەرسىلەرنى بەرگەي. بۇس تالدىن چىققان بولسا، چەپ قولنىڭ ئۇسەيلەم تومۇرىدىن قان ئالغاي، تالغا ماددىنى تارتىدىغان زىماتلارنى چاپقاي. ئومۇمەن، بۇس قايسى ئەزادىن ئۆرلىگەن بولسا، شۇ ئەزاغا خاس ئىلاجلارنى قىلغاي، ھەر قايسى ئەزالارنىڭ كېسەللىكلىرىنىڭ ئىلاجى ئۆز ئورنىدا بايان قىلىنۇر.

ئەگەر باش قېيىش مىزاجنىڭ تۇيۇقسىز بۇزۇلۇشىدىن پەيدا بولغان بولسا، ئالامەتلىرى ۋە سەۋەبلىرىگە قاراش، قارشى ئىلاج قىلىپ مىزاجنى ئەسلىگە كەلتۈرگەي.

ئەگەر باش قېيىش ئاچلىق ۋە ئاشقازاننىڭ بىكار تۇرغانلىقىدىن بولغان بولسا، ئېتىگەندە قۇياش چىقىشتىن ئاۋۋال بىر قانچە لوقما نانىنى غورا ئۈزۈم قىيامى، ئالما قىيامىغا ئوخشاش نەرسىلەرگە چۆكۈرۈپ يېگەي. ئانار شەربىتى، ئالما شەربىتى، لىمون شەربىتى، زىرىق شەربىتى، ياۋا ئالما شەربىتى ئىچسە مۇۋاپىق كېلىۇر. بەزىدە كېسەللىك سەۋەبىدىن باش قايىر، بۇ كېسەللىكنىڭ بۆھرانى سەۋەبىدىن بولغان باش قېيىشتۇر، بۇ چاغدا ئۇنىڭ مۇناسىۋەتلىك ئىلاجلىرىنى قىلغاي. باشنىڭ دائىم قېيىشى، بولۇپمۇ ياشانغانلارنىڭ بېشىنىڭ دائىم قېيىشى سەكتىنىڭ باشلانغانلىقىنىڭ ئالامتىدۇر، بۇ چاغدا مۇۋاپىق نەرسىلەرنى دەرھال ئىلاج قىلغاي، مەسىلەن: قەي قىلىش ئارقىلىق ئاشقازاننى تازىلاش، ئايارەج پەيقىرا، ھەببى شەبيار ئىستېمال قىلسا خىلىتنى ئاياغ تەرەپكە تارتىپ پايدا قىلۇر.

بىمارنىڭ بىرەر ئەزاسى سەزمەس بولغاندىن كېيىن، باش قېيىش پەيدا بولسا، ماددىنىڭ مېڭىدە ئىكەنلىكىگە دالالەت قىلۇر، سەكتە بولۇشىدىن ئەنسىرەش لازىم. بۇنىڭغا يۇقىرىدا ئېيتىلغان ئىلاجلارنى قىلسا بولۇر. بەزىدە باش ئاغرىقى بىلەن باش ئاغرىقى يوق بولۇر. بەزىدە باش ئاغرىقىدىن كېيىن باش قېيىش پەيدا بولۇر، بۇ باش قېيىش بىلەن باش ئاغرىقى يوق بولۇر.

ئىككىنچى باب قارا بېسىش توغرىسىدا

بۇ شۇنداق كېسەللىكتۇركى، كىشى ئۈيقۇسىدا بىرەر ئېغىر نەرسىنىڭ ئۆزىنى بېسىۋالغانلىقىنى كۆرۈر، نەپىسى قىستىلۇر، ئورنىدىن تۇراي دېسە تۇرالماس، ۋارقىراي دەپ ۋارقىرالماس، شۇنداق هالەتتە ئويغىنار. بۇ خىل كېسەللىك ئۇچ خىل يامان كېسەللىكنىڭ ئالامىتىدۇر. بىرى، سەرئى، يەنە بىرى، سەكتە، ئۇچىنچى بىرى، «ماننيا» دەپ ئاتىلىدىغان سارائىلىق.

قارا بېسىشنىڭ سەۋەبى مېڭىگە بۇس ئۆرلەش بولۇپ، ئويغاقلىقتا ئورنىدا تىنچ تۇرار، ئۇخلىغاندىن كېيىن بىراقلا قوزغىلىپ مېڭىگە چىقىپ ئۇنىڭ تومۇرلىرىنى تولدۇرار. بۇ بۇس بەلغەم، سەۋدا ياكى قاندىن پەيدا بولۇر. بەزىدە سوغۇقلۇقتىن پەيدا بولۇر، بولۇپمۇ ئۇيقۇ ۋاقتىدا سوغۇقلۇق قويۇلۇپ تومۇرلاردا قىستالغانلىقتىن پەيدا بولۇر. ئۇيقۇدا قانداق رەڭنى كۆرسە ئۇ سەۋەبچى ماددىنىڭ رەڭگىگە دالالەت قىلۇر.

داۋالاش

كېسەللىك ماددىسى قان بولسا قان ئالدۇرغاي، ئارقىدىن قويۇق خىلىتلارنى تازىلىغاي، بۇنىڭ ئۈچۈن هەببى ئىستەمخىقۇن، ئايارەج لوغانزىيا ياكى ئايارەج روفىس ئىستېمال قىلغاي.

بۇ كېسەللىككە پايدا قىلىدىغان، بەدىنى قۇۋۋەتلىك بىمارغا بېرىلىدىغان هەب نۇسخىسى ئايارەج پەيقرا ئۈچ گىرام، قارا خەربەق سەككىز نوقۇت چوڭلۇقىدا، شەھمەنزەل لېشى ئالتە نوقۇت چوڭلۇقىدا، كەتىرا تۆت نوقۇت چوڭلۇقىدا. دورىلارنى سوقۇپ كەرەپشە سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ هەب قىلغاي. هەر قېتىمدا بىر تالدىن ئىستېمال قىلغاي. مېڭىگە سوغۇق ئۆتكەن بولسا، ئىسسىق هەم قابىز بولغان ياغلارنى باشقا سۈركىگەي. ئۆتكەن بابتا بايان قىلغان زىماتلار پايدا قىلۇر.

ئۈچىنچى باب تۇتقاق كېسەل توغرىسىدا

تۇتقاق كېسەل (سەرئى) دە ئەزالارنىڭ هېس - هەرىكەت تەرتىپى بۇزۇلۇر، خىزمىتى تولۇق تامام بولماس. سەرئى بولغان كىشىنىڭ ئەزالىرى ئىلگىرىكى هالىتىدە تۇرماس.

سەۋەبى مېڭىنىڭ ئالدىنقى قىسمىنىڭ توسۇلۇشى سەۋەبىدىن پەيدا بولۇر. توسۇلۇش تولۇق تەشەننۇج سەۋەبىدىن پەيدا بولۇر. تولۇق توسۇلغان بولسا ھېس - ھەرىكەت تولۇق يوقلار، تولۇق توسالمىغان بولسا ھېس - ھەرىكەتلىك ئەزالارنىڭ خىزمىتى ناچارلىشار ۋە تەشەننۇجمۇ بولار ئىدى. تۇتقاق كېسەل بىمارىنىڭ ئېغىزىدىن كۆپۈك كېلىشىنىڭ سەۋەبى نەپەس ئەزالىرىنىڭ تارتىشىشى، نەپەسنىڭ قىينىلىشىشى، بەدەنگە ھاۋا يېتىشمىگەنلىكتىن نەپەسنىڭ جىددىيلىشىشىدۇر.

بۇ كېسەللىكتە تەشەننۇج يەنى تارتىشىشنىڭ سەۋەبى ئۇچتۇر، بىرى، ماددىنىڭ قېيىپ قېلىشى، يەنە بىرى قۇرغاقلىق، يەنە بىرى، ئەزالارنىڭ خالىمايدىغان ئەزالاردىن قېچىشىدۇر. شۇ سەۋەبتىن قۇرۇقلۇقتىن پەيدا بولغان تەشەننۇج بىراقلا پەيدا بولۇر، ئەمما ئېغىر بولماس. قۇرۇقلۇق مېڭە تارتىشقۇدەك دەرىجىگە يەتسە ئۆلۈم يېقىندۇر. بۇ تارتىشىشنىڭ ئىمتىلا ياكى مېڭىنىڭ ئاجرىشى سەۋەبىدىن بولغانلىقىغا دالالەت قىلۇر، بۇ ئاجرىشى مېڭىنىڭ بۇستىن قېچىشى يامان ماددىدىن قېچىشىدىن بولۇر، مەسىلەن: بۇ خۇددى ئاشقازاننىڭ خالىمىغان تائامدىن ئۆزىنى قاچۇرغىنىغا ئوخشار، خۇددى شۇنىڭغا ئوخشاش مېڭىمۇ ئۆزى خالىمايدىغان ماددىغا ئۇچرىسا ئۆزىنى قاچۇرار، شۇ سەۋەبتىن بىمارنىڭ يۈزىنىڭ پەيلىرى ۋە باشقا پەيلىرى تارتىشار. بىر تۈركۈم كىشىلەر مېڭىدە ماددا بولمايمۇ تۇتقاق كېسەل پەيدا بولۇر دەر. ئەبۇ ئەلى ئىبن سىنا ئېيتۇركى، بۇ كىشىلەرنىڭ سۆزى توغرا ئەمەستۇر، ئەگەر ئۇلار ماددا مېڭىگە يەتكەن سەۋەبتىن تۇتقاقلىق پەيدا بولۇر دېسە ئاندىن توغرا بولۇر. چۈنكى، سەرئى پەقەت مىزاجنىڭ ماددىسىز بۇزۇلۇشىدىن بولغان بولسا سەرئىنىڭ دائىم بولۇشىغا تېگىشلىك بولاتتى، چۈنكى مىزاجنىڭ بۇزۇلۇشىدىن پەيدا بولغان ھەرقانداق كېسەللىك دائىمىي بولۇر، مىزاجنىڭ بۇزۇلۇشى ئوڭشالسا كېسەللىك بىراقلا يوق بولۇر ۋە تۇرنىلۇر، چۈنكى بىراقلا پەيدا بولغان ھەرقانداق نەرسە بىراقلا يوق بولۇر. ئەمما بەزىدە ماددا مېڭىگە بىراقلا يېتەر ۋە تېزلا تۇگەر. ماددا شۇ ھالەتتە مەلۇم ئەزادىن چىقىپ مېڭىگە يېتەر، تالدىنمۇ چىقىپ مېڭىگە يېتەر. يەنە پۇتنىڭ ئۇششاق بارماقلىرىدىنمۇ چىقار. شۇنداق بولغانلىقى ئۈچۈن، تۇتقاق كېسەل بولغان كىشىلەر ھوشىغا كەلگەندىن كېيىن، ئىياغ تەرەپتىن خۇددى سوغۇق شامالغا ئوخشاش نەرسىنىڭ ئۈستىگە ئۆرلىگەنلىكىدىن، ئۇ يۈرەك ۋە مېڭىگە يەتكەندە كېسەللىك تۇتقانلىقىدىن خەۋەر بېرەر. شۇنداق بولغاچقا، تۇتقاق كېسەل تۇتۇشتىن ئاۋۋال شۇ كىشىنىڭ پۇتلىرى باغلاپ قويۇلسا كېسەل تۇتمىغان. ئەگەر كىشىنىڭ تۇتقاق كېسەل بولۇشىغا سەۋەب بولغان ئەزاسىغا داغ قويسا ياكى يارىلاندۇرسا تۇتقاق كېسەل يوق بولۇر. تۇتقاق كېسەل قاپاق ئۇرۇقسىمان مەددە سەۋەبىدىن

پەيدا بولغان بولسىمۇ شۇنداق قىلسا، يەنى قاپاق ئۇرۇقسىمان قۇرتنى يوق قىلسا يوق بولۇر. كۆپ هاللاردا چايانغا ئوخشاش زەھەرلىك هايۋانلار چاقسا ئۇنىڭ زەھىرى شۇ ئەزادىكى نېرۋىغا تەسىر قىلغاندىن كېيىن زەھەر نېرۋا ئارقىلىق مېڭىگە يېتىپ بارسا، مېڭە ئۇنىڭدىن ئۆزىنى قاچۇرسا تارتىشىش پەيدا بولۇر، ئارقىدىن تۇتقاقلىق پەيدا بولۇر. بەزىدە ئايال كىشىنىڭ ھەيزى ۋاقتىدىن بۇرۇن توختىسىمۇ ھەيز ماددىسى تومۇرلىرىدا سېسىپ بۇسى مېڭىگە ئۆرلەپ تۇتقاق كېسەل پەيدا قىلۇر. بالىياتقۇ ئېغىزى بوغۇلۇش، يەنى ئايال كىشىنىڭ جىمادىن ئۆزىنى بىراقلا تارتىشى، مەنىيسىنىڭ ئورنىدا تۇرۇپ سېسىشى، ئۇنىڭ سېسىق بۇسىنىڭ مېڭىگە ئۆرلىشىدىنمۇ تۇتقاق كېسەل پەيدا بولۇر. كۆپ هاللاردا ئايال كىشى ئېغىر بوي ۋاقتىدا تۇتقاق كېسەل بولۇپ، تۇغۇپ بولغاندىن كېيىن يوق بولۇر. بەزىدە خىلىت قوزغايدىغان بىرەر سەۋەبتىن قوزغىلار، بۇ خىلىت ھەربىرىكەتلىنىپ هارارەت سەۋەبتىن قاينار، بۇنىڭ بىلەن ھېس - ھەربىرىكەتنىڭ قۇۋۋىتىگە زىيان يېتەر، بۇ زىيان سەۋەبىدىن ئۇچەيلەردىكى قۇرتلارنىڭ يوللىرى توسۇلار، قۇرتلار ئۆز ئورۇنلىرىغا بارالماس، بۇنىڭ بىلەن تۇتقاق كېسەل پەيدا بولۇر. بەزىدە تۇتقاق كېسەل قويۇق يەلنىڭ ئۇچەيدىكى مەددە قۇرتلارنىڭ يوللىرىنى توسۇۋېلىشىدىن بولۇر. يۇقىرىقىلاردىن تۇتقاق كېسەلنىڭ مېڭىدىن ۋە شېرىك ئەزالاردىكى بۇسنىڭ مېڭىگە ئۆرلىشىدىن پەيدا بولىدىغانلىقى مەلۇم بولۇر. تۇتقاق كېسەل مېڭىنىڭ ئالدىنقى قىسمىدا بولۇر دېگەن سۆزنىڭ دەلىلى شۇكى، ماددا شۇ قىسمدا بولمىغان بولسا ئىدى، كۆز ۋە يۈزنىڭ مۇسكۇللىرى، قولاق ۋە كۆزلەرگە نۇقسان يەتمىگەن بولاتتى. مېڭىنىڭ ئەستە ساقلاش قۇۋۋىتى، باشقا بەزى ئىقتىدارلىرىغا نۇقسان يەتمىگەن بولاتتى، نەپەس ئېلىش ئىشى ئەسلىي هالىتىدىن ئۆزگىرىپ كەتمىگەن بولاتتى.

هەكىم بۇقرات ئېيتۇركى، ياشانغانلاردا سەرئى پەيدا بولسا، مېڭىدە ئوفۇنەتلەنگەن هۆللۈك بارلىقى مەلۇم بولۇر. مەلۇم بولدىكى، تۇتقاق كېسەل مېڭىدە پەيدا بولغان تەشەننۇج بولۇپ، كېيىن باشقا ئەزالارغا يېتەر. خۇددى شۇنىڭغا ئوخشاش قايسى ئەزادا تەشەننۇج پەيدا بولسا، ئۇ شۇ ئەزانىڭ تۇتقاقلىقى هېسابلىنار، مەسىلەن: چۈشكۈرۈشمۇ بىر خىل تۇتقاقلىقتۇر. تۇتقاق كېسەل بولسا چوڭ چۈشكۈرۈشتۇر، ئەمما چۈشكۈرۈش ھەربىرى ئالدى تەرەپكە بولۇر، چۈنكى ئۇنىڭ كۈچى زور، ماددا ئاجىزدۇر. تۇتقاق كېسەلنىڭ ھەربىرى بولسا ماددىنىڭ چىقىشى ئاسان بولغان تەرەپكىدۇر، ئەمما ماددا كۆپ بولغاچقا، ئۇنىڭ ھەربىرى ھەممە تەرەپكە يېتۇر. بەزى كىشىدە تۇتقاق كېسەل كۆرۈلسىمۇ ئەمما تارتىشماس، بۇ ماددىنىڭ سۇيۇق، ئاز، ناچارلىقىدىندۇر. ئەگەر ماددا قويۇق، كۆپ بولسا ئىدى، قاتتىق بولۇپ، تەشەننۇج پەيدا قىلاتتى. كىچىك بالىلاردا تۇتقاق كېسەل پەيدا بولسا، هۆللۈكنىڭ كۆپلۈكىدىن بولۇر، بالاغەتكە

يېتىشتىن بۇرۇن ساقىيىشى ئۇچۇن بالاغەتكە يېتىشتىن ئاۋۋال ھۆللۈكنى ئازايتىش لازىم. كۆپ هاللاردا بالا بالاغەتكە يېتىشكە يېقىنلاشقاندا ۋە بالاغەتكە يەتكەندىن كېيىن تۇتقاق كېسەل بولۇر، ئەمما ئەسلىي هارارىتى يۇقىرى بولغاچقا، ياخشى ئىلاج قىلسا ساقىيار. بولۇپمۇ بالىنىڭ مىزاجى بۇزۇلغان بولۇپ، ئۇنى ياخشىلسا تۇتقاق كېسەلنىڭ تۇتۇش قېتىم سانى ئازلار. ياشانغان كىشىلەرنىڭ مېڭە يوللىرى توسۇلغانلىقتىن ئۇلاردا تۇتقاق كېسەل ئاز كۆرۈلەر. مەلۇم بولغايكى، تۇتقاق كېسەل ئارقىمۇئارقا تۇتسا، تۇتۇش ۋاقتى ئۇزۇن داۋاملاشسا هاياتقا خەۋپ يەتكۈزەر. بۇنداق بولۇشنىڭ سەۋەبى شۇكى، مېڭە ئاجىز بولسا مادىدا مېڭىدە تۇرۇپ يامان كەيپىيات پەيدا قىلۇر، ئەمما مېڭىدىن چىقىپ كەتمەس، تۇتقاق كېسەل ئۆتۈپ كەتسىمۇ مېڭىدە ساقلىنار، ئۇنىڭغا مادىدا ئازراق تەسىر قىلسا دەرھال قوزغىلىپ تۇتقاق كېسەل پەيدا قىلۇر. بەزى كىشىلەرنىڭ مېڭىسىنىڭ سېزىمچانلىقى يۇقىرى، تېز بولۇر، مېڭىسىگە ئازراق پۇراق تەسىر قىلسا ئۇنى ئادەتتىن تاشقىرى كۆچلۈك سېزەر، مۇشۇ سەۋەبتىن مېڭىگە ئازار يېتەر، يەنى ئۇنىڭدىن ئۆزىنى قاچۇرار ۋە ئاخىردا يىغىلىپ تۇتقاق كېسەل پەيدا بولۇر. بەزىدە تۇتقاق كېسەل بولغان كىشى ئۇزۇن قىزىتما بولسا، بولۇپمۇ تۆت كۈندە بىر قېتىم تۇتىدىغان قىزىتمىغا گىرىپتار بولسا، قىزىتما ۋاقتى ئۇزۇن بولغان سەۋەبتىن كېسەللىك ماددىسى پىشار ۋە تارقار، شۇنىڭ بىلەن تۇتقاق كېسەلدىن خالاس تاپار. قىزىتمىسى ئۆرلىگەندە سوغۇقتا توڭۇر، تىترەر، ئۇنى ئەرەب تىلىدا «نافىز» دەپ ئاتار. ئۇنىڭدىن تەپ قىزىتمىسى يۇقىرى ئۆرلەپ كۆپ تەرلەر، تۇتقاق كېسەلنىڭ ماددىسى تەۋرىنىپ ئورنىدىن قوزغىلۇر، تەپنىڭ ئىسسىقلىقى بىلەن پىشار ۋە ئېرەر. تەرلەش ئارقىلىق سەرئى كېسەللىكى ياخشىلىنار ۋە ساقىيار. خۇدانىڭ قۇدرىتى بىلەن بەزى كىشىلەر تۇتقاق كېسەلگە گىرىپتار بولسا پالەچتىن خالاس بولۇر. بەزىدە تۇتقاق كېسەل بولغان ئادەم پالەچ كېسەللىكى سەۋەبى بىلەن تۇتقاق كېسەلدىن خالاس بولۇر.

روفىس ئېيتۇركى، تۇتقاق كېسەل بىمارىنىڭ پېشانىسىگە مۇدۇر پەيدا بولسا، كېسەللىكنىڭ ساقىيىدىغانلىقىدىن دېرەك بېرەر.

ئالامىتى

تۇتقاق كېسەلنىڭ هەممە تۈرلىرىگە ئورتاق بولغان ئالامەتلەر تۆۋەندۇر. 1. تۇتقاق كېسەل بولغان كىشىنىڭ تىلى سېرىق، تىل ئاستى تومۇرى يېشىل بولۇر؛ 2. ئاچچىقى كەلسە، ئىچى سىقىلسا بېشى ئېغرىلىشار؛ 3. كېسەل تۇتىدىغان ۋاقىتتا تىلى ئېغىرلىشار؛ 4. قالايمىقان چۈشلەرنى كۆپ كۆرۈر؛ 5. كۆپ ئۇنتۇغاق بولۇر؛ 6. چۆچۈگەك بولۇر، هەرقانداق ئاۋازدىن

قوقار؛ 7. مالىخوليا بىمارىغا ئوخشاش يامان ئويلارنى قىلۇر؛ 8. چىدىماس، سەۋرسىز بولۇر؛ 9. ئاچچىقى كېلىشكە تېگىشلىك ئىشلارغا ئاچچىقى كەلمەيدىغان ئىشلارغا ئاچچىقى كېلەر. مېڭە خاراكتېرلىك تۇتقاق كېسەلنىڭ ئالامتى شۇكى، بىمارنىڭ بېشى ئېغىر، سەزگۈلىرى خىرە، ھۇرۇن بولۇر، ھوشيار بولۇشقا تېگىشلىك ۋاقىتلاردا ھوشيار بولالماس. باش قېيىش ۋە كۆز قاراڭغۇلىشىش كېسەللىكىدىكى ئالامەتلەر تېپىلار. ئاشقازىنى بوش بولسىمۇ ئادەتتىكىدەك تەرىتى كېلۇر. يۇقىرىدا ئېيتىلغان ئالامەتلەر تۇتقاق كېسەلنىڭ ھەممە تۇرلىرىدە تېپىلۇر. سەرئىنىڭ ماددىسى كۆپرەك قويۇق بەلغەم، سەۋدادىن بولۇر، سەپرادىن ئازراق بولۇر. قاندىن تۇتقاق كېسەل بولۇشى ئاز ئۇچرار. ماددىلارنىڭ بىرى يەنە بىرى بەلەن ئارىلىششى ئىلگىرىكى بابلاردا ئېيتىلدى.

داۋالاش

قاندىن پەيدا بولغانلىقىنىڭ ئالامەتلىرى كۆرۈلسە سافىن تومۇرىدىن قان ئالغاي. پاچاققا ھىجامەت قويغاي. بەدەننى مەتبۇخى ھېلىلە بىلەن تازىلغاي. تاتلىق شەربەتلەر ۋە سۈتلەردىن پەرھىز قىلغاي. غىزاسىغا سۇماق، ئاچچىق ئانار، زىرىق، غورا ئۇزۇم قوشۇپ بەرگەي. گۆشكە قىرغاۋۇل، تورۇلغا، ئوغلاق، كېبىك گۆشىنى بەرگەي. نانىنى قۇرۇق يۇمغاقسۇت بىلەن يېگەي. ھۆل يۇمغاقسۇت زىيان قىلۇر، بولۇپمۇ مۇنچىدىن چىققاندىن كېيىن ئىستېمال قىلسا تېخىمۇ زىيان قىلۇر. چۈنكى مۇنچا مېڭىنى ھۆل قىلۇر، مۇنچىدا، شامالىلىق يەرلەردە ئۇزۇن تۇرۇش زىيان قىلۇر. ئىسسىق ـ سوغۇق ھاۋانىڭ تولا يەتمەسلىكى ئۈچۈن بېشىنى ئوچۇق قويمىغاي. قان خىلىتىنىڭ ئالامتى بولمىسا ھەببى قوقىيا، ھەببى ئىستەمخىقۇن ئىستېمال قىلسا ياخشى پايدا قىلۇر، مېڭە مەنبەلىك تۇتقاق كېسەلگە ھەببى غارىقۇن ھەممىدىن پايدىلىقتۇر.

ھەببى غارىقۇن نۇسخىسى ئايارەج پەيقىرا ئۇچ گىرام، غارىقۇن ئۇچ گىرام، شەھمەنزەل 0.5 گىرام، يەنى سەككىز نوقۇت چوڭلۇقىدا، قارا خەربەق ئالتە نوقۇت چوڭلۇقىدا، سوقمونىيا ئالتە نوقۇت چوڭلۇقىدا، مۇقەل ئالتە نوقۇت چوڭلۇقىدا. دورىلارنى سوقۇپ قائىدە بويىچە ھەب قىلغاي، ھەممىسىنى بىر قېتىمدا ئىستېمال قىلغاي. ئايارەج لوغانزىيا، ئايارەج روفىس، ئايارەج جالىنۇس پايدىلىقتۇر. چوڭ مەجۇنلەردىن مەجۇنى مەسرۇدىتۇس، مەجۇنى ھۇرمۇسنىڭ پايدىسى باردۇر. ئىبنى سەرابىيۇن ئېيتۇركى، سەككىز نوقۇت چوڭلۇقىدىكى شەھمەنزەلنى بەنادەرىتۇسنىڭ بىرى بىلەن يۇغۇرۇپ بەرسە پايدا قىلۇر. يەتتە گىرام ئەفتىمۇننى سەككىز دانە نوقۇت چوڭلۇقىدىكى شەھمەنزەل بىلەن بىرلىكتە بەنادەرىتۇس شەربىتى بىلەن

يۇغۇرۇپ بەرسە پايدا قىلۇر.

ئاشقازان مەنبەلىك تۇتقاق كېسەللىك ئالامتى شۇكى، كېسەل تۇتۇشقا يېقىن بولغاندا كۆڭلى ئاينىپ قەي قىلغۇدەك بولۇر. بېشى ئاغرۇر، ئاشقازان ئېغىزى تارتىشقاندەك مەلۇم بولۇر. بولۇپمۇ تائام يەيدىغان ۋاقىت ئۇزۇنغا سوزۇلسا تېخىمۇ شۇنداق بولۇر. كېسىلى تۇتقاندا پۇت - قوللىرى تىترەر، چىرقىرار. بەزىدە ئالدى - كەينى تەرىتى، مەزى، مەنىي سۈيۇقلۇقلىرى ئىختىيارسىز مېڭىپ كىيىملىرىنى بۇلغار. دەرھال قەي قىلسا كۆپ خىلىت قەي بىلەن چىقىپ دەرھال هوشىغا كېلۇر. ئاشقازاندا غىزا ئازراق بولسا تۇتقاق كېسەللىك تۇتۇشى يەڭگىلەك، تۇتۇشى ئازراق بولۇر. ئاشقازان تائام كۆتۈرەلمەسە، يەل پەيدا بولسا، كوركراپ ئاۋاز چىقسا، ئاچچىق كېكىرسە ئاشقازانلىق ئىسسىقلىقىغا دالالەت قىلۇر. بەزىدە ئاشقازان مەنبەلىك تۇتقاق كېسەل سەۋەبىدىن خىلتلار بۇزۇلۇر. ئالامتى شۇكى، ئاشقازان بوشسا تۇتقاق كېسەل تۇتار، چۈنكى يامان خىلتلار ئاشقازان ئېغىزىغا تەسىر قىلۇر. مۇۋاپىق تائامدىن مۇۋاپىق مىقداردا يېسە تۇتقاق كېسەل يوق بولۇر. ماددا ئۆزگەرگەن سەپرا خىلتىدىن بولسا، ئاشقازان ئېغىزى ئۇسساش ۋە كۆيۈشۈشتىن رەنجى تاپار. ئەگەر ماددا سەۋدا خىلتى بولسا تائامغا بولغان ئىشتىهاسى كۆپ بولۇر، پىكىر ۋە خىياللارنى كۆپ قىلۇر، ئاچچىق كېكىرۇر. ئاشقازان مەنبەلىك تۇتقاق كېسەل بولغان كىشى ئادەتتىكىدىن كۆپرەك تائام يېسە ئېغىزمىنى ئاغرار، تائام هەزىم بولمىغۇچە ئاغرىق يوقالماس. تائام يەپ هەزىم بولۇپ بولغاندىن كېيىن مەزكۇر ئورنى ئاغرىسا بۇ تەرىتىلىك قەۋزىيەتلىكىدىن بولۇر. تەرىتى بوشسا ئاغرىقى يوق بولۇر.

تۇتقاق كېسەللىك ئومۇمىي ئىلاجى شۇكى، كېسەللىك تۇتقان ۋاقىتتا ياكى ئۇنىڭدىن ئاۋۋال تۇخۇ قانىتى پېيىنى سەۋسەن يېغىغا چۆكۈرۈپ بىمارنىڭ گېلىغا سېلىپ هەرىكەتلەندۈرۈپ قەي قىلدۇرغاي. ئاشقازىنىنى ئايارەج پەيقىرا ۋە ئەفسەنتىن شەربىتى بىلەن تازىلىغاي. گۈلقەنت، مەستىكى، پىننە شەربىتىدىن ئاشقازان كۆتۈرەلگۈدەك مىقداردا بەرگەي. سىڭمەيدىغان تائامدىن پەرھىز قىلغاي. ئاسان هەزىم بولىدىغان غىزالارنى يېگەي. ئاشقازان قۇۋۇتىنى ئاشۇرىدىغان زىماتلارنى چاپقاي.

سۇمبۇل تىپ زىمات نۇسخىسى قىزىلگۈل، مەستىكى، كۇندۇر پوستىنى سالايە قىلىپ، ئۇزۇم شەربىتى، ئالما سۇيى، بېھى سۇيى بىلەن يۇغۇرۇپ ئاشقازانغا ئىسسىق هالەتتە چاپقاي. تۇتقاق كېسەل مېڭىگە بۇس ئۆرلىگەن سەۋەبتىن بولسا، بەدەنده چىيقان پەيدا بولغان بولسا، تېرە رەڭگى، چاچ رەڭگى، ئوروق - سېمىزلىكى، تومۇرى، سۇيدۇك ئەھۋالى، ئىلگىرى قىلغان تەدبىرلىرى هازىرقى هالىتىگە ۋە ماددىسىغا گۇۋاهلىق بەرسە خاس ئىلاج قىلغاي، يەنى

ماددىنىڭ قايسى ماددىدىن ئىكەنلىكىگە دىققەت قىلىپ ئۇنى بەدەندىن ھەيدەپ چىقارغاي. مېڭىگە قۇۋۇەت بېرىدىغان دورىلارنى ئىشلەتكەي، مېڭىدىكى بۇخاراتنى ياندۇرغاي. كېسەللىك قان سەۋەبىدىن پەيدا بولغان بولسا دەسلەپتە ئىككى قېيقال تومۇرىدىن قان ئالغاي، قۇۋۇتىگە قاراپ قاننى بىراقلا چىقارغاي، بولۇپمۇ باھار پەسلى بولسا تېخىمۇ شۇنداق قىلغاي. بىر نەچچە كۈندىن كېيىن تىل ئاستى تومۇرىدىن قان ئېلىش، گەدەنگە ھىجامەت قويۇش مېڭىدىكى ماددىنى ياندۇرار. بولۇپمۇ مېڭىدە ئاجىزلىق بولمىسا مېڭە مىزاجىنى بۇزۇلۇشتىن توختىتار. قان ئېلىش بەدەندە كۆپ سوغۇقلۇق پەيدا قىلماس. قان زۆرۈر بولسا قان ئالغاندىن كېيىن بىر ھەپتە توختاپ يەنە قان ئالغاي، يەنە بىر ھەپتە توختاپ سۈرگە بەرگەي. سۈرگە دورىسىغا قەنتەرىيۇن، شەھمەنزەل، قارا خەربەق ئىشلەتكەي. زۆرۈر بولسا سافىن تومۇرىدىن قان ئالغاي ياكى پاچىقىغا ھىجامەت قويغاي. ھىجامەتنى پاچىقى، باش ئارقىسى ۋە ئىككى تاغاق ئوتتۇرىغا قويۇش پايدىلىقتۇر. كېسەللىك ماددىسىنىڭ بەدەندە يەنە بارلىقى سېزىلسە ۋە ئۇنىڭ ئالامەتلىرى كۆرۈلسە بەدەننى تازىلىغاندىن كېيىن، بىر ھەپتە توختاپ يەنە تازىلىغاي، شۇنداق قىلىپ بەدەندىكى كېسەللىك ماددىلىرىنى تولۇق چىقارغاي. ئارقىدىن چۈشكۈرتۈش، غار - غار قىلدۇرۇش تەدبىرىنى قىلغاي. بىلسانىنى مەرزەنجۇش سۈيىدە ئېرىتىپ بۇرنىغا تېمىتسا ياخشى بولۇر. بۇ بىمارغا بېرىلىدىغان غىزا ئالدىنقى بابلاردا بايان قىلىندى. كېسەللىك بەلغەم ماددىسىدىن پەيدا بولغان بولسا ئاغرىق تۇتۇشتىن بىر كۈن ئىلگىرى قەي قىلغاي، كېسەللىك تۇتقان مەزگىلدىمۇ قەي قىلغاي. بىلگەيكى، ئۇ ھەرقانداق سەۋەبتىن پەيدا بولغان تۇتقاق كېسەلگە پايدا قىلىدىغان بولۇپ، ئۇنى ئىشلەتكەندىن كېيىن راھەت تاپار. ئەمما مېڭە سەۋەبىدىن پەيدا بولغان تۇتقاق كېسەلگە كۆپ ھاللاردا زىيان قىلۇر. بەدەننى ھەببى ئىستەمخقۇن ۋە ھەببى ئايارەج بىلەن تازىلىغاي.

ھەببى ئايارەج نۇسخىسى سەبرە ئۇچ گىرام، شەھمەنزەل سەككىز نوقۇت چوڭلۇقىدا، ئەفتىمۇن 1.5 گىرام، قەنتەرىيۇن سەغىر سەككىز نوقۇت چوڭلۇقىدا، نەمەك ھىندى سەككىز نوقۇت چوڭلۇقىدا، مۇقەل سەككىز نوقۇت چوڭلۇقىدا. دورىلارنى قائىدە بويىچە ھەب قىلىپ ھەپتىدە بىر قېتىم ئىستېمال قىلغاي. مۇسھىلغا تۇربۇت، غارىقۇن، ئۇستۇددۇس قوشۇپ بەرگەي.

ئايارەج رۇفىس بۇ كېسەللىككە كۆپ پايدىلىقتۇر.

ئۇنىڭ نۇسخىسى ئاقىرقەرھادىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرغاي، ئۇنىڭغا ئىككى ھەسسە سۇمبۇل قوشقاي. ھەر كۈنى ئەتىگەن - كەچتە 1.5 گىرامدىن

ئايارەج رۇفس بەرسە كۆپ پايدا قىلۇر. ئەمما مىزاجنى تەڭشەيدىغان دورىلارنى تەرتىپ بويىچە بەرگەي، مەسىلەن: مەسرۇدىتۇسنى بىرىنچى كۈنى تۆت نوقۇت چوڭلۇقدا، ئىككىنچى كۈنى سەككىز نوقۇت چوڭلۇقدا، ئۈچىنچى كۈنى ئىككى يېرىم گىرام بەرگەي. ئۇنىڭ تولۇق بولغان ئىچىش مىقدارى ئىككى يېرىم گىرامدۇر. باشقا مەجۇنلەرنىمۇ شۇ تەرتىپ بويىچە بەرگەي. ئۇنىڭغا تەس ھەزىم بولىدىغان غىزالار پايدا قىلۇر. ئۇنىڭغا ئىشلىتىلىدىغان شەربەتلەر ۋە مەجۇنلەر ۋە يېمەك - ئىچمەك تەدبىرلىرى مالىخوليا بابىدا بايان قىلىندى، شۇ بويىچە تەدبىر قىلغاي. بەش گىرام بەنادەرىيتۇستىن ئىككى دانە نوقۇت چوڭلۇقدا، ئەفتىمۇندىن سەككىز نوقۇت چوڭلۇقدا، شەھمەنزەل مۇۋاپىق مىقداردا يۇغۇرۇپ بېرىلسە پايدا قىلۇر. تايىب ئېيتۇركى، مىزاجنى مەجۇنى نۇجلە بىلەن تەڭشىگەي، تەرياقى سەمانىيە ياخشىراقتۇر. بۇ ئىككى مەجۇندىن قايسىسى تېپىلسا بەش گىرامدىن بەرگەي، تەرياقى ئەرەبئەمۇ مىزاجنى تەڭشەشكە مۇۋاپىقتۇر، بولۇپمۇ قىش ۋە كۈز پەسلىدە بەش گىرامنى سىركەنجۇبىل ھەسىلى بىلەن بەرگەي ياكى مەتبۇخى زۇپلە بىلەن بەرگەي، كېسەللىكنىڭ ماددىسى سەپرا خاراكتېرلىك بولسا، سەرسام ۋە ساراڭلىقنىڭ ئىلاجىدا بايان قىلىنغان جىگەر مەنبەلىك مالىخوليانىڭ ئىشلىتىلىدىغان دورىلارنى ئىشلەتكەي. تېۋىپلار ھەربىر كېسەللىكنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ مۇۋاپىق ھۆكۈم قىلغاي.

تۇتقاق كېسىلىنىڭ يەنە بىر تۈرى بار بولۇپ، «ئۇمۇسسىبيان» دەپ ئاتىلۇر، بەزى تېۋىپلار ئۇنى سەپرا خاراكتېرلىك تۇتقاق كېسەل دەپ ئاتار، شۇ سەۋەبتىن ئىلاجىغا ھۆل سوغۇق دورىلارنى ئىشلىتەر، ئابزەن قىلغاي، ئايال كىشىنىڭ سۈتىنى بېشىغا ساغقاي. تۇتقاق كېسەل كىچىك بالىدا پەيدا بولسا، ئانىسىغا ئىلاج قىلىپ، سۈتىنى سوۋۇتقاي. ياز كۈنى بولسا، سۆرۈن، خۇش ھاۋالىق ئۆيلەردە، قىش پەسلى بولسا، ھاۋاسى مۆتىدىل بولغان ئۆيلەردە تۇرغاي. داۋالاشتا ماددىغا قاراپ ئانىسىغا ئىلاج قىلغاي، ئانىسى جىما قىلىشتىن ساقلانغاي. دىققەت - ئېتىبارىنى بالىسىغا قاراتقاي، يۇقىرى ئاۋازدا سۆزلەشتىن، بالىنى چۆچۈتۈشتىن پەرھىز قىلغاي. تېز ھەزىم بولىدىغان غىزالاردىن پەرھىز قىلغاي، سۇزاپ پۇراش پايدىلىقتۇر. تۇتقاق كېسەل جىگەردىن چىققان بۇس سەۋەبىدىن پەيدا بولسا، جىگەر كېسەللىكلىرىدىكى ئىلاجنى قىلغاي. جىگەرنىڭ ئىسسىقلىقىنىڭ ئالامەتلىرى ئاشكارا بولسا، ھارارەتنى پەسەيتىش، توسالغۇنى ئېچىشقا مەسئۇل بولغاي. قېتىق سۈيى، يۆگمەچ ئوت سۈيى، شىرخىست، فۇلۇسى خىيارشەنبەر، تەمرىھىندى قاتارلىقلار بىلەن ئىچىنى تازىلىغاي. باسلىق تومۇرىدىن قان ئالغاي، بەلغەم خىلىتىنىڭ ئاشقانلىقى جىگەر مىزاجنىڭ سوغۇق بولغانلىقى مەلۇم بولسا، مائۇلئۇسۇل ئىچكۈزۈپ توسالغۇلارنى ئاچقاي. جىگەر كېسەللىكلىرىدە بايان قىلىنىدىغان ئىلاجلار بىلەن جىگەر مىزاجنى

تەڭشىگەي. تۇتقاق كېسەل تالدىن چىققان بۇخارات سەۋەبىدىن پەيدا بولغان بولسا، تال كېسەللىكلىرىدە سۆزلەنگەن ئىلاجلارنى قىلغاي. تۇتقاق كېسەل بالىياتقۇدىن چىققان بۇس سەۋەبىدىن پەيدا بولغان بولسا، ھەيز تۇتۇلۇش، مەنىي تۇتۇلۇش ئالامەتلىرى بولسا، يانپىشى، بۆرەك ساھەسى، تېلى ئاغرىسا ۋە ئېغىر بولسا، ھەرقايسىسىغا خاس بولغان ئىلاجلارنى قىلغاي، ھەيز تۇتۇلۇش بابىدا بايان قىلىنغان تەدبىرلەر بىلەن ھەيزنى راۋانلاشتۇرغاي. تۇتقاق كېسەل پۇت ـ قوللارغا ئوخشاش بەدەندىن يېراق بولغان ئەزالاردىن چىققان بۇخاراتلار سەۋەبىدىن پەيدا بولغان بولسا، كېسەل تۇتقاندا پۇت ـ قوللاردىن سوغۇق شامالغا ئوخشاش نەرسە كۆتۈرۈلگەنلىكى مەلۇم بولۇر، بۇنىڭ خاس ئىلاجى شۇكى، كېسەللىك تۇتۇشتىن ئىلگىرى شۇ ئەزانى ئۇستىدىن چىڭ باغلىغاي، شۇنداق قىلسا كېسەللىك يەڭگىلرەك تۇتار. ئارقىدىن قىزىق سۇغا باغلىغان ئەزانى چىلاپ يەشكەي. يېرىك نەرسە بىلەن پۇتنى سۈرتۈپ، يارا قىلغاي. لوڭقا قويۇپ، شوراپ، خىلتىنى چىقارغاي. ئارقىدىن جاراھەتكە تۆۋەندىكى دورىنى ئىشلەتكەي.

پىلپىل، قىچا، پەرپىيۇننى سوقۇپ، بالادۇر شىرىسى بىلەن يۇغۇرۇپ شۇ يەرگە تاڭغاي.

يەرلىك ئورۇننى تېز زەخىملەندۈرىدىغان نۇسخا: زەرارە، سەكبىنەج، ھاكنى بالادۇر شىرىسى بىلەن يۇغۇرۇپ، يەرلىك ئورۇنغا قويۇپ تاڭغاي.

تۇتقاق كېسەل مېڭە سەزگۈرلۈكىنىڭ ئېشىپ كېتىشى سەۋەبىدىن پەيدا بولغان بولسا، خەشخاش شەربىتى ئىچكۈزگەي. كاللا ـ پاچاق، كالا گۆشى، يېڭى بېلىق گۆشىگە ئوخشاش يېپىشقاق غىزالارنى ئىستېمال قىلغاي، غىزاسىغا كاھۇ ئۈرۈقى، كۆكنار ئۈرۈقى سېپىپ بەرگەي.

كېسەللىك تۇتقاندا بىمار تىلىنى چاينىۋالماسلىقى ئۈچۈن پاكىز لاتىغا پاختا ئوراپ، يۇمىلاق قىلىپ ئېغىزىغا سالغاي. ئېگىرنى سالايە قىلىپ، ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ گېلىغا تېمىتقاي. كۈندۈش، ئاق خەربەق، شەھمەنزەل، قىسائۈل ھىمار ئۈسارىسى، پىلپىل، سىيادان، زەنجۈبىل، پەرپىيۇن، قۇندۇز قەھرى قاتارلىقلاردىن قايسىسى تېپىلسا سوقۇپ، بۇرنىنىڭ ئىچىگە پۈركىگەي. ئۇد سەلىبنى كۆيدۈرۈپ ئىسلىغاي، سالايە قىلىپ بۇرنىغا پۈركىسمۇ پايدا قىلۇر. سۈزاپ پۈرىقى تۇتقاق كېسەل بىمارىغا مەنپەئەت قىلۇر، ياخشىراق ئىلاج شۇكى، ئارپا ئۇننى ئۈزۈم سىركىسى بىلەن يۇغۇرۇپ، بىمارغا پۈراتقاي. بىلسان يېغىنى مەرزەنجۇش سۈيى بىلەن بۇرنىغا تېمىتقاي. ئىسكەندەر ئېيتىدۇكى، تۇتقاق كېسەل تۇتقان ۋاقتىتا بىمارنىڭ بەدىنىنى تۆز تۇتۇپ، تېرىق، تۇزغا ئوخشاش نەرسىلەرنى قىزىتىپ، بېشىغا قويۇپ ھوشىغا كەلتۈرگەي. ھوشىغا كەلگەندىن كېيىن، مۇناسىۋەتلىك تەدبىرلەرنى قىلغاي. بىمارنى بەدەن چېنىقتۇرۇشقا

رىغبەتلەندۇرگەي، بەدەن چېنىقتۇرۇش تائامدىن ئىلگىرى بولغاي، زىيادە ھېرىشتىن بۇرۇن توختاتقاي. بەدەندىكى خىلتىلار تازىلانغاندىن كېيىن، غىزادىن كېيىن ھارمىغۇدەك دەرىجىدە بەدەن چېنىقتۇرسا ياخشىدۇر. تۇتاق كېسەل بىمارى بەدەن چېنىقتۇرۇشنى تۆۋەندىكى ئەزالاردىن باشلىغاي. بەدەن چېنىقتۇرۇش جەريانىدا باشنى چىكى تۇتقاي، ھېچ ۋاقىتتا تەۋرەتمىگەي، بېشىنى تۆۋەن سېلىش زىيانلىقتۇر. ئۇچسى ۋە كۆكرىكىنى ئاياغ تەرەپكە قارىتىپ سىيرىش مەنپەئەتلىكتۇر. يىرىك لاتا بىلەن دەسلەپتە يەڭگىل سىيرىغاي، تەدرىجىي كۈچەيتىپ، ئەزا قىزارغۇچە داۋاملاشتۇرغاي. شۇنىڭدىن كېيىن بىر قانچە قەدەم يول يۈرگەي، شۇ ئارقىلىق قالغان ماددىنىڭ تارقىلىشىنى ئىلگىرى سۈرگەي. ئىچىنى تازىلايدىغان دورا ئىشلەتسە، قالغان ماددىلار چوڭ تەرەت ئارقىلىق چىقىپ كېتەر. بىمار بېشىنى تارسا، بېشىنى قىزىتسا ياكى داغلسا پايدا قىلۇر. مۇنچىغا كىرسە، مۇنچىدا ئابكامە، يالپۇزغا ئوخشاش نەرسىلەرنىڭ سۈيى بىلەن غار - غار قىلسا خىلتىنى چىقىرۇر، ماددىنى ئاياغ تەرەپكە تارقاتقاندىن كېيىن، ھەر كۈنى ئەتىگەندە ھۆللۈكنى ۋە ئاشقازاننى تازىلايدىغان شەربەتلەرنى بەرسە، مەنپەئەت قىلۇر، مەسىلەن: سىركەنجۇبىل ھەسىلى، يالپۇز، زۇپا، بەدىيان ئۇرۇقى، رۇمبەدىيان قوشۇلغان ئەفسەنتىن بۇزۇرى، ئىلگىرى بايان قىلىنغان ئاقىرقەرھا، گۈلقەنت، مەستىكى، جاۋشىر ئۇد، مەجۇنى نۇجلە قاتارلىقلاردىن قايسىسى تېپىلسا، شۇنى بەرگەي. قىش پەسلى بولسا سىركەنجۇبىل ھەسىلى ۋە بۇزۇرىنى سۇ بىلەن بەرگەي. ياز پەسلى بولسا، سوغۇق سۇ بىلەن ئىستېمال قىلغاي.

سىركەنجۇبىل ئەنسىلى نۇسخىسى تېۋىپلار «ئىسقىل» دەپ ئاتايدىغان ياۋا پىيازنى تازىلاپ، سۇ بىلەن يۇيۇپ، قول بىلەن سقىپ سۈيىنى چىقارغاي. سىركىدىن مۇۋاپىق مىقداردا قوشۇپ، قائىدە بويىچە سىركەنجۇبىل تەييارلىغاي. مەزكۇر پىيازنى سىركىگە چىلاپ، قايىنىتىپ تەييارلىسىمۇ بولۇر.

بەلغەمدىن بولغان تۇتقاق كېسەلگە پايدا قىلىدىغان مەجۇن سىيسالىيۇس، ھەببۇلغار ھەربىردىن 15 گىرامدىن، يۇمىلاق زىراۋەندە ئالتە گىرام، ئۇدسەلىب، قۇندۇز قەھرى، پىشۇرۇلغان تاغ پىيىزىنىڭ ھەربىرى بەش گىرامدىن. مۇۋاپىق مىقداردا ھەسەل قوشۇپ، قائىدە بويىچە مەجۇن قىلغاي. ئەتىگەندە ئۇچ گىرامدىن بەش گىرامغىچە ئىلىپ، سىركەنجۇبىل ھەسىلى بىلەن ئىستېمال قىلغاي. جەنۇب تەرەپتىكى ھۆل يەرلەردە تۇرۇۋاتقان بولسا، شىمال تەرەپتىكى قۇرۇق ھاۋالىق شەھەرلەرگە بارسا ياخشىدۇر. پاچاق يىلىكىنى گۈل يېغى بىلەن ئېرىتىپ، چېكسى، كۆكرىكى ۋە گەدىنىگە سۈركىسە ياخشىدۇر. تەشەننۇج پەيدا

بولسا، دەسلەپتە بەدەننى يېڭى ياغ بىلەن ياغلاش، ئىسسىق سۇ بىلەن سۈرتۈش، بىلىكىگە ئۇدسەلبىنى باغلاش پايدىلىق بولۇپ، ئىلگىرىكى تېۋىپلار سىناقتىن ئۆتكۈزگەن ۋە پايدىسىنى كۆرگەندۇر.

مىزاجنى تەڭشەيدىغان تەرياقى ئەربەئە نۇسخىسى ئۇزۇنچاق زىراۋەندە، جىنتىيانا، ھەببۇلغار، مۇرمەككى، قۇستىدىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، تاسقاپ، ساپ ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ، ھەر قېتىمدا ئۇچ گىرامدىن ئىستېمال قىلغاي.

تەرياقى سەمانىيە نۇسخىسى ئۇزۇنچاق زىراۋەندە، رەۋەنچىنى، كەپە يىلتىزى پوستى، ھەببۇلغار، ھەببۇلئاس، جىنتىيانا، قۇستە قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ، ھەر قېتىمدا ئۇچ گىرامدىن ئىستېمال قىلغاي. بۇ كېسەللىككە زۆرۈر بولغان ھەببى ئىستەمخقۇن، ھەببى قوقىيا، ئۆتكۈر كىلىزما دورىلىرى ئىلگىرىكى نورمالسىز ئۇيقۇ بابىدا بايان قىلىندى.

تۇتقاق كېسەلگە زەرەر قىلىدىغان ئىشلار چۆرگىلەيدىغان نەرسىلەرگە قاراش، ئېگىز يەردىن يەرگە قاراش، مۇنچىغا چۈشۈش، شامالنىق يەرلەردە ئولتۇرۇش، كۆپ جىما قىلىش، يامغۇردا قېلىش، كونا ـ يېڭى شاراب ئىچىش، مەست بولۇش، تاتلىق نەرسىلەرنى كۆپ يېيىش، ياغلىق نەرسىلەرنى ئىستېمال قىلىش، توخۇ چىللىغان، ھاۋا گۈركىرىگەن ئاۋازلارغا ئوخشاش ئاۋازلارنى ئاڭلاش، قۇياشقا قاراش ۋە قارغا قاراش زىيانلىقتۇر. ئىسسىق سۇدا يۇيۇنۇش مېڭىنى بوشتار، ماددىنى قوزغار، سوغۇق خىلىتلارنى سقار، چوڭ ھايۋانلارنىڭ گۆشى، چامغۇر، سەۋزە، تۇرۇپ، سامساق، پىياز، لوبىيا، يېسسىمۇق ۋە باشقا ھۆل نەرسىلەر زىيان قىلۇر، ئەمما پىننە زىيان قىلماس. غىزاسىغا سېرىقچېچەك، تاغ پىننىسى مۇۋاپىق مىقداردا يۇمغاقسۇت قوشۇپ بەرسە پايدا قىلغاي. كەرەپشە تۇتقاق كېسەلنى قوزغار. كۇندۇر، ئابكامە، زەيتۇن يېغىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، تائامدىن ئىلگىرى يېسە، تەرەتنى بوشتىپ پايدا قىلۇر، كاسىنە زىيان قىلۇر. يەنە ھۆل مېۋە ـ چېۋىلەر، ھايۋاناتلارنىڭ سۈتى، سۈتتە پىشۇرۇلغان نەرسىلەر زىيان قىلۇر. مۇرچ، قىچىغا ئوخشاش ئۆتكۈر نەرسىلەر زىيان قىلۇر، خىلىتلارنى مېڭىگە ئۆرلىتەر. دارچىن بىلەن كەرۋىيا پايدا قىلۇر، خىلىتنى مېڭىدىن تۆۋەن چۈشۈرەر، سۈيدۈكنى ھەيدەپ، ماددىنى تومۇرلاردىن چىقىرار. گۈڭگۇرت پۇرىقى، كۆيگەن نەرسىلەرنىڭ تۈتۈنى، قۇندۇز قەھرى پۇرىقى، قەتران پۇرىقى، كۇندۇر پۇرىقى زىيان قىلۇر. كۇندۇزى ئۇخلاش، بولۇپمۇ كۆپ ئۇخلاش، كۆپ تائام يېيىش، پەقەت ئۇخلىماسلىق زىيان قىلۇر، چۈنكى بۇ چاغدا روھ تارقاپ،

ئاجىزلاپ، مېڭىگە بوس ئۆرلەر. باربزەتنى كۆيدۈرسە تۇتقاق كېسەل بىمارغا زىيان قىلۇر، تېكە جىگىرى زىيانلىق بولۇپ، تۇتقاق كېسەلنى قوزغىتار. ئۆچكە گۆشىنى كۆپ يېسە، تۇتقاق كېسىلىنى پەيدا قىلۇر. قايغۇلۇق ئىشلارنى ئاڭلىسا ياكى قورقسا، غەزەپلەنسە تۇتقاق كېسەل قوزغىلۇر، تۇتقاق كېسەل بولغان كىشى ئۆچكە تېرىسىنى يېپىنىپ، سۇغا چۈشسە تۇتقاق كېسىلى قوزغىلۇر.

تۆتىنچى باب سەكتە توغرىسىدا

سەكتە مېڭىدە بىراقلا پەيدا بولىدىغان كېسەللىك بولۇپ، نەپەس ھەرىكىتى ۋە ھارارىتىدىن باشقا ھېچقانداق ھەرىكەت قىلماس. سەكتە بولغان كىشى كۆپ ھاللاردا يىقىلۇر، يۈزىنىڭ ھۆللۈكى كېتەر، رەڭگى قارىغا مايىل بولۇر، بەزىدە قىزىل بولۇر. ھەيران قالارلىقى شۇكى، سەكتە بولغاندا پۈتۈن بەدەن كارغا كەلمەس، ھېچبىر ئەزادا ھەرىكەت بولماس، پەقەت كۆكرىكى نەپەس بىلەن تەۋرەر. تەۋرىشى خۇددى كۆكرەكنىڭ ھارغاندىكى ھەرىكىتىگە ئوخشار. سەكتە بىمارىدا نەپەسنىڭ ھارغىن ۋە تىترىگەن ھالەتتە بولۇشىنىڭ سەۋەبى تەبىئەت كۈچىنىڭ نەپەسكە كۈچىگەنلىكى، قۇۋۋەتلەرنىڭ مۇشەققەت بىلەن ئىشلىگەنلىكى سەۋەبىدىندۇر. بۇ كېسەللىكنىڭ ئومۇمىي سەۋەبى مېڭە يوللىرىنىڭ تولۇق توسۇلۇشى، بۇنىڭ بىلەن ھەرقايسى ئەزالارغا مېڭىدىن كېلىدىغان ھېس - ھەرىكەت قۇۋۋەتلىرىنىڭ كاردىن چىقىشىدۇر. توسۇلۇشنىڭ سەۋەبى ئىككى خىلدۇر، بىرى شۇكى، مېڭە كاۋاكلىرى ۋە يوللىرى توسۇلۇش سەۋەبىدىن قىستىلار، بۇ كېسەللىكنىڭ ئېغىر - يېنىكلىكى توسۇلۇشنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ بولۇر. بۇ توسۇلۇش خۇددى قۇياش يۈزىنى توسۇپ، يەرگە سايە تاشلىغان، قۇياش نۇرىنى توسقان، قۇياشنىڭ رولىغا توسالغۇلۇق قىلغان بۇلۇتقا ئوخشار. خۇددى شۇنىڭغا ئوخشاش توسالغۇ مېڭە يوللىرىدا تۇرۇپ، مېڭىدىن ئەزاغا كېلىدىغان قۇۋۋەتلەرگە توسالغۇلۇق قىلۇر. سەكتە مېڭە يوللىرىدا ماددىلارنىڭ قېيىپ قېلىشىدىن پەيدا بولغان بولسا، ئىككى خىل بولۇر. بىرى شۇكى، مېڭە ماددىنىڭ كۆپلىكىدىن تارتىشۇر ۋە كېڭىيۇر. يەنە بىرى شۇكى، قويۇق ماددا مېڭىنىڭ كاۋاكلىرى ۋە يوللىرىغا چۈشەر. مېڭە يوللىرى ئىششىمسىمۇ ھەرىكەت يوللىرىنى توسار. مېڭە يوللىرى ۋە كاۋاكلىرىنىڭ قىستىلىش سەۋەبىدىن توسۇلۇشى ئىككى خىل بولۇر، بىرى باش زەخىملەنگەن ۋە دەرد يەتكەن سەۋەبتىن مېڭە يوللىرى ۋە كاۋاكلىرى كىرىشەر. قۇۋۋەتلىرىنىڭ

يوللىرى تار بولۇر، يەنە بىرى، مېڭىگە سوغۇقلۇق كۆپ ئۆتۈپ، مېڭە قىسمىلىرى بىر - بىرىگە ئولتۇرۇشار. شەيخ ئەبۇ ئەلى ئىبن سىنا «ئەلقانۇن» دېگەن كىتابىدا، مېڭىنىڭ سوغۇقتىن بولغان يۇقىرىدىكى توسۇلۇشنى بايان قىلغان. جالىنۇس: سەكتە بىراقلا پەيدا بولىدىغان كېسەلدۇر. ئۇنىڭ سەۋەبى بىراقلا پەيدا بولىدىغان بولۇپ، مىزاجنى ئىسسىق ياكى سوغۇق قىلۇر. ئەمما، بۇنداق قىلىشى تەدرىجىي بولۇر، بۇنداق بولغاندا توسالغۇنىڭ سەۋەبى مىزاجنىڭ بۇزۇلغان بولۇشى مۇمكىن ئەمەس. جالىنۇسنىڭ مىزاجنىڭ بۇزۇلۇشى تەدرىجىي بولۇر دېگەن سۆزى راستتۇر، ئەبۇ ئەلى ئىبن سىنانىڭ ئېيتقىنىمۇ مۇمكىندۇر. بۇنىڭ ئەھۋالى مىزاجنىڭ قۇرۇقلۇقتىن بۇزۇلۇشىدىن پەيدا بولغان قۇرۇق تەشەننۇجنىڭ ئەھۋالىغا ئوخشار. چۈنكى بىر مىزاج تەدرىجىي قۇرغاقلىشىپ، ئىنتىهاسىغا يەتسە، تەشەننۇجنىڭ بىراقلا پەيدا بولىدىغانلىقىنى كۆرىمىز. شۇنداق بولغاچقا، سوغۇقلۇقنىڭ تەدرىجىي تەسىر قىلىشى بۇ تەسىرنىڭ كۈچلۈك - ئاجىزلىقىغا قاراپ مېڭىنىڭ ھەرقايسى قىسىملىرىنىڭ قورۇلۇشى، مېڭە ئەزالىرى ۋە نېرۋىلىرىنىڭ سوغۇقلۇق سەۋەبىدىن يىغىلىشى، ھېس - ھەرىكەت يوللىرىنىڭ بىراقلا توسۇلۇشى مۇمكىن. سەكتىنى پەيدا قىلىدىغان سەۋەب كۈچلۈك بولسا، ياخشى بولۇش ئېھتىماللىقى يوق. سەۋەبى ئاجىز بولسا، ساقايغان تەقدىردىمۇ پالەچ ياكى لەقۋا ياكى ھەر ئىككىسى بىلەن ساقىيار. يەنە سەكتىنىڭ ئاقىۋىتى پالەچ ياكى لەقۋا بولۇر، بۇقرات: «سەكتە ئېغىر بولسا ساقايماس، يېنىك بولسىمۇ ساقىيىشى ئاسان ئەمەس» دېگەن، بەزىدە سەكتە مىزاجنىڭ قۇرۇقلۇقى سەۋەبىدىن پەيدا بولۇر، ئۇنىڭ ئىلاجىنى ھۆقنە، شىياق ۋە كۈچلۈك سۈرگە دورىلار بىلەن قىلغاي. كۆپ ھاللاردا سەكتىنىڭ سەۋەبى بەدەندىكى قاننىڭ كۆپلۈكى، تومۇرلار ۋە شىريان تومۇرلار، مېڭە كاۋاكلىرىنىڭ چىڭقىلىشى، شۇنىڭ بىلەن روھىي ھايۋانىيىنىڭ يۈرەكتىن چىقىدىغان، روھىي نەپسانىيىنىڭ مېڭىدىن ئەزالارغا كېلىدىغان يوللىرى توسۇلۇر. شىريان ھەرىكەتلىرى ۋە ئۇنىڭ ھاۋا ئالماشتۇرۇشى ئاجىزلار، شۇ سەۋەبتىن پۈتۈن بەدەن سوۋۇپ، سەكتە پەيدا بولۇر. بەدەندە قان كۆپ بولسا، دەرھال قان ئالدۇرغاي. بولۇپمۇ، باھار پەسلىدە قان ئالدۇرۇش ياخشىدۇر. تېۋىپلار بەدەندە قاننىڭ كۆپىيىشىنى «خەنناق» (بوغۇلۇش) دەپ ئاتار، بۇنداق ئاتاش توغرىدۇر. كۆپ ھاللاردا پالەچ ماددىسى كېڭىيىپ، مېڭىنىڭ ئىككى تەرىپىگە توشۇپ، سەكتە پەيدا قىلۇر. كېسەللىك سەۋەبى قاننىڭ ناچارلىقى بولسا، كۆپ قان ئېلىش زۆرۈر بولۇر. قان ئالغاندا بىمارنىڭ بەدىنى راھەتلەنسە، قان ئېلىشنىڭ ئاخىرى زىيان قىلىش خەۋپى بولۇر، قان ئېلىش سەۋەبىدىن پالەچ ياكى سەكتە پەيدا بولۇش خەۋپى بولۇر. شۇنىڭ ئۈچۈن سوغۇقتىن بېشى ئاغرىغان ياكى بېشى قايغان كىشى بەدىنىدىكى ماددىنى تازىلاپ، كېسەللىك ماددىسىنى ئازايتقاي. ئىسسىق تەبىئەتلىك دورا ۋە يېمەكلىكلەرنى يېسە، ماددا قوزغىلىپ، مېڭە تەرەپكە

كېلىپ سەكتىگە سەۋەب بولۇر. مىزاجى قۇرۇق كىشىلەردە سەكتە كەمرەك پەيدا بولسا، ئېغىر بولۇر. سەكتە پەيدا بولغان كىشى نەپەس ئالماس، تىرىك ياكى ئۆلۈك ئىكەنلىكىنى پەرقلەندۇرگىلى بولماس. ئەمما، ئىلاج قىلىش لازىم. سەكتە بولغان كىشىنىڭ ھالى يامان بولسا، ئالدىراپ قەبرىگە قويمغاي، 72 سائەت ساقلىغاي. كىشىنىڭ بېشى ئېغىر بولسا، بېشى قايسا، قۇلقى قىچقارسا، ھەربكىتى كالامپايلاشسا، كۆزى خىرەلەشسە، ئەزالىرى تارتىشسا، چۈشىدە چىشلىرىنى غۇچۇرلاتسا، بويۇن تومۇرلىرى كۆپسە، بارماقلىرى سوغۇق، سۈيدۈكى زەڭگەر رەڭ ياكى قارىغا مايىل بولسا، ئەمما چۆكمىسى نورمال بولسا سەكتە كېسەللىكى ئېغىر بولۇر. تۈيۇقسىز بېشى ئاغرىپ، ئارقىدىن سەكتە بولسا نەپەس ئالغاندا خارقىرىسا، بىر ھەپتىدە ھالاك بولۇر. جالىنۇس ئېيتىدۇركى: سەكتىنىڭ سەۋەبى مېڭىنىڭ ئىششىشىدۇر، يەنە ئېيتىدۇركى، سەكتە تۈيۇقسىز پەيدا بولماس. بەلكى، بۇنىڭدىن ئىلگىرى ئىششىقىنىڭ ئالامەتلىرى زاھىر بولۇر. سوغۇقتىن بولغان باش ئاغرىقى ۋە لىسرغىس كېسەللىكىدىن پەيدا بولغان سوغۇق سەكتە ئىسسىق تەپ بىلەن ساقيۇر. سەكتىنىڭ ئېغىر - يېنىكلىكىنىڭ ئالامىتى نەپەس ئېلىشىنىڭ كۆچلۈك - ئاجىزلىقىدۇر. ئېغىزدىن كۆپۈك كېلىش قۇۋۋەت ئاجىزلىقىنىڭ ئالامىتىدۇر، كېسەللىك ئېغىر بولسا، ئېغىزدىن كۆپۈك چىقماس. خارقىرىماس، نەپەس ئالماس، ئېغىزىغا سۇ قۇيسا بۇرنىدىن چىقار، بۇنداق بىمار تېز ھالاك بولۇر. سەكتىدە پەيدا بولغان كۆپۈك تۇتاق كېسەلدە پەيدا بولغان كۆپۈكنىڭ ئەكسىگە دالالەت قىلۇر. چۈنكى، تۇتاق كېسەلدىكى كۆپۈك كېسەللىكىنىڭ ئاخىرقى دەۋرىدە پەيدا بولۇر، ئەمما سەكتىدىكى كۆپۈك سەۋەبىنىڭ كۆچلۈكلۈكىنىڭ ئالامىتىدۇر. كېسەللىكىنىڭ ئېغىرلىقى نەپەس ئېلىشىنىڭ قىينىلىقىنىڭ بەلگىسىدۇر. سەكتە بىمارى ئاسان نەپەسلەنسە، ئەمما نەپەسى تەرتىپسىز بولسا، ساقىيىشتىن ئۈمىد باردۇر. جالىنۇس ئېيتىدۇركى، سەكتىدىكى ھېس - ھەربكەتنىڭ يوقىلىشى ئېغىر ئۈيقۇدىمۇ ئوخشاش بولۇر. سەكتە بىلەن ئېغىر ئۈيقۇنىڭ پەرقى شۇكى، سەكتە بىمارى مۇشكۈللۈك بىلەن نەپەس ئالۇر، كۆپ ھالاردا خارقىرار، ئېغىر ئۈيقۇ ئاز - ئاز پەيدا بولۇر، سەكتە بىراقلا پەيدا بولۇر. سەكتە بولۇشتىن ئىلگىرى باش قېيىش، قۇلاق غوڭۇلداشقا ئوخشاش دەسلەپكى ئالامەتلەر پەيدا بولۇر. ئىششىغاندىن بولغان سەكتە تەپتىن خالىي بولۇر، قاندىن بولغان سەكتىدە قاننىڭ ئالامەتلىرى بىرگە بولۇر. ئىلگىرى قىلغان تەدبىرلەرنىڭ ئالامەتلىرى پەيدا بولۇر. دەسلەپتە ئەزالار لىپىلداپ، ئارقىدىن سەكتە بولسا، بىمار تېز ھالاك بولۇر. لىپىلداشتىن مەلۇم ئەزانىڭ لىپىلدىشى ئەمەس، بەلكى پۈتۈن بەدەننىڭ لىپىلدىشى مەقسەتتۇر. بىمارنىڭ سەكتە ھالىتىدە ئىكەنلىكى، ياكى ئۆلگەنلىكى مەلۇم بولمىسا، كۆزنى ئېچىپ كۆز قارىسىنىڭ يوقالغان - يوقالمىغانلىقىغا قاراش لازىم.

داۋالاش

سەكتە قانىنىڭ كۆپلۈكىدىن پەيدا بولغان بولۇپ، ساقىيىش ئۈمىدى بولسا دەرھال قان ئېلىپ، قانىنى كۆپ ئاقتۇرغاي. تېۋىپ مۇۋاپىق دەپ قارىسا، بويۇن تومۇرلىرىدىن قان ئالغاي. ئارقىدىن پاچاققا ھىجامەت قويغاي، قان ئالغان ۋە ھىجامەت قويغاندىن كېيىن، بىمارنىڭ بىلەكلىرى ۋە پۇتلىرىنى باغلىسا ياخشىراقتۇر. سىركىنى گۈل يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ بېشىغا چاپقاي، ئارقىدىن مۆتىدىل روھنى قىلغاي. شۇ ئارقىلىق ماددىنى مېڭىدىن چىقارغاي، سەكتە ساقايسا، يەڭگىل تەدبىرلەرگە مەشغۇل بولغاي. گۈلاب ۋە ياخشى كاشكاپ ئىچكۈزۈش بىلەن بىرگە تەدرىجىي ھالەتتە قىرغاۋۇل گۆشى، بۆدۈنە گۆشى، توخۇ گۆشى ئىستېمال قىلدۇرغاي. كېسەللىك سەۋەبى بىلغەم ۋە ئۇنىڭغا قان ئارىلاشقانلىقتىن بولۇپ، ھەر ئىككى خىلىتىنىڭ ئالامتى ئاشكارا بولسا، دەسلەپتە قان ئالغاي، ئارقىدىن كۈچلۈك ھۆقنە قىلغاي، شىياف قۇيغاي. شىيافنى جاۋشىر، سەكبىنەج، مۇقەل، ئوشەق، كالا ئۆتى ۋە شەھمەنزەل قاتارلىقلاردىن تەييارلىغاي. توخۇ پېيىنى ياغلاپ، ئايارەج پەيقىرا سۈرۈپ بىمارنىڭ گېلىغا كىرگۈزگەي. بۇنىڭ بىلەن بىمار ھۆ بولۇپ، ھۆللۈكلەر چىقار. كېسەللىك چاپلاشقاق، سوغۇق بىلغەمدىن پەيدا بولسا، ساقىيىشتىن ئۈمىد باردۇر. تېۋىپ خالسا ئىستىفراغ قىلىپ توسالغۇنى ئاچقاي، مېڭىنىڭ ئىسسىقلىقىنى ئاشۇرغاي. بۇنىڭ ئۈچۈن دەسلەپتە ئۆتكۈر ھۆقنە بىلەن ئىستىفراغ قىلغاي. بىمارنىڭ تەس ھەزىم بولىدىغان تائاملارنى كۆپ يېگەنلىكىنى بايقىسا، توخۇ پېيىنى ياغلاپ، ئايارەج پەيقىرا سۈرۈپ، بىمارنىڭ ئېغىزىغا سېلىپ قەي قىلدۇرغاي. قەي قىلغان تەقدىردىمۇ دورىنىڭ ۋە ھۆ بولۇشنىڭ پايدىسى بولۇر، بۇ مېڭىنىڭ ھارارىتىنى ئاشۇرار. توخۇ پېيىنى ياغلاشقا سەۋسەن يېغى ياخشىراقتۇر، ئارقىدىن بىمارنىڭ بويۇن ئومۇرتقىلىرىنى ئىسسىق رەخت بىلەن تاڭغاي. تاڭىدىغان رەختكە پەرپىيۇن يېغى، قۇستە يېغى، ئىسقىل يېغى ۋە شۇنىڭغا ئوخشاش ياغلارنى قوشقاي. ئارقىدىن ماددىنى سۈيۈلدۇرىدىغان ۋە توسالغۇلارنى ئاچىدىغان نەرسىلەرنى بىمارنىڭ بۇرنىغا تېمىتقاي. ئىمكانىيەت بولسا تەرياقى بۇزرۇك ياكى تەرياقى مەسرۇدىتۇسنى مائۇلھەسەل بىلەن ئېزىپ، بىمارنىڭ گېلىغا قۇيغاي، تەرياقى بۇزرۇك بولمىسا، مەجۇنى سەنجىبىنا، مەجۇنى ئەنقەردىيا ۋە مەسلىياسا بولسىمۇ پايدا قىلۇر. سەكبىنەج بىلەن قۇندۇز قەھرىنىڭ قايسىسى ھازىر بولسا، ئۇچ گىرام ئېلىپ، مائۇلھەسەل بىلەن ئېزىپ، بىمارنىڭ گېلىغا قۇيغاي. بىمارغا سۈرگە دورىسى ئىچكۈزۈش مۇمكىن بولسا، ھەببى پەرپىيۇندىن ياخشىراق سۈرگە دورىسى يوقتۇر. ماددىنى ئىستىفراغ قىلغاندىن كېيىن بىمارنى سۈرگە سۈيىگە ئولتۇرغۇزۇش، مۇنچىغا چۈشۈرۈش پايدىلىقتۇر.

هۆقنە نۇسخىسى شەھمەنزەل، قەنتەرىيۇن بارىك، جۇۋىنە، سىرىقچىچەك، تاغ پىننىسى، شۇمشا، ئەنجۇدان قاتارلىقلاردىن بىر ئوچۇمدىن، سەكبىنەج ئالتە گىرام، توغرىغۇ 21 گىرام، بادام يېغى 30 گىرام، ھەسەل 30 گىرام، كالا ئۆتى ئالتە گىرام، دورىلارنى جەملەپ 720 گىرام سۇدا قاينىتىپ، ئۇچتىن بىرى قالغاندا، پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، ھەسەل، توغرىغۇ، سەكبىنەج ۋە كالا ئۆتىنى قوشۇپ، قائىدە بويىچە كىلىزما قىلغاي.

يەنە بىر هۆقنە نۇسخىسى شەھمەنزەل، تۇخۇمى مەرۋى، قەنتەرىيۇن بارىك، ئەرتەنسا، ئاق خەرىبەقنىڭ ھەربىرى بىر ئوچۇمدىن. دورىلارنى 1000 گىرام سۇدا قاينىتىپ، يېرىمى قالغاندا پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، قائىدە بويىچە ھۆقنە قىلغاي. ھۆقنە بىلەن ئۇچەيدىكى ھۆللۇكلەر چىقمىسا، ھۆللۇك چىققۇچە ھۆقنە قىلغاي.

پەرپىيۇن يېغى نۇسخىسى تاغ پىننىسىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، سىقىپ سۈيىدىن 200 گىرام ئېلىپ، 720 گىرام سەۋسەن يېغى قوشۇپ سۇس ئوتتا سۈيى كېتىپ، يېغى قالغۇچە قاينىتىپ، ئۇستىدىن ئۇد ھىندى، ئاقرىقەرھا، قۇندۇز قەھرىنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرامدىن، جاۋشىر، بارىزەت، پەرپىيۇننىڭ ھەربىرىدىن ئۇچ گىرامدىن ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، سالايە قىلىپ قوشقاي. دورىلارنى قوشقاندا ياغ قىزىق بولغاي، بىلسان يېغى ھازىر بولسا ئارىلاشتۇرغاي. ھازىر بولمىسا، تۇرۇپ يېغى قوشقاي.

قۇستە يېغى نۇسخىسى ئۇبھەل، ئىزخىر، راسەن، ئىگىر، قۇستە، سۇمبۇل قاتارلىقلاردىن 30گرامدىن ئېلىپ، 1000 گىرام سۇدا قىزارغۇچە قاينىتىپ، پىسەپلىرىنى سۈزگەي. ئۇستىدىن 200 گىرام زەيتۇن يېغى قوشۇپ، سۈيى تۈگەپ يېغى قالغۇچە قاياتقاي، ئۇستىدىن توقۇز گىرام قۇندۇز قەھرى، ئۇچ گىرام پەرپىيۇننى سالايە قىلىپ قوشۇپ ئىشلەتكەي.

ئىسقىل يېغى نۇسخىسى ھۆل ئىسقىلدىن 120 گىرام ئېلىپ، 720 گىرام زەيتۇن يېغىغا قوشۇپ، سۈرگىلى بولغۇدەك ھالەتكە كەلگۈچە ئوتتا قاياتقاي. ئۇستىدىن ئاقرىقەرھا، قۇندۇز قەھرى، قىچا، قۇستە، پەرپىيۇن، ئىپار قوشسا كۆچلۈكرەك بولۇر.

بىمارنىڭ بېشى ۋە ئۇچىسىغا تۆكۈلىدىغان نۇتۇل نۇسخىسى شىبە، سىرىقچىچەك، مەرزەنجۇش، تۇرۇنجى يوپۇرمىقى، سۆئتەر، ئىكلىلمىلىك، بابۇنە، ياۋا پىننە، تاغ پىننىسى، پاشا قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ، قائىدە بويىچە ئىشلەتكەي. تۆمۈرنى ئوتقا سېلىپ قىزىتىپ، باشنىڭ ئارقىسىغا باش كۆيگۈدەك

هالەتتە يېقىنلاشتۇرۇپ، ئىسسىق ئۆتكۈزگەي. چاچنى چۈشۈرۈپ، قۇندۇز قەھرى بىلەن قېچىدىن مۇڭاپىق مىقداردا ئېلىپ، سالايە قىلىپ سىركە بىلەن مەلھەم قىلىپ، باشقا چاپسا مېڭنى ئىسسىتار، قەرنەپىل، قاقىلە، بەسباسە، جويۇز، ئېگىر قاتارلىقلارنى سوقۇپ، سالايە قىلىپ، ئىسسىق لاتىغا ئوراپ، باشقا قويسا مەنپەئەت قىلۇر.

تۇرنا ئۆتنى مەرزەنجۇش سۈيى ياكى تاغ پىننىسى سۈيى بىلەن سالايە قىلىپ، بىمارنىڭ بۇرنىغا تېمىتقاي. قۇندۇز قەھرىنى مائۇلھەسەل بىلەن ئېزىپ بۇرنىغا تېمىتسا پايدا قىلۇر، قۇندۇز قەھرىنى يالغۇز پۇراتسىمۇ بولۇر.

ھەببى پەرپىيۇن نۇسخىسى سەكبىنەج، ئوشەق، جاۋشىر، مۇقەل، سەبرە، قۇندۇز قەھرى، ئادراسمان، غارىقۇننىڭ ھەربىرىدىن ئالتە گرامدىن، پەرپىيۇندىن ئۈچ گرام، شەھەنزەلدىن يەتتە گرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە ھەب قىلىپ، تۆت گرامدىن ئىستېمال قىلغاي.

ھەببى باھارىستان نۇسخىسى قۇندۇز قەھرى 1.5 گرام، شەھەنزەل، پەرپىيۇن ئالتە نوقۇت چوڭلۇقىدا، سەبرە ئۈچ گرام، ھەممىنى بىر قېتىمدا ئىچكەي.

مۇھەممەد زىكرىيا ئېيتىدۇركى، سەكتە، پالەچ ۋە لەقۋا كېسەللىكلىرىگە ھېچنىڭ ناھايىتى پايدىلىق ئىكەنلىكىنى بايقىدىم، ھېچ نەرسە ئۇنىڭغا تەڭ كېلەلمەس. بەدەننى ئىسسىق قىلۇر، قىزىتۇر، خىلتىلارنى ئېرىتەر. ئەتىگەن - كەچتە ئۇنىڭدىن لوبىيا چوڭلۇقىدا ئېلىپ، شاراب بىلەن ئېرىتىپ ئىستېمال قىلغاي. سەكتە كېسەللىكىنى داۋالاشتا تۆۋەندىكى تەرتىپنى ساقلىغاي. دەسلەپتە كىلىزما ۋە قەي بىلەن ماددىنى تازىلىغاي، ياغلار ۋە نۇتۇللاردىن ھېچقايسىسىنى ئىشلەتمىگەي. كۆچلۈكرەك بولغان ياغلارنى كېيىنرەك ئىشلەتكەي، مومنى ياغدا ئېرىتىپ، كۆيمىگۈدەك بولغاندا، سىرتىدىن چاپقاي. بىمار ھوشىغا كەلگەندىن كېيىن 24 كۈن شۇ تەدبىرلەرنى قىلغاي. غىزاسىغا نوقۇت سۈيى، قۇشقاچ شورپىسى، كەپتەر باچكىسى شورپىسىغا نوقۇت، سېرىقچېچەك، دارچىن، سۆئتەر قوشۇپ بەرگەي. نان بىلەن بىرلىكتە قۇرۇق ئەنجۈر ياكى ئۇرۇقنى ئالغان قۇرۇق ئۈزۈم ئىستېمال قىلسا مۇڭاپىق كېلۇر. 24 كۈندىن كېيىن ھەر كۈنى ئەتىگەندە ئەنجۈر يېغىنى مائۇلئۇسۇل بىلەن ئىشلەتكەي. ھەر ھەپتىدە ئايارەج پەيقىرا ئىستېمال قىلغاي، يەنە ئايارەج لوغانزىيا، ئايارەج رۇفىس، ئايارەج جالىنۇسقا ئوخشاش چوڭ، مۇھىم دورىلارنى ئىشلەتكەي. پالەچنىڭ ئىلاجىدا ئېيتىلغان دورىلارنى ئىشلەتسە مەنپەئەت قىلۇر.

تۆتىنچى قىسىم ھېس - ھەرىكەت نېرۋىلىرىغا ھۆللۇك يېغىلغان سەۋەبتىن بولغان كېسەللىكلەر توغرىسىدا

بىرىنچى باب ئەزالارنىڭ لىپىلدىشى توغرىسىدا

لىپىلداش ئادەمنىڭ ئەزالىرىدا پەيدا بولىدىغان ئىختىيارسىز كۆرۈلىدىغان ھەرىكەتتىن ئىبارەت بولۇپ، قويۇق يەلنىڭ قوزغىلىشىدىن پەيدا بولۇر. ئۇنىڭ دەللىلى شۇكى، تېز پەيدا بولۇپ، تېز تارقار، يەلنىڭ قويۇق ۋە ھەرىكەتچان ئىكەنلىكىنىڭ دەللىلى شۇكى، مىزاجنى سوغۇق قىلىدىغان ئىشلار سەۋەبىدىن پەيدا بولۇر. ئۇنىڭ بەدەننى ھەرىكەتلەندۈرىدىغان مۇسكۇللاردا پەيدا بولغانلىقىنىڭ دەللىلى شۇكى، يەل مېڭىگە ئوخشاش ئىسسىق، ئۇستىخانغا ئوخشاش قاتتىق ئەزالارغا يېغىلماس، بەلكى قاتتىق - يۇمشاقلىقى شۇلارنىڭ ئوتتۇرىسىدا بولغان مۇسكۇل ۋە پەيگە ئوخشاش ئەزالارغا يېغىلار. لىپىلداشنىڭ سەۋەبى مىزاجنىڭ سوغۇقلۇقى ياكى ھۆل سوغۇقلۇقىدۇر. بەزىدە ئاچچىقلىنىش، غەم قىلىشقا ئوخشاش روھىي ئامىللارمۇ ئەزالارنىڭ لىپىلدىشىغا سەۋەب بولۇر. روھىي ئامىللار سەۋەبىدىن روھ قوزغىلۇر. بۇ ھەقتە ئىلگىرىكى بابلاردا توختىلىلدى، روھنىڭ ھەرىكىتى ماددىنى ئېرىتەر، ماددا ئېرىگەندىن كېيىن يەل پەيدا بولۇر ۋە لىپىلداشقا سەۋەب بولۇر. بەدەن لىپىلدىسا سەكتىنىڭ ياكى تىتانوسنىڭ باشلىنىدىغانلىقىغا دالالەت قىلۇر. قورساق مۇسكۇللىرى لىپىلدىسا ۋە داۋاملىق بولسا مالىخوليا ياكى تۇتقاق كېسەللىكىنىڭ باشلىنىدىغانلىقىغا دالالەت قىلۇر. يۈز مۇسكۇللىرى لىپىلدىسا لەقۋا كېسەللىكىنىڭ باشلىنىدىغانلىقىغا دالالەت قىلۇر. يانپاش ئارىسى لىپىلدىسا، شۇ يەرنىڭ ئىششىيدىغانلىقىغا دالالەت قىلۇر. قويۇق يەل بەدەننىڭ كاۋاك يەرلىرىدە تۇرۇپ تېخمۇ قويۇلار. ھەرقانداق يەرگە بارسا شۇ ئەزانى تەۋرىتەر.

داۋالاش

بۇنىڭدا كېسەللىك ماددىسىنى كۆپەيتىدىغان ئىشلاردىن پەرھىز قىلغاي، مەسىلەن: مۇز سۇيى ئىچىش، يەللىك، سوغۇق يېمەك - ئىچمەكلەرنى ئىستېمال قىلىشقا ئوخشاش ئىشلاردىن پەرھىز قىلغاي. لىپىلداش پەيدا بولغان بەدەننى يۇمشاق نەرسىلەر بىلەن سۇركىگەي، ئۇستىدىن پەرپىيۇن يېغىغا ئوخشاش ئىسسىق ياغلار بىلەن ياغلىغاي. ھەر كۈنى ئەتىگەندە گۈلقەنت ھەسىلىنى بەدىيان ئۇرۇقى بىلەن بەرگەي. ماددىنى سۈيۈلدۈرىدىغان تەدبىرلەرنى قىلغاي، غىزاسىغا نوقۇت سۇيى، قۇشقاچ شورپىسى، كەپتەر باچىسى شورپىسىغا ئوخشاش شورپىلارغا يالپۇز، دارچىن، زىرە، كەرۋىيا قاتارلىقلارنى قوشۇپ پىشۇرۇپ بەرگەي. دېڭىز سۇيىنى قاينىتىپ، كالىنىڭ دوۋسقىغا قاچىلاپ، لىپىلدىغان ئەزاغا قويغاي. دېڭىز سۇيى تېپىلمىسا تۇزلۇق سۇ ئىشلەتسە، ئۇنىڭغا بەدەل بولۇر. ئايارەج روفىس بىلەن ماددىنى ئىستىفراغ قىلسا ياخشى بولۇر. مۇھەممەد زىكرىيا ئېيتىدۇركى، دەسلەپتە بەدەننى يېرىك نەرسىلەر بىلەن قىزارغۇچە سۇرتكەي، ئارقىدىن جويۇز يېغىنى چاپقاي، ئەزالار لىپىلداش دائىمي بولسا، لەقۋا بايانىدا ئېيتىلغان ئىلاجلارنى قىلغاي.

ئىككىنچى باب لەقۋا كېسەللىكى توغرىسىدا

بۇ كېسەللىك يۇز مۇسكۇللىرىدا پەيدا بولىدىغان بولۇپ، كۆز، قاش، پېشانە تېرىسى ۋە لەۋ مايماق بولۇپ، ئەسلىي ھالىتىدىن ئۆزگىرەر.

بۇ كېسەللىكنىڭ سەۋەبى تۆت خىلدۇر. بىرىنچى، تارتىشىش بولۇپ، يۇز ئەزالىرىنى باشقۇرىدىغان مۇسكۇللارغا قويۇق ھۆللۈك توشۇپ، مۇسكۇللارنى قىستار ۋە كېڭەيگىلى قويماس، شۇ سەۋەبتىن ئەزا تارتىشىپ، ئەسلىي ھالىتىدىن ئۆزگىرەر. ئىككىنچى، يۇزنىڭ بىر تەرىپى ساڭگىلار، يۇز مۇسكۇللىرى مېڭىدىن چۈشكەن ھۆللۈك سەۋەبىدىن سالپىيار. تەشەننۇجلۇق لەقۋا كۆپرەك، ئىستىرخالىق لەقۋا ئازراق بولۇر. بۇ ئىككى خىل لەقۋانىڭ ئىلاجى ئوخشاشتۇر، ئەمما تېۋىپلار ئۇلارنى بىر - بىرىدىن پەرقلەندۈرەر. مەزكۇر ئىككى لەقۋانىڭ پەرقى شۇكى، يۇزدە چىش پەردىسىگە تۇتاش بىر پەردە باردۇر. تېۋىپ لەقۋا بولغان كىشىنىڭ ئېغىزىنى ئېچىپ، بارمقىنى تىلغا قويسا، بىر تەرىپىدە بوشىغان ۋە ساڭگىلىغان مەزكۇر پەردىنى كۆرەر. يەنە ئۇنىڭدا ھۆللۈكلەرنىڭ بارلىقىنى، رەڭگىنىڭ ئۆڭگەنلىكىنى، ئەتراپتىكى ئەزالارنىڭ

ساقلىقىنى كۆرەر. بۇ چاغدا بۇنى ئىستىرخا خاراكتېرلىك لەقۇا دەپ پەرەز قىلغاي. چېكە مۇسكۇلىنىڭ قاتتىقلىقى ۋە تارتىشقانلىقىنى بايقىسا، ئېغىز پەردىسى ئىلگىرىكى ھالەتتە بولمىسا، بۇنى تەشەنناۇج خاراكتېرلىك لەقۇا دەپ پەرەز قىلغاي. تەشەننۇجنىڭ ئۇچىنچى سەۋەبى، قۇرۇقلۇقنىڭ ئېشىشىدۇر. قۇرۇقلۇقنىڭ ئېشىشى ئىسسىقتىن بولغان كېسەللىكلەرنىڭ ئاخىرقى مەزگىلىدە، كۆيدۈرگۈچى تەپنىڭ ئاخىرقى مەزگىلىدە، ئۆلۈم يېقىنلاشقاندا ۋە كۆپ ئىستىفراغ قىلغاندا كۆرۈلەر. قۇرۇقلۇقنىڭ ئىستىفراغ سەۋەبىدىن ئېشىشى ھۆللۇكنىڭ يوق بولۇشىدىندۇر، كۆيدۈرگۈچى تەپ سەۋەبىدىن ئېشىشى ھۆللۇكنىڭ يوقلىشى ۋە كۆيۈشىدۇر. لەقۇانىڭ تۆتىنچى سەۋەبى ئورتاق سەۋەب بولۇپ، بەزىدە لەقۇاغا، بەزىدە پالەچكە تەئەللۇقتۇر. بويۇن مۇسكۇللىرى ئىششىش سەۋەبىدىن دەسلەپتە بىماردا خەنناق پەيدا بولۇر، ئارقىدىن لەقۇا پەيدا قىلۇر. بەزىدە بويۇن مۇسكۇللىرى يۇز مۇسكۇللىرىنىڭ كېرگەتلىرىنى تارتىپ، لەقۇا پەيدا قىلۇر. چۈنكى، يۇز مۇسكۇللىرىنىڭ بەزى تالالىرى بويۇن چەمبىرىكىدىن ئۆسۈپ چىققاندۇر، بەزىسى كۆكرەك ئۇستىخىنى بېشىدىن، بەزىسى تاغاق ئۇستىخىنىدىن ئۆسۈپ چىققاندۇر. بۇ ھەقتە مۇسكۇللارنىڭ تۈزۈلۈشى توغرىسىدىكى بابلاردا ئېيتىلدى. لەقۇا كېسەللىكى يالغۇز لەۋدىمۇ پەيدا بولۇر، بۇنىڭ سەۋەبى تەپسىلىي بايان قىلىش بىلەن مەلۇم بولۇر. لەقۇا پالەچ سەۋەبىدىمۇ پەيدا بولۇر. چۈنكى، پالەچ بويۇن مۇسكۇللىرىنىڭ ئىششىشىدىن پەيدا بولىدىغان بولۇپ، ئىششىق سەۋەبىدىن نېرۋىلارنىڭ يوللىرى قىستىلۇر، ھس - ھەرىكەتنىڭ ئۆتۈشى توسالغۇغا ئۇچرار. دەسلەپتە يۇلۇننىڭ سېزىمى تۆۋەن بولۇر، چۈنكى يۇلۇننىڭ نېرۋىلىرى بويۇن ئومۇرتقىلىرىدىن چىققاندۇر. بىر قىسىم كىشىلەر لەقۇا بولغان تەرەپ قارشى تەرەپنى ئۆزىگە تارتار، شۇ سەۋەبتىن ساق تەرەپ مايماق بولۇر، كېسەللەنگەن تەرەپ تۈز تۇرار دەر.

مۇھەممەد زىكرىيا ئېيتۇركى، لەقۇا بولغان كۆپ كىشىلەرنىڭ پالەچ بولغانلىقىنى كۆردۇم، ئۇلارنىڭ لەقۇالىقى مايماق تەرىپىدە ئىدى، تۈز تەرىپىدە ئەمەس ئىدى. ئۇ يەنە ئېيتۇركى، كىشىنىڭ لەقۇا بولۇشى يېقىن بولسا ھىجامەت قويدۇرسا بولۇر. ئۇ يەنە ئېيتۇركى، ئىككى كىشىنى كۆرگەن ئىدىم، ھەر ئىككىسى بىر كۈندە ھىجامەت قويدۇرغان ئىدى. ئىككىسى ھىجامەت قويدۇرۇشتىن ئاۋۋال تۇخۇم يېگەن ئىكەن، ھەر ئىككىسى شۇ كۈندە لەقۇا بولدى، ئۇلارنىڭ بىرى قېرى، سېمىز، يەنە بىرى ياش ئىدى. لېكىن ئۇنىڭ مىزاجى خىزمەتچىلەرنىڭ مىزاجىدەك ئىدى. ئۇ يەنە ئېيتۇركى، بىر كىشى ھىجامەت قويدۇردى، ھىجامەتتىن كېيىن قارنىدا لەقۇا كېسەللىكى پەيدا بولدى، ئېغىزى ۋە يۈزى مايماق بولمىدى، ئەمما بىر كۆزىنى تولۇق ئېچىپ يۇمالمىدى، يەنە بىر كۆزىنى مۇشكۇللۇك بىلەن ئېچىپ يۇمدى. سۇ ئىچسە سۇ ئېغىزىدىن

جالىنۇس ئېيتۇركى، لەقۋا بىمارى قاپقىنى يۇمسا بوشاپ كۆزنى قايتا ئاچالماس. مۇھەممەد زىكرىيا ئېيتۇركى، ئېيتىشلارغا قارىغاندا 30 يىلدىن بۇيان ئارىمىزدا لەقۋا كېسەللىكى بىلەن ئاغرىغانلار بار، ئۇلاردا لەقۋانىڭ ئالامىتىدىن باشقا ئالامەتلەر يوق، ئۇلار ھازىرغىچە ساغلام يۈرەر. بەزىلەرنىڭ ئېيتىشچە، لەقۋا بولغان كىشى تۆت كۈندە ھالاك بولىدىكەن، تۆت كۈندىن ئۆتۈپ كەتسە سەكتە خەتىرى بولماس. لەقۋا ئىككى ئايدا يوق بولمىسا ئۇزۇنغا سوزۇلۇر، ئالتە ئايدىن ئۆتسە ساقىيىشى قىين بولۇر.

ئالامتى

لەقۋا بولغان كىشى تۇز تۈكۈرەلمەس، پۇڭلىسە تۇز پۇڭلىيەلمەس، سۇ ۋە يەلمۇ بىر تەرەپتىن چىقار. تەشەننۇج خاراكتېرلىك لەقۋانىڭ خاس ئالامتى شۇكى، سەزگۈلىرى نورمال بولۇر، يۇز مۇسكۇللىرى ۋە تېرىلىرى قاتار، تارتىشار، پېشانىسىنىڭ سىزىقلىرى ۋە قورۇقلىرى تارتىلغان سەۋەبتىن قويۇق بولۇر. شالى ئاز بولۇر. باش ئاغرىقى كۆپ بولۇر. لەقۋا ئىستىرخائىنىڭ ئالامتى شۇكى، بىمارنىڭ سېزىملىرى سۇس بولۇر، يۇزىنىڭ تېرىسى ۋە مۇسكۇللىرى يۇمشاقراق بولۇر، كۆزىنىڭ ئاستى قاپقى سالپىيار، تۆۋەنگە تارتىلغاندەك زاھىر بولۇر. تاڭلاي پەردىسى تۆۋەنگە سالپىيار. تۈكۈرۈكىنى تۈتۈپ تۇرالماس.

داۋالاش

ئوڭ قولنى باغلىسا يەنە بىر تەرىپى ئەلۋەتتە تۇز بولۇر، يۇزىنىڭ شەكلى ئەسلىي ھالىتىگە كېلۇر. لەقۋا بولىدىغانلىقىنىڭ ئالامتى شۇكى، يۇز ئۇستىخانلىرى ئىچىدە ئاغرىق پەيدا بولۇر، يۇز تېرىسىنىڭ سېزىمى تۆۋەن بولۇر، يۇزىنىڭ يېرىمى تولا تارتىشار، بۇ چاغدا داۋالاش ئېھتىياجى شۇكى، ماددىنى تۆت كۈندىن يەتتە كۈنگىچە تەۋرەتمەي، ئەمما چوڭ تەرتىپ قۇرۇق بولسا ئىككىنچى كۈنى يېنىك ھۆقنە قىلىپ تەرتىپنى بوشاتقاي.

لەقۋانىڭ دەسلىپىدە پالەچ ياكى سەكتىنىڭ باشلىنىش ئالامتى بولسا ئۆتكۈر ھۆقنە ياكى كۈچلۈك سۇرگە دورىسى بىلەن بەدەننى تازىلىغاي. بىرىنچى ھەپتىدە غىزا مۆتىدىل، يەنى ھۆللۈك بىلەن قۇرۇقلۇق ئارىسىدا بولغاي، مەسىلەن: نوقۇت سۈيى، زەيتۇن يېغىغا ئوخشاش غىزالارنى بەرگەي. ھۆللۈكلەرنى تارقىتىپ ئىسسىقلىقنى ئاشۇرۇش ئۈچۈن ھەسەل بەرگەي.

لەقۋاغا خاس بولغان غار - غار ۋە چۇشكۇرتۇشكە ئوخشاش تەدبىرلەر ھېچ پايدا قىلماس. چۇنكى ئۇلار باشقا ماددىلارنى كېسەللىك ئورنىغا تارتار، خام ماددىلارنى يوق قىلالماس. ئۆتكۇر دورىلارنىڭ ھەممىسى كېسەللىكنىڭ دەسلىپىدە زىيان قىلۇر، چۇنكى ئۇلار سۇيۇقراق بولغان ماددىنى تارقىتۇر، قالغىنىنى يوقتىش تەس بولۇر، داۋاسمۇ مۇشكۈلدۇر، بۇنىڭ سەۋەبى يۇقىرىدا بايان قىلىنغان ئىدى. شۇنىڭ ئۈچۈن، ئەڭ ياخشىسى سەۋر قىلغاي. ماددا كېسەللىك ئورنىغا يۇزلەنسە ۋە ئورۇنلاشسا ماددىنىڭ كۆچىيىپ قالماسلىقى ئۈچۈن باشقا تەدبىرلەرنى قىلمغاي، بەلكى شۇ ماددىنىڭ ئىلاجىنى قىلغاي. سەئۇتلارنى ئىشلەتكەي، سەئۇت بۇرۇنغا تېمىتىدىغان دورىلارنى كۆرسەتەر. ياخشى تەدبىر شۇكى، تۆت كۈندىن كېيىن بىمار ئايارەج پەيقىرا يېگەي، ئۇنى ھەببى شەبيارنىڭ ئۇسۇلى بويىچە ئىستېمال قىلغاي، بىر ھەپتىدىن كېيىن ئۆتكۇر ھۆقنە قىلغاي.

مەزكۇر ھۆقنە نۇسخىسى سىرىقچېچەك، بابۇنە، مەرزەنجۇش، ئادراسمان، ھەمشىباھار، زاراڭزا ئۇرۇقى، شۇمشا ئۇرۇقى، زىغىر ئۇرۇقى، قىزىلچا ئۇرۇقى، بۇغداي كېپىكى، قۇرۇق ئەنجۇر، شەھمەنزەل لېشى، بىدەنجىر ئۇرۇقى، قەنتەرىيۇن بارىكنىڭ ھەربىرى بىر تۇتامدىن، زەيتۇن يېغى، ئابكامە، ھەسەل ھەربىرىدىن 21 گىرامدىن. زاراڭزا ئۇرۇقى بىلەن بىدەنجىر ئۇرۇقىنى چالا سوقۇپ قاينىتىلغاي، قائىدە بويىچە ھۆقنە تەييارلاپ ئىشلەتكەي.

يەنە بىر ئۆتكۇر ھۆقنە نۇسخىسى بەدىيان ئۇرۇقى 15 گىرام، سۇزاپ، سىرىقچېچەكنىڭ ھەربىرى بىر سقىمدىن. ھەممىسىنى قائىدە بويىچە قاينىتىپ سۈزگەي، ئۇنىڭ 73 گىرامغا 21 گىرام سۇزاپ يېغى قوشۇپ ھۆقنە قىلغاي.

بىمارنىڭ تۇرىدىغان ئۆيى بەك يورۇق بولمغاي، ئازراق قاراڭغۇ بولغاي، خىتاي ئەينەكىگە قاراپ بەرگەي، چۇنكى خىتاي ئەينىكى سۈزۈك بولمغاچقا ئۇنىڭغا قاراپ ئۆز يۈزىنى ئوڭشاشقا تىرىشسا پايدىسى باردۇر، شۇ ئارقىلىق يۈز نېرۋىلىرى ئەسلىي ھالىتىگە كېلۇر. جويۇزنى داۋاملىق ئېغىزىغا سېلىپ شۇمۇپ بەرگەي. ھىندىستان تېۋىپلىرىنىڭ سىناقتىن ئۆتكۈزگەن ئىلاجى شۇكى، ئۇلار تۇلكە، بۆرە، چىلبۆرە، قوتازغا ئوخشاش ھايۋانلارنىڭ گۆشىنى يۇمشاق پىشۇرۇپ، شورپىسى سوۋۇغاندىن كېيىن زەيتۇن يېغى قوشۇپ بېشىغا قۇيار. كېپەكنىڭ بۇ كېسەللىككە پايدىسى يوق. يۈزىنى سىركە بىلەن يۇغاي ۋە سىلىغاي، بولۇپمۇ سىركىگە زۇپا، ياۋا پىننە، تاغ پىننىسىگە ئوخشاش بەدەننى يۇمشىتىدىغان دورىلارنى قوشۇپ قاينىتىقاندىن كېيىن بىمارنىڭ قېشى ۋە پېشانىلىرىنى سىلىغاي، بۇرنىغا تېمىتقاي، شۇ ئارقىلىق ھۆللۈكلەر بۇرۇن ئارقىلىق تازىلىنار. قىچىنى سوقۇپ سىركىگە قوشۇپ سۈركىسە پايدا قىلۇر. مەرزەنجۇش، ئادراسمان،

قەيسۇم، سۇزاپ قاتارلىقلارنى سۇغا سېلىپ، يۇلغۇن ئوتنى بىلەن قايناتقاندىن كېيىن ھورغا تۇتقاي. تەشەننۇج بىلەن بولغان لەقۋانى داۋالاشتا ئاۋۋال ئۆردەك چاۋا يېغىنى باشلىنىڭ دوقمۇشى، بويۇن ئومۇرتقىلىرىغا سۈركىگەي. يۇقىرىدا ئېيتىلغان گۆشلەر، تارىمۇشلارنى يۇمشىتار، بويۇنغا چاپسا مەنپەئەت قىلىدۇر. ئايارەج پەيغەمبەر لېشى، ھەببى قوقيا بىلەن مېڭىنى تازىلىغاي. ئېيتىلغان زىمات دورىلارنى بېشىغا چاپقاي.

مۇھەممەد زىكرىيا ئېيتىدۇكى، «قارابادىن» نامىلىق قەدىمكى كىتابتا بايان قىلىنىشچە، لەقۋا بولغان كىشى ھېچقانداق يورۇقلۇق بولمىغان ئۆيدە كېچە - كۈندۈز ئولتۇرغاي، شامال تېگىشتىن ساقلانغاي. ھايۋانات گۆشى ۋە ھۆل مېۋىلەرنى ئەسلا يېمىگەي، ھەر كۈنى ناشتىدا غار - غار قىلغاي. چۈش ۋاقتىغىچە ھەر سائەتتە بىر قېتىم غار - غار قىلغاي، ئۇنىڭدىن كېيىن تائىم يېگەي. ھەر كۈنى ناشتىدا يۇمۇلايدىغان كۆزى تەرەپتىكى بۇرۇن تۆشۈكىگە 21 تامچە جويۇز يېغى ۋە ھەببەتۇلخۇزرا يېغىنى ئايرىم - ئايرىم تېمىتقاي، بۇرنىنىڭ يەنە بىر تۆشۈكىگىمۇ ئالتە تامچە تېمىتقاي، بابۇنە، چۆل پىنىنسىنى ئاپتۇۋا ئىچىگە سېلىپ، سۇ قۇيۇپ ئېغىزىنى چىڭىتىپ قاينىتقاي، ئۇنىڭدىن كېيىن ھورغا بېشىنى تۇتۇپ تەرلەنگەي. تەر چىقىۋاتقاندا چىداپ تۇرغاي، بېشىنى قىزارغۇچە تۇتۇپ تۇرغاي، ئۇنىڭدىن كېيىن جويۇز يېغىنى ھەببەتۇلخۇزرا يېغى بىلەن بىرلىكتە بېشى، يۈزى، باش دوقمۇشى ۋە بويۇنلىرىغا سۈركەپ، بىر سائەت تۇرغۇزغاي. شامال تېگىشتىن ساقلانغاي، يەنە يېڭى ئاپتۇۋا يۇقىرىقى دورىلارنى سېلىپ، يۇقىرىدىكى مەشغۇلاتلارنى رەت بويىچە قىلغاي. بۇ مەشغۇلاتنى ھەر ھەپتىدە بىر قېتىم قىلىپ، بىر ئايغىچە داۋاملاشتۇرغاي. بىر ئايدىن كېيىنمۇ ياخشى بولمىسا، ساقايمايدۇ دەپ بىلىپ، ئىلاجىغا مەشغۇل بولمىغاي. بۇ كېسەللىكتە بابۇنىگە ئوخشاش دورىلارنىڭ ھورغا باشنى تۇتقاي، بۇرۇنغا تېمىتىدىغان ياغقا قۇندۇز قەھرى، ئاقىرقەرھا، پەرىيۇنلارنى قوشمىغاي. چۈنكى، ئۇلار قابىز خۇسۇسىيەتكە ئىگىدۇر. مۇھەممەد زىكرىيا ئېيتىدۇكى، بۇ بىمارغا بەدىنىنىڭ ئىسسىقلىقىنىڭ ئېشىشىدىن ساقلىنىش ئۈچۈن تائىم بەرمىگەي، يۇقىرىدا ئېيتىلغان ئاپتۇۋۇنىڭ سۈيىنىڭ ھورغا بېشى ۋە يۈزىنى تۇتقاي. قۇسته يېغى، سۇزاپ يېغى ياكى ھەببەتۇلخۇزرا يېغىنى ئىسىتىپ، بېشى ۋە بۇرنىغا سۈركىگەي. ھارارەت پەيدا قىلسا زىيىنى يوقتۇر.

جالىنۇس ئېيتىدۇكى، تارىمۇش كېسەللىكلىرىگە قۇندۇز قەھرىگە ئوخشاش پايدىلىقراق دورا يوقتۇر. چۈنكى، سىرتىدىن سۈركەلگەن ھەرقانداق دورىنىڭ تەسىرى تارىمۇشلارغا يەتمەس. ئۇ ئېيتىدۇكى، ھېلىلە پەيلەرنى ئىسىتىدىغان بولۇپ، ئۇنى ئۇپىدەك سالايە قىلىپ، ياغ بىلەن چاپسا ھېچقانداق دورا ئۇنىڭدەك پايدا قىلماس. بۇ كېسەللىكنىڭ ياخشىراق ئىلاجى

كۆپرەك غار - غار قىلىش ۋە سەئۇت ئىشلىتىشتۇر. سەئۇت بۇرۇنغا تېمىتىدىغان دورىلارنى كۆرسىتەر.

سەئۇت نۇسخىسى قۇندۇز قەھرى، پەرپىيۇن، شەھمەنزەل لېشى، قىسائۇل ھىمار ئۇسارىسى، پىلپىل، زەنجۇۋىل، ئەرتەنىسا، كۇندۇش، ئاق خەربەق، جەبىلاھەك، مەرزەنجۇش، نۆشادۇر، سىيادان، توغرىغۇ، زىرە، ئاقىرقەرھا، تاغ قۇرۇق ئۇزۇمى، سەكبىنەج، ئېگىر، جاۋشىر قاتارلىقلارنى قائىدە بويىچە سۈئۇت قىلغاي.

يەنە بىر سەئۇت نۇسخىسى قۇندۇز قەھرى، شەھمەنزەل لېشى، ئاقموچ، كۇندۇش قاتارلىقلارنىڭ ھەممىسىنى سوقۇپ، مەرزەنجۇش سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ، شىياق قىلىپ زۆرۈر ۋاقىتدا ئىشلەتكەي. تۇرنا ئۆتىنى ئايال كىشىنىڭ سۈتى بىلەن بىرلىكتە بۇرۇنغا تېمىتسا مەنپەئەت قىلۇر. قۇرغۇي ئۆتى، بۆرە ئۆتى، شەببۇت بېلىقى ئۆتى، كەندىر ئۇرۇقى سۈيى، مەرزەنجۇش سۈيى، قىزىلچا سۈيى، سەكبىنەج سۈيى قاتارلىقلارغا سەۋسەن يېغى، بىر يېسسىمۇق چوڭلۇقىدا پەرپىيۇن قوشۇپ، ئايال كىشىنىڭ سۈتى بىلەن ئېزىپ تېمىتسا مەنپەئەت قىلۇر. ئالتە گىرام مەرزەنجۇش سۈيىدە تۆت يېرىم نوقۇت چوڭلۇقىدا سەكبىنەجنى 1.5 گىرام زەيتۇن يېغى بىلەن بىرلىكتە بەش كۈنگىچە ئۇنىڭغا تېمىتسا مەنپەئەت قىلۇر. بۇ دورىلار مېڭىگە زىيان قىلسا، بىنەپشە يېغى، يېڭى سۈت، ئايالارنىڭ سۈتىنى ئازراق شېكەر بىلەن بىرلىكتە بۇرۇن ئىچىگە تېمىتقاي ھەم باشنىڭ ئالدى تەرىپىگە سۈركىگەي. ئاق لالىنى سىركە، توخۇ تۇخۇمى ئېقى بىلەن يۇغۇرۇپ، باشقا چاپقاي. بويۇن ئارقىسىغا ھجامەت قويۇپ، ماددىنى چىقارغاي. باشقا ئىسسىق دورىلارنى ئىشلىتىپ، ماددىنى تارقاتقاي. بويۇن ئومۇرتقىلىرىنى ئىسسىق تۇتسا، مۇسكۇللىرىنىڭ تۇتۇپ تۇرغۇچى قۇۋۋىتىنى زىيادە قىلۇر، سۇغا شېكەر ئارىلاشتۇرۇپ مۇنچىدا يۇيۇنغاي. لەقۋا سول تەرەپتە بولسا ئىلاجى مۇشكۈلرەكتۇر، بۇ كېسەللىكنىڭ باشقا ئىلاجلىرىنى بەلغەمدىن بولغان تەشەننۇجنىڭ ئىلاجى بىلەن ئوخشاش قىلغاي، غىزاسىغا نوقۇت سۈيى، سۈت بەرگەي. سۇ ئورنىدا مائۇلھەسەل ئىچكەي، جويۇز، ئېگىر، قەلەمپۇر قاتارلىقلارنى ئېغىزغا سېلىپ چايىنغاي.

ئۇچىنچى باب ئەزالارنىڭ سېزىمسىزلىنىشى توغرىسىدا

بۇ كېسەللىك ئەرەب تىلىدا «خەدەر» دەپ ئاتىلۇر، ئۇ ئەزالارنىڭ سېزىش ئىقتىدارىنىڭ يوقىلىشىدىن ئىبارەتتۇر. بۇ كېسەللىك ھەربىرىدە ئەزالاردا بولسا، ئەزالارنىڭ سېزىمى ۋە

ھەرىكىتىگە نۇقسان يېتەر، چۈنكى، ھېس - ھەرىكەت نېرۋىلىرىنىڭ يوللىرى توسۇلغاندۇر. كېسەللىك پەيدا قىلغۇچى سەۋەب ئاجىز بولسا، ئەزالارنىڭ ھېس - ھەرىكىتىمۇ شۇنىڭغا ماس ھالەتتە زەئىپلىشەر. يەنى سەۋەب كۈچلۈك بولسا كېسەللىك ئېغىر، ئاجىز بولسا كېسەللىك يەڭگىلرەك بولۇر.

ئەزالار ھېس - ھەرىكىتىنىڭ يوقىلىشىنىڭ سەۋەبى يەتتە خىلدۇر. بىرىنچىسى، ئەپيۇنگە ئوخشاش روھنى زەئىپلەشتۈرىدىغان ۋە ئۇنى باسىدىغان دورىلارنى ئىستېمال قىلىشتىن بولۇر. ئىككىنچىسى، بىر ئەزاغا سوغۇقلۇق يەتسە، مىزاجى بۇزۇلغان سەۋەبتىن پەيدا بولۇر. ئۈچىنچىسى، چايانغا ئوخشاش مىزاجى سوغۇق، زەھەرلىك ھايۋانلار چاقسا، نېرۋا زەخمىلەنگەن سەۋەبتىن ئەزالارنىڭ ھەرىكىتى يوق بولۇر. «رەئىدە» بېلىقنىڭ شۇ خىل ئالاھىدىلىكى باردۇر، ئۇنى قول بىلەن تۇتسا، قول ھەرىكىتى كاردىن چىقار. ئېيتىشلارغا قارىغاندا، بۇ بېلىق تورغا چۈشكەندە، بېلىقچىنىڭ قولىنى سېزىمسىزلەندۈرۈپ، توردىن قېچىپ كېتىدىكەن. تۆتىنچىسى، مەلۇم ئەزاغا خىلىت تەسىر قىلغانلىقتىن بولۇر، مەسىلەن: بەلغەم، قان، سەپرا، سەۋدا خىلىتلىرىغا ئوخشاش. بەشىنچىسى، بىر يەردە ئۇزۇن ئولتۇرۇپ، پۇت - قوللار ئۇيۇشۇش، نېرۋىلار زەخمىلىنىش ۋە ياكى يېقىلىش قاتارلىق سەۋەبلەردىن بولۇر. ئالتىنچىسى، جالىنۇس ئېيتىدۇكى، كىشىنىڭ مىزاجى قۇرۇق بولسا، ئارقىدىن يەنە قۇرۇق ئىسسىق دورىلارنى ئىستېمال قىلسا، مىزاجىنىڭ قۇرۇقلۇقى ئېشىپ، يىلىكلىرىنىڭ بېشىدا سېزىمسىزلىنىش پەيدا بولۇر. بۇنىڭ تەسىرى باشقا ئەزالارغا يېتەر، ھارارەتنىڭ يۇقىرىلىقىدىن ئەسلىي ھۆللۈك تارقاپ، قۇرۇقلۇق غالىب بولۇپ، پۇت - قوللىرىدا سېزىمسىزلىنىش پەيدا بولۇر. يەتتىنچىسى، قۇۋۋەتنى ھايۋانىي زەئىپلەشتۈرۈپ، پۇت - قوللارنىڭ سېزىش ھەرىكىتى زەئىپلىشەر، مەسىلەن: بېھۇشلۇققا ئوخشاش.

ئالامىتى

تاۋامنى كۆپ يەپ، بەدەندە ماددىلار قېيىپ قالسا، مېڭىدە ماددا بولسا پۈتۈن بەدەنىنىڭ ھېس - ھەرىكىتى يوقىلار، بۇ چاغدا ھاياتىغا خەۋپ يېتەر. بەزىدە ماددا ياكى باشقا سەۋەبلەردىن بويۇن ئېچى سەزگۈ نېرۋىسىغا تەسىر يېتىپ، پۈتۈن بەدەندە ياكى بەدەن يېرىمدا سېزىمسىزلىنىش پەيدا بولۇر. يۈز مۇسكۇللىرىنىڭ سېزىمى ياخشى بولۇر، ئەزالارنىڭ سېزىمسىزلىنىشى بويۇن ياكى بەل ئومۇرتقىسىدىن چىققان نېرۋىلار سەۋەبىدىن بولسا، شۇ نېرۋىلار بىلەن مۇناسىۋەتلىك بولغان ئەزالارنىڭ ھەرىكىتى ۋە سېزىمغا نۇقسان يېتۈر. ئەزالارنىڭ سېزىمسىزلىنىشى قويۇق

بەلغەم سەۋەبىدىن پەيدا بولغان بولسا، پالەچلىنىشنى پەيدا قىلۇر، چۈنكى، سېزىمسىزلىنىش كۆپ ھاللاردا پالەچنىڭ باشلانمىسى بولۇر. ئەزالارنىڭ بىرەرسىدە سېزىمسىزلىنىش كۆرۈلۈپ، بەدەن تازىلانغاندىن كېيىنمۇ ياخشى بولمىسا، باش قېيىش پەيدا بولۇر. بۇ چاغدا زاتىلجەنبە، زاتىررىيە، سوغۇقتىن بولغان سەرسام ۋە ئىستىرخا كېسەللىكىگە تەرەققىي قىلىش خەۋپى بولۇر. ئەزالارنىڭ سېزىمسىزلىنىشى قانىنىڭ كۆپلۈكىدىن بولسا، قان كۆپلۈكنىڭ ئالامەتلىرى پەيدا بولۇر، ئۇيقۇچان، تومۇرلىرى توشۇق بولۇر.

داۋالاش

بەدەندە قان كۆپلۈكنىڭ ئالامەتلىرى بولسا، بۇنىڭدا پالەچ ۋە رەئىشەنىڭ ئالامەتلىرى قوشۇلغان بولسا قان ئېلىش، قان كۆپەيتىدىغان يېمەكلىكلەردىن پەرھېز قىلىش لازىم. بەلغەم خىلىتى كۆپەيگەنلىكنىڭ ئالامەتلىرى پەيدا بولسا، ئۇنىڭغا پالەچ ۋە رەئىشەنىڭ ئالامەتلىرى قوشۇلسا، جۇدەتكۈچى تەپ ئىلاجىدا بايان قىلىنغان ھۆللۈكنى ئازايتىدىغان تەدبىرلەرنى قىلغاي. نېرۋىنىڭ مەلۇم شاخچىسىدا كېسەللىك پەيدا بولغان بولسا، ئۇنىڭغا مۇۋاپىق ئىلاجلارنى قىلغاي. بەدەننى تازىلىغاندىن كېيىن، يەرلىك ئورۇنغا ئېسسىق تەبىئەتلىك دورىلارنى سۈركىگەي، بۇ كېسەللىككە قۇستە يېغى بىلەن پەرپىيۇن يېغى پايدىلىنىقتۇر. ئومۇمەن ئۇنىڭغا پەينى قىزىتىدىغان ھەرقانداق نەرسە پايدىلىق بولۇپ، رەئىشە ۋە پالەچنىڭ بابىدا بايان قىلىنغان دورىلارنى ئىشلەتسە بولۇر.

تۆتىنچى باب رەئىشە توغرىسىدا

رەئىشە ئەزالارنىڭ تىترىشىدىن ئىبارەت بولۇپ، ھەرىكەتلىك ئەزالاردا پەيدا بولۇر، مەسىلەن: قولنى ھەرىكەتلەندۈرمەكچى بولسا، قولنىڭ ئىختىيارىي ھەرىكىتىگە مەجبۇرىي يەنە بىر ھەرىكەت ئارىلىشار، ئىختىيارىي ھەرىكەتنىڭ رولى تۆۋەنرەك بولۇر، شۇنىڭدەك قولنى ئارام ئالدۇرماقچى بولسىمۇ، ئىختىيارىي ھەرىكەت بىلەن مەجبۇرىي ھەرىكەت ئارىلىشار. بۇ ئىككى ھەرىكەتنىڭ ئارىلىشىشىدىن رەئىشە پەيدا بولۇر.

بۇ كېسەللىكنىڭ سەۋەبى ئۈچ خىلدۇر.

1. قۇۋۋەت ئەزالارنى ھەرىكەتلەندۈرۈشكە ئاجىز كېلۇر.

2. ئەزانىڭ ھەربىكەت ئىقتىدارى ئاجىز بولۇر.

3. ھەر ئىككى سەۋەبنىڭ تەڭ تەسىر كۆرسىتىشىدىن بولۇر.

قۇۋۋەتنىڭ ئاجىزلىقىدىن بولغىنى ئىككى خىلدۇر، بىرى، كېسەللىكتىن يېڭى ساقىيىشتىن بولۇر، كۆپ جىما قىلىش، بولۇپمۇ قورساق توق ۋاقىتتا جىما قىلىشتىن بولۇر. يەنە بىرى، پادىشاھقا ئوخشاش مۇھىم كىشىلەردىن ئەيمىنىش، چوڭ ئىشلاردىن ئەنسىرەش، ئېغىزدىن تۆۋەنگە قاراش، تام ئۈستىدىن مېڭىش، خۇش بولۇش ياكى زىيادە ئاچچىقلىنىش قاتارلىق سەۋەبلەردىن بولۇر.

ئەزالارنىڭ ھەربىكەت ئىقتىدارىنىڭ ئاجىزلىقىدىن پەيدا بولغان رەئىشە ئۈچ خىل بولۇر. كۆپ مەست بولۇش، شاراب ۋە سوغۇق سۇنى كۆپ ئىچىشتىن بولۇر. بۇنىڭدا نېرۋىلارنىڭ ھەممىسى زەئىپلەشمەس، بەدەن ھالىتى ساغلام كىشىلەرگە ئوخشاش بولۇر. ئىككىنچىسى، تائامنى كۆپ يەپ، ھەزىم بولماي، نېرۋىلاردا توسالغۇ پەيدا بولۇش، ئارقىدىن سۇنى كۆپ ئىچىش، شۇ سەۋەبتىن قۇۋۋەتلەرنىڭ ئۆتۈشى تەس بولۇش سەۋەبىدىن پەيدا بولۇر. توسالغۇ پەيدا قىلغۇچى ماددا كۈچلۈك بولسا، قۇۋۋەتنى ھەرگىز ئۆتكۈزمەس. ئۈچىنچىسى، قۇرۇقلۇقنىڭ ئېشىشىدىن نېرۋىلارنىڭ ئەزالارنى تولۇق ھەربىكەتلەندۈرەلمەسلىكى سەۋەبىدىن بولۇر. سوغۇق سۇنى زىيادە كۆپ ئىچسە، زەھەرلىك ھايۋاناتلار چاقسا، بەدەنده زىيادە سوغۇق ياكى زىيادە ئىسسىق خىلتىلار يىغىلغان بولسا، قۇۋۋەت ۋە ئەزانىڭ ئاجىزلىقىنى پەيدا قىلۇر. بۇنىڭ بىلەن رەئىشە كېلىپ چىقار.

رەئىشە كۆپرەك قول ياكى باشتا پەيدا بولۇر، ئەمما باشقا ئەزالاردا پەيدا بولۇشمۇ ئېھتىماللىقا يېقىندۇر. ئۇنىڭ قولدا كۆپرەك پەيدا بولۇشىنىڭ سەۋەبى ئۈچ خىلدۇر. بىرىنچىسى شۇكى، تەبىئەت قۇۋۋىتى رەئىشە پەيدا قىلغۇچى ماددىنى باشتىن تۆۋەنگە ھەيدىسە، ماددا ئۇنىڭغا يېقىنراق بولغان ئەزاغا يىغىلۇر. ئىككىنچىسى، ئاللانىڭ تەقدىرى بىلەن، تەبىئەت قۇۋۋىتى يولۇننى قوغداش ئۈچۈن، ئۇنىڭدىكى ماددىنى قوزغىتىپ، ئۇنى خەتەرسىزرەك بولغان ئورۇنغا ھەيدەر. ئۈچىنچىسى، تۆۋەنكى ئەزالارنى ھەربىكەتلەندۈرىدىغان قۇۋۋەت ئۈستۈنكى ئەزالارنى ھەربىكەتلەندۈرىدىغان قۇۋۋەتتىن كۈچلۈكرەكتۇر، چۈنكى، تۆۋەنكى ئەزالار ئېغىر بولۇپ، ھەممە ئەزانى كۆتۈرۈپ تۇرىدىغان بولغاچقا، ئۇنىڭ ھەربىكىتىگە سەۋەب بولىدىغان قۇۋۋەتمۇ كۈچلۈكرەك بولۇشى زۆرۈر. بۇ قۇۋۋەت ھەرقانداق ئىللەتنى قوبۇل قىلماس، ئاجىزراق سەۋەبلەرگە تاقابىل تۇرار، شۇ سەۋەبتىن ماددا قولغا كېلۇر. رەئىشە سول تەرەپتە پەيدا بولسا، ئىلاجى مۇشكۈلدۇر، ياشانغان كىشىلەردە پەيدا بولغان رەئىشەنىڭ ئىلاجى يوقتۇر.

داۋالاش

ھەرقايسى سەۋەبلەردىن پەيدا بولغان رەئىشەگە ئاچ يۇرۇش، ئۇسسۇزلۇق، بەدەن چېنىقتۇرۇش، بەدەندىكى ھۆللۈكلەرنى تازىلاش مەنپەئەتلىكتۇر. پەقەت ئۇنىڭ پەيگە قۇرۇقلۇق يېتىش سەۋەبىدىن بولغان تۇرىنى داۋالاشتا، دېڭىز سۇيى، گۈڭگۇرت كانى سۇيى، زەرنىخ كانى سۇيىدە ئولتۇرۇش ناھايىتى مەنپەئەتلىكتۇر. شاراب ئىچىشتىن كۆپ ھاللاردا رەئىشە پەيدا بولۇر، بۇنىڭ ياخشى ئىلاجى شۇكى، شاراب ئىچىشنى بىراقلا تاشلىغاي. گۈل يېغى، ھەبۇلئاس يېغىغا ئازراق سىركە ئارىلاشتۇرۇپ بېشىغا چاپقاي. قاندىن قويۇلدۇرىدىغان تائاملارنى يېگەي، كەرەم ۋە يېسسمۇققا ئوخشاش نەرسىلەرنى ئىستېمال قىلغاي، توشقان مېڭسىنى قورۇپ يېيىش بۇ كېسەللىككە ناھايىتى مەنپەئەتلىكتۇر. بولۇپمۇ، ئىت ئۆۋلىغان توشقان گۆشىنىڭ پايدىسى كۆپتۇر. رەئىشە باشتا بولسا ئۇچ گىرام ئۇستقۇددۇسنى باراۋەر مىقداردىكى ئايارەج پەيقرا بىلەن ئىستېمال قىلغاي. ئالتە گىرام ئۇستقۇددۇسنى مائۇلھەسەل بىلەن ئىستېمال قىلسا، پايدا قىلۇر. يەنى سوغۇق سۇ ئىچىش، تولا قان ئالدۇرۇش بۇ كېسەللىكنى پەيدا قىلۇر. يامغۇر سۇيى زىيان قىلماس، ئۇنىڭ باشقا ئىلاجلىرىنى پالەچنىڭ ئىلاجلىرىدىن ئىزدىگەي. ھەكىم مۇھەممەد زىكريا ئېيتىدۇكى، بېشى ئاغرىغان كىشىنىڭ بېشى تىترىسە، مېڭىسىدە ئىششىق بارلىقىغا دالالەت قىلۇر.

بەشىنچى باب پالەچ توغرىسىدا

پالەچ ئەزالارنىڭ كېرگەتلىرىنىڭ ئاجىزلىشىشىدۇر. مەلۇم بولغايكى، پالەچ دەسلەپتە بويۇندىن باشلىنۇر، بۇنىڭ بىلەن بويۇننىڭ تۆۋەنكى قىسىملىرى ئاجىز بولۇر، بەدەننىڭ يېرىمى ئاجىزلىشار، بەزىدە ھەر ئىككى تەرەپ پالەچ بولۇر. ئەمما باش ۋە يۈزنىڭ مۇسكۇللىرى ساغلام بولۇر. بۇنىڭدىن تېۋىپلارنىڭ قارىشىدا پالەچ ئەزالارنىڭ سۇسلىقى ۋە كاردىن چىقىشى نەزەردە تۇتۇلىدىغانلىقى مەلۇم بولۇر.

بۇ كېسەللىكنىڭ ئومۇمىي سەۋەبى ئىككىدۇر. بىرى، ئۇچ سەزگۈ ۋە ھەرىكەت قۇۋۋىتىنى ماڭىدىغان نېرۋىلار ۋە كېرگەتلەر ئىچىدە توسالغۇ پەيدا بولۇپ، يۇرۇشۇشكە يول تاپالماسلىقتىن بولۇر. يەنە بىرى، ئەزالاردا توسالغۇ بولمىسمۇ، مىزاجى بۇزۇلۇپ، قۇرۇق - سوغۇقلۇقى ئاشقان سەۋەبلىك مەزكۇر ئىككى خىل قۇۋۋەتنى ئۆزىگە سىڭدۇرالماس، شۇنىڭ بىلەن پالەچ پەيدا بولۇر. بەزىدە ئىسسىقلىقمۇ ئەزالارنىڭ سېزىمىنى يوقىتار، مەسىلەن: جۇدەتكۇچى تەپكە گىرىپتار

بولغان كىشىنىڭ ئەزالىرىدا ھارارەت ۋە قۇرۇقلۇق غالىب بولسىمۇ، سېزىمى ۋە ھەرىكىتى يوق بولۇر. مىزاجىنىڭ ھۆل سوغۇقلۇقىمۇ سېزىمنى يوق قىلۇر، چۈنكى، سوغۇقلۇق روھ مىزاجىغا قارشى بولۇر، ئۇ كۆزنىڭ كۆرگۈچى روھنى قويۇق قىلۇر. پالەچ ماددىسىز سوغۇقتىن پەيدا بولسا، بىرقانچە ئەزادا بىرگە پەيدا بولۇر. ئۇنىڭ ئىلاجى ئاسان بولۇپ، زىماتلار ۋە ئىسسىق ياغلار بىلەن يوق بولۇر. ئەمما ھۆللۈك ئەزالارنى بىر - بىرسى بىلەن بىرلەشتۈرۈپ، نېرۋىلار ۋە تارىمۇشلارنى تۇتاشتۇرار، روھنىڭ تۈزۈلۈشىنى قويۇق، غۇۋا قىلۇر. نېرۋىلار ۋە كېرگەتلەرگە كىرىدىغان قۇۋۋەتلەرنى توختىتار، مىزاجىنىڭ سوغۇقلۇقىنى قوبۇل قىلىشقا تەييار بولۇشىدا روھقا قارىمۇقارشىدۇر. بەدەننىڭ يېرىمى پالەچلەنگەن بولسا، بۇ توسۇلۇش ياكى نېرۋىنىڭ ئۈزۈلۈشىدىن بولۇر. توسۇلۇشنىڭ سەۋەبى بەش خىلدۇر. بىرىنچىسى، ئەزا نېرۋىلىرىنى باغلىغان سەۋەبتىن سەزگۈ قۇۋۋەتلەر ئەزاغا كىرەلمەس، بۇ سەۋەبتىن باغلانغان ئورۇندا توسالغۇ پەيدا بولۇپ، ئەزالارنىڭ سېزىمىگە تەسىر يەتكۈزەر، بۇ ۋاقىتلىق توسۇلۇش بولۇپ، تېڭىقنى يەشكەندىن كېيىن توسۇلۇش يوق بولۇر. ئىككىنچىسى، نېرۋىلارغا قويۇق ھۆللۈك يىغىلغانلىقتىن، قۇۋۋەتنىڭ ئۆتۈش يولىنى توسار، بۇنىڭ بىلەن پالەچ پەيدا بولۇر. ئۈچىنچىسى، ئەزالار ئارىسىنىڭ ئىششىشى بولۇپ، ئىششىقنىڭ قۇۋۋەت يوللىرىنى توسۇشىدىن پەيدا بولۇر. تۆتىنچىسى، پەي، نېرۋىلارنىڭ ئۇستىدە زەخمىلىنىش پەيدا بولسا، بۇ زەخمىنىڭ پەي، نېرۋىلارنى سىقىشى سەۋەبىدىن قۇۋۋەتنىڭ ئۆتۈش يوللىرى توسۇلۇشتىن پەيدا بولۇر. بەشىنچىسى، بويۇن ياكى بەل ئومۇرتقىلىرىنىڭ بىرەرسى ئوڭ ياكى سول تەرەپكە مايىل بولۇپ ياكى قوزغىلىپ، نېرۋىلارنى بېسىشتىن قۇۋۋەت يوللىرى توسۇلۇر، ئومۇرتقا ئالدى - كەينىگە قوزغالسا، قۇۋۋەت يولىنى توسماس. چۈنكى، نېرۋىلارنىڭ ئۆتۈش يولى ئوڭ - سول تەرەپتىدۇر، ئالدى - كەينىدە ئەمەستۇر. نېرۋا ئۇزۇنىسىغا كېسىلسە، ھېس - ھەرىكەتنى يوقاتماس. توغرىسىغا كېسىلسە، ئۇلارنى يوقىتار. بۇ ھەقتە كىتابنىڭ بېشىدا مېڭە كېسەللىكلىرى بايانىدا سۆزلەندى.

مېڭە ئالدى ياكى كەينىدىن ئىككى قىسمىغا ئايرىلۇر، ھەر قىسمىنىڭ پەردىلىرى ئايرىمدۇر، ئۇلار بىر - بىرىگە تۇتاشتۇر، بويۇنمۇ مېڭىگە ئوخشاش ئىككى بۆلەككە ئايرىلۇر. چۈنكى، مېڭىدىن كەلگەن نېرۋىلارمۇ ئىككى بۆلەككە ئايرىلغاندۇر. بۇ ئارقىلىق مېڭىدىن كەلگەن كېرەكسىز ماددىلار ئىككى يول بىلەن كېلۇر، بۇنىڭ ئىككى پايدىسى باردۇر، بىرى مېڭىنىڭ ھەرقايسى قىسىملىرىنىڭ كېرەكسىز ماددىلىرى ئۆزىگە ئۇدۇل بولغان يولدىن تۆۋەنگە چۈشەر، يەنە بىرى ئاللانىڭ ئىزنى بىلەن تەبىئەت قۇۋۋىتى بەدەننى تەنقىيە قىلىش يۈزىسىدىن كېرەكسىز

ماددىنى مۇۋاپىق بولغان يولغا ھەيدەر، پالەچنىڭ بەدەننىڭ يېرىمدا بولۇشى شۇ سەۋەبتىندۇر. يەنى مېڭىدىكى كېرەكسىز ماددا بويۇننىڭ يېرىمغا چۈشسە، بەدەننىڭ يېرىمى پالەچ بولۇر. يۈزى ۋە كۆزىدىمۇ پالەچلىك پەيدا بولۇر، ماددا مېڭىدىن كېلىپ، بويۇن ئۈستىگە چۈشسە، يۈزىدىكى ئەزالار سالامەت قالۇر. بەدەننىڭ يېرىمى پالەچ بولۇر، چۈنكى، يۈز تېرىسى سېزىمىنى باشقۇرىدىغان نېرۋىلار بويۇن ئومۇرتقىسىدىن چىققانىدۇر. مەلۇم بولغايكى، ئاچچىقلىنىش، قورقۇش، غەم قىلىش، زىيادە خۇرسەن بولۇش ياكى كۆچلۈك ھەرىكەت قىلىش سەۋەبىدىن زىيادە ھۆللۈك پۈت - قول ياكى باشقا ئەزالارغا قۇيۇلۇپ، شۇ ئەزالاردا پالەچلىك پەيدا قىلۇر. ھۆللۈك كەڭرى ئورۇنلارغا قۇيۇلسا، نېرۋىلار ساق قالۇر، بوغۇم ئاغرىقى پەيدا بولۇر. پالەچ بولغان ئەزانىڭ سېزىمى ساق بولۇپ، ھەرىكىتىگە نۇقسان يېتۈر، چۈنكى كېسەللىك ماددىسى سېزىمغا ئەمەس، ھەرىكەتكە تەسىر قىلغاندۇر. ماددا ئەزانىڭ سېزىمىغمۇ تەسىر قىلغان بولسا، پالەچ قۇلۇنجى كېسەللىگە تەرەققي قىلىپ ساقىيار. قەدىمكى كىتابلاردا بايان قىلىنىشچە، بىر يىلى پالەچ ئاغرىقى كۆپ پەيدا بولغان، نۇرغۇن كىشىلەر بۇ سەۋەبتىن ۋاپات بولۇشقان. قۇلۇنجى كېسەللىگە گىرىپتار بولغانلار بۇ كېسەللىكتىن خالاس بولغان، چۈنكى ماددا قويۇق بولغانلىقتىن، تەبىئەت كۈچى ئۇنى تەر ئارقىلىق بەدەن سىرتىغا چىقىرالمىغان، بۇنىڭ بىلەن ئۇچەيگە قۇيۇلۇپ، قۇلۇنجىغا سەۋەب بولغان. كېسەللىكلەرنىڭ بوھران مەزگىلىدە تەبىئي قۇۋۋىتى ئاجىزلايدىغان بولغاچقا، كېسەللىك ماددىسىنى تارقىتالمايي، پالەچكە سەۋەب بولۇر. پالەچ كېسەللىكى كۆپ ۋاقىتلاردا قىش پەسلىدە، شۇنداقلا باھار پەسلىدە پەيدا بولۇر. باھار پەسلىدە پەيدا بولۇشى ماددىلارنىڭ قېيىپ قېلىشىدۇر. بۇ كېسەللىك جەنۇبتىكى شەھەرلەردە كۆپرەك پەيدا بولۇر، چۈنكى جەنۇب ھاۋاسى مېڭىدە تولۇش پەيدا قىلۇر. بۇ، ماددىنىڭ نەزلە شەكلىدە چىقىپ كېتەلمىگەنلىكىدىن بولۇر، بوھران يۆتكەلگەنلىك سەۋەبتىن تۇتقاق كېسەل ۋە بالىياتقۇ ئېغىزى توسۇلۇش پالەچكە ئۆزگىرەر. مەلۇم بولغايكى، ئومۇرتقىلارنىڭ زەخىملىنىش سەۋەبىدىن پەيدا بولغان پالەچكە ئىلاج تېپىلماس. ئەمما، ئومۇرتقىلار سوزۇلغان بولسا، نېرۋىلار يانجىلغان ۋە سىقىلغان بولۇپ، ئېغىر بولمىسا ئىلاج قىلىش مۇمكىندۇر. يانجىلىش ئېغىر بولسا، ئىلاجنى قوبۇل قىلماس. پالەچ نېرۋىنىڭ ئۇزۇلۇشىدىن پەيدا بولغان بولسا يوشۇرۇنراق بولۇر، بولۇپمۇ ئىچكى نېرۋىلار ئۇزۇلگەن بولسا تېخىمۇ شۇنداق بولۇر، بۇ چاغدا ئەزا بىراقلا ئاجىزلىشار، زەخىملەنگەن ۋە يىقىلغانغا قىلىنغان ئىلاجلار مەنپەئەت قىلماس. بۇ خىل پالەچ ئىلاجنى قوبۇل قىلماس، ئىلاجنى قوبۇل قىلىدىغان پالەچلەرنىڭ بىرى، ئىسسىق ئىششىق سەۋەبىدىن نېرۋىلار تارتىشىپ پەيدا بولغىنىدۇر. بۇنىڭغا بەدەنده قىزىتمىنىڭ پەيدا بولۇشى

دالالەت قىلۇر. پالەچ قاتتىق ئىششىق سەۋەبىدىن پەيدا بولغان بولسا، تۇتۇپ بىلگىلى بولۇر، ئەمما سۇس قىزىتما، سېزىمسىزلىنىش ۋە يېنىك ئاغرىشتىن خالىي بولماس. ئىلگىرى قىلىنغان ئىشلار ئۇنىڭغا دالالەت بولۇر. بىمار پالەچ بولغان ئەزاسىنى ھەرىكەتلەندۈرمەكچى بولسا، خۇددى بىرەر نەرسە بارەك ھەرىكەتلەندۈرەلمەس. پالەچ قورۇقلۇقتىن پەيدا بولغان بولسا، ئەزانى سۇنۇپ، يىغىش ھەرىكىتى قىيىن بولۇر، يۇمشاق بولماس. پالەچ قاندىن پەيدا بولغان بولسا، تومۇرلارنىڭ توشۇق بولۇشى، يۇز - كۆزنىڭ رەڭگى ئۇنىڭغا گۇۋاھلىق بېرەر. پالەچ مىزاجنىڭ ماددىسىز سوغۇقلۇقى ياكى ماددىسىز ھۆل سوغۇقلۇقىدىن پەيدا بولغان بولسا، تەدرىجىي پەيدا بولۇر. نېرۋىنى قىزىتىدىغان دورىلارنى ئىشلەتسە، راھەتلىنىشى ۋە سېزىمنىڭ ياخشىلىنىشى بۇنىڭغا دالالەت بولۇر. ئىلگىرىكىلەرنىڭ ئېيتىشچە، سۇت ئېمىدىغان بالىلارنىڭ سۈيدۈكى كۆك بولسا، ئۇ تەشەننۇج ياكى پالەچ پەيدا بولدىغانلىقىنىڭ ئالامىتىدۇر. پالەچ بىمارىنىڭ تومۇرى پەرقلىق، يەنى ھەرخىل سالۇر، بەدەن قۇۋۋىتى ئاجىزراق بولسا، تومۇرمۇ ئاجىز، ئارقىمۇئارقا سالۇر. تەرتىپسىز بولۇر، كۆپ ۋاقىتلاردا سۈيدۈكى ئاق كېلۇر، قىزىل كېلىشمۇ مۇمكىن. قىزىل كېلىشنىڭ سەۋەبى بەش خىلدۇر. بىرى، جىگەرنىڭ ئاجىزلىقىدىن قانىنى ھەرقايسى ئەزالارغا ئۆلچەملىك تارقىتالمىغانلىقىدىندۇر. ئىككىنچىسى، تومۇرلار ئاجىز بولغانلىقتىن، جىگەردىن يۇرەككە كېلىدىغان قانىنىڭ سۇ قىسمى ئايرىلىپ، بۆرەككە كېلىشىدە يېتەرسىزلىك كۆرۈلگەنلىكىدىن بولۇر. ئۈچىنچىسى، يۇرەكنىڭ ئاجىزلىقىدىن ئۇنىڭ قانىنى قوبۇل قىلىشىغا نۇقسان يەتكەنلىكتىن بولۇر. تۆتىنچىسى، قاتتىق ئاغرىق سەۋەبىدىن بولۇر. بەشىنچىسى، ئىششىق بولۇر. مەلۇم بولغايكى، بەزىدە پالەچ بىمارىنىڭ بەدىنىنىڭ يېرىمى كۆيۈشەر، يېرىمى مۇزغا ئوخشاش توڭلار، ھەرقايسى قولنىڭ تومۇرى پەرقلىق سالار، پالەچ بىمارىنىڭ ئەزاسىنىڭ رەڭگى نورمال بولسا، ئورۇق ھەم كىچىك بولمىسا، ئىلاجنى قوبۇل قىلۇر، رەڭگى ئۆزگەرسە ھەم ئورۇقراق، كىچىكرەك بولسا، ئىلاجنى قوبۇل قىلمايدىغانلىقىنىڭ ئالامىتىدۇر.

داۋالاش

بۇ كېسەللىكنى داۋالاش ئۇسۇلى شۇكى، تۆت ياكى يەتتە كۈن ئۆتمىگۈچە ھېچقانداق ئىلاج قىلمىغاي. كېسەللىك ئېغىر بولسا 14 كۈندىن كېيىن ئىلاج قىلغاي. دەسلەپكى مەزگىلدە ئۆتكۈر ھەمەلچە قىلغاي، مائۇلئۇسۇل شەربىتىگە قۇرۇق زۇپا، سىركەنجىۋىل ھەسىلى قوشۇپ بەرگەي. مەسرۇدىتۇستىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، بەدىيان سۈيىگە ئارىلاشتۇرۇپ بەرگەي.

ئايارەج پەيقرا، ئاز مقداردا شەھمەنزەل لېشى ۋە غارىقۇندىن مۇۋاپىق مقداردا بەرگەي. مۇۋاپىق كېلىدىغان غىزالارنى ئىستېمال قىلدۇرغاي. ئاق قوناق سۈيىنى قايىنتىپ مائۇلھەسەل بىلەن ئىچكۈزگەي. قۇۋۇتتى ئاجىز بولسا، قۇشقاچ، كەكلىك، بۆدۈنە، قىرغاۋۇل گۆشىنى قورۇپ، قورساق ياخشى ئاچقاندا بەرگەي. ئۇسسۇزلۇققا چىداش كۆپ پايدىلىقتۇر، سۇ ئورنىدا مائۇلھەسەل بەرگەي. مەلۇم بولغايكى، بۇ كېسەللىككە شارابقا قارىغاندا سۇ ياخشىراقتۇر. چۈنكى، شاراب ماددىنىڭ نېرۋىلارغا قۇيۇلۇشىغا سەۋەب بولۇر، شۇنداقلا ئاشقازاندا ئېچىپ، سىركىگە ئايلىنۇر، سىركە پەيلەرگە زىيان قىلۇر. يىلنىڭ پەسلى، مىزاج، ياش ۋە بەدەن قۇۋۇتتى يار بەرسە قان ئالغاي، چۈنكى قاندا ھەممە خىلتلار بولغاچقا، ماددىنى ئازايتار، بەدەندە يەڭگىللىك پەيدا قىلۇر. كېسەللىك بەلغەم ماددىسىدىن كېلىپ چىققان بولسا، دەسلەپتە شەربىتى تەرياق ياكى مەسرۇدىتۇس، مەقلىياسا، سەنجىبىنا ياكى ئەنقەردىيانى كونا شاراب ياكى مائۇلھەسەل بىلەن قان ئېلىشتىن بىر سائەت ئىلگىرى بەرگەي، ئارقىدىن قان ئالغاي. يىل پەسلى، ياش، بەدەن قۇۋۇتتى ۋە مىزاجى قان ئېلىشقا يار بەرمىسە، مىزاجنى تەرياق، مەسرۇدىتۇس ۋە باشقا مەجۇنلەر بىلەن تەڭشىگەي. شەربىتى تەرياقنى تۆت يېرىم نوقۇت مقدارىدىن ئۈچ گىرامغىچە ئىستېمال قىلغاي. تەدرىجىي ئازايتىپ، تۆت نوقۇت مىقدارىغا كەلتۈرگەي. تەرياق خۇسۇسىيەتلىك مەجۇن تېپىلمىسا، سەكبىنەج، جاۋشىر ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش دورىلارنى مائۇلھەسەل بىلەن ئېزىپ، باقلە ياكى پۇرچاق چوڭلۇقىدا بەرگەي. ھىلڭ ئىستېمال قىلىش ياكى سۈردۈرۈش ناھايىتى پايدىلىقتۇر، بولۇپمۇ مىزاجنىڭ سوغۇقلۇقى زىيادە بولسا، ئەتىگەن - كەچتە مائۇلھەسەل بىلەن ئىستېمال قىلسا ناھايىتى مەنپەئەتلىكتۇر. قەدىمكى بەزى تېۋىپلارنىڭ ئېيتىشىچە، پالەچ بىمارغا بەش كۈنگىچە ئايارەج پەيقرادىن ئۈچ گىرامدىن ئىستېمال قىلدۇرغاي. كۈنىگە ئۈچ گىرامدىن ئاشۇرۇپ، 15 گىرامغا يەتكۈزگەي. بەزىلەرنىڭ ئېيتىشىچە، ئاشقازاندا ئۇزۇنراق تۇرۇپ، ياخشى تەسىر قىلىشى ئۈچۈن، ھەر كۈنى ئۈچ گىرام ئايارەج پەيقراغا 1.5 گىرام پىلپىل قوشۇپ، ھەسەل بىلەن ئىستېمال قىلدۇرغاي. ھەر كۈنى كەچتە، پىلپىل بىلەن قۇندۇز قەھرىنىڭ ھەربىرىدىن ئىككى گىرامدىن ئېلىپ ئىستېمال قىلدۇرغاي. بەزىلەرنىڭ ئېيتىشىچە، ئايارەج پەيقرا بىلەن قۇندۇز قەھرىنىڭ ھەربىرىدىن ئىككى گىرامدىن ئېلىپ ئىستېمال قىلدۇرغاي، كۈنىگە ئۈچ گىرامدىن كۆپەيتىپ، 15 گىرامغا يەتكۈزگەي. مۇھەممەد زىكىريانىڭ ھېكايە قىلىشىچە، پالەچنىڭ ئىشەنچلىك ئىلاجى شۇكى، بىر ھەپتە ھەببى قوقيا ئىستېمال قىلدۇرۇپ، بەدەننى تازىلىغاي، ھەر كۈنى مىزاجنى تەڭشەش ئۈچۈن ئايارەج ھورمىس بىلەن جاۋشىر بالادۇرنى بەرگەي. نېرۋىلارنىڭ ئىسسىقلىقىنى ئاشۇرۇش ئۈچۈن قۇستە يېغى بىلەن ياغلانغاي.

قەدىمكىلەر بايان قىلغان، نېرۋىلارنى تازىلاش رولى بولغان ھېچقانداق دورا تەك كېلەلمەيدىغان ھەب نۇسخىسى

سەبرە، شەھمەنزەل لېشىنىك ھەربىردىن 30 گىرامدىن، پەرپىيۇندىن15 گىرام، مۇقەلدىن 30 گىرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە ھەب قىلىپ، ئون ئىككى قىرات، يەنى20 دانە ئارپا ئېغىرلىقىدا ئىستېمال قىلدۇرغاي. بىر ھەپتە ئۆتكەندىن كېيىن، ئىككىنچى ھەپتىسىدە 18 قىرات، يەنى 36 دانە ئارپا ئېغىرلىقىدا بەرگەي. ئۈچىنچى ھەپتىسىدە 24 قىرات، يەنى 48 ئارپا ئېغىرلىقىدا بەرگەي، شۇ يوسۇندا كۆپەيتىپ، 36 قىراتقا يەتكۈزگەي.

پالەچ بىمارنىڭ ئىسسىقلىقىنى ئاشۇرىدىغان مەجۇن نۇسخىسى زەنجىۋىل، ئېگىر، شەترەنجى ھىندى، ئاقىرقەرھا، مۇرچىنىڭ ھەربىردىن 30 گىرامدىن، ھىكدىن 10 گىرام، قارا ھېلىلە، ئاملىنىڭ ھەربىردىن 45 گىرامدىن، بالادۇر شىرىسىدىن 60 گىرام، جويۇز يېغىدىن 30 گىرام ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، جويۇز يېغى بىلەن ياغلاپ، مۇۋاپىق مىقداردا ھەسەل قوشۇپ، مەجۇن قىلغاي. ھەر قېتىمدا ئالتە گىرامدىن ئىستېمال قىلسا، پالەچ، رەئىشە، لەقۋا ۋە سەكتە كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلۇر. مىزاجنى تەڭشەيدىغان، ھارارەتنى ئاشۇرىدىغان، ھەرقانداق مەجۇننى بەدەننى تازىلىغاندىن كېيىن بەرگەي.

يەنە بىر مەجۇن نۇسخىسى زەنجىۋىل، ئاقىرقەرھا، سىيادان، قۇستە، پىلپىل، ئېگىرنىك ھەربىردىن 30 گىرامدىن، مۇرد، قۇرۇق سۇزاپ يوپۇرمىقى، ھىك، جىنتىيانا، زىراۋەندە، ھەببۇلغار، قۇندۇز قەھرى، شەترەنجى ھىندى، قىچا، بالادۇر شىرىسنىك ھەربىردىن 15 گىرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ، جويۇز يېغى بىلەن ياغلىغاي. بالادۇر شىرىسنى ھەسەلگە ئارىلاشتۇرغاندىن كېيىن، دورىلارنى قوشۇپ يۇغۇرغاي. بۇنىڭ تەسىرى يۇقىرىدىكى مەجۇننىڭ تەسىرى بىلەن ئوخشاشتۇر.

ھەببى پەرپىيۇن نۇسخىسى سەكبىنەج، غارىقۇن، شەھمەنزەل لېشى، مۇقەلنىڭ ھەربىردىن بىر ھەسسىدىن، سەبرىدىن ئىككى ھەسسە ئېلىپ، مۇقەلنى سۇ بىلەن ئېزىپ، باشقا دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ ھەب قىلىپ، يەتتە گىرامدىن يېگەي. قۇۋۋەت ئاجىز بولسا، بەش گىرامدىن يېگەي.

ھەببى شەترەنجى نۇسخىسى سەبرىدىن 60 گىرام، سىرىق ھېلىلىدىن 30 گىرام، شەترەنجى، ئېگىر، نەمەك ھىندىنىڭ ھەربىردىن ئالتە گىرامدىن، قەنتتىن 12 گىرام ئېلىپ، قەتنى سۇ بىلەن ئېرىتىپ، باشقا دورىلارنى سوقۇپ ئارىلاشتۇرۇپ ھەب قىلىپ، يەتتە گىرامدىن ئىستېمال قىلغاي.

ھەببى شەترەنجى نۇسخىسى سەكبىنەج، مۇقەل، جاۋشىرنىك ھەربىردىن توققۇز

نوقۇت چوڭلۇقدا، ئېگىردىن ئىككى نوقۇت چوڭلۇقدا، شەتەرەنجىدىن 0.5 گىرام، نەمەك ھىندى، غاريقۇندىن ئىككى نوقۇت چوڭلۇقدا، شەھمەنزەل لېپشىدىن تۆت نوقۇت چوڭلۇقدا، قىچا، پىلپىلىنىڭ ھەربىردىن 0.5 گىرامدىن، سوقمونىيا، سەكبىنەج، ئوشەق، مۇقەل، جاۋشىر، ئادراسماننىڭ ھەربىردىن توققۇز نوقۇت چوڭلۇقدا، سەبرە 1.5 گىرام، تۇربۇتتىن 18 نوقۇت چوڭلۇقدا ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ، كۈدە ياكى سۇزاپ سۇيى بىلەن يۇغۇرۇپ ھەب قىلغاي.

ھەببى مەنتىن نۇسخىسى سەبرە، تۇربۇتتىنىڭ ھەربىردىن 1.5 گىرامدىن، قۇندۇز قەھرى، پەرپىيۇننىڭ ھەربىردىن تۆت يېرىم نوقۇت چوڭلۇقدا، مۇقەل، جاۋشىر، ئوشەق، سەكبىنەج، ئادراسمان ئۇرۇقىنىڭ ھەربىردىن توققۇز نوقۇت چوڭلۇقدا ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ، كۈدە سۇيى بىلەن ھەب قىلىپ، ھەممىسىنى بىر قېتىمدا ئىستېمال قىلغاي.

ھەببى مەنتىننىڭ يەنە بىر نۇسخىسى ئايارەج پەيقىرادىن 30 گىرام، شەھمەنزەل لېپشى، قەنتەرىيۇن بارىك، قىسائۇل ھىمار(ئىت چىلگىسى) ئۇسارىسىدىن 15 گىرامدىن، پەرپىيۇندىن 5.7 گىرام، ھىلە، قۇندۇز قەھرى، مۇرچ، سەكبىنەج، جاۋشىر، شەترەنجى ھىندى، قىچىنىڭ ھەربىردىن ئۈچ گىرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ، سۇزاپ سۇيى بىلەن ھەب قىلىپ، ھەممىنى 10 قېتىمغا بۆلۈپ ئىستېمال قىلغاي.

مۇھەممەد زىكرىيا بايان قىلغان ھەب نۇسخىسى بۇ نۇسخىنىڭ پايدىسى كۆپ بولۇپ، تېز تەسىر قىلۇر. ھىلە، قۇندۇز قەھرى، شەھمەنزەل لېپشى، قەنتەرىيۇن بارىكىنىڭ ھەربىردىن 1.5 گىرامدىن، پەرپىيۇندىن پۈتۈن دورىلار باراۋىرىدە ئېلىپ، قائىدە بويىچە ھەب قىلىپ، ھەممىنى بىر قېتىمدا ئىستېمال قىلغاي.

ھەر كۈنى ئەتىگەندە بېرىلىدىغان سۇقۇپ نۇسخىسى ئۇزۇنچاق زىراۋەندە 1.5 گىرام، پىلپىلدىن 1.5 گىرام ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ، ئەتىگەندە بىر قېتىمدىلا ئىستېمال قىلسا مەنپەئەت قىلۇر.

يەنە بىر سۇقۇپ نۇسخىسى قۇندۇز قەھرى، قەنتەرىيۇن بارىك، ئاقرۇقەرھادىن 1.5 گىرامدىن، تاغ كەرۋىياسىدىن 7.5 گىرام ئېلىپ، سوقۇپ، تالقانلاپ، 56 گىرام سۇزاپ سۇيى بىلەن ئىستېمال قىلغاي. بەدەننى تازىلاش زۆرۈر بولسا شەھمەنزەل لېپشى، قەنتەرىيۇن بارىك، ئابكامە، زەيتۇن يېغى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، قائىدە بويىچە ھۆقنە تەييارلاپ، بىرقانچە كۈن ئىشلەتكەي. مەلۇم بولغايكى، ھىجامەت قويۇپ، بەدەننى تازىلىغاندىن كېيىن باشقا ئىسسىق ئۆتكۈزگەي. بۇنىڭ ئۈچۈن باشقا ئىسسىق يېغلارنى سۈركىگەي، قۇرۇق مۇنچىغا

كىرىش، قۇمغا كۆمۈلۈش، گۈڭگۈرت سۈيى، دېڭىز سۈيىدە ئولتۇرۇش، بەدەن چېنىقتۇرۇش، ئاچ يۇرۇش، يۇقىرى ئاۋاز بىلەن ۋارقىراش، ئابكامە بىلەن غار - غار قىلىش بۇ كېسەللىككە ناھايىتى مەنپەئەتلىك بولۇپ، قالغان ماددىلارنى تارتار، ھارارەتنى زىيادە قىلۇر. ھىجامەت قويۇش ياراشمىسا، پەي - نېرۋىلارنى قىزىتىش ئۈچۈن، دەرھال ئىسسىق زىمات‌لارنى چاپقاي. كېسەللىك ئۇزۇنغا سوزۇلسا، مۇناسىۋەتلىك مەشھۇر دورىلارنى بەرگەي. بەل ئومۇرتقىلىرى ۋە كېرگەتلەر بېشىنى قۇستە يېغى بىلەن ياغلىغاي، بۇ كېسەللىكنىڭ دەسلىپىدە قەي قىلىش ناھايىتى مەنپەئەتلىكتۇر. شۇنىڭدەك مائۇلئۇسۇلغا بىدەنجىر يېغى بىلەن ئاچچىق بادام يېغى قوشۇپ بەرسە، كېسەللىكنىڭ دەسلىپى ۋە ئاخىرىسىدا ناھايىتى مەنپەئەت قىلۇر. بەلكى، كېسەللىكنىڭ ئاخىرىدا بەكرەك مەنپەئەت قىلۇر. توشقان مېڭىسىنى قورۇپ، پالەچ ۋە رەئىشە بىمارغا بەرسە مەنپەئەت قىلۇر، چىلغوزىنى ھەسەل بىلەن يېسە مەنپەئەت قىلۇر.

مائۇلئۇسۇل نۇسخىسى كەرەپشە يىلتىزى پوستى، بەدىيان يىلتىزى پوستىنىڭ ھەربىردىن 30 گىرامدىن، ئىزخىر، ئاقىرقەرھانىڭ ھەربىردىن 21 گىرامدىن، بەدىيان ئۇرۇقى، كەرەپشە ئۇرۇقى، رۇمبەدىيان، نانخا، سىيادان، قەنتەرىيۇن بارىك، ئاقىرقەرھا، زەنجىۋىل، تاغ كەرۇياسى، سۇزاپ ئۇرۇقى، شەترەنجى ھىندىنىڭ ھەربىردىن 15 گىرامدىن، قۇندۇز قەھرىدىن ئۈچ گىرام ئېلىپ، ھەممىنى قائىدە بويىچە 2160 گىرام سۇ بىلەن ئۈچتىن بىر قىسمى قالغۇچە قاينىتىپ، پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە 120 گىرامنى تۆت دانە بىدەنجىر يېغى ۋە بادام يېغى بىلەن ئىسسىتىپ بەرگەي.

قۇستە يېغى نۇسخىسى ئۇبھەل، راسەن، ئېگىر، ئىزخىرنىڭ ھەربىرىدىن بىر ھەسسىدىن، قۇستىدىن ئۈچ ھەسسە، سۇمبۇلدىن ئىككى ھەسسە ئېلىپ، دورىلارنىڭ ھەممىسىنى مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن سۇ قىزارغۇچە قاينىتىقاي. سۇنىڭ ئۈچ ھەسسىنىڭ بىر ھەسسىگىچە مىقداردا كۈنجۈت يېغى قوشۇپ سۇ تۈگەپ ياغ قالغۇچە يەنە قاينىتىقاي. ئارقىدىن قۇندۇز قەھرى، پىلپىل، پەرپىيۇننى ئېزىپ قوشۇپ ئىشلەتكەي.

سۇزاپ يېغى نۇسخىسى 1500 گىرام سۇزاپ سۈيىگە يېرىم ھەسسە سەۋسەن يېغى قوشۇپ، سۇس ئوت بىلەن سۇ تۈگەپ ياغ قالغۇچە قاينىتىپ، ئوتتىن چۈشۈرۈپ، قۇندۇز قەھرى، ئاقىرقەرھا ۋە قۇستىنىڭ ھەربىردىن 30 گىرامدىن، پەرپىيۇندىن 15 گىرام ئېلىپ، يۇمشاق سالايە قىلىپ، ياغقا قىزىق ھالەتتە ئارىلاشتۇرغاي، مۇمكىن بولسا 60 گىرام بىلسان يېغى قوشۇپ ئىشلەتكەي. بىلسان يېغى تېپىلمىسا، تۇرۇپ يېغىنى بەدەل قىلسا بولۇر.

سەۋسەن يېغى نۇسخىسى قېلىن دارچىن، قۇستە، ھەببى بىلسان، مەستىكى، زەپەرنىك ھەربىردىن 28 گىرامدىن، قەلەمپۇر، گۈلدارچىننىك ھەربىردىن 25 گىرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى چالا سوقۇپ، 720 گىرام كۈنجۈت يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ، ئۈچ ھەسسە سەۋسەن گۈلى قوشۇپ، 40 كۈنگىچە ئاپتاپقا قويغاي.

سىيادان يېغى نۇسخىسى ئاچچىق بادام بىلەن سىياداندىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، ئايرىم - ئايرىم سوقۇپ، ئارىلاشتۇرۇپ، قائىدە بويىچە سىقىپ، يېغىنى چىقارغاي.

زىمائى پەرپىيۇن نۇسخىسى كونا زەيتۇن يېغىدىن 350 گىرام، سېرىق مومدىن 60 گىرام، پەرپىيۇندىن 30 گىرام ئېلىپ، ياغنى قىزىتىپ، مومنى ئارىلاشتۇرۇپ ئېرىتىپ، ئۈستىدىن پەرپىيۇننى قوشۇپ، ھاۋانچىغا سېلىپ، يۇمشىغىچە سوققاي.

پەي - نېرۋىلارنى قىزىتىدىغان زىمات نۇسخىسى ئاقىرقەرھا، مەرزەنجۇش، مۇرچىنىك ھەربىردىن 28 گىرامدىن، توغرىغۇ، قىچىنىك ھەربىردىن 56 گىرامدىن، پىلپىلدىن ئۈچ گىرام، پەرپىيۇندىن 28 گىرام، قۇندۇز قەھرىدىن 84 گىرام ئېلىپ، ھەممىنى سوقۇپ، ھەببۇلغار يېغى بىلەن زىمات قىلغاي.

موم يېغى نۇسخىسى سېرىق موم، مىئەسائىلە، بارىزەت قاتارلىقلارنى قوشۇپ ئېرىتكەي، قۇندۇز قەھرى بىلەن قۇستىنى ئېزىپ، موم يېغى بىلەن يۇغۇرۇپ، زىمات قىلسا پەينى قىزىتار، سېزىمنى ئەسلىگە كەلتۈرەر. ئەزانىك سېزىمى نورمال بولۇپ، ھەرىكىتى يوقالغان بولسا، ئارچا مېۋىسى، ئامۇت يىلتىزى پوستى، كەپە يىلتىزى پوستىنى كونا شاراب بىلەن قوشۇپ زىمات قىلغاي. بەزى تېۋىپلار ئېيتۇركى، ئوردانىنى قاينىتىپ، سۈيىنى پالەچ بولغان ئەزاغا تېمىتسا مەنپەئەت قىلۇر. مەلۇم بولغايكى، پالەچكە گۇڭگۇرت كانىنىك سۈيىدىن باشقا ھېچقانداق ئىسسىق سۇ ياراشماس، چۈنكى ئىسسىق سۇ ماددىنى تارقىتار، پەي - نېرۋىلارنى يۇمشىتار، بەزىدە پالەچ بولغان ئەزاغا سوغۇق سۇ قۇيسا، سۇنىك سوغۇقلۇقى بىلەن ماددا يىغىلغانلىقى ۋە كېچىكلىگەنلىكى ئۈچۈن ئەزا قۇۋۋەتلىنەر ۋە راھەتلىنەر. ئىبنى ماسۇيە ئېيتىدۇكى، پالەچ بولغان كۆپ كىشىلەرنىك ئىچى سۇرۇش بىلەن ساقايغانلىقىنى كۆردۇم. مۇھەممەد زىكريا ئېيتىدۇكى، روزا تۇتۇپ ھارارىتى ئاشقان سەۋەبتىن پالەچكە گىرىپتار بولغان بىمارنى كۆردۇم، بۇنىڭغا ئايارەج پەيقرا بېرىۋىدى، كۆپ مۇشەققەت چەكتى، ئارقىدىن ھۆل ئىسسىقلىقنى ئاشۇرىدىغان دورىلارنى بېرىۋىدى، شىپا تاپتى.

مەلۇم بولغايكى، پالەچ ماددىسى بىرەر نېرۋىنىك ئىچىگە تەسىر قىلسا، شۇ نېرۋىغا تۇتاش ئەزالار پالەچ بولۇر. قالغان ئەزالار ساق بولۇر، بۇ خىل پالەچ كېكىردەك ۋە قىزىلئۆڭگەچ ئىچىدە

پەيدا بولۇر، شۇ چاغدا گالدىن بىر نەرسىنىڭ ئۆتۈشى قىيىن بولۇر. بۇنىڭ ئىلاجى شۇكى، ئېگىزلىك ئاستىغا ھجامەت قويۇپ ئىسسىتقاي. قۇندۇز قەھرى، سەكبىنەجكە ئوخشاش دورىلارنى چاپقاي، تىلمۇ پالەچلەنگەن بولسا، ئېگىزلىك ئاستىغا ھجامەت قويغاي. قىچا سۈيى بىلەن غار - غار قىلغاي، زۆرۈر بولسا، تىل ئاستىدىكى تومۇردىن قان ئالغاي.

دوۋساق ۋە بەل پالەچ بولسا، چوڭ - كىچىك تەرەت ئىختىيارسىز كېلۇر، بەزىدە ئۇنى ھەيدەپ چىقىرىدىغان قۇۋۋەت يوق بولۇر، ھېچ نەرسىنى ھەيدەپ چىقىرالماس. بۇنىڭ ئىلاجى شۇكى، سۇزاپ يېغى، قىسائۇل ھىمار يېغى، قۇندۇز قەھرى، بارىزەت، جاۋشىر، ھىڭ قىپ، ھەممىنى سوقۇپ، باراۋەر مىقداردا تەرەنجىبىن قوشۇپ يۇغۇرۇپ، اتارلىقلارنى ئەزاسىغا تېمىتقاي، يىرىقلىرىغا سۈركىگەي. قەنتەربيۇن، شەھمەنزەل لېپشى، قىسائۇل ھىمار بىلەن ھەمەلچە قىلغاي. دېڭىز سۈيى ياكى گۈڭگۇرت كانى سۈيىدە ئولتۇرغۇزسا مەنپەئەت قىلۇر. چوڭ تەرەت ئىختىيارسىز كەلسە، موزا، ئارچا مېۋىسىگە ئوخشاش دورىلار بىلەن ھۆقنە قىلغاي. پالەچ قۇلۇنجى سەۋەبىدىن بولسا نەرگىس يېغى، سۇمبۇل يېغى مەنپەئەت قىلۇر. نارجىل يېغى ئىستېمال قىلىش ۋە بەدەنگە سۈركەش سىناقتىن ئۆتكەندۇر. پالەچ سوغۇق سۇنى كۆپ ئىچىشتىن پەيدا بولغان بولسا، خۇمداندا ئولتۇرۇش ياخشى مەنپەئەت قىلۇر. ئالما، بېھى، ئانار، ئامۇت قاتارلىقلارنى كۆپ يېسە، پەيلەرگە زىيان قىلۇر، ھۆللۈكنى كۆپەيتىدىغان غىزالار ۋە شورپىلار زىيان قىلۇر. مايسىز گۆشنى جويۇز يېغى بىلەن قورۇپ ياكى كاۋاپ قىلىپ پىشۇرۇپ يېگەي، غىزاسىغا دارچىن، زىرىگە ئوخشاش دورىلارنى قوشۇپ بەرسە مەنپەئەت قىلۇر. قۇرۇق ئۈزۈم، قۇرۇق ئەنجۈر، جويۇز يېغى، ھەببەتۈلخۇزرا مېغىزى، چىلغوزا، ھەسەل مەنپەئەت قىلۇر. ھەسەلگە پىلپىل، دارچىن قوشۇپ بەرسە ياخشى مەنپەئەت قىلۇر. نارجىلنىڭ پوستىنى ئاقلاپ، مېغىزىدىن 450 گىرام، چىلغوزا مېغىزىدىن 225 گىرام، ھەببەتۈلخۇزرادىن 225 گىرام ئېلىپ، ھەممىنى سوقۇپ، باراۋەر مىقداردا تەرەنجىبىن قوشۇپ يۇغۇرۇپ، ئۇنىڭغۇنىڭغا رىلاشتۇرۇپ، ھەممىنى يۇغۇرۇپ، تاڭامدىن تۆت سائەت ئىلگىرى 45 گىرام ئىستېمال قىلسا، ئارقىدىن مائۇلھەسەل ئىچسە كۆپ مەنپەئەت قىلۇر.

ئالتىنچى باب تەشەننۇج توغرىسىدا

تەشەننۇج ئۇچ خىل بولۇر: بىرىنچىسى، پەيلەر ۋە كېرىگەتلەر چىڭقىلغان سەۋەبىدىن پەيدا بولۇر؛ ئىككىنچىسى، سۈرگە دورىسىنى كۆپ ئىچكەنلىكتىن، ماددىلار كۆپ پارچىلىنىپ، كېرىگەت

ۋە پەيلەردە رۇتۇبەت (ھۆللۇك) ئازىيىپ، قۇرۇقلۇق ئېشىپ كەتكەنلىكتىن پەيدا بولۇر. ئۇچنچىسى، كېرگەتنىڭ ئۇزۇنلۇقى ئادەتتىكىدىن قىسقا، كەڭلىكى ئادەتتىكىدىن زىيادە بولسا، بۇ ئەرەب تىلىدا «تەقەللۇس» دېيىلۇر. بۇ ئىمتىلا (چىڭقالغان)دىن بولغان تەشەننۇجدۇر. بۇ خىل تەشەننۇجنىڭ ماددىسى كۆپىنچە رۇتۇبەتتىن بولۇپ، سەۋدادىن، قاندىن بولغانلىرى كەمرەك كۆرۈلۇر. تەشەننۇجنىڭ ماددىسى قاندىن بولسا، كېرگەتلەر ئىششار. ماددا كېرگەتنىڭ رىشتىلىرى (توقۇلمىلىرى) ئارىسىغا كىرىپ، ئۇ يەرگە ئورۇنلىشار. شۇ سەۋەبتىن كېرگەتلەر كېڭىيىپ قىسقرار.

تەشەننۇجنىڭ ماددىسى يەلدىن پەيدا بولسا، كۆپ ھاللاردا تېز ساقىيار. كۆپىنچە تەشەننۇجنىڭ سەۋەبى بىرەر كېسەللىك بوھرانىغا (يۇقىرى باسقۇچقا) يېتىپ، ساقىيىشقا يۈزلەنگەندە، ماددا بىر ئەزاغا يىغىلىپ قالۇر ـ دە، تەشەننۇج پەيدا بولۇر.

قۇرۇقلۇقتىن بولغان تەشەننۇجدىمۇ كېرگەت قىسقراپ، كەڭلىكى زىيادە كېڭىيىپ كېتەر. بۇ يەردىكى قۇرۇقلۇق رۇتۇبەتنىڭ يوقالغانلىقىدىن بولۇر. بۇ خۇددى چەمدىن تىكىلگەن دۇبۇلغىنى ھۆل قىلىپ ئوتقا سالسا، ئۇنىڭ قورۇلۇپ قالغىنىدەك ئەھۋالدۇر.

ئۇچنچى خىل تەشەننۇج بەدەندە قۇرۇقلۇقنىڭ ئېشىپ كەتكەنلىكىدىن بولۇر، بۇ خىل تەشەننۇجدا تومۇر چىڭقالماس، لېكىن ئاغرار. نېرۋا ئۇنىڭدىن يىراقلىشىنى خالار. بەدەن تەبىئىتىمۇ ئۇنى قايتۇرۇشقا مايىل بولۇر. شۇ سەۋەبتىن كېرگەت يىغىلۇر. بۇزۇق ماددا ئاشقازان ئېغىزىغا يەتكەنلىكتىن، بىمار ھېچ تۇتار. بۇ خۇددى كىشىلەر يامان نەرسىلەرنى كۆرگەندە، چىرايىنى تۇرگەندەك، ئۆتكۈر پۇراق دىماغقا ئۇرۇلسا چۈشكۈرگەندەك ئەھۋال.

بەزىدە چايان چاققان كىشىمۇ تەشەننۇجقا گىرىپتار بولۇر. بۇ خىل تەشەننۇج چايانىنىڭ زەھىرى نېرۋىغا يەتكەنلىكىدىن بولۇر. بۇنداق تەشەننۇج قاتتىق سوغۇقتىن رۇتۇبەتلەر قويۇقلىشىپ، ھەجمى كىچىكلەپ، پەيلەر يىغىلغانلىقتىن بولۇر. بۇ خۇددى قىش كۈنى بەدەن سوغۇقتىن قورۇلغىنىغا ئوخشاش ئەھۋال. بەزىدە قاتتىق قورقۇنچتىنمۇ تەشەننۇج بولۇر. روھ بولسا باتىن (ئىچكى) تەرىپىگە قايتار. كېرگەتلەر روھ تەبىئىتىگە نىسبەتەن قورۇلۇشتىن تەشەننۇج پەيدا بولۇر. ئىمتىلادىن بولغان تەشەننۇج بىلەن پالەچنىڭ پەرقى شۇكى، تەشەننۇجدا پەيلەر رۇتۇبەتكە ماكان بولۇر، رۇتۇبەت پەينىڭ ئارىسىغا ئورۇنلىشىپ، كېسەللىك پەيدا قىلۇر، پالەچتە بولسا، رۇتۇبەت پەينى ئىللىتىپ بوشتار، ئەگەر بۇنداق پەرق بولمىغان بولسا ئىدى، ھەممە رۇتۇبەتلەردىن پالەچ پەيدا بولغان بولاتتى.

تەشەننۇج ھۆللۇكنىڭ غالىبلىقى، مېڭە قۇۋۇتىنىڭ كەملىكى، كېرگەت ۋە پەيلەرنىڭ

سۇس ۋە نازۇكلۇقتىن باللاردا پات ـ پات يۇز بېرەر. تەبىئەتنىڭ قۇرۇقلۇقى سەۋەبىدىن، تولا يىغلىغان ۋە زىيادە قىزىتما بولغان سەۋەبتىنمۇ تەشەننۇج پەيدا بولۇر. شۇنىڭ ئۈچۈن، ئۇلارنىڭ خىلىتلىرى قويۇق ۋە يامان بولمىغاي. ئۇلاردا بولغان تەشەننۇج ئاسانلىق بىلەن بىر تەرەپ بولۇر. بالىلارنىڭ قىزىتمىسى بەك ئۆرلەپ كەتسە قاتتىق تەشەننۇج بولۇر. ئۇنىڭ ياخشى بولۇشىدىن ئۈمىد كۈتمەك تەس. بالا يېشىغا يەتكەندىن كېيىن، قاتتىق قىزىتما بولمىغان ئەھۋالدا تەشەننۇج كەمرەك پەيدا بولۇر.

قۇرۇق تەشەننۇجنىڭ سەۋەبلىرى قۇرۇق تەشەننۇجنىڭ سەۋەبلىرى ئۈچ خىل بولۇر. بىرىنچى، سۇرگە دورىسىنى كۆپ ئىچىش؛ ئىككىنچى، قاتتىق قىزىتما بولۇش؛ ئۈچىنچى، تولا ھەرىكەت قىلىشتىن پەيدا بولۇر. قۇرۇق تەشەننۇجنىڭ ھەممىسى ياماندۇر. ئۇنىڭدىن ساقىيىشتىن ئۈمىد كۈتكىلى بولماس. ئىككىنچى تەشەننۇج مۇددىتى ئۇزاق بولۇر، قاتتىق قىزىتما پەيدا قىلۇر، تېگىدىكى ھۆللۈك يوقىلۇر، مېڭىسى ۋە پەيلىرى قىزار. بۇ، خەتەرلىكتۇر. بۇ كېسەللىكتىن خالاس تاپماق تەستۇر. بالياتقۇنىڭ يۇقىرى قىسمى مېڭە بىلەن مۇناسىۋەتلىك بولغانلىقى ئۈچۈن مېڭىگە ئاپەت يېتىدۇ ـ دە، تەشەننۇج پەيدا بولۇر. ئەگەر تەشەننۇج قاپاق ئۇرۇقسىمان مەددىنىڭ سەۋەبىدىن ۋە بۇنىڭدىن ئۆزگە نەرسىدىن پەيدا بولغان بولسا، بۇنداق ئەھۋالدا ئۇ ئالدىنقى تەشەننۇجغا ئوخشىشىپ كېتەر.

يەنە بىر خىل تەشەننۇج بارىكى، ئۇ تىل لەۋ ۋە كۆزنىڭ جىيىكىدە پەيدا بولۇر، ئۇ مېڭە تەرەپتىن يۇز بېرەر. بۇ خىل تەشەننۇجنىڭ يامانلىقىدىن بىمارنىڭ بوينى تولغىشىپ، چىشلىرى كىرىشىپ قالۇر. تەشەننۇج ئاغرىقى بىلەن ئۆلگەندىن كېيىنمۇ بەدەن (جەسەت) بىر سائەت مىقدارى ئىسسىقلىقنى ساقلاپ قالالايدۇ. چۈنكى تەشەننۇج بولغان ئادەمنىڭ ھاياتى خەنناق (ئۆتكۈر بوغۇز ياللۇغى) بىلەن ئاخىرلىشار. بەدەندە تەپنىڭ تەسىرىدىن قىزىتما پەيدا بولسا، بىمار توڭلسا، كىچىك تەرىتى يېرىڭ ئارىلاش كەلسە، كۆز ئالدى قاراڭغۇلىشىپ، بۇ قاراڭغۇلۇق بېشىدىن تارقسا، بۇ تەشەننۇجنىڭ ئالامەتلىرىدۇر. ئىچكى ئەزادا پەيدا بولغان يېرىڭلىق ئىششىق سەۋەبىدىنمۇ يۇقىرىقىدەك ئالامەتلەر كۆرۈلەر.

داۋالاش

تەشەننۇجنى داۋالاشتا بىمارنى كۆپ غىزا يېيىشتىن چەكلىگەي. بىمارنى قۇۋۇتلەندۈرۈش ئۈچۈن، ئۇنىڭغا ئازراق نانىنى سىرىقچىچەك ياكى سۆئەتەر (يالپۇز)، زىرە، ئابكامە، ئاچچىقسۇ، قىچا يېغى ياكى ياڭاق يېغى ۋە زەيتۇن يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزگەي.

ئەگەر بەك ئاجىزلاپ كەتكەن بولسا، بىمارنىڭ غىزاسىغا كەكلىك ياكى قۇشقاچ گۆشى، تورۇلغۇ گۆشى ۋە ياكى تورغاي گۆشىنى بەرسە مۇۋاپىقتۇر. ئەگەر بۇ گۆشلەرنى شورپا قىلىپ، سۈيىگە سۆئىتەر (ياليۇز)، كەرۋىيا (ياۋا زىرە)، سېرىقچېچەك ۋە دارچىن قاتارلىق دورىلارنى قوشۇپ بەرسە ياخشى تەسىرنى بېرەر. چۈنكى، بىمارنىڭ بەدىنى شۇ دورىلار بىلەن تازىلىنار.

ھۆقنە، سۇرگە دورىلىرى ۋە قەي قىلدۇرىدىغان دورىلار ئارقىلىق پەيلەرنى تازىلاش پالەچ ھەققىدىكى كىتابتا كۆرسىتىپ ئۆتۈلگەنىدى. كېسەللىك سەۋەبى تولا شاراب ئىچىشتىن بولسا، بۇزۇق قانىنى چىقىرىپ تاشلىغاي. شۇنداق قىلغاندا، بەدەندىكى زىيانلىق ماددىلار ئازىيار، بىمارنىڭ ئاغرىقى يەڭگىللىشىپ ماغدۇرى ئەسلىگە كېلەر، تۇرۇپ قالغان ماددىلار سىرتقا چىقىپ كېتەر.

ئەگەر بەدەننى تازىلاش زۆرۈر بولسا، بىمار ئۆزىنى دەڭسەپ بېقىش لازىمدۇر. قاچانكى پۈتۈن بەدەن ۋە پەيلەردە تەشەننۇج يۈز بەرسە، بىمارنى سوغۇق سۇغا چۆمۈلدۈرگەي. بۇنىڭ ئۈسۈلى شۇكى، بىمارنى بىراقلا سوغا چۆمۈلدۈرگەي ۋە سۇدىن تېزلا چىقارغاي. چۈنكى، بۇنداق قىلغاندا بىمارنىڭ تېرىسىدە ئۆزگىرىش يۈز بېرىپ، بەدىنىدىكى ئەسلىي ھارارەت ئىچىگە مېڭىپ كېتەر. شۇڭا، بىمارنى سۇدىن چىقىرىشتا ھەرگىزمۇ كېچىكتۈرۈلمەسلىك لازىمدۇر. شۇنداق قىلغاندا، بىمارنىڭ بەدىنى قۇۋۇەتلىنىپ، كېرەكسىز ماددىلار تارقىلۇر. لېكىن، بۇ خىل ئۈسۈل ھەممە بىمارغا مۇۋاپىق كەلمەس. ئەگەر كىشى ياش، سېمىز بولسا، بۇنداق كىشى ئەرەب تىلىدا «لەھمى» (گۆشلۈك ئادەم) دېيىلەر. بۇ خىل ئۈسۈل بۇنداق كىشىلەرگە ماس كېلۇر. بۇ ئۈسۈلنى ھەممە ۋاقىتتا قىلۋېرىشكە بولماس. يازنىڭ ئۆرۈك پىشقان، تومۇز كۈنلىرىدە قىلسىلا كۈپايە بولۇر. بۇ خىل ئۈسۈل بەدىنىدە جاراھەت بولمىغان بىمارغا قوللىنىلغىنى ياخشىدۇر. كۆپىنچە تەشەننۇجنى بۇ ئۈسۈل ئارقىلىق ساقايتقىلى بولۇر.

ئەگەر بۇ ئۈسۈلنى قوللانغىلى بولمىسا، بىمارنى گۈڭگۈرت سۈيىدە ياكى بۆرە گۆشىنىڭ شورپىسىدا ئولتۇرغۇزسىمۇ بولۇر.

بۇ بىر خىل ياۋايى ھايۋان بولۇپ، ئەرەب تىلىدا «زبۇئ»، پارس تىلىدا «گۇرگ»، تۈركىي تىلىدا «قۇرۇشقۇ» دەپ ئاتىلار. قۇرۇشقۇ شورپىسى بۇ خىل ئاغرىققا ۋە باشقا ئاغرىقلارغا مەنپەئەت قىلۇر.

قۇلان (ياۋا ئېشەك) پارس تىلىدا «گور خەر»، ئەرەب تىلىدا «ھىمار ۋەھشى» دېيىلەر. بۇنىڭ گۆشىنى قاينىتىپ، شورپىسىنى ئىچسە بەك پايدا قىلار. قەدىمكى كىتابلاردا «ئىت گۆشىنىڭ شورپىسىدا ئولتۇرسىمۇ مەنپەئەت قىلىدۇ» دېيىلگەن.

تۇلكە گۆشى شورپىسىنىڭ ۋە قۇرۇشقۇ (بۆرە) گۆشى شورپىسىنىڭ تەييارلىنىش ئۇسۇلى

تۇلكە ياكى قېرى قۇرۇشقۇنى پۈتۈن پېتى ئەزالىرىنى پارچىلىماي تېرىسى بىلەنلا قەلەيلىك مىس قازانغا سېلىپ قاينىتىپ، سېرىقچېچەك ۋە تۇز بىلەن پىشۇرغاي. راسا پىشىپ بوغۇم - بوغۇملىرىدىن ئاجرىغاندا شورپىسىنى قازاندىن ئېلىپ، سەل سوۋۇتۇپ، ئىلمان هالەتكە كەلتۈرۈپ، ئۈنىڭدا بىمارنى ئىككى سائەت ئولتۇرغۇزغاي. مۇشۇ تەرىقىدە ھەر ئاينىڭ بېشىدا ئۈچ كۈن، كۈندە ئىككى قېتىم، ئەتىگەن ۋە كەچتە، ئاينىڭ ئوتتۇرىسىدا ۋە ئاخىرىدا ئۈچ كۈن ئاشۇ خىل شورپىغا ئولتۇرغۇزغاي. ھەر قېتىم ئولتۇرغۇزغاندا شورپىسىنى يېڭىلاش لازىمدۇر. چۈنكى، بۇ شورپىنى ئۈچ كۈندىن ئارتۇق ئىشلىتىشكە بولماس.

بەدەننى مۇلايىملاشتۇرغۇچى ئوت - چۆپلەر، مەسىلەن: بويى مادران، پۇدىنە دەشتى (تاغ پىننىسى)، ئادراسمان، بەرگى غار (غار يوپۇرمقى)، بەرگى سەئد (سەئدى كۇفىنىڭ يوپۇرمقى) ۋە سېرىقچېچەك قاتارلىقلارغا ئوخشاش بەدەننى يۇمشاق، نازۇك قىلىش ئالاھىدىلىكىگە ئىگە بولغان دورىلارنى قاينىتىپ، داسقا تۆكۈپ، سەل سوۋۇغاندا ئولتۇرغۇزغاي. بۇنى ئادەتتە بىر كۈندە ئىككى قېتىم قىلغاي. بۇ بىر كۈندە بىر قېتىم ئۇزۇن ئولتۇرغانغا باراۋەردۇر. چۈنكى، بەك ئۇزۇن ئولتۇرغاندا، بەدەننىڭ قۇۋۇتى ئاجىزلىشىپ كېتەر. قۇرۇشقۇنىڭ چاۋا يېغىنى ۋە سۆسەن يېغىنى سۈركىسمۇ مەنپەئەت قىلۇر.

ئەگەر تەشەننۇج بولغان كىشىدە قىزىتما پەيدا بولسا، بۇ سەۋەبتىن تەشەننۇج شىپا تاپۇر. شۇنىڭ ئۈچۈن، ھەكىم بۇقرات بۇ ھەقتە: «تەشەننۇج بولغاندىن كېيىن قىزىتما پەيدا بولۇش ئەلۋەتتە قىزىتما بولغاندىن كېيىن، تەشەننۇج پەيدا بولغاندىن ياخشى» دېگەن.

تەشەننۇج بولغان كىشىگە «تەپى رۇبئى»، يەنى ھەر تۆت كۈندە بىر قېتىم قىزىتما بولۇشمۇ پايدىلىقتۇر. تەپى رۇبئىنىڭ تىترىشى قاتتىق بولۇپ، كېسەللىك ماددىسىنى تەۋرىتەر، قىزىتمىنىڭ ئاخىرىدا بەدەننى تەرلىتىپ، كېسەللىك ماددىسىنى تارقىتار. شۇنىڭ ئۈچۈن، تەپى رۇبئى بولغان كىشى ھەرگىز تەشەننۇج بولماس. چۈنكى، تەپى رۇبئى بىمارغا ئامانلىق بېرەر.

تەشەننۇج پەيدا بولغان ئەزاغا قوينىڭ دۇمبىسىنى يېرىپ، تاكى دۇمبە سېسىغانغا قەدەر تاڭغاي، سېسىغاندىن كېيىن ئۇنى ئېلىۋېتىپ، يەنە يېڭى دۇمبە تاڭغاي. شۇ ئەزانى يۇمشاق سلاپ، رۇستلاپ بېرىش لازىمدۇر. تەبئىتى ھۆل جانىۋارلارنىڭ ھۆل مېڭىسىگە قۇندۇزقەھرى، پەرپىيۇن، سېرىق موم، سۆسەن يېغى ئارىلاشتۇرۇپ، ئۇنى تەشەننۇج بولغان ئەزاغا چاپلاپ تۆۋەندىكى ئىلاجنى قىلغاي.

زىغىر ۋە كۈنجۈتنىڭ كۈنجۈرىسىنى شۇمشىنىڭ سۈيۇقلۇقى بىلەن قوشۇپ سۈركىسە

مەنپەئەت قىلىدۇر. تۇز بىلەن ئادراسماننى ئىسسىتىپ يەرلىك ئورۇندىكى پەيگە چاپسا پايدا قىلىدۇر. ھىك بىلەن قۇندۇز قەھرىنى يۇغۇرۇپ، بىر نەچچە تال ياڭاق بىلەن قوشۇپ يېگۈزگەندىمۇ پەينى ئىسسىتىپ، تەشەننۇجنى ساقايتقىلى بولىدۇر. بەدىنى كۆچلۈك كىشىگە بىر مىسقال جاۋشىرغا ئالتە دانە نوقۇت قوشۇپ بەرگەي، ئاجىز كىشىگە بىر مىسقال جاۋشىر بەرسە كۆپايىدۇر. لېكىن، جاۋشىر ئاشقازانغا زىيانلىق بولغاچقا، ئۇنىڭدىن ئېھتىيات قىلغاي. چۈنكى، جاۋشىر ئاشقازانىنى ئاجىزلاشتۇرار. قۇندۇز قەھرى بۇ ئاغرىققا بەكرەك پايدىلىقتۇر. قۇندۇزقەھرى بىلەن ھىڭنى مائۇلھەسەل ياكى ھەسەل شەربىتى بىلەن تاماقتىن كېيىن يېيىشكە بەرگەي. ئەگەر تەشەننۇج پۈتۈن بەدەنىدە يۇز بەرسە، مېڭىنى تازىلاش تەدبىرىگە مەشغۇل بولۇش لازىمدۇر. ئۇنۇملۇك داۋالاش ئۇسۇلى: توشقان يۇڭىدىن چەمبەر ياساپ بىمارنىڭ بوينىغا سېلىپ، مەزكۇر يۇڭنى پات - پات ئىسسىق ياغ بىلەن ياغلاپ بەرگەي، تۈگمەن تېشىنى قىزىتىپ، ئۇنىڭغا مەيزاپ (ئۇزۇم شىرىسى) سېلىپ، بىمارنىڭ بېشىنى ئۇنىڭ ھورىغا تۇتقاي (ھورلانىدۇرۇش - تەرلىتىش). يەنە خۇمدان ياكى ئىسسىق قۇمدا ئولتۇرۇشمۇ پايدا قىلىدۇر. پالەچنى داۋالاشتا كۆرسىتىلگەن ياغلارنىڭ ھەممىسى تەشەننۇجقا پايدا قىلىدۇر، بولۇپمۇ ئىتياڭىقى يېغى، قۇسته يېغى بەكرەك پايدىلىقتۇر.

ئەمما، قۇرۇق تەشەننۇجنى ئۇنۇملۇك داۋالىغىلى بولماس. يۇقىرىقى دورا قىزىتمىسى بولمىغان تەشەننۇجقا تېخمۇ ياخشى پايدا قىلىدۇر.

بىمارنىڭ بوغۇم ۋە بېغىشلىرىنى ياغدا چىلىق - چىلىق ياغلاشمۇ مەنپەئەتلىكتۇر، موم، توخۇ شورپىسى ۋە بىنەپشە يېغى بىلەن ياغلىغاي. ئابزەندە (دورا سۈيىگە چىلىنىش) كۈنجۈت يېغى ياكى يېڭى سۈت بولسا، ناھايىتى ياخشىدۇر. ئەگەر قىزىتما بولۇپ، سۈت تېپىلمىسا، ئارپا كۆجىسى، بىنەپشە، نېلۇپەر، ھۆل قاپاق ۋە سۆگەت يوپۇرمىقى قاتارلىقلارنى قايناتقان سۇدا بىمارنى ئولتۇرغۇزغاي. قىزىتمىسى بولسا، تەرخەمەك سۈيى، قاپاق سۈيى ۋە تاۋۇز سۈيى قاتارلىقلارنى ئىستېمال قىلسا تېخمۇ پايدىلىقتۇر. ھۆللۈكنى زىيادە قىلىدىغان دورىلار بىلەن ھۆقنە قىلسا، بۇمۇ ياخشى ئۇنۇم بېرەر. بىمارنىڭ قىزىتمىسى بولمىسا، يېڭى سۈت ۋە ئېشەك سۈتىنى بادام يېغى ۋە شېكەر بىلەن بىللە بەرسە مەنپەئەتلىكتۇر. ئېشەك سۈتىنى بىنەپشە يېغى بىلەن قوشۇپ، بىمارنىڭ بېشىغا چاپقاي. ئايال كىشىنىڭ سۈتى ۋە نېلۇپەرنى قاپاق ئۇرۇقىنىڭ يېغىدا قاينىتىپ، سوۋۇغاندا بۇرنىغا تېمىتقاي. ئەگەر قىزىتما پەيدا بولسا، ئارپا سۈيى، قاپاق سۈيى، تەرخەمەك سۈيى، تاۋۇز سۈيى ۋە بادام يېغى قاتارلىقلارنى بەرگەي. بۇ شەربەتلەرگە

ئازراق ئاق شاراب ئارىلاشتۇرسا، تومۇرلاردا قانىنىڭ يۇرۇشىنى تېزلىتەر. بۇ ئۇسۇلمۇ بەك پايدىلىقتۇر. چىلىنىپ ئولتۇرىدىغان سۇغمۇ ھاراق ئارىلاشتۇرسا ئوبدان مەنپەئەت قىلۇر.

نېلۇپەر يېغى، بىنەپشە يېغى، تاتلىق قاپاق ئۇرۇقىنىڭ يېغى قاتارلىقلارنى بىمارنىڭ بۇرنىغا ۋە قۇلىقىغا تېمىتسا بۇمۇ پايدىلىقتۇر.

ئىسپىغۇلنىڭ لوئابى (شىرىسى) نى سېمىزئوت يوپۇرمىقىنىڭ سۈيى بىلەن بىمارنىڭ بېشىغا چېپىپ، ئارپا ئۇنى، لالىگۈل يوپۇرمىقى قاتارلىقلارنى بىنەپشە بىلەن قوشۇپ زىمات قىلسا بۇمۇ ئوبدان ئۇنۇم بېرەر.

ھەر ئاخشىمى ئۇخلاش ۋاقتىدا ئىسپىغۇل لوئابى، قىزىلگۈل شەربەتلىرىنى، گۈلاب شەربىتىنى بادام يېغى بىلەن بەرسە مەنپەئەت قىلۇر.

بىمارنىڭ غىزاسىغا سۈيۇق ئاتىلا (قېچىنى قۇرۇپ ئۇماچقا ئوخشاش ئىشلىتىدىغان ئىسسىق تەبىئەتلىك تاماق)، ئارپا كۆجىسى، قويۇق كاشكاپقا ئوخشاش تائاملارنى قىزىلگۈل شەربىتى ۋە بادام يېغى بىلەن بەرسە ياخشى مەنپەئەت قىلۇر.

ئوغلاق گۆشىدىن قىلىنغان مائۇللەھمى (گۆش سۈيى)، قاپاق ئېشى، تەرخەمەك قەلەمچىسى، پوستى ئاقلانغان ماش، ئىسپىناخ (پالەك) قاتارلىقلارنىڭ ھەممىسىگە ئازراق كاھۇ (قارا سۇنا ـ ئوسۇك)، ھۆل يۇمغاقسۇت سېلىپ بەرسە ياخشى مەنپەئەت قىلۇر.

ئەگەر نارەسىدە بالا تەشەننۇج بولسا، يەيدىغان ۋە ئىچىدىغان دورىلارنى ئىنكىئانسىغا تەڭ قوشۇپ بەرگەي. ياغ ۋە زىماتلارنى بالىنىڭ ئەزالىرىغا چاپقاي. ئەگەر تەشەننۇج جاراھەت سەۋەبىدىن بولغان بولسا، نۇتۇل (يەرلىك ئەزاغا جىيغىيتىپ تۆكۈلىدىغان دورا قاينىتمىسى) ئۇچۇن ئارپا كۆجىسى، بابۇنە، لالىگۈل، بىنەپشە قاتارلىق دورىلارنى سۇدا قاينىتىپ، ئاغرىق ئورۇنغا ۋە پەيلەرگە سۈركىگەي ۋە بىمارنىڭ بېشىغا قۇيغاي، ئەگەر قىزىتما سەۋەبىدىن تەشەننۇج كۆرۈلسە، ئۇنىڭغا يۇقىرىدا بايان قىلىنغان قۇرۇق تەشەننۇجنىڭ ئىلاجىنى قىلغاي ھەم ھاۋالىق ھۆل، سوغۇق جايلاردا ياتقۇزۇش لازىمدۇر.

بىمار ياتىدىغان ئۆينىڭ ھاۋاسىنى يۇقىرىدا قىزىتمىنىڭ بابىدا بايان قىلىنغان تەدبىرلەر بويىچە ھۆل، سوغۇق قىلغاي.

ئەگەر تەشەننۇج باشقا كېسەللىك سەۋەبىدىن بولسا، ئەسلىي كېسەللىككە چارە قىلغاي.

ئەگەر بىمارىدا پەي ئىششىش سەۋەبىدىن تەشەننۇج پەيدا بولغان بولسا، ئۇنىڭ داۋالاش ئۇسۇلىنى ئىششىقنى داۋالاش ئۇسۇلىدىن كۆرۈۋالغاي.

يەتتىنچى باب كوزاز (تىتانوس) توغرىسىدا

كوزاز ئاتالغۇسى ھەرخىل مەزمۇندا، ئوخشىمىغان كۆزقاراش ۋە تۇرلۈك مەنىلەردە قوللىنىلىپ كەلمەكتە. بۇلار يۇقىرىقى بايانلاردا بايان قىلىندى. بەزىدە تەشەننۇجى تىتانوس دەپ تونۇپ داۋالاندى؛ گاھىدا بويۇن تەشەننۇجىنى كوزاز دەپ ھۆكۈم قىلىپ، شۇ بويىچە بىر تەرەپ قىلىندى، بولۇپمۇ بويۇننىڭ كېرگەت ۋە پەيلىرى ئالدى ۋە ئارقىسىدىن تارتىشار. بويۇن رۇس تۇرۇپ قالۇر، بىمار بويننى ئالدى ياكى كەينىگە مىدىرلىتالماس.

مىزاج سوغۇقتىن بۇزۇلسا، يېقىندىكى تېۋىپلەر بەزىدە تەشەننۇجنى كوزاز دەپ ھۆكۈم قىلۇر.

كېيىنكى تېۋىپ ـ ھۆكۈمالار ئالدىنقىلارنىڭ بۇ جەھەتتىكى قاراشلىرىنى ئىسلاھ قىلىپ تۆۋەندىكىچە بايان قىلۇر.

تەشەننۇج دەپ بىرەر ئەزانىڭ كېرگەتكە قويۇلغان ماددىغا ئېيتىلۇر. بۇنىڭدا كېرگەتنىڭ كەڭلىكى ئاشقانلىقتىن يۇقىرى ئۆرلىيەلمەس. شۇ سەۋەبتىن ئۇ ئەزا تارتىشۇر.

كۇزاز (تىتانوس)دا ئەزانىڭ كېرگەتلىرى ۋە پەيلىرى قاتتىق بولۇر، ئالدى بىلەن ئارقىسىدىن تارتىشار، ئەزادىكى پەيلەر كەڭ ۋە قىسقىراق بولۇر. بۇ جەھەتتىن كوزاز تەشەننۇجغا زىتتۇر. لېكىن، بىر خىل كوزاز بارىكى، ئۇ بەدەندە تەشەننۇج بىلەن قوشۇلۇپ كېلۇر. ھەر ئىككىسى پەيگە ئايەت يېتىپ، قېتىپ قالغانلىق سەۋەبىدىن پەيدا بولۇر. ئەمما، ھەرقايسىسىنىڭ شەكلى يەنە بىر ئەزاغا زىتتۇر. مانا بۇنىڭدىن بىر ـ بىرىگە قارىمۇقارشى ئىككى خىل كېسەللىكنىڭ بىر تۇردە بىرلىشىدىغانلىقىدىن ئىبارەت تېببىي قانۇنىيەتنى بىلىۋالالايمىز، مەسىلەن: «ئاق» بىلەن «قارا» ھەر ئىككىلىسى «رەڭ» ئۇقۇمىغا كىرۇر.

كوزاز تەشەننۇج بىلەن تەڭ پەيدا بولسا، يەنى ئىككىسى گىرەلىشىپ كەلسە، ئەزالار ئالدى ۋە كەينى تەرىپىدىن تارتىشسا، بۇنىڭدا كوزازنىڭ تەشەننۇجتىن بەكرەك ئۆرلەيدىغانلىقىنى جەزملەشتۇرگىلى بولۇر. ئۇنىڭ بوھرانىمۇ تەشەننۇجنىڭ بوھرانىدىن تېزراق بولۇر.

كۆپىنچە ئەھۋاللاردا كوزاز بىلەن تەشەننۇج ھەر ئىككىلىسى ھامان بەدەننى ئاغرىتار. بەزى تەرەپلەردە كوزازنىڭ سەۋەبلىرى تەشەننۇجنىڭ سەۋەبلىرى بىلەن ئوخشاش بولسىمۇ، بەزى جەھەتلەردە يەنىلا ئوخشىمايدىغان تەرەپلىرى باردۇر. يەنى تاۋامنى كۆپ يېگەنلىكتىن، بەزى

چاغلاردا مىزاجغا قۇرۇقلۇق يەتكەنلىكتىن، سەزگۈ پەيلەرگە زەخمە يېتىشتىن كوزاز پەيدا بولۇر. يەنە بەزىدە ئىششىق سەۋەبىدىنمۇ كوزاز بولۇر. بۇ تۆت سەۋەب شۇ تۈپەيلىدىن تەشەنئۇجنىڭ سەۋەبلىرىگە ئوخشار.

كوزاز كۆپىنچە پەيلەردە قويۇق يەل پەيدا بولغان سەۋەبتىن يۈز بېرەر. يەنى پەيلەر تارتىشار. مانا بۇ تەشەنئۇجنىڭ ئالامىتىگە ئوخشىمايدىغان تەرىپى. بەزىدە تەشەنئۇجمۇ يەل سەۋەبىدىن بولۇر. يەلدىن بولغان تەشەنئۇج هەممە ئەزادا بولماستىن پەقەت بىرلا ئەزادا كۆرۈلۈر. تېز ساقىيار. كوزاز ئاغرىقى بولسا، يەلدىن پەيدا بولۇپ، پۈتۈن بەدەنگە تارقار. ئۇنىڭغا ئىلاج قىلماق تولىمۇ قىيىندۇر.

كوزازنىڭ پەيدا بولۇش سەۋەبلىرى يۇقىرىدا بايان قىلىندى. قاچانكى پەي، كېرگەت ۋە توقۇلما تالالىرىنىڭ ئارىسىدا هۆللۈك كۆپىيىپ، زورۇقۇش قاتتىق بولسا، شۇ قاتتىقلىق هالىتىدە توختاپ قالۇر. تۇتۇش ۋە ئۇۋۇلاش هەرىكەتلىرىمۇ كار قىلماس. بەزىدە بولسا، كېرگەت ۋە پەيگە چۈشكەن هۆللۈك ئېشىپ كېتەر. شۇنىڭ بىلەن كېرگەت، پەي ۋە توقۇلما تالالىرىنىڭ شەكلىدە ئۇزۇنسىغا ئۆتەر، كەڭلىكىدە ئورۇن تاپالماس. ئىستىرخا (پەينىڭ سولىشىپ، بوشاپ كېتىشى) نىڭ ماددىسىغا ئوخشاش بولغانلىقتىن، كېرگەتنىڭ ئۇزۇنلۇقىدا خەتەر يۈز بەرمەس.

كوزازنىڭ ئىستىرخا بىلەن بولغان پەرقى شۇكى، ئىستىرخانىڭ ماددىسى توقۇلما تالالىرىغا ئۆتۈشكەندىن كېيىن، بىرەر سەۋەبتىن قاتتىق زورۇقار. شۇنىڭ بىلەن ئەزا هەرىكەتتىن قالۇر.

بەزىدە كوزازنىڭ ماددىسى كېرگەتلەرنىڭ ئارىسىدا ئورۇن تاپالماس. لېكىن، كېرگەتلەرنىڭ تېگىگە يېتىپ تۇرار ۋە قاتتىق زورۇقار. ئەمما، هەرىكىتى نەتىجىسىز بولۇر. ماددا توقۇلمىلارنىڭ ئارىسىغا يىغىلىپ، هەرىكەتنى كۈچەيتكەنلىكتىن كوزاز كېسىلىدە ئاغرىق پەيدا بولۇر. بەزىدە پەيدا بولغان بىرەر ئاغرىقنىڭ سەۋەبىدىن يىغىلماي، جۇغلاشماي بىر - بىرىدىن قاچۇر. يەنى ئاغرىق بار يەرلىك ئورۇندىن كېرىلىپ يىراقلىشار.

بۇنداق كوزاز بىمارى هەددىدىن زىيادە قەي قىلغانلىقتىن ياكى زەهەرلىك هايۋانات چاقماندىن ۋە ياكى بىرەر زەخمە يەتكەنلىكتىن پۈتۈن بەدەنىدە يۈز بېرەر. پەيلەر بىر نېمە چاقماندىن سەۋەبتىن ئاشقازان ئاغرىقنىڭ ماددىسىنى ئاشقازاندىن قاچۇرۇر ياكى زەخمىنىڭ ئاغرىقى سەۋەبىدىن ئاغرىق بار يەردىن يىراقلىشار. بەزىدە قۇرۇقلۇق غالىب بولۇپ، هۆللۈكمۇ ئەسلىي پەي ۋە كېرگەتلەرنىڭ ئارىسىدىن تارقاپ كېتەر. پەي ۋە كېرگەتلەرنىڭ كەڭلىكى يىغىلىپ، ئۇزۇنلۇقى ئارتىپ كېتۇر. شۇنىڭ بىلەن هەرىكەتلەندۈرگۈچى قۇۋۋەت قۇۋۋەتتى مۇمەررىكەنىڭ تۆۋەنلەپ كېتىشىگە يول ئاچار.

قۇرۇق كوزازنىڭ پەرقى شۇكى، تەشەننۇجدا كىرگەتنىڭ كەڭلىكى ۋە ئۇزۇنلۇقى كەمرەك بولۇر. پەيلەرنىڭ نېگىزى كۆيگەن ۋە ئىششىغانلىق سەۋەبىدىن كوزازدا كەڭلىكى كەمرەك بولسىمۇ، ئۇزۇنلۇقى ئۇنداق بولماس.

قۇرۇق كوزازدىن قۇرۇق تەشەننۇج خەتەرلىكرەكتۇر. كوزاز تۇرلىرىنىڭ ئىچىدە بەزىسى مۇھىم سەۋەبتىن ۋە قۇۋۋەتلىك ماددىدىن پەيدا بولۇر. بۇنىڭ ئىلاجى مۇشكۈلدۇر. بەزىسى ماددىلارنىڭ بوش، ئاجىزلىقىدىن پەيدا بولۇر. بۇ خىل كوزازنىڭ سەۋەبلىرى خۇددى تەشەننۇجنىڭ تۇرلىرىگە ئوخشاش سەۋەبلەردىن پەيدا بولۇر. بۇلار يۇقىرىدا تەشەننۇجنىڭ بابىدا بايان قىلىندى.

بىمار بىرەر ئېغىر نەرسىنى كۆتۇرگەن ياكى قاتتىق يەردە ئۇخلاپ قېلىش سەۋەبىدىن كىرگەتلىرى تارتىشار ياكى چوڭىيىپ قالۇر، كۆپىنچە شۇ ھالەتتە توختاپ قالۇر. مۇبادا شۇنداق بولسا بۇمۇ كوزاز ھېسابلىنار. بۇنىڭ ئىلاجى ئاسان بولۇپ، ناھايىتى تېزلا بىر تەرەپ بولۇر. مېڭىدە پەيدا بولغان تەشەننۇج ۋە كوزاز يامان ھەم خەتەرلىكتۇر.

كوزاز بولغان بالىلار ھەققىدە

بۇ مەزمۇن تەشەننۇج بابىدا بايان قىلىنغاندى. كىرگەتلىرى قاتتىق بولسا، تۇكۇرۈك ۋە سۇنى تەسلىكتە يۇتسا، ھەممە ئەزالىرىدا تىترەك پەيدا بولۇپ، تىلى ئېغىرلاشسا، پۈتۈن بەدىنى قىچىشسا ۋە تاتىلىغانسىرى يامان بولۇپ ئارام تاپالمىسا، بۇنداق ئەھۋاللارمۇ كوزازنىڭ باشلىنىشىدۇر.

ئەگەر كىشىنىڭ ئۇچىيىگە دۇبەيلە (يىرىڭلىق مۇدۇرچاق) چىقسا ياكى جاراھەت پەيدا بولسا، كىچىك تەرىتى يىرىڭ تۇپەيلىدىن ئاغرىتىپ كەلسە، ئۇ يىرىڭدىن تازىلانماي، بەزىدە مېڭە تەرىپىگە ئۆرلىشى مۇمكىن. بۇنداق ئەھۋالدا كوزاز پەيدا بولۇر. تۆۋەنكى ئەزالاردىكى يىرىڭنىڭ سىبسىق بۇسلىرى مېڭە تەرەپكە ئۆرلىگەنلىكىنىڭ ئالامتى شۇكى، بىمارنىڭ ئۇچىسىدا تىترەك پەيدا بولۇپ، كۆزى قاراڭغۇلىشار، بېشى ۋە بوينى تەرلەر. قاچانكى كوزاز بولغان كىشىنى ھېچ تۇتسا، بېھوش ئادەمدەك سۆزلىسە، ساقىيىشىدىن ئۈمىد كۈتكىلى بولماس.

تەشەننۇجنىڭ كوزازدىن پەرقى شۇكى، تەشەننۇج كىرگەتنىڭ ھەرىكىتى بىلەن باشلىنار. كوزازنىڭ باشلىنىشىدا بولسا، كىرگەتلەر تارتىشىپ، ھەرىكەت قىلالماي، رۇس تۇرۇپ قالۇر. كوزاز بولغان كىشىنىڭ كۆزى ۋە يۈزى خەنناق بولغان ئادەمگە ئوخشاپ قالۇر، يەنى يۈزى قىزىرىپ، كۆزلىرى چاچراپ چىققۇدەك ھالەتكە كېلۇر ۋە بەزىدە بىمار كۆزلىرىنى پات ـ پات

ئېچىپ يۇمار ۋە كۆزدىن ياش ئاقار، چىشلىرى كىرىشىپ، ھېچ نەرسىنى يۇتالماس، ھېق تۇتار؛ بەزىدە يۇزىنىڭ كېرگەتلىرى تارتىشار، بىمار كۈلۈپ تۇرغان كىشىگە ئوخشاپ قالار؛ بەزىسىنىڭ بوينى ئالدى تەرىپىگە سوزۇلار، ئوڭ ۋە سول تەرەپكە بۇرىيالماس؛ بەزى بالىلارنىڭ قورساق كېرگەتلىرى بىر شەكىلدە تارتىشار ۋە قۇۋۇتتى دافئە (ھەيدىگۈچى قۇۋۇەت) نى يوق قىلۇر، كىچىك تەرىتى تۇتۇلار. بەزىسىنىڭ كېرگەتلىرى تارتىشىپ، بەزى تومۇرلىرى ئۇزۇلەر ياكى يېرىلار، كىچىك تەرىتى قان ئارىلاش كېلەر؛ بەزىلىرىنىڭ ئۇچەيلىرى ساق تۇرۇپ، سۆگەكنىڭ كېرگەتلىرى بىرەر سەۋەبتىن تارتىشىپ، چوڭ تەرىتىنى توختىتالماس. بەزى بىمارلاردا سوغۇق ئارتىپ كەتكەنلىكتىن، زورۇقۇپ، قۇلۇنجى (ئۇچەيدىكى توسۇلۇش) پەيدا بولۇر. كىچىك تەرىتى سۇدەك كۆپۈك ئارىلاش كېلەر. يەنى بۇنداق سۇيدۇكتە كۆپۈك كۆپ پەيدا بولۇر. يەلنىڭ كۆپلۈكى ۋە قويۇقلۇق سەۋەبىدىن بىمارنىڭ پەي ۋە كېرگەتلىرى تارتىشىپ، تولغنىپ ئورنىدىن قوزغىلىپ كېتەر.

ئالامىتى

ئىمتىلا ماددىلارنىڭ قېيىپ قېلىشىدىن بولغان كوزاز ۋە ئىششقىنىڭ تەسىرىدىن بولغان كوزازنىڭ ئالامەتلىرى، ئىمتىلادىن بولغان تەشەننۇجنىڭ ۋە ئىششقتىن بولغان تەشەننۇجنىڭ ئالامەتلىرىگە ئوخشار، كوزازنىڭ تۇرلىرىمۇ ئۇيقۇسىزلىقتىن ۋە ئاغرىقتىن خالىي بولالماس. بولۇپمۇ بۇنىڭدا بىمارنىڭ بېلى ۋە بوينى بەكرەك ئاغرار.

داۋالاش

ئىمتىلادىن بولغان كوزازنى داۋالاش ئۇسۇلى خۇددى ئىمتىلادىن بولغان تەشەننۇجنى داۋالاش ئۇسۇلى بىلەن ئوخشاشتۇر. يەنى، قۇرۇق كوزازنى داۋالاش ئۇسۇلى بىلەن قۇرۇق تەشەننۇجنى داۋالاشنىڭ ئۇسۇلى ئوخشىشار.

لېكىن، كوزاز كۆپىنچە سوغۇقتىن زورۇقۇش سەۋەبىدىن پەيدا بولسا، ھۆل ئىسسىقلىق زىماتىلارنى ۋە ھۆل ئىسسىق ياغلارنى ئىشلەتكەي. ئىسسىق ۋە مۇلايىملىققا مايىل بولۇر. ئىمتىلادىن بولغان كوزازدا بىمارنىڭ بېشىغا ھىجامەت قويسا مەنپەئەت قىلۇر. ئەگەر تەرلىسە بەدەننى سالقىنداتمىغاي. لېكىن، بىر پارچە يۇڭنى ھۆل قىلىپ، تەرنى سۈرتكەي. زەيتۇن يېغىنى نىمگەرىم (ئىلمان) قىلىپ بىمارنى ئولتۇرغۇزغاي.

ياۋا ئېشەك، شىر، ئېيىق، بۆرە، قوتاز قاتارلىق ھايۋاناتلارنىڭ چاۋسىنى قاينىتىپ، ئېرىتىپ، سۈزاپ يېغى، قۇندۇز قەھرى، قەنتەرىيۇنلار بىلەن ھۆقنە (كىلىزما) قىلسا ناھايىتى پايدىلىقتۇر. ھۆقنىدىن ئۇچيىي ئېچىشسا، ئېشەك سۈتىنى كالا يېغى ياكى دۈمبە يېغى بىلەن سۈيۇقلۇق تەييارلاپ ھۆقنە قىلغاي. قۇرۇق كوزازنىڭ كېرگەتلىرىگە سۈت سۈركەش لازىمدۇر.

زىغىر تالقىنى ۋە كۈنجۈت تالقىنىنىڭ ھەرقايسىسىدىن ئىككى ھەسسىدىن، شۇمشىدىن بىر ھەسسە ئېلىپ، ھەممىسىنى ئېشەك سۈتىدە كۈنجۈت يېغى بىلەن قاينىتىپ، كېرگەتلەرگە سۈركىسە پايدىلىقتۇر.

نۇسخىسى ئۆچكە چاۋسى، كالا پاچىقىنىڭ يىلىكى، دۈمبە يېغى ۋە كۈنجۈت يېغى قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرامدىن ئېلىپ، ئۇن قىلىپ ئارىلاشتۇرۇپ، ئۇنىڭغا نىشاستە (بۇغداي كالا سۈتىگە چىلاپ تەييارلىنىدىغان كىراخمال) نى سېپىپ كېرگەتلەرگە چاپقاي. بىمارنىڭ غىزاسىغا يۇمشاق ئاتىلا پىشۇرۇپ بەرگەي. يەنە بۇغداي سالغان مائۇللەھمى (گۆش سۈيى)، تۇخۇم سېرىقى، سېمىز توخۇنىڭ شورپىلىرىنى نانسىز ئىچىشكە بۇيرۇغاي. چۈنكى، چاينايدىغان يېمەكلىكلەر بىمارنىڭ گېلىغا تۇرۇپ قېلىپ، بۇرنىدىن چىقىپ، ئاغرىقنى زىيادە قىلۇر.

سەككىزىنچى باب بويۇن قىسىپ قېلىش توغرىسىدا

كىشىلەردە بىر ئەھۋال پەيدا بولۇركى، بۇنى تېۋىپلەر ئەرەب تىلىدا «لەۋ» دەر، بەزىدە «فەھىيدەج» دەپمۇ ئاتىلۇر. بۇ كۆپ ئۇچرار. بەزىدە بىر نەچچە كۈن تاڭام ۋە شارابنى زىيادە يېگەن - ئىچكەندىن بەدەندە ماددىلار تولۇپ، كېرگەتلەردە بۇخاراتلار يىغىلىپ قېلىشتىن بۇ خىل كېسەللىك پەيدا بولۇر. بۇ كېسەللىكنى ئەرەب تىلىدا «ئىكىيا» دەپ ئاتار. بۇنىڭدا بۇخاراتلارنىڭ كۆپلۈكى سەۋەبىدىن كېرگەت ۋە تومۇرلار تارتىشار. بۇنداق ھالەتتە بىمار تولغىنىپ كېرىلەر، ئەسنەر، كۆزى ۋە يۈزىنىڭ رەڭگى قىزىرار. بۇ خىل ئەھۋالنى تېبابەتتە «ئەللەۋ»، «فەھىيدەج» دەپ ئاتار. بۇ پارس تىلىدىن ئەرەب تىلىغا تەرجىمە قىلىنغان تېببىي ئاتالغۇ بولۇپ، «كېرىلگۈچى» دېگەن مەنىنى بىلدۈرەر.

ئالامتى ۋە داۋالاش

قاچانكى يۇقىرىقى ئەھۋاللار بەدەندە يۈز بېرىدىكەن، بۇلار ئىمتىلانىڭ ئالامتىدۇر. بۇنىڭ ئۈچۈن دەرھال بەدەننى تازىلاشقا مەشغۇل بولۇپ، قان ۋە سەپرانىڭ ماددىسىنى تۆۋەنلەتكەي. كۆپىنچە ئەھۋالدا ئىسسىق مىزاج كىشىلەر ئىمتىلا بولغان سەۋەبتىن سوغۇق سۇدىن راھەتلىنەر. چۈنكى، سوغۇق سۇ خىلتلارنى قوزغىلىشتىن توختىتار. يەنى بىمارغا قۇرۇق يۇمغاقسۇتنى شېكەر بىلەن تالقان قىلىپ بەرگەي.

ھەرۋاقىت بۇخارات ۋە يەلنىڭ ماددىسى كۆپرەك بولۇپ، بىمارنىڭ مىزاجى ئىسسىق بولمىسا، مۇدەببەر قىلىنغان ئېگىر بىلەن مۇدەببەر قىلىنمىغان ئېگىرنى قوشۇپ، سوقۇپ تالقان قىلىپ يېسە مەنپەئەتلىكتۇر، ئۇ يەلنى تارقىتار، بىمارنىڭ سۇبات تومۇرلىرىنى تۇتۇپ ۋە ئۇۋۇلاپ بەرگەي. بۇ كېسەلدە بىھوش بولۇشتەك بىر ھالەت كۆرۈلەر. بۇ ئاغرىق شۇ ھالتى بىلەن ۋاپات بولۇر. بۇ تومۇر روھنىڭ ئۆتەر يولىدۇر. ئۆتەر يولى باغلانسا، روھ بىر يەردە يىغىلىپ تۇرار. قاچانكى يول ئېچىلسا، روھ بىراقلا يۈرۈپ كېتەر ۋە مېڭە تەرەپكە يۈزلەنگەن بۇخاراتنى تارقىتار. لېكىن، بۇ تومۇرلارنى قاتتىق تۇتۇش خەتەرلىكتۇر. ئەگەر تۇتۇشقا تۇغرا كەلسە، قاتتىق ۋە كۆپ تۇتمىغاي. تومۇرنى تېز قويۇپ بەرگەي. تومۇرنى بىر نەپەس ئالغۇچە تۇتۇپ تۇرمىغاي، ئەگەر بىر نەپەس ئالغۇچە تۇتۇپ تۇرسا، چوڭ خەتەر يۈز بېرىشى مۇمكىن (بۇنى تەكرى ئەڭ ياخشى بىلگۈچىدۇر.)

بەشىنچى قىسىم باش ئاغرىقىنىڭ بايانى

بىرىنچى باب ماددىسىز ئىسسىقتىن بولغان باش ئاغرىقى توغرىسىدا

ماددىسىز ئىسسىقتىن بولغان باش ئاغرىقىنىڭ سەۋەبلىرى بەش تۈرلۈكتۇر. بىرىنچىسى، ئاپتاپتا، ئىسسىق هاممام (مۇنچا) دا، ئوتتا ياكى بەك ئىسسىق ئورۇندا تولا ئولتۇرۇش؛ ئىككىنچىسى، گەپنى كۆپ قىلىش ۋە كۆپ ئاڭلاش، ئۇنلۇك ئاۋازدا كىتاب ئوقۇش؛ ئۈچىنچىسى، بىرەر ئىشقا قاتتىق ئاچچىقلىنىش؛ تۆتىنچىسى، بەك ئىسسىق يېمەكلىكلەرنى يېيىش ۋە پۇراش؛ بەشىنچىسى، تائامنى هەر كۈنى ئادەتلەنگەن ۋاقىتتىن كېچىكتۈرۈپ يېيىشتىن باش ئاغرار.

ئالامىتى

باش ئاغرىقىنىڭ ئالامەتلىرىمۇ بەش تۈرلۈكتۇر: بىرىنچىسى، سوغۇق هاۋا، سوغۇق جاي ۋە سوغۇق نەرسىلەردىن بەك راهەت هېس قىلار؛ ئىككىنچىسى، ئۇسسۇزلۇقى قاتتىق بولۇر؛ ئۈچىنچىسى، ئۇخلىغاندا كۆزى، بۇرنى قۇرۇر؛ تۆتىنچىسى، بېشى ئېغىر بولۇر؛ بەشىنچىسى، كىچىك تەرىتى سۇيۇق بولۇر.

داۋالاش

بىمارغا سەندەل، گۈلاب، كافۇر، بىنەپشە، نېلۇپەر قاتارلىقلارغا ئوخشاش نەرسىلەرنى پۇراتقاي؛ گۈل يېغى، بىنەپشە يېغى ۋە نېلۇپەر يېغىغا گۈلاب هەم سىركىلەرنى قوشۇپ، سوۋۇتۇپ، باشنىڭ ئالدى تەرەپ مېڭىسىگە قويغاي.

هەرقايسى دورىلارنىڭ مقدارى: گۈل يېغى 30 گىرام، گۈلاب 30 گىرام، ياخشى سىركە ئالته گىرام ياكى 10 گىرام تەييارلغاي. بىمار مىزاجىنىڭ قۇرۇقلۇقى كۆچلۈكرەك بولسا، ياغنى سىركىدىن كۆپرەك قوشقاي. ئەگەر مىزاجىنىڭ قۇرۇقلۇقى ئوتتۇرا هال بولسا، سىركە بىلەن

ياغنى تەڭ مقداردا قىلغاي. ئەگەر بىمار مىزاجىنىڭ قۇرۇقلۇقى كەمرەك بولسا، ئۇچ ياكى تۆت ھەسسىگە بىر ھەسسە ياغ قوشۇپ، شۇ بويىچە كەم - زىيادە قىلماي بەرگەي.

ئەگەر سۆگەت يوپۇرمىقى، بېھى يوپۇرمىقى، سېمىزئوت بېغىشى، كاھۇ يوپۇرمىقى، ئىتئۈزۈمى (مارجان شوخلا)، غورا، تال يوپۇرمىقى ۋە ھۆل قومۇشنىڭ پۆپىكىنى سوقۇپ، گۈلاب يېغى ھەم سىركە بىلەن قوشۇپ مەلھەم تەييارلاپ، بىمارنىڭ بېشىغا چېپىپ بەرسە مەنپەئەت قىلۇر. بىمارنىڭ ھارارىتى كۆچلۈك بولسا، ئارپا تالقىنى، ئىسپىغۇل، گۈلاب، غورا سۈيى، سۆگەت سۈيى قاتارلىقلارغا ئوخشاش دورىلارنى سۈغا چىلاپ، ئۈنىڭ لوئابىنى بىمارنىڭ بېشىغا چاپقاي. لوئاب ئىسسىپ كەتسە ئۈنى يەنە سوۋۇتۇپ، قايتا چاپقاي. يەنى بۇ لوئابنى باشنىڭ ئارقىسىغا چاپقاي. چۈنكى، باشنىڭ ئارقىسى ئەزالاردىكى پۈتۈن نېرۋىلارنىڭ باشلىنىدىغان ۋە ئۆتىدىغان يېرى بولۇپ، سوغۇق تەبىئەتلىك لوئابلار پەيگە زىيان قىلۇر. گۈلابنى باشقا چاپسا مەنپەئەت قىلۇر. بىراق، ئاز چاپسا باش ئاغرىقىنى زىيادە قىلۇر. ئەگەر باشنىڭ ئاغرىقى كەمرەك بولسا، بۇ زىماتىلارنى سوغۇق ھالەتتە ئىستېمال قىلغان ياخشىدۇر. بابۇنە يېغىنى ئۈنىكىغا قوشۇپ سوغۇقلۇقنى ئېھتىياجغا قاراپ ئازايتقاي.

ئاپتاپتا تولا ئولتۇرغان سەۋەبتىن باش ئاغرىسا، تېز بايقاپ دەرھال ئىلاج قىلسا ئاسان ساقىيار. ئەگەر دەرھال ئىلاج قىلمىسا، بىمار خەتەرگە يۈزلىنىش ئېھتىماللىقى بولۇر. ئاپتاپنىڭ سەۋەبىدىن باش ئاغرىغاندا، بۇس - بۇخارات مېڭىگە ئۆرلەپ چىقار. شۇڭا، تېزراق ئىلاج قىلماق ۋە گۇمان قىلغان خىلىتلارنى بەدەندىن تازىلىماق لازىمدۇر. ئەگەر بەدەن تازىلانمىسا، چوڭ خەتەرنىڭ ئېھتىماللىقى بولۇر. گۇل يېغى ۋە ئاياللارنىڭ سۈتىنى سوۋۇتۇپ بىمارنىڭ بۇرنىغا تېمىتقاندا ئوبدان مەنپەئەت قىلار. بۇنداق بىمار ئارپا تالقىنىنى شېكەر بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكەي. بۇنداق بىمارلارغا كاشكاپ، ئىسپىغۇل، شېكەر، ئاچچىق ۋە تاتلىق ئانار سۈيىمۇ پايدا قىلار. بىمارنىڭ پەرھىز تامىقىغا غورا سۈيىنى، قاپاق ئېشىنى تەرخەمەك ئۇرۇقى بىلەن بەرگەي. يەنە سېمىزئوت ئۇرۇقىنى قېتىق بىلەن ياكى سېمىزئوت يوپۇرمىقىنى ئاچچىق ئانار، تاتلىق ئانار ۋە غورا سۈيى بىلەن تەڭ مقداردا بەرگەي. ئەگەر تەبىئىتى قۇرۇق بولسا، بۇ دورىنى ئەينۈلا سۈيى ۋە خەربەق سۈيى بىلەن تەييارلاپ بەرگەي. ئۇششاق بېلىقنى سىركە بىلەن پىشۇرۇپ بەرسىمۇ مۇۋاپىق كېلۇر. ئەگەر ھېچقايسىسى تېپىلمىسا، نانى مەغسۇل ئوبدان مەنپەئەت قىلۇر.

نانى مەغسۇلنى تەييارلاش ئۇسۇلى نانىنى سوغۇق سۈغا سېلىپ، بىر سائەت تۇرغۇزۇپ، سۈيىنى تۆكۈۋېتىپ، يېڭى سۇ قۇيۇپ يەنە بىر سائەت تۇرغۇزغاندىن كېيىن سۈيىنى تۆكۈۋېتىپ، نانىنى ئاچچىق قېتىق ياكى ئانار سۈيى ياكى غور سۈيى بىلەن قوشۇپ بىمارغا يېگۈزگەي. ئەگەر ئۇيقۇسىزلىقتىن بىئارام بولسا، كاھۇ يوپۇرمىقى، ھۆل قاپاق، ئىسپىناخ

(پالەك) قاتارلىق كۆكتاتلار بىلەن سامبۇسا قىلىپ، بىمارغا يېگۈزگەي. ئامۇت، ئالما، بېھى، ئاچچىق ئانار ۋە لىمونغا ئوخشاش بارلىق سوغۇق مېۋىلەر پايدا قىلۇر. بىمارغا تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، تاتلىق قاپاق ئۇرۇقى مېغىزىنى سېمىزئوت ئۇرۇقى بىلەن بىرگە سوقۇپ تالقان قىلىپ، شېكەر بىلەن قوشۇپ بەرسە بەك پايدىلىقتۇر.

ئىككىنچى باب سەپرادىن بولغان باش ئاغرىقى توغرىسىدا

ئالامىتى

سەپرادىن بولغان باش ئاغرىقىنىڭ ئالامەتلىرى يەتتە تۈرلۈكتۇر: بىرىنچى، بىمارنىڭ يۈزى سارغىيىپ، بەدىنى زەئىپلىشەر؛ ئىككىنچى، ئاغزى ئاچچىق بولۇر، كۆپ ئۇسسار، تىلى يوغىنار؛ ئۈچىنچى، باش ئىچىدە ئېچىشىش پەيدا بولۇر؛ تۆتىنچى، كەم ئۇخلايدىغان بولۇپ، كۆزى، بۇرنى قۇرغاقلىشار؛ بەشىنچى، تومۇرى ئىتتىك سالۇر؛ ئالتىنچى، كۆزگە ئۇششاق نەرسىلەر كۆرۈنىدىغان بولۇپ قالۇر؛ يەتتىنچى، تېز ئاچچىقى كېلىدىغان ۋە ئاسان تېرىكىدىغان بولۇپ قالۇر.

داۋالاش

سەپرا خىلىتىنى تەنقىيە قىلىپ، قىزىتمىنى پەسەيتىش لازىمدۇر. ئەگەر بىمارنىڭ قىزىتمىسى بەك ئۆرلەپ كەتسە، بىنەپشە شەربىتى، بىنەپشە تالقىنى، ئەينۇلا شەربىتى مۇۋاپىق كېلۇر. مېۋىلەرنىڭ سۈيى، تەمرى ھىندى سۈيى، ئاچچىق ۋە تاتلىق ئانار سۈيى ۋە شىرخىست قاتارلىقلارنى بېرىپ، بىمارنىڭ بەدىنىنى تازىلىغاي. بۇنداق قىلغاندا ئىككى مەقسەت بىراقلا ھەل بولۇر. بەزىدە ھارارەت بەك كۈچىيىپ كەتسە، مەتبۇخى ھېلىلە (ھېلىلە قاياتىمسى) ۋە نۇقۇئى سەبرە (سەبرە سۈيى) قاتارلىقلارنى ئىچكۈزۈپ، بىمارنىڭ بەدىنىنى تازىلىغاي. يەنە بۇنىڭغا سىركەنجۈبىل، غورا شەربىتىنى بېرىش مۇۋاپىقتۇر. مۇناسىۋەتلىك ئۇرۇقلارنىڭ سۈيى بىلەن شېكەر قىزىتمىنى پەسەيتەر.

گال (بوغۇز)دا ۋە كۆكرەكتە يىرىكلىك بولسا، بىنەپشە شەربىتى بىلەن ئەينۇلا شەربىتىنى ۋە ئىسپىغۇل لوئابىنى بەرسە مەنپەئەت قىلۇر. قاچانكى، مېڭىدىكى بۇخاراتنى ياندۇرۇش، قىزىتمىنى پەسەيتىش زۆرۈرىيىتى تۇغۇلسا، بىمارغا ئىسپىغۇل شەربىتى بىلەن شېكەر شەربىتىنى

بېرىشتىن باشقا مۇۋاپىقراق ئىلاج يوقتۇر.

ئەگەر قۇرۇق يۇمغاقسۇت، بىنەپشە، قىزىلگۈل قاتارلىقلارنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، بۇ ئۇچىنىڭ مىقداردا شېكەر قوشۇپ، ھەر كۈنى ئەتىگەن ۋە كەچتە ئالتە گىرام ياكى ئون گىرامدىن سوغۇق سۇ بىلەن ئىچسە، بۇس - بۇخاراتنى مېڭدىن ياندۇرۇپ قىزىتمىنى پەسەيتۇر.

ئەگەر تەبئىتى قۇرۇق بولۇپ، قورسىقىدا يەل ۋە كوركىراش بولسا، سوپۇن بىلەن شامچە ياساپ مەقئەتكە كىرگۈزگەي. بۇنى بىمارنىڭ تەبئىتى تۆۋەنلىگەنگە قەدەر داۋاملاشتۇرغاي. تۇغرىغىنى كۆپرەك تۇز سۈيىگە سېلىپ، ئازراق يۇڭنى بۇ سۇدا ھۆل قىلىپ، مەقئەتكە كىرگۈزۈپ قويغاي. بىمارنىڭ بەدىنى تازىلانغاندىن كېيىن، بىنەپشە سۈيى، نېلۇپەر سۈيى، سۆگەت سۈيى، گۈلاب، كاھۇ سۈيى، شوخلا سۈيى قاتارلىق دورىلار بىمارنىڭ بېشىغا چېپىلغاي. بۇ ھەقتە ئالدىنقى بابتا بايان قىلىندى.

ئەگەر كىشىدە ئۇيقۇسىزلىق ۋە مېڭىنىڭ قۇرۇقلۇقىدىن باش ئاغرىقى پەيدا بولسا، يۇقىرىدا كۆرسىتىلگەن سۇلارنى بىنەپشە يېغى، نېلۇپەر يېغى ۋە سۆگەت يېغى بىلەن ئىستىمال قىلسا مەنپەئەت قىلۇر.

ئەگەر بىمارنىڭ بەدىنى تازىلانغان بولسا، بۇرنىغا ئايال كىشىنىڭ سۈتى، تاتلىق قاپاق ئۇرۇقى يېغى، تەرخەمەك ئۇرۇقى يېغى، نېلۇپەر يېغى ۋە كاھۇ سۈيى قاتارلىقلارنى بۇرنىغا تېمىتقاي. بۇ دورىلار ئۇيقۇسى قاچقان، مېڭىسىنىڭ قۇرۇقلۇقى ئاشقان كىشىلەرگە ئوبدان مەنپەئەت قىلۇر.

مېڭە قۇرۇقلۇقى ئاشقان بىمارنىڭ بېشىغا ئايال كىشىنىڭ سۈتى ياكى ئېشەك سۈتى چاپسا پايدا قىلۇر. ئەگەر بىمارنىڭ بەدىنى ئاجىز بولسا، سۈتىنىڭ ئورنىدا بىنەپشە، نېلۇپەر، ئاق لەيلى، كۆكنار، ئاق ئەتىرگۈل، ئارپا كۆجىسى، ئازراق بابۇنە قاتارلىق دورىلارنى سۇدا قاينىتىپ، بۇ سۇغا بىنەپشە يېغىنى سېلىپ، بىمارنى مۇشۇ سۇ ئۇستىدە ئولتۇرغۇزغاي، ھورنىڭ چىقىپ كەتمەسلىكى ئۈچۈن، بېشىغا بىر نەرسە يېپىپ چۈمكەپ قويغاي. قاچانكى، بۇ تەدبىرلەرنى قىلىپ، بىر ھەپتە ئۆتكەندىن كېيىنمۇ بىمارنىڭ باش ئاغرىقى يەنىلا توختىمىسا ھەم ماددىنى تارقىتىشقا ھاجەت بولسا، بۇ چاغدا بابۇنە، ئاق لەيلىگۈلى قاتارلىق دورىلارنى بېشىغا چاپقاي. ئەگەر قىزىتما بولمىسا، مۇنچىغا كىرىپ، بېشىغا ئىسسىق سۇنى كۆپلەپ قويغاي، مۇنچىدىن چىققاندىن كېيىن سىركە بىلەن كاھۇ تائامنى يەپ، بابۇنە يېغىنى سۈركىگەي. ئەگەر قىزىتما بولسا، بۇ ياغنى سۈركەشتىن ساقلىنىش لازىمدۇر. ئۇنىڭ ئورنىغا سىركە، گۈلاب، سەندەل، كافۇر ۋە بىنەپشە قاتارلىق دورىلارنى بىمارنىڭ بۇرنىغا پۈرىتىش كېرەكتۇر.

ئەينۇلا شەربىتى

نۇسخىسى قارىئۆرۈكنى توپىسى پاك - پاكىز چىقىپ كەتكۈچە ئوبدان يۇيۇپ، ئۇنى سۇغا چىلاپ، ئۇنىڭغا يەنە ئۆچ ئىلىك ئاشقۇچە سۇ قۇيۇپ قايناتقاي، ئاندىن قولىدا ئېزىپ، ئىلگىرىكى قۇيغان سۇغا گۈلاب قوشۇپ سۈزۈش لازىم. ئاندىن سۇنىڭ يېرىمىچىلىك شېكەر قوشۇپ قىيام قىلىپ بىمارغا بېرىش ئارقىلىق، چوڭ تەرتىنى يۇمشاتقاي. ئىسسىقتىن بولغان ئاغرىقلارغا بۇ دورا پايدا قىلۇر. ئەگەر ھاجەت بولسا، بىر گىرام ياكى يېرىم گىرام مەھمۇدەنى ئۇنىڭغا سېلىپ ئېزىپ بەرسە ئوبدان تەسىر قىلۇر.

تەبئەتنى يۇمشىتىدىغان جۇلاپ شەربىتى

تەسىرى بۇ دورا كۆكرەكتە يىرىڭ بولغاندا ئۇنى سىلىقلاشتۇرۇش رولىغا ئىگە. قىزىتما سەۋەبىدىن بولغان قۇلۇنجى، لەقۋا، پالەچ بولغان كىشىگە بۇ جۇلابقا سۇ قوشۇپ ئىچكۈزسە، مائۇلھەسەلنىڭ ئورنىدا مەنپەئەت قىلۇر.

نۇسخىسى بىر يېرىم كىلوگىرام سۇغا 500 گىرام شېكەر سېلىپ سۇس ئوتتا قاينىتىپ، كۆپۈكنى ئېلىۋېتىپ قىيامغا كەلتۈرۈپ، سوغۇق سۇ قوشۇپ، بىمارغا ئىچكۈزگەي. ئەگەر قىزىتمىسى بەك يۇقىرى بولسا، شېكەرنىڭ ھەر 500 گىرامغا 500 گىرام ئىسپىغۇل لوئابى، بىر يېرىم كىلو سۇ ياكى گۈلاب قوشۇپ، قاينىتىپ قىيام قىلىپ ئىچكۈزگەي.

مەتبۇخى ھېلىلە

نۇسخىسى 60 گىرام پوستى ئاقلانغان سېرىق ھېلىلە پوستىنى 500 گىرام سۇدا قاينىتىپ، تەڭ يېرىمى قالغاندا سۈزۈپ، 100 گىرام شىرخىست بىلەن بۇ مەتبۇخنى 239 گىرامدىن ئارىلاشتۇرۇپ، بىمارغا ئىچكۈزگەي. ئەگەر شىرخىست تېپىلمىسا، 100 گىرام جۇلاپ (قىزىلگۈل سۈيى) نى 120 گىرام زەنجۈبىل بىلەن قوشۇپ بىمارغا ئىچكۈزگەي.

بەزىلەر ھېلىلىنىڭ نۇسخىسىنى مۇنداق تەييارلايدۇ: 100 گىرام سېرىق ھېلىلىنىڭ ئاقلانغان پوستىنى سوقۇپ، 100 گىرام قارىئۆرۈك سۈيىنى قۇيۇپ، ھېلىلىنىڭ قۇۋۇتىنى سۇغا چىققانغا قەدەر ئېزىپ، ئاندىن 100 گىرام جۇلاپ بىلەن 100 گىرام تەرەنجىبىنىنى سېلىپ سۈزۈپ بىمارغا ئىچكۈزگەي.

ھېللە نۇقۇئى (ھېللە چىلانمىسى)

نۇسخىسى سېرىق ھېللە پوستى، تەمرى ھىندى، ئۇرۇقىدىن ئايرىلغان ئۇرۇم، چىلان ۋە سەرپىستان قاتارلىق دورىلارنىڭ ھەرقايسىسىدىن 100 گرامدىن، فۇلۇس، قۇرۇق بىنەپشىنىڭ ھەرقايسىسىدىن 36 گرامدىن، قارىئۆرۈك 12 دانە ھەممىسىنى بىر كىلو 500 گرام ئىسسىق سۇغا بىر سوتكا چىلاپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە بۇ سۇدىن 230 گرامنى سۈزۈپ، 60 گرام شېكەر قوشۇپ بىمارغا ئىچكۈزگەي.

يەڭگىل سۈرگە دورىسىنىڭ نۇسخىسى

نۇسخىسى ناخۇش ئانارنىڭ پوستىنى ئاجرىتىپ، لېپشى بىلەن سوقۇپ، سىقىپ 300 گرامنى 100 گرام جۇلاپ ۋە شىرخىست بىلەن قوشۇپ ئىچكەي.

مەتبۇخى بىنەپشە

نۇسخىسى چىلان 20 دانە، پوستى ئاقلىنىپ چالا سوقۇلغان چۈچۈكبۇيا يىلتىزى 30 گرام، قۇرۇق بىنەپشە 21 گرام. بۇلارنى قاينىتىپ، سۈزۈپ، سۈيىگە 60 گرام تەرەنجىبىن، 60 گرام فۇلۇسنى ئېزىپ، قوشۇپ، بىمارغا ئىچكۈزگەي.

ھەببى بىنەپشە

نۇسخىسى بىنەپشە ئۇچ گرام، قىزىلگۈل بىر يېرىم گرام، بۇلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئىسپىغۇلنىڭ لوئابى بىلەن يۇغۇرۇپ ھەب تەييارلاپ بەرگەي.

نۇقۇئى سەبرە

نۇسخىسى 500 گرام كاسنە سۇيى، 60 گرام سەبرە سوقۇتىرى، ھەر ئىككىسىنى بىر شېشىگە سېلىپ، ئاپتاپتا قويۇپ، زۆرۈر بولغاندا 100 گرامدىن ئىچكەي.

ئەگەر كىشىنىڭ بەل تۆۋىنىدە ئېچىشىش ياكى ئاغرىش بولسا، ھەرقايسى شەربەتكە ئۇچ گىرام كەتىرانى ئېزىپ ئىچسە پايدا قىلىدۇر. ئەگەر بىمارنىڭ ھارارىتى (قىزىتمىسى) كۆچلۈك بولسا، بوغۇزى ۋە كۆكسى يىرىك بولمىسا، ئازراق سىركىنى ئىسسىق سۇغا چىلاپ ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزسە، بىمارنىڭ تەبئىتىنى يۇمشىتىپ، سەپرانى سۈرۈپ چىقرار.

باشقا چېپىلىدىغان مەلھەم

نۇسخىسى كاھۇ ئۇرۇقى، شىيافى مامىسا، قىزىل سەندەل، ئاق سەندەل، ئاق گۈل، سپارى قاتارلىقلاردىن بىر ھەسسە (ئۇچ گىرام)، ئەپيۇن يېرىم ھەسسە (بىر يېرىم گىرام)، بۇلارنى سوقۇپ، تاسقاپ، سىركە ۋە گۈلاب بىلەن ھۆل قىلىپ باشقا چاپقاي. بىر پارچە لاتىنى سىركىدە ھۆل قىلىپ، بىمارنىڭ بېشىغا چاپقان مەلھەمنىڭ ئۈستىگە يېپىلغاي. ئەگەر بىمارنىڭ ئاغرىقى بىتاقەت بولسا ھەم قۇۋۇتى كۆچلۈك، قىزىتمىسى قاتتىق بولسا، كاھۇ (قارا سۇنا) سۈيىدە ئەپيۇننى ئېزىپ بىمارنىڭ بېشىغا چاپقاي. ئەگەر، ئاغرىقى يەنىلا پەسەيمىسە، بەك قاتتىق بولۇپ، بىتاقەت قىلسا، ئىككى نوقۇت مىقداردا كافۇر، ئىككى نوقۇت مىقداردا ئەپيۇننى بىنەپشە يېغى ياكى سۆگەت يېغىدا ئېزىپ، بىمارنىڭ قۇلقى ۋە بۇرنىغا تېمتقاي. بايان قىلىنغان بۇ دورىلارنى بىمارغا سۈرگە دورىسى بېرىپ، بەدىنى تازىلىنىپ بولغاندىن كېيىن ئىشلەتكەي. بىمارغا يۇقىرىدا ئۆتكەن بابتا كۆرسىتىلگەن غىزالارنى بەرگەي.

ئەگەر ئاشقازاندا سەپرا خىلىتى بولسا، باشنىڭ ئاغرىشى ئاشقازانغا مۇناسىۋەتلىك بولۇر. بۇ سەۋەبتىن بولغان باش ئاغرىقىنىڭ ئالامىتى شۇكى، كۆكۈل ئېلىشار، تائام يېگۈسى كەلمەس، يېسىمۇ ئاشقازىنى ھەزىم قىلالماس، ئاشقازىنى تائامدىن خالىي بولغىچە بېشىنىڭ ئاغرىقى كۈچىيەر، ئۇسسۇزلۇقى ئېشىپ، ئاغزى ئاچچىق بولۇر. بۇنىڭ ئىلاجىنى مۇنداق قىلغاي: ئاۋۇال، بىمارغا قەي قىلدۇرۇش تەدبىرىنى قوللانغاي. بولۇپمۇ سىركەنجۈبىل ۋە ئىلمان سۇ بىلەن يېگۈى بېلىقنى بەرسە، سىركەنجۈبىلنى تەرخەمەك يوپۇرمىقى سۈيى بىلەن ئىچكۈزسە، بىمار تولۇق قەي قىلۇر. ھەر ئەتىگەندە بىر نەچچە چىشلەم نانىنى غورا سۈيى ياكى غورا شەربىتى، ئانار شەربىتى ۋە ياكى تاش ئالما شەربىتى بىلەن ئىچكۈزگەي. بىمارنىڭ بېشىغا سىركە، گۈلاب، گۈل يېغى چاپقاي.

سەپرا خىلىتىنى بەدەندىن سۈرۈپ چىقرىش زۆرۈر بولسا، بۇنىڭ تەدبىرى تۆۋەندە بايان قىلىنۇر. سۈرگە بەرگەندىن كېيىن، بابۇنە، ئاموت يوپۇرمىقى ۋە قىزىلگۈلنى سۇدا قايىنىتىپ،

بىمارنىڭ بېشىنى شۇ سۇ بىلەن يۇغاي، بابۇنە يېغى ياكى ئامۇت يېغى قوشۇپ، تېرەك يېلىمنى ئۇنىڭ بىلەن ئېزىپ، بىمارنىڭ بېشىغا چاپقاي. بۇ ئىلاجدىن بىمارنىڭ مېڭىسى قۇۋۋىتى تاپىۇر. ئەگەر سەرۋى تېرەك يوپۇرمىقىنى بۇ ياغلار بىلەن قاينىتىسا ياخشىدۇر. سېرىق هېلىلىنى ئايارەج پەيقرا بىلەن يۇغۇرۇپ، ئىستېمال قىلسا بەدىنىنى تازىلاشتا ناهايىتى ياخشى ئۇنۇم بېرەر.

ئۇچىنچى باب قانىنىڭ غالىبلىقىدىن پەيدا بولغان باش ئاغرىقى توغرىسىدا

ئالامتى

باشنىڭ قاندىن ئاغرىغانلىقىنىڭ ئالامتى بەش تۈرلۈكتۇر: بىرىنچىسى، بىمارنىڭ بېشى، كۆزى ئېغىر بولۇر، شۇنداقلا پۈتۈن ئەزالىرىمۇ ئېغىرلىشىپ، بەدىنىدە سەۋەبسىز هالدا بوشاڭلىق كۆرۈلۈر؛ ئىككىنچىسى، بىمار تولا مۇگدەيدىغان، ئۇيقۇچان، كېرىلگەك ۋە ئەسنىگەك بولۇپ قالۇر؛ ئۈچىنچىسى، ئاغزى تاتلىق بولۇر؛ تۆتىنچىسى، يۈزى، كۆزى قىزىرىپ قالۇر ۋە تومۇرلىرى كۆپۈپ تۇرۇر؛ بەشىنچىسى، بەدىنىدە ئۇششاق مۇدۇر - چاقىلار پەيدا بولۇر، چۈشىدە قىزىل نەرسىلەرنى تولا كۆرەر ۋە ئۆزىنى غەرق قان ئىچىدە كۆرەر، بېشىنى توختىماي تاتىلار، بۇرنىدىن، چىشلىرىدىن، سوگىدىن قان كېلىدىغان بولۇپ قالۇر.

داۋالاش

بۇنىڭدا قېيفال تومۇر ياكى هەفتى ئەندام تومۇرىدىن قان ئالغاي. يەنى بىمارنىڭ بەدەن قۇۋۋىتى، ئۆمرى ۋە يىل ئەهۋالىغا قاراپ تۇرۇپ قان ئالغاي. بىمارنىڭ بەدەن قۇۋۋىتى زەئىپ بولسا، هىجامەت (لوكقا) قويغاي. قان ئالغاندىن كېيىن، بۇ بابتا بايان قىلىنغان مەتبۇخى هېلىلە قاتارلىق دورىلار بىلەن چوڭ تەرەتنى يۇمشاتقاي. شەربەت، غىزا، نۇتۇل (يۇيۇنۇش يەرلىك ئورۇنغا تۆكۈلىدىغان سۇيۇق دورا) ۋە مەلهەم قاتارلىقلارنىڭ هەممىسىنى يۇقىرىدىكى ئۇسۇلدا قىلغاي. ئەگەر بۇ دورىلارنى ئىشلىتىپمۇ باش ئاغرىقى پەسەيمىسە، بىمارنىڭ بۇرۇن تومۇرى ياكى پېشانە تومۇرى ياكى سافىن تومۇرىدىن قان ئالغاي ياكى پاچىقىغا هىجامەت قويۇپ قان شوراتقاي.

تۆتىنچى باب سوغۇقتىن پەيدا بولغان ماددىسىز باش ئاغرىقى توغرىسىدا

ئالامىتى

بۇ كېسەللىكنىڭ ئالامەتلىرى ئۇچ تۈرلۈكتۇر، بىرىنچىسى، بىمارنىڭ باش ۋە كۆزىدە قىزىقلىق بولماس، ئەمما بۇرنىدىن توختىماي سۇ ئاقار؛ ئىككىنچىسى، بۇزۇق خىيال ۋە ئەندىشىلەرنى تولا قىلار ھەمدە ئەخلاقسىز ۋە بەتخۇي بولۇپ قالۇر. ئۇچىنچىسى، بىمارنىڭ چوڭ تەرىتى ئاق، سۇيۇق كېلۇر.

داۋالاش

ھەكىم جالىنۇس بۇ خىل ئاغرىقنى داۋالاش ئۈسۈلى ھەققىدە تۆۋەندىكىلەرنى ئېنىق كۆرسەتكەن.

ھەرقانداق بىر ئاغرىق ماددىسىز سوغۇقتىن ياكى ماددىسىز ئىسسىقتىن بولسا، ئۇنى داۋالاش قېيىن ئەمەس. باش ماددىسىز سوغۇقتىن ئاغرىغان بولسا سۈزاپ يېغىنى ئىسسىتىپ چاپسا مەنپەئەت قىلۇر. ئەگەر سوغۇقلۇقى بەك غالىب بولسا، بۇ ياغقا پەرپىيۇن سالغاي. سەۋسەن يېغى، قۇستە يېغى، يەسمەن يېغى، مەرزەنجۇش يېغى، ھەببۇلغار يېغى قاتارلىقلارنىڭ ھەممىسى بۇ ئاغرىققا پايدىلىقتۇر. بۇ ياغلارنى ئىسسىتىپ باشقا قويسا پايدا قىلۇر. سىرىقچېچەك ۋە بابۇنىنى سۇدا قاينىتىپ، سۈيىنى بىمارنىڭ بېشىغا قۇيۇش لازىمدۇر. سامساق يېگۈزۈش، ئىپار پۇرىتىش، سىركىنى كۈلگە ئارىلاشتۇرۇپ، بىمارنىڭ بېشىغا چېپىش قاتارلىق ئۇسۇللار ئارقىلىق سوغۇقتىن ئاغرىغان باش ئاغرىقىنى داۋالىغىلى بولار. ئەگەر بىمارنىڭ بەدىنىدە ئۆتكۈر خىلىت بولمىسا، يالاڭباش ھالدا ئاپتاپتا ئولتۇرسىمۇ پايدا قىلۇر. خۇشبۇي شارابنى زىرە بىلەن ئىستېمال قىلسا پايدا قىلۇر. بەدىيان، ئەنسۇن، كەرەپشە ئۇرۇقى، پىياز، سەۋزە ئۇرۇقى، پەتەرئاسالىيۇن (ياۋا كەرەپشە) ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلارمۇ بۇ خىل ئاغرىققا پايدا قىلۇر.

ئەگەر ئاشقازاندا مېڭىگە ئۆرلەيدىغان يامان خىلتىلار پەيدا بولماي، بىمارغا سوغۇق شامال تەگكەن ياكى سوغۇق ئۆتكەن بولسا، غىزانى كەم بەرگەي. چوڭ تەرىتى يۇمشىغانغا قەدەر ئۇنىڭغا سۇرگە دورىسى بەرگەي. بىمار سوغۇق ھاۋاغا چىقىشتىن ساقلانغاي. بەدىنىگە ۋە كۆكلىگە ئازار يېتىدىغان سۆز ـ ھەرىكەتلەردىن، جىما (جىنسىي ئالاقە)نى كۆپ قىلىشتىن ۋە غەم ـ ئەندىشىگە ئوخشاش ئەھۋاللاردىن ئېھتىيات قىلغاي. بىمارنىڭ غىزاسىغا نوقۇت سۇيى، زەيتۇن

يېغى، گەندىنا (كۈدە)، سۇزاپ، قىچا ئۇرۇقى، تاغ زىرىسى، پىلپىل، ھىلگ، سامساق قاتارلىق دورىلارنى تەييارلاپ بەرگەي. بىمارنىڭ تەبىئىتى قۇرۇق بولسا، ئالقاتىنى قىچا ۋە ئابكامە (ئاچچىقسۇ)دە ئۇزۇن تۇرغۇزۇپ، قۇرۇق ئەنجۈر (ئەنجۈر قېقى)نى مائۇلھەسەل بىلەن ھۆل قىلىپ يېگۈزگەي.

بەشىنچى باب سوغۇقتىن (بەلغەمدىن) بولغان ماددىلىق باش ئاغرىقى توغرىسىدا

ئالامىتى

بىمارنىڭ ئاغرىقى بەلغەمدىن بولسا، ئۇنىڭ ئالامىتى يەتتە تۈرلۈك بولۇر: بىرىنچىسى، بىمارنىڭ باش ۋە كۆزى ئېغىر بولۇر؛ ئىككىنچىسى، بەدىنى بوش، ھەربىكەت قىلىشقا ئېرىنگەك، ھۇرۇن بولۇر؛ ئۈچىنچىسى، ئۈيقۇسى ئېغىر، بەك ئۈيقۇچان بولۇر؛ تۆتىنچىسى، ئۇنتۇغاق بولۇر؛ بەشىنچىسى، بىمارنىڭ بۇرنى ۋە ئاغزىدىن سۇ تولا كېلۇر، كۆزىدىن ياش كۆپ ئاقۇر ۋە سۇ ئىچىشنى خالىماس؛ ئالتىنچىسى، كىچىك تەرىتى قويۇق ۋە ئاق كېلۇر؛ يەتتىنچىسى، تومۇرى ئاستا، رىتىمسىز سالۇر.

باش ئاغرىقىنىڭ ماددىسى قايسى خىلىتتىن ئىكەنلىكىنى بىمارنىڭ يۈز - كۆزىنىڭ رەڭگىدىن بىلگىلى بولۇر. ئۇ بىرەر كېسەللىككە سەۋەب بولماي، بەدەنىدە توختىغان بولسا، ئاغرىقنىڭ سەۋەبىدىن خىلىت ئاشۇ ئەزادا توختاپ تۇرار. شۇنىڭ ئۈچۈن ئاغرىغان ئەزا بوش ۋە ناچار بولۇر. پۈتۈن بەدەندىكى خىلىتلار شۇ ئەزاغا يىغىلار. ئۇ ئەزا خىلىتلارنى ئورنىدىن قوزغاپ يىراقلاشتۇرالماس. باش ئاغرىقنىڭ ماددىسى بەلغەمدىن بولسا، ئاغرىق بار ئورۇنغا ياكى ئۇنىڭ ئەتراپىغا قان خىلىتى يىغىلسا، بۇ سەۋەبتىن بىمارنىڭ يۈزى ۋە كۆزى قىزىرار. ئۇنى سىلىغاندا ئىسسىق بىلىنەر.

داۋالاش

ھەببى ئىستەمخىقۇن، ھەببى قوقىيا، ھەببى سەبرە، ھەببى شەبىيار، ئايارەج پەيقىرا ۋە شەھمەنزەلنىڭ لېشى قاتارلىق دورىلار بىلەن بەدەننى بەلغەمدىن تازىلىغاي. ئەگەر مۇمكىن بولسا ھۆقنە قىلغاي. بۇ ھەقتە يۇقىرىقى بابتا بايان قىلىندى. بىمارغا سۇرگە بەرگەندىن كېيىن، غار - غار قىلىپ ئىسسىق ياغلارنى بېشىغا چاپقاي، بۇرنىغا تېمىتقاي ۋە مۇۋاپىق نۇتۇللارنى بىمارنىڭ بېشىغا تۆككەي، ئەفتىمۇن ئۇچ گىرام، رۇمبەدىيان ئىككى گىرام، مۇقەل ۋە كەتىرا

ھەرقايسىسىدىن بىر يېرىم گىرام، بۇ دورىلارنى سوقۇپ تالقانلاپ، كەرەپشە سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ بەرگەي. ئەگەر ھاجەت بولسا، ئايارەج رۇفس، ئايارەج جالنۇس ۋە ئايارەج لوغانزىيا قاتارلىق دورىلار بىلەن قوشۇپ يېيىشكە بۇيرۇغاي. يۇھەننا ئىبنى ماسۇيە تەجربە قىلغان نۇسخا: ئايارەج پەيقرا 21 گىرام، كابۇل ھېلىلىسى 12 گىرام، ھىندىستان تۇزى (نەمەك ھىندى) ۋە كەرەپشە ئۇرۇقى توققۇز گىرام ، پەراسيوننىڭ ھەربىرىدىن توققۇز گىرامدىن، تۇربۇت 30 گىرام، چاققاقئوت ئۇرۇقى، ئەفتمۇن ھەربىرىدىن 12 گىرامدىن، بۇلارنىڭ ھەممىسىنى سوقۇپ تالقان قىلىپ، قارىمۇچ چوكۇلۇقدا كۈملاچ ياساپ، ھەر قېتىم يەنى بۇنى ئالتە گىرام ياكى 6 ~ 8 گىرامدىن يېگۈزگەي. يەنى بۇنى ئۇچ ئاخشامدا يېگۈزۈپ بولغاي.

ھەببى ئايارەج

نۇسخىسى ئايارەج پەيقرا ئۇچ گىرام، شەھمەنزەل لېشى، ھىندىستان تۇزى (نەمەك ھىندى) ھەرقايسىسىدىن ئۇچ گىرامدىن، مەھمۇدە، رۇمبەدىيان، ئۇدخام ھەرقايسىسىدىن بىر يېرىم گىرامدىن، مۇقەل بىر يېرىم گىرام، بۇ دورىلارنى تالقان قىلىپ يۇغۇرۇپ، كۈملاچ ياساپ، ئىستېمال قىلسا پايدا قىلۇر. ئەگەر پايدا قىلسا، ئايارەج ئەركاغانىس 12 گىرام، ئەفتمۇن 21 گىرام، ئۇرۇقدىن ئاجرىتىلغان ئۇزۇم 60 گىرام، بۇلارنى 500 گىرام سۇدا قاينىتىپ، يېرىمى قالغاندا سۈزۈپ، ئايارەجنى شۇنىڭدا ئېزىپ، ئۇچ گىرام قاتتىق تۇز بىلەن بىمارغا ناشتىدا يېيىشكە بېرىشكە بۇيرۇغاي.

غار ـ غار (ئېغىز چايقاش) نۇسخىسى (1)

نۇسخىسى: ئايارەج پەيقرا ۋە ئاقىرقەرھانى سوقۇپ تاسقاپ، سىركەنجۈبىل بىلەن يۇغۇرۇپ، ئەنسىل (ياۋا پىياز) سىركىسى بىلەن ئېزىپ، سۈيىدە ئېغىزنى چايقىغاي.

غار ـ غار نۇسخىسى (2)

نۇسخىسى قۇرۇق مەرزەنجۇش، سۆئىتەر (يالپۇز)، ئاچچىق ئانار ئۇرۇقى، سەبرە قاتارلىقلارنىڭ ھەرقايسىسىدىن ئۇچ گىرامدىن ئېلىپ، سوقۇپ، ھەسەل ۋە سىركەنجۈبىل بىلەن ئېزىپ، سۈيىدە ئېغىزنى چايقىغاي.

نۇتۇل نۇسخىسى

نۇسخىسى: سەھرا (ياۋا) پۇدىنىسى، بابۇنە، ئىكلىلمىلىك (قۇشقاچ تىرنىقى دەپمۇ ئاتىلىدۇ)، سۆئىتەر (يالپۇز)، مەرزەنجۇش، بويى مادران، سېرىقچېچەك، بەرگى غار (غار يوپۇرمقى) قاتارلىقلارنىڭ ھەممىسىنى قائىدە بويىچە قاينىتىپ، داسقا تۆكۈپ بىمارنىڭ بېشىنى ئۇنىڭ ھورىغا تۇتقاي. سوۋۇغاندا بېشىنى شۇ سۇدا يۇغاي. بۇلار يۇقىرىقى بابتا بايان قىلىندى.

سەئۇت نۇسخىسى

نۇسخىسى: پەرپىيۇننى يەسمەن يېغى بىلەن ئېزىپ، بەدەنگە سۈركىگەندە ئاغرىقنى دەرھال پەسەيتەر.

تىلا (چاپقۇلۇق) نۇسخىسى (1)

نۇسخىسى سيادان، نۆشۈدۇر، تۇربۇت قاتارلىقلارنىڭ ھەرقايسىسىدىن ئۇچ گىرامدىن (بەزى نۇسخىلاردا تۇربۇتنىڭ ئورنىغا بۆرەق كۆرستىلگەن) ئېلىپ، ھەممىسىنى سوقۇپ قاينىتىپ، يەسمەن يېغى ، قۇستى يېغى، سۇزاپ يېغى، سېرىقچېچەك يېغى، بابۇنە يېغى، ئاچچىق بادام يېغى قاتارلىق دورىلارنى قىزىتىپ، بىمارنىڭ بۇرنىغا ۋە قۇلىقىغا تېمىتسا پايدا قىلار.

ئەگەر ئاغرىقى كۆچلۈك بولسا، يېرىم گىرام قۇندۇز قەھرى، يېرىم گىرام پەرپىيۇننى سەۋسەن يېغىدا ئېزىپ، بىمارنىڭ بۇرنىغا تېمىتقاي. مەرزەنجۇش، يالپۇز، سۇزاپ، بابۇنە، نەسرىن گۈلى قاتارلىق دورىلارنىڭ ھەممىسىنى بىمارغا پۇراتقاي. ھىك، سىندۇرۇس ۋە تال (تەك) ئوتۇنىنى بىمارنىڭ ئالدىدا كۆيدۇرگەي. پىلپىل، قۇندۇز قەھرى قاتارلىقلارنى يۇمشاق سوقۇپ ھىدلىسا دەرھال چۈشكۈرەر. ئىسسىق ھاممامدا ئولتۇرۇش، ئىسسىق سۇنى بېشىغا قۇيۇش، ئىسسىق ياغنى سۈركەشمۇ پايدىلىقتۇر.

تىلا (چاپقۇلۇق) نۇسخىسى (2)

نۇسخىسى پەرپىيۇننى سەۋسەن يېغى ۋە يەسمەن يېغىدا ئېزىپ، مەلھەم تەييارلاپ، باشقا چاپسا، ئاللانىڭ قۇدرىتى بىلەن ئاغرىقنى دەرھال پەسەيتەر.

ھەكىم مۇھەممەد زىكرىيا مۇنداق دەيدۇ: قۇندۇز قەھرى، پەرىيۈن قاتارلىقلارنىڭ ھەممىسنى كونا شاراب بىلەن ئېزىپ چاپسا، ماددىنى قويۇقلاشتۇرار.

باش ئاغرىقى ھەققىدە ھەكىم سابىت قارى مۇنداق دېگەن: سەبرە، مۇر (مۇرمەككى)، پەرىيۈن قاتارلىقلارنىڭ ھەرقايسىسىدىن ئالتە گىرامدىن، سەمغى ئەرەبى (ئەرەب يېلىمى) ۋە زەپىران ھەرقايسىسىدىن 4.5 گىرامدىن، قۇندۇز قەھرى ئۇچ گىرام، قۇستە ئالتە گىرام، كۇندۇر توققۇز گىرام، ئەنزىروت 4.5 گىرام، ئەپيۇندىن 4.5 گىرام ئېلىپ، بۇلارنى شارابتا قاينىتىپ، بىمارنىڭ بېشىغا چاپقاي. شۇنىڭدا ماددا قويۇقلىشىپ قاتۇر. قوغۇشۇنىي ئېگەك ئاستىغا قويۇپ ياغلىغاي. كۆپ ۋاقىتلاردا باش ئاغرىقىنىڭ قاتتىقلىقىدىن بىمارنىڭ ئاۋازى تۇتۇلار، بىمارنىڭ بېشىغا ئىسسىق سۇ قۇيۇپ، ئىسسىق ياغ ياكى گۈڭگۇرت يېغىنى تېمىتقاي.

مېڭىسى ئىسسىق، بەدىنى ئاجىز كىشىلەرگە بۇ دورىلارنى تۇخۇم ئېقى، گۈل يېغى ۋە سىركە قاتارلىق دورىلاردا ئېزىپ ئىشلەتسە ئوبدان مەنپەئەت قىلار. سوغۇقتىن بېشى ئاغرىپ، ئۇيقۇسى قاچقان كىشىلەرنىڭ بېشىغا سىرىقچېچەك يېغىنى سۈركەپ، بۇرنى ھەم قۇلقىغا بۇنى تېمىتقاي.

سىرىقچېچەكنى گۈل سەۋسەننىڭ يىلتىزى بىلەن بىللە قاينىتىپ، سۈيىنى بېشىغا قۇيغاي. ئەگەر بۇ ئىلاج بىلەن بىمارنىڭ باش ئاغرىقى پەسەيمىسە، باش تېرىسىنى ئۇزۇنىسىغا تىلىش كېرەك. بۇنىڭ بىلەنمۇ يەنە پەسەيمىسە، بوينىنىڭ ئىككىلا تەرىپىنى داغلىغاي. بىمارنىڭ غىزاسىغا نوقۇت سۈيىگە كۈنجۈت يېغى، زىرە، كەرۋىيا (تاغ زىرىسى)، دارچىن، سۆئىتەر (يالپۇز)، گەندىنا (كۈدە)، قۇشقاچ، كەپتەر، كەكلىك، غۇرلاي قاتارلىق جانۋارلارنىڭ گۆشىنى ئازراق ئابكامە (ئاچچىقسۇ) بىلەن زەيتۇن يېغىدا قورۇپ بەرگەي. ئەگەر بىمارنىڭ مىزاجىنى ئىسسىققا ئۆزگەرتىشكە توغرا كەلسە، يۇقىرىقى گۆشنى جوز (ياڭاق) يېغى بىلەن يېگۈزگەي. يەنە ھەسەل ھالۋىسىدىنمۇ مۇۋاپىق مىقداردا بەرگەي. بىمار ھەرقايسى تائاملاردىنمۇ ئاز - ئازدىن يېسە بولۇر.

ئەگەر بەلغەمنىڭ ماددىسى ئاشقازاندا بولسا، باش ئاغرىقى ئاشقازان بىلەن مۇناسىۋەتلىك بولۇر. بۇنىڭدا بىمار ئاچچىق كېكىرەر، ئەگەر قەي قىلسا، تۇزلۇق سۇ ياندۇرار. يەنە تەمسىز بەلغەمۇ چىقار. ئېغىزنىغا پات - پات سۇ يىغلار. بۇنىڭ ئىلاجىنى مۇنداق قىلغاي: ئالدى بىلەن سىرىقچېچەك، لوۋيا، تۇرۇپ ئۇرۇقى، تەرەنجىبىن، تۇز قاتارلىقلارنىڭ سۈيىنى ئىچكۈزۈپ قەي قىلدۇرغاندىن كېيىن، گۈلقەنت، ئانىسۇن (رۇمىبەدىيان)، زىرە، مەستەكى قاتارلىقلارنى

يېگۈزگەي. بىمارغا ئەتسى ھەسەلدىن تەييارلىغان ئايارەج پەيقرادىن توققۇز گىرام يېگۈزگەي، باش دائىم ئاغرىپ تۇرسا، ھەر كۈنى ئەتىگەندە سەبرىنى چىلاپ ئىچكۈزۈش لازىمدۇر. بۇ ئۇسۇل بىلەن سەئدى كۇفى، سۇمبۇل، ئەفسەنتىن رۇمى، ئىزخىر چېچىكى، كەرەپشە ئۇرۇقى، بەدىيان، نانخا (جۇۋىنە)، زىرە ھەربىردىن 30 گىرامدىن ئېلىپ، ھەممىسىنى قىزىل بولغۇچە قاينىتىپ، قۇۋۇتىنى چىقىرىپ، سۈزۈپ ئېلىپ، ئۇنىڭغا 30 گىرام سەبرە قوشۇپ، شېشىگە ئېلىپ ئاپتاپتا قويۇپ، ئۇچ كۈنگىچە ھەر شېشىنى بىر ئاز ۋاقىت چايقاپ، ئۇچ كۈندىن كېيىن ھەر كۈنى ئەتىگەندە مۇشۇ سۇدىن 30 گىرام سۈزۈپ، بىدەنجىر (ئابدىملىك)يېغىدىن توققۇز گىرام قوشۇپ، ئاچچىق بادام يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، بىمارغا يېگۈزگەي. ئىلگىرى بايان قىلىنغان دورا بىلەن تىلا (چاپقۇلۇقلار)نىڭ ھەممىسى، مۇۋاپىق كېلۇر. يۇقىرىقى تەدبىرلەر بىلەنمۇ بىمارنىڭ باش ئاغرىقى پەسەيمىسە، داغ قويغاي. يەنى بىر قېتىم باشنىڭ ئوتتۇرىسىغا، يەنە بىر قېتىم ئىككى چېكىسىگە، يەنە بىر قېتىم باشنىڭ ئارقا تەرىپىگە داغ قويغاي. تامىقىمۇ ئىلگىرى بايان قىلىنغان نەرسىلەردىن تاۋام ۋە ئىچىملىك قىلىپ بېرىش، خورمىنى ئېزىپ، سىقىپ، زەيتۇن يېغى بىلەن تەييارلانغان تاۋامدىن كېيىن بىمارغا يېگۈزسە ناھايىتى مۇۋاپىق كېلۇر.

ئالتىنچى باب سەۋدادىن بولغان باش ئاغرىقى توغرىسىدا

ئالامىتى

سەۋدادىن بولغان باش ئاغرىقىنىڭ ئالامىتى بەش خىل بولۇر. بىرىنچى خىلى، كۆڭلى تەشۋىشلىك بولۇپ، بۇزۇق خىياللارنى كۆپ قىلۇر؛ ئىككىنچى خىلى، ئۇيقۇسى قاچار؛ ئۈچىنچى خىلى، يۈزىنىڭ رەڭگى قارامتۇل بولۇر. تۆتىنچى خىلى؛ باشنىڭ ئاغرىقى سەۋدائى بەلغەمى (بەلغەمدىن بولغان باش ئاغرىقى) دىن بوشراق بولۇر؛ بەشىنچى خىلى، بىمارنىڭ مىزاجى، ئالدىنقى ئەھۋاللىرى، ياش ـ قېرىلىقى قاتارلىقلار بۇ خىل كېسەللىك ئالامەتلىرىدىن بېشارەت بېرەر.

داۋالاش

ئالدى بىلەن بەدەننى سەۋدا ماددىسىدىن تازىلاش لازىمدۇر. بۇنىڭ ئۈچۈن، ئەفتىمۇن

قاياتمىسى بىلەن بەدەننى تازىلىغاي. ئاندىن مالىخولىيانى داۋالاش ئۇسۇلىدا كۆرسىتىلگەن ھەب (كۇملاچ) لارنى ئىشلەتكەي. بولۇپمۇ تۆۋەندىكى ھەب ناھايىتى ياخشى مەنپەئەت قىلۇر.

نۇسخىسى ئەفتىمۇن بىر يېرىم گىرام، غارىقۇن بىر گىرام، ھىندىستان تۇزى (نەمەك ھىندى)، ھەجەرى ئەرمىنى (ئەرمەك تېشى)، قارا خەربەق ھەرقايسىسىدىن بىر يېرىم گىرامدىن ئېلىپ، قوشۇپ سوقۇپ، ھەب ياساپ بىمارغا بىر قېتىمدىلا يېگۈزگەي.

سەبرە نۇسخىسى

نۇسخىسى قارا ھېلىلە، ئامىلە مۇقەششەر (شاكالسىز ئامىلە)، كەرەپشە يىلتىزىنىڭ پوستى، ئىزخىر يىلتىزى ھەرقايسىسىدىن توققۇز گىرامدىن، شۇكائى (خوخا)، بادئاۋەرد (قامغاق) ھەرقايسىسىدىن 15 گىرامدىن ئېلىپ، ھەممىسىنى قوشۇپ، 1250 گىرام سۇدا قاينىتىپ، 250 گىرام قالغاندا سۈزۈپ ئېلىپ، بۇنىڭغا 30 گىرام سەبرە تالقىنى قوشۇپ، ئارىلاشتۇرۇپ ئاپتاپتا قويۇپ، ھەر قېتىم ئىستېمال قىلغاندا، بەدەن ئەھۋالغا قاراپ 30 ~ 60 گىرامغىچە ئىچكەي. ئەگەر سەۋدا ماددىسى ئاشقازاندا بولسا، باش ئاغرىقى ئاشقازان بىلەن مۇناسىۋەتلىك بولۇر.

ئەگەر بىمارنىڭ مىزاجى سەۋدا بولسا، ئاچچىق كېكىرەر. مالىخولىيانىڭ ئالامىتى ئاشكارا ئىپادىلىنەر.

بىمارنى ئاۋۋال قەي قىلدۇرغاي. قەي قىلدۇرىدىغان دورا قۇۋۋەتلىك بولغاي. بۇنىڭ ئۈچۈن، ئاق خەربەقنى تۇرۇپنىڭ ئارىسىغا ئېلىپ، ئۈچ كۈن تۇرغۇزۇپ، تۇرۇپنى يېرىپ، خەربەقنى ئۇنىڭدىن ئېلىپ، سىرىقچىچەك، قىزىل لوۋىيا بىلەن قوشۇپ، قاينىتىپ سۈزۈپ ئېلىپ، سىركەنجىۋىل ۋە ھەسەل قوشۇپ ئىچكەي. ھىندىستان تۇزى ئۈچ گىرام، سىرىق تۇربۇت ئۈچ گىرام، قىچىدىن بىر يېرىم گىرام ئېلىپ، بۇلارنى ئارىلاشتۇرۇپ سوقۇپ، ھەسەلدە يۇغۇرۇپ، تۇرۇپ، سىرىقچىچەك، قىزىل لوۋىيانى يۇقىرىقى مەتبۇخ (قاينىتىلما)دا ئېزىپ، بىمارغا ئىچكۈزگەي. ئۇنىڭدىن باشقا، مالىخولىيانى داۋالاش ئۇسۇللىرىدا بايان قىلىنغان تەدبىرلەرنى قوللانسىمۇ بولۇر.

يەتتىنچى باب قويۇق يەلدىن بولغان باش ئاغرىقى توغرىسىدا

ئالامتى

بۇنىڭ ئالامتى بەش خىلدۇر. بىرىنچى ئالامتى، ئاغرىق قاتتىق بولۇر، لېكىن بېشىدا ئېغىرلىق بولماس؛ ئىككىنچى ئالامتى، كۆزى تارتىشىپ ئولتۇرۇشار؛ ئۈچىنچى ئالامتى، سانجىق پەيدا بولۇر، ئاغرىقى يۆتكىلىپ تۇرار؛ تۆتىنچى ئالامتى، بىمارنىڭ قۇلقىغا ئېگىز - پەس ئاۋاز ئاڭلىنار؛ بەشىنچى ئالامتى، تومۇرلىرىدا سانجىق پەيدا بولۇر ۋە كۆزىگە ئۇششاق نەرسىلەر كۆرۈنەر. بەزىدە بېشى قېيىپ، كۆزى قاراڭغۇلىشار.

داۋالاش

بۇنىڭدىكى زۆرۈر داۋالاش ئۇسۇلى شۇكى، ئاشقازان ۋە بەدەندىكى بۇخارات پەيدا قىلىدىغان بۇزۇق ماددىلارنى ھەببى ئىيارەج، ھەببى قوقيا ۋە سەبرىنىڭ سۇيىنى بېرىش ئارقىلىق، بەدىنىنى تازىلىغاي. ھەر كۈنى ناشتىدا ھامامغا كىرىپ يۇيۇنغاندىن كېيىن، سىياداڭ، مەرزەنجۇش، قۇندۇز قەھرى، ئىپار قاتارلىقلارنى پۇرىغاي. بەدىيان ئۇرۇقنى كۆيدۈرۈپ، ئىسنى چىقىرىپ پۇراپ، ئاچچىق بادام يېغىنى بۇرنىغا تېمىتقاي.

سۇفۇپ (تالقان) نۇسخىسى

نۇسخىسى ئىيارەج پەيقىرا ئۇچ گىرام، جاۋشىر، قۇندۇز قەھرى، ئەپيۇن ھەرقايسىسىدىن بىر يېرىم گىرامدىن، ئىپار بىر يېرىم گىرام، شېكەرنى ھەممە دورىلارنىڭ مىقدارى بىلەن تەڭ ئېلىپ، بۇ دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ھەر قېتىمدا بىر يېرىم گىرامنى بۇرنىغا پۈركىگەي. ئەگەر ئۇنى ئايال كىشىنىڭ سۈتىدە ئېزىپ بىمارنىڭ بۇرنىغا تېمىتسا، تېخىمۇ پايدا قىلۇر ھەم يەلنى تارقىتار، توسالغۇلارنى ئاچۇر، كونا باش ئاغرىقىنى ساقايتار.

پەرھىزى يەللىك تائاملارنى ئىستېمال قىلىشتىن ساقلانغاي.

ھەببى ئايارەج

نۇسخىسى ئايارەج پەيقىرا، تۇربۇت ھەرقايىسسىدىن 30 گىرامدىن، سىرىق ھىلىلە، كابۇل ھىلىلىسى پوستى ھەرقايىسسىدىن ئالتە گىرامدىن ئىلىپ، ھەممىنى قوشۇپ سوقۇپ، يۇغۇرۇپ، ھەب (كۇملاچ) تەييارلاپ، ھەر قېتىمدا 6 ~ 9 گىرامغىچە ئىستېمال قىلغاي. ئەگەر بەدەندە سەۋدا ماددىسى بولسا، 15 گىرام ئەفتىمۇن قوشۇپ تەييارلىغاي.

ئادەمنىڭ ئاشقازىنىدا يەل پەيدا بولسا، ئاشقازاندىن باش تەرەپكە ئۆرلەر.

باشنىڭ قاتتىق ئاغرىشى بەدەننىڭ ئاجىزلىقى، ئاشقازان ئاغرىقى سەۋەبىدىن بولغان بولسا، يەل پەيدا قىلىدىغان تائاملارنى يېگەندە باش ئەتراپى (چۆرىسى) تېخىمۇ قاتتىق ئاغرار. ئەگەر يېگەن تائام ھەزىم بولسا، ئاغرىق پەسىيەر. ئەمما باش ئېغىرراق بولۇر. بۇنىڭ ئىلاجىنى مۇنداق قىلغاي: بىمارنى قەي قىلدۇرۇپ، ئاشقازىنىنى تازىلغاي، ئاندىن كېيىن ئۇنىڭغا ئايارەج پەيقىرانى يېگۈزگەي. ئۇنىڭدىن كېيىن، ئاچچىق بادام يېغى بىلەن مائۇلھەسەل (يىلتىزلار شەربىتى) نى بەرگەي. ئەگەر ئېھتىياجلىق بولسا، ئابدىمىلىك يېغى بىلەن سەبرە سۇيىنى بەرگەي.

مائۇلئۇسۇل نۇسخىسى

نۇسخىسى بەدىيان يىلتىزى پوستى، كەرەپشە يىلتىزى پوستى، ئىزخىر يىلتىزى، رۇمبەدىيان، مەستىكى، جۇۋىنە، تاغ كەرۋىياسى (تاغ زىرىسى)، ئەفتىمۇن، سەلخە (قېلىن دارچىن)، ئۇستقۇددۇس، غارىقۇن، تاغ پىننىسى قاتارلىقلارنى قوشۇپ قاينىتىپ، سۈزۈپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە 150 گىرامدىن ئىلىپ ئىسسىتىپ، 21 گىرام گۈلقەنت قوشۇپ سۈزۈپ، 12 گىرام ئاچچىق بادام يېغى، 30 گىرام سەبرىنى مائۇلئۇسۇلغا قوشۇپ، ئۇچ كۈن ئاپتاپتا قويۇپ، ئۇچ كۈندىن كېيىن ھەر ناشتىدا 30 ~ 45 گىرامغىچە ئىلىپ، سەككىز گىرام ئابدىمىلىك يېغى بىلەن قوشۇپ ئىستېمال قىلسا پايدا قىلۇر. ئەگەر مەجۇنى سەنجىرىنا، داۋائىمىشكى، چوڭ نۇسخىلىق تەرياقى، مەسرۇدىتۇس قاتارلىقلار بولسا ھەر ھەپتىدە بىر قېتىمدىن ئىستېمال قىلغاي، قورساق ساھەسگە مەستىكى يېغىنى سۈركەپ بەرگەي. ھەر ئەتىگەندە ھامامغا چۈشكەي، غىزاسىغا زىرە، جۇۋىنە، دارچىن قوشۇپ ئىستېمال قىلغاي. ئۇسسۇزلۇقىغا قاينىق

سۇغا مەستىكى سېلىپ ئىچكەي ياكى گۈلقەنتنى مەستىكى، زىرە، قۇرۇق يۇمغاقسۇت، كۆكنار ئۇرۇقى ۋە شېكەر بىلەن قوشۇپ ئىستېمال قىلىپ ئاندىن ئۇخلىغاي. بۇ تەدبىرلەر بىلەن داۋالسا باش ئاغرىقى شىپا تاپار.

سەككىزىنچى باب قۇرۇقلۇق ئېشىپ كېتىشتىن بولغان باش ئاغرىقى توغرىسىدا

ئالامىتى

باشنىڭ قۇرۇقلۇقى ئېشىپ كەتكەنلىكتىن ئاغرىغانلىقىنىڭ ئالامەتلىرى تۆت خىل بولۇر: بىرىنچى، كەم ئۇخلار؛ ئىككىنچى، كۆزى قۇرۇق بولۇر؛ ئۈچىنچى، بېشى يەڭگىل بولۇر، ھەرقاچان بېشىنى مىدىرلاتسا سەزگۈرلۈكى تۆۋەن بولۇر ياكى تېزلىشىپ كېتەر؛ تۆتىنچى، بىمارنىڭ كۆزلىرى ئولتۇرۇشاڭغۇ كېلۇر.

داۋالاش

بۇنىڭ ھەممە تەدبىرلىرىدە ھۆللۈكىنى زىيادە قىلىدىغان دورىلارنى بەرگەي. بىمار مىزاجىنىڭ ئىسسىق ۋە سوغۇقلۇقىغا قاراپ مۇۋاپىق دورا بۇيرۇغاي. ئەگەر بىمارنىڭ مىزاجى سوغۇق بولسا، بىمارغا پىشىشق جۇلاپ، چالا پىشۇرۇلغان توخۇ تۇخۇمنى بەرگەي، مائۇللەھمى (گۆشنىڭ سىققان سۇيى)، توخۇ شورپىسى، ياغلىق ئاتىلا ئېشىنى ئېتىپ بەرگەي. ئەگەر مىزاجى ئىسسىق بولسا، تۇخۇمنىڭ ئېقى ۋە سېرىقىنى چالاش پىشۇرۇپ بەرگەي. مائۇللەھمىگە سېرىقچېچەك سۇيى، ئالبى كۆك يەنى قارا سۇنا سۇيى، قاپاق سۇيىنى قوشۇپ بەرگەي. شورپىغا كۆك بەرگىنى، ھۆل يۇمغاقسۇت كۆكى ۋە قاپاقنى سېلىپ، پىشۇرۇپ بەرگەي. قاپاق ئۇرۇقىنىڭ يېغى بىلەن بىنەپشە يېغىنى بۇرنى ۋە قۇلىقىغا تېمىتقاي. تاپىنى، مەقئىتى ۋە كىندىكىنى بىنەپشە يېغى بىلەن ياغلاپ بەرگەي. سوغۇق مىزاجلىق بىمارغا مائۇللەھمىگە كونا شاراب، دارچىن ۋە ھەسەل قوشۇپ بېرىش لازىمدۇر. توخۇ تۇخۇمىنىڭ سېرىقىنى بەرسىمۇ مەنپەئەت قىلۇر. بىنەپشە يېغىنى سېرىقچېچەك يېغى بىلەن قوشۇپ ئىشلەتسىمۇ بولۇر؛ كالا پاچىقىنىڭ يىلىكى، توخۇ چاۋىسى، مەسكە (سېرىقماي) نى بېشى، بۇرنى ۋە قۇلىقىغا چاپقاي ياكى بادام يېغى بىلەن شېكەردە بۇلماق ئېتىپ، بېشىغا چاپقاي.

توققۇزىنچى باب ئاشقازان ئېغىزى ئاجىزلىقى سەۋەبىدىن پەيدا بولغان باش ئاغرىقى توغرىسىدا

ئالامىتى

ئەگەر باش ئاغرىقى ئاشقازان ئىچى بىلەن مۇناسىۋەتلىك بولسا، بىمار كۆندىلىك ئادىتى بويىچە سەھەردە ناشتا قىلالماي، كېچىكىپ ناشتا قىلغان بولسا، كۈن چىققاندىن باشلاپ كۈن ئۆرلىگىچە باش ئاغرىقى كۈچەيىپ كېتىپ، ئىشلار ئۆزىنىڭ ئارزۇسى بويىچە بولمىسا تېز ئاچچىقلىنىپ، چېچىلىپ قالۇر. بۇرنىغا سېسىق نەرسىلەر پۇرىسا، كۆڭلى ئېلىشىپ، بېشى تېخىمۇ ئاغرار.

داۋالاش

ھەر كۈنى ناشتىدا بۇغداي تالقىنىنى ئانار شەربىتىگە قوشۇپ ئىستېمال قىلغاي، يەنە ئالما، بېھى، ئامۇت، ئەنجۇر قاتارلىقلارنى ئىستېمال قىلسا پايدا قىلۇر. بۇ خىل باش ئاغرىقىنى داۋالاشتا، كۆپىنچە سەپرادىن بولغان باش ئاغرىقىنى داۋالاشتىكى ئۇسۇللارنى قوللانغاي. باش ئاغرىقى ئادەتتە ئاشقازان ئېغىزىنىڭ ئاجىزلىقىدىن پەيدا بولۇر. ئەگەر ئاشقازان ئېغىزىنىڭ ئاجىزلىقى سوغۇقتىن بولسا، گۈلقەنت، رۇمبەدىيان، مەستەكى، سۇمبۇل قاتارلىقلارنىڭ شەربەتلىرىنى بەرگەي. بۇ شەربەت ئاشقازان ئاجىزلىقى ھەققىدىكى بابتا بايان قىلىندى. ئۇنىڭدىن باشقا، ئايارەج پەيقرا بىلەن چوڭ تەرىتىنى يۇمشاتقاي. ئەگەر ھەر ھەپتىدە بىر قېتىم تۆت گىرام مەستەكى بىلەن سەككىز گىرام شېكەرنى سوقۇپ، ياتار ۋاقتىدا ئىستېمال قىلسا، ئاشقازان ۋە مېڭىنى تازىلار ھەم چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىپ، ئاشقازان ئېغىزىنى كۈچلەندۈرەر.

ئونىنچى باب مېڭىنىڭ ئىدراك قۇۋۋىتى (سېزىمچانلىقى) ئېشىپ كەتكەنلىكتىن بولغان باش ئاغرىقى توغرىسىدا

ئالامىتى

بىمارنىڭ ھەرقانداق ئاۋاز، ھەرقانداق پۇراقتىن بېشى ئاغرار، ئەمما مېڭىنىڭ ھەممە پائالىيىتى نورمال بولۇر. بۇرۇن تۆشۈكى پاكىز، بەدىنى ئاجىز بولۇر.

داۋالاش

بۇنىڭدا بىمار قۇۋۇەتلىك تائاملارنى ئىستېمال قىلغاي. بۇنىڭ ئۈچۈن، پاقلاننىڭ كالا - پاچىقىنى ئارپا ۋە بۇغداي بىلەن قوشۇپ پىشۇرۇپ ئىستېمال قىلسا مېڭىنى قۇۋۇەتلەپ، ئەقىل - ئىدراكى نورمال ھالەتكە كېلۈر. ئەگەر مىزاجى ئىسسىق بولسا، غىزاسىغا قارا سۇنا ئۇرۇقىنى يوپۇرمىقى بىلەن بىللە، سېمىزئوت يوپۇرمىقىنى ھۆل يۇمغاقسۇت بىلەن بىللە پىشۇرۇپ بەرگەي ياكى كۆكنار شەربىتى بىلەن بېلىق گۆشىنى بەرگەي.

ئون بىرىنچى باب ئۈيقۇدىن كېيىن پەيدا بولغان باش ئاغرىقى توغرىسىدا

بۇ خىل باش ئاغرىقىدا بەدەنده قايسى خىلىت غالىب بولسا، ئاۋۋال مىزاجىغا مۇۋاپىق كېلىدىغان دورىلار بىلەن شۇ خىلىتنى تازىلىغاي. بۇنىڭ ئۈچۈن، ئەنجۇر ياغچىنىڭ كۈلىنى سىركىده يۇغۇرۇپ بىمارنىڭ پېشانىسىگە قويغاي. ئۈيقۇدىن ئويغانغاندا، قۇۋۇەتلىكرەك بىر نەرسە يېسىمۇ باش ئاغرىقىنى پەسەيتەر، لېكىن ئارتۇقچە خىلىتنى ئاشقازاندىن تازىلاشنى ئۇنتۇپ قالماسلىق لازىمدۇر.

ئون ئىككىنچى باب جىمادىن كېيىن پەيدا بولغان باش ئاغرىقى توغرىسىدا

بۇخىل باش ئاغرىقىنىڭ سەۋەبى ئىككى خىل بولۇر. بىرىنچىسى، تولا جىما قىلغانلىقتىن مېڭىگە قۇرۇقلۇق يېتىپ، باش ئاغرىقى پەيدا بولۇر؛ ئىككىنچىسى، بەدىنده بىرەر خىلىت بۇزۇلغان بولسا، جىما ھەرىكىتى بىلەن بەدەنىنىڭ ھەرىكىتى قوشۇلۇپ، بۇزۇلغان خىلىتنىڭ بۇس - بۇخارىتى مېڭىگە ئۆرلىگەنلىكتىن باش ئاغرىقى پەيدا بولۇر.

داۋالاش

ئەگەر بىماردا قۇرۇقلۇقنىڭ ئالامتى ئاشكارا بولسا، قۇرۇقلۇقتىن باش ئاغرىغانلىقىنى ئىلاجىنى قىلىش بىلەن بىرگە، بۆرەكنى سەمرىتىدىغان ھۆقىنىنى قىلغاي. يەنە تۇخۇ تۇخۇمىنىڭ سېرىقىنى چالا پىشۇرۇپ ۋە بېلىقنى پاكىزلاپ تونۇردا پىشۇرۇپ بەرگەي. ناننى سوقۇپ، جۇلابقا ئارىلاشتۇرۇپ يەنە چاۋا ياغنى بادام مېغىزى، پىندۇق مېغىزى، ھەببەتۇلخۇزرا

مېغىزى قاتارلىقلارنى سوقۇپ ئېلىشتۇرۇپ يەنە سېمىز توخۇ گۆشى ياكى سېمىز ئۆردەك گۆشى ۋە ئوغلاق گۆشىنى ئازراق بەدىيان ئۇرۇقى بىلەن پىشۇرۇپ، بىمارغا يېگۈزگەي. ئەگەر ئىمتىلانىك ئالامتى ئاشكارا بولسا، بەدىنىدىن قان ئالغاي ياكى سۇرگە بېرىپ، زىيادە خىلىتنى تازىلغاي، مېڭسىنى گۈل ۋە ئامۇت يېغى بىلەن ياغلىغاي ياكى بابۇنە، ئامۇت يوپۇرمىقى ۋە گۈل يوپۇرمىقىنى سۇدا قاينىتىپ بىمارنىك بېشىغا قويغاي. بىمار تاماق يەپ ھەزىم بولمىغۇچە جىما قىلىشتىن ساقلانغاي. ئەگەر ياز كۈنلەردە ياش ئادەمنىك بېشى ئاغرىسا، سوغۇق سۇدا يۇيۇنۇپ، بۇرنىنى گۈل يېغىدا ياغلاپ ئۇخلىسا مەنپەئەتلىكتۇر.

ئون ئۈچىنچى باب خۇشبۇي ياكى سېسىق پۇراقلارنى پۇراشتىن بولغان باش ئاغرىقى توغرىسىدا

بۇ خىل باش ئاغرىقى تەبىئىتى ئىسسىق نەرسىلەرنى پۇرىغاندىن بولسا، يەنى ئىپار، زەپەر، قۇندۇزقەھرى، غولجاك (ھىك يىلتىزى)، زەرنىخ، گۈگۈرت ۋە شۇنىڭغا ئوخشاش نەرسىلەرنى پۇرىغاندىن كېيىن باش ئاغرىسا ئۇنى داۋالاشتا كافۇر، سەندەل، گۈلاب، بىنەپشە، نىلۇپەر، سۆگەت يوپۇرمىقىنىك سۈيى ۋە سوغۇق مېۋىلەرنىك پۇرىقى بىلەن ئىلاج قىلىش لازىمدۇر. ئەگەر باش قۇرۇق ئىسسىقتىن ئاغرىسا، كافۇرنى قاپاق ئۇرۇقى يېغى، نىلۇپەر يېغى، بىنەپشە يېغى، سۆگەت يېغى قاتارلىقلار بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، بىمارنىك بۇرنىغا تېمىتسا، مېڭىنى قۇۋۇۋەتلەپ، باش ئاغرىقىغا شىپا بولۇر. ئەگەر باش ئاغرىقى كافۇرغا ئوخشاش سوغۇق نەرسىلەرنىك پۇرىقىنى پۇرىغان سەۋەبتىن بولسا، ئىپار، زەپەر ۋە شۇنىڭغا ئوخشاش ئىسسىق نەرسىلەر بىلەن داۋالانغاي ياكى ھاممامغا (مۇنچىغا) چۈشۈپ ئىسسىق سۇدا يۇيۇنغاي.

ئون تۆتىنچى باب مېڭىگە يەل تولۇۋالغاندىن بولغان باش ئاغرىقى توغرىسىدا

ئەگەر باش ئاغرىقى سوغۇق يەلدىن بولغان بولسا، ئىپار ۋە قۇندۇز قەھرىنى سېرىقچىچەك يېغى بىلەن لاله يېغىدا ئېزىپ، ئىسسىتىپ، بىمارنىك قۇلىقىغا ۋە بۇرنىغا تېمىتقاي. ئىپار، قۇندۇز

قەھرى، غولجاڭ ۋە سامساقنىڭ پۇرىقىمۇ بۇنىڭغا شىپا بولۇر. ماددىنى ئۆزگەرتىدىغان ئىسسىق مەلھەم دورىلار يۇقىرىدىكى بابلاردا بايان قىلىندى. شۇ دورىلارنى باشقا چاپسا پايدا قىلۇر. ئەگەر باش ئاغرىقى ئىسسىق يەلدىن بولغان بولسا، سىرىقچىچەك يېغىنى گۈل يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، بىمارنىڭ بۇرنى ۋە قۇلىقىغا تېمىتسا پايدا قىلۇر. مۆتىدىلرەك يۇيۇنۇش دورىلىرى ۋە مۆتىدىل هاممامدا يۇيۇنسىمۇ پايدا قىلۇر. ئىسسىق ياكى سوغۇق يەلدىن پەيدا بولغان باش ئاغرىقىنىڭ هەر ئىككىلىسىگە يەللىك ياكى بۇس - بۇخاراتلىق تائاملار زىيان قىلار. بىمارنىڭ چوڭ تەرىتىنى يۇمشاتقاي.

ئون بەشىنچى باب باشتىكى يارا سەۋەبىدىن بولغان باش ئاغرىقى توغرىسىدا

داۋالاش

بۇ خىل باش ئاغرىقىنى داۋالاش ئۈسۈلى شۇكى، بىمارنىڭ بېشىغا گۈل يېغى چېپىپ، مېڭىسىگە قۇۋۇەت يەتكۈزۈپ، ئاغرىقىنى پەسەيتكەي، ئەگەر ئاغرىق قاتتىق بولمىسا، گۈل يېغىغا ئازراق سىركە ئارىلاشتۇرۇپ چاپقاي. ئەگەر ئاغرىقى قاتتىق بولسا، گۈل يېغىغا سىركە قوشماي چاپقاي. چۈنكى، سىركە باش تېرىسى ۋە پەيلىرىنى بوشىتۋېتەر. بۇ خىل باش ئاغرىقىنىڭ سەۋەبى، ماددا كېسەللەنگەن ئورۇنغا توپلىشىۋالغاچقا، باش ئاغرىقى زىيادە كۈچەيىپ كېتەر. ئەگەر يارا ساقىيىشقا يۈزلەنگەن بولسا، گۆش ئۈندۈرۈشنىڭ ئىلاجىنى قىلىش لازىمدۇر. يارىنىڭ ئەتراپى ئەسلىگە كەلمىسە گۆش ئۈنمەس. جاراهەت پەيدا بولغاندىن كېيىن، قىزىتما بولسا ئەقلى ئېلىشار. بۇ مېڭە پەردىسى ئىششىغانلىقىنىڭ ئالامىتىدۇر. بىمارنىڭ ئەسلىي مىزاجى ۋە بەدەن قۇۋۋىتى يار بەرسە دەرهال قېيفال تومۇرىدىن ياكى ئۈكەھل تومۇرىدىن قان ئېلىش لازىمدۇر. ئەگەر قان ئېلىش ئىمكانىيىتى بولمىسا، هىجامەت (لوكقا قويۇش) قويغاي. قان ئالغاندىن كېيىن گۈل سۇيى، فۇنۇس ياكى هۆقنە ئارقىلىق تەبىئەتنى (چوڭ تەرەتنى) راۋانلاشتۇرغاي.

هۆقنە (1)

نۇسخىسى ئارپا سۇيى، قۇرۇق بىنەپشە، ئاق لەيلى، بۇلارنىڭ هەرقايسىسىدىن 60 گىرامدىن ئېلىپ، بىر پارچە لاتىغا ئوراپ، 500 گىرام سۇدا يېرىمى قالغۇچە قايىنىتىپ، 60

گرام گۈل يېغى، ئالته گرام بىنەپشه يېغى، 24 گرام شېكەر، بىر يېرىم گرام تۇغرىغۇ (بۆرە ئەرمىنى) ياكى تۇز قوشۇپ، ھۆقنه قىلىش لازىمدۇر. يۇقىرىقى دورىلارنىڭ ھەممىسىنىڭ ئېغىرلىق مقدارى 300 گرام ياكى 330 گرام بولغاي.

ھۆقنه (2)

نۇسخىسى تەرەتىز (زاغۇن)نىڭ يوپۇرمقىنى 210 گرام سۇدا قاينىتىپ، ئېزىپ، 30 گرام ئابكامه، 30 گرام بىنەپشه يېغىنى قوشۇپ ئىشلەتكەي.

ھۆقنه (3)

نۇسخىسى بابۇنه، سېرىقچېچەك بىنەپشه، ئاق لالىنىڭ ھەرقايىسىسىدىن 60 گرامدىن، ئەنجۇردىن 15 دانه (60 گرام) ئېلىپ قوشۇپ، سۇدا قاينىتىپ، سۈزۈپ، 30 گرام تۇز، ئۈچ گرام تۇغرىغۇ، 30 گرام قەنت سېلىپ، ھۆقنه قىلغاي. ئەگەر قىزىتما بولمىسا ھەببى قوقيا بىلەن بەدەننى تازىلاش لازىمدۇر. ئەگەر ئۇسسۇزلۇقى ئارتۇق بولۇپ، قىزىتمىسى بولمىسا ھەببى قوقيا بەرگەي. قان ئالغاندىن كېيىن، قىزىتما پەيدا بولسا، ھەر قېتىملىق ناشتىدا كاسنه، ئىتئۈزۈمى سۈيىگه 15 گرام فۇلۇسى خىيارشەنبەر بەرگەي. ئەگەر قىزىتما تولا بولمىسا، كاكىنەچ سۈيى، ئىتئۈزۈمى سۈيىنىڭ ھەرقايىسىسىدىن 100 گرامدىن، فۇلۇسى خىيارشەنبەردىن 15 گرام، سەبرە ئالته گرام، زەپەردىن يېرىم گرام قوشۇپ، ھۆللەپ، سۈرتكەي. مېڭە ئىششپ، قىزىتما بولغاندا، بۇ زىماتنى ئىشلەتكەي. ئىتئۈزۈمنىڭ سۈيى، قىزىل سەندەل، فۇپەل (سپارى)، زەپەر، گىل ئەمرىنى، سەبرە، سۇ بويىدا ئۆنگەن كۆكئوت قاتارلىقلارنى قوشۇپ مەلھەم تەييارلاپ، بېشىغا چېپىش لازىمدۇر.

يەنه بىر مەلھەمنىڭ نۇسخىسى يېسسىمۇق، سۇماق، ئانار چېچكى، قىزىلگۈل، ئاموت غازىڭى، ئانار پوستى قاتارلىقلارنى قاينىتىپ، بىر پارچه لاتىنى شۇ دورىلارنىڭ سۈيىده ھۆللەپ، گۈل يېغىدا ياغلاپ، بىمارنىڭ بېشىغا يېپىپ قويغاي.

يەنه بىر زىماتنىڭ نۇسخىسى ئاموت غازىڭى، ئانار چېچكى، ئانار پوستى ۋە سىركىنى سۇدا ئازراق قاينىتىپ، ئۈنىڭغا تېرىق، ئۇدخام، قەسبۇزەرىرە (زەرىرە قومۇشى) نى سوقۇپ، ئارىلاشتۇرۇپ، ئۈنىڭغا كونا شارابنى تېمىتىپ، ھەممىسىنى قوشۇپ، بىمارنىڭ بېشىغا

چاپقاي. بىمارنىڭ باش ئاغرىقى ئۇزۇنغا سوزۇلغان بولسا، مۆتىدىلرەك زىمات (مەلھەم) نى بېشىغا چاپقاي.

مۆتىدىل زىمات نۇسخىسى ئامۇت غازىكى، سەرۋى يوپۇرمىقى، سۆگەت يوپۇرمىقى، لاله ۋە ئىكلىلمىلىك (قۇشقاچ تىرنىقسىمان ئۇرۇق دورا) قاتارلىقلارنى سوقۇپ، سۈيىنى چىقىرىپ ياكى قاينىتىپ سۈيىنى بىمارنىڭ بېشىغا سۈركىگەي ياكى سەۋسەن يېغىغا كونا شاراب قوشۇپ، ئېلىشتۇرۇپ، ئازراق قاينىتىپ، ئۇنىڭغا سوقۇلغان قەسىۋزەرىنى سېلىپ، گىل ئەرمەننى ھاۋانچىدا سوقۇپ، يەنە ھەممىسنى ئارىلاشتۇرۇپ سوقۇپ، يۇقىرىقى دورىغا قوشۇپ قاينىتىپ سوۋۇغاندىن كېيىن، مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ باشقا سۈركىگەي، يەنە بىر خىل باش ئاغرىقى بارىكى، بۇ ھەقتە ھىندىستان ھۆكۈمالىرى: «باشنىڭ كاسسىسى (قېپى) نىڭ ئىچىدە قۇرت پەيدا بولىدۇ. ئۇ قۇرت مىدىرلىغانلىقتىن باش ئاغرىيدۇ» دەيدۇ.

ئالامىتى

بىمارنىڭ يېنىدا بەدبۇي نەرسىلەر بولمىسمۇ، ئۇنىڭ بۇرنىغا سېسىق پۇراقلىق نەرسىلەر پۇرار، بېشى ئاغرىغاندا، قۇلىقىغا چىرقىرىغان، گۈركىرىگەن ئاۋازلار ئاڭلىنار. ھەرقاچان ھەركەت قىلغانسېرى بېشىنىڭ ئاغرىقى كۈچەيەر.

داۋالاش

بەدەننى ۋە مېڭىنى ياماق ماددىدىن تازىلىغاي. بۇنىڭ ئۈچۈن ھەببى ئىستەمخىقۇن، ھەببى قوقيا، ھەببى ئايارەج پەيقرا قاتارلىق دورىلارنى بەرگەي، ئايارەج پەيقرانى ئېزىپ، بىمارنىڭ بۇرنىغا تېمىتقاي. شاپتۇل يوپۇرمىقى، ئۈجمە يىلتىزى قاتارلىقلارنى سىقىپ، سۈيىدە سەبرىنى ئېرىتىپ بىمارنىڭ بۇرنىغا تېمىتىپ چۈشكۈرتسە، بۇ ئارقىلىق كېسەل ساقىيىشقا باشلار. تەكرى ئەك ياخشى بىلگۈچىدۇر.

ئون ئالتىنچى باب ئىسسىقلىقنىڭ غالىبلىقىدىن ۋە مېڭىدە قۇرت پەيدا بولغانلىقتىن بولغان باش ئاغرىقى توغرىسىدا

بۇ يەنە بىر خىل باش ئاغرىقى بولۇپ ھېسابلىنىدۇ، بۇ ھەقتە ھىندىستان ھۆكۈمالىرى مۇنداق ئېيتقانىكەن، بۇنىڭدا باشنىڭ ئىچىدە قۇرت پەيدا بولۇر، ئاشۇ قۇرتنىڭ مىدىرلاپ ھەركەت قىلغانلىق سەۋەبى بىلەن باش ئاغرار.

ئالامتى

ئۇنىڭ بۇرنىغا بەتبۇي نەرسىلەر پۇرار، بېشى ئاغرىغان ۋاقىتتا قۇلىقىدا نەپەسنىڭ تاۋۇشى پەيدا بولۇر، ھەربىر ھەربىكەت قىلغاندا باش ئاغرىقى ئېغىرلىشار.

داۋالاش

بۇ كېسەللىكنى داۋالاشتا، ئاۋۋال ماددىنى بەدەندىن ۋە مېڭىدىن تازىلىغاي. ھەببى ئىستەمخەقۇن، ھەببى قوقىيا، ھەببى ئايارەج پەيقرا، شۇنىڭغا ئوخشاش دورىلارنى ئېزىپ، بۇرنىغا تېمتقاي. شاپتۇل يوپۇرمقى، تال يىلتىزىنى سىقىپ، سۈيىگە سەبرە ئارىلاشتۇرۇپ بۇرنىغا تېمتسا ۋە ئىچىپ چۈشكۈرسە مەنپەئەت قىلۇر.

ئون يەتتىنچى باب خۇماردىن پەيدا بولغان باش ئاغرىقى توغرىسىدا

سىركەنجۇبىلنى، ئىسسىق سۇدا سېرىقچېچەك ۋە تۇرۇپ ئۇرۇقى قوشۇپ، قايىنتىپ، ئۇنىڭ سۈيىنى بىمارغا ئىچكۈزۈپ قەي قىلدۇرغاي. بۇنىڭ بىلەن بىمارنىڭ ئاشقازىنى تازىلىنىپ، باش ئاغرىقى يوقار. ئەگەر قەي قىلىش بىلەن باش ئاغرىقى پەسەيمىسە، ئۇچ گىرام ئايارەج پەيقرا، يېرىم گىرام سوقمونىيانى ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزسە، سوقمونىيانىڭ قۇۋۋىتىدىن بىمارنىڭ ئاشقازىنى تازىلىنار. ئايارەج پەيقرا بىمارنىڭ بەدىنىدە ئۇزۇن تۇرمىغاي. چۈنكى، قىزىتمىنى كۈچەيتۈۋېتىدۇ. ئەگەر ئايارەج پەيقرا قوشۇشقا مۇمكىن بولمىسا، ئاچچىق ۋە تاتلىق ئانارنىڭ سۈيىگە يېرىم گىرام سوقمونيا ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزسە، بىمارنىڭ بەدىنى تازىلىنار. مەتبۇخى ھېلىلىمۇ پايدا قىلۇر. ئەگەر سۇرگە بېرىش مۇمكىن بولمىسا، ئۇخلىتىپ، ئاشقازىنىدىكى شارابنى ھەزىم قىلدۇرغاي. ھەزىم بولغانلىقىنىڭ بەلگىسى شۇكى، سۈيدۈكىنىڭ رەڭگىدە ئۆزگىرىش بولۇر، شۇنداق بولغاندا تاپىنىغا بىنەپشە يېغى ۋە تۇزنى سۇركىسە ۋە پۇتلىرىنى ئىسسىق سۇغا چىلسا تېخمۇ پايدا قىلۇر، بولۇپمۇ بابۇنە ۋە بىنەپشىنى سۇغا سېلىپ قايىنتىپ، ئىستېمال قىلسا بۇمۇ ياخشى پايدا قىلۇر. ئۇيقۇدىن ئويغىنىپ، ھامامغا كىرىپ، بېشىغا ئىسسىق سۇ قۇيسا، قالغان ھاراقنىڭ قۇۋۋىتىنى بېشىدىن چىقىرىپ تاشلاپ، ئۇيقۇسىنى كەلتۈرەر. ھامامدىن چىقىپ بىر سائەت ئۆتكىچە بىمار بىر سائەت تائام يېمىگەي، ئەگەر تائام

يېيىشكە توغرا كەلسە، ئىسسىقنى ئاشۇرىدىغان تائاملارنى يېگەي، يەنى بېلىق گۆشى يېگەي. قارا سۇنانى ئازراق سىركە بىلەن بەك ئاچچىق قىلىۋەتمەي، كاسنە ۋە شۇنىڭغا ئوخشاش دورىلار بىلەن ئىشلەتسە مۇۋاپىق كېلىۋر. ئەگەر قۇۋۋەتلىك تائام يېيىش ھاجەت بولسا، ئىللىتىپ پىشۇرۇلغان توخۇ تۇخۇمى، ئىللىتىپ پىشۇرۇلغان قىرغاۋۇل، ئۆيدە بېقىلغان توخۇنىڭ چۈجىسى، ئوغلاق گۆشىنى غورا، سەۋزە، يېيىسمۇق قاتارلىقلار بىلەن پىشۇرۇپ بىمارنى تاماقلاندۇرسا پايدا قىلۇر. خۇمارى بار كىشىگە كەرنۇب (كاللەكىبەسەي)، يېيىسمۇق قاتارلىق دورىلار مۇۋاپىق كېلىۋر. ئەگەر بەدىنىدە ئۇسسۇزلۇق غالىب بولسا، سوغۇق سۇ ئىچكەي، ئەگەر بىمارنىڭ ئاشقازىنى زەئىپ بولۇپ، سۇ زىيان قىلسا، ئاچچىق ئانار سۇيى، غورا سۇيى، غورا شەربىتى، ئاچچىق ئالما شەربىتى ۋە رىۋاج (تاش ئالما) شەربىتى قاتارلىق دورىلارنى سۇغا قوشۇپ ئىچكۈزگەي. بۇنىڭغا سۇ قوشسىمۇ بولۇر. ئەگەر بىمار شەربەت ئىچسە سوۋۇتۇپ ئىچكەي. ئەمما رىۋاج شەربىتىنى ئىسسىق ئىچكەي. چۈنكى، سوغۇق ئىچسە ئاشقازاننى ئاغرىتار. بۇ شەربەتلەرنى ھازىرلىيالمسا، ئاق ئۈزۈم شەربىتىنى قوشۇپ، ياتار ۋاقتىدا ئىچكەي. ئازراق قۇرۇق يۇمغاقسۇتنى شېكەر بىلەن قوشۇپ ئىستېمال قىلغاي. گۈل يېغىنى چالا سوۋۇتۇپ، بىمارنىڭ بېشىغا قۇيسىمۇ مەنپەئەت قىلار. ئەگەر بۇ تەدبىرلەر بىلەن باش ئاغرىقى ساقايمىسا، بابۇنە يېغى، سەۋسەن يېغىدىن مەلھەم تەييارلاپ، بىمارنىڭ بېشىغا چاپقاي. ئەتىسى بىمار ئىسسىق سۇ، تائام ۋە شاراب ئىچسە بولار، ئەگەر خۇماردىن بىر ئاز چىقسا، چۈجە گۆشى يەپ ئىككى سائەت ئاچ قورساق تۇرۇپ، ئاندىن كېيىن تائام يېسە، ئۈچ سائەت ئۆتكىچە ھەرىكەت قىلمىسا، بۇ خىل باش ئاغرىقى ئوڭشىلار. بىمار تائام يېگەندىن كېيىن، پۈتۈن بەدىنىنى پۈتىنىڭ ئۇچىغىچە مۇجۇپ بەرگەي. خۇمار ۋاقتىدا سىركە ۋە ئاچچىقسۇدىن پەرھىز تۇتقاي. چۈنكى، ئىككىلىسى پەيلەرگە زىيان قىلار.

خۇمارنى باسىدىغان سۇفۇپ

نۇسخىسى كاسنە ئۇرۇقى، كەرنۇب ئۇرۇقى، زىرىق (زىخ)، سۇماق (ھىندىستان زىخى)، پوستىدىن ئايرىلغان يېسىمۇق، قىزىلگۈل، تاباشىر، بۇلارنىڭ ھەممىسىدىن تەڭ مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، ئۈچ گىرامغا ئازراق كافۇر قوشۇپ، مىزاجىنىڭ ئىسسىقلىقىغا قاراپ، غورا سۇيى، تاتلىق ئانار سۇيى، سۇمبۇل سۇيى، ئارپا ئۇنىدا ئەتكەن كاشكاپنى ئىچسە ئاشقازاندا قالغان شارابنى تازىلار. بولۇپمۇ بۇ كاشكاپ غورا سۇيىدە ئېتىلسە ياخشىراق بولۇر. ئاق

سەندەل پوقى، گۈلاب پوقى، كافۇر پوقى، شاھسۇفرەم (رەيھان) قاتارلىقلارنى، سىركە بىلەن قوشۇپ بىمارغا پۈراتسا، ئوبدان پايدا قىلۇر. ناشتىدىن كېيىن شاراب ئىچىشنى خالسا، ئەفسەنتىن (ھىندىستان ئەرمىنى) شارابىنى ئىچكەي. بۇ شاراب ئاسان ھەزىم بولۇپ، خۇمارى تۈتماس. ئەگەر خۇمار بولسىمۇ يەڭگىلەك بولۇر. بەش دانە سەئدى كۈفنى سوقۇپ يېسە، شۇ كۈنى خۇمار بولماس. مېۋىنىڭ شارابىنى ناشتىدا ئىچسە، خۇمارى يەڭگىل بولۇر؛ ئاچچىق بادام يېسە شارابنىڭ ئۆتكۈر تەسىرىنى ئاشقازان ۋە مېڭىدىن چىقىرىپ تاشلار.

ئون سەككىزىنچى باب سانجىق سەۋەبىدىن پەيدا بولغان باش ئاغرىقى توغرىسىدا

ھەكىم جالىنۇس سانجىق سەۋەبىدىن پەيدا بولغان باش ئاغرىقى مېڭە ئىششىغانلىقتىن بولۇر، دەپ قارايدۇ. بىمارنىڭ مېڭىسىدە سانجىق تۇرسا، ئۇنىڭ تومۇرلىرى چىڭقىلىدۇ، تومۇر ۋە گۆشى زېدە بولىدۇ.

داۋالاش

بەدەننىڭ زەخملىنىشى ئىمتىلانى كەلتۈرۈپ چىقرار. ئاغرىقى قاتتىق بولسا، سانجىق شۇ سەۋەبتىن كۆرۈلەر. بۇنى داۋالاشتا ئىمتىلانىڭ قايسى خىلىتتىن پەيدا بولغانلىقىغا قاراپ ئىش تۇتقاي. ئەگەر قويۇق خىلىت سوغۇق ۋە قاتتىق بولسا، بەلغەم بىلەن سەۋدادىن بولغان باش ئاغرىغانلىقىنىڭ ئالامىتىدۇر. شۇڭا، ئالدى بىلەن چوڭ ئايارەجلەر بىلەن بىمارنىڭ بەدىنىنى تازىلىغاي. بەدەننى تازىلانغاندىن كېيىن، بىمارغا ئابدەملىك يېغى، ئاچچىق بادام يېغى بىلەن مائۇلھەسەل (يىلتىزلار شەربىتى) نى بەرگەي. ئىپار، قۇندۇز قەھرى، مەرزەنجۇش قاتارلىق دورىلارنى پۈراتقاي. بىمارغا يەڭگىل غىزالارنى بەرگەي. ماددا يۇمشىغاندىن كېيىن، بىمار ئايارەج پەيقىرا بىلەن مۇناسىۋەتلىك بولغان دورىلار ئارقىلىق غار ـ غار قىلغاي. ئەگەر ماددىسى ئىسسىق ۋە سۇيۇق بولسا، بىمارنىڭ ئۇخلايدىغان يېرى سالقىن، خۇش ھاۋالىق جاي بولۇپ، قۇلىقىغا ئاۋازلار ئاڭلانمايدىغان جاي بولغاي. پۇتلىرىنى بىنەپشە سۇيى، نېلۇپەر، قىزىلگۈل، رەيھانگۈل ئۇرۇقى ۋە ئارپا سۇيى بىلەن يۇيۇپ بەرگەي. پاچىقىغا ھىجامەت قويۇپ، بېشىغا سوغۇق نەرسىلەرنى چاپقاي.

زىمات نۇسخىسى بىنەپشە، ئاق گۈل، نېلۇپەر، بابۇنە بۇلارنىڭ ھەرقايسىسىدىن ئالتە گىرامدىن، ئىكلىلمىلىك ئۈچ گىرام، ئارپا سۈيى قاتارلىق دورىلارنى ئېلىپ، 12 گىرام بىنەپشە يېغىنى 120 گىرام سۇغا ئارىلاشتۇرۇپ، قويۇلغىچە قاينىتىپ، بىمارنىڭ بېشىغا چاپقاي. ئۇنىڭ ئۈستىدىن يۇمشاق لاتا بىلەن بىمارنىڭ بېشىنى تاڭغاي. بىنەپشە يېغى ۋە نېلۇپەر يېغىنى پىشانىسىگە ۋە ئارقا مېڭىسىگە سۈركىگەي. بۇ تەدبىرلەر ئۇنۇم بەرمىسە، بىمارنىڭ بۇرنىدىن قان ئالغاي.

ئون توققۇزىنچى باب كونا (سوزۇلما خاراكتېرلىك) باش ئاغرىقى توغرىسىدا

مادا قويۇق ۋە قاتتىق بولسا، ئالدى بىلەن بىمارنىڭ چېچىنى ئالدۇرۇپ، ئالتە گىرام پەرپىيۇن، توغرىغۇ، تاغ سۇزاپى ۋە ئادراسمان يېغى، بۇلارنىڭ ھەرقايسىسىدىن ئۈچ گىرامدىن قوشۇپ، ھەممىسىنى مەرزەنجۇش سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ، بېشىغا چاپقاي. ئەگەر زىمات (مەلھەم) قىزىتمىنى كۆچەيتىۋەتسە، بىمارنىڭ بېشىغا توخۇ تۇخۇمىنىڭ ئېقى ۋە گۈل يېغىنى سىركە بىلەن چاپسا قىزىتمىنى پەسەيتۇر.

زىمات نۇسخىسى پەرپىيۇن 30 گىرام، سېرىق موم 100 گىرام، زەيتۇن يېغىدىن 360 گىرام تەييارلاپ، مومنى ياغدا ئېرىتىپ، پەرپىيۇننى سوقۇپ، شۇ ياغدا يۇغۇرۇپ، بىمارنىڭ بېشىغا چاپقاي. ئەگەر ماددىنىڭ ئىسسىقلىقى سەپرادىن بولسا، قەرانىيتىس (سەپرادىن بولغان مېڭە پەردە يالليۇغى) نى داۋالاش تەدبىرىنى قوللانغاي.

يىگىرمىنچى باب قىزىتما سەۋەبىدىن بولغان باش ئاغرىقى توغرىسىدا

بۇنىڭدا بەزىدە تۇتقاقلىق قىزىتما پەيدا بولۇر. بەزىدە باش ئاغرىقىنىڭ قاتتىقلىقىدىن بىمار بىتاقەت بولۇر. شۇ سەۋەبتىن قىزىتما ئۆتكۈر ۋە يۇقىرى بولۇر. بەزىدە قىزىتما بولمىسمۇ، ئەمما باش ئاغرىقى يوقالماي، داۋاملىشار.

ئالامتى

بۇ خىل باش ئاغرىقنىڭ ئالامتى ئىككى خىل بولۇر: بىرىنچى، قىزىتمىسى يۇقىرى، ئۆتكۈر، سۈيدۈكى ئاق بولۇر؛ ئىككىنچى، بىمارنىڭ سۈيدۈكى ھەرخىل رەڭگە ئۆزگىرىپ، ئېشەكنىڭ سۈيدۈكىگە ئوخشاپ قالۇر. سۈيدۈكنىڭ ئۆزگىرىشچانلىقى باش ئاغرىقنىڭ ئالامتىدۇر. باش ئاغرىقنىڭ يوق بولۇشى كېسەللىك ماددىسىنىڭ بەدەن سىرتىغا چىقىپ كەتكەنلىكىنىڭ بېشارىتىدۇر.

داۋالاش

قىزىتمىنىڭ يۇقىرىلىقى، خىلتىنىڭ ئۆتكۈرلۈكى سەۋەبىدىن باش ئاغرىسا، گۈلابنى گۈل يېغى ۋە سىركە بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ بېشىغا قويغاي. ئەگەر قىش پەسلى بولسا ئارىلاشمىنى ئازراق ھۆل قىلىپ بىمارنىڭ بېشىغا قويغاي. ئەگەر تومۇز پەسلى بولۇپ، بىمارنىڭ قىزىتمىسى قىزىق بولسا، ئارپىنى سوغۇق قىلىپ قويۇلغاي. بىنەپشە، نېلۇپەر ۋە بابۇنىنى قاينىتىپ، بىمارنىڭ پۇتىنى يۇغاي. ئىسپىغۇل شەربىتى، شېكەر شەربىتى، يۇمغاقسۇت، بىنەپشە، قىزىلگۈل قاتارلىقلارنى شېكەر بىلەن سۇدا قاينىتىپ، ئارپا تالقىنى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، پۇتىنى ئىسسىق سۇغا چىلىسا بۇس - بۇخاراتنى مېڭىدىن تۆۋەنگە ھەيدەر، يەنە ئالدىنقى بابلاردا كۆرسىتىلگەن نۇتۇللارنى ئىشلەتكەي. يەنە مەلھەم قىلىپ چاپسا بەكرەك پايدىلىقتۇر. باش ئاغرىقنىڭ سەۋەبى، خىلتىنىڭ كۆپلۈكىدىن بولسا، سۈرگە بېرىپ، ئاندىن كېيىن بۇ بابتا بايان قىلىنغان داۋالاش تەدبىرلىرىنى قىلغاي.

يىگىرمە بىرىنچى باب شەقىقە (باشنىڭ يېرىمى ئاغرىش) توغرىسىدا

بۇ خىل باش ئاغرىقى بەزى چاغدا تۇتقاقلىق بولۇر. بۇ كېسەللىك ماددىسىنىڭ ئالامەتلىرى كۆپىنچە چېكە تارىمۇشلىرىدا ئىپادىلىنەر. ئەگەر كىشىدە قانىنىڭ غالىبلىقى مەلۇم بولسا، پىشانە تومۇرىدىن ۋە بۇرۇن تومۇرىدىن قان ئالسا پايدا قىلۇر. ئەگەر سەپرانىڭ ماددىسى ئاشقازاندا بولسا، سەبرىنى كاسىنە سۈيىگە چىلاپ ئىچكەي. ئايارەج پەيقرا شەقىقىنىڭ ھەممە خىللىرىغا

پايدا قىلۇر. ئەگەر شەقىقە نۆۋەت بىلەن تۇتسا، نۆۋەت يېتىشتىن بۇرۇن بەدەننى تازىلىغاي. يۇقىرىقى بابلاردا بايان قىلىنغان ھەبلەر بىلەن بۇ ئاغرىقنىڭ ماددىسىنى بەدەندىن چىقارغاي. ھەر ماددىنىڭ لايىقىدا زىماتلارنى چېپىش ۋە يۇيۇنۇش دورىلىرىنى ئىشلەتكەي. زەپەر ۋە خەت يازىدىغان قارا سىياھىمۇ پايدا قىلۇر. شەقىقە دائىم تۇتسا بىمارنىڭ كۆزلىرى ئاجىزلىشار، بۇ خىل ئەھۋالدا كېسەللىكنىڭ دائىرىسى كېڭەيىپ كەتمەسلىكى ئۈچۈن، بىمارنىڭ چېكە تومۇرىنى دەرھال يېرىپ، قويۇق قاننى چىقىرىپ تاشلىغاي.

ئىككىنچى بۆلۈم كۆز كېسەللىكلىرى توغرىسىدا

بۇ بۆلۈم يەتتە قىسمدۇر.

بىرىنچى قىسىم، كۆزنىڭ مىزاجىنى بىلىش ۋە ئۇنى داۋالاش ھەققىدە؛ ئىككىنچى قىسىم، كۆزنىڭ قاپقىدىكى كېسەللىكلەرنى تونۇش ھەققىدە؛ ئۈچىنچى قىسىم، كۆزنىڭ چانىقىدىكى كېسەللىكلەرنى تونۇش ھەققىدە؛ تۆتىنچى قىسىم، كۆزنىڭ بىرىكتۈرگۈچى پەردىسىدە پەيدا بولغان كېسەللىكلەر ھەققىدە؛ بەشىنچى قىسىم، كۆزنىڭ قارىيە (مۇڭگۈزسىمان پەردە) قاتلىمىدا پەيدا بولغان كېسەللىكلەر ھەققىدە؛ ئالتىنچى قىسىم، كۆزنىڭ ئىنەبىيە (ئۈزۈمسىمان) قاتلىمىدا پەيدا بولغان كېسەللىكلەر ھەققىدە؛ يەتتىنچى قىسىم، كۆزنىڭ قۇرۇق ئاغرىشىنىڭ سەۋەبى، ئالامىتى ۋە ئۇنى داۋالاش ھەققىدە.

بىرىنچى قىسىم كۆزنىڭ مىزاجىنى تونۇش، كۆز كېسەللىكىنىڭ تۈرلەرگە بۆلۈنۈشى ۋە ئۇنى داۋالاش توغرىسىدا

بۇ قىسىم يەتتە بابدۇر.

بىرىنچى باب كۆزنىڭ مىزاجىنى تونۇش توغرىسىدا

كۆزنىڭ خاس مىزاجى ھۆل ئىسسىقتۇر. ئىسسىقلىقنىڭ سەۋەبى شىريان تومۇرلىرى كۆزگە ناھايىتى كۆپ تۇتاشقان بولۇپ، ئىسسىقلىقنى كۆزگە يەتكۈزەر. ھۆللۈكنىڭ سەۋەبى، كۆزنىڭ قاتلاملىرى ۋە ھۆللۈكنىڭ باشلىنىشى مېڭىدە بولۇر.

ئىسسىقلىقنىڭ ئالامىتى شۇكى، كۆزنىڭ ھەرىكىتى تېز بولۇر. ئۇنىڭ تومۇرلىرى قىزىلغا مايىل كېلۇر ۋە كۆزنى سىلىغاندا قولغا ئىسسىق مەلۇم بولۇر. ھۆللۈكنىڭ ئالامتى، كۆز يوغان، كۆپ چاپاقلىشىدىغان، ياش ئېقىپ تۇرىدىغان بولۇر. سوغۇق بولۇشنىڭ ئالامتى، تومۇرلىرى ناھايىتى كىچىك بولۇپ، كۆزگە كۆرۈنمەس، ھەرىكەتلەنمەس، سىلىغاندا قولغا سوغۇقلۇق مەلۇم بولۇر. كۆزدىكى قۇرۇقلۇقنىڭ ئالامەتلىرى، كۆز ئولتۇرۇشاڭغۇ بولۇر، سىلىغاندا قولغا قاتتىق ئۇرۇنار، ياش چىقماس، كۆز ھەرىكتى ناھايىتى يەڭگىل بولۇر. شۇنى بىلىش كېرەككى، كۆك كۆزنىڭ ئىسسىقلىقى ۋە ھۆللۈكى باشقا رەڭدىكى كۆزنىڭ ھۆللۈك ۋە ئىسسىقلىقىدىن كەمرەك بولۇر. چۈنكى، كىچىنىڭ سوغۇق ھاۋاسى ھۆللۈك پەيدا قىلۇر. شۇڭا، ئۇلار كىچىدە باشقىلاردىن ئوبدانراق كۆرەر. رۇس خەلقىنىڭ كۆزى كۆك بولۇشنىڭ سەۋەبى شۇكى، ئۇلارنىڭ مىزاجىمۇ سوغۇقتۇر، كۆزىمۇ سوغۇقتۇر. يەنە قارا تەنلىكلەرنىڭ مىزاجىمۇ قۇرۇق سوغۇقلۇقتىن كۆزى كۆك بولۇر.

قارا كۆزنىڭ ھۆللۈك ۋە ئىسسىقلىقى باشقا رەڭدىكى كۆزلەردىن يۇقىرىراق بولۇر. تولا ياش ئېقىش مۇھىتتىكى ئىس - تۈتەك، بۇس - بۇخاراتلارنىڭ سەۋەبىدىن پەيدا بولۇر. شەھلا كۆزنىڭ مىزاجى مۆتىدىل بولۇر. كۆز شەكلىنىڭ چىرايلىق كۆرۈنۈشى ئۇنىڭ نورماللىقىنىڭ ئالامتىدۇر. كۆز شەكلىنىڭ كۆرۈمسىزلىكى مىزاجىنىڭ ئاجىزلىقىنىڭ ئالامتىدۇر. ئۇششاق خەتلەرنى يىراق - يېقىندا تۇرۇپ ئاسان، ئېنىق كۆرۈش بۇ روشەنلىكنىڭ ئالامتىدۇر. نۇرلۇق ۋە پارقىراق نەرسىلەرنى كۆرەلمىسە، كۆز مىزاجىنىڭ كۈچلۈك ئىكەنلىكىنىڭ ۋە نورماللىقىنىڭ ئالامتىدۇر. ئەگەر بۇنىڭ ئەكسىچە بولسا، ئاجىز ۋە نورمالسىزلىقنىڭ ئالامتىدۇر. ئەگەر كىشى بىر نەرسىنى يىراقتىن تەستە كۆرسە، يېقىندىن ئاسان كۆرسە، ئۇنىڭ روھى باسرەسى (كۆرۈش نېرۋىسى) نازۇك ۋە سۈزۈك بولۇر. يىراقتىكى نەرسىلەرنى كۆرۈشنىڭ تەسلىكىدىكى سەۋەب، كۆز نۇرىنىڭ ھەرىكتى يىراققا چۈشكەندە چېچىلىپ كېتەر. شۇڭا يېقىندىكى نەرسىلەرنىمۇ تەستە كۆرۈپ، يىراقتىكى نەرسىلەرنى ئاسان كۆرسە، روھى باسرەسىنىڭ قارىغۇلۇقىنى كۆرستەر، ئۇ سۈزۈك ۋە نازۇك بولماس. روھى باسرە كۆزنىڭ ھەرىكتىنىڭ قۇۋۋىتى بىلەن بىر يەرگە چۈشسە روشەن بولۇر. يېقىنىمۇ يىراقنىمۇ تەستە كۆرگەن كىشىنىڭ روھى باسرەسى (كۆرۈش نېرۋىسى) نۇرسىز ۋە ئاجىز بولۇر.

ئىككىنچى باب كۆز كېسەللىكلىرىنى تونۇش توغرىسىدا

كۆز كېسەللىكلىرى تۆت تۈرلۈك بولۇر. بىرىنچى، كۆزنىڭ مىزاجى ماددىسىز بۇزۇلغاندىن بولغان كېسەللىكلەر؛ ئىككىنچى، كۆزنىڭ مىزاجى ماددىلىق بۇزۇلغاندىن بولغان كېسەللىكلەر؛ ئۈچىنچى، تەپەررۇقى ئىتتىسال (پۈتۈنلۈك بۇزۇلۇش) دىن بولغان كېسەللىكلەر؛ تۆتىنچى، كۆزنىڭ مۇرەككەپ ئەزالىرىدا پەيدا بولغان كېسەللىكلەر، مەسىلەن: كۆزنىڭ تۇخۇمى پۈلتىيىپ چىققانغا ئوخشاش.

داۋالاش

داۋالاش ئۇسۇلىمۇ تۆت تۈرلۈك بولۇر: بىرىنچى، ماددىسىز مىزاج بۇزۇلۇشنى ئەسلىگە كەلتۈرۈش؛ ئىككىنچى، بەدەننى سەۋەبچى ماددىدىن تازىلاش؛ ئۈچىنچى، پۈتۈنلۈكى بۇزۇلۇش خاراكتېرلىك كېسەللىكلەرنى داۋالاش؛ تۆتىنچى، كۆزنىڭ نورمال ھالىتىنى ئەسلىگە كەلتۈرۈپ، كۆز ئەزالىرىدا پەيدا بولغان كېسەللىكلەرنى يوقىتىش.

كۆزنىڭ ماددىسىز بۇزۇلغان مىزاجىنى تەڭشەشتە ئەسلىي مىزاجغا زىت بولغان دورىلارنى ئىشلەتكەي، يەنى مىزاج ماددىسىز ئىسسىق بولسا، ئىتئۈزۈمنىڭ سۈيى، كاسنە سۈيى، قارا سۇنا سۈيى، گۈلاب، توخۇ تۇخۇمىنىڭ ئېقىغا ئوخشاش دورىلارنى ئىشلەتكەي. ئەگەر مىزاجى ماددىسىز سوغۇق بولسا، ئىپار، مامىران، ئېگىر، مۇرچقا ئوخشاش دورىلارنى ئىشلەتكەي. ئەگەر مىزاجى ماددىسىز ھۆل بولسا سۈرمە، تۇتىيا، ئىقلىمىياغا ئوخشاش دورىلارنى ئىشلەتكەي. ئەگەر مىزاجى ماددىسىز قۇرۇق بولسا سۈت، بادام مېغىزى، توخۇ تۇخۇمىنىڭ ئېقى، ئىسپىغۇل لوئابغا ئوخشاش دورىلارنى ئىشلەتكەي.

كۆزنىڭ ماددىسىنى تازىلاشنىڭ يەتتە خىل ئۇسۇلى بار. بىرىنچى، بىمارغا يېمەك - ئىچمەكنى ئاز ۋە يەڭگىلرەك بەرگەي. بىمار ئىستېمال قىلغاندا، تېز ھەزىم بولماي، ئاشقازاندا بۇس - بۇخارات پەيدا قىلىدىغان تائامدىن پەرھىز قىلدۇرغاي؛ ئىككىنچى، بەدەندە ئىمتىلا (تولۇپ قېلىش) بولسا، بەدەننى ناچار خىلىتلاردىن تازىلاش لازىمدۇر؛ ئۈچىنچى، مېڭىنى ماددىدىن تازىلىغاي ۋە ھىجامەت قويۇپ، قېيفال تومۇر ۋە باشنىڭ تومۇرلىرىدىن قان ئالغاي؛ تۆتىنچى، ماددىنى بۇرۇن يولىدىن تازىلاش لازىمدۇر. بۇنداق قىلغاندا، كۆزنىڭ ماددىسى تازىلىنار. يەنە

بەدەننى ماددىدىن تازىلاش، بەدەندىكى ماددىنى تازىلىماي تۇرۇپ، دورا قىلىشقا ئالدىرىمغاي. ماددىنى بۇرۇندىن چىقىرىشنىڭ ئۇسۇلى لەقۇا كېسەللىكنى داۋالاش ھەققىدىكى بابتا كۆرسىتىلدى؛ بەشىنچى، كۆزنىڭ بىر تەرىپىدىكى تومۇردىن قان ئالغاي؛ ئالتىنچى، كۆزدىن ياشنى راۋان ئاققۇزىدىغان دورىلارنى ئىشلەتكەي؛ يەتتىنچى، ئەگەر ماددا باشقا بىر ئەزادىن كەلگەن بولسا، ئاۋۋال شۇ ئەزادىكى ماددىنى تازىلىغاي.

تەپەررۇقى ئىنتىسالنى داۋالاش ئۇسۇللىرى:

ئەگەر ھۆللۈكنى پەسەيتىپ، قۇرۇقلۇقنى ئاشۇرىدىغان، ئەمما كۆزنى كۆيدۈرمەيدىغان دورىلارنى ئىشلىتىشكە توغرا كەلسە، سۇرمە، زەپەر، ئارپا، شادىنەج ئەدەسى، سەبرە قاتارلىقلارغا ئوخشاش دورىلارنى ئىشلەتكەي. كۆزنىڭ مىزاجى ھۆل ئىسسىق بولغاچقا، ھۆللۈكنى زىيادە قىلدىغان دورىلارنى ئىشلەتسە كۆزگە زىيان قىلۇر. ئىشلەتكەن دورىلارنىڭ ھۆللۈكى كەم بولمىسا ۋە كۆيدۈرمىسە ئۇ دورا كۆزگە قۇۋۋەت بېرەر. كۆزنىڭ ھەر ئەزاسى قۇۋۋەت تاپسا، كېسەللىكنىڭ ماددىسىنى قوبۇل قىلماس. ئەگەر زەئىپ بولسا، كېسەللىك ماددىسىنى قوبۇل قىلۇر. كۆز كېسەللىكنىڭ ماھىيىتى ئەنە شۇ. شۇڭا كۆز كېسەللىكلىرىنى داۋالاشنىڭ كۆپىنچە ئىلاجى، كۆزنىڭ شەكلىنى ئەسلىگە كەلتۈرۈش ۋە كۆزنىڭ تەركىبىي قىسىملىرىدىكى كېسەللىكلەرنى يوقىتىدىغان دورىلارنى ئىشلىتىشتۇر. قان ئېلىشنىڭ ۋە بەدەننى تازىلاشنىڭ تەدبىرلىرى ئۆز ئورۇنلىرىدا سۆزلەندى، شۇ يەردىن كۆرۈۋالغاي. كۆز كېسەللىكىنى داۋالاشنىڭ قائىدىسى شۇكى، تېۋىپ داۋالاشتىن بۇرۇن كۆزەتكەي، يەنى كېسەللىك ئىششىغان سەۋەبتىنمۇ ياكى باش ئاغرىغاندىنمۇ؟ ئەگەر ئىششىغان سەۋەبتىن بولسا قايسى خىلتىنىڭ ئالامىتى ئېنىقراق؟ ماددا بەدەننىڭ ھەممە يېرىدىمۇ ياكى باشتىمۇ، ئەگەر بەدەننىڭ ھەممە يېرىدە بولسا، بەدەننى ھەممە خىلتىتىن تازىلىغاي. ئاندىن، مېڭىنى تازىلاشقا مەشغۇل بولغاي. ئەگەر يەللىك قويۇق ماددا بولسا، ھەببى سەبرە، ھەببى ئايارەج، ھەببى قوقىياغا ئوخشاش دورىلار بىلەن مېڭىنى تازىلىغاي. كۆزنى شۇمشا سۇيى ۋە يېڭى سۈت بىلەن يۇغاي. بىمارنىڭ بەدىنى تازىلىنىپ، ماددا پىشقان بولسا، كۆزىگە سۇرمە تارتىپ، ھاممامغا كىرىپ يۇيۇنغاي. ئەگەر ھۆل ماددا سۇيۇلۇپ، قان بىلەن سەپراغا ئارىلىشىپ قالغان بولسا، ئاۋۋال قان ئېلىپ، ئاندىن سۇرگە دورىسى ئىچكۈزۈپ، ماددىنى باشتىن تۆۋەنگە تارتقاي. ئاندىن داۋالاشقا مەشغۇل بولغاي. سۇرگە دورىسى بېرىشتىن ئىلگىرى، كۆزنى تۇتمىغاي ۋە دورا تارتمىغاي. بۇنىڭغا ئەگەر سەۋەب يەل ماددىسى بولسا، ھاممامغا كىرىپ يۇيۇنۇپ، ئاندىن ماددىنى قوزغايدىغان دورىلارنى ئىشلەتسە پايدا قىلۇر.

ئەگەر قان غالىب بولۇپ، كۆز تومۇرلىرى قويۇق قانغا تولۇپ قالغان بولسا، قان ئېلىپ كۆز تومۇرلىرىنىڭ قېنىنى ئازايتقاي. ئاندىن بىمار ھامامغا كىرىپ يۇيۇنۇپ چىققاندىن كېيىن، يەڭگىل تائاملارنى يەپ، شاراب ئىچىپ، مېڭىنى ئىسستىپ، توسالغۇلارنى ئېچىپ، قاننى سۈيۇلدۇرغاي. بۇنىڭغا ھەببى ئايارەج پەيقىرا، ھەببى قوقىياغا ئوخشاش دورىلار پايدا قىلۇر. قىزىل شىياق (شىياقى ئەھمەر)نى سوقۇپ سۈيۇلدۇرۇپ، كۆزگە تارتسا ئاغرىقنى يوقىتار. ئەگەر ئىششىق ئاشكارا بولسا، كۆزنىڭ ماددىسى قۇرۇق بولۇپ، داۋالاشقا ئىشلەتكەن نەرسىلەر پايدا قىلماس. بۇ چاغدا كۆزنىتىش لازىمكى، ماددا باشنىڭ سىرتىدىن پەيدا بولغانمۇ ياكى ئىچىدىن پەيدا بولغانمۇ؟ ئەگەر تېشىدىن پەيدا بولسا، بىمارنىڭ كۆزى، يۈزى قىزىل بولۇر. بېشى، پېشانىسى ئىسسىق، تومۇرلىرى كۆپۈپ چىققان بولۇر. بۇنداق ئەھۋالدا چېكىسىدىكى سەبەل تومۇرىدىن قان ئالغاي، داغلىغاي، پايدىلىق مەلھەملەرنى ئىشلەتكەي. ئەگەر ماددا باشنىڭ ئىچىدە بولسا، بىمارنىڭ بۇرنى قېچىشىپ، تولا چۈشكۈرەر، كۆزى قېچىشىپ تۇرار. بۇنىڭ ئۈچۈن قان ئېلىپ، سۇرگە دورىسى بېرىپ، مېڭىنى تازىلاپ، داۋالغاي. سەبەل (كۆز تورلىشىش) ھەققىدىكى بابتا بايان قىلىنغان داۋالاش ئۇسۇللىرىنى قوللانسىمۇ پايدا قىلۇر. ئەگەر ھەممە ئىلاجلارنى قىلسىمۇ كۆزنىڭ قىزىللىقى يوقالمسا، بۇ ماددىنىڭ قاتتىق ۋە قويۇقلۇقىنىڭ ئاغرىقىنىڭ ئۇزاققا سوزۇلىدىغانلىقىنىڭ ئالامىتى بولۇپ، بۇنداق بىمار تاكى ماددىسى يۇمشاپ يۆتكەلمىگىچە ساقايماس. ئەگەر كۆز ئاغرىقى بىلەن باش ئاغرىقى ئېغىر بولسا، كۆزنى ھەرگىز تۇتمىغاي. بۇنداق ئاغرىق مېڭە بىلەن بەدەننى تازىلىمىغۇچە شىپا تاپماس. شۇڭا، چېكىدىكى مۇناسىۋەتلىك تومۇرىدىن قان ئېلىپ، مېڭىگە مەلھەم چاپلاپ قۇۋۇەتلەندۈرگەي. بۇنىڭ داۋالاش ئۇسۇللىرى باش ئاغرىقى ھەققىدىكى بابتا بايان قىلىندى. بەدەننى تازىلىماي، بۇ شەرتلەرنى ھازىرلىماي تۇرۇپ، كۆزنى داۋالاشقا تۇتۇشسا كۆزدىكى كېسەللىكلەر يامانلىشىپ كېتەر. ھەممە كۆز كېسەللىكلىرى، باش ئاغرىقلىرى ماددا بىلەن بىللە بولسا، ھۆقنە (كىلىزما) قىلىش ناھايىتى مەنپەئەتلىكتۇر.

ئۈچىنچى باب ماددىلىق كۆز كېسەللىكىنىڭ سەۋەبلىرىنى تونۇش توغرىسىدا

كۆز كېسەللىكلىرىنىڭ سەۋەبلىرى يەتتە قىسىمغا بۆلۈنەر. بىرىنچى، كۆزنىڭ مىزاجى زەئىپ بولغاچقا، مېڭىدىن كەلگەن ماددىنى قوبۇل قىلىپ قايتۇرالمىغانلىقتىن بولۇر؛ ئىككىنچى، مېڭە

بىلەن ئاشقازاننىڭ مىزاجى ئۇچەينىڭ مىزاجىدىن زەئىپ بولسا، ئۇچەيدىن چىققان بۇس - بۇخاراتلار ئاشقازاندىن مېڭىگە بارسا، مېڭە كۆزگە ھەيدەر؛ ئۇچىنچى، بەدەندە بۇزۇق خىلتىلار ناھايىتى كۆپ بولسا، ئۇ بەدەننىڭ ھەممە ئەزالىرىغا يېتىپ بارار؛ تۆتىنچى، كۆزگە غىزادىن كېلىدىغان قۇۋۋەت ئاجىز بولسا، بىمار غىزا يېگەندە ھەزىم قىلالماسلىق سەۋەبىدىن ماددا كۆزگە كۆپرەك يېتىپ بېرىپ ئاغرىق پەيدا قىلۇر. ماددا كۆپەيگەنسېرى ئاغرىقمۇ ئېغىرلىشار؛ بەشىنچى، كۆزنىڭ تومۇرىدىكى خىلتىلار كۆزگە يېتىپ كېلىپ، كۆزنىڭ تومۇرىنى كېڭەيتىۋېتەر. مۇشۇ سەۋەبتىن ماددا كۆزگە كۆپرەك يېتىپ كېلىپ، ئاغرىق پەيدا قىلۇر؛ ئالتىنچى، كۆز تومۇرىدىن كۆزگە يېتىپ كەلگەن ئارتۇق ماددىلار كۆزنىڭ سىرتىغا چىقىپ كەتكىنى ياخشىراقتۇر. ئەگەر سىرتقا چىقىپ كېتەلمىسە، كۆزگە يېتىپ كەلگەن ئارتۇق ماددىلار توختاپ قېلىپ ئاغرىق پەيدا قىلۇر؛ يەتتىنچى، كۆز مېڭىنىڭ ئاستىدا بولغاچقا، ھەزىم بولمىغان ئارتۇق ماددىلار مېڭىدىن كۆزگە قۇيۇلۇپ ئاغرىق پەيدا قىلۇر. شۇڭا، يۇقىرىقى سەۋەبلەرنى چوڭقۇر مۇلاھىزە قىلىپ، كېسەللىك سەۋەبىنى ئېنىقلاپ، ئاندىن ئىلاجىغا مەشغۇل بولۇش لازىمدۇر.

تۆتىنچى باب كۆز كېسەللىكىنى داۋالايدىغان دورىلارنىڭ تەسىرى ۋە ئاساسىي رولىنى تونۇش توغرىسىدا

كۆز كېسەللىكلىرىنىڭ دورىلىرى يەتتە خىل بولۇر: بىرىنچى، توسالغۇنى ئاچىدىغان دورىلار؛ ئىككىنچى، كۆزنى تازىلايدىغان دورىلار؛ ئۈچىنچى، قابىز (قورۇغۇچى) دورىلار؛ تۆتىنچى، ماددىلارنى يۇمشىتىدىغان دورىلار؛ بەشىنچى، ماددىنى تازىلاپ بەدەننى تەييار قىلىدىغان دورىلار؛ ئالتىنچىسى، پەرھىز قىلىدىغان دورىلار؛ يەتتىنچى، ئەزالارنىڭ سېزىمچانلىقىنى يوقىتىدىغان دورىلاردىن ئىبارەت.

بىرىنچى خىلى توسالغۇلارنى ئاچىدىغان دورىلار بولۇپ، بۇ دورىلار ئىككى قىسىمغا بۆلۈنەر. بۇنىڭ بىرى شۇكى، بۇ دورىلارنىڭ بەزىسى قۇرۇق بولۇپ، يەردىن چىقار، يەنە بىرى شۇكى، ھۆل يۇمشاق بولۇر، يەردىن چىققان دورىلار ھۆللۈكنى كەمرەك قىلۇر. كۆزدىن ئىسسىق ياش ئاقسا پايدىلىقتۇر. كۆز يارىلىنىپ ئاغرىغانغىمۇ پايدا قىلۇر. بەدەننى تازىلاشتىن بۇرۇن بۇ دورىلارنى ئىشلەتكەي. كۆزنىڭ ماددىسىنى توختاتقاندىن كېيىن ۋە بەدەننى، مېڭىنى تازىلاشتىن ئىلگىرى بۇ دورىلارنى ئىشلەتكەي. چۈنكى، ماددا ھەرىكەت قىلغاندا، كۆزنىڭ قاتلاملىرىدا مادا

كۆپ بولسا، ماددىنىڭ يۆتكىلىشىگە يول قويماس، كۆزنىڭ ئاغرىقى ئېغىرلىشار. بۇ كۆزگە نىسبەتەن خەتەرلىكتۇر. چۈنكى، ماددا كۆزنىڭ قاتلاملىرىنى كۆيدۈرەر ۋە كۆزنىڭ گۆشىنى يەر. ئەگەر كۆزنىڭ مۇڭگۈزسىمان قاتلىمى يارىلانسا، زۆرۈرىيەت تۈپەيلىدىن بەدەننى تازىلىماي تۇرۇپمۇ بۇ دورىلارنى ئىشلەتسە بولۇر.

ئىككىنچى خىلى، بۇ دورا يۇمشاق، يېپىشقاق ۋە ھۆلدۇر. بۇ دورىلارنىڭ بەزىسى تازىلىغۇچى، بەزىسى يۇمشاتقۇچى، بەزىسى تۈتاشتۇرغۇچى، يەنە بەزىسى گۆش ئۈندۈرگۈچى، يەنە بەزىسى ماددىنى يۆتكىگۈچى خۇسۇسىيەتكە ئىگە. بۇ قىسمىغا ھاجەت بويىچە ئىلاج قىلماقنىڭ سەۋەبى تۆت تۈرلۈكتۇر. بىرىنچى، تەركىبىدە كۆيدۈرىدىغان دورا يوقتۇر؛ ئىككىنچى، بەزىدە كۆزىدە ئۇزۇن تۇرىدىغان ۋە ياش ئاقتۇرىدىغان دورىغا ھاجەت چۈشسە كەتىرا، سەمغى ئەرەبى، نىشاستە قاتارلىقلارغا ئوخشاش دورىلارنى يەنە بىر دورىغا ئارىلاشتۇرۇپ يېسە كۆزدە توختاپ قالغان ماددىلارنى تارقىتىشقا پايدىلىقتۇر؛ ئۈچىنچى، كۆز دورىلىرىنىڭ بەزىلىرى قاتتىق تاشتۇر. ئەمما، كۆز بولسا قاتتىق ۋە يۇمشاقلا سەزگۈر ئەزا بولۇپ، يەردىن چىققان قاتتىق دورىلارغا بەرداشلىق بېرەلمەس. بولۇپمۇ تېۋىپ، بىمارلارنىڭ كۆزىگە يۇمشاق ۋە مۇلايىم دورىلارنى ئىشلەتكەي؛ تۆتىنچى، تەبىئىتى ئىسسىق ۋە تېز تەسىر قىلىدىغان ماددىدىن پەيدا بولغان كۆز ئاغرىقىنى يۇمشاق ۋە مۇلايىم نەرسىلەرنى ئىشلىتىپ، كۆزنى تازىلاپ، كۆزنىڭ قاتلاملىرىنى بۇ ماددىلار پەيدا قىلىدىغان بۇزۇق خىلتنىڭ كۆيدۈرۈشىدىن ساقلىماق لازىمدۇر. بۇنىڭ ئۈچۈن، ئايال كىشىنىڭ سۈتى ۋە توخۇ تۇخۇمىنىڭ ئېقىنى ئىشلىتىپ كۆزنى تازىلىغاي. چۈنكى، توخۇ تۇخۇمىنىڭ ئېقى ماددىنىڭ تېزلىكىنى توسار ۋە يۇمشىتار. يەنى شۇمشا سۈيى تازىلار. چۈنكى، شۇمشانىڭ سۈيى ئىسسىق ۋە مۆتىدىلدۇر؛ توسالغۇنى ئاچىدىغان دورىلار يەنە ئىككى قىسىم بولۇر. بىرى ئېگىر، دارچىن، پەرپىيۇن، سەكبىنەج، ھىلە قاتارلىق دورىلار ماددىنى يۆتكەش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە بولۇپ، ئۇ مۇڭگۈزسىمان قاتلامنىڭ ئارقىسىدا ئايلىنىپ يۈرۈپ، قويۇق ماددا بولسا ئېرىتەر ياكى تارقىتار. بۇ دورىلارنى ئېرىتىپ، ماددىنى تارقاتقۇچى دورىلارغا ئارىلاشتۇرغاي. بۇ دورا توسالغۇلارنى ئېچىپ دورىنىڭ قۇۋۇتىنى زەئىپ ئەزاغا يەتكۈزەر؛ يەنە بىرى، جانىۋارلارنىڭ ئۆتى، بەدىيان سۈيى قاتارلىق دورىلار ئىسسىقتىن كۆزگە سۇ چۈشۈشنى توختىتار.

ئۈچىنچى خىلدىكى دورىلار ئىككى تۈرلۈك بولۇر. بىرى، يىرىڭنى ۋە يارىنىڭ تەسىرىنى يوق قىلىدىغان ئىقلىميا، كۈندۈر ۋە سەبرىگە ئوخشاش دورىلاردۇر. يەنە بىرى، كۆزدىكى سەبەنى (كۆز تورلىششنى)، قىچىشىشنى ۋە ناخۇنە (كۆز ئالمىسغا تىرناقسىمان گۆش ئۆسۈپ

قېلىش) نى يوقىتىدىغان دورىلاردۇر. ئۇ نۆشۈدۇر، قىلقاتار، كۆيدۈرۈلگەن مىسقا ئوخشاش دورىلار بولۇپ، بۇ دورىلارنىڭ ھەممىسى جاراھەتنىڭ مىكروبلىرىنى كۆيدۈرىدىغان دورىلاردۇر. ئىقلىميا ئىسسىق سوغۇقلۇقتا مۆتىدىل بولۇپ، گۆش ئۇندۇرەر.

تۆتىنچى خىلى، بۇ دورىلار كۆيدۈرگۈچى ۋە ئاغرىق پەسەيتكۈچى دورىلاردۇر. ئۇلار زەرنىخ، زەنگار قاتارلىقلار بولۇپ، ئۇلار قاتتىق ناخۇنە (تىرناقچە گۆش) نى ۋە قىچىشىشنى، قۇرۇق يارىنى يوقىتار.

بەشىنچى خىلى، بۇ دورىلار قابىز دورىلار بولۇپ، بۇلار ئىككى خىل بولۇر. بۇنىڭ بىرى قۇۋۇتتى مۆتىدىلەرەك بولغان قىزىلگۈل ۋە ئۇنىڭ سقىلغان سۈيى، تېكە ساقىلىنىڭ سقىلغان سۈيى، سۇمبۇل، زەپەر، تۆگە تاپىنى (رەۋەن)، سازەج ھىندى قاتارلىق دورىلاردۇر. بۇ دورىلارنى ئاغرىق كۆزگە ياش كەلمىگەندە ئىشلەتكەي. يەنە بىرى، قۇۋۇتتى كۈچلۈكرەك بولغان ئاقاقىيا، غورا سۈيى، سۇماق سۈيى، خام موزا، كۇندۇر پوستى، ئانارگۈلى قاتارلىق دورىلاردۇر. بۇ دورىلارنى كۆزنى قۇۋۇتلەش، كۆرۈش قۇۋۇتىنى ئاشۇرۇش، ياش ئېقىشنى توختىتىش قاتارلىق كۆز كېسەللىكلىرىگە ئىشلەتكەي.

ئالتىنچى خىلى، بۇ دورىلار پىشۇرغۇچى ۋە تارقاتقۇچى دورىلار بولۇپ، بۇلار شۇمشا، ھۆزۈز ھىندى، ئەنزىروت، بارىزەت، ئىكلىلمىلىك، قۇندۇز قەھرى، كۇندۇر، زەپەر، مۇرمەككى قاتارلىقلاردۇر. بۇلارنىڭ ئىچىدە مۇرمەككىنىڭ تارقىتىش قۇۋۇتى ھەممىدىن ئۈستۈن تۇرار. زەپەر ۋە كۇندۇر پىشۇرۇش ۋە يۇمشىتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە. بۇ دورىلارنى كۆزنىڭ مۇدۇرى، يارىسى ۋە ئىششىقىغا ئىشلەتكەي. بۇلار كۆزنىڭ مۇڭگۈز قەۋىتىدىن قويۇق سۇيۇقلۇق ۋە يىرىڭنى چىقىرىۋېتەر.

يەتتىنچى خىلى، بۇ تۇردىكى دورىلار كۆزنى ئاجىزلاشتۇرىدىغان ئەپيۇن، ئادەمگىياھ قاتارلىق دورىلار بولۇپ، بۇلارنى كۆپ ئىشلەتمىگەي. ئەگەر كۆز قاتتىق ئاغرىسا، ھەم قىزىتمىسى يۇقىرى ۋە كۆيۈشۈشى ئېغىر بولۇپ، كۆز پەردىلىرىنىڭ بۇزۇلۇش ئېھتىماللىقى بولسا، مۇرمەككىنى ئىشلەتمىگەي. تۆۋەندە يۇقىرىقى كېسەللىككە مۇناسىۋەتلىك دورىلارنىڭ نامىنى ھەرپ تەرتىپى بىلەن بايان قىلىمىز.

«ئ» ھەرپى بىلەن باشلانغان دورىلار

ئەنزىروت (ئانزروت): بۇ قۇرۇق ئىسسىق دورا بولۇپ، ھۆللۈكنى ئازايتار، كۆزنىڭ يارىسىنى ساقايتار، ئاغرىقنى يوقىتار، گۆش ئۇندۇرەر، كۆزنىڭ چاپقىنى يوقىتار، كۆزنىڭ

يۇمۇلۇپ ئېچىلىشىنى راۋان قىلۇر. چۈنكى بۇ دورا مادىدا ئالمىشىشنى ياخشىلار. ئۇنىڭ كۆيدۈرۈش تەسىرى كۈچلۈك ئەمەستۇر.

سۈرمە (اسمد): بۇ قۇرۇق سوغۇق، قابىز دورىدۇر. كۆزنىڭ جاراھىتىنى ۋە يارىسىنى قۇرۇتار. كىرپىك ۋە كۆزنىڭ ھەممە قىسمىغا قۇۋۋەت بېرەر، كۆزنى بەزى ئاغرىقلاردىن ساقلار. مۇرسەرج (كۆز ئالمىسىغا چىقىپ قالغان ئۇششاق مۇدۇرچاق)نى يوقىتار. ئەمما بەدەننى ئاجىزلاشتۇرۇپ، ئاغرىقنى سەزمەس قىلىپ قويار. كۆزنىڭ قېتىدا پەيدا بولغان ماددىلارنى توختىتىپ قويار.

ئاقاقيا (اقاقيا): بۇ ئىككىنچى دەرىجىدە سوغۇق، ئۇچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق دورىدۇر. يۇيۇلمىغىنى ئۇچىنچى دەرىجىدە سوغۇقتۇر. ئۇ كۆزنىڭ ھەممە قىسمىغا قۇۋۋەت بېرىپ، ماددىنىڭ زىيانلىق تەسىرىنى توختىتار.

ئۇشەق (اشق): ئىككىنچى دەرىجىدە ئىسسىق دورا بولۇپ، كۆز قىچىشىنى، باسۇر ۋە كۆز جىيىكىنىڭ ئىششىقىنى ياندۇرار، ماددا ئالمىشىنى ياخشىلار.

ئۆشنە (اشنە): ئىسسىقلىق ۋە ھۆللۈكتە مۆتىدىلدۇر. كۆز قاتلاملىرىغا قۇۋۋەت بېرەر، سۇيۇقلۇقنى يوقىتار. ئەمما قابىزلىقى باردۇر.

ئەبنۇس (ابنوس): بۇ دورا ھۆللۈكنى كەم قىلۇر. كۆزگە قۇۋۋەت بېرىپ، كۆز ياشاقىغۇراشنى توختىتار. ئۇنى سوقۇپ سۈيىنى پېشانىگە چاپسا، كۆزدە پەيدا بولغان زىيانلىق ماددىلارنى يوقىتار.

قوغۇشۇن (ابار): بۇ قۇرۇق سوغۇق بولۇپ، ئۇنى كۆيدۈرۈپ، يۇيۇپ، كۆز دورىسىغا قوشۇپ ئىشلەتسە تەبىقە قەرنىيە (كۆزنىڭ مۇگىزسىمان قەۋتى)دىكى يارىنى ساقايتار، مۇرسەرج كېسەللىكىگە پايدا قىلۇر.

ئىكلىلمىلىك (اكلىلمىلك): بۇ سوغۇق بولۇپ، ئۇنىڭ جەۋھىرى مۇرەككەپتۇر. قابىز ۋە مۆتىدىل بولۇپ، ماددىنى پىشۇرار ۋە يۇمشىتار. ئۇ كۆزگە قۇۋۋەت بېرەر. بەزىدە كۆزنىڭ ئاجىزلىقىنى يوقىتار. كۆزنىڭ ئىششىقىنى ياندۇرار، قويۇق خىلتىنى پىشۇرار.

ئاسارۇن (اسارون): بۇ ئۇچىنچى دەرىجىدە ئىسسىق، ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق بولۇپ، تەبىقە قەرنىيەدىكى قويۇق خىلت ۋە يىرىڭنى يوقىتار.

«ب» ھەرپى بىلەن باشلانغان دورىلار

بىخ مارخان (بوسود): بۇ قۇرۇق سوغۇق بولۇپ، كۆزگە قۇۋۋەت بېرىپ ياشنى توختىتار.

كىلەر مايىقى (بغرالغىب): ئاق چۈشكەن كۆزگە پايدا قىلۇر.

بارىزەد: بۇ ئىككىنچى دەرىجىدە ئىسسىق، ئۈچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق بولۇپ، كۆز قىچىشىنى پەسەيتەر، يېپىشقاق خىلتىنى پىشۇرار ۋە سۈيۈلدۈرار.

بىلسان يېغى: بۇ كۆز تورلىشىنى يوقىتار.

پىياز (بەمل)نىڭ سۈيىنى كۆزگە چاپسا، قۇرۇق قويۇق خىلتتىن پەيدا بولغان دۇغلىشىنى يوقىتىپ، كۆزنى روشەنلەشتۈرەر ۋە كۆزگە سۇ چۈشۈشنى چەكلەر. لېكىن ئۇ كۆز تومۇرىغا زىيان قىلۇر.

بىلسان: بۇ ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق بولۇپ، قويۇق خىلتىنى يۇمشىتار، كۆزگە چۈشكەن كونا ئاقنى يوق قىلۇر.

باقلە: بۇ ئاۋۇالقى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق بولۇپ، قاينىتىسا ئىككىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇققا ئۆزگىرەر. سوقۇپ كۆزگە چاپسا ماددىنى قوزغار ۋە قۇرۇتار.

توخۇ تۇخۇمىنىڭ ئېقى (بەيزە): مۆتىدىل بولۇپ، كۆزدىكى يامان خىلتنىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى قايتۇرار. ئەگەر سېرىقىنى كۆزگە قۇيسا زىيانلىق ماددىنى يوقىتار.

ئابدىمىلىك (بىدەنجىر): قۇرۇق سوغۇق بولۇپ، بەدەننى بوشىتار، كۆزگە چاپسا ماددىنى توختىتار.

بەلھ (خام خورما): بۇ ئۈچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق دورا بولۇپ، كۆزگە چاپسا ئىششىقنى ياندۇرار.

تاغ رەيھىنى (بادۇرۇج): بۇ ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق بولۇپ، سۈيىنى سقىپ، كۆزگە سۈركىسە، كۆزنى روشەنلەشتۈرەر. ئەگەر يېسە كۆزنى خىرە قىلۇر.

«ت» ھەرپى بىلەن باشلانغان دورىلار

تۇتىيا: بۇ ئۈچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق بولۇپ، كۆزگە تاڭسا ياشنى توختىتىپ، كۆزدىكى يارىنى ساقايتار.

مىس پوقى (توبالمىس): مىس پوقى كۆزدىكى ئۆسمە گۆشنى يوقىتار، بارلىق مەدەنلەرنىڭ پوقلىرى كۆزدىكى ئاجىزلىقنى تۇگىتىپ، ماددىنى سۈيۈلدۈرار.

تۆمۈر پوقى (توبالى ئەھەنى): بۇ قابىز دورا بولۇپ، ھۆللۈكنى ئازايتار، يامان يارا (سفلىس) قا مەنپەئەت قىلۇر.

«ج» ھەرپى بىلەن باشلانغان دورىلار

جۇزبۇۋا: بۇ ئۇچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق بولۇپ، كۆز تورلاشقاندا تارتىدىغان سۇرمە بىلەن قوشۇپ ئىشلەتكەي.

ئانارگۈلى (جۇلنار): بۇ ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق دورا بولۇپ، قابىزلىق خۇسۇسىيەتكە ئىگە، ئۇنى پېشانىگە چاپسا كۆزدىكى زىيانلىق ماددىنى يوق قىلۇر.

چاڭگاك (جۆئىدە): بۇ ئىككىنچى دەرىجىدە ئىسسىق، ئۇچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق بولۇپ، سىقىپ سۈيىنى ھەسەل بىلەن كۆزگە چاپسا كۆزدىكى دۇغلىشىشنى يوقىتار.

جۇندى بىدەستۇر (قۇندۇز قەھرى): كۆزنىڭ مىزاجىنى بۇزار.

بۇ ئۇچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق بولۇپ، ماددىنى پىشۇرار، نېرۋىلارغا ئىسسىقلىق يەتكۈزەر، قەرنىيە پەردىسىدىكى يىرىڭنى تارقىتار.

جاۋشىر: بۇ ئۇچىنچى دەرىجىدە ئىسسىق، ئىككىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق بولۇپ، ئۇ ماددىنى يۇمشىتار ۋە قوزغىتار. كۆزگە سۇ چۈشۈشنىڭ دەسلىپىدە ئۇنى كۆزگە چاپسا سۇ چۈشۈشنى توختىتار.

«ھ (ج)» ھەرپى بىلەن باشلانغان دورىلار

رۇسۇت ھىندى (ھۇزەز): بۇ ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق بولۇپ، كۆزنىڭ چۆرىسىنى تازىلايدۇ، قۇرۇق سوغۇقتىن بولغان كۆز ئاغرىقىغا مەنپەئەت قىلۇر.

ئادراسمان ئۇرۇقى (ھۇرف): بۇنى كۆيدۈرسە ئۇچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق بولۇر. ئۇ تومۇرلارنى ئاچۇر، قان ئايلىنىشنى راۋانلاشتۇرار، كۆز تورلىشىشنى يوقىتار.

ھىڭ (ھىلتىت): بۇ ئۇچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق بولۇپ، كۆزنى سۈزۈلدۈرەر، ئۇنى كۆزگە سۇ چۈشۈشنىڭ باشلىنىشىدا ئىشلەتسە مەنپەئەت قىلۇر.

شۇمشا (ھۆلبە): بۇ ئىككىنچى دەرىجىدە ئىسسىق، بىرىنچى دەرىجىدە قۇرۇق بولۇپ، ئىششىقنى ياندۇرار.

شەھمەنزەل: بۇ ئۇچىنچى دەرىجىدە ئىسسىق، ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق بولۇپ، كۆزگە سۇ چۈشكەنگە پايدا قىلۇر.

«خ» ھەرپى بىلەن باشلانغان دورىلار

شەرەك (خەپغاش): بۇنى كۆيدۈرۈپ كۈلنى ھەسەل بىلەن كۆزگە تارتسا كۆزنى روشەن قىلۇر، كۆزگە سۇ چۈشۈشنىك دەسلىپىدە ئىشلەتسە پايدا قىلۇر.

چاشقان مايىقى (خەرئۇلپار): ئىسسىق بولۇپ، كۆزدىكى ئارتۇقچە ھۆللۈكنى يوقتار ۋە كىرپىك ئۈندۈرەر.

قىزىل سېغىز (خەزەپ): بۇ ئىسسىق بولۇپ، بۇنى كۆزگە چاپسا كۆزنى تازىلار، كۆزگە قۇۋۋەت بېرەر.

سۆگەت (خىلاپ): ئىككىنچى دەرىجىدە ھۆل سوغۇق بولۇپ، چېچەكلىگەن ۋاقتىدا شېخىنىڭ پوستىنى سويۇپ، سۈيىنى كۆزگە سۈركسە، كۆز قاراڭغۇلىشىشنى يوقتار.

«د» ھەرپى بىلەن باشلانغان دورىلار

دارچىن: بۇ ئۈچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق بولۇپ، كۆزنى سۈزۈلدۈرەر، كۆزنىڭ ئارتۇقچە ھۆللۈكتىن بولغان قاراڭغۇلىشىشنى يوقتىپ، كۆزنى روشەنلەشتۈرەر. ئارتۇقچە ھۆللۈكنى مېڭىدىن تۆۋەنگە تارتار.

ئۇزۇن پىلپىل (پىلپىل داراز): بۇ ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق بولۇپ، بۇنىڭدا ئازراق ھۆللۈك بار. نامازشام قارىغۇسىغا پايدا قىلۇر.

سەرپىستان (دەبىق): ئىسسىق بولۇپ، كۆزنىڭ تېگىدىكى قويۇق سۇيۇقلۇقنى تارتار، كۆزنىڭ چۆرىسىدىكى ناسۇر (ئاقما جاراھەت) غا پايدا قىلۇر.

شېشىنىڭ تۈتۈنى (دۇخانۇلقاۋاربر): بۇ ئىسسىق بولۇپ، ئۇ كۆز يېشىنى راۋان قىلۇر، كۆزنىڭ تورلىششىنى يوقتار، كۆزنى روشەنلەشتۈرەر.

كۈندۈرنىڭ تۈتۈنى (دۇخانى كۈندۇر): كۆزنى روشەنلەشتۈرەر، كىرپىك چۈشۈش، ياش ئېقىش، كۆز قىچىشىشقا ناھايىتى پايدىلىقتۇر.

خۇنسىياۋشان (دەمۇلئەخەۋىن): تەبىئىتى سوغۇق، قابىزلىق خۇسۇسىيەتكە ئىگە، ئۇ كۆزنىڭ جاراھىتىنى ساقايتار، گۆش ئۈندۈرەر، كۆزگە قۇۋۋەت بېرەر.

كەپتەرنىڭ قېنى (دەمۇل ھەمام): بۇ ئىسسىق دورا بولۇپ، تەرىپە (كۆزگە بىر نېمە تىقىلغاندەك بولۇپ، چىمچىقلىتىپ تۇرۇش) گە پايدا قىلۇر.

«ز» ھەرپى بىلەن باشلانغان دورىلار

ئارپىبەدىيان (رازيانەج بەدىيان): ئۇچىنچى دەرىجىدە ئىسسىق، ئاۋۋالقى دەرىجىدە قۇرۇق بولۇپ، سۈيىنى تېمىتسا كۆزگە چۈشكەن سۇغا پايدا قىلۇر.

قومۇشنىڭ سۈيى (مائۇل قەسەب): ئۇچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق.

«ز» ھەرپى بىلەن باشلانغان دورىلار

زەنجۈبىل: بۇ ئۇچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق، ماددىسى بەك سۈيۇق بولغاچقا، قويۇق ماددىنى سۈيۈلدۈرار، كۆزنى روشەنلەشتۈرەر، قىچىشىشنى يوقىتار.

زەپەر: ئىككىنچى دەرىجىدە ئىسسىق، ئاۋۋالقى دەرىجىدە قۇرۇق بولۇپ، قابىز ۋە ماددىنى پىشۇرغۇچىدۇر. كۆزگە قۇۋۇەت بېرىپ، كۆز تومۇرلىرىنى تازىلار.

زەنجىپۇر (كوپوراس): كۆزنى ئۆتكۈر ھەم مۆتىدىل قىلۇر، ماددىنى قوزغار، ھەم قابىزلىق خۇسۇسىيەتكە ئىگە دورىدۇر.

زەرنىق: تۆتىنچى دەرىجىدە ئىسسىق بولۇپ، كۆيدۈرۈش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە. ئۇ كۆزدىكى جاراھەتكە پايدا قىلۇر.

زەنگار (مىس دېتى): تۆتىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق بولۇپ، زىيادە گۆشنى ۋە كۆزگە چۈشكەن ئاقنى يوقىتار.

زاجى سۇختە (كۆيدۈرۈلگەن زاك) : تۆتىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق، قابىزلىق خۇسۇسىيەتكە ئىگە كۆيدۈرۈش تەسىرى بار. ئەمما ئۇنىڭ كۆيدۈرۈش كۈچى قىلقاتارغا يەتمەس.

زەبەدۇل بەھرى (كۆپۈكى دەريا): ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق بولۇپ، تېز تەسىر قىلىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە. كۆزنى تازىلار ۋە كۆزگە چۈشكەن ئاقنى يوقىتار.

«س» ھەرپى بىلەن باشلانغان دورىلار

سەلىخە (قېلىن دارچىن): بۇ ئۇچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق بولۇپ، ئۇ كۆزنى سۈزۈلدۈرەر ۋە روشەنلەشتۈرەر. ئۇنىڭدا قابىزلىق خۇسۇسىيەت بولۇپ، كۆزنىڭ ئايرىم

تەركىبلىرىگە قۇۋۋەت بېرەر. قويۇق سۈيۇقلۇقنى تازىلار، كۆرۈش قۇۋۋىتىنى ئاشۇرار.

سۈمبۈل: ئاۋۋالقى دەرىجىدە ئىسسىق، ئۇچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق دورا بولۇپ، كۆزنى روشەنلەشتۈرەر ۋە قابىزلىقتا تېز تەسىر قىلۇر. زىيانلىق ماددىلارنى توختىتىۋېتەر.

سازەج ھىندى: بۇنىڭ خۇسۇسىيىتى سۈمبۈلنىڭ خۇسۇسىيىتىگە ئوخشار.

سۇزاپ: بۇ ئۇچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق بولۇپ، قويۇق خىلتىنى سۈيۈلدۈرار ۋە تازىلار. ئۇنىڭ سۈيىنى كۆزگە تېمىتسا كۆزنىڭ كۆرۈش قۇۋۋىتىنى ئاشۇرار ھەمدە سۇ چۈشكەن كۆزگە پايدا قىلار.

سەكبىنەج: ئۇچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق بولۇپ، كۆزنى روشەنلەشتۈرەر. كۆزدىكى قويۇق خىلتىلارنى تارقىتار ۋە تازىلار. كۆزگە چۈشكەن ئاقنى يوقىتار، قويۇق سۈيۇقلۇقتىن پەيدا بولغان كۆز قاراڭغۇلىشىشنى يوقىتار، سۇ چۈشكەن كۆزگە پايدا قىلۇر. تەتۇر كىرپىك ۋە كۆز جىيىكىنىڭ ئىچگە چىققان مۇدۇرلارغا پايدا قىلۇر.

سەلخۇل ھەييە (يىلان پوستى) : بۇنى ھەسەل بىلەن ئېزىپ، كۆزگە چاپسا كۆزنى روشەنلەشتۈرەر.

سەرتانى بەھرى (دېڭىز قوڭغۇزى): بۇ قۇرۇق بولۇپ، كۆزدىكى ئوشۇقچە ياغنى ۋە ناخۇنەنى يوقىتار، جاراھەتلەرنى قۇرۇتار ۋە تازىلار.

سەۋزاربل سەئدى: قۇرۇق سوغۇق بولۇپ، ئۇنىڭ خۇسۇسىيىتى تۇتىيانىڭ خۇسۇسىيىتىگە ئوخشار. كۆز ياشاڭغۇراشنى توختىتار، سوقۇپ بۇرنىغا پۇركۈسە كۆزنى روشەنلەشتۈرەر.

سەنگى سەبۇيە: قۇرۇق ئىسسىق بولۇپ، نامازشام قارىغۇسىغا پايدا قىلۇر.

سۇككەروۋىل ئۇشرى: سەنگى سەبۇيەدىن قويۇقراق بولۇپ، ئۇ كۆزگە چۈشكەن ئاقنى يوقىتار.

«ش» ھەرپى بىلەن باشلانغان دورىلار

شاقايقۇل نۇئمان (لەيلىقازاق) : ئاۋۋالقى دەرىجىدە ئىسسىق بولۇپ، جاراھەتلەرنى تازىلار. يوپۇرمىقىنى زىمات قىلسا، كۆزدىكى ئىششىقنى يانىدۇرار، كۆزنىڭ قاراڭغۇلىشىشنى، كۆزگە چۈشكەن ئاقنى ۋە تەتۇر كىرپىكنى يوقىتار.

شەب يەمانى (زەمچە) : ئاۋۋالقى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق، تۆتىنچى دەرىجىدە قابىزدۇر.

شادىنەج ئەدەسى: قۇرۇق سوغۇق ۋە قابىز بولۇپ، ئۇ ئوشۇقچە گۆشلەرنى يوقتار. كۆزنىڭ ھەممە تەركىبلىرىگە قۇۋۋەت بېرەر، كۆزدىن كەلگەن قانىنى توختىتار. قاپاقتىكى ئىششىقنىن بولغان يىرىكلىكنى يوقتار.

شاراب (كونا ئۇزۇم شارابى): ئۇچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق، كۆزگە قۇۋۋەت بېرىپ، قويۇق خىلتنى تارقىتار.

«ساد (ح)» ھەرپى بىلەن باشلانغان دورىلار

سەبرە: ئىككىنچى دەرىجىدە ئىسسىق، ئۇچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق بولۇپ، ئۇ ماددىنى چەكلەپ، يارىنى پۈتتۈرەر ۋە تازىلار.

سەمغى ئەرەبى: قۇرۇق سوغۇق، ئۇ تۇتاشتۇرغۇچى خۇسۇسىيەتكە ئىگە.

سەمغىل بەتەم: ئىككىنچى دەرىجىدە ئىسسىق ھەم مۇلايىم خۇسۇسىيەتكە ئىگە بولۇپ، زىيانلىق ماددىنى تارقىتار ۋە يوقتار.

سەدەپ: ھۆللۈكنى تارتىپ، كۆزگە قۇۋۋەت بېرەر. ئۇنى كۆيدۈرۈپ، كۆزگە تارتسا، ئارتۇق تۈكلەرنى يوق قىلۇر.

«ت (ت)» ھەرپى بىلەن باشلانغان دورىلار

تىنى رۇمى (رۇم سېغىزى): بۇ قۇرۇتقۇچىدۇر، ئۇنى كاسنە سۈيى بىلەن سۈيۈلدۈرۈپ چاپسا، ئىسسىقتىن بولغان ئىششقنى ياندۇرار ۋە قان كېلىشنى داۋالار.

تىنى ئەرمىنى (ئەرمىنستان سېغىزى): قۇرۇق دورا ھەم تىنى رۇمىدىن قابىز (تۇتقۇچى، قورۇغۇچى) راقتۇر.

تىنى سومۇس: تىنى رۇمىدىن تۇتاشتۇرۇش خۇسۇسىيتى كۈچلۈكرەكتۇر.

«ئەين (ع)» ھەرپى بىلەن باشلانغان دورىلار

ئەپەس (موزا): ئىككىنچى دەرىجىدە سوغۇق، ئۇچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق بولۇپ، ئۇنىڭ كۆيدۈرۈلگنى قۇرۇقراق كېلەر. ئۇ كۆزدىكى ئارتۇقچە ماددىلارنى تارقىتار.

ئەكرۇززەيت (زەيتۇن يېغىنىڭ لېيى): بۇ قۇرۇق ئىسسىق بولۇپ، كۆزدىكى سۇنى تارتار.
ھەسەل: ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق بولۇپ، ئارتۇقچە ماددىلارنى تارقىتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.
ئاقىرقەرھا: مۇلايىم ۋە قىزارتقۇچى خۇسۇسىيەتكە ئىگە بولۇپ، پەيلەردىكى ھۆللۈكنى تارتار، كۆزنىڭ كۆرۈش قۇۋۋىتىنىڭ ئاجىزلىقىغا پايدا قىلۇر.
ئەدەس (يېسسىمۇق): ئىسسىقتىن بولغان ئىششقلارغا پايدا قىلۇر.
ئەقىق (كۆيدۇرگەن ھېقىق): قۇرۇق سوغۇق بولۇپ، ئۇ كۆزگە قۇۋۋەت بېرەر.
ئۇرۇقۇس سۇفر (زەرجۇۋا): ئۇچىنچى دەرىجىدە ئىسسىق، بىرىنچى دەرىجىدە قۇرۇق، ئۇ مېڭىگە قۇۋۋەت بېرەر.

«غەين (غ)» ھەرپى بىلەن باشلانغان دورىلار

غۇبارى رەھا (تۇگمەن توزغىقى): بۇنى پېشانىگە چاپسا، كۆزدىكى ئارتۇقچە ماددىلارنى تارقىتار.

«فە (ف)» ھەرپى باشلانغان دورىلار

پەرپىيۇن: مۇلايىم بولۇپ، قىزىتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە. ئۇ كۆزنىڭ سۇيىنى تارقىتار.
فۇپەل (سپارى): قۇرۇق سوغۇق بولۇپ، كۆز ئاجىزلىقىغا پايدا قىلۇر.
پىلپىل سىيا (قارىمۇچ): ئۇچىنچى دەرىجىدە ئىسسىق دورا بولۇپ، كۆز قارىغۇلىشىشنى يوقىتىپ، كۆزنى روشەنلەشتۇرەر.
پىلپىل سەفىد (ئاقمۇچ): ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق بولۇپ، كۆزنىڭ كۆرۈش قۇۋۋىتىنى ئاشۇرار.

«قاف (ق)» ھەرپى بىلەن باشلانغان دورىلار

قىشرۇل بەيزى (تۇخۇم شاكىلى): كۆزگە قۇۋۋەت بېرىپ، ھۆللۈكنى تارتار. كۆز يېشىنى توختىتار. ئۇنى تەرەنجىبىن بىلەن قوشۇپ ئاق چۇشكەن كۆزگە تارتسا ئاقنى يوق قىلۇر.

قەرنەپىل (قەلەمپۇر): ئۇچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق بولۇپ، كۆزنى روشەن قىلۇر، كۆزنىڭ كۆرۈش ئىقتىدارىغا قۇۋۋەت بېرەر. غەلىز (قويۇق) ماددىلارنى چەكلەر.

ئىقلىميا: قۇرۇق ۋە قابىز (تۇتقۇچى، قورۇغۇچى) بولۇپ، ماددىلارنى چەكلەش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە. ئۇنى كۆيدۈرۈپ ئېزىپ كۆزگە سۈركىسە، كۆزنىڭ جاراھىتىگە گۆش ئۇندۇرەر ۋە جاراھەتنى ساقايتار.

قەرىن مۇھرەق (كۆيدۈرۈلگەن مۇڭگۈز): قۇرۇق سوغۇق بولۇپ، ئارتۇقچە ماددىلارنى تارقىتىش ۋە توقۇلمىلارنى تۇتاشتۇرۇش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

ئاچچىق ئانار پوستى: قۇرۇق سوغۇق، تاتلىق ئانارنىڭ پوستى ھۆل سوغۇق، ئەمما ئۇ تۇتقۇچى ۋە قورۇغۇچى خۇسۇسىيەتكە ئىگە ئىششقلارنى ساقايتار.

قەلقەدىس (يېشىل زاك): ئىسسىق، مۇلايىم قىلغۇچى، تۇتقۇچى ۋە كۆيدۈرگۈچى خۇسۇسىيەتكە ئىگە. ئۇنى كۆيدۈرسە مۇلايىملىشار. شۇڭا، ئۇنى ئازراق كۆيدۈرگەي.

«كاف (ك)» ھەرپى بىلەن باشلانغان دورىلار

كۇندۇر: بۇ ئىككىنچى دەرىجىدە ئىسسىق، بىرىنچى دەرىجىدە قۇرۇق بولۇپ، جاراھەتنىڭ ماددىلىرىنى تارقىتار ۋە چەكلەر. جاراھەتنى ساقايتىپ، گۆش ئۇندۇرەر. ئەمما، قابىز (قورۇش) تەسىرىدىن خالىي ئەمەس.

كەمۇن (زىرە): كۆزنى روشەن قىلىپ، يېشىنى توختىتار. زىرىنى سوقۇپ، سەمغى ئەرەبى بىلەن كۆزگە سۈيۈق ھالەتتە قىلىپ چاپسا، كۆزگە چىققان زىيادە تۇكلەرنى چۈشۈرەر.

كەتىرا: تۇتاشتۇرغۇچى خۇسۇسىيەتكە ئىگە بولۇپ، كۆزدىكى جاراھەتنى توختىتار.

كافۇر: قانىنىڭ ئۆتكۈرلۈكى ۋە ھارارىتىنى پەسەيتەر.

«لام (ل)» ھەرپى بىلەن باشلانغان دورىلار

لۇففاھ (مېھرىگىياھ): ئۇچىنچى دەرىجىدە سوغۇق، ئىككىنچى دەرىجىدە ھۆل بولۇپ، ئۇنىڭ پوستى قۇرۇقلىقا مايىل كېلۇر، ئۇيقۇ كەلتۈرەر. ئۇيقۇدا شۇ قەدەر قاتتىق ئۇخلايدۇكى، ئاغرىقنىمۇ سەزمەس.

لەبەن (سۈت): سۈتلەرنىڭ ئىچىدە ھەممىدىن ياخشىسى ئايال كىشىنىڭ سۈتىدۇر.

سۈتلەرنىڭ ئىچىدە ئېشەكنىڭ سۈتى سوغۇق بولۇپ، ماددىنى تارقىتىش، ئاغرىقلارنى پەسەيتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

لولو (مەرۋايىت): بۇ ئۇچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق بولۇپ، كۆز ئالمىسىنى تازىلاپ، كۆزنى روشەنلەشتۈرەر. كۆزنىڭ مۇڭگۈز پەردىسىگە پەيدا بولغان ئاقنى تارقىتار.

لاجۇۋەرد: بۇ زىيانلىق ماددىنى تارقىتىش ۋە يوقىتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

لازەن: بۇ ماددىنى مۇلايىم قىلىپ، ھۆللۈكنى تارقىتار.

لەيلەج: بۇ بىرىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق بولۇپ، قۇۋۇەتلەندۈرۈش تەسىرىگە ئىگە. ئىششقنى يۇمشىتىپ تارقىتار ۋە ھەممە يامان سەۋەبلەرنى توسار ۋە زىيانلىق نەرسىلەرنىڭ زىيىنىنىڭ ئالدىنى ئالۇر.

«مىم (م)» ھەرپى بىلەن باشلانغان دورىلار

مامىران: بۇ ئۇچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق، تازىلىغۇچى خۇسۇسىيەتكە ئىگە، بولۇپ، كۆزنىڭ مۇڭگۈز قاتلىمىغا چۈشكەن ئاقنى يوقىتار.

مەرقىشا: كۆزنىڭ قۇۋۋىتىنى ساقلار. تارتقاتقۇچى قۇۋۋىتى بىلەن زىيانلىق ماددىلارنى تارقىتار، ئىششقنى ياندۇرۇر.

سەنكى مىسەن (بىلەي تېشى): بۇ بىر تاشنىڭ ئىسمى بولۇپ، كىشىلەر بۇنى پىچاق بىلەشكە ئىشلىتەر. زىيانلىق ماددىلارنى يوقىتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە بولۇپ، كۆزگە چۈشكەن ئاقنى يوقىتار.

ئىپار (مىشكى): ئۇچىنچى دەرىجىدە ئىسسىق، ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق بولۇپ، پەيلەرگە قۇۋۋەت بېرەر. دورىلارنىڭ قۇۋۋىتىنى كۆزنىڭ ھەممە قەۋىتىگە يەتكۈزەر.

مەرزەنجۇش: ئۇچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق بولۇپ، ماددىنى ۋە يەلنى يۇمشىتىش ۋە تارقىتىش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە.

مامىيسا: ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق سوغۇق ۋە قابىز بولۇپ، كۆزگە قۇۋۋەت بېرىپ، ئىششقلارنى يوقىتار.

مىس: ئىككىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق بولۇپ، داغلارنى بىر تەرەپ قىلۇر، كۆزنىڭ مۇڭگۈز قەۋىتىنى يۇمشىتار.

ياۋا ئۈزۈم (مەۋزەج): ئۇچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسىق بولۇپ، كىرپىك ئەتراپىغا پىت

چۇشۇشنى يوقتار.

مەراره (ئۆت) : قۇرۇق ئسسسق بولۇپ، ماددىنى يۇمشتىش، كۆزنى روشەنلەشتۇرۇش، كۆزگە چۇشكەن سۇنى يوقتتش خۇسۇسيىتىگە ئىگە.

موم: مۆتىدىل بولۇپ، زيانلىق ماددىلارنى تازىلار، ئۇنىڭدا بىر خىل ئۆتكۈرلۈك بولۇپ، ئۇ تەتۇر كىرپىكنى يوقتار.

«نۇن (ن)» ھەرپى بىلەن باشلانغان دورىلار

نانخا: ئۇچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسق بولۇپ، تەبئىتى مۇلايىم، ئۇنىڭ سۈيىنى تېمىتسا بۇزۇق قاننى يوقتار.

نەمەك (تۇز) : ئىككىنچى دەرىجىدە ئىسسق، ئۇچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق بولۇپ، يۇمشاتقۇچى، زيانلىق ماددىلارنى يوقاتقۇچى ۋە قۇرۇتقۇچىدۇر.

نۇماسى مۇھرەت (كۆيدۈرۈلگەن مىس): قۇرۇق سوغۇق بولۇپ، تۇتاشتۇرغۇچى ۋە قابىزدۇر. كۆيدۈرۈلگەن ۋە يۇيۇلغان مىس جاراھەتنى، ناخۇنە (تىرناقچە گۆش) نى ۋە ئۆسمە گۆشنى يوقتۇر.

نۆشادۇر: تەبئىتى تۇزنىڭ تەبئىتىدىن ئاجىزراق دورا بولۇپ، كۆزگە چۇشكەن ئاقنى يوقتۇر.

نىترون (توغرىغۇنىڭ تۇرى): بۇنىڭ قۇۋۋىتى بۆرە ئەرمىننىڭ قۇۋۋىتىدىن كەمرەك بولۇپ، ئۇ يېپىشقاق خىلتلارنى يۇمشتار، كۆزگە چۇشكەن ئاقنى يوقتار، ئۇنىڭ ماددىلارنى قۇرۇتۇش خۇسۇسيىتى باردۇر.

«ھ» ھەرپى بىلەن باشلانغان دورىلار

كاسنە (ھىندىبا): سوغۇق ۋە قابىز بولۇپ، مەلھەم ياساپ چاپسا، كۆزنىڭ ئىششىقىغا پايدا قىلۇر.

«ۋ» بىلەن باشلانغان دورىلار

ۋەج (ئېگىر) : بۇ ئۇچىنچى دەرىجىدە قۇرۇق ئىسسق دورا بولۇپ، ماددىنى يۇمشتىش خۇسۇسيىتىگە ئىگە. ئۇنىڭ سۈيى كۆزنىڭ مۆگىزى قەۋىتىنى يۇمشتار.

ۋەرد (قىزىلگۈل) : كۆزگە چۈشكەن زىيانلىق ماددىلارنى يوقىتۇر، كۆزنىڭ ئاغرىقىنى توختىتار.

ۋەدەئ (تاغ قۇلۇلسى) : بۇنى كۆيدۈرۈپ كۆزگە تارتسا، كۆزگە چۈشكەن ئاقنى يوقىتار، كۆزنى روشەنلەشتۈرەر.

بەشىنچى باب كۆزنىڭ مۇرەككەپ دورىلىرىنى ياساش توغرىسىدا

كۆز دورىلىرىنى مۇرەككەپلەشتۈرۈشتە، ئالدى بىلەن دورىلارنى مۇددەبەر (ئەسلىي ھالىتىنى ئۆزگەرتىش) قىلغاي. ھەربىر يەككە دورىنى ئۆزىنىڭ ئۈسۈلى بويىچە مۇرەككەپلەشتۈرگەي. شادىنەج، تۇتىيا، مەرقەشىشا، سۈرمە تېشى قاتارلىق دورىلار ئەسلىي تاش ھالىتىدە بولۇپ، بۇلارنى ياساشنىڭ ئۈسۈلى شۇكى، ئالدى بىلەن سۇدا يۇيۇپ، ئاندىن يۇمشاق سوقۇپ، ئۇنى سۇغا سېلىپ، ئېھتىيات بىلەن پاكىز رەختتىن ئۆتكۈزگەي. يەنە سۇغا سېلىپ ئارىلاشتۇرغاي، سۇنىڭ ئۈستىگە لەيلەپ چىققاندىن كېيىن يەنە رەختتىن ئۆتكۈزگەي. دورا تىنغاندىن كېيىن ئېھتىيات بىلەن سۈيىنى تۆكۈۋېتىپ، ئاپتاپتا قويۇپ قۇرۇتقاي، ئاندىن شىشىگە سېلىپ ئاغزىنى ھىم ئېتىپ قويغاي، ئۇنىڭغا چاڭ ـ توزان چۈشۈپ كېتىشتىن ساقلانغاي. ئەگەر دورا يىرىك بولۇپ قالغان بولسا، يۇقىرىقى ئۈسۈل بويىچە يەنە قايتىدىن سوقۇپ، سۇغا سېلىپ، ئىلگىرى سۈزگەن رەختتە تەكرار سۈزگەي. ئاندىن كېيىن سۈيىنى تۆكۈۋېتىپ، ئاپتاپتا قۇرۇتۇپ، شىشىگە ئېلىپ، ئاغزىنى مەھكەم ئېتىپ ساقلىغاي.

ئىقلىميا ۋە زاكىغا ئوخشاش دورىلارنى مۇرەككەپلەشتۈرۈش ئۈسۈلى: ئالدى بىلەن ئۇلارنى كۆيدۈرۈپ، ئاندىن يۇمشىتىپ، يۇقىرىقى ئۈسۈل بويىچە بىر تەرەپ قىلغاندىن كېيىن، ئاپتاپتا قويۇپ، قۇرۇتۇپ، شىشىگە ئېلىپ، ئاغزىنى مەھكەم ئېتىپ ساقلىغاي. بۇنداق تاش ھالەتتىكى دورىلارنى كۆيدۈرۈش ئۈسۈلى شۇكى، ئۇلارنى يۇمشىتىپ، ساپال قاچىغا سېلىپ، ھىكمەت لېيى بىلەن ئوراپ، تونۇردا بىر كېچە ـ كۈندۈز قوقاس ئىچىدە تۇرغۇزغاي. ئەتىسى لايدىن ئاجرىتىپ، قاچىدىن ئېلىپ ئىشلەتكەي.

سەدەپ ۋە ھەلزۇنغا ئوخشاش تاشسمان دورىلارنىمۇ يۇقىرىقى ئۇسۇلغا ئوخشاش كۆيدۇرۇپ، يۇمشاق سوقۇپ تەييارلىغاي.

توبال: يەنى بۇ تۆمۇر دېتى ۋە كۆيدۇرۇلگەن مىس قاتارلىقلار بولسا يۇمشاق سوقۇپ، سۇدا بىر قانچە قېتىم يۇيۇپ، يەنە سوقۇپ، يۇمشىتىپ تەييارلىغاي.

ئىسپىداج: ئاچچىقلىقى ۋە يىرىكلىكى قالمىغۇچە ئۇششاق سوققاي.

سۇمبۇل: بۇنى ئاۋۋال ئۇششاق پارچىلاپ، ئاندىن ھاۋانچىدا ئۇندەك سوقۇپ، رەختتىن ئۆتكۈزۈپ ئۇپا ھالىتىدە تەييارلىغاي.

ئۆشنە: بۇنى پوستىدىن ئاجرىتىپ ئازراق سۇ قوشۇپ، ھاۋانچىدا مەلھەم ھالىتىگە كەلگۈچە سوقۇپ، ئاندىن سالقىن جايدا قۇرۇتقاي. (ئۇنىڭغا چاك ـ توزان ۋە كۈن نۇرى چۈشۈرۈۋەتمىگەي). كېيىن يەنە سوقۇپ، لاتىدىن ئۆتكۈزۈپ، ئۇپىدەك ھالەتكە كەلتۈرگەي.

ئوشەق ۋە سەكبىنەجگە ئوخشاش يېلىم دورىلارنى ياساش ئۇسۇلى: بۇ دورىلارنى ئاۋۋال سوققاندىن كېيىن سۇغا تولۇق يۇمشىغۇچە چىلاپ قويۇپ، كېيىن ھاۋانچىدا يەنە سوقۇپ، ئېزىپ تەييارلىغاي.

زەنگارغا ئازراق ئىسپىداج قوشۇپ يۇقىرىقى ئۇسۇلدا تەييارلىغاي.

سەمغى ئەرەبى ۋە كەتىرا قاتارلىقلارنى سۇدا ھۆل قىلىپ، ئېزىپ، لاتىدا سۈزۈپ تەييارلىغاي. كەتىرا، سەمغى ئەرەبى، ئىسپىداج ۋە زەنگارلارنى بىللە قوشۇپ يۇغۇرۇشقا بولۇر. ئەگەر شىيافى ئەبىيەزنى ياساشقا توغرا كەلسە، ئۇنىڭغا سەمغى ئەرەبى ۋە كەتىرا سېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، تاسقاپ، تۇخۇمنىڭ ئېقى بىلەن ئېزىپ يۇغۇرغاي. چۈنكى، سەمغى ئەرەبى ۋە كەتىراغا ئوخشاش يۇمشاق نەرسىلەرنىڭ تەسىرى ياخشىراق بولۇر. باشقا دورىلارنىمۇ مۇشۇ ئۇسۇلدا تەييارلىسا بولۇر. ئەگەر يۇقىرىقى تەركىبكە ئازراق ئەپيۇن قوشۇشقا توغرا كەلسە، ئالدى بىلەن ئەپيۇننى يۇمشاق ئېزىپ، مىس قاچىغا سېلىپ، سۇس ئوتتا ياكى ئىسسىق كۈلدە قويۇپ، كۆيدۇرۇۋەتمەي ئېھتىيات بىلەن قۇۋۇتىنى كەتمىگۈدەك ھالەتتە پىشۇرغاي. ئاندىن، سۇغا سېلىپ ئېزىپ، باشقا دورىلارنى ئۇنىڭغا قوشۇپ يۇغۇرغاي.

كۆز دورىلىرىنى مۇرەككەپ قىلىپ تەييارلاش ئۇسۇلى:

بۇنىڭدا ئاۋۋال ھەربىر يەككە دورىنىڭ خاسىيىتىنى ۋە ئۇلارنىڭ زۆرۈر بولغان مەنپەئەتلىك تەرەپلىرىنى ئوبدان بىلگەندىن كېيىن، قايسىسى بەكرەك مەنپەئەتلىك بولسا شۇنى كۆپرەك ئىشلەتكەي.

مۇتلەق زىيانسىز ۋە كۆزنىڭ تەڭپۇڭلۇقىنى ساقلايدىغان دورىلارنى دەسلەپتە ئازراق تەييارلىغاي. ئەگەر كۆڭۈلدىكىدەك بولماي قالسا، دورىلارنىڭ خۇسۇسىيىتىنى مۇلاھىزە قىلغاي. ئەگەر تەسىر جەھەتتە كۈچلۈك بولسا، زەنگار، زەرنىخ قاتارلىق تېز تەسىر قىلىدىغان دورىلارنى ئىشلىتىشتە ئۇنىڭ مىقدارىنى ئۆلچەم قىلغاي. يەنى ئىسپىداجغا ئوخشاش داۋالاش ئۈچۈنلا قوشۇلىدىغان دورىلارنى كۆپرەك قوشقاندا دورىلارنىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى كېمەيتەر.

تۇتىيايى ھىندىگە ئوخشاش ئۆتكۈر بولمىغان دورىلارنى كۆپرەك ئىشلەتسە بولۇر. بۇنىڭدىكى مەقسەت كۆزدىكى سۇنى تارتىشتۇر. چۈنكى تۇتىيا ھىندى بىلەن ئىسپىداج قاتارلىقلار سۇنى تارتىپ چىقىرىش تەسىرىگە ئىگىدۇر.

غورا سۇيى، بەدىيان سۇيى، ھېلىلە سۇيى، سۇماق سۇيى، مەرزەنجۇش سۇيى، يامغۇر سۇيى قاتارلىقلارنى دورىغا ئارىلاشتۇرسا دورىلارنىڭ قۇۋۇتىنى زىيادە قىلۇر. بۇنىڭ ئۈچۈن، ئالدى بىلەن دورىلارنى بىر نەچچە قېتىم ھۆل قىلىپ، قۇرۇتۇپ، سالايە قىلىپ يۇمشىتىپ، ئاندىن يۇقىرىقى سۇلارنىڭ بىرەرسىنى قوشقاي، بۇنداق قىلغاندا دورىلارنىڭ قۇۋۇتى ئاشۇر. ئەگەر ئۇنىڭغا ئىپار قوشسا، دورىنىڭ قۇۋۇتى كۆزنىڭ ھەممە قەۋىتىگە يېتەر. ئىپارنى قوشقاندا ئۇنىڭ مىقدارىنى مۇۋاپىق قىلغاي. ئەگەر دورىنىڭ ئەسلىي قۇۋۇتىنى ساقلاپ قېلىشقا تۇغرا كەلسە، ئۇنىڭغا ئەپيۇن قوشقاي. يەنى ئەپيۇننىڭ ئەھۋالىغا قاراپ قوشقاي، يەنە دورىنىڭ ساپ ۋە پاكىزلىقىغا دىققەت قىلغاي، ئۇنىڭغا چاڭ ـ توزان قوشۇلۇپ قېلىشتىن ساقلانغاي. ھەربىر دورىنى رېتسېپتىكى ئۆلچەم بويىچە سوقۇپ، رەختتىن ئۆتكۈزۈپ ئىستېمال قىلغاي.

شامچە دورىلارنى باشقا دورىلار بىلەن بىراقلا ھاۋانچىغا سېلىپ سوقمىغاي. چۈنكى، بۇنداق قىلغاندا بەزى دورىلار ئېزىلمەس. بەزى دورىلار تېز يۇمشاپ كېتەر. تېز يۇمشىغىنى ھاۋانچىدا كۆپ زەربىگە ئۇچرىغانلىقتىن كۆيۈپ قۇۋۇتىدىن كېتەر ۋە ئۇچۇپ زايا بولۇپ كېتەر، بۇ زىيانلىقتۇر. ھەرقايسى دورىنىڭ ئۆلچىمى يەنە بىر دورىنىڭ ئۆلچىمى بىلەن مۇناسىۋەتلىكتۇر. ھەربىر دورىنى ئۆزىنىڭ شەرتى ۋە قائىدىسى بويىچە سوقۇپ، ئاندىن بىرلەشتۈرۈپ ھاۋانچىغا سېلىپ ئاستا سالايە قىلغاي. شۇنداق قىلغاندا ھەممە دورىنى ئارىلاشتۇرغىلى بولۇر. ئەگەر بۇ دورىلاردىن شامچە ياساشقا توغرا كەلسە، ھۆل قىلىپ تۇرۇپ، سالايە قىلغاي. ئاندىن يۇغۇرۇپ، شامچە ياساپ، سايىدا قۇرۇتقاي. دورىلارنى چاڭ ـ توزاندىن ساقلاپ، ئاپتاپقا قويمىغاي. چۈنكى، ئاپتاپ دورىنىڭ لاتاپىتى (نازۇكلىقى) نى يوقىتار. شامچىنى ئەتىيازدا ياساش مۇۋاپىقتۇر. زۆرۈر تېپىلغاندا، ئەتىياز پەسلىنىڭ ئاخىرىدا ياسىسىمۇ بولۇر. شامچىنى ئەتىياز

پەسلىنىڭ ئاخىرىدا ياساش شۇنىڭ ئۈچۈن مۇۋاپىقكى، دورىنىڭ ئىسسىقلىق قۇۋۋىتى ئاشار ھەم ئاسان قۇرار. دورىنى سوقۇش، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈش، يۇمشاقراق قىلىش ئاسان بولۇر.

شامچىنى غورا سۇيى، بەدىيان سۇيى قاتارلىقلار بىلەن ياساشقا توغرا كەلسە، ئەتىيازنىڭ ئاخىرقى كۈنلىرىدە ياساش لازىمدۇر.

ئالتىنچى باب ئاغرىغان كۆزنى ئېچىش ۋە كۆزگە دورا تارتىش توغرىسىدا

كۆزنى ئېچىشتا سول قولنىڭ كۆرسەتكۈچ بارمقى بىلەن ئاستا ئاچقاي. قىسقۇچنى ئوڭ قولدا تۇتۇپ، ئۇنىڭ ئۇچىنى كۆزنىڭ بۇرۇن تەرىپىگە قويۇپ تارتقاي، قىسقۇچنىڭ ھەربىكتى تۈپەيلىدىن كۆز زەخىملىنىپ قېلىشتىن ساقلانغاي.

سول كۆزنى ئوڭ قولنىڭ باش بارمقى بىلەن چىمچىلاق بارمقىدا ئاچقاي، قىسقۇچنى سول قولدا تۇتۇپ، كۆزنىڭ بۇلۇڭىغا قويۇپ، كۆزنى تەكشى پۈدىگەي. كۆزنىڭ يۇمۇلۇپ كەتمەسلىكى ئۈچۈن، قىسقۇچنى ھەم قولنى كۆزنىڭ جىيىكىدىن ئايرىمىغاي. يەنە قولنى ناھايىتى ئاستا تارتقاي، كۆزنىڭ جىيەكلىرىنى ناھايىتى ئاستىلىق بىلەن ئۆز ئورنىغا كەلتۈرگەي. ئىشلىتىدىغان قىسقۇچ ناھايىتى ئىنچىكە بولۇشى، ئۇنىڭ دورا ئالىدىغان ئۇچى كەڭرەك ۋە مەزمۇتراق بولۇشى لازىمدۇر. ئەگەر تېۋىپ كۆزنىڭ قاپقىنى ئۆرۈمەكچى بولسا، كىرپىكنى بارماقلىرى بىلەن تۇتۇپ، ئاستا تارتقاي، قىسقۇچ بىلەن كىرپىكنى ئاستا قويۇپ بەرگەي.

ئىش تۈگىگەندە قولنى كۆزدىن بىراقلا تارتماي، ئاستا تارتىپ كىرپىكنى ئېھتىيات بىلەن ئۆز ئورنىغا كەلتۈرگەي. بۇ ۋاقىتتا كۆز ناھايىتى قاتتىق ئاغرىسا، كۆزگە دورا تېمىتقاي، قىسقۇچنى ئىشلەتمىگەي. بۇنداق چاغدا قىسقۇچ ئىشلىتىلسە كۆزنىڭ ئاغرىقى كۈچەيىپ كېتۇر. ئەگەر تېز تەسىر قىلىدىغان دورىنى كۆزگە تارتىشقا توغرا كەلسە، پەلكۈچ ئىشلىتىش لازىمدۇر. پەلكۈچنى بىرىنچى قېتىم ئىشلەتكەندىن كېيىن، ئاغرىق توختىمىغۇچە ئىككىنچى قېتىم ئىشلەتمىگەي. ئەگەر كۆز سانجىلىپ بەك ئاغرىپ كەتسە يۇمشاق سوقۇلغان دورىلاردىن باشقا دورىلارنى تارتمىغاي. كونا ئاغرىقلارنىڭ دەردى قاتتىق بولمىسا تەمرەتكە، سەبەل (كۆز

تورلىشىش) ۋە زەپرە (تىرناقچە گۈش) گە ئوخشاش كېسەللىكلىرىگە تېز تەسىر قىلىدىغان دورىلاردىن باشقا دورىلارنى ئىشلەتمىگەي. ئەگەر كۆزگە ئاق چۈشۈش بىلەن بىرگە باشقا بىر كېسەللىكنىڭ ئالامىتى پەيدا بولغان بولسا، ئۇنى قول بىلەن تاتىلاشقا ۋە ئۇنىڭغا تېگ تەگكۈزۈشكە بولماس.

يەتتىنچى باب كۆز كېسەللىكلىرىنىڭ ئالدىنى ئېلىش توغرىسىدا

كۆز كېسەللىكلىرىنىڭ ئالدىنى ئېلىش ئۈچۈن تۈتۈن، چاڭ - توزان، ئىسسىق - سوغۇق، نورمالسىز ھاۋا قاتارلىقلار بىلەن ئۇچرىشىشتىن، كۆپ يىغلاشتىن، جۇلالىق نەرسىلەرگە قاراشتىن، ئۇششاق سۈرەت ۋە ئۇششاق خەتلەرگە قاراشتىن ساقلانغاي. ئەمما بىمار زورۇقمايدىغان ياكى يۇقىرىدىكىلەر كۆزگە زىيان قىلماس. ئوڭدا يېتىپ ئۇخلاشتىن، تولا مەست بولۇشتىن، ئاسان سىڭمەيدىغان، قۇۋۋەتسىز يېمەك - ئىچمەكتىن، سىڭمەيدىغان نەرسىلەرنىڭ بۇسىنىڭ دىماغقا ئۆرلىشىدىن، يەل پەيدا قىلىدىغان كۈدە، سامساق، پىيازغا ئوخشاش نەرسىلەرنىڭ پۇرىقىنىڭ مېڭگە ئۆرلىشىدىن ساقلانغاي، تەبىئەتنى مۇلايىم تۇتۇش پايدىلىقتۇر. تەبىئەتنىڭ قۇرۇق بولۇشى، مۇنچىغا كۆپ كىرىش، كۆپ قان ئالدۇرۇش، كۆپ ھاجامەت قىلىش، كۆپ ئۇخلاش، ھەر نەرسىگە تىكىلىپ قاراش، تۇزنى كۆپ يېيىش كۆزگە بەك زىيانلىقتۇر. تاغ رەيھانى، سېرىقچېچەك، ياخشى پىشقان زەيتۇنمۇ كۆزگە زىيان قىلۇر. سۈزۈك سۇدا ئولتۇرۇش، كۆزنى ئېچىپ تۇرۇپ، سۈزۈك سۇغا چۆمۈلۈش، باشنى تۆۋەن قىلىپ چۈشكۈرۈش كۆزگە پايدىلىقتۇر. بەدىيان سۈيى، مەرزەنجۇش سۈيى، يۇيۇلغان سۈرمە، تۇتىيا قاتارلىقلارنى كۆزگە تارتسا، كۆزنى روشەن قىلىش ۋە قۇۋۋەتلىك قىلىشقا پايدىلىقتۇر.

يالپۇز ۋە بەدىيان سۈيىنى شېكەرگە قوشۇپ كۆزگە تارتسىمۇ پايدا قىلۇر.

داۋائىل رۇمان كۆزگە قۇۋۋەت بېرىپ، كۆزنى روشەن قىلۇر.

ئۇنىڭ نۇسخىسى ئاچچىق ۋە تاتلىق ئانارلارنىڭ ئۇرۇقلىرىنى گۈشى بىلەن سوقۇپ سۈيىنى چىقىرىپ، سۈزۈپ پاكىز قىلىپ، بۇ سۇدىن 500 گىرام ئېلىپ، ئۇنىڭغا 300 گىرام ساپ ھەسەل قوشۇپ، قۇم قازاندا سۇس ئوت بىلەن قاينىتىپ، كۆپۈكىنى ئېلىۋېتىپ قىيامغا كەلتۈرۈپ ئىشلەتكەي.

سۇرمە كۆز قەۋەتلىرىگە قۇۋۋەت بېرەر ھەم قاپاق ۋە ئۇنىڭ ئەتراپىنى پاكىز قىلۇر. سەبەل (كۆز تورلىشىش) ۋە ناخۇنە (تىرناقچە گۆش) ماددىسى پەيدا بولۇشنىڭ ئالدىنى ئالۇر.

نۇسخىسى: ھېلىلە كابۇلنىڭ پوستى، سەبرە، مامىرانچىن، زەرچىۋەنىڭ ھەرقايسىسىدىن ئالتە گىرامدىن، ساپ تۇز، تېشىلمىگەن مەرۋايىت، كۆپۈكى دەريا، ئاق قەنت، زەپەر، ھىندىستان سۇمبۇلى، شادىنەج ئەدەسى، بەدىيان ئۇرۇقى، سەرتان بەھرى، تۇتىيايى ھىندى، شىيافى مامىيسا، كافۇر، ئورۇس ئۇپىسى، ئالتۇن لېيى، قىزىلگۈل، رۇسۇت ھىندى ۋە سېرىق ھېلىلە پوستىنىڭ ھەرقايسىسىدىن ئۈچ گىرامدىن ئېلىپ، ھەممىسىنى سوقۇپ، نېپىز رەختتىن ئۆتكۈزۈپ، ئۇنىڭغا بەدىيان سۈيىنى تېمىتىپ سالايە قىلغاي، ھەممە دورىلار بەدىيان سۈيىنىڭ قۇۋۋىتىنى ئالغاندىن كېيىن سايىدا قۇرۇتۇپ، شىشىگە ئېلىپ، ساقلاپ ئىشلەتكەي.

ئىككىنچى قىسىم قاپاقتا پەيدا بولىدىغان كېسەللىكلەر ۋە ئۇلارنى تونۇش توغرىسىدا

كۆز قاپىقى ئەرەبچىدە «جەپەن» دەپ ئاتىلار. كۆز قاپقىدا بولىدىغان كېسەللىك يىگىرمە سەككىز خىلدۇر. ئەمما، بۇ يىگىرمە سەككىز خىل كېسەللىكنىڭ ئون خىلى خاس كۆز قاپقىدا، قالغانلىرى كۆز قاپقىغا ئالاقىدار ئەزالاردا بولۇشتىن سىرت، ئادەمنىڭ قېشىدا، بېشىدا، كۆزنىڭ باشقا قەۋەتلىرىدە ۋە بەدەننىڭ باشقا ئەزالىرىدا بولۇر. كۆز قاپقىدا بولىدىغان خاس كېسەللىكلەر بەرەد (يىڭناسقۇ)، تەھەججۇرۇل جەپەن (قاپاقنىڭ قېتىۋېلىشى)، ئىلتىساقۇل جەپەن (قاپاق چاپلىشىپ قېلىش)، شەتىرە (جىرتاقلىق)، شەئرى زايىد (ئارتۇقچە كىرپىك ئۆسۈپ قېلىش)، ئىنقىلابىي شەئرى (تەتۇر كىرپىك)، ۋەردىنەج (بىرىكتۇرگۈچى پەردە ياللۇغى)، سۇلاق (كۆز جىيىكى ياللۇغى)، شىرناق (قاپاق مايلىق ئۆسمىسى) قاتارلىقلاردىن ئىبارەت. كۆز قاپقىدا بولۇشتىن سىرت باشقا ئەزالاردىمۇ بولىدىغان كېسەللىكلەر جەرەب (تەمرەتكە)، ئەھىككە (قىچىشقاق)، تەئەككۇل (گۆشخور جاراھەت)، قۇرۇھ (يارا)، دەمامىل (قاپارتچۇق)، ئەلھۇسا، ئەلغەلىز، كۇمنە، ئىنتىپاخ (ئېسىلىش)، تەھەببۇج (سۇلۇق ئىششىق)، سۆئىپە (تاز يارىسى)، سەلئە (گۆش ئۆسۈپ قېلىش)، تۇسە (مونچاق گۆش)، شىرا، نەملە (چۇمۇلىسمان مۇدۇر)، ئىسىترخا (نېرۋىلارنىڭ بوشاپ كېتىشى)، سۇئلۇل (سۆگەل)، مەۋتۇدەم (ئۆلۈك قان توختاپ قېلىش)، ئەسائىل ھەدەب (ياۋا كىرپىك ئۆسۈپ قېلىش)، ئەلقۇمەل (قاپاقنا پىت چۈشۈش)، بايازىل ھەدەب (كىرپىكنىڭ ئاقىرىپ قېلىشى) قاتارلىقلاردۇر.

بىرىنچى باب يىڭناسقۇ ۋە ئۇنى داۋالاش توغرىسىدا

يىڭناسقۇ (بەرەد) كېسەللىكى كىرپىكنىڭ تۈۋىدە پەيدا بولۇر. ئۇنىڭ مادىسى قويۇق بولۇپ، كۆز قاپقىغا يىغىلىپ قالۇر، بۇ ئاغرىق كۆزنىڭ سىرتىدا بولۇپ، ئۇنى داۋالاش ئۇسۇلى

شۇكى، بارلزەت ياكى ئوشەق ياكى ھىك ياكى سەكبىنەجنى ئاچچىق سركىگە چىلاپ ئېزىپ چاپقاي. ھەسەل ھەرىسىنىك كۆنكى، ئەنزىروت، مەستىكىنى ئارىلاشتۇرۇپ، ئاغرىق ئورۇنغا چاپقاي. سېرىق موم، مەستىكى، ھەسەل ھەرىسىنىك كۆنكى ۋە ئوشەقنى سركىدە ئېزىپ، ئارىلاشتۇرۇپ چاپسا تەسىرى كۈچلۈكرەك بولۇر.

ئەرىباسىيۇس تەرىپىدىن كۆرسىتىلگەن، ئۇنۇمى ياخشىراق بولغان نۇسخا

كۇندۇر، مۇرمەككىنىك ھەرقايسىسىدىن ئالتە گىرامدىن، لادەندىن بىر يېرىم گىرام، سېرىق مومدىن ئۈچ گىرام، زەمچىدىن بىر يېرىم گىرام ئېلىپ، سوقۇپ، ئارىلاشتۇرۇپ، سەۋسەن يېغى بىلەن زەيتۇن يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ، ئاغرىق ئورۇنغا چاپقاي. بۇ، بەرەدكە مەنپەئەت قىلۇر. ئەگەر كېسەللىك بۇ دورىلار بىلەن تارقىلىپ كەتمىسە كۆز قاپقىنى كەك تەرەپتىن مىزەئ (داۋالاشتا ئىشلىتىلىدىغان پىچاق) بىلەن يېرىپ، مۇدۇرنى ئېلىۋەتكەي. يېرىشتا قاپاقنى قىسقۇچنىك كەپچەسى بىلەن كۆتۈرۈپ تۇرغاي.

زەرۇرى ئەسەرنىك نۇسخىسى ئېشەك سۈتى بىلەن يۇيۇلغان ئەنزىروتتىن 24 گىرام، شىيافى ماميسادىن ئالتە گىرام، سەبرە، ئەپيۇن، نىشاستە، قىزىلگۈل ئۇرۇقىنىك ھەرقايسىسىدىن 1.5 گىرام، مۇرمەككىدىن بىر گىرام ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، ئارىلاشتۇرۇپ، قاپاقنى كەك تەرەپتىن ئۆرۈپ تۇرۇپ سالسا، بەرەدنى يوقىتار. كېيىن كۆزنى ئىسسىق سۇ بىلەن يۇيۇپ بەرگەي.

ئىككىنچى باب قاپاقنىك قېتىۋېلىشى ۋە ئۇنى داۋالاش توغرىسىدا

بۇ، قاپاقتا پەيدا بولىدىغان كېسەللىك بولۇپ، كىچىك، قاتتىق ئىششىقتىن ئىبارەتتۇر. ئۇ، سەۋدا ماددىسى كۆز قاپقىغا يىغىلىپ قېلىشتىن پەيدا بولۇر. بۇنى داۋالاشتا قىيىل تومۇردىن قان ئالغاي ياكى ئاغرىق تەرەپتىكى قولدىن قان ئالغاندىن كېيىن، ھەببى ئىستەمخۇن، ھەببى قوقىيا، ئايارەج پەيقىراغا ئوخشاش ھەب دورىلارنى بەرگەي. قان ئېلىپ، ھەببى قوقىيانى بەرگەندىن كېيىن مەلھەم قويۇپ، كېسەللىك ماددىسىنى توختىتىش، ئەمما شۇ ئورۇنغا باشقا بىر كېسەللىك ماددىسىنىك يىغىلىپ قېلىشىدىن ساقلىنىش، كېسەللىكنى ئېغىرلاشتۇرۇپ قويماسلىق

ئۇچۇن، بىر ھەپتىگىچە كۆزنى ئىسسىق سۇ بىلەن يۇغاي، كونا بۇلۇتنى ئىسسىق سۇغا چىلاپ كۆزگە قويۇپ، ئاغرىقنىڭ ماددىسىنى يۇمشاتقاي، بىر ھەپتىدىن كېيىن مەلھەمى داخلىيۇننى قويۇپ ئاغرىقنىڭ ماددىسىنى تارقاتقاي. ئەگەر ئاغرىق يوقالماي ئۇزۇنغا سوزۇلسا، كۆز قاپقىنى ئۆرۈپ، يىرىپ، كېسەللىك ماددىسىنى تېپىپ، تىرناق ياكى بارماق بىلەن سىقىپ چىقىرىۋەتكەي، ئاندىن كونا بۇلۇتنى ئىسسىق سۇغا چىلاپ قويۇپ يۇيۇپ بەرگەي.

ئۇچىنچى باب قاپاقنىڭ چاپلىشىپ قېلىشى ۋە ئۇنى داۋالاش توغرىسىدا

كۆزنىڭ ئىككى قاپقىنىڭ ئۆزئارا چاپلىشىپ قېلىش كېسەللىكى ئىستاساق دېيىلۇر. بۇ كېسەللىكتە كۆپىنچە بىر كۆزنىڭ قاپاقلىرى چاپلىشىپ قالغان بولۇر، بەزىدە ئىككىلا كۆزنىڭ قاپاقلىرى چاپلىشىپ قالغان بولۇر، بەزىدە بۇ تەرەپتىن ئۇ تەرەپكىچە چاپلىشىپ قالغان بولۇر. بەزىدە كۆزنىڭ سىرتقى قەۋىتىگە، ئاندىن چۆرىسىگىچە چاپلىشىپ قالۇر. بۇنداق چاپلىشىپ قېلىشنىڭ سەۋەبى ئىككى خىل بولۇر. بىرى، كۆزگە ياكى قاپاقا جاراھەت چىققان بولۇپ، كۆز بىرقانچە ۋاقىت تېڭىپ قويۇلۇش بىلەن جاراھەتنىڭ ئورنى تەسىرگە ئۇچرىغانلىقتىن؛ يەنە بىرى، ناخۇنە (كۆزگە ئۆسكەن تىرناقچە گۆش) ياكى سەبىلە (كۆز قارىسى ئۇستىگە پەردە ئۆسۈپ قېلىش) ئېلىۋېتىلىپ، جاراھەت زىرە ۋە تۇز بىلەن داغلانمىغانلىقتىن بولۇر. بۇنىڭ ئىلاجىنى قول بىلەن قىلغاي. ئاۋۋال كېسەللىك ئورنى ئوچۇق بولسا، قىسقۇچ بىلەن قاپاقنى كۆتۈرۈپ تۇرۇپ، چاپلاشقان يەرنى ناخۇنەنى ئالىدىغان ئەسۋاب بىلەن ئاجراتقاي. ئەگەر كۆز قاپىقى كۆزنىڭ گۆشىمان قەۋىتىگە تۇتاشقان بولسا، قاپاقنى قول بىلەن تۆۋەنگە ئاستا تارتقاي. ئەگەر كۆزنىڭ جىيىكى بىر - بىرىگە چاپلاشقان بولسا، قىسقۇچ ئىشلەتمىگەي، قاپاقنى ئىككى سىناره (بىر خىل سايمان) بىلەن ئازراق كۆتۈرۈپ، زىرە ۋە تۇز بىلەن داغلىغاي، پاختىنى گۈل يېغى بىلەن ياغلاپ، قاپاقنىڭ ئىككى لۈنىنىڭ ئارىسىدا قويغاي. شۇ چاغدا ئىككى قاپاق ئايرىلۇر. كۆزنىڭ ئارقىسىغا تۇخۇمنىڭ سېرىقىنى گۈل يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ قويۇپ، ئىككىنچى كۈنى ئېچىپ، زىرە سۈيى ۋە تۇز سۈيى بىلەن داغلىغاي، گۈل يېغى ۋە تۇخۇم سېرىقىنى قۇيغاندىن كېيىن، شامچە تارتىپ، جاراھەتنىڭ چاپلىشىپ قېلىشىدىن ساقلانغاي.

تۆتىنچى باب جىرتاقلىق ۋە ئۇنى داۋالاش توغرىسىدا

كۆز قاپقىنىڭ قىسقىلىقى جىرتاقلىق (شەتىرە) دەپ ئاتىلىدۇ. قاپاق قىسقا بولسا، كىشى ئۇخلىغاندا كۆزى ئوچۇق قالىدۇ. ئادەتتە بۇنداق كىشىنىڭ ئۇخلىشى توشقانىنىڭ ئۇخلىشىغا ئوخشىتىلىدۇ. بۇ كېسەللىكنىڭ سەۋەبى بىرقانچە خىل بولىدۇ. بىرىنچىسى، زۆرۈر ماددىنىڭ كەملىكىدىن تۇغما شۇنداق بولىدۇ؛ ئىككىنچىسى، خىلمۇخىل ھادىسىلەر تۇپەيلىدىن ياكى بىرەر كېسەللىك سەۋەبىدىن قاپاق دەستىكار قىلىنىپ ئوبدان تىكىلمىگەنلىكتىن بولىدۇ؛ ئۈچىنچىسى، قاپاقتا بەز ياكى زىيادە گۆش ۋە ياكى جاراھەت پەيدا بولغانلىقتىن بولىدۇ؛ تۆتىنچىسى، قاپاق ئۇرۇلۇش، تارتىشىش ياكى قورۇلۇشتىن بولىدۇ، بۇ، يەلدىن ياكى قۇرۇقلۇقتىن بولىدۇ؛ بەشىنچىسى، قاپاق مۇسكۇللىرى ئۇچ قەۋەت بولىدۇ. بىر قەۋىتى قاپاقنى كۆتۈرۈپ، كۆزنىڭ يۇمۇلۇشى ئۇنىڭ بىلەن بولىدۇ. قاپاقنى كۆتۈرۈپ تۇرىدىغان مۇسكۇللار بوشاپ كەتسە، قاپاقنى كۆتۈرۈلمەس. قاپاقنى قويۇپ بېرىدىغان مۇسكۇللار تارتىشىپ قالسا، قاپاقنىڭ گىرۋەكلىرى بىر - بىرىگە تېگىشمەس. ئەگەر بۇ ئىككى خىل مۇسكۇلنىڭ ھەرىكىتى ناچارلاشسا، قاپاقنىڭ ھەرىكىتى يوقلىپ، كۆز يۇمۇلماس ياكى ئېچىلماس.

داۋالاش

كېسەللىك تۇغما بولسا، داۋالىغىلى بولماس. ئەگەر كېسەللىك قاپاق يېرىلىپ تىكىلگەندىن كېيىن پەيدا بولغان بولسا، ئۇنى داۋالاش ناھايىتى مۇشكۇل بولىدۇ. بەزى كىتابلاردا ئېيتىلىشىچە، تىكىلگەن يەرنى قايتىدىن يەنە يېرىپ تىكىپ، ئاندىن ئۇنىڭغا ئاق مەلھەم (مەلھەمى ئەبيەز) ۋە مەلھەمى لەيىننى قويسا ئوبدان تۇتىدۇ، دەپ يېزىلغان. ئەمما، بۇمۇ ناھايىتى قىيىندۇر. ئەگەر كۆزگە بەز چۇشۇش ياكى گۆش ئۆسۈپ قېلىش سەۋەبىدىن كېسەللىك پەيدا بولغان بولسا، بەز ياكى زىيادە گۆشنى شىيافى زەنگار قاتارلىق تېز تەسىر قىلغۇچى دورىلار بىلەن يوقاتقاي. ئەگەر دورا بىلەن يوقاتقىلى بولمىسا، زىيادە گۆشنى سىناره بىلەن ئېلىپ تاشلاپ، ئارقىدىن زىرە، تۇز بىلەن داغلاپ قايتا پەيدا بولۇشتىن ساقلانغاي. ئەگەر كۆز جىيىكىنىڭ بىر - بىرىگە تېگىشمەسلىكى قاپاق مۇسكۇلىنىڭ تارتىشىپ قېلىشىدىن بولسا، مۇنچىغا بېرىپ باشنى ئىسسىق

سۈنىڭ هورىغا تۇتقاي، قاپاقنى موم يېغى، بىنەپشە يېغى ۋە ئاق لەيلىگۈل يېغىنىڭ ئارىلاشمىسى بىلەن ياغلىغاي. شۇمشا سۈيى بىلەن يۇيۇشمۇ پايدىلىقتۇر. ئەگەر كېسەللىك مۇسكۇللارنىڭ بوشاپ كەتكەنلىكىدىن پەيدا بولغان بولسا، قابىز (قورۇغۇچى) دورىلارنى ئىشلەتكەي.

بەشىنچى باب قاپاقتىكى ئارپىسمان مۇدۇر ۋە ئۇنى داۋالاش توغرىسىدا

قاپاقتىكى ئارپىسمان مۇدۇر بىر خىل ئۇزۇنچاق قاتتىق ئىششىق بولۇپ، ئارپىنىڭ دانىسىگە ئوخشار. ئۇ سەۋدانىڭ زىيادىلىكىدىن كىرپىك ئۇنىدىغان يەردە پەيدا بولۇر.

داۋالاش

ئەگەر باشتا، كۆزنىڭ چۆرىسىدە ئارتۇق ئىسسىقلىق بولسا، قان ئېلىپ ياكى سۈرگە بېرىپ بەدەننى تازىلىغاندىن كېيىن، شىيافى مامىسا، گىل ئەرمەننى كاسىنە سۈيىدە سۈيۇقلاندۇرۇپ چاپقاي، كاشكاپ بىلەن يۇغاي هەم ئىسسىتقۇچى دورىنى ئاغرىغان ئورۇنغا قويۇپ، دورىنىڭ هارارىتىنى ۋە قۇۋۇتىنى شۇ ئورۇنغا يەتكۈزگەي. كۆزدە هارارەت بولمىسا، ئىسسىق سۇ بىلەن ئىسسىق ئۆتكۈزگەي، شەئىرەگە بېشى ئۈزۈۋېتىلگەن چۈننى سۈرتكەي، ئىسسىق نانىنى ئارقىمۇئارقا يېقىپ ئىسسىق ئۆتكۈزۈپ بەرگەي، سەكبىنەجىنى سۇدا ياكى سىركىدە ئېزىپ چاپقاي، قۇرۇق ئەنجۈر ۋە بارىزەدنى ئۈزۈم شارابىدا قاينىتىپ چاپقاي ياكى سەبرە ياكى بەش دانە نوقۇت مىقدارى بۆرە ئەمنى (توغرىغۇ) ۋە ئۇچ گىرام بارىزەدنى ئارىلاشتۇرۇپ كۆزگە قويغاي ياكى بارىزەدنى ئارپا ئۇنى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مەلهەم ياساپ چېپىشمۇ مەنپەئەت قىلۇر. كەپتەر باچكىسىنىڭ قېنىنى تېمىتسىمۇ پايدا قىلۇر. تىلاي ئەرىباسيۇسنىڭ نۇسخىسى (بەرەدنى داۋالاش ئۇسۇلىدا كۆرسىتىلدى) نى ئىشلىتىشمۇ مەنپەئەتلىكتۇر.

ئالتىنچى باب ئارتۇق كىرپىك ئۆسۈشنى داۋالاش توغرىسىدا

شەئرى زايىد دەپ ئارتۇق كىرپىككە ئېيتىلۇر. ئۇنىڭ بەزىسى كۆز جىيىكىنىڭ ئىچكىرىسىگە ئۇنۇپ، كۆزگە سانجىلىپ، كۆزدىن ياش ئاققۇزار، ئارتۇق كىرپىك سەۋەبىدىن

كۆز خىرە بولۇر. بۇنداق كىرپىك كۆپىنچە ئارتۇقچە ھۆللۈكتىن ئۇنىڭ. ئارتۇقچە بولغان ھۆللۈك ئادەتتە كۆيدۈرمەس ھەم تېز تەسىر قىلماس. ئەگەر ئۇ كۆيدۈرگۈچى ھەم تېز تەسىر قىلغۇچى بولغان بولسا ئارتۇقچە كىرپىك ھەرگىز ئۇنمەس ئىدى.

داۋالاش

ئالدى بىلەن بەدىنىدىن زىيادە ماددىنى تازىلاپ چىقىرىۋەتكەي. بۇنىڭ ئۈچۈن بەدەن ۋە مېڭىنى تازىلايدىغان ئايرىج ۋە غار - غارغا ئوخشاش دورىلارنى ئىشلەتكەي. ئەگەر بىمارنىڭ مىزاجى ئىسسىققا مايىل بولسا، ھەر كۈنى ئەتىگەندە ھېلىلە مۇرابباسى، ئىترىفىل سەغىر يېگەي. سېرىق ھېلىلە ياكى ھېلىلە كابۇلىنى ئېغىزىغا سېلىپ شۇمۇپ بەرگەي. ئەگەر بىمارنىڭ مىزاجى سوغۇققا مايىل بولسا، مەستىكى ۋە قەلەمپۇرنى چاينىاپ بەرگەي ياكى جۇزبۇۋىنى ئاغزىغا سېلىپ، شۇمۇپ بەرگەي. ئەنبەرنى پۇراپ بەرسمۇ بولىدۇ. يۇقىرىقىلارنى قىلىپ بولغاندىن كېيىن، قول بىلەن تەدبىر قىلغاي. قول بىلەن تەدبىر قىلىشنىڭ بەش خىل ئۇسۇلى بارىدۇر. بىرىنچى، دورا تارتىش؛ ئىككىنچى، كىرپىكنى كىرپىككە يۆگەش؛ ئۈچىنچى، ئارتۇق كىرپىكنىڭ تۈۋىنى داغلاش؛ تۆتىنچى، تىكىش؛ بەشىنچى، ئارتۇق كىرپىكنى يۇلۇپ ئېلىۋېتىش، بۇ ئۇسۇلنى قوللانغاندا ئالدى بىلەن كۆزگە دورا تارتىش لازىمدۇر. باسلىقۇن، رۇشنائى، شىيافى ئەخزەر، شىيافى ئەغبەر قاتارلىق دورىلارنى ئىشلەتسە، ھۆللۈكنى تارتىپ چىقىرۇر، چۈنكى بۇ كېسەل ھۆللۈكتىن بولۇر.

شىيافى دەبىز (1)

نۇسخىسى بۇ دورا كۆز كېسەللىكىنىڭ خاس دورىسى بولۇپ، سۇلاق (كۆز جىيىكىنىڭ يالىلۇغلىنىشى)، كۆز كۆيۈشۈش، ئاق چۈشۈش، كۆزنىڭ كونا قىچىشىش كېسىلى، تەتۇر كىرپىك ئۇنۇش، كونا سەبەل (كۆز تورلىشىش) قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلۇر. ئۇنىڭ تەركىبى: سەمغى ئەرەبى، كەتىرا، ئالتۇن كېپىكى، ئورۇس ئۇپىسى، مۇساق، سەبرە، زەنگار، قىزىل زەرنىخ، كۆيدۈرۈلگەن توغراقنىڭ شاخلىرى، كۆيدۈرۈلگەن مور، ئۇزۇن پىلپىل، ئاقمۇچ، قارىمۇچ، شادىنەج ئەدەسى، نىشاستە، زەربۇجە، ناۋات ۋە كۆيدۈرۈلگەن مىس پوقىنىڭ ھەرقايسىسىدىن ئالتە گىرامدىن، ئەنزىرۇتتىن توققۇز گىرام، خۇنسىياۋشان، ئاقاقىيانىڭ ھەرقايسىسىدىن 4.5

گىرام، تۇتىيا، ھۇزۇزمەككى، خۇش بۇي سۈمبۈل، كۆيدۈرۈلگەن موزننىڭ ھەرقايسىسىدىن ئۈچ گىرامدىن، ھەممە دورا 75 گىرام بولۇپ، ھەممىسىنى يۇمشاق سوقۇپ يۇمشىتىپ، ئۇنىڭغا ئۈچ گىرام بارىزەدنى سۇزاپ سۈيى ۋە ئاچچىق تۇرۇنجى سۈيىگە قوشۇپ ئېزىپ، ھەممە دورىلار بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، شىياق (شامچە) تەييارلىغاي.

شىيافى دەبىز (2)

بۇ دورا ئارتۇق كىرپىككە، كۆز قىچىشىشقا، كونا سەبەل (كۆزنىڭ تورلىشىشى) گە، سۇلاق (كۆز جىيىكىنىڭ ياللۇغلىنىشى) قا ۋە كۆزنىڭ كۆيۈپ ئاغرىشىغا مەنپەئەت قىلۇر.

نۇسخىسى زەنگار 18 گىرام، سەمغى ئەرەبى، ئوشەقنىڭ ھەرقايسىسىدىن 12 گىرامدىن، ئالتۇن كېپىكى ۋە ئەپيۇنىنىڭ ھەرقايسىسىدىن ئالتە گىرامدىن، بارىزەد ئۈچ گىرام، بۇلارنى سۇزاپنىڭ سۈيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، شىياق (شامچە) تەييارلىغاي.

(باسلىقۇن ۋە رۇشنائى نۇسخىلىرىنىڭ تەركىبى ناخۇنە كېسەللىكى بابىدا كۆرسىتىلىدۇ).

ئارتۇق كىرپىكنى يۇلۇپ ئېلىۋېتىپ، ئورنىغا نۆشۈدۇر قويسا، مەنپەئەت قىلۇر. يېشىل پاقىنىڭ قېنىنى، ئىتچۈننىڭ قېنىنى، ھۆپۈپنىڭ ئۆتىنى قوشۇپ سۈركەپ بەرسىمۇ مەنپەئەت قىلۇر ياكى پاقىنىڭ قېنىنى، ئىتچۈننىڭ قېنىنى مازەرىيۇننىڭ كۈلى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ چاپسىمۇ مەنپەئەت قىلۇر. بۇ كېسەللىكنى داۋالاشنىڭ ياخشىراق ئۇسۇللىرىدىن بىرى شۇكى، كىرپىنىڭ ئۆتىنى خېچىرنىڭ ئۆتى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، تېمىتىپ ھەم سۈركەپ بەرسىمۇ پايدىلىقتۇر. بۇ دېيىلگەن ئۆتلەرنى قۇرۇتۇپ، يۇمشاق سوقۇپ، ئۆز باراۋىرىدە قۇندۇز قەھرىنى قۇرۇتۇپ، سوقۇپ ئارىلاشتۇرۇپ، كەپتەرنىڭ قېنى بىلەن قوشۇپ، شىياق تەييارلاپ، تۈكۈرۈك بىلەن ئېزىپ، ئاغرىق ئورۇنغا چېپىپ بەرسە ناھايىتى ياخشى مەنپەئەت قىلۇر.

كۆيە، نۆشۈدۇر ۋە كۆيدۈرۈلگەن ئېشەك تۇيۇقنى سىركە بىلەن سالايە قىلىپ ئىستېمال قىلسا مەنپەئەت قىلۇر.

كۆپۈكى دەريانى ئىسپىغۇلنىڭ سۈيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، ئارتۇق كىرپىكنىڭ ئورنىغا چاپسا شۇ ئورۇننى سوۋۇتار، يۇمشىتار ۋە ئۇ يەردە ئارتۇق كىرپىك قايتا ئۈنمەس.

ھەكىم ئەبۇ ئەلى ئىبن سىنا ئېيتقانكى، «پاقا قېنىنىڭ ئارتۇق كىرپىككە مەنپەئەت قىلىدىغانلىقى تەجرىبىدىن ئۆتمىدى. ئارتۇق كىرپىكنى باشقا كىرپىككە چىرماشتۇرۇپ، سەمغى ئەرەبى ۋە كەتىرانى ئارىلاشتۇرۇپ چاپسا پايدىلىقتۇر». ئارتۇق كىرپىكنىڭ تۈۋىنى داغلاشنىڭ

شەرتى شۇكى، يىگنە بىلەن داغلىغاي. يىگننى قارماقنىڭ ئۇچىدەك ئېگىپ، ئۇنىڭدا كۆزقاپقنى ئۆرۈپ سوغۇق خېمرنى قويغاي. داغنىڭ هارارتى رۇتۇبەتلەرگە ۋە كۆزنىڭ پەردىلىرىگە يەتمەسلىكى لازىمدۇر. يىگننى قىزىتىپ، يەرلىك ئورۇن قۇرۇغاندىن كېيىن كىرپىكنى هۆل قىلىپ داغلىغاي، داغلاپ بولغاندىن كېيىن تۇخۇمنىڭ ئېقىنى، گۈل يېغنى داغلانغان ئورۇنغا قويغاي. شۇ چاغدا داغنىڭ تەسىرى ۋە ئاغرىقى يوقۇلۇر. داغلاشنىڭ يەنە بىر ئۇسۇلى شۇكى، چاچتىنمۇ ئىنچىكە بىر تال يىپنىڭ ئىككى ئۇچىنى يىگننىڭ تۆشۈكىدىن ئۆتكۈزسە، يىپتىن هالقا شەكىللىنەر، يەنە بىر تال ئىنچىكە يىپنى ئالدىنقى هالقىدىن ئۆتكۈزۈپ هەم قاتلاپ، ئۇ هالقىنى ئىككىنچى هالقا بىلەن بىرلەشتۈرۈپ، يىگننى قاپاقنىڭ ئىچىدىن ئارتۇق كىرپىككە يېقىنلاشتۇرۇپ، ئارتۇق كىرپىكنى قىسقۇچ بىلەن قىسىپ، هالقىنىڭ ئىچىگە كىرگۈزۈپ، يىگننى ئاستا تارتقاي. هالقا قىلىنغان يىپنى تارتقاندا، ئارتۇق كىرپىك هالقىدىن چىقىپ كەتمەسلىكى لازىمدۇر. ئەگەر چىقىپ كېتىپ ئۆز جايىغا كېلىۋالسا، ئىككىنچى هالقىغا ئىلىندۇرۇپ تارتىش لازىمدۇر. ئەگەر كۆزگە يەنە يىگنە سېلىشقا توغرا كەلسە، ئىلگىرىكى ئورۇنغا سالماسلىق كېرەك. چۈنكى، ئىلگىرىكى ئورۇننىڭ تۆشۈكى كېڭىيىپ كەتكەنلىكتىن كىرپىكنى ئوبدان تۇتالماس. شۇڭا يىگننى ياندىن سېلىش لازىمدۇر. ئارتۇق كىرپىك تېشىغا چىقىرىلسا باشقا كىرپىككە تۇتىشار. ئىلگىرى ئېيتىلغان ئۇسۇل بىلەن قىسقۇچنى يىگننىڭ كۆزىگە بىرقانچە قېتىم سۈركىسە، يىپ يىگننىڭ كۆزىدە قالۇر. ئەگەر ئارتۇق كىرپىك كۆپ بولسا، ياخشى ئۇسۇل شۇكى، تېۋىپ بىمارنى ياتقۇزۇپ، ئارتۇق كىرپىكنى ئىككى بارمىقى بىلەن ئاستا كۆتۈرۈپ تۇرۇپ، قىسقۇچ بىلەن قاپاقنى ئۆرۈپ ئۇچ تال يىگنىگە ئۇچ تال يىپنى ئۆتكۈزۈپ، يىگننى ئىچكى تەرىپىدىن تېشىغا قارىتىپ تارتقاي. قاپاقنى سىناره بىلەن ئارقىسىغا كۆتۈرگەي. بۇ هالدا بىر نەچچە قېتىم جاغ كېلۇر. يىگنىدە يىپ بىلەن ئۇچ يەرگە نىشان قىلىپ، ئاندىن كېيىن ئېهتىيات بىلەن كەسكەي. قاپاقنىڭ تېرىسىدىن باشقا يەرنى كەسمىگەي. كېسىش تۇگىگەندىن كېيىن ئۇچ يەرنى يىگنە بىلەن تىلىپ، تىكىپ قويۇپ، ئاندىن زەرۇرى ئەسقەرنى تۇخۇمنىڭ ئېقى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، جاراهەتكە چاپقاي. قاپاقنى كېسىشتە تولمۇ ئېهتىيات قىلغاي. چۈنكى مۇسكۇللار كېسىلىپ كەتسە، كۆزنى ئېچىش - يۇمۇش مۇمكىن بولماس.

كېسىشنىڭ يەنە بىر ئۇسۇلى شۇكى، قاپاقنى ئىككى بارماق بىلەن ياكى سىناره بىلەن كۆتۈرۈپ، قاپاقنىڭ باراۋىرىدە تەييارلانغان ئىككى پارچە تاختىنىڭ ئارىسىغا ئېلىپ، تاختىنىڭ ئىككى بېشىنى مەهكەم باغلاپ، قاپاقنىڭ تېرىسىنى مەهكەم قىسىپ قويۇپ، ئون سائەت

ئەتراپىدا شۇ ھالەتتە تۇرغۇزغاندا، ئارتۇق كىرپىك يىلتىزىدىن قۇرۇپ تۆكۈلۈپ چۈشەر ۋە ئۇنىڭ ئورنىدا جاراھەتنىڭ تەسىرى قالماس. بۇنداق داۋالاشقا كېسەل كىشىنىڭ بەرداشلىق بەرمىكى تەستۇر. شۇنىڭ ئۈچۈن، تېز تەسىر قىلىدىغان دورىلارنى ئىشلەتكەي. بۇنداق دورىلارنى قىستۇچ بىلەن قاپاقنىڭ تېرىسىگە، يەنى يەرلىك ئورۇنغا قويغاي.

دورا چېپىشنىڭ ئۈسۈلى شۇكى، جاراھەتنى ئۆز ھالىچە قويسا قېتىشىپ قاقاچ باغلار، ئاندىن كېيىن پاكىز يۇيۇپ تاكى قاقاچ چۈشكەنگە قەدەر موم يېغىدا يېغلىغاي. زۆرۈر تېپىلغاندا موم يېغنى ئۈپا بىلەن مەلھەم قىلىپ چاپسا تېخىمۇ پايدىلىق بولۇر.

تېز تەسىر قىلىدىغان دورىنىڭ نۇسخىسى

سۇ تەگمىگەن ھاكتىن ئىككى ھەسسە، شاخاردىن بىر ھەسسە، بۆرە ئەرمىنىدىن ئىككى ھەسسە، نۆشۈدۈردىن بىر ھەسسە، سابون سۈيىدىن ئىككى ھەسسە ئېلىپ، بۇ دورىلارنى سۇ بىلەن ياكى كېچىك بالىنىڭ سۈيدۈكى ۋە ياكى كۆل سۈيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ساقلىغاي.

يەتتىنچى باب تەتۈر كىرپىك ۋە ئۇنى داۋالاش توغرىسىدا

كىرپىك زىيادە ئۇنمىسىمۇ، قانۇنىيىتى بويىچە ئۇنۇۋەرمەس، بۇ ھالدا كۆز ئالمىسىغا سانجىلۇر، بۇ كېسەللىك ئىنقىلاب شەئرى (تەتۈر كىرپىك) دېيىلۇر. بۇنداق كىرپىكنىڭ سەۋەبىدىن كۆزدىن ياش ئاقۇر، كۆز ئاغرار، شۇنداقلا ئارتۇقچە كىرپىك پەيدا بولۇر.

داۋالاش

تەتۈر كىرپىكنى باشقا كىرپىك بىلەن چىرماشتۇرۇپ ئىلاج قىلىش يۇقىرىقى بابتا كۆرسىتىلدى. تەتۈر كىرپىكنى داۋالاشتىمۇ شۇ ئۇسۇلنى قوللانغاي.

ھەكىم جالىنۇس ئېيتىدۇكى، «كىچىك سەدەپنى كۆيدۈرۈپ، قەتران بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، تەتۈر كىرپىكنى ياكى ئارتۇقچە كىرپىكنى يۇلۇۋېتىپ، ئورنىغا چاپسا، تەتۈر كىرپىك ئۇنمەس. يىلان يېغنى چاپسا تەتۈر كىرپىك ئۇنۇشنى ياكى يۇلۇۋەتكەن كىرپىكنىڭ ئورنىغا قايتا كىرپىك ئۇنۇشنى توختىتار».

سەككىزىنچى باب قاپاقنىڭ ئىچىگە ئۇششاق مونەكچە چىقىش ۋە ئۇنى داۋالاش توغرىسىدا

ۋەردىنەجنىڭ بايانىدا «تەزكىرەتۇل كەھالىن» دېگەن كىتابتا شۇنداق كۆرسىتىلگەنكى، ۋەردىنەج كېسەللىكى ئىششىقتىن، قاننىڭ زىيادىلىكىدىن ۋە كۆز قاپقىدىكى زىيانلىق ماددىنىڭ كۆپلۈكىدىن پەيدا بولۇر. قاپاقنىڭ ئىچىگە ئۇششاق مونەكچىلەر چىقۇر. ئىششىقنىڭ چوڭلۇقىدىن قاپاق يىرىلۇر، سۇيۇق قان كېلۇر، بىمار كۆزنى ئاچالماس. بۇنداق ئاغرىق كىچىك بالىلاردا كۆپرەك كۆرۈلەر. بۇ ئاغرىق زىيانلىق ماددىنىڭ كۆپلۈكى، كۆزنىڭ ئاجىزلىقى ۋە نازۇكلۇقى ۋە قاننىڭ بۇزۇلۇشىدىن پەيدا بولۇر. بۇنىڭ ئالامەتلىرى شۇكى، بىمارنىڭ كۆزى كۆپ ئاغرار، كۆپ قىزىرار ۋە ياشاڭغۇرار، كۆپ سقىلۇر؛ ئىششىقنىڭ ماددىسى قان ۋە سەپرادىن بولۇر. بۇنىڭ ئالامتى ئىششىق يەڭگىل، قىزىللىقى كەمرەك بولۇپ، كۆپرەك ئېچىشار ۋە قىچىشار».

«ئەلقانۇن» دېگەن كىتابتا «كۆزنىڭ گۆش قەۋىتىنىڭ ئىششىقى ۋەردىنەج كېسەللىكى دېيىلۇر. ئىششىق شۇ دەرىجىدە چوڭ بولىدۇكى، كۆزنىڭ ئېقى كۆتۈرۈلۈپ چىقىپ، كۆز گۆھىرىنى يېپىۋالۇر. ئىششىقنىڭ چوڭلۇقىدىن بىمار كۆزنى يۇمالماس» دەپ يېزىلغان.

داۋالاش

بۇ كېسەللىكتە بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ قىيفال تومۇردىن قان ئالغاي. ئەگەر قىيفال تومۇردىن قان ئېلىش خەتەرلىك بولسا، باشنىڭ ئارقىسىغا ياكى ئاغرىق كىشىنىڭ ئىككى دولىسىغا ھىجامەت قويغاي (لوڭقا قويۇش). زۆرۈر تېپىلسا ئىستېمال قىلىشقا مەتبۇخى ھېلىلە بەرگەي. غىزانى ۋاقتىنچە بەرمىگەي. ئايال كىشىنىڭ سۈتىنى شياق بىلەن ئۇچ قېتىم تېمىتسا مەنپەئەت قىلۇر. شىيافى مامىيسا، ھۇزۇزمەككى ۋە سەبرە قاتارلىق دورىلارنى چاپسىمۇ مەنپەئەت قىلۇر. پاقىيوپۇرمىقى، ئىكلىلمىلىك ۋە ئازراق زەپەرنى تۇخۇمنىڭ سېرىقى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ چاپسىمۇ بولۇر.

مەيدە (پارچە) نان، تۇخۇمنىڭ سېرىقى، قىزىلگۈل، يېسسىمۇق، ئارپا ئۇنى، گۈلاب قاتارلىق دورىلارنى قىزىلگۈلنىڭ يېغىدا قاينىتىپ، ئارىلاشتۇرۇپ، قاپاقنىڭ ئۈستىگە چاپسا پايدىلىقتۇر. خورازنىڭ يېغىنى تۇخۇم سېرىقىغا ئارىلاشتۇرۇپ چاپسىمۇ بولۇر. بۇ تەجرىبىدىن ئۆتكەن

داۋالاش ئۇسۇلىدۇر. دورا چېپىپ داۋالاش ئۇسۇلىنىڭ ياخشىراقى شۇكى، ئۇچ كۈنگىچە ئايال كىشىنىڭ سۈتىنى ئىستېمال قىلىش، ئاندىن كېيىن زەرۇرى مەلكايانى ئىشلەتسە، بىر ھەپتىدىن كېيىن زەرۇرى نامايىن قاتارلىق دورىلارنى ئىستېمال قىلسا ئۈنۈمى ياخشىراق بولۇر.

زەرۇرى مەلكايا

نۇسخىسى ئەنزىروت مۇدەببەر، نىشاستە، سەمغى ئەرەبىنىڭ ھەرقايسىسىدىن توققۇز گرامدىن ئېلىپ، يۇمشاق سالايە قىلىپ، ئىستېمال قىلغاي. يەنە بىر نۇسخىدا زەرۇرى ئەسفەركەبىر، ئەنزىروت مۇدەببەرنىڭ ھەرقايسىسىدىن 30 گرامدىن، ناۋاتتىن توققۇز گرام، نىشاستە ۋە سەمغى ئەرەبىنىڭ ھەرقايسىسىدىن ئۈچ گرامدىن ۋە كۆپۈكى دەريادىن 1.5 گرام ئېلىپ سوقۇپ، ئارىلاشتۇرۇپ چاپسا ياخشى مەنپەئەت قىلۇر.

زەرۇرى نامايى

نۇسخىسى زەرۇرى مەلكايا ۋە ئەسفەر سەغىرنىڭ ھەرقايسىسىدىن 1.5 گرامدىن ئېلىپ، سوقۇپ، تۇخۇمنىڭ سېرىقى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ چاپسا مەنپەئەت قىلۇر.

زەرۇرى ئەسفەر سەغىر

نۇسخىسى ئەنزىروت مۇدەببەردىن 30 گرام، شىيافى مامىيسادىن ئالتە گرام، زەرۇرى ئەسفەركەبىردىن توققۇز گرام، نىشاستىدىن 12 گرام ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، ئارىلاشتۇرۇپ ئىستېمال قىلسا مەنپەئەت قىلۇر.

زەرۇرى ئەسفەركەبىر

نۇسخىسى: ئەنزىروت مۇدەببەردىن 24 گرام، شىيافى مامىيسا (رەھبانى) دىن ئالتە گرام، سەبرە، ئەپيۇن، نىشاستە، گۇل ئۇرۇقىنىڭ ھەرقايسىسىدىن ئۈچ گرامدىن، زەپەردىن توققۇز گرام، مۇرمەككىدىن 18 گرام، يۇقىرىقى سەككىز خىل دورىدىن تەركىب تاپۇر. ئاغرىقنى پەسەيتىشكە ئاز - ئازدىن ئىشلەتكەي. ئەگەر كۆزنىڭ جىيىكى جاراھەتلەنگەن بولۇپ، بىمار كۆزىنى ئاچالمىسا، بۇ دورىلار مەنپەئەت قىلماس. بۇنىڭغا زەرۇرى ئەغبەرنى ئىشلەتكەي.

زەرۇرى ئەغبەر

نۇسخىسى يۇيۇلغان كىرمان تۇتىياسى ۋە كۆيدۇرۇپ يۇيۇلغان سەدەپنىك ھەرقايسىسىدىن 30 گىرامدىن، ناۋاتتىن 15 گىرام ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ ئىشلەتسە، كۆزنىك جاراھىتىگە، ئىسسىق سەبەلگە، قىچىشقاقلىقا مەنپەئەت قىلۇر. بۇنىڭدا ئالتە گىرام ئەنزىروت مۇدەببەر، ئۇچ گىرام شىيافى مامىيسا رەھباننى قاتسا تېخمۇ ياخشى مەنپەئەت قىلۇر. ئادەتتە ئاغرىق باشلىنىپ تاكى ئۇچ كۈنگىچە دورىلارنى كۆزگە يېقىن ئەكېلىشكە بولماس. ئەگەر ئىشلىتىشكە توغرا كەلسە، قاپاقلا ئىشلىتىشكە بولۇر، باشقا يەرگە ئىشلىتىشكە بولماس. ئەگەر ئاغرىق كۆزنى ئۇچ كۈن ئىچىدە داۋالاشقا توغرا كەلسە، كۆزنىك جىيىكىنى تازىلىغاي، تازىلاشتا قاپاقنى ئۆرۈپ قىزىل شىياق (شىپايى ئەھمەد) بىلەن تاتىلىغاي.

توققۇزىنچى باب قاپاق سۇلۇق ئىششىقى ۋە ئۇنى داۋالاش توغرىسىدا

كۆز قاپقىنىك قىزىرىپ ئىششىپ قالغىنى سۇلاق دېيىلۇر. بۇ شۇنداق كېسەللىكى، ۋاقتىدا داۋالانمسا كىرپىك تۆكۈلۈپ، جىيىكى كۆيۈپ، كېسەللىك يېيىلىپ كېتۇر. بۇ كېسەل كۆپىنچە كۆز پىيغۇلىسى (كۆز بۇلۇڭى) نىك ئەتراپىغا چۇشۇر. بەزىسى بۇرۇن تەرەپتىكى چوك بۇلۇك ئەتراپىغا، يەنە بەزىسى قۇلاق تەرەپتىكى كىچىك بۇلۇك ئەتراپىغا چۇشۇر. بۇ كېسەللىك كۆپىنچە قويۇق، ئەمما ھۆللۈك كەم بولغان كۆيگەن خىلىتتىن پەيدا بولۇر.

داۋالاش

سۇماقنىك سۇيىنى تېمتكەي ياكى چاپقاي. چېپىلدىغان دورىنىك تەركىبى، ئاچچىق ئانارنىك گۈشىنى گۈلابتا پىشۇرۇپ، ئاقلانغان يېسىمۇقنى ئاچچىق ئانارنىك گۈشى بىلەن قىزىلگۈل گۈلابدا قاينىتىپ، ياكى كونا مەيزابتا قاينىتىپ بۇلماقا ئوخشاش قىلىپ، كاسنە يوپۇرمىقى ۋە سېمىزئوت يوپۇرمىقىنى سوقۇپ، ئۇنىڭغا تۇخۇمنىك ئېقىنى، گۈل يېغىنى ئارىلاشتۇرۇپ، ئاغرىق ئورۇنغا قويغاي. ئەتىگىنى مۇنچىدا يۇيۇنغاي. ئەگەر كۆزگە چۇشكەن

سۇلاق كېسەللىكى كونىراپ قالغان بولسا، بويۇندىن، پېشانە تومۇرىدىن قان ئالغاي، ھەركۈنى مۇنچىغا بېرىپ يۇيۇنغاي. بۇنداق قىلغاندا ناھايىتى ياخشى مەنپەئەت قىلۇر. ئەگەر ئاغرىقنىڭ ھارارىتى يۇقىرى بولمىسا، ئۇنىڭغا شىيافى ئەھمەرلەييننمۇ مەنپەئەت قىلۇر.

شىيافى ئەھمەرلەيين

نۇسخىسى يۇيۇلغان شادىنەج، ئەدەس ھەربىرىدىن 30 گىرامدىن، مىس پوقىدىن 21 گىرام، بىخ مارجان، مەرۋايىت، سىرىق ھېلىلىنىڭ ھەرقايىسىدىن 12 گىرامدىن، سەمغى ئەرەبى، كەتىرا، مۇرساپنىڭ ھەرقايىسىدىن ئالتە گىرامدىن، خۇنسىياۋشان ۋە زەپەرنىڭ ھەرقايىسىدىن ئالتە گىرامدىن ئېلىپ، بۇ 10 خىل دورىنى يۇمشاق سوقۇپ ئارىلاشتۇرۇپ، كونا شاراب بىلەن يۇغۇرۇپ، شىياق (شامچە) تەييارلىنار. بۇ نۇسخا سۇلاق (قاپاق سۇلۇق ئىششقى)، دەمئە (كۆز ياشاڭغۇراش)، سەبەل (كۆز قارىسىغا پەردە ئۆسۈپ قېلىش)، قىچىشقاق قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلۇر. بۇنداق كېسەللىكلەرگە تۆۋەندىكى زەرۇرى غۇرەمۇ ياخشى مەنپەئەت قىلۇر.

زەرۇرى غۇرە

نۇسخىسى تۇتىيائى كىرماندىن 21 گىرام، زەرچۇبدىن 21 گىرام، سىرىق ھېللە ۋە زەنجۇبلنىڭ ھەرقايىسىدىن 15 گىرامدىن، ئۇزۇن پىلپىل، مامىرانچىننىڭ ھەرقايىسىدىن ئالتە گىرامدىن، ھىندىستان تۇزىدىن ئالتە گىرامنى ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، رەختتىن ئۆتكۈزۈپ، ئارىلاشتۇرۇپ، غورا سۈينى قۇيۇپ خېمىر قىلىپ تەييارلغاي.

ئۇننىچى باب قاپاق مايلىق ئۆسمىسى ۋە ئۇنى داۋالاش توغرىسىدا

كۆز قاپىقىدا ئادەمنىڭ بۇرنىغا ئوخشاش ئىششپ چىققان زىيادە گۆش شىرناق دېيىلۇر. بۇ كېسەللىك ئۈستۈنكى قاپاقتا پەيدا بولۇر. بۇنىڭ ئالامتى شۇكى، قاپاق يوغان بولۇر، كۆز تەسلىكتە ئېچىلۇر، ھەمىشە ياشاڭغۇراپ تۇرار، بارماقلارنى قويغاندا شىرناق ئىككى بارماق

ئارىسىدا ئېنىق بىلىنۇر. تېرىنىڭ ئاستىدا ھەرىكەتلەنمەس.

بۇ كېسەللىككە گىرىپتار بولغان ئادەم كۈننىڭ يورۇقىنى ياخشى كۆرەلمەس، كۆزى ياشاڭغۇرار، چۈشكۈرەر، بۇ خىل كېسەللىك تولا زۇكام بولىدىغان، نەزلە (مېڭىدىن تۆۋەنگە ئاقىدىغان سۇيۇقلۇق) توختاپ قالغان، ھۆل مىزاجلىق كىشىلەردە كۆپ ئۇچرار. بۇنىڭ ئىلاجى قول بىلەن بولۇر. ئەمما قول بىلەن ئىلاج قىلىش، ئاغرىش ۋە خەتەر چىقىرىشتىن خالىي بولالماس. ئەگەر زۆرۈرىيەت تۈپەيلىدىن كېچىك دەستكار قىلىنسا مەقسەتكە يەتكىلى بولماس. چۈنكى، ئۇنىڭغا تۇتاشقان بولۇپ، ئۇلارنىڭ ھەممىسنى ئېلىۋېتىش ناھايىتى قىيىندۇر. شۇڭا، جاراھەت ئازراق قالغان بولسا، ئۇنىڭغا تۇز سېپىپ قويسا يوق قىلۇر.

ئەلى ئىبنى ئەيسا «ئەل كەھمال» دېگەن كىتابىدا «ئىبنۇل ھەسسابقا چوڭ بىر دانە شىرناق چىققان ئىدى. ئۇنىڭ ئۇرۇق - تۇغقانلىرى قول بىلەن ئىلاج قىلىشقا رازىلىق بەردى. مەن بىرنەچچە ۋاقىت زەرۇرى ئەغبەر، زەرۇرى ئەسپەر، سەبرە، ئاقاقىيا، ھۇزۇز، سەك (ئاملە جەۋھىرى)، شىيافى مامىيسا ۋە ئازراق زەپەر قاتارلىقلاردىن ئېلىپ، ھەممىسنى يۇمشاق سوقۇپ، ھەببۇلئاس سۇيىدە يۇغۇرۇپ دورا تەييارلاپ داۋالىدىم. بۇنىڭ بىلەن شىرناق يوق بولدى» دېگەن.

ئون بىرىنچى باب قاپاق تەمرەتكىسى توغرىسىدا

قاپاق تەمرەتكىسى (جەرەب) تۆت خىل بولۇر: بىرىنچىسى، يوغان؛ ئىككىنچىسى، قاتتىق يوغان؛ ئۈچىنچىسى، ئەنجۈر پوستىغا ئوخشاش بولۇر؛ تۆتىنچىسى، قۇرۇق ھەم يوغان بولۇر. بىرىنچى خىلدا كۆز قاپقىنىڭ ئىچى قىزىل، قېلىنلىغان بولۇپ، كۆزدىن كۆپ ياش ئېقىپ تۇرار. بۇ كۆپىنچە كۆزنىڭ ئىسسىقتىن ئاغرىشىدىن، ئاچچىق، ھۆل نەرسىلەرنىڭ كۆزنى بىئارام قىلىشىدىن ۋە چاڭ - توزان، تۈتۈن قاتارلىقلارنىڭ كۆزگە تەسىر قىلىشىدىن پەيدا بولۇر.

داۋالاش

ئالدى بىلەن قېيفال تومۇردىن قان ئالغاي، ھىجامەت قويغاي، ئاندىن كېيىن بەدەننى تەنقىيە قىلىش ئۈچۈن قۇرۇق بىنەپشىنى سوقۇپ، رەختتىن ئۆتكۈزۈپ، 12 گىرام جۇلابقا ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزگەي. مىزاجى قۇۋۇەتلىك بولسا بىنەپشىنى زىيادە قىلغاي.

بۇ كېسەللىككە مەنپەئەتلىك يەنە بىر خىل مۇسھىلىنىڭ نۇسخىسى ھېلىلە پوستىدىن 60 گىرامنى شېشىگە سېلىپ، ئۈستىدىن 300 مىللىلىتىر سۇ قۇيۇپ، بىر ھەپتە ئاپتاپتا قويغاندىن كېيىن، ئۇنىڭ ئۈستىگە 4.5 گىرام شېكەر تۆكۈپ، يارغۇنچاقتا ئېزىپ ئىچكۈزگەي.

يەنە بىر مۇسھىلنىڭ نۇسخىسى بىنەپشە، قىزىلگۈلدىن ئۈچ گىرامدىن، كەتىرادىن ئۈچ گىرام، يۇقىرىقى دورىلارنىڭ ھەممىسىنى ئېلىپ شەربەت تەييارلاپ ئىچكۈزگەي. ئەگەر كېسەللىك ئىسسىقلىقتىن بولغان بولسا بۇ شەربەت پايدا قىلىدۇر. بەدەننى تازىلاپ بولغاندىن كېيىن، قاپاقنى ئۆرۈپ، شىيافى ئەھمەرھار بىلەن تاتىلاش ۋە كېسىش، ئەگەر تېز تەسىر قىلىدىغان دورىغا ئېھتىياج چۈشسە، شىيافى ئەخزەر بىلەن قاشىلغاي ياكى سۈرمە رۇشنائىنى سۈركىگەي. ئەگەر بۇ كېسەللىك ئاغرىش، قىچىشىش بىلەن پەيدا بولغان بولسا، شىيافى ئەھمەرلەيىن بىلەن تاتىلغاي. ئەمما، بۇ كېسەللىكنى توققۇزنىچى بابتا ئېيتىلغان ئۇسۇل بىلەن داۋالغاي. ئەمما ناۋات بىلەن تاتىلاش ناھايىتى خەتەرلىكتۇر. شۇڭا، كۆز قاپىقنى ئۆرۈپ تاتىلاشقا توغرا كەلسە، ناھايىتى ئېھتىيات قىلغاي. تاتىلغاندىن ھەم دورىنىڭ ئۆتكۈرلۈكىدىن جەرەب سۇسلاپ كەتسە، سەككىزىنچى بابتا ئېيتىلغان زەرۇرى ئەغبەرنى قاپاققا سەپكەي. بەزى تېۋىپلار: «جەرەب كېسەللىكىدە قاپاقنى ئۆرۈپ، موزا تالقىنىنى مەلھەم قىلىپ قاپاققا سۈركەپ ئۈچ سائەت تۇرغۇزسا قىچىشىشنى پەسەيتەر ھەم قىچىشىشقا سەۋەب بولغان ماددىنى يوقىتار» دەيدۇ.

جەرەبنىڭ ئىككىنچى خىلى: يوغانراق بولۇر، ئۇ كۆز كۆپ ياشاڭغۇراش ۋە قاتتىق ئاغرىش بىلەن بىرگە پەيدا بولغان بولسا، بۇنىڭ ئىلاجى يۇقىرىدا بايان قىلىنغان ئۇسۇل بويىچە بەدەننى تازىلاپ، ئاندىن كېيىن شىيافى ئەھمەرھار ۋە شىيافى ئەخزەر بىلەن تاتىلاش ياكى باسلىقۇن سۈرۈشتىن ئىبارەتتۇر. ئەگەر بۇ شىياق ھارارەتنى ئۆرلىتىۋەتسە، ئۇنى ئىشلىتىشنى دەرھال توختىتىپ، شادىنەج ئەدەسنى سۈرۈپ ھارارەتنى پەسەيتكەي، ئاندىن كېيىن شىيافى ئەھمەرلەيىن بىلەن تاتىلغاي. ئارقىدىن زەرۇرى ئەغبەر سۈركىگەي، ئۇنىڭدىن كېيىن شىيافى ئەھمەرھارنى ئېھتىيات بىلەن ئىشلەتكەي. ئەگەر جەرەب بىمارنىڭ ھارارىتى ناھايىتى يۇقىرى بولسا، جەرەبنىڭ جاراھەتلىنىپ قېلىش ئېھتىماللىقى بولۇر. بۇ چاغدا كۆز جاراھەتلىرىنىڭ ئىلاجىدا بايان قىلىنغان سوغۇق ۋە يەڭگىل دورىلارنى ئىشلەتكەي.

بەزى تېۋىپلار دائىرىسى چوڭ بولغان جاراھەتلەرنى ھەسەل سۈركەپ يۇمشاتقان. ئەمما جەرەب بىمارىنىڭ ھارارىتى يۇقىرى بولسا، ھەسەلنى ئىشلىتىشكە بولماس.

بەزى تېۋىپلار ئىسسىقتىن بولغان جەرەبنى شادىنەج ئەدەسى بىلەن تاتىلاپ داۋالغاندۇر، چۈنكى شادىنەج كۆز جەرەبىنىڭ يوغىناپ كېتىشىنى توسار. كۆز قاپقىنى تاتىلاشتىن مەقسەت، بۇزۇق قانىنى ئېقىتىپ، جاراھەتنىڭ يوغىناپ كېتىشىنى توسۇشتىن ئىبارەتتۇر، بەزى تېۋىپلار پەلكۈچ ئۇچى بىلەن تاتىلاپ داۋالسا، يەنە بەزى تېۋىپلار ئەنجۇر شېخى بىلەن تاتىلاپ داۋالغاندۇر.

شىيافى ئەھمەرھار

نۇسخىسى يۇيۇلغان شادىنەج 20 گىرام، سەمغى ئەرەبى 15 گىرام، كۆيدۈرۈلگەن مىس ئالتە گىرام، كۆيدۈرۈلگەن شاخار ئالتە گىرام، ئەپيۇن، سەبرە 1.5 گىرامدىن، زەنگار سەككىز گىرام، زەپەر، مۇرسافى ھەرقايسىسىدىن ئۈچ گىرامدىن ئېلىپ، يۇمشاق سالايە قىلىپ، كونا شاراب بىلەن يۇغۇرۇپ، شىيافى تەييارلاپ ئىشلەتكەي. بۇ دورىلارنىڭ ھەممىسى توققۇز قېتىملىق شىيافى بولۇپ جەرەب، سەبەل سۈلاق، قاپاق قىچىشىش قاتارلىق كېسەللىكلەرگە ياخشى مەنپەئەت قىلۇر.

شىيافى ئەخزەر

شىيافى ئەخزەر جەرەب (قاپاق تەمرەتكىسى)، سەبەل (كۆز قارىسىغا پەردە پەيدا بولۇش)، كۆزگە ئاق چۈشۈش قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلار.

نۇسخىسى ساپ زەنگاردىن توققۇز گىرام، كۈمۈش دېتى، ئوشەق، سەمغى ئەرەبى، ئورۇس ئۈپسىنىڭ ھەربىرىدىن ئالتە گىرامدىن ئېلىپ، سۈزاپ سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ، قائىدە بويىچە شىيافى تەييارلاپ ئىشلەتكەي.

يەنە بىر كىتابتا مۇنداق يېزىلغان: زەنگار توققۇز گىرام، كۆيدۈرۈلگەن شاخار 18 گىرام، ئوشەق ئۈچ گىرام، ئوشەقنى سۈزاپنىڭ سۈيى بىلەن ئېزىپ، باشقا دورىلارنى شۇ سۇغا ئارىلاشتۇرۇپ، شىيافى تەييارلىغاي.

يەنە بىر كىتابتا مۇنداق يېزىلغان:

جەرەيكە، ئىنتىشار (كۆزنىڭ نۇر يىغالماسلىقى)گە، كۆزگە سۇ چۈشۈشكە مەنپەئەتلىك شىيافىنىڭ نۇسخىسى هىندىستان تۈتىياسى ئالتە گىرام، ئالتۇن ۋە كۈمۈش دېتى، مەرقىشىا (بىر خىل تاش) ھەرقايسىسىدىن توققۇز گىرامدىن، سۇرمە ئىسپاھانى، سازەج ھىندى ھەرقايسىسىدىن ئۈچ گىرامدىن، زەپەر، مەرۋايىتتىن ئالتە گىرامدىن، كافۇر ۋە ئىپاردىن ئىككى گىرامدىن ئېلىپ، قائىدە بويىچە شىياق تەييارلاپ ئىشلەتكەي.

باسلىقۇن (بىر خىل سۇرمە) قاپاق تەمرەتكىسى، سەبەل (كۆزدە پەيدا بولغان پەردە)، جەلپەرە، كۈمنە (كۆزگە توپا كىرگەندەك بولۇش)، دەمئە (كۆز ياشاڭغۇراش) قاتارلىق ئاغرىقلارغا مەنپەئەت قىلۇر

نۇسخىسى مۇچ، ئۇزۇن پىلپىل، خىتاي زەنجىۋىلى، سىرىق ھېلىلە، قارا ھېلىلە ھەرقايسىسىدىن 15 گىرامدىن، يۇيۇلغان سەبرە تۆت گىرام، كۆپۈكى دەريا 18 گىرام، شەكىرىپ 15 گىرام، سەلىخە، قەلەمپۇردىن 12 گىرامدىن، نۆشادۇر ئۈچ گىرام، يۇقىرىقى دورىلارنى ئۆلچەم بويىچە ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، تاسقاپ سۇرمە تەييارلاپ ئىشلەتكەي.

تەسىرى:شىيافى سۇماق قاپاق تەمرەتكىسى، قاپاق قىچىشش، پۇلتايما كۆزنىڭ ئورنىدىن قوزغىلىشىغا مەنپەئەت قىلۇر.

نۇسخىسى سۇماقنى سۇزۇك سۇ بىلەن يۇيۇپ سۈزۈپ، قويۇلدۇرۇپ، ئۈنىكىغا ئورۇس ئۇپىسىنى ئارىلاشتۇرۇپ، شىياق تەييارلاپ، زۆرۈر بولغاندا، غورا سۈيى ياكى سوغۇق سۇ بىلەن سالايە قىلىپ ئىشلەتكەي.

شىيافى زەپەر

جەرەبنىڭ مەخسۇس دورىسى باردۇر.

نۇسخىسى ئىقلىميا، گۈلقەنتنىڭ ھەرقايسىسىدىن ئالتە گىرامدىن، زەپەر ئۈچ گىرام، پىلپىل ئالتە گىرام، سىرىق زەرنىخ تۆت گىرام، نۆشادۇر بىر يېرىم گىرام، سەمغى ئەرەبى 30 گىرام، بۇ دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، 20 مىللىلىتىر شاراب بىلەن شىياق تەييارلاپ ئىشلەتكەي.

داروُيى تەر

بۇ جەرەب كېسەللىكنىڭ مەخسۇس دوربسدۇر.

نۇسخىسى كۆيدۈرۈلگەن سەبرىدىن بىر ھەسسە، نۆشۈدۈردىن يېرىم ھەسسە ئېلىپ، ھەر ئىككىلىسىنى سوقۇپ، ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ شىياق قىلىپ ئىشلەتكەي.

ئۈچىنچى خىل جەرەب: ئالدىنقىسىغا قارىغاندا داۋالاش تەسرەك بولۇپ، بىمار قاپىقىنى قاتتىقراق ھەرىكەتلەندۈرسە، ئەنجۈر پوستىدىكى تۆشۈكچىلەرگە ئوخشاش كېسەللىك ئورنىدا تۆشۈكلەر مەلۇم بولۇر.

داۋالاش

بۇنىڭدا ئالدى بىلەن بەدەننى تازىلاپ، كۆز بۇرجىكنىڭ تومۇرىدىن ۋە پېشانە تومۇرىدىن قان ئالغاي، ئاندىن سەقۇتنى ئىشلەتكەي.

سەقۇت

نۇسخىسى سەبرە سوقۇتىرى، قۇندۇز قەھرى، جاۋشىرنىڭ ھەربىرىدىن ئۈچ گىرامدىن، ھۇزۇزى ھىندى، زەپەر، ئاق ناۋات، ئاچچىق يېسسىمۇق، ئەنزىرۇتنىڭ ھەربىرىدىن ئۈچ گىرامدىن، كۇندۇش 15 گىرام، ھەممىسىنى ئۆلچەم بويىچە ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، مەرزەنجۇشنىڭ سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ، قارىمۇچتەك چوڭلۇقتا ھەب قىلىپ ئىشلەتكەي. ئۇ جەرەب كېسەللىكنىڭ ھەممە خىللىرىغا مەنپەئەت قىلۇر. لېكىن ئاۋۋال بەدەننى تازىلاپ، ئاندىن ئىشلەتكەي. ناۋادا بەدەننى تازىلىمىغان بولسا، ئارتۇق، بۇزۇلغان ماددىلار كۆز تەرەپكە كېلىۋالۇر. تاتىلاش ۋە تاتىلاشنىڭ ئۈسۈللىرى يۇقىرىدا ئېيتىلدى. ئەگەر شىيافى ئەھمەر، شىيافى ئەخزەر بىلەن تاتىلىغاندىن كېيىنمۇ ئۇنۇمى روشەن بولمىسا، ئاق ناۋات بىلەن ياكى كۆپۈكى دەريا بىلەن كۆزنىڭ قاپاقلىرى ئېچىلىپ ئاغرىغانغا قەدەر تاتىلىغاي. تاتىلاپ بولغاندىن كېيىن، زىرە، تۇزنى چاينىاپ، سۈينى تېمىتقاي، تۇخۇم سېرىقى بىلەن يېغىنى ئارىلاشتۇرۇپ، كۆزگە سۈركەپ، ئۈچ كۇندىن كېيىن يۇيۇلغان شادىنەج ئەدەسىنى سۈرمە قىلىپ تارتقاي. ئەگەر زۆرۈرىيەت بولسا،

يۇقىرىقى بابلاردا سۆزلەنگەن زەرۇرى ئەغتەر ۋە زەرۇرى ئەسفەرنى سۈرمە قىلىپ تارتقاي.

بۇ داۋالاشتىن كېيىن ھارارەت ئۆرلىسە، شىيافى ئەھمەر، شىيافى ئەخزەر بىلەن ئىلاج قىلىپ، ئاغرىق ئورۇننى تازىلىغاي. غىزاسىغا يېڭى ۋە پاكىز نەرسىلەرنى ئىستېمال قىلدۇرغاي.

جەرەب كېسەللىكىنىڭ تۆتىنچى خىلى يۇقىرىدا سۆزلەنگەن ئۇچ خىلغا قارىغاندا داۋالاش تېخىمۇ قىيىنراق بولۇپ، ئالامەتلىرى تېخىمۇ ئېنىق، دائىرىسى تېخىمۇ چوڭ بولۇر. قارىغاندا، كېسەللەنگەن ئورۇننىڭ ئىچى قارا، قۇرۇق بىلىنۇر. قاقاچ باغلىغانلىقى مەلۇم بولۇر.

داۋالاش

جەرەب كېسەللىكىنىڭ يۇقىرىدا سۆزلەنگەن ئۇچ خىل تۈرىنى داۋالاش ئۇسۇلى بويىچە، ئالدى بىلەن بەدەننى تازىلاش ئۈچۈن، بىرقانچە قېتىم ئايارەج پەيقىرا بەرگەي، ئاندىن كېيىن ئۇچىنچى خىل جەرەب كېسەللىكىدە بايان قىلىنغان سۇئۇت ئىشلىتىپ غار ـ غار قىلغاي.

ھەر كۈنى ئەتىگىنى مۇنچىدا يۇيۇنۇپ، ماددىنىڭ تارقىلىشىغا پۇرسەت بەرگەي. ئەگەر جەرەب كونىراپ قالغان بولسا، تۆمۈر ياكى قەنت بىلەن تاتلىسمۇ ياخشىلانماس. ئەگەر يېڭى بولسا، شىيافى ئەھمەرھار، شىيافى ئەخزەرلەر بىلەن تاتلىسا مەنپەئەت قىلار. ئەمما، ھەرقانداق ئەھۋالدا تېۋىپنىڭ كۆرسەتمىسى بويىچە دورا ئىشلەتكەي.

ئون ئىككىنچى باب قاپاق قېتىۋېلىش توغرىسىدا

قاپاق قېتىۋالغانلىقتىن كۆپىنچە ھاللاردا ئادەم ئۇيقۇدىن ئويغانغاندا كۆزنى ھۆل قىلمىغۇچە ياكى بىر سائەت كۆزنى ئۇۋۇلىمىغۇچە ئاچالماس. قاپاقنى ئۆرۈشمۇ ناھايىتى مۇشكۈل بولۇر.

سەۋەبى

قويۇق قۇرۇق خىلتىنىڭ ئاغرىق ئورۇندا توختاپ قېلىشىدىن بولۇر. ئادەتتە قۇرۇق ھەم سوغۇق تائاملارنى كۆپ يەپ، ئارقىسىدىن يېسسىمۇق، كالا گۆشى، دوغاپ ياكى قېتىققا ئوخشاش نەرسىلەر كۆپ ئىستېمال قىلىنسا بۇ خىل كېسەللىك پەيدا بولۇر. دەسلەپتە كۆز ئاغرار، كۆز ئاغرىقىغا مۇۋاپىق تەدبىر قىلىنمىسا، تەدرىجىي تەرەققىي قىلۇر.

داۋالاش

ئالدى بىلەن مۇڭاپىق غىزالىنىپ، مۇنچىغا كىرگەي، كۆزنى ئىسسىق سۇنىڭ ھورىغا تۇتۇپ، ئىسسىق سۇ بىلەن يۇغاي، ئارقىدىن شىيافى ئەھمەرلەيىين بىلەن قاپاقنى تارتقاي. ئىسسىق ياغلار بىلەن باشنى مايلىغاي، بىنەپشنى سۇ بىلەن قاينىتىپ كۆزگە تاڭغاي.

ئون ئۇچىنچى باب قاپاق ئىششىش توغرىسىدا

ئۇخلاشتىن بۇرۇن غىزالىنىشقا ئادەتلەنسە، يېيىلگەن تائاملاردىن ھۆل سوغۇق ماددا ۋە قويۇق بۇس - بۇخارات پەيدا بولۇپ، قاپاقنىڭ ئىششىشىغا سەۋەب بولۇر. كېسەللىك ھالىتى جەرەيكە ئوخشاپ قالۇر. ئەمما، قاپاقنى ئۆرۈپ قارىسا، قاپاق ئىچى جەرەيكە قارىغاندا پاكىز بولۇر، قاپاقنىڭ شىللىق پەردىسى قاتتىق ۋە قىزىل بولۇر. بۇنىڭ ئىلاجىدا دەسلەپتە ماددا ئېتىبارىچە بەدەننى تەنقىيە قىلغاي، ئۇخلاشتىن بۇرۇن تاماق يېيىش ئادىتىنى ئۆزگەرتكەي. شىيافى مامىيسا، زەپەر، مۇچ قاتارلىق دورىلارنى مۇڭاپىق ئۇسۇل بىلەن مەلھەم قىلىپ چاپقاي. كۆزگە شىيافى ئەھمەرلەيىينى سۈرمە قىلىپ تارتقاي.

ئون تۆتىنچى باب كەد - كەد توغرىسىدا

كەد - كەد قاپاقتا پەيدا بولىدىغان قاتتىق ئىششىق بولۇپ، دۈممەل (يىرىڭلىق چاقا) گە ئوخشار. ئاۋام خەلق ئۇنى كەد - كەد دەپ ئاتار.

سەۋەبى

تەستە ھەزىم بولىدىغان قويۇق تائاملارنى كۆپ يېيىش، ئۇخلاشتىن بۇرۇن غىزالىنىش سەۋەبىدىن پەيدا بولۇر.

داۋالاش

ئالدى بىلەن ماددا ئېتىبارىچە بەدەن، مېڭىنى تەنقىيە قىلغاي، ئۇخلاشتىن بۇرۇن تاماق يېيىش ئادىتىنى تۇگەتكەي. ئاندىن كېيىن يەرلىك ئورۇننى موم يېغى بىلەن ياغلىغاي، شىيافى ئەھمەرلەيىينى سۈرمە قىلىپ تارتقاي. بۇ داۋالاش كۇپايە قىلمىسا مەجبۇرى داخلىيۇن

سۈركىگەي. ئەگەر كېسەللىك بۇنىڭ بىلەنمۇ ياخشىلانمىسا، پاكىز قول بىلەن قاپاقنى كۆتۈرۈپ، زەخمنى مەخسۇس سايمان بىلەن يېرىپ، سىقىپ، بۇزۇق ماددىلارنى ئېقىتقاي. ئاندىن كېيىن زەرۇرى ئەسقەرنى سەپكەي. زەخمنى يېرىشتا ئېھتىياتچان بولۇپ، قانىنىڭ تولۇق چىقىپ كېتىشىگە كاپالەتلىك قىلغاي. بولمىسا يالۇغلىنىپ قالۇر.

ئون بەشىنچى باب تۇسە توغرىسىدا

تۇسە ئۆسۈپ قالغان مونچاق گۆشتىن ئىبارەت بولۇپ، جىسمى يۇمشاق، قىزىل ياكى ئاق ياكى قارامتۇل بولۇر. ئورنى قاپاقنىڭ ئىچى تەرىپىدە بولۇپ، سىرتىدىن مەلۇم بولۇر، بەزىدە قانار.

سەۋەبى

كۆيگەن قاندىن پەيدا بولۇر.

داۋالاش

قان ئالغاي، ئاندىن كېيىن سۈرگە ئىچىپ بەدەنىنى تازىلىغاي. تەبىئىتى ئىسسىق، باشقا بۇخارات ئۆرلىتىدىغان تائاملاردىن پەرھىز قىلغاي. سۇفۇپى كاسىر (يەل كەسكۈچى) بىلەن باشتىكى بۇخارات تۇتۇلغاندىن كېيىن تۇسە سۈننارە بىلەن كېسىلگەي، يىلتىزى بىلەن قوشۇپ پاكىز ئېلىشقا دىققەت قىلغاي. زەخمە ئورنىغا گۈرۈچ سۈيى بىلەن تۇز قويۇپ، ئۈستىدىن تۇخۇم سېرىقى، گۈل يېغى سۈركىگەي. ئەگەر تۇسەنىڭ يىلتىزى تولۇق چىقىپ كەتمىگەن بولسا، ئارتۇق ماددىلارنى يوقىتىش تەسىرى بولغان ئۆتكۈر دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، تالقانلاپ مەلھەم قىلىنغاندىن كېيىن يەرلىك ئورۇنغا سۈركىگەي. شۇ ئارقىلىق تولۇق داۋالاش مەقسىتىگە يەتكىلى بولۇر.

ئون ئالتىنچى باب كۇمىنە توغرىسىدا

بۇ بىر خىل كۆز كېسەللىكى بولۇپ،تۆۋەندىكى ئەزالاردىن كۆزگە قويۇق يەل ئۆرلىگەنلىكتىن پەيدا بولۇر. بىمارغا ئۇيقۇدىن ئويغانغاندا كۆزىگە توپا ـ چاڭ كىرىپ كەتكەندەك مەلۇم بولۇر.

داۋالاش

دەسلەپتە بەدەننى تەنقىيە قىلغاي. ھەر كۈنى ئەتىگەن ناشتىدا مۇنچىغا كىرگەي. ئاندىن كېيىن شىيافى تەرخۇماتقۇننى كۆزگە سۈركىگەي. بۇلار ئۆتكەن بابتا كۆرسىتىلدى.

شىيافى تەرخۇماتقۇن

تەسىرى كۈمنە، جەرەب، سەبەل، قاپاق ساڭگىلاش ۋە كۆز چاپاقلىشىشقا پايدا قىلۇر.

نۇسخىسى يۇيۇلغان شادىنەج 36 گىرام، زەنگار 15 گىرام، كۆيدۈرۈلگەن شاخار 15 گىرام، كۆيدۈرۈلگەن مىس 12 گىرام، سەمغى ئەرەبى 30 گىرام، ئەپيۇن، زەپەر ھەربىردىن ئۈچ گىرامدىن. دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، كونا شاراب ۋە ھۆل بەدىياننىڭ سۈيى بىلەن شىياق قىلىپ ئىشلەتكەي.

بەزى كىتابلاردا 30 گىرام زاك، 12 گىرام كۈمۈش دېتى قوشۇلدۇ دېيىلگەن. ئۇنىڭدىن كېيىن، بىرىكتۈرگۈچى پەردە ياللۇغىنىڭ بايىندا سۆزلىنىدىغان شىيافى ھۆلۇ، شىيافى سۇدە قاتارلىق دورىلارنى قاپاقنىڭ سىرتىغا سۈركىگەي.

ئون يەتتىنچى باب قاپاققا سۆگەل چىقىش توغرىسىدا

بۇ قاپاقتا پەيدا بولىدىغان بىر خىل كېسەللىك بولۇپ، بىزنىڭ شەھرىمىزدە كەندۈمە دېيىلەر. خۇراسانىنىڭ بەزى شەھەرلىرىدە ئازخ دەپ ئاتىلار.

سەۋەبى

دەسلەپتە سەۋدا خىلىتىنى تەنقىيە قىلغاي. ئاندىن كېيىن سوئىلۇل (سۆگەل) ئۇستىگە زەيتۇن يېغى لېيى سۈرۈپ، كۈچ بىلەن ئۇۋۇلاپ بەرگەي، ئاندىن كېيىن سيادان بىلەن تۇزنى سوقۇپ، سىركە بىلەن مەلھەم قىلىپ سۆگەلگە چاپقاي. ئەگەر سۆگەل بۇ داۋالاش بىلەن تارقىمسا، تىرناق بىلەن كۆتۈرۈپ تۇرۇپ، مقياس (مەخسۇس قىسقۇچ) بىلەن ئۈزۈپ ئالغاي. ئەگەر قان ئېقىشقا باشلىسا بىردەم ئاقتۇرغاي، ئاندىن كېيىن ئۇستىدىن زاك تالقىنى سېپىپ قان توختاتقاي.

ئون سەككىزىنچى باب قاپاقتا پەيدا بولغان تىلما توغرىسىدا

بۇ كېسەللىك قاپاقتا ۋە باشقا ئەزالاردا پەيدا بولۇر.

سەۋەبى

قانىنىڭ كۆپلۈكىدىن ياكى سەپرانىڭ كۆپلۈكىدىن ياكى ھەرئىككىلىسىنىڭ كۆپلۈكىدىن پەيدا بولۇر.

ئالامىتى

قاپاق قىچىشار، تاتىلسا ئىششار، ھەرە ياكى بىر نەرسە چاققانغا ئوخشاش ھۇررەك پەيدا بولۇر.

داۋالاش

قان ئالغاي، ئاندىن كېيىن پىشقان ھېلىلە، تەمرى ھىندىغا ئوخشاش دورىلار بىلەن بەدەننى تەنقىيە قىلغاي. غىزاسىغا غورىغا ئوخشاش نەرسىلەر بىلەن تائام تەييارلاپ بەرگەي. كۆزنى غورا سۈيى بىلەن يۇغاي. شادىنەج ئەدەسنى يۇمشاق تالقانلاپ يەرلىك ئورۇنغا سۈركىگەي.

ئون توققۇزىنچى باب نەمله توغرىسىدا

بۇ قاپاقتا پەيدا بولغان بىر خىل چاقىدىن ئىبارەت بولۇپ، باشقا ئەزالاردىمۇ پەيدا بولۇر. شەكلى ئۇششاق دانغا ئوخشار، كۆيگەندەك ئاغرار. كېچىك مۇدۇردىن باشلىنىپ ئاسانلا جاراھەتكە ئايلىنار ھەم ئەتراپقا يېيىلار.

سەۋەبى

كۆيگەن سەپرادىن پەيدا بولۇر. قاپاقتا پەيدا بولسا، كىرپىك تۆكۈلۈپ تۇرار. قاپاق گىرۋەكلىرى يېرىلغانغا ئوخشاپ قالۇر، رەڭگى قىزىل بولۇر.

داۋالاش

ئاۋۋال بەدەننى تەنقىيە قىلغاي، كۆزنى ئۇۋۇلاشتىن ئىبھتىيات قىلىپ، ئاندىن كېيىن كېسەللىك ماددىسىنى تارقىتىش ئۈچۈن شىيافى ماميسا، زەپەر، رۇسۇت، مارجان، شىيافى ئەھمەر قاتارلىق دورىلارنى مۇۋاپىق ئۇسۇل بىلەن قاپاقتا سۈركىگەي.

يىگىرمىنچى باب قاپاقتا پەيدا بولىدىغان بىر خىل تەمرەتكە توغرىسىدا

بۇ كۆز قاپقىدا پەيدا بولىدىغان بىر خىل كېسەللىكتۇر.

سەۋەبى

بۇ بەدەندىكى سەۋدا ماددىسى كۆيۈپ بۇخاراتى كۆزگە ئۆرلەشتىن پەيدا بولۇر. بەلغەم ماددىسى ئوفۇنەتلەنگەنلىكتىن تەمرەتكىنىڭ رەڭگى ئاق بولۇر.

ئالامىتى

كىرپىكتە كۆپۈككە ئوخشاش ئاق رەڭلىك ماددىلار پەيدا بولۇپ، جاراھەتكە ئايلىنار، يىرىڭلار، كېيىن كىرپىك تۆكۈلۈشكە باشلار، رەڭگى توپا رەڭگىدە بولۇر.

داۋالاش

ئاۋۋال بەدەندىكى بۇزۇلغان خىلتنى تەنقىيە قىلغاي، ئاندىن شىيافى ئەھمەر، شىيافى زىرەنى قاپاقتا چاپقاي، تېرىق پوستىنى گۈل يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ چاپقاي. ئەگەر كونىراپ قالغان بولسا، مىزھ (مەخسۇس سايمان) ياكى ناۋات بىلەن تاتىلاپ چىقارغاي، ئارقىدىن سۈرمە رۇشنائى سۈركىگەي.

يىگىرمە بىرىنچى باب قاپاق ئېسىلىش توغرىسىدا

بۇ كېسەللىكنىڭ سەۋەبى ئۈچ خىل بولۇر. بىرىنچىسى، ئاشقازاننىڭ ئاجىزلىقىدىن، تاماقنىڭ تولۇق ھەزىم بولماسلىقى؛ ئىككىنچىسى، بەلغەم كۆپ بولۇپ، ئەسلىي ھارارەتنىڭ ئاجىز ۋە كەملىكىدىن بەلغەمنىڭ پىشماسلىقى؛ ئۈچىنچىسى، ئىسسىقتىن قاپاق ئىششىشتىن بولۇر.

داۋالاش

ئاشقازانىنىڭ ئاجىزلىقىدىن پەيدا بولغان بولسا، ئاشقازانىنى كۈچەيتكەي. بەلغەم خىلتىنىڭ كۆپلۈكىدىن پەيدا بولغان بولسا، بىمارغا چوڭ نۇسخىلىق ئىترىفىل (ئىترىفىل كەبىر) ئىستېمال قىلدۇرغاي، بەلغەم خىلتىنى تەنقىيە قىلغاي. سەبرىنى سىركىدە ئېزىپ قاپاققا چاپقاي، كونا بۇلۇت ياكى چاۋا ياغ ئىسسىق سۇدا ھۆل قىلىنىپ، يەرلىك ئورۇنغا سۈركەلسە مەنپەئەت قىلىدۇر. ئەگەر كېسەللىك بەلغەمۇن (قاندىن بولغان ئىششىق) بولسا قىيفال تومۇردىن قان ئالغاي، شىيافى مامىيسا بىلەن سەندەلنى كاسنە سۈيىدە ئېزىپ مەلھەم قىلىپ يەرلىك ئورۇنغا چاپقاي.

يىگىرمە ئىككىنچى باب قاپاق ئۆسمىسى توغرىسىدا

سەلئە قاپاققا چۈشكەن زىيادە گۆشكە ئېيتىلىدۇر.

سەۋەبى

بۇ، يىمەكلىكنىڭ ياخشى ھەزىم بولماسلىقىدىن پەيدا بولغان ئوفۇنەتلەنگەن قويۇق يەلدىن كېلىپ چىقار.

ئالامىتى

ئۇنىڭ خەرىتىگە ئوخشايدىغان پوستى بولۇپ، گۆشتىن ئايرىلىپ، تېرىنىڭ ئاستىدا ئارتۇق نەرسىدەك تۇرار. ھەسەلدەك يۇمشاق بولسا شەھدى دېيىلەر. چاۋا ياغقا ئوخشاش بولسا، شەھمى دېيىلەر. ئەگەر گۆشكە ئوخشاش قۇرۇق ھەم قاتتىق بولسا لەھمى دېيىلەر.

داۋالاش ئاۋۋال بەدەندىكى بۇزۇق خىلىتنى تەنقىيە قىلغاي، ئاندىن كېيىن قاپاق تېرىسىنى كەڭ تەرەپتىن ئېھتىيات بىلەن يارغاي، مىزھە (يېرىش سايمىنى) سەلئەنىڭ پەردىسگە تېگىپ كېتىشتىن ئېھتىيات قىلغاي، ئاندىن كېيىن سەلئە تېرىسى بىلەن قوشۇپ ئېلىنغاي، ئېلىش جەريانىدا سەلئە چالا قالسا، كالا يېغىغا تېز تەسىر قىلىدىغان دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ چاپقاي.

يىگىرمە ئۇچىنچى باب قاپاقتا پەيدا بولىدىغان كېڭىيىشچان يارا توغرىسىدا

كېڭىيىشچان يارىنىڭ پەيدا بولۇش سەۋەبى ئىككى خىل بولۇر: بىرىنچىسى، قاپاقتا مەلۇم سەۋەبلەردىن يارا پەيدا بولۇپ، كېڭىيەر؛ ئىككىنچىسى، قاپاقتا ئىسسىقتىن ئىششىق پەيدا بولۇپ، كېڭىيىشچان يارىغا ئايلىنار.

داۋالاش

ئەگەر قاپاق تېرىسى يىرتىلغان بولسا، ئۇنىڭغا چاڭ ـ توزان ۋە باشقا مىكروبلار تەسىر قىلىپ، قاپاقنى يەپ تۇگىتىۋەتمەسلىكى ئۈچۈن، يارا ئېغىزىنى تىككەي، ئەگەر يارا ئېغىزى كىچىك بولسا، تىكمىسمۇ بولۇر. يارىدىكى بۇزۇق گۆشنى يوقىتىپ، تېرىنى ئەسلىگە كەلتۈرۈش ئۈچۈن، ئەنزىروت بىلەن سەبرە ئارىلاشتۇرۇلۇپ مەلھەم تەييارلاپ يارا ئۈستىگە چاپقاي، ئەگەر جاراھەت كونا بولۇپ، بۇ دورىلار بىلەن يېڭى تېرە پەيدا بولمىسا، ئازراق زەنگارنى مەلھەم قىلىپ چاپقاي. بۇ مەلھەم جاراھەتنى قۇرۇتۇپ، گۆش ئۈندۈرگەي. بۇنداق قىلمىغاندا مىكروبلار يارىنى تېخمۇ كېڭەيتىۋېتەر. يەنە ئۇپىنى مەلھەم قىلىپ جاراھەتكە سۈركىگەي. ئاندىن كېيىن سەبرە، ئەنزىروت، قۇشقۇرۇل كۈندۈر (كۈندۈر پوستى)، زەپەر، خۇنسىياۋشان قاتارلىق دورىلاردىن مەلھەم تەييارلاپ ساقايغانغا قەدەر زىمات قىلغاي. بۇ دورىلار جاراھەتنى تازىلاپ، قاقاچ باغلىتار، ھۆللۈكنى قۇرۇتار. جاراھەت ئېغىزىنى پۈتتۈرەر، ئەگەر بىمارداً يۆتەل پەيدا بولسا، بەدەنگە مۇدۇر چىقسا، قان ئالغاي ياكى بىمارغا سۈرگە ئىچكۈزۈش بىلەن بەدىنىنى تازىلىغاي. ئاندىن كېيىن يارىنى تازىلاش تەسىرى بولغان دورىلارنى ئىشلەتكەي.

يىگىرمە تۆتىنچى باب قاپاق ساڭگىلاش توغرىسىدا

قاپاقنى كۆتۈرىدىغان مۇسكۇل ئاجىز بولغانلىقتىن كۆزنى يۇمۇپ ـ ئېچىش تەس بولۇر، ھۆللۈكنىڭ كۆپلۈكىدىن كۆزنىڭ ئىچىدىن كىرىپك ئۈنەر.

داۋالاش

بەدەننى تەنقىيە قىلغاي. بەدەندىكى ھۆللۈكنى ئازايتىش ئۈچۈن سۈرگە دورىسى بەرگەي، غار ـ غار قىلغاي، چۈشكۈرتۈلگەي، مامىسا، زەپەر، ئاقاقىيا قاتارلىقلارغا ئوخشاش قابىز

دورىلارنى سوقۇپ، ھەببۇلئاس سۈيى بىلەن مەلھەم تەييارلاپ قاپاققا چاپقاي.

نۇسخىسى سەبرە، ئاقاقيا، مامىسا، ئەپيۇننىڭ ھەربىرىدىن ئىككى گىرامدىن، زەپەردىن تۆت گىرام ئېلىپ، ھەممىسىنى بۇ دورىلارنى سوقۇپ، تالقانلاپ، ھەببۇلئاس سۈيىدە مەلھەم تەييارلاپ، قاپاققا چاپقاي. ئەگەر ئىششىق ياكى جاراھەت بولسا، كاسىنىڭ سۈيى بىلەن مەلھەم قىلىپ چاپقاي.

يىگىرمە بەشىنچى باب زەخمە سەۋەبىدىن قاپاقنىڭ كۆكىرىپ قېلىشى توغرىسىدا

قاپاققا زەخمە تەگكەنلىك سەۋەبىدىن ياكى كۈچەپ قەي قىلغانلىق سەۋەبىدىن كۆكىرىپ قالۇر.

داۋالاش

بىمارنىڭ بەدىنىدە قىزىتما بولسا قان ئالغاي، بىمارغا سۇركە ئىچكۈزگەي. ھارارەتنى پەسەيتىش مەقسىتىدە سەندەل، مەدەستاننى گۈلاب بىلەن مەلھەم قىلىپ قاپاققا چاپقاي. ئاندىن كېيىن پىلپىل، يېڭى ساپال، تۇرۇپ ئۇرۇقى قاتارلىق دورىلارنى سۇدا ئېزىپ قاپاقتىكى زەخمگە چاپسا مەنپەئەت قىلۇر. ئىلمان سۇ ياكى قايناق سۇغا تۇز سېلىپ شاكىراب قىلىپ، يېڭى پاختا بىلەن نەمدەپ قاپاققا قويغاي. ئۇستىگە تۇزنى ئىسسىتىپ تاڭغاي، بۇنىڭ بىلەن قاپاقتىكى كۆك يوقىلار.

يىگىرمە ئالتىنچى باب كىرپىكتە پىت پەيدا بولۇش توغرىسىدا

بۇ خىل پىت كىرپىكنىڭ ئارىسىدا پەيدا بولۇر، ھال - ئەھۋالى ناچار كىشىلەر تاۋامنى كۆپ يەپ، جاپانى ئاز تارتسا، بەدىنىدە قويۇق ھۆللۈك پەيدا بولۇر. تەبئىي قۇۋۇەتنىڭ تەسىرىدە بۇ ھۆللۈك تېرىگە يېتىپ كەلگەندىن كېيىن، بۇزۇق ھارارەتنىڭ تەسىرىدە ئوفۇنەتلىنىپ چىرىر ۋە پارازىت قۇرتلارنىڭ پەيدا بولۇشىغا شارائىت ھازىرلار. شۇنىڭ بىلەن بەدەندە قىلقۇرت، كىرپىكتە پىت پەيدا بولۇر.

خۇسۇسەن كىشى ئۆزىنى پاكىز تۇتمىسا، پات - پات يۇيۇنۇپ، بەدىنىنى تازىلاپ تۇرمىسا پىت ئاسان پەيدا بولۇر. كىرپىكتە پەيدا بولغان پىت ئۇچ خىل بولۇر: بىرىنچى خىلى، قاتتىق، كىچىك، ئاق بولۇپ، كىرپىكنىڭ ئۈستىدە پەيدا بولۇر. ئەگەر ماددا قويۇق بولسا پىت چوڭراق، توپا رەڭگىدە بولۇر. بۇنى تېۋىپلار قەمقام دەپ ئاتار، ئەگەر ماددا قويۇقراق بولۇپ، ھۆللۈكى كۆپرەك بولسا، پىتنىڭ پۈتلىرى ئۆسۈپ چىقار، بۇ «قىردە» دەپ ئاتىلار.

داۋالاش

ئالدى بىلەن بەدەننى تازىلىغاي، ئۇنىڭدىن كېيىن ماددىغا ئاساسەن بەدەننى تەنقىيە قىلغاي، ئاندىن كېيىن ئايارەج پەيقىرا ۋە ھەببى سەبرە بىلەن مېڭىنى تەنقىيە قىلغاي. مۇنچىغا كىرىپ، بەدەننى تازىلاپ، پاكىز كىيىم كىيگەي، كىرپىكنى دەريا سۈيى، ئىسسىق سۈت ۋە شورجىكەندەر سۈيى بىلەن يۇغاي. قۇرۇق ئۇرۇم ياكى ئاقىرقەرھانى سوقۇپ، بۆرە ئەرمىنىنى سۇدا يۇيۇپ ئارىلاشتۇرۇپ، ياغ بىلەن مەلھەم قىلىپ، كىرپىككە چاپقاي. قەمقام ۋە قەردى مۇغاس بىلەن تازىلغاي، ئاندىن كېيىن زاك، قۇرۇق ئۇزۇمدىن يېرىم ھەسسە، سەبرە، بۆرە ئەرمىنىدىن يېرىم ھەسسە ئېلىپ، سوقۇپ، ئاز مىقدارda ئىپار قوشۇپ، سىركە بىلەن مەلھەم قىلىپ كىرپىككە چاپقاي. سېرىق گۈڭگۇرتنى زەيتۇن يېغىدا ئېزىپ چاپسا، سۈرمە رۇشنائى سۈركسە تېخمۇ مەنپەئەتلىكتۇر. بۆرە ئەرمىنى بىلەن قۇرۇق ئۇزۇمنى ئېزىپ پەلكۈچ بىلەن كىرپىككە سۈركگەي.

يىگىرمە يەتتىنچى باب كىرپىك ئاقىرىش ۋە قاش تۆكۈلۈش توغرىسىدا

كىرپىكنىڭ ئاقىرىشى رۇتۇبەتنىڭ ئارىلىشىپ قېلىشىدىن كۆرۈلەر. شۇڭا، بۇنىڭغا ئىلاج قىلىشتا ئالدى بىلەن بەدەندىكى ھۆللۈكنى تەنقىيە قىلغاي، ئاندىن كېيىن لالىگۈل يوپۇرمىقىنى زەيتۇن يېغى، ئۆچكىنىڭ چاۋا يېغى، خورازنىڭ چاۋا يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ قاپاققا چاپسا كىرپىك قارىغا بويىلار. سۈرمەئى رۇشنائىنى پەلكۈچ بىلەن كىرپىككە سۈركسە، ھۆللۈكنى تارقىتىپ، كىرپىككە مەنپەئەت قىلۇر.

قاشنىڭ تۇكلىرى كۆزنىڭ كۆرۈشىگە ياردەم بېرەر، ئەگەر قاشنىڭ تۇكلىرى تۆكۈلۈپ كەتسە، بارماقنى ئۆردەكنىڭ ياكى زەيتۇننىڭ ۋە ياكى باشقا نەرسىلەرنىڭ يېغى بىلەن ياغلاپ، قاشقا كۆپرەك سۈركەپ بەرسە تۈك ئۇندۇرەر.

يىگىرمە سەككىزىنچى باب كىرپىك چۈشۈش توغرىسىدا

بۇ كېسەللىك ئىككى خىل بولۇر، بىرى شۇكى، قاپاق ئۆز هالىتىدە بولۇر، يوغىنىماس، يەنە بىرى شۇكى، كىرپىك چۈشۈش بىلەن بىرلىكتە قاپاقمۇ يوغىنار. هارارەت بولۇر.

بۇ كېسەللىك ئىسسىق ياكى ئۆتكۈر هۆللۈكتىن ياكى دائىرىلىك چاچ چۈشۈشنى پەيدا قىلىدىغان ئارىلاشما هۆللۈكتىن پەيدا بولۇر ياكى قاپاق قۇرغاقلىشار.

داۋالاش

سەۋەبى مەلۇم بولغىچە سەۋر قىلىنار، ئۇنىڭدىن كېيىن سەۋەبنى يوقىتىشقا كىرىشكەي. كېسەللىك دائىرىلىك چاچ چۈشۈش كېسەللىكى قاتارىدىن بولسا ئۆتكۈر دورىلار چېپىلار. قاپاقنىڭ چېگراسىغا رۇشنائى، باسلىقۇنغا ئوخشاش دورىلار پەلكۈچ بىلەن سۈركىلەر. ماددىنىڭ ئۆتكۈرلۈكىدىن پەيدا بولغان بولسا، شىيافى ماميساغا ئوخشاش يەڭگىل دورىلار چېپىلار. قۇرۇقلۇقتىن پەيدا بولغان بولسا سۈرمە هەسەل بىلەن سۈركىلەر. چاشقان مايىقى هەسەل بىلەن مەلهەم قىلىپ سۈركەلسە قاپاقتىكى يامان خىلتىنى تارقىتار، ئىللەت يوق بولۇر. چاشقان مايىقى، ئۆچكە مايىقى، قوموش كۈلى قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، قاپاققا تارتسا پايدا قىلۇر.

تۆۋەندىكى سۈرمە كىرپىكنىڭ چۈشۈشىنى توختىتار، چۈشكەن بولسا ئۇندۇرەر.

سۈرمە نۇسخىسى كۆيدۈرۈلگەن خورما ياغچى بىلەن سۇمبۇل رۇمىيدىن ئالتە گىرامدىن ئېلىپ، يۇمشاق سالايە قىلىپ قاپاققا تارتقاي.

يەنە بىر سۈرمىنىڭ نۇسخىسى ئىسپىهان سۈرمىسى، شاخارا، زاكتىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، هەسەل ئارىلاشتۇرۇپ كۆيدۈرۈپ، ئۇنىڭدىن كېيىن سالايە قىلىپ قاپاققا تارتقاي.

يەنە بىر سۈرمىنىڭ نۇسخىسى مۇرچ بىلەن قورۇغان سۈرمىدىن ئۈچ گىرامدىن، كۇشتە قىلىنغان قەلەي بىلەن زەپەردىن چارەك، يەنى يەتتە دانە نوقۇت مىقداردا، سۇمبۇل

هنددىن 10 گىرام ئېلىپ، دورىلارنىڭ ھەممىسنى سوقۇپ ئىشلەتكەي.

تۆۋەندىكى سۈرمە كىرپىكنى ياخشىلار، چۈشكەن بولسا چىقىرار، بالىلار ۋە چوڭلارنىڭ ھەممىسگە ماس كېلەر.

نۇسخىسى كۆيدۈرۈلگەن قەلەي، سۈرمە ھەربىرىدىن بىر يېرىم گىرامدىن، مىس كۇشتىسى، زەپەر، قىزىلگۈل، مۇرمەككى، سۈمبۈل ھىندى، كۇندۇر، ئۇزۇن پىلپىلنىڭ ھەربىرىدىن تۆت يېرىم نوقۇت چوڭلۇقىدا، ھىندىستان خورمىسى ياغچى دورىلارنىڭ ئۈچ ھەسسىچىلىك ئېلىنار. خورما ياغچىنى يېڭى ساپال قاچىدا كۆيدۈرۈپ، ئۇنىڭدىن كېيىن قالغان دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئاز مىقداردىكى بىلسان يېغى بىلەن سالايە قىلىپ كۆزگە سۈركىگەي.

تۆۋەندىكى سۈرمە كىرپىك ئۈندۈرەر، ياشاڭغۇراشقا پايدا قىلۇر. كۆزنى تازىلار.

نۇسخىسى: ئالتۇن دېتىنى سوقۇپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ، ساپال قاچىغا سېلىپ ئېغىزىنى مەھكەم ئېتىپ كۆمۈر ئوتى ئۈستىدە قويۇپ كۆيدۈرگەي، ئۇنىڭدىن كېيىن ساپال قاچىدىن چىقىرىپ ئۈستىگە سىڭشىچە ئۈزۈم شىرىسىدىن سېپىپ، سالايە قىلىپ، ئۇنىڭغا بىر ھەسسە رو كۇشتىسى، يېرىم ھەسسە يۇيۇلغان سۈرمە قوشۇپ سالايە قىلىپ قاپاققا سۈركىسە پايدا قىلۇر. يالپۇز، سۈمبۈل، لاجۇۋەرد پايدا قىلۇر. قاپاق ئېچىشسا شىيافى زىرە پايدا قىلۇر. قىچىشسا، قىزارسا پۈتۈن ئانارنىڭ سىركە بىلەن يۇمشاق پىشۇرۇپ سالايە قىلىپ كۆزگە سۈركىلەر. بېشى ئۈزۈۋېتىلىپ كۆيدۈرۈلگەن چۈننى ئۆچكە ياكى خورازنىڭ چاۋا يېغى بىلەن مەلھەم قىلىپ قاپاققا سۈركىسە كىرپىك ئۈندۈرەر. كىرپىكنى قارايتار. تۇشقان مايىقىدىن 24 گىرام، تاغ ئۆچكىسى مايىقىدىن 10 گىرام ئېلىپ، كۆيدۈرۈپ سالايە قىلىپ، قاپاققا سۈركىسە پايدا قىلۇر.

ئۇچىنچى قىسىم كۆز چانىقىدا پەيدا بولىدىغان كېسەللىكلەر توغرىسىدا

بۇ كېسەللىكلەر ياش خالتا ئاقمىسى (غۇرب)، كۆز چانىقىغا بەز ئۆسۈپ قېلىش (غۇددە)، كۆز ياشاقغۇراش (سەيلان) دىن ئىبارەت ئۇچ خىلنى ئۆز ئىچىگە ئالۇر.

بىرىنچى باب غۇربنىڭ ئىلاجى توغرىسىدا

غۇرب كۆز چانىقىدا پەيدا بولىدىغان يۇمشاق ئىششىق بولۇپ، تېشىلىپ ئېغىز ئالسا غۇرب دەپ ئاتىلار. قول بىلەن باسسا يېرىڭ چىقار، جاھىل خاراكتېرلىك بولۇپ، كۆپىنچە ناسۇر كېسەللىكىگە ئۆزگىرەر. سېسىغان يېرىڭ بەزىدە بۇرۇن يولىدىن، بەزىدە كۆز بىلەن بۇرۇننىڭ ئارىلىقىدىكى تۆشۈكتىن ئېقىپ چىقار. بەزىدە ئېغىز ئېلىپ، يېرىڭ قاپاقنا كىرىپ كىرپىك ئۇنىدىغان ئورۇننى بۇزار، قاپاقنى قول بىلەن باسسا يېرىڭ چىقار، بۇ كېسەللىك كۆپىنچە كېسەللەنگەن ئورۇننىڭ ئاستىدىكى سۆڭەكنى چىرىتەر.

بۇ خىل كېسەللىكنى داۋالاشتا، ئالدى بىلەن بىمارنىڭ قېيغال تومۇرىدىن قان ئالغاي، ئاندىن كېيىن بىمارغا سۇرگە دورىسى ئىچكۈزۈپ، ئومۇمىي بەدىنى ۋە مېڭىسىنى تەنقىيە قىلغاي، ئاندىن كېيىن مامىسا، زەپەر، مۇرمەككى، سەبرە، كۆيدۈرۈلگەن سەدەپ قاتارلىق دورىلارنى باراۋەر مىقدارىدا ئېلىپ، بىرلىكتە ياكى ئايرىم - ئايرىم ھالدا تەلھەھەر كۆكىنىڭ سۈيى بىلەن مەلھەم قىلىپ، ئاغرىق ئورۇنغا چاپقاي. ئۇنىڭدىن باشقا، ماشىنى چايناپ چىپىپ بەرسىمۇ مەنپەئەت قىلۇر. ئېغىز ئېلىشتىن ئىلگىرى كەرەسىنى ھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ ياكى كۈندۈرنى كەپتەرنىڭ مايىقىغا ئارىلاشتۇرۇپ ياكى سەكبىنەجنى سىركىدە ئېزىپ مەلھەم قىلىپ غۇربنىڭ ئۈستىگە چىپىپ بەرسە مەنپەئەت قىلۇر. چۈنكى، بۇ دورىلار ئىششىقنى يۇمشىتىپ تارقىتار، ئېغىز

ئالدۇرار. غۇرب سۆگەك چىرىشنىڭ ئالدىنى ئالۇر، غۇرب يۇقىرىقى دورىلار بىلەن ئېغىز ئېلىپ بولغاندىن كېيىن، يەنە ئىششىپ قالسا، جوزنى كاسىنە بىلەن قوشۇپ سوقۇپ مەلھەم قىلىپ، سۈزۈپ ياندۇرغاندىن كېيىن سقىپ يىرىڭ چىقىرىپ تازىلىغاي. جوز مېغىزى، قۇرۇق ھەببۇلئاس مېغىزى قاتارلىقلارغا ئوخشاش دورىلارنى سوقۇپ، غۇربنىڭ تۆشۈكىگە سالسا مەنپەئەت قىلۇر.

ئۇنىڭدىن باشقا يەرلىك ئېگىر يوپۇرمىقىنى گۈلى بىلەن بىلله سالايە قىلىپ غۇربنىڭ تۆشۈكىگە سالسا مەنپەئەت قىلۇر. بىمار بىرقانچە قېتىم ئىشلەتكەندىن كېيىن ئادەتلىنىپ قالۇر.

غۇرب ئاغرىقغا ئېغىز ئېلىشتىن ئىلگىرى ياكى كېيىن ئىشلىتىلىدىغان مەنپەئەتلىك دورىلاردىن ھەلزۇن، قۇلۇله قېپى، سەبرە، مۇر قاتارلىقلارنى سالايە قىلىپ سۈركىگەي.

غۇرب ئاغرىقىنى داۋالاشتا، يەنە ھۆل سۈزاپ سۈيىنى ئاچچىق ئانار سۈيىگە ئارىلاشتۇرۇپ، غۇرب جاراھىتىنىڭ ئېغىزىغا تېمىتقاي. مەنپەئەت قىلمسا سۈزاپ يوپۇرمىقىنى ئانار سۈيىدە سالايە قىلىپ، پىلتە ياساپ، غۇرب جاراھىتىنىڭ ئېغىزىغا قويغاي، قۇرۇق سۇماق سۈيى تېمىتقاي، غۇرب جاراھىتى بۇنىڭ بىلەنمۇ ياخشىلانمسا، سقىپ يىرىڭنى چىقىرىپ تازىلىغاندىن كېيىن شاراب بىلەن يارا ئېغىزىنى يۇيۇپ، مۇناسۇەتلىك دورىلار بىلەن پىلتە ياساپ، غۇرب جاراھىتىنىڭ ئىچىگە قويغاي. يىرىڭ ئاز بولسا، سقىقلى بولمايدىغان بولغاچقا، ئىككى - ئۈچ كۈن ئۆتۈپ جاراھەت ئىچىگە يىرىڭ يىغىلغاندىن كېيىن يىرىڭنى تولۇق سقىپ چىقارغاي. تازىلاپ ئىچىگە مۇناسىپ دورىلارنى سېلىپ قويغاي. ئەگەر غۇرب جاراھىتىنىڭ ئېغىزى توسۇلۇپ يىرىڭ سىرتقا چىقالمسا، سەرۇى ئۇرۇقنى سوقۇپ، ئايال كىشىنىڭ سۈتى ياكى ئېشەك سۈتى بىلەن قاينىتىپ، ئازراق زەپەر سېلىپ، خېمىر قىلىپ، غۇربنىڭ ئېغىزىغا قويسا، غۇربنى يۇمشىتىپ، ئېغىز ئالدۇرار ياكى بان ئۇرۇقنى سوقۇپ ئوسما سۈيى، كەكرى سۈيى، سۈزۈلگەن كۇندۇر قاتارلىقلارنى ئارىلاشتۇرۇپ، غۇربنىڭ ئوستىگە قويسمۇ ئېغىر ئالدۇرار. غۇرب ئېغىز ئېلىپ بولغاندىن كېيىن پەلكۈچ ئۇچىغا ئازراق پاختا ئوراپ، مۇناسۇەتلىك دورىلارغا مىلەپ غۇرب جاراھىتى ئىچىگە قويۇپ، ئوستىدىن داكا بىلەن تېڭىپ، بىر سائەت ئەتراپىدا تۇرغۇزغاندىن كېيىن تېڭىقنى ئېلىۋەتكەي.

غۇرب جاراھىتىنىڭ ئىچىگە قويۇلىدىغان تەجرىبىدىن ئۆتكەن شىياق نۇسخىسى

قىزىل زەرنىخ، زاك، ھاك، نۆشادۇر، زەرارىھ، زەمچىنى باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سالايە قىلىپ، كىچىك بالىنىڭ سۈيدۈكىدە يۇغۇرۇپ، سايىدا قۇرۇتۇلغاندىن كېيىن سالايە قىلىپ، ئۇپىدەك

يۇمشاتقاي، ئاندىن كېيىن قومۇشنىڭ ئىچىدىكى پەردىلىرىنى ئېلىپ تاشلاپ، نوكەش قىلىپ، تالقان دورىنى نوكەشنىڭ ئىچىگە تۆكۈپ، دورا قاچىلانغان نوكەش قومۇشنى غۇرۇپ جاراھەتنىڭ ئېغىزىغا قويۇپ، دورىنى جاراھەتكە پۈركىگەي. دورا پۈركۈشتىن ئاۋۋال جاراھەتنىڭ يىرىڭنى تولۇق تازىلاپ، ھەسەل سۈيى بىلەن يۇيۇپ، كونا بۇلۇت بىلەن سۈركەپ، پاكىز تازىلىغاي. بۇ ئۇسۇل تاكى جاراھەت ساقايغۇچە داۋاملاشقاي.

غۇرۇپ جاراھەتنى داۋالاشتا ئىشلىتىلىدىغان يەنە بىر دورا نۇسخىسى سەبرە، زاك، ئەنزىروت، كەندىرنىڭ كۆيدۈرۈلگەن قوۋزىقى، شىيافى مامىيسا قاتارلىق دورىلارنى باراۋەر مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ ئىشلەتكەي.

ئەگەر يۇقىرىقى دورىلارنى ئىشلەتكەندىن كېيىنمۇ ئۇنۇمى ياخشى بولماي، يەنىلا يىرىڭ يىغىلغان بولسا، كۈتۈپ تۇرماي ئىلاج قىلغاي. يەنى غۇرۇنى تۆمۈردىن ياسالغان مىزھە بىلەن يىرىپ، يىرىڭنى پاكىز تازىلىغاي. غۇرۇنى يىرىش جەريانىدا ئەتراپتىكى ساق توقۇلمىلار ۋە سۆڭەكنى زەخمىلەندۈرۈپ قويۇشتىن ئېھتىيات قىلغاي. غۇرۇنى يىرىپ تازىلاپ بولغاندىن كېيىن، ئەگەر غۇرۇتنىن چىققان سۇيۇقلۇق سۈزۈك، سۇيۇق بولسا، قابىز شاراب بىلەن يۇيۇپ، يۇقىرىدىكى مۇناسىۋەتلىك دورىلانى ئىشلەتكەي.

ئەگەر غۇرۇ ئاغرىقى كونىراپ قالغان بولسا، ئۇنىڭدىكى چىرىپ سېسىغان گۆشلەرنى سۆڭەككە كەلگۈچە ئېلىۋېتىپ، ئۈستىگە مۇناسىۋەتلىك مەلھەم سۈركىگەي. ئەگەر غۇرۇ ئۇزۇنغىچە ساقايماي سېسىغان بولسا، ئاغرىق ئورۇننىڭ تېگىدىكى سۆڭەكنىمۇ چىرىتىشى مۇمكىن. ئەگەر پەلكۈچنى غۇرۇنىڭ ئىچىگە تىقىپ ھەرىكەتلەندۈرگەندە، پەلكۈچنىڭ ئۇچىدا يىرىكلىك مەلۇم بولسا، بۇ سۆڭەكنىڭ چىرىمىگەنلىكىنى بىلدۈرەر. ئەگەر يۇمشاق بىلىنىپ پەلكۈچنىڭ ئۇچى تەۋرىمسە، بۇ كېسەللەنگەن ئورۇننىڭ تېگىدىكى سۆڭەكنىڭ چىرىگەنلىكىنى بىلدۈرەر. بۇنداق ئالامەت كۆرۈلگەندە ئالدى بىلەن كېسەل ئورۇننى تاتىلاپ، پاكىزلىغاندىن كېيىن ئىلاج قىلغاي. ئەگەر داغلاشقا توغرا كەلسە، تۆمۈردىن پەلكۈچ شەكلىدە، ئۇچى ياپىلاق ھەم سىلىق ئەسۋاب ياساپ، چوغدەك قىزىتىپ، غۇرۇنىڭ ئۈستىگە قويۇپ داغلىغاي. ئەگەر داغلىغاندا غۇرۇنىڭ ئەتراپىدىكى گۆشلەر قانسا، پاكىز داكا بىلەن تازىلاپ، سوغۇق خېمىرنى پاختىلىق رەختكە ئوراپ يارا ئېغىزىغا قويغاي. داغنىڭ تەسىرى تولۇق كەتكەندىن كېيىن ئىسپىداج مەلھىمى سۈركەپ تېڭىپ قويغاي. بەزى تېۋىپلار، غۇرۇنى يۇقىرىقى ئۇسۇلدا داغلاپ بولغاندىن كېيىن، ئۈستىگە يېسىمۇقنى ئانار پوستى بىلەن بىللە سوقۇپ مەلھەم قىلىپ سۈرەر

ياكى تالقان قىلىپ يەرلىك ئورۇنغا سېپەر.

غۇرب ئاغرىقىنى قول بىلەن داۋالىغۇچى بەزى تېۋىپلار غۇربنى «ببسەند» دەپ ئاتىلىدىغان تۆمۈردىن ياسالغان، دەرەپشەگە ئوخشاش بېشى سەل يوغانراق ئەسۋاب بىلەن داۋالار. بۇ ئەسۋابنى ئىشلىتىشنىڭ ئۇسۇلى شۇكى، ئۇنىڭ ئۇچىنى بۇرۇن تەرەپكە مايىل قىلىپ تۇرۇپ غۇربنى تەشكەي، تېشىش جەريانىدا بۇرۇن بىلەن كۆزنىڭ ئارىلىقىدىكى نېرۋىلار ھەم كۆزنىڭ ھەرقايسى پەردىلىرىنى زەخمىلەندۈرۈپ قويۇشتىن ساقلانغاي. ئېھتىيات قىلمىسا بۇ ئەسۋابنى ئىشلەتكەنىڭ ھېچقانداق ئۇنۇمى بولماس، شۇڭا ئۇنى ئىشلەتكەندە ببسەند غۇربقا مىدىرلىتىپ تۇرۇپ ئاستا سانجىلار، بۇ چاغدا قان بۇرۇن بىلەن ئېغىزدىن ئېقىپ چىقار، قان چىققاندىن كېيىن تېشىشنى دەرھال توختىتىپ، ئېرىتىلگەن كالا يېغىنا كونا پاختىنى مىلەپ جاراھەت ئۈچىگە سېلىپ قويغاي. كېسەللىك ئەھۋالى ياخشىلانغانغا قەدەر پاختىنى ئالماشتۇرۇپ تۇرغاي. ئەگەر جاراھەت سۆگەككە يەتكەن بولسا، سۆگەك تازىلانغاندىن كېيىن، جاراھەتنىڭ ئېغىزى توسۇلۇپ قالماسلىقى ئۈچۈن، سەبرە بىلەن كۈندۈرنى سوقۇپ جاراھەت ئېغىزىغا سەپكەي، بۇ چاغدا جاراھەتنىڭ سۇيى قۇرۇپ ساقىيىشى تېزلىشەر.

ئىككىنچى باب غۇددىنىڭ ئىلاجى توغرىسىدا

كۆزنىڭ بۇرۇن تەرىپىدىكى بۇرجىكىدىن ئۆسۈپ چىققان ئارتۇق گۆش غۇددە دېيىلەر. غۇددە سەۋەبىدىن كۆزنىڭ چاپاق ۋە ياش سۇيۇقلۇقى بۇرۇن تەرەپتىكى بۇرجىكىگە يىغىلار، بۇ كېسەللىك تەدرىجىي ھالدا غۇرب كېسەللىكىنىڭ پەيدا بولۇشىغا سەۋەب بولۇر. داۋالاشتا بىمارغا ئاۋۋال سۇرگە دورىسى ئىچكۈزۈپ، ئومۇمىي بەدەن ۋە مېڭىنى تەنقىيە قىلغاي، ئاندىن كېيىن كۆزگە تىرناقچە گۆش ئۆسۈش (زەفرە) ۋە كۆزگە شىللىق پەردە ئۆسۈپ قېلىش (سەبەل) كېسەللىكىدە بايان قىلىنغان دورىلارنى ئىشلەتكەي.

ئۈچىنچى باب كۆز ياشاڭغۇراش توغرىسىدا

كۆز ياشاڭغۇراش سەيلان دېيىلەر، كۆز چانىقىدىن داۋاملىق ياش ئېقىپ تۇرار، قول بىلەن سۇرتۇپ توختاتقىلى بولماس، بۇ كېسەللىكىنىڭ سەۋەبى ئۈچ خىل بولۇر.

بىرىنچى خىلى، تېۋىپ كۆزدىكى تىرناقچە گۆش (زەفرە) نى كېسىپ ئالغاندا، چوڭقۇر

كېسىلىپ كېتىپ كۆز پەردىسى زەخىملەنگەنلىكتىن بولۇر؛ ئىككىنچىسى، كۆزگە تىرناقچە گۆش ئۆسۈش، كۆزگە پەردە ئۆسۈش (سەبەل) ۋە جەرەب (قاپاق قوتۇرى، تەمرەتكىسى) نىڭ ئىلاجىدا ئىشلىتىلگەن ئارتۇق گۆشنى يېگۈچى دورىلارنىڭ ئاسارىتىدىن بولۇر؛ ئۈچىنچىسى، كۆز چانىقىغا مۇدۇر چىقىشتىن بولۇر.

داۋالاش

يۇقىرىقى سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن پەيدا بولغان زەخمە چوڭقۇر بولسا، داۋالاشنى قوبۇل قىلماس. ئەگەر زەخمە يېڭى بولسا قابىز دورىلار بىلەن ئىلاج قىلسا، دورىلار گۆش ئۈندۈرۈپ ياشاڭغۇراشنى توختىتار.

گۆش ئۈندۈرىدىغان دورا نۇسخىسى شىيافى مامىيسادىن ئۈچ گىرام، زەپەردىن تۆت گىرام، سەبرىدىن ئىككى گىرام، كۆيدۈرۈلگەن زەمچە، بىللەۋۇر (قاشتېشى)نىڭ ھەربىرىدىن ئىككى گىرامدىن، كۈندۈردىن تۆت گىرام ئېلىپ، بۇ دورىلارنى سوقۇپ، كونا شاراب بىلەن شىياق قىلىپ ساقلاپ قويغاي. ھاجەت بولغاندا شاراب بىلەن سالايە قىلىپ، يەرلىك ئورۇنغا تېمىتسا مەنپەئەت قىلۇر. كونا بۇلۇتنى شاراب بىلەن ھۆل قىلىپ، يەرلىك ئورۇنغا داۋاملىق قويسا ياكى زەمچىنى شاراب بىلەن بىللە قاينىتىپ، سۈيىگە بۇلۇتنى چىلاپ يەرلىك ئورۇنغا چاپسا تېخىمۇ ياخشى پايدا قىلۇر. بۇ ياخشى ئىلاجدۇر، قان ئېلىپ داۋالاش ئۇسۇللىرى ئۈچىنچى بابنىڭ تۆتىنچى مەزمۇنىدا تونۇشتۇرۇلدى.

تۆتىنچى قىسىم كۆز بىرىكتۈرگۈچى پەردىسىدە پەيدا بولىدىغان كېسەللىكلەر توغرىسىدا

بۇ قىسىم 13 بابدۇر.

بىرىنچى باب كۆز ئاغرىقى توغرىسىدا

تەبىقەئى مۇلتەھىمە (كۆز بىرىكتۈرگۈچى پەردىسى) نىڭ ئىششىشى رەمەد دەپ ئاتىلار، بۇ خىل ئىششىقتا كۆپ ھاللاردا ئاغرىش ۋە سانجىپ ئاغرىش بىرگە كېلۈر. رەمەد كېسەللىكى قاندىن ياكى سەپرادىن ياكى سەۋدادىن ياكى بەلغەمدىن پەيدا بولۇر ياكى قان بىلەن بەلغەمدىن ياكى قان بىلەن سەۋدادىن ياكى سەپرا بىلەن سەۋدادىن پەيدا بولۇر. قاندىن بولغان رەمەدنىڭ ئالامىتى شۇكى، كۆز بىرىكتۈرگۈچى پەردىسى ئىسسىق، قىزىل بولۇر، ئېغىر مەلۇم بولۇر، ھۆل بولۇپ، كۆپ ھاللاردا چاپاق بولۇر؛ سەپرادىن بولغان رەمەدنىڭ ئالامىتى شۇكى، ئىششىق ئېغىر مەلۇم بولۇر، قاندىن بولغان رەمەدكە قارىغاندا كەمرەك بولۇر. رۇتۇبەت ۋە چاپاق ئازراق بولۇر. دەرد، سانجىق، قىچىشىش، كۆيۈشۈش زىيادىرەك بولۇر.

سەۋدادىن بولغان رەمەدنىڭ كۆپىنچە ئالامەتلىرى سەپرادىن بولغان رەمەدنىڭ ئالامەتلىرىگە قارىمۇقارشى بولۇر. بىمار كۆپ ئازاب چەكمەس، ئارامدا بولۇر. چاپاق سەپرادىن بولغىنىغا قارىغاندا كەمرەك بولۇر.

بەلغەمدىن بولغان رەمەدنىڭ ئالامىتى شۇكى، كۆز ئېغىر بىلىنەر، داۋاملىق نەم تۇرار، ئالامەتلىرى قاندىن ۋە سەپرادىن بولغان رەمەدنىڭ ئالامەتلىرىگە قارىمۇقارشى بولۇر. رەمەدنى پەيدا قىلغۇچى ماددا مۇرەككەپ بولۇپ، ئالامەتلىرى كۆپ ھەم ئېنىقراق بولۇر. ئەگەر رەمەد قان

بىلەن بەلغەمنىڭ بىرىكىشىدىن پەيدا بولغان بولسا، بىمار ئۇخلىغاندا كۆزى ئوچۇق تۇرار. ئەگەر سەپرا ۋە سەۋدانىڭ بىرىكىشىدىن پەيدا بولغان بولسا كۆزى يۇمۇلار، ئوچۇق تۇرماس، ئوچۇق تۇرسىمۇ ئازراق ئوچۇق تۇرار.

سەپرادىن بولغان رەمەد تۆۋەندىكىدەك ئۈچ تۈرلۈك بولۇر. بىرىنچىسى، بۇس - بۇخارات، چاڭ - توزان ياكى ئاپتاپ تەسىر قىلغانلىقى سەۋەبىدىن كۆزدە ئېچىشىش پەيدا بولۇر، باش ئېسىلار. بۇنىڭدىكى سەۋەب يوقتىلسا، رەمەدمۇ تېز يوقىلار؛ ئىككىنچىسى، بۇنىڭ داۋاملىششى ئالدىنقىسىدىن قىينىراق بولۇپ، تاشقى سەۋەب تەسىرىدىن پەيدا بولۇر. ئارتۇق ماددىلار پۈتۈن بەدەندىن مېڭگە چۈشەر، مېڭدىن كۆزگە قۇيۇلار، بولۇپمۇ كۆز پەردىلىرى، پەيلەر سۇس بولسا، كۆزنىڭ قۇۋۇەتلىك پەردىلىرىدىكى كېسەللىك ماددىسى سۇس پەردە ھەم پەيلەرگە تەسىر قىلار.

ئۇچىنچىسى، كېسەللىك ھالىتى ئېغىر بولۇپ، يامان خىلىتلارنىڭ كۆپلۈكى ۋە بۇ خىلىتلارنىڭ كۆز پەردىلىرىگە تەسىر قىلغانلىقىدىن پەيدا بولۇر.

ئالامىتى

كۆزنىڭ ئېقى قارىسىدىن ئېگىز بولۇر، قاپاق ئىششىپ، كۆزنى يۇمغىلى قويماس ۋە ئىششىقنىڭ ئېغىرلىقىدىن قاپاق يېپىلماس، رەمەد كېسەللىكى بەزىدە ساپ قۇرۇقلۇقتىن پەيدا بولۇر.

بۇ چاغدا بىمارنىڭ كۆزى پاكىز بولۇر، يەنى چاپاق، ياش بولماس، ئۇخلىغاندا ئاسان ئېچىلىپ يۇمۇلماس، ئانچە دەردلىك بولماس.

رەمەدنىڭ يەنە بىر تۈرى بولۇپ، تەپ كېسەللىكى بىلەن بىرلىكتە پەيدا بولۇر، بەزگەكتەك كۈن ئارىلاپ قاتتىق ئاغرار، يەتتە كۈندە بىر تۇتار، ياز كۈنلىرى رەمەد بىلەن تەپ بولمسا، رەمەد ئاسانلا ياخشى بولۇپ كېتەر، ئەگەر رەمەد بىلەن تەڭلا قاتتىق قوزغالسا، خەتەرلىك بولۇپ ھېسابلىنار.

داۋالاش

رەمەد كېسەللىكى بۇس - بۇخارات، چاڭ - توزان ۋە باشقا نەرسىلەرنىڭ سەۋەبىدىن پەيدا بولغان بولسا، مۇناسىۋەتلىك دورىلار بىلەن جىددىي ئىلاج قىلىشقا كىرىشكەي. چۈنكى، ئۇ

نازۇك ئەزالارنىڭ قاتاردىن بولۇپ، ئۇنىڭ خىزمىتى بەك مۇھىمدۇر. ياخشى ئىلاج قىلىنسا، ئۇزاق دېگەندىمۇ ئۇچ كۈن ئىچىدە ياخشىلىنار.

ئىككىنچى، ئۇچىنچى تۈردىكى رەمەدنى داۋالاشتا، ئالدى بىلەن ئومۇمىي بەدەن ۋە مېڭىنى تەنقىيە قىلغاي. بۇ تۈردىكى رەمەد كېسەللىكى قان خىلتى ياكى سەپرا خىلتى ۋە ياكى قان بىلەن سەۋدادىن ۋە ياكى قان بىلەن بەلغەمدىن كېلىپ چىققان بولسا، بىمارنىڭ ئەھۋالى، يېشى ھەمدە شۇ يىلنىڭ پەسلىگە قاراپ قىيفال تومۇردىن قان ئالغاي. دەسلەپتە قانىنى ئاز - ئازدىن چىقارغاي، قان ئېلىشتىن مەقسەت شۇكى، بىرىنچىسى، قانىنى مىقدار جەھەتتىن كېمەيتىش؛ ئىككىنچىسى، كېسەللىك ماددىسىنى قان بىلەن بىللە چىقرىش. ئەگەر كېسەللىك يۇز بېرىپ ئىككى - ئۈچ كۈندىن كېيىن، قان ئېلىشقا توغرا كەلسە، قان ئېقىشىنى مەلۇم ۋاقىت كېچىكتۈرگەي. قان ئالغاندىن كېيىن بىمارغا مەتبۇخى ھېلىلە، خىيارشەنبەر، تەرەنجىبىن، بىنەپشە ۋە قەنت قاتارلىق دورىلارنى ئىستېمال قىلدۇرۇش ئارقىلىق بەدەننى تەنقىيە قىلغاي. بىمارغا نۇقۇئى ھېلىلە، ھىندىستان خورمىسى (تەمرى ھىندى)، شىرخىست ئىستېمال قىلدۇرغاي، بىمار شاراب ئىچىش، قۇۋۇۋەتلىك ۋە ئاچچىق تائاملارنى ئىستېمال قىلىش، جىنسىي مۇناسىۋەت ئۆتكۈزۈشتىن پەرھىز قىلغاي. بىمارنىڭ بەقىنىنى ئوچۇق قويۇپ، بېشىغا ئېگىزرەك ياستۇق قويۇپ بەرگەي. ھۆل مېۋىلەردىن ئاموت بىلەن بېھىدىن باشقا مېۋىلەردىن پەرھىز قىلغاي. شېكەرمۇ زىيانلىق، چۈنكى ھۆل مېۋىلەر ئاشقازاندا ھۆللۈك پەيدا قىلىپ ياشنى كۆپ ئاققۇزار، ياش تولا ئاقسا كۆزگە زەرەر قىلۇر. بىمارغا بېشىنى تۆۋەن قىلىش، روشەن، جۇلالىق نەرسىلەرگە قاراش، قەي قىلىش، تولا سۆزلەش، چاقماق چېقىلغانغا قاراش قاتارلىقلارنىڭ ھەممىسى زىيانلىقتۇر. كۆپ يېيىشمۇ زىيانلىق بولۇپ، زىيادە تويۇنۇشتىن ئېھتىيات قىلغاي. بىمارنىڭ تۈرىدىغان ئۆيى غۇۋا، سەھنىسى كۆك، يېشىل ياكى قارا بولغاي. بىمارنىڭ ھەر كۈنى ئەتىگەندە بىنەپشە شەربىتى، نىلۇپەر شەربىتى، ئاچچىق ئانار شەربىتى ۋە ئۈرۈقلار شەربىتى (بۇزۇرى شەربىتى) نى ئىچىپ بېرىشى زۆرۈر بولۇر. بۇ شەربەتلەر كۆكنار سۈيى بىلەن بىللە ئىچسە تېخىمۇ ياخشى بولۇر. باش ۋە كۆزگە سوغۇقلۇق يەتكۈزۈپ، ئۈيقۇ كەلتۈرەر، ئىستىفراغ ۋە پەرھىز ئۇسۇلى يۇقىرىدا تونۇشتۇرۇلدى.

تۆۋەندە كۆز ھەم كۆزگە مۇناسىۋەتلىك ئىلاج ۋە دورىلار بايان قىلىنۇر.

ئىككىنچى، ئۇچىنچى تۈردىكى رەمەد كېسەللىكىنى داۋالاشنىڭ مۇۋاپىق تەدبىرى، كۆزدىكى

كېسەللىك پەيدا قىلغۇچى ماددىلارنى يوقاتقۇچى دورىلارنى شياڧ قىلىپ ئىشلىتىشتۇر. ئەڕەب تىلىدا بۇ خىل خۇسۇسىيەتكە ئىگە دورىلار «رادئ»، رۇتۇبەتنى قۇرۇتىدىغان دورىلار «مۇجەففىف»، كۆز مىزاجىنى تەڭشەيدىغان دورىلار «مۇئەددىل» دەپ ئاتىلار. بۇ ئۇچ خىل دورا قائىدە بويىچە مۇڕەككەپ قىلىنىپ، بىمارغا بېرىلسە مەنپەئەت قىلۇر، مەسىلەن: «رادئ» خۇسۇسىيەتلىك دورىلار باشتىن كۆزگە كېلىدىغان كېسەللىك ماددىسىنى توختىتار؛ مۇجەببىڧ خۇسۇسىيەتلىك دورىلار رۇتۇبەت (ھۆللۇك) نى قۇرۇتار، مۇئەددىل خۇسۇسىيەتلىك دورىلار بولسا، كۆزنىڭ مىزاجىنى ئېتىدالغا (نورمال ھالەتكە) كەلتۈرەر. بۇنىڭ بىلەن كۆزدە قۇۋۋەت پەيدا بولۇپ، يىغىلغان زىيانلىق رۇتۇبەتلەر تارقىلار. بىر كۈندە كۆزنى تازىلار، مەزكۇر شياڧنىڭ تەركىبى ئىككى خىل بولۇر، ئۇنىڭ بىر خىلىنىڭ تەركىبىگە قابىز ۋە «رادئ» دورىلار كۆپرەك چۈشەر، يەنە بىر خىلىنىڭ تەركىبىدە بولسا، مۆتىدىل دورىلار كۆپرەك بولۇپ، ئۇلار ماددىنى نورمال ھالەتكە كەلتۈرەر. قابىز دورىلارنى كۆپرەك ئىشلىتىشكە تۇغرا كەلسە، تۇخۇم ئېقى بىلەن ئايال كىشىنىڭ سۈتىنى قوشۇپ، سالايە قىلىپ، شومشا مەتبۇخى قوشۇپ ئىشلەتكەي.

ماددىنى پىشۇرۇپ ۋە تارتىش ئۈچۈن، قابىز دورىلارنى كۆپرەك ئىشلەتكەي. شياڧى بەرئى يەۋما ماددىنىڭ كۆزگە كېلىشىنى توختىتىپ، سانجىقنى ئازايتار، كۆز مىزاجىنى تەڭشەپ، بىر كۈندىلا كۆزنىڭ ساغلاملىقىنى ئەسلىگە كەلتۈرەر.

شياڧ (1)

نۇسخىسى مامىسا، ئەنزىرۇتنىڭ ھەربىرىدىن 24 گىرامدىن، زەپەردىن ئالتە گىرام، كەتىرادىن ئۇچ گىرام، ئەپيۈندىن ئىككى گىرام ئېلىپ، بۇ دورىلارنى سوقۇپ، يامغۇر سۈيىدە نەمدەپ، تۇخۇم ئېقىغا ئارىلاشتۇرۇپ شياڧ قىلىپ ئىشلەتكەي.

شياڧى بەرئى يەۋما (2)

نۇسخىسى ھۆل قىزىلگۈلدىن 45 گىرام، زەپەردىن 24 گىرام، ئەپيۈن ھىندىستانى، سۇمبۇلنىڭ ھەربىرىدىن ئالتە گىرامدىن، سەمغى ئەرەبىدىن 24 گىرام ئېلىپ ھەمدە بۇ دورىلارنى سوقۇپ يامغۇر سۈيىدە شياڧ قىلىپ ئىشلەتكەي.

شىيافى بەرئى يەۋما (بىر كۈندە ساقايتقۇچى شىياق) (3)

نۇسخىسى يۇيۇلغان ئىسپېھال سۇرمىسى، ئالتۇن دېتىنىك ھەربىردىن 24 گىرامدىن، كۆيدۈرۈپ يۇيۇلغان مىستىن 12 گىرام، سەبرىدىن ئالتە گىرام، مۇرمەككى، ئاقاقىيانىڭ ھەربىردىن 36 گىرامدىن، ئەپيۈندىن ئۈچ گىرام ئېلىپ، بۇ دورىلارنى سوقۇپ، يۇمشاق سالايە قىلىپ، تۇخۇم ئېقى بىلەن شىياق قىلغاي. ھاجەت چۈشكەندە ئايال كىشىنىڭ سۈتى بىلەن سالايە قىلىپ ئىشلەتكەي. ئەگەر يەرلىك ئورۇندا ئىشىشىق بولسا، ئۈچىنچى خىل شىيافقا ئاق لالىگۈلى قوشقاي.

دەردى ئەبيەزى

نۇسخىسى كۈمۈش دېتى، ئۇپا، سەبرىنىڭ ھەربىردىن 30 گىرامدىن، ھۆل ئاق لالىگۈلدىن 180 گىرام، نىشاستىدىن 90 گىرام، ئەپيۈندىن 30 گىرام، كەتىرادىن 60 گىرام، سەمغى ئەرەبىدىن 120 گىرام ئېلىپ، بۇ دورىلارنى سوقۇپ، يامغۇر سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ ئىشلەتكەي.

دەردى ئەسفەر

نۇسخىسى ھىندىستان سۇمبۇلى (سۇمبۇل ھىندى)، قىزىلگۈل، سەبرىنىڭ ھەربىردىن 60 گىرامدىن، كەندىر ئۇرۇقى، زەپەرىنىڭ ھەربىردىن 13 گىرامدىن، مامىيسا ئۇسارىسى، ئەنزىرۇتنىڭ ھەربىردىن 180 گىرامدىن، ئەپيۈندىن ئالتە گىرام، كەتىرا، نىشاستىنىڭ ھەربىردىن 30 گىرامدىن ئېلىپ، بۇ دورىلارنى سوقۇپ، شىياق قىلىپ ئىشلەتكەي. بۇ شىياق كۆز ئاغرىقى باشلانغان دەسلەپكى مەزگىلدە ئاغرىق قاتتىق بولسا، كۆزگە كۆپرەك تارتىلار، ئەگەر ئاغرىق ئانچە قاتتىق بولمىسا، ئىككى - ئۈچ قېتىم تارتىپلا توختاتقاي. ئاندىن كېيىن شۇمشا، ئىكلىلمىلىك، بابۇنە بىلەن مەتبۇخ تەييارلاپ، سۈيى بىلەن كۆزنى يۇغاي. سۈيىگە كونا بۇلۇتنى چىلاپ ئۇستىگە قويغاي.

رەمەدنىڭ ئاخىرقى مەزگىللىرىدە ئاغرىق قاتتىق بولسا، تۆۋەندىكى زىماتنى ئىشلەتكەي.

نۇسخىسى ئىككىلىملىكتىن 60 گرام، زەپەردىن 32 گرام، ھۆل يۇمغاقسۇتتىن 30 گرام، ئۇچ تۇخۇمنىڭ سېرىقى، مەيپۇختەجدىن (ئۇزۇم شىرنىسى بىلەن يۇغۇرۇپ پىشۇرۇلغان نان ئۇۋۇنقى) 30 گرام ئېلىپ، بۇ دورىلارنى سوقۇپ، مەلھەم قىلىپ ئىشلەتكەي. ئەگەر بۇ زىمات بىلەنمۇ كۆز ئاغرىقى ئۇزۇل - كېسىل ساقايمىسا، بۇ زىماتقا كۆكنار پوستىنى تالقان قىلىپ قوشقاي. كۆزدىكى ماددىسىنى توختىتىش ئۈچۈن، سەمغى ئەرەبى، زەپەر، سەبرە، شىيافى مامىيسا، ھۇزۇز (رۇسۇت) قاتارلىقلارنى باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، تىلا تەييارلاپ پېشانىگە چاپقاي. ئەگەر ماددا ئىسسىق بولسا، ئۇنىڭغا سېمىزئوت سۇيى، بېھى سۇيى، ئارپا تالقىنى، ئىسپىغۇل، ئىتئۈزۈمنىڭ سۇيى، تۇخۇم ئېقى قاتارلىقلارنى قوشقاي. ئەگەر ماددا ئانچە ئىسسىق بولمىسا، تۇگمەن توزغىقى، مۇرمەككى، كۇندۇر، زەپەر، تۇخۇم ئېقى بىلەن تىلا تەييارلاپ ئىشلەتكەي. ئەگەر ماددا سوغۇق بولسا، قۇندۇز قەھرى، زەپەر، زېپىت (زفت)، قىچا قاتارلىق دورىلار بىلەن تىلا تەييارلاپ ئىشلەتكەي. مۇمكىن بولسا چوڭ نۇسخىلىق تەرياق ياساپ چاپسا تېخىمۇ ياخشى مەنپەئەت قىلۇر. كۆز چاپقىنى ۋاقتىدا تازىلاپ تۇرغاي، بولۇپمۇ چاپاق قۇرۇق بولسا، ئۇ ۋاقتىدا تازىلىنىپ تۇرۇلمىسا، كۆز ئىچىگە كىرىۋېلىپ، كۆزنى بىئارام قىلۇر. كۆزنىڭ چاپقىنى تازىلاشنىڭ ئۇسۇلى شۇكى، پەلكۇچنىڭ ئۇچىغا پاختا يۆگەپ ئېھتىيات بىلەن تازىلىغاي. كۆز چاپقىنىڭ قۇرۇق بولۇشى ماددىنىڭ تېخى خاملىقىنى، كېچىكىپ پىشىدىغانلىقىنى كۆرسىتەر. چاپاقنىڭ ئاز بولغىنىدىن كۆپ بولغىنى ياخشىدۇر.

ئىسسىقتىن بولغان كۆز ئاغرىقىنىڭ ھەممىسگە تۇخۇم ئېقى تېمىتىلسا، ئاغرىقى پەسەيەر. ماددىنىڭ ئۆتكۈرلۈكى پەسەيەر، ئايال كىشىنىڭ سۈتى تېمىتىلسىمۇ ئاغرىق پەسەيەر. ئەمما، قۇۋۋەتنى يوق قىلار، تاتلىق بېھى ئۇرۇقىنىڭ لوئابى ۋە سەمغى ئەرەبىنىڭ سۇيى قابىز بولۇپ، ئاغرىقنى پەسەيتەر، شىيافى ئەبىيەزنى ئايال كىشىنىڭ سۈتى بىلەن سۈزۈپ رەمەد ئاغرىقىغا قويسا مەنپەئەت قىلۇر.

شىيافى ئەبىيەز (1)

نۇسخىسى ئورۇس ئۇپىسىدىن 24 گرام، سەمغى ئەرەبىدىن 12 گرام (بەزى كىتابلاردا 15 گرام)، ئەپيۇندىن ئۇچ گرام، كەتىرادىن ئۇچ گرام ئېلىپ ھەمدە بۇ دورىلارنى سوقۇپ، تۇخۇمنىڭ ئېقىغا ئارىلاشتۇرۇپ، قائىدە بويىچە شىياق تەييارلاپ ئىشلەتكەي.

زەرۇرى (سەپمە)

نۇسخىسى تۇخۇمنىڭ شاكىلىنى پاكىز يۇيۇپ، نېپىز پوستلىرىنى تازىلاپ بولغاندىن كېيىن، تاتلىق سۇ بىلەن يۇيۇپ، شورلىرىنى چىقارغاي. ئۇنىڭدىن كېيىن داكىغا ئوراپ ئۇۋۇلاپ سايىدا قۇرۇتقاي. ئۇنىڭدىن كېيىن سالايە قىلىپ، توزان ھالەتكە كەلگەندىن كېيىن كۆزگە سەپكەي، كۆزدىكى ئارتۇق ھۆللۈكلەرنى قۇرۇتۇش ئۈچۈن، بەدەننى تەنقىيە قىلغاندىن كېيىن، بىرقانچە كۈن پەرۋىش قىلىنغان تۇتىيانى كۆز چانىقىغا سەپكەي. تۇتىيانى پەرۋىش قىلىش ئۇسۇلى: ئالدى بىلەن مۇۋاپىق مىقداردىكى كىرمان تۇتىياسىنى ئېلىپ سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ھاۋانچىغا تۆكۈپ، تاتلىق سۇدا سالايە قىلغاي. ئاندىن كېيىن تاكى ئون كۈنگىچە ئىككى كۈندە بىر قېتىم يۇيۇپ، سۈيىنى تۆكۈۋەتكەي. ئۇنىڭغا يېڭى سۇ قۇيۇپ سۈيىنى ئېقىتىپ، يەنە سۇ ئالماشتۇرۇپ، سالايە قىلىپ، شۇ يوسۇندا ئون كۈن داۋاملاشتۇرغاندىن كېيىن قۇرۇتۇپ ئىشلەتكەي. ئەمما، بەدەننى تەنقىيە قىلماي تۇرۇپ تۇتىيانى ئىشلەتىش كۆپ زىيانلىقتۇر.

رەمەد كېسەللىكى بىلەن ئاغرىغان كىشى كۈندۈزى ئۇخلىماي كېچىسى ئۇخلىسا، رەمەدنىڭ ماددىسى پىشار. ئەگەر ئۇ كىشى كېچىسى ئۇخلىمىسا، ئاغرىق زىيادە بولۇر. چۈنكى، كۈندۈزنىڭ ھاۋاسى ئىسسىق بولغاچقا، ئاچچىق بۇس - بۇخارات تەندىن تارقىلىپ يوق بولۇر، كېچىنىڭ ھاۋاسى سوغۇق بولغاچقا، مېڭە يوللىرى توسۇلۇپ، بۇس - بۇخارات بەدەنده توختاپ قالۇر، باش - كۆزگە ئۆرلەپ كېسەللىك پەيدا قىلۇر. شۇڭا، رەمەد كېسەللىكى بىلەن ئاغرىغان كىشى بىنەپشە، نېلۇپەر، گۈلاب قاتارلىق ھۆل سوغۇق دورىلار بىلەن بەدىنىنى تەنقىيە قىلغاي، ئالما ۋە ئەپيۇنغا ئوخشاش نەرسىلەرنى پۈراش ئارقىلىق كېچىدە ئۇخلىغاي. بەدەننى تەنقىيە قىلىپ بولغاندىن كېيىنمۇ رەمەد ماددىسىنىڭ كۆزىگە چۈشۈشى توختىمسا، بىنەپشە، نېلۇپەر، كاسنە، قىزىلگۈل قاتارلىقلارنى كۆزگە، پېشانىگە ۋە گەجگىگە چاپقاي، ئەما كۆزنى سۇ بىلەن يۇمغاي. بۇ ناھايىتى زىيانلىق بولۇپ، ماددا پىشماي خام قالۇر، كېچىكىپ تارقىلار. ئەگەر ماددا توختاپ قالغان بولسا، ماددىنى تارقىتىدىغان شىيافى ئەبىەز (2) گە ئوخشاش قابىز دورىلارنى ئىشلەتكەي.

شيافى ئەبيەز (2)

نۇسخىسى ئورۇس ئۇپسىدىن 24 گىرام، ئېشەك سۈتىدە پەرۋىش قىلىنغان ئەنزىرۇت، كەتىرا، ئەپيۇننىڭ ھەربىردىن ئۇچ گىرامدىن، سەمغى ئەرەبىدىن 12 گىرام ئېلىپ ھەممە بۇ دورىلارنى سوقۇپ، يامغۇر سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ شيياق تەييارلاپ، ھاجەت بولغاندا تاتلىق سۇ بىلەن سالايە قىلىپ، كۆزگە تارتقاي. بەدەن تازىلىنىپ بولغاندىن كېيىن ئوبدان پەرھىز تۇتقاي. ئەگەر مەزكۇر ئىلاجلار بىلەنمۇ كېسەللىك ئەھۋالى بىرخىل ھالەتتە تۇرسا، قىزىللىقى يوقالمسا، كۆز يېشى توختىمسا، بۇ ماددىنىڭ كۆز پەردىلىرىنى ئىگىلىۋالغانلىقىنىڭ ئالامتى بولۇپ، كۆزگە تۇتىيا، نىشاستە ۋە ئۇپا قاتارلىقلار سۈركىسە، بۇزۇق رۇتۇبەتنى تارقىتار. ئەگەر ئىششىق پەيدا بولۇپ قالغان بولسا، ئاقاقيا، مۇرمەككى، زەپەر، كۆيدۈرۈلگەن مىس، سەبرە قاتارلىقلار مەلھەم قىلىنىپ كۆزگە سۈركىسە، كېسەللىك ماددىسىنى يانداۋۇرۇپ، ئىشىشقىنى تارقىتار. قاچانكى، رۇتۇبەتنىڭ ئېقىشى ئازلسا، كۆز جىيەكلىرىدە چاپاق ئازلسا، بۇ ماددىنىڭ پىشقانلىقى ۋە ئاغرىقىنىڭ پەسەيگەنلىكىگە دالالەت قىلۇر. بۇ ھالدا كۆزگە شيافى ئەممەر تارتىلىپ مۇنچىغا چۈشۈرگەي، ئەگەر شيافى ئەممەرلەيىن بىرقانچە قېتىم ئىشلىتىلسىمۇ ئاغرىق پەسەيمىسە، شيافى ئەممەرھارنى ئىشلەتكەي ھەم كۆزگە يۇقىرىدا كۆرسىتىلگەن سۈرمىلەرنى تارتقاي. ئەگەر يۇقىرىقى ئىلاجلار بىلەنمۇ ئاغرىق ساقايماي ئۆزۈنغا سوزۇلۇپ كەتسە، بۇ كۆزدە قېچىشقاق كېسەللىكىنىڭ بارلىقىغا دالالەت قىلۇر. بۇنىڭغا قېچىشقاقنىڭ ئىلاجى قىلىنار. ئەگەر رەمەدىنىڭ ماددىسى قۇرۇق بەلغەم بولسا ياكى يەل بولسا، يۇقىرىقى بابلاردا تونۇشتۇرۇلغان بەلغەمنى تازىلايدىغان چارىلەرنى قوللانغاي ۋە كۆزگە يۇيۇلغان شادىنەج تارتىلغاندىن كېيىن، كۆزنى ئىسسىق سۇ بىلەن يۇغاي. ئەگەر رەمەدنىڭ ساقىيىشىغا يەنە ۋاقىت بولسا، شيافى ئەممەرلەيىن تارتىپ ئارقىدىن سۈرمەئى ئەغبەر تارتقاي. بۇ كېسەللىككە تېز تەسىر قىلىدىغان دورىلارنى ئىشلەتسە ئاغرىق كۆچىيەر. ئادەتتە مۇنچىغا چۈشكەي. تەرياقى پاروق ئىستېمال قىلىپ بەرگەي ھەم يەرلىك ئورۇنغا زىمات قىلغاي. ئەگەر رەمەدنىڭ ماددىسى سەۋدا خىلىتى بولسا، ئۇنىڭ ئالامتى شۇكى، كۆز جىيەكلىرىنىڭ قىزىللىقى ئېغىر بولماس، كۆزنىڭ يېشى بىر - بىرىگە تۇتىشار، كۆزنىڭ جىيەكلىرى قېچىشار ۋە قۇرۇق بولۇر. بۇنىڭ ئىلاجىدا، ئالدى بىلەن

بەدەن ۋە مېڭىدىكى سەۋدانى تەنقىيە قىلغاي، سۇرمىنى كۆيدۈرۈپ، كۆزگە تارتىش ئارقىلىق ھۆللۈكنى قۇرۇتقاي.

رەمەد كېسەللىكنى داۋالاشنىڭ قائىدىلىرىدە بەدەننى ۋە مېڭىنى ئارتۇق خىلىتىن تازىلاش، تەبىئەت (چوڭ تەرەت) نى مۇلايىم تۇتۇش مۇھىم ئورۇندا تۇرار.

شۇنىڭ ئۈچۈن ھەكىم بۇقرات: «رەمەد كېسەللىكىگە مۇپتىلا بولغان كىشىنىڭ تەبىئىتى مۇلايىم بولغىنى ناھايىتى ياخشىدۇر. شۇڭا، ئىسھال دورىلىرىنى ئىچىپ بەرگەي، ئىسھال دورىلىرى ماددىنى يۇقىرىدىن تۆۋەنگە تارتىپ، تەبىئەتنى بوشتار، بىمارغا ئىسھال دورىلىرىنى بەرگەندە، بىمارنىڭ قۇۋۋىتىگە قاراش، بەدەننى تازىلاش بىلەن بىرگە بەدەننىڭ قۇۋۋىتىنى ساقلاپ قېلىشقىمۇ ئەھمىيەت بەرگەي، رەمەد كېسەللىكى بەدەننى تازىلاش بىلەن ياخشىلىنار» دەپ قارىغان.

قىش پەسلىدە ھەم ھاۋا كىلىماتى ھۆل سوغۇق شەھەرلەردە ئادەمنىڭ مىزاجى سوغۇق بولغاچقا، رەمەد كېسەللىكىنىڭ ساقىيىشى تەس بولۇر. شۇنىڭ ئۈچۈن، بىمار زارلانماي سەۋرچانلىق بىلەن ياخشى داۋالانغاي. چۈنكى، سوغۇقلۇق كۆز پەردىلىرىنىڭ تەبىئىتىنى ئۆزگەرتەر. شۇ سەۋەبتىن، ماددىنىڭ تارقىلىشى تەس بولۇر. رەمەدنىڭ يەنە بىر خىلى ماشىرا دېيىلەر، ئەمەلىيەتتە بۇ رەمەد كېسەللىكى ئەمەس، كۆزنى داۋالىغۇچىلار بۇنى رەمەد دېمەي، ماشىرا دەپ ئاتار. رەمەد بىلەن ماشىرانىڭ پەرقى شۇكى، رەمەدتە كۆز قادىلىپ ئاغرار، ياش ئاقار، ئەمما ماشىرادا بولسا بۇنداق ئالامەت بولماس. ماشىرا بەدەننى تازىلاش بىلەن ياخشىلىنار، رەمەدتە كۆپ ھاللاردا بەدەننى تازىلاشقا، تىلالارنى سۇركەشكە توغرا كېلۇر.

ھارارەتنى ۋە ئاغرىقنى پەسەيتىدىغان تىلا (1)

نۇسخىسى سەبرە، شىيافى مامىيسا، ھۇزۇز (رۇسۇت)، زەپەر، ئەپيۇن، ئاقاقىيا، گىل ئەرمىنى، قىزىلگۈل، سەندەلنى باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، سالايە قىلىپ، ئىتئۈزۈمنىڭ سۈيىدە تىلا قىلىپ سۇركىگەي.

تىلا (2)

نۇسخىسى ئاقلانغان يېسىمۇق، قىزىل سەندەل، قۇرۇق قىزىلگۈل، كافۇر قاتارلىقلارنى باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، سالايە قىلىپ، ھۆل كاسىنىڭ سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ چاپقاي.

تىلا (3)

نۇسخىسى قىزىلگۈل، تاتلىق ئانار پوستى، ئاقلانغان يېسىمۇق قاتارلىقلارنى سۇدا قاينىتىپ پىشۇرۇپ، سوقۇپ، گۈل يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ زىمات قىلسا ئىسسىقتىن بولغان يالۇغ ۋە شىرناققا پايدا قىلۇر.

كۆزنىڭ زىكىلداپ ئاغرىشىنى پەسەيتىدىغان زىمات

نۇسخىسى نېلۇپەر يوپۇرمىقى بىلەن بىنەپشىنى مۇۋاپىق مىقدارda ئېلىپ، سۇدا پىشۇرۇپ، سوقۇپ، گۈل يېغى بىلەن ياغلاپ چاپىقاي. رەمەد ئاغرىقى كۆپىنچە سوغۇقتىن ۋە قارىغا كۆپ قاراشتىن پەيدا بولۇر. بۇنىڭ ئىلاجى ساماننى قاينىتىپ، كۆزنى ھورىغا تۇتۇش، مۇنچىغا چۈشۈشتىن ئىبارەتتۇر.

رەمەد كېسەللىكى بېشىنى يۆگەپ يۇرۇيدىغان كىشىلەردە سوغۇقنىڭ تەسىرىدىن كۆپرەك كۆرۈلەر. ئۇنىڭ ئىلاجى سېرىقچېچەك، بابۇنە، شۇمشا قاتارلىقلار بىلەن ھۆقنە قىلىنار، نەركەس يېغى، سەۋسەن يېغى بىلەن ياغلىنار، ئىسسىق ئۇرۇقلار زىمات قىلىنار.

ھەكىم جالىنۇس: «كۆز كېسەللىكىگە ئىلاج قىلىشتا بەدەننى تەنقىيە قىلىش ئۈچۈن ھېچبىر ئىلاج باشىنىڭ ئوتتۇرىسىغا ھىجامەت قويۇشقا يەتمەس» دەپ ئېيتقان ۋە يەنە شاراب قۇرۇقلۇقتىن بولغان كونا رەمەد كېسەللىكىگە مەنپەئەت قىلۇر.

ئۇنىڭ ئالامتى شۇكى، بىمارنىڭ كۆزى قىزىل ۋە قۇرۇق بولۇر، بۇ قۇرۇق رەمەد دېيىلەر، بۇنىڭغا بەدەندىن قان ئالدۇرغاندىن كېيىن شاراب ئىچسە مەنپەئەت قىلۇر، دېگەن ۋە يەنە: «ھەر كىشىنىڭ مېڭىسىدىن ماددا كۆزنىگە قۇيۇلسا، ئەگەر ئۇ ئىمتىلا سەۋەبىدىن بولمىسا، مۇنچىغا چۈشۈش مەنپەئەتلىكتۇر. ئەگەر ئىمتىلا سەۋەبىدىن بولسا، شاراب ئىچىش ۋە مۇنچىغا چۈشۈش ئىنتايىن خەتەرلىكتۇر» دەپ ئېيتقان.

ئىككىنچى باب كۆز ئېقىدا پەيدا بولىدىغان خال توغرىسىدا

تەرىپە كۆزنىڭ ئېقىغا چۈشكەن قىزىل ياكى كۆك چېكىتلەرنى كۆرسىتەر. بۇنىڭ سەۋەبى تۆت خىل بولۇر. بىرى، تەبەقەئى مۇلتەھىمە، كۆزگە سىرتتىن زەخمە ياكى ئاپەت يەتكەنلىكتىن تەبەقەئى مۇلتەھىمە ئۇزۇلۈپ قان قېتىپ قالۇر؛ ئىككىنچى، تەبەقەئى مۇلتەھىمەنىڭ كۆزگە سىرتتىن زەخمە ياكى ئاپەت يەتمىگەن بولسىمۇ، تەبەقەئى مۇلتەھىمە ئۇزۇلمىگەن بولسىمۇ قان مەلۇم بولۇر؛ ئۈچىنچى، كۆزگە سىرتتىن زەخمە يەتمىگەن بولسىمۇ، ئىسسىقلىقنىڭ كۈچلۈك تەسىر قىلىشىدىن تەبەقەئى مۇلتەھىمەدە جاراھەت پەيدا بولۇپ، ئېغىز ئالۇر؛ تۆتىنچى، قەي بېسىمىدىن پەيدا بولۇر.

داۋالاش

ئەگەر زەخمىنىڭ سەۋەبىدىن ئاماس (يالۇغ) پەيدا بولۇش خەۋپى بولسا ياكى ئاماس پەيدا بولغان بولسا، ئالدى بىلەن قېيفال تومۇردىن قان ئالغاي، ئارقىدىن، كۆزگە ئايال كىشىنىڭ سۈتىنى تېمىتقاي. ئەگەر ئاماس ئېغىر بولۇپ، كۆز ناھايىتى قىزىل بولسا، تۈخۈم ئېقىنىڭ ئازراق سۇيۇلدۇرۇلغان سۇيى ياكى بولمىسا ئايال كىشىنىڭ سۈتى ياكى كەپتەر باچكىسىنىڭ پەيلىرى يۇلۇنغاندىن كېيىن چىققان قېنىنى تېمىتقاي. ئەگەر بۇ دورىلار پايدا قىلمىسا، كۈندۈرنى ئايال كىشىنىڭ سۈتى بىلەن سالايە قىلىپ تېمىتقاي. ئەگەر ئۇمۇ كۈپايە قىلمىسا نانخا سۇيى بىلەن تۇز سۇيىنى ئارىلاشتۇرۇپ ئۇنىڭ بىلەن قۇرۇق زۇپانى پىشۇرۇپ، كونا بۇلۇت ياكى پاختىنى شۇ سۇ بىلەن ھۆل قىلىپ، كۆزگە قويغاي. ئەگەر يۇقىرىقى دورىلار بىلەنمۇ يوقالمىسا، تۇرۇپ سۇيىنى تېمىتقاي ھەم تۇرۇپ پوستى، قۇرۇق ئۇزۇم، كەپتەر مايىقى قاتارلىقلارنى ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم قىلىپ كۆزنىڭ ئارقىسىغا قويغاي.

ئەگەر زەخمە سەۋەبىدىن تەبەقەئى مۇلتەھىمە يىرتىلغان بولسا، زىرە بىلەن تۇزنى چاينىپ يۇمشىتىپ، سۇيىنى چىقىرىپ تېمىتقاي ھەم قىزىل زەرەنچىنى سالايە قىلىپ سۇغا ئارىلاشتۇرۇپ، ئىلمان ھالەتتە كۆزگە ئاز - ئازدىن تېمىتسا تەرپەنى يوق قىلۇر.

ئۇنىڭدىن باشقا، كۇندۇرنى كالا تېزىكى بىلەن كۆيدۈرۈپ، ئىسىنى كۆزگە تۇتۇپ بەرسىمۇ تەرىپەنى يوقىتار.

تەرپەنى يوق قىلىدىغان شىياق

نۇسخىسى يۇيۇلغان شادىنەج ئەدەسى توققۇز گىرام، كۆيدۈرۈلگەن مىس ئالتە گىرام، مارجان يىلتىزى (بىخ مارجان)، تېشىلمىگەن مەرۋايىت ھەربىرىدىن تۆت گىرامدىن، سەمغى ئەرەبى، كەتىرا ھەربىرىدىن ئالتە گىرامدىن، سپارى توققۇز گىرام، ئورۇس ئۇپىسى ئۇچ گىرام، قىزىل زەرنىخ، خۇنسياۋشان، زەپەر، كەھرىۋا ھەربىرىدىن ئىككى گىرامدىن ئېلىنار ھەمدە بۇ دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، جوز ئارىلاشتۇرۇپ، شىياق تەييارلىغاي. زۆرۈر تېپىلغاندا ئايال كىشىنىڭ سۈتىگە سالايە قىلىپ تېمىتقاي. ئەگەر تەرپەگە يارىنىڭ ئېغىز ئېلىشى سەۋەب بولغان بولسا، شىياقى ئەبەيز ۋە شىياقى ئانار بىلەن ئىلاج قىلغاي. تۆۋەندىكى شىياق تەرپە ۋە ئىسسىقتىن بولغان كۆز كېسەللىكىنى ساقايتار.

شىياق (1)

نۇسخىسى ئالتۇن دېتى، كۆيدۈرۈلگەن مىس ھەربىرىدىن ئالتە گىرامدىن، خۇنسياشان، مارجان يىلتىزى، مەرۋايىت ھەربىرىدىن 12 گىرامدىن، كەتىرا، مۇرمەككى، زەپەر، نىشاستە، زەرچىۋە، ئاقاقيا ھەربىرىدىن بەش گىرامدىن، قىزىل زەرنىخ، ئاق ناۋات ئىككى گىرامدىن، دورىلاردىن قائىدە بويىچە شىياق تەييارلاپ ئىشلەتكەي.

شىياق (2)

نۇسخىسى قىزىل زەرنىخ، كۇندۇر، زەپەر، مۇرمەككىنى باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، بۇ دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ شىياق تەييارلاپ، ھۆل يۇمغاقسۈتنىڭ سۈيى بىلەن بىللە سالايە قىلىپ كۆزگە تېمىتقاي. سىركە بىلەن گۈلابنى ئارىلاشتۇرۇپ، يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، ئۇنىڭ بۇسى كۆزگە تۇتۇپ بېرىلسە مەنپەئەت قىلۇر. ئۇرۇقىدىن ئايرىلغان ئۇرۇم،

ئىتۇزۇمى يوپۇرمىقى، سەبرە، ئاق تۇز، سىركە قاتارلىقلاردىن زىمات تەييارلاپ چاپسىمۇ تەرپەنى يوق قىلۇر. ئۇنىڭدىن باشقا، شىيافى ئەھمەرلەيىين تارتسىمۇ مەنپەئەتلىكتۇر، ئۇنىڭدىن باشقا ئىكلىلمىلىك، خۇنسياۋشان، سەۋسەن يىلتىزى، زەپەر، ئاقلانغان يېسسىمۇق قاتارلىقلارنى سوقۇپ، كۆزگە تۇخۇم سېرىقى بىلەن زىمات قىلسىمۇ مەنپەئەت قىلۇر.

ئۇچىنچى باب كۆزگە تۇتۇن ۋە چاڭ - توزانغا ئوخشاش نەرسىلەر كىرىپ كېتىش توغرىسىدا

كۆزگە ئايال كىشىنىڭ سۈتى، تاتلىق سۇزۇك سۇ تېمىتقاي. ئەگەر كۆزگە قۇم، سامان ياكى تۆمۇرگە ئوخشاش نەرسىلەر كىرىپ كەتكەن بولسا، قاپاقنى ئۆرۈپ، ئۇ كۆرۈلگەندىن كېيىن پەلكۇچنىڭ ئۇچى بىلەن ئېلىۋەتكەي ياكى كىچىك ئىلغۇنىڭ ئۇچىغا خەسىنى ئوراپ ئېھتىيات بىلەن تارتىپ چىقارغاي. بۇغداي ياكى ئارپا باشقىنىڭ قىلتىرىقى كۆزگە كىرىپ كەتكەن بولسا، ئالدى بىلەن ئۇ ھەپەس دېيىلدىغان ئەسۇاب بىلەن ئېلىنار، ئارقىدىن كۆزگە ئايال كىشىنىڭ سۈتى ياكى تۇخۇم ئېقىنى تېمىتقاي.

تۆتىنچى باب كۆزگە تىرناقچە گۆش ئۆسۈش توغرىسىدا

زەفىرە ئەرەبچە سۆز بولۇپ، پارسچە ناخۇنە، تۈركچىمۇ ناخۇنە دەپ ئاتىلار. ئۇ كۆز بىرىكتۈرگۈچى پەردىسىدىكى زىيادە قېلىن پەردە بولۇپ، پەيلىك بولۇر. كۆزدە بولغاچقا دائىم ھۆل بولۇر، كۆپ ھاللاردا كۆزنىڭ بۇرۇن تەرىپىدىكى بۇرجىكىدىن ئۇنۇپ، كۆزنىڭ تەبىقە مۇلتەھىمەسىگە تۇتۇشۇپ، كۆز قارىسىنىڭ لېۋىگە يېتەر. گاھىدا كۆزنىڭ قارىسىدىن ئۆتۈپ، كۆزنىڭ ئىككى بۇرجىكىگە قاراپ كېڭىيەر. تەرەققىي قىلسا كۆزنىڭ كۆرۈشىگە توسالغۇلۇق قىلۇر، گاھىدا كۆزنىڭ ئىككى بۇرجىكىدىن بۆسۈپ كۆز قارىسىغا قاراپ كېڭىيەر. ھەتتا، كۆز قارىسىنىڭ ھەرىكەتلىنىشىگە توسالغۇلۇق قىلۇر، ئەگەر تىرناقچە گۆشنىڭ رەڭگى ئاق ۋە يۇمشاق

بولسا، بۇنى داۋالاش ئاسان. ئەگەر قاتتىق ۋە قىزىل بولسا، ئۇنى داۋالاش ناھايىتى مۇشكۇل، ئەگەر كۆزگە يېڭىدىن پەيدا بولسا ھەم ئاق ھەم يۇمشاق بولسا، تازىلىغۇچى دورىلاردىن كۆيدۈرۈلگەن مىس، قەلقەدىس، نۆشۈدۇر، نەمەك ئەندىرانى (تاشتۇز) نى ئۆچكە ئۆتى، سۈرمە رۇشنائى، شىيافى ئەخزەر، شىيافى قەيسەر، شىيافى باسلىقۇن قاتارلىقلارغا ئوخشاش دورىلارنى ئىشلەتكەي. ئەمما، بۇ پاك قىلغۇچى سۈرمە ۋە شىيافىلار كۆزنىڭ تەبىقىلىرىنى ۋە قىسمەن ئەزالىرىنى كۆيدۈرۈپ زىيان قىلۇر.

ھەكىم جالىنۇس: «سەۋسەن يىلتىزى ئاجىزراق ناخۇنەنى يوق قىلۇر، سۈرۈلگەن كۇندۇر يەڭگىل دورىلارنىڭ جۈملىسىدىن، ئۇ زەرەرسىز بولۇپ، سالايە قىلىپ، بىر سائەت ئىسسىق سۇغا چىلىنار، ئاندىن كېيىن ئۇ سۇنى سۈزۈپ، يۇيۇپ، ساپلاشتۇرۇپ كۆزگە تارتسا ياكى ھەسەلنى ئۆچكە ئۆتىگە ئارىلاشتۇرۇپ سۈركسە پايدىلىق» دەپ ئېيتقان.

ئەگەر ناخۇنە قاندىن پەيدا بولغان بولۇپ، قاتتىق بولسا، كونىراپ قالغان بولسا، قول بىلەن ئىلاج قىلىنار. بۇنىڭ ئۈچۈن ئاۋۋال تەرپە كېسەللىكىدە بۇيرۇلغان ئىستىفراغلار بىلەن بەدەن ۋە مېڭە تەنقىيە قىلىنار، قول بىلەن ئىلاج قىلىشتا، ئاۋۋال ناخۇنە تەبىقە مۇلتەھەمەدىن ئاجرىتار. ناخۇنەنى تەبىقە مۇلتەھەمەدىن ئاجرىتىش ئەرەب تىلىدا «كەشت» دېيىلەر. ناخۇنە تەبىقە مۇلتەھەمەگە يەتمىگەن بولسا سىنارە بىلەن ئېلىنار، ناخۇنەنى پاكىز ئالغاي، بولمىسا يەنە ئۇنۇپ چىقىپ بىرىكتۇرگۈچى پەردىگە يەتسە كۆز ياشاڭغۇراشنى كەلتۈرۈپ چىقرار. ناخۇنە بىلەن كۆز چانىقدىكى نورمال توقۇلمىلارنىڭ پەرقى شۇكى، ناخۇنە ئاق ۋە قاتتىق بولۇر. ئەمما، كۆز چانىقدىكى نورمال توقۇلمىلار بولسا قىزىل ۋە يۇمشاق بولۇر، ئەگەر ناخۇنە تەبىقە مۇلتەھەمە (بىرىكتۇرگۈچى پەردە) گە ئۆتكەن بولسا، ئاتىنىڭ قىلى ياكى يىپەك بىلەن ئېلىنار. ئەگەر بۇنىڭ بىلەنمۇ ئالغىلى بولمىسا، توخۇ پېيىنى ناخۇنەنىڭ ئارىسىغا سىلىپ ئالغاي، ئەگەر بۇنىڭ بىلەنمۇ ئېلىش مۇشكۇل بولسا، ئىچىگە تۆمۇر سايمان سىلىپ ئالغاي. ئەگەر ناخۇنە تەبىقە مۇلتەھەمەگە ھەممە تەرەپتىن تۇتۇشۇپ تۇرغان بولسا، تىرناق بىلەن ياكى باشقا خاس ئەسۋاب بىلەن ناخۇنەنى بىر تەرەپتىن يېرىپ ئېھتىيات بىلەن ئېلىنار. ناخۇنەنى ئېلىپ بولغاندىن كېيىن، تۇز بىلەن زىرىنى چايناپ، ئېزىپ سۈيىنى تېمىتقاي، ئاندىن كېيىن تۇخۇم سېرىقى بىلەن گۈل يېغىنى ئارىلاشتۇرۇپ كۆز قاپقىغا چاپقاي. پات - پات كۆز ئالمىسىنى مىدىرلىتىپ، قاپاقنىڭ تەبىقە مۇلتەھەمەگە تۇتۇشۇپ قېلىشىدىن ساقلانغاي. بىر كۈندىن كېيىن يەنە تۇز بىلەن زىرىنى چايناپ سۈيىنى تېمىتقاي، ئۇچ كۈندىن كېيىن، بىمارنىڭ باسلىق تومۇرىدىن قان ئالغاي،

ناخۇنەنى تەبىقە مۇلتەھىمەدىن تولۇق ئالغىلى بولمىسا، ئالدى بىلەن ئالغىلى بولىدىغىنىنى ئېلىپ، سۈرۈش بىلەن داۋالاش قىلغاي.

كۆزگە چۈشكەن ئاق، دەمئە (كۆز ياشاڭغۇراش)، جەرەب (قاپاق قوتۇرى)، زەفرە (كۆزگە تىرناقچە گۆش ئۆسۈش)، سەبەل (كۆزگە شىللىق پەردە ئۆسۈش) قاتارلىق كۆز كېسەللىكلىرىگە شىپا بولىدىغان ۋە كۆزنى روشەنلەشتۈرىدىغان دورىلارنىڭ نۇسخىسى يۇيۇلغان شادىنەج، كۆيدۈرۈلگەن مىس، ئىقلىميائى سىيىم (كۈمۈش كىرى)، ھىندىستان تۇزى (نەمەك ھىندى)، بۆرە ئەرمىنى، زەنگار، ئۇزۇن پىلپىل 12 گىرام، ئاقمۇچ، كۆپۈكى دەريا ھەربىردىن 24 گىرامدىن، سەبرە سوقۇتىرى، سۇمبۇل ھىندى، قەلەمپۇر ھەربىردىن 13 گىرامدىن، زەنجۈبىل، ئامىلە ئالتە گىرام، زەپەر، نۆشۈدۈر ھەربىردىن تۆت گىرامدىن ئېلىنىپ ھەممىسى بۇ دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، قائىدە بويىچە دورا تەييارلاپ ئىشلەتكەي.

قاپاقنىڭ ئېسىلىشى، كۆز قىچىشىش، كۆز ياشاڭغۇراش، كۆز زەئىپلىشىش، ئىنتىشار (نۇر يىغالماسلىق) ۋە زەفرە (كۆزگە تىرناقچە گۆش ئۆسۈش) قاتارلىقلارغا تۆۋەندىكى باسلىقۇن مەنپەئەت قىلۇر.

باسلىقۇن

نۇسخىسى مامىرانچىن، زەنجۈبىل، قارىمۇچ، ئۇزۇن پىلپىل ھەربىردىن ئالتە گىرامدىن، يۇيۇلغان شادىنەج، كۆپۈكى دەريا، تۇتىيايى ھىندى، ھەجەرى بەسەرىي (كۆزگە پايدىلىق بىرخىل تاش)، كوھلى ئىسپاھانى، مەرقىشىا (كۆزگە پايدىلىق بىر خىل تاش)، ئىقلىميائى سىيىم (كۈمۈش كىرى) ھەربىردىن 15 گىرامدىن، زەپەر، مەرۋايىت ھەربىردىن ئالتە گىرامدىن، سىرىق ھېلىلە، كابۇل ھېلىلىسى، سەبرە ھەربىردىن توققۇز گىرامدىن، ھىندىستان تۇزى (نەمەك ھىندى)، نەمەك ئەندىرانى (تاشتۇز)، قىزىل تۇز ئالتە گىرامدىن، سازەج ھىندى توققۇز گىرامدىن ئېلىنىپ ھەممىسى بۇ دورىلارنى قائىدە بويىچە تەييارلاپ ئىشلەتكەي.

شىيافى قەيسەر

نۇسخىسى يۇيۇلغان شادىنەج 36 گىرام، سەمغى ئەرەبى، كۆيدۈرۈلگەن مىس ھەربىردىن 18 گىرامدىن، كۆيدۈرۈلگەن قەلقەتار (زاكنىڭ بىر تۈرى)، زەنگار ئالتە گىرامدىن

ئېلىنار ھەمدە بۇ دورىلارنى سوقۇپ، كونا شاراب بىلەن نەمدەپ، بەدىيان سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ، شىياق قىلىپ ئىشلەتكەي.

كۆز قوتۇرى ۋە كۆزگە تىرناقچە گۆش ئۆسۈشكە مەنپەئەت قىلىدىغان شىيافى زەنگار

نۇسخىسى زەنگار ئۇچ گىرام، سېرىق ھېلىلە ئىككى گىرام، توبالى مىس (مىس پوقى)، كۆيدۈرۈلگەن قەلەي ھەربىرىدىن 12 گىرامدىن، مۇرمەككى ئىككى گىرام، زەپەر يېرىم گىرام، نىشاستە ئۇچ گىرام، سەمغى ئەرەبى ئۇچ گىرام، ئالتۇن ئۇۋۇقى ئۇچ گىرام، ئۇزۇن پىلپىل بىر گىرام، دورىلارنى مقدارى بويىچە ئېلىپ، قائىدە بويىچە شىياق تەييارلاپ ئىشلەتكەي. يۇقىرىقى كېسەللىكلەرگە مەنپەئەت قىلىدىغان ئىككىنچى دورا:

نۇسخىسى گۈلقەنت ئۇچ گىرام، نۆشادۇر ئۇچ گىرام، سەمغى ئەرەبى ئىككى گىرام. بۇ دورىلارنى سوقۇپ، كونا شاراب بىلەن شىياق تەييارلاپ ئىشلەتكەي.

بەشىنچى باب كۆز بىرىكتۈرگۈچى پەردىسىنىڭ كۆپۈپ قېلىشى توغرىسىدا

«ئىنتىفاخ» ئېسىلىش دېگەن مەنىنى بىلدۈرەر، بۇ كېسەللىك تۆت خىل بولۇر. بىرى، بۇ كېسەللىكنىڭ ماددىسى بولۇپ، ئالامتى شۇكى، پات - پات پەيدا بولۇر، ئاغرىماس. بىمارنىڭ كۆز چانىقىدا پاشا، چۈتىن چاقىقاندەك كۆيۈشۈش سېزىمى پەيدا بولۇر. رەڭگى، بەلغەمدىن بولغان ئىششىقنىڭ رەڭگىدەك بولۇر. بۇ كېسەللىك كۆپرەك تومۇز پەسلىدە ھەرقانداق ئادەمدە پەيدا بولۇر؛ ئىككىنچى خىلى، كېسەللىك ماددىسى بەلغەمنىڭ زىيادىلىكىدىن پەيدا بولۇر. ئالامتى شۇكى، كۆزدە ئېغرىلىق سېزىلەر، قول بىلەن بېسىلسا، قولنىڭ ئىزى بىر سائەتكىچە يوقالماس؛ ئۇچىنچى خىلى، ماددىنىڭ زىيادىلىكىدىن سۇ رەڭلىك بولۇر. ئالامتى شۇكى، قول بىلەن بېسىلسا ئىزى تېز يوقلار، ئاغرىماس. سانجىقلاشماس، رەڭگى نورمال بولۇر. تۆتىنچى خىلى شۇكى، ئىششىق راك خاراكتېرىنى ئالغان بولۇر، ماددىسى قويۇق سەۋدا بولۇر. ئالامتى شۇكى، ئىششىق قاتتىق بولۇر، ئاغرىماس، رەڭگى تۈتۈق بولۇر، كېسەللىك تەبىقە مۇلتەھەمدە، بەزىدە

كۆز جىيىكىده بولۇر. بەزىده ئېسىلىش قاش ۋە يۈزگىچە كېڭىيەر، كېسەللىك ماددىسى تەبەقەئى مۇلتەھىمەده بولسا، كۆز بەزىده ياشاڭغۇرار، يەنە بەزىده ياشاڭغۇرماس، ئەگەر كېسەللىك كۆز جىيىكىده بولسا ياشاڭغۇرماس.

داۋالاش

بىرىنچى خىلىنى داۋالاش بۇ كېسەللىك يەلدىن پەيدا بولغان بولغاچقا، دورا ئىشلىتىلسمۇ يەل ئۆزلۈكىدىن تارقاپ ياخشىلىنىپ كېتەر. ئەگەر ئۇ تەرەققىي قىلىپ ئىككىنچى، ئۈچىنچى خىلغا ئۆزگەرسە، بۇنىڭغا ياخشىراق ئىلاج قىلىش بىلەن بىرلىكتە ئىسسىق سۇ بىلەن يۇيۇنۇپ بەرگەي. ئۈچىنچى خىلىنىڭ ئىلاجى: ئىششىقنىڭ ئىلاجىدا بايان قىلىنغان ئۇسۇل بىلەن بەدەن تەنقىيە قىلىنار، ئىلگىرى بايان قىلىنغان ماددىنى تارقىتىش، پىشۇرۇش، يۇمشىتىش خۇسۇسىيىتى بولغان دورىلار ياكى كۆز ئاغرىقى بايانىدا كۆرسىتىلگەن سۈرمىلەرنى ئىشلەتكەي. لېكىن، قابىز دورىلارنى ئىشلەتمەسكە بولماس، ئەمما، مۇنچىغا كىرگەندە شىيافى ئەھمەر ئىشلىتىلسە بۇ خىل كېسەللىكنىڭ ئىككىنچى، ئۈچىنچى خىلغا مەنپەئەت قىلۇر.

ماددىنى يۇمشىتىدىغان دورا

نۇسخىسى بابۇنە، بىنەپشە ۋە نىلۇپەرنى سۇدا قاينىتىپ، سۈيى بىلەن كۆزنى يۇغاي، ئارقىدىن بۇلۇت ياكى پاختىنى شۇ سۇدا ھۆل قىلىپ كۆزگە قويغاي. ئەگەر ئېھتىياج يۇقىرىقى دورىلارغا ئىكىلىملىك بىلەن سەبرە قوشۇپ، ئېزىپ، كۆزگە سۈركىسە، شۇنىڭ بىلەن بىر ۋاقىتتا سۈيىنى كۆزگە تامغۇزسا كۆزگە كىلىدىغان ماددىنى توختىتىپ، كۆزنى تازىلار.

بۇ كېسەللىكنىڭ تۆتىنچى خىلىنىڭ ئىلاجى: سەۋدادىن بولغان باش ئاغرىقىنىڭ ئىلاجىغا ئوخشار، ماددىنى تارقىتىدىغان ۋە ماددىنىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى پەسەيتىدىغان دورىلارنى ئىشلەتكەي. بۇ راك كېسەللىكى ۋە سەۋدادىن بولغان كېسەللىكلەرنىڭ ئىلاجىدا بايان قىلىنار.

شىيافى ھەلۇقى

نۇسخىسى يەلنى تارقىتىپ، ئېسىلىشنى يوق قىلۇر. كۆيدۈرۈلگەن مىس توققۇز گىرام، ئاقاقيا ئالتە گىرام، كەتىرا، سەمغى ئەرەبى، زەپەر، سۇمبۇل ھەربىرىدىن ئۈچ گىرامدىن ئېلىنىار ھەممە بۇ دورىلارنى سوقۇپ يامغۇر سۈيى بىلەن شىياق قىلىپ ئىشلەتكەي.

قارا شىياق (شىيافى ئەسۋەد)

نۇسخىسى تەبەقەئى مۇلتەھەمە (كۆز بىرىكتۈرگۈچى پەردىسى) ۋە كۆز جىيىكىدىكى يەلىنى تارقىتار، كۆزگە سۈركىگەي، كۆيدۈرۈلگەن مىس تۆت گىرام، زەپەر ئىككى گىرام، مەرۋايىت، مارجان ھەربىرىدىن ئۇچ گىرامدىن، ئەپيۇن تۆت گىرام، ئاقاقيا 15 گىرام، شىيافى مامىيسادىن تۆت گىرام ئېلىنار ھەمدە بۇ دورىلارنى سوقۇپ يامغۇر سۈيى بىلەن شىياق تەييارلاپ كۆزگە تارتقاي.

ئالتىنچى باب كۆز بىرىكتۈرگۈچى پەردىسىنىڭ قاتتىقلىششى توغرىسىدا

كۆپ ھاللاردا كۆز بىرىكتۈرگۈچى پەردىسى قاتتىق بولۇۋالار، شۇ سەۋەبتىن كۆزنى يۇمۇپ - ئېچىش قىينىلىشار. كۆز بىرىكتۈرگۈچى پەردىسى ئېچىشار، قىزىرار، قۇرۇپ ئاغرار، بىمار ئۇيقۇدىن ئويغىنىپلا كۆزىنى ئاچالماس، بەزىدە كۆز قۇيرۇقىدا ئازراق قۇرۇق چاپاق پەيدا بولۇپ قالۇر.

سەۋەبى

بۇنى قۇرۇق، قويۇق خىلتىلار كەلتۈرۈپ چىقرار.

داۋالاش

ئالدى بىلەن بىمارنىڭ ئىچىنى بوشاتقاي، مۇنچىغا كۆپ كىرگۈزگەي، بېشىنى ئىسسىق سۇنىڭ ھورىغا تۇتقاي، بۇلۇتنى ئىسسىق سۇغا چىلاپ كۆزگە قويغاي، ھەر كېچىسى ئۇپا، تۇخۇم سېرىقى، گۈل يېغى قاتارلىقلارنى ئۆردەكنىڭ چاۋا يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ، مەلھەم قىلىپ قاپاققا چاپقاي. بىمارنى تەبئىتى سوغۇق تائاملاردىن پەرھىز قىلدۇرغاي، ئىسسىق تەبئەتلىك ياغلارنى بىمارنىڭ بېشىغا سۈركىگەي، ياش ئاقتۇرۇش ئۇچۇن، باسلىقۇن، شىيافى ئەھمەرلەيين، شىيافى ئەھمەرھاد، سۈرمەئى رۇشنائى قاتارلىقلارنى كۆزگە تارتقاي.

يەتتىنچى باب كۆز بىرىكتۈرگۈچى پەردىسى قىچىشش توغرىسىدا

سەۋەبى

بۇ شورلۇق ماددىنىڭ تەسىرىدىن پەيدا بولۇر، ئۇنىڭ ئۈستىگە بىمارنىڭ كۆزىدىن چىققان ياشمۇ شورلۇق بولۇر. كۆز جىيىكى بىلەن كۆز بىرىكتۈرگۈچى پەردىسىنىڭ رەڭگى قىزغۇچ بولسا قىچىشش ئېغىر بولۇر.

داۋالاش

ئىچىنى بوشاتقاي، ھەر كۈنى مۇنچىغا چۈشۈرگەي، ئاسان ھەزىم بولىدىغان تاماقلارنى ئىستېمال قىلغاي، ئاچچىق ۋە يەللىك تائاملاردىن پەرھىز قىلغاي، ياش ئاققۇزىدىغان دورىلارنى كۆزگە تېمىتقاي.

سەككىزىنچى باب سەبەل توغرىسىدا

سەبەل كېسەللىكىدە كۆز تومۇرلىرى قىزىل، كۆپكەن بولۇر. قان قويۇق ۋە كۆپ بولۇر، كۆز قىچىشار، بۇ خىل كېسەللىك تۆۋەندىكىدەك ئىككى خىل بولۇر: بىرى، تەبەقەئى مۇلتەھىمەنىڭ ئىچىدىكى تومۇرلار قىزىل، كۆپكەن بولۇر. يەنە بىرى، تەبەقەئى قەرنىيىە (مۈگۈزسىمان پەردە) نىڭ يۈزىگە قىزىل، تۈتۈنسىمان پەردە پەيدا بولۇر. ئىككى قاش ئوتتۇرىسى ئېچىشار، بىمار پات - پات چۈشكۈرەر، ئاپتاپقا قارىيالماس، ئاپتاپقا قارىسا كۆزدىن ياش ئېقىپ، كۆز تېگى سانجىلىپ ئاغرار.

ئالامتى

بىمارنىڭ ئىككىلا مەڭزى قىزىرار، قاشلىرى ھەمىشە ئىسسىق ۋە ئېغىر بولۇر. كۈن نۇرىغا، چىراغ يورۇقىغا قارىيالماس. ھەر ۋاقىت ئاستىنقى قاپقى تارتىشار، قايسى خىلدىكى سەبەل بولمىسۇن، كۆز قىل قان تومۇرلىرى تەبەقەئى مۇلتەھىمەنىڭ يۈزىدىن ئېگىزرەك بولۇر.

سەۋەبى

بۇنىڭغا دىماغنىڭ كۆپ پۈتۈشى، كۆز تومۇرلىرىنىڭ توم هەم كۆپ بولۇشى سەۋەب بولۇر دەپ قارىلار، ئەگەر ئىسسىقلىقنىڭ زىيادىلىكىدىن كېلىپ چىققان بولسا، بۇ رەمەد كېسەللىكىگە دورا زىيادە ئىشلىتىلگەندىن بولۇر. بەزىدە سوغۇق دورىلار ۋە سوغۇقلۇق يېمەكلىكلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلغانلىقتىنمۇ كېلىپ چىقىشى مۇمكىن.

داۋالاش

ئالدىنقى خىلىنى داۋالاشتا، بىمارنىڭ قىيفال تومۇرىدىن قان ئالغاي، ئايارەج پەيقىرا، هەببى قوقيا بىلەن بىمارنىڭ ئىچنى تازىلىغاي، ئاندىن كېيىن ئەبكامە، ئايارەج پەيقىرا قاتارلىقلارغا ئوخشاش دورىلار بىلەن غار - غار قىلغاي. بىمارنىڭ مېڭىسىنى قۇۋۇەتلەشكە چارە قىلغاي. بىمارغا ئەنەبەر، لادەنگە ئوخشاش خۇش پۇراق نەرسىلەرنى پۇراتقاي. بىر گىرام لوبىيا، يېسسىمۇق، سامساق، ئاق پىياز، كۈدە ۋە شۇنىڭغا ئوخشاش تەبىئىتى سوغۇق، تەستە هەزىم بولىدىغان دورىلارنى پۈرىتىشتىن ئېهتىيات قىلغاي. بۇ بىمارغا بېلىق گۆشى، كالا گۆشى، سۈت قاتتىق زىيان قىلۇر. تۈتۈن، چاڭ - توزاندىن ئېهتىيات قىلغاي. ياستۇقنى ئېگىز قويۇپ ياتقاي. كۆپ سۆزلەش، كۈچەپ ۋارقىراش، ئوتقا قاقلىنىشتىن ئېهتىيات قىلغاي، ئاندىن كېيىن سەبەلنىڭ سەۋەبچى ماددىلىرىنى تارقىتىدىغان تۆۋەندىكى دورىلارنى ئىشلەتكەي.

نۇسخىسى كۈندۈش ئۈچ گىرام، مۇرساپ بىر گىرام، هۇزۇزى مەككى بىر گىرام، سەبرە ئىككى گىرام ئېلىنىپ هەممە دورىلارنى سوقۇپ، مەرزەنجۇش سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ، يېسسىمۇق چوڭلۇقىدا هەب قىلغاي. ئۈچ كۈنگىچە هەر كۈنى ئەتىگىنى بىر هەبنى ئانا سۈتى ياكى بىنەپشە يېغى بىلەن ئېزىپ، سۈيۇلدۇرۇپ، بىمارنىڭ بۇرنىغا تېمىتقاي.

ئىككىنچى خىل دورا

نۇسخىسى كۈندۈش (جىلۋە دورىسى)، قەسبۇزەرىرە، قىزىلگۈلنىڭ هەرقايسىسىدىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، بىرلىكتە سوقۇپ، 0.25 گىرام ئېلىپ بۇرنىغا پۈركىگەي، تاغ يالپۇزى پۇراتقاندىن كېيىن، كۆزنىگە سۈرمەئى رۇشنائى بىلەن باسلىقۇن تارتقاي. ئەگەر مەزكۇر دورا بىمارغا ئىسسىق كەلسە قارا شىيافى (شىيافى ئەسۋەد) ئىشلەتكەي.

نۇسخىسى يۇيۇلغان ئاقاقيا، سەمغى ئەرەبى هەربىردىن 24 گىرامدىن، كۆيدۇرۇلگەن

مىس 15 گىرام، ئەپيۇن تۆت گىرام. دورىلارنى مقدارى بويىچە ئېلىپ، قائىدە بويىچە شىياق تەييارلاپ ئىشلەتكەي. كۆز قۇيرۇقى تومۇرىدىن قان ئېلىش ناھايىتى مەنپەئەتلىكتۇر.

بۇ خىل كېسەللىكنىڭ ئىككىنچى خىلىنى داۋالاشتا ئالدى بىلەن قىيفال تومۇردىن قان ئېلىپ، بەدەننى تەنقىيە قىلغاي. دورىلاردىن ئايارەج پەيقىرا، ھەببى قوقىيالارنى ئىستېمال قىلغاي. غار - غار قىلغاي، چۈشكۈرگەي. كۆزنى تەنقىيە قىلىش ئۈچۈن، شىيافى ئەخزەر، باسلىقۇن ۋە شۇنىڭغا ئوخشاش دورىلارنى كۆزگە سۈركىگەي. كۆز جىيكىنى ئۆرۈپ، قاپاق ئىچىگە مۇناسىۋەتلىك دورىلارنى سۈركىگەي.

كۆزنىڭ ئېچىشىشنى پەسەيتىش ئۈچۈن كۆزگە زەرۇرى مادى سەپكەي.

زەرۇرى مادى

نۇسخىسى مامىرانچىن ئۇچ گىرام، تۇتىيا كىرمانى ئۇچ گىرام، پەرۋىش قىلىنغان كامىيا، يۇيۇلغان مىس دېتى، پەرۋىش قىلىنغان سۈرمە ئىسپىھاننىڭ ھەربىرىدىن 30 گىرامدىن. دورىلارنى مقدارى بويىچە ئېلىپ، قائىدە بويىچە زەرۇر قىلىپ، كۆزگە سەپسە كۆز ياشاڭغۇراش، قاپاق تەمرەتكىسى قاتارلىقلارغا پايدا قىلۇر. بۇ دورىنى كۆزنىگە سېلىپ، مەلۇم ۋاقىت ئۆتكەندىن كېيىن مۇنچىغا كىرگەي. ئارقىدىن ئەنبەرنى كۆيدۈرۈپ، تۈتۈنىنى كۆزگە تۇتقاي. ئەگەر كۆز كېسەللىكىگە سوغۇقلۇق سەۋەب بولغان بولسا، ھېچقانداق سوغۇقلۇق دورا ئىشلەتمىگەي، ئىچنى تازىلغاي، لوكقا قويغاي. كۆزگە زەرۇرى ئەخبەر تارتقاي.

كۆز ئارقىسىغا تۇخۇم سېرىقى قويىسمۇ پايدا قىلۇر. ئەگەر كۆز ئاغرىقى (يەنى سەبەل) قاتتىق ئىسسىقتىن بولسا، ئاق شىياق ۋە مەلكايا قاتارلىق دورىلارنى ئىشلىتىشكە بولماس، بەلكى يۇيۇلغان شادىنەج ئەدەسى سېپەر. ئىسسىقتىن بولغان سەبەلگە ئىشلىتىلىدىغان دورىلار: سۇماقتىن مۇۋاپىق مقداردا ئېلىپ، سۈزۈك سۇغا چىلاپ، تەمنى چىقىرىپ، ئىزىپ ۋە سۈزۈپ، ئاپتاپتا قويۇپ قويۇلدۇرغاي. ئاندىن كېيىن شىياق تەييارلاپ ئىشلەتكەي. بۇ سەبەل ۋە كۆز ئاغرىقىغا مەنپەئەت قىلۇر.

نېپىز سەبەل كېسەللىكىگە مەنپەئەت قىلىدىغان شىياق زەرچۇبە، يۇيۇلغان شادىنەج، سەبرە، شىيافى ماميسا قاتارلىق دورىلاردىن باراۋەر مقدارda ئېلىپ، شىياق تەييارلاپ ئىشلەتكەي. ئەگەر سەبەل كېسەللىكى كونىراپ قالغان بولسا، ئۇنى كېسىپ ئېلىۋەتكەي. بۇ خىل كېسىش ئەرەب تىلىدا «لەپەز» دەپ ئاتىلار. كېسىش مەشغۇلاتى مۇنداق: ئاۋۋال بىماردىن قان ئالغاي ۋە

سۇرگە بەرگەي. كېسىشتىن ئاۋۋال بىمارنى ئوڭدا ياتقۇزغاي. ئاندىن كېيىن قىسقۇچ، پىچاق، كەرگۈ قاتارلىق سايمانلارنى نەقلەشتۇرگەي ۋە پاكىزلىغاي، ماھىر تېۋىپ تىرناقلىرىنى ئېلىپ، قوللىرىنى تولۇق پاكىزلىغاي. ئاندىن كېيىن قول بارماقلىرى بىلەن بىمارنىڭ كۆزىنى سىلىقلىق بىلەن ئېچىپ، كۆز چانىقىدىن باشلاپ كەرگۈ سالغاي. يەنە كۆزنىڭ چانىقىغا بىرىنچى كەرگۈ، كۆزنىڭ ئوتتۇرىسىغا ئىككىنچى كەرگۈ، كۆزنىڭ قۇيرۇق تەرىپىگە يەنە بىر كەرگۈ سالغاي ۋە كۆزنى تولۇق ئاچقاي. كۆزگە كەرگۈ سېلىش جەريانىدا كۆزنىڭ بىرىكتۇرگۈچى پەردىسى، مۇڭگۈز پەردىسى قاتارلىق ئەزالىرىنىڭ زەخمىلىنىشىدىن ئېھتىيات قىلغاي. ئاندىن تازىلانغان قىسقۇچ بىلەن سەبەلنى كۆتۈرگەي ۋە شۇ ھالەتتە پىچاق بىلەن سەبەلنى كېسىپ ئالغاي. كېسىش جەريانىدا كۆز بىرىكۈرگۈچى پەردىسى، كۆز مۇڭگۈز پەردىسى، كۆز جىيىكى قاتارلىق ئەزالارغا پىچاق تېگىپ كېتىپ زەخمىلەندۈرۈپ قويۇشىدىن ئالاھىدە ئېھتىيات قىلغاي. كېسىش كۆزنىڭ قۇيرۇقىدىن باشلىنىپ كۆز چانىقىدا ئاخىرلاشقاي. سەبەلنى كېسىپ بولغاندىن كېيىن، چالا قالغان ـ قالمىغانلىقىنى تەكشۈرگەي. ئەگەر چالا قالغان بولسا تولۇقلاپ كەسكەي. سەبەلنى كېسىش مەشغۇلاتى ئاخىرلاشقاندىن كېيىن زىرە ۋە تۇزدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، سوقۇپ كۆزگە زىمات قىلغاي، سۇ تېمىتقاي، تۇخۇم سېرىقى بىلەن گۈل يېغىنى پاكىز پاختىغا سۈرۈپ، بىمارنىڭ كۆزىنىڭ ئۈستىگە قويغاي ھەمدە باشقا مۇناسىۋەتلىك دورىلارنى پاختىنىڭ ئارىسىغا ئېلىپ داكا بىلەن كۆزگە تاڭغاي. تېڭىقنى پات ـ پات ئالماشتۇرۇپ تۇرغاي. بۇ ھالەتتە بىمار ئۆچ كۈنگىچە ھەرىكەت قىلماسلىقى، ئىككى يانغا ئۆرۈلمەي ئوڭدىسىغا يېتىپ ئۇخلىشى زۆرۈردۇر. ئاندىن كېيىن قۇرۇق قىزىلگۈلنى سۇدا قاينىتىپ، سۈيى بىلەن كۆزنى يۇغاي. ئەگەر گۆش كۆزنىڭ بىرىكتۇرگۈچى پەردىسىگە ئۇنگەن بولسا، تېشىپ، زىرە سۈيى بىلەن تۇز سۈيى تېمىتقاي. گۆش ئۇنمىگەن بولسا، زىرە سۈيى بىلەن تۇز سۈيى تېمىتىش ھاجەتسىزدۇر. ئۈچ كۈندىن كېيىن سۇرمەئى باسلىقۇننى يۇقىرىقى دورىلار بىلەن بىرلىكتە كۆزگە تارتقاي.

توققۇزىنچى باب ۋەدەقە (كۆزنىڭ بىرىكتۇرگۈچى پەردىسىدە مونچاق گۆش ئۆسۈپ قېلىش) توغرىسىدا

ۋەدەقە كۆز بىرىكتۇرگۈچى پەردىسىدىكى قاتتىق ئىششىق بولۇپ، بەزى كىشىلەرنىڭ كۆز چانىقىدا، بەزى كىشىلەرنىڭ كۆز قۇيرۇقىدا پەيدا بولۇر. بەزى كىشىلەرنىڭ كۆز قارىسىنىڭ

چۆرىسىدە مەرۋايىت دانىسىغا ئوخشاش پەيدا بولۇر؛ رەڭگى بەزىلەردە قىزىل، بەزىلەردە ئاق بولۇر. بۇ كېسەللىك تولىراق ئىسسىقتىن بولۇپ، كۆز ئاغرىقى ئېغىرلاشقاندا پەيدا بولۇر.

داۋالاش

ئېھتىيات بىلەن داۋالاش قىلغاي. دەسلەپتە مەلكايا ۋە زەرۇرى ئىبنى ئەلىنى كۆزگە تارتقاي، ئەگەر بىمارنىڭ كۆزى قىزىل بولسا، ئاق شىياق (شىيافى ئەبىيەز)، ئەنزىروت قاتارلىق دورىلارنى ئۇچ كۈن ئىشلەتكەي. ئۇچ كۈن ئۆتكەندىن كېيىن ئۇنۇمى كۆرۈلسە، باسلىقۇن، قىزىل شىياق (شىياق ئەھمەر) ئىشلەتكەي.

زەرۇرى ئىبنى ئەلى

نۇسخىسى تۇخۇمنىڭ يۇيۇلغان شاكىلى 30 گىرام، شادىنەج ئالتە گىرام. دورىلارنى قائىدە بويىچە زەرۇر قىلىپ كۆزگە سەپكەي.

ئونىنچى باب دەمئە كېسەللىكى توغرىسىدا

دەمئە كېسەللىكى ئىككى خىل بولۇپ، بىرى تۇغما بولۇر، يەنە بىرى كۆزنى كۆپ ئۇۋۇلغاندىن بولۇر. دەمئە كېسەللىكىدە ئومۇمەن يىغلىمسىمۇ كۆزدىن دائىم ياش ئېقىپ تۇرار؛ بەزىدە ئارىلاپ ياش ئاقار. كۆز چانىقىدىكى بەزى توقۇلمىلار كۆز تىرناقچە گۆشىنى كەسكەندە ئېھتىياتسىزلىقتىن بىللە كېسىلىپ كەتكەن بولسا، ئۇ دەمئە كېسەللىكىگە سەۋەب بولۇر. دەمئە كېسەللىكى تۇغما بولۇپ، داۋالاشنى قوبۇل قىلماس. ئەگەر ئېھتىياتسىزلىقتىن كېسۋېتىلگەن توقۇلمىنىڭ دائىرىسى چوڭ بولسا، داۋالاشنى قوبۇل قىلماس، دائىرىسى كىچىك بولسا، داۋالىغلى بولۇشى مۇمكىن. ئارىلاپ بولىدىغان دەمئە كېسەللىكى ئىككى خىل بولۇر. بىرىنچى خىلى، كېسەللىك ئاسارىتىدىن پەيدا بولۇر، مەسىلەن: مېڭە ياللۇغىغا ئوخشاش. بەزىدە ھاۋانىڭ زىيادە ئىسسىقلىقىدىن، يەنە بەزىدە ئۇيقۇسىزلىقتىن پەيدا بولۇر؛ ئىككىنچى خىلى، بەزى كىشىلەرنىڭ كۆزىگە ئۆتكۈر دورىلارنى ئىشلەتكەنلىكى سەۋەبىدىن كۆزنىڭ ئۇچىدىكى نازۇك توقۇلمىلارنى

زەخملەندۈرۈپ كەمتۈك قىلىپ قويغانلىقىدىن بولۇر، بۇنىڭ ئاقىۋىتى خەتەرلىك بولۇر. بەزىدە يىرىك لاتا بىلەن كۆزنى كۆچەپ سۈرتكەن سەۋەبىدىنمۇ كۆز ياشاڭغۇراش پەيدا بولۇر.

دەمئە كېسەللىكىنىڭ مەنبەسى ئۈچ ئەزادا بولۇر. بىرىنچى، مېڭە دوقىسى ئىچىدىكى تومۇرلاردا ۋە كۆز جىيىكى ئىچىدىكى تومۇرلاردا بولۇر؛ ئىككىنچى، مېڭە دوقىسى تېشىدىكى تومۇرلاردا بولۇر؛ ئۈچىنچى، كۆز مۇسكۇللىرىدا بولۇر.

ئالامىتى

دەمئە كېسەللىكىنىڭ مەنبەسى مېڭە دوقىسى ئىچىدىكى تومۇرلاردا، شۇنداقلا كۆز جىيىكى تومۇرلىرىدا پەيدا بولۇر. تولا چۈشكۈرەر، كۆز دائىم ياشاڭغۇرار؛ مېڭە دوقىسىنىڭ تاشقىرى تومۇرلىرىدا بولسا، پېشانە ۋە چېكە تومۇرلىرى كۆپۈپ تۇرار ۋە تارتىشار.

ئەگەر كېسەللىك مەنبەسى كۆز مۇسكۇللىرىدا بولسا، بۇ مۇسكۇللارنىڭ ئاجىزلىقىدىن پەيدا بولۇر. كۆزگە تەمرەتكە (جەرەب) چىققاندەك مەلۇم بولۇر. كۆز ھەمىشە ياشاڭغۇراپ تۇرار.

يۇقىرىدا كۆرسىتىلگەن ئۈچ سەۋەب بۇ كېسەللىكىنىڭ يىراق سەۋەبىدۇر.

ئۇنىڭ يېقىن ۋە دائىمىي سەۋەبى شۇكى، كۆز چانىقىدىكى ياش خالتىسى ياكى باشقا توقۇلمىلارنىڭ كەمتۈكلىكىدىن پەيدا بولۇر. بۇ چاغدا ياش ئەزالىرى ياشنى تۇتۇپ تۇرالماي، ياش كۆز سىرتىغا ئېقىپ چىقار. بەزىدە كۆز بىلەن بۇرۇن ئارىلىقىدا كانال يول ئارقىلىق ياش بۇرۇندىن ئېقىپ چىقار.

داۋالاش

دەمئە كېسەللىكىنىڭ مەنبەسى مېڭە دوقىسىنىڭ ئىچكى تومۇرلىرىدا بولسا، بىمارنىڭ ئىچىنى ئالدى بىلەن مۇناسىۋەتلىك دورىلار بىلەن تەنقىيە قىلغاي، ئاندىن كېيىن غار - غار قىلىش، چۈشكۈرۈش ئارقىلىق مېڭە مىزاجىنى تەڭشىگەي، خۇش ھىدلىق دورىلار بىلەن مېڭىگە قۇۋۋەت بەرگەي ۋە 2 ~ 3 كۈندە بىر قېتىم بىمارنىڭ چېچىنى چۈشۈرگەي، شۇنىڭدەك مېڭە دوقىسى ۋە بويۇنغا ھىجامەت (لوڭقا) قويغاي. دەمئە كېسەللىكىنىڭ مەنبەسى مېڭە دوقىسىنىڭ تاشقى تومۇرلىرىدا بولسا، بىمارنىڭ بېشىغا ھۆللۈكلەرنى تارقاتقۇچى دورىلارنى چاپقاي. تۈگمەن توزۇندىسى، كۈندۈر كېپىكى قاتارلىقلارنى تىكەن سۈيى ۋە باشقا قابىز دورىلار بىلەن مەلھەم قىلىپ باشقا چاپقاي.

ئەگەر دەمئە كېسەللىكى كۆز مۇسكۇللىرىنىڭ ئاجىزلىقىدىن كېلىپ چىققان بولسا، بەرۇدى ھەسرۇم، باسلىقۇن ۋە رۇشنائىغا ئوخشاش قۇۋۋەتلەش ۋە يۇمشىتىش تەسىرى بولغان دورىلارنى ئىشلەتكەي، كۆزگە تارتقاي. ئەگەر دەمئە كۆز چانىقىدىكى توقۇلمىلارنىڭ كەملىكىدىن بولسا تۆۋەندىكى داۋالاشلارنى قىلغاي: گۆش ئۇندۇرۇش مەقسىتىدە زەرۇرى ئەسفەر، سەبرە بىلەن كۇندۇر تۇتۇنى، شىيافى مامىيسا، زەپەر قاتارلىق دورىلارنى ئىشلەتكەي. ئۇزۇم شارابى بىلەن كۆزنى يۇيۇپ ئارقىدىن كۆزگە يۇيۇلغان سەبرە تارتقاي. ئاندىن كېيىن خارخەسەك (ئوغرىتىكەن) يوپۇرمىقىنى شاراب بىلەن قاينىتىپ كۆزگە قويسا ياخشى مەنپەئەت قىلۇر.

ئەگەر ئىسپەنج (بۇلۇت) نى شاراب بىلەن ھۆل قىلىپ، كۆزگە دائىم قويسا مەنپەئەت قىلۇر. ئاچچىق تاشنى شارابقا سېلىپ، پىشۇرۇپ قائىدە بويىچە سالايە قىلىپ، يۇيۇپ كۆزگە سۈركىسىمۇ ياخشى بولۇر.

دەمئە كېسەللىكى بەزىدە مېڭە مىزاجىنىڭ ئىسسىقلىقىدىن پەيدا بولۇر. بۇ چاغدا كۆز تومۇرلىرى يوغان، كۆپ ۋە قىزىل بولۇر. كۆز يېشى ئىسسىق، سۇيۇق بولۇر. بەزىدە دەمئە مېڭە مىزاجىنىڭ سوغۇقلۇقى سەۋەبىدىن پەيدا بولۇر. بۇنىڭدا كۆز تومۇرلىرى ئاسان كۆرۈنمەس، كۆز ئاق، ھەرىكىتى ئاستا، يېشى قويۇق بولۇر.

ئىسسىق مىزاج كىشىلەرگە پايدا قىلىدىغان سۈرمە

نۇسخىسى: يۇيۇلغان شادىنەج، تۇتىيا، مەرقىشىا (بىر خىل تاش)، مەرۋايىت، مارجانىنىڭ ھەربىرىدىن ئىككى گىرامدىن، شىيافى مامىيسا، سەبرە ھەربىرىدىن ئىككى گىرامدىن، دورىلارنى قائىدە بويىچە سوقۇپ، زىمات تەييارلاپ ئىشلەتكەي.

سوغۇق مىزاج كىشىلەرگە پايدا قىلىدىغان سۈرمە

نۇسخىسى: پىلپىل ئالتە گىرام، ھىندىستان تۇزى (نەمەك ھىندى) بەش گىرام، مۇرچ ئۈچ گىرام، كۆپۈكى دەريا ئىككى گىرام، سۈرمە ۋە باشقىلار، مۇناسىپ دورىلاردىن ئۈچ ھەسسە قوشۇپ، زىمات تەييارلاپ ئىشلەتكەي. باسلىقۇن ۋە رۇشنائىمۇ سوغۇق مىزاجلىق كىشىلەرگە مەنپەئەت قىلۇر.

كۆز مۇسكۇللىرىنىڭ زەئىپلىكىگە پايدا قىلىدىغان دورا

نۇسخىسى: قورۇلغان سېرىق ھېلىلە پوستى، ھىندىستان تۇزى (نەمەك ھىندى)، مازور (موزا) قاتارلىقلارنىڭ ھەرقايسىسىدىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ ئىشلەتكەي. سېرىق ھېلىلە پوستىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، سۇغا بىر ھەپتە چىلاپ قويغاي. بۇ جەريانىدا سېرىق ھېلىلىنى پات - پات ئارىلاشتۇرۇپ تۇرغاي، ئاندىن كېيىن پىسەپلىرىنى سۈزۈپ ئېلىۋېتىپ سۈيىگە تۇتىيانى چىلىغاي. ئۇنى بىر مەزگىل تۇرغۇزغاندىن كېيىن كۆزگە سۈركىگەي. ئۇنىڭدىن باشقا، ھەببۇلئاس سۈيىگە چىلانسىمۇ بولۇر.

دەمئە كېسەللىكىگە مەنپەئەت قىلىدىغان ۋە مۇسكۇللارغا قۇۋۋەت بېرىدىغان سۈرمە

نۇسخىسى: تۇتىيا 24 گىرام، سۈرمە ئۆچ گىرام، يۇيۇلغان شادىنەج تۆت گىرام، ئالتۇن كۈشتىسى ئىككى گىرام، ئىقلىميا (ئالتۇن دېتى) ئىككى گىرام ، بۇ دورىلارنىڭ ھەممىسىنى سالايە قىلىپ، ئىككى ھەسسە سېرىق ھېلىلە سۈيى، بىر ھەسسە ئۈزۈم غورىسى سۈيى ۋە بىر ھەسسە سۇماق سۈيىگە چىلاپ ئارىلاشتۇرۇپ، زىمات تەييارلاپ ئاغرىق ئورۇنغا چاپقاي.

يەنە بىر سۈرمە

نۇسخىسى: سېرىق ھېلىلىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، خېمىرنىڭ ئارىسىغا ئوراپ پىششىق خىش ئۈستىدە قويۇپ، خېمىر قىزارغانغا قەدەر تونۇردا قويغاي، ئاندىن كېيىن ھېلىلىنى خېمىردىن چىقىرىپ، يېرىم گىرام زەپەر بىلەن سالايە قىلىپ كېسەللەنگەن ئورۇنغا سۈركىگەي.

سېرىق سۈرمە

نۇسخىسى: زەپەردىن ئۆچ گىرام، كافۇردىن يېرىم گىرام ئېلىپ، يۇمشاق سالايە قىلىپ ئىشلىتىلسە دەمئە كېسەللىكىگە مەنپەئەت قىلۇر.

سوغۇق مىزاجلىق كىشىگە پايدا قىلىدىغان يەنە بىر سۈرمە

نۇسخىسى خورما بىلەن كۆيدۈرۈلگەن تۇتىيايى مەدەنىي، تۇتىيايى مەدەنىينى خورما بىلەن كۆيدۈرۈش ئۇسۇلى: تۇتىيانى ئۇششاق ئېزىپ، قائىدە بويىچە سۇ بىلەن سالايە قىلغاي، ئاندىن كېيىن خورمىنىڭ ئۇرۇقىنى ئېلىۋېتىپ، تازىلاپ يۇمشاق ئېزىپ، تۇتىيانى ئۇنىڭغا ئارىلاشتۇرغاي، ئاندىن كېيىن ئۇنى مىس تاۋاققا ئېلىپ، كۆمۈر چوغىنىڭ ئۈستىدە تاكى قورۇلغانغا قەدەر قويغاي. سوقۇپ تالقان قىلغىلى بولغۇدەك ھالەتكە كەلگەندە ئوتتىن چىقارغاي. زىيادە كۆيدۈرۈۋېتىشتىن ئېھتىيات قىلغاي. تۇتىيا خورما رەڭگىدە سارغايغان بولسا كۇپايە قىلۇر، ئاندىن كېيىن ئۇنى سوقۇپ قائىدە بويىچە يۇغاي، ئاندىن قۇرۇتۇپ سوقۇپ، ئۇنىڭدىن 15 گىرام، قاقىلە كىبار مېغىزىدىن ئىككى گىرام ئېلىپ، بۇ ئىككىسىنى ياخشى سالايە قىلىپ ئىشلەتكەي.

ئون بىرىنچى باب كۆز بىرىكتۈرگۈچى پەردىسىدە پەيدا بولغان دۇبەيلە توغرىسىدا

ئېغىزى چوڭ بولغان، كۆپ يىرىڭلايدىغان جاراھەت «دۇبەيلە» دەپ ئاتىلار.

داۋالاش

بىماردىن جىددىي ھالدا قان ئالغاي. سۈركىگە ئىچكۈزگەي، ئاندىن كېيىن قان ئېلىش ۋە سۈرگە دورىسى بېرىش بىلەن بۇ ئاغرىقنى تېزدىن داۋالاش قىلغاي. شىيافى ئەبىيز ئەپيۇنىنى كۆزگە تارتقاي. مەلۇم ۋاقىت ئۆتكەندىن كېيىن شىيافى ئابار ئىشلەتكەي.

شىيافى ئابار (1)

نۇسخىسى ئالتۇن دېتى، ئورۇس ئۇپىسى، كۆيدۈرۈلگەن مىس، سۈرمە ئىسپىھانى، سەمغى ئەرەبى، كەتىرا، كۆيدۈرۈلگەن ئابار ھەربىردىن 24 گىرامدىن، مۇرسا‌ق، ئەپيۇن ھەربىردىن ئۈچ گىرامدىن. دورىلارنىڭ ھەممىسىنى سوقۇپ، يامغۇر سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ، شىياق قىلغاي.

شىيافى ئابار (2)

نۇسخىسى: ئالتۇن دېتى 24 گىرام، كۆيدۈرۈلگەن مىس، كۆيدۈرۈلگەن ئابار، مۇرسان، ئاقاقىيا ھەربىرىدىن ئالتە گىرامدىن، ئەپيۇن توققۇز گىرام، دورىلارنى يامغۇر سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ ئىشلەتكەي.

شىيافى ئابار (3)

نۇسخىسى كۆيدۈرۈلگەن ئابار، كۆيدۈرۈلگەن مىس، سۈرمە، تۇتىيا، سەمغى ئەرەبى، كەتىرا ھەربىرىدىن 24 گىرامدىن، ئەپيۇن ئىككى گىرام. بۇلاردىن زىمات ياساپ، ئاغرىق ئورۇنغا چاپقاي. پەرۋىش قىلىنغان تۇتىيا كۆز ئاغرىقىنىڭ بابىدا بايان قىلىندى. ئەگەر دۇبەيلە ئۆزلۈكىدىن ئېغىز ئالسا شىيافى ئەبيەز كۇندۇرى ئىشلەتكەي.

شىيافى ئەبيەز كۇندۇرى

نۇسخىسى ئورۇس ئۇپىسى 32 گىرام، كۇندۇر ئىككى گىرام، دورىلارنى سوقۇپ، يامغۇر سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ، شىياق تەييارلاپ ئىشلەتكەي.

تۇخۇم سېرىقىنى كۆزگە تاڭسىمۇ مەنپەئەت قىلۇر. بۇنىڭدىن باشقا داۋالاشلىرى قۇرۇھى قەرنىيە (كۆز مۆڭگۈز پەردىسى يارىسى) دە بايان قىلىندى.

ئون ئىككىنچى باب كۆز بىرىكتۈرگۈچى پەردىسىدە پەيدا بولىدىغان مونچاق گۆش توغرىسىدا

بۇ يۇمشاق، ئانچە قىزىل بولمىغان، تولىراق كۆزنىڭ بۇرۇن تەرىپىدىكى ئۇچىغا يېقىن ئورۇندا پەيدا بولۇر. ئۇنىڭدا قىزىل ناخۇنە (كۆز تىرناقچە گۆش) نىڭ تومۇرلىرىغا ئوخشاش تومۇرلىرى بولۇر.

داۋالاش

ئالدى بىلەن قىيفال تومۇرىدىن قان ئالغاي، بىمارغا سۇرگە بېرىپ، بەدەن تەنقىيە قىلىنار تاكى بەدەندىكى كېسەللىك ماددىسى تولۇق تازىلانغانغا قەدەر بىرقانچە قېتىم سۇرگە بەرگەي. ئەگەر دورىلار بىلەن داۋالغاندىن كېيىن يەنە تەكرارلانسا، كۆز تىرناقچە گۆشىنى كېسىپ ئېلىۋەتكەنگە ئوخشاش قولنى پاكىز تازىلاپ، كۆزگە كەرگۈ سېلىپ، قائىدە بويىچە مەخسۇس سايمان بىلەن كېسىپ ئېلىۋەتكەي. كېسىش جەريانىدا كۆزنى زەخىملەندۈرۈپ قويۇشتىن ئېھتىيات قىلغاي. ئاندىن كېيىن زىرە سۇيىنى چاينىغان تۇز بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئاغرىق ئورۇنغا بىرنەچچە قېتىم تېمىتقاي. تۇخۇم سېرىقىنى كۆزگە تاڭغاي، ئاندىن كېيىن باسلىقۇن ۋە باشقا دورىلارنى ئىشلەتكەي.

ئون ئۈچىنچى باب كۆز بىرىكتۈرگۈچى پەردىسىگە يەتكەن تەپەررۇقى ئىنتىسال توغرىسىدا

كۆز بىرىكتۈرگۈچى پەردىسىگە تىغ ياكى تاشقا ئوخشاش نەرسىلەر تېگىپ، تۇتۇشۇپ زەخمىلەندۈرۈشى «تەپەررۇقى ئىنتىسال» (پۈتۈنلۈك بۇزۇلۇش) دەپ ئاتىلار. ئەگەر كۆز بىرىكتۈرگۈچى پەردىسىدە تەپەررۇقى ئىنتىسال يۈز بەرسە، ماددىنىڭ كېسەللەنگەن ئورۇنغا چۈشۈشىنىڭ ئالدىنى ئېلىش ئۈچۈن قىيفال تومۇرىدىن قان ئالغاي ھەمدە بىمارغا سۇركىگە دورىسى بەرگەي. ئەگەر زەخمە قانغان بولسا، قانىنى تازىلىۋېتىپ، يۇيۇلغان شادىنەج بىلەن ئازراق كافۇرنى ئارىلاشتۇرۇپ قان چىققان ئورۇنغا بېسىپ، مەھكەم تېڭىپ قويغاي. ئەگەر قانىمىغان بولسا پەرۋىش قىلىنغان تۇتىيا بىلەن تۇخۇم سېرىقىنى ئارىلاشتۇرۇپ كۆزگە تاڭغاي، يەنە قان ئالغاي ۋە سۇركىگە دورىسى بەرگەي.

ئەگەر زەخىم ئورنىدىن سۇيۇقلۇق ياكى يېرىڭ ئاقسا، دۇبەيلە ۋە يارىنىڭ ئىلاجىنى قىلغاي.

بەشىنچى قىسىم مۇڭگۇز پەردىدە پەيدا بولىدىغان كېسەللىكلەر توغرىسىدا

بۇ قىسىم جەمئىي ئون بابتۇر.

بىرىنچى باب يارا ۋە دۇبەيلە توغرىسىدا

ئەرەب تىلىدا يارا «قۇرھە» دېيىلەر. كۆز مۇڭگۇز پەردىسىنىڭ يارىلىرى يەتتە خىل بولۇر. تۆتى كۆز مۇڭگۇز پەردىسىنىڭ ئۈستىدە، ئۈچى ئىچىدە پەيدا بولۇر. مۇڭگۇز پەردە ئۈستىدە بولىدىغان مەزكۇر تۆت خىلنىڭ بىرىنچىسى يۇنان تىلىدا «خادۇس»، ئەرەب تىلىدا «ئەلقەتتار» دەپ ئاتىلار.

ئالامىتى

كۆز قارىسىنىڭ ئۈستىدە چوڭ توچكا (داغ) پەيدا بولۇپ قالۇر، شەكلى تۈتۈنگە ئوخشار.

ئىككىنچىسى يۇنان تىلىدا «رەماپالىيۇن»، ئەرەب تىلىدا «ئەلغەمام» دەپ ئاتىلار. ئۇنىڭ شەكلىمۇ تۈتۈنگە ئوخشار، نىسبەتەن ئاقراق بولۇر.

ئۈچىنچىسى، كۆزنىڭ قارىسىنىڭ قىرىدا توچكا پەيدا بولۇر. بۇ ئورۇننىڭ كۆپ قىسمى ئەرەب تىلىدا «ئىكلىيلۇس سەۋدا»، يۇنان تىلىدا «ئەلخامۇن» دەپ ئاتىلار. بۇ يارىنىڭ كۆپ قىسمى كۆز قارىسىدا، ئاز قىسمى كۆز ئېقىدا بولۇر.

كۆز ئېقىدىكى قىسمى قىزىل، كۆز قارىسىدىكى قىسمى ئاق كۆرۈنەر. كۆزنىڭ مۇڭگۇز پەردىسىگە چىققان يارىلار ئاق، كۆز بىرىكتۈرگۈچى پەردىسىگە چىققانلىرى قىزىل كۆرۈنەر.

تۆتىنچىسى، يۇنان تىلىدا «مەغسەق» دەپ ئاتىلار.

ئالامتى

كۆز قارىسىدا بولسا ئاق كۆرۈنەر، چېچىلغان بۇلۇتتەك بولۇر. كۆز مۇڭگۈز پەردىسىدە بولىدىغان ئۇچ خىلىنىڭ بىرىنچىسى يۇنانچە «نوۋىبرىن»، ئەرەبچىدە «ئەلجۇب» دەپ ئاتىلار. بۇ چوڭقۇر تۆشۈك دېگەن مەنىنى بىلدۈرەر.

چوڭلۇقى قوناقنىڭ دانىسىدەك بولۇپ، ئارىلىقى يىراق بولۇر. رەڭگى سۈزۈك، قۇرۇق بولۇر.

ئىككىنچىسى يۇنانچە «قىلوما»، ئەرەبچە «ئالمۇئامە» دەپ ئاتىلار. بۇنىڭ مەنىسى «ئاغرىتقۇچى» دېگەن بولۇر.

يارا ئارىلىقى كەڭرەك، چوڭقۇرلۇقى تېيىزرەك بولۇر.

ئۈچىنچىسى يۇنانچە «پىئاما»، ئەرەبچە «ئەلئېھتىراق» دەپ ئاتىلار.

يارىنىڭ دانىسى ئايرىم - ئايرىم بولۇر، يىرىڭ كۆپ ئاقار. ئېغىز ئالغاندىن كېيىن بولسا، سۈزۈك سۇيۇقلۇق ئاقار. بۇ كېسەللىك ئىسسىقلىقىنىڭ ۋە ئۆتكۈر ھۆللۈكلەرنىڭ تەسىرىدىن پەيدا بولۇر. بۇ كېسەللىكنىڭ ھەممە تۈرلىرىدە سانجىق ۋە ئاغرىق بولۇر. ئەگەر يارا چوڭ، ئۇنىڭ دانىلىرى ئايرىم - ئايرىم، تولا يىرىڭلىق بولسا، ئۇ «دۇبەيلە» دەپ ئاتىلار، ئۇنى داۋالاش ئىلگىرى بايان قىلىندى. قالغان داۋالاشلار بۇ بابتا بايان قىلىنۇر. دەرھال قېيفال تومۇردىن قان ئالغاي. بەدەن قۇۋۇتىگە قاراپ قانىنى ئاز ياكى كۆپ ئالغاي. ھەپتىدە ياكى ئۇنىڭدىن ئازراق ۋاقىت ئىچىدە بىر قېتىم قان ئالغاي. ئاندىن كېيىن مەتبۇخى ھېلىلە، تەمرىھىندى، خىيارشەنبەر قاتارلىق دورىلار بىلەن 2 ~ 3 كۈن بىمارنىڭ بەدىنىنى تەنقىيە قىلغاي، ئاندىن كېيىن، كۆزىگە شىيافى ئەبىيەز، ئەپيۇن تارتقاي. پاچاققا لوڭقا قويغاي. پۇت - قولنى تاڭغاي. ئەگەر يارا كۆز چانىقىغا يېقىنراق بولسا، بىمارنى ئېگىزرەك ياتقۇزغاي. بۇ ئارقىلىق يىرىڭنىڭ كۆز چانىقىغا يىغىلىپ قېلىپ يەرلىك ئورۇننى چىرىتىشىدىن ساقلانغىلى بولۇر. ئەگەر يارا كۆز قۇيرۇقىغا يېقىنراق بولسا، يىرىڭنىڭ كۆز قۇيرۇقىدىن ئېقىشىغا قولايلىق بولسۇن ئۈچۈن، كۆز قۇيرۇقى تۆۋەنگە قارىتىلار. يۇقىرى ئاۋازدا ۋارقىراش، قەي قىلىش، چۈشكۈرۈش، ياقا تۇگمىلىرىنى چىڭ ئېتىش، ياستۇقنى ئېگىز قويۇش قاتارلىقلارنىڭ ھەممىسى بىمار ئۈچۈن زىيانلىقتۇر. ئەگەر يارا يامان بولۇپ، ماددىسى ئىسسىق، ئۆتكۈر بولسا، كۆزگە ئاق شىياق تارتقاي، ئايال كىشىنىڭ سۈتىنى تېمىتقاي، ئاق شىيافنى ئايال كىشىنىڭ سۈتى بىلەن ئېرىتىپ تارتسىمۇ پايدا قىلۇر. ئەگەر بىماردا قەۋزىيەت بولسا، تۆۋەندىكى ھەب بىلەن ئىچىنى بوشاتقاي. كەتىرا، رۇببىسۇس بىر ھەسسىدىن، مەھمۇدە (سوقمونيا) يېرىم ھەسسە، قائىدە بويىچە ھەب تەييارلاپ ئىككى

گىرامدىن ئىستېمال قىلغاي ياكى شۇ خۇسۇسىيەتكە ئىگە بولغان باشقا دورىلار بېرىلسمۇ بولۇر. يەنە ئىسسىقتىن بولغان رەمەدنىڭ ئىلاجىنى قىلسىمۇ بولۇر. ئەگەر قان ئالغان ۋە سۇرگە بەرگەندىن كېيىنمۇ لوقۇلداپ ئاغرىش پەيدا بولسا، بۇ ھالدا ساقىيىشتىن ئۈمىد ئۈزگەي. يامانراق تەرىپى شۇكى، بۇ يارا بىلەن كۆز جىيىكى يوغىناپ كېتەر. كۆزنىڭ پەردىلىرى قۇرغاقلىشىپ يىرىكلىشىپ قالۇر. شۇنىڭ ئۈچۈن، مۇناسىپ مايلار بىلەن مايلاپ بەرگەي. ئۇنداق قىلمىغاندا بىمار بەرداشلىق بېرەلمەس. ئەگەر يارىنىڭ ئېغىز ئېلىشى كېچىكسە، كېچىكىپ ئىششىسا شۇمشا سۇيى، ئىكلىلمىلىك سۇيى تېمىتقاي. يارا ئېغىز ئالغاندىن كېيىن، ئۇنى تازىلاش ئۈچۈن، شىيافى ئەبىەز بىلەن ئەنزىرۇت تارتقاي. شىيافى ئەبىەزنى ئالتۇن ئىقلىمىياسى بىلەن تارتسا تېخىمۇ ياخشى مەنپەئەت قىلۇر.

نۇسخىسى سەمغى ئەرەبى، كەتىرا، نىشاستە ھەربىرىدىن ئالتە گىرامدىن، ئورۇس ئۇپسى 15 گرام، ئەپيۇن، كۇموش ئىقلىمىياسى ھەربىرىدىن ئۈچ گىرامدىن، قائىدە بويىچە شىياق تەييارلاپ ئىشلەتكەي. ئەگەر يارا ئېغىزدا يىرىڭ كۆپ بولسا، مەزكۇر شىيافقا كۇندۇر سالغاي، يارا تازىلىنىپ بولغاندىن كېيىن بۇ شىيافنى ئىشلىتىش مەنئى قىلىنار.

كۆز بىرىكتۇرگۈچى پەردىسگە چىققان يارىنى داۋالاشتا بايان قىلىنغان شىيافى ئابارنى ئىشلىتىپ، يارىنىڭ ساقىيىشىنى تېزلەشتۇرگەي. ئارتۇق ھۆللۈكلەرنى قۇرۇتۇش ئۈچۈن، سەدەپ كۇشتىسىدىن زەرۇرى تەييارلاپ يارىغا سەپكەي. يارا ئېغىزى گۆش ئۇنۇپ پۈتكەندىن كېيىن، شىيافى ئەھمەر بىلەن شىيافى لەيىين تارتقاي. ئۇنىڭدىن كېيىن سۇرمەئى ئەغبەر تارتقاي. ئەگەر زۆرۈر بولسا ھەممە شىياق ۋە سۇرمىلەردىن كېيىن كۆك شىياق، شىيافى ئەخزەر تارتقاي، ئەگەر تاتۇق قالسا، ئۇنىڭغا ئۇششاق يارىلارنىڭ ئىلاجىنى قىلغاي. بۇ داۋالاش يۇقىرىدا بايان قىلىندى. ئەگەر يارا قىزىرىپ يۇقۇملانغان بولسا، قۇۋۇەت بېرىدىغان قابىز دورىلار بىلەن داۋالاش قىلغاي.

ئىككىنچى باب كۆز مۇڭگۈز پەردىسگە چىقىدىغان ئۇششاق يارا توغرىسىدا

ئۇششاق يارىلار كۆز مۇڭگۈز پەردىسىنىڭ تېگىلىرىدە يىغىلغان ئوفۇنەتلەنگەن ئۆتكۈر رۇتۇبەتتىن پەيدا بولۇر. كۆز مۇڭگۈز پەردىسى تۆت قەۋەت بولۇر. ئۇششاق يارىلار بىرنەچچە

خىل بولۇپ، بەزىسى ماددىنىڭ ئۆتكۈرلۈكى، ئاچچىق ياكى تاتلىقلىقىدىن بولۇر. بەزىسى ماددىنىڭ قويۇق ياكى سۇيۇقلۇقىدىن بولۇر.

ئالامتى

ئىچكى تەرەپتە پەيدا بولغان يارىلارنىڭ ئالامتى شۇكى، بەزى يارىلار سىرتقى پوستىنىڭ ئارىسىدا بولۇپ، داۋالاش ئاسانراق ۋە بىخەتەررەك بولۇر. رەڭگى قارا ياكى سۇزۇك كۆرۈنەر. قارا كۆرۈنۈشنىڭ سەۋەبى ئىككى تۈرلۈك بولۇپ، بىرى كۆز مۇڭگۈز پەردىسى سۇزۇك بولۇپ، كۆز رەڭدار پەردىسىنى كۆرۈشتىن توسالماس. كۆز رەڭدار پەردىسى قارا بولۇر. ئىككىنچى، كاۋاك نېرۋىغا كىرىدىغان كۆرۈش قۇۋۋىتىنىڭ نۇرىدىن يىراقراق بولۇر. سۇزۇك ۋە يورۇق كۆرۈنۈشنىڭ سەۋەبى شۇكى، ھۆللۈكتىن بولغان يارىلار بۇ پەردىنىڭ ئاستىدا بولغانلىقتىن، روشەن كۆرۈنەر. بەزىسى ئىككىنچى پەردىنىڭ ئاستىدا بولۇپ، ئاقرىشى ۋە خەتىرى قاتتىق بولۇر، قارىلىقى ۋە خەتىرىمۇ نورمال بولۇر. ئىككى پەردىنىڭ ئاستىدىن كۆرۈنىدىغان ۋە يېقىندىن كۆرۈش نۇرىمۇ دېگەندەك روشەن بولماس. بەزىسى ئۇچىنچى پەردىنىڭ ئاستىدا بولۇپ، دەردلىك ۋە خەتەرلىكرەك بولۇر. بۇ ئىككى سەۋەبتىن ئاق كۆرۈنەر. بىرى، رۇتۇبەت ئۇچ پەردىنىڭ ئاستىدا بولۇپ، كۆزنى رەڭدار پەردىنى كۆرۈشتىن توسۇر. ئىككىنچى، كۆرۈش نۇرىغا يېقىنراق بولۇپ، كۆرۈش نۇرى ئۇنىڭغا تەسىر قىلار. بۇ سەۋەبتىن ئاق كۆرۈنەر. بۇ خىلدىكى كۆز كېسەللىكلىرى مۇشۇ ئۇسۇل بىلەن بىلىنەر. كۆز مۇڭگۈز پەردىسى تۆت قەۋەت بولۇر، ماددىنىڭ كۆپلۈكىنىڭ ئالامتى شۇكى، بەدەننىڭ قانداق يېرىدە ماددا كۆپ ۋە ئۆتكۈر بولسا، پات - پات كېسەللىك يۈز بېرىپ تۇرار. سانجىپ ئاغرىش كۆپرەك بولۇر. ماددىنىڭ كۆپلۈكىدىن ئەزانى ئۆزى تەرەپكە تارتقاي ۋە ئاغرىتقاي. ماددىنىڭ ئۆتكۈرلۈكىدىن ئەزانى كۆيدۈرەر. ماددا قويۇق ۋە ئاز بولسا يۇقىرىقى ئەھۋالنىڭ ئەكسى كۆرۈلەر. لېكىن ماددا قويۇقلۇق سەۋەبىدىن كېچىكىپ پىشار. ماددا شېرىن بولسا، كۆيۈشى ئازراق، سانجىقى ۋە ئاغرىقى ماددىنىڭ ئاز - كۆپلۈكىگە ماس ھالدا بولۇر. بۇ يارىنىڭ خەتەرلىك بولۇشىنىڭ سەۋەبى شۇكى، كۆز مۇڭگۈز پەردىسىنىڭ زاتى (ئەسلي) قاتتىقراق بولۇپ، ماددا ئىسسىق ۋە ئۆتكۈر بولمىسا ئۇنىڭ زاتىغا تەسىر قىلالماس. بۇ يەردىكى ماددىلارنىڭ مۇشۇ يول بىلەن بىرگە ئاغرىق ئورۇنغا يىغىلىشىدا شەك يوقتۇر. ماددا شۇ ئەزانى يەپ، كۆيدۈرۈپ تۆشۈك قىلىۋېتەر. ئەگەر كۆزنىڭ رەڭدار پەردە تۆشۈكىنىڭ باراۋىرىدە بولسا كۆزنىڭ كۆرۈش يولى باغلىنىپ قارىغۇ بولغاي. ئىككىنچى ۋە ئۈچىنچى پەردىنىڭ ئىچىدىكى ئەھۋال چوڭ بولۇپ، كۆز رەڭدار پەردىسىگە

باراۋەر ياكى يېقىنراق بولسا بۇنداقتا خەتەر چوڭ بولغاي. پەردىلەر ئۇستىدىكى جاراھەت كۆيدۈرۈپ، كۆز تاشقىرىغا پۇلتىيىپ چىقار ۋە مۇرسەرەج (ئۆزۈمسىمان پەردىنىڭ پۇلتىيىپ چىقىۋېلىشى)كېسەللىكىگە گىرىپتار بولۇر. پەردىگە چۈمۈلە بېشىسىمان ماددا پەيدا بولۇپ كۆزنىڭ رۇتۇبەتلىرى شۇ يولدىن سۈزۈلەر. بۇ ماددا قاتتىق، ئازراق بولسا پەردىنى تېشەر. لېكىن، تازىلاش بىلەن ماددىنى تارقاتقىلى بولار.

داۋالاش

قان ئېلىش ۋە سۈرگە بېرىشكە ئالدىرىغاي. بىمارنىڭ غىزاسىغا قارا سۇنا، كاسنە، ئىسپىنەج، سېمىزئوت، شاھتەررە، قاپاق قاتارلىق دورىلارنى بەرگەي. شىيافى ئەبىيز، ئەپيۇننى ئايال كىشىنىڭ سۈتى بىلەن تېمىتقاي، ئەگەر كېسەللىك ئېغىر بولمىسا شىيافى ئەبىيز كۈندۈرى تارتىپ، زەرۇرى مەلكايا ئىشلەتكەي. ئەگەر كېسەللىك يەڭگىلرەك بولسا شىيافى ئەھمەرلەيين ئىشلىتىلگەندە كېسەللىكنى ياخشىلاپ، نورمال ھالەتكە كەلتۈرەر. كېسەللىك ياخشىلانماي كونىراپ قالسا، سۈرمەئى رۇشنائىغا ئوخشاش تېز تەسىر قىلىدىغان دورىلار ئىشلەتكەي. يەنە سەكبىنەج، ھىڭ (ھىلتىت) ۋە پەرپىيۇن تارتقاي.

ئۈچىنچى باب كۆزگە ئاق چۈشۈش، ئۇنى ئېلىش ۋە كۆك كۆزنى قارايتىش توغرىسىدا

كۆزگە ئاق چۈشۈش ئىككى خىل بولار. بىرى، كۆز مۈڭگۈز پەردىسىنىڭ يۈزىگە چۈشەر. بۇ تېبابەتتە «ئەسەر» دېيىلەر. ئىككىنچى خىلى، كۆز مۈڭگۈز پەردىسىنىڭ ئۈستىگە چۈشەر، بۇ تېبابەتتە «بايا» دېيىلەر. ئۇلارنىڭ ھەر ئىككىلىسى قويۇق بولۇپ، ئۇنىڭغا يارا سەۋەب بولۇر. كۆپىنچە باشىنىڭ قاتتىق ئاغرىغانلىقىدىن كۆزگە ئاق چۈشەر. بۇنىڭ ھەر ئىككىلىسىگە قان ئېلىش ۋە سۈرگە بېرىش بىلەن داۋالاش قىلغىلى بولماس. ئەما ئاقنى ئېرىتىدىغان دورىلار بىلەن داۋالاش قىلىشقا بولار. ئەگەر بىمارنىڭ كۆزىدىكى ئاق سۇيۇق بولسا ئۇنىڭغا لالىگۈلى ئۇسارىسى، قەنتەرىيۇن ئۇسارىسى ۋە ھەسەلنى بىرلەشتۈرۈپ، ئاق چۈشكەن كۆزگە تېمىتىپ بېرىلۇر، شۇنىڭ بىلەن بىرگە تىلغا تۇز بىلەن شېكەرنى تەڭكۈزۈپ، شۇ تىل بىلەن كۆزنى بىرنەچچە كۈن يالاپ بەرگەي. ئەگەر قان قويۇق بولسا تەسىرى كۈچلۈك

دورىلارنى بەرگەي. يەنە كۆيدۇرۇلگەن مىس، بۆرە ئەرمىنى، نۆشۈدۇر، تۇز، كۆپۈكى دەريا، سەرتان بەھرى، سۇرمەئى رۇشنائى قاتارلىق دورىلار كۆزدىكى ئاقنى يوقىتىشقا پايدىلىقتۇر. كۆزگە توغرىغۇ ئېرىتمىسى، زەيتۇن يېغى سۇركىگەي. ئاندىن كېيىن زەرۇرى مىشكى ئىشلەتكەي.

زەرۇرى مىشكى (1)

نۇسخىسى سەرتان نەھرى، كۆپۈكى دەريا، كېلەر مايىقى، سەنگدانە ھۇبارا، تۇتىيا، تۆگىقۇشى تۇخۇمنىڭ پوستى ھەرقايسىسىدىن ئالتە گىرامدىن، قائىدە بويىچە زەرۇرى تەييارلىغاي.

زەرۇرى مىشكى (2)

نۇسخىسى ئورۇس ئۇپىسى ئۇچ گىرام، مىس دېتى، سۇرىيە شېبىسى، تېشىلمىگەن مەرۋايىت، كۆيدۇرۇلگەن ھېقىق، بىلەي تاش، پىلپىل، ھېجىر چىنە، ئالتۇن دېتى، تۇتىيا ھىندى، مارجان يىلتىزى (بىخ مارجان)، ئالتۇن لېپى، كۆيدۇرۇلگەن مىس، كىرمانى تۇتىيا، مەھمۇدى ئالتە گىرامدىن، قائىدە بويىچە زەرۇرى تەييارلىغاي.

زەرۇرى مىشكى (3)

نۇسخىسى تۇز ئۇچ گىرام، بۆرە ئەرمنى ئۇچ گىرام، مۇرسافى، شىرخىست ھەربىرىدىن 21 گىرامدىن، شېشە كۇشتىسى، كۆپۈكى دەريا ھەربىرىدىن ئالتە گىرامدىن، ئىپار بىر گىرام، ھەممىسنى يۇمشاق سوقۇپ، قائىدە بويىچە زەرۇر قىلغاي.

زەرۇرى مىشكى (4)

نۇسخىسى كېلەر مايىقى 10 گىرام، توغرىغۇ، شېشە كۇشتىسى، كۆپۈكى دەريا ھەربىرىدىن 15 گىرامدىن، مەرۋايىت 10 گىرام، زانگار ئۇچ گىرام، مارجان 10 گىرام، ئۆشنە ئىككى گىرام، تۆگىقۇشى تۇخۇمى پوستى 10 گىرام، تۇتىيا ھىندى ئالتە گىرام، ئىپار يېرىم گىرام، دورىلارنى مىقدارى بويىچە ئېلىپ، قائىدە بويىچە زەرۇرى تەييارلىغاي.

زەرۇرى مشكى (5)

نۇسخىسى قارلىغاچ مايىقى، ئاقىرقەرھا، ئەنزىرۇت، زەنگار، شېشە كۇشتىسى، كۆپۈكى دەريا، مىس دېتى، يۇمشاق سوقۇپ، قائىدە بويىچە زەرۇرى تەييارلىغاي.

زەرۇرى مشكى (6)

نۇسخىسى ئەنزىرۇت، بۆرە ئەرمىنى، تاشتۇز ھەربىرىدىن بەش گىرامدىن، شىرخىست ئۇچ گىرام، بۇلارنىڭ ھەممىسىنى سوقۇپ، 45 گىرام كۆپۈكى ئېلىنغان ساپ ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ، مەلھەم تەييارلاپ كۆزگە سۈركىگەي. دورىنى كۆزگە سۈركەشتىن ئاۋۋال مۇنچىغا بېرىپ يۇيۇنغاي.

يۇقىرىقى تۆتىنچى، بەشىنچى، ئالتىنچى رېتسىپىنىڭ كۆزنىڭ ئېقىنى يوقىتىشتا ئۈنۈمى ئالاھىدە ياخشىدۇر.

كۆزگە چۈشكەن ئاقنى تارقىتىدىغان زەرۇرى

نۇسخىسى تۇتىيا، ئالتۇن دېتى، سەرتان نەھرى، كۆيدۈرۈلگەن سەدەپ، زاراڭزا چېچىكى ھەرقايسىسىدىن باراۋەر مىقداردا، ئىپار يېرىم گىرام، قائىدە بويىچە زەرۇرى تەييارلىغاي.

كۆزدىكى ئاقنى يوقىتىدىغان شىياق

نۇسخىسى كۆپۈكى دەريا، شېشە كۇشتىسى، كېلەر مايىقى، مەككە شېكىرى، بۇلارنىڭ ھەرقايسىسىدىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، ئارىلاشتۇرۇپ سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئۇنىڭغا 30 گىرام ئېگىر، 30 گىرام سوقۇلغان مامىرانچىن قاتارلىقلارنى قوشۇپ، 300 مىللىلىتىر سۇدا تاكى سۇنىڭ ئۈچتىن بىرى قالغۇچە قاينىتىپ، سۈزۈپ ئېلىپ، ئاندىن سۇ بىلەن ھۆل قىلىپ ئېزىپ، يۇغۇرۇپ سايىدا قۇرۇتۇپ، يەنە بىر قېتىم يۇمشاق ئېزىپ، يەنە سۇدا يۇغۇرۇپ، مۇشۇ ئۇسۇلنى تۆت قېتىم تەكرارلاپ، ئاندىن شىياق تەييارلاپ ئىشلەتكەي.

كۆز ئېقىنى قارا كۆرسىتىدىغان دورا

نۇسخىسى مازو (موزا) ، ئاقاقيا ھەربىرىدىن ئۇچ گىرامدىن، گۈلقەنت ئىككى گىرام، ھەممىسىنى سوقۇپ لاله سۇيى بىلەن يۇغۇرۇپ، سايىدا قۇرۇتۇپ، يەنه بىر قېتىم يۇمشاق سوقۇپ، ئۇنى يەنه لاله سۇيى بىلەن بىر قېتىم يۇغۇرۇپ، شياق قىلىپ ئىشلەتكەي.

سۇتنى سېغىپلا ئىسسىق ھالەتته كۆزگه تېمىتسا ئاقنى يوقاتقاي. ھۆل بۇغداينىڭ شىرىسىنى كۆزگه تارتسا كۆزنى قارا كۆرسەتكەي. تاتلىق ئانار پوستىنىڭ سۇيىنى كۆزگه تېمىتسا كۆزنى قارا كۆرسەتكەي. يـاۋا ياڭاقنى كۆيدۈرۈپ، ئـت يېغى بـلەن مەلـھەم قىلـىپ، كۆك كۆزلـۈك كىچىك بالىنىڭ مېڭه قىسمىغا سۈركەپ بەرسه كۆزنى قارايتقاي، (بۇ نۇسخا ھىجرىيەنـىڭ 196 ـ يىلى تەجرىبىدىن ئۆتكەن). پەلكۈچنى ئاچچىق ئانار پوستىنىڭ ئارىسىغا سۈركەپ كۆزگه تارتسا كۆزنى قارا قىلغاي. بۇنىڭ قۇۋۋىتى كۈچلۈك بولۇپ، مۈشۈكنىڭ كۆزىگه تارتسا مـۈشۈكنـىڭ كۆزىمۇ قارا قىلغاي.

زەپەرمۇ كۆزنى قارايتىش خۇسۇسىيىتىگه ئىگىدۇر. ئەگەر كۆزگـه چۈشكەن ئـاق يارىنـىڭ تەسىرىدىن بولسا، ئـسپاھان سـۈرمىسـىدىن 10 گىرام، مـەرۋايىت ئۇچ گـىرام، مشـكى (ئىپـار) كافۇر يېرىم گىرام، زەيتۇن يېغـىدا ياندۇرۇلغـان چىراغنـىڭ ئىسى ئالتە گـىرام، زەپەردىن ئـۈچ گىرام ئېلىپ كۆزگه تارتقاي.

تۆتىنچى باب كۆز مۈڭگۈز پەردىسى رەڭگىنىڭ ئۆزگىرىشى توغرىسىدا

بۇ ئىككى خىل بولۇر. بىرى، مـۈڭگۈز پەردىـگه يەتكـەن گۆش كۆپ بولـۇر. يەنه بـىرى، گۆشنىڭ رەڭگىنىڭ قانداقلىقىدۇر. ئەمما گۆشنىڭ كۆپلۈكىنىڭ ئالامىتى شۇكى، ھەممه نەرسه كۆز مۈڭگۈز پەردىسىنىڭ ئارىسىدا تۇرغاندەك كۆرۈنەر.

داۋالاش

بۇ يۇقىرىدا كۆز مۈڭگۈز پەردىسىنى داۋالاشتا بايان قىلىندى. ئەمما، گۆشنىڭ رەڭگىنىڭ

ئالامتى شۇكى، كېسەللىك قايسى خىلتتىن بولسا، شۇ خىلتتىكى رەڭگىدە كۆرۈنەر. ئەگەر گۆش بەلغەم خىلتىدىن بولسا ئاق، قان خىلتىدىن بولسا قىزىل، سەپرا خىلتىدىن بولسا سېرىق، سەۋدا خىلتىدىن بولسا قارا كۆرۈنەر.

داۋالاش

بۇ ئىككى خىل ئەھۋالنى داۋالاشتا يۇقىرىدا سۆزلەنگەن كۆزگە خاس چۈشۈشنى ۋە يەرقاننى داۋالاشتا بايان قىلىنغاندەك بەدەن ۋە مېڭىنى كېسەللىك پەيدا قىلغۇچى ماددىدىن تازىلاپ، ئاندىن كېيىن، ئۇنىڭغا لايىق شەربەت تەييارلاپ بەرگەي ياكى بېشىنى بابۇنە، بىنەپشە، نىلۇپەر، قىزىلگۈلگە ئوخشاش نەرسىلەرنىڭ پىشۇرغان سۈيىنىڭ هورىغا تۇتقاي. ئاندىن يۇمشاق قىزىل شىياق تارتىپ، كۆزنىڭ مۈڭگۈز پەردىسگە چۈشكەن گۆشنى يۇمشىتىشنىڭ ئامالىنى قىلغاي.

بەشىنچى باب كۆز مۈڭگۈز پەردىسىنىڭ ھۆللىشىشى توغرىسىدا

بۇ كېسەللىكتە غەيرىي تەبئىي قويۇق ھۆللۈك كۆزنىڭ مۈڭگۈز پەردىسىنى پەردىدەك ياكى سۈزۈك بۇلۇتتەك ئوراپ تۇرار، بۇنىڭ بىلەن بىمارغا ئەتراپتىكى نەرسىلەر گويا تۇمان ئىچىدە تۇرغاندەك كۆرۈنەر.

داۋالاش

بەدەن ۋە مېڭىنى ھەببى قوقيا ۋە ئايارەج پەيقرا بىلەن تازىلىغاي، غەلىز تائامدىن پەرھىز قىلغاي، غىزاسىغا دارچىننى كۆپرەك سېلىپ بەرگەي.

ئالتىنچى باب كۆز مۈڭگۈز پەردىسىنىڭ قۇرغاقلىشىشى توغرىسىدا

كۆز مۈڭگۈز پەردىسىنىڭ قۇرۇقلۇقىنىڭ سەۋەبى ئىككى خىل بولۇر. بىرى، ئەسلىي رۇتۇبەتنىڭ يېتەرلىك بولماسلىقىدىن كۆز مۈڭگۈز پەردىسىدە تەشەنئوج، تارتىشىش پەيدا

بولۇر؛ ئىككىنچى خىلى، كۆز مۇڭگۈز پەردىسىنىڭ ھۆللۈكى ئازراق بولغاچقا، پەردە تارتىشىپ قالۇر. ئۇلارنىڭ ئوتتۇرىسىدىكى پەرق شۇكى، ھۆللۈكنىڭ كەملىكى سەۋەبىدىن بولسا، كۆز رەڭدار پەردىسىنىڭ تۆشۈكى تار بولۇر.

داۋالاش

رەڭدار پەردىنى داۋالاشتا بايان قىلىندى، ئەگەر ئەسلىي ھۆللۈكنىڭ ئازلىقىدىن بولسا، رەڭدار پەردىنىڭ تۆشۈكى ئۆز ھالىتىدە تۇرار.

قانداق بولۇشىدىن قەتئىينەزەر ھەر ئىككىلىسىنى داۋالاش قىيىندۇر. ئاۋۋال ھۆللۈكنى كۆپەيتكۈچى چارە ـ تەدبىرلەرنى قوللانغاي. بىمار مۇنچىغا كىرىپ سۈزۈك ۋە ئىسسىق سۇ ئىچىدە كۆزىنى ئېچىپ تۇرار، بىنەپشە، نېلۇپەرنى سۇدا قاينىتىپ، تەمىنى چىقىرىپ، سۈزاپ سۈيىدە كۆزىنى يۇسا، كۆزى ئېچىلار، بىنەپشە يېغى، بادام يېغى ۋە ئايال كىشىنىڭ سۈتىنى ئارىلاشتۇرۇپ بۇرنىغا تېمىتقاي. ئارپا، بىنەپشە، نېلۇپەر قاتارلىقلارنى سۇدا قاينىتىپ بىمارنىڭ بېشىغا قۇيغاي، تۇخۇم ئېقىنى ئانا سۈتى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ كۆزگە تېمىتقاي.

يەتتىنچى باب كۆز مۇڭگۈز پەردىسىدە سەرتان پەيدا بولۇش توغرىسىدا

سەرتان (راك) سەۋدادىن پەيدا بولغان قاتتىق ئىششىق بولۇپ، ئۇ بەدەنىنىڭ ھەممە ئەزاسىدا پەيدا بولۇر. دەسلەپتە يوشۇرۇن بولۇپ، ئاستا ـ ئاستا ئاشكارا بولۇر. ئاشكارىلانغاندا، تەخمىنەن پۇرچاق دانىسىدەك چوڭلۇقتا بولۇپ، رەڭگى تۇتۇق بولۇر، تۇتسا ئىسسىق بىلىنەر. ئۇنىڭ بەزىسى قاتتىق ئاغرىپ، بىمارنى بىئارام قىلار. يارىغا ئۆزگىرىشى ئاز بولار. بەزىسى يېنىك دەرىجىدە يارا ھاسىل قىلار. مۇڭگۈز پەردىسىدە پەيدا بولغانلىرى قاتتىق ئاغرىپ، كۆز تومۇرلىرى قىزىل، كۆپكەن بولۇر. بىمارنىڭ چېكىلىرى ئاغرار. ئۆتكۈر خاراكتېرلىك ماددا كۆزگە تەسىر قىلار. كۆزگە دورىلارنى تارتسا بىمار بەرداشلىق بېرەلمەس. بۇ كېسەللىكنىڭ ساقىيىشىدىن ئۈمىد كۈتكىلى بولماس. چۈنكى، بۇنىڭغا ئىشلىتىلىدىغان دورىلار كېسەللىك ماددىسىدىن كۈچلۈك بولغاي. ئەمما بۇنداق دورىلارنى تېپىش مۇشكۈلدۇر.

داۋالاش

سارتاننى داۋالاشتا كۆرستىلگەن دورىلار ئىشلىتىلسە كېسەللىك ئازابىنى يېنىكلىتىپ، تەرەققىياتىنى تىزگىنلىگىلى بولۇر. بۇنىڭ ئۈچۈن، سەۋدا خلىتى تەنقىيە قىلىنار. تەنقىيە ئۇسۇلى مالىخولىيا كېسەللىكىنى داۋالاشتا بايان قىلىندى، ساپ سۈت كۆپ ئىچىپ بېرىلسە مەنپەئەت قىلۇر.

بۇ كېسەللىككە پايدا قىلىدىغان سۈرمە

نۇسخىسى يۇيۇلغان تۇتىيا، پەرۋىش قىلىنغان شادىنەج ئەدەسى، نىشاستە ھەربىرىدىن ئۈچ گىرامدىن، شىيافى مامىيسا، تىينى مەختۇم ھەربىرىدىن ئىككى گىرامدىن، مەرۋايىتتىن بىر گىرام ئېلىپ، تۇخۇم ئېقى، گۈل يېغى قاتارلىقلار بىلەن مەلھەم قىلىپ، كۆزگە قويغاي. ئاندىن كېيىن ساپ سۈت بىلەن ھۆل يۇمغاقسۈت سۈيىنى ئارىلاشتۇرۇپ تېمىتىپ بەرگەي.

سەككىزىنچى باب كۆز مۇڭگۈز پەردىسى ئاستىدا يىرىڭ پەيدا بولۇش توغرىسىدا

بۇ كېسەللىك ئىككى خىل بولۇر. بىرى، يىرىڭ ئاز بولسا، كۆز مۇڭگۈز پەردىسى ئۈستىدە ناخۇنە (كۆز تىرناقچە گۆشى) شەكلىدە كۆرۈنەر. يىرىڭ يېيىلغان بولۇپ، مىقدارى كۆپ بولسا، كۆز قارىسىنى توسۇۋالار.

سەۋەبى

بىرىنچى، كۆز پەردىسى ئىچىدە يارا پەيدا بولۇپ، تېشىغا ئېغىز ئالالمايدىغان كېرەكسىز ماددىلار قاپسىلىپ قالغاندىن بولۇر. ئىككىنچى، قاتتىق باش ئاغرىقى سەۋەبىدىن كېسەللىك ماددىسى يەرلىك ئورۇنغا چۈشۈپ تۇرۇپ قالغانلىقى ۋە چىرىگەنلىكىدىن پەيدا بولۇر؛ ئۈچىنچى، ھۆللۈكتىن بولغان رەمەد (كۆز ئاغرىقى)نىڭ كېسەللىك ماددىسى يەرلىك ئورۇندا توختاپ قېلىشتىن پەيدا بولۇر.

داۋالاش

يىرىڭنى داۋالاش بىلەن يارىنى داۋالاش ئوخشاش بولۇپ، ئاۋۋال ئومۇمىي بەدەن ۋە مېڭنى ھەببى بىنەپشە، ئايارەج پەيقرا، ھەببى قوقيا قاتارلىق دورىلار بىلەن تەنقىيە قىلغاي، ئاندىن كېيىن يەرلىك ئورۇنغا شۇمشا سۈيى تېمىتقاي، ماددىنى پىشۇرۇش ئۈچۈن شيافى ئەبيەز، ئەنزىروت، كۈندۇر، زەرۇرى مەلكايا تارتقاي. ماددا پىشقاندىن كېيىن شيافى كۈندۇر تارتقاي.

شيافى كۈندۇر (1)

نۇسخىسى ئەنزىروت، ئوشەق ھەربىرىدىن 15 گىرامدىن، كۈندۇر 30 گىرام، زەپەر ئالتە گىرام، بۇلارنى يۇمشاق سوقۇپ، شۇمشا سۈيىدە يۇغۇرۇپ شيافى قىلىپ ئىشلەتكەي. ئۇنىڭدىن باشقا، شيافى ئەممەر (قىزىل شيافى)، شيافى لەيىن (يۇمشاتقۇچى شيافى) پايدا قىلغاي.

شيافى كۈندۇر (2)

نۇسخىسى مۇرمەككى، زەپەر، سەبرە ھەربىرىدىن 35 گىرامدىن، شاراب 100 مىللىلىتىر، ھەسەل 200 مىللىلىتىر. ئالدى بىلەن زەپەرنى شاراب بىلەن سالايە قىلىپ، سەبرە بىلەن مۇرمەككىنى سوقۇپ، ئۇنىڭغا ئېلىشتۇرۇپ، يۇغۇرۇپ، شېشىگە ئېلىپ، ھەر كۈنى ئەتىگەن - كەچتە كۆزگە تارتقاي.

قىزىلگۈل شيافى مۇشكۈل كۆز كېسەللىكلىرى، يامان يارا، مۇرسەرەج قاتارلىق كېسەللىكلەرگە مەنپەئەت قىلغاي، كۆزگە چۈشىدىغان ماددىلارنى توختاتقاي.

قىزىلگۈل شيافى

نۇسخىسى قىزىلگۈل بەرگىدىن 350 گىرام، كۆيدۈرۈپ يۇيۇلغان كۈمۈش ئىقلىمياسىدىن 120 گىرام ئېلىپ، يۇمشاق سوقۇپ، يامغۇر سۈيىدە يۇغۇرۇپ، شيافى تەييارلاپ ئىشلەتكەي. ئەگەر بۇ دورا مەنپەئەت قىلمىسا تەرپە (كۆزگە تىرناقچە گۆش ئۆسۈش)نى داۋالاشتا كۆرسىتىلگەن دورىلارنى ئىشلەتكەي. ئەگەر كېسەللىك ئۇنىڭ بىلەنمۇ شىپا تاپمىسا

كۆزگە سۇ چۈشۈشنى داۋالاشتا كۆرستىلگەن دورىلارنى ئىشلەتكەي. ئەگەر كېسەللىك ئۇنىڭ بىلەنمۇ شىپا تاپمسا، مەخسۇس سايمان بىلەن يارىنى كېسىپ، يىرىڭ ۋە سۇنى چىقىرىپ، ئىچنى تازىلىغاندىن كېيىن داۋالغاي.

توققۇزىنچى باب كۆز مۈڭگۈز پەردىسىنىڭ پۈلتىيىپ قېلىشى توغرىسىدا

بۇ كۆز مۈڭگۈز پەردىسىنىڭ بىر بۆلىكىنىڭ يەنە بىر بۆلىكىدىن ئېگىزرەك بولۇپ قېلىشىدىن ئىبارەت بولۇپ، ئەرەب تىلىدا «نۇتۇئى قەرنىيە» دەپ ئاتىلار. شەكلى مۇدۇرغا ئوخشار. ئەمما، مۇدۇردىن پەرقلىنەر. پەرقى شۇكى، نۇتۇئ قەرنىيە قاتتىقتۇر. پەلكۈچنى تەگكۈزسە قاتتىق بىلىنەر. ئەمما، مۇدۇردا ياش ئېقىپ، سانجىلىپ ئاغرار. رەڭگى ئاق، قىزىل ئارىلاش بولۇر.

داۋالاش

قان ئالغان زەخمنى پۈتتۈرۈشكە ئىشلىتىلىدىغان دورىلارنى ئىشلەتكەي. سىڭىشلىك غىزا بەرگەي. شادىنەج ۋە شۇنىڭغا ئوخشاش قابىز دورىلارنى كۆزگە تارتقاي.

ئونىنچى باب كۆز مۈڭگۈز پەردىسگە يانداش پەردىنىڭ ئاجراپ كېتىشى توغرىسىدا

بۇ كۆپىنچە يارىنىڭ ۋاقتىدا ساقايماسلىقىدىن كۆز مۈڭگۈز پەردىسىدە تەپەررۇقى ئىتتىسال پەيدا بولۇشى نەتىجىسىدە كېلىپ چىقار. ئەگەر ۋاقتىدا داۋالاش قىلىنمىسا ئىككى خىل ئىللەت كېلىپ چىقار. بىرى، كۆز ھۆللۈكلىرى سىزىپ كۆز ئولتۇرۇشۇپ ۋە قۇرغاقلىشىپ كېتەر، يەنە بىرى، مۇرسەرەج كېسەللىكى پەيدا بولۇر.

داۋالاش

كۆزگە قابىر نەرسىلەرنى تارتقاي. تۇتىيا، ھەببۇلئاس سۈيى، يۇيۇلغان شادىنەج قاتارلىقلارنى كۆزگە تاڭغاي، ئاندىن كېيىن، قىيفال تومۇردىن قان ئالغاي، ماددىنى باش تەرەپتىن ئاياغ تەرەپكە تارتىدىغان دورىلارنى ئىستېمال قىلدۇرۇغاي.

ئالتىنچى قىسىم كۆز ئۇزۇمسىمان پەردىسىدە پەيدا بولىدىغان كېسەللىكلەر توغرىسىدا

بۇ قىسىم بەش بابنى ئۆز ئىچىگە ئالۇر.

بىرىنچى باب كۆز ئۇزۇمسىمان پەردە تۆشۈكى كېڭىيىپ قېلىش توغرىسىدا

بۇ كېسەللىكتە، كۆز ئۇزۇمسىمان پەردە تۆشۈكى نورمالدىن كەڭرەك بولۇپ، كۆز نۇرى چېچىلىپ كېتەر، بۇنىڭ بىلەن نەرسىلەرنىڭ سايىسى كۆز سەزگۈ نېرۋىلىرىغا ئۇدۇل چۈشمەي غۇۋالىشار. بۇ كېسەللىك ئەرەب تىلىدا «ئىنتىشار» دەپ ئاتىلار. بۇ كېسەللىكنىڭ سەۋەبى بەش خىل بولۇر. بىرىنچى، كۆزگە زەربە تەگكەنلىكتىن بولۇر، بۇنىڭ ئىلاجى يوقتۇر؛ ئىككىنچى، قاتتىق باش ئاغرىقىدىن كېيىن ماددا مېڭىدىن تۆۋەن تەرەپكە چۈشۈپ، كۆز پەردىلىرىدە توختاپ قېلىپ، كۆز پەردىلىرىنىڭ نورمالدىن چوڭ بولۇشىغا سەۋەب بولۇر. ئۈچىنچىسى، كۆز تۇخۇم ئېقىسمان سۇيۇقلۇقى (رۇتۇبەتى بەيزىيە) نىڭ كۆپۈلۈكىدىن ئۇزۇمسىمان پەردىسى ئاغرىپ، ۋاقىت ئۆتكەنسېرى تۆشۈك كېڭىيەر. تۆتىنچى، قۇرۇقلۇقنىڭ غالىبلىقىدىن بولۇر، يەنى تۇخۇم ئېقىسمان سۇيۇقلۇق ئاز بولغانلىقتىن تەبەقەئى ئىنەبىيەنىڭ ئۆزىدىكى ھۆللۈك خورار. تەبەقەئى ئىنەبىيە قۇرۇسا تۆشۈكى كېڭىيەر (بۇ خۇددى مەلۇم ھۆل نەرسىنى تېشىپ قويۇپ قويسا، قۇرۇغاندىن كېيىن تۆشۈكىنىڭ كېڭىيىپ قالغىنىغا ئوخشار).

كۆز قارىسى كىچىكرەك بولۇر. قورساق ئاچقاندا ۋە چۈش ۋاقتىدىكى ئىسسىقتا كۆز قارىسى يوغىنار. ئەمگەك قىلىش، رىيازەت چېكىش زىيان قىلار، مۇنچىغا كىرىش ۋە ھۆللۈكىنى كۆپەيتىدىغان تائاملار پايدا قىلار. بەشىنچى: تەبەقەئى ئىنەبىيە ئىششار.

كۆز ئىششىپ، رەمەد كېسەللىكى پەيدا بولۇر، سانجىلىپ ئاغرار. قىزىتما ۋە باش ئاغرىقى بىللە بولۇر.

داۋالاش

ئەگەر زەربە تەگكەندىن پەيدا بولغان بولسا، گەرچە ساقايتىش قىيىن بولسمۇ، قىيفال تومۇردىن قان ئالغاي، پېشانىسىگە لوڭقا قويۇپ، چېكسىگە سەندەل، شىيافى مامىيسا سۈركىگەي. يۈزىنى سوۋۇتۇلغان گۈلاب (قىزىلگۈل سۈيى) بىلەن يۇغاي، نېلۇپەرنى سۆگەت يوپۇرمقى سۈيى بىلەن ھۆل قىلىپ كۆزگە قويغاي، جاراھەت ياخشىلانسا پۇرچاق ئۇنىنى شاراب بىلەن يۇغۇرۇپ سۈركىگەي، ئەگەر جاراھەت تېخى ساقايمىغان بولسا، پۇرچاق ئۇنى بىلەن ئارپا ئۇنىنى سۆگەت يوپۇرمقى سۈيى، سېمىزئوت سۈيى بىلەن ھۆل قىلىپ چاپقاي، يۇڭنى تۇخۇم سېرىقى، گۈل يېغى ۋە ئازراق شارابقا مىلەپ، جاراھەتكە قويغاي. ئۇچىنچى كۈنى ئايال كىشىنىڭ سۈتىنى تېمىتقاي. ئەگەر قاتتىق باش ئاغرىقىدىن پەيدا بولغان بولسا، باش ئاغرىقىنىڭ داۋاسى قىلىنسا ياخشىلانغاي ياكى تۆۋەندىكى دورىنى ئىشلەتكەي.

نۇسخىسى تۇرنا ئۆتى، ھۆپۈپ ئۆتى ھەربىردىن 10 گىرامدىن، زەپەر ئۇچ گىرام، قارىمۇچ بەش گىرام، رۇببىسۇس 27 گىرام، ئوشاق 10 گىرام، ھەممىنى سوقۇپ، بەدىيان سۈيى بىلەن سالايە قىلىپ ساپ ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ، ئەھۋالغا قاراپ ئىشلەتكەي.

نۇسخىسى تاغ تېكسىنىڭ ئۆتى 10 مىللىلىتىر، تۇرنا ئۆتى 10 مىللىلىتىر، كىلەر مايىقى يەتتە گىرام، توغرىغۇ ئۇچ گىرام، مۇرچ 10 گىرام، زەپەر بەش گىرام، ئوشاق ئۇچ گىرام، ئاق خەربەق 50 گىرام. دورىلارنى بەدىيان سۈيى بىلەن سالايە قىلىپ، ساپ ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ ئىشلەتكەي.

نۇسخىسى بۆرە ئەرمىنى، رەخمە (بىر خىل قۇش بولۇپ، تاپ يېيىشكە ئامراق) ئۆتى ئالتە گىرامدىن، زەپەر ئىككى گىرام. دورىلارنى سوقۇپ، تۇرۇپ سۈيى بىلەن سالايە قىلىپ، قۇرۇتۇپ ئىشلەتكەي. ئەگەر ئىنتىشارنىڭ سەۋەبى تۇخۇم ئېقسىمان سۇيۇقلۇقنىڭ كۆپلۈكىدىن بولسا، كۆز ئۇچىنىڭ تومۇرى ۋە چېكە تومۇرىدىن قان ئالغاي. ئايارەج پەيقىرا، ھەببى قوقيا ببرىپ، شىيافى مەرارات تارتقاي، كۆزگە سۇ چۈشكەنگە قىلغان ئىلاجنى قىلغاي. دەريا سۈيىنى بېشىغا تۆكۈشمۇ ياخشى ئىلاجلارنىڭ بىرىدۇر. ئۇنىڭدىن باشقا پېشانىسىگە لوڭقا قويسا ماددىنى ئارقىسىغا تارتقاي. ئەگەر ئىنتىشارنىڭ سەۋەبى قۇرۇقلۇقنىڭ غالىبلىقى بولسا، مۇنچىغا كىرگەي ۋە ھۆللۈكنى كۆپەيتىدىغان تەدبىرلەرنى قوللانغاي. ئۇنىڭدىن باشقا، ئايال كىشىنىڭ سۈتىنى بېشىغا ساغقاي، بىنەپشە يېغى، نېلۇپەر يېغى ۋە شۇنىڭغا ئوخشاش نەرسىلەرنى بۇرۇنغا تېمىتقاي.

ئىككىنچى باب كۆز ئۇزۇمسمان پەردە تۆشۈكى تارىيىپ قېلىش توغرىسىدا

بۇ خىل كېسەللىك ئىككى خىل بولۇر: بىرى تۇغما بولۇپ، ئۇ «تەبئىي» دېيىلەر. كۆز نۇرى يېغىلغان بولۇپ، كۆرۈش كۈچى كۈچلۈكرەك بولۇر؛ يەنە بىرى، كېيىنكى ئامىللاردىن بولۇر.

سەۋەبى تۆت خىل بولۇر. بىرىنچى، رۇتۇبەتنىڭ غالىبلىقىدىن ئۇزۇمسمان پەردە بوشىشىپ تۆشۈكنىڭ كىچىكلىشىشگە سەۋەب بولۇر. بۇ خۇددى قۇرۇق غەلۋىرنى ھۆل قىلسا كۆزلىرى كىچىكلەپ قالغانغا ئوخشار. ئالدىنقى بابتا ھۆللۈكتىن بولغان كۆز كېسەللىكىدە سۆزلەنگەن ئالامەتلەر كۆرۈلەر. ئىككىنچى، قۇرۇقلۇق غالىب بولغانلىقتىن كۆز ئۇزۇمسمان پەردىسى تارتىشىپ، قورۇلۇپ، تۆشۈكى كىچىكلەر. بەزىدە كۆز ئۇزۇمسمان تۆشۈكىنىڭ پەردىسى پۈتۈنلەي ئېتىلىپ قېلىپ كۆرەلمەس. ئالدىنقى بابتىكى قۇرۇقلۇقتىن بولغان كۆز كېسەللىكىدىكى ئالامەتلەر كۆرۈلگەي. ئۇچىنچى، تۇخۇم ئېقىسمان سۇيۇقلۇق ئازلىغان سەۋەبتىن كۆز ئۇزۇمسمان پەردە تۆشۈكى كىچىكلەر. بۇ تۇرى ئىسسىقتىن بولغان مېڭە پەردە يالليۇغى بىلەن ئاغرىغان بىمارلاردا كۆپ كۆرۈلەر. كۆز كىچىكلەپ، نەرسىلەر سايىدەك كۆرۈنەر، رەڭگىنى پەرق ئېتەلمەس، كۆزدە قۇرۇقلۇق ئاشقانلىقىنىڭ ئالامەتلىرى كۆرۈلەر. كۆز كىچىك بولۇر. تۆتىنچى، كۆز ئۇزۇمسمان پەردە تۆشۈكىدە قاتتىق ۋە قويۇق گۆشسىمان ماددا مەلۇم بولۇپ، كۆز چىڭقىلغاندەك بىلىنۇر. تېۋىپ كۆز ئۇزۇمسمان تۆشۈكىنى كۆرەلمەس.

داۋالاش

قۇرۇقلۇقنىڭ غالىبلىقىدىن بولغان بولسا، ھۆللۈكنى ئاشۇرىدىغان تەدبىرلەرنى قوللانغاي، بىمارنىڭ بېشىغا ئايال كىشىنىڭ سۈتىنى ساغقاي، ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى ياغلارنى قۇلقى ۋە بۇرنىغا تېمىتقاي. سىمىزئوت سۈيى، ئىسپىغۇل لوئابىنى بېشىغا قويغاي، يۇمشاق، سىڭىشلىك تائاملار بىلەن غىزالاندۇرغاي. ماددىنى تارقىتىش ئۈچۈن باشنى سىلاپ بەرگەي. ئىسسىق تەبىئەتلىك نەرسىلەردىن پەرھىز قىلغاي، مۇنچىدا ئىسسىق سۇدا ئولتۇرۇش ۋە كۆزنى سۇنىڭ ئىچىدە ئېچىش مەنپەئەت قىلغاي. ئەگەر رۇتۇبەتنىڭ غالىبلىقىدىن بولغان بولسا، ئايرىج پەيقىرا، ھەببى قوقيا بىلەن بەدەننى تەنقىيە قىلغاي. پاۋانىيانى سۇدا قاينىتىپ بېشىغا سۇركىگەي. ئاندىن

تۆۋەندىكى دورىلار بىلەن شىياق تەييارلاپ كۆزگە تارتقاي: ئوشۇق ئۇچ گىرام، زەنگار ئۇچ گىرام، زەپەر 12 گىرام، قائىدە بويىچە شىياق تەييارلاپ ئىشلەتكەي. يەنە بىر نۇسخىدا جاۋشىرنى ئۇچ گىرام قوشقاي.

شىيافى زەئفەران

نۇسخىسى زەپەر، شىيافى مامىيسا، قىزىلگۈل، سەمغى ئەرەبى، سەبىرە، مۇرمەككى، نىشاستە ھەربىرىدىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ شىياق قىلىپ ئىشلەتكەي.

دارويى مۇپەسسەل (1)

نۇسخىسى ئوشۇق 10 گىرام، زەنگار 20 گىرام، كالا تېزىكى 185 گىرام، زەپەر 10 گىرام، سەمغى ئەرەبى بەش گىرام، ھەممىسنى سوقۇپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ ئىشلەتكەي.

دارويى مۇپەسسەل (2)

نۇسخىسى قارىمۇچ، ئوشۇق، بىلسان يېغى، زەپەر قاتارلىقلارنى باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، ئوشۇقنى بەدىيان سۇيى بىلەن سالايە قىلىپ، بىلسان يېغى، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ تەييارلىغاي.

ئۇچىنچى باب كۆز ئۇزۇمسمان پەردىسىنىڭ پۇلتىيىپ چىقىشى توغرىسىدا

بۇ كېسەللىك تۆت خىل بولۇر، ھەممىسى مۇڭگۈزسمان پەردە (تەبەقەئى قەرنىيە)نىڭ جاراھەتتىدىن ياكى سىرتقى زەربە سەۋەبىدىن پەيدا بولۇر. بەزىدە يەلنىڭ تەسىرىدىنمۇ بولۇر. بۇ

كېسەللىك خەلق ئارىسىدا مۇرسەرەج دەپ ئاتىلىۋر، ئەمما ئۇنىڭ ئىلمىي نامى باردۇر. بىرىنچى خىلى شۇكى، كۆزنىڭ مۆڭگۈز پەردىسىگە بىرەر ئاپەت يەتكەن سەۋەبتىن مۆڭگۈز پەردە يىرتىلىپ ياكى تېشىلىپ، ئۇنىڭدىن ئۇرۇمسىمان پەردە پۈلتىيىپ چىقار. شەكلى چۈمۈلىنىڭ بېشىغا ئوخشار. شۇنىڭ ئۈچۈن، ئۇ «رەئسۇن نەمل» دەپ ئاتىلىۋر. بەزىلەر ئۇنى كۆزدىكى يارا دەپ خيال قىلار. ئەمەلىيەتتە ئۇنداق ئەمەستۇر. ئىككىنچى خىلى شۇكى، ئۇرۇمسىمان پەردە ئالدىنقى خىلدىن چوڭراق مىقداردا چىققان بولۇر. شۇنىڭ ئۈچۈن ئۇ، «رەئسۇن - نەھىل» (ھەسەل ھەرىسىنىڭ بېشى) ياكى «رەئسۇز - زەباب» (چىۋىن بېشى) دەپ ئاتىلار. ئۈچىنچى خىلى شۇكى، ئۇرۇم دانىسى چوڭلۇقىدا بولۇپ، تولا ئاغرار. شۇ سەۋەبتىن بۇ خىلى «ئىنەبييە» دەپ ئاتىلار. تۆتىنچى خىلى، چوڭ ھەم ئۇچلۇق بولۇر. ئەگەر ئۇ كونىراپ قالسا، كۆز مۆڭگۈز پەردىسىنىڭ ئۈستىگە مىختەك تېشىپ چىقار. شۇ سەۋەبتىن ئۇ «مىسمار» (مىخ) دەپ ئاتىلار. بەزى كۆز دوختۇرلىرى «سەئالىيل» (سۆگەل) دەپ ئاتار. چۈنكى، ئۇنىڭ شەكلى سۆگەلگىمۇ ئوخشاپ كېتۇر. بەزىلەر ئۇنى «فەلەكى» دەپ ئاتار.

داۋالاش

كۆزگە شىيافى ئابار تارتقاي.

شىيافى ئابار (1)

نۇسخىسى يۇيۇلغان شادىنەج ياكى تۇتىيانى زەيتۇن بەرگىنىڭ سۈيى بىلەن ھۆل قىلىپ، مۇرد ئۇسارىسى بىلەن سالايە قىلىپ ئىشلەتسە ناھايىتى ياخشىدۇر. ئۈچىنچى ۋە تۆتىنچى خىلىنى داۋالىغاندا، قىزىلگۈلدىن تەييارلانغان زەرۇرى ئىشلەتكەي.

نۇسخىسى ئورۇس ئۇپىسى ئالتە گىرام، سەمغى ئەرەبى ئۈچ گىرام، شادىنەج مەغسۇل ئىككى گىرام، ئەپيۇن بىر گىرام، ھەمىسىنى سوقۇپ، قائىدە بويىچە شىياق تەييارلاپ ئىشلەتكەي.

شىيافى ئابار (2)

نۇسخىسى ئورۇس ئۇپىسى 24 گىرام، كۈمۈش ئىقلىمىياسى، سەمغى ئەرەبى ھەربىرىدىن 12 گىرامدىن، كۆيدۇرۇلگەن مىس، نىشاستە، ئەپيۇن ھەربىرىدىن ئالتە گىرامدىن. ھەممىسىنى سوقۇپ، ئىسپىغۇل لوئابى بىلەن يۇغۇرۇپ، قۇرۇتۇپ، سالايە قىلىپ ئىشلەتكەي.

تۆتىنچى باب كۆز ئۇزۇمسمان پەردىسىگە زەخىم يېتىش توغرىسىدا

كۆز ئۇزۇمسمان پەردىسىگە زەخىم يېتىش باشقا ئەزالاردىمۇ يۇز بېرەر. بۇ ئىككى خىل بولۇر. بىرى، تەھەررۇقى ئىتتىسالىنىڭ دائىرىسى چوڭ بولماس. زەخىم پەقەت ئۇزۇمسمان پەردىدىلا چەكلەنگەن بولۇر. ئۇنىڭ خەتىرى چوڭ ئەمەس. يەنە بىرى، ئۇزۇمسمان پەردىگە چۈشكەن زەخىم چوڭ بولۇر. بۇ چاغدا خەتەر كۆپ يۇز بېرەر. يەنى كۆرۈش قۇۋۋىتى بۇزۇلار. تۇخۇم ئېقسمان سۇيۇقلۇق زەخىم ئورنىدىن ئېقىپ چىقار. بۇ چاغدا چوڭ ئاپەتلەر يۇز بېرەر. يەنە ئۇزۇمسمان پەردە بىلەن قىرۇۋسمان سۇيۇقلۇق ئارىسىدىكى تۇخۇم ئېقسمان سۇيۇقلۇق ئېقىپ چىقىپ، ئىككى پەردە بىر - بىرىگە چاپلىشىپ قالۇر. قىرۇۋسمان سۇيۇقلۇقنى ئۇزۇقلۇق بىلەن تەمىن ئېتىدىغان سۇيۇقلۇق قۇرۇپ كېتەر.

سەۋەبى بىرىنچى، بەدەندىكى خىلت ئىسسىق بولۇپ، ھۆللۈكنى ئۆتكۈرلەشتۈرەر. بۇنىڭ بىلەن زەخمگە سەۋەب بولۇر. ئىككىنچى، كۆزگە كەلگەن خىلتىنىڭ مىقدارى كۆپ بولۇپ، كۆز پەردىلىرىنىڭ تارىلىشى ۋە زەخملىنىشىگە سەۋەب بولۇر؛ ئۇچىنچى، يەلنىڭ سەۋەبىدىن بولۇر.

داۋالاش

ئالدى بىلەن بەدەننى بۇزۇق خىلتتىن تەنقىيە قىلغاي، ئاندىن كېيىن قابىز ۋە كۆزگە قۇۋۋەت بەرگۈچى دورىلارنى ئىشلىتىپ، كۆزنى تېڭىپ قويغاي.

بەشىنچى باب كۆزگە سۇ چۈشۈش توغرىسىدا

كۆزگە سۇ چۈشۈش كۆز كېسەللىكلىرىنىڭ بىرى بولۇپ، ماددىسى قويۇق ھۆللۈكتۇر، ئورنى مۇڭگۈزسمان پەردە بىلەن ئۇزۇمسمان پەردىنىڭ يۇزىدىدۇر. بۇنداق ھۆللۈك يىغىلسا نۇرنىڭ كۆز ئىچىگە كىرىدىغان يولى بولغان ئۇزۇمسمان پەردىنىڭ يولى توسىلار، يەنە قىرۇۋسمان سۇيۇقلۇققا تۇتىشىدىغان يولمۇ توسىلار. بۇنىڭ بىلەن قىرۇۋسمان سۇيۇقلۇق ۋە سىرتقى نۇر ئارىسىدا پەردە ھاسىل بولۇپ، نۇر كۆزگە كىرەلمەس.

جالىنۇس دەيدۇكى، بۇ كېسەللىكنىڭ سەۋەبى تۇخۇم ئېقسمان سۇيۇقلۇقنىڭ

قويۇلۇشىدۇر، ئەمما بۇ سۈيۇقلۇق پۈتۈنلەي قويۇق بولماس. شۇ سەۋەبتىن ئۇنىڭغا سوغۇقلۇق تەسىر قىلۇر، شۇنىڭ ئۈچۈن ئۇ يات هۆللۈكتىن مەدەت ئالۇر. بۇ هۆللۈك ئۈزۈمسىمان پەردىنىڭ تۆشۈكىدىن ئاستا تەپچىرەپ چىقىپ ئۈزۈمسىمان پەردىنىڭ يۈزىگە، مۇڭگۈزسىمان پەردىنىڭ ئارقىسىغا يىغىلۇر. بۇ ئورۇنغا يىغىلغان سۈيۇقلۇقتا ئىككىدىن ئارتۇق ئۆزگىرىش بولماس، بىرى شۇكى، مىزاجنىڭ سوغۇقلۇقىدىن بولسا سۈيۇق بولۇر، ئاجىز هارارەت تەسىر قىلسا قويۇق بولۇپ قالۇر. بۇ ئىككى خىل هالەت كۆرۈشكە توسقۇنلۇق قىلۇر.

ئەمما بۇ سۈيۇقلۇقنىڭ سۈيۇق بولۇشىنىڭ سەۋەبىنىڭ بىرى، تەبىئىتىنىڭ سوغۇق بولۇشى؛ يەنە بىرى، ئۆز ئورنىدىن سىرتقا چىققان بولۇشى ۋە ئىچكى هارارەتتىن يىراق بولۇشىدۇر. ئۇنىڭ قويۇق بولۇشىنىڭ سەۋەبى مقدارىنىڭ كۆپ، هارارەتنىڭ ئاجىزلىقىدۇر.

بۇ كېسەللىكنىڭ سەۋەبى ئالته خىلدۇر.

بىرىنچىسى، كۆپ يۆتىلىشتىن بولۇر.

ئىككىنچىسى، زەخىملىنىش ياكى يىقىلىشتىن بولۇر.

ئۈچىنچىسى، مىزاجنىڭ زىيادە سوغۇقلۇقىدىن بولۇر.

تۆتىنچىسى، كۆز روهىنىڭ ئاجىز بولۇشىدىن بولۇر، مەسىلەن: ياشانغانلار ۋە ئۇزاق مۇددەت كۆز كېسەللىكى بىلەن ئاغرىغان كىشىلەردە كۆرۈلگىنىگە ئوخشاش.

بەشىنچىسى، دائىم ۋە قاتتىق باش ئاغرىشتىن بولۇر.

ئالتىنچىسى، تائامدا كۈمۈش تەركىبىنىڭ كۆپلۈكىدىن بولۇر.

بۇ ئىللەت كۆپ هاللاردا قارا كۆزلۈك كىشىلەردە كۆرۈلەر، چۈنكى قارا كۆز هۆلرەك بولۇر.

كۆزگە چۈشكەن سۇنىڭ مۇڭگۈز پەردە بىلەن ئۈزۈمسىمان پەردە ئارىسىدا ئىكەنلىكىنىڭ ئالامتى شۇكى، تېۋىپ بۇ كېسەللىككە گىرىپتار بولغان كىشىنىڭ كۆزىگە قارىسا ئۈزۈمسىمان پەردىنىڭ يۈزىگە يېپىشقان ۋە كېڭەيگەن سۇنى كۆرەر. يەنە بىر ئالامتى شۇكى، سۇنى چىقىرىدىغان سايمان ئۈزۈمسىمان پەردىگە ئۆتسە ئىدى، ئۇ تۇخۇم ئېقىسىمان سۈيۇقلۇققىمۇ يېتىپ باراتتى، تېۋىپ سۇنى تۆۋەنگە ئېقىتماقچى بولسا، تۇخۇم ئېقىسىمان سۈيۇقلۇقمۇ بىللە تېشىغا ئېقىپ چىقاتتى. شۇ سەۋەبتىن بۇ ئىشقا ماهىر ئۇستازلار كۆزدىكى سۇنى تارتىپ ئالىدىغان «مەهەت» دېيىلىدىغان سايمانىنى ئىشلەتكەندە ئۇچىنىڭ ئۈزۈمسىمان پەردىنى كېسىۋەتمەسلىكى، ئۇنى زەخىملەپ قويماسلىقى ئۈچۈن ئۇنى يىغىپ تۇرار، بۇنداق خەتەر بولمىغان بولسا، سۇنى ئاسانراق چىقىرىش ئۈچۈن مەهەتنىڭ ئۇچىنى ئۆتكۈررەك قىلغان

بولاتتى، مەھەتمۇ ئاسانراق ئۆتەتتى. ئۇزۇمسمان پەردىنكى جسمى يۇمشاق، يۇمراندۇر، شۇنداق بولغاچقا قانداق نەرسە ئۇنىڭغا تەگسە تەسىرلىنەر.

سۇنىڭ ئورنى مۇڭگۇز پەردە بىلەن ئۇزۇمسمان پەردىنكى ئارىلىقىدا ئىكەن، ئۇنداقتا ئۇ نېمە ئۈچۈن ئۇزۇمسمان پەردىنكى تېگىگە يوشۇرۇنۇپ تۇرىدۇ، دەپ سورالسا، ئېيتىمىزكى، مەھەت ئىككى پەردە ئارىسىدا تۇرسا سۇنى ئۇزۇمسمان پەردىنكى تۆۋەن تەرىپىگە سقار، بۇنىڭ بىلەن ئۇزۇمسمان پەردىنكى تۆۋەن تەرىپى كېڭىيەر، سۇ تۆشۈكىكە كىرەر، ئۇزۇمسمان پەردىنكى تۆۋەن تەرىپى ئۇنى ئۆزىگە تارتار. مەھەت سىرتىغا چىقسا سۇ قالار ۋە يوشۇرۇنار، كۆز ئالمىسى ئۆز ھالىتىدە قالار. بەزى تېۋىپلار سۇ ئۇزۇمسمان پەردىنكى تېگىدە يوشۇرۇنماس، بەلكى ئۇ يەردە باشقا ماددا يوشۇرۇنار، ماددا يوشۇرۇنسا سۇمۇ يوشۇرۇنار، دەر. ئەمما تەتقىقاتچىلارنىڭ قارىشىدا بۇ توغرا ئەمەستۇر. يەنە بىر تۈركۈم كىشىلەر كۆزگە سۇ چۈشۈش تۈخۈم ئېقسمان سۈيۇقلۇقنىڭ قويۇلۇپ قالغىنىدۇر، دەر، بۇمۇ توغرا ئەمەستۇر. چۈنكى ئۇنىڭ بىر قىسمى قويۇلسا قالغان قىسمىمۇ قويۇلار، بۇ چاغدا ئۇنى قەدەھ بىلەن ئالغىلى بولماس. بۇ چاغدا ئۇ باشقا ئەزالارغا ئۆتۈپ زەھەر پەيدا قىلۇر. ئۇ ئۇزۇمسمان پەردىنكى ئاستىغا يوشۇرۇندى دەپ پەرەز قىلىنسا، تۈخۈم ئېقسمان ھۆللۈك بۇ سەۋەبتىن ئەسلىي ھالىتىدىن ئازلاپ ياكى كۆپىيىپ قالار. بۇ چاغدا كۆزدە نۇقسان پەيدا بولۇر. ھەممىسى قويۇلغان بولسا ئۇنى قەدەھ بىلەن يوقاتقىلى بولماس، باشقا ئىلاجنىمۇ قوبۇل قىلماس. يۇقىرىدا ئېيتقانلىرىمىز ئىلگىرىكىلەرنىڭ سۆزلىرىدۇر.

ئەمما ئەھمەد فەررۇخ ئۆز كىتابىدا سۇنىڭ ئۇزۇمسمان ياكى ئۆمۈچۈك تورىسمان پەردە ئارىسىدا بولۇشىنى يوققا چىقارغانىدۇر. ئۇنىڭ ئېيتىشچە، بۇ چاغدا كۆز ئالمىسى قارامتۇل بولۇپ قالۇر، ئۇنىڭدا يەنە بۇلۇتسمان نەرسە پەيدا بولۇر. ئۇنىڭغا قەدەھ ۋە باشقا تەدبىر بىلەن ئىلاج قىلغىلى بولماس. يەنە سۇ مۇڭگۇزسمان پەردە بىلەن ئۇزۇمسمان پەردە ئارىسىدا بولسا، سۇ قويۇق، ھەتتا ھاك ۋە گەجگە ئوخشاش قاتتىق بولسا ئۇنىڭغىمۇ نە قەدەھ، نە دورا بىلەن ئىلاج قىلغىلى بولماس. سۇ ئاز، قويۇق بولسا ئۇ قارا سۇ دەپ ئاتىلار. ئۇستاز ئەھمەد فەررۇخنىڭ ئېيتىشچە، ئىلگىرىكىلەر سۇ مۇڭگۇزسمان، ئۇزۇمسمان ۋە ئۆمۈچۈك تورىسمان پەردىنىڭ ئارىسىدا بولۇر ياكى ئۇزۇمسمان پەردە ئارىسىدىكى كاۋاكتا پەيدە بولۇر دېگەن ئىكەن. بۇ سۆزنى ئۇلارنىڭ ئۆزلىرى ئېيتمىغانلىقىدا شەك يوق، ئەمما ئۇلارنىڭ سۆزلىرى ماڭا يەتتى، مەن ئۇنى ھېكايە قىلىمەن، بۇندىن ئىلگىرى كۆرمىگەن ۋە ئوقۇمىغان ئىدىم.

ئۇستاز ئەھمەد فەررۇخنىڭ ئىلگىرىكىلەرنىڭ سۆزلىرىدىن نەقىل قىلىپ ئېيتىشچە، سۇنى

قەدەھ بىلەن داۋالاشقا بولىدىغان - بولمايدىغانلىقىنى بىلىش ئۈچۈن بىمارنىڭ قەدەھ بىلەن داۋالايدىغان كۆزنى ئېچىشقا بۇيرۇغاي، يەنە بىر كۆزنى يۇمغاي. قاپاقلىرىنى ياخشى تۇتقاي. شۇ چاغدا تېۋىپ كۆزگە دىققەت بىلەن قارىغاي، تۆشۈك ئىلگىرىكىدىن كەڭرەك بولسا سۇ قەدەھنى قوبۇل قىلار، كەڭ بولمىسا كاۋاك نېرۋا توسۇلغان، دەپ بىلگەي. ئىلگىرىكىلەرنىڭ سۆزلىرىدىن سۇنىڭ مۇڭگۈز پەردە بىلەن ئۇزۇمسمان پەردىنىڭ ئارىسىدىن باشقا يەردە ئەمەسلىكى مەلۇم بولۇر. سۇنىڭ رەڭگى ۋە قىيامى نورمال بولسا قەدەھ بىلەن داۋالىغلى بولار، ئىككى پەردە ئارىسىدا بولسا قەدەھ بىلەن داۋالىغلى بولۇشى مۇمكىن ئەمەستۇر، چۈنكى مەھەت دېگەن سايمانىنى ئۇزۇمسمان پەردە بىلەن ئۆمۈچۈك توربىسمان پەردىنىڭ ئارىسىغا سىلىش ياكى كاۋاك نېرۋىغا يەتكۈزۈش مۇمكىن ئەمەستۇر، ماھىر تېۋىپ بۇ نۇقتىنى چوقۇم ياخشى بىلگەي.

بۇ سۇيۇقلۇقنىڭ رەڭگى كۆپ ھاللاردا ئارپا رەڭ، قۇم رەڭ ۋە باشقا ھەر خىل رەڭلەردە بولۇر. بەزىدە ئاز، بەزىدە كۆپ بولۇپ، تۆشۈكنىڭ ھەمىسىنى ياپار ۋە تۇسۇالار ھەمدە كۆرۈشنى كاردىن چىقرار. ئۇنىڭ مىقدارى ئاز بولسا تۆشۈكنىڭ يېرىمى، ئاز قىسمى ياكى كۆپ قىسمىنى تۇسۇالار، تۆشۈكنىڭ قالغان قىسمى ئوچۇق تۇرار. كۆز تۆشۈكنىڭ ئېتىلگەن تەرىپىدىكى نەرسىلەرنى كۆرەلمەس، ئېتىلمىگەن تەرىپىدىكى نەرسىلەرنى كۆرەر. بەزىدە بۇ سۇيۇقلۇق تۆشۈكنىڭ ئوتتۇرىسىدا بولۇپ، چۆرىسى خالىي ۋە ئوچۇق بولۇر، بۇ سەۋەبتىن بىمارغا شەيئىلەرنىڭ ئوتتۇرىسى قارا كۆرۈنەر. بەزى كىشىلەرنىڭ ئىختىلاپ قىلىشچە، سۇيۇقلۇق سۇيۇق، سۇزۇك بولسا قۇياش ۋە يورۇقلۇقنى كۆرۈش مۇمكىن ئىكەن، سۇ قويۇق، قارامتۇل بولسا قۇياش ۋە يورۇقلۇقنى كۆرۈش مۇمكىن بولمايدىكەن.

سۇنىڭ رەڭگى ھەر خىل بولۇر، بەزىسى ھاۋا رەڭ، بەزىسى شىشەرەڭ، بەزىسى ئاق مەرۋايىت رەڭ، بەزىسى ئاق گەج، مېغىز رەڭ بولۇر، ئۇ سوغۇقتىن بولغان دەپ قارىلار. بەزىسى ئاسمان رەڭ، بەزىسى كۆك رەڭ، بەزىسى پىروزا رەڭ، بەزىسى يېشىل رەڭ، بەزىسى سىرىق رەڭ، بەزىسى توپا رەڭ، بەزىسى سماب رەڭگىگە مايىل قارامتۇل بولۇر.

ئالامىتى

كۆزگە پاشا، چۈشىن ياكى چاچقا ئوخشاش نەرسىلەر كۆرۈنەر. بەزىدە كۆزگە ساختا يورۇقلۇق كۆرۈنەر. كۆزگە چۈشكەن سۇ قويۇق، دائىرىسى چوڭ، ۋاقتى ئۇزۇن بولسا كۆرۈشكە توسالغۇلۇق قىلۇر. كۆز قارىچۇقىمۇ يۇقىرىدا ئېيتىلغان رەڭلەردە بولۇر. كۆپلىگەن كىشىلەردە يۇقىرىدا ئېيتىلغان ئالامەتلەر كۆرۈلەر، ئەمما بۇلار كۆزگە سۇ چۈشۈشنىڭ ئالامىتى

ھېسابلانماس.

كۆزگە سۇ چۈشۈشنىڭ ئالامتى بىلەن باشقا ئالامەتلەرنىڭ ئوتتۇرىسىدىكى بىرىنچى پەرق شۇكى، كۆزگە سۇ چۈشۈشتىن ئىلگىرى يۇقىرىدا ئېيتىلغان ئالامەتلەر تەدرىجىي تەرەققىي قىلىۋر، كۆرۈش خىرەلىشىپ، ئاخىرىدا بىراقلا سۇ چۈشەر ھەم كۆرۈش كارىدىن چىقار. مەزكۇر ئالامەتلەر كۆرۈلۈپ ئالتە ئايغىچە كۆزگە سۇ چۈشەر، ئەگەر ئالتە ئايدىن ئېشىپ كەتسە ئۇ كۆزگە سۇ چۈشۈشنىڭ ئالامتى ھېسابلانماس. ئىككىنچى پەرقى، بىمارىدىن بۇ ئەھۋالنىڭ ئاۋۋال بىر كۆزدە پەيدا بولغانلىقى ياكى ئىككى كۆزدە بىراقلا پەيدا بولغانلىقى، رەڭگىنىڭ قانداقلىقى، چوڭ ـ كىچىكلىكى، كۆپەيگەنلىكى ياكى ئازلىغانلىقى، رەڭگىنىڭ داۋاملىق بىر خىل بولغانلىقى ياكى ئۆزگىرىپ تۇرغانلىقى سورىلار. خىيالىي نەرسىلەر ئاۋۋال بىر كۆزدە پەيدا بولۇپ، ئۇنىڭدىن كېيىن ئىككى كۆزدە پەيدا بولسا سۇ چۈشۈشنىڭ مۇقەددىمسى دەپ قارىلار. ئۇچىنچى پەرقى شۇكى، كۆز قارىچۇقىنىڭ قارامتۇل ياكى ئەمەسلىكى، ئىككى قارىچۇقنىڭ چوڭ ـ كىچىكلىكىنىڭ بىردەك ياكى ئەمەسلىكى سورىلار، ئەگەر بىرى قارىراق، يەنە بىرى سۇسراق بولسا، سۇ چۈشۈشنىڭ مۇقەددىمسىدۇر، ئەگەر ھەر ئىككىسى ئوخشاش بولسا، سۇ چۈشۈشنىڭ مۇقەددىمسى ئەمەستۇر. تۆتىنچى پەرقى شۇكى، ئۇچ ـ تۆت ئايدىن كېيىن كۆز قارىغۇلىشىدىغان ـ قارىغۇلاشمايدىغانلىقى، كۆزگە تۇتۇنگە ئوخشاش نەرسىلەرنىڭ كۆرۈنىدىغان كۆرۈنمەيدىغانلىقىغا دىققەت قىلىنۇر. ئەگەر شۇنداق ئەھۋال مەۋجۇت بولسا، سۇ چۈشۈشنىڭ مۇقەددىمسى دەپ بىلىنەر، ئۇنداق ئەھۋال بولمىسا بۇ ئالامەتلەر ئاشقازان سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولۇپ، سۇ چۈشۈشنىڭ مۇقەددىمسى ئەمەستۇر. بەشىنچى پەرقى شۇكى، بىمارىدىن كۆزگە كۆرۈنىدىغان مەزكۇر خىيالىي نەرسىلەرنىڭ قورساق تويغان، تاۋام سىڭمىگەن ۋاقىتلاردا كۆپىيىدىغان ـ كۆپەيمەيدىغانلىقى، قورساق ئاچقان، تاۋام سىڭگەندە ئازلايدىغان ـ ئازلىمايدىغانلىقى سورىلار. ئەگەر شۇنداق ئەھۋال بولسا، ئاشقازان سەۋەبىدىن پەيدا بولغان بولۇپ، سۇ چۈشۈشنىڭ مۇقەددىمسى ئەمەستۇر. ئالتىنچى پەرقى شۇكى، كۆپ ھاللاردا كۆزگە كۆرۈنىدىغان خىيالىي كۆرۈنۈشلەر كۆزنىڭ بەزى قەۋەتلىرىنىڭ زىيادە سۈزۈكلۈكى، كۆز سېزىمىنىڭ كۈچلۈكلۈكى سەۋەبىدىن پەيدا بولۇر. ئۇنى پەرقلەندۈرۈش ئۇسۇلى شۇكى، بۇ چاغدا بىمارنىڭ ئاڭلاش ۋە پۇراش سېزىمى كۈچلۈك بولۇر، قۇلقى غوڭۇلدار، قۇلىقىغا داۋاملىق بىرەر ئاۋاز ئاڭلانغاندەك مەلۇم بولۇر، تېۋىپلار ئۇنى «زەكائۇل ھىس» يەنى، «سەزگۈرلۈكنىڭ ئېشىپ كېتىشى» دەپ ئاتار. بۇنداق ئەھۋالدا پەيدا بولغان خىيالىي نەرسىلەر سۇ چۈشۈشنىڭ مۇقەددىمسى بولماس. يەتتىنچى پەرقى شۇكى، بەزىدە مېڭە پەردە يالليۇغىغا ئوخشاش

كېسەللىكلەردىمۇ كۆز ئالدىدا خيالىي نەرسىلەر كۆرۈنەر، چۈنكى ھارارەت سەۋەبىدىن مېڭىدىكى ھۆججۈكلەر كۆيۈپ ئۇنىڭدىن بۇخارات پەيدا بولۇر، ئۇ كۆزنىڭ كاۋاك نېرۋىسىغا بارسا كۆزدە خيالىي كۆرۈنۈشلەر پەيدا بولۇر. سەككىزىنچى پەرقى شۇكى، بۇ خىل ئالامەت مېڭە كېسەللىكلىرىدىن كېيىن كۆرۈلەر. بۇ خىل ئىللەتكە گىرىپتار بولغان كىشى مالىخولىيا كېسەللىكىدىن خالي بولماس، كۆز نۇرى ياخشى بولۇر.

سۇنىڭ كۆزگە تولۇق چۈشكەن - چۈشمىگەنلىكى، قەدەھنى قوبۇل قىلىدىغان - قىلمايدىغانلىقىغا تۆۋەندىكىدەك تۆت تەرەپتىن ھۆكۈم قىلىنۇر: بىرىنچىسى، بىمارنى ئاپتاپتا ئولتۇرغۇزۇپ كۆزىنى يۇمدۇرۇپ قارىغاي، ھەر تەرەپكە ھەرىكەتلەندۈرگەي، بۇ چاغدا كۆزدىكى سۇ ھەرىكەتلەنسە ۋە ھەر خىل شەكىللەرگە كەلسە سۇ كۆزگە تولۇق چۈشكەن بولۇپ، قەدەھنى قوبۇل قىلار. ئەگەر سۇ گەجدەك ياكى مۇزدەك ئاق بولسا، پەقەت يېيىلمىسا، شەكلى ۋە ھالىتى ئۆزگەرمىسە قەدەھنى قوبۇل قىلماس. ئىككىنچىسى، بىمارنى بىر كۆزىنى ئېچىپ يەنە بىر كۆزىنى يۇمۇشقا بۇيرىغاي، بىمارنىڭ قاپقىنى يېنىك سىلىغاي، ئارقىدىن بىمارنى يەنە كۆزىنى ئېچىشقا بۇيرۇپ كۆزگە قارىغاي، كۆزنىڭ قارىچۇقى ئىلگىرىكىدىن سەل كەڭرىگەن بولسا سۇ قەدەھنى قوبۇل قىلىدىكەن دەپ قارىلار، چۈنكى، ئۇ كاۋاك نېرۋىنىڭ توسۇلغانلىقىنى بىلدۈرەر. ھەرقانداق ئادەمدە تۆشۈكنىڭ كەڭرىشى، سۇنىڭ تۆمۈر ياكى قوغۇشۇن رەڭگىدە بولۇشىدىن ئىبارەت ئىككى ئالامەت كۆرۈلسە قەدەھ قىلىپ داۋالاشنىڭ پايدىسى كۆرۈلەر، كۆرۈلمىسە پايدىسى بولماس. ئۇچىنچىسى، بىماردىن قۇياش ياكى يورۇقلۇقنى كۆرىدىغان - كۆرمەيدىغانلىقىنى سورىغاي، كۆرسە قەدەھ بىلەن داۋالاشنى قوبۇل قىلار، كۆرمىسە قوبۇل قىلماس. تۆتىنچىسى، بىمارنى كۆزىنى ئېچىشقا بۇيرۇغاي، ئۇنىڭدىن كېيىن ئۇستىگە ئىسسىق پاختا قويۇپ ئۇستىدىن كۈچلۈك پۈۋلەپ دەرھال پاختىنى كۆتۈرۈپ قارىغاي، بۇ چاغدا سۇنىڭ تەۋرىگەنلىكى بىلىنسە، رەڭگى ياخشى بولسا قەدەھ بىلەن داۋالاشنى قوبۇل قىلغاي، ئۇنداق بولمىسا قوبۇل قىلماس. پاختا قويۇپ سىناشنىڭ سەۋەبى شۇكى، قول بىلەن تۇتۇپ سىناق قىلسا سۇنىڭ ھالىتى قالايمقان بولۇپ كېتىپ قەدەھ بىلەن داۋالاش تەس بولۇر. شۇ سەۋەبتىن قول بىلەن سىنالماس.

داۋالاش

كۆزگە سۇ چۈشكەنلىكىنىڭ ئالامەتلىرى كۆرۈلگەن ھامان دەرھال داۋالاشقا تۇتۇش قىلسا داۋالاشنىڭ ئۇنۇمى بولۇر، كونىراپ قالسا ئىلاجىنىڭ پايدىسى بولماس. بىمارغا قۇرۇق تائام

بېرىلەر، كەكلىك، قىرغاۋۇل گۆشى، قورۇپ پىشۇرۇلغان گۆش، قۇرۇق گۆش، ئارپا نېنىغا ئوخشاش تائاملارغا دارچىن، ھىلە، زەنجۈبىل، سۇزاپ، ھۆل، قۇرۇق بەدىيان، ئابكامە قوشۇپ ئىستېمال قىلدۇرغاي.

ئەبۇ ئەلى ئىبن سىنا ئېيتىدۇكى، «مەن ئەقىل پاراسەتلىك بىر كىشىنىڭ كۆزىگە سۇ چۈشكەنلىكىنى كۆرگەن ئىدىم، ئۇ ئۆزىگە ئىلاج قىلدى، سۇنى ئاز ئىچتى، تائامنى ئاز يېدى، ھۆللۈكنى زىيادە قىلمىغان يېمەكلىكلەردىن پەرھىز قىلدى، قورۇلغان كاۋاپ ۋە قورۇلغان يېمەكلىكلەردىن باشقا غىزا يېمىدى، كۆزدىكى سۇنى تارقىتمىغان سۈرمە ئىشلەتتى، بۇنىڭ بىلەن سۇ يوقىدى».

توغرا ئىلاج شۇكى، دەسلەپتە مېڭە ۋە ئومۇمىي بەدەننى ھەببى قوقيا، ھەببى زەھەب ۋە ئايارەج پەيقرالار بىلەن تەنقىيە قىلغاي، ھەر ھەپتىدە بىر قېتىم بىمارغا ئايارەج پەيقرا، مەتبۇخى قەنتەربيۇن بەرگەي.

مەتبۇخى قەنتەربيۇن نۇسخىسى قەنتەربيۇن، ئاق تۇربۇت (چالا سوقۇلغان) ھەربىردىن 10 گىرامدىن، چالا سوقۇلغان بىستىپايەج 21 گىرام، ئۇرۇقى ئېلىنغان قۇرۇق ئۈزۈم 63 گىرام. دورىلارنىڭ ھەممىسىنى سوقۇپ، 450 مىللىلىتىر سۇدا قاينىتىپ 150 مىللىلىتىر قالغاندا ئوتتىن چۈشۈرۈپ سۈزۈپ، مۇۋاپىق مىقداردا ئىچكەي، ئارقىدىن ئايارەج بېگەي ياكى ئايارەجنى بۇ مەتبۇخ بىلەن ئېزىپ ئىچكەي.

ھەببى زەھەب نۇسخىسى سەبرە 60 گىرام، سېرىق ھېلىلە، بەلىلە، مەستىكى، كەتىرا، سوقمونىيا، زەپەر ھەربىردىن 10 گىرامدىن، قىزىلگۈل 15 گىرام. دورىلاردىن قائىدە بويىچە ھەب تەييارلاپ 10گىرامدىن ئىستېمال قىلغاي.

ھەببى زەھەبنىڭ يەنە بىر نۇسخىسى سەبرە، سوقمونىيا ھەربىردىن بەش گىرامدىن، سېرىق ھېلىلە، كاسنە ئۇرۇقى ھەربىردىن 10 گىرامدىن، ئاق تۇربۇت 35 گىرام. دورىلاردىن قائىدە بويىچە ھەب تەييارلاپ 7.5 گىرامدىن ئىستېمال قىلغاي.

تۆۋەندىكى مەجۇن كۆزگە سۇ چۈشۈشنىڭ دەسلەپكى مەزگىلىدە پايدا قىلۇر.

مەجۇن نۇسخىسى ئېگىر، زەنجۈبىل، بەدىيان ئۇرۇقى قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە بەش گىرامدىن ئىستېمال قىلغاي. مەرزەنجۇش، يەسمەن، سىيادان پۇرىسا پايدا قىلۇر.

تۆۋەندىكى شىياق كۆزگە سۇ چۈشۈشنىڭ دەسلەپكى مەزگىلىدە پايدا قىلۇر.

شىياق نۇسخىسى ئاق خەربەق 35 گىرام، مۇرچ 17 گىرام، ئوشەق ئۇچ گىرام. دورىلارنىڭ ھەممىسنى قائىدە بويىچە سوقۇپ، شىياق قىلىپ ئىشلەتكەي. پىياز سۇيىنى ھەسەل بىلەن كۆزگە سۈركىسە كۆزنى روشەنلەشتۇرمر، سۇنى يوقتار. ھىڭ ئىستېمال قىلسا، يۇمغاقسۇت سۇيى بىلەن كۆزگە سۈركىسە پايدا قىلۇر. بۆرە ياكى ياپىلىق بۆرە ئۆتى، بېلىق ئۆتى پايدا قىلۇر. خوراز ئۆتىنى بۇرۇنغا تېمتسا، دوغداق (بىر خىل قۇش) تاشلىقىنىڭ پوستىنى قۇرۇتۇپ ئېزىپ كۆزگە سۈركىسە پايدا قىلۇر. بۇخۇرى مەريەم ئۆسۈملۈكىنىڭ سىقىلغان سۇيىنى، شۇنداقلا يوپۇرمقىنى ئېزىپ ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ كۆزگە سۈركىسە پايدا قىلۇر. ئايارەج پەيقىرانى ئابكامە بىلەن غار - غار قىلسا پايدا قىلۇر.

تۆۋەندىكى شىياق سىناقتىن ئۆتكەن بولۇپ، پايدا قىلۇر.

شىياق نۇسخىسى كالا ۋە ئۆچكىنىڭ ئۆتىدىن ئۇچ گىرامدىن ئېلىپ، يېڭى رەختكە ئوراپ سۈرۈپ ئېرىتىپ، ئۇنىڭغا ئۇچ گىرام بىلسان يېغى سۈرۈپ قائىدە بويىچە شىياق تەييارلاپ ئىشلەتسە كۆزگە سۇ چۈشۈش، كۆزنىڭ نۇر يىغالماسلىقىنىڭ دەسلەپكى مەزگىلگە پايدا قىلۇر، كۆزدىكى ئاقنى يوقتار.

شىيافى مەرارات (ئۆت شىيافى) نۇسخىسى تۇرنا ئۆتى، تاغ تېكسى ئۆتى، بېلىق ئۆتى، بۇركۇت ئۆتى، كەكلىك ئۆتى قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن باراۋەر مىقدارىدا ئېلىپ، ئۇلارنىڭ ھەر 30 گىرامغا ئالتە گىرام پەرپىيۇن، ئۇچ گىرام شەھمەنزەل لېشى، ئۇچ گىرام سەكبىنەج قوشۇپ، ھەممىسنى بەدىيان سۇيىدە ئېزىپ يۇغۇرۇپ، شىياق قىلىپ سۇ چۈشكەن كۆزگە ئىشلەتسە پايدا قىلۇر.

تۆۋەندىكى دورا كۆز ئاجىزلىقىغا داۋا بولۇر.

نۇسخىسى ئاقلانغان ھەبىۋلغاردىن 30 گىرام، سەمغى ئەرەبىدىن ئۇچ گىرام ئېلىپ، كىچىك بالىنىڭ سۈيدۈكى بىلەن ئېزىپ كۆزگە تارتسا پايدا قىلۇر. سوغۇق تەبىئەتلىك كىشى ئىشلىتىشكە توغرا كەلسە سۇ بىلەن ئېزىپ ئىشلەتكەي.

يەنە بىر پايدىلىق ھەب نۇسخىسى ھىڭدىن ئۇچ گىرام، خەربەقتىن 18 گىرام، ھەسەلدىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ ئىشلەتكەي.

بىلسان يېغى قوشۇلغان تۆۋەندىكى دورىنى ئىشلەتكەي.

نۇسخىسى مۇرچ 24 گىرام، ئىقلىميا 12 گىرام، كۆيدۈرۈلگەن مىس 48 گىرام، ساپ مۇرمەككى ئالتە گىرام، زەپەر، بىلسان يېغى ھەر بىرىدىن ئۇچ گىرامدىن. دورىلارنىڭ قۇرۇقلىرىنى يامغۇر سۇيى بىلەن ئېزىپ، زەپەر، بىلسان يېغى بىلەن يۇغۇرۇپ، باشقا دورىلارنى

قوشۇپ، ئۇنىڭغا يەنە سوقۇلغان ئەرەب يېلىمىدىن 30 گىرام قوشۇپ يۇغۇرۇپ تەييارلىنار. بەزىدە ھەسەل بىلەن يۇغۇرسىمۇ بولۇر، بۇ دورا كۆپ شىپا قىلۇر. قەدىھ بىلەن داۋالاش، يەنى سۇ ئىچىشنىڭ تەدبىرى شۇكى، سۇنىڭ تولۇق چۈشكەنلىكى مەلۇم بولسا، قەدىھ بىلەن داۋالاشنىڭ ئالامەتلىرى ئاشكارا بولسا بىرەر توسالغۇنىڭ بار - يوقلۇقىغا، مەسىلەن: باش ئاغرىش، زۇكامداش، يۆتىلىش قاتارلىقلارغا ئوخشاش ئالامەتلەرنىڭ بار - يوقلۇقىغا دىققەت قىلغاي. ئەگەر بۇ ئالامەتلەرنىڭ بىرەرسى بولسا ئۇنىڭ ئىلاجى قىلىنار. بەدەن، مېڭە قان ئېلىش ۋە سۈرگە بېرىش بىلەن تەنقىيە قىلىنار. قەدىھ بىلەن داۋالىنىدىغان كۈنى ھاۋانىڭ ئوچۇق، ساپ بولۇشى، ھاۋالىق بولۇشى تەلەپ قىلىنار. بىمار يورۇقلۇقى ئوتتۇرا ھال بولغان ئورۇندا يۇمشاق كۆرپىدە ئولتۇرغۇزۇلار. بىمارنى تىزىنى كۆكرىكىگە تىرەپ، قوللىرىنى پاچاق تەرىپىگە سېلىپ ئولتۇرۇشقا بۇيرۇلار. كەھھال (كۆز تېۋىپى) ئۇنىڭ ئالدىدا ئېگىزراق ھالەتتە ئولتۇرغاي. بىر كۆز ساق بولسا ئۇنى تېڭىق بىلەن ياخشى تېڭىپ قويۇش تەۋسىيە قىلىنار. بۇنداق قىلىشنىڭ ئىككى خىل پايدىسى باردۇر، بىرى، بىمارغا يەنە بىرى تېۋىپكە پايدىسى باردۇر. بىمارغا پايدىسى شۇكى، ئۇنىڭ بىر كۆزى تېڭىپ قويۇلمىسا ئاغرىق كۆزنىڭ تىنچ تۇرۇشىغا كاپالەتلىك قىلغىلى بولماس، بۇنداق بولغاندا كۆزنى قەدىھ بىلەن داۋالاش تەس بولۇر. تېۋىپكە بولغان پايدىسى شۇكى، بىمارنىڭ ئاغرىق كۆزىنىڭ كۆرۈش قۇۋۋىتىنى تەكشۈرمەكچى بولسا ساق كۆز بىلەن ئاغرىق كۆزنىڭ كۆرۈش ئىقتىدارىنىڭ ئارىلىشىپ كېتىشىدىن ساقلانغىلى بولۇر.

يەتتىنچى قىسىم كۆزنىڭ ھېس بىلەن بىلگىلى بولمايدىغان كېسەللىكلىرى توغرىسىدا

بىرىنچى باب تۇخۇم ئېقىسمان سۈيۇقلۇق كېسەللىكلىرى توغرىسىدا

تۇخۇم ئېقىسمان سۈيۇقلۇق كېسەللىكلىرى ئۇنىڭ مىقدارى ياكى سۈپىتىگە مۇناسىۋەتلىك بولۇر. مىقدارىغا مۇناسىۋەتلىك بولغىنى شۇكى، مىقدارى كۆپ ياكى ئاز بولۇر. بۇ چاغدا تۆتىنچى بابتا ئېيتىلغان كېسەللىكلەر پەيدا بولۇر. سۈپىتىگە مۇناسىۋەتلىك بولغىنى ئۇچ خىل بولۇر. يەنى ئۇنىڭ قىيامى، رەڭگى ياكى ھۆل - قۇرۇقلۇقىدا نورمالسزلىق بولۇر. قىيامىدىكى نورمالسزلىقتا ئۇنىڭ قىيامى قويۇقراق بولۇر، بۇ چاغدا ئادەم يىراقنى كۆرەلمەس، يېقىنىمۇ ياخشى كۆرەلمەس. بەزىدە ئۇنىڭ بىر قىسمى ياكى ھەممىسى قويۇق بولۇر. ھەممىسى قويۇق بولسا كۆرۈش كاردىن چىقار، بۇنىڭ ئەھۋالى كۆزگە سۇ چۈشۈشنىڭ ئەھۋالىغا ئوخشار. مەلۇم قىسمى قويۇقلىشىشقا كەلسەك، ئۇنىڭ ئەھۋالى ئۇچ خىل بولۇر، بىرى، ئۇنىڭ ئوتتۇرا قىسمى قويۇق بولۇر، بۇ چاغدا ئادەم ئوتتۇرىدىكى نەرسىلەرنى قارا كۆرەر. يەنە بىرى، ئۇنىڭ ئەتراپى قويۇق بولۇر، بۇ چاغدا ئادەم چوڭ نەرسىلەرنى بىراقلا كۆرەلمەس، بەلكى بەزى قىسىملىرىنى كۆرەر. ئۇچىنچى بىرى شۇكى، ئۇنىڭ قىسىملىرىنىڭ قويۇق - سۈيۇقلۇقى ئوخشىمىغان ھالەتتە بولسا كۆز ئالدىدا چۈبىن، پاشا، ھەر خىل سىزىقلارغا ئوخشاش شەكىللەر كۆرۈنەر. مەزكۇر سۈيۇقلۇقنىڭ رەڭگىگە مۇناسىۋەتلىك بولغان ئىللەت ئۇچ خىل بولۇر، بىرى، مەزكۇر سۈيۇقلۇقنىڭ ھەممىسىنىڭ رەڭگى ئەسلىي ھالىتىدىن ئۆزگىرىپ كېتەر، بۇ چاغدا ئادەم ھەممە نەرسىنى شۇ رەڭدە كۆرەر، مەسىلەن: سۈيۇقلۇقنىڭ رەڭگى ئاقتا ئۆزگەرگەن بولسا كۆز

نەرسىلەرنى ئاق، خۇددى تۇمان ئىچىدە قالغاندەك كۆرەر. يەنە بىرى، مەزكۇر سۈيۇقلۇقنىڭ بەزىسىنىڭ رەڭگى ئۆزگۈرۈپ يەنە بەزىسىنىڭ رەڭگى نورمال بولۇر. بۇ چاغدا كۆز ئالدىدا ھەر خىل شەكىلدىكى نەرسىلەر كۆرۈنەر، ھەمدە ئۇلارنىڭ رەڭلىرىمۇ ئۆزگەرگەن رەڭ بىلەن ئوخشاش بولۇر. يەنە بىرى، مېڭىگە ئۆرلىگەن بۇسنىڭ تەسىرىدىن ئۇنىڭ رەڭگى ئۆزگىرەر، بۇسنىڭ رەڭگى قانداق بولسا شەيئىلەرنىمۇ شۇ رەڭدە كۆرەر. مەزكۇر سۈيۇقلۇقنىڭ ھۆل قۇرۇقلۇقنا مۇناسىۋەتلىك ئىللەتلەرگە كەلسەك، قۇرۇقلۇق جەھەتتە نورمالسىز بولسا، ئۇنىڭ ئەھۋالىمۇ ئوچ خىل بولۇر. بىرى، مەزكۇر سۈيۇقلۇقنىڭ ھەممىسى قۇرۇق بولۇر، بۇ چاغدا كۆز كېچىكلەپ، كۆرەلمەس. يەنە بىرى، مەزكۇر سۈيۇقلۇقنىڭ بىر قىسمى قۇرۇق بولۇر. يەنە بىرى، قۇرۇقلۇق مەزكۇر سۈيۇقلۇقنىڭ ھەممە قىسمىدا تەكشىسىز ھالەتتە كۆرۈلەر. ھۆللۇك جەھەتتە نورمالسىز بولسا، كۆز نورمال ھالەتتىن چوڭراق، ھۆلرەك بولۇر.

داۋالاش

مەزكۇر سۈيۇقلۇقنىڭ ھۆللۇكىنىڭ ئېشىشى، كۆپىيىشى، قويۇق ياكى سۈيۇق بولۇشىنىڭ ئىلاجى ئومۇمىي بەدەن ۋە مېڭىنى تازىلاشتۇر، كۆزنىڭ نۇرىنى ئاشۇرغۇچى مادداىنى تارقاتقۇچى نەرسىلەرنى ئىشلىتىشتۇر. مەزكۇر سۈيۇقلۇق مقدارىنىڭ ئازىيىشى، كۆزنىڭ كېچىكلىشى ۋە قۇرغاقلىشىشىنىڭ ئىلاجى باشنىڭ قۇرۇقتىن ئاغرىشىنىڭ ئىلاجى بىلەن ئوخشاشتۇر. يەنە ھۆللۇكنى ئاشۇرغۇچى تەدبىرلەر بىلەن ئىلاج قىلغاي.

ئىككىنچى باب قىروۋسمان سۈيۇقلۇق كېسەللىكلىرى توغرىسىدا

ئۇنىڭ كېسەللىكلىرى تۆت خىل بولۇر، بىرىنچىسى، ئورنىغا مۇناسىۋەتلىك؛ ئىككىنچىسى، مقداريغا مۇناسىۋەتلىك؛ ئۈچىنچىسى، سۈپىتىگە مۇناسىۋەتلىك؛ تۆتىنچىسى، زەخمە بىلەن مۇناسىۋەتلىك بولۇر. ئورنىغا مۇناسىۋەتلىك بولغاندا ئوچ خىل ھالەت بولۇر، بىرى، ئۇ ئورنىدىن قوزغىلىپ ئوڭ - سول تەرەپكە مايىللىشار. يەنە بىرى، يۇقىرى ياكى تۆۋەن بولۇر. ئۈچىنچىسى، ئىچىگە ئولتۇرۇشار ياكى سىرتىغا چىقار. ئۇنىڭ ئوڭ - سول تەرەپكە مايىللىشىشىنىڭ سەۋەبى كاۋاك پەي مۇسكۇللىرىنىڭ تارتىشىدۇر. تۆۋەنگە ئولتۇرۇشۇشنىڭ سەۋەبى سۇرگە دورىلىرىنىڭ تەسىرىدە ئۇنىڭ تارقىشى، قۇرۇقلۇقنىڭ غالىب كېلىشىدۇر. ئۇنىڭ يۇقىرى - تۆۋەن بولۇشىنىڭ ئورتاق سەۋەبى كاۋاك نېرۋا مۇسكۇللىرىنىڭ بوشىشىدۇر. مەزكۇر

سۈيۇقلۇق ئوڭ - سول ياكى يۇقىرى - تۆۋەنگە مايىللاشسا كۆزگە بىر نەرسە ئىككى كۆرۈنەر. ئىككى كۆزنىڭ مەزكۇر سۈيۇقلۇقنىڭ يۇقىرى - تۆۋەنلىكى ئوخشاش بولمىسىمۇ بىر نەرسە ئىككى كۆرۈنەر. مەزكۇر سۈيۇقلۇق تۆۋەن ئولتۇرۇشۇشنىڭ سەۋەبى مېڭە ھۆللۈكلىرىنىڭ تارقىشى، قۇرۇقلۇقنىڭ ئېشىشىدۇر. مەزكۇر سۈيۇقلۇق بەكرەك ئۇستىگە كۆتۈرۈلسە كۆز قارىسى سۈرمە رەڭ كۆرۈنەر، بۇ خۇددى دەريا سۈيى كۆپ بولسا قارا، ئاز بولسا ئاق، سۇزۇك كۆرۈنگىنىگە ئوخشار.

مەزكۇر كېسەللىكنىڭ تارتىشىش سەۋەبىدىن بولغىنىغا ئىلاج قىلىش ئۈچۈن سۈرگە بەرگەي، نۇتۇل، غار - غار قىلغاي، چۈشكۈرتكەي. تارتىشىش قۇرۇقلۇقتىن بولغان بولسا ھۆللۈك يەتكۈزىدىغان، يۇمشىتىدىغان تەدبىرلەر بىلەن ئىلاج قىلغاي.

ھۆللۈك كۆپ بولسا كۆز قارىچۇقى قارا كۆرۈنەر، نەرسىلەرنى كىچىكرەك كۆرەر، كۆز روھى كۈچلۈك بولۇر. مەزكۇر سۈيۇقلۇق ئالدىغا قوزغىلۇر. بۇ ئىككى خىل ھالەتتە كۆزنىڭ رەڭگى ئۆزگىرىپ، قارا، قىزىل، سېرىق ياكى ئاق بولۇر. كۆزدە ھۆللۈك غەلىبە قىلسا كۆز تۇتۇق بولۇر، ھەمىشە ھۆل تۇرار. قۇرۇقلۇق غەلىبە قىلسا كۆرۈشى مۇشكۈل بولۇر.

داۋالاش

مەزكۇر سۈيۇقلۇقنىڭ رەڭگىدە ئۆزگىرىش بولسا سەۋەب بولغان خىلتىنى بەدەندىن سۈرۈپ چىقارغاي. ماددىنى يۇمشىتىدىغان سۈرمىلەرنى تارتقاي. ھۆللۈك غەلىبە قىلغان بولسا ئايارەج پەيقىرا، ھەببى قوقيا بىلەن سۈرگە بەرگەي. باسلىقۇن سۈرمىسىنى تارتقاي. قۇرۇقلۇق غەلىبە قىلغان بولسا، ھۆللۈكنى ئاشۇرىدىغان تەدبىرلەرنى قىلغاي. تەپەررۇقى ئىتتىسال سەۋەب بولغان بولسا زەخمىنىڭ ئىلاجىنى قىلغاي. ئەمما بۇنىڭ ئىلاجى زەخمىنىڭ ئىلاجىدىن مۇشكۈلرەك بولۇر، ئىلاجنى ئاز قوبۇل قىلۇر. بەزىدە مەزكۇر سۈيۇقلۇقنىڭ كۆيدۈرۈشچان ماددىسى تورسىمان پەردىنى زەخىملەندۈرەر، ئۇنىڭ ئىلاجى كۆز كېسەللىكلىرىنىڭ ھەممىسىدىن مۇشكۈلدۇر.

ئۈچىنچى باب كۆزنىڭ كۆرۈش قۇۋۋىتى توغرىسىدا

كۆزنىڭ كۆرۈش قۇۋۋىتىنى تېۋىپلار كۆرگۈچى روھ دەپمۇ ئاتار. ئۇنىڭ ئەھۋالى ئىككى ئىشقا، يەنى مقدارى ۋە سۈپىتىگە مۇناسىۋەتلىك بولۇر. مقدارىغا مۇناسىۋەتلىك بولغىنى ئىككى خىل بولۇر. بىرى، كۆرگۈچى روھنىڭ مقدارى كۆپ بولۇر، قۇۋۋىتى كۈچلۈك بولغانلىقتىن يىراق يەرلەرگە يېتەر ۋە يىراقتىكى نەرسىلەرنىمۇ كۆرەر، يېقىندىكى نەرسىلەرنى تېخىمۇ ياخشى

كۆرەر. يەنە بىرى، مىقدارى ئاز بولۇر، بۇ چاغدا يېقىندىكى نەرسىلەرنى كۆرەر، يىراقتىكى نەرسىلەرنى كۆرمەس. سۈپىتىگە مۇناسىۋەتلىك بولغىنىمۇ ئىككى خىل بولۇر. بىرى، كۆرگۈچى روھ قۇيۇق بولۇر، بۇ سەۋەبتىن نەرسىلەرنى مۇشكۈللۈك بىلەن كۆرەر، قارا نەرسىلەرنى كۆرەر، شەكىلنى ياخشى كۆرەلمەس. يەنە بىرى، كۆرگۈچى روھ سۈيۇق بولۇر، يېقىندىكى نەرسىلەرنى ۋە ئۇششاق خەتلەرنى ياخشى كۆرەر، يىراقتىكى نەرسىلەرنى مۇشكۈللۈك بىلەن كۆرەر، چۈنكى، ئۇ سۈيۇق بولغانلىقتىن يىراقا ببرىپ بولغۇچە چېچىلىپ كېتەر.

داۋالاش.

كۆرگۈچى روھ بەك قويۇق بولسا يىراقتىكى نەرسىلەرنى ياخشىراق كۆرەر (يېقىندىكىنى ياخشى كۆرمەس)، چۈنكى روھ يولنىڭ يىراقلىقى بىلەن ئۇچۇچان بولۇر. ئىلاج قىلىش ئۈچۈن ئايارەج پەيقىرا بىلەن سۈرگە بەرگەي، سۈرمە رۇشنائى تارتقاي. كېچىدە غىزالانمىشتىن، سۈت ئىچىشتىن، بېلىق، قورۇغان كاۋاپ يېيىشتىن پەرھىز قىلغاي، تاغ پىننىسى پۈربغاي، تائامغا دارچىن سېلىپ ئىستېمال قىلغاي. كۆرگۈچى روھ ئاز، قويۇق بولسا يىراقتىكى نەرسىلەرنى كۆرمەس، يېقىننى كۆرۈشى قىيىن بولۇر، بۇ خىل كېسەللىك قېرى كىشىلەردە كۆپرەك كۆرۈلەر، ئىلاجى مۇشكۈلرەك بولۇر، چۈنكى قىيامى قويۇقتۇر. ئىلاجى ئۈچۈن ئاز مىقداردا ئايارەج پەيقىرا بەرگەي، چۈنكى ئۇنىڭ مىقدارىمۇ ئازدۇر. ئارپا سۈيى، ئاسان ھەزىم بولىدىغان، ھۆللۈك كۆپەيتىدىغان غىزالارنى ئىستېمال قىلغاي، بۇنىڭ ئۈچۈن پاقلان، توخۇ گۆشى شورپىسى مۇۋاپىق بولۇر. كۆرگۈچى روھ سۈيۇق، ئۇچۇچان بولسا يېقىندىكى نەرسىلەرنى ياخشى كۆرەر، يىراقتىكى نەرسىلەرنى ياخشى كۆرۈلمەس. مەلۇم بولغايكى، بەزىدە كۆرگۈچى روھتا قۇرۇقلۇق غەلىبە قىلۇر، قىروۋسمان سۈيۇقلۇقنىڭ ھۆللۈكى ئاشار، بۇنىڭ بىلەن يىراقنى كۆرەلمەسلىك پەيدا بولۇر، يېقىندىكى نەرسىلەرنى ياخشى كۆرەر. قىروۋسمان سۈيۇقلۇقنىڭ كۆپلۈكىنىڭ ئىلاجى بايان قىلىندى، كۆرگۈچى روھنىڭ مەلۇم ئىلاجى قۇرۇقلۇقنىڭ ئىلاجى بىلەن ئوخشاش بولۇر.

تۆتىنچى باب كېچىسى كۆرمەسلىك ۋە كۈندۈزى كۆرمەسلىك توغرىسىدا

بۇلارنىڭ سەۋەبلىرى ئوچ خىلدۇر. بىرىنچىسى، كۆرگۈچى روھ قويۇق بولۇر؛ ئىككىنچىسى، كۆزنىڭ ھەرقايسى قىسىملىرى ھۆل، ئاق رۈتۈبەتلىك بولۇر؛ ئۈچىنچىسى، داۋاملىق

ئاپتاپتا ئولتۇرۇشتىن بولۇر. چۈنكى كۈندۈز ھاۋاسىدىن كېچە ھاۋاسى ئىسسىق، ئۇچۇچان بولۇر. كۈندۈز ھاۋاسىنىڭ ئۇچۇچانلىقى، قۇياش نۇرى كۆز سۇيۇقلۇقى ۋە كۆرگۈچى روھنىڭ قويۇقلۇقىنى زىيادە قىلۇر، بۇنىڭ بىلەن كۆز كۈندۈزى كۆرەر، كېچە ھاۋاسىنىڭ ئۇچۇچانلىقىدا يوق بولۇر. كۈندۈزدە كۆز سۇيۇقلۇقى ۋە كۆرگۈچى روھ قويۇق بولۇر، ھېچ نەرسىنى كۆرەلمەس. كىشى قۇياش نۇرىدا داۋاملىق ئولتۇرسا قۇياش نۇرى كۆرگۈچى روھنى ئېرىتەر، قويۇقراق بولۇپ قالۇر. كېچىدە بولسا ھاۋاسىنىڭ زىچلىقى سەۋەبىدىن قويۇقلۇقى تېخىمۇ زىيادە بولۇر، بۇنىڭ بىلەن كېچىسى كۆرەلمەس. كۆرمەسلىك بەزىدە ئاشقازاندىن ئۆرلىگەن بۇخارات سەۋەبىدىن بولۇر، ئالامىتى شۇكى، ئاشقازان بوش بولسا كۆرەلمەسلىك ئىللىتى سۇسراق، توشۇق بولسا كۆچلۈكرەك بولۇر. بۇ خىل كۆرمەسلىك كۆپرەك قارا كۆزلۈك كىشىلەر ۋە كۆزى چوڭ كىشىلەردە پەيدا بولۇر.

داۋالاش

قان غالىب بولسا قېيفال تومۇرىدىن قان ئالغاي، كۆز قۇيرۇق تومۇرىدىن قان ئېلىش پايدىلىقتۇر. ئايارەج پەيقىرا بىلەن سۇرگە بېرىش، ماددىنى سۇيۇلدۇرىدىغان تەدبىرلەرنى قىلىش پايدىلىقتۇر. ياتار ۋاقتىدا غىزالىنىشتىن پەرھىز قىلغاي. تاۋام يېگەندىن كېيىن زۇۋا شەربىتى ئىچكەي ياكى قۇرۇق زۇۋا، قۇرۇق يالپۇزنى سوقۇپ تاۋامغا قوشقاي. تاۋام سىڭگەندىن كېيىن ئاز مىقداردا كونا شاراب ئىچىش پايدىلىقتۇر. ئۆچكە جىگرىنى توغراپ ئوتقا سېلىپ تەپچىرەپ چىققان سۇيىگە پىلپىل، ھىندىستان تۇزى قوشۇپ كۆزنىگە سۈركىگەي. پىلپىلنى سوقۇپ جىگەر سۇيى بىلەن نەمدەپ قۇرۇتقاندىن كېيىن سوقۇپ، بەدىيان سۇيى قوشۇپ كۆزنىگە تارتىپ، كۆزنىنى يۇمۇپ تۇرغاي. پىلپىل بىلەن قەنبىلدىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ كۆزنىگە تارتقاي. ئۆچكە جىگرىنى كاۋاپ قىلىپ تامچىلىغان سۇيىنى ئىچكەي، جىگەرنى يېگەي، ھورىغا كۆزنىنى تۇتقاي.

كۈندۈزى كۆرمەسلىكنىڭ سەۋەبلىرى كېچىسى كۆرمەسلىكنىڭ سەۋەبلىرىنىڭ ئەكسىچىدۇر. چۈنكى كېچە ھاۋاسى كۈندۈز ھاۋاسىغا قارىغاندا ھۆل بولغاچقا، ئۇ كۈندۈز ھاۋاسىنىڭ ئۇچۇچانلىقىنى ئاشۇرار، شۇ سەۋەبتىن كۈندۈزى كۆزنىڭ كۆرۈشى تۇتۇق، ئاجىز بولۇر. بۇ كېسەللىك كۆپ ھاللاردا چېقىر ۋە قارا كۆزلۈك كىشىلەردە پەيدا بولۇر.

داۋالاش

ھۆللۈكنى ئاشۇرىدىغان تەدبىرلەرنى قىلغاي، ئايال كىشىنىڭ سۈتىنى بۇرنىغا تېمىتقاي،

بىنەپشە يېغى بىلەن باشنى مايلىغاي. ئۆتكۈر، تۇزلۇق تائاملاردىن پەرھېز قىلغاي. ئېگىز ئورۇنلاردا، چۆللەردە ئۇزۇن تۇرسا، قىشتا قار كۆپ ياغسا كۆز نۇرى سۇسلىشار، ئارقىدىن يىراقنى كۆرەلمەسلىك پەيدا بولۇر، ئارقىدىن يېقىننى كۆرەلمەس، ئاخىرىدا كور بولۇر.

كۆزىگە نەرسىلەر ئاق كۆرۈنسە ئىلاجى شۇكى، كۆك كىيىم كىيگەي، كۆز ئۇدۇلغا قارا نەرسە ئېسىپ ئۇنىڭغا قاراپ بەرگەي.

بەشىنچى باب كۆزگە سوغۇق تېگىش توغرىسىدا

بۇغداي سامىنىنى سۇ بىلەن قاينىتىپ سۈيىنى ئىلمان قىلىپ كۆزگە تېمىتقاي، سامساق سۈيىگە ھەسەل ئارىلاشتۇرۇپ كۆزگە تېمىتسا پايدا قىلۇر. تاشنى قىزىتىپ ئۇستىگە شاراب تېمىتىپ ھورىغا كۆزىنى تۇتقاي. زۇپا، بابۇنە، ئىكىلىملىككە ئوخشاش يۇمشىتىدىغان دورىلارنى قاينىتىپ سۈيى بىلەن يۇز - كۆزلىرى ۋە بېشىنى يۇغاي.

ئالتىنچى باب ئەينەكسىمان سۇيۇقلۇق كېسەللىكلىرى توغرىسىدا

ئەينەكسىمان سۇيۇقلۇق كېسەللىكلىرىنىڭ سانى تۇخۇم ئېقىسمان سۇيۇقلۇق كېسەللىكلىرىنىڭ سانى بىلەن ئوخشاشتۇر، ئۇلارنىڭ زەھەرى قىروۋسمان سۇيۇقلۇقىغا يېتەر. ئەينەكسمان سۇيۇقلۇق سۇيۇقراق بولسا كۆرۈش قۇۋۋىتى ئاجىزلار، ئاجىزلىق بىلەن قۇرۇقلۇق غالىب بولسا كۆز قۇرۇپ كۆرۈش يوق بولۇر. بۇنىڭ ئىلاجى تۇخۇم ئېقىسمان سۇيۇقلۇقنىڭ ئىلاجى بىلەن ئوخشاشتۇر.

يەتتىنچى باب تورسمان پەردە كېسەللىكلىرى توغرىسىدا

تورسمان پەردىدە باشقا پەردىلەردە بايان قىلىنغان كېسەللىكلەرنىڭ ھەممىسى پەيدا بولۇر، سەۋەبلىرىمۇ بىرى يەنە بىرىگە ئوخشار، ئىلاجلىرىمۇ ئۇلارنىڭ ئىلاجلىرى بىلەن ئوخشاش

بولۇر. پەقەت ئۇنىڭ زەخمىسى سابىقە ۋە بادىيە سەۋەبلىرىدىن پەيدا بولۇر. يەنە ئۆتكۈر خىلىتنىڭ كۆيدۈرۈشىدىنمۇ بولۇر. بۇ چاغدا كۆز نۇرى كۆزنىڭ ھەممە قىسملىرىغا تارقىلىپ كۆرۈش يوق بولۇر. بۇنىڭ ئىلاجى مۇشكۈلدۇر. بۇ چاغدا سۇرگە بېرىش ۋە مېڭىنى تازىلاشتىن باشقا ئىلاج قىلغىلى بولماس. تەپەررۇقى ئىنتىسال پەيدا بولسا، سۇرگە بەرگەندىن كېيىن پايدىسى بولمسا، دورىلار يەرلىك ئورۇنغا مۇشكۈللۈك بىلەن يەتسە بۇنى ئىنتىشار دەپ ئاتار، ئىنتىشار ئۈچ قىسىم بولۇر. بىرى «ھەدەقە» كېسەللىكىدە بايان قىلىندى. ئىككىنچى ۋە ئۈچىنچىسى كۆزنىڭ كاۋاك نېرۋىسى كېسەللىكىدە بايان قىلىنار.

مەلۇم بولغايكى، كۆز بالا ھەمراھسمان پەردىسى، قىرووسمان پەردىسىدە ھەر خىل مىزاج بۇزۇلۇش ۋە پۈتۈنلۈك بۇزۇلۇش كېسەللىكىرى پەيدا بولۇر. بالا ھەمراھسمان پەردىدە كېسەللىك پەيدا بولسا ئۇنىڭ زىيىنى قىرووسمان سۇيۇقلۇقتا بولۇر، چۈنكى ئۇزۇقلۇق بالا ھەمراھسمان سۇيۇقلۇقتا يېتەر، ئۇزۇقلۇقتىن ئۆز نېسۋىسىنى ئالار، قالغىنى يەنمۇ پىشىپ ۋە ساپلىشىپ تورسمان پەردىگە يېتەر، تورسمان پەردە ئۇنىڭدىن مۇۋاپىق مقداردا ئۆزىگە تارتار، قالغىنى ساپراق ۋە پىششىقراق بولۇپ، قىرووسمان سۇيۇقلۇقتا يېتەر. ئۇنىڭ سەۋەبلىرى، ئالامەتلىرى ۋە ئىلاجلىرى باشقا قەۋەتلەرنىڭ ئىلاجلىرىغا يېقىن كېلۇر.

سەككىزىنچى باب كاۋاك نېرۋا كېسەللىكلىرى ۋە كۆزنىڭ نۇر يىغالماسلىقى توغرىسىدا

كاۋاك نېرۋا مىزاجى ئاددىي ۋە مۇرەككەپ، ماددىلىق ياكى ماددىسىز ھالەتتە ھەر خىل بۇزۇلۇشى مۇمكىن. ئۇلارنىڭ سەۋەبلىرى بىلەن ئالامەتلىرى ھەر خىل باش ئاغرىقىنىڭ سەۋەبلىرى ۋە ئالامەتلىرى بىلەن ئوخشاش بولۇر، ئىلاجلىرى مېڭە كېسەللىكلىرىنىڭ ئىلاجلىرىغا ئوخشار. مەلۇم بولغايكى، نېرۋىدا توسۇلۇش، بېسىلىش، ئىششىش، پۈتۈنلۈك بۇزۇلۇش كېسەللىكلىرى كۆپ كۆرۈلەر. كاۋاك نېرۋىنىڭ كېسەللىكى كۆزنىڭ نۇر يىغالماسلىقىغا سەۋەب بولغاندىن سىرت، مېڭە كېسەللىكىمۇ ئۇنىڭغا سەۋەب بولۇر، بۇ چاغدا شۇ كېسەللىك ئالامتى ئۇنىڭغا گۇۋاھلىق بېرەر. بۇنداق بولسا داۋالاش مۇشكۈل بولۇپ، ئۇنىڭ ئىلاجىنى ماھىر تېۋىپتىن باشقىسى بىلمەس.

كاۋاك نېرۋىنىڭ پۈتۈنلۈكى بۇزۇلۇشىنىڭ تۈرلىرى بىر قانچە خىل بولۇر. بىرى شۇكى، كاۋاك نېرۋا نورمال ھالىتىدىن كەڭرەك بولۇر، بۇنداق بولۇشنىڭ سەۋەبى ئىككى خىل بولۇپ،

بىرى، كاۋاك پەيدا بولغانلىقى مۇسكۇللارنىڭ بوشىشى، يەنە بىرى، يامان خىلىت كىرىپ قېلىشى كېگەيتىشى ۋە قېچىشدۇر. بۇ خىل قېچىلىش ۋە كېگىيىش ئىنتىشار دەپ ئاتىلۇر، چۈنكى بۇ چاغدا كۆز نۇرى چېچىلار. كۆز نۇرىنىڭ نېرۋا كېگىيىپ چېچىلىشى بىلەن ئۇزۇمسمان پەردە تۆشۈكى كېگىيىپ چېچىلىشىنىڭ پەرقى شۇكى، كاۋاك نېرۋا سەۋەبىدىن بولغان چېچىلىش بۇ نېرۋىنىڭ ھەممە قىسمىلىرىدا مەۋجۇت بولۇر. ئۇزۇمسمان پەردە تۆشۈكى كېگىيىش سەۋەبىدىن بولغان چېچىلىشتا نۇر ئۇزۇمسمان پەردە تۆشۈكىدىن ئۇدۇل ئۆتۈپ سىرتقا چىققاندىن كېيىن چېچىلۇر.

داۋالاش

ئاۋال باش ئاغرىقىنى پەسەيتىشنىڭ ئىلاجىنى قىلغاي، بەدەن ۋە مېڭىنى تازىلىغاي، كۆزگە سۇ چۈشۈش كېسەللىكىنىڭ بېشىدا بايان قىلىنغان دورىلارنى ئىشلەتكەي. ئۆتتىن تەييارلانغان شىيافلار پايدا قىلۇر.

كاۋاك نېرۋىنىڭ توسۇلۇشى، بېسىلىشى، ئىششىققا ھۆل سوغۇق كىرەكسىز ماددىلارنىڭ مېڭىدىن كېلىپ روھ يولىنى توسىشىدۇر. بۇنى بىلىش ئۈچۈن بىمارنىڭ ساق كۆزىنى يۇمدۇرۇپ قاپقىنى سىلاپ ئۇزۇمسمان پەردە تۆشۈكىنىڭ كېگەيگەن - كېگەيمىگەنلىكىگە دىققەت قىلغاي، كېگەيگەن بولسا نېرۋا ساق بولۇر. مەزكۇر نېرۋىنىڭ ئىششىشى بىلەن توسۇلۇشى ئوتتۇرىسىدىكى پەرق شۇكى، ئىششىغان بولسا كۆز ئۈستىدە ئاغرىق بولۇر، توسۇلغان بولسا ئۇنداق ئاغرىق بولماس. يەنە بىر ئالامتى شۇكى، نېرۋا توسۇلۇش سەۋەبىدىن نېرۋا بېسىلغان بولسا كۆرۈش تولۇق يوق بولۇر، ئېغىرلىق بولماس، ئىششىقمۇ كۆرۈشنىڭ ھەممىسىنى يوق قىلۇر، ئەمما ئېغىرلىق زىيادە بولۇر. ئۇنىڭ ئىلاجى ئۈچۈن ھەببى قوقيا، ئايارەج پەيقىرا بىلەن سۈرگە بەرگەي، كۆز قۇيرۇق تومۇرىدىن قان ئالغاي، چېكىگە زۇلۇك قۇرتى قويۇپ ماددىنى پۈت تەرەپكە تارتقاي. كۆزگە سۇ چۈشۈشنىڭ ئىلاجىنى قىلغاي. كاۋاك نېرۋا يېرىلغان بولسا كۆز كۆپ ئولتۇرۇشار، زورىقار، كۆرۈشى يوق بولۇر، بۇنىڭ ئىلاجى يوقتۇر.

توققۇزىنچى باب كۆز كاۋاك نېرۋىسىنىڭ خاس مۇسكۇل كېسەللىكلىرى توغرىسىدا

بۇ مۇسكۇللارنىڭ كېسەللىكلىرى ئىككى خىل بولۇر، بىرى بوشىشىش، يەنە بىرى تارتىشىشتۇر. بۇمۇ ئىككى خىل بولۇر، بىرى تولۇش، يەنە بىرى قۇرۇقلۇق يېتىشتۇر، بۇلارنىڭ

ئالامەتلىرى مەلۇملۇقتۇر. كاۋاك نېرۋا مۇسكۇللىرى تارتىشسا كۆز ئالمىسى ئورنىدىن قوزغىلار، كۆز تارتىلۇر. بۇ مۇسكۇللار بوشسا كۆز سىرتىغا چىقار، بوششش ھەددىدىن ئاشسا كۆرۈش يوق بولۇر، چۈنكى كۆز پۇلتىيىپ چىقار ۋە تارتىلار، نېرۋا يولى تارتىلىش سەۋەبىدىن تارىيار، شۇنىڭ بىلەن نۇر ئۆتەلمەس.

داۋالاش

مېڭىنى تازىلىغاي، ئىتىرىفل ئىستېمال قىلغاي، غار - غار قىلغاي، چۈشكۈرتكەي، كۈچلۈك سۈرمىلەرنى پېشانە، باش ۋە چېكىگە سۈركىگەي. مۇسكۇللارنىڭ قۇرۇقلۇقتىن تارتىشىغا قۇۋۋەتنى ئاشۇرىدىغان تەدبىرلەرنى قىلغاي. قۇرۇقلۇقتىن بولغان تەشەننۇج غالىب بولسا مېڭىدە بولىدىغان تۇتقاق كېسەل، كۆز قاراڭغۇلىشىش، باش ئاغرىقىغا ئوخشاش كېسەللىكلەر يوق بولۇر. كىچىك بالىدا ئالغايلىق پەيدا بولسا كۆز ئالدىدا چىراغ قويۇپ ئۇنىڭغا قاراتقاي، كۆزنىڭ ئۇدۇلىغا قىزىل نەرسە ئېسىپ قويغاي. كۆز قارىسى كۆز قۇيرۇقى تەرىپىدە بولسا بۇرۇن تەرەپكە بىر قىزىل نەرسە ئېسىپ قويغاي. كۆز قارىسى بۇرۇن تەرەپتە بولسا كۆز قۇيرۇقى تەرەپكە بىر قىزىل نەرسە ئېسىپ قويغاي. ئېيتىشلارغا قارىغاندا قوي ئۆپكىسىنى سوقۇپ سقىپ سۈيىنى چىقىرىپ كۆزگە سۈركسە، بۇ سۈرمىنى ئۇنىڭ بىلەن مەلھەم قىلىپ كۆزگە چاپسا ئالغايلىققا پايدا قىلىدىكەن.

ئونىنچى باب كۆزنىڭ پۇلتىيىشى توغرىسىدا

بۇنىڭ سەۋەبى ئىككى خىل بولۇر، بىرى كۈچەپ قەي قىلىش، يەنە بىرى قاتتىق بوغۇلۇشتۇر. بەزىدە ھاملىدار ئايالىلار تۇغۇت جەريانىدا كۈچىگەنلىك سەۋەبىدىنمۇ كۆزى پۇلتىيىپ قالۇر.

داۋالاش

كۈچەپ قەي قىلىش ۋە قاتتىق بوغۇلۇش سەۋەبىدىن پەيدا بولسا قان ئالغاي، قۇرسى بىنەپشە بېرىپ ماددىنى سۈرگەي، زەيتۇن يوپۇرمىقى سۈيى، ھەبۇلئاس يوپۇرمىقى سۈيىگە ئوخشاش قابىز خۇسۇسىيەتلىك سۇلار بىلەن رەختنى ھۆل قىلىپ كۆزنى تاڭغاي. ئۈستىگە كۆز چوڭلۇقىدىكى قوغۇشۇن تاختىسىنى قويۇپ تاڭغاي. ئوڭدا يېتىپ ئۇخلىغاي. تاڭامنى ئاز

يېگەي. كۆز تۇغۇت سەۋەبىدىن پۈلتايغان بولسا ھەيزنى راۋانلاشتۇرغاي، باش دوقمۇشقا ھىجامەت قويغاي. كۆزنى ئېيتىلغان ئۇسۇل بويىچە تاڭغاي.

ئون بىرىنچى باب كۆرۈش ئاجىزلىقى توغرىسىدا

كۆرۈش ئىقتىدارىنىڭ ھەر خىل كۆز كېسەللىكلىرى سەۋەبىدىن ئاجىزلىشىشىنىڭ سەۋەبلىرى ۋە ئىلاجلىرى ئىلگىرىكى بابلاردا بايان قىلىندى. تۆۋەندە كۆپ يىغلاش، ھۆللۈكنىڭ تەسىر قىلىشىغا ئوخشاش بەزى ۋاقىتلىق سەۋەبلەردىن پەيدا بولغان كۆرۈش ئاجىزلىقى بايان قىلىنۇر.

بۇنىڭ ئالدىنى ئېلىش ئۈچۈن تەستە ھەزىم بولىدىغان، باشقا بۇس ئۆرلىتىدىغان تائاملار، تۇزلۇق تائاملار، سىركە، زەيتۇن، سامساق، پىياز، كۈدە، ياۋا رەيھان، سېرىقچىچەك، كەرنۇب، يېسىمۇق، تاغ پىننىسى، تاغ پۇرچىقى، شاراب ئىستېمال قىلىشتىن، قان ئالدۇرۇش، جىما قىلىش، ھىجامەت قويدۇرۇش، كۆپ چىڭقىلىش، ئۇيقۇسىز قېلىش، ئۇششاق خەتلەرنى يېزىش، ئوڭدا يېتىپ چىڭقىلىش، شامالدا، بولۇپمۇ سوغۇق شامالدا ئولتۇرۇش، چۆللەردە قۇياشقا قاراش، كۈن چىققان ۋە ئولتۇرغان ۋاقىتتا كۈنگە قاراش قاتارلىق ئىشلاردىن پەرھىز قىلغاي، بۇلار كۆزنى ئاجىزلاشتۇرۇپ زىيان قىلۇر. ئايارەج پەيقرا ۋە ئىترىفىل ئىشلەتسە پايدا قىلۇر. پىياز سۈيىنى ھەسەل بىلەن بىرلىكتە كۆزگە تارتسا كۆز ئالدى قارىڭغۇلىششىنى يوق قىلۇر. ياشانغانلارنىڭ كۆزىنىڭ ئاجىزلىقى كۆپرەك قۇرۇقلۇقتىن بولۇر، بۇ چاغدا بېشىنى سۇغا چۆكۈرۈپ كۆزنى ئاچسا پايدا قىلۇر. ئېيتىلىشچە، خام چامغۇر كۆز قاتتىق ئاجىزلاشقان بولسىمۇ قۇۋۋەتلەر. يەنە ئېيتىلىشچە، سېمىزئوت كۆكى ۋە زاغۇنىنى كۆپ يېيىش، سۇرگە ئىچىش، تۇزنى كۆپ ئىستېمال قىلىش كۆزنى ئاجىزلاشتۇرار. ياۋا رەيھان يېيىش كۆزگە زىيان قىلۇر. كەرنۇب كۆزنىڭ ھۆللۈكتىن ئاجىزلىشىشىغا پايدا قىلۇر. كۈدە ناھايىتى زىيان قىلۇر. تۇرۇپ كۆزنى ئۆتكۈرلەشتۈرەر.

كۆزنى قۇۋۋەتلەيدىغان، كۆرۈش قۇۋۋىتىنى ئاشۇرىدىغان شىيافلار: سەكبىنەج، جاۋشىر، ئەندىران تۇزى، ئاقموچ، بىلسان يېغى، كالا ئۆتى، ئۆچكە ئۆتى، پىلپىل، زەنجىۋىل قاتارلىق دورىلارنى سوقۇپ، بىلسان يېغى بىلەن يۇغۇرۇپ شىياق قىلغاي. ئاچچىق ئانار سۈيىنى سۈزۈپ يېرىمى قالغۇچە قايىنىتىپ، باراۋەر مىقداردا ھەسەل قوشۇپ، 20 كۈنگىچە ئاپتاپتا قويۇپ ئىشلەتكەي.

كۆزنى قۇۋۇەتلەيدىغان دورا نۇسخىسى: ئالتۇن دېتى، تۇتىيا، سەبرە، مىس كۆيۈندىسى، شادىنەج ھەربىرىدىن ئۇچ گىرامدىن، مۇچ، پىلپىل، زەپەر ھەربىرىدىن بىر يېرىم گىرامدىن، تەرەنجىمىشكى يوپۇرمىقى، دەريا قىسقۇچپاقىسى ئۇچ گىرامدىن، ئىپار يېرىم گىرام. دورىلارنى مىقدارى بويىچە ئېلىپ، قائىدە بويىچە ئىشلەتكەي.

كۆزنى قۇۋۇەتلەيدىغان يەنە بىر دورا نۇسخىسى ئۇ كۆز قوتۇرى، كۆز قىچىشىش، كۆزگە ئاق چۈشۈشنى توختىتار. ئالتۇن دېتى، سۈرمە، كۆيدۈرۈلگەن مىس، شادىنەج ھىندى، سەبرە ھەربىرىدىن ئۇچ گىرامدىن، مۇچ، پىلپىل ھەربىرىدىن بىر يېرىم گىرامدىن، ئەندىران تۇزى، تەرەنجىمىشكى يوپۇرمىقى، كۆپۈكى دەريا ھەربىرىدىن بىر گىرامدىن، زەپەر ئۇچ گىرام. دورىلارنىڭ ھەممىسنى سوقۇپ، بەدىيان سۈيى بىلەن ئېزىپ قۇرۇتۇپ، سالايە قىلىپ ئىشلەتكەي. كۆزنىڭ ئاجىزلىقى كۆپ يىغلاش سەۋەبىدىن بولسا بىنەپشە يېغى، نېلۇپەر يېغىنى تاپىنغا سۈركسە، مۇنچىغا چۈشسە، بېشىنى ئىسسىق سۇ ھورىغا تۇتسا، مەنزىرىلىك جايلارغا ۋە ئېقىن سۇغا قارىسا پايدا قىلۇر.

ئۇچىنچى بۆلۈم قۇلاق كېسەللىكلىرى توغرىسىدا

بىرىنچى باب قۇلاق ۋە ئۇنى ئاسراشنىڭ مۇھىملىقى توغرىسىدا

بىلىش كېرەككى، ئاڭلاش ئەزاسى ئەزىز ئەزادۇر. ئەقلىي ئۆگىنىشنىڭ ۋاستىسىدۇر. ئادەمنىڭ باشقا جانلىقلاردىن ئۈلۈغلۇقى ئۆگىنىش بىلەندۇر. بۇ سەۋەبتىن ئاڭلاش ۋە كۆرۈش ئەزالىرى ھەربىكەت ئەزالىرىدىن ئارتۇقراق. بۇ ئەزانىڭ ئارتۇقچىلىقى شۇكى، ئادەم ئاندىن تۇغۇلغاندا سۆزلىيەلمەس. چۈنكى ئۇ دەسلەپتە سۆزنى ئاڭلىيالماس، ئۆگىنەلمەس. بۇنىڭدىن مەلۇم بولىدۇكى، كۆرۈش ۋە پۇراش ئەزاسى يوق بولسا، ئادەمنىڭ بىر پۈتۈنلۈكىگە نۇقسان يەتمەس. ئەمما ئاڭلاش ئەزاسى يوق بولسا ئۇنداق بولماس. بۇ سەۋەبتىن ئاڭلاش ئەزاسى مۇھىم بولۇپ، ئۇنى تۇپراق ۋە قۇمدىن، سوغۇق شامالدىن ساقلار. قۇرتقا ئوخشاش يات نەرسىلەرنىڭ قۇلاققا كىرىپ كېتىشىدىن ئېھتىيات قىلىش كېرەكتۇر. ئۇنىڭدا مۇدۇر پەيدا بولسا، ئۇنى بۇزمىغاي ھەم ئۇنى پاكىز تۇتقاي ۋە ئاڭلاش يولى توسۇلمىغاي.

پاكىز تۇتۇش ۋە ئۇنى ساقلاشنىڭ ئۇسۇللىرى مۇنداق بولۇر:

قۇلاققا ھەر كەچتە ئاچچىق بادام يېغىدىن بىر تامچە تېمىتقاي، قۇلاق ئىچىگە يارا ۋە مۇدۇر چىقماس ۋە سالامەت بولۇر، ھەر ھەپتىدە شىيافى مامىيسانى سىركە بىلەن ئىزىپ تېمىتقاي. بىلىش كېرەككى، تائام ۋە شارابنىڭ ھەزىم بولماسلىقى ۋە كۆپ يەپ ئاشقازانىنى توشقۇزۇپ ئۇخلاش قاتارلىق ئادەتلەر قۇلاققا زىيان قىلۇر.

ئىككىنچى باب قۇلاق ئېغرىلىقى ۋە ئاڭلىيالماسلىق توغرىسىدا

بىلىش كېرەككى، قۇلاقتا خۇددى بەدەنىنىڭ باشقا ئەزالىرىدا يۇز بەرگەندەك ھەر خىل كېسەللىكلەر يۇز بېرەر. ئۇنىڭدا پەيدا بولىدىغان كېسەللىكلەر شۇكى، سەزگۈرلۈكنىڭ تۆۋەنلىشى

ياكى كەم بولۇشى ۋە يوقلىشىدىن ئىبارەت ياكى تەشۋىش ياكى ئەسلىي ھالىتىدىن ئۆزگىرىش ھاسىل قىلغانلىقتىن ئىبارەتتۇر. ئاڭلاش سېزىمىنىڭ يوقلىشى يېراق ۋە يېقىندىكى ئاۋازنى ئاڭلىيالماسلىق، ئەسلىي ھالىتىدە ئۆزگىرىش بولغانلىقىدىن بولۇر، بۇنىڭدا ساختا ئاۋازلار ئاڭلىنار، يەنى تۇيغۇنىڭ ئاۋازنىغا ئوخشاش ئاۋازلار ئاڭلىنار، بۇنىڭدىن باشقا يەنە، باشقا نەرسىلەرنىڭ ئاۋازنىغا ئوخشاش ئاۋازلار ئاڭلىنار. ئەگەر ئۇ ئاناسىدىن تۇغما بولسا، ئىلاجى بولماس. كېيىن پەيدا بولۇپ، كونا بولسىمۇ، ئىلاج قىلسا مۇشەققەت بىلەن ياخشى بولۇر.

ئۇنىڭ سەۋەبى ھەم باشقا ئەزا كېسەللىكلىرىنىڭ سەۋەبىگە ئوخشاش بولۇپ، سەككىز خىل بولۇر.

بىرىنچىسى، مىزاجنىڭ ئاددىي ياكى مۇرەككەپ بۇزۇلۇشىدىن بولۇر.

ئىككىنچىسى، مىزاجنىڭ ماددىلىق بۇزۇلۇشىدىن بولۇر.

ئۈچىنچىسى، قويۇق خىلتىلار سەۋەبىدىن تۇسۇلۇشتىن بولۇر. قۇلاق ئىچى ئىششىش سۆگەل ياكى ئارتۇق گۆش ئۆسۈش، ئۇنىڭدا قان ئۈيۈپ سېسىپ، خۇددى تاشقا ۋە خورمىنىڭ ئۇرۇقىغا ئوخشاش مونەكچە پەيدا بولۇشتىن بولۇر.

تۆتىنچىسى، چاپلىشىپ قېلىپ مەلۇم پۈتۈنلۈك بۇزۇلۇش، تۇتاش قەۋەتلەر ئاجراش قاتارلىقلاردىن بولۇر. ئۇ يەنە جاراھەتكە ئوخشاش سىرتقى ئامىل تۈپەيلىدىن پەيدا بولۇر. ئىچكى سەۋەبتىن بولىدىغىنى ئۆتكۈر خىلتىقا ئوخشاش بولۇپ، تېرە ۋە پەينى كۆيدۈرەر. ھەر تۈرلۈك مۇدۇرلار ۋە يارىلار پەيدا بولۇر.

بەشىنچىسى، بۆھران يۆتكىلۇر، بۇ كۆپ ئۇچرار، بىمارلار قىزىتما ۋە ئاغرىقتىن كېيىن گاس بولۇر.

ئالتىنچىسى، سەپرالىق تەرەتنىڭ توختىشىدىن بولۇر، بۇ كۆپ ئۇچرار. تەرەتتىن سەپرا ماددىسى تازىلانماي، ئاچ قورساق سۈردۈرۈش بىلەن تەدبىر قىلسا، ئۆزى توختار، قۇلىقى گاس بولۇر.

يەتتىنچىسى، كېسەللىكنىڭ ئالدىدا بولىدىغان ئالامەتلەر شۇكى، ئاڭلاش يوقىلۇر ياكى كەم بولۇر ياكى قالايمقان بولۇر. قەي قىلۇر ياكى بۇرنى قانار.

سەككىزىنچىسى، مېڭىنىڭ شېرىكچىلىكى تۈپەيلىدىن بولسا، بۇ ئاغرىقلارغا ساددا مىزاجنىڭ بۇزۇلغانلىقى سەۋەب بولسا، قۇلاقنىڭ ئىچكىرىسىدە بىر ئاغرىق بولۇر، ئاغرىق ئېغىرلاشماس ۋە تارتىشماس. ئەگەر سوغۇقتىن مىزاج بۇزۇلسا، كېچىنىڭ ھاۋاسىدا ياكى ئەتىگەنىنىڭ سوغۇق ھاۋاسىدا ئېغىرلىشار. سوغۇقلۇقنىڭ ھەممىسىدىن ئاغرىق پەيدا بولۇپ، چۈش ۋاقتىنىڭ ئىسسىقىدا ۋە ھەممە ئىسسىقلاردىن راھەتلىنەر. ئەگەر ئىسسىقتىن مىزاج بۇزۇلسا، بۇنىڭ ئەكسىچە

بولۇر. ئەگەر مىزاجنىڭ بۇزۇلۇشى ماددىلىق بولسا، ئاغرىق ۋە تارتىشىش، سانجىلىش ئۇنىڭغا بېشارەتتۇر. توسالغۇنىڭ سەۋەبىدىن بولۇپ، ئېغىرلىق ۋە تارتىشىش بولمىسا، توسالغۇنىڭ سەۋەبى كۆپ بولۇر ياكى سۆگەل پەيدا بولۇر. ئەگەر ئېغىر بولسا، ئۇنىڭ سەۋەبى قويۇق خىلىت ياكى ئىششىق بولۇر. ئىششىق كاۋاك پەيدە بولسا تېرىسىدە قىزىقلىق پەيدا بولۇر. سويۇلۇش ۋە كەمتۈكلۈك، بەھۇدە سۆزلەش، ئەقلى ئېلىشىش ئۇنىڭغا بېشارەت بېرەر. ئەگەر تېرىسىدە قىزىقلىق پەيدا بولمىسا قىزىتما بولۇشى مۇمكىن. ئەگەر قىزىتما بولسا، كۆندۈزى تۇتىدىغان قىزىتما تۈپەيلىدىن بولۇر، ئىششىق، ئاغرىق ۋە سانجىقتىن خالىي بولالماس. ئەگەر توسۇلۇشنىڭ سەۋەبى ئىسسىقتىن بولسا، ئىسسىقنىڭ سىرتقا چىقىشى ئۇنىڭغا بېشارەت بېرەر. ئەگەر توسۇلۇشنىڭ سەۋەبى بىمارنىڭ قۇلقىغا ھاشارات كىرىۋالغانلىقتىن بولسا، ئۇنىڭ ئالامىتى مەلۇم بولۇر، ئۇنى كۆز بىلەن كۆرگىلى بولۇر. ئەگەر يارا مۇدۇر بولۇپ، زاھىر بولسا ياكى زاھىر بولمىسا، قىزىتمىدىن خالىي بولالماس. قىزىتما يۇقىرى بولسا، قىزىتما كۈنلىرى ئۇنىڭغا بېشارەت بېرەر، ئۇنىڭغا سەپرادىن ئىچ سۇرۇشنىڭ توختىشى سەۋەب بولسا، ئالامىتى سۇرگە بىلەن يوقلۇر. مېڭىنىڭ شېرىكچىلىكى سەۋەب بولسا، مېڭىنىڭ كېسەللىكلىرى، تىل ئېغىرلىقى ئۇنىڭغا بېشارەت بېرەر.

داۋالاش

مىزاج ماددىسىز بۇزۇلغان بولسا، قارا سۇنا سۇيى، ئىتئۈزۈمى سۇيى، ھۆل يۇمغاقسۇت سۇيىنى تېمىتقاي.

ئەگەر سوغۇقتىن مىزاج بۇزۇلسا يەسمەن يېغى، سەۋسەن يېغى، قۇستە يېغى، سېرىقچېچەك يېغى قاتارلىقلارنى تېمىتقاي. بولۇپمۇ، ئازغىنە بىلسان يېغىنى بۇ ياغلاردىن بىرى بىلەن بىرلەشتۈرۈپ ئازغىنە قۇندۇز قەھرى، ئاچچىق بادام يېغى، بابۇنە يېغى، ئازغىنە كالا ۋە ئۆچكە چاۋا يېغى بىلەن قوشۇپ تېمىتسا ياخشى بولۇر.

ئەگەر شەھمەنزەل ياكى ئۇنىڭ يىلتىزىنى مۇۋاپىق ياغ بىلەن قايناتىپ تېمىتساڭ پايدا قىلۇر. بىلىش كېرەككى، ھەرقانداق دورىنى قۇلاقتا تېمىتماقچى بولسا، ئۇ دورا ئىسسىقمۇ بولمىغاي ۋە سوغۇقمۇ بولمىغاي.

قۇلاقتا تېمىتىدىغان قەتۇر نۇسخىسى بۇ قەتۇر ئىسسىقتىن مىزاجى بۇزۇلغان كىشىگە پايدا قىلۇر. قەتۇر دەپ بىر خىل ياسالما دورىنى كۆرسىتەر، بۇ قۇلاقتا تامچە - تامچە تېمىتىلار.

ئاچچىق ئانارنى ئېتىدىن ئاجرىتىپ، دانىسىنى سىقىپ سۈيىنى چىقىرىپ، پوستىنى ئېلىپ سىركە، گۈل يېغى، ئازراق كۈندۇر يېغى قوشۇپ، ئوتقا قويۇپ قاينىتىپ، قىيام قىلىپ قۇلاققا ئىلمان ھالەتتە تېمىتقاي.

ئەگەر مىزاجى قۇرۇقلۇقتىن بۇزۇلغان بولسا، مۇنچىغا كىرىپ بېشىنى ئىسسىق سۇنىڭ ھورىغا تۇتسا، ئايال كىشىنىڭ سۈتىنى بىنەپشە يېغى بىلەن قوشۇپ تېمىتسا پايدا قىلۇر.

مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشى ماددىلىق بولسا، ماددىنىڭ قايسى خىلىتتىن ئىكەنلىكىگە قارىغاي. ئۇ خىلىتقا مۇناسىپ سۈرگە بېرىشنىڭ تەدبىرىنى قىلغاي. سۈرگە بەرمەي تۇرۇپ ھېچقانداق ياغ، دورىنى قۇلاققا تېمىتىشقا بولماس. سۈرگىدىن كېيىن نۇتۇل ۋە قەتۇرلارنىڭ مۇناسىپلىرىنى ئىشلەتكەي.

ئەگەر 12 گىرام ئىترىفىل، تۆت گىرام ئايارەج پەيقىرانى مۇرەككەپلەشتۇرۇپ بەرسە ياخشى مەنپەئەت قىلۇر.

تۆت گىرام سېرىق ھېلىلىنى ھەب قىلىپ بەرسە، سەپرادىن بولغان ماددىنى مېڭدىن چۈشۈرەر.

ئىترىفىل كەشنىز سەپرانىڭ بۇخاراتىنى مېڭدىن توختىتار.

قەتۇر نۇسخىسى ھېلىلە كابۇلى بىلەن ئامىلەنىڭ ھەربىردىن 40 گىرامدىن، تازىلانغان قىزىلگۈل، قۇرۇق يۇمغاقسۈتنىڭ ھەر بىردىن 40 گىرامدىن ئېلىپ، بۇلارنى يۇقىرىدىكى ئانار سۈيى تېمىتمىسغا ئوخشاش تېمىتسا پايدا قىلۇر.

ئەگەر ماددا قويۇق خىلىت بولسا ھەببى قوقيا، ئايارەج پەيقىرانى شەھمەنزەل، ئەفتىمۇن، نەمەك ھىندى بىلەن مۇرەككەپ قىلىپ سۈرگە تەييارلاپ بەرگەي. تېمىتىدىغان دورىلار يۇمشاتقۇچى دورىلار بولغاي.

يالپۇزنىڭ سىقىپ چىقىرىلغان سۈيىنى ھەسەل، قۇندۇز قەھرى، سېرىقچېچەك يېغى، تاغ رەيھىنى، ئۆچكە سۈتى ۋە ئۆتىگە ئارىلاشتۇرۇپ سۈركىگەي.

سىناقتىن ئۆتكەن قەتۇر نۇسخىسى قۇندۇز قەھرى توققۇز گىرام، قىزىل توغرىغۇ ئۈچ گىرام، ئاق خەربەق 4.5 گىرام (بەزى نۇسخىلاردا خەربەق 2.25 گىرام، قىزىل توغرىغۇ بىر گىرام. دورىلارنىڭ ھەممىسىنى سوقۇپ، تاسقاپ، يالپۇز سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ قۇرس قىلىپ، ئېھتىياج بولغاندا ئېزىپ تېمىتقاي.

يەنە بىر قەتۇر نۇسخىسى كۈندۇش، زەپەر، قۇندۇز قەھرىنىڭ ھەربىردىن ئۈچ گىرامدىن، خەربەق، توغرىغۇدىن 12 گىرامدىن ئېلىپ قۇرس تەييارلاپ، كونا شارابتا ئېزىپ تېمىتقاي.

يەنە بىر قەتـۇر نۇسخـسى سەبرە، قـۇندۇز قەھرى، پـەرپىيۇن، شـەھمەنزەل، كـالا ئۆتـنىڭ ھەممىسىدىن ئوخشاش مىقداردا ئېلىپ، قۇرس قىلىپ ئىشلەتكەي. ئەفسەنتىننىڭ سىقىپ چىقىرىلىپ قاينىتىلغان سۈيىنى ياۋا ئۈزۈمنىڭ يېغى بىلەن تېمىتسا مەنپەئەت قىلۇر.

تۇرۇپ يېغى بىلەن ئۇنىڭ سىقىپ چىقىرىلغان سۈيىنى قۇلاققا تېمىتقاي، بولۇپمۇ قۇلاقتىن سۇ ئاقسا پايدا قىلۇر.

پىشىشق ئەنجۈرنى ئېلىپ، ئۇرۇقىنى ئېزىپ، ھەسەلنىڭ كۆپۈكىنى ئايرىپ، قىچا ئۇرۇقىنى قىزىل توغرىغۇ بىلەن سوقۇپ پىلتە قىلىپ قۇلاققا سالغاي. دەريا سۈيىنى ئىسسىتىپ قۇلاققا تېمىتسا قۇلاقتىكى قاتتىقلىقنى يوقىتار.

ناۋادا تۈيۈقسىز گاس بولسا، ئەفسەنتىن قاينىتىلمىسىنى كالا ئۆتى بىلەن تېمىتقاي.

بېلىق ئۆتى، تاشپاقا ئۆتىنى بابۇنە يېغى ۋە سىركە بىلەن قاينىتىپ، رەختنى ئۇنىڭغا چىلاپ ئىشلەتكەي.

ئەگەر ئېھتىياجلىق بولسا، ئاچچىق بادام يېغى، تۇرۇپ سۈيى، قوندۇز قەھرىنى گۈل يېغى بىلەن تېمىتسا ياخشى بولۇر.

سىناقتىن ئۆتكەن ھەب نۇسخسى بۇ، توسالغۇدىن، قويۇق خىلتىتىن ۋە يەلدىن بولغان قۇلاق گاسلىقىنى تۈگىتەر. 60 گىرام ئاق تۇربۇت، 30 گىرام شەھمەنزەل، 7.5 گىرام ئەنزىرۇت، 21 گىرام كەتىرا، 30 گىرام سېرىق ھېلىلە قاتارلىقلارنى ئېلىپ، ھەممىسىنى سوقۇپ، تاسقاپ ھەب قىلىپ، قائىدە بويىچە ئىشلەتكەي.

بىلىش كېرەككى، توغرىغۇنى سىركە، ھەسەل بىلەن؛ ئۆچكە ئۆتىنى زەيتۇن يېغى ۋە ئاچچىق بادام بىلەن؛ پىياز سۈيىنى ھەسەل ۋە زەيتۇن يېغى بىلەن؛ ئاق خەربەق ياكى قارا خەربەقنى سەۋسەن يېغى بىلەن؛ ئەفسەنتىننى قاينىتىپ قوندۇز قەھرى ۋە بىلسان يېغى بىلەن ياكى قۇستە يېغى بىلەن ياكى ئاق نوقۇت بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ بىر تامچە تېمىتقاي. بۇ قەتۇرلارنى ئەتىگەن ۋە كەچتە ئىشلەتكەي، بۇلارنى قۇلاق گاسلىقىغا ۋە قۇلاق غوڭۇلداشقا، قۇلاق ئاغرىقىغا تېمىتسا مەنپەئەت قىلۇر، ئاغرىق سوغۇقلۇق ماددىسىدىن بولغان بولسا پايدا قىلۇر.

تېمىتىلىدىغان ھەب نۇسخسى قىزىتىلغان كوندۇر، ئاق لەيلى، سېرىقگۈل يېغىدىن 28 گىرامدىن، ئاچچىق بادام يېغىدىن 14 گىرام ئېلىپ، ھەممىسىنى قاينىتىپ، ئەتىگەنده ئوچ تامچە، كەچتە ئوچ تامچە تېمىتقاي.

ئىسسىق ئۆتكۈزىدىغان قاينىتىلما نۇسخىسى بابۇنە، سىرىقچىچەك، غار يوپۇرمىقى، ئەگەر غار يوپۇرمىقى تېپىلمىسا ھەببۇلغارنىڭ پوستى، ئەگەر ئۇمۇ تېپىلمىسا تاغ يالپۇزى، چۆل يالپۇزى، ئاقىرقەرھالارنى ئارىلاشتۇرۇپ چالا سوقۇپ، ھەممىسىنى سۇدا قاينىتىپ سۈزۈپ ئىلىپ، قوينىڭ دوۋسىقىغا قاچىلاپ، بويۇننىڭ ئارقىسىغا ۋە قۇلاقنىڭ ئۈستىگە قويغاي. پاختىنى ياكى بۇلۇتنى ئۇنىڭدا ھۆل قىلىپ قويسىمۇ بولۇر. بۇ ھەقتىكى نۇتۇلار باش ئاغرىقىدا بايان قىلىندى، ئۇلارنى تاللاپ ئىشلەتكەي.

مۇۋاپىق نۇتۇلار نۇسخىسى سۆگەت يوپۇرمىقى، بابۇنە، ئىكلىلمىلىك، سىرىقچىچەك، سەۋسەن يىلتىزى، يالپۇز، غار يوپۇرمىقى، چۆل يالپۇزى، زەبۇدە، قۇرۇق زۇپا ۋە قۇندۇز قەھرى، مامىيسا، تاغ يالپۇزى قاتارلىقلارنى سۇدا قاينىتىپ، ئاندىن قائىدە بويىچە ئىشلەتكەي. بۇغداينىڭ غولىنى قۇلاق تۆشۈكىگە چىڭ بېكىتىپ، سۇنىڭ ھورىنى قۇلاققا تۇتۇپ، شۇ ئارقىلىق چاقماقنىڭ ئاۋازىدەك قاتتىق ئاۋازلارنى قۇلاققا يەتكۈزگەي، شۇنىڭغا ئوخشاش يەنە باشقا ئاۋازلارنمۇ يەتكۈزگەي. ئەگەر كىچىك بالا گاس بولسا، ئانىسى ياكى ئىنكىئانىسى زەبۇدەنى ئەندۇران تۇزى بىلەن چاينىاپ، تۇكۇركى بىلەن تامغۇزغاي.

ئۇ كىشىنىڭ گاسلىقىغا توسالغۇ ياكى ئىششىق ياكى يارا ۋە مۇدۇر سەۋەب بولسا، ھەربىرىنىڭ ئىلاجى ئۆز ئورنىدا بايان قىلىندى. گاس ئادەمگە سۇرگە بەرمەكچى بولسا، ئاز - ئازدىن، ئايرىم - ئايرىم بىمارنىڭ قۇۋۇتىنى ساقلاپ قالغۇدەك بەرگەي، شۇنىڭ بىلەن ماددىنى پىشۇرۇشقا پايدا قىلۇر.

ئۈچىنچى باب قۇلاقتا توسالغۇ پەيدا بولۇش توغرىسىدا

توسالغۇ تۈرلىرىنىڭ بەزىسى تۇغما بولۇر، بەزىسى ناتۇغما بولۇر (كېيىن پەيدا بولۇر). ئۇ تۇغما بولسا، ھەر ۋاقىت بىر خىل بولۇر، بەزىسى قۇلاق تۈۋىدىكى ئۈستىخاندىن بولۇر، بۇ ئۈستىخانىنى «ھەجەرى» دەپ ئاتار. ئاۋاز ئاڭلاش يولى شۇنىڭدىن بارلىققا كېلۇر. ئۇ تەۋرىمەس، ئىچى ئوچۇق بوش بولۇر. ناتۇغما بولغىنى شۇنداق بولۇركى، ياردىن كېيىن زىيادە گۆش ئۆسۈپ، ئاڭلاش يولىنى توسۇۋالۇر. بەزىسىگە سۆگەل چىقار. بەزىدە قۇلاققا تاش، دان ياكى باشقا نەرسىلەر كىرىپ كېتىشتىن پەيدا بولۇر ياكى قۇلاققا جانىۋارلار كىرىپ شۇ يەردە ئۆلۈپ قېلىشتىن تۆشۈكى توسۇلۇر، شۇنىڭ بىلەن ئاڭلاش يولىمۇ توسۇلۇر ياكى سەپرا ۋە قان

ئارىلىشىپ يىغىلىۋر. ئەمما ئۇ كىشىنىڭ ئاڭلاش پەردىسى يىرتىلغان بولسا ياكى گۆشكە چاپلىشىپ ئۆسكەن بولسا، ئۇنىڭغا ئىلاج قىلىش مۇشكۈلدۇر.

قۇلاقتىكى توسالغۇنىڭ سەۋەبى زىيادە ئۆسكەن گۆشتىن بولسا ياكى يارىنىڭ ئۈستىدە گۆش ئۆسكەن بولسا ياكى سۆگەل چىققان بولسا، ئۇنىڭ ئىلاجى شۇكى، قۇلاقنى قىزىل توغرىغۇ ۋە ئىسسىق سۇ بىلەن يۇغاي. قىزىل زەرنىخنى سىركە بىلەن ئېزىپ تېمىتسا، گۆشنى ۋە سۆگەلنى كۆيدۈرەر. لېكىن بۇ يارا پەيدا قىلۇر، شۇڭا يارىغمۇ ئىلاج قىلغاي، بۇ ھەقتە ئۆز ئورنىدا بايان قىلىندۇ.

قۇلاقتا تاش ۋە باشقا نەرسىلەر كىرىپ كەتكەن بولسا، ئۇ كىشىنىڭ قۇلىقى زەخىملىنىپ يىرتىلغان بولسا ھەمدە ئېچىلىپ قالغان بولسا، قۇلاقتا كۈچلۈك ئاۋاز ئاڭلانسا، قائىدە بويىچە چىمچىلاقنى قۇلاقتا سىلىپ زەخمىنى ئەسلىگە كەلتۈرگەي. تېرىسىنى تېشىپ چىقارغاي، ئارقىدىن قەلقەتارنى ئېزىپ پىلتە قىلىپ، قۇلاقتا سالغاي، بۇ ئارقىلىق زەخمىنىڭ قۇلاق يولىنى ئېتىۋېلىشىدىن ساقلانغاي. ئىسسىق ياغ تېمىتىپ قۇلاقنى ياغلىغاي. كۈندۈش ۋە چۈشكۈرتىدىغان باشقا نەرسىلەر بىلەن چۈشكۈرتۈش ۋە نەپەسنى تارتىپ چىڭقالغاي، شۇنىڭ بىلەن ئۇ نەرسە سىرتقا چىقار.

قۇلاقتىكى توسالغۇ سەپرا ۋە قان ئارىلىشىشتىن يىغىلىپ پەيدا بولغان بولسا، ئاچچىق بادام يېغى تېمىتقاي، ئەتىگىنى ۋە ياتىدىغان ۋاقىتتا مۇنچىغا كىرگەي، قۇلقىنى قىزىق يەرگە ياقسا، سەپرا ۋە قاندىن يىغىلغان دۇغ ئېرىپ سىرتقا چىقار، كۆپىنچە قاندىن يىغىلغان ماددىلار سىرتقا چىقار، ئەگەر ئادراسمان ئۇرۇقنى توغرىغۇ بىلەن سوقۇپ، پىلتە قىلىپ قۇلاقتا قويۇپ ئۈچ كۈن تۇرغۇزسا، سەپرا ۋە قاندىن پەيدا بولغان ماددىلارنى كۆپلەپ سىرتقا چىقرۇر. ئەگەر توغرىغۇ، ئاق ئەنجۈرنى ھەسەل بىلەن سوقۇپ، پىلتە قىلىپ، قۇلاقتا ئۈچ كۈن تۇرغۇزسا، سەپرا ۋە قاندىن پەيدا بولغان ماددىلارنى چىقرار.

قۇرسى خەربەق نۇسخىسى بۇ، قۇلاقتا سەپرا ۋە قان يىغىلىش، سەزگۈ نېرۋىلارغا قويۇق خىلتىلار يىغىلىش قاتارلىقلارنى تازىلار. بەدەندىكى قويۇق خىلتىنىمۇ تازىلار.

ئاق خەربەقتىن سەككىز گىرام، قىزىل توغرىغۇدىن 64 گىرام، زەپەردىن 12 گىرام ئېلىپ، ھەممىسىنى سوقۇپ، سىركە بىلەن ئېزىپ قۇرس تەييارلاپ، ئېھتىياجلىق بولغاندا سىركە بىلەن ئېرىتىپ قۇلاقتا تېمىتقاي.

چايان يېغى قۇلاقنى تازىلار، ئاڭلاش ئىقتىدارىنى ئەسلىگە كەلتۈرەر.

قۇلاقتا ھاشارات كىرگەن بولسا، قەتران تېمىتسا قۇلاقتا كىرگەن جانىۋار تېز ئۆرلەر.

يالپۇزنىڭ سقىپ چقىرىلغان سۆيىنى ۋە شاپىتۇل يوپۇرمىقىنىڭ سقىپ چقىرىلغان سۆيىنى ئازغىنە سوقمۇنيا بىلەن تېمىتقاي.

تۇرۇپ ۋە پيازنىڭ سقىپ چقىرىلغان سۆيى، بولۇپمۇ سامساقنىڭ سقىپ چقىرىلغان سۆيى ياخشى مەنپەئەت قىلىۋر. سەبرىنى ئىلمان سۇغا ئارىلاشتۇرۇپ ئىشلەتسە ئوبدان پايدا قىلۇر. بارلىق قۇشلارنىڭ ئۆتىنى تېمىتسا، قۇلاققا كىرگەن جانۋالارنى ئۆلتۈرەر. قۇلاقتا قۇرت پەيدا بولۇپ قالسا، ئەفسەنتىننى قاينىتىپ تېمىتسا پايدا قىلۇر.

سىناقتىن ئۆتكەن نۇسخا ئالتە گىرام كونا شاراب، توققۇز گىرام ھەسەل، ئۈچ گىرام گۈل يېغى، ئىككى دانە تۇخۇمنىڭ ئېقىنى بىرلەشتۈرۈپ، ئىلمان ھالەتتە بىر پارچە يۇڭنى ئۇنىڭغا چىلاپ قۇلاققا تېقىپ، شۇ قۇلاق تەرىپىنى بېسىپ يېتىپ، بىر سائەت ئەتراپىدا ئۇخلاپ، يۇڭنى قۇلاقتىن ئېلىۋەتكەي. بۇ تەدبىر بىلەن قۇلاقتىكى قۇرتلار بىراقلا سىرتقا چىقار.

تۆتىنچى باب قۇلاقنىڭ ئىچى ۋە سىرتىدا پەيدا بولىدىغان ئىششىقلار توغرىسىدا

بۇ ئىششىق قولتۇق ۋە يىرىقنىڭ يۇمشاق گۆشىدىكى ئىششىقلارغا ئوخشار. بۇ ئىششىقلارنىڭ كۆپىنچىسى ئاغرىق بىلەن بىرگە بولۇر، قۇلاقنىڭ ئىچى ۋە تۆشۈكىدە ئىششىق بولسا، خەتەرلىك ھېسابلىنار. ياشلاردىكى ئىششىق ياشانغانلاردىكىگە قارىغاندا ئۆتكۈررەك بولۇپ، كۆپ مۆھلەت بەرمەس. چۈنكى ياشلارنىڭ مىزاجى ئىسسىقراق، ماددىسى كۆيدۈرۈشچان، ئاكلىشى كۈچلۈكرەك بولۇپ، شۇ سەۋەبتىن ئىششىق ئاغرىتار. ئۇ يەردىكى بۇ سەۋەبلەر ھەممىسى بىرلەشسە، ئېھتىمال تېخىمۇ ئۆتكۈر بولۇشى مۇمكىن، ماددا پىشار. باشلىنىشتىن ئىلگىرى بىمارنىڭ قۇۋۇتى ئاجىزلاشسا، بىمارنىڭ ھاياتى خەتەرلىك بولۇر.

قۇلاق تۈۋىدىكى ئىششىقلارنىڭ بەزىسى بوھرانلىق بولۇر ياكى بولماس، ئۇ بوھرانلىق بولۇپ، بوھراننىڭ ئالامەتلىرى ياخشى بولسا ساقىيار. ئۇ ئاغرىقنىڭ ماددىسى پىشىشتىن ئىلگىرى ۋە بوھران كۈنىدىن ئىلگىرى پەيدا بولسا، بەك ئېغىر بولۇر. ماددىنىڭ ئىششىقى بەزىدە قاندىن، بەزىدە سەپرادىن، بەزىدە بەلغەمدىن، بەزىدە سەۋدادىن بولۇر. ئەمما قاندىن بولسا رەڭگى قىزىل، تومۇرلىرى كۆپۈپ تۇرار، ئۇنى سىلسا قولىغا ئىسسىق بىلىنۇر، ئاغرىقتىن خالىي بولماس. ئۇ

سەپرادىن بولغان بولسا، سىلىسا قولغا بەك ئىسسىق بىلىنۇر، ئاغرىق كۆيدۈرۈشچان ۋە كۆچلۈك بولۇر، ئېغىر سېزىلمەس. ئۇ بەلغەمدىن بولغان بولسا، يۇمشاقراق ۋە ئېغىرراق سېزىلەر، ئاغرىقى يېنىكرەك بولۇر. ئەگەر سەۋدادىن بولغان بولسا، قاتتىق سېزىلەر ۋە ئاغرىقى يېنىكرەك بولۇر.

ھەرقانداق تەدبىر بىلەن ماددىنى يانـدۇرۇشتا سۈرۈش ۋە مايىللاشتۇرۇش يارىماس، بولۇپمۇ ئىششىق بوھرانلىق بولسا، تېزرەك ئىلاج قىلىشقا تىرىشقاي. ئىششىق ئېغىرلاشقان بولسا، كۆپ ھاللاردا ماددىنى تارتقاي، يەنى ھىجامەت قويغاي، يۇمشىتىدىغان زىماتلارنى چاپقاي. ئەگەر ماددا جاھىل بولسا، قان ئېلىپ بىر قىسىم قانىنى ئازايتقاي. ئەگەر ماددا يېنىك بولسا، ئۇنى ئۆز ھالىتى بويىچە قويغاي، لېكىن بۇنىڭ بىلەن ئاغرىق كۈچەيمىگەي، قىزىتما يۇقىرىلىمغاي. ئەگەر ئىششىق بىلەن قاتتىق ئاغرىق بىرگە بولسا، يۇمشاق زىماتلارنـى چاپقاي. بـىنەپشە، ئاق لەيلـى، شۇمشا سۈيى، ھەسەل سۈيىگە ئوخشاش. ئەگەر دەسلەپتىلا قاتتىق ئاغرىق بولسا، ئىسسىق سۇغا بىر پارچە لاتىنى چىلاپ قويغاي. ئەگەر ئاغرىق بەك ئېغىر بولمىسا، تۇزنـى قىزىتىپ قويغـاي. ئەگەر ئاغرىق ئوتتۇرھال بولسا، زىغىرنى سوقۇپ ھەسەل سۈيى بىلـەن، بابۇنە، شۇمشا سۈيـى بىلەن خېمىر قىلىپ قـويغاي، شۇنـىڭ بىلـەن ماددا ئاستـا پىشۇر، ئـۇنى يۇمـشـتار. ئـەگـەر يىرىڭلايدىغانلىقى مەلۇم بولسا يۇمشىتالماس، شۇڭا پىشۇرىدىغان دورىلارنى قويغاي.

پىشۇرغۇچى زىماتنىڭ نۇسخىسى تاغ پۇرچىقى ئۇنى، تال يـوپۇرمقـىنى سەۋسـەن يىلتىزى سۈيى بىلەن قاينىتىپ قـويۇلدۇرۇپ، مۇڭاپـىق مىقداردىكى گۈل يـېغى سېلىپ، كونـا پاختىغا ئېلىپ ئاغرىق ئورۇنغا قويغاي. ئەگەر تېشىشكە ئېھتىياجلىق بولسا تەشكەي، تەشكەندىـن كېيىن تازىلايدىغان دورىلارنى قويغاي. قوينىڭ مايىقىنى ئۆردەك چاڭا يېغىدا، توخو چاڭا يېغىدا پىشۇرۇپ ئىشلىتىش ماددىنى پىشۇرۇش ۋە يۇمشىتىشتىكى خاسىيەتلىك دورا ھېسابلىنار.

ئەنجۈرنى دەريا سۈيىدە قاينىتىسا پىشۇرغۇچى زىمات بولۇر. ئەگەر كونىراپ قالغان ئاغرىـق بولسا، بىمارغا كۆيدۈرۈلگەن سەدەپنى ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ قويغاي.

زۇپتى رۇمى، مۇقەل، ھەسەل ھەرىسىنىڭ كۆنىكى، ھۆل ئۈزۈم، قوتاز يىلىكى، مـەستىكـى، تاغ رەيھىنـى، قوي، ئۆچكـە، تاغ تېكـسىنـىڭ چاڭا ياغـلىرى ۋە ئاقـىرقەرھا، ئـۇرۇقسىز ئـۈزۈم، قەردەمانە، قارىمۇچ، سەۋسەن يىلتىزى، توخۇ مېڭىسى قاتارلىقلارنى مەلھەم قىلسا، پىشۇرغۇچى ۋە يۇمشاتقۇچى زىمات بولۇر.

ئەگەر ئىششىق سـەۋدادىن بولسـا، سوغۇق دورىـلار بـىلەن ئـىلاج قىلغـاي، مەسـلـەن: ئىتئۈزۈمى ۋە كافۇردا تەييارلانغان مەلھەم ئىششىقنى ياندۇرار. قوغۇشۇننى ھۆل يۇمغاقسۇت سۈيى بىلەن سۈرتۈپ تەمىنى چىقىرىپ چاپقاي.

ئەفتىمۇنغا ئوخشاش دورىلارنى قاينىتىپ، بەدەندىكى سەۋدادىن بولغان ماددىنى تازىلىغاي.

بەشىنچى باب قۇلاق ئاغرىقى توغرىسىدا

قۇلاق ئاغرىقىنىڭ سەۋەبلىرى بىلەن قۇلاق ئېغىرلىقىنىڭ سەۋەبلىرى ئوخشاش بولۇپ، ئىلگىرى بايان قىلىندى. قۇلاق ئاغرىقىنىڭ سەۋەبلىرىنىڭ بىرى ھاۋا كىلىماتىدىن، يەنە بىرى ھاۋانىڭ ئۇرۇلۇشىدىن، يەنى سوغۇق ياكى ئىسسىق شامالنىڭ تۇيۇقسىز قۇلاققا ئۇرۇلۇشىدىن بولۇر.

ھەرقاچان ماددىنىڭ كۆپىنچىسى يەللىك بولۇر. قۇلاق ئاغرىقى ئېغىر بولغانىدا، ئاغرىق سەۋەبىدىن قۇلاقنىڭ ئىچى ئىششار. بۇ خىل ئاغرىق قىزىتما بىلەن قوشۇلۇپ كېلۇر. ئەگەر ئەقلى ئېلىشىش ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، بەزىدە تۇيۇقسىز ھالاك قىلۇر. ياشلار بۇ ئاغرىققا چىدىيالماس (بۇ ھەقتە ئۆتكەن بابتا بايان قىلىندى)، يەنى يەتتىنچى كۈنىدىن ئىلگىرى ھالاك بولۇر. ئەگەر يارا بولۇپ باشلانسا ھەمدە يىرىڭ بىلەن بىرگە كەلسە ساقىيىش ئۇمىدى پەيدا بولۇر. بۇنىڭ ئالامەتلىرى قۇلاق گاسلىقى بايانىدا سۆزلەندى.

بەدەندە ۋە مېڭىدە خىلىت بۇزۇلغان بولسا، ئۇ خىلىتقا قارىتا سۈرگە بەرگەي. ئەگەر ماددا ئىسسىقتىن بولسا، ئاۋۇال قىيىفال تومۇردىن قان ئالغاي. بىمارنىڭ چوڭ تەرىتىنى ئەينۇلا شەربىتى، بىنەپشە شەربىتى، تەمرى ھىندى، ھەببى بىنەپشە، مەتبوخى ھېلىلە ۋە مۇشۇنىڭغا ئوخشاش نەرسىلەر بىلەن يۇمشاتقاي.

ئەگەر ماددا قويۇقراق بولسا، ھەببى شىپا، ھەببى قوقىيا، ئايارەج پەيقرانى ئىشلەتكەي ۋە غار - غار قىلدۇرغاي. سۈرگە بەرگەندىن كېيىن گۈل يېغنى ئىلمان ھالەتتە تېمىتقاي. ئەگەر ئاغرىق كۈچلۈك بولسا، بىنەپشە يېغنى ئازغىنە كافۇرغا ئارىلاشتۇرۇپ تېمىتقاي، چۈنكى بىنەپشە يېغى يۇمشاتقۇچى ھېسابلىنار، ئۇ، پەيلەرنى يۇمشتار، سانجىق ۋە ئاغرىقنى پەسەيتەر، گۈل يېغى يۇمشاتقۇچى ئەمەستۇر.

كۆزگە تارتىدىغان شىيافى ئەبىيەز، تۇخۇم ئېقى ياكى ئايال كىشىنىڭ سۈتى ياكى ھۆل يۇمغاقسۈت سۈيى ياكى ئىتئۈزۈمى سۈيى بىلەن قوشۇپ تېمىتسا ئاغرىقنى توختىتار، تۇخۇمنىڭ ئېقى بۇ ھەقتە ئاجايىپ خاسىيەتلىكتۇر. قۇلاققا تېمىتىدىغان ھەممە نەرسە ئىلمان بولغاي، سوغۇق بولمىغاي، بۇ مۇھىم قائىدە بولۇپ، بۇنى ئۇنتۇپ قالمىغاي، ئايال كىشىنىڭ سۈتى بەك مەنپەئەتلىكتۇر.

گۈل يېغىدىن بىر ھەسسە ئېلىپ، ئۇنى ئۈچ ھەسسە سىركە بىلەن سىركە تۇغىسىغا قويۇپ، يېغى قالغۇچە قاينىتىپ، ئىلمان بولغاندا قۇلاققا تېمىتقاي. بۇ، ئاغرىقنى پەسەيتەر.

قىزىل قۇرتنى گۈل يېغىدا قاينىتىپ، قاپاق يېغى، نېلۇپەر يېغى، سۆگەت يېغى، قاپاق يوپۇرمقىنىڭ سىقىپ چىقىرىلغان سۈيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تېمىتسا پايدا قىلۇر. ئاغرىق ۋە سانجىق قاتتىق بولسا تەشەننۇج بولۇشنىڭ خەۋپى بولۇر. يۇمشاتقۇچى دورىلارنى ئىشلەتكەي، ھەرقانداق دورا كونا كالا يېغىنىڭ ئورنىنى باسالماس. ئەگەر بىنەپشە، نېلۇپەرلەرنى ئاپتۇۋىدا قاينىتىپ، بۇغداينىڭ غولىنى ئاپتۇۋىنىڭ ئېغىزىغا بېكىتىپ، يەنى جوغىسى بىلەن بۇغداينىڭ غولىنى قۇلاققا تۇتۇپ، سۇنىڭ ھورىنى قۇلاققا كىرگۈزسە پەينى يۇمشىتار، سانجىقنى يوقىتار، ئەگەر ئاغرىق كۆچلۈك بولسا ئاغرىق پەسەيتكۈچى دورىلارغا ئېھتىياجلىق بولۇر، ئۇ، بىمارنىڭ سېزىم قۇۋۋىتىنى ئازراق ئاجىزلاشتۇرار.

شىيافى مامىسا، ھەببى ئەپيۇننى ئايال كىشىنىڭ سۈتى بىلەن ئېزىپ تېمىتقاي.

پۇلونىيا، قۇرسى كەۋكەپنى ئايال كىشىنىڭ سۈتى بىلەن تېمىتسا شىپا قىلۇر.

ئەپيۇن، قۇندۇز قەھرى، زەپەر قاتارلىقلارنىڭ پۇرىقىنى پۇراتقاي ۋە ئايال كىشىنىڭ سۈتى بىلەن ئىشلەتكەي، ئەگەر بۇ بىمارغا زىيان قىلسا، قۇندۇز قەھرىنى يالغۇز ئېزىپ تېمىتقاي. ئۇچ كۈنگىچە بۇ ياغلارنىڭ تەبىئىتىنى پەسەيتىدىغان دورىلارنى ئىشلەتكەي. شۇمشا ئۇرۇقى لوئابى ياكى زىغىر ئۇرۇقى لوئابىنى ئايال كىشىنىڭ سۈتى بىلەن قوشۇپ تېمىتقاي. زەيتۇن يېغى، ساپ كۈنجۈت يېغىدا ئىسسىق ئۆتكۈزگەي، ياغنى ئىسسىتىپ قوينىڭ سۈيدۈك خالتىسىغا ئېلىپ، قۇلاققا ۋە قۇلاقنىڭ ئەتراپىغا قويغاي، ھەر ۋاقىت ئىلمان قىلىپ تېمىتقاي.

سوغۇق شامال تەگكەن بولسا، يالپۇز يېغى، سېرىقچېچەك يېغى، ھەببۇلغار يېغى، بابۇنە يېغى، ئەنجۈر يېغى، قۇستە يېغى، پەرپىيۇن يېغى، بىلسان يېغى، زەيتۇن يېغىنى قاينىتىپ تېمىتقاي، 1.5 گىرام غالىيە[1]نى تۆت گىرام بان يېغىدا ئېرىتىپ قۇلاققا تېمىتقاي.

كۆپ ھاللاردا كىشىگە سوغۇق تەگسە، قۇلىقىغا سوغۇق، شامال ئۇرۇلۇپ، ئاغرىق پەيدا بولۇر. بۇ كىشىنىڭ جاغىر ئىچىدىغان ئادىتى بولۇپ، كۆچلۈك ۋە ساپ شاراب ئىچىپ ئۇخلىسا، ئۇيقۇدىن ئويغانغاندا ئاغرىق يوقاپ كېتەر.

قۇلاق ئاغرىقىغا يەللىك ماددا سەۋەب بولسا، يۇقىرىدىكى ياغلار پايدا قىلۇر. ئۇنىڭ ئىلاجى، قۇلاق غوڭۇلداش، ساختا ئاۋازلارنى ئاڭلاشنىڭ ئىلاجى ئوخشاش بولۇپ، ئايرىم بابلاردا بايان قىلىندۇ.

---

① غالىيە — ئىپار، ئەنبەر، زەپەر قاتارلىق خۇش پۇراق دورىلاردىن تەييارلانغان مۇرەككەپ دورا.

گاۋرەس بىلەن تۇزنى ئىسسىتىپ قويسا مەنپەئەت قىلۇر. يالپۇز سۇيى، تاغ يالپۇزى سۇيىنى ھەسەل ياكى سەۋسەن يېغى بىلەن تېمىتسا پايدا قىلۇر. بولۇپمۇ ياغدا پىشۇرۇلغان قۇندۇز قەھرى، زەيتۇن ۋە خېنە يېغى، ئەگەر بېلىق ئۆتىنى ئۇنىڭدا قاينىتىپ، چايان يېغىنى قوشۇپ تېمىتسا (كېيىن دوۋساق تېشىنىڭ ئىلاجىدا بايان قىلىنىدۇ) پايدا قىلۇر.

ئەگەر ماددا قاتتىق سوغۇقتىن بولسا، كالا ئۆتى ۋە ئۆچكە ئۆتىنى ئاق لەيلى يېغى بىلەن ئۇنىڭ سۇيى تۇگىنگىچە قاينىتىپ، ياغ قالغاندا شۇ ياغنى تېمىتقاي. مەقسەت پىشۇرۇش بولسا، ئەركەك تۇلكىنىڭ چاۋا يېغىنى ئىلمان ھالەتتە مەلھەمى باسلىقۇن، گۇل يېغى ھەمدە ئۆردەك ۋە توخۇنىڭ چاۋا يېغى بىلەن تېمىتسا پايدا قىلۇر. بولۇپمۇ قۇندۇز قەھرىنى ياغدا قاينىتىپ ۋە زەيتۇن يېغى، ئۆچكىنىڭ چاۋا يېغى، ھەسەل، ئۇزۇم شىرنىسى، زۇپانىنىڭ ھەرقايسىسىنى ئوخشاش مىقداردا ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ تېمىتقاي.

پىشۇرغۇچى مەلھەم نۇسخىسى مەدەستان ۋە ئورۇس ئۇپىسىدىن 28 گىرامدىن، كۇندۇر، تۇگمەن توزىنىدىسى ۋە راتىيانەجنىڭ ھەربىرىدىن 80 گىرامدىن، زەيتۇن يېغى 360 گىرام، پاكىز ئۆچكىنىڭ چاۋا يېغىدىن 720 گىرام، زىغىر يېغىنى يېتەرلىك مىقداردا ئېلىپ، چاۋا ياغ بىلەن ئېرىتىپ، دورىلارنى ئۇنىڭدا يۇغۇرۇپ، ئېھتىياجلىق بولغاندا ئايال كىشىنىڭ سۇتى بىلەن ئېرىتىپ تېمىتقاي. ئىلمان شۇمشا سۇيىدە ئېرىتسە شىپا بولۇر، ھەرقاچان يىرىڭ پىشسا، بۇنىڭ ئىلاجى كېيىنكى پەسىللەردە بايان قىلىنىدۇ، شۇنىڭغا مۇراجىئەت قىلغايسىز.

قۇلاق ئاغرىقى سىرتقى ئىششىق سەۋەبىدىن بولسا خەتىرى ئاز بولۇر. ئۇنىڭغا ئارپا ئۇنى، تاغ پۇرچىقى ئۇنى، بابۇنە، بىنەپشە ۋە ئاق لەيلى، ئىكلىلمىلكىنى بىنەپشە يېغى ۋە ئىسسىق سۇ بىلەن يۇغۇرۇپ چاپسا پايدا قىلۇر.

ئالتىنچى باب قۇلاق يارىسى توغرىسىدا

كىشىلەرنىڭ قۇلىقىدا يارا پەيدا بولسا، نازۇك تەدبىر ۋە تاتلىق تائاملارنى يېيىشكە بۇيرىغاي، چۈنكى ئۇنداق تائاملاردىن ياخشى ئوزۇقلۇق پەيدا بولۇر. ھەرقانداق نەرسىنىڭ كەيپىياتى ئۆتكۇر بولسا، ئۇنىڭدىن ياخشى غىزا ھاسىل بولماس، شۇڭا پەرھىز قىلغاي. ماددىنى بۇرۇن تەرەپكە تارتىش ئۈچۈن چۈشكۈرتۈپ، غار - غار قىلدۇرغاي.

ئەگەر قۇلاق يارىسى ئاۋاز ئاڭلايدىغان تەرەپنىڭ سىرتىدىن يۇزگە يېقىن بولسا، جاۋارىشنى

سىركە بىلەن سۇغا ياكى سىركەنجۇبلگە قوشۇپ ياكى مائۇلھەسەل بىلەن ياكى شاراب بىلەن يۇغاي.

ھەببۇلئاس يوپۇرمقى، قىزىلگۈلنى سۇدا قاينىتىپ، ھەسەلنى سۇدا ئېرىتىپ، ئىككىسىنى ئارىلاشتۇرۇپ يۇسا ئوبدان بولۇر. يۇيۇشنىڭ ئۈسۈلى مۇنداق بولۇر: تەييارلانغان سۇ بىلەن بۇلۇتنى ياكى لاتىنى ھۆل قىلىپ يارىنى يۇغاي، ئەگەر ئىچى ھۆل بولسا كۆرگىلى بولماس. تامچە - تامچە تېمىتقاي. سرتقا چىقماندا يەنە نەچچە تامچە تېمىتقاي. يۇيۇپ تازىلاپ، سېپىلمىلارنى ئۇنىڭغا سەپكەي، كۆيگەن زاك ۋە شۇنىڭغا ئوخشاش دورىلارنى پۈركسمۇ ئوبدان بولۇر.

قۇرۇتقۇچى سېپىلما نۇسخىسى سەبرە، ئەنزىروت، كۇندۇر، خۇنسياۋشان، خۇبسۇلھەدىد، زەنگارنىڭ ھەر قايسىسىدىن ئوخشاش مىقدارda ئېلىپ سوقۇپ، سىركىدە ئېرىتىپ، پىلتە قىلىپ ھەسەلگە يۇقتۇرۇپ، ئىلمان ھالەتتە قۇلاققا تېمىتقاي. بۇ، يىرىڭ، سېرىقسۇنى توختىتار، يەنى كۆپ بولسا ئازايتار.

زەيتۇن يوپۇرمقىنىڭ سقىپ چىقىرىلغان سۇيىنى ھەسەل بىلەن، مۇرمەككىنى سۇدا ئېرىتىپ، گۇل يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ ئىشلەتكەي. يارا يىرىڭسىز بولسا، ئۇنىڭغا ئۇن ئارىلاشتۇرغاي. يارا ئاۋاز يولىنىڭ ئىچىدە بولسا، ئاچچىق تاشنى تۆمۇر چۆمۈچ بىلەن ئوتقا سېلىپ قورۇپ، سوقۇپ، ئاچچىق تاشتىن ئۇچ گىرام، ساپ مۇرمەككىدىن ئۇچ گىرام ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ سوقۇپ، تاسقاپ، ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تېمىتسا پايدىلىقتۇر.

غورا سۇيىنى ھەسەل سۇيى بىلەن؛ شىيافى مامىيسانى سىركە ۋە ھەسەل بىلەن ياكى شاراب بىلەن؛ ئورۇس ئۇپسىنى مەلھىمى باسلىقۇن بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تېمىتسا پايدا قىلۇر.

ئورۇس ئۇپسى مەلھەم نۇسخىسى سوققان ۋە تاسقىغان مەدەستان ۋە زەيتۇن يېغىنىڭ ھەربىرىدىن 720 گىرامدىن ئېلىپ، مەدەستاننى زەيتۇن يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، 3600 گىرام سىركىنى ئاز - ئازدىن ئۇنىڭغا تۆكۈپ ئارىلاشتۇرۇپ قىيام قىلغاي.

چوڭ مەلھىمى باسلىقۇن نۇسخىسى بۇ، يارا ۋە جاراھەتلەر ئىسسىقتىن بولمىغان بولسا پايدا قىلۇر. مۇمدىن 360 گىرام، زۇپتىدىن 224 گىرام، نامازشامگۈلى ئۇرۇقى، راتىيانەجتىن 76 گىرام ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى زەيتۇن يېغى بىلەن مەلھەم قىلىپ ئىشلەتكەي.

چوڭ باسلىقۇنىڭ شاپۇر ئەسەل نۇسخىسى راتىيانەج، زۇپتى رۇمى، مومدىن 105 گىرامدىن، تاغ رەيھىنىدىن 12 گىرام، زەيتۇن يېغىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مەلھەم

قىلىپ ئىشلەتكەي.

كىچىك باسلىقۇن نۇسخىسى موم، راتىيانەج، زۇپتى رۇمى، مومنىڭ ھەرقايسىسىدىن ئوخشاش مىقداردا ئېلىپ، زەيتۇن يېغىنى ئېھتىياجغا قاراپ قوشۇپ ئىشلەتكەي.

زەرۇر نۇسخىسى بۇ نۇسخا يارىلارنى پىشۇرۇپ ساقايتار.

خۇنسىياۋشان، كۆپۈكى دەريا، ئەنزىروت، تۇغرىغۇ، مۇرمەككى، كۇندۇر، شىيافى ماميسانىڭ ھەر قايسىسىدىن ئوخشاش مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، قاينىتىپ، ئېھتىياجلىق بولغان ۋاقىتتا پىلتە ياساپ، ئۇ پىلتىنى ساپ ھەسەلگە چۆكۈرۈپ، ئاخىرىدا بۇ سەپىمگە مىلەپ قۇلاققا سالغاي. ئۇ بىمارنىڭ قۇلقىنىڭ يارىسى ئاغرىسا، نامازشامگۇلى ئۇرۇقى، سەبرە، زەپەرنى بادام يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تېمىتقاي. ئەگەر ئېھتىياجى چۈشسە، ئەپيۇن بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تېمىتقاي، ھېلىلە ئۇرۇقى ۋە موزا ئىككىسىنى كۆيدۈرۈپ، ئاق لەيلى يېغى ۋە زىغىر يېغى بىلەن تېمىتقاي.

يارا ئىچكىرىرەك بولسا ۋە كونىراپ سېسىغان بولسا، ئۇنىڭ ئالامتى شۇكى، ئاۋاز ئاڭلاش يولى كەڭ بولۇر، ئۇستىخان كۆرۈنۈپ قالۇر، يىرىڭ ۋە زەرداب، سۇ ئاقار. بۇنىڭ ئىلاجى شۇكى، قەترانىنى ھەسەل بىلەن، قاغا ئۆتىنى ئايال كىشىنىڭ سۈتى بىلەن تېمىتقاي، قەردمانە ۋە قىزىل توغرىغۇ، ئەنجۈر شىرىسى قاتارلىقلارنى پىلتە قىلىپ قۇلاققا كىرگۈزسە، سەپرا ۋە قاندىن بولغان ماددىلارنى تازىلار. ئاخىرىدا بۇ دورىلارنى ئىشلەتكەي.

مىس دېتى، زەرنىخ، ھەسەل، سىركە قاتارلىقلار بۇ ھەقتە قۇۋۋەتلىك دورىلار ھېسابلىنار، تۆمۈر دېتىنى ئۇپىدەك سالايە قىلىپ، نەچچە نۆۋەت قورۇپ، سىركە بىلەن ھەسەل قىيامغا كەلگىچە قايناتقاي.

تۆۋەندىكى مەلھەم سىناقتىن ئۆتكەن قۇرۇتىدىغان ۋە ئېرىتىدىغان دورا ھېسابلىنار. يارا قاتتىق، يىرىك، بۇزۇق ماددىلىرى كۆپ بولسا، تۆۋەندىكى مەلھىمى زەنگارنى ئىشلەتكەي:

مەلھىمى زەنگارنىڭ نۇسخىسى زەنگار، مىس دېتىنىڭ ھەربىرىدىن 12 گىرامدىن، كۇدىنىڭ سقىپ چىقىرىلغان سۈيىدىن 21 گىرام، ساپ ھەسەلدىن 28 گىرام ئېلىپ، ھەممىسىنى ئارىلاشتۇرۇپ يۇغۇرۇپ تەييارلىغاي. يىرىڭ كۆپ كەلسە، پىلتىنى كالا ۋە ئۆچكە ئۆتى بىلەن نەمدەپ قۇلاققا سالغاي.

جالىنۇس مۇنداق ئېيتقانىكەن: كىچىك بالىنىڭ سۈيدۈكىنى ئانار پوستى بىلەن ئىللىتىپ تېمىتقاي، كۇدە سۈيىنى گۇل يېغى بىلەن تېمىتقاي، بەسرە مەلھىمىنى ئىشلەتسە يارىنى تازىلار.

مەلھەمنى بەسرەنىڭ نۇسخىسى زەنگار، كۇندۇر، سىركە، ھەسەلنىڭ ھەر قايىسىدىن ئوخشاش مىقداردا ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ، پىلتىنى ئۇنىڭدا نەمدەپ قۇلاققا كىرگۈزگەي. بىر گۇرۇھ كىشىلەر بۇ مەلھەمنى تۆۋەندىكىدەك تەييارلىغان:

ھەسەل 24 گىرام، سىركە 28 گىرام، زەنگار، كۇندۇر ئالتە گىرامدىن. ھەسەلنى سىركە بىلەن قايناتىپ كۆپۈكنى ئېلىۋېتىپ، زەنگار ۋە كۇندۇرنى ئېزىپ ئۇنىڭدا يۇغۇرۇپ ئىشلەتكەي، ئەگەر ياز پەسلى بولسا، يىرىڭنىڭ ئارىسىدا قۇرت پەيدا بولۇر، ئۇنىڭ ئالامتى شۇكى، قىچىشىپ، يىرىك بىلەن قۇرت سىرتقا چىقار.

يالپۇز سۇيى، شاپتۇل يوپۇرمىقىنىڭ سۇيىنى توغرىغۇ سۇيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تېمىتسا قۇرتنى ئۆلتۈرەر. شاپتۇل ئۇچكىسى مېغىزىنىڭ يېغىنى كالا ئۆتى بىلەن، خەربەق ۋە سوقمۇنيانى سىركە بىلەن ئىشلەتسە، قۇرتلارنى ئۆلتۈرۈپ، سىرتقا چىقرار. ئەگەر يىرىڭلاپ توختاپ قالسا، بۇ سەۋەبتىن ئاغرىق كۈچلۈك بولسا ۋە قۇلاقتىن قان چىقسا، گۇل يېغىنى تېمىتقاي. يىرىڭنى تازىلايدىغان ۋە گۆش ئۇنۇدۇرىدىغان دورىلارنى تېمىتقاي. قۇلاقتىن قان چىقسا ھەم ئاغرىق كۈچلۈك بولسا، ئۇنىڭ ئىلاجى ئۇچۇن ئېغىر قۇلاق ئاغرىقىنىڭ ئۇسۇلى بىلەن كېسەللىك ماددىسىنى چىقارغاي.

باش ۋە بەدەن تولۇپ قالغان بولۇپ تومۇر ئېچىلسا، پاقىيوپۇرمىقىنىڭ سۇيىنى ئاقاقىيا بىلەن تېمىتسا قانىنى توختىتار، قىزىل چۇغلۇقنىڭ سىقىپ چىقىرىلغان سۇيى سوغۇق بولۇپ، قانىنى توختىتار، تاغ رەيھانىنىڭ سىقىپ چىقىرىلغان سۇيى قىزىتقۇچى بولۇپ قانىنى توختىتار.

توشقان ئوغۇزىنى سىركە بىلەن ئېرىتىپ تېمىتقاي، موزا ياكى ئاچچىق ئانارنى سىركە بىلەن قاينىتىپ، سىقىپ سۇيىنى چىقىرىپ تېمىتقاي. شىيافى مامىيسا ۋە رۇسۇت قانىنى توختىتار، ئەگەر قان كۆپ چىقسا، كۇدە سۇيىنى سىركە بىلەن ئىلمان قىلىپ تېمىتسا پايدا قىلۇر.

يەتتىنچى باب قۇلاق غوڭۇلداش ۋە ساختا ئاۋازنىڭ ئاڭلىنىشى توغرىسىدا

قۇلاق غوڭۇلداش (تىنىن) ۋە ساختا ئاۋازلارنىڭ ئاڭلىنىشى كۆزگە ساختا نەرسىلەرنىڭ كۆرۈنگىنىگە ئوخشار، چۇنكى ئاۋازنىڭ پەيدا بولۇشى، ئاڭلىنىشىنىڭ سەۋەبى سىرتقى ھاۋانىڭ

دولقۇنلىنىشى ۋە ھەربىرىدە قىلىشى، سۆزلىگۈچىنىڭ يۈقىرى ئاۋازدا سۆزلىگەنلىكىنىڭ قۇۋۋىتىدىن ئەكس سادانىڭ پەيدا بولۇشى، تاۋۇشلارنىڭ شەكلىنى ئۇنىڭ قوبۇل قىلغانلىقى ۋە ئاڭلىغۇچىنىڭ قۇلىقىغا يەتكەنلىكى ۋە قۇلاق بوشلۇقىنىڭ ئىچىدىكى ھاۋانى چىقارغانلىقى ۋە ھەربىرىدە تەلەندۇرگەنلىكىدۇر.

ھاۋانىڭ تەۋرىنىشىنىڭ سەۋەبى شۇكى، پەقەت ئىچكىرىكى ھاۋانىڭ ھەربىتى سىرتقى ھاۋانى قوزغىتىپ بولالماس، ھاۋا ۋە ئىچكى بۇخاراتنىڭ ھەربىتى ئىككى خىلدىن ئارتۇق ئەمەس. ئۇ ياكى ئاستا ھەربىرىتە بولۇر، ھاۋا ۋە بۇخاراتنىڭ ھەربىتى ئۇنداق بولماس ياكى ئۇ كۆچلۈك ھەربىرىدە قىلۇر. چۈنكى بەزى كىشىلەرنىڭ ھۆللۈكلىرى ۋە كۆزلىرىنىڭ قاتلاملىرى ساپ بولۇر. بۇنىڭ بىلەن كۆزىدىكى كىچىك زەررىچىلەردىن تەركىب تاپقان خىيالىي نەرسىلەرنى كۆرەر. بەزى كىشىلەرنىڭ مېڭىسى سالامەت، قۇلاق ۋە بۇرۇن سېزىمى كۆچلۈك بولسا، ھەمىشە بۇخاراتنىڭ ئاستا ھەربىتى ھاۋانىڭ تەۋرىنىشى بىلەن قۇلىقىغا ساختا ئاۋازلار ئاڭلىنار، بۇرنىغا سۇس پۇراقلار كېلۇر. بۇ خىل كېسەللىكنى ئاڭلاش قۇۋۋىتىنىڭ سەزگۈرلۈكى دەپ ئاتار. قۇلاق غوكۇلداش سەۋەبلىرىنىڭ بىرى، ئاڭلاش قۇۋۋىتىنىڭ سەزگۈر بولۇشىدۇر. بۇ، كېسەللىك ئەمەستۇر. ئىككىنچى بىرى، قۇۋۋەتنىڭ ئاجىزلىقىدۇر، ئاڭلاش قۇۋۋىتى ئاجىز كىشىنىڭ ھالى ئاڭلاش قۇۋۋىتى سەزگۈر كىشىنىڭ ھالىغا ئوخشاش بولۇر. يۇقىرىدا بايان قىلىنغان ئاستا ھەربىرىتىن قۇلاق غوكۇلداش پەيدا بولۇر. بۇ، ئاغرىقتىن يېڭى قوپقان كىشىنىڭ ئەھۋالىغا ئوخشاش بولۇر، بۇمۇ كېسەللىك ئەمەس. بۇ كېسەللىكنىڭ يۇقىرىدىكى سەۋەبلەردىن باشقا سەۋەبلەردىن بولغىنى ئاشقازاننىڭ شېرىكچىلىكى، قۇلاق ئېغىرلىقىدىن بولۇر، بولۇپمۇ قۇلاق ئىچىدىكى بۇخارات كۆپ بولسا، ئۇنىڭغا يەل قوشۇلسا، بۇ يەل قۇلاق ۋە باش ئەتراپىغا ئۆرلىسە تېخمۇ شۇنداق بولۇر. بەزىدە قولاق غوكۇلداش ياردىن يىرىڭ قاياپ، قولاق ئىچىگە يىغلىشتىن پەيدا بولۇر.

باش ۋە بەدەننىڭ تومۇرلىرىنىڭ چىڭقىلىشى ئۇخلاش ۋە تائام يېيىشتىن كېيىن پەيدا بولۇر.

بەزىدە ئىسسىق مىزاجنىڭ بۇزۇلۇشىدىن خىلتىلار قاينار، بۇخاراتلارنى ئۆرلىتەر، بەزى بىمارلاردا قىزىتما باشلىنىشتىن ئىلگىرى كۆچەپ قەي قىلغانلىقى سەۋەبىدىن مېڭىدە قالايمىقان ھەربىرىدە پەيدا قىلۇر، يىغلسا ۋە باشتا جاراھەت پەيدا بولسىمۇ قۇلاق غوكۇلدار.

بۇنداق ۋاقىتتا بۇخاراتلارنى ھەربىرىتىلەندۇرۇپ، مېڭە تەرەپكە چىقىرىپ يوقىتىدىغان قارىمۇچقا ئوخشاش دورىلارنى يېگەي.

يەل قوزغايدىغان نەرسىلەر قۇلاقنىڭ سېزىمىنى ۋە بۇخاراتلارنى قوزغايدىغان تائام، سامساق ۋە كۈدىگە ئوخشاش كۆكتاتلاردىن ئىبارەت بولۇپ، قورساقنىڭ ئاچلىقى ۋە ئاشقازانىنىڭ بوشلۇقى سەۋەبىدىن ئەسلىي ھارارەت بۇخاراتلارنى قوزغار. بەزىدە بەدەندە ھېچقانداق بىئارام‌لىق بولماس، لېكىن يېپىشقاق قويۇق بۇخارات يۇقىرى ئۆرلەپ ھەرىكەت قىلىپ، يەنە ئاغرىق پەيدا قىلۇر. ئاشقازانىنىڭ توشۇق ياكى بۇس بولۇشى، بوشغاندا ماددىنىڭ ھەرىكەت قىلغانلىقىنىڭ ئالامتى شۇكى، ئىسسىق ۋە كېسەللىك سوغۇقتا ئارىلاپ ـ ئارىلاپ تەكرارلىنار ۋە بىرەر ئەزانىڭ شېرىكچىلىكى بىلەن بولۇر. كېسەللىك ھەمىشە بىر خىل بولۇر، يەڭگىللىمەس ۋە ئېغىرلاشماس. چۈنكى ئۇنىڭ ماددىسى باشتىدۇر. قۇلاقتا ئاڭلانغان ئاۋاز قاينىغان قازانىنىڭ ئاۋازىغا ئوخشاش بولسا، بۇخاراتنىڭ ماددىسى پۈتۈن بەدەندىن ياكى بىر ئەزادىن مېڭىگە بارغانلىقىغا دالالەت قىلۇر. ئەگەر قازانىنىڭ قاينىغان ئاۋازىغا ئوخشاش ئاۋاز بىلەن بىرلىكتە تىترەشلىك قىزىتما بولسا، ئۇ، قۇلاقتا جاراھەت بارلىقىنىڭ ئالامتى بولۇر، ئۇ ئاۋاز يىرىڭنىڭ ۋە زەردابنىڭ قاينىغان ئاۋازىدىن ئىبارەتتۇر. ئەگەر ئاۋاز دەرەخنىڭ ئاۋازىغا ئوخشاش بولسا، قويۇق خىلىت تەڭشەلگەنلىكنىڭ ئالامتى بولۇر، باشقا خىللىرىنىڭ ئالامتى ۋە سەۋەبلىرىمۇ شۇنداق بولۇر، بۇنىڭ ئىلاجىنى مۇنداق قىلىش لازىمدۇر:

بۇ خىل كېسەللىكتە ئاپتاپتا، مۇنچىدا، ئوتنىڭ قېشىدا ئولتۇرۇش، كۈچەپ ھەرىكەت ۋە قەي قىلىش، كۆپ سۆزلەش، ۋارقىراش، قۇرئان يادلاش، كۆپ تائام يېيىش، بۇخارات ئۆرلىتىدىغان تائاملارنى يېيىش كېسەللىكنى ئاشۇرار. بۇلاردىن پەرھىز قىلغاي. چوڭ تەرىتىنى بوش تۇتقاي. بۇ خىل كېسەللىكنىڭ سەۋەبى ئىمتىلا (تولۇپ قېلىش) بولسا سۇرگە بەرگەي، ئاندىن كېيىن ئوبدان تەدبىر قوللانغاي. كېسەللىك بىر ئەزانىڭ شېرىكچىلىكى بىلەن بولسا، شۇ خىل ئەھۋالغا قارىتا سۇرگە بېرىپ بەدەننى تەنقىيە قىلىش تەدبىرىنى قوللانغاي، ئاندىن كېيىن مېڭىنى ھەبىۋلىئاس يېغى بىلەن قۇۋۇتلەپ، قۇلىقىغا بادام يېغى تېمىتىپ، ھەر بىر سىگە مىزاجىنىڭ لايىقىدا تەدبىر ۋە ئىلاجلارنى قوللانغاي.

كېسەللىكنىڭ باشلىنىشىدا قىزىتما پەيدا بولسا، قىزىتمىنىڭ ئىلاجىنى قىلغاي. كېسەللىكنىڭ سەۋەبى يىرىڭ ۋە زەرداب قاياشتىن بولغان بولسا، ئۇنىڭ ئىلاجى قۇلاق يارىسىنىڭ ئىلاجىدىن ئىبارەتتۇر. ئاجىزلىق سەۋەبىدىن بولسا مىزاجنى ئەسلىگە كەلتۈرگەي. كېسەللىك سەرسامدىن كېيىن پەيدا بولسا، ئاغرىقتىن يېڭى قوپقان بىمارنىڭ تەدبىرىنى قىلغاي. ئەفسەنتىن ئۇسارىسىنى ۋە يېغىنى قۇلاققا تېمىتىش، سىركە ۋە سەۋسەن يېغىنى تېمىتىش پايدىلىقتۇر.

سناقتىن ئۆتكەن قۇرس نۇسخىسى ئاق خەربەق سۈيى توقۇز گىرام، زەپەر 15 گىرام، قىزىل توغرىنۇ 30 گىرام. ھەممىسىنى سوقۇپ قۇرس تەييارلىغاي.

قويۇق ۋە يېپىشقاق خىلىت سەۋەب بولسا، تۆۋەندە بايان قىلىنغان قۇرسلارنى ئىشلەتسە پايدا قىلۇر، سەنۇبەر يوپۇرمقى بىلەن ھەببۇلغارنى قاينىتىپ تېمىتقاي.

1.5 گىرام قەلەمپۇرنى يۇمشاق سوقۇپ، ئېزىپ، سۇزاپ يېغى، يالپۇز، تاغ يالپۇزى سۈيى بىلەن تېمىتقاي.

ئەفسەنتىن، تاغ يالپۇزى، سۆئىتەرلەرنى سۇدا قاينىتىپ، باشنى ئۇنىڭ ھورىغا تۇتقاي ، ئاندىن كېيىن ھەببى قوقيا بىلەن سۈركە بەرگەي.

ئاڭلاش قۇۋۇتى ئاجىزلاش سەۋەب بولسا، گۈل يېغىنى سىركە بىلەن قاينىتىپ، سىركە تۇگەپ يېغى قالغاندا، ئەپيۇنغا ئارىلاشتۇرۇپ تېمىتقاي.

ھەببى سەنۇبەر، قوندۇز قەھرىنى سىركە بىلەن ئېزىپ، ئازراق ئەپيۇن ۋە گۈل يېغى بىلەن تېمىتسا پايدا قىلۇر.

سەككىزىنچى باب قۇلاققا بىر نەرسە ئۇرۇلۇپ يارا بولۇش توغرىسىدا

بۇقرات ئۇنىڭغا ئىلاج بۇيرىمغان ئىكەن، باشقىلار دورا تېڭىشقا بۇيرىغان ئىكەن، بۇنىڭ ئۈچۈن سەبرە، مۇرمەككى، ئاقاقيا ۋە كۇندۇرنى سىركە ياكى تۇخۇمنىڭ ئېقى بىلەن، نانىنىڭ كۆيۈكىنى ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يۇغۇرۇپ چاپقاي.

توققۇزىنچى باب قۇلاققا كىرگەن سۇنى چىقىرىش توغرىسىدا

قۇلاققا سۇ كىرگەن ھامان ئاز مىقداردىكى سۇنى قولغا ئېلىپ قۇلىقىنى ئۇ سۇغا قويغاي ۋە قولىنى قۇلاققا باسقاي، بۇنىڭ بىلەن قولدىكى سۇ قۇلاققا كىرىپ، ئەسلىدىكى سۇغا قوشۇلۇر. شۇ چاغدا بىر پۇتى بىلەن سەكرىگەن ھالەتتە قولىنى قۇلىقىدىن بىراقلا تارتسا، سۇ

بىراقلا چىقار. قۇلاققا نەيچە كىرگۈزۈپ سۆمۈرۈپ چىقارسىمۇ ياخشى بولۇر. گاھىدا چۈشكۈرسە، يۆتەلسە سۇ چىقىپ كېتەر ياكى سېرىقچېچەك، بەدىيان غولدىن بىر غېرىچ ئېلىپ، بىر ئۇچىغا پاختا يۆگەپ ۋە مايلاپ ئوت يېقىپ، يەنە بىر ئۇچىنى قۇلاققا كىرگۈزۈپ، ئەتراپىنى بەلباغ بىلەن ئوراپ سەۋر قىلغاي. بۇنىڭدا ئوتنىڭ ئىسسىقلىقى قۇلاققا يەتكەندە، ئاندىن بىراقلا تارتىقاي. ئايال كىشىنىڭ سۈتىنى تېمىتقاي، بۇ سۇنى قۇلاقنىڭ ئىچكىرىسىدىن سىرتىغا چىقارغاي.

قۇلاقتا ئاغرىق ۋە ئىششىق پەيدا بولغان بولسا، كۆكنار پوستى، ئىكىلىلمىلىك، بىنەپشە، بابونە، ئاق لەيلى، زىغىر ۋە ئارپا ئۇنىنى ئايال كىشىنىڭ سۈتى بىلەن يۇغۇرۇپ زىمات قىلىپ، ئۇنى قۇلاق تۈۋىگە چاپلاي.

تۆتىنچى بۆلۈم بۇرۇن كېسەللىكلىرى توغرىسىدا

بۇ بۆلۈم ئون بابتۇر.

بىرىنچى باب پۇراش سېزىمى كېسەللىكلىرى

پۇراش سېزىمى كېسەللىكلىرى ئۈچ خىل بولۇر. بىرىنچىسى، پۇرىيالماسلىق. ئىككىنچىسى، پۇراش سېزىمى ئاجىزلاش. ئۈچىنچىسى، پۇراش سېزىمى ئەسلىي هالىتىدىن ئۆزگىرىپ كېتەر. يەنى بۇ ئىككى خىل بولۇر. بىرى، سېسىق پۇراقلار ئۇنىڭغا خۇش پۇرار، خۇش پۇراقلاردىن قاچار. يەنە بىرى، هەمىشە سېسىق پۇراق پۇرىغاندەك بىلىنەر. بۇ خىل كېسەللىكنىڭ سەۋەبلىرى ئۈچ خىل بولۇر. بىرىنچىسى، مىزاجى بۇزۇلغان بولۇر، ئىككىنچىسى، توسالغۇ پەيدا بولغان بولۇر، ئۈچىنچىسى، يارا ۋە كېسەللىك سىرتىتىن بۇرۇن ئۇستىخىنىغا يېتىپ، پۇراش يولىنىڭ سەزگۈ ئەزالىرىنى زەخىملەندۈرەر.

ئەمما مىزاجنىڭ بۇزۇلۇشى ئىككىدىن زىيادە ئەمەس، يەنى ماددىسىز ياكى ماددىلىق بولۇر، ئەگەر مېڭىنىڭ ئالدىنقى بوشلۇقىغا يىغىلسا، ئىككى زىيادىلىكىنى «هۆلمەتان»[1] دەيدۇ.

ئىسسىق ۋە سوغۇق مىزاجنىڭ بۇزۇلۇش سەۋەبى بۇرۇنغا تېمىتىدىغان دورىلارنى كۆپ ئىشلەتكەنلىكتىن بولۇر ياكى سىرتقى هاۋانىڭ هەددىدىن ئارتۇق تەسىر قىلغانلىقىدىن بولۇر. ئەمما توسالغۇدىنمۇ خالىي بولماس، بۇنىڭدىكى سەۋەب سەزگۈچى پەردىدە بولۇر (بۇ پەردە مېڭە شەرھىينىڭ بايانىدا بايان قىلىنىپ كەلدى) ياكى سەزگۈچى پەردىنىڭ ئىچكىرىدىكى پەردىدە قويۇق خىلىت ياكى يەل تۇرۇپ قالۇر ياكى يولىدا ئىششىق پەيدا بولۇر، زىيادە گۆش توشۇر، بۇ گۆش ئاق بولۇر. بۇ گۆش «نىسىيا» دەيدىغان جانىۋارغا ئوخشار، ئۇنى كۆپ ئىياغلىق جانىۋار دەپ ئاتار ياكى رۇتۇبەت (هۆللۈك) باش ۋە بۇرۇندىن كېلۇر ۋە ئۇ يەردە قالۇر. ئۇ زۇكام دەپ ئاتىلار (ئۇنىڭ سەۋەبلىرى، ئالامەتلىرى ئۆز ئورنىدا بايان قىلىنىدۇ)، ئىنشائاللا.

---

① هۆلمەتان — مېڭىدىكى ئەمچەكنىڭ ئۈچىغا ئوخشايدىغان ئىككى نېرۋا ئۈچى بولۇپ، ئۇنىڭدىن بۇرۇننىڭ پۇراش سېزىمى هاسىل بولىدۇ.

ئالامىتى

بۇرۇندىن نەپەس ئېلىش مۇشكۇل بولسا ۋە ئاۋاز تۇتۇلۇپ ئېغىرلاشسا، بۇ توسۇلۇشنىڭ ئالامەتلىرىدۇر. بۇرۇن تۆشۈكى ئوچۇق ۋە قۇرۇق بولسا، بۇ مىزاج بۇزۇلغانلىق ھېسابلىنار، مېڭە ھېچ نەرسە بولماس، ئۇنىڭ ھۆججۈكلىرى ئادەتتىكى ھۆججۈكتۇر، بۇرنىدىن سۇ تىختىماس، پۇراش سېزىمى ئاجىزلىشىپ ئەسلىي ھالىتىدىن ئۆزگىرىپ، پۇرىيالماس. مېڭىگە يەتكەن كېسەللىكنىڭ ماددىلىق ياكى ماددىسىز مىزاج بۇزۇلۇشتىن بولغانلىقىنى بىلگەي، ئۇ، باش ئاغرىقىنىڭ بايانلىرىدا بايان قىلىندى.

سىرتتا سېسىق پۇراقلار بولماي بۇرۇنغا سېسىق پۇرىسا، بۇنى بىلىش كېرەككى، بۇرۇن يوللىرىدا سېسىق خىلىت يېغىلغان بولۇپ، ئۆتكۈر ھۆججۈك بۇرۇنغا كېلىپ، بۇرۇننىڭ ئىچىنى كۆيدۈرۈپ، يارا پەيدا قىلۇر ۋە يارا كېچىكىپ سېسىر، ئۇنىڭ ئالامەتلىرىمۇ باش ئاغرىقىدا بايان قىلىندى. بىلىش كېرەككى، ئۇ سېسىق خىلىتتىن ئىبارەتتۇر، ئۇ خىل ھاۋا سىرتقى مۇھىتتىن يارىغا كېلىپ، پۇراش سېزىمى ئەسلىي ھالىتىدىن ئۆزگىرەر ۋە سېسىر. بۇ خىل كېسەللىككە سېسىق پۇراقتىن باشقا ئۆزگە ھېچ خۇش پۇراق كەلمەس، گەرچە سىرتتا ھېچقانداق پۇراق بولمىسىمۇ بىمارغا ئىپار پۇرىقى، ئېرىقلاردىكى لاتقا پۇرىقىغا ئوخشاش پۇراقلار پۇرىسا، بۇ يامان ئالامەتلەر بولۇپ، ئۆلۈم يېقىنلاشقانلىقىنى بىلدۈرەر.

داۋالاش

مېڭە مىزاجىنىڭ بۇزۇقلۇقى بۇ كېسەللىكنىڭ سەۋەبى بولسا، بىلىش كېرەككى، ئۇ مىزاجنىڭ بۇزۇقلۇقى ماددىسىز ياكى ماددىلىق بولۇر. ئەگەر سېسىق بولسا، ئۇنىڭ ئىلاجى نۇتۇللاردۇر ۋە بۇلار بىلەن ئىلاج قىلسا كۆپايە قىلۇر.

ئەگەر مىزاجنىڭ بۇزۇقلۇقى ئىسسىقتىن بولسا، تۆۋەندىكى نۇتۇلنى قىلغاي.

نۇتۇل نۇسخىسى بەنەپشە، بابۇنە، قىزىلگۈل، نىلۇپەر يوپۇرمىقى، سۆگەت يوپۇرمىقىدىن مۇۋاپىق مىقداردىن ئېلىپ، ھەممىسىنى سۇدا قاينىتىپ، قىزىق ھالەتتە باشقا قويغاي، بېشىنى شۇ سۇنىڭ ھورىغا تۇتقاي.

تاشنى قىزىتىپ، سىركىنى ئۇنىڭغا تېمىتىپ، بۇرۇننى شۇنىڭ ھورىغا تۇتسا مەنپەئەت قىلۇر.

ئەگەر مىزاجنىڭ بۇزۇقلۇقى سوغۇقتىن بولسا، بابۇنە، ئىكلىلمىلىك، سۆئىتەر، يالپۇز، دەرمىنە تۇركى، مەرزەنجۇشلارنى نۇتۇل قىلىپ، سۆئىتەر، كونا سۇزاپنى سىركە بىلەن قاينىتىپ، بۇرۇننى ئۇنىڭ ھورىغا تۇتقاي، باشقا تەدبىرلەرنى بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قارىتا مۇۋاپىق ئىشلەتكەي.

ئەگەر مىزاجنىڭ بۇزۇلۇشى ماددا سەۋەبىدىن بولسا، ئۇنىڭ قايسى كېسەللىكنىڭ ماددىسى ئىكەنلىكىگە قارىغاي، ئاۋۋال ئاشۇ خىلىتقا قارىتا سۈرگە بەرگەي، بۇ، باش ئاغرىقىنىڭ ئىلاجلىرىدا بايان قىلىندى، نۇتۇللار ۋە بۇخۇرلارنى ئىشلەتكەي، غار ـ غار قىلىش، چۈشكۈرۈشكە بۇيرىغاي.

پۇراش سېزىمى يوقىلىشنىڭ سەۋەبى توسالغۇدىن بولسا، توسالغۇلارنى ئاچىدىغان دورىلار بىلەن ئىلاج قىلغاي، سەئۇت ۋە نۇتۇللارنى ئىشلەتكەي.

ئاچىدىغان دورا نۇسخىسى ئەرەب تۆگىسىنىڭ سۈيدۈكىنى ئاپتاپتا قۇرۇتۇپ، ئېھتىياج چۈشكەندە مەرزەنجۇش سۈيى بىلەن ياكى قىزىلچا سۈيى بىلەن ئېرىتىپ بۇرۇنغا تېمىتقاي.

يەنە بىر نۇسخا قىزىل زەرنىخ ۋە ھۆل يالپۇزنى يۇمشاق ئېزىپ، ئەرەب تۆگىسىنىڭ سۈيدۈكىدە نەمدەپ، ئاپتاپتا قويۇپ، ھەر كۈنى ئىككى نۆۋەت ئارىلاشتۇرۇپ قۇرۇتقاي، ئەگەر سۈيدۈكنى ئىككى نۆۋەت ئالماشتۇرسا كۆچلۈكرەك بولۇر، قۇرۇغاندىن كېيىن تۆگىنىڭ سۈيدۈكىدە نەمدەپ، تۆت گىرام ئەتراپىدا ئوتقا تاشلاپ، بۇغداي غولىنى ئۇنىڭ ئۈستىگە قويۇپ، بۇرۇن تۆشۈكىگە كىرگۈزگەي، يەنى تۈتۈن بۇرۇنغا لىق تولغاي.

يەنە بىر دورا نۇسخىسى قارا خەربەق ۋە سىيادانىنى ئوبدان ئېزىپ، كالا ئۆتىدە يۇغۇرۇپ بۇرۇنغا تېمىتقاي.

يەنە بىر دورا نۇسخىسى تۇرنا ئۆتى، سىيادان، شەھمەنزەل، ئاق خەربەقنىڭ ھەر قايسىسىنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ، ھەممىسىنى سوقۇپ، قاينىتىپ، يېپىسمۇق شەكلىدە شىياق تەييارلاپ، ئېھتىياج چۈشكەندە مەرزەنجۇش يېغى بىلەن ئىشلەتكەي.

ھەر ۋاقىت بۇرۇنغا بىر نەرسە تېمىتماقچى بولسا، ئاۋۋال بۇ بىمارنىڭ ئاغزىغا لىق سۇ ئېلىپ، ئوڭدا يېتىشقا بۇيرىغاي، بېشىنى ئارقىسىغا تارتقاي. ھەر كۈنى بېشىغا ئىسسىق سۇ قۇيۇپ ھۆل قىلغاي ۋە دورىنى تېمىتقاي. يەنە ئېزىلگەن ھەببۇلئاسنى پۈركىسمۇ پايدا قىلۇر.

يۇمغاقسۈت ۋە تاغ يالپۇزنىسى ھەمىشە پۇرىغاي، قۇرۇق مىئەسائىلە ۋە كۈندۈرنى ئوتقا سېلىپ، ئۇنىڭ ئىسىغا بۇرۇننى تۇتسا پايدا قىلۇر.

ئاجىز توسالغۇغا سىيادانىنى سىركە بىلەن ئۇچ كۈن نەمدەپ، ئاندىن قۇرۇتۇپ، سوقۇپ پۇراتسا كۈپايە قىلۇر.

ھەر ۋاقىت بۇرۇنغا كۆيدۈرىدىغان دورىنى تېمىتقاندىن كېيىن بىر تامچە گۈل يېغىنى تېمىتقاي، كۆيدۈرمىگىدەك ھالەتتىكى ئىسسىق سۇنى باشقا قۇيغاي، ئىسسىق ئاتىلا بەرگەي.

بۇرۇن توسۇلۇشنىڭ سەۋەبى خىلىت ياكى قويۇق يەلنىڭ بۇرۇن يولىدا تۇرۇۋالغانلىقىدىن بولسا، ئاقموچ ۋە ئادراسمانىنى يۇمشاق سوقۇپ، بادام يېغى بىلەن نەمدەپ بۇرۇنغا تېمىتقاي.

زەبۇدە، سۆئتەر، سۇزاپ، يالپۇز، پىننىنى سىركە بىلەن قاينىتقاندىن كېيىنكى ھورى پايدا قىلۇر.

بۇرۇن توسۇلۇشنىڭ سەۋەبى بوۋاسىر بولسا ياكى زىيادە گۆش ئۆسۈش بولسا، ئۇنىڭ ئىلاجى باشقا بىر بابتا قايتا بايان قىلىنۇر.

زۇكامدىن پەيدا بولغان توسۇلۇشنىڭ ئىلاجىمۇ زۇكامنىڭ ئىلاجىدا بايان قىلىنار.

يارىنىڭ ئىلاجى ۋە بۇرۇن سېسىق پۇراشنىڭ ئىلاجىمۇ باشقا پەسلىدە بايان قىلىنار.

پۇراش سېزىمى خۇشبۇي پۇراقلارنى پەرق ئېتىپ، سېسىق پۇراقلارنى پەرق ئېتەلمىسە، قۇندۇز قەھرىنى پۇراتسا ۋە ئۇنى ئېزىپ بۇرنىغا تېمىتسا پايدا قىلۇر، ئىنشائاللا.

ئىككىنچى باب بۇرۇن سېسىق پۇراش توغرىسىدا

بۇنىڭ سەۋەبلىرى بەش خىل بولۇر.

بىرىنچىسى، كۆكرەك بوشلۇقى، ئۆپكە ۋە ئاشقازاندىن سېسىق پۇراقلار باشقا ئۆرلەپ، ئېغىز ۋە بۇرۇن يولىنى قاپلار؛ ئىككىنچىسى، ئۆتكۈر خىلىت بۇرۇن يوللىرىدا سېسىپ ۋە گۆشنى كۆيدۈرۈپ يارا پەيدا قىلىپ، ئۇ يارا سېسار؛ ئۈچىنچىسى، بۇزۇق خىلىت غەلۋىرسىمان سۆگەككە يىغىلىپ، شۇ يەردە خىلىت سېسار؛ تۆتىنچىسى، يامان خىلىت غەلۋىرسىمان سۆگەككە يىغىلىپ، شۇ سۆگەكنى يىغىلغانلىق سەۋەبتىن سېسىتار ۋە بۇزار، ئۇنىڭ ئىلاجى مۇشكۈلدۇر، بەشىنچىسى، بۇرۇندا بوۋاسىر بولۇپ سېسار.

داۋالاش

سېسىق بۇخارات كۆكرەك بوشلۇقىدىن ۋە ئاشقازاندىن چىقسا، ئاۋۋال كۆكرەك بوشلۇقى ۋە ئاشقازانغا ئىلاج قىلغاي، بۇرۇننىڭ سېسىق پۇرىشى غەلۋىرسىمان سۆگەك ياكى «ھۇلمەتان» دەپ ئاتالغان ئۆسۈكچە سەۋەبىدىن بولسا، ئاۋۋال مېڭىنى تازىلاش بىلەن مەشغۇل بولغاي. چۈشكۈرتىدىغان ۋە يوللارنى تازىلايدىغان دورىلارنى ئىشلەتكەي ۋە غار - غار قىلغاي.

كېسەللىكنىڭ بۇ سەۋەبلىرى بۇرۇن يارىسى ۋە ناسۇر بىلەن بىللە بولسا، ھەر بىرىنىڭ ئىلاجى ئۆز ئورنىدا بايان قىلىنار.

بۇرۇن يوللىرىنى تازىلاش ئۈچۈن ھەر ۋاقىت دورا ئىشلەتمەكچى بولسا، ئاۋۋال رەيھان شارابى بىلەن بۇرۇن يولىنى يۇيۇپ تازىلىغاي، ئاندىن دورىنى بۇرۇنغا تارتقاي. پۈركەيدىغان دورىنى پىلتە قىلىپ قويغاي.

دورىلار سۆئىدى، سۈمبۈل، گۈل نەسرىن، قەسبۇزەرىرەدىن ئۈچ گىرامدىن، نامازشامگۈلى يوپۇرمقىدىن 1.5 گىرام ئېلىپ، ھەممىسىنى يۇمشاق سوقۇپ بۇرۇنغا پۈركىگەي.

يەنە بىر دورا نۇسخىسى مۇرمەككى، ھۇماما، ئاقاقىيانىڭ ھەربىرىدىن ئوخشاش مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ، پىلتىنى ئۇنىڭغا چۆكۈرۈپ، دورىنى يۇقتۇرۇپ بۇرۇنغا قويغاي.

يەنە بىر دورا نۇسخىسى قەسبۇزەرىرە، ھۇماما، ئاس يوپۇرمقى، قەلەمپۇر، قىزىلگۈل يوپۇرمقى، سەبرە، مۇرمەككى، ئاقاقيا، موزا، كافۇر، ئىپاردىن مۇرەككەپ دورا تەييارلاپ ئىشلەتكەي.

پۈركەيدىغان دورا نۇسخىسى قەسبۇزەرىرە، گۈل نەسرىن، قەلەمپۇرنىڭ ھەربىرىدىن ئۈچ گىرامدىن، مۇرمەككى، موزا، ھەببۇلئاسنىڭ ھەربىرىدىن 1.5 گىرامدىن، ئىپار، نوقۇت، كافۇردىن تۆت نوقۇت چوڭلۇقىدا، ئىقلىمىيا، ئەندۇران تۇزىنىڭ ھەربىرىدىن ئون گىرامدىن ئېلىپ، ھەممىسىنى سوقۇپ بولغاندىن كېيىن پىلتە ياساپ، ئۇنى ھەسەلگە مىلەپ، دورىلارنى بۇرۇنغا كىرگۈزگەي.

بۇ كېسەللىكتىكى ياخشى ئىلاج شۇكى، ئېشەك سۈيدۇكى تېمىتىش سىناقتىن ئۆتكەن، بۇنى نەزەردىن ساقىت قىلمىغاي.

يەنە يالپۇز سۈيى پايدا قىلۇر، قۇرسى تەرياقى بۇزرۇكنى شاراب بىلەن ئىزىپ تېمىتقاي، جۇزبۇۋانى شارابتا قاينىتىپ تېمىتقاي ھەمدە بىرنەچچە كۈن تەكرار ئىشلەتكەي.

ئاق خەربەقنى سوقۇپ، تاسقاپ، كۆيدۈرۈلگەن سەدەپ بىلەن قوشۇپ پۈركسە پايدا قىلۇر.

ماددىنىڭ سېسىقلىقى غەلۋىرسىمان سۆكەكتە بولسا، سوقۇلغان قىچا ئۇرۇقىنى سىركەنجۈبىل بۇزۇرى بىلەن نەمدەپ غار - غار قىلغاي، ئۇنىڭ قالدۇقى بىلەن يەنە بىر قېتىم غار - غار قىلغاي، بۇ تەركىبلەر بىلەن سۆئىدى، سۈمبۈل، قەلەمپۇر، ئوغرىتىكەن ھەممىسىنى رەيھان شەربىتى بىلەن قاينىتىپ، غار - غار قىلغاي.

ماددا مېڭىدە بولسا، باشنىڭ ئوتتۇرىسىنى داغلىغاي، چېكە تەرەپكە مايىل بولسا، ھەر ئىككى تەرەپتىن داغلاش پايدا قىلۇر، ۋاللامۇئالەم بىساۋاب.

ئۈچىنچى باب بۇرۇن يارىسى توغرىسىدا

بۇرۇننىڭ يارىسى ئۈچ خىل بولۇر ياكى قۇرۇق، قاقاچلىق بولۇر ياكى كىچىك مۇدۇر - چاقا بولۇر ياكى ھۆل يارىلار بولۇر ھەمدە سېسىق پۇرار.

داۋالاش

بىلىش كېرەككى، ئەزالارنىڭ ھۆلرەكى قۇلاق، قۇرۇقراقى كۆزدۇر. مۇشۇ سەۋەبتىن قۇلاق دورىلىرى قۇرۇقلۇققا مايىل قىلىنار، كۆزنىڭ دورىلىرى ھۆللۈككە مايىل قىلىنار، بۇرۇننىڭ دورىلىرى كۆز ۋە قۇلاق دورىلىرىنىڭ ئارىسىدا بولۇر، ھەر ۋاقىت ئىلاج قىلسا، ئاۋۋال قېيىمال تومۇردىن ياكى بۇرۇن تومۇرىدىن قان ئالغاي ياكى باش دوققىسىغا ھىجامەت قويغاي. ئەگەر بېشى ۋە بەدىنى ئىمتىلالىق ھالەتتە بولسا، قان ئالغاندىن ۋە ھىجامەت قويغاندىن كېيىن ھەببى قوقيا ۋە ھەببى سەبرە بەرگەي، بۇنىڭ بىلەن باش ۋە بەدەندىكى بۇزۇلغان ماددىنى تەنقىيە قىلغاي.

ئەمما قۇرۇق يارىلار قاقاچلىق بولسا، موم يېغى، ساپ ئاق موم، كالا پاچقىنىڭ يىلىكى، نېلۇپەر يېغى، بىنەپشە يېغى ياكى گۈل يېغىدىن تەييارلاپ سۈركىگەي. ئەگەر گۈل يېغىنى زەيتۇن غورىسىغا قوشۇپ تەييارلىسا، ئوبدانراق بولۇر.

ئەگەر يارا قاتتىق ۋە قۇرۇق بولسا، كەتىرانى سوقۇپ، تاسقاپ، ئىسپىغۇل، ئاق لەيلى لوئابى ۋە بىنەپشە يېغى بىلەن سۈركىگەي، ئاۋۋال كەتىرانى لوئابتا ئېرىتكەندىن كېيىن، ياغنى تېمىتىپ قوشقاي.

يەنە بىر موم يېغى نۇسخىسى ھۆل زۇپا، توخۇنىڭ تۈكى، كالا پاچقىنىڭ يىلىكى، سېرىق موم، ھەسەلدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، ھەممىسىنى بىرلەشتۈرۈپ يۇغۇرۇپ ئىشلەتكەي.

يەنە بىر تاڭدىغان دورا نۇسخىسى موزا، سېرىق ھېلىلە قاتارلىقلارنى گۈل يېغى، بىنەپشە يېغى بىلەن ئېزىپ چاپقاي.

مۇدۇر - چاقىلارغا گۈل يېغى، ھەببۇلئاس يېغى، ئاق موم يېغى، مەدەستان، گۈلاب ۋە سىركە قاتارلىقلاردىن مەلھەم تەييارلاپ سۈركىگەي.

يەنە بىر چاپىدىغان دورا نۇسخىسى كۆيدۈرۈلگەن قوغۇشۇن، كونا شاراب، ھەببۇلئاس يېغىنىك ھەممىسنى ئېرىتىپ قاينىتىپ، قويۇلدۇرۇپ، مىس قاچىدا ساقلاپ قويغاي.

ئەگەر يارا يېپىشقاق بولسا، ئورۇس ئۇپىسى، مەدەستانىنى كۆپرەك قوشقاي، ئەگەر يارا كونىراپ يېپىشقاق بولسا، 12 گىرام مەدەستان، 12 گىرام ئاچچىق تاش، ئالتە گىرام ھۆل يالپۇزنى ئېلىپ، ھەممىسنى مۇۋاپىق مقداردىكى ھەببۇلئاس يېغى بىلەن ئېزىپ مەلھەم قىلىپ، بۇ يارىغا چاپسا بۇنى يوقىتار، ئاچچىق ئانار سۈيىنى مۇۋاپىق مقداردا ئېلىپ، مىس قازاندا يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، بىر پىلتىنى ئۇنىڭغا چىلاپ بۇرۇنغا كىرگۈزگەي.

بۇرۇننىڭ يارىلىرىنى ئېرىتىدىغان مەلھەم نۇسخىسى قارا زاك، سېرىق زاك ۋە مۇرمەككىنىڭ ھەربىردىن 21 گىرامدىن، ئاق زاكتىن 18 گىرام، ئاچچىق تاش، زىراۋەندە، يۇلغۇن مېۋىسى، مىس پوقىنىڭ ھەربىردىن 12 گىرامدىن، كۇندۇردىن ئۇچ گىرام ئېلىپ ھەممىسنى سوقۇپ، 210 گىرام سىركىدە سۇس ئوتتا قاينىتىپ، قىيام ھالەتكە كەلگەندە پىلتىنى ئۇنىڭغا مىلەپ بۇرۇنغا كىرگۈزگەي.

يەنە بىر دورا نۇسخىسى بۇ، بۇرۇن يارىسىنى تازىلار، قان كېلىشنى توختىتار.

ئاچچىق تاش، ھەببۇلئاس، زەرنىختىن 12 گىرامدىن، زىراۋەنددىن ئالتە گىرام، كۆمۈش پوقىدىن ئالتە گىرام، موزىددىن ئۇچ گىرام، كۆيدۈرۈلگەن قەلەيدىن 4.5 گىرام، يۇلغۇن مېۋىسى ۋە ئانارنىڭ ھەربىرىدىن توققۇز گىرامدىن، توغرىغۇدىن 4.5 گىرام، قارا زاك، قەلقەدىس، سېرىق زاكنىڭ ھەربىرىدىن ئالتە گىرامدىن، كۆيدۈرۈلگەن قوغۇشۇندىن توققۇز گىرام ئېلىپ، ھەممىسنى سوقۇپ قاينىتىپ، سىركە بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، پىلتىگە مىلەپ، قىزىلچا سۈيىنى يالغۇز ۋە باشقا دورىلار بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ پىلتىگە مىلەپ بۇرۇنغا كىرگۈزسە پايدا قىلۇر، قۇرسىلارنى گاھى كونا شارابتا، گاھى سىركىدە نەمدەپ ئىشلەتسە مەنپەئەت قىلۇر.

تۆتىنچى باب بۇرۇن ناسورى ۋە گۆش ئۆسۈش توغرىسىدا

بۇرۇن ناسورى (بۇرۇن ئاقما كېسىلى) ئىككى خىل بولۇر. بىرىنچىسى، بۇرۇنغا ئۆسكەن گۆش يۇمشاق ۋە ئاق، دەردلىك بولۇر، ھۆللۈك ئاشكارا بولماس. ئىككىنچىسى، ئۆسكەن گۆش قىزىل، تۇتۇق، دەردلىك بولۇر، ئۇنىڭدىن سېسىق زەرداب كېلۇر، بۇرۇندا كۆپىنچە زىيادە گۆش پەيدا بولۇپ، ئۇنىڭ رەڭگى تۇتۇق ۋە قاتتىق بولۇر، تاڭلىيى ئىششار، ناسوردىن گۇمان

قىلىنۇر، ئۇ سەرتان (راك) دۇر.

ناسور بىلەن سەرتاننىڭ پەرقى شۇكى، ناسور كۆپ ھاللاردا سەرسام ۋە دائىمىي نەزلىدىن كېيىن پەيدا بولۇر ۋە يۇمشاق بولۇر، ناسور گاھىدا ئۇزاققا سوزۇلۇپ، ئۇنىڭ ئۇچى بۇرۇندىن چىقار، گاھىدا تاكلىنىغا كېلۇر.

سەرتان تۇتۇق ۋە قاتتىق بولۇر، ئۇنىڭدىن ھېچ ھۆللۈك زاھىر بولماس، قاتتىقلىقى ۋە تارتىلغانلىق سەۋەبىدىن ئاغرار، سەۋدانىڭ كۆپەيگەنلىكى ئۇنىڭغا بېشارەت بېرۇر.

داۋالاش

ناسورنى داۋالاش ئۇسۇلى ئىككى خىل بولۇر. بىرىنچىسى، ئىچىدىن دورا ئىشلىتىش. ئىككىنچىسى، سىرتىدىن دورا ئىشلىتىش، كېسىش، قىرىشتىن ئىبارەتتۇر.

ئەمما دورىلار تازىلايدىغان، ئاغرىق پەسەيتىدىغان، بۇزۇق ماددىلارنى يەيدىغان ۋە ئېرىتىدىغان دورىلار بولۇشى لازىمدۇر.

ئاچچىق ئانارنى پوستى بىلەن سقىپ، سۈيىنى تىرىپى بىلەن چالا قاينىتىپ، مىس قاچىغا ئېلىپ، بىر كۈن تۇرغۇزغاي، يەنە بىر كۈن ئۇنىڭ تىرىپىنى يۇمشاق سوقۇپ، ئېزىپ شىياق قىلىپ، يەنە ئۇنىڭ سۈيى بىلەن نەمدەپ، بۇرۇنغا كىرگۈزگەي، ئەگەر شىياقلارنى قاينىتقىچە ئازراق نۆشۈدۇر سالسا، كۆچلۈكرەك بولۇر، ئەگەر يېگى، ئاچچىق ئانار بولمسا، ئانارنىڭ پوستىنى سوقۇپ قاينىتىپ، ئۇنىڭ سۈيىنى ئىشلەتسمۇ شىپا بولۇر.

يەنە بىر دورا نۇسخىسى يېشىل توغرىغۇدىن بىر ھەسسە، مۇرمەككىدىن بىر ھەسسە ئېلىپ، ھەر ئىككىسىنى يۇمشاق ئېزىپ، زىغىردىن پىلتە تەييارلاپ، ئۈزۈم سىركىسى بىلەن نەمدەپ، بۇ دورىلارنى ئۇنىڭغا سېپىپ، بۇرۇنغا كىرگۈزگەي.

يەنە بىر دورا نۇسخىسى ئارچا مېۋىسىنى ئەنجۇر بىلەن سوقۇپ، پىلتە قىلىپ بۇرۇنغا كىرگۈزگەي، ئارچا مېۋىسى ۋە ئەنجۇرنىڭ ھەربىرى ئىككى ھەسسىدىن بولغاي.

يەنە بىر دورا نۇسخىسى قۇرۇق تاغ يالپۇزى ئۇنىنى تاسقاپ، يالپۇز سۈيى ياكى سىركە ۋە ياكى شاراب بىلەن پىلتە تەييارلاپ، سوقۇلغان يالپۇزنى قوشۇپ بۇرۇنغا كىرگۈزگەي.

قۇۋۇۋەتلىك دورا نۇسخىسى ئاچچىق تاش، كۆيدۈرۈلگەن مىس، مىس پوقى، ئاق بۇينىڭ يىلتىزى، زەمچە، سېرىق زەمچە، قارا زاك، قىزىل توغرىغۇنىڭ ھەربىرىدىن ئوخشاش مىقداردا ئېلىپ، ھەممىسىنى يۇمشاق سوقۇپ، تاسقاپ، بۇرۇنغا پۈركىگەي. ئەگەر پىلتىنى ئۈزۈم

شارابدا ياكى سركىده ياكى يالپۇز سۈيىده ياكى ئاچچىق ئانار سۈيىده ياكى پوستىنى سوقۇپ، سقىپ چقىرىلغان سۈيىده هۆل قىلىپ، بۇ دورىلارنى ئۇنىڭغا قوشۇپ بۇرۇنغا قويسا ياخشى بولۇر.

قۇۋۇەتلىك دورا نۇسخىسى زەمچە، سېرىق زەمچە، شاخار، زەنگار، قارا زاك ۋە ئاچچىق تاش قاتارلىقلارنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، تاسقاپ، ناسورنى سانجىپ تېشىپ، ئاندىن كېيىن بۇ دورىلارنى ئۇنىڭ ئىچىگە كىرگۈزگەي.

باشقا دورىلار ۋە قول بىلەن ئىلاج قىلىپ كېسىش ۋە قىرىش ئۇسۇللىرى

بۇرۇندىكى ناسورنى ئىنچىكە، ئۆتكۈر، يېرىم دائىر شەكىللىك تىغلىق پىچاق تەييارلاپ، ئۇنى بۇرۇنغا كىرگۈزۈپ ئايلاندۇرۇش ئارقىلىق ئۆسكەن گۆشلەرنى كېسىپ ۋە قىرىپ، ئۇنىڭدىن كېيىن سىركە ياكى گۈلابنى بۇرۇنغا ئېلىپ يۇغاي. خوراز پېيىنىڭ ئۇچىغا لاتا يۆگەپ، ئاچچىق ئانار سۈيى ياكى باشقا دورىلار بىلەن هۆل قىلىپ، بايان قىلىنغان دورىلارغا مىلەپ بۇرۇنغا كىرگۈزگەي.

ناسور بۇرۇن يوللىرىدىن ئۆتۈپ ئىچكىرىده بولسا، كېسىدىغان ئەسۋاب يەتمىسە، يىپەك ياكى ئاتنىڭ قىلىدىن هەرە تەييارلاپ كەسكەي. بۇ مۇنداق ياسىلار: قىلنى ئېلىپ كۆپ تۇگۈنچە تۇگۈپ، تۇگۈچىلەر چىشنىڭ ئورنىدا بولۇر، قوغۇشۇندىن بىر دانە يىڭنە ياساپ، بۇ قىلنى يىڭنىگە ئۆتكۈزۈپ، يىڭنىنى ئېگىپ، بۇرۇن يولىدىن كىرگۈزۈپ، تاڭلاي تۆشۈكى ئارقىلىق ئېغىز بوشلۇقىدىن تارتىپ چىقىرىۋېلىپ، قىلنىڭ ئىككى ئۇچىنى ئالدى ۋە ئارقا تەرەپكە تەكرار - تەكرار تارتقاي. بۇنىڭ بىلەن ئۆسكەن گۆش كېسىلىپ، بۇرۇن يولى ئېچىلۇر، ئاندىن كېيىن چۈشكۈرسە، كېسىلگەن گۆش بۇنىڭ بىلەن سىرتقا چىقار، سىركە ۋە گۈلاب بىلەن بۇرۇننى يۇيۇپ، دورىنى پۈركىگەي، ئاندىن سۈرگە بېرىپ بەدەننى تازىلىغاي.

سەرتان (راك) نى هەرقانداق تەدبىر بىلەن تەۋرەتمىگەي ۋە دورا قىلمىغاي. دورا قىلسا شپا قىلماس، پەرهىز قىلىش، قان ئېلىش، بەدەننى سەۋدانىڭ ماددىسىدىن تازىلاشتىن باشقا ئىشقا مەشغۇل بولمىغاي. ئۆسكەن گۆشنى داۋالاشتا ئاۋۋال قان ئېلىپ ئاندىن كېيىن سۈرگە بېرىپ بەدەننى تازىلىغاي، ئاندىن سقىلغان تەييار ئاچچىق ئاناردىن تەييارلانغان شيافنى ئۇنىڭ سۈيى بىلەن قوشۇپ بۇرۇنغا كىرگۈزگەي، شيافلار نۇسخىسى بۇ بابنىڭ بېشىدا بايان قىلىندى.

ئەگەر بۇ شيافلارنى ئۇچ خىل ئاناردىن تەييارلىسا ياخشى بولۇر. بىرىنچىسى، ئاچچىق ئانار؛ ئىككىنچىسى، تاتلىق ئانار؛ ئۇچىنچىسى تولۇق پىشمىغان ئاناردۇر.

ئەگەر ئۆسكەن گۆش قاتتىق بولسا ئاچچىق ئانارنى كۆپ ئىشلەتكەي، ئازراق سېرىق زەمچە، زەنگار، نۆشۈدۈرلەرنى بۇ شىيافلارغا كۆپرەك قوشقاي، بەزىدە بۇ شىيافلاردىن زېرىكسە، بۇ شىيافلارنى ئېلىۋېتىپ، ئانار سۈيىنى بۇرۇنغا سۈركىگەي.

يەنە بىر دورا نۇسخىسى ئاچچىق تاش، مۇرمەككىدىن بىر ھەسسىدىن، سېرىق زەمچە، موزىدىن يېرىم ھەسسىدىن ئېلىپ، ھەممىسىنى سوقۇپ بۇرۇنغا پۈركىگەي.

بۇرۇن يارىلىرىنىڭ ئىلاجىدا بايان قىلىنغان دورىلار بۇ كېسەللىككە ماس كېلىۋۇر، ئەگەر دورىنىڭ قۇۋۋەتلىكىنى ئىشلەتسە، نەچچە كۈندە ئاسايىشلىق بېرۇر.

ساپ موم يېغى، گۈل يېغى ۋە ھەسەلدىن ياسالغانىنى ھەر ۋاقىت ئىشلەتسە ئاسايىشلىق بېرەر، يەنە تۆۋەندىكى دورىلارنى ئىشلەتسە ساقىيار: ھۆل خەرنۇپ نەبتىنى سوقۇپ، بىر پارچە يۇڭغا ئوراپ ئۇنى نەمدەپ بۇرۇندىكى گۆش ئۆسكەن جايغا كىرگۈزسە، ئۇنگەن گۆشنى قۇرۇتۇپ چۈشۈرەر.

ئەگەر يېشىل زاكىنى ئېزىپ، سۈرمىگە ئوخشاش قىلىپ، ئەتىگەن ۋە ئاخشىمى بۇرۇنغا پۈركسە، ئۇنى قۇرۇتار ۋە ناسورنى چىقىرىپ تاشلار.

بەشىنچى باب بۇرۇن قاناش توغرىسىدا

بۇرۇن قاناش ئۈچ خىل بولۇر، بىرىنچى خىلى، نەچچە تامچە قان كېلىپ ئۆزى توختاپ قالۇر؛ ئىككىنچى خىلى، بۇرۇن پات ـ پات، ئاز ـ ئاز قاناپ ئۇزاق داۋاملىشىپ، كېچىكىپ توختار؛ ئۈچىنچى خىلى، قان بىراقلا كۆپ كېلەر. بىراقلا كۆپ كېلىشنىڭ سەۋەبى تۆت خىل بولۇر.

بىرىنچىسى، مېڭە ئىچى ۋە شىريان (قىلدام) تومۇرلىرىدىكى قان ئىسسىپ، قاينىاپ، قاتتىق باش ئاغرىقىنى پەيدا قىلۇر، بۇنىڭ بىلەن شىريان تومۇرلارنىڭ ئاغزى ئېچىلۇر؛ ئىككىنچىسى، قان شىريان تومۇردىن كەلسە ئىلاجنى كەم قوبۇل قىلۇر؛ ئۈچىنچىسى، ئىسسىقلىق، ئاغرىقنىڭ بوھرانى بولغاندا پەيدا بولۇر؛ تۆتىنچىسى، باشتا بىرەر كېسەللىك پەيدا بولۇر.

پات ـ پات، ئاز ـ ئاز كېلىشنىڭ سەۋەبى شۇكى، ئىسسىق تەبىئەتلىك بۇخارات مېڭىگە ئۆرلىگەنلىكتىن بولۇر. تومۇرلارنى قىزىتار، شۇ سەۋەبتىن تومۇرلارنىڭ ئاغزى ئېچىلار، گاھىدا

بۇرۇندىن بۇنداق قان كېلىش بەدەنگە راھەت ئېلىپ كېلۇر ۋە پايدا قىلۇر. گاھىدا ئاغرىنقا ۋە كېسەللىككە سەۋەب بولۇر، ئۇ سالامەتلىككە سەۋەب بولسا يېنىكلەر ۋە راھەتلەندۇرەر، كۆزى نۇرلىنار، كۆزى ۋە يۈزىنىڭ رەڭگى ئەسلىگە كېلۇر، بۇ خىل قاناش مىزاجى ئىسسىق، ئىسسىق مىزاج كىشىلەرگە، جىگىرى ئىسسىق، زاتىلجەنبە، زاتىررىيە (ئۆپكە ياللۇغى) كېسەللىكىگە گىرىپتار بولغان كىشىلەرگە، يەنى زاتىلجەنبىگە بەكرەك پايدا قىلۇر. ئاندىن قالسا، زاتىررىيە بولغان ئاغرىقلارنىڭ قاتاردا ئابىلە (سۇلۇق قاپارتما)، ھەسەبە (يەلتاشما) بولغان كىشىلەرگە پايدا قىلۇر. ئۇلارنىڭ بوھرانغا پايدا قىلۇر، بۇرۇننىڭ بۇ خىل قانىشى زىيان قىلسا، بەدەندە ئاجىزلىق پەيدا قىلۇر. يۈزىنىڭ رەڭگى سېرىق ۋە تۇتۇق بولۇر، ئورۇقلار، قول - پۇتى سوغۇق بولۇر، ئەگەر قاناش توختىسمۇ ياخشى ئەمەس، جىگىرنىڭ ئاجىزلىقىدىن ۋە سۇلۇق ئىششقتىن ساقلىنالماس.

بۇرۇن تومۇرلىرى بىلەن مېڭىنىڭ شېرىيان تومۇرىدىن كېلىدىغان قانىنىڭ پەرقى شۇكى، شېرىيان تومۇرنىڭ قېنى سۇيۇق، قىزىل ۋە ئىسسىق بولۇر، بەزىدە كېچىكىپ كېلۇر، مەلۇم ۋاقىت توختاپ يەنە كېلۇر، بۇرۇننىڭ قانىشىغا بوھران ۋە قان تومۇرلىرىنىڭ تولۇپ قېلىشى سەۋەب بولسا، قاناشنى تېزدىن توختاتمىغاي. قان ئۆزى توختىغىچە توختاتمىغاي، ئەگەر ھەددىدىن ئارتۇق كېلىپ قۇۋۇتى كېمىيىپ كەتسە، توختىتىشنىڭ تەدبىرىنى قىلغاي، بۇنىڭدا قان ئېلىش ئىلاجى ياخشى ھېسابلىنار، لېكىن تومۇرنى كېچىك يارغاي، قانىنى ئازراق چىقىرىپ، مادداىنى ئاشۇ تەرەپكە مايىل قىلغاي. بەزى دورىلار قانىنى توختىتار، بۇ دورىلارنىڭ بەزىسى قورىغۇچى، بەزىلىرى سوۋۇتقۇچى، بەزىلىرى قويۇلدۇرغۇچى، بەزىلىرى سېسىتقۇچى، بەزىلىرى يېپىشتۇرغۇچى، بەزىلىرى ئۆتكۈر، بەزىلىرى داغلىغۇچى بولۇر، بەزىسى خاسىيىتى بىلەن قان توختىتار، يەنە بەزى دورىلاردا يۇقىرىقى خۇسۇسىيەتلەرنىڭ ئىككى ياكى ئۈچىسى تېپىلار.

قورىغۇچى دورىلار تېكە ساقلى ئۆسۈملۈكى سۈيى، ئاقاقيا، ئانارگۈلى، قىزىلگۈل، يېسسىمۇق، موزا، ئامۇت يوپۇرمىقى سۈيى، بېھى يوپۇرمىقى، ئەسەرائى ئۆسۈملۈكى قاتارلىقلارغا ئوخشاش دورىلاردۇر.

سوۋۇتقۇچى دورىلار ئەپيۇن، كافۇر، كەندىر ئۇرۇقى، قارا سۇنا ئۇرۇقى، سۆگەت يوپۇرمىقى سۈيى، خورما چېچىكى سۈيى، يۇمغاقسۇت سۈيى، پاقىيوپۇرمىقى ۋە قاقۇللى ئۆسۈملۈكىگە ئوخشاش دورىلاردۇر.

يەنە يېپىشتۇرغۇچى دورىلار تۆگمەن توزۇندىسى، كەندىر يوپۇرمىقىغا ئوخشاش دورىلاردۇر.

داغلىغۇچى دورىلار سېرىق زاك، زاكىنىك باشقا تۈرلىرىگە ئوخشاش دورىلاردۇر.

خاسىيىتى بىلەن قان توختىتىدىغان دورىلار ئېشەك تېزىكى، ياۋا رەيھان سۇيى ۋە پىننىگە ئوخشاش دورىلاردۇر.

داغلىغۇچى دورىلارنى ئازراق ۋە ئېھتىيات بىلەن ئىشلەتكەي، چۈنكى ئۇ، يارىنىڭ ئۇچىنى كۆيدۈرۈپ ۋە داغلاپ يىرىڭلىتار. چۈنكى يىرىڭلسا بۇرۇنقىدىن كۆپرەك قان كېلىش خەۋپى بولۇر ھەمدە يىرىڭلسا تومۇر ئېغىزى كېڭىيەر.

قانىنى توختىتىدىغان دورا نۇسخىسى خورما چېچىكىنىڭ سۇيى، ئاقاقىيانىڭ ھەربىرىدىن ئىككى گىرامدىن، كافۇرنى بىر تال بۇغداي چوڭلۇقىدا ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ بۇرۇنغا تېمىتقاي.

كافۇرنى تېكە ساقىلى ئۆسۈملۈكىنىڭ سۇيى، يۇمغاقسۇت سۇيى، تەرخەمەك سۇيى، تاغ رەيھىنىنىڭ سىقىپ چىقىرىلغان سۇيى، پاقىيوپۇرمىقى سۇيى بىلەن ياكى گىل مەختۇم ۋە ئەسرائى ئۆسۈملۈكى سۇيى بىلەن ياكى ئېشەكىنىڭ ھۆل تېزىكىنىڭ سۇيى بىلەن ئېرىتىپ بۇرۇنغا تېمىتسا كۆپ پايدىلىقتۇر ۋە سىناقتىن ئۆتكەندۇر.

ئەگەر داغلىغۇچى ۋە قابىز قىلىدىغان دورىلارغا ئېھتىياجى بولسا، زەنگارنى سىركە بىلەن، ئەپيۇننى سۇ بىلەن ئېزىپ ئاز - ئازدىن تېمىتقاي.

سېسىتقۇچى دورىلارغا ئېھتىياجلىق بولسا، ئەپيۇننى سۇدا ئېزىپ تېمىتقاي، لېكىن بەك قاتتىق بولمىغاي، ھەرقانداق ئەھۋالدا سوغۇق سۇنى بېشىغا قويۇش ياخشى مەنپەئەت قىلۇر.

يەنە بىر دورا نۇسخىسى دەرۋىش تونى، زاكىتىن پىلىتە تەييارلاپ بۇرۇنغا كىرگۈزگەي.

يەنە بىر دورا نۇسخىسى ئاقاقىيا، سېرىق زاك، توشقان تۇكى، كۈندۇر تالقىنى، ئېشەكىنىڭ ھۆل ياكى قۇرۇق تېزىكىنى كۈدە سۇيى بىلەن يۇغۇرۇپ، پىلىتە قىلىپ بۇرۇنغا كىرگۈزگەي.

يەنە بىر دورا نۇسخىسى قەلقاتار، زاك، ئازراق زەنگار ۋە ئۆمۈچۈك تورىنى پىلىتە ياساپ بۇرۇنغا كىرگۈزگەي، يېڭى ساپال توزۇندىسى، تۆگمەن توزۇندىسى، كەندىر يوپۇرمىقى ئۇستىدىكى توپا، قەغەزلەرنىڭ كۈيۈندىسى ھەممىسىنى ئوخشاش مىقداردا ئېلىپ، بۇرۇنغا نەيچە

بىلەن كىرگۈزگەي ۋە پۈركىگەي ھەمدە بۇرۇننىڭ ئىچكىرىسىگە يەتكۈزگەي، بۇ قانىنى توختىتار، دورا پۈركىگەندە بۇرۇننى بىر سائەت ياخشى تۇتۇپ تۇرغاي، گېلىغا چۈشكەننى تۆكۈرۈۋەتكەي.

يەنە بىر دورا نۇسخىسى زاك، كۆيدۈرۈلگەن قەغەز، كەندىر توپىسى، تاغ رەيھانى سۇيى بىلەن پىلتە قىلىپ ئىشلەتكەي.

سۈركەيدىغان دورا نۇسخىسى سۆگەت يوپۇرمىقىنىڭ سۇيى، ئامۇت يوپۇرمىقىنىڭ سۇيى، بېھى يوپۇرمىقىنىڭ سۇيى، قىزىل چۈغلۇق سۇيى تەييارلاپ، ئامۇت يوپۇرمىقىنى سوقۇپ، گۈلابقا ئارىلاشتۇرۇپ سوۋۇتۇپ، پېشانىسىگە سۈركىگەي، كەتان[1] پارچىسىنى يۇقىرىدا ئېيتىلغان سۇلار بىلەن ھۆل قىلىپ، بېشىغا ۋە پېشانىسىگە چاپقاي.

يەنە بىر سۈركەيدىغان دورا نۇسخىسى ئارپا ئۇنى، ئاق لەيلى، گۈل ئەرمىنى، ئاقاقىيا، تېكە ساقىلى ئۆسۈملۈكىنىڭ سۇيى، ئانارگۈلى، سەندەل، ئازراق كافۇر، ئازراق ئەپيۇن، ھەممىسىنى سىركە بىلەن يۇغۇرۇپ، پېشانىسىگە ۋە بېشىغا سۈركىگەي، ئەگەر سوقىقان گەجنى سىركە بىلەن ئېزىپ، پېشانىسى ۋە بېشىغا سۈركىسە ياخشى بولۇر، تۇگمەن تېشىنى قىزىتىپ ئۇنىڭغا سىركە تېمىتىپ، بىمارنىڭ بېشىغا ۋە بۇرنىغا تۇتسا پايدا قىلۇر، قىيفال تومۇردىن قان ئېلىشمۇ ياخشى ئىلاجدۇر.

لېكىن بۇرنى پات - پات ئاز قانايدىغان كىشىدىن ئاز - ئازدىن قان ئالغاي، بىراقلا ۋە كۆپ ئالمىغاي. بەزىدە كۆكۈل ئېلىشىش كېلىپ چىقسا، قان ئېلىشنى دەرھال توختاتقاي، تېۋىپ بۇ ئىلاجلارنى بىلگەنلىرىگە ئاساسەن ھۆكۈم قىلىدۇ، بىمارنىڭ قۇۋۋىتى يوقىلىشتىن ئىلگىرى قىلغاي، قان ئالدىغان بىمارنىڭ قېنى كۆپ بولغاي، باشنىڭ دوققىسىغا ھىجامەت قويسا، پايدا قىلۇر. قانىنى كۆپ ئاقتۇرمىغاي، چۈنكى بۇنىڭدىكى مەقسەت قانىنى تارتىشتىن ئىبارەتتۇر، قان ئالغاندىن كېيىن ئېھتىياج بولسا، ھىجامەت قويسا مەنپەئەت قىلۇر. ئەگەر قان ئوڭ بۇرۇن تۆشۈكىدىن كەلسە تالغا قويغاي، ئەگەر ھەر ئىككىسىدىن كەلسە، ئىككىلا تەرەپكە قويغاي، قول - پۇتىنى تېڭىشمۇ پايدا قىلۇر.

ئۇرۇقدانىنى تاڭسىمۇ ياخشى بولۇر، يەنە قۇلاقنى، ئەمچەكنى تاڭغاي، سوغۇق سۇدا قانچىلىك ئولتۇرالسا شۇنچىلىك ئولتۇرغاي، سوغۇق سۇنى ئېغىزىغا ئېلىشمۇ ياخشى ئىلاج ھېسابلىنار، ئەگەر سوغۇق سۇ بولمىسا قار ۋە مۇز بىلەن سوۋۇتقاي.

---

① كەتان — چىگە رەخت.

ئۇ كىشىنىڭ قېنىنىڭ ئىسسىقلىقى، سۈيۇقلۇقى، قان هارارىتىنىڭ يۇقىرى بولۇشى قاتارلىقلار سەۋەب بولسا، بۇ تەدبىرلەرنى قىلغاندىن كېيىن قانىنى قويۇلدۇرۇش، هارارەتنى پەسەيتىشنىڭ تەدبىرىنى قىلغاي.

چىلان شەربىتى، كۆكنار شەربىتى، غىزاسىغا ۋە پەرهىز ئېشىغا يېسىمۇق بىلەن غورا سۈيى، سۇماق سۈيى، چالا پىشۇرۇلغان تۇخۇم سالغاي، هۆل ئوغۇز ۋە توخۇنىڭ مېڭىسى ياخشى غىزا هېسابلىنار.

قان كېلىش زەخىم سەۋەبىدىن بولسا، تاڭلاينىڭ ساق ياكى ئەمەسلىكىگە دىققەت قىلغاي، ئاشقازان تۆۋەن بولمغاي، ئەگەر ئاشقازان تۆۋەن بولسا، ئاشقازانغا يەل تولۇر، تومۇرى ئاجىز بولۇر، كۆڭلى ئېلىشار، ئەگەر ئاشقازان تۆۋەن بولسا، قەي قىلىش تەدبىرىنى قىلغاي. ئەگەر قان ئاشقازاندىن تۆۋەنگە چۈشسە، هۆقنە قىلىپ، تېز سىرتقا چىقارغاي. ئاشقازاندا ياكى ئۇچەيدە قالمغاي. بىلىش كېرەككى، گاهى مېڭە كېسەللىكلىرىدە بۇرۇندىن قان كەلتۈرۈشنىڭ تەدبىرىنى قىلغاي، بۇرۇنقى تېۋىپلار بۇ ئىشقا دورىلار بىلەن ئامال قىلغان ئىكەن، شۇ سەۋەب بىلەن بىمارلار شىپا تاپقان ئىكەن.

بۇنىڭ ئۈچۈن قىلىنغان شىيافلار نۇسخىسى كۈندۈش، قۇرۇق ئۈزۈم، پەرپىيۇن هەممىسىنى سوقۇپ، كالا ئۆتىدە يۇغۇرۇپ شىياق قىلغاي.

ئالتىنچى باب بۇرۇن سۆڭىكى سۇنۇش ۋە ئېزىلىش توغرىسىدا

بۇنىڭ ئىلاجى سۇنۇقنى تېڭىشنىڭ ئىلاجىدا بايان قىلىندۇ. ئۇ، مەخسۇس بۇرۇننىڭ ئىلاجى هېسابلىنار، يەنى بۇنىڭ ئۈچۈن بۇرۇنغا پاختا تىققاي ياكى بۇرۇننى تۈز، قىرلىق قىلغۇدەك (ئەسلىي شەكىلدىكىدەك) نەرسىنى ئىچىدىن تىققاي، پاختىنى ئېلىۋەتكەندىن كېيىن بۇرۇننى سىلىقلىق بىلەن ئورنىغا كەلتۈرگەي ياكى تۆۋەندىكى دورىنى سىرتىدىن سۈركىگەي.

سۈركەيدىغان دورا نۇسخىسى سەبرە، ماش، مۇرمەككى، زەپەرىنىڭ هەر بىرىدىن ئۈچ گىرامدىن ئېلىپ، گىل ئەرمىنى، ئاق لەيلى، لادەن، يۇلغۇن مېۋىسى سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ سۈركىگەي.

يەتتىنچى باب بۇرۇندا تۇرۇپ قالغان نەرسىلەرنى چىقىرىش توغرىسىدا

بۇ، چۈشكۈرتىدىغان دورىلارنىڭ بايانىدا سۆزلىنىدۇ، شۇلارنى بۇرۇنغا پۈركەپ، بۇرۇندا تۇرۇپ قالغان نەرسىلەرنى چىقارغاي. بۇ خىل ئەھۋال كۆرۈلگەندە ئېغىز بىلەن نەپەس ئالغاي، يەنى قاتتىق چۈشكۈرسە، چۈشكۈرۈشنىڭ كۈچى بىلەن ئۇ نەرسىلەر سىرتقا چىقىپ كېتەر.

سەككىزىنچى باب بۇرۇن قىچىشىش توغرىسىدا

بۇرۇن قىچىشىشنىڭ سەۋەبى ئىسسىق ۋە ئۆتكۈر بۇخارات باش ۋە مېڭە تەرەپكە ئۆرلىگەنلىكتىن ياكى دائىمي نەزلىنىڭ باشلىنىشىدۇر ياكى بۇرۇندىن قان كېلىشنىڭ باشلىنىشىدۇر. ئابىلە (سۇلۇق قاپارتما) ياكى يەلتاشمىنىڭ ئالامتى بولۇر.

داۋالاش

كېسەللىك بۇخارات ئۆرلىگەن سەۋەبتىن بولسا، بەدەننى ۋە ئاشقازاننى ماددىدىن تەنقىيە قىلغاي، خۇشبۇي نەرسىلەرنى پۈرتىپ، ئاشقازان، بۇرۇنغا قۇۋۋەت بەرگەي.

سەندەل، گۈلاب، كافۇرغا ئوخشاش نەرسىلەرنى پۈرىغاي.

سىركە، گۈلاب، گۈل يېغى، سۇفۇپ، كەشنىز ياكى ئىترىفىل كەشنىز بىلەن بۇخاراتنىڭ مېڭىگە ئۆرلىشىنى توختاتقاي. بىمارنى مۆتىدىل تائاملارنى يېيىشكە بۇيرىغاي.

ئەگەر بۇرۇننىڭ قىچىشىشى بۇرۇندىن قان كېلىشنىڭ باشلىنىشى بولسا، قېيىفال تومۇردىن قان ئالغاي، بۇرۇن قاناشنىڭ ئىلاجىدا بۇيرىغان تائاملارنى بەرگەي، دائىمي نەزلىنىڭ باشلىنىشى بولسا، ئۇنىڭ ئىلاجىنى قىلىشقا مەشغۇل بولغاي.

ئەگەر ئابىلە، يەلتاشمىنىڭ باشلىنىشى بولسا، يەلتاشمىنىڭ ئىلاجى بىلەن قىزىتمىنىڭ ئىلاجىدا بايان قىلىندى، شۇ بويىچە ئىلاج قىلىش مەنپەئەت قىلۇر.

توققۇزىنچى باب كۆپ چۈشكۈرۈش توغرىسىدا

چۈشكۈرۈش سىرتقى ھاۋانىڭ بۇرۇن يولىدىن كۆپلەپ سۈمۈرۈلۈشى نەتىجىسىدە بارلىققا كەلگەن مېڭە ھەرىكىتى بولۇپ، خۇددى يۆتەل ئۆپكىدىكى ماددىنى چىقارغانغا ئوخشاش چۈشكۈرۈش مېڭىدىكى ئۆتكۈر خىلتنى چىقرار.

ئەبۇ ئەلى ئىبن سىنا مۇنداق پەرەز قىلىدۇ:

چۈشكۈرۈش مېڭىدە يامان خىلت پەيدا بولۇپ، مېڭىنىڭ ھاۋانىڭ يارىدىمىدە ئۇنى ھەيدەپ چىقىرىش زۆرۈرىيىتى كۆرۈلگەندە پەيدا بولۇر دەپ پەرەز قىلغان، ئەمەلىيەتتە ئۇنداق ئەمەستۇر. بەلكى چۈشكۈرۈش شۇنداق بولۇركى، كۆكرەكىكە سىرتقى ھاۋا توشۇر، بۇ ھاۋا مېڭىدىكى ھاۋاغا تۇتىشار، كۆكرەك مۇسكۇللىرىنىڭ قىسقىرىشى ھاۋانىڭ پەردىلەرنى تەۋرىتىشى بىلەن مېڭىدىكى يامان خىلت ئورنىدىن قوزغىلىپ چىقار.

ھىندىلار مۇنداق ئېيتقان ئىكەن:

چۈشكۈرگەن ۋاقتىدا باشنى كۆكرەك تەرەپكە تۇز تۇتقاي، بوينىنى مۇۋاپىق بېسىم بىلەن تېڭىپ قويغاي، يۈزىنى بىر تەرەپكە قىلمغاي، شۇنداق قىلسا چۈشكۈرگىلى بولۇر، تومۇر ياكى مۇسكۇل تارتىشسا ياكى ئالمىشىپ قالسا، بۇلاردىن يامان ئەھۋاللار كېلىپ چىقار.

چۈشكۈرۈشنىڭ كۆپلۈكى بەش خىل كىشىگە زىيان قىلۇر.

بىرىنچىسى، زۇكامنىڭ باشلىنىشىدا زىيان قىلۇر، چۈنكى دائىمىي نەزلە تىنچ تۇرغاندا ئاندىن پىشار، چۈشكۈرگەندە بولسا تىنچ تۇرۇشقا مۇمكىن بولماس، شۇ سەۋەبتىن خام ماددا قالۇر، چۈشكۈرۈك ئۇزاققا تارتىپ تەقەززالقتىن كېيىن كېلۇر. ئىككىنچىسى، چۈشكۈرۈش قىزىتمىنىڭ باشلىنىشىدا زىيان قىلۇر، چۈنكى ئۇ قۇۋۋەتنى بىر تەرەپ قىلۇر، مېڭىنى توشقۇزۇۋېتەر. ئۈچىنچىسى، ئادەمنىڭ مېڭىسى ھەرىكەت سەۋەبىدىن قىزىغان ۋاقتىتا ماددىنى ئۆزىگە تارتۇر، مۇشۇنداق ۋاقتىتا چۈشكۈرۈش زىيان قىلۇر، چۈنكى چۈشكۈرۈش مېڭىنى ھەرىكەتلەندۈرەر، ئىسسىتار، ماددىنى ئۆزىگە تارتار. تۆتىنچىسى، چۈشكۈرۈش كۆكرەكتە ماددا كۆپ كىشىلەرگە زىيان قىلۇر. بەشىنچىسى، چۈشكۈرۈش بۇرنى قانايدىغان كىشىلەرگە زىيان قىلۇر، چۈشكۈرۈش بۇرۇننىڭ تومۇرلىرىنى ئېچىپ، قان كەلتۈرەر.

چۈشكۈرۈش ئۇچ خىل كىشىگە پايدا قىلۇر.

بىرىنچىسى، بېشىدا ئازراق بۇخارات، يەل ۋە بۇزۇلغان ماددا بار كىشىلەرگە پايدا قىلۇر، باش ئاغرىشنى پەسەيتەر. ئىككىنچىسى، مېڭىدە پىشقان ماددا بولسىمۇ ئەگەر قويۇق ۋە كۆپ بولسا ياكى پىشماقچى بولسا، چۈشكۈرۈش مېڭە قۇۋۇتىنىڭ بېشارىتى ھېسابلىنار. بۇ سەۋەبتىن ئۆلۈمى يېقىنلاشقان ئادەم چۈشكۈرەلمەس، شۇڭا دورا بىلەنمۇ چۈشكۈرەلمىگەن بىمارنىڭ ساقىيىشىدىن ئۈمىد ئۈزگەي. ئۈچىنچىسى، ئايال كىشىلەرگە تۇغۇت ۋاقتىدا پايدا قىلۇر، چۈشكۈرۈش بالا ۋە بالا ھەمراھىنى سىرتقا چىقىرىشقا ياردەم بېرەر.

داۋالاش

ھەرقاچان چۈشكۈرۈشنى توختىتىشنى خالىسا، خۇشبۇي گۈل يېغى ۋە سۆگەت يېغىنى بۇرۇنغا تېمتىسا چۈشكۈرۈشنى توختىتار، ئىسسىق ئاتىلا ئىچىش، ئىسسىق سۇنى بېشىغا قۇيۇش، بېلىق يېغىنى قۇلاققا تېمتىتىش، ئۇچسىغا قىزىل تەكىي (ياستۇق) قويۇش، ئالما، ئىسپەنجى پۇراش چۈشكۈرۈشنى توختىتار.

پىكىر قىلىش، ئىشلارغا مەشغۇل بولۇش، سەۋر قىلىش پايدا قىلۇر.

كۆز ۋە قۇلاقنى، پۇت ۋە قولنى، كېكىردەكنى ئۇۋۇلاش، ئېغىزنى چوڭ ئېچىش، مۇسكۇللارنى تېڭىش، بولۇپمۇ قۇلاقنىڭ تۈۋىدىكى مۇسكۇللارنى تېڭىش، بىر نەرسىگە دىققەت بىلەن قاراش، كۆرپىدە ئۆرۈلۈش چۈشكۈرۈشنى توختىتار.

چاڭ - توزان ۋە تۈتۈن بەك زىيان قىلۇر، قوينىڭ يۇرىكىنى ئوتتا كاۋاپ قىلىپ، ئۇنىڭ تامغان سۈيىنى كىچىك بالىنىڭ بۇرنىغا تېمتىسا چۈشكۈرۈشنى توختىتار.

ئەگەر چۈشكۈرۈشكە ئېھتىياجلىق بولسا، كۈندۇش، ئاق خەربەق، قارىمۇچ، قۇندۇز قەھرى ۋە قىچا ئۇرۇقىنى بىرلىكتە ياكى يالغۇز يۇمشاق سوقۇپ، تاسقاپ، توخۇنىڭ پېيىگە مىلەپ بۇرۇنغا كىرگۈزسە چۈشكۈرتەر.

ئاقىرقەرھا، ياۋا سۇزاپ، سەبرىمۇ چۈشكۈرتەر، ئىسسىق مىزاجلىق كىشىلەر ئەڭ ياخشىسى بۇ دورىلارنى پۇرىمغاي ھەم بۇرنىغا تېمتىمغاي. ئەپيۇن، زىراۋەندە ۋە گۈلمۇ چۈشكۈرتەر.

ئونىنچى باب زۇكام توغرىسىدا

زۇكامداش نەزلە سۈيۇقلۇقىنىڭ بۇرۇن ۋە گالدىن ئېقىشىنى كۆرسىتەر، بۇلارنىڭ بىر - بىرى بىلەن ئورتاقلىقى باردۇر، چۈنكى ھەر ئىككىسىدە ماددا مېڭىدىن چۈشەر. لېكىن بەزى

تېۋىپلار ئۇ بۇرۇنغا چۈشۈپ، بۇرۇننىڭ يولىنى توسىدىغان، پۇراش سېزىمىنى يوقىتىدىغىنىنى زۇكام دەپ ئاتار.

گال ۋە كۆكرەككە چۈشكىنىنى نەزلە دەر، نەزلە مېڭىگە نىسبەتەن ئېيتقاندا، ئاشقازاندىكى زەرەب كېسەللىكلىرى (ئاشقازان مەنبەلىك ئىچ سۇرۇش) گە ئوخشاشتۇر، زەرەب كېسەللىكى يەللىك ئىچ سۇرۇش بولۇپ، ئۇنىڭ سەۋەبىدىن تاماق سىڭمەس. بۇ شۇنداق بولىدۇكى، ھەرقانداق تاماق يېسە ئاشقازاندا ئۇزۇن تۇرۇۋېلىپ ئوبدان ھەزىم بولماس، شۇ سەۋەبتىن ئاشقازانغا ھۆللۈك يىغىلۇر، ھەرقانداق تاماق ئۇنىڭ بىلەن ئۇچراشسا سېسىر، تاماق ھەزىم بولماس، ئىتتىرىپ چىقارغۇچى قۇۋۋەت، ئۇنى ئۇچەيلەرگە ھەزىم بولمىغان ھالەتتە ھەيدەر، شۇنىڭغا ئوخشاش مېڭىگە ھۆللۈك كۆپ ئۆرلىسە، مېڭە ئۇنى سىڭدۈرەلمەي، مېڭىنى ھەيدەپ چىقىرىش قۇۋۋىتى ھۆللۈكنى ئۆزىدىن تۆۋەن بولغان يوللار بىلەن ئەزالارغا چۈشۈرەر. شەك يوقكى، مېڭە ئاشقازان ۋە باشقا بارلىق ئەزالارنىڭ ئۇستىدىدۇر، بەدەندىكى ئەسلىي ھارارەت، ھۆللۈكلەرنى دائىم قوزغىتار ۋە پىشۇرار، ئۇ خىل پىشۇرۇش نەتىجىسىدە بۇخارات ۋە بۇس ئۆرلەر، بۇنىڭغا ھارارەت سەۋەب بولۇر، مېڭىگە چىققان ھور سۇغا ئايلىنىپ تۆۋەنگە چۈشەر، بۇ خۇددى ئەراق قازىنى بىلەن گۈل ئەرقى چىقارغانغا ئوخشار، يەنى گۈل ئەرقى ئوت كۈچى بىلەن يۇقىرى ئۆرلەپ، ئۇستىدىكى قازان بېشىغا ئۆرلەپ يىغىلۇر، مىقدارى كۆپەيگەندە بىراقلا تۆۋەنگە ئېقىپ چۈشەر.

نەزلە ماددىسىنىڭ بەزىسى ئىسسىق ۋە سۇيۇق بولۇر، بەزىسى سوغۇق ۋە قويۇق بولۇر، ئەمما سۇيۇقىنىڭ بەزىسى ئۆتكۈر، كۆيدۈرگۈچى، ئاچچىق بولۇر، بەزىسى چۈچۈمەل بولۇر.

قويۇق نەزلىنىڭ بەزىسى تۇزلۇق، بەزىسى خام، بەزىسى تەمسىز بولۇر. كېسەللىكلەرگە سەۋەب بولۇر، ھەرقانداق ئەزاغا چۈشسە، شۇ ئەزادا كېسەللىك پەيدا قىلۇر. ئەگەر كۆزگە چۈشسە كۆز ئاغرىقىنى، قۇلاققا چۈشسە، قۇلاق ئاغرىقىنى، بۇرۇنغا چۈشسە جاراھەت ۋە بۇرۇن ئاغرىقىنى، تاڭلايغا چۈشسە كېچىك تىل ئاغرىقىنى، يۇتقۇنچاققا چۈشسە خەنناق (بوغما) نى، ئاشقازانغا چۈشسە ئاشقازان كېسەللىكلىرىنى، يەنى ئاشقازان كېسەللىكى بولغان «ئىت ئىشتىھاسى» ۋە زەرەب (ئاشقازان مەنبەلىك ئىچ سۇرۇش) نى، كۆكرەك پەردىسىگە چۈشسە زاتىلجەنبىنى ۋە ئارقا ئۇششاق قوۋۇرغىلارغا چۈشسە ئىششقىنى پەيدا قىلۇر. ئۇچەيگە چۈشسە مېڭە مەنبەلىك ئىچ سۇرۇش (ئىسھال) نى پەيدا قىلۇر. ئەگەر مېڭىنىڭ قۇۋۋىتى داپئەسى ئاجىز بولسا ياكى چىقىرىش يوللىرى توسۇلغان بولسا، نەزلە سۇيۇقلۇقى مېڭە ۋە ئۇنىڭ كاۋاكلىرىدا قېپقالسا، كۆپ بولسا سەكتە پەيدا قىلۇر، ئەگەر ئازراق بولسا باش ئاغرىقى ۋە سەرئىنى، ئەگەر

مېڭىنىڭ تومۇرلىرىدا ئازراق بولسا باش ئاغرىقى ۋە شەقىقىنى، ئەگەر كۆپ ۋە كۆيگەن بولسا مالىخولىيانى كەلتۈرۈپ چىقرار. ئەگەر مېڭىنىڭ ئۆزىدە ياكى پەردىسىدە بولسا سەرسامنى پەيدا قىلۇر.

سوغۇق بولسا سۇبات ۋە مانىيا كېسەللىكىنى، ئەگەر سوغۇق بولۇپ مېڭە تومۇرلىرىدا بولسا باش قېيىش، كۆز قارائغۇلىشىشنى پەيدا قىلۇر.

نەزلىنىڭ سەۋەبلىرى ئىككى خىل بولۇر:

بىرى ئىچكى سەۋەبتىن بولىدۇ، يەنە بىرى تاشقى ئامىللار سەۋەبىدىن بولۇر.

ئىچكى سەۋەبتىن پەيدا بولغىنى يەنە ئىككى خىل بولۇر.

بىرىنچىسى، ھەر ۋاقىت ئىسسىقتىن مىزاج بۇزۇلسا، يەنى ھەرقاچان مېڭە ئىسسىق بولسا ھۆللۈكلەرنى ئۆزىگە تارتار، سىڭىش ۋە تارتىش سەۋەبىدىن مېڭىگە كۆپ ھۆللۈك يىغىلۇر. ئىككىنچىسى، ھەرقانداق ئەزادا مىزاج بۇزۇلۇش پەيدا بولسا، شۇ يەردە بىر ئاغرىق پەيدا بولۇر، شۇ سەۋەبتىن بۇ كۆپ ھۆللۈكنى سىڭدۈرۈش ۋە يۇمشىتىشقا ئاجىز كېلۇر، بۇ ئىككى خىل سەۋەبتىن زىيادە ھۆللۈك مېڭىدە كۆپ بولۇر ۋە ئىتتىرىش قۇۋۋىتى بۇ ھۆللۈكنى ھەيدەش سەۋەبىدىن زۇكام ۋە نەزلىنى پەيدا قىلۇر. ئىككىنچى سەۋەبى شۇكى، ھەرقاچان مېڭىنىڭ مىزاجى سوغۇق بولسا، ئۇنىڭدا ھەرقانداق ھۆللۈك پەيدا بولسا، قاينار ۋە بۇزۇلۇر.

ئەگەر ئىتتىرىش قۇۋۋىتى كۈچلۈك بولسا، ئۇنى بۇرۇنغا ياكى گالغا قۇيار، شۇنىڭدىن سوغۇق نەزلە ۋە زۇكام پەيدا بولۇر. ئەگەر ئىتتىرىش قۇۋۋىتى ئاجىز بولسا، سەكتە، سەرئى، سۇباتقا ئوخشاش بارلىق يامان كېسەللىكلەرنى پەيدا قىلۇر.

تاشقى ئامىللار سەۋەبى ئىككى خىل بولۇر، بىرىنچىسى، زىيادە ھاراەت مېڭىگە ئۆرلەر، ئۇنىڭدىكى ھۆللۈكلەرنى قوزغاپ، ھۆللۈك بۇرۇنغا، گالغا چۈشۈرەر. بۇ شۇنداق بولىدۇكى، ئاپتاپتا ياكى مۇنچىدا ياكى ئوتنىڭ ئەتراپىدا كۆپرەك تۇرغانلىقتىن بولۇر ياكى تومۇز پەسلىدە سىرتقى ھاۋا كىرمەيدىغان ئىسسىق ئۆيدە تۇرسا ياكى ئىپار، قۇندۇز قەھرىگە ئوخشاش ئىسسىق تەبىئەتلىك دورىلارنىڭ ھىدىنى پۇراشتىن ھۆللۈكلەر قوزغىلىپ، بۇرۇن ۋە گالغا چۈشەر. ئىككىنچى سەۋەب شۇكى، ئاچلىقتىن ۋە مۇنچىدىن چىققاندىن كېيىن ياكى قىزىغىچە ئەمگەك قىلغاندىن كېيىن، بۇرنى ئوچۇق، بېشى يالاڭباش بولسا ياكى مۇنچىدىن بېشىنى ياپماي سوغۇق ھاۋاغا چىقسا، مۇشۇ سەۋەبتىن بۇرۇننىڭ پۇراش ئەزالىرى توسۇلۇپ، باشتىكى كۆيگەن ھۆللۈكلەر بۇرۇنغا ۋە گالغا چۈشەر.

كۆپ ۋاقىتلاردا سىرتقى ۋە ئىچكى سەۋەبلەرنىڭ ئىككىسى تەڭ بىرلىشىپ كېلۇر، بۇنىڭ

بىلەن زۇكام ۋە نەزلە پەيدا بولۇر.

زۇكام ئىككى خىل سەۋەبتىن تەڭ بىرلىشىپ پەيدا بولۇشىدىن بولسا ئېغىرراق بولۇر، كۆپ قان ئېلىش تەننى زۇكام ۋە نەزلىگە تەييار قىلۇر. تېشى سوغۇق مىزاجلىق كىشىلەرگە قارىغاندا ئازراق بولۇر. ئىسسىق مىزاجلىق كىشىدە زۇكام ۋە نەزلە سوغۇق مىزاجلىق كىشىگە قارىغاندا ئازراق بولۇر. كىشىنىڭ مېڭىسىنىڭ ھۆللۈكى نورمالسىز بولسا، زۇكام ۋە نەزلە كۆپ پەيدا بولۇر. چۈنكى، مېڭە كۆپ ھۆللۈكىنى تارتالماس ۋە سىڭدۈرەلمەس، قىش كۈنى كۈندۈزى ئۇخلاش زۇكامنى كەلتۈرۈپ چىقرار، قىش كۈنى قوغۇننى كۆپ يېسە، زۇكامنى زىيادە قىلار. قىش ۋە يازدا ياغنى كۆپ ئىشلەتسە ۋە سۇركىسە زۇكامنى كەلتۈرۈپ چىقرار، بۇنداق قىلىش سوغۇقلۇقتىن پەيدا بولغان نەزلە قىزىتمىسىغا پايدا قىلۇر ۋە پىشۇرار. ھەر ۋاقىت جەنۇب تەرەپتىكى شامالدىن كېيىن شىمال تەرەپتىن شامال كەلسە، نەزلە كۆپ پەيدا بولۇر.

ئەگەر تومۇز ئايلىرى بەك ئىسسىق بولمىسا، كۈزلۈكى ھۆل يېغىن كۆپ بولۇر، قىشتا نەزلە كۆپ چۈشەر، جەنۇب تەرەپتىكى ھاۋادىن نەزلە كۆپ پەيدا بولۇر، چۈنكى جەنۇب تەرەپنىڭ ھاۋاسى مېڭىنى ئىسسىتىپ، ئىمتىلا پەيدا قىلۇر.

بۇقرات بىلەن جالىنۇس ئېيتىدۇركى، ھەركىمنىڭ بىر ئەزاسى ئاجىز بولسا، شۇنداقلا ئۇنىڭ باشقا ئەزالىرى سالامەت بولۇر، يەنى ھەر كىم بىر كېسەللىككە مۇپتىلا بولسا، باشقا كېسەللىكلەردىن خالىي بولۇر.

ئەبۇ ئەلى ئىبن سىنا ئېيتىدۇركى، چۈنكى نەزلە بولغان كىشىنىڭ خىلتىلىرى سۇيۇق بولۇر، تال ئاغرىقى بولغان كىشىنىڭ قويۇق ۋە سەۋدالىق بولۇر. زۇكام ئىسسىقلىقتىن پەيدا بولغان بولسا، بىمارنىڭ يۈز ۋە كۆزى قىزىل بولۇر، بۇرنىدىن ئىسسىق، ئۆتكۈر سېرىق سۇ ئاقار، بۇرۇن ۋە گالىنى كۆيدۈرەر، ئەگەر قىزىتما بولسا، باش ئاغرىقى ۋە زۇكام زىيادە بولۇر، چۈنكى قىزىتما مېڭىنى ئىسسىقراق قىلۇر، ئىسسىقتىن مېڭە ماددىلارنى ئۆزىگە تارتۇر، باش ئاغرىقى مېڭىنىڭ ناچارلىشىشىغا سەۋەب بولۇر.

ئۇ كىشى سوغۇق زۇكام بولسا، كۆزى ئۆزىنىڭ رەڭگىدە بولۇر، لېكىن كۆپرەك ئېغىرلىشار، نەزلە بۇرۇن ۋە يۇتقۇنچاقتا چۈشەر، ئۇ قېلىن ھەم ئاق بولۇر. ئەگەر قىزىتما بولسا، زۇكامدىن تېزرەك خالاس تاپار. چۈنكى قىزىتما نەزلىنىڭ ماددىسىنى پىشۇرار، ھەر ئىككىسىدىلا ئاۋاز تۇتۇلار، دىمىغدا سۆزلەر، پۇراش سېزىمى يوقىلۇر، زۇكام ئۇزۇنغا سوزۇلسا، نەزلە كۆكرەككە چۈشۈپ، يۆتەلنى پەيدا قىلۇر.

نەزلە كۆكرەككە چۈشكەنلىكىنىڭ ئالامىتى شۇكى، يۇتقۇنچاقتا يېرىكلىك، يۆتەل پەيدا بولۇر.

داۋالاش

بۇنىڭ ئەسلىي داۋاسى ماددىنى پىشۇرۇشتىن ئىبارەتتۇر، ماددىنىڭ پىشىشى ئۇنىڭ قىيامىنىڭ نورماللىشىشىدۇر، يەنى ئىسسىق ۋە سۇيۇق بولسا، قويۇقلىشىپ، مۆتىدىللىشەر. ئۇ قويۇق بولسا، سۇيۇلۇپ مۆتىدىللىشەر. ئەمما ئىسسىق ۋە سۇيۇق زۇكامنىڭ ماددىسىنى پىشۇرۇشغا كاشكاپ بەرگەي.

كاشكاپنى چىلان، سەرپىستان، كۆكنار ئۇرۇقىدا قاينىتىپ بەرگەي، يەنە خەشخاش شارابى بەرگەي.

ئەگەر ماددا كۆپ، قاتتىق ۋە ئىسسىق بولسا تېزدىن قان ئالغاي، ئۇ ماددا كۆپ، قاتتىق ۋە قويۇق، ئىسسىق بولمىسا، ئۇچ كۈندىن كېيىن تاكى ماددا پىشقىچە قان ئالغاي.

ئىسسىق ۋە سوغۇق زۇكامدا ئوڭدىسىغا يېتىشقا بولماس، چۈنكى بۇنداق قىلغاندا ماددا كۆكرەككە چۈشەر. بىمار تەكىينى پەس قويۇپ، يۈزىنى تۆۋەن قىلىپ ئۇخلىغاي، ماددىنى بۇرۇنغا مايىل قىلىپ، كۆكرەككە مايىل قىلمىغاي.

ئىسسىق زۇكامدا ئۇچ كۈنگىچە تائام ۋە شاراب ئىچمىگەي، ئىسسىتىلغان كاشكاپتىن باشقا زۇكام يوقالغۇچە گۆش، ياغ ۋە سۈت ئىچمىگەي، قاتتىق ئورۇندا ياتمىغاي، تائامغا ئاددىي تائاملارنى ئارپا، تاغ پۇرچقى سۈيى، بادام يېغى بىلەن، تاغ پۇرچقى ئۇنىنى تەرخەمەك مېغىزنىڭ شىرنىسى، خىيارشەنبەر، بادام مېغىزى، ئاقلانغان ماش ۋە بادام يېغى بىلەن ياكى مەسكە بىلەن بەرگەي.

زۇكامنىڭ دەسلىپىدە چۈشكۈرسە زىيان قىلۇر، ئەگەر چۈشكۈرگۈسى كەلسە توختاتقاي، بۇ ھەقتە ئۆتكەنكى بابتا بايان قىلىندى.

ئەگەر زۇكام ئىسسىق بولسا، باشنى يېپىپ ئىسسىق تۇتقاي. سوغۇق شامالدىن پەرھىز قىلغاي، ئەگەر ئۇسسۇزلۇق بولسا قار - مۇز بىلەن سوۋۇتقان سۇنى كۆپ ئىچمىگەي، ئاز ئۇخلىغاي، كۈندۈزى ئۇخلىمغاي، بولۇپمۇ تائام يېگەندىن كېيىن. زۇكامنىڭ باشلىنىشىدا ماددا سۇيۇق ۋە ئاز بولسا، مۇنچا پايدا قىلۇر، چۈنكى ماددا تەرلىگەندە تارقار، ئەگەر كۆپ بولسا زىيان قىلۇر، چۈنكى ئۇ سۇيۇق بولغاندا تارقار، قېپقالغىنى قويۇلار، زۇكامنىڭ ئاخىرىدا پايدا قىلۇر، ماددىنى پىشۇرار، پىششىق ماددا تېز ئېرەر ۋە يوقىلار. كۆپ زۇكام بولسا، ساق ۋاقتىدا مۇنچىدا تەرلەش پايدا قىلۇر، چۈنكى زۇكام ۋە نەزلىگە سەۋەب بولغان ھۆللۈكلەر ۋە بۇخارات تەرلىگەندە چىقىپ كېتەر. مۇشۇ سەۋەبتىن تەن ساق مەزگىلدە مۇنچىدا تەرلەش پايدا قىلۇر، چۈنكى ئۇ زۇكامنى توختىتار، لېكىن مۇنچىغا تائام يېمەي تۇرۇپ كىرمىگەي. بىمارنىڭ چېچىنى

پات ـ پات چۈشۈرۈش، بېشىنى قاشلاش، تاراش بۇرۇنلۇقنى يولنى ئاچۇر، نەزلە ماددىسىنى تارقىتار، نەزلىنى توختىتار. ئەگەر سۈرگە بېرىشكە ئېھتىياجلىق بولسا بىنەپشە، چىلان، سەرپىستان، ئاق لەيلى ئۈرۈكى يىلتىزى، خىيارشەنبەر، شىرخىست قاتارلىقلار بىلەن تەييارلاپ بەرگەي.

ئەگەر زۇكام ماددىسى يۇتقۇنچاققا چۈشسە، ئۇنى توختىتىشنىڭ ئىلاجى يېسىمۇق سۈيى ۋە ئانار سۈيىدە غار ـ غار قىلغاي. ئەگەر قويۇقراق دورىغا ئېھتىياجلىق بولسا، كۆكنار ئۈرۈكنى يېسىمۇق بىلەن قاينىتىپ، ئۇنىڭدا غار ـ غار قىلغاي.

يەنە بىر غار ـ غار نۇسخىسى چالا سوقۇلغان ھەبۇلئاس، قىزىلگۈل، ئانارگۈلى، كۆكنار، قۇرۇق يۇمغاقسۈت قاتارلىقلارنى گۈلاب بىلەن قاينىتىپ، سۈزۈتۇپ، شۇنىڭدا غار ـ غار قىلغاي.

كۆكنار شەربىتىنىڭ نۇسخىسى كۆكنار ئۈرۈكىدىن 360 گىرام ئېلىپ، ئۇنى 2880 گىرام سۇغا چىلاپ، بىر كېچە ـ كۈندۈز تۇرغۇزغاندىن كېيىن چالا سوقۇپ، سۈزىنىڭ يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، قول بىلەن ئېزىپ سۈركىگەي، 720 گىرام شېكەر سېلىپ قىيام قىلغاي. ئەگەر ماددا كۆپ بولسا، ئۆتكۈر ۋە ئىسسىق بولسا، ئازراق كۆكنار پوستىنى ئۈرۈك بىلەن قوشقاي، ئەگەر كۆكنار ئۈرۈكى تېپىلمىسا، يۇز تال كۆكنار پوستىنى سالغاي، كۆكنار پوستىنى چالا سوقۇپ، 5040 گىرام يامغۇر سۈيىدە بىر كېچە ـ كۈندۈز چىلاپ، يەنە بىر كۈن قاينىتىپ، يېرىمى قالغاندا قولدا ئۇۋۇلاپ سۈرۈپ، 720 گىرام شېكەر، 720 گىرام قاينىتىلغان ئۇزۇمنى سېلىپ قاينىتىپ قىيام قىلغاي.

بەزى تېۋىپلار ئاقاقىيا، زەپەر، ئارپا، ئانارگۈلى، تېكە ساقىلى ئۆسۈملۈكىنىڭ سەپ چىقىرىلغان سۈيىنىڭ ھەربىرىدىن ئۈچ گىرامدىن ئېلىپ ئېزىپ تەييارلاپ، ئاخىرىدا بۇ شەربەتكە ئارىلاشتۇرار، بۇ شەربەتنى دىياقۇزا دەپ ئاتار.

زۇكامنىڭ ئىسسىق ۋە ماددىسى كۆپ، ئۆتكۈر ۋە سۇيۇق بولسا، ئەتىگەن ۋە كەچتە بۇ شەربەتنى بەرگەي، ئەگەر بىر سائەتتە 20 گىرامدىن ئېچىپ، بىر كۈندە ئىچىپ بولسا، ياخشى مەنپەئەت قىلۇر، ياتىدىغان ۋاقىتتا بۇ شەربەت بىلەن غار ـ غار قىلغاي.

شېكەرگە چىلغان بىنەپشە شەربىتى، بىنەپشە، زۇپا شەربىتى مەنپەئەت قىلۇر.

زۇپا شارابىنىڭ نۇسخىسى (بۇ، يۆتەل ئىلاجىدا بايان قىلىنىدۇ) ھەر ۋاقىت ماددا پىشسا كۆكنار شەربىتى ئىچكەي، بۇنىڭغا ئىسسىق سۇمۇ پايدا قىلۇر. بۇرۇن تۇتۇلۇپ قالغاندا، سېزىمى، پۇرىقى كۆچلۈك، ئۆتكۈر ۋە سېسىقلىقنى پۇراپ قالماسلىقى ئۈچۈن تاغ پۇرچىقىنى

سركىده نەمدەپ، ئوتقا سېلىپ، ئۇنىڭ هورىغا باشنى توتۇش پايدا قىلۇر.

قىزىلگۈل، شېكەر، سەبرە، هەببۇلئاس ۋە ئاق شېكەر ياپرىقىنى كۆيدۈرۈپ پۇراش پايدا قىلۇر.

بابۇنە، بىنەپشە، ئارپا سۇيى، كۆكنارنى سۇدا قايىنىتىپ، ئۇنىڭ هورىغا باشنى توتسا ۋە ئۇنىڭ سۇيىدە يۇسا مەنپەئەت قىلۇر.

ئەگەر زۇكام ۋە نەزلە كۆپ بولسا، هەببى قوقيا ۋە سۇرگە بېرىش پايدا قىلۇر.

تەن ساق ۋاقىتتا زۇكامغا ئىشلەتسە پايدا قىلىدىغان هەب نۇسخىسى يۇيۇلغان سەبرە، تۇربۇت، سەۋسەننىڭ هەربىرىنى ئوخشاش مىقدارىدا ئېلىپ هەب قىلىپ، ئالتە گىرام شەربەت بىلەن ئۇخلاش ئالدىدا يېگەي.

ئەگەر سوغۇق زۇكام بولسا تېرىقنى ئىسسىتىپ، بېشىغا تېڭىش ئارقىلىق ئۇنىڭ ئىسسىقىنى مېڭىگە ئۆتكۈزگەي، تائام ۋە شاراب بەرمەگەي، قانچىلىك ئىمكان بولسا، شۇنچىلىك ئۇخلاتمىغاي، ئاچلىق ۋە ئۇسسۇزلۇققا چىدىغاي، سۇ ئىچمىگەي، بىر كېچە - كۈندۈز ئۇخلىمىسا ياخشى بولۇر.

سەبرە، مەستىكى، رۇببىسۇس بىلەن هەب قىلىپ، تەبئىتىنى مۇلايىم قىلغاي.

هەب نۇسخىسى سەبرىدىن ئۈچ گىرام، مەستىكى 1.5 گىرام، رۇببىسۇس، بەدىياندىن، بىر گىرامدىن، مۇقەلدىن 0.5 گىرام ئېلىپ، دورىلارنى هەب قىلىپ، كەرەپشە سۇيى بىلەن قاينىتىپ، سۈزۈپ، تۇگمەن تېشىنى قىزىتىپ، ئاچچىق ئۈزۈم ۋە شاراب سېلىپ، بۇرۇننى ئۇنىڭ بۇسغا تۇتقاي.

بابۇنە، ئىكلىلمىلىك، مەرزەنجۇشنى سۇدا قاينىتىپ بېشىغا قويۇپ، بۇرۇننى ئۇنىڭ بۇسغا تۇتقاي.

سيادانىنى سركىده نەمدەپ، بىر كېچە - كۈندۈز چىلاپ قاينىتىپ، ئېزىپ، لاتىغا يۆگەپ دائىم پۇرىغاي.

ئەنسۇن، ئۇد، قۇستە، كۈندۇر، ئۆشنە، كۆيدۈرۈلگەن سيادانىنى پۇرسا پايدا قىلۇر.

لادەننى ئارپا سۇيى بىلەن قاينىتىپ بەرگەي.

بەدىيان، ئەنجۇر، ئۇرۇقى ئېلىۋېتىلگەن ئۈزۈم، چۇچۇكبۇيا يىلتىزىنى قاينىتىپ، هەسەل بىلەن يېگەي.

بۇ شاراب نۇسخىسى زۇپا بەرگى، سېرىق ۋە قۇرۇق ئەنجۇردىن 15 دانىدىن، ئۇرۇقى ئېلىۋېتىلگەن قۇرۇق ئۈزۈمدىن 20 دانە، شۇمشا، كەرەپشە ئۇرۇقى، بەدىيان، بىنەپشە، پىرسياۋشان، قۇرۇق زۇپانىڭ هەربىرىدىن 15 گىرامدىن، چۇچۇكبۇيا يىلتىزىدىن 30 گىرام

ئېلىپ. بۇلارنى قاينىتىپ، سۈزۈپ، ھەر ئەتىگىنى سەككىز گرامنى مەجۇنى زۇپا بىلەن بەرگەي.

بەزى تېۋىپلار بۇ شارابنى 12 گرام يۇمىلاق زىراۋەندە، 45 گرام فەراسيۇننى قوشۇپ تەييارلىغاي.

مەجۇنى زۇپا نۇسخىسى رۇببىسۇس، قۇرۇق زۇپا، پىرسىياۋشاننىڭ ھەربىردىن 30 گرامدىن، قەردمانە، قارىمۇچنىڭ ھەربىردىن توققۇز گرامدىن، ئاچچىق بادام مېغىزى، يۇمىلاق زىراۋەندىنىڭ ھەربىردىن 30 گرامدىن، ئەنجۇر ئۇرۇقىدىن 15 گرام ئېلىپ، دورىلارنىڭ ھەممىسىنى سوقۇپ، يۇغۇرۇپ، بىنەپشە شەربىتىنى ھەسەلدە بىر كېچە - كۈندۈز تىندۇرۇپ، ھەسەل شەربىتى بىلەن بەرسە پايدا قىلىدۇر. پۇت - قوللارنى ئىسسىق ياغلار بىلەن ياغلاپ بەرگەي.

بابۇنە يېغى، مەرزەنجۇش يېغى، تاغ يالپۇزى، سۈزاپ يېغى، بان يېغى، ھەببۇلغار يېغى ۋە چۈچۈكبۇيا يېغىدا كىندىك، مەقئەت، مەقئەتنىڭ ئەتراپلىرىنى ياغلىسا ياخشى بولىدۇر، لېكىن بۇنىڭدا باش ۋە بۇرۇننى يىراق تۇتقاي، باشنى سوپۇن[1] ۋە توغرىغۇ بىلەن يۇسا پايدا قىلىدۇر.

بۇ دورىلار بىلەن باشنى يۇسا، چوڭ مېڭىدىكى پۇراش مەركىزىنى ئاچىدۇر ھەم زۇكامنى پەسۈرار، ماددىنى يۇمشىتار.

نۇسخىسى قىزىل توغرىغۇدىن 150 گرام، تۇزدىن 30 گرام ئېلىپ، ھەر ئىككىسىنى ئېزىپ لاتىغا يۆگەپ، لاينىڭ ئارىسىغا ئېلىپ، بىر كېچە - كۈندۈز ئوتقا كۆمۈپ ئېلىپ، ئېزىپ، سۈيۇق ئۈزۈم شارابى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مۇنچىغا كىرىپ باشنى ئۇنىڭدا يۇغاي. ئىسسىق نەرسىلەرنى سۈركەشكە ئېھتىياجلىق بولسا، قىچا ئۇرۇقى، ئەنجۇر، چۆل يالپۇزى، سافسىياغا ئوخشاش دورىلار ھاجەتىدىن چىقار.

بۇنىڭدا ھۆللۈكنى ئاشۇرغاي، داغلاشقا ئېھتىياجلىق بولىدۇر، ئىپار ھىدى، قۇندۇز قەھرى بۇ ۋاقىتتا پايدا قىلىدۇر. تاتامغا كېپەك سۈيىگە زىغىر، ئازراق قارىمۇچ ئارىلاشتۇرۇپ، ئاتىلا تەييارلاپ بەرگەي. كەپتەر باچكىسى ۋە قۇشقاچنى شورپا قىلىپ پىشۇرۇپ بەرسە پايدا قىلىدۇر.

---

① سوپۇن — تېبابەتتە ئىشلىتىدىغان ئالاھىدە سوپۇننى كۆرسىتىدۇ.

بەشىنچى بۆلۈم ئېغىز، تىل، لەۋ، چىش كېسەللىكلىرى توغرىسىدا

بۇ بۆلۈم ئۈچ قىسىمدۇر.

بىرىنچى قىسىم لەۋ، ئېغىز، چىش مىلكى كېسەللىكلىرى توغرىسىدا

. بۇ قىسىم ئون بابتۇر.

بىرىنچى باب لەۋنىڭ مەنپەئەتلىرى ۋە ئۇنىڭدا بولىدىغان كېسەللىكلەرتوغرىسىدا

ئاللاتائالا لەۋنى بەش ئىشقا يارىتقان ئىكەن. بىرىنچىسى، ئېغىز ۋە چىش ئۇنىڭ بىلەن يېپىلار. ئىككىنچىسى، شۆلگەينىڭ خالىغانچە چىقىپ كېتىشىنى توسار. ئۈچىنچىسى، ئىسسىق ۋە سوغۇق ھاۋا، چاڭ - توزان، پاشا ۋە چۈشەنگە ئوخشاش نەرسىلەرنىڭ گالغا كىرىپ كېتىشىنى توسار. تۆتىنچىسى، سۆزلەشكە ياردىمى بولۇر. بەشىنچىسى، چىش ۋە ئېغىز يېپىق بولسا، يۇز چىرايلىق كۆرۈنەر. لەۋنىڭ تېرىسى بىلەن گۆشى ئارىلىشىپ كەتكەن بولۇر، لەۋ تېرىسى گۆشتىن ئايرىم ئەمەستۇر، ئۇنىڭ تېرىسى بەدەننىڭ باشقا ئەزالىرىنىڭ تېرىسىگە ئوخشار. قىزىلئۆڭگەچ، ئاشقازان ۋە ئۇچەيلەرنىڭ باشلىنىشى ھېسابلىنار، لەۋ يۇقىرىقى تەرەپنىڭ باشلىنىشى ھېسابلىنار، قىزىلئۆڭگەچ ئاخىرقى تەرەپنىڭ ئاخىرلىشىشى ھېسابلىنار، مىزاج ۋە تەركىبتە بۇلار بىر - بىرىگە ئوخشاش بولۇپ، ھەربىرىنىڭ ئاغرىقلىرى ھەم يەنە بىر - بىرىگە

ئوخشار. لەۋنىڭ ئاغرىقلىرىنىڭ بىرى شۇكى، لەۋ يېرىلار، ئۇ ئەرەب تىلىدا «ئىسقاقۇل شەخەت» دېيىلەر. مەقئەتتە ھەم يېرىق ئاغرىقى بولۇر. لەۋگە زىيادە گۆش ئۆسەر، مەقئەتكىمۇ گۆش ئۆسەر، ھەر ئىككىسى «بوۋاسىر» دەپ ئاتىلار، ھەر خىل ئاغرىقلار باشقا ئەزادا پەيدا بولسا، ھەر خىل مىزاج بۇزۇلۇش ۋە ھەر خىل ئىششىق دېيىلەر، بۇ ھەر ئىككىسىدە پەيدا بولۇر، ھەر قايسىسى ئۆز بابىدا بايان قىلىنار.

ئىككىنچى باب لەۋ يېرىلىش توغرىسىدا

ھەر ئاخشىمى كىندىك ۋە مەقئەتنى بىنەپشە يېغى، نېلۇپەر يېغى بىلەن ياغلىغاي، پاقىيوپۇرمقنى توغراپ ئارىلاشتۇرۇپ، ئۇنىڭدىن چىققان كۆپۈكنى سۈركىگەي.

ئىسپىغۇل لوئابى، ئارپا سۈيى، سەرپىستان لوئابى ئىچىش ۋە سۈركەش پايدا قىلۇر.

مەسكە، ئۆردەك يېغى، موزاي يېغى، توخۇ يېغى سۈركىگەي، موزنى سىركىدە ئېزىپ سۈركسە پايدا قىلۇر.

سىناقتىن ئۆتكەن دورىنىڭ نۇسخىسى توخۇ يېغى، گۈل يېغى ۋە مومدىن ياغ تەييارلاپ، سوقۇلغان موزا، ئورۇس ئۇپىسى، نىشاستە، كەتىرانىڭ ھەربىرىدىن ئوخشاش مىقداردا ئېلىپ، ھەممىسىنىڭ تۆت ھەسسىسىچىلىك موم يېغى بىلەن يۇغۇرۇپ سۈركىگەي. ئەگەر مەدەستانىنى يالغۇز موم يېغى بىلەن يۇغۇرسا پايدا قىلۇر.

ئەگەر ئۇ دائىم ھازىر بولسا، بۇلارنى سۈركىگەي، مەستىكى، ئىلكۇل بەتەم، ھۆل زۇپانى ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ سۈركىگەي.

يەنە بىر دورا نۇسخىسى ئەنبەرنى بىلسان يېغى ياكى بان يېغى بىلەن ئېرىتىپ سۈركىگەي.

يەنە بىر دورا نۇسخىسى كونىراپ قالغان لەۋ يېرىلىشقا پايدا قىلۇر. مەدەستان، سازەج، قىچا، زەرچىۋە، دەھنەجنىڭ ھەربىرىدىن ئىككى گىرامدىن، كۆيدۈرۈلگەن ئۆچكە تۇۋۇقى، زەپەرنىڭ ھەربىرىدىن ئىككى گىرامدىن، كافۇردىن يېرىم گىرام، مومدىن ئۇچ گىرام، گۈل يېغىدىن سەككىز گىرام ئېلىپ مەلھەم قىلىپ، ئۇنىڭغا تۇخۇمنىڭ ئىچىدىكى نېپىز پوستىنى قوشقاي ياكى قومۇشنىڭ ئىچىدىكى پوستىنى تائامغا ئارىلاشتۇرغاي ياكى چالا پىشۇرۇلغان تۇخۇمنى بەرگەي.

ئۇچىنچى باب لەۋگە گۆش ئۆسۈش توغرىسىدا

لەۋگە زىيادە ئۆسكەن گۆشكە، يەنى بوۋاسىر كېسىلىگە، شۇنداقلا مەقئەتتىكى بوۋاسىرغا ئۆتكۈر دورىلارنى قويغاي، يەنى قۇرسى پەرپىيۇنغا ئوخشاشلارنى يېگەي. ئەگەر ئادەم دورىنىڭ ئۆتكۈرلۈكىگە چىدىيالمسا، كونا كالا يېغىنى بۇ دورىلارغا ئارىلاشتۇرسا ھۆللۈكىنى تارتۇر. بۇ كېسەللىكنىڭ ئىلاجى بوۋاسىرنىڭ ئىلاجىغا ئوخشاش بولۇپ، ئۇ ئۆز ئورنىدا بايان قىلىنار، چىشنىڭ تۈۋىگە ئۆسكەن گۆشكە قەلقەنىد بىلەن مۇرمەكىكى قاتارلىقلارنى يېسە، ئۇ گۆش يوقار.

تۆتىنچى باب لەۋ ۋە چىش مىلىكىگە پەيدا بولغان گۆشخور چاقا توغرىسىدا

گۆشخور چاقا ئۆتكۈر خىلتتىن پەيدا بولۇپ، گۆشنى يەر ۋە كۆيدۈرەر، ئەگەر خىلت ئاز بولسا ياكى ئۆتكۈر بولمسا، ئاغرىق بوشراق بولۇر. ئەگەر كۆپ بولسا ياكى ئۆتكۈر بولسا، كېسەللىك ئېغىر بولۇر. ئۇنىڭ دەسلەپكى ئىلاجى شۇكى، قىيفال تومۇردىن قان ئالغاي ياكى باشنىڭ دوققىسىغا ھىجامەت قويغاي. ئەگەر كېسەللىك كونىرغان بولسا، تىل ئاستىدىكى ئىككى كۆك قان تومۇردىن قان ئالغاي، ئاندىن كېيىن سۈرگە بېرىشنىڭ تەدبىرىنى قىلغاي.

مەتبۇخى ھېلىلە، بىنەپشە، ھەببى سەبىرە، قۇرسى ھېلىلە قاتارلىقلارنى سۇدا قاينىتىپ قۇرس تەييارلىغاي. بۇنىڭغا ئوخشاش قۇرسى بىنەپشىگە ھېلىلە قاينىتىلمىسنىڭ سۈيىنى قوشۇپ تەييارلىغاي، بۇنىڭ سۈيى باش ئاغرىقىنىڭ ئىلاجىدا بايان قىلىندى.

ھەببى سەبرىنىڭ نۇسخىسى سەبرىدىن ئالتە گىرام، سېرىق ھېلىلىدىن ئۈچ گىرام، قىزىلگۈل، مەستىكىنىڭ ھەربىرىدىن بىر گىرامدىن، سوقمونىيادىن 0.8 گىرام، كەتىرادىن ئۈچ گىرام ئېلىپ، كەرەپشە سۈيى بىلەن ھەب قىلىپ بەرگەي، تاتلىق يېمەكلىكلەردىن سۈت ۋە قېتىقلاردىن پەرھىز قىلغاي، غىزاسىغا غورا، سۇماق، زىرىق، ئانار ئۇرۇقىنى قاينىتىپ بەرگەي، ئەمما كېسەللىك ئېغىر بولمسا، سۇماقنى گۈلاب بىلەن نەمدەپ، ئۇۋاپ، سۈزۈپ، ئېغىزغا ئالغاي.

ھەببۇلئاسنى چالا سوقۇپ، سىركىدە قاينىتىپ سۈزۈپ، ئىچىرىنى يۇغاي.

ئاچچىق تاشنى تۆمۈر قوشۇق بىلەن ئوتقا سېلىپ قىزارتىپ، سىركىگە سېلىپ، قۇرۇتۇپ، يۇمشاق سوقۇپ، بۇنىڭدىن بىر ھەسسىنى ئىككى ھەسسە تۇزغا ئارىلاشتۇرۇپ، كېسەللەنگەن ئورۇنغا سەپكەي.

تۇز سەپكەن چىلان پوستىنى ئوتقا سېلىپ قىزارغىچە كۆيدۈرۈپ، ئۇنى سوقۇپ، ئۇنىڭدىن بىر ھەسسىنى ئىككى ھەسسە قۇرۇق قىزىلگۈل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ جاراھەت ئورنىغا قويسا مەنپەئەت قىلۇر.

پايدىلىق سوغۇق تەبىئەتلىك مەزمەزىنىڭ نۇسخىسى ئاچچىق قۇستە، موزا، ئانارگۈلى، جەۋزى سەرۋى، گەزمازەج ۋە ئانار پوستىنى ئېلىپ، بۇلارنىڭ ھەممىسىنى سۇماقنىڭ سۈيى بىلەن قاينىتىپ سۈزۈپ، ئاغزىنى يۇغاي.

ئەگەر بۇ دورىلارنى سوقۇپ، كېسەللەنگەن دائىرىگە سەپسە مەنپەئەت قىلۇر.

چىش مىلىكى يىگلسە كۆندۈر، يۇمىلاق زىراۋەندە، خۇنسىياۋشان، كاسنە، چۈچۈكبۇيا يىلتىزىنىڭ ھەربىرىدىن ئوخشاش مىقاردا ئېلىپ، ھەسەل ۋە سىركە بىلەن يۇغۇرۇپ سۈركىگەي، ئۇ كىشىدە كېسەللىك ئىغىر بولسا، قۇرسى نۆشۈدۈر ئىشلەتكەي.

ئۇنىڭ نۇسخىسى نۆشۈدۈر، سىرىق زاك، ئاق زاك، كۆيدۈرۈلگەن تۇزنىڭ ھەربىرىدىن ئۈچ گىرامدىن، ئاچچىق تاشتىن ئالتە گىرام، موزا ۋە ھاكىنى سىركىگە چىلاپ، ئۇنىڭ ھەربىرىدىن سەككىز گىرامدىن، كۆيدۈرۈلگەن زەپەردىن ئۈچ گىرام، كۆندۈردىن ئۈچ گىرام، خېنىدىن ئۈچ گىرام ئېلىپ، ھەممىسىنى يۇمشاق سالايە قىلىپ، سىركىدە يۇغۇرۇپ قۇرس قىلىپ، سايىدا قۇرۇتۇپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە بىر قۇرسنى سىركىگە چىلاپ، ئىزىپ، ئىچىرىنى يۇغاي، شۇنىڭ بىلەن قانىنى تازىلىغاي، ئاندىن كېيىن گۈل سۈيى، سۇماق سۈيى ياكى غورا سۈيى بىلەن ئىچىرىنى يۇغاي.

ئەگەر دورىنىڭ كۆيدۈرۈشىگە تاقەت قىلالمىسا، مەزمەزدىن كېيىن ئىسىتىلغان گۈل يېغىدا غار ـ غار قىلىپ، ئىچىرىدا بىر سائەت تۇرغۇزغاي، شۇنىڭ بىلەن بۇزۇق قان تۆگىگۈچە بۇ قۇرس بىلەن ئىلاج قىلغاي.

قان تۈكۈرگەنلىكنىڭ ئالامتى شۇكى، نەزلىدىن كېيىن كەلگەن قان قېنىق ۋە خۇشبۇي بولۇر. تاكى گۆش قېتىپ، جاراھەت ئۆسمىگۈچە دورا بىلەن ئىچىرىنى يۇغاي.

نۇسخىسى نامازشامگۈلى يوپۇرمىقى، چۆل يالپۇزى، ئانارگۈلى، يۇلغۇن مېۋىسى ۋە ئاقىرقەرھا ياكى يېشىل موزا، ئاچچىق ئانارنىڭ پوستىنى ئېلىپ، ھەممىسىنى چالا سوقۇپ،

سركده قاينىتىپ ئېغىزنى يۇغاي، ئەگەر كېسەللىك ئېغىر ۋە ئۆتكۈر بولسا، قۇرسلارنىڭ ئورنىدا مەلھەم ئىشلەتكەي.

مەلھەمنىڭ نۇسخىسى ئۆچۈرۈلمىگەن هاك، ئاچچىق تاش، ئاقاقىيا، قارىمۇچتىن سەككىز گىرامدىن، قىزىل ۋە سېرىق زەرنىخنىڭ هەربىردىن ئۈچ گىرامدىن، نۆشادۇردىن ئىككى گىرام ئېلىپ، بۇلارنىڭ هەممىسىنى ئېزىپ سركىده يۇغۇرۇپ، يېڭى ساپالغا سۈركەپ، قۇرۇغاندىن كېيىن هەر ئەتىگىنى سركه بىلەن ئېزىپ، يۇمشىتىپ، كېسەللەنگەن ئورۇنغا تاكى قان بارغۇچه سۈركىگەي، ئاندىن ئاغزىنى يۇغاي، گۈل يېغى سۈركىگەي، بۇنىڭ بىلەن كۆيۈشۈشى پەسەيگەي، ئاندىن قايىز دورىلار بىلەن مەزمەزە قىلىش پايدا قىلۇر.

مەزمەزەنىڭ نۇسخىسى يېسسىمۇق، ئانارگۈلى، يۇلغۇن مېۋىسى، قىزىلگۈلنى قاينىتىپ مەزمەزە قىلغاي، ئانارگۈلى ۋە خۇبسۇلھەددىنى ئېزىپ، كېسەللەنگەن ئورۇنغا سەپكەي، تازىلانغان سركه ۋە هەسەل سركىسى بىلەن مەزمەزە قىلغاي، هەرقاچان ئازراق كېسەللىك قالسا قۇرۇق زەرۇرى سەپكەي.

قۇرۇق زەرۇرنىڭ نۇسخىسى غورا سۈيىگە چىلانغان تۇتىيادىن سەككىز گىرام، زەرنىخ، ئانارگۈلى، ئورۇس ئۇپسىددىن ئۈچ گىرامدىن ئېلىپ، هەممىسىنى ئېزىپ ئارىلاشتۇرۇپ ئىشلەتكەي. دورىلار يۇتقۇنچاققا كەتمىگەي، كېسەللىك ئارىلاپ قايتىلانسا، ئۇپا مەلھىمى سۈركىگەي، بۇنىڭ بىلەن گۆش ئۆسەر، بايان قىلىنغان قايىز سۇلار بىلەن مەزمەزە قىلسا گۆش قاتۇر، پۇلونيانى كېسەللىكنىڭ ئورنىغا سۈركەش پايدا قىلۇر.

بەشىنچى باب چىش مىلىكى ئاجىز بولۇشنىڭ ئىلاجى توغرىسىدا

هەرقاچان چىش مىلىكى ئاجىز بولسا، بىر نەرسە بىلەن سانجىپ تەشكەي، بۇنىڭ بىلەن قان چىقسا، كۈچەپ شۇمۇپ تۈكۈرۈۋەتكەي، قان توختىمىغىچە سەۋر قىلغاي، ئاندىن كېيىن قايىز سۇلار بىلەن مەزمەزە قىلغاي.

چىش مىلىكىنى قاتۇرىدىغان دورىنىڭ نۇسخىسى ئەقمائى، جۇپىتى بەللۇت، ئانارگۈلى، هەببۇلئاسنىڭ هەربىردىن 12 گىرامدىن، خەرنۇب نەبىتى، ئاقلانغان سۇماق، تازىلانغان سۇماق ۋە قارىمۇچنىڭ هەربىردىن 15 گىرامدىن ئېلىپ هەممىسىنى سوقۇپ، چىش مىلىكىگە سەپكەي، ئەگەر قارىمۇچنىڭ بەدىلىگە ئاقرقەرها ئىشلەتسە ياخشراق بولۇر.

ئالتىنچى باب ئېغىز يارىسى توغرىسىدا

بۇ، ئېغىزنىڭ ئىچىگە ۋە لەۋگە چىققان يارىلاردىن ئىبارەت بولۇپ، ئاشقازانىنىڭ ئىسسىقلىقى ۋە ئۇنىڭدىن ئۆرلىگەن بۇخاراتلارنىڭ ئىسسىقلىقى سەۋەبىدىن بولۇر، يۇقىرى قىزىتمىلار سەۋەبىدىن بۇرۇنغا، لەۋگە يارا چىقار، بۇ «تەنجال» دەپ ئاتىلۇر، ئۇ ئېغىزنىڭ ئىچىگە چىقار، ئۇ ئەرەب تىلىدا «ۋلائ» دەپ ئاتىلار، كونا بولسا ھەم گۆشكە ئۆتسە، ئۇ ئەرەب تىلىدا «قۇرۇھى بەلەخ» دەپ ئاتىلۇر.

ئېغىز يارىسى ماددىسىنىڭ بەزىسى قاندىن، بەزىسى سەپرادىن بولۇر، بەزىسى بەلغەمدىن، بەزىسى سەۋادىن بولۇر. ئەمما ماددا قاندىن بولسا، رەڭگى قىزىل ۋە ئىسسىق بولۇر، ئاغرار، ئېغىزدىن كۆپ شۆلگەي ئاقار. ماددىسى سەپرادىن بولسا، رەڭگى سېرىق، ھارارەتلىك بولۇر، كۆيۈشتۇرەر. ئۇنىڭ ماددىسى بەلغەمدىن بولسا، رەڭگى ئاق، كۆيۈشۈشى ۋە ئاغرىقى ئاز بولۇر، شۆلگىيى كۆپ بولۇر. ئەگەر ئۇنىڭ ماددىسى سەۋادىن بولسا، رەڭگى قارا بولۇر، ئاز سۆزلەر. ئېغىز يارىسى سۈت ئېمىدىغان بالىلاردا كۆپرەك بولۇر، بۇنىڭ سەۋەبى سۈتىنىڭ ماس كەلمەسلىكى ياكى كۆپ ئەمگەنلىكى ياكى سۈتىنىڭ بۇزۇلغانلىقىدىن بولۇر، لېكىن ئىلاجى ئاسان بولۇپ، تېز يوقار، كىچىك بالىلاردىكىنىڭ ئىلاجى مۇنداق بولۇر: ئۇ كېسەللىك سۈتىنىڭ بۇزۇلغانلىقىدىن بولغان بولسا، ئاۋۋال سۈتنى تەڭشەشكە تەدبىر قىلغاي.

ئەگەر ئېغىز يارىسى قىزىل بولسا، ئانىسىدىن قان ئالغاي، ئانىسىغا ھىجامەت قويغاي، تائامغا ئاقلانغان يېسىمۇق بىلەن پەرھىز ئاشلار بۇيرۇلغاي. سۇماق، غورا، ئانار دانىسى، ئالما، بېھى بەرگەي. ئازراق ئانارگۈلى، قىزىلگۈل ۋە تاباشىر، يېسىمۇق ئۇنى، سۇماقنى بالىنىڭ ئاغزىغا سەپكەي.

ئەگەر ئېغىز يارىسى سەپرادىن بولسا، ئانىسىغا مېۋىلەر سۈيىدە تەييارلانغان سۈرگە بەرگەي. ئەگەر كېسەللىك ئېغىر بولسا، مەتبۇخى ھېلىلە زەرد، تائامغا قاندىن بولغان يارىدىن باشقا يارىلارغا بۇيرۇلغان تائاملارنى بۇيرىغاي.

بالىنىڭ ئاغزىغا تاباشىر، قىزىلگۈل، ئاق سەندەل، يېسىمۇق ئۇنى، ئازراق كافۇر سېپىپ بەرگەي.

ئەگەر بالىنىڭ ئېغىز يارىسى بەلغەمدىن بولسا، ئانىسىغا ئىلاج قىلغاي، ئۇنىڭدىكى ھۆللۈكنى ئازايتقاي. ھەر كۈنى ئەتىگەندە گۈلقەنتنى ئاچچىقسۇ بىلەن بىرگە بەرگەي، تائامغا قورۇلغان

كاۋاپ، نوقۇت سۇيى، قايماق، زىرە كېرمانى، كەرۋىياغا ئوخشاش نەرسىلەرنى بەرگەي. بالىنىڭ ئاغزىغا مامرانچىنى، سەئدىچىنى، ئاچچىق تاش سەپكەي.

ئەگەر بالىنىڭ ئېغىز يارىسى سەۋادىدىن بولسا، ئانىسىدىكى بىر قىسىم سەۋدا مادىدىسىنى ئازايتقاي، قارا پىدىگەن، قاقلانغان گۆش، جانۋارلارنىڭ گۆشى، قۇيۇق تائاملاردىن پەرھىز قىلدۇرۇپ، ئاق قىچا بەرگەي، تاتلىق ئانار، مامرانچىنى، سۆئىدىنى ئېزىپ بالىنىڭ ئېغىزىغا تاڭغاي. ئەگەر ئۇنى تېڭىش مۇشكۈل بولسا، تىلىنىڭ ئۇستىگە، چىشنىڭ تۈۋىگە سۇركىگەي ياكى سۇدا قاينىتىپ ئېغىزىنى يۇغاي، ئەگەر بالا تائام يېسە، بايان قىلىنغان تائاملارنىڭ بىرەر تۈرىدىن بەرگەي..

ئەگەر ئېغىز يارىسى چوڭراق بولسا، ئۇنىڭ ئىلاجى مۇنداق بولۇر: ئاۋۋال ئېغىز يارىسىنىڭ نېمە سەۋەبتىن بولغانلىقىغا قارىغاي، ئەگەر ئېغىز يارىسى قاندىن بولسا، پەسلى ۋە ياشىنىڭ قۇۋۋىتى يار بەرسە، قېيفال تومۇردىن قان ئالغاي ياكى باشنىڭ دوقمۇشىغا ھىجامەت قويغاي، ئاندىن كېيىن ھېلىلە بىلەن سۇركە بەرگەي. سەپرادىن بولغانلىنىڭ ئىلاجى بۇنىڭغا يېقىندۇر، ئاشۇ دورىلارنى ئېغىزىغا سەپكەي، سەپرادىن بولغانغا سوغۇقراق دورىنى بۇيرىغاي، ھەر ئىككى خىلغا خەرنۇب شارابىنى ئېغىزغا ئېلىپ تۇتۇپ تۇرغاي، مەزمەزە قىلىش پايدا قىلۇر، يۇلغۇن مېۋىسى، خېنە، يېسىمۇق ئۇنى، ئانارگۈلى، تاباشىر، سۇماقنى ئېزىپ ئېغىزىغا سەپكەي.

سەپرادىن بولغان بولسا، يۇقىرىقى دورىلارغا سەندەل، قۇرۇق يۇمغاقسۇت، نىشاستە، كافۇر، سېمىزئوت ئۇرۇقى قوشقاي. لىسانول ئەھمەر سۇيى، قىزىل چۇغلۇق سۇيى، يېسىمۇق سۇيى، سەندەل، كافۇر سۇيى بىلەن ئىشلىتىش سەپرادىن بولغان ئېغىز يارىسىغا بەك مۇۋاپىق كېلۇر. يۇلغۇن مېۋىسى، ھەببۇلئاسنى سىركە بىلەن قاينىتىپ ئېغىزنى يۇغاي، سۇماق، يېسىمۇق، قىزىلگۈلنى گۈلابتا نەمدەپ ئېغىزنى يۇغاي، ئەگەر ئېغىزى كۆيسە ياكى قۇرۇق بولسا، ئېغىزىغا گۈل يېغى ئالغاي. ئەگەر شۆلگىيى كۆپ بولسا موزا، ئىتئۈزۈمى يوپۇرمىقىنى قۇرۇتۇپ گۈلابتا ئېزىپ، ئېغىزىغا ئالغاي، ئاقاقىيانى ئېزىپ، گۈلاب ۋە سۇيىدە يۇمشىتىپ، ئازراق سىركە قوشۇپ ئېغىزىغا ئېلىپ، بىر سائەت تۇرغۇزۇپ تۈكۈرۈۋەتكەي.

بىلىش كېرەككى، ئېغىزدا شۆلگەينىڭ كۆپلۈكى كېسەللىكنىڭ ئېغىرلىقىنى بىلدۈرەر، رۇسۇتنى سىركە بىلەن قاينىتىپ ئېغىزنى يۇسا، قىزىل ۋە ئاق ئېغىز يارىسىغا مەنپەئەت قىلۇر.

ئەگەر ئېغىز يارىسى بەلغەمدىن بولسا ياكى كونىراپ قالغان بولسا، ھەببى سەبرە ۋە ئايارەج پەيقرا، ھەببى قوقيا بىلەن سۇركە بەرگەي، قويۇقراق دورىلارنى ئىشلەتكەي.

ئەگەر ئېغىز يارىسى سەۋادىدىن بولسا، مەتبۇخى ئەفتىمۇن بىلەن ئىستىفراغ قىلغاي، مەجۇنى نۇجلە ئىشلەتكەي.

بەلغەمدىن بولغان ئېغىز يارىسىنى تازىلىغۇچى دورىنىڭ نۇسخىسى

مامىرانچىنى، زەيتۇن يوپۇرمىقى، يۇلغۇن مېۋىسى، سەئدى، قاقىلە، ئاچچىق تاش، سېرىق هېلىلىنىڭ هەممىسىنى ئوخشاش مىقداردا ئېلىپ، سوقۇپ ئېغىزغا سەپكەي، يەنە ئاق ئېغىز يارىسىغا مەنپەئەت قىلۇر.

زەپەرنىڭ دورا نۇسخىسى زەيتۇن يوپۇرمىقى، ئاقاقىيانىڭ هەربىردىن 30 گىرامدىن، ئاچچىق تاش، سېرىق زەمچىنىڭ هەربىردىن 4.5 گىرامدىن، ئېرسادىن ئالتە گىرام، سەئدىدىن 4.5 گىرام، كاۋاۋىچىندىن ئىككى گىرام ئېلىپ، دورىلارنىڭ هەممىسىنى ئېزىپ، ئېغىزغا سەپكەي، بۇ دورا سەۋدادىن بولغان ئېغىز يارىسىغا مەنپەئەت قىلۇر.

تۇزنى ئېزىپ هەسەلدە يۇغۇرۇپ سۇركسە ئاق رەڭلىك ئېغىز يارىسىغا پايدا قىلۇر.

ئاچچىقسۇ، سىركەنجۇبىل بىلەن ئېغىزنى مەزمەزە قىلسا پايدا قىلۇر. ئاقىرقەرها، كاۋاۋىچىن، سەئدى، قارىمۇچىنىڭ هەربىردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، سوقۇپ ئېغىزغا سەپسە، سەۋدادىن بولغان كونا ئېغىز يارىسىغا مەنپەئەت قىلۇر.

كونا ئېغىز يارىسىنىڭ دورا نۇسخىسى سەۋدادىن بولغان كونا ئېغىز يارىسىغا پايدىلىق. قىزىل ۋە سېرىق زەرنىخ، تەنكار، ئاچچىق تاش، زاك، سېرىق زەمچىنىڭ هەربىردىن توققۇز گىرامدىن، كۆپۈكى دەريادىن 4.5 گىرام، موزا، ئانار پوستىنىڭ هەربىردىن 12 گىرامدىن، ئاقاقىيادىن ئالتە گىرام ئېلىپ، هەممىسىنى قەتران بىلەن يۇغۇرۇپ، كۆيدۈرۈپ، يەنە ئېزىپ ئىشلەتكەي.

بۇ دورىلاردىن كېيىن هەببۇلئاس، گەزمازەجنى سىركىدە قاينىتىپ مەزمەزە قىلغاي، يەنە گۇل يېغىنىڭ گۇلابى بىلەن ئېغىزنى يۇغاي.

يەتتىنچى باب لەۋ مىزاجى بۇزۇلۇش توغرىسىدا

بىلىش كېرەككى، لەۋ يېرىلىش ئىلاج قىلىشقا ئېھتىياجلىق بولىدىغان ئاغرىق ئەمەس، بەلكى مىزاج بۇزۇلۇش ئېغىر بولسا ياكى هۆللۈكتىن مىزاج بۇزۇلسا لەۋنى تېزلا ناچارلاشتۇرار. ئەگەر ئىسسىقتىن مىزاج بۇزۇلسا، لەۋ كۆيەر، سوغۇق هاۋا، سوغۇق سۇ بىلەن ئۇچراشسا راهەتلىنەر. ئەگەر سوغۇقتىن بولسا، ئەتىگەندە ياكى سوغۇق هاۋادا لەۋ كۆكىرەر، سېزىمى يوقىلار، ئەگەر قۇرۇقلۇقتىن بولسا، لەۋ دائىم يېرىلار هەم نېپىز سويۇلار.

ئەگەر هۆللۈكتىن بولغان بولسا، لەۋ بوشار، ئاجىز ۋە يۇمشاق بولۇر.

داۋالاش

ئىسسىقتىن مىزاج بۇزۇلۇشتىن بولغان لەۋ يېرىلىشنى داۋالاشتا، زىغىر لاتىسىنى قارا سۇنا سۇيى، سېمىزئوت سۇيى، ھۆل يۇمغاقسۇت سۇيى ياكى پاقىيوپۇرمىقى سۇيى، كاسىنە سۇيى، قىزىل چۇغلۇق سۇيى ياكى گۈلاب بىلەن نەمدەپ، سوۋۇتۇپ، لەۋگە قويغاي. ئىسپىغۇلنى گۈلاب بىلەن نەمدەپ، سوۋۇتۇپ قويسا مەنپەئەت قىلۇر. ئاق سەندەلنى گۈلاب ۋە كافۇر بىلەن بىرلەشتۇرۇپ سۈركىگەي.

سوغۇق مىزاج كىشىگە ئىپارنى بان يېغى بىلەن، ئاقىرقەرھانى يەسىمەن يېغى بىلەن ئېزىپ، قۇندۇز قەھرىنى نەرگىس يېغى بىلەن ياكى سەۋسەن يېغى بىلەن لەۋگە سۈركىسە پايدا قىلۇر.

قۇرۇق مىزاج كىشى ئارپا سۇيى، بادام يېغى بىلەن، ئىسپىغۇل لوئابى ۋە شېكەر بىلەن، بىنەپشە يېغى بىلەن، نېلۇپەر يېغى بىلەن ياكى قاپاق ئۇرۇقى مېغىزىنىڭ يېغى بىلەن لېۋىنى ياغلىغاي، بۇ ياغلارنى موم ياكى موم يېغى بىلەن سۈركىسە پايدا قىلۇر، يەنە لەۋ يېرىلىشنىڭ ئىلاجىمۇ مۇشۇنىڭدەك بولۇر.

مىزاجى ھۆل كىشىگە لەقۋانىڭ ئىلاجىنى قىلغاي، بۇ ئۆز ئورنىدا بايان قىلىندى.

سەككىزىنچى باب لەۋ ئىششىقلىرى توغرىسىدا

لەۋ ئىششىقلىرى قاندىن، سەپرادىن، بەلغەمدىن ياكى سەۋدادىن پەيدا بولۇر.

ئەگەر قاندىن بولسا، لەۋ قىزىل ۋە ئىسسىق بولۇر، سانجىق بولۇر.

ئەگەر سەپرادىن بولسا، لەۋنىڭ رەڭگى ئازراقمۇ قىزىل بولماستىن، بەلكى سېرىقتا مايىل بولۇر، كۆيۈشۈش ۋە سانجىق كۆپرەك بولۇر، قېلىن بولماس.

ئەگەر بەلغەمدىن بولسا، لەۋ ئاق ۋە سوغۇق بولۇر، ئاغرىقى بوشراق بولۇر، ئىششىق چوڭ ۋە يۇمشاق بولۇر.

ئەگەر سەۋدادىن بولسا، لەۋ كۆكۈچ ۋە قاتتىق بولۇر، بۇنىڭ ئىلاجىنى مۇنداق قىلغاي: قاندىن ئىششىغانغا قېيفال تومۇردىن قان ئالغاي، قىزىل سەندەل بىلەن ئاق سەندەلنى ھۆل يۇمغاقسۇت سۇيى، كاسىنە سۇيى ياكى گۈلاب بىلەن بىرلەشتۇرۇپ سۈركىسە پايدا قىلۇر، شىيافى مامىسا قاتارلىقلارنى سۇلار بىلەن ئېزىپ سۈركىگەي.

سەپرادىن ئىششىغان بولسا قەيسى قىلدۇرغاي، مېۋە سۈيىنى غورا شارابى، ئانار سۈيى بىلەن بەرگەي. مۇشۇ پەسىلدە بايان قىلىنغانلىرىدىن مۇڭاپىقلىرىنى تاللاپ سۈركىگەي.

بەلغەمدىن بولسا بەلغەمنىڭ سۈرگىسىنى بەرگەي، ئايارەج پەيقرا، تۇربۇت، شەھمەنزەل لېشى قوشۇلغان يۇمشىتىلغان زىماتلارنى ئىشلەتكەي. مەسىلەن: سىرىنقىچىچەك، بابۇنە، ئىكلىلمىلىككە ئوخشاش. سەۋادىن ئىششىغان بولسا، سەۋدانىڭ سۈرگىسىنى بەرگەي، ئۇ مالىخولىيانىڭ ئىلاجىدا بايان قىلىندى، بۇنىڭدا يۇمشاتقۇچى زىماتلارنى ئىشلەتمىگەي، بولمىسا تەڭشەشنى قوبۇل قىلماس، لېكىن سوغۇق دورىلارنى قويغاي، ئېغىرلاشماسلىقى ئۈچۈن سەرتانىڭ ئىلاجىدا بايان قىلىنغان دورىلارنى سۈركىگەي.

توققۇزىنچى باب ئۇخلىغاندا ئېغىزدىن شۆلگەي ئېقىش توغرىسىدا

ئۇخلىغاندا ئېغىزدىن شۆلگەي ئېقىشنىڭ سەۋەبى ئۈچ خىل بولۇر. بىرىنچىسى، ئىسسىق تەبىئەتلىك ئاشقازاندا ھۆللۈكنىڭ كۆپلۈكىدىن بولۇر. ئىككىنچىسى، تىل ۋە تاڭلاينىڭ ئەتراپىدىكى ھۆللۈكتىن پەيدا بولغان ھارارەتنى تارقىتار، بۇ گويا كورەك[1] تىن يەل قېچىپ كەتكەنگە ئوخشار. ئۈچىنچىسى، ئاشقازان سۇيۇقلۇقىدىن ۋە ئۇنىڭدىكى ھۆللۈكنىڭ كۆپلۈكىدىن بولۇر.

ئاشقازان ئىسسىقلىقىنىڭ ئالامتى شۇكى، ئىسسىق تائام ۋە دورىلار ئاشقازانغا ياراشماس.

شۆلگەي ئېقىشنىڭ بەدەندىكى ھۆللۈكنىڭ كۆپلۈكىدىن بولغانلىقىنىڭ ئالامتى شۇكى، ئاشقازانىنىڭ ھۆللۈكىدىن ئۇسسۇزلۇق پەيدا بولماس، ھۆللۈكنى ئاشۇرىدىغان تائاملارنى كۆپ يېيىشتىن سۈيۇقلۇق كۆپ پەيدا بولۇر. كېسەللىك ئالامتى شۇكى، ئىسسىق تەبىئەتلىك تائام يېسە، ئېغىزدىن ئاقىدىغان سۇ توختار، ئاشقازان سوغۇق ھۆللۈكنىڭ ئالامتى شۇكى، سوغۇق تەبىئەتلىك دورىلارنى، تائاملارنى كۆتۈرەلمەس، ئىسسىقلىق ۋە قۇرۇقلۇقتىن ۋە قەيسى قىلغاندىن راھەت تاپۇر.

بۇلارنىڭ ئىلاجى مۇنداق قىلىنار:

---

① كورەك — زەرگەر ۋە مىسكەرلەرنىڭ ئوت پۈۋلەيدىغان ئەسۋابى، ئىلگىرىكى زامانلاردا تېرىدىن تەييارلىناتتى (ت).

ئىسسىق تەبئەتلىك ئادەمنىڭ باسلىق تومۇرىدىن قان ئالغاي، ئەتىگىنى ئاچچىق بېھى شەربىتى، ئالما شەربىتى، ئامۇت شەربىتى، غورا شارابى ياكى ئانار شارابى ئىچكەي.

تائامغا ئوغلاق گۆشى شورپىسى، توخۇ، قىرغاۋۇل، تورۇلغا قاتارلىق قۇش گۆشلىرىنىڭ شورپىسىنى بەرگەي. سۇماق، يېسىمۇق ۋە باشقا قابىز دورىلارنىڭ سۈيىدە مەزمەزە قىلغاي.

ئاشقازىنى ساغلام ۋە ھۆل كىشى بىر ھەپتە قەي قىلغاي، ئايارەج پەيقىرادىن سەككىز گىرام، نەمەك ھىندىدىن بىر گىرام، ئەنسۇن ۋە جۇۋىنىنىڭ ھەربىرىدىن يېرىم گىرامدىن ئېلىپ ھەب قىلىپ يېسە، ئاشقازىنى تازىلىنار ھەمدە تەرياقى كەبىر ۋە ئىسسىق جاۋارىشلارنى ئىشلەتكەي. تائامغا گۆشنى چوغدا پىشۇرۇپ ياكى سۇ بىلەن نەمدەپ ياكى كاۋاپ قىلىپ ياكى قورۇما كاۋاپ قىلىپ سامساق، قىچا ئۇرۇقى، قارىمۇچ ۋە دارچىن، زىرە ۋە جۇۋىنە قوشۇپ بەرگەي.

ئەتىگىنى، ئاخشىمى ئازراق قۇرۇق نانىنى ئاچچىق سۇغا چىلاپ يەپ، ئارقىسىدىن ئىسسىق سۇ ئىچكەي. ئەتىگەن - كەچتە ئۇخلاشتىن ئىلگىرى چىشىنى مسۋاكلىغاي، ھەر كۈنى ئەتىگەندە بىر نۆۋەت قاتتىق تۇزنى بىر سىقىم ياۋا كاسىنە بىلەن يېگەي، ئاندىن كېيىن 15 گىرام ئىترىفىل سەغىرنى يېگەي. ئىسسىق ۋە سوغۇق مىزاجلىق ئاشقازانغا پايدا قىلۇر.

ئەبۇ ئەلى ئىبن سىنا مۇنداق ئېيتقانىكەن، چاشقان كاۋىپى پايدا قىلىدىغانلىقى سىناقتىن ئۆتكەن، كىچىك باللارغا سىنغان ئىكەن.

ئونىنچى باب ئېغىز پۇراش توغرىسىدا

ئېغىز سېسىشنىڭ سەۋەبى رۇتۇبەتىنىڭ سېسىغانلىقى ۋە باشقا ئەسلىي ھالىتىدىن ئۆزگەرگەنلىكىدىندۇر، بۇ خىل سېسىقلىق تۆت يەردە پەيدا بولۇر.

بىرىنچىسى، چىش تۈۋىدە پەيدا بولۇر. ئىككىنچىسى، چىش مىلىكى مىزاجى بۇزۇلغانلىقتىن بولۇر، بۇ كۆپىنچە ھاللاردا ئىسسىقتىن پەيدا بولغان قۇرتتىن بولۇر، ئېغىزنىڭ رۇتۇبەتلىرى تەبئىي ھالىتىدىن ئۆزگىرەر. ئۈچىنچىسى، ئاشقازان كىرىش ئېغىزىغا پەيدا بولغان سېسىقلىقتىن بولۇر، بۇنىڭ خىلىتى بەلغەم بولۇر. تۆتىنچىسى، ئۆپكىگە پەيدا بولغان سېسىقلىقتىن بولۇر، بۇ سىل كېسەللىك باسقۇچىنىڭ ئاخىرىدا پەيدا بولۇر، بۇنىڭ ئالامتى مۇنداق بولۇر:

ئېغىز شىللىق پەردىسىنىڭ مىزاجى سېسىقلىق سەۋەبىدىن بولسا، ئېغىز رۇتۇبەتلىرى تېز

يېپىشار، ھەر ۋاقىت ئېغىزنى مسۋاكلىسا، ئېغىزنى سركە، گۈلاب ۋە ئۇنىڭغا ئوخشاش نەرسىلەر بىلەن يۇسا، ئېغىز خۇشبۇي پۇراقلىق بولۇر، يەنە قان زىيادە ئىسسىق تەبىئەتلىك بولسا ئۆزگىرەر.

ئەگەر سەۋەب چىشنىڭ تۈۋىدە بولسا، ئۇمۇ ئوخشاش بولۇر، ھەرقاچان غار - غار قىلسا، كولىسا ياكى چىشنى مسۋاكلىسا، سېسىقلىقنىڭ ماددىسى تارقاپ، خۇشبۇي بولۇر، يەنە ئەسلىگە قايتار.

ئەگەر ماددا ئىسسىق بولسا چىش سارغۇچ بولۇر، ئەگەر سوغۇق بولسا كۆكۈچ، يېشىل بولۇر، سەۋەب چىش مىلىكىدە بولسا، چىش مىلىكى ئاجىز بولۇر، چىشنى مسۋاكلاش بىلەن يوقىلار، يەنە ئەسلىگە قايتار.

ئەگەر سەۋەب ئاشقازاندا بولسا، تاماننىڭ ھەزىم قىلالماس، سېسىق كېكىرەر. ئەگەر ماددا سەپرادىن بولسا، كېكىرسە تاماننىڭ پۇرىقى بۇخارات بولۇپ چىقار، ئەگەر سەۋەب بەلغەمدىن بولسا پۇرىقى ئاچچىق بولۇر.

بۇنىڭ ئىلاجى مۇنداق قىلىنار:

ئېغىز شىللىق پەردىسىنىڭ مىزاجى بۇزۇلغانلىق سەۋەبتىن سېسسا ياكى ئۇنىڭغا چىشنىڭ تۈۋى ياكى چىش مىلىكىنىڭ سېسىقلىقى سەۋەب بولسا، ئاۋۋال قېيفال تومۇردىن قان ئالغاي، كۆك تومۇردىن ياكى تىلنىڭ ئاستىدىكى ئىككى تومۇردىن قان ئالغاي ياكى باشنىڭ دوققىسىغا ھىجامەت قويغاي، ئېغىزنى دائىم سركە ياكى گۈلاب بىلەن يۇغاي، ئەنسىل سركىسى بىلەن ئېغىزنى مەزمەزە قىلغاي.

ھەر كۈنى ئەتىگەندە ۋە ئاخشىمى چىشنى مسۋاكلىغاي، ياخشى دورىلار بايان قىلىندى، شۇلارنى ئىشلەتكەي.

بەدەننى مەتبۇخى ھېلىلە بىلەن تازىلىغاي، ھەر سائەتتە ئاقىرقەرھا ۋە گەزمازەج ۋە فۇپەل چاينىغاي، ئەگەر ئېغىزنىڭ مىزاجى سوغۇق ماددا ۋە بەلغەمدىن بۇزۇلغان بولسا تۇرۇنجى پوستى، قەلەمپۇر، سۇزاپ، سازەج ھىندى، مەستىكى، ئۇدخام، كاۋاۋىچىن، بەسباسە، جۇزبۇۋا، قاقىلە، پەرەنجمىشكى، زەنجىۋىل، كۈندۇر، سەئدى چاينىغاي.

ئەگەر ماددا قويۇق بولسا ئۇزۇم چاينىغاي، چىش تۈۋىگە نامازشامگۈلى ئۇرۇقى، سەبرە سۇركىگەي، ئەگەر بۇ ئىلاجلار بىلەن يوقالمسا، ئېغىز شىللىق پەردىسىنى، چىشنىڭ تۈۋىنى قۇرسى زەپەر، قۇرسى زەرنىخ بىلەن سۇرتكەي ۋە يۇغاي.

قۇرسى زەپەرنىڭ نۇسخىسى كۆيدۈرۈلگەن زەمچىدىن بىر ھەسسە، چۈچۈكبۇيا

يىلتىزى، زەپەرنىڭ ھەربىرىدىن بىر ھەسسىدىن ئېلىپ، بۇلارنىڭ ھەممىسىنى سوقۇپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ قۇرس قىلىپ، سىركىگە ئارىلاشتۇرۇپ قاينىتىلغان سۇ بىلەن ئېزىپ، چىش تۇۋىگە سۈركىگەي ۋە مەزمەزە قىلغاي.

قەغەز كۆلىدىن توققۇز گىرام، زەرنىختىن سەككىز گىرام، سەنگى ۋە سۇماق، زەنجۇىل، قارىمۇچىنى كۆيدۈرۈپ، قۇرسى پەرىيۇننىڭ ھەربىرىدىن ئالتە گىرامدىن ئېلىپ، باشقا قۇرسلار بىلەن ئوخشاش ئۇسۇلدا يۇغۇرۇپ ئىشلەتسە ياخشى بولۇر. بۇ سېسىق بۇخاراتلارنى يوقىتار، پاكىز گۆش ئۆستۈرەر، ئەگەر ھەسەلدە يۇغۇرۇپ ئىشلەتسە تېخىمۇ ياخشى بولۇر.

سېسىقلىق چىشنىڭ ئەسلىي ماددىسىدا پەيدا بولسا چىشنى قىرغاي، ئەگەر چىشنىڭ ھەممىسى سېسىغان بولسا چىشنى تارتىۋەتكەي.

سېسىقلىق ئېغىز شىللىق پەردىسىنىڭ ئىسسىقلىقىدىن ياكى ئاشقازانىنىڭ ئىسسىقلىقىدىن باشقا سەۋەبتىن بولمىسا، ناشتىلىقتا شاپتۇل، قوغۇن، ئۆرۈك يېسە پايدا قىلۇر، ئەگەر يۇقىرىقى مېۋىلەرنىڭ پىشىدىغان پەسلى بولمىسا، ئۆرۈك، شاپتۇل قېقىنى چىلاپ سۈيىنى ئىچىپ، مەزمەزە قىلغاي ۋە چىلانغان قاقلارنى يېگەي.

ئارپا تالقىنى، شېكەرنى سوغۇق سۇغا چېلىپ ئىچكەي، تائامغا غورا، سۇماق، سەۋزە سېلىپ بەرگەي. سەپرا بولغۇدەك، زىيان قىلغۇدەك تائام يېمىگەي.

سېسىقلىق ئاشقازان كىرىش ئېغىزى سەۋەبىدىن بولسا، قەي قىلىشقا بۇيرىغاي، ئاندىن كېيىن ئايارەج پەيقرا، ئىترىفل سەغىرنى تەييارلاپ بەرگەي، ھەر ھەپتىدە تۆت گىرام ئايارەج، 12 گىرام ئىترىفل، ھەر كۈنى ئەتىگەندە ئىترىفلنى يالغۇز يېگەي. ئارپا تالقىنى، شېكەر، باشقا مېۋىلەر ۋە تائاملار بايان قىلىندى، شۇلارنى ئىشلەتكەي.

ئېغىزنىڭ سېسىقلىقى ئاشقازانىنىڭ سوغۇقلۇقى ياكى بەلغەم ماددىسىدىن بولسا، قەي قىلغاندىن كېيىن ھەببى ئايارەج بەرگەي.

ھەببى ئايارەج نۇسخىسى ئايارەج پەيقرادىن تۆت گىرام، تۇربۇتتىن ئۈچ گىرام، نەمەك ھىندى، قەلەمپۇر، ئەپيۇن، زەنجۇىل، جۇۋىننىڭ ھەربىرىدىن بىر گىرامدىن، مۇقەلدىن بىر گىرام ئېلىپ، ھەممىسىنى ھەب قىلغاي. كەرەپشە سۈيى بىلەن ھەر كۈنى ئەتىگەندە نامازشامگۈلى يوپۇرمقى، ئۇرۇقى ئېلىۋېتىلگەن قۇرۇق ئۈزۈمنى سوقۇپ يۇغۇرۇپ، كۆز چوڭلۇقىدا يېگەي، ئۇبھەل ۋە سوقۇلغان قۇرۇق ئۈزۈم بىلەن يېسە كۆپ ياخشى بولۇر.

ئەفسەنتىن شارابى، سەبرە شارابى ۋە قوينىڭ مېڭىسى پايدا قىلۇر.

ھەربىرىنىڭ نۇسخىسى ئاشقازان ئىلاجىدا بايان قىلىنار.

چىش تۇۋىگە تاڭسا چىش مىلىكىنى چىكىتتىدىغان ۋە ئېغىزنى خۇش بۇي قىلىدىغان سۇفۇپ نۇسخىسى بۇ چىشنى ئاقارتار ۋە پاكىزلار.

جۇڭگو ساپىلى، كۆپۈكى دەريا، سوقمۇنيا، شاخار، ئەندۇران تۇزنىڭ ھەربىرىدىن توققۇز گرامدىن، سارغايتىلغان ئارپا ۋە كۆيدۈرۈلگەن ئۇد، سۇمبۇل، گەزمازەج، ھەببۇلئاس، كۇشتە قىلىپ سىركىگە چىلانغان ئاچچىق تاشنىڭ ھەربىرىدىن توققۇز گرامدىن؛ ئاقىرقەرھادىن 15 گرام؛ ئەگەر ئېغىز ئىسسىق مىزاجلىق بولسا، سەندەل ۋە فۇپەلدىن ئالتە گرامدىن ئېلىپ، يېرىم گرام كافۇرنى ئۇنىڭغا ئارىلاشتۇرغاي. ئەگەر مىزاجى سوغۇق بولسا قەلەمپۇر، قاقىلە، كاۋاۋچىننىڭ ھەر قايسىسىدىن ئالتە گرامدىن، ئىپاردىن بىر گرام ئارىلاشتۇرغاي.

ئەگەر مىزاجى مۆتىدىل بولسا ئەندۇران تۇزنى ئارىلاشتۇرمغاي.

. يەنە بىر ھەب نۇسخىسى تۇرۇنجى پوستى، پەرەنجىمشكى، قەلەمپۇر، جۇزبۇۋا، قاقىلە، ھۆل زەنجۇبىل، كاۋاۋنچىن، بەسباسە، سەئىدىنىڭ ھەربىرىدىن ئالتە گرامدىن، ئىپاردىن بىر گرام ئېلىپ، ھەممىسنى يۇغۇرۇپ ھەب قىلىپ، بىر تال ھەبنى ئېغىزدا ساقلىسا، ئېغىزنى خۇشبۇي قىلىدۇ.

خۇشبۇي قىلىدىغان ھەبنىڭ نۇسخىسى جۇزبۇۋا، قاقىلە، فۇپەل، كافۇر، قەلەمپۇر، دارچىن، خولنجاننىڭ ھەر بىرىدىن ئۈچ گرامدىن، ئىپاردىن بىر گرام ئېلىپ، ھەممىسنى ئېزىپ، ئالما شەربىتى ياكى بېھى ياكى ئۇزۇم شىرنىسى بىلەن يۇغۇرۇپ ھەب قىلغاي.

يەنە بىر ھەبنىڭ نۇسخىسى بېھىنىڭ ئۇرۇقىنى ئېلىۋېتىپ، قەلەمپۇرنى سوقۇپ بېھىنىڭ ئىچىگە ئېلىپ، بېھىنى مەھكەم جۇپلەپ ھۆل لاتىغا يۆگەپ، لاينىڭ ئوتتۇرىسىغا ئېلىپ، ئوتقا كۆمۈپ پىشۇرۇپ، لاتىدىن ئاجرىتىپ، سوقۇپ، نىشاپور گۈلى بىلەن يۇغۇرۇپ، ئىسسىق مىزاج كىشىگە يېرىم گرام كافۇر، ئۈچ گرام سەندەل، توققۇز گرام گۈلنى گۈلابتا نەمدەپ، ئۇنىڭدا يۇغۇرۇپ ھەب قىلغاي.

ھۆل مىزاجلىق كىشىلەرگە يېرىم گرام زەنجۇبىل، ئۈچ گرام جۇزبۇۋا، يېرىم گرام ئىپار بىلەن يۇغۇرۇپ بەرگەي.

ئىككىنچى قىسىم

بىرىنچى باب تىلنىڭ ئەھۋالى ۋە كېسەللىكلىرىنى تونۇش توغرىسىدا

تىل كېسەللىكلىرى ئالتە خىل بولۇر، ئاۋۋال تىل كېسەللىكلىرى بايان قىلىنۇر.

بىرىنچى خىل تىل كېسەللىكىدە تىل ھەرىكەتلەندۈرۈلسە ئاغرىق پەيدا بولۇر، بۇنىڭدا تىلنىڭ ئەسلىي ھەرىكەت ھالىتى ئۆزگىرەر، ئىككىنچى خىل تىل كېسەللىكىدە تىلنىڭ تېتىش سېزىمى، ئىسسىق ۋە سوغۇقنى سېزىدىغان سېزىمدا ئۆزگىرىش پەيدا بولۇر، بۇنىڭدا بۇ ھەر ئىككى خىل سېزىمنىڭ بىرى يوقلار ياكى بىرى زەئىپلىشەر ياكى ئۆزگىرىپ كېتەر. بۇ ئىككى سېزىمنىڭ بىرى يوقلىپ، يەنە بىرى يوقالمىسا ئۇنىڭ سەۋەبى شۇكى، ئىككى سېزىم ۋە ھەرىكەت ئەزاسى (نېرۋىسى)نىڭ ئىقتىدارىنىڭ بىرىدە كېسەللىككە بولغان مايىللىقنىڭ كۆپرەك ئىكەنلىكىنى بىلدۈرەر. مۇشۇ سەۋەبلەردىن ئەزادا كېسەللىك پەيدا بولغان بولۇر. ئۇچىنچى خىل تىل كېسەللىكى مىزاج بۇزۇلۇشتىن پەيدا بولۇر. تۆتىنچى خىل تىل كېسەللىكىدە كېسەللىك سەۋەبىدىن تىلنىڭ شەكلىدە ئۆزگىرىش بولغاچقا، تىل ئاجىزلاپ، ئۇزىراپ ئېغىزدىن چىقىپ قالۇر، تەشەننۇج پەيدا بولۇر ياكى ئىششۇر. بۇ كېسەللىك مىزاج بۇزۇلۇش ۋە تىلنىڭ ئۆزگىرىشى بىرلىششتىن پەيدا بولۇر. بەشىنچى خىل تىل كېسەللىكى يەنە بىر ئەزا بىلەن شېرىك ھالەتتە پەيدا بولۇر، چۈنكى تىل كېسەللىكى مەخسۇس تىلنىڭ ئۆزىدە پەيدا بولۇر. بەزىدە مېڭە بىلەن ياكى يەنە باشقا بىر ئەزا بىلەن شېرىك ھالەتتە پەيدا بولۇر. تىل كېسەللىكى مېڭىنىڭ شېرىكچىلىكى بىلەن پەيدا بولسا، سېزىم ۋە يۈزدىكى بىرەر كېسەللىكتىن خالىي بولغىلى بولماس. تىل كېسەللىكى ئۆپكە، ئاشقازان ۋە ئۇلارنىڭ مۇسكۇللىرىنىڭ شېرىلىكى بىلەن پەيدا بولسا، بۇ خىل كېسەللىكلەر ئاشۇ مۇسكۇللاردا بار بولغان كېسەللىكلەردىن پەيدا بولۇر. ئالتىنچى خىل تىل كېسەللىكى قوشنا ئەزالاردىن ئايرىلىپ قالغانلىقىدىن پەيدا بولۇر.

تىل مىزاجى بۇزۇلۇش قايسى خىل ئالامەتلەردىن بىلىنەر؟ تۆۋەندىكى يەتتە خىل سەۋەبتىن بىلىنەر. بىرىنچى، رەڭگىدىن بىلىنەر. ئىككىنچى، تاۋامنىڭ تەمنى تېتىشتىن بىلىنەر. ئۈچىنچى، تىلنىڭ ھۆل ياكى قۇرۇقلۇقىدىن بىلىنەر. تۆتىنچى، تىلنىڭ ھەرىكىتىدىن بىلىنەر، يەنى تىل ھەرىكىتىنىڭ ئادەتتىكىدىن يېنىك ياكى ئېغىرلىقىغا قارىلار. بەشىنچى، تىلنىڭ شەكلىدىن بىلىنەر. ئالتىنچى، تىلدا پەيدا بولغان يارىلاردىن بىلىنەر. يەتتىنچى تىلنىڭ كۆيۈشىدىن، يۇمشاقلىقىدىن ياكى يىرىكلىكىدىن بىلىنەر.

تىلنىڭ مىزاجى بۇزۇلۇشنى ئۇنىڭ رەڭگىدىن تونۇشتا تۆۋەندىكىلەرنى بىلگەي:

تىلنىڭ ئاقلىقى — مىزاجنىڭ سوغۇق، ماددىسىنىڭ بەلغەم ئىكەنلىكىنى بىلدۈرەر، ئۇنىڭ دەللىلى — سېرىقلىقى بولۇپ سەپرانىڭ ئالامىتىدۇر. قىزىللىقى — قانىنىڭ ئالامىتى، قارىلىقى — سەۋدالىق ماددىنىڭ كۆيگەنلىكىنىڭ ئالامىتى بولۇر، بۇ چاغدا ئۆتكۈر ئاغرىق ۋە ئۆتكۈر قىزىتما بولۇر، يەنى رەڭگى قىزىل بولۇر. قىزىتما يۇقىرى بولسا سېرىق رەڭدە بولۇر، قىزىتما يەنمۇ يۇقىرىلسا قارا بولۇر. قىزىتمىنىڭ يۇقىرىلىقى ماددىنىڭ ئۆتكۈرلۈكىگە مۇۋاپىق بولۇر، ئەسلىي ھارارەتنىڭ پەسىيىشى ئەجەلنىڭ يېقىنلاشقانلىقىنىڭ ئالامىتى بولۇر، كۆپ ھاللاردا تىلنىڭ رەڭگى يەنە بىر ئەزا ئاغرىقنىڭ ئالامىتى بولۇر.

ئەگەر تىلى قىزىل ۋە يىرىك بولسا، قاندىن ئىششىغانلىنىڭ ئالامىتى بولۇر، يەنى ئىششىق باش، ئاشقازان، جىگەردە بولۇر.

ئەگەر تىل ئاق بولسا، ئاشقازان ۋە جىگەرنىڭ سوغۇقلۇقىنىڭ ئالامىتى بولۇر، بۇ، ماددىنىڭ بەلغەم ئىكەنلىكىنىڭ ئالامىتى بولۇر، دەسلەپتە بەزىدە يارىنىڭ قاندىن پەيدا بولغانلىقىنىڭ ئالامىتى بولۇر.

تىلنىڭ ھالىتىنى تەمدىن تونۇش تۆۋەندىكىدەك بولۇر:

ئەگەر ئاچچىق بولسا، پۇتۇن بەدەنىدە، ئاشقازاندا سۇيۇق رۇتۇبەت ۋە ئاجىز ھارارەت بارلىقىنىڭ ئالامىتى بولۇر.

ئەگەر تىل تاتلىق بولسا، قانىنىڭ قۇۋۋىتىگە بېشارەت بېرەر.

ئەگەر تىل ئاچچىق بولسا، سەپرا‌غا بېشارەت بېرەر.

ئەگەر تىل تاۋامنى تېتالمىسا، سېسىق بەلغەمگە بېشارەت بېرەر.

ئەگەر تىلنىڭ تاۋامنى تېتىشى موزا تەمىدە ۋە قابىز بولسا، سەۋداغا بېشارەت بېرۇر.

تىلنىڭ ھالىتىنى ھۆللۈك ياكى قۇرۇقلۇقتىن بىلىش تۆۋەندىكىدەك بولۇر:

ئەگەر تىل قۇرۇق بولۇپ، شىللىق پەردىسىدە يېپىشقاق رۇتۇبەت بولسا، بۇ قويۇق رۇتۇبەتنىڭ مېڭىدىن چۈشكەنلىكىگە بېشارەت بېرەر ياكى ئاشقازاندىن بۇخارات ئۆرلىگەن بولۇر، ئاغرىقنىڭ ھارارىتى ئۇنى يېپىشقاق ۋە قۇرۇق قىلۇر. بەزىدە بىمار تىلنىڭ قۇرۇقلۇقىدىن

شكايەت قىلسا تېۋىپ ئامالىنى قىلغاي، ئاغرىقنىڭ زارىنى ئاڭلىغاي. بىلىش كېرەككى، تىلنىڭ يىرىكلىكى قۇرۇقلۇقتىن كېيىن پەيدا بولۇر، يۇمشاقلىقى ھۆللۈكتىن كېيىن بولۇر. تىلنىڭ ئېغىرلىقى ۋە يېنىكلىكى سۆزلىگەندە مەلۇم بولۇر.

تىلنىڭ ئېغىرلىقى بەزىدە تومۇرنىڭ تولۇپ قالغانلىقىغا ۋە مېڭىنىڭ ھۆللۈكىگە ياكى قانغا تولۇپ قالغانلىقىغا بېشارەت بېرۇر ياكى پەيلەرنىڭ زەئىپلىكىگە بېشارەت بېرۇر ياكى قۇۋۋەتنىڭ زەئىپلىكىگە بېشارەت بېرۇر.

قۇۋۋەتنىڭ زەئىپلىكىنىڭ بېشارىتى شۇكى، ئاۋاز زەئىپلىك بىلەن چىقۇر.

پەيلەرنىڭ زەئىپلىكىنىڭ بېشارىتى شۇكى، تىل سۆزلىگەندە تۇتۇلۇپ چىقۇر، بەزىدە كېكەچكە ئوخشاش «س» ۋە «ر» غا ئوخشاش تاۋۇشلارنى توغرا ئېيتالماس، تىل ئىششىقىنىڭ ئەھۋالى لەۋ ئىششىقىنىڭ ئەھۋالىغا ئوخشاش بولۇر (ئاۋۋالقى بابتا بۇ ھەقتە بايان قىلىندى).

تەشەننۇجنىڭ ئەھۋالى شۇنداق بولىدۇكى، ھەر ئىككى پەي تەشەننۇجلانسا، تىلنىڭ ھەرىكىتى ئېغىزنىڭ ئىككى تەرىپىدىكى ئىككى پەي بىلەن بولۇر، تىلنى ئېغىزنىڭ بۇ تەرىپىدىن ئۇ تەرىپىگە ھەرىكەتلەندۈرگىلى بولماس. ئەگەر بىر مۇسكۇلدا پەيدا بولسا، تىل شۇ مۇسكۇل تەرەپكە مايىل بولۇر. ئەگەر تىلنى سىرتى ۋە ئىچىگە ھەرىكەتلەندۈرىدىغان ئىككى مۇسكۇلدا پەيدا بولسا، تىلنىڭ ھەرىكىتى شۇنىڭ بىلەن بولغاچقا، تىل قىسقىراپ، سىرتقا چىقارغىلى بولماس. ئەگەر ئۇ ئىككى مۇسكۇلدا پەيدا بولسا تىلنى ئۆرۈگىلى بولماس. ئەگەر بىر مۇسكۇلدا پەيدا بولسا، تىل شۇ تەرەپكە مايىل بولۇر. ئەگەر ئىككى مۇسكۇلدا پەيدا بولسا، تىل ئىگىلمەس.

تەشەننۇج قۇرۇقلۇقتىن ياكى ئىمتىلادىن بولۇر، قۇرۇقلۇقتىن پەيدا بولغان تەشەننۇج سۇرگىدىن كېيىن پەيدا بولۇر، ئىسسىقلىقتىن پەيدا بولغان تەشەننۇج ئىمتىلاردىن كېيىنمۇ پەيدا بولۇر، ئۇ ئىمتىلادىن بولسا، بەزىدە پۇتۇنلۈك بۇزۇلۇش ئالامتى ۋە ئېغىز يارىسىغا ئوخشاش بولۇر، بۇ ئاۋۋالقى بابتا بايان قىلىندى.

ئىككىنچى باب تىلنىڭ تەمسىز نەرسىلەرنى خالىشى توغرىسىدا

بۇ كېسەللىكنىڭ مەخسۇس تىلدا ئىكەنلىكىنى ياكى باشقا ئەزالار بىلەن شېرىك ياكى ئەمەسلىكىنى پەرقلەندۈرگەي، مەسىلەن: ئاشقازان، مېڭە ياكى پۇتۇن بەدەن بىلەن شېرىكمۇ

ياكى ئەمەسمۇ بۇنىڭغا قارىغاي.

يالغۇز تىلدىلا بولسا غار - غار قىلىش بىلەن ئىلاج قىلغاي. شېرىك بولسا شېرىك بولغان ئاشۇ ئەزالارنىڭ ئىلاجىنى قىلىش بىلەن مەشغۇل بولغاي. بۇ خىل كېسەللىك كۆپ ھاللاردا شېرىكلىك بىلەن پەيدا بولۇر.

ئەگەر مىزاجنىڭ ئىسسىقلىقى ۋە ماددىسىز سوغۇقلۇق مەخسۇس تىلدىلا پەيدا بولسا، سىركە، گۈلاب، خەربەق شارابى، ھۆل يۇمغاقسۈت سۈيى بىلەن غار - غار قىلغاي.

ئەگەر ماددا قويۇقراق بولسا، ئەنسىل سىركىسى بىلەن كېسەللىكنىڭ يىلتىزى كېسىلۇر.

ئەگەر بەك قويۇق بولسا، تىل ئاجىزلىقىدا ئىشلىتىدىغان غار - غارنى ئىشلەتكەي.

بۇ بىمارنىڭ تائامغا ئۇشتۇرغار (تۆگىتاپىنى)، قىچا ئۇرۇقى، پىياز سىركىسى بىلەن سامساق سىركىسى ياكى خام پىياز ئىشلەتكەي.

بۇ ئاغرىق ئاشقازان ۋە مېڭىنىڭ شېرىكلىكى بىلەن بولسا، مىزاج ئىسسىق ۋە ماددا سۇيۇق بولسا، ھەببى بىنەپشە بىلەن سۇرگە بەرگەي.

ھەببى بىنەپشە نۇسخىسى بىنەپشىدىن ئالتە گىرام، قىزىلگۈل، قۇرۇق يالپۇزنىڭ ھەربىردىن بىر گىرامدىن، سوقمونىيادىن 108 گىرام، ئەنسۇن ۋە كەتىرانىڭ ھەربىردىن يېرىم گىرامدىن ئېلىپ ھەب قىلغاي.

يەنە بىر ھەبنىڭ نۇسخىسى يۇيۇلغان سەبرىدىن ئالتە گىرام، مەستىكى، قىزىلگۈلنىڭ ھەر بىرىدىن ئالتە گىرامدىن، سوقمۇنىيادىن 0.8 گىرام، شەھمەنزەلنىڭ لېشى ۋە كەتىرانىڭ ھەربىرىدىن 1.5 گىرامدىن ئېلىپ كاسنە سۇيى بىلەن ھەب قىلغاي. سۇرگىدىن كېيىن ئىككى - ئۈچ كۈن ئىتىرىفىل سەغىر يېگەي.

ئەگەر ماددا قويۇق بولسا، ئايارەج پەيقرا ۋە ھەببى قوقيا بىلەن سۇرگە بەرگەي.

ئەگەر مىزاج سوغۇق، ماددا كۆپ، قويۇق بولسا، چوڭ نۇسخىلىق ئايارەج يېگەي، مەسىلەن: ئايارەج لوغانزىيا ۋە ئايارەج رۇفس قاتارلىقلار بىلەن سۇرگە بەرگەي، سۇرگىدىن كېيىن ئېيتىلغان دورىلار بىلەن غار - غار قىلغاي.

ئۈچىنچى باب تىل ئاجىزلىقى توغرىسىدا

تىل ئاجىزلىقىنىڭ سەۋەبى ئىككىدىن ئارتۇق بولماس، بىرى، مەخسۇس تىل كېسەللىكى؛ يەنە بىرى، كېسەللىك مېڭە بىلەن شېرىك بولۇر.

كېسەللىكنىڭ ماددىسى ئەزادا غالىب كەلگەن رۇتۇبەتتۇر. بۇ رۇتۇبەت (ھۆللۈك) ئىككى خىل بولۇر، بىرىنچىسى، سۇيۇق رۇتۇبەت بولۇپ، ئۇنىڭغا قان ئارىلاشقان بولۇر. ئىككىنچىسى، قويۇق ۋە كۆپ رۇتۇبەت بولۇپ، ئۇ خىل رۇتۇبەت قاندىن غالىب كەلگەن بولۇر.

بۇنىڭ ئالامەتلىرى تۆۋەندىكىچە بولۇر:

ئەگەر سۇيۇق ۋە قان ئارىلاشقان بولسا، تىلنىڭ رەڭگى ئەسلىي ھالىتىدە بولۇر، چۈنكى رۇتۇبەت سۇيۇق بولۇپ، قاندىن غالىب كەلمىگەچكە، ئېغىزدىن سۇ كېلۇر. ئەگەر ھۆللۈك قويۇق ھالەتتە بولسا، تىل ئېغىر، رەڭگى ئاق، سۈيى كەم بولۇر. كۆپ بولسا، ئىششىق ئۇنىڭ ھەرىكىتىدە ئېنىق ئاغرىق پەيدا قىلۇر، تىل ئوچۇق بولۇر، چۈنكى تىلنى ئېغىرلاشتۇرىدىغان ھۆللۈك كۆيەر ۋە يۇمشار، بۇ سەۋەبتىن ياشلىق مەزگىلىدە سۆزى شېرىن بولۇر.

بۇ ئاغرىقنىڭ ئىلاجى مۇنداق قىلىنار:

ھۆللۈك مەخسۇس تىلغىلا مەنسۇپ بولسا، غار - غار بىلەن يوقاپ كېتۇر، ئۇ ھۆللۈك شېرىكلىك ھالىتىدە بولسا، ئاۋۋال مېڭىنى ئايارەج پەيقىرا بىلەن تەنقىيە قىلغاي ۋە غار - غار قىلغاي.

ئەگەر ھۆللۈك سۇيۇق بولسا، يۇمشىتىدىغان دورا ۋە قابىز دورىلار پايدا قىلماس. ياخشىسى شۇكى، يۇمشىتىدىغان قابىز دورىلار بىلەن غار - غار قىلغاي. جۇزبۇۋا، قىزىلگۈل، ئىزخىر غۇنچىسى، تاباشىر ئىشلەتكەي.

ئەگەر رۇتۇبەت قويۇق بولسا، ئاۋۋال ئايارەج پەيقىرا، شەھمەنزەلنىڭ لېشى، يەر يېغى تۇزىنى تىلغا قويغاي ۋە ئەنىسۇن بىلەن سۈرگە بەرگەي. چوڭ نۇسخىلىق ئايارەجلەرنى بەرگەي، كۆچلۈك غار - غار قىلغاي. قايماق، ھاشا، قىچا، ئاقىرقەرھا، پوستى بىخ كەبىر ۋە ماماكاپ قاتارلىق دورىلارنى سوقۇپ، غار - غار قىلغاي. گاھىدا دورىلارنى سوقماي سۈدا قاينىتىپ، بۇ سۇنى ئەنسىل سىركىسى بىلەن ئاچچىقسۇغا ئارىلاشتۇرۇپ غار - غار قىلغاي. نۆشۈدۈرنى ئېزىپ دارچىن بىلەن ياكى تۈرۈپ بىلەن يۇغۇرۇپ تىلغا سۈركىسە، كۆپ تۆكۈرۈك كەلتۈرگەي ۋە پايدا قىلغاي.

تىل ئاجىزلىشىپ سۆزدىن توختىتسا، پەرىيۇن، كۇندۇرنى يۇمشاق سوقۇپ، دائىم تىلنىڭ ئۈستىگە سۈركىگەي. بۇ دورىلاردىن زىمات تەييارلاپ، بويۇننىڭ ئارقىسىغا قويسا كۆپ مەنپەئەت قىلغاي. كېيىنمۇ يۇقىرىقى دورىلاردىن ھەب تەييارلاپ، ئەنبەر، لادەن، راتىيانەج بىلەن يۇغۇرۇپ، دائىم چىشنىڭ تۈۋىدە تۈرغۇزغاي.

يەنە بىر ھەب نۇسخىسى قىزىتىلغان كۇندۇردىن ئالتە گىرام، شۇمشىدىن ئۈچ گىرام ئېلىپ، ئىككىسىنى يۇغۇرۇپ ھەب قىلغاي.

غار - غارنىڭ نۇسخىسى نۆشۈدۇر، قارىمۇچ، ئاقىرقەرھا، قىچا ئۇرۇقى، بەۋرەق، زەنجۇبىل، قۇرۇق ئۈزۈم، قايماق، سيادان، قۇرۇق تاغ يالپۇزى، يەر يېغى تۇزى ھەممىسنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، ئىسسىق سۇدا ياكى ئاچچىقسۇدا ئېزىپ، شۇنىڭ بىلەن غار - غار قىلغاي.

ھىندىلارنىڭ بۇ ئاغرىق ئۈچۈن تەييارلىغان مەجۇنىنىڭ نۇسخىسى كېرمان زىرىسىدىن سەككىز گىرام، سىمىزئوت، يەر يېغى تۇزىنىڭ ھەربىرىدىن سەككىز گىرامدىن، پىلپىلدىن 100 دانە، قارىمۇچ ، شېكەردىن 168 گىرامدىن ئېلىپ، ھەممىسنى سوقۇپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ 12 گىرام ئىشلەتكەي.

سەلىيسا، مەسرۇدىتۇس، ئېشەك سۈتى، سەنجىرىنانى تىلنىڭ ئۈستىگە سۈركىسە ۋە ئىچسە پايدا قىلۇر.

كىچىك بالا كېچىكىپ سۆزلىسە، ئۇنىڭدىن سوئال سورالغاي، قىسقا، ئىخچام سۆزلەر ئۆگىتىلگەي، تىلىنىڭ ئۈستىگە تۇزنى ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ سۈركىگەي. گاھىدا ئازراق تۇرۇپ بىلەن سۈركىگەي، شۆلگەي ئېقىشقا پايدا قىلۇر.

تۆتىنچى باب تىلنىڭ كۆيۈشۈشى توغرىسىدا

تىل كۆيۈشۈشنىڭ سەۋەبى تۆت خىل بولۇر.

بىرىنچى خىلى، ھارارەت ۋە ئۇسسۇزلۇقنى ئاشۇرىدىغان يېمەكلىكلەردىن پەيدا بولۇر، مەسىلەن: ئاچچىق تائام ياكى ھەسەلگە ئوخشاش تاتلىق يېمەكلىكلەر. ئىككىنچى خىلى، ھارارەت ئاشقازاننىڭ ئېغىزىدا ياكى مېڭىدە پەيدا بولسا تىل كۆيۈشەر. ئۈچىنچى خىلى، كۆيدۈرگۈدەك قىزىتما پەيدا بولسا تىل كۆيۈشەر. تۆتىنچى خىلى، ئاشقازاننىڭ ئىچىدىكى ئىششىق سەۋەبىدىن تىل كۆيۈشەر. بۇنىڭ ئىلاجى مۇنداق قىلىنار: سەۋەب ئاشقازان كىرىش ئېغىزىدىكى ۋە مېڭىدىكى ھارارەتتىن بولسا، ئىسپىغۇل لوئابى، ئارپا سۈيى، گۈل يېغى، بىنەپشە يېغى بىلەن بىرلەشتۈرۈپ بەرگەي ۋە سەرپىستان سۈمۈرگۈزگەي.

پاقىيوپۈرمىقى سۈيى، ئىتئۈزۈمى سۈيىنى ئېغىزغا ئالغۇزغاي.

قارىئۆرۈك شاكىلى، تەمرى ھىندى شاكىلىنى ئېغىزغا ئالغۇزسا پايدا قىلۇر.

بىنەپشە يېغى، گۈل يېغىنى ئېغىزغا سالسا كۆيۈشۈشنى پەسەيتەر.

ئېغىزدا تۇرغۇزۇلىدىغان ھەبنىڭ نۇسخىسى قوغۇن ئۇرۇقىنىڭ مېغىزى، تەرخەمەك ئۇرۇقىنىڭ مېغىزى، پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى ۋە قاپاق ئۇرۇقىنىڭ مېغىزى، نىشاستە، كەتىرا، تەرەنجىبىننىڭ ھەممىسىنى سوقۇپ، يۇغۇرۇپ ھەب قىلغاي.

ئەگەر ئاچچىق ۋە ئۆتكۈر نەرسىلەرنى يېگەن بولسا مۇشۇ ئىلاجنى قىلغاي، كۆيدۈرىدىغان قىزىتما سەۋەبىدىن بولسا، تەپنىڭ ئىلاجىنى قىلىشقا مەشغۇل بولغاي، تۆۋەندىكى ئىلاجنىمۇ قىلغاي:

ئاشقازاننىڭ ئىچىدىكى ئىششىقتىن بولسا باسلىق تومۇردىن قان ئالغاي. ئىتئۈزۈمى سۇيىنى شېكەر بىلەن؛ كاسنە سۇيىنى ئازراق خىيار شەنبەر، ئارپا سۇيى، بادام يېغى بىلەن بەرگەي.

بەشىنچى باب تىل يېرىلىش توغرىسىدا

تىل يېرىلىش ئاچچىق ۋە ئۆتكۈر ھەمدە تۇزلۇق يېمەكلىكلەرنى ئىستېمال قىلىشتىن پەيدا بولۇر، بۇنىڭ ئىلاجى مۇنداق قىلىنار: ئىسپىغۇل لوئابىنى ئېغىزدا تۇرغۇزغاي، سەرپىستان شۇمگەي، پاقىيوپۇرمىقىنى توغراپ ئېزىپ، ئۇنىڭدىن چىققان كۆپۈكنى تىلغا سۈركىگەي. تائامغا پاچاق، چالا پىشقان تۇخۇم يېگەي. تۇزلۇق، ئاچچىق، ئۆتكۈر تائاملارنى يېيىشتىن پەرھىز قىلغاي. ئاۋۇالقى پەسلىدە بايان قىلىنغان دورىلار بۇ كېسەللىككە پايدا قىلۇر.

ئالتىنچى باب تىل تەشەننۇجى توغرىسىدا

تىل تەشەننۇجىنىڭ سەۋەبى ئىككى خىل بولۇر.

قويۇق ھۆللۈك تەسىرىدە ئەزالار ياكى تىلىنىڭ ھەركىتى بارلىققا كېلۇر. تىل مۇسكۇللىرىنىڭ قويۇق رۇتۇبەتلەرگە تولۇپ قېلىشى بىلەن تىل توغرىسىغا تارتىشىپ، ئۇزۇنلۇقى قىسقرار، تىل شۇ سەۋەبتىن تەشەننۇج بولۇر.

ئىسسىقتىن پەيدا بولغان ئاغرىق كۆيدۈرگۈچى قىزىتمىدىن پەيدا بولۇر، ئەسلىي رۇتۇبەتنىڭ ھۆللۈكى، ئۆتكۈرلۈكى سەۋەبىدىن يىرىڭلىق ئىششىق پەيدا بولۇر، تىل قۇرۇپ قالغان گۆشكە ئوخشاپ قالۇر.

تىل تەشەننۇجىنىڭ ئىلاجى تەشەننۇجىنىڭ ئىلاجى بىلەن ئوخشاش بولۇر، تىلنىڭ خاس

ئىلاجى قىسقىچە بايان قىلىندى.

ئەگەر تەشەننۇج رۇتۇبەت ۋە ئىمتىلادىن بولسا، باشنىڭ چوققىسىغا يۇمشىتىدىغان زىماتلارنى قويغاي.

بابۇنە، ئىكلىلمىلىك، سېرىقچېچەك، شۇمشا، تاغ يالپۇزى قاتارلىقلاردىن زىمات تەييارلىغاي ۋە غار - غار قىلغاي.

شۇمشا بىلەن ئەنجۇرنى قاينىتىپ ئېغىزغا ئالغاي ۋە بابۇنە يېغى، سېرىقچېچەك يېغى، تاغ يالپۇزى يېغىنى ئارىلاشتۇرۇپ، ئىلمان ھالەتتە ئېغىزغا ئالغاي. بۇ ياغلاردىن ياكى جوز يېغىدىن ياكى ھەببەتۇلخۇزرا يېغىدىن ياكى ئاچچىق ئۆرۈك مېغىزىنىڭ يېغىدىن ياكى مەسكە يېغىدىن تەييارلىغاي.

شۇمشا ئۇرۇقى ئۇنى بىلەن بەدىيانىنى ھەسەلدە ھالۋا قىلىپ يېگەي.

بويۇن ئومۇرتقىسىغا زىمات چاپقاي.

ئايارەج پەيقىرا، شەھمەنزەل بىلەن سۈركە بەرسە پايدا قىلۇر.

تىلنىڭ تەشەننۇجى كۆيدۇرىدىغان قىزىتمىدىن پەيدا بولغان بولسا، بىنەپشە، ئاق لەيلى، موم، بىنەپشە يېغىدا زىمات قىلغاي.

ئىشەك سۈتى، بىنەپشە يېغى، نېلۇپەر يېغى، قاپاق ئۇرۇقىنىڭ يېغى، بادام يېغى، ئىتئۈزۈمى سۈيى، قىزىل چۇغلۇقنىڭ سقىپ چىقىرىلغان سۈيى، ھۆل يۇمغاقسۈت سۈيى قاتارلىقلار بىلەن غار - غار قىلغاي ۋە باشنىڭ چوققىسىغا قويغاي، بۇ ياغلارنىڭ قايسىسى بار بولسا، ئۇنى سۈركسە پايدا قىلۇر.

يەتتىنچى باب تىل ئىششىش توغرىسىدا

تىل ئىششىشنىڭ سەۋەبى لەۋ ئىششىشنىڭ سەۋەبىگە ئوخشاشتۇر، ئۇنىڭ سەۋەبى ۋە ئالامىتى بايان قىلىندى. بىلىش كېرەككى، فەتەر (زەھەرلىك موگۇ)نى ياكى ئەپيۇنىنى يېگەنلىكتىن تىل ئىششار، بۇنىڭ ئىلاجى مۇنداق قىلىنار (بۇنىڭ زەھەرنى قايتۇرۇش تەدبىرى زەھەرلىك ئوتلار ئىلاجىدا بايان قىلىنار): ئەگەر قاندىن ئىششىغان بولسا، ئاۋۋال قىيفال تومۇردىن قان ئالغاي، ئاندىن كېيىن مەتبۇخ ھېلىلە بىلەن سۈركە بەرگەي. گاھىدا تىلنىڭ تومۇرىدىن قان ئېلىشقا ئېھتىياجلىق بولۇر.

ئەگەر سەپرادىن ئىششىغان بولسا، ئاۋۋال مەتبۇخى ھېلىلە ۋەرد بىلەن، ئاندىن شاھتەررە

بىلەن سۈرگە بەرگەي.

ھەر ئىككىسىنىڭ باشلىنىشىدا ھۆل يۇمغاقسۈت سۈيى، قارا سۇنا سۈيى (بۇنى ئەرەبچىدە خەس دەيدۇ)، كاسنە سۈيى، ئىتئۈزۈمى سۈيى ۋە گۈل سۈيىنى ئېغىزغا ئېلىپ تۇرغۇزغاي. ئۇ تەرىقىدە بىر نەچچە كۈن ئۆتسە، پىشۇرىدىغان ۋە يۇمشىتىدىغان دورىلارغا ئېھتىياجلىق بولۇر.

ھەسەلنى ساپ سۈت بىلەن ئېرىتىپ، ئېغىزنى يۇغاي.

شۇمشا ۋە ئەنجۈرنىڭ قاينىتىلغان سۈيىگە بەدىيانىنى سېلىپ، قاينىتىلغان زەيتۇن يېغى بولسا، بۇ ئۇچىنى بىرلەشتۈرۈپ ئىشلەتسە، ماددىنى پىشۇرار ۋە يۇمشىتار، سوغۇقتىن ئىششىغانىنىڭ ئاخىرقى باسقۇچىغا پايدا قىلۇر، بۇ ۋاقىتتا غىزاسىمۇ پىشۇرىدىغان تائاملاردىن بولغاي. مەسكە، سۇماق، كاللەكبەسەيگە ئوخشاش نەرسىلەر بولغاي.

ئەگەر ئىششىق باشلانسا، مائۇلئۇسۇل بىلەن ئارپا سۈيىدە ياكى ھەسەلدە ئېغىزنى يۇغاي، سۈرتكەي. ھەببۇلئاس، سۇماق، يېپىسمۇق، زەيتۇن يوپۇرمىقى بىلەن ئۆزۈمنى شارابتا قاينىتىپ، سۈزۈپ، ئۇنىڭدا ئېغىزنى يۇغاي (بۇ ئېغىز يارىسىنىڭ ئىلاجىدا بايان قىلىندى).

ئەگەر ئىششىق بەلغەمدىن بولسا، ئاۋۋال ھەببى ئايارەج ۋە ھەببى قوقيا بىلەن سۈرگە بەرگەي.

چۈچۈكبۇيا يىلتىزى، قۇرۇق ئۈزۈم، شۇمشا، ئەنجۈرنى قاينىتىپ، سۈزۈپ، شۇنىڭدا غار - غار قىلغاي. ئېغىزدا تۇرغۇزغاي. ئەگەر كەرەپشە ئۇرۇقى ۋە يىلتىزى، بەدىيان ۋە بەدىيان يىلتىزى قاتارلىقلارنى قاينىتىپ ئىشلەتسە ئوبدان يۇمشىتار. مائۇلئۇسۇل قاتارلىق قۇۋۋەتلىك شەربەتلەرنى بەرگەي. ئاچچىق بادام يېغى، ئابدىملىك يېغى قاتارلىقلارنى ئىشلەتكەي. غىزاسىغا قۇشقاچ شورپىسى، نوقۇت سۈيى، قايماق، زىرە، كەرۋىيا، دارچىن، قورۇلغان قۇشقاچ كاۋىپى، كۆيدۈرۈلگەن قەلەي، ئاچچىقسۇ، ھەسەل، زەيتۇن يېغى ياكى جوز يېغى قاتارلىقلارنى ئىشلەتكەي.

ئەگەر ئىششىق سەۋادىن بولسا، مەتبۇخى ئەفتىمۇن ۋە ئىترىفىل بۇزرۇك بىلەن سۈرگە بەرگەي. ئېغىزنى دائىم سوغۇق تۇتقاي. ھۆل يۇمغاقسۈت سۈيى، قارا سۇنا سۈيىگە ئوخشاش دورىلارنى ئېغىزغا ئالغاي، ئىششىق ھەددىدىن ئېشىپ كەتمىگەي.

جالىنۇس مۇنداق ئېيتقان ئىكەن:

60 ياشلىق كىشىنىڭ تىلى ئىششىپ، ئىششىق چوڭايغان. قان ئالدىغان كىشى ئۇنىڭغا ھەببى قوقيا بەردى ھەم ئېغىزدا سوغۇق نەرسىلەرنى ساقلاشنى بۇيرىدى. يەنە بىر تېۋىپ

بۇنىڭغا قارشى تەدبىر قوللاندى. بىر بىمار چۈشىدە قارا سۇنا سۈيىنى ساقلاپ كۆرۈۋېدى، دەرۋەقە شۇنداق قىلىۋېدى، بۇنىڭ بىلەن ئۇ ئاغرىقتىن خالاس بولدى، بۇ چۈش مېنىڭ مەسلىھەتىمگە مۇۋاپىق كەلدى.

سەۋدانى ئاشۇرىدىغان سەۋەبلەردىن پەرھىز قىلغاي، مەسىلەن: كاللەكەبەسەي، پىدىگەن، پىسسىمۇق، قاقلانغان گۆش، شورلۇق سۇنىڭ بىلىقىغا ئوخشاش نەرسىلەرنى يېمىگەي.

ئەگەر سەرتان ئىششىقى چوڭ بولسا، شۇنداقلا ئېغىزى ئوچۇق قالسا، ئۇنىڭ ئىلاجىنى قىلغىلى بولماس. ئەگەر ئۇنىڭ تىلىنى تۇتۇدىن كېسىپ تاشلىسا، ئۇ كېسەللىكتىن خالاس بولۇر.

سەككىزىنچى باب گاچىلىق ۋە كېكەچىلىك توغرىسىدا

كېكەچىلەشنىڭ سەۋەبى سەككىز خىل بولۇر.

بىرىنچى، تىل مۇسكۇللىرى ئاجىز بولۇر؛ ئىككىنچى، تەشەننۇج بولۇر؛ ئۈچىنچى، بىر نەچچە خىل ئىششىق بولۇر؛ تۆتىنچى، ئېغىز يارىسى، جاراھەت ۋە يارا بولۇر؛ بەشىنچى، تىل تارىمۇشلىرىنىڭ ئاستىدا بىرەر جاراھەت پەيدا بولۇر، بۇنىڭ بىلەن پەي قىسقرار؛ ئالتىنچى، سەرسامدىن كېيىن مەلۇم بىر نېرۋا زەئىپلىشەر. بۇ تىلنىڭ مۇسكۇلىغا تەسىر كۆرسىتەر؛ يەتتىنچى، كۆيدۈرىدىغان قىزىتمىلارنىڭ ئەسلىي ماددىسىدىكى ھۆللۈك يۇمشار. تىلنىڭ مۇسكۇلى بۇ سەۋەبتىن قۇرغاقلىشار؛ سەككىزىنچى، يۇتقۇنچاق (گال، كېكىردەك) مۇسكۇللىرىدا كېسەللىك بولۇر، شۇنىڭدىن ئاجىزلار ياكى تەشەننۇج بولۇر، بۇ خىل ئاغرىقتا مۇپتىلا بولغان ئادەمنىڭ ۋارقىرىشى ۋە سۆزلىشى مۇشكۈل بولۇر.

ئىسترخا (بوششپ كېتىش) نىڭ ئىلاجى، تەشەننۇچنىڭ ئىلاجى، ئېغىز يارىسىنىڭ ئىلاجى، قۇرۇقلۇقنىڭ ئىلاجى، كۆيدۈرىدىغان قىزىتمىدىن كېيىن پەيدا بولىدىغان ئىششىقنىڭ ئىلاجى قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرى باشقا بىر پەسلىدە بايان قىلىندى. مەلۇم نېرۋا ئاجىزلىشىپ ماددىنىڭ مۇسكۇلغا مېڭىدىن چۈشۈشىنىڭ ئىلاجى سەرسامدىن كېيىن پەيدا بولغان ئىششىقنىڭ ئىلاجىغا ئوخشاش بولۇر. سۇرگە بېرىش، غار - غار قىلىش، ئېغىزنى يۇيۇش، يۇتقۇنچاق مۇسكۇللىرى كېسەللىكىنىڭ سەۋەبىدىن بولغان تەشەننۇجنىڭ ئىلاجى قۇرۇقلۇقتىن پەيدا بولغان تەشەننۇجنىڭ ئىلاجى بىلەن ئوخشاش بولۇر. شۇلاردا مۇشۇنداق غار - غار قىلغاي. غار - غار

قىلىدىغان دورىلارنى ئېغىزدا ساقلىغاي. يەنە بىر ئىلاجى شۇكى، ھەر ۋاقىت سۆزلىسە نەپەس تارتىلار، ھاۋادىن نەپەس ئېلىپ قۇۋۇەتلەنسە، يۇتقۇنچاقنىڭ مۇسكۇللىرىنى كۈچ بىلەن ھەركەتلەندۈرەر، بۇنىڭ بىلەن سۆزلەش ئاسانلىشار.

دالاۋاش

گۆشنىڭ ئاستىدا مەلۇم بىر جاراھەت پەيدا بولۇر، بۇنىڭ بىلەن تىلدىكى شىللىق پەردە قىسقرار، بۇنىڭغا قول بىلەن ئىلاج قىلغاي. بۇنى تارىمۇشنى كېسىش دەپ ئاتار. بۇنىڭغا قول بىلەن سىرتتىن تەدبىر قىلغاي. ئۇ تارىمۇشنىڭ كېسىلىشى بىلەن تىل ئاجىزلاشمىغاي. ئەگەر كېسىلگەن يەردىن قاننىڭ كۆپ چىقىشىدىن ئەنسىرىسە، كۆپ ئېھتىيات قىلغاي، بۇنىڭدا يىپەك بىلەن پەينىڭ ئاستىدىن تىكىپ، ئېھتىيات بىلەن باغلىغاي، تومۇرلارنى ئېھتىيات بىلەن تۇتقاي. يىپەك ئۇنىڭ تومۇرىغا تېگىپ قالمىغاي، كېسىلمىگەي، يىپەكنى تىكىپ سىنىغاي، تارىمۇش شۇ كۈنى كېسىلسە يىپەكنى چىقىرىۋالغاي.

توققۇزىنچى باب تىل ئاستى پاقىسمان ئۆسمىسى توغرىسىدا

تىل ئاستى پاقىسمان ئۆسمىسى قاتتىق بەزدىن ئىبارەت بولۇپ، ئۇ تىل ئاستىدا پەيدا بولۇر. بۇ بەزنى خۇراسانىنىڭ بەزى شەھەرلىرىدە ئوق دەپ ئاتار. بۇ كېسەللىكنى بۇ نام بىلەن ئاتاشنىڭ سەۋەبى شۇكى، ئۇنىڭ رەڭگى تىلنىڭ رەڭگىگە ئوخشاش ھەمدە ئىششىق تومۇرلارنىڭ رەڭگىدىكىدەك كۆك رەڭدە بولۇر، ئۇنىڭ ماددىسى قويۇق ھۆللۈكتىن ئىبارەتتۇر.

داۋالاش

تۇز، سىركە، نۆشادۇر، زەنگار، زاكقا ئوخشاش يۇمشىتىدىغان دورىلارنى ئۇنىڭغا قويغاي. ئەگەر بۇنىڭ بىلەن يوقالمىسا، ئېغىز يارىسىنىڭ ئىلاجىدا بايان قىلىنغان ئۆتكۈر دورىلارنى قويۇپ، تىل ئاستىدىكى تومۇردىن قان ئالغاي. كىچىك بالىلاردا پەيدا بولسا، قايماق، ئانار پوستى، تۇزنى سوقۇپ، ئاشۇ يەرگە قويغاي، تىلغا قويۇپ سۈركىگەي، كۆيدۈرۈلگەن زاك، ئاق سۆرۈنجانىنى تۇخۇمنىڭ ئېقى بىلەن يۇغۇرۇپ تاڭسا، كۆپ پايدا قىلۇر.

ئوننىچى باب كىچىك تىل كېسەللىكلىرى توغرىسىدا

كىچىك تىل ئاغرىقى ئىككى خىل بولۇر. بىرى، ئىششىق بولۇپ باشتىن چۈشكەن نەزلىنىڭ سەۋەبىدىن پەيدا بولۇر. يەنە بىرى، بوشاش سەۋەبىدىن ساڭگىلاپ قالۇر. تاڭلاي ۋە يۇتقۇنچاق (گال) نىڭ بېشىغا ئولتۇرار.

بۇ ئىششىقنىڭ ماددىسى بەزى كىشىلەردە قاندىن پەيدا بولۇر، بەزى كىشىلەردە سەپراۋى قان بولۇر. بەزى كىشىلەردە بەلغەمدىن پەيدا بولۇر، بەزى كىشىلەردە سەۋدا خىلتىدىن پەيدا بولۇر. ئىششىشنىڭ سەۋەبى شۇكى، ئۇنىڭ مۇسكۇل تۇزۇلۇشى ئارىلاشما ھالەتتە ۋە ئوتتۇرىسى كاۋاك بولۇر، ئۆزىگە ئوخشاش ھالەتتىكى ھەرقانداق ماددىنى تېز قوبۇل قىلۇر. يوقاتقىلى بولماس، ئۇنىڭدا ساقلىنىپ قالۇر. ئىششار ۋە يۇتقۇنچاقتا پەيدا بولۇر. رۇتۇبەتنى گال ساھەسىگە چۈشۈرەر ۋە يۇتقۇنچاقنى زەخملەندۈرەر. بۇ ئاغرىقنىڭ ئالامتى شۇكى، ماددا قاندىن پەيدا بولۇپ ئىششسا، ئېغىز تەمى تاتلىق بولۇر. تاڭلاي ۋە تىلنىڭ رەڭگى قىزىل بولۇر، ھارارەت ئۇسسۇزلۇقنى ئاشۇرار.

سەپرادىن پەيدا بولغانلىقنىڭ ئالامتى شۇكى، ئېغىز ئاچچىق بولۇر، تاڭلاي ۋە تىل سېرىق بولۇر، ھارارەت كۆيدۈرەر ۋە ئۇسسۇزلۇق كۆپىيەر، ئىششقى قاتتىق، چوڭ بولماس.

بەلغەم خىلتىدىن پەيدا بولغانلىقنىڭ ئالامتى شۇكى، كىچىك تىل ئۆزۈن بولۇر، چاشقان قۇيرۇقىغا ئوخشار. يۇمشاق ۋە ئاق رەڭلىك بولۇر، كۆيۈشمەس ۋە قىزىماس، لېكىن ئېغىرلاپ قالۇر.

سەۋدا خىلتىدىن پەيدا بولغانلىقنىڭ ئالامتى شۇكى، قاتتىق ئىششار، تاڭلاي ۋە تىلنىڭ رەڭگى تۇتۇق بولۇر، ئېغىزنىڭ تەمى ئاچچىقراق بولۇر. ئىلگىرى قىلغان تەدبىرلەر ئۇنىڭغا بېشارەت بېرەر.

قاندىن ئىششغانغا قىيىقال تومۇردىن قان ئالغاي، مىزاجنى ھەشقىپىچەك سۈيى، كاسنە سۈيى، پاقىيوپۇرمقىنىڭ سۈيى ياكى ئىتئۈزۈمى سۈيىدە خىيارشەنبەر ۋە تەرەنجىبىنى ئېزىپ يۇمشاتقاي.

سىركە، گۈلاب، ئىتئۈزۈمى سۈيى، پاقىيوپۇرمقىنىڭ سۈيى، ھۆل يۇمغاقسۈت سۈيى بىلەن سۇماقنى چىلاپ سۈزۈۋەتكەن سۇيۇقلۇق بىلەن غار - غار قىلغاي.

ئەھۋالغا قاراپ، ئەگەر ماددا كەمرەك بولسا دورىلار بىلەن غار - غار قىلغاي. بەك قابىز بولمىغاي، سىركە، گۈل سۇيى، سىركەنجۇبىلنى ئىسسىق سوغا سېلىپ، ھۆل يۇمغاقسۇت سۇيىگە ۋە خەربەقكە ئوخشاش قابىز دورىنىڭ قۇۋۇتىنى بىلەن ماددىنىڭ كۈچىنى ياندۇرغاي. دورىلاردا غار - غار قىلىنسا، ئۇنىڭدىن قابىزلىق پەيدا بولۇر.

كۆزنى پەرۋىش قىلغاندەك قىزىلگۈل، سۇماق، خەرنۇپ نەبىتى، موزا، گەزمازەج، ئانارگۈلى، ئاقاقيالارنى سۇدا قاينىتىپ غار - غار قىلغاي.

ئاغرىقنىڭ باشلىنىشىدا پۈركەيدىغان غار - غار دورىنىڭ نۇسخىسى كىچىك تىلغىچە پۈركىگەي. قىزىلگۈل، ئانارگۈلى، موزا، گەزمازەج، ئاق سەندەل، سۇماق، شىيافى مامىيسا، ئاقلانغان يېسسىمۇق، زەرچۇبە، چۇچۇكبۇيا يوپۇرمقىنىڭ ھەممىسىنى ئوخشاش مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، نەيچە بىلەن پۈركىگەي.

كىچىك تىل ئاغرىقنى يوقىتىدىغان دورا نۇسخىسى ئاچچىق تاشتىن 12 گىرام، ئانارگۈلدىن 24 گىرام، زەپەردىن 16 گىرام، كافۇر، نۇشادۇرنىڭ ھەربىردىن ئۈچ گىرامدىن ئېلىپ، ھەممىسىنى سوقۇپ، پەلكۈچكە مىلەپ تىلغا سۈركىگەي.

غار - غار قىلىدىغان دورىنىڭ نۇسخىسى ھەببۇلئاس، بەللۇت، گەزمازەج، سۇماقنى گۈل سۇيىگە سېلىپ قاينىتىپ، سۈزۈپ غار - غار قىلغاي.

قابىز نەرسىلەردىن ئاغرىق پەيدا بولسا، قارا سۇنا سۇيى، سېمىزئوت سۇيى، خەربەق سۇيى بىلەن غار - غار قىلغاي.

يۇمغاقسۇت، كەتىرا، نىشاستىدىن تەك مىقداردا سوقۇپ، نەيچە بىلەن پۈركىگەي.

ئىسپىغۇل لوئابى، ئاق لەيلى سۇيى قاتارلىقلارنى كاشكاپ، جۇلاپ بىلەن قوشۇپ چالا قاينىتىپ، ئېغىزغا ئېلىپ تۇرغۇزۇپ غار - غار قىلسا پايدا قىلۇر. ئەگەر سەپرادىن ئىششىغان بولسا ئاۋۇال سۈركە ئىچۈركەي، سېرىق ھېلىلە، بەلىلە، تەمرى ھىندى، شاھتەررە، خىيار شەنبەر قاتارلىق دورىلارنى تەييارلاپ، شۇ سۇ بىلەن ۋە قاندىن بولغان ئىششىقنىڭ ئىلاجىدا بايان قىلىنغان دورىلار سۇيى بىلەن غار - غار قىلغاي.

ئىتئۈزۈمى سۇيى، گۈل سۇيى، قوغۇن سۇيى ئىچكەي ۋە ئۇنىڭ بىلەن ئېغىزنى غار - غار قىلغاي، ئۈچ كۈن ئۆتسىمۇ ياخشىلانمسا، ئۇ دورىلارنى قويۇقراق ۋە كۈچلۈكرەك تەييارلاپ، شۇنىڭ بىلەن ئىلاج قىلغاي، ئاغرىقنىڭ ھالىتىگە قاراپ دورىلارنى ئاجىز ۋە قۇۋۇەتلىك تەڭشەپ، شۇنىڭ بىلەن ئىلاج قىلغاي. ئەگەر ئىششىق بەلغەمدىن بولسا، ئاۋۇال سۈركە بەرگەي. ھەببى قوقيا، ھەببى سەبرە، مەستەكى قاتارلىق دورىلارنى تەييارلاپ بەرگەي. ھەر كۈنى

ئەتىگەندە بىمار تەرەنجىبىن بىلەن غار - غار قىلغاي.

سىركەنجۇبىل، ئاچچىقسۇ، قىچا، سىركە، موزا قاتارلىقلارنى بىرلىكتە ئېزىپ سۈركىگەي.

پۈركەيدىغان دورىنىڭ نۇسخىسى شىيافى مامىيسا، قىزىلگۈل، سۇماق، چۈچۈكبۇيا سۇيى، زەپەر، نۆشۈدۇر، قايماق، ئاقىرقەرھا، قارىموچ، پىلپىل، گەزمازەج، ئانارگۈلى، زەرچىۋە، سىرىق ھېلىلە، ئاچچىق تاش، موزا، رۇسۇت، خېنە، قاقىلە، قەسبۇزەرىرە، قىزىل زەرنىخ، قۇستە، ئۇچ كۈن باغلاپ ئۇستىخان يېگۈزگەن ئىتنىڭ پوقى ۋە كۆيدۇرۇلگەن قارلىغاچنىڭ ھەممىسىنى ئوخشاش مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ پۈركىگەي. بۇ ئىلاجلارنى كىچىك تىلنىڭ ئاجىزلىقىدا قوللىنىلغان ئىلاجلار بىلەن بىرلىكتە قاراپ ئىشلەتكەي.

ئەگەر سەۋدادىن ئىششىغان بولسا، ئۇنىڭ ئەھۋالىمۇ تىل ئىششىغانىنىڭ ئەھۋالىغا ئوخشاش بولۇر. ئۇنىڭ ئىلاجىغا دائىم سەۋدانىڭ سۈرگىسى بىلەن ئىلاج قىلغاي. ھۆل يۇمغاقسۇت سۇيى، قارا سۇنا سۇيى قاتارلىق سوغۇق تەبىئەتلىك دورىلارنى ئېغىزدا تۇتۇپ غار - غار قىلغاي. بۇ ئىششىق سەرتانىڭ ئىششىقى بولمىسا، سوغۇق تەبىئەتلىك دورىلارنى ئېغىزدا تۇتقاي.

ئەگەر ماددا قويۇق بولغەمگە تەۋە بولسا، تېۋىپ بۇنى بىلىپ باشقا ئىلاجلارنى قىلغاي، سەۋدادىن بولغان خەنناق (بوغما) نىڭ ئىلاجىنى قىلسا مۇۋاپىق كېلۇر.

پۈركەيدىغان دورىنىڭ نۇسخىسى موزىدىن بىر ھەسسە، قىزىل زاك، سۇماقنىڭ ھەربىرىدىن ئۈچ ھەسسىدىن ئېلىپ، بىر گىرام تۇز، 20 ھەسسە خەربەق سۇيى بىلەن يۇغۇرۇپ چاپلىغاي.

يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى ئاچچىق تاشتىن بىر ھەسسە، نۆشۈدۇردىن 1.5 ھەسسە، يېشىل موزىدىن بىر ھەسسە، قىزىل زاكتىن ئۈچ ھەسسە، ئەگەر ئاغرىق ۋاقتى ئۆتۈپ كەتكەن بولسا مۇرمەككى، زەپەر، سۆئىدى، دارشىشائان، پاقا، ئىزخىر، ئۇدىبلسان، ئۆشنە قاتارلىق دورىلارنى ئىشلەتكەي، مۇشۇ دورىلار بىلەن ئېغىزنى يۇغاي. بۇ ئىلاج بىلەن ياخشى بولمىسا، كاكىنەچنىڭ سقىپ چىقىرىلغان سۇيى، قىزىل توغرىغۇ، قەنتەرىيۇننى سوقۇپ، تاسقاپ، ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تاڭغاي، ئېغىزغا ئېلىپ تۇرغۇزغاي. ئەگەر ئىششىق زىيادە بولسا، ئىككىنچى كۈنى كۈندۈر بىلەن ھەسەلنى يۇغۇرۇپ تاڭغاي.

چاپلايدىغان دورىلارنىڭ نۇسخىسى ئاچچىق تاش، ئەنگىزەد، نۆشۈدۇرنىڭ ھەممىسىنى ئوخشاش مىقداردا ئېلىپ، ئالىقانسىمان پەلكۈچ بىلەن ئېغىزغا ۋە كىچىك تىلغا قويسا، شپا تاپار. ئەگەر بۇ دورىلارنى سىركەنجۇبىل ئەنسلى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ غار - غار قىلسا

ياخشى بولۇر. ئەگەر بۇ دورىلار يىرىكلىك پەيدا قىلسا، چۈچۈكبويىنى سۇدا قاينىتىپ سۈيىنى ئۇزۇم شىرىسى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئېغىزدا تۇتقاي.

ئۇ كىشىدە كېچىك تىل ئاجىز بولسا، تۆۋەنگە ساڭگىلىغان بولسا، ھارارەت ۋە قىزىللىق بولسا، غار - غار قىلىنىدىغان سۈيۇق دورىلارنى ئىشلەتكەي. ئاۋۋال قان ئالغاي، كېچىك تىلنى سەندەل، ئانارگۈلى، كافۇر، قىزىلگۈلنى خەربەق سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ ئىشلىتىپ، كېچىك تىلنى كۆتۈرگەي. ئەگەر ھارارەت بولمىسا كېچىك تىلنى نۆشۈدۇر، موزا بىلەن كۆتۈرگەي، ئاچچىقسۇ، خەردەل بىلەن غار - غار قىلغاي.

كېچىك بالىدىكى كېچىك تىل ئاغرىقىدا سىركە، موزا بىلەن كېچىك تىلنى كۆتۈرگەي، موزىنى سىركىدە ئېزىپ، باشنىڭ چوققىسىغا تاڭغاي.

چوڭلار ۋە بالىلاردىكى تىل كېچىكلەپ قىسقىراشنى كۆتۈرۈش تەدبىرىنىڭ نۇسخىسى موغاس، ئاقاقيا، ئىسلانغان تەنكار، ئىسپىغۇلدىن باشقىسىنى سوقۇپ، سىركىگە ئارىلاشتۇرۇپ، ھەببۇلئاس يوپۇرمىقى ۋە قۇرۇق يۇمغاقسۈتنى ئۇنىڭدا قاينىتىپ، سۈزۈپ، بۇ دورىلارنى سىركىدە يۇغۇرۇپ، باشنىڭ چوققىسىغا قويسا، ئاغرىغان كېچىك تىلنى كۆتۈرەر.

كېچىك تىلنىڭ مەخسۇس مۇسكۇلى بولمىغاچقا، مەخسۇس ھەرىكىتى يوق، مەخسۇس مۇسكۇل شۇنداق ئەزادا بولىدۇكى، ئۇنىڭدىكى ھەرىكەت مۆتىدىل ھەرىكەت بولۇر، ئەسلىي ئۇنىڭ چۆرىسىدىكى گۆشنىڭ شىللىق پەردىسىنىڭ ھەرىكىتىدۇر. ئۇنى ئەرەب تىلىدا «ئەلفەك» دەر. ئۇ پەردە باشنىڭ كاسىسىنى ئوراپ تۇرار، ئۇ باشنىڭ شىللىق پەردىسى ھېسابلىنار، ھەرقاچان قابىز دورىلارنى باشنىڭ چوققىسىغا قويسا، بۇ مېڭە پەردىسى يىغىلار، تارتىلار، كېچىك تىل شۇنىڭ بىلەن تارتىلار. ئەگەر كېچىك تىل ئىششىقى بۇ ئىلاج بىلەن ياخشى بولمىسا، كېچىك تىلنى كەسكەي. لېكىن بەدەندە ئىششىپ قالغان جاي ۋە ئىمتىلا بولسا كەسكىلى بولماس. ئاۋۋال سۇرگە بەرسە، بۇنىڭ بىلەن كېچىك تىل ئاغرىقى يېڭىلانمىغاي، ئۇنىڭ بېشى ئېسىلغان ئۇزۇمگە ئوخشاپ قالمىغاي، ئازراق تۆۋەن چۈشۈپ چاشقانىنىڭ قۇيرۇقىدەك ساڭگىلاپ تۇرسا، كېسىشتىن ئېھتىيات قىلمىسمۇ بولۇر، خەتەرلىك ئەمەستۇر. لېكىن ئاۋۋال سۇرگە بەرگەي، ئەمما ئىككىلا خىلغا كېسىش تەدبىرىنى قوللىنىش تامامەن يارىشىپ كەتمەس، كېسەللىك ماددىسى ئەسلىدىن زىيادە بولسا ئازراق كەسكەي. ئەگەر چوڭ كەسسە قان توختىماسلىق ۋەھىمىسى كېلىپ چىقار، كېچىك تىلغا قان تولمىغىچە، بېشى ئېسىلغان ئۇزۇمگە ئوخشاش بولمىغىچە كەسمىگەي. يۇتقۇنچاقتا قۇيۇلۇپ، يۇتقۇنچاقتىن ئۆپكىگە يانسا، شۇ سائەتتە جانىنى ئالۇر.

ئەگەر بۇ دورىلار بىلەن كېسىشنى خالىسا ئەنگىزەد، ئاچچىق تاشنى تۆپىسىگە تاڭغاي.

نۆشۈدۇر، ئەنگىزەد ۋە يېڭى جىگەرنى تېپىپ سالغاي.

زاكىنى ئېغىزىغا سېلىپ تۇرسا ياخشى مەنپەئەت قىلۇر. كۆپىنچە ئۇچ كۈندىن كېيىن تاڭغاي، بۇ دورىلارنى سۈرگەن ۋاقىتتا دائىم ئېغىزىنى تۆۋەنگە قارىتىپ ئېچىپ يېتىشى، ئېغىزدىن شۆلگەي قۇيۇلۇشى لازىمدۇر، دورىنى ھەرگىزمۇ كېكىرەككە يەتكۈزمىگەي.

ھەر ۋاقىت كېچىك تىلنى كېسىشنى خالىسا، قۇرسى كەھرىۋا، ئەپيۈن، جوز شارابى، خەربەق شارابىنى تەييار قىلغاي. چۈنكى كەسكەندىن كېيىن، قۇرسى كەھرىۋا، جوز شارابىنى خەربەق شارابىغا قوشۇپ ئېغىزغا ئېلىپ غار ـ غار قىلغاي، بۇنىڭ بىلەن قان كۆپ چىقىپ كەتمەس.

قابىز دورىلارنى ئالىقانسىمان پەلكۈچ بىلەن ئېلىپ كېچىك تىلغا قويغاي، سوغۇق سۇ، پاقىيوپۇرمىقىنىڭ سىقىپ چىقىرىلغان سۈيى، قۇرسى كەھرىۋا، گىل مەختۇم قوشۇپ غار ـ غار قىلغاي.

سىقىپ چىقىرىلغان قابىز سۈلارغا غورىنىڭ سىقىپ چىقىرىلغان سۈيى، رىۋاجنىڭ سىقىپ چىقىرىلغان سۈيى، ئىتئۈزۈمنىڭ سىقىپ چىقىرىلغان سۈيى، ئاچچىقراق بېھىنىڭ سىقىپ چىقىرىلغان سۈيى بىلەن غار ـ غار قىلسا، بۇ ئاغرىققا پايدا قىلۇر.

ئۇچىنچى قىسىم چىش كېسەللىكلىرى توغرىسىدا

بۇ قىسىم ئون بابتۇر.

بىرىنچى باب چىشنىڭ تۇزۇلۇشى ۋە چىش كېسەللىكلىرىنىڭ ئىلاجى توغرىسىدا

چىشنىڭ تۇزۇلۇشى، چىش كېسەللىكلىرىنى تونۇشتا تېۋىپلارنىڭ قارىشىدا ئىختىلاپ بار. تېۋىپلار چىشنىڭ ماددىسىنى ئۇستىخان ۋە نېرۋىدىن، دەپ قارايدۇ. بەزى تېۋىپلار چىشنىڭ ماددىسىنى ئۇستىخان، دەيدۇ. بەزى تېۋىپلار چىشنىڭ ماددىسىنى نېرۋىدىن، دەپ قارايدۇ. چىشنىڭ ماددىسىنى ئۇستىخاندىن دېگۈچىلەرنىڭ سەۋەبى شۇكى، ماددىسى قاتتىق، قۇرۇق بولۇپ، سۇنار. ئۇنىڭ ئىسسىقلىقى ئازراق، سوغۇق ۋە قۇرۇقلۇقى غالىب بولۇر، سۇركىسە ۋە قىرسا ئاغرىقى سېزىلمەس، دەيدۇ.

چىشنىڭ ماددىسىنى نېرۋىدىن دېگۈچىلەرنىڭ سەۋەبى شۇكى، چىش ئىسسىق - سوغۇقنى پەرق ئېتەر. ئاچچىق نەرسە تەگسە گاللىشار، گاللىششىنى ئەرەب تىلىدا «زەرەس» دەر. شۇڭا چىشنىڭ گاللىششىدىن ئېھتىيات قىلغاي ۋە نېرۋىدىن باشقا ئەزالارنىڭ گاللىشىپ قېلىشىدىن ئېھتىيات قىلىش ھاجەت ئەمەستۇر. چىشنىڭ قىچىشىشى، ئېغىزغا سانجىلىشى كۆپ كۆرۈلۈر، بۇ سەۋەبتىن چىش نېرۋىلىق بولۇر، دەيدۇ.

توغرىسى شۇكى، چىش ئۇستىخاندىن ئىبارەتتۇر. مېڭىنىڭ نېرۋىلىرى چىشنىڭ گۆھىرىگە تۇتاش بولۇپ، ئۇنىڭ بىلەن ئارىلاش بولۇر، نېرۋىلارنىڭ يىلتىزى تولىراق سانجىلىپ ئاغرىتۇر، ئاغرىقنى سېزىش شۇ نېرۋىلارنىڭ سەۋەبىدىن بولۇر.

ئۇ قاتتىقلىق، سۇنۇش، قۇرۇقلۇق، سۇرۇش ۋە قىرىشنى سەزمەس. شۇڭا چىش ئۇستىخان قاتارىدىن ھېسابلىنار. بۇنىڭغا ئوخشىمايدىغان يېرى شۇكى، چىش ماددىسى تۇغما ھۆللۇكتىن

بولۇر. ئۇ ئۇپراپ كەتسە ئورنىغا كەلمەس، يەنە ئۇنى پەيدا قىلىشقا ئىلاج بولماس، ھەرقانداق نەرسە ئەزادىن ئۆسۈپ چىقار، ئۇنىڭدىن بىر پارچە چىقىپ كەتسە، ئورنىغا يەنە بىر پارچە ئۆسۈپ چىقار، تولۇقلاشقىمۇ ئىلاج بولماس. بۇ، ئادەم ئورۇقلاپ يەنە سەمرىگەنگە ئوخشاش ياكى جاراھەتنىڭ سەۋەبىدىن بىر پارچە گۆش بەدەندىن ئايرىلىپ كەتسە، ئۇ يەر كەمتۈك بولۇپ قالۇر. چۈنكى، ئۇ يەردە بوشلۇق ھاسىل بولۇر، ئەمما يەنە بىر ئىلاج بىلەن يەنە گۆش پەيدا بولۇر، تۆشۈكى پۈتۈپ قالۇر، مۇشۇ سەۋەبتىن بەزى تېۋىپلار چىشنى تائامدىن ئۆسىدۇ، دەيدۇ.

ئەگەر چىشنىڭ ماددىسى تۇغما بولسا، بالا چىشى بار ھالەتتە تۇغۇلار ئىدى. ئەگەر چىش چۈشۈپ كەتسە قايتا چىقمايتتى، بەزىلەر چىشنى ئانا سۈتىدىن دەيدۇ. ئەگەر چىش تائامدىن بولسا، چوڭ بولغاندا چۈشۈپ كەتكەن چىش يەنە چىقار ئىدى، خۇددى جاراھەتنىڭ گۆشىگە ئوخشاش ئەسلىگە كېلەر ئىدى.

توغرىسى چىشنىڭ ئەسلىي ماددىسى ئاتا ـ ئانىنىڭ مەنىيسىدىن بولۇر، ئۇنىڭ ھاسىل بولىدىغان ماددىسى ئۇستىخاندىندۇر، چىش ئۇستىخاندىن ئۆسەر، شۇنداق ياراتقان ئىكەنكى، ئاللانىڭ چىشنى ئاۋۋال ياراتمىغانلىقىنىڭ ھۆكۈمى شۇكى، كىچىك بالىنىڭ غىزاسى سۈت بولۇپ، چىشقا ھاجىتى چۈشمەس، يەنە چىش ئۆسىدىغان ئۇستىخانلار كىچىك ۋاقىتدا ئاجىز ۋە كىچىك بولۇر. ئاۋۋال يارىتىلغان چىش چىقسا، ئاجىز ۋە كىچىك بولار ئىدى. ئەگەر چىش قۇۋۋەتلىك بولسا، ئۇ چىش ئۆسىدىغان ئۇستىخانلار ئۇنىڭغا بەرداشلىق بېرەلمەيتتى، چىشنىڭ شەكلى ئوخشاش بولماس، چۈنكى ئۇ تۆمۈرچىنىڭ سەندىلىگە ئوخشار، ئۇ ئۇستىخان ياغاچقا ئوخشار، سەندەلنى ئاشۇ ياغاچقا ئولتۇرغۇزار، ئەھلى سۈننەت ئۇنى سەندەل دەپ ئاتار، ھەر ۋاقىت سەندەل چوڭ بولسا، سەندەل ياغىچى بەك كىچىك بولسا مۇۋاپىق بولماس، ئۇ سەندەلنىڭ ئۇستىدە ئىش قىلغىلى بولماس، ناچار ھېكمەتلەرنىڭ ئالدى شۇ بولۇر. چىشلار ئاشۇ ئۇستىخاندىن تەييارلىنار، شۇ ۋاقىتتىن باشلاپ ئۇستىخانلار چوڭ مەھكەم بولۇر، چۈنكى تائامنى چاينىش ئۈچۈن چىشقا ئېھتىياجلىق بولۇر، ئاشۇ ۋاقىتتا چىقار.

چىشنىڭ يەتتە ياشتا چۈشۈشىنىڭ سەۋەبى شۇكى، ئاۋۋال چىققان چىشلار كېيىن چىققان چىشلارغا قارىغاندا ئاجىز بولۇر، كۆچى بولماس. چۈنكى ئۇنىڭ بىلەن ئۆمۈر بويى قۇرۇق ۋە قاتتىق تائاملارنى چاينىغاچقا سۇنار، ھەرکىمنىڭ تەبئىتى ئاللاتائالانىڭ پەرمانى بىلەن ئاۋۋالقى چىشلارنى چۈشۈرەر ھەمدە ئۆمۈر بويى يارىغۇدەك چىش چىقرار ھەمدە بەزى كىچىك بالا يەتتە ياشقا كىرگەندە ھەممە ئەزالىرى ۋە ئۇستىخانلىرى قۇۋۋەتلىك بولۇر، شۇنىڭدەك چىش ئۆسىدىغان ئۇستىخانلىرىغا ئوخشاش مەزمۇت بولۇر، ناچار ئۇستىخانلار چوڭ بولسا، ئاۋۋالقى

چىشلارنىڭ ئورنى كەڭ بولۇر، بۇ سۆت چىشى بىلەن تاڭام يېگىلى بولماس، ئورنى كەڭ بولغانلىقى سەۋەبىدىن مىدىرلاپ قالۇر، چۈشۈپ كېتەر، ئۇنىڭ ئورنىغا مەزمۇت بولغان چىشلار چىقار، قايتا چىقىش شۇكى، ئۇ مادداسىدىن چىش چىقار، ئاۋۋالقى چىشلار ئۇزۇنغا پايلىماس. ماددا كۆپرەك قېپقالغان چىشنىڭ مادداسى ئاللاتاڭالانىڭ ئەمرى بىلەن مەھكەم چىش بولۇر، ئاشۇ مادداسىدىن چىقار، خەلق ئىچىدە مۇنداق گەپ بار:

بەزى كىشىلەر ئۇزۇن ئۆمۈر كۆرسە چىشى يەنە چىقار، بۇنى چىش ئۆسۈش دەپ خەۋەر بېرىشەر. بىلىش كېرەككى، چىش ئۆسىدىغان ئۇستىخاندا چىشلارنىڭ ئورنى بەلگىلەنگەن بولۇر، يەنى ئۈلار ئارىغا ئوخشاش دانە ـ دانە چىقار. ئۇنى ئەرەب تىلىدا «مىنشارى» دەيدۇلەر.

1. ئەجەبلەنمەسلىك كېرەككى، بىراۋنىڭ چىشى چۈشسىمۇ تاڭام يەپ ھايات يۈرەر، چاينىسا ئاغرىق پەيدا بولۇر، ئەمما ۋاقىت ئۆتكەنسېرى چىش چىقىقان ئۇستىخانلاردىكى ئىزلار خۇددى چىشتەك دانىمۇ دانە بولۇپ كۆرۈنەر.

2. خەلق مۇنداق گۇمان قىلىدۇكى، ئۇزۇن ئۆمۈر كۆرگەن كىشىنىڭ مىزاجى ۋە ھەرىكىتى كۈچىيەر. دەسلەپكى قۇۋۋەتتى تۇغما بولسا ئەجەب ئەمەسكى، ئەگەر چىشلارنى ماددىسىز ياراتقان بولسا، چوڭ بولغاندا ئاللاتاڭانىڭ ئەمرى بىلەن يەنە چىقسا، چىشنىڭ ئۇستىخىنى سۈرۈلۈپ سەمرەر. قاتتىق ۋە قۇرۇق تاڭاملارنى چاينىغانلىق سەۋەبىدىن يېيىلۇر. ئۇنىڭ ئورنى ئەسلىي قانچىلىك بولسا شۇنچىلىك سەمرەر.

3. ئەگەر چىش چۈشسە، ئۇ چىش قالغان يەرنىڭ چوڭلۇقىدا بولسا، چىش ئۇ يەردىن چۈشكەن بولۇر. باشقا چىشلاردىن ئۇزۇنراق بولۇر. چۈنكى ئۇ سەمرەر. باشقا چىشلار ئۇ يەردىن سۈرۈلەر.

چىش ئاجىز بولۇش، چىش مىدىرلاش، چىش چۈشۈش، تۆكۈلۈش، چىش قاماش، سېسىش، چىشلار ئارىسى كاۋاك بولۇش، رەڭگىنىڭ ئۆزگىرىشى، چىش يۈزىگە داغ چۈشۈش، چىش مىلكى ئىششىش، چىش مىلكى ئاغرىقى، سانجىپ ئاغرىش قاتارلىقلار پەيدا بولۇر.

ئىسسىق ـ سوغۇق نەرسىدىن بىتاقەت بولۇش، تاڭام چاياشقا ئاجىز كېلىش، ئىششىش ھەم توڭلاش ئەھۋاللىرى پەيدا بولۇر، چىشتا ھەممە ئاغرىق پەيدا بولۇشى مۇمكىن، لېكىن چىش ئىششىماس، بەزىلەر ئىششىيدۇ، دەپ گۇمان قىلۇر، چىش مادداسى بولغاچقا ئىشىار، دېگۈچىلەرنىڭ پىكرى مەنئى قىلىنار. بۇ ھەقتە ئىككىنچى كىتابنىڭ بىرىنچى بۆلۈم ئالتىنچى بابىدا بايان قىلىندى، شۇنداقتىمۇ بۇ ماۋزۇدا بايان قىلىش ئارتۇقلۇق قىلماس.

بىلىش كېرەككى، چىشنىڭ مادداسى ئەسلىي قاتتىق ئۇستىخاندىن ئىبارەت بولۇپ، ئۇ

ئىششار، ئوزۇقلۇق قوبۇل قىلار، سەمرەر. ئۇزۇنسىغا، توغرىسىغا ۋە ئەتراپىغا چوڭيار، تارتىلار، زىيادە بولۇر، مۇشۇنداق بولغاندا چىش چوڭيىش بىلەن ئىششىق پەرقلەنمەس. ئەگەر چىش زىيادىلىكنى ۋە خىلتىنى قوبۇل قىلمىسا، خىلتىلار چىش ماددىسىغا تەسىر قىلمىسا ئىدى، چىشلارنىڭ بەزىسى قارا، بەزىسى يېشىل، بەزىسى كۆك، بەزىسى سېرىق بولماس ئىدى، بەزىسى يېرىلماس ئىدى، بۇ رەڭلەر ئەسلىي ماددىسىدىن ئەمەس، بەلكى خىلتىتىن پەيدا بولۇر، ئۇنى چىش سەرپ قىلۇر، شۇ ۋاقىتتا زىيادىلىك چىشنىڭ چۆرىسىدە، بېشىدا تولىراق بولسا، ئىششىق پەيدا بولۇر.

چىشنىڭ مىزاجى ۋە ھالىتى چىش مىلىكىدىن بىلىنەر، ئەگەر چىش مىلىكى قىزىل بولسا، چىشنىڭ مىزاجى قاندىن بولۇر.

ئەگەر رەڭگى سېرىق بولسا سەپرادىن بولۇر، ئەگەر رەڭگى ئاق بولسا بەلغەمدىن بولۇر، ئەگەر رەڭگى تۇتۇق بولسا سەۋدادىن بولۇر.

ئىككىنچى باب چىش تازىلاش تەدبىرى توغرىسىدا

بۇنىڭدا ئون ئىشقا دىققەت قىلغاي. بىرىنچى، تۇخۇمنى كۆپ يېيىش، ئاشقازانىنى ئېغىر تۇتۇشتىن پەرھىز قىلغاي، بۇنداق يېگەندە يېمەكلىك ئاشقازاندا سىسار، شۇنىڭ ئۈچۈن ئاشقازاندا ئاسان سىسىدىغان سۈت، ئاچچىق - تاتلىق يېمەكلىكلەرنى يېمىگەي. تائام يېيىشتە تەرتىپنى ساقلىغاي، ھەرقانداق يېمەكلىك يېسە يەڭگىلرەك، يۇمشاق، سۈيۇقراق بولسا، ئاۋۋال شۇلارنى يېگەي. چۈنكى ھەرقانداق تائام يەڭگىل بولسا ئاسان ھەزىم بولۇر، ئىلگىرى ئادەتلەنمىگەن ۋە ھەزىم بولمايدىغان قويۇق تائامنىڭ ئۈستىگە ھەزىم بولدىغان يەڭگىل تائامنى يېمىگەي. چۈنكى ئۇ قويۇق تائامنى سىستار، ئاچلىقتىن، ئاغرىغاندىن كېيىن كۆپ يېمەكلىكلەرنى يېمىگەي. مەسىلەن: بېلىققا ئوخشاش يېمەكلىكلەر، ئۇنداق يېمەكلىكلەر ئاسان سىسار، بۇخارات يۇقىرى ئۆرلەر؛ ئىككىنچى، كۆپ قەيى قىلىشنى ئادەت قىلمىغاي، قەيى قىلغاندا چىققان ماددىلارنىڭ ھەممىسى ئاچچىق بولۇر؛ ئۈچىنچى، قاتتىق نەرسىنى چىش بىلەن سۇندۇرمىغاي؛ تۆتىنچى، يىلىك ھالۋىسىغا ئوخشاش ۋە ئۇنىڭدىن باشقا نەرسىلەرنى چايناشتىن پەرھىز قىلغاي؛ بەشىنچى، چىشنى گاللاشتۇرىدىغان ئاچچىق نەرسىلەردىن پەرھىز قىلغاي، مەسىلەن: غورىغا ئوخشاش. تۇرۇنجىنىڭ ئاچچىقدىنمۇ پەرھىز قىلغاي؛ ئالتىنچى، بەك سوغۇق ۋە بەك ئىسسىق ئىچىملىكلەرنى بىرىنىڭ كەينىدىن بىرىنى ئىچمىگەي؛ يەتتىنچى، چىشقا ۋە چىش

مىلىكىگە زىيان قىلىدىغان يېمەكلىكلەرنى يېمىگەي. مەسىلەن: كۈدە ۋە خورمىغا ئوخشاش يېمەكلىكلەرنى يېمىگەي؛ سەككىزىنچى، تائام يېگەندىن كېيىن چىشنىڭ ئارىسىنى پاكىز تازىلىغاي، كۆپ كولىمغاي، كۆپ بولۇپ كەتسە، چىش مىلكى ۋە چىشنىڭ تۈۋىنى قىچىشتۇرار ۋە ئاغرىتار؛ توققۇزىنچى، ھەر كۈنى ئەتىگەندە چىشنى مىسۋاكلىغاي، ئۇنداق قىلمىغاندا چىش مىلكىنىڭ سۈيى ۋە چىش ماددىسىنىڭ پارقىراقلىقى يوقىلار، چىشنىڭ دەسلەپكى پارقىراقلىقى يوقالسا، چىشنىڭ يۈزى يىرىك بولۇپ قالۇر، بۇخاراتلارنى تېز قوبۇل قىلۇر ۋە بۇخاراتلار توپلىشۋالار، مىسۋاك يۇمشاق ئاچچىق ياغاچتىن ياسىلىشى لازىمدۇر؛ ئۇنىنچى، ھەر ۋاقىت قەي قىلسا چىشلارنى ياغلاپ قەي قىلغاي. ياتىدىغان ۋاقىتتا دائىم چىشنى مايلىغاي، بۇنىڭ بىلەن بۇخاراتلار ئۆرلىمەس.

ئەگەر چىشنىڭ مىزاجى ئىسسىقتىن بولسا گۈل يېغى سۈركىگەي، ئەگەر مىزاجى سوغۇقتىن بولسا قاپاق ئۇرۇقى يېغى ۋە مەستىكى يېغى سۈركىگەي، ئىسسىق ياغلارنىڭ ياخشىراقى ئاشۇلاردۇر.

ئاۋۋال چىشقا ھەسەل سۈركىگەي ياكى شېكەرنى سوقۇپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ چىشقا سۈركىسە ياخشىراقتۇر، ئاندىن كېيىن مايلىغاي.

بىلىش كېرەككى، توشقاننىڭ بېشىنى كۆيدۈرۈپ، سوقۇپ ئېغىزغا سۈركىگەي، ئاچچىق تاشنى ئوتتا پۈچۈلاپ، سىركىدە لايىقلاشتۇرۇپ، ئازراق مۇرمەككى بىلەن سۈركىگەي. يەتتۈ دېگەن ئوتنىڭ يىلتىزىنى جاغىردا قاينىتىپ مەزمەزە قىلغاي. ھەر ئايدا ئىككى قېتىم چىشنىڭ تۆۋىنىنى يۇسا، چىشلارنى چاپلاشتۇرىدىغان ماددىنى يوقىتار، چىشنى پاكىزلار، يەتتۈ بىر خىل گىياھ بولۇپ، سۇندۇرسا سۇتى ئېقىپ چىقار.

بىلىش كېرەككى، چىشنىڭ مىزاجىغا قاراپ دورا ئىشلەتكەي. ئىسسىق ۋە سوغۇقلۇقى ئوخشاش بولغاي. مىزاجى ئىسسىق ياكى سوغۇق بولسا، مىزاجىنى ياندۇرۇش ئۈچۈن قىلغان ئىلاج قۇرۇق ئىسسىق ياكى سوغۇق بولغاي. چىشقا پايدا قىلىدىغان دورىلار قۇرۇق سوغۇق بولغاي. بۇ دورىلار تۆۋەندىكىچە:

سەندەل، قىزىلگۈل، ئىپار، كافۇر، يۇلغۇن مېۋىسى، ئانارگۈلى، خۇنسياۋشان، موزا، مەرۋايىت، فۇپەل، ئارچا، يۇلغۇن يوپۇرمىقى، سەۋسەن دەرىخىنىڭ قوۋزىقى، ھۇمماز يىلتىزى.

قۇرۇق ئىسسىق دورىلار:

ئوتتا پۈچىلانغان تۇز، كۆيدۈرگەن ئاق موھرە، سەئىدى، دارچىن، قۇرۇق زۇپا، سۇمبۇل سۈيى، ئىزخىر، سىركە، يالپۇز، ھۆل يالپۇز، ئۇبھەل، يۇمىلاق زىراۋەندە، شەھمەنزەل،

ئاقرىقەرھا، سازەج ھىندى، بىخ كەبىر پوستى، كەبىر، ئۇد، ئىپار، خورما، توشقاننىڭ كۆيدۈرگەن ۋە كۆيدۈرمىگەن بېشى، تال ياغىچىنىڭ كۈلى، قومۇش كۈلى، توغرىنۇ كۈلى، مەستىكى، موزا كۆيدۈرگەن شېشە، كۆيدۈرگەن يۇلغۇنلار سىركىگە چىلانسا مۆتىدىل بولۇر، مۇشۇ دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ چىشنى مسۋاكلىغاي، ئۇنى سۇنۇن دەپ ئاتار، چىش ئاغرىقىنىڭ ئىلاجى ئۆز ئورنىدا سىناق قىلىنار. ئىنشائاللا!

ئۇچىنچى باب چىش ئاغرىقى توغرىسىدا

چىش ئاغرىقىنىڭ سەۋەبلىرى مىزاج بۇزۇلۇشتىندۇر، چىش ئاغرىقى ماددىلىق ۋە ماددىسىز بولۇر، چىش ئاغرىقى مىزاج بۇزۇلۇشتىن ۋە ماددىدىن بولسا، ئۇنىڭ سەۋەبى ماددىنىڭ كۆپلۈكىدىن، بۇزۇلۇشىدىن، ئۆتكۈرلۈكىدىن ياكى قويۇقلۇقىدىن ياكى يەللىكلىكىدىن بولۇر. بۇ خىل ھالەت كۆپ كۆرۈلەر، چىشنىڭ ئارىسىدا ياكى چىشنىڭ يىلتىزىدا قۇرت پەيدا بولۇر.

كۆپ ھاللاردا ماددا ئاشقازاندىن باشقا چىقىپ، باشتىن چىشقا چۈشەر، ماددا پۈتۈن بەدەندە بولسا ھەممە چىشقا يېتەر، ئۇنىڭ جەريانى مۇنداق بايان قىلىنار: قىزىتما كۆپ بولۇر، ئىسسىق تەبىئەتلىك قىزىتما چىشنى كۆيدۈرۈپ ئاغرىتار، ئۇنىڭ سەۋەبى شۇكى، مىزاج بۇزۇلغاندا چىش ھەممە مۇسكۇللارغا شېرىك بولۇر، بۇ قىزىتمىنىڭ ناھايىتى ئۆتكۈرلۈكىدىن بولۇر، چىشنىڭ يېيىلىشى، تۆكۈلۈشى ۋە سۇنۇشى ماددىنىڭ ئۆتكۈرلۈكىدىن بولۇر، ئۇنىڭدا كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر شۇكى، چىش ئاغرىغاندا ئاۋۋال چىشنىڭ تۈۋىدە ئىشىش بار - يوقلۇقىغا قارىغاي. ئەگەر ئىششق بولسا چىشتا ھېچ گاللىق ۋە ئاجىزلىق، يېيىلىش، كېسەللىك ماددىسى بولمىسا، ئۇنىڭ رەڭگى ساغلام چىشنىڭ رەڭگىدە بولسا، بىلىش كېرەككى، ئاغرىق ماددىسى چىش ملىكىدە ياكى چىش ماددىسىدا بولغان بولۇر. چىش ملىكى ئىششمىغان بولسا ۋە چىش قامىغان بولسا ياكى ئاجىزلىغان بولسا ياكى ئىششغان بولسا ياكى ئۇنىڭ رەڭگى ئۆزگەرگەن بولسا، بىلىش كېرەككى، كېسەللىك چىش ماددىسىدا بولغان بولۇپ، چىش ملىكىدە بولماس، بۇ خىل كېسەللىككە گىرىپتار بولغان كىشى كېسەللىكىنىڭ قەيەردە ئىكەنلىكىگە ئۆزى خەۋەر بېرەر، چۈنكى چىشنىڭ ھەممىسى ئاغرار، ئەزالارنىڭ لىكىلداش سېزىمى پەيدا بولۇر، دەپ بىلگەي. بۇنىڭ سەۋەبى ماددا چىش تۈۋىگە تۇتاش يەللەردە بولۇر. سېزىمنىڭ سەۋەبى تومۇرنىڭ ھەركىتىدىن ئىبارەت بولۇپ، ئۇنىڭغا يېقىن بولۇر ياكى ئۇنىڭغا تۇتىشار، ئەمما مىزاج

بۇزۇلۇشنىڭ ھەرقايسى تۈرلىرىنىڭ ئالامتى شۇكى، ئەگەر مىزاج ئىسسىقتىن بۇزۇلغان بولسا سوغۇق يەلدىن، سوغۇق سۇدىن، سوغۇق دورىلاردىن راھەتلىنەر.

ئەگەر ئاغرىقنىڭ ماددىسى سۇيۇق بولسا دورىلارنىڭ ئۇنۇمى تېز كۆرۈلەر.

ئەگەر ماددا قويۇق بولسا ئاغرىق ئېغىر بولۇپ، ئىلاج قىلسا كېچىكىپرەك كۆرۈلەر.

ئەگەر ماددا يەلدىن بولسا سانجىق، ئاغرىق كۈچىيىش بىلەن بىرگە يەنە يۆتكىلەر.

ئەگەر مىزاج قۇرۇقلۇقتىن بۇزۇلسا، يېڭىچە بولۇر ۋە ئورۇق بولۇر. چىش يىلتىزىنىڭ ئورنى يەككە بولغان سەۋەبتىن چىش يىلتىزىنىڭ ئورنى كەڭرى بولۇر، بۇ سەۋەبتىن شۇنداق بولىدىكى، بۇ ئاغرىق كۆپ ھاللاردا كۆپ ئوقۇپ، كۆپ يادلايدىغانلاردا پەيدا بولۇر.

ئەگەر چىش ئاغرىقنىڭ ماددىسى چىشنىڭ ئۆزىدە بولسا چىشنى تارتقاندا ئاغرىق ساقىيار. ئەگەر نېرۋىدا بولسىمۇ ئاغرىقنىڭ توختاپ قېلىش ئېھتىمالى بولۇر. چۈنكى، چىشنى تارتسا، ئۇ ماددىنىڭ ئورنى تەبىئىتىنى بىرگە تارتار، ئورنى كېڭىيەر. ماددىنىڭ چىشنى قىستىشى، زەخىملەندۈرۈشى يوقاپ كېتەر. ئۇنىڭ ماددىسى چىش مىلىكىدە بولسا، بىلىش كېرەككى، چىشنى تارتىش بىلەن ئاغرىق يوقالماس، چىش ئاغرىقىنىڭ ئىلاجىنى مۇنداق قىلغاي:

ئەگەر چىش ئاغرىقى ھەممە ئەزالارنىڭ شېرىكچىلىكىدىن بولسا، ئاۋۋال قان ئالغاي ۋە سۇرگە بەرگەي.

ئەگەر چىش ئاغرىقى مېڭىنىڭ شېرىكلىكى بىلەن بولسا ئۇنىڭغا ئىششىق باشتىن چۈشەر. ئاشۇ ئىششىقنى تارقىتىدىغان دورىلار بىلەن سۇرگە ئېچكەي، مەسىلەن: قۇرسى بىنەپشە، ئايارەج پەيقرا، شەھمەنزەلنىڭ لېشى، ھەببى قوقيا، ھەببى شەبيار قاتارلىقلار.

چىش مىلىكى ئىششىغان بولسا ئاۋۋال قان ئالغاي. سۇرگە بىلەن ئىلاج قىلغاي، ئەگەر ئاغرىقنىڭ ماددىسى ئىسسىق بولسا شوخلا سۇيى، يۇمغاقسۇت سۇيى، پاقىيوپۇرمىقنىڭ سۇيىنى ئېغىزغا ئېلىپ تۇرغۇزغاي، شۇنىڭدا مەزمەزە قىلغاي. ئەگەر ھارارەت غالىب بولسا، مۇشۇ سۇغا ئازغىنە كافۇرنى سېلىپ ئېزىپ، ئېغىزغا ئېلىپ تۇرغۇزغاي. بارلىق ئاغرىقلارنىڭ باشلىنىشىدا قۇرۇق دورىلار، ئازراق قابىز ۋە قۇرۇق، مۆتىدىل دورىلارنى ئېغىزغا ئېلىپ تۇرغۇزغاي، شۇنىڭدا مەزمەزە قىلغاي. ئاندىن كېيىن ئاستا ـ ئاستا يۇمشىتىدىغان دورىلارنى ئېغىزغا ئېلىپ تۇرغۇزۇپ مەزمەزە قىلغاي، شۇنىڭ بىلەن ماددىنى ئاستا ـ ئاستا ئورنىدىن قوزغاپ قويغاي. بۇنىڭ ئۈسۈلى شۇكى، بىرىنچى، سەۋزىنى چىشقا ئېلىپ چاينىغاي. ئىككىنچى، تىلنىڭ ئاستىدىكى تومۇردىن قان ئالغاي ياكى ئېڭەكنىڭ ئاستىغا ھىجامەت قويغاي. ئۈچىنچى، داغلىغاي؛ تۆتىنچى، دورىلاردا ئىسلىغاي؛ بەشىنچى، دورىلارنى قۇلقىغا، بۇرنىغا تېمىتقاي؛

ئالتىنچى، دورىلارنى يۇزىگە، ئېگىكىگە قويغاي؛ يەتتىنچى، دورىلارنى مۇڭاپىق ئورۇنغا قويغاي.

ئېغىزنى قۇرۇتىدىغان ۋە چىگىتىدىغان قابىز دورىلارنى ئېغىزغا ئالغاي ۋە شۇنىڭ بىلەن مەزمەزە قىلغاي. مەسىلەن: ھەببۇلئاس سۇيى، سىركە، زەيتۇن يوپۇرمىقىنىڭ سۇيى، ئىتئۈزۈمى سۇيى قاتارلىقلارغا گۇل يېغى، مەستىكى، نامازشامگۈلى ئۇرۇقى يېغى، زەيتۇن غورىسى يېغى قاتارلىقلار. ئۈزۈم شارابى قوشۇپ قاينىتىپ، يېرىمى قالغاندا سوۋۇتۇپ ئېغىزغا ئالغاي.

ئەگەر ئاغرىق كۆپ بولسا، ئاقىرقەرھانى سوقۇپ، تاسقاپ، كافۇر بىلەن بېشىغا قويغاي. ئەگەر ئاغرىق چىدىغۇسىز بولسا، ئەپيۇننى گۇل يېغى بىلەن قاينىتىپ، بىر پارچە تاختاينى ياغلاپ، چىشقا قويغاي ياكى پىلتە قويغاي. ئاندىن كېيىن ئۇنىڭ تىترەش سېزىمىنى يوقىتىشقا مەشغۇل بولغاي، بۇنىڭ بىلەن ھارارەت يوقالسا، بۇ خىل دورىلارغا قايتا قول ئۇزارتمىغاي. ئۇنىڭ تىترىكى شۇنداق بولۇر، يۇمشىتىدىغان دورىلاردىن كېيىن ئاستا ـ ئاستا تەدبىر قوللانغاي.

چىشنى ئەسۋابسىز يۇلۇپ چىقىرىدىغان ۋە ئاغرىقلارنى پەسەيتىدىغان مەجۇننىڭ نۇسخىسى كەندىر ئۇرۇقى، ئەپيۇن، مىئەسائىلە، تاغ رەيھىنى ھەربىرى ئالتە گىرامدىن، پىلپىل، ئېگىر شامى ھەربىرى ئۈچ گىرامدىن. دورىلارنىڭ ھەممىسىنى سوقۇپ، شىرنىدا يۇغۇرۇپ چىشقا قويغاي. بۇنىڭدىن باشقا ھېچ نەرسە بىلەن تەدبىر قىلمىغاي ، بۇنىڭ بىلەن بىمار ئارام تاپار، گاھىدا سوغۇق سۇدىن ئاغرىق كۈچەيەر، ئاندىن كېيىن چىش ئېلىۋېتىلسە ھەقتائاللانىڭ ئىزنى بىلەن ئاغرىق يوقىلار. چىش ئاغرىقنىڭ ماددىسىنىڭ مىزاجى سوغۇق بولسا، ئۇ ماددىنى ياندۇرىدىغان ۋە چىشقا قۇۋۋەت بېرىدىغان دورىلارنى قوشۇپ ئىشلەتكەي، بۇنىڭ بىلەن ماددىنى كەم قوبۇل قىلۇر.

قوقاسقا كۆمۈلگەن ئاچچىق تاشنى سىركىگە چىلاپ، تۇز ۋە ئىككىسىنى چالا سوقۇپ چىشقا قويغاي. كۆيدۇرۇلگەن موزىنى سىركىگە چىلاپ چىشقا قويسا، ماددىنى ياندۇرۇپ، چىشقا قۇۋۋەت بېرەر، ئاندىن كېيىن دورىلار بىلەن مەزمەزە قىلغاي. مەزمەزە قىلىشتا تۆۋەندىكى دورىلارنى ئىشلەتكەي:

ئۈزۈم شارابى بىلەن گۇل يېغى، گۇل يېغى بىلەن سىركە يۇمشاتقۇچى ھەم ياندۇرغۇچى دورا ھېسابلىنار، يەنى گۇل يېغى ياندۇرار. سىركە يۇمشىتار. چىش ماددىسىدىن ۋە يىلتىزىدىن ھۆللۈكنى تارتار، بۇ سەۋەبتىن سىركە چىشنى گال قىلۇر، لېكىن گۇل يېغى بىلەن بولسا، ئەسلىدىكى ھۆللۈكنى يۇمشىتالماس ۋە گاللىق پەيدا بولماس، ئۈچ كۈندىن كېيىن يۇمشىتىدىغان دورىلارنى ئىشلەتكەي.

كېسەللىك ماددىسى يەللىك بولسا يۇمشىتىدىغان دورىلارنى ئىشلەتكەي، يۇمشىتىدىغان

دورىلار مۇنۇلاردىن ئىبارەت: سەكبىنەج، ئادراسمان، بەدىيان، شەھمەنزەلىنىڭ لېشى، ئاقىرقەرھا، ئەنگىزەر، قىچا ئۇرۇقى، زورەمبات، قوي قوزىسى تېرىسى، كۈندۇش، سامساق، تاغ يالپۇزى، قايماق.

تېرىقنى قورۇپ، تۇز سېپىپ لاتىغا يۆگەپ، سرتىدىن قويسا چىش يىلتىزىدىكى ماددىنى چىقىرار، ئىششىقنى ياندۇرار، ئاغرىقنى پەسەيتەر، يەنى يۇمشىتىدىغان دورىلار ئىشىشقىنى پەسەيتەر.

سىرتتىن قويىدىغان زىماتنىڭ نۇسخىسى بابۇنە، ئاق لەيلى، سېرىقچېچەك، شۇمشا، زىغىر قاتارلىق دورىلارنىڭ ھەممىسىنى سۇ ياكى شارابتا قاينىتىپ، قويۇلغاندا سرتتىن قويغاي.

سېرىقچېچەك يېغى، بابۇنە يېغىنى ئىسسىتىپ ئېغىزىغا ئالسا، ئاغرىقنى پەسەيتىپ، پايدا قىلۇر. مۇھەممەد زىكرىيا مۇنداق ئېيتقانىكەن:

كۆنجۈت يېغىنى كالا يېغى بىلەن ئىسسىتىپ ئېغىزغا ئالسا ئاغرىق پەسەيتەر، چۈنكى نېرۋىلار چىشنىڭ يىلتىزى بىلەن تۇتاش بولۇر.

چىش مىلكىنى يۇمشىتىدىغان ئىسسىقلىقنىڭ قۇۋۋىتى ماددىنى يۇمشىتار.

يۇمشىتىدىغان دورىلارنىڭ نۇسخىسى ئەنگىزەر ۋە قىچىنى سىركىدە قاينىتىپ مەزمەزە قىلغاي. ئەگەر ماددا ئىسسىق ۋە كۆپ بولمسا، ئۇزۇم شارابدا پىشۇرغاي.

شەھمەنزەلىنىڭ لېشى، ئاقىرقەرھا، ئانارگۈلىنىڭ ھەر ئۈچىلسىنى سىركىدە ياكى ئۇزۇم شارابدا قاياناتقاي، بۇنىڭ بىلەن مەزمەزە قىلسا يۇمشىتار، چۈنكى چىشنىڭ مىزاجى قۇرۇق بولۇر، يۇمشىتىدىغان دورىلارنى ياكى قۇرۇق نەرسىلەرنى، قابىز قىلىدىغان دورىلارنى ئىشلەتكەي، مەسىلەن: ئانارگۈلىگە ئوخشاش.

يۇمشىتىدىغان مەزمەزەلەرنىڭ نۇسخىسى ئاق خەربەق، ئاقىرقەرھا، شەترەنجىنىڭ ھەممىسىنى چالا سوقۇپ سىركىدە قاينىتىپ مەزمەزە قىلغاي.

مۇھەممەد زىكرىيا «ھاۋى» دېگەن كىتابىدا ئېيتقان دورىنىڭ نۇسخىسى:

جامائەت بۇ دورىلارنىڭ چىش ئاغرىقىنى ساقايتىدىغانلىقىغا گۇۋاھلىق بەرگەن.

سامساق 105 گىرام، كۈندۇر ئىككى گىرام، نامازشامگۈلى يوپۇرمىقى بىرىدە ئۈچ ھەسسە.

بۇ ئۈچسىنى سوقۇپ، سىركىدە قاينىتىپ، سەنۇبەر ياغىچىدا قوچۇپ چىشقا قويغاي. بۇ دورىدىن كېيىن بىلسان يېغى ۋە جاۋشىرنى چىشقا قويغاي.

يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى بىخ كەبىر، يۇملاق زىراۋەندە، ئاقىرقەرھانىڭ ھەربىرىدىن ئالتە گىرام ئېلىپ، ھەممىسىنى چالا سوقۇپ، بىر ھەسسە سىركە، ئۈچ ھەسسە شارابتا يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، سۈزۈپ ئىچىزغا ئالغاي.

يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى شەھمەنزەلنىڭ لېشى سەككىز گىرام، ئادراسمان 16 گىرام. بۇلارنى شەربەت ياكى سىركىدە قاينىتىپ تەييارلىغاي.

يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى ئاقىرقەرھا، ئۈزۈم، سامساق ئۇچىنى سىركىدە قاينىتىپ تەييارلىغاي.

يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى چايىنسا ماددىنى يۇمشىتار. تاغ يالپۇزى، ئاقموچ، ئاقىرقەرھا ھەر ئۇچىسىنى ئۈرۈقىنى ئېلىۋەتكەن قۇرۇق ئۈزۈمدە يۇغۇرۇپ، قۇرس قىلىپ چايىنسا، ئىچىزدىن شۆلگەي ئېقىشنى تۇگىتەر.

قويۇق ماددىنى يۇمشىتىدىغان سۇنۇنىڭ نۇسخىسى قارىموچ، ئۈزۈم، ئاقىرقەرھا، زەنجىۋىل ھەربىرىدىن ئالتە گىرامدىن، توغرىغۇدىن توققۇز گىرام ئېلىپ، ھەممىسىنى سوقۇپ چىشلارغا سۈركىگەي. تەرياقى ئەربەئە ۋە سەنجىرىنا ھەمدە تەرياقى كەبىرنى چىشقا قويغاي.

جالىنۇس مۇنداق ئېيتقان ئىكەن:

پاتمىچۇق جىگىرىنى چىشقا قويسا ئاغرىق پەسىيەر.

چىشنى داغلاش كۈچلۈك ۋە سىنالغان ئىلاج ھېسابلىنار، بولۇپمۇ چىشنىڭ ماددىسىدا بۇزۇلغان ماددا بار كىشىگە ئالاھىدە پايدىلىقتۇر. داغلاشنىڭ ئۇسۇلى:

ئاشۇ يۇمشىتىدىغان دورىلارنى زەيتۇن يېغىدا قاينىتقاي، بىگىزنى قىزىتىپ بۇ ياغقا چۆكۈرۈپ، قوزۇق چىشقا قويغاي، چىشنىڭ ئەتراپى خېمىر بىلەن ئورالسا، بۇنىڭ بىلەن بىگىزنىڭ ھارارىتى باشقا بىر يەرگە تەسىر كۆرسەتمەس، ئاندىن كېيىن بىگىزنى ئۆتكۈزۈپ، چىشقا تەكرار قويغاي، ئەگەر ياغ تېمىتسا ياخشى بولۇر، چىشنى يېگى ئۇشكە بىلەن تەشكەي، بۇنىڭ بىلەن دورىنىڭ قۇۋۋىتى چىشقا يېتەر.

كۆيدۈرۈپ تۇتۇنىنى ماگدۇرىدىغان دورىلارمۇ يۇمشاتقۇچى بولۇر. مەسىلەن: شەھمەنزەلنىڭ لېشى ۋە ئۆزى، پىياز ئۇرۇقى قاتارلىقلار.

ئەگەر چىشنىڭ ئۇستىدە قۇرت بولسا، ئادراسمان، سۈزاپ يوپۇرمىقى، جۆئىدە، قىچا ئۇرۇقى، ئاقىرقەرھا، ئېشەك تۇيىقى قاتارلىقلارنى ئوتقا سېلىپ، ئۇنىڭ ئۇستىگە بۇغداي نەيچىسىنى قويۇپ، يەنە بىر ئۇچىنى چىشقا يەتكۈزۈپ، دورىلارنىڭ ئوتىنا كۆيگەن تۇتۇنىنى شۇ نەيچە ئارقىلىق چىشقا يەتكۈزگەي، ئۇ كىشىنىڭ چىشىدا ياكى چىشنىڭ يىلتىزىدا قۇرت بولسا،

كۈده ئۇرۇقى، قىچا ئۇرۇقىنى ئوخشاش مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، موم بىلەن يۇغۇرۇپ ئوتقا سېلىپ، بۇنىڭ تۈتۈنىنىمۇ چىشقا يەتكۈزسە، قۇرت چۈشۈرىدىغانلىقى بايان قىلىنغان.

بەزى نۇسخىلاردا پىياز ئۇرۇقى ئۈچ گىرام، كەندىر ئۇرۇقى 0.8 گىرام بۇيرۇلغان ئىكەن. ھەر ئىككى ئۇرۇقنى موم بىلەن يۇغۇرۇشنىڭ ئورنىغا ئۆچكە يېغى بىلەن يۇغۇرۇشقا بۇيرۇلغان ئىكەن. بۇنىڭ ھەر ئىككىلىسى توغرىدۇر، ھەر نۆۋەت كۆيدۈرىدىغان دورىنىڭ مىقدارى ئۈچ گىرام بولغاي.

بۇرۇنغا تېمىتىدىغان دورىلار يۇمشاتقۇچى بولغاي.

قىزىلچىنىڭ سۈيى ۋە تاغ يالپۇزىنىڭ سۈيىگە ئوخشاش دورىلارنى ئاغرىق چىش تەرەپتىكى قۇلاققا تېمىتقاي، بولۇپمۇ ھۆل كەبىر سۈيىنى تېمىتقاي.

چىش ئاغرىقى كاۋاكلىششتىن بولسا، ھىڭ، سەنجىبىنا، تەرياقى كەبىر، سىيادانىنى قورۇپ سىركىدە ئېزىپ، قارىمۇچ ۋە ئاقىرقەرھانى ئارىلاشتۇرۇپ سوقۇپ، بارىزەت بىلەن يۇغۇرۇپ، مۇرمەككىنى ئېزىپ قەتران بىلەن يۇغۇرۇپ، سىيادان ۋە ئۇزۇمنىڭ ئۇرۇقىنى سوقۇپ بارىزەت سۈيىدە يۇغۇرۇپ، تەييارلاپ كاۋاك يەرگە قويغاي، دورا بىلەن ئاغرىق كۆچەيسە، دورىنىڭ تەسىرىدە ئاغرىغىچىلىك دەرىجىدە سالمىغاي، مۆلچەرلەپ نورمال مىقداردا سالغاي.

چىش ئاغرىقىنى پەسەيتىدىغان، چىش يېيىلىشىنى ساقلايدىغان دورىلار نۇسخىسى قەترانىنى ھەسەل بىلەن ئىسسىتىپ، يۇڭنى ئۇنىڭدا نەمدەپ، چىشنىڭ كاۋىكىغا سالغاي.

يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى ئامىلە ۋە مەستىكىنى ئوخشاش مىقداردا ئېلىپ، ھەر ئىككىسىنى ئېزىپ چىشقا قويۇپ، تۆمۈرنى قىزىتىپ چىشنىڭ ئۈستىگە ياققاي، بۇنىڭ بىلەن مەستىكى ئېرىپ، دورىنىڭ ھەر ئىككىسى شۇ يەرگە چاپلىشىپ تۇرغاي.

يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى ئاقىرقەرھا، ئەپيۇن، زەپەر ھەر ئۈچىلىسىنى قەتران ۋە ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ چىشقا قويغاي.

يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى زەنجۇبىلنى يۇمشاق سوقۇپ، سىركە ۋە ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ چىشقا قويغاي.

پۇلونيا پارسنى چىشقا قويسا، ئاغرىق پەسەيتەر، ئۇيقۇ كەلتۈرەر.

بىلىش كېرەككى، چىشنىڭ كاۋاك بولۇشنىڭ سەۋەبى، چىشتا پەيدا بولغان ماددىنىڭ ئۆتكۈرلۈكىدىندۇر، چىشنى يەر. ئەگەر ماددا ئاز بولسا، بىر چىشتىن باشقىنى كاۋاك قىلماس،

قۇرۇتىدىغان دورىلارنى قويسا، كۈپايە قىلۇر، ئەگەر ماددا كۆپ بولسا، ئاۋۋال بەدەن ۋە مېڭىنى تەنقىيە قىلغاي، ئاندىن كېيىن چىشقا ئىلاج قىلغاي. .

كافۇرنى سۇركسە ۋە چىشتا تۇتسا، كاۋاكنىڭ يىلتىزىنى كېڭەيگىلى قويماس. قارا خەربەقنى سوقۇپ، تاسقاپ، ھەسەلدە يۇغۇرۇپ كاۋاك يەرگە قويسا، چىشنى سۇنۇشتىن ۋە تۆكۈلۈشتىن ساقلار.

ئىتياڭقى يىلتىزىنى شارابتا ئېزىپ، ئېغىزغا ئېلىش پايدا قىلۇر.

چىش قۇرۇقلۇقى ۋە ئورۇقلۇقىدىن ئاغرىسا، چىشقا دائىم ئۆردەك يېغى، تۇخۇ يېغى، مەستىكىنى سۇركىگەي.

چىش تۈۋى ئىششىغانلىقتىن چىشى ئاغرىسا، شۇنى پەرەز قىلىش كېرەككى، بۇنىڭ ماددىسى ئىسسىق ياكى سوغۇق بولۇشى مۇمكىن. كۆپ ھاللاردا ماددا قاندىن ۋە رۇتۇبەتتىن بولۇر، ئۇ كىشىدە قانىنىڭ ئالامتى زاھىر بولسا، ئاۋۋال قېيفال تومۇردىن قان ئالغاي. ئىسپىغۇلنى سىركىدە نەمدەپ ئېغىزغا سېلىپ، ئىششىغان يەردە تۇرغۇزغاي، ئىلگىرى سوغۇقلۇق دورىلار بايان قىلىندى، شۇلارنى ئىشلەتكەي، ئەگەر ئۆچ كۈن ئۆتسمۇ ئىششىق يانمىسا، ئىسسىق سۇ، ئىسسىقلىق تائام، ئىسسىق تەبىئەتلىك ياغنى ئېغىزغا ئالغاي. بۇلار ئىششقىنى پىشۇرار، سېرىقسۇ چىقار، ئاغرىق پەسەيتەر.

ئۇ كىشىدە رۇتۇبەتنىڭ ئالامتى زاھىر بولسا، ئاۋۋال ئايارەج پەيقىرا ببرىلگەي، ئەزگەن تۇزنى سىركىدە نەمدەپ، ئۇ يەرگە تۇتۇپ تۇرغاي. تۇز ئۇ يەردە ئېرىگەي، ئېرىگەندىن كېيىن ئېغىزدا تۇرغۇزۇپ يۇتمغاي. بايان قىلىنغان يۇمشىتىدىغان دورىلارنى قويغاي ۋە ئىشلەتكەي، تەرياقى كەبىر ۋە سەنجىرنا سۇركىگەي.

تۆتىنچى باب چىش سۇنۇش ۋە چۈشۈش توغرىسىدا

چىشنىڭ سۇنۇشى ۋە چۈشۈشنىڭ سەۋەبى ئىككى خىل بولۇر. ئۇنىڭ بىرى، چىشتا قۇرۇقلۇق غالىب كېلىپ، چىش ماددىسىدا رۇتۇبەت قالمىغانلىقتىن بولۇر. ئىككىنچىسى، بۇزۇلغان رۇتۇبەتلەر چىشنىڭ ماددىسىغا يىغىلىپ، چىشنىڭ ماددىسىنى سېسىتىپ ئاجىزلاشتۇرۇشىدىن بولۇر.

بۇ ئىككىسىنىڭ پەرقى مۇنداق بولۇر: قۇرۇقلۇق غالىب بولسا، چىش ئورۇق ۋە ئاجىز بولۇر، چىشنىڭ ماددىسىنى رۇتۇبەتلەر سېسىتىپ رەڭگى ئۆزگەرگەن بولسا، قېلىنلىسا يوغانراق بولۇر.

داۋالاش

قۇرۇقلۇق غالىب بولسا، دائىم ئىلمان ياغلار ئېغىزغا ئېلىنغاي، مەسكە يېغى ۋە ئۆردەك يېغى سۈركىگەي، ھۆللۈكنى ئاشۇرىدىغان يېمەكلىكلەرنى يېگەي.

ئۇ چىشنىڭ ماددىسىنى ھۆللۈكلەر سېيىستقان بولسا، بۇنىڭ ئىلاجى شۇكى، قابىز دورىلار بىلەن ماددىنى ئۇ يەردىن توختاتقاي. چىشنىڭ ماددىسىغا بۇ دورىلار بىلەن قۇۋۋەت بەرگەي. بۇنىڭ بىلەن ماددىنى ئازراق قوبۇل قىلغاي، قابىز دورىلار ئاچچىق تاش، كۆيدۈرۈلگەن موزىدۇر. بۇنىڭدىن باشقا يەنە نۇرغۇن دورىلار ئىلگىرىكى بابلاردا بايان قىلىندى، بۇلار كۆپ پايدا قىلۇر.

چىشقا قۇۋۋەت بېرىدىغان سۈنۈن نۇسخىسى سەئىدى توققۇز گىرام، سېرىق ھېلىلە 15 گىرام، سېمىزئوت ئۇرۇقى 45 گىرام، دارچىن توققۇز گىرام، ئاچچىق تاش ئالتە گىرام، ئاقىرقەرھا توققۇز گىرام، نۆشۈدۇر ئۈچ گىرام، پىلپىل سوك① ئۈچ گىرام، زەپەر ئالتە گىرام، تۇز 15 گىرام، سۇماق ئالتە گىرام، گەزمازەج توققۇز گىرام، قاقىلە 12 گىرام، زورەمبات 48 گىرام، ئانار گۈلى 12 گىرام. دورىلارنىڭ ھەممىسىنى سوقۇپ چىشقا سۈركىگەي.

يەنە بىر سۈنۈن نۇسخىسى چالا سوقۇلغان ئارپا يارمىسى، ھەسەل، ئازراق قەترانىنى ئارىلاشتۇرۇپ قەغەزگە يۆگەپ، قىزىق تونۇردا پىششىق خىشنىڭ ئۈستىدە قويۇپ، قارايغاندىن كېيىن ئېلىپ، بىر ھەسسە ئۇدخام، ئانارگۈلى، سەئىدى، ئانار پوستى، تۇزنىڭ ھەممىسىنى سوقۇپ، ئارىلاشتۇرۇپ ئىشلەتكەي.

بەشىنچى باب چىش مىدىرلاپ قېلىش توغرىسىدا

چىش مىدىرلاشنىڭ سەۋەبى تۆت خىل بولۇر. بىرىنچىسى، ھۆللۈكنىڭ كۆپ بولۇشى چىش تۈۋىدىكى پەيلەرنى قاتتىق تۇتقانلىقتىن بولۇر؛ ئىككىنچىسى، چىش تۈۋى، چىش مىلىكى ياكى چىش چىققان ئۇستىخاننىڭ چۆرىسى يېيىلىشتىن بولۇر؛ ئۈچىنچىسى، قۇرۇقلۇق غالىب كەلگەنلىكتىن، چىش ئورۇق، ئاجىز بولغانلىقتىن ۋە كۆپ يادلىغۇچىلار، ئورۇقلار ۋە ئاغرىقتىن يېڭى تۇرغانلاردا، ئۇزۇن مۇددەت ئاچ قالغان كىشىلەردە بولۇر؛ تۆتىنچىسى، بىرەر زەخىم ۋە

① سوك — ئاپتورنىڭ ئىزاھلىشچە، بۇ مۇرەككەپ دورا بولۇپ، موزا ۋە يامغۇر سۈيى، فەلھە، بەسباسە، سەندەل، سۇمبۇل ۋە ھەسەل بىلەن تەييارلىنىدۇ. سەندەلگە سۇرۇلگەن سەندەل ئىشلىتىلىدۇ.

كېسەللىك پەيدا بولغانلىقتىن بولۇر.

ئۇ كىشىدە ھۆللۈك كۆپ بولسا، چىشلىرى سېمىز بولۇر، ئۇنىڭغا قۇرۇقلۇق سەۋەب بولسا، چىشلىرى ئورۇق ۋە ئاجىز بولۇر، ئۇنىڭغا چىش مىلكى يېيىلىش ۋە چىش ئۇنگەن ئۇستىخاننىڭ چۆرىسى يېيىلىش سەۋەب بولسا، كۆز بىلەن كۆرگىلى بولماس. ئۇ، زەخىم ۋە كېسەللىكتىن بولسا، بۇ سەۋەبلەرگە ئورۇن بولماس.

مىدىرلىغان چىشنىڭ ئىلاجى شۇكى، سۆزلەشتىن، قاتتىق تائاملارنى چاينىاشتىن پەرھېز قىلغاي، قول ۋە تىل بىلەن ئۇنى مىدىرلاتمىغاي.

ئەگەر ھۆللۈكنىڭ كۆپلۈكى سەۋەب بولسا، ئىسسىقلىق ۋە قابىز دورىلار بىلەن ئىلاج قىلغاي، قۇرۇق ئۇزۇم شارابى، ئاچچىق تاش ۋە بۇنىڭ يېرىمغا تەڭ تۇز سېلىپ قاينىتىپ، بۇ شاراب بىلەن مەزمەزە قىلغاي.

سىركەنجۈبىلنى سۇدا قاينىتىپ ياكى سەرد يوپۇرمىقى بىلەن قوشۇپ، ئاشۇ سۇدا مەزمەزە قىلىپ ئېغىزدا تۇرغۇزغاي.

ئالتە گىرام ئاچچىق تاش، ئۈچ گىرام تۇزنى ئېزىپ چىش تۈۋىگە تاڭغاي.

يەنە بىر دورىسىنىڭ نۇسخىسى ئانارگۈلى، ئاچچىق ئانار پوستى ھەربىردىن 18 گىرامدىن، قىزىل زەرنىخ، ئاچچىق تاش ھەربىردىن توققۇز گىرامدىن، قىزىلگۈل، سۇماق، ھەربىرى 24 گىرامدىن، سۇمبۇل، ئىزخىر ھەربىردىن 30 گىرامدىن. بۇ دورىلارنىڭ ھەممىسىنى سوقۇپ، چىشنىڭ تۈۋىگە قويغاي.

يەنە بىر دورا نۇسخىسى سۇماق، ئانار پوستى، سىرىق ھېلىلە شاكىلى، قىزىلگۈل، سوك، ئانارگۈلى، موزا، ئاچچىق تاش ھەممىسىنى ئوخشاش مىقداردا ئېلىپ ھەممىسىنى سوقۇپ، چىشنىڭ تۈۋىگە قويغاي.

يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى تۇزنى سوقۇپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ، زىغىر تالالىق لاتىغا يۆگەپ، لاي بىلەن ئوراپ ئوتقا كۆمۈپ، قىزارغاندىن كېيىن تۇزنى لاي ۋە لاتىدىن چىقىرىپ سوقۇپ، بۇ تۇزدىن 30 گىرام، يۇلغۇن چېچىكىدىن 30 گىرام، زەپەر، نامازشامگۈلى ئۇرۇقى، سۇمبۇل، مەستىكىنىڭ ھەربىردىن ئالتە گىرام، قۇرۇق سۇزاپ، سۇماق، ئانارگۈلى ھەر بىردىن توققۇز گىرامدىن ئېلىپ، ھەممىسىنى سوقۇپ چىشنىڭ ئارىسىغا قويغاي. يۇقىرىقىلارنى ئايرىم-ئايرىم پەيقىرا بىلەن سۈرگە بەرگەندىن كېيىن ئاندىن ئىشلەتكەي، بۇ ئىلاج تەسىر قىلمىسا داغلىغاي. بۇ ھەقتە چىش ئاغرىقىدا بايان قىلىنۇر، كۆپ ئىلاج قىلىنغان بولسىمۇ مەنپەئەتىنىڭ ئالامتى ھېچ زاھىر بولماي يەنىلا مىدىرلاپ تۇرسا، بۇنداق مىدىرلىغان چىشلارنى

سم بىلەن تارتىپ، مىدىرلىمايدىغان قىلىش زۆرۈردۇر. ئەگەر چىشنىڭ ئورۇقلۇقى ۋە ئاجىزلىقى قۇرۇقلۇقنىڭ غالىبلىقىدىن بولسا، ئۇنىڭ ئىلاجى، بۇ ھەقتە سۆزلەنگەن پەسلىدە بايان قىلىندى. گۈل يېغىنى سۆگەت ياغىچى چوغىدا چالا ئىسسىتىپ قۇلاققا تېمىتقاي. بۇ كېسەللىك ياشانغانلاردا كۆرۈلسە ئىلاج قىلغىلى بولماس، ياشلاردا كۆرۈلسە ئىلاجى مۇشكۈل بولۇر، چۈنكى چىش تېز سەمرىمەس، ئىلاجلارنىڭ ئەۋزىلى شۇكى، ئۇنىڭغا قابىز دورىلار بىلەن ئىلاج قىلغاي.

ئۇ، زەخىم، كېسەللىك سەۋەبىدىن بولسا قابىز دورىلار بىلەن ئىلاج قىلىنغاي.

چىش مىلكى يېيىلگەن ۋە چىش ئۇنگەن ئۇستىخاننىڭ چۆرىسى يېيىلگەن سەۋەب بولسا، يېيىلىشنىڭ ئىلاجى قىلىنغاي، بۇ ئۆز ئورنىدا بايان قىلىندى.

ئالتىنچى باب چىش رەڭگىنىڭ ئۆزگىرىشى توغرىسىدا

چىش رەڭگىنىڭ ئۆزگىرىشىنىڭ سەۋەبى ئىككى خىل بولۇر. بىرىنچىسى، چىشنىڭ يۈزىگە بۇخارات ئورناشتىن بولۇر، چىش ئۇنىڭ بىلەن ئۇچرىشار، ئەگەر چىشنى مىسۋاك بىلەن تازىلىمسا چىش يۈزىدە قېتىۋالۇر؛ ئىككىنچىسى، بۇزۇلغان خىلىت چىش ماددىسىغا ئۆتۈپ، ئۇنىڭ غىزاسىغا ئايلىنىپ، ماددىنىڭ رەڭگىنى ئۆزگەرتەر.

داۋالاش

بىرىنچى خىلدا قېتىۋىلىشتىن ئىلگىرى مىسۋاك بىلەن ئاستا ئېرىتكەي، قېتىۋالغان بولسا قىرغاي، بۇ، چىشنى قوغداش بابىدا بايان قىلىندى. ئەتىگەن، ئاخشىمى مىسۋاكلىغاي، ئۇخلاشتىن ئىلگىرى چىشنى ياغلىغاي ۋە سۈنۈلارنى ئىشلەتكەي.

چىشلارنى سۈرتىدىغان سۈنۈلارنىڭ نۇسخىسى كۆپۈكى دەريا، تۇز ۋە ھەسەلنى كۆيدۈرۈپ (بۇ ئاۋۋالقى بابتا بايان قىلىندى)، ئەندۇران تۇزى، كۆيدۈرۈلگەن سەدەپ، يۇمىلاق زىراۋەندە، قوموش يىلتىزىنىڭ كۈلى، كۆيگەن ئارپا، خىتاي ساپىلى قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن ئوخشاش مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ چىشقا سۈركىگەي. مەسھەقۇنيا ۋە شىبشىنى (شىبشىنىڭ كاندىن چىققان ئەسلىي ماتېرىيالنى كۆرسىتىدۇ) يۇمشاق سوقۇپ، سۈمبادە تېشى بىلەن بىرلەشتۈرۈپ چىشقا سۈركىسە، چىشنى بىر سائەتتە ئاقارتار، بۇ خىل سۈنۈن ئېغىز ھىدىنىڭ ئىلاجىدا بايان قىلىندى، بۇنى ئىشلەتسە ياخشى مەنپەئەت قىلۇر.

ئەگەر چىشتا سېرىقلىق ۋە باشقا رەڭلەر پەيدا بولۇپ، كۆپ ۋە مۇستەھكەم ئورنىغان بولسا، زەنگارنى ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ چىشقا سۈركىگەي، ئەگەر مەسھىقۇنياغا ئوخشاش دورىلارنى ئۇنىڭغا ئارىلاشتۇرۇپ ئىشلەتسە تېز ئېرىتكەي.

چىشتىكى قارىلىقنى يوقىتىدىغان دورىنىڭ نۇسخىسى سۇمبۇل 30 گىرام، قارىمۇچ 12 گىرام، ھۇماما توققۇز گىرام، سازەج ھىندى ئالتە گىرام، كۆيدۈرۈلگەن موزا ئالتە گىرامدىن. دورىلارنىڭ ھەممىسنى سوقۇپ چىشقا سۈركىگەي. يەنە بىر نۇسخىدا موزا، ئەگەر ئۇ بولمىسا، ئۇنىڭ بەدىلىگە 24 گىرام رۇسۇت ئىشلەتكەي.

ئىككىنچى خىلدا بىر ياكى ئىككى چىشنىڭ رەڭگى ئۆزگەرگەن بولسا، سۇنۇن بىلەن ئىلاج قىلغاي، ئەگەر كۆپ بولسا، بۇ ماددىنىڭ كۆپلۈكىدىن بولغانلىقىنىڭ ئالامىتىنى كۆرسىتەر، سۇنۇن بىلەن ئىش پۈتمەس، ئاۋۋال بەدەننى تەنقىيە قىلغاي، بەدەننى تەنقىيە قىلىشتا ھەببى قوقيا، ھەببى سەبرە، ئايارەج پەيقرا قاتارلىقلارنى ئىشلەتكەي. ئاچچىقسۇ، ئايارەج پەيقرا بىلەن غار ـ غار قىلغاي، ئاندىن كېيىن چىشقا ئىلاج قىلىپ، سۇنۇنلارنى ئىشلەتكەي.

چىش ماددىسىدىن يۇمشىتىدىغان ۋە يۇزىنى ئېرىتىدىغان سۇنۇننىڭ نۇسخىسى سۆئىدى 15 گىرام، سۇمبۇل ئۇچ گىرام، قارىمۇچ 18 گىرام، قۇستە، يۇمىلاق زىراۋەندە، ھىڭ قاتارلىقلار ھەربىرىدىن توققۇز گىرامدىن، كۆپۈكى دەريا، مەسھىقۇنيا، شاخار ۋە سەنبادە ئالتە گىرامدىن. بۇ دورىلار چىشنىڭ قارىلىقنى يوقىتىشتا بايان قىلىندى، بۇ يەردىمۇ مۇۋاپىق بولۇر.

يەتتىنچى باب چىش قاماش توغرىسىدا

چىش قاماش ئەرەبچىدە «سىزنس» دەپ ئاتىلۇر، چىش قاماشنىڭ سەۋەبى ئىككى خىل بولۇر.

بىرىنچىسى، قابىز، قىرتاق، ئاچچىق نەرسىلەرنى كۆپ يېگەنلىكتىن بولۇر؛ ئىككىنچىسى، ئاشقازاندا ئاچچىق ھۆللۈك بولۇپ، قەي بىلەن چىقسا ياكى چىقمىسا، ئۇنىڭ بۇخاراتى چىشلارنى قاماتقانلىقتىن پەيدا بولۇر، بۇنىڭ ئالامىتى ئاچچىق كېكىرىشتۇر.

ئېغىز سۈيىنىڭ كۆپلۈكى، قەينىڭ ئاچچىقلىقى قاتارلىقلارمۇ بۇنىڭ سەۋەبىدۇر.

ئاچچىق ۋە قىرتاق يېمەكلىكلەرنى يېگەنلىكى سەۋەب بولسا، بۇ كېسەللىك بىمار چىشنىڭ مىزاجى ئىسسىق بولغاندىن بولۇر، شۇڭا سېمىزئوتنىڭ شېخى، يوپۇرمىقى، ياۋا رەيھانىنى چاينىسا

پايدا قىلۇر، ئەگەر سېمىزئوتنىڭ شېخى ۋە يوپۇرمىقى ھازىر بولمىسا، سوقۇلغان ۋە ھۆل قىلىنغان ئۇرۇقنى ئۇنىڭ ئورنىدا چاينىسا مەنپەئەت قىلۇر.

ئېشەك سۈتى بىلەن زەيتۇن غورىسىنى ئىلمان قىلىپ مەزمەزە قىلغاي، ئېغىزغا ئېلىپ تۇرغۇزغاي.

ئەگەر مىزاجى ئىسسىق بولمىسا، چىشقا نارجىل، پىستە، جوز مېغىزى، ئاچچىق بادام مېغىزىنى ئىسسىتىپ قويسا پايدا قىلغاي.

قىزىتىلغان كۈندۇر ۋە سېرىق موم چايناش مەنپەئەت قىلۇر.

سېرىق زەيتۇن يېغىنى مىس قاچىغا سېلىپ، ئوتتا قويۇپ قاتۇرۇپ ياكى ئاپتاپتا قويۇپ چىشقا سۈركىسە پايدا قىلۇر.

ئاشقازاندا ئاچچىق بەلغەم بولسا، قەي قىلدۇرۇش ئارقىلىق ئاشقازاننى تازىلغاي.

ئايارەج پەيقىرا، مەجۇنى فەندادىقۇن ئىشلەتسە پايدا قىلۇر، بۇ ھەقتە ئاشقازانىنىڭ ئىلاجىدا بايان قىلىندى.

ھەببۇلغار، ئاچچىق بادام مېغىزى، ئۇزۇنچاق زىراۋەندە، شۇمشا، تۇز، فۇننەپ، شاراب، تەرياقلارنى چاينىسا ۋە چىشقا سۈركىسە پايدا قىلۇر. بىلسان يېغىنى ۋە بان يېغىنى سۈركەش كۆپ پايدا قىلۇر.

سەككىزىنچى باب چىش بوشاپ كېتىش ۋە چىش ئاجىزلاش توغرىسىدا

چىش بوشاش شۇنداق ھالەتكى، ئەگەر ئىسسىق تائام ياكى ئىسسىق شاراب ئۇنىڭغا تەگكەن ھامان تاقەت قىلالماس، ھەرقانداق قاتتىق تائامنى چاينىيالماس، بۇ خىل ھالەت كۆپرەك سوغۇق مىزاجدىن پەيدا بولۇر، گاھىدا چىش ئاغرىقىنىڭ باشلىنىشى بولۇر.

داۋالاش

ئىسسىق نان ۋە قورۇلغان تۇخۇمنىڭ سېرىقىنى ئىسسىقىدا چىشقا ئېلىپ تۇرۇش پايدا قىلۇر.

ھەببۇلغار، ئۇزۇنچاق زىراۋەندە، ئاچچىق تاشنى چىشقا سۈركەش، ئايارەج پەيقىرا بىلەن چىشنى مىسۋاكلاش پايدا قىلۇر، ئەگەر بۇ كۇپايە قىلمىسا تەرياقى كەبىر، بىلسان يېغى

سۇركىگەي.

قىچا ئۇرۇقنىڭ يېغىنى ئىسسىق ھالەتتە سۇركەش، ئېغىزىدا تۇرغۇزۇش پايدا قىلۇر.

ئەگەر كىشىدە بۇ خىل ھالەت چىش مىزاجىنىڭ ئىسسىقلىقى سەۋەبىدىن بولسا، چىش مىلكىنىڭ ئۆزگىچە ھالەتلىرى بۇنىڭغا گۇۋاھلىق بېرۇر. گۈل يېغىنى ئاغزىدا تۇتقاي، سەندەل بىلەن ئازراق كافۇرنى چىشقا سۇركىگەي، سېمىزئوت ئۇرۇقى، شېخىنى ۋە يوپۇرمىقىنى چاينىغاي.

توققۇزىنچى باب باللارنىڭ چىشىنى ئاسان چىقىرىش توغرىسىدا

باللارنىڭ چىشىنى ئاسان چىقىرىشنىڭ تەدبىرى مۇنداق بولۇر:

چىش ئۆسىدىغان يەرگە يۇمشاق ۋە ياغلىق نەرسىلەرنى سۇركىگەي.

توخۇ يېغى، ئۆردەك يېغى، ئىپار، توشقاننىڭ پىششىق مېڭىسى قاتارلىقلارنى سۇركىگەي.

بۇرۇنقى تېۋىپلار بۇنىڭ ئەبۇ ئەلى ئىبن سىنانىڭ «تېبابەت قانۇنى» دېگەن كىتابىدا ھېكايەت قىلىنغانلىقىنى بايان قىلىشىدۇ.

ئىتنىڭ سۈتىنى كىچىك بالىنىڭ چىش مىلكىگە سۇركىسە خاسىيىتى بولۇر.

ھەرقاچان ئاغرىق بولسا، ئىتئۈزۈمى سۈيىنى گۈل يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ چالا ئىسسىتىپ، چىش مىلكىنى ئۇنىڭدا ياغلىغاي ھەمدە بىر نەرسە چاينىغىلى قويمىغاي. ئەگەر بىر نەرسە چاينىسا چىشنىڭ ماددىسى يۇمشاپ چىش چىقالماس. چىشى چىققان ۋاقىتتا، باش، بويۇن، بېقىن ۋە قۇلاق تۈۋىنى ياغلىغاي.

ئەگەر ئىلمان ياغنىڭ تامچىسىنى قۇلاققا تېمىتسىمۇ راۋا بولۇر.

ئونىنچى باب چوڭلارنىڭ چۈشۈپ كەتمەكچى بولغان چىشىنى ئاسان چۈشۈرۈش توغرىسىدا

چىش چۈشىدىغان مەزگىلگە كەلسە ياخشىسى شۇكى، چىش مىلكىنى كەسكەي ۋە دورا قويغاي، بۇنىڭ بىلەن دورىنىڭ قۇۋۋىتى تېزرەك چىش يىلتىزىغا يېتەر. چىش يىلتىزىنى ئاجىزلاشتۇرىدىغان دورىلارنىڭ خىللىرى بۇلاردۇر:

ئۇد دەرىخىنىڭ پوستى ۋە ئاقىرقەرھانى يۇمشاق سوقۇپ، ئاپتاپتا قويۇپ سىركىدە ئەزسە،

ھەسەلگە ئوخشاش بولۇر. بۇنى ھەر كۈنى ئۈچ قېتىم چىش مىلىكىگە سۈركىگەي. باشقا چىشلارنى خېمىر بىلەن ياكى باشقا نەرسىلەر بىلەن ئوراپ قويغاي.

يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى ئاقرقەرھانى چۆل قوغۇنى يىلتىزى بىلەن سوقۇپ، تاسقاپ، سىركىدە يۇغۇرۇپ، قىرىق كۈن ئاپتاپتا قويۇپ، ھەر كۈنى قوچغاي، سىركە قۇرۇسا يەنە قۇيغاي. ئاخىرى ئۇنى ھەسەلدەك قىيام ھالەتكە كەلتۈرۈپ، ئۇنىڭدىن بىر تامچىنى چىشنىڭ تۈۋىگە تېمتقاي. بىر سائەت سەۋر قىلىپ، ئاندىن چىشنى سىناپ تارتىپ باققاي. ئەگەر ئاسان چىقسا ياخشى، چىقمىسا بىر كۈندىن ئۈچ كۈنگىچە يەنە شۇنداق تېمتقاي، ئاخىرى ئاغرىتماي چىقار.

زەرنىخنى سىركىگە چىلاپ، مۇشۇ ئۇسۇل بىلەن ھىك ئۆسۈملۈكىنىڭ ئۇرۇقى ۋە ھەممىسىنى ئوخشاش مىقداردا ئېلىپ يۇغۇرۇپ، ھۆل ئەنجۈر يوپۇرمىقىدىن ئۈچ ھەسسە قوشۇپ، ھەممىسىنى سوقۇپ، قاينىتىپ، ھەسەلنىڭ قىيامىدەك بولغاندا سۈركىگەي.

چىشنىڭ يىلتىزىنى ئاجىزلاشتۇرۇپ، ئاسان چۈشۈرىدىغان يەنە بىر دورا نۇسخىسى سىركىنىڭ لېيىنى ئىشلەتسە، چىشنىڭ يىلتىزىنى ئاجىزلاشتۇرار.

يەنە بىر دورا نۇسخىسى قۇ دەرىخىنىڭ قوۋزىقى، بىخ كەبىر پوستى، سېرىق زەرنىخ، ئاقرقەرھا، زەرچۇبە، چۆل قوغۇنىنىڭ يىلتىزى قاتارلىقلارنىڭ ھەممىسىنى ئوخشاش مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، سىركە بىلەن يۇغۇرۇپ، ئۈچ كۈن قويۇپ چىشقا سۈركىگەي.

يەنە بىر دورا نۇسخىسى يەتۇئاتلارنىڭ يىلتىزىدىن ئىككى ھەسسە، شىرىسىدىن بىر ھەسسە ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ، قاينىتىپ چىشقا سۈركىگەي. لېكىن شەبرەم كۆچلۈك بولۇپ، خۇراساندا ئۇنىڭ سۈتىدىن يېلىم ھاسىل بولىدۇ، ئۇنى تەرياق دەپ ئاتايدۇ.

خام ئەنجۈر دەرىخىنىڭ شىرىسىمۇ قۇۋۇەتلىكتۇر، ئەگەر باغدات ئۇنىنى يەتۇئاتلارنىڭ شىرىسى بىلەن يۇغۇرۇپ چىشقا قويسا چىشنى تۆكەر، ھەر نۆۋەت قويغاندا ئۈچ سائەت تۇرغۇزغاي، شۇنىڭ بىلەن مەقسەت ھاسىل بولۇر.

زەفدەئى (پاقا) ناملىق بىر جانۋار بولۇپ، دەرەختە يۈرەر، گىياھلارنىڭ ئارىسىدا ماكان تۇتار، ئۇنىڭ دۈمبىسى يېشىل بولۇر، ئۇنىڭ يېغى چىشنى تۆكەر. چىش چۈشۈرۈشنىڭ پايدىسى شۇكى، بىر چىش ئاغرىسا، يىلتىزى بۇزۇلسا، ئۇنى مىدىرلاتقىلى بولمىسا، ئامالسىز يۇلۇپ ئېلىش زۆرۈر بولۇر، لېكىن چىشنى يۇلۇپ ئېلىش خەتەرلىكتۇر. چۈنكى، بۇزۇلغان چىشنى مىدىرلاتقاندا قاتتىق ئاغرار، قىزىتما، باش ئاغرىقى پەيدا قىلۇر، گاھىدا چىش ئوقۇرىنى زەخىملەيدىغان ئەھۋاللار كۆرۈلەر، شۇڭا تەدبىر قىلىپ، چىشنى ئاسان چۈشۈرۈپ بۇنداق خەتەرلەردىن ساقلانغاي.

ئالتىنچى بۆلۈم كېكىرەك، گال ئەھۋالى ۋە ئۇلارنىڭ كېسەللىكلىرى توغرىسىدا

بۇ بۆلۈم ئىككى قىسىمدۇر.

بىرىنچى قىسىم ئاۋازغا مۇناسىۋەتلىك ئىللەتلەر توغرىسىدا

بۇ قىسىم بەش بابتۇر.

بىرىنچى باب ئاۋاز چىقماسلىق توغرىسىدا

سەۋەبى

ئاۋاز چىقماسلىقنىڭ سەۋەبى مىزاجنىڭ تۇرلۈك ماددىلىق ۋە ماددىسىز بۇزۇلۇشلىرىدۇر، مەسىلەن: ئىششىش، نەزلە بولۇش، زەخمىلىنىش ۋە باشقا ئاۋاز چىقىرىش كېسەللىكلىرىگە ئوخشاش. بۇلار بىرىنچى كىتابنىڭ كېكىرەك ۋە ئاۋاز چىقىرىش ئەزالىرى، ئاۋازنىڭ قانداق چىقمىغانلىقى توغرىسىدىكى مەزمۇندا بايان قىلىندى. مەلۇم بولسۇنكى، ئاۋازنى چىقارغۇچى پەردىدۇر، ئۇنى گال ۋە كېكىرەككە يەتكۈزگۈچى كۆكرەك مۇسكۇللىرىدۇر، ئاۋاز ماددىسى ئاۋاز پەردىسىدىن ئۆتۈپ گالغا يەتسە، بۇنداق ئاۋاز ئەرەبچىدە «دەۋى» دەپ ئاتىلار، كېكىرەككە يەتسە، كېكىرەك ھەرىكىتى ئۇنى ئاۋازغا ئايلاندۇرار، بۇ ئاۋاز تاڭلاي، تىل، كىچىك تىل ۋە چىشلار ئارقىلىق تاۋۇشقا ئايلىنار. كېكىرەك ئىچىدىكى مايلىق، يېپىشقاق ھۆللۈك يۇتقۇنچاق ۋە مۇسكۇللارنى ھۆل قىلىدۇر، بۇ ھۆللۈك ئاۋاز ماددىسى بولۇر، بۇ، تۆش

مۇسكۇللىرى، گال، كېكىردەك ياكى كېكىردەك ئىچىدىكى يېپىشقاق ھۆللۈكتە بىرەر كېسەللىك پەيدا بولسا، ئاۋاز يانار، كېسەللىك ئېغىر بولسا ئاۋاز يوقىلار، ئەگەر ئاۋاز ئەزالىرىنىڭ بىرەرسىدە كېسەللىك پەيدا بولسا، ئاۋاز چىقماس، ئەمما سۆزلەش توسالغۇغا ئۇچرىماس، چۈنكى نەپەس نورمال بولسا سۆزلەش نورمال بولۇر. ئىلگىرىكى ھۆكۈمالارنىڭ كىتابلىرىدا بايان قىلىنىشىچە، بىر كىشىنى دەستكار بىلەن ئىلاج قىلىش زۆرۈر بولدى، ئاداشقان نېرۋا ئېچىلغاندىن كېيىن، ئۇنىڭغا سوغۇق ھاۋا تېگىپ، ئاۋازى يوقىدى، يەنە خانازىر ئاغرىقىنىڭ ئىلاجىنى قىلغاندا بىر تەرەپتىكى ئاداشقان نېرۋا پېيى كېسىلدى. ئۇ كىشىنىڭ ئاۋازى يېرىم چىقمىدى (بۇ پەينىڭ شەرھىسى بىرىنچى كىتابتا پەيلەرنىڭ شەرھىسىدە بايان قىلىنغان ئىدى). بىلىش كېرەككى، ئاۋازنى پەسەيتكۈچى كېكىردەكنىڭ مىزاجى ھۆللۈك بىلەن قۇرۇقلۇقنىڭ ئارىسىدا مۆتىدىل بولۇر، ئاۋازنىڭ ئۆزگىرىشى كۆپ ھاللاردا ئۇنىڭ مىزاجى ھۆللۈك ياكى قۇرۇقلۇقتا نورماللىقتىن ھالقىپ كەتكەنلىكىدىن بولۇر، گاھىدا نورماللىقتىن بەك ھالقىپ كەتسە ئاۋاز يوقىلۇر، ئەگەر ئازراق ئېشىپ كەتسە ئاۋاز ئۆزگىرەر، يۇتقۇنچاقنىڭ بېشى نەينىڭ بېشىغا ئوخشار، ئەگەر نەينىڭ بېشى ھۆل بولسا، ھەر ئىككى لېۋى بىر - بىرىنى توسۇۋېلىپ ئاۋاز چىقارماس، ئەگەر بەك قۇرۇق بولسا لەۋلەر ئېچىلىپ، كېڭىيىپ كېتىپ ئاۋاز چىقارماس.

ھۆللۈكنىڭ ئالامتى شۇكى، ھۆللۈكنى ئاشۇرىدىغان شاراب ۋە تائاملارنى يېگەن، ھۆل ھاۋادا ماكانلاشقان بولۇر، ھەرقاچان ئاۋاز چىقارماقچى بولسا ئاۋاز بوغۇق ۋە تىترەپ چىقۇر، خۇددى يېگى تۇغۇلغان كۆچۈكنىڭ ئاۋازىغا ئوخشاپ قالار.

قۇرۇقلۇقنىڭ ئالامتى شۇكى، تائام يېگەن، قۇرغاق جايدا ماكانلاشقان بولۇر، شۇڭا تۈتۈن ۋە چاڭ - توزان كېكىردەككە يەتكەن بولۇر ياكى كۆپ ۋاقىرىغان بولۇر ياكى كېچىسى ئۇخلىمىغان بولۇر، ھەرقاچان ئاۋاز چىقىرىشنى خالسا، ئاۋازى سۇنايىنىڭ ئاۋازىغا ئوخشاپ قالۇر، بۇلارنىڭ ئىلاجى مۇنداق:

ھەرقانداق ئادەمنىڭ ئاۋازى ئۆزگەرسە ياكى چىقمىسا، تېز ئىلاج قىلغاي، چۈنكى ۋاقىت ئۆتكەنچە ئىلاجى مۇشكۈل ۋە قاتتىق بولۇپ قالۇر. ئەگەر كېسەللىكنىڭ سەۋەبى قۇرۇقلۇق بولسا، ئىسپىغۇل لوئابى، ئىلمان شېكەر، سېمىز توخۇنىڭ شورپىسى، ئەسفىناج، چالا پىشۇرۇلغان تۇخۇمنىڭ سېرىقى، مۇنچىغا چۈشۈش پايدا قىلۇر، ئەگەر يۇقىرىقىلارنىڭ مەنپەئىتى بولمىسا يېگى، ساپ سۈت بىلەن شېكەرسىز مەسكە، ناھايىتى يۇمشاق ئۇن ۋە شېكەر پايدا قىلۇر.

تاتلىق ئانارنى قاچىغا سېلىپ ھۆل لاتىدا يۆگەپ، قوقاسقا كۆمۈپ پىشۇرغاي. ئاندىن

كېيىن ئاغزىنى ئېچىپ، ئوبدان ئارىلاشتۇرۇپ، ئۈستىگە شېھ، جۇلاب، ئازراق بىنەپشە يېغى، بادام يېغىنى قۇيۇپ، ئارىلاشتۇرۇپ ئىلمان ھالەتتە ئېچكەي. ئەگەر كېسەللىكنىڭ سەۋەبى ھۆللۈك بولسا، لوئوقى كەرنۇپ پايدا قىلۇر، ئەگەر ھۆللۈك غالىب بولسا ئازراق ھىڭنى لوئوق قىلىپ يۇغۇرۇپ، سامساق، كۈدە، شۇمشا، كەرنۇپىنىڭ ھۆل شاخلىرىنى چايناش، سۈيىنى سۈمۈرۈش پايدا قىلۇر.

لوئوقى كەرنۇپنىڭ نۇسخىسى ھۆل ئۈجمىنىڭ شاخ ۋە يوپۇرماقلىرىنى قايناتىپ، ئۈنىڭغا مۇشۇنداق مىقداردا كەرنۇپ قوشۇپ سىقىپ، سۈزۈپ، ھەسەل بىلەن قېيام قىلىپ ئىشلەتكەي.

يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى 300 گىرام زەنجىۋىلنى پاكىز سۈتكە چىلاپ، ھەر كۈنى سۈتنى يېڭىلاپ، زەنجىۋىل يۇمشىغاندا يۇمشاق سوققاي، 150 گىرام پىلپىلنى سۈرمىدەك ئېزىپ، 75 گىرام زەپەرگە قوشقاي. بۇ ئۈچنى ھەسەل ياكى ئاق شېكەر بىلەن يۇغۇرۇپ قېيام قىلىپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە بىر ۋاخ يېگەي، بۇ، لوئوقى زەنجىۋىل دەپ ئاتىلار.

يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى ھىڭ 30 گىرام، زەپەر 60 گىرام، ھەسەل 90 گىرام. دورىلارنىڭ ھەممىسىنى يۇغۇرۇپ، ئوتتا قويسا يىلىكتەك بولۇر، ئۈنى دائىم ئېغىزدا تۇرغۇزۇپ شورىغاي، بۇ، لوئوقى ئەنگىزەر دەپ ئاتىلار.

يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى قۇرۇق ئەنجۇر، ھۆل ياكى قۇرۇق يالپۇزنى ئوخشاش مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ، سۈزۈپ، ئاندىن كېيىن سەمغى ئەرەبنى ئېزىپ سېلىپ يۇغۇرغاي. بۇ ھەسەلنىڭ قېيامىدەك بولۇشى لازىمدۇر، بۇ، لوئوقى ئەنجۇر دەپ ئاتىلار.

يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى مۇرمەككى ئالتە گىرام، رۇببىسۇس، كۈندۇر ئۈچ گىرامدىن، زەپەر توققۇز گىرام. دورىلارنىڭ ھەممىسىنى سوقۇپ، مەيبە بىلەن يۇغۇرغاي، بۇ، لوئوقى مەيبە دەپ ئاتىلار.

قۇرۇق ئەنجۇر قۇرۇقلۇققا پايدا قىلۇر.

ئىككىنچى باب ئاۋاز تۇتۇلۇش توغرىسىدا

ئاۋاز تۇتۇلۇشنى ئەرەبچىدە «ئەلبۇھ» دەپ ئاتار. بۇنىڭ سەۋەبى مىزاجنىڭ بۇزۇلۇشىدۇر، بەزىدە ئاغرىق، چارچاش، ۋارقىراش ۋە ئۇيقۇسىزلىق ۋە قۇرۇق تائام يېيىش، يۇتقۇنچاقنىڭ چۆرىسى ئىششىش قاتارلىقلاردىن پەيدا بولىدۇ.

ئىلاجى

ئەگەر مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشى ئىسسىقلىق سەۋەبىدىن بولسا ئاۋازى ئۇنلۇك بولۇپ ، شىرنىڭ ھۆركىرىگىنىگە ئوخشاش بولۇر، ئىسسىق مىزاجلىق جانۋارلارنىڭ ھۇۋلىشىغا ئوخشار.

داۋالاش

ئاچچىق، شورلۇق، يىرىك ۋە ئۆتكۈر نەرسىلەرنى يېيىشتىن پەرھىز قىلغاي. بۇنىڭ تائام ۋە شارابلىرى ئاۋۋالقى بابلاردا بايان قىلىنغانىدى.

ئارپا سۈيى، بادام يېغى ئىچكەي.

ئەگەر مىزاج بۇزۇلۇشنىڭ سەۋەبى سوغۇقتىن بولسا، قورۇلغان قىچا ئۇرۇقىدىن توققۇز گىرام، قارىمۇچتىن ئۈچ گىرام، مۇرمەككىدىن 18 گىرام، كۈندۈر، تاغ رەيھىنىدىن 12 گىرام ئېلىپ، ھەممىسىنى سوقۇپ ھەب قىلىپ، تىلىنىڭ ئاستىغا قويغاي.

يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى مۇرمەككىدىن ئالتە گىرام، كۈندۈردىن 30 گىرام ئېلىپ، دورىلارنى ئۈزۈم سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ ھەب قىلغاي.

يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى ئاچچىق بادام مېغىزى، قورۇلغان زىغىر، چىلغوزىنىڭ ھەربىرىدىن ئالتە گىرامدىن، بەدىيان، سەمغى ئەرەبى، رۇببىسۇستىن ئۈچ گىرامدىن ئېلىپ دورىلارنى سۇ بىلەن ھەب قىلغاي.

ئەگەر ئاۋاز تۇتۇلۇش ھارغانلىق سەۋەبىدىن بولسا مۇنچىغا كىرىش، راھەتلىنىش، ئوڭدا يېتىپ ئۇخلاش پايدا قىلۇر. يۇمشاق يېمەكلىكلەرنى، يېڭى، ساپ سۈت، چالا پىشۇرۇلغان تۇخۇم سېرىقىغا ئوخشاش يۇمشاق نەرسىلەرنى يېگەي. تۇز ۋە لولى شورپىسى، سېمىز توخۇ شورپىسى، ئۇماچ، تاغ پۇرچقى ئۇنى، زىغىر ئۇنى، شېكەرگە ئوخشاش نەرسىلەرنى يېيىشتىن، شارابتىن پەرھىز قىلغاي. ئىسسىقتىن بولغان بوغمىنىڭ بابىدا بايان قىلىنغان غار - غارلارنى ئىشلەتكەي.

كەتىرا، نىشاستە، سەمغى ئەرەبى ۋە رۇببىسۇسلارنى ھەب قىلغاي ۋە دائىم ئېغىزىدا تۇرغۇزغاي.

ئەگەر رۇتۇبەت سەۋەبىدىن بولسا ۋە مېڭىدىن كەلگەن بولسا، ئۇ، ئۆتكەن پەسىلدە بايان قىلىنىدى، شۇلارنى ئەستە ساقلىغاي. پىياز، ھەسەل، كالا يېغى ۋە مەنجىتە مۇۋاپىق كېلۇر، بۇنىڭغا نەزلىنىڭ ئىلاجىنى قىلغاي.

ئەگەر ماددا سۇيۇق ۋە ئىسسىق تەبىئەتلىك بولسا كۆكنار شەربىتى ئىشلەتكەي.

بىلىش كېرەككى، كاۋاۋىچىننى چايناش تۇتۇق ۋە يىرىك ئاۋازنى ساپلاشتۇرار. ئاۋازنى ساپ ۋە روشەن قىلىدىغان تائاملار تاغ پۇرچىقى، قۇرۇق ئۈزۈم، زىغىر، خورما، چىلغوزا، ئەنجۇر، شۇمشا، تاتلىق ۋە ئاچچىق بادام مېغىزى، شېكەر، مائۇلھەسەل، مەنجىتە، سەرپىستان، ئۇرۇقى ئېلىۋېتىلگەن قۇرۇق ئۈزۈم قاتارلىقلارنى ئېلىپ، بادام يېغى بىلەن ھۆقنە قىلغاي.

بۇ پەسىلدە پايدا قىلىدىغان ئىسسىق دورىلار قارىمۇچ، ھىلىك، تاغ رەيھانى، مۇرمەككى، كۈندۈر، مەستىكى، راتىيانەج، پىياز سالغان سىركە، جاۋشىرنىك يىلتىزى قاتارلىقلاردىن ئىبارەت. سوغۇق دورىلار قاپاق ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى، پاقىيوپۇرمىقى، نىشاستە، كەتىرا، سەمغى ئەرەبى، ئىسپىغۇل لوئابى، رۇببىسۇس ۋە يېڭى، ساپ سۈت قاتارلىقلاردىن ئىبارەت. بۇ دورىلارغا قوشىدىغان ئوبدانراق نەرسە چالا پىشقان تۇخۇمنىك سېرىقىدىن ئىبارەتتۇر.

ئۇچىنچى باب ئاۋازنىك تىترەپ چىقىشى توغرىسىدا

بۇ ئەرەب تىلىدا «ئەسسەۋتۇل مۇرتەئىش» دېيىلەر، ئۇنىك سەۋەبچى ماددىسى ئۆپكە شاخچىلىرى ۋە ئۇنىك ئۇستىدىكى مۇسكۇلدا بولۇر. تىترەپ چىقىدىغان ئاۋاز ئىككى خىل بولۇر. بىرى، «ئېرتىئاشى»، يەنە بىرى «ئىختىلاجى» دۇر. «ئېرتىئاشى» بولغىنى داۋاملىق بولۇر، «ئىختىلاجى» بەزى - بەزىدە بولۇر. ئىختىلاجى بولغىنى ئۇستىخاندا ۋە كۆمۈرچەكتە بولماس، بەلكى تارتىشنى قوبۇل قىلىدىغان بارلىق ئەزالاردا بولۇر، مەسىلەن: گۆش، تېرە، پەردىگە ئوخشاش.

ئىختىلاجى بولغىنى قويۇق ماددىدىن بولۇر، ئۇ ئۆپكە شاخچىسى، مۇسكۇللاردا ۋە پەردىلەردە بولماس. ئېرتىئاشى بولغىندا ۋارقىرىغاندىكى كۈچەش يۇتقۇنچاقنى تەۋرىتەر، ئاۋاز چىقار ۋە قويۇق ماددىنى تەۋرىتەر، ماددىنىك ئېغىرلىقى ۋە قويۇقلۇقى سەۋەبىدىن جىم تۇرۇش ۋە تۆۋەنلەشنى ئىستەر، بۇ ئىككى ھەرىكەتتىن «ئېرتىئاشى» يەنى تىترەش ئاۋازى پەيدا بولۇر.

داۋالاش

ھەر ۋاقىت ۋارقىراش، يىغلاش، سۆزلەش، كۈلۈش، ئاچچىقلىنىش، كۆپ مېڭىش، يۈگۈرۈش، قوللىرىنى كۈچەپ ھەرىكەتلەندۈرۈشتىن پەرھىز قىلغاي ھەم پەرھىز قىلىشقا

بۇيرىغاي. بەلكى ئوڭدا يېتىپ ئۇخلىغاي، تاقەت قىلالمىغۇدەك ھالەتتە كۆكسىگە تاش قويغاي، قوغۇشۇن تاختىسى بولسىمۇ ياكى مۇشۇنىڭغا ئوخشاش نەرسە بولسىمۇ بولىدۇ، مۇشۇ ھالەتتە ئۇخلاپ كۆچەپ سۆزلىگەي، بۇنىڭ ئۈچۈن مۇنۇ دورىلارنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى ئۆتكۈر ھۆقنە، مەجۇنى لوغانزىيا، ئەفتىمۇننىڭ قاينىتىلغان سۈيىنى ئىسسىتىپ بەرگەي ھەمدە ئابكامە ۋە ئايارەج پەيقرانى ئۈزۈم سۈيى بىلەن غار - غار قىلغاي.

ئاقىرقەرھا، قۇندۇز قەھرى، ھەببۇلنىل، ھەببۇلغار، خەربەق، سەكبىنەج، مۇقەل، جاۋشىر، كەرەپشە ئۇرۇقى قاتارلىقلاردىن تەييارلانغان ھەبلەر پايدا قىلۇر. يەڭگىل تائاملارنى يېگەي. ئاچچىقسۇ، ئانارنىڭ دانىسى ۋە چوغدا پىشۇرۇلغان گۆش، شورلۇق سۇ بىلىقى، قىچىدىن قىلغان تائامغا ئوخشاش يېنىكلىتىدىغان تائاملارنى يېگەي.

تۆتىنچى باب بوغۇق ئاۋاز توغرىسىدا

بوغۇق ئاۋاز ئەرەب تىلىدا «ئەسسەتۇل كەدىر» ۋە «ئەلمۇزلىم» دېيىلەر. بۇ شۇنداق ئاۋازكى، قەلەينىڭ بىر - بىرىگە ئۇرۇلۇپ چىققان ئاۋازغا ئوخشار. ئۇنىڭ سەۋەبى ماددىنىڭ قويۇق ۋە قاتتىقلىقى بولۇر.

بۇ خىل كېسەللىك بىلەن ئاغرىغان ئادەمنىڭ ئىلاجى بەدەن چېنىقتۇرۇشتۇر. نەپەسنى ئىچىگە تارتىپ چىڭقىلغاي، يىرىك لاتا بىلەن كۆكرەكنى سىيرىگەي، مۇنچىدا تەرلىگەي، بۇنىڭغا ماددىنى يەڭگىللەشتۇرگۈچى، پىشۇرغۇچى تائاملار ۋە كونا شاراب پايدا قىلۇر.

بەشىنچى باب ئىنچىكە ئاۋاز توغرىسىدا

بۇ ئەرەب تىلىدا «ئەسەۋتۇل دەقىق» دېيىلەر.

سەۋەبى

ئۇيقۇسىزلىق، ھارغىنلىق، تۇرلۇك سۈرگىلەرنى كۆپ ئىچىش، كۆپ جىما قىلىش،

ئۆتكۈر ۋە سوغۇق نەرسىلەر يۈتقۇنچاقنى تارايتقانلىقتىن ئاۋاز ئىنچىكە چىقار، كىچىك بالىلارنىڭ، ئاختا قىلىنغان ئەرلەرنىڭ، ئاياللارنىڭ ئاۋازىغا ئوخشاپ قالۇر.

بۇ خىل كېسەللىكنىڭ ئىلاجى ۋاقتى - ۋاقتىدا مۆتىدىل مۇنچىغا كىرىش، مۆتىدىل تائاملارنى يېيىشتۇر، تائامغا تۇخۇمنىڭ سېرىقى، شورپا، قورۇلغان گۆشكە ئوخشاش گۆشلەرنى بەرگەي.

ئەگەر مىزاجىنىڭ سوغۇقلۇقىدىن بولسا، ئاۋازنىڭ تۈتۈلۈشى ھەققىدىكى بابتا بايان قىلىنغان ئىلاجلارنى قىلغاي.

ئىككىنچى قىسىم كېكىردەك توسۇلۇش توغرىسىدا

بۇ قىسىم تۆت بابتۇر.

بىرىنچى باب زەبھە ۋە خەنناق توغرىسىدا

زەبھە بىر ئىششىقتىن ئىبارەت بولۇپ، كېكىردەكنىڭ ئىككى تەرىپى ۋە ئېغىك ئاستىنىڭ ھەر ئىككى مۇسكۇلىدا بولۇر، بۇنى ئەرەبچىدە «ئەلتەقناق»، يەنە «لەۋزەتان» (ئىككى بادامسىمان بەز) دەپ ئاتار. بۇ بەز قۇلاقتىن - قۇلاقچە كېكىردەكنىڭ ئالدى ۋە چۆرىسىدە ۋە گالدا بولۇر، بۇ ئىششىق شۇ سەۋەبتىن زەبھە دەپ ئاتالغان.

خەنناق قىينىلىپ نەپەس ئېلىشنى كۆرسەتەر، ئۇنىڭ سەۋەبلىرى بەش خىل بولۇر.

بىرىنچى، دورا ئىچكەن بولسا، بۇ ئاغرىق ئاشۇ دورىنىڭ خۇسۇسىيىتىدىن پەيدا بولۇر. ئىككىنچى، گال، كېكىردەك مۇسكۇللىرى ئىششىش، پەردىلەر ۋە تارىمۇشلارمۇ ئىششىشتىن پەيدا بولۇر، كېكىردەكنىڭ بېشىدىكى مۇسكۇلنى ئەرەبچىدە «ئەلسەمە» دەر. ئۈچىنچى، يۇتقۇنچاقنىڭ يۇقىرى چىقىشى، قۇرۇقلۇقنىڭ غالىبلىقى سەۋەبىدىن ياكى يۇتقۇنچاق ۋە گال مۇسكۇللىرى، پەي، تارىمۇشلاردا قۇرۇق تەشەننۇجنىڭ بولۇشىدىن بۇ ئەزالار ئىشتىن قېلىپ، گەرچە يول ئوچۇق بولسىمۇ نەپەس ئېلىش مۇشكۈل بولۇر. تۆتىنچى، بويۇن ئۇستىخانلىرىنىڭ ئۇگلىرى ئورنىدىن قوزغىلىپ، بىر - بىرىگە كىرىشىپ قالۇر، بۇ سەۋەبتىن ئۇنىڭدا بىرەر زەخمىلىنىش، كېسەللىك پەيدا بولۇر، بۇنىڭ ئىلاجى يوق. بەشىنچى، بويۇن ئۇستىخانلىرىنىڭ ئۇگلىرى، گال مۇسكۇللىرى تەشەننۇج بولغان سەۋەبتىن تارتىلىپ، ئورنىدىن قوزغىلار. قۇرۇقلۇقتىن بولغان تەشەننۇج خەتەرلىك بولۇپ، كىچىك بالىلاردا كۆپ بولۇر، چۈنكى ئۇلارنىڭ بوغۇملىرى يۇمشاقتۇر. بويۇن بىرىنچى سۆڭىكى بىلەن ئىككىنچى سۆڭىكىنىڭ ئۇگىسىنىڭ ئورنىدىن ئاجرىشى خەتەرلىك ھېسابلىنار، بۇ كۆپ كۆرۈلەر.

ئادەمنىڭ ئاشقازىنىدا ۋە ئۇچەيلەردە قۇرت كۆپ بولسا، نەپەس ئېلىش مۇشكۈل بولۇر (بۇنىڭ ئىلاجى قۇرتقا ئىلاج قىلىش بابىدا بايان قىلىنار).

ئەگەر ئادەمنىڭ ئاشقازىنىدا، ئىنچىكە ئۇچەيلىردە قۇرت بولسا، بۇنىڭدىن باشقا ئەزالىرىدا قان سېسىغان بولسا، نەپەس ئېلىش مۇشكۈل بولۇر. شۇ ئەزانىڭ ئىششىشى كۆپ هاللاردا قاندىن بولۇر، سەپرادىن ۋە بەلغەمدىنمۇ بولۇر، سەۋدادىن ئازراق بولۇر، چۈنكى سەۋدانىڭ ماددىسى قويۇقراق بولۇر، بىراقلا ئەزاغا قۇيۇلماس، لېكىن ئاز - ئازدىن يىغىلىپ بىراقلا ئىششىققا سەۋەبچى بولۇر. ئىسسىقتىن بولغان ئىششىق سەۋدادىن بولۇر، ئىسسىق ماددا يېپىشقاقلىقنى قوبۇل قىلۇر، ماددا قۇيۇلۇپ كۆيەر.

بىلىش كېرەككى، بوغمىنىڭ ئىششىقى گاھىدا يارا بولۇر، يىرىڭ ئېقىپ تازىلىنار، گاھىدا بوغما زاتىلىرىيە (ئۆپكە ياللۇغى) ئىششىقغا ئۆزگىرەر. چۈنكى، بوغمىنىڭ ماددىسى بەزىدە بىراقلا كۆكرەككە چۈشەر، پەيلەرگە چۈشسە، تەشەننۇج پەيدا قىلۇر. گاھىدا يۇرەكنىڭ ئەتراپىغا چۈشۈپ ئۆلتۈرەر، گاھىدا ئاشقازانغا چۈشەر، بۇ يېنىكرەك بولۇپ، ئىلاجنى قوبۇل قىلۇر، بوغما بولغان ئادەم تەشەننۇج بىلەن ئۆلەر.

ئاۋۋال تەشەننۇج پەيدا بولۇر، ئاندىن كېيىن بوغمىغا ئۆزگىرەر، بۇ بوغمىنىڭ خىللىرىدىن خالىي بولماس، بوغمىنىڭ ئالامەتلىرى يەتتە خىل بولۇر.

بىرىنچى، نەپەسنى قىستار؛ ئىككىنچى، ئېغىز ئوچۇق قالار؛ ئۈچىنچى، تاۋام ۋە شاراب بوغۇزدىن ئۆتمەس، ئەگەر سۇ ئىچسە بۇرۇندىن چىقماس؛ تۆتىنچى، كۆزلىرى پۇلتىيىپ چىقار، بەشىنچى، تىلى ئېغىزدىن چىقىپ قالۇر؛ ئالتىنچى، سۆزلىسە بۇرۇندىن ئاڭلىنار؛ يەتتىنچى، قەي قىلىشنى ئارزۇ قىلۇر، لېكىن قەي قىلالماس.

بۇ ئالامەتلەرنىڭ پەيدا بولۇشى بوغمىنىڭ ئېغىرلىق ۋە يەڭگىللىكىنىڭ دەرىجىسىدە بولۇر، هەرقاچان بوغما ئېغىر بولسا، بۇ ئالامەتلەر ئېغىر ۋە ئېنىقراق بولۇر، هەرقاچان يېنىك بولسا، بۇ ئالامەتلەر ئازراق بولۇر.

ئەگەر بوغما قاندىن بولسا، يۇز - كۆزى ۋە تىلى قىزىل بولۇر، ئېغىزنىڭ تەمى قان تېتىار، بوغما ئاغرىقى تارتىشقا مايىل بولۇر، كۆز ۋە بويۇن تومۇرلىرى كۆپۈپ، نەپەس قىسىلۇر.

ئەگەر بوغما سەپرادىن بولسا ئاغرىق ۋە كۆيۈشۈش، هارارەت، ئۇسسۇزلۇق كۆپ بولۇر، ئېغىزى قۇرۇق ۋە ئاچچىق بولۇر، ئۇيقۇسى كەلمەس، قاندىن بولغان بوغمىدا نەپەسنىڭ قىسىلىشى ئازراق بولۇر.

ئەگەر بوغما بەلغەمدىن بولسا، ئېغىزنىڭ سۈيى يېپىشقاق بولۇر، ئېغىز تەمى شورلۇق بولۇر

ياكى توغرىغۇ تېتار، ھارارەتتىن خالىي بولماس، بۇنىڭ بىلەن ماددا سېسىغان ۋە بۇزۇلغان بولۇر.

ئەگەر بوغما بەلغەمدىن بولسا تىلنىڭ رەڭگى ئاق بولۇر، ئۇسسۇزلۇق ۋە ھارارەت ئاز بولۇر ياكى ئەسلا بولماس ۋە ياكى گاھىدا بولۇر، تىلى ھوللۇك سەۋەبىدىن ئاجىزلاپ، سىرتقا چىقىپ قالار، بىر نەرسە يۇتۇشقا تىرىشار، چۈنكى بەلغەم ئىششىقى يۇمشاق بولۇر.

بىلىش كېرەككى، ئەگەر بوغمىنىڭ ماددىسى يېپىشقاق ۋە سوغۇق، رۇتۇبەت بولسا، كىچىك تىل ۋە گال مۇسكۇللىرىنىڭ چۆرىسىدە ئىششىق بولۇر، چۈنكى قويۇقلۇق ۋە سوغۇق سەۋەبىدىن تۆۋەنكى مۇسكۇللارغا چۈشمەس، ئەگەر ھوللۇك ئىسسىق بولسا، گالىنىڭ مۇسكۇللىرىغا ۋە ئىچكىرىدىكى مۇسكۇللارغا چۈشەر.

ئەگەر بوغما سەۋدادىن بولسا قاتتىق، ئېغىزنىڭ تەمى قىرتاق ياكى ئاچچىق بولۇر، ئاز - ئاز پەيدا بولۇر، گاھىدا ئىسسىقتىن پەيدا بولغان بوغما سەۋدايى بولۇر.

ئەگەر بوغمىنىڭ سەۋەبى بويۇن ئۇستىخىنى تۇتاشقان ئۇگىسىدىن ئاجىرىغانلىقتىن بولسا، ئورنى چوڭقۇر بولۇر، كېكىردەكنىڭ ئالدى سىرتقا چىقار، ھەرقانداق نەرسە ئۇنىڭغا تەگسە ئاغرار، ئاغرىق سەۋەبىدىن باشنى مىدىرلىتالماس، ئوڭ ۋە سول تەرەپكە قارىيالماس، ئاغزىنى ئاچالماس.

بەزى تېۋىپلار بۇنى «ئىتسىمان بوغما» دەپ ئاتار، چۈنكى بۇ ئاغرىق ئىتلاردا بولۇر. ئەگەر بويۇن ۋە ئۇستىخاننىڭ ئۇگىلىرى ئورنىدىن سىرتقا چىقىپ، بىرىنچى ئۇگە ئىككىنچى ئۇگىدە بولسا بىمار شۇ كۈنى ئۆلەر، چۈنكى ئىككى ئۇگىنىڭ ئوتتۇرىسىنى يېپىپ تۇرغان تارىمۇشلارغا ھاۋا يېتىشمەي، مۇسكۇللارنىڭ ھەرىكىتى توختاپ قالۇر. بۇ، ئىككى ئۇستىخاندىن ئۆتكەن بولۇپ، ئەگەر يەنە بىر ئۇستىخان ئۇگىدىن چىققان بولسا، ئەگەر ئۇستىخاننىڭ ئۇگىسىنى ئورنىغا كەلتۈرسە ساقىيار.

ئەگەر بويۇن ئومۇرتقىسى سېسىمغان بولسا، سىرتقى مۇسكۇللاردا ئىششىق پەيدا بولۇپ، ئالدى تەرەپكە مايىللاشقان بولسا، بىلىش كېرەككى، ئۇنى كۆكرەكنىڭ ئالدىدىن كۆرگىلى بولماس، ھەرقاچان سىرتقى مۇسكۇلدا پەيدا بولۇپ، ئارقىغا مايىل بولسا ئۇنى ئېغىزنىڭ ئىچىدىن كۆرگىلى بولۇر، ئۇنى كۆرۈش ئۈچۈن، بىمارنىڭ ئېغىزىنى چوڭ ئېچىپ، تىلىنى سوزۇپ سىرتقا چىقارغاي، تېۋىپ كىچىك سۈزگۈچنى تىلغا قويۇپ، قانچىلىك چىقرالسا شۇنچىلىك چىقارغاي، شۇنىڭ بىلەن ئىششىق ئېنىق مەلۇم بولۇر.

بەزىدە ئىچىدىكى مۇسكۇل ۋە پەردىلەردە بولسا ئۇنى كۆرگىلى بولماس، نەپەس ئېلىشى

مۇشكۈل بولۇر.

بەزىدە قاندىن ۋە سەپرادىن بولغان بوغمدا بىمار بىر نەرسە يۇتسا نەپەس ئالالماس، بىلىش كېرەككى، بۇنىڭ ئىششىقى گالدا بولغان بولۇر.

ھەرقاچان نەپەس ئالسا بىر نەرسە يۇتالماس، بىلىش كېرەككى، بۇنىڭ ئىششىقى قىزىلئۆڭگەچتىدۇر، گال ئىششقىنىڭ چوڭ بولۇشى كۆپ كۆرۈلەر، قىزىلئۆڭگەچ يولى بىلەن تەسرلىشەر، شۇ سەۋەبتىن ھېچ نەرسە يۇتالماس، قىزىلئۆڭگەچنىڭ ئىششىقىنىڭمۇ چوڭ بولۇشى كۆپ كۆرۈلەر، گال يولى بىلەن جەڭ قىلۇر، شۇ سەۋەبتىن نەپەس ئالمىقى مۇشكۈل بولۇر.

ئىششق كېكىردەك بېشىنىڭ ئىچكىرى قەۋىتىدە بولۇپ، قىزىلئۆڭگەچنىڭ بېشىدىن تۆۋەنرەك بولسا ۋە چوڭ بولسا، گال يولى بىلەن تەسرلەنمەس، نەپەس ئېلىشنى توسۇيالماس. ھەرقاچان ئىششقىنىڭ ماددىسى يۇمشاقلىقنى قوبۇل قىلمىغان بولسا ياكى سېسىغان بولسا، يىرىڭ پەيدا بولۇر، ئىششق ئازراق بولۇر، بىمار راھەتلىنەلمەس، تومۇر ئىزتىراپ قىلۇر ۋە يۆتەل پەيدا بولۇر. بۇ چاغدا ماددا ئۆپكىگە توشۇپتۇ، بوغما زاتىلىرىيەگە ئۆزگىرىپتۇ، دەپ بىلگەي. ئەگەر تومۇر كىچىك ۋە پەرقلىق سوقسا، خەۋەقان كېلىپ چىقار، بىمار قۇۋۋەتسىز بولۇر، كۆڭلى ئېلىشار، بىلىش كېرەككى بۇ چاغدا ماددا يۇرەكنىڭ ئەتراپىدا پەيدا بولغاندۇر.

ئەگەر ئاشقازاننىڭ ئاغرىقى كۆڭۈل ئېلىشىشنى پەيدا قىلسا، بىلىش كېرەككى، ماددا ئاشقازاندا پەيدا بولغاندۇر.

ئەگەر تومۇردا تەشەننۇج بولسا بىلىش كېرەككى، ماددا پەيلەردە پەيدا بولغان بولۇپ، تەشەننۇج پەيدا بولۇر.

ئەگەر تۆت كۈندىن كېيىن ئىششق يۇمشسا، بىلىش كېرەككى، پىشىپ يىرىڭلار، ئەگەر، ئىششقنىڭ قىزىللىقى بىمارنىڭ بويىندا، كۆكرىكىدە بولسا، ئۇنىڭ سەۋەبى ئىككى نەرسىدىن بولۇر. بىرى، ماددا يۇمشاقلىقنى قوبۇل قىلۇر، سۇرۇلەر، بۇ كىشىنىڭ نەپەس ئېلىشىغا ئۇمىد باغلىغاي. يەنە بىرى، ماددا ئىچىدە پەيدا بولغان بولسا، بۇ ياماندۇر. ھەر ۋاقىت بوغما بولغان كىشى كۆپۈك چىقارسا سالامەتلىكىدىن ئۇمىد كۈتكىلى بولماس، چۈنكى تۈتۈن بۇسنى سىرتقا چىقىرىش ھۆللۈكنى تەۋرەتكۈدەك دەرىجىدە بولۇر ياكى ھەمىشە بۇخاراتلىق بولۇر، ئەگەر بوغما بولغان كىشىنىڭ ئېغىزىدىن كۆپۈك چىقسىمۇ سالامەتلىكىدىن ئۇمىد بولۇر، چۈنكى بەدەن قۇۋۋىتى ۋە ئۇنىڭ مايىللىقى نورمال بولۇر.

ھەرقاچان بوغما بولغان ئادەمنىڭ يۈزى كۆكەرسە، كۆزى قارايسا دەرھال ئۆلەر. ھەرقاچان

تومۇرى كىچىك، پۇت - قولى مۇزدەك، تىلى يوغان، قارا بولسا ئاسان ئۆلەر.

بوغما قىزىتما بىلەن بولسا خەتەرلىك بولۇر، چۈنكى قىزىتمىنىڭ ھارارىتى نەپەس ئېلىش ئېھتىياجىنى ئاشۇرۇۋېتىدۇ، ھەر ۋاقىت قىزىتما بوغمىنىڭ مۇددەت كۈنى بولسا قاتتىق قورقۇش كېرەك. ھەر ۋاقىت دوقمۇشنىڭ رەڭگى ئۆزگىرىپ ئاقارسا ياكى كۆكەرسە، قولتۇق ۋە يوتىلىرى سوغۇق تەرلىسە، شۇ كۈنى ياكى ئەتىسى ئۆلەر.

ھەر ۋاقىت نەپەس ئېلىشى قالايمىقان بولسا، بىر نەپەسنى ئىككى - ئۈچ ھەرىكەتتە ئالسا، ھەر قېتىم نەپەس ئالغاندا كۆكسى، بۇرنىنىڭ قانىتى تەۋرىسە بەك قورقۇش لازىمدۇر.

قاندىن بولغان بوغمىنىڭ ئالاجىنى مۇنداق قىلغاي: ئەگەر بوغما پۈتۈن بەدەن بىلەن شىرىك بولسا، بەدەن قۇۋۇەتلىك بولسا، قان ئېلىشتىن توسالغۇ بولمىسا، ئاۋۋال قان ئالغاي، شۇنداقلا قانىنى بىراقلا ئالغاي، قانىنى كۆكۈل ئاينىغچە ئالسا ئاغرىق دەرھال يوق بولۇر. ئەگەر قۇۋۇتى ئاجىز بولسا قانىنى ئاز - ئازدىن ئالغاي، يەنى ھەر سائەتتە 40 گىرامدىن ياكى 20 گىرامدىن ئالغاي. قانىنى ئوچ كۈنگىچە ئايرىم - ئايرىم ئېلىشتىكى مەقسەت كۆكۈل ئېلىششىنى توختىتىشتىن ئىبارەتتۇر، چۈنكى كۆكۈل ئېلىشىش پەيدا بولسا قالغان قۇۋۇتىنى يوقىتار، نەپەسنىڭ قىسلىشى قۇۋۇەتنىڭ يوقلىشى بىلەن يامان بولۇر، بولۇپمۇ غىزانىڭ ناچارلىقى بىلەن يەنە قان ئالغاي، غىزالانغۇدەك ھالى بولمىسا ئازراق ئەسلىگە كەلتۈرۈپ، ئاندىن كېيىن تاكى خىلىت پىشقۇچە قان ئالغاي. ئاۋۋال تەخىر قىلغاي، قۇۋۇتى ئەسلىگە كەلسە ئاغرىقنىڭ ماددىسىنى پەسەيتىپ، ئىستىفراغ قىلغاي. نۆۋەتتى كەلگەندە ئاز - ئازدىن قان ئېلىش بايان قىلىندى، بۇنىڭدىن باشقا چارە يوق، شۇنىڭ بىلەن نەپەس ئېلىشىنىڭ يولى ئېچىلار، بولۇپمۇ ئاغرىق شۇ كۈندىن باشلاپ كۈندىن - كۈنگە ئېغىرلاشسا، ماددا ھەرىكەتتە بولسا، بىراقلا كۆپ قان ئېلىش زۆرۈر بولۇر.

ئەگەر بىر قولدىن ئاز - ئازدىن قان ئېلىشنىڭ ئارىلىقىدا تىل ئاستىدىكى تومۇردىن قان ئالسا كۆپ ياخشى بولۇر، ئەگەر تىل ئاستىدىكى تومۇرلاردىن تولغان ماددىلار تارتىلىپ تۇرسا، بۇنى ئاخىرىدا قىلىش توغرا بولماس. گاھىدا تىلغا نەشتەر ئۇرۇشقا ئېھتىياجلىق بولۇر ياكى پاچىقىغا ھجامەت قويۇش زۆرۈر بولۇر. ھەرقاچان تەنىنىڭ ئىمتىلالىق ئەمەسلىكىنى كۆرسە ۋە بوغما پۈتۈن بەدەننىڭ شىرىكچىلىكى بىلەن بولمىغان بولسا، ماددا گالىنىڭ چۆرىسىدە بولۇر، بۇ چاغدا قان ئالسا بولۇر، غىزا بەرمەسلىكنىڭ تەدبىرىنى قىلغاي. شۇنىڭ بىلەن تەن قاندىن قۇۋۇەتلەنگەي، قۇۋۇەت يوقالمىغاي، ئاغرىقنىڭ كۆپ قوزغىلىش كۈنلىرى ئۆتسە ماددىنى پىشۇرۇشقا ۋە يۇمشىتىشقا مەشغۇل بولغاي، ئەگەر شۇنداق ھالەتتە قان ئالسا، قۇۋۇەتنىڭ

ئاجىزلاش خەۋپى بولۇر.

ئىششىق بوغۇز چۆرىسىدە بولسا، ئاغرىق ماددىسىنىڭ ھەركىتى كۆپ بولۇپ، كۈن ئۆتكەندىن كېيىن قان ئالسا قورقۇنچ بولىدۇكى، ئىششىقنىڭ ماددىسى گالغا چۈشەر، بۇ چاغدا بوغما كۆچىيەر. قان ئېلىشتا تۆۋەندىكى چەكلىمگە ئەمەل قىلغاي: قانىنىڭ غالىبلىقى ئېقىشقا ئادەتلەنگەن قانىنىڭ توختىشىدۇر، مەسىلەن: بۇۋاسىر ۋە ھەيز قېنىغا ئوخشاش. بۇ ئەھۋالدا شۇنداق تومۇردىن قان ئېلىش كېرەككى، ئۇ قان ئاشۇ يەردىن سۈزۈلۈپ چىقىغاي، ئۇ تومۇر سافىن تومۇردۇر، پاچاققا ھەجامەت قويۇش بەك پايدا قىلۇر، بولۇپمۇ بىر نەرسە يۆتكەلسە ھەجامەتنى بويۇن ئومۇرتقىسىنىڭ ئىككىنچىسىگە قويۇپ، ماددىنى سىرتقا تارتقاي. شۇنىڭ بىلەن نەپەس يولى ۋە يۇتقۇنچاق يولى ئېچىلار، بۇ يول ئېچىلىپ گالدىن شەربەت ئۆتسە ھەجامەتنى ئېلىۋەتكەي، سانجىپ قان چىقارسىمۇ شىپالىق بولۇر، بويۇننىڭ ئىككى تەرىپىگە ھەجامەت قويسىمۇ شىپا تاپار، ئاندىن ھەجامەتنى باشنىڭ ئوتتۇرىسىغا، ئېڭەكنىڭ ئاستىغا ۋە دوققىسىغا قويغاي، پۇت - قولنى ۋە تاغاق سۆڭىكىنى ياخشى ئۇۋۇلغاي، پۇت - قولنى تاڭغاي، شۇنداق مەلۇم بولغانكى، قان ئالغاندىن كېيىن ماددىنى ئۇچەيگە چۈشۈرۈشنىڭ تەدبىرىنى قىلغاي، بۇنىڭ ئۈچۈن يۇمشاتقۇچى ھۆقنە ئىشلەتكەي.

يۇمشاتقۇچىنىڭ نۇسخىسى بىنەپشە، بابۇنە 28 گىرامدىن، سەرپىستان 46 دانە، ئاق لەيلى ئۇرۇقى 40 گىرام، بۇغداي كېپىكى بىر سقىم. دورىلارنىڭ ھەممىسىنى قائىدە بويىچە قاينىتىپ سۈزگەي.

شېكەر 40 گىرام، نەمەك ھىندى ئىككى گىرام، توغرىغۇ سەككىز گىرام. دورىلارغا 40 گىرام بىنەپشە يېغى، كۈنجۈت يېغىنى ئارىلاشتۇرۇپ ھۆقنە قىلغاي، ئەگەر قىزىتمىسى بولمىسا بۇ ھۆقنىدە 12 گىرام ئامىلە ئۇسارىسى، قەنتەرىيۇن، 20 دانە ئەنجۈر پوستىنى قاينىتقاي.

ئەگەر بىر نەرسە يۇتالمىسا خىيارشەنبەر، شىرخىستىنى كاسىنە سۈيىدە ياكى ئىتئۈزۈمى سۈيىدە ئېرىتىپ، سۈزۈپ بەرگەي. ماددا ئۇچەيگە چۈشكەندىن كېيىن بابۇنە، ئىكلىلمىلىك، بىنەپشە ۋە كېپەكنى سۇدا قاينىتىپ، پۇت - قوللىرىنى ئاشۇ سۇدا يۇغاي. غىزاسىغا ئازراق ئاقلانغان يېسىمۇق يارمىسىنى سەككىز گىرام كۆكنار ئۇرۇقى بىلەن سوقۇپ، قاينىتىپ بەرگەي، ئەگەر بۇ غىزانى خالىمسا، سىركەنجۈبىل شەربىتى بەرگەي.

سوغۇق ۋە قابىز نەرسىلەر ياكى تارقىتىدىغان نەرسىلەرنى ئارىلاشتۇرۇپ زىمات قىلغاي.

پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى، كاسىنە، ئارپا ئۇنى، ئاقلانغان يېسىمۇق، ئاق لەيلى، بابۇنە، بىنەپشىگە ئوخشاش دورىلارنىڭ ھەممىسىنى سوقۇپ، گۈل يېغى بىلەن ياغلاپ، گۈلابتا ئېرىتىپ

باش دوقسىغا، بويۇننىڭ ئەتراپىغا ۋە بوغۇزىغا قويغاي.

غار - غارنىڭ تەدبىرىنى بۇ غىزا بىلەن قىلغاي.

ئەگەر بەدەن ۋە بويۇن تومۇرلىرى، تىل ئەزالىرىنىڭ تومۇرلىرى تولۇپ قالغان بولسا، غار - غار قىلىشقا ئالدىرىمغاي. بۇنىڭ ئۈچۈن ئاۋۋال سۇرگە بېرىپ ئىمتىلانى يوقاتقاي. غار - غارنى قابىز دورىلار بىلەن قىلغاي، قابىز دورىلار ئىششىقنى يېغىپ ساقايتار، ئاغرىقنى كۈچەيتەر، يەنە بەزىدە ماددا ئىششىقنى زىيادە قىلۇر. غار - غارنى تەييارلاش ئۇسۇلى شۇكى، قابىز دورىلار، ھۆل جويۇز پوستىنى سقىپ چىقارغان سۇيىگە يېنىك قىلىدىغان سۇيۇقلۇقلارنى ئارىلاشتۇرۇپ ياكى سىركەنجۈبلگە ئوخشاش نەرسىلەرنى ئارىلاشتۇرۇپ ئىشلەتكەي، شۇ ئارقىلىق قابىز دورىلارنىڭ قۇۋۋىتىنى تەن ئىچىگە يەتكۈزگەي. ئەگەر ئاغرىق بەك قاتتىق بولسا، ئاغرىقنى پەسەيتىدىغان يۇمشاق شاراب بىلەن ئارىلاشتۇرغاي، مەسىلەن: قاينىتىلغان يېڭى، ساپ سۈت، بىنەپشە شارابىغا ئوخشاش نەرسىلەر.

بوغمىنىڭ ھەممە خىللىرىدا ئاۋۋال قابىز بولغان بىرەر نەرسە بىلەن غار - غار قىلغاي. بۇنىڭ بىلەن قەۋزىيەتنى ۋە قەۋزىيەتتىن بولغان قانىنى توختاتقىلى بولۇر، مەسىلەن: خەرتۇن شارابى، ھۆل جوزنىڭ پوستى ۋە ئىتئۈزۈمى سۇيىگە ئوخشاش نەرسىلەر.

جوز پوستىنى سىقىشنىڭ ئۇسۇلى ھۆل جوزنىڭ پوستىنى سوقۇپ، سىقىپ سۈزۈلدۈرۈپ، ئوخشاش مىقداردىكى شېكەر بىلەن قاينىتىپ، كۆپۈكىنى ئېلىۋېتىپ قىيام قىلغاي.

يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى ئاچچىق تاش، موزا، ئانارگۈلىدىن 20 گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، بىر دانە ئاچچىق ئانارنى يېرىپ، دانىسى ۋە پوستى بىلەن قاينىتىپ، ئېزىپ، قولدا مۇجۇپ، سىقىپ ئۇرۇقىنى ئېلىۋېتىپ، تاسقىغان دورىلارنى ئۇنىڭ بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، لازىم بولغاندا سىركە ياكى سىركەنجۈبىل بىلەن نەمدەپ، غار - غار قىلغاي.

يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى ئاقلانغان يېسىمۇق، قۇرۇق قىزىلگۈل، ئانارگۈلى، سۇماق قاتارلىقلارنى سۇدا قاينىتىپ، سۈزۈپ، بۇنىڭ بىلەن غار - غار قىلغاي.

يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى قىزىلگۈل، ئاق سەندەل، فۇپەلنى چالا سوقۇپ، ئىتئۈزۈمى سۇيى ياكى ھۆل يۇمغاقسۈت سۇيىدە قاينىتىپ، سۈزۈپ ۋە خەرنۇد شارابى بىلەن قوشۇپ غار - غار قىلغاي.

تىلنىڭ ئاستىدا تۇتىدىغان ھەب نۇسخىسى بۇ، قان ۋە سەپرادىن بولغان بوغمىغا پايدا قىلۇر. قىزىلگۈل ئۇرۇقى، سېمىزئوت ئۇرۇقى، نىشاستە، تاباشىر، سۇماق، كەتىرا تۆت

گىرامدىن، كافۇر 0.5 گىرام. بۇلارنىڭ ھەممىسىنى سوقۇپ، ئىسپىغۇل لوئابى بىلەن يۇغۇرۇپ ھەب قىلغاي، بۇ دورىلارنى بىرىنچى كۈنى ئىشلەتكەي. ئىككىنچى كۈنى ھۆل يۇمغاقسۇت سۈيى ياكى ئىتئۈزۈمى سۈيى بىلەن قۇرۇق قىزىلگۈل، چۈچۈكبۇيا يىلتىزىنى قاينىتىپ، سۈزۈپ خىيارشەنبەرنىڭ ئىچىدىكى فۇلۇسنى قوشۇپ نەمدەپ، غار ـ غار قىلغاي. ئۈچىنچى ۋە تۆتىنچى كۈنى ئاخىرقى باسقۇچقا يەتكەن ۋاقىت بولسا، ئىتئۈزۈمى سۈيى، بەدىيان سۈيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، خىيارشەنبەرنى ئۇنىڭدا ھۆل قىلغاي ياكى ئۈزۈم شىرنىسى بىلەن غار ـ غار قىلغاي.

گۈل يېغىنى ساپ موم بىلەن ئېرىتىپ، كونا پاختىنى سۇدا ھۆل قىلىپ، ئۇنىڭغا سىلەپ، بوغۇزنىڭ ئەتراپىغا ۋە بوينىغا قويغاي.

ئىكلىلمىلىك ۋە چۈچۈكبۇيا يىلتىزىنى قاينىتىپ، سۈزۈپ، خىيارشەنبەرنى ئۇنىڭدا نەمدەپ غار ـ غار قىلغاي.

ئەگەر بۇ تەدبىرلەر بىلەن ياخشىلانمسا ئىت پوقى دورىسىنى قىلغاي.

ئىت پوقى دورىسىنىڭ تەييارلىنىشى ئىتنى بىر كۈن باغلاپ قويۇپ، نان بەرگەي، سۇنىڭ ئورنىدا شاراب بەرگەي، بۇنىڭ بىلەن ئىتنىڭ ئىچى تازىلانغاي، ئۇچ كۈنگىچە پاچاق سۆڭەكتىن باشقا نەرسە بەرمىگەي، بۇنىڭ بىلەن ئىتنىڭ پوقى ئاقارغاي.

موزا ۋە قايماقتىن بىر ھەسسە ئېلىپ، بۇلارنى سوقۇپ ئارىلاشتۇرۇپ، بىمارنىڭ بوغۇزنىڭ ئىچىگە پۈركىگەي، شۇنىڭ بىلەن بىرگە توخۇ پېيى بىلەن كېكىردەككە ۋە گالغا سۈركىگەي.

يەنە بىر ئىت پوقى دورىسىنىڭ نۇسخىسى ئىت پوقى بىر ھەسسە، زەپەر، قىزىلگۈل بىر ھەسسىدىن.

يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى مۇرمەككىدىن ئىككى ھەسسە، زەپەردىن بىر ھەسسە ئېلىپ، ئىككىسىنى خەرنۇب شەربىتى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ غار ـ غار قىلغاي. زەپەر ئۇنىڭ قۇۋۋىتىنى ئەزالغا يەتكۈزەر، ئەگەر ئىششىق قاتتىق بولسا ساپ، يېڭى سۈتتە خىيارشەنبەرنى ئېرىتىپ غار ـ غار قىلغاي ياكى ئازراق خەربەق، توغرىغۇ شارابىدا ئېرىتىپ غار ـ غار قىلغاي.

ئەنجۈر پوستى، شۇمشىنى قاينىتىپ، خىيارشەنبەرنى ئارىلاشتۇرۇپ قاينىتىپ، توغرىغۇ ۋە كونا شارابنى ئۇنىڭدا ئېرىتىپ غار ـ غار قىلغاي.

كونا شارابنى تاتلىق ۋە ئاچچىق ئانار سۈيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، بىنەپشە يېغى بىلەن ئېرىتىپ، ئىپار، سېرىقماي ۋە تال يوپۇرمىقىنىڭ سىقىپ چىقىرىلغان سۈيىنى ئارىلاشتۇرۇپ ياكى ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىشلەتكەي، دورىلارنىڭ ھەممىسى يۇمشاتقۇچى دورىلار

ھېسابلىنار.

زىغىر، مۇرد ئۇرۇقىنى سوقۇپ، ئۆچكە سۈتى بىلەن غار - غار قىلغاي.

نەرگىس، پىيازنى سوقۇپ، ئېشەك سۈتى بىلەن نەمدەپ ئىشلەتكەي.

چۈچۈكبۇيا يىلتىزى، ئاق لەيلى يىلتىزىنى ئۈزۈم شارابىدا ئۇچ ھەسسىدىن بىر ھەسسە قالغۇچە قاينىتىپ، نەرگىس پىيىزىنى سوقۇپ، بۇنىڭ بىلەن ئېرىتىپ غار - غار قىلغاي.

پىشۇرغۇچى دورىلار شۇ ۋاقىتتا ئىشلىتىلگەي، بۇ قىزىتىپ يىرىڭلاتقاي، بۇ ۋاقىتتا قىزىل توغرىغۇ، توغرىغۇ، ھىڭ، مور، قارلىغاچ مايىقى، توشقان مايىقى، قۇندۇز قەھرى، نۆشۈدۇر، قارىمۇچ، ئاقىرقەرھا، ئادراسمان، قىچا ئۇرۇقى، تۇرۇپ ئۇرۇقى قاتارلىقلارنىڭ ھەممىسىنى ياكى بەزىسىنى خەرنۇد شارابى ياكى سىركەنجۈبىلدە نەمدەپ غار - غار قىلغاي.

ئېغىزغا ئېلىپ تۇرغۇزىدىغان ھەبنىڭ نۇسخىسى رۇبىبسۇستىن 16 گىرام، ھىڭدىن ئىككى گىرام ئېلىپ، تال يوپۇرمقىنىڭ سقىپ چىقىرىلغان سۈيى بىلەن ياكى ئۈزۈم شىرنىسى بىلەن يۇغۇرۇپ ھەب قىلغاي.

ئىششىق يۇمشاپ ئېغىز ئالمىغان بولسا قابىز دورىلارنى پۈركىگەي، كەينىدىن يىغىپ، سقىپ ئېغىز ئالدۇرۇلغاي.

قابىز دورىلاردىن موزا، ئانارگۈلى، گەزمازەج، ئانار پوستى، ئاچچىق تاش قاتارلىقلارنى سوقۇپ پۈركىگەي.

يۇقىرىدا ئېيتىلغان دورىلارنىڭ ھەممىسى پىشۇرغۇچى ۋە ئېغىز ئالدۇرغۇچى دورىلار ھېسابلىنار. ئېغىز ئالغاندىن كېيىن كالا يېغى بىلەن تال يوپۇرمقىنىڭ سۈيىگە بىنەپشە يېغى ياكى ئىسسىق سۇنى ئارىلاشتۇرۇپ غار - غار قىلسا گالنى تازىلار.

يۇيۇپ تازىلىغاندىن كېيىن گەزمازەج، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى بىر ھەسسىدىن، ھاۋا رەڭ سەۋسەننىڭ يىلتىزىدىن يېرىم ھەسسە ئېلىپ، بۇلارنى سۇدا قاينىتىپ، سۈزۈپ غار - غار قىلغاي.

خام تۇخۇمنىڭ سېرىقى، بادام يېغى، ئازراق نىشاستە، كەتىرانى ئىسسىق سۇغا چىلاپ غار - غار قىلسا پايدا قىلۇر.

بۇ ۋاقىتتا غىزاسىنى كېپەك سۈيى، بادام يېغى سۇ، بىلەن تەييارلىسا پايدا قىلۇر.

ئەگەر بوغما سەپرادىن بولسا، ئاۋۇال قان ئېلىنغاي ھەمدە بايان قىلغان قائىدىلەرگە ئەمەل قىلىنغاي.

سىركىنى گۈلاب بىلەن، سىركەنجۈبىل ساددىنى خەرنۇد شارابى بىلەن، ئۈزۈم شىرنىسى،

سۇماق سۇيى، ئانارگۈلنىڭ سۇيى، ھۆل قىزىلگۈلنىڭ سقىپ چىقىرىلغان سۇيى، كۆكنار شەربىتى، غورا ۋە سۇماقنىڭ سۇيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ غار - غار قىلغاي، بىرنەچچە كۈنى پايدا قىلۇر.

ھۆل يۇمغاقسۇتنىڭ سۇيىدە ھەببۇلئاسنىڭ يوپۇرمىقى ۋە بەللۇتنى قاينىتىپ، سۈزۈپ غار - غار قىلغاي.

يېسسىمۇق، ئاچچىق تاش، ئاچچىق، چۈچۈمەل بېھى، زىغىر قاتارلىقلارنى سۇدا قاينىتىپ غار - غار قىلغاي.

كېكىردەككە پۇركەيدىغان دورا نۇسخىسى قىزىلگۈل، نىشاستە، تاباشىر، سېمىزئوت ئۇرۇقى، ئانارگۈلى، ئاق شېكەر ھەممىسىدىن ئوخشاش مىقدارda ئېلىپ، سوقۇپ پۇركىگەي.

يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى قىزىلگۈل، ئانارگۈلى، موزا، گەزمازەج، ئاق سەندەل، سۇماق، شىيافى مامىسا، ئاقلانغان يېسسىمۇق، چۈچۈكبۇيا يوپۇرمىقى، زەرچىۋە ھەممىسىنى ئوخشاش مىقدارda ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ پۇركىگەي.

ئەگەر بىر نەرسە يۇتالسا، خىيارشەنبەرنىڭ ئىچىدىكى فۇلۇسىنى مارجان شوخلا سۇيى ياكى كاسنە سۇيى بىلەن نەمدەپ بەرگەي، بۇنىڭ بىلەن تەبىئي يۇمشىغاي. ئەگەر بىر نەرسە يۇتالمسا بىنەپشە، سەرپىستان، چىلان، نېلۇپەر، بابۇنە، بۇغداي كېپىكى، خىيارشەنبەر، بىنەپشە يېغى ۋە شېكەر قاتارلىقلاردا ھۆقنە قىلىش تەدبىرىنى قىلغاي. ئاغرىقنىڭ تەبىئىتى يۇمشاق بولسا، تاتلىق ئانار سۇيىگە قوشۇپ بەرگەي.

ئەگەر كاشكاپنى، يېسسىمۇق سېلىپ قاينىتقان بولسا ياخشىراق بولۇر.

سىرتىدىن سۇركەيدىغان دورا نۇسخىسى گىل ئەرمىنى، ئاق سەندەل، فۇپەل، شىيافى مامىسا قاتارلىقلارنى ئوخشاش مىقدارda ئېلىپ سوقۇپ، ئىتئۈزۈمى سۇيى، پاقىيوپۇرمىقى سۇيى، گۈلاب، ئازراق سىركە بىلەن نەمدەپ سۇركىگەي.

ئارپا ئۇنى، پاقىيوپۇرمىقى، ئىتئۈزۈمى، ھۆل يۇمغاقسۇت، گۈلاب، گۈل يېغى قاتارلىقلارنى زىمات قىلغاي، بۇنى سىرتىغا سۇركەيدىغان دورىدىن كېيىن ئىشلەتكەي. بۇ ياخشى مەنپەئەت قىلغاي، ئىككىنچى، ئۈچىنچى كۈنى بىر نەرسە بىلەن غار - غار قىلغاي، بۇنىڭ ئازراق ئېغىز ئالغان يەرگە تەسىرى بولۇر، بۇ ھەقتە قاندىن بولغان بوغمىنىڭ ئىلاجىنى قىلىشنىڭ بايانىدا سۆزلەندى.

ئاغرىق ئاخىرىغا يەتسە، بۇغداي كېپىكىنى سۇدا قاينىتىپ، سۈزۈپ، خىيارشەنبەرنى ئۇنىڭ بىلەن نەمدەپ غار - غار قىلغاي.

ئەگەر بوغما بەلغەمدىن بولسا، تەبئىتى ئايارەج پەيقىرا، ھەببى قوقيا بىلەن يۇمشىتىلغاي ياكى ئۆتكۇر ھۆقنە بىلەن ئىلاج قىلغاي.

ئۆتكۇر ھۆقنىنىڭ نۇسخىسى بۇ، سىرىقچىچەك، بابۇنە، ئىكلىلمىلىك پوستى، ئەنجۇر، قەنتەربىيۇن، ئاچچىقتاۋۇز، توغرىغۇ، تۇز، بۇغداي كېپىكى، ھەسەل، ئاق لەيلى يېغى، سەۋسەن يېغىدىن تەييارلانغاي.

جوز شارابى ياكى ئازراق ھەسەل، ئاقىرقەرھا، تۇرۇپنى ھەسەل ۋە سىركەنجۇبىلدە قاينىتىپ، ئۇنىڭدا غار ـ غار قىلغاي.

قارلىغاچ مايىقىنى ئۇزۇم شىرنىسىدە ئېرىتىپ غار ـ غار قىلغاي.

قارلىغاچ كۆلىنىڭ نۇسخىسى كەرەپشە ئۇرۇقى، رۇمبەدىيان، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى، جۇۋىنە، سۇمبۇل سۇيى، ئىزخىر يىلتىزى، دارچىن، ھۇماما، ئۇزۇنچاق زىراۋەندە، ئاچچىق تاش، ئادراسمان، مۇرمەككى، سەلىخە، زەپەر 30 گىرامدىن، مەجۇن، قۇرۇق مەئىماگۇل ئۇرۇقى، قىزىلگۇل 56 گىرامدىن، قۇستە، قارلىغاچ كۆلى 80 گىرامدىن، سۇمبۇل، نىشاستە، بۇغداي 14 گىرامدىن، يېشىل موزا يەتتە دانە. دورىلارنىڭ ھەممىسىنى سوقۇپ، تاسقاپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرغاي.

بۇ دورا لازىم بولغاندا مۇۋاپىق مىقداردىكى موزىنى ھەسەل سۇيى، كاشكاپ، يېسسىمۇق، قىزىلگۇل، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى، قاياتاقان سۇ قاتارلىقلارنىڭ خالىغان بىرىدە ئېرىتىپ غار ـ غار قىلغاي، ھەر كۈنى تۆت قېتىم سىرتىدىن سۈركىگەي.

بۇ چاھار بەخت ۋە شاپۇربىن سۇھە نۇسخىسىدۇر، شاپۇرنىڭ نۇسخىسىدا ھۇماما يوق، قۇرۇق ياسالغان تەركىبىگە قارلىغاچ كۆلىنى ئىشلەتكەن ئىكەن.

نۇسخىسى زەپەر، دارچىن سەككىز گىرامدىن، مۇرد 16 گىرام، قىزىلگۇل، ھۇماما، قۇستە، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى، سازەج ھىندى سەككىز گىرامدىن. دورىلارنى سوقۇپ، ئۇزۇم شارابى بىلەن يۇغۇرۇپ، قۇرس قىلىپ سايىدا قۇرۇتقاي.

قارلىغاچ كۆلى دورىسىنىڭ يېنىكرەك نۇسخىسى كەرەپشە ئۇرۇقى، رۇمبەدىيان، جۇۋىنە، ئادراسمان، دارچىن، مۇرد، ئۇزۇنچاق زىراۋەندە 28 گىرامدىن، قۇرۇق قىزىلگۇل 16 گىرام، قۇستە، قۇشقاچ كۆلى 84 گىرامدىن، زەپەر 28 گىرام، نىشاستە، سۇمبۇل 14 گىرامدىن، يېشىل موزا يەتتە دانە. دورىلارنىڭ ھەممىسىنى سوقۇپ، تاسقاپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرغاي. ئاغرىق بەك ئېغىر بولسا تۆت گىرام قارلىغاچ كۆلى، ئىككى گىرام ئۇندەك يۇمشاق سوقۇلغان ئېشەك مەرىسىنى ئۇزۇم سۇيىدە ئېزىپ غار ـ غار قىلغاي.

دەسلەپتە بىمارغا ھەببى سەبرە، مەستكى بەرگەي، بۇ ئىچىنى سۈرەر، ئاندىن كېيىن تېرىق نېنى، يەنى گۈرۈچ نېنى بەرگەي.

تەبئىتى قۇرۇق بولغان ئىت پوقى بايان قىلىنىپ بولدى، ئۇنى ئاقىرقەرھا بىلەن ئېزىپ، ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، گالغا سۈركىگەي.

ئەگەر قان ئالماقچى بولسا، تىلىنىڭ ئاستىدىكى تومۇردىن ئالغاي، دوقمۇشقا، ئېڭىكىنىڭ ئاستىغا ھىجامەت قويغاي. ئەگەر كېسەللىك ئېغىر بولسا كالا ۋە ئۆچكە ئۆتى، ئېشەك مەرىسىنىڭ سىقىپ چىقىرىلغان سۈيى، قەنتەرىيۇن، قارىغاچ كۈلىنى سىركە بىلەن نەمدەپ، گالغا سىرتىدىن سۈركىگەي، قارىغاچ كۈلىنى بەرگەي.

ئەگەر كېسەللىك ئامال قىلغىلى بولمايدىغان ھالەتكە يەتسە، بالادۇر شىرىسىنى سۈركىگەي، بۇ گالنى يارا قىلۇر. تۆۋەندىكى دورىنى گالغا پۈركىگەي:

نۆشۈدۇر، قىچا ئۇرۇقى، ئاقىرقەرھا، ھىلگ، قىزىل توغرىغۇ، قارىمۇچ، يالپۇز قاتارلىقلارنىڭ ھەممىسىنى سوقۇپ پۈركىگەي ياكى ھەسەل سۈيىدە ئېزىپ غار - غار قىلغاي. بۇ خىل ئىلاجلار ياخشى ئۇنۇم بېرەر. ساپ، يېڭى سۈتنى كالا يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ غار - غار قىلغاي. سىرتىدىن بابۇنە، سېرىقچېچەك، ئىكلىلمىلىك، زەپەردىن قىلغان زىماتنى نەرگىس يېغى، سۇمبۇل يېغى بىلەن سۈركىگەي.

كېسەللىك ئاخىرقى باسقۇچتا بولسا مومىنى سەۋسەن يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ سۈركىگەي.

ئەگەر بوغما سەۋدادىن بولسا چوڭ تەرىتىنى ئايارەج پەيقىرا، مەتبۇخى ئەفتىمۇن بىلەن يۇمشاتقاي، ئاندىن كېيىن ئۆتكۈر ھۆقنە، گۈلاب، ھەسەل سۈيى، ئۇزۇم شىرنىسى بىلەن غار - غار قىلغاي. غار - غار قىلدىغان سۇغا ئىكلىلمىلىك، زىغىر، بابۇنە، شۇمشنى سېلىپ قاينىتىپ، يېڭى سۈت بىلەن غار - غار قىلىش ياخشى مەنپەئەت بېرۇر.

قارىغاچ كۈلى ۋە ھورمىل كۈلىنى ھەسەل سۈيىدە ئېزىپ غار - غار قىلغاي.

شۇمشا، زىغىر، سېرىقچېچەك، بابۇنە، ئۇزۇم تېلى يوپۇرمىقى ۋە ئۇرۇقى، تاغ يالپۇزى قاتارلىقلارنىڭ ھەممىسىنى سوقۇپ، تاسقاپ، نەرگىس يېغى، ئۆردەك يېغى بىلەن سىرتىدىن زىمات قىلغاي.

ھورمىل كۈلى نۇسخىسى ئادراسمان، تۇرۇپ ئۇرۇقى، ھىلگ، ھەببۇلئاس، توغرىغۇ، نۆشۈدۇر قاتارلىقلاردىن ئوخشاش مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، ھەسەل سۈيىدە ئېزىپ غار - غار قىلغاي، گالغا ئەزمەي سۈركىگەي.

ئەگەر بوغما بويۇن ئومۇرتقىسى ئورنىدىن ئاجرىغان سەۋەبتىن بولسا، قان ئېلىش ۋە ھۆقنە

قىلىش بىلەن ئىلاج قىلغاي، بۇنىڭ بىلەن ياخشىلانمىسا قول بىلەن ئورنىغا كەلتۈرۈشنىڭ چارىسىنى قىلغاي ياكى بىرەر ئەسۋاب بىلەن ئەسلىگە كەلتۈرگەي. بۇ ئەسۋاب تۆمۈردىن ياسالغان بولۇپ، يۇگەن (بۇ قەدىمكى زامانلا ئىشلەتكەن بىر خىل تۆمۈر سايمان)نىڭ ئۆتكۈر تىلغا ئوخشار، ئۇنى گالغا يەتكۈزۈپ، ئۇنىڭ ئۆتكۈر تىلى بىلەن ئورنىغا كەلتۈرگەي. قابىز دورىلارنى سىرتىدىن قويغاي ۋە شۇ ئورۇندا ساقلىغاي، شۇنداق قىلغاندا ياخشى بولۇر، قول ۋە ئەسۋاب ئۇنىڭغا يەتكۈزۈلگەي، ئەگەر بۇنىڭ بىلەن خالاس تاپمىسا ئەسۋابتىن ۋە قولدىن ئاغرىق پەيدا بولۇر، دورا بىلەن ئاغرىق يوقالغاي.

بۇ ھەقتە مۇنداق ھېكايەت قىلىنغان ئىكەن:

بىر قەبىلىدىكى بىر ئايال كىشى ۋە بىر كىچىك بالىدا بۇ كېسەللىك پەيدا بولغان ئىكەن، بۇنىڭغا چوڭ بىر پارچە قارىداپ كەتكەن تېرە بىلەن ئىلاج قىلىپ ساقايتقان ئىكەن. بۇ قۇرس مۇنداق ئىدى: ئاشۇ بىر پارچە تېرىنى ئاپتاپقا سالدى، ئۇ يۇمشاپ قارايدى. ئۇنى كىچىك بالىنىڭ بوينىغا قويدى، بويىندا تۇرۇپ قۇرىدى، ئوڭغا تارتىلىپ ئورنىغا كەلدى. بۇنىڭغا پايدا قىلىدىغان نەرسە قابىز دورىلاردۇر.

قابىز دورىلارنىڭ نۇسخىسى موزا، ئانار پوستى، ھەببۇلئاس، موزدوز يېلىمى، تېرە يېلىمى، بالچىرلارنىڭ يېلىمىنى ئېرىتىپ، دورىلارنى ئۇنىڭدا يۇغۇرۇپ، بىر پارچە مويى بار بوز رەختكە سۈرۈپ يەرلىك ئورۇنغا يۆگەپ، شۇ يەردە قۇرىغاي. ئوڭ تەرەپتىكىنى چىقىرىپ ئورنىغا كەلتۈرگەي، ئەگەر تۆت كۈن ئۆتسە بىمارنىڭ پۈت - قولى مۇزلىمىسا، سېزىمى يوقالسا، ئاغرىقتىن قۇتۇلۇش ئۈمىدى بولۇر، لېكىن بويىنى قېتىپ قالۇر، ئوڭ - سول تەرەپكە قارىشى مۇشكۈل بولۇر.

تۆت كۈندىن كېيىن قان ئالغاي، ھۆقنە قىلغاي، خەرنۇد شارابى، سۇماق سۈيى، جوزنىڭ سىقىپ چىقىرىلغان سۈيى، غورا سۈيى بىلەن غار - غار قىلغاي.

ئۇ كىشى بۇ تەدبىر ۋە ئىلاجلار بىلەن ئاغرىقتىن خالاس بولالمىسا، بۇ ئاغرىقتىن خالاس بولۇشنىڭ تەدبىرى شۇكى، گال تېشىلگەي، بۇنىڭدا شۇنداق بولىدۇكى، بىمارنىڭ بېشىنى ئالدىغا تارتىپ، گالنىڭ تېرىسىنى قىسقۇچ بىلەن كۆتۈرۈپ، گالدىن ئايرىپ تەشكەي، كۆمۈرچەك بىلەن كېكىرەكنىڭ ئوتتۇرىسىدا بىر تارمۇش بار بولۇپ، كۆمۈرچەك ئوتتۇرىسىدىكى ئىككى ھالقىسىمان تۆشۈكنىڭ تۈتىشىدىغان يېرىدىن تېشىلگەي، بىمار نەپەس ئېلىپ تۇرغاي، كېيىن تەدبىرى ئاخىرلاشسا، يەنە تىكىپ قويغاي، بۇ ۋاقىتتا پەردىگە ۋە كۆمۈرچەككە پېچاق تەگمىگەي، بىلىش كېرەككى، تارمۇشتا ئىششىق بار بولسا، يەنە مۇشۇ ئىلاجنى قىلغاي.

ئىككىنچى باب گالىنىڭ ئىچىگە چىقىدىغان مۇدۇرلار توغرىسىدا

گال — بويۇننىڭ ئالدىدىكى ئوچۇق يەرنى كۆرسىتەر، قىزىلئۆڭگەچ — تائام ۋە شاراب ئۆتىدىغان يولنى كۆرسىتەر، بويۇن يولى — كاناي ۋە قىزىلئۆڭگەچ دەپ ئىككىگە بۆلۈنەر.

بۇ ئىككى يولغا ئىسسىق كۆيدۈرۈشچان مۇدۇر چىقار، شۇنىڭ بىلەن ئاغرىق پەيدا بولۇر.

قىزىلئۆڭگەچنىڭ ئېغىزىغا چىقىدىغان مۇدۇرنىڭ ئالامىتى شۇكى، تائامنى يۇتقاندا ئۇ ئاغرۇر، بولۇپمۇ يىرىك تائام ھەمدە ئۆتكۈر تائام يېسە ئاغرىتار.

گالغا مۇدۇر چىقىشنىڭ ئالامتى

تائام ئۆتسە ئاغرىماس، لېكىن سۆزلىسە، كىتاب ئوقۇسا، تۇتۇن ۋە دۇغ يەتسە ئاغرۇر، ئاۋازى تۇتۇلۇر، ھەر ئىككىسىنىڭ ئىلاجىنى مۇنداق قىلغاي:

ئاۋۋال باسلىق ۋە ئۇكھەل تومۇردىن قان ئالغاي، تەبىئىتى مېۋىلەر بىلەن، خىيارشەنبەر سۇيى بىلەن يۇمشىتىلغاي، ئەتىگەندە ئىلمان ئارپا سۇيىنى شېكەر، بىنەپشە يېغى، گۈل يېغى بىلەن بەرگەي. ئاخشىمى ئىسپىغۇل لوئابى ئىلمان قىلىپ شېكەر بىلەن بېرىلگەي، تائامى ۋە ئىچىدىغان نەرسىلىرى، قۇرۇق، ئاچچىق ۋە تۇزلۇق، ئۆتكۈر تائاملاردىن بولمىغاي، سوغۇق سۇدىنمۇ پەرھىز قىلغاي.

ئەگەر پىشۇرۇشقا ئېھتىياجلىق بولسا، بوغمىنى پىشۇرۇشنىڭ ئىلاجىنى قىلغاي، ئەگەر پىشسا يۆتەل بىلەن يىرىك سىرتقا چىقار، بۇنىڭدا بوغمىنىڭ دورىسىنى ئىشلەتكەي، ئاخىرىدا ئازراق سىركىگە سۇ قوشۇپ ئىچكەي، غار ـ غار قىلغاي، شۇنىڭ بىلەن ئۇ يەر يۇيۇلغاي ۋە تازىلانغاي، ئەگەر سىركىنىڭ ئاچچىقلىقىدىن ئاغرىق پەيدا بولسا، گۈل يېغى، زىغىر لوئابى بىلەن ئىچكەي ۋە غار ـ غار قىلغاي.

ئەگەر مۇدۇر چوڭ بولسا ساقىيىشى كېچىكەر، گالنىڭ گۆشىنى يەر، ئازغىنە موم يېغىنى ئېغىزغا ئېلىپ بىر سائەت تۇرغۇزغاي، بۇنىڭ بىلەن ئاغرىق پەسىيەر، يەنە ئازغىنە كافۇر، مورنى تۇخۇم سېرىقى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، ئېغىزدا بىر سائەت تۇرغۇزۇپ يۇتقاي.

كاناي مۇدۇرلىرىنىڭ ئىلاجى مۇشكۈل بولۇر، چۈنكى كاناي كۆمۈرچەكلىك بولۇر، پەردىنىڭ سېزىمىدە ھەر ۋاقىت ئاغرىق بىلىنسە، ئاغرىق ئۈنىڭدا بولۇر، تېز ئىلاج قىلغاي، قان ئېلىش، سۇرگە بېرىش ۋە پەرھىز قىلىش ھەم شەربەتلەر بايان قىلىندى، شۇلارنى ئىشلەتكەي.

ئۇنىڭ ئىلاجىدا كۆپرەك غار - غار قىلغاي، بوغمىنىڭ ئىلاجىنى قىلغان تەدبىرلەرنى ئىزدەش، ھەببى سۇئال ئىشلىتىش زۆرۈردۇر.

ھەببى سۇئال نۇسخىسى بىنەپشە، كەتىرا، رۇبىبسۇس، تەرخەمەك ئۇرۇقى، پاقيوپۇرمقىنىڭ ئۇرۇقى، نىشاستە قاتارلىقلارنى ئىسپىغۇل لوئابى بىلەن يۇغۇرۇپ، ئېغىزدا تۇرغۇزسا پايدا قىلۇر.

ئۇچىنچى باب تائامنىڭ بوغۇزدا تۇرۇپ قېلىشى توغرىسىدا

بىر نەرسە بوغۇزدا تۇرۇپ قالسا، ئەگەر يۇمشاق بولسا، يەنى نان، گۆش، مىدىرلىيالىغۇدەك چوڭلۇقتىكى ئۇستىخانغا ئوخشاش نەرسىلەر بولسا، بوينىغا ۋە مۇرىنىڭ ئوتتۇرىسىغا قول بىلەن ئۇرغاي، ئەگەر چۈشۈپ كەتمىسە، مۇمكىن بولسا قەي قىلدۇرۇش كېرەك. ئەگەر بېلىق قىلتىرىقى، ئۇستىخانغا ئوخشاش يىرىك نەرسىلەر تۇرۇپ قالغان بولسا قاراپ باققاي، ئۇ نەرسىنى كۆرگىلى بولسا، ئۇنى ئامبۇر بىلەن ياكى باشقا ئەسۋاب بىلەن چىقارغاي، ئەگەر ئىچكىرى كەتكەن بولسا، قەي قىلدۇرۇش كېرەك. قىلغاي، لوئاب ۋە يۇمشاق نەرسىلەر بىلەن ئاتىلا[1] بەرگەي. تۇرۇپ قالغان نەرسىنى سىلىقلىق بىلەن ئىچكىرى سۈرگەي، ئەگەر ئۇ يەردە بىر مەزگىل تۇرۇپ قالسا ۋە تۆۋەنگە چۈشۈپ كەتمىسە ياكى يۇقىرى چىقمىسا، ھەر كۈنى تۆت گىرام ئادراسمان ئۇرۇقىنى سوقۇپ، ئىسسىق سۇ بىلەن بەرگەي، بۇ خىل ئىلاج قىلىش سىناقتىن ئۆتكەندۇر. مۇشۇنداق تۇرۇپ قالغان نەرسىلەرنى چىقارغان بولۇپ، ياخشى ئىلاج شۇنىڭدىن ئىبارەتتۇر، ئاندىن كېيىن قەي قىلغاي، قەي قىلىشتا سۈيۇق تائامنى ئىچىپ، ئاشقازىنى لىق توشقان بولۇشى زۆرۈردۇر.

ئەنجۈر ۋە شېكەرنى قاينىتىپ غار - غار قىلغاي، ئۇ، نەرسىلەرنى ئورنىدىن قوزغار.

قۇرۇق ئەنجۈرنى يېپقا يۆگەپ، چالا چاينىاپ يۇتۇپ يېپىنى تارتقاي، بۇ، تۇرۇپ قالغان نەرسىنى ھەركەتلەندۈرەر، چىقرار، يەنە سىرتىدىن پىشۇرىدىغان زىماتلارنى قويسا، ئاشۇ يەر يىرىڭلار ۋە تۇرۇپ قالغان نەرسە ئورنىدىن چىقىپ كېتەر.

زىمات نۇسخىسى ئارپا ئۇنى ۋە زەيتۇن يېغى بىلەن تەييارلانغان بولۇپ، بۇ زىماتنى ئىلمان سۇ بىلەن قويسا مۇۋاپىق بولۇر.

---

① ئاتىلا — بوتقىسمان ئۇماچ.

تۆتىنچى باب گالغا زۇلۇك قۇرتى چاپلىشۇېلىش توغرىسىدا

ئۇنى ئەرەبچىدە «ئەلەق» دەپ ئاتار، سۇ ئۇزاق ساقلانسا، ئۇنىڭدا كىچىك قۇرتلار پەيدا بولۇر، ئادەم ئېھتىياتسىزلىقتىن ئاشۇ سۇدىن ئىچىپ سالۇر، سۇلۇق قاپارتقۇ ئېغىزغا، تاكلايغا ۋە گالغا چاپلىشار، بەزىدە ئىچىگرەك ببرىپ، ئاشقازانغا يېتىپ بارار، كۆپ هاللاردا بىرىنچى كۇنى كىچىكلىكىدىن پەيدا بولماس، كۆپ قانىنى سۇمۇرگىچە كۆرۈنمەس، ئۇ ئىچكىرىگرەك بارغان بولسا ئالامتى شۇكى، ئۇ كىرىۋالغان ئادەمدە چوڭ غەم پەيدا بولۇر، پات - پات سۇيۇق قان تۆكۈرەر، ئۇ كىشىنىڭ ئاغرىقىنىڭ ئىلاجىنى كۆرگىلى بولماس، منقاش (قىلقەلەم) بىلەن تەرگەي، يەنە باش ۋە بويۇننى تۆتۈپ تارتقاي، بۇنىڭ بىلەن تولۇق ئېلىنغاي.

ئەگەر ئۇنى ئالماستىن ئىلگىرى سىركە، تۇز بىلەن ياكى سىركە، هىڭ بىلەن غار - غار قىلسا قۇرت ئاجىزلار، ئەگەر بەزىلىرى ئىچكىرىرەك سۇرۇلگەن بولسا، كۆرگىلى بولمىسا، ئۇنىڭغا غار - غار قىلىشتىن باشقا ئىلاجنى قىلغىلى بولماس، بۇنىڭ ئۈچۈن سىركە، تۇز ياكى سىركە، هىڭ ئەڭ ياخشى دورا هېسابلىنار.

يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى قىچا ئۇرۇقىدىن بىر ھەسسە، توغرىغۇدىن ئىككى ھەسسە ئېلىپ، ھەممىسىنى سوقۇپ سىركە بىلەن ئەزگەي.

يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى ئەفسەنتىندىن بىر ھەسسە، سىياداندىن ئىككى ھەسسە ئېلىپ، بۇلارنى سوقۇپ سىركە بىلەن ئەزگەي.

يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى قىچا ئۇرۇقىدىن بىر ھەسسە، نۆشۈدۇردىن بىر ھەسسە ئېلىپ سوقۇپ، سىركىدە ئەزگەي.

يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى سامساق، تۇرمۇس، شەھمەنزەل، شىرخىستىنى سىركە بىلەن قاينىتىپ سۈزگەي.

يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى توغرىغۇ 12 گىرام، سامساق ئىككى دانە. بۇلارنى سوقۇپ، 40 گىرام سىركە بىلەن ئېزىپ ئارىلاشتۇرۇپ غار - غار قىلغاي.

چىلان دەرىخىنىڭ يوپۇرمىقىنى ئېزىپ، چىقارغان سۈيى بۇ پەسلىدىكى ئاغرىققا كۆپ مەنپەئەت قىلۇر، توغرىغۇ چىلان دەرىخىدىن چىقار، ئۇنى نانغمۇ قوشۇر.

ئەگەر قۇرت ئاشقازانغا يېتىپ بارغان بولسا، كامفا ۋە قەيسۇم، ئەفسەنتىن، سىيادان، تۇرمۇش، قۇسته مېغىزى، بەرەڭگى كابۇلى ۋە شىرخىستىنك ھەممىسىنى سەككىز گىرامدىن ئېلىپ، سىركىگە ئارىلاشتۇرۇپ قاينىتىپ، سۈزۈپ ئىچكەي.

غىزاسىغا سامساق، پىياز، يالپۇز، قىچا ئۇرۇقى، تال يوپۇرمقى بەرگەي.

ئۇ ئادەمنىك قەي قىلىشى ئاسان بولسا، بۇ خىل غىزالارنى بېرىپ، قەي قىلىشقا بۇيرىغاي، قەي قىلدىغان دورا بەرگەي.

ئۇ ئادەمنىك قەي قىلىشى مۇشكۈل بولسا سۈركە دورىلىرىنى بەرگەي. سۈركە ئىلگىرى بايان قىلىندى، شۇلارنى ئىشلەتكەي.

ئەگەر قۇرت تاڭلايدىن بۇرۇن تەرەپكە چىققان بولسا، سيادان، ئېشەك مەرىسىنىك سقىپ چىقىرىلغان سۈيى، خەربەقنى سركىدە قاينىتىپ تېمىتىپ بۇرنىغا تارتقاي.

غار - غار قىلىشقا تەۋسىيە قىلغان باشقا دورىلارنىمۇ بۇ ئاغرىققا ئىشلەتسە بولۇر، باشقىچە ئىلاجلاردىن بىرى شۇكى، سركىگە چىلىغان ۋە چىلىمغان سامساقنى ئازراقتىن يېيىشكە بۇيرىغاي، مۇنچىغا كىرگەي، ئاغزىغا كۆپ قېتىم مۇز، قار ئېلىپ تۇرغۇزۇپ، تۇكۇرگەي. بۇ ئۇسۇلنى قوللانسا سۇلۇق قاپارتقۇ، سوغۇق سۇنى قوغلىشىپ ئەسلىي ئورنىدىن يۇقىرى كۆتۈرۈلەر، ئىسسىق مۇنچىدا، كۆكىلى بۇزۇلۇپ، بىخۇد بولغۇچە سەۋر قىلغاي، شۇنىك بىلەن ئۇ مۇنچىدىن قاچقاي. شۇ ۋاقىتتا سامساق يېسە، ئاپتاپتا ئولتۇرسا، ئاغزىنى ئېچىپ، سوغۇق سۇ قاچىلانغان كوزىنى لېۋىگە قويسا، ئىسسىقتىن قېچىپ، سوغۇق سۇ ئىزدەپ يۇقىرىغا چىقسا، ياخشى تەدبىر قىلغىلى بولۇر، ئەگەر قارا سۇدىكى[1] لەشنى ئېلىپ ئاغزىغا ياكى لېۋىگە تەگكۈزسە، ئۇنىك ھىدى بىلەن چىقسا ناھايىتى ياخشى بولۇر.

① قارا سۇ — ساسلىقنىك سۈيى (ت).

يەتتىنچى بۆلۈم نەپەس ئەزالىرى كېسەللىكلىرى توغرىسىدا

بۇ بۆلۈم 15 بابتۇر.

بىرىنچى باب نەپەس ئەزالىرىنى تونۇش ۋە ئۇنىڭ ئۆزگىرىشلىرى توغرىسىدا

نەپەس ئەزالىرى — يۇتقۇنچاق (ئۆپكىنىڭ كۆمۈرچىكى)، كاناي، كېكىردەك، ئۆپكە، كۆكرەك پەردىسى، تۆش، تۆشنىڭ مۇسكۇللىرى ۋە تومۇر قاتارلىق ئەزالاردۇر. نەپەس ئېلىش ئىككى ھەرىكەت، ئىككى جەريان بىلەن تامام بولۇر، ئۇ ئىككى جەريان ھەرىكەتنىڭ ئارىسىدا بولۇر، بۇ ھەقتە ئۆز نۆۋىتىدە بايان قىلىندى، لېكىن نەپەس چىقىرىش ھەرىكىتى بىر ھەرىكەتتۇركى، ھەر كىشىنىڭ ئۇنىڭدا ئىختىيارلىقى باردۇر، يەنى ئەگەر كىشى ئۆزىنىڭ نەپەس چىقىرىشىنى خالسا، ئۇزۇن ياكى قىسقا ياكى تېز ياكى ئاستا قىلۇر. تومۇر ھەرىكىتى پەقەت ئەسلىي بولۇر، كىشى نەپەس ئېلىشتا قىلغان ھەرىكەتتىكى نەپەسلىنىشنىڭ رولى بىلەن تومۇر سوقۇشنىڭ رولى ئوخشاشتۇر (بۇ ھەقتە ئۈچىنچى بۆلۈمنىڭ ئىككىنچى بابىدا بايان قىلىندى) مۆتىدىل نەپەس ئېلىشتا ھېچقانداق مەقسەت ۋە ھەرىكەت بولماس، بۇ ئۇخلاپ يېتىپ نەپەس ئالغانغا، كۆڭلى ئېلىشىپ نەپەس ئالغانغا ئوخشار، كۆكرەك پەردىسىنىڭ ھەرىكىتى بىلەن ئاخىرلىشار، شۇنىڭ ئۈچۈن ئۇنىڭدا مەقسەت ۋە سەرپىيات بار، تۆشنىڭ مۇسكۇللىرى ئۇنىڭغا ئىمكانىيەت بېرۇر. نەپەسنىڭ چوڭ ياكى كىچىك، تېز ياكى ئاستا، ئۇزۇن ياكى قىسقا بولۇشىدا كۆكرەك قەپىزىنىڭ مۇناسىۋىتى بولمىغانغا ئوخشار، نەپەس ئېلىش ھەم شۇنىڭغا ئوخشار، ئەمما نەپەس ئېلىشنىڭ ھەرىكىتى شۇنداق بولىدۇكى، ھەر ۋاقىت سىرتقى ھاۋانىڭ ئازراق شامىلى

گالغا كەلسە، ئۆپكە ئۆزىنىڭ چوڭلۇقىدا كېڭىيەر، لېكىن جايلاشقان ئورنىنىڭ چوڭلۇقىدەك كېڭەيمەس. شۇنىڭ بىلەن ھاۋا ئۇ يەردە ئورۇن ئالۇر، شۇ سەۋەبتىن تۆش ئۇنىڭغا ئىمكانىيەت يارىتۇر، بۇنىڭ بىلەن ئۆپكىگە نەپەسلىنىش دائىرىسى تار كەلمەس، نەپەس ئېلىش ۋە تاماملاشنىڭ ھەرىكىتى ئۆپكىنىڭ ھەرىكىتىدىن ئىبارەتتۇر. تۆشۈكنىڭ مۇسكۇللىرى يارىدەم بەرگۈچى ھېسابلىنار، نەپەس ئېلىش ھەرىكىتىنىڭ باشلىنىشى ئىچىدە كۆكرەك پەردىسى، سىرتقى تەرەپتە گالدىن ئىبارەتتۇر.

نەپەس ئېلىشنىڭ ئۆزگىرىشىنىڭ سەۋەبى ئۆپكە ۋە تۆشكە پەيدا بولغان كېسەللىكتىن بولۇر، بۇ ھەر ئىككىسىنىڭ كېسەللىكى ئىككىدىن زىيادە بولماس، پەقەت خاس ئىككى ئەزاغىلا پەيدا بولۇر ياكى باشقا ئەزالارنىڭ شېرىكچىلىكى بىلەن پەيدا بولۇر. خاس پەيدا بولغىنى ئۆپكىگە ياكى تۆشكە پەيدا بولۇر، بۇ تۆت خىل بولۇر، بىرىنچى، مىزاجنىڭ بۇزۇلۇشى؛ ئىككىنچى، ئىششىق؛ ئۈچىنچى، توسالغۇ؛ تۆتىنچى، پۈتۈنلۈكنىڭ بۇزۇلۇشى. ئەمما مىزاجنىڭ بۇزۇلۇشى ساددا بولۇر، يەنى ماددىسز ياكى ماددىلىق بولۇر، ماددىسز ياكى ماددىلىق شۇنداق بولىدۇكى، تۆشنىڭ ۋە ئۆپكە مىزاجنىڭ بۇزۇلغان ھالىتىدىن ئىسسىقراق ياكى سوغۇقراق ياكى قۇرۇقراق ياكى ھۆلرەك بولۇر، ئۇنىڭسز ماددا شۇ يەرگە يىغىلغان بولۇر، گاھىدا مىزاج ماددىسز ھۆللۈكتىن بۇزۇلۇپ، چېكىگە يېتۇر ھەم ئىمتىلا، تەشەننۇج پەيدا بولۇر. يۆتقۇنچاق، گال ۋە پەيلەرنىڭ ياندىكى مۇسكۇللىرىدا، ئەزالارنىڭ پەردىلىرىدە ئاجىزلىق پەيدا بولۇر.

گاھىدا ھۆللۈكتىن مىزاج بۇزۇلۇش چېكىگە يەتسە، قۇرۇق تەشەننۇج پەيدا بولۇر، نەپەس ئېلىش قاتتىق بولۇر.

ئۆپكىنىڭ مىزاجىنى يۇرەكنىڭ مىزاجىغا قىياس قىلغاندا، سوغۇق ۋە ھۆل بولۇر، گال، كۆمۈرچەك، كېكىردەك ئۆپكىگە تۇتىشىپ كېلەر، شۇنىڭغا قىياسەن قىلىپ ئۆز ئىشىغا ۋە ئەسلىي ماددىسىغا قىياس قىلىپ ئىسسىق ھېسابلىنار. چۈنكى، ئۇنىڭ رولى ھەرىكەت قىلىشتىن ئىبارەتتۇر. يۇرەكتىن ئۇنىڭغا قان كېلۇر، بۇ ھەقتە بىرىنچى كىتابتا كۆكرەك قەپىزىنىڭ شەرھىسىدە بايان قىلىندى.

تۆشنىڭ مىزاجى ئىسسىق - سوغۇقلۇقتا مۆتىدىل بولۇر، لېكىن بىر قىسىم تېۋىپلار بۇ خىل قاراشقا قارشى بولۇپ، ئۇنىڭ مىزاجى سوغۇق بولۇر، دەپ ئېيتقان ئىكەن. چۈنكى ئۇنىڭ تەركىبى ئۇستىخان، پەي، پەردە ۋە كۆمۈرچەكتىن ئىبارەتتۇر. يەنە بىر قىسىم تېۋىپلار تەبئىتى ئىسسىق دەپ ئېيتقان، چۈنكى يۇرەك ھارارەتنىڭ ئورنىدا تۇرار، قان تومۇرلارنىڭ باشلىنىشى ئۇنىڭ ئۇدۇلىدا بولۇر، ئۇ يەردە گۆش ۋە مۇسكۇل زىچ بولۇر، توغرىسى شۇكى، گۆش ۋە

مۇسكۇللارنىڭ هارارىتى يۇرەكتىن كېلىۋر، بۇنىڭ هارارىتى بارلىق ئۇستىخان، پەي، پەردە، كۆمۈرچەكنىڭ سوغۇقلۇقى بىلەن بىرلەشتۈرۈلسە، مۆتىدىل مىزاج پەيدا بولۇر، ئازراق قۇرۇقلۇققا مايىل بولۇر، چۈنكى ئۇستىخان، پەي، پەردە كۆپ بولۇر.

بۇغدىيەك ئىسسىق هەم سوغۇق بولۇر.

ئۆپكە ۋە تۆشتكى توسالغۇنىڭ سەۋەبى كاناي، كېكىردەك ۋە تۆشنىڭ ئوچۇق يېرىدە يىغىلغان خىلتتىندۇر، شۇ خىلت بەلغەم بىلەن ياكى يېرىڭ بىلەن ۋە ياكى قان بىلەن بولۇر. بۇنىڭ بىلەن پۈتۈنلۈك بۇزۇلۇشلار تۆش ياكى ئۆپكىدە جاراهەت پەيدا بولۇر، تومۇر ئۇزۇلەر ياكى يېرىلار، شۇنىڭ بىلەن سىرتتىن بىرەر جاراهەت پەيدا بولغاي، بۇ تۆت خىل كېسەللىك بايان قىلىندى، ئۇلاردىن قايسىسى پەيدا بولسا نەپەس ئېلىش مۇشكۈل بولۇر، هەرقانداق كېسەللىك، بولۇپمۇ كۆكرەك ۋە ئۆپكىدە بولسا يۆتەلسىز بولماس، ئەگەر ماددىسىز بولسا، ئازار يەتكۈزىدىغان سەۋەبنى يوقىتىشقا هەرىكەت قىلۇر، بۇ يوقىتىش يۆتەل بىلەن بولۇر، بەدەننىڭ باشقا ئەزالىرىنىڭ شېرىكچىلىكى بىلەن، يەنى ياكى مېڭىنىڭ شېرىكچىلىكى بىلەن ياكى يۈرەكنىڭ شېرىكچىلىكى بىلەن، ياكى ئاشقازان، جىگەر، بەچىدان ۋە باشقا ئەزالارنىڭ شېرىكچىلىكى بىلەن بولۇر. شېرىكلىك مېڭىدىن بولسا سەرئى ۋە سەكتە بولۇر، يۇلۇننىڭ شېرىكچىلىكى بىلەن بولسا ئىسترخا ۋە تەشەننۇج پەيدا بولۇر، چۈنكى پەردىنىڭ پەيلىرىنىڭ كۆپرەكى تۆتنچى تەرەپتىن بولۇر، پەيلەردىن، يۇلۇندىن كېلۇر، قالغىنى بەشىنچى، ئالتىنچى تەرەپتىن كېلۇر، هەر قاچان يۈرەكنىڭ شېرىكچىلىكى بىلەن پەيدا بولۇر، بۇنىڭ بىلەن يۈرەكتە مىزاج بۇزۇلۇش بىلەن بىرگە يەنە بىر كېسەللىك پەيدا بولۇر، لېكىن ئىمكانقەدەر ئىلاج قىلىشنى قوبۇل قىلۇر ۋە يوقىتۇر، باشقا كېسەللىكلەرگە ئوخشاش يۈرەك پۈتۈنلۈكىنىڭ بۇزۇلۇشى ئىلاج قوبۇل قىلماس، نەپەس ئاسان توختار هەم ئاسانلا ئۆلەر.

باشقا ئەزالارنىڭ شېرىكچىلىكى بىلەن بولسىمۇ، مىزاج بۇزۇلۇشىنىڭ ئاممىلىرىنىڭ سەۋەبىدىن ۋە ئىششقىنىڭ ياكى پۈتۈنلۈكىنىڭ بۇزۇلۇشى سەۋەبىدىن پەيدا بولسا، باشقا ئىچكى ئەزانىڭ ئىششقى ئىلاجنى قوبۇل قىلۇر، ئىلاج قىلىشقا پۇرسەت ۋە ئىمكانىيەت بېرەر.

نەپەس ئېلىشنىڭ ئۆزگىرىشى كېسەللىكلەرنىڭ دائىرىسى بىلەن مۇناسىۋەتلىك بولۇر، پۈتۈن بەدەننىڭ شېرىكچىلىكى بىلەن بولسا، ئىسستىما پەيدا بولۇر، گاهىدا كۆكرەك مۇسكۇللىرى ئاجىز بولغان سەۋەبتىن نەپەس ئېلىش ئاجىزلىشار، بىرەر كىشى بۇ ئاغرىقتا مۇپتىلا بولۇپ ئاغرىقى ئۇزۇنغا سوزۇلغان بولسا، بۇ ئاغرىقتىن ساقىيىپ قۇۋۋىتىگە كەلمىگەن بولسا، نەپەس ئېلىش ئاجىزلىشار.

ئىككىنچى باب نەپەس ئەسلىي ھالىتىدىن ئۆزگەرسە قانداق بولىدىغانلىقى توغرىسىدا

بۇ ھەقتە ئىككىنچى كىتابتا بايان قىلىندى، نەپەس ئېلىشنىڭ سەۋەبى ئۇچ خىل بولۇر. بىرى، نەپەس ئېلىش ھەرىكىتى؛ ئىككىنچىسى، نەپەس ئېلىش ئەزاسى؛ ئۇچىنچىسى قۇۋۋىتى تەبئىي فائىلدىن ئىبارەتتۇر. ئەزا بولسا يۇتقۇنچاق، گال، ئۆپكە ۋە كېرىگەت پەردە، كۆكرەك مۇسكۇللىرى ۋە كۆكرەك، پەي ئوتتۇرىسىدىكى مۇسكۇللار ھېسابلىنار. ھاجەت بولسا ساپ ھاۋانىڭ بېسىمنى ئىچىگە سۈمۈرۈش، بۇخاراتلىق، ئىسسىق ھاۋانى بەدەن سىرتىغا چىقىرىشتىن ئىبارەتتۇر. بۇ سەۋەبلەردىن ھەر ۋاقىت مىزاجنىڭ ئەسلىي ھالىتى بىلەن ئوخشاش بولسا، نەپەس ئېلىش مۆتىدىل ۋە ئەسلىي ھالىتىدەك بولۇر، ھەرقاچان بىر ياكى ئىككى سەۋەب تۇپەيلىدىن ئەسلىي ھالىتىدىن ئاجىزلىسا، نەپەس ئېلىش ئەسلىي ھالىتىدىن چوڭ ياكى كىچىك، ئۇزۇن ياكى قىسقا، تېز ياكى ئاستا ياكى بىرىنىڭ ئارقىدىن بىرى ياكى سوغۇق ياكى ھەر خىل ياكى دىشۋار ياكى تەڭ ياكى ئىككى ھەسسە ياكى سېسىق بولۇر.

چوڭ نەپەس ئېلىش شۇنداق بولىدۇكى، كۆكرەك ئىچىدە ئۆپكە كېڭىيۇر، ئېچىلسا كۆپ ھاۋانى تارتار، ئۇنىڭ سەۋەبى ئۇچ خىل بولۇر.

بىرىنچى، نەپەس ھەرىكىتىنىڭ تامام بولۇشى؛ ئىككىنچى، ئەزالارنىڭ ماسلىشىشى؛ ئۇچىنچى، ھاجەتنىڭ كۆپلۈكىدىندۇر. ھەر ۋاقىت بۇخاراتلىق ھاۋانى سىرتقا چىقىرىشقا كۆپرەك ھاجەت بولسا، تارىيىش ھەرىكىتى كۆچلۈك بولۇر، ھەر ۋاقىت ساپ ھاۋانى ئىچىگە سۈمۈرۈش لازىم بولسا، كېڭىيىش ھەرىكىتى كۆچلۈك بولۇر، كېڭىيىش ھەرىكىتى زەئىپ بولۇپ، تارىيىش ھەرىكىتى كۆچلۈك بولسا، بىلىش كېرەككى، ئەسلىي ھارارىتى زەئىپ، كېيىن پەيدا بولغان ھارارەت قۇۋۋەتلىك بولۇر.

كىچىك نەپەس ئېلىش چوڭ نەپەس ئېلىشنىڭ تەتۇرىسچە بولۇر، قارىمۇقارشىلىقنىڭ سەۋەبى شۇكى، ئاغرىق ۋە كېسەللىكنىڭ نەپەس ئېلىش ھەرىكىتى تامام بولمىسا، نەپەس ئېلىش گاھى كىچىك، گاھى ئوتتۇراھال بولۇر. قۇۋۋەت ھەرىكىتى ئېھتىياجنىڭ سۈسلۇقى بىلەن كېسەللىك پەيدا بولۇر، يەنى گاھى چوڭ نەپەس ئالۇر، گاھى نەپەس سىقىلۇر ھەم كىچىك بولۇر. ھەر ۋاقىت كىچىك نەپەس ئېلىشتا ئۆزگىرىش پەيدا بولسا، بىلىش كېرەككى، ئەسلىي

هارارىتى يوقالغاندۇر، ئەگەر كىچىك نەپەس ئېلىش ئاستا - ئاستا بولسا ئەزالاردا ئاغرىق پەيدا بولۇر.

نەپەس ئېلىش: نەپەس ئېلىش بەك چوڭ بولسا، ھاياتلىق قۇۋۋىتى كۈچىيەر، بۇزۇق ھاۋانى كۆپرەك سىرتقا چىقىرىپ، ساپ ھاۋانى كۆپرەك ئىچىگە تارتار، بۇ سەۋەبتىن نەپەس ئېلىش كۈچلۈك بولۇر، ئۇنىڭ ئالامتى شۇكى، ساپ ھاۋاغا بولغان ئېھتىياج ئېشىپ كەتكەن بولۇر، قۇۋۋەتنىڭ ھەركىتى ئورنىدا بولۇپ، ئەزالاردا كېسەللىك پەيدا بولمىغان بولۇر.

چوڭقۇر نەپەس ئېلىش: نەپەس چوڭلۇقى بىلەن بىرگە تېز ۋە قاتتىق بولۇر، بۇ خىل نەپەستە نەپەس ئېلىش ھەركىتىنىڭ ئاخىرقى يېرىمى ئاجىزلاپ تۆۋەنلەر. كۆكرەك پەردىسى ھەركەت قىلماي، كۆكرەك سۆڭىكىنىڭ تۆۋەن تەرىپىدىكى مۇسكۇللار ھەركەت قىلىشقا كۆپ ئېھتىياجلىق بولغانلىق سەۋەبتىن بولۇر، بۇ خىل نەپەس ۋابادىن بولغان قىزىتمىلاردا كۆپ كۆرۈلەر.

ئۇزۇن نەپەس ئېلىش شۇنداق بولىدۇكى، كېڭىيىش ھەركىتىنىڭ مۇددىتى ئۇزۇنراق بولسا سىرتقى ھاۋانى كۆپ سۈمۈرەر، گاھىدا نەپەسنىڭ تارىيىشى ياكى ئاغرىقنىڭ سەۋەبىدىن ھاۋانى سۈمۈرۈش مۇشكۈللىشىپ، نەپەس ئېلىش تەسلەشكەي، شۇ سەۋەبتىن نەپەس ئېلىش ئۇزۇن بولۇر، نەپەس ئېلىش مۇددىتىنىڭ ئۇزۇنلۇقىدا ھاۋائى نەسىمنى ئېھتىياجغا لايىق سۈمۈرەر.

قىسقا نەپەس ئېلىش ئۇزۇن نەپەس ئېلىشنىڭ ئەكسىچە بولۇر، قىسقا نەپەس ئېلىش ھەر ۋاقىت ئاستا - ئاستا بولسا بىلىش كېرەككى، ئەزالاردا كېسەللىك پەيدا بولغان بولۇر، ئەگەر قىسقا نەپەس ئېلىش پەرقلىق بولسا بىلىش كېرەككى، ئەسلىي ھارارەت يوقالغان بولۇر.

تېز - تېز نەپەس ئېلىش شۇنداق بولىدۇكى، نەپەس تېزلىكى ۋە يىغىلىش ھەركىتى قىسقا بولغانلىقتىن بولۇر، سىرتقى ھاۋانى ئىچىگە سۈمۈرۈش ۋە ئىچىدىكى ھاۋانى سىرتقا چىقىرىشتا كەمتۈكلۈك بولماس، كۆپ نەپەس ئېلىش زۆرۈر بولغانلىق سەۋەبىدىن تەبىئىتىنى تەقەززا قىلۇر، بۇنىڭ بىلەن ئىچىدىكى بۇخاراتلىق ھاۋانى تېزرەك سىرتقا چىقىرىشقا، ساپ ھاۋانى تېزرەك سۈمۈرۈشكە ھەركەت قىلۇر. بۇ تەقەززالىقنىڭ سەۋەبىدىن نەپەسنى چوڭ - چوڭ ئېلىشقا ھەركەت قىلماس، گاھىدا نەپەس ئېلىش ئەزالىرىغا كېسەللىك پەيدا بولغانلىق سەۋەبىدىن ياكى ھەركىتىنىڭ قۇۋۋەتسىز، زەئىپلىكىدىن بولۇر، نەپەس كۆپ كەلگەنلىكتىن تەقەززالىق پەيدا قىلۇر، ھەر ۋاقىت تېز نەپەس ئېلىشتا تارىيىدىغان ھەركەت كۈچلۈك بولسا، ساپ ھاۋانى سۈمۈرۈشكە كۆپ ئېھتىياجلىق بولۇر. ھەر ۋاقىت كېڭىيىدىغان ھەركەت كۈچلۈك بولسا، ئىچىدىكى بۇخاراتلىق ھاۋانى چىقىرىشقا ئېھتىياجى كۆپ بولۇر. نەپەس ئېلىش ئۆپكە

بىلەن بولۇر، ئۆپكىدە ئىككى خىل ھەرىكەت بولۇر، بىرى تارىيىش ھەرىكىتى، يەنە بىرى كېڭىيىش (كېرىلىش) ھەرىكىتىدىن ئىبارەتتۇر. تارىيىش ھەرىكىتى بىلەن ئۆپكىنىڭ ئىچىدىكى بۇخاراتلىق ھاۋانى سىرتقا چىقرار، كېڭىيىش ھەرىكىتىدە ساپ ھاۋا تاشقىرىدىن ئۆپكىگە سۈمۈرۈلۈپ كىرەر، بۇ ھاۋادىن ئۆپكە راھەتلەنگەي، ئۇنىڭدىن ئۆتۈپ يۈرەككە بېرىپ، يۈرەك راھەتلىنەر، ھاياتلىقنىڭ بىناسى بۇ ئىككى ھەرىكەت بىلەن تىك تۇرغاي.

كېچىكىپ نەپەس ئېلىش سەكرەپ نەپەس ئېلىشنىڭ ئەكسىچە بولۇر، بۇنىڭ سەۋەبلىرىمۇ سەكرەپ نەپەس ئېلىشنىڭ ئەكسىچە بولۇر، گاھىدا ئاغرىقنىڭ سەۋەبىدىن نەپەس ئېلىش ئاستىلار.

ئارقىمۇئارقا نەپەس ئېلىش كەينى - كەينىدىن نەپەس ئېلىشتىن ئىبارەتتۇر. بۇ نەپەستە ئىككى نەپەس ئوتتۇرىسىدىكى ئارىلىق قىسقا بولغانلىقتىن، كۆپ نەپەسلىنىشكە ئېھتىياجلىق بولۇر، بۇ شۇ سەۋەبتىن بولىدۇكى، نەپەسنى چوڭ ۋە تېز چىقرىشقا ھاجەت بولماس، بۇ سەۋەبتىن تەبىئەت پات - پات ھەرىكەت قىلۇر، گاھىدا بۇ خىل تېز نەپەس ئېلىشنىڭ سەۋەبى نەپەس ئېلىش ئەزالىرىدا پەيدا بولغان كېسەللىك سەۋەبىدىن بولۇر، مەزكۇر كېسەللىك نەپەسنىڭ يوغان بولۇشىدىن ساقلار، بۇ سەۋەبتىن نەپەس ئېلىشنىڭ تەبىئىتى ئارقىمۇئارقا بولۇر.

بۇقرات مۇنداق ئېيتقان ئىكەن: ئارقىمۇئارقا نەپەس ئېلىشتىن ئۆپكە سوغۇق بولۇر (مۇزلايدۇ، سوۋۇيدۇ)، نەپەس ئېلىش ئەزالىرى ھېرىپ كېتۇر.

سوغۇق تىنىش يۈرەكنىڭ سوۋۇغانلىقىدىن، ئەسلىي ھارارەت يوقالغانلىقتىن بولۇر، خۇسۇسەن ئەگەر بۇ سوغۇق نەپەس ھۆل بولسا ھارارەت تەڭشىلىشنىڭ ئالامىتىدۇر.

ئىككى نەپەسنىڭ ئوخشاش بولماسلىقى نەپەسنىڭ بىر خىل كەلمىگەنلىكىدىندۇر. ئىككى خىل بولۇشى شۇ سەۋەبتىن بولىدۇكى، نەپەسنىڭ يىغىلىش ھەرىكىتى ۋە كېڭىيىش ھەرىكىتىدىن بولۇر، خۇددى كىچىك بالىلار يىغلىغاندا ئۆكسۈگەنگە ئوخشاشتۇر، شۇ سەۋەبتىن كۆپ نەپەسلىنىشكە ئېھتىياجلىق بولغانلىقتىن بولۇر. چۈنكى، شۇ مىقداردىكى ساپ ھاۋانى بىر ھەرىكەت بىلەن سۈمۈرۈش كۈپايە قىلماس، ئۇنىڭغا ۋاقىت كېرەك بولۇر ياكى نەپەس ئېلىش ئەزاسىغا كېسەللىك پەيدا بولغانلىقتىن بولۇر، بىراقلا ئۆزىگە ئېھتىياجلىق ھاۋانى سۈمۈرەلمىگەچكە، شۇنىڭغا ئېھتىياج پەيدا بولۇپ، نەپەس ئارىسىدا ئاسايىشلىق ئىزدىگەي ياكى ئۇ شۇ مىقداردىكى ساپ ھاۋاغا ئېھتىياجلىق بولسىمۇ، لېكىن ئىچىگە سۈمۈرەلمەس، بۇ خىل ئەھۋال كۆپرەك جىگىرى، تېلى ئىششىغان كىشىلەردە، تەشەننۇج بولغان كىشىلەردە كۆرۈلەر، ئۆتكۈر ئاغرىقتا بۇ كېسەللىك يامان ئالامەت ھېسابلىنار.

نەپەسنىڭ ھەر خىل بولۇشى تومۇرنىڭ ھەرخىل بولۇشىغا ئوخشاشتۇر، بۇنىڭ سەۋەبى ھەم تومۇرنىڭ سەۋەبلىرى بىلەن ئوخشاش بولۇر.

بۇرۇن تۆشۈكىنىڭ ھەربىرىنىڭ ئەتراپى لىكىلدار، بۇ ھەربىرىنىڭ ئەتراپىدا قۇۋۇەت زەئىپلەشكەنلىكىنىڭ ئالامىتىدۇر ياكى ئاجىز بوغما سەۋەبىدىن نەپەس چىقىدىغان يەرگە خىلت توپلىشۇالغانلىق سەۋەبىدىندۇر.

تىنىقنىڭ سېسىق بولۇشى: تىنىقنىڭ سېسىقلىقى بىلەن نەپەس سېسىقلىقىنىڭ ئارىسىدىكى پەرق شۇكى، نەپەسنىڭ سېسىقلىقى ھاۋانى سۈمۈرگەندە زاھىر بولۇر، بۇ كۆكسىدىكى سېسىق خىلتنىڭ ئالامىتىدۇر، ئۇنىڭ ئېغىزى سېسىق بولسا ھەممىسى سېسىق بولۇر.

دەم سىقىش: بۇ شۇنداق بولىدۇكى، نەپەس ئالىدىغان ئەزالار ھاۋانى مۇشەققەت بىلەن ئۆزىگە يىغار، شۇنىڭغا ئوخشايدۇكى، ھاۋا چىقىدىغان يەر تار بولۇر، شۇ ھاۋا چىقىرىدىغان يەر تۇتالمىغان ۋە تار بولغان بولسا، قىينىلىپ نەپەس ئېلىش كېلىپ چىقار، نەپەس ئېلىش ئەزالىرىغا ئاغرىق يەتكەنلىكتىن، كۆپ ھالىلاردا نەپەس چىقىرىدىغان ئەزادا قويۇق ۋە قاتتىق خىلت توختاپ قالغانلىقتىن ھاۋا ئۇنىڭغا تېگىپ، گاھىدا قىينىلىپ نەپەس ئېلىش مۇسھىل ئىچكەنلىكتىن ياكى ئۆتكۈر ھۆقنە خىلتنىڭ قوزغىغان بولسىمۇ ئىچنى سۈرمىگەنلىكتىن بولۇر، بۇ زاتىلجەنبىدە قان ئېلىش زۆرۈر بولغان ئەھۋالدا ئازراق قان ئېلىپ، يېتەرلىك قان ئالمىغانلىقى سەۋەبىدىن ئۇ بەدەندە قوزغىلىپ كۆيگەنلىكتىن نەپەس ئېلىش مۇشكۈللىشەر. يەنە بىر خىلى، نەپەس ئېلىش تەبئىي ئەمەستۇر، بۇ خىل نەپەسنى «پەردىلەرنىڭ يىغىلىپ قېلىشى» (تەقەللۇسۇل ھىجاپ) دەرلەر.

ئەبۇ ھەسەن تۇرەنجى «مۇئالىجات» دېگەن كىتابىدا مۇنداق دېگەن ئىكەن: تېۋىپلاردىن ھىيجاستىن باشقا كىشى «بۇ قۇرۇق ئىسسىقلىقتىن مىزاج بۇزۇلۇشتىن بولار، ئىسسىقلىق ۋە قۇرۇقلۇق ھەددىدىن زىيادە ئېشىپ كەتكەنلىكتىن كۆكرەكنىڭ ئىچىنى، ئەتراپىنى يىغىدىغان پەردىلەرنىڭ يىغىلىپ، يۇقىرىغا تارتىلىپ قېلىشىدىن» دەپ قارىغان. بۇ شۇ ۋەجىدىنكى پەردىلەرنىڭ، پەيلەرنىڭ يىغىلىشى باشلانغان تەرىپىگە بولۇر، قۇرۇلۇشى پەيدا بولىدىغان تەرىپى يۇقىرى تەرەپتە بولۇر، بۇ خىل كېسەللىكنىڭ ئالامتى شۇكى، بۇ خىل كېسەللىككە گىرىپتار بولغۇچى ھەمىشە قىزىتمىلىق بولۇر، ئۇنىڭ ھەممە ھەربىرىدىكى مۇشكۈل بولۇر، تىلىنى ئېغىزىدىن چىقىرالماس، كۆزلىرى چانىقىدىن يۇقىرى كۆتۈرۈلەر، يۆتىلەلمەس، ئەگەر يۆتەلسە ھوشىدىن كېتەر، نەپسى گېلىدا توختاپ قالار ياكى يوقىلار، ئەقلىنى يوقتىپ جۆيلەر، بۇنىڭ

سەۋەبى كۆكرەك پەردىسى مېڭىنىڭ پەردىسىگە شېرىك بولغانلىقىدىندۇر، بۇنىڭدا تومۇرى قاتتىق بولار.

داۋالاش

بۇنىڭدا ھۆللۈك پەيدا قىلىپ، ھەر كۈنى ناشتىدا كاشكاپ بەرگەي، ھۆل قاپاقنى تاۋۇزنىڭ سۈيىدە قاينىتىپ، بىنەپشە يېغى، بادام يېغى ياكى قاپاق ئۇرۇقىنىڭ يېغىنى ئۇنىڭغا تېمىتىپ، ئازراق شېكەر سېلىپ بەرگەي. كۆكرەك ۋە كۆكرەك ساھەسى ئەتراپىغا زىمات قويغاي، زىماتنى بىنەپشە، ھۆل قاپاقنىڭ مېغىزى، ئىسپىغۇل لوئابى، تاۋۇزنىڭ سۈيى بىلەن تەييارلىغاي.

بىنەپشە، ئاق لەيلىنى قاينىتىپ، بىمارنى دورا قاينىتمىسى سۈيىدە ئولتۇرغۇزغاي.

تاۋۇز سۈيى، قاپاق سۈيىنى قاينىتىپ گۈلاب قىلىپ، تاتلىق ئانار سۈيىنى قوشۇپ، بادام يېغىنى تېمىتىپ بەرگەي.

نەپەس ئېلىش تەبىئىي بولمىسا، ئۇنىڭ سەۋەبى ئىسسىقلىق زىيادە ئېشىپ، ئېھتىياج ئاشقانلىقتىن بولسا، ئۇنىڭ ئىلاجىنىمۇ مۇشۇ ئۇسۇل بويىچە قىلغاي. ئۆينىڭ ھاۋاسىنى ۋە ياتىدىغان يەرنى ناھايىتى سوغۇق ۋە نەم تۇتقاي، يەنە ھەر خىل سوغۇق ھۆللۈك سەۋەبىدىن ياكى قويۇق ۋە سۈيۇق خىلىت سەۋەبىدىن بولسا، تۇتقاقلىق دەم سقىلىشنىڭ ئىلاجىنى قىلغاي، ئۇ ئۆز نۆۋىتىدە بايان قىلىنىدۇ، سوغۇق مىزاجلىق كىشىگە ناۋات ۋە يېڭى، ساپ سۈت پايدا قىلۇر.

ئەگەر ماددا يەلنىڭ سەۋەبىدىن پەيدا بولغان بولسا، ناۋاتنى بەدىيان سۈيى بىلەن بەرسە پايدا قىلۇر.

ئەگەر كۆكرەك مۇسكۇللىرى زەئىپلىشىش سەۋەبىدىن بولسا، نەرگىس يېغى، ئاق لەيلى يېغى، بان يېغى، يەسمەن يېغىنى سۈركىگەي.

ئۇنىڭ ماددىسى پەيگە چۈشكەن بولسا، شېھ، سۇزاپ، ئەفسەنتىننىڭ ھەرقايسىسىدىن بىر ھەسسىدىن، ئاچچىق بادام مېغىزى، ناۋاتنىڭ ھەرقايسىسىدىن ئىككى ھەسسىدىن ئېلىپ ھەممىسىنى سوقۇپ، نوقۇت چوڭلۇقىدا ھەب قىلغاي، ھەر كۈنى ئەتىگەندە تۆت ھەب ياكى ئالتە ھەب يېگەي، ئاندىن كېيىن سىركەنجۈبىل ئەنسىلى يېگەي.

يەنە بىر ھەبنىڭ نۇسخىسى قۇندۇز قەھرى بىر ھەسسىدىن، ئەفسەنتىن رۇمى، زىرە كېرمانىنىڭ ھەرقايسىسىدىن يېرىم ھەسسە، ناۋاتتىن بىر ھەسسىدىن ئېلىپ ھەب قىلىپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە ئۈچ ھەبتىن يېگەي. ئۇنىڭ كەينىدىن سىركەنجۈبىل ئەنسىلى يېگەي، بۇنىڭغا لوئوقى كەرنۇپمۇ مۇۋاپىق كېلۇر.

ئۇچىنچى باب تۇتقاقلىق دەم سقىلىش توغرىسىدا

تۇتقاقلىق دەم سقىلىش بىر خىل كېسەللىك ھېسابلىنىدۇ، بۇ كېسەللىك بىلەن ئاغرىغان ئادەم ئاسايىشلىق بىلەن نەپەس ئالالماس، يۈگۈرگەن ئادەمگە ئوخشاش ئىزتىراپ بىلەن نەپەس ئالار، ئەرەب تىلىدا بۇنى «مۇتىۋاتىر» (ئارقىمۇئارقا نەپەس ئېلىش) دەپ ئاتار. ئۇ، نەپەس يوللىرى توسۇلغانلىقتىن بولۇر.

بۇ كېسەللىك ئەگەر ياشلاردا ياكى ياشانغانلاردا بولسا، ياشلارغا قارىغاندا ياشانغانلاردا كۆپ ئۇچىر بولۇر، ئاسان يوقالماس، بۇ سەۋەبتىن كېسەللىك مادداسى ياشانغانلارنىڭ كۆكرىكىدىكى ھارارەت بىلەن پىشماس، قېرىلىقنىڭ قۇۋۇتى بىلەن ئۆپكىنىڭ تېگىدىن چىقىرىلىپ تاشلانماس، ھەرقاچان بۇ كېسەللىك بىلەن ئاغرىغان ئادەم ئوكسىگېنغا يېتسا، كېسەللىك ۋە نەپەس قىينىلىشىپ زىيادە بولۇر، بۇ كېسەللىكنىڭ ئۇچىرلىقىنىڭ سەۋەبى شۇنىڭدىن بولۇر.

بۇ كېسەللىكنىڭ سەۋەبى ئۆپكىگە چۈشكەن مادداىنىڭ ئۇچ خىل ھالىتىدىن ئىرتۇق بولماس، ناھايىتى تېز كۆپىيەر، قويۇق ياكى سۇ ئارىلاش بولۇر ياكى سۇيۇق بولۇر، ئەگەر كۆپ بولسا، قويۇقلۇقتىن ۋە سۇيۇقلۇقتىن باشقا ھالەتتە بولماس، ئۇ قويۇق ۋە يېپىشقاق بولسا، ئاسانلىق بىلەن ئورنىدىن ئۆزۈلمەس، ئۇنىڭ سۇيۇق بولۇشى شۇ سەۋەبتىنكى، ئىتتىرىش قۇۋۇتى ئەزالىرىنىڭ مادداىنى ئۆپكىدىن سىرتقا چىقىرىشى ئارام ئالغاندىكى ھاۋانىڭ كۈچى بىلەن بولۇر، يۆتەلنىڭ قۇۋۇتى بىلەن قوشۇلۇپ سىرتقا چىقرار، ئەگەر مادداا سۇيۇق بولسا، يۆتەلنىڭ قۇۋۇتىنىڭ تەسىرى بىلەن ئاسان ئاجراپ ھاۋا سىرتقا چىقىپ، مادداا ئورنىدا قالۇر، ئەگەر مادداا قويۇق ۋە سۇيۇق بولسا، ئۇنىڭ ھالىتى شۇنداق بولىدۇكى، ئەگەر مادداىنىڭ قويۇقلۇقىغا ۋە سۇيۇقلۇقىغا مادداىنىڭ كۆپلۈكى قوشۇلسا، ئاغرىقنىڭ قاتتىق ۋە ئۇچىر بولىدىغانلىقىدىن گۇمان قىلمىغاي.

تۇتقاقلىق دەم سقىلىش، يەنى نەپەس يوللىرىنىڭ تاربىيىشى شۇنداق كېسەللىككى، بۇ كېسەللىككە دۇچار بولغان بىمارنىڭ نەپەس يوللىرى توسۇلغان ۋە تارايغان بولۇر، نەپەس ئالغاندا چىقىدىغان ھاۋا يول تاپالماس، ھاۋا ئاز - ئاز ۋە دىشۋارلىق بىلەن كىرەر، نەپەسنىڭ قىسقىلىقى توققۇز خىل بولۇر، ئۇ ئەسلىي تۇغما بولۇر، ئۇ شۇنداق بولىدۇكى، كۆكرەك تۇغما تار بولۇر، نەپەس ئالىدىغان ئەزالارغا مۇناسىۋەتلىك ھەرىكەتنىڭ دائىرىسى كەڭ بولماس، لېكىن

ھەربىر ئەسلىي ھالەتتە كېڭىيەر. يۇقىرىدا ئېيتىلغان توققۇز خىل سەۋەبلەرنىڭ بىرى شۇكى، ئۆپكىدە، ئۆپكە بېغىشىدا، ئۆپكە تومۇرلىرىدا ۋە شىريان تومۇرلاردا قويۇق ۋە سۈيۇق خىلىت پەيدا بولۇر، ئىككىنچى، ئۆپكە پىشقان بولۇر. ئۇچىنچى، بەزى ئىچكى ئەزالاردا يەنى ئاشقازان، جىگەر ۋە باشقا ئەزالاردا ئىششىق پەيدا بولۇر، بۇ سەۋەبتىن كېڭىيىش ھەربىكىتىگە تار كېلىپ قالۇر. تۆتىنچى، كۆپ ماددا كۆكرەكىنىڭ ئوتتۇرىسىغا قۇيۇلغان بولۇر، خۇددى ئىستىسقادا قۇيۇلغاندەك. بەشىنچى، بۇخاراتلارنىڭ تۇتۇنى ئۆپكىدە كۆپ بولۇر، يىغلىش ھەربىكىتى ئاشۇ تۇتۇننى چىقىرىش ئۈچۈن ئاستا - ئاستا يىغلۇر، تۇتۇنىنىڭ قويۇقلۇقى كۆپ بولۇش سەۋەبىدىن نەپەس قىسلۇر ۋە مۇشكۈل بولۇر. ئالتىنچى، قويۇق خىلىت كۆكرەك ۋە نەپەس يوللىرىدا تۇرۇپ قالغان بولۇر. يەتتىنچى، قۇرۇقلۇق غالىب بولۇر، شۇ سەۋەبتىن ئۆپكە پۈۋەكلىرى قورۇلۇپ، كېڭىيىش ھەربىكىتىگە ماسلىشالماس. سەككىزىنچى، نەپەس ئەزالىرىغا سوغۇق يەل، سوغۇق تائام، سوغۇق شاراب، سوغۇق دورىلاردىن سوغۇق ئۆتكەن بولۇر. توققۇزىنچى، بوھرانغا يېقىن ئىسسىقتىن بولغان ئاغرىقلار پەيدا بولۇر، ئۇنىڭ ئالامىتى، ئۇنىڭ ماددىلىرى، يەنە شۇنداق ئاغرىقلار بەدەننىڭ بۆلەكلىرىدىكى ئىششىقتىن پەيدا بولۇر، ھەر ۋاقىت ماددا يۇقىرىغا ئۆرلىسە نەپەس قىسلۇر، ئەگەر ھېس ۋە ئەقىل سالامەت بولسا، ماددا قۇلاقنىڭ تۈۋىگە كېلىپ، ئۇ يەردە پىشار، ئەقىل پەرىشان بولسا ۋە سەزگۈ ئەزالاردا كېسەللىك پەيدا بولسا، سەرسام پەيدا قىلۇر.

نەپەس يۆتكىلىش تۇتقاقلىق دەم سىقىلىشتىن قاتتىق بولۇر، بۇ كېسەللىككە دۇچار بولغان كىشى يېنىنى يەرگە قويالماس، توغرا ئولتۇرمسا ياكى ئۆرە تۇرمسا نەپەس ئالالماس، بىلىش كېرەككى، ھەممە ئاغرىقلار خادىمي ئەزادا ياكى رەئىس ئەزالاردا پەيدا بولۇر، بولۇپمۇ توسالغۇ پەيدا قىلىدىغان ئاغرىقلار كۈز ۋە قىش پەسلىدە پەيدا بولۇپ، ھەر ۋاقىت كۈز پەسلىدە يېغىن كۆپ بولسا، تومۇز قۇرۇق ۋە شاماللىق بولسا، قىشتا ئۆپكە كېسىلى كۆپ بولۇر. خۇلاسە كالام شۇكى، سوغۇق ھاۋا ئۆپكىگە زىيان قىلۇر، ئەگەر ئۇ ئادەم تومۇز ھاۋادا كۆپ ئولتۇرغان بولسا ۋە زاتىرىيەگە ئۆزگىرەر، ئۆپكە ئاغرىقىمۇ كۆپ بولۇر، جىگەر ئاغرىقغىمۇ ئۆزگىرەر، جىگەرنىڭ مىزاجى سوغۇقتىن ياكى ئىسسىقتىن بۇزۇلۇپ، ئىستىسقا پەيدا بولۇر، ئۆپكىنىڭ مىزاجى ئەسلىدىكى تەبئىتىدىن ئىسسىقراق ۋە سوغۇقراق ياكى قۇرۇقراق ياكى ھۆلرەك بولۇر، كۆپ ھاللاردا ئەسلىي مىزاجى تەبئىي بولۇر، لېكىن بەزىبىر سەۋەبلەر تۈپەيلىدىن ئەسلىدىن ئۆزگىرەر، كېسەللىك مىزاجى پەيدا بولۇر ياكى ئاۋۇالقى مىزاجدىن ئىسسىقراق بولۇر ياكى ئەسلىي مىزاجىدىن سوغۇقراق ياكى ھۆلرەك ياكى قۇرۇقراق بولۇر. ئەسلىي مىزاجى بىلەن

كېسەللىك مىزاجىنىڭ ئوتتۇرىسىدىكى پەرق شۇكى، ئەسلىي مىزاجنىڭ ئالامتى تەبىئىي مىزاجدەك بولۇر، يەنى ھەمىشە زاھىر بولۇر، كېسەللىك مىزاجنىڭ ئالامتى مىزاج ئۆزگەرگەندە زاھىر بولۇر.

ئەگەر كۆكرەكنىڭ تەركىبى ۋە كەڭلىكى ھەق سۇبھانە ۋەتائاللا ئاپىرىدە قىلغان سۈپەتتىن ئۆزگىرىشى مۇمكىن ئەمەستۇر، ئەمما مىزاجى ساغلام كىشىلەرنىڭ كۆكرىكى كەڭرى، ئاۋازى يۇقىرى، نەپەس ئېلىشى چوڭ بولۇر، سوغۇق ھاۋادىن ھېچقانداق زىيان يەتمەس، بەلكى راھەتلىنەر، گاھىدا ئۇسسار، سوغۇق شامال تەشنالىقنى سۇ ئىچكەندەك باسۇر، گاھىدا ئىسسىقلىق غالىب كەلگەنلىك سەۋەبىدىن يۆتىلەر.

مىزاجى سوغۇق كىشىلەرنىڭ كۆكرىكى تار ۋە كىچىك بولۇر، ئاۋازى ئىنچىكە، نەپەس ئېلىشى كىچىك بولۇر، سوغۇق ھاۋا ۋە سوغۇق سۇ ئۇنىڭغا زىيان قىلۇر، كۆكرىكىگە بەلغەم يىغىلۇر، تۇتقاقلىق دەم سىقىلىش ۋە يۆتەل كۆپ بولۇر.

مىزاجى ھۆل كىشىلەرنىڭ ئاۋازى يۇمشاق ۋە تۇتۇق بولۇر، خىرقىراپ نەپەس ئالۇر، ئاۋازىنى كۆچلۈك چىقىرالماس، ئەگەر قۇۋۇتى زەئىپ بولمىسا، كۆكرىكى ھۆللۈككە تولسا، قاپاقلىرى ئىششىقتەك بولسا، بۇنى ئەرەب تىلىدا «تەج» (سۇلۇق ئىششىق) دەپ ئاتار، يۈزىنىڭ گۆشى يۇمشاق ۋە سېلىنىپ تۇرسا، بۇنى ئەرەب تىلىدا «مايماق» دەپ ئاتار.

مىزاجى قۇرۇق كىشىلەرنىڭ ئاۋازى تۇرۇنىنىڭ ئاۋازىدەك يوغان بولۇر، ھېچقانداق ھۆللۈك بولماس، قۇرۇقلۇق غالىب كەلگەنلىكتىن نەپىسى سىقىلار، بىلىش كېرەككى، نەپەس تاۋۇشى كۆكرەك ۋە ئۆپكىنىڭ ھالىتىدىن بېشارەت بېرەر، بۇ سەۋەبتىن مۇناسىۋەتلىك مۇسكۇللاردا كېسەللىك بولسا، بوغمىدەك ئاۋازدا كېسەللىك پەيدا بولۇر، ئەگەر يىغىلىدىغان مۇسكۇلدا كېسەللىك پەيدا بولسا ئاۋاز تۇتۇلار، ئاشقازانىنىڭ ئېغىرلىقى مادداىنىڭ ئۆپكىدە ئىكەنلىكىنى دەللىلەيدىغان مەخسۇس ئالامەتتۇر. كۆكرەك ساھەسىنىڭ كېرىلىشى ۋە سانجىلىشى مادداىنىڭ مۇسكۇللاردا ۋە پەردىدە ئىكەنلىكىنى كۆرسىتەر، رۇتۇبەتنىڭ تېز ۋە ئاسان چىقىشى مادداىنىڭ روشەن ئۆپكە بېغىشدا ئىكەنلىكىنى دەللىلەپ بېرەر، مۇشكۇل ۋە قاتتىق يۆتەل بىلەن چىقىش مادداىنىڭ ئۆپكىنىڭ تېگىدە، پۈۋەكچىلىرىنىڭ ئارىسىدا ئىكەنلىكىنى دەللىلەپ بېرەر. ئەگەر مادىدا مۇسكۇللار ئارىسىدا بولسا، بىر قېتىملىق يۆتەل كېچىكسە تۇتار ھەمدە قاتتىق بولۇر.

باش قېيىش مادداىنىڭ كېرىگەتتە ئىكەنلىكىنى دەللىلەپ بېرەر، بۇ كېسەللىكتە چىراينىڭ قىزىللىقى مادداىنىڭ ئۆپكىدە ئىكەنلىكىنى دەللىلەپ بېرەر، ئاشۇ مادىدا كۆكرەك پەردىسىگە قۇيۇلغان بولسا، ھەرقاچان ئۇياقتىن - بۇياقتىن ئۆرۈلسە، مادىدا ئۇ تەرەپتىن بۇ تەرەپكە قۇيۇلار،

بۇ هالدا بۇ كىشىدە يۆتەل ئازراق بولۇر، لېكىن كېچىكىپ ياخشى بولۇر.

ئۆپكىنىڭ پۈۋەكچىلىرى نازۇك ۋە كاۋاك بولغانلىقى ئۈچۈن ماددىنى ئۆزىگە تارتار، ئىششىق پەيدا بولۇر، بىلىش كېرەككى، بۇ ماددىلارنىڭ ئۆپكىگە يىغىلىشى ئۈچ خىل هالەتتىن باشقىسى بولماس ياكى نەزلە بولۇشتىن باشتىن قۇيۇلار ياكى ئۆپكە كاۋاك بولغانلىق سەۋەبىدىن يەنە بىر يەردىن ئۆپكىگە قۇيۇلار ياكى مىزاج سوغۇق بولغانلىقتىن ئۆپكىدە هۆللۈك پەيدا قىلۇر.

نەزلىنىڭ ئالامتى شۇكى، بىراقلا پەيدا بولۇر، يەنە هەرقانداق ئەزادىن ئۆپكىگە قۇيۇلغان بولسا، ئاز - ئازدىن پەيدا بولۇر، ئەگەر ئۆپكىدە پەيدا بولغان بولسا، سوغۇق مىزاجنىڭ ئالامەتلىرى زاهىر بولۇر، قاپاق ۋە يۈزدە ئىششىق پەيدا بولۇر.

داۋالاش

تۇتقاقلىق دەم سقىلىش كېسىلىگە قارىتا داۋالاش تۇققۇز خىل بولۇر، چۈنكى ئۇنىڭ سەۋەبلىرىمۇ توققۇز خىلدۇر. بىرىنچى، ئىككىنچى، ئۈچىنچى خىلى شۇنداق بولىدۇكى، ماددا ئۆپكىنىڭ بېغىشىدا ياكى قىزىل قان تومۇرلاردا ياكى بوشلۇقلىرىدا بولۇر، بۇ ئۈچ خىل كېسەللىكنىڭ ياخشى تەدبىرى شۇكى، ئاۋۋال كېسەللىككە قارىغاي، ئەگەر كېسەللىك نەزلە سەۋەبىدىن بولسا، ئالدى بىلەن نەزلىنى يوقاتقاي، بۇ هەقتە زۇكامنىڭ ئىلاجىدا بايان قىلىندى، ئۇ ماددا كۆكرەك ساهەسىگە قۇيۇلار، ئۇنى سىلىقلىق بىلەن تازىلىغاي، ئەگەر ماددا كۆپ بولسا، ئاۋۋال مۇسهىل بەرگەي، مۇسهىلدا ئىشلىتىدىغان دورىلار ماددىنى لەتىفلەشتۈرەر، بىراق ئۇلار ئىسسىقلىق پەيدا قىلمىغاي، ئەگەر ماددا ئىسسىق بولسا، لەتىفرەك بولۇر، ئۇ ماددىنى تەكشەش ئارقىلىق ئاجىزلار، شۇ يەردە قالغىنى قويۇقراق بولۇپ، يوقىتىش قىيىن بولۇر، گاهىدا ماددا ئىسسىق بولغانلىقتىن ئۆپكىگە يىرىك پەيدا قىلۇر، مەسلىهەت شۇكى، ماددىنى هۆل تۇتقاي، مۆتىدىل دورىلار بىلەن ماددىنى پىشۇرغاي، بۇرۇنقىلار تۇتقاقلىق دەم سقىلىشنىڭ دورىلىرىدا ئىشلەتكەن مەجۇنلەردە ئەپيۇن، ئادەمگىياھ ۋە تۇخۇمنىڭ سېرىقىنى ئىشلەتمىگەن، ئىسپىغۇلنىمۇ يىراق تۇتقان، چۈنكى بۇ دورىلار ماددىنى سىقار ۋە قويۇلدۇرار. ئەگە مەقسەت نەزلە (زۇكام) نى قايتۇرۇش بولسا، بۇ دورىلارنى ئىشلەتسە شىپا بولۇر. باش قايدۇرىدىغان دورىلار زىيان قىلۇر، چۈنكى سۇيۇق ماددىنى پىشۇرار ۋە سرتقا چىقىرار. شۇ سەۋەبتىن قويۇق ماددا قالۇر، ئەگەر ماددا تومۇرلاردا، بولۇپمۇ ئۆپكىنىڭ قىزىل قان تومۇرلىرىدا بولسا ياكى ئۆپكىنىڭ كاۋاكلىرىدا بولسا، ئاۋۋال سول قولنىڭ باسلىق تومۇرىدىن قان ئالغاي، ئاندىن كېيىن يەنە تەدبىر قىلغاي.

ئەگەر بۇ كېسەللىك كىچىك بالىدا بولسا، دورىلارنى ئانىسىنىڭ سۈتىگە قوشۇپ بەرگەي،

ھۆل بەدىياننىڭ سۈينى كىچىك بالىغا سۈتكە قوشۇپ بەرسە شىپا قىلۇر، غىزاسىغا قېرى خورازنىڭ شورپىسىنى بەرگەي، خېمىرى ئېچىتىلغان نان بەرگەي، بەدىيانىنى ئۇنىڭغا قوشۇپ بەرگەي، قۇشقاچ گۆشى ۋە قۇشقاچ شورپىسى، كەكلىك، چىل، توشقان، كېيىك ۋە بۇغا شورپىسى بەرگەي. بولۇپمۇ تۈلكىنىڭ گۆشى ۋە ئۆپكىسىنىڭ شورپىسى، كونا تەرىخ بېلىقى پايدا قىلۇر، ئەگەر ئۇ يەردە كېيىك، بۇغا بولمىسا، تۈزلانغان بېلىقنى ئۇنىڭ ئورنىدا ئىشلەتكەي، كىرپىنىڭ گۆشى ۋە ئۆپكىسى پايدا قىلۇر.

تۈلكىنىڭ ئۆپكىسى ۋە كىرپە ئۆپكىسىنى قۇرۇتۇپ، سوقۇپ، شېكەر قوشۇپ بەرسە، بۇ كېسەللىككە ئاجايىپ پايدا قىلۇر.

تائام يېيىش ۋە سۇ ئىچىشنىڭ ئارىلىقى ئۇزۇن بولغاي، قىسقا بولغاندىمۇ ئىككى سائەتتىن كەم بولمىغاي، بۇنىڭدا ئۇسسۇزلۇق پەيدا قىلۇر، سۇنى ئاز - ئازدىن بېرىپ، ئۇسسۇزلۇقنى بىراقلا قاندۇرمغاي، سۇنىڭ ئورنىدا مائۇلھەسەل بەرسە مۇۋاپىق بولۇر، تائاملاردىن كېيىن يېتىش، كۆپ ئۇخلاش، بولۇپمۇ كۈندۈزدىكى ئۇيقۇ كۆپ زىيان قىلۇر، ئەگەر ئادەم ئاجىز بولسا ياكى ھارغان بولسا، تائام يېگەندىن كېيىن ئۇخلىماسلىققا ئامال قىلالمىسا ئازراق ئۇخلىسا بولىدۇ، تائامنى ھەربىكەتتىن كېيىن يېگەي، ھەربىكەت ئاۋۋال ئاستا، ئاخىرى قاتتىق بولۇشى، كۆپ ۋاقىتلاردا تەبئىتىنى مۇلايىم تۇتۇشى كېرەك، تائامدىن ئىلگىرى تۈزلۇق بېلىق، تۈزلۇقراق كەپتەر شورپىسى يېسە چوڭ تەرەتنى يۇمشىتار.

قېرى خورازنىڭ شورپىسىغا تۇخۇمنىڭ سېرىقىنى سېلىپ قايناتىپ بەرسە، ھەرقانداق چوڭ تەرەتنى يۇمشىتار، ئەگەر بۇنىڭ بىلەنمۇ يۇمشىمسا، تۆت گىرام ئەفتىمۇننى سوقۇپ، 21 گىرام ئۈزۈم شىرنىسى بىلەن قوشۇپ يېگۈزگەي ياكى كاشكاپ شەربىتى ئىچكۈزگەي. ئۇنىڭغا 0.25 گىرام پەرپىيۇن ياكى ئۇنىڭدىن كەمرەك ياكى ئۇنىڭدىن كۆپرەك سېلىپ قايناتىپ، شۇمشا ۋە ئەنجۈر سۈيىگە سېلىپ قايناتىپ، سۈزۈپ ئېلىپ، ئاشۇ سۇ بىلەن مائۇلھەسەلنى قايناتقاي، شۇمشا ۋە قۇرۇق ئۈزۈمنى يامغۇر سۈيىدە قايناتىپ ساقلاپ، تائامدىن ئىلگىرى بەرگەي.

چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىدىغان، ھۆللۈكنى گال ساھەسىدىن ئاسان چىقىرىدىغان قۇرسىنىڭ نۇسخىسى قىچا تۆت گىرام، ئېشەك مەرىسىنىڭ سىقىپ چىقىرىلغان سۈيى ئىككى گىرام، ئەگەر ئېشەك مەرىسىنىڭ سۈيى بولمىسا، ئۇنىڭ ئورنىدا شەھمەنزەلنى ئىشلەتكەي. بۇ دورىلارنى يۇغۇرۇپ سەككىز دانە قۇرس قىلغاي، بىر قېتىملىق ئىستېمال مىقدارى بىر قۇرس بولغاي، بىر كۈن توختاپ بىر كۈن يېگەي، مائۇلھەسەل بىلەن يېگەي. ئەگەر ئۇ

ئادەم شاراب ئىچىشكە ئادەتلەنگەن بولسا، سۈيۇق كونا شارابتىن ئازراق ئىچكەي، بۇ ماددىنى پىشۇرار، كۆكرەك ساھەسى ۋە ئۇنىڭ ئەتراپىنى، چوڭ تومۇرلارنى ياغ سۈركىمەي قۇرۇق قول بىلەن ئۇۋۇلاش ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ.

كۆپۈكى دەريا، توغرىغۇ سۈركەپ ئۇۋۇلاش پايدا قىلۇر، ئەگەر ئۇۋۇلاشتىن ھارسا، ئازراق يەسمەن يېغى، ئاق لەيلى يېغى، يەنە شۇنىڭغا ئوخشاش ياغلارنى سۈركىسە شىپا بولۇر.

ھەرقاچان ھەركىم كۆكرەكنى ئۇۋۇلىماقچى بولسا، ئاۋۋال يۇمشاق ئۇۋۇلاپ، ئاخىرىدا قاتتىق ئۇۋۇلىشى لازىمدۇر.

ئاۋازنى ئاستا كۆچەيتىش تەدرىجىي يۇقىرى چىقىرىش پايدا قىلۇر، ئەمما دورا بېرىشنىڭ تەدبىرىدە ئاۋۋال يەككە دورىلاردىن باشلىغاي، بوزۇغدىن ئىككى گىرام سوقۇپ، تاسقاپ، ھەر ئەتىگىنى 21 گىرام ئۈزۈم شىرنىسى، قاينىق سۇ بىلەن بەرگەي.

سەكبىنەجتىن تۆت گىرام ئېلىپ، ھاجەتكە قاراپ سۇزاپنىڭ سۈيى بىلەن ئىزىپ بەرگەي.

تاغ پىيىزىنى قورۇپ ۋە سوقۇپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ بەرگەي. قەنتەرىيۇننى سۇدا قاينىتىپ، سۈزۈپ، ئۈزۈم شىرنىسى ياكى ھەسەلگە قوشۇپ بەرگەي.

ئەگەر كېسەللىك ماددىسى پاكىز بولسا، يۇيۇلغان قەنتەرىيۇن كەبىر، ئەگەر كېسەللىك ماددىسى كونا بولسا، قەنتەرىيۇن سەغىر ھەر ئىككىسىنى يۇمشاق سوقۇپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ لوئوق قىلىپ ئىشلەتسە ياخشى بولۇر.

سىركەنجۈبىل بۇزۇرى، سىركەنجۈبىل ھەسلى، سىركەنجۈبىل ئەنسلى ئىشلەتسە مۇۋاپىق بولۇر.

قويۇق ماددىنى ئاسانلىق بىلەن تېز چىقىرىش ۋە كۆكرەك ساھەسىنى تازىلاش زۆرۈر، بۇنىڭغا ھەر ۋاقىت يەككە دورىلار كۈپايە قىلمىسا، مۇرەككەپ دورىلارغا تايانغاي، بۇنىڭغا قاينىتىلغان، مەجۇن قىلىنغان ۋە ھەب قىلىنغان دورىلارنى ئىشلىتىش بايان قىلىنغان.

ھەببى غارىقۇننىڭ نۇسخىسى غارىقۇندىن توققۇز گىرام، رۇببىسۇس، تاغ كۈدىسىدىن ئۈچ گىرامدىن، شاھمەنزەل، تۇربۇتتىن 15 گىرامدىن، ئايارەج پەيقىرادىن 12 گىرام ئېلىپ ھەممىسىنى سوقۇپ، ئۈزۈم شىرنىسى بىلەن يۇغۇرۇپ ھەب قىلىپ، ئالتە گىرامدىن توققۇز گىرامغىچە يېگەي. بەزى نۇسخىلاردا ئايارەج پەيقىرا ئورنىدا سەبرە ئىشلىتىش ئېيتىلغان.

يەنە بىر ھەببى غارىقۇننىڭ نۇسخىسى غارىقۇن 13.5 گىرام، شاھمەنزەل 0.75 گىرام، رۇببىسۇس ئۈچ گىرام. بۇلارنىڭ ھەممىسى بىر شەربەت بولىدۇ.

يەنە بىر ھەببى غارىقۇننىڭ نۇسخىسى غارىقۇندىن 1.5 گىرام، شاھمەنزەل،

بەژرەقتىن بىر گىرامدىن، رۇببىسۇس، ئەنجۇر ئۇرۇقى ۋە سەۋسەن يىلتىزىنىڭ ھەرقايسىسىدىن 1.5 گىرامدىن ئېلىپ، ھەممىسى بىر شەربەت بولىدۇ.

يەنە بىر ھەببى غارىقۇنىڭ نۇسخىسى بۇ نۇسخىنى كۆكرەك ساھەسىدە ھارارەت بار كىشىگە ياكى قىزتمىسى بار كىشىگە ئىشلەتكەي. بىنەپشە، رۇببىسۇستىن ئۈچ گىرامدىن، غارىقۇنىدىن 0.75 گىرام، كەتىرادىن 0.25 گىرام ئېلىپ، بۇلارنى ھەب قىلغاي. بىلىش كېرەككى، غارىقۇن ۋە ئەفتىمۇنىڭ بۇ كېسەللىككە مەنپەئەتى ئىنتايىن زوردۇر.

جاۋشىرنىڭ نۇسخىسى 1.5 گىرام جاۋشىرنى بەدىيان سۈيىدە ئېزىپ، 1.5 گىرام شەھمەنزەل بىلەن ھەب قىلىپ، ھەسەل سۈيى بىلەن بەرگەي. جاۋشىر بۇ كېسەللىككە ناھايىتى ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ، لېكىن پەيگە قاتتىق زىيان قىلىدۇ، ئەگەر ئاغرىق كىشىگە جاۋشىر بېرىلگەن بولسا، پەيلىرىگە ياخشى ياغلارنى ئىسىستىپ سۈركىگەي.

يەنە بىر جاۋشىرنىڭ نۇسخىسى شەھمەنزەلدىن بىر گىرام، ئەنجۇر ئۇرۇقىدىن ئۈچ گىرام، ئەفتىمۇندىن 1.5 گىرام ئېلىپ، ھەسەل سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ بەرگەي. بىر نۆۋەت بەرگەندىن كېيىن ئۈچ سائەت سەۋر قىلغاي، ئاندىن كېيىن 63 گىرام ھەسەل سۈيى بىلەن بەرگەي، ھەر ۋاقىت بەدەننى مۇسھىل دورىلىرى بىلەن تازىلىغاي، بولۇپمۇ قەي قىلدۇرۇش پايدا قىلۇر، شۇ كۈنى قەينىڭ تەدبىرىنى قىلغاندا، تۇرۇپ ۋە ئاچچىق بېلىق يېگەي.

ئاق خەربەقنى بىر كېچە - كۈندۈز تۇرۇپ سۈيىگە چىلاپ، ئاندىن خەربەقنى سۈزۈپ ئېلىپ، ئاشۇ تۇربۇتنى تائام بىلەن ياكى تائامسىز يەپ، ئاندىن قەي قىلغاي. قەينىڭ مەنپەئەتى تامام بولۇر، خەربەقنىڭ زىيىنىدىن خاتىرجەم بولغىلى بولۇر.

قىچا، ئاش تۇزىدىن ئۈچ گىرامدىن، توغرىغۇدىن 0.5 گىرام، قىزىل توغرىغۇدىن ئۈچ گىرام ئېلىپ سوقۇپ، 21 گىرام ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ، 105 گىرام ئىسسىق سۇدا ئېزىپ، نەمدەپ بەرگەي، بۇنىڭ بىلەن قەي تامام بولۇر.

ئەگەر قويۇق بولۇشنى خالسا، توغرىغۇنى 105 گىرام مائۇلھەسەل بىلەن بەرگەي.

ئەمما ھەب دورىلار كۆكرەك ساھەسى ۋە نەپەس يوللىرىنى تازىلايدۇ، شۇنىڭ ئۈچۈن بۇ خىلنى تەييارلىغاي.

ئاقىرقارھا، قىزىتىلغان كۈندۈرنى سوقۇپ، ئازراق شېكەر بىلەن قوشۇپ، يۇغۇرۇپ ھەب قىلىپ، ھەمىشە ئېغىزدا ساقلىغاي، ئەگەر لوئوق قىلسىمۇ شىپا بولۇر.

يەنە بىر لوئوقنىڭ نۇسخىسى ئادراسمان ئۇرۇقى، ئاقلانغان كۈنجۈتنىڭ ھەرقايسىسىدىن توققۇز گىرامدىن، قۇرۇق زۇپادىن 21 گىرام ئېلىپ، بىرلەشتۇرۇپ سوقۇپ،

ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە بىر قوشۇقتىن يېگەي.

يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى تۈلكىنىڭ ئۆپكىسىدىن 15 گىرام، تاغ يالپۇزىدىن 12 گىرام، كەرەپشە ئۇرۇقى، سازەج ھىندىنىڭ ھەرقايسىسىدىن 24 گىرامدىن، ھۇماما، پىلپىلىنىڭ ھەرقايسىسىدىن 12 گىرامدىن، كەندىر ئۇرۇقىدىن ئالتە گىرام ئېلىپ ھەممىسىنى سوقۇپ، يەتۈئات[1] لارنىڭ سۈتى بىلەن يۇغۇرۇپ ھەب قىلىپ، كېچىسى ئېغىزىدا ساقلىغاي.

لوئوقى ئەنسلىنىڭ نۇسخىسى ئەنسىل ۋە ھەسەلدىن ئوخشاش مىقداردا ئېلىپ، ھەر ئىككىسىنى تاش قازاندا سۇس ئوتتا قاينىتىپ، ئەنسىلنى پىشۇرۇپ تەييارلىغاي. ئەگەر ھەر ۋاقىت يېمەكچى بولسا، ھەر كۈنى ئەتىگەن تائامدىن ئىلگىرى بىر قوشۇق يېگەي، تائامدىن كېيىن يېسىمۇ شىپا قىلۇر.

يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى تاغ يالپۇزى، سەۋسەن يىلتىزى، پىلپىل، رۇمبەدىيانىنىڭ ھەممىسىنى سوقۇپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرغاي، بۇنى ئىككى قېتىم ئىچكەي.

يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى توغرىغۇدىن 12 گىرام، ئاق پىلپىل، ئەنجۈدان، ئوشەقنىڭ ھەربىرىدىن ئالتە گىرامدىن ئېلىپ، ھەممىسىنى ئۇزۇم شىرنىسى بىلەن يۇغۇرغاي.

يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى قوندۇز قەھرى، يۇمىلاق زىراۋەندە، راتىيانەجنىڭ ھەرقايسىسىدىن تۆت گىرامدىن، پىلپىل، قىزىل چۇغلۇق، ئېشەك مەرىسىنىڭ ھەرقايسىسىدىن ئىككى گىرامدىن ئېلىپ، مائۇلھەسەلنى ئىسسىتىپ يۇغۇرغاي.

يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى قىچا، توغرىغۇ، يالپۇز، ئېشەك مەرىسىنىڭ سىقىلغان سۈيىدىن ئالتە گىرامدىن ئېلىپ، بۇلارنىڭ ھەممىسىنى سوقۇپ، ئەنسىل سىركىسى بىلەن يۇغۇرغاي.

ئىككىنچى خىلنىڭ ئىلاجىنى مۇنداق قىلغاي:

ئەگەر ھارارىتى بولسا، بۇ دورىلارنىڭ ھەممىسىنى سىركەنجۈبىل ھەسىلى بىلەن بەرگەي.

شام زەنجۈبىلىنىڭ سۈيى پايدا قىلۇر.

بۇ كېسەللىكتە بۇ دورىلارنى كۈچلۈكرەك ئىشلىتىشكە ئېھتىياج چۈشىدۇ.

زەرنىخنى راتىيانەج بىلەن ھەب قىلغاي ياكى ئازراق زەرنىخنى ھەسەل سۈيى بىلەن بەرگەي ياكى چالا پىشۇرغان تۇخۇم سېرىقى بىلەن بەرگەي.

---

① يەتۈئات — سىقىپ سۈتى چىقىرىلىپ ئىشلىتىلىدىغان زەھەرلىك يەككە دورىلارنىڭ ئومۇمىي نامى، مەسىلەن: ئەنجۇر دەرىخىنىڭ سۈتى قاتارلىقلار.

ئەگەر مۆتىدىل دورىنى خالىسا، كېرمان زىرىسىنى سوقۇپ، سىركە بىلەن قوشۇپ بەرگەي.

ئەگەر نەپەس تۇتۇلسا ۋە بوغما بولسا، توغرىغۇ، ئادراسمان ئۇرۇقىدىن 12 گىرامدىن ئېلىپ، 105 گىرام ھەسەل بىلەن دەرھال بەرگەي.

بۇ كېسەللىككە پايدا قىلىدىغان دورىلار كىبىرىت، زەرنىخنىڭ ھەر ئىككىسىنى سوقۇپ، بۆرەك يېغىدا يۇغۇرۇپ قۇرس قىلىپ، گالدا تۇرغۇزغاي، ئۇنى كۆيدۈرۈپ ئېغىزنى تۇتۇنگە تۇتقاي.

يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى مۇرمەككى، سەلىخە، زەپەر، يۇمىلاق زىراۋەندىنى ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ، مەقئەتنى ئىسرىقلسا پايدا قىلۇر.

يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى ھۆل مىئەسائىلە، تاغ رەيھىنى، سەبرىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، ئىلگىرىكى دورىلاردەك ئارىلاشتۇرۇپ مەقئەتنى ئىسرىقلىغاي.

يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى زەرنىخ، ئۇزۇنچاق زىراۋەندىنى سوقۇپ، كالىنىڭ چاۋا يېغى بىلەن كۆيدۈرۈپ ئىسرىقلىغاي. ئۇدا ئون كۈن، ھەر كۈنى ئىككى قېتىم ئىسرىقلىغاي.

ئۇچىنچى خىلى مۇنداق بولۇر: بەزى ئەھۋالدا ئىششىق بولسا شۇ سەۋەبتىن كېڭىيىدىغان ھەربىر كەتنىڭ ئورنى تارىيار، بۇ خىل كېسەللىكنىڭ ئالامتى شۇكى، ھەممە ئەزالار ئاغرار، شۇ ئەزانىڭ ئاغرىقىدىن كېيىن نەپەس قىسىلار، ئاشۇ ئەزانىڭ ئىششىغانلىقىنىڭ ئالامتى زاھىر بولۇر، بۇنىڭ ئىلاجىنى ئاشۇ ئەزانىڭ ئىلاجىنى قىلىش بىلەن تاماملىغاي.

تۆتىنچى خىلىدا كۆكرەك بوشلۇقىغا كۆپلەپ ماددا قۇيۇلار، ئۇنىڭ ئالامەتلىرى بايان قىلىندى، ئۇنىڭ ئىلاجى ئىستىسقانىڭ ئىلاجى بىلەن بولۇر.

بەشىنچى خىلىدا ئۆپكىدە تۇتەك[1]نىڭ بۇخاراتى ئىنتايىن كۆپ بولۇر، ئۇنىڭ ئالامتى شۇكى، تەشنالىقى ئاشار، سوغۇق ھاۋادىن راھەت تاپار، كەينى - كەينىدىن تېز نەپەس ئالۇر، كۆكرەك ساھەسى ئېغىرلىشار، ئۇنىڭ ئىلاجىنى مۇنداق قىلغاي:

ئەگەر مەنئى قىلىنمىغان بولسا، ئاۋۋال سول قولنىڭ تومۇرىدىن قان ئالغاي. ئالما شارابى، سوغۇق مۇپەررىھاتلار ۋە سوغۇق خۇشبۇي مېۋە يېگەي ھەم پۇرىغاي. ھەر قاچان ئالما، بېھى، خىتاي ئامۇتى يېگەي، بىنەپشە، نىلۇپەر، قىزىلگۈل، گۈلاب، سەندەل، كافۇرلارنى پۇرىغاي، كۆكرەك ساھەسىگە تاڭغاي.

① تۇتەك — ئەسلىي مەنبەدە «دوخانى» دېيىلگەن بولۇپ، «دوخانى» تەبىئەتتىكى بۇلغانغان ھاۋا، يەنى CO_2 (كاربون تۆت ئوكسىد) نى كۆرسىتىدۇ.

ئەگەر مۇسھىل ئىشلىتىش ھاجەت بولسا، سىرىنقسۇ، ئايارەج پەيقىرا، مۇسھىل بەرگەي. قول - پۇتنى ئۇۋۇلغاي، ئىسسىق سۇغا چىلاپ يۇغاي.

بۇنىڭ ياخشى ئىلاجى شۇكى، ھۆل، سوغۇق ھاۋالىق جايلاردا تۇرغۇزغاي، ئەگەر بۇنداق ھاۋالىق جاي تېپىلمىسا، ئۆينى سوغۇق ۋە خۇشبۇي قىلىپ تەييارلغاي.

ئالتىنچى، قويۇق يەل نەپەسلىنىش يوللىرىغا تۇرۇپ قالغان بولۇر، ئۇنىڭ ئالامىتى شۇكى، كۆكرەك ساھەسى ئېغىر بولۇر، يەللىك تاتىملارنى زىيادە يېگەن بولۇر.

بۇنىڭ ئىلاجىنى مۇنداق قىلغاي: ئاۋۋال يەلنى پەسەيتكەي، ئاۋۋالقى خىلىنىڭ تەدبىرلىرىدە ئېيتىلغان تەدبىر بىلەن توسالغۇلارنى ئاچقاي، بەدىيان سۇيى، بەدىيان، ئايارەج پەيقىرا، ئادراسمان ئۇرۇقىنى بۇ خىل كېسەللىككە تەدبىر قىلىشتا ئىشلەتسە ئىنتايىن مەنپەئەت قىلۇر.

سۇزاپ يېغى بىلەن ئۇۋۇلغاي.

سىرىنقچېچەك، مەرزەنجۇش، بابۇنە بىلەن كۆكرەك ساھەسىگە ۋە يانلىرىغا زىمات قىلغاي.

مەجۇنلەردىن سەنجىرىنا ۋە نامازشامگۈلى ئۇرۇقى ۋە قوفى ناھايىتى ياخشى مەنپەئەت قىلۇر.

سەكبىنەج ۋە جاۋشىردىن قىلىنغان ھەبلەر (ئاۋۋالقى خىلىنىڭ ئىلاجىنى قىلىشتا بايان قىلىندى) نى ئىشلەتسە پايدا قىلۇر، بولۇپمۇ سۇزاپ سۇيى ۋە سەكبىنەج مەنپەئەت قىلۇر.

يەتتىنچى، بۇ خىلدا قۇرۇقلۇق غالىب بولۇر، بۇ سەۋەبتىن ئۆپكىنىڭ بوشلۇقلىرى قورۇلار، شۇڭا كېڭىيىش ھەرىكىتىگە ماسلىشالماس، بۇنىڭ ئالامىتى شۇكى، قۇرۇقلۇقنىڭ سەۋەبلىرى ئىلگىرىكىدىن بولغان بولۇر، قۇرۇقلۇقنىڭ ئالامىتى ئۇسسۇزلۇق ۋە ئۇنىڭدىن باشقا نەرسىلەردە زاھىر بولۇر، بۇنىڭ ئىلاجىنى مۇنداق قىلغاي:

ھۆللۈكنى ئەسلىگە كەلتۈرۈش تەدبىرلىرىنى قىلغاي، ئېشەك سۈتى، ئۆچكە سۈتىنى ئەمچەكتىن ئىسسىق ۋاقتىدا دەرھال سېغىپ ئىچكۈزگەي. يەنى يۇقىرىقى پەسىلدە كۆكرەك پەردىسى چاپلىشىپ قېلىشنىڭ ئىلاجىنى قىلىشتا بايان قىلىنغان دورىلارنى ئىشلەتكەي.

سەككىزىنچى، سوغۇق شامالدىن، سوغۇق تاتىمدىن، سوغۇق شاراب ۋە شەربەتلەردىن، سوغۇق دورىلاردىن نەپەس ئېلىش ئەزالىرىغا سوغۇق تېگەر، بۇ خىل كېسەللىكنىڭ ئالامەتلىرى شۇ سەۋەبلەردىن بولۇر. بۇنىڭ ئىلاجى مۇنداق:

ئىسسىق ياغ سۇركەش بىلەن بىرگە قاينىتىقان شۇمشا، قۇرۇق ئۈزۈم، ھەرقانداق ئالامەت بولسا، ئاۋۋالقى خىلىنىڭ ئىلاجىنى قىلىشقا پايدىلىق بولغان دورىلارنى ئىشلەتكەي.

ھېللە قاينىتىلمىسىنىڭ نۇسخىسى يۇيۇلغان شۇمشا، ئۇرۇقى ئېلىۋېتىلگەن قۇرۇق

ئۇزۇمنىڭ ھەرقايسىسىدىن 90 گىرامدىن ئېلىپ، بۇنىڭغا بىر كوزا يامغۇر سۈيىنى قۇيۇپ قاينىتىپ سۈزگەي. ھەر كۈنى ئەتىگەندە 120 گىرام ئىسسىتىپ ئىچكەي، يەنە مۇشۇ ئۇسۇلدا ئەنجۈر بىلەن شۇمشىنى قوشۇپ قاينىتىپ ۋە سۈزۈپ، ھەسەل قوشۇپ قىيام قىلىپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە بىر قوشۇق يېگەي.

توققۇزىنچى، ئىسسىقتىن بولغان ئاغرىقنىڭ بوھرانىغا يېقىن ئالامەت زاھىر بولۇر، بۇ خىلنىڭ ئىلاجىغا شۇ خىل ئاغرىقنىڭ ئىلاجىنى قىلسا بولۇر، بۇنىڭ خاس ئىلاجىنى قىلماسلىق لازىمدۇر.

تۆتىنچى باب يۆتەلنىڭ تۈرلىرى ۋە سەۋەبلىرى توغرىسىدا

يۆتەل ئۆپكىنىڭ ھەرىكىتى، نەپەس ئېلىش بولسا ئۆپكىگە شېرىك ئەزانىڭ ھەرىكىتىدىن ئىبارەتتۇر. بۇ ھەرىكەت شۇنداق ھەرىكەتكى، تەبىئەت ئاغرىقنى ئۆزىدىن چىقىرىپ تاشلار، چۈشكۈرۈش دىماغنىڭ ھەرىكىتى بولۇپ، ئادەم تەبىئىتى ئۇ ھەرىكەت بىلەن ئاغرىقنى ئورنىدىن چىقىرىپ تاشلار، چۈشكۈرۈش مېڭە ھەرىكىتى بولۇپ، ئۇ يۆتەلنىڭ ئاغرىقنى چىقىرىپ تاشلار، ئۆپكىمۇ شۇنداق قىلۇر.

يۆتەلنىڭ سەۋەبلىرى ئۈچ خىل بولۇر.

بىرىنچى، ئىسسىقتىن بولغان ماددىسىز مىزاج بۇزۇلۇش ياكى ئىسسىقتىن بولغان ماددىلىق مىزاج بۇزۇلۇشنىڭ تۈرىدىن پەيدا بولۇر. ئىككىنچى، ئىششىق بىلەن ماددىسىز مىزاج بۇزۇلۇش تۈرىدىندۇر، بۇ ئىككىسىنىڭ ئارىسىدىكى پەرق شۇكى، ئىششىقنىڭ ماددىسى ئەزالار بۆلەكلىرىنىڭ ئارىسىدا بۇزۇلۇپ ئورۇن تۇتار، ئەزانىڭ بۆلەكلىرىنى بىر يەرگە يىغار، بۇ سەۋەبتىن پەيدا بولغان ئىششىقنى پۈتۈنلۈكىنىڭ بۇزۇلۇشى دەيدۇ. ماددىسىز مىزاج بۇزۇلۇشى بۇنىڭ ئەكسىچە بولۇر. ئۈچىنچى، بىر زىيانلىق ماددا، يەنى تەبىئىتى بولمىغان ماددا نەپەس ئېلىش ئەزالىرىدا پەيدا بولۇر، مەسىلەن: سوغۇق شامال، تۇتۇن، چاڭ - توزان، ئاچچىق ياكى ئۆتكۈر تائام يېگەن ياكى تائام يېگەندە بىخەستەلىكتىن تائام كانايغا كېتىشتىن، تائام يېگەندە سۆزلىسە تائام ئۆز ئورنىغا ماڭماي، گالغا تۇرۇپ قېلىپ، گال ساھەسىنى يىرتار.

يۆتەل نەپەس ھەرىكىتى ھېسابلىنار، كۆپ ھاللاردا بۇ ئەزالار سالامەت بولۇر، بەدەننىڭ

هەممە ئەزالىرنغا ياكى بەدەننىڭ بىرەر ئەزاسىغا شېرىك بولغانلىقتىن يۆتەل پەيدا بولۇر.

ئاشقازان، قىزىلئۆڭگەچ، جىگەر ۋە تال كۆكرەككە شېرىك بولغانلىقتىن يۆتەل پەيدا بولۇر، ئەمما شۇ يۆتەل بەدەننىڭ هەممە ئەزالىرىنىڭ شېرىكچىلىكىدىن پەيدا بولۇر، بۇ قىزىتما بىلەن زاهىر بولۇر، ئۇ باشقا ئەزالارنىڭ شېرىكچىلىكى بىلەن ماددىسىز مىزاج بۇزۇلۇشىنىڭ خىللىرىدىن بولمىغان خىللاردىن زاهىر بولۇر، قانداق بولىدىغانلىقىنى ئەمدى بايان قىلىمىز.

بىلىش كېرەككى، هەر ۋاقىت ئۆپكىنىڭ بىغىدا ياكى پۈۋەكچىلىرىدە ماددىسىز مىزاج بۇزۇلۇش، ئىسسىق ياكى سوغۇق ياكى قۇرۇقلۇق پەيدا بولسا، كېڭىيىش هەرىكىتى ئۆزىگە تارتىدىغان هاۋا ئۆپكىنىڭ ئەزالىرىغا ياقماي قالۇر، تەبىئىتىنىڭ قۇۋۋىتى ئاشۇ ياقمىغان هاۋانىڭ تەسىرىنى چىقىرىپ تاشلاش ئۈچۈن، ئاشۇ هاۋانىڭ ئالدىغا توسالغۇ بولۇپ كېلۇر، ئۇ هاۋادىن ئاز مىقدارىدا نەپەس ئېلىپ سۇندۇرۇپ ياندۇرار، شۇنىڭ بىلەن تۈتۈن، چاڭ - توزان ئۇنىڭغا توسالغۇ بولۇر ۋە شۇنى چىقىرىپ تاشلاش ئۈچۈن يۆتەل پەيدا بولۇر.

هەر ۋاقىت ئۆپكە ئىششىسا ياكى ماددا باشتىن ئۆپكىگە قۇيۇلسا، نەپەس ئالدىغان يول تارىيىپ قالۇر، سۈمۈرۈلگەن هاۋا ئۇ يەردە ئورۇن تاپالماس، بۇ سەۋەبتىن ئۆپكىنىڭ بۆلەكلىرىدە پەيدا بولۇر، كېڭىيەر ۋە كىسەللىك پەيدا بولۇر، تەبىئىتىنىڭ قۇۋۋىتى ئۇنى چىقىرىپ تاشلاش بىلەن مەشغۇل بولۇر، ئىچىگە كىرگەن هاۋا قۇرۇق يۆتەل پەيدا قىلۇر.

ئەگەر هاۋا كېكىردەكنىڭ بىغىشىغا ئۇرۇلسا، بۇ خۇددى تامنىڭ يۈزىگە بىر نەرسە چۈشكەنگە ئوخشار، نەپەس ئالدىغان يوللار ۋە ئۆپكىنىڭ ئىچى تولمىغۇچە ماددا ئۇنىڭغا سۈۋالغان بىلەنمۇ يۆتەل پەيدا بولماس، كېكىردەكنىڭ ئىچىگە ماددا قۇيۇلسمۇ يۆتەل پەيدا بولۇر، هەرقاچان جىگەر ئىسسىق بولسا، جىگەردە يېڭىدىن پەيدا بولىدىغان قانمۇ ئىسسىق بولۇر، ئۆپكىنىڭ جىگەردىن ئالدىغان ئوزۇقلۇقمۇ ناهايىتى ئىسسىق بولۇر، ئۆپكىگە ئىسسىقلىق پەيدا بولۇر هەم بۇ قاندىن ئۆپكىدە مۇدۇرلار پەيدا بولۇر، بۇ قاندىن چوڭ يېرىڭلىق ئىششىق پەيدا قىلۇر، بۇ يۆتەل بەلغەمسىز بولۇر، يەنى ئاشۇ يۆتەل بىلەن هۆل نەرسە چىقماس، گاهىدا ئۆپكىدە ئىسسىقلىقتىن ماددىسىز مىزاج بۇزۇلۇش پەيدا بولۇر. جىگەردىن ئۆپكىگە ئوزۇق ئۈچۈن يەتكەن قان تەبىئىتى بولۇر، لېكىن ماددىسىز مىزاق بۇزۇلۇشنىڭ سەۋەبىدىن، ئۇ ئۆپكە نېپىز پەردىسى كېڭىيەر ۋە يىرتىلار، شۇ سەۋەبتىن ئۆپكىنىڭ بۆلەكلىرىدە يىغلىپ قېلىش پەيدا بولۇر، كېرىلەر، ئۇنىڭ ئاغرىق ئالامتى مەلۇم بولۇر، ئادەم تەبىئىتىنىڭ قۇۋۋىتى ئۇنى چىقىرىپ تاشلاشقا هەرىكەت قىلىپ قوزغىلىپ، يۆتەل پەيدا قىلۇر، ئەمما جىگەرنىڭ ۋە باشقا ئەزالارنىڭ ئىششىشى سەۋەبىدىن يۆتەل پەيدا بولۇر، ئەگەر بۇ يۆتەلدىكى ئىمتىلا جىگەردە ياكى كېرىگەتنىڭ

بېشىدا ئىششىقنىڭ ئۈستىدە زاھىر بولسا، جىگەرنىڭ بېغى تۆۋەنگە تارتىلار، بەدەننىڭ ھەممە يەردىلىرى بىر - بىرىگە چاپلاشقاق ۋە تۇتاش بولغانلىقى ئۈچۈن ئۆپكە پۈۋەكچىلىرىنىڭ يەردىسىمۇ تارتىلار، ئۆپكىدە ئاغرىق پەيدا بولۇر، نەپەس ئالدىغان يوللار پۈۋەكچىلىرىنىڭ تۆۋەنگە تارتىلغانلىق سەۋەبىدىن تاريار، تەبئىتىنىڭ قۇۋۋىتى ئاغرىقنى چىقىرىپ تاشلاش ھەم ھاۋانىڭ زەخمىسىنى چىقىرىپ تاشلاش ئۈچۈن ھەركەتلىنىپ، يۆتەل پەيدا قىلۇر، بۇ يۆتەل قۇرۇق بولۇر، ئاغرىق ۋە يىغىلىپ قېلىش بىلەن بولۇر، بۇ ماددىسىز مىزاج بۇزۇلۇشنىڭ سەۋەبىدىن بولغان بولۇر.

ھەقىقىي يۆتەل ئالتە خىل بولۇر. بىرىنچى، ئىسسىقلىقتىن ۋە ماددىسىز مىزاج بۇزۇلۇشنىڭ سەۋەبىدىن بولۇر؛ ئىككىنچى، سوغۇقلۇقتىن ۋە ماددىسىز مىزاج بۇزۇلۇشنىڭ سەۋەبىدىن بولۇر؛ ئۈچىنچى، ئۇ يۆتەل ئىسسىق ماددىلىق مىزاج بۇزۇلۇشنىڭ سەۋەبىدىن بولۇر؛ تۆتىنچى، ئۇ يۆتەل سوغۇق تەبئەتلىك ماددىلىق مىزاج بۇزۇلۇشنىڭ سەۋەبىدىن بولۇر، بۇ ئىككى خىلنى ھۆل يۆتەل دەپ ئاتار؛ بەشىنچى، نەپەس ئېلىش ئەزالىرىدا جاراھەت بولغانلىقى ۋە ئىششىغانلىقى سەۋەبىدىن بولۇر؛ ئالتىنچى، ئۆپكىدە مۇدۇر پەيدا بولغانلىقى سەۋەبىدىن پەيدا بولۇر.

بۇلار بايان قىلىندى، باشقا يۆتەللەرگە ئەگىشىپ كېلىپ، يەنە بىر كېسەللىكە سەۋەبچى بولۇر.

بەشىنچى باب ماددىسىز ئىسسىقتىن مىزاج بۇزۇلۇش سەۋەبىدىن بولغان قۇرۇق يۆتەل توغرىسىدا

ئۇزاق ۋاقىت ئىسسىق ھاۋادا كۆپ ئولتۇرغان بولسا ۋە ئىسسىق تەبئەتلىك تائام يېگەن، شارابلارنى ئىچكەن بولسا، ئىسسىق تەبئەتلىك دورا ۋە ئىسسىق تەبئەتلىك ئەتىر پۇرىغان بولسا، ماددىسىز مىزاج بۇزۇلۇش پەيدا قىلۇر، خۇسۇسەن مېڭىگە نەپەس ئېلىش ئەزالىرىغا بۇ ئالامەت مۇناسىۋەتلەر: دائىم ئۇسساش، كېكىردەك ۋە گال ساھەسى قۇرۇش، قۇرۇق يۆتەل تۇتۇش، مەيدىدە ھېچ ئېغىرلىق بولماسلىق، ئاپتاپنىڭ، مۇنچىنىڭ ۋە ئوتنىڭ ھارارىتىدىن زىيان پەيدا بولۇش، سوغۇق ھاۋادىن، سوغۇق تەبئەتلىك شەربەتتىن راھەت ئېلىش. ئۆپكە ياكى ئاشقازاندىكى قۇرۇق ئىسسىق مىزاج بۇزۇلۇشنىڭ پەرقى شۇكى، ئۆپكىدىكى قۇرۇق ئىسسىقتىن مىزاج بۇزۇلۇشقا مۇپتىلا بولغان كىشى سوغۇق سۇ ئىچكەندىن ۋە سوغۇق ھاۋادىن كۆپرەك

راھەت تاپار.

ئاشقازاندىكى قۇرۇق ئىسسىقتىن مىزاج بۇزۇلۇشقا گىرىپتار بولغان كىشى سوغۇق ھاۋاغا قارىغاندا سوغۇق سۇ ئىچكەندە كۆپرەك راھەت تاپۇر ۋە يۆتەلسىز بولۇر.

داۋالاش

ئەتىگەن ۋە كەچتە سوغۇق تەبىئەتلىك شەربەت ئىچكەي. ھەرقاچان بىنەپشە شارابى، نىلۇپەر شارابى، ئىسپىغۇل شىرنىسى، شەربىتى خەشخاش، سەرپىستانىنى كاشكاپ بىلەن قاينىتىپ ئاخشىمى ئىچكەي.

سەندەل، گۈلاب، بېدە سۇيى، سېمىزئوت بەرگىنىڭ سۇيى، بىنەپشە سۇيى، نىلۇپەر سۇيىنى كۆكرەك ساھەسىگە سۈركىگەي.

سەندەل، كافۇر، بارىتەڭنى سوغۇق قىلىپ بەرگەي ۋە پۇراتقاي، بىنەپشە، نىلۇپەر پۇرىغاي، نىلۇپەر يېغى، مومنى ياغ قىلىپ، ئۇنىڭغا سىلىپ كۆكرەك ساھەسىگە سۈركىگەي.

بىنەپشە، نىلۇپەر، سۆگەت يوپۇرمىقى، ھۆل قاپاقنىڭ مېغىزىنى زىمات قىلىپ، كۆكرەك ساھەسىگە قويغاي.

چىلان، سەرپىستان سىلىپ قاينىتىلغان كاشكاپ بىلەن ھۆقنە قىلغاي، بىنەپشە يېغى ئىشلەتسە قاتتىق مەنپەئەت قىلۇر.

لوئوق دورىنىڭ نۇسخىسى ئىسپىغۇل شىرنىسى، تاتلىق بېھى ئۇرۇقنىڭ شىرنىسى، ئاق لەيلى ئۇرۇقنىڭ شىرنىسى، تاتلىق ئانارنىڭ سۇيى، بارىتەڭ سۇيى، قاپاق سۇيى، سېمىزئوت بەرگىنىڭ سۇيى، شېكەر سۇيىنىڭ ھەرقايسىسىدىن 60 گىرام، شۇمشما، كەتىرا، تاتلىق بادامنىڭ ئاقلانغان مېغىزى، سېمىزئوت بەرگىنىڭ سۇيى ۋە شېكەرنىڭ ھەرقايسىسىدىن 105 گىرام، كۆكنار ئۇرۇقىدىن 30 گىرام، شېكەر، ناۋاتتىن 300 گىرامدىن ئىلىپ چالا سوقۇپ، يۇمشاق سوقىدىغانىنى يۇمشاق سوقۇپ ئارىلاشتۇرۇپ، بۇ سۇلارغا سىلىپ قاياناتقاي، سۇنىڭ يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، ئاندىن ئاز ـ ئاز بىر سائەت شۇمگەي.

يەنە بىر لوئوق دورىنىڭ نۇسخىسى ئىككى ھەسسە كەتىرانى چالا سوقۇپ، بىر ھەسسە بادام مېغىزى، ئىككى ھەسسە كەتىرانى جۇلاپقا چىلاپ نەمدەپ، شۇنىڭ بىلەن ئېزىپ، ھەر سائەتتە ئاز ـ ئازدىن شۇمگەي.

يەنە بىر لوئوق دورىنىڭ نۇسخىسى چالا سوقۇلغان كەتىرادىن بىر ھەسسە،

بادامنىڭ ئاقلانغان مېغىزىدىن ئىككى ھەسسە ئېلىپ، كەتىرانى جۇلاپقا چىلغاي، شۇنىڭ بىلەن ئەزگەي، بادامنىڭ مېغىزىنى شۇنىڭ بىلەن يۇغۇرغاي، لوئوق دورىنى قىيامغا كەلتۈرگەي، ئەگەر تاتلىقراق بولۇشنى خالسا، ناھايىتى يۇمشاق سوقۇلغان شېكەرنى سېلىپ يۇغۇرغاي. ھەر سائەتتە ئاز - ئازدىن يالاپ يېگەي.

يالاپ يەيدىغان دورىنىڭ نۇسخىسى سېمىزئوت ئۇرۇقى ۋە سەمغى ئەرەبى، كەتىرا، تاتلىق بادامنىڭ مېغىزى، تاتلىق قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى، بارىتەڭ ئۇرۇقىنىڭ ھەممىسىنى تەڭ مىقداردا ئېلىپ، تازىلانغان تەرەنجىبىننى ھەممە دورىلار بىلەن تەڭ ئېلىپ ھەب قىلغاي.

كۆپ ئىشلىتىلىدىغان دورا بېھى ئۇرۇقىنىڭ سۇيى بىلەن ياكى ئىسپىغۇل لوئابى بىلەن دائىم بۇ ھەبلەردىن بىر ھەب تەييارلاپ ئېغىزدا ساقلىغاي. ئەگەر ئاشقازان بوشلۇقى ھارارىتى ئۆز ھالىدا بولسا، ئۇزاققا سوزۇلسا، بەتەم دەرىخىنىڭ يېلىمى، بېھى يېلىمىدىن 300 گىرامنى سۇدا، 300 گىرام جۇلاپتا، 300 گىرام ئىسپىغۇل سۇيى بىلەن قاينىتاقاي. بۇ ھەسەلدەك قىيامغا كەلگەي، بۇنى 150 گىرام بادام يېغى قۇيۇپ سۇركىگەي، ئۇ بەدەنگە سىڭگەي، بۇلارنى ھەمىشە شۇمگەي.

سەرپىستاننى دانە - دانە قىلىپ، ئېغىزغا سېلىپ شۇمگەي.

ئەگەر سەرپىستاننى قاينىتىپ سۇيىنى تىندۇرۇپ، شېكەر سېلىپ قىيامغا كەلتۈرسە ياخشى بولۇر، كۆپ مەنپەئەت قىلۇر.

ئالتىنچى باب ماددىسىز سوغۇقتىن مىزاج بۇزۇلۇشتىن بولغان قۇرۇق يۆتەل توغرىسىدا

بۇنىڭ سەۋەبلىرى ئىسسىقتىن مىزاج بۇزۇلۇشنىڭ سەۋەبلىرىنىڭ ئەكسىچە بولۇر، سوغۇق مىزاجنىڭ ئالامەتلىرى زاھىر بولسا، بۇنىڭدا ئاۋۋال شارائىلارنى توختاتقاي.

داۋالاش

مىزاج بۇزۇلۇشتىن بولغان يۆتەلنىڭ سەۋەبى سوغۇق ھاۋا تەگكەندىن بولسا، نەپەس ئېلىش ئەزالىرى ياكى مۇنداق تەسىرلەرنىڭ سەۋەبى نەپەسنى ئىچىگە تارتىپ تۇتۇپ تۇرۇشتۇر، بۇ ئۆپكىنى قىزىتار، سوغۇق مىزاج بۇزۇلۇشنى يوقىتار، ئەگەر كېسەللىك كونىرىغان بولسا،

مۇرسافى، ھۆل مىئەسائىلەنى ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ، ئاز - ئازدىن ئىغىزدا ساقلىغاي، ئۈچ گىرام سەكبىنەجنى بىلسان يېغى بىلەن يۇغۇرۇپ بەرگەي.

مەنپىەئەتلىك لوئوق دورىنىڭ نۇسخىسى ئادراسمان ئۇرۇقى، زىغىر ئۇرۇقى شىرنىسىنىڭ ھەرقايىسىدىن 150 گىرام، ھەسەلدىن 300 گىرام ئېلىپ، قىيامغا كەلتۈرگەي.

تاتلىق ئانار سۈيىدىن بىر ھەسسە، ناۋاتتىن بىر ھەسسە ئېلىپ، دورىلارنى قازاندا قاينىتىپ قىيامغا كەلتۈرگەي.

زۇپا شارابىنىڭ نۇسخىسى باغ ئەنجۈرى 45 گىرام، ئۇرۇقىدىن ئاجرىتىلغان قۇرۇق ئۈزۈم 20 دانە، پوستى ئاقلانغان چۈچۈكبۇيا يىلتىزى 30 گىرام، سىيادان 15 گىرام، قۇرۇق زۇپا توققۇز گىرام، سەۋسەن يىلتىزى ئالتە گىرام. بۇلارنىڭ ھەممىسىنى قاينىتىپ، سۈزۈپ قىيامغا كەلتۈرگەي، بۇ شارابنى مەسرۇدىتۇس ياكى سەنجىرىنا بىلەن بەرگەي.

مەيدىسىنى سەۋسەن يېغى، نەرگىس يېغى، خەيرى يېغى، يەسمەن يېغى ۋە سىرىق موم بىلەن ئۈۋۈلغاي.

يەنە بىر زۇپا شارابىنىڭ نۇسخىسى كونا شاراب 600 گىرام، تاغ كەرەپشىسى ئالتە گىرام، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى، قۇرۇق زۇپا توققۇز گىرامدىن، پىرسىياۋشان 15 گىرام، ئىلكۈل ئەنبات ئۈچ گىرام، ئۇرۇقىدىن ئاجرىتىلغان قۇرۇق ئۈزۈم 21 گىرام. بۇنى شارابقا سېلىپ قاينىتىپ سۈزۈپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە 15 گىرام ياكى 0.5 گىرام مەستەكى يېغى بىلەن بەرگەي.

تائامغا كېپەك سۈيى، ھەسەل، ناۋات بىلەن پىشۇرغان بۇغداي ئۇمچى بەرگەي، يەنە شۇمشا، كېپەك سۈيى، خورما، ئەنجۈر سالغاي، تائامنى پىستە يېغى، چىلغوزا يېغى بىلەن تەييارلىغاي.

يەتتىنچى باب ئىسسىقتىن مىزاج بۇزۇلۇشتىن بولغان ھۆل يۆتەل توغرىسىدا

بۇنىڭ سەۋەبلىرى زۇكام ۋە نەزلىدىن ئىبارەتتۇر. بۇنىڭ ئالامەتلىرى ئۇسساش، گال ساھەسى قۇرۇش، ئېغىر يۆتەل بىلەن بەلغەم چىقىشتىن ئىبارەتتۇر، گاھىدا قىزىتما نۆۋىتى ھەر خىل كېلۇر.

داۋالاش

ئاۋۋال ماددىنىڭ سۇيۇق ياكى قويۇقلۇقىغا قاراپ، ئەگەر سۇيۇق بولسا ھەر كۈنى ئەتىگەندە قويۇلدۇرىدىغان مۇناسىپ دورا بەرگەي، چاشكا ۋاقتىدا كاشكاپقا سەرپىستان ۋە چىلان سېلىپ قاينىتىپ بەرگەي، ئاخشىمى ئىسپىغۇل شىرنىسى بەرگەي، چۈشكۈرتكەي، يەنى بۇ بۆلەكنىڭ بەشىنچى بابىدا ئېيتىلغان لوئوقى كەتىرانى بەرگەي.

دىياقۇزانىڭ نۇسخىسى بۇ دورا زۇكام ۋە نەزلىنىڭ ئىلاجىدا بايان قىلىندى، ئەگەر يۆتەل كېچىدە بولسا ھەببى سۇئالنى كېچىدە ئېغىزىدا ساقلىغاي.

ھەببى سۇئالنىڭ نۇسخىسى نىشاستە، كەتىرا، رۇببىسۇس، سەۋسەننىڭ ھەرقايسىسىدىن 15 گىرام، ئەپيۇندىن 1.5 گىرام (بەزى نۇسخىلاردا 0.25 گىرام قوشقان) قوشۇپ ھەب قىلغاي.

لوئوقى ئىسپىغۇل بىلەن ياكى لوئوقى بىھدانە دورىسى بىلەن (بەزى نۇسخىلاردا ئەپيۇن ئىشلىتىلمىگەن ئىكەن)، لېكىن يۇغۇرۇشتا كۆكنار بەرگىنىڭ سۈيى بىلەن يۇغۇرۇش بۇيرۇلغان ئىكەن، كۆكنار بەرگىنى سۈيى بىلەن يۇغۇرسىمۇ دۇرۇس بولۇر.

كۆكنارنى ئۇرۇقى ئېلىۋېتىلگەن قۇرۇق ئۇزۇم بىلەن سوقۇپ بەرسە مەنپەئەت قىلۇر.

ئىبنى ماسۇيە نۇسخىسىدىكى ھەب ئاق كۆكنارنىڭ ئۇرۇقى 60 گىرام، قارا كۆكنارنىڭ ئۇرۇقى 30 گىرام، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، كەتىرا، سەمغى ئەرەبى، تەرخەمەك ئۇرۇقىنىڭ مېغىزى، بېھى ئۇرۇقىنىڭ مېغىزى ھەرقايسىسىدىن 15 گىرامدىن، ئاقلانغان چۈچۈكبۇيا يىلتىزى 60 گىرام، ئىسپىغۇل 15 گىرام. دورىلارنىڭ ھەممىسىنى يانجىغاي، ئىسپىغۇل، كۆكنار ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى ۋە چۈچۈكبۇيا يىلتىزىنى 1440 گىرام يامغۇر سۈيىگە بىر كېچە - كۈندۈز چىلاپ قويغاي، ئىسپىغۇلنىڭ كۈلى، ئاق لەيلى ئۇرۇقىنىڭ شىرنىسىنى ئايرىم - ئايرىم چىقىرىپ، چىلاپ قويغان ئۇرۇقلارنى يەنە بىر كۈن قاينىتقاي، سۈنىڭ يېرىمى قالغاندا قول بىلەن ئۇۋۇلاپ، ئۇرۇقلارنى سۈندۈرۈپ، سىقىپ سۈزگەي. كەتىرا، سەمغى ئەرەبنى ھۆل قىلىپ ئۈنىڭغا قوشۇپ، 360 گىرام شېكەر سېلىپ، قىيامغا كەلتۈرگەي، مۇشۇ خىل ھەب يۆتەلگە پايدا قىلۇر.

يۆتەلگە پايدا قىلىدىغان ھەببى سۇئالنىڭ نۇسخىسى بىنەپشە، كەتىرا، رۇببىسۇسنىڭ ھەرقايسىسىدىن ئۈچ گىرامدىن، پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقىنىڭ مېغىزى، تاتلىق قاپاقنىڭ مېغىزى، بادامنىڭ ئاقلانغان مېغىزى، كۆكنار ئۇرۇقىنىڭ ھەرقايسىسىدىن ئالتە گىرامدىن، نىشاستە، ماش ئۈنى ئالتە گىرام، كۆكنارنىڭ پوستى ئۈچ گىرام، شېكەر 21 گىرام.

ھەممىسنى سوقۇپ، بېھى ئۇرۇقىنىڭ شىرىسى بىلەن يۇغۇرۇپ ھەب قىلغاي.

ئەگەر ماددا قويۇق بولسا، ھەر ئەتىگەندە كاشكاپ ۋە بىنەپشە شارابى بەرگەي.

كاشكاپ 12 گىرام، ئاق لەيلى يىلتىزى ئالتە گىرام، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى بىر چاڭگال، ئاقلانغان ماش سالغاي.

ئەگەر 15 گىرام چىلانغان بىنەپشىنى ماش سۈيىگە سىلىپ مۇجۇپ ۋە سۈزۈپ، چالا ئىسسىتىپ بەرسە، ياخشى مەنپەئەت قىلۇر.

ئەگەر بىنەپشىنى زۇپا شارابى بىلەن بەرسە، مۇشۇ خىل يۆتەلگە مەنپەئەت قىلۇر.

چىلان 20 دانە، سەرپىستان 50 دانە، ئۇرۇقى ئېلىۋېتىلگەن قۇرۇق ئۈزۈم 30 گىرام، ئەنجۈر 10 دانە، پوستى ئاقلانغان چۈچۈكبۇيا يىلتىزى 30 گىرام، ئارپا يارمىسى بىر چاڭگال، ئاق كۆكنار ئۇرۇقى 21 گىرام، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، كەتىرا، بېھى ئۇرۇقى ھەرقايسىسىدىن 15 گىرامدىن. بۇلارنىڭ ھەممىسنى 1440 گىرام سۇدا 720 گىرام قالغۇچە قاينىتىپ، سۈزۈپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە 120 گىرام ئىسسىتىپ، 15 گىرام بىنەپشىگە چىلاپ بەرگەي.

توققۇز گىرام بىنەپشە يېغى ۋە بادام يېغى بىلەن كۆكرەك ساھەسنى يۇمشاتقاي.

كۆكرەك ساھەسنى يۇمشىتىدىغان ۋە تەبىئەتنى مۇلايىم قىلىدىغان شارابنىڭ نۇسخىسى چىلان 20 دانە، سەرپىستان 30 دانە، ئۇرۇقى ئېلىۋېتىلگەن قۇرۇق ئۈزۈم 30 گىرام، قۇرۇق بىنەپشە 12 گىرام، پوستى ئاقلانغان چۈچۈكبۇيا يىلتىزى 15 گىرام، باغ ئەنجۈرى 10 دانە. بۇلارنىڭ ھەممىسنى 1080 گىرام سۇنىڭ يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ سۈزگەي. بۇنى ئىككى شەربەت قىلغاي، ھەر شەربەتكە 30 گىرام فۇلۇسى خىيارشەنبەر، 30 گىرام ھەسەل سىلىپ بەرگەي.

ئىسسىقتىن بولغان يۆتەلگە ۋە قىزىتمىسى بار ئادەمگە مەنپەئەت قىلىدىغان ھەم چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىدىغان بىنەپشە شارابنىڭ نۇسخىسى 360 گىرام بىنەپشە، 1440 گىرام سۇنى ئىسسىتىپ، بىنەپشىنى ئاشۇ سۇغا سىلىپ، بىر كېچە - كۈندۈز تۇرغۇزۇپ، شېكەر سىلىپ، قىيامغا كەلتۈرۈپ ئىستېمال قىلغاي.

مۇشۇ خىل يۆتەلگە بېرىلىدىغان سۈرگۈنىڭ نۇسخىسى چىلان 30 دانە، قۇرۇق بىنەپشە 60 گىرام. ھەر ئىككىسنى 720 گىرام سۇنىڭ يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ سۈزگەي، بۇنىڭدىن 210 گىرام ئېلىپ، 30 گىرام خىيارشەنبەر، 60 گىرام ھەسەل، 30 گىرام شېكەر سالغاي، ئۇنىڭغا يەنە توققۇز گىرام گاۋزىبان قوشقاي، بۇ سۈرگە ئىبن ماسۇيەنىڭ نۇسخىسى.

ئەگەر كۆكسىدە كۆيۈك، قىزىتما بولسا موم يېغى تەييارلىغاي. ساپ موم، گۈل يېغى،

پاقىيوپۇرمىقى سۈيى، سېمىزئوت بەرگىنىڭ سۈيى بىلەن يۇغۇرغاي، بۇلارنىڭ ھەممىسىنى ھاۋانچىغا سالغاي، بىر پارچە لاتىنى شۇنىڭ بىلەن ھۆل قىلىپ، سوۋۇتۇپ كۆكسىگە قويغاي، چېچىنى چۈشۈرگەي، بېشىغا توغرىغۇ تاڭغاي، مۇنچىغا كىرىپ مېڭىنى تازىلاپ، باشتىن قۇيۇلغان ماددىنى چىقىرىپ تاشلىغاي، بۇ نۇسخىغا توغرىغۇنى ئازراق قوشۇپ قاينىتىپ، يۇغۇرۇپ تاڭغاي، جاراھەت بولسا ھۆللۈك تازىلىنار.

سەككىزىنچى باب مىزاجنىڭ ماددىسىز سوغۇقتىن بۇزۇلۇشىدىن بولغان يۆتەل توغرىسىدا

بۇ خىل يۆتەلنىڭ سەۋەبى نەزلە (زۇكام) دۇر، زۇكامنىڭ سەۋەبلىرى مەلۇم بولدى، ئۇنىڭ ئالامىتى تۇتقاقلىق دەم سقىلىش ۋە زىققىنىڭ ئىلاجىدا بايان قىلىنىپ كەلدى، شۇ دورىنى ئىشلەتكەي، ئەگەر سۈرگە بېرىشكە ئېھتىياجلىق بولسا، ھەببى غارىقۇن بىلەن سۈرگە بەرگەي.

نۇسخىسى بۇنىڭ ئىلاجىدا بايان قىلىنىپ بولدى، ھەر كۈنى ئەتىگەندە بۇ شارابتىن 120 گىرامنى 15 گىرام ھەسەل گۈلقەنتى، ئالتە گىرام بادام يېغى بىلەن بەرگەي.

بىر مەنپەئەتلىك شارابنىڭ نۇسخىسى ئەنجۈر ئۈرۈقى، ئەنجۈر پوستى، ئۈرۈقى ئېلىۋېتىلگەن قۇرۇق ئۈزۈمنىڭ ھەرقايسىسىدىن 40 دانە، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى، پىرسىياۋشاندىن 1440 گىرامدىن ئېلىپ، سۇنىڭ يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، سۈزۈپ ئىشلەتكەي.

ئەگەر ماددا قويۇقراق بولسا، يۇقىرىقى شەربەتكە ئاچچىق بادامنىڭ يېغى بىلەن بەرگەي.

ئەگەر كۆكرەك ساھەسىدە ھەر خىل قاتتىقلىق ۋە ئازراق قىزىتما بولسا، ھۇماما، ئارپا سۈيىنى بۇ شەربەتكە سېلىپ قاياتقاي. ئەگەر قىزىتمىلىق، قاتتىقلىق كۆپ بولسا، كاشكاپ بەرگەي، كاشكاپنىڭ تۆت ھەسسىسىنىڭ بىر ھەسسىچىلىك ئارپا سۈيى، ئۈچ گىرام بەدىيان ۋە 12 گىرام ئاقلانغان چۈچۈكبۇيا يىلتىزى سالغاي، ئاشقازىندا ھۆللۈك بولماسلىق لازىمدۇر.

بۇ خىل يۆتەلگە مۇۋاپىق كېلىدىغان زۇپا شەربىتىنىڭ نۇسخىسى: ئەنجۈر، ئۈرۈقى ئېلىۋېتىلگەن قۇرۇق ئۈزۈم 30 گىرامدىن، يۇيۇلغان شۇمشا، بەدىيان، كەرەپشە، پىرسىياۋشان، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى، قۇرۇق زۇپا، كەندىنا كۇھى ھەرقايسىسىدىن 15 گىرامدىن ئېلىپ، ھەممىسىنى 2160 گىرام سۇ بىلەن 720 گىرام قالغۇچە قاينىتىپ، سۈزۈپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە 90 گىرام ئىسسىتىپ، سەككىز گىرام تۆۋەندىكى مەجۇندىن سالغاي:

مەجۇننىڭ نۇسخىسى قۇرۇق زۇپا، پىرسياۋشاننىڭ ھەرقايسىسىدىن 30 گىرامدىن، كەرۋيا كوھى، پىلپىلنىڭ ھەرقايسىسىدىن توققۇز گىرامدىن، ئاچچىق بادام مېغىزى، يۇمىلاق زىراۋەندە، ئەنجۇر ئۇرۇقىنىڭ ھەرقايسىسىدىن 15 گىرامدىن (بەزى نۇسخىلاردا بىخسۇس، ئادراسمان ئۇرۇقىنىڭ ھەرقايسىسىدىن 15 گىرامدىن قوشۇلغان ئىكەن) ئىلىپ، ھەممىسىنى سوقۇپ، تاسقاپ، ھەسەل سۇيى بىلەن يۇغۇرغاي.

كۆكرەك ساھەسىنى تازىلايدىغان ۋە قويۇق ماددىنى پىشۇرىدىغان مەجۇننىڭ نۇسخىسى قۇرۇق زۇپا، يالپۇز، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى، قىچا، كەرۋيا، پىلپىل، ئەنجۇر ئۇرۇقى، رۇمبەدىيانىنىڭ ھەرقايسىسىدىن ئوخشاش مىقداردا ئىلىپ، ھەسەل سۇيى بىلەن يۇغۇرغاي، بۇنى شەربەتكە سىلىپ يېگەي.

كۆكرەك ساھەسىنى قويۇق ماددىدىن تازىلايدىغان مەجۇننىڭ نۇسخىسى رۇببىسۇس 15 گىرام، پىلپىل، كەرۋيا كوھى، كەرۋيا، مور، ئاچچىق بادام مېغىزىنىڭ ھەرقايسىسىدىن ئالتە گىرامدىن، ھىكدىن ئۇچ گىرام ئىلىپ، ھەسەل سۇيى بىلەن يۇغۇرۇپ ھەب قىلىپ، ھەمىشە ئىغىزدا تۇتقاي.

يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى رۇببىسۇس، كەترا، بازرۇ، تاتلىق بادام مېغىزىنىڭ ھەممىسىدىن ئوخشاش مىقداردا ئىلىپ، ھەب قىلىپ ئىشلەتكەي.

كىچىدە ئارام ئالدۇرمايدىغان يۆتەلگە پايدا قىلىدىغان ھەبنىڭ نۇسخىسى ھۆل مىئە، مور، كۈندۈرنىڭ ھەرقايسىسىدىن ئوخشاش مىقداردا ئىلىپ، 0.75 گىرام ئەپيۇن قوشۇپ ھەب قىلغاي، ھەربىر دانە ھەب 0.5 گىرام بولغاي، ئىغىزغا سىلىپ شۇمگەي.

شورايدىغان دورىنىڭ نۇسخىسى قۇرۇغان زىغىردىن ئون ھەسسە، پىلپىلدىن بىر ھەسسە ئىلىپ، مائۇلھەسەل بىلەن يۇغۇرغاي، پىلپىلنىڭ ئورنىدا تاغ يالپۇزى ياكى تۇرۇپ ئۇرۇقنى ئىشلەتسىمۇ بولىدۇ.

يەنە بىر لوئوقنىڭ نۇسخىسى جاۋشىر، قىچا، ئاچچىق بادامدىن ئوخشاش مىقداردا ئىلىپ، يۇغۇرۇپ ساقلىغاي، ھەسەل بىلەن يۇغۇرغان قەتران پايدا قىلۇر.

ھەسەل بىلەن يۇغۇرغان سەبرە سۇقۇتىرنى ئىغىزدا ساقلىسا پايدا قىلۇر.

ئەيسا ساھەر نەھىتەنىڭ نۇسخىسىدىكى لوئوقنىڭ نۇسخىسى ئاچچىق بادام مېغىزىدىن 18 گىرام، بارىزەت، ھۆل مىئەنىڭ ھەرقايسىسىدىن 12 گىرامدىن، زەپەر ۋە جاۋشىردىن ئالتە گىرامدىن ئىلىپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرغاي.

يەنە بىر لوئوقنىڭ نۇسخىسى پىرسىياۋشاندىن 12 گىرام، پىلپىلدىن 10 دانە، چىلغوزا مېغىزىدىن 60 گىرام، ناردىن يېغىدىن ئۇچ گىرام، ھەسەل، كالا سۈتى قايمىقىنى كۇپايە قىلغۇچە ئىشلىتىپ يۇغۇرغاي.

يەنە بىر لوئوقنىڭ نۇسخىسى بارىزەت، شۇمشىنىڭ ھەرقايىسىسىدىن توققۇز گىرامدىن، زەپەردىن ئۇچ گىرام، جاۋشىر، مۇقەل، ئاچچىق بادام مېغىزىنىڭ ھەرقايىسىسىدىن 12 گىرامدىن ئېلىپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرغاي.

كۆكرەكنى تازىلايدىغان لوئوقى سومىنىڭ نۇسخىسى پوستى ئاقلانغان سامساقتىن 360 گىرام، كالىنىڭ سېرىقمېيىدىن 360 گىرام ئېلىپ، سامساقنى بۇ ياغقا سېلىپ پىشۇرۇپ، ھەسەل سېلىپ قىيامغا كەلتۈرگەي.

ھەببى سۇئالنىڭ نۇسخىسى رۇببىسۇس، پىلپىل ۋە ناۋاتنى بىرلەشتۈرۈپ بىر دانە ھەب قىلغاي، بۇ شۇنداق قائىدە. ئايارەج روفىس يۆتەلنى يوقتار.

توققۇزىنچى باب ئۆپكە ئىششىش ۋە جاراھەت بولۇش سەۋەبىدىن پەيدا بولغان يۆتەل توغرىسىدا

ئۆپكە ئىششىش سەۋەبى ئۇچ خىل بولۇر.

بىرىنچىسى، نەزلە سەۋەبىدىن ئۆپكە ئىششار، بۇنىڭدا سوغۇقلۇق ياكى ئىسسىقلىق باشتىن ئۆپكىگە قۇيۇلار. ئىككىنچىسى، زاتىلجەنبە ۋە ئۆپكىنىڭ ئەسلىدىن بولۇر، بۇ ئۆز ئورنىدا بايان قىلىندى. ئۇچىنچىسى، بەدەندە قان كۆپىيىپ قۇۋۋەتىنىڭ كۆپلۈكى ئۆپكىگە يېتەر، ئۇنى سىڭدۈرۈپ كېتەلمەس، شۇ سەۋەبتىن زىيادە نەرسە ئۇنىڭدا قالماس. ئەمما ئۇنىڭ ماددىسى قاندىن ياكى بەلغەمدىن ياكى سەۋدادىن بولۇر، كۆپ ھاللاردا قاندىن بولۇر، بەزىدە سەۋدا بەلغەمدىن بولۇر، سەپرادىن بولماس، شۇ سەۋەبتىن سەپرا تېز ئۆتۈپ كېتەر.

ئۆپكە پۈۋەكچىسى كاۋاك ۋە نازۇك بولۇر، سەپرانىڭ خىلىتى ئۇنىڭدا قالماس، ئىششىماس ھەم تېز جاراھەت قىلماس ياكى تومۇرنى يېرىپ قانىنى بوغۇزىدىن چىقرار.

ئالامتى

بۇنىڭدا قان خىلتى كۆپەيگەنلىك بىلەن ئىششقىنىڭ ئالامەتلىرى شۇكى، ھەمىشە قىزىتمىلىق ۋە كۆكرەك ساھەسى ئاغرىش بىلەن ئىپادىلىنەر، نەپەس ئېلىشى مۇشكۈل بولۇر، مەڭزى قىزىرىپ كېتەر، تومۇرى چوڭ ۋە تېز سالۇر.

يۇز قىزىرىشنىڭ سەۋەبى شۇكى، بۇخارات ئۆپكىدىن كۆپ چىقار، مەڭز گۆشى خالىس گۆش بولغانلىقى ئۈچۈن، ئۇنىڭدا قىزىللىق پەيدا بولۇر، چۈنكى ئۇنىڭ دىمغى ئوچۇق بولۇر، بۇخارات كۆپ چىقار، يۈزى قىزىل بولۇر، چۈنكى يۈزنىڭ ئەزالىرى گۆشسىز بولماس.

بەلغەمدىن ئىششىشنىڭ ئالامتى شۇكى، يۈزى ناھايىتى قىزىل بولۇر، قىزىتمىسى ئۆرلىمەس، ئەگەر قىزىتمىسى بولسا ئازراق ئۆرلەر، ئۇ بەلغەملىك قىزىتمىغا ئوخشار، شۆلگەي كۆپىيەر، كۆكرەك ساھەسى ئېغىر، قاتتىق بولۇر، سۆزلىرى ئېنىق بولماس، كۆپ ۋاقىتلاردا خىرقىراپ قېينىلىپ نەپەس ئالۇر.

ئەگەر سەۋدادىن ئىششغان بولسا، ئۇنىڭ ئالامتى شۇكى، نەپەس قىسىلىش ئاز - ئازدىن زاھىر بولۇر، ئۇزاققا سوزۇلۇر، ھەمىشە قۇرۇق يۆتەل بولۇر، بۇ خىل يۆتەلنىڭ ئىلاجى زاتىلجەنبە ئىلاجىدا بايان قىلىنار، ئۇنىڭ ئىلاجى شۇدۇر.

ئونىنچى باب ئىسسىقلىق سەۋەبىدىن پەيدا بولغان يۆتەل توغرىسىدا

ئىسسىق يۆتەل پەيدا بولۇشنىڭ سەۋەبى مۇشۇ بۆلۈمنىڭ تۆتىنچى بابىدا بايان قىلىنىدۇ. ئۇنىڭ ئالامتى شۇكى، بۇ كېسەللەرنىڭ تومۇرى تېز سوقار، بۇ، ئىسسىقنىڭ ئالامتى ھېسابلىنار، ئىسسىق ھاۋا ۋە ئىسسىق شەربەت زىيان قىلۇر، سوغۇق ھاۋا ۋە سوغۇق شەربەتتىن راھەت تاپار.

داۋالاش

بۇ خىل كېسەللىكنىڭ ئىلاجى قان ئېلىش، ھىجامەت قويۇش، سەپرانى تازىلاش، سۈرگە بېرىش، يۇمشاق تائام ۋە شارابلارنى بېرىشتىن ئىبارەتتۇر. بۇنىڭدا ئالتىنچى بۆلۈمنىڭ ئىككىنچى تۈر، ئىككىنچى بابىدىكى گالىنىڭ ئىچىگە چىقىدىغان جاراھەتلەرنىڭ ئىلاجىنى قىلىشتا بايان قىلىنغان دورا، تائاملارنى ئىشلەتكەي، ئىنشائاللا!

ئون بىرىنچى باب بوغۇزدىن قان چىقىش توغرىسىدا

بوغۇزدىن قان چىقىش يۇتقۇنچاق، گال ساھەسىدىن، ئۆپكىنىڭ بېغىشىدىن، ئۆپكىنىڭ كاۋاكلىرىدىن، كۆمۈرچەك، كېكىردەك تومۇرلىرىدىن، كۆكرەك ساھەسىنىڭ تومۇرلىرىدىن، قىزىلئۆڭگەچ تومۇرلىرىدىن، قىزىلئۆڭگەچتىن، ئاشقازانىدىن ياكى جىگەردىن بولۇر، بۇنىڭ سەۋەبى ئۇچ خىل بولۇپ، ئۆپكە، قوۋۇرغا، پەردىدىن ئىبارەتتۇر، ئۆپكىدىن بولىدىغان كېسەللىك يەتتە خىل بولۇر.

بىرىنچىسى، زەخىملىنىش سەۋەبىدىن بولۇر، ئېگىز يەردىن يىقىلىش سەۋەبىدىن جاراھەت بولۇر. ئىككىنچىسى، قاتتىق يۆتىلىش ۋە قاتتىق قەي قىلىش سەۋەبىدىن بولۇر. ئۈچىنچىسى، ئاچچىقلىنىش ۋە خاپىلىقتىن بولۇر، سارىلاردەك ھەرقانداق سۆز ۋە ھەرقانداق نەرسىگە ئاچچىقى كېلۇر، ھاياجانلىنار. تۆتىنچىسى، ئۆتكۈر دورا ۋە ئۆتكۈر تائام يېگەنلىكتىن بولۇر. بەشىنچىسى، يەردە كىيىمسىز يېتىشتىن بولۇر. ئالتىنچىسى، زۇلۇك قۇرتى، ئۇ بىر خىل قۇرت بولۇپ، قارا، ئۇزۇن كېلۇر، ئۇستىخىنى بولماس، ئەزاغا چۈشۈپ بۇزۇق قاننى شورار، زۇلۇك قۇرتى گال ساھەسىگە چاپلاشقانلىقتىن بولۇر. يەتتىنچىسى، ئىسسىق ھاۋادا يېتىشتىن ۋە ئولتۇرۇشتىن بولۇر.

ئۇنىڭ ئەسلىي سەۋەبلىرى ئىككى خىل بولۇر.

بىرىنچىسى، تومۇرنىڭ قۇۋۇتى كۆپلۈكتىن تومۇر ئۇزۇلۈش ۋە ئېغىرى ئېچىلىش، تومۇر يېرىلىشتىن بولۇر، تومۇرنىڭ ئارىسىدىكى خىلتىنىڭ ئۆتكۈرلۈكىدىن بولۇر. ئىككىنچىسى، كۆكرەك ساھەسى، ئاشقازان، ئۆپكە، جىگەردە جاراھەت بولغانلىقى ياكى قاننىڭ جانسىزلىقىدىن پەيدا بولۇر، قان سىرغىپ چىقار. ئەسلىي ۋە غەيرىي ئەسلىي سەۋەبلەر يەتتە خىل بولۇر.

بىرىنچىسى، تومۇرلارغا ۋە ئەزالارغا قان تولۇر، قاننىڭ غالىب بولۇشى ئەزالاردىكى ئوزۇقلۇقنىڭ كۆپلۈكىدىن بولۇر، بۇ قۇۋۇتلىك تائام يېگەن، جاپا تارتمىغان كىشىلەردە بولۇر، جاراھەتنى قان چىقارماي تاڭغاي، ئۇ ئەزانىڭ غىزاسى قاندۇر، قان ئۇنىڭ قۇۋۇتى ھېسابلىنار. شۇنداق ئىكەن، قاننىڭ كۆپ قىسمى بەدەنگە قېلىشى زۆرۈر، قاننىڭ كۆپلۈكى زاھىر بولغاي، تومۇرلار تولۇپ تۇرغاي. ئىككىنچىسى، شۇنداق بولىدۇكى، ئۇ قانىنى تازىلاشنى ئادەت قىلغان قاننىڭ توختىشىدىن ئىبارەت ھەيزنىڭ قېنى ۋە تۇغۇتتا كېلىدىغان قان ۋە بۇنىڭدىن باشقا قانغا

ئوخشاش. ئۇچىنچىسى، ماددىنىڭ ئۆتكۈرلۈكىدىن بولۇر، شۇڭا ئۇ تومۇرنى يېرىپ سىرتقا چىقار. تۆتىنچىسى، ئۇ تومۇرلارنىڭ يېرىلىشىدىن بولۇر. بەشىنچىسى، سوغۇقلۇق ۋە قۇرۇقلۇق نەپەس ئالىدىغان ئەزالارغا غالىب كەلگەنلىكتىن بولۇر، شۇ سەۋەبتىن قوزغاتقۇچى ھەرىكەتتىن يىرتىلۇر. ئالتىنچىسى، ھۆللۈك غالىب بولغانلىقتىن بولۇر، تومۇرلار شۇ سەۋەبتىن سۇس بولۇر، ئېلىشار، قان تومۇردىن تارقىلىپ كېتەر، ئۆپكىنىڭ پەردىلىرى كېكىرەكنىڭ بېغىغا مايىللىشار. يەتتىنچىسى، ئۇنىڭغا ئىسسىقلىق دائىم يەتكەنلىكتىن بولۇر، ئاپتاپنىڭ ئىسسىقلىقى ۋە شۇنىڭغا ئوخشاش نەرسىلەرنىڭ ئىسسىقلىقى قانىنى يۇتقۇنچاقتىن، گال ساھەسىدىن، تاڭلايدىن كەلتۈرەر، قىزىلغا مايىل، يەنى قاننىڭ رەڭگىدە بولۇر، يۆتەلسىز چىقار. ئۇ قان ئازراق يۆتەل بىلەنمۇ كېلۇر، ئۇ قان ئۆپكىنىڭ بېغىدىن قاتتىق يۆتەل بىلەن كېلۇر، ئاغرىتماي چىقار، ئەگەر قاتتىق يۆتەل بىلەن چىقسا نەچچە كۈندىلا توختار. يەنە چىقار، يەنى ئۇ قاننىڭ رەڭگى ئاقۇچراق بولۇر، ئۆپكىنىڭ رەڭگىگە ئوخشار. ئۇ قان كۆكرەك ساھەسىدىن چىقار، ئۇ ئۆپكىنىڭ قېنى ئەمەس، ئۇ ئازراق قارا ۋە قويۇق بولسا، يولنىڭ يىراقلىقىدىن توسۇلۇپ، كۆپۈكلىشىپ كەلگەن بولۇر، قاتتىق يۆتەل بىلەن كۆكرەك ساھەسى ئاغرىتىپ چىقار، ھەرقاچان ياتسا يۆتەل كۆپىيەر، ئۇ قان ئۆپكىنىڭ تومۇرلىرىدىن چىقار، ئىسسىقراق، قويۇقراق، كۆپرەك ۋە قىزىللىق غالىبراق بولۇر، كۆپۈك بولماس، ئۇ قان تومۇرنىڭ ئۈزۈلۈشى ياكى يېرىلىشىدىن پەيدا بولغان بولۇر، پەقەت قانلا بولۇر.

ئەگەر قاننىڭ ئۆتكۈرلۈكىدىن بولسا تېشىلۇر، يارا ۋە قىزىتما بولۇر.

قانىنى ئۆتكۈر قىلىشنىڭ سەۋەبلىرى ئىلگىرى ئۆتكەن بولۇر، ئەگەر قاننىڭ ئۆتكۈرلۈكى ئۆپكىنى جاراھەت قىلغان بولسا، قان يارىدىن چىقار ياكى يارىنىڭ بىرەر پارچىسىدىن چىقار ياكى ئۆپكىنىڭ بېغىنى ئورىغان گۆشتىن بىر پارچە چىقار، ئەگەر جاراھەت قىلمىغان بولسا، ئاز - ئازدىن چىقار، ئاندىن كېيىن بىراقلا ئېچىلۇر، رەڭگى سۇس، ئۇرۇنسىز كۆپ قان چىقار، ئەگەر ئۇ قاننىڭ چىقىشى قاننىڭ تولغانلىقىدىن بولسا، تولغان قان كۆپ چىقار، ئاغرىقسىز بولۇر، ئۇ قان چىقىپ كەتكەندىن كېيىن بىمار يېنىكلىك ۋە راھەت ھېس قىلار، ئەگەر قاننىڭ غالىبلىقىدىن پىشقان بولسا قان ئاز چىقار، ئۆپكىنىڭ ئەسلىي ماددىسىنىڭ ئالامەتلىرى زاھىر بولۇر.

ئۇ قان باشقا ئەزالاردىن چىقسا، يەنى ئاشقازاندىن، جىگەردىن، تالدىن قەيي قىلىش بىلەن چىقار، يۆتەلسىز بولۇر.

ئۇ قاننىڭ سەۋەبى زۇلۇك قۇرتى چاپلاشقانلىقتىن بولسا، يۆتەل بىلەن ۋە قاتتىق يۆتىلىش

بىلەن چىقار. قان سۇيۇق ۋە رەڭلىك بولۇر، يۆتەلنىڭ سەۋەبلىرى ۋە ھېچبىر ئاغرىقنىڭ سەۋەبلىرى بولماس.

بىلىش كېرەككى، كۆكرەك ساھەسىدىن چىققان قان ئۆپكىدىن چىققان قانغا ئوخشاش خەتەرلىك ئەمەستۇر، ئەگەر كۆپ بولۇپ، شۇ يەردىن قان چىقسا جاراھەت بولۇر، ئاقما بولۇر، نەچچە كۈن توختاپ، يەنە كېلۇر، ئۇ قانىنىڭ غالىبلىقىدىن ئۆپكە پىشۇرغانلىقتىن كېلۇر، جاراھەتتىن چىققان قاندەك خەتەرلىك ئەمەستۇر، ئۇ ئىككى سەۋەبتىن بولۇر، بىرىنچىسى، قانىنىڭ ماددىسى يامان ئەمەستۇر. ئىككىنچىسى، قان توختار، ئۇ يەردە قالماس، ھەممە ئەزالار، ھەممە تومۇرلاردا قان كۆپىيىپ كەتسە، تەبىئەت ئۇ قانىنى يوقىتىشقا ھەرىكەت قىلۇر، قايسى تەرەپتە كەم بولسا ياكى ئاستىراق بولسا، شۇ تەرەپتىن يوقىتار ياكى تومۇر تېشىغا تارتىشار ياكى تومۇرنى يىرتار ياكى يەنە بىر سەۋەب بىلەن يوقىتار، مەسىلەن: ھەيز قېنى، تۇغۇت قېنى ۋە مۇشۇنىڭغا ئوخشاش قانلار.

ھەر ۋاقىت تومۇر قۇۋۇەتلىك بولسا، قان بۇ سەۋەبتىن يوقالماس، تومۇرنىڭ تولۇشى ئۆز ھالى بىلەن قالۇر، قانىنىڭ ئېشىپ قالغان قىسمى يۇرەكنىڭ كاۋاكلىرىغا كىرىپ، نەپەس ئالدىغان يەرلەرنى قاپلاپ، بىراقلا ئۆلتۈرەر.

ئادەمنىڭ ئۆپكىسىدىن قان چىقسا قورقۇنچلۇق بولۇر، جاراھەت پەيدا بولۇر، ئەگەر قان چىقسا، يەنە توختىسا، نەچچە ۋاقىتتىن كېيىن يەنە كەلسە، جاراھەت بارلىقىنى كۆرسىتەر، كېيىن كەلگەن قان جاراھەتتىن كەلگەن بولۇر.

ئۆپكىدىن قان كېلىش ئىككى جەھەتتىن خەتەرلىك بولۇر.

بىرىنچى، ھەددىدىن ئارتۇق كەلسە خەتەرلىك بولۇر، ئىككىنچى، جاراھەت بولسا خەتەرلىك بولۇر، بۇ ھال كۆپ بولۇر.

ئاغرىقنىڭ بوغۇزىدىن قان كەلسە، جىگەر ئىششىقى، تال ئىششىقى ئاشۇ قان بىلەن يوقاپ كېتەر، قىزىتما بولسا، بوغۇزىدىن قان كەلسە خەتەرلىك بولۇر، بۇ ھال كۆپ كۆرۈلەر. بىمارنىڭ بوغۇزىدىن قان كەلسە، بۇ، بۇرىننىڭ قېنى ھېسابلىنار، تاماقتىن چىقىپ گال ساھەسى بىلەن كېلۇر، بۇ خەتەرلىك ئەمەس.

بوغۇزىدىن كېلىدىغان قانىنى توختىتىشنىڭ ئىلاجى تۆت خىل بولۇر.

بىرىنچى، ئەگەر مەنئى قىلىنمىغان بولسا قان ئالغاي.

ئىككىنچى، ماددىسىنى تۆۋەنگە تارتقاي.

ئۈچىنچى، بەدەننىڭ مىزاجىنى ئەسلىگە يانداۇرغاي.

تۆتىنچى، قان توختىتىدىغان دورىلارنى بەرگەي، بۇنىڭ بىلەن قان توختار، جاراھەت باغلىغاي، ئەمما ئۇ ئادەمدىن قان ئېلىش مەنئىي قىلىنمىغان بولسا، ئەگەر قان كۆكرەك ساھەسىدىن، ئۆپكىدىن، گالدىن چىقسا، باسلىق تومۇردىن قان ئالغاي.

ئەگەر قان تاكلايدىن ۋە كىچىك تىلدىن كەلسە، قىيفال تومۇردىن قان ئالغاي.

ئەگەر قان ئاشقازاندىن ۋە جىگەردىن كەلسە، ئۇكھەل تومۇردىن قان ئالغاي.

ھەرقانداق ئادەمدە بۇ ئالامەتلەر كۆپ كۆرۈلسە، شۇنداق قاراش كېرەككى، ئۆزىنىڭ تېنىدە ئاغرىق بارلىقىنى بىلگەي، ئۆزىگە پەرۋاسىز قارىماي، قان ئالدۇرغاي. خۇسۇسەن بۇ كېسەلگە دۇچار بولغان ئادەمنىڭ كۆكرەك ساھەسى تار بولسا، ياخشىسى شۇكى، ئاۋۋال سافىن تومۇردىن قان ئالدۇرغاي، شۇ ئارقىلىق شۇ ماددىنى يۇقىرىدىن تۆۋەنگە تارتقاي، ئاندىن ماددا باسلىق تومۇردىن، ئۆپكىدىن، كۆكرەك ساھەسىدىن ئازلىشى مۇمكىندۇر. ئۇ ئادەمنىڭ قۇۋۋىتى ئاجىزلاشماسلىقى ئۈچۈن قانىنى كۆن ئۆتكۈزۈپ ئالغاي.

ماددىنى يۇقىرىدىن تۆۋەنگە تارتىشنىڭ تەدبىرى ئۇۋۇلاش ۋە قول - پۇتىنى باغلاشتۇر. سوغۇقتىن بولغىنىغا ھىجامەت قويغاي، سافىن ۋە مابەز تومۇرىدىن قان ئېلىپ، بەدەننىڭ مىزاجىنى ئەسلىگە كەلتۈرگەي، بۇنىڭ ئۈچۈن ھەربىكەت قىلىشتىن، قاتتىق ئىش قىلىشتىن، كۆپ سۆزلەشتىن، ئاۋازىنى ئۇنلۈك چىقىرىپ سۆزلەشتىن، ئاچچىقى كېلىشتىن، ھاياجانلىنىشتىن، كۆپ شاراب ئىچىشتىن، قىزىل نەرسىلەرگە قاراشتىن، جىما قىلىشتىن پەرھىز قىلغاي. ئۆتكۈر ۋە ئىشتىھانى ئاچىدىغان تائامدىن يىراق تۇرغاي، ھەرقاچان سەبرە، كەرەپشە، شاراب، كۈنجۈت، كونا پىشلاق، خورما، ھەسەل، شېرىن تائاملاردىن پەرھىز قىلغاي.

قىزىتمىسىنى چۈشۈرۈشكە ئېھتىياج كۆپ چۈشسە، تائامغا غورا، سامساق، سەۋزە، ئانار ئۇرۇقى، تاتلىق ئانار بىلەن ئاچچىق ئانارنى بىرلەشتۈرۈپ بەرگەي.

ئەگەر قىزىتمىسى بولسا، ھەر كۈنى ئەتىگەندە بادام مېغىزى، قايماقنى رىۋاج (ياۋا ئالما) شەربىتى، گىل ئەرمىنى بىلەن بەرگەي. بىمارنىڭ قىزىتمىسى بەك يۇقىرى بولمىسا، پىشلاق، پاكىز سۈت بىلەن قاينىتىلغان كالا پاچىقىنى ئۈماچ قىلىپ بەرگەي.

ئاقلانغان قوناقنى چالا پىشۇرغان تۇخۇمنىڭ سېرىقى، تەسھۇج، رىۋاج ۋە كەكلىك گۆشى بىلەن بەرسە مۇۋاپىق كېلۈر.

قانىنى توختىتىدىغان دورىلارنى تېپىپ ئىلاجىنى قىلغاي، قان قايسى ئەزادىن كەلسە، شۇنىڭ سەۋەبى ۋە ئالامەتلىرىنى ئىزدىگەي.

ئەگەر ئۆپكىدىن كەلسە، ئاشۇ بايان قىلىنغان بارلىق ئىلاجلارنى قىلىشقا مەشغۇل بولغاي.

قان ئېلىش، ماددىنى يۇقىرىدىن - تۆۋەنگە تارتىش، مىزاجنى ئەسلىگە كەلتۈرۈش قاتارلىقلارنىڭ تەرتىپلىرى كۆرسىتىلدى.

ئەگەر تەبئىتى قۇرۇق بولسا، يۇمشاق سۈرگە بەرگەي ياكى يۇمشاق ھۆقنە قىلغاي.

سۈرگۈچنىڭ نۇسخىسى قۇرۇق بىنەپشىدىن 30 گرام، قارىئۆرۈك ۋە چىلانىنىڭ ھەرقايسىسىدىن 30 دانە، سەرپىستاندىن 70 دانە، خىيارشەنبەردىن 30 گرام ئېلىپ ھەممىسىنى سوقۇپ، كۆرسەتمە بويىچە سۈرگە قىلغاي، ئۇنىڭغا 120 گرام شىرخىست سېلىپ، ئارىلاشتۇرۇپ بەرگەي.

ھۆقنىنىڭ نۇسخىسى قىزىلچا، بۇغداي كېپىكى، بىنەپشە، چىلان ۋە پاقىيوپۇرمىقى، ئارپا يارمىسى سېلىپ قاينىتىپ، سۈزۈپ، 12 گرام ئۇن سېلىنغان توغرىغۇ، 45 گرام قارا شېكەرنى ئۇنىڭدا نەمدەپ ھۆقنە قىلغاي.

ھەر كۈنى ئەتىگەندە كاشكاپ بەرگەي، كاشكاپنى سەرتان سېلىپ قاينىتقاي، ئەگەر قىزىتمىسى بەك يۇقىرى بولسا، سۇنىڭ ئورنىدا ئارپا يارمىسى سۈيىنى ئۇنىڭغا ئىشلەتكەي، قاپاق سۈيى بىلەن ھۆل قىلغاي، شوخلىنى گۈلاب بىلەن نەمدەپ بەرگەي.

غىزاسىغا قاپاق ئېتى، ئاق لەيلى، ھەمشىباھار يارمىسى سۈيى بەرگەي، بادام مېغىزى بىلەن قىزىتمىسى يوقار، قانىنى توختىتىدىغان دورىلارنى دەسلەپتە بەرگەي.

تۇخۇم، زۇپا، يۇمغاقسۈت ئۇرۇقى ياكى گىل مەختۇم بىلەن سېمىزئوت بەرگى سۈيى، كەھرىۋا بىلەن گىل ئەرمىنى، قىزىل بۇغداش سۈيى بەرگەي.

بۇ كېسەللىكلەرنىڭ ياخشىراق دورىسى مۇشۇلاردىن ئىبارەت بولۇپ، يۇيۇلغان شادىنەج دورىلارنىڭ ياخشىسى ھېسابلىنار، شۇ سەۋەبتىن قاندا قابىزلىق پەيدا قىلغۇچى ۋە قۇرۇتقۇچى ھېسابلىنار. بۇ جاراھەتنى قۇرۇتار، گۆش ئۆستۈرمەس، مەزكۇر دورىلارنىڭ 4.5 گرام ياكى ئالتە گرامنى يۇقىرىدا ئېيتقان مۇشۇ سۇلارنىڭ بىرى بىلەن بەرگەي.

ئانار سۈيىگە سەمغى ئەرەبى، تاباشىر، گىل ئەرمنى ۋە شادىنەج سېلىپ تەييارلىغاي.

كەشفۇر يوپۇرمقى، ئاق لەيلىنىڭ بەرگى، ئارپا ئۇنى ھەممىسىنى قوشۇپ، سوقۇپ، گۈلاب بىلەن يۇغۇرۇپ زىمات قىلىپ كۆكرەك ساھەسىگە قويغاي.

ساپلاشتۇرۇلغان مومنى گۈل يېغى بىلەن ئېرىتىپ، قىزىل بۇغداش سۈيى بىلەن قوشۇپ كۆكرەك ساھەسىگە تاكىغاي.

بۇ بابتىكى پايدا قىلىدىغان دورىلارنىڭ نۇسخىسى تاباشىر، قىزىلگۈل، بىخ مارجان، كەھرىۋا، مەرۋايىت، گىل مەختۇم، شادىنەجنىڭ ھەرقايسىسىدىن 15 گرامدىن،

رۇببىسۇستىن توققۇز گىرام، ئاقاقيا، تىكە ساقىلى ئۇسارىسىنىڭ ھەرقايىسىسىدىن توققۇز گىرامدىن ئېلىپ، بۇلارنىڭ ھەممىسىنى سوقۇپ، تاسقاپ، 60 گىرام ئىسپىغۇلنى ئۇنىڭغا قوشقاي. ئۇنىڭدىن ئالتە گىرام ئىستېمال قىلغاي، يامغۇر سۇيى بىلەن ياكى تالىنى كەسكەندە چىققان سۇيى بىلەن يۇغۇرۇپ، گۇلاب بىلەن بەرسمۇ بولۇر.

ئەگەر قىزىتمىسى يۇقىرى بولسا، توققۇز گىرام كۇندۇرنى بۇ دورىلارغا قوشقاي، چۈنكى كۇندۇر دورىلارنى ئۆپكىگە يەتكۈزەر، قانىنى توختىتار، جاراھەتنى قۇرىتار، گۆش ئۆستۈرەر.

يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى گىل مەختۇمدىن 15 گىرام، سەمغى ئىرەبى، كەتىرا، بىخ مارجان، كەھرىۋادىن 21 گىرامدىن، ئانار گۈلىدىن ئالتە گىرام ئېلىپ، ھەممىسىنى سوقۇپ، ئالتە گىرامدىن ئېلىپ كەشنىز يوپۇرمىقى سۇيى بىلەن قوشۇپ بەرگەي.

ئەگەر ئۆپكىدىن قان چىقىشنىڭ سەۋەبى ئىسسىق نەرسىدىن بولسا، ئۇنىڭ بارلىق ئىلاجىغا بۇ دورىنى ئىشلىتىش بايان قىلىندى، ئۇنى ئىشلەتكەي.

قان ئالغاي، ھۆقنە قىلغاي، پۇت ـ قولىنى باغلىغاي، ماددىنى يۇقىرىدىن تۆۋەنگە تارتقاي، قىزىتمىغا قارشى ياغلار بىلەن ئۇۋۇلغاي، ياغلارنى بېشىدىن، بۇرنىدىن يىراق تۇتقاي.

كاشكاپنى يىغقۇچى مېۋىلەرنى سېلىپ قاينىتقاي، ھەرقاچان نامازشامگۈلى ئۇرۇقى، تاغ ئالمىسى، ئالۇچا، بېھى، ئاموت، قاق، زەرۇرى، تاغ كۇندۇرى، باغ كۇندۇرىنى قۇرسى كەھرىۋا، رۇببىسۇس بىلەن بەرگەي.

ئەگەر بۇ تەدبىرلەر بىلەن شىپا تاپمىسا، چاچنى چۈشۈرگەي، ئەگەر ئايال كىشى بولسا، زىماتنى كەپتەرنىڭ مايىقى بىلەن بېشىغا قويغاي.

جالىنۇس مۇنداق ئېيتقان ئىكەن: بىر ئايالنىڭ بوغۇزىدىن نەزلە سەۋەبىدىن قان كېلىشكە باشلىدى، قان ئېلىشنى خالىغان ئىدىم، لېكىن قان ئېلىش مەنئى قىلىنغان ئىكەن، قان ئېلىشقا بولمىدى، ئۆتكۈر ھۆقنە بۇيرىدىم. غىزاسىغا يىغقۇچى مېۋىلەرنى سېلىپ پىشۇرغان ئۇماچ بۇيرىدىم، كەپتەر مايىقىدىن زىمات تەييارلاپ بېشىغا قويۇشنى بۇيرىدىم، بۇ زىمات ئۇچۇن مۇنچىغا كىرىشكە رۇخسەت قىلدىم، پىشمىغان چوڭ تەرياقتىن، پۇرچاق چوڭلۇقتا يېيىشنى بۇيرىدىم، ئەپيۇننىڭ سەۋەبىدىن ئۇخلىدى، يۆتەل پەسەيدى، ماددا قۇيۇلۇشتىن توختىتىدى. يەنە بىر كۇنى ھېچ نەرسە بۇيرىمىدى، قول ـ پۇتلىرىنى ئۇۋۇلاشنى بۇيرىدىم، بۇنىڭ بىلەن ماددا يۇقىرىدىن تۆۋەنگە تارتىلدى، ماشتەك چوڭلۇقتا ساپ تەرياق بەردىم، بۇنىڭ بىلەن ئۇنى ھەسەل يېيىشكە كۆندۇرۇشنى نىيەت قىلدىم. شۇنىڭ بىلەن كۆكرەك ساھەسى تازىلىنىدۇ، كاشكاپقا ئازراق نان چىلاپ بەردىم، بۇنىڭ بىلەن قۇۋۇتىنى ساقلاپ قالماقچى بولدۇم، تۆتىنچى

كۈنىگىچە مۇشۇ تەرىقىدە تۇتتۇم، تۆتىنچى كۈنى كۆپ ھەسەل بىلەن تەييارلانغان تەرياق بەردىم، بۇ كۆكرەك ساھەسىنى تازىلايدۇ، ئاندىن كېيىن دورا قىلىشنىڭ تەدبىرىنى قىلدىم. تاپىنىغا قويغان زىماتلارنى بېشىغا قويدۇم، ئۈنى مۇنچىدا ئايرىدىم، مۇشۇ تەرىقە بىلەن ساقايدى.

خوجا ئەبۇ ئەلى ئىبن سىنا مۇنداق ئېيتقان ئىكەن: ئەگەر ماددا كۆپ بولسا ھەببى قوقيا بەرمەسلىككە چارە يوق.

خۇسۇسەن، قان ئالغاندىن كېيىن ئەگەر بوغۇزىدىن قان كېلىشنىڭ سەۋەبى بەدەندە قانىنىڭ غالىبلىقىدىن بولسا، شۇ سەۋەبتىن تومۇر ئېچىلسا، ئاۋۋال باسلىق تومۇردىن قان ئالغاي ھەم قانىنى بۆلۈپ چىقارغاي، بۇنىڭ بىلەن قۇۋۋىتى ساقلىنىپ قالغاي.

ئاقلانغان يېسسىمۇق، چىلان، ببھى ۋە نامازشامگۈلى تۇرىدىكى، يەنى خەرنۇپ شامى سالغان كاشكاپ غىزاسىغا قانائەت قىلغاي.

سوغۇق سۇغا چىلغان نان بەرگەي، ھۆل چىلان پايدا قىلۇر.

سېمىزئوت بەرگىنى چايناش، سۈيىنى يۇتۇش ئىنتايىن ياخشى مەنپەئەت قىلۇر ھەم قانىنى دەرھال توختىتار.

بۇ ئېيتىلغان دورىلارنى قان ئېلىپ ئۇچ كۈن ئۆتكۈزۈپ بەرگەي.

ئەگەر قۇۋۋىتى يار بەرسە، سوقۇپ سىققان چىگىلەك سۈيى بىلەن، شېكەر بىلەن قۇرۇتۇپ سوققان بىنەپشىدىن 12 گىرامنى جۇلاپقا سېلىپ بېرىش بىلەن تەبىئىتىنى يۇمشاتقاي.

ئەگەر مەتبۇخى ھېلىلە بەرسىمۇ داۋا بولغاي، ئاغرىق ئۆز ئورنىدا رۇس ئولتۇرغاي ھەم ھەربىكەت قىلغاي، يانچە ياتمىغاي، بۇنىڭ بىلەن كۆكرەك ساھەسى، ئەزالىرىنى ئۆز ئورنىدا تۇتقاي، جاراھەتنىڭ ئورنى سىقىلمىغاي، ھەر ۋاقىت جارىي قىلغۇچى ئورنىدىن تەۋرىسە، جاراھەتنىڭ ئورنى سىقىلسا، يۆتەل پەيدا قىلار، كۆپ سۆزلەش، قاتتىق ئاۋاز چىقىرىش، ئاچچىقى كېلىش، ھاياجانلىنىش زىيان قىلار.

ئەگەر قان كۆپ چىقسا، يۆتەل قاتتىق بولسا سىركە ۋە گۈلاب بىلەن غار - غار قىلغاي، بۇنىڭ بىلەن ئۆپكىدە يىغىلىپ قالغان قانىنى چىقىرىپ تاشلار، ئەگەر سىركە ۋە گۈلابتىن ئىچسە ھەم داۋا بولۇر، ئەگەر بۇ يۆتەل باش ۋە مېڭىگە ئۆرلىگەن ماددىدىن بولغان بولسا، ئۇ يۆتەلنى ئۆز ۋاقتىدا بايان قىلىنغان ھەر خىل دورىلار بىلەن پەسەيتكەي. يەنى گىل ئەرمىنى، گىل مەختۇم، گۈل شامۇس (تەلەق)، كەھرىۋا، قۇرۇق شەبدىيەمنى، تېكە ساقىلى شىرنىسى، ئانارگۈلى، موزا، ئاقلانغان سۇماق، قىزىلگۈل، بوزغىنەج شىرنىسى، سامساق، بۇغا مۆڭگۈزى، سازەج، يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى ھەرقايسىسىنى يەككە ياكى بىر - بىرىگە قوشۇپ بەرگەي. ئەگەر

قىزىتما بولمسا، ئۆپكىدە ئىششىق بولمسا، بۇ دورىلارنى قابىز كونا شاراب بىلەن بەرگەي، شۇنىڭ بىلەن ئورنىغا تېز يەتكۈزەر، ئەگەر قىزىتما بولسا، ئۆپكىدە ئىششىق بولسا، ناۋادا قىزىتما يوقاپ كەتكەن تۇرۇپ ھەم قان كەلسە، غىزاسىغا پاقلان پاچىقى، چالا پىشۇرۇلغان تۇخۇم، يېسسىمۇق، نامازشامگۈلى ئۇرۇقى بىلەن پىشۇرغان ئۇگرە، كالا سېرىقمېيى، كالا سۈتى قاينىتىپ بەرگەي. خام سۈت زىيان قىلۇر، يېڭى بېلىق يېگەي، تورۇلغا، كەپتەر، قەتا دېگەن قۇشنىڭ گۆشى مۇۋاپىق كېلۇر، چۈنكى بۇ گۆشلەردىن قان ئاز پەيدا بولۇر.

كۆكرەك ساھەسىگە قويىدىغان زىماتنىڭ نۇسخىسى ئانار پوستى، كۈندۇر توپىسى، موزا، ئارپا ئۇنى، ئانارگۈلى، تۈگمەن توزۇندىسى، پىلپىل يوپۇرمىقى، تالنىڭ يۇمىران يوپۇرمىقى، خورما، قەسبۇزەرىرە قاتارلىقلارنىڭ ھەممىسىنى سوقۇپ، تاسقاپ، ھالۋىدەك يۇمشاق بولغاندا گۈل يېغى، ئاموت يېغى تېمىتىپ ئارىلاشتۇرۇپ كۆكرەك ساھەسىگە قويغاي.

ئەگەر بوغۇزىدىن قان چىقىشنىڭ سەۋەبى قاننىڭ ئۆتكۈرلۈكىدىن بولسا، شۇ سەۋەبتىن تومۇرلارنىڭ ئېغىزى ئېچىلغاي، ئاۋۋال بارلىق ئاماللارنى قىلغاي، قاننى ئازراق چىقارغاي، قول - پۇتنى ئۇۋۇلاش بىلەن مۇلايىم ھۆقنە ئارقىلىق ماددىنى يۇقىرىدىن - تۆۋەنگە تارتقاي، ئەگەر تەبئىتى سۇرگە بىلەن يۇمشىتىشقا ئېھتىياجلىق بولسا، بىنەپشە، خىيارشەنبەر، سەرپىستان، تەرەنجىبىنگە ئوخشاش نەسلەردىن سۇرگە بەرگەي.

كاشكاپنى ھۆل قاپاقنىڭ سۇيى بىلەن قاياناتقاي، بۇ، ئۆپكىدىن قان كېلىشنىڭ ئىلاجىنىڭ بايانىدا سۆزلەندى.

ئىسپىغۇل شىرنىسىنى خام جۇلاپ بىلەن بەرگەي.

كەشفۇر سۇيىنى قىزىل بۇغداش سۇيى، پاقىيوپۇرمىقىنىڭ سۇيى، سېمىزئوت ئۇرۇقىنىڭ سۇيى، شېكەر بىلەن بەرگەي، كۆكنار شارابى ۋە بىنەپشە شارابى بەرگەي، ھەممە تەدبىرلەردە قاننىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى يوقىتىدىغان، ھۆللۈكنى ئاشۇرىدىغان ئىلاجنى قىلغاي.

يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى تاباشىر، قىرتاس، قىزىلگۈل، گىل ئەرمىنى، گىل مەختۇم، بىخ مارجان، كەھرىۋا، مەرۋايىت ھەرقايسىسىدىن 30 گىرامدىن، بىنەپشىدىن 75 گىرام، سەمغى ئەرەبى، كەتىرا ھەرقايسىسىدىن 18 گىرامدىن، ئاق كۆكنار ئۇرۇقى، سېمىزئوت ئۇرۇقى، پاقىيوپۇرمىقىنىڭ ئۇرۇقى، پىياز، بۇغا مۇڭگۈزى، يۇمغاقسۇت بەرگى ھەرقايسىسىدىن 21 گىرامدىن، ئاقاقىيا، لىھىيەتۇتتىس ئۇسارىسى ھەرقايسىسىدىن 15 گىرامدىن، رۇببىسۇستىن توققۇز گىرام، نىشاستىدىن 15 گىرام ئېلىپ ھەممىسىنى سوقۇپ، تاسقاپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە يامغۇر سۇيى بىلەن توققۇز گىرام بەرگەي.

ئەگەر قان كېلىش تومۇرنىڭ ئېغىزى ئېچىلغانلىقتىن بولمىسا ھەم قانىنىڭ ئۆتكۈرلۈكى كۈچلۈك بولمىسا، تومۇرلارنى يىرتسا، بۇ مۇشكۈلنىڭ بېشارىتى بولۇپ، ئىلاجىنى قىلىشمۇ مۇشكۈل بولۇر، قىزىتمىسى مۇشەققەت بىلەن چۈشەر، بۇنىڭ ئىلاجىنى قىلىشتا ئاۋۋال قان ئالغاي، ئۆتكۈر خىلتىنى سۈرگە بىلەن مۇلايىم قىلىش، ھۆقنە بىلەن بەدەننى تازىلاش، مىزاجنى ئەسلىگە كەلتۈرۈش، ھۆللۈكنى ئاشۇرۇش تەدبىرلىرىنى قوللانغاي، يۆتەلنى پەسەيتىدىغان ئاشۇ لوئابلار ۋە شورايدىغان دورىلار، ھەبلەر بىلەن تەدبىر قىلغاي، قۇرسى كەۋكەپ بۇ خىل كېسەلگە پايدا قىلار.

بۇ خىل دورىلاردىن سۇندۇرۇس، سازەج، پىرسىياۋشان، كەھرىۋا، گىل ئەرمەنىنى كۆپرەك ئىشلەتكەي.

ئەگەر قانىنىڭ چىقىشى ئۆپكە ۋە كۆكرەك ساھەسىنىڭ تومۇرلىرىنىڭ يىرتىلىشىدىن بولسا سوغۇق ئۆتكەنلىكتىندۇر.

جالىنۇس ھەكىم مۇنداق ئېيتقان ئىكەن: بىر يىگىتكە بۇ ئاغرىق چاپلىشىپتۇ، مەن ئۇنى بىرىنچى كۈنى قان ئېلىش، قول - پۇتلىرىنى ئۇۋۇلاش ۋە تېڭىشقا بۇيرىدىم، چۈنكى بۇ شەرت ئىدى، غىزاسىغا ئۇماچ بەردىم، زىماتلارنى ئوچ سائەت قويدۇم، ئاندىن كېيىن ئېلىۋەتتىم، ھەددىدىن زىيادە ئىسسىق بولماسلىقى شەرت قىلىندى، يەنە بىر كۈنى كاشكاپ بەردىم، ئۆردەك گۆشىنى ئىسسىقدا بەردىم، مىزاجى ئەسلىگە كەلدى، ئۆپكىگە ئىلاج قىلىشتىن ئەمىن بولدۇم، ئېشەك سۈتى بىلەن كونا تەرياق بەردىم، ئاندىن ئىلاجلارنى قىلدىم.

جالىنۇس مۇنداق ئېيتقان ئىكەن: بىر كىشىگە بۇ كېسەللىك چاپلاشقان ئىكەن، مەن بىرىنچى كۈنى ئۇنىڭ ئەھۋالىدىكى ئالاھىدىلىكنى تاپتىم، شۇنىڭ بىلەن ماددىنى يۇقىرىدىن تۆۋەنگە تارتقاندىن كېيىن مىزاجنى قايتۇرۇش، ئەمما ئىسسىققا مايىل دورىلار بىلەن ئەسلىگە كەلتۈردۇم، بۇنىڭ ئۈچۈن بۇ دورىلارنى ئىشلىتىش ۋاجىپتۇر:

سۇمبۇل، سەلىخە، دارچىن، سەئدى، قۇستە، كۇندۇر، زەپەر، مەستىكى، مور، قەلەمپۇر، بوزۇغا، ئۇزۇنچاق زىراۋەندە.

ماددىسى قايناپ دورىلار: گىل مەختۇم، گىل ئەرمىنى، سەمغى ئەرەبى، كەتىرا، سېمىزئوت ئۇرۇقى، كەھرىۋا، بىخ مارجان، قۇرۇغان شەب يەمەنى، قىزىلگۈل، ئانارگۈلى، تاباشىر ۋە سامساق، كۆيدۈرگەن بۇغا مۈڭگۈزى، بۇلارنىڭ ھەممىسىنى ياكى بەزىسىنى ئالتە گىرامدىن سوقۇپ، تاسقاپ، بايان قىلىنغان بويىچە يامغۇر سۈيى بىلەن بەرگەي.

يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى ئانارگۈلى، لىھيەتۇتتىس شىرنىسى، كۇندۇر يوپۇرمىقى،

سەلىخە، بىخ مارجان، قىزىلگۈلنىڭ ھەرقايسىسىدىن 15 گىرامدىن، كەھرىۋا 10.5 گىرام، قۇندۇز قەھرى 4.5 گىرام، بۇزغۇنچ شىرنىسى، ئەگەر ئانار دانسى ۋە قۇرۇق ئۈزۈم بىلەن پىشۇرسا، سۇنىڭ ئورنىدا قابىز كونا شاراب، ئەگەر كونا شاراب بولمىسا 720 گىرام ئۈزۈم سېلىپ قاينىتىپ، پاكىز موم، سەۋسەن يېغى بىلەن ئېرىتكەي. ھۆل ئامۇتنىڭ سۈيىنى ئۇنىڭغا قوشۇپ، كۆكرەك ساھەسگە سۈرتكەي، ئەگەر ھۆل ئامۇت بولمىسا، سەۋسەن يېغى، قەلەمپۇر يېغىنى قوشۇپ، مومنى شۇنىڭ بىلەن ئەزگەي.

ئانار پوستى، موزا، تۈگمەن توزۇندىسى، كۇندۇر توپىسى، ئانارگۈلى، ئامۇت يوپۇرمقى، خورما، قەسبۇزەرىدىن تەييارلانغان زىماتنى كۆكرەك ساھەسگە قويغاي.

بۇ زىماتنىڭ نۇسخىسى مۇشۇ بابتا يۇقىرىدا بايان قىلىندى. ئەگەر قان چىقىش قاتتىق ھەرىكەت سەۋەبىدىن، تومۇرنىڭ يېرىلىشىدىن بولسا، يەنى ئېگىزدىن سەكرەش، قاتتىق ۋارقىراش، قاتتىق نەرسە يۇتۇش ياكى كۆكرىكى بىلەن يىقىلىش سەۋەبىدىن بولسا، ئاۋۋال بارلىق ئىلاجلارنى قىلغاي، بۇ ھەقتىكى قابىز دورىلار گىل ئەرمنى، بۇنىڭدىن باشقا نەرسىلەرنى يامغۇر سۈيى بىلەن، ئامۇت شارابى بىلەن ياكى بېھى سۈيى بىلەن بەرگەي.

قابىز دورىلارنىڭ نۇسخىسى گىل مەختۇم، كەھرىۋا تۇققۇز گىرامدىن، گىل ئەرمنىدىن ئالتە گىرام، شەب يەمەنى، زەپەرنىڭ ھەرقايسىسىدىن 4.5 گىرامدىن ئېلىپ، بۇ دورىلارنى ئەتسى ئاخشىمى ئۇخلاش ۋاقتىدا بەرگەي.

سېمىزئوت بەرگىنى چايناش، ئۇنىڭدىن تۇرلۇك تائاملارنى قىلىپ يېيىش پايدا قىلار ۋە ئۇنىڭ بەدىلىگە يامغۇر سۈيى بەرگەي، سەمغى ئەرەبى ۋە گىل ئەرمنى سېلىپ سۇركىگەي، ھەرىكەت قىلىشتىن ئۆزىنى تارتقاي، يۇقىرىدا بايان قىلىنغان زىماتلارنى كۆكرەك ساھەسگە قويغاي.

ئەگەر قان چىقىشنىڭ سەۋەبى تومۇرلاردىكى قويۇق يەلدىن تومۇر يېرىلغان سەۋەبتىن بولسا، ئاشۇ ماددىنى تازىلاش بىلەن قول - پۇتنى تېڭىپ، ماددىنى يۇقىرىدىن - تۆۋەنگە چۈشۈرگەي، ئاندىن كېيىن قويۇق يەلنى سۇندۇرىدىغان، تومۇرنىڭ يېرىلغان يېرىنى پۈتكۈزىدىغان دورىلارنى بەرگەي.

پۈلونيا ۋە سەنجىرىنا، چوڭ تەرياق ۋە قاتتىق سوغۇق تەگكەنلىكتىن تومۇر يېرىلغانلىقنىڭ ئىلاجىنى قىلىشتا بايان قىلىنغان دورىلارنى بۇ خىل كېسەللىكنىڭ ئىلاجىدا ئىشلەتكەي.

ئەگەر قان چىقىش سوغۇق نەزلە قۇيۇلغانلىقتىن ياكى كۆكرەك ساھەسى ۋە ئۆپكىگە كەلگەنلىكتىن تومۇرلارنى بىر - بىرىگە ئارىلاشتۇرۇپ يۇمشاتقانلىقتىن تومۇرغا كۇچ كېلىپ،

بېسىم پەيدا بولۇپ، تومۇرنىڭ ئاغزى ئېچىلغانلىقتىن بولسا، قول - پۇتنى ئۇۋۇلاش قاتارلىق ئامالالار بىلەن ماددىنى يۇقىرىدىن تۆۋەنگە چۈشۈرگەندىن كېيىن، ھۆللۈكنى قۇرۇتىدىغان، ئەزانىڭ مىزاجىنى ئىسسىق قىلىدىغان قابىز دورىلارنى ئىشلەتكەي.

ئىزخىر يىلتىزى، مەستىكى، قورۇغان زىرە، تاغ يالپۇزى، قۇندۇز قەھرى، سېرىق زاك، زەپەر بۇ دورىلارنىڭ قۇۋۋىتىنى ئورنىغا ئاسان يەتكۈزىدۇ.

تەرياق، مەسرۇدىتۇس، سەنجىرىنا، پۇلۇنيا، پۇلۇنيا فارىسى ۋە رۇمىينى ئاز - ئازدىن بەرگەي، شۇنىڭ بىلەن ھۆللۈكنى قۇرۇتۇپ، مىزاجنى يانداۋرۇپ، قانىنى توختىتار، بۇ خىل كېسەللىكنىڭ زىماتىغا ئىزخىر، ئىكلىلمىلىك، قورۇغان زىرە ئاقاقىيا، قۇندۇز قەھرى، تېكە ساقلى شىرىسى، قەلقەدىس ئىشلەتكەي.

غىزاسىغا قىرغاۋۇل گۆشى، كەكلىك گۆشى، قۇشقاچ كاۋېپى ۋە مۇشۇنىڭغا ئوخشاش گۆشلەرنى بەرگەي.

ئەگەر قاننىڭ كېلىشى ئۆپكىنىڭ ئىششىقى سەۋەبىدىن بولسا، قان ئۆپكىدىن كېلەر، بۇنىڭدا ئاۋۋال قان ئېلىپ، ماددىنى يۇقىرىدىن تۆۋەنگە چۈشۈرگەي، ھۆقنە قىلغاي، سۈرگە بەرگەي. قابىز دورىلارنىڭ ھېچقايسىسىنى بەرمىگەي، بۇنداق بولۇشتىكى سەۋەب قابىز دورىلار ئىششىقنى يېغىپ، ئاپەت پەيدا قىلۇر، ئاۋۋال ماددىنى قاينىتىپ، ئۆپكىنى ماددىدىن تازىلىغاي، بۇ ئۆپكىنىڭ ئىلاجىدا بايان قىلىندۇ، ئىنشائاللا!

ئەگەر قان چىقىشنىڭ سەۋەبى جىگەرگە يەتكەن زەخمىنىڭ سەۋەبىدىن بولسا، ئاۋۋال بارلىق ئىلاجلارنى قىلغاي، ئاندىن تۆۋەندىكى سۈفۈپنى بەرگەي:

رەۋەنچىنى 30 گىرام، لوك مەغسۇل، گىل ئەرمىنى 15 گىرامدىن، شەربەت 12 گىرام. باشقا ئىلاجلارنى جىگەر ئىلاجىنىڭ بايانىدىن كۆرگەيسىز.

ھەر خىل قان كېلىشكە پايدا قىلىدىغان قابىز دورىلارنىڭ ياخشى مەنپەئەت قىلىدىغىنى شازنە مۇسۇلدۇر.

تۆت گىرام سېمىزئوت بەرگىنىڭ سقىپ ئېلىنغان سۈيى بىلەن ياكى بادروجنىڭ سقىپ ئېلىنغان سۈيى بىلەن ياكى قىزىل بۇغداشنىڭ سقىپ ئېلىنغان سۈيى بىلەن بەرگەي، سېمىزئوت بەرگىنى چايناش ۋە يېيىش بەك پايدىلىقتۇر. بۇ كۆپ ئىشلىتىلگەن بولۇپ، دەرھال قان توختىتار، خىيار سۈيى — سقىپ ئېلىنغان سۇلارنىڭ بىرى ھېسابلىنار، لېكىن قابىز دورىلارنى ئۇنىڭغا سالغان بولۇش زۆرۈردۇر.

سامساق، كۆيدۈرۈلگەن بۇغا مۈڭگۈزىگە قابىز دورىلارنى قوشۇپ بەرسە بەك پايدىلىقتۇر.

يالپۇز سۈيىنىڭ مەنپەئەتى بەك ياخشى، توغراق مېۋىسىدىن ئۇچ گىرام، يۇمغاقسۈت چېچىكىدىن توققۇز گىرام ئېلىپ، سوغۇق سۇ بىلەن ھەر كۈنى ئەتىگەن ۋە كەچتە ئىچكەي.

بىخ مارجان ۋە تېينى شامۇس پايدىلىقتۇر.

خوجا ئەبۇ ئەلى ئىبن سىنا مۇنداق ئېيتقان ئىكەن: «تەلەق» يۇنان تىلى ئەمەس، ئۇ يۇنان تىلىدا «تېينى شامۇس» دېيىلىدۇ، «تېينى شامۇس» نىڭ نامىنى ئەھلى زامانىنىڭ كۆپرەكى پىرسىياۋشان دەپ ئاتار، خۇسۇسەن ئەھلى سۈننەت پىرسىياۋشان دەپ تەلەقنى تونۇيدۇ.

ئوغلاق قېنىنى سوۋۇماستا ئۇچ كۈن ئىلگىرى، ھەر كۈنى بىر قوشۇقتىن بەرگەي.

قانىنى توختىتىدىغانغا ئالتە گىرام نامازشامگۈلى ئۇرۇقى، زۇپا ئۇرۇقىنى يۇمغاقسۈتنىڭ سقىپ ئېلىنغان سۈيى بىلەن ياكى ھۆل گۈلنىڭ سقىپ ئېلىنغان سۈيى بىلەن بەرسە شۇنداق پايدىلىقتۇر. پىشۇرۇلغان بېھى، توشقان ئوغۇزى ۋە باشقا ھايۋانلارنىڭ ئوغۇزى مەنپەئەتلىكتۇر. كېبىك ۋە ئوغلاق گۆشىنى گۈلاب قىلىپ، ھۆل گۈلنىڭ سقىپ چىقىرىلغان سۈيى بىلەن ياكى مارجان شوخلىنىڭ سقىپ چىقىرىلغان سۈيى بىلەن، قابىز شارابلار بىلەن بەرسە مەنپەئەتلىكتۇر.

گىل مەختۇم، ئەگەر گىل مەختۇم تاپالمىسا، پىرسىياۋشان ياكى سىركە بىلەن بەرسە پايدا قىلار.

شەب يەمەنى بىلەن چالا پىشۇرۇلغان تۇخۇمنىڭ سېرىقى پايدا قىلار، بېلىق يېلمى ھەم مەنپەئەتلىكتۇر.

كونا قان كېلىشكە كۈدە ئۇرۇقى، نامازشامگۈلى ئۇرۇقىدىن ئالتە گىرامدىن قوشۇپ، قىزىل بۇغداشنىڭ سقىپ چىقىرىلغان سۈيى بىلەن بەرسە مەنپەئەتلىكتۇر، 30 گىرام كۈدە شاھىر، 15 گىرام سىركە پايدا قىلار. قاتتىق سوغۇقتا قابىز شاراب پايدا قىلار، قەنتەرىيۇن ھەم قانىنى توختىتار ھەم تازىلار. ئەگەر بۇ كېسەللىك چاپلاشقان بولسا يوغان قەنتەرىيۇننىڭ يىلتىزىنى قاينىتىپ، ئۇنىڭ سۈيىنى بەرگەي.

ئەگەر يۇمغاقسۈت ئۇرۇقىنىڭ سقىپ چىقىرىلغان سۈيى، ئالتە گىرام گاۋزىباننىڭ سقىپ چىقىرىلغان سۈيى، ئالتە گىرام سېمىزئوت بەرگىنىڭ سقىپ چىقىرىلغان سۈيى، گۈل دەرىخىنىڭ شاخلىرى، شاخلار نازۇك، ھۆل بولسا 15 گىرامنى سوقماي سقىپ، سۈزۈپ، ھەممىنى قوشۇپ، گىل مەختۇمنى ئۇنىڭدا نەمدەپ بەرسە پايدا قىلار.

تۆمۈر كاندىن چىققان سۇ، تۆمۈر داغمال سۈيى ئىنتايىن پايدا قىلار، ئەگەر قورقا ئۆپكىدىكى قان سېسىپ، ئۇيۇپ قالار، ئۇ، ھازىر بولۇش بىلەن سىركىنى سۇغا قوشۇپ

بەرگەي، لېكىن قاتتىق يۆتەل توتقان ئادەمگە بەرمىگەي.

ئەگەر ئەنجۇر ياغچىنى كۆيدۈرۈپ كۈلىنى سۇغا سېلىپ، ئاشۇ سۈنى تاغ يالپۇزى بىلەن بەرسە، ئۇيۇپ قالغان قانىنى پاك قىلغاي، زەبۇدەنى ھەسەل بىلەن بەرسە پايدا قىلار (ئۇيۇپ قالغان قانىنىڭ ئىلاجى باشقا بابتا بايان قىلىندۇ).

ئون ئىككىنچى باب زاتىررىيە (ئۆپكە ياللۇغى) توغرىسىدا

زاتىررىيە ئۆپكىنىڭ ئىششىغانلىقىنى كۆرسىتەر، ئۇنىڭ سەۋەبلىرى ئوچ خىل بولۇر. بىرىنچى، ئىسسىق نەرسە ياكى سوغۇق نەرسە مېڭىدىن ئۆپكىگە قۇيۇلار، بۇ خىل ئەھۋال كۆپ كۆرۈلەر. ئىككىنچى، بوغما ئېچىلىپ، ئۇنىڭ ماددىسى ئۆپكىگە قۇيۇلار، ئۇ يەردە توختاپ، ئۆپكىنى پىشۇرار. ئۈچىنچى، زاتىلجەنبە ئۇنىڭغا سەۋەب بولۇر، ئاشۇ سەۋەبتىن ئۆپكە دائىم ھەرىكەتتە بولۇر، كاۋاك ھەم نازۇك بولۇر، بۇ سەۋەبتىن ماددىنى قوبۇل قىلار.

بىلىش كېرەككى، زاتىلجەنبە مۇشكۈل كېسەللىكتۇر، شۇ سەۋەبتىن كېسەللىك ماددىسى پىشمىغۇچە ئۆپكىنىڭ ماددىسىدا ياخشىلىق پەيدا بولماس.

ئۆپكە نازۇك ئەزادۇر، ئىككى ئۇلۇغ مەنپەئەت ئۇنىڭدىن ھاسىل بولۇر، تىرىكلىكنىڭ ھاسىل بولۇشى ئاشۇ ئىككى مەنپەئەت بىلەن بولۇر. بىرىنچى، ئۆپكە كېڭىيىش، سۈمۈرۈش ھەرىكىتى بىلەن پاكىز ھاۋانىڭ شامىلىنى ئۆزىگە تارتار ھەم ئۇنى ئۆز مىزاجى بىلەن مۇۋاپىقلاشتۇرۇپ يۈرەككە يەتكۈزۈپ بېرەر. شۇنىڭ بىلەن تەبئىي ھارارەت ئۇنىڭغا يېتىپ بارار، يۈرەك ساپ ھاۋادىن راھەتلىنەر، يەغلىش ھەرىكىتى بىلەن يۈرەككە كىرىپ يۈرەكنىڭ ھارارىتىدىن بۇخاراتقا ئايلانغان ھاۋانى يۈرەكتىن چىقىرار، بۇ ھەقتە قىل قان تومۇر شىريان تومۇرنىڭ شەرھىسىدە بايان قىلىندى. بۇ ئىككى ئۇلۇغ مەنپەئەت ئۆپكىنىڭ ھەرىكىتىدىن ھاسىل بولغانلىقتىن ئۆپكىگە ئوزۇق بولىدىغان ماددا ئاۋۋال يۈرەكتە پىشىپ قۇرۇققا مايىل بولۇپ، ئۆپكىگە يېتەر. شۇنىڭ بىلەن ئىككى مەنپەئەتكە ھېچقانداق مۇشەققەت ۋە زىيان يەتمەس. ئەزالارنىڭ ئوزۇقلۇقى يۈرەك ۋە باشقا ئەزالاردا پىشىدىغان بولسا، ئۆزىنىڭ ئوزۇقلۇقىنى پىشۇرۇشنىڭ ھەرىجىنى تارتىدىغان بولسا، كېسەللىكنىڭ ماددىسى ئۇنىڭغا قۇيۇلسا ئىنتايىن مۇشكۈلدە پىشۇرار. مۇشەققەتتە ئۆزىدىن يوقىتار، ئۆپكىنىڭ ئەسلىي ماددىسى كۆپ ۋاقىتلاردا

بەلغەم ياكى قاندۇر، شۇ ۋەجدىن ئۆپكە پۇۋەكچىسى نازۇك ۋە كاۋاك بولار، سەپرا ماددىسى ئۇنىڭدا تۇرماس، گاھىدا ئۆپكىنىڭ قوشنا ئەزالرنىڭ جىنسىدىن بولار، بۇنىڭ ئىلاجىنى قىلىشقا مۇھلەت يېتىشمەس، چۈنكى ماددا ناھايىتى ئىسسىق بولۇپ، يۇرەككە يېقىندۇر. سوغۇق تەبىئەتلىك شەربەتلەردىن مەنپەئەت تاپماس، شۇ سەۋەبتىن ھەر ئەزا شەربەتتىن قۇۋۋەت ئالار، بەزىسىنى ئۆزى سۈمۈرەر، شەربەت ھەر ئەزادىن ھارارەت ئالار. ئەزادا ماددا بولسا، ئۇنىڭغا يەنە ماددا (بۆلەك) قوشۇلار، سوغۇقلۇقنىڭ قۇۋۋىتى ئۇنىڭ ئۆزىدە قالمسا، ئاندىن ھەمراھىنىڭ ھارارىتىگە تاقابىل تۇرار. زىماتنىڭ سوغۇقلۇقىمۇ ئاشۇ ھارارەتكە تاقابىل تۇرار، ئوخشاشلا زىماتنىڭ سوغۇقلۇقى ئاشۇ ھارارەتكە تەڭ كېلەلمەس، شۇ سەۋەبتىن سوغۇق زىماتنىڭ قۇۋۋىتى كۆپ ئۆتكۈنچى ئەمەستۇر، كۆكرەك ساھەسىنىڭ ئۇستىخانلىرى، پەردىلىرى ۋە مۇسكۇللىرى ئۇنىڭغا ھاجەتمەن بولۇر. گاھىدا ئۆپكىنىڭ ماددىسى تەڭشەش بىلەن يوقار، گاھىدا يىرىڭغا ئايلىنار، يىرىڭ ھەمىشە ئاق ۋە پىششىق بولۇر، گاھى قارا بولۇر، شەربەتنىڭ تېگىدە قالغان تىرىپىدەك بولۇر، ئۇنى ئاغرىق دەرلەر، گاھىدا قاتتىق بولۇر، گاھى چوڭ يىرىڭلىق ئىششىققا ئۆزگىرەر، گاھى كۆكرەك پەردىسىگە قۇيۇلۇپ، زاتىلجەنبە بولۇر، گاھى بۇ كېسەللىك كۆكسى ۋە قوللىرىدا قورۇلۇش پەيدا قىلار، قورۇلۇش پەيدا بولغان تەرەپتىن تاكى بارماقلىرىنىڭ ئۇچىغىچە سەزمەسلىك زاھىر بولۇر.

ئۆپكىنىڭ ئۆزىدىكى كېسەللىك سەۋەبىدىن ئۆپكە سولۇشار، ئۇنىڭ ئەھۋالى سۇلۇق ئىششىقنىڭ ئەھۋالىغا ئوخشار، گاھىدا ماددا يۇرەك تەرەپكە مېڭىپ، يۇرەك قوزغىلىش ۋە ھوشسىزلىنىشنى كەلتۈرۈپ چىقرار، گاھى مېڭە تەرەپكە مايىل بولۇر، بۇ ھال كەم ئۇچرار.

ئۆپكىنىڭ زاتىدىكى قاناشنىڭ مەنپەئەتى زاتىلجەنبىنىڭ قانىشىنىڭ مەنپەئىتىدىن كەم بولۇر، شۇ جەھەتتىن بۇنىڭ ماددىسى ئۇنىڭ ماددىسىغا قارىمۇقارشى كېلەر.

ئۆپكىدىن ماددىنى تارتىشنىڭ تەرىقىسى كۆكرەك پەردىسىدىن تارتىشتىن يىراق بولۇر، بارلىق ئالامەتلەر ئۆپكىنىڭ ئەسلىي ماددىسىنىڭ خىلىدا ئون خىل بولۇر.

بىرىنچى، ئاشۇ كېسەللىك بىلەن ھەمىشە قىزىتما پەيدا بولۇر، شۇ ۋەجدىن ئاخشىمى قىزىتمىسى بولماس، بۇ كېسەللىك پەيدا بولغاندا ئۇ قىزىتما زەئىپ بولۇر، ئۇنىڭ نۆۋەتلىرى ھەر خىل بولماس، ماددىنىڭ ھارارىتى ئاشقۇچە قىزىتما ئۆرلەپ كۈچلۈك بولۇر، ئەگەر ماددا بەلغەم بولسا قىزىتما يۇمشاق ۋە ئاستا بولۇر، گاھى بەلغەم سۈيۇق بولۇر، بۇ ھال كۆپ بولماس ۋە ساپ سۇ بولۇر، بۇنىڭدا قىزىتما زاھىر بولماس، ئۇنىڭ ئاغرىقى ھازىر بولماس، ھەرقانچە بولسا قول ۋە پۇتى سوغۇق بولار؛ ئىككىنچى، نەپەس قىسىلار؛ ئۇچىنچى، ماددىنىڭ كۆپلۈكى ۋە ئازلىقىغا

بېقىپ كۆكرەك ساھەسىدە ئېغىرلىق ۋە كېڭىيىپ كېتىش بولۇر؛ تۆتىنچى، بۇ ئېغىرلىق بىلەن كۆكرەك ساھەسىنىڭ تېگىدە، كۆكرەك ئۇستىخانلىرىدا، ئىككى دولىنىڭ ئوتتۇرىسىدا ئاغرىق پەيدا بولۇر؛ بەشىنچى، مۇرىنىڭ تۆۋەن تەرىپىگە ياكى ئوقۇرەككە ياكى ئەمچەككە ياكى بۇ ئۇچ يەرنىڭ ھەممىسىدە زەربان (تومۇر سوقۇش) پەيدا بولۇر، گاھىدا بۇ زەربان ھەمىشە بولۇر، گاھىدا يۆتەل بىلەن زاھىر بولۇر؛ ئالتىنچى، بۇ بىمار ئوڭدىسىغا ياتالماس ھەم بۇنداق ياتسا ئاغرىق تېپىۋالغاي؛ يەتتىنچى، بۇ بىمارنىڭ تىلىدا ھەمىشە قويۇق، يېپىشقاق سۇ بولار، ھۆللۈك ۋە بۇ ئەھۋال ئاخىرىغا يەتسە تىلى قارا بولۇر؛ سەككىزىنچى، بۇ بىمارنىڭ كۆزى ۋە قاپقى ئىششىق بولۇر، تارتىشىپ قالار، يۇزىدىن داغ ئۆرلىگەندەك ئالامەت زاھىر بولۇر، مەڭزى قىزىل بولۇر. خۇسۇسەن، قىزىتما ۋاقتىدا كۆزنىڭ ھەربىر تىلىرى ئادەتتىكى ۋاقتىلاردىكى ھەربىر تىلىرىدىن ئاستا ۋە غەيرىي بولۇر، كۆپ ھاللاردا كۆزنىڭ تومۇرلىرىنى كۆپتۇرۇپ ئوراپ ئالار، بۇ ھەممىسى بۇخاراتنىڭ كۆپلۈكىنىڭ سەۋەبىدىدۇر؛ توققۇزىنچى، بۇ كېسەللىك قىزىتما ھالىتىدە تۇرغاندا كۆزلىرى ئۇخلاپ قوپقان ئادەمنىڭ كۆزىگە ئوخشاپ قالۇر، بۇ بۇخاراتنىڭ كۆپلۈكىنىڭ سەۋەبىدىدۇر؛ ئونىنچى، تومۇرلىرى تېز ۋە يۇمشاق بولۇر، شۇ جەھەتتىن ئىششىق يۇمشاق ئەزالاردا بولۇر، ئۇ ئەماسنىڭ ماددىسى كۆچلۈك ھۆللۈكتىندۇر. قىزىتمىنىڭ سەۋەبىدىن ھاجەت كۆپ بولۇر، كېسەللىك مۇلايىم بولۇر، كېسەلنىڭ قۇۋۋىتى يۇقىرى بولسا، كۆچلۈك ھۆللۈككە ئېھتىياجى كۈپايە قىلۇر، ئەگەر قۇۋۋەت يۇقىرى بولمىسا ئاستا ـ ئاستا يانار، نەپەس ئېلىش ھەم تومۇرنىڭ ھالىغا بېقىپ بولۇر. ئۆپكىنىڭ زاتىدا كۆيدۈرگە كېسىلىنىڭ جىنسىدىن بولغان كېسەللىك كۆرۈلسە، نەپەس قىسىلىپ چىقار، لېكىن ئاغرىق ئازراق بولۇر، گاھىدا قاتتىق بولسا، ئۆپكىنىڭ زاتىدا تاش پەيدا قىلۇر.

فۇلەس جالىنۇستىن ھېكايەت قىلىدۇكى: ئۇ يۆتەل بىلەن تاشنىڭ چىقىپ كەتكەنلىكىنى كۆرگەن. ئىسكەندەر مۇنداق ئېيتقان ئىكەن:

مەن سۈيدۈك يولىدىن چوڭ تاشلارنىڭ چىققانلىقىنى كۆردۈم، بۇ تاشلار چىقىپ كەتكەندىن كېيىن يۆتەل پەسەيەر.

فۇلەس مۇنداق ئېيتقان ئىكەن: مەن تۇرغاندا ئۇششاق ۋە قاتتىق ئوغرىتىكەندەك تۆت تاشنىڭ چىققانلىقىنى كۆردۈم، ھەربىرىنىڭ ئېغىرلىقى ئۈچ مىللىگرام بار ئىدى، ئۇ تاشلار قاتتىق يۆتەل بىلەن چىقىپ كەتتى، ئاندىن كېيىن يۆتەل پەسەيدى.

ئۆپكىنىڭ زاتى سىلىغا مۇقىملاشسا، ئۇ ئادەم سىل بىلەن ھالاك بولۇر، ئۆپكە زاتىنىڭ ماددىسى سۇيۇق ھۆللۈك بولسا، نەپەس قىسىلار، ئېغىزىدىن سۇ كۆپ كېلەر، ئۇ يۆتەل بىلەن

كەلسە ياخشى بۇلار، چىرايى قىزىل بولسا كۆكرىكىدە جاراھەت بولماس، گاھىدا بولۇر، ئۆپكىگە سۇيۇق ھۆللۇك يىغىلار، بۇ بىمارنىڭ ھالى سۇلۇق ئىششىغان بىمارنىڭ ھالىغا ئوخشاش بولۇر، قىزىتمىسى ئاز بولۇر، نەپەس قىسىلار. ئۇ ھارارەتنىڭ ئىششىقى ئۆپكىنىڭ بېخىدا بولسا، ئۇچىسىدا زەربان (تومۇر سوقۇش) بولسا، ئاغرىقى ئاستا، قىزىتمىسى ئاز بولۇر، بەدىنى قىچىشىپ، ئاۋازى ئىتتىك بولۇر. ئەگەر جاراھەت ئىششىغان بولسا، ئېغىزىدىن بېلىق پۇرىقىدەك سېسىق پۇراق كېلەر، يۆتەل بىلەن ھۆللۇك ئاز كېلۇر، گاھىدا ئۆپكىگە مۇدۇرلار چىقسا، ئۇنىڭ ئالامىتى شۇكى، نەپەس قىسىلار ۋە ئىزتىراپلىق بولۇر، بىرە بىر نەپەس ئالۇر، كۆكرەك ساھەسىدە ئېغىرلىق بولۇر، كۆكرەك ساھەسىنىڭ ئارىسىدا قاتتىق ئېچىشىش بولۇر. ئۇنىڭ ئالامىتى شۇكى، يۆتەل بىلەن پىششىق ھۆللۇك ئاسانلىق بىلەن چىقىپ كېتىپ، ياخشىلىق زاھىر بولۇر، پاكىزلىنار.

ئەگەر يىرىڭ بولسا ئۇنىڭ ئالامىتى شۇكى، ھەمىشە قىزىتما ھالىتىدە بولۇر، ئۆپكىنىڭ بېخىدا ئاغرىق ۋە كېڭىيىپ كېتىش زاھىر بولۇر، ئەگەر قۇۋۇتى غالىب بولسا ئاسان پىشار.

ئۆپكىنىڭ زاتىدا چوڭ يىرىڭلىق ئىششىق بولسا ئاسان ئېچىلىپ، ئاستا - ئاستا پاكىزلىنار، ئەگەر قۇۋۇتى زەئىپ بولسا پىشماي سېسۇر، ساقىيىش ئۇمىدى بولماس.

ئەگەر شۆلگەي تاتلىق بولسا يىرىڭلىغان يەرنىڭ پىشقانلىقىنى بىلدۈرەر، ئەگەر قىرىق كۈندە ساقايمىسا، كېسەللىك ئۇزاققا سوزۇلغاي، ئەگەر كېسەللىك ئۇزۇنغا سوزۇلسا، پۇتنىڭ ئۇستى ئىششار، بۇنىڭ سەۋەبى ئوزۇقلاندۇرغۇچى قۇۋۋەتنىڭ زەئىپلەشكەنلىكىدۇر.

ئەگەر يىرىڭ پېشاپنىڭ يولى بىلەن كەلسە، سالامەتلىكنىڭ ئەسلىگە كېلىشىگە ئۇمىد باغلىنار، ئەگەر سىل كېسەللىكىگە ئۇزۇگەرسە، رەڭگرويىنىڭ ئىسكەتى كېتەر، دائىم كېچىسى قىزىتار، بارماق ئۇچلىرى ھەمىشە قىزار، سىلنىڭ ئالامەتلىرى (ئۆز ئورنىدا بايان قىلىنىدۇ) زاھىر بولۇر، ئەگەر ئۆپكىنىڭ ئىششىقى زاتىلجەنبىگە ئۇزۇگەرسە، نەپەسنىڭ قىسىلىشى ئازراق بولۇر ۋە بىقىندا سانجىق پەيدا بولۇر.

بۇقرات مۇنداق ئېيتقان ئىكەن: ئەگەر ئۆپكە ياللۇغدا بىمارنىڭ ئەمچىكىنىڭ ئەتراپىغا خەراج (چوڭ يىرىڭلىق ئىششىق) چىقسا، ئاقما كېسىلى بولسا، ئۆپكىنىڭ ئۇزى كېسەللىكتىن خالاس تاپۇر، ئەگەر پاچىقىغا چوڭ يىرىڭلىق ئىششىق چىقسا، سالامەتلىكنىڭ ئەسلىگە كېلىشىدىن ئۇمىد تۈگۈلار.

جالىنۇس مۇنداق ئېيتقان ئىكەن: ئەگەر قاندىن بولمىسا، ئۇنىڭ ئالامىتى زاھىر بولسا، ئاۋۋال قان ئالغاي، ماددىنىڭ قايسى تەرەپتە ئىكەنلىكىنى ئويلاشقاي، ماددا قايسى تەرەپتە بولسا،

شۇ تەرەپتىكى پۇتنىڭ سافىن تومۇرىدىن قان ئالغاي، ئەگەر ماددا ئوڭ تەرەپتە بولسا، ئوڭ پۇتتىن قان ئالغاي، ئەگەر سول تەرەپتە بولسا، سول پۇتتىن قان ئالغاي، ماددىسى قايسى تەرەپتە ئىكەنلىكىنى بىلىشنىڭ ئۇسۇلى شۇكى، قىزىتمىدا قايسى تەرەپتىكى مەڭزى قىزىرىدۇ، ئاشقازان ئاغرىقى قايسى تەرەپتىن تېپىلىدۇ، قايسى تەرەپنى بېسىپ ياتقاندا ھۆللۈك كۆپرەك چىقىدىغانلىقىغا قارىغاي. يەنى ماددا شۇ تەرەپتە بولۇر، بۇ چاغدا سافىن تومۇردىن قان ئالغاندىن كېيىن باسلىق تومۇردىن قان ئالغاي، لېكىن قارشى تەرەپتىن ئالمىغاي، ئەگەر سۇسلۇق پەيدا قىلسا، يەتتە ئەزادىن ۋە قىيفال تومۇردىن قان ئالغاي، لېكىن مۇڭاپىق كېلىدىغان تەرىپىدىن ئالغاي، گاھىدا ماددا ئازراق قالغانلىقى مەلۇم بولغاندىن كېيىن كۆكرەك ساھەسىگە ھىجامەت قويۇشقا ئېھتىياج چۈشەر، بۇنىڭ ئۈچۈن ماددا ئاز قالغان بولغاي، ماددا زاھىر بولغان تەرەپكە ھىجامەت قويغاي.

جالىنۇس مۇنداق ئېيتقان ئىكەن: ئەگەر قىزىتما بولسا، سۇرگە بېرىشتىن ھەزەر ئەيلىگەي، قان ئالغاي، چۈنكى قان ئېلىشنىڭ خەتىرى يوقتۇر، سۇرگە بېرىش ناھايىتى خەتەرلىك ھېسابلىنار، چۈنكى سۇرگە ماددىنى تەڭرىتەر، شۇ سەۋەبتىن سۇرگە ئىشلىتىش خەتەرلىك ھېسابلىنار. گاھىدا سۇرگە بەرسىمۇ بولۇر، سۇرگە بەرسە ھەددىدىن زىيادە سۇرۇڭۈپتەر.

ھەربىر كىشىنىڭ ئاغرىقى ۋە كېڭىيىپ كېتىشى ئۆپكىدە ۋە ئۆپكىنىڭ بېغىدا بولسا، ئاغرىقنى ئوقۇرەككە يېقىن تاپسا، قان ئېلىش پايدا قىلۇر.

ھەربىر كىشىنىڭ ئاغرىقى يېنىدا بولسا، ئۇنى قوۋۇرغا يېرىلىش دەپ ئاتار، بۇنىڭغا سۇرگە دورىسى بەرگەي، ئەگەر تېۋىپ ھەم قان ئېلىشنى ھەم سۇرگە دورىسى بېرىشنى مۇڭاپىق كۆرسە، ئۆزىنىڭ كۆرسەتمىسىگە ئىشەنچ قىلغاي، ماددىنى قويۇلدۇرىدىغان شەربەتلەر قويۇق بولغاي، كاسنە سۇيى ۋە سوغۇق سۇ بەرمىگەي.

ئۆپكىنىڭ زاتىدىكى كېسەللىك كۆيدۈرگىنىڭ جىسمىدىن بولۇر، پاك قىلىدىغان شەربەتلەرنى بەرگەي، مەسىلەن: ھەسەل سۇيى، جۇلاپ، كاشكاپ بەرگەي.

زاتىرىيە ۋە زاتىلجەنبىنىڭ ھەممە خىللىرىدا يېڭى تەدبىر قىلغاي ياكى كۆكرەك ساھەسىنى ھۆللۈكتىن تازىلىغاي.

ئاشۇ قىزىتمىنىڭ سەۋەبىدىن سوغۇق شەربەتلەرگە ئېھتىياجلىق بولسا، شەربەتلەردىن تازىلايدىغان ھەم ھۆللۈكنى ئاشۇرىدىغان شەربەتلەرنى بەرگەي، مەسىلەن: چىنار سۇيى، ھىندى قوغۇنىنىڭ سۇيى، قاپاق سۇيى، سىركەنجۈبىل (بۇ بەك ئاچچىق بولۇپ كەتمىگەي) قاتتىق مەنپەئەت قىلۇر، كۆكرەك ساھەسىنى تازىلار ھەم قىزىتما ۋە سۇسلۇقنى پەسەيتەر. ئاچچىق

سركەنجۈبىل ماددىنى ئۆزئارا كېسەر، بىر - بىرىدىن ئاجرىتار. ئەگەر قۇۋۋەتتى يۇقىرى بولسا، پاك بولسا، ئۇ بىر - بىرىدىن ئۆرۈلگەن ماددىنى بىر - بىرىگە قوشماس، ئەگەر قۇۋۋەتتى كۈچلۈك بولسا، مەيدىنى پاك قىلۇر، لېكىن ئىختىيار شۇكى، ئاچچىق سىركەنجۈبىل بەرگەي، شۇنىڭ بىلەن مەقسەت مۇلايىملىق بىلەن ھاسىل بولۇر. ئەگەر ئاچچىق سىركەنجۈبىلنى بېرىش ئىختيار بولسا ياخشى بولۇر، ئۇنى ئىسسىق سۇغا قوشۇپ ئاز - ئازدىن بەرگەي، ھەسەل سۈيى ۋە جۇلاپ بەرگەي، پاك قىلىدىغان، ساپ قىلىدىغان ۋە ھۆللۈكنى ئاشۇرىدىغان كاشكاپمۇ مۇشۇنىڭغا ئوخشار، لېكىن جۇلاپ ۋە ھەسەل سۈيى پاكلىقنى ئاشۇرىدىغان، ساپلىقنى ئاشۇرىدىغان دورىلار ھېسابلىنار، كاشكاپ قۇۋۋەتتىگە مەدەت بېرەر، ھەسەل سۈيى شەربەتلەرنىڭ پاك ۋە ساپلىقنى ئاشۇرار.

لېكىن ئۆپكىنىڭ زاتى خام بولسا ياكى يەنە بىر تەرىپىدە بولمىسا، ھەسەل سۈيىنى كۆپ سۇغا ئارىلاشتۇرۇپ بەرگەي، بۇنىڭدا ھەسەلدىن سۇ كۆپ بولغاي، بۇ ھالدا ھەسەل سۈيى قوشۇلغان جۇلاپ ۋە سۈيۇق كاشكاپ مۇۋاپىق كېلۇر.

تاتلىق شاراب پاك ۋە ساپ قىلغۇچى ھېسابلىنار، خۇسۇسەن ئاق شاراب، لېكىن زاتلىجەنبە ۋە زاتىرىيە كېسەللىكلىرىدە تاكى ماددا پىشمىغۇچە شاراب بېرىش توغرا ئەمەستۇر، ئۇ كىشىنىڭ ئەھۋالىدىن مىزاجى ئىسسىق ئىكەنلىكى مەلۇم بولسا ۋە ئۇسسۇزلۇق پەيدا بولسا، ئۇنىڭ تەدبىرىگە تېزرەك مەشغۇل بولغاي.

ئۇ كىشىنىڭ جىگىرىدە ۋە تېلىدا ئاغرىق بولسا، شاراب بېرىشكە بولماس، قىزىل ۋە تاتلىق شاراب قۇۋۋەتتىن ئاشۇرار ۋە قالغان ماددىنى يۇمشىتار، يېڭىلىغاي، ماددىنىڭ ئۇچىنى كۆپتۇرۇپ تۇرمىغاي، كۆكرەك ساھەسى ۋە كۆكرەك ساھەسىنىڭ ئەتراپىغا زەخىم يەتكۈزمىگەي. يەنى ئاشقازاننى تائامدىن يېنىك تۇتقاي، ئەگەر تەبىئىتى ئادەتتىكىدەك بولمىسا ئاۋۋال تەدبىرىنى قىلغاي، تەبىئىتىنى يۇمشاتقاي، سۇرگە دورىسى، ھۆقنىلەر شۇنداق قىلۇر، بۇ ھەقتە بوغۇزدىن قان كېلىشنىڭ ئىلاجىنى قىلىشتا بايان قىلىندى.

چوڭ تەرتىنى يۇمشىتىدىغان شاراب نۇسخىسى فەلۇس، خىيارشەنبەر، ئۇرۇقى ئېلىۋېتىلگەن قۇرۇق ئۆزۈمنىڭ ھەرقايسىسىدىن 63 گىرامدىن ئېلىپ، تۆت پىيالە سۇ بىلەن يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ سۈزگەي. بىر پىيالە شوخلا سۈيى قوشقاي، ئەگەر قۇۋۋەتتى غالىب بولسا، بۇلارنىڭ ھەممىسىنى بىرلەشتۇرۇپ، بىر شەربەت قىلغاي، ئەگەر قۇۋۋەتتى ئاجىز بولسا، ئىككى شەربەت قىلغاي، بۇ، ئاشقازاندا ئاغرىق پەيدا قىلغان يەرلەرنى تۇتقىتەر، شۇ سەۋەبتىن يەل پەيدا بولغاندا قەي قىلىش بۇ كېسەللىككە زىيان قىلۇر.

ماددىنى پىشۇرىدىغان زىماتلارنى ۋە تىلالارنى ئاۋۋال بىنەپشە يېغىنىڭ مومىدىن قىلغاي، ئاندىن كېيىن توخۇ چاۋىسى، ئاق لەيلىنىڭ شىرىسىنى كۆپ قوشقاي، ئاستا ـ ئاستا بابۇنە، ئاق لەيلىنىڭ يىلتىزى، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى، بىنەپشە، ھەمشىباھار بوستانىنى كۆپەيتىپ قاياناتقاي، خۇددى ھالۋىغا ئوخشاش قىلغاي.

ئەگەر ماددا خام بولسا، ئۇجمە يوپۇرمىقىدىن ۋە پىششىق بەدىيان بەرگىدىن سوقۇپ زىمات قىلغاي.

ئۇ يەردە ماددا كۆپ بولسا سوغۇق زىمات زىيان قىلۇر، ھۆل ۋە قۇرۇق ئىسسىق ئۆتكۈزۈش مەنپەئەت قىلۇر.

ئەگەر زاتىررىيە ھۇمرە (چۈمۈلىسمان ئىشىشىق) نىڭ تۇرىدىن بولسا ھۆل زىمات ياخشىراقتۇر.

ئەگەر قانلىق ئىششىقتىن بولغان باش ئاغرىقىدىن بولسا قۇرۇق زىمات ياخشى بولۇر، شامال، قاتتىق ھۆل ئىسسىق ئۆتكۈزۈشنى زىيادە قىلمىسا ھەم زىيان قىلماس، قۇرۇقلۇق زىيان قىلسا بەك زىيان قىلۇر.

ھۆل ئىسسىق ئۆتكۈزۈش سۇ بىلەن ياكى ئىسسىق بىنەپشە يېغى بىلەن بولۇر، بۇنىڭدا كالىنىڭ دوۋسقى ياكى مىستىن ياسالغان ئەسۋابلارنى ئىشلەتكەي.

قۇرۇق ئىسسىق ئۆتكۈزۈشتە تېرىقنى قورۇپ ياكى كېپەكنى تۇز سېلىپ قورۇپ ئىشلەتكەي ۋە شۇنىڭغا ئوخشاش نەرسىلەرنى ئىشلەتكەي. يېڭى ـ يېڭى قىلغاي، ئۇنىڭ تۈتۈنى ئاغرىقنىڭ يۇزىگە يەتمىگەي، ئۇنىڭ تۈتۈنىنى شۇمۇرگەندە دەم سىقىلىشنى پەيدا قىلمىغاي.

ئۇ يەردە قۇرۇقلۇق غالىب بولسا، شۇنىڭ بىلەن بىرگە ماددا قاتتىق ۋە قويۇق ۋە تۈتۈنى بولغان بولسا، ھۆل زىماتنىڭ ۋە ئىسسىق ئۆتكۈزۈشنىڭ تۈتۈنى ئۆپكىگە يەتسە پايدا قىلۇر.

قىچنىڭ زىماتى ماددىنى باشقا تارتىشتا ھىجامەتنىڭ ئورنىدا بولۇر، ماددا مېڭىدە بولمىغاي.

ئىششىق پىشمىغان بولسا غىزاسىغا كاشكاپ، بۇغداي سۇيى، لولى، قىزىل بۇغداش، ھەمشىباھار، لوبىيا، ئاقلانغان ماشنى بەرگەي، ئەگەر ھارارىتى غالىب بولسا، كىشمىش مۇئاپىق كېلۇر، مۆتىدىل نەرسە ۋە يالاڭ ئارپىنى بەرگەي (يالاڭ ئارپا بۇغدايغا ئوخشار، يەنى ئارپىغا ئوخشار، ئۇنىڭ بېشى ئارپىنىڭ بېشىغا ئوخشار).

ئەگەر كۆكرەك ساھەسىدە يىرىكلىك بولسا، چىلان، سەرپىستان، بىنەپشە، سەۋسەن يىلتىزى، ھەمشىباھار ئۇرۇقىنىڭ مېغىزى، ئاق لەيلىنىڭ يىلتىزى، سەمغى ئەرەبى، كەتىرا ئۇرۇقى، كاشكاپ قاتارلىقلارنى بۇغداي سۇيىدە قاياناتقاي. بۇ خىلتىلارنى شۇنىڭ بىلەن ساپ

قىلغاي، شېكەر سېلىپ شەربەت قاياتاسا ياخشى بولۇر.

ئىششىق ئېغىز ئالسا، تاغ پۇرچقىنىڭ ئۇنى، نوقۇت ئۇنى، يالاڭ ئارپا ئۇنىنى ھەسەل بىلەن قاياتقاي، ھەسەل سۇيى بۇ ۋاقىتتا ناھايىتى پايدىلىق بولۇپ، كۆكرەك ساھەسىنى تازىلار.

لوئوقى چىگىت مېغىزىنى ئۇنىڭغا سېلىپ قاينىتىپ، يۇغۇرۇپ بەرسە پاك قىلغۇچى بولۇر.

لوئوقى ئەنسىلىنى ئېشەك سۈتى بىلەن بەرسە ناھايىتى مەنپەئەت قىلۇر، گاھىدا بۇ لوئوق دورىلارغا ھەۋەسنى پاراكەندە قىلدىغان، ئەقلىنى يوقىتىدىغان نەرسىلەردىن كۆكنار پوستى چۈشەر، ئۇنىڭ ئۇرۇقىنى سالسا يۆتەلنى توختىتار، ئەگەر ئاغرىق بولسا پەسەيتەر.

ھەر ۋاقىت ئىششىق يىرىڭلاپ ئېغىز ئالدىغان بولسا، نەپەسنىڭ قىسلىشى ۋە كۆكرەك ساھەسىنىڭ ئېغىرلىقى ۋە ئاغرىقى زىيادە بولۇر، قىزىتمىسى يۇقىرى بولۇر، ئېغىز ئالدىغان كۈنى تىترەش ئالامەتلىرى زاھىر بولۇر. بەدەننى تەرتىپ بويىچە پاكلاش مۇمكىن بولسا، بايان قىلىنغان ئىلاجلارنى بەجا كەلتۈرۈپ، تەبئىتىگە ماس كېلىدىغان ۋە خىلىتنى پىشۇرىدىغان تەدبىرلەر بىلەن كۈچەيتكەي، بايان قىلىنغان زىماتلارنى ئىشلەتكەي، زىماتنى ئۈجمە يوپۇرمىقى، بەدىيان بەرگىدىن تەييارلىغاي. ئارپا ئۇنى، ناۋات، خورما، قۇرۇق ئەنجۈرنىڭ ھەممىسىنى تاتلىق ۋە ئاق شاراب بىلەن پىشۇرۇپ، ھالۋىدەك قىلىپ قويغاي. ئەگەر قويۇقراق بولسۇن دېسە كەپتەر مايىقى، بۆرە ئەرمىنىنى بۇ زىماتقا ئېھتىياجلىق بولغۇچە ئىشلەتكەي، بۇ قۇۋۇەتنى ئېغىز ئالمىغان كۈندە ئىشلىتىشكە بۇيرىغاي، بىمارنى ئىششىق بار تەرەپ بىلەن ياتماسلىققا بۇيرىغاي، مائۇلھەسەل بەرگەي، ئەگەر قىزىتمىسى بولسا، مائۇلھەسەلنى كاشكاپ بىلەن بەرگەي ياكى توشقان گۆشى بەرگەي.

ئەگەر ھارارىتى غالىب بولسا زۇپا، تاغ يالپۇزى، تاغ كۈدىسى، ئەنجۈر، بۇيا يىلتىزىنى ھەسەل سېلىپ قاينىتىلغان زۇپا شارابى بىلەن بەرگەي.

ئەگەر بۇ خىلىتلارنى كاشكاپتا پىشۇرسا خەتەردىن يىراق بولۇر، بۇ ۋاقىتتا خورما بەرگەي ياكى زۇپا شارابىنى ئاق شاراب بىلەن قاينىتىپ، ھالۋىدەك قىلىپ قويغاي، ئەگەر قويۇقراق بولسۇن دېسە، كەپتەر مايىقى ۋە بۆرە ئەرمىنىنى بۇ زىماتقا ئېھتىياجلىق بولغىچە ئىشلەتكەي، بۇ قۇۋۇەتنى ئېغىز ئالمىغان كۈندە ئىشلىتىشكە بۇيرىغاي. بىمارنى ئىششىق بار تەرەپ بىلەن ياتماسلىققا بۇيرىغاي، مائۇلھەسەل بەرگەي. ئەگەر قىزىتمىسى بولسا ھەسەل سۈيىنى كاشكاپ بىلەن بەرگەي ياكى توشقان گۆشى بەرگەي.

خىلىتنى پىشۇرىدىغان قۇرسىنىڭ نۇسخىسى ئاق لەيلى ئۇرۇقى، ھەمىشباھار ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى، قوغۇن ئۇرۇقى، قاپاق ئۇرۇقى، رۇببىسۇس، ئىكلىلمىلىك، بىنەپشە،

كەترانىڭ هەممىسىنى سوقۇپ، زىغىر لوئابى بىلەن يۇغۇرۇپ قۇرس قىلىپ، ئەنجۈر شەربىتى بىلەن بەرگەي.

ئەگەر ئىششىقنىڭ پىشقان كۈنىنى بىلسە، مەسرۇدىتۇس ياكى تەرياق هارارەتنىڭ زاتىنى ساقلىغاي، لېكىن ئۆپكىنىڭ زاتىدا ئىسسىق بولسا ۋە قىزىتمىسى يۇقىرى بولسا بېرىشكە بولماس، خۇسۇسەن ئەگەر ئورۇق بولسا، قاجورە[1] ئۇرۇقى ۋە ئۇنىڭ لوئوق دورىسى پىشۇرغۇچى هېسابلىنار.

لوئوقى هەببى سەنۇبەرنىڭ نۇسخىسى ئاقلانغان چىلغوزا 42 گىرام، كەتىرا، ئاقلانغان تەرخەمەك ئۇرۇقى، سەمغى ئەرەبى، ئاچچىق بادامنىڭ ئاقلانغان مېغىزى، سېمىزئوت ئۇرۇقى، رۇببىسۇس، ئاق لەيلى ئۇرۇقى هەرقايسىسىدىن توققۇز گىرامدىن، شۇمشا، نىشاستە، قۇرىغان زىغىر، پىرسىياۋشان، تاتلىق بادام ۋە جىگدە ئۇرۇقىنىڭ هەرقايسىسىدىن 15 گىرام، بەدىيان ئالتە گىرام، خورما ئىككى دانە، هەسەل 360 گىرام، سېرىقماي 105 گىرام. خورمىنى سېرىقمايغا ۋە هەسەلگە سېلىپ قايناتقاي، يۇمشىغاندا بۇ دورىلارنى سوقۇپ، شۇنىڭ بىلەن يۇغۇرغاي، بەزى نۇسخىلاردا 60 گىرام قەلەمپۇر ئارتۇق سېلىنار.

باشقا يۆتەللەرنىڭ ئىلاجىنى قىلغاندا «قارابادىن» دا بايان قىلىنغان هەبلەر ۋە لوئوق دورىلارنى ئىختىيارىي ئىشلەتكەي.

ماددا تامامەن پىشقاندا ئۆپكە يوللىرىنى ئېچىشنىڭ تەدبىرىنى قىلىشقا هاجەت چۈشەر. ئېغىزنىى مۇناسىپ دورىنىڭ تۈتۈنىنىڭ ئۈستىدە ئېچىپ تۇرغاي، ئاشۇ تۈتۈن گال ساهەسىگە يېتىپ بارغاي. بىمارنى ئورۇندۇقتا ئولتۇرغۇزۇپ، مۇرىسىدىن تۇتۇپ تۇرۇپ ئورۇندۇقنى قاتتىق تەۋرەتكەي، ئاچچىق بېلىق بەرگەي، ئايارەج پەيقىرا، ئاچچىقتاۋۇزنى قوشۇپ، كېچىسى ئېغىزىدا ساقلىغاي، هەببى قوقيا هەم شۇنداق دورىلارنى ۋە هىكنى سۈت بىلەن ئېزىپ بەرگەي، قىچىنى هەسەل سۈيى بىلەن بەرگەي، غىزا يېگەندىن كېيىن قەي قىلىشقا بۇيرىغاي، لېكىن قەي قىلىشنىڭ خەتىرى باردۇر، چۈنكى قەي قىلغاندا ئۆلچەمدىن ئارتۇق ئېچىلىپ كېتىپ، ماددىنى بىراقلا تەۋرىتەر، بوغما پەيدا بولۇر. بىلىش كېرەككى، بۇرۇنقىلار ماددىنى ۋە ئەماسنى قاينىتىش ئۈچۈن قەي قىلىشنى بايان قىلغان ئىكەن، مائۇلهەسەل ۋە زۇپا شارابى، زىمات، لوئوق دورىلار، هەر خىل مەجۇنلەر، تەرياق ۋە مەسرۇدىتۇسلارنى يەتتە كۈندىن كېيىن ئىشلەتكەن ئىكەن.

خوجا ئەبۇ ئەلى ئىبن سىنا مۇنداق ئېيتقان ئىكەن: بۇ ياخشى ئۇسۇل، لېكىن بۇ ئۇسۇلنى قىلىش ماهىر تېۋىپ (هازىق) قا يارىشار، ئەگەر ئاغرىقنىڭ هالىتى ئۆزگىچە بولسا، ئۇنىڭ

① قاجۇرە — بۇ بىرخىل ئۆسۈملۈكتىن ئىبارەت.

تەييارلىقىنى قىلغاي، ئەگەر تېۋىپ ماهىر بولمىسا، ئۇ بۇ ئۇسۇل بىلەن ئىلاج قىلىشقا يارىماس، بارلىق ئېهتىيات بىلەن هارارەت، ئىششىق زىيادە بولمىغاي، كېسەللىك ئۇستىگە كېسەللىك قوشمىغاي، هەر ۋاقىت ئىششىق ئېغىز ئالسا ۋە يارا بولسا، يىرىڭ چىقىشقا باشلار، ئاغرىق ئورنىدا يېنىكلىك پەيدا بولۇر، يېڭى - يېڭى تازىلىغاي، يىرىڭ پۈتۈنلەي چىققاي، كۆكرەك ساهەسىنى تازىلىغاي. مەيدىنى تازىلاشنىڭ ئىلاجى هۆل يۆتەل، تۇتقاقلىق دەم سقىلىشنىڭ ئىلاجىدا بايان قىلىندى.

ئىششىق پىشماستىن ئىلگىرى بىر سەۋەبلەر بىلەن، مەسىلەن: ئاچچىقى كېلىش، قاتتىق هەرىكەت قىلىش، قەي ۋە مۇشۇنىڭغا ئوخشاش نەرسىلەردىن يېرىلار، بۇنداق ئەهۋالدا دەرهال قان ئالغاي، بوغۇزىدىن قان كېلىشتە قىلغان ئىلاجنى قىلغاي، بۇ ئۆز ئورنىدا بايان قىلىنغان ئىدى.

ئون ئۇچىنچى باب زاتۇس سەدرى توغرىسىدا

بۇ كۆكرەكنىڭ ئوتتۇرىسغا يىرىڭ يىغىلىش كېسەللىكىنى كۆرسىتەر. بۇنىڭ سەۋەبلىرى ئىككى خىل بولۇر. بىرىنچىسى، كۆكرەكنىڭ پەردىلىرىدىكى ۋە مۇسكۇللىرىدىكى ئىششىق ياكى جاراهەت ياكى يىرىڭلىق ئىششىق يېرىلىپ ۋە ئېغىز ئېلىپ، يىرىڭ كۆكرەك قەپىزىنىڭ بوشلۇقىغا قۇيۇلغانلىقتىن بولۇر؛ ئىككىنچىسى، زاتىلجەنبە ياكى ئۆپكىنىڭ زاتى يېرىلىپ، يىرىڭ كۆكرەك قەپىزىنىڭ بوشلۇقىغا قۇيۇلغانلىقتىن بولۇر.

يىرىڭ هەر ۋاقىت كۆكرەك قەپىزىنىڭ بوشلۇقىغا قۇيۇلسا ئېغىزىدىن يىرىڭ چىقىشقا باشلار، ئەگەر ئاز بولسا ئېغىزىدىن كېلىش بىلەن تازىلىنار، ئەگەر كۆپ بولسا بوغۇز بىلەن ئايرىلماس، هەرقانداق يىرىڭ 40 كۈندە تازىلىنىپ بولمىسا، ئۇچ خىل هالەتتىن خالىي بولماس ياكى سىل كېسىلىگە ئۆزگىرەر. بىرىنچى، سىل كېسەلگە ئۆزگەرگەن ۋەجىدىن، بوغۇزىدىن كېلىدىغان يىرىڭ ئۆپكىگە ئۆتەر، ئۆپكىنى كۆيدۈرەر، جاراهەت قىلۇر، ئەگەر يىرىڭ ئۆپكە زاتىدىن ئېچىلغان بولسا ئۆپكە سىلى بولغان بولۇر؛ ئىككىنچى، ئاشۇ يەرگە يىرىڭ قۇيۇلار، ئاشۇ يەرنى كۆيدۈرەر، سېسىتار، ئاۋۇالقىدىن يامانراق جاراهەت پەيدا قىلۇر؛ ئۇچىنچى، ئەگەر تەبىئىتى قۇۋۋەتلىك بولسا، كۆكرەكنىڭ قىسمىلىرى بۇزۇلماس. ئىلگىرى كۆكرەككە ئوزۇقلۇق يەتكۈزىدىغان يولدا توسالغۇ بولسا، سۇيدۇك هەيدەش ياكى ئىسهال بىلەن چىقىرىپ تاشلار. بۇ شۇنداق بولىدۇكى، تەبىئەت قۇۋۋىتى يىرىڭنى كۆكرەككە ئوزۇقلۇق يەتكۈزىدىغان، ئېغىزى

كۆكرەككە تۇتاش بولغان تومۇرلار بىلەن ھەيدەپ چىقرار. بۇ چاغدا تومۇرلاردىكى يىرىڭ سۇيدۇك ئارقىلىق تازىلىنار، يىرىڭنىڭ بۇ ئىككى يول بىلەن تازىلىنىشىدا سالامەتلىك ئۈمىدى كۆپرەكتۇر. چۈنكى، جىگەردىن يۇرەككە تۇتاشقان تومۇردا تارتقۇچى قۇۋۋەت بار بولۇپ، سۇ، ئارتۇق ماددا ۋە ئاز مىقداردىكى سۇيۇق قانىنى جىگەردىن تارتىپ، يۇرەككە كەلتۈرەر. ئۇنىڭ ھەيدەپ چىقارغۇچى قۇۋۋىتىمۇ بار بولۇپ، ئارتۇق ماددىنى دوۋساق ئارقىلىق ھەيدەپ چىقرار، ئۇچەيگە تۇتاش ئۆزۈقلۇق يەتكۈزىدىغان تومۇرلار ۋە جىگەردىن يۇرەككە تۇتاش تومۇرلار ماددىنى يالغۇز ھەيدەپ چىقرالماس، يىرىڭنىڭ چوڭ تەرىت ئارقىلىق تازىلىنىشى ئۈچۈن، تېۋىپنىڭ ياردەم بېرىشى زۆرۈر بولۇر.

كۆكرەك جاراھىتى ۋە ئىششقىنىڭ تېز ۋە كېچىكىپ ئېغىز ئېلىشى تەبىئىتىنىڭ قۇۋۋىتىگە، بىمارنىڭ مىزاجىغا، ئۆمرىگە، قۇۋۋىتىگە، كېسەللىكنىڭ ئالامەتلىرىگە، يەلنىڭ پەسلىگە بېقىپ بولۇر، قېرى كىشىلەرنىڭ بۇ كېسەللىكتە كۆپ ھالاك بولۇشى ئەزالىرىنىڭ زەئىپلىكىنىڭ سەۋەبىدىن بولۇر، ياشلارنىڭ بۇ كېسەللىك بىلەن ھالاك بولۇشى ئاغرىقتىن بولۇر، ياشلارنىڭ ھەۋىسى كۈچلۈك بولغانلىقى سەۋەبىدىن ئاغرىقتىن كۆپرەك ئاگاھلىق تاپار.

ئۇ، ئۆپكىنىڭ زاتى ۋە زاتىلجەنبە ئېچىلغانلىقتىن بولسا، ئۇنىڭ ئالامەتلىرى شۇكى، ئاۋۋال بۇ ئىككى كېسەللىكتىن بىرسى بولغان بولۇر، ئۇ كۆكرەكنىڭ جاراھىتى ئېچىلغان سەۋەبتىن بولسا، كۆكرەكتە ئاغرىق ۋە كېڭىيىپ كېتىش زاھىر بولۇر، ئىككى كۈندىن كېيىن ئاغرىق پەيدا قىلۇر، ئۇنىڭ ھەر خىل قىزىتمىلىرى پەيدا بولۇر.

ئاغرىق ۋە جاراھەتنىڭ يۇرەككە يېقىنلىقى سەۋەبىدىن جاراھەت ئاخىرقى چەككە يەتسە قىزىتما ئۆتكۈرەك بولۇر، دىشۋارلىق بىلەن نەپەس ئالۇر، يۆتەل كۆپ بولۇر، بۇ ۋاقىتتا ئىششق يېرىلىپ يىرىڭ چىقىشقا باشلىسا، قاتتىق تىترەش بىلەن قىزىتما بولۇر، ئاغرىقتا نەپەس قىسىلىش، كەينى - كەينىدىن نەپەس ئېلىش پەيدا بولۇر، بارماق ئۇچلىرى ئىسسىق بولۇر، بۇ ۋاقىتتا جاراھەت يېرىلىپ، يىرىڭ كۆكرەك بوشلۇقىغا قۇيۇلسا، قىزىتما ئاستىراق بولۇر، قىزىتما ھەم يوق بولۇر، نەپەس ئېلىشى ئاستىراق بولۇر، ئادەتتىكى ۋاقىتتىكىدىن ئالدىراپراق سۆزلەر، نەپەس ئېلىشتا بۇرۇننىڭ تۆشۈكلىرى بىر - بىرىگە چاپلىشار، ھەر قېتىم ئۇياندىن - بۇياڭا ئۆرۈلسە يىرىڭ بۇياندىن ئۇياڭا قۇيۇلار، ئاۋازى ئاڭلىنار، ئەگەر يىرىڭ كۆكرەكنىڭ يېرىمىدا بولسا ئاغرىق، تارتىشىش، كۆيۈشۈش ھەم كۆكرەكنىڭ يېرىمىدا بولۇر، ئەگەر يىرىڭ ھەر ئىككى تەرەپتە بولسا، ئاغرىق ۋە قىزىش، تارتىشىش كۆكرەكنىڭ ھەممىسىدە بولۇر.

ئەگەر لاتىنى قىزىلگۈل يېغىغا چىلاپ نەمدەپ، بىمارنىڭ كۆكرىكىگە چاپلىسا، يىرىڭلىغان

يەر تېز قۇرار، ئەگەر كېسەللىك ئۇزاققا سوزۇلسا پۇتى ئىششار، شۇ جەھەتتىن ھارارەت غەيرىي قۇۋۇەتتىن يانار، قۇۋۇەت ھارارەتنىڭ ئورنىدىن يىراق بولغانلىقى ئۈچۈن ھارارەتتىن ئازراق بەھرە ئالار، ئۇنىڭ ھەزىم قۇۋۇتى زەئىپ بولسا، يامان ئالامەت ھېسابلىنار.

بوغۇزىدىن يىرىڭنىڭ دىشۇارلىق بىلەن كېلىشى يىرىڭنىڭ قويۇقلۇقىدىن ياكى قۇۋۇەتنىڭ ئاجىزلىقىدىن بولۇر.

بەلغەم ۋە يىرىڭنىڭ پەرقى شۇكى، ئەگەر سۇغا سېلىپ قارىسا بەلغەم سۇنىڭ ئۈتتۈرىسىدا تۇرار، يىرىڭ سۇنىڭ ئۈستىگە ئۆرلەر، يىرىڭنى ئوتقا سالسا سېسىق پۇرار، يىرىڭنىڭ بۇسى كۆيگەن ئۇستىخاننىڭ بۇسىغا ئوخشار. بۇنىڭ ئىلاجىنى قىلغاي.

ھەر ۋاقىت ئېيتقان ئالامەتلەر زاھىر بولسا، كۆكرەكنىڭ جاراھىتى ئېچىلىپ يىرىڭ چىقىشقا باشلىسا، جىددىي تۈتۈش قىلغاي. بۇنىڭدا كۆكرەكنىڭ ئۆز بابىدا بايان قىلىنغان تەدبىرلەر ۋە شەربەتلەر بىلەن يىرىڭدىن ئايرىغاي، بۇنىڭ ئىلاجى ئۆپكە زاتىررىيىسىنىڭ ئىلاجىدىن ئىبارەت. يىرىڭنى ئىمكان يار بەرگەنچە تېزلىك بىلەن تازىلىغاي، جىگەر، يۈرەك ۋە دوۋساقنى پاكلايدىغان دورىلار بىلەن پاكىز تازىلىغاي. ئەگەر مۇڭاپىق كۆرسە ئىسھال بىلەن چىقىرىپ تاشلىغاي. سۇرگە دورىلىرى بىلەن تېزرەك چىقىرىپ تاشلىغاي. ئاللاتائاللانىڭ پەرمانى بىلەن راۋان قىلىدىغان، ئىسھال قىلىدىغان دورىلارنىڭ ھەر ئىككىسىنى بىمارنىڭ مىزاجىغا، ئۆمرىگە ۋە يىلنىڭ پەسلىگە قاراپ بەرگەي.

ئون تۆتىنچى باب ئۆپكە سىلى توغرىسىدا

ئۆپكىنىڭ جاراھىتى سىل دەپ ئاتىلار، بەزى كىشىلەر ئۆپكىسىدە جاراھەت بولمايمۇ سىل بولۇر، لېكىن ئۇلارنىڭ ئەھۋالى سىل بولغان ئادەمنىڭ ئەھۋالىغا ئوخشار. بىرىنچى، سۇ ئارىلاش ھۆللۈك ھەمىشە ئۇ كىشىلەرنىڭ بېشىدىن ئۆپكىسىگە قۇيۇلار، مادىدا پىشىماستىن ئىلگىرى ئۇ ھۆللۈكنىڭ ئۆتكۈرلۈكى ئۆپكىنى كۆيدۈرەر، جاراھەت قىلۇر؛ ئىككىنچى، ئۆپكىنىڭ ئىششىقى زاتىررىيە دەپ ئاتىلار، يىرىڭ پەيدا بولۇر، جاراھەت قىلۇر؛ ئۈچىنچى، زاتىلجەنبە پىشار، يىرىڭلار، ئاشۇ يىرىڭ يۆتەل بىلەن كېلۇر، ئۆپكىگە ئۆتەر، ئۆپكىنى كۆيدۈرەر، جاراھەت قىلۇر؛ تۆتىنچى، تاشقىرىقى سەۋەبلەرنىڭ بىرەرسىدىن زاھىر بولۇر، ئاشۇ سەۋەبلەر بىلەن ئۆپكىنىڭ تومۇرلىرىنىڭ ئېغىزى ئېچىلار ياكى تومۇر ئۇزۇلەر، بوغۇزىدىن قان چىقىشقا ئۆزگىرەر (بۇ ھەقتە بايان قىلىندى). كۆپ ھاللاردا بۇ كېسەللىكنىڭ سەۋەبى ئۆتكۈر نەزلە بولۇر،

ھۆللۇكلەردە ئۆزگىرىش پەيدا بولۇر، جاراھەت بولۇر ياكى يوق بولۇر، بەزىلەر مۇنداق ئېيتقان ئىكەن:

ئۆپكە زەخمىسىنىڭ ساقىيىشى مۇمكىن ئەمەس، بۇنىڭ سەۋەبى ھەرقانداق ئەزا جاراھەت بولۇر، جاراھەت بولغان ئەزا تىنچ تۇرغاي، بۇنىڭ بىلەن جاراھەت ساقىيار، ئۆپكە ھەمىشە ھەرىكەتتە بولۇر، ئۇ ھەرقانداق ۋاقىتتا تىنچ تۇرماس، شۇنىڭ ئۈچۈن ئۇنىڭ جاراھىتى ساقايماس.

جالىنۇس مۇنداق ئېيتقان ئىكەن:

ئەزانىڭ ھەرىكىتى جاراھەتنىڭ ساقىيىشىنى مەنئى قىلماس، ئۇ ھەرىكەتكە يەنە بىر سەۋەب قوشۇلمىغۇچە جاراھەت ساقايماس. بۇنىڭ دەللىلى شۇكى، پاسىل پەردە ھەمىشە ھەرىكەتتە بولۇر، ئېيتىلىشچە، ئۇنىڭ جاراھىتى پۈتەر، ئەگەر جاراھەتنىڭ سەۋەبى ئۆپكىنىڭ ئىششىقى بولمىسا، خىلتىنىڭ ئۆتكۈرلۈكى ۋە كۆيۈشۈشى ئۆپكىنى جاراھەت قىلۇر. تومۇرنىڭ ئېغىزى ئېچىلغان بولسا، ئىچكى ۋە تاشقى سەۋەبلەرنىڭ بىرەرى تەسىر قىلمىسا ۋە يېرىلمىغان بولسا جاراھەت ساقيار.

جاراھەتنىڭ سەۋەبى ئىششىق يېرىلغانلىقتىن ياكى خىلتىنىڭ ئۆتكۈرلۈكىدىن بولسا ساقايماس، شۇ سەۋەبتىن جاراھەت يىرىڭدىن ئايرىلمىغىچە ساقىيىشى مۇمكىن ئەمەستۇر.

ئۆپكىنىڭ جاراھەتتىن ئايرىلىشى يۆتەل ئارقىلىق بولۇر. يۆتەل جاراھەتنى چوڭايتار، يۆتەلنىڭ ھەرىكىتى ئاغرىقنى ئاشۇرار، ئاغرىق ماددىسىنى ئاشۇ يەرگە تارتار، ئەگەر جاراھەتنى قۇرۇتۇش ئۈچۈن قۇرۇق دورىلارنى بەرسە، يۆتەل ۋە كۆكرەكنىڭ دۇرۇسلۇقىنى ئاشۇرار، يىرىڭنى قۇرۇتار، ئۇ يىرىڭنى چىقىشتىن توختىتار. ئەگەر يۇمشاق ھۆل دورىلار بېرىلسە، جاراھەتنى پاكىز تۇتار، جاراھەت ھۆل تۇرۇپ بەرسە ساقايماس.

ئەگەر ھارارەتنىڭ سەۋەبى خىلتىنىڭ ئۆتكۈرلۈكى بولسا، ئاشۇ مىزاجنى ئەسلىگە كەلتۈرگەي، خىلتىنىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى يوقاتقاي، ئۆپكىنىڭ جاراھىتى بىر مەزگىل تۇرغاندىن كېيىن ئۆپكىنىڭ يەنە بىر پاكىز قانىتى كۆيەر، بۇنىڭ بىلەن جاراھەت كېڭىيەر ھەم ئاقما كېسىلى بولۇر.

ئەگەر جاراھەتنىڭ سەۋەبى ئەماسنىڭ پىشىشى، يىرىڭلىشىشى ۋە يېرىلىشى بولسا، جاراھەتكە زىيان قىلىدىغان سەۋەبلەر بايان قىلىندى، ئورنىدا بولسا، يەنە سەۋەبلەر ئۇنىڭغا قوشۇلسا، شۇنداق بولىدۇكى، بۇ ئۆپكىنىڭ ھەممە تومۇرلىرى كېڭىيەر، بۇنىڭ بىلەن ئۇنىڭغا ھاۋا كۆپ بارار. تارتىشار ھەم ئۇنىڭغا قۇيۇلىدىغان خىلتقا قارشىلىق قىلالايدىغان بولۇر.

ھەرقانداق يېرىق ۋە جاراھەت بۇنداق تومۇرغا چۈشسە، بۇنداق تومۇر مۇشەققەتلىك بىلەن ساقىيۇر. يەنە بىر ئايەت شۇكى، بىر شەرىتنى جاراھەتلەر ئىلاجى ئۈچۈن بەرسە، ئۇ ئاشۇ جاراھەت بولغان يەرگە يېتىپ پايدا قىلسا، ئارىلىقى يىراق كەلگەنلىكتىن ھەر ئەزا ئۇ دورىدىن بەھرە ئېلىشنى كۈتكەنلىك سەۋەبىدىن ئاشۇ دورىنىڭ قۇۋۋىتى ئاجىزلاپ كېتۇر، بۇ سەۋەبتىن دورىنىڭ كونترول قىلىش قۇۋۋىتى زەئىپ بولۇر. ئەگەر سوغۇق تەبىئەتلىك دورا بەرسە، ئۇنىڭ قۇۋۋىتى جاراھەتلىك يەرگە يېتەلمەس، شۇ سەۋەبتىن سوغۇق تەبىئەتلىك دورىلارنىڭ تەسىرى ئۆتكۈر بولماس. ئەگەر ئىسسىق تەبىئەتلىك دورا بەرسە، جاراھەت ۋە قىزىتما ئېغىرلىشار، ئەگەر قۇرۇق دورا بەرسە، قۇرۇقلۇق ئادەمنىڭ ئىچىنى قاتۇرۇپ زىيان قىلۇر، جاراھەتكە جاراھەتنى قۇرۇتىدىغان دورىلارنى ئىشلەتكەي، شۇنىڭ بىلەن جاراھەت ساقىيار، دورىنىڭ تەسىرى يۇقىرىدا بايان قىلىندى.

ئاشۇ جاراھەت ئۆپكىنىڭ بىغىدا بولسا ئىلاج مۇشكۈل بولۇر. ئۇ جاراھەت ساقىيىشى مۇمكىن، بەزىدە جاراھەت ئۆپكىنىڭ ئىچكى پەردىسىدە بولۇر، بۇ جاراھەت ئۆپكىنىڭ گۆشىگە ئۆتەمەس، بۇ سىل كېسەللىكى ھېسابلىنار، بۇنىڭ ئىلاجى پەرھىزدۇر، لېكىن ئۇزاق مۆھلەتلىك بولۇر، ياش ۋاقتىدىن تاكى قېرىغىچە بۇنىڭدىن قۇتۇلالماس.

ئەبۇ ئەلى ئىبن سىنا مۇنداق ئېيتقان ئىكەن:

بىر قىزنى كۆردۇم، ئۇ كېسەللىك سەۋەبىدىن يىگىرمە يەتتە يىلدىن ئارتۇق يوشۇرۇنۇپ يۇرۇپتۇ.

سوغۇق شەھەرلەر ۋە زىمىستان پەسىللەردە بۇ كېسەللىك كۆپ كۆرۈلەر، ھەر ۋاقىت تومۇزنىڭ كەينىدىن قۇرۇق شامال بولسا ۋە كۈزلۈكى ھۆل - يېغىنلىق بولسا، بۇ كېسەللىك كۆپ بولۇر. ئەگەر ئالامەتلىرى ئېغىر بولسا كېسەللىك سىل ھېسابلىنار ياكى ئەمەس، كۈز پەسلى بۇ كېسەللىكنى ئېغىرلاشتۇرىدىغاندەك مەلۇم بولۇر. ئاشۇ سەۋەبتىن كۈز پەسلى بۇ كېسەللىككە قاتتىق زىيانلىقتۇر. كۆپ ھاللاردا بۇ كېسەللىك ئون سەككىز ياشتىن ئوتتۇز ياشقىچە بولغان ئارىلىقتا بولۇر، بۇ كېسەللىك سوغۇق مىزاج كىشىلەردە كۆپ بولۇر، ئەگەر كىچىك بالىلاردا پەيدا بولسا ساقىيىش ئۈمىدى بولۇر، بۇنىڭدىكى ياخشى ئىلاج پەرھىز قىلىشتۇر.

بىلىش كېرەككى، بۇ كېسەللىك كۆكرەك ساھەسى تار بولغان، بوينى ئۇزۇن بولغان، ئالدىغا سەل ئېگىلگەن، پوقاق ۋە قوش بوغۇز بولغان، مۇرىلىرى گۆشسىز قۇشنىڭ قانىتىدەك ئۇچىسى تەرەپكە چىقىپ تۇرىدىغان ئادەملەردە كۆپ بولۇر. بۇرۇنقىلار بۇنداق ئادەملەرنى «قاناتلىق ئادەم» دەپ ئاتىغان ئىكەن، بۇنداق ئادەملەرنىڭ كۆكرەك ساھەسى ۋە ئۇنىڭ

ئەتراپىدا يەل كۆپ بولۇر، بۇ، كۆكرىكىنىڭ تارلىقى سەۋەبىدىندۇر، ئەگەر بۇ سۈپەتلەر بىلەن بىرگە مېڭە زەئىپ بولسا، ھۆللۈكنى قوبۇل قىلسا، ئۇ ھۆللۈكنى ھەزىم قىلالماس. ھەممە شەرتلەر ۋە ئالامەتلەر ھاسىل بولسا، خۇسۇسەن بۇلارنىڭ خىلىتى ئۆتكۈر ۋە سەپراۋى بولسا، ئۆپكە ئىششىقىدا ھەر قاچان يۆتەل بىلەن قان ۋە يىرىڭ چىقىشقا ھەم بەدەن ئورۇقلاشقا باشلسا، تۆۋەن قىزىتما ھەمىشە بولسا ۋە مەڭزى قىزىل بولسا، بىلىش كېرەككى، سىلغا گىرىپتار بولغان بولۇر.

قىزىتمىنىڭ بولۇشى بۇ كېسەللىك يۈرەككە يېقىن بولغانلىقتىن بولۇر، مەڭزىنىڭ قىزىل بولۇشى ھارارەتنىڭ چىقىشىدىن بولۇر (بۇ ھەقتە يۇقىرىدا دەپ ئۆتكەن بابلاردا مۇشۇ يەرگىچە بايان قىلىندى).

قىزىتمىنىڭ كېچىدە ۋە تائام يېگەندىن كېيىن زاھىر بولۇشىنىڭ سەۋەبى شۇكى، يېگەن تائامدىن ھۆللۈك ھاسىل بولۇر، شۇڭا تەبئىتى سەۋەب بولۇپ، قىزىتما ھەمىشە پەيدا بولۇر، ئۇ ھۆللۈكتىن بەھرە ئالالماس، لېكىن قىزىتمىنى ئاشۇرار، گاھىدا سىلىنىڭ قىزىتمىسى باشقا قىزىتمىلارغا قوشۇلار، مەسىلەن: رۇبئى (تۆت كۈندە بىر تۇتىدىغان قىزىتما)، شەترۇل غەب (غەيرىي ئوفۇنەتلىك قىزىتما)، بەلغەم ۋە سەپرادىن بولغان قىزىتما، يەنە باشقا قىزىتمىلار سىلىنىڭ قىزىتمىسىغا قوشۇلار. ئاۋۋال بەش كۈندە بىر قېتىم تۇتىدىغان تەپ، ئاندىن رۇبئى قىزىتمىسى، ئاخىرى شەترۇل غەب قىزىتمىسى قوشۇلار. چۈنكى خۇموس، رۇبئى، شەترۇل غەب قىزىتمىلىرىنىڭ ماددىسى قويۇق ۋە سەۋداۋى بولۇر. ئۇنىڭ ئىلاجى بۇ كېسەللىكنىڭ ئىلاجىغا يېقىن كەلمەس. بۇ كېسەللىك بىلەن كۆكرەككە يىرىڭ يىغىلغانلىق ھەقىقىدىكى بابدا بايان قىلىنغان ئالامەتلەر پەيدا بولۇر.

بەزىدە كېچىدە ۋە باشقا ۋاقىتلاردا تەرلەر، ئۇنىڭ سەۋەبى قۇۋۋەتنىڭ زەئىپلىكىدىن تەبئەتنىڭ ئوزۇقلۇق ۋە قويۇق ھۆللۈكنى تارقىتىشتىن ئاجىز كەلگەنلىكىدىن بولۇر. بۇ خىل بەدەننىڭ جۈدىگەنلىكى ناھايىتى غەلىتە تۇرار، چاچلىرى تۆكۈلەر، مەيدىسى سىرتقا چىقار، پېشانىسىنىڭ تېرىسى ئۇستىخانغا چاپلىشىپ قالۇر، بەزى كىشىلەردە كېسەللىك ئاخىرىغا يەتسە پۇتى ئىششار، ئۇنىڭ سەۋەبى ھارارەتنىڭ قويۇقلۇقى كەم بولغانلىقتىن، تەبئىتىنىڭ ئاجىزلىقىدىن، خىلىتلارنىڭ بۇزۇلغانلىقىدىن بولۇر. بۇ، غىزانى كۆپ يېگەن، تائامدىن ئۆزىنى تارتمىغان كىشىلەردە بولۇر.

ئەگەر كېسەللىكنىڭ سەۋەبى خىلىتنىڭ ئۆتكۈرلۈكىدىن بولسا چىققان ھۆللۈكنىڭ تەمى دەريا سۈيىدەك ئاچچىق ۋە ئۆتكۈر بولۇر، تومۇرلىرىنىڭ تارلىقى ۋە كەڭلىكى نورمال بولۇر،

ئۇسسۇزلۇق غەلبە قىلۇر، قۇۋۋەت زەئىپ بولغانلىقتىن تائامغا ئېشتىهاسى بولماس، ھەرقاچان قۇۋۋەت چىقۇر ۋە ئىچكىرى كىرىپ كېتەر. ئىش ئاخىرىغا يەتسە، ئۆپكە بېغىنىڭ كۆمۈرچەكلىرى ۋە بىر قىسىم تومۇرلىرى يىرىڭ بىلەن چىقار، چىقىقان خىلىت قويۇق بولۇر، ئاندىن كېيىن توختار، ھېچ نەرسە چىقماس، قۇۋۋەت زەئىپ بولغان سەۋەبتىن چىقىرالماس. مۇشۇنداق ئەھۋال بولسا، بىمار تۆت كۈندىن ئارتۇق ياشىيالماس، كۆپ ۋاقىتلاردا بوغما بىلەن ھالاك بولۇر، ئاغرىقنىڭ ئاخىرىدا قاتتىق يۆتەل پەيدا بولۇر، قانلىق سۇ چىقىشقا باشلار. ئەگەر يۆتەلگە ئىلاج قىلسا، قانىنى توختاتسا، قان ئۆپكىدە قېلىپ ھالاك قىلۇر. ئەگەر قانىنى توختاتماي قان چىقىۋەرسە ھالاك بولۇر. ئاۋۋال چىقىقان قان بىلەن ئاخىرىدا چىقىقان قانىنىڭ پەرقى شۇ بولىدۇكى، ئاۋۋال چىققان قان جاراھەتنىڭ كۆيۈشىنىڭ خاملىقىنى كۆرسىتىپ بېرۇر.

ھەر ۋاقىت سىل كېسەللىكىدە بىمارنىڭ ئىككى چاغ قىسمىغا بادرەنجى دانىسىدەك نەرسە چىقسا، ئەللىك كۈندىن كېيىن ئۆلەر.

ھەرقاچان باش بارماقنىڭ ئۈچىدا يېشىللىق پەيدا بولسا، پېشانىسىگە قىزىل مۇدۇر چىقىپ، ئۇنىڭدىن زەرداب چىقسا تۆتىنچى كۈنى ئۆلەر.

ھەر ۋاقىت بېشىنىڭ ئوتتۇرىسىغا باقلە چوڭلۇقىدا بىر نەرسە چىقسا، ئۇنىڭ رەڭگى قارا بولۇپ، ئاغرىمسا ھەم قىرىق سائەتكىچە توختىسا، قىرىق كۈندە ئۆلەر. بۇلارنىڭ ئىلاجى بۇ بابنىڭ ئاۋۋىلىدا ئېيتىلىپ بولدى.

ھەقىقىي سىل ئۆپكىنىڭ جاراھىتى ھېسابلىنار. يەنە بىر خىل كېسەللىك شۇكى، بىمارنىڭ ھالى ئاشۇ كېسەللىكتە سىل بىمارىنىڭ ھالىدەك بولۇر، بۇ سەۋەبتىن ئۇ سىل دەپ ئاتىلار. سىل ھەقىقىي قىزىتمىدىن خالىي بولماس، ئەمما يەنە بىر خىل سىل قىزىتمىسىز بولۇر، ھەقىقىي سىلنىڭ ئىلاجى مۇشكۈل بولۇر، شۇ ۋەجىدىن قىزىتما ۋە جاراھەتنىڭ ئىلاجى بىر - بىرگە زىت بولۇر، خۇسۇسەن سىل قىزىتمىسىنىڭ ئىلاجى تېخىمۇ شۇنداق بولۇر. چۈنكى، بۇ قىزىتمىنىڭ ئىلاجىنى سوغۇق ۋە ھۆل نەرسىلەر بىلەن قىلغاي، سوغۇقلۇق دورىلارنى قىزىتما سەۋەبىدىن بولغىنىغا، ھۆل دورىلارنى بەدەنىنىڭ قۇرۇقلۇقى ۋە جۈدىگەنلىكى سەۋەبىدىن بولغىنىغا ئىشلەتكەي. جاراھەتنىڭ ئىلاجى، بولۇپمۇ ئۆپكە جاراھىتىنىڭ ئىلاجىنى قۇرۇتىدىغان دورىلار ۋە قىزىتىدىغان دورىلار بىلەن قىلغاي، قۇرۇتىدىغان نەرسىلەر ھەرقانداق جاراھەتنى قۇرۇتمىسا، جاراھەت ياخشى بولماس، شۇ ۋەجىدىن قىزىقلىقنى ئاشۇرىدىغان نەرسىلەر قۇرۇتىدىغان دورىنىڭ قۇۋۋىتىنى ئۆپكىگە تامامەن يەتكۈزمىسە بولماس. ئەگەر قىزىتىدىغان دورىنىڭ قۇۋۋىتى ئۇنى ھەيدەپ ئۆز ئورنىغا يەتكۈزمىگىچە مەخسەتكە يەتكىلى بولماس، چۈنكى ئارىلىق يىراقتۇر.

بۇ سەۋەبتىن جاراھەتنىڭ ئىلاجىغا مەشغۇل بولسا، قىزىتما سەۋەبىدىن بەدەننىڭ قۇرۇقلۇقى ۋە جۈدەڭگۈلىكى ئېشىپ كېتەر. ئەگەر قىزىتمىنىڭ ئىلاجىغا مەشغۇل بولسا ھۆللۈكنىڭ سەۋەبىدىن جاراھەت ساق قالۇر.

داۋالاش

بۇنىڭدا، ئاۋۋال قىزىتمىنى تېزلىك بىلەن پەسەيتكەي، ئاندىن جاراھەتنىڭ ئىلاجىغا تېز مەشغۇل بولغاي، جاراھەتكە پايدا قىلىدىغان دورىلارنى ۋە قىزىتمىنى چۈشۈرىدىغان دورىلارنى شەربەتكە قوشقاي، گاھى قىزىتمىنىڭ ئىلاجىنى، گاھى جاراھەتنىڭ ئىلاجىنى قىلىشقا مەشغۇل بولغاي، شۇنداق بولغاندا بىر كۈن قىزىتمىغا، بىر كۈن جاراھەتكە ئىلاج قىلغاي ياكى ھەركۈنى ئەتىگەندە جاراھەتكە، كەچقۇرۇنلۇقى قىزىتمىغا ئىلاج قىلغاي ياكى كۈندۈزى قىزىتمىغا، كېچىسى جاراھەتكە ئىلاج قىلغاي، بۇنىڭدا قايىسىنىڭ زۆرۈر ئىكەنلىكىگە قارىغاي. قايىسى زۆرۈر بولسا، ئاۋۋال شۇنىڭ ئىلاجىغا مەشغۇل بولغاي. بۇ بايان قىلىنغان تەدبىرلەر ئاشۇ كىشىنىڭ ئىلاجى ھېسابلىنار.

ئاۋۋالقى كۈنى بىرەر سەۋەبتىن گالدىن قان كەلسە، تېۋىپنى تاپقاي ۋە ئۇنىڭ ئىلاجىغا مەشغۇل بولغاي. دەرھەققەت بۇ ئىلاج ئامالسىزلىقتىن قىلىدىغان ئىلاجدۇر، شۇ سەۋەبتىن ھەر ۋاقىت ئۆپكىنىڭ جاراھىتى يالۇغلىنىپ يىرىڭلىسا ۋە يېرىلسا، ساقىيىشى مۇمكىن بولماس، لېكىن ياخشىراق ئىلاج قىلسا جاراھەت بىر خىل تۇرار، كېڭىيىپ كەتمەس، ئۆپكىنىڭ يەنە بىر پارچىسىنى بۇزماس، ھەققىي توغرا ئىلاج قىلسا سالامەتلىكتىن ئۈمىد بولۇر، ئاۋۋالقى كۈنى گالدىن قان كەلگەن بولسا، بۇ قاننىڭ ئۆپكىدىن كەلگەنلىكى ئېنىق بولۇر، ئۆپكىنىڭ جاراھىتى يالۇغلانمىغان بولسا، جاراھەتكە ئىلاج قىلىشقا مەشغۇل بولغاي.

جالىنۇس مۇنداق ئېيتقان ئىكەن:

بىر كىشىنىڭ گېلىدىن قان كەلدى، قاننىڭ ئۆپكىدىن كەلگەنلىكى ئېنىق ئىدى، ئۇ كىشىنى بىرىنچى كۈنى داۋالىغان ئىدىم، شىپا تاپتى. يەنە بىر كىشىنى بىرىنچى كۈنى داۋالىدىم، ئەھۋالى باشقىچە ئىدى، ئۇ بىمارغا بىر يەردە جىم ئولتۇرۇشنى بۇيرىدىم، ھەممە ھەرىكەتلەرنى مەنئى قىلدىم، دەرھال باسلىق تومۇرىدىن ئازراق قانىنى چىقىرىپ تاشلىدىم، شۇنىڭ بىلەن ئۆپكىدىن ۋە ئۆپكىنىڭ ئەتراپىدىن قان تارتىلدى، ئۇنىڭ مادداسى ئۇنىڭدىن يىراق بولدى، پۇت ۋە قولىنى بېسىشنى ۋە تېڭىشنى بۇيرىدىم، ئاندىن سىركىگە كۆپ سۇ قوشۇپ شەربەت قىلىپ بەردىم، بۇنى ئىچىشكە بۇيرىدىم. بۇ سىركىنى بېرىشتىكى سەۋەب شۇكى، ئۆپكىدە بىر پارچە قان

جاراھەتتىن ئاجراپ چىقىپ، ئۇيۇپ يىغىلىپ قالغان بولسا، ئۇنى ئېرىتەر، ئەگەر ئۇچ سائەتتە ئۇچ قېتىم ياكى ئىككى قېتىم بەرسە ياخشى بولۇر. ئاندىن كېيىن قۇرسى كەھرىۋانى ئەنجىبار شەربىتى، ھەببۇلئاس شەربىتى ياكى ئامۇت شەربىتى بىلەن ياكى قۇرسى سۇددەنى يامغۇر سۇيى بىلەن ياكى ھۆل بادرەڭ سۇيى بىلەن بەرگەي.

قۇرس نۇسخىسى «قارابادىن» دا بايان قىلىنغان كاشكاپنى بەرگەي.

كاشكاپقا پاقلان پاچىقى، نامازشامگۈلى ئۇرۇقى، ئاچچىق بېھى قوشۇپ بەرگەي. نارەسىدە بالىلارغا ئانار سىلىپ قاينىتىپ بەرگەي، بىرىنچى كۈنى ھېچقانداق تائام بەرمىگەي، بۇ كاشكاپقا قانائەت قىلغاي.

ئەگەر قۇۋۇتى زەئىپ بولسا، ئارپا ئۇنى، ماش ئۇنى ۋە نوقۇت ئۇنىدىن ئاتىلا قىلىپ، بادام يېغى، شېكەر، ھەسەل قوشۇپ بەرگەي.

ئەگەر ئاغرىق ئېغىر بولسا، ئىككىنچى كۈنى ئازراق قان ئالغاي، غىزاسىنى تارتقاي. تۆتىنچى كۈنىگىچە بايان قىلغان ئۇسۇل بويىچە بەرگەي، بىمارنىڭ كۆكرەك ساھەسىنى گۈل يېغى بىلەن ياغلىغاي. ئەگەر قىش پەسلى بولسا، كۆكرەك ساھەسىگە ناردىن يېغى سۈركىگەي.

ئەگەر قىزىتمىسى تۆۋەن بولسا، مەستىكى يېغى سۈركىگەي، ھۆل قومۇشنىڭ سۇيىنى سىقىپ بەرسە قانىنى توختىتار.

يەنە بىر ئىلاج گالدىن قان كېلىش بابىدا بايان قىلىندى، ئۇلاردىن پايدىلانغاي.

قان توختىتىدىغان زىماتنىڭ نۇسخىسى تۆگمەن توزۇندىسى، كەندىر توپىسىنى تۇخۇمنىڭ ئېقى بىلەن يۇغۇرۇپ كۆكرىكىگە قويغاي.

يەنە بىر زىماتنىڭ نۇسخىسى شەپ يەمەنى، بۇرغۇنەج ئۇسارىسى، ئانار پوستىنى سوقۇپ، تاسقاپ، سۇ قوشۇپ سىركە بىلەن يۇغۇرغاي.

يەنە بىر زىماتنىڭ نۇسخىسى ئاچچىق بېھىنى ئاچچىق شارابتا قاينىتىپ، سوقۇپ كۆكرەككە قويغاي.

بۇ تەدبىرلەرنى ئىششىشتىن ئىلگىرى قىلغاي.

يەتتە كۈندىن كېيىن زۇپانى گۈل يېغىغا ۋە سىركىگە چىلاپ، نەمدەپ كۆكرەككە نەمدەپ قويغاي.

ئاچچىق شاراب قابىز ھېسابلىنار.

ئەگەر جاراھەت پىشىپ، يىرىڭلاپ، قىزىپ، دائىم يۆتەلسە، تېۋىپ قىزىتمىسى ئۇچۇن كاشكاپ بەرگەي، كاشكاپقا قىسقۇچپاقىنىڭ چىشىنى سىلىپ قاينىتقاي. قىسقۇچپاقىنىڭ

چىشسىنى بىلىش ئۇچۇن، ئۇنىڭ ئۇستىگە يىڭنە سانجىغاي، ئەگەر سۇت رەڭلىك ئاق ھۆللۈك چىقسا چىشى ھېسابلىنار، ئۇنىڭ پۇت ـ قوللىرىنى ئۇزۇۋۇپتىپ تۇز، كۈل سۇيى بىلەن يۇغاي. تاشقى قېپى ھۆللۈكتىن پاك بولغاي.

ئەگەر بىمارنىڭ بەدەن قۇۋۇتى ئاجىز بولسا، كاشكاپقا پاقلان پاچىقى، ئوغلاق پاچىقى سېلىپ قاينىتىپ بەرگەي.

ئەگەر چوڭ تەرىتى بوش بولۇپ، ئۇنى توختىتىشقا ئېھتىياجلىق بولسا، كاشكاپقا ئامۇت ئۇرۇقى سېلىپ قاينىتىپ بەرگەي، كاشكاپقا ئامۇت ئۇرۇقى سېلىپ قاينىتىش ھەر ۋاقىت بۇ كېسەلگە پايدا قىلۇر.

ئەگەر يۆتەل بەك كۈچلۈك بولسا، كاشكاپقا ۋە بىمارنىڭ ئىچىدىغان سۇيىگە كاھۇ ئۇرۇقىنى سېلىپ قاياتقاي.

ئەگەر ئاغرىقنىڭ بەدىنىدە ئىششىق بولسا، مەتبۇخى خىيارشەنبەر بىلەن سۇرگە بەرگەي.

مەتبۇخى خىيارشەنبەرنىڭ نۇسخىسى ئاقلانغان خىيارشەنبەر، قۇرۇق بىنەپشە، ئۇرۇقى ئېلىۋېتىلگەن قۇرۇق ئۆزۈمنىڭ ھەربىرى 21 گىرامدىن، چىلاندىن 10 دانە، سەرپىستاندىن 30 دانە ئېلىپ، بۇلارنى 1440 گىرام سۇدا قاينىتىپ، بۇنىڭغا 90 گىرام پاكىز تەرەنجىبىن سېلىپ يەنە قاينىتىپ، يەنە سۈزۈپ، يەنە قاينىتىپ، ئاخىرى 300 گىرام قىلغاي، ئاندىن سۈزۈپ ئىچكەي.

بىر سۇرگۈنىڭ نۇسخىسى خىيار شەنبەردىن 150 گىرام، قۇرۇق بىنەپشىدىن 30 گىرام، چىلاندىن 50 دانە، سەرپىستاندىن 300 گىرام، ئۇرۇقى ئېلىۋېتىلگەن قۇرۇق ئۆزۈمدىن 90 گىرام ئېلىپ، بۇلارنىڭ ھەممىسىنى بىر كىلو 800 گىرام سۇدا، سۇنىڭ يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ سۈزۈپ، 360 گىرام ناۋات، 120 گىرام بادام يېغى سېلىپ يەنە قاينىتىپ، قاياپ ھەسەلدەك بولغاندا 120 گىرام قۇرۇق بىنەپشىنى سوقۇپ، تاسقاپ، ئۇنىڭغا ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلاپ، بىمارنىڭ بەدەن قۇۋۇتىگە قاراپ بەرگەي.

ئەگەر سۇرگە بېرىشنى خالىمسا يەڭگىل ھۆقنە قىلغاي، ئەگەر مېڭىسى ئىسسىق بولسا، بۇ ھارارەتنى تارتار ۋە قوبۇل قىلۇر، ئاشۇ ھارارەتتىن ھۆللۈك ئۆپكىگە تامار، ئاۋۋال قېيفال تومۇردىن قان ئالغاي، ئاندىن كېيىن سۇرگە بەرگەي، بەدەن پاك بولمىسا، پاك قىلمىغان ۋە گۆش ئۆستۇرىدىغان دورىلارنى بەرگەي، ئىچىشكە ئارپا سۇيى، ماش ئۇنى، نىشاستە، كەتىرا، بېھى ئۇرۇقىنىڭ مېغىزىنى بەرگەي، پاكىز ۋە ئاقلانغان سەرتان سېلىپ قاياتقاي، بۇ شېكەرلىك ۋە شېكەرسىز تەييارلانسا بولۇر.

ئەگەر كۆكرىكدە ھۆللۇك بولسا، ئىچىملىكىگە گۈرۈچ سۈيى، كېپەك سۈيى بەرگەي. ئاقلانغان قوناق ۋە كېپەك سۈيى، تەرخەمەك ئۇرۇقنى شېكەر بىلەن بەرگەي. ھەسەلنى ھەببى سۇئال بىلەن بەرگەي.

يۆتەلنىڭ بابدا بايان قىلىنغان ئىلاجلارنى قىلغاي، سۇنىڭ ئورنىدا يامغۇر سۈيى بەرگەي. ئەگەر تاتام يېيىشتىن ئىلگرى مۇنچىغا كىرسە ياخشى بولۇر، مېڭىنى قۇۋۇەتلەپ، ھارارەتنى كېمەيتكەي، نەزلىلەرنىڭ بابدا بايان قىلىنغان تەدبىرلەر بىلەن نەزلىنى توختاتقاي.

ئەگەر كۆكرىكدە قۇرۇقلۇق بولسا ۋە ئۇنى پۈتكەن بولسا، ھەر كۈنى ئەتىگەندە 30 گىرام يۇمغاقسۈت يوپۇرمقىنى سوقۇپ، سقىپ، سۈيىنى سەككىز گىرام بىنەپشە يېغى بىلەن ياكى قاپاق ئۇرۇقنىڭ يېغى بىلەن بەرگەي، ئۈچ سائەتتىن كېيىن سەرتان سېلىپ قاينىتىلغان كاشكاپ بەرگەي. بىنەپشە مۇرابباسىنى بادام يېغى بىلەن، ياتىدىغان ۋاقىتتا ئىسبىغۇل لوئابى ۋە گۈلاپ بىلەن سەمغى ئەرەبنى، گىل ئەرمىنىنى ئېزىپ، بېھى ئۇرۇقنىڭ لوئابى ۋە يامغۇر سۈيى بىلەن بەرسە، ناھايىتى مەنپەئەت قىلۇر، چۈنكى گىل ئەرمىنى جاراھەتلەرنى قۇرۇتار، گۆش ئۆستۈرەر، ھەرقانداق گۈل ئاچچىق بولمسا، بۇ كېسەللىككە ياخشى مەنپەئەت قىلۇر.

نەپەس ئېلىش قىينىلاشسا، گۈل سۈيى ئىچمەي، قۇرۇق كاسىنەنى ئىشلەتكەي.

نەپەسنى مۇلايىم قىلىدىغان لوئوق دورىنىڭ نۇسخىسى ئاقلانغان ماش ئۇنىدىن 45 گىرام، نىشاستە، كەتىرا، سەمغى ئەرەبى ھەرقايىسىدىن 15 گىرامدىن، رۇببىسۇس 30 گىرام، ئاق لەيلى ئۇرۇقى 45 گىرام، ئاق كۆكنار ئۇرۇقى 30 گىرام، ئاقلانغان بادام مېغىزى 60 گىرام، ئاقلانغان بېھىنىڭ ئۇرۇقى 30 گىرام، خىيارشەنبەر ئۇرۇقى، قوغۇن ئۇرۇقى، تازىلانغان قاپاقنىڭ ئۇرۇقى ھەرقايىسىدىن 15 گىرامدىن، ئۇرۇقى ئېلىۋېتىلگەن قۇرۇق ئۈزۈم 60 گىرام. قۇرۇق ئۈزۈمنى بىنەپشە يېغى ياكى بادام يېغى بىلەن قاينىتىپ، بادام مېغىزى ۋە باشقا مېغىزلارنى ئايرىم سوقۇپ، قۇرۇق دورىلارنى سوقۇپ، تاسقاپ، مېغىزلارنى بۇ قۇرۇق ئۈزۈم بىلەن سوقۇپ ئارىلاشتۇرغاي، بىرئاز ئۈزۈم شىرنىسى بىلەن ئېغىزدا ساقلىغاي.

ئۇ كىشىنىڭ مېڭىسى ئىسسىق بولسا، مېڭىسىدىن ئۆپكىسىگە بىر نەرسە تامىدىغان بولسا، تۆۋەندىكى لوئوق دورىنى بەرگەي:

يەنە بىر لوئوق دورىنىڭ نۇسخىسى ئاق كۆكنار ئۇرۇقىدىن 60 گىرام، كۆكنار ئۇرۇقىدىن ئالتە گىرام، سوقۇپ، تاسقاپ ئېلىنغان ئاقلانغان بۇيا يىلتىزىدىن 90 گىرام، بېھى ئۇرۇقى، ئاق لەيلى ئۇرۇقىنىڭ ھەربىرىدىن 45 گىرامدىن، كەتىرا ئۇرۇقىدىن 30 گىرام، سەمغى ئەرەبىدىن 15 گىرام ئېلىپ، بۇلارنىڭ ھەممىسىنى بىر كېچە - كۈندۈز يامغۇر سۈيىگە چىلاپ،

ئاندىن كېيىن تاكى سۇنۇك يېرىمى قالغۇچە ئاستا قاينىتىپ سۈزگەي. 720 گرام ئۈزۈم شىرنىسى، 360 گرام ناۋات، 210 گرام ئىسپىغۇل لوئابى سېلىپ، قىيامغا كەلتۈرگەي، بەزى نۇسخىلاردا ئۈزۈم شىرنىسىدىن 360 گرام، ھەسەلدىن 360 گرام ئىشلىتىلگەندۇر.

ئەتسى بۇ لوئوقتىن 30 گرامغىچە ئېلىپ كاشكاپ بىلەن بەرگەي، ئاخشىمى 15 گرام كاشكاپ قوشماي بەرگەي، ئۇ، باشتىن كېلىدىغان ئۆتكۈر خىلتنى توختىتار.

ئىغىزدا تۇتۇپ تۇرۇلىدىغان ھەبنىڭ نۇسخىسى ئاقلانغان بېھى ئۇرۇقىدىن 15 گرام، كەتىرا، سەمغى ئەرەبنىڭ ھەر بىرىدىن توققۇز گرامدىن، تەرخەمەك ئۇرۇقى، ئاقلانغان قاپاق ئۇرۇقىنىڭ ھەر بىرىدىن 21 گرامدىن، رۇببىسۇستىن 15 گرام ئېلىپ، بۇلارنىڭ ھەممىسىنى سوقۇپ بېھى ئۇرۇقىنىڭ لوئابى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ھەب قىلغاي.

ئەگەر مادىدا كۆكرەكتە ۋە ئۆپكىدە بولۇپ مۇشەققەتتە چىقسا، زوپا شەربىتى بەرگەي.

زوپا شەربىتىنىڭ نۇسخىسى چىلان 30 دانە، سەرپىستان 50 دانە، پىرسىياۋشان 15 گرام، چالا سوقۇلغان بۇيا يىلتىزى 30 گرام، ئۇرۇقى ئېلىۋېتىلگەن قۇرۇق ئۈزۈم 60 گرام، باغ ئەنجۈرى بەش دانە. بۇلارنىڭ ھەممىسىنى بىر كىلو 800 گرام سۇدا تاكى سۇنۇك يېرىمى قالغۇچە ياخشى قاينىتىپ، سۈزۈپ، بۇنى ئۇچ كۈن بىنەپشە مۇرابباسى بىلەن بەرگەي.

تائامغا كېپەك سۈيىنى ناۋات بىلەن بەرگەي، بادام يېغىدىن، ئەپيۇندىن، كۆكنار ئۇرۇقىدىن، خەشخاش شەربىتىدىن ئەھۋالغا قاراپ ئاز بەرگەي.

نەزلىنى توسقۇچى دورىلاردىن پەرھىز قىلغاي، چۈنكى بۇ دورىلار ماددىنى كۆكرەك ساھەسىدە كۆپەيتىپ، چىقىشنى توسۇپ، كۆكرەك ساھەسىدىن ۋە بەدەندىن ھۆللۈكنى ئازايتار.

كۆكرەك ساھەسىدىن ۋە بەدەندىن ھۆللۈكنى قۇرىتىدىغان ھەبنىڭ نۇسخىسى

سەبرە سوقۇترىنى يامغۇر سۈيى بىلەن يۇيۇپ، ئاق تۇربۇتنى سوقۇپ ۋە تاسقاپ ھەربىرىدىن ئىككى گرامدىن، رۇببىسۇستىن 1.5 گرام، كەتىرادىن يېرىم گرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە ھەب تەييارلىغاي.

ئەگەر بىمارنىڭ تەبئىتى قۇۋۋەتلىك ياكى زەئىپ بولسا، تېۋىپ بۇ دورىلارنى بۇيرىغاي. قانچىلىك ئېھتىياجلىق بولسا شۇنچىلىك ئىشلەتكەي.

ئەگەر يىرىڭ بىلەن قان گالدىن چىقىشقا باشلىسا، قاننىڭ بايانىدا بايان قىلىنغان دورىلارنى ئىشلەتكەي.

ھەم ياخشى بولۇر. تاغ شۇنداق بولۇشى كېرەككى، يامغۇر ئاز ياغمىغان، ھاۋاسى قۇرۇقراق بولغاي، ھەر ۋاقىت سۈتىنىڭ مەنپەئەتى زاھىر بولسا ئۇچ ھەپتە بەرگەي.

ئۆچكە سۈتىگە سۇ ئارىلاشتۇرۇپ بەرگەي. سۈت پىشقىچە، قوشقان سۇ كەتكۈچە بەرسە ياخشى بولۇر، سۇ ئارىلاشتۇرغان سۈت پىشۇرغان سۈتتىن ياخشىدۇر.

ئەگەر يۆتىلى كۆپ بولسا، ئۆچكە سۈتىنى ئۇچ گىرام كەتىرا بىلەن بەرگەي ياكى يۇقىرىدا بايان قىلىنغان لوئوقنى دورا بىلەن بەرگەي.

ئەگەر چوڭ تەرتى سۈيۇق بولۇپ، ئۇنى توختىتىشقا ئېھتىياجلىق بولسا، سۈتنى مۇۋاپىق دورا بىلەن بەرگەي. ئەگەر ئاشقازان زەئىپ بولسا زىرە، كەرۋىيا بىلەن بەرگەي.

ئىچى سۇرۇپ كەتكەن كىشىلەرگە تۆمۇر داغمال سۈيى بىلەن قىلىنغان دوغ پايدا قىلۇر، دوغنى بۇ تەرتىپ بىلەن تەييارلىغاي: قايماقنى ئۇنىڭدىن ئايرىغاي، بىر كېچە تۇز يەردە قويۇپ، ئەتىسى ئۇنى سۇزگەي، سۈتتىن ئايرىلىپ ئۈستىگە چىققان سېرىقسۇنى قويۇقىغا قوشقاي، ئاندىن كېيىن ناھايىتى يۇمشاق ئاق ناندىن 30 گىرامنى ئېزىپ، 90 گىرام ئايرانىنى ئاشۇ نانغا قۇيۇپ قويغاي ھەم ئاشۇ نانىدىن يېگەي. ئىككىنچى كۈنى نانىدىن ئۇچ گىرام كەم تەييارلاپ، دوغدىن 30 گىرامنى زىيادە قىلغاي، مۇشۇنداق ھەر كۈنى ئۇچ گىرام نانىنى كەم تەييارلاپ، 30 گىرام دوغنى كۆپ تەييارلىغاي، نان تۈگىگەندىن كېيىن، بۇنىڭ ئەكسىچە ھەر كۈنى ئۇچ گىرام نانىنى زىيادە تەييارلاپ، 30 گىرام دوغنى ئازايتقاي، شۇنىڭ بىلەن دوغ ۋە نان بىرىنچى كۈنىدىكى ئۆلچەمگە يەتكەي، بۇ ۋاقىتتا بۇنىڭ مەنپەئەتى زاھىر بولسا، ئەگەر خالىسا ھەم مۇشۇ تەرتىپ بىلەن بەرسە شىپا قىلغاي.

بىمارنىڭ جاراھىتى كونا بولسا ۋە ئۆپكىدە ھۆللۈك كۆپ بولسا، ھارارەت ۋە قۇرۇقلۇق غالىب بولمىسا، بىر قوشۇق قاجورە يېغىنى يالغۇز ياكى ھەسەل بىلەن بەرسە پايدا قىلۇر، ئەگەر ئازغىنە گۈرۈچ بىلەن بەرسە ھەم مەنپەئەت قىلار.

ئەگەر جاراھەت بولسا ۋە سوغۇق دورىلاردىن مەنپەئەت تاپمىسا ھەمدە جاراھەتنى تازىلايدىغان ئىسسىق دورىلاردىن قورقسا، تۆۋەندىكى لوئوق دورىنى تەييارلاپ بەرگەي:

لوئوق دورىنىڭ نۇسخىسى تۈلكىنىڭ قۇرۇتۇلغان ئۆپكىسى، بەدىيان، بۇيا يىلتىزى، پىرسىياۋشانىنى سوقۇپ، تاسقاپ، شېكەردە جۇلاپ قىلىپ ھەسەلدەك قىيامغا كەلتۈرۈپ، دورىلارنى ئۇنىڭغا سېلىپ يۇغۇرغاي ھەم ھەر كۈنى ئەتىگەندە بىر قوشۇق بەرگەي.

خوجا ئەبۇ ئەلى سىنا مۇنداق ئېيتقان ئىكەن:

ئۇ نەرسىلەرنى كۆپ ئادەملەرگە سىناپ باقتىم، پايدىلىق تەرىپىنى تاپتىم، ئۇ پاكىز

گۈلدەنت بولۇپ، ئاشۇ يىل تەييارلانغان بولۇشى كېرەك، ھەر كۈنى قانچىلىك تاپالىسا شۇنچىلىك يېگەي، ئەگەر نان بىلەن گۈلدەنت يېسىمۇ شىپا قىلۇر.

يەنە مۇنداق ئېيتقان ئىكەن:

بىر ئايالنى كۆردۈم، بۇ كېسەللىك ئۇنىڭدا ئۇزاق تۇرغان ئىكەن، ئۆزىدىن ئۈمىد ئۈزۈپ، ئۆلۈمنى ئۆزىگە يېقىن تۇتقان ئىكەن، بىر بۇرادىرى ئۇنىڭغا گۈلدەنت بىلەن ئىلاج قىلغان ئىدى، شىپا تاپتى، گۆش ئۆسۈپ سەمرىدى، ئۇنىڭ ئىسمى بار ئېيتالمايمەن. نۇرغۇن گۈلدەنت سېتىپ ئالدى، ئىشلىتەلمەسلىكىدىن قورقىمەن.

بۇ ئىلاجنى قىلغاندىن كېيىن غىزاسىغا يالپۇز، تورۇلغا، قىرغاۋۇل، كەكلىك، قۇشقاچ ۋە تورغاي گۆشىنى كاۋاپ قىلىپ بەرگەي، قۇرغاق بولۇشى شەرتتۇر، پاچاق ۋە كاۋاپ قىلغان بېلىق بەرگەي، ياغدا قورۇماسلىق شەرتتۇر. ئەگەر ئىچىشنى خالىسا مائۇلھەسەل بىلەن ئىچكەي، سۈيىگە يامغۇر سۈيى ئىچكەي، ئەگەر ئاشۇ ۋاقىتتا قىزىتما ۋە ھارارەت زاھىر بولسا كاشكاپ بەرگەي. كاشكاپقا سەرتان سېلىپ قاينىتقاي. ئىچىملىكىگە يېسىمۇق، نىشاستە ۋە ئارپا ئېشى بەرگەي، بۇلارنى قوناقتىن تەييارلىغاي. ئەگەر قىزىتمىسى ھەمىشە بولمىسا، ئۇجمە يوپۇرمىقى، پىشىق مارجوبە يارىشار، ئاچچىق بېلىقنى پات ـ پات يېسە ساقايغاي.

ئەگەر جاراھەت يىرىڭلىق بولسا ئاچچىق نەرسە زىيان قىلار، شۇڭا سۈتنىڭ تەرتىپى سۈتنىڭ ۋەزنىنىڭ مىقدارى بويىچە بايان قىلىندى (بۇ ھەقتە ئاۋۋالراق بۇرۇنقىلارنىڭ ھېكايىسى بايان قىلىندى، شۇنىڭغا قارالغاي). بىمار قانچىلىك ھەزىم قىلالسا، ئۇنىڭغا شۇنچىلىك ئىشەنچ قىلغاي. ئاۋۋال ئازراق بېرىپ، ئاستا ـ ئاستا كۆپەيتكەي، قانچىلىك مىقدارنى ھەزىم قىلالايدىغانلىقىغا قارار قىلىش زۆرۈر، چۈنكى كىتابلاردا بايان قىلىنغان مىزانلارنى كۆزىتىپ ئىشەنچ قىلغاي.

قىزىتمىسى بار كىشىگە سۈت بەرمىگەي، ئەگەر ئايران بەرسە راۋا بولۇر، سۈت بېرىشنىڭ بارلىق شەرتلىرىنى بەجا كەلتۈرگەي. تەبىئىتىنى يۇمشاق تۇتۇش ھەققىدە ھېكايەت قىلىندى، ئۇنىڭغا ھەممە كېسەللىكتە ئىشەنچ قىلىپ بولماس، قۇۋۋەتكە ئىشەنچ قىلغاي، ئېھتىيات قىلغاي، تەبىئىتىنىڭ سۈيۇقلۇقىدىن ۋە مۇلايىملىقىدىن قۇۋۋەت تۆكۈلۈپ كەتمەسلىكى كېرەكتۇر، بۇ ھالەتتە ئەگەر تەندە ئىششىق بولمىسا، سۈت بېرىشنىڭ ئارىسىدا قىزىتما بولسا قۇرسى كافۇر بېرىپ، سۈت بەرمىگەي.

ئەگەر تەبىئىتىنىڭ سۈيۇقلۇقى ھەددىدىن زىيادە بولسا سۇفۇپى تېيىن (ئەنجۈر)، ئامۇت شارابى بەرگەي.

سۇفۇپى تىيىننىڭ نۇسخىسى سەمغى ئەرەبى، تاباشىر، گىل ئەرمىنى ۋە ناماز شامگۈلى ئۇرۇقى ھەرقايىسسىدىن 30 گىرامدىن، كۇندۇر، پىرسىياۋشان ھەر قايىسسىدىن 15 گىرامدىن، شەربەت توققۇز گىرام.

قۇرسىنىڭ نۇسخىسى كافۇر، تاتلىق قاپاق ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى، پاقيوپۇرمقى ئۇرۇقى، ئاقلانغان بېھى ئۇرۇقى ھەرقايىسسىدىن 15 گىرامدىن، قىزىلگۈل توققۇز گىرام، بادام يېلىمى، ئاق سەندەل، كەتىرا، نىشاستە ھەر قايىسسىدىن ئالتە گىرام، رۇببىسۇس، تاباشىر ھەر قايىسسىدىن توققۇز گىرام، كاسىنە ئۇرۇقى ئۈچ گىرام، كافۇر 4.5 گىرام. دورىلارنى ئىسپىغۇل لوئابى بىلەن يۇغۇرۇپ قۇرس قىلغاي.

ئون بەشىنچى باب زاتىلجەنبە توغرىسىدا

زاتىلجەنبە (كۆكرەك پەردە يالۇغى) كۆكرەكنىڭ تۆت ئەتراپىنىڭ ئىششىقىدىن ئىبارەت، ئەگەر ئىششىق كۆكرەكنىڭ مۇسكۇللىرىدا بولسا، خۇسۇسەن ئىچ تەرىپىدىكى مۇسكۇللاردا بولسا ئۇنى «شۇسە» دەپ ئاتار، ئەگەر كۆكرەكنىڭ پەردىسىدە بولسا كۆكرەكنىڭ ئىچ تەرىپى ئاشۇ پەردە بىلەن يېپىقلىق بولۇر، ئۇ گويىاكى كۆكرەكنىڭ ئەنتىرىگە ئوخشار، ئۇنى كىرگەت يالۇغى دەپ ئاتار، يالۇغى «بەر» دەپ كۆكرەكنى كۆرستىدۇ، ئەگەر ئۇ يالۇغ يۇقىرىقى ۋە تۆۋەنكى ئەزانىڭ ئارىسىدا تۇرغان پەردىدە بولسا، ئۇنى زاتىلجەنبە دەپ ئاتار. كۆپ بولۇر، جىگەردە ئىسسىق ئىششىق بولۇر. جىگىرىنىڭ يېغى تارتىلۇر، ئۇنىڭ ئاغرىقى كۆكرەك پەردىسىگە يېتەر، نەپەس قىسلۇر، بىمار ۋە تېۋىپ ھەر ئىككىسى زاتىلجەنبە دەپ ئويلار، چۈنكى زاتىلجەنبىدە قىزىتما، نەپەسنىڭ قىسلىشى ۋە يۆتەل بولۇر، جىگەر ئىششىغاندىمۇ ھەم شۇنداق بولۇر، جىگەرنىڭ ئىششىغانلىقى جىگەر يالۇغى دەپ ئاتىلار، زاتىلجەنبە بىلەن زاتىلكەبەدنىڭ ئوتتۇرىسىدا پەرق باردۇر.

زاتىلجەنبىنىڭ سەۋەبلىرى تۆت خىل بولۇر.

بىرىنچىسى، نەزلە باشتىن تومۇرغا قۇيۇلار؛ ئىككىنچىسى، ناھايىتى سوغۇق سۇ ئىچىش ۋە سوغۇق يەرگە ماكانلاشقانلىقتىن بولۇر. ماددا كۆكرەك ۋە پەردىدە قالۇر؛ ئۈچىنچىسى، خالىس شارابنى كۆپ ئىچكەنلىكتىن بولۇر، خىلتلار ھەربىكەتكە كېلۇر، تومۇرلار كۆپۈپ، زاتىلجەنبىگە ئۆزگىرەر؛ تۆتىنچىسى، قانىنى غالىب قىلىدىغان قويۇق تائاملارنى يېگەنلىكتىن بولۇر، مەسىلەن:

قەنت، كالا گۆشىگە ئوخشاش تائاملار، بۇنىڭغا ئوخشاش تائاملارنى يېگەنلىك سەۋەبىدىن قويۇق ماددىلار تومۇرىدا قېپقالار، ئۇنىڭ ئاغرىقى كۆكسىنىڭ ئۇچىدا ۋە يېقىندا زاھىر بولۇر.

بۇ كېسەللىكنىڭ ماددىسى كۆپ ھاللاردا خالىس سەپرا بولۇر ياكى ئىسسىق سەپراۋى قان بىلەن بولۇر، بۇ سەۋەبتىن بىماردا يۇقىرى قىزىتما بولۇپ، نۆۋەت بىلەن قىزار، شۇ سەۋەبتىن بەلغەم مىزاجلىق كىشىلەر كېكىرگەندە ئاشقازىنىدىن ئاچچىق بۇخارات چىقىرار، ئاشقازىنىدىن ئاچچىق بۇخارات چىقىرىدىغان كىشىلەردە بۇ كېسەللىك بولماس. گاھىدا بەلغەم تۇرۇپ قېلىپ سېسىپ، ئاچچىق بۇخارات پەيدا قىلۇر، بۇ كېسەللىك پەيدا بولۇر، لېكىن كېچىكىپ يوقار، بۇ كېسەلنىڭ قىزىتمىسى بەلغەمنىڭ قىزىتمىسىغا ئوخشاشتۇر، سەۋدا مىزاجلىق كىشىلەردە قىزىتما كۆرۈلۈپ، زاتىلجەنبە ئاندىن پەيدا بولۇر، زاتىلجەنبىنىڭ بۇ خىلى قاتتىق بولۇر ھەم كۈز پەسلىدە، زىمىستاندا، شىمالغا تەئەللۇق سوغۇق شەھەرلەردە كۆپ بولۇر، جەنۇبقا تەئەللۇق ھاۋا تاسادىپىي بولۇر، ھەر ۋاقىت بوستان جەنۇبقا تەئەللۇق بولۇپ، ھۆل - يېغىن كۆپ بولسا، بۇ كېسەللىك ھەم كۆپ بولۇر، كۈز پەسلىمۇ شۇنداقتۇر، جەنۇبتا ھۆل - يېغىن كۆپ بولسا، كۈزنىڭ ئاخىرىدا بۇ كېسەللىك كۆپ بولۇر، ھەرقاچان جەنۇبنىڭ شامىلىدىن كېيىن شىمال تەرەپتىن شامال كەلسە، تاسادىپىي ئادەمگە تەگسە، بۇ كېسەللىك كۆپ پەيدا بولۇر، زاتىلجەنبە ئاز كۆرۈلەر، ئەگەر گىرىپتار بولسا خالاس بولۇشى تەس بولۇر، چۈنكى بۇ كېسەللىكنىڭ ماددىسى ياشانغانلارنىڭ ھارارىتى بىلەن پىشماس. ياشانغانلارنىڭ قۇۋۋىتى بىلەن يوقاپ كەتمەس، ھامىلدار ئاياللاردا بۇ كېسەللىك پەيدا بولسا، بۇ كېسەللىكنىڭ ئۆزىگىلا ئەمەس ھەم ئىششىقنىڭ ھالىغا ئوخشاش بولۇر.

ئىششىق (ئەماس)نىڭ ھالىتى ئۇچ خىلدىن ئارتۇق ئەمەس ياكى تارقاش بىلەن يوقاپ كېتەر ياكى يىرىڭ بىلەن ياكى يۆتەل بىلەن يوق بولۇر، قاتتىق بولۇر، بۇ سەۋەبتىن بۇ كېسەللىكنىڭ ھالى شۇنداق ئۇچ خىلدىن ئارتۇق بولماس، قاتتىق بولغانلىرى كۆپ ھاللاردا تارقاش بىلەن (يوقار) ياكى يىرىڭلار، يىرىڭلايدىغىنى ناچار بولۇپ، پىشىپ ئېغىز ئېلىپ، تازىلىنار، ئېغىز ئالسا ئۇنىڭ ئەھۋالى ئۇچ خىل ئەھۋالدىن ئارتۇق بولماس ياكى يەنە بىر ئەزاغا ئۆتۈپ تازىلىنار ياكى ئاشۇ ئەزادا تۇرۇپ يەنە بىر كېسەللىك پەيدا قىلۇر، ياكى يەنە بىر بوش يەرگە كېلۇر، ئۇنىڭ سەۋەبىدىن ئىششىق ئېغىز ئالۇر، ئەمما يەنە بىر ئەزاغا ئۆتۈپ تازىلانغىنىنىڭ ئەھۋالى، ئۇچ خىل ھالەتتىن خالىي بولماس ياكى نەپەس ئالىدىغان يەرلەرگە ئۆتەر، ئۆپكىگە كېلۇر، شۇ يەردە تازىلىنۇر ياكى كاۋاك تومۇرلارغا تۇتاش ئىنچىكە تومۇرلارغا ماڭار، ئاندىن كاۋاك تومۇرلارغا كىرەر، تومۇرلارغا كىرىپ سۈيدۈك ھەيدەش بىلەن تازىلىنىش ۋە

ئۇچەيلەرگە ئۆتۈپ، ئىچىنى سۇرۇش ئارقىلىق تازىلىنىش ئۇسۇلى زاتۇس سەدرى كېسەللىكىدە بايان قىلىندى، شۇنىڭغا ئوخشاش بولۇر. يەنە بىر ئەزاغا كېلىپ كېسەللىك پەيدا قىلىدىغىنى شۇنداق بولۇركى، ئۇ بەزىدە مېڭىگە كېلىپ، مېڭە پەردە يالۇغى ۋە بېھوشلۇقتا ئوخشاش كېسەللىكلەرنى پەيدا قىلۇر. چۈنكى، ماددا ئۆپكىگە قۇيۇلغاي، تازىلىنىپ سىرتقا چىقماس، قۇۋۇتەنىڭ زەئىپلىكى سەۋەبىدىن ياكى باشقا سەۋەبتىن شۇ يەردە ئىششىق پەيدا قىلۇر، ئۆپكە يالۇغىغا ۋاستە بولۇپ، ئاخىرى سىل كېسەللىكىگە ئۆزگىرۇر، گاھىدا ماددىنىڭ كۆپلۈكى سەۋەبىدىن، قۇۋۇتەنىڭ زەئىپلىكى سەۋەبىدىن ماددا نەپەس ئالدىغان ئەزالاردا توختاپ قالۇر، بەزىدە يۈرەك تەرەپكە مايىللىشىپ خەپەقان، بېھوشلۇق پەيدا قىلۇر، گاھىدا ماددا ئاشۇ ئەزاغا تۇتاش يەرلەرگە چۈشۈر، تارتىش پەيدا قىلۇر، بۇ ئەھۋالدا بولغىنى ئاسان ھالاك بولۇر، بەزىدە ماددا تاشقىرىغا مايىل بولسا، ئۇنىڭدىن ئىششىق ۋە چوڭ يىرىڭلىق ئىششىق پەيدا بولۇر، بۇنىڭدا ماددا يۇمشاق ۋە خالىي يەرگە يىغىلۇر. ئىششىق پەيدا قىلۇر.

بىلىش كېرەككى، كېسەللىكنىڭ ماددىسى بەك ئۆتكۈر بولسا ياكى بەك كۆپ بولسا پىششىتىن ئىلگىرى ئۇنى چىقىرىپ تاشلار، كۆپ ھاللاردا، بۇ چىقىرىپ تاشلاشنىڭ سەۋەبى قاتتىق ھەرىكەت، قەي قىلىش، ئاچچىقلىنىش ۋە شۇنىڭغا ئوخشاش ھەرىكەتلەر بولۇر، بۇ خىل چىقىرىپ تاشلاش ياخشى ئەمەستۇر.

زاتىلجەنبىنىڭ ئالامەتلىرى: نەپەس قىسلار، قىسقا، ئارقىمۇئارقا نەپەس ئالۇر، بىقىن تارتىشىش، سانجىق تۇرۇش، خۇسۇسەن، نەپەس ئالدىغان ۋاقىتتا ھەمىشە قىزىتما بولۇش، تومۇر چوڭ سوقۇش، مىنشارى بولۇش (مىنشارى — تومۇر ئارا بىلەن تارتقاندەك يۇقىرى - تۆۋەن تارتىپ سالغاننى كۆرسىتىدۇ)، قۇرۇق يۆتەل ئاغرىقىنىڭ دەسلىپىدە بولۇر، ئەمما قىزىتما، ئۇ قىزىتمىنىڭ سەۋەبىدىن بولماس. نەپەس قىسلىش سەۋەبى ئىششىقىنىڭ سىقىلىشىدۇر، كېڭىيىپ كېتىشنىڭ سەۋەبى ماددىنىڭ كۆپلۈكىدىن بولۇر، سانجىقنىڭ سەۋەبى ماددىنىڭ ئۆتكۈرلۈكىدىن بولۇر، قۇرۇق يۆتەلنىڭ سەۋەبى ئىششىقنىڭ خاملىقىدىن بولۇر، تومۇرنىڭ چوڭلۇقىنىڭ سەۋەبى پەردىنىڭ ۋە ئىششىقنىڭ شېرىكچىلىكىدىن بولۇر.

ئەگەر ئاغرىقنىڭ دەسلەپكى باسقۇچىدا يۆتەل بىلەن ھۆللۈك چىقىشقا باشلىسا، ئاسان چىقسا، سالامەتلىكتىن ۋە تېز ساقىيىشتىن ئۇمىد باردۇر، بۇ يۆتەل بىلەن چىققان ھۆللۈكنى تېۋىپلار ئەرەب تىلىدا «نەفس» دەپ ئاتار.

خۇسۇسەن، ماددا پىشقانلىقىنىڭ ئالامتى ئاشكارا بولسا تېخىمۇ شۇنداق بولۇر، ئەگەر رەڭگى بۇزۇلغان بولسا ياكى بىر نەرسە ئۇنىڭغا قوشۇلغان بولسا ئۇنى «نەفس» دەپ ئاتار، ماددا

پىشقانلىقىنىڭ ئالامىتى بولسا، پىششىتىن ئۇمىد كۈتكىلى بولسا، رەڭگى بۇزۇلغان بولسا، بىر نەرسە ئۇنىڭغا قوشۇلمىغان بولسا ئۇنى «بۇزاق» دەپ ئاتار.

ئۇ كېسەللىكتە پىششىنىڭ ئۇمىدى مۇنداق بولۇر، ئۇ ھۆللۈك يۆتەل بىلەن ئاسانلىق بىلەن چىقار، يۆتەل بىلەن ھۆللۈك چىقماندىن كېيىن ئارام تاپۇر، بۇ، ئۇ كېسەللىكنىڭ ماددىسى ھېسابلىنار، ئۇ ئىششىقنىڭ ئورنىدىن چىقار، ئۆپكىگە كىرەر، يۆتەل بىلەن چىقار، بۇ ماددىنىڭ تېز پىشىدىغانلىقىنىڭ ئالامىتىدۇر ھەم مۇشۇ تەرىقە بىلەن ماددا تارقاپ تازىلىنار.

ھەقىقىي زاتىلجەنبىدە زەربان (لوقۇلداپ ئاغرىش) بولماس، شۇ ۋەجىدىن بۇ كېسەللىك ئورنىدا كېسەللىك تۇرغان يەردە شىريان تومۇرى يوقتۇر، بەرسامدا يۇقىرىدىكى ئالامەتلەرنىڭ ھەممىسى بولۇر، ئۇنىڭ خاس ئالامىتى شۇكى، ئاغرىق كېڭىيىپ ئوقۇرەككە چىقار، شۇسە كېسەللىكىدىمۇ مۇشۇ ئالامەتلەر بولۇر. ئۇنىڭ خاس ئالامىتى شۇكى، ئاغرىق كېڭىيىپ كېتىش، سانجىق تۇرۇپ قېلىش كۆكرەكنىڭ ئەتراپىدا بولۇر، ئاغرىق ئۇچا تەرەپتە، مۇرىنىڭ ئاستىدا بولۇر، زاتىلجەنبىدە قوۋۇرغا بىرلەشكەن جايغا كېلەر، نەپەسنىڭ قىسلىشى كەمرەك بولۇر، بۇ ئەھۋال گاھىدا بولۇر، زاتىلجەنبىنىڭ ئىششىقى تاشقىرىقى مۇسكۇللاردا بولۇر ياكى كۆكرەكنىڭ ئۇستىخنى يېپىپ تۇرىدىغان پەردىدە بولۇر، بۇ ئىششىق گاھىدا زاھىر بولۇپ كۆرۈنەر، بۇنىڭ ئاغرىقىغا قوشۇلۇپ كېلىدىغان ئالامەتلەر كېرىگەت ياللۇغى، زاتىلجەنبىگە قوشۇلۇپ كېلىدىغان ئالامەتلەردىن كەمرەك بولۇر، گاھىدا ئىششىق پىشىپ تاشقىرىغا ئېغىز ئالۇر، گاھىدا ئىششىقنى تېۋىپنىڭ تاشقىرىغا ئېغىز ئالدۇرۇشىغا، پىشۇرۇشقا ۋە يېرىشىغا ئېھتىياج چۈشەر، بۇ ھال كۆپ ئۇچرايدۇ، زاتىلجەنبىنىڭ ئاخىرىدا سەرسامنىڭ ئالامەتلىرى زاھىر بولۇر، مەسىلەن: خەپەقان، كۆپ سۆزلەش، نەپەس قىينىلىشى، ئۇسساش ۋە بىھوشلۇق، ئايلىنىپ كېتىش، نەپەس سىقىلىش، ئاچچىق قەي قىلىش، قىزىتمىنىڭ كۆيدۈرۈشى، رەڭگرويىنىڭ ئۆزگىرىشى قاتارلىقلار.

زاتىلجەنبە بىلەن سەرسامنىڭ پەرقى شۇكى، زەتىلجەنبىدە بۇ ئالامەتلەر كېسەللىكنىڭ ئاخىرىدا پەيدا بولۇر، ئەمما سەرسامدا دەسلەپتە پەيدا بولۇر، بۇ كېسەللىكتە دەسلىپىدە نەپەس نورمال بولۇپ، كېيىن ئارقىمۇئارقا نەپەسكە ئۆزگىرەر، زاتىلجەنبىدە ئەھۋالى سالامەت بولۇر. سەرسامدا ئاۋۋال كۆزلىرى قىزىل بولار، تومۇرلىرى، كۆپۈشەڭگۈ بولۇر. كۆز قارىسى يۇقىرى تەرەپكە تارتىشار، سەرسامدا تومۇرلار چوڭ سالۇر. زاتىلجەنبىدە تومۇرلار كىچىك سالۇر.

زاتىلجەنبە بىلەن زاتىرىيەنىڭ پەرقى شۇكى، زاتىرىيەنىڭ تومۇرلىرى دولقۇنلۇق سالۇر، ئاغرىقى ئېغىر بولۇر، نەپەسنىڭ قىسلىشى زاتىلجەنبىدىكى نەپەس قىسلىغاندىن ئارتۇق بولۇر،

زاتىررىيەدە بايان قىلىنغان باشقا ئالامەتلەردىن باشقا ئالامەتلەرمۇ زاھىر بولۇر.

زاتىلجەنبە بىلەن جىگەر ياللۇغىنىڭ ئوتتۇرىسىدىكى پەرق شۇكى، جىگەر ياللۇغى بىلەن ئاغرىغان بىمارنىڭ چىرايى سېرىق، بەدرەڭ بولۇر، پات - پات يۆتىلەر، ئوڭ بىقىنىدا ئاغرىق ۋە ئېغرلىق پەيدا بولۇر، ئەمما سانجىق پەيدا بولماس، تىلى قارا بولۇر، چوڭ تەرىتى سۇلۇق ئىششىق بىمارلىرىنىڭ تەرىتىگە ئوخشاش قويۇق بولۇر، ئەگەر ئىششىق جىگەرنىڭ تۆۋەن تەرىپىدە بولسا، سىلاپ بىلگىلى بولۇر، نەپەس ئېلىش قىيىن بولۇر، بېقىنىغا بىر ئېغىر نەرسە ئېسىپ قويغاندەك مەلۇم بولۇر.

زاتىلجەنبە سول تەرەپتە بولسا، يۈرەككە يېقىن بولغانلىقتىن قىزىتمىسى يۇقىرى، مۇشەققەتلىك بولۇر، نەپەس ئېلىش بولۇپ، خەتەرلىكرەكتۇر، بۇنىڭدا كۆڑۈلدىغان ئالامەتلەر كۆچلۈكرەك بولۇر، لېكىن يۈرەكنىڭ ھارارىتىگە يېقىن تۇرغانلىقتىن تېز پېشار، بۇ تارقاش بىلەن پاك بولار، ئۇ ئوڭ تەرەپتە بولسا، يۈرەكتىن يىراق بولغاچقا، كۆڑۈلدىغان ئالامەتلەر ئاز ۋە قىزىتمىسى تۆۋەن بولار، لېكىن پىشمىقى ۋە تارقىشى كېچىكەر.

ئەگەر زاتىلجەنبىنىڭ بەلغەمى قانلىق كەلسە، ئۇنىڭ ئىلاجىنى قىلىش مۇشكۈلدۇر، قىزىتمىلىق سۇلۇق ئىششىقنىڭ ئىلاجىغا ئوخشاشتۇر، شۇ سەۋەبتىن سۇلۇق ئىششىقنىڭ ئىلاجى قۇرۇتىدىغان ۋە ئىسسىتىدىغان چارىلەر بىلەن بولۇر، قىزىتمىنىڭ ئىلاجى سوغۇق ۋە ھۆللۈكنى ئاشۇرىدىغان چارىلەر بىلەن بولار، قانلىق بەلغەمگە قابىز دورىلار بىلەن ئىلاج قىلغاي.

زاتىلجەنبىگە يەڭگىل تارقاتقۇچى چارىلەر بىلەن ئىلاج قىلغاي، چوڭ تەرەتنىڭ قىزىللىقى، تەرەت قىيامىنىڭ بىر خىل بولماسلىقى ۋە خۇنۈكلىكى مېڭىدىكى يۇقىرى ھارارەتنىڭ ئالامىتىدۇر، بۇ يامان كېسەللىكتۇر.

ئەگەر زاتىلجەنبىنىڭ ۋە ئۆپكىنىڭ زاتىنىڭ ئاخىرىدا ئىسھال زاھىر بولسا، جىگەر زەئىپلەشكەنلىكىنىڭ ئالامىتىدۇر.

خۇسۇسەن، ئەگەر نەپەس قىسلىش ئىزتىراپلىقى، تاقەتسىزلىك، قىزىتما ئاشۇ ئىسھال بىلەن يوقاپ كەتمىسە، تۆتنىچى كۈنى ياكى ئۇنىڭدىن ئىلگىرى ھالاك قىلۇر.

ئەگەر ئاغرىقنىڭ باشلىنىشىدا ئىسھال بولسا پايدىلىقتۇر، ئەگەر كۆكرەكنىڭ ئۇستىخانلىرىنىڭ ئەتراپىدا ۋە تۆۋەن تەرىپىدە ئەزالارنىڭ تارتىشىشى زاھىر بولسا ماددىنىڭ ھەرىكىتىنىڭ ئالامىتىدۇر، كۆپ ھاللاردا ماددىنىڭ ھەرىكىتى يۇقىرى تەرەپكە ماڭار، پەردە بىلەن مېڭە شېرىك بولغانلىقتىن سەرسام بولۇشى ۋە ئەقىل يوقىلىش ئېھتىماللىقى باردۇر.

ئەگەر زاتىلجەنبىنىڭ ماددىسىدىن بەدەننىڭ سىرتىدا پەيدا بولغان ئىششىق، چوڭ يىرىڭلىق

ئىششىق، قىزىتما يوقالماي تۇرۇپ بەدەنگە زاھىر بولۇپ، بىراقلا يېنىپ كەتسە ياكى قانلىق بەلغەم چىقسا، بۇنىڭ ھەممىسى ماددىنىڭ ئورۇنلاشقانلىقىنىڭ ۋە ھالاكەتنىڭ يېقىنلاپ قالغانلىقىنىڭ ئالامىتىدۇر، خام ۋە يېپىشقاق، قىزىل ۋە قارا، ئۆتكۈر ۋە ئاز، كىچىك كەلگەن بەلغەم يامانلىقنىڭ ئالامىتىدۇر.

قانلىق بەلغەمنىڭ كۆپلۈكى ۋە ئازلىقىنىڭ سەۋەبى تۆت خىل بولۇر. بىرىنچىسى، ماددا ئاز بولۇر؛ ئىككىنچىسى، ماددا كۆپ، قۇرۇق ۋە يېپىشقاق بولۇر؛ ئۈچىنچىسى، ئەزا دەردلىك بولۇر؛ تۆتىنچىسى، قۇۋۋەت زەئىپ بولۇر.

تېۋىپ ھەر ۋاقىت نەپەسنىڭ ئاجىزلىقىنى كۆرسە، قايسى تەدبىرلەرنى قىلىشنى ئويلىشىپ، شۇنىڭغا ئىشەنچ قىلغاي، ماددىنىڭ قۇرۇقلۇقى ۋە يېپىشقاقلىقىدىن ئۆپكە بېغىدا توسۇلۇش پەيدا بولۇش كۆپ كۆرۈلەر، نەپەس ئېلىش تەس بولۇر، بۇ سەۋەبتىن قىزىتما تېزرەك بولۇر، قىزىتمىنىڭ ئۆتكۈرلۈكىدىن نەپەس ئارقىمۇئارقا بولۇر، بۇ سەۋەبتىن ماددا يېپىشقاق بولۇر، ماددىنىڭ يېپىشقاقلىقىدىن توسالغۇ زىيادە بولۇر، ھارارەتتىن نەپەسنىڭ ئارقا ـ ئارقىدىن كېلىشى زىيادە بولۇپ، بۇ ئۆز نۆۋىتىدە يەنە يېپىشقاقلىقىنى ئاشۇرار. يەنە بىر خىل زاتىلجەنبىدە، نەپەس ئېلىش ئاسان، قانلىق بەلغەم ياخشى بولار ۋە ئاسانلىق بىلەن چىقار، لېكىن ئاغرىق ئۇچىنىڭ سىرتىدا بولار، بۇ ئاغرىق تاياق بىلەن ئۇرغاندەك بىلىنۈر، پېشاپتىن قان ۋە يىرىڭ ئارىلىشىپ كېلەر، بۇ خىل زاتىلجەنبىدىن خالاس بولۇش كەم ئۇچرار ھەم بەشىنچى ۋە يەتتىنچى كۈننىڭ ئوتتۇرىسىدا ھالاك قىلۇر، گاھىدا ئون تۆت كۈنگە تارتار، بۇ كېسەللىك كۆپرەكتۇر، ئەگەر يەتتىنچى كۈننى ئۆتكۈزسە سالامەت بولۇر. يەنە بىر خىل زاتىلجەنبىدە ئىككى مۇرىنىڭ ئوتتۇرىسى قىزىل ۋە مۇرىلىرى ئىسسىق بولۇر، بۇ كېسەللىك ئادەم ئۆلتۈرەلمەس، ئەگەر قورسىقى ئىسسىق بولسا ۋە ئىچى سۇرسە ھالاك بولار، ئەگەر يەتتىنچى كۈننى ئۆتكۈزسە، ئاغرىقتىن خالاس بولغاي.

ئەگەر بەلغەم كۆپ، ھەر خىل چىقسا، ئاغرىق زىيادە بولسا، ئۈچىنچى كۈنى ھالاك بولار ياكى ساقىيار.

يەنە بىر خىل زاتىلجەنبە كېڭىيىپ كېتىش بىلەن بولار، ئوقۇرەكتىن تاكى تاپانغىچە تومۇر لوقۇلداپ ئاغرىش بولۇر. بۇ ساغلاملىقنىڭ ئالامىتىدۇر. بۇنىڭدا قانلىق بەلغەم بولماس، تۈكۈرۈكلا بولۇر، بۇ خىلى ھەم ئاجايىپ يامان بولۇر، بۇ ماددىنىڭ يۇقىرى تەرىپى يۇرەكنىڭ ئالامىتى ھېسابلىنۇر، سەرسامنىڭ ئالامىتى زاھىر بولۇر، ئەگەر يەتتىنچى كۈنىدىن ئۆتسە، بۇ كېسەللىكتىن خالاس بولۇشى مۇمكىندۇر.

بىلىش كېرەككى، زاتىلجەنبىنىڭ بەزىلىرى تېزرەك، بەزىلىرى كېچىكىپ پاك بولۇر، ئەگەر ماددا ئىسسىقراق بولسا، ئاسانراق پىشىپ، تېزرەك پاك بولۇر. بىرىنچى كۈنى سۈيۇق ۋە خام ھۆللۈك چىقىشقا باشلىسا، تۆتىنچى كۈنى ماددىنىڭ پىششىغا ئۇمىد باغلىسا بولۇر، شۇ كۈنى پىشقانىنىڭ ئالامتى زاھىر بولسا، يەتتە كۈنگىچە پاك بولۇر، بۇ ھۆللۈك بىرىنچى كۈنى چىقىشقا باشلىغان بولۇشى شەرتتۇر، لېكىن تۆتىنچى كۈنىدىن ئىلگىرى ياكى تۆتىنچى كۈنى چىقىشقا باشلىسا، يەتتىنچى كۈنى پىشقانىنىڭ بېشارىتى بولۇر، ئەمما ئون تۆت كۈندە پاك بولۇر، ئەگەر بۇ مۇددەتتە پاك بولمىسا ۋە يىرىڭلىسا، ئۇنىڭ سەۋەبى ماددىنىڭ كۆپلۈكى ۋە قۇۋۋەتتىنىڭ زەئىپلىكىدىندۇر. ئەگەر يەتتە كۈنگىچە پىشمىسا ۋە ھېچقانداق ھۆللۈك قالمىسا، بىلىش كېرەككى، كېسەللىك ئۇزۇنغا سوزۇلغاي، بۇنىڭغا ۋاقىت كېرەكتۇر، ماددىنىڭ پىششى ۋە پاك بولۇشى قىرىق كۈن ياكى ئاتمىش كۈندە تامامىلنۇر، ئاغرىقنىڭ قۇۋۋىتى بۇ كۈنلەرگىچە چىدىماس، بۇنىڭدىن ئىلگىرى زەئىپ بولۇر، ئەگەر كۈچلۈك بولسا، ئون تۆتىنچى كۈنى ھالاك بولۇر، ئەگەر قۇۋۋىتى كۈچلۈك بولسا ئىشتىهاسى ئەسلىدىكىدەك بولسا، ئۇخلىشى ۋە نەپەس ئېلىشى سالامەت بولسا، ئالامەتلىرى ياخشى بولسا، كېسەللىك ئۇزۇنغا سوزۇلۇر، ئاخىرى يىرىڭلاپ، قانلىق بەلغەم چىققان كۈندىن باشلاپ قىرىق كۈنگىچە پاك بولمىسا، يەرلىك ئورۇن يىرىڭلار، ئۇ يىرىڭلىق سىل ۋە زاتىررىيە بايانىدا بايان قىلىندى.

يەڭگىل زاتىلجەنبىنىڭ كېچىكىپ پاك بولۇشى ئون تۆت كۈنگىچە بولۇر، كۈچلۈك زاتىلجەنبىنىڭ كېچىكىپ پاك بولۇشى قىرىق كۈن ياكى ئاتمىش كۈنگىچە بولۇر، لېكىن بۇ مۇددەتتە قۇۋۋەت توختىماس، كۆپ ھاللاردا بۇ مۇددەتتىن ئىلگىرى ھالاك بولۇر.

يىرىڭلىغانىنىڭ ئالامتى شۇكى، ئاغرىق قاتتىقراق، بەدەن ئورۇقراق، قىزىتما يۇقىراق، قۇۋۋەت زەئىپرەك بولۇر، تىلى يىرىك، ئېغزى قۇرۇق بولۇپ، ئىشتىهاسى يوقلار، ئۇيقۇسىزلىق ۋە جۆيلۈش زاھىر بولۇر، بەقىنلىرىدا ئاغرىق پەيدا بولۇر، يىرىڭ تۆگىگەندە ئاغرىق پەسىيىپ قالۇر، بەقىنىڭ ئاغرىقى كۆپرەك بولۇر، ئېغىز ئالدىغان يەر كەڭرەك بولۇر، قىزىتمىسى ئېغىرراق بولۇر، تىترەر، ئېغىز ئالۇر. گاھىدا يىرىڭنىڭ ئىسسىقلىقىدىن قىزىتما ناھايىتى يۇقىرىلار، ئەگەر قىرىق كۈندە پاك بولمىسا، قالغان قۇۋۋەت زەئىپرەك بولۇر، بەدەن ئورۇقراق ۋە قۇۋۋەتسىز بولۇپ، سىل قىزىتمىسى يۇقىرى بولۇر، ئىششىق ئاسانراق پىشار، پاتراق ئېغىز ئالۇر، ھەرقاچان قانلىق بەلغەمدە ياخشىلىنىشىنىڭ باشقا ئېغىرراق ئالامەتلىرى تېپىلسا، ئاندىن كېيىن يامان ئالامەتلەر زاھىر بولسا، ئۇ ئالامەتلەرنىڭ سەۋەبى تولىراق ئىششىقنىڭ يىرىڭلىغانلىقىدىن بولۇر، ھەرقاچان قان ئېلىش بىلەن، ئاسھال بىلەن، قانلىق بەلغەم بىلەن ئاغرىقتا باشقا ئالامەتلەر

يوقالمسا، ئەگەر قۇۋۋەت زەئىپ بولسا ۋە يامان ئالامەتلەر زاھىر بولسا، ئاسان ھالاك بولۇر، ئاشۇ ئۆپكە زاتى ئۆزگىرىش تاپسا بەھوشلۇق كېلىپ چىقار، چىرايى قىزىل بولۇر، بارماقلىرىنىڭ ئۇچى قىزىل بولۇر.

ئۇ زاتىلجەنبە يىرىڭلاپ ئېغىز ئالسا، يىرىڭ كۆكرەك بوشلۇقىغا قۇيۇلسا، بىمار ئۆزىنى نەچچە كۈن ياخشى بولغاندەك سېزەر، ئاندىن كېيىن يامان بولۇر، ئەگەر يىرىڭ كۆپ، قۇۋۋەت زەئىپ، قىزىتما يۇقىرىراق بولسا، ئاخىرىدا ھالاك بولۇر. ئەگەر زاتىلجەنبىدە بەلغىمى كېڭىيىش زىيادە بولسا، ئارقىمۇئارقا نەپەس ئالسا، قۇۋۋىتى زەئىپ بولسا، بۇ، بەھوش بولۇشتىن بېشارەت بەرگەنلىك بولۇر. ئەگەر نەپەس ئارقىمۇئارقا بولۇپ، زاتىلجەنبىنىڭ تەققەزاسىدىن كەمرەك بولسا، ئۈچ خىل ئەھۋالدىن باشقىسى بولماس، قاتتىق ئۇيقۇ، تارتىشىش ياكى ئىششىق، ئىششىق ماددىسى كېچىكىپ پىشار. ئەمما قاتتىق ئۇخلاش ۋە تارتىشىشنىڭ سەۋەبلىرى شۇكى، ھۆللۈكتىن پەيدا بولغان ھارارەت مېڭىگە ئۆرلەر، چۈنكى ئۇ ماددا ئۆتكۈردۇر. ھۆللۈك غالىب بولمىسا ئىدى، نەپەس ۋە تومۇرى ئارقىمۇئارقا زىيادە بولۇر.

ئەگەر مېڭە زەئىپ بولسا، ماددىنى قوبۇل قىلىپ يوقىتالماي، قاتتىق ئۇيقۇغا چۈشەر، ئەگەر مېڭىنىڭ ماددىنى ئۆزىدىن يوقىتىشقا قۇۋۋىتى بولسا، تارتىشىشقا ئۆزگىرەر، ئەگەر ماددا كۆپ ھەم قويۇق بولۇپ، ئورنىدىن يۆتكەلسە كېچىكىپ پىشار.

زاتىلجەنبىنىڭ ئالامەتلىرى تاماملانماي پەسەيسە، ئۇ ماددىنى سۈيدۈك ھەيدەش بىلەن ياكى ئىسھال ئارقىلىق چىقىرىپ تاشلىغاي، ئەگەر چوڭ كىچىك تەرەتتە ماددىنىڭ چىقىرىلغانلىقى زاھىر بولمسا ئەندىشە قىلغاي، ئەگەر قورساق مۇسكۇللىرىدا ۋە شەراسىفدا ھارارەت ۋە ئاغرىق زاھىر بولسا، يانپاشتا ياكى پاچاقتا ئىششىق ۋە چوڭ يىرىڭلىق ئىششىق پەيدا بولۇشى مۇمكىن، ئاندىن سالامەتلىكنىڭ ئەسلىگە كېلىشىدىن ئۈمىد بولۇر.

سۇقرات مۇنداق بېيتقان ئىكەن:

ئەگەر مۇشۇ خىل ئەھۋاللار كۆرۈلگەندە خەربەق بىلەن سۈرگە بەرگەي.

ئەگەر نەپەستە سقىلىش، بىئارام بولۇش ئېغىر بولسا، كۆكرەك ئوقۇرەكلىرىدە جاراھەت ۋە ئاغرىق زاھىر بولسا، ماددىنىڭ يۇقىرىغا ئۆرلىگەنلىكىنىڭ ئالامتى بولۇر. ئىششىق ۋە چوڭ يىرىڭلىق ئىششىق قۇلاقنىڭ ئارقىسىغا چىقار، ئەگەر ماددا ئۆتكۈر بولۇپ، بۇ ئالامەتلەرنىڭ ھېچقايسىسى روشەن بولمسا، ماددا مېڭىدە بولماس. ئەگەر بولسا سەرسامنىڭ ئالامتى زاھىر بولۇپ، ھالاك قىلۇر.

داۋالاش

بىلىش كېرەككى، قاندىن بولغان ۋە سەپرادىن بولغان زاتىلجەنبىنىڭ ئىلاجى بىر بىرىگە يېقىن كېلۇر، ئەگەر قان غالىب بولسا، ئاۋۋال باسلىق تومۇردىن قان ئالغاي، يەنى بىرىنچى كۈنى مادىدا يەنە ھەرىكەتتە بولۇپ، ئورۇنلاشمىغان بولسا، قارشى تەرەپتىن، يەنى كېسەللىك ئوڭ قولدا بولسا سول قولدىن، سول قولدا بولسا ئوڭ قولدىن قان ئالغاي، بۇنىڭ بىلەن مادىدا ئاشۇ تەرەپتىن يەنە بىر تەرەپكە تارتىلار، ئەگەر بىر كېچە - كۈندۈز ئۆتۈپ، مادىدا ئورۇنلاشقان بولسا، كېسەللىك تەرەپتىن قان ئالغاي، ئەگەر بىمارنىڭ قۇۋۋىتى غالىب بولسا، قان كۆپ چىقار، قانىنىڭ رەڭگى ئۆزگەرگىچە كۆپ چىقارغاي. بۇنداق قىلىشتىكى سەۋەب ئىششىقنىڭ ئەتراپىدا قارا قان بولۇر. ئەگەر قۇۋۋەتنى ساقلاشنى خالسا، ئىككى نۆۋەت ياكى ئۈچ نۆۋەت مۆلچەرلەپ قان ئالغاي.

ئەگەر سەپرا غالىب بولسا، ئاۋۋال سەپراغا خىلىتىنىڭ تەدبىرىنى قىلغاي. مەتبۇخى خىيارشەنبەر ياكى يېنىك ھۆقنە ئىشلەتكەي.

بەزى ئەھلى سۈپەت تېۋىپلار مۇنداق ئېيتقان ئىكەن:

ئەگەر ئىللەتنىڭ ماددىسى سەپرا بولسا، ئاۋۋال قان ئېلىش شىپالىقتۇر، چۈنكى سۈرگە بېرىشتىن قان ئېلىشنىڭ خەتىرى ئازراق بولۇر، چۈنكى سۈرگە بەرگەندە سۈرمەسلىك ئېھتىمالمۇ بولۇر، خىلتنى تەۋرىتىپ بىئارامىلىق ۋە تاقەتسىزلىك پەيدا قىلۇر. ياخشىسى شۇكى، بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قارىغاي، ئەگەر ئاغرىق كۆكرەك ئۇستىخىنىغا ۋە ئوقۇرەككە چىقىدىغان بولسا، قان ئېلىش ياخشى چارە ھېسابلىنار، ئەگەر مادىدا قۇۋۋۇرغا ئارىلىق پەردىلىرىگە ئورۇنلاشقان بولسا، سۈرگە بېرىش ياخشى چارە ھېسابلىنار، شۇ سەۋەبتىن باسلىق تومۇردىن قانىنى ئازراق تارتقاي.

بىرىنچى ۋە ئىككىنچى كۈنى ۋە ئۈچىنچى كۈنى بەدەننى پاكلىغاندىن كېيىن بىنەپشە شارابى، نېلۇپەر شارابىنى سۇيۇق جۇلاپقا قوشۇپ بەرگەي، ئەگەر ئۇسسۇزلۇق غالىب كەلسە، تاۋۇز سۈيى ۋە سىر كەنجۈت (بەك ئاچچىق بولمىغاي) گە سۇ ياكى تاۋۇز سۈيى قوشۇپ بەرسە ياخشى بولۇر.

بەدەننى پاكلىغاندىن كېيىن بىنەپشە مۇرابباسىنى سۇيۇق جۇلاپقا چىلاپ، بادام يېغى سېلىپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە ياكى كاشكاپ بەرگەي، كاشكاپقا سەرپىستان، بىنەپشە سېلىپ قاياناتقاي، شېكەر ۋە بادام يېغى بىلەن بەرگەي.

ھەر كۈنى ئەتىگەندە تۆۋەندىكى شارابنى بەرگەي:

شاراب نۇسخىسى پاكىز بىنەپشە 360 گىرام، تاتلىق بېھى ئۈرۈكى، كەتىرانىڭ ھەرقايىسىدىن 30 گىرامدىن، ئاق لەيلى ئۈرۈكى، ئىسپىغۇلنىڭ ھەربىردىن 45 گىرامدىن ئېلىپ، ھەممىسىنى 3600 گىرام سۇغا بىر كېچە - كۈندۈز چىلاپ، ئاندىن كېيىن سۇس ئوتتا تاكى يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، سۈزۈپ، 720 گىرام شېكەر سېلىپ قىيام قىلغاي. ياخشىسى شۇكى، دورىلارنى كەتىرا، ئىسپىغۇلدىن ئايرىپ سوققاي. دورىلارنى قاينىتىپ، سۈزۈپ شېكەر سالغاي، ئەگەر بېھى ئۈرۈكى ئاق لەيلى ئۈرۈكىنى ھەم مۇشۇنداق ئايرىپ سوقۇپ، لوئابىنى چىقرىپ قاينىتىسا، ئىسپىغۇل لوئابىدەك ياخشى بولۇر. ھەر كۈنى ئەتىگەندە 60 گىرام شەربەتكە 12 گىرام بادام يېغى قوشۇپ بەرگەي.

يەنە بىر شەربەتنىڭ نۇسخىسى تاتلىق ئانار سۈيىدىن 720 گىرام، شېكەر سۈيىدىن 720 گىرام ئېلىپ، ھەر ئىككىسىنى تاكى يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، 360 گىرام شېكەر سېلىپ قىيامغا كەلتۈرگەي، باشقا شەربەتلەردە ئىشلەتكەي.

يەنە بىر شەربەتنىڭ نۇسخىسى قۇرۇق بىنەپشىدىن 90 گىرام، چىلانىڭ ھەربىردىن 90 گىرامدىن، سەرپىستاندىن 50 دانە، ئۈرۈكى ئېلىۋېتىلگەن قۇرۇق ئۈزۈمدىن 30 دانە، ئاق لەيلى ئۈرۈكى، ئىسپىغۇل، بېھى ئۈرۈكى، كەتىرانىڭ ھەر قايىسىدىن 30 گىرامدىن، خىيارشەنبەر، فۇلۇسدىن 60 گىرامدىن، شېكەردىن 360 گىرام ئېلىپ، باشقا شەربەتلەردەك قاياناتقاي، شەربەتنى 60 گىرام بادام يېغى بىلەن بەرگەي.

مەتبۇخى موسھىلنىڭ نۇسخىسى چىلان 30 دانە، سەرپىستان 30 دانە. بىنەپشە ئۇچ گىرام، فۇلۇس، خىيارشەنبەر 45 گىرام، ھەسەل 90 گىرام. بۇ مەتبۇختا گاۋزىباننى زىيادە سالغاي.

ئەگەر سەپرا كونا، غالىب بولسا، 30 گىرام ئاقلانغان بۇيا يىلتىزىنى بۇ مەتبۇختا زىيادە قىلغاي، تۇربۇتتىن توققۇز گىرامنى يۇيۇپ، چالا سوقۇپ سالسا ياخشى بولۇر، بۇيا يىلتىزى، تۇربۇتنى قانلىق بەلغەم زاھىر بولغاندىن كېيىن بېرىدىغان سۈرگىگە سېلىپ بەرگەي.

ئەگەر بىمار مۇسھىلنى مۇۋاپىق كۆرمىسە، قوبۇل قىلمىسا، توققۇز گىرام گاۋزىباننى سوقۇپ، تاسقاپ، جۇلاپقا سېلىپ بەرگەي.

تۆتنىچى كۈندىن كېيىن قانلىق بەلغەم زاھىر بولسا، يۇقىرىدا بايان قىلىنغان شەربەتلەرگە 15 گىرامدىن پىرسىياۋشان ۋە ئاقلانغان بۇيا يىلتىزىنى ئارتۇق قىلىپ تەييارلىغاي.

ھۆقنىڭ نۇسخىسى بىنەپشە، بابۇنە، ئەنجۇر، چىلان، سەرپىستان، ئاق لەيلى ئۈرۈكى، ئوغرىتىكەن، قارا شېكەر ياكى ناۋات بىلەن تەييارلىغاي، شىر يېغى ۋە نەمەك خېمىرىنى

ئازراق سالغاي، سۇنىڭ ئورنىدا جۇلاپ ياكى بىنەپشە شارابى بەرگەي.

ئۆپكىنىڭ زاتى بابىدا بايان قىلىنغان ئىشىشقىنى پىشۇرىدىغان، پايدا قىلىدىغان لوئوق دورىلارنى ۋە تەدبىرلەرنى بۇ بابدا ئىشلەتكەي.

ماددىنى پىشۇرىدىغان، ئاغرىقنى پەسەيتىدىغان زىماتنىڭ نۇسخىسى بىنەپشە، ئاق لەيلىدىن بىر ھەسسىدىن، بۇيا يىلتىزىدىن ئىككى ھەسسە، ئارپا ئۇنى، ماش ئۇنىدىن بىر يېرىم ھەسسە، بابۇنەدىن بىر ھەسسە ئېلىپ، ھەممىسىنى بىنەپشە يېغى ۋە موم بىلەن يۇغۇرغاي. ياساش قائىدىسى بويىچە قىلغاي. ئەگەر كۆپرەك تەڭشەشكە ئېھتىياجلىق بولسا، زىغىر ئۇرۇقىنى ئارتۇق قىلغاي. مەيپوختەج (مېۋە شەربىتى) بىلەن يۇغۇرغاي.

ئەگەر جاراھەت ئېغىر بولسا، زىغىر مەيپوختەجنىڭ ئورنىغا نېلۇپەر بەرگى، ئاق لەيلى ۋە ھۆل قاپاقنى زىيادە قىلغاي.

يەنە بىر زىماتنىڭ نۇسخىسى ئارپا ئۇنى، ئىكلىلمىلىك، كۆكنار پوستىنى ھالۇدەك قىلىپ، ئاغرىغان ئەزاغا قويسا، ئاغرىق پەسەيەر، ماددىنى پىشۇرار، ئىسسىق سۇ بىلەن ھۆل قىلغان ئىسپەنجى بىلەن زىمات قىلغاي.

ئەگەر زەيتۇن يېغىنى ئىسسىق سۇغا قوشۇپ زىمات قىلسا، ئىشىشقىنى پىشۇرار، ئاغرىقنى پەسەيتەر.

ئۆردەك چاۋىسى، توخو چاۋىسى، سېمىز گۆش ۋە ھۆل زۇپانىڭ ھەممىسىنى ئېرىتىپ تىلا قىلسا پايدا قىلۇر، ھەر ۋاقىت بۇ زىمات ۋە تەكمىد (ئۆتكۈزگۈچى) ئاغرىقنى پەسەيتىمەي ئاشۇرسا، شۇنى بىلىش كېرەككى، بەدەن ماددىغا توشۇپ كەتكەن بولۇپ، بەدەننى پاكىزلاشقا ئېھتىياج چۈشكەن بولۇر، خۇسۇسەن قان ئېلىشقا ئېھتىياجلىق بولغان بولۇر. ھەرقاچان قان ئېلىپ ۋە سۇرگە بېرىپمۇ بىمارنىڭ ئازابى پەسەيمىسە، بىلىش كېرەككى، ئىششىق يىرىڭلىغان بولۇر، ئۇنىڭدىن كېيىن قان ئېلىش مەنئى قىلىنار، شۇنداق تۇرۇقلۇق يەنە قان ئالسا قۇۋۋەت زەئىپلىشەر، قاننىڭ ھارارىتىنىڭ تەسىرى ئۈزۈلەر، ئىششىق پىشماي، ئاغرىق تۇرۇپ قالۇر، ئەگەر قان ئالماي ماددا پىشسا، ياخشى بەلغەم زاھىر بولۇر. ئەگەر قۇۋۋەتتە زەئىپلىك كۆرۈلسە قان ئالمىغاي.

ئەگەر بەدەننى تازىلاشقا ئېھتىياج چۈشسە، ھۆقنە قىلىش ياخشى ئۇسۇل ھېسابلىنار، ئەگەر بىمارنىڭ قۇۋۋىتى ئۆز ئورنىدا بولسا، قان ئالغاندىن كېيىن بەھوشلۇق يۈز بەرسە ياكى نەپەس سقىلسا، قان ئېلىش بىلەن كېسەللىك ماددىسى كەم بولمىغانلىقىنىڭ ئالامىتى ھېسابلىنار، ھۆقنە تەدبىرنى قىلغاي. ھەر كۈنى بىر نۆۋەت ياكى ئىككى نۆۋەت ھۆقنە قىلغاي.

بۇنداق قىلغاندا قان ئېلىش زۆرۈر بولماس، ھەرقاچان ماددا پىشقانلىق ئالامەتلىرى روشەن بولسا، بىمارنى ئايرىۋەتكەي، شۇنىڭ بىلەن ماددا تۆكۈرۈك بىلەن تازىلىنار. ئىسسىق سۇ، سۈيۈق كاشكاپنى شېكەر بىلەن ياكى سېرىقماي بىلەن ياكى ھەسەل بىلەن بەرگەي ھەم ئاشۇ تەرىپىنى بېسىپ ياتسا، تۆكۈرۈكنىڭ چىقىشىغا ياردەم بېرىپ، كۆكرەك بوشلۇقى ۋە بېقىن تازىلىنار.

جالىنۇس بۇ كېسەللىك باشلانغاندا شەربىتى شىپائى بۇيرىغان ئىكەن، ئۇ ماددىنى پەسەيتەر، پىشۇرار ۋە بىمارنىڭ ئۇيقۇسىنى كەلتۈرەر.

خوجا ئەبۇ ئەلى ئىبن سىنا مۇنداق ئېيتقان ئىكەن:

شەربىتى شىپائىنى ئۇيقۇسى ياخشى بىمارلارغا بەرمىگەي، چۈنكى بىمار ئۇخلىسا، بۇ دورا ماددىنى قويۇقلاشتۇرۇپ، بەلغەمنىڭ چىقىشىنى قىينىلاشتۇرار.

شېكەر ۋە ھەسەلنى ئۇنىڭغا قوشۇپ قاينىتسا، زىيانىنى يانداۋرار، ئەگەر زۆرۈرىيەت بولسا، بۇ شەربەتنى كۆكنار ئۇرۇقىدا ياسىغاي. كۆكنار پوستىنى سالمىغاي، بەدەننى تازىلاپ كېسەللىك ئالامەتلىرى پەسەيگەندىن كېيىن بەرگەي، تۆكرۈك كۆپ بولسا، غىزاسىغا ئارپا سۈيى، ماش ئۇنى، پالەك، مەلوخىيا بۇيرۇپ بەرگەي، بۇلارنى شېكەر بىلەن بەرگەي.

ئەگەر يەنە بىئارام‌لىق بولسا، سۈيۈق كاشكاپقا قانائەت قىلغاي.

ئەگەر زاتىلجەنبە ماددىسى بەلغەمى ياكى سەۋداۋى بولسا، قان ئالمىغاي، لېكىن ئۆتكۈر ھۆقنە، ماددىنى پىشۇرىدىغان، ماددىنى تەڭشەيدىغان زىماتنى ئىشلەتكەي. سۇ ئورنىغا ھەسەل سۈيى بىلەن بەرگەي، ئىسسىق سۇنى ئاز ئازدىن ھەمىشە ئىچسە پايدا قىلۇر، ھەر كۈنى ئەتىگەندە مۇشۇ تەرىقىدە شەربەت ئىچكەي، ئۇنىڭ كاشكاپىغا بۇغداي سۈيى، نوقۇت سۈيى بۇيرىغاي، ئۇچ گىرام بەدىيان، 15 گىرام بۇيا يىلتىزىنى ئۇ كاشكاپقا سېلىپ قاينىتىپ، سىركەنجۈبىل ھەسىلى قوشۇپ بەرسە، قويۇق خىلتىنى يۇمشىتار، ئەگەر ھەر كۈنى ئەتىگەندە شەربەت بەرسە شىپا بولۇر، تائامغا نوقۇت سۈيى، زىغىر يېغى، تاتلىق ۋە ئاچچىق بادام يېغى، كېپەك سۈيى، ھەسەل ياكى ناۋات قوشۇپ بەرگەي. شورپىسىغا قىزىلچا، ئۇزۇم، نوقۇت سېلىپ قاينىتىپ بەرگەي. سۇدا يۇغان شۇمشا ۋە ماش ئۇنىدا قىلغان ئۇماچقا بادام يېغىنى ئىسسىتىپ ئىچىش پايدا قىلۇر.

مەسكە بىلەن ھەسەل ئىششىقنى پىشۇرار.

كۈدە، سېرىقچېچەك بىلەن پىشۇرغان ئاچچىق بېلىق ئىششىقنى پىشۇرۇر ۋە ماددىنى پاك قىلۇر، ئەگەر ماددا كۆپ ۋە قويۇق بولسا ھەم نەپەس سىقىلسا ۋە تۆكۈرۈك توختىسا، قۇرۇق زۇكامى، قىچىنى سوقۇپ، مائۇلھەسەل بىلەن ئىسسىق قىلىپ توققۇز گىرامدىن بەرگەي.

گاھىدا نەپەس سقىلسا، بىر تال مەستىكى، زەنگارنى ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ بېرىش زۆرۈردۇر، ماشچىلىك زەنگارنى ئۇچ بارماقتا ئېلىپ، قورىغان بۆرە ئەرمىنى ۋە ئازراق زەيتۇن يېغى بىلەن ياكى ھەسەل سۈيى بىلەن ئىسسىتىپ يۇغۇرۇپ بەرسە پايدا قىلۇر.

بىر تال ماشچىلىك ھىكنى سىركەنجۇبىلگە ھەسەل بىلەن قوشۇپ، ئىسسىق سۇ بىلەن بەرسە ئاغرىقنى پەسەيتەر.

ئەگەر زەنگار ۋە ئۇنىڭدىن باشقىسى گال ساھەسىنى ۋە ئاشقازاننى ئېچىشتۇرسا مۇلايىم شەربەت، تۇخۇمنىڭ سېرىقنى بەرگەي، بۇنىڭ بىلەن ئاغرىق توختار ياكى بەدىيان يېغنى ئىسسىتىپ ئىچكەي.

زىماتنى ئۈزۈم بەرگى، بەدىيان، بابۇنە، ئىكلىلمىلىك بىلەن قاينىتىپ، سەۋسەن يېغى ياكى يەسمەن يېغى قوشۇپ تەييارلىغاي.

بۇ ئاغرىقتىن خالي كىشنى تۇتۇندىن، شامالدىن، ئاپتاپتا ئولتۇرۇشتىن، تائامنى كۆپ يېيىشتىن، جىما قىلىشتىن پەرھىز قىلدۇرغاي.

سەككىزىنچى بۆلۈم يۈرەكنىڭ ئەھۋالى ۋە ئۇنىڭ كېسەللىكلىرى توغرىسىدا

بۇ بۆلۈم ئالتە بابدۇر.

بىرىنچى باب يۈرەك كېسەللىكلىرىنىڭ قانچە خىل بولىدىغانلىقى توغرىسىدا

يۈرەكتە بولىدىغان كېسەللىكلەر تۆت خىل بولۇر. بىرىنچىسى، ماددىسىز مىزاج بۇزۇلۇش ۋە يۈرەككە ساپ ماددا پەيدا بولۇشتىن بولۇر؛ ئىككىنچىسى، ئىششىقتىن بولۇر؛ ئۈچىنچىسى، پۈتۈنلۈكنىڭ بۇزۇلۇشىدىن بولۇر؛ تۆتىنچىسى، ئەزا (بەدەن) لارنىڭ شېرىكچىلىكىدىن بولۇر.

يۈرەكنىڭ مىزاجى ئېغىر دەرىجىدە بۇزۇلغان بولسا ئىلاج قىلغىلى بولماس، ئۇ ئېغىر بولمىسمۇ ئىلاج قىلىش مۇشكۈلدۇر، يۈرەك ئاغرىقى ماددىلىق ياكى يۈرەكتىكى تومۇرلاردىكى سەۋەبلەردىن بولۇر. كېسەللىك يۈرەكتە ياكى يۈرەكنىڭ قېپى ئىچىدە بولۇر. يۈرەكتە، يۈرەك قېپى ئىچىدە بولسا، ھۆللۈك كۆپ بولۇر ياكى ماددا يەللىكرەك بولۇر، ھەرقاچان بۇ ماددا كۆپرەك بولسا، يۈرەكنىڭ قېپى ئىچىدە توشۇپ كېتىپ، يۈرەكنىڭ سىقىپ كېڭىيىش ھەرىكىتىنى توساپ، روھنى ۋە نەپەسنى بوغۇپ ئۆلتۈرەر، ئۇ ماددا يۈرەكنىڭ تومۇرلىرىدا بولسا، توسالغۇ پەيدا قىلۇر، ئۇ توسالغۇ تومۇرلاردا بولسا، شۇ يەردە توسالغۇ پەيدا قىلۇر، ئۇ توسالغۇ ئىسسىق ۋە بوخاراتلىق ھاۋانى سىرتقا چىقارماي، كىرگەن پاكىز ھاۋا بىسلىپ قېلىپ روھنى ۋە نەپەسنى بوغۇپ ئۆلتۈرەر.

ئىششىق يۈرەكنىڭ گۆھىرىدە ياكى قېپىدا بولسا ئاغرىق پەيدا قىلۇر، يۈرەكنىڭ گۆھىرىدىكى ئىششىق، ئىسسىق ياكى سوغۇقتىن بولۇر، ئەگەر ئىسسىقتىن بولسا دەرھال ئۆلتۈرەر، ئادەتتە سوغۇقتىن بولغان ئىششىق ئاز ئۇچرار، ئەگەر ئۇچرىسا بىر كۈندىن ئارتۇق مۆھلەت بەرمەس، شۇ سەۋەبتىن مىزاج بۇزۇلۇشتىن، توسالغۇدىن ۋە پۈتۈنلۈك بۇزۇلۇشتىن

بولغان ئىششىق ئاغرىقتىن خالاس بولماس، يۈرەك كېڭىيىش ۋە تاريىش ھەرىكىتىدىن توختار، شۇ سەۋەبتىن ئادەمنى ئاسان ھالاك قىلۇر. ئەگەر بۇ ئىششىق يۈرەكنىڭ قېپىدا بولسا، مەلۇم ۋاقىت مۆھلەت بېرەر.

جالىنۇس مۇنداق ئېيتقان ئىكەن:

مېنىڭ بىر خورىزىم بار ئىدى، كۈندىن - كۈنگە ئورۇقلاپ كېتىۋاتاتتى، ئۇنى ئۆلتۈرۈپ قارىسام، ئۇنىڭ يۈرىكىنىڭ قېپىدا قاتتىق ئىششىق بارلىقىنى كۆردۇم، ئىششىق نەچچە تال پىپسسمۇق دانىسىدەك بار ئىدى، ئۇ خورازنىڭ ئورۇقلىشى ۋە ھالىنىڭ يامان بولۇشىنىڭ سەۋەبى ئاشۇ ئىششىقتىن ئىكەنلىكىنى بىلدىم.

جالىنۇس مۇنداق ئېيتقان ئىكەن:

بىر مايمۇن بار ئىدى (ئېيتىشلارغا قارىغاندا، جالىنۇسنىڭ نەچچە مايمۇنى بار ئىدى. ئەگەر ئادەم تەشرىھىدە بىرەر مۇشكۈللۈك ئۇچرىسا، ئاشۇ مايمانلارنى ئۆلتۈرەتتى، ئاشۇ ئەزالارغا قارايتتى، چۈنكى مايمۇننىڭ ئەزاسى ئادەمنىڭ ئەزاسىغا ئوخشايدۇ)، كۈنلەرنىڭ بىرىدە ئۇ مايمۇن ئورۇقلىدى، ئۇ مايمۇننى ئۆلتۈردۇم، مايمۇننىڭ يۈرىكىنىڭ قېپىدا پۈرچاقنىڭ دانىسىدەك نەچچە ئىششىق بارلىقىنى كۆردۇم، مايمۇننىڭ ئورۇقلىشىنىڭ ئاشۇ ئىششىقتىن ئىكەنلىكىنى بىلدىم.

پۈتۈنلۈكنىڭ بۈزۈلۈشى ئۆچ خىل بولۇر. بىرىنچىسى، پۈتۈنلۈكنىڭ بۈزۈلۈشى ئىششىقنىڭ قالدۇقلىرىنىڭ سەۋەبىدىن بولۇر؛ ئىككىنچىسى، كونا يارا ۋە مۇدۇرلارنىڭ قالدۇقلىرىنىڭ سەۋەبىدىن بولۇر؛ ئۈچىنچىسى، پۈتۈنلۈكنىڭ بۈزۈلۈشى بىر نەرسىگە تېگىپ شەكىللەنگەن جاراھەتنىڭ سەۋەبىدىن بولۇر. يۈرەك بۇ خىل سەۋەبلەرنىڭ ھېچقايسىسىنى كۆتۈرەلمەس.

مۇنداق ئېيتىلغان ئىكەن:

ھەر ۋاقىت يۈرەكنىڭ گۆھىرىگە مۇدۇر چىقسا، بىمارنىڭ بۇرنىدىن قارا قان كېلۇر، يەنى مۇشۇ سەۋەبتىن ھالاك بولۇر. ئەگەر جاراھەت يۈرەكنىڭ گۆھىرىگە چۈشسە، شۇ سائەتتە ھالاك بولۇر ياكى ئىككىنچى كۈنى ئۆلۈر. بەزىسى مېڭىنىڭ شېرىكچىلىكىدىن بولۇر، بەزىسى پۈتۈن بەدەننىڭ شېرىكچىلىكىدىن بولۇر، ئەمما پۈتۈن بەدەننىڭ شېرىكچىلىكىدىن بولسا، يۇقىرى قىزىتمىدىن باشقا يۈرەك قوزغىلىش ۋە بىھوشلۇق زاھىر بولۇر.

ئۇ، مېڭىنىڭ شېرىكچىلىكىدىن بولسا، مېڭە زەئىپ بولۇر، مېڭىنىڭ زەئىپلىكىدىن كۆكرەكنىڭ ۋە بۇنىڭ گۆشلىرىگە تۇتاشقان پەي ۋە سىڭىرلار (نەپەس ئېلىش ئەزالىرى) زەئىپ بولۇر، نەپەس ئېلىش نورمالسىز بولۇر، يۈرەككە كېرەكلىك بولغان ساپ ھاۋا يۈرەككە يەتمەس، بۇخاراتلىق ھاۋا يۈرەكتىن سىرتقا چىقالماس، مۇشۇ سەۋەبتىن يۈرەكنىڭ مىزاجى بۈزۈلۈر،

خەفەقان ۋە بىھوشلۇق پەيدا بولۇر.

ئاشۇ ئاغرىق جىگەرنىڭ شېرىكچىلىكى بىلەن بولسا بەش خىل بولۇر.

بىرىنچىسى، جىگەر زەئىپ بولۇر، بۇ سەۋەبتىن يېگەن تائامدىن ئوزۇق بولىدىغان پاكىز قان جىگەردە ھاسىل بولماس، جىگەردىن يۇرەككە يېتىدىغان ئوزۇقلۇق نېسىۋىسى يۇرەككە يەتمەس، يۇرەكنىڭ زەئىپلىكى ۋە ئاجىزلىقى زاھىر بولۇر.

ئىككىنچىسى، جىگەردە سەۋداۋى قان پەيدا قىلۇر. شۇ سەۋەبتىن مېڭە ۋە باشقا ئەزالارنىڭ ئوزۇقلۇقى سەۋداۋى بولۇر، مېڭىدىن قىزىل قان تومۇرلىرى ئارقىلىق يۇرەككە يېتىپ كېلىپ، يۇرەك قوزغىلىش ۋە يامان غەم ئەندىشىلەرنى پەيدا قىلۇر.

ئۈچىنچىسى، جىگەردە بەلغەمى قان پەيدا قىلۇر ھەم مۇشۇ يول بىلەن مېڭىگە يېتەر، يەنە مېڭىدىن يۇرەككە يېتىپ، بىمارىدا خامۇشلۇق، ئونتۇغاقلىق، دېۋەڭلىك پەيدا قىلۇر.

تۆتىنچىسى، ئىسسىق ياكى سوغۇق قان يۇرەككە يېتىپ، ئۇ قاندىن مىزاج بۇزۇلۇش پەيدا بولۇر.

بەشىنچىسى، جىگەردە ئىسسىقتىن ياكى سوغۇقتىن بولغان ئىششىق پەيدا بولۇر.

ھەممە ئەزالارنىڭ پەردىلىرى بىر بىرىگە تۇتاش بولغانلىقتىن كۆكرەك پەردىسىگە ئاغرىق يېتەر، شۇڭا، بۇ ئاغرىق ئاشقازان ئاغرىقىنىڭ شېرىكچىلىكىدىن بولسا ئۈچ خىل بولۇر.

بىرىنچىسى، ئاشقازان كىرىش ئېغىزىدا يامان خىلتىلار بولۇر، ئۇنىڭ تەسىرىدىن ئاغرىق يۇرەككە يېتەر، خەفەقان ۋە بىھوش بولۇشنى كەلتۈرۈپ چىقرار.

ئىككىنچىسى، بۇزۇق خىلتىنىڭ قەيى بىلەن چىقىشىدا قەيى ھەرىكىتىدىن خەفەقان ۋە بىھوش بولۇش زاھىر بولۇر.

ئۈچىنچىسى، ئاشقازاندا ئاغرىق پەيدا بولۇر، ئاشقازانىنىڭ يۇرەككە شېرىكچىلىكىدىن ئۇ ئاغرىق يۇرەككە يېتەر، بۇ ئەھۋال كۆپ بولۇر ۋە ئادەمنى ئۆلتۈرەر.

بۇ، كۆكرەك پەردىسىنىڭ ئۆپكە ۋە ئۇنىڭدىن باشقا ئەزالارنىڭ شېرىكچىلىكىدىن پەيدا قىلسا مۇنداق بولۇر: زاتىلجەنبىنىڭ ماددىسى يۇرەككە يۆتكىلەر، يەنى يۇرەك تەرەپكە مايىل بولۇر، خەفەقان ۋە بىھوشلۇقنى كەلتۈرۈپ چىقرار، گاھىدا روھنى ۋە نەپەسنى بوغۇپ، ئادەمنى ئۆلتۈرەر.

بۇ ئاغرىق ئۈچەيلەرنىڭ شېرىكچىلىكىدىن بولسا شۇنداق بولىدۇكى، ئۈچەيلەردە ئاجىزلىق ۋە قۇۋۋەتسىزلىك پەيدا بولۇر ياكى ئۆزۈن قۇرت پەيدا بولۇر، ئۇنىڭ ھارارىتى يۇرەككە ۋە مېڭىگە يېتەر، خەفەقان ۋە زەئىپلىك پەيدا بولۇر.

بۇ ئاغرىق بەچىدان (بالىياتقۇ) شېرىكچىلىكىدىن بولسا شۇنداق بولىدۇكى، بەچىدانىنىڭ مېڭە بىلەن شېرىكچىلىكىدىن، بەچىدانىدىكى ھارارەتنى مېڭىگە چىقرار، يامان ئەندىشە ۋە ۋەسۋەسىلىكنى كەلتۈرۈپ چىقرار، مېڭىدىن شىريان تومۇر يولى بىلەن يۈرەككە كېلىپ، خەۋپقان ۋە بىھوشلۇقنى كەلتۈرۈپ چىقرار.

خەۋپقان دەپ يۈرەكنىڭ تىترىشىنى كۆرسىتەر. بىھوشلۇق — بىھوش بولۇپ يىقىلغانىنى كۆرسىتەر. بەزى كىشىلەر نەپەسنىڭ سىقىلىشىنى يۈرەك قوزغىلىش دەپ ئاتار، بۇ ئىككىسىنىڭ ئوتتۇرىسىدىكى پەرق شۇكى، نەپەس سىقىلىش ھەمىشە نەپەسنى قىسىپ، بىئارام‌لىق بىلەن نەپەس ئېلىشنى كۆرسىتەر، بۇ، يۈگۈرگەن ئادەمنىڭ نەپەس ئالغانلىقىغا ئوخشار ياكى ھورداقخانىلاردا نەپەس ئالغانغا ئوخشاش بولۇر.

خەۋپقان يۈرەكنىڭ شۇنداق قوزغىلىشى، ئەزالارنىڭ تىترىشىگە ئوخشار، ئەزانىڭ لىكىلدىشى ئەزالارنىڭ تارتىشىشى دېيىلەر، بۇ كۆپ بولۇر. خەۋپقان خاس يۈرەك ئەۋرىشىملىكىنىڭ سىقىلىشىدىن بولۇر، ئاسان قوزغىلار، ئاسان پەسىيىپ قالۇر، كۈچى سەۋەبسىز پەيدا بولۇر، ئىلاجسىز يوقار، گاھىدا سوغۇق سۇ ئىچسە، ئۇنىڭغا تەسىر قىلار، خەۋپقانىنىڭ ئالامەتلىرى زاھىر بولۇر.

بىھوش بولۇشنىڭ سەۋەبلىرى ئىككى خىل بولۇر.

بىرىنچىسى، روھنىڭ تارقىلىشىدىن بولۇر.

ئىككىنچىسى، روھنىڭ بوغۇلۇشىدىن بولۇر.

روھنىڭ تارقىلىش سەۋەبى ئۈچ خىل بولۇر.

بىرىنچىسى، كۆپ قەي قىلىش، ئىچ سۈرۈش ئارقىلىق بەدەندىكى ماددا ئىستىفراغ بولۇش ياكى تومۇردىن، زەخمىدىن كۆپ قان چىقىش ياكى ھەيز قېنى، تۇغۇت قېنى، بۇۋاسىر قېنىنىڭ توختىماسلىقىدىن بولۇر.

ئىككىنچىسى، كۆپ خۇشال بولۇش ياكى ھەددىدىن ئارتۇق لەززەت تېپىشتىن بولۇر، مەسىلەن: جىمانىڭ لەززىتىگە ئوخشاش. شۇ سەۋەبتىن يۈرەك ئېچىلار، ھەر ۋاقىت ھەددىدىن ئارتۇق خۇشال بولۇش، ھەددىدىن ئارتۇق لەززەتلىنىش كۆپ بولسا، يۈرەك ئەسلىي ھالىتىدىن زىيادە ئېچىلار، روھ شۇ سەۋەبتىن تەڭشىلەر، بىھوش بولۇشنى كەلتۈرۈپ چىقرار، ئۇ بىھوشلۇقتا ھالاك بولۇر.

ئۈچىنچىسى، كۈچلۈك ئاغرىقتىن بولۇر، مەسىلەن: قۇلۇنجى ئاغرىقىغا ئوخشاش. ئۇنىڭدىن باشقا ئاغرىقلاردىمۇ پەيدا بولۇر. تەبىئەت قۇۋۋىتى روھنى تەۋرىتەر، ئاشۇ ئاغرىقنى يوقىتىش

ئۇچۇن روھنىڭ قۇۋۋەتىنى شۇ يەرگە يۇرگۈزەر، يۈرەك بىلەن روھ ئاشۇ سەۋەبتىن تارقىلار ۋە بىھۇشلۇقنى كەلتۈرۈپ چىقرار، ئۇ بىھوشلۇقتا ئادەم ھالاك بولۇر.

روھ ۋە نەپەس بوغۇلۇشنىڭ سەۋەبلىرى ئىككى خىل بولۇر.

بىرىنچىسى، شارائىنى ھەددىدىن زىيادە ئىچىش تەبىئىي ھارارەتنى ۋە روھنى ئاجىزلاشتۇرۇپ نەپەس سىقىلىشنى پەيدا قىلۇر؛

ئىككىنچىسى، ھەددىدىن ئارتۇق غەم ياكى قورقۇش سەۋەبىدىن بىراقلا پەيدا بولۇر، يۈرەك شۇ سەۋەبتىن قورۇلار، روھنى ۋە نەپەسنى بوغۇپ، ئادەمنى ھالاك قىلار (بۇ مەنە ئىككىنچى كىتاب توققۇزىنچى بۆلۈم ئىككىنچى تارماقنىڭ ئون توققۇزىنچى بابىدا شەرھلەنگەن).

يۇقىرىدا يۈرەكتە بولىدىغان كېسەللىكلەرنىڭ سەۋەبلىرى بايان قىلىندى.

داۋالاش

بىلىش كېرەككى، يۈرەك ھەممە ئەزالاردىن نازۇك بولغانلىقى ئۈچۈن ئۇنىڭ ئىلاجى باشقا ئەزالارنىڭ ئىلاجىغا قارىغاندا ئىنچىكە، شۇڭا ئېھتىياتچانلىق بىلەن ئىلاج قىلغاي. بەدەننى تازىلىغاندا، مىزاج ئۆزگەرگەندە، تولۇپ كېتىشتىن ئاغرىق پەيدا بولغاندا يۈرەككە تەسىرى بولۇر، تولىراق توسۇلۇش بولۇپ، نەپەس ئالىدىغان يوللارنى توسۇپ قويار، بەزىسى قويۇق ھارارەتلىك بولۇر. يەنە بىر ئەزادىن يۈرەككە يېتەر.

بەدەندە قانىنىڭ تولۇپ كېتىشى بىلەن توسۇلۇش بولغاندا ئوڭ قولنىڭ باسلىق تومۇرىدىن قان ئالغاي، ھەممە ئەھۋالدا ھارارەتنىڭ سەۋەبىدىن توسۇلۇش بولغاندا سول قولنىڭ باسلىق تومۇرىدىن قان ئالغاي، بۇنىڭدا ھەرقانداق ئەھۋالدا قان ئېلىش ۋە بەدەننى تازىلاش خەتەرسىز ھېسابلىنار، شۇ سەۋەبتىن قان ئېلىشتا قۇۋۋەتنى ساقلاپ قېلىشقا دەۋەت قىلماستىن، بەلكى قانىنى بىراقلا كۆپ چىقارمىسا بولماس. ئۇنىڭدىن باشقا ھەر خىل دورىلارنى ئىشلەتكەي، مەيلى مەجۇن بولسۇن، ئۇ مىزاجنى ئۆزگەرتمىسۇن. مەيلى بىر خىل دورا بەدەننى پاك قىلسۇن. خاس دورىلاردىن، نەپەسنى كۈچەيتىدىغان دورىلاردىن خالىي قىلمىغاي. شۇ سەۋەبتىن سۈرگە دورىلىرى بەدەن خىلتلىرىنىڭ دۈشمىنى ھېسابلىنار، بۇ سەۋەبتىن ئاشۇ دورىلارنى ئىشلىتىشتىكى مەقسەت يۈرەكتىكى خىلتلارنى تارقىتىشتىن ئىبارەت، بۇنىڭ ئۈچۈن يۈرەككە خاس بولغان دورىلارنى ئىشلەتكەي، شۇنىڭ بىلەن باشقا دورىلارنىڭ قۇۋۋەتنى يۈرەككە يەتكۈزگەي، روھنى ياشارتار، ئۇ دورىلارنى ئىشلىتىشتىكى مەقسەت مىزاجنى ئۆزگەرتىشتىن ئىبارەت، ئۇنىڭغا ھەم ئىككى سەۋەبتىن يۈرەككە خاس دورىلارنى قوشۇش زۆرۈردۇر. بىرى،

ئۇنىڭ بىلەن باشقا دورىلارنىڭ قۇۋۋىتىنى يۇرەككە يەتكۈزۈش زۆرۈردۇر. ئىككىنچىسى، مىزاجى ئىسسىق بولسا سوغۇق دورىلار بىلەن ئىلاج قىلىش زۆرۈردۇر، يەنى بىراقلا سوغۇقلۇق قىلمىغاي، چۈنكى يۇرەك روھنىڭ ماكانى ھېسابلىنار. روھنىڭ جەۋھىرىنىڭ تەبئىتى ئىسسىقلىقتىن ئىبارەت. يۇرەكنىڭ ئىسسىقلىقى تەبئىي ھارارەت ھېسابلىنار، ئۇنىڭ ئىسسىقلىقى كېسەللىك ئەمەس. كېسەللىك مىزاج بۇزۇلۇشتىن روھ تاپار ۋە ئاز قالۇر، گويىاكى ئاغرىق تۇتۇق بولۇر، مۇشۇ ۋەجىدىن، ئەگەر سوغۇق دورىلارنى ھەددىدىن ئارتۇق ئىشلەتسە، ئېھتىمال، روھنىڭ قالغىنىنى ئۆلتۈرەر، سەۋەب شۇكى، دورىلاردىن يۇرەككە خاس دورىلارغا سوغۇق دورىلارنى قوشقاي، بۇ سەۋەبتىن بۇرۇنقىلار مىزاج بۇزۇلۇش ئۈچۈن تەييارلىغان قورسى كافۇرنى زەپەرسىز تەييارلىغان ئەمەس، بەدەننى تەنقىيە قىلىش ئۈچۈن دورىلارنى گاۋزىباسىز ياكى مۇشۇنىڭغا ئوخشاش نەرسىلەرسىز قىلمىغان ئىكەن، شۇ سەۋەبتىن ئاللاتائالا تەبئىتنى ھېكمەت ئەھلىگە مىننەتسىز بېغىشلىغان ئىكەن، بەدەننىڭ تەڭپۇڭلۇقىنى ساقلاشقا تەبئىتنى مۇئەككەل قىلىپ ياراتتى، ھەر ۋاقىت تەبئىتى كۈچلۈك بولسا ھېكمەتنىڭ تەقەززاسى ئەمەلگە ئاشۇر.

قۇرسى كافۇرغا سېلىنغان زەپەر قۇۋۋىتىنى ئايرىم قىلۇر ھەم ئۇنى روھقا ئايرىم يەتكۈزەر، ئۇ روھقا شۇ سەۋەبتىن يورۇقلۇق بېرەر ۋە قۇۋۋەت ئالۇر، كافۇرنىڭ ئورنىدا باشقا نەرسىنىڭ قۇۋۋىتىنى يۇرەكنىڭ گۆھرىگە يەتكۈزەر ھەم ئۇنىڭ ئىسسىق مىزاجى ئالاتائاللانىڭ پەرمانى بىلەن ئۆز ھالىتىگە كېلۇر، ئەگەر تەبئىتى كۈچلۈك بولمىسا ھەرقانداق ئىلاج پايدا قىلماس. بۇ تەركىبتە ھەم پايدا باردۇر، ئۇ بولسىمۇ سوغۇق دورىلار يۇگۈرۈك ۋە ئۆتكۈنچى ئەمەس، ئۇنىڭ قۇۋۋىتى يۇرەككە يېتەلمەس، بۇ سەۋەبتىن ئىسسىق دورىغا ھاجىتى چۈشەر، ئۇ ئىسسىق دورا يۇرەككە ئاشنا [1] لىق خاسىيىتىدىن يۇرەككە يەتكۈزەر، بۇ دورا بۇ يەردە بايان قىلىندى، ئۇ نەرسىلەر ئەسلىي ھالىتىگە يېقىن بولۇر، ياقۇت، پروزا، ئالتۇن، كۈمۈش ۋە گاۋزىبان قاتارلىقلار ئىسسىق ھېسابلىنار.

دۇرنەج، پارپا، ئىپار، ئەنبەر، زورەمبات، ئەۋرىشىم، زەپەر، ئاق بەھمەن، قارا قەلەمپۇر، ئۇدخام، بادرەنجبۇيا ۋە ئۇنىڭ ئۇرۇقى، ياۋا رەيھان ۋە ئۇنىڭ ئۇرۇقى، پەرەنجمىشكى ۋە ئۇنىڭ ئۇرۇقى، تۇرۇنجى بەرگى ۋە ئۇنىڭ پوستى، قاقىلە، كاۋاۋچىن، سازەج ھىندى، زەنجۇبىل شامى قاتارلىق دورىلار ئىسسىق ھېسابلىنار.

① ئاشنا — تەقەززا، ئۇنىڭ ئەسلىي تەلىپىگە ماس (ت).

مەرۋايىت، بىخ مارجان، كەھرىۋا، كافۇر، سەندەل، تاباشىر، گىل مەختۇم، ئالما، ئاچچىق تۇرۇنجى، ھۆل ۋە قۇرۇق يۇمغاقسۇت قاتارلىق سوغۇق تەبىئەتلىك دورىلارنىڭ نامى ئىككىنچى بابتا ئىسسىقتىن مىزاج بۇزۇلۇشتىن بولغان يۇرەك زەئىپلىكى ۋە خەفەقانىنىڭ بايانىدا بايان قىلىنغان ئىدى.

يۇرەكتە بولىدىغان ئىسسىق مىزاج بۇزۇلۇشنىڭ سەۋەبلىرى بەش خىل بولۇر.

بىرىنچىسى، مېڭە كېسەللىكلىرىدىن ئىبارەتتۇر، ئاچچىقى كېلۇر، كۆپ ئەندىشە قىلۇر؛

ئىككىنچىسى، نەپەس قىسىلىشتىن ئىبارەتتۇر، يۇرەككە كېلىدىغان ساپ ھاۋانىڭ يولى توسۇلۇر؛

ئۇچىنچىسى، ئىسسىق يەردە، ئىسسىق ھاۋادا كۆپ ئولتۇرۇش ۋە يورۇشتىن بولۇر؛

تۆتىنچىسى، ئىسسىق تائامنى كۆپ يېيىش ۋە شارابنى كۆپ ئىچكەنلىكتىن بولۇر، خۇسۇسەن تەشنا بولۇپ، سوغۇق سۇ تاپالمىغاندا بولۇر؛

بەشىنچىسى، ئىسسىق دورىلارنى ۋە ئەترلەرنى ھەمىشە ئۆز يېنىدا ساقلىغانلىقتىن بولۇر. ئىسسىق ئالامەتتىن بولغان خەفەقانىنىڭ ئالامتى شۇكى، ئېچىشىش ۋە ئۇسسۇزلۇق بىلەن بولۇر، ئىسسىق ھاۋادىن، ئىسسىق يەردىن، ئوتقا يېقىن ئولتۇرۇشتىن ئۇسسۇزلۇق ئاشار. سوغۇق ھاۋادىن، سوغۇق گۇلابتىن ۋە ئەترىنىڭ پۇرىقىدىن راھەت تاپۇر.

گاھىدا ئىسسىق خەفەقان قىزىتما بىلەن بولۇر، بۇنىڭ سەۋەبلەر ئىلگىرى بايان قىلىندى. بۇنىڭغا مۇناسىپ ئىلاج قىلغاي.

ئەگەر قانىنىڭ ئالامتى زاھىر بولسا، ئاۋۋال باسلىق تومۇردىن قان ئالغاي، سوغۇق شەربەت ئىچكەي ۋە سوغۇق نەرسىلەرنىڭ ھىدىنى پۇرىغاي، ئۆينىڭ ھاۋاسىنى سوۋۇتقاي، شۇنداق قىلىش لازىمكى، كۆكرەك ساھەسىگە سەندەل، گۇلاب، كافۇردىن زىمات قىلىپ قويغاي، سەندەللىك كۆڭلەك، سەندەل شەربىتى ۋە قۇرسى كافۇرنى ئىشلەتكەي.

زىماتى سەندەلنىڭ نۇسخىسى ئاق سەندەلنى گۇلاب بىلەن ئېزىپ، ئازراق خۇشبۇي سىركە تېمىتىپ، كافۇر سېلىپ ئېزىپ، ئاچچىق ئالما سۇيى، بېھى سۇيى قوشۇپ، كەندىر لاتىسىنى ئۇنىڭدا نەمدەپ يۇرەكنىڭ ئۈستىگە قويغاي، تۆمۇرنىڭ ئىسسىق سۇيىنى گۇلابقا قوشۇپ، بۇ زىماتقا قوشۇپ ئىشلەتسە پايدا قىلۇر.

سەندەللىك كۆڭلەكنىڭ نۇسخىسى ئاق سەندەلنى گۇلاب ۋە كافۇر بىلەن ئېزىپ، كۆڭلەكنى ئۇنىڭدا نەمدەپ ياخشى ھاۋادا قۇرۇتۇپ، ھەر ۋاقىت ئازراق گۇلاب سېپىپ

كىيگەي، خەسە ۋە بۆزنى ھەم مۇشۇنداق قىلىپ، تۆشەكنىڭ ئۈستىگە سېلىپ ياتسا ياخشى بولۇر.

سەندەل شەربىتىنىڭ نۇسخىسى سوقۇپ، تاسقالغان ئاق سەندەل 90 گرام، سوققان قۇرۇق يۇمغاقسۈت 15 گرام، غورا سۈيى 300 گرام، سركە 45 گرام. دورىلارنى 720 گرام سۇغا بىر كېچە - كۈندۈز چىلاپ، سۈس ئوتتا قاينىتىقاي، سۈزۈنىڭ ئىككى ھەسسىسى تۇگەپ، بىر ھەسسىسى قالغاندا سىققاي، زىغىر لاتىدا سۈرگەي، 720 گرام ناۋات ياكى شېكەر سالغاي، 1.5 گرام زەپەرنى ساپ تۇزغا تۆكۈپ قاينىتىپ، كۆپۈكنى ئېلىۋېتىپ قىيامغا كەلتۈرۈپ، ئىلىمان بولغاندىن كېيىن 30 گرام سوقۇلغان تاباشىر، ئىككى گرام كافۇر، سوقۇلغان سەندەلنى ئېزىپ قوشقاي، شەربەتنى 15 گرام ئالما شەربىتى بىلەن ياكى سېمىزئوت ئۇرۇقىنىڭ شىرىسى بىلەن بەرگەي.

قۇرسى كافۇرنىڭ نۇسخىسى تاباشىر، قىزىلگۈل ۋە نېلۇپەرنىڭ ھەر قايسىسىدىن 12 گرام، سېمىزئوت ئۇرۇقى، پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى، ئاقلانغان قاپاق ئۇرۇقىنىڭ ھەرقايسىسىدىن توققۇز گرامدىن، قارا سۇنا ئۇرۇقى، كاسنە ئۇرۇقىنىڭ ھەر قايسىسىدىن ئۈچ گرامدىن، زەپەر ۋە كافۇرنىڭ ھەر قايسىسىدىن بىر گرامدىن، كاۋاپ قىلىنغان سەرتانى بەھرى، رۇببىسۇسنىڭ ھەر قايسىسىدىن ئۈچ گرامدىن، زەپەر ۋە كافۇرنىڭ ھەرقايسىسىدىن بىر گرامدىن، تەرەنجىبىن 30 گرام، كەتىرادىن ئۈچ گرام، يۇمغاقسۈتتىن 4.5 گرام ئېلىپ، دورىلارنىڭ ھەممىسىنى سوقۇپ، بېھى ئۇرۇقىنىڭ لوئابى بىلەن يۇغۇرۇپ قۇرس قىلغاي.

تەشنالىقنى ۋە ھارارەتنى پەسەيتىدىغان شارابنىڭ نۇسخىسى ئاچچىق ئانار سۈيى، ئاچچىق ئەينۇلانىڭ سۈيى، تەمرىھىندى سۈيى، ئاچچىق تەرەنجىبىننىڭ سۈيى، غورا سۈيىنىڭ ھەر قايسىسىنى تەڭ مىقداردا تەييارلاپ، بۇ سۈلارنىڭ مىقدارىچىلىك شېكەر سېلىپ قاينىتىپ، قىيامغا كەلتۈرگەي.

يۇرەككە پايدا قىلىدىغان سۇفۇپنىڭ نۇسخىسى قىزىلگۈل، تاباشىرنىڭ ھەر قايسىسىدىن ئۈچ گرامدىن، قۇرۇق يۇمغاقسۈتتىن ئالتە گرام، كافۇردىن 0.25 گرام، شەربەتتىن تۆت گرام ئېلىپ، بۇنى ئالما سۈيى بىلەن بەرگەي.

يەنە بىر سۇفۇپنىڭ نۇسخىسى مەرۋايىت، كەھرىۋا، بىخ مارجان، گاۋزىبان، شېھ ئەرمىنى، شەب يەمەنى، گىل مەختومنىڭ ھەر قايسىسىدىن تۆت گرامدىن، ناۋات 28 گرام، شەربەتتىن سەككىز گرام ئېلىپ، بۇنى ئالما شارابى ياكى ئانار شارابى بىلەن بەرگەي.

ئەگەر قان ئېلىشتىن باشقا بەدەننى تازىلاشقا ئېھتىياجلىق بولسا، مەتبۇخى ھېلىلە بەرگەي، قېتىق سۈيىنى بەرسمۇ ياخشى بولۇر.

ئەگەر ھارارەت زىيادە بولسا ئىككى تال ئارپا چوڭلۇقدا ئىششىق پەيدا بولسا، ئىككى تال ئارپا مىقدارىچىلىك سوغۇق تەبىئەتلىك دورىلارغا ئېھتىياجى چۈشەر، ئۇ دورىلار: ئەپيۇن، لوپلە ئۇرۇقى ھەربىرى 0.75 گىرام، كافۇر ئىككى مىللىگىرام، ئىپار، زەپەرىنىڭ ھەر بىرىدىن يېرىم گىرامدىن ئېلىپ قائىدە بويىچە ياسالما تەييارلاپ بەرگەي.

شەربەتلەر نۇسخىسى ھەر كۈنى ئەتىگەندە ئالما شارابى، تۇرۇنجى شارابى بىلەن ئانار سۈيىگە ياكى سېمىزئوت ئۇرۇقىنىڭ سۈيىگە پاقىيوپۇرمىقى سۈيى بىلەن ئەزگەن قۇرسى كافۇرنى بەرسە بولۇر، ئۆتكۈر كاشكاپنى سۇلارنىڭ ئورنىدا بەرگەي.

باشقا ۋاقىتتا تۆۋەندە بايان قىلىنغان سۇفۇپلارنى ئانار سۈيى بىلەن بەرگەي. بىمار سۇفۇپلارنى ئېغىر كۆرسە گىل ئەرمىنى، ئانار سۈيى، ئىسپىغۇل لوئابى بەرگەي، ئەگەر قىزىتمىسى بولمىسا، بۇ سۇلارنىڭ ئورنىدا كالا قېتىقىنىڭ دوغاپىنى بەرگەي، غىزاسىغا يېڭى، پاكىز بېلىقنى سىركە بىلەن پىشۇرۇپ، كەپتەر باچكىسى ۋە چۈجە پىشۇرۇپ، ئەفسەر ۋە مەزورى، رەيۋاج، ئاچچىق - تاتلىق ئانار سۈيى، غورا سۈيى بەرگەي، نانىنى توغراپ ئالما شارابى، گۈلاب، رەيھان شارابى، ئاچچىق تۇرۇنجى سۈيى، لىمون سۈيىنى گۈلابقا قوشۇپ شېكەر بىلەن ئاچچىقلىقنى بېسىپ، سوۋۇتۇپ بەرسە پايدا قىلۇر.

ئەگەر قۇۋۇتى زەئىپ بولسا، بۇ سوغۇق شەربەتلەر بىلەن ھارارەتى تۆۋەنلەپ كېتىش خەۋپى بولسا، ئازراق كاۋاۋنچىن ۋە قاقىلە، تۇرۇنجى پوستىغا ئوخشاش نەرسىلەرنى غىزاسىغا ۋە شەربەتلىرىگە قوشۇپ بەرگەي.

گاۋزىبان، تاغ شېھ ئەرمىنى ۋە ئۇنىڭ سۈيى ناھايىتى مەنپەئەت قىلۇر، بۇنى بېرىشكە تەييارلىق قىلغانىنىڭ زىيىنى يوقتۇر، ئاغرىقنى سوغۇق ھاۋاغا يۆتكەش ئىلاج قىلىشنىڭ ياخشىسى ھېسابلىنار.

مۇھەممەد زىكرىيا مۇنداق ئېيتقان ئىكەن:

ئىسسىقتىن خەۋەقان بولغان كىشى ئىسسىق شەھەردە تۇرسا ئۆمرى قىسقا بولۇر.

مۇھەممەد زىكرىيا يەنە مۇنداق ئېيتقان ئىكەن:

بىر كىشىنى كۆردۈم، ئىسسىقتىن پەيدا بولغان خەۋەقان كېسەللىكى بىلەن ئۇ ئەللىك ياشقا توشماي ئۆلدى، بۇ كېسەللىك بىلەن ئاغرىغان كىشىلەردىن ئۆمرى قېرىلىققا يەتكەن ھېچ كىشىنى كۆرمىدىم.

ئىككىنچى باب مىزاجنىڭ ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشىدىن بولغان يۇرەك زەئىپلىكى توغرىسىدا

يۇرەك مىزاجىنىڭ ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشىنىڭ سەۋەبى بەش خىل بولۇر، بىرىنچىسى، روھىي ئامىللارنىڭ تەسىرىدىن بولۇر، مەسىلەن: ئاچچىقلىنىش، مۇھىم ئىشلاردىن ئەندىشە قىلىشقا ئوخشاش. ئىككىنچىسى، نەپەس قىستاش سەۋەبىدىن ساپ ھاۋانىڭ يۇرەككە يېتىشىنىڭ توسقۇنلۇققا ئۇچرىشىدىن بولۇر. ئۈچىنچىسى، ئىسسىق يەر ۋە ئىسسىق ھاۋادا كۆپ تۇرۇش، ئولتۇرۇش ۋە مېڭىشتىن بولۇر. تۆتىنچىسى، ئىسسىق يېمەك ـ ئىچمەكلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلىش، بولۇپمۇ ئۇسساپ سوغۇق سۇ تاپالمىغاندا ئۇلارنى ئىستېمال قىلىشتىن بولۇر. بەشىنچىسى، ئىسسىق دورىلار ۋە ئەتىرلەرنى ئۆزى بىلەن دائىم بىرگە ئېلىپ يۈرۈشتىن بولۇر.

ئالامىتى

بىماردا كۆيۈشۈش، ئۇسساش ئالامەتلىرى پەيدا بولۇر، ئىسسىق يەرلەردە تۇرسا، ئوتقا يېقىن ئولتۇرسا كېسەللىكى ئېغىرلىشار، سوغۇق ھاۋا، سوغۇق گۇلاپ ۋە سوغۇق ئەتىرلەرنىڭ پۇرىقىدىن راھەت تاپار. بەزىدە ئىسسىقتىن خەپەقان بولۇر.

داۋالاش

قان غالىبلىقىنىڭ ئالامىتى بولسا دەسلەپتە باسلىق تومۇردىن قان ئالغان، سوغۇق شەربەتلەرنى ئىچكەي، سوغۇق پۇراقلارنى پۇرىغاي، ئۆينىڭ ھاۋاسىنى سوغۇق قىلغاي، كۆكرەك ساھەسىگە سەندەل، گۇلاپ، كافۇرلارنى زىمات قىلغاي، يىپەكتىن كۆڭلەك تىكتۇرۇپ كىيگەي، قۇرسى كافۇرنى سەندەل شەربىتى بىلەن ئىستېمال قىلغاي.

زىماتى سەندەل نۇسخىسى ئاق سەندەلنى گۇلاپ بىلەن ئېزىپ، ئاز مىقداردا خۇشپۇراق سىركە تېمىتىپ، كافۇر، ئاچچىق ئالما سۈيى، بېھى سۈيى قوشۇپ، ئۇلارنى چىگە زەختكە سۈرۈپ يۇرەك سەھەسىگە يېپىقاي. ئۇنىڭغا تۆمۇر داغمال سۈيى، گۇلاپ قوشۇپ ئىشلەتسە ياخشى بولۇر. ئاق سەندەل بىلەن كافۇرنى گۇلاپ بىلەن ئېزىپ كۆكلەكنى ئۇنىڭ بىلەن نەمدەپ ياخشى ھاۋادا قۇرۇتقاندىن كېيىن يەنە گۇلاپ سېپىپ كىيسە ياخشى پايدا قىلۇر.

سەندەل شەربىتى نۇسخىسى سوقۇلغان ئاق سەندەل 90 گىرام. مۇۋاپىق مىقداردىكى سىركىنى 720 گىرام سۇغا بىر كېچە - كۈندۈز چىلاپ، سۈس ئوتتا سۇنۇك ئىككى ھەسسىسى كېتىپ بىر ھەسسىسى قالغۇچە قايناتقاي، ئۇنىڭدىن كېيىن چىگە رەخت بىلەن سۈزۈپ مۇۋاپىق مىقداردا شېكەر قوشۇپ قىيام قىلغاي، ئۇنىڭغا 30 گىرام تالقانلانغان تاباشىر، بىر گىرام كافۇر قوشۇپ ھەر قېتىمدا 15 گىرام ئىلىپ ئالما شەربىتى، سېمىزئوت ئۇرۇقى سۈيى بىلەن ئىستېمال قىلغاي.

قۇرسى كافۇر نۇسخىسى تاباشىر، قىزىلگۈل، نىلۇپەرنىڭ ھەربىرى 12 گىرامدىن، سېمىزئوت ئۇرۇقى، بادرەڭ ئۇرۇقى، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزىنىڭ ھەر بىرى 10 گىرامدىن، ئىكەكلەنگەن ئاق سەندەل 10 گىرام، قورۇلغان دېڭىز قىسقۇچ پاقىسى، رۇبىسۇسنىڭ ھەر بىرى ئۈچ گىرامدىن، زەپەر، كافۇرنىڭ ھەر بىرى بىر گىرامدىن، تەرەنجىبىن 30 گىرام. دورىلارنى سوقۇپ بېھى ئۇرۇقى بىلەن يۇغۇرۇپ قۇرس قىلغاي.

ھارارەتنى پەسەيتىپ ئۇسسۇزلۇقنى قاندۇرىدىغان شەربەت نۇسخىسى ئاچچىق ئانار سۈيى، ئەينۈلا سۈيى، تەمدى ھىندى سۈيى، غورا ئۈزۈم سۈيىنىڭ ھەر بىرىدىن باراۋەر مىقداردا ئىلىپ، مۇۋاپىق مىقداردا شەكەر قوشۇپ قاينىتىپ قىيامغا كەلتۈرۈپ ئىستېمال قىلغاي.

يۇرەككە پايدا قىلىدىغان سۇفۇپ نۇسخىسى قىزىلگۈل، تاباشىرنىڭ ھەر بىرىدىن ئۈچ گىرامدىن، قۇرۇق يۇمغاقسۈت ئالتە گىرام، كافۇر ئىككى مىللىگىرام. بۇلارنى سوقۇپ سۇفۇپ قىلىپ، مۇۋاپىق مىقداردا ئىلىپ، بەش گىرام ئالما شەربىتى بىلەن ئىستېمال قىلغاي.

يەنە بىر سۇفۇپ نۇسخىسى مەرۋايىت، كەھرىۋا، بىخ مارجان، گاۋزىبان كوھى، شەب يەمەنى، گىل مەختۇمنىڭ ھەر بىرى بەش گىرامدىن. دورىلارنى تالقان قىلىپ، مۇۋاپىق مىقداردا ئىلىپ، ئالما ياكى ئانار شەربىتى بىلەن بەرگەي. قان ئىلىشتىن باشقا ئىستىفراغ زۆرۈر بولسا، مەتبۇخى ھىلىلە بەرگەي. قېتىق سۈيى بەرسە ياخشىراق بولۇر. بەدەندە ھارارەت زىيادە بولۇپ، ئىششىق ياكى تېرە ئەسۇسى پەيدا بولۇش خەۋپى بولسا، سوغۇق دورىلارغا ئېھتىياج چۈشەر، بۇ چاغدا ئەپيۇن، ئالما ئۇرۇقىدىن يېرىم گىرامدىن، كافۇر، ئىپاردىن ئىككى مىللىگىرامدىن ئىلىپ، قائىدە بويىچە دورا تەييارلاپ مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلغاي. ھەر كۈنى ئەتىگەندە ئالما شەربىتى، تۇرۇنجى شەربىتى بەرگەي. ئانار سۈيى، سېمىزئوت ئۇرۇقى سۈيى، بادرەڭ سۈيىگە قۇرسى كافۇر قوشۇپ بەرگەي. مەزكۇر شەربەتلەرنىڭ ئورنىغا ئارپا ئېشى بەرسىمۇ بولۇر. ئۇخلاش ۋاقتىدا يۇقىرىدا ئېيتىلغان سۇفۇپلارنى ئانار سۈيى بىلەن بەرگەي. بىمار مەزكۇر سۇفۇپلاردىن سەسكەنسە گىل ئەرمىنىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئىلىپ، ئانار

سۈيى ياكى ئسپىغۇل لۇئابى بىلەن بەرگەي. قىزىتما بولمسا مەزكۇر سۇلار ئورنىدا كالا قېتىقى دوغاپى بەرگەي. غىزاسىغا بېلىقنى سىركە بىلەن پىشۇرۇپ، ئۇنىڭغا ياۋا ئالما، غورا سۈيى قوشۇپ بەرگەي. ئالما شەربىتى، گۈلاپ، رەيھان شەربىتىگە نان چىلاپ بەرگەي. ئاچچىق تۇرۇنجى سۈيى، لىمۇن سۈيى، گۈلاپقا شېكەر قوشۇپ چۈچۈمەللىكنى پەسەيتىپ سوۋۇتۇپ ئىچۈرگەي، پايدا قىلۇر. بىمارنىڭ بەدەن قۇۋۋىتى ئاجىز بولۇپ تەبئى هارارەتنىڭ ئاجىزلاش خەۋپى بولسا، بىمارنىڭ غىزاسى ۋە ئىچىملىكىگە كاۋاۋىچىن، قاقىلە، تۇرۇنجى پوستى قاتارلىقلارنى قوشۇپ بەرگەي. گاۋزىبان كوھى (تاغ گاۋزىبانى) نىڭ سۈيى ناھايىتى پايدىلىق بولۇپ، ئۇنى بېرىشكە جۈرئەت قىلغانلىقىڭ زەرەرى يوقتۇر. بىمارنى سوغۇق ھاۋاغا يۆتكەش ياخشى ئىلاجدۇر. مۇھەممەد زىكرىيا «ئىسسىقتىن بولغان خەفەقانغا گىرىپتار بولغان كىشى ئىسسىق شەھەرلەردە تۇرسا ئۆمرى قىسقا بولۇر» دېگەن. ئۇ يەنە «ئىسسىقتىن بولغان خەفەقانغا گىرىپتار بولغان كىشىلەرنىڭ ھەممىسى 50 ياشقا بارماي ئۆلدى، ئۇلارنىڭ ھەر بىرىنىڭ قېرىلىقىغا يەتكىنىنى كۆرمىدىم» دېگەن.

ئۇچىنچى باب يۈرەكنىڭ ماددىسىز سوغۇقلۇقتىن مىزاجى بۇزۇلۇشتىن زەئىپ بولغانلىقى توغرىسىدا

سوغۇقتىن مىزاج بۇزۇلۇشنىڭ سەۋەبلىرى ئىسسىقتىن مىزاج بۇزۇلۇشنىڭ ئەكسىچە بولۇر. ئالامىتى شۇكى، سوغۇقتىن مىزاجى بۇزۇلغان كىشىنىڭ يۈزىنىڭ رەڭگى ئاقلىققا ۋە كۆكلۈككە مايىل بولۇر، قەلەينىڭ رەڭگىگە ئوخشار. كېسەللىك ئوتتۇرا ياش مەزگىلىدە پەيدا بولۇر، ئۇسسۇزلۇق كەمرەك بولۇر، ئىسسىق ھاۋادىن ۋە ئەتىرنىڭ ھىدىدىن راھەت تاپار.

داۋالاش:

ئۇ كېسەللىك ئېغىر بولمسا، شارابى رەيھانىنى ئازراق بېرىش مۇۋاپىق كېلۇر، ئىپار ۋە خام ئەنبەرنىڭ پۇرىقى مەنپەئەت قىلۇر، كۆكرەك ساھەسىگە غالىيەنى تىلا قىلغاي، ناردىن يېغى سۈركەش، داۋائىلمىشكى بېرىش سوغۇقلۇقتىن پەيدا بولغان خەفەقانىنى يوقتىتار.

قۇستە، سۇمبۇل، سۆئىدى، دارچىن، ئەنگىزەمدىنىڭ ھەممىسىنى سوقۇپ، ئاموت سۈيى بىلەن پىشۇرۇپ، رەيھان بىلەن يۇغۇرۇپ يۈرەكنىڭ ئۈستىگە قويغاي.

مەيبەنىڭ نۇسخىسى بېھىنى ئاقلاپ، سىقىپ سۈيىنى بىر كېچە تۇرغۇزۇپ، ئەتىسى سۈزۈپ، پىسىپىنى كونا شارابقا بىر كېچە - كۈندۈز چىلاپ قويۇپ، ئەتىسى قاينىتىپ، سىقىپ

سۈرۈپ، بۇنىڭدىن 720 گىرامغا 720 گىرام بېھى سۈيى، 360 گىرام ھەسەل سېلىپ ۋە سۇمبۇل دارچىنى، مەستىكى، قەلەمپۇر، قاقىلە، كاۋاۋچىنىدىن ئۈچ گىرامدىن، ئۇد ھىندىدىن 1.5 گىرام، زەپەردىن بىرگىرام ئېلىپ، ھەممىسىنى چالا سوقۇپ، مويلۇق خالتىغا ئېلىپ، بۇ شارابقا سېلىپ قاينىتىپ، ئۇنى ھەر سائەتتە بىر قېتىم ئۆرۈپ سىققاي، شاراب تامامەن پىشىپ قىيامغا كەلگەندە خالتىنى ئېلىپ سىققاي ھەمدە بۇنىڭغا 360 گىرام ئىپارنى سالايە قىلىپ قوشقاي. ئاشقازاننىڭ ئىلاجىنىڭ بايانىدا بايان قىلىنغان جاۋارىش، ئەنبەر، تەرياقى فارۇق، مەسرۇدىتۇس پايدا قىلۇر.

سوغۇقلۇقتىن بولغان خەفەقانغا پايدا قىلىدىغان دورىنىڭ نۇسخىسى

كەھرىۋا، قۇندۇز قەھرىدىن ئالتە گىرامدىن، تۇرۇنجى پوستى، ئىپاردىن 1.5 گىرامدىن ئېلىپ، ھەممىسىنى سوقۇپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ بەرگەي.

يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى

يالپۇز، كەھرىۋا 15 گىرامدىن، بىخ مارجان، خەير بۇۋا توققۇز گىرامدىن، قەلەمپۇر، شەربەت ئالتە گىرامدىن، بۇلارنى ئالما شارابى ياكى ئۈزۈم شارابى ياكى مېۋە بىلەن بەرگەي، بىمارنى مۇشەققەت ئىشقا بۇيرىغاي.

غىزاسىغا سوغۇقتىن باش ئاغرىغانلىقنىڭ غىزاسىنى، دارچىننى ئىسسىق تۇخۇم بىلەن بەرگەي، يەنە زىرە رۇمى، تاغ زىرىسى، جۇۋىنە، قۇشقاچ، كەپتەر باچكىسىنى كاۋاپ قىلىپ بەرسە مۇۋاپىق كېلۇر.

مىزاج بۇزۇلۇش ماددىسىز ھۆل سوغۇقتىن بولسا، ئۇنكىڭ ئالامتى شۇكى، كىشىنىڭ يۈرىكى سۇغا چىلانغاندەك بىلىنەر. خەفەقان شۇ تەرىقىدە بولۇركى، يۈرىكى گويا سۇغا چۈشۈپ تېپچەكلىگەن كەپتەردەك مەلۇم بولۇر، ئۇنىڭ ئىلاجىنى مۇنداق قىلغاي:

ئاۋۋال بەدەننى تازىلىغاي، ئىستەمخىقۇننى ئايارەج پەيقىرا بىلەن مۇرەككەپ قىلىپ بەرگەي. تۆت گىرام ئايارەج پەيقىرا، ئۈچ گىرام سوقۇلغان ئەفتىمۇننى ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ بەرسە پايدا قىلۇر، ئەگەر ھۆللۈك كۆپ بولسا، ئايارەج لوغانزىيا ياكى بەيادەيتۇن مۇۋاپىق كېلۇر.

ئەگەر بىمارنىڭ قەي قىلىشى ئاسان بولسا قەي قىلىشقا بۇيرىغاي، بەدەن تازىلانغاندىن كېيىن ئاچچىق ۋە تاتلىق داۋائىلمىشكى، ئىسسىق مەجۇنلەر، مۇپەررىھاتلارنى بەرگەي.

ئاچچىق داۋائىلمىشكىنىڭ نۇسخىسى

ئەفسەنتىن رۇمى، سەبرە، زىراۋەندە 18 گىرامدىن، جۇۋىنە، زەپەر، كەرەپشە ئۇرۇقى 12 گىرامدىن، سۇمبۇل، سازەج ھىندى ئالتە گىرامدىن، قۇندۇزقەھرى، ئىپار ئۈچ گىرامدىن. دورىلارنىڭ ھەممىسىنى سوقۇپ، تاسقاپ، ساپ ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ تۆت گىرام شەربەت، ئۈزۈن ساقلانغان گاۋزىبان سۈيى بىلەن بەرگەي.

تاتلىق داۋائىلمىشكىنىڭ نۇسخىسى بوزۇغا، دۇرنەج ئۇچ گىرامدىن، مەرۋايىت، كەھرىۋا، بىخ مارجان، توغرالغان خام ئەۋرىشىم 4.5 گىرامدىن، قىزىل بەھمەن، ئاق بەھمەن، سازەج ھىندى، سۇمبۇل، قاقىلە، قەلەمپۇر، قۇندۇز قەھرى، ئۆشنە ئىككى گىرامدىن، زەنجىۋىل، پىلپىل بىر گىرامدىن، ئىپار يېرىم گىرام، يەنە بىر نۇسخىدا ئىپار 0.75 گىرام. دورىلارنىڭ ھەممىنى سوقۇپ، تاش ھەسەل بىلەن يۇغۇرغاي.

ئىسسىق تەبىئەتلىك مۇپەررەھ نۇسخىسى كەھرىۋا، پەرەنجمىشكى، توغرالغان خام ئەۋرىشىم، بادرەنجبۇيا ئۇرۇقى ئالتە گىرامدىن، گاۋزىبان، قىزىلگۈل 12 گىرامدىن، مەرۋايىت 21 گىرام، سازەج ھىندى 4.5 گىرام، سۇمبۇل، سەلىخە، خەيرىبۇۋا، قاقىلە، گۈلسەۋسەن، كۇندۇر، ئۇدھىندى، ئۇستقۇددۇس، ئەفتىمۇن، بوزۇغا، دۇرنەج، دارچىن ئۇچ گىرامدىن، ئاملە 7.5 گىرام، بادرەنجبۇيا 7.5 گىرام، قىزىل بەھمەن، ئاق بەھمەن ئىككى گىرامدىن، قەلەمپۇر ئۇچ گىرام، ئەنبەر، ئىپار 1.5 گىرامدىن، ياقۇت ئالتە گىرام، ھەجرى ئەرمەنى، مەغسۇل ئالتە گىرامدىن، زەپەر 4.5 گىرام، بىخ مارجان توققۇز گىرام. دورىلارنىڭ ھەممىسنى سوقۇپ، ساپ ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ، سەككىز گىرام شەربەت بىلەن بەرگەي.

نۆشۇدۇرنىڭ نۇسخىسى قىزىلگۈل 18 گىرام، سۆئىدى 15 گىرام، قەلەمپۇر، مەستىكى، سۇمبۇل، ئاسارۇن توققۇز گىرامدىن، سىمىزئوت ئۇرۇقى، زەپەر، نىشاستە، قاقىلە، ھۆل جۇزبۇۋا ئالتە گىرامدىن. دورىلارنىڭ ھەممىسنى سوقۇپ، تاسقاپ قويۇپ، ئاقلانغان ئاملىنى 3600 گىرام سۇدا قاينىتىپ، سۇنىڭ ئىككى ھەسسىسى تۇگەپ، بىر ھەسسىسى قالغاندا سىقىپ، 720 گىرام ساپ ھەسەل ياكى ناۋات سىلىپ قىيامغا كەلتۈرۈپ، دورىلارنى ئۇنىڭ بىلەن يۇغۇرۇپ ساقلىغاي. بۇ سىناقتىن ئۆتكەن دورا بولۇپ، يۈرەككە قۇۋۋەت بەرگەي، ئىچىزنى خۇشبۇي، رەڭگرويىنى نۇرلۇق ۋە سۈزۈك قىلۇر، تائامدىن ئىلگىرى ياكى كېيىن يېسە شىپا بولۇر.

ھۆل سوغۇقتىن پەيدا بولغان خەفەقانغا پايدا قىلىدىغان سۇفۇپنىڭ نۇسخىسى

قورۇلغان يالپۇز، قورۇلغان كەھرىۋا، قورۇلغان بىخ مارجان، قورۇلغان شەب يەمەنى ۋە سەئىدى ھەرقايىسسىدىن ئۇچ گىرامدىن، شېكەردىن 60 گىرام ئىلىپ، ئەفسەنتىن شارابى بىلەن بەرگەي.

ئەفسەنتىن شارابىنىڭ نۇسخىسى ئەفسەنتىن رۇمى 15 گىرام، قىزىلگۈل 45 گىرام، سۇمبۇل، چالا سوقۇلغان ئاق تۇربۇت ئالتە گىرامدىن. دورىلارنىڭ ھەممىسنى 1440 گىرام سۇدا يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، سۈزۈپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە 40 گىرامنى ئىسسىتىپ، سۇفۇپ بىلەن بەرسە مەنپەئەت قىلۇر.

تۆتىنچى باب مىزاجنىڭ ماددىسىز قۇرۇقلۇقتىن بۇزۇلۇشىدىن بولغان خەۋپىگە تۇتۇلۇش

مىزاجنىڭ ماددىسىز قۇرۇقلۇقتىن بۇزۇلۇشى قۇرۇق ئىسسىق ياكى قۇرۇق سوغۇقتىن ئىبارەت ئىككى خىل بولۇر.

قۇرۇق ئىسسىق مىزاجلىق ئادەمنىڭ ئەھۋالى جۈدەتكۇچى قىزىتما بىمارىنىڭ ئەھۋالىدەك بولۇر. ئۇنىڭ ئىلاجى جۈدەتكۇچى قىزىتمىنىڭ ئىلاجىدىن ئىبارەتتۇر. ئىسسىقتىن مىزاجى بۇزۇلۇشتىن بولغان خەۋپىگە ئىلاجنى قوشۇلۇپ كېلۇر (مۇشۇ بۆلۈمنىڭ ئىككىنچى بابىدا بايان قىلىندى). جۈدەتكۇچى قىزىتمىنىڭ ئىلاجى بەشىنچى كىتابتا ئۆز ئورنىدا بايان قىلىندى.

مىزاجى ماددىسىز قۇرۇق سوغۇقتىن بۇزۇلغان كىشىنىڭ ئەھۋالى قىزىقلىقتىن پەيدا بولغان جۈدەتكۇچى قىزىتما بىمارىنىڭ ئەھۋالىغا ئوخشاش بولۇر، ئۇنىڭ ئىلاجى بۇ كېسەللىكنىڭ ئىلاجىدىن ئىبارەتتۇر، ئۇ بەشىنچى كىتابتا بايان قىلىندى.

بەشىنچى باب مىزاج بۇزۇلۇشتىن سەۋداۋى بۇخاراتنىڭ يۈرەككە ئۆرلىشىدىن كېلىپ چىققان خەۋپىگە ۋە ۋەسۋەسىلىك تۇغرىسىدا

بۇ كېسەللىكنىڭ ئەھۋالى مالىخولىيا كېسەللىكنىڭ ئەھۋالىدەك بولۇر.

داۋالاش:

ئەگەر سەۋدانىڭ پەيدا بولۇشى بەلغەمدىن بولسا، ئاۋۋال تۆۋەندىكى تەرتىپ بويىچە سۈرگە بەرگەي.

ھەب نۇسخىسى: ئەفتىمۇن، غارىقۇن، ئۇستۇددۇس، ھىلىلە كابۇلىنىڭ ھەرقايسىسىدىن بىر ھەسسە، ئايارەج پەيقرادىن بىر يېرىم ھەسسە، ئۇد ھىندىدىن يېرىم ھەسسە ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ ھەب قىلىپ، ھەر قېتىمدا ئالتە گىرامدىن توققۇز گىرامغىچە بەرگەي.

يەنە بىر ھەبنىڭ نۇسخىسى تۇربۇت، ئەفتىمۇن ھەرقايسىسىدىن ئۈچ گىرام، شەھمەنزەل، غارىقۇن، ھەجەرى ئەرمنى مەغسۇل ھەرقايسىسىدىن 0.75 گىرامدىن، مەھمۇدە

يېرىم گىرام، شور تۇز يېرىم گىرام، قارا خەربەق 0.25 گىرام، ئۇستقۇددۇس 0.75 گىرام، مۇقەل يېرىم گىرام. دورىلارنىڭ ھەممىسنى ھەب قىلىپ، ئۆز تەرتىپى بىلەن ئىشلەتكەي.

سەۋدا ۋە سەپرادىن بولغان بولسا، تۆۋەندىكى ھەب بىلەن سۇرگە بەرگەي:

نۇسخىسى تۇربۇت، ئەفتىمۇن، مەستىكى، سانائى مەككى، شاھتەرە، لاجۇۋەرد، سېرىق ھېلىلىنىڭ ھەرقايسىسىدىن بىر ھەسسىدىن، قىزىلگۈل، سەبرىدىن ئىككى ھەسسىدىن ئېلىپ، دورىلارنىڭ ھەممىسنى سوقۇپ، تاتلىق ئالما سۇيى بىلەن ھەب قىلىپ، شەربەت بىلەن بەرگەي.

ئەگەر ئىللەتنىڭ ماددىسى خالىس سەۋدا بولسا، ھەببى شەبيار بەرگەي، بۇ مېڭە ۋە يۈرەك ئەتراپىنى تازىلار، سەۋدانىڭ ماددىسنى تازىلار.

مۇسھىلنىڭ نۇسخىسى ھېلىلە كابۇلى، شەھمەنزەل، ئەفتىمۇن، ھنجرى ئەرمنى، مەغسۇل ھەرقايسىسىدىن بىر ھەسسە، ئايارەج پەيقرا بىر يېرىم ھەسسە، ئۇستقۇددۇس ئىككى ھەسسە، مەستىكى، ئۇدخام، بىستىپايەج ھەرقايسىسىدىن يېرىم ھەسسە، تاتلىق ئالما سۇيى بىلەن يۇغۇرۇپ ھەب قىلغاي، بۇ ھەبنى ئۇخلاشتىن ئىلگىرى ئۇچ گىرامدىن تۆت گىرامغىچە شەربەت بىلەن بەرگەي، ئەتسى كۈدە سىركسىدىن تەييارلانغان سىركەنجۇبىل بىلەن غار - غار قىلغاي.

سەۋدا ماددىسنى پاك قىلىدىغان مۇسھىلنىڭ نۇسخىسى قارا ھېلىلە، ئەفتىمۇن، قەلەمپۇر، ئاچچىق داۋائىلمىشكى ئۇچ گىرامدىن. دورىلارنى يۇغۇرۇپ ئۇچ كۈن تۇرغۇزۇپ، خېمىر بولغاندىن كېيىن رەيھان شارابى بىلەن ھەب قىلىپ بەرگەي، بەزى نۇسخىلاردا قەلەمپۇرنىڭ ئورنىدا 0.75 گىرام ھەجرى ئەرمنى مەغسۇل ئىشلىتىلگەن ئىكەن.

يەنە بىر ھەبنىڭ نۇسخىسى ئايارەج پەيقرا، فىقرا، ئەفتىمۇن، ئۇستقۇددۇس ھەرقايسىسىدىن 1.5 گىرام، ھەجەرى ئەرمنى مەغسۇل، لاجۇۋەرد مەغسۇل ھەرقايسىسىدىن 0.75 گىرام، ئۇدھندى، مەستىكى، يالپۇز ھەرقايسىسىدىن 0.75 گىرام، شەھمەنزەل، غارىقۇن، شور تۇز ھەرقايسىسىدىن 0.75 گىرام، قارا خەربەق، مەھمۇدە 0.25 گىرام. بۇلاردىن شەربەت تەييارلىنار.

يەنە بىر سۇفۇپنىڭ نۇسخىسى ھېلىلە كابۇلى، قارا ھېلىلە، پەرەنجمىشكى ئۇرۇقى، بادرەنجبۇيا ئۇرۇقى، ئۇستقۇددۇس، گاۋزىبان، ئەفتىمۇن، گىل ئەرمنى، ئۇد ھندى، سەئدى، قەلەمپۇر، قۇرۇق يۇمغاقسۇت ھەرقايسىسىدىن توققۇز گىرام، كەھرىۋا، بىخ مارجان، مەرۋايىت، ئەۋرىشم كۈلى، ھەجرى ئەرمنى، مەغسۇل ھەرقايسىسىدىن 4.5 گىرام، سېمىزئوت ئۇرۇقى،

قاپاق ئۇرۇقى ھەرقايسىسىدىن 12 گىرام. دورىلارنىڭ ھەممىسىنى سوقۇپ، تاسقاپ، تۆت گىرام شەربەت، بادرەنجىبۇيا سۈيى، ئالما شارابى، گاۋزىبان شارابى بىلەن بەرسە، بۇ كېسەللىككە پايدا قىلۇر.

شارابلارنىڭ نۇسخىسى قۇرۇق گاۋزىبان 90 گىرام، بادرەنجىبۇيا يوپۇرمقى 15 گىرام، سۇمبۇل، سازەج ھىندى ھەرقايسىسىدىن ئالتە گىرام، شاكىلى ئېلىۋېتىلگەن ناملە 120 گىرام. دورىلارنى 2160 گىرام سۇدا 720 گىرام قالغۇچە قايىنىتىپ، سۈزۈپ، شېكەر سېلىپ قىيامغا كەلتۈرگەي. 80 گىرام شەربەتنى گۈلاب بىلەن ياكى تاتلىق ئالما سۈيى بىلەن بەرسە، بۇ كېسەللىككە پايدا قىلۇر.

بۇ كېسەللىككە پايدا قىلىدىغان داۋائىلمىشكىنىڭ نۇسخىسى مەستىكى، دارچىن، قەلەمپۇر، سۇمبۇل، ئەنگىزەد، كاۋاۋچىن، جۇزبۇۋا، خەيرىبۇۋا، قاقىلە، تۇرۇنجى پوستى، ئۇدخام، زەپەر، پىلپىل، بادرەنجىبۇيا ئۇرۇقى، پەرەنجىمشكى، مەرزەنجۇش ئۇرۇقى، زەنجۋىل، كەھرىۋا، بىخ مارجان، ئەۋرىشىم، خام سازەج ھىندى، دۇرنەج، بوزۇغا ھەرقايسىسىدىن 15 گىرام، ئىپار سەككىز گىرام. دورىلارنىڭ ھەممىسىنى سوقۇپ، تاسقىغاي. ھېلىلە كابۇلى پوستىدىن 210 گىرامنى 720 گىرام سۇغا بىر كېچە - كۈندۈز چىلاپ قويۇپ، ئەتىسى قاينىتىپ، سۈزۈنىڭ ئىككى ھەسسىسى تۇگەپ، بىر ھەسسىسى قالغاندا سۈزۈپ، 360 گىرام ساپ ھەسەل سېلىپ قىيامغا كەلتۈرۈپ، ئىلمان بولغۇچە ساقلاپ، دورىلارنى شۇنىڭ بىلەن يۇغۇرغاي. تۆت گىرام شەربەتنى 30 گىرام تاتلىق ئالمىنىڭ سۈيىنى بەرگەي.

ئالتىنچى باب بھوشلۇق توغرىسىدا

بھوشلۇقنىڭ سەۋەبلىرى، ئالامەتلىرى ۋە ئىلاجى مۇشۇ بۆلەكنىڭ بىرىنچى بابىدا بايان قىلىندى.

ھەر ۋاقىت خەفەقانىنىڭ سەۋەبلىرى كۆچلۈك بولسا، مۇشۇ سەۋەبلەرنىڭ بەزىسى كۆڭۈل ئېلىشىشنىڭ سەۋەبلىرى بولۇر، يەرلىك ئورۇننىڭ تومۇرلىرى يوغان ۋە كۆچلۈك بولۇر، لېكىن تولۇپ كېتىش سەۋەبىدىن ئېغىر ۋە كېچىكىپ كېلۇر. ئۇ يەردە روھنىڭ تەڭشىلىش سەۋەبى بولسا، تومۇر زەئىپ، ئىنچىكە ۋە ئاستا سالۇر. كۆڭۈل ئېلىشىش ئاستا بولسا ئاۋۋال تومۇرى

ئىنچىكە بولۇشقا ئۆتەر، رەڭگرويى ئۆچەر، بۇنىڭدا قان بەدەننىڭ سرتىدىن ئىچىگە يۇرۇپ كەتكەنلىك[1] سەۋەبىدىن شۇنداق بولۇر، كۆزنىڭ ھەربىكتى ئاجىز بولۇر، كۆزگە قارا - قۇرا، غەلىتە نەرسىلەرنىڭ رەڭگى خيالىي ئاشكارا بولۇر، قول - پۇتى سوغۇق بولۇر، ئازراق سوغۇق تەرلەر، گاھىدا پۇتۇن بەدىنى مۇزلار.

ئەگەر كۆڭۈل ئېلىشش كۈچلۈك بولسا كۆزنى ئاچالماس. كۆڭۈل ئېلىشسا، رەڭگرويى سارغايسا، باش، بويۇن تۆۋەنگە ساڭگىلسا ۋە باشنى يۇقىرى كۆتۈرەلمىسە، ھەرقاچان بېشى ۋە بوينىنى تۇزەلسە دەرھال ئۆلۈر. بۇ كېسەللىكلەر زاھىر بولسا، ئۇنىڭ قۇۋۋىتىنى ساقلاشنىڭ چارە - ئامالىنى قىلىشقا مەشغۇل بولغاي. ئۇ كىشىدە كۆڭۈل ئېلىشىشتىن ئىلگىرى تىت - تىتلىق، تاقەتسىزلىك، نەپەس سقىلىش پەيدا بولسا بىلىش كېرەككى، ئۇنىڭ سەۋەبى كۆكرەك ساسىنىڭ ئاجىزلىقىدىنىدۇر.

بىلىش كېرەككى، كۆڭۈل ئېلىشش ھەرقاچان ئىستىغراغدىن كېيىن، قان ئېلىش ياكى ھەر خىل ئاغرىق ۋە جاراھەتتىن كېيىن زاھىر بولسا، ئىلاجىنىڭ قوبۇل قىلىنىشىدىن ئۈمىد بولۇر.

ئەگەر كۆڭۈل ئېلىشىشنىڭ سەۋەبلىرى ئەزانىڭ شېرىكچىلىكىدىن بولسا ۋە ئۇنىڭ ئالامەتلىرىدىن كېيىن ئىلگىرىكى سەۋەبللىرىدىن ھېچنېمە زاھىر بولمىسا، بىلىش كېرەككى، ئۇنىڭ سەۋەبى يۈرەكتە بولۇر، بۇ ئاسان ھالاك قىلۇر.

ئەگەر كىشىدە قان ئالغان ۋاقىتتا كۆڭۈل ئېلىشىش بولمىسا، بىلىش كېرەككى، ئۇنىڭ بەدىنىدە ماددا كۆپ بولۇر، ئاشقازىنى زەئىپ بولۇر، شۇڭا ئۇ كىشىدىن قان ئالمىغاي، ئەگەر قان ئالغان ۋاقىتتا كۆڭۈل ئېلىشىش ئالامتى بولسا، ھوشسىزلىنىشتىن ئەنسىرىمەگەي.

ئەگەر قان ئېلىشنى ئادەت قىلغان كىشىدە كۆڭۈل ئېلىشىش بولسا، بىلىش كېرەككى، ئۇنىڭ سەۋەبى قان ئېلىشنى توختاتقانلىقىدىنىدۇر. قان ئالغاندا قان ھەربىكەت قىلغانلىقتىن كۆڭۈل ئېلىشىش پەيدا بولۇر.

داۋالاش

كىشىدە كۆڭۈل ئېلىشىشنىڭ سەۋەبى كۈچلۈك مىزاج بۇزۇلۇشتىن بولۇر، ئۇنىڭ ئىلاجى بولماس، ئەزانىڭ شېرىكچىلىكىدىن كۆڭۈل ئېلىشىش بولسا ساقىيىشتىن ئۈمىد كۈتۈشكە بولۇر، يەنى بۇ ئىلاجنى قوبۇل قىلۇر. ھەر ۋاقىت تېۇنپ كۆڭلى ئېلىشقان بىمارنى ھوشسىزلانغان

① قان بەدەننىڭ سرتىدىن ئىچىگە يۇرۇپ كېتىش ئەزانىڭ يۈزە قىسمىدىن چوڭقۇر قىسمىغا مېڭىپ كېتىشنى كۆرسىتەر (ت).

هالەتتە ياكى هوشغا كەلگەن هالەتتە كۆرسە، كۆڭۈل ئېلىشىشنىڭ سەۋەبلىرىنى ياندۇرۇشقا مەشغۇل بولمغاي، بەلكى قۇۋۋەتسىگە ياردەم بېرىدىغان، روهقا قۇۋۋەت بېرىدىغان تەدبىرلەر بىلەن مەشغۇل بولغاي، يەنى خۇشبۇي نەرسىلەرنى پۇراتقاي ۋە گال ساهەسىگە تېمىتقاي.

ئىسسىق سەپرا مىزاجلىق كىشىگە كافۇر، سەندەل، گۈلاب، تەرخەمەك، پاقىيوپۇرمىقىنى يۇمشىتىپ ئاندىن ئىپار سىلىپ پۇراتقاي. ئىپار هارارەتنى ئاشۇرۇشقا ياردەم بېرىشنى مەقسەت قىلىپ بۇيرۇلار، كافۇر، سەندەل، گۈلاب كۆچلۈك هارارەتنى پەسەيتەر، گۈلابنى سوغۇق قىلىپ گال ساهەسىگە تېمىتقاي، كۆكرەك ساهەسىگە ۋە يۇزىگە سەپكەي، سوغۇق سۇنى ئازراق سۇيۇق شاراب، يەنى جاغىر بىلەن ياكى مائۇللەهمگە قوشۇپ، گال ساهەسىگە تېمىتقاي. بۇنداق قىلىش ياخشى بولۇر. هەر قاچان هوشغا كەلسە، سەندەل سۇيىگە چىلانغان كۆڭلەك كىيگۈزگەي، تائامغا سىركەنجۈبىل ۋە سوغۇق دوغاپ بەرگەي.

سوغۇق مىزاج كىشىگە ئىپار ۋە غالىيە پۇرىتىش بىلەن ئىلاج قىلغاي. شارابنى ئىسسىتىپ، داۋائىلمىشكى، ئىككى نوقۇت مىقدارىچىلىك ئىپار بىلەن قوشۇپ گال ساهەسىگە تېمىتقاي. كۆكرەك ساهەسىگە ئىسسىق تەبىئەتلىك ياغلار، مەسىلەن: ناردىن يېغى، مەستىكى يېغى قاتارلىقلارنى سۈركىگەي.

ئەگەر كىشىدە هەر كۇنى كۆڭۈل ئېلىشىش بولسا ياكى ئاچ قورساق كىشىدە كۆڭۈل ئېلىشىش بولسا، شارابنى ئۇنىڭدىن يىراق تۇتقاي، چۈنكى ئاشقازىنى قۇرۇق كىشىگە شاراب تارتىش هاياجانلىنىش پەيدا قىلۇر، يەنى هوشسىزلىنىش پەيدا قىلۇر، ئۇنىڭغا ياخشى تائاملارنىڭ هىدى، ئازراق مائۇللەهمى بىلەن ئىلاج قىلغاي. ئەگەر كۆڭۈل ئېلىشىشنىڭ سەۋەبى كۇچلۇك ئىسهال بولسا ياكى سوغۇق تەسىر قىلغان بولسا (مەسىلەن: قان ئېلىش، جاراهەتتىن كۆپ قان چىقىقانغا ئوخشاش)، سوغۇق سۇ، سوغۇق گۈلابنى ئۇ كىشىنىڭ كۆكرەك ساهەسىگە ۋە بەدىنىگە سەپمگەي. لېكىن كاۋاپنىڭ ۋە قۇرۇق يۇمغاقسۇت سەپكەن قۇشلارنىڭ كاۋىپىنىڭ پۇرىقى مۇۋاپىق كېلۇر، ئالما ۋە بېهىنىڭ كۆيدۇرۇلگەن ئىسى ۋە ئىسسىق نانىڭ پۇرىقى بىلەن ئىلاج قىلغاي.

ئاشقازان ساهەسىگە ئىسسىق ياغ سۈركىگەي، مائۇللەهمىنى ئازراق سۇيۇق شاراب بىلەن گال ساهەسىگە تېمىتقاي، يەنە مائۇللەهمىنى ماڭدۇرۇپ، بەدەننىڭ چوڭقۇر قىسمىغا يەتكۈزگەي، روهقا مەدەت بەرگەي.

ئەگەر كۆڭۈل ئېلىشىش هەيزدىن كېيىن بولسا، ئازراق ئىپار ۋە بېهى سۇيىگە مائۇللەهمى قوشۇپ گال ساهەسىگە تېمىتقاي. هوشغا كەلسە هەم مۇشۇ مائۇللەهمدىن ئاز - ئازدىن بەرگەي، كافۇر بىلەن پەرۋەردە قىلغان شاپۇر گۈلىنى شورىسا شىپا بولۇر.

ئەگەر كۆڭۈل ئېلىشىشنىڭ سەۋەبى كۆپ تەرلەش بولسا، قول - پۇتنغا گۈلاب ۋە سوغۇق

سۇ سۈركىگەي، موزا، ئامۇتنىك قۇرۇق يوپۇرمىقىنى سوقۇپ، تاسقاپ، ئەزالىرىغا سۈركەپ تەرلەشنى توختاتقاي. قۇۋۇتىنگە بېھى سۈيى، مائۇللەھمى ۋە خۇشبۇي نەرسىلەرنىك ھىدى بىلەن مەدەت بەرگەي.

ئەگەر كۆكۈل ئېلىشىش ھالىتىدە ھېچ تۇتۇش پەيدا بولسا ياكى كۆكۈل ئېلىشىشتىن ئىلگىرى پەيدا بولسا، تائامنىك ھىدىنى ئۇنىڭدىن يىراق تۇتقاي، قەي قىلىشقا چەك قويغاي، قۇشنىك قانىتىنى گال ساھەسىگە كىرگۈزۈپ، كېكىردەكنىك ئېغىزىنى تەۋرەتكەي، يۇقىرى ئاۋاز، خۇددى ناغرا ۋە كانايىنىك ئاۋازىدەك ئاۋاز چىقارغاي. چۈشكۈرۈك كەلتۇرىدىغان دورىلار، يەنى كۇندۇش ۋە شۇنىڭغا ئوخشاش دورىلارنى بۇرنىغا تۇتقاي، ئەگەر بۇ تەدبىرلەر بىلەن ئەسلىگە كەلمىسە، ئويغانمىسا، چۈشكۈرمىسە، بىلىش كېرەككى، ئۇنىڭدا ئۈمىد يوق.

ئەگەر كۆكۈل ئېلىششىنىك سەۋەبى ئاغرىق بولسا، مەسىلەن: قۇلۇنجىدىن پەيدا بولغان بولسا، بۇنداق بىمارلارنى ھوشىغا كەلتۈرۈشنىك ئىلاجىنى پۇلونيا بىلەن قىلغاي، ئاندىن قۇلۇنجىنىك ئىلاجىنى قىلغاي.

ئەگەر كۆكۈل ئېلىششىنىك سەۋەبى زەھەرلىك جانلىقلار چاقىنلىقتىن ياكى زەھەرلىك تائام يېگەندىن بولسا، ئۇنىك ئىلاجىغا تەرياقلار ۋە زەھەر قايتۇرىدىغان دورىلارنى بەرگەي.

ئەگەر كۆكۈل ئېلىششىنىك سەۋەبى نەپسانىي ئاغرىقلارنىك بىرەرىدىن بولسا، مىزاجىغا مۇۋاپىق كېلىدىغان ئەتىرلەرنىك پۇرىقى بىلەن ئىلاج قىلغاي. قول ۋە پۇتلىرىغا سوغۇق سۇ ۋە گۈلاب سۈركىگەي، ئاشقازان ساھەسىگە ئىسسىق تەبىئەتلىك ياغلارنى سۈركىگەي، ئاستا ئۇۋۇلاش، گۈلاب ۋە مائۇللەھمنى گال ساھەسىگە تېمىتىش بىلەن ئىلاج قىلغاي. بىلىش كېرەككى، قەي قىلىش كۆپ ھالدا كۆكۈل ئېلىششىنىك ھەممىسىگە پايدا قىلۇر، لېكىن تەرلەش سەۋەبىدىن بولغان كۆكۈل ئېلىششقا زىيان قىلۇر، قول ۋە پۇتنى ئۇۋۇلاش، ئىسسىق تۇتۇش، ئاشقازان ساھەسىگە ئىسسىق ياغ سۈركەش، ئويغاق تۇتۇش، سۆزلەشنى چەكلەش مۇۋاپىقتۇر.

ئەگەر كۆكۈل ئېلىشىش سوغۇق ئۆتكەن ياكى سوغۇق تەبىئەتلىك شەربەت ئىچكەنلىك سەۋەبىدىن بولسا، فەلافىلى ۋە شۇنىڭغا ئوخشاش دورىلارنى بەرسە شىپا بولۇر.

كىشىدە قان ئالغان ھالىتىدە ياكى قان ئالغاندىن كېيىن كۆكۈل ئېلىشىش يۈز بەرسە، بۇنىك سەۋەبى ئاشقازانىنىك زەئىپلىكى بولۇر، قان ئېلىشتىن ئىلگىرى يۈز بەرسە، سەپرانىك غالىبلىقى بولۇر. بۇ ۋاقىتتا ئاشقازانغا قۇۋۇەت بېرىدىغان، سەپرانى تۆۋەنلىتىدىغان شەربەتلەرنى بەرگەي، مەسىلەن: ئانار شەربىتى، ئالما شەربىتى، بېھى شەربىتى، لىمون شەربىتى قاتارلىقلار.

ئەگەر كۆكۈل ئېلىشىش ئېھتىناقى رەھمى سەۋەبىدىن بولسا، ئەتىرنىك ھىدىنى ئۇنىڭدىن يىراق تۇتقاي ۋە باشقا ئىلاجلارغا مەشغۇل بولغاي، مىزاجغا ۋە ئاشقازانغا مۇۋاپىق كېلىدىغان دورىلارنى پۇراتقاي، مەسىلەن: سامساق، ئەنجۈدان يىلتىزى، جاغىر، ھىك ۋە مۇشۇنىڭغا ئوخشاش دورىلار مەنپەئەت قىلۇر.

توققۇزىنچى بۆلۈم ئەمچەك كېسەللىكلىرى توغرىسىدا

بۇ بۆلۈم ئون بابتۇر.

بىرىنچى باب سۈتنىڭ ئەھۋالىنى بىلىش ۋە سۈتى ئاز ئايالغا تەدبىر قىلىش توغرىسىدا

سۈت، مەنبي، قاندىن ئىبارەت ئۇچىنىڭ سۈرىتى بىر - بىرىگە قارىمۇقارشى بولۇپ، ھاسىل بولۇشى ۋە شەكلىنىڭ ئۆزگىرىشى ئايرىم - ئايرىم ئەزالاردا بولۇر. بۇ ئۇچىنىڭ پەيدا بولۇش سەۋەبى ئوخشاش، ئەمما ئاز - كۆپ بولۇشىنىڭ سەۋەبى ئىككى خىلدۇر. بىرى، ماددىنىڭ سەۋەبىدىن بولۇر. يەنە بىرى، بەدەننىڭ مىزاجىدىن ياكى سۈت، قان، مەنبي پەيدا قىلىدىغان يەرنىڭ مىزاجىدىن بولۇر، ئەمما سۈت، مەنبي ۋە قان كۆپلۈكىنىڭ سەۋەبى ماددىنىڭ سەۋەبىدىن بولسا، ئون خىل بولۇر.

بىرىنچى، ھەرقاچان تائام سان ۋە سۇپەتتە مۆتىدىل بولسا، ئۇنىڭدىن ياخشى قان پەيدا بولۇر، ھەرقاچان بۇنىڭ ئەكسىچە بولسا، ئۇنىڭدىن بۇزۇلغان قان ياكى ئاز قان پەيدا بولۇر، مەسىلەن: تائام قۇرۇقلۇق ياكى سوغۇقلۇق، ئىسسىقلىق ياكى ھۆللۈك، قۇرۇقلۇق، ئىسسىقلىق ياكى قۇرۇق سوغۇقلۇق، ھۆل ئىسسىقلىق ياكى ھۆل سوغۇقلۇق جەھەتتە نورمالسىز بولسا، ئۇنىڭدىن ھەر قاچان قان ئاز پەيدا بولسا، سۈت ۋە مەنىيمۇ ئاز پەيدا بولۇر.

ئىككىنچى، قان بىر تەرەپكە مايىل بولۇر. بۇ شۇنداق بولىدۇكى، بىر ئەزادا قانلىق يىرىڭلىق ئىششىق پەيدا بولۇر، ئۇنىڭ ماددىسى باشقا ئورۇندىن ئىستىفراغ قىلىنار، ئۇنىڭغا مىزاج سەۋەب بولۇر، شۇنداق بولىدۇكى، پۈتۈن بەدەننىڭ مىزاجى ياكى ئەمچەكنىڭ مىزاجى قۇرۇق ياكى ھۆللۈكتە نورمال بولۇر، ئەگەر قۇرۇقلۇقتا نورمال بولسا ماددىنى قۇرۇتار، ھۆللۈكتە نورمال

بولسا، ماددىنىڭ ھۆللۈكىنى ھەددىدىن ئارتۇق ئاشۇرۇۋېتىپ، سۇت ھاسىل بولۇشتىن توختىتار ياكى سۇت پەيدا قىلىش دائىرىسىدىن چىقرار.

ئالامتى

ساپ سۇت ساپ قاندىن ياكى سەپراۋى قاندىن ياكى بەلغەملىك قاندىن ياكى سەۋداۋى قاندىن پەيدا بولۇر، ئەمما سەپراۋى قاندىن پەيدا بولغان سۇت سېرىق، سۇيۇق ۋە ئىسسىق بولۇر، پۇرىقى ۋە تەمى ئۆتكۈر بولۇر.

بەلغەم، قاندىن پەيدا بولغان سۇت ئاق ۋە سۇيۇق بولۇر، ئەگەر بەلغەمدە گاھى ئىسسىقلىق غالىب بولسا، سۇت ئاچچىق بولۇر، ئەگەر سوغۇقلۇق غالىب بولسا سۇتنىڭ تەمى ۋە پۇرىقى ئاچچىقلىققا مايىل بولۇر.

سەۋداۋى قاندىن پەيدا بولغان سۇت قويۇق ۋە ئاز بولۇر، گاھىدا مىزاجنىڭ قۇرۇقلۇقىنىڭ سەۋەبىدىن سۇت ناھايىتى قويۇق بولۇر، سۇت ساپ قاندىن پەيدا بولسا، رەڭگى ۋە قويۇقلۇقى مۆتىدىل بولۇر، تەمى ۋە پۇرىقى ياخشى بولۇر.

داۋالاش

ھەرقانداق نەرسە مەنىنى زىيادە قىلسا، سۇتنى ھەم زىيادە قىلۇر، مەسىلەن: قىزىل تۇدەرى، ئاق كۆكنار ئۇرۇقى، قوي ۋە ئۆچكىنىڭ يېلىنگە ئوخشاش، شۇنىڭدەك ئىسسىق ۋە ھۆل، مۆتىدىل تائاملار ياخشى كەيمۇس (ھەزىم يوللىرىدىن جىگەرگە سۇمۇرۇلگەن سۇتسىمان ماددا) پەيدا قىلۇر.

ئاۋۋال سۇتنىڭ ئازلىقى ۋە بۇزۇقلۇقىنىڭ سەۋەبىنىڭ نېمە ئىكەنلىكىگە قارىلىدۇ، ئەگەر مۇۋاپىق كەلمەيدىغان تائامدىن بولسا، ئۇ تائامدىن ئۆزىنى تارتقاي، مۇۋاپىق تائام بەرگەي، ئاغرىق، رىيازەت ۋە ئېغىر جىسمانىي ئەمگەك سەۋەبىدىن بولسا، ئۇ ئىشتىن توختىغاي.

ئەگەر قان كۆپ بارغاندىن بولسا، قاننى توختىتىشنىڭ تەدبىرىنى قىلغاي.

ئەگەر بىرەر خىل مىزاج بۇزۇلۇش سەۋەبىدىن بولسا، مىزاجنى ئۆزگەرتىدىغان شارائىلار ۋە تائاملارنى بۇيرىغاي.

ئەگەر بەدەندە بۇزۇلغان خىلىت بولسا، بۇزۇلغان خىلىتنى بەدەندىن تازىلىغاي.

مىزاجى ئىسسىق ۋە سەپرالىق كىشىلەرگە كاشكاپنى جۇلاپقا قوشۇپ بەرگەي.

تەرخەمەك ئۇرۇقى، پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقىنىڭ شىرىسى، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزىنى جۇلابقا

قوشۇپ، پاقلان مېڭسى، ئۆچكە سۈتىنى شېكەرگە قوشۇپ، يېڭى بېلىق بىلەن يېگەي، ئوغلاق گۆشى ۋە سېمىز توخۇ گۆشىنى يېگەي. ئارپا سۈيى، ساپ سۈت بىلەن تەييارلانغان ئاتىلا ئىچكەي.

پاقلان گۆشىنىڭ شورپىسى ھەمشىباھار بوستانى، ئىسفاناخ سېلىپ تەييارلانغان بولسا مۈڭاپىق كېلۈر.

بەلغەم ۋە سەۋدا مىزاجلىق كىشىلەرنىڭ تائامى سەۋزە، زاغۇن ئۇرۇقى، سېرىقچېچەك، كەرەپشە، بەدىيان، شۇمشىدىن تەييارلانسا مۈڭاپىق كېلۈر، ئۇ كىشىنىڭ سۈتى قويۇق بولۇر.

بىنەپشە ۋە ئاق لەيلىنى ئارپا سۈيىدە قاينىتىپ، كۆكرەك ساھەسىگە ۋە ئەمچەكلىرىگە تېمىتقاي ھەمدە ھۆللۈك پەيدا قىلىدىغان تائاملارنى يېگەي.

سۈتنى كۆپەيتىدىغان مۆتىدىل شەربەت نۇسخىسى كۈنجۈت ئۇنىنى شاراب بىلەن ئۇۋۇلاپ نەمدەپ، بۇ شارابنى بەرگەي، تىرىپىنى زىمات قىلغاي ۋە ئەمچىكىگە قويغاي.

مۆتىدىل تائامنىڭ نۇسخىسى ئاقلاپ، چالا سوقۇلغان بۇغداي 90 گىرام، ئاقلاپ چالا سوقۇلغان ئارپا، پوستى ئاقلىنىپ چالا سوقۇلغان نوقۇت، بېدىنىڭ ھۆل بەرگى، ئۇ بولمىسا ئۇرۇقى 60 گىرامدىن، تۈدەرىدىن 30 گىرام، ئەنجۈردىن 10 دانە ئېلىپ، دورىلارنىڭ ھەممىسىنى قوشۇپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە تۆت دانە ئەنجۈر بىر ياكى ئىككى شاخ ھۆل بەدىيان بەرگى سېلىپ، 750 گىرام سۇدا تاكى 150 گىرام قالغۇچە قاينىتىپ، بۇنىڭغا 300 گىرام ساپ سۈت قويۇپ قاينىتىپ، ئاندىن كېيىن قائىدە بويىچە 15 گىرام بەدىيان يېغى، 60 گىرام يانجىپ ئۇن قىلىنغان شېكەر سېلىپ بەرگەي.

يەنە بىر شەربەت نۇسخىسى 30 گىرام سېرىقمايىنى ئېرىتىپ، بىر قەدەھ ئۈزۈم شارابىغا قوشۇپ بەرگەي.

لەيلىقازاقنىڭ غولىنى ئارپا سۈيى بىلەن قاينىتىپ شېكەر سېلىپ بەرگەي.

تۇرۇپ ۋە بۇغداي كېپىكىنى شارابقا سېلىپ قاينىتىپ، سۈزۈپ بەرگەي.

نوقۇتنى بىر كېچە - كۈندۈز سۈتكە چىلاپ، ئەتىسى ئاشۇ سۈتكە شېكەر سېلىپ بەرگەي.

يەنە بىر شەربەت نۇسخىسى سەۋزە ئۇرۇقى، پىياز ئۇرۇقى، چامغۇر ئۇرۇقى، بېدە ئۇرۇقى، تۇرۇپ ئۇرۇقى، بەدىيان، كۈدە ئۇرۇقى قاتارلىقلارنىڭ ھەرقايسىسىدىن ئوخشاش مىقداردا، قورۇغان نوقۇتتىن يۇقىرىقى ئۇرۇقلار بىلەن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، بارلىق ئۇرۇقلارنى سوقۇپ، تاسقاپ، 15 گىرام ئېلىپ، ساپ سۈت بىلەن قاينىتىپ بەرگەي.

يەنە بىر تائامنىڭ نۇسخىسى كۈدە ئۇرۇقى، سېرىقچېچەك ئۇرۇقى، شۇمشا ئۇرۇقى، بېدە ئۇرۇقى، تۈدەرى، ھۆل بەدىيان ئۇرۇقى قاتارلىقلارنىڭ ھەرقايىسىدىن توققۇز گىرامدىن ئېلىپ قاينىتىپ، ھەر ئەتىگىنى سۈزۈپ، 90 گىرام ھەسەل، 30 گىرام سېرىقماي سېلىپ، نان چىلاپ بەرگەي، ئەگەر ھەسەلنىڭ ئورنىغا مەيپۇختەج ياكى شېكەر سالسا شىپا بولغاي.

سۈت كۆپەيتىدىغان زىمات نۇسخىسى پۇرچاق ئۇنىدىن 30 گىرام، بادرەنجى ئۇرۇقىدىن 15 گىرام ئېلىپ، ھەر ئىككىسىنى بادروج (ياۋا رەيھان) سۈيىدە يۇغۇرۇپ، ئەمچەككە زىمات قىلغاي.

ئىككىنچى باب سۈتنىڭ كۆپلۈكىگە قارشى قىلىش تەدبىر توغرىسىدا

سۈتى كۆپ بولۇش ئەھۋالى كۆپ كۆرۈلەر، سۈتنىڭ كۆپلۈكىدىن ئەمچەكلەر ئېغىرلىشىپ، ئىششىپ، ئاغرىق پەيدا بولۇر، گاھىدا ھامىلدار بولمايمۇ سۈت يىغىلىپ قالۇر، خۇسۇسەن بۇ، مۇددەتتىن ئىلگىرى ھەيز توختىغان ئاياللاردا كۆرۈلەر، گاھىدا ياش چوكانلارغا بۇ كېسەللىك يەتكەندە ئەمچىكىگە سۈت يىغىلۇر، ئاغرىق پەيدا بولۇر، خۇسۇسەن، بۇ ۋاقىتتا ئەمچەكلەر تامامەن توسۇلغان بولۇر.

ئەگەر سۈتنىڭ كۆپلۈكى ھەيز توختىغاندىن بولسا، ھەيز ماڭدۇرۇشنىڭ تەدبىرىنى قىلغاي، ئەگەر تائام ۋە شارابنىڭ كۆپلۈكىدىن بولسا ئۇنىڭدىن ئۆزىنى تارتقاي. بۇ جەھەتتە پايدىلىق بولغان سوغۇق نەرسە يېسىمۇق ۋە سىركە قوشۇلغان پەرھىز ئېشىدۇر، گاھىدا قارا سۇنا يېگەي ۋە زىمات قىلغاي، ئىسپىغۇل شىرىسىنى تاڭغاي، بەرگىنى زىمات قىلغاي.

لوۋيا ئۇنىنى گۈل يېغى ۋە سىركە بىلەن زىمات قىلغاي.

ئىسسىق دورىلاردىن سۈزاپ بەرگى، سۈزاپ ئۇرۇقى يېگەي ۋە زىمات قىلغاي، تاڭغاي.

خۇسۇسەن، سۈزاپ ۋە زىرە يېيىش ھەمدە سىركە بىلەن زىمات قىلىش، ئوشەقنى شاراب بىلەن ئېزىپ تېڭىش، مەدەستانىنى گۈل يېغى بىلەن ئېزىپ تېڭىش پايدا قىلۇر. يېسىمۇق ئۇنى، پۇرچاق ئۇنى، زاغۇن ئۇنىنى سۇ بىلەن يۇغۇرۇپ زىمات قىلىش، سەرتانىنىڭ پوستىنى ئاجرىتىپ يانجىپ، گۈلاب بىلەن تېڭىش پايدا قىلۇر، سەرتانى بەھرى ھەم شۇنداقتۇر.

ئۇچىنچى باب سۈتنىڭ ئەمچەكتە ئۈيۈپ قېلىشى توغرىسىدا

سۈتنىڭ ئەمچەكتە ئۈيۈپ قېلىش سەۋەبى ئىككى خىل بولۇر. مىزاج ناھايىتى ئىسسىق بولسا، سۈتنىڭ ھۆللۈكىنى قۇرۇتار ياكى مىزاج بەك سوغۇق بولسا، سۈت ئەمچەكتە سوۋۇر. مىزاجنىڭ ئىسسىق ياكى سوغۇقلۇقى كۆپ مەلۇم بولسا، مىزاجنىڭ ئىلاجىنى قىلغاي.

مىزاجى ئىسسىق ئاياللار ھەمىشە بىنەپشە يېغىنى ئەمچىكىگە سۈركىگەي، ئىلمان سۇ بىلەن كۆكسىنى ۋە ئەمچەكلىرىنى يۇغاي، بىنەپشە يېغى، ساپ مومدىن قىلىنغان زىمات تاڭغاي، ھۆل يۇمغاقسۈتنى ھاۋانچىغا سېلىپ سوقۇپ، مەلھەمدەك قىلىپ زىمات قىلغاي.

ھۆل يۇمغاقسۈت، سېمىزئوتنىڭ غولى ۋە بەرگىنى سوقۇپ زىمات قىلغاي، بۇ ياخشى مەنپەئەت قىلۇر، بۇنىڭغا گۈل يېغى قوشۇپ ئىسسىتىپ، لاتىنى چىلاپ ئەمچەكلىرىگە قويغاي.

شوخلا بەرگى ۋە كاكىنەچ بەرگىنى سوقۇپ زىمات قىلسا پايدا قىلۇر.

سوغۇق مىزاجلىق كىشىلەرگە خەيرى يېغىنى موم يېغى بىلەن، سەۋسەن يېغىنى قۇستە يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ زىمات قىلغاي.

سوغۇق مىزاجلىق كىشىلەرگە پايدا قىلىدىغان زىمات نۇسخىسى قۇرۇق يالپۇزنى سوقۇپ، قاينىتىپ، ھالۋىدەك بولغاندا موم يېغى بىلەن ھاۋانچىدا سالايە قىلىپ، ئىلمان بولغاندا ئەمچەككە قويغاي.

يەنە بىر زىمات نۇسخىسى ئۇجمە يوپۇرمقىنى سوقۇپ، بۇنىڭغا ئازغىنە مۇرمەككى ۋە ئازغىنە زەپەر قوشۇپ زىمات قىلغاي.

يەنە بىر زىمات نۇسخىسى يۇمشاق نان، ئارپا ئۇنى، شۇمشا، زاغۇن، ئاق لەيلى، زىغىرنىڭ ھەرقايسىسىدىن ئوخشاش مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ زىمات قىلغاي.

بەدىياننى چاياپ يېيىش پايدا قىلغاي.

خەراتىن (لاي ـ لاتقىنىڭ ئارىسىدىن چىقىدىغان قىزىل قۇرت) نى سوقۇپ تېڭىش پايدىلىق بولۇر.

يەنە بىر زىمات نۇسخىسى قىزىلچا، بۇغداي ئۇنى، ئازغىنە سىيادانىنى قاينىتىپ زىمات قىلغاي.

پايدا قىلىدىغان نۇتۇل نۇسخىسى رۇمبەدىيان، نوقۇت ئۇنى، غار بەرگى، كەرەپشە

ئۇرۇقى، زىرە، قاقىلە قاتارلىقلارنىڭ ھەممىسىنى قاينىتىپ، كۆكسىگە ۋە ئەمچەكلىرىگە تېمىتقاي.

ئەگەر ئەمچىكىدە يىرىڭلىق ئىششىق بولسا، سىركىنى سۇغا قوشۇپ ئىلمان قىلىپ، لاتىنى شۇ سۇغا چىلاپ ئەمچەككە ياپقاي.

يالپۇزنى سىركە ۋە ئۇزۇم شارابى بىلەن قوشۇپ زىمات قىلسا پايدا قىلۇر.

مەرقىششانى يانجىپ ئۇپىدەك قىلىپ، گۈل يېغى ۋە تۇخۇمنىڭ ئېقى بىلەن تاڭسا پايدا قىلۇر.

قالغان ئىششىقنى تارقىتىدىغان نۇتۇل نۇسخىسى بابۇنە، سىرىقچىچەك، يالپۇز، شۇمشا، پۇراقلىق مادران، قۇندۇز قەھرىنى سوقۇپ، قاينىتىپ، كۆكسىگە ۋە ئەمچەكلىرىگە تېمىتسا مەنپەئەت قىلۇر.

تۆتىنچى باب سۈتىنىڭ ئەمچەكتە ئېچىپ قېلىشى توغرىسىدا

بۇنىڭ ئۈچۈن قىزىلچىنى ئېزىلگۈچە قاينىتىپ، نانىنىڭ ئوتتۇرىسى ۋە پۇرچاق ئۇنى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، كۈنجۈت يېغى بىلەن يۇغۇرۇپ زىمات قىلغاي.

كۈنجۈت ئۇنى، سىرىقماي، ھەسەل، پۇرچاق ئۇنى، سوقۇلغان جىرىس نان قاتارلىقلارنى ئارىلاشتۇرۇپ، يۇغۇرۇپ زىمات قىلغاي.

زىغىر ئۇرۇقى، شۇمشا، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، بابۇنە ھەرقايسىسىدىن بىر چاڭگالدىن ئېلىپ سوقۇپ، ھالۋىدەك قاينىتىپ، ھەر كۈنى ئۈچ نۆۋەت زىمات قىلغاي. ھەر نۆۋەتتە يەرلىك ئورۇننى تازىلاپ زىمات قىلغاي، شۇ چاغدا مادىدا ئاسان پېشار، ئۇ زىماتنى ئىسسىق سۇ بىلەن چاپقاي، ئەگەر ئارىلاپ - ئارىلاپ زىمات قىلسا، ئەمچەكنىڭ گۆشى يېرىلىپ، ئېغىز ئالۇر.

ماش ۋە قۇرۇق ئۇزۇمنىڭ ئۇرۇقىنى سوقۇپ، سۇ بىلەن زىمات قىلغاي.

بەشىنچى باب ئەمچەكنىڭ ئىسسىقتىن ئىششىشى توغرىسىدا

سىركىنى ئىسسىق سۇغا قوشۇپ، قوينىڭ ياكى كالىنىڭ دوۋسۇنىغا ئېلىپ، يەرلىك ئورۇنغا قويغاي.

سىركەنجۈبىل بىلەن گۈل يېغىنى قوشۇپ، پۇرچاق ئۇنى بىلەن يۇغۇرۇپ زىمات قىلغاي.

شوخلا بەرگىنى سوقۇپ، گۈل يېغى بىلەن يۇغۇرۇپ ئىششىققا قويغاي، ئۈچ كۈندىن كېيىن ئاۋۋالقى بابتا بايان قىلىنغان زىماتلارنى ئىشلەتكەي.

يەنە بىر زىمات نۇسخىسى ئىككىلىملىكىنى پۈرچاق ئۇنى بىلەن سوقۇپ، تاسقاپ، كۈنجۈت يېغى بىلەن يۇغۇرۇپ ئىششىققا قويغاي.

بۇنىڭدىن كېيىن ئىشلىتىدىغان يەنە بىر زىمات نۇسخىسى جىرىس نان، ئارپا ئۇنى، پۈرچاق ئۇنى، شۇمشا، ئاق لەيلىنىڭ ھەرقايىسىدىن 15 گىرام ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، توققۇز گىرام مور، ئالتە گىرام زەپەر قوشۇپ، ھەممىسىنى تۇخۇمنىڭ سېرىقى بىلەن يۇغۇرۇپ تىلا قىلغاي.

زىغىر ئۇرۇقنى سوقۇپ، سىركە بىلەن نەمدەپ تىلا قىلغاي، ھەر ۋاقىت ئەمچەكنىڭ ئۇچى ئاغرىسا ئاۋۋال قان ئالغاي.

سېمىرئوت شىرىسى بىلەن تىلا قىلغاي، بۇنىڭ بىلەن بۇ سەرتانغا ئايلانمىغاي.

ئالتىنچى باب ئەمچەكنىڭ سوغۇقتىن ئىششىشى توغرىسىدا

كەرەپشىنى سوقۇپ ئەمچەككە قويغاي.

بابۇنىنى سوقۇپ، بەدىيان سۈيى ياكى كەرەپشە سۈيىدە يۇغۇرۇپ، ئەمچەككە قويۇش پايدا قىلۇر.

يۇقىرىقى بابتا بايان قىلىنغان ئىسسىق تەبىئەتلىك زىماتلار بۇ بابتا بايان قىلىنغان كېسەللىكلەرگە پايدا قىلۇر.

يەتتىنچى باب ئەمچەكنىڭ قاتتىقلىشىشى ۋە بەز پەيدا بولۇش توغرىسىدا

بۇنىڭ ئۈچۈن ئاۋۋال بىنەپشە يېغى ۋە تۇخۇم سېرىقنى تىلا قىلغاي.

گۈل يېغى بىلەن مومنى كالىنىڭ ئۆتىگە قوشۇپ تىلا قىلغاي، گاھىدا قەتران قوشۇشقا ئېھتىياجلىق بولۇر، سىركە قوشۇش پايدا قىلۇر، موزا دەرىخىنىڭ بەرگىنى قويۇش پايدا قىلۇر.

شاپتۇل يوپۇرمىقى ۋە ھۆل سۈزاپ يوپۇرمىقنى سوقۇپ زىمات قىلغاي.

سەككزىنچى باب ئەمچەكتە يىرىڭلىق ئىششىق پەيدا بولۇش توغرىسىدا

بۇنىڭ ئۈچۈن زىغىر ئۇرۇقى، كۈنجۈت، سەۋسەن يىلتىزى، ھۆل مىئە، ھۆل تېزەك، كەپتەر مايىقى، بۆرە ئەرمىنى، راتىيانەج قاتارلىقلارنىڭ ھەرقايسىسىدىن ئوخشاش مىقداردا ئېلىپ، ھەممىسىنى قاينىتىپ سوقۇپ، كۈنجۈت يېغى، كالا پاچىقى يىلىكى، مەيپۇختەج بىلەن يۇغۇرۇپ زىمات قىلغاي.

توققۇزىنچى باب ئەمچەكتە يامان جاراھەت پەيدا بولۇش توغرىسىدا

بۇنىڭ ئۈچۈن قۇۋۇزەتلىك ئۇزۇم شارابىدىن 7200 گىرام، پوستى ئاقلانغان سامساق، ياڭاق غولىدىن 360 گىرامدىن، موزىدىن 273 گىرام، سەلخەدىن 210 گىرام ئېلىپ، ھەممىسىنى شارابقا چىلاپ، يىگىرمە كۈن تۇرغۇزۇپ، ئاندىن كېيىن سۇس ئوتتا قاينىتىپ، ياڭاق يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يېرىمى قالغاندا سقىپ سۈزۈپ، يەنە قاينىتىپ ساقلاپ، ئېھتىياجلىق بولغاندا ئېغىز ۋە تىلغا ئوخشاش نازۇك، يۇمشاق ئەزالارغا چىققان جاراھەتلەرگە تىلا قىلغاي.

ئونىنچى باب ئەمچەكنىڭ زىيادە چوڭىيىشى توغرىسىدا

بۇنىڭ ئۈچۈن ئىسپىداج، تىيىن، قىيمۇلىيانىڭ ھەرقايسىسىدىن ئالتە گىرامدىن ئېلىپ، ھەر ئىككىسىنىڭ يېڭى بەرگىنىڭ شىرىسى ياكى تاماكا ئۇرۇقىنى قاينىتىپ، سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ، ئاندىن بۇنىڭغا مەستكى يېغى قوشۇپ ئۈچ كۈن تىلا قىلغاي.

ھەر ۋاقىت كۈندۈر لاتىسىنى موزا سۈيىدە نەمدەپ، سوۋۇتۇپ ئەمچەككە قويغاي، ئىسسىق يەردە ئاز ئولتۇرغاي.

يەنە بىر تىلا نۇسخىسى تېينى شامۇستىن 60 گىرام، شەۋكىراندىن ئالتە گىرام ئېلىپ، بۇلارنى يۇغۇرۇپ ئون كۈن تىلا قىلغاي.

يەنە بىر تىلا نۇسخىسى كۈندۇر، ۋەدەڭ (بىرخىل سەدەپ)، ئارپا ئۇننىنى سىركە بىلەن يۇغۇرۇپ تىلا قىلغاي.

يەنە بىر تىلا نۇسخىسى تېينى شامۇس، بۇزغۇنەج سۈيى، ئىسپىداج قاتارلىقلارنىڭ ھەرقايىسىدىن ئوخشاش مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، تاماكىنىڭ سىقىپ چىقىرىلغان سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ تىلا قىلغاي.

يەنە بىر تىلا نۇسخىسى شەپ يەمەنىنى زەيتۇن يېغى بىلەن قايىنىتىپ، ھاۋانچىدا يانجىپ ھەمشە تىلا قىلغاي.

ئونىنچى بۆلۈم قىزىلئۆڭگەچ ۋە ئاشقازان كېسەللىكلىرى توغرىسىدا

بۇ بۆلۈم ئالتە قىسمدۇر.

بىرىنچى قىسىم قىزىلئۆڭگەچ كېسەللىكلىرى توغرىسىدا

بۇ قىسىم ئۈچ بابدۇر.

بىرىنچى باب تاۋام ۋە سۇنىڭ يۇتقۇنچاقتىن مۇشكۈلدە ئۆتۈشى توغرىسىدا

ئاغرىق قىزىلئۆڭگەچنىڭ ئۆزىدە ياكى يېنىدا بولۇر، ئۇ، قىزىلئۆڭگەچنىڭ ئۆزىدە بولسا تۆت خىل بولۇر.

بىرىنچى، قىزىلئۆڭگەچتە ئىششىق پەيدا بولۇر.

ئىككىنچى، مىزاج بۇزۇلغانلىقتىن كېكىرەكتە ئاغرىق پەيدا بولۇر.

ئۈچىنچى، كېكىرەكنىڭ قۇۋۇشتى ئۆتكۈر ئاغرىقتىن كېيىن ئاجىزلىشىپ، ئاغرىق پەيدا بولۇر.

تۆتىنچى، قىزىتما سەۋەبىدىن ھارارەتنىڭ كېكىرەكنى قۇرۇتقانلىقىدىن بولۇر.

ئاغرىق كېكىرەكنىڭ يېنىدا بولسا ئۈچ خىل بولۇر.

بىرىنچى، گال ساھەسىدىكى گۆش بوغمىدا ئىششىغاندەك ئىششار.

ئىككىنچى، ئومۇرتقا ئورنىدىن قوزغىلىپ ئالدىغا مايىل بولۇر.

ئۇچىنچى، بويۇن قېتىۋېلىش كېسىلى بولۇشتىن ئىلگىرى بۇ كېسەللىك پەيدا بولۇر.

ئەبۇ ئەلى ئىبن سىنا مۇنداق ئېيتۇر: بىر كىشىنىڭ گېلىدىن تاياق مۇشكۇلدە ئۆتەر، سەۋەبى تاياق ئۆتىدىغان يېرى خۇددى بوغمىدا تۇتۇلۇپ قالغاندەك تۇتۇلۇپ قالغان ئىدىلەر، شۇنىڭدىن كېيىن قەي قىلغاندا كېكىرەكتىن چوڭ قۇرتلار چۈشۈر، بۇنىڭدىن تاياقنىڭ يولىنى قۇرتلارنىڭ توسۇۋالغانلىقى مەلۇم بولۇر، شۇنىڭ بىلەن بۇ ئاغرىق يوقىلار.

ئەگەر بۇ ئاغرىق مىزاج بۇزۇلۇش سەۋەبىدىن بولسا، ئاز پەيدا بولۇر، تاياق كېكىرەكتىن كۆچلۈك ھەرىكەت بىلەن ئۆتەر، كېكىرەكنىڭ ئىششىغان ياكى ئىششىمغانلىقىنىڭ ئالامتى زاھىر بولماس، ئەگەر ئىششىسا قىزىتما بىلەن بولۇر، ئەمما قىزىتما يۇقىرى بولماس، ئۇسسۇزلۇق كۆپ بولۇر. كېكىرەك سوغۇقتىن ئىششىسا قىزىتما بولماس، ئەگەر ئىششىغان دائىرىدە جاراھەت بولسا ئاغرىق قاتتىق بولۇر، گاھىدا قىزىتار، بۇ يارىنىڭ پىشقانلىقىنىڭ ئالامتىدۇر. ئېغىز ئېلىپ، قەي بىلەن يېرىڭ چىقسا قىزىتما پەسەيەر، ئەگەر يارا قالسا ئىلاج بىلەن ياخشى بولۇپ كېتەر.

ئەگەر بۇ ئاغرىق كېزىكتىن بولسا، ئىلگىرى ئۇنىڭ سەۋەبى ۋە ئالامتى زاھىر بولۇر، ئەگەر ئومۇرتقا قوزغالغاندىن بولسا، ئوڭدا ياتقاندا دېمى سىقىلۇر. بۇ ئاغرىق قۇۋۇۋەتنىڭ زەئىپلىكىدىن بولسا، ئىلاجى مۇشكۇل بولۇپ، ئۆلۈمنىڭ يېقىنلاشقانلىقىنىڭ ئالامتى ھېسابلىنۇر. تەدبىرى شۇكى، قۇۋۇۋەتنى ئاشۇرغاي، ئومۇرتقىنى بىنەپشە يېغى ۋە موم يېغى بىلەن مايلىغاي.

ئەگەر بۇ ئاغرىق ئىسسىقلىق سەۋەبىدىن مىزاج بۇزۇلغانلىقتىن بولسا، بىنەپشە يېغى، يۇمغاقسۇت سۈيى، كاھۇ سۈيىنى گەجگە ياكى ئېغىزمانغا سۈركىگەي. ئاچچىق دۇغ، سوغۇق شەربەتلەرنى يۇتۇم - يۇتۇمدىن بەرگەي.

بۇ ئاغرىق سوغۇقتىن ماددا بۇزۇلۇش سەۋەبىدىن بولسا، تۇرۇپ يېغى، ئوغرىتىكەن (ھەسەك) يېغى، بىلسان يېغىنى گەدىنگە سۈركىگەي، سوغۇقتىن بۇزۇلغان ئاشقازانغا قىلىنىدىغان ئىلاجنى قىلغاي (ئۇنى بۇنىڭدىن كېيىن سۆزلەيمىز).

بۇ ئاغرىق كېكىرەكتىكى ھۆللۇكنىڭ كۆپلۈكىدىن بولسا، ئۇنىڭ ئالامتى قىزىلئۆڭگەچ ئېغىزى ۋە يۆتەلدە زاھىر بولۇر، بۇ چاغدا ئاۋۋال ئاشقازاننى پاك قىلغاي، ھارارەت ۋە قابىزلىقى بولغان خۇشبۇي دورىلارنى، مەسىلەن: مەستىكى، رۇمبەدىيان، قىزىل بەھمەن، ئاق بەھمەن، سۇمبۇل، سازەج ھىندى، كۇندۇر، ناردىن قاتارلىقلارنى ئىشلەتكەي.

ئەگەر ھۆل ۋە قابىز دورىلارغا ئېھتىياج بولسا، ئانارگۈلىگە ئوخشاش ھۆللۇكى ۋە قابىزلىقى بار دورىلارنى ئىشلەتكەي، شۇ مىقداردا ئىسسىقلىق دورىلار كۆپ بولغاي، مەسىلەن: مەستىكى يېغى، قۇسته يېغى، بۇلارنى سۈركىسە مەنپەئەت قىلۇر.

ئەبۇ ئەلى ئىبن سىنا مۇنداق ئېيتۇر: بۇ ئاغرىققا ھېكايە قىلۇر، ئەگەر بۇ ئاغرىق

مزاجنىڭ قۇرۇقلۇقىدىن بولسا، توخۇ چاۋىسى، ئۆردەك چاۋىسى يېسە، كالا پاچىقى يىلىكىنىڭ تۈتۈپ تۇرۇش قۇۋۋىتى بولغانلىقى ئۈچۈن بۇنى يېسە ۋە بوغۇزىغا سۇركىسە پايدا قىلۇر.

بادام يېغى بىلەن كاشكاپ، ئىسپىغۇل سۇيىنى ئىچىش، ئۇنى ئېغىزغا ئېلىپ غار - غار قىلىش مەنپەئەت قىلۇر.

يېمەكلىكىگە چالا پىشۇرۇلغان تۇخۇم، قاپاق ئېشى، ئىسپىدباج بەرگەي، كېكىردەك ئىششىقىنىڭ ئىلاجى ئىككىنچى بابتا، ئومۇرتقا ئورنىدىن قوزغىلىپ ئالدىغا مايىل بولغانلىڭ ئىلاجىنىڭ بايانىدا سۆزلىنۇر.

ئىككىنچى باب قىزلئۆڭگەچ ئىششىش توغرىسىدا

قىزلئۆڭگەچ قانلىق ئىششىقتىن پەيدا بولغان باش ئاغرىقى ياكى تىلما كېسىلىدىن بوش ياكى قاتتىق ئىششار، بۇلارنىڭ ئالامەتلىرى ئىلگىرىكى بابتا بايان قىلىندى.

داۋالاش

بەزىسىگە دورا تېگىش بىلەن، بەزىسىگە شەربەت ئىچىش بىلەن تەدبىر قىلغاي. بۇ ئاغرىققا ھەم ئاشقازانلىڭ دورىسىنى قىلسا بولۇر، بۇ ئاغرىقتا دورىنى ئېغىزمانغا تاڭغاي، ئاشقازان ئاغرىقىغا دورىنى بىر قېتىمدىلا ئىچكەي، بۇ ئاغرىققا ئاز - ئازدىن ئىچكەي، گاھىدا ئېغىزغا ئېلىپ تۇرغۇزۇپ ئاز - ئازدىن يۇتقاي.

ئاۋۋال ئىششىقنى ياندۇرىدىغان دورىلارنى ئىشلەتكەي.

خۇسۇسەن ئىسسىقتىن بولغان ماشرا (تىلما كېسىلى) دا دەسلەپتە تارقىتىدىغان دورىلارنى قوشۇپ، ئاخىرىدا يالغۇز ئىشلەتكەي.

لوئوق دورىلارنى يېسسىمۇق، تاباشىر، سېمىزئوت ئۇرۇقى، ئىسپىغۇل سۇيى، ھۆل قاپاق سۇيىگە چۈچۈكبۇيا يىلتىزى، ئارپىبەدىيان سۇيى، زىغىر، ئەنجۈر، خورما، شۇمشىلارنى ئاز - ئازدىن قوشۇپ تەييارلىغاي.

غىزاسىغا ئارپا ئۇنى، قورۇلغان يېسسىمۇق ئۇنى، قورۇلغان بادام مېغىزى شىرىسى، كېپەك سۇيىگە شېكەر قوشۇپ بەرگەي.

ئىچىملىكىگە زىغىر، نوقۇت، پۇرچاق ئۇنى، سەۋسەن يىلتىزى، قىچا، ئاچچىق بادام، ئەنجۈر، ھەسەل قاتارلىقلارنى قوشۇپ شەربەت تەييارلاپ ئىچكۈزگەي.

سىرتىدىن تاڭىدىغان دورىلار نۇسخىسى ئامۇت سۇيى، گۈلاب، بېھى سۇيى، ئالما

سۈيى، سېمىزئوت سۈيى، ھەمشىباھار سۈيىنى ئوخشاش مىقداردا ئېلىپ، ساپ موم بىلەن تەييارلانغان موم يېغى، گۈل يېغى ئارىلاشتۇرۇپ، ئاق سەندەلنى ئۇنىڭدا ئېزىپ تاڭغاي.

بۇ دورىلاردىن كېيىن تاڭدىغان دورىلار نۇسخىسى ئارپا ئۇنى، سەندەل، شوخلا سۈيى، ھۆل يۇمغاقسۈت يوپۇرمىقى، ھۆل قاپاقنى يۇمشاق سوقۇپ، بۇ دورىلار بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئېزىپ تاڭغاي.

ھارارەتنى پەسۈرىدىغان زېمات دورىلار نۇسخىسى ئارپا ئۇنى، ئاق لەيلىگۈلى، بابۇنە، ئىكلىلمىلىك ۋە سەندەلگە ئوجمە يوپۇرمىقى سۈيى، شوخلا سۈيى، كاكنەچ سۈيىنى ئارىلاشتۇرۇپ تاڭغاي.

ئۈچىنچى باب قىزلىۋاتقاندا جاراھەتلىنىش ۋە ئۇششاق مۇدۇر چىقىش توغرىسىدا

كېكىردەككە ئۇششاق مۇدۇر ۋە جاراھەت كۆپ چىقار، گاھى بۇنىڭ سەۋەبى ئۆتكۈر خىلىت ۋە مېڭىدىن كەلگەن نەزلە بولۇر، ئۇ، كېكىردەك ئىششىقىنى يارىغا ئۆزگەرتەر، كېكىردەك ئىششىقى ۋە يارا بولغانلىقىنىڭ پەرقى شۇكى، ئىششىقتا تاۋامنى چوڭ - چوڭ چاپىلاپ يېگەندە ئاغرىق زىيادە بولۇر، ئەگەر ئۇششاق مۇدۇر چىقىپ يارا بولسا، ئاچچىق ۋە تەمى شور، قابىز تاۋاملارنى يېگەندە ئاغرىق زىيادە بولۇر، ياغلىق ۋە يۇمشاق تاۋاملارنى يېگەندە كۆپ ئاغرىماس، ئەمما ئىششىق چوڭ بولۇپ، ئېغىز ئالسا، ئىلاجى مۇشكۈل، ئاقىۋىتى خەتەرلىك بولۇر.

مۇدۇر ئىششىقى ۋە يارىسى بىلەن كېكىردەك ئىششىقى ۋە يارىسىنىڭ ئوتتۇرىسىدىكى پەرق شۇكى، كېكىردەك يارىسىدا ئېغىزمان ئېغىر، ئاشقازان يارىسىدا قورساق ئېغىر بولۇر، يەنە بىر پەرقى، كېكىردەك يارىسىدا قىزىتما بىلەن بىھوش بولۇش، قول ۋە پۇتى سوغۇق بولۇش، تىلى ۋە تاڭلىيى قۇرۇش، كۆڭلى ئېلىشىش زاھىر بولۇر، ئاشقازان يارىسى بولغاندا كېكىرىش بولۇر، يارا كونىرىغانچە سېسىق كېكىرۇر.

ئاشقازان يارىسى بىلەن كېكىردەك يارىسىنىڭ ئىلاجى ئوخشاش بولسىمۇ، ئازراق پەرقلىنەر.

كېكىردەككە ئىشلىتىلىدىغان دورىلار كۆپ بولغاي، بوغۇزدىن ئاستا ئۆتكەي، يەنى جاراھەت بولغان يەردە بىر زامان تۇرغاي، ھەممىسىنى بىراقلا ئىچمەي، ئاز - ئازدىن ئىچكەي، بۇ دورىلار ئاشقازان يارىسىنىڭ بايانىدا سۆزلىنۇر.

ئىككىنچى قىسىم ئاشقازان مىزاجىنىڭ ھەرخىل بۇزۇلۇشلىرى توغرىسىدا

بۇ قىسىم يەتتە بابدۇر.

بىرىنچى باب ئاشقازان مىزاجىنىڭ ماددىسىز ئىسسىقتىن بۇزۇلغانلىقى توغرىسىدا

ئاشقازانىنىڭ ئىسسىقتىن مىزاجى بۇزۇلۇش ئىككى خىل سەۋەبتىن بولۇر. بىرى، ئىسسىقلىقى ئارتۇق تائام ۋە ئىسسىقلىقى زىيادە شاراب ھەمدە ئىسسىقلىقى يۇقىرى دورىلارنى يېگەنلىكتىن، يەنە بىرى، ئىسسىق يەردە كۆپ تۇرغانلىقتىن پەيدا بولۇر.

ماددىسىز ئىسسىقتىن ئاشقازانىنىڭ مىزاجى بۇزۇلۇشنىڭ ئالامتى بەش خىل بولۇر.

بىرىنچىسى، ئاشقازان مىزاجى ئەسلىدە ئىسسىق بولسا ماددىسىز ئىسسىقتىن ئاشقازانىنىڭ مىزاجى بۇزۇلۇر.

ئىككىنچىسى، تاتلىق تائام يېگەندىن كېيىن ئاشقازانىنىڭ ھارارىتى تاتلىق تائامنى قاينىتىپ ئېچىتۇر، لېكىن كېكىرىش ئاجىز ۋە قۇۋۋەتسىز ھارارەتتىن پەيدا بولۇر، ئەگەر ھارارەت كۆپ بولسا، ئاشۇ تاتلىقلىقنى يوقىتىپ ئېچىتىپ، ئاچچىق ۋە سېسىق كېكىرىك پەيدا قىلۇر. ئاچچىق كېكىرىشنىڭ ئالامتى شۇكى، ئېغىز تەمى ئاچچىق بولۇر، ئۇسسۇزلۇقى كۆپ بولۇر، سوغۇق سۇ ۋە سوغۇق يەل يارىشار.

ئىسسىقلىقنىڭ ئاشقازاندا يات بۇخارات پەيدا قىلىشى ئۈيقۇسىزلىقتىن بولۇر، ئەگەر كىشى ئۈيقۇسىز قالسا، تائامنى تەبئىي ھەزىم قىلالمىغانلىقتىن، تائام ئاشقازاندا قالۇر. كېيىنكى ھارارەت ئۇنى سېسىتىپ كۆيدۈرۈپ، بۇخاراتلىق ئاچچىق كېكىرىش پەيدا قىلۇر.

ئۇچىنچىسى، يېنىك تائاملار ئاشقازاندا تېز بۇزۇلۇر، قويۇق تائاملار ئوبدان ھەزىم بولۇر.

تۆتىنچىسى، تائامغا ئىشتىھاسى كەم بولۇر، ئەمما ئوبدان ھەزىم بولۇر. ئەگەر مىزاجى بەك بۇزۇلسا ياكى ھەزىمى زەئىپ بولسا سوغۇق تائام، سوغۇق سۇ خۇش قىلۇر، ئىسسىق تائام يېگۈسى كەلمەس، بۇ ئاغرىقنىڭ ئىلاجىدا كالا سۈتى قېتىقىنىڭ سۈيى تازا خىل كېلۇر، تاتلىق ۋە ئاچچىق ئانار سۈيى، ئارپا تالقىنىنى سوغۇق سۇغا چىلاپ بەرگەي. ئەگەر ھارارەت كۆچلۈكرەك بولسا، قېتىق سۈيىنى تاباشىر بىلەن بەرگەي، قۇرسى كاۋۇر، غورا سۈيى، ھۆل تۇرۇنجى سۈيى، رىۋاج شەربىتى، لىمون شەربىتىنى بەرسە ئوبدان مەنپەئەت قىلۇر، قۇرسى كاۋۇرنى بۇ شەربەت بىلەن بەرسە شىپا قىلۇر.

بۇ ئاغرىققا پايدا قىلىدىغان قۇرسى كاۋۇر نۇسخىسى تاباشىر، ئاق سەندەل، تاتلىق قاپاق ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى، ئاقلانغان پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى، سېمىزئوت ئۇرۇقى ھەرقايسىسىدىن 15 گىرامدىن، كاۋۇردىن ئۇچ گىرام، سەۋزىدىن 18 گىرام، گىل ئەرمىنىدىن 12 گىرام ئېلىپ ھەممىسىنى سوقۇپ، سېمىزئوت، ھۆل قاپاق سۈيىدە يۇغۇرۇپ قۇرس قىلىپ، تۆت گىرامدىن يېيىلۇر، سېمىزئوت ئۇرۇقىنىڭ سۈيى، كاھۇ بەرگى ۋە ئۇرۇقنى سىركە بىلەن بەرسە پايدا قىلۇر.

غىزاسىغا ھۆل يۇمغاقسۈت، كاھۇ، قاپاق، كالا قېرىنىنى سىركىگە چىلاپ، قاينىتىپ بەرگەي. توخۇ گۆشىنى سىركىگە چىلاپ، غورا سۈيى، ئانار سۈيى، زىرىق سۈيى، سامساق سۈيىنى قوشۇپ بەرگەي، پەرھىز ئېشىغا ھەم مۇشۇ نەرسىلەرنى قاينىتىپ بەرگەي، ئەگەر ئاشقازىنى ئىسسىقتىن زەئىپ بولسا، بېھىدە تەييارلانغان سىركەنجۈبىل ۋە ئانار شەربىتى بەرگەي.

بېھىدە تەييارلانغان سىركەنجۈبىل نۇسخىسى ئاچچىق بېھىنىڭ ئىچى - سىرتىنى تازىلاپ، سوقۇپ سۈيىنى ئېلىپ، بىر كېچە تۇرغۇزۇپ، ساپ بولغاندىن كېيىن سۈزگەي. بۇنىڭغا 720 گىرام بېھى سۈيى، 120 گىرام سىركە، 720 گىرام شېكەرنى قاينىتىپ قىيامغا كەلتۈرگەي.

ئانار شەربىتى نۇسخىسى ئاچچىق ئانار سۈيىدىن بىر ھەسسە، شېكەردىن يېرىم ھەسسە ئېلىپ، ئىككىسىنى قوشۇپ قاينىتىپ، كۆپۈكىنى ئېلىپ قىيامغا كەلتۈرگەي، ئەگەر ئېھتىياج بولسا، بۇنىڭغا بىر تۇتام يالپۇز سېلىپ قاينىتىپ، قىيامغا كەلگەندە كۆپۈكىنى سۈزۈپ ئالغاي.

سۇفۇپ نۇسخىسى قىزىلگۈل 30 گىرام، تاباشىر توققۇز گىرام، قۇرۇق يۇمغاقسۈت ئۇرۇقى ئالتە گىرام. دورىلارنىڭ ھەممىسىنى سوقۇپ، تەييار بولغان شارابلاردىن بىرەرسىنى قوشۇپ ئالتە گىرامدىن يېگەي.

ئەگەر سوغۇق سۇنى كالىنىڭ دوۋسۇنغا ئېلىپ ئاشقازانغا قويسا پايدا قىلۇر.

ئېھتىيات قىلىش كېرەككى، سوغۇق نەرسىلەر كېرىگەت ۋە جىگەرنى سوۋۇتمىغاي، ئەگەر بۇنىڭدىن گۇمان بولسا ئەتكە ۋە جىگەرگە سوغۇق تەسىر قىلغان بولۇر، ئىسسىق تەبىئەتلىك ياغلارنى سۇركىگەي، ئەگەر ئىسسىق تەبىئەتلىك ياغدىن مىزاج بۇزۇلۇپ، قۇرۇقلۇق پەيدا بولسا، كاشكاپ، بادام يېغى، خورما شىرنىسى بەرگەي ۋە بۇنىڭدا يۇيۇنۇپ ئولتۇرغاي. يەنى ئازراق دورىنى قاينىتىپ سۇيىگە ئولتۇرغۇزغاي، بىنەپشە يېغى سۇركىسە مەنپەئەت قىلۇر، بۇ قىزىتمىنىڭ ئىلاجىدا بايان قىلىندى.

ئىككىنچى باب ئاشقازان مىزاجىنىڭ ماددىلىق ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشى توغرىسىدا

بۇ بابتىكى ئاغرىقنىڭ ئالامەتلىرى ئىلگىرىكى بابلاردا بايان قىلىنغان ئىدى، بۇ يەردە ھەم بايان قىلىنۇر، سەۋەبى شۇكى، ئاشقازاندا بىر بۆلەك سەپرا پەيدا بولۇپ، تائام ۋە ھۆللۈكنى ئېچىتار، گاھى كېكىرگەندە سېسىق بېلىقنىڭ ھىدى كېلۇر، گاھى سېسىق سۇنىڭ ھىدى كېلەر، گاھى سېسىغان مېغىزدەك كېكىرەر، گاھى زەنگارنىڭ ھىدى كېلۇر، بۇ خىل ئەھۋاللار ئۆتكۈر ئىسسىقلىقنىڭ ئالامتى ھېسابلىنار، بۇ خىل كېكىرىش ئاچچىق تۇرۇپ، شورلۇق بېلىق، تۇخۇم ۋە كۆيۈك ھالۋا يېگەنلىكتىن پەيدا بولۇر.

بۇ كېسەللىكنىڭ سىناقتىن ئۆتكەن ئىلاجلىرى شۇكى، بىمارغا تائام بەرگەي، ھەرقانداق ۋاقىتتا قورسىقى ئېچىپ يەل پەيدا بولمىغاي، مەسىلەن: ئارپا نېنى ئاشقازاننى ئېچىتسا، ئاشقازاننىڭ ھارارىتى غالىب ھېسابلىنار، ئاشقازىنى ئىسسىق ئادەمدە سۇپەتلىك قان پەيدا بولماس، لېكىن ئۇنىڭ قېنى ئاز، ئۆتكۈر، ھىدلىق، سېسىق، ئەسلىي مىزاجىغا قارىمۇقارشى ۋە مۇخالىپ بولۇر، بۇ سەۋەبتىن بەدىنى قاندىن قۇۋۋەت ئالالماس، قان تومۇردا ئېچىپ قالۇر، چۈنكى سەپرا مىزاجلىق كىشىلەر ئوروق بولۇر، تومۇرلىرى كۆرۈنۈپ تۇرار، كۆپ تائام يەر (ئىلگىرىكى ئاشقازىنى ئىسسىق ئادەمنىڭ ئىشتىھاسى دېگەن بابتا ئېيتىلىپ ئۆتۈلگەن)، ئاسان ھەزىم قىلۇر، لېكىن بىلىش كېرەككى، ھەر ۋاقىتتىكى مىزاجى كۆچلۈك بۇزۇلسا قۇۋۋىتى ۋە ھەزىمى زەئىپ بولۇر، گاھىدا ئاشقازىنىدا ئىسسىقلىق كۆپ بولسا، قۇۋۋەتلىك بولسا، تائام تېز ھەزىم بولۇر، قورسقىنىڭ ئېچىشىغا سەۋر قىلالماس، ئەگەر ۋاقىتدا تائام يېمىسە بىھوش بولۇر، گاھىدا ئىسسىقى ئېشىپ كەتكەنلىكتىن قورسقى ئېچىپ، ئاشقازان خالىي بولۇپ، ئېغىزىدىن

شۆلگەي ئاقۇر، ئەگەر تائام يېسە شۆلگەي كەلمەس.

ئەگەر ئاشقازاندا ماددا سەپراۋى بولسا كۆپ قەي قىلۇر، لېكىن ئاشقازاندا خىلت بولمسا كۆكلى ئېلشار، ئاشقازان كۆيۈشۈش، تولا تەشنا بولۇش پەيدا بولۇر، بۇنىڭدىن بلش كېرەككى، ماددا سۇيۇق ۋە ناھايىتى كۆپ بولسا، كۆكلى داۋاملىق ئېلشار، ئەگەر خىلت ئاشقازانىڭ تېگىدە بولسا، ئاشقازانىڭ بۆلەكلىرى ۋە قەۋەتلىرى تائامنى ئۆزىگە تارتالماس، تائام يەپ بىر سائەت ئۆتمىگۈچە كۆكلى ئېلشماس، ئەگەر ئاشقازانىنى پاك قىلغۇچى شەربەتلەردىن ھەسەل سۇيى، جۇلاپ، سىركەنجۈبلگە ئوخشاش شەربەتلەرنى ئىچىپ قەي قىلسا، خىلت قوشۇلۇپ چىقار.

ئەگەر ئاشقازانىڭ قەۋەتلىرى خىلتنى ئۆزىگە تارتقان بولسا، قەيدە ياكى سۇيدۇكتە ياكى تەبئىتىدە چىقۇر، لېكىن باشقا ئالامەتلەر ئۇنىڭغا گۇۋاھلىق بېرۇر.

ماددىلىق مىزاج بۇزۇلغانلىقىنىڭ ئېنىق ئالامتى كۆكۈل ئېلىشىشتىن ئىبارەتتۇر، ئەگەر ئاشقازان خىلتنى ئۆزىگە تارتقان بولسا كۆكلى ئېلشار، لېكىن قەي قىلالماس، ئەگەر ئۆزىگە تارتمغان بولسا، قەيدە، سۇيدۇكىدە، تەبئىتىدە خىلت چىقۇر.

ئەگەر قەي قىلىپ ھەم كۆكلى ئېلىشش توختىمغان بولسا، ئاشقازان خىلتنىڭ بەزىسنى ئۆزىگە تارتقان، بەزىسنى ئۆزىگە تارتمغان بولۇر، ئەگەر كۆكلى ئېلىشش ۋە قەي قىلىش نۆۋەت بىلەن بولسا، بىلىش كېرەككى، خىلت باشقا ئەزادىن ئاشقازانغا قۇيۇلۇپ تۇرغان بولۇر، ئەگەر كۆكلى ئېلىشىش ۋە قەي قىلىش كۆپ بولسا، ئاشقازاندا خىلت پەيدا بولغان بولۇر، ئۇسسۇزلۇقى ئاز بولۇش بۇنىڭغا گۇۋاھلىق بېرۇر، شۇنىڭ ئۈچۈن ئۇسسۇزلۇق ئىسسىق ماددىدىن پەيدا بولغان بولسا، قاياق سۇ ئىچسە چىقىرىپ تاشلار.

داۋالاش

تەكشۈرۈش كېرەككى، ئەگەر خىلت ئاشقازانىڭ سىرتىدىن بولسا، جىگەردىن، مېڭىدىن ياكى تالدىن ئاشقازانغا قۇيۇلسا، ئاشقازانىڭ قەۋەتلىرى خىلتنى ئۆزىگە تارتقانمۇ ياكى ئاشقازانىڭ يۈزىگە تارتقانمۇ بۇنىڭغا قارىغاي. ئەگەر خىلت يەنە بىر ئەزادىن ئاشقازانغا قۇيۇلغان بولسا، ئاۋۋال ئۇنى قەي بىلەن ياكى سۈرگە بىلەن چىقىرىۋەتكەي، بىمارغا قايسى ئاسان بولسا شۇنى قىلغاي. ئاشقازان ئېغىزىنىڭ قۇۋۇتىنى ئاشۇرىدىغان دورىلارنى ئىشلىتىپ، ماددىسىنى چىقىرىپ تاشلىغاي. كۆپ ھاللاردا ئاشقازان پاك بولغاندا ماددىنى ئۆزىگە قوبۇل قىلماس، ئەگەر مادا ئاچلىقتىن بۇزۇلسا، ئاشقازىنى قوبۇل قىلمايدىغان خىلتنى قوبۇل قىلۇر.

بەزى كىشىلەر قورسىقى ئاچقاندا دەرھال تائام يېمەسە بەھوش بولۇر، بۇلارنىڭ ئىلاجى شۇكى، غورا شەربىتى، ئانار شەربىتى، لىمون شەربىتى، كۇرسىنە شەربىتى، ئاچچىق تۇرۇنجى شەربىتى بەرگەي، تائامغا ھەم شۇنداق نەرسىلەرنى سېلىپ بەرگەي، ماددا قوزغىلىپ ئىشتىھاسى ئېچىلىشتىن ئىلگىرى ئەتىگەندە تائام يېگەي.

بۇ كېسەللىكنىڭ ئىلاجى ئاچچىقى كەلگەندە، بېشىغا غەم چۈشكەندە، ئاشقازىنى خىلتىنى قوبۇل قىلمىغان كىشىلەرنىڭ ئىلاجىغا ئوخشايدۇ، بۇ كىشىلەر قەي قىلماي تۇرۇپ ئارام تاپمايدۇ. قەي قىلىپ بولغاندىن كېيىن ئاشقازانغا قۇۋۋەت بەرگۈدەك شەربەت بەرگەي.

ئەگەر ماددا ئاشقازانىنىڭ ئۆزىدە بولسا، قەي قىلىشقا بۇيرىغاي، تەدبىرى ئاسان بولۇر، ئەگەر ماددا ئاشقازان كىرىش ئېغىزىدا بولسا، پاكىز بېلىق يېپ، كاشكاپقا سىركەنجىۋىل قوشۇپ قەي قىلغاي.

سەرمەق سۇيى ۋە سىركەنجىۋىل بىلەن قەي قىلدۇرغاندىن كېيىن ئاچچىق ئانار شەربىتى بەرگەي.

ئەگەر قەي قىلىش ئادىتى بولسا، ماددا ئاشقازانىنىڭ سىرتىدا بولسا مەتبۇخى ئەفسەنتىن بەرگەي.

مەتبۇخى ئەفسەنتىن نۇسخىسى ئەفسەنتىن رۇمى 15 گىرام، قىزىلگۈل، تەمرىھىندى 60 گىرامدىن. دورىلارنى 1200 گىرام سۇدا قاينىتىپ، 300 گىرام قالغاندا 90 گىرام تەرەنجىبىن سېلىپ سۈزۈپ، ئۈچ گىرام سەبرە قوشۇپ بەرگەي. تەرەنجىبىن تېپىلمىسا، شېكەر قوشسىمۇ بولۇر.

يەنە بىر مەتبۇخ نۇسخىسى تەمرىھىندى 60 گىرام، قارىئۆرۈك 20 دانە، قىزىلگۈل ئالتە گىرام، كاسنە ئۇرۇقى 15 گىرام، ھۆل يالپۇز ئىككى - ئۈچ شاخ. بۇلارنى گۈلابتا قاينىتىپ، 150 گىرام تەرەنجىبىن سېلىپ سۈزۈپ، 1.5 گىرام رەۋەن سېلىپ بەرگەي، ئەگەر بۇ دورىلار تەسىر قىلمىسا، مەتبۇخى ھېلىلە بەرگەي.

ئەگەر ئاشقازان كىرىش ئېغىزىدا كۆيدۇرىدىغان خىلت بولسا، ئانار سۇيىگە ئارپا تالقىنى قوشۇپ بەرگەي، تالقان ھۆللۈكنى قوزغار، ئانار سۇيى ئاشقازان ئېغىزىغا قۇۋۋەت بېرۇر، ئەگەر ئاشقازان قەۋەتلىرىدە ماددا قالغان بولسا، سەبرە ئۇنى تازىلىغاي، سەبرە قۇۋۋەت بەرگۈچى بولۇپ، ئايارەج پەيقرا يالغۇز سەبرىدىن كۆپ پايدا قىلۇر، چۈنكى ئۇنىڭدا سەبرىگە قۇۋۋەت بېرىدىغان دورىلار بار.

ئەگەر بىمارنىڭ ئىشتىھاسى كەم بولسا، كۆڭلى ئېلىشسا، زەپەرنىڭ ئورنىغا قىزىلگۈل

سالغاي، ئەگەر ماددىدىن مىزاج بۇزۇلغان بولسا، ئايارەج پەيقىرا بەرگەي، چۈنكى ئاشقازاندا مادىدا بولمىسا، مىزاج كۆپ بۇزۇلۇر، ئەگەر ماددا بولسا ئايارەج پەيقىرا ئوبدان پايدا قىلۇر.

خۇسۇسەن ئەفسەنتىن ئىچكەندە، جالىنۇسنىڭ كىتابىدىكى ئەفسەنتىن شەربىتىنىمۇ بىلگەي.

جالىنۇسنىڭ كىتابىدىكى ئەفسەنتىن شەربىتى نۇسخىسى ئەفسەنتىندىن 15 گىرام، قىزىلگۈلدىن 60 گىرام ئېلىپ، 720 گىرام سۇدا قاينىتىپ، تۆتتىن بىر ھەسسە قالغاندا شىكەر سېلىپ سۈزۈپ، ئايارەج پەيقىرا ۋە ئايارەج ھېلىلە سېلىپ بەرگەي.

يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى ئايارەج پەيقىرادىن ئۈچ گىرام، سېرىق ھېلىلە، قىزىلگۈلدىن 1.5 گىرام ئېلىپ، كاسنە سۇيىدە ھەب قىلىپ بەرگەي.

ئەنبەرنى سىركەنجۇبىلدە نەمدەپ يېگەي.

چارەك مەھمۇدەنى سىركەنجۇبىلدە نەمدەپ يېسە پايدا قىلۇر، مەھمۇدەنى ئېزىپ بىر سائەت توختىتىپ بەرگەي، لېكىن مەھمۇدە ئاشقازانغا زىيان قىلۇر، ئامالسىز بولمىسا مەھمۇدە بىلەن ئىلاج قىلمىغاي.

گۈل شەربىتى بىلەن گۈلقەنت بەرسە مەنپەئەت قىلۇر.

دورا بېرىش مەنئى قىلىنغان بولسا، نەچچە نۆۋەت گۈلقەنت بەرگەي.

سەپرا جىگەردىن ئاشقازانغا كەلگەن، بەدەن تولۇپ كەتكەن بولسا، سېرىقسۇ بىلەن سۈرگۈزگەي.

سېرىقسۇ نۇسخىسى جاغىل ئۆچكىنى بىرنەچچە كۈن باغلاپ، كاسنە، كاھۇ، ھۆل يۇمغاقسۈت، كەرەپشە، سۆگەت يوپۇرمىقى ۋە ئارپا شىخى بىلەن باققاي، ھەر ئەتىگەندە ئۇنىڭ سۈتىنى سېغىپ قاينىتقاي ۋە ئەسلىي تەمى ئاچچىق بولغان سىركەنجۇبىل سۇككەردىن 42 گىرامنى ئاشۇ سۈتكە ئارىلاشتۇرۇپ، ئوتتىن ئېلىپ يېپىپ، سوۋۇغۇچە تۇرغۇزغاي، يەنە ئوتقا قويۇپ قاينىتىپ، بىر پارچە پاكىز لاتا بىلەن سۈزگەي ھەمدە بۇ سېرىق سۇغا ھېلىلە، شىكەر، كاۋاپ قىلىنغان مەھمۇدە، نەمەك ھىندىنى قوشۇپ ئىچكەي.

ئەگەر يىلنىڭ پەسلى، بىمارنىڭ يېشى، قۇۋۋىتى ۋە باشقا ئەھۋاللىرى تەقەززا قىلسا، باسلىق تومۇرىدىن قان ئالغاي، ئاندىن كېيىن سېرىقسۇ، مەتبۇخى شاھتەررە بەرگەي.

مەتبۇخى شاھتەررە نۇسخىسى ئەفسەنتىن رۇمى 15 گىرام، قىزىلگۈل 21 گىرام، شاھتەررە 30 گىرام، قارىئۆرۈك 20 دانە، ئۈرۈقى ئېلىۋېتىلگەن ئۈزۈم، تەمرىھىندى 60 گىرامدىن. دورىلارنىڭ ھەممىسىنى 2160 گىرام سۇدا قاينىتىپ، 600 گىرام قالغاندا سۈزۈپ،

ھەر كۈنى ئەتىگەندە 120 گىرام شەربەتكە 30 گىرام شېكەر، ئۈچ گىرام سەبرە قوشۇپ بەرگەي.

يەنە بىر خىل ئايارەج پەيقىرا نۇسخىسى بۇ ئاشقازاننى سەپرا خىلتىدىن تازىلار.

ئىزخىر غۇنچىسى، ئۇدبىلسان، ئاسارۇن، دارچىن قاتارلىقلارنىڭ ھەرقايىسىدىن ئوخشاش مىقداردا ئېلىپ، ئالتە ھەسسە سەبرە قوشقاي، ئەگەر بۇ دورىلار بىلەن ئاشقازان ياخشى پاكىز بولمىسا، دورىلارنىڭ ۋەزنىگە قاراپ سەبرىنى مۇۋاپىق كۆپەيتكەي ھەمدە بۇنىڭ بىلەن ئاشقازاننى مۇلايىملىق بىلەن تازىلىغاي.

ئانار شەربىتى نۇسخىسى ئاچچىق ۋە تاتلىق ئانار شەربىتىنىڭ ھەرقايىسىدىن 720 گىرام، چالا سوقۇلغان تۇربۇت 60 گىرام. دورىلارنى سۇس ئوتتا يېرىمى قالغۇچە قايىنىتىپ، كۆپۈكنى ئېلىپ سۈزۈپ، ئاندىن 720 گىرام شېكەر قوشۇپ قىيامغا كەلتۈرگەي، ئۈستىگە 15 گىرام مەھمۇدە، ئۈچ گىرام زەپەر قوشۇپ، ھەر قېتىمدا 10 گىرام ئىچكەي.

مۇھەممەد زىكرىيا مۇنداق سىناق قىلغان ئىكەن:

تۆۋەندىكى دورا سەپرا ۋە ھۆللۈكنى ئاشقازاندىن تازىلار.

تۇربۇت ئۈچ گىرام، مەھمۇدە 15 گىرام، قىزىلگۈل 1.5 گىرام، ئۇدخام ئىككى گىرام، كافۇر بىر نوقۇت چوڭلۇقىدا. بۇنىڭغا تاباشىر قوشقان تەمرىھىندىنىڭ گۈلابىنى قوشۇپ بەرگەي.

كەۋارەش تاباشىر نۇسخىسى بۇ، ئاشقازانغا قۇۋۋەت بېرەر. تاباشىر 30 گىرام، قىزىلگۈل توققۇز گىرام، ئانارگۈلى، قاقىلە ئۈچ گىرامدىن، مەستىكى، ئۇدخام 1.5 گىرامدىن. بۇ، كەۋارەشنى بېھى سۈيىدە يۇغۇرۇپ بەرگەي.

يەنە بىر نۇسخىدا قىزىلگۈل 30 گىرام، تاباشىر 15 گىرام، كاۋاۋچىن ئۈچ گىرام.

يەنە بىر نۇسخىدا تاباشىر 7.5 گىرام، كافۇر 1.5 گىرام، مەستىكى، ئىزخىر ئۈچ گىرامدىن.

يەنە بىر نۇسخىدا بۇ دورىلارنىڭ ۋەزنىنىڭ بىر يېرىمىگە توغرا كېلىدىغان شېكەر قوشۇلغان.

ئەگەر ئىچى سۇرگەن بولۇپ، توختىتىشنى مەقسەت قىلسا، تۆۋەندىكى جاۋارىشنى بەرگەي: تاباشىر، قىزىلگۈلدىن 30 گىرامدىن، ئۇدخام، سوكىتىن 15 گىرامدىن ئېلىپ قايىنىتىپ، بېھى سۈيى ياكى ئالما شەربىتى بىلەن يۇغۇرۇپ، ھەر نۆۋەتتە توققۇز گىرامدىن بەرگەي.

ئەگەر ئاشقازاندىكى ماددىنىڭ تازىلانغانلىقى مەلۇم بولسا، ئاشقازان كىرىش ئېغىزىغا قۇۋۋەت

بەرگەي، بۇنىڭ بىلەن ماددىنى يەنە قوبۇل قىلماسلىقى كېرەكتۇر. قىزىلگۈل، ئاق سەندەل، ئازراق كافۇر، بېھى سۇيى، ئامۇت سۇيى، ئالما سۇيى ۋە گۈلاب قاتارلىقلارنى ئارىلاشتۇرۇپ، لاتىنى ئۇنىڭغا چىلاپ ئاشقازانغا تاڭغاي.

غىزاسىغا يالپۇز، قىرغاۋۇل گۆشى بەرگەي، ئۇسسۇزلۇقنى غورا سۇيىنى قاينىتىپ، سوۋۇتۇپ ئىچسە مۇۋاپىق كېلۇر.

ئەگەر سەپرا بىلەن ھۆللۈك قانغا ئارىلاشقان بولسا، بىمارنىڭ ئىشتىهاسى كەم بولۇر، ئېغىزىدىن سۇ كۆپ كېلۇر، كۆپ خورەك تارتار، ئاۋۇال قەي قىلغاي، ئاندىن كېيىن نوقوئى سەبرە بىلەن ئاشقازانىنى تازىلىغاي.

بۇ كېسەللىككە يارىشىدىغان ھەب نۇسخىسى سەبرە، غارىقۇندىن ئۇچ گىرامدىن ئېلىپ، چىلاپ ئارىلاشتۇرۇپ بەرگەي، ئىككى سائەتتىن كېيىن مەجۇنى خىيارشەنبەر بەرگەي.

يەنە بىر ھەب نۇسخىسى سېرىق ھېلىلە ئۇچ گىرام، پىشۇرۇلغان مەھمۇدە، سەبرە ئىككى گىرامدىن، غارىقۇن 1.5 گىرام. بۇلارنى ئىتئۇزۇمى سۇيىدە يۇغۇرۇپ بەرگەي.

ھەببى ئىستەمخىقون نۇسخىسى بۇ، ئاشقازانىنى پاك قىلۇر. سەبرە، مەھمۇدە، رۇمبەدىيان، نەمەك ھىندىنىڭ ھەرقايىسىدىن 15 گىرامدىن، ئەمنى ئېلىۋېتىلگەن تۇربۇتتىن 60 گىرام ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ ھەب قىلىپ، ھەر نۆۋەتتە ئالتە گىرامدىن يېگەي.

ئۇنىڭدىن كېيىن گۈلقەنتەكە تاباشىر، قۇرۇق قىزىلگۈلنى ئارىلاشتۇرۇپ سوقۇپ بەرسە، ئاشقازانغا قۇۋۋەت بېرۇر.

ئۈچىنچى باب ئاشقازان مىزاجىنىڭ سوغۇقتىن بۇزۇلۇشى توغرىسىدا

بۇ كېسەللىكنىڭ ئالامتى شۇكى، تائامغا ئىشتىهاسى بولۇر، ئەمما ھەزىم قىلالماس، قورسقىدا يەل كۆپ بولۇر، چوڭ تەرتىپ يۇمشاق بولسا، تەبئىتىدە ئۆزگىرىش بولمىسا، يېگەن تائامى پۈتۈن چىقسا، ئۇنىڭ ئىلاجىنى مۇنداق قىلغاي.

تارقىتىدىغان ۋە قۇرىتىدىغان ھەرقانداق نەرسىنى بەرمىگەي، ھۆل ئىسسىق بولغان رەيھان شارابى، ھەسەل، سۈتكە ئوخشاش نەرسىلەرنى بەرگەي. خۇشبۇي ياغلار بىلەن ئاشقازان ساھەسىنى ياغلىغاي.

سەۋسەن يېغى، مەستىكى يېغى، قۇستە يېغى، بىلسان يېغىنى ئارىلاشتۇرۇپ ئازراق موم بىلەن يۇغۇرۇپ، ئاشقازان ساھەسگە چاپقاي، بۇ تېز ئېرىپ كەتكەي، پاكىز، تېنى ساق كىچىك بالىنى قۇچاقلاپ بەرگەي، بۇنىڭ بىلەن ئەسلىدىكى ھارارەت ئاشۇرۇلغاي.

سېمىز قارا مۇشۇكنى قۇچاقلىسا ھەم پايدا قىلۇر، تەرلەشتىن ئېھتىيات قىلغاي، ئەگەر تەرلىسە قۇرۇقلۇق كەلتۈرۈپ چىقرار، بۇ زىيان قىلۇر. ھاياجېنى (زوقى) قوزغالمىغاي، ئەگەر ھاياجانلانسا، قۇۋۇتىتگە زىيان يېتەر.

تائامغا يېڭى زىرە، پىلپىل، دارچىن، ھىلگ، ئولجاگ، سامساق، كەرۋىيا سېلىپ بەرگەي، ئەگەر مىزاجى بۇزۇلسا زۇپتىنى قىزىتىپ، كۈندە ئىككى - ئۈچ نۆۋەت ئاشقازىنىغا تاڭغاي ۋە سوۋۇشتىن ئىلگىرى ئېلىۋەتكەي. ھەر كۈنى ئەتىگەندە ھەسەل، گۈلقەنتىنى رۇمبەدىيان سۈيىدە يۇغۇرۇپ بەرگەي.

مەجۈنلەردىن داۋائىلمىشكى، سەنجىبىنا، مەجۈنى فەندادىقۇن، فەلافىلى، زەنجۈبىل، تەرياقى فارۇق، مەسرۇدىتۇس ۋە مىئەسائىلە، مەجۈنى كۇندۇر بەرسە يارىشار، بۇ مەجۈنلەرنى ئاۋۋال جۇلاپقا قوشۇپ بەرگەي. ئۇنىڭغا رۇمبەدىيان، مەستىكى، ئۇدخام، سۇمبۇل سالغاي.

مەجۈنى فەندادىقۇن نۇسخىسى زەنجىبىل، پىلپىل، سۇمبۇل 18 گىرامدىن، مەستىكى، جۇۋىنە 12 گىرامدىن، كەرەپشە ئۇرۇقى، چۆل يالپۇزى 15 گىرامدىن، كىرمان زىرىسى، سەلىخە، ھەببىلسان، ئاقىرقەرھا ئالتە گىرامدىن، سازەج ھىندى ئۈچ گىرام. دورىلارنىڭ ھەممىسىنى سوقۇپ، تاسقاپ، ھەسەلدە يۇغۇرۇپ بەرگەي.

تۆتىنچى باب ئاشقازان مىزاجىنىڭ قۇرۇق سوغۇقتىن بۇزۇلۇشى توغرىسىدا

ئالامىتى

بىمار كۈندىن - كۈنگە ئورۇقلار، بەدىنى قۇرغاقلىشىپ كېتەر، ئۇسسۇزلۇقى تۆۋەن بولۇر، ئاچچىق كېكىرەر، تائامنى سىڭدۈرەلمەس.

داۋالاش

ئېشەك سۈتى، ئۆچكە سۈتىنى ھەسەل بىلەن بەرگەي، ئۇنى ئازراق پىلپىل بىلەن قايناتقاي.

مەستىكى يېغى، ناردىن يېغىنى ئاشقازانغا سۈركىگەي.
سىمىز توخۇ گۆشىنى بۇغداي بىلەن شورپا قىلىپ، دارچىن ۋە پىلپىل سېلىپ بەرسە مەنپەئەت قىلۇر.

بەشىنچى باب ئاشقازان مىزاجىنىڭ ھۆل سوغۇقتىن بۇزۇلۇشى توغرىسىدا

بۇنىڭدا بىمارنىڭ شۆلگىيى كۆپ بولۇر، ئاچچىق كېكىرەر، كۆڭلى ئېلىشىپ، بەسەرەمجان بولۇر، شۆلگەينىڭ كۆپلۈكى ئاچچىق كېكىرىش ۋە ئېغىزى ئاچچىق بولۇشتىن ئېشىپ كەتسە، بىلىش كېرەككى، مىزاجنىڭ سوغۇقلۇقى ھۆللۈك سەۋەبىدىن ئاشقان بولۇر، سوغۇقلۇقنىڭ باشقا ئالامەتلىرىمۇ زاھىر بولۇر.

داۋالاش

ئاۋۋال قەي قىلىشقا بۇيرىغاي، تۇرۇپ ئۇرۇقى، زاغۇن، سېرىقچېچەك ئۇرۇقى قاتارلىقلارنى ئوخشاش مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، بۇنىڭدىن 15 گىرام ئېلىپ، سىركەنجۈبىل قوشۇپ بەرگەي، سېرىقچېچەك قاينىتىلغان سۇغا لوبيا ۋە بۇغداي سېلىپ نەمدەپ، 10 گىرامدىن بەرگەي.

يەنە بىر دورا نۇسخىسى تۇرۇپ ئۇرۇقى، ئەسفەنىد ئۇرۇقى، زاغۇن ئۇچ گىرامدىن، توغرىغۇ، تۇزنىڭ ھەرقايسىسىدىن 1.5 گىرامدىن ئېلىپ، بۇلارنى ھەسەل، سىركەنجۈبىلدە يۇغۇرۇپ، سېرىقچېچەك ۋە تۇرۇپ سۈيىدە قاينىتىپ بەرگەي.

قەيدىن كېيىن ئۇسسۇزلۇققا سەۋر قىلغاي، بېھى شەربىتىنى زەنجۈبىل ھورىدا ياكى ھېلىلە ھورىدا قىزىتىپ، گۈلقەنت ھەسىلى بىلەن بىرگە بەرگەي، ئىككى كۈندىن كېيىن ھەببى ئىستەمخىقون بىلەن ئىچىنى تازىلىغاي، ھەر ھەپتىدە بىر نۆۋەت ئايارەج پەيقىرا بەرگەي.

ئەگەر ھۆللۈك كۆپ بولسا مائۇلئۇسۇل بەرگەي، ئاچچىق بادام يېغى ۋە ئايارەج لوغانزىيا بىلەن سۈرگە بەرگەي، سۈرگە بەرگەندىن كېيىن ھەر كۈنى ئەتىگەندە گۈلقەنتنى مەستىكى، ئۇدخام، قەلەمپۇر، زىرە، فەلافىلى بىلەن بەرگەي، جاۋارىش ئۇد بىلەن سۈرگە بەرسە مەنپەئەت قىلۇر.

نۇسخىسى ئاق تۇربۇت ئالتە گرام، قەلەمپۇر، جۇزبۇۋا، زەپەر، ئۇدخام ھەرقايسىسىدىن تۆت يېرىم نوقۇت چوڭلۇقىدا، پىشۇرۇلغان مەھمۇدەدىن 0.3 گرامدىن ئېلىپ، بۇلارنى ھەسەلدە يۇغۇرۇپ، سۇدا ئېزىپ، ھەر نۆۋەتتە ئالتە گرامدىن يېگەي.

ئاشقازاننى قويۇق خىلىتتىن تازىلايدىغان ئايارەج نۇسخىسى كەرەپشە ئۇرۇقى 18 گرام، ئەفسەنتىن، رۇمبەدىيان، ئارپىبەدىيان توققۇز گرامدىن، ئاقمۇچ، ئاسارۇن، مۇرمەككى 4.5 گرامدىن، قۇستە، سۇمبۇل، كاشىم ئالتە گرامدىن، مەستىكى، زەپەر ئۈچ گرامدىن، سەبرە 24 گرام. دورىلارنى مۇۋاپىق ئۇسۇلدا تەييارلاپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە تۆت گرامدىن يېگەي.

ئەگەر ئايارەج يېيەلمسە، ھەببى ئوناي بىلەن سۈرگۈزگەي.

ھەببى ئوناي نۇسخىسى ھەببلسان، ئۇدبىلسان، سەلىخە، دارچىن، مەستىكى، سۇمبۇل، ئاسارۇن، زەپەر، بەسباسە، قەلەمپۇر، جۇزبۇۋا قاتارلىقلارنىڭ ھەرقايسىسى 4.5 گرامدىن، غارىقۇن سەككىز گرام، تۇربۇت 30 گرام، پىشۇرۇلغان مەھمۇدە سەككىز گرام، زەنجىۋىل ئالتە گرام. دورىلارنى كەرەپشە سۈيىدە ھەب قىلىپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە 7.5 گرامدىن يېگەي.

مەجۇنى كۆمۈنى نۇسخىسى بىر كېچە - كۈندۈز سىركىگە چىلاپ، قۇرۇتۇلغان زىرىدىن 300 گرام، زەنجىۋىل، قۇرۇق سۇزاپ، پىلپىل، توغرىغۇنىڭ ھەرقايسىسىدىن 30 گرامدىن. دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ساپ ھەسەلدە يۇغۇرغاي، ئەگەر بۇ دورىلارنى يۇغۇرماي ساقلاپ، كاشكاپقا ۋە بىمارنىڭ تائامغا قوشۇپ بەرسە ھەم مەنپەئەت قىلۇر.

مەجۇنى فەلافىلى نۇسخىسى ئاقمۇچ، قارىمۇچ، پىلپىل 90 گرامدىن (بەزى نۇسخىدا 60 گرام دېيىلگەن)، ئۇدبىلسان 30 گرام، ھۇماما، سۇمبۇل ھەربىرى 12 گرامدىن، زەنجىۋىل، كەرەپشە ئۇرۇقى، سىيسالىيۇس، سەلىخە، ئاسارۇن ھەربىرى ئۈچ گرامدىن. بۇلارنىڭ ھەممىسىنى ساپ ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە ئۈچ گرامدىن يېگەي.

گۈلقەنت ھەسلى بىلەن بېرىدىغان قۇرسى گۈل نۇسخىسى قىزىلگۈل توققۇز گرام، ئۇدخام، سۇمبۇل، مەستىكى، سەلىخە، ئىزخىر، دارچىن، ئەفسەنتىن رۇمى قاتارلىقلارنىڭ ھەر بىرىدىن ئۈچ گرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، كونا شاراب بىلەن يۇغۇرۇپ قۇرس قىلىپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە بىر قۇرسنى 21 گرام گۈلقەنت بىلەن رۇمبەدىيان سۈيىدە ئېزىپ بەرگەي.

مېۋە شەربىتى نۇسخىسى بۇ، ئاشقازاننى قۇۋۇۋەتلەپ، يەلنى چىقىرىپ تاشلار، كونا

ئىچ سۈرۈشنى توختىتار.

بېھنى پاكىز تازىلاپ، سىقىپ سۈيىنى چىقىرىپ، كونا شارابقا بىر كېچە - كۈندۈز چىلاپ، تىرىپىنى قولدا ئېزىپ سۈرۈپ، 2880 گىرام ھەسەل سېلىپ، قايىنىتىپ، قىيامغا كەلتۈرۈپ ئوتتىن ئېلىپ تەييارلىغاي.

ئۇد ھىندى، جۇزبۇۋا، قەلەمپۇر، زەپەر، قاقىلە، پىلپىلدىن ئالتە گىرامدىن ئېلىپ ھەممىسىنى سوقۇپ، كونا شارابقا سېلىپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە 15 ~ 30 گىرامغىچە ئىچكەي.

سۇمبۇل شەربىتى نۇسخىسى ئاشقازان ئاغرىقىغا، كونا قىزىتمىغا مەنپەئەت قىلۇر. 60 گىرام سۇمبۇلنى 1440 گىرام سۇدا يېرىمى قالغۇچە قايىنىتىپ، سۈزۈپ، 1440 گىرام ھەسەل قوشۇپ قايىنىتىپ قىيامغا كەلتۈرۈپ، ھەر كۈنى 30 گىرام ئىچكەي.

ئىپار شەربىتى نۇسخىسى ئاشقازانغا قۇۋۋەت بېرىپ، بەدەننى كۈچلەندۈرەر، ياشانغان كىشىلەرگە ئىنتايىن مەنپەئەت قىلۇر.

1440 گىرام سۇغا 1440 گىرام ھەسەل سېلىپ قايىنىتىپ، كۆپۈكىنى ئېلىپ قىيامغا كەلتۈرۈپ، ئۈچ گىرام زەپەرنى سالايە قىلىپ ئارىلاشتۇرغاي.

ھىندى، سوك 15 گىرامدىن، سۇمبۇل، قەلەمپۇر، مەستىكى، جۇزبۇۋانىڭ ھەربىرىدىن ئالتە گىرامدىن ئېلىپ چالا سوقۇپ، خالتىغا قاچىلاپ، 1440 گىرام گۈلابقا سېلىپ قاينىتىقاي. گۈلابنىڭ يېرىمى قالغاندا، ھەر سائەتتە بۇ خالتىنى ئېلىپ ئېزىپ، قايتا سالغاي، ئۈستىدىن 720 گىرام شېكەر سېلىپ قاينىتىپ، كۆپۈكىنى ئېلىپ قىيامغا كەلتۈرگەي، سالايە قىلغان ئىپاردىن چارەك سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ، يۇقىرىدىكى ئېرىتمە بىلەن بىرلەشتۈرۈپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە 15 گىرامدىن ئىچكەي.

مۇرەككەپ شاراب نۇسخىسى تۇرۇنجى پوستى 30 گىرام، ئۇد ھىندى 21 گىرام، زەنجۈبىل، قاقىلە، پەرەنجىمشكى، پىلپىل ھەربىرىدىن سەككىز گىرامدىن، قەلەمپۇر، مەستىكى، سۇمبۇل، جۇزبۇۋا ھەربىرىدىن ئالتە گىرامدىن. بۇلارنىڭ ھەممىسىنى چالا سوقۇپ، خالتىغا قاچىلاپ، 2160 گىرام گۈلابقا سېلىپ قاينىتىپ، يېرىمى قالغاندا خالتىنى سىقىپ سۈيىنى چىقىرىپ، 1440 گىرام ھەسەل، 720 گىرام شېكەرنى سىقىلغان دورىلارغا قوشۇپ قاينىتىپ قىيامغا كەلتۈرۈپ، ئىپار، ئەنبەر، زەپەردىن تۆت گىرامدىن ئېلىپ سالايە قىلىپ، بۇلارغا ئارىلاشتۇرۇپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە 12 ~ 20 گىرامغىچە ئىچكەي.

جاۋارىش نۇسخىسى ئۇدخام، قەلەمپۇر، زەنجۈبىل، قاقىلە، سازەج ھىندى، پەرەنجىمشكى، پىلپىلنىڭ ھەربىرىدىن سەككىز گىرامدىن، زەپەردىن ئۈچ گىرام ئېلىپ،

ھەممىسنى سوقۇپ، ساپ ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە توققۇز گىرامدىن يېگەي.

ئاشقازانىنىڭ ھۆللۈكىنى تارتىدىغان سۇفۇپ ئۇد نۇسخىسى قەلەمپۇر، كاۋاۋىچىن 15 گىرامدىن، مەستىكى، سوك توققۇز گىرامدىن، ئۇدخام 60 گىرام. شېكەرنى بۇ دورىلارنىڭ ئۈچ ھەسسىسچە مىقدارىدا ئېلىپ، دورىلارغا قوشۇپ سۇفۇپ تەييارلاپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە تۆت گىرامنى 15 گىرام گۈلقەنت بىلەن يېگەي.

جاۋارىش ئەنبەر نۇسخىسى ئاشقازانىنىڭ سوغۇقلۇقىغا، قۇلۇنجى يەللىرىگە، بەدەننىڭ زەئىپلىكىگە مەنپەئەت قىلۇر. تۇرۇنجى پوستى، ئۇد ھىندى، كاۋاۋىچىن، قەلەمپۇر، قاقىلە، جۇزبۇۋا ھەربىردىن 15 گىرامدىن، نارمىشكى، بەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى، قۇندۇز قەھرى، خەشخاش ئۇرۇقى توققۇز گىرامدىن، ئەنبەر ئەشھەبتىن بىر گىرام. زەپەردىن تۆت گىرامنى بىلسان يېغىدا نەمدەپ، ھەسەلگە سېلىپ ئېزىپ، دورىلارنى ئۇنىڭدا يۇغۇرۇپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە ئالتە گىرامدىن يېگەي.

جاۋارىش نارمىشكى نۇسخىسى زەنجىۋىل، قارىمۇچ، پىلپىل ھەربىرى ئالتە گىرامدىن، كۈندۇر، سەئدى، نارمىشكى، سۇمبۇل ھەربىرى 15 گىرامدىن. بۇلارنىڭ ھەممىسنى يۇمشاق سوقۇپ، ئۆز ۋەزنىنىڭ ئىككى ھەسسىسى كېلىدىغان ھەسەلدە يۇغۇرۇپ يېگەي.

ھەببى سەبرە نۇسخىسى بۇ، ئاشقازانىنى تازىلار. دارچىن، قەسبۇزەربىرە، سەلىخە، ئۇدبىلسان، فەقائى، ئىزخىر، بەسباسە قاتارلىقلارنىڭ ھەرقايىسىسىدىن 90 گىرامدىن ئېلىپ چالا سوقۇپ، 1440 گىرام يامغۇر سۈيىدە قاينىتىپ، يېرىمى قالغاندا سۈزگەي. 360 گىرام سەبرە سۇقۇتىرنى يۇقىرىقى سۇدا قائىدە بويىچە يۇيۇپ ئېلىپ، تومۇزنىڭ ئاپتىپىدا قۇرۇتقاي، زەپەر، مەستىكىنى 90 گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، سەبرىنىڭ سۈيىدە يۇغۇرۇپ ھەب قىلىپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە 6 ~ 9 گىرامغىچە يېگەي.

سىركەنجىۋىل نۇسخىسى ياشانغان كىشىلەر ۋە ئاشقازىنى ئاجىز كىشىلەرگە مەنپەئەت قىلۇر، يېپىشقاق ھۆللۈكنى چىقىرىپ تاشلار.

بەدىيان يىلتىزىنىڭ پوستى 210 گىرام، سىركە، پىياز، ئەنسىل سالغان سىركە 360 گىرامدىن. دورىلارنىڭ سوقۇلىدىغانلىرىنى سوقۇپ، بەدىيان يېغىنى سىركە بىلەن سۇدا قاينىتىپ، دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ، يېرىمى قالغاندا سۈزۈپ، بۇنىڭغا 720 گىرام ھەسەل سېلىپ، قاينىتىپ قىيامغا كەلتۈرگەي ھەمدە بۇ شەربەتتىن 60 گىرامنى بىرئاز سۇغا قوشۇپ ئىچكەي.

ئەگەر 90 گرام يۇغان سەبرە سۇقۇتىنى بۇ سىركەنجۇبل بىلەن قوشۇپ ھەب قىلىپ يېسە، ئاشقازاننى ئوبدان تازىلار.

ئاچچىق كېكىرگەن كىشىلەرگە بېرىدىغان كاشاغا نۇسخىسى تۆت گرام غارىقۇننى ھەسەلدە يۇغۇرۇپ يېگەي، تائامغا كەرگىيا قوشۇپ يېگەي.

تۆمۇر دېتىدا تەييارلىنىدىغان شاراب نۇسخىسى بەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى، رۇمبەدىيان، زىرە، جۇۋىنە، قايماق، ھىلگ، كاشىم، كەرگىيا، قۇرۇق يۇمغاقسۇت، قارىموچ، دارچىن، پىلپىل، كۇندۇر، سۇمبۇل، قەلەمپۇر، جۇزبۇۋا، زەنجۇبىل، سۆئىدى ھەرقايسىسى تۆت گرامدىن، تومۇر دېتى سەككىز گرام. بۇلارنى 1440 گرام شارابتا قاينىتىپ، يېرىمى قالغاندا سۈزۈپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە 90 گرامدىن ئۇچ ھەپتىگىچە بەرگەي. ھەرقانداق ئاچچىق نەرسىلەردىن ۋە ھۆل مېۋىلەردىن پەرھىز قىلغاي، تائامغا قۇشقاچنى كاۋاپ قىلىپ بەرگەي.

ئاشقازاننى كۈچلۈك قىلىدىغان زىمات نۇسخىسى سۆئىدى، قاپاق، ئىزخىر، سۇمبۇل، ئۇدخام، رامەك، كۇندۇر، مەستىكى قاتارلىقلارنىڭ ھەرقايسىسىنى بىر چاڭگالدىن ئېلىپ سوقۇپ، مېۋە سۈلىرىدا يۇغۇرۇپ ئاشقازانغا سۈركىگەي.

ئەگەر ئەفسەنتىن رۇمى، قەسىۋۇزەرەنى كونا شاراب ياكى بېھى سۈيىدە يۇغۇرۇپ، يۇقىرىقى زىماتنى قوشۇپ ئاشقازانغا تاڭسا، ياخشى مەنپەئەت قىلۇر.

مەستىكى يېغى نۇسخىسى بۇ، ئاشقازانغا قۇۋۋەت بېرىپ، ئاشقازاننى كۈچلۈك قىلۇر. زەيتۇن يېغىدىن 150 گرام، مەستىكىدىن 45 گرام ئېلىپ شىشىگە قاچىلاپ، قازانغا سۇ قۇيۇپ، ئۇنىڭغا سېلىپ، مەستىكى يېغى ئېرىگەندىن كېيىن ئېلىپ ئاشقازانغا سۈركىگەي.

ئالتىنچى باب ئاشقازان ئاغرىقى ۋە ئاشقازاندا يەل پەيدا بولۇپ تائام سىڭمەسلىك توغرىسىدا

قورساق ساھەسىدە ۋە ئاشقازاندا يەل پەيدا بولۇش ئىككى خىل سەۋەبتىن بولۇر. بىرى، تائام يېگەندىن ۋە شاراب ئىچكەندىن بولۇر، يەنە بىرى، ئەسلىي ھارارەت زەئىپ بولغانلىقتىن بولۇر. يەنى لوبيا، يېسسىمۇق، ئامۇت، ئالما، پاقىيوپۇرمىقى، قېتىق، تاتلىق، قويۇق شارابقا ئوخشاش يېمەك - ئىچمەكلەر يەل پەيدا قىلۇر ۋە ئاشقازاندا بۇخاراتلار پەيدا بولۇر، ئۇنى تارقىتالماس، بۇ سەۋەبتىن بۇخاراتلار ئاشقازاندا ۋە قورساقتا قېلىپ، يەل پەيدا بولۇر، ئەگەر

هارارەت كۆچلۈك بولسا، يېگەن تائامنى ھەزىم قىلۇر، هارارەتنى پەسەيتەر، ھەرقانداق ھۆللۈك ۋە يەللىك تائام بولسا ھەم ئۇنىڭغا غالىب كېلۇر.

يەل ئەنە شۇنداق پەيدا بولۇپ، ئاسان تارقىلىپ كېتەر، ئەگەر ئۆچەيلەردە يەل پەيدا بولسا قورساق كوركىرار، ئاشقازاندا يەل پەيدا بولسا ئاشقازاننى ئاغرىتار، سانجىق پەيدا بولۇر، گاھىدا كېكىرگەندە يەل چىقۇر، كۆپ هاللاردا تائام ياكى دورىلارنىڭ ئىسسىقلىقى يۇقىرى بولسا، ئاشقازانىنىڭ ھۆللۈكىنى يوقىتار، ئاندىن كېيىن يەل ۋە هارارەت پەيدا بولۇر، گاھىدا ئاشقازان تائامدىن خالىي بولغاندا يەل پەيدا بولۇر، چۈنكى ئاشقازاندا قويۇق ھۆللۈك بولۇر، ھەرقاچان ئاشقازان تائامدىن خالىي بولسا، تەبئىتى ئاشۇ ھۆللۈككە مايىللىشىپ، ئاستا ـ ئاستا يوقىلار، ئاشقازاندىكى ۋە ئۆچەيدىكى هارارەتلەر ھەركەتكە كېلۇر، يەل پەيدا بولۇر، ئەمما بۇ خىل يەل تائام يېگەندە يوقىلار.

بۇ كېسەللىك كۆپ هاللاردا ئاشقازان مىزاجىنىڭ ئىسسىقتىن بۇزۇلغانلىقىدىن پەيدا بولۇر، بۇ هارارەتنى قوزغار، يەلنىڭ يولىغا توساق پەيدا قىلۇر، يەل تارقىلىشقا يول تاپالمايى، ئۆچەيگە كېلىپ، يەنە ئاشقازانغا قايتار، ئاچچىق كېكىرەر، بەزىدە بۇ مېڭىگە ئۆرلەر، گاھىدا سەۋدانىڭ غالىبلىقى تالىنىڭ زەئىپلىكىدىن پەيدا بولۇر. بۇ كېسەللىك بەزىدە تائامدىن كېيىن كۆپ سۇ ئىچكەن ۋە ھەركەت قىلغاندىن پەيدا بولۇر، بۇلارنىڭ ھەممىسى يەلنىڭ پەيدا بولۇش سەۋەبلىرىگە گۇۋاھ بولۇر.

ئەمما ھۆللۈك پەيدا قىلىدىغان تائامدىن پەيدا بولغان يەل بىلەن سەۋدادىن پەيدا بولغان يەل ئارىسىدىكى پەرق شۇكى، سەۋدادىن پەيدا بولغان يەل قويۇق، تەبىئىتى قۇرۇق بولۇر، تائام سىڭگەندىن كېيىن تالىنىڭ چۆرىسىدە ئاغرىق پەيدا بولۇر، ئەمما ھۆللۈكتىن پەيدا بولغان يەلنىڭ ئالامىتى شۇكى، ئېغىزدا سۇ پەيدا بولۇر، قولنى قورساققا قويسا كوركىرار، بۇلارنىڭ تەدبىرلىرى ۋە ئالامەتلىرى ھەرقايسىسىغا گۇۋاھلىق بېرۇر.

داۋالاش

يەللىك ۋە ھۆللۈك پەيدا قىلىدىغان تائامدىن پەرھىز قىلغاي، تائام يېيىشتە ئېھتىيات قىلغاي، بۇ ھەقتە «ساقلىقنى ساقلاش كىتابى» دا بايان قىلىنغان ئىدى، يەلنى تارتىدىغان دورىلارنى ئىشىغا سالغاي، مەسىلەن: دارچىن، زىرە، كەرۋىيا، قايماق، سامساق، ھىڭ قوشۇپ بەرگەي.

ئاشقازان ئېغىزى ۋە قورساق ساھەسىنى ئىسسىق ياغلار بىلەن ياغلىغاي، ئۆتكۈر ھۆقنىلەرنى

بۇيرىغاي، ھۆقنىگە زىرە، بەدىيان، كەرەپشە، رۇمبەدىيان، پەتەرئاسالىيۇن، كاشىم، ھەببۇلغار، قۇندۇز قەھرى سالغاي.

ئەگەر بۇ ئەزانىڭ ئىچىدە ئىششىق بار دەپ گۇمان قىلسا، يۇقىرىقى ئۆتكۈر دورىلارنى سالماي، يۇمشىتىدىغان دورىلارنى سالغاي، مەسىلەن: بابۇنە، سىرىقچېچەك، توخۇ يېغى، ئۆردەك يېغىغا ئوخشاش.

ئاشقازان ۋە قورساق ئاغرىغاندا تاڭسا كۈپايە قىلۇر، تۇزنى قىزىتىپ تۇتسا قويۇق يەلنى يوقاتقاي، كىندىككە قاپاق ياكى شىشە قويسا، قان ئالماي ھىجامەت قويسا ئاغرىقنى دەرھال توختىتار.

ئەمما ئىچىدىغان شەربىتىگە جۇلاپ بېرىش كېرەككى، ئۇنىڭغا رۇمبەدىيان، مەستىكى، قايماق، مەرزەنجۇش سىلىپ قاياناتقاي.

ئەگەر 20 گىرام كەرۋىيانى ئېغىزىغا سىلىپ، ئاندىن جۇلاپ ۋە شاراب بەرسە مەنپەئەت قىلۇر.

ئەگەر يەلنىڭ ماددىسى قويۇق بولسا، ئىسسىق تەبىئەتلىك شەربەتنى بەرمەگەي، چۈنكى ماددا قوزغىلىپ يەل زىيادە بولۇر، ئاشۇ ماددىنى ھۆقنە قىلغاي، پەتەرئاسالىيۇن، ئاندىن كېيىن تارقىتىدىغان شەربەتلەرنى بەرگەي.

بېدە، ئەنجۇر، ھەببۇلغار يېغى، سۇزاپ يېغىغا قۇندۇز قەھرى، پەتەرئاسالىيۇن، زىرە، سۇزاپ ۋە ھەببۇلغار سىلىپ قاينىتىپ، بۇ ياغلارنى قورساق ۋە ئاشقازانغا سۈركىگەي.

يۇقىرىقى دورىلارنى ۋە بۇنىڭغا ئوخشاش دورىلارنى شارابتا قاينىتىپ، سۈزۈپ، بۇ دورىلارنىڭ ئۈچ ھەسسىسىنىڭ بىر ھەسسىسىگىچە ياغنى بۇ شارابقا قوشۇپ ئوتنى ئاستىلىتىپ، شاراب تۈگەپ ياغ قالغۇچە قاينىتىپ، قالغان ئاشۇ ياغنى سۈركىگەي.

ئەگەر سەۋدادىن پەيدا بولسا، كەرەپشە ئۇرۇقى، سۇزاپ، مەرزەنجۇش، ياۋا سەۋزە ئۇرۇقى، ھەببۇلغار، سىرىقچېچەك، بابۇنە ۋە جۆئىدەنى سىركىدە قاينىتىپ زىمات قىلغاي.

سەنجىرىنا، پەنىدەقۇن، جۇۋىنە يىلتىزى يەلنى توختىتار، چوڭ مەجۇنلەردىن مەسرۇدىتۇس، تەرياقى كەبىر ياخشى پايدا قىلۇر.

بۇ شەربەت ۋە مەجۇنلەرنى سۈركىدىن كېيىن بەرگەي، ئۇنىڭدىن ئىلگىرى ھۆقنە قىلغاي، ئۇنىڭدىن كېيىن سۈركە بەرگەي.

چۆل يالپۇزى، خولىنجان، مەجۇنى ھەببۇلغار، مەجۇنى ئۇبھەل ۋە جاۋارىش كۇندۇر، جاۋارىش ئەنجۇدان پايدا قىلۇر، ھۆقنىدىن كېيىن ھەببى سەكبىنەج بەرگەي.

سەكبىنەج نۇسخىسى سەبىرە، سەكبىنەج، مۇقەل، غارىقۇن ھەممىسىنى ئوخشاش مىقدارىدا ئېلىپ، ھەر قېتىمدا 6 ~ 9 گىرامغىچە ئىسسىق سۇدا ئېزىپ بەرگەي.

مەجۇنى ھەببۇلغار نۇسخىسى بۇ يەلنى چىقىرىپ تاشلار.

ھەببۇلغار 24 گىرام، قۇرۇق سۇزاپ بەرگى 15 گىرام، جۇۋىنە، زىرە، قايماق، سىيادان، كاشىم، كەرۋىيا، پەتەرئاسالىيۇن، ئاچچىق بادام، قارىمۇچ، پىلپىل، ئېگىر، چۆل يالپۇزى ھەرقايىسىسىدىن ئالتە گىرامدىن ئېلىپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە توققۇز گىرامدىن يېگەي.

مەجۇنى ئۇبھەل نۇسخىسى بۇ، سوغۇقلۇقتىن بولغان يەلنى ۋە ماددىنى تارقىتار.

ئۇبھەل، جۇۋىنە، كۈندۇر، دارچىن، ئېگىر ھەممىسىنى ئوخشاش مىقدارىدا ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، ھەسەلدە يۇغۇرۇپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە تۆت گىرام ياكى سەككىز گىرام يېگەي.

جاۋارىش كۈندۇر نۇسخىسى بۇ، يەللەرنى تارقىتار.

قارىمۇچ، پىلپىل، جۇزبۇۋا 15 گىرامدىن، خولىنجان، زەنجىۋىل 30 گىرامدىن، كەتىرا، شېكەر 180 گىرامدىن. بۇلارنىڭ ھەممىسىنى ھەسەلدە يۇغۇرۇپ، ھەر قېتىمدا توققۇز گىرامدىن يېگەي.

جاۋارىش ھىڭ نۇسخىسى قارىمۇچ، پىلپىل 18 گىرامدىن، رۇمبەدىيان، مەستىكى، ئارپىبەدىيان ئالتە گىرامدىن، ھىڭ 45 گىرام، جۇۋىنە ئۇرۇقى ئالتە گىرام. دورىلارنىڭ ھەممىسىنى سوقۇپ، تاسقاپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە ئالتە گىرامدىن يېگەي.

زىرە بۇ پەسىلدە پايدىلىق بولۇپ، كونا شاراب بىلەن قوشۇپ ئىشلەتكەندە تۇسالغۇلارنى ئېچىپ، يەلنى ھەيدەر، ئەگەر چوڭ تەرتىپ يۇمشاق بولسا، ئالتە گىرام ھەببى رىشادنى كاۋاپ قىلىپ، سوقماي ئىلمان سۇ بىلەن بەرگەي، ئىچى قاتتىق كەلسە 1.5 گىرام ھەببى رىشاد، ئۇچ گىرام كەرەپشە ئۇرۇقنى شارابتا قاينىتىپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە بەرگەي.

ھەر كۈنى ناشتىدا ئازراق كۈندۇر ۋە زىرە چاينىسا مەنپەئەت قىلۇر، خۇسۇسەن تائامدىن ئىلگىرى ئاشقازاننى قىزىتار ۋە كېكەرتەر، ئاندىن كېيىن تائام يېگەي.

كۆپ ھاللاردا ئەسلىي مىزاج سوۋۇپ، مىزاج بۇزۇلۇپ، سەۋدا ئۇنىڭغا قوشۇلۇپ يەل پەيدا بولۇپ قورسىقى كوركىراپ، ئۇسسۇزلۇقى غالىب بولسا، ئۇنىڭ ئىلاجىنى مۇنداق قىلغاي:

ھەر ۋاقىت تائامدىن ئىلگىرى 30 گىرام كونا شاراب ئىچىپ، ئاندىن كېيىن تائام يېگەي. تائامغا ھەر خىل ئۇرۇق دورىلارنى سالغاي، بۇ دورىلار سوغۇق نەرسە ئىچكەندە، سوغۇق خىلىت

ۋە شور خىلىت، بەلغەمدىن پەيدا بولغان خىلىتنى ھەربكەتتىن توختىتىپ، تەڭشىلىشتىن توختىتار، بۇ سەۋەبتىن يەل توختار، مىزاجنىڭ سوغۇقلۇقىغا گۇمان بولسا، ئىسسىقلىق قىلسا پايدا قىلغانلىقىنى بىلسە، بۇ ئەھۋالنىڭ ئەكسىچە ئىش تۇتقاي، تېۋىپقا كۆرۈنگەي، يەنە باشقا ئالامەتلەرنى ئىزدىگەي ھەمدە بۇ ئالامەتلەرگە ئىشەنچ قىلىپ تەدبىر قىلغاي.

يەتتىنچى باب ئاشقازاننىڭ سەۋدا خىلىتى قۇيۇلۇشتىن بولغان ئاغرىقى توغرىسىدا

بۇ كېسەللىكتە ئاشقازان كىرىش ئېغىزى ھەمىشە كۆيۈپ تۇرار، تائام يېگەندە كۆيۈشۈشى پەسىيەر. كۆپ ھاللاردا بۇ كېسەللىك سەپرا ۋە سەۋدا خىلىتىدىن پەيدا بولۇر، بۇ ئىككىسىنىڭ ئارىسىدىكى پەرق شۇكى، ھەر ۋاقىت تائام يېسە، ئون سائەتتىن كېيىن ئاشقازىنى ئاغرار، قەي قىلىپ ئاچچىق نەرسىلەر چىقىپ كەتمىگۈچە ئارام تاپالماس، قەي قىلىپ چىقارغان نەرسىلەر شۇنداق ئاچچىقكى، يەرگە چۈشۈپ قاينار، بۇ ئاغرىقنىڭ سەۋەبى سەۋدا خىلىتى بولغاندا ھەرقاچان تائام ئۇنىڭغا ئارىلاشسا سەۋدا ماددىسى كۆپ بولۇر، ئاشقازان ئېغىزغا يېتەر، شۇ سەۋەبتىن ئاغرىق پەيدا بولۇر.

داۋالاش

ئاۋۋال قەي قىلغاي، خەربەق بىلەن ئىلاج قىلغاي، خەربەقنى تەييار قىلىشتا، خەربەقنى تۇرۇپنىڭ ئىچىگە سېلىپ، بىر كېچە - كۈندۈز تۇرغۇزۇپ، ئاندىن كېيىن تۇرۇپنى پارچىلاپ، سىركەنجۈبىل ھەسىلگە بىر كېچە - كۈندۈز سېلىپ، ئاندىن كېيىن ئېلىپ، سىركەنجۈبىلنى سېرىقچېچەك ۋە قىزىل لوبىيانىڭ سۇيىدە قىزىتىپ بەرگەي ۋە تۇرۇپتىن بىر پارچە بەرگەي، قەيدىن كېيىن ھەببى ئىستەمخىقۇن بىلەن ئامال قىلغاي، ھەمىشە مەجۇنى نۇجلە يەپ تۇرغاي.

مۇشۇ خىلدا ئاغرىغان ئاشقازانغا يارىشىدىغان قۇرس نۇسخىسى رۇمبەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى 15 گىرامدىن، ئەفسەنتىن ئۇچ گىرام، سەلىخە 60 گىرام، مۇرمەككى، قارىمۇچ، قۇندۇز، ئەپيۇن ھەرقايسىسى ئالتە گىرامدىن. دورىلارنىڭ ھەممىسىنى سوقۇپ، ئۇچ گىرامدىن قۇرس قىلىپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە بىر قۇرس يېگەي.

ئۇچىنچى قىسىم ئىشتىهاغا مۇناسىۋەتلىك كېسەللىكلەر توغرىسىدا

بۇ قىسىم بەش بابدۇر.

بىرىنچى باب ئىشتىهاسىزلىق توغرىسىدا

ئىشتىهاسىزلىقنىڭ سەۋەبى يەتتە خىل بولۇر.

بىرىنچى، مىزاج ئىسسىقتىن بۇزۇلغانلىقتىن بولۇر، بۇ ماددىلىق ياكى ماددىسىز بولۇر.

ئىككىنچى، بەدەننىڭ تاتلىمنى خالىمىغانلىقىدىن بولۇر.

ئۇچىنچى، مەسام (تۆك ئۆسىدىغان ئەزالار) نىڭ يوللىرى توسۇلۇپ، ئۇستۈنلۈكىنى جارىي قىلدۇرالمىغانلىقىدىن بولۇر.

تۆتىنچى، جىگەرنىڭ سېزىم كۈچى ھەزىم قىلىدىغان ئوزۇقلۇقنى ئاشقازانىدىن ئۆزىگە تارتالمىغانلىقتىن بولۇر.

بەشىنچى، سەۋدانىڭ تالدىن ئاشقازانغىچە بولغان يوللىرىدا توسالغۇ پەيدا بولۇر، شۇ سەۋەبتىن سەۋدا ئاشقازانىنى قوزغاپ، ئىشتىها پەيدا قىلالماس، بۇ خىل كېسەللىكتە سەۋدا ئاشقازانغا كېلىشكە يول تاپالماس.

ئالتىنچى، پەيلەر مېڭىدىن ئاشقازانغا تۇتاشقان بولۇپ، ئۇنىڭغا ئاپەت يەتكەنلىكتىن بولۇر.

يەتتىنچى، ئۇزاق ئاغرىپ، پۈتۈن بەدەننىڭ قۇۋۋىتى كېتىپ زەئىپلەشكەنلىكتىن ئىشتىها كەم بولۇر.

ئالامىتى

كىشىنىڭ مىزاجى ماددىلىق ياكى ماددىسىز بۇزۇلسا، بۇنىڭ ئالامەتلىرى بىرىنچى بابتا، بىرىنچى بۆلۈمنىڭ ئىككىنچى بابىدا بايان قىلىپ ئۆتۈلگەن ئالامەتلەرگە ئوخشاش بولۇر.

كىشىنىڭ بەدىنى تائامنى خالىمايدىغان بولۇپ قالسا، ئۇنىڭ ئالامەتلىرى بۇنداق بولۇر:

ئىمتىلا بولغانلىقتىن ۋە تومۇرلىرى تولۇپ كەتكەنلىكتىن، بەدىنى ئېغىر بولسىمۇ رىيازەت تارتىماس.

مەسامنىڭ يولى توسۇلۇپ، تائامنىڭ ھەزىم بولمىغانلىقىنىڭ ئالامىتى شۇكى، بەدەننىڭ گۆشى قاتتىق بولۇر، ئاچلىققا تاقەت قىلالماس.

جىگەر ھەزىم قىلىدىغان نەرسىنى ئاشقازاندىن تارتالمىغانلىقنىڭ ئالامىتى شۇكى، تەرەت پۇتۇنلەي يېشىل بولۇر، بەزىدە ئاق بولۇر.

ئەگەر توسالغۇنىڭ سەۋەبىدىن بولسا، سەۋدا تالدىن ئاشقازان تەرەپكە كېلىپ، ئىشتىھانى قوزغايدىغان يولنى توسۇپ، ئۆتكىلى قويماس، ئۇنىڭ ئالامەتلىرى شۇكى، تائامنى يېگۈسى كېلۈر، ئەمما يېسە ھەزىم بولماس، توسالغۇغا يەنە بىر كېسەللىك قوشۇلمسا، يېگەن تاماق ھەزىم بولۇر.

مېڭىدىن ئاشقازان كىرىش ئېغىزىغا يېتىپ كېلىدىغان پەيدا بولغان كېسەللىكى سەۋەبىدىن بولسا، ئۇنىڭ ئالامەتلىرى شۇكى، ئاشقازان ئۆتكۈر تائاملارنى سېزىلمەس.

ئەگەر ئۇزاق ئاغرىق تارتقان سەۋەبتىن بولسا، ئۇنىڭ سەۋەبى ۋە ئالامىتىدىن مەلۇم بولۇر.

داۋالاش

يەنى غىزا خالىمايدىغان كىشىنىڭ ئىلاجى شۇكى، تاماقنى قەرەللىك، ئاز - ئازدىن يېگەي، بۇنىڭ بىلەن ھەزىم بولمىغان تائاملار ھەزىم بولۇر، شۇنىڭ بىلەن ئاستا - ئاستا تائامغا زوقى قوزغىلىپ، ئىشتىھا پەيدا بولۇر.

ئۇيقۇسىز كىشىنىڭ ئىلاجىنى مۇنداق قىلغاي، يەنى قەرەللىك ئۇيقۇدىن مەنئى قىلغاي، بۇنىڭ بىلەن ئۇيقۇسى يىغىلىپ ئوبدان ئۇخلار.

مەسام يولى توسۇلۇپ، تائام ھەزىم بولماسلىقنىڭ تەدبىرى شۇكى، بەدەن چېنىقتۇرغاي، مۇنچىغا كىرگەي، مۇنچىدىن چىققاندىن كېيىن نوقۇت ئۇنىنىڭ نېنىنى ئاز - ئازدىن يەپ تەرلىگەي.

جىگەر ئاشقازاندىن ھەزىم قىلىدىغان نەرسىنى ئۆزىگە تارتالمىغانلىقتىك ئىلاجى شۇكى، ئۇ توسالغۇ ئاشقازاندىن جىگەرگە بارىدىغان تومۇر يولىدا بولسا، ھەر كۈنى ئەتىگەندە بىر پىيالە كونا شاراب بەرگەي، زەنجۈبىل ۋە تۇرۇنجى كەبىرنى سىركىگە چىلاپ، مەيىبە، سىركەنجۈبىل بۇزۇرى، تەرياقى مەسرۇدىتوس بىلەن بەرسە ياخشى پايدا قىلۇر.

مۇنچىغا كىرىش، تەرلەش، قەرەللىك بەدەن چېنىقتۇرۇش «ساقلىقنى ساقلاش كىتابى» دا بايان قىلىندى.

تائامغا كۆپ مىقداردا دارچىن، ئازراق قارىمۇچ سالغاي.

سەۋدانىڭ يولى توسۇلغان بولسا، ئىلاجى شۇكى، توسالغۇنى ئاچچىق ۋە ئۆتكۈر دورىلار بىلەن ئاچقاي. قارىمۇچ، سامساق ۋە چامغۇرنىڭ ئىچىگە قىچىنى تېقىپ بەرگەي. ھىڭ بۇ ئاغرىقتا مەنپەئەت قىلۇر.

سىركىلىك تائام ۋە پىياز، سامساقنى سىركىگە چىلاپ بەرسىمۇ پايدا قىلۇر، يەنە تائامغا زىرە ياكى يېسىمۇق ۋە ئانار سىلىپ بەرگەي. ئايارەج پەيقىراغا ئازراق ئەپيۇن سىلىپ بەرسە، توسالغۇنى ئاچار ۋە تازىلار.

ئاشقازان كىرىش ئېغىزىدىكى تومۇرغا ئاپەت يەتكەن سەۋەبتىن ئالامەت زاھىر بولسا، تەدبىر شۇكى، مېڭىنى ئايارەج پەيقىرا، ھەببى قوقيا بىلەن تازىلىغاي، خۇش پۇراق نەرسىلەر بىلەن مېڭىنى قۇۋۋەتلىگەي، ھەرقانداق نەرسە مېڭىگە ۋە پەيگە زىيان قىلسا، ئۇنىڭدىن پەرھىز قىلغاي، ئاشقازانغا ئىسسىقلىق يەتكۈزگۈچى زىماتلارنى تاڭغاي.

ئىسسىق تەبىئەتلىك زىماتنىڭ نۇسخىسى ھەببۇلغار، تاتلىق قۇسته، كۈندۇر پوستى 30 گىرامدىن، قۇرۇق مىئەسائىلە 45 گىرام، سەبرە، مۇرمەككى، ئۇبھەل، ئېگىر، شەب يەمەنى 24 گىرامدىن، زەپەر، قۇندۇز قەھرى 12 گىرامدىن، قەردمانە 18 گىرام، ھۇزۇز، رامەك، سۇمبۇل، ئانارگۈلى، ئاقاقيا 15 گىرامدىن، مەستىكى، سىيادان 21 گىرامدىن. دورىلارنىڭ ھەممىسىنى سوقۇپ، ناردىن يېغىدا تەييارلانغان موم يېغىدا يۇغۇرۇپ تاڭغاي.

كىشىنىڭ ئۇزاق ئاغرىقتىن كېيىن ئىشتىھاسى تۇتۇلغان بولسا، ھالى يامان بولۇر. ئاۋۋال ھۆقنە قىلغاي، پايدىسى بولمىسا يەنە ھۆقنە قىلغاي، كۈچلۈك ھۆقنە قىلسا ئىشتىھا ئېچىلۇر.

بېھى، سىركەنجۈبىل، مېۋە سۇلىرىنى بەرسە، ئاشقازان ئېغىزىنى تازىلار.

ئارپا تالقىنى بىلەن سىركە ئىشتىھانى قوزغار، ئۇسسۇزلۇقنى پەسەيتەر. يالپۇز شەربىتى مەنپەئەت قىلۇر.

يالپۇز شەربىتىنىڭ نۇسخىسى ئاچچىق ئانار پوستىنى سوقۇپ، سىقىپ سۈزۈپ،

يالپۇزنى سوقۇپ سۈزۈپ ئېلىپ، بىر ھەسسە ئانار سۈيى، يېرىم ھەسسە يالپۇز سۈيىنى قوشۇپ، ئىككى ھەسسە شېكەر بىلەن قاينىتىپ قىيامىغا كەلتۈرۈپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە بىر قوشۇق ئىچكەي.

سۇفۇپ نۇسخىسى قىزىلگۈل 30 گىرام، سامساق ئالتە گىرام، قاقىلە ئۇچ گىرام. دورىلارنىڭ ھەممىسىنى سوقۇپ ئارىلاشتۇرۇپ، ھەر نۆۋەتتە ئالتە گىرامدىن يېگەي. بۇ، ئۇسسۇزلۇقنى بېسىپ ئىشتىھانى ئاچار.

خوجا ئەبۇ ئەلى ئىبن سىنانىڭ ئەفسەنتىن شەربىتى نۇسخىسى 300 گىرام ئەفسەنتىننى 2160 گىرام سۇدا قاينىتىپ، 630 گىرام قالغاندا قولدا ئېزىپ سۈزگەي. بېھىنى خېمىرغا ئوراپ ئوتقا كۆمۈپ پىشۇرۇپ خېمىردىن ئېلىپ سىقىپ، ئۇنىڭ سۈيىدىن 190 مىللىلىتىرنى ئەفسەنتىن سۈيىگە قوشقاي. 210 گىرام ساپ ھەسەلگە 315 گىرام رەيھان شارابىنى قوشۇپ، سۇس ئوتتا قىيامىغا كەلتۈرگەي. بۇ، ئاغرىققا ئىنتايىن مەنپەئەت قىلۇر.

ئىككىنچى باب شەھۋەتى كەلبىيە توغرىسىدا

بۇ كېسەللىكتە بىمار ئارزۇيىغا يەتكەنلىكى ئۈچۈن شەھۋەتى كەلبىيە دەپ ئاتالغان. بۇنىڭدا زەئىپلىكتىن كىشى تائامنى ئۆلچەمسىز يەر، ھەرگىز تويماس، بۇنىڭ سەۋەبى بەش خىل بولۇر.

بىرىنچى، سەۋدا تولۇپ، تالدىن ئاشقازانغا كېلىپ، ئاشقازان ئېغىزىنى تېشەر.

ئىككىنچى، ئاشقازان ئېغىزىنىڭ مىزاجى سوغۇقتىن بۇزۇلار.

ئۈچىنچى، ئىسسىقتىن مىزاج بۇزۇلۇپ، ئاشقازان ۋە پۈتۈن بەدەن ئۆزگەرگەن بولۇر. ئەگەر بۇ زەئىپلىك يالغۇز ئاشقازاندىلا بولسا، ئىشتىھا كەم بولۇر، ئىشتىھا كۆپ بولۇشنىڭ سەۋەبى پۈتۈن بەدەن مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشىدىن بولۇپ، ئىككى خىل بولۇر. بىرى، قۇۋۋىتى ماسكە ئاجىز بولۇر. يەنە بىرى مىزاجى بۇزۇلۇپ، پۈتۈن بەدەننى ئاجىز قىلۇر. پۈتۈن بەدەن تەر تۆشۈكچىلىرى ئېچىلۇر، غىزا بەدەنگە يېتىپ، ئاسان ھەزىم بولۇر، ماددىلىرى تەر تۆشۈكچىلىرىدىن چىقار، يەنە ئىشتىھا قوزغىلىپ قورسىقى ئاچار.

پۈتۈن بەدەننىڭ مىزاجى بۇزۇلۇپ، پۈتۈن بەدەنگە يۇزلىنىپ، ھۆللۈك بەدەنگە ئوزۇقلۇق بولۇش بىلەن سەرپ بولۇر، سۈمۈرۈش قۇۋۋىتى بەدەننىڭ ھەممە ئەزالىرىدا بولۇر، غىزانى ئۆزىگە يېقىن بولغان يەنە بىر ئەزادىن تارتار، بۇ ۋاقىتتا ئەزالارنىڭ ئوزۇقلۇقى خورىغاندىن

كىيىن، تومۇرلار خالىي بولۇپ، ئۆزىگە تارتار، ھەر ۋاقىت جىگەر خالىي قالسا، قان تومۇرلىرىدىن جىگەر ئۆزىگە ئوزۇقلۇق تارتار، بۇ ۋاقىتتا بۇ تومۇرلار خالىي قالسا ئاشقازاندىن تارتار، ئاشقازان يالغۇز ئۆزىدىن ئەمەس باشقا ئەزالاردىن قۇۋۋەتلىنەر، بۇ سەۋەبتىن بۇ كېسەللىك پەيدا بولۇر، مەسىلەن: سۇرگىنى كۆپ ئىچكەن، كۆپ ئەمگەك قىلغانغا ئوخشاش.

تۆتىنچى، گاھىدا نەزلە مېڭىدىن ئاشقازان كىرىش ئېغىزىغا كېلۇر، نەزلىنىڭ ماددىسى سوغۇق ھۆللۈك بولسا، ئاشقازان ئېغىزىنى سۇۋۇتۇپ، ئاشقازاندىكى زەئىپ ھۆللۈكنى ئېچىتار، بۇنىڭ بىلەن ئاشقازان ئېغىزى تېشىلىپ، ئۇنىڭدىن شەھۋەتى كەلبىيە پەيدا بولۇر. شۇنداق بولىدۇكى، سوغۇق نەزلىنىڭ ماددىسى ئاشقازان بۆلەكلىرىنى يېغار. بۇنىڭ بىلەن ئاشقازان قۇرۇق قالۇر ۋە ئىشتىھا پەيدا بولۇر.

بەشىنچى، ئاشقازان ۋە ئۇچەيدە قۇرت پەيدا بولۇر، بۇ قۇرتلار ھەزىم بولمىغان تائامنى يەر. ئۇچەيگە چۈشۈپ غىزا بولىدىغان، جىگەر سۈمۈرۈپ بەدەنگە تارقىتىدىغان غىزانى قۇرتلار يەر. بۇ سەۋەبتىن بەدەن ئاچ قالار. بۇ، سەۋدا تالدىن ئاشقازانغا كەلگەنلىكتىن بولۇر. بۇنىڭ ئالامتى شۇكى، ئىچى كۆپ كېلۇر، ھەرقانداق تائام ھەزىم بولماي چىقىپ كېتەر، بەدەن تائامدىن پەرۋىش تاپالماس، بۇ سەۋەبتىن بەدەن ئورۇقلار ھەمدە غىزاغا موھتاج بولۇر، سەۋدانىڭ ئاچچىقلىقى ئاشقازان ئېغىزىنى غىدىقلىغانلىقتىن ھەمىشە تائامنى ئارزۇ قىلار، بىر سائەت تەخىر قىلسا ئاشقازان ئېغىزى كۆيۈشەر، تائام يېمىسە ئاغرىق پەيدا بولسا.

ئەگەر ئاشقازان ئېغىزىنىڭ مىزاجى سوغۇقتىن بۇزۇلۇپ، بۇ ئاغرىق پەيدا بولسا، ئالامەتلەرنىڭ ھەممىسى بولسا، لېكىن ئاشقازان ئېغىزى كۆيۈشمىسە، يەنە ئاشقازان ۋە پۈتۈن بەدەننىڭ مىزاجى ئىسسىقتىن بۇزۇلسا، تەر تۆشۈكچىلىرى ئېچىلىپ، غىزا ھەزىم بولۇر. غىزا ھەزىم بولغانىنىڭ ئالامتى شۇكى، تائامنى كۆپ يېسىمۇ، تەرىتى ئاز كېلۇر، تەشنالىقى غالىب بولۇر، بەدىنى تائامدىن بەھرە ئالالماس.

نەزلە سەۋەبىدىن بولسا، ئۇنىڭ ئالامتى نەزلىنىڭ ئالامتىدە ئىپادىلىنەر.

ئەگەر ئاشقازاندا قۇرت پەيدا بولغانلىقتىن بولسا، بۇنىڭ ئالامتى ئاشقازانىنىڭ ئالامتىدە ئىپادىلىنەر.

ئەگەر سەۋدا خىلتى ئاشقازاندا زاھىر بولسا، ئاۋۋال باسلىق تومۇرىدىن ياكى ئۇسەيلىم تومۇرىدىن قان ئالغاي، ئاندىن كېيىن مەتبۇخى ئەفتىمۇن، شۇمشىغا ئوخشاش نەرسىلەر بىلەن سۇرگە بەرگەي، تال ساھەسىگە ھىجامەت قويغاي، ئەمما قان چىقارمىغاي، ئاشقازانغا غالىيە بىلەن

قۇۋۋەت بەرگەي، جاۋارىش خۇزى يېگەي. ئەگەر چوڭ تەرەت بوش بولسا، ناشتىدا ئىسسىق سۇ، يۇمشاق، ياغلىق تائام بەرگەي، چالا پىشۇرۇلغان تۇخۇمنىڭ سېرىقى، نان، ئۇزۇم سۈيى، سېمىز پاقلان، سېمىز ئۆردەك گۆشلىرى، شېكەر ھالۋىسى، بادام يېغى، نىشاستە، شىرنە قوشۇپ تەييارلىغان تائاملارنى بەرگەي.

ئەگەر چوڭ تەرەت قاتتىق بولسا، يېڭى سۈت ئىچكەي. پاقلان گۆشى، سېمىز ئوغلاق گۆشى شورپىسىغا نوقۇت، سېرىقچېچەك، ئازراق زىرە سېلىپ قاينىتىپ ئىچكەي، بۇ شورپىغا سېمىز كەپتەر باچكىسى ۋە سېمىز توخۇنى سېلىپ ئېزىلگۈچە پىشۇرۇپ، ئازراق دارچىن، خولىنجان ئۇدھىندى قاتارلىقلارنى سوقۇپ سېلىپ خالىغانچە ئىچكەي.

ئەگەر تاغ ئۇزۇمىدە تەييارلانغان شارابنى قوشۇپ ئىچسە ئاشقازاننى قىزىتار، سەۋدا خىلىتىنىڭ ئاچچىقىنى بۇ شاراب يوقىتار، بىمار ئىچىدىغان ھەرقانداق شاراب پەقەت تاغ ئۇزۇمىدىن تەييارلانغان بولغاي.

ئەگەر مەزكۇر شارابقا بىرەر دورا قوشۇش مەقسەت قىلىنسا، زىرە كېرمانىنى سۇدا قاينىتىپ قوشقاي.

تالنىڭ ئىلاجىنى قىلىشتا داغلاش مەنئى قىلىنار.

ئەگەر ئاشقازاننىڭ مىزاجى سوغۇقتىن بۇزۇلۇپ، زەئىپلىك بولغان بولسا، ئاۋۋال ھۆقنە قىلغاي، ئاندىن ئايارەج پەيقرا بەرگەي.

ئاشقازاننى تازىلىغاندىن كېيىن، زىرە، تەرياقى كەبىر، ئاچچىق داۋائىلمىشكى ۋە سەنجىرىنا بەرگەي.

غىزاسىغا كەكلىك، قىرغاۋۇل، تاغ توخۇسىنىڭ گۆشىنى بەرگەي، شورپىسىغا يۇقىرىدا ئېيتىلغان شورپىلارنى بەرگەي، زىرە، كەرۋىيا بەرگەي. شاراب ھەم مۇشۇ خىلدا بولۇر. مىزاجى مۆتىدىل بولسا مەجۇنى كۇندۇر بەرگەي.

مەجۇنى كۇندۇرنىڭ نۇسخىسى قارىمۇچ، پىلپىل، جۇزبۇۋا، خەيرىبۇۋا ھەربىرى 15 گىرامدىن، زەنجىۋىل، خولىنجان 30 گىرامدىن، كۇندۇر 180 گىرام. دورىلارنىڭ ھەممىسىنى ھەسەلدە يۇغۇرۇپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە توققۇز گىرامدىن يېگەي.

يەنە بىر نۇسخا قارىمۇچ، جۇۋىنە توققۇز گىرامدىن، بەدىيان، يالپۇز، كاشىم، سۇمبۇل ھەربىرى 15 گىرامدىن، كۆكنار 30 گىرام، كۇندۇر 90 گىرام. بۇلارنى يېرىكرەك سوقۇپ، ھەسەلدە يۇغۇرۇپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە توققۇز گىرامدىن يېگەي.

غىزا كۆپ سەرپ بولۇپ، بەدەنگە ئارىلىشىپ ئىسسىقتىن مىزاج بۇزۇلۇپ، بۇ زەئىپلىك

ئاشقازان ۋە پۈتۈن ئەزالارغا يەتكەن بولسا، بىمارنى ھەرىكەتتىن ۋە رىيازەت چېكىشتىن ساقلىغاي.

نامازشامگۇلى ئۇرۇقى يېغىنى بەدەننىڭ ھەممە يېرىگە سۈركەپ، سۇغا كىرگۈزگەي.

ئاچچىق تۇرۇنجى شەربىتى، لىمون شەربىتى، ئېگىر شەربىتى بەرگەي.

غىزاسىغا موزاي گۆشى، كالا قېرىنى بەرگەي.

ئەگەر سەۋەبى رىيازەت ۋە ھەرىكەتتىن بولسا، ئەزانىڭ مىزاجى بۇزۇلمىسا، ھەر خىل گۈلە، كاۋاپ ۋە قويۇق تائاملارنى بەرگەي، تۇزلۇق ۋە ئۆتكۈر تائاملارنى يېيىشتىن مەنئى قىلغاي.

ئەگەر نەزلىنىڭ سەۋەبىدىن بولسا، نەزلىنىڭ ئىلاجىنى ۋە ئۇنى مەنئى قىلىشنىڭ تەدبىرىنى قىلغاي، ئايارەج پەيقىرا بەرگەي، بۇ، ئاشقازانىنى ۋە مېڭىنى تازىلار، بۇ نەزلە بابىدا بايان قىلىندى. ئەگەر ئاشقازان ۋە ئۇچەيگە كۆپ قۇرت چۈشكەن سەۋەبتىن بولسا، ئۇنىڭ تەدبىرىنى ئۆز ئورنىدا بايان قىلىمىز.

ئۇچىنچى باب ئىشتىھاغا ئاپەت يېتىش توغرىسىدا

بۇ كېسەللىكنى ئەرەب تىلىدا «كالا ئىشتىھاسى» دەپ ئاتار، بۇ كېسەللىكنى بۇنداق ئاتىشىدىكى سەۋەب شۇكى، بۇ كېسەللىك كالىدا كۆپ بولۇر ھەمدە «شەھۋەت كەلبىيە» دېگەن كېسەللىكتىن كېيىن كۆپ بولۇر. پۈتۈن بەدەندە ئاچلىق پەيدا بولۇر، ئەمما ئاشقازاندا بولماس. بۇ شۇنداق بولىدۇكى، پۈتۈن بەدەن ئۇزۇقلۇققا ئېھتىياجلىق بولۇر، ئەمما ئاشقازان خالىماس.

ئەگەر ئىلگىرى ئىشتىھاسى كۆپ بولسا، چوڭ تەرىتى كېلىپ تۇرار، بۇ سەۋەبتىن تومۇرلىرى خالىي بولۇپ، قۇۋۋەت ئاجىزلاپ، بىمار بىھوش بولۇر. گاھىدا بىھوشلۇقنىڭ سەۋەبى بەلغەم ئاشقازان ئېغىزىنى سۇۋۇتقانلىقتىن بولۇر، ئىشتىھانى يوقىتار، بۇ بەلغەم «شەھۋەت كەلبىيە» دە پەيدا بولىدىغان بەلغەمنىڭ ئەكسىچە بولۇر، چۈنكى ئۇ بەلغەم ئاچچىق تەمدە بولۇر، ئاشقازان ئېغىزىنى غىدىقلاپ، كۆيۈشۈش پەيدا قىلىپ، ئىشتىھانى پەيدا قىلۇر، ئەمما بۇ بەلغەم ئاشقازان ئېغىزىنى قورار، شۇنىڭ ئۈچۈن ئاشقازان تائامنى خالىماس، بۇ بەلغەم بىھوشلۇقنىڭ سەۋەبى بولۇر. بۇ بەلغەم تەمسىز ۋە قويۇق، يېپىشقاق بولۇپ، شىشىنىڭ ئاغزىنى ئەتكەنگە ئوخشاش ئاشقازاننىڭ ئېغىزىنى قاتۇرۇپ مىزاجنى بۇزار، سۈمۈرۈش قۇۋۋىتىنى ئۆز ئىشىدىن توختىتار، ئىشتىھانى ئاجىزلىتار، ئىشتىھانىڭ يوقلۇقىدىن ھەممە ئەزالار ئاچ قالار، بەدەن ئاچ

بولۇپ، ئاشقازان تائامنى خالىمىغانلىقتىن قۇسۇۋەتسىز بولۇر، بۇ سەۋەبتىن بىمار بىتاقەت ۋە بىھوش بولۇر. بۇنىڭ ئىلاجى مۇشكۇل بولۇر، شۇنىڭ ئۈچۈن ئاشقازانىنى سۈرگە بىلەن تازىلاشقا ھاجەت چۈشەر، ئاشقازانىنىڭ زەئىپلىكى، بەدەننىڭ ئاچلىقى ۋە قۇسۇۋەتسىزلىكى سۈرگىگە قارشى بولۇر، بۇ كېسەللىك مىزاجى سوغۇق ئادەمدە پەيدا بولۇر، سوغۇقتا سەپەر قىلغاندىن بولۇر.

داۋالاش

ئاۋال بىمارنى قۇسۇۋەتلىگەي، ئىشتىھانى كۈچلەندۈرۈشنىڭ تەدبىرىنى قىلغاي، خۇش پۇراق گۈللەر ۋە ئەتىرلەر بىمارغا قۇسۇۋەت بېرەر، بۇنىڭ بىلەن قابىزلىق پەيدا بولۇر، پۇراش قۇسۇۋەتنى يىغىپ تارقاتماس. مېۋىلەردىن ئالما، بېھى، ئامۇت بەرگەي. خۇش پۇراق ئەتىرلەرگە گۈللەر، ئىپار، ئەنبەر، زىرە، سوك شەربىتى، ئۇرۇم، رەيھان، زىرە قاتارلىق خۇش پۇراق نەرسىلەرنى سالغاي.

ئەگەر ھارارىتى بولسا كافۇر، گۈلاب بەرگەي، تائاملارنىڭ ھىدى، يەنى قۇش كاۋىپىنىڭ ھىدى، ئىسسىق نانىنىڭ ھىدى، شارابقا چىلغان نانىنىڭ ھىدىنى پۇراتقاي، مائۇللەھمى بەرگەي، مائۇللەھمى بەشىنچى كىتابتا جۈدەتكۈچى قىزىتمىنىڭ ئىلاجىنىڭ ئاخىرىدا ئېيتىلغان ئىدى.

سەۋسەن شارابىنىڭ نۇسخىسىنى «قارابادىن» دا ئېيتىمىز.

ئەگەر بىھوش بولسا، ئۇنى ھوشىغا كەلتۈرگەي، يۈزىنى ئۇۋۇلاپ، بېسىپ، چېكىسىنىڭ چاچلىرىنى تارتىپ يۇلغاي، قۇلىقىنى سوزۇپ تارتقاي، كۈپ ۋە كوزىدەك نەرسىلەرنى سۇندۇرۇپ ئاۋاز چىقارغاي، سوغۇق سۇ ۋە سوغۇق گۈلابنى يۈزىگە سەپكەي، ئۇدنى كۆيدۈرۈپ پۇراتقاي، ھوشىغا كەلگەندە مائۇللەھمنى گال ساھەسىگە تېمىتقاي. ئەگەر ئازراق سەۋسەن، شارابى رەيھان، مائۇللەھمنى قوشۇپ تېمىتسا كۆپ قۇسۇۋەت بېرەر، ئېيتىلغان تائام ۋە مېۋىلەرنى پۇراتقاي. پاكىز شارابقا چىلغان نانىنى بەرگەي، مۇرۇدنىڭ ھۆل بەرگىنىڭ سۈيى، ئالما سۈيى ۋە گۈلابقا ئازراق زەپەر، ئۇد ھىندى، سوك قاتارلىقلارنى قوشۇپ بېغىشلىرىغا سۈركىگەي.

سەكباج نۇسخىسى بۇ خۇش بۇي بولۇپ، قۇسۇۋەتنى ئاشۇرار.

توپاق گۆشى، سەكباجنى ئۆز ئۈسۈلى بويىچە قاينىتىپ، سامساق، سۇزاپ، كەرەپشە، يالپۇز، تۇرۇنجى پوستى، زەپەر، ئازراق سۇمبۇل، ئىپارنى ئۇنىڭغا سالغاي.

مەيپۇختەج نۇسخىسى بۇ خۇشبۇي بولۇپ، قۇسۇۋەتنى ئاشۇرار.

كەكلىك گۆشى، باچكا گۆشىنى سۇدا پىشۇرۇپ، نوقۇت، ئازراق زىرە سېلىپ، چالا

باچكىنىڭ قۇرۇغان ئۇستىخىنىنى چاياپ سۈيىنى يۇتسا، هاملىدارلارغا لايىق كېلۇر ۋە مەنپەئەت قىلۇر، بۇ ئۇستىخاننى سۇغا سېلىپ ئازراق تۇز، سوقۇلغان پىلپىل ئارىلاشتۇرۇپ چاينسا مەنپەئەت قىلۇر.

توپاق گۆشى، جەرەن، كېيىكنىڭ قۇرۇتۇلغان گۆشىنى لايقىدا يېسە، كىشىگە مەنپەئەت قىلۇر.

بىر گۈرۈھ كىشىلەر مۇنداق ئېيتقان ئىكەن:

بۇ ئاغرىقنا ئوبدان دورا شۇكى، ناشتىدا باچكىنى كاۋاپ قىلىپ يېگەي.

تائامدىن كېيىن ئاچچىق بادام يېسە، مەنپەئەت قىلۇر.

ئەگەر كۇنجۇتنىڭ يېغىنى ئىچسە هەم مەنپەئەت قىلۇر، بىمارغا يەنە نىشاستە، كاۋاپ قىلىنغان يالىڭاچ ئارپا، شاهبەللوت، ئۇرۇقى ئېلىۋېتىلگەن قۇرۇق ئۈزۈم ۋە كىشمىشنى قوشۇپ بەرسە مەنپەئەت قىلۇر.

بەشىنچى باب كۆپ ئۇسساش توغرىسىدا

كۆپ ئۇسساش بىرەر ئەزانىڭ ياكى هەممە ئەزانىڭ مىزاجى بۇزۇلغانلىقتىن ياكى سىرتقى تەسىرلەردىن بىرەر سەۋەب بولغانلىقتىن پەيدا بولۇر، بۇنىڭدا ئەزالاردا ئۇسسۇزلۇق پەيدا بولۇر، يەنى قىزىلئۆڭگەچ، ئاشقازان، ئۆپكە، جىگەر، يۈرەكتە ئۇسسۇزلۇق پەيدا بولۇر.

سىرتقى تەسىرلەردىن بولغان ئۇسسۇزلۇق تۆت خىل بولۇر.

بىرىنچى، قويۇق ۋە تۇزلۇق تائاملارنى، كاۋاپ ۋە ئاچچىق بېلىقنا ئوخشاش نەرسىلەرنى يېيىشتىن پەيدا بولۇر.

ئىككىنچى، ئۇسسۇزلۇق پەيدا قىلىدىغان شور سۇ ئىچكەنلىكتىن بولۇر.

ئۈچىنچى، يېگەن هامان ياكى سىڭگەندىن كېيىن هارارەت پەيدا قىلىدىغان تائاملارنى يېگەنلىكتىن ياكى قۇۋۇەتلىك كونا شاراب ئىچكەنلىكتىن پەيدا بولۇر. بۇ ئۇسسۇزلۇقنى هەرقانداق شەربەت بىلەن توختاتقىلى بولماس.

تۆتىنچى، ئىسسىق هاۋالىق جايدا تۇرغان ياكى يۈرگەندىن، يۈرەكنىڭ مىزاجى بۇزۇلغاندىن بولسا ياكى پۈتۈن بەدەننىڭ مىزاجى بۇزۇلغاندىن بولسا، شۇنداق بولىدۇكى، بۇ

كۆيگەن سەپرادىن بولغان قىزىتمىغا ئۆزگىرەر. ئەگەر باشقا ئەزانىڭ مىزاجى بۇزۇلغاندىن بولسا، شۇنداق بولىدۇكى، شۇ ئەزانىڭ مىزاجى يېكى قۇرۇقلۇقتىن يېكى ئىسسىقتىن بۇزۇلار ياكى قۇرۇق ئىسسىقتىن ياكى سېسىغان بەلغەمدىن بۇزۇلار ياكى سەپرانىڭ ئىسسىق ماددىسىدىن ياكى ئىسسىقلىق ئاشقانلىقتىن، قىزىلئۆڭگەچنىڭ هارارىتىدىن ياكى ئاشقازاننىڭ ئىسسىقلىقىدىن بولسا، ئالامىتى شۇكى، ئېغىزدا ۋە كېكىردەكتە كۆيۈشۈش بولۇر، ئۇسسۇزلۇق زىيادە غالىب بولۇر.

ئەگەر ئۇچەيدىكى سەۋەبتىن بولسا، ئاشقازاننىڭ تۆۋەن تەرىپىدە كۆيۈشۈش ۋە سانجىش ئالامەتلىرى بولۇر، چوڭ تەرىتى قۇرۇق بولۇر، چۈنكى ھۆللۈكنى ئۇچەي ئۆزىگە تارتار، بەدەندە قىچىشىش ۋە قۇرۇقلۇق پەيدا بولۇر.

ئەگەر سېسىق ۋە شور ھۆللۈكتىن بولسا، ئېغىزنىڭ تەمى شورلۇق (بەتتام) بولۇر.

ئەگەر يۇرەكنىڭ ۋە ئۆپكىنىڭ هارارىتىدىن بولسا، سوغۇق سۇ ئىچىش هەم سوغۇق هاۋادىن كۆپ راهەت تاپار.

ئەگەر سىرتقى سەۋەبتىن بولسا، شۇنىڭ ئالامىتى زاهىر بولۇر.

داۋالاش

ئەگەر ئاشقازاننىڭ هارارىتىدىن ۋە باشقا ئەزانىڭ ئىسسىقلىقىدىن بولسا، شېكەردە تەييارلانغان سىركەنجۈبىل، ئاچچىق ئانار سۇيى، ئاچچىق مېۋىلەر ۋە ئاچچىق ئالما سۇيى، يۇا ئالما، ئامۇت، سوغۇق سۇ ئىچكەي، ئاندىن ئۇخلىغاي. چۈنكى ئۇخلىغاندا شەربەتنىڭ سوغۇقلۇقى ۋە ھۆللۈكىنى هەرقايسى ئەزالارغا تارقىتار.

ئەگەر ئاشقازان، قىزىلئۆڭگەچنىڭ قۇرۇقلۇقىدىن بولسا، كاشكاپ، قاپاق سۇيى، تەرخەمەك سۇيى، ئىسپىغۇل سۇيى، بىنەپشە يېغى بەرگەي. بېھى لوئابى، ئىسپىغۇل لوئابى، تاتلىق ئانارنىڭ سۇيى قاتارلىقلار بىلەن كەتىرانى سوقۇپ، بىنەپشە يېغى بىلەن بەرسە مەنپەئەت قىلۇر.

ئەگەر ئۇچەيدىن بولسا، ئاۋۋال باسلىق تومۇرىدىن قان ئالغاي، ئاندىن كېيىن مەتبۇخى هېلىلىنىڭ سېرىق سۇيىگە (بۇ سۇنى مېغىز، تۇخۇمدا تەييارلاش كېرەك) توققۇز گىرام سېرىق هېلىلە، بىر گىرام نەمەك هىندى، 30 گىرام شېكەر، 0.5 گىرام مەهمۇدە سېلىپ بەرگەي.

ئايرانىنى ئىككى هەپتىگىچە بەرگەي، هەر كېچىسى ئىسپىغۇل لوئابى بەرگەي.

غىزاسىغا ئارپا ۋە ماشنى ئاقلاپ پىشۇرۇپ، ئىسپىداج، قاپاق، بادام يېغىنى قوشۇپ بەرگەي.

ئەگەر يۇرەكنىڭ هارارىتىدىن بولسا، خۇش هاۋالىق يەردە ئولتۇرغاي، مېۋىلەرنى،

بىنەپشە، نېلۇپەر، گۈلاب، كافۇر، سەندەللەرنى پۇرىغاي، ئابدىملىك يېغىنى قۇرسى كافۇر بىلەن بەرگەي.

تەرخەمەك ۋە پاقىيوپۇرمىقى مەنپەئەت قىلۇر.

سەندەل، گۈلاب، سېمىزئوتنىك بەرگىنى چالا سوقۇپ مەيدىسىگە قويغاي.

ئۇسسۇزلۇقنى يوقىتىدىغان ھەب نۇسخىسى قارا سۇنا ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى، پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى، تاتلىق قاپاق ئۇرۇقى ھەربىرى 15 گىرامدىن، سېمىزئوت ئۇرۇقى 30 گىرام. بۇلارنىڭ ھەممىسىنى سوقۇپ، ئىسپىغۇل سۇيىدە يۇغۇرۇپ ھەب قىلغاي.

ئۇسسۇزلۇقنى باسىدىغان سۇنىڭ نۇسخىسى يېڭى تاۋۇز، تاتلىق قاپاق، تەرخەمەك، پاقىيوپۇرمىقىنىڭ مېغىزىنى سقىپ سۇيىنى ئېلىپ، ئازراق گۈلاب، ئازراق كافۇر قوشۇپ، ھەممە دورىلارنىڭ ۋەزنىچىلىك غورا سۇيى ياكى ئاچچىق تۇرۇنجى سۇيى ياكى تەمرىھىندى سۇيى، ئازراق تاباشىر سېلىپ بەرگەي.

ئەگەر بىمار بىر نەرسە ئىچىشنى خالسا، غورا سۇيى ۋە باشقا سۇلارنىڭ ئورنىغا سۇيۇق، ئاق شارابقا قورۇق نانىنى چىلاپ، ئۇستىگە تاۋۇز شەربىتى، قاپاق سۇيىنى قويۇپ سۇۋۇتۇپ، سۇنىڭ ئورنىدا ئىچكەي.

بۇ، مىزاجدا ھوللۇك پەيدا قىلىپ، سۇنىڭ زىيىنىنى ئازايتار، ئۇسسۇزلۇقنى باسار، ئۇيقۇ كەلتۈرەر. ئەگەر قىزىتما بولسا شاراب بەرمىگەي، ئەگەر خام جۇلاپنى شاراب بىلەن سۇۋۇتۇپ بەرسە ئۇسسۇزلۇقنى باسار، ھوللۇك پەيدا قىلۇر.

ئەگەر ھاۋانىڭ ئىسسىقلىقىدىن ئۇسسۇزلۇق پەيدا بولسا، قول - پۇتنى سۇغا چىلغاي ۋە سوغۇق سۇ قۇيغاي، گۈل يېغىنى سۇۋۇتۇپ باشقا سۈركىگەي. غۇنچىنى چىلاپ سۇيىنى بەرگەي، تەمرىھىندىنى ئېغىزغا سالسا، ئۇسسۇزلۇقنى يوقىتار، چالا پىشۇرۇلغان تۇخۇم ھەم ئۇسسۇزلۇقنى يوقىتار.

ئەگەر ھوللۇكتىن ئۇسسۇزلۇق پەيدا بولسا، ئاۋۋال ھوقنە قىلغاي، ئاندىن كېيىن ئايارەج پەيقىرا بەرگەي، ئۇ ئاشقازاننى تازىلار. ھەر كۈنى ئەتىگەندە ئىسسىق سۇ ئىچسە، قالغان خىلىتنى تازىلار، سوغۇق سۇ بۇ خىل ئالامەتنى زىيادە قىلۇر.

خۇمارى بار ۋە ساغلام كىشىلەرنىڭ ئۇسسۇزلۇقنى باسىدىغان شەربەت نۇسخىسى ئۇرۇقى ئېلىۋېتىلگەن ئۈزۈمنى شېكەر بىلەن سۇغا چىلاپ، سۇس ئوتتا قاينىتىپ تەمى چىققاندا سقىپ سۈزگەي، ئەگەر ئاچچىقنى خالسا، تۆت ھەسسىنىڭ بىرىچىلىك ئانار

سۈيى قوشقاي. ئەگەر ئازراق ئاچچىقلىقنى خالىسا، ئانار سۈيىنى ئازراق قوشقاي. بىمارغا شۇنداق ئۆزرە قىلىش كېرەككى، ئۇنىڭغا يېقىپ مىزاجى خالىغاي، ئەگەر كىشى خالىسا شېكەر سالماي ئۇزۇم بىلەن بەرسىمۇ بولۇر. ئەگەر مىزاجى ھۆل بولسا، شېكەرنىڭ ئورنىغا ھەسەل قوشسىمۇ بولۇر، ئەگەر ياخشىراق بولسۇن دېسە سېمىزئوت ئۇرۇقى، سۇزاپ، يالپۇز، ئازراق تۇز، سۇمبۇل قوشقاي، ئەگەر تاتلىق بولۇشنى خالىسا، دارچىن، ئۇد، زەنجۈبىل، پىلپىل قوشقاي ۋە ئازراق ئىپار بىلەن خۇش بۇي قىلغاي.

ئەگەر ئۇسسۇزلۇق كۆپ قىينىغان بولسا، سۇنى كۆرگەن ھامان تويغۇچە ئىچمىگەي، لېكىن ئاز ئازدىن مەزمەزە، غار ـ غار قىلغاي، ئاز ئازدىن يۇتقاي ۋە شۇ ئۇسۇلدا ئۇسسۇزلۇقنى باسقاي، چۈنكى ئەسلىي ھارارەت زەئىپ بولسا، ئۇسسۇزلۇقتىن كۆپ سۇ ئىچسە، ھارارەتنى ھەم ئاجىزلاشتۇرار، ئاشقۇرۇۋېتەر.

تۆتىنچى قىسىم ئاشقازانىنىڭ قوزغىلىشىغا مۇناسىۋەتلىك كېسەللىكلەر توغرىسىدا

بۇ ئالتە بابدۇر.

بىرىنچى باب ھېق تۇتۇش توغرىسىدا

ھېق تۇتۇشنىڭ سەۋەبى ئالتە خىل بولۇر.

بىرىنچى، ئىسسىق، ئۆتكۈر نەرسىلەرنى يېگەنلىك سەۋەبىدىن ئاشقازان كىرىش ئېغىزىنىڭ تېشىلىشىدىن بولۇر.

ئىككىنچى، سوغۇق ۋە ھۆل ماددا ئاشقازان كىرىش ئېغىزىغا تولغاندا، ئاشقازان ئۇنى يوقىتىشنى خالايدۇ، لېكىن يوقىتالمايدۇ، شۇ سەۋەبتىن پەيدا بولۇر.

ئۈچىنچى، ئاشقازان مىزاجىنىڭ سوغۇق بولغانلىقىدىن بولۇر.

تۆتىنچى، ئاشقازاندا قويۇق يەل پەيدا بولغانلىقتىن بولۇر.

بەشىنچى، سۇنى كۆپ ئىچىپ، كۆپ ھۆقنە قىلغانلىق سەۋەبىدىن ھۆللۈك ئاشقازانغا قۇيۇلغانلىقتىن بولۇر.

ئالتىنچى، ئاشقازان ۋە جىگەر ئىششىغانلىقتىن بولۇر.

ئالامىتى

ماددا ئىسسىق ۋە ئۆتكۈر بولۇپ، ئاشقازان ئېغىزىنى كۆيدۈرۈپ غىدىقلىغانلىقتىن بولۇر. بىمار ئىسسىق ۋە ئۆتكۈر تائام يېگەن بولسا ياكى قەي قىلغاندا سېرىق ياكى يېشىل رەڭلىك قەي قىلغان ياكى ئىسسىق ۋە ئۆتكۈر خىلىت جىگەردىن ياكى باشقا ئەزالاردىن ئاشقازانىنىڭ ئاغزىغا

قۇيۇلغان بولسا، ئاشقازان بۇنى يوقتىشنى خالىسىمۇ يوقتالماس، بۇ خىلى ئۇسسۇزلۇق، ئېغىرنىڭ ئاچچىقلىقى ۋە ئاشقازاننىڭ كۆيۈشىدىن خالي بولماس، ئىلگىرى قىلغان تەدبىرلەر ئۇنىڭغا گۇۋاھلىق بەرگەي.

ئەگەر بۇ ئەھۋاللارنىڭ سەۋەبى سوغۇق ۋە ھۆل ماددا بولسا، قويۇق تائامنى كۆپ يېگەنلىكتىن سىكمەي، ئاشقازاندا ئېچىغان بولسا، ئاشقازان ئۇنى يوقتىشنى خالىسىمۇ يوقتالماس، كىچىك بالىلاردا بۇ خىل كېسەللىكلەر كۆپ بولۇر. كۆپ يېگەنلىكتىن ئاچچىق كېكىرىش، كۆڭۈل ئېلىشىش، ھۆ بولۇش ئالامەتلىرى كۆرۈلەر، ئىلگىرىكى تەدبىرلەر ئۇنىڭغا بېشارەت بېرەر.

ئەگەر قويۇق يەللىك ۋە ھۆل يەللىك تائاملارنى كۆپ يېسە سىكمەي، قويۇق بەلغەم پەيدا بولۇر. خۇسۇسەن، بۇ كېسەللىك يەللىك تائام يېگەنلىكتىن بولۇر، ئىلگىرىكى تەدبىرلەر ئۇنىڭغا بېشارەت بېرەر.

ئەگەر ئاشقازاننىڭ سوغۇقلۇقى ئاشقانلىقتىن بولسا، بۇ كۆپىنچە ياشانغانلار ياكى كىچىك بالىلاردا كۆرۈلەر. ياشانغانلاردا بۇ كېسەللىكنىڭ كۆرۈلۈش سەۋەبى شۇكى، ئەسلىي ھارارەتكە نۇقسان يەتكەندىن بولۇر، كۆپ ۋە ئۇزاق ئاغرىغانلىقتىن ۋە ئاجىز بولغانلىقتىن بولۇر. ئەگەر بۇ خىل ھېق تۇتۇش ئاغرىق كىشىلەردە بولسا، بۇنىڭ سەۋەبى شۇكى، ئەسلىي ھارارەتنىڭ ئاجىزلىغانلىقىدىن بولۇر. ئەگەر كىچىك بالىلاردا بولسا، تەرتىپسىز كۆپ تائام يېگەنلىكتىن بولۇر.

ئەگەر بۇ كېسەللىك جىگەر ۋە ئاشقازان ئىشىشغانلىق سەۋەبىدىن بولسا قىزىش، كۆيۈشۈش، ئۇسسۇزلۇق ئۇنىڭغا بېشارەت بېرەر.

داۋالاش

بىرىنچى خىلىنىڭ ئىلاجى شۇكى، ئىسسىق سۇغا بادام يېغى قوشۇپ نەچچە نۆۋەت بەرگەي، غىزاسىغا ماسكە بەرگەي، توختىمسا ھۆقنە قىلدۇرغاي. سىركەنجۈبىل، ئىسسىق سۇ، ئارپا سۈيى بىلەن ئۇماچ بەرگەي، ئەگەر يەنە توختىمسا تۆت گىرام ئايارەج پەيقىرانى سىركەنجۈبىلدە يۇغۇرۇپ بەرگەي، غىزاسىغا پاكىز نانىنى سوغۇق سۇغا، تاتلىق ئانار شەربىتىگە چىلاپ بەرگەي. بۇ تەدبىرلەرنى قىلغاندىن كېيىن بىر مەزگىل كاشكاپ بەرگەي، تاتلىق ئانار سۈيى، قاپاق سۈيى ۋە بادام قوشۇپ بەرگەي.

ئىككىنچى خىلىنىڭ سەۋەبى ئاشقازاندىكى ھۆل سوغۇق ماددا بولسا، ئۇنىڭ ئىلاجى شۇكى، ئاچچىق بېلىق، تۇرۇپ، سىركەنجۈبىل، سېرىقچېچەك سۈيى، قىزىل لوبىيا سۈيى، شۇكائى، زاغۇن سۈيى بەرگەي، ئۇسسۇزلۇقتا سەۋر قىلدۇرغاي. ھىڭ، قۇندۇز قەھرىنى پۇرىغاي، كۇندۇر، مەستىكى، يالپۇز، زەنجۈبىل چاينىغاي، ھۆقىندىن كېيىن ئاشقازاننى ئايارەج پەيقىرا بىلەن تازىلىغاي، جۇۋىنە، سەغىر، سۇزاپ، يالپۇز قاتارلىقلارنى غىزاسىغا قوشۇپ بەرگەي. نەپەسنى چوڭقۇر ئىچىگە تارتىپ قويۇپ بېرىش پايدا قىلۇر.

مەجۇنى كومۇنى، سەنجىرىنا، تەرياقى بۇزرۇك، فەندەقۇن ياخشى پايدا قىلۇر.

ھۆل مور، زەنجۈبىل ياكى ھۆل سۇزاپنى سۇدا قاينىتىپ، سقىپ، بىر قوشۇق سۈيىگە بىر قوشۇق ھەسەل قوشۇپ بەرگەي.

ئاسارۇندىن ئۇچ گىرامنى سوقۇپ ھەسەلدە يۇغۇرۇپ، ئىسسىق سۇ بىلەن بەرگەي. پۇتى ۋە قول بارماقلىرىنى باغلىغاي، قورقۇش ۋە ئەنسىرەش ھېقنى توختىتار، ئىسسىق مۇنچا ھەم مەنپەئەت قىلۇر.

1.5 گىرام قۇندۇز قەھرىگە ئازراق سىركە قوشۇپ تېمىتىپ بەرسە، بەلغەمدىن ۋە يەلدىن بولغان ھېق تۇتۇشنى توختىتار.

يەلدىن ۋە بەلغەمدىن بولغان ھېقنى توختىتىدىغان سۇفۇپنىڭ نۇسخىسى

قۇندۇز قەھرى، قۇستە 1.5 گىرامدىن، تاغ كەرەپشىنىڭ ئۇرۇقى ئۇچ گىرام. دورىلارنىڭ ھەممىسىنى سوقۇپ، رۇمبەدىيان، مەستىكى، زىرە، يالپۇز سېلىپ، قاياناتقان سۇدا يۇغۇرۇپ بەرگەي.

ھېق تۇتۇشنىڭ ئۇچىنچى ۋە تۆتىنچى خىلىنىڭ ئىلاجىنى مۇنداق قىلغاي:

مىزاج سوغۇق بولۇپ، قويۇق يەلدىن پەيدا بولسا، يۇقىرىدا دېيىلگەن دورىلارنى بۇيرىغاي. ئەگەر قۇرۇق سوغۇقتىن بولسا ئىلاجى شۇكى، بەدەندە ھۆللۇك پەيدا قىلمىغان نەرسىلەرنى بەرگەي، ئاندىن كېيىن يېڭى، ساپ سۇت، ئىچمىلىكلەرگە كاشكاپ (ئارپا سۈيى) سۈيىگە بادام يېغى ۋە شېكەر سېلىپ بەرگەي.

تاتلىق ئانار سۈيىگە مۇۋاپىق مىقداردا كەتىرا، ئىسپىغۇل سۈيى، تاتلىق بېھى ئۇرۇقى شىرىسىگە بىنەپشە يېغى، بادام يېغى قوشۇپ بەرگەي. بىنەپشە يېغىنى بويۇن ئومۇرتقىسىغا سۈركىسە مەنپەئەت قىلۇر.

غىزاسىغا مائۇللەھمى، چالا پىشۇرۇلغان تۇخۇم، قويۇق كاشكاپ بەرگەي.

ئاشقازان ۋە جىگەر ئىششىسا باسلىق تومۇردىن قان ئالغاي، ئاندىن كېيىن ئىتئۈزۈمى سۈيى، كاسىنە سۈيى، پاقىيوپۇرمىقى سۈيى بەرگەي، قالغان ئىلاجنى ئاشقازان ۋە جىگەر ئىششىغانلىقنىڭ ئىلاجى بايانىدىن بىلگەي.

ئىككىنچى باب كېكىرىش توغرىسىدا

كېكىرىك بىر خىل يەلدىن ئىبارەت بولۇپ، ئاشقازانلىقنىڭ قۇۋۇشتىنى سۇسلاشتۇرۇپ يۇقىرىغا ئىتتىرەر، بۇ يەل قويۇق خىلىتتىن ياكى ئاشقازانلىقنىڭ زەئىپلىكىدىن پەيدا بولۇر. ئاشقازانلىقنىڭ زەئىپلىكى ماددىلىق مىزاج بۇزۇلغانلىقتىن بولۇر، بۇ يەلنىڭ ماددىسى بەلغەم خىلىتىدىن بولۇر ياكى سەۋدا خىلىتىدىن بولۇر، بۇلارنىڭ ئالامتى ئۆتكەن پەسلىدە بايان قىلىندى.

ھەر ۋاقىت كۆپ كېكىرسە يېگەن تائام ئاشقازان ئېغىزىغا كېلىپ ھەزىم بولماس، چۈنكى، ئاشقازانلىقنىڭ تائامنى ھەزىم قىلدىغان قۇۋۇتى ئاشقازانلىقنىڭ تەكتىدە بولۇر. ئەگەر تائام ئاشقازانلىقنىڭ تەكتىدە تۇرماي ئېغىزغا چىقسا ھەزىم بولماس، ئەگەر كېكىرەلمەي ئاشقازاندا يەل توختىسا، سۇ تەلەپ قىلىشى يوقلار. ئەگەر بۇ سەۋەبتىن نورمالدىن ئارتۇق كېكىرسە، كېكىرىكنىڭ توختىشى ۋە ئاز بولۇشىنىڭ تەدبىرىنى قىلغاي. ئەگەر كېكىرمەي يەل ئاشقازاندا تۇرۇپ قالسا، كۆڭلى ئېلىشار، شۇڭا كېكىرىشنىڭ ئىلاجىنى قىلغاي، بۇنىڭ ئىلاجى مۇنداق:

ئەگەر كېكىرىك بەلغەم خىلتى ياكى سەۋدا خىلىتىدىن بولسا، كۆپ كېكىرسە ئاشقازانىنى قەي بىلەن تازىلىغاي، ھەببى ئافاۋىيە، ھەببى سەبرىگە مەستىكى قوشۇپ بەرگەي، ئاندىن كېيىن ئاشقازانغا قۇۋۇەت بېرىشتە مەجۇنى فەلافىلى، زىرە، زەنجىۋىل بەرگەي، بۇنىڭ بىلەن قويۇق خىلت ئاشقازانغا يىغىلار، ھەزىم بولمايدىغان يەللىك تائاملاردىن پەرھىز قىلغاي.

ئەگەر ئاشقازانلىقنىڭ زەئىپلىكىدىن كېكىرسە ۋە ئاشقازانلىقنىڭ ماددىسىز مىزاجى بۇزۇلغانلىقتىن بولسا، كېيىن بۇزۇلغان مىزاجغا ئۇنىڭ ئەكسىچە ئىلاج قىلغاي، بۇ ئاشقازان مىزاجلىنىڭ بۇزۇلغانلىقى توغرىسىدىكى پەسلىدە بايان قىلىندى.

كېكىرەلمەي، يەل ئاشقازاندىن چىقماي ئاغرىتسا، سۇزاپ، يالپۇز، سۆئىتەر، جۇۋۇنە، رۇمبەدىيان، كۇندۇر، مەستىكى، قەلەمپۇر قاتارلىقلارنى چاينىغاي، بۇلارنى گۈلقەنت، ھەسەلگە قوشۇپ يېگەي، مەجۇنى ئۇبھەل، جاۋارىش، كۇندۇر، ھىلە، مەجۇنى ھەببۇلغارلارنىڭ تەركىبى بۇ بۆلەكنىڭ ئىككىنچى تۈر ئالتىنچى بابىدا بايان قىلىندى، مەجۇنى فەندادىقۇن، سەنجىرنا ھەم مەنپەئەت قىلۇر.

ئۈچىنچى باب ئاشقازان بىئارام بولۇش ۋە كۆڭۈل ئېلىشىش توغرىسىدا

ئاشقازانىنىڭ ئىزتىراپى ھەرىكەتتىن ئىبارەتتۇر، ئاشقازان ئۆزىدىن بىر نەرسىنى چىقىرىپ تاشلىماقچى بولۇر، ئەمما چىقىرىپ تاشلىيالماس، بۇ ئىزتىراپ ئۈچ خىل بولۇر.

بىرىنچى، ھەرقانداق نەرسە ئاشقازانىنىڭ بۇزۇلغانلىقىدىن بولۇر، مىزاج بۇزۇلغانلىقتىن ياكى ئاشقازانىنىڭ ئەسلىي ھالىتى بۇزۇلغانلىقتىن ياكى بىر نەرسىدىن قورقىنلىقتىن ئاشقازاندا ئىزتىراپ پەيدا بولۇر.

ئىككىنچى، قويۇق تاماق يېگەنلىكتىن ئاشقازاندا ئىزتىراپ پەيدا بولۇر.

ئۈچىنچى، ئاشقازانغا بۇزۇلغان ماددا يىغىلغانلىقتىن بولۇر، بۇ ئۆتكۈر ۋە تېز تائام يېگەنلىكتىن بولۇر. مۇرچ، ئادراسمان سالغان تائاملارنى يېگەنلىكتىن ئاشقازانىنى كۆيدۈرۈپ تېشەر ياكى ئاشقازان بەك ياغلىق تائامدىن يىرگىنەر، ئاشقازان سېسىغان ياكى كۆيۈپ ئىس ئۆتكەن تائاملارنى يېگەنلىكتىن ئاجىزلار.

ئەگەر بۇ ئاغرىق ماددىنىڭ ئىلگىرىكى سەۋەبىدىن بولسا، ئۈچ خىل ھالەتتىن باشقىسى بولماس، ماددا ئاشقازانىنىڭ قېتىدا بولۇر، ئاشقازان ئۈنى ئۆزگە تارتار ياكى ماددا ئاشقازانىنىڭ بۇلۇڭىغا چۈشكەن ياكى ئاشقازانىنىڭ ئۆزىدە ياكى تېگىدە ياكى ئېغىزىدا ماددا بار بولۇر. بۇ ماددا سەپرا بىلەن بولۇر ياكى بەلغەم بىلەن بولۇر. كۆپ ھاللاردا كۆڭۈل ئېلىشىش ۋە ئاشقازان ئىزتىراپى ئىسسىقى ئاشقانلىقتىن بولۇر، ئۈنىڭ ئىلاجى ئايرىم بىر بابتا بايان قىلىنار.

بۇ كېسەللىكنىڭ ئالامەتلىرى مۇنداق بولۇر:

ئەگەر ئاشقازانىنىڭ ئىزتىراپى دائىم بولسا، كۆڭۈل ئېلىشسا، بۇنىڭ ئالامىتى ئىككى خىل بولۇر.

بىرىنچى، ماددا ئاشقازانىنىڭ قېتىغا كىرگەن بولۇر، ئاشقازان ئۈنى ئۆزگە تارتار، بۇ سەۋەبتىن ئاشقازان سۇس بولۇر.

ئىككىنچى، قويۇق ماددا ئاشقازانىنىڭ بۇلۇڭىغا چۈشكەن بولۇر، ئەگەر بۇ ئالامەتلەر بىلەن بىئارام بولۇش، ئۇسسۇزلۇق ۋە ئېغىزىنىڭ ئاچچىقلىقى دائىم بولسا، تائام يېگەندىن كېيىن يوقاپ

كەتسە، بىلىش كېرەككى، بۇ سەپرادىن پەيدا بولغان ماددىدىن بولۇر.

ئەگەر ئېغىزغا دائىم سۇ يىغىلسا، ئۇسسۇزلۇق بولمسا، بىلىش كېرەككى، بەلغەمدىن پەيدا بولغان ماددىدىن بولۇر.

ئېغىزنىڭ تەمى شور بولۇپ، ئۇسسۇزلۇق بولسا، بىلىش كېرەككى، بۇ شور ۋە قويۇق بەلغەمدىن بولغان بولۇر.

ئەگەر ئېغىزنىڭ تەمى ئاچچىق بولسا، سۇيۇق بەلغەمدىن بولغان بولۇر.

ئەگەر بىئارامىلىق پەيدا بولۇپ، كۆڭۈل بۇزۇلۇپ قەي قىلسا، بىلىش كېرەككى، ماددا ئاشقازانىنىڭ ئۆزىدە بولغان بولۇر، ئەگەر ئاسانلىق بىلەن قەي قىلسا، ماددا ئاشقازان كىرىش ئېغىزىدا بولغان بولۇر، مۇشكۈلدە قەي قىلسا، ماددا ئاشقازانىنىڭ تەكتىدە بولغان بولۇر. ئاشقازاندا بىئارامىلىق پەيدا بولسا، بىلىش كېرەككى، بۇ سەپرا ماددىسىدىن بولغان بولۇر، بۇ بىر ئەزادىن ياكى ھەمە ئەزادىن ئاشقازانغا كېلۇر، كۆپ ھاللاردا كېزىك ۋە قىزىغان كىشىلەردىكى توسالغۇنىڭ بىئارامىلىقى بوھراننىڭ ئالامىتىدۇر، بۇ يامان ئالامەتلەرگە تەۋەدۇر. ئاغرىقتىن يېڭى ساقىيىپ، قۇۋۋىتى ئەسلىگە كەلمىگەن كىشىنىڭ ئۇزۇلۇپ قالغانلىقىنىڭ ئالامتى بولۇر. گاھىدا قىزىغاندا تارتىشىش پەيدا بولۇر ياكى تۇتقاق كېسىلى پەيدا بولۇر ياكى تۇتقاق كېسىلىگە ئوخشاش ئالامەت پەيدا بولۇر، كۆڭلى ئېلىشار، قەي قىلغاندا زەنگار ۋە نىلىنىڭ رەڭگىدە نەرسىلەر پەيدا بولۇر. ئەگەر ماددا سەپرادىن بولۇپ، ئاشقازانىنىڭ قېتىدا توختاپ قالغان ماددىنى ئۆزىگە تارتقان بولسا، قەي قىلىشنى بۇيرىغاي.

سىركەنجۇبىل، بېلىقنى سۇ بىلەن بەرگەي، ئەگەر قەي قىلالمسا ئايارەجگە ئازراق مەھمۇدەنى قوشۇپ بەرگەي، كېيىن كاشكاپ، ئاچچىق ئانار سۇيى، تاتلىق ئانار سۇيى، غورا شارابى، سىركەنجۇبىل بەرگەي.

غىزاسىغا بۆدۈنە گۆشى، تۇرۇلغۇ گۆشى، قىرغاۋۇل گۆشى، چۈجە گۆشىنى غورا ۋە باشقا ئاچچىق نەرسىلەردە پىشۇرۇپ بەرگەي.

ئاشقازىنىغا سەندەل، قىزىلگۈل، سوك، ئەنبەر ۋە كافۇرنى ئالما سۇيى، نامازشامگۈلى سۇيى ۋە گۈلاب بىلەن زىمات قىلغاي.

ئەگەر ماددا بەلغەمدىن بولسا، سىركەنجۇبىل ھەسىلى، تۇرۇپ، سىرىقچىچەكنىڭ قاينىتىلغان سۇيى، تۇزلۇق بېلىق قاتارلىقلارنى ئىستېمال قىلىپ قەي قىلغاي.

ئايارەج پەيقرانى سىركەنجۇبىلدە يۇغۇرۇپ، يەپ قەي قىلغاي، ئارقىسىدىن سۇرگە

بەرگەي. سۇرگىدىن كېيىن بېھى شەربىتى، يالپۇز شەربىتى ۋە ئەفسەنتىن شەربىتى بەرگەي.

ئەگەر كونا شاراب بەرسە، ئاشقازاندىكى بەلغەمنى پىشۇرار. غىزاسىغا قىرغاۋۇل، كەكلىك، قۇشقاچ گۆشىنى كاۋاپ قىلىپ بەرگەي، مەيپۇختەجكە ئوخشاش نەرسىلەرنى بەرسە ھەم بولۇر، ئاشقازىنىغا ئۆتكەن بابتا ئېيتىلغان ئىسسىق زىماتلارنى قىلغاي.

تۆتىنچى باب قۇسۇش توغرىسىدا

قۇسۇش ئاشقازانىنىڭ قوزغىلىشىنى كۆرسىتەر. ئاشقازان مەلۇم بىر خىلتىنى ئېغىز ئارقىلىق چىقارسا، ئۇ قەي دەپ ئاتىلۇر، قەينىڭ سەۋەبلىرى بەش خىل بولۇر.

بىرىنچى، كېسەللىكنىڭ بوھرانىدا بولۇر.

ئىككىنچى، ئاشقازاندا سەپرا خىلتى پەيدا بولغانلىقتىن ياكى يەنە بىر ئەزادىن ئاشقازانغا كەلگەنلىكتىن بولۇر.

ئۈچىنچى، بەلغەم ئاشقازانىنىڭ ئۆزىدە بولسا ياكى قېتىدا بولسا ياكى تەكتىدە تۇرغان بولسا، ئاشقازان ئۇنى تارتقاندىن بولۇر.

تۆتىنچى، ياراشمايدىغان تائام يېگەنلىكتىن بولىدىغىنى ئۆتكەن بابتا سۆزلەندى.

بەشىنچى، سەۋدا خىلتى ئاشقازانغا يىغىلسا، بەزى كىشىلەر نەچچە نۆۋەت قەي قىلىپ، سەۋدا خىلتى چىقىپ كەتكەندىن كېيىن ئارام تاپار. ھەر قايسىسىنىڭ ئالامىتى ئۆتكەن بابتا بايان قىلىندى.

داۋالاش

ئەگەر ئاغرىقنىڭ بوھرانىدا قەي قىلسا، بىمارنىڭ قۇۋۋىتى بولسا، قەي قىلغاندىن كېيىن بىمارداڭ ئارام ھاسىل بولسا قەينى توختاتمىغاي، بەلكى قەي قىلىشقا يارىمەم بەرگەي، شۇنىڭ بىلەن بەدەن تازىلىنار. ئەگەر قەي كۆپ بولۇپ سۇسلۇق پەيدا قىلسا قەينى توختاتقاي. ئەگەر بوھراندىن بولماي، ئاشقازاندىكى يامان خىلتىنىڭ سەۋەبىدىن بولسا، ئاۋۋال تەبىئەتنى مۇلايىم قىلغاي. بۇنىڭ ئۈچۈن يۇمشاق ھۆقنە ئىشلەتكەي. يۇمشاق ھۆقنىنى بىنەپشە، بابۇنە، ئارپا سۇيى، سەرپىستان، ئاق لەيلى، كۈنجۈت يېغى، قارا شېكەر قاتارلىقلارنى ئارىلاشتۇرۇپ تەييارلىغاي، بۇ مادىنى تۆۋەنگە ھەيدەر. تەمرىھىندى سۇيى، ئاچچىق ئەينۇلا سۇيى ئىچكەي.

خۇسۇسەن، ئەگەر مادىا سەپرادىن بولسا، ئىچى قاتتىق بولسا، ئاۋۋال سىركەنجۇبىل

قوشۇلغان ئىلمان سۇ بىلەن قەي قىلغاي، بۇنىڭ بىلەن ماددا كېمەيەر، ئاندىن كېيىن شېكەر سالغان غورا سۈيى، ئانار سۈيى، لىمون سۈيى بىلەن ئاشقازانغا قۇۋۇەت بەرگەي.

ئەگەر بۇ نەرسىلەرنىڭ چۈچۈمەللىكى ئاشقازاننى غەدىقلىسا، بېھى قىيامى بەرگەي، شارابى رىۋاج، ئاچچىق تۇرۇنجى شارابى بەرسە مەنپەئەت قىلۇر. ئەگەر سۇ خالىسا تاباشىر ۋە گۈلنى سوغا سېلىپ، ئارپا تالقىنى، چۈچۈمەل ئانار سۈيى ئارىلاشتۇرۇپ بەرگەي، كاكچا نان، قاتتىق نان بەرگەي. ئەگەر بۇلار بىلەن شېپالىق تاپمسا، كىندىكىنىڭ ئاستىغا ۋە ئىككى مۇرىنىڭ ئاستىغا ھىجامەت قويغاي، قول - پۇتنى مۇلايىم ئۇۋۇلغاي ۋە ئۇخلىغاي، ئەگەر سەگەنچۈكنىڭ ئۇستىدە ئۇخلىسا سەگەنچۈكنى ئاستا تەۋرەتسە بولۇر.

قەينى توختىتىدىغان ھەب نۇسخىسى مىڭدىۋانە ئۇرۇقى بىر ھەسسە، قىزىلگۈل ئۇرۇقى، سۇماق، جەرسوك[1] ھەر قايسىسىدىن تۆت ھەسسىدىن ئېلىپ سوقۇپ، بېھى شەربىتى بىلەن يۇغۇرۇپ 2 ~ 4 گىرامغىچە يېگەي.

تالنىڭ يېڭى چىققان بەرگىنى ۋە نوتىسىنى چاينىسا، سۈيىنى ئىچسە مەنپەئەت قىلۇر.

غىزاسىغا سۇماق، غورا، ئاچچىق ۋە تاتلىق ئانار سۈيى قوشۇپ بەرگەي. ئەگەر بۇ ماددا بىر ئەزادىن ياكى ھەممە ئەزالاردىن ئاشقازانغا كەلگەن بولسا، بەدەننى مەتبۇخى ھېلىلە بىلەن تازىلىغاي، نوقوئى بەرگەي، باسلىق تومۇردىن قان ئالسا ياخشى بولۇر، ئىلگىرىكى بابتا ئېيتىلغان ھۆقننى ئىشلەتسە، ئوبدان مەنپەئەت قىلۇر.

ئاشقازانغا كۆمۈپ پىشۇرغان بېھىنىڭ سۈيى، ئالما سۈيى، سەندەل، گۈل، نامازشامگۈلى، ھۆل ئامۇتنىڭ سۈيى، ئۇد، كافۇر، زەپەر، سەۋسەن قاتارلىقلارنى زىمات قىلسا مەنپەئەت قىلۇر، بۇنىڭ شارابى قەي، سەپرا ۋە جىگەرنىڭ ئاغرىقىنى پەسەيتەر.

قەي، سەپرا، جىگەرنىڭ ئاغرىقىنى پەسەيتىدىغان شەربەت نۇسخىسى

قارىئۆرۈك، تەمرىھىندى سۈيى ھەر قايسىسىدىن 90 گىرام، يۇيۇلغان لوك ئۇچ گىرام، زەپەر بىر گىرام. يۇيۇلغان لوك بىلەن زەپەرنى يۇمشاق سالايە قىلىپ، باشقا دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ، بىر قېتىمدا ئىچىپ بولغاي.

يەنە بىر شاراب نۇسخىسى بۇ قەي، سەپرا ۋە سەپرادىن بولغان ئىسھالنى توختىتار.

ئاچچىق ئالما سۈيى، ئاچچىق بېھى سۈيى 2160 گىرامدىن، سۇماق، جۆئىدە، تۇرۇنجى 360 گىرامدىن. بۇلارنىڭ ھەممىسىنى ئالما ۋە بېھىنىڭ سۈيىدە ئوبدان قاينىتىپ، سۈزۈپ، ھەر نۆۋەت ئىچكەندە ئۇچ گىرام تاباشىر سېلىپ، 60 گىرامدىن ئىچكەي.

① جەرسوك — بۇ بىرخىل دورا.

يەنە بىر دورا نۇسخىسى ئاچچىق بېھى، خىتاي ئامۇتى، ئاچچىق ئانار، غورا قاتارلىقلارنىڭ ھەممىسىنى سوقۇپ، سىقىپ سۈيىنى ئېلىپ، سۇماق، دولانە، نەبىق، نامازشامگۈلى ئۇرۇقى، چالا سوققان زىرىق قوشۇپ، ئىككى كۈن تۇرغۇزۇپ، ئاندىن كېيىن سۈزۈپ سۇس ئوتتا قيامغا كەلتۈرگەي، ئەگەر ئېھتياج بولسا، پىستىنىڭ سىرتقى پوستىدىن ئاز مىقدارىدا ئېلىپ، بۇ شارابتا قاينىتىپ بەرگەي.

ئەيسا سوھار بەختىنىڭ نۇسخىسىدىكى سۇفۇپ نۇسخىسى ئۇدخام، تاباشىر توققۇز گىرامدىن، قىزىلگۈل، يالپۇز، زىرىق 15 گىرامدىن، سۇماق 12 گىرام، ئانار ئۇرۇقى 30 گىرام. دورىلارنىڭ ھەممىسىنى سوقۇپ، ئانار شەربىتى ياكى رەيۋاج شەربىتى ياكى تەمرىھىندى شەربىتى بىلەن قاينىتىپ بەرگەي.

يەنە بىر سۇفۇپنىڭ نۇسخىسى قىزىلگۈل، سۇماق 15 گىرامدىن، تاباشىر ئالتە گىرام، گۈل نىشاپور توققۇز گىرامدىن. دورىلارنى ئاچچىق ئانار سۈيى ياكى ئالما سۈيى ياكى بېھى سۈيى بىلەن بەرگەي.

يەنە بىر سۇفۇپنىڭ نۇسخىسى قىزىلگۈل، تۇرۇنجى، سېمىزئوت ئۇرۇقى، تاباشىر 15 گىرامدىن، سۇماق 30 گىرام، ئاقاقيا، سوك 20 گىرامدىن، نىشاپور گۈلى 30 گىرام، سەمغى ئەرەبى، ئۇدخام توققۇز گىرامدىن. دورىلارنى سۇفۇپ قىلىپ، ھەر قېتىمدا ئالتە گىرام ئېلىپ، ئاچچىق تۇرۇنجى شارابى، ئالما سۈيىگە قوشۇپ يېگەي، بۇنىڭ بىلەن شارابنىڭ تەمى ئاشكارا بولمىغاي. بۇنى بەرسە قەي، سەپرانى توختىتىپ، قۇۋۋەتنى ساقلار.

ئەگەر قەي بەلغەمدىن بولسا، بەلغەمنىڭ ئاشقازاندا يىغىلىنىشىدىن بولۇر، قاراش كېرەككى، ماددا ئاشقازان ئۈستىگە، يەنى ئاشقازان كىرىش ئېغىزى تەرەپكە مايىل بولۇر، بۇنى قەي بىلەن تازىلىغاي، قەيگە سېرىقچىچەكنى قاينىتىپ، سىركەنجۈبىلدىن ئازراق سېلىپ بەرسە كۈپايە قىلار، قەيدىن كېيىن ئاشقازانغا مېۋە سۈيى، يالپۇز شارابى، داۋائىلمىشكى بىلەن قۇۋۋەت بەرگەي.

ئەگەر ماددا ئاشقازانىنىڭ تۆۋەن تەرىپىگە يۆزلەنسە ئاشقازانىنى ھەببى سەبرە، مەستىكى، ئايارەج پەيقرا، ھەببى ئافاۋىيە بىلەن تازىلىغاي، ئاندىن كېيىن جاۋارىشلار بىلەن قۇۋۋەت بەرگەي.

ئاشقازاندىكى يامان خىلىتتىن بولغان قەينى قەي قىلىش ياكى سۇرگە بىلەن توختاتقاي. بۇ خۇددى ئىسھالنى ئىسھال بىلەن ياكى قەي بىلەن توختاتقانغا ئوخشاشتۇر.

بۇقرات ھەكىم مۇنداق ئېيتقان ئىكەن:

قەي قەينى، ئسھال ئسھالنى توختىتار، شۇنىڭ ئۈچۈن ھەر ۋاقىت ئاشقازاندىكى يامان خىلىتتىن قەي بولسا، شۇ خىلىتنى ئاشقازاندىن ئسھال بىلەن ياكى قەي بىلەن چىقارسا ئەلۋەتتە قەي توختار، شۇنىڭغا ئوخشاش ئسھال يامان خىلىتتىن بولسا، ئۇنى ئاشقازاندىن قەي ياكى ئسھال بىلەن چىقارسا، ئسھال ئەلۋەتتە توختار.

قەي بىلەن ئسھالنى توختىتىش ئىككى خىل بولۇر.

بىرىنچى، ئاۋۋال خىلىتنى چىقارغاي.

ئىككىنچى، ماددىنى تۆۋەندىن يۇقىرىغا تارتقاي.

ئسھال بىلەن قەينى توختىتىش ئىككى خىل بولۇر.

بىرىنچى، ماددىنى يۇقىرىدىن تۆۋەنگە تارتقاي، ئەگەر ئاشقازانىڭ قاتلىرى ئۇ خىلىتنى ئۆزىگە تارتقان بولسا، ئاۋۋال قەي بۇيرىغاي، بۇنىڭ ئۈچۈن شورلۇق مەززىسز بىلىق، تۇرۇپ، قىچا، سىركەنجىۋىل ئەنسلى بىلەن قەي قىلدۇرغاي، قالغان خىلىتنى ئايارەج پەيقىرا، ھەببى سەبرە بىلەن تازىلىغاي.

ئاشقازانىڭ قاتلاملىرىدا بولغان بەلغەمنى تازىلايدىغان ھەب نۇسخىسى

ئايارەج پەيقىرا 18 گىرام، قارا ھىلىلە، ھىلىلە كابۇلى ئالتە گىرامدىن، قۇرسى گۈل، نەمەك ھىندى توققۇز گىرامدىن، قۇرۇق يالپۇز، لاچىندانە، رۇمبەدىيان ، جۇۋىنە، مۇرمەككى، جوز، قەلەمپۇر ئۈچ گىرامدىن، مەستىكى ئالتە گىرام، تۇربۇت 21 گىرام. دورىلارنىڭ ھەممىسنى سوقۇپ، يالپۇز سۇيىدە يۇغۇرۇپ ھەب قىلغاي. ھەر نۆۋەت يېگەندە ئۈچ گىرام ياكى تۆت گىرامنى ئەفسەنتىن شارابى ياكى مىئەسائىلەگە قوشۇپ يېگەي.

ئاشقازانغا قۇۋۋەت بېرىدىغان شاراب نۇسخىسى ئاچچىق ئانار ئۇرۇقى 90 گىرام، مەستىكى 15 گىرام، كۈندۈر 21 گىرام، يالپۇز، سنبىر بىر دەستىدىن. بۇلارنىڭ ھەممىسنى 1080 گىرام سۇدا سۇنىڭ ئۈچتىن بىر ھەسسىسى قالغۇچە قاينىتىپ سۈزۈپ، سوقۇلغان ئۈچ گىرام ئۇدخام، سوقۇلغان ئۈچ گىرام سوك سىلىپ ئاز ئازدىن بەرگەي.

ئاشقازانغا قۇۋۋەت بېرىدىغان سوفۇپ نۇسخىسى قۇرۇق يالپۇز، مەستىكى، ئۇدخام، قەلەمپۇر ئالتە گىرامدىن. بۇلارنىڭ ھەممىسنى سوقۇپ، تاسقاپ، 30 گىرام گۈلقەنتە يۇغۇرۇپ، ئۈچ گىرامدىن يېگەي.

يەنە بىر سۇفۇپنىڭ نۇسخىسى ئۇدخام، مەستىكىدىن بىر ھەسسە، ئاملە ئۇسارىسىدىن يېرىم ھەسسە، رەۋەن، قۇرۇق يالپۇز، سىركىگە بىر كېچە كۈندۈز چىلاپ

قۇرۇتۇلغان جۇۋىننىڭ ھەر قايسىسىدىن ئىككى ھەسسە ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ، سوقۇپ، تاسقاپ ھەر قېتىمدا تۆت گىرامنى بېھى سۈيىدە، ئەگەر ئاغرىق ئېغىر بولسا، نامازشامگۇلى سۈيى ياكى تال يېغى ۋە شېكەر سۈيىدە يۇغۇرۇپ بەرگەي.

يەنە بىر زىماتنىڭ نۇسخىسى قەسبۇزەرىرە، سۇمبۇل، مەستىكى، ئۇدخام، قەلەمپۇر، جۇزبۇۋا، ئازراق زەپەر قاتارلىقلارنىڭ ھەممىسىنى سوقۇپ، سەۋسەن شارابى بىلەن يۇغۇرۇپ ئاشقازانغا تاڭغاي. ئەگەر قەي ئاشقازاندا يىغلىغان سەۋدا خىلىتىدىن بولسا ئۇنى توختاتمىغاي، بۇنىڭ بىلەن ماددىنى قاينىتقاي، ئاندىن كېيىن ھۆقنىلەرگە ئۆتكۈر دورىلارنى قوشۇپ ماددىنى تۆۋەنگە تارتقاي. لادەن، ئۆشنە، ئىكلىلمىلىك، نامازشامگۇلى بەرگى قاتارلىقلارنى قابىز شاراپتا يۇغۇرۇپ ئاشقازانغا ۋە تالغا زىمات قىلغاي، ئايارەج پەيقىرا بەرگەي، بۇ ۋاقىتتا قەي توختىسا مەتبۇخى ئەھتىمۇن بەرگەي، بۇنىڭ بىلەن بەدەن قالغان سەۋدادىن تازىلانغاي.

ئەگەر تال ئاجىز بولسا ياكى بىرەر كېسەللىك بولسا ئۇنىڭغا ئىلاج قىلغاي (بۇنىڭ ئىلاجىنى ئۆز ئورنىدا بايان قىلىمىز)، ئاندىن كېيىن ئاشقازانغا ئاچچىق داۋائىلمىشكى، ئىسسىق جاۋارىشىلار بىلەن قۇۋۋەت بەرگەي. ئەگەر تەبىئىتى قۇرۇق بولسا قابىز دورىلار قەينى توختاتقانلىقتىن، شۇنداق دورىلارنى بەرگەي، لېكىن ھۆقنە بىلەن ماددىنى تۆۋەنگە تارتقاي، ئاشقازاننى سۈركە بىلەن تازىلىغاي، ئاندىن كېيىن ئاشقازانغا قۇۋۋەت بەرگەي، قول ۋە پۇتلىرىنى ئۇۋۇلاپ ئىسسىتىپ، ئىسسىق سۇغا چىلىسا، قەينى توختىتار.

خۇسۇسەن، مادىا پۇتۇن بەدەندىن ياكى بىرەر ئەزادىن ئاشقازانغا كەلگەن بولسا، ئاشقازاننى ئەتراپقا تارتار، قەي پات - پات بولسا مادىا ئىنتايىن ئىسسىق بولغان بولۇر، قول ۋە پۇتنى سوغۇق سۇغا چىلاپ تۇرۇش، سوغۇق نەرسىلەرنى ئاشقازانغا تېڭىش مەنپەئەت قىلۇر.

جالىنۇس مۇنداق ئېيتقان ئىكەن:

ھەرقانداق ئادەم تائام يېگەندىن كېيىن ئاشقازىنى ئاغرىسا ۋە قەي قىلسا ئابكامە دورا بىلەن شىپا تاپۇر.

جالىنۇس يەنە مۇنداق ئېيتقان ئىكەن:

مەن بۇ ئاغرىققا ھەر نۆۋەتتە ئابكامە دورا بەردىم، بەزى يەيدىغان كىشىلەرگە سەبرىنى كاسنە سۈيىگە سىلىپ بەردىم، بەزىلىرىگە سەبرىنى ئىترىفلىگە قوشۇپ بەردىم، سەبرىنى يېمەيدىغان كىشىلەرگە كەرەپشە سۈيى، كاسنە سۈيى، بەدىيان سۈيىنى خىيارشەنبەر شىرنىسىغا سىلىپ بەردىم، ئېچىتقۇدىن كېيىن ئاچچىق ئانار سۈيى بىلەن گۈلقەنت، ھەسەل بەردىم، بەزىسىگە كۈندۈر، سۇماق، زىرە بەردىم.

بىلىش كېرەككى، ئىچى ئۆتكەن ئادەمگە پۇرچاقنى پوستى بىلەن سىركىدە قاينىتىپ بەرسە، مەنپەئەت قىلۇر.

ئاقلانغان يېسسىمۇقنى سۇدا قاينىتىپ سۈيىنى تۆكۈپ، يەنە سىركىدە قاينىتىپ بەرسە پايدا قىلۇر.

يالپۇز، سۇزاپ ۋە قۇرۇق يۇمغاقسۇتنى تائامغا سېلىپ بەرسە مەنپەئەت قىلۇر.

ئەگەر قەينىكى سەۋەبى نامۇۋاپىق تائام يېگەندىن بولسا، سىركەنجۈبىلنى ئىلمان سۇغا قوشۇپ ئىچكۈزۈپ قەي قىلغاي، بۇنىكى بىلەن ئاشقازان ئۇ تائامدىن تازىلىنار.

ئەگەر ياغلىق تائام يېگەندىن بولسا، قەيدىن كېيىن لىمون شەربىتى، ئانار شەربىتى ئىچكەي، بۇ دورىلار مىزاجغا مۇۋاپىق كېلۇر، شۇنىكى بىلەن ئىلاج قىلغاي.

ئەگەر تائام يەپ، كۆكلى ئېلىشىپ قەي قىلمسا كۆپرەك يېگەي، ئاشقازىنى توشقاندىن كېيىن قەي قىلىش ئاسان بولۇر، خىلىت تائام بىلەن چىقىپ كېتەر.

كۆپ كۆكۈل ئېلىشش قۇرۇق ئىسسىقلىقتىن پەيدا بولۇر، سوغۇق زىماتلارنى ئاشقازان ساھەسىگە تاڭسا، سوغۇق شەربەتلەر، سوغۇق سۇلارنى ئىچسە مەنپەئەت قىلۇر. ئاشقازىنى ئاجىز كىشى ھەر ۋاقىت تائام يېسە كۆكۈل ئېلىشش پەيدا بولۇر، ئۇ كىشى ئاۋۋال يۇمشاق ۋە يېپىشقاق تائاملارنى يېگەي، ئۇنىكى ئارقىسىدىن بىرەر قابىز تائام يەپ، بىر نەچچە قەدەم ئاستا ماڭغاي، بۇنىكى بىلەن يېگەن بۇ تائام ئاشقازانىنكى تەكتىگە بارغاي، نەچچە سائەتلەردىن كېيىن ئاشقازانغا جاۋارىشلار بىلەن قۇۋۋەت بەرگەي ۋە ھەربىكەت قىلغاي، ئاشقازىنغا قابىز زىماتنى چاپقاي ياكى جۇلاپقا ھەببىمشكى سالسا، ئوبدان مەنپەئەت قىلۇر، يەنە داۋائىلمشكى بەرسە پايدا قىلۇر، قۇرسى كوكەبنى «قارابادىن» دا بايان قىلىمىز.

بەشىنچى باب قان قۇسۇش توغرىسىدا

قان قۇسۇش قىزىلئۆڭگەچتىن پەيدا بولۇر ياكى ئاشقازاندىن ياكى جىگەردىن ياكى باشقا ئەزادىن ياكى تومۇر يېرىلغاندىن ياكى جاراھەتتىن ياكى تومۇرنىكى ئېغىزى يېرىلغاندىن پەيدا بولۇر.

تومۇر يېرىلىش ئىچكى ياكى سىرتقى سەۋەبتىن بولۇر، يېرىلىشى بىرەر زەخىم يەتكەندىن ياكى قاتتىق ۋارقىرىغانلىقتىن ياكى ئېگىز يەردىن سەكرىگەنلىكتىن بولۇر ياكى ئاجىزلىقتىن،

ياكى يۇمشاقلىقتىن تومۇر يېرىلار ياكى بىر زەئىپلىكنىڭ سەۋەبىدىن تومۇر يېرىلار ياكى قۇرۇقلۇقتىن ياكى جاراھەت چىققانلىقتىن تومۇر يېرىلار ياكى ئۆتكۈر سەپرا ۋە بۆرە ئەرمىنگە ئوخشاش شورلۇق ماددا تومۇرغا كەلسە، جاراھەت قىلىپ تومۇرنى يارار.

تومۇرلار ئۇچىنىڭ يېرىلىشىنىڭ سەۋەبى قۇۋۋەتتى داپئەنىڭ ھەربىرىكەت قىلىشىدۇر، قۇۋۋەتتى داپئەنىڭ ھەربىرىكەت قىلىشىنىڭ سەۋەبى سەپرانىڭ ئۆتكۈرلۈكىدۇر، ئەزانىڭ قۇۋۋەتتى ئۇنى يوقتىمەن، دەپ تومۇرنىڭ ئۇچى ئېچىلۇر، شۇنىڭ بىلەن قان ئۇنىڭدىن چىقار ياكى تومۇرلارنىڭ تۆتۈپ تۈرۈش كۈچى زەئىپلىشەر. بۇ زەئىپلىكنىڭ سەۋەبىدىن ھۆللۈك زىيادە بولۇر، بۇ تومۇرنىڭ بېشىنى ئاجىز ۋە يۇمشاق قىلۇر. تومۇرنىڭ يېرىلىشى قانىنىڭ كۆپلۈكى ياكى خىلتىنىڭ كۆپلۈكىدىن بولۇپ، قان تومۇرلارغا لىق كېلەر، قان توختىماس.

ئالامىتى

ئەگەر قان قۇسۇش توساتتىن بولسا ۋە كۆپ مىقداردا قان كەلسە، بىلىش كېرەككى، تومۇرلارنىڭ ئاربىسىدىكى بىر تومۇر بەك يېرىلغان بولۇر.

خۇسۇسەن، تومۇرلارنىڭ يېرىلىشىنىڭ سەۋەبى كۈچلۈك بولسا، تېخىمۇ شۇنداق بولۇر. ئەگەر قىزىلئۆڭگەچ ياكى ئاشقازاندا ياكى جىگەردە ئاغرىق بولسا، قەي قىلغاندا، قان كەلسە، بۇ ئاغرىقتىن سوزۇلما قىزىتما پەيدا بولسا، بىلىش كېرەككى، بۇ ئەزالاردا جاراھەت بار بولغان بولۇپ، گاھىدا يىرىڭ قانغا ئارىلىشىپ چىقار.

ئاشقازاندا ياكى قىزىلئۆڭگەچ ياكى جىگەردە جاراھەت بولغاندا قەي بىلەن بىللە چىققان قان ئىسسىق كېلۇر، ئىسسىقلىقنىڭ ئالامىتى يەنە ھەم زاھىر بولۇر، بىلىش كېرەككى، بۇ ئەزالاردا تومۇرنىڭ بېشى قانىنىڭ ئۆتكۈرلۈكى ۋە قىزىقلىقىدىن يېرىلغان بولۇر.

ئەگەر بۇ كېسەللىك تولۇپ قېلىش بىلەن بولسا، قان كۆپ كېلۇر، بىلىش كېرەككى، تومۇرنىڭ بېشى قانىنىڭ ۋە تومۇر ئىچىدىكى خىلتىنىڭ كۆپلۈكىدىن يېرىلار. ئەگەر قان كۆپ كەلمىسە ھەم ئىسسىق بولمىسا، بىمار ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى تائامنى كۆپ يېگەن بولۇر، بىلىش كېرەككى، تومۇرنىڭ بېشى يۇمشاقلىق ۋە ھۆللۈكتىن يېرىلغان بولۇر.

داۋالاش

ھەرقاچان قەيدە قان بىللە بولسا، بىمارنىڭ قۇۋۋەتتى، يېشى، يىلى مۇۋاپىق كەلسە، بىرەر توسالغۇ بولمىسا ئاۋۋال قان ئالغاي، بۇنىڭ ئۈچۈن ئۈچ خىل ھالەت بايان قىلىنار، قان ئېلىش

ئوبدان تەدبىر ھېسابلىنار، لېكىن قانۇنى بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ ئالغاي، بەزى كىشىلەردىن قانۇنى ئازراق ئالغاي، بەزى كىشىلەرنىڭ ئەھۋالىغا بېقىپ 720 گىرامغا يېقىن قان ئالغاي، ئەگەر قەي كۈچ بىلەن چىقسا، قول ۋە پۇتنى تېڭىپ، قۇرسى گۈلنار بەرگەي.

قۇرسى گۈلنار نۇسخىسى سەمغى ئەرەبى 45 گىرام، كەھرىۋا، مارجان، قۇرۇق يۇمغاقسۇت، تاباشىر، قىزىلگۈل، سۇماق، ئانار چېچىكى، تېكە ساقلى، نىشاستە 30 گىرامدىن، كۆيدۈرۈپ يۇيۇلغان بۇغىنىڭ مۈڭگۈزى، ئاقاقىيا 21 گىرامدىن، بىلەۋۇر زەمچىسى توققۇز گىرام، ئەپيۇن ئۈچ گىرام (بەزى نۇسخىدا ئەپيۇن ئالتە گىرام). ھەر نۆۋەت يېگەندە 12 گىرامنى يامغۇر سۈيىدە يۇغۇرۇپ يېگەي.

ئەگەر تومۇر يېرىلغان سەۋەبتىن بولسا، بۇنىڭ تەدبىرىگە ھەم بۇ شەربەت مۇۋاپىق كېلۇر.

ئەگەر بۇ كېسەللىك جاراھەت سەۋەبىدىن بولسا قۇرسى كەھرىۋا بەرگەي.

قۇرسى كەھرىۋا نۇسخىسى كۈندۇر، خۇنسياۋشان توققۇز گىرامدىن، كەھرىۋا 15 گىرام، يۇيۇلغان شادىنەج، گىل مەختۇم 30 گىرامدىن، ئانار چېچىكى توققۇز گىرام، ئەپيۇن، دارچىن ئالتە گىرامدىن. بۇلارنىڭ ھەممىسىدىن ئون دانە قۇرس قىلىپ، ھەر قېتىم يېگەندە يۇمغاقسۇت سۈيى، قىزىل بۇغداش سۈيى، بازروج سۈيى، سېمىزئوت غولى ۋە بەرگىنىڭ سۈيىدە يۇغۇرۇپ يېگەي.

ئەقراس ئەلكەھىل ھەم تومۇرنىڭ ئېچىلىپ يېرىلغىنىغا مەنپەئەت قىلۇر.

ئەقراس ئەلكەھىل نۇسخىسى سۇرمە، يۇيۇلغان شادىنەج، خۇنسياۋشان توققۇز گىرامدىن، ئانار چېچىكى، موزا ئالتە گىرامدىن، كۆيدۈرۈپ يۇيۇلغان بۇغا مۈڭگۈزى، ئاقاقىيا، ئەنبەر، لادەن، زەپەر ئۈچ گىرامدىن، پىرسياۋشان 4.5 گىرام. بۇلارنىڭ ھەممىسىنى سوقۇپ، تاسقاپ، يوپۇرماق سۈيىدە يۇغۇرۇپ، سەككىز گىرامدىن قۇرس قىلغاي ھەمدە ھەر قېتىمدا بىر قۇرسنى گىل ئەرمىنى، گىل مەختۇم، گىل، تاباشىر، يوپۇرماق سۈيى، يامغۇر سۈيى، جوز قېيامى قاتارلىق سۇلارنىڭ بىرسىدە يۇغۇرۇپ يېگەي ۋە بۇلارغا ئوخشاش نەرسىلەر پايدا قىلۇر.

پەرھىز ئېشىغا سۇماق، يامغۇر سۈيى قوشۇپ بەرگەي، ئاشقازانغا ۋە جىگەرگە قابىز زىماتلارنى سۇركىگەي.

مۇھەممەد زىكرىيا مۇنداق ئېيتقان ئىكەن: بىر كىشىنى كۆردۇم، ئۇ قەي قىلغاندا ياكاقتىن چوكراق بىر پارچە گۆش چىقتى، بۇ، تومۇرلارنىڭ سۇسلۇقى ۋە يۇمشاقلىقىدىن بولۇر، بۇنىڭ سەۋەبى مىزاجنىڭ ھوللۇكى، ھوللۇك يەتكۈزگۈچى تائاملارنى كۆپ يېگەنلىكى بولۇر، ئۇنىڭغا سەنجىرىنا ۋە پولونيا فارسى، سەنجىرىنا بەرگەي.

ئالتىنچى باب ھەيزى توغرىسىدا

ھەيزى (خولىرا) ئۆتكۈر ئاغرىق بولۇپ، تېۋىپلار ئۇنى «ئۆتكۈر كېسەللىك» دەپ ئاتايدۇ. خەتەرلىك بولۇپ، يۇقىرىقى ۋە تۆۋەنكى يول ئېچىلۇر، يەنى قەي قىلۇر ھەم ئىچى سۈرەر، گاھىدا قەي قىلۇر، ئىچى سۈرمەس، گاھىدا قەي قىلماي كۆكۈل ئېلىشىپ تۇرار، ئاغرىق ئەسلىي تائام ھەزىم بولمىغانلىق سەۋەبىدىن بولۇر، بۇ ئۇچ خىل بولۇر.

بىرىنچى، تائامنى كۆپ يېگەنلىكتىن ئاشقازان كۆتۈرەلمەي ھەم تائام ھەزىم بولماي، بۇ كېسەللىك پەيدا بولۇر.

ئىككىنچى، قالايمىقان تائام يېسە، يەنى ئاسان ھەزىم بولمايدىغان قۇۋۋەتلىك تائامنى ئىلگىرى يېسە، ئۇنىڭدىن كېيىن نازۇك ۋە ئاسان ھەزىم بولىدىغان تائامنى يېسە ياكى بۇ تائاملاردىن كېيىن ھۆل مېۋە يېسە (ئەنجۈر، ئۆرۈككە ئوخشاش)، نازۇك تائام ئاسان ھەزىم بولۇپ، قويۇق تائامنى ئېچىتار، بۇ سەۋەبتىن زەئىپلىك پەيدا بولۇر.

ئۈچىنچى، تائامنىڭ ئەسلىي تەمى ئاچچىق بولسا، ئاشقازاندا ئېچىپ زەھەر بولۇر، تائام ئاشقازاندا ئېچىسا، يېگەن ھەرقانداق نەرسە چوڭ تەرەتتىن چىقار. بۇ كېسەللىكتە ھەرقانداق تائام ئاشقازاندا ئېچۈر، بەدەندىن سۈرۈپ چىقارسا ساقىيىشى ئاسان بولۇر، ئۇنىڭغا تاقەت قىلغاي، لېكىن ئاشقازاندا ياكى ئۈچەيدە بۇ خىل ئەھۋالدا پەيدا بولسا، بىمارنىڭ ئىشى مۇشكۈل بولۇر، سەپرانى سۈرۈپ چىقرار، ئىچىدىن سۈرگەندە ئۆتكۈر، تېز ۋە بەتبۇي سېسىق سۇ چىقار، گاھىدا ئىسھالدا گۆش يۇغان سۇدەك نەرسىلەر، سۇلار چىقار، بەدەندە زەئىپلىك ۋە ئاجىزلىق پەيدا بولۇر، تومۇرى زەئىپ ۋە ھەر خىل بولۇر، كۆزى ۋە چېكسى ئولتۇرۇشار، بۇرنى تارتىلىپ كىچىكلەپ كېتەر، يۈزىنىڭ رەڭگى ئۆلۈكنىڭ رەڭگىگە ئوخشاپ قالار، قول ۋە پۇتى سوۋۇپ كېتەر، تىرناقلىرى كۆكىرىپ كېتەر، قول - پۇتىنىڭ (بۇلجۇڭ) گۆشلىرى يىغىلىپ قالار. كېسەللىككە ئىلاج قىلىدىغان ھەر كىم ئەقىللىق ۋە يۈرەكلىك بولغاي، كېسەللىكنىڭ قاتتىقلىقىدىن قورقمىغاي ۋە ئىلاج قىلىشتىن توختىمىغاي. كېسەللىكتە ھەرقانداق نەرسىلەر تېزلىكتە قەي بىلەن چىقىپ كېتەر، ئۇسسۇزلۇق كۆپ بولۇر، ھەرقانداق ئۇسسۇلۇق بەرسە قەي بىلەن چىقىپ كېتەر، يەنە ئۇسسۇزلۇق پەيدا بولۇر، تومۇرى زەئىپ بولۇپ تارتىشار، بەدىنى سوۋۇپ كېتەر، كۆپ كىشىدە بۇنداق زەئىپلىك بولۇر، ھۆللۈك بىمارنىڭ قۇۋۋىتىنى ساقلار. تېۋىپ ھوشيار بولغاي، شۇنداقلا بۇ كېسەللىكنىڭ ھەممە ئالامەتلىرىنى مۇلاھىزە قىلغاي.

ئەگەر تومۇرى زەئىپ بولۇپ قەي قىلسا، تارتىشىش ھەم پەيدا بولسا، بۇ ۋاقىتتا يۇزىنىڭ رەڭگى، نەپەس ئېلىشىدا ئۆزگىرىش بولمىسا، ئەنسىرىمەي ئىلاج قىلىشنى داۋاملاشتۇرغاي. بۇ كېسەللىك كىچىك بالدا، تەرتىپسىز كۆپ يېگەنلىكتىن پەيدا بولۇر، لېكىن ئاسان ساقىيار.

ئەگەر بۇ كېسەللىك ياشانغان ئادەمىلەردە بولسا خەتەرلىك بولۇر، بولۇپمۇ كۆچلۈك، سېمىز، رەڭگى قىزىل، گۆشى چىڭ كىشىلەردە بولسا، تېخىمۇ خەتەرلىك بولۇر. چۈنكى بۇنداق كىشىلەر قەينى چىقارماققا تەييار دۇر (بۇ كىشىلەرنىڭ بەدىنىدە ماددا كۆپ بولۇر)، ماددا ھەربىكەتكە كەلسە كۆڭلى ئېلىشىپ، ماددىنىڭ بەزىسىنى قۇسار، بەزىسىنى تارقىتار، يۈتۈش ۋە توختىتىش قىيىن بولۇر. بەزى كىشىلەرگە خولېرا بولۇش پايدا قىلۇر، چۈنكى شۇ ئارقىلىق بەدىنىدىكى بۇزۇق خىلتلار تازىلىنار، بەدىنى خولېراغا مايىل بولمىغان كىشىلەر تۇيۇقسىز خولېرا بولسا خەتەرلىك بولۇر. خولېرا يازدا كۆپ بولۇر، ئەگەر كۈز ۋاقتىدا بولسا ئۆتكۈر بولۇر، ئەمما قىشتا كەم پەيدا بولۇر.

داۋالاش

تاۋامنىڭ ئاشقازاندا ئېچىغانلىقى مەلۇم بولسا، دەرھال قەي قىلىپ ئاشقازانىنى تازىلىغاي. بىمارنىڭ مىزاجى ئىسسىق بولۇپ، ئۇسساش ۋە كۆڭلى ئېلىشىش بىئارام قىلسا، ئىلمان سۇ ئىچىپ قەي قىلىپ، ئاشقازانىنى تازىلاشقا ئالدىرىغاي. گۈلاب، مائۇلھەسەل ۋە ماي ئىستېمال قىلىشقا بولماس. گۈلاب بىلەن مائۇلھەسەل ئىستېمال قىلماسلىقنىڭ سەۋەبى ئىككىدۇر. بىرى، ھارارەت ئاشقازانغا كىرسە ئېچىپ سەپراغا ئۆزگىرەر. يەنە بىرى، ئۇلارنىڭ ھەر ئىككىسىنى خولېرا بىمارىغا بەرسە زەرەر قىلۇر. ئاسان ھەزىم بولىدىغان نەرسە بەرسە ياخشىدۇر. ياغمۇ بەرمىگەي، چۈنكى ئۇ ئاشقازان قۇۋۇتىنى زەئىپلەشتۈرەر. ئاشقازاندا سۇس كۆيۈشۈش بولسا خىلتنىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى پەسەيتىش ئۈچۈن ئازراق گۈلاب ئىچكەي. ئۇسسۇزلۇق ۋە ھارارەت بولسا، گۈلابقا ئازراق سىركەنجۈبىل قوشۇپ بەرگەي. قەيدىن كېيىن كۆڭۈلنىڭ ئېلىشىشىنى تۇگىتىش مەقسەت قىلىنسا، گۈلابقا ئاچچىق ئانار سۈيى قوشۇپ بەرگەي. خولېرا بولغان كىشى ھەربىكەت قىلمىغاي، ھېچقانداق غىزا يېمىگەي، يېتىپ ئۇخلىغاي. بۇ كېسەللىك ئۇچۇن ھېچ داۋا ئۇخلاش ۋە غىزا يېمەسلىكتەك ياخشى ئەمەستۇر. ئۇيقۇسى كەلمىسمۇ ئۇخلاۋاتقاندەك ياتقاي، ئاخىرى ئۇيقۇسى كېلۇر. ئۇسسۇزلۇق غالىب كەلسە، ئاچچىق ئانار سۈيىگە تاباشىر قوشۇپ ئىچكەي. ئاچچىق بېھى سۈيى، ئاچچىق ئالما سۈيى ۋە تال بېغى سۈيى ناھايىتى پايدىلىقتۇر. قەي قىلسا ئاز مىقدارىدىكى سوققان كېپەك بىلەن ئانار ئۇرۇقىنى مەزكۇر سۇلارغا قوشۇپ بەرگەي. كېپەكنى سوقۇپ ئىككى چۆمۈچ گۈلابقا ئارىلاشتۇرۇپ بەرسە، ياخشى پايدا قىلۇر. قىزىق ئوتقا

كۆمۈپ پىشۇرۇلغان بېھى، ئالما، كونا ھەببۇلئاس، قىزىلگۈل بەرگى، ئاز مىقداردىكى كافۇر قاتارلىقلارنى بىرلىكتە مەلھەم قىلىپ قورساقتا چاپقاي. ئارپا ئۇنىنى ھەببۇلئاس سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ زىمات قىلغاي. قۇرۇغان ناننى سىركە بىلەن يۇغۇرۇپ زىمات قىلغاي. بېھى ۋە ئالمىنى سىركە بىلەن قاينىتىپ پىشۇرۇپ، سوقۇپ، قىزىلگۈل، ئانار چېچىكى، ئەفسەنتىن، ئازراق مەستىكى قاتارلىقلارنى سوقۇپ، ھەببۇلئاس يېغى ۋە گۈل يېغى بىلەن يۇغۇرۇپ زىمات قىلغاي. بېھىنى سىركە بىلەن پىشۇرۇپ زىمات قىلغاي. تال چېچىكى، تېكە ساقلى ئۆسۈملۈكى، سۇماق، ئاقاقىيا، ئانار چېچىكى، ئانار پوستى، ئارپا تالقىنى قاتارلىقلارنى ھەببۇلئاس سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ زىمات قىلغاي. قومۇش كۈلى، يۇلغۇن كۈلى، تال ياغچى كۈلىنى سىركە بىلەن يۇغۇرۇپ قورساققا چاپقاي. لاتىنى گۈلابقا چۆكۈرۈپ قورساققا ياپسا پايدا قىلۇر.

تۆۋەندىكى مېۋە شەربىتىنى ئىچۈرگەي:

نۇسخىسى قۇرۇتۇلغان ئامۇت، ھەببۇلئاس، زىرىق، ئاچچىق ئانار ئۇرۇقى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ چالا سوقۇپ، ئاچچىق ئانار سۈيىگە بىر كېچە كۈندۈز چىلاپ ئارقىدىن قاينىتىپ، سۈنئ ئىككى ھەسسىسى تۇزگەپ بىر ھەسسىسى قالغاندا سىقىپ سۈيىنى سۈزگەي، ئارقىدىن يەنە قاينىتىپ قىيامغا كەلگەندە مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلغاي.

قۇرسى تىنىنئ نۇسخىسى گۈلى نەجاھى 720 گىرام، كاۋاۋچىن 15 گىرام، ئىزخىر چېچىكى توققۇز گىرام، ئامىلە جەۋھىرى ئالتە گىرام. دورىلارنى سوقۇپ، گۈلاب بىلەن يۇغۇرۇپ قۇرس قىلىپ كافۇرنئ ئارىسىدا ساقلىغاي.

قۇرسى كۈندۇرنئ نۇسخىسى كۈندۇر 30 گىرام، گۈلى نەجاھى 30 گىرام، قاقىلە ئالتە گىرام، كافۇر ۋە ئىپار مۇۋاپىق مىقداردا، قەلەمپۇر 1.5 گىرام. دورىلارنى سوقۇپ بېھى ئۇرۇقى لۇئابى بىلەن يۇغۇرۇپ، تۆت گىرامدىن قۇرس قىلغاي. ھەر قېتىمدا بىر تالدىن پىننە شەربىتى بىلەن يېگەي.

يەنە بىر نۇسخا كۈندۇر، گۈلى نەجاھى 30 گىرامدىن، كاۋاۋچىن، قاقىلە يەتتە گىرامدىن، كافۇر 0.75 گىرام، ئىپار بىلەن قەلەمپۇر مۇۋاپىق مىقداردا قوشۇلۇر. ھەر قېتىمدا تۆت گىرامدىن يېگەي.

قۇرسى مەرۋەنئ نۇسخىسى ئانار پوستى، موزىدىن بەش گىرامدىن، ھەببۇلئاس، سۇماق، گىل ئەرمنى، بەللۇت، قورۇلغان نىشاستە، مۇقەلدىن 30 گىرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ قۇرس قىلىپ، تۆت گىرامدىن يېگەي. ئۇ، قەي ۋە ئىچ سۇرۇشنى توختىتۇر.

بەشىنچى قىسىم ئاشقازان ئاجىزلىقى، تاۋام سىڭمەسلىك ۋە ئاشقازان ئاغرىقلىرى توغرىسىدا

بۇ قىسىم ئالتە بابدۇر.

بىرىنچى باب ئاشقازان ئاجىزلىقى توغرىسىدا

ئاشقازان ئاجىزلىسا ئۇنىڭ قۇۋۋەتلىرىنىڭ بىرەرسى ئاجىز بولۇر، لېكىن كۆپ قىسىم كىشىلەر ئاشقازان ئاجىزلىقىدىن ئۇنىڭ ھەزىم قۇۋۋىتىنىڭ ئاجىزلىقىنى نەزەردە تۇتار. ئاشقازان مىزاجى بۇزۇلسا ئاشقازانىنىڭ ھەرقايسى قۇۋۋەتلىرىمۇ زەئىپلىشەر. ئۇنىڭ تارتقۇچى قۇۋۋىتىنى ھۆل سوغۇق نەرسىلەر زەئىپ قىلۇر، قۇرۇق ئىسسىق نەرسىلەر قۇۋۋەت بېرەر، ئۇنىڭ تۇتۇپ تۇرغۇچى قۇۋۋىتىگە قۇرۇق سوغۇق نەرسىلەر قۇۋۋەت بېرەر، ئۇنىڭ ھەزىم قىلىش قۇۋۋىتىگە ھۆل سوغۇق نەرسىلەر قۇۋۋەت بېرەر، ئىتتىرىپ چىقارغۇچى قۇۋۋىتىگە ھۆل سوغۇق نەرسىلەر قۇۋۋەت بېرەر. ئاشقازان كېسەللىكلىرىنىڭ يامنى ئۇنىڭغا يېپىشىپ تۇرغان پەردىنىڭ بوشىشىدۇر، ئاشقازان مىزاجىنىڭ ھەر خىل بۇزۇلۇشلىرىنىڭ سەۋەبلىرى ئىلگىرى ئېيتىلدى، ئاشقازانىنى قۇۋۋەتلەيدىغان نەرسىلەر بۇنىڭدىن كېيىن بايان قىلىنۇر.

ئىككىنچى باب ئاشقازانىنىڭ تارتقۇچى قۇۋۋىتىنىڭ ئاجىزلىشىشى توغرىسىدا

ئالامىتى

تاۋام ئاشقازان ئېغىزىدىن تېز چۈشمەس، بەزىدە ئاغرىق پەيدا بولۇر، بەزىدە كۆڭلى ئايىنىپ قەي قىلۇر، بۇ كېسەللىكنىڭ سەۋەبى سەپرا خىلىتىنىڭ ئاشقازان ئېغىزىغا يىغىلىشىدۇر.

داۋالاش

ئاسان ھەزىم بولىدىغان غىزالارنى بەرگەي، قىرغاۋۇل گۆشى، تاغ توخۇسى گۆشى، قۇشقاچ گۆشى قاتارلىقلارنى ئوت بىلەن كاۋاپ قىلىپ زىرە، كەرۋىيا، دارچىن، جۇۋىنە، زەپەر قاتارلىقلارنى سېپىپ بەرگەي. شاراب ئىچىشنى خالىسا قابىز خۇسۇسىيەتلىك شارابلارنى ئىچكۈزگەي، بېھنى ئوتقا كۆمۈپ پىشۇرۇپ، ئۇنىڭغا ئانار چېچىكى، مەستىكى، سۇمبۇل، قەلەمپۇر قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا قوشۇپ، ئاس دەرىخى يوپۇرمىقى سۈيى قوشۇپ يۇغۇرۇپ زىمات تەييارلاپ، ئاشقازان ئېغىزى ئۇدۇلىغا چاپلاي، ئوكۇ تەرەپنى بېسىپ ياتقاي، چۈنكى بۇنداق يېتىش تائامنىڭ ئاشقازان ئېغىزىدىن تۆۋەن چۈشۈشىگە يارىمم بېرەر، پۇت - قوللارنى تۇتۇپ بېرىش، تائامدىن كېيىن ئاستا يول مېڭىش، مۇۋاپىق بەدەن چېنىقتۇرۇش، ئاشقازانىدىكى يەلنى ھەيدەش بۇ كېسەللىككە پايدا قىلۇر.

ئۈچىنچى باب ئاشقازاننىڭ تۇتۇپ تۇرغۇچى قۇۋۇتىنىڭ ئاجىزلىشىشى توغرىسىدا

ئالامىتى

ئاشقازان تائامنى خالىماس ۋە ئۆزىگە تارتماس، ئىشتىھاسى سۇس بولۇر، ئاشقازاندا خۇددى خەپەقان كېسەللىكىدەك تىترەش كۆپ ھاللاردا مەلۇم بولۇر، ھەتتا بەزىدە ئاشقازانىنىڭ تىترىشىدىن پۈتۈن بەدەن تىترەر.

بۇ كېسەللىكنىڭ سەۋەبى ئۈچ خىلدۇر، بىرىنچىسى، كۆيدۈرىدىغان بىرەر ئىسسىق مادىدا ئاشقازانغا تەسىر قىلىپ، ئاشقازان قۇۋۇتىنى زەئىپ قىلۇر، بەزىدە مادىدا ئىلگىرىكىدىنمۇ ئۆتكۈررەك بولۇپ، ئاشقازان مىزاجىنى بۇزار، ئەمما بۇ ئازراق ئۇچرار، ئۇچرىسا كۆپ ھاللاردا ماددىلىق بولۇر. ئىككىنچىسى، ئاشقازانىنىڭ تەۋرىنىشىگە سەۋەب بولىدىغان غىزادىن بولۇر. ئۈچىنچىسى، ئاشقازانغا جاراھەت ياكى ئۇششاق مۇدۇر چىقىشتىن بولۇر، بۇ چاغدا ئاشقازانغا ھەرقانداق نەرسە تەگسە ئۇ ئۇنىڭدىن ئۆزىنى تارتماقچى بولۇر.

ئاشقازان تەۋرىنىشتىن ئىلگىرى كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر شۇكى، ئاشقازانغا ھەرقانداق تائام تەگسە ئاشقازان ئاغرار، تائام ئاز بولسىمۇ ئاشقازان ئۇنى ئۆزىدىن تېزرەك ئۆتكۈزۈۋەتمەكچى بولۇر.

ئاشقازانلىق تۇتۇپ تۇرغۇچى قۇۋۇتى ئاجىز بولسا، بىمار يېگەن ھەرقانداق تائامنى قۇسۇۋەتكۈسى كېلەر، بۇ ئاشقازانلىق ئاجىزلىقى ۋە ئاشقازان ئېغىزىدىكى ھۆللۈكنىڭ كۆپلۈكىدىن بولۇر.

داۋالاش

ئىسسىق ماددا سەۋەبىدىن پەيدا بولسا، ئاۋۋال ئاشقازاندىكى ماددىنى يەڭگىل دورىلار بىلەن ھەيدەپ چىقارغاي، ئارقىدىن بېھى قىيامى، ئالما قىيامى ۋە لىمون شەربىتى بەرگەي، قوناق ياكى كاشكاپ ئىستېمال قىلدۇرغاي، كېسەللىك ئۇزۇنغا سوزۇلسا، كالا قېتىقىغا تۆمۈر بىلەن داغماللانغان سۇنى قوشۇپ دوغاپ قىلىپ ئۇنىڭ 220 گىرامغا تاباشىر، قىزىلگۈل، ئانار چېچىكى، كەھرىۋا قاتارلىقلاردىن 15 گىرامدىن ئېلىپ تالقانلاپ ئارىلاشتۇرۇپ ئىستېمال قىلغاي. غىزاسىغا گۈرۈچ، ئاقلانغان قوناق بەرگەي. تائامغا يېسسىمۇق، غورا سۈيى، ئانار سۈيى، ئاچچىق بېھى سۈيى قاتارلىقلارنى قوشۇپ بەرگەي. يەنە چۈجە گۆشى، كەكلىك گۆشى، بۆدۈنە گۆشى قاتارلىقلارنى قورۇپ، غورا سۈيى، ئانار سۈيى بىلەن چۈچۈمەللەشتۈرۈپ بەرگەي، ئاشقازانغا سەندەل، تاباشىر، ئانار چېچىكى، قىزىلگۈل، ئاس دەرىخى يوپۇرمىقى، ئالما، بېھى قاتارلىقلارنى ئېزىپ زىمات قىلغاي.

ئاشقازان مىزاجىنىڭ ماددىسىز ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشىدىن بولغان بولسا، سۈرگۈچ ھاجەت چۈشمەس، ئۇنىڭ ئىلاجىنىمۇ يۇقىرىدىكى دورىلار بىلەن قىلغاي.

ئەگەر كېسەللىك ئاشقازاننى قوزغايدىغان ھۆللۈكلەر سەۋەبىدىن پەيدا بولغان بولسا، دەسلەپتە ئاشقازاننى قەي بىلەن تازىلىغاي ياكى ئايارەج پەيقىرا بىلەن ماددىنى سۈرگەي، ئارقىدىن جاۋارىش خۇزى بەرگەي.

جاۋارىش خۇزى نۇسخىسى ھېلىلە كابۇلى، قارا ھېلىلىدىن 30 گىرامدىن ئېلىپ، تالقانلاپ، كالا يېغى بىلەن قورۇغاي. تەرەتىزدىن 15 گىرام، جۇۋىنە، زەبۇددىن 10 گىرامدىن ئېلىپ، سىركىگە چىلغاي. تۆمۈر دېتىدىن 30 گىرام ئېلىپ لايىقلاشتۇرغاي. دورىلارنىڭ ھەممىسىنى قوشۇپ مۇۋاپىق مىقداردىكى ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ جاۋارىش قىلىپ، مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلغاي.

يەنە بىر نۇسخا قورۇلغان ئۈزۈم ئۇرۇقى، ھەببۇلئاس مېغىزى، خەرنۇب، ئانار چېچىكى، كۈندۈر، يۇلغۇن مېۋىسىدىن 30 گىرامدىن، جۇۋىنەدىن ئالتە گىرام ئېلىپ سوقۇپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ، قائىدە بويىچە جاۋارىش تەييارلاپ، ھەر قېتىمدا

10 ~ 15 گىرامغىچە يېگەي. ھەببۇلئاس شەربىتى، ئالما شەربىتى ئىچسە، ئىترىفىل سەغىر ئىستېمال قىلسا پايدا قىلۇر. ئۇدخام، ئانار چېچىكى، قىزىلگۈل، قەلەمپۇر قاتارلىقلارغا ئوخشاش دورىلارنى ئاشقازان ساھەسىگە زىمات قىلغاي، غىزاسىغا كەكلىك گۆشى، قىرغاۋۇل گۆشى، قۇشقاچ گۆشى، تورۇلغا گۆشى، توشقان گۆشى قاتارلىقلارنى قورۇپ، زىرە، كەرۋىياغا ئوخشاش خۇش پۇراق دورىلارنى سېپىپ ئىستېمال قىلغاي.

تۆتىنچى باب ھەزىم بۇزۇلۇش توغرىسىدا

بىمارنىڭ مىزاجى ماددىلىق ياكى ماددىسىز سوغۇقتىن بۇزۇلغان بولسا، بۇنىڭ زەرەرى مىزاجنىڭ ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشىدىن كۆپرەكتۇر. مىزاجنىڭ قۇرۇق سوغۇقتىن بۇزۇلۇشى ئۇنىڭ ھۆل سوغۇقتىن بۇزۇلۇشى بىلەن تۇزۇلەر. مىزاجنىڭ ئىسسىقلىقى مۆتىدىل بولسا، ئۇنىڭ زەرەرى سوغۇقتىن ياكى ئىسسىقتىن بۇزۇلغاندەك كۆپ بولماس. مىزاجنىڭ ھۆل سوغۇقتىن بۇزۇلۇشى ئىستىسقا كېسەللىكىنى پەيدا قىلۇر. ھەزىم قىلغۇچى قۇۋۋەت ئاشقازانىنىڭ تېگىدە كۆپرەك بولۇر. ھەزىمگە نۇقسان يەتسە، ئاشقازانىنىڭ تېگىدە كېسەللىك بار ئىكەن، دەپ پەرەز قىلغاي.

يېگەن تائام ھەزىم بولمىسا بەدەن ئۇنىڭدىن ھېچ بەھرە ئالالماس، بەدەن قۇۋۋەتتى ئاجىزلار ياكى ھەزىم بولمىغان غىزا بەدەندە تۇرۇپ ئۆزگىرىپ، كېسەللىك پەيدا قىلۇر. بەزىدە ئىككىنچى، ئۈچىنچى ياكى تۆتىنچى ھەزىمدە نۇقسان كۆرۈلەر، بۇ چاغدا بەدەندە بەرەس، بەھەق، سەرتان، قىچىشقاق، قوقاق، كۆيدۇرگىگە ئوخشاش كېسەللىكلەر پەيدا بولۇر. ئاشقازانىنىڭ ھەزىم قۇۋۋەتتى تائامغا تەسىر كۆرسەتمەي، تائام سىڭمىسە ئىككى خىل ئىللەت پەيدا بولۇر. بىرى، ئۈچەي مەنبەلىك ئىچ سۇرۇش، يەنە بىرى، ئىستىسقائى تەبەللىدۇر. ئىستىسقا ھەزىم قۇۋۋەتتى تائامغا ئازراقمۇ تەسىر قىلمىغانلىقتىن بولۇر، بۇ، ئەسلىي ھارارەتنىڭ تۆۋەنلىكىدىن بولۇر. بۇ خۇددى قۇياش ئەتىگەندە يېڭى كۆتۈرۈلگەندە ئەتراپتىكى ھۆللۈكلەرنى قۇرۇتالمىغانغا، قۇياش ياخشى كۆتۈرۈلۈپ ھارارىتى كۈچەيگەندىن كېيىن ھۆللۈكلەرنى قۇرۇتقانغا ئوخشار. تائامنىڭ ھەزىم بولماسلىقى مىزاجنىڭ ماددىلىق بۇزۇلۇشىدىن بولسا، ئۇنىڭ ئىلاجى ماددىسىز مىزاج بۇزۇلۇشتىن بولغىنىنىڭ ئىلاجىدىن ئاسانراقتۇر.

ئالامىتى

تائام ھەزىم بولماي ئاشقازاندا ئۇزۇن تۇرسا ئاشقازان ئاغرار، كېكىرگەندە يېگەن تائامنىڭ

پۇرىقى كېلۇر. تەرتىپى سىپسىق بولۇر، بەدەن تائامدىن بەھرە ئالالماس ھەم قۇۋۋەت تاپالماس، بۇنىڭ بىلەن بەدەندە ياماڭ ئىللەتلەر پەيدا بولۇر.

داۋالاش

ئاۋۋال سەۋەبىنى ئېنىقلاش، ئارقىدىن كېسەللىكنى داۋالاشقا مەشغۇل بولغاي. خۇددى ئۆز ئورنىدا بايان قىلىنغىنىدەك، مىزاجنىڭ بۇزۇلۇشىغا قارشى تەدبىر قىلغاي. تائامنى تولا يېگەن سەۋەبتىن ھەزىم بۇزۇلغان بولسا، ھاۋاسى مۆتىدىل يەرلەردە ياتقاي، شۇ كۈنى تائام يېمىگەي، قورسىقى ۋە قول پۇتىنى ئىسسىق تۇتقاي. ئەتىسى ئورنىدىن تۇرغاندا تائام ھەزىم بولغانلىقى سېزىلسە مۇنچىغا كىرگەي. ئاسان ھەزىم بولىدىغان تائاملاردىن ئاز مىقداردا يېگەي. تائامنىڭ تېخى سىڭمىگەنلىكى بىلىنسە، ئېيتىلغان تەدبىرلەرنى ئوچ كۈنگىچە ئۇزمەي قىلغاي، بۇ ئارقىلىق ئاشقازان ئەسلىي ھالىتىگە كەلگەي. جىگەر ئوڭ تەرەپتە بولغاچقا، ئوڭ تەرەپنى بېسىپ ياتسا ئاشقازانىنى قىزىتار. كەيلۇس ئوڭ تەرەپتىن جىگەرگە بارىدىغان بولغاچقا، ئوڭ تەرەپنى بېسىپ يېتىش ئاشقازانىنى تېزرەك بوشىتار. ھەزىم قۇۋۋىتىنى ياخشىلايدىغان دورىلارنى، بولۇپمۇ ئاشقازان مىزاجنىڭ سوغۇقتىن بۇزۇلۇشىدا ئېيتىلغان دورىلاردىن ئىتىرىفىل كەبىر، ئىتىرىفىل سەغىر، جاۋارىش ئۇد، جاۋارىش سەنجىرىنا قاتارلىقلارنى كونا شاراب ياكى مائۇلھەسەل بىلەن بەرگەي. ئىسسىق تەبىئەتلىك زىماتلارنى چاپقاي، ئاسان ھەزىم بولىدىغان ھۆل ئىسسىق غىزالارنى يېگەي. مىزاجى ئىسسىق بولسا بېھى شەربىتى، سىركەنجۈبىل، ئانار شەربىتى بەرگەي. تائامنى يۇمشاق پىشۇرۇپ، سۇماق سۇيى، غورا سۇيى ۋە ئاچچىق ئانار سۇيى قوشۇپ بەرگەي.

ئىتىرىفىل كەبىرنىڭ نۇسخىسى ھىلىلە كابۇلى، بەلىلە، ئامىلە، بوزىدان، بەسباسە، شەترەنجى ھىندى، شاقاقۇل قاتارلىقلار بىر ھەسسىدىن، قىزىل تۇدەرى، سېرىق تۇدەرى، لىسانۇل ئاسپار، قىزىل بەھمەن، ئاق بەھمەن ھەربىرىدىن بىر ھەسسىدىن ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، كالا يېغى بىلەن ياغلاپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرغاي.

يەنە بىر نۇسخا ھىلىلە، بەلىلە، ئامىلە، كەرەپشە ئۇرۇقى، شەترەنجى ھىندى، جۇۋىنە، نانخۇانىڭ ھەربىرى 30 گىرامدىن، سۇمبۇل، ھۇماما، ئېگىرنىڭ ھەربىرى 10 گىرامدىن، دارچىن 12 گىرام، ئاقمۇچ، قارىمۇچ، نارمىشكى، نەمەك ھىندى ھەربىرى 15 گىرامدىن، سىركىگە چىلانغان تۆمۇر دېتى 90 گىرام، قىچا 45 گىرام، نۇشۇدۇر 1.5 گىرام. دورىلارنىڭ ھەممىسىنى سوقۇپ، بادام يېغىدا ياغلاپ، ئوچ ھەسسە ھەسەل بىلەن يۇغۇرغاي.

ئىتىرىفىل سەغىرنىڭ نۇسخىسى ھىلىلە كابۇلى، بەلىلە، ئامىلەنىڭ ھەربىرى 0.25

گرامدىن، مەستىكى 60 گرام، زەپەر 10 گرام، مۇقەل مۇۋاپىق مىقداردا. دورىلارنى سوقۇپ، تاسقاپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرغاي.

جاۋارنىش ئۇدنىڭ نۇسخىسى سۇمبۇل، كەرەپشە ئۇرۇقى، رۇمبەدىيان، مەستىكنىڭ ھەربىرى تۆت گرامدىن، ئۇدخام 18 گرام، قەلەمپۇر، ھېلىلە كابۇلى، گۈلدارچىن، ئاملە جەۋھرىنىڭ ھەربىرى سەككىز گرامدىن. دورىلارنىڭ ھەممىسنى سوقۇپ، بېھى شەربىتى بىلەن يۇغۇرۇپ، ھەر قېتىمدا 18 گرامدىن يېگەي.

يەنە بىر نۇسخا كەھرىۋا، قىزىلگۈل، تاباشىرنىڭ ھەربىرى 25 گرامدىن، ئۇدخام 12 گرام، مەستىكى، كەرەپشە ئۇرۇقى، ئاملە جەۋھرىنىڭ ھەربىرى سەككىز گرامدىن، ئىپار يېرىم گرام. دورىلارنىڭ ھەممىسنى سوقۇپ، بېھى ياكى ئالما شەربىتى بىلەن يۇغۇرۇپ ئىستېمال قىلغاي.

زىماتنىڭ نۇسخىسى يەسمەن گۈلى چېچى، نەسرىن گۈلى چېچى، ئۇد ھىندى، مەستىكى، ئەنبەر، لازەن، تۇرۇنجى پوستى، كۇندۇر پوستى، قەلەمپۇر، ئاملە جەۋھىرى، جويۇز، بەسباسە، پەرەنجمىشكى، لاچىندانە، زەپەر، بادرەنجبۇيا، قاقىلە، قەسبۇزەرىرە، سۇمبۇل، قىزىلگۈل چېچى قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، پۇرىقى تۇزەلگۈدەك ئىپار قوشۇپ سوقۇپ، مەرزەنجۇش، ھەببۇلئاس سۇيى بىلەن يۇغۇرۇپ، مەستىكى يېغى بىلەن ياغلاپ زىمات قىلغاي.

جالىنۇس سىركەنجىۋىل سەپەرجىلگە مۇۋاپىق مىقداردا زەنجىۋىل تالقىنى قوشۇپ، ئىسسىقتىن بولمىغان ئاشقازان كېسەللىكى ئۈچۈن زىمات قىلغان، زەنجىۋىلنىڭ مىقدارى 30 گرام، سىركەنجىۋىل سەپەرجىلنىڭ مىقدارى 0.5 گرام بولغاي.

بەشىنچى باب ئاشقازاننىڭ ئىتتىرىپ چىقىرىش قۇۋۇتىنىڭ ئاجىزلىشىشى توغرىسىدا

بۇ كېسەللىكتە تائام ئاشقازاندا ئون ئىككى ياكى ئون بەش سائەت تۇرار.

سەۋەبى

بۇ كېسەللىك ئاشقازاننىڭ قۇۋۇتسىزلىكى، جىگەر، ئۆچەي كېسەللىكى ۋە تائامنى تەرتىپسىز يېيىش قاتارلىق سەۋەبلەردىن بولۇر.

ئالامتى

كېكىرگەندە ئېغىزدىن يېگەن تائامنىڭ پۇرىقى كېلۇر. ئىستېمال قىلغان تائام ئاسان ھەزىم بولىدىغان تائاملاردىن بولسا، ئاشقازاندىن ئاسان ئۆتەر، تەستە ھەزىم بولىدىغان تائاملاردىن بولسا، ئۇزۇندا ئۆتەر. تائامنىڭ ئاشقازاندىن تېز، ئاستا ئۆتۈشى تائامنىڭ قانداقلىقى ۋە ئاشقازان قۇۋۇتىنى بىلەن مۇناسىۋەتلىك بولۇر. تائام ئاشقازاندا ئون ئىككى سائەتتىن ئۇزۇن، يىگىرمە ئىككى سائەتتىن قىسقا ۋاقىت تۇرسا، ساقىيىشتىن ئۇمىد كۈتكىلى بولماس.

داۋالاش

سوغۇق نەرسىلەر ئارقىلىق ئاشقازانىنىڭ ئىتتىرىپ چىقارغۇچى قۇۋۇتىگە يارەم بەرگەي. سوغۇق نەرسىلەرگە مايىل بولسا، ھەر خىل مېۋىلەرنىڭ سۈيى، سىركەنجۈبىل، كاسىنە سۈيى قاتارلىقلاردا فۇلۇسى خىيارشەنبەرنى ئېرىتىپ بەرگەي. غىزاسىغا قارىئۆرۈك، ئاقلانغان ماش، پالەك، بادام يېغى قوشۇپ بەرگەي.

ئالتىنچى باب ئاشقازان بوشاپ كېتىش توغرىسىدا

ئاشقازان كېسەللىكلىرى ئىچىدە ئاشقازانغا تۇتىشىپ تۇرغان پەردىنىڭ بوشىشى ئەڭ ياماندۇر.

ئالامتى

يېگەن تائام پەقەت سىكمەس، تائام ئاشقازانىنى ئاغرىتۇر، ئاشقازان مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشى ياكى ئىششىغانلىقىنىڭ ئالامتى پەقەت مەلۇم بولماس. بەدەنگە مۇۋاپىق كېلىدىغان ياخشى غىزا يېسىمۇ پايدا قىلماس.

داۋالاش

قورىغۇچى نەرسىلەر بىلەن ئىلاج قىلغاي. مۇشۇ قىسمىنىڭ تۆتىنچى بابىدا ئېيتىلغان ھەببۇلئاس شەربىتى، ئىترىفىل كەبىر، ئىترىفىل سەغىر، جاۋارىش ئۇدقا ئوخشاش نەرسىلەرنى بەرگەي. ئاشقازانغا مەستىكى يېغى سۈركىسە پايدا قىلۇر. غىزاسىغا ئاسان ھەزىم بولىدىغان

غىزالاردىن ئاز مىقداردا بەرگەي. تاغ توخۇسى گۆشى، تورۇلغا گۆشى ئاشقازانلىق بۇ كېسەللىكىگە مۇۋاپىق كېلۇر. پىنىنە ئاشقازانلىق ھەرقانداق كېسەللىكىگە، بولۇپمۇ بۇ كېسەللىكىگە ناھايىتى ياخشى پايدا قىلۇر. توخۇ تاشلىقىلىق ئىچكى پوستى بۇ كېسەللىككە ناھايىتى پايدىلىق بولۇپ، پوستىنى گۆشىدىن ئايرىپ، ئاپتاپتا قويۇپ ياخشى قۇرۇغاندىن كېيىن سوقۇپ، ئىككى گىرامنى ئىترىفىل، ھەببۇلئاس شەربىتى ياكى بېھى شەربىتىگە قوشۇپ يۇغۇرۇپ بەرگەي. قاشتېشىنى ئاشقازان ئۇدۇلغا ئېسىپ قويسا پايدا قىلۇر. قاشتېشىدىن 1.5 گىرامنى سوقوپ، مەجۇنگە قوشۇپ بەرسە ناھايىتى پايدا قىلۇر. قاشتېشىنى سوقۇشلىق تەدبىرى شۇكى، ئۇنى قازانغا سېلىپ تېگىگە ئوت قالاپ قىزارغۇچە قورۇپ، ئارقىدىن سوغۇق سۇغا سېلىپ، بىر نەچچە قېتىم شۇنداق قىلسا يېرىلۇر، شۇنىڭدىن كېيىن ئۇنى سوقۇش ئاسان بولۇر.

ھەببۇلئاس شەربىتىنىڭ نۇسخىسى ھۆل ھەببۇلئاستىن 0.5 گىرام ئېلىپ 1.5 گىرام سۇدا يۇمشاق پىشقۇچە قاينىتىپ، قولدا ئېزىپ ئۇرۇقىنى ئايرىغاي، ئۇنىڭغا 0.25 گىرام شېكەر قوشۇپ، قېيىمغا كەلگۈچە قاينىتاقاي. ھەببۇلئاسنىڭ ھۆلى بولمىسا، قۇرۇقىنى شۇ يوسۇندا قاينىتىپ تەييارلىغاي.

ئالتىنچى قىسىم ئاشقازان ئىششىقلىرى، يارىلىرى ۋە ئۇششاق مۇدۇرلىرى توغرىسىدا

بۇ ئالتە بابتۇر.

بىلىش كېرەككى، ئاشقازان تولىراق سەپرا ياكى قاندىن ئىششار، ئىششىقى يامان بولۇر، ئەمما بەزىدە قاتتىق ئىششىققا ئايلىنار، بەلغەمدىن ئىششىشى ئاز ئۇچرار.

بىرىنچى باب ئاشقازاننىڭ قاندىن ئىششىشى توغرىسىدا

ئاشقازان قاندىن ئىششىسا تاۋامغا ئىشتىهاسى بولماس، يۇقىرى قىزىتما پەيدا بولۇر، تىلى يىرىك، قىزىل بولۇر، قىزار، كۆڭلى ئېلىشار. قان غالىبلىقىنىڭ ھەممە ئالامەتلىرى ئاشكارا بولۇر.

داۋالاش

قان ئېلىشقا توسالغۇ بولمىسا باسلىق تومۇردىن قان ئالغاي. سۇرگە دورىسى ۋە قەي دورىسىدىن ھېچ نەرسە بەرمىگەي، بولمىسا خەتەرلىكتۇر. يەرلىك بېھىنى ئاشقازانغا چاپقاي. ھۆل ھەببۇلئاس يوپۇرمىقى سۇيى، بېھى، گۈلاب، سەندەل، موم يېغى قاتارلىقلارنى گۈل يېغى بىلەن بىرلىكتە ھاۋانچىغا سېلىپ سالايە قىلىپ، لاتىغا سۇرۇپ ئاشقازان ساھەسىگە ياپقاي. ئوتقا كۆمۈپ پىشۇرغان ئالما، بېھى، ھۆل قاپاق يوپۇرمىقى، سېمىزئوت يوپۇرمىقى قاتارلىقلارنى ئېزىپ ئاشقازانغا قويسا پايدا قىلۇر. ئاچچىق ئانار شەربىتى، تاتلىق ئانار شەربىتى، ئالما، بېھى قىيامى بەرگەي، تائام بەرمىگەي. يەڭگىل تەدبىرلەرنى قىلغاي. كاشكاپ سۇيى، ئانار سۇيىدىن باشقا نەرسە بەرمىگەي. ئانار سۇيىنى بىنەپشە شەربىتى، نىلۇپەر شەربىتىگە قوشۇپ بەرگەي. ئۇچ، تۆت

كۈندىن كېيىن ئۈچ كۈن ئۇدا يۇمغاقسۈت سۈيى، كاسنە سۈيى، مارجان شوخلا سۈيىنىڭ ھەر قايسىسىدىن 30 گىرامدىن ئېلىپ، 12 گىرام فۇلۇسى خىيارشەنبەر، 15 گىرام زەپەر قوشۇپ بەرگەي. بۇ ئۈچ كۈن جەريانىدا ئارپا ئۈنى، ئاق سەندەل، ھۆل قاپاق يوپۇرمىقى، مارجان شوخلا سۈيى قاتارلىقلارغا ئاز مقداردا زەپەر قوشۇپ، يەتتە كۈنگىچە ئاشقازانغا زىيان قىلغاي. سەككىزىنچى كۈندىن 14 - كۈنگىچە شوخلا سۈيى، كاسنە سۈيىنىڭ ھەربىرىدىن ئىككى ھەسسىدىن، ھۆل بەدىيان سۈيى، كەرەپشە سۈيىنىڭ ھەربىرىدىن بىر ھەسسىدىن ئېلىپ، ئۈنىڭغا 12 گىرام فۇلۇسى خىيارشەنبەر، بىر گىرام زەپەر سېلىپ بەرگەي، يەتتە كۈندىن كېيىن ھارارەت ئۆز ھالىتىدە تۇرسا بۇ شەربەتنى بەدىيان سۈيى، كەرەپشە سۈيى قوشماي بەرگەي. چوڭ تەرتىپ يۇمشاق بولسا، خىيارشەنبەر ئورنىغا قۇرسى تاباشىر ياكى ئۈچ گىرام قۇرسى گۈل ياكى بېھى مۇرابباسى بەرگەي. مارجان شوخلا، قۇرۇق يۇمغاقسۈت، بىنەپشە، ئاق لالە، ئارپا ئۈنى، بابۇنە، ئىكلىلمىلىك، سەۋسەن يىلتىزى، ساپ موم، بىنەپشە يېغى، گۈل يېغى قاتارلىقلارنى قوشۇپ زىمات قىلغاي. 14 كۈندىن كېيىن ھارارەت پەسەيسە، كاشكاپقا بەدىيان يىلتىزى، كەرەپشە يىلتىزىدىن 10 گىرامدىن قوشۇپ قاينىتىپ، بادام يېغى تېمىتىپ بەرگەي.

قۇرسى تاباشىرنىڭ نۇسخىسى تاباشىردىن 12 گىرام، قىزىلگۈلدىن 15 گىرام، قورۇلغان ئاتقۇلاق ئوت ئۇرۇقىدىن 21 گىرام، قورۇلغان ئەرەب يېلىمى، گىل ئەرمىنى، گىل مەختۇم، بەللۇتنىڭ ھەربىرىدىن 15 گىرامدىن، زىرىقتىن 21 گىرام، ھەببۇلئاس قورۇلغان نىشاستىنىڭ ھەربىرىدىن 12 گىرامدىن ئېلىپ. بۇلارنى قۇرس قىلىپ، ھەر قېتىمدا بەش گىرامدىن يېگەي.

قۇرسى گۈلنىڭ نۇسخىسى قىزىلگۈلدىن 21 گىرام، سەۋسەن يىلتىزى، سۇمبۇلنىڭ ھەربىرىدىن 12 گىرامدىن ئېلىپ قۇرس قىلغاي. ھەر قېتىمدا 1.5 ~ 3 گىرامغىچە يېگەي. بەزى نۇسخىلارغا قورۇلغان نىشاستە قوشقاندۇر. ھارارەت كېمەيسە، قۇرسى گۈلنى تۆۋەندىكىدەك تەييارلىغاي: قىزىلگۈل 18 گىرام، سەۋسەن يىلتىزى، سۇمبۇل ھەربىرى 12 گىرامدىن، ئىكلىلمىلىك، بابۇنە، ئىزخىر چېچىكى ھەربىرى توققۇز گىرامدىن، مەستىكى، كەھرىۋانىڭ ھەربىرى ئالتە گىرامدىن. بۇلارنى سوقۇپ، شاراب بىلەن يۇغۇرۇپ، قۇرس قىلغاي. مارجان شوخلىنىڭ قاينىتقان سۈيى بىلەن ئىستېمال قىلغاي.

زىمات نۇسخىسى ئاق لالە ئۇرۇقى 30 گىرام، بابۇنە، بىنەپشە، ئارپا ئۈنى، ئاق لالە يوپۇرمىقىنىڭ ھەربىرى 60 گىرامدىن، ئىكلىلمىلىك 30 گىرام، سەۋسەن يىلتىزى 45 گىرام، موم 50 گىرام، بىنەپشە يېغى، گۈل يېغىنىڭ ھەربىرى 50 گىرامدىن، زەپەر 15 گىرام.

دورىلارنى مەلھەم قىلىپ، چىگە رەختكە سۈرتۈپ، ئاشقازانغا ياپقاي.

يەنە بىر زىماتنىڭ نۇسخىسى بابۇنە 75 گىرام، ئاق لالە 60 گىرام، ئەفسەنتىن 30 گىرام، سۇمبۇل ئۇچ گىرام، سەۋسەن يىلتىزى 30 گىرام، ئىكلىلمىلىك 45 گىرام، ئېرىتىلگەن ئۆردەك يېغى 30 گىرام، سېرىق موم 120 گىرام، گۈل يېغى، خەيرىگۈل يېغى، سەۋسەن يېغىنىڭ ھەربىرىنى 150 گىرامدىن ئېلىپ زىمات قىلغاي. بەزى نۇسخىلارغا ئىكلىلمىلىك بىلەن سېرىقچېچەكنى قوشقاندۇر.

جالىنۇس: مېنىڭ ئاشقازان ئىششىقىغا سەبرە، مەستىكى قوشقان موم يېغىنى زىمات قىلىش ئادىتىم بار، دېگەن.

زىمات نۇسخىسى سەبرە، مەستىكىنىڭ ھەربىرى بەش گىرامدىن، موم 40 گىرام، ياغ 30 گىرام. دورىلارنى سوقۇپ، ياغقا سېلىپ، مەلھەم بولغۇچە يۇغۇرغاي. بەزىلەر سەبرە بىلەن مەستىكىنىڭ ھەربىرىنى 7.5 گىرامدىن سالۇر. ئاشقازان قۇۋۇتى ئاجىز بولۇپ، يېمەك - ئىچمەك ئاشقازاندا توختىمىسا، بەش گىرام قۇرۇق غورا ئۇزۇم قىيامىنى بۇ زىماتقا قوشقاي. دورىلار 20 گىرامدىن بولسا، 60 گىرام موم يېغى سالغاي.

بۇ زىماتقا قوشىدىغان ياغنى تەييارلاش ئۇسۇلى: بۇغداي، سۇمبۇلدىن 200 گىرامدىن، قۇستە، سۆئىدى، ئىزخىر، قەسبۇزەربەرەنىڭ ھەربىرىدىن توققۇز گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، 400 گىرام بەدىيان يېغىغا قوشۇپ، بىر ھەپتە ئاپتاپتا قويغاي. ئۇنىڭدىن كېيىن مۇجۇپ، سىقىپ، تىرىپىنى ئايرىۋەتكەي. تىرىپىنى زىمات قىلسىمۇ مەنپەئەت قىلۇر. بىمارنىڭ غىزاسىغا ئاقلانغان ماش، قىزىلچا يوپۇرمىقى، ھەشقىپىچەك، پالەك، قاپاقنى بادام يېغى بىلەن بەرگەي. بەدەن قۇۋۇتى ئاجىز بولسا، چالا پىشۇرۇلغان تۇخۇم سېرىقىنى بەرگەي. قىزىتمىسى پەسەيسە، چۈجە گۆشى بەرگەي. بىمارنىڭ قىزىتمىسى سوۋۇپ 20 كۈن ئۆتسە، چۈجە گۆشى بەرمىگەي. سۇيۇق ماددا تارقاپ، قويۇقى قالغان بولسا، بەلغەمدىن پەيدا بولغان ئىششىقتا ئېيتىلغان زىماتلارنى چاپقاي. ئىششىق پىشىپ، يېرىكلاپ ئېغىز ئالسا، دەسلەپتە ئاغرىقى كۈچلۈك، قىزىتمىسى يۇقىرى بولۇر. ئىششىسا، ئاغرىقى پەسىيىپ، قىزىتمىسى سوۋۇر. ئىششىقى ئۆز ھالىتىدە تۇرغان بولسا، ئېغىز ئېلىشقا تەدبىر قىلغاي. تەدبىر شۇكى، دەسلەپتە يېڭى سۈت ۋە ئىلمان سۇ ئىچكۈزۈپ، ئاشقازىنىنى ئۇۋۇلاپ تەۋرەتكەي. ئېغىز ئالمىسا، ئىسسىق مائۇلھەسەل بەرگەي، قۇرۇق ئەنجۈر ۋە قۇرۇق ئۇزۇم يېگۈزگەي. ئېغىز ئېلىشى كېچىكسە، مەلۇم مىقداردىكى قىچىنى سوقۇپ بەرگەي.

ئىششىقنى پىشۇرۇپ ئېغىز ئالدۇرىدىغان شەربەتنىڭ نۇسخىسى ئەنجۈر شەربىتىدىن 60 گىرام، زىغىر سۈيى، شۇمشا سۈيىنىڭ ھەربىرىدىن 30 گىرامدىن ئېلىپ،

ئۇستىدىن بىر گىرام زەپەر، سەككىز مىللىگىرام سەبرىنى قوشۇپ ئىچۈرگەي. قىزىتمىنىڭ قايتىلىنىشىدىن ئەنسىرىسە، خېمىرنى ئىسسىق سۇدا ئېرىتىپ، خىيارشەنبەر سېلىپ ئىچكۈزگەي.

يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى تۇخۇمى مەڑۈى، زىغىر ئۇرۇقى، ئاق لاله ئۇرۇقى، كاللەكبەسەي ئۇرۇقىنىڭ ھەرقايىسىسىدىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، ئەتىگەن - كەچتە 10 گىرامدىن ئېلىپ، 120 گىرام ئېشەك سۈتى ياكى ئۆچكە سۈتى قوشۇپ بەرگەي.

ئىششىق ئېغىز ئالغانلىقىنىڭ ئالامىتى شۇكى، بىمار تىترەر، ئىششىق ئورنى پەسىيىپ ئولتۇرۇشۇپ قالار، ئاچچىق، ئۆتكۈر نەرسىلەرنى ئىستېمال قىلسا، ئاشقازىنى كۆيۈشۈپ ئاغرىق پەيدا بولۇر، چوڭ تەرىتىدە قان، يېرىڭ كېلۇر. ئېغىزمان، كىندىك ئاستى ياكى ئاشقازان ئېغىزىدا ئاغرىق پەيدا بولۇر. بۇ چاغدا ھارارەت بولسا، گۈلاب بەرگەي، ھارارەت يۇقىرى بولمىسا، ئاشقازاننى يۇيۇپ تازىلاش ئۈچۈن مائۇلھەسەل بەرگەي. ئارقىدىن گۆش ئۇندۇرىدىغان دورىلارنى بەرگەي.

گۆش ئۇندۇرىدىغان دورىنىڭ نۇسخىسى خۇنسىياۋشان، كۇندۇر ھەربىرى 15 گىرامدىن، قىزىلگۈل، ئانار چېچىكى، كەھرىۋانىڭ ھەربىرى ئالته گىرامدىن، گىل ئەرمىنى توققۇز گىرام. دورىلارنىڭ ھەممىسىنى سوقۇپ، تاسقاپ، ئالما، بېھى قىيامى بىلەن يۇغۇرۇپ بەرگەي.

يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى كۆكنار ئالته گىرام، ئەرەب يېلىمى، كەتىرا ئۈچ گىرامدىن، قىزىلگۈل، ئانار چېچىكى، ھەببۇلئاس، تېكە ساقلى ئۆسۈملۈكى سۇيى، ئاقاقىيا، زەپەر، كەھرىۋا 1.5 گىرامدىن. دورىلارنى سوقۇپ، تاسقاپ، سۇماق سۇيىدە يۇغۇرۇپ قۇرس قىلغاي. سايىدا قۇرۇتۇپ، ھەر قېتىمدا بەش گىرامنى سوغۇق سۇ ياكى ئىسپىغۇل لوئابى بىلەن يېسە، مەنپەئەت قىلۇر.

ئىككىنچى باب ئاشقازانىنىڭ سەپرادىن ئىششىشى توغرىسىدا

ئالامىتى

بىمارنىڭ يۈزى ۋە تىلى سېرىققا مايىل بولۇر، ئېغىزى ئاچچىق بولۇر، قىزىتمىسى يۇقىرى بولۇر، ئۇسسۇزلۇقى غالىب بولۇر.

داۋالاش

ئۇنىڭ ئىلاجى ئاشقازاننىڭ قاندىن بولغان ئىششقىنىڭ ئىلاجى بىلەن ئوخشاشتۇر، پەقەت پەرقى شۇكى، سەپرادىن بولغان ئىششقتا ھۆللۈك ۋە سوغۇقلۇق پەيدا قىلىدىغان تەدبىرلەر ئۇنىڭ قاندىن بولغان ئىششقىغا قارىغاندا كۆپرەك قىلىنۇر. بۇنىڭ ئۈچۈن تاتلىق ئانار سۈيى بىلەن بىرلىكە كاشكاپى سەرتان بەرگەي، قاپاق سۈيى، ئانار سۈيى، تەرخەمەك سۈيىگە سېمىزئوت ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقىدىن ئۈچ گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ ئارىلاشتۇرۇپ، كاسنە سۈيى، ئازراق شېكەر قوشۇپ ئىچكۈزسە مۇۋاپىق كېلۈر. ھۆل قاپاق لېشى، ئاق لالە، ئارپا ئۇنى ۋە سۇ لەشلىرىنى زىمات قىلسا، ئوبدان مەنپەئەت قىلۇر. 14 كۈندىن كېيىن ئالدىدىكى بابتا ئېيتىلغان تەدبىرلەرنى قىلغاي.

بۇ كېسەللىككە ئىشلىتىلىدىغان قۇرسى گۈلنىڭ نۇسخىسى قىزىلگۈل 18 گىرام، زەپەر، سۇمبۇل ئالتە گىرامدىن، سەۋسەن يىلتىزى، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، ھەسەل توققۇز گىرامدىن، ئەرەب يېلىمى، كەتىرا ئۈچ گىرامدىن. دورىلارنىڭ ھەممىسىنى سوقۇپ، سۇ بىلەن يۇغۇرۇپ قۇرس قىلغاي. ھەر قېتىمدا ئۈچ گىرامدىن يېگەي. بەزى كىشىلەر ئۇنى ھەببى سۈئالغا ئوخشاش كۇمىلاچ قىلىپ، تىل ئاستىغا سېلىپ تۇرۇشنى بۇيرىغان.

ئۈچىنچى باب ئاشقازاننىڭ بەلغەمدىن ئىششىشى توغرىسىدا

ئالامىتى

تاتامغا ئىشتىھاسى سۇس بولۇر، ئىششىق يۇمشاق بولۇر، ئۇسسۇزلۇقى بولماس.

داۋالاش

بۇنىڭغا قان ۋە سەپرادىن بولغان ئىششقىنىڭ ئەكسىچە ئىلاج قىلغاي. ھەر كۈنى ئەتىگەندە بەدىيان سۈيى ۋە كەرەپشە سۈيىنىڭ ھەربىرىدىن 30 گىرامدىن ئېلىپ، ئالتە گىرام تاتلىق بادام يېغى تېمىتىپ بەرگەي. يەتتە كۈندىن كېيىن مەتبۇخى ئىكلىلمىلىككە بادام يېغى، ئەنجۇر يېغى قوشۇپ بەرگەي.

مەتبۇخى ئىكلىلمىلىكنىڭ نۇسخىسى ئىكلىلمىلىك ۋە بەدىيان يىلتىزىدىن 30

گىرامدىن ئېلىپ، ئۇلارنى 1600 گىرام سۇدا تۆتتىن بىر قىسمى قالغۇچە قاينىتىپ، ئالتە گىرام ئەنجۇر يېغى، توققۇز گىرام تاتلىق بادام يېغى قوشۇپ بەرگەي.

يەنە بىر مەتبۇخنىڭ نۇسخىسى بىخ بەدىيان 30 گىرام، بەدىيان رۇمى 10 گىرام، ئىزخىر چېچىكى، مەستىكى، كەرەپشە ئالتە گىرامدىن، پىرسىياۋشان 15 گىرام. دورىلارنىڭ ھەممىسىنى قاينىتىپ، سۈزۈپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە سۈيىدىن 120 گىرام ئېلىپ، 60 گىرام تاتلىق بادام يېغى، ئالتە گىرام بىدانجىر يېغى قوشۇپ بەرگەي. ئۇنىڭغا زۇپا شەربىتى بىلەن ئىكلىلمىلىك قوشۇپ قاينىتىپ، بىدانجىر يېغى، بادام يېغى قوشۇپ بەرسە مەنپەئەت قىلۇر.

سىناقتىن ئۆتكەن زىماتنىڭ نۇسخىسى جۆئىدە، ئىكلىلمىلىك، ھۇماما، بابۇنە، سىرىنقىچىچەكنىڭ ھەربىرى 30 گىرامدىن، ئەفسەنتىن، سۇمبۇلنىڭ ھەربىرى 21 گىرامدىن، سەبرە 24 گىرام، مەستىكى 30 گىرام، كۈندۇر 18 گىرام، ئاق لالە يىلتىزى 45 گىرام، ئوشەق، جاۋشىر، مۇقەل، مىئەسائىلە 30 گىرامدىن، توخۇنىڭ چاۋا يېغى، ئۆردەكنىڭ چاۋا يېغى 60 گىرامدىن، سىرىق موم 200 گىرام، سەۋسەن يېغى، ناردىن يېغى 200 گىرامدىن، مۇقەل، جاۋشىر، ئوشەقنى 45 گىرامدىن ئالغاي. سوققان زەپەرنى شارابتا ئېزىپ، باشقا دورىلارنى سوقۇپ، تاسقاپ، چاۋا ياغ بىلەن مومنى ئېرىتىپ، باشقا دورىلارنى قوشۇپ يۇغۇرغاي. بەزى نۇسخىلاردا 60 گىرام كەتىرانى سوقۇپ، تاسقاپ قوشقاندۇر.

يەنە بىر زىماتنىڭ نۇسخىسى تال ياغچى كۈلى، سۆئىدى، ئىزخىر، سۇمبۇلنى سوقۇپ، سىركىدە يۇغۇرۇپ، ناردىن يېغى، سۇمبۇل يېغى قوشۇپ، ئاشقازانغا چاپقاي. غىزاسىغا ھەلىيۇن، ھەشقىپىچەك، كاللەكبەسەي، قىزىلچا، زەيتۇن يېغى، بادام يېغى قوشۇپ بەرگەي. سۇ ئورنىغا مائۇلھەسەل ئىچكۈزگەي.

تۆتىنچى باب ئاشقازاننىڭ قاتتىق ئىششقى توغرىسىدا

ئىششىق دەسلەپتە قاتتىق بولماس، ئاشقازاننىڭ ئىسسىقتىن پەيدا بولغان ئىششقى ئاخىردا قاتتىق بولۇر، بەلغەمدىن بولغان ئىششقنىڭ قاتتىقلىششى كەم ئۇچرار.

ئالامىتى

ئاغرىقى ئۆزۈنغا سوزۇلار، قىزىتمىسى تۆۋەن بولۇر، ئېغىر بىلىنەر، بەدىنى ئورۇقلار، يامان خىياللارنى قىلۇر.

داۋالاش

داۋاملىق تۆگە سۈتى بېرىش ياخشى ئىلاجدۇر، خىيارشەنبەرنى مائۇلئۇسۇلدا ئېرىتىپ، بىدانجىر يېغى تېمىتىپ بەرسە مەنپەئەت قىلۇر، مائۇلئۇسۇلنىڭ كۆچلۈكرەك بولۇشى مەقسەت قىلىنسا، ئىزخىر چېچىكى، مەستىكى، پىرسىياۋشان قوشۇپ بەرگەي. ئۇنىڭغا بىدانجىر يېغى، سەۋسەن يېغى ۋە بادام يېغىنىڭ ھەربىرىدىن ئالتە گىرامدىن قوشسا مەنپەئەت قىلۇر. قۇرسى سۈمبۈلمۇ پايدا قىلۇر.

قۇرسى سۈمبۈلنىڭ نۇسخىسى ئىزخىر چېچىكى، قېلىن دارچىن، قىزىلگۈل، رەۋەن، قەسبۇزەرىرە، سۈمبۈلنىڭ ھەربىرى توققۇز گىرامدىن، زەپەر، بەدىيان رۇمى، قۇستە، مۇرچىنىڭ ھەربىرى ئۈچ گىرامدىن، مۇقەل ئەزرەق توققۇز گىرام، مەستىكى ئالتە گىرام، ئۇشەق ئۇچ گىرام. بۇلارنى تۆت گىرامدىن قۇرس قىلغاي، ھەر كۈنى بىر قۇرس يېگەي.

يىرىڭلىق ئىششىق ۋە قاتتىق ئىششىققا پايدا قىلىدىغان زىماتنىڭ نۇسخىسى

ئىكلىلمىلىك، شۇمشا، بابۇنە، ھەبۇلغار، ئاق لالە، ئەفسەنتىننىڭ ھەربىرى بىر ھەسسىدىن، ئۇشەق، مۇقەلنىڭ ھەربىرى تۆت ھەسسىدىن، قۇرۇق ئەنجۈر 20 دانە. ئەنجۈرنى تاتلىق شارابتا قاينىتىپ، ھەسەل بىلەن سالايە قىلغاي. يېلىملارنى شارابتا ئېرىتكەي، باشقا دورىلارنى سوقۇپ، بىرلەشتۈرۈپ ئىششققا چاپلاي.

يەنە بىر زىماتنىڭ نۇسخىسى كاللەكبەسەي ئۇرۇقى، ئاچچىق بادام مېغىزى، ئۇشەق، مۇقەل، مىئەسائىلە، مۇرمەككى، سۈمبۈل، مەستىكى، سۆئىدى، ئىزخىر قاتارلىقلارنى باراۋەر مىقداردا ئالغاي. يېلىملارنى شارابتا ئېرىتكەي، قۇرۇق دورىلارنى سوقۇپ، ئۇنىڭ بىلەن يۇغۇرۇپ زىمات قىلغاي.

يەنە بىر زىماتنىڭ نۇسخىسى زىغىر ئۇرۇقى، شۇمشا ئۇرۇقى، كاللەكبەسەي ئۇرۇقى بىر چاڭگالدىن، مۇرمەككى، سۈمبۈل، سۆئىدىنىڭ ھەربىرى توققۇز گىرامدىن، مۇقەل، مەستىكىنىڭ ھەربىرى 21 گىرامدىن، ئۇشەق توققۇز گىرام. يېلىملارنى شارابتا ئېرىتىپ، باشقا دورىلارنى سوقۇپ، ئۇنىڭ بىلەن يۇغۇرۇپ زىمات قىلغاي.

يەنە بىر زىماتنىڭ نۇسخىسى ئۇشەق، سۈمبۈل، مەستىكى ھەربىرى 15 گىرامدىن، ھەببۇلبان، مۇقەل، ئۇزۇم ئۇرۇقى ھەربىرى 30 گىرامدىن، موم توققۇز گىرام، سۈمبۈل يېغى 45 گىرام. يېلىملارنى شارابتا ئېرىتىپ، باشقا دورىلارنى سوقۇپ، ئۇنىڭ بىلەن يۇغۇرۇپ زىمات قىلغاي.

يەنە بىر زىماتنىڭ نۇسخىسى قۇرۇق بىنەپشە 30 گىرام، قىزىلگۈل 15 گىرام، سۇمبۇل، مەستىكى توققۇز گىرامدىن، قەسبۇزەرىرە، سۆئىدى، ئىزخىر ئالتە گىرامدىن، شۇمشا، بابۇنە، ئاق لالە، ئارپا ئۇننىڭ ھەربىردىن 30 گىرامدىن ئالغاي. بۇلارنى سوقۇپ، زىغىر سۇيىدە يۇغۇرۇپ، ئاشقازاننى سۇمبۇل يېغى بىلەن ياغلىغاندىن كېيىن چاپقاي. تائام يېيىشتىن تۆت سائەت بۇرۇن، بۇ زىماتنى چاپقاي. تائام يېگەندىن كېيىن تۆت سائەتتىن كېيىن يەنە چاپقاي، ھەر قېتىملىق تائامنىڭ ئالدى - كەينىدە شۇنداق قىلغاي. غىزاسىغا ئالدىنقى بابتا ئېيتىلغان غىزالارنى يېگەي، سۇ ئورنىغا گۈلاب ياكى مائۇلھەسەل ياكى تۆگە سۈتى ئىچكەي.

بەشىنچى باب ئاشقازان قاپلىق يارىسى توغرىسىدا

ئاشقازان ئىسسىقتىن ئىششىسا، بىمارنىڭ بەدىنى ئورۇق، كۆزى ئولتۇرۇشقان بولۇر، ئىچى سۇرەر، قەي قىلۇر، قىزىتما بولۇر، سۆيدۈكى ئاز كېلۇر، ئاشقازىنى قاتتىق بولۇپ، قول بىلەن باسسا بارماق پاتماس، بۇنىڭدىن ئىششىقىنى قاپلىق يارىغا ئۆزگىرىپتۇ، دەپ پەرەز قىلغاي. بۇ چاغدا ئاشقازاندا ئاغرىق پەيدا بولسا، پۇت - قول سوۋۇسا يامان ئالامەتتۇر.

داۋالاش

ئاشقازاننىڭ ئىسسىقتىن ئىششىغانلىقىنىڭ ئالامتى ئاشكارا بولسا، تېز قان ئالغاي. ئىلگىرى ئېيتىلغان شەربەتلەر ۋە زىماتلارنى ئىشلەتكەي، ئىششىقىنىڭ قاپلىق يارىغا ئۆزگەرمەسلىكى ئۈچۈن، ماددىنى ياندۇرغاي ۋە ئازايتقاي. قاپلىق ئىششىققا ئۆزگەرسە، پىشۇرۇپ ئېغىز ئالدۇرۇشتىن باشقا چارە يوقتۇر. پىشۇرۇش ئۇسۇلى شۇكى، ھەر سائەت يېگى ئىسسىق سۇت ۋە ئىلمان سۇ ئىچكۈزگەي. ئىششىقنىڭ يۇمشىغان - يۇمشىمىغانلىقى، قولنى پاتۇرسا پاتىدىغان - پاتمايدىغانلىقىغا دىققەت قىلغاي، يۇمشىغان بولسا شۇمشا بىلەن ئوغرىتىكەننى قاينىتىپ، ئاچچىق بادام يېغى ۋە بىدانجىر يېغى تېمىتىپ، ئىسسىق ھالەتتە بەرگەي.

سىناقتىن ئۆتكەن يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى قۇرۇق ياۋا كاسنە 4.5 گىرام، تۇخۇمى مەرۋى، شۇمشا ئۇرۇقى ھەربىرى ئۈچ گىرامدىن. دورىلارنى سوقۇپ، تاسقاپ، 90 گىرام ئېشەك ياكى ئۆچكە سۈتىگە قوشۇپ ئىسسىتىپ بەرگەي.

سىناق قىلىنغان يەنە بىر زىماتنىڭ نۇسخىسى قۇرۇق ياۋا كاسنىدىن 30 گىرام،

شۇمشا، تۇخۇمى مەرۋى ھەربىرىدىن 60 گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، كۈنجۈت يېغىدا ياغلاپ، يېڭى سۈت بىلەن يۇغۇرۇپ، قىزىق ھالەتتە ئىششىققا چاپلاي، سۈنى خۇشياقمايدىغان ھالەتكە كەلتۈرۈپ ئولتۇرغاي. قۇرۇق ئەنجۈر، بابۇنە، ئەفسەنتىننى قاينىتىپ، قويۇلغاندا ئىششىققا سۈركىگەي. بۇلارنىڭ ئىچىدە ئەنجۈر، بابۇنە ۋە شۇمشا پىشۇرغۇچى ھەم يۇمشاتقۇچىدۇر. ئەفسەنتىن ئىششىقنى قورۇغۇچى ۋە چىگىتقۇچىدۇر. ئاشقازانغا ئىشلىتىلىدىغان ھەرقانداق دورىغا قۇۋۇەتلەيدىغان دورىلارنى قوشقاي، ئىششىق يۇمشىسا، پىشقانلىقىنىڭ ئالامىتى بولۇپ، بىمارنى يۇمشاق ۋە ئىسسىق كۆرپىدە يۇزنىي تۆۋەن قىلىپ ياتقۇزۇپ، ئاشقازانىنىڭ قىسلىپ ئېغىز ئېلىشىغا ياردەم بەرگەي. ئېغىز ئالغانلىقىنىڭ ئالامىتى ئاشقازانىنىڭ قاندىن بولغان ئىششىقدا بايان قىلىندى، دورىلىرىمۇ سۆزلەندى. ھەرقاچانكى قەي قىلغاندا، قان چىقسا، ئۇمىدسىزلىك نىشانىسى كۆچلۈكرەكتۇر. بۇ چاغدا سەبرىنى كاسىنە سۇيى بىلەن بېرىش ۋە ئايارەج پەيقىرا بېرىش ياخشىدۇر. ئۇ، ئاشقازانىنى يۇيۇپ يىرىڭىنى تازىلار، بۇ ئىلاج بىلەنمۇ ئېغىز ئالمىسا، قاتتىق ئىششقىنىڭ بايانىدا ئېيتىلغان ئىلاجنى قىلغاي. بۇ كېسەللىكنىڭ دەسلەپىدە تائامغا چالا پىشۇرۇلغان تۇخۇم سېرىقى بىلەن كېپەك سۇيى بەرگەي. ئارپا سۇيى بەرسە مەنپەئەت قىلۇر، ئاخىرىدا توخۇ شورپىسىغا سېرىقچېچەك ۋە شۇمشا سىلىپ قاينىتىپ بەرسە پايدا قىلۇر.

ئالتىنچى باب ئاشقازان يارىسى ۋە ئۇششاق مۇدۇرلىرى توغرىسىدا

كۆيۈشتۈرىدىغان ئۆتكۈر خىلىت سەۋەبىدىن ئاشقازانغا جاراھەت ۋە ئۇششاق مۇدۇر چىقار، بۇ خىل خىلىت ئۆتكۈر ۋە ھارارەتلىك تائاملارنى يېگەندىن پەيدا بولۇر، يەنە ئۆتكۈر تەرلەش، مېڭە ياكى باشقا ئەزادىن ئاشقازانغا ئۆتكۈر سۇيۇقلۇق كېلىش سەۋەبىدىن ئاشقازانغا جاراھەت چىقار.

ئالامىتى

ئاشقازانغا جاراھەت چىقىشنىڭ ئالامىتى تۆت خىلدۇر. بىرىنچىسى، بىمارنىڭ ئېغىزى سىسىق بولۇر، سىسىق كېكىرەر. ئىككىنچىسى، تاڭلىيى ۋە ئېغىزى قۇرۇق بولۇر. ئۈچىنچىسى، كۆپ قەي قىلۇر. تۆتىنچىسى، قەيدە جاراھەت قاقىچىغا ئوخشاش پوستلار چىقار، بەزدە جاراھەت قىزىلئۆڭگەچتە، بەزدە ئاشقازان ئېغىزىدا، بەزدە ئۈچەيدە بولۇر. قىزىلئۆڭگەچتە بولسا، تائام

يۇتقاندا، بويۇن ئارقىسى، ئېغىزماندا ئاغرىق پەيدا بولۇر، بولۇپمۇ يىرىك ۋە قويۇق تائاملارنى يېگەندە شۇنداق بولۇر. جاراھەت ئاشقازان ئېغىزىدا بولسا، تائام يۇتقاندا كۆكرەكنىڭ چوڭقۇر قىسمىنىڭ ئاستىدا ئاغرىق پەيدا بولۇر، بەزىدە نەپەس ئىنچىكە بولۇر، پۇت - قولى سوۋۇپ كېتەر، قەي قىلۇر، جاراھەت قاقچى قەي بىلەن چىقار، جاراھەت ئاشقازان تېگىدە بولسا، تائام ئاشقازانغا ئورۇنلاشمىغچە، ئاشقازان ئاغرىماس. كۆكرەكنىڭ تۆۋەن قىسمى، كىندىككە يېقىن جايدا ئاغرىق پەيدا بولۇر، ئەمما ئاغرىق ئاشقازان ئېغىزىغا جاراھەت چىققاندەك كۈچلۈك بولماس. چوڭ تەرەتتىن جاراھەت قاقچىغا ئوخشاش نەرسىلەر چىقار. جاراھەت ئۈچەيدە بولسا، تائام ئاشقازاندىن تۆۋەنگە چۈشمىگىچە ئاغرىماس. كىندىك ئەتراپى ئاغرار، چوڭ تەرەتتە نېپىز جاراھەت قاقچى چىقار. بۇنى بىلمەكچى بولغاندا، بىمارغا سىركە ۋە قىچا سېلىپ بەرگەي.

داۋالاش

ئاشقازانغا چىققان جاراھەت ۋە ئۇششاق مۇدۇرلار يېگى بولسا، دەسلەپتە قان ئالغاي، بولۇپمۇ قان غالىبلىقىنىڭ ئالامتى ئاشكارا بولسا، قارا ئېنەك سۈتىدىن تەييارلانغان 180 گىرام ئاچچىق دوغاپقا ئۈچ گىرام تاباشىر، ئۈچ گىرام قىزىلگۈل، ئۈچ گىرام ياۋا سەۋزە قوشۇپ بەرسە مەنپەئەت قىلۇر.

مەنپەئەت قىلىدىغان شەربەت نۇسخىسى ئېنەك سۈتى، سۇماق سۈيىنىڭ ھەربىرىدىن 180 گىرامدىن، غورا سۈيىدىن 50 گىرام ئېلىپ، بۇلارنى قوشۇپ، تاش بىلەن داغماللاپ، سۈيى تۈگەپ سۈتى قالغاندا ئاچچىق ئانار شەربىتى قوشۇپ ئىچكۈزگەي. جاراھەت كونا بولسا، دەسلەپتە گۇلاب ۋە مائۇلھەسەل بىلەن ئاشقازاننى يۇغاي. قەي قىلىشتىن ئېھتىيات قىلغاي، چۈنكى، قەي ئاشقازاننى ئاغرىتۇر، زىيىنى پايدىسىدىن كۆپ بولۇر. جاراھەت كونىراپ، ئۆلۈك ئەت پەيدا بولغان بولسا، ئايارەج پەيقرا ئۇنى تازىلار، ئاچچىق دوغاپقا ئاچچىق بېھى قىيامى، ئاچچىق ئانار قىيامى قوشۇپ ياكى ئاچچىق ئانار سۈيىگە كاشكاپ قوشۇپ بەرگەي. سەپرا غالىب بولسا، كۆكلى ئېلىشىپ بىئارام قىلۇر، بۇ چاغدا ناشتىدا سوغۇق سۈت بېرىپ، قەي قىلدۇرغاي. ناشتىدا قەي قىلالمسا، كاشكاپقا ئاچچىق ئانار سۈيى قوشۇپ بەرگەي. ئارقىدىن قەي قىلىش ئۈچۈن كۆپ سوغۇق سۇ ئىچكۈزگەي، قەيدىن كېيىن ئاچچىق دوغاپقا تاباشىر، قىزىلگۈل، گىل ئەرمىنى سېلىپ بەرگەي. سۈرگە دورىسى زۆرۈر بولسا، كاسنە سۈيىگە خىيارشەنبەر قوشۇپ ئىچكۈزگەي. ئىچى سۈرسە قۇرسى تاباشىرغا ئارپا تالقىنىدىن قىلىنغان كاشكاپ بىلەن قابىز خۇسۇسىيەتلىك مېۋە قىيامىرىنى قوشۇپ بەرگەي. جاراھەت

چوڭقۇرلاشقان بولسا، ئىلگىرى ئېيتىلغان قان تۇكۈرۈشنىڭ ئىلاجىنى قىلغاي، ئاشقازان ساھەسىگە سۇ لېشى، ھۆل قاپاق لېشى، سۇماق، موزا، ئانار چېچىكى، رامەك، قىزىلگۈل، سېمىزئوت يوپۇرمىقى سۇيى، غورا ئۇزۇم سۇيى، ئاچچىق ئالما سۇيى، يۇمغاقسۇت يوپۇرمىقى سۇيى، ھۆل ھەببۇلئاس سۇيىنى زىمات قىلغاي. بۇ زىمات ئاشقازان يارىسى ۋە ئاشقازاندىكى تۇرلۈك ئۇششاق مۇدۇرلارغا ياخشى مەنپەئەت قىلۇر، بولۇپمۇ قان تۇكۈرۈشكە مەنپەئەت قىلۇر. بىمارنىڭ غىزاسىغا كالا قېرىنى ۋە كالا گۆشىنى سىركە بىلەن، ئۆچكە قېرىنىنى سىركە بىلەن، چۈجە گۆشىنى غورا سۇيى ۋە سۇماق سۇيى بىلەن بەرگەي. يەنە ئاچچىق ئانار سۇيى، لىمون سۇيى، ياۋا ئالما سۇيى، ئاچچىق تۇرۇنجى سۇيى بىلەن بەرگەي، ئاللا خالسا مەنپەئەت قىلۇر.

ئون بىرىنچى بۆلۈم جىگەرنىڭ ئەھۋالى ۋە كېسەللىكلىرى توغرىسىدا

بۇ بۆلۈم ئۈچ قىسىمدۇر.

بىرىنچى قىسىم جىگەر ئەھۋالى ۋە ئۇنىڭ مىزاجىنىڭ ھەرخىل بۇزۇلۇشلىرى توغرىسىدا

بىرىنچى باب جىگەر ئەھۋالى توغرىسىدا

جىگەرنىڭ ئەھۋالىنى ئىلگىرىكى كىتابتىكى تەشرىھ ئىلمىدا بايان قىلغان ئىدۇق، بۇ يەردىمۇ ئازغىنە بايان قىلىش زۆرۈردۇر. بىلىش كېرەككى، جىگەر مۇھىم ئەزادۇر، خۇددى يۈرەك قۇۋۋىتى ھايۋانىيىنىڭ ئورنى بولغىنىدەك، جىگەر قۇۋۋىتى تەبئىيىنىڭ ئورنىدۇر. مېڭە بولسا قۇۋۋىتى نەپسانىيىنىڭ ئورنىدۇر، پۈتۈن بەدەن جىگەردىن ئوزۇقلۇق ئالىدۇر، بەدەننىڭ ساغلاملىقى جىگەر بىلەن بولىدۇر، چۈنكى بەدەننىڭ ئوزۇقلۇقى قاندۇر. ئاشقازاندىن كېلىدىغان كەيلۇس جىگەردە قان بولىدۇر، كەيلۇسنى قانغا ئۆزگەرتىدىغان ھەزىم قۇۋۋىتى جىگەر گۆشىدە بولىدۇر، تۈتۈپ تۇرغۇچى قۇۋۋەت، تارتقۇچى قۇۋۋەت ۋە ئىتتىرىپ چىقارغۇچى قۇۋۋەت جىگەر گۆشى ئىچىدىكى قان تومۇرلاردا بولىدۇر، خۇددى شۇنىڭغا ئوخشاش ھەرقانداق ئەزادا تارتقۇچى قۇۋۋەت، تۈتۈپ تۇرغۇچى قۇۋۋەت، ھەزىم قىلغۇچى قۇۋۋەت ھەم ئىتتىرىپ چىقارغۇچى قۇۋۋەت بولىدۇر. ئەمما ئاشقازان بىلەن جىگەردە بۇ قۇۋۋەت كۆپرەك ۋە روشەنراقتۇر. ئادەمنىڭ

جىگىرى ئوخشاش چوڭلۇقتىكى ھايۋاننىڭ جىگىرىدىن چوڭراقتۇر، بارماقلارنىڭ چوڭلۇقى، ئۇزۇن - قىسقىلىقى جىگەرنىڭ چوڭلۇقى ياكى كىچىكلىكىنى بەلگىلەپ بېرەر. رەڭگىرويىنىڭ قىزىللىقى، سۇزۇكلۇكى جىگەرنىڭ ساغلاملىقى ۋە قۇۋۋەتلىكلىكىدۇر، يۇزنىڭ سېرىقلىقى جىگەرنىڭ ئىسسىقلىقىنىڭ ئالامىتىدۇر. يۇزنىڭ قوغۇشۇنغا ئوخشاش كۆكۈچ بولۇشى جىگەرنىڭ سوغۇقلۇقىنىڭ ئالامىتىدۇر، لېكىن يۇزنىڭ ئورۇقلۇقى مىزاجنىڭ قۇرۇق سوغۇقلۇقىنىڭ ئالامىتىدۇر، يۇزى سېمىز، رەڭگى ئاق بولسا، جىگەر مىزاجنىڭ سوغۇقلۇقىنىڭ ئالامىتىدۇر. بەدەننىڭ ئورۇقلۇقى جىگەر مىزاجنىڭ قۇرۇق سوغۇقلۇقىنىڭ ئالامىتىدۇر. تومۇرنىڭ ئىنچىكە بولۇشى ۋە كۆرۈنمەسلىكى بەدەننىڭ سوغۇقلۇقى، قانىنىڭ ئازلىقىنىڭ ئالامىتىدۇر. تال، بۆرەك، ئۆتكە ئوخشاش جىگەردىكى زىيادە ماددىنى ئۆزىگە تارتىدىغان ئەزالاردا بىرەر ئىللەت پەيدا بولسا، جىگەر خىزمىتىگىمۇ تەسىر يېتەر. بۇ چاغدا جىگەردىن پەيدا بولىدىغان قان ساپ ۋە پاكىز بولماس.

ئىككىنچى باب جىگەر مىزاجىنىڭ ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشى توغرىسىدا

جىگەر مىزاجى ئىسسىقتىن بۇزۇلسا، جىگەردە پەيدا بولىدىغان خىلتلار كۆيۈپ، قىزىتما، جاراھەت ۋە ھەر خىل كېسەللىكلەر پەيدا بولۇر. جىگەر مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشى ئىككى خىل بولۇر، يەنى ماددىسىز ياكى ماددىلىق بولۇر. ماددىسىز بولغىنىنىڭ ئالامىتى شۇكى، بىمارنىڭ تاتىمغا ئىشتىھاسى بولماس، ئۇسسۇزلۇقى غالىب بولۇر، ھەرقانچە كۆپ سۇ ئىچسىمۇ قانماس، چوڭ تەرىتى قۇرۇق، تىلى يېرىك بولۇر، يۇز رەڭگى سېرىق، تومۇرى تېز، سۈيدۈكى قىزىل بولۇر، بەدىنىدىكى خىلتلار كۆيەر، بەدىنى ئورۇقلار، بەزى كۆيگەن خىلتلار ئۇچەيگە ئۆتكەن سەۋەبىدىن ئۇچەيدە جاراھەت پەيدا بولۇپ، ئىچى سۇرەر. جىگەر مىزاجى ماددىلىق بۇزۇلغان بولسا، يۇقىرىدىكى ئالامەتلەردىن باشقا، سېرىق، قىزىل، قارا ياكى يېشىل قەي قىلۇر. سەپرالىق ئىچ سۇرەر، ئوڭ تەرىپىدە ئاغرىق پەيدا بولۇر، قىزىتمىسى يۇقىرى بولۇر، بەزى خىلتلار كۆيۈپ سەۋدا پەيدا بولۇر، مالىخولىيانىڭ ئالامىتى زاھىر بولۇر. ئىچى گۆش يۇغان سۇدەك كەلسە، ئىشتىھاسى تۇتۇلار، بۇ چاغدا جىگەر ئاجىزلىشىپتۇ دەپ پەرەز قىلغاي. ئىچى شاراب لېيىدەك كەلسە، قان كۆيۈپتۇ، دەپ بىلگەي. جىگەر ئىششىغاندىن كېيىن بىمارنىڭ ئىچى قارا، قويۇق كەلسە، جىگەر گۆشى ئوفۇنەتلىنىپتۇ، دەپ بىلگەي. چوڭ تەرەتتىن قان كېلىش ئېيتىلغان سەۋەبلەرنىڭ ئارقىسىدىن پەيدا بولسا، ئۇنىڭغا شۇ سەۋەب سەۋەب بولغاندۇر.

داۋالاش

جىگەر مىزاجى ماددىسىز بۇزۇلغان بولسا، مىزاجنى ئوڭشاشنىڭ تەدبىرلىرىنى قىلغاي. بۇنىڭ ئۈچۈن كاشكاپ، تەرخەمەك سۇيى، ھۆل قاپاق سۇيى، سىركەنجىۋىل ساددە، كاسنە سۇيى، شوخلا سۇيىگە ئوخشاش شەربەتلەرنى ئىچكۈزگەي، ئارقىدىن غورا شەربىتى، ئاچچىق تۇرۇنجى شەربىتى، ئىسپىغۇل، ئانار سۇيىگە شېكەر سېلىپ ئىچكۈزگەي. ئاچچىق دوغاپنى سۇزۇلدۇرۇپ، ئاچچىق ئانار سۇيى قوشۇپ بەرگەي. بىمارنىڭ ھارارىتى يۇقىرى بولسا، بۇ شەربەتلەر مەنپەئەت قىلۇر. سوغۇق سۇنى ناشتىدا بەرسىمۇ يارىشار، بولۇپمۇ بىمارنىڭ يېشى كىچىك، ھاۋا ئىسسىق بولسا، سەرتان كاشكاپنغا تاباشىر قوشۇپ، سېمىزئوت ئۇرۇقى سۇيىگە سىركەنجىۋىل قوشۇپ بەرسە، ياۋا ئالما شەربىتىگە ئوخشاش شەربەتلەرنى ئىچكۈزسە مۇۋاپىق كېلۇر. بىمارنىڭ جىگەر مىزاجى ماددىلىق بۇزۇلغان بولسا، دەسلەپتە سۇرگە بەرگەي، بۇنىڭ ئۈچۈن سېرىق ھېللە قاينىتمىسى، قارىئۆرۈك، تەمرى ھىندى، شىرخىست، ھەشقىپىچەك سۇيى ياكى مارجان شوخلا سۇيى ياكى كاسنە سۇيىگە فۇلۇسى خىيارشەنبەر بىلەن شېكەر سېلىپ ئىچكۈزسىمۇ بولۇر. قېتىقنىڭ زەردابى سۇيىگە سۇفۇپى ھېللە قوشۇپ بەرسە ياخشىدۇر، دەسلەپكى كۈنى 120 گىرام زەردابى سۇغا توققۇز گىرام سۇفۇپى ھېللىنى قوشۇپ بەرگەي، ئىككىنچى كۈنى 180 گىرام قېتىق سۇيىگە سۇفۇپى ھېللە قوشۇپ بەرگەي. قېتىق سۇيىنى ھەر كۈنى 60 گىرامدىن كۆپەيتكەي، شۇ يوسۇندا يەتتە كۈنگىچە داۋاملاشتۇرغاي.

سۇفۇپىنىڭ نۇسخىسى سېرىق ھېللە ئالتە گىرام، يۇيۇلغان لوك توققۇز گىرام، تاباشىر ئالتە گىرام، بەدىيان ئۇرۇقى ئالتە گىرام، ھەر قېتىمدا توققۇز گىرامدىن بېگەي. بەدىيان ئۇرۇقى ئورنىغا ئەفتىمۇن ئۇرۇقى قوشسىمۇ بولۇر.

تۆگە سۈتى بىلەن ئىچىدىغان سۇفۇپىنىڭ نۇسخىسى سېرىق ھېللە توققۇز گىرام، يۇيۇلغان لوك، قىزىلگۈل، تاباشىر ھەربىرى 15 گىرامدىن، رەۋەن توققۇز گىرام، بەدىيان ئۇرۇقى ئۈچ گىرام، بەدىيان رۇمى تۆت گىرام. ھەر قېتىمدا 10 گىرامدىن ئىستېمال قىلغاي. چوڭ تەرەتنىڭ يۇمشاق كېلىشى مەقسەت قىلىنسا، بۇ سۇفۇپقا 12 گىرام بىنەپشە قوشۇپ ئىستېمال قىلغاي.

سابىت بىن قۇررە ئېيتۇركى، كاسنە جىگەرنىڭ ھەممە كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلۇر، بىمارنىڭ ھارارىتى يۇقىرى بولسا، كاسنىنى سىركەنجىۋىل بىلەن ئىستېمال قىلغاي، ھارارىتى يۇقىرى بولمىسا، ئاق شارابقا ئۇزۇمنىڭ ساپلاشتۇرۇلغان شىرنىسىنى قوشۇپ بەرگەي. كاسنە قانچە ئاچچىق بولسا شۇنچە پايدىلىقتۇر. چۈنكى ئاچچىقلىقى زىيادە بولغان نەرسىنىڭ ھارارىتى بار بولۇپ، توسالغۇلارنى ئاچار.

قۇرس نۇسخىسى ئۇ، جىگەر ھارارىتى يۇقىرى كىشىگە مەنپەئەت قىلۇر. زىرىق سۇيى ئالتە گىرام، قىزىلگۈل، تاباشىرنىڭ ھەربىرىدىن 15گىرامدىن، كاسنە ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى، قاپاق ئۇرۇقى، سېمىزئوت ئۇرۇقىنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرامدىن. ھەر قېتىمدا سەككىز گىرامنى سىركەنجۈبىل، كاسنە سۇيى ياكى شوخلا سۇيى بىلەن شېكەر سېلىپ ئىستېمال قىلغاي، توسالغۇ بولسا بۇ قۇرسقا ئۇچ گىرام بەدىيان ئۇرۇقى قوشقاي.

قۇرسى كاڤۇرنىڭ نۇسخىسى بۇنى جىگىرى ئىسسىق كىشىگە دوغاپ بىلەن بەرسە مەنپەئەت قىلۇر. قىزىلگۈل، تاباشىر، ئاق سەندەلنىڭ ھەربىرى توققۇز گىرامدىن، كاسنە ئۇرۇقى، سېمىزئوت ئۇرۇقى، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزىنىڭ ھەربىرى ئالتە گىرامدىن، كەتىرا ئۇچ گىرام، كافۇر ئىككى گىرام. دورىلارنى سوقۇپ، سەككىز گىرامدىن قۇرس قىلغاي. بىمارنىڭ ئىچى سۇرگەن بولۇپ، توختىتىشنى مەقسەت قىلسا، قۇرسى تاباشىر بەرگەي. بېھى قېيامى ياكى ئارپا تالقىنى بىلەن قىلىنغان كاشكاپنى ئىستېمال قىلدۇرغاي.

قۇرسى تاباشىرنىڭ تەركىبى ياۋا سەۋزە ئۇرۇقى، قىزىلگۈل، تاباشىر، زىرىقنىڭ ھەربىرى 15 گىرامدىن، يۇيۇلغان لوك، رەۋەنىنىڭ ھەربىرى ئۇچ گىرامدىن، زەپەر 1.5 گىرام. قائىدە بويىچە قۇرس قىلغاي. بىمارنىڭ يۆتىلى بولسا، ئۇنىڭغا ئەرەب يېلىمى، كەتىرا، نىشاستىنىڭ ھەربىرىدىن ئۇچ گىرامدىن، سەۋسەن قېيامىدىن ئالتە گىرام قوشۇپ، بىنەپشە شەربىتى بىلەن بەرگەي.

يەنە بىر قۇرسنىڭ نۇسخىسى سۆگەتگۈلى، نېلۇپەرنىڭ ھەربىرى 30 گىرامدىن، قىزىلگۈل 36 گىرام، قىزىل سەندەل، يۇيۇلغان لوك، فۇپەلنىڭ ھەربىرى 21 گىرامدىن، زەپەر 10 گىرام، رەۋەن 15 گىرام، گىل قىبرۇسى، مەستىكى، پىرسىياۋشانىنىڭ ھەربىرى توققۇز گىرامدىن، كافۇر 7.5 گىرام. بۇلارنى سوقۇپ، كاسنە سۇيى ياكى مارجان شوخلا سۇيى بىلەن يۇغۇرۇپ، بەش گىرامدىن قۇرس قىلغاي. ھەر كۈنى بىر قۇرسنى كاكنەچ سۇيى ياكى مارجان شوخلا سۇيى ياكى كاسنە سۇيى بىلەن يېگەي. سەندەل، سېمىزئوت يوپۇرمىقى سۇيى، كاھۇ سۇيى، ھۆل قاپاق سۇيى، ھەببۇلئاس سۇيى، مۇرمەككى قاتارلىقلارنى قوشۇپ زىمات قىلغاي. ئىچى بەكرەك سۇرگەن بولسا، توختاتقۇچى دورىلارنى كۆپرەك ئىشلەتكەي.

پايدىلىق زىمات نۇسخىلىرى قىزىلگۈل، سەندەل، كافۇرنى گۈلابتا ئېزىپ، جىگەر ساھەسىگە چاپقاي. سېمىزئوت يوپۇرمىقىنى سوقۇپ، ئۇنىڭغا گۈل يېغى تېمىتىپ، مەلھەمگە ئوخشاش قىلىپ، جىگەر ساھەسىگە قويغاي. تەرخەمەك سۇيى، بادرەك سۇيى، ھۆل قاپاق سۇيىگە قۇرۇغان ئاق لاله تالقىنى قوشۇپ يۇغۇرۇپ، گۈل يېغى تېمىتىپ، جىگەر ئۇدۇلىغا چاپقاي. ئارپا تالقىنى، يېسسىمۇق تالقىنىنى بۇ سۇلار بىلەن يۇغۇرۇپ، جىگەرگە چاپسا مەنپەئەت

قىلۇر. ئىسپىغۇلنى گۈلاب بىلەن ئېزىپ، گۈل يېغى تېمىتىپ، جىگەرگە چاپسا پايدا قىلۇر. قىزىل سەندەل، ئاق سەندەلنىڭ ھەربىرى 60 گىرامدىن، فۇپەل، قۇرۇق بىنەپشىنىڭ ھەربىرى 15 گىرامدىن، قىزىلگۈل 45 گىرام، زەپەر 15 گىرام، ئەفسەنتىن 10 گىرام، كافۇر دورىلارنىڭ پۇرىقىنى ئۆزگەرتكۈدەك مىقداردا. دورىلارنى سوقۇپ، موم يېغى بىلەن يۇغۇرۇپ زىمات قىلغاي، ئۇنى كېسەللىكنىڭ دەسلىپىدە چاپقاي. ئوتتۇرىدا تۆۋەندىكى زىماتنى ئىشلەتكەي: قىزىلگۈل 30 گىرام، مۇرمەككى، ئاق سەندەل 15گىرامدىن، قۇرۇق بىنەپشە، ئاق لالىنىڭ ھەربىرى توققۇز گىرامدىن، كافۇر، زەپەرنىڭ ھەربىرى بىر گىرامدىن، موم يېغى كۇپايە قىلغۇدەك مىقداردا. دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ، قائىدە بويىچە زىمات قىلىپ ئىشلەتكەي. چوڭ تەرىتى سۇيۇق بولسا، بېھىنىڭ قىزىل يوپۇرمىقىنى پىشۇرۇپ، سوقۇپ قورسىقىغا تاڭغاي. ھۆللۈكنى ئاشۇرىدىغان دورىلارنىڭ جىگەرنى ئاجىزلاشتۇرىشىدىن ساقلانغاي، سوغۇقلۇقنى ئاشۇرىدىغان، قەۋزىيەت پەيدا قىلدىغان نەرسىلەردىن توسالغۇ پەيدا بولمىغاي، ئەمما چاپىدىغان زىماتلارنىڭ ھەممىسى قۇۋۋەتنى ئاشۇرىدىغان بولغاي. كاشكاپ ياخشى پايدا قىلۇر، بولۇپمۇ ئۇنىڭغا مۇۋاپىق مىقداردا كاسنە ئۇرۇقى، زىرىق قوشۇپ قاينىتىپ ئىچسە، ماددىنى تازىلار ھەم توسالغۇنى ئاچار، جىگەر قۇۋۋەتنىنى ساقلار. يەرلىك كاسنىمۇ پايدىلىق بولۇپ، ھۆل يۇمغاقسۇت بىلەن قاينىتىپ، سىركە قوشۇپ ئىچسە پايدا قىلۇر. قاياناتماي ئىچسىمۇ بولۇر. بەدەندە توسالغۇ پەيدا قىلىدۇ، دەپ پەرەز قىلىنسا، ئۇنىڭغا كەرەپشە قوشۇپ ئىچكەي، پايدا قىلۇر. غىزاسىغا كىچىك، يېڭى بېلىقنى سىركىدە پىشۇرۇپ بەرگەي. تاغ ئۆچكىسى گۆشى، ئوغلاق گۆشى، كالا گۆشىنى پىشۇرۇپ، غورا سۇيى بىلەن زىرىق سۇيى قوشۇپ بەرگەي. قىزىتمىسى بولسا گۆش بەرمىگەي. پالەك، قىزىلچا يوپۇرمىقىنى ھۆل يۇمغاقسۇت بىلەن پىشۇرۇپ بەرگەي. سىركە بىلەن قۇرۇق يۇمغاقسۇتنى گۈل يېغى قوشۇپ بەرسە پايدا قىلۇر. مېۋىلەردىن تاتلىق ئانار، ئاچچىق ئانار، ئالما، ئامۇت، تولۇق پىشمىغان ئاق ئۈزۈم، ئەينۇلا، ياۋا ئالما، شاتۇت قاتارلىقلارغا ئوخشاش قابىز خۇسۇسىيەتلىك مېۋىلەر پايدا قىلۇر.

ئۈچىنچى باب جىگەر مىزاجىنىڭ سوغۇقلۇقتىن بۇزۇلۇشى توغرىسىدا

جىگەر مىزاجىنىڭ سوغۇقلۇقتىن بۇزۇلۇشىمۇ ماددىلىق بۇزۇلۇش ۋە ماددىسىز بۇزۇلۇشتىن ئىبارەت ئىككى خىل بولۇر. ماددىسىز بۇزۇلۇشنىڭ ئالامتى شۇكى، بىمارنىڭ لېۋى، تىلى ئاق بولۇر. ئۇسسۇزلۇقى بولماس، يۈز رەڭگى قارا، كۆك، پىستە رەڭ بولۇر، سۈيدۈكى ئاق، سۇيۇق

بولۇر، تومۇرى ئاستا، يۇمشاق سالۇر، ئىشتىهاسى بولۇر، ئەمما سوغۇقلۇق غايىتىگە يەتكەندە ئىشتىها يوق بولۇر. ئىچى ئاق، پۇراقسىز كېلۇر. چوڭ تەرتىپى بەزىدە قۇرۇق، بەزىدە يۇمشاق كېلۇر. ئاخىرىدا كۈپۈكلۈك، پوتلىلىق، قان ئارىلاش، سېسىق كېلۇر. بەزىدە دەسلەپتە يېرىڭغا ئوخشاش كېلۇر، ئارقىدىن قويۇق، قارا كېلۇر. بىمارنىڭ تائامغا ئىشتىهاسى بولسا، ئىچى گۆش يۇغان سۇدەك كەلسە، جىگەر ئاجىزلىقى ۋە مىزاجنىڭ سوغۇقلۇقىنىڭ ئالامىتىدۇر. ئىشتىهاسى تۇتۇلسا، خىلتلارنىڭ سېسىغانلىقى ياكى قىزىتما ئۆرلىگەنلىكىنىڭ ئالامىتىدۇر. ئۇنىڭدىن باشقا ئىلگىرى قىلىنغان ئىش ـ ھەرىكەتلەرمۇ جىگەر ئەھۋالىغا دالالەت قىلۇر.

جىگەر مىزاجىنىڭ ماددىلىق بۇزۇلغانلىقىنىڭ ئالامىتى شۇكى، ئېيتىلغان ئالامەتلەر كۆرۈلۈر، ئېغىز تەمى ئاچچىق بولۇر، ئىچى سۇيۇق كېلۇر، بەزىدە ئاق كېلۇر، بەزىد قارا، يېشىل كېلۇر، قىزىتما يۇقىرى بولۇر، سۇيدۇكى قويۇق، ئاق كېلۇر. كۆز ئەتراپى ئىششار، ئوڭ تەرىپىدە ئېغرىلىق بولۇر.

داۋالاش

جىگەر مىزاجى ماددىسىز بۇزۇلغان بولسا سۇركە بېرىش زۆرۈر بولماس، مىزاجنى ئىسسىققا ئالماشتۇرۇشتىن باشقا تەدبىر قىلمىغاي. مىزاجى ماددىلىق بۇزۇلغان بولسا دەسلەپتە سۇركە بەرگەي، ئارقىدىن مىزاجنى ئىسسىقلىققا ئالماشتۇرۇش ئۈچۈن تەدبىر قىلغاي. ماددىنى سۇرمەكچى بولسا ياتار ۋاقتىدا ئايارەج پەيقىرادىن ئۈچ گىرام يېگەي. غاپەس، لوك، رەۋەن سالغان ھەب يېگەي، ئەتسى مەتبۇخى ھېلىلە ئىچكەي.

ھەبنىڭ نۇسخىسى ئايارەج پەيقىرا، غارىقۇن ئۈچ گىرامدىن، لوك مەغسۇل يېرىم گىرام، رەۋەن بىر گىرام، رۇمبەدىيان 0.5 گىرام، مۇقەل يېرىم گىرام. مۇقەلنى كەرەپشە سۇيىدە ئېزىپ، قالغان دورىلارنى تالقانلاپ، ئارىلاشتۇرۇپ ھەب قىلىپ ھەممىسىنى يېگەي.

مەتبۇخى ھېلىلە نۇسخىسى ئاقلانغان ھېلىلە كابۇلى 45 گىرام، سۇمبۇل ئۈچ گىرام، كەرەپشە يىلتىزى پوستى، بەدىيان يىلتىزى پوستى ئالتە گىرامدىن، ئەفسەنتىن 15 گىرام، قىزىلگۈل 30 گىرام، چالا سوقۇلغان ئاق تۇربۇت، ئەفتىمۇن توققۇز گىرامدىن، چالا سوقۇلغان بىستىپايەج 21 گىرام، ئۇرۇقىنى ئايرىغان قۇرۇق ئۈزۈم 30 دانە، ئەنجۇر بەش دانە. ھەممىسىنى سۇدا قاينىتىپ، تەمى چىققاندا پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، ئۇنىڭ 100 گىرامغا 60 گىرام قەنت قوشۇپ ئىچكەي، ئارقىدىن مائۇلئۇسۇل ئىچكەي.

مائۇلئۇسۇل نۇسخىسى كەرەپشە يىلتىزى پوستى، بەدىيان يىلتىزى پوستىنىڭ

ھەربىردىن 30 گىرامدىن، كەرەپشە ئۇرۇقى، بەدىيان ئۇرۇقىنىڭ ھەربىردىن 15 گىرامدىن، جۇۋىنە، رۇمبەدىياننىڭ ھەربىردىن 12 گىرامدىن، سۇمبۇل، ئىزخىر، قىزىلگۈلنىڭ ھەربىردىن توققۇز گىرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى 1440 گىرام سۇدا قاينىتىپ، يېرىمى قالغاندا سۈزۈپ، 10 گىرام ئاچچىق ياكى تاتلىق بادام يېغى قوشۇپ بەرگەي.

يەنە بىر كۆچلۈك نۇسخا يۇقىرىدىكى يىلتىز دورىلارنىڭ ھەربىردىن 15 گىرامدىن، ئۇرۇق دورىلارنىڭ ھەربىردىن 21 گىرامدىن، قەنتەرىيۇن بارىك، ئاقىرقەرھا، زەنجۇبىلنىڭ ھەربىردىن توققۇز گىرامدىن، جۇۋىنە، قۇستە، ئۇزۇنچاق زىراۋەندىنىڭ ھەربىردىن 12 گىرامدىن، سىيادان، سۇزاپ ئۇرۇقى، قەردمانە، شەتەرەنجىنىڭ ھەربىردىن 15 گىرامدىن، قۇندۇز قەھىردىن ئۈچ گىرام ئېلىپ، دورىلارنى 2160 گىرام سۇدا 720 گىرام قالغۇچە قاينىتىپ، سۈزۈپ ئىستېمال قىلغاي. بەزى نۇسخىلارغا ئاسارۇن، قىبلىن دارچىنىنىڭ ھەربىردىن ئالتە گىرامدىن سالغاي. يەنە مەستىكى، شۇمشۇنىڭ ھەربىردىن 15 گىرامدىن، ئېگىر، راسەننىڭ ھەربىردىن ئالتە گىرامدىن سالغاي. ئېيتىلىشچە، ھەپتىدە بىر ياكى ئىككى قېتىم ئايارەج پەيقىرانى يالغۇز ياكى باشقا نەرسىلەر بىلەن بىرلىكتە ئىستېمال قىلدۇرۇپ ماددىنى تازىلىغاي.

بىمارنىڭ سوغۇقلۇقى غالىب بولسا، مائۇلئۇسۇلنى ئاچچىق بادام يېغى بىلەن بەرسە پايدا قىلۇر. ماددا تازىلانغاندىن كېيىن مۇناسىۋەتلىك مەجۇنلەر، جاۋارىشلار، شەربەتى ئەفسەنتىن، قۇرسى رەۋەن، داۋائى لوك، داۋائى كۇركۇم، قۇرسى غاپەس، داۋائى فەندىقۇن بىرىپ تۇرغاي، جىگەرگە زىمات چاپقاي.

ئەفسەنتىن شەربىتىنىڭ نۇسخىسى ئەفسەنتىن 21 گىرام، ئاچچىق قۇستە، مەستىكىنىڭ ھەربىرى 12 گىرامدىن، قىزىلگۈل ئالتە گىرام، غارىقۇن، سازەج ھىندى، سۇمبۇل، سەبرىنىڭ ھەربىرى ئالتە گىرامدىن، زەپەر ئۈچ گىرام. دورىلارنى چالا سوقۇپ، يۇڭ رەختكە قاچىلاپ، يەنە بىر قاچىغا سالغاي، ئۇستىدىن 1440 گىرام ھەسەل، 1480 گىرام ئۈزۈم شارابى قۇيۇپ، يەتتە كۈنگىچە ئاپتاپتا قويغاي، ئۇنىڭدىن كېيىن خالتىنى سقىپ ئېلىپ، سۈيىنى يەنە يەتتە كۈنگىچە ئاپتاپتا قويغاي، خالتىدىكى دورىنى يەنە يۇقىرىدىكى يېگى ھەسەل ۋە ئۈزۈم شارابىغا چىلاپ يەنە ئاپتاپتا قويغاي، شۇ يوسۇندا ئۈچ قېتىم تەكرارلىغاندىن كېيىن 90 گىرامدىن 120 گىرامغىچە ئىچكەي.

قۇرسى ئەفسەنتىن نۇسخىسى رۇمبەدىيان، ئەفسەنتىن، ئارپىبەدىيان، ئاقلانغان ئاچچىق بادام مېغىزىنىڭ ھەممىسىدىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ قۇرس قىلغاي. ھەر قېتىمدا تۆت

گىرامدىن ئېلىپ، مائۇلئۇسۇل ياكى سىركەنجۇبىل ھەسلى بىلەن يېگەي.

قۇرسى رەۋەن نۇسخىسى رەۋەن 24 گىرام، ئوردان، لوك مەغسۇل 12 گىرامدىن، كەرەپشە ئۇرۇقى، بەدىيان رۇمى، غاپەسنىك ھەربىرى توققۇز گىرامدىن. دورىلارنى سوقۇپ، سىركەنجۇبىل ھەسلى بىلەن يۇغۇرۇپ قۇرس قىلغاي. ھەر قېتىمدا تۆت گىرامدىن ئىستېمال قىلغاي.

قۇرسى مۇھەممەد زىكرىيا سۇمبۇل، مەستىكى، غاپەس ئۇسارىسى، ئەفسەنتىن ئۇسارىسى، بەدىيان رۇمىنىك ھەربىرى ئالتە گىرامدىن، رەۋەندىن ئالتە گىرام. دورىلارنى ئالتە گىرامدىن قۇرس قىلغاي، ھەر قېتىمدا سىركەنجۇبىل ھەسلى بىلەن بىرلىكتە سەككىز گىرامدىن يېگەي.

داۋائى لوك نۇسخىسى جىگەر ئاجىزلىق، ئىستىسقا كېسەللىكنىك باشلىنىشىغا شىپا بولۇر، توسالغۇلارنى ئاچار. قۇستە، ھەببۇلغار، تۇرمۇس، دارچىن، پىلپىل، ئاسارۇن، قەسبۇزەرىرە، پەتەرئاسالىيۇن، ياۋا سەۋزە، زىراۋەندىنىك ھەربىرى ئالتە گىرامدىن، سۇمبۇل، جىنتىيانا، ئوردانىنىك ھەربىرى ئۈچ گىرامدىن. دورىلارنى سوقۇپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ، ھەر قېتىمدا بەش گىرامدىن يېگەي.

داۋائى كۇركۇم نۇسخىسى ئۇ، جىگەر ئاجىزلىقى، قاتتىق ئىششىق ۋە ئىستىسقا كېسەللىكنىك دەسلەپكى مەزگىلىدە مەنپەئەت قىلۇر. سۇمبۇل، قىلىن دارچىن، ئاسارۇن، ئوردانىنىك ھەربىرى ئالتە گىرامدىن، دارچىن، قۇستە، ئىزخىر چېچىكى، مەستىكىنىك ھەربىرى ئۈچ گىرامدىن، زەپەر، كاسنە ئۇرۇقىنىك ھەربىرى توققۇز گىرامدىن. دورىلارنى ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ بەش گىرامدىن يېگەي.

داۋائى كۇركۇمنىك چوك نۇسخىسى ئەيسا بىن ساخارىستىنىك نۇسخىسىدا، زەپەر 36 گىرام، رۇمبەدىيان، ئاسارۇن، پەتەرئاسالىيۇن، رەۋەننىك ھەربىرى 12 گىرامدىن، سۇمبۇل 18 گىرام، قۇستە، سەلىخە، ئىزخىر چېچىكى، ھەببىبلساننىك ھەربىرى ئۈچ گىرامدىن، ئوردان ئالتە گىرام، رۇببىسۇس، جۆئىدە، غاپەسنىك ھەربىرى توققۇز گىرامدىن، بىلسان يېغى 15 گىرام، مۇرمەككى 12 گىرام. يەنە بىر نۇسخىسىدا ھەببىلسان ئورنىغا ھەببۇلبان، كەبەر رۇمى10 گىرامدىن سېلىنغاندۇر. دورىلارنى ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ، ھەر قېتىمدا بەش گىرامدىن مائۇلھەسەل بىلەن يېگەي. ئۇ، جىگەر كېسەللىكلىرى ۋە تال كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلۇر، توسالغۇنى ئاچار، قويۇق يەللەرنى تارقىتار.

مۇھەممەد زىكىرىيانىڭ نۇسخىسى كەرەپشە ئۇرۇقى، بەدىيان، ئۇبھەل، قېلىن دارچىن، ئىزخىر، سۇمبۇل، قۇستە بەھرى، ئوردان، جۆئىدە، غاپەس ئۇسارىسى، ياۋا سامساق، رۇببىسۇسنىڭ ھەربىرى 15 گىرامدىن، رەۋەن ئالتە گىرام، مۇرمەككى 15 گىرام (بەزى نۇسخىدا 10 گىرام)، زەپەر 15 گىرام سېلىنغاندۇر، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ، ھەر قېتىمدا بەش گىرامنى مائۇلئۇسۇل بىلەن بەرگەي. سابىت بىن قۇررىنىڭ نۇسخىسىدا بەدىيان رۇمى، ئارپىبەدىيان، ئاچچىق بادام، ئەفسەنتىننى باراۋەر قوشقاندۇر. ئۇنى سىركەنجۇبىل ھەسلى ياكى سىركەنجۇبىل ئەنسلى بىلەن يۇغۇرۇپ، مۇۋاپىق مىقدارىدا يېگەي.

قۇرسى غاپەسنىڭ نۇسخىسى غاپەس 18 گىرام، قىزىلگۈل، سۇمبۇل ئالتە گىرامدىن، تەرەنجىبىن 30 گىرام، تاباشىر ئالتە گىرام. قائىدە بويىچە قۇرس تەييارلاپ، بەش گىرامنى سىركەنجۇبىل بىلەن بىرلىكتە يېگەي.

مۆتىدىل دورا زۆرۈر بولسا، بۇ قۇرسنى بەرگەي: ناردىن توققۇز گىرام، ئەفسەنتىن ئالتە گىرام. بۇلارنى ھەسەلدە يۇغۇرۇپ، ئالتە گىرامنى سىركەنجۇبىل بىلەن بەرگەي.

ئاساناسيانىڭ نۇسخىسى ئۇ، جىگەردىكى ھەممە كېسەللىكلەرگە مەنپەئەت قىلۇر. مۇرمەككى، زەپەر، ئەپيۇن، قۇندۇز قەھرى، بەزرۇلبەنجى، قۇستە، مەرۋى، قەردمانە، كۆكنار ئۇرۇقى، سۇمبۇل، غاپەس يىلتىزى، بۆرە جىگىرى، ئۆچكىنىڭ كۆيدۈرۈلگەن مۇڭگۈزىدىن باراۋەر مىقدارىدا ئېلىپ سوقۇپ، ئەپيۇن بىلەن مۇرمەككىنى ئۇزۇم شارابىدا ئېزىپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ ھەممىنى ئارىلاشتۇرۇپ، ئالتە ئايدىن كېيىن ئىستېمال قىلغاي. كەچتە يەپ ياتسا كۆپ مەنپەئەت قىلۇر.

ئاساناسيانىڭ كىچىك نۇسخىسى مىئەسائىلە، زەپەر، قۇستە، سۇمبۇل، ئەپيۇن، قېلىن دارچىننىڭ ھەربىرى 12 گىرامدىن، غاپەس ئۇسارىسى 18 گىرام، سەۋسەن يىلتىزى 36 گىرام، ھەممىسىنى سوقۇپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرغاي.

يەنە بىر نۇسخا مۇرمەككى، ئۇدىبلسان 12 گىرامدىن، بۆرىنىڭ قۇرۇتۇلغان جىگىرى بىر چاڭگال. مائۇلھەسەل ياكى سىركەنجۇبىل بىلەن ئىستېمال قىلسا مەنپەئەت قىلۇر. بۆرە جىگىرى ھەممە ھايۋانلارنىڭ جىگىرىدىن مۆتىدىلرەك بولۇپ، ئادەم جىگىرىگە ئەڭ مۇۋاپىق كېلۇر، جىگەرنىڭ بارلىق كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلۇر. سانائى مەككى، شىبە، ئىزخىر، كەرەپشە، بەدىيانغا ئوخشاش نەرسىلەرنى ئىستېمال قىلغاي. مۇۋاپىق مىقدارىدىكى ئەرەب تۆگىسى سۈتىگە 30 گىرام شېكەر سېلىپ ئىچسە، جىگەردىكى سوغۇق خىلىتلارنى ھەيدەپ چىقىرار، توسالغۇلارنى ئاچار.

ھەب نۇسخىسى ئۇ، ئىستىسقا كېسەللىكىنىڭ دەسلىپىدە مەنپەئەت قىلۇر، جىگەرنىڭ

ھەممە كىسەللىكلىرىگە شىپا بولۇر، قىزىتما قايتۇرار. ئەفسەنتىن، سېرىق ھېللىلە، مەستىكى، زەپەر، رەۋەن، لوك مەغسۇل، بەدىيان رۇمى، قۇرۇق شاھتەررە، ئايارەج پەيقىرا قاتارلىقلارنى باراۋەر مىقداردا ئالغاي. بۇلارنى سوقۇپ، شوخلا سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ، ياتار ۋاقتىدا بەش گىرامدىن ئىستېمال قىلغاي. بىمارنىڭ يۆتىلى بولسا، زەنجىۋىل، قاقىلە، قەرنەپىل، دارچىن، زەپەر، فۇپەلنىڭ ھەربىردىن ئالتە گىرامدىن ئېلىپ چالا سوقۇپ، يۇڭ خالتىغا قاچىلاپ شارابقا چىلاپ، مۇۋاپىق مىقدارda ھەسەل سېلىپ، ئوت بىلەن قاينىتىقاي، شارابنىڭ ئىككى ھەسسىسى تۇگىگەندە ئوتتىن چۈشۈرۈپ، يۇقىرىقى دورىلارنى سوقۇپ سېلىپ، ئۈچ گىرام ئىپار قوشۇپ ئارىلاشتۇرۇپ، 30 گىرامدىن ئىچكەي.

زىمات نۇسخىسى سەبرە، مەستىكى، ئەفسەنتىن، سۇمبۇل، ئىزخىر يىلتىزى، سەندەلنىڭ ھەربىرى 12 گىرامدىن، ھەببىلسان، ئۇدخام، مىئەسائىلە، قېلىن دارچىن، قۇستە، ئاملە جەۋھىرىنىڭ ھەربىرى ئالتە گىرامدىن، قىزىلگۈل 18گىرام، ئەنبەر، لازەن ئۈچ گىرامدىن. دورىلارنى سوقۇپ، موم يېغى بىلەن يۇغۇرۇپ، زۆرۈر بولسا ئۈچ گىرام بابۇنە، ئالتە گىرام ئىكلىلمىلىك قوشۇپ زىمات قىلغاي.

يەنە بىر زىمات نۇسخىسى سەبرە، مەستىكى، ئەفسەنتىننىڭ ھەربىرى بىر ھەسسىدىن، قىزىلگۈل ئۈچ ھەسسە، ئۇدخام، سۇمبۇلنىڭ ھەربىرى ئىككى ھەسسىدىن، زەپەر بىر ھەسسە. دورىلارنى نوقۇت سۈيى ياكى مەرۋى يېغى بىلەن يۇغۇرۇپ، جىگەرگە زىمات قىلغاي. ئۇ، جىگەرنى قۇۋۇەتلەر، بىمارنىڭ غىزاسىغا كەكلىك گۆشى ۋە قۇشقاچ گۆشىنى قورۇپ بەرگەي. ھەببۇلئاس، نوقۇت سۈيىنى ئاچچىق بادام يېغى بىلەن بەرگەي. مائۇللەھمى ۋە كونا شارابقا نان چىلاپ بەرگەي، قۇرۇق مېۋىلەردىن ئاچچىق بادام مېغىزى، تاتلىق بادام مېغىزى، قۇرۇق ئۈزۈم، قەنت قاتارلىقلارنى بادام ياكى زەيتۇن يېغى بىلەن ئېزىپ بەرگەي. روزا تۇتۇش ۋە ئاز غىزالىنىش پايدىلىقتۇر.

تۆتىنچى باب جىگەر مىزاجىنىڭ ماددىسىز قۇرۇق سوغۇقتىن بۇزۇلۇشى توغرىسىدا

ئالامىتى

بىمارنىڭ ئېغىزى ۋە تىلى قۇرۇق، ئاچچىق، سۈيدۈكى سۈيۇق بولۇر، تومۇرى قاتتىق سوقار، تارتىشار، ئورۇقلار، قورساق پەردىلىرى يىغىلۇر.

داۋالاش

بۇنىڭ ئىلاجى قىيىندۇر، بۇنىڭغا ھۆللۇكنى ئاشۇرىدىغان تەدبىرلەرنى قىلغاي. تاتلىق ئانار سۇيىگە بادام يېغى تېمىتىپ بەرگەي، ھۆل قاپاق سۇيى، تاۋۇز سۇيى، تەرخەمەك سۇيى، ئىسپىغۇل سۇيى بەرگەي. مۆتىدىل دورا زۆرۈر بولسا، رەيھان ئۇرۇقى سۇيى بەرگەي. سېرىق سەۋسەن، ھۆل پىشلاق، يېڭى سۈتكە شېكەر قوشۇپ بەرگەي. ئوغلاق گۆشى بۇيرىغاي، قىزىتما ئىلاجىدا ئېيتىلغان تەدبىرلەر مەنپەئەت قىلۇر. گۈلابقا تاتلىق ئانار سۇيى قوشۇپ بەرسە مەنپەئەت قىلۇر.

بەشىنچى باب جىگەر مىزاجىنىڭ ماددىسىز ھۆل سوغۇقتىن بۇزۇلۇشى توغرىسىدا

ئالامىتى

بىمارنىڭ كۆزى ۋە يۈزى ئىششار، ئۇسسۇزلۇقى بولماس، ئەمما مۇنچىدا كۆپ تۇرسا ياكى باشقا سەۋەبلەردىن ھارارەت پەيدا بولسا ئۇسسار، تومۇرى يۇمشاق، ئاجىز سالۇر، سۇيدۇكى سۇيۇق كېلۇر، ئەزالىرىنىڭ گۆشى، بولۇپمۇ قوۋۇرغا مۇسكۇللىرى بوش بولۇر، ساڭگىلاپ تۇرار. بۇ كېسەللىك ئۇزۇنغا سوزۇلسا، ئىستىسقا كېسەللىكى پەيدا بولۇر.

داۋالاش

بۇنىڭ ئىلاجى مۇشكۈلدۇر، بەدەن چېنىقتۇرۇش، غىزانى ئاز يېيىش، ئىمكان بار سۇنى ئاز ئىچىش پايدىلىقتۇر. مىزاجىنىڭ سوغۇقتىن بۇزۇلۇشىدا ئېيتىلغان ۋە سۇئۇلقۇنىيە كېسەللىكىدە ئېيتىلغان دورىلاردىن مۇۋاپىقلىرىنى ئىشلەتكەي.

ئالتىنچى باب جىگەر مىزاجىنىڭ ھۆل ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشى توغرىسىدا

مەلۇم بولغايكى، جىگەر مىزاجى ھۆل ئىسسىقتۇر، ئۇنىڭدا ئىشلەپچىقىرىلىدىغان قان مىزاجىمۇ ھۆل ئىسسىقتۇر. جىگەر مىزاجىنىڭ ھۆل ئىسسىقلىقى ئاشسا، ئۇنىڭغا قانىنىڭ ھۆل

ئىسسىقلىقى قوشۇلۇپ، كېسەللىك پەيدا قىلۇر. بەدەندە قان خىلىتى ئېشىپ كەتكەنلىك ئالامەتلىرى مەلۇم بولۇر، جىگەردە ئاغرىق پەيدا بولۇر.

داۋالاش

دەسلەپتە باسلىق تومۇردىن قان ئالغاي. چىلان شەربىتى، سىركەنجۈبىل سالدە، ياۋا ئالما شەربىتى بەرگەي. قېتىق سۈيىگە مارجان شوخلا سۈيى، كاسنە سۈيى، خىيارشەنبەر قوشۇپ بەرگەي. ئۇچ گىرام ئايارەج پەيقىرا، 30 گىرام فۇلۇسى خىيارشەنبەرنى 60 گىرام مارجان شوخلا سۈيىدە ئېزىپ بەرسە پايدا قىلۇر. پەرھىز ئېشىغا كاھۇ، سۇماق ۋە زىرىق قوشۇپ بەرگەي.

يەتتىنچى باب جىگەر مىزاجىنىڭ قۇرۇق ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشى توغرىسىدا

ئالامىتى

ئېغىز قۇرۇش، تىل قۇرۇش، ئۇسىماش، تومۇر تېز سېلىش، ئېغىز ئاچچىق بولۇش، تەرەت سېرىق كېلىش قاتارلىقلارغا ئوخشاش مىزاجنىڭ ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشىدا ئىپتىلغان ئالامەتلەر ئىپغىر بولۇر.

داۋالاش

مىزاجنىڭ بۇزۇلۇشى ماددىلىق بولسا، دەسلەپتە قېتىق سۈيىگە شوخلا سۈيى، كاكىنەچ سۈيى، كاسنە سۈيى، فۇلۇسى خىيارشەنبەر قوشۇپ ئىچكۈزۈپ، ماددىنى سۈرگەي. ئارقىدىن ئېشەك سۈتىگە شېكەر قوشۇپ بەرگەي. تائامغا كاشكاپ تەييارلاپ، ئۇنىڭدا ھۆل قاپاقنى پىشۇرۇپ، بادام يېغى، نېلۇپەر يېغى، بىنەپشە يېغى، ھۆل قاپاق سۈيى، ئاچچىق ـ تاتلىق ئانار سۈيى قوشۇپ بەرگەي. تاۋۇز سۈيى، تەرخەمەك سۈيى، ئىسپىغۇل لوئابغا شېكەر قوشۇپ بەرگەي. غىزاسىغا قاپاق، تەرخەمەك، كاھۇ، پالەكتىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، ئارپا ئېشىغا قوشۇپ بەرگەي. چالا پىشۇرۇلغان تۇخۇمنى بادام يېغى ۋە شېكەر بىلەن بەرگەي.

سەككىزىنچى باب جىگەر مىزاجىنىڭ ماددىلىق قۇرۇق سوغۇقتىن بۇزۇلۇشى توغرىسىدا

ئالامىتى

بۇنىڭ ئالامىتى جۈدەتكۈچى تەپتىكى ئالامەتلەر بىلەن ئوخشاش بولۇر، مىزاجنىڭ سوغۇقلۇقىغا مۇناسىۋەتلىك ئالامەتلەر زاھىر بولۇر.

داۋالاش

مىزاجنىڭ سوغۇقتىن بۇزۇلۇشىدا بايان قىلىنغان مەلھەم ۋە زىماتلارنى چاپقاي، نەرگەس يېغى، يەسمەن يېغى، سەۋسەن يېغىغا موم ئارىلاشتۇرۇپ، موم يېغى تەييارلاپ ئىشلەتكەي. تاتلىق بادام يېغى بىلەن مائۇلئۇسۇل ئىستېمال قىلدۇرغاي. داۋائىلمىشكى ۋە ئىسسىق مەجۇنلەر مەنپەئەت قىلۇر. غىزاسىغا بۇغداي سۈيى، كېپەك سۈيى بەرگەي، بولۇپمۇ مۇنچىدىن چىققاندا ئىستېمال قىلسا ياخشى بولۇر. چالا پىشۇرۇلغان تۇخۇم سېرىقىنى شېكەر ۋە دارچىن بىلەن بەرگەي. مائۇللەھمنى شېكەر بىلەن بەرگەي، ئۇسسۇزلۇقىغا مائۇلھەسەل ياكى ئۈزۈم شەربىتى قوشۇپ بەرگەي.

توققۇزىنچى باب جىگەرنىڭ كېچىك بولۇشى توغرىسىدا

بىلىش كېرەككى، بەزى كىشىلەرنىڭ جىگىرى كىچىك بولۇپ، ئاشقازاندىن كەلگەن كەيلۇس ئۇنىڭغا سىڭمىسا. ئورۇن تار بولغاچقا، جىگەرگە ئېغىر كېلۇر، جىگەر قۇۋۋىتى كەيلۇسنى ھەزىم قىلىش ۋە سەرپ قىلىشتىن ئاجىز كېلۇر، بەدەن كېرەكلىك ئوزۇقلۇقتىن بەھرە ئالالماس.

ئالامىتى

ئاسان ھەزىم بولىدىغان غىزانى مۇۋاپىق مىقداردا يېسىمۇ ئېغىر كېلۇر، قورساقتا يەل پەيدا

بولۇر، بەدەن قۇۋۇتىنى ئاجىز بولۇر، ئورۇقلار، چۈنكى بەدەن غىزادىن قۇۋۇەت تاپالمىغاندۇر. چىمچىلاق بارماقنىڭ قىسقىلىقى جىگەر كىچىكلىكىنىڭ نىشانىدۇر.

داۋالاش

غىزاسىغا مىقدارى ئاز، ئەمما ئوزۇقلۇقى كۆپ، ئاسان سىڭىدىغان يېمەكلىكلەرنى بەرگەي. تائامنى ئاز - ئازدىن، پات - پات يېگەي. تۇسالغۇنى ئېچىش، جىگەرنى تازىلاش، سۇيدۇك ھەيدەش، چوڭ تەرەتنى بوشىتىش رولى بولغان شەربەتلەرنى ئىستېمال قىلغاي.

ئونىنچى باب جىگەرگە زىيان قىلىدىغان نەرسىلەر توغرىسىدا

تائام ئۇستىگە تائام يېيىش، يەنى ئالدىدىكى تائام سىڭمىگەن ھالەتتە يەنە تائام يېيىش جىگەرگە زىيان قىلۇر، بىرقانچە تائامنى تەرتىپسىز يېيىش زىيان قىلۇر، تائام يېيىشنىڭ تەرتىپى ئىلگىرى بايان قىلىندى. ناشتىدا بەدەن چېنىقتۇرغاندىن كېيىن، مۇنچىغا چۈشكەن ۋە جىما قىلغاندىن كېيىن سوغۇق سۇ ئىچىش جىگەرنى سوۋۇتار، ئاخىرى ئىستىسقا كېسەللىكىنى پەيدا قىلۇر. ئىچىش زۆرۈر بولسا، ئاز - ئازدىن ئىچكەي، شىلىمشىق غىزا يېمىگەي، چۈنكى ئۇنىڭدىن تۇسالغۇ پەيدا بولۇر. تاتلىق شەربەتتىنمۇ تۇسالغۇ پەيدا بولۇر، بۇنىڭ سەۋەبى ئىككىدۇر. بىرى، جىگەر مىزاجى ھۆل ئىسسىقتۇر، تاتلىق شەربەت مىزاجىمۇ ھۆل ئىسسىق بولغاچقا، جىگەر تېزلا ئۆزىگە تارتار. يەنە بىرى، شەربەت ئاشقازاندىن تېز ئۆتەر، جىگەرگە تېز بارار، ئۇنىڭ كېرەكسىز ماددىسىدىن جىگەردە تۇسالغۇ پەيدا بولۇر. پېتىر نان، گۈرۈچ نېنى، كاللا - پاچاق ھەم تەس ھەزىم بولىدىغان گۆشلەرمۇ جىگەرگە زەرەر قىلۇر.

ئون بىرىنچى باب جىگەرگە پايدا قىلىدىغان نەرسىلەر توغرىسىدا

كاسىنەگە ئوخشاش تۇسالغۇ ئېچىش خۇسۇسىيىتى بولغان ئاچچىق نەرسىلەر جىگەرگە پايدا قىلۇر، دارچىن ۋە ئىزخىر چېچىكىگە ئوخشاش خۇش پۇراق، خىلىتلارنى بۇخارات

بولۇشتىن ساقلايدىغان، توسالغۇلارنى ئېچىش رولى بولغان نەرسىلەر جىگەرگە مەنپەئەت قىلۇر. زەپەرگە ئوخشاش نەرسىلەر، شۇنداقلا بادام، پىندۇق، قۇرۇق ئۈزۈمگە ئوخشاش تەمى ياخشى بولغان ۋە تاتلىق بولغان نەرسىلەرنىڭ هەممىسى جىگەرگە پايدا قىلۇر. هارارەتلىك جىگەرگە ياۋا ۋە يەرلىك كاسنە مەنپەئەت قىلۇر، ئاچچىق رەيهان شارابى سوغۇق مىزاجلىق جىگەرگە مەنپەئەت قىلۇر، بۆرە جىگىرى مەنپەئەت قىلۇر.

ئىككىنچى قىسىم جىگەر ئاجىزلىقى ۋە جىگەردە توسالغۇ پەيدا بولۇش توغرىسىدا

بۇ قىسىم ئالتە بابتۇر.

بىرىنچى باب جىگەر ئاجىزلىقى توغرىسىدا

ئەرەب تىلىدا جىگىرى ئاجىز كىشىلەر «مەكبۇد» دەپ ئاتىلۇر، جىگەر ئاجىزلىقى ۋە ئاغرىقى «ئەكباد» دەپ ئاتىلۇر. جالىنۇسنىڭ ئېيتىشچە، «مەكبۇد» دېگەن بۇ سۆز جىگەر خىزمىتىگە نۇقسان يەتكەن، ئەمما جىگىرىگە جاراھەت ياكى ئىششىق پەيدا بولمىغان كىشىنى كۆرسىتىدىكەن.

جىگەر ئاجىزلىقىنىڭ سەۋەبى تۆت خىلدۇر. بىرىنچىسى، جىگەر مىزاجى يالغۇز ياكى پۈتۈن بەدەن مىزاجى بىلەن بىرلىكتە ماددىلىق ياكى ماددىسىز بۇزۇلۇر. ئىككىنچىسى، جىگەر بىلەن شېرىكچىلىكى بولغان ئەزالاردا ئىللەت پەيدا بولۇر، مەسىلەن: ئۆت، تال، بۆرەك، ئاشقازان، ئۇچەي، بالىياتقۇ، كۆكرەك ۋە نەپەس ئەزالىرىغا ئوخشاش. ئۈچىنچىسى، جىگەردە ئىسسىق ياكى سوغۇقتىن ئىششىق پەيدا بولۇر، سەرتان، يۇمشاق ئىششىق، بەلغەم خاراكتېرلىك ئىششىق پەيدا بولۇر. تۆتىنچىسى، جىگەردە يارا، قاپلىق جاراھەت پەيدا بولۇر. ھارارەت ۋە ئوفۇنەت زاھىر بولۇر.

جىگەرنىڭ ئۆت خىزمىتىگە نۇقسان يېتىشتىن بولغان ئاجىزلىقى شۇكى، ئۆت جىگەرنىڭ قاندىن سەپرانى ئايرىشىغا ياردەم بېرەلمەي، قاننى ئۆزىگە تارتالماس. تال خىزمىتىگە نۇقسان يېتىشتىن بولغان ئاجىزلىقى شۇكى، جىگەر قاننى سۇ تەركىبىدىن ئايرىپ، ئۆزىگە تارتالماس. چۈنكى جىگەرنىڭ خىزمىتى شۇكى، ئۇ، كەيلۇسنى ئاشقازاندىن قوبۇل قىلىپ، قان قىلۇر. ساپ بولغان قاننى ئەزالارغا ئەۋەتەر. ئەزالارغا كېرەكلىك بولغان سەپرانى ئەۋەتەر، ئەزالار ئۆزلىرىدىكى

تارتقۇچى قۇۋۇەت بىلەن سەپرانىڭ ئارتۇق قىسمىنى جىگەردىن ئۆزىگە قوبۇل قىلۇر. ئەمما تال ۋە ئۇنىڭ بىلەن شېرىك بولغان باشقا ئەزالاردا كېسەللىك پەيدا بولسا، جىگەرنىڭ خىزمىتىگە ماسلىشالماس. بۇنىڭ بىلەن جىگەر خىزمىتىگە تەسىر يېتەر. جىگەرنىڭ ئاشقازان خىزمىتىگە نۇقسان يەتكەنلىكىدىن بولغان ئاجىزلىقى شۇكى، ئاشقازانىدىكى كەيلۇس ياخشى ھەزىم بولماي ياكى ئېچىغان ھالەتتە جىگەرگە بارۇر. جىگەرنىڭ ئۇچەي خىزمىتىگە نۇقسان يەتكەنلىكىدىن بولغان ئاجىزلىقى شۇكى، ئۆت بىلەن ئۇچەي ئارىسىدىكى يول توسۇلۇر، ئۆتتىكى سەپرا ئۇچەيگە كېلەلمەس. بۇنىڭ بىلەن ئۇچەيگە كېلىدىغان سەپرا ئۆتتە توختاپ قالۇر، بۇنىڭدىن ئىككى خىل زىيان پەيدا بولۇر. بىرى، ئۇچەيگە تېگىشلىك سەپرا يېتىپ كېلەلمىگەن بولغاچقا، ئۇچەيدە قۇلۇنجى پەيدا بولۇر، بۇ ئىلگىرى بايان قىلىندى. يەنە بىرى، ئۇچەيگە سەپرا يېتىپ كېلەلمىگەنلىكتىن، ئۆتتىكى سەپرا مىقدارى ئېشىپ كېتىپ، جىگەردىكى ئارتۇق سەپرانى ئۆزىگە تارتالماس. جىگەرنىڭ بالىياتقۇ خىزمىتىگە نۇقسان يېتىشىدىن بولغان ئاجىزلىقى شۇكى، ھەيز قېنى كۆپ كەلسە، بالىياتقۇ قانىنى جىگەردىن كۆپ تارتار. بۇ سەۋەبتىن جىگەر سوۋۇپ، پۇتۇن بەدەن زەئىپلىشەر ياكى ھەيز قېنى توختىسا، جىگەر ئەۋەتكەن كېرەكسىز ماددىلار چىقىپ كېتەلمەي، جىگەر ۋە پۇتۇن بەدەنە قالۇر. جىگەرنىڭ نەپەس ئەزالىرى خىزمىتىگە نۇقسان يېتىشتىن بولغان ئاجىزلىششى شۇكى، جىگەر پەردىسى ۋە تومۇرلىرى بىلەن نەپەس ئەزالىرى پەردىلىرى ۋە ئۇلارنىڭ تومۇرلىرى بىر - بىرىگە تۇتاش بولغاچقا، نەپەس ئەزالىرى خىزمىتىگە نۇقسان يەتسە، جىگەر خىزمىتىگە تەسىر يېتەر. كۆپ ھاللاردا شۇ سەۋەبتىن جىگەر قۇۋۇەتلىرى زەئىپ بولۇر. بەزىدە بۇ قۇۋۇەتلەرنىڭ بىر قىسمىغا نۇقسان يېتەر، جىگەرنىڭ تارتقۇچى ۋە ھەزىم قىلغۇچى قۇۋۇەتلىرىنىڭ زەئىپلىششى ھۆل سوغۇقلۇقتىن، تۇتۇپ تۇرغۇچى قۇۋۇەتلىرىنىڭ زەئىپلىششى ھۆللۈكتىن بولۇر.

ئالامىتى

بىمارنىڭ چىرايى كۆككە مايىل سېرىق، بەزىسى ئاققا مايىل سېرىق، بەزىسىنىڭ يېشىل ۋە پىستە رەڭ، بەزىسىنىڭ قارىغا مايىل بولۇر. ماھىر تېۋىپ جىگەر كېسىلىگە گىرىپتار بولغان بىمار بىلەن ئاشقازان كېسىلىگە گىرىپتار بولغان بىمارنى رەڭگىدىن پەرقلەندۈرەر. چوڭ - كىچىك تەرەتنىڭ گۆش يۇغان سۇغا ئوخشاش كېلىشى جىگەرنىڭ كەيلۇسنى قانغا ئايلاندۇرۇش خىزمىتىگە نۇقسان يەتكەنلىكىنىڭ ئالامىتىدۇر. مەلۇم بولغايكى، چوڭ تەرەتنىڭ قىزىلغا مايىل كېلىشى كېسەللىكنىڭ كېيىنكى مەزگىلىدە بولۇر، بىمارنىڭ ھارارىتى يۇقىرى بولسا، چوڭ

تەرتىپى دەسلەپتە يىرىڭغا ئوخشاش كېلۇر، ئارقىدىن شاراب لېيغا ئوخشاش، ئارقىدىن كۆيگەن قانغا ئوخشاش كېلۇر. كۆپ هاللاردا قىزغۇچ كېلىشتىن ئاۋۋال، سېرىق كېلۇر. بىمارنىڭ مىزاجى سوغۇق بولسا، چوڭ تەرتىپى سېسىغان قانغا ئوخشاش كېلۇر، ئاخىرىدا بىمارنىڭ مىزاجى مەيلى سوغۇق ياكى ئىسسىق بولسۇن، رەڭگى ۋە قويۇق - سۇيۇقلۇقى بىر هالەتتە بولماس، بەلكى هەر خىل بولۇر. جىگەرنىڭ ئىككىنچى هەزىمى ۋاقتىدا كەيلۇس ماسارىقا تومۇرىغا ئۆتۈشكە باشلىغاندا، ئەزالار قىزار. بەزىدە قىزىتما پەيدا بولۇر، سۇيدۇكى قىزىل، سېرىق بولۇر، تەشنالىق پەيدا بولۇر. جىگەر مىزاجى سوغۇق بولسا، خىلتىنى قويۇق، ئىشتىهانى كۆپ قىلۇر، بۇ چاغدا دەسلەپتە قىزىتما بولماس، ئەمما نەچچە كۈن ئۆتكەندىن كېيىن جىگەردە قالغان سوغۇق قان ئېچىپ بۇس پەيدا قىلىپ، هارارەتنى ئۆرلىتەر، جىگەر ئېغىرلىشار. هۆللۈك جىگەردىكى خىلتىلارنىڭ هۆللۈكىنى زىيادە قىلۇر، بىمارنىڭ چوڭ تەرتىنىڭ يۇمشاق كېلىشگە سەۋەب بولۇر. ئاخىرىدا جىگەر مەنبەلىك ئىستىسقا كېسەللىكىنى پەيدا قىلۇر. جىگەر مىزاجى قۇرۇق بولسا، خىلتىنىڭ مەلۇم دەرىجىدە قويۇق بولۇشىغا سەۋەب بولۇر، سۇيدۇكى ئاز كېلۇر.

جىگەر خىزمىتىگە نۇقسان يەتكەن سەۋەبتىن، جىگەر ئاجىزلىغانلىقىنىڭ ئالامىتى شۇكى، بىمار يۈزىنىڭ رەڭگى يەرقان بىمارىنىڭ يۈزىنىڭ رەڭگىگە ئوخشاش بولۇر، ئۆت ۋە ئۇچەي ئارىلىقىدا توسالغۇ پەيدا بولغان سەۋەبتىن ئىچى ئاق كېلۇر. تال خىزمىتىگە نۇقسان يەتكەن سەۋەبتىن جىگەرنىڭ ئاجىزلىغانلىقىنىڭ ئالامىتى شۇكى، دەسلەپتە جىگەر كېسەللىكى ئالامەتلىرى زاهىر بولۇر، بىمارنىڭ يۈزىنىڭ رەڭگى قارامتۇل بولۇر. ئاشقازان خىزمىتىگە نۇقسان يەتكەن سەۋەبتىن جىگەر ئاجىزلىغانلىقىنىڭ ئالامىتى شۇكى، تائامنىڭ سىڭمەسلىكى ۋە ئاشقازاننىڭ باشقا ئەهۋاللىرى ئۇنىڭدىن بېشارەت بېرۇر. جىگەر يۇرەك خىزمىتىگە نۇقسان يەتكەنلىكتىن زەئىپلەشكەن بولسا، ماس هالەتتىكى ئالامەتلەر ۋە سەۋدانىڭ ئالامەتلىرى ئاشكارا بولۇر. بالياتقۇ ئىششىش، يارا پەيدا بولۇش، چىيقان چىقىشقا ئوخشاش بالياتقۇ كېسەللىكى سەۋەبىدىن جىگەر ئاجىزلاشنىڭ ئالامەتلىرىنى ئۆز ئورنىدا بايان قىلمىز. جىگەر قۇۋۋەتلىرىنىڭ ئاجىزلىغانلىقىنىڭ ئالامەتلىرى شۇكى، جىگەرنىڭ تارتقۇچى قۇۋۋىتى ئاجىز بولسا، كەيلۇسنى خىلىتتىن ئايرىپ ئۆزىگە تارتالماس، شۇ سەۋەبتىن، هەزىم قۇۋۋىتى ئۇنى هەزىم قىلىپ، ئەزالارنىڭ ئوزۇقلىنىشى ئۈچۈن ئەۋەتەلمەس، بۇ سەۋەبتىن، دەسلەپتە بەدەن ئورۇقلار، كېيىن ئىچى سۇرەر، ئىچى هۆل، ئاقۇچ، سۇيۇق كېلۇر. كەيلۇسنىڭ پايدىسى ۋە ئەهۋالىنى ئىلگىرى كىتابتىكى ئۇچەي تەشرىهىدە بايان قىلغان ئىدۇق. جىگەرنىڭ تارتقۇچى قۇۋۋىتى زەئىپلەشسە، ئايرىلغان خىلتىلارنى ئاشقازان ئۆز قۇۋۋىتى بىلەن هەزىم قىلۇر. ئاشقازان زەئىپلەشسە، ئايرىلغان

خىلتىلار ھەزىم بولالماس، تارتقۇچى قۇۋۇەتنىڭ زەئىپلىششىنىڭ سەۋەبى ئۇچەي بىلەن جىگەر ئارىسىدىكى يولدا توسالغۇ پەيدا بولۇشتۇر. جىگەرنىڭ تۈتۈپ تۇرغۇچى قۇۋۇتى ئاجىز بولسا، جىگەر كەيلۇسنى تارتقۇچى قۇۋۇەت سۇمۇرگىچە تۈتۈپ تۇرالماس. ھەزىم قۇۋۇتى ھەزىم قىلغۇچە توختىتالماس. بۇنىڭ ئالامتى شۇكى، بىمارنىڭ چوڭ تەرىتى يۇمشاق كېلۇر، بەدىنى ئورۇقلار، تەرىتى تارتقۇچى قۇۋۇەت ئاجىزلىغانلىقتىن كېچىكىپرەك كېلۇر. تەرەت رەڭگى قىزغۇچ بولۇر، جىگەرنىڭ ھەزىم قۇۋۇتى ئاجىزلاشقان بولسا، ئالامتى ئىككى خىل بولۇر. بىرى، چوڭ تەرىتى سۇيۇق كېلۇر، رەڭگى گۆش يۇغان سۇغا ئوخشاش بولۇر. يەنە بىرى، جىگەر كەيلۇسنى ھەزىم قىلماي، ئەزالارغا ئەۋەتەر، بۇ سەۋەبتىن بىمارنىڭ يۈزىدە ئېسىلىش پەيدا بولۇر، ئاخىرى ئورۇقدانغا سۇ يىغىلار. جىگەرنىڭ ئىتتىرىپ چىقارغۇچى قۇۋۇتى ئاجىز بولسا، خىلتىلارنى قاندىن ئايرىيالماس، بىمارنىڭ سۇيدۇكى ئاز كېلۇر، چوڭ تەرىتىمۇ ئاز بولۇر. خىلتىلار قان بىلەن بىرلىكتە ئەزالارغا بارار. بۇنىڭ ئالامتى شۇكى، خىلتىلار ئەزالاردا يىغىلىپ، ئىششىق ۋە ئاغرىق پەيدا قىلۇر، تومۇر يولى توسۇلار، بۇخاراتلىق قىزىتمىلار پەيدا بولۇر. بىمارنىڭ يۈزىنىڭ ئىلگىرىكى رەڭگى كېتىپ، بەدرەڭ، قارامتۇل بولۇر، تاڭامغا ئىشتىھاسى كەم بولۇر، بەزىلىرى قۇلۇنجىغا، بەزىلىرى ئىستىسقا كېسەللىكىگە گىرىپتار بولۇر، بەزىلىرى سىرىق يەرقان، بەزىلىرى قارا يەرقان، بەزىلىرى قوتۇر، بەزىلىرى قىچىشقاققا گىرىپتار بولۇر.

داۋالاش

دەسلەپتە جىگەر ئاجىزلىقىنىڭ سەۋەبىنىڭ نېمە ئىكەنلىكىنى ئېنىقلاش، ئارقىدىن ئۇنىڭغا قارشى تەدبىر قوللىنىش لازىمدۇر. بىلىش كېرەككى، جىگەر كۆپ ھاللاردا ھۆل سوغۇقلۇقتىن زەئىپلىشەر، قۇرۇقلۇقتىن زەئىپلىششى ئازراق بولۇر. شۇ سەۋەبتىن، جىگەر كېسەللىكىنىڭ ئىلاجىغا ئاسان ھەزىم بولىدىغان، تەبىئىتى ئىسسىق، خىلتىنى پىشۇرۇش، توسالغۇلارنى ئېچىش خۇسۇسىيىتى بولغان دورىلارنى كۆپرەك ئىشلەتكەي. بۇ دورىلار جىگەرگە قابىزلىق قۇۋۇتى بېرەر. يەنە بۇخاراتلارنى توختىتىدىغان دورىلارنى ئىشلەتكەي، مەسىلەن: زەپەر، ئاچچىق ئانار، تاتلىق ئانار ۋە بۇلارغا ئوخشاش نەرسىلەرنى ئىشلەتكەي. چۈنكى ئۇلاردا قابىزلىق قۇۋۇەت بار بولۇپ، ئاچچىقلىقى بىلەن قويۇق ھۆللۈكنى پارچىلار، ھارارەتنى پەسەيتەر، تاتلىقلىقى بىلەن ھۆللۈكنى تازىلار، توسالغۇنى ئاچار. ئاچچىق دورىلارنى نورمال ئىشلەتكەي. قۇرۇق ئۆزۈمنى ئورۇقى بىلەن چايناپ يېيىشمۇ شۇ خاسىيەتنى بېرۇر. ئىششىق بولۇپ تارقىتىش زۆرۈر بولسا، قابىز دورىلارنى قوشقاي. بىمارنىڭ مىزاجى قۇرۇق بولسا، قابىز دورىلارنى ئىشلەتمىگەي.

جىگەردە ماددا بار بولۇپ، سۇركە بېرىشكە تېگىشلىك بولسا، ئېھتىيات قىلغاي. مادا قان بولسا، قان ئالغاي، ماددا قويۇق، يېپىشقاق خىلىت بولسا، غارىقۇن بىلەن سۇركە بەرگەي. خىلىت سۇيۇق ۋە ئىسسىققا مايىل بولسا، ئەفسەنتىن، غاپەس ئۇسارىسى ۋە ماددىنى سۇرۇشكە يارىمم بېرىدىغان دورىلارنى قوشۇپ بەرگەي. بەزىدە بىمارنىڭ ئىچى سۇرسە، تېۋىپ قابىز دورىلار بىلەن ئىچىنى توختىتىشقا ئالدىرار، بۇنداق قىلسا چوڭ زىيان پەيدا بولۇر. بۇ چاغدا ياخشى ئويلانغاي. ئىچ سۇرۇش تەبىئەتنىڭ ئىتتىرىش كۈچى بىلەن بولغان بولۇپ، جىگەر ئىچ سۇرۇش بىلەن تازىلىنىش ئېھتىمالى بولسا، ئىچ سۇرۇشكە مەدەت بەرگەي، شۇ ئارقىلىق جىگەر تېزرەك تازىلانغاي. ئىچ سۇرۇشنى توختىتىدىغان ۋاقىتتا خۇش پۇراق، توسالغۇلارنى ئاچىدىغان، قۇۋۋەت بېرىش خۇسۇسىيىتى ۋە قابىزلىق خۇسۇسىيىتى بولغان دورىلارنى نورمال بەرگەي.

جىگەرنى تازىلاپ قۇۋۋەتلەيدىغان دورىنىڭ نۇسخىسى لوك مەغسۇل، رەۋەننىڭ ھەربىرىدىن توققۇز گىرامدىن، غاپەس ئۇسارىسى، بەدىيان ئۇرۇقى، سەرمەقنىڭ ھەربىرىدىن 15 گىرامدىن، ئەفسەنتىندىن 18 گىرام، كاسنە ئۇرۇقىدىن 30 گىرام، ئەفتىمۇن ئۇرۇقىدىن 60 گىرام، كەرەپشە ئۇرۇقىدىن 12 گىرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە مەجۇن تەييارلاپ، ئالتە گىرامدىن يېگەي.

يەنە بىر مەجۇن نۇسخىسى جالىنۇسنىڭ ئېيتىشچە، جىگەر كېسەللىكلىرى ئۈچۈن بۇ دورىدىن ياخشىراق يەنە بىر دورا يوقتۇر. ئۇرۇقىنى ئالغان قۇرۇق ئۆزۈم 125 گىرام، زەپەر بەش گىرام (بەزى نۇسخىلاردا زەپەر ئىككى گىرام)، قەسبۇزەربىرە 10 گىرام، مۇقەل يەھۇد 10 گىرام، دارچىن بەش گىرام (بەزى نۇسخىلاردا سەلىخە 10 گىرام)، سۇمبۇل ئىككى گىرام، ئىزخىر 10 گىرام، مۇرمەككى 20 گىرام، بەتەم يېلىمى 20 گىرام، دارشىشان 10 گىرام، ھەسەل 80 گىرام. مۇقەلنى شارابتا ئېزىپ، قالغان دورىلارنى سوقۇپ، ئارىلاشتۇرۇپ يۇغۇرۇپ، ھەر قېتىمدا بەش گىرامدىن يېگەي.

جالىنۇسنىڭ ئېيتىشچە، بۇ مەجۇن نۇرغۇن خاسىيەتلىك دورىلاردىن تەركىب تاپقاندۇر، ھەرقايسىسىنىڭ ئايرىم خۇسۇسىيەتلىرى بار بولۇپ، بەزىسى قابىز بولۇپ، جىگەرگە قۇۋۋەت بېرۇر، بەزىسى خىلتىنى پىشۇرار، بەزىسى يىرىڭ ۋە يامان ماددىنى ئۆزىگە تارتىپ پاك بولۇر. بەزىسى مىزاجنى ئىسلاھ قىلۇر، بەزىسى زىيانلىق دورىلارغا قارشى تۇرۇپ، زىيىنىنى يوق قىلۇر. دارچىن بىلەن سەلىخەنىڭ بۇ خىل تەسىرى كۆچلۈكرەكتۇر، سۇمبۇلنىڭ تەسىرى ئۇلاردىن كۆچلۈكتۇر. دارشىشان بۇخاراتنى توختىتار، خىلتىنى پىشۇرۇر، ئىچىنى توختىتار، قۇرۇق ئۆزۈم جىگەرگە ئىنتايىن مۇۋاپىقتۇر. شۇنىڭ ئۈچۈن، بۇ مەجۇنگە كۆپ قوشۇلۇر. تاتلىقلىقى

بىلەن باشقا دورىلارنىڭ زىيىنىنى يوق قىلۇر، مۇقەل مىزاجنى ئىسسىق قىلۇر، خىلتنى پىشۇرۇر ۋە تارقىتۇر. ئىلكۇل بەتەم توسالغۇنى ئاچار. هارارەت كۆپ بولسا، بۇ مەجۇنگە بەزرۇلبەنجى بىلەن ئەپيۇندىن مۇۋاپىق مىقداردا قوشقاي. ئۇنىڭ مەنپەئىتى كۆپ بولۇر، پۇلونيا قوشۇپ بەرگەي، چۈنكى ئۇنىڭ تەركىبىدە ئەپيۇن بىلەن بەزرۇلبەنجى بار بولۇپ، جىگەرنىڭ ھەر خىل زەئىپلىشىشلىرىگە پايدا قىلۇر. بۆرە جىگىرىنى قورۇپ بەرسە پايدا قىلۇر. ئىچنى سۈرۈش زۆرۈر بولسا، قىزىل تۆگە سۈتى بەرگەي. ئاشقازان ئاجىزلىقىغا ئىشلىتىلىدىغان زىماتلارنى چاپسىمۇ كۆپ پايدا قىلۇر. جىگەر ئاجىزلىقى مىزاجنىڭ ئىسسىقلىقىدىن، بۇزۇلۇشىدىن بولسا، توسالغۇ بولمىسا، ئالما، بېھى، ئامۇت، ئاچچىق ئانار، تاتلىق ئانار مۇۋاپىق كېلۇر. توسالغۇ بولسا سىركەنجۈبىل بىلەن كاسنە سۇيى بەرگەي، غىزاسىغا سەكباج (بىرخىل يېمەكلىك) تەييارلاپ بەرگەي. توخۇنىڭ ئىچ قارنىنى تازىلاپ، ئىچىگە ھۆل كاسنە، يۇمغاقسۈت تىقىپ، ئازراق پىننە سىلىپ پىشۇرۇپ بەرگەي. هارارىتى يۇقىرى بولمىسا، سەكباج بىلەن توخۇ شورپىسىغا دارچىن، سۇمبۇل قوشۇپ بەرگەي. جىگەر قۇۋۇشەتلىرى زەئىپلەشكەن بولسا، قايسى قۇۋۇشەت زەئىپلەشكەنلىكىنى ئېنىقلاش زۆرۈردۇر. ھەزىم قىلىش قۇۋۇتى ئاجىزلاشقان بولسا، سۇمبۇل، بەسباسە، جويۇز، كۇندۇر، مەستىكى، قەسبۇزەرىرە، سۆئىدە قاتارلىقلارنى قوشۇپ بېرىش لازىمدۇر. جىگەرنىڭ تۈتۈپ تۇرغۇچى قۇۋۇتى زەئىپلەشكەن بولسا، قابىز دورىلارنى زىيادە قىلغاي. ئىسسىق دورىلارنى كېمەيتكەي. ئىسسىق دورىلارغا قابىز دورىلارنى باراۋەر مىقداردا قوشۇپ بەرسىمۇ ياخشىدۇر. ئانار چېچىكى، تەراسىس، قىزىلگۈلگە ئوخشاش نەرسىلەرنى بەرسە پايدا قىلۇر. جىگەرنىڭ تارتقۇچى قۇۋۇتى زەئىپلەشكەن بولسا، قابىز دورىلارنى كەمرەك بەرگەي. ئىسسىق ۋە خۇش پۇراق قابىز دورىلارنى كۆپرەك ئىشلەتكەي، جىگەر قۇۋۇتىنى ساقلىغاي. بۇ كېسەللىككە زىماتلار ۋە چاپىدىغان دورىلار مۇۋاپىقتۇر. ئىلاجىدا جىگەر توسالغۇلىرىنى ئاچىدىغان تەدبىرلەرنى قىلىشقا سەل قارىمىغاي. جىگەرنىڭ ئىتتىرىپ چىقارغۇچى قۇۋۇتى زەئىپلەشكەن بولسا، توسالغۇنى ئاچىدىغان تەدبىرلەرنى قىلغاي. بۆرەكنى ئىسىتقاي. بىلىش لازىمكى، مىزاج بۇزۇلغاندا، ھەرقايسى قۇۋۇشەتلەر زەئىپلىشىدۇ. گەرچە ھەزىم قىلغۇچى قۇۋۇشەت بىلەن تارتقۇچى قۇۋۇشەتنىڭ ئاجىزلىشىشى مىزاجنىڭ سوغۇقلۇقىدىن بولسىمۇ، بەزىدە مىزاجنىڭ ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشىدىن بولۇر. بۇ چاغدا قۇۋۇشەتنى ئەسلى ھالىتىگە كەلتۈرۈش ئۈچۈن، سوغۇق نەرسىلەرنى بەرگەي. شۇ سەۋەبتىن جىگەر قۇۋۇشەتلىرى زەئىپلەشسە، بۇنىڭ زەئىپلىشىشىنىڭ مىزاجنىڭ قايسى خىل بۇزۇلۇشى بىلەن مۇناسىۋەتلىك ئىكەنلىكىگە دىققەت

قىلىش، شۇنىڭغا مۇۋاپىق تەدبىر قوللىنىش لازىمدۇر. جىگىرى زەئىپلەشكەن كىشىگە مۇۋاپىق كېلىدىغان تائام، ئاسان ھەزىم بولىدىغان گۆشلەر، يېڭى ھەم زەھەرسىز بۇغداي ئۇنىدىن پىشۇرۇلغان نانىدۇر. ھارارەتلىك كىشىگە ئاددىي ئارپا ئېشى بەرگەي، مىزاجى سوغۇق كىشىلەرگە ھەسەل، چالا پىشۇرۇلغان تۇخۇم سېرىقى، قۇرۇق ئۈزۈم، دارچىن ۋە مۇچ قوشۇپ بەرگەي.

ئىككىنچى باب جىگەر سىرتىدا توسالغۇ پەيدا بولۇش توغرىسىدا

بىلىش كېرەككى، توسالغۇ جىگەر سىرتىدا ياكى ئىچىدە ياكى ھەر ئىككى تەرىپىدە پەيدا بولۇر. ئۇ، جىگەر كېسەللىكلىرىنىڭ ئانىسى بولۇپ، ھەممىسى ئۇنىڭدىن پەيدا بولۇر. جىگەر سىرتىدىكى توسالغۇ قويۇق قانىنىڭ كۆپلۈكى ۋە ئىتتىرىپ چىقارغۇچى قۇۋۋەتىنىڭ ئاجىزلىقىدىن پەيدا بولۇر. جىگەر ئىچىدىكى توسالغۇ كەيلۇسىنىڭ جىگەردە ھەزىم بولالماي خام قېلىشى ۋە قويۇلۇشىدىن پەيدا بولۇر. توسالغۇ جىگەرنىڭ ئىچى تەرىپىدە كۆپرەك، تېشى تەرىپىدە ئازراق پەيدا بولۇر، چۈنكى كەيلۇس جىگەرگە ئىچى تەرەپتىكى يول بىلەن كېلىدۇر. بۇ جەريانداقويۇقراق ۋە خامراق بولغان كەيلۇس شۇ يوللاردا قالىدۇر. سۇيۇقراق، پىششىقراق بولغىنى راۋان ئۆتەر، بەزىدە توسالغۇ قويۇق ۋە يېپىشقاق غىزالارنى يېيىشتىن پەيدا بولۇر. بەزىدە مۇۋاپىق غىزالانماسلىقتىن پەيدا بولۇر، بولۇپمۇ تائام يەپلا بەدەن چىنىقتۇرۇش، ھەرىكەت قىلىش ۋە مۇنچىغا كىرىش سەۋەبىدىن پەيدا بولۇر. بەزىدە توسۇلۇش قان تومۇرلارنىڭ تۇغما ئىنچىكە بولۇشىدىن، بەزىدە قابىز خۇسۇسىيەتلىك نەرسىلەرنى يېيىشتىن، كان سۇيىگە ئوخشاش سۇلارنى ئىستېمال قىلىشتىن بولۇر. بىلىش لازىمكى، جىگەرنىڭ ئىچى تەرىپىدە پەيدا بولغان توسۇلۇش ئىچىنى سۇرۇش ئارقىلىق، تېشىدا پەيدا بولغان توسۇلۇش سۇيدۇك ھەيدەش ئارقىلىق تارقىلىدۇر. توسۇلۇش كونا بولسا، ئىششىق، ئوفۇنەتلىك قىزىتمىلارنى پەيدا قىلىدۇر، ئاخىرى ئىستىسقاغا سەۋەب بولۇر. بەزىدە قويۇق يەللەرنى ۋە ئاغرىقلارنى پەيدا قىلىدۇر.

بىر تۇركۈم كىشىلەر جىگەر تومۇرىدا سۆگەلگە ئوخشاش ئارتۇق گۆش ئۆسۈشى مۇمكىن دەر، ئەمما ئەبۇ ئەلى ئىبن سىنا ئېيتىدۇركى، بۇنداق بولۇشى مۇئەييەن ئەمەستۇر. چۈنكى، جىگەر تومۇرلىرى ئىچىدە سۆگەل ۋە گۆشكە ئوخشاش نەرسىلەر پەيدا بولماس. شۇنىڭ ئۈچۈن، باشقا توسۇلۇشلارمۇ ئۇنىڭغا قىياس قىلىنسا بولۇر.

ئالامتى

ئۇنىڭ ئالامتى ئىككى خىل بولۇر، بىرى، بىمارنىڭ ئىچى سۇيۇق، ئاق كېلۇر، چۈنكى ئۇ، كەيلۇس يولى ئارقىلىق جىگەرگە كېلىپ، ئۇ يەردىن ئۆچەيگە چۈشۈپ چىققاندۇر، كەيلۇسنىڭ كۆپ مىقداردىكى سۇيۇقلۇقى چوڭ تەرەتكە ئارىلىشىپ ئۆچەيگە چۈشكەنلىكتىن، كۆپ، سۇيۇق ۋە ئاق بولۇر. يەنە بىرى، ئۆچەي تەرەپتە ئاغرىق پەيدا بولۇر، بۇنداق بولۇشى كەيلۇسنىڭ جىگەرگە كېلىشى ۋە ئۇ يەردە توسالغۇ پەيدا بولۇشى، توسالغۇنىڭ تارقىلىمغانلىقى سەۋەبىدىندۇر، بولۇپمۇ توسالغۇ جىگەرنىڭ سىرتقى تەرىپىدە بولسا، ئېغىرلىق كۆپرەك بولۇر.

توسۇلۇش بىلەن ئىششىقنىڭ پەرقى شۇكى، ئىششىق قىزىتما ۋە ئاغرىش بىلەن بولۇر، توسۇلۇشنىڭ ئېغىرلىقى ئىششىقنىڭ ئېغىرلىقىدىن ئارتۇق بولۇر، ئەمما ئاغرىتماس. توسالغۇ پەيدا بولغان كىشىنىڭ قېنى قېچىپ، بەدرەڭ بولۇر. جىگەرنىڭ نەپەس ئەزالىرى بىلەن شېرىكچىلىكى بولغاچقا، نەپەسى قىستار.

داۋالاش

توسۇلۇش جىگەر ئۈستىدە پەيدا بولغان بولسا، چوڭ تەرەتنى راۋانلاشتۇرىدىغان دورىلارنى بەرگەي، بەدەندە هارارەت بولسا، كاسنە ياكى ياۋا كاسنىنى سىركەنجۈبىل بىلەن ئىچكۈزگەي ياكى يۇمغاقسۇت سۇيىنى سىركەنجۈبىل بىلەن بەرگەي.

توسالغۇنى ئاچىدىغان سىركەنجۈبىلنىڭ نۇسخىسى كاسنە يىلتىزى، كاسنە ئۇرۇقى، سېمىزئوت ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى قاتارلىقلارنى سوقۇپ، سىركە ۋە گۈلاب بىلەن قاينىتىپ، پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، قائىدە بويىچە سىركەنجۈبىل تەييارلاپ ئىچكۈزگەي. سېرىق ئوتنىڭ تەبىئىتى بەك ئىسسىق ئەمەستۇر، توسالغۇنى ئېچىش خۇسۇسىيىتى بار، مىزاجى رەۋەنچىنگە يېقىنراقتۇر. ئەفسەنتىن رۇمىنىڭ مىزاجىمۇ بۇلارغا يېقىندۇر، كەرەپشە سۇيى، تۇرۇپ يوپۇرمىقى سۇيى، كاسنە سۇيى قاتارلىقلارنى سىركەنجۈبىلگە قوشۇپ بەرسە، توسالغۇنى ئاچار. هارارىتى يۇقىرى بولسا، سېرىق ئوت سۇيى بىلەن قاينىتىپ بەرگەي. مەتبۇخى غاپەس مۆتىدىلدۇر، ئاچچىق بادام، هۆل بەدىيان سۇيىمۇ مۆتىدىلككە يېقىنراقتۇر، شۇنىڭدەك ئۇرۇق دورىلار كۆپ قوشۇلغان سىركەنجۈبىل بۇزۇرىمۇ مۆتىدىلككە يېقىنراقتۇر ۋە مۇڭاپىقراقتۇر. توسالغۇلارنى ئاچىدىغان دورىلار ئىسسىقمۇ بولماسلىقى، سوغۇقمۇ بولماسلىقى لازىم.

بەزىدە جىگەر ئىششىقى ئاشقازان شېرىكچىلىكىدىن پەيدا بولۇر، يەنى تەستە هەزىم بولىدىغان ئىسسىق تەبىئەتلىك تائاملارنى يېگەندىن كېيىن، ئۇنىڭدىن ئىسسىق كەيلۇس هاسىل بولۇپ، ئىششىققا سەۋەب بولۇر. ئىششىقنىڭ كۆچلۈكرەك سەۋەبى سەپرانىڭ كۆپلۈكىدۇر.

ئالامتى

بىلىش كېرەككى، جىگەر ئىششقى، جىگەر سىرتقى تەرىپىنىڭ ئىششقى ۋە كۆكرەك پەردە ئىششقىنى سىناق قىلمىغان تېۋىپلار ئايرىيالماس، چۈنكى بۇلار بىر - بىرىگە ئوخشاشتۇر. قارىمامسەنكى، نەپەس سقىلىش بىلەن ئوقۇرەك سۆڭەك ئەتراپى ئاغرىش ھەر ئىككى خىل كېسەللىكنىڭ ئالامىتىدۇر. ئۇلارنى پەرقلەندۈرۈش ئۇسۇلى شۇكى، بىمارنى نەپىسنى ئىچىگە تارتىپ، كۈچىنىڭ بارىچە چىڭقىلىشقا بۇيرىغاي. بۇ چاغدا يۇمشاق قوۋۇرغىلىرى ئۇستىدە ئېغرىلىق بولماس، ئېغرىلىق بولسا جىگەر ئىششغانلىقىنىڭ، ئېغرىلىق بولمىسا كۆكرەك پەردە ئىششقىنىڭ ئالامىتىدۇر.

جىگەر ئىششقىنىڭ ئالامتى شۇكى، جىگەر ساھەسىدە تۇخۇمغا ئوخشاش يۇمىلاق ياكى يېڭى چىققان ئاي شەكلىدە ئىششق پەيدا بولۇر، بۇنىڭ ئېغرىلىقى ئۇچى تەرىپىگە مايىللىشار، بىمارنىڭ چوڭ تەرىتى ئادەتتىكىدىن ئازراق كېلۇر. چوڭ تەرىتى توختاپ قېلىشقا يېقىن بولۇر، نەپىسى قىستار، نەپىسنى ئىچىگە يىغسا، جىگىرى ۋە بويۇن چەمبىرىكىدە ئاغرىق پەيدا بولۇر. چۈنكى جىگەرنىڭ سىرتقى تەرىپى كېرىگەتكە يېقىندۇر. جىگەر ئىششسا، كېرىگەت سىقىلىپ، يۆتەل پەيدا بولۇر ۋە نەپەسنى قىستار، ئەمما قان تۈكۈرمەس. جىگەرنىڭ ھەرقانداق ئىششقى قىزىتما ۋە ئۇسسۇزلۇقتىن خالىي بولماس، تاتىمغا ئىشتىھاسى بولماس، كۆپ ھاللاردا قەي قىلغاندا يېشىل رەڭلىك كۆيگەن سەپرا چىقار، ئېغرىلىق پەيدا بولۇر. ئەزاسى سوۋار، تىلى قىزىل بولۇر، رەڭگى تەدرىجىي ئۆزگىرەر، ئاخىرى قارا رەڭگە كىرەر. ئۇنىڭدىن كېيىن رەڭگى ئۆڭۈپ، ئەسلا رەڭگى قالماس، بولۇپمۇ جىگەرنىڭ سىرتقى تەرىپى ئىششغان بولسا، ئۇسسۇزلۇق كۆپ، قىزىتمىسى يۇقىرى بولۇر، چۈنكى جىگەرنىڭ سىرتقى تەرىپى ئىچكى تەرىپىگە قارىغاندا يۇرەككە يېقىنراقتۇر. بىمارنىڭ بېقىندا ئېغرىلىق سېزىلسە، يۇقىرى قىزىتما پەيدا بولسا، تىل رەڭگى قارىداپ، سەپرانىڭ ئالامەتلىرى ئاشكارا بولسا، جىگەردە ماشرا خاراكتېرلىك ئىششق بارلىقىغا دالالەت قىلۇر. ئىششق جىگەر ئاستىدا بولسا، بىمارنىڭ نەپەس ئېلىشى ئاسان، يۆتىلى ئازراق، ئىشتىھاسى تۆۋەن، ئۇسسۇزلۇقى كۆپ بولۇر. جىگەر سىرتىغا پەيدا بولغان ئىششق بىلەن ئاستىغا پەيدا بولغان ئىششقنىڭ پەرقى شۇكى، جىگەر ئىچى ئىششسا، ئېغرىلىق سىرتى ئىششغانغا قارىغاندا كۆپرەك بولۇر. چۈنكى جىگەرنىڭ ئىچى تەرىپى ئاشقازانغا تۇتاش بولۇپ، ئېغرىلىقى كۆپ، ئاشكارا بولماس. بويۇن چەمبىرىكىدە ئاغرىق ئازراق بولۇر، بولۇپمۇ جىگىرى بېقىنغا تۇتاش بولمىغان كىشىلەردە تېخىمۇ شۇنداق بولۇر. جىگەرنىڭ ئىچى تەرىپى ئىششغان بولسا، ھېچ تۇتۇش ۋە قەي قىلىش كۆپ كۆرۈلەر. ئەمما جىگەر سىرتى ئىششغاندا بۇنداق

ئالامەتلەر ئاز مەلۇم بولۇر، چۈنكى جىگەرنىڭ سىرتى ئىچى تەرىپىگە قارىغاندا ئاشقازاندىن يىراقراقتۇر. جىگەر ئىچى ئىششسا، قول بىلەن سىلاپ كۆرگەندە، ئىششىق بارلىقى ئاز مەلۇم بولۇر. ئەمما ئاغرىقى قاتتىقراق بولۇر، چۈنكى، ئىششىق سەۋەبىدىن جىگەر ئاشقازانىنى قىستار، قىستىلىشتىن ئاغرىق پەيدا بولۇر. ئىششىق چوڭ بولسا، بىمار ئىككى يېنىنى بېسىپ ياتالماس، پەقەت ئوڭدا ياتار. ئىششىق زىيادە چوڭ بولسا، ئوڭدىمۇ ياتالماس. جىگەر ئىششىقى كۆپ هاللاردا ماساريقا تومۇرىنىڭ ئىششىقى بىلەن بىرگە پەيدا بولۇر. جىگەر ئىششىقى چوڭ بولسا، ئاشقازانغا تەسىر قىلىپ، هېچ تۈتۈشنى پەيدا قىلۇر. كۆڭۈلنى ئېلىشتۇرار، بۇ سەۋەبتىن ئۇسسۇزلۇق پەيدا بولۇر، چۈنكى ئۆتكۈر سەپرا جىگەردىن ئاشقازان ئېغىزىغا كېلىپ، ئۇنى كۆيدۈرەر.

بىر تۈركۈم كىشىلەرنىڭ ئېيتىشچە، هېچ تۈتۈش ئاشقازان بىلەن جىگەرنىڭ شېرىكچىلىكىدىن پەيدا بولۇر. بۇ شېرىكچىلىك ئاشقازان ئېغىزىدىكى تومۇرنىڭ جىگەرگە تۇتاش ئىكەنلىكىدىندۇر. يەنە بىر تۈركۈم كىشىلەرنىڭ ئېيتىشچە، هېچ تۈتۈش ئىششىق چوڭ بولغاچقا، ئاشقازان ئېغىزىنى قىستىغانلىقتىن پەيدا بولىدىكەن.

جالىنۇسنىڭ قارىشىچە، هېچ تۈتۈش سەپرا ماددىسى جىگەردىن ئاشقازانغا كېلىپ، ئاشقازان ئېغىزىنى كۆيدۈرۈشتىن بولۇر. هەرهالدا ئاشقازانىنىڭ جىگەر بىلەن بولغان شېرىكچىلىكىنى بارلىققا كەلتۈرگەن تومۇرلار ئىنچىكە بولۇپ، ئىششىققا تەسىر يەتكۈزەلمەس. شۇ سەۋەبتىن ئاشقازان ئېغىزىدا هېچ پەيدا بولماس. ئىششىق جىگەرنىڭ سىرتقى تەرىپىدە هەم ئىچكى تەرىپىدە پەيدا بولسا، يۇقىرىدا ئېيتىلغان ئالامەتلەرنىڭ هەممىسى ئاشكارا بولۇر. جىگەرنىڭ تۆت تەرىپى ئىششسا، شېرىكچىلىكى تۈپەيلىدىن يەنە بىر تەرىپىمۇ ئىششار. بۇ چاغدا هەر ئىككى تەرىپى ئىششىغاندا كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر تەڭ زاهىر بولۇر، ئەمما بىر تەرىپى ئىششىغاندىكى ئالامەتلەر دەسلەپتە كۆرۈلەر، ئاخىرىدا يەنە بىر تەرىپى ئىششىغانلىقنىڭ ئالامەتلىرى زاهىر بولۇر. ئىششىق جىگەر تومۇرلىرىدا ۋە پەردىلىرىدە بولسا، قىزىتما يۇقىرى، جىگەر ئاغرىقى كۈچلۈكرەك بولۇر. جىگەر ئىششىقى مەيلى ئىسسىقتىن ياكى سوغۇقتىن بولسۇن، ئاخىرىدا ئىستىسقاغا سەۋەب بولۇر. چۈنكى ئىششىق تۇسالغۇ قاتاردىن بولۇپ، ئىستىسقائى زىققى ۋە لەهمگە سەۋەب بولۇر. ئىششىق قورساق پەردىسىدە بولسا، شەكلى قورساق شەكلىگە مايىل بولۇر. بەزىسى ياپىلاق بولۇر، بۇ تەشرىھ ئىلمىدا بايان قىلىندى. قورساق پەردىسىنىڭ ئىششىشى ئاشكارا بولۇر، ئەمما جىگەر ئىششىقى ئۇنداق ئېنىق ئاشكارا بولماس. قورساق پەردىسى قورۇلۇپ ئورۇقلىسا، جىگەر ئىسسىقتىن ئىششىغان، دەپ هۆكۈم قىلىش لازىم. ئاشقازان، جىگەر قۇۋۇتىنى

كۈچلۈك بولسا، ئىششىق جىگەرنىڭ ئىچى تەرىپىدە بولسا، چوڭ تەرەت قۇرۇق كېلۇر. جىگەر ۋە ئاشقازان قۇۋۇتىنى ئاجىز بولۇپ، چوڭ تەرەت يۇمشاق كەلسە خەتەرلىكتۇر.

بۇقراتنىڭ ئېيتىشچە، بۇ كېسەللىكنىڭ دەسلەپكى مەزگىلىدە چوڭ تەرەت قويۇق، قارا بولسا جىگەر ئىششىقىنىڭ چوڭ بولۇپ، ئىسسىقتىن پەيدا بولغانلىقىغا دالالەت قىلۇر. ئىششىق ماسارىقا تومۇرىدا بولسىمۇ، جىگەر ئىششىقىنىڭ ئالامىتىگە ئوخشاش ئالامەتلەر پەيدا بولۇر، ئەمما قىزىتمىسى تۆۋەنرەك بولۇر. توسالغۇ ۋە ئىششىقىنىڭ ئالامەتلىرى ئاشكارا بولمىسا، چوڭ تەرىتى سۇيۇق، قىزغۇچ كەلسە، ئاشقازان ھەزىمىنىڭ زەئىپلەشكەنلىكىگە دالالەت قىلۇر. قورساق ئىچىگە تارتىشسا، قىزىتما پەيدا بولسا، ماسارىقادا ئىسسىقتىن بولغان ئىششىق پەيدا بولغانلىقىغا دالالەت قىلۇر. ئىششىقنىڭ ئەھۋالى ئۇچتىن تاشقىرى ئەمەستۇر، تارقاپ، يوقىلۇر ياكى پىشىپ يىرىڭلار ياكى قاتار. قېتىشنىڭ سەۋەبى سوغۇق ۋە قابىز خۇسۇسىيەتلىك دورىلارنى ئىستېمال قىلىشتۇر. جىگەرنىڭ سىرتقى تەرىپى ۋە قورساق پەردىلىرى ئىششىشنىڭ بوھرانىنىڭ ئالامىتى بۇرۇندىن، بولۇپمۇ بۇرۇننىڭ ئوڭ تەرىپىدىن قان كېلىش ياكى تەرلەش ياكى سۇيدۇكنىڭ كۆپىيىشىدۇر. ئاشقازان تېگى ئىششىشنىڭ بوھرانىنىڭ ئالامىتى تەرلەش، ئىچ سۇرۇش ياكى قەي قىلىشتۇر. جىگەرنىڭ سىرتقى تەرىپى ئىششىغان ۋە توسالغۇ پەيدا بولغان بولسا، چوڭ تەرەتنى راۋان قىلدىغان نەرسىلەر بىلەن ئىلاج قىلغاي. جىگەر ئىچى ئىششىغان ۋە توسالغۇ پەيدا بولغان بولسا، چوڭ تەرەتنى يۇمشاتقۇچى سۇرگە دورىلار بىلەن ئىلاج قىلغاي.

داۋالاش

دەسلەپتە باسلىق ياكى ئۇكھەل تومۇردىن قان ئالغاي، قان ئېلىش كېچىكسە ئىششىقنى قاتۇرىدىغان ۋە توختىتىدىغان دورىلارنى بەرگەي. تارقىتىدىغان دورىلارنى بەرسە، ئىششىقنىڭ چوڭىيىش، ئاغرىقنىڭ كۈچىيىش خەۋپى بولۇر. شۇ سەۋەبتىن، قان ئېلىشنى كېچىكتۈرمىگەي، قۇۋۇتىگە قاراپ قان چىقارغاي. بۇ ئىللەتنىڭ دەسلەپكى مەزگىلىدە ئىششىقنى توختىتىدىغان شەربەت، غىزا ۋە تىلالارنى ئىشلىتىشتىن باشقا چارە يوقتۇر. ئەمما توغرا ئۇسۇل شۇكى، دورىلارغا ماددىنى توختىتىش خۇسۇسىيىتى بولغان نەرسىلەرنى قوشقاي. بۇنىڭ سەۋەبى ئىككىدۇر. بىرى، توختىتىدىغان نەرسىلەر تومۇرلارنىڭ ئېغىزىنى قورار، بۇنىڭ بىلەن سەپرا ماددىسى جىگەردە توختاپ، ئىششىقنى ئېغىرلاشتۇرۇش خەۋپى بولماس. يەنە بىرى، ماددىنى توختىتىدىغان دورىلارنى كۆپ ئىشلەتسە، ئىششىق قېتىپ، تارقىتىش زۆرۈر بولۇر. تارقىتىشقا كۆپ تىرىشسا، بەدەن قۇۋۇتىنى زەئىپ بولۇر، شۇ سەۋەبتىن تارقاتقۇچى دورىلارغا قورىغۇچى،

خۇش پۇراق دورىلارنى قوشقاي، مەسىلەن: سۆئىدە، قەسىبۇزەررە، ئەفسەنتىنگە ئوخشاش. داۋالاش ئۇسۇلى شۇكى، دەسلەپتە توختاتقۇچى دورىلارنى ئىشلەتكەي، ئوتتۇرىدا تارقاتقۇچى دورىلارغا توختاتقۇچى دورىلارنى قوشۇپ بەرگەي، ئاخىرىدا تارقاتقۇچى دورىلارنى كۆپرەك، توختاتقۇچى دورىلارنى ئازراق ئىشلەتكەي. ئارقىدىن توختاتقۇچى دورىلارنى ئىشلەتمەي، تارقاتقۇچى دورىلارنى كۆپ ئىشلەتكەي. جىگەر قۇۋۇتىنى ساقلاشقا ئەھمىيەت بەرگەي، بۇ ئىنچىكە ئىش بولۇپ، ئۇنىڭ ھەقىقىتىنى ماھىر تېۋىپتىن باشقا كىشى بىلمەس، چۈنكى جىگەر گۆشى يۇمشاق بولۇپ، ئاسان قاتار ۋە ئاسان بوشار، دورا ئارىسىغا تېز ئۆتەر.

جالىنۇس شۇنداق ھىكايەت قىلۇركى، بىر تېۋىپ بىر بىمارغا ئىلاج قىلدى، تارقىتىش رولى بولغان دورىلارنى ئىشلەتتى، زەيتۇن يېغى بىلەن بۇغداينى زىمات قىلدى، تائامغا خەندەرۇس بەردى، جالىنۇس ئۇنىڭغا تارقىتىدىغان دورىلارغا قابىز دورىلارنى قوشقىن، دەپ نەسىھەت قىلدى، نەسىھتىنى قوبۇل قىلماي بىمار ھالاك بولدى. ئۆتكۈر تازىلايدىغان دورىلار ئاغرىق پەيدا قىلۇر، مائۇلھەسىلىنىڭ ئۆتكۈرلۈكى يوق، ئاغرىق پەيدا قىلماس، جىگەر ۋە تال توسالغۇلىرىنى ئاچار، بەزىدە ئۇلاردا توسالغۇ پەيدا قىلىشىمۇ مۇمكىن. چۈنكى بۇ ئەزالارنىڭ توسالغۇسى تاتلىق نەرسىلەردىن پەيدا بولۇر، كاشكاپمۇ تازىلىغۇچىدۇر، ئۆتكۈرلۈكى يوقتۇر، ئۇنىڭدىن توسالغۇ پەيدا بولماس. ماددىنى تازىلىماقچى بولغاندا باشقا مۇناسىپ دورىلارنى قوشۇپ تازىلىغاي، چوڭ تەرەتنىڭ قېتىۋېلىشىدىن ساقلانغاي، چۈنكى چوڭ تەرەت قاتسا كېسەللىك ئېغىرلىشىپ خەتەرلىك بولۇر، ئىچىنىڭ سۇرۇشىدىنمۇ ئېھتىيات قىلغاي، قۇۋۇۋەت زەئىپ بولۇر، مۇۋاپىق شەربەتلەرنى بەرگەي، بولۇپمۇ كېسەللىكنىڭ دەسلىپىدە كاسنە سۇيى، شوخلا سۇيى، يۇمغاقسۇت يوپۇرمىقى سۇيى، كاكىنەچ سۇيى، ئەسەر رائى سۇيى، ھۆل قاپاق سۇيى، تەرخەمەك سۇيى، سېرىق ئوت سۇيى قاتارلىقلارنى سىركەنجۈبىل بىلەن بەرگەي، ئارقىدىن خىيارشەنبەر بىلەن بەرگەي. چوڭ تەرىتى قاتتىق بولسا تەرەنجىبىن بىلەن سېمىزئوت سۇيى بەرگەي. كەرەپشە سۇيى ياخشى مەنپەئەت قىلۇر، قەسىبۇزەررە قوشۇلغان ئەفسەنتىن قاينىتىلمىسىغا خىيارشەنبەر قوشۇپ، بادام يېغى تېمىتىپ بەرسە مەنپەئەت قىلۇر. قۇرسى زىرىقنى سىركەنجۈبىل ياكى كاسنە سۇيىگە ئوخشاش نەرسىلەر بىلەن ئىچسە مەنپەئەت قىلۇر.

قۇرسى زىرىقنىڭ نۇسخىسى ئۇرۇقنىنى ئالغان زىرىق 30 گىرام، قىزىلگۈل، تاباشىرنىڭ ھەربىرى 15 گىرامدىن، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى، كاسنە ئۇرۇقى، سېمىزئوت ئۇرۇقىنىڭ ھەربىرى توققۇز گىرامدىن، بەدىيان ئۇرۇقى ئالتە

گىرام. دورىلارنىڭ ھەممىسىنى سوقۇپ قۇرس قىلىپ، ھەر قېتىمدا بەش گىرامدىن سىركەنجۈبىل بىلەن يېگەي، بىمارىدا يۆتەل بولسا ئالتە گىرام كەتىرا ، توققۇز گىرام چۇچۇكبۇيا يىلتىزى قوشقاي، ھارارىتى يۇقىرى بولسا بىر گىرام كافۇر قوشقاي.

تەرەتنى راۋانلاشتۇرىدىغان، ھارارەتنى پەسەيتىپ، توسالغۇنى ئاچىدىغان سۇفۇپ نۇسخىسى تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى 15 گىرام، كاسىنە ئۇرۇقى، سېرىق ئوت ئۇرۇقى، تاباشىرنىڭ ھەربىرى توققۇز گىرامدىن، كەرەپشە ئۇرۇقى، بەدىيان رۇمى، ئارپىبەدىيانىنىڭ ھەربىرى ئالتە گىرامدىن، زىرىق سۇيى 12 گىرام، رەۋەنچىنى بەش گىرام (بەزى نۇسخىلاردا ئالتە گىرام). دورىلارنى سوقۇپ سۇفۇپ قىلغاي. ئۇنىڭغا سەرخەس بىلەن كەمافتۇس قوشسا، توسالغۇ ئېچىش قۇۋۋىتى زىيادە بولۇر، ئەمما سەرخەس ئىسسىقراقتۇر، ئازراق بەرگەي. كاسىنە سۇيى بىلەن بەرسە مۆتىدىل بولۇر، ئىسسىق دورىلارغا ئېھتىياجى چۈشسە سىركەنجۈبىلنى ھەسەل بىلەن تەييارلىغاي، ئۇرۇقلارنى كۆپ قوشۇپ سىركەنجۈبىل ئەنسىلى بىلەن ئىچكەي. چۇچۇكبۇيا يىلتىزى بىلەن خۇسۇسىيەت جەھەتتە بىر - بىرىگە يېقىندۇر. لوكنىڭ خۇسۇسىيىتىمۇ ئۇلارغا يېقىندۇر. ھۆل سوغۇق نەرسىلەرگە ئېھتىياجى چۈشسە، كاسىنە سۇيى ۋە سېرىق ئوت سۇيى بىلەن بەرگەي. ئىسسىقراق دورا زۆرۈر بولسا شاراب بىلەن بەرگەي. سىركە، سامساق سىركىسى، ھىڭ، كەپە سىركىسىنىڭ ھەممىسى توسالغۇ ئاچقۇچىدۇر، ئىسسىققا مايىلدۇر. تۆۋەندىكى دورىلار ئىسسىق بولۇپ، تەرەتنى راۋان قىلۇر، توسالغۇلارنى ئاچۇر: ئاسارۇن، سەلىخە، پەتەر ئاسالىيۇن، زىراۋەندە، ئوردان، ئېرسا، غارىقۇن، ئەفتىمۇن، ئەنسىل، جۆئىدە، قەنتەرىيۇن سەغىر، قەنتەرىيۇن سەغىر ئۇسارىسى، جىنتىيانا، تۇرمۇس، كۆچلۇك سىركەنجۈبىل، قۇۋۋەتلىك يىلتىز دورىلار، بادام يېغى بىلەن ياغلانغان ئەنجۇر قېقى، پىستە قاتارلىقلاردۇر. مۇرەككەپ دورىلاردىن ھەر قايسى مائۇلئۇسۇللار ناھايىتى مەنپەئەت قىلۇر.

مائۇلئۇسۇل نۇسخىسى كەرەپشە يىلتىزى، بەدىيان يىلتىزى، كەپە يىلتىزى، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى، ئىزخىر يىلتىزىنىڭ ھەربىرى 30 گىرامدىن، مەستىكى، بەدىيان رۇمى، رەۋەنچىنى، قۇستە، ئوردانىنىڭ ھەربىرى 15 گىرامدىن، شۇمشا ئۇرۇقى 45 گىرام، ئۇرۇقى ئايرىلغان قۇرۇق ئۆزۈم 40 دانە، ئەنجۇر قېقى بەش دانە. دورىلارنى قائىدە بويىچە قايىنىتىپ تەمنى چىقىرىپ، 12 گىرام تاتلىق ياكى ئاچچىق بادام يېغى تېمىتىپ ئىچكەي.

توسالغۇلارنى ئاچىدىغان دورا نۇسخىسى غارىقۇن، سەبرە، قۇستە، كەپە يىلتىزى

قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقدارىدا ئېلىپ، قائىدە بويىچە ياسالما تەييارلاپ، بەش گرامنى سىركەنجۇبل بىلەن ئىچكەي.

يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى ئىزخىر چېچىكى، جىنتىيانا، غارىقۇن، ئاچچىق بادامنىڭ ھەربىرى بىر ھەسسىدىن. ھەر قېتىمدا تۆت گرام ئېلىپ، سىركەنجۇبل بىلەن ئىستېمال قىلغاي. داۋائى لوك، مائۇل كۇركۇم، قۇرسى ئەفسەنتىنگە ئوخشاش مۆتىدىل دورىلار، ئىلگىرى بايان قىلىنغان مۇناسىۋەتلىك دورىلارنى ئىستېمال قىلغاي. قۇرسى لوك جىگەرگە قۇۋۋەت بېرەر، توسالغۇلارنى ئاچار.

قۇرسى لوك نۇسخىسى لوك، ئوردان، بەدىيان رۇمى، كەرەپشە ئۇرۇقى، ئاسارۇن، ئەفسەنتىن، قۇستە، رەۋەنچىنى، ئۇزۇنچاق زىراۋەندە، غاپەس سۇيى قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقدارىدا ئېلىپ، ھەر قېتىمدا تۆت گرامدىن سىركەنجۇبل بىلەن يېگەي، ئىلاجدىن كېيىن تۆگە سۈتى بەرگەي. ئەرەب تۆگىسى تېپىلمىسا، ئادەتتىكى تۆگىگە بەدىيان يوپۇرمىقى، كەرەپشە يوپۇرمىقى، كاسنە، شېھ، بابۇنە، ئۇقھۇۋان ۋە ئىزخىرنى بىرىپ باققاي. بۇ گىياھلار تېپىلمىسا، كەرەپشە ئۇرۇقى، بەدىيان ئۇرۇقى، شېھ، كاسنە ئۇرۇقى، قۇرۇق بابۇنە، قۇرۇق ئۇقھۇۋان، قۇرۇق ئىزخىر قاتارلىقلارنى تۆگە بوغۇزىغا ئارىلاشتۇرۇپ بەرگەي.

ئۇچنچى باب جىگەر تېگىدە توسالغۇ پەيدا بولۇش توغرىسىدا

جىگەر تېگىدە توسالغۇ پەيدا بولسا سۇرگە دورىسى بىلەن ئاچقاي، دەسلەپتە ماددىنى چىقىرىش ۋە يۇمشىتىش تەدبىرىنى قىلغاي، يېنىك سۇرگە دورىسى ئىچۈرگەي، دورىغا بىستىپايەج، غارىقۇن قوشقاي، ئايارەج پەيقرا بەرگەي.

ئايارەج پەيقرا نۇسخىسى ئايارەج پەيقرا ئۇچ گرام، بىستىپايەج، غارىقۇننىڭ ھەربىرى بىر گرامدىن، رۇمبەدىيان يېرىم گرام. دورىلارنى قائىدە بويىچە ھەب قىلغاي. بۇ ئايارەجگە رەۋەنچىنى قوشسا كۆپ مەنپەئەتلىكتۇر.

يەنە بىر نۇسخا ئايارەج پەيقرا تۆت گرام، رەۋەنچىنى بىر گرام، ئاق تۇز يېرىم گرام. دورىلارنى قائىدە بويىچە ھەب قىلىپ، رۇمبەدىيان دەملىمسى ۋە ئاچچىق بادام يېغى بىلەن ئىچكەي.

مەتبۇخى جىنتيانا توسالغۇنى ئاچار، قاتتىق ئىششىقنى يۇمشتار.

نۇسخىسى چالا سوقۇلغان جىنتيانا 12 گىرام، ئەفسەنتىن رۇمى 18 گىرام، ئىكلىلمىلىك 15 گىرام، ئۇرۇقى ئايرىلغان قۇرۇق ئۈزۈم 120 گىرام، قۇرۇق ئەنجۈر 20 دانە. دورىلارنى قاينىتىپ، سۈزۈپ، 120 گىرام قاينىتمىغا مۇۋاپىق بادام يېغى قوشۇپ ئىچكەي.

مەتبۇخى رەۋەن نۇسخىسى رەۋەنچىنى ئالتە گىرام، ئەفسەنتىن 18 گىرام، ھۆل سۈزاپ بىر سقىم، ئىزخىر چېچكى 18 گىرام، ئۇرۇقى ئايرىلغان قۇرۇق ئۈزۈم 120 گىرام، ئەنجۈر قېقى 20 دانە. دورىلارنى قاينىتىپ، ھەر قېتىمدا 120 گىرام ئىلىپ بادام يېغى تېمىتىپ ئىچكەي.

يەنە بىر رەۋەن نۇسخىسى رەۋەنچىنى ئالتە گىرام، ئەفسەنتىن 18 گىرام، ھۆل سۈزاپ بىر سقىم، ئىزخىر چېچكى 21 گىرام، ئۇرۇقى ئايرىلغان قۇرۇق ئۈزۈم 120 گىرام، ئەنجۈر قېقى 20 دانە، شۇمشا 30 گىرام. دورىلارنى قوشۇپ قاينىتىپ، ھەر قېتىمدا 120 گىرام ئىلىپ، بادام يېغى بىلەن ئىچكەي. توسالغۇ ئاچىدىغان ئۇرۇقلارنىڭ سۇيى بىلەن ھۆقنە قىلسا ناھايىتى پايدا قىلۇر. كۆچلۈك سۇرگە دورىسى ئىچۈرۈش زۆرۈر بولسا، مەتبۇخى ئەفتىمۇن، لوغانزىيا، بەيادىيتۇس، ھەببى ئىستەمخقۇن ياخشىراقتۇر. بىمارنىڭ مىزاجى سوغۇققا مايىل بولسا، توسالغۇ ئاچىدىغان مەجۈنلەرنى ئىستېمال قىلسا مەنپەئەت قىلۇر. ئۆتكەن بابدا بايان قىلىنغان داۋائى لوك، داۋائى كۆركۈم، ئاشقازان كېسەللىكىدە بايان قىلىنغان فەندادىقۇن، كىتابنىڭ بىرىنچى بۆلۈمىنىڭ ئۈچىنچى بابىدا بايان قىلىنغان ئاساناسىيا، قارابادىندا بايان قىلىنغان مەجۈنى پۈدىنەج، ئەمرۇسىيا، سەنجىرىنا، مەجۈنى جىنتيانا، مەجۈنى مىسكى، مەجۈنى ئەنجۈدان قاتارلىقلارنىڭ ھەممىسى مۇۋاپىقتۇر. سەرخەس بىلەن كەمادىيتۇس جىگەرنىڭ مۆتىدىل دورىسى بولۇپ، توسالغۇنى ئاچار.

ئۇنىڭ بىلەن تەييارلانغان دورا نۇسخىسى سەرخەس توققۇز گىرام، كاسنە يىلتىزى، سۇمبۇل رۇمى، ئەفسەنتىن رۇمى ئالتە گىرامدىن. دورىلارنى سوقۇپ، كۆپۈكى ئىلىنغان ھەسەلدە يۇغۇرۇپ، ھەر قېتىمدا 12 گىرامدىن يېگەي. جىگەر توسالغۇسى كونا بولسا، ئوڭ تەرەپ پۈتتىكى مابەز تومۇرىدىن قان ئالغاي. كۈندۈر، ئوشەق، كەمادىيتۇس، بەدىيان رۇمى، مەستىكى، زەپەر قاتارلىقلارنى سۇمبۇل يېغى ياكى ساپلاشتۇرغان مۇم بىلەن زىمات قىلغاي. لوبىيا ئۇنى، ئوردان، بەدىيان رۇمى، كەرەپشە ئۇرۇقى، ئارپىبەدىيان قاتارلىق دورىلارنى زىمات قىلسىمۇ مەنپەئەت قىلۇر.

تۆتىنچى باب قابىز خۇسۇسىيەتلىك نەرسىلەرنى يېيىشتىن پەيدا بولغان جىگەر توسالغۇسى توغرىسىدا

ئۇنىڭ سەۋەبى ئۇنىڭ ئالامىتىدۇر. ئۇنىڭغا ھۆللۈكنى ئاشۇرىدىغان نەرسىلەر بىلەن ئىلاج قىلغاي. ئېشەك سۈتى، شېكەر، ئارپا سۈيى، بادام يېغى، قاپاق سۈيى ۋە شۇنىڭغا ئۇخشاش ئالدىنقى بابدا قۇرۇقلۇقتىن مىزاج بوزۇلۇشنىڭ ئىلاجىدا ئېيتىلغان دورىلارنى ئىستېمال قىلغاي. جىگەر تومۇرلىرى تۇغما نېپىز ۋە ئىنچىكە بولسا، جىگىرى كېچىك ئادەمگە قىلىدىغان ئىلاجنى قىلغاي.

بەشىنچى باب جىگەردە يەل پەيدا بولۇش توغرىسىدا

كۆپ ھاللاردا جىگەر پەردىسىدە يەل يىغىلىپ، قويۇلۇپ تارقىلالماس.

سەۋەبى

ھەزىم قىلىش قۇۋۋىتىنىڭ ئاجىزلىقى، يەللىك تائاملارنى كۆپ يېيىش سەۋەبىدىن پەيدا بولۇر. بەزىدە خۇددى تال ئاستىغا يەل يىغىلغىنىغا ئۇخشاش جىگەرنىڭ ئاستىغا يەل يىغىلۇر.

ئالامىتى

جىگەر ئاستىدا يەل پەيدا بولسا قولنى شۇ ئورۇنغا قويسا ئاۋاز پەيدا بولۇر، بەزىدە يەل تارقار، يەل جىگەر ئاستىدا پەيدا بولغان بولسا، ئاغرىق كىشىنىڭ جىگىرى تارتىشقاندەك مەلۇم بولۇر، ئېغىر بولماس، قىزىتما بولماس، ئىششىق ۋە توسالغۇنىڭ ئەكسىچە ئالامەتلەر بولۇر. ھالبۇكى ئىششىق بىلەن توسالغۇنىڭ ھەر ئىككىسى ئېغىرلىقتىن خالىي بولماس.

داۋالاش

ئىلگىرىكى بابلاردا ئېيتىلغان دورىلار ۋە مەجۇنلەرنى ئىشلەتكەي، ناشتىدا مۇنچىغا كىرىش،

ئارقىدىن بىر پىيالە شاراب ئىچىش، سۇنى ئاز ئىچىش، تېرىق ۋە تۇزنى قىزىتىپ يەرلىك ئورۇنغا قويۇش مەنپەئەت قىلۇر. بەزىدە ئىسسىق ئۆتكۈزسە يەلنى كۆپەيتەر، چۈنكى ئىسسىق ئۆتكۈزۈش يەلنى قوزغىتۇر، تارتىشىش سېزىمىنىڭ قايسى تەرەپكە مايىل ئىكەنلىكىگە دىققەت قىلغاي. ئىچى تەرەپكە مايىل بولسا سۈرگە دورىسى بەرگەي، يان تەرەپ، سىرتقى تەرەپ ۋە بۆرەك تەرەپكە مايىل بولسا، تەرەتنى راۋانلاشتۇرىدىغان دورىلارنى بەرگەي، ئارقىدىن ئىسسىق ئۆتكۈزۈش ئارقىلىق يەل تارقىتىشنىڭ تەدبىرىنى قىلغاي.

ئالتىنچى باب جىگەر ئاغرىقلىرى توغرىسىدا

جىگەر قاتتىق ئاغرىقىنىڭ سەۋەبى جىگەرنىڭ ئىسسىقتىن ئىششىشى، قويۇق يەلنىڭ جىگەردە تۇرۇۋېلىشىدۇر. كۆپ ھاللاردا جىگەر ئاغرىغاندا قىزىتما پەيدا بولسا ئاغرىق پەسەيەر. چۈنكى قىزىتمىنىڭ ھارارىتى قويۇق يەلنى تارقىتۇر. بۇقرات تەسنىپ قىلغان كىتابىدا ئېيتۇركى، كىشىنىڭ جىگىرىدە ئاغرىق پەيدا بولسا بېشىنىڭ كەينى قاتتىق قىچىشار، ئارقىسىغا لوبىيا چوڭلۇقىدا بىر قانچە مۇدۇر چىقار، قوللىرى ۋە تاپانلىرى ئىششار، بەشىنچى كۈنى بىمار كۆن چىقىشتىن بۇرۇن ھالاك بولۇر. ئېيتىشلارغا قارىغاندا، بۇ خىل ئاغرىققا گىرىپتار بولغان كىشىنىڭ سۆيدۈكى تامچىلاپ قېيىندا كېلۇر، ئەبۇ ئەلى ئىبن سىنانىڭ ئېيتىشىچە، جىگەر ئاغرىش باشلىنىڭ ئارقا تەرىپى قىچىشىش، ئۇششاق مۇدۇر پەيدا بولۇش، پۇت ـ قول ئىششىش، سۆيدۈك تامچىلاپ تەستە كېلىش، سۆيدۈك ئارقىلىق ھەيدەپ چىقىرىلىدىغان يامان ماددىنىڭ بەدەنگە تارقىغانلىقى، ماددىنىڭ ئۆتكۈرلۈكى ۋە تۇزلۇقلۇقىدىن ئىكەن. جىگەرنىڭ تۈرلۈك مىزاج بۇزۇلۇشلىرى جىگەردە قويۇق يەل تۇرۇۋېلىشىنىڭ ئالامەتلىرى ئىلگىرىكى بابدا بايان قىلىندى، جىگەر ئىششقىنىڭ ئالامتىنى كېيىن بايان قىلىمىز. جىگەر مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشى، قويۇق يەل تۇرۇۋېلىشنىڭ ئىلاجىنى ئۆتكەن بابدا بايان قىلدۇق، ئىششىشنىڭ ئىلاجىنى كېيىن بايان قىلىمىز. ئىلگىرىكى تېۋىپلار جىگەر ئاغرىقىغا خاس بولغان ئىلاجلارنى بۇيرىغاندۇر. بۇ ئىلاجلار جىگەر ئاجىزلىقىغمۇ پايدىلىقتۇر.

جىگەر ئاغرىقىغا پايدىلىق دورا نۇسخىسى ھۆل سەرۋى يوپۇرمىقىنىڭ سۆيىدىن 60 گىرام ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سىركەنجۈبىل بىلەن بەرگەي.

يەنە بىر دورا نۇسخىسى سەرۋى يوپۇرمىقىنىڭ قاينىتىلغان سۈيى 60 گىرام، رەۋەن

بىر يېرىم گىرام، زەپەر بىر گىرام، كەرەپشە ئۇرۇقى، بەدىيان ئۇرۇقىنىڭ ھەربىرى يېرىم گىرام. دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، مەتبۇخ بىلەن بەرگەي.

يەنە بىر دورا نۇسخىسى قىزىلگۈل 12 گىرام، سۇمبۇل، مەستىكىنىڭ ھەربىرى ئالتە گىرامدىن، غاپەس ئۇسارىسى، ئەفسەنتىن ئۇسارىسى، يۇيۇلغان لوك، رەۋەن، زەپەر، ئىزخىر چېچىكى، ئوردان، ئاسارۇن، كەرەپشە ئۇرۇقى، رۇمبەدىيان، ئارپىبەدىيان، ئۇدخامنىڭ ھەربىرى ئۈچ گىرامدىن، ئۇدبىلسان 1.5 گىرام. ھەر قېتىمدا ئالتە گىرامدىن ئېلىپ، گۇلاب ياكى قەنت بىلەن يېگەي. جىگەر ئاغرىقى ئىچ سۇرۇش بىلەن بىرگە بولسا، قايناتقان ئۈزۈم شىرنىسىنىڭ لېيى، لوك، رەۋەن، سۇمبۇلنىڭ ھەربىرى بەش گىرامدىن، تۆمۈر دېتى 21 گىرام. دورىلاردىن ئالتە گىرام ياكى 10 گىرام ئېلىپ، 60 گىرام ھۆل يۇمغاقسۇت بىلەن بەرگەي، تەستە ھەزىم بولمىغان تائاملاردىن پەرھىز قىلغاي.

ئۇچىنچى قىسىم جىگەر ئىششىقلىرى توغرىسىدا

بۇ قىسىم ئالتە بابتۇر.

بىرىنچى باب جىگەرنىڭ ئىسسىقتىن ئىششىشى توغرىسىدا

ئىششىق جىگەر ئۇستىدە ياكى جىگەر پەردىلىرىدە ياكى ماسارىقا تومۇرىدا پەيدا بولۇر، جىگەر تومۇرلىرىدا ئاز پەيدا بولۇر، جىگەر تومۇرىدا پەيدا بولسا، جىگەرنىڭ ھەممە قىسمىغا تارقار. جىگەر ئىششىقى كۆپ ھاللاردا جىگەر ئىچى ياكى تېشى تەرىپىدە بولۇر، ئىسسىقتىن بولغان ئىششىقنىڭ ماددىسى سەپرا، قان، بەلغەم ياكى سەۋدا بولۇر، قاتتىق ئىششىق سەرتان خاراكتېرلىك بولۇر.

داۋالاش

ئىسسىقتىن بولغان ئىششىق قان، سەپرا ياكى ماشرادىن بولسا، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى قىيامىدىن ئىككى گىرام، يۇيۇلغان لوك، زەپەر، سۇمبۇل، مەستىكى، ئەفسەنتىن قاتارلىق دورىلارنىڭ ھەربىرىدىن ئۈچ گىرامدىن، كافۇردىن بىر گىرام ئېلىپ ئىشلەتكەي. يۆتەل بولسا ئەرەب يېلىمى، كەتىرا، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى قىيامى قوشقاي. ئاخىرىدا سىركەنجۈبىل بۇزۇرى بىلەن بىرگە بۇ قۇرس ۋە سۇفۇپنى بەرگەي.

ئەبۇ زەيد ئېيتۇركى، كاسنە سۇيى ۋە ئۇنىڭغا ئۇخشاش ھۆل نەرسىلەرنىڭ سۇيى بۇ كېسەللىككە ياخشى مەنپەئەت قىلۇر، بولۇپمۇ ئىككى - ئۈچ ھەپتە ئۇدا بەرسە، ياخشى مەنپەئەت قىلۇر. مىزاجى قۇرۇق ئىسسىق بولسا قېتىق سۇيى ياخشى يارىشۇر، بۇ ئىللەتنىڭ دەسلىپىدە ھۆل قاپاق لېپشى، مارجان شوخلا سۇيى، ھۆل يۇمغاقسۈت سۇيى، كاسنە سۇيى، تال نوتىسى سۇيى، ئاق سەندەل، قىزىل سەندەل قاتارلىقلارغا موم، گۈل يېغى، كافۇر قوشۇپ زىمات قىلغاي، تۆت كۈندىن كېيىن ئارپا ئۈنى، بابۇنە، ئىكلىلمىلىك، ئاق لالە قوشۇپ زىمات قىلغاي، ھەر كۈنى

ماددىنى تارقىتىدىغان دورىلارنى قوشقاي. كېسەللىكنىڭ دەسلىپىدە توختىتىش رولى بولغان دورىلار بىلەن تارقىتىش رولى بولغان دورىلارنى باراۋەر مىقدارىدا ئىشلەتكەي، ئىششىق پەسىيشكە باشلىغاندا تارقىتىدىغان دورىلارنى كۆپرەك، توختىتىدىغان دورىلارنى ئازراق ئىشلەتكەي. بەدەن ئەھۋالىغا قاراپ بەدىيان سۇيى، كەرەپشە سۇيى ، گاۋزىبان سۇيى، ھەشقىپىچەك سۇيى بەرگەي.

بۇ كېسەللىكنىڭ باشلىنىشىدا مەنپەئەت قىلىدىغان زىمات نۇسخىسى بېھىنى سىركە بىلەن پىشۇرۇپ سوقۇپ، سەندەل ۋە گۈل يېغى ئارىلاشتۇرۇپ جىگەرگە چاپقاي.

يەنە بىر زىمات نۇسخىسى بېھىنى ئەفسەنتىن قاينىتىمسى بىلەن پىشۇرۇپ سوقۇپ چاپقاي.

يەنە بىر زىمات نۇسخىسى بېھىنى پىشۇرۇپ، گۈلاب بىلەن يۇغۇرۇپ زىمات قىلغاي، ماددىنى تارقاتماقچى بولسا، بۇ زىماتقا مەستىكى، بابۇنە، ئىكلىلمىلىك، شۇمشا، ئارپا ئۇنى قوشقاي.

كېسەللىكنىڭ ئاخىرىدا مەنپەئەت قىلىدىغان يەنە بىر زىمات نۇسخىسى ئاق سەندەل، قىزىل سەندەل، قىزىلگۈلنىڭ ھەربىرى 15 گىرامدىن، بابۇنە، ئىكلىلمىلىك، بىنەپشە، ئارپا ئۇننىڭ ھەربىرى 12 گىرامدىن، ئەفسەنتىن، فۇپەل، شىيافى مامىيسانىڭ ھەربىرى توققۇز گىرامدىن، مەستىكى، سۇمبۇلنىڭ ھەربىرى ئالتە گىرامدىن، زەپەر، كافۇر 1.25 گىرام. دورىلارنى ساپلاشتۇرۇلغان موم، بابۇنە يېغى، بىنەپشە يېغى بىلەن يۇغۇرۇپ زىمات قىلغاي.

ئىششىق پەسەيگەندە چاپىدىغان زىمات نۇسخىسى ئاق ۋە قىزىل سەندەل، فۇپەل، بىنەپشە، نىلۇپەرنىڭ ھەربىرى توققۇز گىرامدىن، بابۇنە، زىغىر 4.5 گىرام. دورىلارنى سىرىق موم بىلەن يۇغۇرۇپ زىمات قىلغاي.

تارقىتىدىغان زىمات نۇسخىسى مۇرمەككى 90 گىرام، مەستىكى 30 گىرام، بابۇنە، ئىكلىلمىلىك ھەربىرى 120 گىرامدىن، سەۋسەن يېغى يېتەرلىك مىقدارىدا. دورىلارنى قائىدە بويىچە تەييارلاپ زىمات قىلغاي. ئىششىق جىگەرنىڭ سىرتقى تەرىپىدە بولسا، قان ئالغاندىن كېيىن جىگەرنىڭ سىرتقى تەرىپىدىكى ئىششىققا قىلىدىغان ئىلاجلار بويىچە ئىلاج قىلغاي، ئەممىا ئىچىنى بوشىتىدىغان شەربەتلەرنى ئىچۈرگەي. مېۋە سۇيى، سىركەنجىۋىل، تەمرى ھىندى شەربىتى، قېتىق سۇيى قاتارلىقلارغا ئاز مىقدارىدا بىنەپشە سۇيى، مارجان شوخلا سۇيى، قىزىلچا سۇيى قوشۇپ بەرگەي، پەرھىز ئېشىغا قىزىلچا، ھەشقىپىچەك ئۇرۇقى قوشۇپ بەرگەي، يەتتە كۈندىن كېيىن ھەشقىپىچەك سۇيىگە خىيارشەنبەر قوشۇپ بەرگەي، چوڭ تەرتىپ قاتتىق بولسا، سىركەنجىۋىل ۋە باشقا شەربەتلەرگە مەھمۇدە قوشۇپ بەرگەي. 14 كۈندىن كېيىن

ئىششىق پەسەيگەندە پەرھىز ئېشىغا بىستىپايەج، ئەفتىمۇن سېلىپ قايىنىتىپ بەرگەي. سەبرە، غارىقۇن، تۇربۇت ۋە ئۇلارغا ئوخشاش دورىلار بىلەن سۇرگە بەرگەي. بەزىدە قارا خەرىبەق ئىشلىتىش زۆرۈر بولۇر، يەڭگىل ھۆقنە قىلسا مۇۋاپىق كېلۇر، بولۇپمۇ قىزىلچا سۇيى، ھەسەل، ئاز مىقداردا تۇز، توغرىغۇ، قارا شېكەر بىلەن ھۆقنە قىلسا، ئارقىدىن بىستىپايەج، زۇپا، سەئتەر، مۇۋاپىق مىقداردا شەھمەنزەل قاتارلىقلارنى قاينىتىپ بەرسە، ياخشى مەنپەئەت قىلۇر.

ئىششىق ياندۇرۇپ، يۇمشىتىپ، توسالغۇنى ئاچىدىغان سۇفۇپ نۇسخىسى

سېرىق ھېلىلە 30 گىرام، كاسىنە ئۇرۇقى، ئەفتىمۇن ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى، بادرەڭ ئۇرۇقىنىڭ ھەربىرى ئالتە گىرامدىن، سوقمۇنىيا 1.5 گىرام. دورىلارنى ئالتە گىرام شارابقا قوشۇپ ئىچكەي. ئىبن سىنا: «مەن بۇ بىمارغا سېرىق ھېلىلە بېرىشكە قوشۇلمايمەن، چۈنكى قابىزلىق خۇسۇسىيىتى بولغاچقا ماددىنى قويۇلدۇرۇپ، قاتۇرۇپ قويۇشىدىن ئەنسىرەيمەن» دېگەن.

ئىككىنچى باب جىگەر ئىششىقى پىشىپ يېرىڭلاپ، قاپلىق يارىغا ئايلىنىش توغرىسىدا

بىلىش لازىمكى، جىگەر ئىسسىقتىن ئىششىسا، ئۇ ئۇچ ئەھۋالدىن تاشقىرى بولسا، ئىششىق تارقار ياكى پىشىپ يېرىڭلاپ قاپلىق يارىغا ئايلىنۇر ياكى قاتار. تارقىغانلىقىنىڭ ئالامتى شۇكى، بىماردا ئىششىقنىڭ ئالامەتلىرى تۇگەر. قاتقانلىقنىڭ ئالامتى شۇكى، سىلىغاندا قولىغا قاتتىقلىق مەلۇم بولۇر. يېرىڭلىغانلىقنىڭ ئالامتى شۇكى، ئاغرىقى زىيادە بولۇر، قىزىتما بولۇر، بىمار ئوڭدا ياكى يېنىچە ياتالماس. ئىششىغاندىن كېيىن يېرىڭلىغانلىقنىڭ ئالامتى شۇكى، يۇمشاق بولۇر، قول بىلەن باسسا قول پاتار، ئاغرىقى كەمرەك بولۇر، ئىششىق ئۇچلىنىپ ئېغىز ئالغانلىقنىڭ ئالامتى شۇكى، قىزىتما بولۇپ بىمار تىترەر، چوڭ تەرتى يېرىك ئارىلاش ياكى شاراب لېيىغا ئوخشاش كېلۇر، ئارقىدىن ئېغىرلىق يوقاپ يېنىكلەر، جىگەر قاپلىق يارىسى ئۇچەي تەرەپكە ئېغىز ئالۇر. بۇنىڭ ئالامتى شۇكى، چوڭ تەرەت ياكى سۇيدۇكتە يېرىك بولۇر، قاپلىق يارا جىگەر ئۇستىگە ياكى ئاستىغا چىقار، ئۇستىگە چىقسا يېرىڭ رەڭگى ئاق بولۇر، ئاستىغا چىقسا قارامتۇل بولۇر، ئۇستىگە چىقسا كۆپرەك دوۋساق ۋە بۆرەك تەرەپكە ئېغىز ئالۇر، جىگەر ئاستىغا چىقسا، كۆپرەك ئۇچەي تەرەپكە ئېغىز ئالۇر.

داۋالاش

ئىششىق ئىسسىقتىن بولسا، ئىلگىرىكى بابلاردا ئېيتىلغان ئىششىقنىڭ ئىلاجىنى قىلغاي، قان ئالغاي، ھىجامەت قويغاي، ئىچىنى بوشاتقاي، ئىششىقنى تارقىتىدىغان ۋە توختىتىدىغان شەربەتلەرنى ئىچۈرگەي، مۇناسىۋەتلىك زىماتلارنى چاپقاي. ئىششىق پىشىپ يېرىڭلىغانلىقنىڭ ئالامىتى بولسا، پىشۇرىدىغان تەدبىرلەرنى قىلغاي، ئىششىقنى نېپىزلىتىپ پىشىشنى ۋە ئېغىز ئېلىشنى تېزلەشتۈرىدىغان دورىلارنى ئىشلەتكەي. ئىششىغان مەزگىلىدە تەبىئەتنىڭ يېرىڭنى ھەيدەپ چىقىرىشىغا ياردەم بەرگەي، يېرىڭنىڭ قايسى تەرەپكە مايىل بولغانلىقىغا دىققەت قىلغاي. ئۇچەي تەرەپكە مايىل بولغان بولسا، تەرەتنى راۋانلاشتۇرىدىغان ۋە تازىلايدىغان دورىلارنى بەرگەي، يېرىڭ دوۋساق ۋە بۆرەك تەرەپكە مايىل بولغان بولسا، سۈيدۈك ھەيدەيدىغان دورىلارنى ئىشلەتكەي. يېرىڭنىڭ دوۋساقتا ئۇزۇن توختىشىنىڭ ئالدىنى ئېلىش ئۈچۈن ماددىنى ھەيدەيدىغان دورىلارنى ئىشلەتكەي. يېرىڭنىڭ ئۇچەي ۋە دوۋساقتا تۇرۇپ، باشقا كېسەللىك پەيدا قىلىشىدىن ئېھتىيات قىلغاي، يېرىڭ تۆگىگەندىن كېيىن ئۇچەي ۋە دوۋساقنى گۈلاب ۋە مائۇلھەسەل بىلەن تازىلىغاي، ئارقىدىن جاراھەتنى پۈتتۈرىدىغان ئىلاجلارنى قىلغاي. ھەشقىپىچەك سۈيى بىلەن كاسنە سۈيىگە خىيارشەنبەر، تەرەنجىبىن ياكى شىرخىست قوشۇپ بەرگەي، دورىنىڭ بۇنىڭدىن كۆچلۈكرەك بولۇشى تەلەپ قىلىنسا، سەبرە ياكى ئەفسەنتىن قوشقاي، ئېشەك سۈتى ئىچۈرگەي، قارا شىكەر، مائۇلئۇسۇل، قۇرۇق ئۈزۈم، ئەنجۈر، پىرسىياۋشان، شۇمشا قاتارلىقلارنى قاينىتىپ، تاتلىق بادام يېغى، ئاچچىق بادام يېغى، شۇمشا يېغى ۋە ئوغرىتىكەن يېغى تېمىتىپ ئىچۈرگەي. كۆچلۈكرەك بولۇشنى مەقسەت قىلسا، شەربىتى زۇپا، شەربىتى ئەنجۈر ۋە كاشكاپ ئىچۈرگەي، بۇ دورىلار ئىششىقنى پىشۇرۇشقا ياردەم بېرىدۇر.

ئىششىقنى پىشۇرۇپ تازىلايدىغان سۇفۇپ نۇسخىسى ياۋا قۇرۇق كاسنە ئۇچ گىرام، مەرۋى ئۇرۇقى گىرام، شۇمشا ئۇنى ئۇچ گىرام. دورىلارنىڭ ھەممىسىنى سوقۇپ 30 گىرام شىكەر قوشۇپ، 30 گىرام ئېشەك سۈتى بىلەن بىر قېتىمدىلا ئىچكەي. ئىششىق ئېغىز ئالغاندىن كېيىن غاپەس قوشۇلغان مائۇلئۇسۇلغا 12 گىرام ئوغرىتىكەن يېغى ياكى ئالتە گىرام يەسمەن يېغى، 15 گىرام شىكەر، 15 گىرام فۇلۇسى خىيارشەنبەر قوشۇپ بەرسە ياخشىدۇر.

ھەكىم يۇھاننا سەرافىيۇن ئېيتۇركى، ئىششىق ئېغىز ئالغاندا، ياخشىسى يېرىڭنى سۈيدۈك ئارقىلىق چىقىرىش لازىم. بۇنىڭ ئۈچۈن ھاشا، زۇپا، يەرلىك پىننە، قەنتەرىيۇن قاتارلىقلارنى قاينىتىپ بېرىش پايدىلىقتۇر. يەنە ھەكىم يۇھاننا سەرافىيۇن ئېيتۇركى، ئىلگىرى بايان قىلىنغان ياۋا كاسنە تالقىنى بۇ كېسەللىككە مەنپەئەتلىكتۇر، ئەمما ھارارەت بولسا قوغۇن ئۇرۇقى،

تەرخەمەك ئۇرۇقى، بادرەك ئۇرۇقى، چۆچۈكبۇيا يىلتىزى قاتارلىقلارغا مۇۋاپىق مىقداردا قەنت قوشۇپ بېرىش پايدىلىقتۇر.

جاراھەتنى ساقايتىپ ئەت ئۈندۈرۈش ئۈچۈن ھەر كۈنى ئەتىگەندە مائۇلھەسەلنى كاشكاپ بىلەن ياكى گۈلابنى كاشكاپ بىلەن بەرگەي. ھارارەت بولسا، يالغۇز سىركەنجۈبىل بېرىپ، ئىككى سائەتتىن كېيىن ئەت ئۈندۈرىدىغان دورىلارنى بەرگەي.

جاراھەت پۈتتۈرىدىغان ۋە گۆش ئۈندۈرىدىغان دورا نۇسخىسى مەستىكى، كاسنە يىلتىزى، گىل مەختۇمنىڭ ھەربىرى تۆت گىرامدىن، كۈندۇر، خۇنسياۋشان، قىزىلگۈل، تاباشىرنىڭ ھەربىرى 10 گىرامدىن. دورىلارنى سىركەنجۈبىل بىلەن قاينىتىپ، ھەر قېتىمدا 10 گىرامدىن ئېلىپ، مائۇلھەسەل ياكى گۈلاب قوشۇپ ئىچكەي.

ئىششىقنى پىشۇرۇش زۆرۈر بولسا، بابۇنە، ئاتىرىلال، چۆچۈكبۇيا يىلتىزى، ئاق لەيلى يىلتىزى، پىننە، ئەنجۈر، ئۇرۇقى ئېلىنغان قۇرۇق ئۈزۈم، خېمىر ئارىسىدا پىشۇرۇلغان پىياز، زىغىر يېغى قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ زىمات قىلغاي.

بۇ زىماتنىڭ كۆچلۈكرەك بولۇشى مەقسەت قىلىنسا، ئارپا ئۇنى، توغرىغۇ، كەپتەر مايىقى، پىننە، ئىلكۈل بەتەم، زۇپتى، كۈندۇر قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا قوشۇپ زىمات قىلغاي.

جىگەر ئىششىقنىڭ پىشقانلىقىنىڭ ئالامتى ئاشكارا بولسا، بىمارنى يېنىچە يېتىشقا بۇيرىغاي، يېنىچە ياتقۇدەك ماداری بولمىسا، يول مېڭىپ ھەرىكەت قىلىشقا بۇيرىغاي، تېز ئېغىز ئېلىش ئۈچۈن ئىسسىق سۇغا چۆمۈلگەي، ئىششىق ئېغىز ئالسا، غىزاسىغا مائۇلھەسەل، گۈلابقا ئاز مىقداردا نىشاستە، گۈل يېغى، تۇخۇم سېرىقى بەرگەي. گۈل يېغىغا سۈت قوشۇپ قاينىتىپ، خۇببازى قاينىتمىسى، بادام يېغى قوشۇپ بەرسە مەنپەئەت قىلۇر. بىمارنىڭ قۇۋۇتىنى ئاشۇرۇش مەقسەت قىلىنسا، يېڭى بېلىق، چۆجە گۆشى بەرگەي، بىمارغا بۆرەك، ئۈچەي يارىسىغا قىلغان ئىلاجلارنى قىلغاي. ئىششىق قورساق تەرەپكە ئېغىز ئالغان بولسا، يىرىڭ تېرىسىنى يېرىپ، كېرىگەتنى ئېچىپ قورساق پەردىسىنى كۆرۈندۈرۈپ، ئۇنىڭغا نەيچە قويۇپ يىرىڭنى ئېقىتىشتىن باشقا چارە يوقتۇر، ئارقىدىن زەخمنى پۈتتۈرىدىغان چارىلەرنى قىلغاي.

ئۈچىنچى باب جىگەر قاتتىق ئىششىقى توغرىسىدا

جىگەردە قاتتىق ئىششىق بولسا داۋالاش تەسرەك بولۇر، بولۇپمۇ ئۇزۇنغا سوزۇلغان بولسا تېخىمۇ شۇنداق بولۇر. بالدۇرراق ئىلاج قىلسا ساقىيىش ئۈمىدى بولۇر، ئەمما تەستە ساقىيۇر. كۆپ ھاللاردا ئىستىسقا كېسەللىكى پەيدا بولۇر. بەزى بىمارلار تېز ھالاك بولۇر، بىمارنىڭ ئىچى

سۇرسە تېخمۇ شۇنداق بولۇر. ئىچ سۇرۇشنىڭ سەۋەبى جىگەر ئاستى ۋە ئۇستى تەرىپىدىكى ئوزۇقلۇق ئۆتىدىغان تومۇرلار توسۇلغان بولغاچقا، غىزا يۇرۇشۇشكە يول تاپالمايۋ ئوچەيگە چۇشكەنلىكدۇر. غىزا ئەزاغا تارقىيالمسا، ئەزالار ئوزۇقلىنالمايۋ ئورۇقلار، زەئىپلىشەر، بۇ چاغدا بىمار تېزلا ھالاك بولۇر.

داۋالاش

داۋالاش قائىدىسى شۇكى، ئىششىقتا يامان خىلىت بولسا، ئۇنى مۆتىدىل ھۆقنە بىلەن قوزغىغاي، يېنىك شەربەتلەر بىلەن ئازايتقاي، زىغىر، شۇمشىغا ئۇخشاش نەرسىلەرنى بەرگەي. شۇمشا قاينىتمىسى پايدىلىقتۇر.

نۇسخىسى 30 گىرام شۇمشىنى 60 گىرام سۇدا ئوچ ھەسسىلىك بىر ھەسسىسى قالغۇچە پىسەپلىرىنى سۇزۇۋېتىپ، توققۇز گىرام بىدانجىر يېغى قوشۇپ ئىچكەي.

يۇھاننا سەرافىيۇن ئېيتۇركى، بۇ كېسەلگە قۇرۇق ئۇزۇم قاينىتمىسى بىلەن چىلان قاينىتمىسى ياخشى مەنپەئەت قىلۇر.

قۇرۇق ئۇزۇم قاينىتمىسى نۇسخىسى ئۇرۇقى ئېلىنغان قۇرۇق ئۇزۇم 90 گىرام، ئەنجۇر قېقى 20 دانە، كەرەپشە ئۇرۇقى توققۇز گىرام، ئارپىبەدىيان، رۇمبەدىياننىڭ ھەربىرى ئالتە گىرامدىن، شۇمشا ئۇرۇقى، ئوغرىتىكەننىڭ ھەربىرى 30 گىرامدىن. دورىلارنى قاينىتىپ پىسەپلىرىنى سۇزۇۋېتىپ، توققۇز گىرام بىدانجىر يېغى، ئالتە گىرام تاتلىق بادام يېغى قوشۇپ ئىستېمال قىلغاي. ئارقىدىن ئايارەج پەيقىرا، غارىقۇن، غاپەس ئۇسارىسى، ھىندى تۇزى ۋە رۇمبەدىياننى مارجان شوخلا سۇيى بىلەن كاسىنە سۇيىدە يۇغۇرۇپ بەرگەي. ئىلكۇل بەتەم چوڭ تەرەتنى يۇمشاق قىلۇر. زىغىر شىرىسى ۋە زىغىر تالقىنىمۇ مادىدىنى پىشۇرار، چوڭ تەرەتنى يۇمشاق قىلۇر. چىلغوزا مېغىزىمۇ بۇ كېسەلگە مەنپەئەتلىكتۇر. ئۆردەك، توخۇ چاۋا يېغى، پاچاق يىلكىنى يېسىمۇ، زىمات قىلسىمۇ، ئىششىقنى پىشۇرار ۋە يۇمشاق قىلۇر. بىر يېرىم گىرام قۇستىنى بەش گىرام ئۇزۇم شارابى بىلەن بەرسە مەنپەئەت قىلۇر، مەستكى يېغى بىلەن بىلسان يېغىدىن باراۋەر مىقدارىدا ئېلىپ، سۇزاپ بىلەن سېرىقچېچەكنى قاينىتىپ، سۇيىگە مەزكور ياغلارنى قوشۇپ بەرسە ياخشى مەنپەئەت قىلۇر، كەرەپشە، كاسىنە سۇيىگە 12 گىرام سۇمبۇل يېغى، ئوچ گىرام پەرەنجىمشكى ئۇرۇقى قوشۇپ بەرگەي، مەزكور سۇلارغا ئوچ گىرام غاپەس، پاقىيوپۇرمىقى يىلتىزى قوشۇپ بەرسە، كۆپ مەنپەئەت قىلۇر، شارابقا ئاچچىق بادام يېغى قوشۇپ بەرسە مەنپەئەت قىلۇر، قارا نوقۇتنىڭ سۇيىنى چىقىرىپ بەرسە مەنپەئەت قىلۇر، ئوردان، جۆئدە، كامازەرىيۇس مەنپەئەتلىكتۇر. مۇرەككەپ دورىلاردىن مەجۇنى گۇل، داۋائىل كۇركۇم،

مەجۇنى لوك، مەجۇنى ئاساناسىيامۇ مەنپەئەتلىكتۇر.

قۇرسى مۇقەل نۇسخىسى ئۇنى مۇھەممەد زىكريا ئىجاد قىلغاندۇر. قىزىلگۈل 30 گىرام، سۇمبۇل، مەستىكى ئالتە گىرامدىن، قۇستە، ئاچچىق بادام مېغىزى، زەپەر، مۇرمەككى ھەربىرى ئۈچ گىرامدىن، مۇقەل توققۇز گىرام. مۇقەلنى شارابتا ئېزىپ، دورىلارنى سوقۇپ ئارىلاشتۇرۇپ قۇرس قىلغاي، ھەربىر قۇرس ئۈچ گىرام چوڭلۇقتا بولغاي، ھەر قېتىمدا بىر تالنى كاسنە سۇيى، كەرەپشە سۇيى ۋە ياكى بەدىيان سۇيى بىلەن قوشۇپ بەرگەي.

مەجۇنى گۈل نۇسخىسى قىزىلگۈل 70 گىرام، چۇچۇكبۇيا يىلتىزى 35 گىرام، رەۋەن، لوكنىك ھەربىرى 2.5 گىرامدىن، سۇمبۇل، قېلىن دارچىن، زەپەرنىك ھەربىرى 15 گىرامدىن، مۇرمەككى 2.5 گىرام. زەپەرنى سىركىدە ئېزىپ، باشقا دورىلارنى قوشۇپ ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ، مەتبۇخى زۇپا بىلەن بىرلىكتە 2.5 گىرامدىن ئىستېمال قىلغاي. داۋائى كۇركۇم، مەجۇنى لوك، ئاساناسىيا ئىلگىرىكى بابلاردا بايان قىلىندى.

مەتبۇخى زۇپا نۇسخىسى قۇرۇق زۇپا توققۇز گىرام، پىرسىياۋشان، شۇمشا ئۇرۇقى، چۇچۇكبۇيا يىلتىزىنىك ھەربىرى 15 گىرامدىن، زىغىر ئۇرۇقى 21 گىرام، ئاق لالە ئۇرۇقى، خۇببازى ئۇرۇقىنىك ھەربىرى 12 گىرامدىن، ئەنجۇر قېقى 10 دانە، ئۇرۇقدىن ئايرىلغان ئۆزۈم 60 گىرام. قائىدە بويىچە مەتبۇخ تەييارلاپ، ھەر قېتىمدا ئۇنىڭدىن 120 گىرام ئېلىپ، تۆت گىرام ئاچچىق بادام يېغى تېمىتىپ بەرگەي.

ھارارەت بولسا قېتىق سۇيى، داۋائى لوك بەرگەي، ھارارەت بولمسا 400 گىرام تۆگە سۈتى بىلەن بىرلىكتە مەجۇنى كەلكىلانەج بەرگەي. تۆۋەندىكى سۇئۇپنى بەرسىمۇ مەنپەئەت قىلۇر: ھېلىلە كابۇلى، قارا ھېلىلىنىك ھەربىرى بىر ھەسسىدىن، كەرەپشە ئۇرۇقى، رۇمبەدىيان، ئارپىبەدىياننىك ھەربىرى 15 گىرامدىن. دورىلارنى سۇئۇپ قىلىپ، ھەر قېتىمدا 10 گىرام ئېلىپ، 21 گىرام شېكەر بىلەن بىرلىكتە يۇقىرىدا ئېيتىلغان تۆگە سۈتى بىلەن بىرلىكتە ئىستېمال قىلغاي. ھۆل ياكى قۇرۇق ھۇمامنى قابىز شاراب بىلەن قاينىتىپ، سۇمبۇل، پەراسيۇن، پىستە مېغىزى قوشۇپ زىمات قىلغاي. ئەنجۇر، شۇمشا ئۇنى، سۇزاپ، ئىكلىلمىلىك، توغرىغۇنى ئارىلاشتۇرۇپ زىمات قىلسىمۇ مەنپەئەت قىلۇر. شۇمشا ئۇرۇقى، زىغىرنىك ھەربىرىدىن 30 گىرامدىن، ئۆردەك يېغى، توخۇ يېغىنىك ھەربىرىدىن 20 گىرامدىن، سۇمبۇل يېغىدىن 24 گىرام ئېلىپ، ئارىلاشتۇرۇپ زىمات قىلغاي. ھارارەت بولسا بابۇنە، ئىكلىلمىلكىنىك ھەربىرىدىن بىر ھەسسىدىن، قۇرۇق بىنەپشە بىلەن مەستىكىدىن يېرىم ھەسسىدىن ئېلىپ، يېتەرلىك مىقداردىكى موم يېغى بىلەن زىمات قىلغاي.

تۆتىنچى باب قورساق پەردىلىرى ئىششىش توغرىسىدا

ئۇنىڭ ئىلاجى جىگەر ئىششىقىنىڭ ئىلاجىغا ئوخشاشتۇر. ئۇنىڭغا ئىشلىتىلگەن زىماتلار بۇنىڭغىمۇ كۆپ مەنپەئەت قىلۇر. بۇنىڭ ئىلاجى جىگەر ئىششىقىنىڭ ئىلاجىدىن ئاسانراقتۇر، چۈنكى بۇ ئىششىق قاتتىق بولماس، يۇمشىتىش زۆرۈرىيىتى يوقتۇر.

بەشىنچى باب ئۇرۇلۇش، سوقۇلۇش ياكى يىقىلىش سەۋەبىدىن جىگەر زەخمىلىنىش توغرىسىدا

بەزىدە جىگەر زەخمىلىنىپ ئىششار، بەزىدە ئىششىش بىلەن بىرلىكتە جىگەر ئەتراپىدىكى گۆشلەر قوزغىلار.

ئالامىتى

زەخمىلەنگەن ياكى يىقىلغان سەۋەبتىن جىگەر ئورنىدا ئاغرىق پەيدا بولۇر.

داۋالاش

گەۋدىسىنى تۈز تۇتۇپ ئولتۇرۇپ، ئۆزىنى سىلكىپ، قوزغالغان گۆشلەرنى جايىغا كەلتۈرگەي، شۇ ئارقىلىق ئاغرىقنىڭ پەسىيىشگە يارىدەم بەرگەي. ئىششىقنى ياندۇرۇش ئۈچۈن دەسلەپتە قان ئالغاي، ئىششىقنى ياندۇرىدىغان شەربەتلەرنى ئىچكەي، زىماتلارنى چاپقاي. قەي ياكى چوڭ تەرەت بىلەن قان كەلسە، قابىز خۇسۇسىيەتلىك دورىلارنى كۆپرەك ئىشلەتكەي. گىل مەختۇم، ئىسپىغۇل، گۈل يېغى قاتارلىقلار كۆپ مەنپەئەتلىكتۇر. ھارارەت غالىب بولمىسا، رەۋەن بىلەن ئوردىدىن بەش گىرام ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، قاينىتقان ئۇزۇم شارابىغا قوشۇپ ئىچۈرگەي. ھەكىم سابىت بىن قۇررە ئېيتۇركى، رەۋەن بىلەن ئوردىنىڭ ھەرقايسىسىدىن ئۈچ گىرامدىن ئېلىپ، ئۇزۇم شارابى بىلەن بىرلىكتە ھەر قېتىمدا ئۈچ گىرامدىن ئۈچ كۈن ئىستېمال قىلدۇرغاي، بۇ، ئىششىقنىڭ دەسلەپكى مەزگىلىدە پايدىلىقتۇر. ئانار چېچىكى، خۇنسىياۋشان، شەب يەمەنى قاتارلىقلاردىن بارارەر مىقدارىدا ئېلىپ، بەش گىرام بېھى سۇيى بىلەن بەرگەي. ئۇ،

ئىششقىنىڭ هارارىتىنى پەسەيتىپ، قان كېلىشىنى پەسەيتىۇر.

ئىششقىنى توختىتىدىغان ۋە يۇمشىتىدىغان دورا نۇسخىسى كەھرىۋا، ئىكلىلمىلكىنىڭ هەربىرى 30 گىرامدىن، قىزىلگۈل، ئاقاقىيانىڭ هەربىرى 12 گىرامدىن، گىل ئەرمىنى 21 گىرام، چىلغوزا 24 گىرام. دورىلارنىڭ هەممىسىنى سوقۇپ، زىرىق سۇيى بىلەن يۇغۇرۇپ قۇرس قىلىپ، هەر قېتىمدا بەش گىرامدىن ئىستېمال قىلغاي.

يەنە بىر دورا نۇسخىسى بەنتافىيلۇن 30 گىرام، يۇيۇلغان لوك 21 گىرام، رەۋەن 12 گىرام، زەپەر توققۇز گىرام، هاشا 12 گىرام، قارا نوقۇت 21 گىرام، گىل ئەرمىنى 30 گىرام. دورىلارنى سوقۇپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى مۇمىيا، سەۋسەن يېغى بىلەن يۇغۇرۇپ قۇرس قىلىپ، هەر قېتىمدا 10 گىرامدىن ئىستېمال قىلغاي.

ئەبۇ ئەلى ئىبن سىنا: «رەۋەنچىنى، گىل ئەرمىنى، هەببۇلئاس قاتارلىقلارنى بىرلىكتە ئىستېمال قىلدۇرۇپ سىناقتىن ئۆتكۈزدۇم، هەممە دورىدىن ياخشىراق مەنپەئەت قىلدى» دېگەن. كېسەللىكنىڭ ئاخىرقى مەزگىلىدە هارارەت پەسىيىپ ئىششىق يانغاندا، رەۋەنچىنى، يۇيۇلغان لوك ۋە زەنجىۋىلنى قوشۇپ قۇرس قىلىپ بەرسە مۇۋاپىق كىلۇر. سىيسەنبەر، ئۇدخام، زەپەر، هەببۇلغار، مۇقەل، قەسبۇزەرىرە، مەستىكى، موم، سەۋسەن يېغى، سەۋسەن سۇيى قاتارلىقلاردىن زىمات تەييارلاپ چاپسا، كۆپ مەنپەئەت قىلۇر.

ئالتىنچى باب جىگەرنىڭ سوغۇقتىن بولغان ئىششىقى توغرىسىدا

ئالامىتى

بۇ كېسەللىكنىڭ ئالامىتى مىزاجنىڭ سوغۇقتىن بۇزۇلۇشىدا كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر بىلەن ئوخشاشتۇر، بۇ ئالامەتلەر ئىلگىرى بايان قىلىندى.

داۋالاش

بۇنىڭ داۋاسى جىگەر توسۇلۇشقا قىلىنغان داۋاغا يېقىندۇر.

دەسلەپتە ئايارەج پەيقىرا، غارىقۇن ۋە مەتبۇخى هېلىلە قاتارلىقلارنى ئىچۈرۈپ ماددىنى سۈرگەي. تۆۋەندىكى مەتبۇخنى ئىچىشتىن ئاۋۋال ئايارەج پەيقىرا بىلەن غارىقۇندىن ئوچ گىرام

ئېلىپ ھەب قىلىپ، كەچتە ئۇخلاشتىن بۇرۇن ئىستېمال قىلغاي، ئەتىسى ئەتىگەندە تۆۋەندىكى مەتبۇخنى ئىستېمال قىلغاي. قارا ھېلىلە، ھېلىلە كابۇلىنىڭ ھەربىرى 30 گىرامدىن، كەرەپشە يىلتىزى، بەدىيان يىلتىزىنىڭ ھەربىرى توققۇز گىرامدىن، غاپىس 12 گىرام، ئەفسەنتىن 15 گىرام، ئەفتىمۇن ئۇرۇقى توققۇز گىرام، رۇمبەدىيان ئالتە گىرام، بىستىپايەج 15 گىرام، چالا سوقۇلغان رەۋەن 2.5 گىرام، ئۇرۇقى ئېلىنغان قۇرۇق ئۈزۈم 60 گىرام. دورىلارنى قاينىتىپ پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، 60 گىرام قەنت ۋە 90 گىرام ھەسەل قوشۇپ ئىچكەي.

بۇ كېسەللىككە پايدىلىق قۇرس نۇسخىسى رۇمبەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى، جۇۋىنە، ئەفسەنتىن رۇمىنىڭ ھەربىرى توققۇز گىرامدىن، ئوردان، يۇيۇلغان لوكنىڭ ھەربىرى 30 گىرامدىن، رەۋەن، مەستىكىنىڭ ھەربىرى 4.5 گىرامدىن، غاپىس ئۇسارىسى، زەپەرنىڭ ھەربىرى ئۈچ گىرامدىن. دورىلارنىڭ ھەممىسىنى سوقۇپ، تاسقاپ، كونا شاراب بىلەن قۇرس قىلغاي، ھەر قېتىمدا ئۈچ گىرامدىن يېگەي.

ئىششىق نوقۇت چوڭلۇقىدا بولسا، مائۇلھەسەلگە ئاچچىق ياكى تاتلىق بادام يېغى تېمىتىپ ئىچۈرگەي، ئىششىق جىگەر ئاستىدا بولسا، مەتبۇخى ئەفسەنتىنگە بىدانجىر يېغى تېمىتىپ ئىچۈرۈپ، چوڭ تەرەتنى بوشاتقاي. بۇ كېسەلگە ئىشلىتىلىدىغان باشقا شەربەتلەر ئۈچىنچى بابتا بايان قىلىندى.

ئون ئىككىنچى بۆلۈم تال كېسەللىكلىرى توغرىسىدا

بىرىنچى باب تالنىڭ ئەھۋالى ۋە ئۇنىڭ خىزمىتى توغرىسىدا

تال سەۋدانىڭ زاپاس ساقلىنىدىغان ئورنى ھېسابلىنىدۇ، تال يوغىنىسا جىگەرمۇ يوغىنار، تال ئورۇقلىسا باشقا ئەزالارمۇ ئورۇقلار. تالنىڭ خىزمىتى قانىنىڭ لېيى ۋە قويۇق قىسمى ھېسابلىنىدىغان سەۋدانى قاندۇرۇش، ئۇنى تېخىمۇ پىشىقلاپ ئىشلەپ سەۋداغا ئايلاندۇرۇش، سەۋدادىن ئۆزىگە ئوزۇقلۇق ئېلىش بىلەن بىرگە، ئۇنىڭدىن مەلۇم قىسمىنى ئايرىپ ئاشقازانغا يەتكۈزۈپ، ئىشتىھانى ئويغىتىش، پۈتۈن بەدىنىڭ ساقلىقى ۋە كۈچ - قۇۋۋىتىنى بارلىققا كەلتۈرۈش، ئۇستىخانلارنى چىڭىتىش قاتارلىقلاردىن ئىبارەتتۇر. مەزكۇر خىزمەتلەر تال مىزاجى نورمال بولغاندا ئاندىن بارلىققا كېلۇر، ئەگەر تال مىزاجى بۇزۇلسا، تۈرلۈك يامان كېسەللىكلەر ۋە يامان ئىللەتلەر پەيدا بولۇر، شۇنىڭ ئۈچۈن تالنىڭ ساقلىقىغا ئەھمىيەت بېرىش ناھايىتى مۇھىمدۇر. تالنىڭ مىزاجى بۇزۇلسا، ئۇنىڭ قۇۋۋىتى جازىبە (سۈمۈرۈش قۇۋۋىتى)، قۇۋۋىتى داپئە (ئىتتىرىپ چىقىرىش قۇۋۋىتى) گە ئوخشاش كۈچلىرىمۇ بۇزۇلۇر ھەم بەزى سەۋدا خاراكتېرلىك كېسەللىكلەر پەيدا بولۇر. تالنىڭ قۇۋۋەتلىرى نورمال بولسا، بەدەندە غەيرىي تەبىئىي سەۋدا بولمايدۇ - دە، سەۋدا خاراكتېرلىك كېسەللىكلەرمۇ يۈز بەرمەيدۇ. تالنىڭ قايسى قۇۋۋىتى زەئىپلەشسە، تالدا ماس ھالدىكى بەزى كېسەللىكلەر كېلىپ چىقار، مەزكۇر قۇۋۋەتلەرنىڭ زەئىپلىشىشى پۈتۈن بەدەن ياكى تال مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشى ياكى تال يالۇغلىنىش ياكى تالدا باشقا بىرەر ئىللەتلەر كۆرۈلگەنلىك سەۋەبىدىن كېلىپ چىقار. ئەگەر تالنىڭ قۇۋۋىتى جازىبە (سۈمۈرۈش قۇۋۋىتى) سى بۇزۇلسا، قاندىكى سەۋدانى ئۆزىگە تارتىپ ئالالماس، مۇشۇ سەۋەبتىن قاندىكى سەۋدانىڭ مىقدارى ئېشىپ كېتەر، بۇنىڭ بىلەن قارا يەرقان، قارا بەھەق، قارا داغقا ئوخشاش كېسەللىكلەر كۆرۈلۈر. رەڭگىرويى قارامتۇل بولۇپ قالۇر. ئەگەر تالنىڭ مىزاجى ئىسسىقتىن بۇزۇلۇش بىلەن بىرلا ۋاقىتتا جىگەرنىڭ مىزاجىدىمۇ ئىسسىقتىن بۇزۇلۇش

ئەھۋاللىرى كۆرۈلسە، جوزام كېسەللىكى كېلىپ چىقار. ئەگەر تالنىڭ قۇۋۇتى ھازىمە (ھەزىم قىلغۇچى قۇۋۇەت) سى ئاجىزلىسا، تال سەۋدانى ياخشى ھەزىم قىلالماس ھەم ياخشى ساقيالماس. بۇ چاغدا ئاشقازان ئېغىزىغا كېلىدىغان سەۋدانىڭ مقدارى ئېشىپ كېتەر، يەنى ئاشقازان ئېغىزىغا كەلگەن سەۋدا ئاشقازان ئېغىزىنى داۋاملىق غىدىقلاپ تۇرغاچقا، توختىماي ئىشتىھا سېزىمى پەيدا بولۇپ، كالا ئىشتىھا (جۇئۇل بەقەر) كېسەللىكى كېلىپ چىقار. ئەگەر سەۋدانىڭ ئۆچەيلەرگە كېلىدىغان مقدارى ئېشىپ كەتسە، سەۋدا خاراكتېرلىك ئېچ سۇرۇشنى كەلتۈرۈپ چىقرار. ئەگەر مەلۇم ئەزاغا كېلىدىغان سەۋدانىڭ مقدارى ئېشىپ كەتسە، ئۇنىڭدا سەۋدا خاراكتېرلىك يالۇغلار كېلىپ چىقار. ئەگەر سەۋدانىڭ تۆۋەنكى ئەزالارغا كېلىدىغان مقدارى ئېشىپ كەتسە، سەۋدادىن بولغان بوۋاسىر، پاقالچاق ۋېنالىرىنىڭ ئەگرى - بۈگرىلىششى (دائۇل پىل)، پىل پۇت كېسەللىكىگە ئوخشاش كېسەللىكلەر كېلىپ چىقار.

ئەگەر تال قۇۋۇەتلىرىنىڭ زەئىپلىكى ئۇنىڭ مىزاجىنىڭ ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشىدىن كېلىپ چىققان بولسا، ھارارەت تەسىرىدىن سەۋدا كۆيەر، كۆيگەن سەۋدا ئاشقازانغا كەلسە، سەۋدادىن بولغان ئاشقازان يالۇغى، سەۋدادىن بولغان ئاشقازان يارىسىنى كەلتۈرۈپ چىقرار، ئۆچەيلەرگە چۈشسە، سەۋدادىن بولغان ئۆچەي يالۇغى، سەۋدا خاراكتېرلىك ئۆچەي يارىسى، سەۋدا خاراكتېرلىك ئېچ سۇرۇش قاتارلىق كېسەللىكلەرنى كەلتۈرۈپ چىقرار، ئەگەر بۇنداق سەۋدا مېڭىگە يەتسە، مالىخوليا كېسەللىكىنى كەلتۈرۈپ چىقرار.

ئەگەر تالنىڭ قۇۋۇتى ماسكە (تۇتۇپ تۇرغۇچى قۇۋۇەت) سى زەئىپلەشسە، تالغا يىغىلغان سەۋدا ياخشى ھەزىم بولمايلا ئەزالارغا ئۆتۈپ كېتەر، بۇنداق سەۋدا ئاشقازانغا كەلسە كۆپ ئەسنەش، كۆپ كېرىلىش ئالامەتلىرى كۆرۈلۈر ھەم سەۋدادىن بولغان قەي قىلىش كېلىپ چىقار. ئۆچەيلەرگە كەلسە سەۋدا خاراكتېرلىك ئىسھالنى كەلتۈرۈپ چىقرار. باشقا ئەزالارغا تەسىر قىلسا، پىشمغان سەۋدادىن بولىدىغان يالۇغقا ئوخشاش بەزى كېسەللىكلەرنى كەلتۈرۈپ چىقرار.

ئەگەر تالنىڭ قۇۋۇتى دائىپە (ئىتتىرىپ چىقارغۇچى قۇۋۇەت) سى زەئىپلەشسە، تالغا كەلگەن سەۋدا تالدىن باشقا ئەزالارغا بارماي تۇرۇۋېلىش سەۋەبىدىن تالنى ئىشىشتار ھەم يوغىنىتار. يەنى ئاشقازانغا بارىدىغان سەۋدا مىقدارى ئازلاپ كېتىش سەۋەبىدىن ئىشتىھا تۆۋەنلەر، ھەزىم ناچارلىشار ھەم باشقا ئەزالاردىمۇ سەۋدانىڭ كەملىكىدىن بولىدىغان ماس ھالدىكى كېسەللىكلەر كۆرۈلۈر. ئەگەر سەۋدا تالدا ئۇزۇن تۇرۇشتىن ئوفۇنەتلەنسە، يەنى سېسسا، سەۋدادىن بولىدىغان قىزىتما پەيدا بولۇر، تەرتىپسىز ئېچى سۇرەر.

سەۋادىن بولىدىغان كېسەللىكلەر كۆپىنچە سەۋانىڭ زەئىپلىكىدىن ئەمەس، بەلكى سەۋانى ئاشۇرىدىغان يېمەكلىكلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلغانلىقتىن بولۇر، چۈنكى سەۋانىڭ مىزاجى قۇرۇق سوغۇق بولسىمۇ، ئۇنىڭ ئەسلىي ھارارىتى بىلەن ئەسلىي ھۆللۈكى مۆتىدىل بولۇر.

مەلۇم بولغايكى، قۇۋۋىتى جازىبە (سۈمۈرۈش قۇۋۋىتى) نىڭ ئىشى ھۆللۈك بىلەن قۇرۇقلۇقنىڭ مۆتىدىللىكى بىلەن، قۇۋۋىتى ھازىمە (ھەزىم قىلغۇچى قۇۋۋىتى) نىڭ ئىشى ھۆللۈك بىلەن قۇرۇقلۇقنىڭ مۆتىدىللىكى بىلەن بولۇر.

قۇۋۋىتى دائىپە (ئىتتىرىپ چىقارغۇچى قۇۋۋەت) گە نۇقسان يېتىش ئىككى خىل سەۋەبتىن بولۇر، بۇنىڭ بىرى، ھۆللۈك ئېشىپ كەتكەندىن بولۇر، مۇشۇ سەۋەبتىن ئۇ چىقىپ كېتىشكە تېگىشلىك بولغان نەرسىلەرنى ھەيدەپ چىقىرالماس. يەنە بىرى، سەۋانىڭ يوللىرىدا توسۇلۇش يۈز بېرىپ، سەۋدا يۇرۇشىلمەسلىكتىن بولۇر.

قۇۋۋىتى ماسكە (تۇتۇپ تۇرغۇچى قۇۋۋەت) نىڭ زەئىپلىكى ھۆللۈكنىڭ ئېشىپ كېتىشىدىن بولۇر، بۇ سەۋەبتىن ئۇ ئۆز ئىشىنى لايىقىدا ئورۇندىيالماس.

بەزىدە مەزكۇر قۇۋۋەتلەرنىڭ زەئىپلىكى مىزاجنىڭ ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشىدىن كېلىپ چىقار، سەۋداغا ھارارەت تەسىر قىلسا، كۆيۈپ ئۆتكۈر سەۋداغا ئۆزگىرەر، ئۇ، تۇرلۈك كېسەللىكلەرگە سەۋەبچى بولۇر.

ئىككىنچى باب تال قۇۋۋەتلىرىنىڭ زەئىپلىششى توغرىسىدا

تالنىڭ زەئىپلىكىدىن ئۇنىڭ ھەر خىل قۇۋۋەتلىرىنىڭ زەئىپلىششى كېلىپ چىقار.

سەۋەبى

بۇنىڭ سەۋەبى ئالدىنقى بابتا بايان قىلىندى.

ئالامىتى

بۇنىڭ ئالامىتى ئالدىنقى بابتا بايان قىلىندى.

داۋالاش

ئەگەر تالنىڭ قۇۋۋىتى جازىبەسى ئاجىزلاشقان بولسا، مۇۋاپىق دەرىجىدە ئەمگەكلەرنى

قىلغاي، ئاتىلارغا مىنىپ يول يۈرۈپ بەرگەي ھەم تال ساھەسىنى ئۇۋۇلاپ بېرىپ، ئۇ ساھەگە تىلماي ئوتلۇق ياكى ئوتسىز ھىجامەت قويغاي، قۇۋۇتتى جازىبەنى كۆچەيتكۈچى زىماتلارنى تال ساھەسگە چاپقاي، بۇنىڭ باشقا ئىلاجلىرى يەرقانغا قىلىنىدىغان ئىلاجلار بىلەن ئوخشاش بولۇر. ئەگەر تالنىڭ قۇۋۇتى ماسكەسى زەئىپلەشسە، سەۋدادىن بولغان قۇسۇش ۋە ئىچ سۇرۇشكە قىلىنىدىغان ئىلاجلارنى قىلغاي. سەۋدادىن بولغان قۇسۇش ئاشقازان كېسەللىكلىرىنىڭ بايانىدا سۆزلەندى، سەۋدادىن بولغان ئىچ سۇرۇش كېيىن سۆزلىنۇر. ئەگەر تالنىڭ قۇۋۇتى ھازىمەسى زەئىپلەشكەن بولسا، كالا ئىشتىھا كېسەللىكىدە قىلىنىدىغان ئىلاجلارنى قىلغاي، ئەگەر تالنىڭ ئىتتىرىپ چىقىرىش قۇۋۇتى زەئىپلەشكەن بولسا، قاتتىق ئىششىقلارنى يۇمشىتىشقا قىلىنىدىغان ئىلاجلارنى قىلغاي.

ئۈچىنچى باب تال ئىششىقى توغرىسىدا

سەۋەبى

مەلۇم بولغايكى، تالنىڭ ئىسسىقتىن ئىششىشى ئاز كۆرۈلۈر، ئىسسىقتىن ئىششىغان تەقدىردىمۇ كۆپىنچە قانىنىڭ غالىبلىقىدىن ئىششار، بۇنىڭدا سەپرادىن ئىششىغىنى ئاز كۆرۈلەر، بەزىدە بەلغەم سەۋەبىدىنمۇ بولۇر. ئەگەر يالۇغ ئىسسىقتىن كېلىپ چىقسا ئاسانلا قاتتىق ئىششىققا ئۆزگىرەر، چۈنكى سەۋدا تالدا زاپاس ساقلىنىدىغان بولغاچقا، ئىسسىقلىق بىلەن بىرلىشىپ، ئاسانلا قېتىۋېلىش مومكىنچىلىكىنى پەيدا قىلۇر.

تال يالۇغى كۆپ ھاللاردا تالنىڭ تۆۋەن تەرىپىدە كۆرۈلۈر، چۈنكى سەۋدا قويۇق بولۇپ، ئۇنىڭ قويۇق قىسمى تۆۋەنگە يىغىلىپ، شۇ يەردە كېسەللىكلەرنىڭ كۆپ پەيدا بولۇشىنى كەلتۈرۈپ چىقرار. بەزى كىشىلەرنىڭ تېلى تۇغۇلۇشىدىلا چوڭ بولۇر، شۇڭا بۇنداق كىشىلەر پۇتۇن ئۆمرىدە كېسەل بولماي ئۆتەر، بەزى كىشىلەرنىڭ تېلى چوڭايغان بولسىمۇ يەنىلا ساغلام تۇرار، تال كېسەللىكى بىلەن ئاغرىغان بىمار ئەرەب تىلىدا «مەتھۇل» دەپ ئاتىلۇر.

تال كېسەللىكى بىلەن ئاغرىغان بىمارنىڭ ئىچى قانلىق سۇرسە ياخشىلىنىشتىن ئۈمىد كۈتۈشكە بولۇر، چۈنكى بۇ، كېسەللىك ماددىسىنىڭ يۇمشاشقا باشلىغانلىقى ۋە چوڭ تەرەت ئارقىلىق تازىلىنىشقا باشلىغانلىقىنى ئىپادىلەر. ئەمما ئىچ سۇرۇش ئۇزۇنغا سوزۇلسا «زەلەقۇل ئەمئا» (ئۇچەي ھەرىكىتىنىڭ ئېشىپ كېتىش) كېسەللىكىنى كەلتۈرۈپ چىقرىش ئېھتىمالىقى

بولۇر. بۇقراتنىڭ كىتابىدا تال كېسەللىكى بىلەن ئاغرىغان بىمارنىڭ تاۋامغا ئىشتىهاسى بولماي، قىزغۇچ تەرلىسە هەم ئەزالىردا هېچبىر ئاغرىق بولماي تۇرۇپ بەدىنىگە مۇدۇر - چاقىلار پەيدا بولسا هەم بۇ مۇدۇر - چاقىلار يارىغا ئۆزگەرسە، بىمارنىڭ هاياتىغا قىسقا ۋاقىت ئىچىدە خەۋپ يېتىدىغانلىقى دېيىلگەن.

تال ياللۇغى بىلەن ئاغرىغان بىمارنىڭ چوڭ تەرىتى قويۇق كەلسە، سۈيدۈكىدە لەشكە ئوخشاش لەيلىمە ۋە چۆكمە ماددىلار بولسا، بۇ ياخشى هېسابلىنار. چۈنكى بۇ كېسەللىك ماددىسىنىڭ تازىلىنىشقا باشلىغانلىقىدىن دېرەك بېرەر، بىمار قىزىپ سۈيدۈكىدە قان بولسا، ئىششقىنىڭ ئېغىرلىشىشقا باشلىغانلىقىنى بىلدۈرەر، ئەگەر بىمارنىڭ بۇرنى، بولۇپمۇ سول تەرەپ بۇرنى قانسا، كېسەللىكنىڭ بوهران دەۋرىگە كىرگەنلىكىنى بىلدۈرەر، بوهران دەۋرىدە بىمارنىڭ قۇلاق كەينىدە قاتتىق مۇنەكچە پەيدا بولسا، كېسەللىكنىڭ ئېغىرلىشىشقا باشلىغانلىقىنى بىلدۈرەر. بەزىدە جىگەردىكى ياللۇغ تالغا يۆتكىلىپ تالنىمۇ ياللۇغلاندۇرار، يەنە بەزىدە تال ياللۇغى بوهران دەۋرىگە كىرگەندە ئۇنىڭدىكى ياللۇغ جىگەرگە يۆتكىلىپ جىگەرنىمۇ ياللۇغلاندۇرار.

ئالامىتى

تال ساهەسى ئېغىر مەلۇم بولۇر، سول تەرەپ قوۋۇرغا ئاغرىلىق كېرىگەتلىرى ئاغرار، بەزىدە ئاغرىق مۇرە هەتتا بويۇنلارغىچە تارقار، ياللۇغ ئېغىرلاشقاندا نەپەس ئېلىش قىينىلىشار، خۇددى كىچىك بالا يىغلىغاندەك قىسقا نەپەس ئالۇر ياكى ئىككى نەپەسنىڭ ئورنىغا بىر نەپەس ئالۇر، تال ساهەسىنى قول بىلەن بېسىپ كۆرگەندە بىمارىدا ئاغرىق سېزىمى بىلىنەر، ئادەتتە تال ياللۇغىنى كۆرۈپمۇ بىلگىلى بولۇر. يەنى بىمار ئورۇقلار، بەزىدە تاپان تەرىپى قىزار.

تال ياللۇغلىنىش بىلەن تالدا يەل تۇرۇۋالغانلىقنىڭ پەرقى شۇكى، يەل تۇرۇۋالغان بولسا، تال ئېغىر بىلىنۇر، قول بىلەن باسقاندا يەل تارقار، ئاغرىق سېزىمى ئاجىز بولۇر.

تال ئىسسىقلىق سەۋەبىدىن ياللۇغلانغان بولسا، بىمارىدا قىزىتما پەيدا بولۇر، تال ساهەسى كۆيۈشۈپ ئېچىشار، ئۇسسۇزلۇق بولۇر، ياللۇغ سەپرادىن كېلىپ چىققان بولسا، قىزىتما يۇقىرىراق، ئۇسسۇزلۇق كۈچلۈكرەك بولۇر، ئەگەر ئىششىق قاتقان بولسا، قول بىلەن باسسا بىلىنەر.

بىمارنىڭ چىرايى تۇتۇق، غەمكىن بولۇر، ئۆزىگە ئۆزى سۆزلەر، كۆڭلىگە يامان خىياللار كېلەر، ئەمما ئەقلىدىن ئاداشماس. ئەگەر كېسەللىك ماددىسى كۈچلۈك بولسا، ئەقلىگە تەسىر يېتىش خەۋپىمۇ بولۇر. چۈنكى تالنىڭ مېڭە بىلەن مەلۇم دەرىجىدە شېرىكلىكى باردۇر.

بەزىدە بىمارنىڭ پاقالچاقلىرىغا ئۇششاق مۇدۇر - چاقىلار چىقار، چىشلىرىنىڭ يىلتىزلىرى بوشاپ چۈشۈپ كېتىش ئېھتىمالى بولۇر، پاقالچاققا مۇدۇر چىقىش سەۋدانىڭ كۆيۈپ تۆۋەنگە چۈشكەنلىكىدىن بولۇر، چىش يىلتىزلىرىنىڭ بوشىشى كۆيگەن سەۋدا بۇخاراتلىرىنىڭ چىشقا تەسىر قىلغانلىقىدىن بولۇر، بەزىدە پاقالچاققا مۇدۇر چىقىش كېسەللىكىنىڭ بوھران دەۋرىگە كىرگەنلىكىدىن بولۇر، تال يالۇغى بىلەن ئاغرىغان بىمارلارنىڭ چوڭ تەرتىپى بەزىدە ساغلام كىشىلەرنىڭ چوڭ تەرتىپى بىلەن ئوخشاش كېلۇر، كۆپ رىيازەت تارتىپ سەۋدا يۇمشىغان سەۋەبتىن سۈيدۇكى قارامتۇل بولۇر.

يالۇغ بەلغەم سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، بىمارنىڭ چوڭ تەرتىپى يۇمشاق كېلۇر، چىرايى قارامتۇل ئاق بولۇر.

يالۇغ بەلغەم سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، بىمارنىڭ چوڭ تەرتىپى يۇمشاق كېلۇر، چىرايى قارامتۇل ئاق بولۇر.

داۋالاش

تال ئىششىقىنى داۋالاش جىگەر ئىششىقىنى داۋالاشقا ئوخشىشىپ كېتۇر. يەنى دەسلەپتە سەۋەبى ئېنىقلىنىپ، شۇنىڭغا قارىتا ئىلاج قىلىپ، يالۇغنىڭ تولۇق قايتىشىغا كاپالەتلىك قىلغاي. چۈنكى، مەيلى تالدىكى ياكى جىگەردىكى ئىششىقى بولسۇن ئاسانلا قېتىۋېلىش خەۋپى بولۇر. تالغا ئىشلىتىلىدىغان دورىلار كۆچلۈكرەك ۋە يۇمشىتىش تەسىرىگە ئىگە بولۇشى زۆرۈردۇر. ئەمما تەبئىتى بەك ئىسسىق بولماسلىقى لازىمدۇر، بولمىسا كېسەللىك ماددىسىنى قاتۇرۇپ قويۇش خەۋپى بولۇر، تالدا ساقلىنىدىغان سەۋدانىڭ ماددىسى نىسبەتەن قويۇق بولغاچقا، ئۇنى داۋالاشتا زىيادە قابىز دورىلارنى ئىشلەتمىگەي.

شۇڭا بۇ كېسەللىكنى داۋالاشتا، دەسلەپتە سول قولنىڭ باسلىق تومۇرىدىن ياكى ھەبلۇز زىئا تومۇرىدىن ياكى ئۇسەيلىم تومۇرىدىن قان ئېلىپ، ئۇنىڭدىن كېيىن مەتبۇخى ھېلىلە زەردنى بەرگەي.

نۇسخىسى سېرىق ھېلىلە ۋە قارا ھېلىلىنىڭ ھەربىرىدىن 23 گىرامدىن، شاھتەررىدىن 21 گىرام، يۇلغۇن مېۋىسىدىن 10 گىرام، قارىئۆرۈك ۋە تەمرى ھىندىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، قائىدە بويىچە مەتبۇخ تەييارلاپ بەرگەي.

كەچتە بەش گىرام ئايارەج بىلەن باراۋەر مىقداردىكى غارىقۇندىن ھەب تەييارلاپ بەرگەي، ئەتىسى ئەتىگەندە ئالتە گىرام غارىقۇن 30 مىللىلىتىر سىركەنجۇبەل بىلەن ئىچكۈزۈلسە تالنى

تازىلايدۇ. ھەر كۈنى ئەتىگەندە مارجان شوخلا شەربىتى، كەرەپشە شەربىتىنىڭ ھەربىرىدىن 30 گىرامدىن ئېلىپ، شېكەر ياكى سىركەنجۈبىل بىلەن قوشۇپ ئىچكۈزگەي. قاپاق يوپۇرمىقىنىڭ سۈيى، توغراق يوپۇرمقى سۈيى، ھۆل ئەفتىمۇن سۈيى قاتارلىقلاردىن قايسىسى ھازىر بولسا، شۇنى سىركەنجۈبىل بىلەن بىرلىكتە ئىچكۈزگەي ھەم قۇرسى رەۋەنگە غارىقۇن ئاريلاشتۇرۇپ بەرگەي. كاسنە سۈيىگە سىركەنجۈبىلنى قوشۇپ ئىچكۈزگەي، ئەگەر قىزىتمىسى بولمىسا سۈتنىڭ سېرىق سۈيى بىلەن بەرگەي، توغراق يوپۇرمقىنى قۇرۇتۇپ، سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، مۇۋاپىق مىقداردا شېكەر بىلەن ئاريلاشتۇرۇپ ناشتىدا بەرگەي. سۆگەت يوپۇرمقىمۇ ئۆزىنىڭ ئاچچىقلىقى ۋە قابىزلىقى بىلەن مەنپەئەت قىلۇر، كەپە ئۇرۇقىنى سىركەنجۈبىل بىلەن بەرسە، تالنىڭ توسالغۇلىرىنى ئېچىپ تازىلار. ئۇچ گىرام ئوردانىنى مۇۋاپىق مىقداردىكى سىركەنجۈبىل بىلەن بەرگەي، ھەببۇلئاستىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مەتبۇخى بەدىيان رۇمى بىلەن ئىچكۈزگەي، تالدىكى قاتتىق ئىششىقنى يۇمشىتىش ئۈچۈن، پاقىيوپۇرمقىنى قۇرۇتۇپ، سوقۇپ، مۇۋاپىق مىقداردا بەرگەي ۋە سۇفۇپى پەنجەگۈشتىنى سىركەنجۈبىل بىلەن ئىچكۈزگەي.

نۇسخىسى كاسنە ئۇرۇقى، سېمىزئوت ئۇرۇقى، پەنجەنگۈشت (چاڭگاك) ئۇرۇقى، قاپاق ئۇرۇقى قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، 10 مىللىلىتىر سىركەنجۈبىل بىلەن بەرگەي، كىچىك قاپاق (مەككە قاپىقى) نى قۇرۇتۇپ، سوقۇپ، ئالتە مىللىلىتىر سىركەنجۈبىل بىلەن بەرگەي، بۇغداي كېپىكىنى سىركە بىلەن قاينىتىپ، ئۇنىڭ سۈيىنى تال ساھەسىگە سۈركىگەي، كېپەكنىڭ ئۆزى بولسا، ئۇنى كىگىزگە سۈركەپ، تال ساھەسىگە تاڭغاي. سۇزاپنى سىركە بىلەن قاينىتىپ، سۈيىگە كىگىزنى چىلاپ، تال ساھەسىگە ياپقاي. بۇ تەدبىرنى مۇنچىدا قىلسا تېخىمۇ ياخشى بولۇر، قوي مايىقىنى كۆيدۈرۈپ، كۈلىنى سىركە بىلەن مەلھەم قىلىپ تال ساھەسىگە چاپقاي، قىزىلچىنى سىركە بىلەن مەلھەم قىلىپ چاپقاي، ئاق لەيلى يىلتىزىنى زىمات قىلىپ چاپقاي، يايلاقتا يۈرگەن كالىنىڭ تېزىكىنى قاينىتىپ چاپقاي، تەبئىتى ئىسسىق بولغان دورىلارنى زىمات قىلسا ئىششىقنى قاتۇرۇپ قويار.

ئەگەر ئىششىق قېتىپ قالغان بولسا، يۇقىرىدا ئېيتىلغىنىدەك باسلىق ياكى ھەبلۇز زىئا ياكى ئۇسەيلەم تومۇرلىرىدىن قان ئالغاي، يۇمشىتىش، يامان خىلىتلارنى تازىلاش رولى بولغان شەربەتلەرنى ئىچكەي، سىركەنجۈبىلگە ئاز مىقداردا قابىز دورىلارنى ئاريلاشتۇرۇپ ئىچكۈزسە، مىزاجنى مۇلايىملاشتۇرۇپ، يامان خىلىتلارنى كېسەر، بولۇپمۇ كەپە يىلتىزى قوشۇلغان سىركەنجۈبىلنىڭ تەسىرى ياخشى بولۇر. ئازغىنە زەپەرنى يېسە، خىلىتلارنى ئۇچۇچانلاشتۇرار.

ھۆل بەدىيان سۈيى ۋە كەرەپشە سۈيى سىركەنجۈبىل بىلەن ئىچكۈزسە ياخشى مەنپەئەت قىلىۋر. ئەنجۈرنى سىركە بىلەن قاينىتىپ يېسە، ماددىلارنى يۇمشىتار.

مەزكۇر تەدبىرلەردىن كېيىن بىمارغا سۈركە بەرگەي، بۇنىڭ ئۈچۈن مەتبۇخى ھېلىلە ئىچكۈزسە بولۇر.

نۇسخىسى قارا ھېلىلە، شاھتەررە ھەربىرى 30 گىرامدىن، ئىزخىر يىلتىزى، غاپەس ھەربىرى 15 گىرامدىن، ئۆشنە، بەدىيان رۇمى، كەرەپشە ئۇرۇقى، ئارپىبەدىيان ئۇرۇقى ھەربىرى 10 گىرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى چالا سوقۇپ قاينىتىپ، مەتبۇخ تەييارلاپ، پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، 30 مىللىلىتىر مەتبۇخقا ئۈچ گىرام سەبرە ئارىلاشتۇرۇپ بەرگەي.

ئۇنىڭدىن كېيىن ھەببى غارىقۇننى ئىستېمال قىلدۇرغاي.

نۇسخىسى سەبرە، ھېلىلە، تۇربۇتنىڭ ھەربىرى 30 گىرامدىن، غارىقۇن، كەپە يوپۇرمىقى 15 گىرامدىن، رۇمبەدىيان، ئوشەق، مۇقەلنىڭ ھەربىرى 10 گىرامدىن، نەمەك ھىندىدىن ئالتە گىرام ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ ھەب قىلىپ، ھەر قېتىمدا ئالتە گىرامدىن بەرگەي.

تۆۋەندىكى يەككە دورىلارنى ئىستېمال قىلسا، تالدىكى قاتتىق ئىششىقنى يۇمشىتىپ، ماددىلارنى تارىلار.

ھۆل قەنتەربيۇن بارىكىنى سوقۇپ، سىقىپ سۈيىنى چىقىرىپ، مۇۋاپىق ھەسەل بىلەن كۈنىگە بىر ئىلىمدىن يالاتقاي. كەمافتۇس، كەمازەربيۇس، فەراسيۇننى مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، تۆمۇر داغمال سۈيى بىلەن ئىچكۈزگەي، ھەببەتۇلخۇزرانى سىركەنجۈبىل بىلەن ئىچكۈزسە، تالنى تارىلار. بولۇپمۇ 15 گىرام مىقداردا ئەفتمۇن قوشۇلسا، تېخىمۇ ياخشى بولۇر. قۇرۇتۇلغان سېرىقچېچەكنى تۆگە سۈتى بىلەن ئىچكۈزسە، ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ، سۈيدۈكى ئىشلىتىلىدىغان تۆگىگە بەدىيان، كەرەپشە، شىخ، تۇغرىغۇ، سۆگەت يوپۇرمىقى قاتارلىقلارنى بېرىپ، كېيىن بۇ تۆگىنىڭ سۈتى ۋە سۈيدۈكىنى بىرلىكتە بەرگەي، مائۇلئۇسۇلدىن ئۈچ گىرام ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردا ئاچچىق بادام يېغى تېمىتىپ، 15 گىرام تەرياق بىلەن بەرگەي.

خۇۋاجە ئەبۇ ئەلى سىنا: «مەن تال يالۇغىغا پىرسىياۋشان، پەنجەگۈشت ئۇرۇقى، قۇرۇق زۇپادىن بىر ھەسسىدىن، سىركەنجۈبىل، ئەفتمۇن، كەپە يىلتىزى پوستىدىن يېرىم ھەسسىدىن ئېلىپ سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ، ھەر قېتىمدا 25 گىرامدىن يېگۈزۈپ، سىناقتىن ئۆتكۈزدۇم» دەيدۇ. تۇرۇپ ئۇرۇقىدىن ئالتە گىرام ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سىركە بىلەن بەرسە، مەنپەئەت قىلۇر. ياڭاق يوپۇرمىقىنى ئىسقىل سىركىسى بىلەن

قاينىتىپ بەرسە مەنپەئەت قىلۇر، بەش گىرام بىخ مارجاننى سوقۇپ، سىركەنجۈبىل بۇزۇرى ياكى مائۇلئۇسۇل بىلەن ئىچكۈزگەي، يۇلغۇن ياغچىدىن قاچا تەيىرلاپ، ئۇنىڭ بىلەن تال كېسەللىكى بولغان بىمارغا تائام بەرسە، ياخشى مەنپەئەت قىلۇر.

ھۆكۈمالار تالنىڭ قاتتىق ئىششىقىنىڭ 40 كۈندە يۇمشايدىغانلىقىنى ئوتتۇرىغا قويغان. ئۇنىڭغا يەنە پىستە مېغىزى، بادام مېغىزى، چىلغوزا مېغىزى، شېكەر، ياڭاق مېغىزى، ئەنجۈر قېقى قاتارلىقلار مەنپەئەت قىلۇر. زەيتۇن يېغى بىلەن مۇۋاپىق مىقداردىكى سىركىنى ئارىلاشتۇرۇپ ئىستېمال قىلدۇرغاي، پەرەنجىمشكى، ئادراسمان ئۇرۇقى، تۇرۇپ قاتارلىقلارنى سىركىگە چىلاپ ئىستېمال قىلدۇرغاي.

تال ئىشقىغا يامغۇر سۈيى كۆپ مەنپەئەت قىلۇر، بىمارنىڭ غىزاسىغا قارىمۇچ، زىرە، كەرۋىيا، ئارپىبەدىيان قاتارلىقلارنى قوشۇپ بەرگەي.

يەنە قۇرسى ئوردان بېرىلسمۇ ياخشى مەنپەئەت قىلۇر.

نۇسخىسى ئوردان 30 گىرام، ئېگىر، كەپە يىلتىزى پوستى، ئۇزۇنچاق زىراۋەندە، ئىرسانىڭ ھەربىرىدىن ئالتە گرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، يېتەرلىك مىقداردىكى سىركەنجۈبىل بىلەن يۇغۇرۇپ، مەتبۇخى ئەفسەنتىن ياكى كەپە يىلتىزى پوستى بىلەن بىرلىتكە ھەر قېتىمدا بەش گرامدىن ئىستېمال قىلدۇرغاي.

ئۇنىڭدىن كېيىن تۆۋەندىكى قۇرسنى بەرگەي، كۆپ قېتىم سىناقتىن ئۆتكەن: ئىرسادىن 12 گىرام، ئاقمۇچ، ئوشەقنى ئالتە گرامدىن ئېلىپ، ئوشەقنى سىركىدە ئىرىتكەي، قالغان دورىلارنى تالقان قىلىپ، مەزكۇر سىركە بىلەن يۇغۇرۇپ قۇرس قىلىپ، ھەر قېتىمدا ئالتە گرامدىن ئىستېمال قىلدۇرغاي. يەنە قۇرسى كەبرنى بەرگەي.

نۇسخىسى ھەببۇل پەقدى، كەپە يىلتىزى پوستى 30 گرامدىن، يۇمىلاق زىراۋەندە، سۇزاپ ئۇرۇقى، ئادراسمان ئۇرۇقى، سىيادانىڭ ھەربىرىدىن 10 گرامدىن، ئوشەقتىن 12 گرام، ئۇسقۇلۇقەندەرىيۇندىن 21 گرام ئالغاي، ئوشەقنى سىركە بەن ئىرىتكەي، قالغان دورىلارنى سوقۇپ تالقان قىلىپ، سىركە بىلەن يۇغۇرۇپ مۇۋاپىق چوڭلۇقتا قۇرس قىلىپ، مائۇلھەسەل ياكى سىركەنجۈبىل بىلەن قوشۇپ يېگەي.

ھەكىم ئىسا بىن سەھاربختىنىڭ قۇرس نۇسخىسى كەپە يىلتىزى پوستىدىن 20 گرام، ئۇزۇنچاق زىراۋەندە، پەنجەگۈشت ئۇرۇقى، ئاقمۇچنىڭ ھەربىرىدىن 18 گرامدىن، ئوشەقتىن 66 گرام ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، يۇقىرىقى ئۇسۇل بويىچە قۇرس تەيىرلىغاي. تۆۋەندىكى سۇفۇپنى بەرگەي.

نۇسخىسى ھەببى رىشاتتىن 60 گىرام ئېلىپ، سىركىگە بىر كېچە چىلاپ قويۇپ، ئەتىسى سۈزۈپ ئېلىپ ئاپتاپتا قۇرۇتقاي، ئاندىن باراۋەر مىقداردىكى قۇرۇق سۈزاپ يوپۇرمىقى بىلەن بىرلىكتە سوقۇپ، سۈفۈپ قىلىپ، بەش گىرامنى سىركەنجۈبىل بىلەن قوشۇپ يېگەي.

يەنە بىر سۈفۈپنىڭ نۇسخىسى بۇغداي ئۇنى 50 گىرام، ئادراسمان ئۇرۇقىدىن 120 گىرام ئېلىپ، ئادراسمان ئۇرۇقىنى تالقان قىلىپ، ئۇن بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ياكى سىركە تېمىتىپ يۇغۇرۇپ، قۇرس قىلىپ قۇرۇتۇپ بەرسىمۇ بولۇر.

كەپە يىلتىزى پوستى، ئۈسقۇلۇقەندەريۇن، يۇلغۇن مېۋىسى، سۆگەت پوستى، ئوردان، ئاسارۇن، ئېگىر قاتارلىقلارنى باراۋەر مىقداردا ئېلىپ چالا سوقۇپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سىركە بىلەن قاينىتىپ، تەمى تۇزلۇق چىققاندىن كېيىن، سۈيىگە مۇۋاپىق مىقداردا ھەسەل قوشۇپ، قائىدە بويىچە سىركەنجۈبىل تەييارلاپ، ئۇنىڭدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئىچكەي.

سىركەنجۈبىلنىڭ يەنە بىر نۇسخىسى كەرەپشە يىلتىزى پوستى، بەدىيان يىلتىزى پوستى تۆت ھەسسىدىن، ئىزخىر يىلتىزى، كەپە يىلتىزى پوستى ئىككى ھەسسىدىن، ئارپىبەدىيان، رۇمبەدىيان، پەتەرئاسالىيۇننى بىر يېرىم ھەسسىدىن ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سىركىگە بىر كېچە - كۈندۈز چىلاپ قويۇپ، ئەتىسى سۇس ئوتتا قاينىتىپ، تەمى ياخشى چىققاندىن كېيىن، پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ مۇۋاپىق مىقداردا ھەسەل قوشقاي، ئاندىن ئۇچ گىرام زەپەر ۋە باراۋەر مىقداردا داۋائۇل ھۇرمۇل قوشۇپ بەرگەي.

ئېسا بىن سەھاربختىنىڭ كۆرسىتىشچە، تۈلكە ئۆپكىسى، تۈلكە جىگىرى، قۇلان ۋە ئاتنىڭ تېلى قاتارلىقلارنىڭ قايسىسى تېپىلسا، شۇنى سىركەنجۈبىل بىلەن بىرلىكتە ئىستېمال قىلسا، تالدىكى يالۇغنى قايتۇرۇپ، جىگەر قان تومۇرلىرىدىكى توسالغۇلارنى ئاچىدىكەن. بۇ تەجرىبىدىن ئۆتكەن بولۇپ، «قارابادىن» دىمۇ دېيىلگەن ئىكەن.

يەتتە دانە شەپەرەڭنى تۇتۇپ ئۆلتۈرۈپ، ئىچىنى تازىلاپ كوزىغا سېلىپ، ئۇنىڭغا چۆككۈدەك سىركە قۇيۇپ، ئېغزىنى سېغىز لاي بىلەن مۇستەھكەم ئېتىپ، تونۇرغا سېلىپ پىشۇرغاي، ياخشى پىشقاندىن كېيىن، قازاندىن چىقىرىپ، ھەر كۈنى ناشتىدا ئالتە گىرامدىن بەرگەي.

مەزكۇر دورىلارنى ئىستېمال قىلغاندا، سوغۇق سۇ ئىچىشتىن ئىمكانقەدەر پەرھىز تۇتقاي.

ئۇنىڭدىن كېيىن تۆۋەندىكى زىماتلارنى تال ساھەسىگە چاپقاي: سۈزاپ بىلەن پىننىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ مۇۋاپىق مىقداردىكى سىركە بىلەن قاينىتىپ، كىگىزگە ئېلىپ، تال

ساھەسىگە قىزىق چاپقاي، ئىكىلىملىك بىلەن سۇزاپ يوپۇرمىقىنى مۇۋاپىق مىقداردىكى سىركە بىلەن قاينىتىپ، تالغا قىزىق پېتى ياپقاي، سۇزاپ بىلەن قىچىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، ھەسەل بىلەن مەلھەم قىلىپ، مۇۋاپىق چوڭلۇقتىكى قەغەزگە سۈرۈپ، تالغا چاپقاي ھەم قانچە ئۇزاق چىداپ تۇرالسا، شۇنچە ئۇزۇن تۇرغۇزغاي. قۇرۇق سۇزاپ يوپۇرمىقىنى 150 گىرام، ئوشەقتىن 60 گىرام، توغرىغۇدىن 30 گىرام ئېلىپ، سىركە بىلەن سالايە قىلىپ تالغا چاپقاي. ئادراسمان ئۇرۇقى ۋە يوپۇرمىقىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سىركە بىلەن يۇمشاق پىشۇرۇپ تالغا چاپقاي، سۇزاپ، كەپە يىلتىزى پوستى، ئەفسەنتىن، پىننە، يالپۇز قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى كونا سىركە بىلەن قاينىتىپ، قىزىق ۋاقتىدا كىگىزنى چىلاپ ئېلىپ، تال ساھەسىگە قىزىق ھالەتتە ياپقاي، سوۋۇپ قالسا يەنە قايتا قىزىتىپ ياپقاي، شۇ يوسۇندا 20 قېتىم ئەتراپىدا ياپقاي. ئەگەر بىمار بەرداشلىق بېرەلمىسە، بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قارىغاي، يەنە تۆۋەندىكى زىمات ناھايىتى ياخشى مەنپەئەت قىلۇر:

ئاق خەربەقتىن 120 گىرام، ئوشەق، قارا خەربەق، توغرىغۇنىڭ ھەربىرىدىن 90 گىرامدىن، سوقمونىيادىن 60 گىرام، ئاقمۇچتىن ئۇچ دانە ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، ئۇزۇم شىرىسىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى ئىلكۇل بەتەم قوشۇپ ئېرىتىپ، ئۇنىڭدىن كېيىن تالقانىنى قوشۇپ ياخشى ئارىلاشتۇرۇپ، تال ساھەسىگە ئىسسىق ھالەتتە چاپقاي، يەنە ئوشەق ۋە قوي مايىقىنى سىركە بىلەن قاينىتىپ تالغا چاپسىمۇ، ياخشى مەنپەئەت قىلۇر. ئوشەق، ئاچچىق بادام مېغىزى ھەربىرىدىن 30 گىرامدىن، سۇزاپ يوپۇرمىقىدىن 15 گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، سىركە بىلەن يۇغۇرۇپ تال ساھەسىگە چاپقاي.

ئەگەر مەزكۇر ئىلاجلارنىڭ ئۇنۇمى كۆرۈنەرلىك بولمىسا، تال ساھەسىگە ھىجامەت قويغاي، قان ئالغاي، ئەگەر داغلاشقا توغرا كەلسە، داغلانغان ئورۇننى تېڭىپ قويغاي ھەمدە ئەت ئۇندۇرۇش رولى بولغان دورىلارنى سۈركەپ قويغاي. مەزكۇر زىماتلارنى سۈركىگەندىن كېيىن بىمارنى ناشتىدا مۇنچىغا چۈشۈشكە بۇيرىغاي. مۇنچىدا ئىككى سائەت ئەتراپىدا تۇرغاندىن كېيىن، قىچا ياكى شۇمشا ئۇرۇقىنى سېپىپ، كاۋاپ قىلىپ پىشۇرۇلغان بېلىقنى يېگەي، ئۇزۇم شىرىسى ياكى دەريا سۈيىنى ئىچكەي، ئۇچ كۈن ئۆتكەندىن كېيىن مۇۋاپىق ھەركەتلەرنى قىلىشقا بۇيرىغاي.

ئەگەر ياللۇغ بەلغەم سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، بەلغەمنى پەسەيتىدىغان چارە - تەدبىرلەرنى قىلغاي، قاتتىق ئىششىقنىڭ بايانىدا ئېيتىلغان دورىلارنى ئىشلەتكەي.

بىمارنىڭ غىزاسىغا زىرە سېلىنغان شورپا بەرگەي، نوقۇت، كەرەپشە، تۇرۇپ، قىزىلچا قاتارلىقلارنى زەيتۇن يېغى بىلەن پىشۇرۇپ يېگۈزگەي ھەم ھەببەتۇلخۇزرانى سىركە بىلەن

پىشۇرۇپ يېگۈزگەي. گۆشلەردىن چىل، كەكلىك، تورۇلغا، قۇشقاچ قاتارلىق ئۇچارقۇشلارنىڭ گۆشلىرىنى پىشۇرۇپ يېگۈزگەي.

تۆتىنچى باب تالنىڭ يەلدىن ئاغرىشى توغرىسىدا

بۇ كېسەللىكنىڭ ئىلاجى تالنىڭ قاتتىق ئىششىقىنىڭ ئىلاجىغا ئوخشاپ كېتەر، شۇڭا ئۇنىڭغا ماددىنى يۇمشىتىش رولى بولغان دورىلارنى ئىشلەتكەي، تال ساھەسىگە ئوتلۇق ھجامەت قويغاي، يىرىك ۋە يەللىك يىمەكلىكلەرنى يېيىشتىن ئېھتىيات قىلغاي. ئۇسسۇزلۇقىغا ئامال بار بەرداشلىق بەرگەي، بەرداشلىق بېرەلمىسە، سۇ ئورنىدا كونا شاراب ئىچكەي، تائام يېگەندىن كېيىن سىگمىگىچە يېتىپ ئۇخلىمىغاي، تېرىق ياكى تۇزنى قىزىتىپ، تال ساھەسىگە ئىسسىق ئۆتكۈزۈپ بەرگەي.

ئۇنىڭدىن كېيىن تالدىكى يەلنى تارقىتىش ئۈچۈن، تۆۋەندىكى قۇرسنى تەييارلاپ بەرگەي:

نۇسخىسى ئاق ئادراسمان ئۇرۇقىدىن 100 گىرام ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، سىركە بىلەن يۇغۇرۇپ، توقاچ قىلىپ تونۇرغا يېقىپ ياكى چوغقا كۆمۈپ قۇرۇپ پىشقاندىن كېيىن، سوقۇپ تالقان قىلغاي. ھەببۇل فەقدى، يۇلغۇن مېۋىسىدىن 15 گىرامدىن، تېكە ساقلى ئۆسۈملۈكىدىن 21 گىرام ئېلىپ سوقۇپ، تالقان قىلغاي، ئۇنىڭدىن كېيىن يۇقىرىقى ئادراسمان تالقىنى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ قۇرس تەييارلاپ، 10 گىرامنى سىركەنجۈبىل بىلەن بەرگەي.

كۇنۇچە ئۇرۇقى، كاسنە ئۇرۇقىدىن 30 گىرامدىن، سېمىزئوت ئۇرۇقىدىن 15 گىرام ئېلىپ سوقۇپ، تالقان قىلىپ، 10 گىرامنى سىركەنجۈبىل بىلەن بىرلىكتە بەرگەي.

بۇ كېسەللىككە قۇرسى پەنجەنگۇشت كۆپ مەنپەئەت قىلار.

نۇسخىسى توغرىغۇ، سۇزاپ ئۇرۇقى، پەنجەنگۇشت ئۇرۇقى، ئىكلىلمىلىك، بابۇنە، راتىيانەج، زىفتى، جاۋشىر، ئوشەق قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، قائىدە بويىچە قۇرس تەييارلاپ، مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلدۇرغاي. يەنە ئەفسەنتىن يېغى، قۇستە يېغى، سۇمبۇل يېغى قاتارلىقلاردىن مەلھەم تەييارلاپ ئىشلەتسىمۇ بولۇر.

ئون ئۈچىنچى بۆلۈم جىگەر ۋە تال سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدىغان بەزى كېسەللىكلەر توغرىسىدا

بۇ بۆلۈم ئىككى قىسىمدۇر.

بىرىنچى قىسىم يەرقان ۋە ئۇنى داۋالاش

بىرىنچى باب يەرقان توغرىسىدا

يەرقان ــ سېرىق يەرقان ۋە قارا يەرقان دەپ ئىككى خىل بولۇر. سېرىق يەرقان يۇز - كۆز ۋە پۈتۈن بەدەن تېرىلىرى سارغىيىپ قېلىش بىلەن ئىپادىلىنىدىغان كېسەللىكتىن ئىبارەتتۇر. قارا يەرقان تالدىكى كېسەللىك سەۋەبىدىن يۇز - كۆز ۋە ئومومىي بەدەن تېرىلىرى قارىداپ قېلىش بىلەن ئىپادىلىنىدىغان كېسەللىكتىن ئىبارەتتۇر.

سېرىق يەرقان كۆپ ھاللاردا جىگەر ۋە ئۆت كېسەللىكى سەۋەبىدىن كېلىپ چىقار. ئۇنىڭ سەۋەبى تۆۋەندىكىلەردىن ئىبارەت:

1. جىگەردە ئىشلىنىدىغان سەپرانىڭ مىقدارى ئېشىپ كېتىشتىن بولۇر.

2. ئۆت يوللىرىدا توسالغۇ يۈز بەرگەنلىكتىن جىگەردە ئىشلەنگەن سەپرانىڭ زاپاس قىسمى ئۆتكە كەلمەي بەدەنگە تارقار، بۇنىڭ بىلەن پۈتۈن بەدەندىكى سەپرانىڭ مىقدارى ئېشىپ كېتەر.

3. ئىسسىقتىن كېلىپ چىققان كېسەللىكلەرنىڭ بوھران دەۋرىدە ياكى يۇقىرى قىزىتمىلىق كېسەللىكلەردە كۆرۈلۈر.

بەدەندە سەپرا خىلتىنىڭ ئېشىپ كېتىشىگە تۆۋەندىكى ئەھۋاللار سەۋەب بولۇر:

1. جىگەر ۋە ئۇنىڭ قان تومۇرلىرى مىزاجى ئىسسىقتىن بۇزۇلغاچقا، ئۆزىگە كەلگەن

ئوزۇقلۇق ماددىلارنىمۇ سەپراغا ئۆزگەرتەر ۋە چىقىرىۋېتەر.

2. سەپرانى كۆپەيتكۈچى يېمەك - ئىچمەكلەرنى كۆپ يېيىش سەۋەبىدىن بەدەندىكى سەپرانىڭ مىقدارى ئېشىپ كېتەر.

3. بەدەننىڭ ئەسلىي مىزاجى ئىسسىق بولغاچقا، قان تومۇرلاردا ئايلىنىۋاتقان قاننىڭ مىزاجى سەپرا خاراكتېرىنى ئالۇر.

4. تېرە تۆشۈكلىرىنىڭ كىچىك بولۇشى سەۋەبىدىن يازدىكى جەنۇب شامىلىدىن پەيدا بولغان سەپرانىڭ بەدەنده ساقلىنىپ قېلىشى سەۋەبىدىن كېلىپ چىقار.

5. چايان، سېرىق ھەرىگە ئوخشاش زەھەرى ئىسسىق بولغان ھاشاراتلارنىڭ چېقىۋېلىشى سەۋەبىدىن كېلىپ چىقار.

سەپرانىڭ ئۆتتە زاپاس ساقلىنالماسلىقىغا تۆۋەندىكى ئىشلار سەۋەب بولۇر:

1. ئۆت كانال يوللىرىنىڭ توسۇلۇپ قېلىشى سەۋەبىدىن بولۇر، بۇ چاغدا سەپرا جىگەردىن ئۆتكە كېلىدىغان يولدا توسۇلۇپ قالۇر ياكى ئۆتتىن ئۇچەيگە كېلىدىغان يولدا توسۇلۇپ قالۇر.

2. ئۆتنىڭ يالۇغلىنىشى سەۋەبىدىن ئۆت يوللىرى تارىيىپ، سەپرانىڭ يۇرۇشۇشى توسقۇنلۇققا ئۇچرار، مانا مۇشۇ سەۋەبتىن يەرقان كېلىپ چىقار.

بەزىدە مىزاجنىڭ سوغۇقتىن بۇزۇلۇشى سەۋەبىدىن ئۆت سۇيۇقلۇقنىڭ ئايلىنىشى توسقۇنلۇققا ئۇچرايدۇ ھەمدە جىگەر ئىچىدە قاپسلىپ قالۇر.

مەلۇم بولغايكى، توسالغۇ سەۋەبىدىن سەپرا جىگەردە قاپسلىپ قالسا، ۋاقتىنىڭ ئۆتۈشى بىلەن جىگەرنىڭ ئىسسىقلىقى ئېشىپ كېتەر، بۇنىڭ بىلەن سەپرانىڭ ئىشلەپچىقىرىلىشى تەبىئىي ھالدا كۆچىيەر.

بەزىدە جىگەر ئىسسىقلىقىنىڭ ئېشىشى، سەپرانىڭ قاپسلىپ قېلىشى ئۆت سەۋەبىدىن كېلىپ چىقار. بۇ ئۇچ خىل بولۇر. بىرىنچىسى، تال مىزاجنىڭ مەلۇم سەۋەبلەردىن بۇزۇلۇپ، تالنىڭ قۇۋۋىتى جازىبەسى ئاجىزلار، بۇ سەپرانىڭ جىگەردە ساقلىنىشىغا توسقۇنلۇق قىلۇر، بولۇپمۇ جىگەرنى قۇۋۋىتى داپىئەسى بۇزۇلغان ۋاقتىدا تېخىمۇ شۇنداق بولۇر. ئىككىنچىسى، مەلۇم سەۋەبلەردىن ئۆتنىڭ قۇۋۋىتى جازىبە (سۈمۈرۈش ۋە قوبۇل قىلغۇچى قۇۋۋەت) سى كۆچەيسە، كۆچەپ خىزمەت قىلىش جەريانىدا ئاجىزلار، ئۇزۇن داۋام قىلسا، تېخىمۇ ئاجىزلاپ خىزمىتىنى تولۇق بېجىرەلمەيدىغان بولۇپ قالۇر. بۇنىڭ بىلەن سەپرانىڭ بەدەنگە تارقىلىدىغان مىقدارى ئاشىدۇ - دە، يەرقان كېلىپ چىقار. ئۇچىنچىسى، ئۆت سۇيۇقلۇقى ئۆت خالتىسىدا زىيادە يىغىلىپ قېلىش سەۋەبىدىن ئۇنىڭ ئۇچەيگە كېلىدىغان قىسمى ئازلار، بۇنىڭدىن ئىككى خىل ئىللەت

كېلىپ چىقار. ئۇ بولسىمۇ يەرقان ۋە قولۇنجىدىن ئىبارەتتۇر.

كېسەللىكنىڭ بوھران دەۋرىدە كۆرۈلگەن يەرقان ئىككى خىل ئەھۋالنى ئىپادىلەر. بىرىنچىسى، كېسەللىك ماددىسى پىشقان بولسا، تەبىئەت كۈچى غالىب كەلگەنلىكتىن كېسەللىك ماددىسىنى بەدەن سىرتىغا ھەيدەر. ئىككىنچىسى، كېسەللىك ماددىسىنىڭ كۆپ، تەبىئەت كۈچىنىڭ ئاجىز ئىكەنلىكىنى ئىپادىلەر.

بۇقرات: «بىمارنىڭ جىگىرى قاتسا يامان بولۇر، توققۇزىنچى ياكى ئونىنچى كۈنى يەرقان كۆرۈلەر ۋە شۇنىڭدىن كېيىن ياخشىلىنىشقا يۈزلىنەر، قوۋۇرغا پەردىلىرى قاتسا، بۇ خەتەرلىك ئىكەنلىكىنى بىلدۈرەر» دېگەن.

سابىت بىن قۇررە: «بىمار قىزىتمىسى يەتتە كۈن ئىلگىرى يەرقان بولسا، كېسەللىكنىڭ ئۆتكۈر ئىكەنلىكىنى بىلدۈرەر، بۇ مەزگىلدە ئىچى سۇرسە ياخشىلىنىشتىن ئۈمىد باردۇر» دېگەن.

مەلۇم بولغايكى، يەرقان جىددىي ئىلاج قىلىنىدىغان ئېغىر كېسەللىكتۇر.

ئىككىنچى باب جىگەر مىزاجىنىڭ ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشىدىن كېلىپ چىققان سېرىق يەرقان توغرىسىدا

سەۋەبى

بۇ، تۈرلۈك سەۋەبلەردىن جىگەر مىزاجى ئىسسىقتىن بۇزۇلغانلىقتىن كېلىپ چىقار.

ئالامىتى

بۇنىڭدا ئۇسسۇزلۇق بولىدۇ، ئېغىزى ئاچچىق بولۇپ، يۇز - كۆزلىرى سارغىيىدۇ، ئىشتىھاسى تۈتۈلۈپ، چوڭ - كىچىك تەرەتنىڭ رەڭگى سېرىق بولۇر، سۈيدۈكى كۆپۈكلۈك بولىدۇ، بەدىنىدە قىزىتما بولۇر.

مەلۇم بولغايكى، جىگەر مىزاجىنىڭ ئىسسىق تەبىئەتلىك يېمەك - ئىچمەكلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلغانلىق سەۋەبىدىن ئىسسىقلىققا ئۆزگىرىشى تەدرىجىي بولۇر، ئەمما جىگەر مىزاجى ئىسسىق تەبىئەتلىك زەھەرلەردىن زەھەرلىنىش سەۋەبىدىن ئىسسىقلىققا ئۆزگىرىشى ئۆتكۈر بولۇر.

داۋالاش

ئاچچىق ئانار شەربىتى، چۈچۈمەل ئانار شەربىتى، كاسنە سۈيى، قاپاق سۈيى، تەرخەمەك سۈيى قاتارلىقلارنى سىركەنجۇبىل ياكى كاسنە ئۇرۇقى سىلىنغان گۈلاب ياكى ئارپا سۈيى بىلەن ئىچكۈزگەي. ئارپا يارمىسىدىن ئاش تەييارلاپ، مۇۋاپىق مىقداردا شېكەر سېلىپ ئىچكۈزگەي. ئەگەر بۇ دورىلارنىڭ ئۈنۈمى كۆرۈنەرلىك بولمىسا، قۇرسى كافۇر، قۇرسى ئەنبەر بارىس بەرگەي، ئۇلارنىڭ تەركىبلىرى ئىلگىرى بايان قىلىندى.

بۇنىڭغا يەنە سىركەنجۇبىل بۇزۇرىنى بەرگەي.

نۇسخىسى قۇرۇق كاسنىدىن 90 گىرام، كاسنە ئۇرۇقى، كاسنە يىلتىزىدىن 30 گىرامدىن، ئەفسەنتىن رۇمى، غاپەستىن 21 گىرامدىن، رەۋەندىن 10 گىرام ئېلىپ، 100 گىرام سىركە بىلەن باراۋەر مىقداردا سۇ ئارىلاشتۇرۇپ، ئۇنىڭغا مەزكۇر دورىلارنى بىر كېچە چىلاپ، ئۇنىڭدىن كېيىن قاينىتىپ، سۈزۈنىڭ يېرىمى قالغاندا پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردا شېكەر قوشۇپ، سۇس ئوتتا قىيام تەييارلىغاي. بىمارنىڭ چوڭ تەرتىى قۇرۇق بولسا، نەمەك ھىندى، تەمرى ھىندى، بىنەپشە، قارىئۆرۈك، خىيارشەنبەر قاتارلىقلاردىن مەتبۇخ تەييارلاپ يۇمشاتقاي. قىزىل سەندەل، ئاق سەندەل، قىزىلگۈل، كافۇر، گۈلاب قاتارلىقلار بىلەن زىمات تەييارلاپ، تال ساھەسىگە چاپقاي. سېمىزئوت، ئاق لەيلىگۈلى، ئارپا ئۇنى، قىزىلگۈل، سەندەل، گۈلاب، سىركە قاتارلىقلاردىن زىمات تەييارلاپ چاپسا ياخشى مەنپەئەت قىلۇر.

غىزاسىغا ھۆل يۇمغاقسۇت، كاھۇ يوپۇرمىقى، زەيتۇن يېغى قوشۇلغان سىركىنى بەرگەي، سىركىگە كاسنە ئارىلاشتۇرۇپ بەرسىمۇ بولۇر. يەنە ئوغلاق گۆشى، ياش توخۇ گۆشى، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، بادرەك ئۇرۇقى مېغىزى قاتارلىقلارنى بەرگەي.

ئۈچىنچى باب ئىسسىق تەبىئەتلىك يېمەك - ئىچمەكلەرنى ئىستېمال قىلىشتىن كېلىپ چىققان يەرقان توغرىسىدا

سەۋەبى

بۇ خىل يەرقان ئىسسىق تەبىئەتلىك يېمەك - ئىچمەكلەرنى ۋە سەپرانى كۆپەيتكۈچى دورىلارنى كۆپ يېيىشتىن كېلىپ چىقار. گەرچە شۇنداق بولسىمۇ، ئەمما ئۆت يوللىرىدا توسالغۇ

يۇز بەرگەن سەۋەبتىن كىلىپ چىققان يەرقاندەك ئىغىر بولماس، بۇ ھەقتە كېيىن ئايرىم توختىلىمىز.

ئالامىتى

بۇ كېسەللىكتە كۆپ تەرلەر، قەي قىلۇر، ئىغىزى ئاچچىق بولۇر، سۈيدۈكىنىك رەڭگى قىزىل، قىيامى قويۇق بولۇر، بەزىدە قارامتۇل كېلۇر.

داۋالاش

جىگەردىكى سەپرانىك مىقدارى كۆپ بولسا، سۈرگە دورىلىرىنى بىرىش بىلەن بىرگە باسلىق تومۇرىدىن ياكى ئوك قولنىك ئۇسەيلەم تومۇرىدىن قان ئالغاي. جىگەر ساھەسىگە قاپاق لېشىنى چاپقاي، بەزى تېۋىپلار تىل ئاستىدىكى تومۇردىن قان ئېلىشنى بۇيرىغان. سەپرانى مەتبۇخى تەمرى ھىندى، مەتبۇخى بىنەپشە بىلەن سۈرگەي. يەنە كاسنە سۈيى، ئىتئۈزۈمى سۈيى، لەبلاب سۈيى قاتارلىقلارنىك بىرەرسىگە فۇلۇسى خىيارشەنبەردىن مۇۋاپىق مىقداردا قوشۇپ ئىچسىمۇ سەپرانى سۈرەر، ئالدىنقى بابتا بايان قىلىنغان شەربەتلەر ئىچىشمۇ ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ. كېسەللىك ماددىسى قويۇق بولمىسا، سىرىق ھېلىلە، ئەفسەنتىن رۇمى، كاسنە ئۇرۇقى، كاسنە يىلتىزى، ئەفتىمۇن ئۇرۇقى، قارىئۆرۈك، تەمرى ھىندى، چىلان، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى قاتارلىقلار بىلەن مەتبۇخ تەييارلاپ بەرگەي. ماددا قويۇق بولسا، ئۇنىڭغا غارىقۇن، غاپەس، شاھتەررە قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا قوشقاي، لەبلاب سۈيىگە نەمەك ھىندى، شېكەر، سوقمونىيا قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا قوشۇپ بەرگەي. كاسنە يىلتىزى، بەدىيان يىلتىزىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ، پىسەپىلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، سۈيىگە ئارپا يارمىسى قوشۇپ پىشۇرۇپ ئىچكۈزگەي. قىزىتما بولمىسا، سۇغۇپى ھېلىلىنى سۈتنىك سىرىق سۈيى بىلەن بەرگەي.

سۇغۇپى ھېلىلىنىك نۇسخىسى سىرىق ھېلىلە پوستىدىن 30 گىرام، سەبرىدىن ئىككى گىرام، تاباشىردىن ئۈچ گىرام، قورۇلغان سوقمونىيادىن بىر گىرام ئېلىپ سوقۇپ، سۇغۇپ تەييارلىغاي.

جىگەرنى تازىلاش ئۈچۈن سەبرىدىن بىر يېرىم گىرام، غارىقۇنىدىن ئۈچ گىرام، سوقمونىيادىن يېرىم گىرام ئېلىپ، سۇغۇپ تەييارلاپ بېرىلىدۇ. غىزاسىغا ئالدىنقى بابتا دېيىلگەن غىزالارنى بەرگەي.

تۆتىنچى باب ئومومىي بەدەن مىزاجىنىڭ ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشىدىن بولغان يەرقان توغرىسىدا

سەۋەبى

بۇ، ئىسسىق تەبىئەتلىك يېمەكلىكلەرنى كۆپ يېيىشكە ئوخشاش سەۋەبلەردىن پۈتۈن بەدەن مىزاجى بۇزۇلۇشتىن كېلىپ چىقار، مۇشۇ سەۋەبتىن بەدەندىكى قان ۋە ئىستېمال قىلىنغان يېمەكلىكلەر ئاسانلا سەپراغا ئۆزگىرەر.

ئالامىتى

بەدىنى ئورۇق، قىزىق بولۇر، ئۇششاق مۇدۇر - چاقىلار كۆپ چىقىپ، تېرە قىچىشار، سۈيدۈكىنىڭ رەڭگى سېرىق بولۇر، ئىشتىهاسى تۆۋەنلەپ، ئۇسسۇزلۇقى كۆپ بولۇر، ئەگەر مىزاجىنىڭ ئىسسىقلىقى زىيادە بولسا، سەپرا كۆيۈپ رەڭگرويى قارا بولۇر.

داۋالاش

مىزاج ماددىلىق بۇزۇلمىغان بولسا، ئىككىنچى بابتا ئېيتىلغان شەربەتنى بېرىپ، مىزاجنى تەڭشىگەي، مىزاجنىڭ ھۆللۈكىنى ئاشۇرىدىغان دورىلارنى بەرگەي. ئارپا ئېشىغا چىلان سېلىپ بەرگەي ياكى قاپاق سۈيى، تاۋۇز سۈيى، ئىسپىغۇل شىرىسى قاتارلىقلارغا گۈلاب قوشۇپ، ئاچچىق ۋە تاتلىق ئانار شەربىتىنى ئىچكەي. ئىسسىق مۇنچىغا چۈشكەي، مۇنچىدىن چىقىپ، بەدىنىگە نېلۇپەر يېغى ۋە بىنەپشە يېغىنى سۈركىگەي.

مىزاج ماددىلىق بۇزۇلغان بولسا، ئۈچىنچى بابتا بايان قىلىنغان دورىلار بىلەن بەدەننى تەنقىيە قىلغاي.

بەشىنچى باب تەر تۆشۈكچىلىرى توسۇلۇشتىن بولغان يەرقان توغرىسىدا

سەۋەبى

بۇ كۆپىنچە قىش كۈنلىرى شىمال شامىلىنىڭ چىقىشى بىلەن تېرىنىڭ قېلىنلىشى،

سەپەردە ۋە باشقا ۋاقىتلاردا تېرە تۆشۈكچىلىرىنىڭ چاڭ ـ توزان بىلەن توسۇلۇپ قېلىشى ۋە ھاۋانىڭ سوغۇقلۇقىدىن قانىنىڭ تېرىنى ئىسسىتىش ئۈچۈن تېرە يۈزىگە چىقىشى ۋە تارقىلىپ كېتەلمەي، تېرە تۆشۈكچىلىرىنى توسۇۋېلىشى قاتارلىق سەۋەبلەردىن پەيدا بولۇر.

ئالامىتى

بۇنىڭدا بىمارنىڭ رەڭگىرويى تۈتۈق ياكى سېرىققا مايىل بولۇر، بەزىدە قىزىپ، بەزىدە سوۋۇر، ئىشتىهاسى تۆۋەنلەپ، كۆڭلى ئېلىشار، سۈيدۈكىنىڭ رەڭگى سېرىق، مىقدارى ئاز بولۇر.

داۋالاش

ئىسسىق مۇنچىغا چۈشكەي ھەم مۇنچىدا بەدەننى كېپەك سۈيى، نوقۇت سۈيى بىلەن يۇغاي ۋە بەدىنگە تېرىنى يۇمشىتىدىغان دورىلارنى سۈركىگەي. ئەگەر باشقا سەۋەبلەردىن كېلىپ چىققانلىقى مەلۇم بولسا، شۇنىڭغا ماس بولغان ئىلاجلارنى قىلغاي.

ئالتىنچى باب جىگەر يوللىرى توسۇلۇشتىن بولغان يەرقان توغرىسىدا

سەۋەبى

بۇ كېسەللىك توسالغۇ پەيدا قىلغۇچى يېمەكلىكلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلىش، جىگەر يوللىرى تۇغما غەيرىي بولۇش ياكى باشقا سەۋەبلەردىن كېلىپ چىقار.

جىگەردە يۈز بېرىدىغان توسالغۇ ئۇچ خىل بولۇر. بىرىنچىسى، توسالغۇ جىگەر ۋە ئۇنىڭ قان تومۇرلىرىدا پەيدا بولۇر. ئىككىنچىسى، توسالغۇ جىگەر بىلەن ئۆتنىڭ ئارىسىدىكى يوللاردا پەيدا بولۇر. ئۈچىنچىسى، توسالغۇ جىگەردىن ئۈچەيگە تۇتىشىدىغان يوللاردا پەيدا بولۇر.

ئالامىتى

جىگەر ۋە ئۇنىڭ يوللىرىدا توسالغۇ يۈز بەرسە، ئۇنىڭ ئالامىتى ئىلگىرىكى بابلاردا بايان قىلىندى. ئەگەر توسالغۇ جىگەر بىلەن ئۆت ئارىلىقىدىكى يوللاردا كۆرۈلسە، جىگەر تەرەپ ئېغىر

مەلۇم بولۇر، بىمارنىڭ ئېغىزى ئاچچىق بولۇر، سۇيدۇك ۋە چوڭ تەرىتىنىڭ رەڭگى سېرىق بولۇر، سۇيدۇك ئىچىدە سېرىق رەڭدىن باشقا قىزغۇچ ياكى قارامتۇل رەڭلەرمۇ بىلىنۇر، سەپرا قەي قىلۇر، بۇنىڭدا چوڭ تەرىتى قانچە رەڭلىك بولسا شۇنچە ياخشى هېسابلىنار. چۈنكى بۇ، ئارتۇق سەپرانىڭ چوڭ تەرەت ئارقىلىق تازىلىنىۋاتقانلىقىنى بىلدۈرىدۇ. توسالغۇ جىگەر بىلەن ئۇچەي ئارىلىقىدىكى يوللاردا بولسا، دەسلەپتە ئىچى سۇرەر، كېيىن بەدىنى سارغىيىشقا باشلار، ئەگەر بىمارنىڭ مىزاجى قۇرۇق بولسا، قۇلۇنجى پەيدا بولۇر.

داۋالاش

هەر كۈنى ئەتىگەندە كەرەپشە سۈيى، بەدىيان سۈيى، ئالما سۈيى قاتارلىقلاردىن 60 مىللىلىتىر ئېلىپ قاينىتىپ، ئۇنىڭغا تاتلىق ۋە ئاچچىق بادام يېغى، پىستە يېغى قاتارلىقلارنىڭ هەربىرىدىن ئۈچ مىللىلىتىر تېمىتىپ ئىچكۈزگەي. كەچتە تۇرۇپ ئۇرۇقى، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى، رۇمبەدىيان، ئالما ئۇرۇقى، كەرەپشە ئۇرۇقى قاتارلىقلاردىن ئۈچ گىرامدىن ئېلىپ، 30 مىللىلىتىر سىركەنجۈبىل بىلەن قوشۇپ ئىچكۈزگەي. بۇنداق بىمارغا قەي قىلىش، بولۇپمۇ كۈچەپ قەي قىلىش پايدىلىقتۇر. چۈنكى، كۈچەپ قەي قىلغاندا توسالغۇلارنىڭ ئېچىلىشىغا ياردىمى بولۇر. بولۇپمۇ سەرمەق ئۇرۇقىدىن 10 گىرام ئېلىپ سوقۇپ، سىركەنجۈبىل ۋە ئىلمان سۇ قوشۇپ ئىچىپ قەي قىلسا تېخىمۇ ياخشىدۇر. پىرسىياۋشاندىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ، مۇۋاپىق سۇ بىلەن قاينىتىپ، سۈيىگە مۇۋاپىق سىركەنجۈبىل ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزسە مەنپەئەت قىلۇر. 12 گىرام پىرسىياۋشاننى سوقۇپ، مەتبۇخى بەدىيان رۇمى بىلەن بەرگەي. ئالتە گىرام تۇزنى بىر چاڭگال كاسنە يوپۇرمىقى بىلەن سوقۇپ، ئۇدا يەتتە كۈن ناشتىدا ئىستېمال قىلسا، ئۆت يوللىرىنى تازىلاپ، كېرەكسىز ماددىلارنى سۈرۈپ چىقرار. 18 گىرام قىزىلچا يوپۇرمىقىنى قۇرۇتۇپ، سوقۇپ تالقان قىلىپ، مائۇلھەسەل ياكى سىركەنجۈبىل بىلەن ئىچسە، توسالغۇلارنى ئاچار. ئۈچ گىرام ئوردانىنى سوقۇپ تالقان قىلىپ، توخۇ تۇخۇمىنىڭ سېرىقى بىلەن ئىستېمال قىلدۇرغاي. قېلىن دارچىندىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ سوقۇپ، كونا شاراب بىلەن ئىچىپ، ئاندىن يۇگۇرۇپ بەرسە، يەرقاننىڭ كېسەللىك ماددىسىنى تارقىتار. بىمارنى مۇنچىغا چۈشۈرۈپ، ئەزالىرىنى مۇۋاپىق ئۇۋۇلاپ بەرگەندىن كېيىن، ئۈچ گىرام توغرىغۇ 30 مىللىلىتىر تۇرۇپ سۈيىنى 30 مىللىلىتىر رەيهان شارابى بىلەن ئىچسە، بەدەندىكى سېرىقلىقنى تېزلا يوقىتار. مەزكۇر تەدبىرلەردىن يەرقاننىڭ كېسەللىك ماددىسىنى يۇمشاتقۇچى دورىلارنى مۇۋاپىق مىقدارىدا ئىچكەندىن كېيىن ئىچسە، ئۇنۇمى ياخشى بولۇر، بۇنداق بىمارغا ئىسسىق مۇنچىغا چۈشۈشمۇ

ياخشى مەنپەئەت قىلۇر.

توسالغۇ جىگەر بىلەن ئۆت ئارىلىقىدىكى يوللاردا بولغاندىمۇ يۇقىرىدىكى دورىلار ئوخشاشلا ياخشى مەنپەئەت قىلۇر. قۇرسى ئەفسەنتىن، قۇرسى بەدىيان رۇمنى سىركەنجۈبىل بۇزۇرى بىلەن قوشۇپ بەرگەي.

قۇرسى بەدىيان رۇمنىڭ نۇسخىسى بەدىيان رۇمدىن 10 گىرام، ئەفسەنتىن، ئاسارۇن، كەرەپشە ئۇرۇقى، سىرىقچېچەك ئۇرۇقى، مەستىكى، سۇمبۇل، ئاچچىق بادام مېغىزى ئۈچ گىرامدىن، غاپەس 10 گىرام، سەبرە 15 گىرام، غارىقۇندىن ئالتە گىرام ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، مەتبۇخى ئەفسەنتىن بىلەن يۇغۇرۇپ، مۇزاپىق چوڭلۇقتا قۇرس قىلىپ، ھەر قېتىمدا ئۈچ گىرامدىن ئىستېمال قىلدۇرغاي.

قۇرسى ئەفسەنتىننىڭ نۇسخىسى قۇرسى رەۋەن ئىلگىرىكى بابلاردا بايان قىلىندى، شۇ يەردىن ئىزدىگەي. سىرىقچېچەك ئۇرۇقىنى سوقۇپ، مۇزاپىق مىقدارىدىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ، ئۇنىڭ سۈيىدىن مۇزاپىق مىقدارىدا بىمارغا ئىچكۈزۈپ قەي قىلدۇرسا مەنپەئەت قىلۇر. سەبرە، ئەفسەنتىن، بىستېپايەج، غاپەس، غارىقۇن قاتارلىقلاردىن مۇزاپىق مىقدارىدا ئېلىپ سوقۇپ، ھەب تەييارلاپ يېگۈزۈش ئارقىلىق چوڭ تەرەتنى يۇمشاتقاي. غىزاسىغا كەپە قوشۇلغان سىركە ئارىلاشتۇرۇپ بەرگەي. تۇرۇپ يوپۇرمىقى، كاللەكەبەسەينى ياش توخۇ گۆشى بىلەن پىشۇرۇپ، مۇزاپىق مىقدارىدا زەيتۇن يېغى قوشۇپ ئىستېمال قىلسا پايدا قىلۇر، ئۇسسۇزلۇقغا سىركەنجۈبىلگە سۇ ئارىلاشتۇرۇپ بەرگەي.

ئارپىبەدىيان ئۇرۇقى، ئىكلىلمىلىك، ئاق لەيلى يىلتىزى، كاللەكبەسەي يوپۇرمىقى، ئالما، بىنەپشە، ئەنجۇر قېقى قاتارلىقلارنى قائىدە بويىچە ئېزىپ ياكى سوقۇپ، قۇستە يېغى ياكى سۇمبۇل يېغى بىلەن يۇغۇرۇپ زىمات قىلىپ، جىگەر ساھەسىگە چاپقاي، يەنە جىگەرنىڭ دۆڭچە قىسمىدا پەيدا بولغان توسالغۇنى داۋالاشتا ئىشلىتىلگەن دورىلارنى ئىشلەتسە مەنپەئەت قىلۇر.

توسالغۇ ئۆت بىلەن جىگەر ئارىلىقىدىكى يوللاردا بولسا، ئۆتكۈر سۈرگە دورىلىرىنى بەرگەي ھەم ئۆتكۈر ھۆقنە قىلغاي.

سۈرگۈنىڭ نۇسخىسى سىرىق ھىللە 45 گىرام، قارا ھىللە 21 گىرام، شاھتەررە ئالتە گىرام، غاپەس، ئەفسەنتىن 15 گىرامدىن، ئۇرۇقى ئېلىنغان قۇرۇق ئۈزۈم 60 گىرام، مەستىكى، رۇمبەدىيان 10 گىرامدىن، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى، ئاق لەيلى يىلتىزى، ئارپىبەدىيان يىلتىزى، كەپە يىلتىزى 21 گىرامدىن، رەۋەن، ئەفسەنتىن، ئەفتىمۇن 15 گىرامدىن، خىيارشەنبەر 30 گىرام، قارىئۆرۈك 20 دانە، تەمرى ھىندىدىن 60 گىرامدىن ئېلىپ، بەش

لىتىر سۇ بىلەن قاينىتىپ، يېرىمى قالغاندا پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، ھەر قېتىمدا 210 مىللىلىتىردىن ئىچكەي. ھەر قېتىمدا ئىككى گىرام غارىقۇن، بىر گىرام نەمەك ھىندى، يېرىم گىرام سوقمونىيا قوشۇپ ئىچكەي. ھەر بەش كۈندە بىر قېتىم بۇ سۈرگۈنى بەرگەي، ئاندىن قېتىقنىڭ سېرىق سۈيىنى ئىچكەي ياكى تۆۋەندىكى سۇفۇپنى بەرگەي: قارا ھېلىلىدىن ئالتە گىرام، ئەفتىمۇندىن ئۈچ گىرام، نەمەك ھىندىدىن 0.5 گىرام، سەبرىدىن بىر يېرىم گىرام ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، بىمارنىڭ بەدەن ئەھۋالىغا قارىتا مۇۋاپىق مىقداردا بەرگەي.

ئەگەر جىگەردىكى توسالغۇ مەزكۇر تەدبىرلەر بىلەنمۇ ئېچىلمىسا، 150 ياكى 180 مىللىلىتىر تۆگە سۈتىگە 10 گىرام سېرىق ھېلىلە، ئۈچ گىرام ئەفتىمۇن، ئىككى گىرام رۇمبەدىيان، ئىككى گىرام سەبرە قوشۇپ ئىچكۈزگەي.

غىزاسىغا تورغاي گۆشى، ياش توخۇ گۆشىنى سىركە بىلەن پىشۇرۇپ، كەرەپشە سۈيى، پىننە سۈيى، كەپە يوپۇرمىقى سۈيى، تۇرۇپ يوپۇرمىقى سۈيى، سىركەنجۈبىل بىلەن قوشۇپ يېگۈزسە، بولۇپمۇ سىركەنجۈبىل بىلەن يېگۈزسە تېخمۇ ياخشى بولۇر.

بەدەندە ھارارەت بولسا، يۇمغاقسۈت سۈيى، كاسنە سۈيى، كاسنە ئۇرۇقى سېلىنغان سىركەنجۈبىلگە ئوخشاش مۆتىدىل سوغۇق دورىلارنى ئىستېمال قىلدۇرغاي. سېمىزئوت سۈيى، تۇرۇپ كۆكىنىڭ سۈيى، تۇرۇنجى سۈيى قاتقارلىقلارغا مۇۋاپىق مىقداردا خىيارشەنبەر قوشۇپ ئىچكۈزگەي، مەزكۇر سۇلار ھارارەت پەسەيتىش بىلەن بىرلىكتە سۈيدۈك ھەيدەش رولىغا ئىگە. يۇمغاقسۈت سۈيى، كاسنە سۈيى، تۇرۇپ يوپۇرمقىنىڭ سۈيىدىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، بەش گىرام كۇرسنە، بەش گىرام قوغۇن ئۇرۇقى، بەش گىرام تۇرۇپ ئۇرۇقىنى قوشۇپ قاينىتىپ، تەمنى چىقىرىپ، پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ ئىچكەي. غىزاسىغا كۇرسنە ئۇنى بىلەن ئاتىلا تەييارلاپ يېگەي. ئاتىلانىڭ تەركىبى: كۇرسنە ئۇنى بىر ھەسسە، تۇرۇپ ئۇرۇقى تالقىنىدىن بىر ھەسسە، شېكەر بىلەن بادام يېغىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، قائىدە بويىچە ئاتىلا تەييارلاپ ئىچكەي.

ئۇسسۇزلۇقىغا سىركەنجۈبىل ئىچكەي، سىركەنجۈبىلگە كاسنە ئۇرۇقى قوشۇپ بەرسە تېخمۇ ئوبدان بولۇر.

توسالغۇ ئۆت بىلەن ئۇچەينىڭ ئارىلىقىدىكى يوللاردا بولسا، بۇ توسالغۇنى ئېچىش ئۈچۈن، يەڭگىل كىلىزما، مۆتىدىل سۇرگە دورىلىرىنى ئىشلەتكەي، سۇرگە ئۇچۇن ئەفسەنتىن شاھتەررە، تەمرىھىندى، خىيارشەنبەر، كەرەپشە ئۇرۇقى قاتارلىقلار قوشۇلغان مەتبۇخى ھېلىلە

ياكى شاھتەررە، كاسنەدىن 30 گىرام، سىرىق ھىلىلە پوستىدىن 10 گىرام، نەمەك ھىندىدىن مۇۋاپىق مقدارىدا ئېلىپ، مەتبۇخ تەييارلاپ ئىچكۈزگەي. زىرە، نوقۇت، قۇرۇق ئۈزۈم، ئەنجۇر قېقى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مقدارىدا ئېلىپ قاينىتىپ ئىچكۈزگەي.

يەتتىنچى باب بوھراندىن بولغان يەرقان توغرىسىدا

بوھران سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان يەرقانغا ئىلاج قىلماي، بەلكى بەدەننىڭ تەبىئەت كۈچىنى ئاشۇرىدىغان تەدبىرلەرنى قىلغاي، بۇ ئارقىلىق بەدەندىكى كېسەللىك ماددىسى تازىلىنار، بۇنىڭ ئۈچۈن بىمارنى ئىسسىق سۇدا ئولتۇرغۇزۇپ، تېرە تۆشۈكچىلىرىنى ئاچقاي، ئۇنىڭدىن كېيىن سىركەنجۈبلگە كاسنە ئۇرۇقى، كاسنە يىلتىزى ياكى يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى ئارىلاشتۇرۇپ قاينىتىپ، تەمنى چىقىرىپ ئىچكۈزگەي. توسۇلۇشلارنى راۋانلاشتۇرۇش ئۈچۈن بابۇنە يېغى، چۈچۈكبۇيا يېغى قاتارلىقلار بىلەن بىمارنىڭ بەدىنىنى مايلاپ بەرگەي.

بوھران ئېغىر بولسا، جىگەر مىزاجىنىڭ ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشى، ئىسسىق تەبىئەتلىك يېمەك - ئىچمەكلەرنى ئىستېمال قىلىش سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان يەرقانغا قىلىنغان ئىلاجلارنى قىلغاي.

سەككىزىنچى باب جىگەر ئىششىش ياكى ئىسسىق زەھەرلىك ھاشاراتلار چېقىۋېلىشتىن بولغان يەرقان توغرىسىدا

زەھەرلىك ھاشاراتلار چېقىۋېلىشتىن بولغان يەرقان كېلىپ چىقسا، بۇنىڭ ئىلاجى ئۈچۈن، دەسلەپتە باسلىق ياكى ئۈكھەل تومۇرىدىن قان ئالغاي. سىرىق ھىلىلە مەتبۇخىنى ئىچكۈزگەي. سەرتان شورپىسىنى ئانار سۈيى بىلەن ئىچكۈزسىمۇ مەنپەئەت قىلۇر، مارجان شوخلا سۈيى، زۇپا يوپۇرمقى سۈيى، كاسنە سۈيى، خىيارشەنبەر سۈيى قاتارلىقلارنى مۇۋاپىق مقدارىدا ئىچكۈزگەي. مەزكۇر سۇلارغا غورا ئۇزۇم سۈيى قوشسىمۇ بولۇر.

جىگەر يالۇغى سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان يەرقانىنىڭ ئىلاجى ئالدىنقى بابلاردا سۆزلەپ ئۆتۈلدى.

توققۇزىنچى باب قارا يەرقان توغرىسىدا

بۇ، ئومومىي بەدەن تېرىلىرىنىڭ قارىدىشى ۋە كۆكىرىشى بىلەن ئىپادىلىنىدىغان كېسەللىكتىن ئىبارەتتۇر.

سەۋەبى

قارا يەرقان كۆپ هاللاردا تال كېسەللىكى سەۋەبىدىن كېلىپ چىقار، ئاز ۋاقىتلاردا جىگەر سەۋەبىدىنمۇ كېلىپ چىقار، هەر ئىككى سەۋەب قۇلۇنجىغا سەۋەبچى بولۇر.

قارا يەرقانلىنىڭ تال سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىشى ئىككى خىل بولۇر. بىرى، تالنىڭ جىگەردىن سەۋدانى قوبۇل قىلىدىغان يولىدا توسالغۇ پەيدا بولۇپ، سەۋدا تالغا كېلەلمەي، ئومومىي بەدەنگە تارقار ۋە ئومومىي بەدەن تېرىسىنى قارايتار. يەنە بىرى، تالنىڭ مىزاجى بۇزۇلۇش ياكى تال ياللۇغلىنىش سەۋەبىدىن تال زەئىپلىشىپ، سەۋدانى ياخشى بىر تەرەپ قىلالماس، تال ياللۇغلانسا مىزاجى بۇزۇلۇش، توسالغۇ پەيدا بولۇشلاردىن خالىي بولغىلى بولماس.

قارا يەرقان جىگەر مىزاجىنىڭ ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشىدىن كېلىپ چىقار، جىگەردىكى قان هارارەت سەۋەبىدىن كۆيەر، بۇنداق قان بەدەنگە تارقالغاندا بەدەن تېرىلىرى قارامتۇل بولۇپ ئۆزگىرەر.

ئالامىتى

تال سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا تۆۋەندىكىدەك ئۇچ خىل ئالامەت كۆرۈلەر. بىرى، بەدەن تېرىسى زىيادە قارا بولۇر. يەنە بىرى، سۇيدۇكى قارامتۇل كېلۇر. يەنە بىرى، تال ساھەسىدە مەلۇم ئاغرىق سېزىمى بولۇر.

جىگەر سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا تۆۋەندىكىدەك ئۇچ خىل ئالامەت كۆرۈلەر. بىرى، بىمارنىڭ چىرايى ساپ قارا ئەمەس، بەلكى سارغۇچ قارا بولۇر. يەنە بىرى، بىمارنىڭ سۇيدۇكى قارامتۇل كېلۇر، ئاپتاپتا قويۇپ كۆزەتسە سارغۇچ هالەتتە مەلۇم بولۇر. يەنە بىرى، جىگەر ساھەسىدە ئاغرىق سېزىمى بولۇر، ئەمما تال ساغلام بولۇر.

ئەگەر قارا يەرقان تال بىلەن جىگەرنىڭ بىرلىشىشىدىن كېلىپ چىققان بولسا، يۇقىرىدىكى ئالامەتلەر ئارىلاش ھالەتتە كۆرۈلەر.

داۋالاش

تال بىلەن جىگەر سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، دەسلەپتە باسلىق تومۇر بىلەن ئۇسەيلەم تومۇرىدىن قان ئالغاي ھەم تۆۋەندىكى سۇرگە دورىلىرىنى بەرگەي:

نۇسخىسى سېرىق ھېلىلە 45 گىرام، ھېلىلە كابۇلى 22 گىرام، كەرەپشە يىلتىزى، بەدىيان يىلتىزى 21 گىرامدىن، كەپە چېچىكى، ئۇسقۇلۇقەندەرىيۇن 18 گىرامدىن، قارا خەرىەق ئالتە گىرام، ئۇرۇقىدىن ئايرىلغان قۇرۇق ئۈزۈم 60 گىرام، قارىئۆرۈك 20 دانە، تەمرىھىندى 30 گىرام، ئەفتىمۇندىن 15 گىرام ئېلىپ، دورىلارنى ئۇچ ھەسسە سۇغا بىر كېچە چىلاپ قوۋۇپ، ئەتىسى ئەتىگەندە قاينىتىپ تەمى چىققاندىن كېيىن، پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، سۈيىگە ئۇچ گىرام سەبرە، بىر يېرىم گىرام غارىقۇن، ئۇچ گىرام تۇربۇتنى تالقانلاپ ئارىلاشتۇرۇپ، بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا بىرقانچە قېتىم ئىچكۈزگەي. ئۇنىڭدىن كېيىن سىركەنجۇبلىگە مۇۋاپىق مىقداردا ئەفتىمۇن بىلەن سۇزاپ ئارىلاشتۇرۇپ بىرقانچە كۈن ئىچكۈزگەي.

زۆرۈر بولسا تۆۋەندىكى سۇفۇپ تەييارلاپ بەرگەي:

نۇسخىسى سېرىق ھېلىلىدىن 10 گىرام، ھېلىلە كابۇلىدىن ئالتە گىرام، ئەفتىمۇندىن ئۇچ گىرام، سەبرىدىن بىر يېرىم گىرام، نەمەك ھىندىدىن 0.5 گىرام ئېلىپ سوقۇپ، سۇفۇپ تەييارلاپ، بىمارنىڭ ئەھۋالىغا ئاساسەن ھەممىسىنى بىراقلا ياكى مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلدۇرغاي.

تۆۋەندىكى سىركەنجۇبل بېرىلسە مەنپەئەت قىلۇر:

نۇسخىسى كەرەپشە يىلتىزى، بەدىيان يىلتىزى، ئىزخىر يىلتىزى 30 گىرامدىن، رۇمبەدىيان، ئەفتىمۇن، جۆئىدە، كەپە ئۇرۇقى، ئۇسقۇلۇقەندەرىيۇن، يۇلغۇن مېۋىسى، كەرەپشە ئۇرۇقى، ئارپىبەدىيان ئۇرۇقى قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 15 گىرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى مۇۋاپىق مىقداردىكى سىركە بىلەن قاينىتىپ، قائىدە بويىچە سىركەنجۇبل تەييارلىغاي. 30 مىللىلىتىر سىركەنجۇبلىگە بەدىيان سۇيى، كەپە يوپۇرمىقى سۇيى، تۇرۇپ يوپۇرمىقى سۇيى قاتارلىقلاردىن 30 مىللىلىتىردىن ئارىلاشتۇرۇپ، ئەتىگەن - كەچتە بىر قېتىمدىن ئىچكەي.

تۆگە سۈتىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، قارا ھېلىلە، ئەفتىمۇن، غارىقۇن، نەمەك ھىندى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ، بىمارنىڭ بەدەن ئەھۋالىغا قاراپ مۇۋاپىق

مقداردا ئىچسە، كۆپ مەنپەئەت قىلۇر.

بىمارنىڭ مىزاجى ئىسسىق بولسا، قارا يەرقان قىزىتمىلىق بولۇر، بۇ چاغدا مۇۋاپىق مقداردىكى سىركەنجۈبلگە مۇۋاپىق مقداردا مارجان شوخلا سۈيى ياكى كاسنە سۈيى قوشۇپ ئىچكەي.

غىزاسىغا ئاسان ھەزىم بولىدىغان يېمەكلىكلەرنى تەييارلاپ، سىركە، كەرەپشە، كاسنە قاتارلىقلارنى ئارىلاشتۇرۇپ بەرگەي. ئوغلاق گۆشى، كەپىنى مۇۋاپىق مقداردىكى سىركە بىلەن پىشۇرۇپ يېگۈزگەي.

بۇ كېسەللىككە زىماتلارنىمۇ ئىشلەتكەي.

ئىزخىر چېچىكى، ھاشا، ئەفسەنتىن، قەردمانە، قەنتەرىيۇن، كەپە يىلتىزى، قىزىلگۈلنىڭ ھەربىرىدىن 30 گىرامدىن، مۇقەلدىن 15 گىرام، ئوشەقتىن 21 گىرام ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، ئۇنىڭدىن كېيىن ئوشەق بىلەن مۇقەلنى مۇۋاپىق مقداردىكى سىركىدە ئېرىتىپ، تالقاننى ئۇنىڭغا ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم قىلغاي. سېرىقچېچەك، سۇزاپ، پىننە قاتارلىقلارنى قاينىتىلغان سىركە بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، يەرلىك ئورۇننى يۇغاندىن كېيىن مەلھەمنى سۈركىگەي.

يۇلغۇن مېۋىسى، تال يىپچىسىدىن 30 گىرامدىن، قىزىلگۈلدىن 60 گىرام، ئاق سەندەلدىن 60 گىرام، ئاق لەيلىگۈلدىن 45 گىرام، بىنەپشىدىن 30 گىرام، ئارپا ئۇنىدىن 60 گىرام، زەپەردىن 15 گىرام، سۇمبۇل، جۆئىدە، ھۇماما، كەمافىتۇسنىڭ ھەربىرىدىن 21 گىرام، مەستىكىدىن 10 گىرام، قەنتەرىيۇندىن 18 گىرام، مۇقەلدىن 30 گىرام ئېلىپ، مۇقەلنى سىركىدە ئېرىتىپ، ئۇنىڭغا مۇۋاپىق مىقداردا موم يېغى ئارىلاشتۇرغاي، قالغان دورىلارنىڭ سوقۇشقا تېگىشلىكلىرىنى سوقۇپ، ئېرىتمىگە ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم قىلغاي. جىگدە ياكى كاللەكىبەسەي يوپۇرمىقىغا مىلەپ، يەرلىك ئورۇنغا ياپقاي.

داۋالىغاندا بەدەندە سەۋدانىڭ كۆپ ئىكەنلىكى مەلۇم بولسا، تالغا كۆپرەك ئىلاج قىلغاي، ئىسسىقلىق كۆپ بولسا، كۆپرەك جىگەرگە ئىلاج قىلغاي.

ئىككىنچى قىسىم ئىستىسقانىڭ ئالامەتلىرى ۋە داۋالاش توغرىسىدا

بىرىنچى باب ئىستىسقانىڭ تۈرلىرى توغرىسىدا

بۇ خۇددى ئاشقازان ئاجىزلىقىدىن كالا ئىشتىھا (جۈئۈل بەقەر) كېسىلى كېلىپ چىققانغا ئوخشاش، جىگەرنىڭ ئاجىزلىقىدىن ئىستىسقا (سۇ تىلەش) كېسىلى كېلىپ چىقار.

بۇ ئىككى خىل كېسەللىكنىڭ كېلىپ چىقىش مېخانىزمى بىر - بىرىگە ئوخشىشىپ قالۇر، چۈنكى، ئاشقازان ئېغىزىنىڭ مىزاجى بۇزۇلغانلىق سەۋەبىدىن ئاشقازان يېمەكلىكنى كۆپ تەلەپ قىلار ھەم شۇ سەۋەبتىن غىزانى كۆپ يەر. ئەمما يېيىلگەن غىزا ئاشقازانىنىڭ ھەزىم دائىرىسىدىن ئېشىپ كەتكەچكە، ئۇنى ياخشى ھەزىم قىلالماس، بۇنىڭ بىلەن ئاشقازان ئېغىزىغا بۇزۇق ھۆللۈكلەر يىغىلىۋېلىپ، ئاشقازان ئېغىزى مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشى تېخىمۇ ئېغىرلىشار. ئاشقازان غىزانى ياخشى ھەزىم قىلالماسلىق سەۋەبىدىن ئۇچەيلەر بوش قالۇر ھەم پۈتۈن بەدەنگە ئوزۇقلۇق يېتىشمەسلىكتىن زەئىپلىشەر. بۇ خىل ھالەت «كالا ئىشتىھا كېسىلى» دەپ ئاتىلۇر. خۇددى شۇنىڭغا ئوخشاش، جىگەر ئاجىزلاشتىن سۇنى ياخشى ھەزىم قىلالماي، ھەرقايسى ئەزالار سۇسىزلىنىپ، جىگەردىن سۇ تەلەپ قىلۇر. ئەمما جىگەر ئىچكەن سۇنى ياخشى ھەزىم قىلالمىغاچقا، سۇنىڭ بىر قىسمى قورساققا، يەنە بىر قىسمى باشقا ئەزالارغا يىغىلۇر. ئەگەر سۇ بەدەندىكى توقۇلمىلار ئارىسىغا يىغىلغان بولسا، پۈتۈن بەدەن ئىششار ھەم بەلغەم ماددىسى بىلەن بىرلىشىپ، پۈتۈن بەدەنگە تارقار، بۇ چاغدا بىمارنىڭ بەدىنى خۇددى ئۆلۈكنىڭ بەدىنىگە ئوخشاپ قالۇر، ئۇ «ئىستىسقائى لەھمى» (سۇلۇق ئىششىق) دەپ ئاتىلار. سۇ قورساققا يىغىلغان بولسا، قورساق خۇددى تۇلۇمدەك يوغىناپ كېتەر، قورساق چايقالسا سۇنىڭ ئاۋازى ئاڭلىنار، ئۇ «ئىستىسقائى زىققى» (قورساققا سۇ يىغىلىش) دەپ ئاتىلار. چۈنكى «زىققە» دېگەن سۆز ئەرەب

تىلىدا «تۇلۇم» دېگەن مەنىنى ئىپادىلەر. ئەگەر قورساققا سۇ يىغىلىش بىلەن بىللە يەلمۇ يىغىلغان بولسا، يەلنىڭ مىقدارى سۇنىڭ مىقدارىدىن كۆپ بولسا، ئۇ «ئىستىسقائى تەبەلى» (يەللىك ئىستىسقا) دەپ ئاتىلار. چۈنكى «تەبەل» دېگەن سۆز ئەرەب تىلىدا «دۇمباق» دېگەن مەنىنى بىلدۈرەر، يەنى دۇمباقنىڭ ئىچىدە ھاۋا بولۇر، دېمەك، ئىستىسقا يۇقىرىقىدەك ئۇچ خىل بولۇر.

بۇ كېسەللىكنى كەلتۈرۈپ چىقارغۇچى كۈچلۈك سەۋەب جىگەر زەئىپلىكى ۋە ئۇنىڭ بەزى كېسەللىكلىرىدىن ئىبارەتتۇر.

جىگەرنىڭ ئىستىسقانى كەلتۈرۈپ چىقىرىدىغان كېسەللىكلىرى ئاساسەن تۆۋەندىكىدەك تۆت خىل بولۇر: بىرىنچى، جىگەر مىزاجىنىڭ ھەر خىل بۇزۇلۇشلىرى. ئىككىنچى، جىگەردە توسالغۇنىڭ يۈز بېرىشى. ئۈچىنچى، جىگەرنىڭ ھەر خىل ياللۇغلىنىشلىرى. تۆتىنچى، جىگەرنىڭ باشقا ئەزالار شېرىكچىلىكىدە ئىششىشى قاتارلىقلاردىن ئىبارەتتۇر.

جىگەر مىزاجىنىڭ ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشى بىمارنىڭ ئەسلىي مىزاجىنىڭ قۇرۇق بولۇشى، تەبئىي ھارارەتنىڭ يۇقىرى بولۇشى، قۇرۇق ئىسسىق يېمەكلىكلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلىش، قان ئېلىش، ئىچىنى سۈرۈش، ھۆقنە قىلىش، سۈيدۈك ھەيدەش، تەرلىتىش، ھەيزنىڭ كۆپ كېلىشى، بوۋاسرنىڭ قانىشىغا ئوخشاش سۈرگە تەدبىرلىرىنى كۆپ قىلىش سەۋەبلەردىن كېلىپ چىقار.

جىگەر مىزاجىنىڭ ھۆل سوغۇقتىن بۇزۇلۇشىمۇ ئىستىسقا كېسەللىكىنى كەلتۈرۈپ چىقرار، جىگەر مىزاجىنىڭ ھۆل سوغۇقتىن بۇزۇلۇشىغا ناشتىدا سوغۇق سۇ ئىچىش، مۇنچىغا كۆپ چۈشۈشكە ئوخشاش بەدەندە ھۆل سوغۇقلۇقنى كۆپەيتكۈچى ئامىللار سەۋەب بولۇر.

جىگەر يوللىرىدا توسالغۇ يۈز بەرسە، ئۇ ئىچىلگەن سۇنىڭ ھەزىم قىلىنىشىغا توسالغۇلۇق قىلۇر، بۇنىڭ بىلەن سۇلۇق ئىششىق، قورساققا سۇ چۈشۈشكە ئوخشاش ئىستىسقالار كېلىپ چىقار.

جىگەرنىڭ باشقا ئەزالار شېرىكچىلىكىدە ئىششىشىمۇ ئىستىسقا كېسەللىكىنى كەلتۈرۈپ چىقرار، بۇ ھەقتىكى مەزمۇنلار يۇقىرىدىكى مۇناسىۋەتلىك بابلاردا بايان قىلىندى. كۆپ ھاللاردا ئاشقازان، ماسارىقا تومۇرى، ئاچچىق ئۇچەي، تال، بۆرەك قاتارلىق ئەزالارنىڭ ياللۇغلىنىشىدىن كېلىپ چىقار، مەزكۇر ئەزالارنىڭ مىزاجى سوغۇقتىن بۇزۇلسىمۇ ئىستىسقانى كەلتۈرۈپ چىقرار، مەسىلەن: تالنىڭ مىزاجى سوغۇقتىن بۇزۇلسا، ئۇنىڭ سوغۇقلۇقى ئۇنىڭدىن ئاشقازانغا قۇيۇلىدىغان سەۋدا ئارقىلىق ئاشقازانغا تەسىر قىلۇر ۋە ئاشقازاننى سوۋۇتار، ئاشقازانىنىڭ تەسىرىدە ئون ئىككى بارماق ئۇچەي ۋە ئاچچىق ئۇچەينىڭ سوغۇقلۇقى ئاشۇر،

ئۇلارنىڭ تەسىرىدە ماسارىقا تومۇرىنىڭ سوغۇقلۇقى ئاشۇر، ئۇنىڭ تەسىرىدە جىگەرنىڭ سوغۇقلۇقى ئاشۇر، جىگەرنىڭ سوغۇقلۇقى ئاشسا، ئۆزىگە كەلگەن سۇيۇقلۇقلارنى لايىقىدا بىر تەرەپ قىلالماي، ئىستىسقا كېسەللىكى كېلىپ چىقار.

تال تۇغۇلۇشىدىلا چوڭ بولسىمۇ ئىستىسقا كېسەللىكىنى كەلتۈرۈپ چىقىرار، چۈنكى ئۇ جىگەردىن قانىنى ئۆزىگە كۆپ تارتىپ، جىگەرنى زەئىپلەشتۈرەر، ئەگەر تال چوڭ بولۇپ، جىگەر كىچىك بولسا، جىگەرنى تېزلا زەئىپلەشتۈرەر.

بەزى تېۋىپلار ئىستىسقانىڭ تۈرلىرى ئىچىدە ئىستىسقائى لەھمى ئەڭ يامانىدۇر، چۈنكى ئۇنىڭدا بەدەندىكى ھەرقايسى خىلتلار بۇزۇلۇر، دېگەن. يەنە بەزى تېۋىپلار بولسا، ئىستىسقائى لەھمى ئىستىسقائى زىققى ۋە ئىستىسقائى تەبەلىگە قارىغاندا ياخشىراقتۇر، دېگەن. ئەبۇ ئەلى ئىبن سىنا ئىستىسقانىڭ تۈرلىرى ئىچىدە ئىستىسقائى زىققى ھەممىدىن يامانىدۇر، دېگەن. يەنە بەزىلەر ئىستىسقائى لەھمى باشقىلىرىغا قارىغاندا ياخشىراقتۇر، چۈنكى ئۇنىڭدا جىگەر قالغان ئىككى تۈردەك زەئىپلەشمەس، دېگەن.

ئىستىسقا جىگەر يالليۇغى سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، بىمارنىڭ مىزاجى قۇرۇق بولۇر، پۈتلىرى ئىششار، قان ئازلار، مەلۇم مەزگىل ئۆتكەندىن كېيىن يۆتەل پەيدا بولۇر، جىگەر ساھەسىدە ئاغرىق سېزىلۇر.

ئىستىسقا جىگەرنىڭ ئىسسىقلىقى سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، ئۇسسۇزلۇق كۆپ بولۇر، ئەزالىرى كۆيۈشۈپ ئاغرار، سەپرانىڭ زىيادىلىكىدىن بىمارنىڭ چىرايى سارغىيار، ئورۇقلار، قۇرۇق ئىسسىق تەبىئەتلىك غىزالارغا ئىشتىھاسى بولماس، سەپرالىق قەي قىلۇر، چوڭ تەرىتىدە يىرىڭغا ئوخشاش ماددىلار بولۇر، سۆيدۈكى گۆش يۇغان سۈدەك كېلۇر.

ئىستىسقانىڭ يامانراقى ئەسلىي مىزاجى ئىسسىق بولغان كىشىلەردە يۈز بەرگىنىدىن ئىبارەتتۇر.

ئەلى ئىبن سىنا «بىمارنىڭ چوڭ تەرىتى قىزىل رەڭدە كەلسە ساقىيىشتىن ئۈمىد كۈتۈشكە بولار، ئىستىسقا بىمارىغا سۇ بەرگەندىن كېيىن بەدەنىدە دەرھال قىزىتما پەيدا بولسا، بۇ خەتەرلىكتۇر» دېگەن.

بۇقرات «ئىستىسقا ئىسسىقتىن بولغان كېسەللىكتىن كېيىن كۆرۈلسە، خەتەرلىك بولۇر. ئىستىسقانىڭ ماددىسى غالىب بولسا ھەم يۆتەل بىرگە كەلسە، بىمار ھاياتىنىڭ خەتەر ئىچىدە ئىكەنلىكىنى بىلدۈرەر، ئەگەر بىماردا يۆتەل پەيدا بولسا ساقىيىشتىن ئۈمىد كۈتكىلى بولماس، يەنە بىماردا يۆتەل پەيدا بولسا، بۇ يۆتەل زۇكام، نەزلىگە ئوخشاش سەۋەبلەردىن كېلىپ چىقمىغان

بولسا، يامانلىقنىڭ ئالامىتى بولۇر، بىمار يۆتەلگەندە ئاق رەڭلىك بەلغەمنىڭ چىقىشى ئىستىسقائى لەھمىنىڭ پەيدا بولغانلىقىنى ئىپادىلەيدۇ، ئىستىسقا بىلەن تەڭ سەۋەبسىز ئىچى سۇرسە ھەمدە دورا يېمەي ئۆزلۈكىدىن ياخشى بولۇپ كەتسە، بۇ ئىستىسقا كېسەللىكىنىڭ تال ئىششىقى سەۋەبىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى بىلدۈرەر» دېگەن.

مالىخوليا كېسەللىكى بىلەن ئاغرىغان كىشى ئىستىسقا بولسا، مالىخوليادىن خالاس بولۇر.

بەزىدە ئوچەي يارىسى سەۋەبىدىن ئوچەي تېشىلسە، ئوچەيدىكى ماددىلار قورساققا چىقىپ ئوچەينى ئىششىتار، بۇ چاغدا ئالامەتلىرىگە دىققەت قىلىپ، ئوڭى ئىستىسقا بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ قويۇشتىن ئېھتىيات قىلىش زۆرۈردۇر. ئەبۇ ئەلى ئىبن سىنا: «مېنىڭچە ئوچىيى تېشىلگەن بىمارنى داۋالاپ ساقايتماق تەستۇر، بەلكى بۇنداق بىمار ئۇزۇن ئۆتمەي ھاياتىدىن ئايرىلار» دېگەن.

ئىككىنچى باب سۇئۇلقۇنىيە توغرىسىدا

بۇ، ئىستىسقا كېسەللىكىنىڭ باشلىنىشىدىن ئىبارەت بولۇپ، بۇ مەزگىلدە ئىستىسقانىڭ دەسلەپكى ئالامەتلىرى كۆرۈلۈر، جىگەرنىڭ مىزاجى ئۆزگەرسە، مەلۇم ئىللەتلەر پەيدا بولسا، ئىستىسقا كېسەللىكىنىڭ ئالامەتلىرى كۆرۈلۈشكە باشلسا، بۇ ئەھۋال تېببابەتتە «سۇئۇلقۇنىيە» دەپ ئاتىلار، بەزىدە جىگەر مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشىمۇ شۇ نام بىلەن ئاتىلار.

سەۋەبى

بۇ، جىگەرنى زەئىپلەشتۈرگۈچى تۈرلۈك ئامىللار سەۋەبىدىن كېلىپ چىقار.

ئالامىتى

بىمارنىڭ يۈزى ۋە پۇتۇن بەدەن تېرىسى سارغىيار، قاپقى ۋە يۈز - كۆزلىرى ئىششار، ئېغىرلاشقاندا پۇتۇن بەدىنى ئىششىپ خۇددى خېمىرغا ئوخشاش بولۇپ قالۇر، تاماغا كۆڭلى تارتسىمۇ ھەزىم بولماس، سۈيدۈكى ئازلار، تەرلىمەس، قورسقىدا يەل پەيدا بولۇر، ئۇرۇقدان خالتىسىغا يەل توسۇپ قالۇر، بىمار ماغدۇرسىزلىنار، خىلت بۇزۇلسا، چىش مىلىكلىرى يالليۇغلىنار، بەدىنىگە مۇدۇر - چاقا ۋە يارا چىقسا، يامان بولۇپ ساقايتىش تەس بولۇر.

ئۆپكە يالليۇغىدا ئۆپكىگە سۇ يىغىلسا، «سۇئۇلقۇنىيە» كېسەللىكىگە ئوخشاش ئالامەتلەر كۆرۈلەر.

داۋالاش

كېسەللىك ماددىسى سەپرا خاراكتېرلىك بولسا، زىيادە خىلتلارنى ئازايتىش، بۇزۇق خىلتلارنى تازىلاش، ئارتۇق ھۆللۈكلەرنى قۇرۇتۇش ئۈچۈن، ئايارەج پەيقرادىن بىرقانچە قېتىم يېگۈزگەي. بەدەندە قويۇق، چاپلاشقاق خىلىت بولسا، ئايارەج پەيقراغا سۇمبۇل، سەبرە، شەھمەنزەل، بىستېپايەج، غارىقۇن، سوقمونىيادىن مۇۋاپىق مىقداردا قوشۇپ ئىستېمال قىلدۇرغاي. بەزىدە قارا خەربەق ئارقىلىق دورىلارنىڭ تەسىرىنى كۈچەيتىشكە توغرا كېلىدۇ، بەدەندە ماددىلار يىغىلىپ قېلىشنىڭ ئالدىنى ئېلىش ئۈچۈن، ئارىلاپ - ئارىلاپ مۇۋاپىق سۈرگە چارىلىرى قوللىنىلىدۇ. قۇستۇرۇشنىڭمۇ كۆپ پايدىسى بار، بولۇپمۇ ماددىلارنىڭ يىغىلىپ قالغانلىقى مەلۇم بولسا، قۇستۇرۇش كۆپ پايدىلىقتۇر. ئاشقازاننىڭ قۇۋۇتىنى ساقلاش ئۈچۈن، سۈرگە دورىلىرىغا ئۇدخام، مەستىكى، سۇمبۇل قاتارلىقلارغا ئوخشاش خۇش پۇراق دورىلارنى مۇۋاپىق مىقداردا قوشقاي، بىرقانچە قېتىم سۈرگە بېرىپ ماددىنى ئازايتقاندىن كېيىن، تۇسالغۇلارنى ئېچىش، سۈيدۈك ھەيدەش رولى بولغان دورىلارنى تەيىارلاپ بەرگەي، قان ئېلىشتىن ئېھتىيات قىلغاي، پەقەت ھەيز تۇتۇلۇش، بوۋاسىر قېنىنىڭ ئاقماسلىقى سەۋەبىدىن مىزاجىنىڭ بۇزۇلغانلىقى سېزىلسە، بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ قان ئالغاي. قان ئېلىشقا تېگىشلىك بولغاندا دەسلەپتە ئايارەج پەيقرا بىلەن شەربىتى ئەفسەنتىندىن مۇۋاپىق مىقداردا ئىچكۈزگەندىن كېيىن بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ ئاز مىقداردا قان ئالغاي. ھەر كۈنى ئەتىگەندە شەربىتى ئەفسەنتىننى ئىچكۈزسە، ئىنتايىن ياخشى مەنپەئەت قىلۇر. تەرياقى مەسرۇدىتۇس، داۋائى كۇركۇم، مەجۇنى كەلكىلانەج قاتارلىق دورىلارنى سۈرگىدىن كېيىن بەرسە، كۆپ ياخشى بولۇر. ئەگەر مىزاجنىڭ بۇزۇلۇشى ئېغىر بولۇپ، ئىستىسقانىڭ باشلانغانلىقى مەلۇم بولسا، يۇقىرىدىكى دورىلارغا قىزىل تۆگە سۈتى بىلەن ئۇنىڭ سۈيدۈكىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ بەرگەي، بولۇپمۇ بىمارنىڭ بەدەن قۇۋۇتى ياخشى بولسا، 50 مىللىلىتىر قىزىل تۆگە ياكى ئۆچكە سۈيدۈكىگە بىر گىرام سەكبىنەج ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزسە، ياخشى مەنپەئەت قىلۇر، سەپرا ماددىسى سۇيۇق بولسا، سېرىق ھېلىلە قوشۇپ بەرگەي.

غىزاسىغا بۆدۈنە، قىرغاۋۇل گۆشلىرىنى زىرە بىلەن بىرلىكتە پىشۇرۇپ بەرگەي، كەپتەر باچكىسىنىڭ گۆشىنى دارچىن، مەستىكى، قەرنەپىل، زەپەر قاتارلىقلار بىلەن پىشۇرۇپ ئىستېمال قىلدۇرغاي. بەزى يېمەكلىكلەرگە قىچا، سامساق، كۈدە قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ تەم تەڭشىگۈچ سۈپىتىدە ئىشلەتكەي. مېۋىلەردىن تاتلىق ئانار، تاتلىق بېھىنى يېگۈزگەي، ئۈزۈم شىرىسى، شەربىتى سەۋسەننى ئىچكۈزگەي. ئاشقازان ۋە جىگەر ساھەسىگە

ئىسسىق تەبىئەتلىك زىماتلارنى چاپقاي، قېلىن دارچىن، سۇمبۇل، نېپىز دارچىن، بۆرە ئەرمىنى قاتارلىقلاردىن زىمات تەييارلاپ چاپقاي، يەنە كالا تېزىكى بىلەن ئۆچكە مايىقىنى زىمات قىلسىمۇ مەنپەئەت قىلۇر.

ئۇچىنچى باب ئىسسىقتىن بولغان ئىستىسقائى زىققى توغرىسىدا

بۇ، ئىچىلگەن سۇيۇقلۇقلار تېگىشلىك يوللار بىلەن بەدەن سىرتىغا چىقىپ كېتەلمەي، توسقۇنلۇققا ئۇچراپ، قورساق بوشلۇقىغا يىغىلىپ قېلىشتىن بولۇر.

سەۋەبى

1. جىگەرنىڭ قۇۋۇتى داپئەسى ياكى بۆرەكنىڭ قۇۋۇتى جازىبەسى ئاجىزلاش، مەزكۇر ئىككى ئەزانىڭ مۇناسىۋەتلىك يوللىرىدا توسالغۇ پەيدا بولۇش ياكى ياللۇغلىنىش ياكى مىزاجى بۇزۇلۇش. بۇ چاغدا ئىچىلگەن سۇ مۇۋاپىق بىر تەرەپ قىلىنماي قورساق بوشلۇقىغا يىغىلىپ ئىستىسقائى زىققىنى كەلتۈرۈپ چىقرار.

2. جىگەر مىزاجى بۇزۇلۇش. بۇ چاغدا جىگەرنىڭ سۇغا بولغان ئېھتىياجى قانماي ئۇسسۇزلۇقنى پەيدا قىلۇر، شۇنىڭغا ئاساسەن بىمار سۇنى كۆپ ئىچىشكە مەجبۇر بولۇر، ئەمما جىگەر سۇنى مۇۋاپىق بىر تەرەپ قىلالمىغانلىقتىن مەلۇم يوللار بىلەن قورساق بوشلۇقىغا يىغىلىپ قالۇر.

3. ئاشقازان ھەزىم قۇۋۇتىنىڭ بۇزۇلۇشى. بۇ چاغدا يېيىلگەن غىزالار ياخشى ھەزىم بولمىغاچقا، ئەزالار تەرىپىدىن قوبۇل قىلىنماس، بۇنىڭ بىلەن بەدەندە كېرەكسىز ماددىلار يىغىلىپ قېلىشنى كەلتۈرۈپ چىقرار. ۋاقتىنىڭ ئۆتۈشى بىلەن كانال يوللاردا توسالغۇ پەيدا قىلۇر، سۇيۇقلۇقلارنىڭ نورمال يۈرۈشۈشى تەسىرگە ئۇچراپ، قورساققا سۇ يىغىلار. سۇ سۇيۇق بولسا، ئىستىسقائى زىققىنى كەلتۈرۈپ چىقرار، قويۇق بولسا، سۇلۇق ئىششىقنى كەلتۈرۈپ چىقرار.

سۇنىڭ قورساققا يىغىلىشى تۆۋەندىكىدەك ئۈچ خىل ھالەتتە بولۇر: بىرىنچى، سۇيۇقلۇق مەلۇم يوللار ئارقىلىق قورساق بوشلۇقىغا سىرغار. ئىككىنچى، بەدەندىكى ئارتۇق سۇيۇقلۇق

بەدەن هارارىتى تەسىردە بۇسقا ئايلىنىپ، قورساق بوشلۇقىغا تامار. ئۇچىنچى، جىگەر يوللىرىدا مەلۇم كېسەللىك پەيدا بولغانلىقتىن سۇيۇقلۇق جىگەرگە يېتىپ بارالمايي، قورساق بوشلۇقىغا يىغىلۇر.

ئالامىتى

بىمارنىڭ قورسىقى ئېغىر مەلۇم بولۇر، پۇت - قوللىرى، كۆز قاپاقلىرى ئىششار، بۇ بەدەندىكى ئەسلىي هارارەت (هارارىتى غۇرۇزىيە) نىڭ تۆۋەنلىكىدىن بولىدۇ. قورساقنى چەككەندە خۇددى لىق سۇ قاچىلانغان تۇلۇم چېكىلگەنگە ئوخشاش ئاۋاز چىقار، بىمار ئۇيانىدىن بۇ يانغا ئۆرۈلسە، سۇنىڭ چۇلۇقلىغان ئاۋازى ئاڭلىنار، قورساق چىڭ بولۇر، ئۇرۇقدان خالتىسىغمۇ سۇ يىغىلۇر، تال كېسەللىكى سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، بىمارنىڭ چىرايى قارامتۇل ياكى كۆك بولۇر، نەپىسى قىستار، ئىشتىهاسى تۆۋەن بولۇر، ئۇسسۇزلۇقى كۆپ بولۇر. ئەگەر جىگەر ياللۇغى سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، بىمارنىڭ چوڭ تەرىتى قاتتىق كېلۇر، تومۇرى تېز، ئىنچىكە سوقۇر، مەلۇم ۋاقىت ئۆتكەندىن كېيىن، قورساقتىكى سۇنىڭ تەسىردە تومۇر هەرىكىتى ئاستا، يۇمشاق سوقۇشقا قاراپ يۇزلىنەر، سۇيدۇكى ئاز، رەڭگى قىزىل كېلۇر.

بىمار سۇيدۇكىنىڭ قىزىل كېلىشى تۆۋەندىكى ئىككى خىل سەۋەبتىن بولۇر: بىرى، سۇيدۇك رەڭگىنى پەيدا قىلىدىغان ماددىلار ئاز بولىدۇ. يەنە بىرى، جىگەرنىڭ ئاجىزلىقى سەۋەبىدىن قانىنى سۈزىن تولۇق ئايرىيالمايدۇ، بۇنىڭ بىلەن سۇيدۇك قىزىل رەڭدە كېلىدۇ، شۇنىڭ ئۈچۈن ئىستىسقا بىمارنىڭ سۇيدۇكى قىزىل رەڭدە كەلسە، سەۋەبىنى ئېنىقلىماي تۇرۇپ، بىمارنىڭ ئىسسىقلىقى غالىب ئىكەن، دەپ قارىماسلىق زۆرۈردۇر.

داۋالاش

ئىستىسقا جىگەر مىزاجىنىڭ ئىسسىقلىقى ياكى جىگەرنىڭ ئىسسىقتىن ياللۇغلىنىشىدىن كېلىپ چىققان بولسا، جىگەر مىزاجىنى مۆتىدىللەشتۈرگەي. جالىنۇس: «مەن جىگەر مىزاجىنىڭ ئىسسىقتىن بۇزۇلغانلىقىدىن كېلىپ چىققان ئىستىسقا بىمارنىڭ سوغۇق دورىلارنى ئىستېمال قىلىش بىلەن ساقايغانلىقىنى كۆردۇم» دەپ ئېيتقان. بۇنىڭدىن مىزاجنىڭ مۆتىدىل تۇرۇشى ساقلىقا، مۆتىدىللىكتىن ئۆزگىرىشى كېسەللىككە سەۋەب بولىدىغانلىقىنى كۆرۈۋالغىلى بولىدۇ. جىگەر مىزاجىنىڭ ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشىدىن بولغان ئىستىسقاغا ئىشلىتىلىدىغان مۇرەككەپ دورىلارنى ئىشلەتكەي، جىگەر مىزاجى ئىسسىقتىن بۇزۇلغان بولسا، سوغۇق تەبىئەتلىك دورىلار

ئارقىلىق تەكشىگەي، سوغۇقتىن بۇزۇلغان بولسا، ئىسسىق تەبىئەتلىك دورىلار بىلەن تەكشىگەي. سۇنى ئىستىفراغ قىلغاي، جىگەر مىزاجى ماددىسىز ئىسسىقتىن بۇزۇلغان بولسا، مىزاجنى تەكشىگەي، جىگەرنىڭ هارارىتىنى پەسەيتىش ئۈچۈن بەزىدە سىركەنجۇبىل بىلەن كاسنە سۇيىنى ئىچكۈزگەي. بەزىدە بەدىيان سۇيى بىلەن مارجان شوخلا سۇيى ياكى يۇمغاقسۇت سۇيىنى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزگەي. زۆرۈرىيەت بولسا، مارجان شوخلا سۇيىگە مۇۋاپىق مىقداردا خىيارشەنبەر سۇيى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزگەي. هەر ئۈچ كۈن ياكى هەر بەش كۈندە بىر قېتىم تائامدىن ئىلگىرى قەي قىلدۇرغاي، بەدەندىكى سۇنى يەكگىل سۇرۇپ چىقىرىش ئۈچۈن، يەكگىل دەرىجىدىكى سۇرگە دورىلىرىنى ئىچكۈزگەي. مىزاجنىڭ ئىسسىقلىقىنى ئۆزگىرىشىدىن ئېهتىيات قىلغاي. ئىستىسقا بىمارىدىن قان ئېلىش زىيانلىق دەپ قارىلىدۇ، پەقەت بۇۋاسىر ياكى هەيز قېنى توختاپ قالغان بىمار بولسا، بىمارنىڭ يېشى، بەدەن قۇۋۇتى، پەسىل، مىزاجى قاتارلىقلارنى نەزەردە تۇتۇپ تۇرۇپ ئاز مىقداردا قان ئالغاي. سۇيدۇك هەيدەش، تەرلىتىش، پۇت ـ قوللارنى ئۇۋۇلاپ بېرىش، مۇۋاپىق هەربىر قىلدۇرۇش، غار ـ غار قىلدۇرۇشقا ئوخشاش ئۇسۇللارنى مۇۋاپىق قوللانسا، بەدەنگە تارقالغان يامان ماددىلارنى تازىلىغىلى بولۇر. ئەمما سۇرگىگە يەكگىل بولغان دورىلارنى ئىشلىتىش تەۋسىيە قىلىنىدۇ، 150 مىللىلىتىر باقلە سۇيىنى باراۋەر مىقداردىكى تەمرى هىندى سۇيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزگەي ياكى رەۋەنچىنى، يۇيۇلغان لوك، زەپەر قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، شىرخىست ياكى هەسەل ياكى شېكەردىن مۇۋاپىق مىقداردا قوشۇپ ئىچكۈزگەي. ياۋا كاسنە سۇيى، شاهتەررە سۇيىدىن 30 مىللىلىتىردىن، ئۆشنان سۇيىدىن 60 ~80 مىللىلىتىر غىچە ئېلىپ، ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزگەي.

جالىنۇس «10 گىرام پارس ئۆشنانى بەرسە، سۇيدۇكنى راۋانلاشتۇرۇپ، ماددىنىڭ چىقىپ كېتىشىگە ياردەم بېرىدۇ» دەپ ئېيتقان. بەزى تېۋىپلار مەتبۇخى هېلىلە، مەتبۇخى تەمرى هىندىنى ئىچىشنى تەۋسىيە قىلغان. ئەمما، مېنىڭچە بولغاندا سەپرانى بەك كۆپ سۇرۇۋەتمەسلىك زۆرۈردۇر. چۈنكى، بۇ كېسەللىكتە سەپرانىڭ ساقلىنىشى پايدىلىقتۇر، پەقەت سەپرانىڭ مىقدارى كۆپ بولسا، مەتبۇخى هېلىلە زەرد بېرىلسە بولۇر، ئىسسىقتىن بولغان ئىستىسقاغا سەكبىنەج پايدىلىق بولغان سۇرگە بولۇپ هېسابلىنار.

سوغۇقتىن بولغان ئىستىسقاغا سۇرگە بېرىلگەن بولسا، 2 ~ 3 كۈن ئۆتكەندىن كېيىن، جىگەر ۋە بەدەننى قۇۋۇتەتلەش ئۈچۈن، لىمون شەربىتى، ئالما شەربىتىگە ئوخشاش خۇش پۇراق، مەلۇم قابىزلىققا ئىگە بولغان شەربەتلەرنى ئىچكۈزگەي، بولۇپمۇ سۇرگىدىن كېيىن

مازارىيون، پەرپىيۇن، ئوشەققە ئوخشاش دورىلار سېلىنغان شەربەتلەرنى ئىچكۈزسە، ياخشى مەنپەئەت قىلۇر. ئىككى سۇرگۈنىڭ ئوتتۇرىسىدا جىگەر توسالغۇلىرىنى ئېچىش تەسىرى بولغان دورىلارنى ئىچكۈزگەي ھەم جىگەر مىزاجىنىڭ مۇتىدىللىكىنى ساقلاشقا ئەھمىيەت بەرگەي.

ھەكىم ساھىر: «مەلۇم بىر كىشى ئىستىسقا بولۇپ قالغان ئىدى، قىزىتمىمۇ بىرگە بار ئىدى، مەن ئۇنىڭغا كاسنە سۇيى، قۇرسى زىرىققا ئوخشاش دورىلارنى بېرىۋېدىم، ياخشى مەنپەئەت قىلدى. ئارقىدىن تۆگە سۈتىگە قارا شېكەر قوشۇپ ئىچكۈزۈۋېدىم، تەسىرى تېخىمۇ ياخشى بولدى. ئىچى ھەر قېتىم سۇرگەندە بىماردا كۆرۈنەرلىك ياخشىلىنىش بولاتتى، ئەمما تۆگە سۈتى كېسەللىك ئېغىرلاشقاندا بېرىلمىدۇ» دېگەن.

خۇۋاجە ئەبۇ ئەلى ئىبن سىنا «بىر ئايالنى كۆردۈمكى، ئۇ ئىستىسقا كېسەللىكىگە گىرىپتار بولغان ئىدى، كېسىلى ئالاھىدە ئېغىر ئىدى، ئۇ كۆرسەتمە بويىچە تويغۇچە ئانار يېدى، كىشىلەر ئۇنىڭ ئانارنى زىيادە كۆپ يېگەنلىكىنى كۆرۈپ ھەيران قېلىشتى، ئەمما ئۇ شۇنىڭدىن كېيىن كېسەللىكتىن خالاس بولدى» دېگەن.

ھەكىم ساھىر: «مەن ئىستىسقا بىمارىنىڭ سىركەنجۇبىلىگە تۇرۇپ سۇيى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچىپ ساقايغىنىنى كۆپ كۆردۈم» دېگەن.

جالىنۇس مۇنداق دېگەن: «بىر خوجام مېنىڭ دوستۇم ئىدى، ئۇ ئىستىسقائى زىققى كېسەللىكىگە گىرىپتار بولۇپ قالدى، كېسەللىك سەۋەبىدىن ئۇنىڭ بەدەن قۇۋۋىتى كۆپ زەئىپلىشىپ كەتتى، مەن ئۇنىڭغا ئىلاج قىلىشقا كىرىشتىم، بەدەننى قۇۋۋەتلەش ئۈچۈن، دەسلەپتە ئوغلاق كاۋېپى، يېسىمۇق بىلەن پىشۇرۇلغان تورۇلغا گۆشىنى دېۋەز (بۇغداي كېپىكى) نېنى بىلەن يېيىشكە بۇيرۇدۇم، ھۆل تەبىئەتلىك نەرسىلەردىن پەرھىز قىلدۇردۇم، پەقەت دورا بېرىشتىن ئىلگىرى كۆكتات شورپىسى ئىچكۈزدۈم، بۇ ئارقىلىق ئۇسسۇزلۇقنى قاندۇردۇم، ئۇنىڭدىن كېيىن ئىستىفراغ ئۈچۈن سېرىق ھېلىلىدىن 21 گىرام، شاھتەرەدىن 12 گىرام، ئەفسەنتىن رۇمى، غاپەس، سۇمبۇل، كاسنە ئۇرۇقى قاتارلىقلاردىن ئالتە گىرامدىن، كاسنىدىن بىر سقىم ئېلىپ، ئۈچ ھەسسە سۇ بىلەن تاكى يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، سۇيىگە مۇۋاپىق مىقداردا شېكەر ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزدۈم. ھەر كۈنى ھەببى شىبرىمدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلدۇردۇم، بەزىدە ئەنجۈرگە شېكەر ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزدۈم، تائامدىن كېيىن غورا سۇيى بىلەن ياۋا ئالما سۇيىنى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزدۈم، جىگەر ساھەسىگە سوغۇق سۇ قۇيدۇم، سەندەلدىن زىمات تەييارلاپ جىگەر ساھەسىگە چاپتىم، كىندىك ئەتراپىغا تارقىتىش رولى بولغان دورىلارنى سۈركىدىم، بەزىدە مۇۋاپىق مىقداردىكى

مازارىيوننى گۈل سۈيگە چىلاپ تەمنى چىقىرىپ، گۈل شەربىتى تەييارلاپ ئىچكۈزدۇم، بۇ ئارقىلىق ئىستىفراغ قىلدىم، بەزىدە مازارىيون يوپۇرمىقىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، ئەنجۈر ھەم ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ ئىستېمال قىلدۇردۇم. مېۋىلەردىن ئەنجۈر بىلەن بادامنى بىرلىكتە سوقۇپ، شېكەر ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزەتتىم. ئۇسسۇزلۇق كۆرۈلسە سەبرە بۇيراتتىم. گىل ئەرمىنى، ئارپا ئۇنى، قوناق ئۇنى، كالا تېزىكى، ئۆچكە مايىقى، بەللۇت يىلتىزى كۈلى، تال ياغچى كۈلى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، سىركە بىلەن مەلھەم قىلىپ جىگەر ساھەسىگە چاپلاتتىم. مەزكۇر تەدبىرلەر ئارقىلىق ئاخىرى بىمارنى ساقايتقان ئىدىم».

جالىنۇس يەنە مۇنداق دېگەن: «مازارىيون بىلەن ئۇزۇم ئۇرۇقىنى ئارىلاشتۇرۇپ سوقۇپ، ئىستىسقا بىمارغا بەرسەم سۇنى سۈزۈپ يوقىتىدۇ. بىمار يېيىشنى خالىمسا، تائامغا ئارىلاشتۇرۇپ بەرسە ياكى ھەسەل بىلەن ھەب قىلىپ بەرسە بولىدۇ. ئۇنىڭدىن باشقا، ھاۋا رەڭ گۈللۈك سەۋسەن (سەۋەسەنى ئاسمانگۈن)مۇ ئىستىسقا ئۇچۇن كۆچلۈك بولغان دورا بولۇپ ھېسابلىنىدۇ. شۇنىڭ ئۈچۈن، ئۇنىڭدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ئىستېمال قىلسا بولىدۇ. ئەمما ئۇ ئاشقازانغا زەرەر قىلغاچقا، زەرەرىنى يوقىتىش ئۈچۈن، مۇۋاپىق مىقداردا قەلەمپۇر بىلەن پىستە پوستى قوشۇپ ئىستېمال قىلدۇرسا بولىدۇ. مازارىيون سىركىگە چىلانغاندىن كېيىن، ئۇنىڭ بىلەن سىركەنجۈبىل تەييارلاپ ئىچكۈزسە ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ. 3 ~ 10 گىرامغىچە سەۋسەن يىلتىزىنى سوقۇپ، بەش مىللىلىتىر سىركەنجۈبىل بىلەن ئىچكۈزسە مەنپەئەت قىلىدۇ. ئەگەر ھۆل بۇيا يىلتىزىدىن بەش مىللىلىتىر ئېلىپ، 20 مىللىلىتىر گۈلاب، 20 مىللىلىتىر سىركەنجۈبىل بىلەن ئىچكۈزسە ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ. ئىرسادىن 36 گىرام ئېلىپ سوقۇپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى قوي سۈيدۇكى بىلەن ئىچكۈزسە، ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ.»

ھەكىم سابىت: مۇدەببىر قىلىنغان مازارىيون يوپۇرمىقى، سىرىق ھىللە، غارىقۇندىن 15 گىرامدىن، ئەفسەنتىن سۈيىدىن 10 گىرام، سەۋسەن يىلتىزى، قىزىلگۈل، كاسنە ئۇرۇقى، بادرەڭ ئۇرۇقى، رۇببىسۇس قاتارلىقلاردىن ئالتە گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، تەرەنجىبىن بىلەن فۇلۇسى خىيارشەنبەردىن 45 گىرامدىن ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن ئېرىتىپ قاياناتقاندىن كېيىن، يۇقىرىدىكى تالقاننى قوشۇپ بېرىشنى تەۋسىيە قىلغان (مارازىيوننى مۇدەببىر قىلىش ئۇسۇلى: مارازىيوننى سىركىگە بىر ھەپتە ئەتراپىدا چىلاپ قويغاندىن كېيىن سۈزۈپ ئېلىپ قۇرۇتۇپ ئىشلىتىلىدۇ).

مۇھەممەد زەكەرىيا: مۇدەببىر قىلىنغان مارازىيون، تۇربۇت، غارىقۇن، سىرىق ھىللە پوستى قاتارلىقلاردىن 15 گىرامدىن، قىزىلگۈلدىن 10 گىرام، كاسنە ئۇرۇقى ۋە رۇببىسۇسنىڭ

ھەربىردىن ئالتە گىرام ئېلىپ سوقۇپ، تالقان قىلىپ، ئەفسەنتىن سۈيى بىلەن تەرەنجىبىن ئېرىتمىسىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، سۇس ئوتتا قاينىتىپ قىيام قىلغاندىن كېيىن، مەزكۇر تالقانىنى ئارىلاشتۇرۇپ 6 ~ 10 گىرامدىن بېرىشنى تەۋسىيە قىلغان.

يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى سوقمونىيا، ئەفسەنتىن، رۇببىسۇسنىڭ ھەربىردىن ئالتە گىرامدىن، تۇربۇت، سېرىق ھېلىلە پوستىدىن 10 گىرامدىن، قىزىلگۈل، كاسنە ئۇرۇقى، بادرەڭ ئۇرۇقىنىڭ ھەربىردىن ئۈچ گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، تالقان قىلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى تەرەنجىبىن ئېرىتمىسى بىلەن مۇۋاپىق مىقداردىكى فۇلۇسى خىيارشەنبەر ئېرىتمىسى بىلەن يۇغۇرۇپ، 10 ~ 12 گىرامغىچە يېگەي. بېھنى سىركىگە چىلاپ تەمنى چىقىرىپ سۈيىنى ئىچكەي.

بۇ كېسەللىككە مەنپەئەت قىلىدىغان مەجۇن.

نۇسخىسى كاسنە ئۇرۇقى، ئەفتىمۇن ئۇرۇقىنىڭ ھەربىردىن ئالتە گىرامدىن، ياۋا كاسنىدىن 10 گىرام، زىرىقتىن 45 گىرام، يۇيۇلغان لوك، رەۋەنچىنى، ئەفسەنتىن، قىسسائۇل ھىمار، شاھمەنزەلىنىڭ ھەربىردىن 15 گىرامدىن، غاربىقۇندىن 21 گىرام ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى گۈلاب ۋە كاسنە سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ 15 ~ 21 گىرامغىچە يېگەي.

مۇھەممەد زىكىرىيا ئىجاد قىلغان ھەببى رەۋەن ئىستېمال قىلدۇرغاي.

نۇسخىسى رەۋەنچىنى، كاسنە ئۇرۇقىنىڭ ھەربىردىن 10 گىرامدىن، غاربىقۇندىن 15 گىرام، مۇدەببەر قىلىنغان مازارىيوندىن 30 گىرام، غاپەس ئۇسارىسىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، غاپەس ئۇسارىسى بىلەن يۇغۇرۇپ، مۇۋاپىق چوڭلۇقتا ھەب قىلىپ. ھەر قېتىمدا ئالتە گىرامدىن يېگەي.

ئۇنىڭدىن كېيىن تۆۋەندىكى ھەبنى تەييارلاپ بەرگەي:

نۇسخىسى مۇدەببەر قىلىنغان مازارىيوندىن ئۈچ گىرام، كۈشتە قىلىنغان قەلەي بىلەن پەرپىيۇننىڭ ھەربىردىن 0.5 گىرامدىن ئېلىپ سالايە قىلىپ، شېكەر ئېرىتمىسى بىلەن ھەب قىلىپ بىر قېتىمدىلا ئىستېمال قىلدۇرغاي. ئەگەر ئۇنىڭغا زەپەر، دارچىندىن مۇۋاپىق مىقداردا قوشۇپ، خۇش پۇراقلاشتۇرغاي ياكى تۆۋەندىكىدەك تەييارلاپ بەرگەي: پوستىدىن ئايرىلغان مازارىيون ئۇرۇقىدىن 0.5 گىرام، تاتلىق بادام مېغىزىدىن بىر گىرام، كەتىرادىن ئىككى گىرام ئېلىپ سوقۇپ يېتەرلىك شېكەر ئېرىتمىسى بىلەن يۇغۇرۇپ ھەب قىلىپ، بىر قېتىمدىلا ئىستېمال قىلدۇرغاي. بۇ ھەبنى ئىستېمال قىلغاندىن كېيىن، بىمارنىڭ ئاشقازىنى كۆيۈشسە، بادام يېغىنى

قوشۇپ بەرگەي. كۆڭلى ئېلىشسا، بېھى سۇيى ئېچكۇزگەي. ئىسسىقلىقىنى ئاشۇرسا، كاسنە سۇيى، ئانار سۇيى، زىرىق سۇيى ياكى تاباشىر قاتارلىقلارنى بەرگەي ياكى تۆۋەندىكى ھەبنى ئىستېمال قىلدۇرغاي.

نۇسخىسى بادرەڭ ئۇرۇقى مېغىزى، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزىنىڭ ھەربىرىدىن ئالتە گىرامدىن، قىزىلگۈلدىن 10 گىرام، مۇددەبەر قىلىنغان مازارىيوندىن ئىككى گىرام، مەستىكىدىن يېرىم گىرام، كەتىرادىن 1.5 گىرام ئېلىپ سوقۇپ، بېھى سۇيى بىلەن يۇغۇرۇپ ھەب قىلىپ، ئالتە مىللىلىتىر گۈلاب ياكى سىركەنجۇبىل ياكى كاسنە سۇيى ياكى مارجان شوخلا سۇيى بىلەن بىرلىكتە ئالتە گىرامدىن ئىستېمال قىلدۇرغاي.

سۇيدۇك ھەيدەش ئۇچۇن تۆۋەندىكى سىركەنجۇبلنى بەرگەي:

نۇسخىسى بادرەڭ ئۇرۇقى، قوغۇن ئۇرۇقى، كاسنە ئۇرۇقىدىن 70 گىرامدىن، كەرەپشە ئۇرۇقىدىن 12 گىرام ئالغاي. بادرەڭ ئۇرۇقى بىلەن قوغۇن ئۇرۇقىنى سقىپ شىربىسنى چىقارغاي. كاسنە ئۇرۇقى بىلەن كەرەپشە ئۇرۇقىنى يېتەرلىك مقداردىكى سىركىگە بىر كېچە - كۇندۇز چىلاپ، تەمى چىققاندىن كېيىن پىسەپلىرىنى سۇزۇۋېتىپ، يېرىمى قالغۇچە قاينىتقاي، ئارقىدىن مەزكۇر شىربنى ئارىلاشتۇرۇپ مۇۋاپىق مقداردا ياكى شېكەر ئارىلاشتۇرۇپ قىيام قىلىپ بەرگەي.

سۇيدۇك ھەيدەپ قىزىتما قايتۇرۇش ئۇچۇن تۆۋەندىكى سۇفۇپنى بەرگەي:

نۇسخىسى بادرەڭ ئۇرۇقى 60 گىرام، قوغۇن ئۇرۇقى 15 گىرام، كەرەپشە ئۇرۇقى، سەۋزە ئۇرۇقى، رۇببىسۇسنىڭ ھەربىرىدىن ئالتە گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ سۇفۇپ تەييارلاپ، ھەر قېتىمدا 15 گىرامدىن كاپ ئەتكەي ياكى تۆۋەندىكى سۇفۇپنى بەرگەي.

نۇسخىسى قىزىلگۈل 18 گىرام، تەرخەمەك ئۇرۇقى، بادرەڭ ئۇرۇقى، يۇيۇلغان لوك، رەۋەنچىنى، سېمىزئوت ئۇرۇقىنىڭ ھەربىرىدىن ئالتە گىرامدىن، غاپەس، ئەفسەنتىن، زەپەرىنىڭ ھەربىرىدىن ئۇچ گىرامدىن، سۇمبۇل، مەستىكىدىن ئىككى گىرامدىن، مۇددەبەر قىلىنغان مازارىيوندىن 10 گىرام، چۇچۇكبۇيا يىلتىزىدىن 10 گىرام ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ سۇفۇپ قىلىپ، ھەر قېتىمدا 15 گىرامدىن كاپ ئەتكەي. ھارارەت يۇقىرى بولسا، سىركەنجۇبىل، تەرخەمەك سۇيى ياكى باقلە سۇيى قاتارلىقلار بىلەن ئىستېمال قىلدۇرغاي.

ھەكىم ئەھران: «مەن ئىستىسقا كېسەللىكىگە غاپەس، ئەفسەنتىن، سۇمبۇل قاتارلىقلارنى ئىشلىتىشنى مۇۋاپىق كۆرمەيمەن، چۇنكى ئۇلار سۇيدۇكنى قىزارتىدۇ، ئۇسسۇزلۇق پەيدا قىلىدۇ» دېگەن.

ئىچ سۇرۇش، ھۆللۈكنى كېمەيتىش ئۈچۈن تۆۋەندىكى سىركەنجۈبىلنى بەرگەي:

نۇسخىسى 250 گىرام مۇدەببەر قىلىنغان مازارىيون يوپۇرمقىنى 200 مىللىلىتىر سۇ ۋە 35 مىللىلىتىر سىركىگە بىر ھەپتە چىلاپ قويۇپ، ئۇنىڭدىن كېيىن پىسەپلىرىنى سۇزۇۋېتىپ تاكى سۇيى تۈگەپ سىركە قالغۇچە قاينىتىپ، شۇ چاغدا ئوتتىن ئالغاي. بۇنىڭغا ئاچچىق بەھى سۇيى قوشسا، يۇرەكنى قۇۋۋەتلەيدۇ ھەم مازارىيوننىڭ ناچار تەمىنى تۈگىتىدۇ. مازارىيوننى سىركىگە ۋە بەھىگە بىرلىكتە چىلاپ تەييارلىسا ياخشىراق بولىدۇ.

ئىچنى سۇرۇش ئۈچۈن تۆۋەندىكى سۇفۇپنى تەييارلاپ بەرگەي نۇسخىسى

بادرەڭ ئۇرۇقى، سېمىزئوت ئۇرۇقى، سوقمونىيانىڭ ھەربىرىدىن ئۈچ گىرامدىن، غاپەس ئۇسارىسى، رەۋەنچىنىدىن 15 گىرامدىن، يۇيۇلغان لوك، سېرىق ئوت ئۇرۇقىدىن ئالتە گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، سۇفۇپ تەييارلاپ، تۆگە سۈتى ياكى قېتىقنىڭ زەرداب سۇيى بىلەن قوشۇپ بەش گىرامدىن ئىچكەي.

ئىچنى سۇرۇش ئۈچۈن تۆۋەندىكى قۇرسنى تەييارلاپ بەرگەي:

نۇسخىسى مازارىيون بەرگى 180 گىرام، ئارپا ئۇنى، قىزىلگۈل، رۇببىسۇسنىڭ ھەربىرىدىن 60 گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، شېكەر بىلەن يۇغۇرۇپ قۇرس قىلىپ، ھەر قېتىمدا بەش گىرامدىن بەرگەي ياكى غارىقۇن، غاپەس ئۇسارىسى، قىزىلگۈل، تەرخەمەك ئۇرۇقى قاتارلىقلاردىن ئالتە گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، شېكەر بىلەن يۇغۇرۇپ مۇۋاپىق چوڭلۇقتا قۇرس قىلىپ، بەش گىرامنى سىركەنجۈبىل شەربىتى بىلەن قوشۇپ بەرگەي. ئۇنىڭدىن كېيىن قۇرسى زىرشكنى بەرگەي.

نۇسخىسى تازىلانغان زىرىق، رۇببىسۇس، قىزىلگۈل، بادرەڭ ئۇرۇقى، قوغۇن ئۇرۇقىنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرامدىن، مەستىكى، سۇمبۇل، غاپەس ئۇسارىسى، رەۋەنچىنى، ئوردان، زەپەرىنىڭ ھەربىرىدىن ئالتە گىرامدىن، ئەفتىمۇن ئۇرۇقى، كاسنە ئۇرۇقىدىن 10 گىرامدىن، تاباشىردىن تۆت گىرام ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، 18 گىرام تەرەنجىبىننى مۇۋاپىق ھەسەل بىلەن ئېرىتىپ، تالقانلارنى ئارىلاشتۇرۇپ يۇغۇرۇپ، مۇۋاپىق چوڭلۇقتا قۇرس تەييارلاپ، زىرىق سۇيى ياكى ياۋا كاسنە سۇيى ياكى ئانار سۇيى ياكى سىركەنجۈبىل سەپەر جىلى بىلەن بىرلىكتە ھەر قېتىمدا بەش گىرامدىن ئىستېمال قىلدۇرغاي.

خۇۋاجە ئەبۇ ئەلى سىنا «قەۋزىيەت كەلتۇرۇپ چىقارماسلىقى ئۈچۈن، ئىستىفراغدىن كېيىن قۇرسى زىرشىك بەرمىگەن ياخشى. ئۇنىڭدىن كەلكىلانەج كەبىر ياخشى مەنپەئەت قىلۇر.» دېگەن. ئۇنىڭ نۇسخىسى «قارابادىن» دا بايان قىلىنۇر.

قىزىل تۆگە قاقۇللى، سېرىق ئوت، ھۆل كاسىنە، ھۆل يۇمغاقسۇت، ھۆل كەرەپشە قاتارلىقلار بىلەن بېقىلغاندىن كېيىن، سۇتىنى ژاقتىدا سېغىپ ئىچكۈزگەي. بەزىلەر بۇ كېسەللىككە سۇت پايدىسىز، دەپ قارايدۇ، بۇنداق قاراش خاتا. چۈنكى سۇت بۇ كېسەللىككە تۆۋەندىكىدەك ئىككى جەھەتتىن مەنپەئەت قىلۇر: بىرى، سۇت تازىلاش، يۇيۇش تەسىرى بىلەن بەدەندىكى ھۆللۈكنى ئازايتار. يەنە بىرى، ئۆزىنىڭ خاسىيىتى بىلەن مەنپەئەت قىلۇر. بۇ خۇددى بەزى دورىلارنىڭ تەبئىتى گەرچە كېسەللىكنىڭ مىزاجىغا قارىمۇقارشى بولسىمۇ، خاسىيىتى بىلەن مەنپەئەت قىلغىنىغا ئوخشاشتۇر. مەسىلەن: سوقمونىيانىڭ تەبئىتى گەرچە ئىسسىق بولسىمۇ، خاسىيىتى بىلەن سەپرادىن بولغان كېسەللىكلەرگە مەنپەئەت قىلۇر. يەنە مەسىلەن: كاسنە جىگەر كېسەللىكىگە خاسىيىتى بىلەن مەنپەئەت قىلۇر. جىگەر كېسەللىكى بىمارلىرى مەزكۇر سۇتتىن مەلۇم مۇددەت ئىچىپ بەرسە شىپا تاپۇر. ئەمما مىزاجى زىيادە ئىسسىق بولغان كىشىلەرگە مەنپەئەت قىلماس. تۆگە سۇتىنى ئەتىگەندە سېغىپ، كۆپۈكلىرىنى ئايرىۋېتىپ ئىچكۈزگەي. ئارقىدىن يەڭگىل ھەرىكەتلەرنى قىلىپ بەرگەي. سىناقتىن ئۆتكۈزگەن بەزى كىشىلەر ھۆل گىياھلار بىلەن بېقىلغان تۆگىنىڭ سۇتى ئىستىسقا بىمارىغا زەرەر قىلىدۇ، چۈنكى، بۇنداق سۇتنىڭ ھۆللۈكى كۆپ بولىدۇ، دېگەن. شۇنداق بولغان تەقدىردە تۆگىنىڭ سۈيدۈكىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزگەي. چۈنكى ئۇنىڭ سۈيدۈكى قۇرۇق ئىسسىق بولۇپ، سۇتنىڭ ھۆللۈكىنى مۆتىدىللەشتۈرىدۇ. ئەگەر سۇت بىمارنىڭ ئىچىنى سۇرسە قابىز خۇسۇسىيەتلىك دورىلارنى مۇۋاپىق مىقداردا قوشۇپ بەرسە بولىدۇ. بۇنىڭ ئۈچۈن تۇخۇمەك مېۋىسى (قەرىز) ۋە تەراسسىدىن 15 گىرامدىن، كەرەپشە ئۇرۇقىدىن 10 گىرامنى ئىلىپ، سۇتكە ئارىلاشتۇرۇپ قاينىتىپ ئىچكۈزسە بولىدۇ.

خۇۋاجە ئەبۇ ئەلى سىنا مۇنداق دېگەن: سۇت ئىچىشنىڭ مەن سىناقتىن ئۆتكۈزۈپ مەنپەئىتىنى كۆرگەن ئوسۇلى شۇكى، بىمارغا سۇت ئىچكۈزۈشتىن بىرقانچە كۈن ئىلگىرى تائامنى ناھايىتى ئاز بەرگەي. مومكىن بولسا، بىر ياكى ئىككى كېچە ـ كۈندۈز ئاچ قويغاي. ئۇنىڭدىن كېيىن، بىرىنچى كۈنى 20 مىللىلىتىر، ئىككىنچى كۈنى 45 مىللىلىتىر بەرگەي. سۈيدۈك ھەيدەش زۆرۈر بولسا، مىقدارىنى مۇۋاپىق كۆپەيتىپ بەرسە بولۇر. شۇنداق ھالەتتىمۇ سۈيدۈكنى ھەيدىمسە، بۇ ئىككى خىل ئەھۋالنى ئىپادىلەر: بىرى، سۇت بەدەننىڭ ئوزۇقلۇقىغا سەرپ قىلىنغان بولۇر. بۇ چاغدا بەدەننىڭ قۇۋۇتىلەنگەنلىكى مەلۇم بولۇر. يەنە بىرى، سۇت ھەزىم بولماي ئاشقازاندا پىشلاقلاشقان بولۇر. بۇ چاغدا بىمارنىڭ تائامغا ئىشتىھاسى بولماس. ئاشقازىنى ئاغرار. نەپەس ئېلىشى تەس بولۇر. كۆپ كېرىلەر، ئەسنەر. بۇ خىل ئەھۋال كۆرۈلگەن

بىمارلارغا سۈت بېرىلمەس. ئاشقازاندىكى سۈتنى تۆۋەنگە ھەيدەش ئۈچۈن، مۇناسىپ دورىلارنى ئىستېمال قىلدۇرغاي. مۇناسىپ ھۆقنىلەرنى قىلغاي. ئاشقازان ساھەسىگە زىمات چاپقاي. ئاق خەربەقتىن شامچە تەييارلاپ مەقئەتكە قويۇلسا، بۇ، ئاشقازاندىكى سۈتنى تۆۋەنگە تارتار. نىشاپۇر تۇزىدىن ئۈچ گىرام، ئاق تۇربۇتتىن 15 گىرام ئېلىپ، سۈتنىكى 400 مىللىلىتىر زەرداب سۈيى بىلەن قاينىتىپ 30 مىللىلىتىردىن بەرگەي. ئەگەر كۆپرەك تەييارلاش مەقسەت قىلىنسا، دورىلار ھەسسىلەنسە بولىدۇ. تۆگە سۈتىنىكى زەرداب سۈيىنى ئالسا ياخشىراق بولۇر. بىمارىدا ھارارەت بولسا، ئۆچكە ياكى ئېشەك سۈتىنىكى زەرداب سۈيىنى ئىشلەتكەي.

بىمار داۋالاشنى قوبۇل قىلمىسا ياكى قىلىنغان داۋانىكى ئۈنۈمى ياخشى بولمىسا ياكى بىمار كىچىك بالا بولۇپ داۋالاشنى قوبۇل قىلالمىسا، قورساقنى قائىدە بويىچە يېرىپ سۇنى ئاقتۇرغاي ياكى تارتىپ چىقارغاي. سۇنى تارتىپ چىقىرىشتا، ماغدۇرسىزلىنىشنىكى ئالدىنى ئېلىش ئۈچۈن، ئاز - ئازدىن ئېھتىيات بىلەن چىقارغاي. بىمارنىكى بەدەن قۇۋۋىتى ئاجىز بولسا، بۇ خىل مەشغۇلاتنى قىلغاي.

«كاملۇس سانائە» ناملىق كىتابنىكى ئاپتورى جالىنۇستىن نەقىل قىلىشچە، ئۇ: «مەن ھېچبىر بىمارنىكى سۇنى ئاقتۇرۇش ياكى تارتىپ چىقىرىش ئۇسۇلى بىلەن ياخشىلانغىنىنى كۆرمىدىم، گەرچە ئۇ ئىستىسقائى زىققى كېسەللىكىنى داۋالاشنىكى خاس ئۇسۇلى بولسىمۇ خەتەرلىك بولۇپ، بىمارنىكى بەدەن قۇۋۋىتى كۈچلۈك بولمىسا، مەزكۇر مەشغۇلاتنى قىلمىغاي. بۇنى پەقەت جىسمانىي ئەمگەك بىلەن شۇغۇللىنىپ، بەدەن قۇۋۋىتى كۈچەيگەن كىشىگىلا قوللانغاي».

مەركۇر ئۇسۇلنى تۆۋەندىكىدەك ئېلىپ بارغاي: دەسلەپتە تەييارلىق مەشغۇلاتلىرىنى پۈختا قىلغاي. ئۇنىڭدىن كېيىن قائىدە بويىچە كىندىكنىكى ئۈچ ئىلىك تۆۋۈنىدىن تۆشۈك ئاچقاي. يەنى كېسەللىك جىگەر ۋە ئۈچەيدىن باشلانغان بولسا سول تەرەپتىن، تالدىن باشلانغان بولسا ئوڭ تەرەپتىن تۆشۈك ئاچقاي. ئۇنىكى تەپسىلىي ئۇسۇلىنى مۇناسىۋەتلىك كىتابلاردىن كۆرۈۋالغاي. قورساقنىكى ئىچكى پەردىسى ئەرەب تىلىدا «مەراق» دەپ، تاشقى پەردىسى «سەپاق» دەپ ئاتىلار. مەزكۇر مەشغۇلاتنى ئېلىپ بېرىش جەريانىدا بارماق بىمارنىكى بېغىشغا قويۇلۇپ، تۆمۈر ئەھۋالىنى تەكشۈرۈپ تۇرغاي. زەئىپلىك ئالامەتلىرىنى بايقىسا، مەشغۇلاتنى دەرھال توختاتقاي، بىمارنى ئوڭدا ياتقۇزۇپ، مۇناسىۋەتلىك قۇتقۇزۇش چارىلىرىنى قىلغاي. تۆگە سۈتى، سۈتنىكى زەرداب سۈيىنى ئىچكۈزۈپ ئارتۇق ھۆللۈكىنى ئازايتىپ، ئۈچ كۈن ئارام ئالدۇرغاندىن كېيىن، قورساقنىكى ئالتە يېرىنى داغلىغاي. ئۈچىنى ئۇزۇنسىغا، ئۈچىنى توغرىسىغا

داغلىغاي. ئۇلارنىڭ بىرىنى كىندىكىنىڭ تۆۋەن تەرىپىگە، ئىككىسىنى كىندىكىنىڭ ئىككى تەرىپىگە قويغاي. داغ قويۇلغاندىن كېيىن، ئاچلىق ۋە ئۇسسۇزلۇققا بەرداشلىق بەرگەي.

ئۇنىڭدىن كېيىن تۆۋەندىكى زىماتلارنى چاپقاي: كونا ئۆچكە مايىقى، كالا تېزىكى، ئارپا ئۇنى، قوناق ئۇنى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ ياكى شۇمشا ئۇنى، ئارپا ئۇنىدىن بىر ھەسسىدىن، ئىلكۇلبەتەمدىن بىر ھەسسە، كونا ئۇزۇم شىرىسىدىن يېتەرلىك مىقدارىدا ئېلىپ زىمات تەييارلاپ چاپقاي ياكى ئارپا ئۇنى قوي مايىقى، توغرىغۇ قاتارلىقلارنى باراۋەر مىقدارىدا ئېلىپ زىمات تەييارلاپ چاپقاي.

غىزاسىغا زىرە، بابۇنە، زىرىق، زەيتۇن يېغى، بادام يېغى، كاسنە قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا قوشۇپ بەرگەي. كەكلىك، تورۇلغا، قىرغاۋۇل قاتارلىقلارنىڭ گۆشلىرىنى زىرىق سۇيى بىلەن پىشۇرۇپ يېگۈزگەي. ئۇسسۇزلۇقنىغا سىركىدىن مۇۋاپىق مىقدارىدا، زىرىق سۇيى، ئانار سۇيى ئىچكۈزگەي. ھۆل مېۋىلەردىن تاتلىق ئانار، ئاچچىق ئانار، خىتاي ئاموتى قاتارلىقلارنى بەرگەي. قۇرۇق مېۋىلەردىن بادام مېغىزى، قۇرۇق ئۇزۇم، ئەنجۈر قېقى قاتارلىقلارنى بەرگەي. ئەنجۈردىن كېيىن سىركەنجۇبىل ئىچكۈزگەي ھەم قوغۇن، بادرەڭ تەرخەمىكىنى بەرگەي.

تۆتىنچى باب جىگەرنىڭ سوغۇقلۇقىدىن بولغان ئىستىسقائى زىققى توغرىسىدا

داۋالاش

دەسلەپتە بەدەندىكى ئارتۇق خىلىت ۋە ھۆللۈكنى ئازايتىش ئۈچۈن، مۇناسىۋەتلىك چارە - تەدبىرلەرنى قىلغاي. بۇنىڭ ئۈچۈن تائام يېگەي، سۇنى ئاز ئىچكەي، ئۇسسۇزلۇققا بەرداشلىق بەرگەي، يەڭگىل سۇرگە تەدبىرنى قىلغاي. مەسىلەن: ئىچنى سۈرگۈزگەي. سۈيدۈكنى ھەيدەپ، تەرلەتكەي ھەم قەي قىلدۇرغاي، چۈشكۈرتكەي، يەڭگىل ھەرىكەتلەرنى قىلدۇرغاي. ھەرىكەت جەريانىدا بەدەنىڭ ئەسلىي ھارارىتىنىڭ خوراپ كېتىش خەۋپى بولسا، ھەرىكەتنى توختاتقاي. خۇش پۇراق نەرسىلەر بىلەن بەدەن قۇۋۇتىنى ساقلىغاي. ئۈچ ياكى بەش كۈندە بىر قېتىم قەي قىلدۇرغاي. بادام يېغى، پىستە يېغى، پىننە سۈيىنى ئىستېمال قىلدۇرغاي. مۇرەككەپ دورىلاردىن ھەببى غارىقۇن، ھەببى بەھرامغا ئوخشاش دورىلارنى يېگۈزگەي.

يەنە ھەببى سەكبىنەج تەييارلاپ بەرگەي.

نۇسخىسى سەبرە، ئەفتىمۇن 15 گىرامدىن، غارىقۇن، سوقمونيا 10 گىرامدىن، سەكبىنەج 18 گىرام، مەستىكى، بەدىيان رۇمىنىڭ ھەربىردىن ئۈچ گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، ھەب تەييارلاپ ئالتە گىرامدىن ئىستېمال قىلدۇرغاي.

ھەببى سەكبىنەجنىڭ يەنە بىر نۇسخىسى سەكبىنەج، مازارىيون يوپۇرمقى، غارىقۇن، سېرىق ھېلىلىنىڭ ھەربىردىن 15 گىرامدىن، ئاسارۇن، رەۋەنچىنى، غاپەس ئۇسارىسى، سۇمبۇل، رۇمبەدىياننىڭ ھەربىردىن ئالتە گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ ھەب قىلىپ، ھەر قېتىمدا ئالتە گىرامدىن ئىستېمال قىلدۇرغاي. ھەسەل بىلەن مەجۇن قىلسا، 10 ~ 12 گىرامغىچە ئىستېمال قىلدۇرغاي.

قۇرسى شىبرىم بەرگەي.

نۇسخىسى سېرىق ھېلىلە، شىبرىمنى باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، سىركەنجۈبىل بىلەن يۇغۇرۇپ قۇرس قىلىپ ئىستېمال قىلدۇرغاي.

ئۇنىڭدىن كېيىن مۇددەبەر قىلىنغان مازارىيون يوپۇرمقى بىلەن بەدىيان رۇمنى باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، ھەب تەييارلاپ بەش گىرامدىن، بىمارنىڭ بەدەن قۇۋۋىتى زەئىپ بولسا ئۈچ گىرامدىن ئىستېمال قىلدۇرغاي.

تۆۋەندىكى ھەبنى تەييارلاپ بەرگەي:

نۇسخىسى ئەفسەنتىن سۇيى، سۇمبۇل، تۇربۇت، شىبرىم شىرنىسىنىڭ ھەربىردىن تۆت گىرامدىن، غارىقۇن، قىزىلگۈلدىن ئىككى گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، مارجان شوخلا سۇيى بىلەن يۇغۇرۇپ، مۇۋاپىق چوڭلۇقتا ھەب تەييارلاپ ئىستېمال قىلدۇرغاي.

تۆۋەندىكى ھەبنى تەييارلاپ بەرگەي:

نۇسخىسى كەمافتۇس ۋە رۇمبەدىيانىنى باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، ئاز مىقداردىكى مۇقەل، كەرەپشە سۇيى بىلەن ئېرىتىپ تالقانىنى قوشۇپ، يۇغۇرۇپ ھەب تەييارلاپ، ھەر قېتىمدا 3 ~ 5 گىرامغىچە ئىستېمال قىلدۇرغاي.

ھەببى مازارىيوننى ئىستېمال قىلدۇرغاي.

نۇسخىسى مۇددەبەر قىلىنغان مازارىيون يوپۇرمقى ۋە كۈشتە قىلىنغان قەلەيدىن 1.5 گىرامدىن، پەرپىيۇندىن 0.5 گىرام، نەمەك ھىندىدىن بىر گىرام ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ ھەب

قىلىپ، مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلدۇرغاي.

ھەببى غاريىقۇننى ئىستېمال قىلدۇرغاي.

نۇسخىسى غاريىقۇندىن 30 گىرام، غاپەس ئۇسارىسى، رەۋەنچىنىدىن ئالتە گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، ئاق قەنت ئېرىتمىسى بىلەن ھەب قىلىپ، ھەر قېتىمدا ئۇچ گىرامدىن ئىستېمال قىلدۇرغاي.

ئىستىفراغدىن كېيىن جىگەرنى قۇۋۇەتلەش، مىزاج بۇزۇلۇشنىڭ ئالدىنى ئېلىش ئۈچۈن تەرياقى بۇزرۇك، مەسرۇدىتۇس، ئاساناسىيا، مەجۇنى لوك قاتارلىقلارنى بەرگەي.

سۇيدۇكنى راۋان قىلىدىغان دورىلارنىڭ جىگەرگە بالدۇرراق يېتىپ بېرىشى ئۈچۈن، ئۇلارنى ناھايىتى يۇمشاق سوققاي. ئۇلار بەدىيان ئۇرۇقى، كەرەپشە ئۇرۇقى، جۇۋىنە، سۇمبۇل، ئېگىر، ئاسارۇن، ئەنجۇدان، پۇدىنە، ياۋا سەۋزە ئۇرۇقى، ھەليۇن، ھەرشىف قاتارلىقلاردىن ئىبارەت.

سۇيدۇك ھەيدەش ئۈچۈن مەستىكىدىن 30 گىرام، سۇمبۇلدىن بەش گىرام، مۇرچ، زەنجۇبىلدىن ئۈچ گىرامدىن ئېلىپ، دورىلارنىڭ مىقدارىدىكى شېكەر بىلەن سوقۇپ تالقان قىلىپ، ھەر قېتىمدا 6 ~ 10 گىرامغىچە كاپ ئەتكۈزگەي.

سېمىز توخۇ شورپىسىنى ئېچكۈزگەي. ئىسسىق قۇمغا كۆمۈپ ياكى ئىسسىق خۇمدان، تونۇردا ۋە كۈن نۇرى ئاستىدا ئولتۇرغۇزۇپ تەرلەتكەي. تەرلىنىشنىڭ ياخشى بولۇشى ئۈچۈن، چۈش ۋاقتىدا شامال ئۆتۈشمەيدىغان ئورۇنلاردا ئولتۇرغۇزغاي. كۈن نۇرىنىڭ ياخشى چۈشۈشى ئۈچۈن، بىمار ئولتۇرىدىغان ئورۇننى ئېگىزرەك قىلىپ تەييارلىغاي. يەنى بىمارنىڭ ئۇيان - بۇيان ھەركەت قىلىشىغا يول قويۇلمىغاي. مېڭىنى قوغداش ئۈچۈن، باشنى ئەدىيال بىلەن ئوراپ قويغاي. شۇ ئارقىلىق تەرلىتىپ بەدەندىكى ئارتۇق ھۆللۈكنى ئازايتقاي. قۇمغا كۆمۈلۈش جەريانىدا بەدەنگە قىزىق قۇم ياكى تۇز سېپىپ بەرسە ياخشى بولۇر. تەرلىنىپ بولغاندىن كېيىن، سىركىگە مۇۋاپىق مىقداردا ياغ ياكى قىزىل توغرىغۇ بىلەن تۇز ئارىلاشتۇرۇپ بەدەنگە سۈركىگەي.

تۆۋەندىكى زىماتلار ئىستىسقانىڭ ھەممە تۈرلىرىگە مەنپەئەت قىلىدۇ: ھۇماما، سۇمبۇل، تاغ كەرۋىياسى 30 گىرامدىن، مۇقەل، سۆرۈنجان، ئۇشەق، سۆئىدى، مىس كۇشتىسى، زەپەر 15 گىرامدىن، سەبرە، كۈندۇر، مۇرمەككى، ئۇد بىلسان، ئۇد ھىندى، ئەنبەر، لازەن 45 گىرامدىن، قېلىن دارچىن، قۇستە، ئاقىرقەرھا، مۇرمەككى، مىئەسائىلە، يۇمىلاق زىراۋەندە، ئىكلىلىمىلىك، ئىرىسا، قىسائۇل ھىمار، شەھمەنزەلىنىڭ ھەربىرىدىن 30 گىرامدىن، قەلەمپۇر، مەستىكى 21

گىرامدىن، قىزىلگۈل، كەپتەر مايىقىنى 60 گىرامدىن ئېلىپ، يېلىملارنى كونا شاراب بىلەن ئېرىتىپ، زەپەرنى سالايە قىلىپ، ئۈستىدىن ئارىلاشتۇرغاي. مۇڭاپىق مىقدارىدىكى موم، بان يېغى بىلەن ئېرىتكەي ھەمدە يېلىملارنىڭ ئېرىتمىسى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، باشقا دورىلاردىن سوقۇشقا تېگىشلىكلىرىنى سوقۇپ، يانجىشقا تېگىشلىكلىرىنى يانجىپ، ئېرىتمە بىلەن يۇغۇرۇپ، قورساق ساھەسىگە زىمات قىلغاي.

ئۆچكە مايىقىنى كىچىك بالىنىڭ سۈيدۈكى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ زىمات قىلغاي.

نارىدىن يېغى ياكى ئىت خەمكى يېغى بىلەن قورساقنى مايلىغاندىن كېيىن، بۆرە ئەرمىنى بىلەن نەمەك ھىنددىدىن مۇڭاپىق مىقدارىدا ئېلىپ قورساققا سۈركىگەي.

مەلۇم بولغايكى، قورساققا چۈشكەن سۇنىڭ مىقدارى زىيادە كۆپ بولسا، ساقىيىشى تەس بولۇر.

بەشىنچى باب يەللىك ئىستىسقا توغرىسىدا

ئالامىتى

بىمارنىڭ قورسىقى يوغىنار، كىندىكى پۈلتىيىپ چىقار. ئىستىسقائى زىققىگە ئوخشاش قورسىقى ئېغىر مەلۇم بولماس. قورساقنى قول بىلەن ئۇرغاندا خۇددى دۇمباققا ئوخشاش ئاۋاز چىقار. بىمار كېكىرىشنى ئارزۇ قىلار. كېكىرگەندىن كېيىن راھەت تاپار. تومۇرى ئاستا سوقار. سۈيدۈكى قىزىل بولۇر.

داۋالاش

ھارارەت يۇقىرى بولسا، كەرەپشە سۈيى، ھۆل بەدىيان سۈيىنى ئىچكۈزگەي. ئوغرىتىكەن، بابۇنە، ئىكلىلمىلىك قاتارلىقلاردىن مۇڭاپىق مىقدارىدا ئېلىپ، قاينىتىپ سۈيىنى ئىچكۈزگەي. سەندەل، ئۇدخام، لازەن، ئامىلە جەۋھىرى قاتارلىقلار بىلەن زىمات تەييارلاپ قورساق سەھەسىگە چاپقاي. سوغۇقلۇق غالىب بولسا، مائۇلئۇسۇل، پەندادىقۇن ياكى سەنجىرىنانى ئىستېمال قىلدۇرغاي. بۇ كېسەللىككە يەنە ئاچچىق بادام يېغى مەنپەئەت قىلار. سۈركە ۋە سۈيدۈكنى ھەيدەيدىغان دورىلار كۆپ ئىشلىتىلمەس. كۈندۇر، زىرە، جۇۋىننەنى چاينىاپ بېرىشكە بۇيرۇغاي. مەجۇنى ھەببۇلغار ئىستېمال قىلدۇرغاي (ئۇنىڭ نۇسخىسى قارابادىندا بايان قىلىندى). قوناق، تۇز، كېپەك قاتارلىقلاردىن مۇڭاپىق مىقدارىدا ئېلىپ ئېچىتىپ، قورساق ساھەسىگە چاپقاي

هەم ئوتلوُق لوكُقا قويغاي. توغرىغوُ، قوُروُق سوُزاپ يوپوُرمقى ۋە هەسەل قاتارلىقلاردىن زىمات تەييارلاپ قورساق ساهەسىگە چاپقاي. سوُزاپ يېغى بىلەن كىلىزما تەييارلاپ ئىشلەتكەي ۋە هەسەل بىلەن مەستىكى بەرگەي.

يەللەرنى تارقىتىش ئوُچوُن تۆۋەندىكى مەجوُننى تەييارلاپ بەرگەي:

نوُسخىسى سوُزاپ يوپوُرمقى، قوُروُق پىننە، كەرۋىيادىن يەتتە گىرامدىن ئېلىپ سوقوُپ، تاسقاپ، هەسەل بىلەن يوُغوُروُپ مەجوُن تەييارلاپ، هەر قېتىمدا ئالتە گىرامغىچە ئىستېمال قىلدوُرغاي. يەنە بېھى شەربىتى بىلەن يېگوُزسە ياخشى بولوُر.

تۆگە سوُتىگە سوُيدوُكىدىن ئاز مىقداردا قوشوُپ ئىچكوُزسە مەنپەئەت قىلار.

ئالتىنچى باب ئىستىسقائى لەهمى توغرىسىدا

سەۋەبى

1. ئىككىنچى هەزىم (جىگەر هەزمى)، ئوُچىنچى هەزىم (قان تومۇرلاردىكى هەزىم)نىڭ بوُزوُلوُشى ياكى زەئىپلىششى سەۋەبىدىن كېلىپ چىقار. بەزىدە بىرىنچى هەزىم (ئاشقازانىنىڭ هەزىم) نىڭ بوُزوُلوُشى سەۋەبىدىنموُ كېلىپ چىقار. جىگەر مىزاجى سوغوُقتىن بوُزوُلسا مەزكوُر هەزىملەرموُ بوُزوُلار. بوُ چاغدا ماددىلار قان تومۇر ۋە توقوُلمىلار ئارىسىدا يىغىلىپ قېلىپ ئىششىشنى كەلتوُرۇپ چىقرار (جىگەر مىزاجىنىڭ سوغوُقتىن بوُزوُلوُشى ئىلگىرىكى بابلاردا بايان قىلىندى).

2. ماددىلارنىڭ بەدەن سىرتىغا چىقىرىلىدىغان يوللىرى توسوُلوُش سەۋەبىدىن كېلىپ چىقار. يەنى توُرلوُك سەۋەبلەردىن بەدەنگە سوغوُق ئوُتوُش ياكى بەدەننىڭ ئىسسىقلىقى ئېشىش بىلەن ماددىلارنىڭ بەدەن سىرتىغا چىقىرىلىدىغان يوللىرى توسوُلوُپ قالسا، مەزكوُر ماددىلار توقوُلمىلار ئارىسىدا توختاپ قېلىپ، سوُلوُق ئىششقنى كەلتوُرۇپ چىقرار.

3. بەزىدە تال، ئوُپكە، بالىياتقوُ، بوُرەك قاتارلىق ئەزالاردىكى مەلوُم كېسەللىكلەر سەۋەبىدىن كېلىپ چىقار.

ئالامىتى

بىمارنىڭ يوُز ـ كوُزلىرى، پوُت ـ قوللىرى ئىششار. يەنى دەسلەپتە پوُتى ئىششىپ، ئوُنىڭدىن كېيىن قوللىرى ئىششار. ئېغىرلاشقاندا پوُتوُن ئەزالىرى ئىششار. بەدىننىى قول بىلەن

بېسىپ قويۇپ بەرسە، ئويمانلىشىپ بىرەمگىچە ئەسلىگە كەلمەس. بىمارنىڭ قورسىقى زىيادە ئىششىماس. تومۇرى كەڭ، دولقۇنلۇق سوقار.

داۋالاش

باشقا ئەزالارنىڭ شېرىكلىكىدىن كېلىپ چىققان بولسا، دەسلەپتە شۇ ئەزاغا ئىلاج قىلىنغاي. بۇۋاسىر ياكى ھەيز قېنى توختاپ قالغان سەۋەبتىن بولسا، قان ئېلىش ياخشىراقتۇر. ئەگەر بىمارنىڭ سۈيدۈكى قىزىل، قويۇق بولۇپ، ھارارەت سەۋەب بولسا، بۇ چاغدا قان ئالمىغاي. ئىستىسقائى زىققىدا ئىستىفراغ قىلىش، سۇرگە بېرىش ياخشى ئۇسۇل بولسىمۇ، دورا ئىچىش بىلەن قان ئېلىش بۇنىڭدىن ياخشىراقتۇر. ئەمما قىزىتما بولسا، قان ئېلىشقا بولماس. بۇنىڭدا يەنە قەي ۋە غار - غار قىلدۇرۇش ئارقىلىق مېڭىنى تازىلىغاي. ئىستىسقائى زىققىدا بايان قىلىنغان ھەببى رەۋەن، قۇرسى شىبرىمنى ئىستېمال قىلدۇرغاي. بۇنىڭغا ئايارەج پەيقرانى ئىستېمال قىلدۇرسا كۆپ مەنپەئەت قىلۇر. ئىستىسقائى زىققىدا بايان قىلىنغان سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىنى ئىستېمال قىلدۇرغاي.

ھەيز ماڭدۇرۇش ۋە بەل ئاغرىقىنى پەسەيتىش ئۈچۈن، ھەببى سەكبىنەج تەييارلاپ بەرگەي.

نۇسخىسى مەستىكى، سەبرە، ئادراسمان ئۇرۇقى، سېرىق ھېلىلە پوستىنىڭ ھەربىردىن ئالتە گىرامدىن، تۇربۇت، سەكبىنەجدىن 21 گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، مۇۋاپىق چوگىلۇقتا ھەب قىلىپ 6 ~ 10 گىرامغىچە ئىستېمال قىلدۇرغاي.

ھەببى بەھران يېگۈزگەي.

نۇسخىسى سەبرىدىن 36 گىرام، ئەفتىمۇندىن 18 گىرام، سوقمونىيادىن 12 گىرام، سۇمبۇل، قېلىن دارچىن، تۇربۇت، مەستەكىدىن ئالتە گىرامدىن، زەپەردىن تۆت گىرام، غارىقۇندىن 10 گىرام، ھۇمامادىن ئىككى گىرام ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، قائىدە بويىچە مۇۋاپىق چوگىلۇقتا ھەب قىلىپ 6 ~ 10 گىرامغىچە ئىستېمال قىلدۇرغاي.

ھەببى شىبرىمنى ئىستېمال قىلدۇرغاي.

نۇسخىسى شىبرىم يىلتىزى پوستىدىن يېرىم ھەسسە، تاتلىق بادام مېغىزىدىن ئۈچ ھەسسە، قەنتتىن ئۈچ ھەسسە ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، مۇۋاپىق چوگىلۇقتا ھەب تەييارلاپ قۇرۇتۇپ، 3 ~ 6 گىرامغىچە ئىستېمال قىلدۇرغاي.

سۈيدۈك ھەيدەش، توسالغۇلارنى ئېچىش ئۈچۈن، مۇھەممەد زەكەرىيا ئىجاد قىلغان قۇرسى

لوكنى تەييارلاپ بەرگەي.

نۇسخىسى لوك، رەۋەن 10 گىرامدىن، ئاسارۇن، زاپرۇەندە، جىنتىيانا، سۇمبۇل، مەستىكى، كەرەپشە ئۇرۇقى، جۇۋىنە، ئاچچىق بادام مېغىزى، ئاچچىق قۇستە، ئوردان، ئەفسەنتىن رۇمى، غاپەس ئۇسارىسىنىك ھەربىرىدىن ئالتە گىرامدىن، مۇرچ، زەنجىۋىلدىن ئۇچ گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، قائىدە بويىچە قۇرس تەييارلاپ. سايىدا قۇرۇتۇپ 3 ~ 5 گىرامغىچە ئىستېمال قىلدۇرغاي.

ئۇنىڭدىن باشقا، مۇھەممەد زىكىريا ئىجاد قىلغان داۋائى كۇركۇم، كەلكىلانەج، ئايارەج بۇزرۇك قاتارلىقلارنىك بۇ كېسەللىككە نىسبەتەن كۆپ پايدىسى بار. ئۆتكەنكى بابتا بايان قىلغىنىمىزدەك، ئاپتاپتا ئولتۇرغۇزۇپ، قىزىق قۇمغا كۆمگەي. يەڭگىل ھەربىكەت قىلدۇرۇپ، شۇ ئارقىلىق بەدەننىك ئەسلىي ھارارىتىنى يۇقىرى كۆتۈرگەي. ئىسسىق، يۇمشاق تۇپراق ۋە قۇمدا ياللاڭ ئاياغ مېڭىپ بېرىشكە بۇيرىغاي. چۈنكى، بۇ تەدبىرلەر بەدەندىكى ئارتۇق ھۆللۇكنى ئازايتىپ، بەدەننىك ئەسلىي ھارارىتىنىك يۇقىرى كۆتۈرۈلۈشىگە ياردەم بېرىدۇ. گۈڭگۈرت، زاك، زەمچە قاتارلىق مەدەنلەرنىك كانلىرىدا يېغىلغان سۇلاردا ئولتۇرغۇزغاي. ئىمكانىيەت بولسا، دەريا سۈيىگە چۆمۈلدۈرگەي. تېپىلمسا، سۇغا مۇۋاپىق مىقداردا تۇز تۆكۈپ ئېرىتىپ ئاپتاپتا قويۇپ، ئىسسىغاندىن كېيىن شۇ سۇدا ئولتۇرغۇزغاي.

ئۇنىڭدىن باشقا، تۆۋەندىكى زىماتلارنى چېپىپ بەرسىمۇ ياخشى مەنپەئەت قىلۇر. بۇنىڭ ئۈچۈن، يۇھەننا سەراپىيۇننىڭ تۆۋەندىكى زىماتىنى بىمارنىڭ قورسىقىغا چاپلاي:

نۇسخىسى بۆرە ئەرمىنى، راتىيانەج، كالىنىڭ چاۋا يېغى، ئوشەق، كۇندۇر قاتارلىقلارنى مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، كالىنىڭ چاۋا يېغىنى ئېرىتىپ، قالغان دورىلارنى سوقۇپ، تاسقاپ، ياغ بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ جىگەر ساھەسىگە چاپلاي.

يۇھەننا سەراپىيۇننىڭ ئېيتىشچە، قۇلۇلىنىڭ قارنىنى يېرىپ، بىمارنىڭ قورساق ساھەسىگە ئۆزى چۈشۈپ كەتكىچە تاڭسا، قورساقتىكى ئارتۇق ھۆللۈكنى سۈمۈرىدىكەن. بۇ تەدبىر ئىستىسقائى زىققى ئۈچۈن قوللىنىلسىمۇ كۆپ پايدىسى بولىدىكەن.

يەنە يۇھەننا سەراپىيۇننىڭ تۆۋەندىكى زىماتىنى تەييارلاپ، قورساق ساھەسىگە چاپلاي:

نۇسخىسى ئوشەق 54 گىرام، مىئەسائىلە، تاتلىق چۈچۈكبۇيا يىلتىزى، زەپەر، ئاقىرقەرھا، قەردەمانە، ھۇماما 30 گىرامدىن، سەبرە 60 گىرام، راتىيانەج 33 گىرام، زەمچە، بۆرە ئەرمىنى، كۇندۇر، كەپە يىلتىزىنىك ھەربىرىدىن 10 گىرامدىن ئېلىپ، يېلىملارنى مۇۋاپىق مىقداردىكى شارابتا ئېرىتىپ، ئۇستىدىن زەپەرنى سالايە قىلىپ ئارىلاشتۇرۇپ، يەنە سېرىق

مومدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، ناردىن يېغى بىلەن ئېرىتىپ يۇقىرىدىكى ئېرىتمە بىلەن ئارىلاشتۇرغاي. قالغان دورىلارنى سوقۇپ، تاسقاپ، مەزكۇر ئېرىتمە بىلەن يۇغۇرۇپ، تال يوپۇرمىقىغا سۈركەپ، جىگەر ساھەسىگە چاپلاي. جىگەردە ياللۇغ بولسا، بۇ زىماتقا ئۆردەك يېغى، كالىنىڭ چاۋا يېغى، ئۆچكە مايىقى، كىچىك بالىنىڭ سۆيدۈكى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ چاپلاي.

غىزاسىغا ئارپا ئۇنى، بەدىيان، زىرە، جۇۋىنە، كەرەپشە ئۇرۇقى، رۇمبەدىيان قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا قوشۇپ، دېۋەز نان (كېپىكى ئايرىلمىغان ئۇن بىلەن يېقىلغان نان) تەييارلاپ بەرگەي. كەكلىك، قىرغاۋۇل، تورۇلغا، چىخ توخۇسى قاتارلىقلارنىڭ گۆشىنى دارچىن، مۇرچ، زىرە، نوقۇت، كۆدە قاتارلىقلار بىلەن پىشۇرۇپ يېگۈزگەي. مۇۋاپىق مىقداردا پىستە يېغى ئىستېمال قىلدۇرغاي.

ئون تۆتىنچى بۆلۈم ھەرخىل ئىچ سۈرۈش توغرىسىدا

بىرىنچى باب مېڭە مەنبەلىك ئىچ سۈرۈش توغرىسىدا

سەۋەبى

بۇ، مېڭىدىن چۈشكەن نەزلە سۈيۇقلۇقنىڭ سەۋەبىدىن كېلىپ چىقار. يەنى نەزلە سۈيۇقلۇقى ئۆپكىگە چۈشسە ئۆپكە يالليۇغنى كەلتۈرۈپ چىقرار. يۆتەلدۈرۈپ سىلغا سەۋەب بولۇر. قىزىلئۆڭگەچ، ئاشقازان ئارقىلىق ئۇچەيلەرگە كەلسە، نەزلە خاراكتېرلىك ئىچ سۈرۈشنى كەلتۈرۈپ چىقرار. نەزلىنىڭ تەبىئىتى ئىسسىق بولسا ئۇچەيلەرنى غىدىقلاپ، ئۇچەي يارىسىغا سەۋەبچى بولۇر. قانلىق ئىچ سۈرەر.

ئالامىتى

ئەتىگەن ئورنىدىن قوپقاندا تەكرار تەرەت قىستار. شۇ ۋاقىت ئۆتكەندىن كېيىن، بۇ ھالەت يېنىكلەر.

داۋالاش

باشتىن ئاشقازانغا چۈشكەن خىلىتنى تازىلاش ئۈچۈن، ئەتىگەندە قەي قىلدۇرغاي. تەكىنى ئېگىز قويۇپ ئوكىدا ئۇخلاشقا بۇيرىغاي. نەزلىنى توختىتىش رولى بولغان دورىلارنى بەرگەي ھەم مېڭىنى قۇۋۇتلەشكە چارە قوللانغاي. ئەمما ئىچ سۈرۈشنى توختىتىدىغان تەدبىرلەرنى قىلمىغاي. كېسەللىك ماددىسى ئاشقازان ئېغىزىدا بولسا قەي قىلدۇرۇپ تازىلىغاي. ئاشقازانىنىڭ تۆۋەن قىسمىدا ياكى ئۇچەيلەرگە چۈشكەن بولسا، ماددىنى قوزغىتىشقا چارە قىلغاي. نەزلىنى توختىتىدىغان چارە ـ تەدبىرلەرنى قىلغاي. بۇنىڭ ئۈچۈن مۇناسىۋەتلىك دورىلارنى پۇراتقاي

هەم مۇناسىۋەتلىك دورىلاردا غار - غار قىلدۇرۇش بىلەن بىرگە باشنى تاراپ بەرگەي. باشنىڭ ئالدى قىسمىنى قاشلاپ بەرگەي. يىرىڭ رەخت بىلەن باش تېرىسىنى سۈركەپ بەرگەي ھەم چۈشكۈرتكەي. مېڭىگە مېڭىنى قۇۋۇۋەتلەش رولى بولغان زىماتلارنى چاپقاي. بىمارنىڭ پۇت ۋە قوللىرىنى ئۇۋۇلاپ بەرگەي.

ھەببى سەبرە، ئايارەج پەيقىرا، ھەببى قوقىيا قاتارلىقلارنى ئىستېمال قىلدۇرۇپ ماددىنى ئىستىفراغ قىلغاي. ئۇنىڭدىن كېيىن تۆۋەندىكى ئىستىفراغنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى يېسسىمۇق، قىزىلگۈل، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى قاتارلىقلارنى باراۋەر مىقدارداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقدارداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ، تەمى چىققاندىن كېيىن سىركەنجۇبىل سالدە بىلەن زەپەردىن مۇۋاپىق مىقدارداردا ئارىلاشتۇرۇپ غار - غار قىلدۇرغاي. ئەفسەنتىننى قاينىتىپ مۇۋاپىق مىقدارداردا سىركەنجۇبىلنى ئارىلاشتۇرۇپ غار - غار قىلسىمۇ بولۇر. سىركە، گۈلاب، يۇمغاقسۇت يوپۇرمىقى سۇيى قاتارلىقلارنى مۇۋاپىق مىقدارداردا ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ غار - غار قىلدۇرغاي. سۇمبۇل، يۇمغاقسۇت يوپۇرمىقى، سېمىزئوت يوپۇرمىقى، يېسسىمۇق قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقدارداردا ئېلىپ، ھۆل بولسا سىقىپ سۇيىنى چىقارغاي، قۇرۇق بولسا سۇغا چىلاپ تەمىنى چىقىرىپ، ئاز مىقدارداردا گۈلاب ئارىلاشتۇرۇپ غار - غار قىلسا كۆپ شىپا بولۇر. نەزلىنى توختىتىش، مېڭىنى قۇۋۇۋەتلەش ئۈچۈن، كەچتە ئۇخلاشتىن بۇرۇن خەشخاش شەربىتىدىن ئىككى قوشۇق بەرگەي. خەشخاش شەربىتىنى ئوتتىن چۈشۈرۈشتىن بۇرۇن، ئاقاقىيا، تېكە ساقىلى ئۆسۈملۈكى سۇيى، سۇماق سۇيى، ئانار گۈلى سۇيى، كەتىرا، زەپەر قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقدارداردا قوشۇلسىمۇ بولۇر. ئادەتتە 500 مىللىلىتىر خەشخاش شەربىتىگە مەزكۇر دورىلاردىن 18 نوقۇت چوڭلۇقىدا قوشۇلار. خەشخاش شەربىتىنىڭ نۇسخىسى زۇكام ۋە نەزلىنىڭ بابىدا سۆزلەندى.

نەزلە سۇيۇقلۇقىنىڭ قايتا قۇيۇلۇشىنىڭ ئالدىنى ئېلىش ئۈچۈن، قۇرسى خەشخاشنى ئىستېمال قىلدۇرغاي.

نۇسخىسى قىزىلگۈل، ئەرەب يېلىمى 12 گىرامدىن، ئاق خەشخاش ئۇرۇقى، قارا خەشخاش ئۇرۇقى 10 گىرامدىن، رۇببىسۇس، نىشاستە، كەتىرا ئالتە گىرامدىن، زەپەردىن ئىككى گىرام ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، مۇۋاپىق چوڭلۇقتا قۇرس قىلىپ سايىدا قۇرۇتۇپ، ھەر قېتىمدا ئالتە گىرامدىن ئىستېمال قىلدۇرغاي.

مېڭىنىڭ مىزاجى ئىسسىق بولسا تۆۋەندىكى زىماتنى چاپقاي:

نۇسخىسى قىزىل سەندەل، فۇپەل، ئاقاقىيا، شىيافى مامىيسا، تىنى قىيمۇلىيا، گۈل ئەرمىنى، ئاقلانغان يېسسىمۇق، زەپەر، رۇسۇت قاتارلىقلارنى باراۋەر مىقدارداردا ئېلىپ چالا سوقۇپ، يۇمغاقسۇت يوپۇرمىقى سۇيى، سېمىزئوت يوپۇرمىقى سۇيى قاتارلىقلار بىلەن يۇغۇرۇپ

زىمات تەييارلاپ، مېڭە ساھەسىگە چاپقاي. سىركە پۇرىتىلسا مېڭىنى قۇۋۇتلەش بىلەن بىرلىكتە ئىچ سۈرۈشنى توختىتار ھەم مۇۋاپىق مىقداردا سوغۇق سۇ ئىچكۈزگەي. مېڭىنىڭ سوغۇقلۇقى ئېشىپ كېتىشىنىڭ ئالدى ئېغىر ئۈيقۇ ۋە ئىسسىقتىن بولغان مېڭە يالليۇغىنىڭ ئالدى بىلەن ئوخشاشتۇر. مەزكۇر كېسەللەرنىڭ ئالدى يۇقىرىدىكى بابلاردا بايان قىلىندى. بۇنىڭدا چاچنى پات - پات چۈشۈرۈپ بەرگەي. تېنىنى قېيمۇلىيانى سىركە ۋە كالا ئۆتى بىلەن مەلھەم قىلىپ باشقا چاپقاي. ئۇنىڭدىن كېيىن قىزىلچىنىڭ سۈيىنى سىقىپ چىقىرىپ، ئۇنىڭغا ئازراق تۇز قوشۇپ ئېرىتىپ، ئۇنىڭ بىلەن باشنى يۇيۇپ بەرگەي. كۈندۈر، قۇستە، كۆيدۈرۈلگەن لازەن قاتارلىقلاردىن مەلھەم تەييارلاپ باشقا سۈركەپ بەرگەي. سىيادانىي قورۇپ پۇراپ بەرگەي. ئىكلىلمىلىك بىلەن بابۇنىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، سۇ بىلەن قاينىتىپ، سۈيى بىلەن بىمارنىڭ بېشىنى يۇيۇپ بەرگەي.

ئىككىنچى باب ئۆت مەنبەلىك ئىچ سۈرۈش توغرىسىدا

سەۋەبى

بۇ كېسەللىك مەلۇم سەۋەبلەردىن ئۇچەيگەن كېلىدىغان ئۆت سۇيۇقلۇقىنىڭ ئېشىپ كېتىشى سەۋەبىدىن كېلىپ چىقار. بۇ چاغدا ئۆت سۇيۇقلۇقى ئۇچەيلەرنى غدىقلاپ، ئۇچەينىڭ لۆمۈلدەش ھەرىكىتىنى ئاشۇرۇپ، ئىچ سۈرۈشنى كەلتۈرۈپ چىقرار.

ئالامىتى

سەپرادىن بولغان قىزىتمىدىن كېيىن يۈز بېرەر. يەنى بىمارنىڭ ئېغىزى ئاچچىق بولۇپ، ئۇسسۇزلۇقى كۆپ بولۇر. چوڭ تەرەتنىڭ رەڭگى سېرىق بولۇپ، مەقئەتنى ئېچىشتۇرار. ئۇنىڭدىن باشقا، بەدەندە سەپرانىڭ ئېشىپ كەتكەنلىكىگە ئالاقدار بولغان ئالامەتلەر كۆرۈلەر.

داۋالاش

سەپرا ماددىسىنىڭ كۆپ ئىكەنلىكى بايقالسا، ئىلگىرىكى بابلاردا بايان قىلىنغان مەتبۇخى تەمرى ھىندى بىلەن مەتبۇخى ھېلىلە زەردنى ئىچكۈزگەي. ئىچ سۈرۈشنى توختىتىش ئۈچۈن، مۇناسىۋەتلىك تەدبىرلەرنى قوللانغاي. بۇنىڭ ئۈچۈن، قۇرسى تاباشىر، تاش قازاندا قاينىتىلغان دوغاپنى ئىستېمال قىلدۇرغاي. ئارپا ئېشىنى ئىچكۈزگەي. ئارپا ئېشىغا ئانار ئۇرۇقى تالقىنىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ، ئىچكۈزسە تېخىمۇ ياخشى بولۇر. ئارپا بىلەن كۆكنار ئۇرۇقىدىن

مۇۋاپىق مقداردا ئېلىپ، سۇيىنى سقىپ چىقىرىپ ئىچكۈزسە، ئىچ سۇرۇشنى توختىتار. بۇغداي ئۇننىنىڭ كېپىكىنى يۇمشاق سوقۇپ، تۆمۇر بىلەن داغمالانغان دوغاپ بىلەن ئىچكۈزسە ياخشى مەنپەئەت قىلار. يەنە كالا گۆشىنى كېپەك بىلەن پىشۇرۇپ يېگۈزگەي.

سۇفۇپى ھەببى رۇممانىنى ئىستېمال قىلدۇرغاي.

نۇسخىسى قۇرۇلغان ئانار ئۇرۇقىدىن 150 گىرام، سۇماق، ئانارگۈلى 45 گىرامدىن، يۇلغۇن مېۋىسى، خەرنۇب نەبتىنىڭ ھەربىردىن 30 گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ سۇفۇپ قىلىپ، 6 ~ 10 گىرامغىچە كاپ ئەتكەي.

قۇرسى تاباشىرنى ئىستېمال قىلدۇرغاي.

نۇسخىسى قىزىلگۈل، قورۇلغان ئەرەب يېلىمى، گىل ئەرمىنى، جۇپتى بەللۇت، تاباشىر 15 گىرامدىن، ھەببۇلئاس، قورۇلغان نىشاستىدىن 12 گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، ھەر قېتىمدا 5 ~ 10 گىرامغىچە ئىستېمال قىلدۇرغاي.

قۇرسى تاباشىرنىڭ يەنە بىر نۇسخىسى قىزىلگۈل 24 گىرام، قورۇلغان ئەرەب يېلىمى، قورۇلغان نىشاستە، تاباشىر 12 گىرامدىن، بادرەڭ ئۇرۇقىدىن 10 گىرام ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ سۇفۇپ تەييارلاپ، ھەر قېتىمدا 10 گىرامدىن كاپ ئەتكەي.

غىزاسىغا سۇماق، زىرىق، غورا سۇيى ئارىلاشتۇرۇپ بەرگەي. ئۇسسۇزلۇقىغا بېھى شەربىتى ياكى ياۋا ئالما (رىۋاج) شەربىتىنى ئىچكۈزگەي.

تۆۋەندىكى زىماتنى بىمارنىڭ ئاشقازىنىغا چاپلاي:

نۇسخىسى قىزىل سەندەل، ئاق سەندەل، فۇپەل، قىزىلگۈل، موزا، گىل ئەرمىنى، ئاقاقىيا، ئامىلە جەۋھىرى، رامەك قاتارلىقلارنى مۇۋاپىق مقداردا ئېلىپ چالا سوقۇپ، گۈلاب، ھەببۇلئاس يوپۇرمىقى سۇيى، بېھى سۇيى قاتارلىقلار بىلەن يۇغۇرۇپ ئاشقازان ساھەسىگە چاپلاي.

ئۈچىنچى باب جىگەر مەنبەلىك ئىچ سۇرۇش توغرىسىدا

بۇ، جىگەر سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇشتىن ئىبارەتتۇر.

سەۋەبى

تۆۋەندىكىدەك ئۈچ خىل سەۋەبتىن كېلىپ چىقار.

1. مەلۇم سەۋەبتىن جىگەر مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشى، جىگەرنىڭ ياللۇغلىنىشى ياكى جىگەردە توسالغۇ پەيدا بولۇش سەۋەبىدىن جىگەرنىڭ قۇۋۋىتى جازىبەسى بۇزۇلۇش سەۋەبىدىن كېلىپ چىقار. بۇ چاغدا جىگەر كەيلۇسنى ئاشقازاندىن ياخشى قوبۇل قىلىپ ئالالماس ياكى كەيلۇس ياخشى ھەزىم بولماي تۇرۇپ ئۇچەيگە ئۆتۈپ ئىچ سۇرۇشنى كەلتۈرۈپ چىقرار.

2. جىگەرنىڭ قۇۋۋىتى ھازىمەسى بىلەن قۇۋۋىتى داپئەسىنىڭ زەئىپلىشىدىن كېلىپ چىقار. بۇ چاغدىمۇ كەيلۇس ياخشى ھەزىم بولماس، كەيلۇس ماسارىقا تومۇرى ئارقىلىق ئۇچەيگە چۈشۈپ ئىچ سۇرۇشنى كەلتۈرۈپ چىقرار. جىگەرنىڭ قۇۋۋىتى ھازىمەسى، قۇۋۋىتى داپئەسى ۋە قۇۋۋىتى ماسكەسىدىن ئۇچ خىل كۈچ بىراقلا زەئىپلەشسە، ئىچ سۇرۇش ئېغىرراق بولۇر.

جىگەر ھەزىم قۇۋۋىتىنىڭ زەئىپلىشىشى ئۇنىڭ مىزاجىنىڭ ھۆل سوغۇقتىن بۇزۇلۇشىدىن كېلىپ چىقار.

3. قاتتىق يىقىلىش، تاياق يېيىشكە ئوخشاش ئېغىر ھادىسىلەر سەۋەبىدىن قان تومۇرلارنىڭ يېرىلىشى، جىگەر توسالغۇسىنىڭ مەلۇم سەۋەبتىن ئېچىلىشى، جىگەرگە چىققان يارىنىڭ ئېغىز ئېلىشى قاتارلىقلار بىلەن تۆۋەنگە سىرغىغان ماددىلار ئۇچەيگە كېلىپ ئىچ سۇرۇشنى كەلتۈرۈپ چىقرار. بۇ چاغدا بىمارنىڭ چوڭ تەرىتىدە قان ھەم يىرىڭ بولۇر. بەزىدە چوڭ تەرەت شارابنىڭ لېيدەك كېلۇر.

بەزىدە جىگەر مىزاجىنىڭ ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشى، خىلىتلارنىڭ كۆيۈشى، سەۋدا، تال سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇشتىمۇ چوڭ تەرەت قارا كېلۇر. بۇ چاغدا چوڭ تەرەت قاتتىق، پۇراقلىق بولۇر.

ئالامىتى

ئىچ سۇرۇش جىگەرنىڭ تارتىش كۈچىنىڭ ئاجىزلىقىدىن كېلىپ چىققان بولسا، تەرەتتە كەيلۇس بولۇر. يەنى تولۇق ھەزىم بولمىغان ماددىلار بولۇپ، تەرەت ئاق، سۇيۇق بولۇر. تەرەتنىڭ سۇيۇق بولۇشى تاۋامنىڭ تولۇق ھەزىم بولمىغانلىقىنى، جىگەرنىڭ سۇيۇقلۇقنى سۈمۈرەلمىگەنلىكىنى بىلدۈرەر. جىگەرنىڭ تۈتۈپ تۇرغۇچى قۇۋۋىتىنىڭ ئاجىزلىقىدىن كېلىپ چىققان بولسا، چوڭ تەرەتنىڭ مىقدارى كۆپ بولۇر. تەرەتنىڭ بېسىمى بولماس، تەرەت توختاپ - توختاپ كېلۇر. ئەگەر تۇرۇپ تۇرغۇچى قۇۋۋەت بىلەن ئىتتىرىپ چىقارغۇچى قۇۋۋەت تەڭلا ئاجىزلاشسا، چوڭ تەرەتنىڭ مىقدارى ئاز، قېتىم سانى كۆپ بولۇر. ئىچ سۇرۇش جىگەر ھەزىم

قۇۋۇتتىنىڭ زەئىپلىكىدىن كېلىپ چىققان بولسا، چوڭ تەرەت گۆش يوغان سۇدەك كېلىدۇر. ئاشقازانىنىڭ ھەزىم قۇۋۇتى زەئىپلەشكەن بولسا، چوڭ تەرەتتە تولۇق ھەزىم بولمىغان يېمەكلىك قالدۇقلىرى بولۇر. بۇ قۇۋۇتىنىڭ زەئىپلىشىشىگە توسۇلۇش يېكى يالۇغ سەۋەب بولغان بولسا، شۇنىڭغا مۇناسىۋەتلىك ئالامەتلەر كۆرۈلەر.

مەلۇم بولغايكى، چوڭ تەرەتنىڭ دەسلەپتە سۇدەك، ئارقىدىن مەلھەمدەك يېكى سۈيۇق، گۆش يۇغان سۇنىڭ رەڭگىدە كېلىشى خەتەرلىكتۇر.

بۇقرات: «چوڭ تەرەت دەسلەپتە سۇدەك، ئارقىدىن مەلھەمدەك كەلسە يامانۇر. يەنە شۇنىڭدەك ئىستىسقادىن كېيىن ئېچ سۇرسە، بولۇپمۇ جىگەر يالۇغىدىن بولغان ئىستىسقادىن كېيىن ئېچ سۇرسە يامانۇر» دېگەن.

ئۇچەي يارىسىدىن كېيىن كۆپ ھاللاردا ئىستىسقا كېلىپ چىقار.

چوڭ تەرەتنىڭ قارا كېلىشى خىلتىنىڭ كۆيگەنلىكىنى بىلدۈرىدىغان بولۇپ، بۇ، تەبىئەت كۇچىنىڭ ئېشىپ، كېسەللىكنىڭ ياخشىلىنىشقا يۈزلەنگەنلىكىنى كۆرسىتەر.

داۋالاش

ئېچ سۇرۇش جىگەر ئاجىزلىقىدىن كېلىپ چىققان بولسا، بۇ ئاجىزلىقنىڭ نېمە سەۋەبتىن كېلىپ چىققانلىقىغا قارىغاي. يەنى ئۇنىڭ ماددىلارنىڭ جىگەردە يىغىلىپ قېلىشى يېكى جىگەرنىڭ يالۇغلىنىشى يېكى جىگەردە توسۇلۇش پەيدا بولۇشى يېكى جىگەر مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشىدىن كېلىپ چىققانلىقىنى ئېنىقلىغاي. سەۋەب ئېنىقلانغاندىن كېيىن، سەۋەبىگە قارىتا ماس ھالدىكى ئىلاجلارنى تاللاپ قىلغاي. چۈنكى شۇنداق قىلغاندىلا ئاللانىڭ ئىزنى بىلەن شىپالىق تاپقىلى بولۇر. مەزكۇر سەۋەبلەردە كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر يۇقىرىدا بايان قىلىندى.

ئېچ سۇرۇش جىگەر يالۇغى يېكى جىگەردە توسۇلۇش پەيدا بولغانلىقتىن كېلىپ چىققان بولسا، قابىز دورىلارنى ئىشلىتىش چوڭ خاتالىق بولۇپ ھېسابلىنىدۇ. چۈنكى قابىز دورىلار قان تومۇرلارنى قورۇپ، توسالغۇ پەيدا قىلۇر. شۇنىڭ بىلەن بىر ۋاقىتتا جىگەردىكى يالۇغنىڭ قېتىۋېلىشىغا سەۋەبچى بولۇر. قابىز زىماتلارنى ئىشلەتسەمۇ ئوخشاشلا كېسەللىكنى ئېغىرلاشتۇرۇپ، بەدەننىڭ ئەسلىي ھارارىتىنى زەئىپلەشتۇرەر. بۇنىڭدىكى توغرا ئۇسۇل شۇكى، توسالغۇلارنى ئېچىش، يالۇغ قايتۇرۇش يولى بولغان دورىلارنى ئىشلىتىشتىن ئىبارەتتۇر. جىگەردە توسۇلۇش بولغان بىمارنىڭ قەي قىلىشى پايدىلىقتۇر. يەنە بىمارغا تائامنى ئاز - ئازدىن بەرگەي ھەم تەرلەتكەي. ئارقىدىن توسالغۇلارنى ئېچىش رولى بولغان مەجۇنى فۇدىنەجگە

ئوخشاش دورىلارنى بەرگەي. مەزكۇر مەجۇننى تائامدىن بۇرۇن بەش گىرام، تائامدىن كېيىن ئىككى گىرام بەرگەي. تائام ھەزىم بولۇشقا باشلىغاندا كونا شاراب ئىچسە مەنپەئىەت قىلار. يەنە يىرىك رەخت بىلەن بىمارنىڭ بەدەنلىرىنى سۈرتۈپ بەرگەي. ئىستىفراغ تەدبىرلىرىنى قوللانغاندىن كېيىن بىمار ئورۇقلسا ئەنسىرەشنىڭ ھاجىتى يوق، چۈنكى كېسەللىك ماددىسى تازىلىنىپ، قان تومۇرلاردىكى توسالغۇلار ئېچىلسا، ئوزۇقلۇق ماددىلار ئەزالارغا ياخشى يېتىپ بارالسا، بەدەن كۆچيىپ يەنە سەمرەر.

بىمارنىڭ چوڭ تەرىتى گۆش يۇغان سۇدەك كەلسە يۇقىرىدىكى چارىلەرنى قوللانمغاي، چۈنكى ئۇنى جىگەر ھەزىم قىلالماس، بەلكى ئارپا ئېشى تەييارلاپ كۈنىگە 2 ~ 3 قېتىم ئىچكۈزگەي. ئۇنى ھەزىم قىلالمسا پالۇدە (بىر خىل يېمەكلىك) تەييارلاپ بەرگەي. ئارپىنى مۇۋاپىق مقداردىكى سۇ بىلەن پىشۇرۇپ، ئۇنىڭغا قورۇپ تالقان قىلىنغان ياۋا سەۋزە ئۇرۇقىنى ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم تەييارلاپ، جىگەر ئەتراپىغا چاپلاي. بەزى تېۋىپلار ئۇزۇم ئۇرۇقى چوڭ تەرەتىنىڭ گۆش يۇغان سۇدەك كېلىشىگە مەنپەئەت قىلۇر، دېگەن. ئىبن سىنا ئۇنى مۇئەييەنلەشتۇرۇپ «مەنمۇ مەزكۇر ئۇسۇل (ئۇزۇم ئۇرۇقىنى ئىستېمال قىلدۇرشنى دېمەكچى)نى سىناپ كۆرۈپ ئۇنۇمنىڭ ياخشى ئىكەنلىكىنى بايقىدىم» دېگەن.

تۆۋەندىكى سۇفۇپنى ئىستېمال قىلدۇرغاي. ئۇ، جىگەر مەنبەلىك ئىچ سۇرۇشكە ئالاھىدە ياخشى مەنپەئەت قىلۇر.

نۇسخىسى قىزىلگۈل 18 گىرام، زىرىق، يۇيۇلغان لوك 10 گىرامدىن، ئوردان، تاباشىر، ئاق سەندەل، ئەرەب يېلىمى، نىشاستە ئالتە گىرامدىن، رەۋەن تۆت گىرام، كاۋا ئۇرۇقى مېغىزى 10 گىرام، زەپەردىن ئۇچ گىرام ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ سۇفۇپ تەييارلاپ، تۆمۇر بىلەن داغماللانغان دوغاپ بىلەن بىرلىكتە ئالتە گىرامدىن كاپ ئەتكەي.

كېسەللىك ئۇزۇنغا سوزۇلسا ئۇچەيدە يارا پەيدا بولۇش خەۋپى بولۇر. بۇ چاغدا قابىز دورىلارنى بەرمەي بولماس، ماددىنى يۇمشىتىش رولى بولغان دورىلارنى بەرگەي. بۇنىڭ ئۇچۇن تۆۋەندىكى سۇفۇپنى ئىستېمال قىلدۇرغاي.

نۇسخىسى ئاق لەيلى ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزىدىن 15 گىرامدىن، نىشاستە، ئەرەب يېلىمىدىن 30 گىرامدىن ئېلىپ، ئوتتا قورۇغاندىن كېيىن سوقۇپ، تاسقاپ، ئۇنىڭغا 30 گىرام گىل ئەرمىنى تالقىنى قوشۇپ، ھەببۇلئاس شەربىتى بىلەن بىرلىكتە 10 گىرامدىن كاپ ئەتكەي. ئاق لەيلى ئۇرۇقى، ئىسپىغۇل، خۇببازى ئۇرۇقى، رەيھان ئۇرۇقى قاتارلىقلاردىن باراۋەر مقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مقداردا گۈل يېغى ئارىلاشتۇرۇپ، ھەر قېتىمدا 10 گىرامدىن ئىستېمال

قىلدۇرغاي.

كېسەللىك جىگەرنىڭ قۇۋۇتىنى جازىبەسى ئاجىزلىغاندىن كېيىن بولسا، مەجۇنى پەلاپىلى، مەجۇنى پۇدىنەج، كونا ئۈزۈم شىرنىسىگە ئوخشاش تەبئىتى ئىسسىق بولغان دورىلارنى ئىستېمال قىلدۇرغاي.

جىگەرنىڭ قۇۋۇتىنى جازىبەسىنى كۈچەيتىش ئۈچۈن، تۆۋەندىكى زىماتنى تەييارلاپ ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى قېلىن دارچىن، سۇمبۇل، زەپەرنىڭ ھەربىردىن 10 گىرامدىن، قەسبۇزەربىرە، ئۇد بىلسان، سەئدى، كەرەپشە ئۇرۇقى، ئىزخىرنىڭ ھەربىردىن 15 گىرامدىن، جويۇز بەش دانە، قاقىلە، قەلەمپۇر، بەدىيان رۇمى، بەسباسە، كۈندۇر، ئۆشنە، لازمن ئالتە گىرامدىن، كەرۋىيا دەشتى، ئاملە جەۋھىرى، دارشىشئان 10 گىرامدىن، جۇۋىنە 12 گىرام، ئۇرۇقىدىن ئايرىلغان ئۈزۈمدىن 90 گىرام ئېلىپ، سوقۇپ تاسقاپ، بېھى سۇيى، ئۈزۈم شىرنىسى قاتارلىقلار بىلەن يۇغۇرۇپ مەجۇن قىلىپ، ھەر قېتىمدا 12 گىرامدىن ئىستېمال قىلدۇرغاي.

غىزاغا ئاسان ھەزىم بولىدىغان يېمەكلىكلەرنى تەييارلاپ قىچقا ئوخشاش ئىسسىق تەبىئەتلىك نەرسىلەرنى ئارىلاشتۇرۇپ ئىستېمال قىلدۇرغاي.

جىگەرنىڭ قۇۋۇتىنى جازىبەسىنىڭ ئاجىزلىقى مىزاجىنىڭ ئىسسىقتىن بۇزۇلغانلىق سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، ئىلگىرى مۇناسىۋەتلىك بابلاردا بايان قىلىنغان دورىلار بىلەن ئىلاج قىلغاي.

ئىچ سۇرۇش جىگەرنىڭ قۇۋۇتىنى ماسكەسى ئاجىزلىق سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، بۇ قۇۋۇەت كۆپ ھاللاردا جىگەر مىزاجىنىڭ ھۆل سوغۇقتىن بۇزۇلۇشىدىن كېلىپ چىقار. بۇ چاغدا تۆۋەندىكىدەك ئىلاجنى قىلغاي: قىزىلگۈل، ئانارگۈلى 15 گىرامدىن، سۇمبۇل 21 گىرام، مەستىكى 10 گىرام، زەپەر، ئىزخىردىن 12 گىرامدىن ئېلىپ، سوقۇپ، تاسقاپ، بېھى ياكى ئالمىنىڭ قىيامى بىلەن يۇغۇرۇپ، ھەر قېتىمدا ئالتە گىرامدىن ئىستېمال قىلدۇرغاي.

غىزاسىغا كەكلىك، تورۇلغا، چىخ توخۇسى، قىرغاۋۇل، قۇشقاچ قاتارلىقلارنىڭ گۆشلىرى بىلەن يېمەكلىك تەييارلاپ يېگەي.

تۆۋەندىكى زىماتنى جىگەر ساھەسىگە چاپقاي:

نۇسخىسى مۇرمەككى، كۈندۇر، قىزىلگۈل، قىزىلگۈل ئۇرۇقى، سۇمبۇل، موزا، زەپەر قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقدارda ئېلىپ سوقۇپ، ھەببۇلئاس سۇيى، ئالما سۇيى، گۈلاب قاتارلىقلارنىڭ بىرەرسى بىلەن يۇغۇرۇپ زىمات تەييارلاپ جىگەر ساھەسىگە چاپقاي.

تۆتىنچى باب قانلىق ئىچ سۈرۈش توغرىسىدا

سەۋەبى

بۇ، جىگەر مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشى، جىگەرنىڭ زەئىپلىشىش سەۋەبىدىن كېلىپ چىقار.

ئالامىتى

ئاشقازان ۋە ئۆچەيلەردە باشقا كېسەللىك ئالامەتلىرى بولماس. بىمارنىڭ ئىچى بىر - ئىككى كۈن سۈرۈپ يەنە بىر - ئىككى كۈن توختار. ئارقىدىن يەنە ئىچى سۈرەر ۋە شۇ ھالەتتە داۋاملىشار. ئېغىرلاشقانسېرى چوڭ تەرىتى شارابنىڭ لېيىگە ئوخشاش كېلەر.

داۋالاش

گىل ئەرمىنى، گىل مەختۇم، گىل قۇبرۇسى قاتارلىقلارنى قائىدە بويىچە ئىستېمال قىلدۇرغاي.

بۇنىڭغا سۇفۇپى تېيىنى ئىستېمال قىلسا كۆپ مەنپەئەت قىلۇر.

نۇسخىسى گىل ئەرمىنى، تاباشىر، قورۇلغان ئەرەب يېلىمى، ھەببۇلئاس ئالتە گىرامدىن، خۇنسىياۋشان، كۈندۇردىن يەتتە گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، سۇفۇپ تەييارلاپ، ھەببۇلئاس شەربىتى بىلەن قوشۇپ، ھەر قېتىمدا 10 گىرامدىن كاپ ئەتكەي.

قۇرسى تاباشىرنى ئىستېمال قىلدۇرغاي. ئۇ قانلىق ئىچ سۈرۈشنى مەخسۇس داۋالايدىغان دورىدۇر.

نۇسخىسى تاباشىر 12 گىرام، قىزىلگۈل 15 گىرام، قورۇلغان ياۋا سەۋزە ئۇرۇقى 21 گىرام، گىل ئەرمىنى، ئەرەب يېلىمى، گىل رۇمى، بەللۇت 15 گىرامدىن، ھەببۇلئاس 30 گىرام، قورۇلغان نىشاستىدىن 10 گىرام ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، بېھى قېيامى بىلەن يۇغۇرۇپ، مۇۋاپىق چوڭلۇقتا قۇرس قىلىپ، ھەر قېتىمدا بەش گىرامدىن ئىستېمال قىلدۇرغاي.

بەزىدە جىگەر سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بۇ ئىچ سۈرۈشتە چوڭ تەرەت خۇددى شارابنىڭ لېيىدەك قارا كېلۇر. بۇ چاغدا بەزى تېۋىپلار ئۇنى سەۋدا كۆيگەنلىكىنىڭ ئالامتى دەپ قاراپ، شۇنىڭغا قارىتا داۋا قىلىدۇ. ئەمەلىيەتتە ئىش ئۇنىڭ ئەكسىچە بولۇر. بۇ خىل ئالامەت كۆپ

هاللاردا مىزاجى ئىسسىق بولغان، ئۇزۇن سەپەرلەردە تەشنالىق تارتىش، كۆپ ئەمگەك قىلىش قاتارلىق سەۋەبلەردىن قۇرۇقلۇق ئاشقان كىشىلەردە كۆرۈلەر. چۈنكى بۇ چاغدا جىگەرنىڭ قۇرۇق ئىسسىقلىقى ئېشىپ، خىلىتلار مەلۇم دەرىجىدە كۆيەر. بۇ چاغدا جىگەرنىڭ ھارارىتىنى پەسەيتىدىغان چارە - تەدبىرلەرنى قوللانغاي. ئەتىگەن ناشتىدا سوغۇق سۇ، كۆكنار شەربىتى، سوغۇق تەبىئەتلىك ئارپا ئېشىنى ئىچكۈزگەي.

بەزىدە بىمار ئورۇقلاش بىلەن بىرگە چوڭ تەرىتى سۈيۈق ھەم سېرىق رەڭدە كېلەر. بۇمۇ جىگەردە ھارارەت بارلىقىنىڭ ئىپادىسى بولۇپ، ھارارەتنى پەسەيتىپ ھۆللۈكنى ئاشۇرىدىغان دورىلارنى ئىستېمال قىلدۇرغاي. بۇنىڭ ئۈچۈن قۇرسى كاۋۇر، قۇرسى تاباشىرنى يېگەي. جۈدەتكۈچى تەپنىڭ بايانىدا سۆزلەنگەن ئارپا ئېشىنى ئىچكۈزگەي. سەندەلدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ئېكەكلەپ، گۈلاب بىلەن يۇغۇرۇپ، جىگەر ۋە يۈرەك ساھەسىگە چاپقاي. بۇنىڭدا ئىچ سۈرۈشنى تېز سۈرئەتتە توختىتىش خاتادۇر، بەلكى بەدەن ئەھۋالىغا قاراپ تۇرۇپ تەدرىجىي توختاتسا مۇۋاپىق بولۇر.

تۆۋەندىكى قۇرس بۇ خىلدىكى ئىچ سۈرۈشلەرگە ياخشى مەنپەئەت قىلۇر:

نۇسخىسى گىل ئەرمەنى، بەللۇت مېغىزى، ياۋا سەۋزە ئۇرۇقى، زىرىق، قىزىلگۈل، قورۇلغان ئەرەب يېلىمى، قورۇلغان قىسقۇچپاقا (سەرتان) قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، بېھى قىيامى بىلەن يۇغۇرۇپ، مۇۋاپىق چوڭلۇقتا قۇرس قىلىپ، سايىدا قۇرۇتقاندىن كېيىن ھەر قېتىمدا 10 گىرامدىن ئىستېمال قىلدۇرغاي.

غىزاسى ئۈچۈن قېتىققا نان چىلاپ يېگۈزگەي. ئەرەب يېلىمى، نىشاستە، ئاز مىقداردىكى بادام مېغىزى بىلەن ئاتىلا تەييارلاپ ئىچكۈزگەي.

بەزىدە قانلىق ئىچ سۈرۈش بەدەندە ماددىلارنىڭ قېيىپ قېلىشى سەۋەبىدىن كېلىپ چىقار. بۇ چاغدا شۇنىڭغا ئالاقىدار ئالامەتلەر قوشۇلۇپ كېلۇر. داۋالاشتا ئۈكھەل تومۇرىدىن قان ئېلىپ، غىزانى ئاز يېگۈزگەي. قورساقنى يەڭگىل مۇجۇپ بەرگەي. يۇمغاقسۇت يوپۇرمىقى سۇيى، سېمىزئوت يوپۇرمىقى سۇيىنى ئىچكۈزگەي.

كىشىنىڭ مەلۇم يېرى قانسا چوڭ تەرىتى سۈيۈق كېلۇر. تاۋام ھەزىم بولماس، بۇ، جىگەرنىڭ ئاجىزلاشقانلىقىنى ۋە ئەسلىي ھارارەتنىڭ ئازايغانلىقىنى بىلدۈرەر.

بىمارنىڭ پۇت - قولى سوۋۇپ، چىرايى سارغايسا، ئىچى سۈرسە، تومۇرى ئاجىز سوقسا، قورساقتا قان ئۈيۈپ قالغانلىقىنى بىلدۈرەر. بۇ چاغدا مۇۋاپىق تەدبىرلەر بىلەن قانىنى تارقاتقاي.

كۈندۇر ھەرقانداق سەۋەبتىن بولغان ئىچ سۈرۈشنى توختىتار. توشقاننىڭ ئوغۇز سۈتىمۇ

ئىچ سۈرۈشنى توختىتىش رولىغا ئىگە بولۇپ، بىمارنىڭ بەدەن ئەھۋالىغا قاراپ تۇرۇپ مۇئاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلدۇرغاي. ئەگەر ئۇنۇمى كۆرۈلمىسە، مىقدارىنى نورمال دەرىجىدە ئاشۇرۇپ بەرگەي.

بەشىنچى باب ئومومىي بەدەنلىك ئىچ سۈرۈش توغرىسىدا

سەۋەبى

ھەرقايسى ئەزالار ئىقتىدارىنىڭ چېكىنىشى، ئومومىي بەدەن مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشى سەۋەبىدىن پەيدا بولۇر. بۇ چاغدا بەدەندە بۇزۇق ماددىلار كۆپىيىپ، ھەزىم ئەزالىرىنىڭ ئۇنى بىر تەرەپ قىلىشقا قۇربى يەتمەس، بۇنىڭ بىلەن ئىچ سۈرۈش پەيدا بولۇر. يېمەكلىكنىڭ ھەزىم بولۇشى ياخشى بولماس.

ئالامىتى

بىمارنىڭ كىندىك ئەتراپى تولغاپ ئاغرار. ئىچ سۈرۈش تۇتاقلىق ھالدا داۋاملىشار. مەلۇم مۇددەت ئىچ سۈرگەندىن كېيىن يەنە توختاپ قالۇر. ھەمدە 15 ~ 20 كۈنگىچە ساق ئادەمدەك بولۇپ قالۇر. مەلۇم مۇددەت ئۆتكەندىن كېيىن يەنە باشلىنار. شۇ ھالەتتە ئۇزۇن داۋاملىشار. قورساقنىڭ ئاغرىشى كۈچلۈك بولماس. ئىچ سۈرۈش باشلانغاندا بىماردا ماغدۇرسىزلىق، بىئارامىلىق ئالامەتلىرى كۆرۈلەر، كەيپىياتىمۇ تۇراقلىق بولماس.

داۋالاش

بىمارنىڭ مىزاجىنى تەكشەش ئۈچۈن، مۇناسىۋەتلىك دورىلارنى ئىستېمال قىلدۇرۇپ، قايسى خىلىتنىڭ بۇزۇلغانلىقىنى ئېنىقلاش ئۈچۈن مۇناسىۋەتلىك دورىلارنى ئىستېمال قىلدۇرۇپ ئىسلاھ قىلغاي. ئەفسەنتىن شەربىتى، جاۋارىش سەپەرجىلى قاتارلىق دورىلارنى بەرگەي. سۈرۈپ چىقىرىش ئۈچۈن ئايارەج پەيقرا، مەتبۇخى ھېلىلە، مەتبۇخى ئەفتىمۇننى ئىستېمال قىلدۇرغاي. ئۇنىڭدىن كېيىن ئومومىي بەدەننى قۇۋۇتلەش رولى بولغان، ئەزالارنىڭ ئىقتىدارىنى ئەسلىگە كەلتۈرۈش خۇسۇسىيىتى بولغان دورىلارنى تەييارلاپ بەرگەي.

ئەتىگەن - كەچتە مۇئاپىق دەرىجىدە بەدەن چېنىقتۇرۇشقا بۇيرىغاي. بىمارنىڭ بەدەنلىرىنى ئۇۋۇلاپ بەرگەي ۋە مۇنچىغا كىرگۈزگەي.

ئالتىنچى باب ئاشقازاننىڭ قۇۋۇتى ھازىمەسى زەئىپلىشىشتىن بولغان ئىچ سۇرۇش توغرىسىدا

سەۋەبى

1. مەلۇم سەۋەبلەردىن ئاشقازان دىۋارىغا چاپلاشقاق شىلىمشىق سۇيۇقلۇق چاپلىشىۋالىدۇ. ئۇ، يېمەكلىك بىلەن ئاشقازان ئوتتۇرىسىدا توسالغۇ بولۇپ، ھارارەتنىڭ تەسىر قىلىپ ھەزىمى ئىلگىرى سۇرۇشىگە توسالغۇلۇق قىلىدۇ. بۇ ھال ئۇزۇن داۋاملاشسا، ئاشقازاننىڭ ھەزىم قۇۋۇتىدە زەئىپلىك كۆرۈلۈپ، ئىچ سۇرۇشنى كەلتۈرۈپ چىقرار.

2. ئاشقازان مىزاجى ئىسسىقتىن بۇزۇلۇر. بۇنىڭ بىلەن ئاشقازاندىكى سەپرانىڭ مىقدارى ئېشىپ كېتىپ ھەزىم بۇزۇلۇر ۋە ئىچ سۇرۇشنى پەيدا قىلار.

3. ئاشقازاندا غەيرىي تەبىئىي سەپرا بىلەن غەيرىي تەبىئىي بەلغەم خىلىتى كۆپىيىپ، ھەزىمنى بۇزار ۋە ئىچ سۇرۇشنى پەيدا قىلار.

4. ئاشقازاندا يەل پەيدا بولۇر، ئۇ ھەزىمنى بۇزۇپ، ئىچ سۇرۇشنى كەلتۈرۈپ چىقرار.

ئالامىتى

شىلىمشىق سۇيۇقلۇقنىڭ ئاشقازان دىۋارىغا چاپلىشىۋېلىشى سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، چوڭ تەرەتتە شىلىمشىق سۇيۇقلۇق بولۇر. تاۋام ئاشقازاندا ھەزىم بولماي ئۇزاق ۋاقىت تۇرۇۋېلىپ، بىمارنىڭ كۆڭلى ئېلىشار. چوڭ تەرەتتە ھەزىم بولمىغان تاماق قالدۇقلىرى بولۇر. چوڭ تەرەتتىنىڭ رەڭگى ئاق بولۇر. ئۇسسۇزلۇق ئازراق بولۇر. ئەگەر ئۇسسۇزلۇق پەيدا بولسا، بۇ ئۇسسۇزلۇق كېلىپ چىقىش سەۋەبى بېلىق، پولۇ يېگەندىكى ئۇسسۇزلۇقنىڭ كېلىپ چىقىشىنىڭ سەۋەبىگە ئوخشار. بۇ چاغدا چوڭ تەرەت ئاۋازلىق بولۇر، بىمار ئاچچىق كېكىرەر. بۇقرات بىمارنىڭ ئاچچىق كېكىرىشىنى ياخشىلىقنىڭ ئالامىتى، دەپ بىلگەن. چۈنكى ئۇ، بۇ ئاشقازاندا ھارارەتنىڭ پەيدا بولۇپ، تائامنىڭ ھەزىم بولۇشقا باشلىغانلىقىنى، ئاشقازاننىڭ ھەزىم قۇۋۇتى ۋە تۈتۈپ تۇرغۇچى قۇۋۇەتنىڭ ياخشى ئىكەنلىكىنى بىلدۈرەر، ئۇنىڭدىن باشقا ئاچچىقلىق شىلىمشىق سۇيۇقلۇقنىڭ ئاشقازان دىۋارىدىن ئاجرىشىغا ياردەم بېرىدۇ. بۇ ئەلۋەتتە ياخشىلىقتىن بېشارەت، دەپ قارىغان.

ئاشقازان مىزاجى ئىسسىق بولسا، ئاشقازاندا سەپرا خىلتى كۆپىيەر. بۇنىڭ بىلەن بىمارداً ئۇسسۇزلۇق پەيدا بولۇپ، ئېغىزى ئاچچىق بولۇر. چوڭ تەرتىنىڭ رەڭگى سېرىق كېلۇر.

ئاشقازاندا غەيرىي تەبئىي بەلغەم خىلتى بىلەن غەيرىي تەبئىي سەپرا خىلتىى كۆپەيگەن بولسا، بىمارنىڭ چوڭ تەرتى ئاققا مايىل سېرىق رەڭدە كېلۇر. ئەگەر ئاشقازاندا يەل پەيدا بولغان بولسا، چوڭ تەرەت يەللىك كېلۇر.

داۋالاش

ئىچ سۇرۇش ئاشقازان ھەزىم قۇۋۇتىنىڭ ئاشقازان دىۋارىغا شىلىمشىق سۇيۇقلۇق چاپلىشىۋالغانلىقىدىن پەيدا بولغان بولسا، بىماردا بەلغەمنىڭ ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، دەسلەپتە قەي قىلدۇرغاي. بۇنىڭ ئۈچۈن تۇرۇپ، قىزىلچا، قىچا قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، ھەسەل سۇيى بىلەن قاينىتىپ پىشۇرۇپ، سۈزىدە قەي قىلدۇرغاي. قەي ئارقىلىق ئاشقازان ئېغىزى تازىلانغاندىن كېيىن ئاشقازاننىڭ تېگىنى تازىلاش ئۈچۈن، ئايارەج پەيقىرانى ئىستېمال قىلدۇرغاي. ئاشقازاننى قۇۋۇتلەش ئۈچۈن جاۋارىش خۇزى، مەجۇنى خۇبسۇلھەددە، مەجۇنى ئەمرۇسيا، مەجۇنى سەنجىبىنا قاتارلىقلار ۋە ئۇلارغا ئوخشاش دورىلارنى ئىستېمال قىلدۇرغاي.

مۇھەممەد زىكىرىيا رازى ئىجاد قىلغان جاۋارىش خۇزىنى بەرگەي.

نۇسخىسى سىركىگە چىلاپ قورۇلغان ئۇزۇم ئۇرۇقى 90 گىرام، خەرنۇب نەبتى، ئانارگۈلى، يۇلغۇن مېۋىسى 30 گىرامدىن، كۈندۇر، جۇۋىنە، سۆئىدى، مەستىكى، سۇمبۇلنىڭ ھەربىرىدىن 15 گىرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى قائىدە بويىچە سوقۇپ، تاسقاپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى ھەسەلگە ئازراق شېكەر قوشۇپ، سۇس ئوتتا قىيام قىلغاي. بۇ قىيام بىلەن يۇقىرىدا ئېيتىلغان تالقان دورىلارنى يۇغۇرۇپ، ياخشى ئارىلاشتۇرۇپ جاۋارىش تەييارلىغاي. بۇ دورىنى كۈندە ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 6 ~ 12 گىرامدىن ئىستېمال قىلدۇرغاي.

جاۋارىش خۇزىنىڭ ئىسما بىن سەرخارىخت ئىجاد قىلغان نۇسخىسى:

نۇسخىسى قۇستە، گۈلدارچىن، سۇمبۇل، ھەبىلسان، قېلىن دارچىننىڭ ھەربىرىدىن 30 گىرامدىن، زەنجىۋىلدىن 50 گىرام، جويۇز 50 دانە، قاقىلە، قەلەمپۇر، رۇمبەدىيان، ئىكلىلمىلىك، شەترەنجى ھىندى 12 گىرامدىن، رەۋەنچىنى، ئۇزۇنچاق زىراۋەندە، ئۆشنە ئالتە گىرامدىن، بەسباسە 10 گىرام، بەرەڭگى كابۇلى 24 گىرام، نارمشكى 12 گىرام، قەسبۇزەرىرە، ئاقمۇچ، پىلپىل 15 گىرامدىن، ھىلىلە كابىلە پوستى 54 گىرام، 10 دانە، بەلىلە پوستى ۋە ھەببۇلئاستىن 10 گىرامدىن ئېلىپ، قائىدە بويىچە سوقۇپ تاسقاپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى شېكەر

قىيامى بىلەن يۇغۇرۇپ، ھەر قېتىمدا 10 ~ 15 گىرامغىچە ئىستېمال قىلدۇرغاي. بەزى نۇسخىلارغا زەنجۇبىلدىن 30 گىرام، سەئدىدىن 50 گىرام قوشۇلغاي.

مەجۇنى مۇختەسەرنى ئىستېمال قىلدۇرغاي.

نۇسخىسى جۇۋىنە، كۇندۇر، ئانارگۈلى قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، ئۇرۇقى بىلەن سوقۇلغان قۇرۇق ئۈزۈم بىلەن يۇغۇرۇپ، ئەتىگەن ۋە كەچتە جويۇز چوڭلۇقىدا ئىستېمال قىلدۇرغاي.

تۆۋەندىكى مەجۇننى ئىستېمال قىلدۇرغاي:

نۇسخىسى ئانارگۈلى، يۇلغۇن مېۋىسى، خەرنۇب نەبىتى 15 گىرامدىن، جۇۋىنە، كۇندۇر 10 گىرامدىن، كەرەپشە ئۇرۇقى، ئارپىبەدىيان ئۇرۇقىدىن ئۈچ گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، ئۇرۇقى بىلەن سوقۇلغان ئۈزۈم قىيامى بىلەن يۇغۇرۇپ مەجۇن قىلغاي ھەمدە ھەر قېتىمدا 10 گىرامدىن ئىستېمال قىلدۇرغاي.

سۇفۇپى ھەببى رۇممانىنى ئىستېمال قىلدۇرغاي.

نۇسخىسى سىركىگە چىلاپ قۇرۇتۇپ قورۇلغان ئۈزۈم ئۇرۇقى، سىركىگە چىلاپ قۇرۇتۇپ قورۇلغان كەرۋىيا، سىركىگە چىلاپ قۇرۇتۇپ قورۇلغان يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى 60 گىرامدىن، خەرنۇب نەبىتى، سۇماق، ئانارگۈلىنىڭ ھەربىرىنى 30 گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، سۇفۇپ تەييارلاپ، ھەر قېتىمدا 6 ~ 10 گىرامغىچە ئىستېمال قىلدۇرغاي.

جاۋارىش كۇندۇر ئىستېمال قىلدۇرغاي.

نۇسخىسى ئاقمۇچ، پىلپىل، قەلەمپۇر، جويۇز 15 گىرامدىن، زەنجۇبىل، خولىنجاندىن 30 گىرامدىن، كۇندۇردىن 180 گىرام، شېكەردىن 150 گىرام ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، مۇۋاپىق ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ، قائىدە بويىچە جاۋارىش تەييارلاپ، ھەر قېتىمدا 10 گىرامدىن ئىستېمال قىلدۇرغاي.

سۇفۇپى خەشخاشنى ئىستېمال قىلدۇرغاي.

نۇسخىسى كۆكنار ئۇرۇقى، كۇندۇرنى باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، تەييارلىغاي. سوغۇق سۇ بىلەن ھەر قېتىمدا 10 گىرامغىچە كاپ ئەتكەي. ئۇ مەيلى يېگىي ياكى كونا ئىسھال بولسۇن ئۇنىڭغا ناھايىتى ياخشى مەنپەئەت قىلار.

مۇھەممەد زەكەرىيا مەجۇنى پۇلۇنىيا بىمارنىڭ قىزىتمىسى بولمىغان ئەھۋالدا ناھايىتى ياخشى مەنپەئەت قىلۇر، دېگەن.

بۇقرات بىمارنى مۇنچىغا كۆپ چۈشۈرۈشنىڭ پايدىسى بار، دەپ ئېيتقان. سۇفۇپى مەقلىياسانى ئىستېمال قىلدۇرغاي.

نۇسخىسى زەيتۇن يېغى بىلەن قورۇلغان ھېلىلە كابۇلى پوستى، قارا ھېلىلە، بەللە پوستى، ئامىلىنىڭ ھەربىردىن 15 گىرامدىن، سىركىگە چىلاپ قۇرتۇپ، قورۇلغان كەرەپشە ئۇرۇقى، سىركىگە چىلانغان زىرە، قورۇلغان كۈدە ئۇرۇقىنىڭ 12 گىرامدىن، مەستىكى، سۇمبۇل، لاچىندانە، قەلەمپۇر، ئۇدھىندىنىڭ ھەربىردىن ئالتە گىرامدىن، سەئىدىن 10 گىرام، تەرەتىز ئۇرۇقىدىن بەش گىرام ئېلىپ تاسقاپ سۇفۇپ تەييارلاپ، كۈنىگە ئىككى قېتىم، ھەرقېتىمدا 10 گىرامدىن كاپ ئەتكەي.

تۆۋەندىكى ھەبنى ئىستېمال قىلدۇرغاي.

نۇسخىسى سىركىگە چىلاپ قۇرۇتۇپ قورۇلغان زىرە، لاچىندانە، گۈلدارچىن، سىركىگە چىلىنىپ قۇرۇتۇپ قورۇلغان ئۈزۈم ئۇرۇقى قاتارلىقلارنى باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، ئاقموچ چۆگلۈقىدا ھەب قىلىپ، سوغۇق بىلەن ئىستېمال قىلدۇرغاي. چۆگلارغا يەتتە تالدىن، بالىلارغا بىر ياكى ئىككى تالدىن، 15 ياشقا كىرگەن بالىلارغا تۆت تالدىن بەرگەي. بەزى تېۋىپلار گۈلدارچىن ئورنىغا كەرەپشە ئۇرۇقى سالۇر.

تۆۋەندىكى ھەبنى ئىستېمال قىلدۇرغاي:

نۇسخىسى ئەپيۇن، سۇندۇرۇس، كۇندۇر، مۇرمەككى قاتارلىقلارنى باراۋەر مىقداردا، زەپەرنى مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، نوقۇت چۆگلۈقىدا ھەب قىلىپ، ھەر قېتىمدا ئىككى تالدىن ئىستېمال قىلدۇرغاي.

تۆۋەندىكى مەجۇننى ئىستېمال قىلدۇرغاي:

نۇسخىسى ئەپيۇن، قۇندۇز قەھرى، زەپەر، مىئەسائىلە، مۇرمەككى، يۇمغاقسۇت يوپۇرمىقى، ئاسارۇن، كۇندۇر، جۇۋىنە قاتارلىقلارنى باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، مۇۋاپىق مىقداردا ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ، پىندۇق چۆگلۈقىدا ئىستېمال قىلدۇرغاي.

تۆۋەندىكى زىماتنى ئاشقازان ساھەسىگە چاپلاي:

نۇسخىسى ئەفسەنتىن رۇمىدىن 35 گىرام ئېلىپ، قابىز شارابقا بىر كېچە - كۈندۈز چىلاپ قويۇپ، لازىمى بىلەن رامەكتىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، ھەببۇلئاس سۇيى بىلەن سالايە قىلىپ، يۇقىرىدىكى ئەفسەنتىن بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يەنە سالايە قىلىپ، رەختكە سۈركەپ، ئاشقازانغا ياپلاي. بۇنىڭغا يەنە ھەببۇلئاس يوپۇرمىقىدىن مۇۋاپىق مىقدارا ئېلىپ، ھۆل شاراب بىلەن ئېزىپ چاپسىمۇ بولۇر.

ئاشقازان مىزاجى ئىسسىقتىن بۇزۇلۇپ، ئۇنىڭغا سەپرا يىغىلىۋالغان بولسا، ھەر كۈنى ئەتىگەندە ھەببۇلئاس قىيامى بىلەن ئاچچىق ئانار قىيامى ئارىلاشتۇرۇپ ياكى ياۋا ئالما قىيامى بىلەن يەرلىك ئالما قىيامى ئارىلاشتۇرۇپ ياكى مەزكۇر قىياملارغا بەش گىرام قۇرسى تاباشىرنى قوشۇپ ئىستېمال قىلدۇرغاي. گىل ئەرمىنى ئالتە گىرام، قورۇلغان ئەرەب يېلىمىدىن ئىككى گىرامنى ئېلىپ سوقۇپ، گۈل يېغى بىلەن ياغلاپ، ئالتە گىرام ئىسپىغۇل لوئابىنى قوشۇپ، سوغۇق سۇ بىلەن ئىستېمال قىلدۇرغاي. قىزىتما بولسا كالا سۈتى قېتىقى دوغىپىغا تۆمۈرنى داغمالاپ، ئۇنىڭغا تاباشىر، قىزىلگۈل ئۇرۇقى، ياۋا سەۋزە ئۇرۇقى قاتارلىقلاردىن ئۇچ گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، تالقان قىلىپ ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزگەي. ئۆچكە سۈتىگە يامغۇر سۈيى ياكى سۇماق سۈيى ئارىلاشتۇرۇپ تاكى سۈيى تۈگەپ پىشلىقى قالغۇچە قاينىتىپ، ئۇنىڭغا يۇقىرىدا ئېيتىلغان قىيامىلارنى قوشۇپ ئىستېمال قىلدۇرغاي.

غىزاسىغا قوينىك كالا ـ پاقالچىقىنى سۇماق بىلەن پىشۇرۇپ ئىسىتىمال قىلغاي. قورۇلغان بادام مېغىزى بىلەن ياۋا كاسىنىنى ئايرىم سوقۇپ، سىركىدىن ئاز مىقداردا سېپىپ ئىستېمال قىلدۇرغاي. يۇمغاقسۈت يوپۇرمىقىنى سىركە بىلەن پىشۇرۇپ ئىستېمال قىلىنسا، سەپرادىن بولغان ئىچ سۇرۇشنى توختىتار. باقىلەنى سىركە بىلەن پىشۇرۇپ ئىستېمال قىلدۇرغاي. تۇخۇ تۇخۇمى، سوماق، قۇرۇتۇلغان غورا، موزا، ئانارگۈلى، ھەببۇلئاس، ئانار پوستى قاتارلىقلاردىن قايسىسى تېپىلسا، شۇنىڭ بىلەن پىشۇرۇپ ئىستېمال قىلدۇرسا، ئۇچەيلەرگە يۇزلەنگەن كېسەللىك ماددىسىنىڭ ئۇچەيلەرگە كېلىشىنى توسار. سۇدا پىشۇرۇلغان توخۇ تۇخۇمى جىگەر ۋە ئاشقازان سەۋەبىدىن بولغان ئىچ سۇرۇشكە زەرەر قىلار. ئۇ ئۇچەي سەۋەبىدىن بولغان ئىچ سۇرۇشكە مەنپەئەت قىلار.

قۇرسى تاباشىرنى ئىستېمال قىلدۇرغاي.

نۇسخىسى تاباشىر، سۇماق 15 گىرامدىن، قورۇلغان ياۋا سەۋزە ئۇرۇقى 30 گىرام، قورۇلغان تەرەتىز ئۇرۇقى ۋە ئانارگۈلىدىن 10 گىرامدىن، قورۇلغان ئەرەب يېلىمىدىن 21 گىرام ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، مۇۋاپىق چوگۈلۈقتا قۇرس قىلىپ، سايىدا قۇرۇتقاندىن كېيىن ھەر قېتىمدا 5 ~ 6 گىرامغىچە ئىستېمال قىلدۇرغاي.

جاۋارىش تاباشىرنى ئىستېمال قىلدۇرغاي. ئۇ تەشنالىقنى باسۇر، ھارارەتنى پەسەيتىپ، ئاشقازاننى قۇۋۇتلەر.

نۇسخىسى تاباشىر، قىزىلگۈل، ياۋا سەۋزە ئۇرۇقى، قورۇلغان ئەرەب يېلىمىنىڭ ھەربىرىدىن 30 گىرامدىن، ئانارگۈلى، سۇماق، تېكە ساقىلى ئۆسۈملۈكى سۈيىدىن 21

گىرامدىن، زەپەردىن ئۈچ گىرام، ئەپيۇندىن بىر گىرام ئېلىپ، سوقۇپ، تاسقاپ، قائىدە بويىچە جاۋارىش تەييارلاپ، مۇۋاپىق مقداردىكى گۈلاب بىلەن قوشۇپ، ھەر قېتىمدا 10 گىرامدىن ئىستېمال قىلدۇرغاي.

ئەگەر بۇ جاۋارىشقا 30 گىرام ھەببۇلئاس تالقىنى قوشۇپ، بېھى قىيامى بىلەن ئىستېمال قىلدۇرۇلسا ياخشىراق بولۇر.

جاۋارىش سۈماقنى ئىستېمال قىلدۇرغاي.

نۇسخىسى تازىلانغان سۈماق 90 گىرام، ئالۇچا قېقى، ئارپا تالقىنى، قۇرۇتۇپ پىشۇرۇلغان بۇغداي نېنى، خەرنۇب شامى 30 گىرامدىن، ئاق شېكەردىن مۇۋاپىق مقداردا ئېلىپ، سوقۇپ، تاسقاپ، قائىدە بويىچە قۇرس تەييارلاپ، ئالما ياكى بېھى قىيامى بىلەن بىرلىكتە 15 گىرامدىن ئىستېمال قىلدۇرغاي.

تۆۋەندىكى سۈفۈپنى يېگەي:

نۇسخىسى ئارپا تالقىنى، سېرىقچېچەك، كۆكنار ئۇرۇقى، كۆكنار پوستى، ئانار ئۇرۇقى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق سۇ بىلەن قاينىتىپ، تەمى تولۇق چىققاندىن كېيىن پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ ئىچكەي. بەدەن ھارارىتى زىيادە يۇقىرى بولمىسا، پەنىرمايدىن ئۈچ گىرام قوشقاي.

تۆۋەندىكى ھەبنى يېگەي:

نۇسخىسى توشقانىنىڭ ئوغۇز سۈتى سەككىز تال نوقۇت چوڭلۇقىدا، ئەپيۇن بىر تال نوقۇت چوڭلۇقىدا، موزا ۋە كۈندۈردىن ئىككى گىرام ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، مۇۋاپىق چوڭلۇقتا ھەب قىلىپ، بەش گىرامدىن ئىستېمال قىلدۇرغاي.

مەلۇم بولغايكى، ئەپيۇن، بەزۇلبەنجىگە ئوخشاش سېزىمنى تۆۋەنلەشتۈرۈش رولىغا ئىگە دورىلار ئىچ سۈرۈشكە مەنپەئەت قىلىدىغان بولۇپ، ئۇلار ماددىلارنى قويۇقلاشتۇرار، ئۇچەيدىكى سەپرانىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى پەسەيتەر. ئەمما ئۇلار خەتەردىن خالىي ئەمەس، شۇنىڭ ئۈچۈن، زۆرۈرىيەت بولمىسا ئۇنى ئىشلەتمىگەن ياخشى، ناۋادا ئىشلىتىش زۆرۈرىيىتى تۇغۇلسا، زەپەر ۋە قۇندۇز قەھرىگە ئوخشاش دورىلار بىلەن قوشۇپ ئىشلەتكەي.

ئىچ سۈرۈش ئاشقازان ھەزىم قۇۋۇتىنىڭ غەيرىي تەبئىي سەپرا بىلەن غەيرىي تەبئىي بەلغەمنىڭ ئارىلىشىپ ئاجىزلاشقانلىقىدىن كېلىپ چىققان بولسا، تۆۋەندىكى سۈفۈپنى بەرگەي:

نۇسخىسى سېرىق ھېللە بىر ھەسسە، زاغۇن ئۇرۇقىدىن يېرىم ھەسسە، ھەببۇلئاس، سۈماق، يۇلغۇن مېۋىسى، ئامىلە جەۋھىرى قاتارلىقلاردىن بىر ھەسسىدىن ئېلىپ سوقۇپ،

تاسقاپ، ھەر قېتىمدا ئالتە گىرامدىن ئىستېمال قىلدۇرغاي ياكى تۆۋەندىكى سۇفۇپنى بەرگەي:

نۇسخىسى يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى ئالتە گىرام، رۇمبەدىيان ئۇچ گىرام، ئانار پوستى، خۇنسىياۋشاندىن ئىككى گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، سۇفۇپ تەييارلاپ، يامغۇر سۈيى بىلەن كاپ ئەتكەي ھەم بۇنى بىر قېتىملىق ئىچىش مىقدارى قىلغاي.

سىركە سېپىپ قورۇلغان ئەندۇران تۇزى، قورۇلغان ئانار ئۇرۇقى، تازىلانغان سۇماق، قورۇلغان يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى، تازىلانغان زىرىق قاتارلىقلارنى باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، سۇفۇپ تەييارلاپ، مۇۋاپىق مىقداردا كاپ ئەتكەي.

غىزالىنىش ئۇسۇلى: بىر كېچە - كۈندۈزدە بىر ۋاخ، ئاز مىقداردا تائام يېگەي. بىرقانچە خىل تائامنى بىر ۋاقىتتا ئىستېمال قىلىشتىن ئېھتىيات قىلغاي. تائام يېيىشتىن ئىلگىرى چۈچۈمەل ئانار، چۈچۈمەل بېھىگە ئوخشاش قابىز خۇسۇسىيەتلىك نەرسىلەردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلدۇرغاي. سوغۇق سۇ ئىچىشتىن پەرھىز قىلدۇرغاي، بولۇپمۇ مادىدىغا غەيرىي تەبىئىي بەلغەم ئارىلاشقان بولسا، سوغۇق سۇنى قەتئىي ئىچمىگەي.

غەيرىي تەبىئىي سەپرانىك تەسىرىدىن بولغان ھەزىم خاراكتېرلىك ئىچ سۈرۈش، ئىچ سۈرۈشنىڭ باشقا تۈرلىرىگە قارىغاندا تېز ساقىيار. بۇ خىل ئىچ سۈرۈش كۆپ ھاللاردا ئۆتكۈر خاراكتېرلىك كېسەللىكلەردە، قىزىتمىلىق كېسەللىكلەرنىڭ بوھران مەزگىلىدە كۆرۈلەر.

يەتتىنچى باب ئاشقازاننىڭ قۇۋۇتى ماسكەسى ئاجىزلىشىشتىن بولغان ئىچ سۈرۈش توغرىسىدا

سەۋەبى

1. ئاشقازان دىۋارىغا شىلىمشىق سۈيۇقلۇق يېپىشىۋېلىش سەۋەبىدىن قۇۋۇتى ماسكە زەئىپلىشەر.

2. ئاشقازان ئېغىزىغا مۇدۇرلارنىڭ چىقىشى سەۋەبى بىلەن ئاشقازان زەئىپلىشىشتىن بولار.

3. ئاشقازان مىزاجىنىڭ مەلۇم سەۋەبلەردىن بۇزۇلۇشى بىلەن قۇۋۇتى ماسكەنىڭ ئاجىزلىشىشىدىن بولۇر.

4. سۈرگە دورىلىرىنى كۆپ ئىچىش سەۋەبىدىن قۇۋۇتى ماسكەنىڭ زەئىپلىشىشىدىن بولۇر.

5. تائام يەپ بولغاندىن كېيىن، زىيادە ھەرىكەت قىلىشتىن بولۇر.

ئالامتى

ئاشقازان دىۋارىغا شىلىمشىق سۈيۇقلۇقلار يېپىشىۋالغان بولسا، مۇشۇ بابنىڭ بىرىنچى مەزمۇنىدا دېيىلگەن شۇ خىلدىكى ئالامەتلەر كۆرۈلۈر. ئاشقازان دىۋارىغا مۇدۇرلار چىقار. شۇنىڭ بىلەن بىر ۋاقىتتا بىمارنىڭ ئېغىزىغىمۇ مۇدۇرلار چىقار. ئاشقازاندىن بۇخارات ئۆرلىگەچكە بىمارنىڭ ئېغىزى سېسىق پۇرار. غىزا يېگەندىن كېيىن ئاشقازان كۆيۈشەر. سانجىغاندەك ئاغرىق پەيدا بولۇر. ئاچچىق، تۇزلۇق نەرسىلەرنى يېسە ھەزىم بولماي، چوڭ تەرەت بىلەن چىقىپ كېتەر ھەمدە چوڭ تەرەتنىڭ رەڭگى سېرىق بولۇر. تەشنالىقى يۇقىرى بولۇر. ئىچ سۇرۇش بىلەن بىرگە بەدەن ھارارىتى يۇقىرىلار.

باشقا سەۋەبلەردىن كېلىپ چىققان بولسا، ماس ھالدىكى ئالامەتلەر كۆرۈلەر.

ئىچ سۇرگەندە ئۇچەيدە زەخمنىڭ بارلىقى مەلۇم بولمىسا ھەم جىگەردە كېسەللىك بولمىسا، مېڭە، ئۆت، تال قاتارلىق ئەزالاردىن ئاشقازانغا كېسەللىك ماددىسىنىڭ كەلگەنلىكىگە دالالەت قىلىدىغان ئالامەتلەر تېپىلمىسا، ئۇنىڭ ئاشقازان سەۋەبىدىن پەيدا بولىدىغانلىقىغا ھۆكۈم قىلىش لازىمدۇر.

داۋالاش

ئاشقازان دىۋارىنى شىلىمشىق سۈيۇقلۇق ئورۇۋالغان سەۋەبتىن ئاشقازانىنىڭ قۇۋۇتى ماسكەسى ئاجىزلىغان بولسا، يۇقىرىدىكى مەزمۇنلاردا بايان قىلىنغىنىدەك دەسلەپتە قەي قىلدۇرغاي. زۆرۈر بولسا، باشقا ئىستىفراغ ئۇسۇللىرىنى قوللانغاي. ئۇنىڭ ئۈچۈن، ئاشقازانىنى قۇۋۇتەتلەش خۇسۇسىيىتى بولغان دورىلارنى ئىستېمال قىلدۇرغاي. بۇنىڭ ئۈچۈن جاۋارىش خەرنۇب، قۇرسى گۈلنار، جاۋارىش خۇزى قاتارلىق دورىلارنى بىمارنىڭ بەدەن ئەھۋالىغا قاراپ تۇرۇپ ئىستېمال قىلدۇرغاي. يەنە ئايارەج پەيقىراغا ئوخشاش دورىلارنى ئىستېمال قىلدۇرۇپ ئاشقازانىنى تازىلغاي.

جاۋارىش خەرنۇبنىڭ نۇسخىسى خەرنۇب نەبىتى، بەللۇت، شاھبەللۇت، سىركىگە چىلانغا ئۇزۇم ئۇرۇقى، ھەببۇلئاس، ئەينۇلا قاتارلىقلارنى باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، ھەببۇلئاس شەربىتى بىلەن يۇغۇرۇپ، ھەر قېتىمدا 10 ~ 12 گىرامغىچە ئىستېمال قىلدۇرغاي.

قۇرسى گۈلنارنىڭ نۇسخىسى قىزىلگۈل ئۇرۇقى، ئانارگۈلى، ياۋا سەۋزە ئۇرۇقىنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرامدىن، سۇماق، موزا، تېكە ساقلى ئۆسۈملۈكى ئۇسارىسى، ئاقاقىيا، كۈندۇر

ئالته گىرامدىن، زەپەردىن ئىككى گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، ھەببۇلئاس سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ، مۇۋاپىق چوڭلۇقتا قۇرس قىلىپ، سايىدا قۇرۇتقاندىن كېيىن ھەر قېتىمدا ھەببۇلئاس شەربىتى بىلەن قوشۇپ بىر تالدىن ئىستېمال قىلدۇرغاي.

تۆۋەندىكى قۇرسنى ئىستېمال قىلدۇرغاي:

نۇسخىسى تۇخۇمەك مېۋىسى، تەراسس، ئانارگۈلى، قىزىلگۈل ئۇرۇقى، سۇماق 15 گىرامدىن، قورۇلغان بەللۇت، سىركىگە چىلاپ قۇرۇتۇپ قورۇلغان زىرىدىن 12 گىرامدىن، خەرنۇب نەبىتى 30 گىرام، قورۇلغان ئۈزۈم ئۇرۇقىدىن 10 گىرا ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، مۇۋاپىق چوڭلۇقتا قۇرس قىلىپ، سايىدا قورۇتقاندىن كېيىن، بېھى قىيامى بىلەن قوشۇپ ئالته گىرامدىن بەرگەي.

بىمارنىڭ غىزاسىغا كەكلىك، چىخ توخۇسى گۆشىنى سۇماق، ئانار ئۇرۇقى بىلەن قورۇپ پىشۇرۇپ ئىستېمال قىلدۇرغاي.

ئاشقازان دىۋارىغا مۇدۇرلار چىقىپ، ئاشقازانىنىڭ قۇۋۇتى ماسكەسىنى ئاجىزلاشتۇرغان بولسا، توسالغۇ بولمسا دەسلەپته باسلىق تومۇرىدىن قان ئالغاي ياكى بىمارنىڭ پاقالچىقىغا لوڭقا قويغاي. كېسەللىك ماددىسىنىڭ ئۆتكۈرلۈكى پەسەيگەندىن كېيىن زۆرۈر بولسا، مەتبۇخى ھېلىلە بىلەن مەتبۇخى تەمرى ھىندىنى ئىچكۈزۈپ ئىستىفراغ قىلغاي. ئارپا تالقىنى، ھەببۇلئاس، كۆكنار ئۇرۇقىنى مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلدۇرغاي. ئەرەب يېلىمىدىن ئۇچ گىرام، ئىسپىغۇل شىرىسىدىن ئۇچ گىرام، گۈل يېغىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ ئېرىتىپ، ھەر كۈنى سوغۇق سۇ بىلەن قوشۇپ ئىستېمال قىلدۇرغاي. پاقىيوپۇرمىقى ئۇرۇقى بىلەن رەيھان ئۇرۇقىنى مۇۋاپىق سۇدا قاينىتىپ تەمنى چىقىرىپ، مۇۋاپىق مىقداردا گۈل يېغىنى تېمىتىپ ئىچكۈزسە، ناھايىتى ياخشى مەنپەئەت قىلۇر.

تۆۋەندىكى زىماتنى ئاشقازان ساھەسىگە چاپقاي:

نۇسخىسى سىركە بىلەن پىشۇرۇلغان بېھى، ھەببۇلئاس، ئالما يوپۇرمىقى، قىزىلگۈل، ئانارگۈلى، موزا، سەندەل، تۇخۇمەك مېۋىسى، سۇماق، ئاچچىق ئانار پوستى 15 گىرامدىن، كافۇردىن بىر گىرام ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، ھەببۇلئاس سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ، ئاشقازان ساھەسىگە زىمات قىلغاي. بۇ زىماتقا زەپەردىن ئۇچ گىرام، ئۇدخامدىن ئالته گىرام قوشۇلسا ياخشى بولۇر.

غىزاسى ئۇچۇن قورۇلغان ئارپا ئۇنى بىلەن ئاتىلا تەييارلاپ، بادام يېغىدىن مۇۋاپىق مىقداردا تېمىتىپ ئىچكۈزگەي. ئاقلانغان يېسسىمۇق سۈيى ياكى غورا سۈيى ياكى چۇچۇمەل

ئانار سۈيىدىن 50 مىللىلىتىر ئېلىپ، ئۇنىڭغا تۆمۈر بىلەن داغمالانغان دوغاپتىن مۇۋاپىق مىقداردا قوشۇپ، قۇرۇتۇپ پىشۇرۇلغان كاكچا نان چىلاپ ئىستېمال قىلدۇرغاي. گۈرۈچنى قورۇپ ئۆچكىنىڭ بۆرەك يېغى بىلەن پىشۇرۇپ ئىستېمال قىلدۇرغاي.

ئەگەر ئاشقازانغا چىققان مۇدۇرلار جۈدەتكۈچى تەپ (تەپى دىق) ياكى سىل كېسەللىكى سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، ئۇنىڭدىن پەيدا بولغان ئىچ سۈرۈشنى داۋالىغىلى بولماس.

ئىچ سۈرۈش سۈرگە دورىلىرىنى كۆپ ئىستېمال قىلىش بىلەن ئاشقازانىنىڭ قۇۋۇتى ماسكەسى زەئىپلىشىشىدىن كېلىپ چىققان بولسا، خۇددى ئىلگىرىكى بابلاردا بايان قىلىنغىنىدەك ئىسپىغۇلنى قورۇپ، گۈل يېغى بىلەن ياغلاپ ئىستېمال قىلدۇرغاي. سۇفۇپى تىينىنى بەرسىمۇ مەنپەئەت قىلۇر. بىمارنىڭ مىزاجى ھۆل بولسا، زاغۇن ئۇرۇقىنى قورۇپ، سوقماي ياغلاپ ئىستېمال قىلدۇرغاي. ئۇنى گۈل يېغى بىلەن ياغلاپ ئىستېمال قىلدۇرسا، ئۇنىڭ تەبئىتى مۆتىدىل بولۇر. زاغۇن ئۇرۇقىنى دوغاپ بىلەن قاينىتىپ ئىچكۈزسە ياخشىراق بولۇر.

ئەگەر ئۈچەيدە زەخىم پەيدا بولغان بولسا، ئۇنىڭ ئىلاجى ئايرىم بايان قىلىندى.

ئىچ سۈرۈش ئاشقازانىنىڭ قۇۋۇتى ماسكەنىڭ كۆپ ھەرىكەت قىلىشى بىلەن ئاجىزلىشىشىدىن كېلىپ چىققان بولسا، تائام ئاشقازاندىن تۆۋەنگە چۈشمەي تۇرۇۋالغان بولسا ۋە ھەزىم بولمىغان بولسا، ئايرىم پەيقىرانى ئىستېمال قىلدۇرۇپ، ئاشقازاننى تازىلغاي. تائامنى ئاز ئىستېمال قىلدۇرغاي. تائامدىن كېيىن ئارام ئېلىپ، كۆپ ھەرىكەت قىلىشتىن ئېھتىيات قىلغاي. بىمار سەپەر ئۈستىدە بولسا، قورساقتىكى تائام يېرىم ھەزىم بولۇپ بولغاندىن كېيىن سەپەرنى داۋاملاشتۇرغاي.

سەككىزىنچى باب تەرتىپسىز غىزالىنىشتىن بولغان ئىچ سۈرۈش توغرىسىدا

بۇنىڭ ئىلاجى خولىرا (ھېيزە) نىڭ ئىلاجىغا ئوخشار. يەنى بىمارنى بىر كېچە - كۈندۈز ئاچ قويغاي. تائامنى ئاز بەرگەي. ئاسان سىڭدىغان غىزالارنى يېگۈزگەي. بىمارنىڭ مىزاجىغا ئاساسەن مۇناسىپ دورىلار بىلەن ئاشقازاننى قۇۋۇتلىگەي. بىمارنىڭ مىزاجى ئىسسىق بولسا، گۈلقەنت بىلەن تاباشىرنى ئارىلاشتۇرۇپ ئىستېمال قىلدۇرغاي. ئىلگىرىكى مۇناسىۋەتلىك بابلاردا كۆرسىتىلگىنىدەك، سۇفۇپى ھەببى رۇمىغا ئوخشاش دورىلارنى ئىستېمال قىلدۇرغاي.

بىمارنىڭ غىزاسىغا سۇماق، ناردىن قوشۇپ بېرگەي.

بىمارنىڭ مىزاجى سوغۇق بولسا، گۈلقەنت ھەسەلگە مەستىكى بىلەن ئۇدخامدىن مۇۋاپىق مىقداردا قوشۇپ بېرگەي. جاۋارىش زىرە، جاۋارىش ئۇدلارنى بېرگەي. تۇرۇنجى مۇرابباسىنى ئىستېمال قىلدۇرغاي. مەستىكىنى چايناپ بېرىشكە بۇيرۇغاي.

غىزاسىغا كەپتەر باچكىسى، قۇشقاچ گۆشى كاۋېپىنى يېگۈزگەي.

بىمار زىيانلىق يېمەكلىكتىن زەھەرلەنگەن بولسا، ئۇنىڭدىن ئېھتىيات قىلغاي.

مايلىق تائامدىن زەھەرلەنگەن بولسا، يەنە بىر كۈن ئاچ قويۇپ، مايسىز تائام بېرگەي.

تەرتىپسىز غىزالىنىش بىلەن زەھەرلەنگەن بولسا، غىزاسىنى رەتكە سالغاي ھەم ئاشقازان سەھەسىگە ئاشقازانىنى قۇۋۇەتلەيدىغان زىمات‌لارنى چاپقاي. بۇ ھەقتە ئىلگىرىكى بابلاردىمۇ توختالغان ئىدۇق.

توققۇزىنچى باب ئاشقازاندا سەۋدا خىلىتى ئېشىپ كېتىشتىن بولغان ئىچ سۇرۇش توغرىسىدا

سەۋەبى

بۇ، تالدىن ئاشقازانغا كېلىدىغان سەۋدا خىلىتىنىڭ مىقدارى ئېشىپ كېتىپ، ئاشقازانىنىڭ كۆپ غىدىقلىنىشى بىلەن پەيدا بولۇر.

داۋالاش

ئۇسەيلەم تومۇرىدىن قان ئالغاي. مەتبۇخى ئەفتىمۇن بىلەن ئىستىفراغ قىلغاي.

ئاشقازانىنى قۇۋۇەتلەش ئۈچۈن سۇفۇپى رۇممانىنى ئىستېمال قىلدۇرغاي.

نۇسخىسى قورۇلغان ئانار ئۇرۇقى، قىزىل بەھمەندىن 30 گىرامدىن، بۇزۇغىدىن ئۈچ گىرام، كەھرىۋا، سۇزاپ ئۇرۇقى، قورۇلغان رەيھان ئۇرۇقى، قورۇلغان گۈرۈچنىڭ ھەربىرىدىن ئۈچ گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ سۇفۇپ تەييارلاپ، ھەر قېتىمدا 10 گىرامدىن كاپ ئەتكەي.

ناردىن، قارىئۆرۈك، ئۈزۈم سىركىسى، تۇز، قايماق قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ نانغا ئارىلاشتۇرۇپ، نان خۇرۇچ تەييارلاپ يېگۈزگەي.

يەنە سۇفۇپى كۇندۇرنى ئىستېمال قىلدۇرغاي.

نۇسخىسى كۇندۇر، سەئدى، جويۇز، ئامىلە جەۋھىرى ئىككى گىرامدىن، قۇرۇتۇپ پىشۇرۇلغان نامدىن ئۆچ گىرام ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، ئۇلارنى ئارىلاشتۇرۇپ، كونا شاراب بىلەن ئىستېمال قىلدۇرغاي.

زۆرۈرىيەت بولسا، تال ساھەسىگە قاپاقتىن ياسالغان لوڭقا قويغاي. چۈنكى، ئۇ سەۋدانىڭ ئاشقازانغا بېرىشىنى چەكلەيدۇ.

ئونىنچى باب ئۇچەينىڭ قۇۋۇتى ماسكەسىنىڭ زەئىپلىكىدىن بولغان ئىچ سۇرۇش توغرىسىدا

سەۋەبى

بۇ كېسەللىك شىلىمشىق سۇيۇقلۇقنىڭ ئۇچەي دىۋارىنى قاپلىۋېلىشى بىلەن ئۇچەينىڭ قۇۋۇتى ماسكەسىنىڭ زەئىپلىششى سەۋەبىدىن پەيدا بولۇر.

ئالامىتى

قورساقنىڭ ئاغرىشى كۈچلۈك بولماس، بەدەن ماغدۇرسىزلىنار. غىزانى يېگەندىن كېيىن ھەزىم بولماي چىقىپ كېتەر. چوڭ تەرەتتە ھەزىم بولمىغان تاماق قالدۇقلىرىنى كۆرگىلى بولۇر. تائام يەپ ئۇزۇن ئۆتمەيلا تەرەت قىستار.

داۋالاش

بۇنى داۋالاش ئۇسۇلى ئاشقازانىنىڭ قۇۋۇتى ماسكەسى ئاجىزلىششىدىن بولغان ئىچ سۇرۇشنى داۋالاش ئۇسۇلىغا ئوخشىشىپ قالۇر.

داۋالاش ئېلىپ بېرىشتىن ئىلگىرى ئايارەج پەيقىرا ياكى ھەببى سەبرىنى ئىستېمال قىلدۇرۇپ، ئاشقازاننى تەنقىيە قىلغاي. ئۇنىڭدىن كېيىن شەربىتى ئەفسەنتىن، سىركەنجۇبىل ئەنسىلى، بېھى شەربىتى قاتارلىقلارنى ئەھۋالغا قاراپ ئىستېمال قىلدۇرغاي. جاۋارىش خەرنۇبنى قارىقات سۇيى بىلەن ئىستېمال قىلدۇرغاي.

تۆۋەندىكى سۇفۇپنى ئىستېمال قىلدۇرغاي:

نۇسخىسى ئاملە جەۋھىرى، رامەك، سەئدى، مەستىكى، كەرەپشە ئۇرۇقى، سىركىگە چىلاپ قۇرۇتۇپ قورۇلغان يەرلىك زىرە، ھەببۇلئاس، ئانارگۈلى قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 15 گىرامدىن، قورۇلغان چۈچۈمەل ئانار ئۇرۇقىدىن 30 گىرام ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، سۈزۈپ تەييارلاپ، ھەر قېتىمدا 10 گىرامدىن كاپ ئەتكەي.

قورساق ساھەسىگە تۆۋەندىكى زىماتنى چاپقاي:

نۇسخىسى مۇرمەككى، كۇندۇر، مەستىكى، ئاقاقيا، لازمن، سەبرە، ئەپيۇن، بەزرۇلبەنجى قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 12 گىرامدىن، ئارپا ئۇنى، سۇماق، قىزىلگۈل، ئانارگۈلى، ئاملە جەۋھىرى، تېكە ساقلى ئۆسۈملۈكى ئۇسارىسى، موزا، رۇسۇت، ماميسا قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 24 گىرامدىن ئېلىپ، دورىلاردىن سوقۇشقا تېگىشلىكلىرىنى سوقۇپ، ھەببۇلئاس سۈيى ھەم سىركە بىلەن يۇغۇرۇپ، قورساق ساھەسىگە زىمات قىلغاي، تاكى قۇرۇپ ئۆزى چۈشۈپ كەتكۈچە تۇرغۇزغاي. بۇ زىماتنى بىمارداقىزىتما بولمىغان ئەھۋالدا ئىشلەتكەي.

زىماتى ئەفسەنتىننى چاپقاي.

نۇسخىسى 10 گىرام ئەفسەنتىن رۇمنى 35 مىللىلىتىر قايناق شارابقا بىر كېچە - كۈندۈز چىلاپ قويغاي. تەمى تولۇق چىققاندىن كېيىن پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، ھەببۇلئاس يوپۇرمىقىنىڭ سۈيىدىن مۇۋاپىق مىقدارداقىرىلاشتۇرۇپ، ئاملە جەۋھىرى، لازمن، رامەك قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقدارداقىرىلاشتۇرۇپ، يۇقىرىقىغاقىرىلاشتۇرۇپ ياخشى ئېرىتكەي. ئىپار بىلەن ئەنبەردىن ئاز مىقدارداقوشۇپ خۇش پۇراقلاشتۇرغاي. مەلھەمنى رەختكە سۈركەپ، ئۇدخامنى كۆيدۈرۈپ ئىسلاپ، قىزىق ھالەتتە قورساق ساھەسىگە ياپقاي.

قورساق ساھەسىگە تۆۋەندىكى زىماتنى چاپقاي:

نۇسخىسى ئاملە جەۋھىرى، زەپەر ئۇچ گىرامدىن، ئۆشنە ئالتە گىرام، مەستىكى 21 گىرام، سەئدى 15 گىرام، قەسبۇزەرىرە 30 گىرام، كەرەپشە ئۇرۇقى 15 گىرام، ھەببۇلئاس 30 گىرام، موزىدىن ئۇچ گىرام ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، زىمات تەييارلاپ قورساققا چاپقاي. بۇ زىماتنى ئەتىگەن - كەچتە 6 ~ 10 گىرامغىچە ئىستېمال قىلسىمۇ مەنپەئەت قىلۇر.

غىزاسىغا قۇشقاچ، كەكلىك، قىرغاۋۇل قاتارلىقلارنىڭ گۆشلىرىنى كاۋاپ قىلىپ ياكى زىرە، كەرۋىيا، دارچىن، يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى، سۇماق، كەرەپشە، پىننە، سۈزاپ قاتارلىقلار بىلەن شورپا قىلىپ ئىستېمال قىلدۇرغاي. جىگدە، ئالۇچىلارنى بەرگەي.

ئون بىرىنچى باب ئۇچەيگە مۇدۇر چىقىشتىن بولغان ئىچ سۇرۇش توغرىسىدا

سەۋەبى

ئۇچەي مىزاجىنىڭ ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشى ۋە ئۇچەيگە ئۆتكۈر سەپرا خىلىتىنىڭ تەسىرى قىلىشى سەۋەبىدىن پەيدا بولىدۇ. بۇ خۇددى تېرە هارارەت تۇپەيلى كۆيگەندىن كېيىن سۇلۇق قاپارتما پەيدا بولغانغا ئوخشار.

ئالامىتى

بىمارنىڭ پات - پات ئىچى سۇرەر. چوڭ تەرەتنىڭ رەڭگى سېرىق بولۇپ، ئېچىشتۇرۇپ كېلۇر. قورساق بەزىدە تولغاپ ئاغرار. قورساقتا غىدىقلىنىش سېزىمى بولۇر. ئۇزۇنغا سوزۇلسا، ئۇچەي زەخمىسى ۋە ئۇچەي يارىسىنى كەلتۈرۈپ چىقرار. ۋاقتىدا ئىلاج قىلسا، ئىچ سۇرۇشنىڭ باشقا تۈرلىرىگە قارىغاندا تېزرەك ساقىيار.

داۋالاش

بۇنى داۋالاش ئاشقازانغا مۇدۇر چىقىشنى داۋالىغانغا ئوخشىشپ كېتەر.

تۆمۇر ياكى تاش داغماللانغان چۇچۇمەل دوغاپقا قىزىلگۈل، تاباشىر، ياۋا سەۋزە ئۇرۇقى قاتارلىقلارنىڭ تالقىنىدىن ئۇچ گىرامدىن قوشۇپ، هەر كۈنى ئەتىگەندە ئىچكۈزگەي. ئۆچكە سۈتىدىن 300 مىللىلىتىر ئېلىپ، تاش قازاندا يېرىمى قالغۇچە قايناتقاي، ئۇستىگە سۇماق تالقىنىدىن 10 گىرام، چۇچۇمەل ئانار سۈيى بىلەن تاتلىق ئانار سۈيىنىڭ هەرقايسىسىدىن بەش مىللىلىتىردىن قوشۇپ، ئۇدا بىرنەچچە كۈن ناشتىدا بەرگەي. 70 مىللىلىتىر غورا سۈيىگە 35 مىللىلىتىر چۇچۇمەل ئانار سۈيى، ئازراق شېكەر قوشۇپ، ئۇخلاشتىن بۇرۇن ئىچكۈزگەي. يەنە غورا سۈيىنى يالغۇز ئىچكۈزسىمۇ بولىدۇ. بىمار چۇچۇمەل نەرسىلەرنى خالىمسا، بېھى شەربىتىگە مۇۋاپىق مىقداردا تاباشىر قوشۇپ بەرگەي. ئەرەب يېلىمى، گىل ئەرمىنى، تاباشىر قاتارلىقلارنى ئىستېمال قىلدۇرغاي. ئارپا ئۇنى بىلەن قوناق ئۇنىنى قورۇپ ئاز - ئازدىن يېگۈزگەي. گۈل يېغى بىلەن سىركىنى ئارىلاشتۇرۇپ مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلدۇرغاي.

غىزاسىغا چۈجە گۆشى، پاقلاننىڭ كاللا ـ پاقالچىقىنى ناردىن سۈيى بىلەن پىشۇرۇپ يېگۈزگەي. ئۇسسۇزلۇقنا ئانار شەربىتىنى سۇ بىلەن تەڭشەپ ئىچكۈزگەي.

تۆۋەندىكى زىماتنى قورساققا ساھەسىگە چاپقاي:

نۇسخىسى سۇ لېپشى، ھۆل قاپاق، ئارپا ئۇنى، قىزىلگۈل، موزا، سەندەل، رامەك، ئانار پوستى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ئېزىپ، ئالما سۈيى، ھەببۇلئاس سۈيى بىلەن مەلھەم قىلىپ قورساق ساھەسىگە چاپقاي. ئاق مومنى گۈل يېغى بىلەن ئېرىتىپ، ئۇنىڭغا يۇمغاقسۈت يوپۇرمىقى سۈيى، سېمىزئوت يوپۇرمىقى سۈيى، چۈچۈمەل ئانار سۈيى قاتارلىقلارنى ئارىلاشتۇرۇپ قورساققا سۈركىگەي.

ئەگەر ماددا قويۇق بولسا، قەي قىلىش ناھايىتى ياخشىدۇر. ئەتىگەن ناشتىدا سىركەنجۈبىلنى ئىلمان سۇغا ئارىلاشتۇرۇپ ئىچسە، قەي قىلىش ئاسان بولۇر. قەيدىن كېيىن ئارپا ئېشىنى ئىچكەي. ئاندىن تۆۋەندىكى سۇفۇپى تىننى ئۆچكە سۈتى قېتىقدا تەييار قىلىنغان دوغاپ بىلەن ئىچكۈزگەي.

نۇسخىسى گىل ئەرمىنى، گىل مەختۇم، تاباشىر، كەھرىۋا، قىزىلگۈل قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، سۇفۇپ تەييارلاپ كاپ ئەتكەي.

ئون ئىككىنچى باب ئۇچەي شىللىق پەردىلىرىنىڭ زەخىملىنىشى توغرىسىدا

سەۋەبى

ئۇچەي شىلىمشىق ماددىسىنىڭ يوقىلىشى ئۆتكۈر خىلتلارنىڭ تەسىر قىلىشى سەۋەبىدىن پەيدا بولۇر. چۈنكى، ئاللاتائالا ئۇچەينى قوغداش، ئۇچەي يوللىرىنى سىلىقلاشتۇرۇپ بېرىش، كېرەكسىز ماددىلارنىڭ چىقىپ كېتىشىگە ئاسانلىق يارىتىش ئۈچۈن، ئۇنىڭ ئىچكى دىۋارىنى بىر قەۋەت شىلىمشىق ماددا بىلەن ئورىغان. قاتتىق، قۇرغاق تەرەت ئۇنىڭ يارىدىمى بىلەن بەدەن سىرتىغا ئوڭۇشلۇق چىقار. ئەگەر بۇ ماددا ئازايسا، گەندە ئۇچەيدە توختاپ قېلىپ، قەۋزىيەت، قۇلۇنجى كېسەللىكلىرىنى كەلتۈرۈپ چىقىرار. بۇ ماددا خۇددى سۇ ئارىلاشتۇرۇلغان بۇغداي نىشاستىگە ئوخشار. تېۋىپلار ئۇنى «ئەلفشائۇل مۇخاتىي»، «سۇھرۇجۇل ئەمئا» دەپ ئاتىشار. ئۆتكۈر خىلتلار ئۇچەيلەرگە تەسىر قىلسا، مەزكۇر شىلىمشىق ماددا ئېرىپ خورار. ئۇچەي

دىۋارى يالىڭاچلىنىپ قالغاندىن كېيىن، ئۆتكۈر خىلىت ۋە تۇرلۇك ئۆتكۈر ماددىلار ئۇچەي دىۋارىغا تەسىر قىلىپ، ئۇچەي شىللىق پەردىسىنى زەخىملەندۈرەر. ئۆتكۈر خىلىت سەپرا خاراكتېرلىك بولسا ئىككى ھەپتىدە، تۇزلۇق ۋە ئىشقارلىق (بورەقى) بولسا بىر ئايدا، ئۆتكۈر سەۋدا خاراكتېرلىك بولسا 40 كۈن ياكى ئۇنىڭدىن ئۇزۇق ۋاقىتتا زەخىم پەيدا قىلار. زەخىم ئۇزۇنغا سوزۇلسا ياكى ئېغىرلاشسا يارىغا ئۆزگىرەر. يارا ئېغىرلاشسا يىرىڭلار ۋە ئېغىز ئالۇر.

ئالامىتى

بىمارنىڭ ئىچى سۇرەر. كېسەللىك ئەھۋالىنىڭ تەرەققىي قىلىشىغا ئەگىشىپ چوڭ تەرەتتىن تەدرىجىي قان كېلۇر، بەزىدە يىرىڭ ئارىلاش كېلۇر، قورساق ئاغرار. ئېغىرلاشسا چوڭ تەرەتتىن قان، يىرىڭدىن باشقا زەخىملەنگەندەكى قاقاچلار ياكى گۆش پارچىلىرى كېلۇر. بۇ، ئۇچەي زەخىملىنىشىنىڭ يارىغا ئۆزگەرگەنلىكىنى ۋە ئېغىز ئالغانلىقىنى بىلدۈرەر. بىمارنىڭ ئىشتىهاسى تۆتۈلار. ئورۇقلاپ ماغدۇرسىزلىنار ھەم يەڭگىل قىزىتما بولۇر.

زەخىم سەپرا سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، بىمارنىڭ ئىچى سەپرالىق سۇرەر. تۇزلۇق بەلغەم سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، بەلغەملىك ئىچ سۇرەر. چوڭ تەرەت يەللىك بولۇر، ئۇچەيدىمۇ يەل بولۇر. زەخىم سەۋدا خىلتى سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، چوڭ تەرەتنىڭ رەڭگى قارامتۇل بولۇر.

ئومومەن قىلىپ ئېيتقاندا، كېسەللىك قايسى خىلتىنىڭ تەسىرىدىن كېلىپ چىقان بولسا، بەدەندە شۇ خىلتقا ئالاقىدار ئالامەتلەر پەيدا بولۇر.

داۋالاش

مەيلى بۇ كېسەللىكتە ياكى باشقا كېسەللىكلەردە بولسۇن، مۇھىم ئەزالارنىڭ ئەھۋالىغا بەكرەك كۆڭۈل بۆلگەي. ئۇلاردا مەلۇم خىلتىنىڭ ئارتۇق ئىكەنلىكى بايقالسا ئىستىفراغ قىلغاي. زەئىپلەشكەن بولسا قۇۋۋەتلىمىگەي. مىزاجى بۇزۇلغان بولسا تەڭشىگەي. ئۇنىڭدىن كېيىن كېسەللەنگەن ئەزاغا قارىتا داۋالاش ئېلىپ بارغاي.

دەسلەپتە مېڭىنىڭ ئەھۋالىغا قارىغاي. ئۇنىڭدا نورمالسىز خىلتىنىڭ بارلىقى بايقالسا تەنقىيە قىلغاي. ماددىنى تارقىتىش رولى بولغان نۇتۇللارنى باشقا تۆكۈپ، مېڭىنى قۇۋۋەتلەشكە چارە قىلغاي. مېڭىدىن نەزلە سۇيۇقلۇقىنىڭ قۇيۇلۇشىنى توسۇش رولى بولغان دورىلارنى ئىشلىتىپ، نەزلە سۇيۇقلۇقىنىڭ كېسەللىكنى ئېغىرلاشتۇرۇپ قويۇشىنىڭ ئالدىنى ئالغاي.

ئۇنىڭدىن كېيىن يۇرەكنىڭ ئەھۋالىغا قارىغاي. ئەسلىي داۋالاش پىرىنسىپىدىمۇ يۇرەككە ئېتىبار بېرىش كۆپرەك تەۋسىيە قىلىنار. ھەرقانداق كېسەللىكتە بىمارنىڭ ئوزۇقلىنىشىغا ئەھمىيەت بېرىپ، زەئىپلىكنىڭ ئالدىنى ئالغاي. شۇ سەۋەبتىن يۇرەكتە ئاجىزلىق بايقالسا، مۇناسىپ قۇۋۋەتلىك غىزالارنى ئىستېمال قىلدۇرۇپ يۇرەكنى قۇۋۋەتلىگەي. غىزا ئارقىلىق قۇۋۋەتلەش مومكىن بولمىسا، مۇناسىۋەتلىك دورىلارنى ئىشلەتكەي. چۈنكى يۇرەك ساغلاملاشتۇرۇلسا، بەدەننىڭ تەبئىي قۇۋۋىتى ئېشىپ، يامان خىلىتلارنى تارقىتىشقا ياردىمى بولۇر.

ئۇنىڭدىن كېيىن جىگەرنىڭ ئەھۋالىغا ئېتىبار بەرگەي. چۈنكى، بۇ كېسەللىك كۆپ ھاللاردا جىگەرنىڭ ئاجىزلىقىدىن پەيدا بولۇر. جىگەر قۇۋۋەتلەنسە بەدەندىكى يامان، ئۆتكۈر خىلىتلار ئازىيىپ ياكى يوقلىپ، كېسەللىكنىڭ ساقىيىشىغا كۆپ ياردىمى بولۇر.

ئاخىردا، ئاشقازاننىڭ ئەھۋالىغا ئېتىبار بەرگەي. چۈنكى ئاشقازاننىڭ ھەرقايسى قۇۋۋەتلىرى كۈچلۈك بولسا، ھەزىم ياخشى بولۇپ، بەدەندە يامان خىلىتلار كۆپىيىشىنىڭ ئالدىنى ئۇنۇملۇك ئالغىلى بولۇر. ناۋادا ئاشقازاننىڭ ھەرقايسى قۇۋۋەتلىرى ئاجىز بولسا، غىزا ياخشى ھەزىم بولماي كېرەكسىز ماددىلار كۆپىيىپ قالۇر. ئەزالار زەئىپلەشكەنلىكتىن كېسەللىكلەرگە تاقابىل تۇرالماس.

ئاشقازانغا ئېتىبار بېرىشنىڭ ئۇسۇلى تائامنى تەرتىپلىك يېيىش، زىيادە كۆپ يېمەسلىك، ئەگەر زىيادە كۆپ يەپ قويغان بولسا، قەي قىلىش ياكى مۇئاپىق ئىستىفراغ ئۇسۇللىرى ئارقىلىق ئاشقازانىنىڭ يۈكىنى يەڭگىللەتكەي.

پۈتۈن بەدەن قۇۋۋەتلەنسە ۋە ھەرقايسى ئەزالارنىڭ ئەھۋالىغا كۆپرەك ئەھمىيەت بېرىلسە، كېسەللىك ئۇستىدىن ئاسانراق غالىب كەلگىلى، كېسەللىكنى تېزرەك ساقايتقىلى بولۇر.

مەلۇم بولغايكى، بىمارنى كۆپ ھاللاردا دورا بىلەن ئەمەس، بەلكى ھەر خىل تەدبىر بىلەن داۋالاش ياخشىراقتۇر. ئەگەر تەدبىر كار قىلمىسا، غىزا بىلەن داۋالاش تەلەپ قىلىنار. غىزا بىلەنمۇ داۋالاش ئىمكانىيىتى بولمىسا، ئۇنىڭدىن كېيىن دورا بىلەن داۋالاش مۇئاپىقتۇر. چۈنكى كۆپىنچە كېسەللىكلەر دورا ئىشلىتىش ياكى دورىنى نامۇئاپىق ئىشلىتىشتىن ئېغىرلىشىپ كېتەر. ھەتتا بەزىدە دورىدىن يېگى كېسەللىك كېلىپ چىقار.

بۇ كېسەللىكتە يۇرەك، ئۇچەيلەرنىڭ قۇۋۋىتىنى ساقلاشقا ئەھمىيەت بەرگەي. بەدەننىڭ ئەسلىي ھارارىتىنى ساقلىغاي. بۇنىڭ ئۈچۈن قۇۋۋىتى كۆپ، ئاسان ھەزىم بولىدىغان يېمەكلىكلەردىن ئاز - ئازدىن بەرگەي. مائۇللەھمى تەييارلاپ، ئۇنىڭغا توخۇ تۇخۇمىنىڭ ئىللىتىپ

پىشۇرۇلغان سېرىقسىنى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزگەي. ئۇچىيى زەخىملەنگەن بىمارلارنى ئوزۇقلاندۇرۇشتا مائۇللەھمى ئەڭ ياخشى غىزا بولۇپ ھېسابلىنار. چۈنكى ئۇنىڭ مقدارى ئاز، قۇۋۋىتى كۆپ بولغاچقا، بەدەن ئۇنىڭدىن ياخشى قۇۋۋەتلىنەر. كېرەكسىز ماددىلىرى ئاز بولغاچقا، ئۇچەيگە ئېغىر كەلمەس. ئەگەر يۇقىرىدا ئېيتىلغان ئۇسۇل بويىچە بەدەننىڭ ئەسلىي قۇۋۋىتى ساقلانسا، كېسەللىكنى داۋالاشتا دورىغا ھاجەت چۈشمەي، كېسەللىك ماددىلىرى ئۆزلۈكىدىن بىر تەرەپ بولۇپ، بىمار ساقىيىشقا يۈزلىنەر.

مەيلى دورا ياكى غىزا بېرىلسۇن، ئاسان ھەزىم بولىدىغان ھالەتتە تەييارلاپ بەرگەي، مەسىلەن: دورىنى چالا سوقۇپ، خالتىغا ئېلىپ تەمىنى چىقىرىپ، يۇمغاقسۇت يوپۇرمىقىنىڭ سۈيى بىلەن ئىسپىغۇل لوئابىنى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزگەي.

مەلۇم بولغايكى، بىمارغا مۇكۈلۈق ئاۋازلارنى ئاڭلىتىش، قىزىقارلىق ھېكايىلەرنى ئوقۇپ بېرىش، مەنزىرىلىك جايلارنى سايا‌ھەت قىلدۇرۇش ئارقىلىق كۆڭلىدىكى كېسەللىك ئەندىشىسىنى تۇگىتىش كېسەللىك ئەھۋالىنىڭ ياخشىلىنىشىغا كۆپ پايدىسى باردۇر.

ئۇچەي شىللىق پەردىلىرى زەخىملەنگەن بىمارلارنى داۋالاشتا دەسلەپتە 12 گىرام ئەرەب يېلىمىنى سوقۇپ، تاسقاپ، سوغۇق سۇ بىلەن ئېرىتىپ ئىچكۈزگەي. ھۆل قىزىلگۈلنى سەپ سۈيىنى چىقىرىپ، مۇۋاپىق مقداردا ئىچكۈزگەي بىلەن بىرلىكتە ھۆقنە قىلغاي. ئۇنىڭدىن كېيىن تۆۋەندىكى قۇرسنى تەييارلاپ بەرگەي:

نۇسخىسى قىزىلگۈل، قورۇلغان ياۋا سەۋزە ئۇرۇقى 10 گىرامدىن، ئەرەب يېلىمى، كەتىرا، قورۇلغان نىشاستىدىن تۆت گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، ئىسپىغۇل لوئابى بىلەن يۇغۇرۇپ، مۇۋاپىق چوكۇلۇقتا قۇرس قىلىپ، سايىدا قۇرۇتۇپ، ھەر قېتىمدا بەش گىرامدىن ئىسىتمال قىلدۇرغاي. ئۇچەيلەر ئاغرىپ بىئارام قىلسا، ئىسپىغۇل، رەيھان ئۇرۇقى، يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى، ئاموت ئۇرۇقى قاتارلىقلاردىن باراۋەر مقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مقداردىكى ئىسسىق سۇ بىلەن سەپ تەمىنى چىقىرىپ، ئالتە گىرام ئەتراپىدا گۈل يېغى تېمىتىپ ئىچكۈزگەي. رەۋەنچىنى قاندىن بولغان ئېچ سۈرۈش ۋە ئۇچەي يارىسىغا ناھايىتى ياخشى مەنپەئەت قىلۇر. يۇمغاقسۇت يوپۇرمىقىنى مۇۋاپىق مقداردىكى ئۇرۇم شىرنىسى بىلەن ئىچكۈزسە كۆپ مەنپەئەت قىلۇر.

قۇرسى رەۋەن جىگەر مەنبەلىك ئۇچەي شىللىق پەردىسى زەخىمسىگە ناھايىتى ياخشى مەنپەئەت قىلۇر.

نۇسخىسى رەۋەنچىنى، زىرىق، كاسنە ئۇرۇقىنى باراۋەر مقداردا ئېلىپ سوقۇپ، تالقان

قىلىپ، زىرىق سۇيى ياكى يۇمغاقسۇت يوپۇرمىقى سۇيى بىلەن يۇغۇرۇپ، مۇڭاپىق چوڭلۇقتا قۇرس قىلىپ، سايىدا قۇرۇتۇپ، ھەر قېتىمدا ئالتە گىرامدىن ئىستېمال قىلدۇرغاي.

قۇرسى رەڭنىڭ تۆۋەندىكى نۇسخىسىنى بەرگەي:

نۇسخىسى رەڭنچىنى، كەھرىۋا، گۈل ئەرمىنى، ئانارگۈلى قاتارلىقلاردىن بىراۋەر مىقدارda ئېلىپ سوقۇپ، تالقان قىلىپ، مۇڭاپىق چوڭلۇقتا قۇرس قىلىپ سايىدا قۇرۇتۇپ، بەش گىرام ئېلىپ، كاسنە سۇيى بىلەن ئېزىپ ئىستېمال قىلدۇرغاي. رەڭنىدىن مۇڭاپىق مىقدارda ئېلىپ سوقۇپ، گۈلاب ۋە گۈل يېغى بىلەن ياغلاپ، ئۇچ گىرام چۈچۈمەل ئالما سۇيى بىلەن قوشۇپ ئىستېمال قىلدۇرغاي. بىمارda قىزىتما بولسا، كونا ئۈزۈم شىرنىسىنى تۆمۈر بىلەن داغلاپ ئىچكۈزگەي. قېتىق سۇيىنى تاش بىلەن داغلاپ ئىچكۈزسىمۇ، يەنە ئالما شەربىتى، بېھى شەربىتى ئىچكۈزسىمۇ بولۇر. ئارپىنى ھەبۇلئاس بىلەن پىشۇرۇپ ئىچكۈزسىمۇ، يەنە گۈل ئەرمىنى ئىچكۈزسىمۇ كۆپ مەنپەئەت قىلۇر.

ئون ئۇچىنچى باب ئۇچەي يارىسىدىن بولغان ئىچ سۇرۇش توغرىسىدا

سەۋەبى

1. ئۇچەي يارىسى سەۋەبىدىن بولۇر، ئۇ يۇنان تىلىدا «دوزىنتاريا» دەپ ئاتىلار.

2. ناچار كەيلۇسنىڭ ئۇچەينى غىدىقلىشىدىن بولۇر. يەنى جىگەر زەئىپلەشكەندە كەيلۇسنى ياخشى ھەزىم قىلالماس. بۇنداق كەيلۇستىن ئىشلەپچىقىرىلغان ناچار كەيمۇس ئۇچەيلەرگە كەلسە ئۇچەيلەرنى غىدىقلاپ، ئىچ سۇرۇشنى پەيدا قىلۇر. بۇ چاغدا بىمارنىڭ چوڭ تەرىتى گۆش يۇغان سۇدەك كېلۇر. تېۋىپلار ئۇنى «دوزىنتاريا كەبەدى» (جىگەر مەنبەلىك دىزىنتىريە) دەپ ئاتار.

3. ئۇچەينىڭ مەلۇم قىسىم قان تومۇرلىرىنىڭ يېرىلىشىدىن بولۇر. تېۋىپلار ئۇنى «دوزىنتاريا دەمەۋى» (قان تومۇرلۇق دىزىنتىريە) دەپ ئاتار. ئۇنىڭ قانىشى بۇۋاسرنىڭ قانىشىغا ئوخشار. بۇۋاسىر يۇنان تىلىدا «ئومۇرى دوپىس» دەپ ئاتىلۇر. خۇددى بۇۋاسىر مەقئەت قان تومۇرلىرىنىڭ يېرىلىشىدىن كېلىپ چىققانغا ئوخشاش قان تومۇرلۇق دىزىنتىريەمۇ ئۇچەي قىسىم قان تومۇرلىرىنىڭ يېرىلىشىدىن كېلىپ چىقار.

يىرىك گەندىنىك ئۇچەينى قىرىپ ئۆتۈشى، ئۆتكۇر خىلىت ياكى ئۆتكۇر دورىلارنىڭ ئۇچەيلەرنى غدىقلىشى، قۇۋۇتى داپئەنىڭ كۈچلۈكلۈكى قاتارلىق سەۋەبلەردىن زەخىملىنەر ياكى پىشقان ئىششىق يېرىلار.

ئۇچەيلەردە ئېغىز يارىسىغا ئوخشاش يارىلار پەيدا بولسا، ئۇ، ئەرەب تىلىدا «قۇلائۇل ئەمئا» دەپ ئاتىلار.

بەزىدە ئۇچەي يارىسى سەۋەبىدىن بىمارنىڭ قورسىقى پۇلتىيىپ چىقار. بۇ چاغدا بەزىلەر ئۇنى ئىستىسقا ئوخشايدۇ، دەپ گۇمان قىلۇر. بەزىدە ئۇچەي زەخىم تۇپەيلىدىن تېشىلۇر. بۇ چاغدا كۆپ هاللاردا بىمارنىڭ هاياتىغا خەۋپ يېتۇر. هېكايە قىلىنىشچە، بىر كىشىنىڭ ئۇچىيى تېشىلگەن، ئۇنىڭ ئۇدۇلىدىن قورسىقىمۇ تېشىلگەن، ئۇ شۇنداق هالەتتە مەلۇم مۇددەت تىرىكچىلىك قىلغان. ئىبن سىنانىڭ ئېيتىشچە، بۇنداق بىمارنىڭ هايات ياشىشى ئەقىلگە سىغمايدىكەن. رىۋايەت قىلىنىشچە، بىمارنىڭ ئۇچىيى تېشىلسە، قورسىقىنىڭ داۋاملىق ئاچقانلىقىنى هېس قىلىدىكەن، يېگەن تائامنىڭ هەممىسى ئۇچەي تەرەپكە يۈرۈشۈپ كېتىدىكەن.

ئالامىتى

يەڭگىل دەرىجىدە قىزىتما بولۇر. بىمارنىڭ قورسىقى سانجىپ ئاغرار. كېيىن توڭلاپ تىترەر. قىزىتمىسى ئۆرلەر. يېيىلگەن غىزا ئاشقازاندىن ئۆتۈپ ئۇچەيلەرگە كەلگەندە، قورساق ئاغرىقى باشلىنار، بولۇپمۇ تۇزلۇق، ئاچچىق نەرسىلەرنى يېگەندە ئاغرىق تېخىمۇ كۈچىيەر. ئۇچەينىڭ ئاشقازان بىلەن شېرىكچىلىكى بولغاچقا، ئىشتىهاسى تۇتۇلار. يارا ئۇچەينىڭ ئۈستۈنكى تەرىپىدە بولسا، چوڭ تەرەتتە ئۇششاق قاقاچلار بولۇر. يارا ئۇچەينىڭ تۆۋەنكى تەرىپىدە بولسا، چوڭ تەرەتتە چوڭ قاقاچلار كۆرۈلەر.

بۇقرات: «بۇ كېسەللىك بىلەن ئاغرىغان بىمارنىڭ قۇلاق ئارقىسىغا نوقۇت چوڭلۇقىدا مۇدۇرلار پەيدا بولۇپ، تەشنالىقى كۈچلۈك بولسا، كېسەللىكنىڭ ساقايمايدىغانلىقىنى بىلدۈرەر. ئېهتىمال 20 كۈنلەر ئىچىدە هاياتىغا خەۋپ يېتىشى مومكىن. دەسلەپتە قانلىق ئىچ سۇرۇش، ئارقىدىن يىرىڭلىق ئىچ سۇرسىمۇ يامان هېسابلىنار. كېسەللىك ياخشىلانغاندىن كېيىن يېڭىدىن ئىچى سۇرسە ئۆلۈمدىن خەۋەر بېرىدۇ» دەپ ئېيتقان.

ئىچى سۇرگەندىن كېيىن ئىستىسقا بولسا خەتەرلىك بولۇر، بولۇپمۇ ئىستىسقا جىگەر ياللۇغى سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا تېخىمۇ شۇنداق بولۇر. چۈنكى، بۇ چاغدا بەدەندىكى ياللۇغ

پەيدا قىلغۇچى ماددىلار ئىچ سۇرۇش ئارقىلىق تازىلانمىغان ھالەتتە تۇرار. ئەگەر ئۇچەينىڭ ئىچىگە مۇدۇر - چاقىلار چىققان بولسا، كۆپ ھاللاردا ئىستىسقانى كەلتۈرۈپ چىقرار.

ھەرقانداق كېسەللىكتە بىمارنىڭ قورسىقى تولغاپ ئاغرىسا، قەي قىلسا، ھېچ تۇتسا، ئەقلى ئېلىشسا ئۆلۈمدىن دېرەك بېرەر. قىش پەسلى قۇرغاق، شامىللىق بولسا، باھار پەسلى ئىسسىق بولۇپ، ھۆل - يېغىن كۆپ بولسا ياكى قىش پەسلى ھۆل - يېغىنلىق، باھار پەسلى شامىللىق، يامغۇرلۇق بولسا، قانلىق ئىچ سۇرۇش كۆپ يۈز بېرەر، بولۇپمۇ ئايالاردا ۋە ھۆل مىزاجلىق كىشىلەردە كۆپ كۆرۈلەر. قىش پەسلى ئىسسىق، باھار پەسلى سوغۇق بولسا، ياز پەسلىدە ھاۋا كۆپ بۇلۇتلۇق بولسىمۇ، يامغۇر كەم ياغسا، نەزلە ۋە نەزلە سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدىغان قانلىق ئىچ سۇرۇش كۆپ يۈز بېرەر. ھاۋاسى ئىسسىق شەھەرلەردە ھۆل - يېغىن كۆپ بولسا، ئىچ سۇرۇش تولا بولۇر.

داۋالاش

زەخىم ئۇچەينىڭ قايسى قىسمىدا ئىكەنلىكىنى ئېنىقلاپ، ئۇنىڭدىن كېيىن يەرلىك ئورۇننى تازىلاش رولى بولغان تەدبىرلەرنى قوللانغاي، يەرلىك ئورۇندىكى كېسەللىك ماددىسىنى يوقاتقاي. ئۇنىڭدىن كېيىن ئۇچەينىڭ زەخمىسىنى داۋالاشقا قەدەم قويغاي. كېسەللىك ئۆتكۈر ياكى تۇزلۇق ماددا سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، ئۇنى تازىلايدىغان خاس دورىلارنى ئىشلەتكەي. بىمار ئورۇقلىغان بولسا، جۈدەتكۈچى تەپنىڭ ئىلاجىنى قىلغاي. يارا يېڭى پەيدا بولغان بولۇپ، ئۇچەينىڭ يۇقىرىقى قىسمىدا بولسا، يەڭگىل دەرىجىدە تازىلاش، يۇمشىتىش، يالۇغ قايتۇرۇش رولى بولغان دورىلارنى ئىشلەتكەي. بۇنىڭ ئۈچۈن، كۆز كېسەللىكلىرىدە بايان قىلىنغان ئىسپىغۇل لوئابى، بېھى ئۇرۇقى لوئابى، زىغىر ئۇرۇقى لوئابىغا ئوخشاش دورىلارنى ئىستېمال قىلدۇرغاي.

ئۆتكۈر سەپرا خىلتى سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، فۇلۇسى خىيارشەنبەر سۇيى، كاسنە سۇيى، مارجان شوخلا سۇيى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ، ئاز مىقدارىدا زەپەر قوشۇپ ئىچكەي. سەۋدا خىلتى سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، مەتبۇخى ھېلىلە، مەتبۇخى خىيارشەنبەر قاتارلىقلارنى ئىچكەي. يارا كونا بولۇپ، يىرىڭلىغان بولسا، مائۇلھەسەل بىلەن گۈلابقا ئوخشاش تازىلاش رولى بولغان دورىلارنى ئىستېمال قىلدۇرغاي. ئايارەج پەيقىرا بېرىش زۆرۈر، دەپ قارىغاي، چۈنكى ئۇ، بەدەندىكى ئۆلۈك گۆشلەرنى تازىلاش خۇسۇسىيىتىگە ئىگە بولۇپ، كۆپ مەنپەئەت قىلۇر. زەخمىگە يېڭى گۆش ئۈندۈرەر. مەزكۇر ئايارەجنى مەلۇم ۋاقىت

ئىستېمال قىلدۇرغاندىن كېيىن، ئۇچەينىڭ ئىتتىرىش كۈچىنىڭ زەئىپلىكىدىن كېلىپ چىققان ئىچ سۇرۇشتە بايان قىلغىنىدەك، قېتىق سۇيى قىزىتىلغان تاش بىلەن داغاللاپ ئېچكۈزگەي. بىماردا قىزىتما بولمىسا، سۇت قىزىتىلغان تۆمۈر ياكى قىزىتىلغان تاش بىلەن داغاللاپ ئېچكۈزۈش ياخشى مەنپەئەت قىلۇر.

تەۋسىيە قىلىنغان ئىلاجدا بىمارنى دەسلەپتە ئۇچ كۈنگىچە تاتىمدىن پەرھىز قىلدۇرغاي. بۇ جەريانداً بىمارنىڭ بەدەن قۇۋۇتىنى ساقلاشقا ئەھمىيەت بەرگەي. بىمار ئاچلىققا بەرداشلىق بېرەلمىسە، ئاسان ھەزىم بولىدىغان يېمەكلىكتىن ئاز مىقدارىدا يېگۈزگەي. ئىمكانىيەتىنىڭ بارىچە يۇقىرىدا ئېيتىلغان داغمال سۇت بىلەن قانائەت قىلدۇرغاي.

غىزاسىغا ئۆردەك يېغى ياكى توخۇ يېغى ياكى ئۆچكە يېغى، قوناق كېپىكى، قورۇلغان گۈرۈچ ئۇنى بىلەن ئاتىلا تەييارلاپ بەرگەي.

ئۇسامە (داۋائى غىزائى) تەييارلاپ بەرگەي.

نۇسخىسى كۆكنار پوستىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ، تەمى چىققاندىن كېيىن پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، قورۇلغان نىشاستە، قورۇلغان ئەرەب يېلىمى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، سوقۇپ ئارىلاشتۇرۇپ، مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلدۇرغاي.

ئۇسامەنىڭ يەنە بىر نۇسخىسى سۇماقتىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى يامغۇر سۇيىگە بىر كېچە - كۈندۈز چىلاپ تەمىنى چىقىرىپ، پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، قورۇلغان گۈرۈچ ئۇنى، بۇغداي كېپىكىدىن مۇۋاپىق مىقداردا قوشۇپ تۆت سائەت تۇرغۇزغاي. ئۇنىڭدىن كېيىن پىسەپلىرىنى ئېلىۋېتىپ، سۇيىگە مۇۋاپىق مىقداردا ئۆچكە يېغى قوشۇپ ئوتقا ئاسقاي، ئالما ياغچى بىلەن قوچۇپ قويۇلغۇچە قاينىتىپ، ئۇنىڭدىن كېيىن ئوتتىن چۈشۈرۈپ، قورۇلغان ئەرەب يېلىمى تالقىنىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ، سوۋۇغاندىن كېيىن مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلدۇرغاي.

بىمارنىڭ قىزىتمىسى بولسا، پوستى ئاقلانغان يېسىمۇقتىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ، پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، سۇيىگە يۇمغاقسۇت يوپۇرمىقى، سېمىزئوت سۇيى، سۇماق سۇيى قوشۇپ ئېچكۈزگەي.

غىزاسىغا گۆش بېرىشكە تېگىشلىك بولسا، كەكلىك، تاغ توخۇسى، بۆدۈنە قاتارلىقلارنىڭ گۆشلىرىنى سۇماق سۇيى ۋە ئانار سۇيى بىلەن قاينىتىپ، پىشۇرۇپ ئىستېمال قىلدۇرغاي. تۇخۇم سېرىقىنى ئىللىتىپ پىشۇرۇپ، ئاقلانغان سۇماق بىلەن ئىستېمال قىلدۇرسا، بولۇپمۇ

توخۇ تۇخۇمىنىڭ سېرىقىنى چالا پىشۇرۇپ مۇۋاپىق مىقداردىكى ئانار سۈيى، سۇماق سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ، خورما، ھەببۇلئاس، خەرنۇب نەبىتى، سۇماق قاتارلىقلار قاينىتىلغان سۇ بىلەن ئىستېمال قىلدۇرسا كۆپ مەنپەئەت قىلۇر. يۇقىرىقى بابلاردا بايان قىلىنغان ئالما شەربىتى، ھەببۇلئاس شەربىتى، بېھى شەربىتى، ئانار شەربىتى قاتارلىقلارغا ئوخشاش قابىز خۇسۇسىيەتلىك شەربەتلەرنى ئىچكۈزگەي. تومۇز ئىسسىق كۈنلەر بولسا، ئۇزۇم شىرنىسىگە سۇ ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزۈپ، ئۇسسۇزلۇقنى قاندۇرغاي. قابىز خۇسۇسىيەتلىك شەربەتكە ھەببۇلئاس قوشۇپ بىر كېچە ـ كۈندۈز تۇرغۇزۇپ، تەمى چىققاندىن كېيىن ئىچكۈزگەي.

سۇفۇپى مەقلىياسانى ئىستېمال قىلدۇرغاي.

نۇسخىسى ئىسپىغۇل، مەرۋى ئۇرۇقى، سېمىزئوت ئۇرۇقى، يۇمغاقسوت ئۇرۇقى، قىزىلگۈل ئۇرۇقى، ياۋا سەۋزە ئۇرۇقى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، رەيھان ئۇرۇقى 35 گىرامدىن، تاباشىر، قىيمۇلىيا، نىشاستە، قورۇلغان ئەرەب يېلىمى 10 گىرامدىن، گىل ئەرمىنى 15 گىرام، كەھرىۋادىن 20 گىرام ئېلىپ، ئىسپىغۇلدىن باشقىلىرىنى سوقۇپ، تاسقاپ، ئىسپىغۇلنى قورۇپ، گۈل يېغى بىلەن ياغلاپ، ئاخىردا ھەممىسىنى ئارىلاشتۇرۇپ ئۇخلاشتىن ئىلگىرى 15 مىللىلىتىر ھەببۇلئاس شەربىتى بىلەن بىرلىكتە ئوچ گىرامدىن ئىستېمال قىلدۇرغاي.

سابىت بىن قۇررە «بەزى تېۋىپلار بۇ كېسەللىككە 50 گىرام گىل ئەرمىنىنى بۆلەكلەرگە بۆلۈپ، بىر كۈن ئىستېمال قىلدۇرۇۋېدى، كېسەللىكتىن شىپا تاپتى» دېگەن. ئۇنىڭدىن باشقا، كۈدە ئۇرۇقى بىلەن ھەببۇلئاستىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، ئىستېمال قىلسا، كونا ئىچ سۇرۇشكە ھەم بوۋاسىرغا مەنپەئەت قىلۇر.

تۆگە قۇشىنىڭ تاشلىقىنىڭ ئىچكى پوستىنى قۇرۇتۇپ، تاسقاپ، 10 مىللىلىتىر ھەببۇلئاس شەربىتى ياكى بېھى شەربىتى بىلەن ئىچكۈزسە، كونا ئىچ سۇرۇشكە ياخشى مەنپەئەت قىلۇر.

تۆۋەندىكى سۇفۇپىنى ئىستېمال قىلدۇرغاي:

نۇسخىسى ئاق كۆكنار ئۇرۇقى، كۈندۇر، سەئدە، ھەببۇلئاس قاتارلىقلاردىن ئىككى گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ھەببۇلئاس شەربىتى بىلەن ئىستېمال قىلدۇرسا، كېچىك باللارغا چىش چىققاندىكى ئىچ سۇرۇشكە ھەم مەنپەئەت قىلۇر. بۇ چاغدا ئانىنىڭ سۈتىگە قوشۇپ ئىچكۈزگەي.

تۆۋەندىكى سۇفۇپىنى تەييارلاپ بەرگەي:

نۇسخىسى قۇرۇق ئۇزۇم ئۇرۇقى، بەللۇت، يۇمغاقسوت ئۇرۇقى، سۇماق، خەرنۇب نەبىتى، كەرەپشە ئۇرۇقى، سىركىگە چىلانغان زىرە، قۇرۇتۇپ پىشۇرۇلغان نان، كۈندۇر، جۇۋىنە

بىر ھەسسىدىن، ئۆچكە ياكى كېيىكنىڭ ئوغۇز سۈتىدىن بىر ھەسسىنىڭ ئۈچتىن بىرىچىلىك مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، كۈنىگە ئۈچ قېتىم، ھەر قېتىمدا بەش گىرامدىن كاپ ئەتكەي.

تۆۋەندىكى ھەبنى ئىستېمال قىلدۇرغاي. ئۇ قانلىق ئىچ سۇرۇشكە مەنپەئەت قىلۇر:

نۇسخىسى ئەپيۇن 0.5 گىرام، موزا ۋە يۇلغۇن مېۋىسىدىن ئىككى گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئەرەب يېلىمى ئېرىتمىسى بىلەن يۇغۇرۇپ ھەب قىلىپ، سايىدا قۇرۇتۇپ ئىستېمال قىلدۇرغاي. مەزكۇر دورا مىقدارىنى بىر قېتىملىق ئىستېمال مىقدارى قىلغاي. ئەگەر بىمارغا ئېغىر كەلسە، ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلدۇرغاي.

بىمار مۇنچىغا كىرىپ يۇيۇنۇپ بولغاندىن كېيىن، سېرىقچېچەك يېغى بىلەن مايلانسا، تېرە تۆشۈكلىرىنى ئېچىپ، ئىچ سۇرۇشنىڭ توختىشىغا يارىدەم بېرەر.

بىمارنىڭ قورساق ساھەسىگە قاپاق لوڭقا قويۇلسا، تۆت سائەتتىن كېيىن ئىچ سۇرۇشنى توختىتار.

مەلۇم بولغايكى، ئەپيۇنغا ئوخشاش سۇسلاشتۇرۇش خۇسۇسىيتى بولغان دورىلارنى ئىشلىتىش خەتەرلىك ھېسابلىنار. ئەمما بەزى ۋاقىتلاردا ئۇنىڭغا ئېھتىياج چۈشەر. چۈنكى ئۇ ماددىنى پىشۇرۇپ، ئۇيقۇ كەلتۈرەر ۋە تىنچلاندۇرار. ئۈچەيلەرنىڭ كۆيۈشۈپ ئاغرىشىنى پەسەيتەر. شۇ سەۋەبتىن بەزى ۋاقىتلاردا ئۇنى ئىشلىتىشكە تېگىشلىك بولۇر. شۇنىڭ ئۈچۈن، ئىشلەتكەندە بىمارنىڭ ئەھۋالىنى ياخشى كۆزىتىپ، ئېھتىيات بىلەن ئىشلەتكەي.

بىمارغا دورا ئىچكۈزگەندىن زىمات قىلغان ياخشىدۇر. زۆرۈر بولسا مۇناسىۋەتلىك دورىلار بىلەن شىياق تەييارلاپ مەقئەتكە قويغاي.

ئاغرىق پەسەيتىش تىنچلاندۇرۇشقا تېگىشلىك بولسا، تۆۋەندىكى زىماتنى بىمارنىڭ قورساق ساھەسىگە چاپقاي:

نۇسخىسى ئەپيۇن، بەزرۇلبەنجى بىر ھەسسىدىن، جۈپتى بەللۇت، ئانارگۈلى، ئاقاقىيا، كۈندۈر، مۇرمەككىنى بەش ھەسسىدىن ئېلىپ سوقۇپ، كۆكنارنىڭ سقىلغان ياكى قاينىتىلغان سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ، قورساق ساھەسىگە چاپقاي.

تۆۋەندىكى سۇفۇپنى بىمارنىڭ ئەھۋالغا قارىتا مۇۋاپىق مىقداردا ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى توشقاننىڭ ئوغۇز سۈتى بىر گىرام، ئەپيۇن، كۆك موزا، كۈندۈرنىڭ ھەربىرىدىن ئىككى گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، ئىككى يېرىم گىرامدىن بەرگەي.

جاراھەت ئۇچەينىڭ تۆۋەنكى تەرىپىدە بولسا، تۆۋەندىكى ھۆقۇنۇنى تەييارلاپ قائىدە بويىچە ھۆقنە قىلغاي:

نۇسخىسى گۈرۈچ ئۇنى 165 گىرام، ئارپا ئۇنى 40 گىرام، قىزىلگۈل 50 گىرام، بۆرە يېغىدىن 100 گىرام ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتقاي. سۇنىڭ يېرىمى قالغاندا ئوتتۇرا چۈشۈرۈپ پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، قائىدە بويىچە ھۆقنە قىلغاي. ئۇچەي ئېيىقىشسا 15 مىللىلىتىر گۈل يېغى ئارىلاشتۇرغاي.

بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ تۇرۇپ تۆۋەندىكى ھۆقۇنۇنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى ئارپا كېپىكى سۈيى ۋە گۈرۈچ سۈيىدىن 15 مىللىلىتىردىن، ھەببۇلئاس، ئانارگۈلى، قىزىلگۈلنىڭ ھەربىردىن 25 گىرام، جۈپتى بەللوتتىن 15 گىرام، ھەببۇلئاس يوپۇرمىقىدىن 100 گىرام ئېلىپ، بىر لىتىر سۇ بىلەن يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، سۈيىگە سېمىزئوت يوپۇرمىقى سۈيى، ئىسپىغۇل ئۇرۇقى لوئابى، گۈل يېغىدىن 40 مىللىلىتىردىن، توخۇ تۇخۇمىنىڭ سېرىقىدىن بىر دانە، گىل قىيمۇلىيا، بىخ مارجان كۇشتىسى، ئاقاقىيانىڭ ھەربىردىن ئىككى گىرامدىن، ئورۇس ئۇپىسى، كۆيدۈرۈلگەن قەغەز، قوغۇشۇن كۇشتىسى، تېكە ساقلى ئۆسۈملۈكى سۈيى، قورۇلغان نىشاستە، خۇنسياۋشاننىڭ ھەربىردىن ئۇچ گىرامدىن قوشۇپ يەنە قاينىتىپ، ياخشى ئۆزلەشكەندىن كېيىن قائىدە بويىچە ھۆقنە قىلغاي.

بىخ مارجاننى كۇشتە قىلىش ئۇسۇلى بىخ مارجاننى چالا سوقۇپ كوزىغا قاچىلاپ، ئېغىزىنى مەھكەم ئېتىپ، قىزىتىلغان تونۇرغا سېلىپ، تونۇرنىڭ ئېغىزىنى يېپىپ بىر كېچە - كۇندۈز تۇرغۇزۇپ، ئەتىسى تونۇردىن ئېلىپ سالايە قىلىپ، قائىدە بويىچە ئىشلەتكەي.

تۆۋەندىكى ھۆقۇنۇنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى يۇمغاقسۇت يوپۇرمىقى سۈيى، قىزىلگۈل، گۈرۈچ سۈيى، سېمىزئوت سۈيىنىڭ ھەربىردىن 220 گىرامدىن، گۈل يېغىدىن 50 مىللىلىتىر، بىر دانە تۇخۇمنىڭ ئېقى (ئۇچەي ئېچىشمىسا سېرىقى قوشۇلىدۇ) قاتارلىقلارنى ئارىلاشتۇرۇپ، ئۇنىڭغا ئەرەب يېلىمى، ئاقاقىيا، خۇنسياۋشان، كۆيدۈرۈلگەن قەغەز، گىل ئەرمىنىدىن ئۇچ گىرامدىن قوشۇپ، قائىدە بويىچە ھۆقنە تەييارلاپ ئىشلەتكەي.

ئارقىدىن ھۆقنە سۈيىنىڭ يېنىپ كەتمەسلىكى ئۈچۈن، ھەببۇلئاس ياغچى، ئانارگۈلى، موزىدىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ، سۈيىنى بۇلۇتقا

سۈمۈرگۈزۈپ مەقئەتكە قويغاي. چوڭ تەرەتتىن يىرىڭغا ئوخشاش نەرسىلەر كۆپ كەلسە، قۇرسى زەرنىختىن 2 ~ 6 گىرامغىچە ئېلىپ، مەزكۇر ھۆقنە سۈيىگە ئارىلاشتۇرغاي. بىمار كىلىزمىدىن بىئاراملىق ھېس قىلسا، تىنچلاندۇرغۇچى دورىلارنى بەرگەندىن كېيىن ھۆقنە قىلغاي. كىلىزمىنىڭ ئېچىشتۇرۇشىنى يوقىتىش ئۈچۈن، گۈل يېغىنى ئىشلەتكەي. ھۆقنىدىن كېيىن مۇڭاپىق مىقداردىكى گىل ئەرمىنىنى سىركە بىلەن ئېزىپ ئىچكۈزگەي. ئۇنىڭدىن كېيىن يارىغا گۆش ئۇندۇرۇش، ئىچ سۈرۈشنى توختىتىش رولى بولغان قابىز دورىلارنى بەرگەي.

مەلۇم بولغايكى، ھەمەلچە قىلغاندىن كېيىن ئاغرىق ئازراق پەسەيگەن بولسىمۇ، يەنىلا تولۇق ياخشىلانمىسا، يارىنى تازىلاپ، ئىچ سۈرۈشنى توختاتقۇچى دورىلارنى بەرگەي. ھۆقنە بىلەن كۈپايە قىلمىغاي. چۈنكى ھۆقنە سۈيۇقلۇقى دورىسى بىلەن يارا ئوتتۇرىسىدا توسالغۇ بولۇپ، باشقا دورىلارنىڭ ئۇنۇمىگە تەسىر كۆرسىتىشى مومكىن. بۇ چاغدا ئۇنىڭ زەرەرى كۆپ بولۇر.

ئۇچەيدىكى يارا ئاچچىق بەلغەم سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، بىمارنىڭ غىزاسىغا كۈدىنى سۇدا پىشۇرغاندىن كېيىن، ئۆچكە يېغى بىلەن قورۇپ بەرگەي. گۆش بېرىشكە توغرا كەلسە، توشقان گۆشى، قۇشقاچ گۆشىنى زىرە، كەرۋىيا، بەدىيان رۇمى، ئەنجۈدان، قەلەمپۇر قاتارلىقلار بىلەن بىرلىكتە بەرگەي.

ئۇسسۇزلۇقنا بېھى شەربىتى بىلەن ھەبۇلئاس شەربىتىنى ئىچۈرگەي.

تۆۋەندىكى سۇفۇپنى بەرگەي:

نۇسخىسى قورۇلغان ئەرەب يېلىمى، مەستىكى، گۈل يېغىدا قورۇلغان كابۇل ھېلىلىسى پوستى ھەربىرىدىن 15 گىرامدىن، زىغىر ئۇرۇقى، قورۇلغان كۈنۈچە (مەرۋى) ئۇرۇقى، قورۇلغان نىشاستە، قورۇلغان كۈدە ئۇرۇقى، قورۇلغان ئادراسمان ئۇرۇقى، بەدىيان رۇمى، رەۋەنچىنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، ھەبۇلئاس شەربىتى بىلەن قوشۇپ 15 گىرامدىن بەرگەي.

تۆۋەندىكى سۇفۇپنى بەرگەي:

نۇسخىسى ئادراسمان ئۇرۇقىدىن 30 گىرام، كەرەپشە ئۇرۇقى، جۇۋىنە، ھەبىلسانىنىڭ ھەربىرىدىن 15 گىرامدىن، سىركىگە چىلاپ قۇرۇتۇلغان زىرە، قورۇلغان كەرۋىيا ھەربىرىدىن 22 گىرامدىن، بادام يېلىمىدىن 20 گىرام ئېلىپ سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، 10 گىرام ياكى ئۇنىڭدىن ئارتۇقراق ئىستېمال قىلدۇرغاي. ئۇ، قەۋزىيەت سەۋەبىدىن ئۇچەي قان تومۇرلىرىنىڭ

يېرىلىشىغا مەنپەئەت قىلۇر. بۇنى تاكى بىمار ئۆزىدە ئاجىزلىق ھېس قىلغانغا قەدەر ئىستېمال قىلدۇرغاي. بىمار ئاجىزلىق ھېس قىلغان بولسىمۇ كېسەللىك شىپا تاپمىسا، قان توختىتىش ئۇچۇن، قۇرسى گۈلنار، قۇرسى بۇسىۇد ۋە ئىلگىرىكى بابلاردا بايان قىلىنغان قان توختىتىش رولى بولغان دورىلارنى بەرگەي.

چوڭ تەرەتتىن قان كېلىش تومۇرلار ئېغىزىنىڭ ئېچىلىشى ۋە ھۆللۈكىنىڭ كۆپىلۈكىدىن بولسا، تەرياقى بۇزرۇك، فۇلۇنىيايى پارسى، فۇلۇنىيايى رۇمى، مەجۇنى سەنجىرىنا قاتارلىقلارغا ئوخشاش دورىلارنى بەرگەي.

ئون تۆتىنچى باب تولغاق توغرىسىدا

بۇ، قورساق ئاغرىش، چوڭ تەرەت پات - پات كېلىش بىلەن ئىپادىلىنىدىغان كېسەللىك بولۇپ، ھەقىقىي تولغاق ۋە ساختا تولغاقتىن ئىبارەت ئىككى خىل بولۇر.

ھەقىقىي تولغاق ئۇچەينىڭ ياللۇغلىنىشى ياكى ئۆتكۈر خىلتىلارنىڭ ئۇچەينى غدىقلىشى بىلەن پەيدا بولىدىغان كېسەللىك بولۇپ، بىمارنىڭ قورسىقى ئاغرىپ، چوڭ تەرىتى كۆپ قىستار، ئەمما ئاز، سۇيۇق، پوتلا ئارىلاش كېلۇر، بەزىدە چوڭ تەرەتتە قان بولۇر. ئېغىرلاشقاندا يېنىك قىزىتما كۆرۈلەر.

ساختا تولغاق بولسا، گەندىنىڭ قېتىۋېلىشى سەۋەبىدىن كېلىپ چىقىدىغان كېسەللىكتىن ئىبارەت بولۇپ، دەسلەپتە ئۇچەيدە ياللۇغ بولماس، ئەمما چوڭ تەرەت زىيانلىق قاتتىق بولغانلىقتىن ئۇچەي دىۋارىنىڭ زەخملىنىشى، شۇ سەۋەبتىن چوڭ تەرەت قان ئارىلاش كېلىشى مومكىن. چوڭ تەرەت قېتىشىۋالغاندا ئۇچەيلەرنىڭ قۇۋۇتى داپئەسى ئۇنى بەدەن سىرتىغا چىقىرىشقا كۈچەر، بۇنىڭ بىلەن بىمارداپات - پات تەرەت قىلىش سېزىمى بولۇر، تەرەت بەدەن سىرتىغا چىقىرىلمىغاچقا، ئۇچەيلەرنىڭ ئىتتىرىش كۈچىنىڭ داۋاملىق كۈچىشى نەتىجىسىدە ئۇچەينىڭ دىۋارىدىكى شىلىمشىق ماددىلار تەرەت ھېسابىدا سىرتىغا چىقىرىلار. ھەر قېتىم چوڭ تەرەت قىستىغاندا بۇ ئەھۋال داۋاملىشار. شۇ سەۋەبتىن قەدىمكى تېۋىپلار بۇ كېسەللىكنى «چىشقاقلىق» دەپ ئاتىغان. ئەرەب تىلىدا بولسا، توخۇغا ئوخشاش تولا چىچىش بىلەن ئىپادىلىنىدىغان كېسەللىك دېگەن مەنىدە «ئىللەتۇد - دەجاج» دەپ ئاتىغان.

سەۋەبى

ئۆتكۈر خىلىتلارنىڭ ياكى ئۆتكۈر بەلغەم خىلىتىنىڭ ئۈچەيلەرگە تەسىر قىلىشى، ئۈچەيلەرنىڭ يالۇغلىنىشى، سوغۇق يېمەكلىكلەرنى كۆپ يېيىش، سوغۇق يەر، سوغۇق تاشلاردا ئۇزاق ۋاقىت ئولتۇرۇش بىلەن ئۈچەيلەرنىڭ سوغۇقلۇقى ئېشىش قاتارلىق سەۋەبلەردىن كېلىپ چىقار. بۇلار بىمارنىڭ تولا تەرەت قىلىشىغا سەۋەب بولۇر.

ئالامتى

تولغاق سەپرا خىلىتى سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، تولغاق بىلەن ئاغرىشتىن ئىلگىرى، بىمارىدا سەپرالىق يەڭگىل ئىچ سۈرۈش بولۇر. بىمار كۆپ ئۇسسار. بەدەن ھارارىتى يۇقىرى بولۇر. ئۈچەيلەردە كۆيۈشۈش، تولغاپ ئاغرىش سېزىمى بولۇر. چوڭ تەرەت ئېچىشتۇرۇپ قان ئارىلاش كېلۇر. مەقئەت زىيادە ئېچىشقانلىقتىن، بىمار تەرەت قىلىۋاتقاندا گويا ئاھاك ئۇستىدە ئولتۇرغاندەك ھېس قىلۇر. سوغۇق سۇدا ئولتۇرسا ياكى سۇغۇق سۇ بىلەن مەقئىتىنى يۇسا ئېچىشىش پەسەيگەندەك بولار.

كېسەللىك تۇزلۇق بەلغەم خىلتى سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، بىمارىدا ئىلگىرى بەلغەم خىلتىنى تەنقىيە قىلغانلىق تارىخى بولۇر. ئۇسسۇزلۇقى كەم بولۇر ياكى بولماس. چوڭ تەرەت سۇيۇق، رەڭگى ئاق، ئاۋازلىق كېلۇر. قانلىق كېلىشى ئازراق ئۇچرار.

سوغۇقلۇقتىن پەيدا بولغان بولسا، بىمار ئىسسىقلىقتىن ۋە ئىسسىق سۇدىن راھەت تاپۇر.

يالۇغ سەۋەبىدىن پەيدا بولغان بولسا، مەقئەتتىنىڭ ئىچ تەرىپى ئېغىر مەلۇم بولۇر. تۆۋەنكى ئۈچەيلەر ئاغرىپ، قىزىتما بولۇر.

داۋالاش

قايسى خىل سەۋەبتىن كېلىپ چىققان بولۇشىدىن قەتئىينەزەر، بىمارغا بىرەر كۈن ھېچقانداق تائام بەرمىگەي. شۇ ئارقىلىق ئۈچەيدىكى ئارتۇق ماددىلارنى تازىلىغاي.

كېسەللىك سەپرا سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، ئىسپىغۇل شىرىسى ۋە بېھى شەربىتىگە گۈل يېغىنى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچۈرگەي. بىمارنىڭ قىزىتمىسى بولمىسا، تۆمۈر داغماللانغان سۇتنى ئىچۈرگەي. قىزىتمىسى بولسا، ئالدىدا سۆزلەنگەن بابتا بايان قىلىنغاندەك، ئارپا كېپەكى بىلەن ئاتىلا ئېتىپ ئىچۈرگەي ۋە قۇرسى تاباشىرنى بېھى قېيامى ۋە ئالما قېيامى بىلەن ئىسپىتمال قىلدۇرغاي.

تۆۋەندىكى سۇفۇپنى ئىستېمال قىلدۇرغاي:

نۇسخىسى قورۇلغان ئىسپېغۇلدىن 30 گىرام، ئەرەب يېلىمى، ئامۇت يېلىمى، جىگدە يېلىمىدىن 15 گىرامدىن، بىخ مارجان، كەھرىۋادىن 12 گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، ئالتە گىرامنى بېھى قىيامى بىلەن قوشۇپ ئىچكەي.

تۆۋەندىكى ھەمەلنى مەقئەتكە قويغاي:

نۇسخىسى ئاق مەدەستان كۇشتىسى، ئانارگۈلى، موزا، ئارپا ئۇنى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، توخۇ تۇخۇمىنىڭ سېرىقى ۋە مۇۋاپىق مىقداردىكى گۈل يېغى بىلەن يۇغۇرۇپ، پاختا بىلەن ھەمەل تەييارلاپ، مەقئەتكە كىرگۈزۈپ بېسىپ ئولتۇرغاي.

يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى ئاقاقيا، ئانارگۈلى، موزا، مەدەستان كۇشتىسى، ئارپا ئۇنى، قاشتاشسىمان زەمچە (لايقلاشتۇرۇلىدۇ)، نىشاستە، خۇنسياۋشان، ئەرەب يېلىمى، گىل ئەرمنى قاتارلىقلارنى مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، لايقلاشتۇرۇشقا تېگىشلىكلىرىنى لايقلاشتۇرۇپ، توخۇ تۇخۇمى بىلەن يۇغۇرۇپ لاتىغا سۇركەپ مەقئەتكە ياپقاي.

تۆۋەندىكى شىيافنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى كۇندۇر، زەپەر، ئەرەب يېلىمى بىر ھەسسىدىن، ئەپيۇننى بىر ھەسسىنىڭ تۆتتىن بىرىچىلىك مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، قائىدە بويىچە شىياق قىلىپ مەقئەتكە قويغاي. ھەببۇلئاس، موزا، ئانارگۈلى، خەرنۇب نىبىتى، بەللۇت قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ، ئۇنىڭ سۈيى بىلەن مەقئەتنى يۇيۇپ بەرگەي. يېسسىمۇق، مارجان شوخلىنى مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ، ئۇنىڭ سۈيىدە بىمارنى ئولتۇرغۇزغاي. يېسسىمۇق، قىزىلگۈلدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ مەلھەم ھالەتكە كەلتۈرۈپ، گۈل يېغىدىن مۇۋاپىق مىقداردا تېمىتىپ ئارىلاشتۇرۇپ، قورساق قىسمىغا چاپقاي.

تولغاق تۇزلۇق بەلغەم سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، قۇرسى مەقلىياسانى ئىستېمال قىلدۇرغاي.

نۇسخىسى ھېلىلە كابۇلى پوستى، بەلىلە پوستى، تازىلانغان ئاملىنىڭ ھەربىرىدىن 35 گىرامدىن ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى بېھى سۈيى بىلەن يۇمشىغىچە قاينىتىپ، ئۇنىڭدىن كېيىن ئاپتاپتا قويۇپ قۇرۇتۇپ، كالا يېغى بىلەن قورۇغاندىن كېيىن، ئۇنىڭغا زىغىر، كۈدە ئۇرۇقى، تەرەتىز ئۇرۇقىدىن 20 گىرامدىن قوشۇپ سوقۇپ، مۇناسىپ سۇيۇقلۇق بىلەن يۇغۇرۇپ،

مۇڭاپىق چوڭلۇقتا قۇرس قىلىپ سايىدە قۇرۇتۇپ، ھەر قېتىمدا 10 گىرامدىن ئىستېمال قىلدۇرغاي ياكى قۇرسى مەقلىياسانىڭ تۆۋەندىكى نۇسخىسىنى بەرگەي:

نۇسخىسى ھېلىلە كابۇلى پوستىدىن 100 گىرام ئېلىپ، قابىز شەربەتكە بىر كېچە - كۈندۈز چىلاپ قويۇپ، ئۇنىڭدىن كېيىن سۈزۈپ ئېلىپ، ئاپتاپتا قويۇپ قۇرۇتۇپ، زىغىر، قورۇلغان مەرۋى ئۇرۇقىدىن 30 گىرامدىن، قورۇلغان تەرەتىزدىن 15 گىرامدىن ئېلىپ، بۇ دورىلارنى يۇقىرىدىكى ھېلىلە كابۇلى بىلەن سوقۇپ، مائۇلھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ، مۇڭاپىق چوڭلۇقتا قۇرس قىلىپ سايىدا قويۇپ قۇرۇتقاي. 10 گىرامنى قابىز شەربەتلەر بىلەن قوشۇپ ئىستېمال قىلدۇرغاي.

تەرەت كۆپ قىستىسا، ئەمما ھېچ تەرەت كەلمەي قورساق ئاغرىسا، گۈڭگۇرتتىن مۇڭاپىق مىقداردا ئېلىپ، ئۆچكىنىڭ بۆرەك يېغى بىلەن سوقۇپ، سىم كارىۋات ئاستىدا قويۇپ كۆيدۈرۈپ، بىمارنى ئۇنىڭ ئۈستىدە ياتقۇزۇپ، بىمارنىڭ ئەھۋالغا قاراپ ئىسلىغاي.

بابۇنە، بويى مادىران، قىزىلگۈل، مەرزەنجۇش، تال يوپۇرمىقى، سېرىقچېچەك قاتارلىقلاردىن مۇڭاپىق مىقداردا ئېلىپ، مۇڭاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ، تەمى چىققاندىن كېيىن پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، بىمارنىڭ مەقئىتىنى زىغىر يېغى بىلەن ياغلانغاندىن كېيىن ئۈستىدە ئولتۇرسا، كۆپ مەنپەئەت قىلۇر.

ئەبۇ زەيد «مەن بىر بىمارنى سەرپىستان سۈيىدە ئولتۇرغۇزۇپ شۇ كۈنى ساقايتتىم» دېگەن.

سۆئىدە، قەسبۇزەرىرە، بەدىيان رۇمىدىن مۇڭاپىق مىقداردا ئېلىپ، سۇغا بىر كېچە - كۈندۈز چىلاپ قويغاندىن كېيىن، بۇ سۇنى بېھى شەربىتى بىلەن قوشۇپ ئىچسە ياخشى مەنپەئەت قىلۇر.

تۆۋەندىكى سۇفۇپنى تەييارلاپ بەرگەي:

نۇسخىسى قورۇلغان ياڭاقتىن 10 گىرام، جۇۋىنەدىن ئۇچ گىرام، كۈندۈزدىن بىر يېرىم گىرام ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، سۇ بىلەن كاپ ئەتكەي.

تۆۋەندىكى شىيافنى تەييارلاپ بەرگەي:

نۇسخىسى كۈندۈر، زەپەر، مۇرمەككى، ئالما ئۇرۇقى قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، قائىدە بويىچە شىياق تەييارلاپ بىمارنىڭ مەقئىتىگە قويغاي ياكى تۆۋەندىكى شىيافنى ئىشلەتكەي.

نۇسخىسى زەپەر، قۇندۇز قەھرى، سەكبىنەج، ئەپيۇن قاتارلىقلاردىن مۇڭاپىق مىقدارىدا ئېلىپ سوقۇپ، قائىدە بويىچە شىياق تەييارلاپ مەقئەتكە قويغاي.

كېسەللىك ئۇزۇنغا سوزۇلسا، 75 گىرام زەيتۇن يېغىنى شېكەر سۇيى بىلەن ھۆقنە قىلغاي. ئۇزۇم شىرنىسى، ھەببۇلئاس سۇيى، نارداىن يېغى قاتارلىقلاردىن مۇڭاپىق مىقدارىدا ئېلىپ، قاينىتىپ بىمارنى تەرلەتكەي.

تولغاق سوغۇقلۇق سەۋەبىدىن پەيدا بولغان بولسا، تەرەتىز ئۇرۇقنى قورۇپ، سوقۇپ، ھەر كۈنى ئەتىگەن ناشتىدا قايناق سۇ بىلەن كاپ ئەتكۈزگەي. كېپەكنى قىزىتىپ رەختكە ئوراپ مەقئەت، دۇمبە ۋە يانپاشلارغا ئىسسىق ئۆتكۈزگەي. قوناقنى سوقۇپ، تۇز، ئۇزۇم شىرنىسى، زەيتۇن يېغى قاتارلىقلار بىلەن مەلھەم قىلىپ توققۇز كۆزگە چاپقاي. مەلۇم ۋاقىت ئۆتكەندىن كېيىن مۇنچىغا كىرگەي.

تولغاق سوغۇق يەر ياكى سوغۇق تاش ئۈستىدە كۆپ ئولتۇرغان سەۋەبتىن پەيدا بولغان بولسا، ئالما يېغى بىلەن بابۇنە يېغىنى قىزىتىپ، ئارىلاشتۇرۇپ قورساققا سۈركىگەي.

تولغاق ئۈچەينىڭ يالۇغى سەۋەبىدىن پەيدا بولغان بولسا، تۇسالغۇ بولمىسا، دەسلەپتە باسلىق تومۇرىدىن قان ئالغاي ياكى بەلنىڭ تۆۋەنكى قىسمىغا لوكقا قويغاي. ئۇنىڭدىن كېيىن قەي قىلدۇرغاي. مارجان شوخلىنى سوقۇپ، گۈل يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ زىمات قىلىپ، قورساق ساھەسىگە چاپقاي. سەپرادىن پەيدا بولغان بولسا، قىزىل سەندەل، كاسنە سۇيى، كافۇرلار بىلەن مەلھەم تەييارلاپ قورساققا چاپقاي.

تۆۋەندىكى زىماتنى مەقئەتكە چاپقاي:

نۇسخىسى بىنەپشە، نىلۇپەر، كاكىنەچ يوپۇرمىقى، مارجان شوخلا يوپۇرمىقى قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقدارىدا ئېلىپ سوقۇپ، گۈل يېغى ياكى نىلۇپەر يېغى بىلەن زىمات تەييارلاپ مەقئەتكە چاپقاي.

يۇھەننا سەراپىيۇن «موزىنى سوقۇپ مۇڭاپىق سۇ بىلەن قاينىتىپ قورساق ساھەسىگە چاپسا، ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ» دېگەن.

ھۆكۈمالارنىڭ ئېيتىشچە، تىينى قىيمۇلىيانى يۇمشاق سوقۇپ، مارجان شوخلا سۇيى، گۈل يېغى، تۇخۇم سېرىقى قاتارلىقلار بىلەن مەلھەم قىلىپ، قورساق قىسمىغا چاپسا بولىدىكەن. قوغۇشۇن كۇشتىسى، مەدەستان كۇشتىسى، قەلەي ئۇپىسى، تۇخۇم سېرىقى، گۈل يېغى قاتارلىقلاردىن مۇڭاپىق مىقدارىدا ئېلىپ، ھاۋانچىغا تۆكۈپ سوقۇپ، ياخشى ئۆزلەشتۈرگەندىن

كېيىن قورساققا چاپقاي. شۇمشا ئۇرۇقى، ئىكللىملىك، كاللەكبەسەي يوپۇرمقى، پىياز، مۇقەل قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، مەلھەم قىلىپ، قورساق ساھەسىگە چاپقاي.

تولغاق ئۇچەيلەرنىڭ سوغۇقتىن يالۇغلىنىشىدىن پەيدا بولغان بولسا، ئىسسىق تەبىئەتلىك دورىلارنى زىمات قىلغاي. شۇمشا ئۇرۇقى، زىغىر ئۇرۇقى، ھەمىشباھار ئۇرۇقى، ئاق لەيلى يىلتىزى قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، مەلھەم تەييارلاپ قورساق ساھەسىگە چاپقاي. ئاغرىق كۈچلۈك بولسا، كاللەكبەسەي يوپۇرمىقىنى كالا يېغى بىلەن ئېزىپ زىمات قىلسا، ئاغرىق پەسەيتىش بىلەن بىرگە يالۇغنى قايتۇرار.

ھەقىقي تولغاقنى داۋالاش ئۈچۈن، مەجۇنى شەھرىياران ئىستېمال قىلدۇرغاي. قارا شىكەر، بۆرە ئەرمىنى، ئاق لەيلى يىلتىزى بىلەن شىياق تەييارلاپ مەقئەتكە قويغاي.

ئون بەشىنچى بۆلۈم مەقئەت كېسەللىكلىرى توغرىسىدا

بىرىنچى باب سوغۇق چىقىپ قېلىش توغرىسىدا

داۋالاش

قىزىلگۈل، پوستى ئاقلانغان يېسىمۇق، ئانار پوستى، جۈپتى بەللۇت قاتارلىقلارنى مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ، بىمارنى ئۇنىڭ سۈيىدە ئولتۇرغۇزغاي. پىسەپلىرىنى سوقۇپ گۈل يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مەقئەتكە چاپقاي. بىمارنىڭ مىزاجى سوغۇق بولسا، جۈپتى بەللۇت، قۇرۇق مەززەنجۇش، موزا، داتلاشقان تۆمۈر قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، كونا شارابقا بىر كېچە ـ كۈندۈز چىلاپ قويۇپ، تەمى چىققاندىن كېيىن پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، بىمارنى سۈيىدە ئولتۇرغۇزغاي. بىر سائەت ئۆتكەندىن كېيىن تۇرۇنجى يېغى، ئۆرۈك مېغىزى يېغى، شاپتۇل مېغىزى يېغى قاتارلىقلار بىلەن مايلىغاي.

ئۇنىڭدىن كېيىن تۆۋەندىكى شىيافنى مەقئەتكە قويغاي:

نۇسخىسى قۇرۇق ئانار پوستى، موزا، شاھبەللۇت، سەدەپ كۈشتىسى، كۈشتە قىلىنغان سەپىيد مۇھرە، كۆيدۈرۈلگەن سەرتان، تېكە ساقلى ئۆسۈملۈكى ئۇسارىسى، جۈپتى بەللۇت، كونا پالاسنىڭ كۈلى قاتارلىقلارنى سوقۇپ، ھەببۇلئاسنىڭ سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ شىياق قىلىپ مەقئەتكە سالغاي. تۆۋەندىكى زىماتنى بىمارنىڭ مەقئىتىگە تاڭغاي:

نۇسخىسى ئانارگۈلى، موزا، قۇرۇق ئانار پوستى، سەدەپ كۈشتىسى، تېكە ساقلى ئۆسۈملۈكى ئۇسارىسى، ئاقاقيا، ئۇپا، كۈشتە قىلىنغان زەمچە قاتارلىقلارنى سوقۇپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۈيۇقلۇق بىلەن زىمات قىلغاي. بۇ زىماتنى قابىز خۇسۇسىيەتلىك دورىلار بىلەن قاينىتىپ، سۈيىدە بىمارنى ئولتۇرغۇزغاي.

سوغۇنىڭ چىقىپ قېلىشى ئىسسىقتىن بولغان يالۇغ سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا،

قىزىلگۈل، ئاقلانغان يېسسىموق، مارجان شوخلا يوپۇرمقى قاتارلىقلارنى مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، مارجان شوخلا سۈيى ۋە گۈل يېغى بىلەن يۇغۇرۇپ مەقئەتكە چاپقاي.

سوغۇقتىن بولغان يالۇغ سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، ئىسسىق سۇدا ئولتۇرغۇزغاندىن كېيىن سېرىقچېچەك يېغى، بابۇنە يېغى بىلەن تەييار قىلىنغان موم يېغىنى مەقئەتكە سۈركىگەي. ئۇنىڭدىن كېيىن ئەسلىي كېسەللىككە ئىلاج قىلغاي.

ئىككىنچى باب مەقئەت يارىسى توغرىسىدا

داۋالاش

سوك چىقىپ قالغاندىن كېيىن يارىغا ئايلانسا، بىمار مەقئىتىنى قابىز خۇسۇسىيەتلىك دورىلار قاينىتىلغان قابىز شاراب بىلەن يۇغاي. ئۇنىڭدىن كېيىن قوغۇشۇن كۇشتىسىدىن 40 گىرام، قىزىلگۈل، سۇماقتىن 12 گىرامدىن، مۇرمەككىدىن ئالتە گىرام ئېلىپ سوقۇپ، يۇقىرىدا ئېيتىلغان قابىز خۇسۇسىيەتلىك شاراب بىلەن يۇغۇرۇپ مەقئەتكە چاپقاي.

ئۈچىنچى باب مەقئەت يېرىلىش توغرىسىدا

سەۋەبى

بوۋاسىر، مەقئەتنىڭ قۇرۇقلۇقى ئېشىپ كېتىش، مەقئەت تومۇرلىرىنىڭ كۆپۈپ قېلىشى، مەقئەتنىڭ ئىسسىقتىن يالۇغلىنىشى، مەقئەتنىڭ مەلۇم ھادىسە بىلەن زەخىملىنىشى قاتارلىق سەۋەبلەردىن پەيدا بولۇر.

ئالامىتى

مەقئەت ئېچىشۇر، كۆيۈشۇر، ئاغرۇر، قانار، بۇ ئەھۋال تەرەت قىلغاندا تېخىمۇ ئېغىرلىشار.

داۋالاش

زەخىم سەۋەبىدىن مەقئەت زەخىملەنگەن بولسا، قائىدە بويىچە مۇناسىۋەتلىك دورىلار بىلەن مەقئەتنى تاڭغاي. باشقا سەۋەبلەردىن كېلىپ چىققان بولسا ئارچا مېۋىسى، قۇستە، سۇمبۇلغا

ئوخشاش قابىز خۇسۇسىيەتلىك دورىلارنى قاينىتىپ سۈيىدە بىمارنى ئولتۇرغۇزغاي. مەقئەت يالۇغلىنىش، مەقئەت تومۇرلىرىغا قان تولۇش، بوۋاسىر سەۋەبىدىن يېرىلغان بولسا، دەسلەپتە باسلىق تومۇرىدىن قان ئالغاي. ئۇنىڭدىن باشقا سافىن، مابىز تومۇرلىرىدىن قان ئالسا مەنپەئەت قىلۇر. مۇناسىۋەتلىك ئورۇنغا لوكغا قويغاي. مەقئەت ھارارەت تۆپەيلى يالۇغلانغان بولسا، يەرلىك ئورۇندا كۆيۈشۈش سېزىمى بولسا، توخۇ تۇخۇمىنىڭ ئېقى، گۈل يېغى، قوغۇشۇن كۇشتىسى قاتارلىقلارنى مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ، ھاۋانچا بىلەن تاكى قارىدىغۇچە سوقۇپ مەقئەتكە سۈرگەي.

مەلھىمى كافۇرنى چاپقاي.

نۇسخىسى ئاق مومدىن يەتتە گىرام، گۈل يېغى، قەلەي ئۇپسى ھەربىرىدىن 30 گىرامدىن، مەدەستان كۇشتىسى، نىشاستە ھەربىرىدىن 10 گىرامدىن، ئەپيۇندىن ئۇچ گىرام، كافۇردىن 1.5 گىرام ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، مەلھەم قىلىپ مەقئەتكە چاپقاي.

مەقئەتكە ئۇپا مەلھىمىنى چاپقاي.

نۇسخىسى قەلەي ئۇپىسىدىن 15 گىرام، كۇندۇردىن سەككىز گىرام، كۈموش ئىقلىمياسىدىن ئالتە گىرامدىن ئېلىپ، سوقۇشقا تېگىشلىكلىرىنى سوقۇپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى گۈل يېغى، تەرەتىز سۈيى، كاسنە سۈيى، مارجان شوخلا سۈيى قاتارلىقلار بىلەن بىرلىكتە ھاۋانچىغا سېلىپ سوقۇپ، ياخشى سالايە قىلىپ مەلھەم ھالىتىگە كەلگەندە مەقئەتكە چاپقاي. ھارارەت بولسا، توخۇ تۇخۇمىنىڭ ئېقى ۋە كافۇردىن مۇۋاپىق مىقداردا قوشقاي.

ھارارەت بولمىسا ياكى ھارارىتى پەسەيگەن بولسا، مەلھىمى مۇقەلنى مەقئەتكە چاپقاي.

نۇسخىسى مۇقەل، ساپ موم، يېڭى كۈنجۈت يېغى، ئۆردەك يېغى، كالا پاقالچىقى يىلكى، تۆگىنىڭ لوكا يېغى قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، مۇقەلنى زىغىر لوئابى بىلەن ئېرىتىپ، قالغان دورىلارنى ئايرىم ئېرىتىپ، ئارىلاشتۇرۇپ مەقئەتكە چاپقاي. كالا پاقالچىقىنىڭ يىلكى، توخۇ يېغى، ئۆردەك يېغى، گۈل يېغى قاتارلىقلارنى يالغۇز سۈركىسمۇ ياكى نىشاستە بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ سۈركىسمۇ مەنپەئەت قىلۇر.

مەقئەت يېرىلىش مەقئەتنىڭ سوغۇقتىن يالۇغلىنىشىدىن كېلىپ چىققان بولسا، كاللەكبەسەينى كالا يېغى بىلەن قاينىتىپ مەقئەتكە چاپسا، يالۇغنى قايتۇرۇپ ئاغرىقنى پەسەيتەر. يەنە ئىسسىق سۇدا داۋاملىق ئولتۇرغۇزغاي.

مەقئەتنىڭ يېرىلىشى ئېغىر بولسا، مەدەستان كۇشتىسى، قەلەي كۇشتىسى، سېرىق موم، ئۆردەك يېغى، توخۇ يېغىنىڭ ھەربىرىدىن 12 گىرامدىن، زەپەردىن بەش گىرام، تۇخۇم

سېرىقىدىن ئىككى دانە، كۈنجۈت يېغىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، ئارىلاشتۇرۇپ مەقئەتكە چاپقاي.

بىمارنىڭ ھارارىتى يۇقىرى بولۇپ، مەقئەتنى مايلاشقا توغرا كەلسە، سېرىقماغ، سەۋسەن يېغى، ئۆرۈك مېغىزى يېغى، شاپتۇل مېغىزى يېغى قاتارلىقلار بىلەن ياغلىسا بولۇر. مەزكۇر ياغلارغا مۇقەل قوشۇپ مەقئەتكە سۈركىسىمۇ مەنپەئەت قىلۇر. مۇقەل بىلەن تۆگە لوكسىنى ئارىلاشتۇرۇپ كۆيدۈرۈپ مەقئەتنى ئىسلىسىمۇ ياخشى مەنپەئەت قىلۇر. قەۋزىيەت بولسا، فۇلۇسى خىيارشەنبەر ۋە بىنەپشىنى قائىدە بويىچە ئىچىپ، چوڭ تەرەتنى يۇمشاتقاي.

ھەببى مۇقەل ئىچسىمۇ ياخشى مەنپەئەت قىلۇر.

نۇسخىسى ھېلىلە كابۇلى پوستى، قارا ھېلىلە، بەلىلە پوستى، تازىلانغان ئامىلىنىڭ ھەربىردىن 30 گىرام، مۇقەلدىن 50 گىرامدىن ئېلىپ، مۇقەلدىن باشقا دورىلارنى سوقۇپ، تاسقاپ، مۇقەلنى كۈدە سۈيى بىلەن قاينىتىپ ئېرىتىپ، شۇ سۇ بىلەن دورىلارنى يۇغۇرۇپ ھەب قىلىپ، سايىدا قۇرۇتۇپ، ھەر قېتىمدا ئالتە گىرامدىن ئىستېمال قىلدۇرغاي.

مەقئەت ئاغرىسا، بابۇنە بىلەن ئىكلىلمىلىكتىن ھەمەلچە تەييارلاپ ئىشلەتكەي.

يۇقىرىدىكى ھەبكە 15 گىرام شەترەنجى ھىندىنى قوشسا، مەجۇنى پەنجىنۇش ۋە مەجۇنى خۇبسۇلھەددىقا ئوخشاش ئۇنۇم بېرەر.

مەقئىتى يېرىلغان ھەم بوۋاسىر بولغان كىشىلەرگە تۆۋەندىكى مەجۇننى ئىستېمال قىلدۇرغاي:

نۇسخىسى مۇقەلدىن 100 گىرام، كەتىرا، ئەنجۇر قېقى، ئۇرۇقىنى ئېلىۋەتكەن قۇرۇق ئۈزۈمدىن 50 گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، مەجۇن قىلىپ ناشتىدا 15 گىرامدىن ئىستېمال قىلدۇرغاي.

تۆۋەندىكى جاۋارىش مۇقەلى بوۋاسىر، مەقئەت يېرىلىش ۋە مەقئەت ئاغرىشلارغا مەنپەئەت قىلۇر.

نۇسخىسى ھېلىلە كابۇلى پوستى، بەلىلە پوستى، بەدىيان رۇمى، مەستەكنىڭ ھەربىردىن 30 گىرامدىن، جۇۋىنە، مۇقەلدىن 15 گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، شاپتۇل مېغىزى يېغى بىلەن ياغلاپ، مۇۋاپىق شېكەر ئېرىتمىسى بىلەن يۇغۇرۇپ، كاللەكبەسەي سۈيى بىلەن بىرلىكتە 15 گىرامدىن ئىستېمال قىلدۇرغاي.

ياكى ھەببى مۇقەلنى ئىستېمال قىلدۇرغاي.

نۇسخىسى ھېلىلە كابۇلى پوستىدىن 20 گىرام، سەكبىنەجدىن 10 گىرام، ئادراسمان

ئۇرۇقىدىن ئالتە گىرام، مۇقەل ئەزرەقتىن 45 گىرام ئېلىپ، مۇقەلنى كۈدە سۈيى بىلەن ئېرىتىپ، قالغان دورىلارنى سوقۇپ، تاسقاپ، مۇقەل ئېرىتمىسىدە يۇغۇرۇپ، مۇڭاپىق چوڭلۇقتا هەب قىلىپ سايىدا قۇرۇتۇپ، هەر قېتىمدا ئالتە گىرامدىن ئىستېمال قىلدۇرغاي.

مەقئەتىنىڭ يېرىلىشى سوزۇلمىغا ئۆزگەرگەن بولسا، يەرلىك ئورۇنىنى مۇناسىۋەتلىك سايمانلار بىلەن تاتىلاپ قان چىقارغاندىن كېيىن، مەلهىمى باسلىقۇننى سۈركىگەي. مەلهىمى باسلىقۇن ئاللا خالسا «قارابادىن» دا بايان قىلىنىدۇ.

بىمارنىڭ غىزاسى ئۇچۇن، گۆشىنىڭ شورپىسىغا كۈدە، تۇخۇ تۇخۇمىنىڭ سېرىقى، كالا يېغى، تۆگىنىڭ لوكا يېغى قاتارلىقلارنى قوشۇپ پىشۇرۇپ ئىستېمال قىلدۇرغاي. بادام مېغىزى، پىندۇق مېغىزى، نارجىل مېغىزى، قۇرۇق ئۈزۈم، ئەنجۇر قېقىنى يېگۈزگەي.

تۆتىنچى باب مەقئەت قىچىشىش توغرىسىدا

سەۋەبى

مەقئەتتە قۇرت پەيدا بولۇش ۋە بۇۋاسىر باشلانغانلىق سەۋەبلەردىن پەيدا بولۇر.

ئالامىتى

قۇرت پەيدا بولغان بولسا، مەقئەت قىچىشىش بىلەن بىرلىكتە قۇرتنىڭ مىدىرلىغان هەرىكىتى سېزىلۇر هەم چوڭ تەرەتتىمۇ قۇرت بولۇر. مەقئەت ئېچىشماس، بۇۋاسىر باشلانغان بولسا، قىچىشىش بىلەن بىرگە يەڭگىل دەرىجىدە ئاغرار، ئېچىشۇر، بولۇپمۇ تەرەت قىلغاندا، بۇ ئالامەتلەر كۆرۈنەرلىك بولۇر. چوڭ تەرەت قىلغاندا كۈچسە مەقئەت قانار.

داۋالاش

مەقئەت قىچىشىش قۇرت سەۋەبىدىن بولغان بولسا، ئۇنىڭ ئىلاجى ئۆز ئورنىدا بايان قىلىنىدۇ. ئەگەر بۇۋاسىرنىڭ باشلانمىسى سەۋەبىدىن بولغان بولسا، دەسلەپتە باسلىق تومۇردىن قان ئېلىپ، ئارقىدىن چات ئارىلىقىغا لوڭقا قويغاي. مەتبۇخى ئەفتىمۇننى ئىچىپ، سەۋدانى تەنقىيە قىلغاي. سەۋدانى كۆپەيتىدىغان يېمەكلىكلەردىن پەرھىز قىلدۇرغاي. مەقئەتنى ئاچچىق ئۆرۈك مېغىزى يېغى بىلەن ياغلىغاي. ئارقىدىن مۇدەببەر قىلىنغان زەمچە ۋە قەترانىدىن باراۋەر

مقداردا ئېلىپ، يۇمشاق رەختكە سۈركەپ، مەقئەتكە ياپقاي.

سەبرىدىن بىر ھەسسە، قۇرۇق زۇپادىن ئىككى ھەسسە، گۈل يېغى، سىركە، ئانار سۈيىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ، ئەتىگەن - كەچتە مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلدۇرغاي.

بەشىنچى باب مەقئەت بوۋاسىرى توغرىسىدا

بوۋاسىر بۇرۇن، بالىياتقۇ ئېغىزى، مەقئەت قاتارلىق ئەزالاردا پەيدا بولىدىغان ئۆسۈكچە گۆشتىن ئىبارەتتۇر. بىز بۇ يەردە كىتابنىڭ تەرتىپىگە ئاساسەن مەقئەت بوۋاسىرىنى بايان قىلىمىز.

مەقئەت بوۋاسىرى يەللىك بوۋاسىر ۋە قانلىق بوۋاسىر دەپ ئىككىگە بۆلۈنەر.

يەللىك بوۋاسىر بۆرەك، ئۇچەي، دوۋسۇن قاتارلىق ئەزالاردا پەيدا بولغان قويۇق يەل (بادى بەۋاسىر) نىڭ مەقئەتكە تەسىر قىلىشى بىلەن مەقئەت قان تومۇرلىرىنىڭ كۆپۈپ قېلىشىدىن ئىبارەتتۇر.

قانلىق بوۋاسىر بولسا، مەقئەت ئەتراپى، ئىچى ياكى سىرتىدا پەيدا بولىدىغان ئارتۇق گۆشتىن ئىبارەتتۇر. بۇنىڭ بەزىسى ئۇچەي تەرەپكە مايىل ھالدا پەيدا بولۇر ھەم ئۇنى كۆز بىلەن كۆرۈش تەس بولۇر. بەزىلىرىنىڭ تۆشۈكى بولۇپ، ئۇنىڭدىن كېرەكسىز ماددىلار ئاقۇر، سەسا ئاغرار، چىڭقىلىپ بىئارام قىلۇر. ئېغىز ئالسا ياكى ئىچىدىكى ماددىلار سەقىپ چىقىرىۋېتىلسە ئاغرىق پەسەيىپ قالۇر.

قانلىق بوۋاسىر شەكلىگە ئاساسەن يەتتە خىلغا بۆلۈنەر.

1. بېلىقنىڭ قۇيرۇقىغا ئوخشاش بولۇپ، ھەجمى چوڭ، ئىچى كاۋاك، ئاغرىقى ئاز بولۇر.

2. يىلتىزى بولغاچقا، ئۇنى خورما دەرىخىنىڭ يىلتىزىغا ئوخشىتىپ، خورما دەرىخسىمان بوۋاسىر دېگەن مەنىدە «نەخلي» دەپ ئاتىلار.

3. يۇمىلاق، ياپىلاق شەكىللىك بولۇپ، ئەنجۈرسىمان بوۋاسىر دېگەن مەنىدە، «تىينىي» دەپ ئاتىلار.

4. ئۇششاق، يۇمىلاق بولۇپ، ئۈزۈمسىمان بوۋاسىر دېگەن مەنىدە «ئىنەبي» دەپ ئاتىلار.

5. ئۇششاق، قاتتىق، نوقۇت چوڭلۇقىدا بولۇپ، سۆگەلسىمان بوۋاسىر دېگەن مەنىدە

«سۈئلۈلي» دەپ ئاتىلار.

6. سۆگەلسمان بوۋاسرنىڭ خورمىنىڭ ئۇرۇقىغا ئوخشايدىغان تۈرى بولۇپ، خورمسمان بوۋاسىر دېگەن مەنىدە «تەمرىي» دەپ ئاتىلار.

7. سۆگەتسمان بوۋاسرنىڭ يۇمشاق بولغان قىسمى بولۇپ، شەكلى ئۇجمىنىڭ شەكلىگە ئوخشايدىغان بولغاچقا، ئۇجمىسمان بوۋاسىر دېگەن مەنىدە «تۇسي» دەپ ئاتىلار.

ئۇلارنىڭ ئەڭ يامنى «نەخلي» دەپ ئاتالغىنى، ئۇنىڭدىن قالسا «تۇسي» دەپ ئاتالغىنى بولۇپ، بۇلارنىڭ ساقايمىقى تەس بولۇر. ئىچكى بوۋاسرمۇ يامانداۇر. چۈنكى، ئۇ مەقئەتنىڭ، بەزىدە ئۇچەينىڭ ئىچكى قىسمىدا بولغاچقا، تېشىدىن دورا ئىشلىتىش قولايسىز بولۇر. دورا سۈركەش تەدبىرلىرىنى قىلىش ئارقىلىقمۇ تەرەت بىلەن چىقىپ كېتەر.

يۇقىرىدا ئېيتىلغان بوۋاسىرلار مەقئەتنىڭ ھەممە يېرىدە كۆرۈلەر. مەقئەتنىڭ ئىچىدە پەيدا بولغىنىنى داۋالاش تەسرەك بولۇر. ئىچكى بوۋاسىر بەزىدە زىيادە چوڭىيىپ چوڭ تەرەتنىڭ چىقىشىغا توسالغۇلۇق قىلۇر. شۇ سەۋەبتىن تولا زەخمىلىنىپ قانار. بەزى كىشىلەردە بوۋاسىر ۋاقتىدا ساقايماي سوزۇلمىغا ئۆزگىرەر ھەمدە ئىچىگە قان ۋە يىرىڭ يىغىلىپ ئېغىز ئالۇر ۋە ئاقما شەكىللىنىپ داۋاملىق سۈيۇقلۇق ئېقىپ تۇرار.

بەزىدە بوۋاسىر مۇنەكچىلىرى ئۇچەيدىن باشلاپ تاكى مەقئەتنىڭ ئېغىزىغىچە چىقار.

سەۋەبى

سەۋدا خىلىتىنىڭ سان ياكى سۇيىقەت جەھەتتە نورمالسىزلىنىشى، ئۇزۇن ئولتۇرۇش سەۋەبىدىن مەقئەتنىڭ قان ئايلىنىش خىزمىتىنىڭ توسقۇنلۇققا ئۇچرىشى، مەقئەت تازىلىقىغا ئەھمىيەت بەرمەسلىك، قاتتىق قويۇلۇپ قېلىشى، سوغۇق تاش ۋە سوغۇق يەرلەردە ئۇزۇن ئولتۇرۇش سەۋەبىدىن مەقئەتنىڭ سوغۇقلۇقى ئېشىپ، قان ئايلىنىشنىڭ راۋان بولماسلىقى قاتارلىق سەۋەبلەردىن پەيدا بولۇر. سەۋدانىڭ نورمالسىزلىنىشى كۆچلۈك ھارارەت تەسىرىدە سەپرا ياكى باشقا خىلتلارنىڭ كۆيۈشى، يېسىمۇق، قۇرۇتۇلغان گۆش، پېدىگەنگە ئوخشاش سەۋدانى كۆپەيتكۈچى يېمەكلىكلەرنى كۆپ يېيىش، سەۋدانىڭ قويۇلۇپ قېلىشىغا سەۋەب بولىدىغان ئامىللارنىڭ تەسىرىگە كۆپ ئۇچراش قاتارلىق سەۋەبلەردىن بولۇر.

ھەكىم قۇستا بىن لۇقانىڭ ئېيتىشىچە، ئىنەكپىتى ئۆسۈملۈكنىڭ يېغىنى كۆپ ئىستېمال قىلسا بوۋاسىر پەيدا قىلىدىكەن. سەبرە سۇقۇتىرى بوۋاسىرغا زەرەر قىلىدىكەن. ئىسسىق مۇنچىغا كۆپ چۈشسە، مەقئەت تومۇرلىرىنىڭ كېڭىيىشىگە سەۋەب بولۇپ، بوۋاسىر پەيدا قىلىدىكەن.

ئۇنىڭدىن باشقا خورما، بېلىق گۆشىنى كۆپ ئىستېمال قىلىدىغان كىشىلەردىمۇ بوۋاسىر كۆپ بولىدىكەن.

ئالامىتى

قان، سەپرا خىلىتىدىن بولغان بولسا، مەقئەت سانجىپ، كۆيۈشۈپ ئاغرار، ئاغرىق كۈچلۈكرەك بولۇر. ئەگەر قويۇق قان سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، سانجىپ ئاغرىش ئازراق بولۇر.

يەلدىن پەيدا بولغان بولسا، قورساق ۋە كىندىك ئەتراپلىرىدا قويۇق يەل بولۇر. قورسىقى كۆپۈپ بىئارام قىلۇر. چوڭ تەرىتى بەزىدە قان ئارىلاش كېلۇر. قويۇق يەل تىز بوغۇملىرىغا تەسىر قىلغانلىقتىن تىز بوغۇملىرىدا بىئاراملىق بولۇر. ئولتۇرۇپ قوپقاندا تىزدىن قاراس - قۇرس قىلغان ئاۋاز چىقار. جىما قۇۋۇتى ئاجىز بولۇر، جىمادىن خۇشاللىق ئالالماس. جىمادىن كېيىن ماغدۇرسىزلىق هېس قىلۇر. ئۇيقۇدىن ئويغانغاندا ئەزالىرىنىڭ ئېغىرلاشقانلىقىنى سېزەر. هەزىم ناچارلىشار. بىمارنىڭ رەڭگىرويى نۇرسىزلىنىپ قارامتۇل بولۇپ قالۇر، بەزىدە سارغۇچ بىلىنۇر. چېچىنىڭ پارقىراقلىقى يوقار. باش ۋە يۈزى تولا قىچىشار.

داۋالاش

سەۋدانى كۆپەيتكۈچى يېمەكلىكلەردىن پەرھىز قىلغاي، مەسىلەن: كالا گۆشى، سۈرلەنگەن گۆشكە ئوخشاش سەۋدانى كۆپەيتكۈچى گۆشلەر، سامساق، پىيازغا ئوخشاش كۆكتاتلاردىن پەرھىز قىلغاي. شاراب ئىچىش، كۆپ ئەمگەك قىلىش، مۇنچىغا چۈشۈشتىن پەرھىز قىلغاي. ئاتقا مىنىپ كۆپ ئات چاپتۇرۇپ بەرگەي. چۈنكى شۇنداق قىلغاندا ئەزالارنى هەرىكەتكە كەلتۈرۈپ، بەدەنكى كېرەكسىز ماددىلارنى قوزغىتىپ، بەدەن سرتىغا چىقىرىلىشىنى ئىلگىرى سۈرگىلى هەمدە تەبئىي هارارەتنى كۈچەيتىپ، بەدەننىڭ قارشىلىق كۈچىنى ئاشۇرغىلى بولۇر.

قان سەپرانىڭ ئۆتكۈرلۈكىدىن كۆپەيگەن بولسا، دەسلەپتە باسلىق تومۇرىدىن قان ئېلىپ، ئارقىدىن هېلىلە پوستى، بەللە پوستى، ئامىلە، سەرپىستان، ئەينۇلا، فۇلۇسى خىيارشەنبەر قاتارلىقلار بىلەن مەتبۇخ تەييارلاپ ئىچكۈزۈپ، بەدەننى تەنقىيە قىلغاي.

ئۇنىڭدىن كېيىن ئىترىفىل سەغىر بەرگەي، بۇ «ئىترىفىل مۇقەل» دەپمۇ ئاتىلۇر.

نۇسخىسى هېلىلە كابۇلى پوستى، بەللە پوستى، تازىلانغان ئاملىنىڭ هەربىردىن 30 گىرامدىن، مۇقەل ئەزرەقتىن 90 گىرام ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، هەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ، هەر قېتىمدا 12 گىرامدىن ئىستېمال قىلدۇرغاي.

ئاغرىپ بىئارام قىلسا تۆۋەندىكى زىمانىنى مەقسەتكە چاپلاي:

نۇسخىسى ئىككىلىملىك ، بابۇنە ھەربىرىدىن 45 گىرامدىن، زەپەر، ئەپيۇندىن ئۇچ گىرامدىن، زىغىر ئۇرۇقى، شۇمشا ئۇرۇقىدىن 18 گىرامدىن، مۇقەلدىن 10 گىرامدىن ئىلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، توخۇ تۇخۇمىنىڭ ئېقى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، ياخشى سالايە قىلىپ مەلھەم تەييارلاپ، گۈل يېغى بىلەن مەقسەتنى ياغلىغاندىن كېيىن، مەزكۇر مەلھەمنى بۆز رەختكە سۈركەپ مەقسەتكە يېپىپ قويغاي.

تۆۋەندىكى مەلھەمنى سۈركىسە ياللۇغ قايتۇرۇپ، ئاغرىقنى پەسەيتەر:

نۇسخىسى ئاق موم، ئۇپا، ئۆردەك يېغى، كالا يېغىنى مۇۋاپىق مىقداردا ئىلىپ، مايلارنى ئىرىتىپ، ئۇپىنى ئۇلارغا ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم قىلىنغاندىن كېيىن مەقسەتكە سۈركىگەي. كۈددىن مۇۋاپىق مىقداردا ئىلىپ قازانغا سېلىپ، سۇ بىلەن سۇس ئوتتا يۇمشاق پىشۇرۇپ ئۆتكۈرلۈكنى پەسەيتىپ، ئۇنىڭدىن كېيىن كالا يېغى، ياڭاق يېغى بىلەن قورۇپ، ھاۋانچىغا سېلىپ سوقۇپ مەلھەم قىلىپ، مەقسەتكە چاپلاي. پىيازنى كالا يېغى بىلەن پىشۇرۇپ، ھاۋانچىدا سوقۇپ مەلھەم قىلىپ مەقسەتكە چاپسا ئاغرىقنى پەسەيتەر.

تۆۋەندىكى مەلھەمنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى سەكبىنەج ۋە مۇقەلدىن ئالتە گىرامدىن، مىئەسائلە ئۇچ گىرام، ئەپيۇندىن بىر يېرىم گىرام، ئۆردەك يېغىدىن 50 گىرام، قۇندۇز قەھرىدىن بىر يېرىم گىرام ئىلىپ، ئۆردەك يېغىنى ئىرىتىپ، قالغان دورىلارنى سوقۇپ، تاسقاپ، ئۇنىڭغا ئارىلاشتۇرۇپ سالايە قىلغاندىن كېيىن مەقسەتكە چاپلاي.

ئاق لەيلىگۈلى، ئىككىلىملىكتىن مۇۋاپىق مىقداردا ئىلىپ سوقۇپ، توخۇ تۇخۇمى، گۈل يېغى بىلەن مەلھەم قىلىپ مەقسەتكە چاپلاي. مەلھەمى داخىلىيۇنغا گۈل يېغى، زەپەر، زىغىر لوئابى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ مەقسەتكە چاپلاي.

بوۋاسىر مۇنىكى ئىچىدە كېرەكسىز ماددىلار بولۇپ، ئۇنى نەشتەر سانجىش ياكى كېسىپ ئىچىدىكى ماددىلارنى چىقىرىۋېتىشكە توغرا كەلسە، ئېغىز ئالدۇرۇش مەقسەت قىلىنسا، ئاۋۋال مۇنەكنى يۇمشىتىش ئۈچۈن، بىمارنى ئىسسىق سۇدا ئولتۇرغۇزۇپ، ئارقىدىن يەرلىك ئورۇننى ئاچچىق ئۆرۈك مېغىزى ۋە شاپتۇل مېغىزىنىڭ يېغى، ئۆردەك يېغى، تۆگە لوكسىنىڭ يېغى قاتارلىقلار بىلەن ياغلاپ، ئۇنىڭدىن كېيىن يۇقىرىدا بايان قىلىنغان ئېغىز ئالدۇرغۇچى مەلھەملەرنى چاپلاي. بۇنداق مەلھەملەر ھازىر بولمىسا، سافىن ۋە مابىز تومۇرلىرىدىن قان ئالسىمۇ مۇنەكنى ئېغىز ئالدۇرار. ئۇنىڭدىن كېيىن مەتبۇخى ھېلىلە، مەتبۇخى ئەفتىمۇنىنى ئىچۈرۈپ

بەدەننى تەنقىيە قىلغاي. ھېلىلە پوستى بىلەن بەلىلە پوستىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، تالقانلاپ ياغلىغاندىن كېيىن ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ ئىستېمال قىلدۇرغاي. بۇزۇق قاننى ئازايتىش ئۈچۈن، باسلىق تومۇرىدىن قان ئالغاي.

بوۋاسىر مۇنەكچىسى تېشىلىپ ئاقما (ناسۇر) شەكىللەندۈرگەن بولسا، 150 مىللىلىتىر كۈدە سۈيىگە ئالتە مىللىلىتىر جويۇز يېغى ئارىلاشتۇرۇپ سۈركىگەي. ئاقما قانسا، قاننىڭ رەڭگى قارا بولۇپ، قەرەللىك ئېقىپ تۇرسا، بۇ قاننى بىمارداا ئاجىزلىق ئالامەتلىرى كۆرۈلمىگەن ئەھۋالدا توختاتمىغاي، چۈنكى شۇ ئارقىلىق بۇزۇق ماددىلار تازىلىنار. ناۋادا قان كۆپ ئېقىش سەۋەبىدىن بىمارنىڭ بەدىنى زەئىپلىشىش ئېھتىماللىقى بولسا، قان توختىتىش زۆرۈردۇر. قان توختىتىدىغان دورىلار كېيىن بايان قىلىنىدۇ.

ئاقمىدىن زەرداب سۇ ئېقىپ، باشقا ئاغرىق سېزىمى بولمىسا، بەدەندىكى ھۆللۈكلەرنى قۇرۇتىدىغان دورىلارنى ئىشلەتكەي.

تۆۋەندىكى شىيافنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى شەھمەنزەل لېپشىدىن 10 گىرام، ئاچچىق بادام مېغىزىدىن 12 گىرام ئېلىپ سوقۇپ، قائىدە بويىچە شىياق تەييارلاپ مەقئەتكە قويغاي ياكى تۆۋەندىكى سىيافنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى شەھمەنزەل لېپشى، مۇقەلدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى كۈدە سۈيى بىلەن سالايە قىلىپ، شىياق تەييارلاپ مەقئەتكە قويغاي. ئۇنىڭدىن باشقا ئەرتەنسا، مۇقەل، شۇمشا ئۇرۇقى ۋە باشقا مۇناسىۋەتلىك سۈتلۈكئوتتۇر (يەتۈئات) لاردىن شىياق تەييارلاپ، بىمارنىڭ ئەھۋالغا قاراپ تۇرۇپ ئىشلەتسە بولۇر.

مەقئەت ئېچىشىپ بىئارام قىلسا، تۆۋەندىكى ياغ بىلەن ياغلاپ بەرگەي:

نۇسخىسى ئادراسمان ئۇرۇقىدىن 30 گىرام، كەپە يىلتىزى پوستىدىن 10 گىرام ئېلىپ، 200 مىللىلىتىر كۈدە سۈيى بىلەن قاينىتىپ، سۇنىڭ يېرىمى قالغاندا پىسەپىلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، ئۇنىڭغا ئۆرۈك مېغىزى يېغى بىلەن كۈنجۈت يېغىدىن باراۋەر مىقداردا قوشۇپ سۇس ئوتتا قاينىتىپ، سۈيى تۈگەپ يېغى قالغاندا ئوتتىن ئېلىپ، مەقئەتنى ياغلىغاي. بۇ ياغ بىلەن ھۆقنە قىلسىمۇ ياكى ئېچىدىن ئىستېمال قىلسىمۇ ياخشى مەنپەئەت قىلۇر.

مەقئەت ئاقمىسغا تۆۋەندىكى ھەببى مۇقەلنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى قارا ھېلىلە ۋە ھېلىلە كابۇلى پوستىدىن 30 گىرامدىن، سەكبىنەجدىن 10 گىرام، ئاق ئادراسمان ئۇرۇقىدىن 30 گىرام، مۇقەلدىن 15 گىرامدىن ئېلىپ، مۇقەلنى مۇۋاپىق مىقداردىكى كۈدە سۈيى بىلەن ئېرىتىپ، قالغان دورىلارنى سوقۇپ، تاسقاپ، بۇ ئېرىتمە بىلەن

يۇغۇرۇپ، مۇۋاپىق چوڭلۇقتا ھەب قىلىپ، ھەر قېتىمدا 10 گىرامدىن ئىستېمال قىلدۇرغاي.

گۈل يېغى بىلەن قورۇلغان قارا ھېلىلە، بەدىيان ئۇرۇقى، تەرەتىز ئۇرۇقى قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقدارداى ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ سۇفۇپ تەييارلاپ، ئۇزۇم شىرنىسى ياكى كۈدە سۈيى بىلەن بىرلىكتە بەش گىرامدىن ئىستېمال قىلدۇرغاي.

سىركىگە چىلىنىپ مۇددەبەر قىلىنغان تۆمۈر پوقى 10 گىرام، ئاق ئادراسمان ئۇرۇقىدىن ئالتە گىرام ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى جويۇز يېغى ياكى كۈدە سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ مەلھەم قىلىپ مەقئەتكە چاپقاي.

مەقئەت ئاقمىسنى توختىتىش ئۈچۈن تۆۋەندىكى ھەبنى تەييارلاپ بەرگەي:

نۇسخىسى قارا ھېلىلە، بەللە پوستى، تازىلانغان ئاملىنىڭ ھەربىردىن 30 گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، كالا يېغى بىلەن ياغلاپ، سەدەپ كۈشتىسىدىن 21 گىرام، كەھرىۋادىن 15 گىرام، كۈشتە قىلىنغان زەمچىدىن ئالتە گىرام، مۇقەلدىن 60 گىرام ئېلىپ، مۇقەلنى كۈدە سۈيى بىلەن ئېرىتىپ، دورىلاردىن سوقۇشقا تېگىشلىكلىرىنى سوقۇپ، ھەممىسىنى بىرلەشتۈرۈپ، بۇ ئېرىتمە بىلەن يۇغۇرۇپ، مۇۋاپىق چوڭلۇقتا ھەب قىلغاي ھەم سايىدا قۇرۇتۇپ، سوغۇق سۇ بىلەن بىرلىكتە 6 ~12 گىرامغىچە ئىستېمال قىلدۇرغاي.

تۆۋەندىكى ھەبنى بەرگەي. ئۇ مەقئەت ئاقمىسغا ياخشى مەنپەئەت قىلۇر:

نۇسخىسى قارا ھېلىلە، بەللە پوستى، تازىلانغان ئاملىنىڭ ھەربىردىن 15 گىرامدىن، ئاق زاكتىن ئۈچ گىرام، مۇقەلدىن ئالتە گىرام ئېلىپ، مۇقەلنى كۈدە سۈيى بىلەن ئېرىتىپ، قالغان دورىلارنى سوقۇپ، تاسقاپ، مۇقەل ئېرىتمىسى بىلەن يۇغۇرۇپ، مۇۋاپىق چوڭلۇقتا ھەب قىلىپ سايىدا قۇرۇتۇپ، ھەر قېتىمدا ئۈچ گىرامدىن ئىستېمال قىلىپ، بۇ ھەبكە سەدەپ كۈشتىسىدىن 15 گىرام، كەھرىۋادىن 10 گىرام قوشسا ئۇنۇمى تېخىمۇ ئاشۇر.

تۆۋەندىكى ھەبنى ئىستېمال قىلدۇرغاي:

نۇسخىسى ھېلىلە پوستى، بەللە پوستى، تازىلانغان ئامىلە، شاھبەللۇت، كەھرىۋادىن 12 گىرامدىن، سەدەپ كۈشتىسىدىن 15 گىرام، موزىدىن 10 گىرام، مۇقەلدىن 45 گىرام ئېلىپ، مۇقەلنى كۈدە سۈيى بىلەن ئېرىتىپ، قالغان دورىلارنى سوقۇپ، تاسقاپ، زەيتۇن يېغى بىلەن مايلاپ، ئۇنىڭدىن كېيىن مۇقەل ئېرىتمىسى بىلەن يۇغۇرۇپ مۇۋاپىق چوڭلۇقتا ھەب قىلىپ، سايىدا قۇرۇتۇپ 6 ~ 10 گىرامغىچە ئىستېمال قىلدۇرغاي.

يەنە بىر ھەب نۇسخىسى كالا يېغى بىلەن قورۇلغان ھېلىلە كابۇلى پوستى 90 گىرامدىن، كەھرىۋا 30 گىرام، مۇقەلدىن دورىلارنىڭ يېرىم ھەسسىسىچىلىك مىقدارداى ئېلىپ

سوقۇپ، تاسقاپ، كۈده سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ، مۇۋاپىق چوڭلۇقتا ھەب قىلىپ، سايىدا قۇرۇتۇپ، ھەر قېتىمدا ئالته گىرامدىن ئىستېمال قىلدۇرغاي.

تۆۋەندىكى سۇفۇپنى بەرگەي:

نۇسخىسى سىركىگە چىلىنىپ زەھەرسىزلەندۈرۈلگەن تۆمۈر پوقى (خۇبسۇلھەدىد) دىن 15 گىرام، كۈده ئۇرۇقى، جۇۋىننەدىن ئالته گىرامدىن، كەپە ئۇرۇقىدىن 12 گىرام ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ، تاسقاپ سۇفۇپ تەييارلاپ، 35 ~ 70 مىللىلىترغىچە كۈده سۈيى بىلەن بىرلىكته ئالته گىرامدىن كاپ ئەتكەي.

قۇرسى كەھرىۋا بەرگەي:

نۇسخىسى جۈپتى بەللۇتتىن ئالته گىرام، كەھرىۋا، ئەرەب يېلىمىنىڭ ھەربىرىدىن ئۈچ گىرامدىن، كەتىرا، نىشاستە، گىل مەختۇمنىڭ ھەربىرىدىن ئىككى گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، يۇمغاقسۈت سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ، مۇۋاپىق چوڭلۇقتا قۇرس قىلىپ، سايىدا قۇرۇتقاندىن كېيىن ھەر قېتىمدا ئالته گىرامدىن يېگەي.

قۇرسى كەھرىۋانىڭ مۇھەممەد زىكرىيا تەرىپلىگەن نۇسخىسىنى يېگەي:

نۇسخىسى كەھرىۋا، جويۇز يېلىمى، ئانارگۈلى، تېكە ساقىلى ئۆسۈملۈكنىڭ ئۇسارىسىدىن 15 گىرامدىن، كۇندۇردىن ئالته گىرام، ئەپيۇندىن ئۈچ گىرام ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، ئىسپىغۇل لوئابى بىلەن قۇرس قىلىپ سايىدا قۇرۇتۇپ، ھەر قېتىمدا 35 مىللىلىتر سۇماق سۈيى بىلەن بىرلىكته ئالته گىرامدىن يېگەي. جويۇز يېلىمى بولمىسا سۇندۇرۇسنى بەدەل قىلغاي. مۇھەممەد زىكرىيا: «مېنىڭ ئىدىيەمدىن ئۆتىدىغىنى ئەپيۇننى ئىككى گىرام، كۇندۇرنى 10 گىرام سېلىشتىن ئىبارەت» دېگەن.

مەجۇنى خۇبسۇلھەددىنى بەرگەي:

نۇسخىسى سىركىگە چىلاپ زەھەرسىزلەندۈرۈلگەن تۆمۈر پوقى، قارا ھېلىلە، بەلىلە پوستى، ئامىله، يۇلغۇن مېۋىسى، سۇمبۇل، سەئىدى، ئىزخىر، زەنجىۋىلدىن 45 گىرامدىن، كۇندۇردىن 30 گىرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ، تاسقاپ، ئامله ھەسلى بىلەن يۇغۇرۇپ مەجۇن قىلىپ، ئامله ھەسلى تېپىلمىسا، مۇۋاپىق مىقداردىكى ئامىلىنى سۇغا چىلاپ تەمىنى چىقارغاندىن كېيىن، مۇۋاپىق مىقداردا ھەسەل قوشۇپ قاينىتىپ قېيام قىلىپ، مەزكۇر تالقاننى تۆكۈپ ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن قىلىپ، ھەر قېتىمدا ياڭاق چوڭلۇقىدا بەرگەي. مەجۇنى مۇقەلنى بەرگەي.

نۇسخىسى سەدەپ كۇشتىسى، كەھرىۋا، قارا ھېلىلە، بەلىلە پوستى، سېرىق ھېلىلە

پوستى، ئاملە، ئەركەك موزا، جۈپتى بەللۇت، قەلەمپۇر، ئانارگۈلى، جۇۋىنە، فۇپەلدىن 15 گىرامدىن، بىخ مارجان، مەستىكىنىڭ ھەربىردىن 10 گىرامدىن، مۇقەلدىن 60 گىرام ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، ئۇچ ھەسسە ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ، ھەر قېتىمدا 6 ~ 15 گىرامغىچە بەرگەي.

تۆۋەندىكى مەجۇننى بەرگەي:

نۇسخىسى كەتىرادىن يېرىم ھەسسە، كۈندۈردىن بىر ھەسسە ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، خۇراسان قۇرۇق ئۈزۈمىنىڭ قىيامى بىلەن يۇغۇرۇپ، ھەر قېتىمدا چىلان چوڭلۇقىدا بەرگەي.

تۆۋەندىكى زىماتنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى كۈندۈر، خۇنسياۋشان، شىيافى مامىيسا، ئانارگۈلى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، مەلھەم تەييارلاپ، مەقئەتكە چېپىپ تاڭغاي. ئۇنىڭغا زاك، موزا، ئاقاقىيالاردىن مۇۋاپىق مىقداردا قوشسا كۆچلۈكرەك بولۇر.

قان يەنە توختىمسا، دەسلەپتە زەيتۇن يېغىنى قىزىتىپ، پاختىنى بۇ ياغقا چىلاپ يەرلىك ئورۇننى داغلىغاندىن كېيىن، مەزكۇر شىيافنى ئىشلەتسە بولىدۇ. ئەمما داغلانغاندىن كېيىن، بىمارنىڭ تارتىشىپ قېلىش ئېھتىماللىقى بولۇر.

بىمارنى تۆۋەندىكى ئابزەندە ئولتۇرغۇزغاي:

نۇسخىسى ھەببۇلئاس يوپۇرمىقى، ئانارگۈلى، موزا، خەرنۇب نەبىتى، جۈپتى بەللۇت، زەمچە، ئانار پوستى قاتارلىقلارنى مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ چالا سوقۇپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ، ئىلمان بولغاندا بىمارنى ئولتۇرغۇزغاي.

تۆۋەندىكى شەربەتنى بەرگەي:

نۇسخىسى كۈندۈر پوستى (قىشارۇل كۈندۈر)، ھەببۇلئاسنى سىركىگە چىلاپ، كۆشتە قىلىنغان تۆمۈر پوقى، ئۈزۈم ئۇرۇقى قاتارلىقلارنى مۇۋاپىق مىقداردىكى تەڭشەلگەن ئۈزۈم شىرنىسىگە بىر كېچە ـ كۈندۈز چىلاپ، تەمى چىققاندىن كېيىن پىسەپىلرىنى سۈزۈۋېتىپ، مۇۋاپىق مىقداردا بەرگەي.

بىمارنىڭ غىزاسىغا سۇماق، غورا سۈيىنى ئارىلاشتۇرۇپ بەرگەي ياكى قوينىڭ كالا ـ پاچىقىنى سۇماق سۈيى بىلەن پىشۇرۇپ يېگۈزگەي.

مەقئەت ئاقمىسىنى قۇرۇتۇشقا تېگىشلىك بولسا، بۇ مەزمۇننىڭ بېشىدا بايان قىلىنغان ئىترىفىل مۇقەل، ھەببى مۇقەل، مەقئەت يالليۇغىدا بايان قىلىنغان جاۋارىش مۇقەل، مەجۇنى

ھېلىلە قاتارلىق دورىلارنى بىمارنىڭ بەدەن ئەھۋالىغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئىشلەتكەي.

تۆۋەندىكى جاۋارىشنى ئىستېمال قىلدۇرغاي. ئۇ، بۇۋاسىرغا مەنپەئەت قىلۇر، باھنى قۇۋۋەتلەر.

نۇسخىسى ئاق تۇدەرى، تۇخۇم شاكىلى كۇشتىسى، شەترەنجى ھىندى، كۈدە ئۇرۇقى ئۈچ ھەسسىدىن، نۆشۈدۈردىن يېرىم ھەسسە، سىركىگە چىلاپ كۇشتە قىلىنغان تۆمۇر پوقى پۇتۇن دورىلار مىقدارىچە بولۇر. دورىلارنى قائىدە بويىچە سوقۇپ، كالا يېغى بىلەن ياغلىغاي. مۇۋاپىق مىقداردىكى ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ جاۋارىش تەييارلاپ، ھەر قېتىمدا 6 ~ 12 گىرامغىچە بەرگەي.

تۆۋەندىكى جاۋارىشنى بەرگەي. ئۇ، بۇۋاسىر مۇنەكچىلىرىنى كىچىكلىتىپ مېڭىنى تازىلاپ، ئىشتىھانى ئاچۇر.

نۇسخىسى سېرىق ھېلىلە پوستىدىن 70 گىرام، بەلىلە پوستى، مەستىكى، پىلپىل، تۇربۇت، سىياداندىن 35 گىرامدىن ئېلىپ، بەزى نۇسخىلارغا دارچىن بىلەن ئاسارۇندىن 15 گىرامدىن قوشۇلۇر. دورىلارنى سوقۇپ تاسقاپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ جاۋارىشنى تەييارلىغاي.

تۆۋەندىكى مەجۇننى بەرگەي:

نۇسخىسى ھېلىلە كابۇلى پوستى 60 گىرام، پوستى ئاقلانغان بەرەڭگى كابۇلى 100 گىرام، ئامىلە 60 گىرام، ئاق تۇربۇت 180 گىرام، ئاق قەنتنى دورىلارنىڭ ۋەزنىچە ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، قەنتنى ئېرىتىپ قىيام قىلىپ، تالقاننى ئارىلاشتۇرۇپ مەجۇن تەييارلاپ، ھەر قېتىمدا 6 ~ 12 گىرامغىچە يېگەي.

بۇ مەجۇننى ئۇزۇم شىرنىسى بىلەن ئىستېمال قىلسا بۇۋاسىر، يۆتەل، زىققە نەپەس، ئاقما، گال ئاغرىقى قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلۇر.

ھەببى سۇندۇرۇسنى بەرگەي. ئۇ بۇۋاسىرنى قۇرۇتۇپ، ھەزمنى ياخشىلار.

نۇسخىسى سۇندۇرۇس، تۇخۇم شاكىلى كۇشتىسى، شەترەنجى ھىندى، كۈدە ئۇرۇقىدىن بىر ھەسسىدىن، نۆشۈدۈردىن يېرىم ھەسسە، سىركىگە چىلانغان تۆمۇر دېتىدىن تۆت ھەسسە، مۇقەلدىن دورىلارنى يۇغۇرغىلى بولغۇدەك مىقداردا ئېلىپ، مۇقەلنى مۇۋاپىق سۇيۇقلۇق بىلەن ئېرىتىپ، قالغان دورىلارنى سوقۇپ، تاسقاپ، ئېرىتمە بىلەن يۇغۇرۇپ، نوقۇت چوڭلۇقىدا ھەب قىلغاي. ھەر كۈنى ئەتىگەندە يەتتە تالدىن ئىستېمال قىلدۇرغاي.

تۆۋەندىكى ئاددىي مەجۇننى ئىستېمال قىلدۇرغاي. ئۇ، بۇۋاسىر، مالىخولىيا ۋە قارا بەھەققە

مەنپەئەت قىلۇر ھەم سەۋدانى تازىلار.

نۇسخىسى يېڭى ئەفتىمۇندىن يېتەرلىك مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، ئۇرۇقدىن ئايرىلغان ئاق قۇرۇق ئۈزۈم بىلەن يۇغۇرۇپ، جويۇز چوڭلۇقدا كۇملاچ قىلىپ، ياغلىق شورپا بىلەن قوشۇپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە بىر تالدىن بەرگەي. ئۇنىڭدىن كېيىن ئۇدا بىرنەچچە كۈن مۇنچىغا چۈشكەي.

مەقئەتتىكى ئاقمىنى قۇرۇتۇش ئۈچۈن، دەسلەپتە مەقئەتنى قابىز شاراب بىلەن يۇغاي. ئارقىدىن ھەببۇلئاس، جۇپتى بەللۇت، شەھمەنزەل لېشى بىلەن بىرلىكتە كۆيدۈرۈپ كۈلىنى مەقئەتكە سەپكەي.

تۆۋەندىكى غۇسۇلنى ئىشلەتكەي. ئۇ، مەقئەت يېرىلىش، بوۋاسىر ۋە مەقئەتنىڭ بوشاپ قېلىشىغا مەنپەئەت قىلۇر.

نۇسخىسى ئانار پوستى، ئارچا مېۋىسى، جۇپتى بەللۇت قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ چالا سوقۇپ، قابىز شاراب بىلەن قايىنىتىپ، تەمى چىققاندىن كېيىن پىسەپىلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، سۈيى بىلەن مەقئەتنى يۇيۇپ بەرگەي.

ئامىلە جەۋھىرى، خۇنسىياۋشاندىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، يۇقىرىدا ئېيتىلغان قابىز شاراب بىلەن يۇغۇرۇپ، مەلھەم قىلىپ مەقئەتكە چاپلاي. ئارقىدىن مەلھىمى ئىسپىداج سۈركىگەي.

مەلھىمى ئىسپىداجنىڭ نۇسخىسى ئۇپا، ئەنزىروت، خۇنسىياۋشاننى باراۋەر مىقداردا، موم، ئۆردەك يېغىنى يېتەرلىك مىقداردا ئېلىپ، مايلاردىن باشقىلىرىنى سوقۇپ سالايە قىلىپ، مايلار بىلەن يۇغۇرۇپ مەلھەم قىلىپ، بوۋاسىر زەخمىسىگە ئۇدا ئالتە كۈن سۈركىگەي. ئارقىدىن مەلھىمى كافۇرنى سۈركىگەي.

ئارقىدىن بوۋاسىر مۇنەكچىلىرىنى چۈشۈرۈش ئۈچۈن، تۆۋەندىكى شىياق تەييارلاپ مەقئەتكە سەپكەي:

نۇسخىسى كۈندۇر، ئانارگۈلى، موزا، سۈرمە، ئاقاقيا، زەمچە قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، قائىدە بويىچە شىياق تەييارلاپ ئىشلەتكەي.

تۆۋەندىكى مەلھەمنى چاپلاي:

نۇسخىسى شاكىلى بىلەن كۆيدۈرۈلگەن ياڭاق پوستىنى ئاقلاپ، قورۇلغان ئۆرۈك مېغىزىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ئېزىپ مەلھەم قىلىپ، تۆگىنىڭ لوكا يېغى بىلەن يۇغۇرۇپ مەقئەتكە چاپلاي. ئارقىدىن مازارىيوننى تۆگىنىڭ لوكا يېغى بىلەن كۆيدۈرۈپ مەقئەتنى ئىسلىغاي. بۇ چارىنى بىر مەزگىل داۋاملاشتۇرسا، بوۋاسىر مۇنەكچىلىرىنى تەدرىجىي يوقىتار.

مۇھەممەد زىكرىيا: «بوۋاسرنى ئۆتكۈر دورىلار بىلەن داۋالىغاندىن نەشتەر ئۇرۇپ ۋە مەخسۇس سايمان بىلەن كېسىپ داۋالىغان ياخشىراق، چۈنكى ئۆتكۈر دورىلار خەتەردىن خالىي ئەمەس، مەيلى دورا بىلەن داۋا قىلسۇن ياكى تىخ بىلەن داۋا قىلسۇن، دەسلەپتە باسلىق تومۇردىن قان ئېلىپ، ئۇنىڭدىن كېيىن داۋالاشقا كىرىشىش لازىم» دېگەن.

سابىت بىن قۇررە ئىجاد قىلغان تۆۋەندىكى مەلھەم مەقئەت ئاقمىسى (ناسۇرى مەقئەت)نىڭ ئاغرىقىنى پەسەيتىپ، قان توختىتۇر. داۋاملىق ئىشلەتسە، ئاقمىنى ساقايتار. ئاقما يېڭى پەيدا بولغان بولسا ئۇنۇمى تېزرەك بولۇر.

نۇسخىسى مىئەسائىلە، كۈندۈر، قۇستە، كەپە يىلتىزى پوستى، ئادراسمان يىلتىزىنىڭ ھەربىرىدىن بىر ھەسسىدىن، خەرزەھىرە، سېرىق گۈڭگۈرتتىن يېرىم ھەسسىدىن، كۈنجۈت يېغىدىن 60 مىللىلىتىر، زەيتۇن يېغى، يەسمەن يېغىدىن 90 گىرامدىن ئېلىپ، ياغلارنى بىرلەشتۈرۈپ قىزىتىپ، كۈندۈر بىلەن گۈڭگۈرتنى ئارىلاشتۇرۇپ ئېرىتكەي. قالغان دورىلارنى سوقۇپ، ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم قىلىپ مەقئەتكە چاپلاي.

تۆۋەندىكى زەرۇرنى مەقئەتكە سەپكەي:

نۇسخىسى سېرىق زەرنىخ، قىزىل زەرنىخ، نۆشۈدۈر، زەرارىھ قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، يامغۇر سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ، مۇۋاپىق چوڭلۇقتا قۇرس قىلىپ سايىدا قۇرۇتۇپ، زۆرۈر بولغاندا ئېزىپ تالقان قىلىپ مەقئەتكە سەپكەي.

تۆۋەندىكى دورىنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى قارا خەربەق، سېرىق زەرنىخ، قىزىل زەرنىخ، ھاك، شاخار، زەرارىھ، مەۋىزەج، ئىت خەمكى، نۆشۈدۈر قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، مۇۋاپىق چوڭلۇقتا قۇرس تەييارلاپ، سايىدا قۇرۇتقاي. زۆرۈر بولغاندا ئېزىپ مەقئەتكە سەپكەي. زەخمنى يۇمشىتىشنى مەقسەت قىلسا، كالا يېغى بىلەن يۇغۇرۇپ، كىچىك بالىنىڭ سۈيدۈكى بىلەن يۇغۇرسا، كۈچلۈكرەك بولۇر.

سابىت بىن قۇررە ئىجاد قىلغان تۆۋەندىكى مەلھەمنى چاپلاي:

نۇسخىسى قۇرۇقلۇقتىكى يىلاندىن بىرنى تۇتۇپ، بېشى بىلەن قۇيرۇقىنى بىر ئىلىك يېراقلىقتىن كېسىپ ئېلىۋېتىپ، قورسىقىنى يېرىپ ئىچىنى تازىلىغاي، ئاندىن تاش قازانغا سېلىپ زەيتۇن يېغى بىلەن بىرلىكتە يۇمشاق پىشۇرۇپ مەقئەتكە چاپسا ياخشى مەنپەئەت قىلۇر.

ئاچچىق بېلىقنىڭ بېشىنى ئوتقا قاقلاپ قۇرۇتۇپ، سوقۇپ، كونا پەنىرمايە بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، مەلھەم قىلىپ مەقئەتكە چاپلاي. بېلىق قۇيرۇقىنى ئوتقا قاقلاپ، قۇرۇتۇپ،

باراۋەر مقداردىكى سىيادان بىلەن سوقۇپ، زىمات قىلىپ مەقئەتكە چاپقاي. مۇھەممەد زىكرىيانىڭ ئېيتىشچە، خەرنۇب نەبتىنى سوقۇپ، سۇيىنى چقىرىپ، ئۇنىڭ سۇيىنى پاختىغا ئىچۈرۈپ مەقئەت ئاقمىسىغا قويسا مەنپەئەت قىلۇر. خەرنۇبنىڭ پوستىنى ئاقلاپ، بوۋاسىر مۇنەكچىسىگە سۇركسە مۇنەكچىنى يوقىتار.

ئەھراننىڭ ئېيتىشچە، ئاقما زەيتۇن يېغى بىلەن ياغلانغاندىن كېيىن ئۇستىگە كۆك ئۆشنان سۇركەلسە، ئاقمىنى قۇرۇتۇپ ساقايتىدىكەن.

زەرنىخ، شاخار، سۇ تەگمىگەن ھاك، زەنگار، سىماب، نۆشۈدۇر قاتارلىقلاردىن باراۋەر مقداردا ئېلىپ، سىركە بىلەن سالايە قىلىپ، سىماب ئۆلتۈرۈلگەندىن كېيىن ئوتقا چىداملىق قاچىغا ئېلىپ، ئاستىغا ئوت قالاپ، ئۇستىگە ئارىلىق قويۇلغان ھالدا ئايرىم قاچىنى يېپىپ كۆيدۈرگەي. ئۇنىڭ ئىسى ئۇستىگە يېپىلغان قاچىغا تېگىشى بىلەن ئۇنىڭ ئىچىگە قويۇق ئورنايدۇ. ئۇنى يىغىۋېلىپ بوۋاسىرغا ئوخشاش ھەرقانداق ئارتۇق گۆشكە، چاشقان يارىسىغا سۇركسە ئۇنى قۇرۇتۇپ يوقىتار. مەزكۇر قۇيۇن زەھەرلىك بولۇپ ئېغىزغا ئېلىشقا بولماس.

تۆۋەندىكى تەجرىبىدىن ئۆتكەن شىيافنى ئىشلەتكەي.

نۇسخىسى ھەشقىپىچەك (بۇ بىر خىل ئۆسۈملۈك بولۇپ، ئەتراپىدىكى گىياھلارغا چىرمىشىپ ئۆسىدۇ. ئاخىرى ئۇنى قۇرۇتۇپ تاشلايدۇ. بۇ ئۆسۈملۈك (ئەرەب تىلىدا «ئەشقە» دېيىلىدۇ) تىن مۇۋاپىق مقداردا ئېلىپ، سۇ تەگمىگەن يېڭى مىس قازانغا سېلىپ، مۇۋاپىق مقداردىكى سۇ بىلەن بىرلىكتە تاكى سۇيى تۇگەپ قويۇلغۇچە قاينىتىقاي. بۇ جەريانىدا پات ـ پات ئارىلاشتۇرۇپ تۇرغاي، ئۇنىڭدىن كېيىن ئوتتىن چۈشۈرۈپ مىس قاچىغا ئېلىپ، قىرىق كۈنگىچە ئاپتاپتا قويۇپ، كېچىلىرى تورا ـ چاڭدىن ساقلىنىش ئۈچۈن، ئېغىزىنى يۆگەپ قويغاي. ئاپتاپتا قاقلاش جەريانىدا پات ـ پات ئارىلاشتۇرۇپ تۇرغاي. ئۇنىڭدىن كېيىن ئۇنىڭغا سەبرە، مۇرمەككى، ئاق ئادراسمان ئۇرۇقى قاتارلىقلارنىڭ تالقىنىدىن مۇۋاپىق مقداردا قوشۇپ، قائىدە بويىچە شىياق تەييارلاپ مەقئەتكە قويغاي. كېچىدە ئىشلىتىپ كۈندۈزى ئارام ئالدۇرغاي. بۇ شىياق ئىشلىتىلىشتىن ئۈچ كۈن ئىلگىرى بىمارغا شورپا ئىچكۈزگەي. ئاللانىڭ مەدىتى بىلەن ئاقما ساقىيار.

مەقئەتنى ئىسلاشمۇ بوۋاسىرنى داۋالاشنىڭ ياخشى ئۇسۇلى ھېسابلىنار. بۇنىڭ ئۈچۈن، تۆۋەندىكى ئىسرىق نۇسخىلىرىنى قوللانغاي:

قىزىل زەرنىخ بىلەن بالادۇر ھەسلىنى ئارىلاشتۇرۇپ كۆيدۈرۈپ مەقئەتنى ئىسلىغاي.

كەپە يىلتىزى، شەھمەنزەل يىلتىزى، ئادراسمان يىلتىزى، بالادۇر، سۆرۈنجان، پەرپىيۇن قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ، كۆيدۈرۈپ مەقئەتنى ئىسلىغاي.

قارا نوقۇتنى نېپىت بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ كۆيدۈرۈپ مەقئەتنى ئىسلىسمۇ مەنپەئەت قىلۇر.

كەپە يىلتىزى، كەرەپشە يىلتىزى، خەرزەھرە يىلتىزى ۋە يوپۇرمىقى، ئەنجۈدان يىلتىزى، يانتاق يىلتىزى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، بالادۇر ھەسلى بىلەن يۇغۇرۇپ قۇرس قىلغاي. تۆگسىنىڭ مايىقىنى ئوتتا قاقلاپ كۆيدۈرۈپ مەقئەتنى ئىسلىغاي.

كۈدە ئۈرۈقى، كەرەپشە يىلتىزى پوستى، سىيادان، ئادراسمان ئۈرۈقى، كۈندۇر، راتىيانەج، مۇقەل قاتارلىقلارنى مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، مۇۋاپىق چوڭلۇقتا قۇرس تەييارلاپ، قۇرۇتقاندىن كېيىن كۆيدۈرۈپ مەقئەتنى ئىسلىغاي.

ئېيتىشلارغا قارىغاندا، ھەببۇلئاس، قارا يىلان قاسرىقى، بالادۇر قاتارلىق دورىلارنى ئايرىم - ئايرىم ھالدا كۆيدۈرۈپ مەقئەتنى ئىسلىسمۇ مەنپەئەت قىلىدىكەن.

بۇۋاسىر مۇنىكى مەقئەتنىڭ ئىچكى قىسمىدا بولۇپ، ئىسنى مەقئەتنىڭ ئىچىگە يەتكۈزگىلى بولمىسا، ھۆقنە دورىلىرىنى تەييارلاپ ھۆقنە قىلسا بولۇر.

بۇنىڭ ئۈچۈن تۆۋەندىكى ھۆقنىلەرنى تەييارلاپ ئىشلەتكەي:

خۇببازى يوپۇرمىقى بىلەن قىزىلگۈلدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ، تەمى چىققاندىن كېيىن پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، سۈيىگە بىر ياكى ئىككى دانە تۇخۇمنىڭ سېرىقىنى ئارىلاشتۇرۇپ، قائىدە بويىچە ھۆقنە قىلغاي.

بىر سائەت ئۆتكەندىن كېيىن، ھۆل سۈزاپ، يۇمغاقسۈتتىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سۈيىنى چىقىرىپ، ئۇنىڭغا گىل مەختۇم، كۆيدۈرۈلگەن قەغەزدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ ھۆقنە قىلغاي. بىمار بەرداشلىق بېرەلسە، سۈيۇقلۇقنى ئۇچەيدە ئۈزۈنراق تۇرغۇزغاي.

بۇۋاسىر مۇنەكچىسىنى كېسىش ئۇسۇلى: بۇۋاسىر مۇنەكچىسىنى نىيەت قىلىنسا، ئۆتكۈر دورىلارنى سۈركەپ كۆيدۈرۈپ چۈشۈرۈۋېتىلسە ياكى مەخسۇس تەييارلانغان تىغ بىلەن قائىدە بويىچە كېسىۋېتىلسە بولىدۇ. ئەگەر كېسىشكە تېگىشلىك مۇنەكچە كۆپ بولسا، ھەممىسىنى بىر قېتىمدا كەسمەي، بەلكى بىمارنىڭ بەدەن ئەھۋالىنى نەزەردە تۇتۇپ، بۆلەكلەرگە بۆلۈپ كەسكەي. چۈنكى ھەممىسىنى بىراقلا كەسسە، يەرلىك ئورۇندىكى بۇزۇق سەۋدا قوزغىلىپ باشقا ئەزالارغا تارقاپ، ئىستىسقا، ئۆپكە سىلى، مالىخوليا، راك ئۆسمىسى، پىل پۇت كېسەللىكىگە ئوخشاش سەۋدا خاراكتېرلىك كېسەللىكلەرنى پەيدا قىلۇر. يەنى قوزغالغان بۇزۇق سەۋدا

جىگەرگە بارسا، جىگەردە ئىششىق پەيدا قىلىپ، جىگەر مەنبەلىك سۇلۇق ئىششىق (ئىستىسقائى كەبەدىي)نى، ئۆپكىگە بارسا ئۆپكە توقۇلمىلىرىنى زەخىملەپ ئۆپكە تۇبېركۇلىيۇزى (سىللۇر - رىئە) نى، ئۇنىڭ بۇخاراتى مېڭىگە ئۆرلىسە مالىخولىيانى، پاقالچاقلارغا چۈشسە پىل پۇت كېسەللىكىنى، پۇتۇن بەدەنگە تارقىسا كېسەللىككە مايىل بولغان بەزى ئەزالاردا راك ئۆسمىسىنى پەيدا قىلۇر.

بوۋاسىر مۇنكىنى مەخسۇس سايمان بىلەن كېسىشكە توغرا كەلسە، مەخسۇس كەسىپ ئەھلى بولغان ماھىر تېۋىپنىڭ قائىدە بويىچە كېسىشى تەلەپ قىلىنار. تېۋىپ ئېھتىيات قىلىشى، چوڭقۇر كېسىپ، تېگىدىكى ساق گۆشلەرنى ۋە ئەتراپىدىكى ساق توقۇلمىلارنى زەخىملەپ قويماسلىقى لازىمدۇر. بولمىسا بەزى كۈتۈلمىگەن كېسەللىكلەرنى پەيدا قىلۇر.

مۇنەك كېسىلگەندىن كېيىن قانىنى دەرھال توختاتماي، بۇزۇق قانىنى ئېقىتىۋەتكەي. ئەگەر قان توختىماي بىمارنىڭ زەئىپلىشىش ئېھتىماللىقى بولسا، مۇۋاپىق پەيتىنى تاللاپ توختاتقاي، ناۋادا كېسىپ بولغاندىن كېيىنمۇ قان ئاقمىسا، باسلىق تومۇردىن قان ئالغاي. چالا كېسىلگەن بولسا يەنە مۇۋاپىق دەرىجىدە كەسكەي. چۈنكى تولۇق كەسكەندىلا بوۋاسىرنىڭ تولۇق ساقىيىشىغا ۋە دورىنىڭ تولۇق تەسىر قىلىشىغا كاپالەتلىك قىلغىلى بولۇر.

مۇنەك كېسىلگەندىن كېيىن ئاغرىپ بىئارام قىلسا، يۇقىرىدا بايان قىلىنغان ئاغرىق پەسەيتىش، يالليۇغ قايتۇرۇش رولى بولغان دورىلارنى زىمات قىلغاي. مۇقەلنى تۆگە لوكىسىنىڭ يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، كۆيدۈرۈپ مەقئەتنى ئىسلىغاي. نان بىلەن تۇخۇم سېرىقىدىن ئاز مىقداردا ئېلىپ، ئۇنىڭغا ئاز مىقداردا ئەپيۇن قوشۇپ مەقئەتكە چاپقاي. ئاق لەيلى ئۇرۇقى، زىغىر، كاللەكبەسەي يوپۇرمىقىدىن مۇۋاپىق مىقدارda ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقدارىدكى سۇ بىلەن قاينىتىپ تەمى چىققاندىن كېيىن، بىمارنى سۈيدە ئولتۇرغۇزۇپ ئاغرىقنى پەسەيتەر. چوڭ تەرەتنى يۇمشاق تۇتۇشقا ئەھمىيەت بەرگەي.

تىغ بىلەن كېسىشكە بىمار بەرداشلىق بېرەلمىسە، يەرلىك ئورۇننى زىغىر يېغى بىلەن ياغلىغاندىن كېيىن يىپەك يىپ بىلەن ياكى ئاتنىڭ قىلى بىلەن چىگىپ قويسا، مەلۇم مەزگىل ئۆتكەندىن كېيىن ئۆزلۈكىدىن ئۈزۈلۈپ چۈشۈپ كېتەر.

مۇنەك مەقئەت ئىچىدە بولۇپ كېسىشكە قولايسىز بولسا، قاپاق لوڭقا بىلەن شورتىپ كۆپتۇرگەندىن كېيىن كەسسە، ئارقىدىن يالليۇغ قايتۇرىدىغان چارىلەرنى قىلسا بولۇر.

بىمارنىڭ غىزاسىغا ئاسان ھەزىم بولىدىغان غىزالارنى بەرگەي، مەسىلەن: زىرە بىلەن

تەييارلانغان پاقلان گۆشى شورپىسى، پاقلاننىڭ كاللا ـ پاقالچاق شورپىسى، سېمىز توخۇ گۆشى، پىشۇرۇلغان تۇخۇم سېرىقى، نوقۇت سۇيى، قايماق قاتارلىقلارغا ئوخشاش. ياغلاردىن ياڭاق يېغى، بادام يېغى، ئۆردەك يېغى، تۆگە لوكىسى يېغى قاتارلىقلارنى بەرگەي. كۈدىنى تۇخۇم سېرىقى بىلەن پىشۇرۇپ بەرگەي. مۇرچ (ئاقمۇچ، قارىمۇچ، پىلپىل، قىزىلمۇچ قاتارلىقلارنى نەزەردە تۇتقاي)، سامساق، يېپىسمۇق، پىدىگەن، قۇرۇتۇلغان گۆش، كالا گۆشى، قېرى ئۆچكە گۆشىگە ئوخشاش سەۋدا پەيدا قىلغۇچى يېمەكلىكلەردىن پەرھېز قىلدۇرغاي.

بۇۋاسىر يەلدىن پەيدا بولغان بولسا، يەللىك يېمەكلىكلەردىن ۋە يەللىك مېۋىلەردىن پەرھېز قىلدۇرغاي ھەم يەلنى كېسىدىغان يېمەكلىكلەرنى بەرگەي.

ئۇنىڭدىن كېيىن تۆۋەندىكى ھەبنى ئىستېمال قىلدۇرغاي. ئۇ يەلنى كېسىپ، بەل ۋە بوغۇملاردىكى يۆتكىلىشچان ئاغرىقلارنى پەسەيتەر.

نۇسخىسى سەبرىدىن 18 گىرام، ئادراسمان ئۇرۇقى، جاۋشىر، ئوشەق، غارىقۇن، غاپەس ئۇسارىسى، ھەشقىپىچەك ئۇرۇقىنىڭ ھەربىرىدىن 15 گىرامدىن، سەكبىنەجدىن 30 گىرام، شەھمەنزەل لېشىدىن 10 گىرام، مۇقەلدىن ئالتە گىرام ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، كۈدە سۇيى بىلەن يۇغۇرۇپ، مۇۋاپىق چوكۇلۇقتا ھەب قىلغاي ھەم سايىدا قۇرۇتۇپ، قاپاق سۇ بىلەن ھەر قېتىمدا ئالتە گىرامدىن بەرگەي.

تۆۋەندىكى ھەبنى بەرگەي. ئۇ، يەلدىن بولغان ئىچكى بۇۋاسىرغا مەنپەئەت قىلۇر. يەنى بۆرەك ئەتراپىدىكى يەللەرنى تارقىتۇر.

نۇسخىسى زورەمبات، دۇرنەج ئەقرەبى، قارا ھېلىلە، بەلىلە پوستى، شەترەنجى ھىندى، ئاقىرقەرھا، نۆشادۇر، ئاقمۇچ، پىلپىل، كۈدە ئۇرۇقى، مۇقەل قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، ئۇزۇم شىرنىسى بىلەن ھەب قىلىپ، سايىدا قۇرۇتۇپ بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ 6 ~ 10 گىرامغىچە كۈدە سۇيى بىلەن قوشۇپ بەرگەي.

تۆۋەندىكى ھەبنى بەرگەي. ئۇ، بۇۋاسىر ئاقمىسى، بۆرەكنىڭ سوغۇقلۇقى، جوزام، ھەزىم ناچارلىق قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلۇر. رەڭگىرويىنى ياخشىلاپ، بەدەننى سەمرىتەر.

نۇسخىسى سىركىگە چىلاپ مۇددەبەر قىلىنغان تۆمۇر دېتىدىن بىر ھەسسە ئېلىپ، كۈدە سۇيىگە يەتتە كۈن چىلاپ، ئۇنىڭدىن كېيىن سۇزۇپ ئېلىپ قۇرۇتقاي. ئاق ئادراسمان ئۇرۇقىدىن بىر ھەسسە، كەڭگىرزەد ئۇرۇقى، كەرەپشە ئۇرۇقى، سەۋزە ئۇرۇقى، پىياز ئۇرۇقى، شۇمشا ئۇرۇقى قاتارلىقلاردىن بىر ھەسسىنىڭ تۆتتىن بىرىچىلىك مىقداردا، مۇقەلدىن بىر

ھەسسە ئېلىپ، دورىلاردىن سوقۇشقا تېگىشلىكلىرىنى قائىدە بويىچە سوقۇپ، تاسقاپ، كۈدە سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ نوقۇت چوڭلۇقىدا ھەب قىلىپ، ھەپتىدە بىر ياكى ئىككى قېتىم، ھەر قېتىمدا 5 ~ 10 تالغىچە ياكى بىمارنىڭ كېسەللىك ئەھۋالىغا قاراپ بەرگەي.

تۆۋەندىكى سۇفۇپنى ئىستېمال قىلدۇرغاي. ئۇ، بوۋاسىرنىڭ يېلىنى يوقتار.

نۇسخىسى كۈدە يىلتىزى پوستىدىن بىر ھەسسە، سۆئۈتەر فارسىيدىن بىر ھەسسە ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ سۇفۇپ قىلىپ، كەرنۇب سۈيى ۋە ياغلىق شورپا بىلەن كاپ ئەتكەي.

تۆۋەندىكى مەجۇننى ئىستېمال قىلدۇرغاي. ئۇ، ھەزمنى ياخشىلاپ، سوغۇقتىن بولغان باش ئاغرىقى، كۆز خىرەلىشىش، يەللىك بوۋاسىرلارغا شىپا بولۇر. باھنى كۆچەيتەر.

نۇسخىسى سۇمبۇل، قەلەمپۇر، دارچىن، ھەببىلسان، ئاقمۇچ، پىلپىل، ئاسارۇن، قېلىن دارچىن، قەسىبۇزەربىرە، سۆئىدى ھىندى، ھەببۇلئاس، زەنجىۋىل، گۈلدارچىن، قاقىلە قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، كۆپۈكى ئېلىنغان ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ مەجۇن قىلىپ، ھەر قېتىمدا 5 ~ 10 گىرامغىچە ئىستېمال قىلدۇرغاي.

تۆۋەندىكى ھۆقنە يەلدىن بولغان بوۋاسىرغا مەنپەئەت قىلۇر:

نۇسخىسى ھۆل سىرىنقېچەك سۈيىدىن 180 مىللىلىتىر، ھۆل كۈدە سۈيىدىن 90 مىللىلىتىر، كالا سۈتى قايمىقى، ھەببەتۇلخۇزرا يېغىدىن 30 مىللىلىتىردىن ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ، قائىدە بويىچە ھۆقنە تەييارلاپ مەشغۇلات قىلغاي.

مەقئەت ئىسسىقتىن ياللۇغلانسا، كۆيۈشۈپ ئاغرىسا، مەقئەتتىنىڭ چىقىپ قېلىش ئېھتىماللىقى بولسا، دەسلەپتە باسلىق تومۇردىن قان ئالغاي. ئارقىدىن تۇخۇم ئېقىنى گۈل يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مەقئەتكە سۈركىگەي، ئارقىدىن تۆۋەندىكى مەلھەمنى مەقئەتكە چاپلاي:

نۇسخىسى مەدەستان كۈشتىسىدىن 15 گىرام، نىشاستىدىن 24 گىرام، ئىسپىداجدىن ئالتە گىرام، مومدىن 66 گىرام، كالا يېغىدىن 70 گىرام، ئۆردەكنىڭ چاۋا يېغىدىن 35 گىرام، كالا سۈتى قايمىقىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم تەييارلىغاي.

نان، تۇخۇم سىرىنقى، گۈل يېغىنى مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ، مەلھەم قىلىپ مەقئەتكە چاپلاي. بۇ مەلھەمگە زەپەر بىلەن ئەپيۇندىن مۇۋاپىق مىقداردا قوشقاي.

مەقئەتكە مۇنەك پەيدا بولۇپ يىرىڭلىغان بولسا، مەلھەمى داخلىيۇن ياكى مەلھەمى باسلىقۇننى تۇخۇم سىرىنقى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ سۈركەپ، ئېغىز ئېلىشقا ياردەم بەرگەي. قىزىلچا يوپۇرمىقى، شۇمشا ئۇرۇقى تالقىنىنى سوقۇپ، گۈل يېغى بىلەن مەلھەم قىلىپ چاپلاي.

ئالتىنچى باب مەقئەت ئاقمىسى توغرىسىدا

بوۋاسىر مۇنەكچىلىرىنىڭ كونىرىشى نەتىجىسىدە ئىچىگە يىرىڭ يىغىلىپ تېشىلىش ۋە داۋاملىق يىرىڭ، زەردار ئېقىش بىلەن ئىپادىلىنىدىغان كېسەللىكتۇر.

سەۋەبى

بوۋاسىر مۇنەكچىلىرىنىڭ ۋاقتىدا ساقايماسلىقىدىن پەيدا بولۇر.

ئالامىتى

يىرىڭ، زەردار ئېقىپ تۇرار. ئاغرىش كۈچلۈك بولماس. ئەمما كۆيۈشۈپ ۋە چىڭقىلىپ بىئارام قىلۇر، ئىشلىتىلگەن دورىنىڭ ئۈنۈمى كۆرۈنەرلىك بولماس.

داۋالاش

مۇنەكچىنى سقىپ ئىچىدىكى غەيرىي ماددىلارنى سقىپ چىقىرىۋەتكەي، ئۇنىڭدىن كېيىن پاختا بىلەن پەلكۈچ ياساپ زەخمنىڭ ئىچىنى تازىلىغاي، ئۇنىڭدىن كېيىن يۇقىرىدا بايان قىلىنغان دورىلاردىن ھۆللۈكلەرنى قۇرۇتۇش، زەخمنى پۈتتۈرۈش رولى بولغان زەرۇر (سەپمە) لەرنى سەپكەي. قۇرسى پەندادىقۇن ۋە ياش خالتىسى ئاقمىسىنىڭ بايانىدا سۆزلەنگەن دورىلارنى ئىشلەتكەي. شىيافى رۇممانىنى تۇخۇم ئېقى بىلەن بىرلەشتۈرۈپ ئىشلەتكەي. يەرلىك ئورۇننى قابىز خۇسۇسىيەتلىك سۇيۇقلۇقلار بىلەن يۇغاي. بۇنىڭ ئۈچۈن ئاموت يوپۇرمىقى، سەئىدى، ئانار پوستى، جۈپتى بەللۇتقا ئوخشاش دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ، سۈيى بىلەن يۇغاي.

ئەگەر دورىلار بىلەن ياخشىلىنىش ئېھتىماللىقى تۆۋەن بولسا ھەمدە زەخىم مەقئەتنىڭ پۈرمىسىدىن يىراقراق بولسا، مەخسۇس سايمان بىلەن يەرلىك ئورۇندىكى كېرەكسىز گۆشلەرنى قائىدە بويىچە كېسۋېتىپ، ئۈستىگە گۆش ئۈندۈرگۈچى دورىلارنى سۈركىگەي.

بۇنىڭ ئۈچۈن تۆۋەندىكى زەرۇرى ئىكسىرىننى سەپكەي:

نۇسخىسى سەبرە، مۇرمەككى، خۇنسياۋشان، ئەنزىرۇت، كۇندۇزدىن باراۋەر مىقدارىدا ئېلىپ سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، يۇمشاق سالايە قىلىپ زەخىم ئۈستىگە سەپكەي. ئۇنىڭغا زەنگار، سۇرمە، ئانارگۈلى، ئاق زاكتىن مۇۋاپىق مىقدارىدا قوشسا ئۇنۇمى ياخشىراق بولۇر.

ئەگەر زەخىم مەقئەتتىكى پۈرمىسىگە يېقىن بولسا، ئۇنى كېسىشتىن ئېھتىيات قىلغاي. چۈنكى، مەقئەتتىكى پۈرمىسى زەخىملەنسە، مەقئەتتىكى تەرەتنى كونترول قىلىش ئىقتىدارىغا نۇقسان يېتىش ئېھتىماللىقى بولۇر.

زەخمنى تىكىشكە تېگىشلىك بولۇپ، قائىدە بويىچە تىكىلسە، تېزرەك ساقىيىشنى قولغا كەلتۈرگىلى بولىدۇ. ئۇنىڭدىن كېيىن مۇناسىۋەتلىك مەلھەمەر بىلەن ئىلاج قىلغاي.

ئون ئالتىنچى بۆلۈم مەددە قۇرت كېسەللىكلىرى توغرىسىدا

بىرىنچى باب مەددە قۇرتلار ۋە ئۇلارنىڭ پەيدا بولۇشى توغرىسىدا

ئۇچەي، ئاشقازان، جىگەر، بۇرۇن قاتارلىق بىر قىسىم ئەزالاردا ھەر خىل شەكىلدىكى مەددە قۇرتلار پەيدا بولىدۇ، ئۇ، شۇ ئەزالاردا پەيدا بولغان ۋە بەدەندىكى تەبىئىي ھارارەت (ھارارىتى غۇرۇزىيە) نىڭ ئاجىزلىقىدىن ئۇزۇن مۇددەت تارقىلالماي، بۇزۇلغان قويۇق، كېرەكسىز ھۆللۈكلەردىن پەيدا بولۇر، بۇ خۇددى تەبىئەت دۇنياسىدىكى چىۋىن ۋە ھەر خىل پارازىت قۇرتلارنىڭ پەيدا بولغىنىغا ئوخشار. ئۇلارمۇ تەبىئەت دۇنياسىدىكى ھەر خىل كېرەكسىز ھۆللۈكلەردىن پەيدا بولۇر. تەبىئەت دۇنياسىدىكى بۇنداق پارازىت قۇرتلارنىڭ پەيدا بولۇشى ئىنسانلار ئۈچۈن پايدىلىق بولۇپ ھېسابلىنۇر. چۈنكى ئۇلار تەبىئەت دۇنياسىدىكى كېرەكسىز ماددىلارنى يەپ ۋە ئۆزگەرتىپ، مەزكۇر ماددىلارنىڭ چىرىپ ھاۋانى بۇلغىشىنىڭ ئالدىنى ئالۇر.

مەددە قۇرتلار بەلغەمى خىلتىلاردىن پەيدا بولۇر. بۇنىڭغا مەددە قۇرتلارنىڭ رەڭگىنىڭ ئاقلىقى گۇۋاھلىق بېرەر. ئەمما قالغان ئۈچ خىلتىتىن مەددە قۇرت پەيدا بولماس. چۈنكى سەۋدا قۇرۇق سوغۇق، سەپرا قۇرۇق ئىسسىق بولغانلىقى ئۈچۈن مەددە قۇرتلارنىڭ ھاسىل بولۇشىغا ماس كەلمەس، بەلكى سەپرا خىلتى ئۆزىنىڭ ئۆتكۈرلۈكى بىلەن يەرلىك ئورۇندىكى كېرەكسىز ماددىلارنى يوقىتىپ، قۇرت پەيدا بولۇشىنىڭ ئالدىنى ئالۇر. قان خىلتى گەرچە مەددە قۇرتلارنىڭ پەيدا بولۇشىغا ماس كەلسىمۇ، ئەمما ئۇ پۈتۈن بەدەننى ئوزۇقلۇق ماددىلار بىلەن تەمىنلەيدىغان بولغاچقا، ئەزالار ئۇنىڭغا تايىنىپ شەكىل ھاسىل قىلىدىغان بولغاچقا، ئالالا تەرىپىدىن ئورگانىزمنى باشقۇرغۇچى قىلىپ يارىتىلغان بەدەنگە ئورۇنلاشتۇرۇلغان تەبىئىي كۈچ (قۇۋۋەتتى تەبىئىيە) قانىنىڭ مەددە قۇرت بىلەن زايە بولۇپ كېتىشىگە يول قويمايدۇ.

بەدەنده مەددە قۇرتلارنىڭ پەيدا بولۇشى يېمەكلىك بىلەن زىچ مۇناسىۋەتلىكتۇر. ئادەتتە تەستە ھەزىم بولىدىغان يېمەكلىكلەر خام بۇغداي، چالا پىشۇرۇلغان گۆش، خام مېۋە، سۈت، قېتىق قاتارلىق يېمەكلىكلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلىش ياكى ئۇلارنىڭ ياخشى ھەزىم بولماسلىقى، قورساق توق ھالەتتە جىما قىلىش، بەزىلەرنىڭ كۆز قارىشىدا مۇنچىغا كۆپ چۈشۈش قاتارلىق سەۋەبلەردىن پەيدا بولۇر.

ئۇچەيلەردە پەيدا بولىدىغان مەددە قۇرتلار ئاساسىي جەھەتتىن تۆۋەندىكىدەك تۆت خىل بولۇر:

1. ئىنچىكە ئۇچەي (ئەمىئائى دىقاق) دە ئۇزۇن، ئىنچىكە مەددە قۇرتلار پەيدا بولىدۇ. ئۇ يىلانسىمان مەددە دېيىلىدۇ.

2. يۇمىلاق، قىسقا قۇرتلار پەيدا بولۇر.

3. قىسقا، ياپىلاق قۇرتلار پەيدا بولۇر. ئۇ ئەرەبچە «ھەببۇل قەرئى»، پارسچە «كەدۇدانە» دەپ ئاتىلۇر. ھەر ئىككىسى قاپاق ئۇرۇقسىمان مەددە دېگەن مەنىنى بىلدۈرەر. مەزكۇر ئىككى خىل مەددە قۇرت كۆپرەك قارىغۇ ئۇچەي بىلەن بوغما ئۇچەيدە پەيدا بولۇر.

4. ئۇششاق قۇرتلار پەيدا بولۇر. ئۇ، ئۇزۇن ئۇچەيدە مەقئەتكە يېقىن پەيدا بولۇر. ئۇ، كۆپىنچە كىچىك باللاردا پەيدا بولۇر. چۈنكى ئۇلار تاۋامنى كۆپ، قالايمىقان يەيدىغان بولغاچقا، ھەزىم ئاسان ناچارلىشار ۋە تاۋام ئاشقازاندا تولۇق ھەزىم بولماي، ئۇچەيلەرگە ئۆتۈپ كېتۇر.

ئۇچەيلەردە سەپرانىڭ مىقدارى ئاز، بەلغەمنىڭ مىقدارى كۆپ بولسا، مەددە قۇرتلار كۆپ پەيدا بولۇر. قىسقا مۇددەت ئىچىدە چوڭىيىپ، بەدەنگە كۆپ زەرەر يەتكۈزەر. چوڭايغانسېرى ئۇچەي سۈيۇقلۇقلىرىنى بۇزۇپ، مەددە ھاسىل بولۇشقا مايىللاشتۇرار.

يىلانسىمان مەددە ئىككىدىن ئۇچكىچە بولۇر، ئۇنىڭدىن كۆپ بولماس. چۈنكى ئۇلار ئۇستۈنكى ئۇچەيلەردە پەيدا بولۇر، ئۇ ئۇچەيلەردە چىرىش، بۇزۇلۇش كەمرەك يۈز بېرەر. ئۇنىڭ سەۋەبى تۆۋەندىكىدەك تۆت خىل بولۇر:

(1) ئاشقازاندا ھەزىم بولۇپ تۆۋەنگە چۈشكەن يېمەكلىك بۇ ئۇچەيدە ئۇزۇن تۇرماس، شۇ سەۋەبتىن ئۇنىڭ چىرىشگە پۇرسەت بولماس، بەلكى بۇ ئۇچەي كۆپ ھاللاردا بوش تۇرار.

(2) ماسارىقا تومۇرنىڭ شاخچىلىرى بۇ ئۇچەيگە تارقالغان بولۇپ، يېمەكلىكنىڭ جىگەر تەرىپىدىن تېز سۈمۈرۈلۈشىگە شارائىت ھازىرلاپ بېرەر.

(3) ئۆتتىن كېلىدىغان سەپرا سۈيۇقلۇقى ئۇنى تازىلاپ تۇرار، بۇنىڭ بىلەن ئۇنىڭدا قويۇق ھۆللۈكلەر ئازراق پەيدا بولۇر. بۇ، مەددە قۇرتلارنىڭ پەيدا بولۇشىغا پايدىسىز بولۇر.

(4) مەزكۇر ئۇچەيلەرنىڭ تەبىئىتى باشقىلارغا قارىغاندا قۇرۇقراق بولۇپ، مەددە قۇرتلارنىڭ ياشىشىغا تولۇق ماس كەلمەس.

مەددە قۇرتلارنىڭ ئۇزۇن ياكى قىسقا بولۇشى پەيدا بولغان ئورنىنىڭ كەڭ - تارلىقى، ماددىنىڭ چاپلاشقاقلىقى بىلەن مۇناسىۋەتلىك بولۇر.

ئۇششاق مەددە قۇرتلارنىڭ قېپى بولۇر. ئۇششاق قۇرتلار ئاسانراق چۈشىدۇ. ئۇزۇن قۇرتلار كۆچلۈكرەك بولۇپ تەسرەك چۈشەر، دورا ئۇزۇندا تەسىر قىلۇر.

ئىچكى ئەزالاردا مەددە قۇرت پەيدا بولسا، بەدەن تېمپېراتۇرىسى ئۆرلەر، بىمار تاماقتىن قالۇر، بەدەن هارارىتى ۋە قۇرتلارنىڭ سۈمۈرۈشى بىلەن ئۆچەي سۈيۇقلۇقى ئازلار. قۇرتلاردىن بۇزۇق بۇخارات ئۆرلەپ مېڭىگە تەسىر قىلغانلىقتىن ئۇيقۇ ناچارلىشار. قۇرتلار ئۆچەيگە قادالغانلىقتىن، بىمارنىڭ قورسقىدا بىئارام‌لىق سېزىلەر ۋە كۆڭلى ئېلىشار. رېۋايەتلەرگە قارىغاندا، مەددە قۇرت بىمارنىڭ قورسقىنى تېشىپ چىققان ئەھۋالمۇ كۆرۈلگەنمىش. ئەمما ئەبۇ ئەلى ئىبن سىنا بۇ رېۋايەتكە پەرۋا قىلمىغان. بەدەنگە ئوزۇقلۇق بولىدىغان ماددىلارنى مەددە قۇرتلار سۈمۈرگەنلىكتىن بىمارىدا زەئىپلىك بولۇر. يېيىلگەن تاماقتىن بەدەن قۇۋۋىتى ئالالماس. بەدەن ئەسلىي ئاچ هالتىدە تۇرغانلىقتىن بىمارىدا ئىت ئىشتىها (جۇئۇل كەب ــ يەپ تويماسلىق) كېسەللىكى كۆرۈلەر. بىمارنىڭ رەڭگى سېرىق ياكى قارامتۇل بولۇر. مەددە قۇرت سەۋەبىدىن بىمارىدا قۇلۇنجى، تۇتقاقلىق كېسەل (سەرئى) كۆرۈلەر. ياز پەسلىدە هۆل مېۋىلەرنى كۆپ يېگەن سەۋەبتىن مەددە قۇرت كۆز پەسلىدە كۆپ كۆرۈلەر. قۇرتنىڭ بەدەنگە بولغان زەرەرى كېچىدە بىمارنىڭ ئۇيقۇ هالتىدە چوڭ بولۇر. چوڭ تەرەتتە نورمالسىزلىق كۆرۈلەر. مەددە قۇرتنىڭ چوڭ تەرەت بىلەن بىرگە چۈشۈشى ياخشىلىقتىن دېرەك بېرىدىغان بولۇپ، تەبىئەت كۆچىنىڭ قۇۋۋىتىلىك ئىكەنلىكىنى بىلدۈرەر. ئۆلۈك چىقسا ياكى تەرەت بىلەن بىرگە كەلسە ياكى قان بىلەن بىرگە چىقسا يامان بولۇر. چۈنكى بۇ، ئۇچەيدە بىرەر مەسىلىنىڭ بارلىقىنى ئىپادىلەپ بېرەر. قۇرتنىڭ قەي بىلەن بىرگە چىقىشى ئاشقازاندا يامان خىلتىلارنىڭ بارلىقىنى ئىپادىلەپ بېرەر.

بىمارنىڭ ئىچىدە ئۇششاق، يۇمىلاق قۇرت پەيدا بولغان بولسا، بىمارنىڭ چوڭ تەرىتى كەلمەس، كەلگەندە رەڭگى ئاق بولۇر، كۆڭلى ئېلىشار، كىندىكىنىڭ ئەتراپى تولغاپ ئاغرار، ئۆچەيلىرى سانجىپ ئاغرار، بۇنداق ئاغرىش قورساق ئاچقاندا كۆچلۈكرەك بولۇر، تومۇرى ئاجىز سوقار، پۇت - قوللىرى سوغۇق بولۇر. ئۇيقۇدا چىشىنى غۇچۇرلىتار، ئېغىزىدىن شۆلگەي ئاقار،

كۈندۈزى ئېغىزى قۇرار، چۈنكى قۇرت سەۋەبىدىن ھارارەت ئۆرلىگەن بولغاچقا، ھۆللۈك ئازلار، قۇرتلارغا ھۆللۈك يېتىشمىگەن سەۋەبتىن ئوزۇقلۇق ئىزدەپ ئاشقازان تەرەپكە ئۆرلەپ ھۆللۈكلەرنى خورىتار، ئاشقازان ئېغىز بىلەن تۈتاش بولغاچقا، ئۇنىڭ ئىپادىسى لەۋلەردە مەلۇم بولۇر، بىمارنىڭ مىزاجى ئوسال، تېرىككەك، تەشۋىشلىنىشكە مايىل بولۇر. قۇرتلارنىڭ بۇزۇق بۇخاراتى مېڭىگە ئۆرلىسە، خۇددى مېڭە يالليۇغى بولۇپ قالغان بىمارغا ئوخشاش قالايمقان سۆزلەر، ئاۋازى تۇتۇلار، ئۇسسۇزلۇق غالىب كېلۇر، سوغۇق سۇغا تويماس، تۇتقاق كېسەل بىمارىغا ئوخشاش پەيلىرى تارتىشار.

ئىككىنچى باب ئۇچەيدە پەيدا بولغان يىلان مەددە ۋە قاپاق ئۇرۇقسىمان مەددە توغرىسىدا

سەۋەبى

ھەر ئىككىسىنىڭ سەۋەبى ئالدىنقى بابتا سۆزلەندى.

ئالامىتى

يىلان مەددىنىڭ ئالامىتى شۇكى، بىمارنىڭ ئىشتىھاسى ناچار، ئاشقازان ۋە ئۇچەيلىرىدە قۇرتنىڭ مىدىرلىغانلىقى سېزىلەر ۋە بەزىدە كۆيۈشۈپ، تولغاپ ئاغرىتار. قۇرتنىڭ زەھەرى يۈرەك ياكى ئۆپكىگە يەتكەن بولسا، بىمارنىڭ يۈرىكى سالۇر، قۇرۇق يۆتىلەر، ئۇيقۇسى ۋە ئويغىنىشى تەرتىپسىز بولۇر، كەم ماغدۇر بولۇر، كۆزىنى ئېچىشنى خالىماس، بەلكى يۇمۇپ تۇرغۇسى كېلۇر. كۆز ئېقى بەزىدە قىزىرىپ قالۇر، بەزىدە نۇرسىزلىنىپ قالۇر، بەزىدە قورسىقى ئىستىسقا بىمارىنىڭ قورسىقىدەك ئېسىلىپ قالۇر. بەزىدە چوڭ تەرەت ياكى قەي بىلەن مەددە چىقار.

قاپاق ئۇرۇقسىمان مەددىنىڭ ئالامىتى شۇكى، بىمار ھەر قېتىم تەرەتكە ئولتۇرسا، بىر قانچە تال قۇرت چۈشەر. بىمارنىڭ ئىشتىھاسى ياخشى بولۇر، ئەمما تائامنى كۆپ يېسىمۇ بەدىنى يەنىلا ماغدۇرسىز بولۇر، چۈنكى قۇرتلار ئوزۇقلۇقىنى سۈمۈرۈپ خورىتار، بىمار ئاچلىققا بەرداشلىق بېرەلمەس، چۈنكى قۇرتلار ئوزۇقلۇق ئىزدەپ، بەدەننىڭ ئوزۇقلۇقا بولغان

ئېھتىياجىنى تېخىمۇ ئاشۇرۇۋېتەر. ئۇسسۇزلۇق بولۇر. كىندىكنىڭ ئۈستى تەرىپى بىئارام بولسا، يىلان مەددىگە، كىندىكنىڭ تۆۋىنى بىئارام بولسا، قاپاق ئۇرۇقسىمان مەددىگە دالالەت قىلۇر.

داۋالاش

دەسلەپتە يۇقىرىقى بايانا بايان قىلىنغان كېسەللىك سەۋەبى يوقىلار. ئۇچەيلەردىكى مەددە قۇرتقا سەۋەب بولىدىغان خىلتلار يوقىلار. ئۇنىڭدىن كېيىن قۇرت ئۆلتۈرۈش خۇسۇسىيىتى بولغان ئىسسىق ياكى سوغۇق تەبىئەتلىك ئۆتكۈر دورىلارنى قائىدە بويىچە ئىستېمال قىلدۇرغاي. ئەمما ئىسسىق تەبىئەتلىك دورىلارنى بىمارنىڭ مىزاجىغا قاراپ بەلگىلىگەي. مەددە قۇرت تاتلىق ۋە مايلىق يېمەكلىكلەرگە ئامراق بولغانلىقى ئۈچۈن بۇنداق يېمەكلىكلەردىن پەرھىز قىلغاي. مەددە قۇرتلارنى جەلپ قىلىش ئۈچۈن ئىستېمال قىلىشقا توغرا كەلسە، پىلانلىق ھالدا ئىستېمال قىلسا بولۇر. ئۇچىنچى دەرىجىدىكى ئىسسىق تەبىئەتلىك دورىلارنى ئىستېمال قىلدۇرۇشتا ئېھتىيات قىلغاي. ئەگەر بىمار قىزىتما بولسا ياكى بەدىنىدە ياللۇغ بولسا، بەك ئىسسىق تەبىئەتلىك دورىلارنىڭ ئورنىغا باشقا مۇناسىۋەتلىك دورىلارنى ئىشلەتكەي. مەددە قۇرتلار ئۈچەيدە ياكى باشقا ئەزالاردا تۇرغۇزۇلۇپ ئۆلتۈرۈلگەن بولسا، ئۇنى دەرھال چىقىرىشنىڭ ئامالىنى قىلغاي. چۈنكى ئۆلگەن مەددە قۇرتلار بەدەندە تۇرۇپ چىرىسە، بۇزۇن بۇخاراتلىرى بەدەندە ھەر خىل كېسەللىكلەرنى كەلتۈرۈپ چىقىرار، ئۆلۈك مەددىنىڭ زەھەرى تېرىك مەددىنىڭ زەھەرىگە قارىغاندا يامانراق بولۇر.

يەككە دورىلاردىن تاغ كۈدىسى (فەراسيۇن) ئۇرۇقى، تاغ كەرۋىياسى، دەرمىنە تۈركى، باقىلە، قېلىن دارچىن، تاغ پىنىسى سۈيى، يەرلىك پىننە، قۇستە، ئەفتىمۇن، قەنبىل، مۇرمەككى، تاغ كەرەپشىسى، قەنتەرىيۇن، ئارپىبەدىيان، ئەفسەنتىن، ئاچچىق بادام، سىركىگە چىلانغان ھىك، كەرەپشە يىلتىزى، تۇغراق يىلتىزى پوستى، قورۇلغان زىرە، بويى مادران، بەدىيان رۇمى، كەرەپشە ئۇرۇقى، سىيادان، تەرەتىز، تاغ سەۋسىنى يىلتىزى قاتارلىقلار بار. ئۇلارنى قائىدە بويىچە بىمارنىڭ ئەھۋالىغا مۇناسىپ ھالدا ئىشلەتكەي.

سەرمەق، لەبلاب، ھەبۇننىل (ھەشقىپىچەك ئۇرۇقى)، بىستىپايەج قاتارلىقلارنىڭ مەددە قۇرتنى ئۆلتۈرۈش بىلەن بىرلىكتە سۈرۈپ چىقىرىش رولى باردۇر. ئۇلارنىڭ بەزىسى ھەسەل بىلەن، بەزىسى سىركەنجۈبىل بىلەن ئىشلىتىلسە ياخشى بولۇر.

سەبرە، زەيتۇن يېغى (زەيتۇن ئىنفاق) يېتەرلىك مىقدارda ئىچىلسە، قورساقتىكى ئۆلۈك

مەددىنى سۈرۈپ چىقىرۇر.

سوغۇق تەبىئەتلىك دورا ئىچىشكە تېگىشلىك بولسا، يۇمغاقسۈتنىڭ ئۇرۇقىدىن ئالتە گىرام ئېلىپ سوقۇپ، 10 مىللىلىتىر مۇسەللەس بىلەن بىرلىكتە ئۇدا ئۆچ كۈن ئىچكۈزگەي. بىماردا ئۇسسۇزلۇق بولسا، كەرەپشە ئۇرۇقى ۋە سىركەنجۈبىل ياكى دوغاپ بىلەن ئىچكۈزگەي. كەرەپشە ئۇرۇقى، كەرەپشە يىلتىزىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، سىركەنجۈبىل بۇزۇرى بىلەن ئىچكۈزگەي. فۇپەل، شاپتۇل يوپۇرمىقى سۇيى، ئۇجمە يىلتىزى پوستى، ئاچچىق ئانار يىلتىزى پوستى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ، سۇيىنى مۇۋاپىق مىقداردا ئىچكۈزگەي. ئانار دەرىخى يىلتىزى پوستىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇغا بىر كېچە چىلاپ، ئەتىسى ئەتىگەندە قىزىق تونۇرغا قويۇپ قاينىتىپ، تەمى چىققاندىن كېيىن قانچىلىك ئىچىلسە شۇنچىلىك ئىچكۈزگەي. شاپتۇل يوپۇرمىقى سۇيى، ياۋا كاسنە سۇيى، كەرەپشە سۇيى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، سىركەنجۈبىل ياكى سىركە بىلەن ئىچكۈزگەي. يۇمغاقسۈت ئۇرۇقىنى سوقۇپ، يوپۇرمىقىنىڭ سۇيى بىلەن ئىچكۈزسە، قۇرتلارنى مەست قىلىپ ئۆلتۈرەر ۋە سۈرۈپ چىقار. سۇماقدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، سۇ بىلەن ئېزىپ تەمىنى چىقىرىپ ئىچكۈزسە مەددە قۇرتىنى ئۆلتۈرۈپ ئۇچەينى قۇۋۇتلەر. ياۋا ئانار يىلتىزى، گۈل مەختۇمدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، ئۇزۇم شىرنىسى بىلەن ئىچكۈزسە ناھايىتى ياخشى مەنپەئەت قىلۇر. قىزىل لاي (تېنىنى مۇغرە)نى ئىستېمال قىلسىمۇ، مەددە قۇرتلارنى ئۆلتۈرەر. ئېيتىشلارغا قارىغاندا، قوغۇنمۇ قۇرت ئۆلتۈرىدىكەن. ئوغرىتىكەنىنىڭ خاسىيىتىمۇ مەزكۇر دورىلارغا يېقىنلىشىدىكەن.

ئەگەر بىمارنىڭ ئۆچىيىدە قاپاق ئۇرۇقسىمان مەددە پەيدا بولغان بولسا، ئۇنىڭغا كۈچلۈكرەك دورىلارنى ئىشلەتكەي. چۈنكى ئۇ ئاشقازاندىن يىراق بولغاچقا، دورىلارنىڭ تەسىرى ئۇزۇندا يېتىپ بارۇر. ئۇنىڭ ئۈستىگە ئۇ شىلىمشىق پەردىگە ئورالغان بولۇپ، بۇمۇ دورىنىڭ تەسىر قىلىشىغا مەلۇم دەرىجىدە توسالغۇلۇق قىلۇر. ئۇنىڭ ماددىسى سېسىقراق، مىزاجى بۇزۇقراق بولۇپ، زەھەرگە ئوخشار. ئەگەر دورا كۈچلۈكرەك بولمىسا تەسىر قىلالماس.

قاپاق ئۇرۇقسىمان مەددىنى ئۆلتۈرۈپ ئاندىن سۈرۈپ چىقىرىش مەقسەت قىلىنسا، دورىنى قورساق ئاچ ۋاقتىدا ئىچكۈزگەي. ئۆچ كۈنگىچە كالا سۈتىدىن باشقا تائام بەرمىگەي، ئۆچىنچى كۈنى قۇرتلارنى جەلپ قىلىپ قوزغاش ئۆچۈن كاۋاۋىچىنىنى شۈمۇپ بەرگەي، ئۇنىڭدىن كېيىن يۇقىرىدا بايان قىلىنغان مەددە چۈشۈرگۈچى دورىلارنى سۈتكە ئارىلاشتۇرۇپ، قائىدە بويىچە

مۇڭاپىق مقداردا ئىچكۈزگەي. كاڭاۋچىن شۇمۇشتىن ئىلگىرى ئېغىر نەرسىلەرنى كۆتۈرۈپ كۈچەپ ئەمگەك قىلىپ بەرسە، مەددە قۇرتنىڭ چۈشۈشى ئاسانراق بولۇر. دورا پۈرىقى بىلەن بىمارنىڭ كۆڭلى ئېلىشماسلىقى ئۈچۈن دورا ئىچكەندە بۇرۇننى تۇتۇۋېلىپ ئاستا ـ ئاستا ئىچىش تەلەپ قىلىنار. بىمار دورىنى ئىچەلمىسە، قائىدە بويىچە ھۆقنە قىلغاي.

ئاشقازانىنىڭ زەئىپلىشىپ قېلىشىنىڭ ئالدىنى ئالغاي. تەبىئىتى قۇرتلارنىڭ تەبىئىتىگە قارىمۇقارشى بولغان، ئاشقازانىنى قۇۋۇتلەش رولى بولغان دورىلارنى چالا سوقۇپ، ئۇزۇم شىرنىسى بىلەن يۇغۇرۇپ ئاشقازانغا چاپقاي. گىل مەختۇمنى ئۇزۇم شىرنىسى بىلەن ئېزىپ مەلھەم قىلىپ، ئاشقازانغا چاپقاي.

ئەگەر بىمار ھۆقنە قىلىشنىمۇ خالىمسا، مۇناسىۋەتلىك دورىلارنى قورساققا زىمات قىلغاي.

بۇ كېسەللىككە مۇرەككەپ دورىلاردىن تەرياقى بۇزرۇك ئەڭ ياخشى مەنپەئەت قىلۇر. مىزاجنى تەڭشەر. سىرتىدىن زىمات قىلسىمۇ ياخشى شىپا بولۇر.

ياخشى تەدبىر شۇكى، بىمارغا ھەر كۈنى ئېتىگەندە بىرقانچە دانە قۇرۇق خورما بىلەن ئەنجۈر قېقىنى يېگۈزۈپ، ئۇنىڭدىن كېيىن تۆۋەندىكى مەجۇننى ئىستېمال قىلدۇرغاي:

نۇسخىسى ئەفسەنتىن رۇمى، شېھ (دەرمنە تۈركى)، ئاچچىق قۇسته، بەرەڭگى كابۇلى، قارا ھېلىلە، ئامىلە ھەربىرىدىن 15 گىرامدىن، تۇرمۇس، قارا نوقۇتتىن بەش گىرامدىن، ئاق تۇربۇتتىن 10 گىرام، غاپەستىن 18 گىرام، شىرخىستىن 12 گىرام، تاغ پىننىسى (مشكى تەرامشى) دىن 10 گىرام ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ، تاسقاپ، مۇڭاپىق مقداردىكى ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ، بىمارنىڭ ئەھۋالىغا ئاساسەن ياڭاق چوڭلۇقىدا ئىستېمال قىلدۇرغاي. مەلۇم ۋاقىت ئاچلىققا سەۋر قىلغاي، ئۇنىڭدىن كېيىن تائامنى بىراقلا كۆپ مقداردا يېگۈزگەي.

تۆۋەندىكى سۇفۇپنى ئىچكۈزگەي:

نۇسخىسى سەبرە، شېھتىن ئۇچ گىرامدىن، ئەفسەنتىن رۇمىدىن بەش گىرام، شەھمەنزەلدىن 18 گىرام، نەمەك ھىندىدىن تۆت دانە نوقۇت چوڭلۇقىدا ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ، تاسقاپ، ھەممىسىنى بىراقلا كاپ ئەتكەي.

زىرە ۋە بۆرە ئەرمىنىنى بەش گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، ئىستېمال قىلدۇرغاي.

تۆۋەندىكى سۇفۇپنى ئىستېمال قىلسا، يىلان مەددە بىلەن قاپاق ئۇرۇقسىمان مەددىنى ئۆلتۈرۈپ چۈشۈرەر.

نۇسخىسى قاقىلە، پىلپىل، دارچىن، زەنجىۋىل، ئاقمۇچ، سۆئىدى ھىندى، بەرەڭگى

كابۇلى ھەربىردىن 12 گىرامدىن، تۇربۇتتىن 70 گىرام، قارا شېكەردىن دورىلارنىڭ بىر ھەسسىچە مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، سۇفۇپ تەييارلاپ مۇۋاپىق مىقداردا كاپ ئەتكەي.

تۆۋەندىكى دورىنى ئىستېمال قىلسا، قاپاق ئۇرۇقسىمان مەددە ھەم يىلان مەددىگە ياخشى مەنپەئەت قىلۇر.

نۇسخىسى قەنبىل، نەئنا (يالپۇز)، بەرەڭگى كابۇلى، شىرخىست ھەربىردىن 30 گىرامدىن، نەمەك ھىندىدىن 21 گىرام، تۇرمۇستىن 54 گىرام، ئاچچىق قۇستىدىن 30 گىرام، تاغ كەرۋىياسىدىن 54 گىرام، ئۇجمە قوۋزىقىدىن 30 گىرامدىن ئېلىپ، پۈتۈن دورىلارنى سوقۇپ، تاسقاپ، سۇفۇپ قىلىپ، دەرمىنە تۇركى سۇيى بىلەن نوقۇت سۇيى ياكى كونا سىركە ياكى سۇت بىلەن 10 مىللىلىتىردىن ئىچكەي.

ھۆل راسەندىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سىقىپ، سۇيىنى چىقىرىپ، 90 مىللىلىتىر ئىستېمال قىلدۇرغاي.

تۆۋەندىكى مەجۇننى تەييارلاپ بەرگەي. ئۇ، قاپاق ئۇرۇقسىمان مەددە ھەم يىلان مەددىنى چۈشۈرەر:

نۇسخىسى ئاقلانغان بەرەڭگى كابۇلى، ئۇرۇقىدىن ئايرىلغان خورما، ياڭاق مېغىزىدىن 30 گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، مۇۋاپىق چوڭلۇقتا كۇمىلاچ تەييارلاپ، ھەر كۈنى ئۇخلاشتىن بۇرۇن بىر كۇمىلاچتىن ئىستېمال قىلدۇرغاي. تۆۋەندىكى سۇفۇپنى تەييارلاپ بەرگەي، ئۇ يىلان مەددىنى چۈشۈرەر:

نۇسخىسى شەھمەنزەل، توغرىغۇ (بۆرە ئەرمىنى) نىڭ ھەربىردىن توققۇز دانە نوقۇت چوڭلۇقىدا، مازەريون، نۆشۈدۇردىن تۆت يېرىم نوقۇت چوڭلۇقىدا ئېلىپ، دورىلارنىڭ ھەممىسىنى سوقۇپ، تاسقاپ، كالىنىڭ ئۆتى بىلەن يۇغۇرۇپ، ھەممىسىنى بىر قېتىمدىلا ئىستېمال قىلدۇرغاي.

ھىنگ يىلتىزىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، ھەسەل بىلەن ئىستېمال قىلسا، يىلان مەددىنى چۈشۈرەر. ئۇجمە يىلتىزىنى ئوخشاش ئۇسۇل بىلەن ئىستېمال قىلسا، ياخشى مەنپەئەت قىلۇر. ھەسەل تېپىلمىسا مۇۋاپىق مىقداردىكى ئابكامە بىلەن ئىستېمال قىلدۇرغاي.

سىياداندىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، ھەسەل بىلەن ئىستېمال قىلسا، مەددە پەيدا بولىدىغان ماددىلارنى تازىلاپ چىقرار.

بىمارداردا قىزىتما بولسا تۆۋەندىكى ھۆقىنىنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى ئۇجمە پوستى، چۇچۇمەل ئانار پوستىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ، تەمنى چىقىرىپ، ئۇنىڭغا مۇۋاپىق مىقداردا شاپتۇل يوپۇرمىقى سۈيى ئارىلاشتۇرۇپ، قائىدە بويىچە ھۆقنە قىلغاي.

بىمار ھۆل مىزاج بولسا تۆۋەندىكى ھۆقننى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى شەھمەنزەل، قەنتەربيۇن، ئەفسەنتىن رۇمى قاتارلىقلاردىن 30 گىرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ تەمنى چىقىرىپ، پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، سۈيىگە زەيتۇن يېغى بىلەن ئابكامىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ، قائىدە بويىچە ھۆقنە قىلغاي.

تۆۋەندىكى ھۆقننى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى ئىنچىكە قەنتەربيۇن (قەنتەربيۇن دەقىق، قەنتەربيۇن سەغىر)، چالا سوقۇلغان تۇربۇت، ئاچچىق قۇستىدىن 30 گىرامدىن، شىبھە، كەرەپشە ئۇرۇقى، كەرەم ئۇرۇقى (تۇخۇمى كەرەم) 15 گىرامدىن، شەھمەنزەلدىن 10 گىرام، سەبرىدىن ئالتە گىرام، ئىتئۇزۇمىدىن بەش گىرام ئېلىپ، دورىلارنى قائىدە بويىچە مۇۋاپىق سۇ بىلەن قاينىتىپ ھۆقنە تەييارلاپ، ئۇنىڭغا ئالتە گىرام قەتران ئارىلاشتۇرۇپ ھۆقنە قىلغاي.

تۆۋەندىكى ھۆقننى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى سىيادان، باقلە، بابۇنەدىن 45 گىرامدىن، ئەفسەنتىن رۇمىدىن 30 گىرام ئېلىپ، دورىلارنى چالا سوقۇپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ تەمنى چىقىرىپ، پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، ئۇنىڭغا ئابكامە، زەيتۇن سۈيى ۋە قەتراندىن مۇۋاپىق مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ، قائىدە بويىچە ھۆقنە قىلغاي.

مەددە قۇرت كېسەللىكىنى داۋالاشتا زىماتلارمۇ مۇۋاپىق تەرزدە ئىشلىتەر.

تۆۋەندىكى زىماتنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى تەرياقتىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، شىبھە ياكى قۇستە ياكى مىشكى تەرامىشى قاتارلىقلار بىلەن قاينىتىلغان سۇ بىلەن يۇغۇرۇپ قورساققا چاپقاي. بۇ زىماتقا يېشىل زاكتىن مۇۋاپىق مىقداردا ئارىلاشتۇرۇلسا ياخشىدۇر.

تۆۋەندىكى زىماتنى ئىشلەتكەي. ئۇ، قورساقتىكى مەددە قۇرتلارنى ئۆلتۈرۈپ چۈشۈرەر:

نۇسخىسى سىيادانىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، شەھمەنزەلنىڭ قاينىتىلغان

سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ، يىلان مەددىنى ئۆلتۈرۈشنى مەقسەت قىلسا، كىندىك ئۈستىگە، قاپاق ئۇرۇقسىمان مەددىنى ئۆلتۈرۈشنى مەقسەت قىلسا، كىندىكنىڭ ئاستىغا چاپقاي.

تۆۋەندىكى زىماتنى قورساققا چاپقاي:

نۇسخىسى سەبرە، ئەفسەنتىن، شەھمەنزەل، قەتران قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، كالىنىڭ ئۆت سۇيۇقلۇقى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ قورساققا چاپقاي. سەبرە، زىرىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، كالىنىڭ ئۆتى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ قورساققا سۈركىگەي. قەتران بىلەن تۈرمۇستىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، كالا ئۆتى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ زىمات تەييارلاپ قورساققا چاپسىمۇ ياخشى مەنپەئەت قىلغاي.

سىركىگە چىلانغان سىيادان بىلەن شاپتۇل يوپۇرمىقىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، ئارىلاشتۇرۇپ قورساققا چاپسىمۇ ياخشى مەنپەئەت قىلغاي.

ئۇچىنچى باب تۇتۇ مەددە توغرىسىدا

سەۋەبى

بىرىنچى بابتا بايان قىلىندى.

ئالامىتى

مەقئەت زىيادە قىچىشۇر، تەرەت قىلغاندا، تەرەتكە ئارىلىشىپ چۇشەر. بەزىدە كېيىم - كېچەكلەرگىمۇ تۆكۈلۈپ قالۇر. بۇ ئادەتتە كىچىك بالىلاردا كۆپرەك كۆرۈلەر.

داۋالاش

بۇنىڭغا كۆپىنچە ھۆقنە ۋە شىياق بىلەن ئىلاج قىلغاي. ئۇنىڭغا ئىشلىتىدىغان دورىلارنىڭ قۇۋۋىتى ئاجىزراق بولسىمۇ، ئۇنۇمى كۆرۈلەر. ئۆرۈك مېغىزى يېغى، شاپتۇل مېغىزى يېغى، كالا ئۆتى، قەتران، شاپتۇل يوپۇرمىقىنىڭ سۈيى، شەھمەنزەل سۈيى قاتارلىقلارنى قائىدە بويىچە ئىشلەتسە مەنپەئەت قىلۇر. سىيادان، تۈرمۇس، بابۇنە قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، قائىدە بويىچە ھۆقنە تەييارلاپ ئىشلەتسە مەنپەئەت قىلۇر.

بۆرە ئەرمىنى، شەھمەنزەل، سىيادان، قەتران قاتارلىقلارنى قاينىتىپ، قائىدە بويىچە ھۆقنە

قىلسا مەنپەئەت قىلۇر.

سۇزاپ، زەيتۇن يېغى، ئابكامە قاتارلىقلاردىن ھۆقنە تەييارلاپ ئىشلەتكەي.

سەبرىدىن مۇڭاپىق مىقداردا ئېلىپ، سىركە بىلەن سالايە قىلىپ لاتىغا سۈركەپ، شىياق تەييارلاپ مەقئەتكە قويغاي. شېھ بىلەن خورما يىلتىزىدىن مۇڭاپىق مىقداردا ئېلىپ بىرلىكتە سوقۇپ، مۇڭاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلدۇرغاي.

بۇ كېسەللىك چوڭلاردا پەيدا بولۇپ ئۇزۇنغا سوزۇلسا ساقايمىقى تەس بولۇر. شۇنىڭ ئۈچۈن، ئۇنى ۋاقتىدا تەلتۆكۈس داۋالاشقا تىرىشقاي.

ئون يەتتىنچى بۆلۈم قۇلۇنجى توغرىسىدا

بىرىنچى باب ساختا قۇلۇنجى توغرىسىدا

سەۋەبى

قورساقتا يەل يىغىلىۋىلىش، ئۆتكۈر خىلىتلارنىڭ ئۇچەيلەرنى غىدىقلىشى، قويۇق خىلىتلارنىڭ ئۇچەيگە يىغىلىۋىلىپ تەبىئەت كۈچىنىڭ ئۇنى بەدەن سىرتىغا ھەيدەپ چىقىرالماسلىقى، ئۇچەي يالۇغلىنىش قاتارلىق سەۋەبلەردىن پەيدا بولۇر.

ئالامىتى

يەلدىن پەيدا بولغان بولسا، ئاغرىق يۆتكىلىشچان بولۇر. قورساق كورۇلدار، يەل يۇرۇشسە ئارام تاپۇر، قورسىقى بوشار. يەل خام خىلىتتىن ياكى سوغۇق يېمەكلىكلەر ھەم مېۋىلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلغان سەۋەبتىن كېلىپ چىققان بولسا، بىمارنىڭ قورسىقى كۆپەر. سانجىقلىشىپ ئاغرار، ئۇسسۇزلۇق ئاز بولۇر. چوڭ تەرىتى سۇيۇق بولۇر. ئۇچەيلەردىكى قويۇق خىلىتلار سەۋەبىدىن پەيدا بولغان بولسا قورسىقى ئېغىر سېزىلۇر، چوڭ تەرەتكە قويۇق ۋە سۇيۇقلار ئارىلاشقان بولۇر. ئالقانىنى قورساققا قويسا، سوغۇق بىلىنۇر. ئۆتكەن ئىشلار ئۇنىڭغا گۇۋاھلىق بېرەر.

داۋالاش

يەلدىن پەيدا بولۇپ، ئۇچەيلەردىكى پىشمىغان خىلىتلاردىن كېلىپ چىققانلىقى بىلىنسە، مەزكۇر خىلىتنى تەنقىيە قىلغاي. ئۇچەيلەردە پىشمىغان خىلىت بولسا ئەزالار ئېغىر بىلىنۇر. بۇ چاغدا پىشمىغان خىلىتنى تەنقىيە قىلىش ئۇچۇن، ھەببى سەكبىنەج ۋە ئايارەج پەيقىراغا ئوخشاش دورىلارنى بەرگەي. ئۇچەي تازىلانغاندىن كېيىن، يەل ۋە پىشمىغان خىلىت قايتا پەيدا بولۇشنىڭ ئالدىنى ئېلىش ئۇچۇن، جاۋارىش پەندادىقۇن، جاۋارىش كۇمۇننى ئىستېمال قىلدۇرغاي.

ئارپىبەدىيان، جۇۋىنەدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق سۇ بىلەن قايىنىتىپ تەمىنى چىقىرىپ، پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، شارابى رەيھان بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىچسە يەلىنى كۆيدۈرەر.

ئاشقازاندا يەل تۇرۇپ قېلىش بابىدا سۆزلەنگەن دورىلارنىڭ ھەممىسى بۇ كېسەللىككىمۇ ياخشى مەنپەئەت قىلۇر.

ئۇچەيدە يەل پەيدا بولۇش ئۇچەيلەرنىڭ زەئىپلىكى سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، مەجۇنى سەنجىبىنا بىلەن مەجۇنى ھەببۇلغارنى ئىشلەتكەي.

سۈزاپ ئۇرۇقى، زىرە، جۇۋىنە، ھەببۇلغار، رۇمبەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سۇقۇپ، تاسقاپ، مۇۋاپىق ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە ياڭاق چوڭلۇقىدا يېگەي. بىمار بەدىنىنىڭ تەبئىي ھارارىتىنى كۆچەيتىش ئۈچۈن، غىزاسىغا نوقۇت سۈيى، ياڭاق يېغى، زىرە، يالپۇز قاتارلىقلارنى ئارىلاشتۇرۇپ بەرگەي. تائامدىن كېيىن ئىككى سائەت ئەتراپىدا مۇۋاپىق ھەرىكەت قىلدۇرغاي. سوغۇق سۇ ئىچىشتىن پەرھىز قىلدۇرغاي. ئۇچەي مىزاجى كۆپ ھاللاردا سوغۇق بولۇر.

مېڭىدە ھارارەت بولسا مەزكۇر دورىلارنى ئىشلەتمەي تۆۋەندىكى ھۆقىنىنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى بىستىپايەج، قەنتەربيۇن، زىرە، سېرىقچېچەك، يۇمغاقسۈت، شۇمشا، كەرەپشە ئۇرۇقىدىن 30 گىرامدىن ئېلىپ چالا سوقۇپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ تەمىنى چىقىرىپ، پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، تېگىدە قالغان سۈيىنىڭ ھەر 300 مىللىلىتىرىغا ئۈچ گىرام سەكبىنەج، 30 مىللىلىتىر سۈزاپ يېغى، 30 گىرام ھەسەل ئارىلاشتۇرۇپ ياخشى ئېرىتكەندىن كېيىن قائىدە بويىچە ھۆقنە قىلغاي.

ئۇچەيدىكى ئۆتكۈر خىلىت سەپرا خاراكتېرلىك بولسا ئۇنى تەنقىيە قىلىش ئۈچۈن، مارجان شوخلا سۈيىگە ياكى ئالۇچا سۈيىگە فۇلۇسى خىيارشەنبەردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ ياكى سوقمونىيادىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، ئالۇچا سۈيى ياكى گۈلاب بىلەن ئېرىتىپ ئىچكۈزگەي. بىنەپشە، تەمرىھىندى، خىيارشەنبەر، شىرخىست قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق سۇ بىلەن قاينىتىپ، پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ ئىچكۈزسىمۇ مەنپەئەت قىلۇر.

ئۇچەينى تازىلاپ بولغاندىن كېيىن، ئىسپىغۇل لوئابىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، سوغۇق گۈلابتىن مۇۋاپىق مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ، گۈل يېغىدىن ئاز مىقداردا تېمىتىپ ئىچكۈزگەي.

قەۋزىيەت بولسا، تاتلىق ئانار سۈيىگە شېكەر بىلەن بادام يېغىدىن مۇۋاپىق ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزگەي.

غىزاسىغا زىرە، ئاق شېكەر، قىزىلچا قوشۇپ بەرگەي.

ئەينۇلا شەربىتى، ئانار شەربىتى، غورا شەربىتى، ياۋا ئالما (رىۋاج) شەربىتى قاتارلىقلارنى ئىچكۈزگەي.

ئۇچەيلەردە شىلىمشىق قويۇق بەلغەم بولسا، ئۇنى تازىلاپ چىقىرىش ئۇچۇن، ئايرەج پەيقىرادىن مۇۋاپىق مىقداردا ئىپلىپ، رۇمبەدىيان قاينىتىلغان سۇ بىلەن ئىپرىتىپ ئىچكۈزگەي. يۇقىرىدا ئىيتىلغان ھۆقنىگە 30 گىرام ئابكامە، ئۇچ گىرام بۆرە ئەرمىنىنى ئارىلاشتۇرۇپ ھۆقنە قىلغاي.

ئۇنىڭدىن كېيىن مەجۇنى پەلاپىلى، مەجۇنى سەنجىرىنا ئىستېمال قىلدۇرغاي.

بۇ كېسەللىككە ھەببۇل ئەفاۋىيە ناھايىتى ياخشى مەنپەئەت قىلۇر. ئۇ ھەزمنى ياخشىلاپ، يەلنى ھەيدەپ كېكىرتەر، يەلنى كۆيدۈرەر، ئىشتىھانى ئاچار.

نۇسخىسى مەستىكى، زەنجىۋىل، قەلەمپۇر، دارچىن، ئاقمۇچ، پىلپىل، نارمىشكى 21 گىرامدىن، سوقمونىيا، شېكەرنى 30 گىرامدىن ئىپلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، مۇۋاپىق سۇيۇقلۇق بىلەن يۇغۇرۇپ، نوقۇت چوڭلۇقىدا ھەب قىلىپ ھەر قېتىمدا بىر تالدىن يېگەي.

بىمارنىڭ غىزاسىغا قېرى خوراز گۆشى، قۇشقاچ گۆشى، قەلەمپۇر، پىلپىل، زىرە، دارچىننى بىرلىكتە پىشۇرۇپ ئىستېمال قىلدۇرغاي. ئۇ، بەلغەمدىن ۋە يەلدىن بولغان قورساق ئاغرىقىغا مەنپەئەت قىلۇر.

ھەر كۈنى ئەتىگەندە ھەبى بىلسان بىلەن جۇۋىنەدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئىپلىپ سوقۇپ، ئىلمان سۇ بىلەن يېگەي.

ئاچچىق سۇيۇقلۇق بولسا، بىستىپايەج، تۇربۇت، سەرپىستان، بىنەپشە، بەدىيان قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئىپلىپ قاينىتىپ، ھۆقنە تەييارلاپ ھۆقنە قىلغاي.

ئاچچىق ئانار سۈيى بىلەن تاتلىق ئانار سۈيىگە سەبرە بىلەن شىرخىستىن مۇۋاپىق مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ، بىمارنىڭ كېسەللىك ئەھۋالىغا قاراپ ئىستېمال قىلدۇرغاي.

غىزاسىغا سېمىز توخۇ، پاقلان گۆشلىرىنى شورپا قىلىپ پىشۇرۇپ يېگۈزگەي.

ئىككىنچى باب ھەقىقىي قۇلۇنجى توغرىسىدا

قۇلۇنجى چوڭ ئۇچەي بولۇپمۇ بوغماق (قۇلۇن) ئۇچەيدە كۆپ يۇز بېرىدىغان كېسەللىكتىن ئىبارەت. شۇ سەۋەبتىن ئۇ «قۇلۇنجى» دەپ ئاتىلار. بۇ خىل ئۇچەيدە پەيدا بولغان قۇلۇنجى ھەقىقىي قۇلۇنجى دېيىلۇر. قۇلۇنجى كۆپ ھاللاردا ئۇچەيلەرنىڭ مىزاجىنىڭ سوغۇقتىن

بۇزۇلۇشىدىن پەيدا بولۇر. چۈنكى كىندىكنىڭ ئاستىغا جايلاشقان چوڭ ئۈچەيلەرنىڭ مىزاجى كىندىكنىڭ ئۈستىگە جايلاشقان ئىنچىكە ئۈچەيلەرنىڭ مىزاجىدىن سوغۇقراق بولۇر. چۈنكى بۇ ئۈچەيلەردە چاۋا ياغ بولماس. ئەمما كىندىكنىڭ ئۈستىگە جايلاشقان ئۈچەيلەر چاۋا ياغ بىلەن ئورالغان بولۇر.

بەزىدە كىندىكنىڭ ئۈستىگە جايلاشقان ئىنچىكە ئۈچەيلەردىمۇ قۇلۇنجى بولۇش ئەھۋاللىرى كۆرۈلەر. بۇ يامانراق بولۇپ، يۇنان تىلىدا «ئەيلاۋۇس»[1] دەپ ئاتىلار.

ئومومەن قىلىپ ئېيتقاندا، ھەر ئىككى خىل قۇلۇنجىدا چوڭ تەرەت توختاپ، ئۈچەي كۈچلۈك دەرىجىدە ئاغرىشتەك ئورتاق ئالامەتلەر كۆرۈلەر. كېيىنكى بابلاردا بۇ كېسەللىكنىڭ سەۋەبلىرى، ئالامەتلىرى ۋە داۋالاشلار تەپسىلىي بايان قىلىنار.

ھەققىي قۇلۇنجى بەش خىل بولۇر.

1. چوڭ تەرەت ئۈچەيدە تۇرۇپ قېتىپ، خۇددى تۆگە مايىقدەك بولۇپ قالسا، ئۇ «قۇلۇنجى بەئىيرىي» دەپ ئاتىلار. ھەتتا بەزىدە بۆرەك ۋە دوۋساق تېشىدەك قېتىپ كېلۇر.

2. قويۇق ۋە شىلىمشىق بەلغەم خىلىتى قارنۇغۇ ئۈچەي ياكى بوغاق ئۈچەيگە ئورۇنلىشىپ چوڭ تەرەتنىڭ مېڭىشىغا توسالغۇلۇق قىلۇر ھەمدە ئۇ يەردە توسالغۇ پەيدا قىلسا، ئۇ، توسۇلۇش خاراكتېرلىك قۇلۇنجى دېگەن مەنىدە «قۇلۇنجى سۇددىي» دەپ ئاتىلۇر.

3. قارا بۇلۇتقا ئوخشاش قويۇق يەل ئۈچەيلەردە توختىۋالسا، بەدەن ھارارىتى ئۇنى تارقىتىشقا قادىر بولالماس. ئۇ، ئەرەب تىلىدا يەلدىن بولغان قۇلۇنجى دېگەن مەنىدە «قۇلۇنجى رىيھىي» دەپ ئاتىلار.

4. ئۈچەيلەر ياكى ئۇنىڭ ئەتراپىدا ئىسسىقتىن يالۇغ پەيدا بولسا، ئۈچەي يوللىرىنى توسۇپ، چوڭ تەرەتنىڭ ئۆتۈشىگە توسالغۇلۇق قىلۇر ۋە قۇلۇنجىنى پەيدا قىلۇر. ئۇ، ئەرەبچە يالۇغلۇق قۇلۇنجى دېگەن مەنىدە «قۇلۇنجى ۋەرەمىي» دەپ ئاتىلار. بەزىدە بۆرەك، جىگەر، تال، بالىياتقۇ قاتارلىق ئەزالاردا يۇز بەرگەن يالۇغلارمۇ قۇلۇنجىغا سەۋەبچى بولۇر.

5. يەل ئۈچەيلەرنى ئورنىدىن قوزغاپ، تولغىشىپ قېلىشقا سەۋەب بولسا، ئەرەبچە تولغىشىتىن بولغان قۇلۇنجى دېگەن مەنىدە «قۇلۇنجى ئىلتىۋائىي» دەپ ئاتىلار.

بەزىدە ئۈچەينىڭ ئۇرۇقدانغا چۈشۈۋېلىشى بىلەنمۇ قۇلۇنجى كېلىپ چىقار. ئۇ ئەرەب تىلىدا پەتەقتىن بولغان قۇلۇنجى دېگەن مەنىدە «قۇلۇنجى پەتەقىي» دەپ ئاتىلار.

---

① ھۆكۈمالار بۇ سۆزنى «خۇدا پاناھىدا ساقلىسۇن» دېگەن بولىدۇ دەپ تەھلىل قىلىشقان — (ت).

مەلۇم بولغايكى، بۆرەك ئاغرىقى قۇلۇنجى ئاغرىقىغا ئوخشار. بەزىدە بۆرەك مىزاجى بۇزۇلۇپ ئاغرىق يۈز بەرسە، ئۇچەينىڭ چوڭ تەرەتنى ئىتتىرىپ چىقرىش خىزمىتىگە تەسىر يەتكۈزەر. بۆرەك بىلەن ئۇچەينىڭ شېرىكلىكى بولغانلىقتىن قۇلۇنجى يۈز بېرەر.

بۆرەك ئاغرىقى بىلەن قۇلۇنجى ئاغرىقىنىڭ پەرقى شۇكى، بۆرەك ئاغرىقىدا ئاغرىق بەل ئوتتۇرىسىدا پەيدا بولۇر. بۆرىكى ئاغرىغان كىشىنىڭ دوۋسىقىدا كۆپ ھاللاردا تاش بولۇر. قۇلۇنجى ئاغرىقىدا ئاغرىق قورساقنىڭ ئوتتۇرىسىدا بولۇر. ئاغرىق كىندىك ئاستىنىڭ ئوڭ تەرىپىدە باشلىنار. قىسمەن ئەھۋاللاردا سول تەرەپتىن باشلىنىدىغان ئەھۋاللارمۇ بولۇر.

قۇلۇنجى كېسەللىكى بىلەن ئاغرىغان كىشىنىڭ چوڭ تەرىتى كەلسە ئارام بولۇر. ئەمما بۆرەك ئاغرىقىغا گىرىپتار بولغان كىشى چوڭ تەرەت قىلسىمۇ ئاراملىق ھېس قىلماس.

بىمارنىڭ دوۋسىقىدا تاش پەيدا بولغان بولسا سۈيدۈك رەڭگى سۈزۈك بولۇر، تەرەققىي قىلغاندىن كېيىن يارا پەيدا قىلىش ئېھتىمالىلىقى بولۇر. قىسمەن ۋاقىتلاردا سۈيدۈك رەڭگى دۇغلىشار.

كىتابلاردا ھېكايە قىلىشچە، قۇلۇنجى كېسەللىكى شەھەردىن شەھەرگە تارقىلىدىكەن. ئىبن سىنانىڭ ئېيتىشچە، بەزى بىمارلارنىڭ قۇلۇنجى كېسەللىكى تۇتقاق كېسەللىكى (سەرئى)گە تەرەققىي قىلغان. بەزىلىرىنىڭ «ئەيلاۋۇس»قا تەرەققىي قىلغان، يەنە بەزىلىرىدە بۆھراننىڭ ئالامەتلىرى كۆرۈلگەن. تېۋىپلارنىڭ كۆك كاسىنە، چوڭ بېلىق گۆشى، مۇناسىۋەتلىك شەربەتلەر، سوغۇق سۇ ۋە چۈچۈمەل يېمەكلىكلەر بىلەن ئىلاج قىلىشى نەتىجىسىدە ياخشىلانغان.

قاتما (كۇزاز) بولغان كىشىنىڭ تۆۋەنكى ئۇچەيلىرى چوڭ تەرەتنى ساقلىيالمىغانلىقتىن ئىچى سۇرەر. بەزىلەرنىڭ مىزاجى سوغۇقتىن بۇزۇلغانلىقتىن قۇلۇنجى پەيدا بولۇر. قۇلۇنجىنى پەيدا قىلىدىغان كۈچلۈك سەۋەب ئۇچەيدىكى قويۇق بەلغەم ۋە قويۇق يەلدىن ئىبارەت. بۇ يەل ئاشقازاندا پەيدا بولسا، ئۇنىڭ زەرەرى ئۇچەيدە پەيدا بولغان يەلنىڭ زەرەرىدەك چوڭ بولماس. چۈنكى، ئاشقازان ئۇچەيگە قارىغاندا كەڭ بولۇر.

ئەگەر ئۇستۈنكى ئۇچەيلەر تار، ئىنچىكە بولسا، يەلنىڭ ئۇنىڭغا بولغان زەرەرى ئاستىنقى ئۇچەيلەرگە بولغان زەرەرىدەك چوڭ بولماس. چۈنكى ئۇستۈنكى ئۇچەيلەرنىڭ مىزاجى ھۆل ئىسسىق بولۇر. مىزاجى ئىسسىق بولغان ئەزاغا سەپرا كۆپرەك كەلگەچكە، سەپرا ئىسسىقلىقى بىلەن يەللەرنى تارقىتىپ تۇرار. ئەمما ئاستىنقى ئۇچەيلەرنىڭ ئەھۋالى ئۇستۈنكى ئۇچەيلەرنىڭ ئەھۋالىغا ئوخشىماس. بەلكى ئۇنىڭ مىزاجى سوغۇقراق بولغاچقا، بۇ ئۇچەيلەردە يەل توختاپ

ئۇچەيلەرگە زەرەر يەتكۈزمەر.

قۇلۇنجى ماددا سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، ئۇ، «قۇلۇنجى ماددىي» دەپ ئاتىلار. يەل سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، «قۇلۇنجى بادىي» دەپ ئاتىلار. ئەگەر قۇلۇنجى شىلىمشىق بەلغەم خىلتىنىڭ ئۇچەي دىۋارىغا ئورۇنلىشىۋېلىشى سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، «قۇلۇنجى بەلغەمىي» دەپ ئاتىلار.

يەللىك قۇلۇنجى ئۈزۈم شىرنىسىنى سۇ بىلەن تەڭشەپ كۆپ ئىچىش، كاھۇ، ھۆل يۇمغاقسۇت، قاپاق، بادرەڭگە ئوخشاش سوغۇق تەبىئەتلىك نەرسىلەر ۋە ئۈزۈمگە ئوخشاش يەللىك نەرسىلەرنى كۆپ يېيىش ياكى ئارقىدىن سوغۇق سۇ ئىچىش، سۇ ئىچىپ بولغاندىن كېيىن، كۆپ ھەرىكەت قىلىش، جىما قىلىش، يەللىك يېمەكلىكلەرنى كۆپ يېيىش قاتارلىق سەۋەبلەردىن كېلىپ چىقار.

قۇلۇنجى سفلى (چوڭ تەرەتنىڭ قېتىۋېلىشىدىن بولغان قۇلۇنجى) زىيادە پىشۇرغان تۇخۇمنى كۆپ يېيىش، قوناق تائامى، قۇرۇق نانىنى كۆپ يېيىش، ئەمگەك بىلەن كۆپ شۇغۇللىنىش، كۆپ تەرلەش، ۋاقتىدا چوڭ تەرەت قىلماسلىق، توق قورساق جىما قىلىش قاتارلىق سەۋەبلەردىن پەيدا بولۇر.

شىلىمشىق بەلغەم خىلتى سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان قۇلۇنجى (قۇلۇنجى بەلغەمىي) پېتىر نان، چوڭ بېلىق گۆشى، كالا گۆشى، ئۆچكە گۆشى، سۈت، قېتىق، ئاموت، ئاچچىق ئالما، تەرخەمەك، بادرەڭ، قاپاقتا ئوخشاش نەرسىلەرنى كۆپ يېيىش سەۋەبىدىن پەيدا بولۇر.

توسۇلۇشتىن بولغان قۇلۇنجى ئۇچەينىڭ ھارارىتى ئېشىپ كېتىش سەۋەبىدىن ئۇچەي ھۆللۇكىنىڭ قۇرۇشى بىلەن پەيدا بولۇر.

مەلۇم بولغايكى، يەلدىن بولغان قۇلۇنجى (قۇلۇنجى بادىي) بىلەن بەلغەمدىن بولغان قۇلۇنجى (قۇلۇنجىي بەلغەمىي) غا قىزىتما مەنپەئەت قىلۇر، بولۇپمۇ يەللىك قۇلۇنجىغا بولغان مەنپەئەتى كۆپرەك بولۇر.

بەزىدە قۇلۇنجىنى كەلتۇرۇپ چىقارغۇچى ماددىنىڭ ئۇچەيدىن سىزىپ چىقىپ ئەتراپ مۇسكۇللارغا تەسىر قىلىشى بىلەن پالەچ كېسەللىكىنى كەلتۇرۇپ چىقرار. يەنە بەزىدە بوغۇم ئاغرىقى، بەلغەمدىن بولغان ئۇچەي ئاغرىقى ياكى قاندىن بولغان بەل ئاغرىقىغا سەۋەب بولۇر. بۇ چاغدا يەرلىك ئورۇندىن قان ئالسا ياخشى مەنپەئەت قىلۇر. بەزىدە قۇلۇنجى مالىخولىيا، تۇتقاق كېسەلگە سەۋەب بولۇر. ئۇ، ئۇچەيدىكى ماددىنىڭ تارقالماي مېڭگە ئۆرلىشى سەۋەبىدىن بولۇر. بۇنداق بولغىنى ناھايىتى ياماندۇر. بۇ بەزىدە ئىستىسقاغا ئۆزگىرەر. بەزىدە ئىسھال ياكى باشقا

ئىستىفراغدىن كېيىن قۇلۇنجى پەيدا بولۇر. بۇ ئىستىفراغ ئارقىلىق سۈيۇقلۇقلارنىڭ خورىشى ۋە خىلىتلارنىڭ قويۇلۇپ قېلىشى سەۋەبىدىن بولۇر.

بۇنىڭدا قۇلۇنجى بىمارى تائامدىن قالۇر ياكى تائامنى پەقەت يېگۈسى كەلمەس، ياغلىق، تاتلىق تائاملاردىن قاچۇر. زورلاپ يېسە ھەزىم بولماس. ئاچچىق - چۈچۈك يېمەكلىكلەرنى ئارزۇ قىلار. ئاغرىق سەۋەبىدىن ئۈيقۇسى ياخشى بولماس. ئۈچەي تولغاپ ئاغرىغاندا سۇ ئىچىشنى ئارزۇ قىلۇر ھەم پۈت - قوللىرى قوشۇلۇپ ئاغرار. بۇ ئالامەتلەر تەدرىجىي كۈچىيەر.

قۇلۇنجى ئېغىرلاشسا، ئۈچەيگە خۇددى بىگىز سانجىغاندەك ئاغرار، ئاغرىق دەستىدىن مىدىرلاشقا جۈرئەت قىلالماس. ئۇسسۇزلۇقى غالىب كېلىپ، سۇغا قانماس. ئۇسسۇزلۇقنىڭ كۈپ بولۇشى قۇلۇنجى سەۋەبىدىن ماسارىقا تومۇرىنىڭ ئېغىزى توسۇلۇپ، سۈيۇقلۇق ئۈچەيگە يېتىپ بارالمىغانلىقتىن بولۇر. بەزىدە ئاغرىق تۆۋەندىن باشلىنىپ تەدرىجىي ئۈستى تەرەپكە ئۆرلەپ ئارقىغا مايىللىشار. بەزىدە بىمار تەكرار قەي قىلۇر، قەيدە بەزىدە بەلغەم، بەزىدە سەپرا بولۇر. بەزىدە قەينىڭ رەڭگى كۈدە سۈيىدەك كۆك ياكى قارا بولۇر، بۇ، ماددىنىڭ ئىسسىقلىق سەۋەبىدىن كۆيۈشىدىن كېلىپ چىقار. قەينىڭ ئاشقازان ۋە ئۈچەي بىلەن شېرىكچىلىكى بولۇر.

مەلۇم بولغايكى، بىمارنىڭ قېشى ۋە پېشانىسىگە باقىلە چوڭلۇقىدا مۇنەك پەيدا بولۇپ، بىمار ئېغىر ئۇخلىسا، بۇ بىمار ھاياتىنىڭ خەتەر ئىچىدە ئىكەنلىكىنى بىلدۈرەر. گەرچە بىمارنىڭ نەپسى نورمال بولسىمۇ، ئۇنىڭغا ئىشەنچ قىلىپ بولغىلى بولماس. ئۇنىڭدىن باشقا، بىمارنىڭ ئارقىمۇئارقا قەي قىلىشى، سوغۇق تەرلىشى، پۈت - قوللىرىنىڭ سوۋۇشى، رەڭگىرويىنىڭ خۇنۇكلىشىشى، قۇلۇنجىنىڭ ياخشىلانماسلىقى، پەيلىرىنىڭ تارتىشىشى، ھېق تۇتۇشى خەتەرلىك ئەھۋالنىڭ يۈز بېرىدىغانلىقىدىن دېرەك بېرەر.

ئۈچىنچى باب چوڭ تەرەتنىڭ ئۈچەيدە قۇرۇپ توختاپ قالغانلىقىدىن بولغان قۇلۇنجى توغرىسىدا

سەۋەبى

بۇ تۆۋەندىكىدەك يەتتە خىل سەۋەبتىن بولۇر:

1. تالقان ۋە قۇرۇق نانغا ئوخشاش قۇرۇق يېمەكلىكلەرنى كۆپ يېگەندىن بولۇر.

2. ئىچى كۆپ سۇرۇپ، ئۇچەيلەردىكى ھۆللۇكنىڭ ئازىيىشى سەۋەبىدىن بولۇر.

3. كۆپ تەرلەش، ئاچ قېلىش، جاپا تارتىش سەۋەبىدىن بولۇر.

4. ئاشقازان، جىگەر، ئۇچەي قاتارلىق ئەزالار مىزاجىنىڭ ئىسسىق ياكى قۇرۇقتىن بۇزۇلۇشى سەۋەبىدىن بولۇر.

5. مۇسكۇل ئارىلىقلىرىدىكى سۇيۇقلۇقلارنىڭ ئازىيىشى، تەر تۆشۈكچىلىرىنىڭ ئېچىلىشىدىن بولۇر.

6. ئۇچەيدە قاپاق ئۇرۇقسىمان مەددە پەيدا بولۇپ، ئۇچەيدىكى سۇيۇقلۇقلارنى خوراتقانلىق سەۋەبىدىن بولۇر.

7. ئۆتتىن ئۇچەيگە ئېچىلغان كانال يولىنىڭ توسۇلۇشىدىن سەپرا ئۇچەيگە كېلەلمەي، ئۇچەينىڭ ئىتتىرىش كۈچى پالەچلىنىشتىن بولۇر. چۈنكى سەپرا ئۇچەيلەرنى غىدىقلاپ، ئۇنىڭ قۇۋۇتى داپئەسىنى كۈچەيتىش رولىنى ئويناىدۇ.

ئالامىتى كېسەللىك بىرىنچى خىل سەۋەبتىن كېلىپ چىققان بولسا، بىمارنىڭ قۇرغاق، يىرىك تائاملارنى يېگەنلىك تارىخى بولۇپ، بۇنىڭدا چوڭ تەرەت خۇددى تۆگە مايىقدەك قاتتىق كېلۇر.

ئىككىنچى خىل سەۋەبتىن كېلىپ چىققان بولسا، ئىلگىرى تەرىتى راۋان بولمىغانلىق، تەرەتنى راۋانلاشتۇرۇش مەقسىتىدە سۇرگە دورىلىرىنى كۆپ ياكى قالايمىقان يېيىش تارىخى بولۇر.

ئۇچىنچى خىل سەۋەبتىن كېلىپ چىققان بولسا، بىمارنىڭ ھەرىكەت ۋە ئېغىر ئەمگەك بىلەن كۆپ تەرلىگەنلىك تارىخى بولۇر.

تۆتىنچى خىل سەۋەبتىن كېلىپ چىققان بولسا، بىمارنىڭ تېنى قىزىق، ئورۇق بولۇر، كۆپ ئۇسسار، قورساق مۇسكۇللىرى تارتىشىپ تۇرار.

بەشىنچى خىل سەۋەبتىن كېلىپ چىققان بولسا، تەدرىجي ياخشىلىنىشقا يۈزلىنەر، بىمارنىڭ قورسىقى پات - پات ئاچۇر.

ئالتىنچى خىل سەۋەبتىن كېلىپ چىققان بولسا، ئارىلاپ - ئارىلاپ ئېچىدىن مەددە قۇرت چۈشەر.

يەتتىنچى خىل سەۋەبتىن كېلىپ چىققان بولسا، بىمارنىڭ چوڭ تەرىتىنىڭ رەڭگى ئاق بولۇر، يەرقانىنىڭ ئالامەتلىرى كۆرۈلەر.

داۋالاش

تالقان ۋە قۇرۇق نانغا ئوخشاش يېمەكلىكلەرنى يېيىشتىن كېلىپ چىققان بولسا، كالا سۈتىنىڭ خام قايمىقىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، ئۇنىڭغا مۇۋاپىق مىقداردا قارا شېكەر قوشۇپ، بىمار قانچىلىك ئىچەلسە شۇنچىلىك ئىچكەي. ئەنجۈر قېقى، ئۇرۇقدىن ئايرىلغان قۇرۇق ئۈزۈم، سەرپىستان قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ تەمنى چىقىرىپ، پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، سۈيىگە فۇلۇسى خىيارشەنبەردىن مۇۋاپىق مىقداردا قوشۇپ ئېرىتىپ، ئىنەكپىتى يېغىدىن مۇۋاپىق مىقداردا تېمىتىپ ئىچكۈزگەي. ئايارەج پەيقىرادىن 10 گىرام، سەبرىدىن ئىككى گىرام، ھەسەلدىن 50 گىرام ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ، سۈت بىلەن قوشۇپ بەرگەي. لەبلاب بىلەن خىيارشەنبەردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ تەمنى چىقىرىپ، مۇۋاپىق مىقداردا ئىچكۈزگەي. ئەنجۈر شەربىتى ئىچكۈزگەي. شۇمشا ئۇرۇقى، زىغىر ئۇرۇقىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، سۇغا چىلاپ شىرىسنى چىقىرىپ، تەرەنجىبىندىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇغا چىلاپ ئېرىتكەي، شىرە بىلەن تەرەنجىبىن ئېرىتمىسنى ئارىلاشتۇرۇپ، ئۇنىڭغا كۈنجۈت يېغىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزسە ئاغرىقنى پەسەيتەر. تەرەتنى راۋانلاشتۇرار.

چوڭ تەرەتنى ماڭدۇرۇش ئۈچۈن، تۆۋەندىكى ھۆقنىنى تەييارلاپ ئىشلەتسىمۇ بولۇر:

نۇسخىسى شۇمشا ئۇرۇقى، زىغىر ئۇرۇقى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، بابۇنە قېقى، سەرپىستان، بۇغداي كېپىكى، نەمەك ھىندى، تەرەنجىبىن قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ تەمنى چىقارغاندىن كېيىن پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، كۈنجۈت يېغى بىلەن كالىنىڭ ئۆت سۇيۇقلۇقىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ قائىدە بويىچە ھۆقنە قىلغاي، نەمەكى ئەندۇرانى، بۆرە ئەرمىنى، شېكەر قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، قائىدە بويىچە شامچە تەييارلاپ مەقئەتكە قويغاي.

غىزاسىغا ياغلىق شورپا تەييارلاپ بەرگەي. كېپەكنى سۇغا چىلاپ، تەمنى چىقىرىپ، بادام يېغىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزگەي. خوراز گۆشىنى پالەك، نوقۇت بىلەن پىشۇرۇپ بەرگەي. 70 مىللىلىتىر قىزىلچا سۈيىگە تۆت گىرام توغرىغۇنى ئارىلاشتۇرۇپ ھەر كۈنى ئەتىگەندە ئىچكۈزگەي. بىمارنىڭ ئىچى توختاپ قېلىشتىن ئەندىشە قىلسا، مائۇللەھمىگە بىنەپشە شەربىتى، گۈلاب ئارىلاشتۇرۇپ نان بىلەن ئىستېمال قىلدۇرغاي. بىماردا ئۇسسۇزلۇق بولسا، بىنەپشە شەربىتىگە سۇ ئارىلاشتۇرۇپ ياكى مائۇلھەسەلگە ئەنجۈر قېقى چىلاپ تەمنى

چىقىرىپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە ئىچۈرسە بولىدۇ. تائامدىن ئىلگىرى تۆت دانە تۇخۇمنىڭ سېرىقىنى ئىللىتىپ پىشۇرۇپ ئىستېمال قىلدۇرسا، بىمارنىڭ بەدىنىنى قۇۋۋەتلەر ھەم تەرەتنىڭ يۇمشىشىغا ياردىمى بولۇر.

چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىش ئۈچۈن، تۆۋەندىكى مېۋە شەربەتلىرىنى (شەربىتى فەۋاكىھ) تەييارلاپ بەرگەي.

نۇسخىسى قارىئۆرۈك ۋە ئۇرۇقى ئايرىلغان قۇرۇق ئۈزۈمدىن 200 گىرامدىن، شاپتۇل قېقى، ئۆرۈك قېقى، چىلانىڭ ھەربىردىن 50 گىرامدىن، ئەنجۈر قېقى، كىشمىش ئۈزۈمدىن 180 گىرامدىن، سەرپىستاندىن 90 گىرام ئېلىپ، بىر ئىلىك ئېگىزلىكتە ئېشىپ تۇرغۇدەك مىقداردا سۇغا چىلاپ قويۇپ، ئۇنىڭدىن كېيىن پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، 100 گىرام سۇغا 15 گىرام بىنەپشە سۈيى ئارىلاشتۇرۇپ، سۇس ئوتتا قاينىتىپ قىيام قىلىپ، ھەر قېتىمدا 60 مىللىلىتىردىن ئىچۈرگەي.

بىمارنىڭ كۆپ ئىچى سۈرۈشتىن ئۈچەيدىكى سۈيۇقلۇقلار خوراپ، بەدەندىكى ھارارەت غالىب بولسا، بىنەپشە شەربىتى، ئەينۇلا شەربىتى، كاكىنەچ شەربىتى، گۈلاب، ئىسپىغۇل لوئابى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلدۇرغاي.

غىزاسىغا ماش، پالەك قوشۇپ بەرگەي. مۇۋاپىق مىقداردا شېكەر بەرگەي. ھارارەت بولسا، ئەنجۈر شەربىتىگە مۇۋاپىق مىقداردا قارا شېكەر قوشۇپ ئىچۈرگەي. قارا شېكەر، قىزىلچا يوپۇرمىقى ۋە بادام يېغى بىلەن ھالۋا تەييارلاپ بەرگەي. كۆپ تەرلەش، ئاچ قېلىش، جاپا تارتىش سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، بىمارنى ئەمگەك قىلماي راھەتتە ئۆتۈشكە، ھاۋالىق جايلاردا ئارام ئېلىشقا، سوغۇق سۇدا ئولتۇرۇشقا بۇيرۇغاي ھەم تەرلىمەسلىكنىڭ تەدبىرىنى قىلغاي. تەبئىتى سوغۇققا مايىل بولغان شەربەتلەرنى ۋە ئاسان ھەزىم بولىدىغان يېمەكلىكلەرنى بەرگەي.

ئاشقازان، جىگەر، ئۈچەي قاتارلىق ئەزالار مىزاجىنىڭ ئىسسىقتىن ياكى قۇرۇقلۇقتىن بۇزۇلۇش سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، بىمارغا تەبئىتى سوغۇق بولغان شەربەتلەرنى بېرىپ، مىزاجىنى تەڭشىگەي، غىزاسىغا ئاسان ھەزىم بولىدىغان سۈيۇق - سەلەك تائاملارنى بەرگەي. مېۋىلەرنىڭ سۈيى، ئىسپىغۇل لوئابى، ئارپا ئېشىنى بادام يېغى بىلەن ئىستېمال قىلدۇرغاي. مايلىق شورپا بەرگەي. پالەك، سەرمەق، قەتەپ، شۇمشا ئۇرۇقى، قارىئۆرۈك، سېرىق ئۆرۈك (بۇنىڭدا كۆپ ئىستېمال قىلىدىغان ئۆرۈك نەزەردە تۇرۇلىدۇ)، شېكەر قوموشى، قىزىلچا يوپۇرمىقى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى بادام يېغى بىلەن قوشۇپ

بەرگەي.

بىمارغا خىيارشەنبەر، كاسنە سۇيى، مارجان شوخلا سۇيى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئىچكۈزۈپ چوڭ تەرتىنى يۇمشاتقاي ياكى سۇرگۈزگەي.

مۇسكۇل ئاغرىقىدىكى سۇيۇقلۇقلارنىڭ ئازىيىشى، تەر تۆشۈكچىلىرىنىڭ ئېچىلىشىدىن كېلىپ چىققان بولسا، بىمارغا قۇۋۋەتلىك تائاملارنى بەرگەي ھەم بىمارنى سوغۇق سۇدا يۇيۇنۇشقا بۇيرۇغاي. گۈل يېغى بىلەن ھەببۇلئاس يېغىدىن تەييارلانغان موم يېغىنى بىمارنىڭ بەدىنىگە سۈركەپ بەرگەي.

ئۇچەيدە قاپاق ئۇرۇقسىمان مەددە پەيدا بولۇپ، ئۇچەي سۇيۇقلۇقلىرىنى خوراتقانلىق سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، مەددە قۇرتلار بابىدا سۆزلەنگەن ئىلاجلارنى قىلغاي. مەددە قۇرت ماددىسىنى تۇگىتىش ئۈچۈن، بىمارغا ئەتىگەن ناشتىدا ئابكامىدىن ئاز - ئازدىن ئىچۈرگەي.

ئۆتتىن ئۇچەيگە ئېچىلغان كانال يولىنىڭ توسۇلۇشىدىن سەپرا ئۇچەيگە كېلەلمەي، ئۇچەينىڭ ئىتتىرىش كۈچى پالەچلىنىشتىن كېلىپ چىققان بولسا، ئۆت يوللىرىنىڭ توسۇلۇشىدىن بولغان يەرقانغا قىلىنىدىغان ئىلاجلارنى قىلغاي. قىزىلچا يوپۇرمىقى، قىچا، ئابكامىدىن مۇۋاپىق مىقداردا بەرگەي.

تۆتىنچى باب شىلىمشىق بەلغەمدىن بولغان قۇلۇنجى توغرىسىدا

سەۋەبى

ئۇچەيلەرگە يىغىلىۋالغان شىلىمشىق، قويۇق بەلغەم سەۋەبىدىن كېلىپ چىقار.

ئالامىتى

تۆۋەنكى ئەزالار سوغۇق، ئېغىر ۋە بىتاپ مەلۇم بولۇر. ئىلگىرى سىڭگەن، تەستە ھەزىم بولىدىغان غىزالار سىكمەي قەۋزىيەت بولۇر. قورساقتا يەل تۇرۇۋالۇر. ئەگەر چوڭ تەرەتنىڭ رەڭگى قىزىل بولسا، ئىسسىقتىن بولغان قۇلۇنجى دەپ پەرەز قىلماسلىق لازىمدۇر، بەلكى ئۇ تائام يېمىگەن سەۋەبتىن كېلىپ چىققاندۇر.

داۋالاش

دەسلەپتە مۇناسىۋەتلىك شىيائ ۋە ھۆقنە تەييارلاپ، قائىدە بويىچە ئىشلەتكەي. زىيانلىق يېمەكلىكلەردىن پەرھىز قىلغاي. ئاسان ھەزىم بولىدىغان ھايۋاناتلارنىڭ گۆشلىرىنى ئىسسىقلىق دورىلار بىلەن پىشۇرۇپ، شورپىسىنى مۇۋاپىق مىقداردا ئىچكۈزۈپ، بىمارنىڭ بەدەن قۇۋۋىتىنى ساقلىغاي. شىيائ، ھۆقنىنى ئىشلەتمەي تۇرۇپ سۇرگە دورىلىرىنى ئىستېمال قىلمىغاي. بولمىسا بەدەننىڭ يۇقىرى قىسمىدىكى كېسەللىك ماددىلىرىنىڭ تۆۋەنگە چۈشۈشىگە سەۋەب بولۇپ، خەتەرلىك ئەھۋاللار كېلىپ چىقىشى مومكىن. ھۆقنە قىلغاندىن كېيىن چوڭ تەرەتتە شىلىمشىق سۇيۇقلۇق بولسا ھەمدە چوڭ تەرەت تۆگە مايىقىدەك كەلسە، ئۇچەينىڭ تېخىمۇ ياخشى تازىلىنىشى ئۈچۈن، ھۆقنىنى ئىشلەتكەي.

ئەگەر بىمار بەزىدە قۇلۇنجى بولۇپ، يەنە بەزىدە ياخشىلىنىپ قالسا قەي قىلىشقا بۇيرۇغاي. چۈنكى قەي قۇلۇنجىنىڭ كېسەللىك ماددىسىنى تازىلاپ چىقرار. بىمار كۆپ قەي قىلىپ بىئارام بولسا، ئۇنى تۇگىتىش ئۈچۈن، پۇدىنە شەربىتى بەرگەي. مەزكۇر شەربەتكە ئانار ئۇرۇقى، سۇماق ۋە زىرىدىن مۇۋاپىق مىقداردا قوشۇلسىمۇ بولىدۇ.

بىمارغا تۆۋەندىكى شىيائنى تەييارلاپ بەرگەي:

تەييارلىشى توغرىغۇ، تۇز، قارا شېكەر قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، قائىدە بويىچە تۆت ئىلىك ئۇزۇنلۇقتا شىيائ تەييارلاپ مەقئەتكە سالغاي. بەزىلەر ئالتە ئىلىك ئۇزۇنلۇقتا تەييارلىنىدۇ، دەپ ئېيتقان.

تۆۋەندىكى شىيائنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى شەھمەنزەل لېپشى، بۆرە ئەرمىنى، ئەنزىرۇت، ھەسەل قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، قائىدە بويىچە شىيائ تەييارلاپ ئىشلەتكەي.

تۆۋەندىكى شىيائنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى بۆرە ئەرمىنى ئالتە گىرام، شەھمەنزەل لېپشى 15 گىرام، سوقمونىيا يەتتە گىرام، قارا شېكەر ياكى ناۋاتتىن 15 گىرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە شىيائ قىلىپ ئىشلەتكەي. ئۇ، ئۇچەي ئاغرىقى ۋە بەلغەمدىن بولغان قۇلۇنجىغا مەنپەئەت قىلۇر.

تۆۋەندىكى شىيائنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى سەكبىنەج، مۇقەل، جاۋشىر، ئوشاق، سوپۇن، بۆرە ئەرمىنى، شەھمەنزەل لېپشى، ناۋات، سوقمونىيا، زەنجۇبىل، شاقاقۇل، نەمەك ھىندى، بەرگى سۇزاپ، تۇخۇمى سۇزاپ، ئادراسمان ئۇرۇقى قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، قائىدە بويىچە شىيائ تەييارلاپ

ئىشلەتكەي. باغدات سۇپۇنى (سابۇن بەغدادي)نى قەلەمچە قىلىپ شىياق ئورنىدا ئىشلەتسىمۇ بولۇر. ئەرتەنىسا ياغچى شىيافقا ئوخشاش تەييارلىنىپ مەقئەتكە قويۇلسىمۇ بولۇر. تۇرۇپنى شىياق شەكلىگە كەلتۈرۈپ، شىياق ئورنىدا ئىشلەتسىمۇ بولۇر.

شەھەمەنزەل لېشى بىلەن مۇقەلدىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، شىياق تەييارلاپ ئىشلەتسىمۇ بولۇر.

تۆۋەندىكى ھۆقنىنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى زىغىر ئۇرۇقى، شۇمشا ئۇرۇقى ھەربىردىن 35 گىرامدىن، ئەنجۈر قېقىدىن 10 دانە، سۈزاپ ئۇرۇقى، ئالما يوپۇرمىقى، قىزىلچا يوپۇرمىقى، تال يوپۇرمىقى ھەربىردىن بىر سىقىمدىن، بۇغداي كېپىكىدىن 10 سىقىم، بادام مېغىزىدىن 10 گىرام، ئاق لەيلى يوپۇرمىقىدىن 30 گىرام، چىلاندىن 20 دانە، سەرپىستان، چۈچۈكبۇيا يىلتىزىدىن 35 گىرامدىن ئېلىپ، ھەممىسىنى ئۆچ لىتىر سۇ بىلەن يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، سۈيىنىڭ ھەر 350 مىللىلىتىرىغا بەش گىرام سەكبىنەج، بەش گىرام مۇقەل، ئۆچ گىرام ئوشەق، ئۆچ گىرام جاۋشىر، تۆت گىرام قۇندۇز قەھرى، ئالتە گىرام تۇز، 36 گىرام ھەسەل ئارىلاشتۇرۇپ، ئېزىپ ئېرىتىپ، ئۇنىڭغا كەلكىلانەج يېغىدىن 21 مىللىلىتىر، ئابكامىدىن 21 گىرام، ھەسەلدىن 30 گىرام، ئۆردەك يېغى ۋە توخۇ يېغىدىن 21 گىرامدىن ئارىلاشتۇرۇپ ئېرىتىپ، قائىدە بويىچە ھۆقنە قىلغاي.

مەلۇم بولغايكى، ھۆقنىگە زۆرۈر بولمىسا شەھەمەنزەل لېشى قوشمىغاي، بولمىسا ئۆتكۈرلۈكى بىلەن ئۇچەيلەرنى غىدىقلاپ، يالۇغلاندۇرۇش ۋە زەخمىلەش خەۋپى كۆرۈلەر.

نۇسخىسى قىزىلچا پوستىدىن بىر سىقىم، ئاق لەيلىگۈلىدىن 17 گىرام، كېپەكتىن 35 گىرام، ئەنجۈر قېقىدىن 10 دانە ئېلىپ، دورىلارنى بىر لىتىر سۇ بىلەن يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، ئۇنىڭغا 50 گىرام توغرىغۇ ئارىلاشتۇرۇپ، قائىدە بويىچە ھۆقنە قىلغاي.

تۆۋەندىكى مۆتىدىل ھۆقنىنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى شۇمشا ئۇرۇقى، زىغىر ئۇرۇقى ھەربىردىن 35 گىرامدىن، ئىنەكپىتى ئۇرۇقى (بىدەنجىر) دىن بەش گىرام [1] ئەنجۈر قېقىدىن 10 دانە، ھۆل سۈزاپ يوپۇرمىقى بىر سىقىم، زىرە، كېپەك، بادام مېغىزى ھەربىردىن 21 گىرامدىن، سەرپىستاندىن 50 دانە، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى، ئاق لەيلى يىلتىزى ھەربىردىن 20 گىرامدىن، قىزىلچا يىلتىزى، تال

① ئەسلىي كىتابتا 150 گىرام دەپ كۆرسىتىلگەن، ئەمما مەزكۇر دورا مەلۇم دەرىجىدە زەھەرلەش تەسىرىگە ئىگە بولغاچقا مىقدارى ئازايتىلىپ ئېلىندى، تېۋىپلار بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ مىقدارىنى كونترول قىلسا بولىدۇ — (ت).

قوۋزنقىدىن 50 گىرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى مۇۋاپىق مقداردىكى سۇ بىلەن قايىنىتىپ تەمنى چىقىرىپ، پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، ئۈنىڭدىن 180 مىللىلىتىر ئېلىپ ھۆقنە قىلغاي. بىمارنىڭ بەدىنىدە ھارارەت بولمىسا، مەزكۇر ھۆقنە سۈيىگە ئالتە گىرام مۇقەل، 12 گىرام سەكبىنەج قوشۇپ، ئېزىپ ئېرىتىپ، ئۈنىڭدىن كېيىن، ناردىن يېغى، ئابكامە، كەپتەر يېغى قاتارلىقلاردىن 21 مىللىلىتىردىن ئېلىپ، ئارىلاشتۇرۇپ ھۆقنە قىلغاي.

تۆۋەندىكى ھۆقنە قۇلۇنجى ئاغرىقنى پەسەيتەر. بەلغەم ۋە سەپرا خاراكتېرلىك ماددىلارنى قوزغىتىپ تازىلار:

نۇسخىسى شۇمشا ئۇرۇقى، ئىكلىلمىلىك، سېرىقچېچەك، ئاق لەيلىگۈل، بابۇنە، پىننىنىڭ ھەربىردىن 30 گىرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى بىر يېرىم لىتىر سۇدا يېرىمى قالغۇچە قايىنىتىپ، تەمى تولۇق چىققاندىن كېيىن، پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، سۈيىگە ئۆردەك يېغى، بۇغا يېغىدىن 30 گىرامدىن، لۇفلە يىلتىزى ئۇسارىسىدىن 15 گىرام، سېرىقچېچەك يېغىدىن 10 گىرام قوشۇپ، ئارىلاشتۇرۇپ ھۆقنە تەييارلاپ، قائىدە بويىچە ھۆقنە قىلغاي.

تۆۋەندىكى ھۆقنىنى ئىشلەتكەي. ئۇ، قۇلۇنجى ئاغرىقنى پەسەيتىپ، ئۇيقۇ كەلتۈرەر.

نۇسخىسى ئاق بەزرۇلبەنجىدىن 21 گىرام، بابۇنىدىن 18 گىرام، زەپەردىن ئىككى گىرام ئېلىپ، دورىلارنى ئۈچ ھەسسە سۇ بىلەن تاكى سۇنىڭ يېرىمى قالغۇچە قايىنىتىپ، ئۈنىڭدىن كېيىن پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، سۈيىگە 120 مىللىلىتىر بان يېغى ئارىلاشتۇرۇپ ئوتتا يەنە قايىنىتىپ، سۈيى تۈگەپ يېغى قالغاندا ئوتتىن چۈشۈرۈپ، سوۋۇغاندىن كېيىن ئۇنىڭ بىلەن ھۆقنە تەييارلاپ، قائىدە بويىچە ھۆقنە قىلغاي.

تۆۋەندىكى ھۆقنىنى ئىشلەتكەي. ئۇ، يەلنى ھەيدەپ، تەرەتنى راۋانلاشتۇرار:

نۇسخىسى ئارپىبەدىيان ئۇرۇقى، كەرەپشە ئۇرۇقى، سېرىقچېچەك ئۇرۇقى، رۇمبەدىيان ئۇرۇقىنىڭ ھەربىردىن 12 گىرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى ئۈچ ھەسسە سۇ بىلەن قايىنىتىپ، تەمى چىققاندا پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، سۈيىگە توغرىغۇدىن 21 گىرام، ھەسەل ياكى قارا شېكەر ۋە كۈنجۈت يېغىدىن 30 گىرامنى قوشۇپ ھۆقنە تەييارلاپ ھۆقنە قىلغاي. بۇ ھۆقنىگە مىئەسائلەدىن مۇۋاپىق مقداردا ئارىلاشتۇرسىمۇ بولۇر.

21 گىرام توغرىغۇنى 30 مىللىلىتىر يۇمغاقسۈت سۈيى بىلەن ئېرىتىپ ھۆقنە قىلسا، بەلغەم ۋە يەلدىن بولغان قۇلۇنجىغا مەنپەئەت قىلۇر. يەنە توغرىغۇنىڭ ئورنىغا تۇز قوشسىمۇ بولۇر. 30 گىرام توغرىغۇنى مۇۋاپىق مقداردىكى ئىلمان سۇ بىلەن ئېرىتىپ ھۆقنە قىلسىمۇ قۇلۇنجنى ئاچار. 21 گىرام توغرىغۇنى مۇۋاپىق مقداردىكى كۈنجۈت يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ھۆقنە

قىلسا قۇلۇنجىنى ئاچار.

تۆۋەندىكى ھەمەلچىنى ئىشلەتكەي. ئۇ، ئۆتكۈر، تەبئىتى ئىسسىق بولۇپ، زۆرۈرىيەت بولمىسا ئىشلەتمىگەي:

نۇسخىسى ئەرتەنىيسادىن 21 گىرام، مەريەم مۇنچىقىدىن 12 گىرام، شەھمەنزەل لېشىدىن يەتتە گىرام ئېلىپ، دورىلارنى بىر لىتىر سۇدا يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، تەمى تولۇق چىققاندىن كېيىن ئوتتىن چۈشۈرۈپ پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، مەزكۇر سۇنىڭ ھەر 66 مىللىلىتىرىغا ئالتە گىرام نۆشۈدۈر، ئالتە گىرام كۈنجۈت يېغى قوشۇپ، ئاچ قورساق ۋاقىتتا ھۆقنە قىلغاي. كۆپ ھاللاردا ھۆقنە مۇڭاپىق كەلمەي بىمارنىڭ بېشىنى ئاغرىتار. بۇ چاغدا ئۇنىڭ باش قىسمىغا بولغان زەھەرلىنىڭ ئالدىنى ئالىدىغان مۇناسىپ دورىلارنى ئىشلەتسە بولۇر. ئارقىدىن يەڭگىل سۈرگە دورىلىرىنى ئىچۈرگەي. بۇنىڭ ئۈچۈن ئايارەج پەيقىرادىن 10 گىرامنى يېگۈزگەي. ئارقىدىن مائۇلئۇسۇلغا بىدانجىر يېغىدىن مۇڭاپىق مىقدارىدا ئارىلاشتۇرۇپ ئىچۈرگەي. ھېلىڭ، زاراڭزا يېغى، مائۇلئۇسۇلدىن مۇڭاپىق مىقدارىدا ئېلىپ، ئۇنىڭغا ھەسەلدىن مۇڭاپىق ئارىلاشتۇرۇپ ئىستېمال قىلدۇرسا مەنپەئەت قىلۇر.

تۆۋەندىكى ھەبنى ئىستېمال قىلدۇرسا قۇلۇنجى بەلغەمى، قۇلۇنجى رىيھى (يەلدىن بولغان قۇلۇنجى) ۋە گەندىنىڭ ئۇچەيدە توختاپ قېلىشىدىن كېلىپ چىققان قۇلۇنجى (قۇلۇنجى سفلى) قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلار.

نۇسخىسى سوقمونىيادىن بىر ھەسسە، شەھمەنزەل لېشىدىن ئىككى ھەسسە، مەستىكىدىن يېرىم ھەسسە ئېلىپ سوقۇپ، قائىدە بويىچە مۇڭاپىق چوڭلۇقتا ھەب قىلىپ، قۇرۇغاندىن كېيىن ھەر قېتىمدا 1.5 ~ 3 گىرامغىچە ئىستېمال قىلدۇرغاي.

ھەببى قۇلۇنجىنى ئىستېمال قىلدۇرغاي.

نۇسخىسى شەھمەنزەل لېشىدىن 30 گىرام، سوقمونىيا (مەھمۇدە) دىن 10 گىرام، سەكبىنەجدىن 12 گىرام ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ، تاسقاپ، سۈزاپ سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ ھەب قىلغاي. ھەر قېتىمدا بەش گىرامدىن ئىستېمال قىلدۇرغاي.

تۆۋەندىكى شەربەتنى ئىچۈرگەي. ئۇ، قۇلۇنجىدىكى ئاغرىقنى پەسەيتەر. ئۇچەيلەرنىڭ مىزاجىنى تەڭشەپ، يەلنى ھەيدەر.

نۇسخىسى لۇفاھ يىلتىزى تۆت يېرىم دانە نوقۇت چوڭلۇقىدا، بەزرۇلبەنجى توققۇز دانە نوقۇت چوڭلۇقىدا، زەنجۈبىل، خولىنجان يەتتە دانە نوقۇت چوڭلۇقىدا، سوقمونىيادىن ئىككى يېرىم نوقۇت چوڭلۇقىدا ئېلىپ، دورىلارنى مۇڭاپىق سۇغا چىلاپ، تەمى چىقىرىلغاندىن كېيىن

قائىدە بويىچە شەربەت تەييارلاپ، ھەممىسنى بىر قېتىمدىلا ئىچۈرگەي.

تۆۋەندىكى ھەبنى ئىستېمال قىلدۇرغاي. ئۇ ئىچىنى دەرھال سۈرەر:

نۇسخىسى شىبرىم شىرىسىدىن بىر ھەسسە، سوقمونىيادىن يېرىم ھەسسە، سەكبىنەجدىن ئۈچ ھەسسە، مۇقەل ئەزرەقتىن بىر ھەسسە ئېلىپ، دورىلارنىڭ ھەممىسىنى يۇمشاق سوقۇپ، تاسقاپ، مۇۋاپىق چوڭلۇقتا ھەب قىلىپ سايىدا قۇرۇتۇپ، زۆرۈر بولغاندا بىمارنىڭ كېسەللىك ئەھۋالىغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلدۇرغاي.

تۆۋەندىكى ھەبنى بىمارنىڭ ئەملي ئەھۋالىغا قاراپ تۇرۇپ ئىستېمال قىلدۇرغاي، بۇ ئىچىنى سۈرۈش تەسرىگە ئىگىدۇر:

نۇسخىسى شىبرىم ئۇسارىسى، سوقمونىيادىن ئالتە يېرىم نوقۇت چوڭلۇقىدا، شېكەردىن ئىككى گىرام، كەتىرادىن تۆت يېرىم نوقۇت چوڭلۇقىدا ئېلىپ، بارلىق دورىلارنى سوقۇپ، تاسقاپ، مۇۋاپىق چوڭلۇقتا ھەب قىلىپ ھەممىسنى بىراقلا ئىستېمال قىلدۇرغاي.

تۆۋەندىكى ھەبنى بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ تۇرۇپ ئىستېمال قىلدۇرغاي. ئۇ چوڭ تەرەتنى دەرھال سۈرەر:

نۇسخىسى شىبرىم شىرىسىدىن ئالتە نوقۇت چوڭلۇقىدا، شەھمەنزەل لېشىدىن بىر يېرىم گىرام، كەتىرادىن تۆت يېرىم نوقۇت چوڭلۇقىدا ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، مۇۋاپىق چوڭلۇقتا ھەب قىلىپ، سايىدا قۇرۇتۇپ ئىستېمال قىلسا تەرەتنى راۋانلاشتۇرار.

تۆۋەندىكى ھەب يەل ھەيدەر:

نۇسخىسى شىبرىم پوستىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، خورما سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ، مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلدۇرغاي. نوقۇت سۈيى ياكى گۈلاب بىلەن ئىستېمال قىلدۇرسا، ئۇنىڭ تەمى ياخشىلىنار.

تۆۋەندىكى ھەبنى ئىستېمال قىلدۇرغاي، بۇ «ھەببى لۇئلۇ» دەپ ئاتىلۇر. ھەكىم سابىتنىڭ ئېيتىشچە، قۇلۇنجىغا ناھايىتى ياخشى مەنپەئەت قىلىدىكەن.

نۇسخىسى شىبرىم بىلەن سەكبىنەجدىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، زەپەر سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ، مۇۋاپىق چوڭلۇقتا ھەب قىلىپ، بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ ھەر قېتىمدا 1.5 ~ 3 گىرامغىچە ئىستېمال قىلدۇرغاي.

تۆۋەندىكى ھەببى سەكبىنەجنى ئىستېمال قىلدۇرغاي. ئۇ، قۇلۇنجى، ئاشقازان ئاغرىقى، نۇقرەس كېسەللىكلىرىگە ياخشى مەنپەئەت قىلار:

نۇسخىسى سەبرە، سېرىق ھېلىلە، سەكبىنەجىنىڭ ھەربىرىدىن توققۇز گرامدىن، شەھمەنزەل، ئەنزىرۇتتىن 45 گرامدىن، تۇربۇتتىن 300 گرام (بەزى نۇسخىلارغا كەرەپشە ئۇرۇقىدىن 15 گرامدىن سالغاي) ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ، تاسقاپ، قائىدە بويىچە مۇڭاپىق چوڭلۇقتا ھەب قىلىپ، سايىدا قۇرۇتۇپ 10 گرامدىن ئىستېمال قىلدۇرغاي.

بىمارنىڭ كۆڭلى ئېلىشسا، تولغاقنىڭ بابىدا بايان قىلىنغان ھەبنۇل ئەفاۋىيەنى ئىستېمال قىلدۇرغاي.

بۇ كېسەللىككە مەجۇن دورىلارنىمۇ بەرگەي.

تۆۋەندىكى دورىنى زۆرۈر بولغاندا زىمات قىلىپ قورساق ساھەسگە چاپسا قۇلۇنجىنى ئاچۇر:

نۇسخىسى تۇربۇتتىن 15 گرام، كەرەپشە ئۇرۇقى، بەدىيان رۇمى ھەربىرىدىن 10 گرامدىن، شېكەردىن 45 گرام، تاماكىدىن 21 گرام، بۆرە پوقىدىن 12 گرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە زىمات تەييارلاپ، قورساق ساھەسگە چاپقاي. بۇ دورىغا ئىشلىتىدىغان بۆرىنىڭ پوقى رەڭگى ئاق، قۇرۇق بولۇشى، بولۇپمۇ يانتاقىقا ياكى تاشقا چىچقان بولۇشى، ئۇنىڭدا ئۇششاق ئۇستىخانلار بولۇشى، ئەمما يۇڭ بولماسلىقى لازىمدۇر. ئېيتىشلارغا قارىغاندا، بۆرىنىڭ ئوچيىنى قۇرۇتۇپ، سوقۇپ ئىشلەتسىمۇ بولىدىكەن. پوقىدىكى سۆڭەكنى پوقىنىڭ ئورنىدا ئىشلەتسىمۇ ياخشى مەنپەئەت قىلىدىكەن.

جالىنۇس: «مەن قۇلۇنجى بولغان كىشىنىڭ بۆرە پوقىنى بىلى ۋە بىقىنىغا باغلاپ ساقايغىنىنى كۆرگەن ئىدىم، ئۆزۈممۇ سىناپ كۆرۈپ ئاجايىپ پايدا قىلىدىغانلىقىنى سەزدىم» دېگەن.

مۇھەممەد زىكرىيا: «قۇلۇنجى كېسەللىكى بىلەن ئاغرىغان كىشى بۆرىنىڭ تېرىسى ئۇستىدە ئولتۇرسا، ئۇنىڭ ئۇستىدە ئۇخلىسا، كەمەر قىلىپ بېلىگە باغلىسا ناھايىتى ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇ» دېگەن.

تۆۋەندىكى مەجۇننى ئىستېمال قىلدۇرغاي. ئۇ، قاتتىق قۇلۇنجىنى ئاچۇر:

نۇسخىسى تۇربۇتتىن 120 گرام، بىنەپشىدىن 60 گرام، سوقمونىيادىن 36 گرام، نەمەك ھىندى، رۇببىسۇسنىڭ ھەربىرىدىن 21 گرامدىن، ئارپىبەدىيان، رۇمبەدىيان، مەستىكىنىڭ ھەربىرىدىن 15 گرامدىن، فۇلۇسى خىيارشەنبەر، قەنت، ھەسەلنىڭ ھەربىرىدىن 300 گرامدىن ئېلىپ، قەنت بىلەن ھەسەلنى سۇس ئوتتا قايىنىتىپ قىيام قىلىپ، ئۇستىگە فۇلۇسى خىيارشەنبەرنى قوشۇپ ئېتىپ ۋە پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، قالغان دورىلارنى سوقۇپ،

تاسقاپ، قىيامغا ئارىلاشتۇرۇپ يۇغۇرۇپ، ئاخىرىدا كالا يېغىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئارىلاشتۇرغاي، ئۇنىڭدىن كېيىن ئوتتىن ئېلىپ سوۋۇغاندا، 21 ~ 30 گىرامغىچە ئىستېمال قىلدۇرغاي. مەتبۇخى ھېلىلە بىلەن ئىستېمال قىلسىمۇ ياخشى بولۇر.

بىمار قاتتىق ئاغرىق سەۋەبىدىن ھوشىدىن كېتىش ئېھتىماللىقى بولسا ياكى بەدەن قۇۋۋىتى تۆۋەن بولسا، فۇلۇنىيايى رۇمىنى ئىستېمال قىلدۇرسا سېزىمىنى ئەسلىگە كەلتۈرۈپ، قۇۋۋەتنى ئويغىتار. بۇنىڭدىن باشقا ئىلاجلارنى قىلسىمۇ بولۇر.

تۆۋەندىكى مەجۇن بېرىلسە ئۇيقۇنى ياخشىلاپ، ئاغرىقنى پەسەيتەر، قۇلۇنجىنى ئاچۇر:

نۇسخىسى پىلپىل، نانخا، قۇرۇق سۇزاپ، قۇرۇق پىننە، قۇندۇز قەھرى، زىرە كېرمانى، ھەببۇلغارنىڭ ھەربىردىن 10 گىرامدىن، ئەپيۇن، بەزرۇلبەنجى، سوقمونىيا، يەبرۇجنىڭ ھەربىردىن ئۈچ گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، كۆپۈكى ئېلىنغان مۇۋاپىق مىقداردىكى ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ، ھەر قېتىمدا بەش گىرامدىن ئىستېمال قىلدۇرغاي.

تۆۋەندىكى مەجۇننى بەرگەي، ئۇ، چوڭ تەرەتنى راۋانلاشتۇرار:

نۇسخىسى پىلپىل، زەنجىۋىل، زىرە، سۇزاپ، خولنجان، گۈلدارچىننىڭ ھەربىردىن 30 گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، كۆپۈكى ئېلىنغان 120 گىرام ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ، قائىدە بويىچە مەجۇن قىلىپ، بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ ھەر قېتىمدا ئۈچ گىرامغىچە ئىستېمال قىلدۇرغاي. كېسىلى ئېغىر بولسا ئالتە گىرامغىچە ئىستېمال قىلدۇرغاي.

جاۋارىش ھىندىنى ئىستېمال قىلدۇرغاي. ئۇ، قۇلۇنجى، بەل ئاغرىقى، بوغۇم ئاغرىقى قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلار.

نۇسخىسى سوقمونىيادىن 30 گىرام، قاقىلە، زەنجىۋىل، دارچىن، گۈلدارچىن، نارمشكى، قەرەنفىل، پىلپىلنىڭ ھەربىردىن 15 گىرامدىن، تۇربۇت، شېكەردىن 300 گىرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ، ئەلەكتىن ئۆتكۈزۈپ، قائىدە بويىچە جاۋارىش تەييارلاپ، ھەر قېتىمدا 15 ~ 30 گىرامغىچە ئىستېمال قىلدۇرغاي.

قالغان مەجۇنلەر قارابادىندا بايان قىلىندى.

بۇ كېسەللىك ئۈچۈن بەدەن سىرتىغىمۇ دورا ئىشلەتكەي.

قۇلۇنجى ئاغرىقىنى پەسەيتىش ۋە قۇلۇنجىنى ئېچىش ئۈچۈن، تۆۋەندىكى زىماتنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى ئىلكۈل بەتەم 18 گىرام، مەۋزەج 10 گىرام، ئاقىرقەرھا تۆت گىرام،

مەززەنجۇش، ھەببۇلغار، بەززۇل ئەنجىرە (چاقىقاقئوت ئۇرۇقى)، قۇرۇق تۇرمۇس، شەھمەنزەل بەش گىرامدىن، سوقمونىيادىن 12 گىرام ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، ھەببۇلغار يېغى بىلەن ياغلاپ، كالا ئۆتى بىلەن يۇغۇرۇپ، كىندىكنىڭ ئاستىغا زىمات قىلغاي.

تۆۋەندىكى زىماتنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى خەربەق، چاققاقئوت ئۇرۇقى، ئەفسەنتىننىڭ ھەربىرىدىن بىر ھەسسىدىن، كالىنىڭ ئۆت سۇيۇقلۇقىدىن يېرىم ھەسسە، ئۆردەكنىڭ چاۋا يېغىدىن ئۈچ ھەسسە ئېلىپ، قائىدە بويىچە زىمات تەييارلاپ، كىندىك ئاستى ۋە دوۋسۇن ساھەلىرىگە زىمات قىلغاي. بۇ زىماتقا ماھۇدانە، مىس دېتى قوشۇلسا ياخشى بولۇر.

تۆۋەندىكى زىماتنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى كىيان ئۇرۇقىدىن بىر ھەسسە، شەھمەنزەلدىن بىر ھەسسە، كالا ئۆتىدىن يېتەرلىك مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، كالا ئۆتى بىلەن يۇغۇرۇپ مەلھەم قىلىپ، كىندىكنىڭ ئاستىغا چاپقاي.

تېرىق، كەرەپشە ئۇرۇقى، نانخا، شۇمشا ئۇرۇقى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قىزىتىپ، خالتىغا قاچىلاپ قورساققا ئىسسىق ئۆتكۈزسە ئاغرىقنى پەسەيتەر، ماددىنى تارقىتار. سېرىقچېچەك يېغى، قىسائۇل ھىمار يېغى، قىچا يېغى بىلەن قورساقنى مايلاپ بەرسە مەنپەئەت قىلار، بولۇپمۇ ئۇنىڭغا قۇندۇز قەھرى بىلەن قېچىدىن ئاز مىقداردا قوشسا تېخىمۇ ياخشى بولۇر.

يۇقىرىدىكى تەدبىرلەردىن كېيىن، قۇلۇنجىنىڭ قايتىلانماسلىقى ئۈچۈن تۆۋەندىكى چارىنى قىلغاي:

بىرىنچى كۈنى بىدانىجىر يېغىدىن 10 گىرام ئېلىپ، مائۇلھەسەل بىلەن سۇيۇلدۇرۇپ ئىچۈرگەي. بىر ھەپتە ئۆتكەندىن كېيىن كۈنىگە ئىككى گىرامدىن كۆپەيتكەي. شۇ مىقداردا ئىچۈرۈپ بىر ھەپتە ئۆتكەندىن كېيىن شۇ مىقدار بويىچە ئۈچ كۈن داۋاملاشتۇرغاي. يەتتە كۈنىگە يەتكەندە ھەر كۈنى ئىككى گىرامدىن ئازايتىپ، ئازايتىلغان مىقدارى 10 گىرامغا يەتكەندە توختاتقاي. ئەمما بۇ ماي ئۆتكۈر بولغانلىقى ئۈچۈن ئالاھىدە دىققەت قىلىپ، بىمارنىڭ ئەمەلىي ئەھۋالىنى نەزەردە تۇتۇپ تۇرۇپ ئىشلەتكەي.

بۇ دورىنى ئىچىشتىن ئىلگىرى چىشلارنىڭ ئەھۋالىغا ئەھمىيەت بەرگەي. دەسلەپتە تۇزنى قىزىتىپ چىشلارغا باسقاي، ئۇنىڭدىن كېيىن چىشقا گۈل يېغى سۈركەپ مەزكۇر دورىنى ئىچكەي. دورىنى ئىچىپ ئالتە سائەت ئۆتمىگىچە تائام يېمىگەي. بىمار چۈچۈمەل نەرسە ئارزۇ

قىلسا زىرباج (دورىلىق غىزا)نى تەييارلاپ بەرگەي. مەئۇلھەسەلنى ئىچكەي. قۇلۇنجى سوغۇقتىن كېلىپ چىققان بولسا، بىمارنىڭ غىزاسىغا سامساق، پىلپىل، زىرە، كەرۋىيا، ئەنجۈدان قوشۇپ بەرگەي.

تۆۋەندىكى شەربەتنى تەييارلاپ بەرگەي:

نۇسخىسى توغراق قوۋزىقى، زەنجۈبىل، سوزاپتىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ، تەمى چىققاندىن كېيىن پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە 15 ~ 30 مىللىلىتىر غىچە ئىچۈرگەي.

تۆۋەندىكى شەربەتنى تەييارلاپ بەرگەي:

نۇسخىسى زاراڭزا مېغىزىدىن 15 گىرام ئېلىپ يۇمشاق ئېزىپ، ئالتە گىرام زىرە ۋە 120 مىللىلىتىر سۇ بىلەن قاينىتىپ، يېرىمى قالغاندا پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، سۈيىگە زاراڭزا مېغىزىنى قوشۇپ بىمارغا ئىچۈرگەي، ئۈنىڭغا ئالتە مىللىلىتىر بادام يېغىنى قوشسا ياخشى بولۇر ۋە ئۇدا بىر نەچچە كۈنگىچە ئىچىش تەۋسىيە قىلىنۇر.

ئەنجۈر شەربىتى ياخشى مەنپەئەت قىلۇر.

نۇسخىسى ياخشى پىشقان ئەنجۈردىن 500 گىرام ئېلىپ، تۆت ھەسسە سۇ بىلەن تاكى سۇنىڭ يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، سىقىپ پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، سۈيىگە دارچىن، خولىنجان، زەنجىۋىلدىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ خالتىغا قاچىلاپ، قىيام بولغۇچە بىرلىكتە قاينىتىقاي. خالتىنى قول بىلەن سىقىپ تەمىنى چىقارسا ياخشى بولۇر. ئۈنىڭدىن كېيىن خالتىنى سۈزۈۋېتىپ، زۆرۈر بولسا تۆتتىن بىرىچىلىك مىقداردا شېكەر قوشۇپ، بىمارغا مۇۋاپىق مىقداردا ئىچۈرگەي.

بىمارغا جويۇز، خورما، ئەنجۈرگە ئوخشاش نەرسىلەر مەنپەئەت قىلۇر.

بۇ ئىلاجنىڭ ئۈنۈمى كۆڭۈلدىكىدەك بولمىسا، مۇناسىۋەتلىك ئايارەجلەرنى بېرىپ، ئۇچەيدىكى قويۇق ماددىلارنى تازىلىغاي.

بىمار قايتا ـ قايتا قۇلۇنجى كېسەللىكى بىلەن ئاغرىغان بولسا، تاۋام يېيىشتىن ئىلگىرى چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىش رولى بولغان نەرسىلەرنى بېرىشنى تەۋسىيە قىلغاي، مەسىلەن: ئەنجۈرنى پىچاق بىلەن توغراپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى گۈلابقا چىلاپ تەمىنى چىقىرىپ ئىچكەي ياكى قارىئۇرۇكنى پىچاق بىلەن نېپىز يالپاقلاپ، گۈلابقا چىلاپ تەمىنى چىقىرىپ، مۇۋاپىق مىقداردا ئىچكەي. ئىللىتىپ پىشۇرۇلغان تۇخۇم ئېقىغا مۇناسىپ شېكەر سېپىپ يېگەي. كەپە مېۋىسى،

ئابكامە، ھەسەل، كالا يېغى، چالا پىشقان قىزىلچا، زاراڭزا شىرىسى بىلەن شېكەر قوشۇلغان ئاتىلا قاتارلىقلارنى ئىستېمال قىلدۇرغاي. بىمارنىڭ غىزاسىغا كۈدە (گەندىنا) سۈيىنى قوشۇپ بەرگەي.

بەشىنچى باب قويۇق يەلدىن بولغان قۇلۇنجى توغرىسىدا

سەۋەبى

بۇ، ئۆچەيلەردە قويۇق يەللەرنىڭ تۇرۇۋېلىشىدىن پەيدا بولۇر.

ئالامىتى

قورساقتا كوركىرىغان ئاۋاز بولۇر. ئەمما يەل يۇرۇشمەس. دەسلەپتە ئاغرىق ئازراق بولۇر ۋە تەدرىجي كۈچىيەر. ئۆچەيلەر يېرىلغاندەك ياكى بىگىز سانجىلغاندەك ئاغرار. بۇ خىل ئاغرىق يەنە بەلغەمدىن بولغان قۇلۇنجىدىمۇ كۆرۈلەر. ئەمما يەلدىن بولغىنىدا كۈچلۈكرەك بولۇر. بەزىدە يۇمشاق تەرەت ماڭۇر. ئەمما ئاغرىق يەڭگىللىمەس. چۈنكى يەل ئۆچەينىڭ قەۋەتلىرىگە ئورۇنلىشىۋالغان بولۇر. چوڭ تەرىتى سۇغا تاشلانسا لەيلەر. قورساقتا مۇناسىۋەتلىك نەرسىلەر بىلەن ئىسسىق ئۆتكۈزۈسە ئاغرىق پەسەيگەندەك بولۇر، بەزىدە ئۇنىڭمۇ ئۇنۇمى بولماس. بۇ، ئۆچەيدە سۇيۇق ماددىلارنىڭ بارلىقىنى بىلدۈرەر. ئاغرىق يۆتكىلىشچان بولسا ساقىيىشى ئاسانراق بولۇر. ئەگەر يەل بىر يەردە توختىۋالسا، قورساق ئېسىلىپ ناغرىغا ئوخشاش بولۇپ كېتەر.

داۋالاش

ئالدىنقى بابتا ئوتتۇرىغا قويۇلغان ئىلاجلارنى قىلغاي. مۇناسىۋەتلىك شىياڭ ۋە ھۆقنىلەرنى ئىشلەتكەي.

تۆۋەندىكى ھۆقنىنى ئىشلەتسە قويۇق يەللەرنى تارقىتار:

نۇسخىسى ھاشا، قۇرۇق زۇپا، سۆئىتەر، ئېگىر، سۇزاپ ئۇرۇقى، ئىنەكپىتى، بابۇنە، سىرىقچېچەك، قەنتەرىيۇن، كەرەپشە ئۇرۇقى، بەدىيان، نانخا، ئەنجۇدان، پەتەر ئاسالىيۇن قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، دورىلارنى چالا سوقۇپ، باراۋەر مىقداردىكى سۇزاپ ۋە پىننە سۇيى بىلەن سۇنىڭ يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، سۇيىگە يېرىم

ھەسسە مقداردا زەيتۇن يېغى قوشۇپ، ئۇسارە تۇگەپ يېغى قالغانغا قەدەر قاينىتىقاي. شۇ چاغدا ئۇنىڭغا سەكبىنەج بىلەن جاۋشىردىن ئۇچ گىرامدىن، قۇندۇز قەھرىدىن ئاز مىقدارداا ئارىلاشتۇرۇپ ساقلاپ قويغاي. زۆرۈر بولغاندا ئۇنىڭدىن مۇۋاپىق مقداردا ئېلىپ، مۇناسىۋەتلىك سۈيۇقلۇقلار بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، قائىدە بويىچە ھۆقنە قىلغاي. بۇ چاغدا ئۇ، ئۇچەيدىكى يەللەرنى تارقىتىپ، ئۇچەيلەرنى ئىسسىتار ھەم مىزاجنى تەڭشەر.

تۆۋەندىكى ھۆقنىنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى زەيتۇن يېغى ۋە سۇزاپ ئۇسارىسىدىن باراۋەر مقداردا ئېلىپ، سۇس ئوتتا تاكى ئۇسارە تۇگەپ ياغ قالغۇچە قاينىتىپ، ئاندىن جاۋشىر، قۇندۇز قەھرى، سەكبىنەج قاتارلىقلاردىن 90 مىللىلىتىر ياغقا ئۇچ گىرامدىن ئارىلاشتۇرۇپ، مۇناسىۋەتلىك سۈيۇق دورىلار بىلەن بىرلىكتە قائىدە بويىچە ھۆقنە قىلغاي. ماينىڭ بىر قېتىمدا قانچىلىك ئىشلىتىلىدىغانلىقىنى بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ تۇرۇپ بەلگىلىگەي.

ئاغرىق كۈچلۈك بولسا، مەزكۇر ھۆقنىگە بەزرۇلبەنجى، ئەپيۇن، قۇندۇز قەھرى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مقداردا ئارىلاشتۇرغاي. توغرىغۇ، مىئەسائىلەدىن 90 گىرامدىن ئارىلاشتۇرۇلسىمۇ بولۇر.

ئالدىنقى بابتا بايان قىلىنغان شىيافلارنى بۇ بابتىمۇ ئىشلەتكەي.

تۆۋەندىكى شىيافنى ئىشلەتسە ياخشى مەنپەئەت قىلۇر:

نۇسخىسى سۇزاپ يوپۇرمىقى، جۇۋىنە، توغرىغۇدىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، سالايە قىلىپ، ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، يۇڭ بىلەن شىياق قىلىپ ھەمدە يىپ بىلەن باغلاپ مەقئەتكە ئىچكىرىلەپ تېڭىپ، دورىنىڭ ئۇنۇمى تۇگىگەندىن كېيىن ياكى يېتەرلىك بولدى دەپ قارىغاندىن كېيىن يىپ بىلەن تارتىپ چىقىرىپ، شۇ يوسۇندا مەلۇم مۇددەت داۋاملاشتۇرغاندىن كېيىن بىمارداا كۆرۈنەرلىك ياخشىلىنىش بولۇر.

تۆۋەندىكى شىيافنى ئىشلەتكەي. ئۇ ئاغرىقنى پەسەيتىپ، ئۇيقۇنى ياخشىلار:

نۇسخىسى قۇندۇز قەھرى، زەپەر، مۇرمەككى، سەكبىنەج، ئەپيۇن قاتارلىقلاردىن باراۋەر مقداردا ئېلىپ، سوقۇپ سالايە قىلىپ، قائىدە بويىچە شىياق تەييارلاپ مەقئەتكە قويغاي.

كېسەللىك ماددىسىنى پىشۇرۇش مەقسەت قىلىنسا، ئۆتكەن بابتا ئېيتىلغان مۇناسىۋەتلىك زىماتلارنى، كەمادلارنى ئىشلەتكەي ھەم ئوتلۇق لوكقا قويسا ياخشى مەنپەئەت قىلۇر. ئاغرىقنى پەسەيتەر. يەلنىڭ مقدارى ئاز بولسا تارقىتۇر.

كېسەللىك قايتىلانسا تېۋىپ ئۇنۇملۇك تەدبىرلەرنى قوللىنىپ، كېسەللىك ماددىسىنى

يوقىتىشى زۆرۈردۇر. ئوتلۇق لوڭقا قويسا ئاغرىقنى پەسەيتەر. مۇناسىۋەتلىك شىيالار، ھەمەلچىلەرنى ئىشلىتىپ كېسەللىك ماددىسىنى تازىلىغاي. يۇقىرىدا بايان قىلىنغان سۈرگە دورىلىرىدىن مۇۋاپىق دەپ قارالغانلىرىنى ئىشلەتسە بولىدۇ.

يەلدىن بولغان ئاشقازان كېسەللىكىدە بايان قىلىنغان ھەببى سەكبىنەج، مەجۇنى ھەببۇلغار، مەجۇنى ئۇبھەل، جاۋارىش كۈندۈر، جاۋارىش ئەنجۇدان قاتارلىقلارنى بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ تۇرۇپ ئىشلەتكەي.

تۆۋەندىكى مەتبۇخ ئىچۈرۈلسە، يەلدىن بولغان قۇلۇنجىغا مەنپەئەت قىلۇر. ئۇچەيلەرنى ئىللىتار.

نۇسخىسى ھىلك، زىرە، كەرۋىيا، زەنجۇبىل، بەدىيان رۇمى، ئارپىبەدىيان، تۇخۇمى كەرەپشە، ئەنجۇدان قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن بەش گىرامدىن ئېلىپ چالا سوقۇپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ تەمىنى چىقىرىپ، پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، سۈيىنىڭ ھەر 120 مىللىلىتىرىغا شېكەر بىلەن ھەسەلدىن 30 گىرام، 15 مىللىلىتىر ئاچچىق بادام يېغىنى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكەي. ئۇنىڭغا كەرەپشە يىلتىزىنى ۋە بەدىيان يىلتىزىغا ئوخشاش يىلتىزلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ، ئىنەكپېتى يېغىدىن مۇۋاپىق مىقداردا تېمىتىپ ئىچسە ياخشى بولۇر.

15 گىرام تەرەتىزنى مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ تەمىنى چىقىرىپ، 30 گىرام شېكەر، مۇۋاپىق مىقداردا كۈنجۈت يېغىنى ئارىلاشتۇرۇپ ئىسسىق پېتى ئىچسە يەلنى ھەيدەر.

بەدىيان رۇمى، زىرە، سېرىقچېچەك، سۆئىتەر، مەرزەنجۇش، قۇندۇز قەھرى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ، تەمى چىققاندا سۈيىنى قورساقتا سۇركىسە مەنپەئەت قىلۇر. بۇنى كالىنىڭ سۈيدۈك خالتىسىغا ئېلىپ، ئىسسىق ھالەتتە قورساقتا قويۇپ ئىسسىق ئۆتكۈزسىمۇ بولۇر.

سېرىقچېچەك يېغىغا پەرىيۇن، ئاقىرقەرھا، قۇستە، قۇندۇز قەھرى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا چىلاپ تەمىنى چىقىرىپ، شۇ ياغ بىلەن قورساقنى مايلاپ بەرسە ياخشى مەنپەئەت قىلۇر.

جالىنۇس مۇنداق دېگەن: «بۇ كېسەللىك ئۇچۇن ئەڭ ياخشىسى ماددىنى يۇمشىتىش ئۇچۇن، بىمارغا يېمەك ـ ئىچمەك بەرمەسلىك، زۆرۈر بولسا ناھايىتى ئاز مىقداردا بەرگەي. ئۇنىڭدىنمۇ ياخشىراق تەدبىر ئىسسىق تەبىئەتلىك دورىلارنى ئىستېمال قىلدۇرۇشتىن ئىبارەتتۇر. چۈنكى ئىسسىق تەبىئەتلىك دورىلار خىلتىلارنى ئېرىتەر ۋە يوقىتار. ئەگەر دورىنىڭ قۇۋۋىتى

يېتىشمسە، يەل ۋە بۇخاراتنىڭ كۆپىيىشىگە، ئاغرىقنىڭ كۈچىيىشىگە سەۋەب بولۇر. شۇڭا بىمارنىڭ ئەھلي ئەھۋالىغا قاراپ دورا قۇۋۋىتىنىڭ يېتەرلىك بولۇشىغا ئەھمىيەت بەرگەي.»

ئۇ زات يەنە مۇنداق دېگەن: «مەلۇم بىر كىشى بۇ كېسەللىككە گىرىپتار بولۇپ قالغان ئىدى. ئۇ، كېسىلىم قوزغىلىپ قالارمۇ دەپ ئويلىغان ۋاقتىدا سۈت بىلەن نانىنى ئىستېمال قىلاتتى. ئۇنىڭدىن كېيىن ئۆزىنىڭ ئىشى بىلەن مەشغۇل بولاتتى. كەچتە ئۇخلاشتىن ئىلگىرى قانغۇچە ئۇزۇم شىرنىسى ئىچەتتى. ئەتىسى بەدەنلىرى يەڭگىل، ناھايىتى ياخشى قوپاتتى.»

ئۇ زات يەنە مۇنداق دېگەن: «بۇ كېسەللىككە سامساق ھەرقانداق دورىدىن ياخشىراق مەنپەئەت قىلار. چۈنكى ئۇ يەلنى ھەيدەر. بۇ خىل خاسىيەت باشقا دورىلاردا تېپىلماس. دېمەك، كېسەللىكنى داۋالاشنىڭ ئەڭ ياخشى تەدبىرى سامساقنى كۆپ ئىستېمال قىلدۇرۇشتىن ئىبارەتتۇر. ئۇنىڭدىن باشقا، تەرياقى كەبىرنىمۇ مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلدۇرغاي.»

بىمارنىڭ غىزاسىغا قۇشقاچ ياكى قېرى خوراز گۆشىدىن شورپا قىلىپ پىشۇرۇپ يېگۈزگەي ياكى قۇشقاچ بىلەن خورازنى ئۆلتۈرۈپ، ئىچىگە بەدىيان رۇمى، ئارپىبەدىيان، سېرىقچېچەك، تۇز، سۇزاپ ئۇرۇقى، كەرۋىيا، كۈدە، سامساق قاتارلىقلارنى تىقىپ بىرلىكتە پىشۇرۇپ، گۆشىنى يېگەي ۋە شورپىسىنى ئىچكەي.

بىمارغا جىرىس نانىنى مائۇللەھمىگە چىلاپ يېگۈزگەي. ئۇنىڭدىن كېيىن تۆۋەندىكى نانخۇرۇشنى يېگۈزگەي:

نۇسخىسى قىچىدىن 35 گىرام، سامساقتىن بەش چىش، جويۇزدىن 10 دانە ئىلىپ چالا سوقۇپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇغا چىلاپ تەمىنى چىقارغاندىن كېيىن، پىسەپىلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، سۈيىگە نان چىلاپ يېگۈزگەي.

غالىيە، ئىپار قوشۇلغان لەخلەخەنى ئارىلاشتۇرۇپ، بىمارنىڭ كىندىك ئەتراپىغا سۈركىگەي.

ئالتىنچى باب ئىششىقتىن بولغان قۇلۇنجى توغرىسىدا

سەۋەبى

بۇ، ئۇچەينىڭ يالۇغلىنىپ، ئۇنىڭ قۇۋۋىتى داپىئەسى زەئىپلىشىپ، بەزىدە ئۇچەيگە يېقىن بولغان جىگەر، تال، بالىياتقۇ، بۆرەك، دوۋساق قاتارلىق ئەزالارنىڭ يالۇغلىنىشى سەۋەبىدىن پەيدا بولۇر. يەنە بەزىدە ئۇچەي مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشى سەۋەبىدىن پەيدا بولۇر.

ئالامتى

بىمارنىڭ قورسىقىدا گەرچە يەل بولسىمۇ، يەل يۇرۇشمەي تەرەت ماڭماس. يالۇغ ئىسسىقتىن پەيدا بولغان بولسا، چوڭ تەرەت قۇرۇق كېلۇر. ھۆللۈكتىن پەيدا بولسا، چوڭ تەرەت بىلەن قويۇق ھۆللۈك چىقار. بەزىدە ئۇچەي ياللۇغى سۈيدۈك يوللىرىنى قىستاپ سۈيدۈكنى توختىتار. بىمارنىڭ ئۇچيى ئاغرار. ياللۇغ ئىسسىقتىن پەيدا بولغان بولسا، بىمارىدا قىزىتما، ئۇسسۇزلۇق بولۇر. ئۇچەي كۆيۈشۈپ ياكى سانجىپ ئاغرار. ئۇچەيدىكى ئاغرىق ئاستا ـ ئاستا تەرەققي قىلار. چوڭ تەرىتى تەدرىجىي كەلمەيدىغان بولۇر. ئەگەر سۈيدۈك يولى ئىششىق سەۋەبىدىن قىسىلغان بولسا سۈيدۈك ماڭماس.

داۋالاش

سۇرگە بېرىشكە ئەھمىيەت بەرمىگەي. چۈنكى كۆپ تېۋىپلار بىمارغا سۇرگە دورىسى ئىچۈرۈپ ھاياتىغا خەۋپ يەتكۈزەر. ساقايغان تەقدىردە «ئەيلاۋۇس» (چوڭ تەرەتنىڭ قەي ئارقىلىق چىقىشى بىلەن ئىپادىلىنىدىغان كېسەللىك) كېسەللىكىگە تەرەققي قىلغاندىن كېيىن ياخشىلىنىشقا قاراپ يۈزلىنەر.

ياخشى تەدبىر شۇكى، دەسلەپتە باسلىق تومۇردىن قان ئالغاي. قان ئېلىپ بولغاندىن كېيىن سوغۇق تەبىئەتلىك شەربەتلەرنى بەرگەي. بۇنىڭ ئۈچۈن بادرەڭ تەرخەمەكنىڭ سۈيىگە شېكەر، ئىسپىغۇل لوئابىغا گۈلاب ئارىلاشتۇرۇپ بەرگەي. چوڭ تەرەتنى بوشىتىش ئۈچۈن بىنەپشە شەربىتى ئىچۈرگەي. مارجان شوخلا سۈيى، كاسنە سۈيى، ئاچچىق، تاتلىق ئانار سۈيىنى بەرگەي. خىيارشەنبەر، قاپاق سۈيى، بادام يېغىنى بەرمىگەي. چۈنكى ئۇ، ياللۇغدىن بولغان قۇلۇنجىغا زەرەر قىلۇر.

ھەمەلچە قىلىشقا تېگىشلىك بولسا، ئارپا سۈيى، خىيارشەنبەر، شىرخىست قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، قائىدە بويىچە ھۆقنە سۈيۇقلۇقى تەييارلاپ ھۆقنە قىلغاي. بۇ ھۆقنىگە بىنەپشە، سەرپىستاندىن مۇۋاپىق مىقداردا قوشسا ياخشىراق بولۇر. ئەگەر مەزكۇر ھۆقنىگە مارجان شوخلا بىلەن خىتاي شوخلىسى (كاكنەچ) دىن مۇۋاپىق مىقداردا قوشۇلسىمۇ بولىدۇ.

خۇۋاجە ئەبۇ ئەلى ئىبن سىنا: «مەن بادام يېغى، كۈنجۈت يېغى، فۇلۇسى خىيارشەنبەر، ئېشەك سۈتى قاتارلىقلار بىلەن قائىدە بويىچە ھۆقنە تەييارلاپ ئىشلىتىشنى مۇۋاپىق كۆرىمەن» دېگەن.

تۆۋەندىكى ھۆقنىنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى ھەمشىباھار گۈلى بىلەن بېھى ئۇرۇقىدىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇدا قاينىتىپ تەمنى چىقىرىپ، پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، سۈيىنىڭ ھەر 100 مىللىلىتىرىغا 35 گىرام شېكەر ئارىلاشتۇرۇپ ئېرىتىپ، ئۇنىڭغا بىنەپشە يېغىدىن مۇۋاپىق مىقداردا تېمىتىپ، قائىدە بويىچە ھۆقنە قىلغاي.

ئارپا سۈيىگە بابۇنە يېغى قوشۇپ ھۆقنە قىلسىمۇ بولۇر.

تۆۋەندىكى ھۆقننى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى قىزىلچا يوپۇرمىقى سۈيىدىن 175 مىللىلىتىر، كۈنجۈت يېغىدىن 35 مىللىلىتىر، شېكەردىن 35 گىرام، توغرىغۇدىن ئالتە گىرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە ھۆقنە تەييارلاپ ھۆقنە قىلغاي.

تۆۋەندىكى ھۆقننى ئىشلەتكەي.

نۇسخىسى قۇرۇق بىنەپشىدىن 50 گىرام، ئاق لەيلىگۈلدىن 15 گىرام، بۇغداي كېپىكىدىن 35 گىرام ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ، تەمى چىققاندا پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، سۈيىگە بىنەپشە يېغى بىلەن كۈنجۈت يېغىدىن 30 مىللىلىتىردىن، توغرىغۇدىن 35 گىرام ئارىلاشتۇرۇپ، قائىدە بويىچە ھۆقنە قىلغاي.

بەدەندە سەپرا ماددىسى كۆپ بولسا، مەھمۇدە (سوقمونىيا) بىلەن فۇلۇسى خىيارشەنبەردىن ئاز مىقداردا ئېلىپ، كاسنە سۇيى بىلەن ئېرىتىپ ئىچۇرگەي. زۆرۈر بولسا، ئۇنىڭغا تۇربۇتتىن مۇۋاپىق مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ بەرگەي.

زىغىر، بابۇنە، سېرىقچېچەك ئۇرۇقى، شۇمشا ئۇرۇقى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، سىركە ياكى گۈلاب بىلەن زىمات قىلىپ، چىگە رەختكە سۈركەپ، ئاغرىغان ئورۇنغا قويغاي. سوۋۇغاندىن كېيىن ئىللىتىپ يەنە قويغاي.

تۆۋەندىكى زىماتنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى ھۆل بىنەپشە، ھۆل كەندىر يوپۇرمىقى، ھۆل يەرلىك شوخلا يوپۇرمىقى، خىتاي شوخلىسى (كاكىنەچ) يوپۇرمىقى، لەيلىگۈلى، ئارپا ئۇنى، بابۇنە، ئىكلىلىملىك قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، زىمات تەييارلاپ ئاغرىغان ئورۇنغا قويغاي.

تۆۋەندىكى زىماتنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى مومدىن بەش ھەسسە، بابۇنە يېغى، بىنەپشە يېغىدىن بەش ھەسسىدىن، باقلە ئۇنىدىن ئىككى ھەسسە، توخۇ تۇخۇمىنىڭ قورۇلغان سېرىقىدىن ئىككى ھەسسە، زىغىر يېغىنى يېتەرلىك مىقداردا ئېلىپ، ياغلارنى قازانغا تۆكۈپ، قىزىغاندىن كېيىن مومنى سېلىپ

ئېرىتكەي، قالغان دورىلارنى ئۇنىڭغا تۆكۈپ ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا سۈركىگەي.

تۆۋەندىكى زىماتنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى بابۇنە، ئارپا ئۇنى، ئاق لەيلىگۈلى، پىنەپشە قاتارلىقلارنى مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، مۇناسىپ ياغ بىلەن مەلھەم قىلىپ يەرلىك ئورۇنغا سۈركىگەي.

پەرھىز ئېشىغا بەدىيان، ئەينۇلا، پالەك قاتارلىقلارنى قوشۇپ بەرگەي. ئەينۇلانى سۇغا چىلاپ يۇمشىتىپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە مۇۋاپىق مىقداردا يېگۈزگەي ھەم سۈيىنى ئىچۈرگەي.

كېسەللىكنىڭ ئاخىرقى مەزگىلىدە تۆۋەندىكى شەربەت مەنپەئەت قىلۇر:

نۇسخىسى ئەنجۈردىن بەش دانە، ئۇرۇقىدىن ئايرىلغان ئۈزۈمدىن 60 گىرام، قۇرۇق بىنەپشىدىن 30 گىرام ئېلىپ، دورىلارنى بىر لىتىر سۇدا تاكى يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، سۈيىگە فۇلۇسى خىيارشەنبەر بىلەن بادام يېغىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ، بىر ھەپتىگىچە ئىچكەي.

يالۇغ سوغۇقتىن كېلىپ چىققان بولسا، مۇناسىۋەتلىك شەربەتلەر، زىماتلار ۋە ھۆقنىلەرنى ئىشلەتكەي.

يەتتىنچى باب ئۇچەينىڭ ئۇرۇقدان خالتىسىغا چۈشۈۋېلىشىدىن بولغان قۇلۇنجى توغرىسىدا

سەۋەبى

ئېغىر نەرسىلەرنى كۆچەپ كۆتۈرۈش، كۆچلۈك ھەرىكەت قىلىش، ئېگىز يەردىن سەكرەش ۋە يىقىلىش قاتارلىق سەۋەبلەردىن پەيدا بولۇر.

ئالامىتى

بۇنىڭدا ئۇچەي ئۇرۇقدان خالتىسىغا چۈشۈۋېلىپ، قورساق ئاغرىش بىلەن بىرگە ئۇرۇقدان يېقىمسىزلىنار. تەرەت كەلمەس ياكى ئاز كېلەر. ئىشتىها تۈتۈلار.

داۋالاش

ئۇرۇقدانغا چۈشكەن ئۇچەينى قول بىلەن ئورنىغا چۈشۈرۈش، ئۇنىڭ بىلەن ئورنىغا

چۈشمسه، تۆت ئادەمنى بىمارنىڭ پۇت ـ قولىدىن تۇتۇپ سىلكىش ۋە ھەربىرىنى تەلەندۈرۈشكە بۇيرۇغاي. ئاياغ تەرىپىگە ئېگىز ياستۇق قويۇپ ئوڭدا ياتقۇزغاي. ئۇچەي ئورنىغا كەلگەندىن كېيىن، ئۇرۇقدانىنى قائىدە بويىچە تاڭغاي ۋە ئوڭدا يېتىپ ئۇخلاشقا بۇيرۇغاي. ئۇچەي ئىچىنى بوش تۇتۇشقا تىرىشقاي. ئۇچەيدىكى ماددىلارنى تۇغۇتىش ۋە يەل تارقىتىش ئۇچۇن، مۇناسىۋەتلىك شىياق تەييارلاپ مەقئەتكە قويغاي. ئاندىن ئۇچەينى ئورنىغا كەلتۈرۈش ئۇچۇن تەدبىر قىلغاي. مەزكۇر شىيافنى مەقئەتكە قويۇشتىن ئىلگىرى بىمارنى قۇستۇرسا، ئۇچەي تېخىمۇ تېزرەك خالىي بولۇر ۋە ئۇچەينىڭ ئورنىغا چۈشۈشگە قۇلايلىقراق بولۇر. ئەگەر بەدەندە ماددىلار يىغىلىپ قالغان بولسا، دەسلەپتە مۇناسىپ دورىلارنى ئىچۈرۈپ قەي قىلدۇرغاي، ئاندىن مۇناسىپ شىيافلارنى ئىشلەتكەي.

سەككىزىنچى باب ئۇچەي تولغىشىپ قېلىشتىن بولغان قۇلۇنجى توغرىسىدا

سەۋەبى

ئۇچەينىڭ ئۇرۇقدان خالتىسىغا چۈشۈۋېلىشىدىن بولغان قۇلۇنجىنىڭ سەۋەبى بىلەن ئوخشاشتۇر.

ئالامىتى

بۇنىڭدا قورساق قاتتىق ئاغرار. چوڭ تەرەت تۇتۇلار. ئىشتىهاسى بولماس.

داۋالاش

بىمارنى تۇز ياتقۇزۇپ، قورساقنى قائىدە بويىچە ئۇۋۇلاپ، ئۇچەينى ئورنىغا چۈشۈرۈشكە تىرىشچانلىق كۆرسەتكەي. ئاغرىقنى پەسەيتىشكە چارە قىلغاي. ئۇنىڭدىن كېيىن بىمارغا مايلىق نەرسىلەرنى بەرگەي. تۆت ئادەم بىمارنىڭ پۇت ـ قوللىرىنى تۇتۇپ ۋە سىلكىپ، ئۇچەي ئالمىشىنىڭ يېشىلىشگە تىرىشقاي. ئەگەر ئۇچەي ئالمىشىش يەنە ئوڭشالمسا، مۇۋاپىق مىقدارda تىرىك سىمابنى مايلىق ئاتىلا بىلەن ئىچكەي. نەچچە قەدەم يول مېڭىشقا بۇيرۇغاي. قورساقنى قائىدە بويىچە ئۇۋۇلاپ بەرگەي. بىمارنى تۇز ئولتۇرغۇزۇپ، سىمابنىڭ مەقئەتتىن چۈشۈشنى كۈتكەي. سىماب مەقئەتتىن چۈشسە ئۇچەينىڭ تولغىشى ئوڭشالغان، چۈشمسه ئوڭشالمغان

بولۇر. سماب يەنە چۈشسە بىمارنى كۆچەپ مېڭىشقا بۇيرۇغاي.

بىمارنىڭ غىزاسىغا سېمىز كەپتەر باچكىسىنى شورپا قىلىپ يېگۈزگەي. نەچچە كۈنگىچە مائۇللەھمى بىلەن مايلىق نەرسىلەرنى ئىستېمال قىلدۇرغاي. تاماق بەرمىگەي ياكى ئاز بەرگەي.

توققۇزىنچى باب ئۇچەينىڭ ئىتتىرىش كۈچىنىڭ زەئىپلىكىدىن بولغان قۇلۇنجى توغرىسىدا

سەۋەبى

ئۇچەينىڭ قۇۋۋىتى داپئەسى زەئىپلىشىش سەۋەبىدىن پەيدا بولۇر.

ئالامىتى

بىماردا ئىنجىق بولماس. چوڭ تەرەت ئىچىگە يىغلىغاندا قورساق ئاغرىپ بىئارام قىلۇر. تەرەتنى ھەيدەيدىغان مۇناسىۋەتلىك شىياق ۋە ھۆقنىلەرنى ئىشلەتسە ياكى ئىچىدىن مۇناسىۋەتلىك دورىلارنى ئىستېمال قىلسا تەرەت ماڭمۇر. مەلۇم مەزگىلدىن كېيىن مەزكۇر ئالامەتلەر يەنە داۋاملىشار.

داۋالاش

بىمارغا ئۇچەينىڭ قۇۋۋىتى داپئەسىنى ئاشۇرىدىغان دورىلارنى يېگۈزگەي. مەجۇنى مەسرۇدىتۇس، مەجۇنى سەنجىرىنا، ئايارەج پەيقىرانى يېگۈزگەي. قېلىن دارچىن، بەسباسە، قاقىلە، سۇمبۇل، ئۆشنە، تۇخۇمى كەرەپشە قاتارلىقلارنى مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلدۇرغاي. ئىنەكپىتى يېغى، ناردىن يېغى، سەۋسەن يېغى قاتارلىقلار بىلەن قورساق ۋە دوۋسۇننى مايلاپ بەرگەي. ھەببى ئەفاۋىيەنى ئىستېمال قىلدۇرغاي.

غىزاسىغا سېمىز كەپتەر گۆشىنى يېگۈزگەي. غىزادىن كېيىن شارابى رەيھاننى ئىچكۈزگەي. چۈچۈمەل، ئىچىنى قاتۇرىدىغان يېمەكلىكلەرنى يېيىشتىن ۋە سوغۇق سۇ ئىچىشتىن پەرھىز قىلدۇرغاي.

ئونىنچى باب ئۇچەي سەزگۈرلۈكىنىڭ يوقىلىشىدىن بولغان قۇلۇنجى توغرىسىدا

سەۋەبى

بۇ، بوغاق ئۇچەينىڭ سەزگۈرلۈكى تۆۋەنلەپ كېتىش سەۋەبىدىن پەيدا بولۇر.

ئالامىتى

بىمارنىڭ قورسىقى ئېسىلار. تەرەت قىلىش سېزىمى بولماس. قورسىقى ئاغرىپ بىئارام قىلار ۋە ئىشتىهاسى تۇتۇلار.

داۋالاش

دەسلەپتە ئايارەج لوغانزىيا، بايادىتۇسنى يېگۈزۈپ، بىمارنىڭ ئىچىنى سۇرگۈزگەي. خۇددى ئىلگىرىكى بابتا ئېيتىلغىنىدەك مەزكۇر مەجۇنلەرنى قېلىن دارچىننىڭ قاينىتىلغان سۇيى بىلەن ئىشلەتكەي. ئايارەج پەيقىرا، مەجۇنى بالادۇر، مەجۇنى سەنجىرىنا، مەجۇنى مەسرۇدىتۇس قاتارلىقلارنى ئىنەكپىتى يېغى بىلەن ئىشلەتكەي. مەجۇنى سەنجىرىنا بىلەن مەجۇنى ئاساناسيانى ئىنەكپىتى (رەۋغىنى بىدانجىر) يېغى بىلەن ئېرىتىپ، بىمارنىڭ دوۋسۇنىغا چاپقاي.

غىزاسىغا كەپتەر گۆشىنى پىشۇرۇپ بەرگەي. ھەببى ئافاۋىيەنى خەندىقۇن (بىرقانچە خىل دورىلار بىلەن تەييارلانغان شاراب) بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ بەرگەي.

ئون بىرىنچى باب ئەيلاۋۇس توغرىسىدا

بۇ، قۇلۇنجىنىڭ بىر تۇرىدىن ئىبارەت بولۇپ، يۇقىرىقى ئۇچەيلەردە كۆرۈلىدىغان، چوڭ تەرەتنىڭ قەي ئارقىلىق يېنىشى بىلەن ئىپادىلىنىدىغان كېسەللىكتۇر. «ئەيلاۋۇس» يۇنانچە سۆز بولۇپ، «خۇدا پاناھىدا ساقلىسۇن» دېگەن مەنىنى بىلدۈرەر. چۈنكى بۇ كېسەللىك تەستە ساقىيار. چۈنكى ئۇنىڭدا ئاشقازانىنىڭ مىزاجى بۇزۇلۇپ، ئاشقازان دورىنى قوبۇل قىلماس. ئۇنىڭغا شىياق بىلەن ھۆقنە ماس كېلۇر.

جالنۇس: «مەن بۇ كېسەللىككە گىرىپتار بولغان بىر جامائە كىشىدىن پەقەت بىرىنكۈ شىپا تاپقىنىنى كۆرگەن ئىدىم» دېگەن.

سەۋەبى

ئۇچەي مىزاجىنىڭ ماددىسىز ياكى ماددىلىق قۇرۇق ئىسسىق ياكى قۇرۇق سوغۇقتىن بۇزۇلۇشى، ئۇچەي ياللۇغلىنىش ۋە ئۇچەي يوللىرىنى تارايتىپ قويۇش، يەلىنىڭ ئۇچەي قاتلاملىرىغا سىڭىپ كىرىشى، قوپال ھەرىكەتلەرنى قىلىش بىلەن ئۇچەيلەرنىڭ ئالمىشىپ قېلىشى ۋە شۇ ئارقىلىق چوڭ تەرەت يولىنىڭ توسۇلۇپ قېلىشى، كۆپ مىقدارداكى سەپرا خىلىتىنىڭ ئۇچەيگە قۇيۇلۇپ چوڭ تەرەتنى قاتۇرۇپ قويۇشى، بۇنىڭ بىلەن ئۇچەينىڭ قۇۋۇتى داپئەسى ئۇنى ئىتتىرىپ چىقىرىشقا كۈچىيەلمەسلىكى، قۇرۇق ئىسسىق ياكى قۇرۇق سوغۇق يېمەكلىكلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلىش، ئۇچەينىڭ ئىتتىرىپ چىقىرىش كۈچىنىڭ توسقۇنلۇققا ئۇچرىشى قاتارلىق سەۋەبلەردىن كېلىپ چىقار.

ئالامىتى

بىمار كىندىكىنىڭ ئۈستى تەرىپى ئاغرىر. نېمە يېسە قەي بىلەن چىقىپ كېتەر. ھەتتا گەندىدە بولۇشقا تېگىشلىك بولغان ماددىلارمۇ قەي ئارقىلىق يېنىپ چىقار.

مەلۇم بولغايكى، ئۇچەيلەرنىڭ ئاشقازانداكى ماددىلارنى تارتىش كۈچى بولۇر. ئەگەر ئاشقازانىنىڭ بۇ كۈچىگە نۇقسان يەتسە، تائام ئاشقازاندا تۇرۇپ قالۇر. ئۇچەيدىكى ماددىلار يىغىلىپ كۆپەيگەندىن كېيىن، چىقىشقا ئورۇن تاپالمايۋاتقان قەي ئارقىلىق يېنىپ چىقار. ھەتتا بەزىدە قەيگە گەندىمۇ ئارىلىشىپ كېلەر. بىمارنىڭ كېكىرىكى ۋە پۇتۇن بەدىنى سېسىق پۇرار. كېسەللىك ئىسسىقتىن كېلىپ چىققان بولسا، ئۇ ئىككى خىل ھالەتتىن خالىي بولماس. يەنى سەپرادىن ياكى قاندىن بولۇر. سەپرادىن بولسا بىمارنىڭ بەدىنىدە قىزىتما بولۇر. كۈندۈزى كۆپ ئۇسسار. سەپرا رەڭدە قەي قىلۇر. بىمارنىڭ ئېغىزى ئاچچىق بولۇر. قاننىڭ زىيادىلىكىدىن پەيدا بولغان بولسا بىمارنىڭ قىزىتمىسى بولۇر. تومۇرى چوڭ سوقۇر. ئېغىزى تاتلىق بولۇر. يەرلىك ئورۇن لوقۇلداپ ئاغرۇر.

ئەگەر كېسەللىك سوغۇقتىن بولغان ياللۇغدىن پەيدا بولغان بولسا، يەرلىك ئورۇن كۆيۈشۈپ ئاغرىر. ئەمما بىمارداۋ ئۇسسۇزلۇق بولماس. ئېغىزىدىن كۆپ شۆلگەي ئاقار. بەلگىم سەۋەبىدىن

كېلىپ چىققان بولسا، بىمارنىڭ ئېغىزى تەمسىز بولۇر. قەيگە بەلغەم ئارىلىشىپ چىقار. سەۋدا سەۋەبىدىن پەيدا بولغان بولسا، بىمارنىڭ ئېغىز تەمى چۈچۈمەل بولۇر. ئاغرىق بەك كۈچلۈك بولماس، يەرلىك ئورۇن زىيادە ئېغىر مەلۇم بولماس. ئەمما ئۈچەيدە سوغۇقتىن بولغان ياللۇغ ئازراق كۆرۈلۈر.

كېسەللىك مىزاجىنىڭ زىيادە قۇرۇق ۋە ئىسسىقلىقىدىن پەيدا بولغان بولسا، ئۇسسۇزلۇق ۋە كۆيۈشۈپ ئاغرىش كۈچلۈك بولۇر ھەم قىزىتمىسى يۇقىرى بولۇر.

سەپرانىڭ ئۈچەيگە زىيادە قۇيۇلۇشىدىن چوڭ تەرەت قۇرغاقلاشقان بولسا، چوڭ تەرەت راۋان بولماي، ئاغرىق زىيادە بولۇر. كۆپ ھاللاردا سانجىپ ئاغرار. قۇلۇنجىنىڭ باشقا تۈرلىرىگە قارىغاندا قىزىتما ۋە ئۇسسۇزلۇق زىيادە بولۇر. ئېغىز تەمى زىيادە ئاچچىق بولۇر.

قەۋزىيەت پەيدا قىلىدىغان يېمەكلىكلەرنى كۆپ يېيىش سەۋەبىدىن پەيدا بولغان بولسا، ئوزۇقلىنىش تارىخى ئۇنىڭغا دالالەت قىلار. يېيىلگەن تائام ھەزىم بولماس.

شىلىمشىق سۇيۇقلۇق سەۋەبىدىن بولغان بولسا، بىمارنىڭ قورسىقىدا يەل كۆپ بولۇر. سېسىق كېكىرەر. قورسىقى ئاغرىپ، سوغۇق تەرلەر. ئىلگىرى قىلىنغان تەدبىرلەر ۋە يېيىلگەن غىزالار ئۇنىڭغا گۇۋاھلىق بېرەر.

ئىچكەن دورىنىڭ ماس كەلمەسلىكىدىن بولغان بولسا، كېسەللىك دورا ئىچكەندىن كېيىن قوزغىلار.

ئۈچەيلەر ئالمىشىپ قېلىشتىن بولغان بولسا، چېلىشىش، ئېگىز يەردىن سەكرەشكە ئوخشاش ئېغىر ھەرىكەتلەرنى قىلغاندىن كېيىن پەيدا بولۇر.

بۇقرات: «ئەيلاۋۇس كېسەللىكىدە سۈيدۈك ئاز كەلسە ھاياتى خەتەرلىكتۇر. پەقەت بەدەن تەرلىگەن بولسا زىيادە خەتەرلىك بولماس» دېگەن.

داۋالاش

كېسەللىك ئۈچەيدىكى ئىسسىقتىن، يەنى سەپرا ياكى قاندىن بولغان ياللۇغدىن پەيدا بولغان بولسا، سەۋەبىنى ئېنىقلىغاندىن كېيىن، دەسلەپتە باسلىق تومۇردىن قان ئالغاي. ئۇنىڭدىن كېيىن مارجان شوخلا، ئاق لەيلىگۈلى، ئارپا ئۇنى، بابۇنە، ئىكلىلمىلىك قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، بىنەپشە يېغى بىلەن زىمات قىلىپ قورساق ساھەسىگە چاپقاي.

كەسىنە سۈيى بىلەن يۇمغاقسۈت سۈيىدىن 60 مىللىلىتىردىن ئېلىپ، سۇس ئوتتا قاينىتىپ، كۆپۈكى ئېلىۋېتىلگەندىن كېيىن ئۇنىڭغا فۇلۇسى خىيارشەنبەردىن 30 گىرام قوشۇپ

ئېرىتىپ، مۇۋاپىق مىقداردا شېكەر ۋە بادام يېغى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچۈرگەي.

تۆۋەندىكى شەربەتنى ئىچكۈزگەي:

نۇسخىسى خىتاي شوخلىسى (كاكىنەچ) سۇيى بىلەن لەبلاب سۇيىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ، ئۈنىكىغا بادام يېغى بىلەن شېكەردىن مۇۋاپىق مىقداردا قوشۇپ ئىچكۈزگەي.

تۆۋەندىكى شەربەتنى ئىچكۈزگەي:

نۇسخىسى قۇرۇق بىنەپشە، ئىكلىلىمىلىك، ئاق لەيلى ئۈرۈقى، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى، بابۇنە قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ تەمنى چىقىرىپ، پىسەپلىرىنى سۈزۈۋەتكەندىن كېيىن، بۇ سۇنىڭ ھەر 120 مىللىلىتىرىغا 60 مىللىلىتىر بادەڭ سۇيى، 60 مىللىلىتىر لەبلاب سۇيى ياكى مارجان شوخلا سۇيى، 30 گىرام فۇلۇسى خىيارشەنبەر، 30 مىللىلىتىر بىنەپشە يېغى، 30 گىرام شېكەر ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزگەي.

غىزاسىغا پالەك، قىزىلچا يوپۇرمىقى ياكى شۇنىكىغا ئوخشاش خۇسۇسىيەتكە ئىگە بولغان كۆكتاتلارنى بادام يېغى ۋە شېكەر بىلەن بىرلىكتە ئىستېمال قىلدۇرغاي. ئۇسسۇزلۇقنى گۇلاب ئىچكۈزگەي.

كېسەللىك ئۇچەينىڭ سوغۇقتىن ياللۇغلىنىشىدىن بولغان بولسا، ھەببى سەكبىنەج ياكى ھەببى سەبرە ياكى ھەببى مۇنتەن بىلەن ئىلاج قىلغاي ھەم يۇقىرىدا بايان قىلىنغان شىياڭ ۋە ھۆقنىلەرنى تاللاپ ئىشلەتكەي. دورا سۇيۇقلۇقىنىڭ يۇقىرىقى ئۇچەيلەرگە تولۇق يېتىپ بېرىشى ئۈچۈن، ھۆقنىگە ئىشلىتىدىغان نەيچىنىڭ ئۇزۇن بولۇشى، تۆشۈكى ياندا ئەمەس، بەلكى ئۇچى تەرىپىدە بولۇشى تەلەپ قىلىنۇر. ئىنەكپىتى يېغى ۋە ئايارەج پەيقىرا بىلەن بىرلىكتە مائۇلئۇسۇل ئىچكۈزگەي. كۆپ قەي قىلىپ ئاشقازىنى قۇرۇقدىلىپ كەتكەندە، زىرە ۋە سۇماقتىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، ھۆل پىننە سۇيى بىلەن بىرلىكتە ئىچكۈزگەي. قەينىڭ ئىلاجىدا بايان قىلىنغان دورىلارنى ئىشلەتكەي.

ئۇچەينىڭ سەۋادىن ياللۇغلىنىشىدىن بولغان ئەيلاۋۇسنىڭ ئىلاجى ئۇچەينىڭ سوغۇقتىن ياللۇغلىنىشىدىن بولغان ئەيلاۋۇسنىڭ ئىلاجىغا ئوخشاش.

تۆۋەندىكى مەجۇننى ئىستېمال قىلدۇرغاي. ئۇ، قۇسۇشنى توختىتىپ، قۇلۇنجىنى ئاچار. ئاغرىقنى پەسەيتەر.

نۇسخىسى مەستىكى، قەلەمپۇر، زەنجۇبىل، پىلپىل، ئاقمۇچ، جويۇز، سوقمونىيا

قاتارلىقلاردىن 30 گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، شېكەر بىلەن بېھى سۈيى ئارىلاشتۇرۇپ، گۈلاب بىلەن يۇغۇرۇپ مەجۇن قىلغاي ۋە ھەر قېتىمدا 3 ~ 6 گىرامغىچە ئىستېمال قىلدۇرغاي.

ئەگەر بىمارنىڭ مىزاجى قۇرۇق ئىسسىقتىن بۇزۇلغان بولۇپ، ئۇچەيلەر ئۇنىڭ يامان تەسىرىگە ئۇچرىغان بولسا، سەپرانىڭ ئۇچەيگە قۇيۇلۇشى كۆپەيىپ، چوڭ تەرەتنىڭ قۇرغاقلىششىنى كەلتۈرۈپ چقارغان بولسا، چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىش رولى بولغان ھۆقنىلەرنى ئىشلەتكەي. بىنەپشە، ئاق لەيلىگۈلى، بابۇنە، زىغىر، سەرپىستان، ئاقلانغان ئارپا، بۇغداي كېپىكى، كۈنجۈت يېغى قاتارلىقلار بىلەن ھۆقنە تەييارلاپ ئىشلەتكەي.

بابۇنە، ئىكلىلمىلىك، كەرەم، سېرىقچېچەك، بىنەپشە، بۇغداي كېپىكى، ئاق لەيلى يىلتىزى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، قاينىتىپ تەمىنى چىقىرىپ، بىمارنى بۇ سۇدا ئولتۇرغۇزغاي. بىنەپشە يېغى، بابۇنە يېغىغا ساپ مومنى قوشۇپ ئېرىتىپ، قورساق ۋە دوۋساق ساھەسىگە چاپقاي.

ئۇنىڭدىن كېيىن كۈچلۈك ھۆقنىلەرنى ئىشلەتكەي. بۇنىڭ ئۈچۈن فۇلۇسى خىيارشەنبەر، چىلان، ئۇرۇقىدىن ئايرىلغان ئۇزۇم، سەرپىستان، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى قاتارلىقلاردىن 12 گىرام ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ، تەمى تولۇق چىققاندىن كېيىن، پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، سۈيىگە ئىنەكپىتى يېغى بىلەن سەبرىدىن ئۈچ گىرامدىن قوشۇپ تەكشى ئارىلاشتۇرۇپ، قائىدە بويىچە ھۆقنە قىلغاي.

تەبىئەتنى قوزغىتىپ ماددىلارنى تۆۋەنگە تارتىش ئۈچۈن، ئارىلاپ ـ ئارىلاپ مۇناسىۋەتلىك شىيافلارنى ئىشلەتكەي.

غىزاسىغا زىرە، پالەك، بادام يېغى قوشۇپ بەرگەي. ئۇسسۇزلۇقنىغا گۈلاب بەرگەي. ئەگەر ئۇزۇم، چىلان، سەرپىستان قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ تەمىنى چىقىرىپ، مۇۋاپىق مىقداردا شېكەر قوشۇپ سۈۋۈتۇپ ئىچۈرسە ياخشى بولۇر.

ئەيلاۋۇس چوڭ تەرەتنىڭ سەۋەبىدىن پەيدا بولغان بولسا، ئۇنىڭ ئىلاجى يۇقىرىدىكى بىلەن ئوخشاشتۇر.

زىيانلىق دورا ئىستېمال قىلغانلىق سەۋەبىدىن پەيدا بولغان بولسا سۇ ئىچكەي. يەنە خورمىنىڭ شىرنىسىگە كۈنجۈت يېغى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكەي.

ئەگەر ئۇچەينىڭ ئالمىشىپ قېلىشىدىن پەيدا بولغان بولسا، ئىلگىرىكى مۇناسىۋەتلىك بابلاردا بايان قىلىنغان ئىلاجلارنى قىلغاي.

ئون سەككىزىنچى بۆلۈم بۆرەك ۋە دوۋساق كېسەللىكلىرى توغرىسىدا

بۇ بۆلۈم ئىككى قىسىمدۇر.

بىرىنچى قىسىم بۆرەك كېسەللىكلىرى

بىرىنچى باب بۆرەك مىزاجىنىڭ ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشى توغرىسىدا

سەۋەبى

جىسمانىي ئەمگەك بىلەن كۆپ شۇغۇللىنىش، ئىسسىق تەبىئەتلىك يېمەك - ئىچمەك ۋە دورا - دەرمەكنى كۆپ ئىستېمال قىلىش، تۇلكە، يۇلغۇن، بۇلغۇن تېرىسىدىن تىكىلگەن كىيىملەرنى كىيىشكە ئوخشاش ئىسسىقلىقنى ئاشۇرىدىغان تەدبىرلەرنى قوللىنىش، ھاۋا كىلىماتى ئىسسىق بولغان مۇھىتلاردا ياشاش قاتارلىق سەۋەبلەردىن پەيدا بولۇر.

ئالامىتى

بۇنىڭدا بىمارنىڭ سۈيدۈكى قىزىل ياكى زەپەر رەڭلىك سېرىق كېلۇر. سېسىق پۇرار. ئۇسسۇزلۇقى كۆپ بولۇر. سۈيدۈكىنى توختىتالماس. سۈيدۈك يوللىرى ئىسسىق، كۆيۈشكەندەك مەلۇم بولۇر. جىماغا زوقى بولۇر. مەنىي سۇيۇقلۇقى ئىسسىق بولۇر. سۈيدۈك ئۇستىدە لەيلەپ تۇرغان مايسىمان ماددىلار بولۇر. بۇ مايسىمان ماددىلار بۆرەك مىزاجىنىڭ زىيادە ئىسسىقلىقىدىن بۆرەك ئەتراپىدىكى مايلارنىڭ ئېرىگەنلىكىدىن پەيدا بولۇر.

داۋالاش

جسمانىي ئەمگەك بىلەن كۆپ شۇغۇللىنىش سەۋەبىدىن پەيدا بولغان بولسا ئارام ئالغاي. سىركە، گۈلاب، گۈل يېغى قاتارلىقلارنى مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ، بۆرەك ساھەسىگە سۈركىگەي. سېمىرئوت ئۇرۇقىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ شىربەتسىنى چىقىرىپ، مۇۋاپىق مىقداردا قەنت قوشۇپ ئىچكۈزگەي. سىركەنجۈبىل بىلەن بادرەڭ سۈيىگە ئاچچىق قېتىق ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزگەي. غىزاسىغا ئاقلانغان ئارپا، يېسىمۇقنى غورا سۈيى بىلەن پىشۇرۇپ مۇناسىپ ياغلارنى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكەي. بادرەڭ، سېمىرئوت كۆكىنىڭ سۈيى، مارجان شوخلا سۈيىنى ئىستېمال قىلدۇرغاي.

ئىسسىق تەبىئەتلىك يېمەك ـ ئىچمەكنى كۆپ يېيىشتىن بولغان بولسا، بۇ خىل يېمەك ـ ئىچمەكلەردىن پەرھىز قىلغاي. ئۇنىڭدىن كېيىن يۇقىرىدا دېيىلگەن تەدبىرلەرنى قىلغاي.

زىيابىتۇس سەۋەبىدىن پەيدا بولغان بولسا، زىيابىتۇسنىڭ بابىدا بايان قىلىنغان ئىلاجلارنى قىلغاي.

ئىككىنچى باب بۆرەك مىزاجىنىڭ ماددىسىز سوغۇقتىن بۇزۇلۇشى توغرىسىدا

سەۋەبى

ناشتىدا ۋە باشقا ۋاقىتلاردا سوغۇق سۇنى كۆپ ئىچىش، ھەرىكەت قىلىشنى ياقتۇرماسلىق، سوغۇق يەرلەردە ئولتۇرۇش ۋە ئۇخلاش، سوغۇق مۇھىتتا ياشاش، ئۆزىنى ئىسسىق ساقلاشقا ئەھمىيەت بەرمەسلىك، سوغۇق تەبىئەتلىك يېمەك ـ ئىچمەك ۋە دورا ـ دەرمەكلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلىش قاتارلىق سەۋەبلەردىن پەيدا بولۇر.

ئالامىتى

بىمارداۋ ئۆزىگە سوغۇقلۇق قىلغانلىق تارىخى بولۇر. سۈيدۇكى ئاق رەڭدە كېلۇر. جىماغا قىزىقماس، بەلكى مەيلى ئەر ياكى ئايال بولسۇن جىما زەرەر قىلۇر. جىما قۇۋۋىتى ئاجىز بولۇر، ئاياللار بولسا جىماغا قىزىقماس ۋە ئۇسسۇزلۇقى بولماس.

داۋالاش

جاۋارىش كۇمۇننى ئىستېمال قىلدۇرغاي. پاقلان كاللىسىنىڭ شورپىسى ياكى كەپتەر گۆشىنىڭ شورپىسىغا جويۇز يېغى، بادام يېغى، قۇستە يېغى، بىدانجىر يېغى، چىگىت يېغى

قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق دەپ قارالغىنىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ، قائىدە بويىچە ھۆقنە سۈيۇقلۇقى تەييارلاپ ھۆقنە قىلغاي. چۈنكى بۇنداق قىلغاندا بۆرەككە ئەڭ يېقىن بولغان جايدىن بۆرەككە ئىسسىقلىق يەتكۈزگىلى بولۇر. بۆرەك ساھەسىگە پەرپىيۇن يېغىنى سۈركىگەي.

غىزاسىغا كەپتەر باچكىسى، نوقۇت، زىرە، دارچىن قاتارلىقلار بىلەن شورپا قىلىپ پىشۇرۇپ، قۇشقاچ گۆشىنى ئوتتا كاۋاپ قىلىپ ياكى مايدا قورۇپ يېگۈزگەي.

ئۈچىنچى باب بۆرەك مىزاجىنىڭ ماددىلىق ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشى توغرىسىدا

سەۋەبى

بۇ، بۆرەك مىزاجىنىڭ ماددىسىز ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشىنى پەيدا قىلغۇچى سەۋەبلەردىن پەيدا بولۇر.

ئالامىتى

قاندىن بولسا قان خىلىتىغا مۇناسىۋەتلىك ئالامەتلەر كۆرۈلەر. سەپرادىن بولسا، بىمارنىڭ بۆرەك ئەتراپى ۋە سۆيدۈك يوللىرى كۆيۈشكەندەك، سانجىغاندەك سېزىلۇر. سۆيدۈكى سېرىق كېلۇر. قىزىتما ۋە ئۇسسۇزلۇقى بولۇر.

داۋالاش

قاندىن بولسا باسلىق تومۇردىن قان ئالغاي. سەپرادىن بولسا بىنەپشە، سەرپىستان، چىلان، ئەينۈلا، فۇلۇسى خىيارشەنبەر، شىرخىست قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ، تەمىنى چىقىرىپ، ئىچىپ سەپرانى سۈرۈپ چىقارغاي ياكى سەپرانىڭ مىقدارىنى ئازايتىش ئۈچۈن سوغۇق تەبىئەتلىك ھۆقنىلەرنى ئىشلەتكەي. ئارقىدىن مۇناسىپ دەپ قارىسا قان ئالغاي، ئانار سۈيى، كاسنە سۈيى، ئارپا سۈيى قاتارلىقلارغا بادام يېغىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ ئىچۈرگەي. ئىسپىغۇل بىلەن يۇمغاقسۇتتىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ئېزىپ، سىركە بىلەن زىمات قىلىپ، بۆرەك ساھەسىگە چاپقاي. بىمارىدا ئۇسسۇزلۇق كۈچلۈك بولسا، تۇخۇم ئېقى، گۈل يېغى، سېمىزئوت سۈيى، بىنەپشە، نېلۇپەر، سەندەل قاتارلىقلاردىن زىمات ياكى مەلھەم تەييارلاپ بۆرەك ساھەسىگە چاپقاي.

بىمارغا بىنەپشە شەربىتى، ئەينۈلا شەربىتىنى بەرگەي. غىزاسىغا يۇقىرىدا بايان قىلىنغان مۇناسىپ غىزالارنى بەرگەي.

تۆتىنچى باب بۆرەك مىزاجىنىڭ ماددىلىق سوغۇقتىن بۇزۇلۇشى توغرىسىدا

سەۋەبى

بۇ، بۆرەك مىزاجىنىڭ ماددىلىق سوغۇقتىن بۇزۇلۇشىنى پەيدا قىلىدىغان سەۋەبلەردىن بولۇر.

ئالامىتى

بەدەندە بەلغەم خىلىتىنىڭ ئېشىپ كەتكەنلىكىنىڭ ئالامەتلىرى كۆرۈلەر، بۇ خىل ئالامەتلەر ئىلگىرىكى مەزمۇنلاردا كۆپ بايان قىلىندى.

داۋالاش

دەسلەپتە مۇناسىپ دورىلارنى ئىچۈرۈپ قەي قىلدۇرۇپ، بەلغەمنى ئازايتقاي. ئاندىن بەلغەمدىن بولغان قۇلۇنجىنىڭ بابىدا بايان قىلىنغان مۇناسىۋەتلىك ھەبلەرنى يېگۈزگەي ۋە ھۆقنىلەرنى ئىشلەتكەي. بۆرەك ساھەسىنى پەرپىيۇن يېغى بىلەن ياغلاپ بەرگەي. ئەرلىك ئاجىزلىق بابىدا بايان قىلىنىدىغان ئەرلىكنى كۈچەيتىش رولى بولغان مۇناسىپ مەجۇنلەرنى ئىستېمال قىلدۇرغاي.

بىمارنىڭ غىزاسىغا قۇشقاچ گۆشىنى قورۇپ پىشۇرۇپ، نوقۇت، زىرە، دارچىن قاتارلىقلار بىلەن يېگۈزگەي.

بەشىنچى باب بۆرەك ئورۇقلاش توغرىسىدا

سەۋەبى

كۆپ جىما قىلىش، زەھەرلىك يېمەكلىكلەرنى يېيىش، بۆرەك مىزاجى قۇرۇق ئىسسىقتىن ياكى قۇرۇق سوغۇقتىن بۇزۇلۇش قاتارلىق سەۋەبلەردىن پەيدا بولۇر.

ئالامىتى

بىمار جىماغا قىزىقماس، جىنسىي ئىقتىدارى تۆۋەنلەپ، جاپاغا بەرداشلىق بېرەلمەس، كۆپ سىيەر، سۈيدۈك رەڭگى ئاق بولۇر. كۆرۈش قۇۋۋىتى ئاجىزلار. بېشى ئاغرار، سۈيدۈكى ئاسان پاكلانماس، بېلى سوغۇق بولۇر.

داۋالاش

بادام مېغىزى، پىستە مېغىزى، پىندۇق مېغىزى، ياڭاق مېغىزى، كۆكنار ئۇرۇقى قاتارلىقلارغا ئوخشاش باھنى قۇۋۋەتلەش رولى بولغان مەغىزلار ۋە ئۇرۇقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، شېكەر بىلەن سوقۇپ ئىستېمال قىلدۇرغاي.

مەزكۇر مېغىزلارغا بەدىيان بىلەن زەنجۈبىل ھەم جاۋارىش زەنجۈبىل قوشۇپ ئىستېمال قىلدۇرغاي، ھايۋاناتلارنىڭ بۆرىكىنى توخۇ، ئۆردەك ياغلىرى بىلەن پىشۇرۇپ، بەدىيان، زەنجۈبىل تالقىنى سېپىپ يېگۈزگەي. ئۇزۇم، دۇمبە ياغ بىلەن پىشۇرۇلغان كەپتەر گۆشى يېگۈزگەي.

بۆرەك يېغىنى ئېرىتىپ، ئۇنىڭ بىلەن ھۆقنە تەييارلاپ ھۆقنە قىلىپ، بۆرەكنىڭ ئىسسىقلىقىنى ئاشۇرغاي.

بىمارنىڭ غىزاسىغا ئاتىلا، قوينىڭ كاللا ـ پاچىقى، ئىللىتىپ پىشۇرۇلغان توخۇ تۇخۇمى، كۆكنار ئۇرۇقى، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى قاتارلىقلار بىلەن تەييارلانغان ھالۋىنى يېگۈزگەي. بۆرەكنى قۇۋۋەتلەش ۋە سەمرىتىش تەسىرى بولغان يېمەكلىكلەرنى يېگۈزگەي.

ئالتىنچى باب بۆرەك زەئىپلىكى توغرىسىدا

تونۇش تېۋىپلارنىڭ كۆزقارىشىچە، بۆرەك زەئىپلىكى دېگىنىمىز، بۆرەك ئۆز خىزمىتىنى لايىقەتلىك بېجىرەلمەسلىكتىن ئىبارەت. ئۇنىڭ خىزمىتى بولسا، جىگەردىن سۈيۇق قانىنى قوبۇل قىلىپ، ئېرىتىپ پىشۇرۇپ، ئۇزۇقلۇققا يارايدىغان قىسمىنى ئېلىپ قېلىپ، كېرەكسىز قىسمىنى سۈيدۈك ئارقىلىق دوۋسۇنغا يەتكۈزۈپ بېرىشتىن ئىبارەت. ئەگەر بۆرەكنىڭ بۇ خىزمىتىگە نۇقسان يەتسە، قانىنى ئېرىتىپ ئۇزۇقلۇققا ئايلاندۇرالماس ۋە قانىنىڭ كېرەكسىز قىسمى

ئايرىلماس. بۇنىڭ بىلەن بەدەندىكى قانىنىڭ ساپلىقى ۋە لاياقىتىگە تەسىر يېتەر، قان لاياقەتلىك بولمىسا، ھەرقايسى ئەزالارنىڭ خىزمىتىگە تەسىر يېتەر.

سەۋەبى

بۆرەك مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشى، بۆرەك يالليۇغى، بۆرەكتە تاش، قۇم پەيدا بولۇش، بۆرەككە زەخىم يېتىش، ئۇزاق مۇددەت پىيادە يول يۈرۈش، ئات چاپتۇرۇش، ئۇزاق مۇددەت ئولتۇرۇپ خىزمەت قىلىش، كۆپ جىما قىلىش قاتارلىق سەۋەبلەردىن پەيدا بولۇر.

ئالامىتى

بىمارنىڭ سۈيدۈك رەڭگى گۆش يۇغان سۇدەك بولۇر، بەل مەلۇم دەرىجىدە بەزىدە ئېغىر دەرىجىدە ئاغرار، جىماغا خۇشى بولماس، بەزىدە سۈيدۈكى قويۇق كېلۇر، بىرەر سائەت تۇرغۇزغاندىن كېيىن ئۈستىگە كۆپۈككە ئوخشاش ماددىلار لەيلەر. جىگەردىن چىقىدىغان «ئەۋرىدە» (ۋېنا) دەپ ئاتىلىدىغان تومۇرلار كۆشادە بولسا قان تومۇرلاردا چۆكمە بولماس، بولمىسا ئۇنىڭدا چۆكمە بولۇر. يېگەن غىزا ھەزىم بولۇشتىن ئىلگىرى بىمارنىڭ سۈيدۈك رەڭگى سۇزۇك بولۇر، تاۋام ھەزىم بولۇشقا باشلىغاندىن كېيىن سۈيدۈك قويۇلار، بەلكى گۆش يۇغان سۇدەك كېلۇر. چۈنكى، بۇ چاغدا جىگەر ئاشقازاندىكى غىزانى قوبۇل قىلغان ۋە ئۇنى بۆرەككە ئەۋەتىپ بەرگەندۇر، ئەمما بۆرەكتە نۇقسان بولغانلىقتىن، ئۇزۇقلۇق ماددىلارنى تولۇق سۈزەلمەي، ئۇنى سۈيدۈك بىلەن چىقىرىپ تاشلار. بۇنىڭ بىلەن بىمارنىڭ سۈيدۈكى گۆش يۇغان سۇدەك كېلۇر. بۆرەك زەئىپلەشكەنلىكتىن بىمارنىڭ كۆرۈش قۇۋۋىتى ئاجىزلار ۋە بېشى ئاغرار.

داۋالاش

كېسەللىك ئەۋج ئېلىشتىن بۇرۇن ئىلاج قىلىشقا مەشغۇل بولغاي. چۈنكى ئۇزۇنغا سوزۇلسا داۋالاش تەس بولۇر. بەزىدە سۈيدۈك يولىدا زەخىم پەيدا بولۇر ۋە سۈيدۈكتە قان كۆرۈلەر. ئۇنىڭ ئىلاجىنى ئايرىم بايان قىلىمىز. توسالغۇ بولمىسا دەسلەپتە باسلىق تومۇردىن قان ئالغاي. بىمارغا سۇرگە دورىسى ۋە ئۇرۇق دورىلارنى بەرمىگەي. چۈنكى ئۇلار كېرەكسىز ماددىلارنىڭ سۈيدۈك يولىغا جەلپ قىلىنىشىغا سەۋەبچى بولۇر.

بىمارنى جىمادىن، شاراب ئىچىشتىن پەرھىز قىلدۇرغاي. ئارام ئېلىشقا دەۋەت قىلغاي. بۇنىڭ

ئۇچۇن بۆرەكنى قۇۋۇەتلىگۈچى، سەمرىتكۈچى دورىلارنى بەرگەي ۋە مۇناسىۋەتلىك شەربەتلەرنى ئىچۈرگەي. مۇناسىۋەتلىك زىماتلارنى تەييارلاپ بۆرەك ساھەسگە چاپقاي.

ئالما سۇيى، ببهى سۇيى، ھەببۇلئاس شەربىتى، ياۋا ئالما (رىۋاج) شەربىتى، لىمون شەربىتى قاتارلىقلارنى بەرگەي، ئۇلارغا ئارپا تالقىنى بىلەن بۇغداي تالقىنىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ ئىچۈرگەي ۋە قۇرسى تاباشىر يېگۈزگەي.

بىمارنىڭ غىزاسىغا يېسىسمۇق، سۇماق سۇيى، غورا ئۇرۇم سۇيى قاتارلىقلار بىلەن پىشۇرۇلغان پاقلان كاللا - پاچىقى، كەكلىك، بۆدۈنە، چىخ توخۇسى قاتارلىق قۇشلارنىڭ گۆشلىرىنى ئىشتىھاغا قاراپ يېگۈزگەي. بىمارنىڭ بەدىنى ماغدۇرسىز بولسا، توخۇ تۇخۇمنىڭ سېرىقىنى ئىللىتىپ پىشۇرۇپ، سۇماق بىلەن يېگۈزگەي. سېمىز گۆشلەرنىڭ شورپىسىدىن پەرھىز قىلدۇرغاي. ببهى ئۇرۇقى، زىغىر، خورما قاتارلىقلار مۇۋاپىق كېلۇر.

قۇرسى تاباشىرنى ئىستېمال قىلدۇرغاي.

نۇسخىسى سۇماق، تاباشىر، ئەرەب يېلىمى، گىل مەختۇم، گىل ئەرمىنى، گىل قۇبرۇسى، ئاق سەندەلنىڭ ھەربىرىدىن ئۈچ گىرامدىن، نىشاستە، قاۋەڭ ئۇرۇقى، ئانار چېچىكىنىڭ ھەربىرىدىن ئالتە گىرامدىن، سېمىزئوت ئۇرۇقى، ھەببۇلئاس، بەللۇت (ھەر ئىككىسى قورۇلدۇ) نىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرامدىن، ئاقاقىيادىن ئالتە گىرام ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، ئالما ۋە چۇچۇمەل بېھىنىڭ سۇيى بىلەن يۇغۇرۇپ، مۇۋاپىق چوڭلۇقتا قۇرس قىلىپ سايىدا قۇرۇتۇپ، ھەر قېتىمدا ئۈچ گىرامدىن ئىستېمال قىلدۇرغاي. يۇقىرىدا بايان قىلىنغان شەربەتلەر بىلەن بەرسىمۇ بولۇر.

تۆۋەندىكى قۇرسنى ئىستېمال قىلدۇرغاي:

نۇسخىسى شەب يەمەنى، خۇنسياۋشان، ئانار چېچىكى، ئەرەب يېلىمىنىڭ ھەربىرىدىن ئۈچ گىرامدىن، كەتىرادىن ئالتە گىرام ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، مۇۋاپىق چوڭلۇقتا قۇرس قىلىپ سايىدا قۇرۇتۇپ، غورا شەربىتى ياكى ھەببۇلئاس شەربىتى بىلەن بىرلىكتە ھەر قېتىمدا ئۈچ گىرامدىن يېگۈزگەي.

بىمارنىڭ بېلىگە تۆۋەندىكى زىماتنى چاپقاي:

نۇسخىسى قىزىلگۈل، تاباشىر، سۇماق، ئاق سەندەل، تېكە ساقلى ئۆسۈملۈكى يوپۇرمىقى، گىل ئەرمىنى، گىل مەختۇمنىڭ ھەربىرىدىن 30 گىرامدىن، بۇغداي كېپىكىدىن 10 گىرام، قۇرۇق بىنەپشىدىن 21 گىرام، خەرنۇب، قۇرۇق ھەببۇلئاس يوپۇرمىقىدىن ئالتە گىرامدىن، ئارپا تالقىنىدىن 10 گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، قائىدە بويىچە زىمات

تەييارلاپ، بەل ۋە دوۋسۇن ئەتراپلىرىغا چاپقاي ياكى تېكە ساقلى ئۆسۈملۈكى، خەرنۇب نىبىتى، قارىغاي مېۋىسى، ئانار پوستى، قىزىلگۈل، جىغان يىلتىزى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قايىنىتىپ، سۈيىدە بىمارنى ئولتۇرغۇزغاي ۋە سۈيىنى بىمارنىڭ بېلى ۋە دوۋسۇنلىرىغا تۆككەي. ئەگەر بۇ دورىلار مەنپەئەت قىلمىسا، زەمچە ۋە زاك كانىنىڭ سۈيىدە ئولتۇرغۇزغاي.

قەي قىلدۇرۇش ھەرقانداق بۆرەك كېسەللىكىگە مەنپەئەت قىلىدۇر. ئەبۇل ھەسەن ئەلتەبىرنىڭ ئېيتىشچە، بەزى تېۋىپلار بۇ كېسەللىككە قۇلۇلنى سوقۇپ، بېھى شەربىتى بىلەن مەلھەم قىلىپ، بىمارنىڭ بېلىگە چېپىشنى بۇيرۇغان.

بىمارنى جاپا ۋە ئېغىر ئەمگەكتىن پەرھىز قىلدۇرغاي. ئارام ئېلىشقا دەۋەت قىلغاي. كېسەللىك ياخشىلىنىشقا يۈزلەنگەندە تۆگە سۈتىنى ئىچۈرگەي. پۇلۇنىيائى پارسى، پۇلۇنىيائى رۇمى، قۇرسى كەۋكەب، قۇرسى گۈلنار قاتارلىقلارنى بەرگەي. تۇزلۇق، ئاچچىق نەرسىلەردىن پەرھىز قىلدۇرغاي.

كېسەللىك ئۇزۇنغا سوزۇلۇپ بىمارنىڭ بەدىنى ئىششىسا، ئىستىسقائى لەھمى (سۇلۇق ئىششىق) نىڭ ئىلاجىنى قىلغاي.

يەتتىنچى باب بۆرەك ئەتراپىدا قويۇق يەل تۇرۇۋېلىش توغرىسىدا

سەۋەبى

يەللىك يېمەكلىكلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلىشتىن بولۇر.

ئالامىتى

بۆرەك ئەتراپىدا يۆتكىلىشچان ئاغرىق بولۇر. بەل تارتىشقاندەك مەلۇم بولۇر. ئاغرىق كۈچلۈك بولماس.

داۋالاش

يەل پەيدا قىلدىغان يېمەكلىكلەردىن پەرھىز قىلغاي. ئۇنىڭدىن كېيىن يەل تارقاتقۇچى مۇناسىپ دورىلارنى ئىشلەتكەي. بەدىيان، سۇزاپ ئۇرۇقى، زىرىنى مائۇلھەسەل ياكى گۈلاب

بىلەن بەرگەي. يەل تارقاتقۇچى دورىلارنى بىمارنىڭ بېلىگە زىمات قىلغاي. قۇستە يېغى بىلەن بىمارنىڭ بېلىنى مايلاپ بەرگەي. زۆرۈر بولسا يەل تارقاتقۇچى ھۆقنىلەرنى قىلغاي.

سەككىزىنچى باب ماددىلىق ئىسسىقتىن بولغان بۆرەك ئىششىقى توغرىسىدا

سەۋەبى

بۆرەكنىڭ ئىسسىقتىن ئىششىشى قاندىن ياكى سەپرادىن بولۇر. ئىششىق ئۇچ خىل ئەھۋالدىن تاشقىرى بولماس ياكى ياللۇغ تارقار ياكى يىرىڭ پەيدا بولۇر ياكى قاتتىق ئىششىقىغا ئۆزگىرەر. ئىششىق بەزىدە ئىككى بۆرەكتە، بەزىدە بىر بۆرەكتە بولۇر، بەزىدە بۆرەكنىڭ ئىچكى قىسمىغا مايىللىشار، بەزىدە بۆرەكنىڭ پوستلاق قىسمىدا بولۇر.

بۆرەكنىڭ ياللۇغلىنىشى بۆرەكتە تاش پەيدا بولۇپ، بۆرەكنى زەخىملەش، بۆرەككە زەخىم يېتىش، ئېگىز يەردىن يىقىلىش، ئېغىر نەرسىلەرنى كۆچەپ كۆتۈرۈش، سۈيدۈكنى يىغىش قاتارلىق سەۋەبلەردىن كېلىپ چىقار.

ئالامىتى

بىمارنىڭ قىزىتمىسى كۆچلۈكرەك بولۇپ، ئۇزۇن داۋام قىلار، بېلى قىزىپ، بۆرىكىدە ئاغرىق ۋە تارتىشىش سېزىمى بولۇر. قىزىتمىنىڭ دەسلىپىدە تومۇرى باشقا كېسەللىكلەرگە قارىغاندا ئىنچىكە، تېز سوقار. ئەمما بىمارنىڭ پۇت ـ قوللىرى سوغۇق بولۇر، بەزىدە قىزىتمىسى ئاستا باشلىنىپ تەدرىجي كۆچىيەر، قىزىتمىنىڭ تەرتىپى بولماس، بەزىدە تەپ رۇبئى (تۆت كۈندە بىر تۇتىدىغان تەپ) گە ئوخشاش دەۋرىيلىك قىزار، سۈيدۈكنى كۆپەيتىدىغان، تۇزلۇق، ئۆتكۈر يېمەكلىكلەر زەرەر قىلار. ئىششىق بۆرەكنىڭ يىلىك مادىدىسى بولسا ئاغرىق كۆچلۈك بولۇر. ئاغرىق دەستىدىن بىمار گەۋدىسىنى رۇسلىيالماس، يۆتىلەلمەس، چۈشكۈرەلمەس، ئوڭدا يېتىشنى قۇلايلىق دەپ بىلەر. بەزىدە بۆرەكنىڭ ئىششىقى دەستىدىن ئەقلى ئېلىشار، چۈنكى بۆرەك ياللۇغىنىڭ مېڭە پەردىسى بىلەن ئالاقىسى باردۇر. ئاغرىقنىڭ تەسىرىدە بىمارنىڭ كۆزلىرى ۋە چىرايىدىمۇ ئالامەتلەر ئىپادىلىنەر. ئاشقازان بىلەن شېرىكچىلىكى بولغانلىقتىن بىمارنىڭ كۆڭلى ئېلىشىپ قۇسار. چوڭ تەرتى راۋان بولماس، بۇ ياللۇغنىڭ ئۇچەي يوللىرىنى قىستىغان

سەۋەبتىن بولۇر. دەسلەپتە بىمارنىڭ سۆيدۈكى ئاق، ئۇنىڭدىن كېيىن سېرىق، ئۇنىڭدىن كېيىن قىزىل كېلۇر. قاچىغا ئېلىپ تۇرغۇزسا ئاقرار. ئىششىق ئېغىرلىشىپ قاتسا، يىرىڭ يىغقان بولسا، بىمارنىڭ سۆيدۈكى ئاق رەڭدە، قويۇق بولۇر بۇ يامانلىقتىن بېشارەت بېرەر. بۆرەك ئىششىقى قاتتىق ئىششققا ئايلانغان بولسا، بىمارغا گويا ئۇچسىز ۋە بېلىگە ئېغىر بىر نەرسە ئارتىپ قويغاندەك مەلۇم بولۇر.

ئىششىق چىقىنغا ئۆزگەرگەن بولسا، بىمارنىڭ قىزىتمىسى ئاستا - ئاستا ئۆرلەپ، ئۇسسۇزلۇقى تەدرىجىي كۆچىيەر، سۆيدۈكى قويۇق بولۇر. دوۋساقتا يېقىمسىزلىق بولمسا ئىششقىنىڭ پىشقانلىقىغا دالالەت قىلۇر. بىمارنى تىترەك باسسا، ئۇ، چىقاننىڭ ئېغىز ئالغانلىقىنى بىلدۈرەر. بۇ چاغدا قىزىتما بىراقلا يانار. بىمارغا ئوڭ تەرىپىنى بېسىپ يېتىش ئاسان بىلىنسە، ياللۇغنىڭ سول تەرەپتە ئىكەنلىكىنى بىلدۈرەر، بىمارنىڭ جىگەر ئەتراپىدا يېقىمسىزلىق كۆرۈلسە، ياللۇغنىڭ ئوڭ بۆرەكتە ئىكەنلىكىنى بىلدۈرەر، چۈنكى ئوڭ بۆرەك سول بۆرەككە قارىغاندا ئېگىزرەك بولۇپ، جىگەرگە يېقىن بولىدۇ. دوۋساق ئەتراپىدا ئاغرىق بولسا، بۇ، ياللۇغنىڭ سول بۆرەكتە ئىكەنلىكىنى بىلدۈرەر.

ئەگەر بۆرەك قاندىن ئىششىغان بولسا، ئىششىغان تەرەپ ئېغىر مەلۇم بولۇر. ھارارەت، قىزىتما، ئۇسسۇزلۇق، ئاغرىق قاتارلىقلار سەپرادىن بولغان يالۇغنىڭگە ئوخشاش كۆچلۈك بولماس، بىمارنىڭ ياخشىلىنىشى قانىنىڭ ياخشىلىنىشى بىلەن مۇناسىۋەتلىك بولۇر.

ئەگەر بۆرەك سەپرادىن ئىششىغان بولسا بىماردا قىزىتما بولۇر، ئازراق ئىششىق، كۆيۈشۈش ۋە ئۇسسۇزلۇق كۆپ بولۇر ھەمدە سەپرا غالىبلىقىنىڭ باشقا ئالامەتلىرى بىرگە قوشۇلۇپ كېلەر. كېسەللىك ئاخىرقى دەۋرىگە قەدەم قويغاندا بىمارنىڭ سۆيدۈكى قويۇق كېلۇر، قاچىنىڭ تېگىدە ئالتۇن كېپەكىگە ئوخشاش پارقىراق چۆكمە بولۇر، بەدەندە قان بىلەن سەپرانىڭ ئالامەتلىرى بىرلىكتە تېپىلسا، ئىششىق قىزىل (ھۇمرە) نىڭ ماددىسىدىن پەيدا بولغان بولۇر، ئەگەر بەدەندە سەپرانىڭ ئالامىتى غالىب بولسا، بەلباغسىمان قوقاقنىڭ ماددىسىدىن پەيدا بولغان بولۇر، كىچىك تەرەت پات - پات قىستار، بەزىدە تۇتۇلۇپ قالار. سۆيدۈك كۆيۈشۈپ كېلۇر، بىمارنىڭ تومۇرى ئىنتىك سوقار. ھەر ئىككىسىنىڭ ئىلاجى بىر - بىرىگە ئوخشىشىپ كېتەر. تېۋىپلار كېسەللىكتە ئىپادىلەنگەن ئالامەتلەرگە قاراپ مۇۋاپىق تەدبىرلەر بىلەن ئىلاج قىلغاي.

بۇقرات: «سۆيدۈك بەزىدە تۇتۇلۇپ، بەزىدە راۋانلاشسا، كېسەللىكنىڭ بۆرەكنىڭ يۇقىرىسىدا ئىكەنلىكىگە دالالەت قىلىدۇ، بۇ چاغدا يالۇغنىڭ ھارارىتى بۆرەكنىڭ يېغىنى ئېرىتىدۇ» دېگەن. ئۇ يەنە: «سۆيدۈك زەيتۇن يېغىغا ئوخشاش كەلسە، كېسەللىكنىڭ ئىسسىقتىن

ئىكەنلىكىگە دالالەت قىلىدۇ» دېگەن.

ئىششىق ئېغىز ئالسا ياكى سۈيدۈك يېرىڭ ئارىلاش كەلسە، سېسىق پۇرىمىسا، كېسەللىك ماددىسىنىڭ تازىلانغانلىقىنى بىلدۈرىدىغان بولۇپ، ساقىيىشتىن ئۈمىد بولۇر. بەزىدە كېسەللىك ماددىسى بۆرەكتىن جىگەرگە، جىگەردىن ماسارىقا تومۇرىغا، ماسارىقا تومۇرىدىن ئۇچەيگە چۈشەر، بەزىدە ماددا قورساققا تەسىر قىلۇر، بۇ چاغدا بىمارىدا بەزى يامان ئالامەتلەر كۆرۈلەر.

بۇقرات: «بىمارنىڭ سۈيدۈكىدە كۆپۈك پەيدا بولسا، كېسەللىكنىڭ ھەر ئىككى بۆرەكتە ئىكەنلىكىگە ھەمدە ئۇزۇنغا سوزۇلىدىغانلىقىغا دالالەت قىلۇر» دېگەن.

داۋالاش

بىمارغا سۈيدۈك ھەيدەيدىغان دورىلارنى بەرمەسلىك، يەنى بۇ خىل خۇسۇسىيەتكە ئىگە بولغان ئۇرۇق دورىلارنىمۇ بېرىشكە بولماس، بولۇپمۇ بەدەندە خىلىت بۇزۇلۇشنىڭ بارلىقى بايقالسا تېخىمۇ زەھەر قىلار. چۈنكى سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلار بەدەننىڭ يۇقىرى قىسمىدىكى ماددىلارنى قوزغاپ ۋە تۆۋەنگە چۈشۈرۈپ، كېسەللىكنىڭ ئېغىرلىشىشىغا سەۋەبچى بولۇر. بىمارنى سۈيۇقلۇقنى كۆپ ئىچىشتىن چەكلىگەي. سۈيۇقلۇقنى كۆپ ئىچسە، بەدەننىڭ يۇقىرىدىكى ماددىلار تۆۋەنگە چۈشۈپ بۆرەكتىكى كېسەللىكنى ئېغىرلاشتۇرۇپ قويار. سۈيدۈكنى كۆپەيتەر. ئەگەر بىمارنىڭ سۇغا ئېھتىياجى بولسا، سۈزۈك سۇدىن مۇۋاپىق مىقداردا ساپال قاچىغا ئېلىپ ئاز - ئازدىن ئىچۈرسە بولار، ئەمما بەك سوغۇق بولۇپ كەتمەسلىكى لازىمدۇر، چۈنكى بەك سوغۇق بولسا ئىششىقنىڭ پىششىنى كېچىكتۈرۈپ قويار. كۆچلۈك بولغان سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلارنى بېرىشتىن ئېھتىيات قىلغاي.

ماددىنى تەنقىيە قىلىشتىكى ياخشى تەدبىر شۇكى، دەسلەپتە بىمارغا قويۇق ماددىنى تەڭشەش ئۈچۈن، مۇناسىپ شەربەتلەرنى بەرگەي. ئۇنىڭدىن كېيىن مۇناسىۋەتلىك ھۆقنىلەرنى ئىشلىتىپ ماددىنى تەنقىيە قىلغاي. چۈنكى، ھۆقنە ئارقىلىق كېسەللىك ماددىسىنى بۆرەككە ئەكىپىقىن ئارىلىقتىن تازىلىغىلى بولۇر. ئۇ يۇقىرىدىكى ماددىلارنى تۆۋەنگە تارتىشتەك ھالەتنىمۇ پەيدا قىلماس. ئىستېمال قىلىنغان دورىنىڭ تەسىرىگىمۇ دەخلى قىلماس. ئەمما سۈرگە دورىسىنىڭ يەڭگىل دورىلار بولۇشى تەلەپ قىلىنغىنىدەك، ھۆقنە دورىلىرىنىڭمۇ يەڭگىل دورىلاردىن تەركىب تاپقان بولۇشى زۆرۈردۇر. مەسىلەن: ئاق لەيلى ئۇرۇقى لوئابى، خۇببازى ئۇرۇقى، زىغىر ئۇرۇقى، ئارپا سۈيى، فۇلۇسى خىيارشەنبەر قاتارلىقلارغا ئوخشاش دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ، تەمىنى چىقىرىپ، قائىدە بويىچە ھۆقنە قىلسىمۇ ياكى

ئىچۇرسىمۇ بولۇر. چۈنكى بۇ دورا ماددىنى جاپاسىز سۈرەر. ئەگەر ماددا قويۇق بولسا سۈيۇلدۇرۇپ، سۈيۇق بولسا قويۇلدۇرۇپ بەدەن سرتىغا چىقرار.

مائۇلجەبىن ياخشى سۈرگە بولۇر، ئۇ، ماددىنى ئۇچەي تەرەپكە تارتىپ، تومۇرلارنى تازىلار، مىزاجنى مۆتىدىللەشتۈرۈپ، جاراھەتنى تازىلار.

بىمارغا مۇناسىپ شەربەت ۋە ھۆقنىلەرنى ئىشلەتكەي. ماددىنى ياندۇرۇش تەسىرى بولغان زىماتلارنى بۆرەك ساھەسگە زىمات قىلغاي. زىماتلارنى نورمال ئىشلەتكەي. ئاخىرىدا ماددىنى تارقاتقۇچى دورىلارنى ئىشلەتكەي. ئىششىقنى كۆيدۈرىدىغان دورىلارنى ئىشلەتمىگەي. زۆرۈر بولسا كۆيدۈرۈشنى ياندۇرىدىغان دورىلار بىلەن قوشۇپ ئىشلەتكەي.

سۈيدۈكتە قان كۆرۈلسە جاراھەتنىڭ پىشقانلىقىغا دالالەت قىلۇر. بۇ چاغدا بانادۇق بۇزۇرىغا ئوخشاش دورىلارنى ئىشلەتكەي. بىنەپشە، ئارپا ئۇنى، باقلە ئۇنى، ئاق لەيلى، سەندەل، شىيافى مامىيسا، ھۆل قاپاق لىپشى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، گۈل يېغى ياكى مارجان شوخلا سۈيى بىلەن زىمات قىلىپ بۆرەك ساھەسگە چاپقاي. بەزىدە ئاغرىق كۈچلۈك بولسا مەزكۇر زىماتقا كۆكنار پوستىدىن مۇۋاپىق مىقداردا قوشقاي. مەجۇنى فۇلۇنىيانى يېگۈزگەي.

ئىششىق سەپرادىن بولسا، ئاق موم، گۈل يېغى، بىنەپشە يېغى، كاسىنە سۈيى، ھۆل يۇمغاقسۈت سۈيى، سېمىزئوت سۈيى، گۈلاب، سىركە قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ، لاتىنى ئۇنىڭغا چىلاپ بۆرەك ساھەسگە ياپقاي. كېسەللىكنىڭ ئاخىرىدا شۇمشا ئۇرۇقى، بابۇنەنى زىيادە قىلىپ، ئارپا ئۇنى ۋە كۈنجۈت يېغىنى ئارىلاشتۇرۇپ زىمات قىلغاي. بابۇنە، لالە، قەيسۇم (ئەمەن) دىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، زەيتۇن يېغى بىلەن قاينىتىپ تەمىنى چىقرىپ، رەختكە ئىچۈرۈپ بۆرەك ساھەسگە ياپقاي.

تۆۋەندىكى زىمات يەل تارقىتار:

نۇسخىسى كېپىكى تاسقالمىغان بۇغداي ئۇنى، كەرەم يوپۇرمىقى، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى، بىنەپشە، ئاق لەيلىگۈلى، بابۇنە قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، كۈنجۈت يېغى ياكى ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ بۆرەك ساھەسگە چاپسا، ناھايىتى ياخشى مەنپەئەت قىلۇر.

ئىششىقنى پىشۇرۇش ئۈچۈن، ئەنجۇر قېقىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مائۇلھەسەل بىلەن قاينىتىپ ئىچكەي. ئۇنىڭغا مازارىيون بىلەن ئىرسادىن مۇۋاپىق مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ زىمات قىلسىمۇ بولار. قورۇلغان زىغىردىن بەش گىرام، نىشاستىدىن ئۈچ گىرام ئېلىپ ئىشلەتسىمۇ

ئىششىقنى پىشۇرار.

بۆرەكنىڭ ئىششىقى قانىنىڭ زىيادىلىكىدىن بولسا، دەسلەپتە باشلىق تومۇر يېكى سافىن تومۇردىن قان ئالغاي. ئىششىق يېڭى بولسا، باشلىق تومۇردىن قان ئالسىلا كۆپايە بولۇر. ئىششىق كونىراپ قالغان بولسا يېكى بىمار ئاجىز بولسا، مابەز تومۇردىن قان ئالغاي. ئۇنىڭدىن كېيىن تۆۋەندىكى شەربەتنى ئىچۈرگەي:

نۇسخىسى چىلان، ئاق كۆكنار ئۇرۇقى، يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى، يېسىمۇق قاتارلىقلاردىن 300 گىرامدىن ئېلىپ، ئۈچ ھەسسە سۇ بىلەن قاينىتىپ تەمنى چىقىرىپ، پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، سۈيىگە ئاق شېكەردىن مۇۋاپىق ئارىلاشتۇرۇپ، ئۇنىڭ 60 مىللىلىتىرىغا 30 گىرام ھەسەل ئارىلاشتۇرۇپ ئىچۈرگەي. ئۇنىڭغا ئارپا سۈيى قوشۇلسا تېخىمۇ ياخشى بولۇر. بادرەڭ ئۇرۇقى، قوغۇن ئۇرۇقى، قاپاق ئۇرۇقى، سېمىزئوت ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ، پىسەپلىرىنى ئېلىۋېتىپ، سۈيىگە بادام يېغى بىلەن ئاق شېكەردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ ئىچسىمۇ مەنپەئەت قىلار.

پەرھىز ئېشىغا يېسىمۇق بىلەن سۇماق ئارىلاشتۇرۇپ بەرگەي.

كېسەللىك سەپرادىن كېلىپ چىققان بولسا، قان غالىب بولسا، باشلىق تومۇردىن قان ئالغاي. ئۇنىڭدىن كېيىن مەتبۇخى ھېلىلىنى ئىچۈرۈپ ماددىنى تەنقىيە قىلغاي.

كېسەللىك سەپرادىن كېلىپ چىققان بولسىمۇ، قان غالىب بولمىسا، قان ئالمىغاي. بۇنىڭغا مەتبۇخى ھېلىلە ئىچۈرۈش بىلەن كۆپايە قىلۇر.

مەتبۇخى ھېلىلىنىڭ نۇسخىسى سېرىق ھېلىلە پوستىدىن 30 گىرام، ئۇرۇقىدىن ئايرىلغان تەمرىھىندىدىن 20 دانە، ئەينۇلا، چىلاندىن 30 دانىدىن، ئەفتىمۇن ئۇرۇقىدىن ئىككى چاڭگال، سەرپىستاندىن بىر چاڭگال، كاسنە يوپۇرمىقىدىن بىر تۇتام، مارجان شوخلىدىن بىر تۇتام، تەرەنجىبىندىن 30 گىرام ئېلىپ، دورىلارنى مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ تەمنى چىقىرىپ، پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، سۈيىگە فۇلۇسى خىيارشەنبەردىن 45 گىرام، سوقمونىيادىن بىر نوقۇت چوڭلۇقىدا قوشۇپ ئېرىتىپ، مۇۋاپىق مىقداردا ئىچۈرگەي. زۆرۈر بولسا ھەپتىدە بەرگەي، 10 كۈندە ئىككى ياكى ئۈچ قېتىم بەرگەي. سىركەنجۇبلىگە قەنت، ئارپا سۈيى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچۈرگەي ياكى سىركەنجۇبلىگە بادرەڭ سۈيى، سېمىزئوت ئۇرۇقى سۈيى قوشۇپ ئىچۈرگەي.

پەرھىز ئېشىغا غورا سۈيى قوشۇپ بەرگەي. بىنەپشە شەربىتىگە ئارپا سۈيىنى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچۈرسە ياخشى مەنپەئەت قىلۇر. كەچتە ئۇخلاشتىن ئىلگىرى بىنەپشە شەربىتىگە ئىسپىغۇل لوئابى، سېمىزئوت سۈيى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ ئىچۈرگەي. ئەگەر ئارپا سۈيىنىڭ ئاشقازاندا تۇرۇۋېلىپ ياخشى ھەزىم بولماسلىق ئېھتىماللىقى بولسا، ئاشقازانغا تۆۋەندىكى زىماتنى چاپقاي:

نۇسخىسى ئارپا ئۇنى، ئاق لەيلىگۈلى، ئىكلىلمىلىك، شۇمشا ئۇرۇقى، زىغىر، بىنەپشە قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى ئەنجۈر سۈيى بىلەن قايىنىتىپ، بىنەپشە يېغىدىن مۇۋاپىق مىقداردا تېمىتىپ زىمات قىلغاي.

ئۇنىڭدىن كېيىن بۆرەك ساھەسىگە لەيلى ئۇرۇقى، بىنەپشە، شۇمشا ئۇرۇقى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ زىمات تەييارلاپ چاپقاي.

يىرىڭ پەيدا بولغانلىقى سېزىلسە، مەزكۇر زىماتقا پۇرچاق ئۇنى، كەپتەر مايىقى، تۇخۇمەن توزغىقى قوشقاي.

بىمارنىڭ سۈيدۈكىدە يىرىڭ كۆرۈلسە، بەنەدەقۇل بۇزۇرى ئىستېمال قىلدۇرغاي.

نۇسخىسى قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزىدىن 30 گىرام، بادرەڭ ئۇرۇقى مېغىزىدىن 15 گىرام، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى، سېمىزئوت ئۇرۇقى، بادام مېغىزى، كەتىرا، نىشاستە، رۇببىسۇس، ئاق كۆكنار ئۇرۇقى، گىل ئەرمىنى، كەرەپشە ئۇرۇقىنىڭ ھەربىرىدىن ئالتە گىرامدىن ئالغاي. بەزى نۇسخىلارغا ھىڭ ئۇرۇقىدىن ئۇچ گىرام قوشقاي. دورىلارنى سوقۇپ، تاسقاپ، مۇناسىپ سۈيۇقلۇق بىلەن يۇغۇرۇپ، پىندۇق چوڭلۇقىدا كۇملاچ تەييارلاپ سايىدا قۇرۇتۇپ، ئۇنىڭدىن كېيىن، بىنەپشە شەربىتى بىلەن بىرلىكتە ھەر قېتىمدا 10 گىرامدىن ئىستېمال قىلدۇرغاي.

ئۇنىڭدىن باشقا، دوۋسۇن يارىسىغا قىلىنغان ئىلاجلارنى قىلسا ياخشى ئۇنۇم بېرەر.

يىرىڭنى تازىلاش ئۇچۇن تۆۋەندىكى سۇفۇپنى بەرگەي:

نۇسخىسى بادرەڭ ئۇرۇقى، تەرخەمەك، زىغىر ئۇرۇقىنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرامدىن، نىشاستە، گىل ئەرمىنىدىن ئالتە گىرامدىن، كۆكنار ئۇرۇقىدىن 12 گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ سۇفۇپ تەييارلاپ، بىنەپشە شەربىتى بىلەن بىرلىكتە ھەر قېتىمدا ئالتە گىرامدىن كاپ ئەتكەي.

بۆرەك ۋە دوۋساقنى تازىلاش ئۇچۇن تۆۋەندىكى قۇرسنى بەرگەي:

نۇسخىسى قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى، تەرخەمەك ئۇرۇقى، بادرەڭ ئۇرۇقى، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى ھەربىرىدىن 15 گىرامدىن، بادام مېغىزى، كەتىرا، نىشاستە ھەربىرىدىن 12 گىرامدىن، رۇببىسۇستىن 18 گىرام، لەيلى ئۇرۇقى، سېمىزئوت ئۇرۇقى، چىلغوزا مېغىزى، بېھى ئۇرۇقى، ھەببى مەھلەب، كاۋا مېغىزى، ئاچچىق بادام مېغىزى، بادام پىلىمى، كەتىرا، ھەممىباھار ھەربىرىدىن 10 گىرامدىن، زىغىر ئۇرۇنقىدىن ئوچ گىرام، ئارپىبەدىيان ئۇرۇقىدىن ئالتە گىرام، تاغ كەرەپشىسى ئۇرۇقىدىن سەككىز گىرام ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، مۇۋاپىق چوڭلۇقتا قۇرس قىلىپ سايىدا قۇرۇتۇپ، مۇسەللەس بىلەن بىرلىكتە ھەر قېتىمدا ئالتە گىرامدىن ئىستېمال قىلىدۇرغاي. غىزاسىغا نوقۇت سۈيى ئىچۈرگەي.

يالليۇغ پىشالمىسا كۆيۈشۈپ ئاغرار. مىزاجىنى مۆتىدىللەشتۈرسە سوغۇقلۇقتا مايىللىشار. ئۇنى پىشۇرۇشنىڭ تەدبىرى ئارپا ئېشى، گۈلاب، بادام يېغى، بىنەپشە شەربىتى، نىلۇپەر شەربىتى، قاپاق سۈيى قاتارلىقلارنى مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلىدۇرۇشتىن ئىبارەت. ئەگەر قىزىتما بولسا ئېشەك سۈتى ئىچۈرگەي.

غىزاسىغا پالەك، مەلۇخىيا، بادام يېغى، قەتەپ، سېرىقماي قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلىدۇرغاي.

بىمارنىڭ مىزاجى مۆتىدىللەشكەندىن كېيىن ئەنجۈر قېقى، چىلان، سەرپىستان، بەدىيان يىلتىزى، كەرەپشە يىلتىزى، فۇلۇسى خىيارشەنبەر قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ تەمىنى چىقىرىپ ئىچۈرسە، بۇزۇق ماددىلارنى سۈرۈش رولىنى ئويناىدۇ.

سابىت قۇررە: «بۆرەك يالليۇغنىغا يېنىك دەرىجىدىكى كىلىزما مەنپەئەت قىلار، يېنىك كىلىزما ئارپا سۈيى، كۈنجۈت يېغى، لالە لوئابى، شۇمشا لوئابى، زىغىر لوئابى، سېرىقماي قاتارلىقلاردىن تەييارلىنىدۇ» دېگەن.

ماددا قاتتىق، ئىسسىق بولسا، سىركەنجىۋىل ئىچۈرسە ياخشى بولۇر. ماددا ئاز، قاتتىق، ئۆتكۈر بولسا، مائۇلھەسەل ۋە ئىلمان سۇ ئىچۈرسە بولۇر. ماددىنىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى پەسەيتىش ۋە يۇمشىتىش ئۈچۈن مۇناسىپ شەربەتلەرنى قوشۇپ بەرگەي.

بىمار سەپرا بىلەن قان خىلىتى سەۋەبىدىن قەي قىلسا، قايسى خىلىتنىڭ مىقدارى كۆپ بولسا، ماس ھالدا ئىلاج قىلغاي.

ئىبنى ماسۇيە «دوۋسۇن ۋە بۆرەك يالليۇغى بولغان ئادەمنىڭ شاراب ئىچىشى چەكلىنىدۇ» دېگەن.

توققۇزىنچى باب بەلغەمدىن بولغان بۆرەك ئىششىقى توغرىسىدا

سەۋەبى

بەلغەم خىلتىنىڭ نورمالسىزلىقى ۋە بۆرەك مىزاجىنىڭ سوغۇقتىن بۇزۇلۇشى سەۋەبىدىن پەيدا بولۇر. بەلغەم خىلتىغا ئىسسىقلىق تەسىر قىلسا، بۆرەكتە قاتتىق ئىششىق، تاش پەيدا قىلۇر. بۆرەكتە قاتتىق ئىششىق پەيدا بولسا، بۆرەككە سۇ يىغىلۇر. قاتتىق ئىششىقنىڭ تارقىلىشى تەسرەك بولۇر. ئۇنىڭ تارقىلىشىنى قولغا كەلتۈرۈش ئۈچۈن بەدەننىڭ ھارارىتىنى يۇقىرى كۆتۈرۈشكە توغرا كېلۇر.

ئالامىتى

بىمارنىڭ بېلى ئېغىر سېزىلەر. بۆرەك ساھەسى تارتىشقاندەك مەلۇم بولۇر. يۈز - كۆزلىرى كۆيۈشەر. كېچىك تەرىتى توختاپ - توختاپ كېلۇر. سۈيدۈكى ۋە چوڭ تەرىتىنىڭ رەڭگى ئاق كېلۇر. سۈيدۈكى قويۇق، بەزىدە رەڭگى خۇددى قىزىل لاي ئارىلاشتۇرۇۋەتكەندەك كېلۇر. ئىسسىق سۇ ۋە ئىسسىق ھاۋا خۇشياقار. ئاغرىق سەۋەبىدىن ئۇچسىنى رۇسلىيالماس. تومۇرى ئاستا سوقار. مەنىي سۇيۇق ھەم سوغۇق بولۇر.

داۋالاش

قەي قىلىشقا بۇيرۇغاي. گۈلقەنت ئىستېمال قىلدۇرغاي. ئەنجۈر شەربىتىنى ئىچۈرگەي. ئۇ، چوڭ تەرەتنى بوشتار.

نۇسخىسى ئەنجۈر قېقىدىن يېتەرلىك مىقداردا ئېلىپ، ئۈچ ھەسسە سۇ قۇيۇپ، بىر ھەسسە قالغۇچە قاينىتىپ، پىسەپىلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، سۈيىگە مۇۋاپىق مىقداردا ھەسەل ئارىلاشتۇرۇپ قىيام قىلىپ، ھەر قېتىمدا ئالتە مىللىلىتىردىن ئىچكۈزگەي. ئۇنىڭغا لوئوقى فۇلۇستىن مۇۋاپىق مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ ئىچسە، چوڭ تەرەتنى بوشتار، ئىششىقنى پىشۇرار. بوغما كېسەللىكى ۋە ئاشقازان يالليۇغىغا مەنپەئەت قىلۇر.

تۆۋەندىكى ئابزەننى تەييارلاپ بىمارنى ئولتۇرغۇزغاي:

نۇسخىسى بابۇنە، ئىكلىلمىلىك، بۇغداي كېپىكى، ئاقلانغان ئارپا قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ ئابزەن تەييارلاپ بىمارنى ئولتۇرغۇزغاي.

تۆۋەندىكى ھۆقننى ئىشلەتكەي، ئۇ ماددىنى پىشۇرۇر:

نۇسخىسى بابۇنە، ئىكلىلمىلىك، شىخ، سېرىقچېچەك، رەيھان يوپۇرمىقى، كەرەم يوپۇرمىقى، قىزىلچا يوپۇرمىقى ھەربىرىدىن بىر چاڭگالدىن، تاغ ئوغرىتىكىننى ئىككى چاڭگالدىن، پىرسىياۋشاننى بىر چاڭگالدىن، شۇمشا ئۇرۇقى، زىغىر ئۇرۇقى، بۇغداي كېپىكى، بىنەپشەدىن ئاق لەيلىدىن بىر چاڭگالدىن، ئەنجۇر قېقىدىن 30 دانە ئالغاي. پۈتۈن دورىلارنى مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ تەمنى چىقىرىپ، ھەر 250 مىللىلىتىرغا 30 گىرام سېرىقماي، 15 گىرام ئىنەكپىتى (بىدانجىر)، ئىككى گىرام توغرىغۇ، بىر يېرىم گىرام تۇز قوشۇپ، قائىدە بويىچە ھۆقنە تەييارلاپ، كۈندە ئۈچ قېتىم ھۆقنە قىلغاي.

يىرىڭنى تازىلاش ئۈچۈن تۆۋەندىكى ھەبنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى جۇۋىنە، زىرىنىك ھەربىرىدىن ئالتە گىرامدىن، مەستىكىدىن بەش گىرام، سەبرە سوقۇتىرىنى دورىلارنىڭ باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، تۇرۇنجى ياكى بادرەنجبۇيا يوپۇرمىقى سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ، ئىككى گىرام چوڭلۇقتا ھەب قىلىپ، كۈندە بىر تالدىن ئىستېمال قىلدۇرغاي. تاماقتىن كېيىن يېسمۇ ياكى تاماقتىن بۇرۇن ئىستېمال قىلسىمۇ بولۇر.

تۆۋەندىكى زىماتنى ئىشلەتسە، ھۆللۈكنى يوقىتىپ، كېسەللىك ماددىسىنى تازىلار:

نۇسخىسى سۇمبۇلدىن بىر گىرام، مەستىكىدىن ئىككى گىرام، سەبرە سوقۇتىردىن ئۈچ گىرام ئېلىپ، ھەممىسىنى سوقۇپ زىمات تەييارلاپ، بۆرەك ساھەسگە زىمات قىلغاي.

ئونىنچى باب سەۋدادىن بولغان بۆرەك ئىششقى توغرىسىدا

سەۋەبى

بۆرەك مىزاجى سەۋدادىن بۇزۇلۇر.

ئالامتى

بىمارنىڭ بېلى ئېغىر مەلۇم بولۇر، ئاغرىقى بەلغەمدىن بولغان ياللۇغقا قارىغاندا يەڭگىلرەك بولۇر. سۈيدۈكى قارامتۇل، مىقدارى ئاز كېلۇر. ئاز كېلىشى سۈيدۈك يوللىرىدىكى توسۇلۇش سەۋەبىدىن بولۇر. سانجىپ ئاغرار. مالىخوليا پەيدا بولۇر. سەۋدا خىلىتىغا ئالاقىدار بولغان باشقا ئالامەتلەر تېپىلۇر. بۆرەكنىڭ ئاغرىقى ئېغىر بولماس، ئەمما ئۇچسىنى تۇز قىلالماس. پۇت - قوللىرى ماغدۇرسىزلىنار. بۆرەكنىڭ سۈيۇقلۇقنى بىر تەرەپ قىلىش ئىقتىدارىغا نۇقسان يەتكەنلىكتىن، سۈيۇقلۇق قان تومۇر ۋە توقۇلمىلار ئارىسىغا يىغىلىپ، بىماردا سۇلۇق ئىششىق كۆرۈلەر. قانغا سەۋدا ئارىلاشقان بولسا، سۈيدۈك رەڭگى قارامتۇل، سەپرا ئارىلاشقان بولسا، سېرىق رەڭدە بولۇر.

داۋالاش

يۇقىرىقى بابلاردا ئېيتىلغان ئىلاجلارنى تاللاپ ئىشلەتكەي. مەتبۇخى ئەفتىمۇن ئىچۈرۈپ ماددىنى تازىلىغاي. بىمارنىڭ بەدەن قۇۋۋىتى ئاجىز، ئاغرىقى كۆچلۈك بولسا، سىركەنجۇبىل ئەفتىمۇنغا مائۇلجەبىن ئارىلاشتۇرۇپ ئىچۈرگەي. ئۇچىنچى بابتا بايان قىلىنغان ئىترىفىل كەبىر (ئۇلۇغ ئىترىفىل) نى يېگۈزگەي.

غىزاسىغا زىرباج (بىر خىل شىپالىق شورپا بولۇپ، سىركە ۋە بەزى قۇرۇق مېۋىلەردىن تەييار قىلىنىدۇ، زەپەر قوشۇلۇپ خۇش پۇراقلاشتۇرۇلىدۇ، زىرە قوشۇلىدۇ. تاتلىق نەرسىلەردىن مۇۋاپىق مىقداردا سېلىنىدۇ. «بەھرۇل جاۋاھىر» دىن ئېلىنىدى — تەرجىمە قىلغۇچىدىن) نى بەرگەي ۋە شۇنىڭغا قانائەت قىلدۇرغاي. مەزكۇر غىزانى بىمارنىڭ سۈيدۈك رەڭگى سۈزۈلگەنگە قەدەر بەرگەي. ئۇنىڭدىن كېيىن باسلىق تومۇردىن قان ئېلىپ ھۆقنە قىلغاي.

ئەبۇل ھەسەن تۇرۇنجى مۇنداق دېگەن: «ماھىر تېۋىپلار تۆۋەندىكى زىماتنى ئىشلىتەتتى: ھۆل قاپاق، بادرەڭ، بىدىمىشكى، ھەمىشباھار يوپۇرمىقى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، سۈيىنى سىقىپ قوغۇشۇن ھاۋانچىغا سېلىپ سالايە قىلىپ، قوغۇشۇننىڭ تەسىرىنى قوبۇل قىلغاندىن كېيىن، بىنەپشە يېغىدىن مۇۋاپىق مىقداردا قوشۇپ چىگە رەختكە سۈرۈپ بۆرەككە تاڭاتتى. قۇرۇپ قالسا يەنە ھۆل قىلىپ تاڭاتتى. ئۇ سەۋدادىن بولغان قاتتىق ئىششىققا مەنپەئەت قىلۇر.»

ئەبۇل ھەسەن تۇرۇنجى يەنە: «مەن مەزكۇر زىماتقا كاسىنە سۈيى بىلەن يۇمغاقسۈت سۈيىنى زىيادە قىلدىم ۋە بىمارنىڭ دوۋسۇن ساھەسىگە سۈركىدىم، ياخشى مەنپەئەت قىلدى.

بىمار قان ئالدۇرۇش ياكى قەي قىلىش خاھىشىدا بولمىدى، 40 كۈندىن كېيىن كېسەللىك ياخشىلاندى. مەلۇم بولغايكى، بۇ زىمات ئۈزۈندىن بۇيان مېنىڭ مەقسىتىم ئىدى، چۈنكى ئۇنىڭ قويۇق خىلىتلارنى تازىلاشتا تەسىرى ياخشى ئىدى» دېگەن.

ئون بىرىنچى باب بۆرەكنىڭ ئىسسىق ياكى سوغۇقتىن بولغان قاتتىق ئىششىقى توغرىسىدا

سەۋەبى

بۆرەكنىڭ ئىششىقىغا قارىمۇقارشى ئىلاج قىلغانلىق سەۋەبىدىن پەيدا بولۇر.

ئالامىتى

دەسلەپتە بۆرەكتە ئىششىق پەيدا بولۇر. ئۇنىڭدىن كېيىن قاتتىق ئىششىققا ئۆزگىرەر. قان خىلىتى سەۋەبىدىن پەيدا بولغان بولسا، ئىششىق قاتتىقراق بولۇر، ئاغرىقتىن خالىي بولماس، قان خىلىتىغا ئالاقىدار بولغان ئالامەتلەر قوشۇلۇپ كېلۇر.

سەپرا خىلىتى سەۋەبىدىن پەيدا بولغان بولسا، بىماردا ئۇسسۇزلۇق بولۇر، بۆرەك ساھەسى كۆيۈشۈپ ئاغرار، سەپرانىڭ باشقا ئالامەتلىرى قوشۇلۇپ كېلۇر.

بەلغەمدىن پەيدا بولغان بولسا، ئاغرىش، كۆيۈشۈش ئالامەتلىرى بولماس، بۆرەك ساھەسى ئېغىر مەلۇم بولۇر.

سەۋدادىن پەيدا بولغان بولسا، ئىششىق قاتتىقراق بولۇر، ئاغرىقى مەلۇم دەرىجىدە بولۇر، ئەمما كۆچلۈك بولماس. ئىششىق خىلىتلاردىن پەيدا بولغىنىغا قارىغاندا قاتتىقراق بولۇر، تەسىرەك ساقىيار.

داۋالاش

مەلۇم بولغايكى، بۆرەكتە پەيدا بولغان قاتتىق ئىششىقلارنىڭ ساقايمىقى تەستۇر، بولۇپمۇ ۋاقتىدا ئىلاج قىلمىسا تېخىمۇ تەس بولۇر، يىرىڭلار. بىمارنىڭ سۈيدۈكىدە يىرىڭ كۆرۈلسە، ئىككى خىل ھالەتتىن يىراق بولماس ياكى يىرىڭ سۈيدۈك يولى بىلەن تازىلىنىپ بىماردا ياخشىلىنىش ئالامەتلىرى كۆرۈلۈر ياكى بۆرەكنىڭ يىرىڭلىشى ئېغىرلىشىپ بۆرەك توقۇلمىلىرى

خوراپ، بىمارنىڭ ھاياتى خەۋپكە ئۇچرار. سۈيدۈكتىن كەلگەن يىرىڭنىڭ رەڭگى ۋە قىيامى بىر خىل بولسا، ساقىيىشتىن ئۈمىد كۆتۈشكە بولۇر. ئەگەر يىرىڭ رەڭگى قارامتۇل، پۇرىقى سېسىق بولسا، قىيامى تەكشى بولمىسا، ئىلاج قىلىش مۇشكۈلدۇر.

بۇ كېسەللىكنىڭ ئىلاجى شۇكى، توسالغۇ بولمىسا بىماردىن قان ئالغاي، ئەنجۈر شەربىتى ياكى بىنەپشە شەربىتىگە ئارپا سۈيى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچۈرگەي.

تۆۋەندىكى ھۆقنىنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى ئوغرىتىكەن چوڭ بىر چاڭگال، قىزىلچا يوپۇرمىقى، ئاق لەيلىگۈلى، بۇغداي كېپىكى بىر چاڭگالدىن، ئەنجۈر قېقى 30 دانە، پىرسىياۋشان بىر چاڭگال، تەرخەمەك ئۇرۇقى، بادرەڭ ئۇرۇقى، قوغۇن ئۇرۇقىدىن بىر يېرىم چاڭگالدىن ئېلىپ، ئاق لەيلىگۈلى بىلەن بۇغداي كېپىكىنى خالتىغا قاچىلاپ، دورىلارنىڭ ھەممىسىنى مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ تەمىنى چىقىرىپ، پىسەپلىرىنى ئېلىۋېتىپ، 250 مىللىلىتىر سۈيىگە ئۈچ دانە تۇخۇمنىڭ سېرىقىنى خام پېتى، 45 گىرام ياكى 60 گىرام سېرىقماي قوشۇپ ياخشى ئارىلاشتۇرۇپ، ھۆقنە تەييارلاپ، ئۈچ قېتىم ھۆقنە قىلغاي. ئۆردەك يېغى، توخۇ يېغى ۋە كالا يىلىكى بىلەن بۆرەك ساھەسىنى ياغلىغاي، ئۇنىڭدىن كېيىن تۆۋەندىكى زىماتنى چاپقاي:

نۇسخىسى زىغىر ئۇرۇقى، شۇمشا ئۇرۇقى، ھەمشىباھار ئۇرۇقى ھەربىردىن 15 گىرامدىن، شېرىنچېچەك، بابۇنە، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ھەربىردىن 12 گىرامدىن، مۇقەل، ئوشەق، ئىلكۈل بەتەمدىن 10 گىرامدىن ئېلىپ، مۇقەل بىلەن ئوشەقنى مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن ئېرىتىپ، قالغان دورىلارنى سوقۇپ، ئۇنىڭ بىلەن يۇغۇرۇپ زىمات تەييارلاپ بۆرەك ساھەسىگە چاپقاي. راتىيانەجنىڭ قاتتىق ئىششقىلارنى تارقىتىش رولى ياخشى بولۇپ، مۇۋاپىق ئۇسۇل بىلەن مۇۋاپىق مىقداردا ئىشلەتسە، ياخشى ئۈنۈم قازانغىلى بولۇر.

جىگەرنىڭ قاتتىق ئىششقى توغرىسىدا سۆزلەنگەن بابدا بايان قىلىنغان ئىلاجلار بۆرەكنىڭ قاتتىق ئىششقىغىمۇ ياخشى ئۈنۈم بېرەر.

بىمارغا مۇناسىپ شەربەتلەرنى بەرگەي، مۇناسىۋەتلىك زىماتلارنى بۆرەك ساھەسىگە چاپقاي.

بىمارنىڭ غىزاسىغا كېپەكنىڭ سۈيىنى سەقىپ چىقىرىپ، ھەسەل ۋە بادام يېغىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ بەرگەي. پەرھىز ئېشىغا ئاقلانغان ماش، تەرخەمەك، پالەك، زىرە قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ، شېكەر ياكى ھەسەل بىلەن تاتلىق قىلىپ

بەرگەي. بىمارنى جىمادىن چەكلىگەي، چۈنكى جىما قىلسا كېسەللىك ئېغىرلىشىپ قالۇر ھەم داۋالاشمۇ قىيىن بولۇر.

بۆرەكنىڭ قاتتىق ئىششىقى يېرىڭلىغان بولۇپ، سۈيدۈكتە يېرىڭ كۆرۈلسە، توسالغۇ بولمىسا، دەسلەپتە باسلىق تومۇردىن قان ئالغاي. خەشخاش شەربىتى ياكى بىنەپشە شەربىتى ياكى ئەنجۈر شەربىتىگە ئارپا سۈيىنى ئارىلاشتۇرۇپ بەرگەي.

بىماردا ئۇسسۇزلۇق بولسا، تەرخەمەك، بادرەڭ، سېمىزئوت، قاپاق ئۇرۇقى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، سۈيىنى چىقىرىپ ئۇدا ئۈچ كۈن، ھەر كۈنى 15 مىللىلىتىردىن بەرگەي. بىمارنىڭ سۈيدۈكىدە يېرىڭ بولمسا، كېپەكنىڭ سۈيىنى سىقىپ چىقىرىپ، سۈيىگە شېكەر بىلەن بادام يېغىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ بەرگەي. بىماردا ئۇسسۇزلۇق ۋە ھارارەت بولمسا، ھەسەل بىلەن سېرىقماي ئارىلاشتۇرۇپ بەرگەي. ئۇ، يېرىڭنى تازىلاش رولىنى ئويناىدۇ. سۈيدۈكتە يېرىڭ كۆرۈلمىگەن تەقدىردىمۇ ئىلاجنى توختاتمغاي، تاكى ئاغرىق توختىغۇچە داۋاملاشتۇرغاي. بىماردا ئاغرىق سېزىمى بولسا ئەنجۈر شەربىتىنى بەرگەي. قۇرسى كاكىنەچنى ئېشەك سۈتى بىلەن بەرگەي. يېرىڭنى تازىلاش رولى بولغان ئۇرۇق دورىلارنى بەرگەي.

تۆۋەندىكى سۇفۇپنى بەرسە يېرىڭنى تازىلار:

نۇسخىسى پەتەرئاسالىيۇن 10 گىرام، قۇرۇق راسەن تۆت گىرام، ھەلىيۇن ئۇرۇقى ئالتە گىرام، ھىرشىق ئۇرۇقى تۆت گىرام، كەرەپشە ئۇرۇقى ئالتە گىرام، ئارپىبەدىيان، بەدىيان رۇمى (رۇمبەدىيان) نىڭ ھەربىرىدىن ئۈچ گىرامدىن ئېلىپ، قائىدە بويىچە سوقۇپ سۇفۇپ قىلىپ، ھەر كۈنى ئەتىگەن - كەچتە ئەنجۈر شەربىتى بىلەن قوشۇپ ئالتە گىرامدىن كاپ ئەتكەي.

تۆۋەندىكى زىمات يېرىڭنى پاكىز تازىلار:

نۇسخىسى كەرەپشە ئۇرۇقى، كەرەپشە يىلتىزى، پەتەر ئاسالىيۇن، ئىلكۈل بەتەم، زىرە، جىغان يوپۇرمىقى، قۇرۇق راسەن قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، موم يېغى بىلەن يۇغۇرۇپ بۆرەك ساھەسىگە زىمات قىلغاي. بۆرەك ساھەسىگە ئىلمان سۇ تۆكۈپ بەرسە، بولۇپمۇ ئەتىگەن ناشتىدا شۇنداق قىلسا كۆپ ياخشى بولۇر. ئۇنىڭدىن باشقا، يۇقىرىدا بايان قىلىنغان شەربەتلەر ۋە زىماتنى ئىشلەتكەي.

تۆۋەندىكى شەربەتنى بەرسە بۆرەكنى تازىلار:

نۇسخىسى ئارپىبەدىيان، بەدىيان رۇمى، كەرەپشە ئۇرۇقى، پەرپىيۇن، پەتەر ئاسالىيۇن،

ئوغرىتىكەن، ھەليۇن ئۇرۇقى، راسەن، قورۇلغان ئەنسىل قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، ئىككى ھەسسە سىركە بىلەن قاينىتىپ تەمنى چىقىرىپ، پىسەپلىرىنى ئېلىۋېتىپ، سۈيىگە ئۆچتىن بىر ھەسسە ھەسەل قوشۇپ، سۇس ئوتتا قىيام قىلىپ، ھەر قېتىمدا 30 مىللىلىتىردىن بەرگەي. يەنە بۆرەك ساھەسىنى بىنەپشە يېغى بىلەن مايلاپ بەرگەي.

يىرىك ئاسان چىقمىسا مەزكۇر شەربەتنى بەرمىگەي، بەلكى تۆۋەندىكى قۇرسى كاكىنەچنى ئىستېمال قىلدۇرغاي:

نۇسخىسى قىزىلگۈل، تاباشىر، سېمىزئوت ئۇرۇقى، نىشاستە، سەمغى ئەرەبى، كەتىرا، گىل ئەرمىنى، گىل قىبرۇسى ھەربىرىدىن ئالتە گىرامدىن، تەرخەمەك ئۇرۇقى، بادرەك ئۇرۇقى ھەربىرىدىن 10 گىرامدىن، كەھرىۋادىن تۆت گىرام، خىتاي رەۋىنى (رەۋەنچىنى) دىن ئۈچ گىرام، بىخ مارجان، مەرۋايىتتىن ئالتە گىرامدىن، كاكىنەچتىن 30 دانە ئېلىپ، دورىلارنىڭ ھەممىسىنى سوقۇپ، تاسقاپ، ئىسپىغۇل لوئابى بىلەن يۇغۇرۇپ مۇۋاپىق چوڭلۇقتا قۇرس قىلىپ، سايىدا قۇرۇتۇپ، كۈنىگە ئالتە گىرامدىن 120 مىللىلىتىر ئېشەك سۈتى بىلەن بىرلىكتە بەرگەي. ئۈچ سائەتتىن كېيىن كېپەك سۈيى بىلەن غىزا تەييارلاپ بەرگەي. كەكلىك گۆشى، تورۇلغا گۆشى قاتارلىقلارنى ئىستېمال قىلدۇرغاي.

تۆۋەندىكى سۇفۇپى مەجمۇئىنى بەرگەي:

نۇسخىسى قىزىلگۈل، تاباشىر، جىگدە تالقىنى، يېپىسمۇق سۈيى، خىتاي شوخلىسى (كاكىنەچ)، سۇماق يوپۇرمىقى، نەبىق تالقىنى، ئارپا تالقىنى، بېھى تالقىنى، بوزىدان، تۇدەرى، ئاق كۆكنار ئۇرۇقى، قارا سۇنا ئۇرۇقى، بەزرۇلبەنجى، لۇفلا پوستىنىڭ ھەربىرىدىن بەش گىرامدىن، بىخ مارجان، كەھرىۋا، رەۋەنچىنى، گىل ئەرمىنى، گىل قىبرۇسى، تىنىي قىيمۇلىيا، مارجان شوخلا، چىلغوزا مېغىزى، كەرەپشە ئۇرۇقىنىڭ ھەربىرىدىن ئۈچ گىرامدىن، تەرخەمەك ئۇرۇقى، بادرەك ئۇرۇقى، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى، سېمىزئوت ئۇرۇقى، پەنجەنگۈشت ئۇرۇقى ئالتە گىرامدىن، ئۈزۈم ئۇرۇقى، خەرنۇب شامىدىن 10 گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، بىر جام ئېشەك سۈتى بىلەن ھەر كۈنى ناشتىدا 10 گىرامدىن، كەچتە ئۇخلاشتىن بۇرۇن سوغۇق سۇ بىلەن قوشۇپ ئالتە گىرامدىن كاپ ئەتكەي. بۇ سۇفۇپنى تاكى يىرىك توختاپ بىمار ساقايغۇچە بەرگەي.

تۆۋەندىكى زىماتنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى ئاقاقىيا، رۇسۇت ھەربىرىدىن ئۈچ گىرامدىن، رامەكتىن بىر گىرام، پۇرچاق

ئۇنىدىن ئالتە گىرام، ئارپا ئۇنى، قورۇلغان كېپەكتىن 10 گىرامدىن، قىزىلگۈل، ئانار چېچىكى، شىيافى مامىسا ھەربىردىن ئۈچ گىرامدىن ئېلىپ (بىمارنىڭ مىزاجى ماس كەلسە ئۈچ گىرام كۈندۇر قوشقاي)، دورىلارنى سوقۇپ، تاسقاپ، ھەببۇلئاس سۇيى بىلەن يۇغۇرۇپ بۆرەك ساھەسىگە چاپقاي.

ئون ئىككىنچى باب بۆرەك ۋە دوۋساقتا مۇدۇر ياكى قوتۇر چىقىش توغرىسىدا

ئالامىتى

بۆرەكتە مۇدۇر پەيدا بولغان بولسا بۆرەك كۆيۈشەر، ئاغرار، ھارارەت يۇقىرى بولۇپ، قىزىتما، ئۇسسۇزلۇق بولۇر. مۇدۇر سۈيدۈك يولىدا بولسا، بىمار سىيگەندە سۈيدۈك يولى ئېچىشۇر ۋە كۆيۈشۇر. مەلۇم ۋاقىت ئۆتكەندىن كېيىن پەسىيەر. ۋاقتىدا ئىلاج قىلىنسا ساقىيىپ كېتەر، ۋاقتىدا ئىلاج قىلىنمىسا يارىغا ئايلىنار. ئۇ چاغدا داۋالاش مۇشكۈلدۇر.

بۆرەكتە قوتۇر پەيدا بولغان بولسا بۆرەك قېچىشقاندەك مەلۇم بولۇر. بىمارنىڭ سۈيدۈكى خۇددى سېغىز ئېرىتىلگەندەك قويۇق كېلۇر. قوتۇر سۈيدۈك يولىدا بولسا سۈيدۈك يولى قېچىشار، سىيگەندە زەكەر قوزغىلار.

قوتۇر دوۋساقتا بولسا دوۋساق ئاغرار ياكى قېچىشار. سۈيدۈكتە چۆكمە بولۇر.

داۋالاش

بىماردىن قان ئالغاي. بېلىگە لوكقا قويغاي. سۇرگە بەرمىگەي. چۈنكى سۇرگە بەدەننىڭ يۇقىرى قىسمىدىكى ماددىلارنى بەدەننىڭ تۆۋەن قىسمىغا تارتىپ، بۆرەك ۋە دوۋساقتىكى كېسەللىكنى ئېغىرلاشتۇرۇپ قويار.

توسالغۇ بولمىسا، بىمارنىڭ بەدەن قۇۋۇتى ياخشى بولسا، دەسلەپتە باسلىق تومۇرىدىن قان ئېلىپ، ئۇنىڭدىن كېيىن بېلىگە ھجامەت قويغاي ھەم تۆۋەندىكى ھۆقنىنى قىلغاي:

نۇسخىسى ئوغرىتىكەن، بابۇنە، ئىكلىلمىلىكتىن بىر چاڭگالدىن، كەرەم يوپۇرمىقى، قىزىلچا يوپۇرمىقىدىن بىر تۇتامدىن، چالا سوقۇلغان زىراڭزا ئۇرۇقى، زىغىر ئۇرۇقى، شۇمشا ئۇرۇقى، بۇغداي كېپىكى، ئاق لەيلى ئۇرۇقىدىن بىر چاڭگالدىن، سەرپىستان، چىلاندىن بىر

چاڭگالدىن، ئاقلانغان ئارپىدىن ئىككى چاڭگال ئېلىپ، دورىلارنى مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ تەمنى چىقىرىپ، پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، 220 مىللىلىتىر سۇغا 45 مىللىلىتىر بىنەپشە يېغى، 30 گىرام شېكەر، بىر يېرىم گىرام تۇز ئارىلاشتۇرۇپ، قائىدە بويىچە ھۆقنە قىلغاي.

بىمارنى ھەر كۈنى قەي قىلىشقا بۇيرۇغاي. قەيدىن كېيىن ياكى قويۇق، ياكى سۇيۇق تائام بەرمىگەي. بەلكى 15 مىللىلىتىر ئىسسىق گۈلاب ئىچۈرگەي.

بىمارنىڭ غىزاسىغا كەپتەر گۆشى، سېمىزئوت، پالەك، ماش قاتارلىقلار بىلەن شورپا قىلىپ پىشۇرۇپ يېگۈزگەي. بىرقانچە كۈن ئۆتكەندىن كېيىن، سۇماق، ئانار سۈيى، غورا ئۈزۈم سۈيى قاتارلىقلارنى قوشۇپ بەرگەي. ئەمما بىمارنىڭ غىزاسى بەك ئاچچىق بولمىغاي.

بىمارغا مۇۋاپىق سۈرگە بەرگەندىن كېيىن تۆۋەندىكى سۇئالنى بەرگەي:

نۇسخىسى تەرخەمەك ئۇرۇقى، قوغۇن ئۇرۇقى ھەربىرىدىن 15 گىرامدىن، نىشاستە، ئەرەب يېلىمى، كەتىرا ھەربىرىدىن ئالتە گىرامدىن، چۈچۈكبۇيىنىڭ قاينىتىلغان سۈيى، رۇببىسۇس ئىككى گىرامدىن، سېمىزئوت ئۇرۇقىدىن 30 گىرام ئېلىپ سوقۇپ، سۇئالۇپ قىلىپ ياكى ئىسپىغۇل لوئابى بىلەن يۇغۇرۇپ قۇرس قىلىپ، 21 مىللىلىتىر ئەنجۈر شەربىتى ياكى 10 مىللىلىتىر شاھتەررە سۈيى بىلەن قوشۇپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە 10 گىرامدىن ئىستېمال قىلدۇرغاي.

شىيافى ئەبەيزنى ئايال كىشىنىڭ سۈتى ۋە گۈل يېغى بىلەن ئېرىتىپ جىنسىي يولنى تېمىتقاي. بىمارنى گۈڭگۈرت كاندىن چىققان سۇدا ئولتۇرغۇزغاي، زۆرۈر بولسا بىمارنىڭ ئەھۋالىغا ئاساسەن مۇۋاپىق مىقداردا ئىچۈرگەي. گۈڭگۈرت كانىنىڭ سۈيى تېپىلمىسا گۈڭگۈرتتىن مۇۋاپىق مىقداردا بەرگەي. بۇ بىمار ئۇچۇن ئۇنىڭدىنمۇ شىپالىقراق ئىلاج بولماس.

ئەبۇل ھەسەن تۇرۇنجى مۇنداق دېگەن: «بىر كىشى بۇ كېسەللىككە گىرىپتار بولۇپ قېلىپ كۆپ رەنج تارتقان ئىدى، مەن ئۇنىڭغا گۈڭگۈرتنى قاينىتىپ سۈيىدە ئولتۇرۇڭ ھەم ئىچىڭ دېدىم. ئۇ مېنىڭ دېگەنلىرىمنى قوبۇل قىلىپ كەتتى. ئون كۈن ئۆتكەندىن كېيىن كېلىپ، ئۆزىنىڭ مەزكۇر چارە بىلەن كېسەللىكتىن شىپا تاپقانلىقىنى ئېيتتى.»

ئۇ يەنە مۇنداق دەيدۇ: «مەن بىر تېۋىپنىڭ مەزكۇر كېسەللىككە تۆمۇرنىڭ داغمال سۈيىنى ئىچۈرۈپ داۋالىغانلىقىنى كۆرگەن ئىدىم. ھىندىستانلىق بىر ئايال بۇ كېسەللىككە گىرىپتار بولۇپ قالغان ئىدى، بۇ تېۋىپ ئۇنى پاختەكنىڭ قارىنىنى يېرىپ، تۆمۇرنىڭ داغمال سۈيىگە چىلاپ، بۆرەك ساھەسىگە تېڭىشنى بۇيرۇۋېدى، ئۇ كېسەللىكتىن خالاس بولغان ئىدى.»

تۆۋەندىكى سۇفۇپنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى تاباشىردىن ئالتە گىرام، سېمىزئوتتىن 10 گىرام، سەمغى پارسى، نىشاستە، كەتىرا ھەربىردىن ئالتە گىرامدىن، مامىرانچىن، رەۋەنچىنى (خىتاي رەۋەندى) دىن ئۈچ گىرامدىن، تازىلانغان زىرىقتىن 21 گىرام، ئاقلانغان كۈنجۈتتىن 45 گىرام، گۈڭگۇرتتىن 30 گىرام، ئاق شېكەردىن 60 گىرام، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، بادرەڭ ئۇرۇقى مېغىزى ھەربىردىن 30 گىرامدىن ئېلىپ، بۇ دورىلارنى سوقۇپ، تاسقاپ سۇفۇپ تەييارلاپ، ئىسپىغۇل لوئابى بىلەن بىرلىكتە ئەتىگەنده 15 گىرام سوغۇق سۇ بىلەن بىرلىكتە، كەچتە ئۇخلاشتىن ئىلگىرى ئالتە گىرام بەرگەي. مۇناسىپ ماي بىلەن يۇغۇرۇپ مەلھەم قىلىپ، بۆرەك ۋە دوۋسۇن ساھەسگە چاپقاي.

تۆۋەندىكى ئاتىلانى تەييارلاپ بەرگەي:

نۇسخىسى قورۇلغان كۈنجۈتتىن 30 گىرام، ئاق شېكەردىن 45 گىرام، نىشاستىدىن 12 گىرام، پۇرچاق ئۇنىدىن 10 گىرام ئېلىپ، كۈنجۈتنى يۇمشاق سوقۇپ، مۇۋاپىق مىقداردا بادام يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، قائىده بويىچە ئاتىلا تەييارلاپ بەرگەي.

بۇ كېسەللىككە ئېشەك سۈتى كۆپ مەنپەئەت قىلۇر.

ئون ئۈچىنچى باب بۆرەك تومۇرى يېرىلىش توغرىسىدا

سەۋەبى

بۇنى پەيدا قىلغۇچى سەۋەبلەر تۆۋەندىكىدەك يەتته خىل بولۇر.

1. بەدەنده قان مىقدارى ئېشىپ كېتىپ، قان تومۇرلارغا سىغماسلىقتىن بولۇر.

2. پىلىپىل، ئادراسمان ئۇرۇقى، سامساق، پەرپىيۇن، سۇزاپ يېلىمى، قۇندۇز قەھرى قاتارلىقلارغا ئوخشاش ئۆتكۈر، ئىسسىق تەبىئەتلىك دورىلارنى كۆپ ئىستېمال قىلىشتىن پەيدا بولۇر.

3. ئېغىر يۈك كۆتۈرۈش، ئېگىز يەردىن يىقىلىش، بۆرەككە تاياق تېگىش ۋە باشقا سەۋەبلەردىن بۆرەكنىڭ زەخمىلىنىشى قاتارلىقلاردىن بولۇر.

4. جىما كۆپ بولۇش سەۋەبىدىن بولۇر.

5. مىزاجنىڭ ھوللۇكىدىن بۆرەك قان تومۇرلىرىنىڭ نېپىزلىشىشىدىن پەيدا بولۇر.

6. بۆرەككە زىيادە يەل يغلىپ، بۆرەك قان تومۇرلىرىنى زىيادە كۆپتۈرۈش سەۋەبىدىن پەيدا بولۇر.

7. بۆرەك مىزاجىنىڭ قۇرۇق سوغۇقتىن بۇزۇلۇشى ۋە چۈرۈكلىشىشى سەۋەبىدىن پەيدا بولۇر.

مەزكۇر كېسەللىك دوۋساق ياكى سۈيدۈك يولىدىمۇ كۆرۈلەر.

ئالامىتى

قانىنىڭ زىيادىلىكىدىن بولسا سۈيدۈك بىلەن بىرگە قان كېلۇر، بەزىدە قان ئايرىممۇ كېلۇر، بىمارنىڭ قان تومۇرلىرى كۆپۈپ تۇرۇر. ئۆتكۈر يېمەكلىكلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلغان سەۋەبتىن بولسا، بىمارنىڭ سۈيدۈكى قىزىق بولۇر ۋە ئېچىشتۇرۇپ كېلۇر. بۆرەككە زەخىم يېتىش، ئېغىر يۇك كۆتۈرۈش سەۋەبىدىن پەيدا بولغان بولسا، شۇ خىل ھادىسىدىن كېيىنلا سۈيدۈكتە قان كۆرۈلۈر ھەم قان بىراقلا چىقار. كۆپ جىما قىلغان سەۋەبتىن پەيدا بولسا، ئۇنىڭدىن يۇقىرىدىكىدەك ئالامەتلەر كۆرۈلۈر. مىزاجنىڭ ھۆللۈكتىن بۇزۇلغانلىقى سەۋەبىدىن پەيدا بولغان بولسا، بەدەندە ھۆللۈك ئېشىپ كەتكەنلىكىنىڭ ئالامەتلىرى تېپىلۇر. سۈيدۈكتە تەدرىجىي قان كۆرۈلەر. بۆرەكتە يەل تۇرۇپ قالغانلىق سەۋەبتىن بولغان بولسا، بۆرەكتە يۆتكىلىشچان ئاغرىق كۆرۈلۈر. ئۇنىڭ ئەھۋالى ئايرىم بايان قىلىندى. بۆرەك مىزاجنىڭ قۇرۇق سوغۇقتىن بۇزۇلۇشىدىن پەيدا بولغان بولسا ئۇمۇ بايان قىلىندى.

بۆرەكتىن كەلگەن قانىنىڭ مىقدارى كۆپرەك بولۇر. بىمارنىڭ كۆڭلى غەش بولۇر. بەزىدە سۈيدۈكتە قان نۆكچىسى تېپىلۇر، بۆرەك ساھەسى ئاغرار. قان سۈيدۈك يولىدىن كەلگەن بولسا، سۈيدۈك يولى ۋە دوۋسۇن ساھەسى ئاغرار. دوۋساق قانىسا قان مىقدارى ئاز بولۇر. چۈنكى دوۋساقتا قان كۆپ كەلگىنىدەك چوڭ قان تومۇر بولماس.

بۆرەكتە جاراھەت كۆرۈلگەن بولسا، قان يىرىڭ ئارىلاش كېلۇر. بۆرەكنىڭ جاراھىتى ئايرىم بايان قىلىندۇ.

داۋالاش

توسالغۇ بولمىسا بىمارنىڭ بەدەن قۇۋۋىتىگە قاراپ ھەر ئىككى قولىدىكى باسلىق تومۇرىدىن قان ئالغاي. قۇۋۋىتى يۇقىرى، تەستە ھەزىم بولىدىغان تائاملاردىن ۋە سۈيدۈك ھەيدىگۈچى شەربەتلەردىن پەرھىز قىلدۇرغاي.

سۇفۇپى كاكىنەچنى بەرگەي.

نۇسخىسى كەھرىۋادىن ئۇچ گىرام، رەۋەنچىنىدىن ئىككى گىرام، پەرپىيۇن، گىل مەختۇم، نىشاستە، كۇندۇر قىبرۇسى، كەتىرا، ئەرەب يېلىمى ئۇچ گىرامدىن، خىتاي شۇخلىسى (كاكىنەچ) دىن 20 دانە، سەمغۇل كەمكام (يەمەندىن ئېلىپ كېلىنىدىغان دورا بولۇپ، ئايالىلار ئۆزىنى سەمرىتىش ئۈچۈن ئىشلىتىدۇ) دىن ئالتە گىرام، بىخ مارجان، ئەقىق، كۇشتە قىلىنغان سەپىد موھرىدىن ئۇچ گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ سۇفۇپ قىلىپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە ئۈچ گىرامدىن ئېلىپ، 50 مىللىلىتىر غورا شەربىتى ياكى ياۋا ئالما شەربىتى بىلەن بىرلىكتە كاپ ئەتكەي. ياكى مەزكۇر دورىلارنىڭ تۆت ھەسسىگە بىر ھەسسە تەرخەمەك ئۇرۇقى، بادرەڭ ئۇرۇقى، قوغۇن ئۇرۇقى، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى قاتارلىقلارنى ئېلىپ سوقۇپ، ھەببۇلئاس سۈيى ياكى بېھى سۈيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، كەچتە ئۇخلاشتىن بۇرۇن مۇۋاپىق مىقداردا بەرگەي.

بىماردا قىزىتما، ئۇسسۇزلۇق ئېغىر بولسا، مەزكۇر سۇفۇپنى ئارپا سۈيى بىلەن بەرگەي. ئۇچ سائەت ئۆتكەندىن كېيىن سىركەنجۈبىل سەپەرجىلنى بەرگەي. سۈيدۈك يولىدىن كەلگەن قان قويۇق، قارا بولسا، مەزكۇر سۇفۇپنى بەرمىگەي.

ئەبۇل ھەسەن تۇرۇنجى مۇنداق دېگەن: «مەن ياخشى ئىلاجدىن بىرنى ئاڭلىدىم، ئۇ، بۆرەكتىن قان كېلىش كېسەللىكىگە ناھايىتى ياخشى مەنپەئەت قىلۇر. ئەرەب تىلىدا «سەمەكۇس سەيدا»، پارس تىلىدا «ماری ماھی (يىلان بېلىق)» دەپ ئاتىلىدىغان بىر خىل بېلىق بولۇپ، ئۇنىڭ گۆشى قاينىغۇچە كۆيدۈرۈپ گىل مەختۇم، سۆئىدى قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ سۇفۇپ قىلىپ، ھەببۇلئاس شەربىتى ياكى غورا شەربىتى ياكى ياۋا ئالما (رىۋاج) شەربىتى بىلەن بىرلىكتە 15 گىرامدىن كاپ ئەتكەي.»

تۆۋەندىكى سۇفۇپنى بەرگەي:

نۇسخىسى ئەزپارۇتىپ، رامەك، ئاقاقىيا، كۇندۇر، بەللۇت قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ سۇفۇپ قىلىپ، سوغۇق سۇ بىلەن قوشۇپ، ھەر قېتىمدا ئالتە دانە نوقۇت چوڭلۇقىدا كاپ ئەتكەي.

قۇرسى كەھرىۋانى بەرگەي.

نۇسخىسى كەھرىۋا، جويۇز يېلىمى 15 گىرامدىن، ئانار گۈلى، تېكە ساقىلى ئۆسۈملۈكىنىڭ سۈيى سەككىز مىللىلىتىردىن، كەرەپشە ئۇرۇقىدىن ئۇچ گىرام ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، بەش گىرام چوڭلۇقتا قۇرس قىلىپ، سۇماق سۈيى بىلەن قوشۇپ بەرگەي.

تۆۋەندىكى قۇرسنى بەرگەي:

نۇسخىسى ئاچچىق تاش (زەمچە) تىن ئۇچ گىرام، كەتىرادىن ئالتە گىرام، ئەرەب

يېلمىدىن بىر يېرىم گىرام، خۇنسياۋشان، ئانار چېچكىدىن ئۈچ گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، سېمىزئوت سۇيى بىلەن يۇغۇرۇپ، مۇۋاپىق چوگۇلۇقتا قۇرس قىلىپ سايىدا قۇرۇتۇپ، مۇۋاپىق مىقداردا بەرگەي.

تۆۋەندىكى قۇرسنى بەرگەي:

نۇسخىسى كەتىرا، كۆكنار ئۇرۇقى، گىل ئەرمىنى، تېكە ساقلى ئۆسۈملۈكى ئۇسارىسى، ئەينۇلا يېلىمى، كەھرىۋا قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، يۇمغاقسۇت سۇيى بىلەن يۇغۇرۇپ، مۇۋاپىق چوگۇلۇقتا قۇرس قىلىپ، سايىدا قۇرۇتقاندىن كېيىن مۇۋاپىق مىقداردا بەرگەي.

تۆۋەندىكى قۇرسنى بەرگەي:

نۇسخىسى كەتىرا، كۆكنار ئۇرۇقى، گىل ئەرمىنى، تېكە ساقلى ئۆسۈملۈكى ئۇسارىسى، ئەينۇلا يېلىمى، كەھرىۋا قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، يۇمغاقسۇت سۇيى بىلەن يۇغۇرۇپ، مۇۋاپىق چوگۇلۇقتا قۇرس قىلىپ، سايىدا قۇرۇتقاندىن كېيىن مۇۋاپىق مىقداردا بەرگەي.

تۆۋەندىكى قۇرسنى بەرگەي:

نۇسخىسى بادرەڭ ئۇرۇقى، نىشاستە، كەتىرا ھەربىردىن 12 گىرامدىن، ئانار چېچكىدىن ئالتە گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، يۇمغاقسۇت يوپۇرمىقىغا مۇۋاپىق مىقداردا شېكەر ئارىلاشتۇرۇپ، تالقاننى ئۇنىڭ بىلەن يۇغۇرۇپ مۇۋاپىق چوگۇلۇقتا قۇرس قىلىپ سايىدا قۇرۇتۇپ، ئۇنىڭدىن كېيىن ھۆل گۈل سۇيى، ئىسپىغۇل سۇيى، يۇمغاقسۇت يوپۇرمىقى سۇيى، تېكە ساقلى ئۆسۈملۈكى سۇيى قاتارلىقلارنىڭ قايسىسى بولسا، شۇنىڭ بىلەن ئېرىتىپ، جىنسىي يولغا تېمىتقاي.

بىمارنى قابىز خۇسۇسىيەتلىك دورا سۈلىرىدا ئولتۇرغۇزغاي.

نۇسخىسى ھەببۇلئاس يوپۇرمىقى، موزا، ئانار چېچكى، ئارچا قارىغاي ياڭقى، ئانار پوستى، قىزىلگۈل قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ، تەمى چىققاندىن كېيىن پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، بىمارنى بۇ سۇدا ئولتۇرغۇزغاي.

تۆۋەندىكى زىماتنى يەرلىك ئورۇنغا چاپقاي:

نۇسخىسى يېسىسمۇق، تاغ بېھىسى، تاغ ئالمىسى، ھەببۇلئاس يوپۇرمىقى، كۆكنار ئۇرۇقى، ئانار پوستى قاتارلىقلارنى مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ زىمات تەييارلاپ، يەرلىك

ئورۇنغا چاپقاي. ئۇنىڭغا ئاقاقيا، ئانار چېچىكى، سۇماق قاتارلىقلاردىن قوشسا ياخشى بولىدۇ.

بىمارنى جىمادىن ۋە كۆچلۈك ھەرىكەت قىلىشتىن پەرھىز قىلدۇرغاي.

غىزاسىغا سۇماق، غورا سۇيى، ئانار سۇيى، قوينىڭ كاللا - پاچىقىنى بەرگەي. نىشاستە، بادام يېغى بىلەن ئاتىلا تەييارلاپ بەرگەي.

قەيگە ھاجىتى بولسا ياغلىق، تاتلىق تائاملار، مۇناسىپ دورىلار ۋە ئارپا سۇيى ئىچۈرۈپ قەي قىلدۇرغاي.

ئەبۇل ھەسەن تۇرۇنجى مۇنداق دېگەن: «مەن مەزكۇر كېسەللىكنى داۋالاشتا كۆپ ئىلاجلارنى ئاڭلىدىم، بۇ ئىلاجلار كۆپ كىتابلارغا يېزىلمىغان. ئۇلارنىڭ بىرى شۇكى، ئىككى گىرام نۆشادۇر، ئۈچ گىرام گىل مەختۇمنى بىرلىكتە ئىزىپ سالايە قىلىپ بىمارغا ئىچۈرسە، قانىنى دەرھال توختىتار.»

ئۇ يەنە مۇنداق دەيدۇ: «مەن بەسىردە بىر ئايالنى كۆرگەن ئىدىم، ئۇ مۇشۇ كېسەللىككە گىرىپتار بولغان ئىدى. ئۇنىڭغا تۆگىقۇش تۇخۇمىنىڭ سېرىقى ۋە قابىز شەربەتلەر بىلەن ئىلاج قىلىنغان ئىكەن، شپا تېپىپتۇ. مەنمۇ بۇ خىل ئۇسۇلنى سىناپ كۆردۇم، ھەققەتەن شۇ ھامان قان توختىدى ۋە سۇيدۇك تۈتۈلدى. چۈنكى ئېيتىشلارغا قارىغاندا تۆگىقۇشنىڭ تۇخۇمىدا شۇنداق خاسىيەت بار ئىكەن. مەن يەنە ئىسپاھاندا بىر كىشىنى كۆردۇم، ئۇمۇ شۇ كېسەللىك بىلەن ئاغرىغان ئىدى، ئاغرىق ئازابىنى كۆپ تارتىپ ئورۇقلىغان ئىدى. مەلۇم مۇددەت ئۆتكەندىن كېيىن، ئۇنىڭ ساقىيىپ كەتكەنلىكىنى كۆردۇم، ئۇنىڭدىن: (قانداق ساقايدىڭىز؟) دەپ سورىسام، ئۇ: (بادرەڭنى پىشۇرۇپ يېدىم، شۇنىڭ بىلەن ساقىيىپ كەتتىم) دېدى. مەن ئۇنىڭغا ئىشەنمەي ئۆزۈم كۆپ كىشىلەرگە سىناق قىلدىم، ھەققەتەن ئۇنۇمىنىڭ ياخشى ئىكەنلىكىنى بايقىدىم.»

كېسەللىك بەدەن ۋە بۆرەك مىزاجىنىڭ قورۇق سوغۇقتىن بولۇشىدىن پەيدا بولغان بولسا، پاقلاننىڭ كاللا - پاچاق شورپىسى، كەپتەر باچكىسى شورپىسى ۋە دۇمبە ياغ قاتارلىقلاردىن ھۆقنە تەييارلاپ، ھۆقنە قىلغاي ياكى ئۇلارغا چاۋا ياغ، مۇناسىپ مېغىزلار، ئاز مىقداردىكى ئارپىبەدىيان سۇيىنى قوشۇپ ھۆقنە قىلغاي.

غىزاسىغا ئۆردەك يېغى بەرگەي. پاقلاننىڭ كاللا - پاچاق گۆشىنى پىشۇرۇپ يېگۈزگەي. تۇخۇم، گۈلاب، ئارپا ئۇنى، شېكەر، كۆكنار ئۇرۇقى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، قائىدە بويىچە ھالۋا تەييارلاپ بەرگەي.

بۆرەك ساھەسىنى يەسمەن يېغى بىلەن ياغلاپ بەرگەي.

بۆرەككە زەربە تەگكەن سەۋەبتىن پەيدا بولغان بولسا، دەسلەپتە قان ئالغاي. غىزاسىغا ئاسان ھەزىم بولىدىغان غىزالارنى بەرگەي. گىل ئەرمىنى، سەبرە، ھۇزۇز (رۇسۇت)، ئاقاقىيا قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، مەلھەم تەييارلاپ، بۆرەك ساھەسىگە چاپقاي. مۇۋاپىق مىقداردىكى سىركىگە قىزىلگۈلدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ قەي قىلدۇرسا ياخشى مەنپەئەت قىلۇر. خىلتىنى سۈرۈپ چىقىرىش زۆرۈر بولسا، مۇلايىم ھۆقنىلەرنى ئىشلەتسە بولۇر.

مىزاجنىڭ ھۆللۇكتىن بۇزۇلۇشىدىن پەيدا بولغان بولسا، دەسلەپتە قەي قىلدۇرۇپ، ئۇنىڭدىن كېيىن مىزاجى بۇزۇلۇشنىڭ ئىلاجلىرىنى قىلغاي.

ئۆتكۈر دورا ئىچكەن سەۋەبتىن پەيدا بولغان بولسا دەرھال قەي قىلدۇرغاي. ئۇنىڭدىن كېيىن يېڭى سۈت بەرگەي.

قەي قىلدۇرۇش ئۈچۈن تۆۋەندىكى دورىنى ئىچكۈزگەي.

نۇسخىسى ئۆچكە سۈتى، ئېشەك سۈتى، گۈل يېغىنىڭ ھەربىرىدىن 90 مىللىلىتىردىن، كالا يېغىدىن مۇۋاپىق مىقداردا، ئاق ئۇندىن 15 گىرام ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ، ئىلمان پېتى ئىچۈرۈپ قەي قىلدۇرغاي. ئۇنىڭدىن كېيىن ئىلمان سۇ ئىچۈرگەي.

كالا يېغىدىن ئالتە گىرام، سۈتتىن 30 مىللىلىتىر، شېكەر بىلەن بادام يېغىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، ئارىلاشتۇرۇپ ئاتىلا تەييارلاپ ئىچۈرسە، ھەرقانداق بىمارغا مەنپەئەت قىلۇر.

ئون تۆتىنچى باب بۆرەك ۋە دوۋساقتا قان ئۈيۈپ قېلىش توغرىسىدا

سەۋەبى

بۆرەك ۋە دوۋساقنىڭ مەلۇم سەۋەبلەردىن قانىشىدىن پەيدا بولۇر.

ئالامىتى

بۇنىڭدا سۈيدۈك راۋان بولماس، سىيىش قىينىلىشۇر، بۆرەك ۋە دوۋساقتا ئاغرىق بولۇر.

داۋالاش

ئۇيۇپ قالغان قانىنى ئېرىتىش ۋە ئاقتۇرۇش رولى بولغان يەككە دورىلاردىن مۇرمەككى، قەردمانە، ئۇد سەلىب، ھەببى بىلسان، ئەزپاراتىپ، توشقاننىڭ ئوغۇز سۈتى، غارىقۇن، زىراۋەندە تەۋىيل قاتارلىق دورىلارنى مۇۋاپىق ئۇسۇل ۋە مقدار بويىچە بەرگەي.

بەش گىرام مۇرمەككىنى 100 مىللىلىتىر كەرەپشە سۈيى بىلەن ئېزىپ بەرگەي. ئالتە گىرام ئۇد سەلىب (ئۇدى فاۋانىيا) ياكى ئالتە گىرام ئەزپاراتىپنى سوقۇپ، ئىلمان سۇ بىلەن ياكى ئالتە گىرام ھەببى بىلسانىنى مۇۋاپىق مقداردىكى كەرەپشە سۈيى بىلەن بەرگەي. توشقاننىڭ ئوغۇز سۈتىدىن 3 ~ 5 گىرامغىچە ئېلىپ، نوقۇت سۈيى بىلەن ئېزىپ بەرگەي. غارىقۇندىن ياكى ئۇزۇنچاق زىراۋەنددىن بەش گىرام ئېلىپ، نوقۇت سۈيى ياكى ئىلمان سۇ ياكى سىركەنجۈبىل بىلەن بەرگەي.

بابۇنە بىلەن سۇزاپتىن مۇۋاپىق مقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ، پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، سۈيىگە ئۇچ گىرام سېرىقچېچەك كۈلى، توشقاننىڭ ئوغۇز سۈتىدىن مۇۋاپىق مقداردا ئارىلاشتۇرۇپ، ئۇدا نەچچە كۈن ئىچۈرسە، ئۇيغۇغان قانىنى راۋانلاشتۇرار.

سىركەنجۈبىلنى داۋاملىق ئىچۈرسە قان كېلىدىغان يوللارنى تازىلار.

ئون بەشىنچى باب بۆرەك ۋە سۈيدۈك يوللىرىدا يارا پەيدا بولۇش توغرىسىدا

بۇ، بۆرەك ۋە سۈيدۈك يوللىرىدا پەيدا بولغان يارىدىن ئىبارەتتۇر. بۇ ئىككى ئورۇندا پەيدا بولغان يارىنىڭ سەۋەبلىرى، ئالامەتلىرى ۋە ئىلاجلىرى بىر - بىرىگە يېقىنلىشار.

سەۋەبى

بۇ ئۇچ خىل سەۋەبتىن پەيدا بولۇر.

1. بۆرەك ياكى تۆۋەنكى سۈيدۈك يوللىرىدا مەلۇم زەخىم پەيدا بولسا، ئۆتكۈر خىلتىلار ۋە باشقا تاشقا ئوخشاش يىرىك ماددىلارنىڭ غاجىشى نەتىجىسىدە تەرەققىي قىلىپ، يارىغا ئۆزگىرەر. ئەگەر دەسلەپتە بۆرەكتە يارا پەيدا بولغان بولسا، ئۇنىڭدىن ئاجرالغان كېرەكسىز ماددىلار تۆۋەنكى سۈيدۈك يوللىرىدىن ئۆتۈش جەريانىدا بۇ جايلارنى غىدىقلاپ، يارىنى شەكىللەندۈرەر.

2. بۆرەك ئىششىقى پىشىپ، يىرىڭ يىغىپ، ئېغىز ئالغاندىن كېيىن يارىنى شەكىللەندۈرەر.

3. بۆرەك ياكى تۆۋەنكى سۈيدۈك يوللىرىنىڭ قان تومۇرلىرى يېرىلار، ئۇنىڭدىن چىققان قان يەرلىك ئورۇندا توپلۇپ چىرىپ، يەرلىك ئورۇندا قاپارتما پەيدا قىلۇر. ۋاقتىدا ئىلاج قىلىنمىسا باشقا ئامىللارنىڭ تەسىرى بىلەن يېرىلىپ يارا پەيدا قىلۇر.

ئالامىتى

يارا بۆرەكتە بولسا، بىمارنىڭ بېلى ئاغرار، ئاغرىق ھەتتا ئارقا قوۋۇرغىلار، داس سۆڭەك ۋە يوتىلارغىچە تارقار. بىمارنىڭ ئۇسسۇزلۇقى كۆپ بولۇر. كۆڭلى غەش بولۇر. سىيىش قىينىلىشۇر. يارا بۆرەكنىڭ يىلىك ماددىسىدا بولسا، بەزىدە سۈيدۈك بىلەن بىرگە گۆش پارچىلىرى چىقار. يارا بۆرەكنىڭ ئەتراپىدا بولسا، ئاغرىق يۆتكىلىپ تۇرار، تومۇرى تېز سوقار.

يارا سۈيدۈكنىڭ ئۆتەر يولىدا بولسا، بىمارنىڭ كىندىك ئەتراپى ئاغرار، سۈيدۈكدە مەلۇم مىقداردا يىرىڭ بولۇر. بۆرەك ئەتراپى ياكى ئومومىي بەدەن تۇتۇلار. يەنى پۇت - قوللىرى ئىسسىماس.

يارا دوۋساقتا بولسا، بىمار كىندىكىنىڭ تۆۋەن تەرىپى ئاغرار. بەزىدە ئاغرىق زەكەر ۋە ئۇرۇقدانغىچە تارقار. سۈيدۈكدە بەزىدە قان، بەزىدە يىرىڭ بولۇر. ئاغرىق بىمارنىڭ سۆڭگىچىگىچە تارقار.

ئەگەر يارا مەزكۇر ئورۇنلارنىڭ ئىككىسىدە بىراقلا پەيدا بولغان بولسا، ئۇلارغا مۇناسىۋەتلىك بولغان يۇقىرىدىكى ئالامەتلەر قوشۇلۇپ كېلۇر.

داۋالاش

يارا بىمارنىڭ بۆرىكىدە بولسا، قايسى تەرەپتىكى بۆرەكتە ئىكەنلىكىنى ئېنىقلىغاي. يارا ئوڭ تەرەپتىكى بۆرەكتە بولسا، شارائىت يار بەرسە ئوڭ تەرەپتىكى باسلىق تومۇرىدىن، سول تەرەپتە بولسا، سول تەرەپتىكى باسلىق تومۇرىدىن، ئىككىلا تەرەپتە بولسا ئىككى تەرەپتىكى باسلىق تومۇرىدىن قان ئالغاي.

يارا سۈيدۈك يولىدا بولسا، بىمارنىڭ سافىن تومۇرىدىن قان ئالغاي.

ئۇنىڭدىن كېيىن يىرىڭنى تازىلايدىغان دورىلارنى، ئارقىدىن يارىغا گۆش ئۆندۈرىدىغان دورىلارنى ئىشلەتكەي.

بىماردا قىزىتما بولمىسا ۋە مىزاجى ئىسسىق بولمىسا، يارىنى تازىلاش ئۈچۈن تۆۋەندىكى دورىلارنى قاينىتىپ ئىچۈرگەي:

نۇسخىسى كەرەپشە يىلتىزى، ئارپىبەدىيان يىلتىزى، ئىزخىر قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ، تەمى چىققاندىن كېيىن پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، مائۇلھەسەل بىلەن بەرگەي.

تۆۋەندىكى سۇفۇپنى بەرسە يىرىڭنى تازىلار:

نۇسخىسى كەرەپشە ئۇرۇقى، ئارپىبەدىيان ئۇرۇقى، رۇمبەدىيان ئۇرۇقى، پەتەرئاسالىيۇن، قۇرۇق زۇپانىڭ ھەربىرىدىن ئالتە گىرامدىن، كۈندۈردىن 10 گىرام ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، سۇفۇپ تەييارلاپ، 60 مىللىلىتىر مائۇلھەسەل بىلەن بىرلىكتە ئالتە گىرامدىن كاپ ئەتكەي.

تۆۋەندىكى سۇفۇپنى بەرگەي:

نۇسخىسى كەرەپشە ئۇرۇقى، پەتەر ئاسالىيۇن، بەدىيان رۇمى، ئوردان، مۇ (بىر خىل دورا)، راسەن، تەرخەمەك ئۇرۇقى، بادرەڭ ئۇرۇقىنى ئالتە گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ سۇفۇپ تەييارلاپ، مائۇلھەسەل بىلەن قوشۇپ ئالتە گىرامدىن كاپ ئەتكەي.

غىزاسىغا كەكلىك گۆشى، بۆدۈنە گۆشى، قۇشقاچ گۆشىنى بەرگەي.

بىمارنىڭ قىزىتمىسى بولسا ۋە مىزاجى ئىسسىق بولسا، يارا سۈيدۈك يولىدا بولسا، قوغۇن ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى، بادرەڭ ئۇرۇقى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، سۇفۇپ تەييارلاپ، گۈلاب ياكى مەئۇلھەسەل بىلەن بەرگەي.

بىمارنىڭ مىزاجى مۆتىدىل بولسا، زىغىر، چىلغوزا مېغىزى، كەرەپشە ئۇرۇقى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، سۇفۇپ تەييارلاپ، گۈلاب ياكى مائۇلھەسەل بىلەن بەرگەي. مەزكۇر ئۇرۇقلارنى ئېشەك سۈتىگە قوشۇپ شىكەر بىلەن تاتلىق قىلىپ ئىچۈرسە ياخشى مەنپەئەت قىلۇر.

بىمارنىڭ غىزاسىغا غورا، سۇماق، ئانار سۈيىنى ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزگەي. ئاچچىق يېمەكلىكلەردىن پەرھىز قىلدۇرغاي.

يىرىڭنى تازىلاپ جاراھەت پاك بولسا بىمارنى ئىلمان سۇدا ئولتۇرغۇزغاي. ئوغرىتىكەن، پىرسىياۋشان، بۇغداي كېپىكى قاتارلىقلارنى مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ ئىلمان بولغاندا بىمارنى ئولتۇرغۇزغاي.

بۆرەڭ ۋە دوۋساق ساھەسىگە مۇناسىۋەتلىك مايلارنى سۈركىگەي. ئاغرىق پەسەيمىسە سۇفۇپلارغا بەزرۇلبەنجى ياكى ئەپيۇندىن مۇۋاپىق مىقداردا ئارىلاشتۇرغاي. ئابزەنگە كۆكنار پوستىنى قوشقاي.

كۆز ئاغرىقىدا بايان قىلىنغان شىيافى ئەبىزدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، ئايال كىشىنىڭ

سۈتى بىلەن ئىرىتىپ جىنسىي يولغا تېمىتقاي. دوۋسۇننى گۈل يېغى بىلەن ياغلىغاي. تۆۋەندىكى ھۆقنىنى ئىشلەتسە ئاغرىقنى پەسەيتەر.

نۇسخىسى ئارپا كېپىكى، بۇغداي كېپىكى، قىزىل بوغداج يوپۇرمقى، يۇمغاقسۈت يوپۇرمقى قاتارلىقلاردىن مۇڭاپىق مقدارىدا ئېلىپ، مۇڭاپىق مقدارىدىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ تەمنى چىقىرىپ، پىسەپلىرىنى ئېلىۋېتىپ، 120 مىللىلىتىر سۈغا 30 مىللىلىتىر گۈل يېغى ئارىلاشتۇرۇپ قائىدە بويىچە ھۆقنە قىلغاي.

تۆۋەندىكى سۇفۇپنى ئىستېمال قىلدۇرسا ئاغرىقنى پەسەيتەر.

نۇسخىسى بەزرۇلبەنجى يېرىم گىرام، ئەپيۇن ئىككى گىرام، بادرەڭ ئۇرۇقى مېغىزى ئالتە گىرام، كاھۇ ئۇرۇقى ئۈچ گىرام، سېمىزئوت ئۇرۇقىدىن تۆت گىرام ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، بىنەپشە شەربىتى ياكى كۆكنار شەربىتى ياكى ئېشەك سۈتى بىلەن قوشۇپ بەرگەي.

قۇرسى كاكىنەچنى بەرسە ئاغرىقنى پەسەيتەر، يارىغا گۆش ئۈندۈرەر.

نۇسخىسى تەرخەمەك ئۇرۇقى، گىل ئەرمىنى، ئەرەب يېلىمى، كۇندۇر، خۇنسىياۋشان ھەربىرىدىن 30 گىرامدىن، ئاق كۆكنار ئۇرۇقى، تاتلىق بادام مېغىزى، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى قىيامى (رۇببىسۇس)، نىشاستە، كەتىرا، كەرەپشە ئۇرۇقىنىڭ ھەربىرىدىن ئالتە گىرامدىن، رۇمبەدىياندىن ئۈچ گىرام، قۇرۇق كاكىنەچتىن 18 گىرام ئېلىپ، دورىلارنى قائىدە بويىچە سوقۇپ، تاسقاپ، مۇڭاپىق چوڭلۇقتا قۇرس قىلىپ، سايىدا قۇرۇتقاندىن كېيىن، مۇڭاپىق مقداردىكى بىنەپشە شەربىتى بىلەن بىرگە ھەر قېتىمدا 10 گىرامدىن بەرگەي.

قۇرسى كاكىنەچنىڭ ئېيسا چاھار بەخت ئىجاد قىلغان نۇسخىسىنى بەرگەي.

نۇسخىسى بەزرۇلبەنجىدىن 18 گىرام، ئارپىبەدىيان ئۇرۇقىدىن ئالتە گىرام، زەپەر، كاۋا ئۇرۇقى مېغىزى، چىلغوزا مېغىزى، ئاچچىق بادام مېغىزى ھەربىرىدىن 10 گىرامدىن، كاكىنەچتىن 25 دانە، تەرخەمەك ئۇرۇقىدىن 30 گىرام، كۇندۇردىن 18 گىرام ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، مۇڭاپىق چوڭلۇقتا قۇرس قىلىپ، سايىدا قۇرۇتقاندىن كېيىن مۇسەللەس بىلەن قوشۇپ ھەر قېتىمدا 10 گىرامدىن بەرگەي.

بەزى نۇسخىلارغا خىتاي شوخلىسى (كاكىنەچ) دىن 50 دانە، كۇندۇردىن ئالتە گىرام قوشقاي.

يىرىڭ تازىلىنىپ بىمارنىڭ سۈيدۈكىدىكى قان يوقالغاندىن كېيىن گۆش ئۈندۈرگۈچى دورىلارنى ئىشلەتكەي.

قۇرسى كۆكنار كۆپ مەنپەئەت قىلۇر.

نۇسخىسى ئاق كۆكنار ئۇرۇقىدىن ئالتە گىرام، بەزرۇلبەنجىدىن ئۈچ گىرام، كەتىرا، ئەرەب يېلىمى، نىشاستە، گىل ئەرمىنى، گىل قىبرۇسى، گىل مەختۇم، قىزىل لاي، ئانارگۈلى، سۇماق ھەربىرىدىن ئۈچ گىرامدىن، تاباشىر، كەھرىۋانى تۆت گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، يۇمغاقسۇت يوپۇرمىقى سۇيى بىلەن يۇغۇرۇپ، مۇۋاپىق چوڭلۇقتا قۇرس قىلىپ، سايىدا قۇرۇتقاندىن كېيىن 45 مىللىلىتىر سىركەنجۈل سەپەرجىلى ياكى ئارپا سۇيى بىلەن بىرلىكتە ھەر قېتىمدا 3 ~ 6 گىرامغىچە يېگۈزگەي. ئۇنىڭغا قۇرسى خۇسىياۋشان، ھەببۇلئاس، كۆيدۇرۇلگەن قەغەزدىن مۇۋاپىق مىقداردا قوشۇلسا تېخىمۇ كۈچلۈكرەك بولۇر. ئۇ، يارىغا گۆش ئۈندۈرىدۇ. يارا ئوتتۇرىدا بولسا، مارجان شوخلا، كۇشتە قىلىنغان بىخ مارجان، مەرۋايىتنى قوشقاي.

تېكە ساقلى ئۆسۈملۈكنى قاينىتىپ تەمنى چىقىرىپ، سۇيىگە گۇل يېغىدىن مۇۋاپىق مىقداردا تېمىتىپ، سۇيدۇك يولىغا تېمىتقاي.

تۆۋەندىكى قابىز خۇسۇسىيەتلىك زىماتنى بۆرەك، دوۋساق ۋە يىرىق قاتارلىق ئورۇنلارغا چاپقاي.

نۇسخىسى ئارپا، قورۇلغان كېپەك، قىزىلگۈل، ئانارگۈلى، رۇسۇت (ھۇزۇز)، شىيافى مامىسا، سۇماق يوپۇرمىقى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، يۇمغاقسۇت يوپۇرمىقىنىڭ سۇيى بىلەن يۇغۇرۇپ، بۆرەك ۋە دوۋساق ساھەسگە چاپقاي.

تۆۋەندىكى زىماتنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى قىزىلگۈل، ئانارگۈلى، ئاس دەرىخى يوپۇرمىقى، كۇندۇر قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، ئاس دەرىخى سۇيى بىلەن يۇغۇرۇپ زىمات قىلغاي.

جىغان (ئەۋسەج) يوپۇرمىقى، خەرنۇب نىبىتى، ئانار پوستى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ، سۇيىگە لاتىنى چىلاپ، بۆرەك، دوۋساق، يىرىق ۋە يوتا قاتارلىق ئورۇنلارغا ياپسا ياخشى مەنپەئەت قىلۇر.

يارا سۇيدۇك يولىدا بولسا، زىماتنى داۋاملىق ئەمەس، بەلكى پات - پات چاپقاي.

تۆۋەندىكى سۇفۇپنى بەرگەي. ئۇ، يارىغا گۆش ئۈندۈرەر، يارىنى پىشۇرار:

نۇسخىسى مۇقەل، ئەرەب يېلىمى، گىل ئەرمىنى، گىل مەختۇم قاتارلىقلارنى باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، سۇفۇپ تەييارلاپ مۇناسىپ شەربەت بىلەن بىرگە كاپ ئەتكەي.

تۆۋەندىكى سۇفۇپنى ئىستېمال قىلدۇرغاي، ئۇ، يارىغا گۆش ئۇندۇرەر:

نۇسخىسى گىل مەختۇم، گىل قىبرۇسى، گىل قىيمۇلىيا ھەربىرىدىن ئالتە گىرامدىن، تاباشىر، ئەرەب يېلىمى، نىشاستە، كەتىرانىك ھەربىرىدىن ئۇچ گىرامدىن، يۇمغاقسۇت ئۇرۇقىدىن 10 گىرام، بىخ مارجان كۇشتىسى، مەرۋايىت كۇشتىسى، كەھرىۋا، كۆيدۇرۇلگەن بۇغا مۇڭگۈزىنى ئۇچ گىرامدىن ئېلىپ، دورىلارنىڭ سوقۇشقا تېگىشلىكلىرىنى سوقۇپ سۇفۇپ تەييارلاپ، كۆكنار شەربىتى ياكى ئالما قىيامى بىلەن بىرلىكتە ھەر قېتىمدا 4.5 گىرامدىن كاپ ئەتكەي.

تۆۋەندىكى سۇفۇپنى بەرگەي. ئۇ، يارىنى تازىلاپ، گۆش ئۇندۇرەر:

نۇسخىسى تەرخەمەك ئۇرۇقى، بادرەڭ ئۇرۇقى، قوغۇن ئۇرۇقىنىڭ ھەربىرىدىن 15 گىرامدىن، گىل ئەرمىنى، گىل قىبرۇسى، گىل مەختۇم، كەتىرا، نىشاستە، سەمغى پارسى (ئەينۇلا يېلىمى)، سېمىزئوت ئۇرۇقى، تاباشىر ئالتە گىرامدىن، كەرەپشە ئۇرۇقى، بەدىيان رۇمى، قۇرۇق زۇپا، خۇنسياۋشان، كەھرىۋا، رەۋەنچىنىدىن ئۇچ گىرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ، تاسقاپ، سۇفۇپ تەييارلاپ، ياۋا ئالما شەربىتى (رىۋاج) بىلەن بىرلىكتە ھەر قېتىمدا 10 گىرامدىن كاپ ئەتكەي.

تۆۋەندىكى سۇفۇپنى بەرگەي. ئۇ، يارىنى تازىلاپ، گۆش ئۇندۇرەر:

نۇسخىسى سەمغى پارسى (ئەينۇلا يېلىمى)، سەمغى ئەرەبى، كەتىرا، نىشاستە، سېمىزئوت ئۇرۇقى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، سېمىزئوت يوپۇرمىقى سۇيى بىلەن بىرگە ئالتە گىرامدىن كاپ ئەتكەي.

تۆۋەندىكى قۇرسنى بەرگەي:

نۇسخىسى ئاچچىق تاش (زەمچە) كۇشتىسى، خۇنسياۋشان، ئانار گۈلى ھەربىرىدىن 10 گىرامدىن، كەتىرادىن 18 گىرام، ئەرەب يېلىمىدىن بەش گىرام ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، سېمىزئوت يوپۇرمىقى سۇيى بىلەن يۇغۇرۇپ، مۇۋاپىق چوڭلۇقتا قۇرس قىلىپ، سايىدا قۇرۇتۇپ، ھەببۇلئاس سۇيى بىلەن بىرگە ھەر قېتىمدا ئالتە گىرامدىن بەرگەي.

قۇرسى كەھرىۋانى بەرگەي.

نۇسخىسى كەھرىۋا، كەتىرا، نىشاستە، ئەرەب يېلىمى، تەرخەمەك ئۇرۇقى، بادرەڭ ئۇرۇقىنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرامدىن، ئانار گۈلى، ئاقاقىيانى بەش گىرامدىن ئالغاي، بەزى نۇسخىلاردا كەھرىۋادىن ئۇچ گىرام سېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ، تاسقاپ، يۇمغاقسۇتنىڭ سۇيى بىلەن يۇغۇرۇپ، مۇۋاپىق چوڭلۇقتا قۇرس قىلىپ، سايىدا قۇرۇتۇپ، سۇماق سۇيى بىلەن

بىرلىكتە ھەر قېتىمدا ئالتە گىرامدىن بەرگەي.

سۇرگىگە ئېھتىياج بولسا، يەڭگىل ھۆقنىلەرنى ۋە شىيافلارنى ئىشلەتكەي. ئۇلارنىڭ بۆرەك ۋە دوۋساق كېسەللىكلىرىگە بولغان تەسىرى ناھايىتى ياخشىدۇر.

ھۆقنىنىڭ نۇسخىسى ئارپا كېپىكى، بۇغداي كېپىكى، ئوغرىتىكەن، قىزىلگۈل، پىرسىياۋشان، ئاق لەيلىگۈلى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ، تەمى چىققاندىن كېيىن، پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، كۈنجۈت يېغى ۋە مائۇلھەسەلدىن مۇۋاپىق مىقداردا قوشۇپ، قائىدە بويىچە ھۆقنە قىلغاي. ئۇ، چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىپ، ئۆچەيدىكى يىرىڭنى تازىلار. چۈنكى بۆرەكتىكى يارا ئېغىز ئالسا، ئۇنىڭدىن ئاجرىغان يىرىڭ مۇناسىۋەتلىك يوللار ئارقىلىق ئۆچەي بوشلۇقىغا چۈشەر. ئۇنى ھۆقنە دورىسىدىن باشقا نەرسە بىلەن تازىلىغىلى بولماس.

تۆۋەندىكى ھۆقنىنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى ئارپا كېپىكى، لەيلى يوپۇرمىقى، بۇغداي كېپىكى، قىزىلچا يوپۇرمىقى، كەرەم يوپۇرمىقى، چالا سوقۇلغان زىغىر ئۇرۇقى، چالا سوقۇلغان زاراڭزا ئۇرۇقى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ، تەمى چىققاندىن كېيىن پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، سۈيىگە بىنەپشە يېغى بىلەن ئاق شېكەردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ، قائىدە بويىچە ھۆقنە قىلغاي.

بۆرەكتىكى يارىنى داۋالاش قېيىن بولۇپ، كۆپىنچە يېرىپ داۋالاشقا توغرا كېلۇر.

ئەبۇل ھەسەن تۇرۇنجى ماھىر تېۋىپلارنىڭ بۇ كېسەللىكنى داۋالاش ئۈچۈن بىر مەجۇن ئىجاد قىلغانلىقىنى، ئۇنىڭ ئىسمىنى تەرياق دەپ ئاتىغانلىقىنى ئېيتقان.

مەزكۇر تەرياقنىڭ نۇسخىسى گىل مەختۇمدىن 15 گىرام، گىل قىبرۇسى، گىل ئەرمىنى 45 گىرامدىن، تېبكە ساقلى ئۆسۈملۈكى سۈيىدىن 12 گىرام، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، سېمىزئوت ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى، ئەينۇلا يېلىمى، نىشاستە، كەتىرانىڭ ھەربىردىن 15 گىرامدىن، سۇماقتىن 21 گىرام، غورا ئۆزۈم، گۈلى پارسى، رەۋەنچىنى ھەربىردىن 10 گىرامدىن، مارجان شوخلا، قەزمى قۇرەيش، چىلغوزا مېغىزى، بادام مېغىزى ھەربىردىن 21 گىرامدىن، تەرخەمەك ئۇرۇقى، بادرەڭ ئۇرۇقى، قوغۇن ئۇرۇقى، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزىنىڭ ھەربىردىن 15 گىرامدىن، رامەكتىن 10 گىرام، كاكىنەچ (خىتاي شوخلىسى) تىن 40 دانە، پەتەر ئاسالىيۇن، زۇپا، سۆئتەر، كەرەپشە ئۇرۇقى، بەدىيان رۇمى ئۇرۇقىنىڭ ھەربىردىن 12 گىرامدىن، تەلقىتىن 10 گىرام، ئەپيۇندىن ئالتە گىرام، ئاق كۆكنار ئۇرۇقى، قارا كۆكنار

ئۇرۇقى، بەزرۇلبەنجىنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرامدىن، رۇببىسۇس (چۈچۈكبۇيا يىلتىزى قىيامى) تىن ئالتە گىرام، خۇنسىياۋشاندىن 15 گىرام ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ مەجۇن قىلىپ، كېسەللىكنىڭ دەسلەپكى مەزگىلىدە يىرىڭنى تازىلاش ئۈچۈن، بۇ دورىدىن ئۈچ گىرام ئېلىپ، 100 مىللىلىتىر ئېشەك سۈتى، 21 مىللىلىتىر مائۇلھەسەل بىلەن بەرگەي. بىمارنىڭ مىزاجى ئىسسىق بولسا، بۇ دورىدىن ئىككى گىرام ئېلىپ، بېھى شەربىتىنى غورا ئۇزۇم سۈيى بىلەن قوشۇپ بەرگەي. كېسەللىك بىمارنىڭ دوۋسقىدا بولسا، بۇ مەجۇندىن 10 گىرام ئېلىپ، 21 مىللىلىتىر يۇمغاقسۈت سۈيى، 15 مىللىلىتىر مائۇلھەسەل بىلەن بەرگەي. كېسەللىكنىڭ ئاخىرقى دەۋرىدە يىرىڭ پاك بولغان، سۈيدۈكى سۈزۈلگەندىن كېيىن بۇ مەجۇندىن بەش گىرام ئېلىپ، ھەببۇلئاس شەربىتى، غورا سۈيى بىلەن قوشۇپ بەرگەي.

بىمارنىڭ غىزاسىغا كەكلىك گۆشى، چىغ توخۇسى گۆشىنى يېگۈزگەي.

مەلۇم بولغايكى، بۇ كېسەللىككە ئېشەك سۈتى ۋە باشقا سۈتلەر پايدا قىلۇر. يارىدىكى يىرىڭنىڭ تازىلىنىشى مەقسەت قىلىنسا ئېشەك سۈتىنى ئىچكۈزگەي. ھەر كۈنى ئەتىگەندە 100 مىللىلىتىر ئېشەك سۈتىگە مەزكۇر مەجۇندىن ئۈچ گىرام قوشۇپ بەرگەي. يۇقىرىدا بايان قىلىنغان قۇرسلار ۋە سۇفۇپلار ئېشەك سۈتى بىلەن بېرىلسە، ياخشى مەنپەئەت قىلۇر. كېسەللىكنىڭ ئوتتۇرا مەزگىلىدە ئۆچكە سۈتى بېرىلسە مۇۋاپىق كېلۇر. بەزىدە مەزكۇر مەجۇننى مۇناسىۋەتلىك قۇرس ۋە سۇفۇپلار بىلەن، بەزىدە شېكەر بىلەن قوشۇپ بەرگەي.

بىمار ئورۇق بولسا، ئېشەك سۈتىگە شېكەر ياكى ھەسەل ئارىلاشتۇرۇپ ئىچۈرسە، بەدەننى قۇۋۋەتلەپ سەمرىتەر. ئارپا ئېشىغا سەرتان (راك) سىلىپ بەرگەي. پەرھىز ئېشىغا بادام مېغىزى، ھۆل ئەنجۈر قوشۇپ بەرگەي.

قالغىنىنى ئاللا ئەك ئوبدان بىلۇر.

ئىككىنچى قىسىم دوۋساق كېسەللىكلىرى توغرىسىدا

بىرىنچى باب ئىسسىقتىن بولغان دوۋساق ئىششىقى توغرىسىدا

سەۋەبى

بۇ، قان ياكى سەپرانىڭ ياكى ھەر ئىككىسىنىڭ تەسىر قىلىشىدىن پەيدا بولۇر. بەزىدە دوۋساقنىڭ زەخمىلىنىشى، دوۋساقتىكى تاشنىڭ دوۋساقنى غاجىشى سەۋەبىدىنمۇ يالۇغ پەيدا بولۇر.

ئالامىتى

بىمارنىڭ دوۋساق قىسمى داۋاملىق ئاغرار، سانجىپ بىئارام قىلۇر، كۆيۈشۈر، بىمارنى ئۇسستار، جۆيلۈپ، تىلى قارا بولۇر. قەي قىلۇر، پۇت - قوللىرىنى سوۋۇتار، يۈز - كۆزلىرى قىزىل بولۇر. ئىششىق چوڭ بولسا، سۈيدۈك تۇتۇلار، دوۋساق ئېسىلۇر. ئىششىق چوڭ بولمىسا سۈيدۈك تامچىلاپ كېلۇر. بىمار يانچە ياتالماس، ئوڭدا ياتسا سانجىپ ئاغرىپ بىئارام قىلۇر.

دوۋساقتىكى ئىششىق چىيقانغا ئۆزگەرسە بىمارنىڭ سۈيدۈكىدە چۆكمە بولۇر، چۆكمە كۆپ بولسا ساقىيىشتىن ئۈمىد بولۇر. باشقا ئالامەتلىرى بۆرەككە چىققان چىيقاننىڭ ئالامەتلىرىگە ئوخشار. چىيقان بىر ھەپتە ئىچىدە ئېغىز ئالمىسا، نەچچە كۈن ئىچىدىلا بىمارنىڭ ھاياتىغا خەۋپ يېتىش خەتىرى بولۇر.

داۋالاش

دەسلەپتە بىمارنىڭ بەدەن ئەھۋالىغا قاراپ توسالغۇ بولمىسا، قان ئالغاي. ئىششىق دەسلەپكى

مەزگىلىدىن ئۆتۈپ كەتكەن بولسا، مابىز تومۇرىدىن قان ئالغاي.

يالۇغ سەپرادىن بولسا، ماددىنى توسقۇچى زىماتلارنى چاپقاي. ئاغرىق كۈچلۈك بولمسا ئىششقنى يۇمشاتقۇچى زىماتلارنى تەييارلاپ چاپقاي. ئىششق قېتىۋېلىشنىڭ ئالدىنى ئالغاي. دوۋساق پەيلىك ئەزا بولغاچقا، كالىنىڭ سۈيدۈك خالتىسىغا ئىسسىق سۇ قاچىلاپ، ئۇنىڭغا ئىسسىق ئۆتكۈزۈپ، يۇمشاتقۇچى مايلار بىلەن مايلانسا پايدىسى كۆپ بولۇر، بىمارغا ئارام بېرەر. بۇلۇت ياكى يۇڭ رەختكە بىنەپشە يېغى سۈركەپ ئاغرىغان يەرگە قويغاي.

بىمارنىڭ ئۇسسۇزلۇقىغا مارجان شوخلا سۈيى بەرگەي. فۇلۇسى خيارشەنبەر بىلەن ھۆقنە تەييارلاپ، چوڭ تەرەتنىڭ راۋانلىقىغا كاپالەتلىك قىلغاي.

ئاق لەيلىگۈلى، شۇمشا ئۇرۇقى، زىغىر ئۇرۇقى، بۇغداي كېپىكى، بىنەپشە يېغى قاتارلىقلار بىلەن ھۆقنە سۈيۇقلۇقى تەييارلاپ ھۆقنە قىلغاي.

ئىسپىغۇل شىرىسنى ئايال كىشىنىڭ سۈتى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ جىنسىي يولغا تېمىتقاي.

ئايال كىشىنىڭ سۈتى، ئارپا سۈيى، زىغىر لوئابى، فۇلۇسى خيارشەنبەر قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، قائىدە بويىچە ھۆقنە تەييارلاپ ئىشلەتكەي. بۇلار يالۇغ قايتۇرار، پىشۇرار، ئاغرىقنى پەسەيتەر.

ئۇنىڭدىن كېيىن بىنەپشە يېغى بىلەن دوۋساق ساھەسىنى ياغلىغاي. ئۇنىڭغا بابۇنە يېغىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئارىلاشتۇرسىمۇ بولۇر.

ئاق قەنت بىلەن كۈنجۈتتىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ بىرلىكتە سوقۇپ، ئۇنىڭغا سۈت، بىنەپشە يېغى، بابۇنە يېغىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم تەييارلاپ دوۋساق ساھەسىگە چاپقاي.

چامغۇر ياكى بېدىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، سۇ بىلەن پىشۇرۇپ دوۋساق ساھەسىگە چاپقاي.

ھەپتە ئۆتكەندىن كېيىن ئاغرىق پەسەيسە، باقىلە ئۇنى، زىغىر، بابۇنە قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، مۇسەللەس بىلەن مەلھەم تەييارلاپ دوۋساق ساھەسىگە سۈركىگەي.

ئاغرىق پەسەيمىسە سافىن تومۇرىدىن قان ئالغاي. ماددىنى توسىدىغان دورىلارنى ئىشلەتكەي. ئۇنىڭدىن كېيىن قوندۇز قەھرى، زۇپا، موم يېغى قاتارلىقلارنى ئىشلىتىشكە توغرا كېلەر. چۈنكى ئۇلارنىڭ پايدىسى ياخشىدۇر.

ئابزەنگە، بولۇپمۇ شۇمشا ئۇرۇقى، زىغىر، بابۇنە، ئىزخىر قاتارلىقلار قوشۇلغان ئابزەنگە سىركىنى ئارىلاشتۇرسا كۆپ مەنپەئەت قىلۇر. بۇ كېسەللىككە ئىشلىتىدىغان ئابزەنگە سۆئىدى،

سۇمبۇل، قەلەمپۇر، ھۇماما، قەدرنامە قاتارلىقلارنى كۆپ قوشقاي.

چامغۇر ئۈرۈقى، ئوغرىتىكەن، كەرەم يوپۇرمىقىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ ئابزەن قىلسا، ئاغرىقنى پەسەيتىپ، ياللۇغ قايتۇرار.

دوۋساق ياللۇغى چىقانغا ئۆزگەرگەن بولسا، چىقاننىڭ ئىلاجنى قىلغاي. ئاغرىپ بىئارام قىلسا، يەرلىك ئورۇننىڭ سېزىمنى تۆۋەنلىتىدىغان دورىلارنى ئىشلىتىشكە توغرا كېلىدۇ. بۇنىڭ ئۈچۈن ئەپيۇندىن 0.3 مىللىگرام، زەپەردىن يېرىم گىرام ئېلىپ، بىنەپشە يېغى بىلەن سالايە قىلىپ، دوۋساق ساھەسىگە سۈركىگەي ياكى يۇڭ لاتا بىلەن شامچە قىلىپ جىنسىي يولغا قويغاي. قالغىنىغا سەرسامنىڭ ئىلاجنى قىلسا بولۇر.

قالغىنىنى ئاللا ھەممىدىن ئوبدان بىلۇر.

ئىككىنچى باب سوغۇقتىن بولغان دوۋساق ئىششىقى توغرىسىدا

سەۋەبى

بۇ، سوغۇقلۇقنىڭ غالىبلىقىدىن پەيدا بولۇر.

ئالامىتى

بۇنىڭدا بىمارنىڭ چوڭ ـ كىچىك تەرىتى راۋان بولماس. دوۋسۇنى ئېغىر مەلۇم بولۇر. پۇت ـ قوللىرىدا ماغدۇر بولماس. بۆرەكنىڭ سوغۇقتىن بولغان ياللۇغىغا ئوخشاش ئالامەتلەر كۆرۈلەر. بۇنىڭ پەرقى شۇكى، بۇ كېسەللىكتە ئاغرىق دوۋساققا مەركەزلىشەر.

داۋالاش

بۆرەكنىڭ قاتتىق ئىششىقىنى قايتۇرۇشقا ئىشلىتىلگەن ياللۇغ قايتۇرغۇچى ئىسسىق تەبىئەتلىك مايلار، زىماتلار، كەماد (ئىسسىق ئۆتكۈزۈش) لەرنى ئىشلەتكەي. مۇناسىپ شەربەتلەرنى تەييارلاپ بەرگەي. جىنسىي يولغا شۇ بابتا بايان قىلىنغان مۇناسىۋەتلىك مايلارنى تېمىتقاي.

ئۇچىنچى باب دوۋساق يارىسى توغرىسىدا

سەۋەبى

بۇنىڭ سەۋەبى بۆرەك يارىسنىڭ سەۋەبىگە ئوخشار.

ئالامىتى

سۈيدۈكى ئېچىشىپ كېلۇر. بۆرەك يارىسدا كۆرۈلگەن ئالامەتلەر كۆرۈلەر.

داۋالاش

بۇ بۆرەك يارىسنى داۋالاشقا ئوخشايدۇ. بىمارنى ئۆتكۈر، چۈچۈمەل ھەم تاتلىق نەرسىلەردىن، كۆپ ھەرىكەت قىلىپ رىيازەت چېكىشتىن، ھارارەتنى يۇقىرى كۆتۈرىدىغان ۋە خىلىتنى قوزغىتىدىغان نەرسىلەردىن پەرھىز قىلدۇرغاي. مۆتىدىل تەبىئەتلىك شەربەتلەر، شورپىلارنى ئىچىشكە بۇيرۇغاي. بەزىدە نورمال ھەرىكەتنىڭ بەدەندىكى ئارتۇق خىلىتلارنى تارقىتىش رولى بولۇر. شۇنىڭ ئۈچۈن، نورمال دەرىجىدە ھەرىكەت بىلەن شۇغۇللىنىش پايدىلىق، بەدەننى قۇۋۇەتلەيدۇ، دەپ قارىلۇر.

بۇ كېسەللىككە بۆرەك يارىسنىڭ ئىلاجى قىلىنسا مەنپەئەت قىلۇر.

خۇۋاجە ئەبۇ ئەلى ئىبن سىنا «ئەلقانۇن» ناملىق كىتابىدا بۇ كېسەللىككە ئات سۈتىنىڭ پايدا قىلىدىغانلىقىنى بايان قىلغان. ئۇنى ئەرەبچە ئىبارىلەر بىلەن چۈشەندۈرگەن. ئۇنىڭ شەرھىسى: «بىز يۇقىرىدا سۈتلەرنىڭ پايدىلىرىنى بايان قىلدۇق، ئەمما ئۇلارنىڭ ھەممىسىنىڭ ئىستېمال قىلىش شەرتلىرى بولۇر، سۈپەتلەرنىڭ ھەممىسىنىڭ سۈيدۈك يولى كېسەللىكلىرىگە پايدىسى بار، بولۇپمۇ ئات سۈتىنىڭ بۇ جەھەتتىكى تەسىرى گەۋدىلىكتۇر» دېگەندىن ئىبارەت.

بۇ كېسەللىككە ئىلاج قىلىشنىڭ ئەڭ ياخشى يولى شۇكى، دەسلەپتە دوۋساقنى يۇيۇپ، يىرىڭنى تازىلىغاي. بۇنىڭ ئۈچۈن مائۇلھەسەلنى ئىچۈرگەي. گۇلابقا سۈيدۈك ھەيدەيدىغان دورىلاردىن مۇۋاپىق قارالغانلىرىدىن مۇۋاپىق مىقداردا قوشۇپ تەمنى چىقىرىپ بەرگەي ھەم نەيچە ئارقىلىق جىنسىي يولىغا تېمىتقاي. يىرىڭ كۆپ بولسا بەللۇت دەرىخىنى كۆيدۈرۈپ، كۈلىنى مۇۋاپىق مىقداردا سۇغا بىر كېچە - كۈندۈز چىلاپ قويۇپ، تەمنى مۇۋاپىق دەرىجىدە

چىقىرىپ، سۈيىنى جىنسىي يولىغا تېمىتقاي. ئېچىشىش پەيدا قىلىدىغان گۈل يېغى، ئېشەك سۈتى، شېكەر، ئۆچكە سۈتى، ئات سۈتى قاتارلىقلارنى ئارىلاشتۇرۇپ ياكى مۇۋاپىق دەپ قارالغانلىرىنى ئۆزئارا بىرلەشتۈرۈپ بەرگەي. ئەمما سۈتىنى ئىچمەكچى بولغان مەزكۇر ھايۋانلارنىڭ يېمىكى تېرىق، قۇرۇق يۇمغاقسۈت، بەللۇت دەرىخى يوپۇرمىقى، قىزىلگۈل يوپۇرمىقى، ئالما يوپۇرمىقىغا ئوخشاش قابىز خۇسۇسىيەتلىك، قۇرۇق تەبىئەتلىك نەرسىلەر بولۇشى تەلەپ قىلۇر. كۆپ ھاللاردا 90 مىللىلىتىر ئەتراپىدا ئىچۈرسە ئاسانراق ھەزىم بولۇر.

خۇددى بۆرەك يارىسىدا بايان قىلىنغىنىدەك، ھەر كۈنى ئەتىگەندە كاكىنەچتىن بەش گىرام ئېلىپ، بىنەپشە شەربىتى ياكى ئەنجۈر شەربىتى ياكى ھەببۇلئاس شەربىتى ياكى غورا ئۈزۈم قىيامى ياكى ئارپا سۈيى ياكى سوغۇق سۇ بىلەن قوشۇپ بەرگەي.

تۆۋەندىكى زىماتنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى مىئەسائىلە، ئۆردەك يېغى، ئاق موم قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، بىنەپشە يېغى بىلەن زىمات تەييارلاپ دوۋساق ساھەسىگە سۈركىگەي.

تۆۋەندىكى زىماتنى ئىشلەتكەي. ئۇ، يېيىلگەن يارىغا مەنپەئەت قىلۇر. يارا ئېغىزىنى پۈتتۈرەر:

نۇسخىسى خورما، ئۈزۈم، موزا، ئاقاقىيا، ئاچچىق تاش (زەمچە) قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، سوقۇپ زىمات تەييارلاپ، دوۋساق ساھەسىگە سۈركىگەي. ئۇنىڭغا زۇپا، مىئەسائىلەنى قوشسا تېخىمۇ ياخشى بولۇر.

تۆتىنچى باب دوۋساقتا قان ئۇيۇپ قېلىش توغرىسىدا

سەۋەبى

تاياق تېگىش، ئېگىز يەردىن يىقىلىش ياكى دوۋساقنىڭ باشقا سەۋەبلەردىن زەخىملىنىشىدىن پەيدا بولۇر.

ئالامىتى

جالنۇسنىڭ «ئىلەلۇل ئەئزائىل باتىنە» (ئىچكى ئەزالار كېسەللىكلىرى) نامىلىق كىتابىدا

ئېيتىلىشچە، دوڭساق ياكى ئۇچەي ياكى ئاشقازان يوللىرىدا قان ئۈيۈپ قالسا، بىمارنىڭ چىرايى سېرىق بولىدىكەن، تومۇرى ئىنچىكە، ئارقىمۇئارقا سوقىدىكەن، پۇت ـ قوللىرى سوغۇق بولىدىكەن، ھوشسىزلىنىدىكەن، سوغۇق تەرلەيدىكەن، كۆڭلى ئېلىشىدىكەن، قىزىتما بولمايدىكەن، ئەمما بەدەنده جۇغ ـ جۇغ بولىدىكەن.

داۋالاش

بۇ كېسەللىككە دوڭساقتىكى تاشلارنى چۇشۇرۇشكە قىلىنىدىغان ئىلاجلارنى قىلغاي. بۇنىڭغا سىركەنجۈبىل بولۇپمۇ ھەسەل بىلەن تەييارلانغان سىركەنجۈبىل ئەنسىلى ناھايىتى ياخشى مەنپەئەت قىلۇر. توشقاننىڭ ئوغۇز سۈتىدىن يېرىم گىرامدىن بىر گىرامغىچە ئېلىپ، سېرىقچېچەك، بابۇنە قاينىتمىسى بىلەن بەرگەي. قارا نوقۇت، ئوغرىتىكەن ياكى تال ياغچى كۈلى سۈيى، قەيسۇم قاتارلىقلار مەنپەئەت قىلۇر. توشقاننىڭ ئوغۇز سۈتىدىن بەش گىرام، ئەمەن تېلىنىڭ يوپۇرمىقى، ئىزخىر، كەپتەر مايىقى قاتارلىقلاردىن مۇڭاپىق مىقدارىدا ئېلىپ، بابۇنە قاينىتمىسى بىلەن زىمات قىلىپ دوڭساق ساھەسىگە چاپقاي.

بىمارنىڭ ئۇسسۇزلۇقىغا سىركەنجۈبىلنى سۇ بىلەن تەڭشەپ بەرگەي. تائامدىن كېيىن سۇنى يالغۇز ئىچكۈزگەي.

توشقاننىڭ ئوغۇز سۈتىدىن مۇڭاپىق مىقدارىدا ئېلىپ، تال ياغچى كۈلى سۈيى ياكى ئەنجۇر، بەللۇت قاينىتمىسى سۈيى ياكى كەرەپشە يىلتىزى، ئارپىبەدىيان يىلتىزى، كەپە يىلتىزى، ئىزخىر يىلتىز قاينىتمىسى سۈيى قاتارلىقلار بىلەن ئېرىتىپ جىنسىي يولغا تېمىتسا ياخشى مەنپەئەت قىلۇر. مەزكۇر كۈلنىڭ سۈيى ئايرىم تېمىتىلسا ياخشىدۇر.

ئېشەك جىگىرىنى تاشپاقا (سۇلەھفات) ئۆتى بىلەن مەلھەم قىلىپ دوڭساق ساھەسىگە سۈركىگەي، ئۇنىڭ خاسىيىتى توشقاننىڭ ئوغۇز سۈتىنىڭ خاسىيىتىگە ئوخشار.

تۆۋەندىكى ھەبنى بەرسە دوڭساقتىكى قان ـ يىرىڭنى تازىلار:

نۇسخىسى ئوردان، قەردمانە، ئارچا مېۋىسى، ئوشەق، ھىڭ قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقدارىدا ئېلىپ سوقۇپ، مۇڭاپىق سۈيۇقلۇق بىلەن يۇغۇرۇپ ھەب قىلىپ، مائۇلئۇسۇل بىلەن بىرلىكتە ھەر قېتىمدا بەش گىرامدىن يېگۈزگەي. مۇناسىپ سۈيۇقلۇق بىلەن سۈيۇلدۇرۇپ جىنسىي يولغا تېمىتقاي.

بۇ كېسەللىككە مەجۇنى سەنجىرىنانى بەرسە ياخشى مەنپەئەت قىلۇر.

ئىنەكپىتى يېغىدىن مۇڭاپىق مىقدارىدا ئېلىپ، مائۇلئۇسۇل بىلەن ئىچۇرسە مەنپەئەر قىلۇر.

نۇسخىسى تۇشقانلىقنىڭ ئوغۇز سۈتى، ھىلىگە بىر ھەسسىدىن، پىياز ئۇرۇقى، سەۋزە ئۇرۇقى، پىنىنىدىن يېرىم ھەسسە ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، سۇفۇپ تەييارلاپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سىركەنجۈبىل ياكى ئاچچىق سىركە بىلەن بىرلىكتە كۈندە ئۈچ ياكى تۆت قېتىم، ھەر قېتىمدا بەش گىرامدىن كاپ ئەتكەي. ئۇنى پىنىنىلىقنىڭ قايىنىتىلغان سۈيى بىلەن ئېرىتىپ جىنسىي يولغا تېمىتقاي. بىمارنىڭ غىزاسىغا قارا نوقۇت ۋە دارچىننى سېرىقچېچەك بىلەن پىشۇرۇپ يېگۈزگەي.

قالغان ئىلاجلارنى بۆرەك ۋە سۈيدۈك يولىدا قان ئۇيۇش توغرىسىدىكى بابتىن ئىزدىگەي.

بەشىنچى باب دوۋساق قىچىشىش توغرىسىدا

ئالامىتى

بىمارنىڭ دوۋسۇنى قىچىشار، سۈيدۈكىدە ئېچىشىش سېزىمى بولۇر، قاتتىق ئاغرار، سۈيدۈكىدە كۆپۈككە ئوخشاش ماددىلار بولۇر، بەزىدە شۆلگەيگە ئوخشاش ماددىلار پەيدا بولۇر، بەزىدە سۈيدۈكتە قان بولۇر.

داۋالاش

بۇنىڭغا بۆرەك قىچىشىشنىڭ ئىلاجىنى قىلغاي. دەسلەپتە تازىلاش رولى بولغان شەربەتلەر ۋە باشقا دورىلارنى بەرگەي. ماددىلارنى كۆيدۈرۈش تەسىرى بولغان نەرسىلەردىن ئېھتىيات قىلغاي. گۈلاب، مائۇلھەسەل، ئارپا سۈيى، ھەسەل قاتارلىقلارنى مۇۋاپىق مىقدادا ئىچۈرگەي. بۆرەك قىچىشىشنىڭ بابىدا بايان قىلىنغان دورىلارنى بەرگەي. مۇناسىۋەتلىك دورىلارنى جىنسىي يولىغا تېمىتقاي. ئېشەك سۈتى، ئۆچكە سۈتىدىن مۇۋاپىق مىقدارda ئىچىپ بەرسە، بۇ كېسەللىككە ناھايىتى ياخشى مەنپەئەت قىلىپ، دوۋساقنى تازىلار.

ئۇنىڭدىن كېيىن بېھى ئۇرۇقى لوئابىنى شېكەر ۋە بادام يېغى بىلەن بەرگەي. شۇمشا ئۇرۇقى، تەرخەمەك ئۇرۇقى، قوغۇن ئۇرۇقى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقدارda ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ، سۈيىگە ھەسەلدىن مۇۋاپىق مىقدارda ئارىلاشتۇرۇپ بەرگەي.

بىمارغا گۈڭگۈرت، كاندىن چىققان سۇنى مۇۋاپىق مىقدارda ئىچۈرگەي ھەم شۇ سۈدا

ئولتۇرغۇزغاي. ئايال كىشىنىڭ سۈتىنى يالغۇز ياكى مۇناسىپ لوئابلار بىلەن جىنسىي يولغا تېمىتقاي.

بىمارنىڭ غىزاسىغا پاقلاننىڭ كاللا ـ پاچىقى، ياغلىق شورپا، سېمىز توخۇ گۆشى قاتارلىقلارنى بەرگەي ھەم ئاتلا ئېتىپ ئىچۈرگەي.

ئالتىنچى باب دوۋساقتا يەل تۇرۇۋېلىش توغرىسىدا

سەۋەبى

يەللىك تائام ۋە مېۋىلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلىش، دوۋساققا ھۆللۈك يىغىلىۋېلىش، ھارارەتنىڭ سۇسلۇقى قاتارلىق سەۋەبلەردىن پەيدا بولۇر.

ئالامىتى

كېسەللىك ئۇزۇنغا سوزۇلار، ئېغىر بولىنمەس، ئاغرىق بەزىدە دوۋساقنىڭ تۆۋىنىدە، بەزىدە يۇقىرىسىدا بولۇر.

داۋالاش

ئىنەكپىتى يېغىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مائۇلئۇسۇل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ بەرگەي.

بىمارنى يەللىك يېمەك ـ ئىچمەكلەردىن پەرھىز قىلدۇرغاي. يەسمەن يېغى، سەۋسەن يېغى، بان يېغى قاتارلىقلارغا قۇندۇز قەھرى، ھىڭ، ئىپار قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ، دوۋسۇن ساھەسىنى مايلىغاي. سۇزاپتىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقدارىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ، سۈيىگە ئىپار بىلەن بان يېغىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ جىنسىي يولغا تېمىتقاي. مۇۋاپىق مىقدارىكى ھىڭنى سەۋسەن يېغى بىلەن ئېرىتىپ جىنسىي يولغا تېمىتقاي.

سۇزاپ، پىننە، سېرىقچېچەك، قۇندۇز قەھرى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ زىمات تەييارلاپ، دوۋساق ساھەسىگە چاپقاي.

كەرەپشە ئۇرۇقى، بەدىيان رۇمى، بەدىيان رەسمى (ئارپىبەدىيان)، سۆئتەر، سەكبىنەج،

مۇرچ، شېكەر قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، سۇ بىلەن يۇغۇرۇپ، شىياق تەييارلاپ ئىشلەتكەي.

يەلدىن بولغان قۇلۇنجىنىڭ بايانىدا سۆزلەنگەن دورىلار بۇ كېسەللىككىمۇ مەنپەئەت قىلۇر. غىزاسىغىمۇ شۇ يەردە كۆرسىتىلگەن بويىچە بەرگەي.

يەتتىنچى باب دوۋساقنىڭ بوشىشى ۋە ئورنىدىن قوزغىلىشى توغرىسىدا

سەۋەبى

بوشاشنىڭ سەۋەبى باشقا ئەزالار بوشىشىنىڭ سەۋەبى بىلەن ئوخشاشتۇر. ئورنىدىن قوزغىلىشى قويۇق يەلنىڭ تەسىر قىلىشى، تاياق تېگىش، ئېگىز يەردىن ئوڭدىسىغا يىقىلىش، دوۋساق مۇسكۇللىرىنىڭ كېڭىيىشى قاتارلىقلاردىن بولۇر.

ئالامىتى

سىيىش قىينىلىشۇر، بەزىدە بىمار سۈيدۈكىنى تۇتالماس. ئەگەر ئۇزۇنغا سوزۇلسا سىيىش تېخىمۇ قىينىلىشار.

داۋالاش

تاياق تەگكەن ۋە ئوڭدىسىغا يىقىلغاندىن پەيدا بولغان بولسا، ئورنىغا كەلتۈرۈش تەس بولۇر.

بىمارنىڭ مىزاجى پالەچ بىمارنىڭ مىزاجى بىلەن ئوخشاش بولسا، بەلغەم ماددىسىنى قەي ئارقىلىق چىقارغاي ۋە پالەچنىڭ ئىلاجىنى قىلغاي. سۈيدۈك تامچىلاپ تۇختىمىسا، سۈيدۈك تامچىلاشنىڭ ئىلاجىنى قىلغاي. سۈيدۈك تامچىلاپ توختىمىسا، سۈيدۈك تامچىلاشنىڭ ئىلاجىنى قىلغاي. ئۇ كېيىن ئايرىم سۆزلىنەر. سىيىش قىينىلىشى بولسا، شۇنىڭ ئىلاجىنى قىلغاي. بۇمۇ كېيىن ئايرىم بايان قىلىنار. يەلدىن پەيدا بولغان بولسا، ئىلگىرىكى دوۋساقتا يەل تۇرۇۋېلىش بابىدا سۆزلەنگەن ئىلاجلارنى قىلغاي.

بۇ كېسەللىكنىڭ ھەممە تۈرىگە تەرىقىنى بەرگەي. مەجۇنى مەسرۇدىتۇس، مەجۇنى

سەنجىرىنا، مەجۇنى ئەمرۇسىيا، داۋائى كۇركۇم قاتارلىقلارنى بىمارنىڭ ئەمەلىي ئەھۋالىغا ئاساسەن تاللاپ بەرگەي. كۇندۇر، ئۇقھۇۋان (بابۇنىنىڭ بىر تۇرى)نى مۇۋاپىق مىقدارىدا بەرگەي.

ھۆل سۇزاپ ئۇرۇقى، ھۆل سۇزاپ چېچىكى، ھۆل سۇزاپ سۇيى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا قوشۇپ، ئاتىلا تەييارلاپ ئىچۇرگەي. سۇزاپ سۇيىنى جىنسىي يولىغا تېمىتقاي.

پەنجەگۇشت، پەنجەگۇشت ئۇرۇقى، زىرە، جاۋشىر قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ زىمات تەييارلاپ دوۋسۇنغا چاپقاي. ئۇلارنىڭ سۇيىنى چىقىرىپ ئىچۇرگەي ھەم جىنسىي يولىغا تېمىتقاي.

سىيىش قىيىن بولسا، قوغۇننىڭ قۇرۇتۇلغان شاپىقىدىن يېتەرلىك مىقدارىدا ئېلىپ سوقۇپ، شېكەر بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ بەرسە مەنپەئىەت قىلۇر. ئىلمان سۇدا ئولتۇرغۇزغاي. خورازنىڭ كېكىردىكىنى قورۇپ، قۇرۇتۇپ، سوقۇپ، ئىلمان سۇ بىلەن قوشۇپ ناشتىدا بەرسە كۆپ مەنپەئەت قىلۇر.

سۇزاپ يېغى، قۇستە يېغى، ھەببۇلغار يېغى، قۇندۇز قەھرى، ھىلىك، بارىزەت، جاۋشىر قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ زىمات تەييارلاپ، بىمارنىڭ كىندىكىنىڭ تۆۋىنىگە چاپقاي. تەبئىتى ئىسسىق، پۇرىقى خۇش بولغان قابىز خۇسۇسىيەتلىك دورىلار بىلەن زىمات تەييارلاپ ئىشلەتكەي. مەسىلەن: بابۇنە، سۆئىدى، سۇمبۇل، بەسباسە، مۇقەل قاتارلىقلارغا ئوخشاش. ھۆقنىلەرگە قەنتەربيۇن، شەھمەنزەل، ئىنەكپىتى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئارىلاشتۇرۇپ ئىشلەتكەي. بىمارنى دەريا سۇيى، گۈگۈرت سۇيىدە ئولتۇرغۇزغاي.

سەككىزىنچى باب سۇيدۇك تامچىلاش توغرىسىدا

سەۋەبى

بۇنىڭ سەۋەبى ئۇچ خىل بولۇر.

1. ئىسسىق تەبئىەتلىك يېمەك ـ ئىچمەكىنى كۆپ ئىستېمال قىلىشقا ئوخشاش سەۋەبلەر بىلەن سۇيدۇك تەركىبىنىڭ ئۆتكۈرلىشىشى، جاپا تارتىش، كۆپ جىما قىلىش بىلەن سۇيدۇكنىڭ غىدىقلاشچانلىقىغا ئىگە بولۇشى سەۋەبىدىن سۇيدۇك دوۋساقىنى غىدىقلاپ، سۇيدۇكنىڭ ئىختىيارسىز ھالدا تامچىلىشىنى كەلتۈرۈپ چىقرار.

2. تەبئىتى ھۆل سوغۇق بولغان يېمەكلىكلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلىش بىلەن سۇيدۇك

مقدارى كۆپەيسە، دوۋساق مۇسكۇللىرى ئۇنى تۇتۇپ تۇرۇشقا قادىر بولالماي، كۆپ سېيش ۋە سۈيدۈك تامچىلاش ئەھۋاللىرىنى پەيدا قىلۇر.

3. دوۋساققا مۇناسىۋەتلىك سەۋەبلەردىن پەيدا بولۇر. بۇنىڭدا ياكى دوۋساقنىڭ قۇۋۇتى ماسكەسى مەلۇم ئىللەتلەر سەۋەبىدىن ئاجىزلار ۋە سۈيدۈكنى تۇتۇپ تۇرۇشقا قادىر بولالماس ياكى دوۋساق نېرۋىلىرىنىڭ سېزىش ئىقتىدارى تۆۋەنلىگەنلىكتىن دوۋساقنىڭ توشقانلىقىنى بىلمەسلىكتىن سۈيدۈك تامچىلاپ كېتىش پەيدا بولۇر ياكى دوۋساق مۇسكۇللىرىدا ئىششىق پەيدا بولغانلىقتىن، سۈيدۈكنى تۇتۇپ تۇرالماي سۈيدۈك تامچىلاشنى پەيدا قىلۇر ياكى دوۋساققا چىيقان، قوتۇر، قىچىشقاق قاتارلىقلار چىقىش سەۋەبىدىن غىدىقلىشى ياكى دوۋساققا قۇم يىغىلىپ قېلىشتىن پەيدا بولۇر.

3. باشقا ئەزالارنىڭ شېرىكچىلىكىدىن پەيدا بولۇر.

بۇنىڭدا سۈيدۈكنىڭ يۇرۇشىگە يارىدەم بېرىدىغان قورساق مۇسكۇللىرىنىڭ بوشىشى، دوۋساقنىڭ يۇقىرى قىسمىدىكى ئەزالاردا پەيدا بولغان يارىلاردىن سىرغىغان ئۆتكۈر خاراكتېرلىك ماددىلارنىڭ سۈيدۈك يولى ئارقىلىق دوۋساققا كېلىپ غىدىقلىشى، تۇز ئۇچەي، بالىياتقۇ قاتارلىق دوۋساققا يېقىن ئەزالارنىڭ ئىششىپ دوۋساقنى قىستىشى قاتارلىق سەۋەبلەردىن پەيدا بولۇر.

ئالامتى

بىمارنىڭ مىزاجى ئىسسىقتىن بۇزۇلغان بولسا، سۈيدۈكنىڭ رەڭگى سېرىق بولۇپ، سىيگەندە سۈيدۈك يولى ئېچىشار. مىزاجنىڭ ھۆل سوغۇقتىن بۇزۇلۇشىدىن پەيدا بولغان بولسا، بىمارنىڭ سۈيدۈك مقدارى كۆپ بولۇر، ئىختىيارسىز چىقىپ كېتەر، ئۆتكەن تەدبىرلەر ئۇنىڭغا گۇۋاھلىق بېرەر. دوۋساق ياللۇغى، دوۋساق قوتۇرى، دوۋساق يارىسى قاتارلىقلاردا كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر يۇقىرىدا بايان قىلىندى.

داۋالاش

سۈيدۈكنىڭ ئۆتكۈرلۈكىدىن پەيدا بولغان بولسا، خىلتىنىڭ ئۆتكۈرلۈكىدىنى ياندۇرىدىغان ئىلاجلارنى قىلىپ، مىزاجنى مۆتىدىللەشتۈرگەي.

باشقا ئەزالارنىڭ شېرىكچىلىكىدىن پەيدا بولغان بولسا، ھەم ماددا دوۋساققا قۇيۇلغان بولسا، ماددىنى دوۋساققا كېلىشتىن توسۇيدىغان دورىلارنى ئىشلەتكەي. بۇنىڭ ئۈچۈن ئارپا سۈيى، گۈل يېغى، كاسنە سۈيى، پۇرچاق سۈيى قاتارلىقلارغا تاباشىر، شېكەر، ئىسپىغۇل لوئابى

قاتارلىقلارنى ئارىلاشتۇرۇپ بەرگەي. بىنەپشە شەربىتى، كۆكنار شەربىتى، غورا شەربىتى، ياۋا ئالما (رىۋاج) شەربىتى قاتارلىقلارنى بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ بەرگەي. ئىككى - ئۈچ كۈندە بىر قېتىم بانادۇق بۇزۇرىنى گۈلاب بىلەن بەرسە، دوۋساققا قۇيۇلغان ماددىنى تازىلار.

ماددىنى تەر بىلەن چىقىرىش ئۈچۈن، ئىسسىق مۇنچىغا چۈشۈرۈپ تەرلەتكەي.

بىمارنىڭ غىزاسىغا ئاقلانغان ماش، كۆك ماش، كاھۇ، ئارپا كېپىكى قاتارلىقلارنى بادام يېغى بىلەن بەرگەي. چۈجە گۆشىنى غورا سۈيى، ئانار سۈيى، سۇماق، تەمرىھىندى قاتارلىقلار بىلەن پىشۇرۇپ بەرگەي. گۈلاب ياكى سىركەنجۈبىل بىلەن نان يېگۈزگەي.

سۈيدۈك تامچىلاش مىزاجنىڭ سوغۇقتىن بۇزۇلۇشىدىن پەيدا بولغان بولسا، تەرياقى كەبىر، مەجۇنى مەسرۇدىتۇس، مەجۇنى سەنجىرىنانى بەرگەي. ئىتىرىفىل، مەجۇنى سەنجىرىنا بىلەن بەرگەي. بەللۇت بىلەن ساج دەرىخىنىڭ يېلىمىدىن مۇئاپىق مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ ياكى ھەببۇلئاس، بەللۇت، ساج دەرىخى يېلىمى، زىرە قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ سۈزۈپ قىلىپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە 10 گىرامدىن كاپ ئەتكەي.

ئايارەج جالىنۇس، ئىتىرىفىل كەبىر ۋە ئەرلىكنى كۈچەيتىدىغان دورىلارنىڭ ھەممىسى بۇ كېسەللىككە ياخشى مەنپەئەت قىلۇر.

تۆۋەندىكى مەجۇن سۈيدۈك بىلەن قان كېلىش ۋە سۈيدۈك تامچىلاپ كېلىشكە ياخشى مەنپەئەر قىلۇر.

نۇسخىسى قۇرۇق ھەببۇلئاس يوپۇرمىقى، قۇرۇق ئالما يوپۇرمىقى، مۇرمەككى، كۈندۇر، ئانارگۈلى، بەللۇت قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ مەجۇن قىلىپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە 35 گىرامدىن يېگۈزگەي.

تۆۋەندىكى سۈزۈپنى بەرگەي:

نۇسخىسى سىركىگە بىر كېچە - كۈندۈز چىلاپ قۇرۇتۇپ قورۇلغان بەللۇت 30 گىرام، ھېلىلە، تازىلانغان ئامىلە ھەربىردىن 21 گىرامدىن، ئىلكى ساج (ساج دەرىخى يېلىمى) دىن 15 گىرام، راسەندىن 30 گىرام ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ، تاسقاپ سۈزۈپ قىلىپ، تۆمۈرنىڭ داغمال سۈيى بىلەن بىرلىكتە ھەر قېتىمدا 10 گىرامدىن كاپ ئەتكەي.

سۈزۈپى ماسكۇل بەرگەي.

نۇسخىسى بەللۇت، كۈندۈردىن 30 گىرامدىن، ھەببى مەھلەب (مەھلەب ئۇرۇقى)، سۆئىدى، گۈلدارچىن، خۇلىنجان، قۇرۇق راسەن، ئېگىر، كەھرىۋانىڭ ھەربىردىن ئۈچ گىرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ، تاسقاپ، ئۇزۇم شىرنىسى بىلەن قوشۇپ، ھەر قېتىمدا 10

گىرامدىن كاپ ئەتكەي.

تۆۋەندىكى ھەبنى يېگەي:

نۇسخىسى مۇرمەككى، قۇندۇز قەھرى، ئاچچىق قۇسته، ھاشا، ئاقىرقەرھا، جۇپتى بەللۇت قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقدارىدا ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، ھەببۇلئاس سۇيى بىلەن يۇغۇرۇپ، مۇۋاپىق چوڭلۇقتا ھەب قىلىپ، سايىدا قۇرۇتۇپ، كەچته ئۇخلاشتىن بۇرۇن 3 ~ 5 گىرامغىچە يېگۈزگەي.

ھەببى رىشاد، سامساقنى بەرسىمۇ مەنپەئەت قىلۇر. چۈنكى ئۇ، بەلغەمنى سۇيدۇك ئارقىلىق سۇرۇپ چىقرار. چوڭ تەرەتنى راۋانلاشتۇرار.

تۆۋەندىكى مەجۇننى بەرگەي.

نۇسخىسى قورۇلغان ھېلىلە كابۇلى پوستى 30 گىرام، پۇدىنە، ھەببۇلئاس، سۇندۇرۇس، مۇرمەككى، كۇندۇر، سۆئىدى، بەسباسە ھەربىردىن 10 گىرامدىن، راسەن، ھەببۇل مىھلەب 60 گىرامدىن، سىرىق ھېلىلە پوستى، قارا ھېلىلە، قىزىل بەھمەن، ئاملىنەك ھەربىردىن 15 گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ مەجۇن قىلىپ، ھەر قېتىمدا 10 گىرامدىن بەرگەي.

تۆۋەندىكى مەجۇننى بەرگەي.

نۇسخىسى قارا ھېلىلە، ھېلىلە كابۇلدىن 15 گىرامدىن، مۇرمەككى، قۇندۇز قەھرى تۆت گىرامدىن، كەھرىۋا، سۆئىددىن يەتته گىرامدىن، كۇندۇر، ھەببۇل مىھلەبتىن 30 گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى ھەسەل بىلەن مەجۇن قىلىپ، ھەر قېتىمدا بەش گىرامدىن بەرگەي.

تۆۋەندىكى مەجۇننى بەرگەي.

نۇسخىسى ھېلىلە كابۇلى پوستى، بەللە پوستى، ئاملىنىڭ ھەربىردىن 21 گىرامدىن، كۇندۇر پوستى (كۇندۇرنى يۆتكەش جەريانىدا ئۇۋالغان تالقانسىمان قىسمى نەزەردە تۇتۇلىدۇ — ت) دىن 15 گىرام، ھەببۇلئاستىن 30 گىرام ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، تۆمۇرنىڭ داغمال سۇيى ۋە مەلۇم مىقداردىكى ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ مەجۇن قىلغاي ۋە ھەببۇلئاس سۇيى بىلەن قوشۇپ يېگۈزگەي.

تۆۋەندىكى مەجۇننى يېگەي:

نۇسخىسى ھەببۇلئاستىن بىر ھەسسە، لازىدىن تۆت ھەسسە، تەمرى ھىندىنى ئىككى ھەسسە ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ مەجۇن قىلىپ، ھەر قېتىمدا بەش گىرامدىن يېگەي.

قاقىلەنى سوقۇپ سۇغۇپ قىلىپ يېگەي. ئەنجۇرنى زەيتۇن يېغى بىلەن يېگۈزگەي. سۆئىدى بىلەن كۈندۇردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، سوقۇپ سۇغۇپ قىلىپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە بەش گىرامدىن كاپ ئەتكەي. سىيادان بىلەن سۈزاپ ئۇرۇقدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، سوقۇپ سۇغۇپ تەييارلاپ، بەش گىرامدىن بەرگەي. ئىنەكپىتى يېغىنى مۇۋاپىق مىقداردا يېيىش بىلەن بىرگە سىرتىدىن يەرلىك ئورۇننى مايلاپ بەرگەي. مومىيانى يەسمەن يېغى بىلەن ئېرىتىپ جىنسىي يولغا تېمىتقاي. شامچە قىلىپ مەقئەتكە قويغاي.

قالغىنىنى ئاللا ئۆبدان بىلەر.

توققۇزىنچى باب سۈيدۈك تۇتۇلۇش توغرىسىدا

سەۋەبى

دوۋساق ئىششىقى، دوۋساق مۇسكۇل ئىششىقى، دوۋساققا قويۇق يەل يىغىلىۋېلىش، دوۋساقتا يارا پەيدا بولۇپ، يىرىڭلىك سۈيدۈك يوللىرىنى توسۇۋېلىشى، دوۋساقتا قان ئۈيۈپ قېلىش، دوۋساقتا سۆگەلگە ئوخشاش ئارتۇق گۆشلەرنىڭ ئۆسۈپ قېلىشى، دوۋساقتىكى يېپىشقاق ھۆللۈكنىڭ سۈيدۈك يوللىرىنى توسۇۋېلىشى، دوۋساقتا تاش پەيدا بولۇش، دوۋساققا سۈيدۈك زىيادە يىغىلغانلىقتىن دوۋساق مۇسكۇللىرىنىڭ يىغىلىش ئىقتىدارىنىڭ يوقىلىشى، دوۋساقنىڭ قۇۋۇتىنى داۋالىغۇچىلىشى، دوۋساق مىزاجىنىڭ سوغۇقتىن ياكى كۆيدۈرگۈچى تەپلەردە ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشى، تۇز ئۈچەي ياكى بالىياتقۇنىڭ ئىششىپ سۈيدۈك يولىنى توسۇشى، تاياق تېگىش، يىقىلىشقا ئوخشاش سەۋەبلەردىن دوۋساقنىڭ زەخىملىنىشى قاتارلىق سەۋەبلەردىن پەيدا بولۇر.

ئالامىتى

مىزاجنىڭ بۇزۇلۇشىدىن پەيدا بولغان بولسا، دوۋساق يالۇغى، دوۋسۇن جاراھىتى، دوۋساق قوتۇرى قاتارلىقلاردا كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەر كۆرۈلەر. دوۋساقتا قان ئۈيۈپ قالغان بولسا، بىمارنىڭ تومۇرى قاتتىق سوقار، قاتتىق نەپەسلىنەر، تومۇرى ئارقىمۇئارقا سالۇر، يۈز - كۆزلىرىنىڭ رەڭگى سېرىق بولۇر، كۆڭلى ئېلىشار، قىزىتما بولۇر. بەزىدە توڭلاپ تىترەر. دوۋساقتا يەل پەيدا بولۇش بىلەن دوۋساقتا شىلىمشىق سۈيۇقلۇق پەيدا بولۇشنىڭ ئالامەتلىرى

بىر - بىرىگە ئوخشىشىپ كېتەر، ئۇ ئىلگىرىكى بابلاردا بايان قىلىندى. دوۋساقتا تاش پەيدا بولغاندا كۆرۈلىدىغان ئالامەتلەرمۇ بايان قىلىندى. دوۋساقتا ئارتۇق گۆش ئۆسۈپ يارىغا ئۆزگەرگەن بولسا ياكى يارا پەيدا بولغان بولسا، دەسلەپتە سۈيدۈكتە يىرىڭ كۆرۈلەر، ئۇنىڭدىن كېيىن سۈيدۈك تۇتۇلار. دوۋساقنىڭ قۇۋۇشتى داپىئەسى زەئىپلەشكەن بولسا، سۈيدۈك تۇتۇلار. كۆيۈشۈش بولماس، دوۋساقنى قول بىلەن باسقاندا، سۈيدۈك چىقار. دوۋساقنىڭ زەخمىلىنىشى سەۋەبىدىن پەيدا بولغان بولسا، شۇ سەۋەب ئۇنىڭغا ئالامەت بولۇر ۋە باشقا مۇناسىۋەتلىك ئالامەتلەر بىرلىكتە كۆرۈلەر.

داۋالاش

ئىسسىقتىن بولغان ئىششىقنىڭ سەۋەبىدىن پەيدا بولغان بولسا، باسلىق تومۇرىدىن قان ئالغاي. دوۋساقنى بىنەپشە يېغى بىلەن ياغلىغاي. قالغان ئىلاجلار بىرىنچى بابتا بايان قىلىندى. ماددىنى تارقىتىش رولى بولغان مايلارنى جىنسي يولغا تېمىتقاي. شۇ خىل خۇسۇسىيەتكە ئىگە زىماتلارنى دوۋساق ساھەسگە چاپقاي.

دوۋساقتىكى قويۇق يەل سەۋەبىدىن پەيدا بولغان بولسا، مائۇلئۇسۇلغا ئىنەكپىتى يېغىدىن مۇۋاپىق مقدارىدا تېمىتىپ ئىچۈرگەي.

مائۇلئۇسۇلنىڭ نۇسخىسى كەرەپشە ئۇرۇقى، يەرلىك رۇمبەدىيان، كەرەپشە يىلتىزى، بەدىيان يىلتىزى، كەرۋىيا، زىرە، جۇۋىنە بىر چاڭگالدىن، سۇمبۇل، قىزىلگۈل، ئېگىر، ئوردان، خىتاي رەۋەندە (رەۋەنچىنى) 10 گىرامدىن، ئۇرۇقدىن ئايرىلغان قۇرۇق ئۈزۈم 60 گىرام، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى 10 گىرام، ئەنجۇر قېقدىن 15 گىرام ئېلىپ، دورىلارنى ئۇچ ھەسسە سۇ بىلەن يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، ئۇنىڭدىن كېيىن ئوتتىن چۈشۈرۈپ پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، ئۇنىڭ ھەر 120 مىللىلىتر سۈيىگە ئىنەكپىتى يېغىدىن 12 مىللىلىتر ئارىلاشتۇرۇپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە ئىچكەي.

مەجۇنى سەنجىرىنانى يېسە ياخشى مەنپەئەت قىلۇر.

ناردىن يېغى، يەسمەن يېغى، سۇزاپ يېغى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مقدارىدا ئېلىپ، قۇندۇز قەھرى تالقىنىدىن مۇۋاپىق مقدارىدا ئارىلاشتۇرۇپ، جىنسي يولغا ئىلمان ھالەتتە تېمىتقاي.

قالغان ئىلاجلار ئالتىنچى بابتا بايان قىلىندى.

دوۋساقتىكى يىرىڭ سەۋەبىدىن پەيدا بولغان بولسا، ئۇنىڭ ئىلاجلىرى ئۇچىنچى بابتا بايان قىلىندى. دوۋساققا ماددا قۇيۇلغان بولسا، توسالغۇنى ئاچىدىغان، سۈيدۈكنى راۋانلاشتۇرىدىغان

دورىلارنى يېگەي. ئاغرىق كۈچەيسە دەسلەپتە قەي قىلدۇرغاي. ئۇنىڭدىن كېيىن يېنىك ھۆقنىلەرنى ئىشلەتكەي. ئۇنىڭ ئۈچۈن ئاق لەيلى ئۇرۇقى، ھەمشىباھار ئۇرۇقى، زىغىر ئۇرۇقى، ئارپا كېپىكى، بۇغداي كېپىكى، فۇلۇسى خىيارشەنبەر، بابۇنە يېغى، سېرىقچېچەك يېغى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا قوشۇپ، قائىدە بويىچە ھۆقنە تەييارلاپ ھۆقنە قىلغاي. ئۇنىڭدىن كېيىن شېكەر ۋە بۆرە ئەرمنى (توغرىغۇ) بىلەن شىياق تەييارلاپ ئىشلەتكەي. بابۇنە يېغى بىلەن ھۆقنە دورىسى تەييارلاپ ئىشلەتسىمۇ مەنپەئەت قىلۇر.

كەرەم يوپۇرمىقى، قىزىلچا يوپۇرمىقى، شۇمشا ئۇرۇقى، ئىكلىلمىلىك، بابۇنە، پىياز، لوبىيا، ئارپا، نوقۇت ئۇنى، كەپتەر مايىقى، زەيتۇن يېغى قاتارلىقلار بىلەن زىمات تەييارلاپ دوۋسۇن ساھەسىگە چاپقاي. ئۇ، دوۋساقتا توختاپ قالغان يېرىڭ ۋە يەلنى تارقىتار.

قىزىق سۇغا بابۇنە يېغى، سېرىقبېچەك يېغىدىن مۇۋاپىق مىقداردا تېمىتىپ بىمارنى ئولتۇرغۇزغاي. ئۇنىڭدىن كېيىن سۈيدۈك ھەيدەيدىغان دورىلارنى بەرگەي.

تۇرۇپ سۈيى بۇ كېسەللىككە ناھايىتى ياخشى مەنپەئەت قىلۇر. ئۇنىڭغا نان چىلاپ يېسىمۇ بولۇر.

ئىسسىقتىن بولغان بۆرەك ياللۇغدا بايان قىلىنغان بانادۇق بۇزۇرى ۋە باشقا مۇناسىپ سۇفۇپ ۋە قۇرسىلارنى بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ بەرگەي.

تۆۋەندىكى ھەبنى بەرگەي.

نۇسخىسى ئارچا مېۋىسى، ئاسارۇن، ھۇماما، جۇۋىنە، پەتەر ئاسالىيۇن، كەرەپشە ئۇرۇقى، ئوردان، ئاچچىق بادان مېغىزى، سۇمبۇلنىڭ ھەربىرىدىن 60 گىرامدىن، قوغۇن ئۇرۇقىدىن 30 گىرام، قورۇلغان سەرتاندىن ئۈچ گىرام، ئوشەقتىن 15 گىرام ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، كەرەپشە سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ مۇۋاپىق چوڭلۇقتا ھەب قىلىپ، ھەر قېتىمدا 6 ~ 10 گىرامغىچە بەرگەي.

دوۋساقتا تاش پەيدا بولغان سەۋەبتىن كېلىپ چىققان بولسا تاش چۈشۈرىدىغان دورىلارنى قوشۇپ بەرگەي.

چايانىنى كۆيدۈرۈپ مۇۋاپىق مىقداردا بەرگەي. ئاغمىغان (ئەرەبچە «ئىبنى ئىرىس»، تۈركچە «ئەرغۇمخان» دېيىلۇر) نى ئۆلتۈرۈپ، ئىچىنى تازىلاپ قۇرۇتۇپ، سوقۇپ، رەيھان شەربىتى بىلەن قوشۇپ ئىچۈرسە كۆپ مەنپەئەت قىلۇر.

سەرتاندىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قورۇپ، سوقۇپ، چامغۇر سۈيى، قارا نوقۇت سۈيى، ئوغرىتىكەن سۈيى، كەرەپشە سۈيى، ئارپىبەدىيان سۈيى قاتارلىقلار بىلەن قوشۇپ مۇۋاپىق

مقداردا بەرگەي.

مەجۇنى مەسرۇدىتۇس، مەجۇنى ئەمرۇسىيا، داۋائى كۇركۇم، سىركەنجىۋىل ئەنسلى قاتارلىقلارنى يېسمۇ ياخشى مەنپەئەر قىلۇر. كىچىك بالىغا ئىشلىتىشكە توغرا كەلسە، ئانىسىنىڭ سۈتىگە ئارىلاشتۇرۇپ مۇۋاپىق مقداردا بەرگەي. ئەگەر بالا ئىچەلمىسە ئانىسىغا بەرگەي.

سۈيدۈكنىڭ تۇتۇلۇشى دوۋساقتا قان توختاپ قالغانلىقتىن بولسا، تۆتىنچى بابتا بايان قىلىنغان ئىلاجلارنى قىلغاي.

تۆۋەندىكى زىماتنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى ئادراسمان ئۇرۇقى، مۇشكى تەرامشكى، توغرىغۇ، ئاقىرقەرھا، قىچا، كەپتەر مايىقى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مقداردا ئېلىپ، تۇرۇپ سۈيى بىلەن زىمات قىلىپ دوۋساق ساھەسىگە چاپقاي.

تۆۋەندىكى زىماتنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى ھەببۇلغار، زەمچە، ھۇماما، ئىكلىلمىلىك، قارا نوقۇت ئۇنى، بابۇنىنىڭ ھەربىرىدىن 30 گىرامدىن، پىياز ئۇرۇقى، سەۋزە ئۇرۇقى، تۇرۇپ ئۇرۇقىنىڭ ھەربىرىدىن 21 گىرامدىن، كەرەمدىن مۇۋاپىق مقداردا ئېلىپ سوقۇپ، بىلسان يېغى ياكى سەۋسەن يېغى بىلەن يۇغۇرۇپ مەلھەم قىلىپ، دوۋساق ساھەسىگە چاپقاي.

تۆۋەندىكى زىماتنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى سەكبىنەج، مۇقەل، جاۋشىر، ئېگىردىن باراۋمر مقداردا ئېلىپ، سىرىنقىچىچەك سۈيى ياكى كەرەم سۈيى بىلەن ئېزىپ، ئۆردەك يېغى، موم يېغى، سەۋسەن يېغىدىن مۇۋاپىق مقداردا قوشۇپ مەلھەم قىلىپ، دوۋساق ساھەسىگە چاپقاي.

سۈيدۈك تۇتۇلۇش دوۋساقتا ئارتۇق گۆش ئۆسۈش، سۆگەل ئۆسۈش سەۋبىدىن پەيدا بولغان بولسا، بىمارنى داۋاملىق ئىسسىق ئابزەندە ئولتۇرغۇزغاي. تارقاتقۇچى زىماتلارنى ئىشلەتكەي. ئاچچىق ۋە قابىز خۇسۇسىيەتلىك يېمەكلىكلەردىن پەرھىز قىلغاي. بۇ خىل سەۋەبتىن پەيدا بولغان سۈيدۈك تۇتۇلۇشنى داۋالاش قىيىندۇر.

مۇھەممەد زىكىريا مۇنداق دېگەن: «دوۋساق يالليۇغىدا ئىششىق چوڭ بولسا، سۈيدۈك يولىنى قىستاپ سۈيدۈك تۇتۇلۇشنى پەيدا قىلۇر. بۇ چاغدا سۈيدۈكنى ماڭدۇرۇش ئۈچۈن، نەيچە (قەناتىير) سالغاي.»

ئۇ يەنە مۇنداق دېگەن: «دوۋساقتىكى تاش چوڭ بولۇپ چىقىرىش مومكىن بولمىسا ياكى يارا پەيدا بولغان بولۇپ، دورىنىڭ ئۇنۇمى كۆرۈنەرلىك بولمىسا، قائىدە بويىچە تىلىپ داۋالاشقا

توغرا كېلۇر. سۈيدۈكنى ئېقىتىش ئۇچۇن، ئىنچىكە نەيچە قويۇپ قويۇلار.»

ئۇ يەنە مۇنداق دېگەن: «دوۋساقنى تىلسا زەخىم پەيدا بولۇر، ئەمما تىلماي بىمارنىڭ هاياتىغا خەۋپ يەتكۈزگەندىن ياخشىراق بولۇر».

«قەناتىير» سۈيدۈك تۇتۇلغاندا سۈيدۈكنى سىرتىغا چىقىرىشقا ئىشلىتىدىغان نەيچىدىن ئىبارەت، ئۇ كېيىن بايان قىلىندۇ.

سۈيدۈك تۇتۇلۇش دوۋساقتىكى شىلىمشىق هۆللۈك سەۋەبىدىن پەيدا بولغان بولسا، ئۇچارقۇشلار تاشلىقىنىڭ ئىچكى پوستىدىن مۇڭاپىق مقداردا ئېلىپ قۇرۇتۇپ، سوقۇپ، نەمەك هىندى بىلەن قوشۇپ بەرگەي. مۇڭاپىق مقداردىكى هىڭنى ئېشەك سۈتى بىلەن بەرگەي.

تۆۋەندىكى لوئوقنى تەييارلاپ بەرسە، دوۋساق ۋە پۈتۈن بەدەندىكى شىلىمشىق سۈيۇقلۇقلارنى تازىلاپ چىقرار.

نۇسخىسى ئىسقىل (تاغ پىيىزىنىڭ بىر تۈرى بولۇپ، بەرگى خورازنىڭ قۇيرۇقىغا ئوخشار) دىن 150 گىرام ئېلىپ، ئالتە مىللىلىتىر سىركە ۋە مۇڭاپىق مقداردىكى سۇ بىلەن يۇمشاق پىشۇرغاي ۋە قول بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئۇماچ هالىتىگە كەلتۈرگەي. ئۇنىڭدىن كېيىن شېكەر بىلەن هەسەلدىن مۇڭاپىق مقداردا قوشۇپ، سۇس ئوتتا قاينىتىپ قىيام قىلىپ بىمارغا يالاتقاي.

دوۋساقتا قان ئۇيۇپ قېلىشنىڭ بايانىدا سۆزلەنگەن زىماتلارنى دوۋساق ساهەسىگە چاپقاي ۋە چايان يېغىنى سۈركىگەي. كەرەپشە سۈيى بىلەن تۇرۇپ سۈيىگە بادام يېغىدىن مۇڭاپىق مقداردا ئارىلاشتۇرۇپ بەرگەي، بولۇپمۇ ئابزەن قىلغاندا ئىچۈرسە تېخىمۇ ياخشى بولۇر.

سۈيدۈك تۇتۇلۇش دوۋساقنىڭ قۇۋۇتىنى داپئەسىنىڭ ئاجىزلىشىدىن پەيدا بولغان بولسا، دوۋساققا نەيچە سېلىپ سۈيدۈكنى ماڭدۇرغاي. گۈڭگۈرت كاندىن چىققان سۇدا ئولتۇرغۇزغاي.

سۈيدۈك ماڭدۇرغۇچى يەڭگىل زىماتلارنى چاپقاي. سىرىقچىچەك يېغىنى بىمارنىڭ دوۋسۇن ساهەسىگە سۈركىگەي ۋە مۇناسىپ يېمەكلىكلەرنى يېگۈزگەي.

مىزاجنىڭ سوغۇقتىن بۇزۇلۇشى بىلەن دوۋساق سېزىمىنىڭ بۇزۇلۇشىدىن پەيدا بولغان بولسا دەسلەپتە قۇستۇرغاي. ئۇنىڭدىن كېيىن تەرياقى كەبىر، مەجۇنى مەسرۇدىتۇس، مەجۇنى سەنجىبىنانى بەرگەي. مائۇلئۇسۇلغا ئىنەكپىتى يېغىدىن مۇڭاپىق مىقداردا تېمىتىپ ئىچكۈزسە مەنپەئەت قىلۇر. پەرپىيۇن يېغىغا ئوخشاش ئىسسىق تەبىئەتلىك ياغلار بىلەن دوۋساق ساهەسىنى مايلاپ بەرگەي.

مىزاجنىڭ ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشىدىن پەيدا بولغان بولسا، مەسىلەن: كۆيدۈرگۈچى تەپلەردە سۇيدۇك تۇتۇلسا، ئىسسىق سۇ، بولۇپمۇ بابۇنە، بىنەپشە قاينىتىلغان سۇنى كۆيمىگەن ھالەتتە دوۋساق ساھەسگە تۆككەي. سىرىقچېچەك يېغى، بابۇنە يېغى، بىنەپشە يېغى بىلەن دوۋساق ساھەسىنى مايلاپ بەرگەي. بابۇنە، ئوغرىتىكەن، لەيلى يىلتىزى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ، بىمارنى ئۇنىڭدا ئولتۇرغۇزغاي. دوۋساقنى ئوغرىتىكەن يېغى بىلەن مايلاپ بەرگەي.

دوۋساققا زەربە يېتىش، ئورنىدىن قوزغىلىش، يۈلۈنغا زەرەر يېتىش سەۋەبىدىن پەيدا بولسا، داۋالاش تەسرەك بولۇر. بىمارنىڭ ھالى ناچار بولمىسا ئەمەلىي ئەھۋالغا قاراپ قان ئالغاي. تەرياقى كەبىر، مەجۇنى مەسرۇدىتۇسنى يېگۈزگەي. سۇيدۇك يولغا نەيچە سالغاي.

بابۇنە، بىنەپشە، ئىكلىلمىلىك، پۇدىنە، ئارپا، قەيسۇم (ئەمەننىڭ بىر تۈرى)، بۇغداي كېپىكى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، سۇ بىلەن قاينىتىپ تەمىنى چىقىرىپ، سۇيىنى قىزىق ھالەتتە دوۋساققا قۇيغاي. ئۇنىڭدىن كېيىن ئاغرىغان ئورۇنغا قائىدە بويىچە ئىلاج قىلغاي.

ئەبۇل ھەسەن تۇرۇنجى مۇنداق دېگەن: «تېۋىپ شاھنشاھنىڭ دەۋرىدە بىر كىشى مەزكۇر كېسەللىككە گىرىپتار بولۇپ قالدى، ئۇنىڭ نە كېچىك تەرىتى، نە چوڭ تەرىتى ماڭمايتتى، تېۋىپ شاھنشاھ ئۇنىڭغا ھۆقنە قىلىشنى بۇيرۇدى، ئۇرۇقلارنىڭ سۇيىنى ئىچكۈزدى، پىسەپلىرىنى دوۋساق ساھەسگە چاپتى، نەتىجىدە بىمار شۇ كۈنى ئۆلدى. مەن ئۇ تېۋىپقا: ئۇنىڭغا ئۇرۇقلارنىڭ سۇيىنى بەرمىگەن بولسىڭىز ياخشى بولاتتى، چۈنكى ئۇنىڭ بەدىنىدە ماددىلار قېيىپ قالغان ئىدى، سىز ئۇرۇق دورىلارنى بېرىۋېدىڭىز دوۋساققا كېلىدىغان ماددىلار تېخىمۇ كۆپەيدى، ئۇ، دوۋساقنىڭ قۇۋۇتى داپئەسىنى تېخىمۇ ئاجىزلاشتۇرۇپ قويدى، بۇنىڭ بىلەن دوۋساققا يىغىلىدىغان سۇيدۇكنىڭ مىقدارى كۆپىيىپ بىمار ئۆلدى، دېدىم. ئۇنىڭغا مېنىڭ سۆزۈم تەسىر قىلمىدى.

كېيىن بىر تېۋىپ بۇ كېسەللىككە گىرىپتار بولۇپ قالدى، ئۇنىڭدا دوۋساقنىڭ سېزىمى يوقالغان ئىدى، دوۋساققا سۇيدۇك كۆپ يىغىلىپ سۇيدۇك ماڭماي، ئۇنى كۆپ بىئارام قىلدى. بۇ چاغدا ھېلىقى تېۋىپ يەنە پەيدا بولدى. مەن ئۇنىڭغا تەنبىھ بېرىپ: بۇ كىشىنىڭ كېسىلىمۇ ئىلگىرىكى كىشىنىڭ كېسىلىگە ئوخشايتتى، ئۇنى تېزرەك ئۆلسۇن دېسىڭىز يەنە ئۇرۇق دورىلارنى بېرىڭ! دېدىم. ئارقىدىن ئۇنىڭغا يول كۆرسىتىپ: بۇ كېسەللىكنىڭ ئەڭ ياخشى ئىلاجى سۇيدۇك يولغا نەيچە سېلىش، چوڭ تەرەتنى ھۆقنە بىلەن، كېچىك تەرەتنى شامچە بىلەن ماڭدۇرۇشتۇر، شۇنداق قىلسىڭىز بىمار 40 كۈن بولسىمۇ ھايات كەچۈرەلەيدۇ، ناۋادا ئۇرۇق

دورىلارنى بەرسىگىز شۇ كۈنى ئۆلىدۇ دېدىم. ئۇ ئاخىر مەن دېگەندەك قىلىۋېدى، بىمار 40 كۈن ھايات كەچۈردى.»

ئەبۇل ھەسەن تۇرۇنجى يەنە مۇنداق دېگەن: «مەن بىر كىشىنى كۆردۈم، ئۇ بۇ كېسەللىكتىن خالاس بولدى، لېكىن پۈتى كۈچسىز بولۇپ قالدى، سۈيدۈكىنى تۇتالمايدىغان بولۇپ قالدى، سۈيدۈكى ئىختىيارسىز تامچىلاپ تۇراتتى. ئۇ زامانىلاردىن كېيىن شۇ كېسەللىك بىلەن ئالەمدىن كەتتى.»

ئەگەر سۈيدۈك تۇتۇلۇش ئۈچەي، بالىياتقۇ قاتارلىقلارغا ئوخشاش قوشنا ئەزالارنىڭ ئىششىشىدىن پەيدا بولغان بولسا، شۇ ئەزالارنىڭ ئىششىقىنى قايتۇرۇشقا ئىلاج قىلغاي.

دوۋساق مۇسكۇللىرىنىڭ بوشىشىدىن پەيدا بولغان بولسا، دوۋساقنى باسقاندا سۈيدۈك چىقسا، سۈيدۈك يولىغا نەيچە سالغاي. مەجۇنى سەنجىرىنا، مەجۇنى مەسرۇدىتۇس، مەجۇنى ئەمرۇسيا، تەرياقى كەبىر قاتارلىق دورىلارنى بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ بەرگەي.

دارچىن، سۆئىدى، سۇمبۇل، قىلىن دارچىن، گۈلدارچىن، بەسباسە قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ چالا سوقۇپ، سۇ بىلەن قاينىتىپ تەمىنى چىقىرىپ ئىچۈرگەي ھەم دوۋساق ساھەسىگە سۈركىگەي. ئۇسسۇزلۇقنىغا مائۇلھەسەل بەرگەي. مەزكۇر دورىلارنى سوقۇپ تالقان قىلىپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە مۇۋاپىق مىقداردا بەرسىمۇ بولۇر. ئىسسىق تەبىئەتلىك مايلارنى دوۋساق ساھەسىگە سۈركىگەي ۋە ھۆقنە قىلغاي.

سۈيدۈك تۇتۇلۇش كىچىك بالىلاردا بولسا، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، بادرەك ئۇرۇقى مېغىزى، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، قوغۇن شاپىقى بىلەن شىكەر ئارىلاشتۇرۇپ بىرلىكتە سوقۇپ بەرگەي. قوغۇن شاپىقىنى يالغۇزلا سوقۇپ، شىكەر بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ بەرسىمۇ بولۇر.

مەيلى كىچىك بالا ياكى چوڭ ئادەم بولسۇن، زەپەرنى سوقماي ياكى پىتىنى ئۆلتۈرمەي تۇرۇپ جىنسىي يولىغا سىلىپ قويسا، قۇۋۇتى داپىئەنى قوزغىتىپ سۈيدۈكنى ماڭدۇرار.

ئەرەب تىلىدا «قىرەد»، تۈرك تىلىدا «سالجا» دەپ ئاتىلىدىغان ھاشاراتتىن مۇۋاپىق مىقداردا تۇتۇپ ئۆلتۈرۈپ، سىركە ياكى پىياز بىلەن سوقۇپ، دوۋساق ساھەسىگە چاپسا سۈيدۈكنى ماڭدۇرار.

قوينىڭ دوۋسقىنى تازىلاپ، قۇرۇتۇپ سوقۇپ، تاتلىق شەربەت بىلەن بەرگەي.

دەريا قىسقۇچپاقسى (سەرتان نەھرىي) نى پىشۇرۇپ، ھەسەل ۋە شىكەر بىلەن بەرگەي.

ئېرىتىپ جىنسىي يولغا تېمىتقاي. توخۇ تۇخۇمىنىڭ ئېقىنى يالغۇز تېمىتسىمۇ مەنپەئەت قىلۇر.

بەنادىقۇل بۇزۇرى نۇسخىسى تەرخەمەك ئۇرۇقى، بادرەڭ ئۇرۇقى، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى، كۆكنار ئۇرۇقىنىڭ ھەربىرىدىن 30 گىرامدىن، نىشاستە، كەتىرا، رۇببىسۇسنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرامدىن، ئاق بەزرۇلبەنجىدىن ئالتە گىرام، قوغۇن ئۇرۇقىدىن 90 گىرام ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، كۇملاچ تەييارلاپ ھەر قېتىمدا 10 گىرامدىن بەرگەي.

تۆۋەندىكى قۇرس سۈيدۈك ئېچىشىپ كېلىش ۋە دوۋساق يارىسىغا مەنپەئەت قىلۇر.

نۇسخىسى تەرخەمەك ئۇرۇقى، بادرەڭ ئۇرۇقى، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى ھەربىرىدىن 60 گىرامدىن، كۇندۇر، ئەرەب يېلىمى، خۇنسىياۋشان ھەربىرىدىن ئالتە گىرامدىن، ئەپيۇندىن ئىككى گىرام، كەرەپشە ئۇرۇقىدىن ئۈچ گىرام ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، مۇۋاپىق چوڭلۇقتا قۇرس قىلىپ، سايىدا قۇرۇتۇپ ھەر قېتىمدا ئالتە گىرامدىن بەرگەي.

تۆۋەندىكى قۇرسنى بەرگەي.

نۇسخىسى قوغۇن ئۇرۇقى، تەرخەمەك، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى، تاتلىق بادام مېغىزى، كەتىرا، رۇببىسۇس، نىشاستە، گىل ئەرمىنى، كۆكنار ئۇرۇقى قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، سۈيدۈكنىڭ ئېچىشىشى ئېغىر بولسا، كۆكنار پوستىدىن مۇۋاپىق مىقداردا قوشۇپ سوقۇپ، تاسقاپ، مۇۋاپىق چوڭلۇقتا قۇرس قىلىپ، سايىدا قۇرۇتقاندىن كېيىن مۇۋاپىق مىقداردا بەرگەي.

بىمارنى ئىسسىق سۇدا ئولتۇرغۇزغاي.

تۆۋەندىكى شىيافنى سۈيدۈك يولغا تېمىتقاي:

نۇسخىسى كۆكنار، نىشاستە، رۇببىسۇس قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، قائىدە بويىچە تېمىتما تەييارلاپ جىنسىي يولغا تېمىتقاي. زۆرۈر بولسا ئەپيۇن، بەزرۇلبەنجىنى قوشقاي.

كۆز ئاغرىقىنىڭ بابىدا بايان قىلىنغان شىيافى ئەبىەزنى ئىشلەتكەي.

ئون بىرىنچى باب زىيابىتۇس توغرىسىدا

بۇ كۆپ سىيىش، كۆپ ئۇسىشاش بىلەن ئىپادىلىنىدىغان كېسەللىكتىن ئىبارەت.

سەۋەبى

بۇ كېسەللىك تۆت خىل سەۋەبتىن پەيدا بولۇر.

1. بۆرەكنىڭ زەئىپلىشىشىدىن پەيدا بولۇر. بۆرەك زەئىپلەشكەنلىكتىن جىگەردىن كەلگەن سۇيۇقلۇقنى ھەزىم قىلىش، پىشۇرۇش ۋە تۈتۈپ تۇرۇشقا قادىر بولالمىغانلىق سەۋەبتىن كۆپ سېيىش ئەھۋالى كۆرۈلەر.

2. سۈيدۈك يوللىرىدىكى قان تومۇرلارنىڭ ئېغىزىنىڭ ئېچىلىشىدىن پەيدا بولۇر. بۇ چاغدا سۈيدۈك تۇرماس ۋە پىشماي چىقىپ كېتەر.

3. سوغۇق يېمەكلىكلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلىش سەۋەبىدىن ئومومىي بەدەن، جىگەر ۋە، بۆرەك مىزاجىنىڭ سوغۇقتىن بۇزۇلۇشىدىن پەيدا بولۇر.

4. يۇرەك بىلەن بۆرەك ھارارىتىنىڭ ئېشىپ كېتىشىدىن پەيدا بولۇر. شۇ سەۋەبتىن بۆرەك جىگەردىن سۇيۇقلۇق كۆپ تەرلەر قىلۇر، جىگەر بولسا ماسارىقا تومۇرىدىن، ماسارىقا تومۇرى ئاشقازاندىن سۇيۇقلۇق تەلەپ قىلۇر، ئاشقازاندا سۇيۇقلۇق بولمىسا كۆپ ئۇسسىش كېلىپ چىقار، سۇنى كۆپ ئىچكەنلىكتىن كۆپ سېيىش كۆرۈلەر. بۇ ئەھۋال گويا چاق ئارقىلىق قۇدۇقتىن سۇ تارتقانغا ئوخشار، قۇدۇقتىن سۇ تارتىدىغان چاق يۇنان تىلىدا «زىيابىتۇس»، ئەرەب تىلىدا «دوۋلاب» دەپ ئاتىلۇر. بۇ كېسەللىك خۇددى ئىچ سۇرۇپ قالغاندا ئۇچەيدىكى ئوزۇقلۇق ماددىلارنىڭ ھەزىم بولماي چىقىپ كەتكىنى، بۇ ھالەتنىڭ ئەرەب تىلىدا «زەلەقۇل ئەمئا» دەپ ئاتالغىنىغا ئوخشار. شۇ سەۋەبتىن ئۇ «زەلەقۇل كۇلىيە» (سۇنىڭ ھەزىم بولماي ئەينەن چىقىپ كېتىشىگە قارىتىلغان) دەپمۇ ئاتىلار.

بۇ كېسەللىكتە بەدەن سۇيۇقلۇقتىن بەھرە ئالالمىغانلىقى ئۈچۈن، قىزىتمىسى ئۆرلەش ۋە سۇسىزلىنىشتەك ئالامەتلەر بىلەن ھالاك بولار.

ئالامىتى

بىمار كۆپ ئۇسسار، كۆپ سېيەر، بەدەن ئورۇقلار، تائامنى كۆپ يەر، مىزاج ئىسسىقتىن ياكى سوغۇقتىن بۇزۇلغان بولسا، شۇنىڭغا ئالاقىدار ئالامەتلەر كۆرۈلەر. ئۇنىڭ ئالامەتلىرى ئىلگىرىكى بابلاردا كۆپ بايان قىلىندى.

داۋالاش

بىمارنىڭ بەدىنى كۆچلۈك بولسا، قان ئېلىشقا توسالغۇ بولمىسا باسلىق تومۇرىدىن قان

سەۋەبى

كېسەللىك تۆۋەندىكىدەك بەش خىل سەۋەبتىن پەيدا بولۇر:

1. مىزاجنىڭ سوغۇقتىن بۇزۇلۇشىدىن پۈتۈن بەدەن ۋە دوۋساقنىڭ بوشىشىدىن پەيدا بولۇر.

2. سۈيدۈك ھەيدەش رولى بولغان دورىلارنى ئىچىش ۋە شۇ خىل خۇسۇسىيەتكە ئىگە يېمەكلىكلەرنى كۆپ يېيىشتىن پەيدا بولۇر.

3. ئۇچا ئومۇرتقىسىنىڭ زەخمىلىنىشى ياكى ئورنىدىن قوزغىلىشى بىلەن دوۋساقنىڭ يامان تەسىرگە ئۇچرىشى سەۋەبىدىن پەيدا بولۇر.

4. قورساق بوشلۇقىدىكى ئەزالاردا بىرەر ئىششىق ياكى باشقا كېسەللىك پەيدا بولۇپ، دوۋسۇننى قىستىشى سەۋەبىدىن بولۇر.

5. دوۋساق يۇقرىسىدىكى باشقا ئەزالارغا مۇناسىۋەتلىك كېسەللىكلەرنىڭ ئاسارىتىدىن بولۇر.

ئالامىتى

ئالامەتلىرى ھەرقايسى كېسەللىكلەرنىڭ بابلىرىدا ئايرىم بايان قىلىنىدۇ.

داۋالاش

ئىسسىق تەبىئەتلىك مەجۇنى ماسكۇل بەۋلنى بەرگەي.

تۆۋەندىكى سوفۇپنى بەرگەي.

نۇسخىسى ھەببى مەھلەب، بەللۇت، سۆئىدى، مۇرمەككى، خولىنجان، ئېچقۇر، راسەن قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، سۇفۇپ تەييارلاپ، مۇۋاپىق مىقداردا كاپ ئەتكەي.

تۆۋەندىكى سۇفۇپنى بەرگەي:

نۇسخىسى بەللۇتتىن 150 گىرام، كۇندۇردىن 90 گىرام ئېلىپ، سىركىگە چىلاپ قۇرۇتۇپ قورۇلغان يۇمغاقسۇت ئۇرۇقىدىن 90 گىرام، گۈل ئەرمىنى، سەمغى ئەرەبىنىڭ ھەربىرىدىن 30 گىرام ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، سۇفۇپ تەييارلاپ، ئەتىگەن - كەچتە 10 گىرامدىن كاپ ئەتكۇزگەي.

بىمارىدا سوغۇقلۇق غالىب بولسا مەجۇنى مەسرۇدىتۇس، مەجۇنى سەنجىبىنا، مەجۇنى

ئەنقەردىيا قاتارلىقلارنى مائۇلھەسەل بىلەن ئىچۈرگەي.

تۆۋەندىكى شەربەتنى بەرگەي:

نۇسخىسى ھۆل ياكى قۇرۇق ھەببۇلئاس يوپۇرمىقى، ئانارگۈلى، بەللۇت قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقدارىدا ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقدارىدىكى تاتلىق شاراب بىلەن قاينىتىپ تەمىنى چىقىرىپ، ھەببۇلئاس يېغىدىن مۇۋاپىق مىقدارىدا تېمىتىپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە 30 مىللىلىتىردىن ئىچۈرگەي.

تۆۋەندىكى مەجۇننى ئىستېمال قىلدۇرغاي، بۇ، سۈيدۈكنى توختىتار:

نۇسخىسى تاتلىق بادام مېغىزىدىن 250 گىرام، ئاچچىق ئۆرۈك مېغىزىدىن 10 گىرام، ھەببەتۇلخۇزرادىن 100 گىرام، ئاقلانغان كۈنجۈتتىن 300 گىرام ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، مۇۋاپىق مىقدارىدىكى ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ، ئۇدا يەتتە كۈن بەرگەي.

تۆۋەندىكى سۇفۇپنى بەرگەي:

نۇسخىسى سىيادان، جۇۋىنە، كۈندۇر، ئاق شىكەر، كۈنجۈت قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقدارىدا ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە بىر كاپام كاپ ئەتكەي.

ھەببۇلئاس شەربىتىنى بەرسە ياخشى مەنپەئەت قىلۇر.

سۇفۇپى كەھرىۋانى بەرگەي.

نۇسخىسى كەھرىۋا، گىل ئەرمىنى، قارا ھېلىلە، بەللۇت، يېسسىمۇقتىن ئالتە گىرامدىن، سىركىگە چىلانغان يۇمغاقسۈت ئۇرۇقىدىن ئۈچ گىرام ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، سۇفۇپ تەييارلاپ، بىمارنىڭ مىزاجى سوغۇق بولمىسا ھەببۇلئاس شەربىتى بىلەن بىرلىكتە ھەر قېتىمدا 10 گىرامدىن بەرگەي.

تۆۋەندىكى مۆتىدىل سۇفۇپنى كاپ ئەتكۈزگەي:

نۇسخىسى سىركىگە چىلاپ قۇرۇتۇپ قورۇلغان بەللۇت 30 گىرام، بېھى سۈيىگە چىلاپ قۇرۇتۇپ قورۇلغان ھېلىلە كابۇلى، بەلىلە، ئامىلىنىڭ ھەربىرىدىن سەككىز گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، سۇفۇپ تەييارلاپ، ھەر كۈنى ئەتىگەن - كەچتە 10 گىرامدىن كاپ ئەتكەي.

تۇلكە گۆشىنى پىشۇرۇپ يېسىمۇ مەنپەئەت قىلۇر. ئۇنىڭدىن باشقا بەل ئاغرىقى، بوغۇملار ئاغرىقى ۋە كۆز ئاغرىقى قاتارلىقلارغىمۇ مەنپەئەت قىلۇر.

تۆۋەندىكى سۇفۇپنى بەرگەي:

نۇسخىسى قۇرۇتۇلغان توشقان بۆرىكى بىلەن سىرىقچىچەك ئۇرۇقىدىن بىر ھەسسىدىن، ئاقىرقەرھا، كەرەپشە ئۇرۇقىدىن يېرىم ھەسسىدىن ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، سۈزۈپ تەييارلاپ، ئالتە گىرامنى 30 مىللىلىتىر سوغۇق سۇ بىلەن كاپ ئەتكەي.

توشقان مېڭىسىنى مۇناسىپ شەربەت بىلەن ئىچۈرسە مەنپەئەت قىلۇر. قەي قىلدۇرار. گۈڭگۇرتنىڭ كاندىن چىققان سۈيىدە ئولتۇرغۇزسا ياخشى مەنپەئەت قىلۇر.

قالغان ئىلاجلار پالەچنىڭ ئىلاجىغا ئوخشاشتۇر.

بىمارنىڭ مىزاجى ھۆل بولسا، زىرىدىن مۇڭاپىق مىقدارىدا ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ بەرگەي.

كۈندۈردىن 12 گىرام، ھەببى مەھەلىدىن 30 گىرام ئېلىپ، ئۈچ ھەسسە سۇ بىلەن قاينىتىپ، سۈزۈنىڭ بىر ھەسسىسى قالغاندا پەسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، سۈيىگە يېرىم ھەسسە كۈنجۈت يېغى قوشۇپ، سۈيى تۈگەپ يېغى قالغۇچە قاينىتىپ، شۇ چاغدا ئوتتىن چۈشۈرۈپ، شۇ ماي بىلەن يەرلىك ئورۇننى مايلىغاي.

ھەببۇلبان، ھەببۇلغار، پىندۇق، پىستە، ھەببەتۇلخۇزرا، ھەببى مەھەب قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، پوستىنى ئاقلاپ سوقۇپ، ئۇنىڭغا بىر ھەسسە سۇ، بىر ھەسسە كۈنجۈت يېغى، ئازغىنە ئىپار قوشۇپ ھۆقنە قىلسا مەنپەئەت قىلۇر.

زىيابىتۇسنىڭ بابىدا بايان قىلىنغان قۇرسى زىيابىتۇسنى بەرگەي.

بىمارنى سۈنى كۆپ ئىچىشتىن، ئۇخلاشتىن ئىلگىرى كۆپ تائام يېيىشتىن، كۆپ ئۇسسۇزلۇق ئىچىشتىن، سوغۇقلۇق نەرسىلەرنى كۆپ يېيىشتىن پەرھىز قىلدۇرغاي.

سىناقتىن ئۆتكۈزگۈچىلەرنىڭ بىرى: «بىر كىشى بۇ كېسەللىككە گىرىپتار بولۇۋېدى، 21 گىرام رەيھان ئۇرۇقى ۋە بىر دانە يېشىل موزىنى سوقۇپ تالقان قىلىپ بېرىۋېدىم شىپا تاپتى» دېگەن.

تۆۋەندىكى مەجۇننى بەرگەي.

نۇسخىسى قورۇلغان زىغىر ئۇرۇقىدىن 30 گىرام، ئاق لەيلى ئۇرۇقىدىن 21 گىرام، ئاقاقىيا، مۇرمەككى، كۈندۈر، شىيافى ماميسادىن ئالتە گىرامدىن، راسەن، قورۇلغان ھېلىلە كابۇلى 30 گىرامدىن، كۈشتە قىلىنغان زەمچىدىن 10 گىرام ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، مۇڭاپىق مىقداردىكى ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە 10 گىرامدىن بەرگەي.

تۆۋەندىكى سۈفۈپنى بەرگەي.

نۇسخىسى زىرە، كۈندۈر، ھەببۇلئاس قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە ئالتە گىرامدىن بەرگەي.

لەيلى سۈيى، يېسسمۇق، ئانار پوستى، موزا، ھەبۇلئاس يوپۇرمقى، خەرنۇب شامى قاتارلىقلارغا ئوخشاش قابىز دورىلار بىلەن ئابزەن تەييارلاپ بىمارنى ئولتۇرغۇزغاي.

سېمىزئوتنىڭ سۈيىنى نەيچە ئارقىلىق بىمارنىڭ جىنسىي يولىغا تېمىتقاي.

بەزىدە قان توختىتىش ئۈچۈن، دوۋسۇن ۋە ئۇنىڭ ئەتراپىغا لوكقا قويۇشقا توغرا كېلەر.

قانىنىڭ ئۆتكۈرلۈكىدىن قان تومۇرلارنىڭ ئېغىزلىرى ئېچىلغان بولسا، زىيابىتۇسنىڭ ئىلاجىنى قىلغاي.

قان بەدەننىڭ يۇقىرى قىسمىدىكى ئەزالاردىن كەلگەن بولسا، بەدەننىڭ قايسى قىسمىدا ئاغرىقنىڭ بارلىقىغا دىققەت قىلغاي. ئاغرىق بار ئورۇن بايقالغاندىن كېيىن، يەرلىك ئورۇندىن چىققان قانىنىڭ باشقا ئورۇنغا تارقىلىپ كېتىشىنىڭ ئالدىنى ئېلىش ۋە قان توختىتىش ئۈچۈن، شۇ ئورۇنغا لوكقا قويغاي. مادداىنى قويۇقلاشتۇرۇش، باشقا مادداىلارنىڭ يەرلىك ئورۇنغا كېلىشىنى توسۇش ئۈچۈن، يەرلىك ئورۇنغا قابىز خۇسۇسىيەتلىك دورىلارنى زىمات قىلغاي. مادداىنى توسۇش ئۈچۈن باشقا تەدبىرلەرنىمۇ قىلغاي.

بەزى تېۋىپلار مادداىنىڭ دوۋسۇنغا چۈشۈشىنىڭ ئالدىنى ئېلىش ۋە ئۇنى باشقا ئورۇنلارغا تارقىتىۋېتىش ئۈچۈن، يەرلىك ئورۇننى داغلاشنى لايىق كۆرەر. ئۇنىڭدىن كېيىن زەخمىنىڭ ئىلاجىنى قىلغاي.

ئەبۇل ھەسەن تۇرۇنجى: «مەن ھېچ كىشىنىڭ بۇ ئىلاجنى قوللانغىنىنى كۆرمىدىم» دېگەن.

ئۇ يەنە مۇنداق دېگەن: «ھەكىم ئەبۇ ماھىر مەزكۇر ئىلاجنى قىلىشنى لايىق كۆرەتتى. ئۇ، تۇتقاق كېسەللىكنى داۋالاشتا كېسەللىك مادداسىنى پۈتتىن چىقىرىش، شۇ ئارقىلىق مادداىنىڭ مېڭىگە زەھەر يەتكۈزۈشىنىڭ ئالدىنى ئېلىش ئۈچۈن بىمارنىڭ پۈتىنى يارىلاندۇرغاي. مېنىڭ يۇقىرىدىكى كېسەللىكنى داۋالاشتا داغلاشنى لايىق كۆرۈشۈمۇ شۇنىڭغا ئوخشار، دېگەن».

ئون تۆتىنچى باب سۈيدۈكنىڭ ھەر خىل رەڭدە كېلىشى توغرىسىدا

بۇ تۆۋەندىكىدەك ئالتە خىل بولۇر:

1. سۈيدۈكنىڭ گۆش يۇغان سۇدەك كېلىشى

بۇ خىل سۈيدۈك ھەزىم ياكى جىگەر ئىقتىدارى زەئىپلەشكەندە كۆرۈلۈر. بۆرەك

زەئىپلەشكەنده سۈيدۈكنىڭ رەڭگى ئاققا مايىل، قويۇق بولۇر. يالغۇز جىگەر ئىقتىدارى زەئىپلەشكەن بولسا سۈيدۈك قىزىلغا مايىل كېلۇر. قىزىل سۈيدۈك يەنه هەزمىنىڭ زەئىپلىكى، بەدەندىكى خىلتىلارنىڭ كۆپلۈكى، بەدەننىڭ ماددىدىن بوهران ئارقىلىق تازىلانغانلىقى كېسەللىكنىڭ ساقىيىشىغا يۆزلىنىدىغانلىقىنى بىلدۈرەر.

2. سۈيدۈكنىڭ قويۇق خىلت ئارىلاشقان هالەتته كېلىشى

بۇ خىل سۈيدۈك بەزىده بۆرەكنىڭ زەئىپلىشىشى، بەزىده كېسەللىكنىڭ بوهران دەۋرىگه قەدەم قويۇشى بىلەن خىلتىنىڭ بەدەن سىرتىغا چىقىرىلىشىدا كۆرۈلىدۇ.

3. سۈيدۈكته ئاق، قىزىل رەڭلىك يىپچىلارنىڭ بولۇشى

بەزىده سۈيدۈكته ئۇزۇن ئاق ياكى قىزىل يىپچىلار بولىدۇ. ئۇزۇن - قىسقىلىقى ئوخشاش بولمايدۇ. بۇ خىل ئەهۋال قۇۋۇەتلىك غىزالارنى يېگەن ۋە ئۇ غىزالار ياخشى هەزىم بولمىغاندا كۆرۈلىدىغان ئەهۋال بولۇپ، بۇنىڭ خەتىرى چوڭ بولماس. بەزىده ئۇ، ماددىنىڭ قويۇقلۇقىغا دالالەت قىلۇر.

4. سۈيدۈكنىڭ يىرىڭ ئارىلاشقان هالەتته كېلىشى

بۇ خىل سۈيدۈك سۈيدۈك يوللىرىدا ياكى باشقا مۇناسىۋەتلىك ئەزالاردا يارا پەيدا بولغاندا كۆرۈلىدۇ. سۈيدۈك دەسلەپته كېلىپ ئارقىدىن يىرىڭ كەلسه، يارىنىڭ زەكەر ياكى سۈيدۈك يولىدا ئىكەنلىكىنى بىلدۈر. دەسلەپته سۈيدۈك كېلىپ ئارقىدىن يىرىڭ كەلسه، بۇ يىرىڭنىڭ يىراق ئەزالاردىن كەلگەنلىكىنى بىلدۈرەر.

5. سۈيدۈكنىڭ زەيتۇن يېغى رەڭگىده كېلىشى

بۇ خىل سۈيدۈك بۆرەك يېغى ياكى باشقا ياغلار ئېرىگەنده كۆرۈلەر.

بۇقرات: «سۈيدۈك ياغلىق كەلسه هەم ئېچىشتۇرسا، بۆرەكته هارارەتنىڭ يۇقىرىلىقى ۋە هارارەتنىڭ ئېرىگەنلىكىگه دالالەت قىلۇر» دېگەن.

6. سۈيدۈكنىڭ قارا رەڭده كېلىشى

بۇ خىل سۈيدۈك ئەزالاردا تاش پەيدا بولغانلىقىغا دالالەت قىلۇر.

رۇفس: «بەدەن ساق هالەتته سۈيدۈك قارىغا مايىل كەلسه، كېسەللىكنىڭ يېقىنلىغانلىقى ياكى ئەزالاردا تاش پەيدا بولىدىغانلىقىغا دالالەت قىلۇر» دېگەن.

يۇقىرىدا سۈيدۈكنىڭ تۈرلىرى بايان قىلىندى. بۇنىڭدىكى كېسەللىكلەر ئايرىم سۆزلىنىدۇ.

ئۇچىنچى قىسىم سۈيدۈك ئاجرىتىپ چىقىرىش ئەزالىرىدا تاش پەيدا بولۇش توغرىسىدا

بىرىنچى باب بۆرەك ۋە دوۋساقتا تاش پەيدا بولۇش توغرىسىدا

بۇ كېسەللىكلەر چوڭلارغا قارىغاندا بالاغەتكە يەتكەن باللاردا، ئورۇق كىشىلەرگە قارىغاندا سېمىز كىشىلەردە ۋە كىچىك باللاردا كۆپرەك پەيدا بولۇر، يەنى چوڭ كىشىلەرنىڭ بۆرىكىدە كۆپرەك تاش پەيدا بولۇر. مۇھەممەد زىكرىيا رازى شۇنداق بولىدىغانلىقىنى بايقىغانلىقىنى ئېيتقان.

ئۇ كىشى يەنە مۇنداق دېگەن: «ئايال كىشىلەرنىڭ دوۋسقىدا تاش پەيدا بولسا قول بىلەن تۇتۇپ بىلگىلى بولۇر، چۈنكى ئۇلارنىڭ دوۋساق ئېغىزى قىسقراق، ۋە ئوچۇقراق بولۇر. ئۇلارنىڭ دوۋساق ئېغىزى ئەرلەرنىڭ دوۋسقىنىڭ ئېغىزىغا قارىغاندا سىرتىغا يېقىنراق بولۇر. شۇ سەۋەبتىن ئۇلارنىڭ دوۋسقىغا قۇيۇلغان خىلتىلار تېزرەك سىرتىغا چىقار. يەنە بۇ چوڭ ئاياللارغا قارىغاندا كىچىك قىزلاردا كۆپرەك بولۇر.»

مەزكۇر كېسەللىكنىڭ كىچىك باللاردا كۆپرەك بولۇشىنىڭ سەۋەبى تۆۋەندىكىدەك ئۈچ خىل بولۇر:

1. ئۇلارنىڭ بەدىنىنىڭ قۇۋۇتى داپىئەسى كۈچلۈكرەك بولۇپ، بەدەنىنىڭ يۇقىرى قىسمىدىن چۈشكەن كېرەكسىز ماددىلارنىڭ دوۋساققا چۈشۈش پۇرسىتى كۆپرەك بولۇر.

2. تاش رەڭگى قارامتۇل، قويۇق بولغان سۈيدۈكتىن كۆپرەك هاسىل بول. كىچىك باللار تەرتىپسىز هەم كۆپ غىزالانغانلىقى ئۈچۈن، ئۇلارنىڭ سۈيدۈكى قارامتۇل بولۇر. شۇ

سەۋەبتىن ئۇلارنىڭ دوۋسقىدا تاش كۆپرەك پەيدا بولۇر، دەپ قارىلۇر. مىزاج ئىسسىق بولسا سۇيدۇك قارامتۇل بولماس، ئەمما بالىلارنىڭ مىزاجى سوغۇق بولغانلىقى ئۈچۈن، ئۇلارنىڭ سۇيدۇكى قارىغا مايىل بولۇر.

3. سۇيدۇكنى بىرەر كۈن تۇرغۇزسا ئۈنىڭدا شور پەيدا بولۇر، كىچىك بالىلارنىڭ سۇيدۇكىدە شور كۆپ پەيدا بولۇر. شور تاشنىڭ بىر قىسمىدۇر. قويۇق ھۆللۈككە ھارارەت تەسىر قىلسا ئۈنى قۇرۇتار. خۇددى شۇنىڭغا ئوخشاش كىچىك بالىلارنىڭ تېنىگە ھارارەت تەسىر قىلسا، ئۇلارنىڭ بەدىنىدە ھۆللۈك ئازىيىپ، قۇرۇقلۇق ئېشىش ۋە تاش پەيدا بولۇش ئېھتىماللىقى بولۇر. كىچىك بالىلارنىڭ سۇيدۇكىدە شور كۆپ بولۇشنىڭ سەۋەبى شۇكى، ئۇلارنىڭ سۇيدۇكىدە يەرگە مەنسۇپ ماددىلار كۆپ بولۇر، ھارارەت ئۇنىڭغا تەسىر قىلسا قاتىدۇ. شۇ سەۋەبتىن ئۇلارنىڭ سۇيدۇكىدە تاش پەيدا بولۇر.

مەلۇم بولغايكى، بۇ كېسەللىك كىچىك ۋاقتىدا كۆپرەك پەيدا بولۇر. ئۇنىڭ سەۋەبى كىچىكلەرنىڭ ئاشقازىنى ۋە جىگىرىنىڭ ئىسسىق بولغانلىقىدىندۇر. جىگەردە ھارارەت كۆپ بولغانلىقتىن ئۆزىگە كۆپرەك تارتۇر، بۇنىڭ بىلەن سۇيۇقلۇق ئازىيىپ كېتەر. جىگەر ئۆزى تەرەپكە تارتقان سۇنى بۆرەك ۋە دوۋساق تەرەپكە ئەۋەتىپ بېرەر. بۇ چاغدا بۆرەك ۋە دوۋساقتا ھارارەت بولسا، ئۇنىڭغا كەلگەن سۇيۇقلۇق قويۇلۇپ، تاش پەيدا بولۇشقا شارائىت ھازىرلىنار.

سەۋەبى بەدەندە ماددىلارنىڭ يىغىلىپ قېلىشى، شۇ سەۋەبتىن بەدەندە شىلىمشىق سۇيۇقلۇقلارنىڭ كۆپىيىشى، تەستە ھەزىم بولىدىغان يېمەكلىكلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلىش، كالا گۆشى، چوڭ ھايۋانلارنىڭ گۆشلىرى، چوڭ بېلىق گۆشى، تۈرمۇس، قۇرۇتۇلغان گۆش، تۈزلانغان گۆش، ئوغۇز سۈت، تۇخۇم، پېتىرنان، ئاتىلا، كالىلا ـ پاچاق، پىشمىغان مېۋىلەر، تۇرۇنجى، ئامۇت، قىيامى قويۇق بولغان ئىچىملىكلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلىش قاتارلىقلار سەۋەبلەردىن تاش پەيدا بولۇر. بولۇپمۇ مەزكۇر يېمەكلىكلەرنى جىگەر ۋە ئاشقازان ھەزمى ناچار بولغان، بۆرەك ھارارىتى يۇقىرى بولغان ئەھۋالدا يېسە، ئەزالاردا تاش پەيدا قىلىش ئېھتىماللىقى تېخىمۇ زور بولۇر.

ئۇنىڭدىن باشقا، جىماغا ھەۋىسى بولسىمۇ ئۇزۇن مۇددەت ئۆزىنى جىمادىن تارتىش، شەھۋەت قوزغالغاندىن كېيىن ئۆزىنى جىمادىن پەرھىز قىلدۇرۇش سەۋەبىدىنمۇ سۇيدۇك يوللىرىدا تاش پەيدا بولۇر. چۈنكى بۇ چاغدا مەنىي قاچىسىدىن قوزغالغان مەنىي سۇيدۇك يوللىرىدا تۇرۇپ ھارارەت تەسىرىدە قېتىپ، تاشنى شەكىللەندۈرۈش ئېھتىماللىقى بولۇر. ئۇرۇقدانىنى يالۇغلاندۇرار. يالۇغ تاشنىڭ پەيدا بولۇشىغا سەۋەب بولۇر.

ئانا سۈتىنىڭ سەۋەبىدىنمۇ كىچىك بالىلارنىڭ بۆرىكى ياكى دوۋسقىدا تاش پەيدا بولۇر.

ئۇنىڭ ئىككى خىل سەۋەبى بولۇر. بىرى، ئانا سۈتى سەپرا خاراكتېرلىك بولسا، بالىنىڭ مىزاجىمۇ ئىسسىق بولۇپ يېتىلۇر، بالىنىڭ مىزاجىدىكى ئىسسىقلىق بالىلار سۈيدۈكىنىڭ قويۇق بولۇشىغا ۋە تاشقا ئۆزگىرىشىگە سەۋەبچى بولۇر. يەنە بىرى، ئەگەر ئانىنىڭ مىزاجى بەلغەم خاراكتېرلىك بولسا، سۈتى قويۇق بولۇر، بالا ئەمگەندىن كېيىن ئۇنىڭدىن قويۇق سۈيدۈك ھاسىل بولۇر. ئۇ بالىنىڭ بەدىنىدىكى ھارارەت تەسىرىدە تاشقا ئايلىنىش خەۋپى بولۇر.

ئۇنىڭدىن باشقا، بالغا قويۇق شىلىمشىق يېمەك ـ ئىچمەكلەرنى كۆپ بەرسە، ئۇلارنىڭ بەدىنىدە تاش پەيدا بولۇش خەۋپى بولۇر.

ئىككىنچى باب ھەرقايسى ئەزالاردا تاش پەيدا بولۇش توغرىسىدا

تاش كۆپ ھاللاردا بۆرەك بىلەن دوۋسۇندا پەيدا بولىدۇ. قۇلۇن (تۇز) ئۇچەيدىمۇ تاش پەيدا بولۇر.

مۇھەممەد زىكىريا مۇنداق دېگەن: «مېنىڭ بىر دوستۇم بار ئىدى، ئۇنىڭ دوۋسىقىدا ئۇششاق تاش پەيدا بولۇپ قاپتۇ، تاشنىڭ سانى كۆپ ئىدى، ئۇ كىشى سېمىز ئىدى.»

تاش بەدەننىڭ بوغۇملىرىدىمۇ پەيدا بولۇر.

مۇھەممەد زىكىريا: «مەن خانازىر، توپۇق ئۆسكەن ئورۇنلاردىمۇ تاش پەيدا بولغانلىقىنى كۆردۇم» دېگەن.

فولس جالىنۇستىن ھېكايە قىلىپ كۆكرەك پەردە ياللۇغى (زاتىررىيە)دە يۆتەل بىلەن تەڭ خۇددى مۆلدۈرگە ئوخشاش ئۇششاق تاشلارنىڭ چىققانلىقىنى كۆرگەنلىكىنى ئېيتقان.

ئىسكەندەر: «مەن دوۋساقتىن چوڭ تاشنىڭ چىققانلىقىنى كۆرگەن» دېگەن.

ئۇچىنچى باب دوۋساق ۋە بۆرەكتە تاش پەيدا بولۇش توغرىسىدا

سەۋەبى

بۇ، تەستە ھەزىم بولىدىغان يېمەكلىكلەرنى ۋە تۇزلۇق تائاملارنى كۆپ يېيىش، كېچىدە سۈيدۈكنىڭ دوۋساقتا ئۇزۇن تۇرۇپ قېلىشى ۋە خىلتلارنىڭ ئۆزگىرىشى قاتارلىق سەۋەبلەردىن پەيدا بولۇر.

ئالامىتى

سۈيدۈك رەڭگى قارا بۇلۇر، ئەمما ئاغرىق بولمىسا، بولۇپمۇ بۇ ئەھۋال قېرىلىقتا كۆرۈلسە، دوۋساقتا تاش پەيدا بولغانلىقىغا دالالەت قىلۇر. بەل ساھەسىدە بىگىز سانجىغاندەك ئاغرىق بولسا، بۆرەكتە تاش پەيدا بولغانلىقىغا دالالەت قىلۇر. زەكەر بېشى ئاغرىسا، تاشنىڭ سۈيدۈك يولىغا قاپسىلىپ قالغانلىقىنى بىلدۈرەر. ئاغرىق پەسىيپ قالسا، تاشنىڭ دوۋسۇققا كەلگەنلىكىنى بىلدۈرەر. بۇ چاغدا سۈيدۈكتە سېرىق، قىزىل رەڭلىك قۇمسىمان ماددىلار پەيدا بولۇر. بىمارنىڭ بۆرەك ساھەسى داۋاملىق ئاغرار. تائامنى كۆپ يېسە، بولۇپمۇ تائام ھەزىم بولۇپ، ئۇچەيگە چۈشسە ئاغرىق پەيدا بولۇر. ئەمما ئۇچەي بوشىغاندىن كېيىن ئاغرىق پەسەيەر. بۇ ئاغرىق ئۇچەينىڭ بۆرەك ياكى دوۋساقنى قىستىشىدىن پەيدا بولۇر. بىمار ئەر كىشى بولۇپ، قايسى تەرىپىدە تاش پەيدا بولغان بولسا، شۇ تەرەپتىكى ئۇرۇقدان قوشۇپ ئاغرار. شۇ تەرەپتىكى بۆرەك زەئىپلىشەر. بەل ساھەسى خۇددى قولۇنجى كېسەللىكىدىكى ئاغرىققا ئوخشاش ئاغرار. سۈيدۈكىدە جىگەر كېسىلى بىمارنىڭ سۈيدۈكىگە ئوخشاش چۆكمە بولۇر.

قولۇنجى ئاغرىقى بىلەن بۆرەكتە تاش پەيدا بولغاندىكى ئاغرىقنىڭ پەرقى شۇكى، قولۇنجىدا بىمارنىڭ كىندىك ئەتراپى ئاغرار، ئاغرىق بەزىدە كىندىكىنىڭ تۆۋەنكى قىسمىغا يۆتكىلەر. بۆرەكتە تاش پەيدا بولسا بۆرەك ئۇدۇلى ئاغرار. قايسى بۆرەكتە تاش پەيدا بولغان بولسا، شۇ تەرەپ قولاشقاندەك مەلۇم بولۇر. ئەمما قولۇنجىدا بۇ خىل ئەھۋال كۆرۈلمەس.

دوۋساقتا تاش بولسا بىمارنىڭ سۈيدۈكى ئاق ياكى كۈل رەڭ بولۇر. زەكەرنىڭ تۈۋى قىچىشار، سېيىشى قىيىنلىشار. سېيىپ بولغاندىن كېيىن، يەنە سېگۈسى كەلگەندەك بىلىنەر ۋە سېيىپ بولغاندىن كېيىن، ئىختىيارسىز ھالدا يەنە سۈيدۈك تامار.

دوۋساق ئىچى كەڭرەك بولغاچقا، ئۇنىڭدا پەيدا بولغان تاشنىڭ ھەجمى بۆرەكتە پەيدا بولغان تاشقا قارىغاندا چوڭراق بولۇر. باشقا ماددىلارنىڭ قوشۇلۇشى بىلەن يېرىكلىشەر. دوۋساق پەيدا بولغان تاش ئاغرىتماس، پەقەت دوۋساقنىڭ ئېغىزىدا بولسا ئاغرار ھەمدە سۈيدۈكنى توسار. ئۇزۇن يول يۈرسە دوۋساق ۋە زەكەر تۈۋىدە ئاغرىق بىلىنەر. دوۋساقتا تاش پەيدا بولسا، چوڭ تەرەتكە ئولتۇرغاندا ئاغرىق بىلىنەر. يول يۈرۈشتىن توختىغاندا ئاغرىق پەسەيەر.

داۋالاش

بۇنىڭدا ئاۋۋال تاش پەيدا بولۇشنىڭ ئالدىنى ئىلاجلارنى قىلغاي. ئۇنىڭدىن كېيىن تاشنى ۋە تاش پەيدا قىلىدىغان شىلىمشىق ماددىلارنى پارچىلاش ۋە ھەيدەپ چىقىرىش

رولى بولغان دورىلارنى ئىشلەتكەي. تاش پەيدا قىلىدىغان بارلىق نەرسىلەردىن پەرھىز قىلغاي.

بىمارنىڭ بەدەن قۇۋۇتىنى ساقلاش ئۈچۈن، ئاسان ھەزىم بولىدىغان، ئەمما بەدەنگە قۇۋۋەت بېغىشلىيالايدىغان يېمەكلىكلەرنى يېگۈزگەي. بۇنىڭ ئۈچۈن تورۇلغۇ گۆشى، قىرغاۋۇل گۆشى، سېمىز توخۇ گۆشى، ئوغلاق گۆشى قاتارلىقلارنى زىرە بىلەن پىشۇرۇپ يېگۈزگەي. ئارپا نېنىنى ياخشى پىشۇرۇپ يېگۈزگەي.

ئەگەر بىمارنىڭ بەدەن قۇۋۋەتى ياخشى بولسا، ئوزۇقلۇق قۇۋۋەتنى تۆۋەنرەك بولغان يېمەكلىكلەرنى بەرگەي. ئاقلانغان ماش، پالەك، ئارپا سۈيى، قاپاق، تەرخەمەك ئېشى، نوقۇت سۈيى قاتارلىقلارنى بەرگەي. پەرھىز ئېشىغا بادام يېغى، كۈنجۈت يېغى ياكى كالا يېغى قوشۇپ بەرگەي. تائام ئۈستىگە يەنە تائام يېيىشتىن ۋە تەركىبىدە زىمىنگە تەۋە ماددىلار بولغان يېمەكلىكلەرنى بېرىشتىن پەرھىز قىلدۇرغاي. تاش پەيدا قىلىش ئېھتىماللىقى بولغان ھەربىر تەرەپتىن چەكلىگەي.

قەي ۋە سۈرگە ئارقىلىق بەدەندىكى تاش پەيدا قىلغۇچى ماددىلارنى تازىلىغاي. ئەمما قەي قىلسا ياخشىراق بولۇر. چۈنكى، بىرىنچىدىن، قەينى تەكرار قىلغىلى بولۇر، ئەمما سۈرگە دورىلرىنى تەكرار ئىچكىلى بولماس. ئىككىنچىدىن، قەي قىلغاندا ماددىنى پۈتۈنلەي چىقارغىلى بولۇر.

سۈرگە دورىلرىنى ئىچىشتە بىمارنىڭ بەدىنىدە ھارارەت بولسا، بىمارنىڭ بەدەن ئەھۋالىغا قاراپ ئاز - ئازدىن ئىچۈرگەي. كىچىك بالىلارغا كۈچلۈك سۈرگە دورىلرىنى بەرمىگەي، ئەگەر بېرىش زۆرۈر بولسا، بەدەن ۋە كېسەللىك ئەھۋالىغا قاراپ مۇۋاپىق مىقدارىدا بەرگەي. يەنى چوڭ تەرەتنى يۇمشاتقۇدەك دەرىجىدە يەڭگىل سۈرگە دورىلرىنى بەرگەن ياخشىدۇر. ئاشقازانىنى قۇۋۋەتلەيدىغان دورىلار، ھەزىمنى ياخشىلايدىغان يېمەكلىكلەرنى ئەھۋالغا قاراپ بەرسە، ھەزىم ناچارلىششىنىڭ ئالدىنى ئالۇر. بۇنىڭدا يەنە بىمارنى ئېغىر ئەمگەكلەردىن ئېھتىيات قىلدۇرغاي.

بىمارنى مۇنچا ۋە مۇناسىۋەتلىك ئابزەنلەرگە كىرىشكە بۇيرۇغاي. چۈنكى ئۇ، كانال يوللارنى كېڭەيتەر، ئەمما كۆپ بولۇپ كەتسە زەرەر قىلۇر، بەدەن ۋە بۆرەك قۇۋۋەتىنى زەئىپلەشتۈرەر.

دوۋساقتا تاش پەيدا بولغان بىمارلار غىزا ئارىلىقىدا ۋە ناشتىدا سوغۇق سۇ ئىچسە، ئىسسىق ئورۇندا ياتسا، چىگىدىن تەييارلانغان تۆشەكلەردە يېتىپ ئۇخلىسا پايدىلىقتۇر. بۇنداق تۆشەكلەردە ئۇخلىغاندا بۆرەك مىزاجىنى مۆتىدىل ساقلىغىلى بولۇر. بەزى ئەھۋاللاردا مەزكۇر تەدبىرلەر دورىدىنمۇ ياخشىراق ئۇنۇم بېرەر.

دوۋساقنى تازىلاپ تاشلارنى پارچىلايدىغان ۋە ئۇنى بەدەن سىرتىغا ھەيدەپ چىقىرىدىغان ئەشيالارنىڭ بەزىسى كۆكتاتلار، بەزىسى مېۋىلەر، بەزىسى شەربەتلەر، بەزىسى ئاچا (چىلانغان) كۆكتاتلار، يەنە بەزىسى دورىلاردۇر. كۆكتاتلاردىن كەرەپشە، كاسنە، بېدە، پۇدىنە (ئەفتىمۇن)، بەدىيان، ئوغرىتىكەن، تۇرۇپ، قۇستە، راسەن قاتارلىقلاردۇر. مېۋىلەردىن قوغۇن، تەرخەمەك، بادرەڭ، ئۇزۇم، ھۆل ۋە قۇرۇق ئەنجۇر، ئاچچىق بادام مېغىزى، دولانە، پىستە قاتارلىقلادۇر. شەربەتلەردىن كەپە سىركىسى ياكى ئەنسىل سىركىسى بىلەن قىلىنغان سىركەنجۇبىل، تۇرۇپ سۇيى قاتارلىقلاردۇر. دورىلاردىن ئەرەب يېلىمى، زەئىرۇر، كەرەپشە، ئەفسەنتىن، قېلىن دارچىن، ياۋا تەرخەمەك يىلتىزى، ئۇد بىلسان، پىرسىياۋشان، تېكە ساقلى ئۆسۈملۈكى، سازەج ئۇرۇقى (بەزرۇس سازەج)، ياۋا زىرە (زىرەئى دەشتى)، بەدىيان ئۇرۇقى، پىلپىل يىلتىزى، بەش يوپۇرماق ئۆسۈملۈكى (خەمسەتۇل ئەۋراق) ۋە ئۇنىڭ سۇيى، كەمافىتۇس، جۆئىدە، ھەلىيۇن، ھەلىيۇن يىلتىزى، سۆئىدى مىسرى، غار دەرىخى يىلتىزى پوستى، ئۇسقۇردىيۇن، پۇدىنە قاتارلىقلاردۇر.

ياۋا پىننە بىلەن بۆرە ئەرمىننىڭ قۇۋۇتىتى دوۋسۇنغا ئەڭ تېز يېتىپ بارۇر.

ھەجەرى يەھۇد، پۇدىنە نەھرى (ئېرىق بويلىرىدا ئۆسىدىغان پىننە)، كەمافىتۇس قاتارلىقلار بۆرەكتىكى تاشنى ئەڭ ياخشى چۈشۈرەر.

چايان كۈلى، چايان يېغى، سەفىد مۇھرە، تېكە قېنى، چۈجە چىقىپ بولغاندىن كېيىنكى تۇخۇم شاكىلىنىڭ كۈلى قاتارلىقلار دوۋسۇندىكى تاشنى ئەڭ ياخشى چۈشۈرەر.

ئادەتتىكى قۇشقاچتىن كىچىكرەك، تۇمشۇقى ئىنچىكىرەك، رەڭگى سېرىق بىلەن كۈل رەڭنىڭ ئارىلىقىدا بولىدىغان بىر خىل قۇشقاچ بولۇپ، ئۇنىڭ ھەر ئىككى قانىتىدا ئىككى دانە سىزىق بولىدۇ، قۇيرۇقىدا ئاق چېكىتلەر بولۇر، كۆپىنچە چۆل - بايابانلاردا، شورلۇق يەرلەردە ياشايدۇ، تېز ئۇچۇپ تېز قونىدۇ، قۇيرۇقىنى تىترىتىپ پات - پات سايرار. ئۇنىڭ بۆرەك ۋە دوۋساقتىكى تاشنى چۈشۈرۈش رولى ناھايىتى ياخشى بولۇپ، قورۇپ پىشۇرۇپ يېسىمۇ ياكى كاۋاپ قىلىپ ياكى شورپا قىلىپ يېگەي. گۆشىنى قۇرۇتۇپ سوقۇپ، مائۇلھەسەل ياكى خەندىقۇن (بىر خىل ئىچىملىك) بىلەن ئىچسىمۇ ياخشى بولۇر. بۇ قۇش يۇنان تىلىدا «ئەتراغۇلىيدايتۇس» دەپ ئاتىلۇر.

خۇۋاجە ئەبۇ ئەلى ئىبن سىنا مۇنداق دېگەن: ئۇ بىر خىل قۇش بولۇپ، تۈركچە «ساندۇلاج»، «سەفراغۇن» دەپ ئاتىلۇر. ئۇنىڭ گۆشىنى قورۇپ پىشۇرۇپ يېسە، بۆرەك، دوۋسۇن ۋە بەدەننىڭ باشقا جايلىرىدىكى تاشلارنى ئېزىپ چۈشۈرەر.

بىر جامەئە كىشىلەر ئۇ، دوۋساقتىكى تاشنى چۈشۈرەلەيدۇ، ئەمما باشقا ئەزالاردىكى تاشنى

چۇشۇرەلمەيدۇ، دېگەن.

ئۇنىڭدىن باشقا كەپتەر مايىقى، خورا پوقىنى يالغۇز ياكى مۇرچ، دارچىنغا ئوخشاش دورىلار بىلەن قوشۇپ يەرلىك ئورۇنغا زىمات قىلسا، تاشنىڭ چۇشۇشىگە يارىدىم بېرەر. مۇرچ، دارچىنغا ئوخشاش دورىلار ئۇلارنىڭ قۇۋۇتىنى نىشان ئورۇنغا يەتكۈزۈپ بېرىش رولىنى ئويناپ.

ئېگىر، ياۋا سەۋزە ئۇرۇقى (دۇقۇ)، مۇ (بىر خىل دورا)، ئاسارۇن، كاسنە، سىيسالىيۇس، ئىزخىر، كەرۋىيا، پەنجەگۈشت ئۇرۇقى قاتارلىقلارغا ئوخشاش سۈيدۈك ھەيدىگۈچى دورىلارنى ئىشلەتكەي. ئۇلار پارچىلانغان تاشلارنى سۈيدۈك ئارقىلىق ھەيدەپ چىقىرىش رولىنى ئويناپ.

دوۋساق ئاغرىقىنى پەسەيتىش ئۈچۈن زىغىر، چىلغوزا، پىندۇق، سەمغى ئەرەبى، بىستىپايەج، جۇز يېلىمى قاتارلىق دورىلارنى ئىشلەتكەي. چۈنكى ئۇلارنىڭ دوۋساق ئاغرىقىنى پەسەيتىش رولى باردۇر. شۇنىڭ بىلەن بىر ۋاقىتتا بۇ دورىلارنىڭ خۇسۇسىيىتى بۆرەكنىڭ تۇزۇلۇشىگە ماس كېلۇر. ئۇلار بۆرەكنىڭ خىزمىتىنى ياخشى بېجىرىشكە يارىدىم بېرىدۇ.

ئەگەر بۆرەك بىلەن دوۋساقنىڭ قۇۋۇتى ئاجىزلاشقان بولسا، بەھمەن، بوزۇغا، گۈلسەۋسەن، پەرەنجىمشكى ئۇرۇقى، قىزىلگۈل، سەندەل، ئانار گۈلىگە ئوخشاش مەزكۇر ئەزالارنىڭ قۇۋۇتىنى ياخشىلايدىغان دورىلارنى ئىشلەتكەي.

ئالما قىيامى، بېھى قىيامىغا ئوخشاش قىيامىلارمۇ قۇۋۇتلەش رولىنى ئويناپ.

ئاغرىق كۈچلۈك بولسا، مەلۇم دەرىجىدە سېزىملاندۇرغۇچى دورىلارنى قوشقاي. بۆرەك ۋە دوۋساقنىڭ مىزاجى ئىسسىق بولسا، تەبىئىتى ئىسسىق بولغان دورىلاردىن ئازراق قوشقاي.

تۆۋەندىكى سۇفۇپ مىزاجنىڭ ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشىغا مەنپەئەت قىلۇر:

نۇسخىسى تەرخەمەك ئۇرۇقى، بادرەڭ ئۇرۇقى، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزىنىڭ ھەربىرىدىن بىر ھەسسىدىن، بەدىيان ئۇرۇقىدىن يېرىم ھەسسە ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، سىركەنجۈبىل ياكى قىزىلگۈل سۈيى (گۈلاب) بىلەن قوشۇپ، ھەر قېتىمدا 10 گىرامدىن كاپ ئەتكەي.

تۆۋەندىكى سۇفۇپنى بەرگەي:

نۇسخىسى تەرخەمەك ئۇرۇقى، بادرەڭ ئۇرۇقى، قوغۇن ئۇرۇقى، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزى 15 گىرامدىن، كەرەپشە ئۇرۇقىدىن ئالتە گىرام، بەدىيان ئۇرۇقى، سەفەد موھرە، شېكەر 10 گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، سىركەنجۈبىل بىلەن قوشۇپ، ھەر قېتىمدا 10 گىرامدىن كاپ ئەتكەي.

قۇرسى بىنەپشە ۋە خىيارشەنبەرنى ئىستېمال قىلدۇرۇپ چوڭ تەرتىنى بوشاتقاي.

ئابزەندە ئولتۇرغۇزغاي.

نۇسخىسى ئوغرىتىكەن، بابۇنە، ئىكىلىملىك، مەرزەنجۇش، كەرەپشە، كەرەم، سېرىقچېچەك، لەيلى يوپۇرمىقى، پىرسىياۋشان قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ، تەمىنى چىقىرىپ بىمارنى شۇ سۇدا ئولتۇرغۇزغاي. سۇدىن چىققاندىن كېيىن ئىككى گىرام ھەجرۇلىيەھۇد كۇشتىسى بىلەن سەفىد مۇھرە كۇشتىسىنى تەرخەمەك سۇيى ۋە بادرەك سۇيى بىلەن قوشۇپ ئىچۈرگەي.

زۆرۈر بولغاندا تۆۋەندىكى مەتبۇخنى ئىچۈرگەي:

نۇسخىسى سەۋسەن يىلتىزى، پىرسىياۋشان بەش گىرامدىن، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، ھەمشىباھار ئۇرۇقى، بەدىيان ئۇرۇقى، ئوغرىتىكەن ھەربىردىن ئالتە گىرامدىن، ئەنجۈر قېقىدىن 10 دانە ئېلىپ، دورىلارنى مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ تەمىنى چىقىرىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سىركەنجۇبىل بىلەن ئىچۈرگەي.

ھەمشىباھار يوپۇرمىقىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، ھەسەل ۋە كالا يېغى بىلەن مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ تەمىنى چىقىرىپ داۋاملىق ئىچۈرگەي. ئۇ، سۈيدۈك يولىدىكى تاشنى تەۋرىتەر ۋە سۈيدۈك بىلەن قوشۇپ ھەيدەپ چىقرار.

فۇلۇسى خىيارشەنبەردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى بەدىيان سۈيى بىلەن ئېرىتىپ، بادام يېغىنى تېمىتىپ ئىچۈرگەي. سېرىقچېچەك يېغى، ئوغرىتىكەن يېغى ۋە گۈلخەيرى يېغىغا ئوخشاش يۇمشىتىش ۋە قۇۋۇتلەش رولى بولغان ياغلار بىلەن يەرلىك ئورۇننى مايلاپ بەرگەي.

قائىدە بويىچە مۇناسىپ ھەربىكەت قىلىپ ببرىش، ئات، كالا، ئېشەك قاتارلىقلار ئۇلاغلارغا مىنىپ ببرىش، شوتىغا چىقىپ - چۈشۈش قاتارلىق ھەربىكەتلەر مەنپەئەت قىلىدىغان بولۇپ، بۇ ھەربىكەتلەردىن بەدەننىڭ يۇقىرى قىسمىدىكى تاش دوۋسۇنغا چۈشەر. تاش دوۋسۇنغا چۈشۈپ بولغاندىن كېيىن، بابۇنە، ئىكىلىملىك، كېپەك قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ، دوۋسۇنغا قىزىق ھالەتتە قۇيغاي. ئىسسىق تەبىئەتلىك ياغلار بىلەن دوۋسۇن ساھەسىنى ياغلىغاي. سۈزاپ يېغى ئاغرىقنى پەسەيتەر. چايان يېغىنى جىنسىي يولغا مۇۋاپىق مىقداردا تېمىتىش بىلەن بىرگە دوۋسۇن ساھەسىگە سۈركىگەي. بىمارنىڭ بەدىنىدە ھارارەت، دوۋسۇندا ئاغرىق بولمىسا، سۈزاپ يېغى، مەرزەنجۇش يېغى، بىلسان يېغى قاتارلىقلارغا ئاق گۈڭگۇرتتىن مۇۋاپىق مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ ئېرىتىپ، جىنسىي يولغا تېمىتقاي.

دوۋسۇن ياكى بۆرەكتە يالۇغ بولسا، يالۇغقا قارىتا ئىلاج قىلغاي. بۇ ھەقتە مۇناسىۋەتلىك

بابلاردا چۈشەنچە بېرىلدى، شۇ بويىچە ئىلاج قىلسا بولىدۇ.

قەۋزىيەت بولسا، مۇناسىپ ھۆقنە ياكى شىيافلار بىلەن چوڭ تەرەتنى يۇمشاتقاي. ھۆقنىدىن شىياق ياخشىراقتۇر. بۇنىڭغا سۈرگە بەرمىگەي، چۈنكى ئۇ، بەدەننىڭ يۇقىرى قىسمىدىكى ماددىنى تۆۋەنگە چۈشۈرەر.

قەي قىلىش پايدىلىق بولۇپ، ماددىنى ئازايتار، يۇزلەنگەن تەرەپتىن قايتۇرار، ئەمما دوۋساق ئاغرىۋاتقاندا قەي قىلىشقا بولماس، چۈنكى بۇ چاغدا تاشنى قوزغىتىپ، ئاغرىقنى كۈچەيتەر.

يۇقىرىقى ئىلاجلار بىلەن بىماردا ياخشىلىنىش بولمىسا، مەجۇنى فۇلۇنىياغا ئوخشاش مەجۇنلەرنى بەرمەي بولماس. بۇنىڭغا يېڭى تەرياق مەنپەئەت قىلۇر. چۈنكى ئۇنىڭدىكى ئەپيۇن يېڭى بولغاچقا، ئاغرىقنى پەسەيتەر.

مۇھەممەد زىكرىيا: «مەن قان ئالغاندىن كېيىن بىمارنىڭ كېسەللىك ئەھۋالىدا كۆپ ياخشىلىنىش بولغانلىقىنى، تاشنىڭ ئاسانلا چىققانلىقىنى كۆپ كۆرگەن ۋە سىناقتىن ئۆتكۈزگەن» دېگەن.

تاش بۆرەكتە بولسا، تەبئىتى ئىسسىق، سۈيدۈك ھەيدەش رولى بولغان دورىلارنى ۋە ياغلارنى، ئېرىتىش رولى بولغان نۇتۇل [1] لارنى ئىشلەتكەي. مۇناسىۋەتلىك ئۇرۇقلار ۋە پىرسىياۋشان قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ تەمىنى چىقىرىپ ئىچۈرگەي. تېرىق قاسىرىقىنى قىزىتىپ بۆرەك ساھەسىگە ئىسسىق ئۆتكۈزگەي.

ئاغرىق بىر ئورۇندىن يەنە بىر ئورۇنغا يۆتكىلىپ تۇرسا، مۇناسىپ دورىلار بىلەن ئابىزەن تەييارلاپ، بىمارنى ئۇنىڭدا ئولتۇرغۇزغاي، قىزىق سۇغا زەيتۇن يېغىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ، بۆرەك ساھەسىگە ئىسسىق ئۆتكۈزۈپ بەرگەي.

مەلۇم بولغايكى، بۆرەككە ئىشلىتىدىغان دورىلار دوۋساققا ئىشلىتىدىغان دورىلارغا قارىغاندا ھۆل ئىسسىقراق بولغاي. بۆرەككە تاش چۈشكەندە ئىشلىتىدىغان دورىلار زىيادە ئىسسىق بولۇپ كەتمىگەي. چۈنكى، ئىسسىق دورىلار ماددىنى قاتۇرۇپ كېسەللىكنى ئېغىرلاشتۇرۇپ قويار، دەپ قارىلۇر.

بىمارنىڭ بەدەن ھارارىتى يۇقىرى بولسا، يۇقىرىدىكى ئىلاجلارنى قىلغاي. ھارارىتى تۆۋەن بولسا ياكى سوغۇقلۇق غالىب ئورۇندا تۇرسا تۆۋەندىكى ئىلاجلارنى قىلغاي. خىلتنى سۈرۈپ چىقىرىش زۆرۈر بولسا، بەلغەمنى ئازايتىدىغان دورىلارنى بەرگەي.

---

① (ئەزالارغا ئىسسىق دورا سۈيىنى جىرغىيتىپ تۆكۈلىدىغان دورا سۈلىرى نەزەردە تۇتۇلدۇ — (ت)

قويۇق بەلغەمنى يوقىتىش ئۇچۇن تۆۋەندىكى ھەبنى بەرگەي:

نۇسخىسى ئاق تۇربۇتتىن بەش گىرام، ھەبۇلنىلدىن ئىككى گىرام، شەھمەنزەل ئۇرۇقى بىلەن ئاق تۇزنىڭ ھەربىردىن بىر گىرامدىن ئېلىپ، ھەممىسىنى سوقۇپ، تاسقاپ، مۇۋاپىق چوگىلۇقتا ھەب قىلىپ ھەممىسىنى بىراقلا يېگۈزگەي.

تۆۋەندىكى سۇفۇپنى تەييارلاپ بەرسە تاشنى پارچىلاپ چۈشۈرەر:

نۇسخىسى قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى، زىرە، جۇۋىنە، كەرەپشە ئۇرۇقى، سۆئىدى، تۇرۇپ ئۇرۇقى، ئاچچىق بادام مېغىزى قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقدارىدا ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ سۇفۇپ تەييارلاپ، ھەر قېتىمدا ئۇچ گىرامنى پىرسىياۋشان سۇيى بىلەن قوشۇپ كاپ ئەتكۈزگەي.

بۆرەك ياكى دوۋساقتىكى تاش، چۈجە چىقارغان تۇخۇم شاكىلى كۇشتىسى، ھەجرۇلىيەھۇد كۇشتىسى قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقدارىدا ئېلىپ سالايە قىلىپ، كەرەم سۇيى بىلەن ئوغرىتىكەن سۇيى بىلەن ياكى ئېرىتىپ مۇۋاپىق مىقدارىدا بەرگەي.

تۆۋەندىكى سۇفۇپنى تەييارلاپ بەرگەي:

نۇسخىسى ھەببى بىلسان، ھەببۇلغار، ھەببۇلقۇلت (ھىندىستاندىكى بىر خىل ماش)، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقدارىدا ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، سۇفۇپ تەييارلاپ، ئۇزۇم شىرنىسى بىلەن بىرلىكتە مۇۋاپىق مىقدارىدا كاپ ئەتكۈزگەي.

تۆۋەندىكى سۇفۇپنى كاپ ئەتكۈزگەي:

نۇسخىسى تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، تاغ كەرەپشىسى ئۇرۇقى، قېلىن دارچىن، سۇمبۇل، نېپىز دارچىن، ھەببۇلقۇلىنىڭ ھەربىردىن ئۇچ گىرامدىن، ئاقىرقەرھا، قۇندۇز قەھرى، پەرپىيۇننى ئىككى گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، سۇفۇپ تەييارلاپ، ھەر قېتىمدا بەش گىرامدىن ئېلىپ، سىركەنجۇبىل ۋە قارا نوقۇت سۇيى بىلەن قوشۇپ كاپ ئەتكۈزگەي.

تۆۋەندىكى سۇفۇپنى كاپ ئەتكۈزسە تاشنى پارچىلاپ چۈشۈرەر:

نۇسخىسى پىياز ئۇرۇقى، سەۋزە ئۇرۇقى، كەرەپشە ئۇرۇقى، مۇرمەككى، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزىنىڭ ھەربىردىن 18 گىرامدىن، قېلىن دارچىن، سۇمبۇل، نېپىز دارچىنىڭ ھەربىردىن 12 گىرامدىن، تۇرۇنجىنى مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ، قائىدە بويىچە سوقۇپ، تاسقاپ، سۇفۇپ تەييارلاپ، ئوغرىتىكەن سۇيى بىلەن قوشۇپ مۇۋاپىق مىقدارىدا ئۇدا 30 كۈن كاپ ئەتكۈزگەي.

مەزكۇر دورىلارنى سوقۇشتا سوققۇچىنىڭ بەدىنىدە ئۇزۇك، مونچاق، پىچاققا ئوخشاش ھېچقانداق مېتال بولماسلىقى زۆرۈردۇر، ھەتتا ئايغىدىمۇ مىخ بولمىغاي. مەن نېمە ئۈچۈن

شۇنداق شەرت قىلىندىغانلىقىنى سىناق قىلىپ ياكى تەتقىق قىلىپ باقمىدىم، ئەمما پىشقەدەم ئۇستازلارنىڭ كىتابلىرىدا شۇنداق دېيىلگەن، شۇنىڭ ئۈچۈن مەنمۇ شۇ پېتى يازدىم.

كەنەدىنىڭ «ئىختىيارات» دېگەن كىتابىدا تۇرۇپ سۈيىدىن ھەر كۈنى ئەتىگەندە 30 مىللىلىتىردىن ئىچسە، ئەزالاردىكى تاشنى پارچىلايدىغانلىقى ئېيتىلغان.

نەم جايلاردا ياشايدىغان بىر خىل ھاشارات بولۇپ، دۈمبىسى گۈمبەزدەك تومپايغان بولىدۇ، رەڭگى قىزىل بولۇپ، قارا بىلەن قىزىل ئارىسىدا توچكىلار بولۇر. ئۇنىڭدىن ئۈچ دانىنى يېسە، ئەزالاردىكى تاشلارنى پارچىلاپ چۈشۈرەر.

قاراڭغۇلۇقتا نۇر چىقىرىدىغان بىر خىل ھاشارات بولۇپ، ئۇنىڭ پۈتلىرى ئۇزۇۋېتىلگەندىن كېيىن، تېنىنى مىس قاچىغا سېلىپ ئاپتاپتا قۇرۇتۇپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى ھىڭ ئېرىتمىسى بىلەن بىرلىكتە كۈنىگە بىر دانە يېسە ۋە ئۇدا ئۈچ كۈن داۋاملاشتۇرسا، ئەزالاردىكى تاشنى چۈشۈرەر. ئەمما ئۇمۇ مېنىڭ تەجرىبەمدىن ئۆتمىگەن.

«ئىختىيارات» دېگەن كىتابتا ئېيتىلىشچە، مۇۋاپىق مىقداردىكى كەپتەر مايىقىنى شېكەر بىلەن قوشۇپ سوغۇق سۇدا ئىزىپ ئىچۈرسە، بۆرەك ۋە دوۋساقتىكى تاشلارنى پارچىلاپ چۈشۈرىدىكەن، يات ماددىلارنى تازىلايدىكەن، چوڭلارغا ئۈچ گىرام، بالىلارغا بىر يېرىم گىرام بەرسە بولىدىكەن. بەزىلەرنىڭ ئېيتىشچە، كەپتەر زىغىر ئۇرۇقى بىلەن بېقىلغان بولۇشى كېرەك ئىكەن.

بەزىلەر كەپتەر مايىقى، مۇچ، تۇز قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، ياۋا پىننىنىڭ قاينىتىلغان سۈيى بىلەن كۈندە ئۈچ گىرامدىن ئىستېمال قىلسا مەنپەئەت قىلۇر، دېگەن.

تۆۋەندىكى سۈپۈنى كاپ ئەتكۈزگەي:

نۇسخىسى قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى، ماش ھىندى، شېشە (كاندىن چىقىدىغان دورىلىق ماددا) كۈشتىسى، پىياز ئۇرۇقى، سەۋزە ئۇرۇقى قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، سۈپۈپ تەييارلاپ، تۇرۇپ ياكى ئوغرىتىكەن سۈيى بىلەن قوشۇپ، ھەر قېتىمدا ئالتە گىرامدىن كاپ ئەتكۈزگەي.

ھەر كۈنى ئەتىگەندە چايان كۈلدىن بىر گىرام ئېلىپ، خەندىقۇن (بىر خىل ئىچىملىك) بىلەن ئىچۈرسە، دوۋساقتىكى تاشنى پارچىلاپ چۈشۈرەر.

بەزى تېۋىپلار چايان كۈلدىن يېرىم گىرامدىن بىر گىرامغىچە ئېلىپ، 50 مىللىلىتىر راسەن سۈيى ياكى تېكە ساقلى ئۆسۈملۈكى سۈيى بىلەن، پىرسىياۋشان سۈيى بىلەن ئىچۈرۈشنى بۇيرۇغان.

جالىنۇس: «بىر كىشىنىڭ دوۋسقىدا تاش پەيدا بولۇپ قالغان ئىكەن، ئۇ ماڭا تېۋىپنىڭ كەرەمنى قاينىتىپ سۈيىدە ئولتۇرغۇزغانلىقىنى، كۈنىگە 30 گىرام قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزىنى شېكەر بىلەن سوقۇپ يېگۈزگەنلىكىنى، شۇنىڭدىن كېيىن كېسىلنىڭ ساقايغانلىقىنى ئېيتقان» دېگەن.

ئېيتىشلارغا قارىغاندا، بەش دانە مۇچنى سوقۇپ، يەتتە دانە قۇرس تەييارلاپ، كۈنىگە بىر تالدىن يېسە، دوۋساقتىكى تاشنى چۈشۈرىدىكەن.

بۆرە ئەرمىنىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، تۇرۇپ سۈيى بىلەن بىرلىكتە ئۇچ كۈن يېسە، دوۋساقتىكى تاشنى چۈشۈرەر. بىر يېرىم گىرام ئاق شېشە (كاندىن چىقىدىغان ماددا) كۇشتىسىنى 30 مىللىلىتىر قاينىق سۇ بىلەن ئىچسە، تاشنى قوزغاپ، سۈيدۈك ئارقىلىق بەدەن سىرتىغا چىقرار.

تېكىنىڭ قېنىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قۇرۇتۇپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى ئارپىبەدىيان، سۇمبۇل بىلەن سوقۇپ، ئۇزۇم شىرنىسى بىلەن ئىچۈرسە، دوۋساقتىكى تاشنى چۈشۈرەر.

تېكىنى بوغۇزلاپ، قېنىنى تاش پەيدا بولغان دوۋساققا ئېقتىسا تاشنى چۈشۈرەر.

بۆرەك ۋە دوۋساقتىكى تاشنى چۈشۈرۈش ئۈچۈن ئىشلىتىدىغان دورىلارنى بىمار مۇنچىغا چۈشكەندىن كېيىن ياكى ئابزەندە ئولتۇرغاندىن كېيىن ئىشلەتسە ئۇنۇمى ياخشىراق بولۇر.

ھەببى بىلساندىن بەش گىرام ئېلىپ سوقۇپ يېگۈزسە، بۆرەكتىكى تاشنى پارچىلاپ چۈشۈرەر.

ھەببەتۇلخۇزرا يېغىنى نوقۇت سۈيى بىلەن ئىچكۈزسە، بۆرەكتىكى تاشنى تازىلار.

ئاچچىق بادام مېغىزىنى مۇسەللەس بىلەن يېگۈزسە مەنپەئەت قىلۇر.

تۆۋەندىكى مەجۇننى بەرگەي:

نۇسخىسى كۇشتە قىلىنغان شېشە (كاندىن چىقىدىغان ماددا)، كۆيدۈرۈلگەن چايان، كەرەم كۈلى، تېكىنىڭ قۇرۇتۇلغان قېنى، چۈجە چىقارغان تۇخۇم شاكىلىنىڭ كۈلى، ھەجرۇلىيەھۇد كۇشتىسى، تەمرى ھىندى يېلىمى، ئېگىر قاتارلىقلارنى باراۋەر مىقدارda، پەتەر ئاسالىيۇن، ياۋا سەۋزە ئۇرۇقى، مىشكى تەرامىشى، ئەينۇلا يېلىمى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، مۇرچ قاتارلىقلاردىن يېرىم ھەسسىدىن ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ، ئوغرىتىكەن سۈيى ياكى قارا نوقۇت سۈيى بىلەن قوشۇپ، ھەر قېتىمدا ئۇچ گىرامدىن يېگەي.

تۆۋەندىكى مەجۇننى بەرگەي:

نۇسخىسى كۆيدۇرۇلگەن چايانداىن 10 گىرام، جىنتىيانادىن بەش گىرام، زەنجىۋىلدىن ئۇچ گىرام، مۇرچ، پىلپىلدىن يەتتە گىرامدىن، كاكىنەچ يىلتىزىدىن 15 گىرام، قۇندۇز قەھرىدىن 12 گىرام ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، مۇۋاپىق مىقداردا ھەسەل قوشۇپ مەجۇن قىلغاي. ئالتە ئاي تۇرغۇزغاندىن كېيىن كەرەپشە سۈيى بىلەن قوشۇپ، باللارغا يېرىم گىرامدىن، چوڭلارغا بىر گىرامدىن ئىستېمال قىلدۇرغاي.

تۆۋەندىكى ھەبنى ئىستېمال قىلدۇرغاي. ئۇ، دوۋساقتىكى تاشنى پارچىلاپ چۇشۇرەر:

نۇسخىسى ئوشەق، مۇرچ، توغرىغۇنىڭ ھەربىرىدىن بەش گىرامدىن، ھەببى بىلساندىن 10 گىرام، مۇرمەككىدىن 20 گىرام ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، ئۇزۇم شىرنىسى بىلەن يۇغۇرۇپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە ئۇچ تالدىن يېگۈزگەي.

چايان يېغىنى تەييارلاپ ئۇنىڭ بىلەن يەرلىك ئورۇننى مايلىغاي.

نۇسخىسى يۇمىلاق زىراۋەندە، جىنتىيانا، سۆئىدى ھىندى قاتارلىقلاردىن 30 گىرامدىن ئېلىپ چالا سوقۇپ، 400 مىللىلىتىر ئاچچىق بادام يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ بىرنەچچە كۈن ئاپتاپتا قويغاي. تەمىنى تولۇق چىقارغاندىن كېيىن، ئۇنىڭغا تىرىك چايانداىن مۇۋاپىق مىقداردا سېلىپ ئىككى ھەپتە ئاپتاپتا قويغاي. ئۇنىڭدىن كېيىن پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، شۇ ياغ بىلەن يەرلىك ئورۇننى مايلاپ بەرگەي.

تېكىنىڭ قېنىنى قۇرۇتۇش ئۇسۇلى: بىر خىل رەڭلىك تۆت ياشلىق تېكىنى بوغۇزلاپ، دەسلەپكى ۋە ئاخىرىدىكى قانىنى ئاققۇزۇۋېتىپ، ئوتتۇرىسىدىكى قانىنى تاش قازانغا ئېلىپ قاتۇرۇپ، ئۇنىڭدىن كېيىن خەسە رەخت ياكى غەلۋىر ياكى ساپال ئۆستىگە قويۇپ ئاپتاپقا قاقلاپ قۇرۇتقاي. نەم تېگىش ۋە توپا ـ چاڭ قونۇشتىن ساقلاپ، ياخشى قۇرۇغاندىن كېيىن سوقۇپ ئىشلەتكەي.

چايانىنى كۆيدۇرۇش ئۇسۇلى: چايانداىن يېتەرلىك مىقداردا ئېلىپ، شىشە قاچىغا سېلىپ، ئېغىزىنى لاي بىلەن ئېتىپ، قىزىق تونۇردا ئالتە سائەت ئەتراپىدا قويۇپ، ئۇنىڭدىن كېيىن تونۇردىن چىقىرىپ، سوۋۇغاندا شىشىنىڭ ئېغىزىنى ئېچىپ، تولۇق كۆيۈپ ئاقارغان بولسا ئىشلەتكەي. تولۇق كۆيمىگەن ۋە ئاقارمىغان بولسا ئېغىزىنى ئېتىپ، تونۇردا يەنە ئىككى سائەت تۇرغۇزغاي، ئۇنىڭدىن كېيىن ئىشلەتكەي.

شىشىنى كۆيدۇرۇش (كۇشتە قىلىش) ئۇسۇلى: شامنىڭ ئاق شىشىسى (كاندىن چىقىدىغان ماددا) دىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، تۆمۇر چۆمۈچكە قويۇپ ئوتتا تاكى قىزارغىچە كۆيدۇرگەي. ئۇنىڭدىن كېيىن شاخار سۈيى بىلەن سۇغۇرغاندىن كېيىن يەنە چۆمۈچكە ئېلىپ

ئوتتا قويۇپ يەنە قىزارغۇچە كۆيدۈرگەي. ئۇنىڭدىن كېيىن يەنە شاخار سۈيى بىلەن سۇغۇرۇپ، يەنە ئوت ئۈستىدە قويۇپ قىزارغىچە كۆيدۈرگەي. شۇ ھالەتتە تاكى شىشە يېرىلىپ ئېزىلگىچە تەكرار كۆيدۈرۈپ، ئۇنىڭدىن كېيىن سوقۇپ سالايە قىلىپ، قائىدە بويىچە ئىشلەتكەي.

تۆتىنچى باب تاشنىڭ سۈيدۈك يولىنى يارا قىلىشى توغرىسىدا

سەۋەبى

سۈيدۈك يوللىرىدىكى تاشلارنىڭ سۈيدۈك يولىنى غدىقلىشى نەتىجىسىدە پەيدا بولۇر.

ئالامىتى

بۇنىڭدا سۈيدۈك قان ئارىلاش كېلۇر. قان مىقدارىنىڭ ئاز - كۆپلۈكى يارىنىڭ ئېغىر - يېنىكلىكىگە گۇۋاھلىق بېرەر. يارا زەكەر يولىدا بولسا زەكەر ساھەسىدە، دوۋساقتا بولسا دوۋساق ساھەسىدە ئاغرىق بولۇر. ئېغىر بولسا بىمارىدا يەڭگىل قىزىتما بولۇر.

داۋالاش

سۈيدۈك يولى زەخمىلەنگەنلىك بايقالسا يامانلىشىشنىڭ ئالدىنى ئېلىش ئۈچۈن، دەرھال باسلىق تومۇردىن قان ئالغاي. ئۇنىڭدىن كېيىن يارىنىڭ ئىلاجىنى قىلغاي.

تۆۋەندىكى قۇرسنى ئىستېمال قىلدۇرغاي:

نۇسخىسى گىل ئەرمىنى، كۇندۇر، خۇنسياۋشان، يۇيۇلغان ئاقاقىيا، سۇندۇروس، قوغۇن ئۇرۇقى قاتارلىقلارنى باراۋەر مىقدارىدا ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، يۇمغاقسۇتنىڭ سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ، مۇۋاپىق چوڭلۇقتا قۇرس قىلغاي. سايىدا قۇرۇتۇپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە سوغۇق سۇ ياكى يۇمغاقسۇتنىڭ سۈيى بىلەن قوشۇپ، بەش گىرامدىن ئىستېمال قىلدۇرغاي.

نۇسخىسى قەلەي ئۇپىسى، گىل مەختۇم، كۇندۇر، خۇنسياۋشان قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ، يۇمغاقسۇت سۈيى ياكى قىزىلگۈل سۈيى بىلەن ئېزىپ شىياق قىلىپ ئىشلەتكەي. سۈيدۈك يولىغا تېمىتقاي.

تۆۋەندىكى قۇرسنى ئىشلەتكەي. ئۇ، ھەرقانداق ئەزادىن كەلگەن قانىنى توختىتار:

نۇسخىسى كەھرىۋا، گىل ئەرمىنى، ئانارگۈلى، ئاقاقىيا، كۇندۇر قاتارلىقلادىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، رۇمبەدىيان سۇيى بىلەن يۇغۇرۇپ، مۇۋاپىق چوڭلۇقتا قۇرس قىلىپ سايىدا قۇرۇتۇپ، بەش گىرامىنى سۇماق سۇيى بىلەن قوشۇپ ئىستېمال قىلدۇرغاي.

قالغان ئىلاجلار قان سىيىشنىڭ ئىلاجى بىلەن ئوخشاش بولۇپ، مۇناسىپ دەپ قارالغانلىرىنى تاللاپ ئىشلەتكەي.

بەزىدە سۇيدۇك يولىدا قان ئۇيۇپ قالۇر. بۇ چاغدا سۇيدۇك يولىنى يېرىپ قانىنى تازىلاشقا توغرا كېلۇر. يېرىش ئۇسۇلى تاش چۈشكەندىكى يېرىش ئۇسۇلى بىلەن ئوخشاش بولۇر.

تاش سۇيدۇك يولىدا تۇرۇۋالغان بولسا، زەكەر ئەتراپى سېزىمسىزلىنار، ئېغىرلىق مەلۇم بولۇپ، سىيىش قىينىلىشار. ئۇنىڭ ئىلاجى شۇكى، بىمارنى ئوڭدا ياتقۇزۇپ، ئىككى پۇتىنى ئېگىز كۆتۈرۈپ تەۋرىتىپ، تاشنىڭ كەڭرى جايىغا كېلىشىگە يارىدەم بەرگەي. نەيچە ئارقىلىق تاشنىڭ ئورنىنى كەڭرى بولغان جايىغا سىلجىتىپ، ئۇنىڭدىن كېيىن سۇيدۇك يولىغا تاش پارچىلاش رولى بولغان دورىلارنى تېمىتقاي. سۇيدۇك ھەيدەيدىغان دورىلارنى ئىچۈرۈپ، تاشنىڭ سۇيدۇك بىلەن چىقىپ كېتىشىگە يارىدەم بەرگەي.

بەشىنچى باب دوۋساقتىكى تاشنى يېرىپ چىقىرىش توغرىسىدا

دوۋساقتىكى تاش قاتتىق ھەم چوڭ بولۇپ، يۇقىرىدا ئېيتىلغان ئىلاجلار بىلەنمۇ چۈشۈرگىلى بولمىسا، دوۋساقنى يېرىپ ئالماقتىن باشقا ئامال يوقتۇر.

ئەمما دوۋساقنى يېرىشنىڭ خەتىرى كۆپ بولۇر. ساق قالىدىغانلىرى ئاز ئۇچرار. مەن بۇ زامانلاردا دوۋساقنى يېرىشتىن يامانراق بىر كېسەلنى كۆرمىدىم ھەم ئاڭلىمىدىم، ھېچقانداق كىتابتا بۇ ھەقتە مەلۇماتمۇ كۆرمىدىم، بىرەر تېۋىپنىڭ دوۋسقنى يېرىپ بىمارنى ساقايتقانلىقى ھەققىدە خەۋرمۇ يوق.

ئەمما مېنىڭچە، دوۋساقتىكى تاشنى چىقىرىش ئۇنچىۋالا تەس ئەمەس.

بۇ ئىلاجنى قىلىشقا ئىرادە باغلىغان تېۋىپ تۆۋەندىكى ئۇچ ئىشنى نەزەردە تۇتقاي: بىرىنچىسى، بىمارنىڭ يېشى. ئىككىنچىسى، تاشنىڭ چوڭ ـ كىچىكلىكى ۋە باشقا ئەھۋاللىرى.

ئۇچىنچىسى، بىمارىدىكى ئاغرىش ئەھۋالى.

بىمارنىڭ يېشىنى نەزەردە تۇتۇشنىڭ سەۋەبى شۇكى، بىمارنىڭ يېشى ئون ياشتىن چوڭ، 40 ياشتىن كىچىك بولسا ياخشى بولۇر. چۈنكى ئون ياشتىن كىچىك بولسا يېرىش مەشغۇلاتىغا بەرداشلىق بېرەلمەس. 40 ياشتىن چوڭ بولسا، يارا ئېغىزى ئاسان ساقايماس، بەلكى فەلغەمونى (سەۋدادىن بولىدىغان جاھىل خاراكتېرلىك يارا) غا ئۆزگىرەر ۋە ساقايمىقى تەس بولۇر. ئون ياشتىن چوڭ باللار، 40 ياشتىن كىچىك كىشىلەر بولسا، ئۇلاردا يۇقىرىقىدەك ئېھتىماللىقلار بولماي، بەلكى ئۇلارنىڭ ئەسلىگە كېلىشى ئاسانراق بولىدۇ.

تاشنىڭ چوڭ ـ كىچىكلىكى ۋە باشقا ئەھۋاللىرىنى نەزەردە تۇتۇشنىڭ سەۋەبى شۇكى، تاش كىچىك، يۇمىلاق بولسا ئاسان چىقار. ناۋادا قىرلىق ياكى چوڭ بولسا، ئۇنى چىقارماق تەس بولۇر، بۇنىڭغا ھوشيار بولۇپ ھېكمەت بىلەن تەدبىر قىلىشقا توغرا كېلىدۇر.

بىمارنىڭ ئاغرىق ئازابىنى تارتىش ئەھۋالىنى نەزەردە تۇتۇشنىڭ سەۋەبى شۇكى، بىمار ئاغرىق ئازابىنى ئۇزۇن ۋاقىت تارتقان بولسا، دوۋساقىنى يېرىش مەشغۇلاتىغا ماسلىشىپ بېرەلمەس. ناۋالاشنىڭ ئوڭۇشلۇق بولۇشىغا شارائىت ھازىرلاپ بېرەر. ناۋادا بىمار ئاغرىق ئازابىنى ئۇزۇن تارتمىغان بولسا، قورقۇش ۋە جىددىيلىشىش سەۋەبىدىن داۋالاش مەشغۇلاتىنىڭ ئوڭۇشلۇق بولۇشىغا توسالغۇلۇق قىلۇر.

ئون توققۇزىنچى بۆلۈم ئەرلەر كېسەللىكلىرى توغرىسىدا

بۇ بۆلۈم ئۇچ قىسىمدۇر.

بىرىنچى قىسىم زەكەر، ئۇرۇقدان ئىششىقى ۋە ئۇنىڭدىكى ياراً، قوتۇر ۋە باشقا كېسەللىكلەر توغرىسىدا

بىرىنچى باب ئىسسىقتىن بولغان ئۇرۇقدان ئىششىقى توغرىسىدا

سەۋەبى

قان ياكى سەپرا خىلتلىرىنىڭ نورمالسىزلىقى، ئۇزاق مۇددەت جىما قىلماسلىق، مەنىي ئورنىدىن قوزغالغاندىن كېيىن، جىما قىلمىغانلىقتىن مەنىنىڭ مەنىي يوللىرىدا تۇرۇپ چىرىشى سەۋەبىدىن پەيدا بولۇر. زەكەر تېرىسىنىڭ ياللۇغلىنىشى، زەخملىنىشى، يۇقۇملىنىشى قاتارلىق سەۋەبلەردىن پەيدا بولۇر.

ئالامىتى

بەدەندە قىزىتما بولۇر، چۈنكى ئۇرۇقدان مۇھىم ئەزا بولۇپ، يۈرەككە تۇتاشقان بولۇر. ياللۇغ زەكەر تېرىسىدە بولسا قىزىتما بولماس. ئۇرۇقدان ياللۇغىنىڭ ماددىسى بوھران دەۋرىدە

ئۆپكىگە يۆتكىلىپ يۆتەل پەيدا قىلۇر.

ئىلاجى ئۇزۇن مۇددەت جىما قىلماسلىق، مەنىنىڭ ئورنىدىن قوزغىلىپ يەرلىك ئورۇندا تۇرۇپ چىرىشىدىن پەيدا بولغان بولسا جىماغا بۇيرۇغاي.

باشقا ماددا سەۋەبىدىن پەيدا بولسا، دەسلەپتە سافىن تومۇردىن قان ئالغاي. ئۇنىڭدىن كېيىن بىمارنىڭ پاچاق ۋە يوتا قىسمىغا لوڭقا قويغاي.

بىر كىشىنىڭ يوتىسىغا لوڭقا قويۇپ داۋالاشقا بۇيرۇۋېدىم، ئۇ شۇئان ساقايدى. يەنە بىر كىشىنىڭ بېلى ۋە بۆرەك ئەتراپىغا لوڭقا قويۇشقا بۇيرۇۋېدىم، ئۇنىڭغىمۇ مەنپەئەت قىلدى.

قەي قىلىش كېسەللىك ماددىسىنىڭ كېسەللەنگەن ئورۇنغا كېلىشىنى توسار.

يالليۇغ بىمارنىڭ قايسى تەرەپتىكى ئۇرۇقدېنىدا بولسا، شۇ تەرەپتىن قان ئالغاي ۋە شۇ تەرىپىگە لوڭقا قويغاي. يالليۇغ ئىككىلا تەرەپتە بولسا، ھەر ئىككى تەرەپتىن قان ئالغاي ۋە ھەر ئىككى تەرەپكە لوڭقا قويغاي. مۇناسىۋەتلىك شىيافلارنى ئىشلىتىپ، بىمارنىڭ چوڭ تەرىتىنى يۇمشاتقاي.

بىمارنى گۆشتىن پەرھىز قىلدۇرغاي.

مۇناسىۋەتلىك زىماتلار ۋە مەلھەملەرنى ئىشلەتكەي. قىزىلگۈل سۈيى، يۇمغاقسۈت سۈيى، مارجان شوخلا سۈيى، ھۆل قومۇش سۈيى، ھۆل قاپاق سۈيى قاتارلىقلاردىن قايسىسى تېپىلسا، لاتىنى شۇنىڭ بىلەن نەمدەپ ئۇرۇقدانغا سوغۇق ھالەتتە ياپقاي.

تۆۋەندىكى مەلھەمنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى ھۆل يۇمغاقسۈت سۈيى، ئارپا سۈيى، ئارپا ئۇنى، باقلا ئۇنى، زەپەر، گۈل يېغى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، قائىدە بويىچە مەلھەم قىلىپ ئورۇقدانغا چاپقاي.

تۆۋەندىكى مەلھەمنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى كاكىنەچ يوپۇرمىقى، ئارپا ئۇنى، يېسىمۇق ئۇنى، تۇخۇم سېرىقى، گۈل يېغى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مەلھەم تەييارلاپ ئۇرۇقدانغا چاپقاي.

تۆۋەندىكى مەلھەمنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى باقلا ئۇنى، كاكىنەچ يوپۇرمىقى، بىنەپشە قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، ئاق لەيلى شىرىسى بىلەن يۇغۇرۇپ مەلھەم قىلىپ ئۇرۇقدانغا چاپقاي.

تۆۋەندىكى مەلھەمنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى ھۆل يۇمغاقسۈت سۈيى، ئارپا ئۇنى، ئاق لەيلىگۈلى قاتارلىقلاردىن باراۋەر

مىقدارىدا ئېلىپ، مەلھەم تەييارلاپ ئۇرۇقدانغا چاپقاي. ئۇنىڭغا زەپەر، گۈل يېغى، سىركە قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا قوشقاي.

ئەگەر ئاغرىپ بىئارام قىلسا، مەلھەمگە كۆكنار يوپۇرمىقىدىن مۇۋاپىق مىقدارىدا قوشقاي. سانجىپ ئاغرىمىسا تۆۋەندىكى زىماتنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى باقلە ئۇنى، ئاق لەيلىگۈلى، بابۇنە، زىغىر لوئابى، ئارپا ئۇنى، مائۇلھەسەل، شاراب، كەرەم يوپۇرمىقى، تۇخۇم سېرىقى، گۈل يېغى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ، قائىدە بويىچە مەلھەم تەييارلاپ ئۇرۇقدانغا چاپقاي.

كېسەللىكنىڭ ئاخىرقى مەزگىلىدە ئۇرۇقىدىن ئايرىلغان ئۇزۇم، زىرىدىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ سوقۇپ، تاتلىق شاراب ۋە مائۇلھەسەل بىلەن مەلھەم قىلىپ ئۇرۇقدانغا چاپقاي.

ئۇنىڭدىن كېيىن كەرەم يوپۇرمىقى، شۇمشا ئۇرۇقى، باقلە ئۇنى، ئۇرۇقىدىن ئايرىلغان ئۇزۇم، زىرە، خورما ئۇرۇقى، قارا سۇنا يوپۇرمىقى، توخۇ تۇخۇمىنىڭ سېرىقى، سەۋسەن يىلتىزى، ياۋا تەرخەمەك (تەرەئى دەشتى)، مائۇلھەسەل قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ، قائىدە بويىچە مەلھەم تەييارلاپ ئۇرۇقدانغا چاپقاي.

ئىششىق قېتىۋالغان بولسا، مۇقەل، ئوشەق، ئۆردەك يېغى، كالا يېغى قاتارلىقلارغا ئوخشاش يۇمشاتقۇچى ۋە يالۇغ قايتۇرغۇچى دورىلارنى ئىشلەتكەي.

ئىككىنچى باب سوغۇقتىن بولغان ئۇرۇقدان ئىششىقى توغرىسىدا

سەۋەبى

بۇ، ماددىلىق ياكى ماددىسىز سوغۇقلۇقنىڭ تەسىرىدىن پەيدا بولۇر.

ئالامىتى

بۇنىڭدا سانجىپ ئاغرىش بولماس، يەرلىك ئورۇننىڭ تېرىسى ئاق بولۇپ، تۇتقاندا قولغا سوغۇق بىلىنۇر. ئۆتكەن ئىشلار ئۇنىڭغا گۇۋاھلىق بېرەر.

مەيلى سوغۇقتىن بولغان يالۇغ بولسۇن ياكى ئىسسىقتىن بولغان يالۇغ بولسۇن، ۋاقتىدا ئىلاج قىلىنمىسا قاتتىق ئىششىققا ئۆزگىرەر.

داۋالاش

كېسەللىك ماددىسىنى توسۇش رولى بولغان مۆتىدىل زىماتلارنى ئىشلەتكەي. بۇنىڭ ئۈچۈن، ئىكللىملىكنى سوقۇپ، مۇسەللەس بىلەن مەلھەم قىلىپ ئۇرۇقدانغا چاپلاي. بۇغداي ئۇنى، بۇغداي كېپىكىنى تۇخۇم سېرىقى بىلەن مەلھەم قىلىپ چاپلاي. باقلە ئۇنىنى كونا شاراب ياكى مائۇلھەسەل ياكى مۇسەللەس بىلەن مەلھەم قىلىپ چاپلاي. بۇغداي ئۇنى، ئۇرۇقدىن ئايرىلغان ئۈزۈم، زىرە قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، كونا شاراب ياكى كۈنجۈت يېغى بىلەن مەلھەم قىلىپ چاپلاي. بابۇنە، ئىكللىملىكنى بۆرەك يېغى بىلەن، نوقۇت ئۇنى، باقلە ئۇنى، زىرىنى موم يېغى بىلەن مەلھەم قىلىپ چاپلاي. مەستىكى بىلەن ئەنزىرۇتنى مائۇلھەسەل بىلەن مەلھەم قىلىپ چاپلاي. ئىپارنى ئىنەكپىتى يېغى ياكى يەسمەن يېغى بىلەن ئېرىتىپ، زەكەر تۆشۈكىگە مۇۋاپىق مىقداردا تېمىتقاي.

سۈرگە ئىشلىتىشكە تېگىشلىك بولسا، دەسلەپتە قەي قىلدۇرغاي. ئۇنىڭدىن كېيىن مۆتىدىل كىلىزما ۋە شىيافلارنى ئىشلەتكەي:

ئۇنىڭدىن كېيىن تۆۋەندىكى مەلھەمنى ئىشلەتكەي.

نۇسخىسى شومشا ئۇرۇقى، باقلەدىن 30 گىرامدىن، زىرە، نوقۇت، يۇمغاقسۈت ئۇرۇقىنىڭ ھەربىردىن 10 گىرامدىن، مۇقەلدىن 15 گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، مۇسەللەس ياكى مائۇلھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ مەلھەم قىلىپ چاپلاي.

ئۇنىڭدىن كېيىن تۆۋەندىكى مەلھەمنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى نوقۇت، باقلە 30 گىرامدىن، پەنجەگۈشت ئۇرۇقى 15 گىرام، ئۇرۇقدىن ئايرىلغان ئۈزۈم 45 گىرام، ئۆردەك يېغى، كالا يېغى، زەيتۇن يېغى، سەۋسەن يېغىنىڭ ھەربىردىن 30 گىرامدىن ئېلىپ، ياغدىن باشقا دورىلارنى سوقۇپ، ياغلار بىلەن يۇغۇرۇپ مەلھەم تەييارلاپ ئۇرۇقدانغا چاپلاي.

شومشا ئۇرۇقى بىلەن كەرەم يوپۇرمىقىدىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، مەلھەم تەييارلاپ چاپلاي. ئۇنىڭغا باقلە، بابۇنە، ئۆردەك يېغى قوشۇلسا ياخشىراق بولۇر.

تۆۋەندىكى مەلھەمنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى ئەنجۈر قېقى، ئۆردەك يېغى، زەيتۇن يوپۇرمىقىدىن بىر ھەسسىدىن، ئارچا يوپۇرمىقى بىلەن ئوشەقنى يېرىم ھەسسىدىن ئېلىپ سوقۇپ، مائۇلھەسەل ياكى كالا يېغى بىلەن مەلھەم قىلىپ ئۇرۇقدانغا چاپلاي.

مۇقەل، ئوشەق، باقلە ئۇنىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، مائۇلھەسەل ياكى

مۇسەللەس بىلەن مەلھەم قىلىپ زىمات قىلغاي.

بۇغداي كېپىكىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، سىركەنجۇبىل بىلەن قاينىتىپ قىزىق هالەتتە چاپقاي. ئۇ، قاتتىق ئىششقلارنى تارقىتار.

ئىششىق سول ئۇرۇقدانىدا كۆپرەك يۇز بېرەر. چۈنكى سول ئۇرۇقدانىدا قان تومۇر كۆپ بولۇپ، ماددىلار ئۇنىڭغا كۆپ كېلۇر.

ئۇچىنچى باب ئۇرۇقدان چوڭىيىپ قېلىش توغرىسىدا

بەزىدە ئۇرۇقدان يالىلۇغلانماستىنلا ئايال كىشىنىڭ ئەمچىكىگە ئوخشاش چوڭىيىپ قالۇر.

داۋالاش

ئەمچەكنى كىچىكلىتىش ۋە ئۇنىڭ ساڭگىلىماسلىقى ئۈچۈن قىلىنىدىغان ئىلاجلارنى قىلغاي. قۇۋۇتى جازىبەسى بىلەن ئورۇقلاندۇرغۇچى قۇۋۋەت (قۇۋۋەتى غازىيە) نى ئاجىزلاشتۇرىدىغان دورىلارنى ئىشلەتكەي. كەندىر يوپۇرمىقىغا شەكەر قوشۇپ چاپقاي. يۇمغاقسۈتنى قوغۇشۇن بىلەن ئېزىپ، هەر ئىككىسىنىڭ تەمنى چىقىرىپ سۈركىگەي. تۇغمەن تېشىنى سوقۇپ، يۇمغاقسۈت ياكى قىزىلگۈلنىڭ سۈيى بىلەن مەلھەم قىلىپ سۈركىگەي.

تۆۋەندىكى زىماتنى چاپقاي:

نۇسخىسى ئۇرۇقدىن ئايرىلغان ئۇرۇم، توخۇ يېغى، بۆرەك يېغى، سېرىق موم يېغىنىڭ هەربىرىدىن 30 گىرامدىن، تۇخۇم سېرىقىدىن ئۈچ گىرام، كۈنجۈت يېغى، مەستەكنى بەش گىرامدىن ئېلىپ، دورىلاردىن سوقۇشقا تېگىشلىكلىرىنى سوقۇپ ئارىلاشتۇرۇپ، قائىدە بويىچە زىمات تەييارلاپ تاڭغاي.

تۆتىنچى باب ئۇرۇقدان ئۈستىگە چىقىۋېلىش توغرىسىدا

سەۋەبى

بۇ، مىزاجنىڭ سوغۇقتىن بۇزۇلۇشى ۋە قۇۋۋەتنىڭ زەئىپلىشىشى سەۋەبىدىن پەيدا بولۇر.

ئالامتى

بۇنىڭدا ئۇرۇقدان ئۈستىگە چىقىۋالغۇر ۋە خالىتا ئىچىدە كۆرۈنمەس. ئۇرۇقدان سۈيدۈك يولىنى توسۇۋالغانلىقتىن سىيىش قىينلىشار، سىيگەندە ئاغرار.

بۇ ئەھۋال كېسەل كىشىلەردە كۆرۈلسە ھاياتىنىڭ خەۋپ ئىچىدە ئىكەنلىكىدىن دېرەك بېرەر.

داۋالاش

ئىسسىق مۇنچىغا چۈشۈرۈپ، مۇناسىۋەتلىك ئابزەنگە ئولتۇرغۇزغاي. ئىسسىق تەبىئەتلىك مايلار بىلەن دوۋسۇن ساھەسىنى مايلاپ بەرگەي. تەبىئىتى ئىسسىق، قۇۋۋەتلەش رولى بولغان زىماتلارنى چاپقاي.

ئەبۇ ئەلى ئىبن سىنا: «سۈيدۈك يولىغا نەيچە سىلىپ پۈۋلسە ئۇرۇقدان تۆۋەنگە چۈشۈر» دېگەن.

قالغىنىنى ئاللا ئوبدان بىلۇر.

بەشىنچى باب ئۇرۇقدان خالتىسى بوشاپ قېلىش توغرىسىدا

بەزىدە ئۇرۇقدان خالتىسى بوشاپ ئۇزىراپ قالۇر، ھەتتا تەرەتكە ئولتۇرغاندا يەرگە تېگىپ قالۇر. ئەمما ئاغرىقى كۆچلۈك بولماس.

داۋالاش

بۇنىڭغا قابىز خۇسۇسىيەتلىك زىماتلارنى چاپقاي. قابىز خۇسۇسىيەتلىك سۇلارنى تېمىتقاي. سوك چىقىپ قېلىشنىڭ بابىدا بۇيرۇلغان ئىلاجلارنى قىلغاي.

بەزى تېۋىپلار زىيادىسىنى كېسىۋېتىشكە بۇيرۇغان.

ئالتىنچى باب ئۇرۇقدان يارىسى توغرىسىدا

بەزىدە ئۇرۇقدان ۋە زەكەر ئەتراپلىرىدا جاھىل خاراكتېرلىك يارىلار پەيدا بولۇر. ئۇ، ئەرەب تىلىدا «ئەل قۇرۇھۇس سائىيە» (كېڭىيىشچان يارا) دەپ ئاتىلۇر.

سەۋەبى

بۇ يەرلىك ئورۇننىڭ تازىلىقىنىڭ ياخشى بولماسلىقى، ھاۋا ئۆتۈشمەيدىغان ئىشتانلارنىڭ كىيىش، بەدەندە ئوفۇنەت پەيدا بولۇش قاتارلىق سەۋەبلەردىن پەيدا بولۇر.

ئالامىتى

ئۇرۇقدان قىچىشىپ، ئېچىشىپ ئاغرار. بەدەننىڭ باشقا يەرلىرىدىكى يارىلارغا قارىغاندا تېز كېڭىيەر. ئاسان ساقايماس. بۇ، يەرلىك ئورۇننىڭ تازىلىقى ياخشى بولماسلىق ۋە ھاۋا ئۆتۈشمەسلىكتىن بولۇر. مەقئەت ۋە زەكەر ئەتراپىغا چىققىنى يامان بولۇپ ھېسابلىنار. چۈنكى ئۇ يەرلەرنىڭ سېزىمى ۋە ھارارىتى يۇقىرى بولۇر. شۇ سەۋەبتىن كۆپ ئاغرار، ئاسان كېڭىيىپ ساقىيىش تەس بولۇر.

بۇ كېسەللىككە ئۇنۇملۇك ئىلاج قىلىنمىسا ئېغىرلىشىپ، ئۇرۇقدان ئېچىلىپ قېلىپ، بىمارنىڭ ھاياتىغا خەۋپ يەتكۈزەر.

داۋالاش

يارا يېڭى بولسا سەبرە ئەڭ ياخشى مەنپەئەت قىلۇر. مەدەستان، تۇتىيا، ئىقلىمىيا قاتارلىقلارنى مۇددەبىر قىلىپ، شاراب بىلەن مەلھەم قىلىپ چاپسا ياخشى مەنپەئەت قىلۇر. مەرۋايىت كۈشتىسىنى سەپسىمۇ بولار. يەنە قۇرۇق قاپاقنى كۆيدۈرۈپ سەپكەي.

يارا كونا بولسا كۈچلۈك دورىلارنى ئىشلەتكەي. بۇنىڭ ئۈچۈن رو (بىر خىل مەدەن) نى كۈشتە قىلىپ، قارىغاي دەرىخىنىڭ كۆيدۈرۈلگەن قوۋزىقى بىلەن سالايە قىلىپ يەرلىك ئورۇنغا سەپكەي. گۆش ئۇندۇرۇشكە تېگىشلىك بولسا كۈندۈرنى قوشقاي.

تۆۋەندىكى مەلھەمنى چاپقاي:

نۇسخىسى تۇتىيا، سەبرە، ئەنزىرۇت، كۈندۈز، شادىنەج، ئانار گۈلى، ئاقاقىيا، توغراق پوستى، كۆيدۈرۈلگەن زاك، موزا قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، گۈل يېغى بىلەن مەلھەم قىلىپ يەرلىك ئورۇنغا چاپقاي.

بۇ مەلھەمنىڭ يەنە بىر نۇسخىسى بولۇپ، ئۇنىڭغا تۆمۈر پوقى كۈشتىسى، مەدەستان كۈشتىسى، خۇنسياۋشان، كۆيدۈرۈلگەن قەغەز، زەمچە قاتارلىقلارنى قوشقاي. يارا كونا بولسا كۈندۈر بىلەن سەبرە قوشقاي.

تۆۋەندىكى قۇرسنى سالايە قىلىپ يەرلىك ئورۇنغا سەپكەي:

نۇسخىسى كۈشتە قىلىنغان مىس، كۈندۈر، زەمچىنىڭ ھەربىرىدىن 12 گىرامدىن، ئاچچىق ئانار گۈلى، زىراۋەندە، زاكتىن 24 گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، مۇسەللەس بىلەن

يۇغۇرۇپ قۇرس قىلىپ، ئاپتاپتا قۇرۇتۇپ زۆرۈر بولغاندا سالايە قىلىپ يەرلىك ئورۇنغا سەپكەي.

تۆۋەندىكى قۇرسنى سۇفۇپ قىلىپ سەپكەي:

نۇسخىسى زەپەر، زەمچە، مىس كۇشتىسىدىن 24 گىرامدىن، سەبرە، كۇندۇرنى 12 گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، قۇرس قىلىپ، سايىدا قۇرۇتۇپ، ئېزىپ سۇفۇپ قىلىپ زەخمگە سەپكەي.

تۆۋەندىكى قۇرسنى سۇفۇپ قىلىپ سەپكەي:

نۇسخىسى مىس كۇشتىسىدىن 36 گىرام، مۇرمەككى، نۆشادۇر، سەبرە، زەمچىنىك ھەربىردىن 18 گىرامدىن ئېلىپ، سىركە بىلەن ئېزىپ سالايە قىلىپ قۇرس قىلىپ، سايىدا قۇرۇتقاندىن كېيىن ئېزىپ زەخمگە سەپكەي.

تۆۋەندىكى قۇرسنى سۇفۇپ قىلىپ سەپكەي. ئۇ، كېڭىيىشچان گۆشخور يارىلارغا مەنپەئەت قىلار:

نۇسخىسى كۆيدۈرۈلگەن قەغەزدىن 90 گىرام، سۇ تەگمىگەن ئاھاك، سىرىق زەرنىخنىك ھەر بىردىن 30 گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، ئىسپىغۇل لوئابى ياكى سىركە بىلەن يۇغۇرۇپ قۇرس قىلىپ، سايىدا قۇرۇتۇپ، زۆرۈر بولغاندا ئېزىپ سۇفۇپ قىلىپ زەخمگە سەپكەي.

ئۇنىڭدىن باشقا، ئادەم چېچى كۈلى، ھىك، تاغ يېسىمۇقىدىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، مەلھەم قىلىپ زەخمگە چاپسىمۇ بولۇر.

يەتتىنچى باب جىنسىي ئەزا لىكىلداش توغرىسىدا

بۇ بىر خىل كېسەللىك بولۇپ، بۇنىڭدا زەكەر ياكى بالىياتقۇ ئېغىزى لىكىلدار ۋە تارتىشار. بۇ يۇنان تىلىدا «ئاقۇنا، ئەرستالۇن» دەپ ئاتىلار.

سەۋەبى

مەنىي يوللىرىدىكى ئىسسىق يەل سەۋەبىدىن پەيدا بولۇر.

ئالامىتى

زەكەر يولى ياكى بالىياتقۇ ئېغىزى لىكىلداپ تارتىشار. بۇ كېسەللىك بولۇپمۇ ئاياللاردا كەم

ئۇچرار. ياخشى ئىلاج قىلىنمىسا مەنىي يوللىرىنىڭ سېزىمى تۆۋەنلەر، مەنىي يوللىرىدا تەشەننۇج پەيدا بولۇر. قورساق پەردىسى ياللۇغلىنىپ سوغۇق تەرلەر.

داۋالاش

دەسلەپتە باسلىق تومۇرىدىن قان ئالغاي. يانپاشقا ھجامەت قويغاي. يەنە زۇلۇك قۇرتىنى قويغاي. لەبلاب سۇيى، فۇلۇسى خيارشەنبەر سۇيى، قىزىلچا سۇيى ۋە مارجان شوخلا سۇيىگە ئوخشاش دورىلار بىلەن چوڭ تەرەتنى سۇرگەي. تەرەتنى يۇمشاتقۇچى ھۆقنىلەرنى ئىشلەتكەي. قۇرۇق تەبىئەتلىك نەرسىلەرنى زىمات قىلغاي. سوغۇق نەرسىلەرنى يەرلىك ئورۇنغا چاپقاي. ئۇرۇقدانىڭ ئىسسىقتىن بولغان ياللۇغنا قىلىنغان ئىلاجلارنى قىلغاي. نېلۇپەردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئىچكەي، زىمات قىلغاي، پۇرىغاي.

غىزاسىغا كۆكتات شورپىسى، پالەككە ئوخشاش تەبىئىتى ھۆل سوغۇق بولغان نەرسىلەرنى بەرگەي.

سەككىزىنچى باب ئۇرۇقدان قىچىشىش توغرىسىدا

سەۋەبى

بۇ، ماددىلىق مىزاج بۇزۇلۇش سەۋەبىدىن پەيدا بولۇر.

ئالامىتى

يەرلىك ئورۇن قىچىشار، بەزىدە سۇ ئۆرلىمەي قۇرۇق بولۇر. بۇنىڭ قۇرۇق بولغىنى ياماندۇر.

بۇنىڭغا تۆۋەندىكى مەلھەمنى چاپقاي:

نۇسخىسى ئاقاقيا، ماميسادىن ئىككى گىرامدىن، نۆشادۇر، سەبرىدىن بىر گىرامدىن، زەپەردىن يېرىم گىرام، ئۆشنانىنى پۈتۈن دورىلار مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، يەسمەن يېغى بىلەن مەلھەم قىلىپ يەرلىك ئورۇنغا چاپقاي.

سىركە، گۈل يېغى، بۆرە ئەرمىنىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ مۇنچىدا سۇركىگەي. قىچىشىش ئېغىر بولسا، مەۋىزەج (تاغ قۇرۇق ئۈزۈمى) دىن مۇۋاپىق مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ، مۇنچىدىن چىققاندىن كېيىن سۇركىگەي.

ئىككىنچى قىسىم چۇقۇق توغرىسىدا

بىرىنچى باب چۇقۇقنىڭ تۈرلىرى توغرىسىدا

مەلۇم بولغايكى، قورساق ئۇچ خىل پەردىدىن تەركىب تاپقاندۇر.

بىرىنچى پەردە ئەرەبچە «مەراق» دەپ ئاتىلار. ئۇ، قورساقنىڭ پۈتۈنلۈكىنى ساقلاش، قورساق بوشلۇقىدىكى ئەزالارنى قوغداش ۋە ھارارەتنى مۇھاپىزەت قىلىش رولىنى ئوينار.

ئىككىنچى پەردە ئەرەبچە «سەفاق» دەپ ئاتىلار. ئۇ قورساق بوشلۇقىدىكى ئۇچەي، چاۋا ياغلارنىڭ پۈتۈنلۈكىنى ساقلاش، مۇقىملاشتۇرۇش ۋە ئۇلارنى قوغداش رولىنى ئوينار.

ئۈچىنچى پەردە چاۋا ياغ ئارىلاشقان پەردە بولۇپ، ئۇ ئەرەبچە «سىرب» دەپ ئاتىلار. ئۇ، قورساق بوشلۇقىدىكى ئەزالارغا چاپلىشىپ تۇرغان بولۇپ، ئۇلارغا ھارارەت يەتكۈزۈپ بېرەر.

«سەفاق» دەپ ئاتالغان ئىككىنچى پەردىنىڭ ئىككى يېرىقتىن ئۇرۇقدان خالتىسى تەرەپكە ئېچىلغان ئىككى تۆشۈكى بولۇپ، ئۇنىڭدىن قان تومۇر ۋە نېرۋىغا ئوخشاش مۇناسىۋەتلىك ئەزالار ئۆتەر. ئادەم كۈچلۈك ۋارقىرىسا، ئېغىر نەرسىلەرنى كۆتۈرسە ياكى ئېگىز يەرلەردىن سەكرىسە، مەزكۇر تۆشۈك يىرتىلىپ، ئۇچەي ياكى چاۋا ياغ ئۇرۇقدان خالتىسىغا چۈشۈۋالار. ئۇ ئەرەبچە «قىيلەتۇل ئەمئا» دەپ ئاتىلار. بەزىدە مەزكۇر تۆشۈك ئارقىلىق ئۇرۇقدان خالتىسىغا سۇ ياكى ھاۋا توشۇپ قالىدۇ. سۇ توشۇپ قالغان بولسا، ئەرەبچە «قىيلەتۇل مائى»، ھاۋا توشۇپ قالغان بولسا، «قىيلەتۇر رىھ» دەپ ئاتىلار. بۇ ئەھۋاللارنى بىرلەشتۈرۈپ «فەتەق» ياكى «قىيلە» دەپ ئاتار.

بەزىدە «سەفاق» دەپ ئاتالغان ئىككىنچى پەردە كىندىك ئەتراپىدىن ياكى چات يېرىق ئەتراپىدىن يىرتىلىپ، ئۇنىڭ ئاستىدىكى چاۋا ياغلىق پەردە ياكى ئۇچەي ئۇستىگە پۈلتىيىپ چىقىدۇ. ئۇ ئەرەبچە «فەتەقۇ مەراقىل بەتەن» دەپ ئاتىلۇر. بۇ ئەھۋال ئاياللاردا كۆرۈلىدۇ.

سەۋەبى

كۆچلۈك ۋارقىراش، ئېگىز يەردىن سەكرەش ياكى يېقىلىش، زىيادە ئېغىر يۈكلەرنى كۆتۈرۈش ۋە ھۆللۈكنىڭ ئېشىشى بىلەن يەرلىك ئورۇن توقۇلمىلىرىنىڭ بوشىشى قاتارلىقلاردىن پەيدا بولۇر.

ئالامىتى

ئۇچەي ئۇرۇقدان خالتىسىغا چۈشۈۋالغان بولسا، تەدرىجىي پەيدا بولۇر، قول بىلەن ئىتتىرسە ئورنىغا ماڭماس ياكى تەستە ماڭۇر. ئىتتىرگەندە كوركىرىغان ئاۋاز چىقار. بىمار يول ماڭسا، ۋارقىرىسا ئېغىرلىشار، ئوڭدا ياتسا ئالامەتلىرى يەڭگىللەر. ئۇرۇقدان خالتىسىغا چاۋا ياغلار چۈشۈۋالغان بولسىمۇ يۇقىرىقىدەك ئالامەتلەر كۆرۈلەر، ئەمما ئىتتىرگەندە كوركىرىغان ئاۋاز چىقماس. ھەر ئىككىسىدە ئاغرىق سېزىمى بولۇر.

ئۇرۇقدان خالتىسىغا يەل توشۇۋالسا، قول بىلەن باسقاندا يوقاپ، قويۇۋەتسە يەنە ئەسلىگە كېلەر، كۆچلۈك كوركىراش ئاۋازى بولۇر.

ئۇرۇقدان خالتىسىغا سۇ يىغىلغان بولسا، ئۇرۇقدان خالتىسى قاتتىق، ئېغىر بولۇر، مەسىرلاتقاندا سۇنىڭ بارلىقى سېزىلەر.

چاۋا ياغ قورساق پەردىسىدىن پۇلتىيىپ چىققان بولسا، كىندىك ئەتراپى ياكى يىرىقتا ياڭاق ياكى ئۇنىڭدىن چوڭ بولغان مۇنەك پۇلتىيىپ چىقار، مەلۇم دەرىجىدە ئاغرار، قاتتىق بولۇر، باسقاندا كىرىپ كەتمەس.

ئىككىنچى باب ئۇرۇقدانغا ئۇچەي ياكى چاۋا ياغ چۈشۈۋىلىش توغرىسىدا

بۇ خىل ئەھۋالدا قول ئارقىلىق پەم بىلەن ئۇۋۇلاپ ئىچىگە كىرگۈزگەي. ئۇنىڭدىن كېيىن يەرلىك ئورۇنغا ئىسسىق سۇ تۆككەي. مۇناسىۋەتلىك دورىلار بىلەن ئابزەن تەييارلاپ، بىمارنى ئۇنىڭدا ئولتۇرغۇزغاي. بابۇنە يېغى بىلەن يەرلىك ئورۇننى مايلاپ بەرگەي. يەللىك تائاملاردىن پەرھىز قىلغاي. غىزاسىغا لوبىيا، باقىلە، يېسىمۇق، ئالما، تەرخەمەك، بادرەڭ قاتارلىقلارنى قوشۇپ بەرگەي.

جىما قىلىش، ۋارقىراش، سامساق يېيىش، كۆپ پىيادە مېڭىش، ئات ئۇلاغلارغا مىنىش، ئېغىر ئەمگەك قىلىش، كۆچەپ يۆتىلىش قاتارلىقلاردىن پەرھىز قىلغاي.

جاۋارىش زىرە، مەجۇنى ھەببۇلغارنى داۋاملىق يېگۈزگەي. ئۇچەي چىققان ياكى چاۋا ياغ چىققان تۆشۈكنى كىچىكلىتىش ئۈچۈن، يەرلىك ئورۇنغا داغلىغاي. قابىز خۇسۇسىيەتلىك دورىلارنى ئىشلەتكەي. قابىز خۇسۇسىيەتلىك دورىلاردىن ئاقاقيا، سەبرە، تېكە ساقىلى ئۆسۈملۈكى سۈيى، ئەنزىرۇت، مەستىكى، ئانار پوستى، ئانار گۈلى، كۆك موزا، سۇماق، ئاچچىق ئانار غوزىكى، ئاس دەرىخى يوپۇرمىقى، ھەببۇلئاس، ئاچچىق تاش (زەمچە)، تەرسۇس (بىر خىل ئۆسۈملۈك بولۇپ شىزاردا كۆپ بولىدۇ) يېپلىمى، بېلىق يېپلىمى قاتارلىقلاردىن ئىبارەتتۇر.

مەزكۇر دورىلارغا يەنە ئارپىبەدىيان، زىرىگە ئوخشاش يەل ھەيدىگۈچى، كەرەپشە ئۇرۇقى، مەستىكى، راتىيانەج، مۇقەل ئەزرەقكە ئوخشاش ھۆللۈكنى قۇرۇتقۇچى دورىلارنى قوشقاي.

تۆۋەندىكى زىماتنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى ئوشەق، كۈندۈر، سەبرە ھەربىرىدىن 10 گىرامدىن، مۇقەلدىن ئالتە گىرام، ئاقاقيا، ئەنزىرۇتتىن ئۈچ گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، بىر كېچە سىركىگە چىلاپ قويۇپ، ئەتىسى ئەتىگەندە ھاۋانچا بىلەن سالايە قىلىپ، يەرلىك ئورۇنغا چېپىپ تېڭىپ قويغاي.

تۆۋەندىكى زىماتنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى مەستىكى، كۈندۈر، مامىيسا، ئانارگۈلى، خۇنسياۋشان، مۇرمەككى، بېلىق يېپلىمى قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، بېلىق يېپلىمنى مارجان شوخلا سۈيىدە ئېرىتىپ، قالغان دورىلارنى سوقۇپ، تاسقاپ، بېلىق يېپلىمى ئېرىتمىسى بىلەن يۇغۇرۇپ، يەرلىك ئورۇنغا سۈركەپ تاڭغاي.

تۆۋەندىكى زىماتنى ئىشلەتكەي.

نۇسخىسى ھەببۇلئاس، سۆئىدى، مەرزەنجۇش، ئاقاقىيا، سەبرە، ئانار پوستى قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، ئەرەب يېپلىمى ئېرىتمىسى بىلەن يۇغۇرۇپ، يەرلىك ئورۇنغا چېپىپ تاڭغاي.

تۆۋەندىكى زىماتنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى ھەببۇلئاس، سۆئىدى، مەرزەنجۇش، كۆك موزا، ئاقاقيا، كۈندۈر، سەمغۇل بەتەم قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، مۇناسىپ سۇيۇقلۇقنى مەلھەم قىلىپ، يەرلىك ئورۇنغا سۈركەپ تاڭغاي.

بۇ كېسەللىك كىچىك بالىلاردا بولسا، مۇقەلدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، شاراب بىلەن ئېرىتىپ، يەرلىك ئورۇنغا سۈركەپ تاڭغاي. قابىز شارابلارنى ئىشلەتسە ياخشىراق بولۇر.

قۇندۇز قەھرىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، يەسمەن يېغى بىلەن سالايە قىلىپ، يەرلىك ئورۇنغا سۈركەپ تاڭغاي.

ئېشەك مەرىزىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قۇرۇتۇپ، سوقۇپ، بېلىق يېلىمى بىلەن مەلھەم قىلىپ چېپىپ تاڭغاي.

تۆۋەندىكى زىماتنى چاپقاي:

نۇسخىسى زاراڭزا گۈلى، زەپەر ئالتە گىرامدىن، كۆيدۈرۈلگەن چەم (ئۆتۈك ۋە ئاياغلارغا ئىشلىتىدىغان چەم نەزەردە تۇتۇلىدۇ — ت) دىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، سالايە قىلىپ، تۇخۇم سېرىقى بىلەن مەلھەم قىلىپ يەرلىك ئورۇنغا سۈركىگەي. ئۇ، كىچىك بالىلارنىڭ ئۇرۇقدان خالتىسىدىكى يەلنى تارقىتار.

ئۇچىنچى باب ئۇرۇقدانغا يەل توشۇۋېلىش توغرىسىدا

يەللىك يېمەك ـ ئىچمەكلەردىن پەرھىز قىلدۇرغاي. جاۋارىش زىرە، مەجۇنى ھەببۇلئاسىنى دۇاملىق يېگۈزگەي.

تۆۋەندىكى دورىنى زەكەر تۆشۈكىگە تېمىتقاي:

نۇسخىسى يەسمەن يېغىدىن 35 مىللىلىتر، پىياز سۈيىدىن بەش مىللىلىتر، قۇندۇز قەھرىدىن بەش گىرام ئېلىپ، دورىلارنى بىرلىكتە يۇمشاق سالايە قىلىپ تېمىتقاي.

غالىيەنى ھەببۇلبان يېغى بىلەن ئېرىتىپ زەكەر تۆشۈكىگە تېمىتقاي.

قۇندۇز قەھرى بىلەن پەرىپىۇندىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، يەسمەن يېغى بىلەن سالايە قىلىپ ئېرىتىپ، زەكەر تۆشۈكىگە تېمىتقاي.

يەللىك ئىستىسقا (ئىستىسقا تەبەلى)غا قىلىنغان ئىلاجلارنى قىلغاي.

تۆۋەندىكى سۇفۇپنى بەرگەي. ئۇ، يەل تارقىتار:

نۇسخىسى كەرەپشە ئۇرۇقى، رۇمبەدىيان ئۇرۇقى، ئادراسمان ئۇرۇقى، مەستىكى، زەپەرنىڭ ھەربىرىدىن بەش گىرامدىن، ھېلىلە كابۇلى پوستى، بەللە پوستى، تازىلانغان ئاملە ھەربىرىدىن 10 گىرامدىن، سەكبىنەج، مۇقەل ئەزرەق يەتتە گىرامدىن، پۇدىنە، پەتەر ئاسالىيۇن، ئىزخىر، قۇستە، بوزۇغا، دۇرنەج ئەقرەبى، ئاسارۇننىڭ ھەربىرىدىن ئۈچ گىرامدىن ئېلىپ، بارلىق دورىلارنى سوقۇپ، تاسقاپ، سۇفۇپ تەييارلاپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە بەش گىرامدىن كاپ ئەتكەي.

ئالدىنقى بابتا بايان قىلىنغان زىماتلارنى چاپقاي.

يول يۈرۈش، بولۇپمۇ قورساق توق يول يۈرۈش، جىما قىلىشتىن پەرھىز قىلغاي. يول

مېڭىش، جىما قىلىش زۆرۈر بولسا، تاۋام ھەزىم بولغاندىن كېيىن ئۇرۇقدانىنى تېڭىق بىلەن تېڭىپ قويۇپ ئاندىن جىما قىلغاي.

تۆتىنچى باب ئۇرۇقدان خالتىسىغا سۇ يىغىلىپ قېلىش توغرىسىدا

بۇنىڭدا سۇنى كۆپ ئىچىشتىن پەرھىز قىلغاي. مەجۇنى كۇندۇرنى يېگەي. ئىستىسقائى زىققىدا بايان قىلىنغان زىماتلارنى چاپقاي.

تۆۋەندىكى زىماتنى چاپقاي:

نۇسخىسى شۇمشا ئۇرۇقى، ئارپا ئۇنى، كەپتەر مايىقى بىر ھەسسىدىن، كالا تېزىكى، مەستىكى ئىككى ھەسسىدىن، كونا سىرىقمايدىن ئالتە ھەسسە ئېلىپ، مەستەكنى ياغ بىلەن ئېرىتىپ، قالغان دورىلارنى سوقۇپ ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم تەييارلاپ چاپقاي.

تۆۋەندىكى زىماتنى چاپقاي:

نۇسخىسى ئارپا ئۇنى، سەئىدى كوفى، زىرە، ھەببۇلئاس، قوي مايىقى، بەللۇت قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، ھەببۇلئاس سۈيى، سىركە ۋە زەيتۇن يېغى بىلەن يۇغۇرۇپ زىمات تەييارلاپ ئۇرۇقدانغا چاپقاي.

ئۇرۇقدانغا يىغىلغان سۇ كۆپ بولۇپ، دورا بىلەن تارقىمسا، نەشتەر بىلەن تېشىپ، قائىدە بويىچە نەيچە بىلەن تارتقاي. ئەمما بىمارنىڭ بەدەن قۇۋۋىتىنى ساقلىغاي.

قالغىنىنى ئاللا ئەڭ ئوبدان بىلىدۇ.

ئۇچىنچى قىسىم جىما توغرىسىدا

بىرىنچى باب جىمانىڭ ھېكمىتى توغرىسىدا

ئالەملەرنى ياراتقۇچى ئاللا دۇنيادا ئادەم نەسلىنى ساقلاش، شۇ ئارقىلىق دۇنيانى ئاۋاتلاشتۇرۇش ئۈچۈن، ئادەمدە جىمانى تەقدىر قىلدى. ئادەملەرنىڭ ئۇنىڭغا ئەھمىيەت بەرمەي قويۇشىنىڭ ئالدىنى ئېلىش ئۈچۈن، جىمادا لەززەتنى بارلىققا كەلتۈردى. جىمادا ياخشى - ياماننى ئويلاش زۆرۈر ئىدى، ئەمما ئۇ جىمانىڭ خۇشاللىقىغا قوشۇمچە بولۇپ قالۇر. جىما ئارقىلىق خۇشاللىق ئىزدەشنى ئىرادە قىلغان مەھەلدە شەرم - ھايا ئوتتۇرىغا چىقسمۇ، ئەمما نەپسانىي قۇۋۋەت كۈچەيگەندە ئۇمۇ كېتۈر. جىماغا قەدەم قويغاندا، كىشىلەر ئىشلارنى ياخشى - يامىنى توغرىسىدا تەپەككۇر قىلىشتىن غاپىل بولۇر. بالا تۆرىلىش - تۆرەلمەسلىك، بالىنىڭ ياخشى ياكى يامان بولۇشى قاتارلىقلار ھەققىدە ئويلىشىپ ئولتۇرماس. شەرم - ھايا بىر ياققا قايرىلىپ قالۇر. ھەتتا يالىڭاچ تۇرۇشتىنمۇ تارتىنماس. كىشىلەر بۇ ئىشنىڭ بىر - ئىككى سائەت داۋاملىشىشنى ئارزۇ قىلۇر.

ئەمەلىيەتتە، ئاللا ئادەم نەسلىنى داۋاملاشتۇرۇشنى ئىرادە قىلمىغان بولسا، كىشىلەردە غاپىللىق كۆرۈلمىگەن، نەپسانىي قۇۋۋەت غالىب كەلمىگەن، ئاقىللار بۇ ئىشتىن ئۆزىنى تارتقان بولاتتى، كىشىلەر پەرزەنت تەربىيىلەشنىڭ خاپىلىقىدىن قېچىپ، بۇ ئىشتىن ئۆزىنى قاچۇرار ئىدى.

بۇلار ھەققىدە تەپەككۇر يۈرگۈزگەندە ئاللانىڭ قۇدرىتىنىڭ كامالىتىنى، ھېكمىتىنىڭ بۈيۈكلۈكىنى تونۇپ يەتكىلى بولۇر. شۇنىڭ ئۈچۈن، ئۇ زات «ئەنە شۇ ھەممىنى بىلگۈچى، غالىب زاتنىڭ تەقدىرىدۇر» دەپ خىتاب قىلغان.

ئىككىنچى باب جىما قىلىش توغرىسىدا

ھەربىر ئادەمنىڭ تېبابەتكە ئېھتىياجى چۈشەر. تېبابەتچىلىكنىڭ مەقسىتى ساغلام كىشىلەرنىڭ ساقلىقىنى ساقلاش، كېسەل كىشىلەرنىڭ ساقلىقىنى ئەسلىگە كەلتۈرۈشتىن

ئىبارەتتۇر.

ئورگانىزمدىكى ھەربىر ئەزانىڭ ساقلىقىغا ئەھمىيەت بېرىش ناھايىتى زۆرۈردۇر. بولۇپمۇ جىنسىي ئەزالارنىڭ ساقلىقىغا ئەھمىيەت بېرىش تېخىمۇ مۇھىم ھېسابلىنار. چۈنكى ئۇ، ئىنسانلارنىڭ ھاياتلىقى ۋە داۋاملىشىشى بىلەن بىۋاستە مۇناسىۋەتلىك بولۇر. شۇنداق بولغاندىلا جىمادىن بەھرە ئالغىلى ۋە پەرزەنت كۆرگىلى بولۇر.

ھۆكۈمالارنىڭ سىناقتىن ئۆتكۈزۈشچە پەرزەنت يۈزى كۆرۈش ئۈچۈن، ئەر - ئايال ھەر ئىككى تەرەپ ساغلام بولۇشى، ئايال كىشىنىڭ ھەيزى نورمال بولۇشى، ھەر ئىككى تەرەپ، بولۇپمۇ ئايالىنىڭ ھەۋىسى قوزغالغاندا جىما قىلىشى، ھەر ئىككى تەرەپ تەڭ لەززەت تېپىشى، كۆپ جىما قىلماسلىقى، مىزاجىدا ئۆزگىرىش بولماسلىقى، ئەرنىڭ مەنىيىسى تېز يۈرۈپ كەتمەسلىكى، ئايالنىڭ ھەۋىسى تولۇق قوزغالغان بولۇشى زۆرۈر ئىكەن. مەزكۇر شەرتلەر ھازىرلانمسا، ئىككى تەرەپ جىمادا ماسلىشالمسا، ئەر ئايالىنىڭ ھەۋىسىنىڭ قوزغىلىشىغا ئېتىبار بەرمسە ياكى مەنىيىسى تېز يۈرۈپ كەتسە، پەرزەنت يۈزى كۆرۈشكە يامان تەسىرى بولىدىكەن.

كۆپ ھاللاردا ئەر كىشىنىڭ دوۋسقىدا سوغۇقلۇق بولسا، شەھۋىتى تېز بولمسا، پەرزەنت يۈزى كۆرەلمەيدىكەن، ئايالىمۇ جىمادىن خۇشاللىق ئالالمايدىكەن.

ئەرنىڭ شەھۋىتى تېز، مەنىي ئىسسىق بولۇپ، ئايالىنىڭ جىماغا زوقى قوزغالماي تۇرۇپ جىمادىن بوشسا، ئايالىنىڭ كۆڭلى ئەمىن تاپماس، پەرزەنت يۈزىمۇ كۆرمەس، ھاياسىز ئاياللاردىن بولسا، يامان خىياللارنى قىلىش ئېھتىمالى بولۇر.

دېمەك، پەرزەنت يۈزى كۆرۈش ئەر - ئايالالارنىڭ جىمادا ئۆزئارا ماسلىشالىشى بىلەن ئىنتايىن مۇناسىۋەتلىكتۇر. بۇنىڭدىن كېيىنكى بابلاردا بۇ ھەقتىكى مەسىلىلەرنى ئىنچىكە تەھلىل قىلىپ، ئۇنى ھەل قىلىش تەدبىرلىرى ئوتتۇرىغا قويۇلىدۇ.

ئۈچىنچى باب جىمانىڭ پايدىلىرى توغرىسىدا

مەلۇم بولغايكى، جىما بەدەن ئۈچۈن زۆرۈر بولغان ئىستىفراغ (بوشىنىش، تازىلىنىش) بولۇپ ھېسابلىنار. بولۇپمۇ ئېھتىياج بولغاندا ھەقىقىي شەھۋەت بىلەن قىلىنغان جىما بەدەن ئۈچۈن ئىنتايىن پايدىلىقتۇر. يەنى بەدەندىكى ئارتۇق خىلتلار ئۇنىڭ بىلەن تازىلىنىپ بەدەن يەڭگىللەر ۋە يېڭىلىنار. ئەزالارنىڭ قۇۋۋەتلىرى ئويغىنىپ ئوزۇقلۇققا بولغان ئېھتىياجى ئاشۇر. بۇنىڭ بىلەن ئىشتىھاسى ئېچىلار. ھەزىم كۈچىيىپ يېمەكلىكنى ياخشى ھەزىم قىلۇر. بۇنىڭ بىلەن بەدەن ئوزۇقلۇق ئېلى قۇۋۋەتلىنەر، پەي - نېرۋىلار كۈچىيەر، مېڭىنىڭ سەزگۈرلۈكى

ئاشۇر. بەدەندىن مېڭگە ئۆرلەپ، مېڭىدە توختاپ قالغان بۇخاراتلار ئۇ ئارقىلىق تارقىلۇر. بۇخارات سەۋەبىدىن پەيدا بولغان كۆز خىرەلىشىش، باش ئاغرىش، باش قېيىش، بېھۇدە ئەندىشە قىلىش ۋە مالىخوليانىڭ ئوخشاش ئىللەتلەر جىما ئارقىلىق يوقلۇر. بەدەندە ماددىلارنىڭ قېيىپ قېلىشىدىن بولغان بۆرەك ئاغرىقلىرى، ئۇرۇقدان يالليۇغلىرى، زەكەر ئىششىقلىرى، ئەزالارغا مۇدۇر - چاقىلار چىقىش، يانپاش ئاغرىقى، بوغۇم ئاغرىقى، ئۇچەي، بەل ئاغرىقلىرى جىما ئارقىلىق يوقار. بەدەن هارارىتى يۇقىرى، بەدەن قۇۋۇتى كۈچلۈك كىشىلەرنىڭ بەلغەمدىن بولغان كېسەللىكلىرى جىما ئارقىلىق ياخشىلىنار.

ئەرلەر ئۇزاق مۇددەت جىما قىلمىسا، مەنىي بەدەندە تۇرۇپ ئوفۇنەتلىنىپ، ئۇنىڭدىن ئۆرلىگەن بۇخارات يۈرەك ۋە مېڭگە تەسىر قىلىپ، خەپەقان ۋە ئىياللاردا بولىدىغان هىستېرىيە (ئېهتىناقى رەهمى) كېسەللىكىگە ئوخشاش كېسەللىك پەيدا بولۇر.

ئىياللار ئۇزاق مۇددەت جىمادا بولمىسا، ئۇلاردا ئېهتىناقى رەهىم (بالىياتقۇ ئېغىزىنىڭ بوغۇلۇپ قېلىشى) پەيدا بولۇر.

تۆتىنچى باب كۆپ جىما قىلىشنىڭ زەرەرى توغرىسىدا

مەلۇم بولغايكى، جىماغا كۆپ بېرىلىش بەدەنگە كۆپ زەرەر قىلۇر. چۈنكى مەنىي قاچىسى قۇرۇقدىلىپ قالسا، ئۇرۇقدانغا ئوزۇقلۇق يېتىشمەس. ئۇرۇقدانغا ئوزۇقلۇق يېتىشمىسە ئۇنىڭ ئىقتىدارى چېكىنەر. ئۇرۇقدانىنىڭ ئىقتىدارى چېكىنسە، ئومۇمىي بەدەندە چېكىنىش كۆرۈلۇر.

زورىغا ياكى تەكرار جىما قىلىنسا ئۇرۇقدان مەنىي ئىشلەپچىقىرىپ بولالمىاي مەنىي قان ئارىلاش كېلۇر. ئۇ مەنىينىڭ ماددىسى بولغان قانىنىڭ ئەينەن چىقىرىشىدىن ئىبارەتتۇر.

ئۇرۇقداندىكى ئوزۇقلۇق سەرپ بولۇپ تۈگىسە، ئۇنىڭ قۇۋۇتى جازىبەسى بۆرەكتىن ئوزۇقلۇق تەلەپ قىلۇر. بۆرەك جىگەردىن ئوزۇقلۇق تەلەپ قىلۇر. جىگەر بولسا ئاشقازاندىكى تولۇق هەزىم بولمىغان خام ئوزۇقلۇقنى سۈمۈرۈپ ئالۇر. ئۇنىڭدىن جىگەردە يالليۇغ، يەرقان، ئىستىسقا ياكى باشقا كېسەللىكلەر پەيدا بولۇر. جىگەر ئىقتىدارى چېكىنگەن بولغاچقا، ئاشقازاندىن كەلگەن خام غىزادىن خام قان هاسىل بولۇر. خام قان ئەزالارغا بارسا هەر خىل كېسەللىكلەرنى پەيدا قىلۇر. مەسىلەن: ئاقكېسەل (بەرەس)، تۇتقاقلىق، سەكتە، ئۇنتۇغاقلىق، پالەچ، رەئىشە (پۇت - قوللارنىڭ تىترىشى)، ئەزالارنىڭ سېزىمسىزلىنىشى، پەيلەرنىڭ بوشىشى، باش ئاغرىقى قاتارلىقلارغا ئوخشاش. خام قان يۈرەككە كەلسە، ئۇنىڭدىن بۇزۇلغان هۆللۇكلەر پەيدا بولۇپ،

يۈرەك غىلاپىغا يىغىلىپ خەۋپ-خەتىرنى پەيدا قىلۇر. ئۆپكىگە كەلسە دەم سىقىش، ھۆل يۆتەل، ئۆپكە سىلىنى پەيدا قىلۇر. كۆكرەك پەردىسىگە كەلسە، كۆكرەك پەردە يالليۇغى، تالغا كەلسە تال قان تومۇرلىرىنىڭ توسۇلۇشى، بوغۇملارغا كەلسە بوغۇملار ئاغرىقى، نۇقرەس، ئۇلتۇرغۇچ نېرۋا ئاغرىقى قاتارلىقلارغا ئوخشاش كېسەللىكلەرنى پەيدا قىلۇر. بولۇپمۇ ئاچ قورساق ۋاقتىدا جىما قىلىنسا، ئۇنىڭ زەھەرى تېخىمۇ كۆپ بولۇر. چۈنكى ئۇ چاغدا بەدەنىنىڭ تەبئىي ھۆللۇكى چىقىم بولۇپ، بەدەن مىزاجى قۇرۇق سوغۇققا يۈزلىنەر. سەزگۈ نېرۋىلارنىڭ ئىقتىدارى چېكسىز، ئەزالار ماغدۇرسىزلىنار. ئادەمنىڭ چىرايى سارغىيىپ تېرە خۇنۇكلىشەر. چاچ چۈشەر، مېڭىنىڭ قۇرۇقلۇقىدىن چوققىسىنىڭ چېچى چۈشۈپ تاقىرباشلىق كۆرۈلۈر. بەل ئاغرىقى، دوۋساق ئاغرىقى پەيدا بولۇر. ئېغىز بوشلۇقى ۋە چىش مىلكى ئاسان يالليۇغلىنار، ئېغىر بولغاندا چىرىپ پۈرار.

بەدەندە يامان خىلىت بولسا، ئادەم جىما قىلغاندا ئۇچىسى، بېلى ئاغرار، ماغدۇرسىزلىنار. جىمادىن كېيىن توڭلىسا، نەپىسى قىستىغاندەك مەلۇم بولسا، خەۋپ-خەتەر كېسەللىكى پەيدا بولىدىغانلىقىدىن دېرەك بېرەر. كۆزى نۇرسىزلىنار، تاتامغا ئىشتىھاسى بولماس. بۇنداق كىشىلەر جىما قىلىشتىن پەرھىز قىلغاي.

كۆپ جىما قىلسا ئادەمنىڭ بېشى قېيىپ، قۇلىقى غۇڭۇلدار، پۇت - قوللىرى تىترەيدىغان بولۇپ قالۇر. ئۇيقۇسى ناچارلىشار، قۇلۇنجى بولۇر. بولۇپمۇ بەزى كىشىلەر جىما قىلمىسا بېشى ۋە بەدىنى ئېغىرلىشار، يۈرىكى ئاغرار، كۆپ ئېھتىلام بولۇر، جىما قىلسا ئاشقازىنى زەئىپلىشەر، بەدەن قۇۋۇتى ناچارلىشار. بۇنداق كىشىلەرگە سەۋر قىلىش، جىمانى ئاز قىلىش، ئاشقازانغا ئېتىبار بېرىشتىن باشقا ئىلاج يوقتۇر.

بەشىنچى باب قانداق كىشىلەرگە كۆپ جىما قىلىش زەھەر قىلىدىغانلىقى توغرىسىدا

مەلۇم بولغايكى، بەدىنى ئورۇق، مىزاجى قۇرۇق كىشىلەر كۆپ جىما قىلسا زىيانلىقتۇر. چۈنكى ئۇلارنىڭ بەدىنىدىكى تەبئىي ھارارەت زايە بولۇپ، جۈدەش (زۇبۇل) كېسەللىكىگە ياكى سىرتقى ھارارەتنىڭ تەسىرى بىلەن بەدەنىدىكى ھۆللۇك خوراپ، جۈدەتكۇچى تەپ (تەپى دىق) كېسەللىكىگە گىرىپتار بولۇش خەۋپى بولۇر ياكى ياشانغانلاردا بولىدىغان جۈدەتكۇچى قىزىتما كېسەللىكىگە گىرىپتار بولۇر.

سېمىز كىشىلەر گەرچە ئورۇقلاردا بولىدىغان مەزكۇر كېسەللىكلەردىن بىخەتەر بولسىمۇ، ئەمما ئۆتكەن بابتا بايان قىلىنغان يەنە بىر كېسەللىككە گىرىپتار بولۇر. چۈنكى ئۇلارنىڭ بەدىنىدە كېرەكسىز ماددىلار كۆپ بولار.

ئورۇق كىشىلەر ئىككى خىل بولۇر. بىرى، يۇزىنىڭ رەڭگى ئاق، بەدىنى يۇمشاق بولۇر. بەدىنىگە موي كەم ئۆسەر، تومۇرلىرى ئىنچىكە بولۇپ، كۆرۈنۈپ تۇرار، تېرىلىرى نېپىز بولۇر. قېنى ئاز بولۇر، رەڭگى خۇددى قوغۇشۇن رەڭگىدەك كۆككە مايىل بولۇر ياكى زىيادە ئاق بولۇر. بۇلار قۇرۇق سوغۇق مىزاج كىشىلەرنىڭ ئەسلىي ئالامەتلىرىدۇر. بۇنداق كىشىلەرنىڭ مەنىيسى ئاز، قويۇق بولۇر. ئۇلارغا جىمانىڭ زىيىنى كۆپ بولۇر.

يەنە بىرى، ئۇلارنىڭ يۇزلىرى قارامتۇل ياكى قىزغۇچ، تومۇرلىرى توم، بىرىنچى خىلدىكى كىشىلەرگە قارىغاندا گۆشلۈك، سېمىز كىشىلەرگە قارىغاندا گۆشسىز بولۇر، بوغۇملىرى چوڭ، پەيلىرى توم بولۇر، بەدىنىدە موي كۆپ بولۇر. بەدەن تېرىسى يىرتىك بولۇر. بۇ خىل ئالامەتلەر مىزاجى قۇرۇق ئىسسىق بولغان كىشىلەردىمۇ كۆرۈلۈر. بۇ خىل كىشىلەرنىڭ مەنىيسى قويۇق، جىماغا مايىل بولۇر، ئەمما جىمادىن ئاسان سوۋۇپ قالۇر. جىمانىڭ بۇلارغا بولغان زەرەرى ئالدىنقى كىشىلەرگە قارىغاندا ئازراق بولۇر.

سېمىز كىشىلەرمۇ ئىككى خىل بولۇر. بىرى، رەڭگرويى ئاق، بەدىنىدە چاۋا ياغ كۆپ، بەدىنى يۇمشاق، مويلىرى كەم، بوغۇملىرى گۆشلۈك بولۇر، قان تومۇرلىرى ئىنچىكە، قېنى كۆپ بولۇر، بۇ ئالامەتلەر سوغۇق مىزاجلىق كىشىلەردىمۇ كۆرۈلۈر. بۇ خىلدىكى كىشىلەرنىڭ مەنىيسى سۇيۇق بولۇپ، جىمانى ئاز تەلەپ قىلۇر. ئۇلار ئورۇقلاش، جۇدەشتىن خالىي بولۇر، ئەمما بەل ئاغرىقى، بوغۇملار ئاغرىقى ۋە باشقا سوغۇقتىن بولىدىغان كېسەللىكلەرگە گىرىپتار بولۇر.

يەنە بىرى، سېمىز بولۇر، رەڭگرويى قىزىلغا مايىل، تومۇرلىرى توم، قېنى كۆپ بولۇر، بۇ، ھۆل ئىسسىق مىزاجلىق كىشىلەرنىڭ ئالامەتلىرىدىن ئىبارەت. ئۇلارنىڭ مەنىيسىنىڭ قويۇق - سۇيۇقلۇقى نورمال، بەدىنىدە موي كۆپ، جىماغا مايىل بولۇر. بەدىنى كۇچلۇك بولۇر. ئۇلاردا جىمانىڭ زەرەرى ئازراق بولۇر. بۇ خىل كىشىلەر جىما قىلمىسا زەرەر قىلۇر.

ئومۇمەن قىلىپ ئېيتقاندا، قېرى، ئورۇق كىشىلەر ۋە جىما زەرەر قىلىدىغان، جىمادىن كېيىن بەدەنىدە زەئىپلىك كۆرۈلىدىغان كىشىلەر جىمادىن يىراق تۇرۇشى زۆرۈردۇر، بولمىسا ئۇلار ئۆزىنىڭ ھالاكىتىگە ئۆزى يول ئاچقان بولىدۇ.

ئالتىنچى باب جىماغا پايدىلىق ئىشلار توغرىسىدا

بىمارنىڭ مىزاجى قۇرۇق سوغۇق بولسا، ھۆللۈك ۋە ئىسسىقلىقنى ئاشۇرىدىغان تەدبىرلەرنى قىلغاي. غىزاسىغا بۇغداي ئۇنى نېنى، پاقلان گۆشى، باچكا گۆشى، كاۋاپ، ئاتىلا قاتارلىقلارنى

ئاشقازاننىڭ ھەزىم ئىقتىدارىغا قاراپ ئىستېمال قىلدۇرغاي. زەنجۈىل، دارچىن، مۇرچ، پىلپىل، ھەسەل ھالۋىسى، بادام ھالۋىسىغا ئوخشاش تاتلىق يېمەكلىكلەر، تاتلىق شەربەتلەرنى ئىستېمال قىلدۇرغاي. سۈتكە خورما، ھەسەل قوشۇپ ئىچكۈزگەي. ئاچچىق، تۇزلۇق نەرسىلەردىن پەرھىز قىلدۇرغاي. يۇمشاق، ئىسسىق ئورۇندا يېتىپ ئۇخلىغاي. تائام ھەزىم بولۇپ بولغاندىن كېيىن، مۇنچىغا چۈشكەي، مۇنچىدا يەسمەن يېغى، خەيرىنگۈل يېغى بىلەن بەدەننى مايلاپ ئىپار قوشۇلغان لەخلەخە (خۇش پۇراق دورىلاردىن تەركىب تاپقان مۇرەككەپ دورا) نى پۈرىغاي ھەم ئۆزى بىلەن تۇتقاي. شاقاقۇل مۇرابباسى، تۇرۇنجى مۇرابباسىنى ئىستېمال قىلدۇرسا مەنپەئەت قىلۇر.

ئەرلىك قۇۋۋىتى يوقالغان بولسا، مائۇللەھمگە رەيھان شارابىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ دەرھال ئىچسە مەنپەئەت قىلۇر ياكى توخۇ تۇخۇمىنىڭ سېرىقىنى چالا پىشۇرۇپ ئۇنىڭغا كونا ھەسەل، دارچىن ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزگەي. داۋائىلمىشكىنى مائۇلھەسەل بىلەن ئېرىتىپ ئىچكۈزگەي. ئۇنىڭدىن كېيىن مائۇللەھنى ئىچكۈزگەي. ئىپار قوشۇلغان لەخلەخنى پۈرىغاي. مەزكۇر تەدبىرلەر ياشانغان كىشىلەر، كېسەلدىن يېڭى ساقايغانلار، سىل كېسىلى بولغانلار، جىمادىن كۆپ خۇشاللىق تاپالمايدىغانلار، ئۇزاق مۇددەت جىما قىلمىغانلار، جىمادا كۈچەپ قالغانلار ۋە بەدەن قۇۋۋىتى تۆۋەن بولغان كىشىلەرگە مەنپەئەت قىلۇر.

بىمارنىڭ بەدەن قۇۋۋىتى ياخشى بولسا، بەدىنىدە باشقا كېسەللىك بولمىسا، ياز پەسلى بولسا، سوغۇق سۇغا چۆمۈلدۈرسە پايدىلىقتۇر. بۇ ھەقتە ساقلىقنى ساقلاش بابىدا چۈشەندۈرۈش بېرىلدى.

بەدىنىدە ئوفۇنەتلەنگەن قويۇق خىلىت بولغان كىشىلەر جىما قىلسا، بەدەن ھارارىتىنىڭ يۇقىرى كۆتۈرۈلۈشى بىلەن خىلىتنىڭ ئوفۇنەتلىنىشى تېخىمۇ ئېغىرلىشار. بۇ چاغدا بەدەنگە تىترەك ئولىشار. بۇنداق ھالدا بەدەندىكى يامان خىلىتنى تازىلاپ، ھارارەتنى مۆتىدىللەشتۈرۈشكە توغرا كېلەر.

بىمارنىڭ مىزاجى ھۆل سوغۇق بولسا، ئىپار، ئۇدخام ۋە باشقا ئىسسىق تەبىئەتلىك دورىلار بىلەن تەييارلانغان مەجۇنى مەسرۇدىتۇس، داۋائىلمىشكىگە ئوخشاش مۇناسىپ مەجۇنلەرنى ئىستېمال قىلدۇرغاي. ئۆز ئورۇنلىرىدا بايان قىلىنغان ئەرلىكنى قۇۋۋىتلەيدىغان مەجۇنلەرنى ئىستېمال قىلدۇرغاي. مائۇللەھمى، كونا شارابلارنى ئىچكۈزگەي. غىزاسىغا كاۋاپ قىلىپ ياكى قورۇپ پىشۇرۇلغان مېكىيان گۆشىنى زىرە ۋە زەنجۈبىل بىلەن يېگۈزگەي. ئۇسسۇزلۇقىغا مائۇللەھمگە مۇسەللەس ئارىلاشتۇرۇپ ئىچسە كۆپ مەنپەئەت قىلۇر.

بىمارنىڭ مىزاجى قۇرۇق ئىسسىق بولسا، ھۆللۈكنى ئاشۇرغۇچى نەرسىلەرنى ئىستېمال قىلدۇرغاي. ئىسسىقلىق مىقدارى يۇقىرى بولغان نەرسىلەردىن پەرھىز قىلدۇرغاي. ئىسسىق تەبىئەتلىك يېمەك - ئىچمەك ۋە دورا - دەرمەكلەردىن پەرھىز قىلدۇرغاي. كۆپرەك ئارام ئالدۇرغاي، غىزاسىغا ھۆل قاپاق، ئاقلانغان ماش، گۈرۈچ شىربىسى، بادام يېغى، ئارپا سۈيى، كالا قېتىقى، ئوغلاق گۆشى، سېمىز توخۇ گۆشى، چالا پىشۇرۇلغان تۇخۇم سېرىقى، يېڭى بېلىق گۆشى، مېۋىلەردىن ئۈزۈم، شاپتۇل قاتارلىقلارنى يېگۈزگەي. ئىسسىق سۇدا ئولتۇرغۇزغاي. بىنەپشە يېغى بىلەن يەسمەن يېغىنى ئارىلاشتۇرۇپ بەدەننى ياغلاپ بەرگەي.

ئەرلىكنى ئاشۇرىدىغان نەرسىلەردىن سۈت بىلەن ھەسەل مەنپەئەت قىلۇر. سۈتكە مۇۋاپىق مىقداردا شېكەر ئارىلاشتۇرۇپ، بۇغداي نېنىنى چىلاپ يېگۈزسە ئەرلىكنى قۇۋۋەتلەر.

مىزاجى ھۆل ئىسسىق بولغان كىشىلەرگە جىمانىڭ زەرەرى ئازراق بولۇر. بەزى كىشىلەر جىما قىلمىسا تەشۋىشلىنىش، كۆزى خىرەلىشىش ۋە باشقا مۇناسىۋەتلىك ئىللەتلەر پەيدا بولۇر. ئۇلارغا نىسبەتەن مەنىنى ئازايتىش، قۇرۇقلۇقنى ئاشۇرۇش تەدبىرلىرىنى قوللانغاي.

جىمادىن لەززەت ئېلىش ئىرادە قىلىنسا داۋالىمىشكى، مەجۇنى مەسرۇدىتۇسقا ئوخشاش ئىسسىق تەبىئەتلىك مەجۇنلەر بىلەن ئاشقازان، بۆرەك ۋە مېڭىنى قۇۋۋەتلىگەي. مۆتىدىل تائام ۋە مۆتىدىل ئىچىملىكلەرنى ئىچكەي.

بىمارنىڭ مېڭىسى ئىسسىق بولسا، ئىسسىق مەجۇنلەرنى بەرمىگەي. بەلكى كۆكۈلنى خۇرسەن قىلغۇچى دورىلار، ئىترىفىل كەبىر، گۈلاب، مۇسەللەس، بېھى سۈيى قاتارلىقلار بىلەن مېڭىنى قۇۋۋەتلىگەي ۋە مىزاجنى مۆتىدىللەشتۈرگەي. شۇنىڭ بىلەن بىر ۋاقىتتا شۇ خىل خۇسۇسىيەتكە ئىگە بولغان زىماتنى ئىشلەتكەي.

بەزى كىشىلەر جىمادىن كېيىن پۇت - قوللىرى تىترەر، ئۇلارغا ھەر كۈنى ئەتىگەندە بەش گىرامغىچە جاۋشىرنى 35 مىللىلىتىر مەرزەنجۇش سۈيى بىلەن ئۈدا بىر نەچچە كۈن بەرگەي. شەھمەنزەل، قىسائۇل ھىمار، قەنتەرىيۇن قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مەتبۇخ تەييارلاپ ئىچۈرۈپ، بەدەندىكى قويۇق خىلتنى ھەيدەپ چىقارغاي. سەۋسەن يېغىغا مۇۋاپىق مىقداردا ئىپار ئارىلاشتۇرۇپ، بەدەن سىرتىدىن سۈركىگەي. قۇستە يېغى، سەۋسەن يېغى، ناردىن يېغى قاتارلىقلارغا ئىپار، سۆئىدى، ئارچا ئۈرۈقى قاتارلىقلارنى قوشۇپ سۈركىگەي.

بەزى كىشىلەر جىمادىن كېيىن بېشى ئاغرىپ، كۆزى خىرەلىشەر. بۇ ھالەت بەدەندىكى يامان خىلتنىڭ جىما ئارقىلىق قوزغالغانلىقى ۋە ئۇنىڭدىن يامان بۇخاراتنىڭ مېڭىگە ئۆرلىگەنلىكىدىن ياكى مەستلىكتە جىما قىلغانلىقتىن پەيدا بولۇر. بۇ چاغدا دەسلەپتە ئايارەج پەيقىرا بىلەن ھەببى

قوقيانى ئىستېمال قىلسا، بەدەندىكى يامان خىلىت تازىلىنار. ئۇنىڭدىن كېيىن، مېڭىنى قۇۋۇەتلەيدىغان نەرسىلەرنى ئىشلەتكەي. گۈل يېغى، گۈلاب، غورا سۇيى قاتارلىقلارنى مېڭىگە سۈركىگەي. غىزاسىغا سۇماق، غورا، ئانار ئۇرۇقى، يۇمغاقسۇت قاتارلىقلارغا ئوخشاش نەرسىلەرنى ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزگەي. بەزىدە ئالما يوپۇرمىقى، بېھى يوپۇرمىقى، ئامۇت يوپۇرمىقى، قىزىلگۈل، بابۇنە، ئىكلىلمىلىك قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ تەمىنى چىقىرىپ، سۈيىدە بەدەن ۋە باشلىرىنى يۇغايۇ.

بەزى كىشىلەر جىمادىن كېيىن ماغدۇرسىزلىنار. بۇنداق كىشىلەر ئىسسىق نەرسىگە ئورىنىپ ئۇخلىشى، ئويغانغاندىن كېيىن تۇخۇم سېرىقىنى مائۇللەھمى بىلەن چالا پىشۇرۇپ، شېكەر ئارىلاشتۇرۇپ يېيىشى، بىر سائەتتىن كېيىن ئاسان ھەزىم بولىدىغان يېمەك - ئىچمەك بىلەن غىزالىنىشى لازىمدۇر.

يەتتىنچى باب شەھۋەت زىيادە بولۇش توغرىسىدا

مەلۇم بولغايكى، جىما شەھۋىتىنىڭ زىيادىلىكى ياشلىقتىكى بەدەن قۇۋۇەتلىك مەزگىللەردە بولسا نورمال ھېسابلىنار. بۇنداق ۋاقىتتا كۆپ جىما قىلسىمۇ ئاجىزلىق پەيدا قىلماس، زەرەرسىمۇ كۆپ بولماس، زۆرۈر بولمىسا شەھۋەتنى سۇسلاشتۇرۇش چارىلىرىنى قوللىنىش ھاجەتسىز. ئەمما شەھۋەتنىڭ زىيادىلىكى مىزاجنىڭ ھۆل ئىسسىقلىقى، بەدەنده ماددىلارنىڭ قېيىپ قېلىشى سەۋەبىدىن پەيدا بولغان بولسا، بۇ چاغدا شەھۋەتنى سۇسلاشتۇرىدىغان، بەدەندىكى ماددىلارنى ئازايتىدىغان ۋە ئوفۇنەتلەنگەن خىلىتلارنى ئىسلاھ قىلىدىغان مۇناسىپ چارىلەرنى قىلمىسا، بەزى روھىي ۋە جىسمانىي كېسەللىكلەرگە سەۋەبچى بولىدۇ.

بۇنىڭ ئۈچۈن دەسلەپتە ئاسان ھەزىم بولىدىغان قۇۋۇەتسىز غىزالارنى بەرگەي. نېلۇپەر شەربىتى، لىمون شەربىتى، سېمىزئوت ئۇرۇقى سۇيى، ھۆل قومۇش سۇيى قاتارلىقلارغا مۇۋاپىق مىقداردا ئاق شېكەر ئارىلاشتۇرۇپ ئىچۈرگەي. يۇمغاقسۇتنى مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلدۇرغاي. غورا ئۇزۇم، سۇماق، رىۋاج (ياۋا ئالماس)، چۈچۈمەل ئانار، چۈچۈمەل بېھى، چۈچۈمەل ئالما، تۇرۇنجى، ھۆل قاپاق، پالەك، سېمىزئوت بەرگى، كاسنە بەرگى، مارجان شوخلا، ئارپا ئۇنى، قوناق ئۇنى قاتارلىقلارغا ئوخشاش تەبئىتى قۇرۇق سوغۇق ياكى ھۆل سوغۇق بولغان نەرسىلەرنى بەرگەي.

بىمارنىڭ چات ئارىلىقى ۋە ئۇرۇقدېنىغا تۆۋەندىكى زىماتنى چاپقاي:

نۇسخىسى تۇھلۇب (سۇ لېشى)، سېمىزئوت يوپۇرمىقى، ئىسپىغۇل، بەرگى شەۋكىران، قوغۇن شاپىقى، تېينى قېيمۇلىيا، سىركە قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ زىمات تەييارلىغاي.

بىمارنىڭ بەدىنىدە ھۆللۈك كۆپ بولسا، ھارارىتى مۆتىدىل بولسا، غىزاسىغا زىرە قوشۇپ بەرگەي. ھارارىتى يۇقىرى بولسا، سىركە ياكى سىركەنجۈبىل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ بەرگەي.

تۆۋەندىكى مەتبۇخنى ئېچۇرگەي. ئۇ، مەنبېنى ئازايتىدۇ:

نۇسخىسى كاھۇ ئۇرۇقى ۋە سېمىزئوت ئۇرۇقىدىن 15 گىرامدىن ئېلىپ، يېسسىمۇق سۇيى بىلەن قاينىتىپ، تەمى چىققاندىن كېيىن ئېچكۈزگەي.

تۆۋەندىكى سۇفۇپنى كاپ ئەتكۈزگەي:

نۇسخىسى سۇزاپ ئۇرۇقى، قۇندۇز قەھرى، بەزرۇلبەنجىنىڭ ھەربىرىدىن ئالتە گىرامدىن، ئانارگۈلى، قىزىلگۈلدىن 10 گىرامدىن، جەدۋاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، سۇفۇپ تەييارلاپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە سوغۇق سۇ ياكى قېتىقنىڭ سۈزمە سۇيى بىلەن قوشۇپ ئالتە گىرامدىن كاپ ئەتكۈزگەي.

تۆۋەندىكى سۇفۇپنى كاپ ئەتكۈزگەي:

نۇسخىسى سۇزاپ ئۇرۇقىدىن 10 گىرام، كاھۇ ئۇرۇقىدىن 15 گىرام ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، سۇفۇپ تەييارلاپ، مۇۋاپىق مىقدارىدىكى سىركەنجۈبىل بىلەن ھەر قېتىمدا ئالتە گىرامدىن كاپ ئەتكۈزگەي.

كاھۇ ئۇرۇقى بىلەن سېمىزئوت ئۇرۇقىدىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ سوقۇپ، سۇفۇپ قىلىپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە سۇ بىلەن كاپ ئەتسە، جىما شەھۋىتىنى سۇسلاشتۇرار ياكى كېسەر.

شەھۋەتنىڭ زىيادىلىكى مەنىنىڭ ئىسسىقلىقى ۋە ئۆتكۈرلۈكىدىن بولسا، مەنىي تېز كېلۇر، ئىششىش ياكى غىدىقلىنىش سېزىمى بولۇر. بۇ چاغدا تەبئىتى ھۆل سوغۇق شەربەتلەرنى ئېچكۈزگەي. نېلۇپەر بىلەن سۇ لېشى ئارىلاشتۇرۇپ ئۇرۇقدان ۋە چات ئارىلىقلىرىغا چاپسا ناھايىتى ياخشى مەنپەئەت قىلۇر. ھۆل قومۇشنى سوقۇپ سۇيىنى چىقىرىپ، مۇۋاپىق مىقدارىدا كافۇر ئارىلاشتۇرۇپ ئېچكۈزگەي ۋە يەرلىك ئورۇنغا سۈركىسە مەنپەئەت قىلۇر.

بىمارنى چىگە تۆشۈكتە ياتقۇزۇپ، چىگە بېلىگە، بۆرەك ساھەسىگە تېڭىلغاي.

شەھۋەتنىڭ زىيادىلىكى يەل ياكى سەۋدانىڭ كۆپلۈكىدىن بولسا، ئالامەتلىرىگە ئاساسەن

يەل تارقاتقۇچى، سەۋدانى تازىلىغۇچى مۇناسىپ دورىلارنى ئىشلەتكەي. مالىخوليياغا ئىشلىتىلىدىغان دورىلارنى تاللاپ ئىشلەتسە مەنپەئەت قىلۇر.

سەككىزىنچى باب زەكەرنىڭ داۋاملىق قايىم بولۇپ تۇرۇشى توغرىسىدا

تونۇش بۇ، زەكەرنىڭ شەھۋەتسىز ھالەتتە داۋاملىق قايىم بولۇپ تۇرۇشىنى كۆرسىتىدۇ.

سەۋەبى

1. زەكەر ۋە ئۇرۇقدان ئەتراپىدىكى قويۇق خىلتتىن پەيدا بولغان قويۇق يەلنىڭ ھارارەت تەسىرىدە قوزغىلىشىدىن بولۇر.

2. زەكەر ۋە ئۇرۇقدان تېرىسىنىڭ قېلىن بولۇشى سەۋەبىدىن تۆك ئۇنىدىغان تۆشۈكچىلەرگە قويۇق خىلت ۋە يەل توشۇۋېلىشىدىن پەيدا بولۇر. ئۇنىڭ كۆچىيىشىگە سەۋدا خىلتى سەۋەب بولۇر.

3. ئۇزۇم، نوقۇت، لوبىيا، تۇخۇم سېرىقىغا ئوخشاش يەل پەيدا قىلغۇچى يېمەكلىكلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلىشتىن بولۇر.

4. ئوڭدا يېتىپ ئۇخلاشقا ئادەتلىنىشتىن بولۇر. چۈنكى، ئوڭدا ياتقاندا ماددىلار ئۇچىغا يىغىلىپ يەل قوزغىلار.

5. بەدەندىكى قويۇق ھۆللۈك سەۋەبىدىن بولۇر.

6. قان خىلتىنىڭ زىيادىلىكى سەۋەبىدىن بولۇر.

ئالامىتى

زەكەر داۋاملىق قايىم بولۇپ تۇرار، يەللىك نەرسىلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلىش، ئوڭدا يېتىپ ئۇخلاش ئادىتى بولۇش، بەلغەم خىلتى ۋە قان خىلتى زىيادىلىكىگە ئالاقدار ئالامەتلەر كۆرۈلەر. بىمارنىڭ بەدەن تېرىسى ئىسسىق مەلۇم بولۇر. رەڭگرويى قىزىل بولۇر.

ئېرى بىلەن داۋاملىق بىرگە بولۇشقا ئادەتلەنگەن ئايال ئېرىدىن تۇيۇقسىز ئايرىلىپ قالسا، بۇ كېسەللىك بولۇش ئېھتىماللىقى بولۇر.

بۇ كېسەللىك بولۇپمۇ ئاياللاردا ناھايىتى ئاز ئۇچرار.

داۋالاش

بۇنىڭغا ۋاقىتىدا ئىلاج قىلمىسا مەنىي قاچىسى چىڭقىلىپ ياللۇغ پەيدا بولۇر. زەكەر چوڭىيىپ كېتەر. ئېغىر بولسا، قورسىقى ئېسىلىش، سوغۇق تەرلەش بىلەن ھالاك بولۇر.

بەلغەم خاراكتېرلىك قويۇق سۇيۇقلۇق سەۋەبىدىن پەيدا بولغان بولسا، بىرنەچچە كۈنگىچە قەي قىلدۇرۇپ، قەي ئارقىلىق ماددىنى كېمەيتكەي. ماددىنى ئازايتىش ئۈچۈن بىمارنى كۆپ ھەرىكەت قىلدۇرغاي. بۇخارات ئۆرلەشنىڭ ئالدىنى ئېلىش ئۈچۈن بىمارغا تائامنى ئاز بەرگەي، ئاسان ھەزىم بولىدىغان غىزالارنى يېگۈزگەي. يەل تارقىتىش، مەنىينى ئازايتىش رولى بولغان دورىلارنى بەرگەي. شۇنىڭ بىلەن بىر ۋاقىتتا ئۇرۇقدان ۋە زەكەرگە زىمات قىلسا كۆپ مەنپەئەت قىلۇر. جىمادىن، جىمانى خىيال قىلىش ۋە جىمادىكى ئىشلاردىن پەرھىز قىلدۇرغاي. بىمار جىمار قىلماسلىق سەۋەبىدىن ئۆزىدە بىرەر كېسەللىك پەيدا بولۇشتىن ئەنسىرىسە، ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق دەرىجىدە جىما قىلسا بولىدۇ.

قان خىلتىنىڭ كۆپلۈكىدىن بولسا دەسلەپتە قان ئالغاي. ئۇنىڭدىن كېيىن، كېسەللىك ماددىسىنى قوزغاش ۋە ئۇنى يۇقىرىغا ئۆرلىتىپ قەي ئارقىلىق بەدەن سىرتىغا چىقىرىش ئۈچۈن، بىرقانچە قېتىم قەي قىلدۇرغاي. مەنىينى ئازايتىش ئۈچۈن، مۇرەككەپ دورىدىن نېلۇپەر شەربىتى، يەككە دورىدىن نېلۇپەر يىلتىزى، پەنجەگۈشت (بىر خىل ئۆسۈملۈك بولۇپ، شەكلى تۈگۈلگەن بارماققا ئوخشايدۇ — ت)دىن مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلدۇرغاي. سىركە، گۈلاب، سېمىزئوت يوپۇرمىقى سۈيى، كاھۇ سۈيى قاتارلىقلار قاينىتىلغان يېسىمۇق بىلەن بىرلىكتە بىمارنىڭ بېلى، زەكىرى، يىرىقى قاتارلىق ئورۇنلىرىغا سۈركىگەي.

كاھۇ ئۇرۇقى، سېمىزئوت ئۇرۇقىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، سوغۇق سۇ بىلەن كاپ ئەتكۈزگەي. ئىلگىرىكى بابتا بايان قىلىنغان مۇناسىپ تائاملارنى يېگۈزگەي.

جالىنۇس مۇنداق دېگەن: «ياش بىر ئادەم بۇ كېسەللىككە گىرىپتار بولۇپ قالدى، مەن ئۇنىڭدىن دەسلەپتە قان ئالدىم، ئۇنىڭدىن كېيىن ساپ مومنى گۈلى يېغى بىلەن ئېرىتىپ سۈركەشنى بۇيرۇۋېدىم، ئۇنىڭ بىلەن ساقايدى. شۇ ئارىدا يەنە بىر كىشىمۇ بۇ كېسەللىككە گىرىپتار بولۇپ قالدى، ئۇنىڭدىنمۇ قان ئالدىم، ئارقىدىن نېلۇپەر يىلتىزى بىلەن پەنجەگۈشتىن ئىستېمال قىلدۇردۇم. ھۆل بابۇنىدىن زىمات تەييارلاپ چاپتىم. بۇنىڭ بىلەن ساقايدى.»

كېسەللىك ئاخىرىغا يەتكەن بولسا، سۇزاپ ئۇرۇقى قوشقاي. بەزى مەشھۇر تېۋىپلار بۇ كېسەللىكتە جىما قىلماسلىقنى مۇۋاپىق، دېگەن. بىمارنى چىگە تۆشەككە قىزىلگۈل بەرگى بىلەن سۆگەت بەرگىنى سېلىپ ياتقۇزغاي. قوغۇشۇن تاختىنى بىمارنىڭ بېلى ۋە دۇمبىسگە تاڭغاي.

ماددىنى يۇمشاتقۇچى دورىلارنى زىمات قىلغاي.

ئۇرۇقدانغا ياللۇغ پەيدا بولغان بولسا، ئۇكھەل تومۇرىدىن قان ئالغاي. ھەفتى ئەندام تومۇرى ۋە سافىن تومۇرىدىن قان ئالغاي. گۈلاب، ھەشقىپىچەك سۇيى، مارجان شوخلا سۇيى، پىرسىياۋشان سۇيى قاتارلىقلارغا قۇرۇق بىنەپشە بىلەن خىيارشەنبەرنى مۇۋاپىق مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ ئىچىپ، چوڭ تەرەتنى يۇمشاتقاي.

ئارپا سۇيىگە سەرپىستان، ئاق لەيلىگۈلى، بىنەپشە يېغى، ئاز مىقداردا شېكەرنى ئارىلاشتۇرۇپ ھۆقنە تەييارلاپ، ھۆقنە قىلسا مەنپەئەت قىلۇر. ئارپا ئۇنى، ئاق لەيلىگۈلى، ھۆل يۇمغاقسۇت، مارجان شوخلا قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلدۇرغاي. مەدەستان ئۇپىسى، گۈل ئەرمىنى، گۈلاب، سىركە قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم تەييارلاپ يەرلىك ئورۇنغا سۈركىگەي.

بىمار ئارپا سۇيى، بىنەپشە شەربىتى، نىلۇپەر شەربىتى، چىلان شەربىتى قاتارلىقلارنى ئىچكەي. غىزاسىغا بادام يېغىدىن مۇۋاپىق مىقداردا قوشۇپ يېگەي.

تۇققۇزىنچى باب مەنىي تېز يۈرۈپ كېتىش توغرىسىدا

تونۇش بۇ، ئەر ـ ئايال ئىككى تەرەپتە جىنسىي قانائەت ھاسىل بولماي تۇرۇپ مەنىي يۈرۈپ كېتىشنى كۆرسىتىدۇ.

ئەرلەردىن كېلىدىغان سۇيۇقلۇق مەنىي، مەزى، ۋەدىدىن ئىبارەت ئۈچ خىل بولۇر. جىما جەريانىدا لەززەت بىلەن ئېتىلىپ چىقىدىغان، پەرزەنت تۆرىلىشكە سەۋەب بولىدىغان سۇتسىمان سۇيۇقلۇق «مەنىي» دەپ ئاتىلار. ئايال بىلەن ئويناشىش ۋە چاقچاقلىشىش جەريانىدا چىقىدىغان سۈزۈك، شىلىمشىق سۇيۇقلۇق «مەزى» دەپ ئاتىلار. كىچىك تەرەتتىن كېيىن چىقىدىغان شىلىمشىق سۇيۇقلۇق «ۋەدى» دەپ ئاتىلار.

مەنىي تېز يۈرۈپ كېتىشنىڭ سەۋەبى تۆۋەندىكىدەك تۆت خىل بولۇر:

1. مەنىي ۋە قانىنىڭ كۆپ بولۇشىدىن بولار. ئۇنىڭغا قۇۋۋەتلىك ئوزۇقلىنىش، ئۇزاق مۇددەت جىما قىلماي مەنىنىڭ يىغىلىپ قېلىشى سەۋەب بولۇر.

2. مەنىنىڭ سۇيۇق، خام بولۇشىدىن پەيدا بولۇر.

3. مەنىنىڭ ھارارەتلىك ۋە ئۆتكۈرلۈكىدىن پەيدا بولۇر.
4. مەنىي قاچىسىنىڭ تۈتۈپ تۇرغۇچى قۇۋۋەتىنىڭ ئاجىزلىقىدىن پەيدا بولۇر.

ئالامىتى

مەنىي ۋە قانىنىڭ كۆپلۈكىدىن پەيدا بولغان بولسا، زەكەر كۈچلۈك بولۇر، جىسما بىلەن سۇسلاپ قالماس. مەنىنىڭ قويۇق - سۇيۇقلۇقى نورمال، رەڭگى قىزغۇچ ھالەتتە بولۇر. بەدەندە قان خىلىتىنىڭ كۆپلۈكىگە دالالەت قىلىدىغان ئالامەتلەر مەلۇم بولۇر. قانىنى كۆپەيتكۈچى تەدبىرلەرنى قىلغانلىق تارىخى بولۇر.

مەنىنىڭ سۇيۇقلۇقىدىن پەيدا بولغان بولسا، مەنىي مىقدارى كۆپ، رەڭگى سۇس بولۇر، جىسما لەززىتى كەم بولۇر، بىماردا سوغۇقلۇق ئېشىپ كەتكەنلىكىنىڭ ئالامەتلىرى كۆرۈلەر.

كىچىك تەرەتتىن كېيىن ۋەدى سۇيۇقلۇقى كەلسە، ئۇ، مەنىنىڭ قىزىقلىقى ۋە ئۆتكۈرلۈكىگە دالالەت قىلۇر. بۇ چاغدا مەنىنىڭ رەڭگى سېرىق بولۇر، مەنىي ماڭغاندا، مەنىي يوللىرىدا كۆيۈشۈش سېزىمى بولۇر ھەم تېز چىقار.

مەنىي ئەزالىرىنىڭ تۈتۈپ تۇرغۇچى قۇۋۋىتى ئاجىزلىقىدىن پەيدا بولغان بولسا، جىمادا زەكەر قوزغالماي تۇرۇپ مەنىي يۈرۈپ كېتەر، بىمارنىڭ پۈت - قوللىرى ماغدۇرسىزلىنار. بەزىدە مەنىي قاچىسىغا مەنىي توشقانلىق سەۋەبىدىن سېزىمسىز ھالدا مەنىي يۈرۈپ كېتەر. يەنە بەزىدە مەنىي ئەزالىرىدا تەشەننۇج بولغان سەۋەبتىن مەنىي يۈرۈپ كېتەر. بەزىدە جىماغا زىيادە بېرىلگەنلىك سەۋەبىدىن بۆرەكنىڭ يېغى ئېرىپ، شىلىمشىق سۇيۇقلۇق كېلۇر. بۇنداق بولغاندا ئادەم تېزلا ئورۇقلار.

داۋالاش

مەنىي ۋە قانىنىڭ كۆپلۈكى ئۇزۇن مۇددەت جىما قىلماسلىق سەۋەبىدىن پەيدا بولغان بولسا، دەسلەپتە قان ئالغاي، غىزانى ئاز يېگەي. شارابتىن پەرھىز قىلغاي، ھەر كۈنى ئەتىگەندە غورا سۈيى، سىركەنجۈبىل، ئانار سۈيىگە ئوخشاش شەربەتلەرنى ئىچكەي.

ئۇنىڭدىن كېيىن تۆۋەندىكى سۇفۇپنى تەييارلاپ كاپ ئەتكەي. ئۇ مەنىنى ئازايتار:

نۇسخىسى كاھۇ ئۇرۇقى، سېمىزئوت ئۇرۇقىدىن 30 گىرامدىن، ئىسپىغۇل، يۇمغاقسۈت ئۇرۇقىنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرامدىن، نېلۇپەر، ئانارگۈلىدىن ئالتە گىرامدىن، كافۇردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سۇقۇپ، تاسقاپ، سۇفۇپ تەييارلاپ، ھەر قېتىمدا 10 گىرامدىن ئۇدا يەتتە كۈن

كاپ ئەتكۈزگەي.

مەنبەنىڭ خاملىقى ۋە سۇيۇقلۇقىدىن پەيدا بولغان بولسا، تەبئىتى ئىسسىق، قابىز خۇسۇسىيەتلىك دورىلارنى يېگۈزگەي ۋە شۇنداق خۇسۇسىيەتكە ئىگە بولغان دورىلار بىلەن زىمات تەييارلاپ يەرلىك ئورۇنغا چاپقاي.

غىزاسىغا زىرە، دارچىن، پۇدىنە سېپىلگەن كاۋاپ يېگۈزگەي. تۈرك تىلىدا «كەندىر» (شەھدانەج) دەپ ئاتىلىدىغان ئۆسۈملۈكنىڭ ئۇرۇقىنى قورۇپ، سوقۇپ، ھەسەل ياكى سىركەنجۈبىل ھەسىلى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يېگۈزسە مەنپەئەت قىلۇر، مەزى ۋە ۋەدىنى توختىتار.

تۆۋەندىكى دورىلار ئەر - ئاياللارنىڭ مەنبەسىنى توختىتار:

نۇسخىسى سۇزاپ ئۇرۇقى، پەنجەگۈشت ئۇرۇقى، ئانار ئۇرۇقى قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، سۈزۈپ تەييارلاپ سىركەنجۈبىل بىلەن قوشۇپ ھەر قېتىمدا 10 گىرامدىن كاپ ئەتكەي.

كەرۋىيادىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، سىركە بىلەن كاپ ئەتكۈزگەي.

سېرىقچېچەك ئۇرۇقىنى ئىستېمال قىلسا ئەر - ئاياللارنىڭ، بولۇپمۇ ئاياللارنىڭ مەنبەسىنى تىزگىنلەر.

پەنجەگۈشت ئۇرۇقىنى كۆيدۈرۈپ تۈتۈنى بىلەن جىنسىي ئەزالارنى ئىسلىغاي.

قۇستە، ئىزخىر چېچىكى، قەسىۋىزەرىرە، ئاقاقىيا، لازىن قاتارلىقلارنى سوقۇپ زىمات تەييارلاپ، يەرلىك ئورۇنغا چاپقاي ياكى لازىننى يەسىمەن يېغى بىلەن ئېرىتىپ، باشقا دورىلارنىڭ تالقىنىنى ئۇنىڭ بىلەن يۇغۇرۇپ زىمات قىلسىمۇ بولىدۇ.

بىمارنىڭ غىزاسىغا پۇدىنە، زىرە، سۇزاپ ئۇرۇقىنى قوشۇپ يېگۈزگەي.

مەنبەنىڭ تېز يۈرۈپ كېتىشى مەنبەنىڭ ئىسسىقلىقى ۋە ئۆتكۈرلۈكىدىن بولغان بولسا، سوغۇق تەبىئەتلىك شەربەتلەرنى ئىچكۈزگەي ۋە سوغۇق تەبىئەتلىك زىماتلارنى چاپقاي. سوغۇق تەبىئەتلىك غىزالارنى يېگۈزگەي. شۇ ئارقىلىق مەنبەنىڭ تېز يۈرۈپ كېتىشىنى پەسەيتكىلى ۋە تەبىئىتىنى مۆتىدىللەشتۈرگىلى بولار.

سېمىزئوت ئۇرۇقىنى سوقۇپ، سىركەنجۈبىل بىلەن ئىستېمال قىلدۇرغاي. سەندەل، گۈلاب، كافۇر، بولۇپمۇ نىلۇپەر قاتارلىقلارنى پۇراپ ببرىشمۇ مەنپەئەتلىكتۇر.

جالىنۇس: «نىلۇپەرنى ئىچىدىن ئىستېمال قىلسا، يېغى بىلەن ياغلانسا مەنپەئەت قىلۇر» دېگەن.

بۇنىڭغا ئسپىغۇلمۇ مەنپەئەت قىلۇر، چۈچۈمەل يېمەكلىكلەرنىڭ پايدىسى كۆپ بولۇر. سوغۇق سۇ ئىچكەي. جىغان مېۋىسى، ئانارگۈلى، قىزىلگۈل، سۇماق، تېكە ساقلى ئۆسۈملۈكى، يۇلغۇن مېۋىسى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، قاينىتىپ تەمىنى چىقىرىپ، شۇ سۇدا ئولتۇرغۇزغاي ھەم سوغۇق تەبىئەتلىك زىماتلارنى چاپقاي.

جىنسىي ئەزالارنىڭ قۇۋۋىتى ماسكەسى زەئىپلەشكەنلىكتىن بولغان بولسا، ھەببى شەھرەنجى، ھەببى مۇنتەن، ھەببى ئىستەمخىقۇننى يېگۈزگەي.

غىزاسىغا كاۋاپ ۋە ھەسەل بىلەن قىلىنغان ھالۋىنى يېگۈزگەي. نەرگەس يېغى، قۇستە يېغى، ھەببۇلئاس يېغى قاتارلىقلارغا ئىپارنى قوشۇپ جىنسىي ئەزالارنى ياغلىغاي.

ھەببۇلئاس، مەرزەنجۇش (تاغ پۇدىنسىنىڭ بىر تۈرى)، ئانار پوستى، جۈپتى بەللۇت، سۆئىدى ھىندى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، قاينىتىپ تەمىنى چىقىرىپ، شۇ سۇدا ئولتۇرغۇزغاي.

ئۇنىڭدىن كېيىن قۇستە، سۆئىدى، سۇمبۇل، پەرپىيۇن، ئاقاقىيا، رامەك قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، نەرگەس يېغى بىلەن مەلھەم قىلىپ يەرلىك ئورۇنغا سۈركىگەي.

تۆۋەندىكى مەلھەمنى چاپقاي:

نۇسخىسى ھەببۇلئاس يوپۇرمىقى سۇيى، مەرزەنجۇش سۇيى 35 مىللىلىتىردىن، ئاقاقىيا، رامەك، قۇستە، ئامىلە جەۋھىرى، ھۆل مىئە، پەرپىيۇننىڭ ھەربىردىن ئالتە گىرامدىن، بىلسان يېغى توققۇز نوقۇت ئېغىرلىقىدا، نەرگەس يېغىدىن 35 مىللىلىتىر ئېلىپ، قاتتىق دورىلارنى سوقۇپ، تاسقاپ، مايلار بىلەن يۇغۇرۇپ مەلھەم قىلىپ يەرلىك ئورۇنغا چاپقاي.

خۇبسۇلھەددە بىلەن ياسالغان ئىترىفىل كەبىر بۇ كېسەللىككە ۋە بارلىق پەيلىك ئەزالار كېسەللىكلىرىگە مەنپەئەت قىلۇر.

بىمارىدا كۆپ ئېھتىلام بولۇش ئىللىتى بولسا چىگە تۆشۈككە گۈل بەرگى، سۆگەت يوپۇرمىقى سېلىپ ياتسا، قوغۇشۇننى نېپىز قىلىپ بېلىگە تاڭسا مەنپەئەت قىلۇر.

ئونىنچى باب بىلە ئاجىزلىقى توغرىسىدا

سەۋەبى

ئاساسلىقى مېڭە، يۈرەك، جىگەر، ئۇرۇقدان (جىنسىي ئەزالارنىمۇ ئۆز ئىچىگە ئالىدۇ —

ت) قاتارلىق ئەزالارنىڭ نورمالسىزلىقى سەۋەبىدىن پەيدا بولۇر. چۈنكى مەزكۇر ئەزالار نورمال بولسا، جىما ئىشى ياخشى بولۇر، ئۇلاردا نۇقسان كۆرۈلسە، جىمادىمۇ نۇقسان كۆرۈلەر.

مەلۇم بولغايكى، جىما قىلىش پۈتۈن جانلىقلارغا ئورتاق بولغان خۇسۇسىيەت بولۇپ، كۆپىيىش ئۇنىڭغا باغلىق بولۇر. بۇ مەنىدىن ئېيتقاندا، زەكەر بىلەن ئۇرۇقدان ئۇلۇغ ئەزالاردىن بولۇپ ھېسابلىنار.

ئۇلۇغ ئەزلار تۆت بولۇر. ئۇلار مېڭە، يۈرەك، جىگەر، ئۇرۇقداندىن ئىبارەتتۇر. چۈنكى جانلىقلارنىڭ كۆپىيىشىدە ئۇرۇقدان مۇھىم رول ئوينىسا، ئۇلارنىڭ ساغلاملىقى ۋە ھايات كەچۈرۈشىدە قالغان ئەزالار مۇھىم رول ئوينار.

ئالامىتى

مېڭە زەئىپلەشكەن بولسا، ئادەمنىڭ جىما خاھىشى تۆۋەن بولۇر. جىمانى خالىغان تەقدىردىمۇ لەززەت تاپالماس، زەكەر بوش، كۈچسىز بولۇر. بەدەندىكى پەي - نېرۋىلار ئاجىز بولسىمۇ، زەكەردە سۈسلۇق كۆرۈلۈر. مېڭىنىڭ ھېس - ھەرىكەت سېزىمى تۆۋەن بولسىمۇ، ئەرلىكتە ئاجىزلىق كۆرۈلۈر.

بەزىدە ئېگىز يەردىن يىقىلىشقا ئوخشاش تاسادىپىي ھادىسىلەر بىلەن پەي زەخمىلەنسىمۇ بىلە ئاجىزلار. بۇ چاغدا زەخمىلىنىش تارىخى ئۇنىڭغا گۇۋاھلىق بېرىدۇ. چۈنكى ئومۇمىي بەدەننىڭ پەي - نېرۋىلىرىنىڭ بىر - بىرى بىلەن ئالاقىسى بولۇر.

بىلە ئاجىزلىق پەيلەرگە سوغۇق ئۆتكەنلىكتىن بولسا، بىمار قىش كۈنلىرى ۋە ھاۋا سوغۇق كۈنلەردە جىما قىلىشقا قادىر بولالماس، سوغۇق نەرسىلەر زەرەر قىلۇر.

بىلە ئاجىزلىقى بەدەندىكى ھۆللۈك سەۋەبىدىن بولسا، مۇنچىغا چۈشكەندىن كېيىن جىما قۇۋۇتتىدە سۈسلۇق مەلۇم بولۇر. سوغۇق سۇ ۋە باشقا ھۆل نەرسىلەر زەرەر قىلۇر.

بىلە ئاجىزلىقى ئىسسىقلىقتىن بولسا، قىش پەسلىدە جىما ئىقتىدارى ياخشى بولۇر. ئىسسىق نەرسىلەر زەرەر قىلۇر.

قۇرۇقلۇقتىن پەيدا بولغان بولسا، قۇرۇقلۇقتىن مىزاجى بۇزۇلغانلىقىغا ئالاقىدار بولغان ئالامەتلەر كۆرۈلۈر. ھۆللۈكنى ئاشۇرىدىغان نەرسىلەر مەنپەئەت قىلۇر. جىما قىلمىسا ئەھۋالى ياخشى بولۇر.

مېڭە قۇۋۇتلىك بولسا، بىمار جىمانى كۆپ ئارزۇ قىلۇر، جىمادىن لەززەت تاپۇر، زەكىرى قاتتىق بولۇر، سوغۇقلۇق، ئىسسىقلىق، ھۆللۈك ۋە قۇرۇقلۇق قاتارلىق ئاممىلارنىڭ ھېچ زەرەرى

بولماس.

بلھ ئاجىزلىقى بۆرەك زەئىپلىكىدىن پەيدا بولغان بولسا، بىمار جىمانى ئاز ئارزۇ قىلۇر، جىمادىن خۇشاللىق تاپالماس ياكى ئاز تاپۇر، كېچىدە ئالتىى قوزغىلۇر. ئەمما جىمادا بوشاپ قالۇر. قورقۇش، ئەنسىرەشكە ئوخشاش روھىي ئامىللار بولۇر.

بىمارنىڭ يۈرىكى كۈچلۈك بولسا روھلۇق بولۇر، ئىسسىق، سوغۇقلۇق، ھۆللۈك، قۇرۇقلۇققا ئوخشاش ئامىللار جىماغا توسقۇنلۇق قىلالماس.

بىمارنىڭ جىگىرى ئاجىز بولسا، مەنىنىڭ مىقدارى ئاز بولۇر، جىمانى ئارزۇ قىلماس، جىمادا ماغدۇرسىزلىنار، جىگەر زەئىپلىكى ۋە جىگەر مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشىغا ئالاقىدار بولغان ئالامەتلەر كۆرۈلۈر. جىگەر قۇۋۇەتلىك بولسا، بىمارنىڭ جىما ئەھۋالى يۇقىرىقىنىڭ ئەكسىچە بولۇر.

ئاشقازان بىلەن بۆرەك قۇۋۇەتلىك بولسا، جىگەرنىڭ يالغۇز قۇۋۇەتلىك بولۇشى كۇپايە قىلماس، چۈنكى ئاشقازان بىلەن بۆرەك جىگەر ئۈچۈن خىزمەت قىلۇر. ئاشقازان بولسا يېمەكلىكنى پىشۇرۇپ كەيلۇسقا ئايلاندۇرار، ئۇنىڭدىن كېيىن، جىگەر ئۇنى سۈمۈرۈپ ھەزىم قىلىپ، قان ھالىتىگە كەلتۈرەر. بۆرەك قانىنىڭ بۇزۇق سۇيۇقلۇقلىرىنى ئايرىم تازىلاپ چىقار، ئاشقازان بىلەن جىگەر زەئىپ بولسا، بۆرەككە ئۇنىڭ يامان تەسىرى بولۇر. جىگەرمۇ ئۆز خىزمىتىنى ياخشى بېجىرەلمەس. ئومۇمەن قىلىپ ئېيتقاندا، بۇ ئەزالارنىڭ خىزمىتى ئۆزئارا مۇناسىۋەتلىك بولۇر. ئۇلارنىڭ قايسىبىرىدە كېسەللىك كۆرۈلسە، ئومۇمىي بەدەندە مەلۇم كېسەللىكلەر پەيدا بولۇر.

ئۇرۇقدان مىزاجى ھۆل ئىسسىق بولسا، ئۇرۇقدان چوڭ، تومۇرلىرى توم بولۇر، تۈتۈلسا قولغا ئىسسىق بىلىنەر، بۇنداق مىزاجلىق كىشى جىمادا كۈچلۈك بولۇر. جىمانى كۆپ ئارزۇ قىلۇر، مەنىيسى كۆپ بولۇر. باللارنىڭ مىزاجى ھۆل ئىسسىق، بالدۇر بالاغەتكە يېتەر، دوۋسۇن مويلىرى قويۇق بولۇر، ئوغۇل پەرزەنتى كۆپ بولۇر.

ئۇرۇقدان مىزاجى سوغۇق بولسا، مەنىي ئاز بولۇر، ئاسان بۇزۇلۇر. بىمارنىڭ زەكىرى ۋە ئۇرۇقدېنى كىچىك، جىمادا سۇس بولۇر، پۈتۈن ئەھۋالى ئىسسىق مىزاجلىق كىشىلەر ئەھۋالىنىڭ ئەكسىچە بولۇر.

ئۇرۇقدان مىزاجى ھۆل بولسا، مەنىي كۆپ، سۇيۇق بولۇر، زەكەر ئاسان قوزغالماس، جىنسىي ئەزالارنىڭ تومۇرلىرى توم، يۇمشاق بولۇر، قول بىلەن تۈتۈپ كۆرۈلسە، سوغۇق مەلۇم بولۇر. جىما كۆڭۈلدىكىدەك بولماس.

ئۇرۇقدان مىزاجى قۇرۇق بولسا، مەنىسى ئاز، قويۇق بولۇر، كېچىكىپ قوزغىلۇر، ئەمما بىمار جىمادا كۆچلۈك بولۇر.

ئۇرۇقدان مىزاجى قۇرۇق ئىسسىق بولسا، مەنىي ئاز، قويۇق، رەڭگى سېرىق بولۇر، بىمارنىڭ دوۋسۇنىدا مۇي كۆپ بولۇر، ئومۇمەن پۈتۈن بەدىنى مويلۇق بولۇر. جىمارنى ئارزۇ قىلۇر، ئەمما كۆپ قىلالماس، كۆپ جىما قىلسا زەرەر قىلۇر.

ئۇرۇقدانىنىڭ مىزاجى ھۆل ئىسسىق بولسا، مەنىي كۆپ، قويۇق - سۇيۇقلۇقى نورمال، رەڭگى ئاقما مايىل بولۇر. بىمارنىڭ دوۋسۇنى مويلۇق بولۇر. جىماغا مايىل بولۇر، كۆپ جىما قىلسىمۇ، ئۇنىڭ زەرەرى كۆپ بولماس.

ئۇرۇقدانىنىڭ مىزاجى ھۆل سوغۇق بولسا، بىمارنىڭ دوۋسۇن مويى ئاز بولۇر. جىمانى كەم ئارزۇ قىلۇر، مەنىسى سۇيۇق بولۇر، مەنىي رەڭگى كۆككە مايىل، زەكىرى بوش، قوزغىلىشى ناچار بولۇر، كۆپ جىما قىلالماس.

پەي سۇس بولسا، زەكەرنىڭ قايىم بولۇشى سۇس بولۇر، زەكەر كۆچسىز، كىچىك بولۇر، كۆپ ھاللاردا زەكەر قايىم بولماي تۇرۇپ مەنىي مېڭىپ كېتەر. بۇنداق بىمار «ئەنىين» دېيىلىدۇ. جىماغا قادىر بولالماس. ئەگەر بۇ كېسەللىك كېيىن پەيدا بولغان بولسا داۋالاشقا بولۇر، تۇغما بولسا، داۋانى قوبۇل قىلماس.

سابىت بىن قۇررىنىڭ ئېيتىشچە، بۇ كېسەللىككە گىرىپتار بولغان بىمار سوغۇق سۇغا چۆمۈلگەندە زەكىرى يىغىلسا، ساقىيىشتىن ئۈمىد بار ئىكەن، ئەگەر زەكەر يىغىلماي ئۆزىنى تاشلاپ تۇرسا، پالەچنىڭ تۇرىدىن بولۇپ، داۋانى قوبۇل قىلمايدىكەن.

زەئىپلىك ئۇزۇن مۇددەت جىما قىلماسلىقتىن بولغان بولسا، بىمار دەسلەپتە جىمادا ئاجىز بولۇر، جىنسىي قۇۋۋىتى تەدرىجىي ئەسلىگە كېلەر.

زەكەرنىڭ قايىم بولۇشى بەدەندىكى يەلدىن بولۇر، بۇ يەل ئىككى خىل بولۇر. بىرى، بەدەنگە ئورۇنلاشقان ۋە پىشقان يەل بولۇپ، بۇ، زەكەرنىڭ قايىم بولۇشى ۋە جىمانىڭ ئەمەلگە ئېشىشىدا تۇرتكىلىك رول ئوينار. مەنىي كەلمىگىچە زەكەر بوشماس. يەنە بىرى، كېچىدە پەيدا بولغان يەل بولۇپ، كېچىدە ئۇيقۇلۇقتا زەكەرنىڭ قايىم بولۇشى مۇشۇنىڭدىن بولۇر. ئۇ ساختا يەل بولۇپ، جىمانىڭ ئەمەلگە ئېشىشىدا تۇرتكىلىك رول ئوينىيالماس. كىچىك باللار ئۇخلىغاندا گەرچە ئۇلاردا جىما ھەۋىسى قوزغالمىغان بولسىمۇ، زەكىرى قايىم بولۇشى مۇشۇ سەۋەبتىن بولۇر. شۇنىڭ ئۈچۈن، ئۇنىڭغا ئىشەنچ قىلغىلى بولماس، بۇنداق ۋاقىتتا جىما قىلسا، زەكەر جىما جەريانىدا سۇسلاپ قالۇر.

داۋالاش

مېڭىدە كېرەكسىز ماددىلار ۋە زىيانلىق خىلىتلارنىڭ بار - يوقلۇقىغا دىققەت قىلغاي. كېرەكسىز ماددىلار ۋە زىيانلىق خىلىتلارنىڭ بارلىقى بايقالسا، سەبرە، شەھمەنزەل، ئۇستقۇددۇس قوشۇلغان ھەبلەرنى يەپ تازىلىغاي. ئايارەج پەيقرا، ھەببى قوقيانى يېگۈزگەي. مۇناسىۋەتلىك دورىلار بىلەن غار - غار قىلدۇرغاي ۋە چۇشكۇرگەي. خۇش پۇراقلىق دورىلار بىلەن مېڭە قۇۋۋەتلىگەي.

مېڭە مىزاجى ئىسسىق بولسا، كافۇر، سەندەل، قىزىلگۈل، بىنەپشە، گۈلاب قاتارلىقلارنى پۇرىسا مەنپەئەت قىلۇر. مېڭە مىزاجى سوغۇق بولسا ئىپار، ئۇد ھىندى، غالىيە قاتارلىقلار دورىلارنى پۇرىغاي. داۋائىلمىشكى، غالىيە، ئىپار قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق سۈيۇقلۇق تەييارلاپ بۇرۇنغا تېمىتقاي.

باش ئاجىزلىقنىڭ ھەممە تۈرىدە مېڭە قۇۋۋىتىنى ساقلاشقا ئەھمىيەت بەرگەي.

بۆرەك زەئىپلىكىنىڭ ئالامەتلىرى مەلۇم بولسا، بىمارغا داۋائىلمىشكى، تەرياق، مەجۇنى مەسرۇدىتۇس، گاۋزىبان شەربىتى، بادرەنجبۇيا شەربىتى قاتارلىقلارنى كونا مۇسەللەس بىلەن يېگۈزگەي. راھەت - پاراغەتتە ئۆتۈشكە تىرىشقاي. غەم - ئەندىشىلىك ئىشلاردىن ۋە سەۋدانى قوزغىغۇچى نەرسىلەردىن پەرھىز قىلدۇرغاي.

جىگەر، ئاشقازان، بۆرەك قاتارلىق ئەزالارنىڭ زەئىپلىكى ياكى مىزاجنىڭ بۇزۇلۇشىدىن بولغان بولۇپ، بىماردا شۇنىڭغا ئالاقىدار كۆرۈلسە، شۇ كېسەللىكلەرنىڭ بابىدا سۆزلەنگەن مۇناسىپ ئىلاجلارنى بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ قوللانغاي.

باش ئاجىزلىق زەكەر ياكى ئۇرۇقدانىنىڭ ئاجىزلىقىدىن پەيدا بولغان بولسا، ئۇنىڭ پالەچلىنىشىنىڭ تۈرىدىن ئىكەنلىكى ياكى ئەمەسلىكىگە دىققەت قىلغاي. ئەگەر شۇ تۈرىدىن بولسا، داۋانى قوبۇل قىلماس، پالەچنىڭ تۈرىدىن بولمىسا دەسلەپتە قەي قىلدۇرغاي، ئۇنىڭدىن كېيىن قەنتەرىيۇن بارىك، كاكىنەچ، شەھمەنزەلگە ئوخشاش دورىلار بىلەن بەدەندىكى شىلىمشىق خىلىتنى تازىلاپ چىقارغاي. ئۆتكۈر تەبىئەتلىك ھۆقنىلەرنى ئىشلەتكەي. يەرلىك ئورۇننى ئىسسىق تەبىئەتلىك ياغلار بىلەن ياغلىغاي.

زەكەرنىڭ سۇسلۇقى مىزاجنىڭ سوغۇقلۇقىدىن بولسا، قۇندۇز قەھرى، پەرپىيۇن، قارىمۇچ، شەترەنجى ھىندى قاتارلىقلار بىلەن مەلھەم تەييارلاپ زەكەرگە چاپقاي.

زەكەرنىڭ سۇسلۇقى مىزاجنىڭ ھۆللۇكىدىن پەيدا بولغان بولسا، ياۋا سەۋزە ئۇرۇقى، سۆئىدى ھىندى، پىلپىلگە ئوخشاش دورىلارنى ئىشلەتكەي.

ئەرلىك ئاجىزلىق مەنىنىك ۋە زەكەرنىك قايىم بولۇشىغا سەۋەب بولىدىغان يەلنىك كەملىكىدىن پەيدا بولغان بولسا، مەنىي كۆپەيتكۈچى ۋە يەل پەيدا قىلغۇچى يېمەك ـ ئىچمەكلەر ئىستېمال قىلدۇرۇلىدۇ.

مەلۇم بولغايكى، يەل ھارارەتنىك بەدەندىكى ھۆللۈككە تەسىر قىلىشىدىن بولۇر. بۇ خۇددى ھارارەت تەسىرىدە سۇدىن ھور ئۆرلىگەنگە ئوخشار. ئەمما ھارارەت كۆپ بولۇپ كەتسە، ھۆللۈكلەر خوراپ يەلنىك ھاسىل بولۇشىغا توسقۇنلۇق قىلۇر. تۇرمۇشنىك قىينچىلىقىدىن پەيدا بولغان بولسا، پاراۋانلىققا كۆڭۈل بۆلگەي.

ئون بىرىنچى باب باھنى قۇۋۋەتلىگۈچى داۋائى غىزالار توغرىسىدا

باھ ئاجىزلىقنى داۋالاشتا، دەسلەپتە مەنىي ۋە يەل پەيدا قىلغۇچى يېمەكلىكلەرنى ئىستېمال قىلدۇرغاي. چۈنكى مەنىي كۆپ بولسا، خۇددى سۇيدۇك ياكى چوك تەرەت كۆپ بولسا، تەرەت قىلىش تەقەززاسى بولغاندەك، مەنىي كۆپ بولسا، ئۇ، مەنىي ئەزالىرىنى غىدىقلاپ، جىما قىلىش خاھىشىنى پەيدا قىلۇر. جىما قىلىش خاھىشى پەيدا بولسا، زەكەر قوزغىلار ۋە مەنىي ئىشلەپچىقارغۇچى ئەزالار مەنىنى ئىشلەپچىقىرىشقا ئادەتلىنەر.

زەكەردە بىرەر ئىللەت بولسا مەنىي كۆپ، جىنسىي ھەۋەس بولغان تەقدىردىمۇ جىما قىلىشقا مۇمكىن بولماس، شۇنىك ئۈچۈن ھەممىدىن بۇرۇن زەكەرنىك ساغلام بولۇشىنى تەلەپ قىلغاي.

ئىستېمال قىلىدىغان غىزا ياكى دورىدا ئۈچ خىل خۇسۇسىيەت بولۇشى لازىمدۇر. بىرىنچىسى، بەدەننى قۇۋۋەتلەيدىغان بولۇش. ئىككىنچىسى، يەل پەيدا قىلىدىغان بولۇش. ئۈچىنچىسى، تەبئىتى ئىسسىققا مايىل بولۇشتىن ئىبارەتتۇر.

ھەرقانداق بىر خىل يېمەكلىك ياكى دورىدا مەزكۇر ئۈچ خىل خۇسۇسىيەت مەۋجۇت بولسا، باھنى قۇۋۋەتلەش ئۈچۈن، باشقا دورا يېيىشكە ئېھتىياج چۈشمەس. ئەمما بۇ ئۈچ خىل خۇسۇسىيەتنىك بىر خىل يېمەكلىك ياكى دورىدا تېپىلمىقى تەس بولۇر. شۇنىك ئۈچۈن، مەزكۇر ئۈچ خىل خۇسۇسىيەتنى جەملەش ئۈچۈن ئىككى خىل ياكى ئۈنىڭدىن كۆپ بولغان دورىلارنى مۇرەككەپلەشتۈرگەي. يەنى نوقۇت، لوبىيا، سەۋزە، چامغۇر قاتارلىقلارنى

مۇرەككەپلەشتۇرگەندە، ئۇنىڭدا مەزكۇر ئۈچ خىل خۇسۇسىيەت تېپىلار. يەنە باقىلە بىلەن پىيازدىمۇ ئىككى خىل خۇسۇسىيەت تېپىلۇر. چۈنكى باقىلە غىزا بېرەر، ئارتۇق ھۆللۈكى بولسىمۇ ئىسسىقلىقى بولماس، شۇنىڭ ئۈچۈن ئۇنىڭدىن يەل پەيدا بولماس.

تەبئىتى ئىسسىق بولغان دورىلار مەنىنىڭ تەبئىيىتىگە خىلاپ بولمىسلا يۇقىرىدىكى دورىلارغا زەنجۈبىل، پىلپىل، شاقاقۇل قاتارلىقلارغا ئوخشاش نەرسىلەرنى ئارىلاشتۇرۇپ ئىستېمال قىلسا بولۇر.

پىيازنىڭ تەبئىتى ھۆل ئىسسىق، يەل پەيدا قىلار، ئەممۇ ئوزۇقلۇقى ئازدۇر. شۇنىڭ ئۈچۈن، پىيازنى پاقلان گۆشى بىلەن پىشۇرۇپ يېسە، ئۇنىڭدا ئۈچ خىل خۇسۇسىيەتنىڭ ھەممىسى تېپىلۇر. يەنى مەنىنى كۆپەيتەر ھەم يەل پەيدا قىلۇر. تۇخۇم سېرىقى، پاقلان مېڭسى، توخۇ مېڭسى، قۇشقاچ مېڭسى قاتارلىقلارنىڭ ئوزۇقلۇقى ۋە ھۆللۈكى بار، ئەممۇ ھارارىتى يوق، شۇنىڭ ئۈچۈن ئۇ، پىننە، زەنجۈبىل ياكى تۇزغا ئوخشاش نەرسىلەر بىلەن ئىستېمال قىلسا، ئۇنىڭدا ئۈچ خىل خۇسۇسىيەتنىڭ ھەممىسى تېپىلۇر. بولۇپمۇ پىنىنده جىنسىي ئەزالارنىڭ ئىقتىدارىغا ياردەم بېرىدىغان قۇۋۋەت باردۇر.

سەۋزە، چامغۇر، زاغۇن قاتارلىقلار باھانى قۇۋۋەتلەشتە بىر - بىرىگە يېقىن كېلۇر. ئۈچىلىسىدە مۆتىدىل ھارارەت ۋە ھۆللۈك باردۇر. ئەممۇ زاغۇنىنىڭ ھارارىتى سەۋزە بىلەن چامغۇرنىڭ ھارارىتىدىن يۇقىرى بولۇر. كۈدە ھۆل ئىسسىق بولۇپ، باھانى قۇۋۋەتلەر، ئۇنى تۇخۇم سېرىقى بىلەن يېسە، باھقا ناھايىتى ياخشى ئوزۇق بولۇر.

شېرىن پىشقان ئۈزۈمنىڭ باھانى قۇۋۋەتلەشكە كۆپ پايدىسى بار، ئۇنىڭ رولى سەۋزە، چامغۇر ۋە يۇقىرىدا بايان قىلىنغان باشقا دورىلارنىڭ رولىدىن ئېشىپ چۈشەر.

ھەلىيۇن (پارسچە «مارچۆبە» دېيىلۇر)، ھەرشۇف (پارسچە «گەنگەرزەد» دېيىلۇر)، ياڭاق مېغىزى، بادام مېغىزى، پىستە مېغىزى، پىندۇق مېغىزى، كەپتەر باچكىسى، ئۆردەك، قۇشقاچ تۇخۇمى، خوراز ئۈرۈقدېنى، توخۇ جىگىرى، ھەسەل، سېرىقماي، كاۋاپ، سۈت، ئەنجۈر، قۇرۇق ئۈزۈم، نارجىل، زەپەر، شۇمشا ئۈرۈقى قاتارلىقلار باھانى قۇۋۋەتلەر.

مەلۇم بولغايكى، باھانى قۇۋۋەتلەشتە دورىغا قارىغاندا غىزانىڭ رولى ياخشى بولۇر.

نوقۇت باھانى قۇۋۋەتلەر، ئۇنىڭ رولى دورىدىن كۈچلۈكرەك بولۇر. چۈنكى ئۇنىڭ تەبئىتى مۆتىدىل دەرىجىدە ئىسسىق بولۇپ، بەدەننى قۇۋۋەتلەر، ئۇنىڭ ھۆللۈكى بار بولۇپ ئۇنىڭدىن يەل پەيدا بولۇر. نوقۇتنى سۇغا چىلاپ يۇمشىتىپ، ھەر كۈنى بىر چاڭگال يېسە، باھانى زور دەرىجىدە قۇۋۋەتلەر.

مۇھەممەد زىكرىيا مۇنداق دېگەن: «نوقۇتنى زەنجۈبل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يېسە قۇۋۇتىنى تېخىمۇ ئاشىدۇ. ئەگەر كىشى توي قىلغاندىن كېيىن جىمغا قادىر بولالمىسا، خام نوقۇتنى داۋاملىق يەپ بەرسە ئەھۋالى ياخشىلىنار. نوقۇتنى ئۇزۇم شىرنىسى بىلەن يېسە، قۇۋۇتىنى تېخىمۇ زىيادە بولىدۇ».

نوقۇت، سەۋزە، ئوغلاق گۆشى، كۈدە، لوبىيا، زەنجۈبل، توخۇ تۇخۇمىنىڭ سېرىقى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، ئوتتا بىۋاستە پىشۇرۇپ يېسە باھنى ياخشى قۇۋۇەتلەر. ئۇنىڭ رولى ھەرقانداق قۇۋۇەت دورىسىدىن ئېشىپ چۈشەر. يېڭى بېلىقنى پىياز بىلەن كاۋاپ قىلىپ يېسە، مەنىنى كۆپەيتىپ باھنى قۇۋۇەتلەر. مىزاجى سوغۇق كىشىلەر زەنجۈبل، پىلپىل، خولىنجان، قارىمۇچ بىلەن يېسە ياخشىراق بولۇر.

تۆۋەندىكى داۋائىي غىزالارنى قائىدە بويىچە تەييارلاپ، مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلسا ئەرلىكنى ياخشى كۈچەيتەر:

1. ھەلىۋىندىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، سۇدا پىشۇرغاندىن كېيىن سۇزۇپ، سېرىقماي بىلەن قورۇپ، توخۇ تۇخۇمىنىڭ سېرىقى ۋە دارچىن بىلەن يېسە مەنپەئەت قىلۇر.

2. كەپتەر باچكىسى، سېمىز توخۇ گۆشى قاتارلىقلارنى نوقۇت، باقلە، لوبىيا، پىياز قاتارلىقلار بىلەن بىرلىكتە پىشۇرۇپ، زىرە، پىننە، تۇز، زەنجۈبل تالقىنى سېپىپ، مۇمكىن بولسا سەقەنقۇر ئارىلاشتۇرۇپ ئىستېمال قىلدۇرغاي.

3. ياش تۆگىنىڭ گۆشىدىن بىر ھەسسە ئېلىپ، ئىككى ھەسسە ئاق پىياز، بىر ھەسسە نوقۇت بىلەن يۇمشاق پىشۇرۇپ، ئۇنىڭغا دارچىن تالقىنى سېپىپ ئىستېمال قىلدۇرغاي.

4. يېڭى بېلىق گۆشىنى تۇخۇم سېرىقى، دارچىن، ئاقمۇچ، زەنجۈبل بىلەن پىشۇرۇپ ئىستېمال قىلدۇرغاي.

5. سېمىز توخۇ گۆشى، ئۆردەك گۆشى، نېپىز توغرالغان نارجىل قاتارلىقلارنى يېڭى سۈت بىلەن بىرلىكتە پىشۇرۇپ، بۇغداي نېنى بىلەن بىرلىكتە يېگۈزگەي.

6. تاتلىق بادام مېغىزى، پىستە مېغىزى، نارجىل، كۆكنار ئۇرۇقى، شاقاقۇل، ئەنجۈر قېقى قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، ئۈچ ھەسسە مىقداردىكى كاكچا نان بىلەن سوقۇپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە ئۇنىڭدىن 125 گىرام ئېلىپ، يېڭى سۈت بىلەن قاينىتىپ ئىستېمال قىلدۇرغاي. ئۇ، بەدەننى سەمرىتىپ، جىما قۇۋۇتىنى ئاشۇرىدۇ.

7. توخۇ چۈجىسى، كەپتەر باچكىسىنى نوقۇت بىلەن بېقىپ سەمرىتىپ، گۆشىنى كاۋاپ قىلىپ پىشۇرۇپ، ئىسسىقلىق دورىلار بىلەن ئىستېمال قىلسا باھنى قۇۋۇەتلەر.

8. چىگىت مېغىزى، لوبىيا، باقلە، زاراڭزا ئۇرۇقى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ سوقۇپ، ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مۇۋاپىق مىقدارىدا ئىستېمال قىلدۇرغاي.

9. قۇشقاچ، كەپتەر باچكىسىنىڭ ئىچىنى تازىلاپ، ئىچىگە سامساق، زاغۇن، تۇدەرىدىن مۇۋاپىق مىقدارىدا تىقىپ، ھۆل قەغەزگە ئوراپ، چوغقا كۆمۈپ پىشۇرۇپ يېسە، باھىنى ياخشى قۇۋۇۋەتلەر.

10. ئېيتىشلارغا قارىغاندا، قۇشقاچ گۆشىدىن داۋاملىق يەپ بەرسە، داۋاملىق سۈت ئىچىپ بەرسە، باھىنى ياخشى قۇۋۇۋەتلەيدىكەن.

11. پىياز، توخۇ تۇخۇمىنىڭ سېرىقى، چامغۇر، خوراز گۆشى، پاقلان گۆشى، نوقۇت قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ، كالا يېغى بىلەن پىشۇرۇپ ئىستېمال قىلسا، باھىنى ياخشى قۇۋۇۋەتلەر.

12. بىمارنىڭ مىزاجى قۇرۇق ئىسسىق بولسا، يېڭى بېلىق گۆشىنى پىياز، ھەسەل، شىكەر بىلەن پىشۇرۇپ يېسە؛ ئوغلاق گۆشى، پاقلان گۆشىنى ھۆل قاپاق، پالەك، بادرەڭ بىلەن پىشۇرۇپ يېسە ياكى سەرتان، پاقلان مېڭىسى، ئوغلاق مېڭىسىنى سېمىزئوت سۈيى بىلەن پىشۇرۇپ يېسە باھىنى ياخشى قۇۋۇۋەتلەر.

13. قارا نوقۇتتىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ، زاغۇن سۈيىگە چىلاپ، سايىدە قۇرۇتقاي، زاغۇن سۈيىگە يەنە چىلاپ، يەنە سايىدا قۇرۇتۇپ، شۇ يوسۇندا ئۈچ قېتىم تەكرارلىغاندىن كېيىن، ئۇنىڭ ئۈچ ھەسسىچىلىك مىقدارىدا شېكەر قوشۇپ سوققاي. ئۇنىڭدىن كېيىن ھەببەتۇلخۇزرا يېغى، پىستە يېغى، نوقۇت يېغى، چىگىت يېغى قاتارلىقلار بىلەن يۇغۇرۇپ، ھەر كۈنى ئەتىگەن ۋە كەچتە ياڭاق چوڭلۇقىدا يېگۈزگەي، ئۇنىڭدىن كېيىن 100 مىللىلىتىر مىقدارىدا ئۈزۈم سۈيى ئىچكۈزگەي.

14. ئاقلانغان نوقۇتتىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ، سۈتكە تاكى يۇمشىغىچە چىلاپ، ئۇنىڭدىن كېيىن سۈتتىن سۈزۈپ سېرىقماي بىلەن كۆيۈپ كەتمىگىچە قورۇپ، ئۇنىڭغا ئىككى ھەسسە چىلغوزا مېغىزىنى قوشۇپ سوقىقاي، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ، دارچىن بىلەن مەستىكىدىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئارىلاشتۇرۇپ، ھەر كۈنى ئەتىگەن - كەچتە بەش گىرامدىن يېگۈزگەي.

15. قۇرۇق ئوغرىتىكەننى مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ سوقۇپ، مۇۋاپىق مىقدارىدىكى ھۆل ئوغرىتىكەن سۈيىگە چىلاپ، سۈنى ئۆزىگە سۈمۈرگەندىن كېيىن سۈزۈپ ئېلىپ قۇرۇتقاي. ئۇنىڭدىن كېيىن يەنە ھۆل ئوغرىتىكەن سۈيىگە يەنە چىلاپ سايىدا قۇرۇتقاي. شۇ يوسۇندا ئۈچ

قېتىمدىن بەش قېتىمغىچە تەكرارلاپ، ئۇنىڭدىن كېيىن مۇۋاپىق مىقدارىدىكى يېڭى سۈت بىلەن قاينىتىپ، شېكەر، ئاز مىقدارىدا زەنجۈبىل قوشۇپ ئىچكۈزگەي.

16. ھۆل ئوغرىتىكەن سۈيىگە يۇقىرىدىكى يوسۇندا چىلاپ قۇرۇتۇلغان ئوغرىتىكەندىن 15 گىرام، ئاقىرقەرھا، قارا شېكەردىن 20 گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە ئىسسىق سۇ بىلەن قوشۇپ ئالتە گىرامدىن كاپ ئەتكۈزگەي.

17. يېڭى تەرەنجىبىندىن 250 گىرام، ھەببەتۇلخۇزرادىن 200 گىرام، خولىنجاندىن 50 گىرام ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، ئۈچ ھەسسە يېڭى سۈت بىلەن قاينىتىپ، قويۇلغاندا ئوتتىن ئېلىپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە 35 گىرامدىن ئىستېمال قىلدۇرغاي.

18. باقلە، لوبيا، نوقۇتتىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقدارىدىكى سۇغا چىلاپ، كۆپۈشكەندە سۈزۈۋېتىپ، ئۇنىڭغا پىياز، ھېلك، تۇز، دارچىن، قەلەمپۇر، قۇشقاچ مېڭىسى، كەپتەر باچكىسى گۆشى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا قوشۇپ، مۇۋاپىق مىقدارىدىكى سۇ بىلەن پىشۇرۇپ، ئۈستىگە مەلۇم مىقدارىدا سەۋزە سۈيى قوشۇپ، بىر قاينىتىقاندىن كېيىن ئوتتىن ئېلىپ ئىستېمال قىلدۇرغاي.

19. خۇۋاجە ئەبۇ ئەلى ئىبن سىنا ھەزرەتلىرى: «قۇشقاچ مېڭىسى، كەپتەر باچكىسىنىڭ مېڭىسىدىن 25 دانىدىن، قۇشقاچ تۇخۇمىنىڭ سېرىقىدىن 20 دانە، توخۇ تۇخۇمىنىڭ سېرىقىدىن 10 دانە، پاقلان گۆشى بىلەن تەييارلانغان مائۇللەھمىدىن بىر چىنە، پىياز سۈيىدىن 100 مىللىلىتىر، زاغۇن سۈيىدىن 210 مىللىلىتىر، سېرىقماي 250 گىرام، دارچىن، قەلەمپۇردىن ئاز مىقدارىدا ئېلىپ، پۈتۈن دورىلارنى بىرلەشتۈرۈپ سۇس ئوتتا تاكى قويۇلغىچە قاينىتىپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە 15 گىرامدىن ئىستېمال قىلدۇرغاي. ھەزىم بولغاندىن كېيىن، ئۇزۇم شىرىسىدىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئىچكۈزگەي» دەپ كۆرسەتكەن.

20. زاغۇن ئۇرۇقىدىن ئالتە گىرام، كۈندۈردىن ئىككى گىرام، لىسانۇل ئاسافىردىن ئۈچ گىرام ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، ئىللىتىپ پىشۇرۇلغان توخۇ تۇخۇمىنىڭ سېرىقى بىلەن ئىستېمال قىلدۇرغاي.

21. بۇ داۋائى غىزائى خەلىپە مۇتەۋەككىل بىللا ئۈچۈن ئىجاد قىلىنغاچقا، «مۇتەۋەككىل» دەپ ئاتىلۇر. پىيازدىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ توغراپ، سېرىقماي بىلەن قورۇپ، ئۈستىگە قۇشقاچ تۇخۇمى ياكى كەپتەر تۇخۇمى ياكى قىرغاۋۇل تۇخۇمىدىن مۇۋاپىق مىقدارىدا قوشۇپ، يەنە قورۇپ پىشۇرۇپ، ئۇنىڭغا ئىككى گىرام خولىنجان، ئاز مىقدارىدا سەقەنقۇر، تۇز قوشۇپ،

ئوتتىن ئېلىپ، مۇڭاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلدۇرغاي.

22. تۇخۇم سېرىقىدىن 10 دانە، سېرىقمايدىن 60 گىرام، شېكەردىن 90 گىرام، دارچىندىن ئىككى گىرام ئېلىپ، تۇخۇمنى سېرىقماي بىلەن قوروپ پىشۇروپ، ئۇنىڭغا شېكەر بىلەن دارچىن تالقىنى ئارىلاشتۇروپ ئىستېمال قىلدۇرغاي. شېكەر ئورنىغا ھەسەل قوشسىمۇ بولىدۇ.

23. چىلغوزا مېغىزىدىن ئىككى ھەسسە، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى بىلەن زاغۇن ئۇرۇقىدىن بىر ھەسسىدىن ئېلىپ سوقۇپ، ياغ بىلەن بىرلىكتە كۆيۈپ كەتمىگۈدەك بولغىچە قوروپ، ئۇنىڭغا پىلپىل، دارچىن تالقىنىدىن مۇڭاپىق مىقداردا ئارىلاشتۇروپ، مۇڭاپىق مىقداردا ھەسەل ئارىلاشتۇروپ، سۇس ئوتتا قاينىتىپ، ھالۋىدەك بولغاندا سەۋزە ئۇرۇقى، شاقاقۇل تالقىنىدىن مۇڭاپىق مىقداردا ئارىلاشتۇروپ ئوتتىن ئېلىپ، مۇڭاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلدۇرغاي. ئۇرۇقلارنى كۆكلى تارتمىسا ھەببەتۇلخۇززانى قوشسىمۇ بولىدۇ.

23. كۈنجۈت، كۆكنار ئۇرۇقى، زىغىر ئۇرۇقى قاتارلىقلاردىن مۇڭاپىق مىقداردا ئېلىپ قوروپ، سوقۇپ تالقان قىلىپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇروپ، مۇڭاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلدۇرغاي.

24. بىمارنىڭ مىزاجى ئىسسىق بولسا، تەرەنجىبىندىن 500 گىرام ئېلىپ، ئىككى ھەسسە ياش كالا سۈتى بىلەن تاكى قويۇلغىچە قاينىتىپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە 35 گىرامدىن ئىستېمال قىلدۇرغاي.

25. بىمارنىڭ مىزاجى سوغۇق بولسا، دارچىندىن 50 گىرام ئېلىپ، 400 مىللىلىتىر يېڭى كالا سۈتىگە قوشۇپ قاينىتىپ، دارچىننىڭ تەمى تولۇق چىققاندىن كېيىن ئوتتىن ئېلىپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە بىر پىيالىدىن ئىچكۈزگەي. سوغۇق ھالەتتە ئىچىشتىن پەرھىز قىلدۇرغاي. يەنە دورا ئىچىۋاتقان ۋاقىتلاردا جىمادىن پەرھىز قىلدۇرغاي.

بەدەندە جاراھەت، يامان خىلىت ياكى ھارارەت بولسا، بۇ دورىنى ئىچمىگەي، بەلكى قان ئالغاي. ئارپا سۈيى ۋە سوغۇق تەبىئەتلىك شەربەتلەرنى ئىچكۈزگەي.

26. قارا شېكەر، يېڭى سۈت، پىياز قاتارلىقلاردىن مۇڭاپىق مىقداردا ئېلىپ، بىرلىكتە قاينىتىپ، تەمىنى ئۆزلەشتۈرگەندىن كېيىن، ھەر كۈنى ئەتىگەندە 35 مىللىلىتىردىن ئىچكۈزگەي. بۇ دورا ئىلگىرىكى دوردىن مۆتىدىلراق بولۇپ، مەنىنى كۆپەيتىش رولى بار.

27. پىياز سۈيىدىن بىر ھەسسە، ھەسەلدىن ئىككى ھەسسە ئېلىپ ئارىلاشتۇروپ، پىياز سۈيى تۈگىگىچە قاينىتىپ، ئۇنىڭدىن كېيىن ھەر كۈنى ئەتىگەندە بىر قوشۇق قىيامغا ئىككى

قوشۇق سۇ ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكۈزگەي.

28. ئاق پىيازدىن 100 دانە ئېلىپ، تازىلاپ توغراپ، تاش قازانغا سېلىپ، ئۈستىگە چۆككىدەك سۈت قۇيۇپ، پىياز ئېزىلىپ پىشقۇچە قاينىتىپ، ئۇنىڭدىن كېيىن ئۈستىدىن پىيازنىڭ ۋەزنىچە كالا يېغى قوشۇپ يەنە قاينىتىپ، ئۇنىڭ ئۈستىگە كالا يېغى ۋەزنىچە ھەسەل سېلىپ، يەنە قاينىتىپ قىيام قىلىپ، ئۇنىڭدىن كېيىن شاقاقۇل، خولىنجاندىن 60 گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، ئارىلاشتۇرۇپ، ئوتتىن ئېلىپ سوۋۇغاندىن كېيىن، مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلدۇرغاي.

29. ھەببەتۇلخۇزرادىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، چۆككۈدەك ئۇزۇم شىرنىسى قۇيۇپ، يۇمشاق پىشقۇچە قاينىتىپ، ئۇنىڭدىن كېيىن تاتلىق بادام يېغىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ، ھەپتىدە بىر قېتىم مۇۋاپىق مىقداردا ئىچكۈزگەي.

30. تۇرۇپ ئۇرۇقى، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى، زاغۇن قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، ھەركۈنى ئەتىگەندە 10 گىرامنى بىر پىيالە سۈت بىلەن قوشۇپ بەرگەي.

31. زەنجىۋىل، پىلپىل، ئاق تۇدەرى، قىزىل تۇدەرى، پۇدىنە، شاقاقۇل قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، سوقۇپ، تالقان قىلىپ، ئۇنىڭغا باراۋەر مىقداردا سەھەنقۇر تۇزى قوشقاي. ئۇنىڭدىن كېيىن مۇۋاپىق مىقداردا كاپ ئەتكۈزگەي.

سەھەنقۇر تۇزى بىلەن زەنجىۋىلدىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ تالقانلاپ، تائامغا ئارىلاشتۇرۇپ يېسىمۇ مەنپەئەت قىلۇر.

قالغىنىنى ئاللا ئەكۈ ئوبدان بىلۇر.

ئون ئىككىنچى باب باھنى قۇۋۋەتلىگۈچى شەربەتلەر توغرىسىدا

زاغۇن ئۇرۇقى شەربىتى نۇسخىسى چامغۇر ئۇرۇقى، زاغۇن ئۇرۇقى، ئەنجۇر قېقى قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، ئەنجۇر قېقىدىن باشقىلىرىنى چالا سوقۇپ، چۆككۈدەك سۇ بىلەن دورىلارنىڭ تەمى تولۇق چىققۇچە قاينىتىپ، ئۇنىڭدىن كېيىن ئۇرۇقىدىن ئايرىلغان ئۇزۇم بىلەن قەنتتىن مۇۋاپىق مىقداردا قوشۇپ، يەنە بىردەم قاينىتىپ ئوتتىن چۈشۈرۈپ،

ئۇنىڭدىن كېيىن پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ مۇۋاپىق مىقداردا ئىچكۈزگەي.

ئەنجۈر شەربىتى نۇسخىسى ياخشى پىشقان ئەنجۈر قېقىدىن بىر كىلوگىرام، شۇمشا ئۇرۇقىدىن 15 گىرام ئېلىپ قازانغا تۆكۈپ، ئۈستىدىن تۆت ئىلىك ئاشقۇدەك مىقداردا سۇ قۇيۇپ، قىش بولسا ئۇچ كېچە - كۈندۈز، باھار كۈنلىرى بولسا ئىككى كېچە - كۈندۈز، ياز بولسا، بىر كېچە - كۈندۈز چىلىغاندىن كېيىن، ئوتتا قايىنىتىپ تەمىنى ياخشى چىقىرىپ، ئۇنىڭدىن كېيىن ئوتتىن ئېلىپ پىسەپلىرىنى سۈزۈپ، ئۇنىڭدىن كېيىن سۈيىنى يەنە قازانغا تۆكۈپ، ئوت ئۈستىگە ئېسىپ، يېرىم ھەسسە مىقداردا ھەسەلنى تۆكۈپ، قىزىل تۇدەرى ۋە زەنجۈبلدىن 10 گىرامدىن، دارچىن، جويۇز، بەسباسە، قاقىلە قاتارلىقلاردىن بەش گىرامدىن ئېلىپ، چالا سوقۇپ، رەخت خالتىغا قاچىلاپ قازانغا تاشلىغاي. ھەسەل بىلەن قايناپ تەمى ياخشى چىققاندىن كېيىن ئوتتىن ئېلىپ خالتىنى تاشلۇۋېتىپ، سوۋۇغاندا پاكىز قاچىغا تۆكۈپ ساقلىغاي. ھەر كۈنى ئەتىگەندە 70 گىرامدىن ئىچكەي.

سەۋزە شەربىتى نۇسخىسى سەۋزىدىن ئىككى كىلوگىرام ئېلىپ، يۇيۇپ تازىلاپ، مۇۋاپىق چوڭلۇقتا توغراپ، قازانغا تۆكۈپ چۆككۈدەك مىقداردا سۇ قۇيۇپ، تۇۋۇقنىنى يېپىپ بۇسنى چىقارماسلىق ئۈچۈن ئەتراپىنى ھىم ئەتكەي. ئۇنىڭدىن كېيىن ئوتقا قويۇپ يۇمشاق پىشۇرغاي. ئاندىن ئوتتىن چۈشۈرۈپ، سەۋزىنى سۈزۈۋېلىپ، يۇقىرىدا دېيىلگەن دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ خالتىغا قاچىلاپ، سەۋزىنىڭ سۈيىگە تاشلاپ، ھەسەلدىن مۇۋاپىق مىقداردا قوشۇپ، ئۇنىڭدىن كېيىن سۇس ئوتتا قاينىتىپ، دورىلارنىڭ تەمىنى چىقارغاي. قىيام بولغاندا ئوتتىن ئېلىپ، سوۋۇغاندا مۇۋاپىق مىقداردا ئىچكەي.

نوقۇت شەربىتى نۇسخىسى قارا نوقۇتتىن بىر كىلوگىرام ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇغا چىلاپ قويۇپ، تەمى سۇغا تولۇق چىققاندىن كېيىن پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، سۈيىگە يېرىم ھەسسە ھەسەل قوشۇپ، يۇقىرىدا ئېيتىلغان ئەنجۈر شەربىتىنىڭ بايانىدا ئېيتىلغان دورىلارنى خالتىغا قاچىلاپ سۇغا تاشلىغاي. ھەسەلدىن يېرىم ھەسسە تۆكۈپ، ئۇنىڭدىن كېيىن سۇ ئوتتا قاينىتىپ، دورىلارنىڭ تەمىنى چىقارغاي ھەم قىيام قىلغاي. ئاندىن ئوتتىن چۈشۈرۈپ دورا خالتىسىنى ئېلىۋېتىپ، قىيامنى قاچىغا قاچىلاپ قويۇپ، مۇۋاپىق مىقداردا ئىچكەي.

نوقۇتنى سەۋزە، زاغۇن، چامغۇر قاتارلىقلارنىڭ سۈيىگە چىلاپ تەمىنى چىقىرىپ تەييارلىسا تېخىمۇ ياخشى بولۇر.

ئۈزۈم شەربىتى نۇسخىسى ئۈزۈم شىرنىسىدىن ئىككى لىتىر ئېلىپ، چامغۇر ئۇرۇقى،

زاغۇن ئۇرۇقى، بوزىدان، ئاق بەھمەن، قىزىل بەھمەن، لىسانۇل ئاساپىر، ھەببى قەلقەل، سەۋزە ئۇرۇقى قاتارلىقلاردىن 12 گىرامدىن ئېلىپ چالا سوقۇپ، رەخت خالتىغا قاچىلاپ، ئۈزۈم شىرنىسىگە تاشلاپ سۇس ئوتتا قاينىتىپ، دورىلارنىڭ تەمنى چىقىرىپ قىيام قىلغاي. ئاندىن ئوتتىن ئېلىپ ئىچىدىكى خالتىنى ئېلىۋېتىپ سوۋۇغاندىن كېيىن مۇۋاپىق مىقداردا ئىچكەي.

ئون ئۈچىنچى باب ئەرلىكنى قۇۋۋەتلىگۈچى دورىلار

تۆۋەندىكى مەجۇننى ئىستېمال قىلدۇرغاي. ئۇ، «مەجۇنى مەسرۇدىتۇس» دەپ ئاتىلار.

نۇسخىسى ھەلىيۇن ئۇرۇقى، شاقاقۇل، زەنجىۋىل ھەربىردىن 25 گىرامدىن، ئاق تۇدەرى، قىزىل تۇدەرى، ئاق بەھمەن، قىزىل بەھمەن ھەربىردىن 10 گىرامدىن، تەرەتىز، لىسانۇل ئاساپىر ھەربىردىن 25 گىرامدىن، قەنتتىن 15 گىرام ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ تەييارلاپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە 15 گىرامدىن ئىستېمال قىلدۇرغاي. بۇ ئەرلىك ئاجىزلىق ئۈچۈن ئەڭ ياخشى دورا ھېسابلىنار.

شاقاقۇل، زەنجىۋىل، دارچىندىن بىر ھەسسىدىن، چاققاقئوت ئۇرۇقى، ئاقىرقەرھا، ئاقمۇچ، زاغۇن ئۇرۇقى، ئادراسمان ئۇرۇقى قاتارلىقلاردىن يېرىم ھەسسىدىن ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ تەييارلاپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە 10 گىرامدىن ئىستېمال قىلدۇرغاي.

خورما بىلەن شۇمشا ئۇرۇقىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، شۇمشىنى سۇ بىلەن قاينىتىپ تەمنى چىقىرىپ، خورمنى شۇمشا سۈيىگە سېلىپ، ئوت بىلەن قاينىتىپ پىشۇرۇپ، خورمىنىڭ ئۇرۇقلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، مۇۋاپىق مىقداردا ھەسەل قوشقاي. بىرلا قاينىتىپ، كېيىن ئوتتىن چۈشۈرۈپ، سوۋۇغاندىن كېيىن ھەر كۈنى ئەتىگەندە 50 گىرامدىن ئىستېمال قىلدۇرغاي.

ئاق پىياز، شاقاقۇل، قۇشقاچ مېڭىسى، خورما، تەمرىھىندىنىڭ ھەربىردىن 30 گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، نوقۇت چوڭلۇقىدا ھەب قىلىپ، زۆرۈر بولغاندا شاراب بىلەن يەتتە تالغىچە ئىستېمال قىلدۇرغاي.

بادام مېغىزى، پىستۇق مېغىزى، نارجىل مېغىزى، چىلغوزا مېغىزى، ھەببى قەلقەل، ھەببى زەلەم، ھەببەتۇلخۇزرا، نارمىشكى، زەنجىۋىل، پىلپىل قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ،

دورىلارنى قائىدە بويىچە سوقۇپ، قەنت سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ، ياڭاق چوڭلۇقىدا كۇمىلاچ قىلىپ، ھەر قېتىمدا بىر تالدىن ئىستېمال قىلدۇرغاي.

شاقاقۇل، زاغۇن ئۇرۇقى، ئاق تۇدەرى، زەنجىۋىل، پىلپىل، لىسانۇل ئاساپىر، كۇندۇر، قۇشقاچ مېڭىسى قاتارلىقلاردىن 10 گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، جويۇز يېغى بىلەن ياغلاپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ تەييارلاپ، ھەر قېتىمدا بەش گىرامدىن ئىستېمال قىلدۇرغاي.

تۆۋەندىكى دورىنى سوغۇق مىزاجلىق كىشىلەرگە بەرگەي:

نۇسخىسى جاۋشىردىن 15 گىرام ئېلىپ، مەرزەنجۇش سۈيى بىلەن ئېزىپ، ئۇدا ئۈچ كۈن ئىچكۈزگەي.

بۇ دورىنى خۇۋاجە ئەبۇ ئەلى ئىبن سىنا ئىجاد قىلغان.

نۇسخىسى ھىلگ، سەۋزە ئۇرۇقى، قاقىلە، زاغۇن ئۇرۇقى، لىسانۇل ئاساپىر، كەرەم ئۇرۇقىنىڭ ھەربىردىن 20 گىرامدىن، بوزىدان، ئاقمۇچنىڭ ھەربىردىن 15 گىرامدىن ئىپارىدىن بىر گىرام ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، چىلغوزا يېغى بىلەن ياغلاپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ، مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلدۇرغاي.

خورازىنىڭ ئۇرۇقدېنىنى سەقەنقۇر تۇزى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە ئىككى گىرامدىن ئىستېمال قىلدۇرغاي.

چىگىت مېغىزى، زەنجىۋىل، لىسانۇل ئاساپىر، قۇشقاچ مېڭىسى، پۇدىنە، پىلپىل قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ، مۇۋاپىق مىقداردا بەرگەي.

ھەببى قەلقەل، ھەببى زەلەم، تەرەتىز، قۇشقاچ مېڭىسى ھەربىردىن 100 گىرامدىن، زەنجىۋىل، ئاقمۇچ ھەربىردىن 25 گىرامدىن، پۇدىنە، خۇسىيەتۇسسۆئلەپ، ھەلىيۇن ئۇرۇقى، سەۋزە ئۇرۇقى، زاغۇن ئۇرۇقى، چامغۇر ئۇرۇقى، تۇرۇپ ئۇرۇقى، كۈدە ئۇرۇقى، پىياز ئۇرۇقى، لىسانۇل ئاساپىر، سەقەنقۇر تۇزى ھەربىردىن 10 گىرامدىن، چاقاقئوت ئۇرۇقى، شاقاقۇل ھەربىردىن 75 گىرامدىن، ئېگىر، ئاق بەھەمەن، قىزىل بەھەمەن، ئاق تۇدەرى، قىزىل تۇدەرى ھەربىردىن 18 گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، بادام يېغى بىلەن ياغلاپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە بەش گىرامدىن بەرگەي.

قىزىل تۆگىنىڭ ئوغۇز سۈتىدىن نوقۇت چوڭلۇقىدا ئېلىپ، توخۇ تۇخۇمىنىڭ ئىللىتىپ پىشۇرۇلغان سېرىقى بىلەن ئىستېمال قىلسا، 12 سائەتتىن كېيىن باھنى قۇۋۇەتلەپ قوزغايدۇ.

بىر ھۆكۈما مۇنداق دېگەن: «مەن مىزاجى سوغۇق بولغان بىر ياشقا ئىلاج قىلدىم، ھېچقانداق ئىلاج بۇقا چۈيسىنى ئىستېمال قىلغانغا يەتمەيدۇ.»

تۆۋەندىكى دورىنى مۆتىدىل مىزاج كىشىلەرگە ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزى، تەرخەمەك ئۇرۇقى مېغىزى، بادرەڭ ئۇرۇقى، سېمىزئوت ئۇرۇقىنىڭ ھەربىرىدىن 15 گىرامدىن، قاپاق ئۇرۇقى مېغىزىدىن 25 گىرام، ئاقلانغان بادام مېغىزى، ئاق كۆكنار ئۇرۇقىنىڭ ھەربىرىدىن 18 گىرام، كەتىرادىن 10 گىرام، زەنجۇبىل، خولىنجان، شاقاقۇل، ئاق تۇدەرى، قىزىل تۇدەرى، سەۋزە ئۇرۇقى، چىلغوزا مېغىزى، ھەلىيۇن ئۇرۇقىنىڭ ھەربىرىدىن بەش گىرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە 10 گىرامدىن يېگۈزگەي.

ئون تۆتىنچى باب زەكەر پالەچلىنىش توغرىسىدا

سەۋەبى

بۇ، بەلغەم خىلىتىنىڭ نورمالسىزلىقى ياكى زەكەرنىڭ زەخىملىنىشىگە ئوخشاش سەۋەبلەردىن پەيدا بولۇر.

ئالامىتى

زەكەر كۈچسىز، ئورۇق، كىچىك بولۇر، ھۆللۈك كۆپ بولسا توم، گۆشلۈك، ئەمما يۇمشاق بولۇر.

داۋالاش

تۆۋەندىكى دورىلارنى ئىشلەتكەي:

توغرىغۇ، سۇمبۇل، سۆئىدى، قىچا ئۇرۇقى، دارچىن، خولىنجان، سۇزاپ ئۇرۇقى قاتارلىقلارنى باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، بىر كېچە - كۈندۈز سۈتكە چىلاپ قويۇپ، ئاندىن قۇرۇتۇپ سوققاي. كالا ئۆتىگە مەلۇم مۇددەت چىلاپ قويغاندىن كېيىن، سۇزۇپ ئېلىپ قۇرۇتۇپ يەنە سوققاي. ئۇنىڭدىن كېيىن مۇۋاپىق مىقداردىكى ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ، زەكەر ۋە ئۇنىڭ ئەتراپلىرىغا سۈركىگەي.

نەرگەس گۈلى يىلتىزى (پىيازى نەرگەس)، ئاقبەرھا، مەۋزەج قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، كالىنىڭ چاۋا يېغى بىلەن مەلھەم قىلىپ زەكەرگە سۈركىگەي.

شىر ئۆتىنى زەكەرگە سۈركسە زەكەرنى قاتۇرار.

چىگىت مېغىزىنى زەيتۇن يېغى، قۇستە يېغى، ھەببۇلبان يېغى قاتارلىقلار بىلەن ئېزىپ، زەكەر، مەقئەت ئەترايى، بەل ۋە ئالقان قاتارلىق ئورۇنلارغا سۈركىگەي.

قىچا ئۇرۇقى، پەرپىيۇن، قۇندۇزقەھرى، سۆئىدى، توغرىغۇ، ئاقىرقەرھا، ھىلك، قارىمۇچ، چىگىت مېغىزى قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن بەش گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، يەسىمەن يېغى بىلەن مەلھەم قىلىپ زەكەرگە سۈركىگەي. زەكەرنىڭ سۈسلۇقى سوغۇقلۇق سەۋەبىدىن بولسا، بۇ مەلھەمگە قۇندۇز قەھرى قوشقاي. ھۆللۈك سەۋەبىدىن بولسا، ئېگىر، ئارچا مېۋىسى، سۆئىدى قوشقاي.

قالغىنىنى ئاللا ئوبدان بىلۈر.

ئون بەشىنچى باب باھنى كۈچەيتكۈچى ھۆقنە ۋە شىيافلار توغرىسىدا

قوينىڭ كاللا - پاچىقنى پىشۇرۇپ، شورپىسىنى چىقىرىپ، سۈيىگە نوقۇت، بۇغداي، زاغۇن ئۇرۇقى، چامغۇر ئۇرۇقى، ھەليۇن ئۇرۇقى قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن بەش گىرامدىن سېلىپ، بىرلىكتە قاينىتىپ تەمنى چىقىرىپ، پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، سۈيىگە مۇۋاپىق مىقداردا جويۇز يېغى تېمىتىپ، قائىدە بويىچە ھۆقنە قىلغاي.

قوي ياكى ئوغلاقنىڭ كاللا - پاچىقنى ياخشى پىشۇرۇپ شورپىسىنى چىقىرىپ، بۇغدايدىن 60 گىرام، نوقۇت، سېرىقچېچەك ئۇرۇقى، زاغۇن ئۇرۇقى، پۇدىنە، قىزىلچا يوپۇرمىقىنىڭ ھەربىرىدىن 35 گىرام، چامغۇردىن 60 گىرام، 10 دانە ياڭاق مېغىزى، زاراڭزا ئۇرۇقىدىن 60 گىرام، پىياز ئۇرۇقى، ھەليۇن ئۇرۇقىنىڭ ھەربىرىدىن 30 گىرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى چالا سوقۇپ، كاللا - پاچاق سۈيىگە سېلىپ تەمى چىققۇچە قاينىتىپ، ئۇنىڭدىن كېيىن ئوتتىن چۈشۈرۈپ پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، سۈيى بىلەن قائىدە بويىچە ھۆقنە قىلغاي. ئۇنىڭغا ھەببۇلبان يېغى ياكى سەۋسەن يېغىدىن 15 گىرامدىن، پىيازدىن مۇۋاپىق مىقداردا قوشسا ياخشى بولۇر. بۇ ھۆقنىنى ئاينىڭ بېشىدا ئۈچ كۈن، ئوتتۇرىدا ئۈچ كۈن، ئاخىرىدا ئۈچ كۈن قىلغاي.

قوينىڭ كاللا - پاچىقى شورپىسىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، ئۇنىڭغا ئۆردەك يېغى ۋە كەپتەر يېغىدىن 60 گىرامدىن، نوقۇت، بۇغداي، شۇمشا ئۇرۇقىنىڭ ھەربىرىدىن يېرىم

چاڭگالدىن، ئەنجۈر قېقىدىن 10 دانە، ئۇرۇقى ئايرىلغان قۇرۇق ئۈزۈمدىن 60 گرام قوشۇپ، يەنە تەمى چىققۇچە قاينىتىپ، تەمى چىققاندىن كېيىن ئوتتىن چۈشۈرۈپ پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، سۈيىگە 35 مىللىلىتر بادام يېغىنى قوشۇپ، قائىدە بويىچە ھۆقنە قىلغاي. زەكەرنى بان يېغىدا ياغلاپ بەرگەي.

قوينىڭ كاللا ـ پاچىقىنىڭ شورپىسىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، ئۇنىڭغا جويۇز يېغى، ھەببەتۈلخۇزرا يېغى، كالا يېغى قاتارلىقلاردىن 15 مىللىلىتردىن ئارىلاشتۇرۇپ، قائىدە بويىچە ھۆقنە قىلغاي.

قوينىڭ كاللا ـ پاچىقى، سىمىز باچكا گۆشىنى نوقۇت، مۇغاس، بوزىدان، شاقاقۇل (15 گرامدىن ئېلىنىدۇ) قاتارلىقلار بىلەن قاينىتىپ پىشۇرغاي. شورپىسىدىن 200 مىللىلىتر ئېلىپ، ئۇنىڭغا يېڭى سۈت بىلەن ھەببى مەھلەب يېغىدىن 15 مىللىلىتردىن، ناردىن يېغى، سەقەنقۇر ياكى كېلەر يېغىدىن 5 ~ 10 مىللىلىترغىچە قوشۇپ، قائىدە بويىچە ھۆقنە قىلغاي.

تۆۋەندىكى ھۆقنىنى سوغۇق مىزاجلىق كىشىلەرگە ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى زىغىر، شۇمشا ئۇرۇقى ھەربىرىدىن 50 گرامدىن، تۇرۇپ ئۇرۇقىدىن 35 گرام، زاغۇن ئۇرۇقىدىن 15 گرام، ئەنجۈر قېقى، خورما ھەربىرىدىن 20 داندىن، زاراڭزا ئۇرۇقى، مەرزەنجۇشنىڭ ھەربىرىدىن 35 گرامدىن، چاقاقئوت ئۇرۇقىدىن 20 گرام، بۇغداي، ئوغرىتىكەندىن 140 گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ، بەش لىتىر سۇ بىلەن ئىككى ھەسسىسى قالغۇچە قاينىتىپ، سۈزۈپ، سۈيىگە سەۋسەن يېغى بىلەن نەرگەس يېغىدىن 35 مىللىلىتردىن ئارىلاشتۇرۇپ، ئۇنىڭغا ھەسەلدىن مۇۋاپىق مىقداردا قوشۇپ، قائىدە بويىچە ھۆقنە قىلغاي.

تۆۋەندىكى ھۆقنىنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى جويۇز يېغىدىن 30 مىللىلىتر، ئوغرىتىكەندىن 50 گرام، يېڭى كالا سۈتىدىن 200 مىللىلىتر، زەنجۈبلدىن 35 گرام، قارا شېكەردىن 15 گرام ئېلىپ، ھەممىسىنى بىرلەشتۈرۈپ، مۇۋاپىق مىقداردا سۇ قۇيۇپ قاينىتىپ، تەمنى چىقىرىپ پىسەپلىرىنى ئېلىۋېتىپ، سۈيىگە بان يېغى بىلەن سەۋسەن يېغىدىن 15 مىللىلىتردىن ئارىلاشتۇرۇپ، قائىدە بويىچە ھۆقنە قىلغاي.

تۆۋەندىكى ھۆقنىنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى ھەببەتۈلخۇزرا، قوينىڭ قۇيرۇق يېغى، بۇغداي، نوقۇت قاتارلىقلاردىن

باراۋەر مقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ تەمنى چىقىرىپ، پىسەپلىرىنى داكا بىلەن سۈزۈۋېتىپ، سۈيىگە قۇندۇز قەھىرىدىن مۇۋاپىق مقداردا ئېلىپ سوقۇپ، سالايە قىلىپ ئارىلاشتۇرۇپ، قائىدە بويىچە ھۆقنە قىلغاي.

تۆۋەندىكى ھۆقنىنى ئىشلەتكەي. ئۇ، بۆرەكنى قۇۋۇۋەتلەپ، ناسۇرغا مەنپەئەت قىلۇر.

نۇسخىسى سېرىقماي، ھەببەتۇلخۇزرا يېغى، كۈدە سۈيى قاتارلىقلاردىن 100 گىرامدىن ئېلىپ، كۈدە سۈيىنى قىزىتىپ، قالغان دورىلارنى ئۇنىڭغا قوشۇپ ئېرىتىپ، قائىدە بويىچە ھۆقنە قىلغاي.

تۆۋەندىكى ھۆقنىنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى ئۆچكىنىڭ كاللىسى، ئۈچەي چۈيىسىدىن بىر دانىدىن ئېلىپ، مۇۋاپىق مقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ، شورپىسى ياخشى چىققاندىن كېيىن پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، سۈيىگە شۇمشا ئۇرۇقى، پىياز ئۇرۇقى، كۈدە ئۇرۇقى، چامغۇر ئۇرۇقى، سېرىقچېچەك ئۇرۇقى قاتارلىقلاردىن 10 گىرامدىن قوشۇپ يەنە قاينىتىپ، پىسەپلىرىنى سۈزۈۋەتكەندىن كېيىن، سۈيىگە ئوغرىتىكەن سۈيىدىن 200 مىللىلىتىر، قايماقتىن 15 گىرام ئەتراپىدا قوشۇپ، سوۋۇغاندىن كېيىن كۈنىگە بىر قېتىمدىن، ئۈدا ئۈچ كۈن قائىدە بويىچە ھۆقنە قىلغاي.

تۆۋەندىكى ھۆقنىنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى قوينىڭ قۇيرۇق يېغىدىن 120 گىرام، قۇندۇز قەھىرىدىن ئىككى گىرام، كۈدە سۈيىدىن 50 مىللىلىتىر، شۇمشا سۈيىدىن 60 مىللىلىتىر ئېلىپ، قۇيرۇق ياغنى تاش قازانغا سېلىپ، سۇس ئوت بىلەن ئېرىتكەي. جىگىردەكلىرىنى ئايرىۋېتىپ، ئۇنىڭغا كۈدە سۈيى بىلەن شۇمشا سۈيىنى قوشۇپ ياخشى ئارىلاشتۇرغاندىن كېيىن ئوتتىن ئېلىپ، قۇندۇز قەھرىنى سالايە قىلىپ ئارىلاشتۇرۇپ، ئەسىر نامىزى ۋاقتىدا بىر قېتىم، خۇپتەن نامىزى ۋاقتىدا يەنە بىر قېتىم ھۆقنە قىلغاي. شۇ يوسۇندا ئۈدا ئۈچ كۈن داۋاملاشتۇرغاي.

بىمارنىڭ مىزاجى ئىسسىق بولسا، تۆۋەندىكى ھۆقنىلەرنى ئىشلەتكەي:

ساغلىق قوينىڭ كاللىسىدىن بىر دانە ئېلىپ، مۇۋاپىق مقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ شورپىسىنى چىقىرىپ، گۆش ۋە ئۇستىخانلىرىنى ئايرىۋەتكەندىن كېيىن سۈيىگە تەرخەمەك، ھۆل قاپاق، بۇغداي، ئاقلانغان ئارپا، ھەلىيۇن ئۇرۇقى، ئۆردەك يېغى، توخۇ يېغى قاتارلىقلاردىن 25 گىرامدىن ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ، سۇس ئوت بىلەن قاينىتىپ تەمنى چىقىرىپ، پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، سۈيىگە سېرىقماي، ئوغرىتىكەن يېغىدىن 30 مىللىلىتىردىن قوشۇپ ياخشى

ئارىلاشتۇرغاندىن كېيىن، ئۇچ كۈندە بىر قېتىم، ئەتىگەن ۋە كەچتە قائىدە بويىچە ھۆقنە قىلغاي. بۇ ھۆقنىلەرنى ئىشلىتىشتىن ئون كۈن بۇرۇن جىمادىن ۋە جاپادىن پەرھىز قىلغاي. سوغۇق سۇدىن ئېھتىيات قىلغاي. ئاسايىشلىق تۇرمۇش ئىزدىگەي. يۇقىرىقى بابتا بايان قىلىنغان قۇۋۋەتلىك غىزالارنى ئىستېمال قىلدۇرغاي.

تۆۋەندىكى شىيافنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى ئۆردەك يېغى، چىگىت مېغىزى، ئاقىرقەرھا قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، سوقۇشقا تېگىشلىكلىرىنى سوقۇپ، قائىدە بويىچە شىياق تەييارلاپ ئىشلەتكەي.

تۆۋەندىكى شىيافنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى قەنتەرىيۇن، زۇپتى رۇمى، موم (ھەسەل ھەرىسىنىڭ كۆنىكىدىكى مومسىمان ماددا)، سەۋسەن يېغى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئالغاي، قەنتەرىيۇننى يۇمشاق سوققاي، مايلارنى ئېرىتىپ، ھەممىسىنى ئارىلاشتۇرۇپ شىياق تەييارلاپ ئىشلەتكەي.

سۆرۈنجان بىلەن چىگىت مېغىزىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، قائىدە بويىچە شىياق تەييارلاپ ئىشلەتكەي. بۇ شىيافقا ئېشەك يېغىنى قوشسا تېخىمۇ ياخشى بولۇر.

ئۆردەك يېغى بىلەن چىگىت مېغىزىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، قائىدە بويىچە شىياق تەييارلاپ ئىشلەتكەي.

بارزەدتىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، سەقەنقۇر يېغى بىلەن سالايە قىلىپ، شىياق تەييارلاپ ئىشلەتكەي. يەنى كەچتە ئىشلەتسە تاڭ ئاتقۇچە قۇۋۋىتى كۆرۈلەر. زەكەرنى چوڭايتار.

ئون ئالتىنچى باب باھنى زەئىپلەشتۈرىدىغان دورىلار توغرىسىدا

باھنى زەئىپلەشتۈرىدىغان مۇھىم دورىلاردىن نېلۇپەر يىلتىزى، سۆگەت يوپۇرمىقى، قىزىلگۈل، ئىسپىغۇل، كافۇر قاتارلىقلاردۇر.

يېمەكلىكلەردىن سۇماق، ياۋا ئالما (رىۋاج)، چۇچۇمەل ئانار، سىركە، تۇرۇنجى، خام بېھى، چۇچۇمەل ئالما، ئاچچىق ئۆرۈك (ئەينۇلا)، غورا ئۈزۈم قاتارلىقلارغا ئوخشاش چۇچۇمەل

نەرسىلەر ئەرلىكنى زەئىپلەشتۇرەر.

ئۇنىڭدىن باشقا، سېمىزئوت يوپۇرمىقى، سەرمەق، ھۆل قاپاق، ھۆل كاسنە، يۇمغاقسۇت يوپۇرمىقى، ئەفتىمۇن، مارجان شوخلا، تاۋۇز قاتارلىقلارمۇ ئەرلىكنى زەئىپلەشتۇرەر.

ھەيزدار ئاياللار، توي قىلماي ئولتۇرۇپ قالغان قىزلار، قېرى ئاياللار ۋە بالاغەتكە يەتمىگەن قىزلار بىلەن جىما قىلىشمۇ ئەرلىكنى زەئىپلەشتۇرەر.

ئون يەتتىنچى باب ئوبنە كېسەللىكى توغرىسىدا

مۇھەممەد زىكرىيا مۇنداق دېگەن: «ئەرنىڭ مەنىيسى ئايالنىڭ مەنىيسى ئۇستىدىن غالىب كەلسە، بالا ئوغۇل تۇغۇلۇر، ناۋادا ئايالنىڭ مەنىيسى ئەرنىڭ مەنىيسى ئۇستىدىن غالىب كەلسە، بالا قىز تۇغۇلۇر. ئەرنىڭ مەنىيسى بەك غالىب بولسا، بالا ئوغۇل تۇغۇلغاندىن سىرت، مىزاجى ۋە خۇي - پەيلىدە ئەرلىك خۇسۇسىيەت كۆچلۈك، باتۇر بولۇر. زەكىرى چوڭ بولۇر. ئەگەر ئايالنىڭ مەنىيسى بەك غالىب بولسا، بالا قىز تۇغۇلغاندىن سىرت، مىزاجدا ۋە خۇي - پەيلىدە ئايالىق خۇسۇسىيەت كۆچلۈك بولۇر.

ئەگەر ئەر - ئايال ئىككى تەرەپنىڭ مەنىيسى تەڭپۇڭ بولۇپ، بالا ئوغۇل تۇغۇلسا، مىزاجى ۋە خۇي - پەيلىدە ئەرلىك خۇسۇسىيەت كەم بولۇر، بەزىدە ئاياللارنىڭ خۇيىنى ۋە ئايالچە قىلىقلارنى قىلۇر، ئاياللارغا ئوخشاش كىيىنىشنى ۋە سۆزلەشنى ياخشى كۆرەر. بالا قىز بولسا، مىزاجى ۋە خۇي - پەيلىدە ئايالىق خۇسۇسىيەت كەم بولۇر، بەزىدە ئەرلەردەك قىلىقلارنى قىلۇر. ئەرلەرچە سۆزلەر، ئەرەنچە كىيىملەرنى كىيىشنى ياخشى كۆرەر. ھەتتا بەزىلىرى ھەيز كۆرمەس، كۆرگەن تەقدىردىمۇ ئاز كۆرۈر، ساقال - بۇرۇت چىقار. بۇنداق كىشىلەر پەرزەنتلىك بولسا قوش جىنسلىق تۇغۇلۇپ قالىدىغان ئەھۋاللار بولۇر.»

بۇنداق تۇغۇلغان بالا ئەرەب تىلىدا «خۇنسا» دەپ ئاتىلۇر. بۇنداق كىشىلەرنىڭ ئەرلىك ۋە ئايالىق جىنسىي ئەزاسى بولۇر. بەزىسىنىڭ زەكىرى ۋە ئۇرۇقدىنى كىچىك بولۇر. مەنىي قاچسىنىڭ ئېغىزى ئىچى تەرەپكە مايىل بولۇر. مەنىي قاچسى تولۇپ، ھارارىتى ئاشسا ھەۋىسى قوزغىلۇر. زەكىرى قوزغالسا مەنىيسى ئىچىگە يۇرۇر. چۈنكى ئۇلارنىڭ مەنىي قاچسىنىڭ ئېغىزى ئىچى تەرەپكە ئېچىلغان بولۇر.

بۇنداق كىشىلەر ۋىجدانسىز، ھاياسىز كېلۇر. باشقىلارنىڭ زەكىرىنى سىيلاپ قوزغىتىپ لەززەت ئالۇر، بۇ چاغدا ئۇلاردا غىدىقلىنىش پەيدا بولۇر. مەنىي قوزغىلۇر. مۇشۇ خىل ئۇسۇل بىلەن ئۇلاردا مەنىي كېلىپ ھۇزۇرلىنىش خاھىشى پەيدا بولۇر ۋە شۇنىڭغا ئادەتلىنىپ قالۇر. بۇ ئەھۋال ئەرەبچە «ئوبنە» دەپ ئاتىلۇر.

سەۋەبى

خۇۋاجە ئەبۇ ئەلى ئىبن سىنا (ئاللا ئۇنىڭغا رەھمەت قىلسۇن) مۇنداق دېگەن: «نامەردلىك كىسەللىكى مىزاج بىلەن مۇناسىۋەتسىز، چۈنكى، كۆپ كىشىلەر بارىكى، مىزاجى سۇس، بىلەغۇ قۇۋۋىتى ئاجىز بولسىمۇ، ئۇلاردا بۇ كىسەللىك بولمايدۇ. بەلكى بۇ كىسەللىك كۆپىنچە كىچىك ۋاقتىدا يامان ئىشلارنى ئۆگىنىپ قالغانلىق سەۋەبىدىن جىما شەھۋىتى بالدۇر يېتىلگەن بولىدۇ، بۇنىڭغا ئەگىشىپ جىنسىي ئەزالارنىڭ مەنىي ئىشلەش ئىقتىدارى كۈچىيىپ، مەنىي كۆپەيگەن كىشىلەردە كۆرۈلۇر. بۇنداق كىشىلەرنىڭ مەنىسى كۆپ بولسىمۇ، زەكىرى، يۇرىكى ئاجىز بولۇر، چوڭ بولغاندا جىمانى كۆپ ئارزۇ قىلۇر. ئەمما جىماغا يارىماس، شۇ سەۋەبتىن باشقىلارنىڭ جىما قىلغىنىنى كۆرۈپ ھۇزۇر ئېلىشنى ياخشى كۆرەر. ھەتتا بەزىدە ئۆزىمۇ شۇنداق بولۇشنى ئارزۇ قىلۇر.»

ئالامىتى

ئەرلىك قۇۋۋىتى ئاجىز بولۇر، يەنى زەكەر قوزغالماس، ئەمما جىمانى كۆپ ئارزۇ قىلۇر. باشقىلارنىڭ زەكىرىنى قوزغىتىپ ئويناشنى، باشقىلارنىڭ جىما قىلىشقىنىنى كۆرۈشنى ۋە ئۆزىگە جىما قىلدۇرۇشنى ئارزۇ قىلۇر.

داۋالاش

ئەبۇ ئەلى ئىبن سىنا: «بۇ كىسەللىكە دورا بىلەن ئىلاج قىلمەن دېيىش نادانلىقتۇر، چۈنكى، كىسەللىك تەندە ياكى مىزاجدا ئەمەس، بەلكى خىيالدىدۇر. شۇنىڭ ئۈچۈن، بۇنداق بىمارنى دورا بىلەن داۋالاش ئەمەس، بەلكى پسىخىكا جەھەتتىن داۋالاش زۆرۈردۇر. ئەگەر دورا بىلەن داۋالاشقا تېگىشلىك دەپ قارالسا، ھېسسىياتنى پەسەيتىدىغان دورىلارنى ئىشلەتسە بولۇر» دېگەن.

مۇھەممەد زىكىريا: «بۇنداق بىمارغا ئىلاج قىلىشتا بىمارنى سوغۇق يەردە ئولتۇرغۇزۇپ، چىگە تۆشۈككە سۈگەت يوپۇرمىقى، قىزىلگۈل بەرگى سېلىپ ياتقۇزغاي، بىمارنىڭ بېلىگە

قوشۇغۇن، بوز رەختكە ئورالغان مۇزنى تاڭغاي.» دېگەن.

ئۇ يەنە مۇنداق دېگەن: «مەن بىر كىشىنى كۆرگەن ئىدىم، كەچتە ياتسىلا ھېسسىياتى قوزغىلىپ قالاتتى، مەن ئۇنىڭغا مۇز بىلەن شىياق تەييارلاپ ئىشلىتىشنى بۇيرۇۋېدىم، شۇ كېچىسى تىنچ ئۇخلىدى، باشقا ئېھتىياجى قالمىدى.»

ئۇ يەنە مۇنداق دېگەن: «بۇنداق بىمارغا مەنىيسىنى ئازايتىدىغان ۋە ھېسسىياتىنى پەسەيتىدىغان دورىلارنى ئىشلەتكەي. مۇزدىن تەييارلانغان شىياق بەدەن قۇۋۇتى كۈچلۈك بولغان كىشىلەرگىلا ئىشلىتىلۇر. ئۇنداق بولمىغاندا زەرەر قىلۇر.»

مەزكۇر دورىنىڭ نۇسخىسى قۇرۇق نېلۇپەر يىلتىزىدىن 30 گىرام، كاھۇ ئۇرۇقى، كاسنە ئۇرۇقىدىن 10 گىرامدىن، يۇمغاقسۈت ئۇرۇقىدىن يەتتە گىرام ئېلىپ، ھەممىسىنى بىرلەشتۇرۇپ سوقۇپ، سۈزۈپ تەييارلاپ، 15 مىللىلىتىر مۇۋاپىق قويۇقلۇقتىكى سىركە بىلەن بىرلىكتە 10 گىرامدىن كاپ ئەتكۈزگەي. بىمار سىركە بىلەن ئىچىشنى خالىمىسا، سوغۇق سۇ بىلەن ياكى گۈلاب بىلەن ئىچكۈزگەي.

ئۇزۇم شىرىسى بىلەن ھۆقنە قىلغاي. مۇھەممەد زىكرىيا: «بىر ياكى ئىككى قېتىم ھۆقنە قىلىنسا كۈپايە قىلۇر» دېگەن.

ئون سەككىزىنچى باب جىمادا چوڭ تەرەت مېڭىپ كېتىش توغرىسىدا

سەۋەبى

بۇ، جىمادىن كۆپ لەززەتلىنىش، جىماغا كۆپ بېرىلىش ۋە مەقئەت مۇسكۈلىنىڭ سۈسلۇقى قاتارلىق سەۋەبلەردىن پەيدا بولۇر.

ئالامىتى

بەزى كىشىلەردە جىما قىلىپ مەنىي قويۇپ بېرىدىغان ۋاقىتدا مەقئەتتىن ئىختىيارسىز تەرەت مېڭىپ كېتىدىغان ئەھۋاللار كۆرۈلەر، بۇ خىل ئەھۋال كۆپىنچە بەدىنى سېمىز كىشىلەردە كۆپ يۈز بېرەر.

داۋالاش

قابىز خۇسۇسىيەتلىك زىماتلار ۋە ياغلارنى ئىشلەتكەي، بۇنىڭ ئۈچۈن ناردىن يېغى،

ئۇبهەل يېغىنى ئىشلەتسە مەنپەئەت قىلۇر.

تۆۋەندىكى زىماتنى مەقئەتكە چاپقاي:

نۇسخىسى رامەك، موزا، ئانارگۈلى، كۈندۇر قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، قائىدە بويىچە شىياق تەييارلاپ، جىما ۋاقتىدا مەقئەتكە سالغاي.

بۇ، مېڭە ۋە يۈرەكنى قۇۋۋەتلەر، بىمار قايتىز خۇسۇسىيەتلىك تائاملارنى يېگەي.

ئون توققۇزىنچى باب زەكەرنى چوڭايتىش تەدبىرلىرى توغرىسىدا

نەم يەرلەرنى كولىغان ۋە كۆل چاپقان ۋاقىتلاردا لاي ـ توپىنىڭ ئارىسىدىن چىقىدىغان، ئەرەبچە «خەراتىن» دەپ ئاتىلىدىغان بىر خىل قىزىل قۇرت بولۇپ، ئۇنىڭدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، ئىچىدىكى لايلىرىنى تازىلاپ قۇرۇتقاي، سوقۇپ، تاسقاپ، كۈنجۈت يېغى بىلەن مەلھەم قىلىپ زەكەرگە چاپقاي. چېپىشتىن بۇرۇن زەكەرنى بىرەر يېرىك نەرسە بىلەن تاتىلاپ قىزارتقاندىن كېيىن چاپقاي.

زۇلۇك قۇرتىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، ئىچىنى تازىلاپ سايىدا قۇرۇتۇپ، ئۇنىڭدىن كېيىن سوقۇپ، جويۇز يېغى بىلەن مەلھەم قىلىپ، زەكەر يۇقىرىدىكى ئۇسۇل بىلەن قىزارتىلغاندىن كېيىن ئۈستىگە چاپقاي.

زەكەرنى يېرىك نەرسە بىلەن تاتىلاپ قىزارتقاندىن كېيىن يېڭى سۈت، بولۇپمۇ قوي سۈتىنى سۇركەپ، ئۈستىدىن زۇپتى رۇمنى چاپقاي.

بادروج (ياۋا رەيھان) سۈيىنى سقىپ چىقىرىپ، ئىسسىق تەبىئەتلىك مۇناسىپ ياغلار بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ زەكەرگە سۈركىگەي.

يىگىرمىنچى باب جىمادا لەززەت پەيدا قىلىدىغان نەرسىلەر توغرىسىدا

زەنجۈبىل مۇرابباسىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، ئۇنىڭغا مۇقەلدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ، جىمادىن ئىلگىرى شۆلگەي بىلەن ئېرىتىپ، زەكەرگە سۈركەپ قۇرۇغاندىن

كېيىن جىما قىلسا، ئەر - ئايال ھەر ئىككى تەرەپنىڭ لەززىتىنى زىيادە قىلۇر.

كاۋاۋىچىن، ئاقىرقەرھا، ھىڭ قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، سوقۇپ ئارىلاشتۇرۇپ، جىمادىن ئىلگىرى مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، شۆلگەي بىلەن سۈيۈلدۈرۈپ، زەكەرگە سۈركەپ، قۇرۇغاندىن كېيىن جىما قىلسا، ھەر ئىككى تەرەپكە لەززەت بېغىشلار.

زەنجۈل، ئاقىرقەرھا، دارچىن قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ، مۇۋاپىق چوڭلۇقتا ھەب قىلىپ ساقلاپ قويغاي، جىمادىن بىر سائەت ئىلگىرى شۆلگەي بىلەن سۈيۈلدۈرۈپ، زەكەرگە سۈركەپ، قۇرۇغاندىن كېيىن جىما قىلسا، ھەر ئىككى تەرەپكە لەززەت بېغىشلار.

يىگىرمە بىرىنچى باب ئاياللارنىڭ پەرجىنى قىزىتىش تەدبىرلىرى توغرىسىدا

بۇنىڭ ئۈچۈن تۆۋەندىكى مەلھەم سىناقتىن ئۆتكەن:

نۇسخىسى زەپەر بىلەن ئامىلە جەۋھىرىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى مۇسەللەس بىلەن سۈيۈلدۈرۈپ، بىر پارچە رەختكە سۈرۈپ، پىلتە قىلىپ پەرجىگە قويغاي.

ئۈزۈم ئۇرۇقىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، يەسمەن يېغى بىلەن مەلھەم قىلىپ، ئۇنىڭ بىلەن پىلتە ياساپ پەرجىگە قويغاي.

يىگىرمە ئىككىنچى باب ئاياللارنىڭ پەرجىنى كىچىكلىتىش ۋە قۇرۇتۇش توغرىسىدا

ئۇدخام، ئامىلە جەۋھىرى، رامەك، زەنجۈل، ئاقاقيا، قەلەمپۇر، پىياز قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، سەۋسەن شارابى بىلەن مەلھەم قىلىپ، يۇڭغا مىلەپ پىلتە تەييارلاپ پەرجىگە قويغاي.

خام موزا بىلەن ئىزخىر چېچىكىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، رەيھان شارابى بىلەن يۇغۇرۇپ مەلھەم قىلىپ، يۇڭ رەختكە سۈرۈپ پىلتە تەييارلاپ، ئايال كىشىنىڭ

پەرجىگە قويغاي، ھەر سائەتتە بىر قېتىم يېڭىلاپ تۇرغاي، بۇ، ئايال كىشىنى گويا قىزلىق ھالىتىگە كەلتۈرەر.

يىگىرمە ئۈچىنچى باب قانداق ۋاقىتتا ۋە قانداق ھالەتتە جىما قىلسا ياخشى بولىدىغانلىقى توغرىسىدا

جىمانىڭ ئەڭ ياخشى ۋاقتى تاڭ ئاشقازاندىن ئۆتۈپ بىرىنچى ۋە ئىككىنچى ھەزىم تامام بولغان ۋاقىتتۇر. چۈنكى ئۇ چاغدا بەدەن ھەزىم مەشغۇلاتىدىن بوشار، يېمەكلىكنىڭ ئوزۇقلۇق قىسمى بەدەنگە تارقاشقا باشلار، ھەربىر ئادەمنىڭ ئاشقازىنىنىڭ ھەزىم قۇۋۋىتى ئوخشاش بولمىغاچقا، بەزىلەرنىڭ تېز، يەنە بەزىلەرنىڭ ئاستا ھەزىم بولۇر، شۇ سەۋەبتىن تاڭامنىڭ ھەزىم بولۇش ۋاقتىغا ئېنىق بولغان مۇددەت بەلگىلەش تەس بولۇر، شۇنىڭ ئۈچۈن ئىككىنچى ھەزىمنىڭ تامام بولغانلىقى تەخمىن قىلىنغاندىن كېيىن جىما قىلسا بولۇر، مەسىلەن: پېشىن ۋاقتى (تەخمىنەن چۈشتىن كېيىن سائەت 1:40 لەرگە توغرا كېلۇر) دا تاڭام يېيىلگەن بولسا، كەچتە ئۇخلاش ۋاقتىدا جىما قىلسا مۇۋاپىق بولۇر، چۈنكى، كېچىدە بەدەن قۇۋۋىتى خورىماس، مەنىنىڭ بالياتقۇ (بەچىدان) غا ئورۇنلىشىشغا قولايلىق شارائىت يارىتىلۇر.

ئەبۇ ئەلى ئىبن سىنانىڭ ئېيتىشىچە، بەزىلەر بارلىق ھەزىم پائالىيىتى تاماملىنىپ بولغۇچە جىما قىلماسلىقنى خوپ كۆرگەن.

يەنە بىر شەرت شۇكى، مەنىي قاچسى تولۇپ، جىنسىي ھېسسىياتى ھەقىقىي قوزغالغان، ئومۇمىي بەدەننىڭ ئەھۋالى ياخشى بولغاندا جىما قىلغاي، ھېسسىياتنىڭ ھەقىقىي قوزغىلىشى قاراش ۋە سۆزلەشتىن ھۇزۇر ئېلىش، بۇنىڭ بىلەن مەنىي مېڭىپ كەتمەسلىكتىن ئىبارەت. بەزىدە مەنىنىڭ ئاسان يۇرۇپ كېتىشى بەدەننىڭ قۇۋۋەتلىكلىكى، مەنىنىڭ كۆپلۈكىدىن بولۇر، ئۇ، ھېسسىياتنىڭ ھەقىقىي قوزغىلىشىغا ئالامەت قىلىنمايدۇ.

ئاشقازان توق ياكى ئاچ ۋاقتتا، سۇرگە ئىچكەن، قەي قىلغان، قان ئالدۇرغان، تەرلەنگەن، ئېغىر ئەمگەك قىلغان، ھېرىپ - چارچىغان، غەم - ئەندىشە قىلغان، ئۇيقۇسىز قالغان ۋاقىتلاردىن كېيىن جىما قىلمغاي. چۈنكى، بۇنداق ۋاقىتلاردا خام خىلىت ئومۇمىي بەدەنگە تەكشى تارقىغان بولۇپ، بۇ ۋاقتتا جىما قىلىنسا، ماددىلارنى تېخىمۇ قوزغىتىپ، ئۇنىڭ بۇخاراتىنىڭ مېڭىگە

ئۆرلىشىگە سەۋەبچى بولۇر.

قۇرۇق مىزاجلىق كىشىلەر تومۇز ئىسسىقتا، قەھرىتان سوغۇقتا جىما قىلمىغاي، بۇنداق شارائىتلاردا جىما ھېسسىياتى قوزغىلىپ قالسا، ئىسسىقتا جىما قىلىش سوغۇقتا جىما قىلغاندىن ياخشىراقتۇر.

كۆپ جىما قىلىنغاندىن كېيىن، بەدەنگە قۇۋۋەت بولىدىغان مۇناسىپ شەربەتلەردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئىچكەي، جىمادىن كېيىن سوغۇق سۇ، سوغۇق شەربەتلەرنى ئىچىش بەكمۇ زىيانلىقتۇر، چۈنكى، بۇ چاغدا سوغۇقلۇق بەدەندىكى ئەسلىي ئىسسىقلىقنى خورىتۇر، بۇنىڭ بەدەنگە بولغان زەرەرى ناھايىتى كۆپ بولۇر.

جىمادىكى ئەڭ ياخشى بەدەن ھالىتى ئەر ئايالنى يۇمشاق كۆرپىدە ياتقۇزۇپ، پۈتۈن ئېگىزرەك كۆتۈرۈپ، ئۈستىگە چىقىپ تۇرۇپ جىما قىلىشتىن ئىبارەتتۇر. چۈنكى، شۇنداق قىلغاندا ئەر - ئايال ھەر ئىككى تەرەپنىڭ ھۇزۇر ئېلىشى ۋە مەنىنىڭ بالياتقۇغا ئورۇنلىشىشغا پايدىلىق بولۇر، ئايال كىشىنىڭ ئەر كىشى ئۈستىگە چىقىۋېلىشى ناھايىتى زىيانلىقتۇر، چۈنكى بۇنداق بولغاندا ئەرنىڭ مەنىيسىنىڭ ئېتىلىپ چىقىشى توسقۇنلۇققا ئۇچرار، ئايالنىڭ مەنىيسى ئەرنىڭ سۈيدۈك يولىغا كىرىپ كېتەر.

ھېسسىيات قوزغىلىپ مەنىي ئېتىلىپ چىقىشقا يۈزلەنگەندە، ئۇنى تىزگىنلەش ناھايىتى زىيانلىقتۇر، چۈنكى، بۇ چاغدا مەنىي قاچسىدىن قوزغالغان مەنىي سۈيۇقلۇقى مەنىي توشۇش نەيچىلىرىدە توختاپ قالۇر ۋە ۋاقىتىنىڭ ئۆتۈشى بىلەن چىرىپ، كۆپىيىش ئەزالىرىدا ياللۇغ، مۇدۇر - چاقا پەيدا قىلۇر.

ئولتۇرۇپ جىما قىلىش تىز ئاغرىقى، يانپاش ئاغرىقىنى پەيدا قىلۇر، يېنىچە يېتىپ جىما قىلىشسا، مەنىنىڭ ئېتىلىپ چىقىشى توسقۇنلۇققا ئۇچراپ، بۆرەك ئاغرىقى ۋە يىرىق ئاغرىقلىرىنى كەلتۈرۈپ چىقرار.

يىگىرمە تۆتىنچى باب قانچە كۈندە بىر قېتىم جىما قىلسا ياخشى بولىدىغانلىقى توغرىسىدا

بەزىلەر ئۇچ كۈندە بىر قېتىم جىما قىلىش مۇۋاپىق، چۈنكى، يېيىلگەن يېمەكلىك ئۇچ كۈن ئۆتمىگۈچە مەنىگە ئۆزگىرىپ بولالماس، دەيدۇ. كىشىلەرنىڭ بۇ جەھەتتىكى ئەھۋالى ئوخشاش

بولماس، شۇنىڭ ئۈچۈن، ھەربىر ئادەم ئۆزىنىڭ ئەھۋالى ۋە مۇناسىۋەتلىك ئالامەتلەرگە قاراپ ۋاقتىنى بەلگىلىسە مۇۋاپىق بولۇر، مەسىلەن: جىماغا زوقى پەيدا بولسا، زەكەر ۋە مەنىي تېز قوغالسا، جىمادىن كېيىن بەدەندە ئازادىلىك ۋە راھەت سېزىلسە، ئۇچ كۈندە بىر قېتىم جىما قىلىنسىمۇ زەرەرى بولماس. ئەگەر جىمادىن كېيىن يۈرىكى ئېگىز - پەس سوقسا، پۇت - قولى ماغدۇرسىزلانسا، مەنىي تېز يۈرۈپ كېتىش ئالامتى بولسا، بېشى ئاغرىسا، بېشى قايسا جىمانى ئاز قىلغاي، زۆرۈر بولسا مۇناسىپ دورىلارنى يېگەي.

ئەرلەر بىلەن ئەرلەرنىڭ جىمادا بولۇشى شەرىئەتتە ھارام قىلىنغان قەبىھ ئىش بولۇپ، پۈتۈن ئىنسانىيەتكە بولغان زەرەرى زور بولۇر، ئىنسانلار نەسلىنىڭ ئازىيىشىغا سەۋەب بولغۇچىدۇر، شۇنىڭ ئۈچۈن، ئۇنداق ئىشتىن ئۆزىنى تارتىش ناھايىتى مۇھىمدۇر.

يىگىرمىنچى بۆلۈم ئايالالار كېسەللىكلىرى توغرىسىدا

بۇ بۆلۈم ئۇچ قىسىمدۇر.

بىرىنچى قىسىم ھەيزگە مۇناسىۋەتلىك كېسەللىكلەر توغرىسىدا

بىرىنچى باب ھەيز توغرىسىدا

ھەيز مىقدارى، رەڭگى، ۋاقتى قاتارلىقلارنىڭ نورمال بولۇشى ئايال كىشىنىڭ ساقلىقى ۋە ياخشىلىقىغا دالالەت قىلۇر. ھەيزنىڭ داۋاملىشىش ۋاقتىنىڭ ئۇچ كۈندىن ئاز بولۇشى، پاكلىق ۋاقتىنىڭ 15 كۈندىن تۆۋەن بولۇشى نورمالسىزلىق بولۇپ، بەدەندە بىرەر كېسەللىكنىڭ بارلىقىدىن دېرەك بېرىدۇ. ئادەتتىكىدەك ۋاقتىتتىن ئىلگىرى - كېيىن كېلىشى ياكى تۇيۇقسىز توختاپ قېلىشى، رەڭگىنىڭ تۇتۇق بولۇشى ھەيز تۇتۇلۇش كېسەللىكى باشلانغانلىقىدىن دېرەك بېرەر.

ھەكىم سابىت بىن قۇررىنىڭ ئېيتىشچە، ھەيزنىڭ باشلىنىشى 10 ~ 14 ياشقىچە، توختاش ۋاقتى 35 ~ 60 ياشقىچە بولىدىكەن.

ھەيزنىڭ داۋاملىشىشى ئاز بولغاندا 2 ~ 3 كۈن، كۆپ بولغاندا يەتتە كۈن بولۇر، بۇ جەھەتتە شەرىئەت ئۆلىمالىرىنىڭ سۆزىگە ئاساسلىنىش زۆرۈردۇر، چۈنكى ئۇلار ھەيزنىڭ نامازغا بولغان چەكلىمىسىنى ئېنىقلاش ئۈچۈن، ئۇنىڭ ۋاقتىنى ناھايىتى ئىنچىكە ھېسابلايدۇ.

ئىمام ئەزەم رەھمىتۇللا ئەلەيھى ۋە ئۇنىڭ ئەگەشكۈچىلىرىنىڭ كۆزقارىشىدا ھەيزنىڭ

داۋاملىشىش ۋاقتى ئاز بولغاندا ئۇچ كۈن، كۆپ بولغاندا 10 كۈن بولىدۇ. ئىمامى شافئىي رەھمەتۇللا ئەلەيھى ۋە ئۇنىڭ ئەگەشكۈچىلىرىنىڭ كۆزقارىشىدا ھەيزنىڭ داۋاملىشىش ۋاقتى ئاز بولغاندا بىر كۈن، كۆپ بولغاندا 10 كۈن بولىدۇ.

ئاياللارنىڭ پاك ۋاقتى ئىمام ئەزەم رەھمەتۇللا ئەلەيھى ۋە ئۇنىڭ ئەگەشكۈچىلىرىنىڭ كۆزقارىشىدا ئاز بولغاندا 15 كۈن بولىدۇ، ئىمامى شافئىي رەھمەتۇللا ئەلەيھى ۋە ئۇنىڭ ئەگەشكۈچىلىرىنىڭ كۆزقارىشىمۇ يۇقىرىدىكى بىلەن ئوخشاش. ئىبنى ئەبى ئوسماندىن رىۋايەت قىلىنىشچە، پاكلىقنىڭ تۆۋەنى 19 كۈن بولىدىكەن. چۈنكى، قۇرئاندا ئايال كىشىنىڭ ھەيزدىن پاك بولۇشىنىڭ بىر ئاي بولىدىغانلىقى ئېيتىلغان ئىكەن.

يۇقىرىدىكىلەرنى ئومۇملاشتۇرغاندا، ھەيزنىڭ داۋاملىشىش ۋاقتىنى كۆپ بولغاندا 10 كۈن، پاكلىق ۋاقتىنى 19 كۈن دەپ قاراش توغرا بولىدۇ. چۈنكى، بىر ئاي 29 كۈن بولىدۇ.

قالغىنىنى ئاللا ئوبدان بىلۇر.

ئىككىنچى باب ھەيز كۆپ كېلىش توغرىسىدا

تونۇش ئۇ، بەدەندىكى كېرەكسىز ماددىلارنىڭ جىنسىي يول ئارقىلىق قان شەكلىدە تازىلىنىشىدىن ئىبارەت. ھەيزدىن پاكلانغاندىن كېيىن بەدەن ئارام ئالۇر، ئەگەر ھەيز قورساق ئاغرىش بىلەن كەلسە، ئۇ، ھەيز ئاغرىتىپ كېلىش دەپ ئاتىلۇر.

سەۋەبى بۇ، بالىياتقۇ بىلەن قاندىكى مەلۇم ئىللەتلەر سەۋەبىدىن بولۇر، بالىياتقۇدىكى ئىللەتتىن بولغان بولسا، تۆۋەندىكىدەك ئالتە خىل بولۇر:

1. بالىياتقۇ ياكى ئۇنىڭ قان تومۇرلىرىدىكى زەئىپلىك، بالىياتقۇ مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشىدىن پەيدا بولۇر.
2. بالىياتقۇدا مەلۇم يارا پەيدا بولغان سەۋەبتىن بولۇر.
3. بالىياتقۇدا بوۋاسىر چىققان سەۋەبتىن بولۇر.
4. بالىياتقۇغا مۇدۇر ـ چاقىلارنىڭ چىقىشىدىن بولۇر.
5. بالىياتقۇنىڭ مەلۇم سەۋەبلەر بىلەن يېرىلىشىدىن بولۇر.
6. بالىياتقۇ قان تومۇرلىرىنىڭ يېرىلىشى سەۋەبىدىن بولۇر.

قان تومۇرلارنىڭ يېرىلىشى ئىچكى ـ تاشقى ئاممىلارنىڭ تەسىرى، بالىياتقۇ مىزاجىنىڭ ھۆل سوغۇقتىن بۇزۇلۇشى بىلەن قان تومۇر دىۋارىنىڭ نېپىزلىشىشى، بالىياتقۇ مىزاجىنىڭ قۇرۇق ئىسسىق ياكى قۇرۇق سوغۇقتىن بۇزۇلۇشى بىلەن بالىياتقۇ قان تومۇرلىرىنىڭ چۈرۈكلىشىشى،

ئېگىز يەرلەردىن يىقىلىش، تاسادىپىي بىرەر ھادىسىگە ئۇچراش، قىيىن تۇغۇت قاتارلىق سەۋەبلەردىنمۇ بولۇر.

قاندىكى ئىللەت سەۋەبىدىن پەيدا بولغان بولسا، ئۇ ئىككى خىل بولۇر.

بىرى، قانىنىڭ كۆپلۈكىدىن بولۇر، ئۇ ئىككى خىل بولۇر. بىرى، بەدەن قۇۋۋەتلىك، قانىنى ئىشلەپچىقىرىشى ياخشى بولۇر، شۇ سەۋەبتىن بەدەندىكى قانىنىڭ مىقدارى ئېشىپ كېتەر، بەدەن سەمرۇر، بۇنىڭ بىلەن بەدەننى باشقۇرغۇچى تەبىئىي قۇۋۋەت قانىنىڭ ئارتۇق قىسمىنى ھەيز ئارقىلىق بەدەن سىرتىغا چىقىرۇر، يەنە بىرى، گەرچە بەدەندىكى قانىنىڭ مىقدارىدا نورمال بولسىمۇ، ئەمما قان تومۇرلار ئىنچىكە ياكى نېپىز بولغاچقا، قانىنىڭ كۆچىگە بەرداشلىق بېرەلمەي يېرىلۇر، بۇنىڭ بىلەن ھەيز كۆپ كېلىش ئالامتى كۆرۈلۇر.

يەنە بىرى، قانىنىڭ سۇيۇقلۇقىدىن بولۇر.

بۇمۇ ئىككى خىل بولۇر. بىرى، قانغا ھارارەت تەسىر قىلىش بىلەن قان ئۆتكۈر، ئۇچۇچان بولۇر، بۇنىڭ بىلەن قانىنىڭ سىرغىپ چىقىش خۇسۇسىيىتى ئاشۇر، يەنە بىرى، قانغا ھۆللۈك، سۇيۇقلۇق قوشۇلۇپ قانىنى سۇيۇلدۇرار.

ئالامتى

مەلۇم بولغايكى، ھەيز قېنىنىڭ مىقدارى ئاز، سۇيۇق بولسا، ئۇ، قان كېلىدىغان يوللارنىڭ ئىنچىكە ۋە تار ئىكەنلىكىنى بىلدۈرەر، بۇ يوللار چوڭ بولسا، قان كۆپرەك، قويۇقراق كېلۇر، بىرنەچچە كۈنگىچە بىر خىل ھالەتتە كەلگەندىن كېيىن مىقدارى ئازلار ۋە سۇيۇلار، بۇ، قان كېلىدىغان يولنىڭ تەدرىجىي تاريىشقا باشلىغانلىقىنى بىلدۈرەر.

قان كۆپ ئاقسا، بەدەننىڭ قۇرۇقلۇقى ئاشۇر، بەدەن زەئىپلىشەر، بۇنىڭغا ئەگىشىپ بەدەنده ئوخشىمىغان كېسەللىكلەر پەيدا بولۇر، مەسىلەن: ھەزىم ناچارلىشار، ئىشتىھا تۇتۇلار، بەدەن رەڭگى خۇنۇكلىشەر، مەلۇم دەرىجىده يالليۇغ پەيدا بولۇر، ئۇ كېيىن سۇلۇق ئىششىقنى پەيدا قىلۇر.

يەنە بىرى، قان كۆپ كەلسە، بەدەندىكى سەپرانىڭ مىقدارى ئاشۇر، سەپرالىق قىزىتما پەيدا بولۇر، بىمار توڭلاپ تىترەر، قىزىتما سەۋەبىدىن ئىشتىھاسى تۇتۇلۇر، بېلى ئاغرىپ، پەيلىرى تارتىشار، بىمارنىڭ يانپاش پېيى تارتىشسا، قان تېخىمۇ كۆپ كېلۇر، ھاملىدار بولغاندىن كېيىن بويىدىن ئاجراش ئېھتىمالى بولۇر، بۇ ھەقتە ساقلىقنى ساقلاش بايانىدا چۈشەنچە بېرىلدى.

ئەگەر ھەيز قېنىنىڭ كۆپ كېلىشى بەدەننىڭ ئېھتىياجىدىن بولسا، ئۇنىڭ ھېچقانداق زەرەرى بولماس، بەلكى بەدەن ئۇنىڭدىن راھەتلىنەر، بۇنداق ھالەت كۆپ ھاللاردا ياخشى ئۇزۇقلانغان، جاپا تارتمىغان كىشىلەردە كۆرۈلەر، بۇ چاغدا بەدەنده قانىنىڭ قېيىپ قالغانلىقىغا ئالاقىدار ئالامەتلەر بىرگە بولۇر، ھەيز بەزىده ئاغرىتىپ كېلۇر.

بەزىدە قانغا بەدەندىكى خىلىت ئارىلاشقان بولۇر، قايسى خىلىت ئارىلاشقانلىقىنى بىلىشنىڭ ئۇسۇلى شۇكى، كەچتە پاكىز لاتىنى پەرجىگە قويۇپ قويغاي، ئەتىسى ئېلىپ سايىدا قويۇپ، قۇرۇغاندىن كېيىنكى رەڭگى سېرىق بولسا سەپرا خىلىتىغا، سۇ رەڭگىدە، ئاققا مايىل بولسا بەلغەم خىلىتىغا، كۆكۈچ، قارامتۇل بولسا سەۋدا خىلىتىغا دالالەت قىلۇر. ئۇنىڭدىن باشقا، بىمارنىڭ تېرە رەڭگى، ئۆتمۈش تارىخى قاتارلىقلارمۇ بەدەندىكى خىلىتقا دالالەت قىلۇر.

ھەيز قېنىنىڭ كۆپ كېلىشى بالىياتقۇدىكى يارا سەۋەبىدىن بولسا، قانغا يىرىڭ ئارىلاشقان بولۇر، ئاغرىتىپ كېلۇر، يارىنىڭ ئالامەتلىرى بىرگە بولۇر، يارا كونا بولسا، قانىنىڭ ئۆتكۈرلۈكىدىن يارا يېرىلغان بولسا، قارامتۇل يىرىڭ كېلۇر ۋە شارابنىڭ لېيغا ئوخشار، بەزىدە قان سۈيۇق ھەم قارا بولۇر، يېرىلغان يارا بالىياتقۇ ئېغىزىدا بولسا، قان بەك قارا بولماس ھەم يارىنى قول بىلەن تۇتۇپ بىلگىلى بولۇر.

قانىنىڭ كۆپ كېلىشى، بالىياتقۇدىكى بوۋاسىر، قىچىشقاق، مۇدۇر - چاقا سەۋەبىدىن پەيدا بولغان بولسا، شۇنىڭغا ئالاقىدار بولغان ئالامەتلەر كۆرۈلۈر، ھەيز مەزگىلى باشلانسا ھەيز قېنى كېلۇر ۋە بۇرۇنقىغا قارىغاندا مىقدارى كۆپىيىپ قالۇر، ھەيز مەزگىلى ئۆتۈپ كەتكەندىن كېيىن، بوۋاسىر ۋە باشقا سەۋەبلەردىن كېلۇر، قانىنىڭ مىقدارى ئازىيىپ قالۇر.

بەدەندە قان قېيىپ قالغانلىقتىن بولسا، قان بىر خىل ئۇلۇغلۇقتا كېلۇر، بوۋاسىرنىڭ قېنى قارا كېلۇر، بوۋاسىر باش ئاغرىقى ۋە جىگەر ئاغرىقىدىن خالىي بولماس، قان ئاققاندىن كېيىن مەزكۇر كېسەللىك يەڭگىللەپ قالۇر.

ھەيزنىڭ كۆپ كېلىشى بالىياتقۇ تومۇرلىرىنىڭ يېرىلىشىدىن بولسا، قانىنىڭ رەڭگى ئوچۇق قىزىل بولۇر، بالىياتقۇدا ئاغرىق بولماس، ئەمما بىمارنىڭ بېشى ئاغرىپ، كۆڭلى ئېلىشار، چۈنكى بالىياتقۇنىڭ ئاشقازان ۋە مېڭە بىلەن شېرىكچىلىكى بولۇر، قان كۆك قان تومۇر (ۋەرد) دىن كەلسە، قانىنىڭ رەڭگى قارا بولۇر، شىريان (قىزىل قان تومۇر) دىن كەلسە، قان رەڭگى قىزىل، ئىسسىق، مىقدارى ئاز، رەڭگى ئوچۇق رەڭدە بولۇر.

ھەيزنىڭ كۆپ كېلىشى قېيىن تۇغۇت سەۋەبىدىن پەيدا بولغان بولسا، ئۇنىڭغا مۇناسىۋەتلىك ئالامەتلەر كۆرۈلەر.

قانىنىڭ ئۆتكۈرلۈكى ۋە ئىسسىقلىقىدىن بولسا، بىمارنىڭ بەدىنى قىزىپ، ئۇسسۇزلۇق كۆپ بولۇر.

قانىنىڭ غالىبلىقىدىن بولسا، بىمار تېرىسىنىڭ رەڭگى قىزىل بولۇر، كېسەللىك تارىخى ئۇنىڭغا گۇۋاھلىق بېرەر.

قانىنىڭ سۇيۇقلۇقىدىن بولسا، قان ئىسسىق بولماس، رەڭگى سۇسراق بولۇر، بەزىدە خۇددى زەرداب سۇغا ئوخشاش سۇيۇقلۇق ئېقىپ تۇرار.

داۋالاش

بەدەندىكى تەبىئەت كۈچىنىڭ ھەيدىشى ياكى بەدەن قان تومۇرلىرىنىڭ زەئىپلىكىدىن بولسا، قان توختىماس، قان كۆپ ئېقىپ، بىمارنىڭ پۈت - قوللىرى ماغدۇرسىزلانسا، تېرىسى سارغايسا، ئەھۋالغا قاراپ تۇرۇپ توختىتىشقا چارە قىلغاي، ماددىلارنىڭ قېيىپ قېلىش ھالىتىنى پەسەيتىش، قاننى ئازايتىش ئۈچۈن، ئاز مىقداردا قان ئالغاي، بۇنىڭدىن باشقا ئىلاجغا ئېھتىياج چۈشمەس.

قاننىڭ ئۆتكۈرلۈكى ۋە ئىسسىقلىقىدىن بولسا، دەسلەپتە بەدەننى سېرىق ھېلىلە، شاھتەررە قاياناتمىسى بىلەن تەنقىيە قىلغاي (تازىلىنىدۇ)، چۈنكى ئۇلاردا قابىزلىق بولۇش بىلەن بىرگە ھارارەتنى پەسەيتىش خۇسۇسىيىتىمۇ بار، بەزى تېۋىپلار بەدەننى تەنقىيە قىلىپ بولغاندىن كېيىن، بۆرە جىگىرى، مەجۇنى ئاساناسىيا بېرىلىدۇ، دېگەن.

مەجۇنى فۇلۇنىيادىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، ئاس دەرىخىنىڭ ھۆل يوپۇرمىقىنىڭ سۈيى بىلەن ئېرىتىپ شىياق تەييارلاپ، بالىياتقۇغا قويغاي. قورساقتا ئاغرىق بولسا، بۆرە جىگىرى بېرىلمەس.

سابىت بىن قۇررە: «بەزرۇلبەنجىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، باراۋەر مىقداردىكى قەنت بىلەن سوقۇپ تالقان قىلىپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە بەش گىرامدىن ئۇدا ئۈچ كۈن كاپ ئەتكەي» دېگەن.

ئانارگۈلى، گىل ئەرمىنى، كۆيدۈرۈلگەن بۇغا مۈڭگۈزى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، سېمىزئوت يوپۇرمىقىنىڭ سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ، مۇۋاپىق مىقداردا يېگەي. قىزىلگۈل ئۇرۇقى، قارا كۆكنار ئۇرۇقىنى سوقۇپ، سىركە بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مۇۋاپىق مىقداردا كاپ ئەتكەي.

مەجۇنى بۇسۇد، قۇرسى شەب يەمەنى مەنپەئەت قىلۇر.

مەجۇنى بۇسۇدنىڭ نۇسخىسى يۇيۇلغان بۇسۇد (بىخ مارجان)، كەھرىۋا، لايىقلاشتۇرۇلغان ئاچچىق تاش (زەمچە)، يۇيۇلغان شادىنەج ئەدەسى، خۇنسىياۋشان، گىل ئەرمىنى، گىل مەختۇم، ئانارگۈلى قاتارلىقلاردىن بارلۇھەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، بېھى سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ، سۇماق سۈيى ياكى سېمىزئوت سۈيى بىلەن قوشۇپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە 10 گىرامدىن ئىستېمال قىلغاي. مەزكۇر دورىلارنى مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ، بۇ سۇدا بىمارنى ئولتۇرغۇزغاي ياكى زىمات تەييارلاپ، يەرلىك ئورۇنغا چاپقاي.

تۆۋەندىكى شىيافنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى سۈرمە، ئانارگۈلى، جۈپتى بەللۇت قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، ھۆل ھەببۇلئاس سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ، قائىدە بويىچە شىياق تەييارلاپ ئىشلەتكەي.

تۆۋەندىكى شىيافنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى ئامىلە جەۋھىرى، موزا، ئاقاقىيا، كۈندۈر، سۆئىدى، فۇپەل قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، ھۆل ھەببۇلئاس سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ، قائىدە بويىچە شىياق تەييارلاپ ئىشلەتكەي.

بىمارنىڭ ئەمچىكى ئاستىغا تىلماي لوڭقا قويغاي.

كەھرىۋانى بىر ئايال كۈنىگە 18 گىرامدىن ئۇدا ئۈچ كۈن توختاتماي يەپ بەرسە، ھەيز قېنى توختايدىغانلىقىنى ئېيتقان.

قۇرۇق قىزىلگۈل، يېسسىمۇق، ھەببۇلئاس، گاۋزىبان، مارجان شوخلا، سۇماق، جۈپتى بەللۇت، موزا، ئانار پوستى، ئاقاقىيا، تېكە ساقلى ئۆسۈملۈكى (لىھيەتۇتتىس) ئۇسارىسى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ئىستېمال قىلسىمۇ، سۇ بىلەن قاينىتىپ سۈيىدە ئولتۇرغۇزسىمۇ ياكى زىمات قىلسىمۇ ياخشى مەنپەئەت قىلۇر. قان ئالغاندىن كېيىنكى بەدەندىكى تومۇرلارنىڭ سۇسلىشىغىمۇ مەنپەئەت قىلۇر.

بىمارىدا قەۋزىيەت بولسا، نېلۇپەر شەربىتى بىلەن گۈلابنى ئىچكەي، ئىچى سۈرسە قۇرسى تاباشىرنى يېگەي.

بىمارغا قان توختىتىش ۋە قويۇلدۇرۇش رولى بولغان نەرسىلەرنى بەرگەي، مەسىلەن: سۇماق، زىرىق، غورا ئۈزۈم، يېسسىمۇق، ئانار، نىشاستە بىلەن ئېتىلگەن ئاتىلا قاتارلىقلارغا ئوخشاش غىزالارنى يېگەي. بادام، سىيادان يېگەي، يەنە كەكلىك گۆشى، بۆدۈنە گۆشى، تاغ توخۇسى گۆشى، قىرغاۋۇل گۆشى، كېيىك گۆشى قاتارلىقلارنى پىشۇرۇپ، مۇۋاپىق مىقداردا يېگەي، مېۋىلەردىن بېھى، دولانە، جىگدىنى ئىستېمال قىلغاي.

قانغا بىرەر خىلتىنىڭ ئارىلاشقانلىقى سېزىلسە، ئۇنىڭ مۇناسىپ دورىلىرىنى قوشۇپ يېگەي. بەلغەم خىلتى ئارىلاشقان بولسا، ھەببى سەكبىنەج، ھەببى مۇنتەننى يەپ، بەلغەمنى تەنقىيە قىلغاي ياكى قەي قىلغاي.

سەۋدا خىلتىنىڭ ئارىلاشقانلىقى بىلىنسە ھەببى ئىستەمخۇن، مەتبۇخى ئەفتىمۇننى ئىستېمال قىلىپ تەنقىيە قىلغاي.

ئومۇمەن قايسى خىلتتا نۇقسان كۆرۈلگەن بولسا، شۇ خىلتنى تەنقىيە قىلغاي، ئۇنىڭدىن كېيىن، داۋالغۇچى مۇناسىپ دورىلارنى ئىشلەتكەي.

ھەيزنىڭ كۆپ كېلىشى بالىياتقۇغا مۇدۇر چىقماندىن بولسا، مۇناسىۋەتلىك مۇرەككەپ دورىلارنى ئىشلەتكەي، قورۇش، سېزىمنى تۆۋەنلەشتۈرۈش، چاپلاشتۇرۇش رولى بولغان دورىلارنى ئىشلەتكەي. بالىياتقۇغا چىققان مۇدۇر تارقاق ھالەتتە بولسا، دەسلەپتە مائۇلھەسەلدىن ئىچىپ، ماددىنى تەنقىيە قىلغاي، ئارقىدىن مۇناسىۋەتلىك دورىلار بىلەن ھۆقنە قىلغاي، ئۇنىڭدىن كېيىن، قۇرۇتقۇچى، ئەت ئۇندۇرگۈچى دورىلارنى ئىشلەتكەي، مەسىلەن: سەبرە، كۇندۇر، خۇنسياۋشان، بىخ مارجان، كەھرىۋا، مۇرمەككى، شىيافى مامىيسا، نىشاستە، قەلەي ئۇپسى، رۇسۇت، مەدەستان كۇشتسى، قىزىل زاك، ئەنزىروت، تۇتىيا، كۇموش ئىقلىمىياسى قاتارلىقلارغا ئوخشاش دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، زەھەرسىزلەندۇرۇشكە تېگىشلىكلىرىنى قائىدە بويىچە زەھەرسىزلەندۇرۇپ، قائىدە بويىچە شىياق تەييارلاپ بالىياتقۇغا قويغاي. بۇ شىيافنىڭ قۇرۇتۇش رولىنى ئاشۇرۇش مەقسەت قىلىنسا، كۆيدۇرۇلگەن قەغەز، كۆيدۇرۇلگەن بۇغا مۇڭگۈزىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، سىركە بىلەن يۇغۇرۇپ مەلھەم قىلىپ، شىياق ياساپ ئىشلەتكەي.

تۆۋەندىكى مەلھەم يارىنى ساقايتىپ، يېڭى ئەت ئۇندۇرەر:

نۇسخىسى مەدەستان كۇشتسى، قەلەي ئۇپسى، ئەنزىروت قاتارلىقلاردىن بارا‌ۋەر مىقداردا ئېلىپ سالايە قىلىپ، گۈل يېغى بىلەن يۇغۇرۇپ، قائىدە بويىچە شىياق تەييارلاپ بالىياتقۇغا قويغاي.

بالىياتقۇغا چىققان مۇدۇرلار سۇلۇق بولسا ۋە ئۇنىڭدىن زەرداب ئاقسا، مەزكۇر مەلھەمگە ئاز مىقداردا زەنگار كۇشتسى قوشقاي.

بالىياتقۇدىن كاللەك گۆش چۈشسە، تۆۋەندىكى مەلھەمنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى تۇتىيادىن ئىككى ھەسسە، كۇموش ئىقلىمىياسىدىن ئۈچ ھەسسە، شادىنەج مەغسۇل، قەلەي ئۇپسى، ئەنزىروتتىن بىر ھەسسىدىن ئېلىپ، سالايە قىلىپ، موم ئېرىتىلگەن گۈل يېغى بىلەن يۇغۇرۇپ مەلھەم قىلىپ ئىشلەتكەي.

تۆۋەندىكى شىيافنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى سەبرە سۇقۇتىرى، مۇرمەككى، ئەنزىروت، خۇنسياۋشان قاتارلىقلاردىن بارا‌ۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، تۇخۇمنىڭ ئېقى بىلەن يۇغۇرۇپ، شىياق تەييارلاپ ئىشلەتكەي.

يىرىڭنىڭ بالىياتقۇ تېگىدىن كەلگەنلىكى سېزىلسە، ئۇچەيگە مۇدۇر چىقىشنىڭ بايدا سۆزلەنگەن ھۆقنىنى ئىشلەتكەي. بۆرەك، دوۋسۇن يارىسىدا سۆزلەنگەن شىيافنى پەرجىگە

قويغاي. سانجلىپ ئاغرىسا كافۇردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن ئېرىتىپ هۆقنە قىلغاي.

هەيزنىڭ كۆپ كېلىشى بالىياتقۇغا بوۋاسىر چىقىش سەۋەبىدىن پەيدا بولغان بولۇپ، بوۋاسىر بالىياتقۇنىڭ يۇقىرىدا بولسا، ئۇنىڭغا ئىلاج قىلىش تەس بولۇر. بوۋاسىر بالىياتقۇ ئېغىزىدا بولسا، ئىلاج قىلىش مۇمكىنچىلىكى بولۇر، بەزىدە بوۋاسىر دوۋساق گۆشىنى چىرىتۇر، بەزىدە دوۋساقنى تېشەر، بۇنىڭ ئىلاجى تەس بولۇر.

بالىياتقۇنىڭ مېڭە بىلەن ئالاقىسى بولغاچقا، بالىياتقۇغا كۈچلۈك دورا قىلىنسا، مېڭىنى زەھەرلەپ ئەقلىنى يوقتىتار، بەزىدە بىمار سۆزلىمەكچى بولسىمۇ، ئاۋازىنى چىقىرالمايدىغان بولۇپ قالۇر. شۇنىڭ ئۈچۈن، بالىياتقۇغا ئېهتىيات بىلەن ئىلاج قىلىپ، باشقا كېسەللىكلەر كېلىپ چىقىشىنىڭ ئالدىنى ئالغاي.

باسلىق تومۇردىن قان ئالغاي، بىمارنىڭ پاچىقى ۋە يانپېشىغا لوڭقا قويغاي، بەدەندىكى سەۋدانى تەنقىيە قىلىش ئۈچۈن، زۆرۈر بولسا قۇرسى كەھرىۋا، هەببى مۇقەللنى ئىستېمال قىلغاي. مۇقەل ئەزرەقدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، كۈدە سۈيى بىلەن ئېرىتىپ، ئۇنىڭ بىلەن قائىدە بويىچە هۆقنە قىلغاي، مۇقەللنى بەزىدە كۈدە يېغى (كۈدە سۈيى قوشۇلغان ياغ) ياكى ئۆرۈك يېغى بىلەن ئېرىتىپ هۆقنە قىلغاي.

كۈدە يېغىنىڭ نۇسخىسى كۈدىنىڭ سىقىپ چىقىرىلغان سۈيىدىن تۆت هەسسە، كۈنجۈت يېغىدىن بىر هەسسە ئېلىپ بىرلەشتۈرۈپ، سۇس ئوتتا تاكى كۈدە سۈيى تۈگەپ ياغ قالغۇچە قاينىتىپ، ئۇنىڭدىن كېيىن ئىشلەتكەي، ئۇنى بوۋاسىر ئۈچۈن ئىستېمال قىلسا ياكى يەرلىك ئورۇنغا سۈركىسە، ئوخشاشلا مەنپەئەت قىلۇر.

مۇقەل يېغىنىڭ نۇسخىسى مۇقەلدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، ئىككى هەسسە مۇسەللەس بىلەن كۈنجۈت يېغى ئارىلاشتۇرۇپ، سۇس ئوت بىلەن تاكى مۇسەللەس تۈگەپ يېغى قالغۇچە قاينىتىپ، ئۇنىڭدىن كېيىن ئوتتىن ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردا ئىشلەتكەي، ئەگەر مۇسەللەس بىلەن مۇۋاپىق مىقداردا قوشۇپ ئىچسە، ياخشى مەنپەئەت قىلۇر.

هەيزنىڭ كۆپ كېلىشى بالىياتقۇنىڭ يېرىلىشىدىن بولغان بولسا، ئۇ، كۆپ هاللاردا مىزاجنىڭ قۇرۇقلۇقتىن ياكى ئىسسىقلىقتىن بۇزۇلغانلىقىدىن كېلىپ چىقۇر، بۇ چاغدا مىزاجنى مۆتىدىللەشتۈرگۈچى، ئۇنىڭدىن كېيىن زەخمنى پۈتتۈرگۈچى دورىلارنى ئىشلەتكەي.

هەيزنىڭ كۆپ كېلىشى قىزلىق پەردىنىڭ زىيادە يېرىلىشى سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، ئۇنىڭغا قان تومۇرلارنىڭ نازۇكلۇقى، ئېرىنىڭ زەكىرىنىڭ چوڭلۇقى سەۋەب بولغان

بولسا، قابىز (قورۇش، قۇرۇتۇش) خۇسۇسىيەتلىك شەربەتلەرنى ئىچكەي، شۇنداق خۇسۇسىيەتكە ئىگە دورىلارنى قاينىتىپ، بىمارنى شۇ سۇدا ئولتۇرغاي. كۈنجۈت يېغىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق سۇيۇقلۇق بىلەن تەڭشەپ، بىمار ئۇنىڭدا ئولتۇرغۇزغاي ياكى پاكىز لاتا، يۇمشاق يۇڭغا ئوخشاش نەرسىلەرنى كۈنجۈت يېغىغا مىلەپ پەرجىگە قويغاي، يېڭى گۆش ئۈندۈرۈش رولى بولغان دورىلار ۋە يۇڭدىن شىياق تەييارلاپ، ئايالنىڭ پەرجىگە قويغاي. قىزلىق پەردىسىدىكى زەخمنىڭ پۈتۈشى، ئۇزۇلگەن قىل قان تومۇرلارنىڭ تۇزۇلۇشى ئۈچۈن، بىمار تىنچ ئولتۇرۇپ ئارام ئالغاي.

ھەيزنىڭ كۆپ كېلىشى قېيىن تۇغۇتتا زەخمىلىنىش ۋە مىزاجنىڭ بۇزۇلۇشى سەۋەبىدىن پەيدا بولغان بولسا، زەخىم كونا بولسا، ئۇنىڭدا ئىككى خىل ھالەت بولۇر، يەنى زەخىم بالىياتقۇنىڭ ئىچىدە بولۇر ياكى سىرتىدا بولۇر. ئىچىدە بولسا، ئۇنى كۆرگىلى بولماس، پەقەت ئالامەتلىرىگە قاراپ تۇرۇپ ئىلاج قىلغاي، ئۇنىڭ ئۈچۈن بالىياتقۇ يارىسى ۋە مەقئەت يېرىلىشتا ئېيتىلغان شىيافلار ۋە مەلھەملەرنى ئىشلەتكەي، ئىچىدىن مۇناسىۋەتلىك دورىلارنى ئىچىشكە بېرىلىدۇ، بەزىدە قابىز خۇسۇسىيەتلىك دورىلار بىلەن ھۆقنە قىلغاي.

ئەگەر زەخىم بالىياتقۇنىڭ سىرتىدا بولۇپ، كۆز بىلەن كۆرگىلى بولسا، يۇيۇلغان تۇتىيادىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، توخۇ تۇخۇمىنىڭ سېرىقى بىلەن مەلھەم قىلىپ سۇركىسە ياكى شىياق قىلىپ پەرجىگە قويسا كۇپايە قىلۇر.

ھەيزنىڭ كۆپ كېلىشى بالىياتقۇغا قىچىشقاق چىققانلىقى ۋە ئۇنىڭ يېرىلغانلىقى سەۋەبىدىن پەيدا بولغان بولسا، ئۇنىڭ سەپرا خىلتى ياكى تۇزلۇق بەلغەم خىلتى ياكى سەۋدا خىلىتىدىن پەيدا بولغانلىقىنى ئېنىقلاش لازىمدۇر. ئۇنى كەچتە پەرجىگە قويۇلغان لاتىدىكى قانىنى رەڭگىدىن بىلىش مۇمكىن. بالىياتقۇدىكى قىچىشقاق كۆپ ھاللاردا ئاياللار مەنىيسىنىڭ ھارارىتىنىڭ يۇقىرىلىقىدىن پەيدا بولۇر، بۇنداق بولغاندا ئايال جىمادىن قانائەت قىلماس، جىمانى كۆپ ئارزۇ قىلۇر، بۇ ھال خۇددى ئەرلەردىكى زەكەرنىڭ شەھۋەتسىز داۋاملىق قوزغىلىش كېسىلىگە ئوخشار، ئاياللاردىكى بۇ ئەھۋال ئەرەب تىلىدا «نۇتۇئۇر - رەھىم» دەپ ئاتىلۇر، ئايال ھەر قېتىم ئېرى بىلەن جىمادا بولسا، جىنسىي يولىدىن كۆپ قان كېلۇر، ئۇنىڭغا ئىلاج قىلىش ئۈچۈن، دەسلەپتە ھەفتى ئەندام تومۇردىن قان ئالغاي، ئالىدىغان قاننىڭ مىقدارىنى چىققان قاننىڭ رەڭگىگە قاراپ تۇرۇپ بەلگىلىگەي، بەدەندىكى قىچىشقاق پەيدا قىلغان خىلىتنى تازىلاپ چىقارغاي. جىما ھېسسىياتىنى ئاجىزلاشتۇرىدىغان دورىلار بىلەن مەنىي قۇۋۋىتىنى كېسەر. ئاقاقىيا، تېكە ساقىلى ئۆسۈملۈكى سۈيى، قىزىلگۈل، شىيافى مامىسا قاتارلىق دورىلاردىن

مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سالايە قىلىپ، سىركە ۋە گۈل يېغى بىلەن ئېرىتىپ، شىياق تەييارلاپ بالىياتقۇغا قويغاي، مەزكۇر دورىلارنى سېمىزئوت سۈيى بىلەن مەلھەم قىلىپ چاپسىمۇ ياخشى مەنپەئەت قىلۇر.

تۆۋەندىكى ھۆقىنىنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى پۇدىنە يوپۇرمىقى، ئانار پوستى، ئاقلانغان يېسىمۇق قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، قابىز خۇسۇسىيەتلىك شاراب بىلەن سۈيۈلدۈرۈپ، ھۆقنە سۈيۇقلۇقى تەييارلاپ ھۆقنە قىلغاي، مەزكۇر ھۆقنىنىڭ پىسپىنى بالىياتقۇغا چاپقاي.

تۆۋەندىكى شىيافنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى زەپەر، كافۇر ئالتە نوقۇت چوڭلۇقىدا، مەدەستان كۇشتىسىدىن ئىككى گىرام، ھەببۇلغاردىن ئىككى يېرىم گىرام ئېلىپ، دورىلارنى قائىدە بويىچە سوقۇپ سالايە قىلىپ، توخۇ تۇخۇمىنىڭ ئېقى ياكى مۇناسىپ شاراب بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ شىياق تەييارلاپ پەرجىگە قويغاي.

رۇسۇت، تۇرۇنجى ئۇرۇقى مېغىزىنى كۆيدۈرۈپ، بالىياتقۇنى ئىسلىغاي، زەمچىنى (ئاچچىق تاش) سوقۇپ سالايە قىلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى قەتران بىلەن يۇغۇرۇپ، شىياق تەييارلاپ پەرجىگە قويسا قىچىشىشنى پەسەيتەر.

بالىياتقۇ مۇدۇرىغا قىلىنغان ئىلاجلارنىڭ ھەممىسى بۇ كېسەللىككە مەنپەئەت قىلار.

ھەيزنىڭ كۆپ كېلىشى بالىياتقۇ تومۇرلىرىنىڭ يېرىلىشىدىن بولسا، موزا، ئانار پوستى، قىزىلگۈل قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى ئەسەررائى (چوپان تايىقى) ئۆسۈملۈكىنىڭ سۈيى بىلەن قاينىتىپ، تەمىنى چىقارغاندىن كېيىن پىسەپىلىرىنى ئايرىۋېتىپ، قائىدە بويىچە ھۆقنە قىلغاي.

ئاقاقيا، سۇمبۇل، مەستىكى، خام موزا، زەمچە كۇشتىسى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، تېكە ساقلى ئۆسۈملۈكىنىڭ سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ شىياق تەييارلاپ، پەرجىگە قويغاي.

قۇرۇق خورما، بېھى، ئانار پوستى، بەللۇت، زىرىق، مەستىكى دەرىخى يوپۇرمىقى، ئانارگۈلى، جۈپتى بەللۇت، ئاقاقيا، تېكەن ساقلى ئۆسۈملۈكى، لازەن قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، ھەببۇلئاس سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ مەلھەم قىلىپ، بىمارنىڭ قورساق، دوۋسۇن ۋە بەل ساھەسىگە چاپقاي.

يېرىلغان تومۇرنىڭ ئەسلىگە كېلىشىنى ئىلگىرى سۈرۈش ئۈچۈن، ئەرەب يېلىمى، گىل

مەختۇم، گىل ئەرمنى، كەھرىۋا، كۇندۇر، مەدەستان كۇشتىسى، زەمچە، ئاقاقيا، خۇنسياۋشان قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ سوقۇپ، يۇمغاقسۇت يوپۇرمىقىنىڭ سۇيى بىلەن يۇغۇرۇپ، شىياق تەييارلاپ ئىشلەتكەي، مەلھەم قىلىپ بالياتقۇ ئېغىزىغا قويسىمۇ بولىدۇ.

ھەيزنىڭ كۆپ كېلىشى بالياتقۇنىڭ سۇسلۇقىدىن بولغان بولسا، ئۇ، بالياتقۇ مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشىدىن پەيدا بولۇر، تېۋىپلار ئۇنى بالياتقۇ ئاغرىقى دېيىشەر. ئاياللار بۇنداق ۋاقىتتا ھەيز كۆرسە، قان ياكى سۇ ھالىتىدە كېلۇر، ھاملىدار بولالماس، بۇ كېسەللىك ئۇزاق مۇددەت خاپلىق تارتىش، بالياتقۇ مۇسكۇللىرىنىڭ تارتىشىپ قېلىشى قاتارلىق سەۋەبلەردىن بولۇر، بالياتقۇدىن داۋاملىق سۇ ئېقىپ تۇرسا، ئۇ «سەيلانۇر رەھىم» دەپ ئاتىلۇر، ئۇ بەزى ۋاقىتلاردا بەدەندىكى قۇۋۇتنى ھازىمە (ھەزىم قىلغۇچى كۇچ) نىڭ ئاجىزلىقى، بالياتقۇ قان تومۇرلىرىدىكى ئۆزگىرىشلەر، بالياتقۇدا قان ئۇيۇپ قېلىش قاتارلىق سەۋەبلەردىن بولۇر، بالياتقۇدىن سۇ كېلىش بەزىدە بالياتقۇنىڭ غىدىقلىشى، مەنىنىڭ ئىسسىقلىقىدىنمۇ بولۇر، بۇ غىدىقلىنىش سەۋەبىدىن بالياتقۇدىن مەنىي ئاقىدۇر، بۇ ھال داۋاملاشسا، بىمارنىڭ تېنى زەئىپلىشەر، چىرايى سارغىيىپ، قاپىقى ئىششار.

ئومۇمەن قىلىپ ئېيتقاندا، ھەزنىڭ كۆپ كېلىشى بالياتقۇنىڭ سۇسلۇقى ۋە ئاجىزلىقىدىن پەيدا بولغان بولسا، دەسلەپتە بالياتقۇنىڭ مىزاجىغا دىققەت قىلغاي، مىزاجى بۇزۇلغان بولسا تەڭشىگەي. غەيرىي تەبىئىي ماددا بولسا، بەدەننى تەنقىيە قىلغاي، ئۇنىڭغا مۇناسىۋەتلىك دورىلارنى ئىشلەتكەي. ئۇنىڭغا سۇمبۇلغا ئوخشاش خۇش پۇراق دورىلارنى قوشسا ياخشى بولۇر، بالياتقۇدىن سۇ كېلىش ھەيز سەۋەبىدىن بولسا، دەسلەپتە ئايارەج پەيقرا، مەجۇنى ئەفسەنتىن يەپ، ئاشقازان بىلەن جىگەرنى تەنقىيە قىلغاي، كەچتە پەرجىگە لاتا قويۇپ، ئەتىسى ئاپتاپتا قۇرۇتۇپ، بەدەندە قايسى خىلتىنىڭ غالىب ئىكەنلىكى ئېنىقلانغاندىن كېيىن، شۇ خىلتىقا قارىتا تەنقىيە تەدبىرىنى قوللانغاي. مەجۇنى خۇبسۇلھەدد، شەربىتى پۇدىنەنى ئىستېمال قىلىپ، ئاشقازانىنى قۇۋۇتلىگەي.

بىمارنىڭ غىزاسىغا ئاشقازاندىكى ھۆللۇكنى قۇرۇتقۇچى، ئاسان ھەزىم بولىدىغان غىزالارنى بەرگەي، مەسىلەن: پۇدىنە، قىرغاۋۇل، تاغ توخۇسى، كەكلىك قاتارلىق قۇشلارنىڭ گۆشلىرىنى كاۋاپ قىلىپ ياكى نوقۇت، دارچىن قاتارلىقلارنى شورپا قىلىپ پىشۇرۇپ يېگەي. مائۇلھەسەلگە بادام يېغى تېمىتىپ ئىچىپ دوۋساقنى تازىلىغاي، ئۇسسۇزلۇق بولسا، شەربىتى بۇزۇرنى ئىچكەي، ئۇنىڭدىن كېيىن قابىز خۇسۇسىيەتلىك مۇناسىپ دورىلار بىلەن ھۆقنە، زىمات، شىياق قىلغاي.

بالياتقۇدىن سۇ كېلىش بالياتقۇغا مەنپي يىغىلغاندىن بولسا، ئۆز ئورنىدا ئېيتىلغان ئۇسۇللار بىلەن ئەر كىشىگە مۇناسىپ ئىلاجلارنى قىلغاي.

ھەيزنىڭ كۆپ كېلىشى قانىنىڭ سۈيۇقلۇقى ۋە سوغۇقلۇقىدىن بولسا، دەسلەپتە بەدەندىكى سۈيۇقلۇق ۋە ھۆللۈكنى سۈرۈپ چىقارغاي. بۇنىڭ ئۈچۈن، گۈلقەنتتىن 35 گىرام، تۇربۇتتىن بەش گىرام، زەنجىۋىلدىن 2.5 گىرام ئېلىپ، سوقۇپ بىر قېتىمدا ئىچگۈزگەي، 25 گىرام ئىترىفلغا بەش گىرام تۇربۇت، 2.5 گىرام زەنجىۋىل قوشۇپ ئىسمۇ ياخشى بولۇر، زۆرۈر بولسا مۇلەييىن (ئىچنى سۈرمەستىن يۇمشاتقۇچى) دورىلارنى ئىچگەي، تەرلىگەي. پىيادە يول ماڭغاي، ياخشى ھەزىم بولىدىغان قۇرۇق تەبىئەتلىك دورىلارنى مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلغاي، قابىز خۇسۇسىيەتلىك ھۆقنە، زىماتلارنى ئىشلەتكەي، بىمار ئەمچىكنى يىرىك بوز رەخت بىلەن سۈرۈپ بەرگەي، ئىستىسقا كېسەللىكىگە قىلىنغان ئىلاجلارنى قىلسا مەنپەئەت قىلۇر.

ھەيزنىڭ كۆپ كېلىشى بىمار ئېگىز يەردىن يىقىلىشقا ئوخشاش بىرەر ھادىسىگە ئۇچراش سەۋەبىدىن بالياتقۇنىڭ زەخمىلىنىشى بىلەن كېلىپ چىققان بولسا، دەسلەپتە باسلىق تومۇرىدىن قان ئالغاي، ئۇنىڭدىن كېيىن قۇرسى كەھرىۋانى ئىستېمال قىلغاي. مۇناسىۋەتلىك ھۆقنە، زىمات ۋە شىيافلارنى ئىشلەتكەي، ھۆل يۇمغاقسۇتنىڭ يوپۇرمىقىنى سىقىپ سۈيىنى چىقىرىپ، سۈيىدە ھۆقنە قىلىنسا، بالياتقۇنىڭ ھەر خىل سەۋەبلەردىن بولغان قانىشىغا ياخشى مەنپەئەت قىلۇر.

جالىنۇس: «بىر ئايال بۇ كېسەللىككە گىرىپتار بولۇپ قېلىۋېدى، تولا ئىلاجلارنى قىلغان بولساممۇ ياخشىلانمىدى، ئاخىر ھۆل يۇمغاقسۇت يوپۇرمىقىنى سىقىپ سۈيىنى چىقىرىپ، ئۇنىڭ بىلەن ھۆقنە قىلىشقا بۇيرۇۋېدىم، شىپا تاپتى» دېگەن. خۇبسۇلھەدىد (تۆمۇر پوقى) دىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، يېڭى سۇت بىلەن قاينىتىپ، بۇ سۇتىنى قىزىتىلغان تۆمۇر بىلەن داغمالاپ، مۇۋاپىق مىقداردا كافۇر ئارىلاشتۇرۇپ ئىچسە، ياخشى مەنپەئەت قىلۇر. قۇرسى تاباشىر بىلەن ئىچسىمۇ ياخشى بولۇر. يەنە بېھى شەربىتىنى ئىچكەي، ئەرەب يېلىمى، كەترا، زىغىر قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، تۆمۇرنىڭ داغمال سۈيى بىلەن ئىچسە، ياخشى مەنپەئەت قىلۇر.

تۆۋەندىكى سۇفۇپنى كاپ ئەتكەي:

نۇسخىسى گىل مەختۇم، گىل ئەرمىنى، ئاچچىق تاش كۇشتىسى قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، سوقۇپ سالايە قىلىپ، ئىككى نوقۇت چوڭلۇقىدا كافۇر ئارىلاشتۇرۇپ يەنە سالايە قىلىپ، 35 مىللىلىتىر ھەببۇلئاس شەربىتى بىلەن بىرلىكتە ھەر كۈنى ئەتىگەن 10 گىرامدىن كاپ ئەتكەي.

تۆۋەندىكى شەربەتنى ئىچسە بىمارنىڭ رەڭگرويىنى ياخشىلاپ، ئاشقازىنىنى قۇۋۇەتلەپ، قان توختىتار:

نۇسخىسى خۇبسۇلھەدىد، كۈندۇر پوستى (قىشارۇل كۈندۇر)، ئامىلە جەۋھىرى قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، قابىز خۇسۇسىيەتلىك شەربەتكە بىر ھەپتە چىلاپ قويۇپ، تەمى ياخشى چىققاندىن كېيىن بۇ شەربەتتىن مۇۋاپىق مىقداردا ئىچكەي. قابىز شەربەت بولمسا، ئادەتتىكى شەربەتكە ئۈزۈم ئۇرۇقىنى چىلاپ، ئۇنىڭغا مەزكۇر دورىلارنى قوشۇپ، تەمى چىققاندىن كېيىن پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ ئىچكەي.

تۆۋەندىكى ھەبنى ئىستېمال قىلغاي:

نۇسخىسى جۈپتى بەللۇت، كۈندۇرنى باراۋەر مىقداردا، ئەپيۇننى مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، مۇۋاپىق چوڭلۇقتا ھەب قىلىپ، ھەر قېتىمدا ئۈچ گىرامدىن ئىستېمال قىلغاي.

كۈشتە قىلىنغان سەفىد موھرىدىن ئالتە گىرام ئېلىپ، سۇماق سۈيى ياكى بېھى سۈيى بىلەن قوشۇپ مۇۋاپىق مىقداردا ئىچكەي.

تۆۋەندىكى سۇفۇپنى ئىستېمال قىلغاي:

نۇسخىسى ئاقاقىيا، ئانارگۈلى، موزا، سۇماق، كۈندۇر، ئەپيۇن قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، سىركە بىلەن يۇغۇرۇپ، كۈنىدە ئىككى گىرامدىن ئىستېمال قىلغاي.

تۆۋەندىكى شىيافنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى كۆيدۈرۈلگەن قەغەز، ئاقاقىيا، ئانارگۈلى، موزا، تېكە ساقلى ئۆسۈملۈكى سۈيى، رۇسۇت، كۆيدۈرۈلگەن چىگە قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، ھەببۇلئاس سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ، قائىدە بويىچە شىياق تەييارلاپ ئىشلەتكەي.

تۆۋەندىكى شىيافنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى سۈرمە، جۈپتى بەللۇت، ئانارگۈلى، تېكە ساقلى ئۆسۈملۈكى ئۇسارىسى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، ھەببۇلئاس سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ، يۇمشاق يوڭ بىلەن شىياق تەييارلاپ بالياتقۇغا قويغاي.

تۆۋەندىكى شىيافنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى كۆيدۈرۈلگەن قەغەز، ئاچچىق تاش (زەمچە)، زاك، زىرە، ئاقاقىيا، گىل ئەرمنى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، سۆگەت يوپۇرمىقى ياكى

يۇمغاقسۇت يوپۇرمقى سۇيى بىلەن يۇغۇرۇپ شىياق قىلىپ بالىياتقۇغا قويغاي.

تۆۋەندىكى شىيافنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى ئاقاقىيا، كافۇر، رامەك، لازمن قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، سالايە قىلىپ، زىرىق يوپۇرمقى ياكى زىغىر لوئابى بىلەن يۇغۇرۇپ شىياق قىلىپ ئىشلەتكەي.

تۆۋەندىكى شىيافنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى مەدەستان كۇشتىسى، زاك كۇشتىسى، ئانارگۈلى، قارا مەختۇم، گۈل ئەرمنى، سۇرمە قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، ھەببۇلئاس يوپۇرمقىنىڭ سۇيى بىلەن يۇغۇرۇپ شىياق تەييارلاپ، قائىدە بويىچە ئىشلەتكەي.

تۆۋەندىكى شىيافنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى كۆك موزا، ئانارگۈلى، نىشاستە، ئەپيۇن، ئاچچىق تاش (زەمچە)، رەۋەنچىنى، قىزىلگۈل، ھەببۇلئاس، غورا، سۇماق، تېكە ساقلى ئۇساربسى، كۆيدۇرۇلگەن قەغەز، ئاق سەندەل، كۇندۇر، شادىنەج ئەدەسى، يېڭى ساپال، يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، تۆگىنىڭ يۇمشاق تۇتىنى سۇ بىلەن نەمدەپ، ئۇنىڭغا يۇقىرىدىكى تالقانى سېپىپ، ھەر كۈنى كەچتە بالىياتقۇغا قويغاي.

تۆۋەندىكى ھۆقنىنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى سېرىق زاك، ئاقاقىيا، كۇندۇر پوستى، گۈل ئەرمنى، سەمغى ئەرەبى، كەھرىۋا قاتارلىقلاردىن بەش گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، 20 مىللىلىتىر يۇمغاقسۇت سۇيى ياكى ھەببۇلئاس يوپۇرمقى سۇيى ياكى سوغۇق سۇ بىلەن ئېرىتىپ، ھۆقنە تەييارلاپ ئىشلەتكەي.

قالغىنىنى ئاللا ئەكۇ ئوبدان بىلۇر.

ئۇچىنچى باب ھەيز تۇتۇلۇش توغرىسىدا

سەۋەبى ھەيز تۇتۇلۇشنىڭ سەۋەبى كۆپ خىلدۇر.

1. بالىياتقۇ يوللىرىدىكى توسالغۇ سەۋەبىدىن بولۇر، ئۇ يەتتە خىل سەۋەبتىن كېلىپ چىقار.

(1) زىيادە سېمىزلىك سەۋەبىدىن پەيدا بولۇر، سېمىزلىك ئىككى خىل بولۇر. بىرى،

بەدەندە ماي كۆپ، گۆش ئاز بولۇر. يەنە بىرى، بەدەندە گۆش كۆپ، ماي ئاز بولۇر. سېمىزلىك سەۋەبىدىن قان تومۇرلار قىستىلىپ ھەيز تۈتۈلۈش كېلىپ چىقار.

(2) زىيادە ئورۇقلۇق تۈپەيلىدىن پەيدا بولۇر. بۇ چاغدا قان تومۇرلار ئىنچىكىلەپ، قان تومۇرلاردا توسالغۇ پەيدا بولۇشقا شارائىت ھازىرلىنار، ئورۇقلۇق مىزاجنىڭ ماددىلىق ياكى ماددىسىز قۇرۇق سوغۇق ياكى قۇرۇق ئىسسىقتىن بۇزۇلۇشىدىن كېلىپ چىقار. يەنى مىزاج قۇرۇق سوغۇقتىن بۇزۇلسا، سەۋدا خاراكتېرلىك ماددىلار قان تومۇرلاردا توسالغۇ پەيدا قىلۇر، ئەگەر مىزاج قۇرۇق ئىسسىقتىن بۇزۇلسا، ئىسسىقلىق سەۋەبىدىن ھۆللۈك خورار، قاندا ئوفۇنەت پەيدا بولۇر، ئۇ قان تومۇرلاردىكى توسالغۇغا سەۋەب بولۇر.

(3) مىزاجنىڭ زىيادە سوغۇقلۇقىدىن پەيدا بولۇر. مىزاج زىيادە سوغۇق بولغاندا، قان ئايلىنىش ئاستا بولۇر، بۇنىڭ بىلەن كېرەكسىز ماددىلار بەدەندىن چىقىپ كېتەلمىگەنلىكتىن، قان بۇزۇلۇر، مىزاجنىڭ زىيادە سوغۇق بولۇشى سوغۇق سۇنى كۆپ ئىچىشكە ئوخشاش ئامىللاردىن بولۇر، بۇنداق ئايالىلارنىڭ ھامىلدار بولۇشمۇ توسقۇنلۇققا ئۇچرار، چۈنكى سوغۇقلۇق سەۋەبىدىن ئايالنىڭ مەنىسى قوزغالماي، ئۇرۇن تۇرۇپ سېسىيدۇ.

(4) بەدەندە قويۇق سەۋدا ياكى قويۇق بەلغەم خىلتىنىڭ كۆپىيىشىدىن پەيدا بولۇر. بۇنداق خىلتىلارنىڭ كۆپىيىشىگە سەۋدا، بەلغەمنى كۆپەيتكۈچى يېمەكلىكلەرنى ئۇزاق مۇددەت ئىستېمال قىلىشقا سەۋەبچى بولۇر، مەزكۇر خىلتىلار قان تومۇرلاردا توسالغۇ پەيدا قىلۇر.

(5) بالىياتقۇدا سۆگەل، ئۆسمىگە ئوخشاش يات ماددىلار پەيدا بولۇپ، قان تومۇرلارنى قىستار.

(6) بالىياتقۇدىكى ھەرخىل ئىششقلاردىن پەيدا بولۇر.

(7) ئېگىز يەردىن يىقىلىپ چۈشۈشكە ئوخشاش ھادىسىلەر سەۋەبىدىن قان تومۇرلار چىگىلىشىدىن پەيدا بولۇر.

2. مەلۇم ھادىسىلەر بىلەن بالىياتقۇنىڭ ئورنىدىن قوزغىلىشىدىن پەيدا بولۇر.

3. بالىياتقۇ ئېغىزغا پەردە ئۆسۈۋۈپلىشتىن پەيدا بولىدۇ، بۇ خىل كېسەللىك بىلەن ئاغرىغان بىمار «رەتقا» دەپ ئاتىلۇر.

4. قان ئالدۇرۇش، قانلىق لوڭقا قويۇش، بۇرۇن قاناش، بوۋاسىر قاناشقا ئوخشاش ئامىللار بىلەن بەدەندىكى قاننىڭ چىقىم بولۇشى، جاپا ـ مۇشەققەت سەۋەبىدىن قاننىڭ بەدەنگە تارقىشىدىن پەيدا بولۇر.

5. قان ئازلىقتىن پەيدا بولۇر، قان ئازلىق ئىككى خىل سەۋەبتىن بولۇر. بىرى،

ئاچارچىلىق، يوقسۇللۇق سەۋەبىدىن قورساق تۇيغۇدەك تائام يېمەسلىك ياكى زاھىدلىق سەۋەبىدىن غىزانى مەقسەتلىك ئاز يېيىش سەۋەبىدىن پەيدا بولۇر.

6. جىگەر زەئىپلىكىدىن قانىنىڭ ئىشلىنىشى توسقۇنلۇققا ئۇچراش سەۋەبىدىن بولۇر.

7. بەدىنى ۋە پەي - مۇسكۇللىرى كۆپ تەرەققىي قىلغان، جىسمانىي ئەمگەك بىلەن كۆپ شۇغۇللىنىدىغان ئاياللاردا ھەيز بولىدىغان قانىنىڭ بەدەن تەرىپىدىن سەرپ قىلىنىشى سەۋەبىدىن بولۇر.

مەلۇم بولغايكى، قىزلارنىڭ 14 ياشقا كىرگەندىن كېيىن، ھەيز كۆرۈشى تەبىئىيدۇر، ئۇنىڭدىن ئىلگىرى ھەيز كۆرسە، خۇددى بالدۇر ئېچىلغان گۈلگە ئوخشاش بالدۇر توزۇپ كېتەر، بالدۇر پىشقان مېۋىگە ئوخشاش شېرىن بولماس، ھەيزنىڭ كېلىش ۋاقتى 14 ياشتىن كېيىن بولسىمۇ ياخشى ئەمەس، بۇ تېنىنىڭ ئاجىز، مىزاجىنىڭ سوغۇق ياكى قۇرۇق ئىكەنلىكىنى، قان تومۇرلىرىنىڭ ئىنچىكە ئىكەنلىكىنى بىلدۈرەر، بۇنداق ئاياللارنىڭ قېنى ئاز، قويۇق بولۇر، قان قويۇقلۇق سەۋەبىدىن بەدەننىڭ تېگىشلىك يەرلىرىگە يېتىپ بارالماس، ھەيز بولىدىغان قان بەدەنگە تارقاپ كەتكەن سەۋەبتىن تۇرلۇك ئىللەتلەر پەيدا بولۇر، ھەيزنىڭ 14 ياشتىن كېيىن كېلىشى مېۋىنىڭ كېچىكىپ بولغىنىغا ئوخشار، بۇنداق مېۋە پىشماي خام قالغانغا ئوخشاش ئاياللارنىڭ بەزى جەھەتلەردىكى يېتىلىشى ياخشى بولماس.

ھەيزنىڭ 40 ياشتىن ئاشقاندىن كېيىن توختىشى ئۇلارنىڭ مىزاجىنىڭ يانغانلىقى ۋە مىزاجىنىڭ سوغۇقلۇققا ئۆزگەرگەنلىكىنى بىلدۈرەر. چۈنكى، بۇ چاغدا جىگەردە ئىشلىنىدىغان قانىنىڭ مىقدارى ئازلار، قانىنىڭ مىزاجى سوغۇقلۇققا مايىللىشار.

ھامىلدارلىق مەزگىلىدە ھەيز توختايدۇ، چۈنكى ھەيز سۈپىتىدە بەدەن سىرتىغا چىقىرىلىدىغان قان ئەمدىلىكتە قورساقتىكى بالىغا ئوزۇقلۇق بولۇپ ئۆزگەرتىلۇر، بالا تۇغۇلغاندىن كېيىن بولسا، مەزكۇر قان ئەمچەككە كېلىپ سۈتكە ئايلىنار.

ئالامىتى

بالىياتقۇ ئېغىزىغا پەردە، سۆگەل، ئۆسمىگە ئوخشاش يات ماددىلار چىققان بولسا، بىمارنىڭ جىمادا بولۇشى تەس بولۇر، زەخىملىنىش، زىيانلىق تائاملارنى ئىستېمال قىلىش سەۋەبىدىن بولغان بولسا، شۇ بىمارنىڭ شۇنداق تارىخى بولۇر، بىمار بەك سېمىز ياكى بەك ئورۇق بولۇر، ئورۇق - سېمىزلىكى نورمال بولۇپ، مىزاج ياكى خىلىت بۇزۇلۇشى سەۋەبىدىن پەيدا بولغان بولسا، مىزاج ياكى خىلىت بۇزۇلۇشقا ئالاقىدار بولغان ئالامەتلەر كۆرۈلەر. بۇ ھەقتە يۇقىرىقى

بابلاردا كۆپ توختالدۇق. جىگەر ئاجىزلىقىدىن پەيدا بولغان بولسا، جىگەر ئاجىزلىقىنىڭ ئالامەتلىرى قوشۇلۇپ كېلۇر، ئۇنىڭ ئالامەتلىرىنى ئىلگىرىكى جىگەر زەئىپلىكى بابىدىن كۆرۈۋالغاي، سەۋدا ياكى قويۇق بەلغەم خاراكتېرلىك ماددىلار سەۋەبىدىن پەيدا بولغان بولسا، شۇنىڭغا مۇناسىۋەتلىك بولغان ئالامەتلەر كۆرۈلەر.

مەلۇم بولغايكى، ھەيز تۇتۇلسا، ئۇنىڭدىن ھەر خىل يامان ئالامەتلەر كۆرۈلەر، ئېغىر بولغاندا بەدەنده ھەر خىل مۇناسىۋەتلىك كېسەللىكلەر كۆرۈلەر، دەسلەپتە بىمارنىڭ رەڭگرويى بۇزۇلار، خۇنۇكلىشەر، بېشى ئاغرىپ بىئارام بولۇر، تولا ئەسنەر، بېشى ئېغرلىشار، تىلى ئېغرلىشىپ كېكەچلەر، ھەتتا سۆزلەشكە تەسىر كۆرسىتەر. ھەيز ئارقىلىق بەدەن سىرتىغا چىقىرىلىدىغان بۇزۇق ماددىلارنىڭ بەدەنده تۇرۇپ چىرىشى ۋە ئۇنىڭدىن مېڭگە بۇزۇق گازلارنىڭ ئۆرلىشىدىن بولۇر، تىلنىڭ ئېغرلىشىشى بەزىده بەدەنده ماددىلارنىڭ يىغىلىپ قېلىشى (ئىمتىلا) دىن بولىدۇ، ھەيزنىڭ تۇتۇلۇشى ئۇزۇن داۋاملاشسا، كۆپ ھاللاردا تۇتقاق كېسەل، پالەچلىنىشنى كەلتۈرۈپ چىقرۇر، بەزى بىمارلار ئاشقازان كېسەللىكىگە گىرىپتار بولۇر، ھەزىم ناچارلىشىپ، تائامغا ئىشتىھاسى بولماس، بەزىلەر سېغىز، لاي، كۆمۈر، توپىغا ئوخشاش غەيرىي نەرسىلەرنى يېيىشنى ئارزۇ قىلىدىغان بولۇپ قالۇر، كۆكىلى ئېلىشىپ قەي قىلۇر، ئاشقازان ئېغىزى كۆيۈشۈر، كۆپ ئۇسسار، بەزىلەرنىڭ نەپسى قىستار، يۆتەل پەيدا بولۇر، بەزىلەردە قەۋزىيەت پەيدا بولۇر، بەزىلەرنىڭ بەدىنى زەئىپلىشەر، بەزىلەرنى بېلى، دۈمبىسى ئاغرار، بەزىده قىزىتما، بەزگەك پەيدا بولۇر، بەزىلەر جىگەر كېسەللىكىگە گىرىپتار بولۇر ۋە جىگەر مەنبەلىك ئىستىسقا بولۇر، بەزىلەرنىڭ ئىستىسقا سەۋەبىدىن پۇتۇن بەدىنى ئىششار.

داۋالاش

ھەيز تۇتۇلۇش، ھەيز ئاز كېلىش، زىيادە سېمىزلىك قانىنىڭ قويۇقلۇقى، مىزاجنىڭ سوغۇقلۇقى سەۋەبىدىن پەيدا بولغان بولسا، قۇستۇرغاي. مۇناسىۋەتلىك دورىلار بىلەن ماددىنى سۈرۈپ چىقارغاي، توسالغۇلارنى ئاچقۇچى، مىزاجنى ئىسسىتقۇچى دورا ۋە زىماتىلارنى ئىشلەتكەي، ھەيز قېنىنى چىقىش يولىغا تارتىپ ئەكېلىش ئۈچۈن، سافىن، مابىز تومۇرلىرىدىن قان ئالغاي، بىمارنىڭ پاچىقىغا ھىجامەت قويغاي، بولۇپمۇ بىمار سېمىز بولسا، بىر كۈنى بىر پاچىقىغا، يەنە بىر كۈنى يەنە بىر پاچىقىغا ئالماشتۇرۇپ لوكىقا قويغاي. مابىز تومۇرى بىلەن سافىن تومۇرىدىن ئالماشتۇرۇپ قان ئالغاي، مەيلى قان ئېلىش ياكى لوكىقا قويۇش بولسۇن، بىمارنىڭ ئەھۋالىغا دىققەت قىلغاي. بىمارنىڭ يېنىنىڭ باش تەرىپىدىن ياكى

ئوشۇقىغىچە رەخت بىلەن باغلىغاي، بىمارغا توسالغۇلارنى ئېچىش، ماددىلارنى سۈيۈلدۈرۈش، ئىسسىقلىنى ئاشۇرۇش رولى بولغان مۇناسىپ دورىلارنى ئىستېمال قىلدۇرغاي. شۇنىڭ بىلەن بىر ۋاقىتتا مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ، بىمارنى ئۇ سۇدا ئولتۇرغۇزغاي، پىسەپلىرىدىن زىمات تەييارلاپ بالياتقۇ ساھەسىگە چاپقاي.

توسالغۇلارنى ئېچىش، ماددىلارنى سۈيۈلدۈرۈش، ئىسسىقلىقنى ئاشۇرۇش رولى بولغان دورىلار تاغ كەرۋىياسى، تۇخۇمى كەرەپشە، بەدىيان رۇمى، تەرەتىز، قىچا، سىيادان، تاغ پۇدىنسى، زىراۋەندە، ئاسارۇن، ياۋا سەۋزە ئۇرۇقى، ئېگىر، جاۋشىر، سەكبىنەج، ئوشاق، قۇندۇز قەھرى، پەرپىيۇن، جويۇز، سۇزاپ، مۇرچ، زىرە، سۆئىدى، قېلىن دارچىن، نېپىز دارچىن، مىئەسائلە، ئەفسەنتىن، ئەفتىمۇن، تاغ كەرەپشسى ئۇرۇقى، ئىزخىر چېچىكى، سۇمبۇل، راسەن، مۇرمەككى قاتارلىقلاردىن ئىبارەت. زۆرۈر بولغاندا مەزكۇر دورىلارنىڭ ھەممىسى ياكى مۇناسىپ دەپ قارالغانلىرىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، سوقۇپ تالقان قىلىپ، مائۇلھەسەل ياكى ئوردان سۈيى بىلەن كاپ ئەتكەي.

قىزىل لوبىيا، نوقۇت، ئۆشنان، زەنجۈبىل، ئۇشتۇرغار (ئولجاڭ)، مەرزەنجۇش قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ تەمنى چىقىرىپ، سۈيىگە مۇۋاپىق مىقداردا ھەسەل قوشۇپ ئىچسە ھەيزنى راۋانلاشتۇرغاي.

دارچىندىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، بىر پارچە يۇڭنى مۇناسىپ شاراب بىلەن نەمدەپ، ئۇنىڭغا مەزكۇر دارچىن تالقىنى سېپىپ بالىياتقۇغا قويۇلىدۇ، ئەمما بىمارنىڭ بېشى ئاغرىۋاتقان بولسا، مەزكۇر ئىلاج قىلىنمىغاي.

تۆۋەندىكى بۇخۇرنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى سېرىقچېچەك، بابۇنە، ئىزخىر، مەرزەنجۇش، قېلىن دارچىن، قۇستە، ئىكلىلمىلىك، كەرەم، كۈدە، سۇزاپ، پۇدىنە، سىيادان، تۇخۇمى كەرەپشە، تاغ پۇدىنسى، تاغ كەرۋىياسى قاتارلىقلارنىڭ ھەممىسىنى ياكى تېپىلغىنىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇغا چىلاپ، قاچىنىڭ ئەتراپىنى مەھكەم بېكىتىپ، كۈچلۈك كۈن نۇرى ئاستىدا قويۇپ قويغاي، ياخشى قىزىغاندىن كېيىن، قاچىنىڭ ئېغىزىغا مۇناسىپ تومۇقتىكى مەخسۇس نەيچىنى ئورۇنلاشتۇرغاي، ھەيز كېلىمگەن ئايالنى قاچىنىڭ ئۈستىگە ئورۇنلاشتۇرۇلغان ئورۇندۇق ئۈستىدە ئولتۇرغۇزۇپ، نەيچىنىڭ بىر ئۇچىنى پەرجىگە قويۇپ بۇسلىغاي، ئۇ، ھەيز تۇتۇلۇشقا ناھايىتى ياخشى مەنپەئەت قىلۇر.

بىمارنىڭ بېشى ئاغرىسا، مەزكۇر تەدبىرنى قوللانمىغاي، بەلكى مەزكۇر دورىلارنى قاينىتىپ،

تەمى چىققاندىن كېيىن پىسەپلىرىنى ئېلىۋېتىپ، ئۇ سۇدا بىمارنى ئولتۇرغۇزغاي، پاكىز كونا پاختىنى بۇ سۇغا چىلاپ پىلتە قىلىپ، بالياتقۇغا قويغاي.

ئايارەج پەيقرانى ئىستېمال قىلسا مەنپەئەت قىلۇر.

تۆۋەندىكى قۇرسنى ئىستېمال قىلغاي:

نۇسخىسى لوبىيا مىسرى 10 گىرام، قۇرۇق سۇزاپ 15 گىرام، پۇدىنە، مۇشكى تارامشكى، ئوردان، سەكبىنەج، جاۋشىرىنكۇ ھەربىرىدىن ئالتە گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، مۇۋاپىق چوكۇلۇقتا قۇرس قىلىپ، قىزىل لوبىيا سۇيى بىلەن بىرلىكتە كۈندە ئالتە گىرامدىن ئىستېمال قىلغاي.

تۆۋەندىكى شەربەتنى ئىچكەي:

نۇسخىسى قىزىل لوبىيا، شۇمشا ئۇرۇقى ھەربىرىدىن 10 گىرامدىن، بەدىيان رۇمى، ئوردانىكۇ ھەربىرىدىن 15 گىرامدىن، قۇرۇق سۇزاپتىن 10 گىرام ئېلىپ، دورىلارنى چالا سوقۇپ، 500 مىللىلىتر سۇ بىلەن يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، تەمى تولۇق چىققاندىن كېيىن، پىسەپلىرىنى سۇزۇۋېتىپ ئەتىگەندە 150 مىللىلىتردىن ئىچكەي.

تۆۋەندىكى شەربەتنى ئىچكەي:

نۇسخىسى قىزىل لوبىيا، كاشىم (ھىكۇ مېۋىسى) ھەربىرىدىن 30 گىرامدىن، ئادراسمان ئۇرۇقى 15 گىرام، تاغ كەرەپشە ئۇرۇقىدىن 21 گىرام ئېلىپ، دورىلارنى چالا سوقۇپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ تەمنى چىقىرىپ، پىسەپلىرىنى ئېلىۋېتىپ، ئالتە گىرام مەجۇنى سەنجىرىنا ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكەي.

تۆۋەندىكى مەتبۇخنى ئىچكەي:

نۇسخىسى لوبىيا بىلەن ئوردانىدىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ پىسەپلىرىنى ئېلىۋېتىپ، ئۇنىكۇ بىر پىيالە سۇيىگە 15 مىللىلىتر يەسمەن يېغى تېمىتىپ ئىچكەي.

تۆۋەندىكى سۇفۇپنى كاپ ئەتكەي:

نۇسخىسى ئەفتىمۇن، پەرپىيۇن، غارىقۇن، ياۋا سەۋزە ئۇرۇقى، بەدىيان رۇمى، مۇرچ، تۇخۇمى كەرەپشە قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقدارىدا ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، بىر پىيالە شاراب بىلەن بىرلىكتە ھەر قېتىمدا ئالتە گىرامدىن كاپ ئەتكەي.

جويۇز بىلەن سۇزاپ ئۇرۇقىدىن باراۋەر مىقدارىدا ئېلىپ سوقۇپ، شاراب بىلەن بىرلىكتە

15 گىرامدىن كاپ ئەتكەي.

ئۇچ گىرام ھىڭنى مائۇلھەسەلگە ئارىلاشتۇرۇپ، ئىرىتىپ ئىچكەي.

مۇنچىغا كىرىشتىن بۇرۇن تاغ پۇدىنىسىدىن ئالتە گىرام ئىلىپ، مۇناسىپ شاراب بىلەن ئىچكەي، مۇنچىدىن چىققاندىن كېيىن پەرپىيۇن، تاغ كەرەپشىسى ئۇرۇقىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئىلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، ئاسارۇن قاياناتمىسى بىلەن بىرلىكتە ئالتە گىرامغىچە كاپ ئەتكەي.

قېلىن دارچىننى سوقۇپ، تاسقاپ، سۇفۇپ قىلىپ، ئۇزۇم تېلى سۇيى بىلەن قوشۇپ، ھەر قېتىمدا ئالتە گىرامدىن كاپ ئەتكەي.

قېلىن دارچىندىن مۇۋاپىق مىقداردا ئىلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، ئوردان سۇيى بىرلىكتە مۇۋاپىق مقداردا كاپ ئەتكەي.

تۆۋەندىكى مەتبۇخنى ئىچكەي:

نۇسخىسى كەرەپشە ئۇرۇقى، ئارپىبەدىياندىن 15 گىرامدىن، سەۋزە ئۇرۇقىدىن 21 گىرام، جۇۋىنەدىن 10 گىرام ئىلىپ چالا سوقۇپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ، تەمى چىققاندىن كېيىن پىسەپلىرىنى ئىلىۋېتىپ، سۇيىگە مۇۋاپىق مىقداردا ھەسەل قوشۇپ ئىچكەي.

تۆۋەندىكى مەتبۇخنى ئىچكەي:

نۇسخىسى قىزىل لوبىيا، قارا نوقۇت، قارا كۈنجۈت، ئوردان، قېلىن دارچىن، گۈلدارچىن قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مقداردا ئىلىپ چالا سوقۇپ، كەچتە مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇغا چىلاپ قويۇپ، ئەتىسى ئەتىگەندە پىسەپلىرىنى ئىلىۋېتىپ، سۇيىنى ئىچكەي.

تۆۋەندىكى مەتبۇخنى ئىچكەي:

نۇسخىسى قارا كۈنجۈت، قارا نوقۇت بىر چاڭگالدىن، ئوردان، قېلىن دارچىن، گۈلدارچىن ھەربىرىدىن 10 گىرامدىن، خورمىدىن 400 گىرام، شۇمشا ئۇرۇقىدىن 15 گىرام، ئوردانىدىن بىر چاڭگال ئىلىپ، دورىلارنى مۇۋاپىق مقداردىكى سۇغا چىلاپ قويۇپ، يۇمشىغاندىن كېيىن قاينىتىپ تەمنى چىقىرىپ، پىسەپلىرىنى ئىلىۋېتىپ، 100 مىللىلىتىر دورا سۇيىگە 50 مىللىلىتىر ھۆل سۇزاپ سۇيى قوشۇپ ئىچكەي.

شەھمەنزەلنى كۆيدۈرۈپ بالىياتقۇنى ئىسلسا، ھەيزنى دەرھال راۋانلاشتۇرار.

جاۋشىر، سەكبىنەج، تاغ كەرۋىياسى، ھىك قاتارلىق دورىلارنى ئايرىم - ئايرىم كۆيدۈرۈپ بالىياتقۇنى ئىسلسا، ھەيزنى دەرھال راۋانلاشتۇرار، بۇ دورىلارنىڭ ئىچىدە شەھمەنزەل ھەممىدىن ياخشى بولۇپ ھېسابلىنار، چۈنكى ئۇنىڭ باشنى ئاغرىتقۇدەك كۈچلۈك بۇسى يوقتۇر.

پەرپىيۇندىن مۇۋاپىق مقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، پاختىغا سۈرۈپ بالياتقۇغا قويۇپ بىر سائەت تۇرغۇزغاي.

تۆۋەندىكى شيافنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى مۇرمەككى، تاغ پۇدىنىسى ھەربىردىن 12 گىرامدىن، قاجۇرا (بىر خىل دورا) ئۇرۇقىدىن 24 گىرام، ئۇرۇقى ئايرىلغان ئۈزۈمدىن 30 گىرام ئېلىپ، بارلىق دورىلارنى سوقۇپ، تاسقاپ، كالىنىك ئۆتى بىلەن يۇغۇرۇپ شيافى تەييارلاپ پەرجىگە قويغاي.

ھېكىم سابىت قۇررە ھەيزى يەتتە يىل توختاپ قالغان بىر ئايالنىڭ تۆۋەندىكى شيافنى ئىشلىتىپ ھەيزىنىڭ راۋانلاشقانلىقىنى ئېيتقان:

نۇسخىسى ئۆشنان، ئاقبۇرقەرھا، سيادان، ھۆل سۈزاپ، پەرپىيۇن قاتارلىقلاردىن باراۋەر مقداردا ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، قائىدە بويىچە شيافى تەييارلاپ پەرجىگە قويغاي.

تۆۋەندىكى شيافنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى قۇندۇز قەھرى بىلەن ئىپاردىن مۇۋاپىق مقداردا ئېلىپ، ھەببۇلبان يېغى بىلەن يۇغۇرۇپ، بىر پارچە پاكىز يۇڭغا بىلسان يېغى سۈركەپ، ئۇنىڭغا مەزكۇر مەلھەمنى سۈركەپ، شيافى تەييارلاپ بالياتقۇغا قويغاي.

تۆۋەندىكى شيافنى پەرجىگە قويغاي:

نۇسخىسى بۆرە ئەرمنى، ئۇرۇقى ئايرىلغان ئۈزۈم، ئۆشنان ھەربىردىن 12 گىرامدىن، سيادانىدىن ئۈچ گىرام، مۇرمەككىدىن ئالتە گىرام ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ، تاسقاپ، ئەنجۈر سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ، قائىدە بويىچە شيافى تەييارلاپ پەرجىگە قويغاي.

ھەيزنىڭ تۇتۇلۇشى ئورۇقلۇق، مىزاجنىڭ قورۇق ئىسسىقلىقى، قان قويۇلۇش سەۋەبىدىن قان تومۇرلارنىڭ تارتىشىشىدىن پەيدا بولغان بولۇپ، بەدەندە ھارارەت بولسا، سىركەنجۇبىل شەربىتىگە مۇۋاپىق مقداردا ئارپا سۈيى بىلەن بادام يېغى ئارىلاشتۇرۇپ ئىچكەي.

ھۆللۈكنى كۆپەيتكۈچى دورىلارنى ئىشلەتكەي، ھۆللۈك كۆپەيتكۈچى ئابزەنگە ئولتۇرغاي، بەنەپشە يېغى، قاپاق ئۇرۇقى يېغى، بادام يېغى قاتارلىقلار بىلەن بەدەننى مايلاپ بەرگەي، مەزكۇر ياغلارنىڭ نۇسخىسى مۇناسىۋەتلىك بابلاردا بايان قىلىنىدۇ.

بىمارنىڭ غىزاسىغا سىمىز توخۇ گۆشى، ئۆردەك يېغى، يېڭى بېلىق گۆشى قاتارلىقلارنى پىشۇرۇپ بەرگەي. بىمارنىڭ يان بېشىدىن تاكى ئوشۇقىغچە مۇۋاپىق بېسىم بىلەن تاڭغاي، ئايالالارنىڭ سۈتى كەملىكىنىڭ بايانىدا ئېيتىلغان دورىلارنى تاللاپ ئىشلەتكەي.

بىمارنىڭ ئورۇقلۇقى مىزاجنىڭ سوغۇقلۇقىدىن بولسا، دەسلەپتە بىمارنىڭ مىزاجىنى مۆتىدىللەشتۈرگەي، ياشانغانلاردىكى جۈدەتكۈچى تەپ كېسەللىكىدە بايان قىلىنغان ئىلاجلارنى قىلغاي، شىيافلاردىن مۇۋاپىق كېلىدىغانلىرىنى تاللاپ ئىشلەتكەي.

ھەيزنىڭ تۈتۈلۈشى جاپانى كۆپ تارتقان ۋە ريازەت چەككەن سەۋەبتىن بولغان بولسا، بىمارنى ئارام ئېلىشقا، كۆپ ئۇخلاپ ببرىشكە بۇيرۇغاي، مۆتىدىل ئىلاجلارنى قىلغاي.

ھەيزنىڭ تۈتۈلۈشى جىگەر زەئىپلىكى سەۋەبىدىن بولغان بولسا، مۇشۇ كىتابنىڭ جىگەر ئاجىزلىقى بابىدا بايان قىلىنغان ئىلاجلارنى تاللاپ قىلغاي.

ھەيزنىڭ تۈتۈلۈشى قان ئازلىق سەۋەبىدىن بولغان بولسا، قان كۆپەيتىدىغان، ئاسان ھەزىم بولىدىغان غىزالارنى بەرگەي، ئىللىتىپ پىشۇرۇلغان تۇخۇم سېرىقى، مائۇللەھمى، سېمىز توخۇ گۆشى، تاتلىق ئانار قاتارلىقلارغا ئوخشاش يېمەكلىكلەرنى ئىستېمال قىلدۇرغاي.

قاننىڭ ئازلىقى ئۇزۇن مۇددەت كېسەل تارتقان سەۋەبتىن بولغان بولسا، مۇشۇ كىتابتا بايان قىلىنغان كېسەلدىن يېڭى قوپقان كىشىلەرگە قىلىنىدىغان ئىلاجلارنى قىلغاي.

ھەيز تۈتۈلۈش بالىياتقۇغا زىيادە گۆش ئۆسۈش ياكى بالىياتقۇ يارىسى سەۋەبىدىن بولغان بولسا، مۇناسىپ سۈرگە دورىلىرىنى ئىچكۈزۈپ، قان ئېلىش ئارقىلىق ماددىنى تازىلىغاي. ئېغىر ئىش قىلىشتىن پەرھىز قىلدۇرغاي، مۆتىدىل غىزالار بىلەن ئوزۇقلاندۇرغاي.

ھەيزنىڭ تۈتۈلۈشى بالىياتقۇنىڭ قوزغىلىشى ياكى تەتۈر ئۆرلىشىدىن پەيدا بولغان بولسا، ئۇنىڭ ئىلاجى ئايرىم سۆزلىنىدۇ.

ئىككىنچى قىسىم ھاملىدارلىق ۋە تۇغۇت توغرىسىدا

بىرىنچى باب بالىنىڭ قورساقتا قانداق شەكىللىنىدىغانلىقى توغرىسىدا

ئىلگىرىكى ھۆكۈمالار قورساقتىكى بالىنىڭ ئەزالىرىنى قانچىلىك ۋاقىتتا، قانداق شەكىللىنىدىغانلىقىغا كۆپ كۆڭۈل بۆلگەن، ھەتتا ئۇلارنىڭ ئارىسىدا تۇغۇلۇش ۋاقتىغا يەتمەي تۇرۇپ بويىدىن ئاجراپ كەتكەن ھامىلە ئۇستىدە تەجرىبە ئېلىپ بارغانلىرىمۇ بولغان.

ئۇلارنىڭ تەجرىبە قىلىشى ۋە كۆزىتىشچە، مەنىي بالياتقۇغا چۈشكەندىن كېيىن، بالياتقۇ تەرىپىدىن قوبۇل قىلىنىپ، مەلۇم مۇددەتتىن كېيىن كۆپۈك ھالىتىگە كېلىدىكەن، ئۇنىڭ شەكلى قوبۇل قىلىشىغا روھىي نەپسانىي، روھىي تەبئىي، روھىي ھايۋانىيدىن ئىبارەت ئۈچ خىل روھ تەسىر قىلىدىكەن، ئۇلار ئەرنىڭ پۈشتىدىكى مەنىي بىلەن بىرلىكتە كېلىدىكەن. ئۇ، ئاللانىڭ ئىزنى بىلەن بالياتقۇدىكى مەنىنىڭ قوزغىلىشى ۋە ھەركەتلىنىشىگە تۈرتكە بولىدىكەن. روھلارنىڭ تەسىرى بىلەن ئۇنىڭدا بىر خىل يەل پەيدا بولىدىكەن، ئاللانىڭ ئىزنى بىلەن مەنىي سۇيۇقلۇقىدىكى ھەرقايسى تەركىبلەر ئۆزلىرىنىڭ تېگىشلىك ئورۇنلىرىغا ماييللىشىشقا باشلايدىكەن، بىر قىسمى مەركىزىي قىسىمغا ھەركەتلىنىدىكەن، ئۇنىڭدىن يۇرەكنىڭ ئورنى شەكىللىنىدىكەن، ئۇنىڭدىن ئىككى شاخ ئايرىلىپ، بىرى يۇقىرى تەرىپىگە، يەنە بىرى ئوڭ تەرەپكە ماييللىشىدىكەن. يۇقىرىغا ماييللاشقىنىدىن مېڭە، ئوڭ تەرەپكە ماييللاشقىنىدىن جىگەرنىڭ ئورنى شەكىللىنىدىكەن. ھەرقايسى ئەزالارغا تېگىشلىك ئوزۇقلۇق ھاسىل بولغاندىن كېيىن، ئۇنىڭدىن شۇنىڭغا ماس بولغان ئەزالار ۋۇجۇدقا چىقىدىكەن.

ئايال كىشىنىڭ مەنىسىدىن بالياتقۇدا بىر پەردە ھاسىل بولۇر، ئۇ مەنىنى مۇھاپىزەت قىلۇر. بۇ پەردىنىڭ ھاسىل بولۇشىغا تەخمىنەن ئالتە - يەتتە كۈنگىچە ۋاقىت كېتەر، ئۇنى

ئوزۇقلۇق بىلەن تەمىنلەر، يەنە ئۇچ كۈن ئۆتكەندىن كېيىن، مەنىيدىن ئۆزگەرگەن ماددىدا ئومۇمىي بەدەن ۋە خىلتلارنىڭ توچكىلىرى ھاسىل بولۇر، مەزكۇر جەريانىنىڭ ھەممىسىگە جەمئىي توققۇز كۈن ئەتراپىدا ۋاقىت كېتەر، بەزىلەرنىڭ بىر كۈن كەم بولۇر، يەنە ئالتە كۈن ئۆتكەندىن كېيىن، مەنىيدىن ئۆزگەرگەن مەزكۇر ماددا كاللەك قان ھالىتىگە كېلۇر ۋە ئۇنىڭدا قان تومۇرلارنىڭ ئىزنالىرى پەيدا بولۇر، بۇ جەريانىنىڭ ھەممىسىگە جەمئىي 15 كۈن ۋاقىت كېتەر، بەزىلەرنىڭ بىر - ئىككى كۈن ئىلگىرى - كېيىن بولۇر، يەنە 12 كۈن ئۆتكەندىن كېيىن، مەنىيدىن ئۆزگەرگەن كاللەك قاندا يۇرەك، مېڭە، جىگەر قاتارلىق ئەزالارنىڭ ئورۇنلىرى ھاسىل بولۇر، يەنە يۇلۇن سۇيۇقلۇقى پەيدا بولۇر، بەزىلەرنىڭ ئىككى - ئۈچ كۈن ئىلگىرى - كېيىن بولۇر، يەنە توققۇز كۈن ئۆتكەندىن كېيىن، مېڭىنىڭ ھەرقايسى قىسىملىرى ۋە باشتىكى كۆز قاتارلىق ھەرقايسى ئەزالارنىڭ ئورۇنلىرى ھاسىل بولۇر، يەنە بۇۋاقنىڭ پۇت - قوللىرى شەكىللىنەر، بۇلارنىڭ ھەممىسىگە تەخمىنەن 36 كۈن ۋاقىت كېتەر، بەزىلەرگە 40 كۈن ۋاقىت كېتەر، يەنە بەزىلەرگە 45 كۈن ۋاقىت كېتەر، ئەمما 45 كۈن ۋاقىت كېتىدىغانلىرى ئاز ئۇچرايدۇ.

ئېيتىشلارغا قارىغاندا، بالىنىڭ قىز - ئوغۇللۇقىنى ھامىلە 40 كۈنلۈك بولغاندا پەرق ئەتكىلى بولىدىكەن.

خۇۋاجە ئەبۇ ئەلى ئىبن سىنا ھەزرەتلىرىنىڭ ئېيتىشچە، ئوغۇل بالىنىڭ جىنسىنىڭ ئايرىلىشىغا ئىلگىرى - كېيىن بولۇپ 30 كۈن ۋاقىت كېتىدىكەن، ئەگەر ئاز بولغاندا ئالتە ئايدا تۇغۇلىدىكەن.

يەنە بىر گۇرۇھ كىشىلەرنىڭ ئېيتىشچە، بالىنىڭ ئەزالىرىنىڭ تولۇق شەكىللىنىشىگە تەخمىنەن 35 كۈن ۋاقىت كېتىدىكەن، ئۇنىڭغا يەنە ئىككى 35 كۈن قوشۇلسا، جەمئىي ئۈچ 35 كۈن بولۇپ، بۇ ۋاقىتتا ھامىلە تەۋرەشكە باشلايدىكەن، ئىككى 35 كۈن 70 كۈن بولۇر، ئۇنىڭغا يەنە 70 كۈن قوشۇلسا، جەمئىي 210 كۈن بولۇر، بۇ چاغدا ھامىلە تولۇق يېتىلىپ بولار.

دېمەك، قورساقتىكى بالا 45 كۈندە شەكىللىنەر، 90 كۈندىن كېيىن تەۋرەر، 280 كۈندىن كېيىن تۇغۇلۇر، بۇنىڭغا جەمئىي توققۇز ئاي ۋاقىت كېتەر، بەزىدە ئانا - بالىنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ تۇرۇپ مەزكۇر ۋاقىتلاردا مەلۇم دەرىجىدە ئېگىز - پەسلىك بولۇر.

گەرچە بۇقراتتىن مېڭە بىلەن كۆز ھەممىدىن ئاۋۋال يارىتىلىدىغانلىقى، بۇنىڭغا ئۇنىڭ توخۇ چۈجىسىدە قىلغان تەجرىبىلىرى دەلىل بولىدىغانلىقى ھېكايە قىلىنغان بولسىمۇ، ئەمما ھەممىدىن ئاۋۋال يارىتىلىدىغان ئەزا يەنىلا يۈرەكتۇر، چۈنكى يۈرەك ھاياتلىق مەنبەسى بولۇپ،

باشقا ئەزالارنىڭ تىرىكلىكىدە ئۇ مۇھىم رول ئويناپ، شۇنىڭ ئۈچۈن، ئۇنىڭ ھەممىدىن ئاۋۋال يارىتىلىشى زۆرۈردۇر.

خۇۋاجە ئەبۇ ئەلى ئىبن سىنا ھەزرەتلىرى: يۈرەك ھەممىدىن ئاۋۋال يارىتىلىدۇ، دېيىش بىھۇدە سۆزدۇر، بەلكى ھەممىدىن ئاۋۋال يارىتىلىدىغان ئەزا جىگەردۇر، چۈنكى ئۇ پۈتۈن ئەزالارنى ئوزۇقلۇق بىلەن تەمىن ئېتىدۇر، باشقا ئەزالارنىڭ شەكىللىنىشى ئۈچۈن، ئوزۇقلۇق زۆرۈر بولۇر، ئوزۇقلۇق بولمىسا ئەزالارنىڭ شەكىللىنىشى توسقۇنلۇققا ئۇچرايدۇ، دېگەن.

ئەمما تەجرىبىلەرگە ئاساسلانغاندا، ئۇ زاتنىڭ ئېيتقانلىرىنىڭ خاتا ئىكەنلىكى مەلۇم بولىدۇ. چۈنكى، ئىلگىرىكى كاتتا ھۆكۈمالار بۇ ئىشقا كۆپ كۆڭۈل بۆلۈشۈپ، بۇ ھەقتە تەتقىقاتلارنى ئېلىپ بېرىشقان ۋە ئىشنىڭ ئۇنىڭ ئەكسىچە ئىكەنلىكىنى بايقىغان. چۈنكى، بىرىنچىدىن، ھەرقانداق بىر ئەزادا روھىي ھايۋانىي بىلەن تەبئىي ھارارەت بولمىسا ئۇ ھەرقانداق ئوزۇقلۇقنى كېرەك قىلماس، ئوزۇقلۇقتىن بەھرە ئالالماس. بۇنىڭدىن ئەزالارنىڭ شەكىللىنىشى ۋە ئۆسۈپ يېتىلىشىدە روھىي ھايۋانىيىنىڭ ئىنتايىن مۇھىم ئىكەنلىكى مەلۇم بولۇر، ھالبۇكى روھىي ھايۋانىيىنىڭ مەنبەسى يۈرەكتۇر، بۇ مەنىدىن ئېيتقاندا، يۈرەكنىڭ بالدۇر يارىتىلىشى زۆرۈر بولۇر.

ئىككىنچىدىن، مەنىنىڭ شەكىل قوبۇل قىلىشىغا ئوزۇقلۇق ئەمەس، بەلكى روھىي ھايۋانىي بىلەن ھارارىتى غۇرۇزىيە زۆرۈر بولۇر، چۈنكى ئۇ تىرىلىپ بولغاندىن كېيىن، ئوزۇقلۇقنى سەرپ ئېتەلەيدۇ. دەسلەپكى ئېھتىياج جىگەرگە ئەمەس، بەلكى يۈرەككە چۈشۈر، شۇڭا يۈرەك ھەممىدىن ئاۋۋال يارىتىلىدۇ دەپ قارىلىدۇ.

ئۈچىنچىدىن، ئوزۇقلۇقنىڭ قوبۇل قىلىنىشى ۋە ئايلىنىشى ئۈچۈن، قان تومۇرلار كېرەك بولۇر، قان تومۇر بولمىسا، ئەزالار ئوزۇقلۇقلارنى قوبۇل قىلالماس، ھالبۇكى، قان تومۇرلارنىڭ يارىتىلىشى يۈرەكتىن باشلىنار، بۇ نۇقتىدىن ئالغاندىمۇ يۈرەكنىڭ بۇرۇن يارىتىلىشى زۆرۈر بولۇر.

قورساقتىكى ھامىلە ئۈچ پەردە ئىچىگە ئورىلىپ تۇرىدۇ. بىرىنچى پەردە ئەشتىن ئىبارەت بولۇپ، ئۇ ھەممىنىڭ سىرتىدا تۇرار، ئىككىنچى پەردە «لىفافە» (ئورالما) دەپ ئاتىلىپ، ئۇ ئوتتۇرىدا تۇرار. ئۈچىنچى پەردە ناھايىتى نېپىز بولۇپ، بالغا بىۋاستە يېپىشىپ تۇرار، ئۇ «مەماس» (توتىشپ تۇرغۇچى) دەپ ئاتىلۇر.

ئەش ئىككى قەۋەت بولۇپ، ھەر ئىككىسى نېپىز بولۇر، بالىياتقۇنىڭ شىريان تومۇرلىرى ئۇنىڭدا توقۇلغان بولۇر، بەزىلەر مەزكۇر تومۇرلار بالىياتقۇدىن ئۇنۇپ چىقار، ئۇ، شاخلارغا

ئايرىلىپ ئالدىن ئورۇنلاشتۇرۇلغىنى بويىچە ئەشتىن ئۆتۈپ هاملىگە تۇتىشار، ئۇنىڭدىن كېيىن ۋەرد (كۆك قان تومۇرلىرى) ۋە شىريان (قىزىل قان تومۇرلىرى) غا تۇتىشىدۇ، دەيدۇ.

بەزىلەر ۋەرد (كۆك قان تومۇرلار) هاملىنىڭ جىگىرىدىن ئۇنىدۇ، ئىككى شاخقا ئايرىلىدۇ، ئەشكە كېلىپ يەنە ئىككى شاخقا ئايرىلىدۇ. ئۇلاردىن تارماق شاخچىلار چىقىپ بالىياتقۇغا تۇتىشىدۇ، دېگەن. ئەمەلىيەتتە بالىياتقۇغا كەلگەنلىرى شىريان تومۇرلىرىدىن ئىبارەتتۇر. بالىياتقۇ ئېغىزىدىكى تومۇرلار ئىنچىكە بولىدۇ، شىريان تومۇرلىرىنىڭ قىزىل بولۇشى ئۇنىڭ ئىچىدىكى ئوزۇقلۇق ماددىلاردىندۇر.

بالىنىڭ كىندىكىگە ئۇلاشقان تومۇر جىگەردىن ئۇنەر. ھەقىقىي قاراش شۇكى، بالىياتقۇدىكى تومۇرلار تۆرەلمىدىن باشلىنىپ، بالىياتقۇ (بەچىدان) غا ئۇلىنار ۋە غىزانى قوبۇل قىلار.

هاملىنىڭ ئۈچ خىل پەردىگە ئورىلىشىنىڭ ھېكمىتى شۇكى، بالىنىڭ كىندىكىدىن بىر نەچچە چىقىپ سىرتقى پەردىگە تۇتىشار، بالىنىڭ سۈيدۈكى بۇ نەچچە ئارقىلىق تېگىشلىك يوللار بىلەن بىرتەرەپ قىلىنار، سۈيدۈك سۈيۇق ھەم ئاز بولغاچقا، بۇ نەچچە ئىنچىكە بولۇر، ئۇنىڭ بېشىدا بىر گۆش بولۇپ، ئۇ، سۈيدۈكنى تىزگىنلەش رولىنى ئويىنار، بۇ، بىرىنچى پەردىنىڭ رولىدۇر.

ئىككىنچى پەردىنىڭ رولى شۇكى، كەڭرەك بولغان يەنە بىر نەچچە بالىنىڭ كىندىكىدىن باشلىنىپ، مەزكۇر پەردىگە تۇتاشقان بولىدۇ، بۇ نەچچە ئارقىلىق بالىنىڭ چوڭ تەرىتى بەلگىلىك يوللار ئارقىلىق بىرتەرەپ قىلىنۇر.

ئۈچىنچى پەردىنىڭ رولى شۇكى، بالىنىڭ تەر سۈيۇقلۇقى ئۇ پەردە تەرىپىدىن سۈمۈرۈلىدۇ، تەر سۈيدۈك ۋە چوڭ تەرەتكە ئوخشاش كېرەكسىز ماددىلارغا ئىگە بولمىغاچقا، نەچچە ئورۇنلاشتۇرۇلمىغان.

هاملىدار ئايالارنىڭ قېنى ئۈچ خىل هالەتتە سەرپ قىلىنار.

1. هاملىگە ئوزۇق بولۇر.
2. ئەمچەككە بېرىپ سۈتكە ئۆزگىرەر.
3. مەزكۇر ئىككى خىل سەرپىياتتىن ئاشقىنى نېپاس قېنى (تۇغۇت ۋە تۇغۇتتىن كېيىنكى قان) سۈپىتىدە بەدەن سىرتىغا چىقىرىلار.

پەرزەنت ئاتا بىلەن ئانا مەنىسىنىڭ ئۆزئارا قوشۇلۇشىدىن تۆرىلەر، ئەمما بالىنىڭ ئەزالىرىنىڭ كۆپ قىسمى ئانىنىڭ مەنىسىدىن بولۇر، بالىنىڭ چىراي شەكلى، سۆزلىشى، تېرە

رەڭگى كۆپرەك دادىنى تارتۇر، ئەزالارنىڭ قۇۋۇتى كۆپرەك ئانىنىڭ مەنىيسىدىن بولۇر، بۇ جەھەتتە ئانىنىڭ مەنىيسى گويا سۈتكە، دادىنىڭ مەنىيسى گويا ئوغۇز (پەنەرمايە، ئىنفەھە) غا ئوخشار، يەنى خۇددى ئوغۇز سۈتىنى ئۈيۈتقانغا ئوخشاش ئاتىنىڭ مەنىيسى ئانىنىڭ مەنىيسىنى ئۈيۈتۈپ، ئاللانىڭ ئىزناسى بىلەن ھەرقايسى ئەزالارنىڭ شەكىللىنىشىگە تۈرتكە بولۇر، شۇ سەۋەبتىن پەرزەنتنىڭ ئەزالىرىنىڭ ئاساسى كۆپرەك ئاندىن كېلۇر، شۇ سەۋەبتىن بالا كۆپرەك ئانىسىغا ئوخشاش بولۇر، شۇنىڭ ئۈچۈن پەيغەمبىرىمىز مۇھەممەد ئەلەيھىسسالام بالىنىڭ كۆپرەك ئانا تەرەپتىكى ئايال قېرىنداشلارغا ئوخشايدىغانلىقىنى ئېيتقان.

بەزى ھۆكۈمالار ئاتا ـ ئانىنىڭ ئىچىدە قايسىسىنىڭ مەنىيسى كۈچلۈك بولسا، بالىنىڭ شۇنىڭغا ئوخشايدىغانلىقىنى ئېيتقان.

يەنە بەزىلەر پەرزەنت ئارزۇسى بىلەن جىمادا بولغاندا، ئەر ـ ئايال جىمادا كىمنىڭ چىرايى شەكلىنى خىيال قىلسا، بالىنىڭ چىرايى ۋە مىجەزى شۇنىڭغا ئوخشار، دېيىشكەن.

ھەكىم بۇقرات: «مەنىينىڭ ئەسلىي ماددىسى مېڭىدىن كېلۇر، ئۇنىڭ يولى قۇلاقنىڭ كەينىدە بولۇر، شۇ سەۋەبتىن قۇلاق كەينىدىكى تومۇردىن قان ئالسا پەرزەنتلىك بولالماس، مەزكۇر تومۇردا ئاقىدىغان قان گويا قانغا سۈت ئارىلاشتۇرۇلغاندەك ئاققا مايىل بولۇر، ئۇ، مەزكۇر تومۇر ئارقىلىق يۇلۇنغا، ئۇ يەردىن بۆرەككە، ئاندىن مەنىي قاچسىغا كېلۇر» دېگەن.

ھەكىم جالىنۇس: «قۇلاق كەينىدىكى تومۇردىن قان ئېلىپ، بىرەر ئادەمنىڭ نەسلى ئۇرۇلۇپ قالغىنى ماڭا مەلۇم ئەمەس» دېگەن.

خۇۋاجە ئەبۇ ئەلى ئىبن سىنا: «ماڭا مەنىينىڭ ماددىسى پەقەت مېڭىدىنلا ئەمەستەك، بەلكى يۈرەك، جىگەر قاتارلىق رەئىس ئەزالاردىنمۇ كېلىدىغاندەك مەلۇم بولىدۇ، ئۇ، ھەر دەرىجىلىك ھەزىم ئەزالىرىنىڭ ھەزىم قىلىشىدىن ئۆتۈپ، مەنىي قاچسىغا كېلىدۇ ۋە ئۇ يەردە پىشىپ يېتىلىدۇ، شۇ سەۋەبتىن ئاتا ـ ئانىدىكى بەزى كېسەللىكلەر پەرزەنتكە مىراس قالىدۇ» دېگەن.

ئىككىنچى باب تۇغماسلىق توغرىسىدا

سەۋەبى جىنسىي ئەزادىكى ئىللەتلەر، بەدەندىكى ماددىلىق ئۆزگىرىشلەر، تۇغما كەمتۈكلۈك قاتارلىق سەۋەبلەردىن پەيدا بولۇر.

ئىللەت ئەر كىشىنىڭ جىنسىي ئەزاسىدا بولسا، ئۇ تۆۋەندىكىدەك تۆت خىل بولۇر:

1. زەكەر قىسقا بولۇش سەۋەبىدىن مەنىي بالىياتقۇغا يېتىپ بارالماس.

2. زەكەرنىڭ بېشى تۆۋەنگە قارايدىغان، ئوتتۇرىسى توم بولغاچقا، مەنىنىڭ بالىياتقۇغا چۈشۈشىگە توسالغۇلۇق قىلۇر.

3. زەكەر نېرۋىلىرىدا كېسەللىك يۈز بېرىش سەۋەبىدىن زەكەر ياخشى قايىم بولماي، مەنىي بالىياتقۇغا بارالماس.

4. مەنىي ئىشلەپچىقىرىدىغان ئەزالاردىكى ئىللەتلەر سەۋەبىدىن مەنىي سۈپەتسىز بولۇر، گەرچە ئۇ بالىياتقۇغا چۈشكەن بولسىمۇ پەرزەنت كۆرەلمەس.

ئىللەت ئايال كىشىنىڭ جىنسىي ئەزاسىدا بولسا، ئۇ تۆۋەندىكىدەك ئالتە خىل بولۇر:

1. بالىياتقۇ ئېغىزىغا پەردە ئۆسۈۋالۇر، ئۇ، زەكەرنىڭ كىرىشى ياكى مەنىنىڭ بالىياتقۇغا ئورۇنلىشىشىغا تەسىر كۆرسىتەر، بۇنداق كېسەللىك بىلەن ئاغرىغان ئايال ئەرەبچە «رەتقا» ياكى «ئەقلا» دەپ ئاتىلىدىغان بولۇپ، ئايرىم بايان قىلىنىدۇ.

2. بالىياتقۇدا زىيادە گۆش ئۆسۈپ، ئۇ، يارىغا ئايلىنار ۋە ئاقمىغا ئۆزگىرەر. ئۇ، ئايالنىڭ ھامىلدار بولۇشىغا توسقۇنلۇق قىلۇر.

3. بالىياتقۇدا بىرەر ياللۇغ پەيدا بولۇر.

4. ئايالنىڭ زىيادە سېمىزلىكىدىن بولۇر.

5. بالىياتقۇ ئېغىزىنىڭ بىر يانغا قىيسىيىپ قالغانلىقىدىن، مەنىنىڭ جايىغا ئورۇنلىشالماسلىقىدىن بولۇر.

6. بالىياتقۇ مىزاجىنىڭ ماددىلىق ياكى ماددىسىز سوغۇقلۇق، ئىسسىقلىق ياكى ھۆللۈك ۋە قۇرۇقلۇقتىن بۇزۇلۇشىدىن پەيدا بولۇر.

بالىياتقۇ مىزاجىنىڭ ھۆل سوغۇقتىن بۇزۇلۇشى كۆپ ھاللاردا سوغۇق سۇ ئىچىش ۋە سوغۇق تەبىئەتلىك يېمەكلىكلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلىشتىن پەيدا بولۇر، بالىياتقۇ مىزاجى ھۆل سوغۇقتىن بۇزۇلسا، مەنىي ھۆللۈك سەۋەبىدىن بۇزۇلۇر، بۇ خۇددى سۇلۇق يەرگە ئۇرۇق سېلىنسا، ئۇرۇقنىڭ سېسىپ قالغىنىغا ئوخشار.

شۇنىڭدەك بالىياتقۇدا شىلىمشىق سۇيۇقلۇق كۆپ بولسا، بالىياتقۇنىڭ قۇۋۇتى ماسكە (تۇتۇپ تۇرغۇچى قۇۋۇەت) سى بىلەن قۇۋۇتى جازبە (سۈمۈرگۈچى قۇۋۇەت) سىنى زەئىپلەشتۈرۈر، مەنىنىڭ بالىياتقۇغا كېلىشى ۋە جايلىشىشىغا توسقۇنلۇق قىلۇر.

بالىياتقۇ مىزاجى ئىسسىقتىن بۇزۇلسا، مەنىنى كۆيدۈرەر، خۇددى قىزىق تۇپراققا ئۇرۇق سېلىنسا، ئۇرۇقنىڭ ئۇنمىگىنىگە ئوخشار.

بالىياتقۇ مزاجى قۇرۇقلۇقتىن بۇزۇلسا، مەنبىنىڭ ھۆللۈكىنى بالىياتقۇ ئۆزىگە سۈمۈرۈپ، ئۇنىڭ ھۆللۈكىنى خورىتار، بۇنىڭ بىلەن پەرزەنت تۆرىلىش لايىقتىگە ئىگە بولالماس، بۇ خۇددى قۇملۇققا ئۇرۇق سېلىنسا، ئۇنمىگىنىگە ئوخشار.

ئۇنىڭدىن باشقا، ئايالنىڭ يېشىنىڭ كىچىك بولۇشى، كۆپ جىما قىلىش، كۆپ مەست بولۇش، جىنسىي كېسەللىكلەر بىلەن ئاغرىش، ئاشقازان ھەزىمىنىڭ ناچارلىقى، بالىياتقۇ مۇسكۇللىرىنىڭ تارتىشچ قېلىشى، ئەر - ئايال مەنبىنىڭ ماسلاشماسلىقى، گەرچە بىر تەرەپنىڭ مەنبىي ياخشى بولسىمۇ، يەنە بىر تەرەپنىڭ مەنبىي ناچار بولۇپ، ياخشى مەنبىنى بۇزۇشى، ھەيز كۆرۈشتىن قالغان ياكى داۋاملىق ھەيز كۆرىدىغان ئايال بىلەن جىما قىلىش، كۆپ قان ئالدۇرۇش، مېڭە، يۇرەك ۋە جىگەرنىڭ ئاجىزلىقى، تولا قورقۇپ غەم قىلىش، مەلۇم ھادىسە بىلەن ئەر ياكى ئايالنىڭ نەسل ئەزالىرىنىڭ بىرەرسىنىڭ زەخىملىنىشى، ئايالنىڭ جىمادىن كېيىن ئورنىدىن تۇرۇپ سەكرىشى ياكى سۇزاپقا ئوخشاش تۇغماسلىققا سەۋەب بولىدىغان يېمەكلىكلەرنى ئىستېمال قىلىشى قاتارلىق سەۋەبلەردىنمۇ تۇغماسلىق كېلىپ چىقار.

ئالامىتى

زەكەرنىڭ ئەگرى ياكى قىسقا بولۇشىدىن بولغان تۇغماسلىقنىڭ ئالامىتى مەلۇملۇقتۇر، كۆپ قان ئېلىشتىن كېلىپ چىققان بولسا، بىمارنىڭ كۆپ قان ئالدۇرغانلىق تارىخى بولۇر، چىرايى تاتىراڭغۇ، بەدىنى ئاجىز بولۇر، بالىياتقۇ ئېغىزىغا پەردە ئۆسۈپ قالغان بولسا، بۇنداق ئايالنىڭ ھەيزى كەلمەس ياكى ناھايىتى ئاز كېلىپلا توختاپ قالۇر. جىمادا زەكەرنىڭ كىرىشى توسالغۇغا ئۇچرار، ئايال جىمادا ئاغرىق ھېس قىلۇر، بالىياتقۇ يالللۇغلانغاندىن پەيدا بولغان بولسا، بالىياتقۇ يالللۇغدا بايان قىلىنىدىغان ئالامەتلەر كۆرۈلۈر، ئۇ كېيىن تەپسىلىي بايان قىلىنىدۇ. بالىياتقۇغا يەل قاپسىلۇېلىشىدىن كېلىپ چىققان بولسا، جىمادا خۇددى ئوسۇرۇق ئاۋازىغا ئوخشاش ئاۋاز چىقار، بالىياتقۇدا يارا پەيدا بولۇپ، ئاقمىغا ئايلانغان بولسا، ئۇنىڭ ئالامەتلىرىنى ھەيزنىڭ كۆپ كېلىشى ۋە بالىياتقۇ يارىسىنىڭ بابىدىن كۆرۈۋالغاي.

تۇغماسلىق بالىياتقۇنىڭ بىر تەرەپكە قىيسىيپ قېلىشى سەۋەبىدىن بولغان بولسا، جىما ۋاقتىدا ئاغرىق سېزىلەر، مەنىي بالىياتقۇغا ماڭماي ئېقىپ چىقار، تۇغماسلىق جىنسىي ئەزالار مزاجىنىڭ بۇزۇلۇشىدىن بولغان بولسا، بىمارنىڭ تومۇرى، چىرايى، جىنسىي ئەزالارنىڭ ئىسسىق - سوغۇقلۇقى، مەنبىنىڭ قويۇق - سۇيۇقلۇقى، ئاز - كۆپلۈكى، رەڭگى قاتارلىقلاردىن مەلۇم بولۇر، يەنە قايسى خىلدىكى مزاج بۇزۇلۇش بولسا، ماس بولغان ئالامەتلەر يۇقىرىقى

جەھەتلەردە ئىپادىلىنەر.

مىزاج ئىسسىقتىن بۇزۇلغان بولسا، مەنىي ئىسسىق سېزىلەر، مەنىي كەلگەندە، مەنىي يوللىرى كۆيۈشەر، مەنىنىڭ رەڭگى سېرىق بولۇر. مىزاج سوغۇقتىن بۇزۇلغان بولسا، مەنىمۇ سوغۇق سېزىلۇر، رەڭگى ئاق، سۇيۇق بولۇر. مىزاج قۇرۇقتىن بۇزۇلغان بولسا، مەنىنىڭ مىقدارى ئاز، قويۇق، شىلىمشىق بولۇر، پەرزەنت تۆرىلىدىغان ئورۇنغا يېتىپ بارالماس. مىزاج قۇرۇق ئىسسىقتىن بۇزۇلغان بولسا، مەنىي رەڭگى سېرىق، قويۇق، ئىسسىق بولۇر. مىزاج ھۆل سوغۇقتىن بۇزۇلغان بولسا، مەنىنىڭ مىقدارى كۆپ، رەڭگى ئاق، سۇيۇق بولۇر. مىزاج ھۆل ئىسسىقتىن بۇزۇلغان بولسا، جىمادا مەنىي يوللىرىدا كۆيۈشۈش بولۇر، ھەيز قېنى كۆپ، قىزىق، رەڭگى سېرىق، پارقىراق بولۇر، مىزاج سوغۇقتىن بۇزۇلغان بولسا، بالياتقۇ ئېغىزى داۋاملىق نەم بولۇپ تۇرار، ھەيز مىقدارى كۆپ، رەڭگى سۇس بولۇر.

ئايال كىشىنىڭ كۆزى بالياتقۇنىڭ ئەھۋالىدىن خەۋەر بېرەر، كۆز ئەتراپى ئىششىغان، كۆكەرگەن ياكى قارىدىغان بولسا، بالياتقۇدا زىيادە ھۆللۈكنىڭ بارلىقىدىن دېرەك بېرەر.

تۇغماسلىق سەۋەبىنىڭ ئەر ياكى ئايالدا ئىكەنلىكىنى بىلىش ئۇسۇللىرى:

ئەر - ئايال ئىككىسىنىڭ مەنىينى ئايرىم - ئايرىم ئېلىپ، ئۇلارنى سۇغا تاشلىسا، قايسىسىنىڭ مەنىيى چۆكمىسە، شۇنىڭدا ئەيىب بارلىقىنى بىلدۈرەر، مەنىي لەيلىگەن بولسا، ئۇنىڭ خاملىقىنى بىلدۈرەر.

ئەر - ئايال ھەر ئىككى تەرەپنىڭ سۈيدۈكىنى ئايرىم ھالدا قاپاق ياكى كاھۇنىڭ يىلتىزىغا تۆكسە، سۈيدۈك تۆكۈلگەن قاپاق ياكى كاھۇ قۇرۇپ قالسا، ئەيىبنىڭ شۇنىڭدا ئىكەنلىكىنى بىلدۈرەر. ئۆسۈملۈكنىڭ قۇرۇپ قېلىشى مىزاجنىڭ ئىسسىقتىن بۇزۇلغانلىقىنى، مەنىنىڭ ئىسسىق ئىكەنلىكىنى ئىپادىلەر.

بۇغداي، ئارپا، باقلە قاتارلىقلارنىڭ ھەرقايسىسىدىن يەتتە تالدىن ئېلىپ، ئايرىم - ئايرىم ھالدا ئۈچ دانە ساپال قاچىغا سېلىپ، بۇغداي، ئارپا، باقلە قاتارلىقلاردىن يەنە شۇنچىلىك مىقداردا ئېلىپ، يەنە ئۈچ دانە ساپال قاچىغا تاشلاپ، ئەر بىلەن ئايالنىڭ ئايرىم - ئايرىم ھالدا ساپال قاچىدىكى دانلار ئۈستىگە سېيىشكە بۇيرۇغاي، بۇ دانلارنى يەتتە كۈن تۇرغۇزغاي، ئەگەر قايسىسىنىڭ دانلىرى ئۇنمىسە، ئەيىب شۇنىڭدا ئىكەنلىكىنى بىلدۈرەر.

ئەبۇ ئەلى ئىبن سىنا: «ماڭا بۇ ئۇسۇللارنىڭ راستلىقى نامەلۇم، ھەققىي ئۇسۇل شۇكى، مۇناسىپ خۇش پۇراق ماتېرىيالنى ئايال كىشىنىڭ ئاستىدا كۆيدۈرۈپ تۈتۈنىنى بالياتقۇغا كەلتۈرگەي. ئەتراپىنى ئوراپ تۈتۈن قېچىپ كېتىشىنىڭ ئالدىنى ئالغاي، تۈتۈن ئايالنىڭ بۇرنى

ۋە ئېغىزىدىن چىقسا ياكى تۆتۈنىنىڭ پۇرىقى ئېغىز - بۇرنىدا سېزىلسە، ئەيىبىنىڭ ئەردە ئىكەنلىكىنى، ئايالدا مەسىلە يوق ئىكەنلىكىنى بىلدۈرەر. ئەگەر ئايالنىڭ ئېغىز - بۇرنىدىن تۆتۈن چىقمىسا ياكى تۆتۈنىنىڭ پۇرىقى ئايالنىڭ ئېغىز، بۇرنىدا بىلىنمىسە، ئايالنىڭ مەنپي يوللىرىدا ياكى قان تومۇرلىرىدا توسۇلۇش بارلىقى، ئۇنىڭ پەرزەنت كۆرۈشكە توسالغۇ بولۇۋاتقانلىقىغا دالالەت قىلۇر» دېگەن.

يەنە بەزىلەرنىڭ ئېيتىشىچە، بىر دانە سامساقنى مۇۋاپىق چوڭلۇقتا توغراپ، بالىياتقۇغا سېلىپ بىر كېچە تۇرغۇزغاندىن كېيىن، ئۇنىڭ تەمى ياكى پۇرىقى ئايال كىشىنىڭ ئېغىز - بۇرنىدا بىلىنسە، ئۇ، ئايال كىشىنىڭ تۇغدىغانلىقىنى بىلدۈرەر.

داۋالاش

تۇغماسلىق زەكەرنىڭ قىسقىلىدىن بولغان بولسا، پاكار ئايال بىلەن توي قىلغاي ھەمدە جىمادا ئايالنىڭ ساغرىسى ئاستىغا مۇۋاپىق ئېگىزلىكتە تەكىيە قويغاي، شۇنداقلا ئايالنى ئۆزىگە تارتقاي، زەكەرنىڭ قىسقىلىقىغا باشقا ئىلاج يوقتۇر.

ئەگەر تۇغماسلىق زەكەرنىڭ ئەگرىلىكىدىن كېلىپ چىققان بولسا، زەكەرگە رەۋغىنى مومنى سۈركەپ، ئاستىغا تۆز تاختاي قويۇپ، مۇۋاپىق بېسىم بىلەن تېڭىپ قويغاي ۋە تۆزلەنگىچە داۋاملاشتۇرغاي.

تۇغماسلىق بالىياتقۇنىڭ بىر تەرەپكە قىڭغىرلىقىدىن بولغان بولسا، بەدەندە قان كۆپ بولسا، بالىياتقۇ قىڭغىر بولغان تەرەپتىكى سافىن تومۇرىدىن قان ئالغاي. ئىككى پاچاققا لوڭقا قويغاي، زۆرۈر بولسا، ھەفتىسى ئەندام تومۇرىدىن قان ئالغاي، ئۇنىڭدىن كېيىن ھەببى سەكبىنەجنى بەرگەي، قان كۆپ بولمىسا، دەسلەپتە ھەببى سەكبىنەجنى يېگۈزگەي، ئۇنىڭدىن كېيىن بەلغەمنى پەسەيتكۈچى دورىلارنى ئىستېمال قىلدۇرغاي. شەربىتى مائۇلھەسلگە سەككىز مىللىلىتىر ئىنەكپىتى يېغنى تېمىتىپ، توققۇز دانە نوقۇت چوڭلۇقىدىكى ئايارەج پەيقىرا بىلەن بىرلىكتە ھەر كۈنى ئەتىگەندە ئۇدا يەتتە كۈن ياكى توققۇز كۈن ئىستېمال قىلدۇرغاي.

ئىنەكپىتى يېغنى چىقىرىش ئۇسۇلى: ئىنەكپىتى (بىدەنجىر)، ئارپىبەدىيان، رۇمبەدىيان، كەرەپشە ئۇرۇقى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، بىرلىكتە سوقۇپ يېغنى سىقىپ چىقارسا بولۇر.

تۆۋەندىكى زىماتنى ئىشلەتكەي:

كەرەم بىلەن شۇمشا ئۇرۇقىدىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، زىمات قىلىپ بالىياتقۇغا تاڭغاي.

تۆۋەندىكى ھۆججەتنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى سېرىقچىچەك، بابۇنە، مەرزەنجۇش، شۇمشا ئۇرۇقى، ئەنجۇر قېقى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قايناتتۇرۇپ تەمنى چىقىرىپ، پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، سۈيىگە مۇۋاپىق مىقداردا كۈنجۈت يېغى تېمىتىپ، قائىدە بويىچە ھۆججەت قىلغاي.

بىمار تۆۋەندىكى ئالبىزەندە ئولتۇرغاي:

نۇسخىسى شۇمشا ئۇرۇقى، مەرزەنجۇش، بابۇنە، سېرىقچىچەك قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قايناتتۇرۇپ، ئالبىزەن تەييارلىغاي.

بىمارنىڭ مىزاجى زىيادە سوغۇق بولسا، ئاق شور ياكى ناردىن يېغى بىلەن پىلتە تەييارلاپ، جىنسىي يولىغا قويغاي.

بالىياتقۇ ئاقمىسى، بالىياتقۇ ياللۇغى ۋە بالىياتقۇ يارىسىنىڭ ئىلاجى ئايرىم بايان قىلىنىدۇ، شۇ يەردە كۆرسىتىلگەن ئىلاجلارنى قىلسا بولىدۇ.

بالىياتقۇغا يەل تولۇۋالغان بولسا، مائۇلھەسەلگە بىدەنجىر يېغىدىن مۇۋاپىق مىقداردا تېمىتىپ ئىچكەي، يۇقىرىدا ئېيتىلغان زىمات ۋە ئالبىزەنلەرنى ئىشلەتكەي، يەللىك مېۋىلەردىن پەرھىز قىلغاي، قالغان ئىلاجلىرى دوۋساققا يەل تولۇۋېلىشنىڭ ئىلاجى بىلەن ئوخشاشتۇر.

تۇغماسلىق زىيادە سېمىزلىكتىن پەيدا بولغان بولسا، مۇشۇ كىتابنىڭ گۈزەللىك ھەققىدىكى بايانىدا سۆزلەنگەن ئورۇقلاش تەدبىرلىرىنى قوللانغاي ھەم نورمال ھالەتكە كەلگۈچە داۋاملاشتۇرغاي.

تۇغماسلىق بالىياتقۇنىڭ سوغۇقلۇقى ياكى بەدەندە ماددىلارنىڭ قېيىپ قېلىشى سەۋەبىدىن پەيدا بولغان بولسا، بالىياتقۇنى قىزىتقۇچى دورىلارنى ئىشلەتكەي. بەدەننى تازىلاش، مىزاجنى تەڭشەش رولى بولغان چوڭ مەجۇنلەرنى ئىستېمال قىلغاي، مۇناسىپ شىيافىلارنى تەييارلاپ بالىياتقۇغا قويغاي.

بالىياتقۇنى قىزىتىش ئۈچۈن بالىياتقۇنى ئىسلىغاي.

نۇسخىسى ئۇدخام بىلەن ئۇدھىندىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ كۆيدۈرۈپ، ئايال كىشىنى مۇۋاپىق ئورۇندۇق ئۈستىدە ئولتۇرغۇزغاي، ئەينەك ياكى ساپالدىن ياسالغان «قەمئى» دەپ ئاتىلىدىغان نەيچىنىڭ بىر ئۇچىنى ئۇدخام بىلەن ئۇد ھىندى كۆيدۈرۈلگەن قاچىغا ئورۇنلاشتۇرۇپ، يەنە بىر ئۇچىنى بالىياتقۇ ئېغىزىغا قويۇپ، ئىسنىڭ قېچىپ كەتمەسلىكى ئۈچۈن، ئەتراپىنى ئەدىيال بىلەن ئوراپ قويغاي، ئىسنىڭ بۇرۇنغا يېتىشىدىن ئېھتىيات قىلغاي،

مۇڭاپىق ئىسلىغاندىن كېيىن ئۆتنى ئۆچۈرگەي.

تۆۋەندىكى شىيافنى ئىشلەتكەي، ئۇ، بالىياتقۇنى قىزىتار:

نۇسخىسى زەپەر، ھۇماما، سۇمبۇل، ئىكلىلمىلىكىنىك ھەربىرىدىن 12 گىرامدىن، سازەج ھىندى، تاغ كەرۇياسى ھەربىرىدىن 35 گىرامدىن، ئۆردەك يېغى، توخۇ يېغى، ئۆچكىنىڭ چاۋا يېغى، ساپ مومنىڭ ھەربىرىدىن 70 گىرامدىن، ناردىن يېغىدىن 50 گىرام، تۇخۇمنىڭ سېرىقىدىن بىر دانە ئېلىپ، ياغلارنى بىرلەشتۇرۇپ ئېرىتكەي. ئۇستىدىن تۇخۇم سېرىقى بىلەن مومنى ئارىلاشتۇرۇپ، ئاخىرىدا قالغان دورىلارنى سوقۇپ، تاسقاپ، ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم قىلغاي، يۇمشاق يۇڭنى ئۇنىڭغا مىلەپ، قائىدە بويىچە شىياق تەييارلاپ، ھەر قېتىم ھەيزدىن پاكلانغاندا ئۇدا ئۇچ كۈن جىنسىي يولغا سالغاي.

تۆۋەندىكى شىيافنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى ئىپار، زەپەر، سۇمبۇل، مەستىكى، مىئەسائىلەنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرامدىن، سېرىقچېچەك، كەرۇيانىڭ ھەربىرىدىن 35 گىرامدىن، ئۆردەك يېغى، توخۇ يېغى، ئۆچكىنىڭ چاۋا يېغىنىڭ ھەربىرىدىن 70 گىرامدىن، رەۋغنى ناردىندىن 100 مىللىلىتىر، تۇخۇم سېرىقىدىن بىر دانە ئېلىپ، يەنە يۇقىرىدىكى ئۇسۇل بىلەن شىياق تەييارلاپ جىنسىي يولغا قويغاي.

تۆۋەندىكى شىيافنى ئىشلەتكەي. ئۇ، مىزاجى ھۆل سوغۇقتىن بۇزۇلغان بالىياتقۇغا مەنپەئەت قىلۇر:

نۇسخىسى ئاچچىق تاش (زەمچە) كۇشتىسىدىن ئالتە گىرام، سۇماق، مۇرمەككى، زەپەر، ئۇدخامنىڭ ھەربىرىدىن بەش گىرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى قائىدە بويىچە سوقۇپ، تاسقاپ، مۇڭاپىق مىقداردىكى ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ، ھەر قېتىم ھەيزدىن پاكلانغاندا شىياق تەييارلاپ، ئۇدا ئۇچ كۈن بالىياتقۇغا قويغاي.

تۆۋەندىكى شىيافنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى شىر، بۆرە، توشقان، ئېشەك قاتارلىق ھايۋانلارنىڭ ئۆتىدىن قايىسىسى تېپىلسا، شۇنىڭدىن توققۇز دانە نوقۇت چوڭلۇقىدا ئېلىپ، ناردىن يېغىدىن مۇڭاپىق مىقداردا قوشۇپ، قائىدە بويىچە شىياق تەييارلاپ، ھەيزدىن پاك بولغاندىن كېيىن بالىياتقۇغا قويغاي. ئايالنىڭ پەرجىنى شەھمەنزەل قاينىتىمسى بىلەن توختىماي يۇيۇپ بەرگەي.

تۆۋەندىكى ئىسرىقنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى دارشىشان، توشقان يۇڭى، قۇرۇق سۇزاپ قاتارلىقلاردىن مۇڭاپىق مىقداردا

ئېلىپ سوقۇپ، ئېرىتىلگەن موم بىلەن يۇغۇرۇپ، مۇڭاپىق چوڭلۇقتا قۇرس قىلىپ، ئايال كىشى ھەيزدىن پاك بولغاندىن كېيىن يۇقىرىقى ئۇسۇل بويىچە كۆيدۈرۈپ بالياتقۇنى ئىسلىغاي.

تۆۋەندىكى ئىسرىقنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى قىزىل زەرنىخ، قارا جۇرا ئۇرۇقى[1]، مىئەسائىلە، مۇرمەككى، بارىزەت، ھەببۇلغار قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، سوقۇشقا تېگىشلىكلىرىنى سوقۇپ، قالغانلىرىنى شاراب بىلەن ئېرىتىپ يۇغۇرۇپ، مۇڭاپىق چوڭلۇقتا قۇرس قىلىپ، ئۇنىڭدىن كېيىن كۆيدۈرۈپ، بالياتقۇنى قائىدە بويىچە ئىسلىغاي.

تۆۋەندىكى ھۆقىننى ئىشلەتكەي. ئۇ، بالياتقۇنىڭ ھۆل سوغۇقلۇقىغا مەنپەئەت قىلۇر:

نۇسخىسى مەستىكى، سۆئىدىنىڭ ھەربىرىدىن 90 گىرامدىن، مۇرمەككىدىن 30 گىرام ئېلىپ دورىلارنى ئۇچ ھەسسە سۇ بىلەن قاينىتىپ پىسەپلىرىنى ئېلىۋېتىپ، بۇ سۇ بىلەن ئۇدا ئۇچ كۈن ھۆقنە قىلغاي. مەزكۇر سۇغا پىل سۆيدۈكىدىن مۇڭاپىق مىقداردا قوشسا ئاجايىپ مەنپەئەت قىلۇر.

ئايال كىشى پىلنىڭ ئېزىق چىشىنى ئېكەكلەپ مۇڭاپىق مىقداردا يېسە، تۇغماسلىققا مەنپەئەت قىلۇر. سىيسالىيۇس تۇغماسلىققا مەنپەئەت قىلىشتا سىناقتىن ئۆتكەن، ھەتتا ھايۋانلارنىڭ چىشسىغا بەرسەمۇ بوغاز بولۇر.

بىلسان يېغى بىلەن سەۋسەن يېغىدىن مۇڭاپىق مىقداردا ئېلىپ يۇڭغا سۈركەپ، ئايالنىڭ جىنسىي يولىغا قويسا تۇغماسلىققا مەنپەئەت قىلۇر.

توشقاننىڭ ئوغۇز سۈتىنى بىنەپشە يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يۇڭغا سۈركەپ، شىياق تەييارلاپ جىنسىي يولىغا سالغاي.

كېيىك ئۆتىدىن مۇڭاپىق مىقداردا ئېلىپ، قائىدە بويىچە شىياق تەييارلاپ، ئايالنىڭ جىنسىي يولىغا قويغاي.

ئۇچىنچى باب ھامىلدارلىقنىڭ ئالامەتلىرى توغرىسىدا

ئايالنىڭ ھامىلدار بولغانلىقى ئەر - ئايالنىڭ ئەھۋالى بىلەن تېڭىپنىڭ تەدبىرلىرى ئارقىلىق بىلىنەر.

ئايالنىڭ ئەھۋالىدىن بىلىنىشى شۇكى، ئايال ھامىلدار بولغاندىن كېيىن جىمانى

---

① تېبابەتتە ئىشلىتىلىدىغان بىرخىل ئۆسۈملۈكنىڭ ئۇرۇقى (ت).

خالىمايدىغان بولۇپ قالۇر. جىما قىلسا بالىياتقۇدا مەلۇم دەرىجىدە ئاغرىق سېزىلەر، كىنىدىك ئەتراپى ئاغرار. ھامىلدارلىقتا بالىياتقۇ ئېغىزى يۇمۇلىدىغان بولغاچقا، جىمادا زەكەرنىڭ مېڭىشى توسقۇنلۇققا ئۇچرار. مەنىي بالىياتقۇ ئىچىگە ماڭماي ئېقىپ چىقار. ئايالنىڭ رەڭگىرويى سارغۇچ ياكى كۆككە مايىل بولۇر. ھەيز ئارقىلىق تازىلىنىدىغان ماددا يۇزگە ئۆرلىگەن بولغاچقا، بىمارنىڭ يۇزىگە داغ چۈشەر. كۆكرەك تومۇرلىرى كۆك بولۇپ كۆرۈنۈپ تۇرار. ئەمچىكى يوغىنار. ھەيز قېنىنىڭ بۇسى يۇقىرى ئۆرلىگەن بولغاچقا، ئەمچەك ئۇچى قارىدار. كۆڭلى ئېلىشىپ، بېشى قايار. بەزى نەرسىلەرنى يېيىشكە ئامراق بولۇر. بۇ ئالامەتلەر ھەيز قېنى بەدەندە قالغانلىقىدىن بولۇر. تۆت ئاي ئۆتۈپ، بالا چوڭ بولغان ۋە ھەيز قېنى بالغا ئوزۇق بولۇشقا باشلىغاندا باش قېيىش، كۆڭۈل ئېلىشىش ۋە بەزى نەرسىلەرنى يېيىشكە ئامراق بولۇشقا ئوخشاش ئالامەتلەر يوقىلار.

ئەرنىڭ ئەھۋالىدىن بىلىنىشى شۇكى، بالىياتقۇ ئېغىزى يۇمۇلغان بولغاچقا، جىمادا جىنسىي يول كىچىكرەك بىلىنۇر. پەرجى قۇرغاق سېزىلەر. ئەرنىڭ مەنىيسى بالىياتقۇغا ماڭسا، ئايالدا ماغدۇرسىزلىق ۋە سۇسلۇق پەيدا بولۇر. ئايال ھامىلدار بولمىغان ۋاقتىغا سېلىشتۇرغاندا زەكەر قۇرغاق ھالەتتە چىقۇر.

ھەكىم بۇقراتنىڭ ئېيتىشچە، ئايالنىڭ ھامىلدار ياكى ئەمەسلىكىنى بىلىشنىڭ ئۈسۈلى شۇ ئىكەنكى، كەچتە ئۇخلاشتىن بۇرۇن ئايالغا مۇۋاپىق مىقداردىكى ھەسەلنى شەربەت قىلىپ ياكى سوغۇق سۇ بىلەن تەڭشەپ ئىچكۈزسە، كېچىدە قورسىقىنىڭ ئاغرىغانلىقىدىن شىكايەت قىلسا، ھامىلدار بولغان بولىدىكەن. چۈنكى، ھەسەلنىڭ ھارارىتىدىن قورساقتا يەل پەيدا بولىدىكەن.

يەنە بىر ئۈسۈلى شۇكى، ئايالنى كۈندۈزى روزا تۇتۇشقا بۇيرۇپ، كەچتە ئىپتار قىلىشتىن ئىلگىرى ئۇد ھىندىغا ئوخشاش بىر مۇناسىپ خۇش پۇراق دورىنى كۆيدۈرۈپ، شۇ ئىسنىڭ ئۇستىگە ئايالنى ئولتۇرغۇزغاي، يەنى مەخسۇس تەييارلانغان نەيچىنىڭ بىر ئۇچىنى ئىسقا، يەنە بىر ئۇچىنى بالىياتقۇ ئېغىزىغا قويۇپ، ئىسنى بالىياتقۇغا ماڭدۇرغاي. ئىسنىڭ پۇرىقى ياكى تەمى ئايالنىڭ ئېغىز، بۇرنىدا سېزىلسە، ھامىلدار ئەمەسلىكىنى، سېزىلمىسە ئۇنىڭ ھامىلدار ئىكەنلىكىنى بىلدۈرگەي.

يەنە ئايال بىر كۈن روزا تۇتقاندىن كېيىن، كەچتە قورسقىنى ياخشى تويغۇزۇپ، يۇقىرىقى ئۈسۈل بويىچە ئىسلانغاندىن كېيىن، ئىسنىڭ پۇرىقى ئايالنىڭ ئېغىز - بۇرنىدا بىلىنسە ھامىلدار ئەمەس، بىلىنمىسە ھامىلدار بولۇپ ھېسابلىنىدۇ.

ئۇنىڭدىن باشقا، ھامىلدار ئايالنىڭ سۈيدۈكى كۆككە مايىل كېلۇر. ئۇنى ئەينەك قاچىغا

ئېلىپ قويسا، تېگىگە لەشكە ئوخشاش چۆكمە ئورنار. قاچىنى جىم تۇتسا قىزغۇچ رەڭدە بولۇر. ئۇنى چايقىسا قارامتۇل رەڭگە كىرۇر. قارامتۇل رەڭگە كىرمىسە يېڭىدىن ھاملىدار بولغان بولۇپ ھېسابلىنار. ھاملىدار ئايالنىڭ سۈيدۈكىنىڭ ئۈستى ياكى تېگىدە بەزىدە دانچىسمان نەرسىلەر پەيدا بولۇر. چايقالسا يوقاپ كېتەر.

قالغىنىنى ئاللا ئوبدان بىلۇر.

تۆتىنچى باب بالىنىڭ قىز - ئوغۇللۇقىنى بىلىش توغرىسىدا

مەلۇم بولغايكى، ئاللا بالىنى ئاتا بىلەن ئانىنىڭ مەنىيسىنىڭ قوشۇلۇشىدىن ياراتقاندۇر. ئۇنىڭ قىز - ئوغۇللۇقىنى بىلىشمۇ ئاللانىڭ ئىلكىدىكى ئىشتۇر. ئەمما تەجرىبە ۋە كۆزىتىشلەردىن مەلۇم بولغان ئالامەتلەرنى ئوتتۇرىغا قويسا يامان بولماس، دەپ قارايمەن.

ئەرنىڭ مەنىيسى ئايالنىڭ مەنىيسىدىن ئىسسىقراق، قۇۋۋەتلىكرەك بولسا، بالا ئوغۇل تۇغۇلار. بولۇپمۇ ئايال ھەيزدىن پاك بولغاندىن كېيىنلا جىما قىلسا، قىش كۈنى، بوران چىققان كۈنلىرى، شىمال شامىلى چىققان مەزگىللەردە جىما قىلغاندا بالا تۆرەلسە ئوغۇل بولۇر. چۈنكى، بۇ چاغدا ھارارەت بەدەن ئىچىگە ماڭۇر، بۇنىڭ بىلەن مەنىي ئىسسىق بولۇر. ھاۋا ئىسسىق شەھەرلەردە، تومۇز ئىسسىقتا، جەنۇب شامىلى چىققان ۋاقىتلاردا جىما قىلسا، بالا تۆرەلسە قىز بولۇر. ئەرنىڭ مەنىيسى ئوڭدىن كېلىپ، بالياتقۇنىڭ ئوڭ تەرىپىگە ئورۇنلاشسا بالا ئوغۇل بولۇر. ئەرنىڭ مەنىيسى سولدىن كېلىپ، بالياتقۇنىڭ سول تەرىپىگە ئورۇنلاشسا بالا قىز بولۇر. ئەرنىڭ مەنىيسى سول تەرەپتىن كېلىپ، بالياتقۇنىڭ ئوڭ تەرىپىگە ئورۇنلاشسا بالا قىز بولۇر. ئەمما ئوغۇل بالا خۈيلۈق بولۇر. ئەرنىڭ مەنىيسى ئوڭ تەرەپتىن كېلىپ، بالياتقۇنىڭ سول تەرىپىگە ئورۇنلاشسا، بالا ئوغۇل بولۇر. ئەمما قىز بالا خۈيلۈق بولۇر.

ئېيتىشلارغا قارىغاندا، ئايال ھەيزدىن پاكلىنىپ غۇسلى قىلغاندىن كېيىنلا جىمادا بولسا، بالا ئوغۇل تۇغۇلىدىكەن، يەنى تاكى بەش كۈنگىچە جىمادا بولسا ئوغۇل بولىدىكەن، بەش كۈندىن يەتتە كۈنگىچە بولغان ئارىلىقتا جىمادا بولسا، قىز تۇغۇلىدىكەن، 8 ~ 15 كۈنگىچە بولغان ئارىلىقتا جىمادا بولسىمۇ قىز تۇغۇلىدىكەن. ئۇنىڭدىن كېيىن جىمادا بولسا، بالا ئىككى جىنسلىق (ھېجىقىز) تۇغۇلىدىكەن.

مەلۇم بولغايكى، ئايالنىڭ بويىدىكى بالا ئوغۇل بولسا، ئايالنىڭ رەڭگى پاكىز، خۇشخۇي، بەدىنى يۇمشاق بولۇر. بەزى يېمەكلىكلەرگە بولغان ئىنتىلىشى ئازراق بولۇر. ئوغۇل بالا قورساقنىڭ ئوڭ تەرىپىدە تەۋرەر. بالا ئوغۇل بولسا، ئايالنىڭ ئوڭ ئەمچىكىنىڭ قارىسى چوڭراق بولۇر. بىر تامچە سۈت سېغىپ ئەينەككە تېمىتىپ ئاپتاپتا قويسا، سىماب ياكى مەرۋايىتنىڭ رەڭگىدە كۆرۈنەر. ئوڭ ئەمچەكنىڭ تۈگمىسى قىزىل بولۇر. ئوڭ قولنىڭ تومۇرى تېز سوقار. بۇ ئايال ماڭماقچى بولسا، ئوڭ پۇتىنى ئاۋۋال تەۋرىتەر. ئورنىدىن تۇرماقچى بولسا، ئوڭ قولىنى تىرەپ تۇرۇپ ئورنىدىن تۇرار.

ئوغۇل بالا ئۈچ ئايدىن كېيىن، قىز بالا تۆت ئايدىن كېيىن تەۋرەر.

ئايال ئوغۇل بالىغا هاملىدار بولسا، ئالامەتلىرى قىز بالىغا هاملىدار بولغانىنىڭ ئەكسىچە بولۇر.

قورساقتىكى بالىنىڭ ئوغۇل - قىزلىقىنى بىلىشنىڭ يەنە بىر ئۇسۇلى شۇكى، زىراۋەندىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ، بىر پارچە يۇڭغا مىلەپ بالىياتقۇغا (جىنسىي يولغا) قويغاي. ئەتىگەندىن تاكى پېشىن ۋاقتىغىچە تۇرغۇزغاي. ئۇنىڭدىن باشقا ھېچقانداق تائام يېمىگەي. ئايالنىڭ ئېغىز تەمى تاتلىق بولسا، قورسىقىدىكى بالىسى ئوغۇلدۇر. ئېغىز تەمى ئاچچىق بولسا، قورسىقىدىكى بالىسى قىزدۇر. ئېغىزىدا ھېچقانداق تەم بىلىنمىسە هاملىدار ئەمەستۇر.

خۇۋاجە ئەبۇ ئەلى ئىبن سىنا ھەزرەتلىرى: «ئانا ئوغۇل بالا تۇغسا نىپاس (تۇغۇت) قېنى 25 ~ 35 كۈندىن كېيىن توختار. قىز تۇغسا 35 ~ 40 كۈندىن كېيىن تازىلىنار» دېگەن.

بەشىنچى باب ئوغۇل پەرزەنت كۆرۈش تەدبىرلىرى توغرىسىدا

ئايالنىڭ مەنىيسى كۈچسىز بولسا، بالا ئوغۇل بولۇر دېگۈچىلەرنىڭ سۆزلىرىگە ئىشەنچ قىلغىلى بولماس. چۈنكى، ئايالنىڭ مەنىيسى كۈچلۈك بولمىغىچە ئوغۇل بالا تۆرەلمەس، بەلكى ئەرنىڭ مەنىيسى ئايالنىڭ مەنىيسىدىن كۈچلۈكرەك بولۇشى تەلەپ قىلىنار.

ئەر - ئايال ھەر ئىككى تەرەپنىڭ مەنىيسىنى كۈچلۈك قىلىشنىڭ تەدبىرلىرى شۇكى، مۇناسىپ خۇش پۇراق دورىلارنى ئىشلەتكەي. زەپەر، ئۇدخام، ئىپار قاتارلىقلار بىلەن تەييارلانغان

مۇسەللەستىن مۇۋاپىق مىقداردا ئىچكەي. مەزكۇر دورىلار بەدەننى خۇش پۇراقلاشتۇرار. كافۇردىن ئېھتىيات قىلغاي. تۇخۇم سېرىقى، گۈرۈچ شىرىسى، ئاتىلا، سېمىز پاقلان گۆشى قاتارلىقلارغا ئوخشاش باھنى قۇۋۇەتلەپ، مەنپي كۆپەيتكۈچى يېمەكلىكلەرنى ئىستېمال قىلغاي. باھنى قۇۋۇەتلىگۈچى يېمەكلىكلەر ئىلگىرىكى بابلاردا بايان قىلىندى، شۇ يەردىن كۆرۈۋالغاي. ھاۋا كىلىماتى سوغۇق ۋاقىتلاردا مەجۇنى مەسرۇدىتۇس، داۋائىلمىشكىگە ئوخشاش سوغۇقلۇققا تاقابىل تۇرغۇچى دورىلارنى مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلىپ بەرگەي. بەدەندە ماددىلارنىڭ قېيىپ قېلىشى، تاشامنىڭ ھەزىم بولماسلىقى، ئاچچىق ۋە مەست قىلىدىغان نەرسىلەرنى ئىستېمال قىلىش قاتارلىقلاردىن پەرھىز قىلغاي. سوغۇق سۇ ئىچمىگەي، زۆرۈر بولسا ئاز ئىچكەي.

مەلۇم مەزگىل جىمادا بولماي، مەنىنى يىغىپ جىما ئارزۇسى كۈچەيگەندە، مەنىنىڭ قويۇق - سۇيۇقلۇقى ۋە باشقا ئەھۋاللىرى نورمال بولغان ۋاقىتتا جىما قىلغاي. بۇ شەرتلەرنى ئىيالغىمۇ قويغاي. ئەمما ئۇزاق مۇددەت جىما قىلماي يۇرۇش ياخشى ئەھۋال ئەمەس، چۈنكى ئۇنداق بولغاندا، مەنپي بەدەندە ئۇزۇن ساقلىنىپ سۈپىتى بۇزۇلۇر. ئۇنىڭدا ئوفۇنەت پەيدا بولۇر. ئەر - ئايال ھەر ئىككى تەرەپنىڭ ھېسسىياتى ئۇرغۇغان، كۆڭۈل خۇرسەن بولغان، غەم - غۇسسىلەر بولمىغان ۋاقىتلاردا، ھاۋاسى ساپ، پاكىز، خۇش پۇراق بولغان تىنچ ماكاندا جىمادا بولغاي. جىمادىن ئىلگىرى ئىيال بىلەن كۆپ ئويىنىشىپ، چاقچاق قىلىپ ئىيالىنىڭ ھېسسىياتىنى قوزغاتقاي. ئىيال كىشى جىمادا قاملاشقان، قامەتلىك ئوغۇل بالىنىڭ سېيماسىنى كۆز ئالدىغا كەلتۈرگەي. جىمادا ئىيالنىڭ ساغرىسى ئاستىغا يۇمشاق تەكىي قويۇپ، مۇۋاپىق دەرىجىدە ئېگىزلىتىپ، مەنىنىڭ بالىياتقۇ يوقىرىسىغا ئورۇنلىشىشىغا ياردەم بەرگەي. مەنىنى قويۇپ بېرىدىغان ۋاقىتتا ئىيال ئەرنى ئۆزىگە چىڭ تارتقاي.

مەزكۇر قائىدىلەرگە ئەمەل قىلسا، ئاللانىڭ ئىزنى بىلەن ئوغۇل پەرزەنت كۆرۈشتىن ئۈمىد كۈتۈشكە بولۇر.

ئالتىنچى باب كۆپ ياكى ئاز پەرزەنتلىك بولۇشنى بەدەن تۇرقىدىن بىلىش توغرىسىدا

كۆپ پەرزەنتلىك بولىدىغان كىشىلەرنىڭ بەدەن قۇۋۋىتى ياخشى، ئورۇق - سېمىزلىكى نورمال، مۇسكۇللىرى قاتتىقلىققا مايىل بولۇر. ئۇرۇقدىنى باشقىلارنىكىدىن چوڭراق، تومۇرلىرى كۆرۈنۈپ تۇرار. جىماغا ھېرىسمەن بولۇر. باللىرى بالدۇر بالاغەتكە يېتەر. ئەرلىكىدىن بالدۇر

قالماس. دوۋسۇن تۇكى قويۇق بولۇر، ئوك تەرەپ ئۇرۇقدېنى چوڭراق بولۇر.

چاڑوچىلار مالليرىنىڭ چىشى تۇغۇشنى ئۈمىد قىلسا، ئۇنىڭ ئوك تەرەپ ئۇرۇقدېنىنى باغلاپ ئۇنىڭدىن كېيىن جۇپلەشتۇرىدۇ. بۇ چاغدا تۆرەلگەن مال چىشى تۇغۇلۇر. خۇددى شۇنىڭغا ئوخشاش كىشىنىڭ ئوك تەرەپ ئۇرۇقدېنى چوك بولسا ئوغۇل پەرزەنتى كۆپ بولۇر.

ئايال كىشىنىڭ بەدەن مۇسكۇللىرىنىڭ ئاز - كۆپلۈكى ئوتتۇراھال، تېرىسىنىڭ رەڭگى ياخشى بولسا، ھەيز ۋاقتىدا كېلىپ ۋاقتىدا توختىسا ھەم ھەيزنىڭ مۇددىتى نورمال بولسا، پاكلىق ۋاقتى ئۇزۇن بولغاندا 22 كۈن بولسا، ھەيز رەڭگى زىيادە قارا ياكى زىيادە سۇيۇق بولمسا، ئاشقازىنى كۈچلۈك بولۇپ، ھەزمى ياخشى بولسا، ئەزالىرىنىڭ تۇزۇلۈشى نورمال بولسا ھەم بالاغەتكە بالدۇر يەتكەن بولسا، بەدىنىنىڭ قان تومۇرلىرى قاتتىق بولسا، ئوغۇل پەرزەنتى كۆپ بولۇر.

قالغىنىنى ئاللا ياخشى بىلۇر.

يەتتىنچى باب تۇغۇت يېقىنلىشىپ قالغانلىقىنىڭ ئالامەتلىرى توغرىسىدا

ھاملىدار ئايالنىڭ تۇغۇتى يېقىنلىشىپ قالغان بولسا، كىندىكىنىڭ تۆۋەنكى قىسمى، بېلى ئاغرار. بالىياتقۇ كۆيۈشكەندەك مەلۇم بولۇر. جىنسىي يولىدىن سۇ كېلىپ تۇرار. پۇتلىرى ئىششىغاندەك مەلۇم بولسا، تۇغۇت ۋاقتى يېقىنلىشىپ قالغانلىقىنى بىلدۈرەر.

سەككىزىنچى باب ھاملىنىڭ پەرۋىش تاپالماسلىقى توغرىسىدا

ئانا ھاملىدار ۋاقتىدا مەلۇم كېسەللىك بىلەن ئاغرىسا، ھەيز كۆرسە، ھامىلە ياخشى پەرۋىش تاپالماس. بەزى ئايالالرنىڭ بەدىنىدە قان كۆپ بولغاچقا، ھاملىدار ۋاقتىدىمۇ ھەيز كۆرىدىغان ئەھۋالالار بولۇر. گەرچە بۇنداق ئايالالرنىڭ ھەيز كۆرۈشى ھامىلىگە كۆپ زەرەر ئېلىپ كەلمىسىمۇ، ئەمما ئانىنىڭ بەدىنى ئاجىز بولسا، ھاملىگە ئوزۇق بولىدىغان قان ئازلاپ كېتىپ، ھامىلە ياخشى پەرۋىش تاپالماس. بالا تۇغۇلۇشتىن ئىلگىرى ئانىنىڭ ئەمچىكىگە سۈت كەلسە، ئۇ، قورساقتىكى بالىنىڭ ئاجىزلىقىنى بىلدۈرەر. ئۇ، مەلۇم سەۋەبلەردىن ئوزۇق بولىدىغان ماددىنىڭ ئەمچەككە بالدۇر كەلگەنلىكىنى ئىپادىلەر. بۇنداق بولغاندىمۇ ھامىلىگە ئوزۇقلۇق

يېتىشمەس. ھاملىنىڭ ۋاقتىتىن كېيىن تەۋرىشى ياكى تەۋرىشىنىڭ ئېگىز - پەس بولۇشى ھاملىنىڭ زەئىپلىكىنى بىلدۈرەر. بالا تۇغۇلغاندىن كېيىن دەرھال يىغلىمسا، ھەرىكىتى ئاجىز بولسا، بالىنىڭ قورساقتا پەرۋىش تاپالمىغانلىقىنى بىلدۈرەر. بۇنداق بالىنىڭ ئەي بولۇشى تەسرەك بولۇر.

توققۇزىنچى باب قېيىن تۇغۇت توغرىسىدا

سەۋەبى

قېيىن تۇغۇت تۆۋەندىكىدەك بەش خىل سەۋەبتىن بولۇر:

1. ئانا سەۋەبىدىن بولۇر.
2. بالا سەۋەبىدىن بولۇر.
3. بالياتقۇ (بەچىدان) ۋە بالا ھەمراھى (ئەش) سەۋەبىدىن بولۇر.
4. بالياتقۇ ئەتراپىدىكى شېرىك ئەزالار سەۋەبىدىن بولۇر.
5. تاشقى سەۋەبلەردىن بولۇر.

ئانا سەۋەبىدىن بولسا تۆۋەندىكىدەك بەش تۈرگە بۆلۈنەر:

(1) ئانا كۆپ كېسەل تارتقان، بەدىنى ئاجىز بولغان سەۋەبتىن تۇغۇتنى ئىلگىرى سۈرگۈچى مۇسكۇل (مۇشەك)لار كۈچسىزلىنىپ، بالىنى تۇغدۇرۇشقا كۈچى يەتمەس.

(2) تۇنجى تۇغۇت بولسا قورقۇش، ئاغرىقتىن جىددىيلىشىش سەۋەبىدىن مۇسكۇللار كۈچسىزلىنىپ تۇغۇت قېينىلىشار.

(3) ئانىنىڭ زىيادە سېمىزلىكىدىن بولۇر.

(4) ئانىنىڭ قۇۋۇەتسىز تائاملار بىلەن ئوزۇقلىنىشقا ئادەتلىنىشى بىلەن بەدىنى ئاجىزلىششى ياكى ئاغرىقتا چىدامسىز بولۇشىدىن بولۇر.

(5) ئانىنىڭ ھاملىدار ۋاقتىدا قالايمقان ھەرىكەت قىلىشى بىلەن بالىنىڭ قورساقتىكى نورمال تۈرۈش شەكلىنىڭ ئۆزگىرىپ كېتىشىدىن بولۇر.

قېيىن تۇغۇت بالياتقۇ ۋە بالا ھەمراھىدىن كېلىپ چىققان بولسا، ئۇ تۆۋەندىكىدەك بەش تۈرگە بۆلۈنەر:

(1) بالياتقۇنىڭ تار، كىچىك بولۇشى سەۋەبىدىن بالىنىڭ قوزغىلىشى ۋە ھەرىكەتلىنىشى توسقۇنلۇققا ئۇچرىشىدىن بولۇر.

(2) بالياتقۇنىڭ قۇرغاق بولۇشى ۋە ئۇنىڭدىكى ھۆللۈكنىڭ ئازلىقىدىن بالىنىڭ تۇغۇلۇشى تەس بولۇر.

(3) بالياتقۇدىكى مەلۇم ئەيىب ياكى كېسەللىك سەۋەبىدىن بولۇر.

(4) بالا ھەمراھى (ئەش) زىيادە قېلىن بولغانلىقتىن، بالىنىڭ ئۇنى يىرتىشقا كۈچى يەتمەسلىكىدىن بولۇر.

(5) بالا ھەمراھى زىيادە نېپىز بولغاچقا، ۋاقتىتىن بۇرۇن يىرتىلىپ، ئۇنىڭدىكى باش سۈيىنىڭ بالدۇر ئېقىپ كېتىشىدىن بالىنى تەۋرىتىدىغان ماددا تۈگىشى بىلەن بالىنىڭ تۇغۇلۇشى تەس بولۇر.

بالياتقۇ ئەتراپىدىكى شېرىك ئەزالار سەۋەبىدىن پەيدا بولغان بولسا، ئۇ تۆۋەندىكىدەك ئىككى خىل بولۇر:

(1) دوۋساق ياكى تۇز ئۇچەيدىكى ئىششىق سەۋەبىدىن بولۇر.

(2) دوۋساققا سۈيدۈكنىڭ يىغىلىپ قېلىشى ياكى چوڭ تەرەتنىڭ تۇز ئۇچەيدە توپلىشىپ قېلىشى ۋە بالياتقۇنى قىستىشى، ئىنجىقلاشقا تەسىر يەتكۈزۈشى سەۋەبىدىن بولۇر.

قېيىن تۇغۇت قورساقتىكى بالا سەۋەبىدىن كېلىپ چىققان بولسا، ئۇ تۆۋەندىكىدەك ئالتە تۈرلۈك بولۇر:

(1) بالا ياكى ئۇنىڭ ببشى چوڭ بولۇر.

(2) بالا زىيادە كىچىك بولغاچقا، بالا ھەمراھىدىن ئاجراپ تۆۋەنگە چۈشەلمەس.

(3) بالا قىز بولسا تۇغۇلۇشى ئوڭۇل بالغا قارىغاندا تەسرەك بولۇر، چۈنكى قىز بالىنىڭ ھەربىكتى سۇس بولۇر.

(4) قورساقتىكى بالا بىردىن ئارتۇق بولسا، يەنى كۆپكىزەك بولسا، تۇغۇش تەس بولۇر. بەزى ئاياللار بىر قېتىمدىلا بەشنى تۇغار.

(5) بالىنىڭ ئاجىز ياكى ئۆلۈك بولۇشى بىلەن ھەربىكەتلەنمەسلىكىدىن بولۇر.

(6) گەرچە ئانىنىڭ قۇۋۇتى ياخشى بولسىمۇ، ئەمما بالىنىڭ يېتىشىنىڭ تەتۈر بولۇشىدىن بولۇر.

تۇغۇتنىڭ قىيىن بولۇشى سىرتقى سەۋەبلەردىن كېلىپ چىققان بولسا، تۆۋەندىكىدەك تۆت تۈرگە بۆلۈنەر.

(1) بالياتقۇغا سوغۇق ھاۋا تېگىش بىلەن بالياتقۇنىڭ تارىيىشى ۋە يوللارنىڭ كىچىكلىشىدىن بولۇر. ئېغىر بولغاندا بالياتقۇ يېرىلۇر.

(2) زىيادە ئىسسىقلىق بىلەن تۇغۇت يوللىرىنىڭ تارىيىشى ۋە قورۇلۇشىدىن بولۇر.

(3) غەم ۋە قورقۇنچ سەۋەبىدىن روھلارنىڭ تارقىشى ۋە ئۇنىڭ قۇۋۋىتى داپئە (ئىنتىرىپ چىقارغۇچى كۈچ) نى ئاجىزلاشتۇرۇشىدىن بولۇر.

(4) ئايال ھامىلدار ۋاقتىدا خۇش پۇراق ماددىلارنى داۋاملىق ئىشلىتىش بىلەن بالىياتقۇنىڭ يۇقىرىغا قاراپ قىسقىرىشىدىن بولۇر. بالىياتقۇنىڭ مېڭە بىلەن بىۋاستە شېرىكچىلىكى بولغاچقا، خۇش پۇراق ماددىلارنى يىراق تۇتۇش تەلەپ قىلىنۇر. ناۋادا ئانا ھوشسىزلىنىپ، خۇش پۇراق نەرسىلەرنى پۇرىتىپ مېڭىنى ئويغىتىش ۋە مېڭە قۇۋۋىتىنى ساقلاش زۆرۈر بولسا، ئەھۋالغا قاراپ مۇۋاپىق مىقداردا ئىشلەتكەي.

بەزىدە ئايالنىڭ تۇغۇتتا زىيادە كۈچىشىدىن كۆكرەك ياكى ئۆپكە تومۇرلىرى ئۈزۈلۈپ، قان تۆكۈرۈش ۋە يۆتىلىش ئالامەتلىرى كۆرۈلۈر. ئىلاج قىلىنمىسا سىلغا ئۆزگىرىش ئېھتىمالى بولۇر.

بەزىدە تۇغۇتتا پەي - نېرۋىلارغا شامال تەگكەنلىكتىن كېزىك پەيدا بولۇر.

داۋالاش

قىيىن تۇغۇتنىڭ ئومۇمىي ئىلاجى شۇكى، شۇمشا ئۇرۇقىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ تەمنى چىقىرىپ، ئۇنىڭغا ھەمشىباھار ئۇرۇقى، زىغىر قاتارلىقلارنىڭ تالقىنىدىن مۇۋاپىق مىقداردا قوشۇپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى كۈنجۈت يېغى بىلەن سۈيۇلدۇرۇپ، ئىلمان ھالدا بەل، دوۋسۇن، يىرىق قاتارلىق ئورۇنلارغا سۈركىگەي.

سېرىقچېچەك يېغى، بابۇنە يېغى بىلەن ئايالنىڭ قولتۇقى ۋە ئۇچسىنى مايلىغاي. شۇمشا، كەرەم، زىغىر، سېرىقچېچەك قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ تەمنى چىقىرىپ، پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، كېيىن شۇ سۇدا ئايال كىشىنى ئولتۇرغۇزغاي. سۇدىن چىققاندىن كېيىن بىر قانچە قەدەم ماڭدۇرغاي. زوك ئولتۇرغۇزغاي، يەنە ئورنىدىن تۇرغۇزغاي. شۇ ھەرىكەت بىرقانچە قېتىم تەكرارلانغاي. نەپسىنى ئىچىگە يىغىپ ئىنجىقلىغاي.

مۇرچ، ئىت خەمكى يىلتىزىغا ئوخشاش چۈشكۈرتۈش رولى بولغان دورىلارنى سوقۇپ، ئايالغا پۇرىتىپ چۈشكۈرگۈزگەي. زىغىرنىڭ لوئابىنى چىقىرىپ بالىياتقۇغا تېمىتقاي. ئۆردەك يېغى، توخۇ يېغىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مومدىن مۇۋاپىق مىقداردا قوشۇپ، زىغىر لوئابى بىلەن بىرلىكتە بالىياتقۇ ئېغىزىغا سۈركىگەي. غىزاسىغا توخۇ، ئۆردەك ياغلىرىنى مۇۋاپىق

مقداردا ئارىلاشتۇرۇپ بەرگەي.

20 گىرام فۇلۇسى خىيارشەنبەرنى سوقۇپ، تاسقاپ، گۈلاب ياكى سىمىز توخۇ شورپىسى بىلەن ئىچۈرسە، بالا دەرھال تۇغۇلۇشقا يۈزلىنۈر.

دارچىن، ھىلە، قۇندۇزقەھرى، تاغ پۇدىنەسى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مقداردا ئېلىپ، سوقۇپ تالقان قىلىپ، ئايالنىڭ مىزاجىغا قاراپ تۇرۇپ مۇۋاپىق مقداردا ئىستېمال قىلدۇرغاي.

شۇمشا ئۇرۇقىدىن مۇۋاپىق مقداردا ئېلىپ، قاينىتىپ تەمنى چىقىرىپ ئىچۈرگەي. بادام يېغى بىلەن زىغىر لوئابىدىن مۇۋاپىق مقداردا ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ ئىچۈرگەي.

تۆۋەندىكى ھەبنى ئىستېمال قىلدۇرغاي. ئۇنىڭ قىيىن تۇغۇتنى ئاسانلاشتۇرۇش جەھەتتىكى رولى ياخشى بولۇپ، تېۋىپلار تەرىپىدىن كۆپ تەرىپلەنگەن:

نۇسخىسى دارچىن، قاجۇرا ئۇرۇقىنىڭ ھەربىردىن 35 گىرامدىن، قېلىن دارچىندىن 50 گىرام، گۈلدارچىن، مۇرمەككى، يۇمىلاق زىراۋەندە، ئاچچىق قۇستىنىڭ ھەربىردىن 20 گىرامدىن، مىئەسائىلە، ئەپيۇننىڭ ھەربىردىن 10 گىرامدىن، ئىپاردىن سەككىز دانە نوقۇت چوڭلۇقىدا ئېلىپ، دورىلارنى قائىدە بويىچە سوقۇپ، تاسقاپ، مۇۋاپىق چوڭلۇقتا ھەب قىلىپ، 10 مىللىلىتىر ئۈزۈم شەربىتى بىلەن بىرلىكتە 10 گىرامدىن ئىستېمال قىلدۇرغاي.

ئەبۇ ئەلى ئىبن سىنا: «مەن ئەپيۇننى ئۈچ گىرام سىلىشنى مۇۋاپىق دەپ قارايمەن» دېگەن.

تۆۋەندىكى ھەبنى ئىستېمال قىلدۇرغاي:

نۇسخىسى قاجۇرا ئۇرۇقىدىن 30 گىرام، سۇزاپ ئۇرۇقىدىن 15 گىرام، ئادراسمان ئۇرۇقىدىن 12 گىرام، ھىلە، ئوشەق، ئوردانىڭ ھەربىردىن 10 گىرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ، قائىدە بويىچە مۇۋاپىق چوڭلۇقتا ھەب قىلغاي. قاجۇرا ئۇرۇقى، تاغ پۇدىنەسى، ئوردان، قىزىل لوبىيا قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ تەمنى چىقىرىپ، ھەر قېتىمدا 10 گىرامدىن ئىستېمال قىلدۇرغاي.

تۆۋەندىكى ھەبنى ئىستېمال قىلدۇرغاي.

نۇسخىسى قاجۇرا ئۇرۇقىدىن ئالتە گىرام، ھىلە، ئوشەق، ئوردان قاتارلىقلارنىڭ ھەربىردىن 1.5 گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، مۇۋاپىق چوڭلۇقتا ھەب قىلىپ، ھەممىسنى بىر قېتىمدا ئىستېمال قىلغاي.

تۆۋەندىكى ھەبنى ئىستېمال قىلغاي. ئۇ، قورساقتىكى ئۆلۈك بالىنى چۈشۈرەر. تۇغۇتنى ئاسانلاشتۇرار.

نۇسخىسى مۇقەل ئەزرەق، مۇرمەككى، قاجۇرا ئۇرۇقى قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، مۇۋاپىق چوڭلۇقتا ھەب قىلىپ، 10 گىرامدىن ئىستېمال قىلغاي.

تۆۋەندىكى مەجۇننى ئىستېمال قىلدۇرغاي. تېۋىپلار ئۇنى ھەرقانداق دورىدىن ياخشى دەپ تەرىپلىشەر:

نۇسخىسى مۇرمەككى، قۇندۇزقەھرى، مىئەسائىلەنىڭ ھەربىرىدىن بەش گىرامدىن، قاجۇرا ئۇرۇقى، دارچىننىڭ ھەربىرىدىن ئىككى گىرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ، ئەلگەكتىن ئۆتكۈزۈپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ مەجۇن قىلىپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە مائۇلھەسەل بىلەن بىرلىكتە 10 گىرامدىن ئىستېمال قىلدۇرغاي.

تۆۋەندىكى مەجۇننى ئىستېمال قىلدۇرغاي.

نۇسخىسى قۇرۇق سۇزاپېتىن 60 گىرام، ئوردان، كەرۋىيا، تاغ پۇدىنەسىنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، ھۆل ئەنجۈرنىڭ شىرىسى بىلەن يۇغۇرۇپ، ھۆل ئەنجۈر بولمىسا قۇرۇق ئەنجۈرنى مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قويۇلۇپ قىيام بولغۇچە قاينىتىپ، تەمنى چىقىرىپ سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە 15 گىرام ئىستېمال قىلدۇرغاي.

تۆۋەندىكى زىماتنى ئىشلەتكەي.

نۇسخىسى زىغىردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، مائۇلھەسەل، كۈنجۈت يېغى، ھۆل سۇزاپ سۈيى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ زىمات قىلىپ، ئۇنىڭغا ئاز مىقداردا مۇرمەككى قوشۇپ، ئايالنىڭ كىندىكى ۋە دوۋسۇن ئەتراپلىرىغا زىمات قىلغاي.

تۆۋەندىكى شىيافنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى زىراۋەندە تەۋلدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇزاپ سۈيى بىلەن شەھمەنزەل قاياناتمىسنى قوشۇپ يۇڭغا ئىچۈرۈپ پىلتە قىلىپ، ئايالنىڭ جىنسىي يولىغا قويغاي.

تۆۋەندىكى شىيافنى ئىشلەتكەي.

نۇسخىسى قارا خەربەق، جاۋشىر، كالا ئۆتى قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، شىياق تەييارلاپ جىنسىي يولىغا قويسا، قورساقتىكى بالا ئۆلۈك ياكى تىرىك بولسۇن چۈشەر.

تۆۋەندىكى ئىسرىقنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى سېرىق گۈڭگۇرت، مۇرمەككى، جاۋشىر قاتارلىقلاردىن مۇزاپىق مىقدارىدا ئېلىپ سوقۇپ، كالا ئۆتى بىلەن يۇغۇرۇپ، كۆيدۈرۈپ ئىسسىنى بالياتقۇغا ماڭدۇرغاي.

مۇرمەككى بىلەن جاۋشىرنى ئايرىم - ئايرىم ھالدا كۆيدۈرۈپ ئىسلىسمۇ مەنپەئەت قىلۇر.

قارچىغا پوقى، كەپتەر مايىقىنى ئايرىم - ئايرىم ھالدا كۆيدۈرۈپ بالياتقۇنى ئىسلىسا، قورساقتىكى بالنى چۈشۈرەر.

يىلان قاسرىقنى كۆيدۈرۈپ بالياتقۇنى ئىسلىسا، قورساقتىكى بالنى چۈشۈرەر، ئەمما بالنى ئۆلتۈرۈر.

ماگنىت تاشنى سول قولدا تۇتۇپ تۇرسا تۇغۇتنى ئاسانلاشتۇرار.

بىخ مارجاننى ئايال كىشىنىڭ ئوڭ يوتىسىغا باغلاپ قويسا تۇغۇتنى ئاسانلاشتۇرار.

ئەستەرەك ئافرىقى (قۇرۇق مىئە) نى ئايال كىشىنىڭ يوتىسىغا تېڭىپ قويسا، تۇغۇتنى ئاسانلاشتۇرار ھەم ئاغرىق پەسەيتەر.

ئېشەك تۇيىقى، ئات تۇيىقى، بېلىق كۆزى قاتارلىقلارنى ئايرىم ياكى بىرلىكتە كۆيدۈرۈپ بالياتقۇنى ئىسلىسا، شۇنىڭ بىلەن بىر ۋاقىتتا كۈلنى مەلھەم قىلىپ قورساقتا تاڭسا، قورساقتىكى بالنى چۈشۈرەر.

زەپەردىن مۇزاپىق مىقدارىدا ئېلىپ سالايە قىلىپ، ئۇنىڭدىن كۆز مونچاق تەييارلاپ قۇلاققا ئېسىپ قويسا، بالا ھەمراھنى چۈشۈرەر.

قورساقتىكى بالنىڭ ئاجىزلىقى ئانىنىڭ قۇۋۋەتسىزلىكىدىن كېلىپ چىققان بولسا، بەدەننى قۇۋۋەتلەندۈرۈچى شەربەتلەر، مائۇللەھەملەر، تۇخۇم سېرىقى، سېمىز توخۇ شورپىسى قاتارلىقلاردىن مۇزاپىق مىقدارىدا ئىستېمال قىلدۇرسا بەدەننى قۇۋۋەتلەر. يۇقىرىدا ئېيتىلغان ياغلارنى سۈركىگەي. دورا ئىشلىتىشكە توغرا كەلسە ئومۇمىي ئىلاجدا ئېيتىلغان دورىلاردىن تالىلاپ ئىشلەتكەي.

يۇقىرىدىكىلەر قېيىن تۇغۇتنىڭ ئومۇمىي ئىلاجلىرىدىن ئىبارەت. تۆۋەندە خاس ئىلاجلىرى بايان قىلىنار:

تۇغۇتنىڭ قىيىنلىقى ئايالنىڭ قورقۇشى سەۋەبىدىن پەيدا بولغان بولسا، قورقماسلىق ھەققىدە تەسەللى بېرىلەر.

تۇغۇت ئانىسىنىڭ قائىدىسى بويىچە ئايالنىڭ قورسىقىغا موم يېغى سۈركىگەي. ئايالنىڭ قورسىقىنى ئالقان بىلەن تۆۋەنگە قارىتىپ سىيرىگەي.

تۇغۇتنىڭ تەسلىكى زىيادە سېمىزلىكتىن بولسا، ئايال كىشىنى يۈزىچە دۈم ياتقۇزۇپ، كۆكرىكى ۋە قورسىقىغا مۇزلاپىق ئېگىزلىكتە تەكىي قويۇپ، پۇتلىرى ۋە يوتىلىرىنى ئېگىز قىلىپ، قائىدە بويىچە ھەربىر تەلەندۈرۈپ، بالىنىڭ يېتىش قىياپىتىنى ئۆگىشىگە. ھامىلە بېشىنىڭ بالياتقۇ ئېغىزىغا يېقىنلىشىشىغا ياردەم بەرگەي، ئۇنىڭدىن كېيىن بالياتقۇ ئېغىزىنى موم يېغى بىلەن ياغلىغاي، بالىنىڭ تەۋرىنىپ بالياتقۇ ئېغىزىغا يېقىنلىشىشى ئۈچۈن چۈشكۈرتكۈچى دورىلار بىلەن چۈشكۈرتكەي.

تۇغۇتنىڭ قىينىلىقى ئانىنىڭ قۇۋۋەتسىز ئوزۇقلىنىشقا ئادەتلىنىشى سەۋەبىدىن بەدىنىنىڭ ئاجىزلىشىشىدىن كېلىپ چىققان بولسا، تۇغۇتتىن يېگى قويقان ئايالارغا قىلىنغان تەدبىرلەر ۋە پەرۋىشلەر قىلىنار.

تۇغۇتنىڭ قىينىلىقى بالياتقۇ يالۇغى ياكى ئۇنىڭ تاسادىپىي يۈز بەرگەن بىر ھادىسە بىلەن زەخملىنىشىدىن كېلىپ چىققان بولسا، ئۇنىڭ ئىلاجى ئۆز ئورنىدا بايان قىلىنار. شۇ ئىلاجلار قىلىنسا، ئومۇمىي داۋالاش ئىچىدىن مۇزلاپىق كېلىدىغانلىرىنى قوللانسا بولۇر.

تۇغۇتنىڭ قىينىلىقى بالياتقۇنىڭ تارلىقى ياكى قۇرۇقلۇقىدىن كېلىپ چىققان بولسا، موم يېغى (ھەسەل ھەربىسىنىڭ كۆنىكىدىكى مومسىمان ماددىغا مۇناسىپ مايلار قوشۇلۇپ تەييارلانغان مەلھەمسىمان دورا)، ئۆرەك يېغى، توخۇ يېغى، سېرىقچېچەك يېغى، بابۇنە يېغى قاتارلىقلار بىلەن بالياتقۇنى ياغلاپ بەرگەي.

سېرىقچېچەك، شۇمشا، كەرەم، زىغىر قاتارلىقلاردىن مۇزلاپىق مىقداردا ئېلىپ، مۇزلاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ، ئايال شۇ سۇدا ئولتۇرغاي ياكى چۈشكۈرتۈش تەدبىرىنى قوللانغاي.

تۇغۇتنىڭ قىينىلىقى بالا ھەمراھى (ئەش)نىڭ قېلىنلىقىدىن بولسا، كۈنجۈت يېغى بىلەن زىغىر لوئابىدىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ ئارىلاشتۇرغاي. تېببىي قائىدە بويىچە قولنى جىنسىي يولغا سېلىپ، مەزكۇر مەلھەمنى بالا ھەمراھىغا سۈركىگەي.

تۇغۇتنىڭ قىينىلىقى بالا ھەمراھىنىڭ نېپىزلىقىدىن بالدۇر يىرتىلىپ، باش سۈيىنىڭ ئېقىپ تۇگىشىدىن كېلىپ چىققان بولسا، بالياتقۇ قۇرغاقلىشىشقا قىلىنغان ئىلاجلارنى قىلغاي.

تۇغۇتنىڭ قىينىلىقى دوڭساق ئىششىقى ۋە تۇز ئۇچەي سەۋەبىدىن پەيدا بولغان بولسا، ئۇنىڭ ئىلاجى ئۆز ئورنىدا بايان قىلىندى. شۇ ئىلاجلارنى قىلغاي. بالىنى قوزغايدىغان ياغلار، لوئابلاردىن مۇناسىپ بولغانلىرىنى ئىشلەتكەي. چۈشكۈرتكەي. ئىمكانىيەت بولسا، ئومۇمىي داۋالاشتىكى ئىلاجلاردىن مۇناسىپ بولغانلىرىنى قوللانغاي.

تۇغۇتنىڭ قىينىلىقى قەۋزىيەتلىك ۋە گەندىنىڭ تۆز ئۇچەيدە يىغىلىپ قېلىشىدىن پەيدا بولغان بولسا، كىلىزما ئارقىلىق چوڭ تەرەتنى راۋانلاشتۇرغاي. قېرى خورازنىڭ شورپىسىغا نوقۇت، سېرىقچېچەك، بىستېپايەج، زاراڭزا ئۇرۇقى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا سېلىپ قاينىتىپ، پىشۇرۇپ ۋە تەمنى چىقىرىپ ئىچۈرگەي، سۈيدۈك ماڭمىسا، دوۋسۇنغا سېرىقچېچەك يېغى سۈركىگەي. سۈيدۈك راۋانلاشتۇرغۇچى دورىلارنى قائىدە بويىچە ئىستېمال قىلدۇرغاي. شۇمشا سۈيى بىلەن خورما سۈيىگە بادام يېغىدىن مۇۋاپىق مىقداردا تېمىتىپ ئىچۈرگەي.

تۇغۇتنىڭ قىينىلىقى بالىنىڭ تەتۈر يېتىشىدىن پەيدا بولغان بولسا، ھېلىلە ئارقىلىق ئوڭشاشقا تىرىشقاي. سېمىز ئايالنىڭ تۇغۇتىدا قىلىنغان تەدبىرگە ئوخشاش ئايالنى يۈزىچە دۈم ياتقۇزۇپ پۇتلىرىنى ئېگىز كۆتۈرۈپ، بالىنى ئەسلىي ئورنىغا قايتۇرغاي. ئۇنىڭدىن كېيىن تۇغۇت ئىلمىدىكى قائىدىلەر بويىچە ھەرىكەتلەندۈرۈپ ھامىلە ئورنىنى ئوڭشىغاي. ئەگەر چارە - تەدبىر بىلەن ئوڭشىغىلى بولمىسا، بالىنىڭ پۇتلىرىنى كېسىپ ئېلىشتىن باشقا چارە يوقتۇر.

تۇغۇتنىڭ قىينىلىقى بالىنىڭ چوڭلۇقى ۋە سېمىزلىكىدىن بولسا، مۇناسىۋەتلىك لوغابلار، ياغلارنى قورساققا سۈركىگەي. چۈشكۈرتكەي. شۇمشا سۈيىگە بادام يېغىدىن مۇۋاپىق مىقداردا تېمىتىپ ئىچۈرگەي.

بالىنىڭ بېشى ۋە پۇت - قوللىرى زىيادە چوڭ بولسا، دۇئا، سەدىقە قىلىش ۋە قورساقنى يېرىپ ئېلىشتىن باشقا چارە يوقتۇر.

ئايالنىڭ تۇغۇتنىڭ ئاسان بولۇشى ئۈچۈن تۆۋەندىكى تەدبىرلەرنى قوللىنىش تەۋسىيە قىلىنار:

ئايال تۇغۇشتىن بىر ئاي بۇرۇن مۇنچىغا كۆپرەك چۈشۈپ بېرىشكە بۇيرۇلار. مۇناسىپ دورىلار بىلەن ئابزەن تەييارلاپ ئولتۇرغۇزغاي. سېرىقچېچەك يېغى، بابۇنە يېغى، ئاق لەيلى يېغى قاتارلىقلار بىلەن ئايالنىڭ بەقنى، بېلى، ئۇچسى ۋە يىرىقلىرىنى مايلاپ بەرگەي. مەزكۇر مايلار بىلەن پۈتۈن بەدىنى مايلانسىمۇ بولۇر. ئۆردەك يېغى، كۈنجۈت يېغىغا مۇناسىپ لوغابلارنى ئارىلاشتۇرۇپ، بالىياتقۇ ئېغىزىغا سۈركىگەي. بېھى ئۇرۇقى لوغابى، زىغىر ئۇرۇقى لوغابىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى گۈلاب بىلەن ھەر كۈنى ئەتىگەندە ئىچۈرگەي. سېمىز توخۇ گۆشى يېگۈزگەي. ئاچچىق، قابىز (قورۇغۇچى) خۇسۇسىيەتلىك نەرسىلەردىن پەرھىز قىلدۇرغاي. مۇناسىپ خۇش پۇراق دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ كۆيدۈرۈپ، يۇقىرىدا ئېيتىلغان ئۇسۇل بويىچە نەيچە ئارقىلىق تۈتۈنىنى بالىياتقۇغا كەلتۈرگەي.

ئايالنىڭ تۇغۇتى يېقىنلاشقاندا ياغلىق تائاملاردىن مۇۋاپىق مىقداردا يېگۈزگەي. تائامنى ئاز -

ئازدىن، پات - پات يېيىشكە دەۋەت قىلغاي. بىر سائەت تۇز ئولتۇرۇشقا بۇيرىغاي. ئۇنىڭدىن كېيىن ئوڭدا ياتقۇزغاي. ئۇنىڭدىن كېيىن ھېچ نەرسىگە تايانماي تىز قوپۇشقا دەۋەت قىلىنۇر. شوتىغا چىقىپ چۈشۈپ بېرىشكە دەۋەت قىلغاي. بالىياتقۇ ئېغىزىنىڭ ئېچىلىشىنى قولغا كەلتۈرۈش ئۈچۈن، مۇۋاپىق كۈچ بىلەن ئىنجىقلاپ بېرىشكە دەۋەت قىلغاي. چۈشكۈرتكۈچى دورىلارنى بۇرۇنغا پۈركۈپ چۈشكۈرتكەي.

بالا تۇغۇلۇپ بولغاندىن كېيىن بالا ھەمراھى چۈشمىسە، مۇناسىپ دورىلار بىلەن چۈشكۈرتۈلسە چۈشەر. بەزىدە بالا ھەمراھى (ئەش) يۇمىلاق بولۇپ، بالىياتقۇدا تۇرۇپ قالۇر ۋە تۇغۇت ئانىلىرىنىڭ ئېلىشى تەس بولۇر. مەلۇم ۋاقىت ئۆتكەندىن كېيىن ئۆزى چۈشەر. چۈشمىسە قول بىلەن تارتىپ ئېلىش خەتەرلىكتۇر. چۈنكى بۇ چاغدا بالىياتقۇنى زەخملەپ قويۇش ياكى بالىياتقۇ ئورنىدىن قوزغىلىپ كېتىش خەۋپى بولۇر. پەقەت ئامال بولمىسا ئېھتىيات بىلەن تارتىپ چىقىرىلۇر. ئەش تولۇق چۈشمىسە، چۈشكۈرتكۈچى دورىلار بىلەن چۈشكۈرتۈلسە چۈشۈر. چۈنكى ئەش چالا قالسا، بالىياتقۇدا تۇرۇپ چىرۇر ۋە ئۇنىڭ بۇزۇق بۇخاراتى مېڭگە ئۆرلەپ يامان كېسەللىكلەرنى پەيدا قىلۇر.

ئەگەر ئەش چالا قېلىپ، بۇخاراتى مېڭگە ئۆرلىگەنلىكى بايقالسا، ئۇنىڭدىن قىلىنىدىغان تەدبىر شۇكى، خۇش پۇراقلىق دورىلارنى كۆيدۈرۈپ تۈتۈننى بالىياتقۇغا ماڭدۇرغاي. مۇناسىپ زىمات ۋە شىيافلارنى ئايالنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ ئىشلەتكەي. يۇرەك ۋە مېڭگە خۇش پۇراق دورىلارنى زىمات قىلغاي. مەزكۇر تەدبىرلەر كۇپايە قىلمىسا، يۇقىرىدا ئېيتىلغان مۇناسىۋەتلىك شىيافلار ۋە زىماتلارنى ئىشلەتكەي. شىپالىق تېپىشتا ئاللاغا تايانغاي.

ئونىنچى باب سېزىك (يۇرۇك) توغرىسىدا

سېزىك ھامىلدارلىقتىن كېيىن كۆكۈل ئېلىشىپ، بەزى يېمەكلىكلەرگە ئۆچ بولۇش، ئاچچىق - چۈچۈك، تۇزلۇق نەرسىلەرگە ئوخشاش يەنە بەزى يېمەكلىكلەرگە ئامراق بولۇش ۋە يېيىشنى ئارزۇ قىلىشتىن ئىبارەت.

داۋالاش

كۆكۈلى ئېلىشىپ ئىشتىھاسى تۇتۇلسا، مۇۋاپىق مىقداردىكى سېرىقچېچەك سۈيىگە مۇۋاپىق مىقداردا ساپ ھەسەل قوشۇپ، ئىلمان ھالدا ئىچكۈزۈپ قەي قىلدۇرسا ئاشقازان تازىلىنۇر.

بېھنىك ئىچىگە ئۇدخام ئېلىپ، چوغقا كۆمۈپ پىشۇرۇپ يېگەي. جاۋارىش ئۇدخام ئاز مقداردىكى گۈلقەنت، مەستىكى بىلەن ئىستېمال قىلدۇرغاي. ئاستا يول مېڭىپ رىيازەت تارتقاي. تۇرۇنجى مۇرابباسى، تۇرۇنجى شەربىتى، لىمون شەربىتى، ئانار شەربىتى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مقداردا ئىچىپ بەرگەي. چىل گۆشى، توخۇ گۆشى، ئوغلاق گۆشى، دېۋەز (كېپىكى تاسقالمىغان ئۇن بىلەن يېقىلغان) نانغا ئوخشاش ئاسان ھەزىم بولىدىغان يېمەكلىكلەرنى ئىستېمال قىلغاي. ئىشتىھانى ئېچىش ئۈچۈن بەزىدە تائامغا پىياز سېلىنغان سىركە ۋە قىچا قوشۇپ بەرگەي. كۆكتاتلاردىن كاسنە كۆكنى ئىستېمال قىلدۇرغاي. مېۋىلەردىن بېھى، ئامۇت، تاتلىق ئالما، چۈچۈمەل ئانار، تاتلىق ئانار قاتارلىقلارنى بەرگەي. سۇمبۇل، قىزىلگۈل، قەسبۇزەرىرە، بەدىيان رۇمى، خورما يوپۇرمىقى، پىشىشق بېھى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مقداردا ئېلىپ سوقۇپ، كونا مۇسەللەس بىلەن يۇغۇرۇپ ئاشقازان ساھەسىگە چاپقاي. جىگەر ئاجىزلىقى ۋە ئاشقازان ئاجىزلىقىدا ئېيتىلغان زىماتلار بۇنىڭغىمۇ مەنپەئەت قىلۇر.

تۆۋەندىكى سۇفۇپ سېزىككە مەنپەئەت قىلۇر:

نۇسخىسى قەرنەپىل، قۇستە شېرىن، مەستىكى، جويۇز، زىرىق، قاقىلە، ئۇدخام، كاۋاۋىچىن قاتارلىقلاردىن باراۋەر مقداردا ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، بېھى سۇيى ياكى ئالما سۇيى بىلەن بىرلىكتە كۈنىگە بەش گىرامدىن كاپ ئەتكۈزگەي.

بىمارىدا خەپەقان بولۇپ، يامان خىلىت سەۋەبىدىن پەيدا بولغان بولسا، ئاشقازان ئېغىزىغا ئىسسىق سۇنى جىيغىتىپ تۆككەي.

ئايالنىڭ ئاشقازىنى ۋە ئۇچىيدە يەل بولسا، تۆۋەندىكى جاۋارىشنى ئىستېمال قىلدۇرغاي:

نۇسخىسى سىركىگە چىلاپ قۇرۇتۇپ قورۇلغان كېرمان زىرىسى، زەبۇدە، كۈندۈر قاتارلىقلاردىن باراۋەر مقداردا، قۇندۇز قەھرىدىن ئۇچتىن بىر ھەسسە ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، باراۋەر مقداردىكى شېكەر بىلەن جاۋارىش تەييارلاپ، ھەر قېتىمدا بەش گىرامدىن ئىستېمال قىلدۇرغاي.

تۆۋەندىكى مەجۇننى ئىستېمال قىلدۇرغاي:

نۇسخىسى زورەمبات، دۇرنەج ئەقرەبىنىڭ ھەربىرىدىن ئالتە گىرامدىن، مەرۋايىت، بىخ مارجان، كەھرىۋا، خام ئەۋرىشىمنىڭ ھەربىرىدىن ئۈچ گىرامدىن، قۇندۇز قەھرىدىن تۆت گىرام، ئۆشنە، سۇمبۇلدىن 1.5 گىرامدىن، بەسباسە، زەپەر، قەرنەپىلنىڭ ھەربىرىدىن ئۈچ گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، مۇۋاپىق مقداردىكى ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ، كۈنىگە بەش گىرامدىن ئىستېمال قىلدۇرغاي.

ئايالنىڭ پۇتىنىڭ ئۈستى ئىششىغان بولسا، كالا يېغىنى سىركە بىلەن، تېنىنى قېيمۇلىيانى تۇز بىلەن، ئۇزۇم شىرنىسىنى سىركە بىلەن، رۇسۇتنى كەرەم سۈيى بىلەن، سەبرە، سەندەل، سىپارىنى مارجان شوخلا سۈيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم قىلىپ چاپلاي. كەرەم يوپۇرمىقىنى قاينىتىپ چاپلاي.

ئايال ئېغىر بوي ۋاقتىدا ھەيز كۆرسە، ئۇنىڭغا ئىلاج قىلىش ئۈچۈن يېسىمۇق، ئانار پوستى، ئانارگۈلى، موزا، بەللۇت قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ، ئايال كىشى شۇ سۇدا ئولتۇرغاي. موزا، ئانار پوستى، ئانارگۈلى، ئەنجۈر قېقى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، سىركە بىلەن قاينىتىپ، ئايالنىڭ دوۋسۇنىغا چاپلاي. ئۇنىڭ بىلەن توختىمسا قۇرسى كەھرىۋا بەرگەي. ھەيز كۆپ كېلىشنىڭ بابىدا ئېيتىلغان ئىلاجلاردىن مۇۋاپىق بولغانلىرىنى ئىشلەتكەي.

ئايالدا قىزىتما بولسا، قان ئالغاي. سۇرگە بېرىشكە تېگىشلىك بولسا، تۆت ئاي ياكى يەتتە ئايدىن كېيىن بەرگەي. ئارىلىقتا سۇرگە بېرىش زۆرۈر بولسا، تەرەنجىبىن، شىرخىست، فۇلۇسى خىيارشەنبەرگە ئوخشاش تەرەتنى يۇمشاتقۇچى يەڭگىل سۇرگىلەر مۇۋاپىق مىقداردا بېرىلۇر. ئەينۇلا شەربىتى بېرىلمەس.

ئون بىرىنچى باب نىپاس قېنىنى توغرىسىدا

«نىپاس» تۇغۇتتىن كېيىن كېلىدىغان قاندىن ئىبارەتتۇر.

مەلۇم بولغايكى، ئايال كىشى تۇغقاندىن كېيىن مەلۇم ۋاقىتلارغىچە بالىياتقۇدىن قان كېلۇر. ئۇ، ئايال ھامىلدار ۋاقتىدا توختىغان ھەيز قېنىدىن ئىبارەتتۇر. ئۇنىڭ بىر قىسمى بالىغا ئوزۇق بولۇر، بىر قىسمى سۈتكە ئۆزگىرەر. بىر قىسمى بولسا بالا تۇغۇلۇپ بولغاندىن كېيىن تۇغۇت قېنى سۈپىتىدە ئېقىپ چىقار. بۇ قان ئەرەبچە «نەفاس» دېيىلۇر. بۇ قان بالا ئوغۇل بولسا تۇغۇتتىن كېيىنكى 25 ~ 30 كۈنگىچە، قىز بولسا 35 ـ 40 كۈنگىچە كېلۇر.

ئايال تۇغقاندىن كېيىن مەزكۇر قان ئاز كەلسە ياكى كەلمىسە، ئۇنى كەلتۇرۇشنىڭ ئىلاجى قىلىنار. چۈنكى، مەزكۇر قان كەلمىسە، بەدەندە تۇرلۇك ئىللەتلەر پەيدا بولۇر.

ئۇنىڭ ئىلاجى شۇكى، ئاچچىق بېلىق كۆزى، ئات تۇيىقىنى قائىدە بويىچە ئىشلەتكەي. ھەيز توختاشنىڭ بابىدا ئېيتىلغان ئىلاجلارنى ئايالنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ ئىشلەتكەي. ئايالنىڭ

غىزاسىغا گۈرۈچ، نوقۇت، سىرىقچىچەك، دارچىن سىلىنغان شورپا بەرگەي.

ئايال ئورۇق بولۇپ قان ئاز كەلسە، كۆپ كېلىش ئۈچۈن ئىلاج قىلىنمىسمۇ زەرەرى كۆپ بولماس. ناۋادا ئاز كەلسە، ئۇنىڭغا ئىلاج قىلىشقا توغرا كېلىدۇر.

ئون ئىككىنچى باب بويىدىن ئاجراش توغرىسىدا

قورساقتىكى بالىنىڭ كامالىتىغا يەتمەي تۇرۇپ چۈشۈپ كېتىشىدىن ئىبارەت. ئەرەبچە «ئىسقات»، پارسچە «ئەفگانە» دەپ ئاتىلىدۇر.

سەۋەبى

بۇنىڭ سەۋەبى ئۈچ خىل بولىدۇر.

1. ئانا سەۋەبىدىن بولىدۇر.
2. ئاتا سەۋەبىدىن بولىدۇر.
3. تاشقى ئامىللاردىن بولىدۇر.

ئانا سەۋەبىدىن بولغىنى تۆۋەندىكىدەك يەتتە تۈرلۈك بولىدۇر:

(1) بالىياتقۇدا يەل پەيدا بولۇپ، ئۇنىڭ بالىنى تەڭرىتىشى ۋە قوزغىتىشىدىن بولىدۇر.

(2) بالىياتقۇدىكى ھۆللۈكتىن بولىدۇر.

(3) بالىياتقۇنىڭ سوغۇقلۇقىدىن بولىدۇر.

(4) ھەيز توختىماسلىق، قان ئالدۇرۇش ياكى باشقا قاناشلاردىن بولىدۇر.

(5) بالىياتقۇ يارىسى ياكى بالىياتقۇ يالليۇغىدىن بولىدۇر.

(6) بەزى كېسەللىكلەر، قىزىتما بولۇش ۋە سەپرا، بەلغەمدىن بولغان تۈرلۈك ئىچ سۈرۈشلەردىن بولىدۇر.

(7) ئانىنىڭ زىيادە ئورۇقلۇقىدىن بالغا ئوزۇقلۇق يېتىشمەسلىكى ۋە بالىنىڭ تولۇق يېتىلەلمەسلىكىدىن بولىدۇر.

ئاتا سەۋەبىدىن بولغىنى ئاتىنىڭ مەنىيسىنىڭ سۇيۇقلۇقىدىن ئەشنىڭ تولۇق پىشماسلىقى ۋە نېپىز بولۇشى بىلەن ۋاقتىتىن ئىلگىرى يېرىلىشىدىن بولىدۇر. ئەش يېرىلغان بولغاچقا، بالا چۈشۈپ كېتەر.

تاشقى ئامىللاردىن بولغىنى تۆۋەندىكىدەك تۆت تۈرلۈك بولۇر:

(1) بالىياتقۇغا سوغۇق ئۆتۈشتىن بولۇر. بۇ چاغدا بالغا ئوزۇقلۇق يېتىپ كېلىدىغان يول تارىيىپ، ئوزۇقلۇقنىڭ يۇرۇشۇشى توسقۇنلۇققا ئۇچرار، بۇنىڭ بىلەن بالا تولۇق يېتىلمەي چۈشۈپ كېتەر.

(2) بالغا ئىسسىق ئۆتۈپ زەئىپلىشىشى، مۇنچىدا ئۇزۇن ئولتۇرۇش بىلەن ئانا - بالىنىڭ زەئىپلىشىشى، ئەشنىڭ هۆللۇكىنىڭ ئېشىشىدىن بولۇر.

(3) كۈچلۈك هەرىكەت قىلىش، سەكرەش ۋە ئېگىز يەردىن يىقىلىشقا ئوخشاش هادىسىلەر ياكى يۇقىرى ئاۋاز بىلەن ۋارقىراش، ئېغىر نەرسىلەرنى كۆتۈرۈش بىلەن بالىنىڭ قوزغىلىشىدىن بولۇر.

(4) زىيادە ئاچچىقلىنىش، تۇيۇقسىز قورقۇش ياكى غەم قىلىشتىن بولۇر.

ئۇنىڭدىن باشقا قىش پەسلى ئىسسىق، ياز پەسلى سوغۇق بولسىمۇ، ئايالىنىڭ بويىدىن ئاجراش خەۋپى بولۇر.

بالا چۈشكەندىكى ئاغرىق تۇغۇتتىكى ئاغرىقتىن يامان بولۇر. چۈنكى تۇغۇت بولسا تەبىئىي ئىشتۇر، بالىنىڭ چۈشۈپ كېتىشى بولسا ئۇنداق ئەمەستۇر. كۆپ هاللاردا قورساقتىكى بالا ئىككى ئايدىن ئۈچ ئايغىچە بولغان ۋاقىتتا چۈشۈپ كېتەر. قالغان ئايالىلاردا چۈشۈپ كېتىشى ئاز ئۇچرار. ئەگەر بۇ ئۈچ ئايدا چۈشسە، بالىياتقۇغا يەل تولغاندىن بولۇر. چۈنكى بۇ ئايلاردا بالا تېخى كىچىك، ئاجىز بولۇر. ئاسان تەسىرىگە ئۇچرار. ئەگەر ئۈچ ئايدىن كېيىن چۈشسە، بالىياتقۇ مىزاجىنىڭ سوغۇقتىن بۇزۇلۇشىدىن چۈشەر ياكى بالىياتقۇدا هۆللۈك كۆپ بولۇپ، هۆللۈكىنىڭ بالىنىڭ ئورۇنلىشىشغا توسقۇنلۇق قىلغانلىقىدىن بويىدىن ئاجرار.

ئالامىتى

ئايالنىڭ ئەمچىكى كىچىك بولۇر. ئۇ، بالىنىڭ ئوزۇقلۇق تاپالماي ئاجىزلىغانلىقىدىن بولۇر. بالىياتقۇ ئاغرار. يۇز - كۆزلىرى قىزىرار، بېشى ئاغرار، بەدىنى ئېغىر بولۇر، ئىچىدە ئاغرىق بولۇر. قىزىسا، جۇغۇلداپ تىترىسە بالا تېز چۈشەر. دەسلەپتە جىنسىي يولدىن قان كېلۇر. ئۇنىڭدىن كېيىن بالا چۈشۈر.

بالىياتقۇغا يەل توپلىشۇالغان ياكى بالىياتقۇ مىزاجى بۇزۇلغان بولسا، قورساق زىيادە ئاغرار، ئايال ئۇيان - بۇيان ئۆرۈلسە، خۇددى بالىياتقۇدا تاش يۇمىلاتقاندەك مەلۇم بولۇر. كىندىكى

قىزىق بولۇر. جىنسىي يولدىن سىرىق رەڭلىك سۇ كېلۇر. ئايالنىڭ كۆز ئېقى قارامتۇل، بۇرۇن ئۇچى، قۇلاقلىرى ئاق، لەۋلىرى قىزىل بولۇر.

داۋالاش

مەلۇم بولغايكى، ئاننىڭ قورسىقىدىكى بالىنىڭ ئەھۋالى خۇددى دەرەخ مېۋىسىنىڭ ئەھۋالىغا ئوخشار. دەرەخ ئاۋۋال چېچەكلەر، ئۇنىڭدىن كېيىن مېۋە بېرەر. بۇ مېۋىلەر ئىچىدە قۇۋۋەتسىزلىرى شامالنىڭ ئىرغاڭشىتىشىغا ئوخشاش ئازراق زەربىگە بەرداشلىق بېرەلمەي تۆكۈلۈپ چۈشۈپ كېتەر. خۇددى شۇنىڭغا ئوخشاش قورساقتىكى بالىمۇ ياخشى ئەي بولمسا بويىدىن ئاجراپ كېتەر. بالا دەسلەپتە نازۇك بولۇپ، كېيىن ئېغىرلىشار، بۇ ئىككى ۋاقىتتا ئېھتىيات قىلىشقا توغرا كېلۇر. تۆت ئايدىن ئىلگىرى، يەتتە ئايدىن كېيىن قان ئېلىش، سۈرگە دورىسى ئىچىش چەكلىنەر. بەدەندە خىلت بۇزۇلۇش پەيدا بولۇپ، ئۇنىڭ سېسىق بۇخاراتى بالغا زەرەر يەتكۈزۈش خەۋپى بولغانغا ئوخشاش سەۋەبلەردىن سۈرگە دورىسى ئىچۈرۈش زۆرۈر بولسا، يەڭگىل سۈرۈش خۇسۇسىيتى بولغان شەربەتلەرنى ئاز - ئازدىن ئېھتىيات بىلەن ئىچۈرگەي. سۈرگىنىڭ ياخشىسى فۇلۇسى خىيارشەنبەر بولۇپ ھېسابلىنار.

مىزاجنى ئوڭشاشقا تەدبىر قىلغاي.

بالىنىڭ بويىدىن ئاجرىشى تولىراق ھۆللۈكىنىڭ بالىنىڭ ئورۇنلىشىشىغا توسقۇنلۇق قىلىشىدىن بولۇر. شۇنىڭ ئۈچۈن ئايال ھامىلدار بولۇشتىن ئىلگىرى ھەببى مۇنتىن، ھەببى سەكبىنەج، ھەببى شەترەنجگە ئوخشاش ھۆللۈكنى كېمەيتكۈچى دورىلار بېرىلەر. سۈرگۈچى دورىلار ئايالنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ بېرىلىپ بالياتقۇ تازىلىنار. شەربىتى مائۇلئۇسۇلغا ئوخشاش شەربەتلەرگە ئىنەكپىتى يېغىدىن مۇۋاپىق مىقداردا تېمىتىپ ئىچۈرگەي.

ئۇنىڭدىن كېيىن ئۆتكۈر كىلىزمىلارنى ئىشلەتكەي.

تۆۋەندىكى كىلىزمىنى ئىشلەتسە مۇۋاپىق بولۇر:

نۇسخىسى زەبۇدە، ئارچا مېۋىسى، جۇۋىنە، كاشىم رۇمى، سىرىنقېچېچەك، بابۇنە، سۇزاپ ئۇرۇقى، ئوغرىتىكەن، شۇمشا ئۇرۇقى قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، ئۈچ ھەسسە سۇ بىلەن تاكى يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ تەمىنى چىقىرىپ، پىسەپىلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، سۈيىگە كۈنجۈت يېغى بىلەن سەۋسەن يېغىدىن مۇۋاپىق مىقداردا تېمىتىپ، قائىدە بويىچە بالىياتقۇغا كىلىزما قىلغاي.

تۆۋەندىكى كىلىزمىنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى بىر دانە تاۋۇزنىڭ بېشىنى كېسىپ، ئىچىگە ئاچچىقتاۋۇز، سەۋسەن يېغى، قۇستە يېغىدىن مۇۋاپىق مىقداردا سېلىپ، بىر كېچە - كۈندۈز تۇرغۇزۇپ، ئەتىسى قىزىق تونۇر ئىچىگە قويۇپ، قاينىتىپ تەمىنى چىقىرىپ ئۆزلەشتۈرۈپ، ئۇنىڭدىن كېيىن پىسەپىلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، سۈيىنى بالياتقۇغا كىلىزما قىلىپ بالياتقۇ تازىلانغاي.

ئۇنىڭدىن كېيىن، خۇش پۇراق ياغلار ۋە يۇمشاق يۇڭدىن شىياق تەييارلاپ قائىدە بويىچە ئارىلاشتۇرۇپ، ھەر بەش كۈندە بىر قېتىم 1.5 گىرامدىن ئىستېمال قىلدۇرغاي.

مەزكۇر دورىلارنى يۇڭغا سىلەپ شىياق تەييارلاپ جىنسىي يولغا قويسىمۇ بولۇر.

مۇقەل، ئادراسمان ئۇرۇقى، زەبۇدە، ئاق قىچا، كۈندۈر قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ شىياق تەييارلاپ، ئايالنىڭ جىنسىي يولغا قويسا، بويىدىن ئاجراشنىڭ ئالدىنى ئالۇر، بالياتقۇدە قالغان ھەيز قېنىنى تازىلار.

ئون ئۈچىنچى باب بالا چۈشۈرۈش توغرىسىدا

ئايال كىچىك تۇرۇپ ھامىلدار بولغانلىقتىن تۇغالماسلىق، تۇغسا ھاياتىدىن ئايرىلىش خەۋپى بولسا، بالياتقۇدا بىرەر كېسەللىك بولۇپ بالىنىڭ يېتىلىشىگە پايدىسىز بولسا، بالىنى چۈشۈرۈۋېتىشكە توغرا كېلۇر.

قورساقتىكى بالغا تۆت ئايلىق بولغان بولسىمۇ قورساق يوغىنىمسا، بۇ بالىنىڭ ئۆلگەنلىكىنى بىلدۈرەر. بۇ چاغدا بالىنى تەدبىر بىلەن چۈشۈرۈپ، ئانىنى خالاس قىلىش كېرەكتۇر.

بالىنى چۈشۈرۈش ئۈچۈن قىيىن تۇغۇتنىڭ بابىدا ئېيتىلغان تەدبىرلەردىن مۇناسىپ بولغانلىرىنى قوللانغاي. مۇناسىپ دورىلار بىلەن شىياق تەييارلاپ جىنسىي يولغا قويغاي. مۇناسىپ دورىلار بىلەن بالياتقۇنى ئىسلىغاي.

ئۆشنان شىخى، ئەرتانسا شىخى، سۇزاپ شىخى قاتارلىقلاردىن ئايرىم ھالدا شامچە تەييارلاپ جىنسىي يولغا قويسا، قورساقتىكى بالىنى دەرھال چۈشۈرەر.

ئادراسمان ئۇرۇقىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلسا ياكى ئادراسمان ئۇرۇقى ياكى بىلسان يېغى بىلەن شىياق تەييارلاپ جىنسىي يولغا قويسا، بالىنى دەرھال چۈشۈرەر.

بارىزەت بىلەن بۇخۇرى مەريەم (بىر خىل ئۆسۈملۈك) نىڭ بالا چۈشۈرۈش رولى ناھايىتى

يۇقىرى دېيىلەر.

هامىلدار ئايال بۇخۇرى مەريەم ياكى ئەرتەنسا سۈيگە پۇتنى چىلاپ بەرسە، قورساقتىكى بالىسنى چۈشۈرەر.

10 گىرام ئۆشاننى سوقۇپ، تالقان قىلىپ يېسە بالا چۈشۈرەر.

ئاچچىقتاۋۇز يوپۇرمقىنىڭ سقىلغان سۈيى بىلەن بالياتقۇغا كىلىزما قىلسا ياكى شىياق تەييارلاپ ئايالنىڭ جىنسىي يولىغا قويسا بالا چۈشۈرەر. ئېشەك تۇيىقنى تېزىكى بىلەن بىرلىكتە ياكى ئاچچىق بېلىق كۆزىنى كۆيدۈرۈپ بالياتقۇنى ئىسلسا، قورساقتىكى بالا مەيلى ئۆلۈك ياكى تىرىك بولسۇن چۈشۈرەر.

ھىكدىن 1.5 گىرام، سۇزاپ ئۇرۇقىدىن 10 گىرام، مۇرمەككىدىن ئۇچ گىرام ئېلىپ سوقۇپ، ئارچا مېۋىسى (ئۇبھەل) نىڭ سۈيى بىلەن كۈندە ئىككى قېتىم ئىستېمال قىلسا، قورساقتىكى بالىنى چۈشۈرەر.

تۆۋەندىكى مەجۇننى ئىستېمال قىلدۇرغاي:

نۇسخىسى ئۇزۇنچاق زىراۋەندە (زىراۋەندە تەۋىل)، ھەببۇلغار، مۇرمەكى، قۇستە بەھرى، قېلىن دارچىن، ئوردان، ئەفسەنتىن ئۇساربسى، تاغ كەرۋىياسى، تاغ پۇدىنەسى، مۇرچ قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، ھەسەل بىلەن مەجۇن قىلىپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە 10 گىرامدىن ئىستېمال قىلدۇرغاي.

تەرياقى ئەربەئەنى ئۇدا ئون كۈن ئىستېمال قىلدۇرسا ناھايىتى ياخشى مەنپەئەت قىلۇر. ئايالنىڭ مىزاجى ئىسسىق بولسا، ئەفسەنتىن بىلەن شاھتەررىدىن ئۇدا بىرنەچچە كۈن مۇۋاپىق مىقداردا يېسە، بالىنى چۈشۈرەر.

35 گىرام ئاق لەيلى ئۇرۇقىنى 500 مىللىلىتىر سۇدا قاينىتىپ تەمنى چىقىرىپ، پىسەپلىرىنى ئېلىۋېتىپ ئىچكۈزسە ھامىلىنى چۈشۈرەر.

دارچىن، تاغ كەرۋىياسى، ئۇبھەلنىڭ ھەر بىرىدىن 30 گىرامدىن، مۇرمەككىدىن 15 گىرام ئېلىپ سوقۇپ، كۈنىگە 10 گىرامدىن يېگەي.

ئەنجۇر قېقى بىلەن شۇمشا ئۇرۇقىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇدا قاينىتىپ، ئۇنىڭغا ھۆل سۇزاپ سۈيىدىن 100 مىللىلىتىر، زەبۇدەدىن 10 گىرام قوشۇپ، ھامىلدار ئايال ئىچسە، قورسقىدىكى بالا مەيلى ئۆلۈك ياكى تىرىك بولسۇن، ئۇنى چۈشۈرەر.

تۆۋەندىكى شىيافنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى نۆشۈدۇر بىلەن ئوشەقتىن 10 گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، مۇۋاپىق

مقداردىكى سۇيۇقلۇق بىلەن شياق تەييارلاپ، ئايالنىڭ يوتىسى ئاستىغا تەكيە قويغاندىن كېيىن، مەزكۇر شيافنى جىنسي يولىغا قويغاي ۋە بىر كېچە تۇرغۇزغاي.

تۆۋەندىكى شيافنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى قارا خەربەق، زىراۋەندە، مەۋزەج، بۇخۇرى مەريەم، ھەببى مازارىيون، شەھمەنزەل، ئوشەق قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، ئوشەقنى كالا ئۆتى بىلەن ئېرىتىپ، قالغان دورىلارنى سوقۇپ، تاسقاپ، مۇقەل ئېرىتمىسى بىلەن يۇغۇرۇپ شياق تەييارلاپ جىنسي يولىغا قويغاي.

تۆۋەندىكى زىماتنى ئىشلەتكەي. ئۇ، ئۆلۈك بالىنى ۋە بالا ھەمراھىنى چۈشۈرەر:

نۇسخىسى شەھمەنزەل، قۇستە، سۇزاپ يوپۇرمىقى قاتارلىقلاردىن ئۇچ ھەسسىدىن، مۇرمەككىدىن بىر ھەسسە ئېلىپ، مۇرمەككىنى كالا ئۆتى بىلەن ئېرىتىپ، قالغان دورىلارنى سوقۇپ، مەزكۇر ئېرىتمە بىلەن يۇغۇرۇپ مەلھەم قىلىپ، ئايالنىڭ كىندىك ئەتراپى ۋە دوۋسۇن ساھەسىگە سۈركىگەي.

ئون تۆتىنچى باب ھامىلدارلىقتىن ساقلىنىش تەدبىرلىرى توغرىسىدا

ئايالنىڭ يېشىنىڭ كىچىك بولۇشى، دوۋساقتا بىرەر كېسەللىك بولغانلىقتىن تۇغۇتتىن كېيىن سۈيدۈك تۇتالماسلىق (سىلسىلۇل بەۋل) نىڭ خەۋپى بولۇش، بالىياتقۇنىڭ يارىلىنىش خەۋپى بولۇپ قېلىشتىن ئەنسىرەش قاتارلىق سەۋەبلەردىن ھامىلدارلىقتىن ساقلىنىشقا توغرا كېلىدۇ. بۇ چاغدا تۆۋەندىكى ئىلاج - تەدبىرلەرنى قىلغاي:

مەنىنىڭ بالىياتقۇ تېگىگە ئورۇنلىشىپ قېلىشىدىن ساقلىنىش ئۈچۈن جىنسىي ۋاقتىدا ئايالنى ئۆزىگە تارتىمغاي، ھەر ئىككى تەرەپنىڭ مەنىسى تەڭ كېلىشتىن ئىبارەت قىلغاي، يەنى ئۇنىڭدىن بۇرۇن ئايالدىن ئايرىلغاي، جىنسىي تۇيغۇسىدىن كېيىن ئايال كىشى 7 ~ 9 قېتىمغىچە سەكرىگەي، شۇ ئارقىلىق مەنىنىڭ بالىياتقۇغا ئورۇنلىشىشىدىن ساقلانغاي. ئايالنىڭ چۈشكۈرۈشىگە تەدبىر قىلغاي، ئەر جىنسىدىن بۇرۇن زەكىرىنىڭ بېشىنى كۈنجۈت يېغى بىلەن ياغلاپ، ئاندىن جىنسىي قىلسا، مەنىسى بالىياتقۇغا ئورۇنلاشماس، زەكەرگە بىلسان يېغى، قەتران يېغى ياكى ئىسپىداج سۈركەپ جىنسىي قىلسىمۇ بويىدا قالماس.

كەرەم چېچكى بىلەن ئۇرۇقىدىن مۇڭاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، ئۇنىڭ بىلەن شىياق تەييارلاپ، ھەيزدىن پاك بولغاندىن كېيىن، جىنسىي يولىغا قويۇپ جىما قىلسا ھامىلدارلىقتىن ساقلار، بولۇپمۇ قەترانىدىن مۇڭاپىق مىقداردا قوشسا تېخىمۇ ياخشى بولۇر.

پۇدىنە ياكى ياۋا رەيھان (بادرۇج) نىڭ سىقىپ چىقىرىلغان سۈيىدىن مۇڭاپىق مىقداردا ئېلىپ شىياق تەييارلاپ، جىنسىي يولىغا قويسا، ھامىلدارلىقنىڭ ئالدىنى ئالۇر.

قارچىغىنىڭ پوقىنى ئايالنىڭ پەرجىگە قويسا، ھامىلدارلىقنىڭ ئالدىنى ئالغىلى بولۇر.

تۆۋەندىكى شىيافنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى شەھمەنزەل ئۇرۇقى، ھەزارجەشان، تۆمۇر پوقى، گۈڭگۇرت، سوقمونيا، كەرەم ئۇرۇقى قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، قەتران بىلەن يۇغۇرۇپ شىياق تەييارلاپ، جىمادىن كېيىن ئايالنىڭ پەرجىگە قويغاي.

ئانار پوستى گۆشى ۋە زەمچە (شەب يەمەنى)نى جىمادىن بۇرۇن ئايالنىڭ پەرجىگە قويسا، ھامىلدارلىقنىڭ ئالدىنى ئالار.

ئون بەشىنچى باب ساختا ھامىلدارلىق توغرىسىدا

سەۋەبى

بۇنىڭ سەۋەبى ئۈچ خىل بولۇر.

1. بالىياتقۇ تومۇرىنىڭ توسۇلۇشى بىلەن ھەيز كەلمەس.
2. بالىياتقۇدا قويۇق يەل يىغىلىۋالغانلىقتىن بولۇر.
3. ئايالنىڭ مەنىسى ھەيز قېنىدىن قۇۋۋەت تېپىپ، خۇددى ئەر كىشىنىڭ مەنىسىدەك شەكىل ھاسىل بولۇر ۋە كاللەك قان ھالەتتە ئۆسۈپ چوڭيار.

ئالامىتى

ئايالدا ھامىلدار ئايالىلاردىكىدەك ئالامەتلەر كۆرۈلەر، قورسىقى چوڭيار، ئىشتىھاسى تۇتۇلار، بالىياتقۇ ئېغىزى پۈرۈلۈپ، ئەمچىكى چوڭيار، قورسىقىدا ھامىلە ھەرىكىتى سېزىلەر، قول بىلەن باسقاندا مىدىرلىشى تېخىمۇ بەكرەك مەلۇم بولۇر، بۇ كېسەللىك تۆت يىلغىچە داۋاملىشار، بەزىدە جىنسىي يولدىن بىر پارچە گۆش چۈشەر، ئۇنىڭ بەزىسى يەلدىن، بەزىسى

ھەيز توختىغاندىن بولۇر، بەزىدە ھەيز مېڭىپ كۆپ قان كەلگەندىن كېيىن ياخشىلىنار، بەزىلىرىگە ئىلاج قىلىنسىمۇ ياخشى بولماس، تاكى ئۆمرىنىڭ ئاخىرىغىچە داۋاملىشار ۋە ئىستىسقا كېسەللىكىگە تەرەققىي قىلۇر، خۇددى سۇئۇلقۇنىيە كېسەللىكىگە ئوخشاش ئايالنىڭ قورسىقى ئىششار، قۇلۇنجىنى پەيدا قىلۇر.

ھەقىقىي ھامىلدارلىق بىلەن بۇ كېسەللىكنىڭ پەرقى شۇكى، بۇ كېسەللىكتە ئايالنىڭ قورسىقى قاتتىقراق بولۇر، ھامىلدار ئايالنىڭ قورسىقى ئۇنداق قاتتىق بولماس، يالغان ھامىلدارلىقتا ئايالنىڭ پۇت ـ قوللىرى ماغدۇرسىزلىنار.

داۋالاش

ھەببى مۇنتەن، ھەببى سەكبىنەجدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئىلىپ، داۋاملىق بەرگەي. بۇنىڭغا يەنە ئايارەج لوغانزىيا مەنپەئەت قىلۇر، شەربىتى مائۇلئۇسۇلغا ئىنەك پىتى يېغىدىن مۇۋاپىق مىقداردا تېمىتىپ ئىچكۈزگەي. مەجۇنى سەنجىرىنا، تەرياقى ئەربەئە، داۋائى كۇركۇم ئىستېمال قىلسا مەنپەئەت قىلۇر.

سىرتىدىن يۇمشىتىش، تارقىتىش رولى بولغان دورىلار بىلەن زىمات تەييارلاپ قورساق ساھەسىگە چاپلاي.

غىزاسىغا نوقۇت سۇيى ۋە دارچىننى قوشۇپ بەرگەي.

ئۇچىنچى قىسىم بالىياتقۇ كېسەللىكلىرى توغرىسىدا

بىرىنچى باب ئىسسىقتىن بولغان بالىياتقۇ ئىششىقى توغرىسىدا

سەۋەبى

بۇ كېسەللىك تۆۋەندىكى سەۋەبلەردىن پەيدا بولۇر.

1. بالىياتقۇنىڭ سىرتقى زەخمىلىنىشتىن بولۇر.
2. قىيىن تۇغۇت، بويىدىن تەستە ئاجراش سەۋەبىدىن پەيدا بولۇر.
3. تۇغۇت مەزگىلىدە زىيادە كۆچىنىش سەۋەبىدىن بولۇر.
4. ھەيز توختاش، بالىياتقۇ قان تومۇرلىرىدا ماددىلارنىڭ يىغىلىپ قېلىشىدىن بولۇر.
5. كۆپ جىما قىلىشتىن بولۇر.

ئالامىتى

بالىياتقۇ ئاشقازانىنىڭ شېرىكچىلىكى بىلەن ئىششىسا، بىمارنىڭ كۆڭلى غەش بولۇر، ھېچ تۇتۇپ، ئىشتىھاسى تۇتۇلار، تائام يېسە ئاسان ھەزىم بولماس.

يالۇغ باشنىڭ شېرىكچىلىكى بىلەن بولسا، بىمارنىڭ كۆزىنىڭ تېگى، بوينى ئاغرار، بەزىدە بالىياتقۇ ئاغرىقى ئومۇمىي بەدەنگە تارقار، بىمارنىڭ قول - پۇتلىرى، بوغۇملىرى، ئۇچىلىرى ۋە بەللىرى، يېرىق ۋە دوۋسۇن ساھەسى ئاغرار، بالىياتقۇ ئېسىلىپ، سانجىقلىشار، سىيىشى قىيىنلىشار، بەزىدە سۈيدۈك تۇتۇلار، بەزىدە قەۋزىيەت بولۇر. بىمارنىڭ تومۇرى ئىنچىكە، تېز، كۈچسىز سوقار، قىزىتما پەيدا بولۇر، تىلى قاپىدار، پۇت - قوللىرى تەرلەر، بەزىدە ئاۋازى پۇتۇپ

هوشسزلىنار ۋە تارتىشپ قالۇر، بەزىدە بالياتقۇ (بەچچدان) پۈتۈن ئىششار، بەزىدە بىر قىسمى ئىششار. بالياتقۇنىڭ ئۈچا تەرەپتىكى قىسمى ئىششسا، بىمارنىڭ بېلى كۈچلۈكرەك ئاغرار، بالياتقۇنىڭ ئالدى ئىششسا، قورساقنىڭ ئالدى ۋە دوۋسۇن ساھەسى سانجىپ ئاغرار، بالياتقۇنىڭ تېنى ئىششغان بولسا، سانجىقلاشماي، كىندىك ئەتراپى ئاغرار. ئىششىق (يالىۇغ) بالياتقۇ ئېغىزىدا بولسىمۇ، دوۋسۇن ساھەسى قوشۇلۇپ كۈچلۈك ئاغرار، چۈنكى بالياتقۇ ئېغىزىغا پەي - نېرۋىلار كۆپ ئورۇنلاشقاندۇر، ئىششىق بالياتقۇنىڭ ئوڭ ياكى سول تەرىپىدە بولسا، كىندىكنىڭ ئاستى تەرىپى بەكرەك ئاغرار، ئىششىق بالياتقۇنىڭ ھەممە يېرىدە بولسا، بىمار ساق تەرىپىنى بېسىپ ياتالماي، ئىششغان تەرەپنى بېسىپ ياتار.

بالياتقۇ ئىششقى بىلەن ئاغرىغان بىمارنىڭ ئولتۇرۇپ - قوپمىقى ۋە يول يۈرمىكى تەس بولۇر، ماڭغاندا ئاقساپ ماڭار.

بالياتقۇ ئىششقى چىيقانغا تەرەققي قىلغان بولسا، ئۇنىڭ ئالامەتلىرى بۆرەككە چىيقان چىقىشنىڭ بابىدا ئېيتىلدى. ئىششق بالياتقۇ تۈۋىدە بولسا، تەستە شپا تاپۇر، ئىششق بالياتقۇ ئېغىزىدا بولسا، ساقىيىشى ئاسانراق بولۇر، دورا تېزرەك تەسىر قىلۇر.

داۋالاش

دەسلەپتە بىمارنىڭ ئەھۋالغا قاراپ قان ئالغاي، ئۇنىڭدىن كېيىن قەي قىلدۇرغاي، غىزانى ئاز بەرگەي، بۇلار ئىلاجلارنىڭ ئوبدىنى ھېسابلىنار. يەنى باسلىق تومۇرىدىن قان ئالغاندا، قاننى بەدەننىڭ يۇقىرى قىسمىغا تارقاتقىلى بولۇر، ئەمما بۇ ئۇسۇل بىلەن ھەيز تۈتۈلۈشنى ئاچقىلى بولماس، بۇنىڭ ئۈچۈن سافىن تومۇرىدىن قان ئالسا بەكرەك مەنپەئەت قىلۇر، ئەڭ ياخشىسى قاننى يالىۇغلانغان ئورۇندىن باشقا تەرەپكە تارتىش ئۈچۈن، دەسلەپتە باسلىق تومۇرىدىن قان ئالغاي، ئۇنىڭدىن كېيىن كېسەللەنگەن ئورۇندىن ماددىنى باشقا ياققا تارتىش ئۈچۈن، سافىن تومۇرىدىن قان ئالغاي.

باسلىق تومۇرىدىن قان ئېلىشنىڭ ياخشى ئۇسۇلى شۇكى، بىمارنى يېنىچە ياتقۇزۇپ، يوتىلىرىغا تەكىي قويۇپ، قائىدە بويىچە قان ئالغاي، شۇنداق قىلغاندا، قاننى ياخشىراق چىقارغىلى بولۇر، باسلىق تومۇرى بىلەن سافىن تومۇرىدىن قان ئالغىچە بولغان ئارىلىقتا ياكى ئۇنىڭدىن ئىلگىرى بىمارنى قەي قىلدۇرسا ياخشى مەنپەئەت قىلۇر. بىمارنىڭ بەدەن قۇۋۋىتىنى ساقلاش ئۈچۈن، بىمارغا ئاز - ئازدىن غىزا بېرىپ تۇرغاي، ماددىنىڭ سۈيدۈك ئارقىلىق كېسەللەنگەن ئورۇنغا بارماسلىقى ئۈچۈن، كۆپ سۇ ئىچىشنى چەكلىگەي. كېسەللىك ماددىسىنى ئازايتىش

زۆرۈر بولسا بىنەپشە، سەرپىستان، چىلاندىن مۇۋاپىق مىقداردا، فۇلۇسى خىيارشەنبەر، تەرەنجبىن قوشۇپ، يەنە بىر دەم قاينىتىپ سۈزۈپ، سۈيىگە بادام يېغىدىن مۇۋاپىق مىقداردا تېمىتىپ، ئۇنىڭغا فۇلۇسى خىيارشەنبەردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ بادام يېغى تېمىتىپ ئىچكۈزسە، ياخشى مەنپەئەت قىلۇر.

بۇ كېسەللىكنىڭ داۋالاش ئۇسۇلى سەرسامنى داۋالىغانغا ئوخشىشىپ قالۇر، يەنى بىمارغا مۇناسىۋەتلىك زىماتلارنى چاپقاي، تەرلەتكەي، ئەمما ئىششىقنى قاتۇرۇپ قويماسلىقى ئۈچۈن، زىماتنىڭ مۇۋاپىق كېلىدىغانلىرىنى تاللاپ ئىشلەتكەي.

ئەڭ ياخشى تەدبىر شۇكى، ئاقلانغان يېسىمۇق، لىسانۇل ھەمەل (پاقىيوپۇرمىقى) سۈيى، مارجان شوخلا سۈيى، مارجان شوخلا يوپۇرمىقى، ئىسپىغۇل ۋە ئۇنىڭ يوپۇرمىقى، سېمىزئوت يوپۇرمىقىنىڭ سىقىپ چىقىرىلغان سۈيى، ئەسەررائى (بىر خىل ئۆسۈملۈك) سۈيى، سۇنىڭ لېيشى، ھۆل قاپاق، ئارپا ئۇنى، گۈل يېغى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، سوقۇشقا تېگىشلىكلىرىنى قائىدە بويىچە سوقۇپ، سۈيۇق مەلھەم قىلىپ، ئۇنىڭغا گۈل يېغى قوشۇپ، بىر پارچە يۇڭنى ئۇنىڭغا مىلەپ، ئايال كىشىنىڭ جىنسىي يولىغا قويغاي.

سۈزۈك ئېقىن سۇنى ئىللىتىپ، ئۇنىڭغا گۈل يېغى تېمىتىپ، بىمارنىڭ بېشىغا قۇيسا ياكى ئۇنىڭدا ئولتۇرغۇزسا، ناھايىتى ياخشى مەنپەئەت قىلۇر.

كۆكنار پوستىنى مۇۋاپىق مىقدارىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ، سوقۇپ، ئۇنىڭغا گۈل يېغى ياكى زەيتۇن يېغى ئارىلاشتۇرۇپ زىمات قىلسا، ناھايىتى ياخشى مەنپەئەت قىلۇر.

بۇ زىماتتىن كېيىن يۇمشاتقۇچى دورىلارنى ئىشلەتكەي، ئۇنىڭغا ماددىنى توسقۇچى دورىلارنىمۇ قوشقاي، ئۇزۇم شىرنىسى بىلەن گۈل يېغىنى مۇۋاپىق نىسبەتتە ئارىلاشتۇرۇپ، ئۇنىڭ بىلەن بالىياتقۇنى يۇغاي.

ئاق لەيلى ئۇرۇقى، زىغىر ئۇرۇقى، ئوغرىتىكەن، ئادراسمان ئۇرۇقى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سۇدا قاينىتىپ، تەمىنى چىقىرىپ، ئۇنىڭغا يۇمغاقسۇت سۈيىدىن مۇۋاپىق مىقداردا قوشۇپ، بىر پارچە يۇڭنى ئۇنىڭغا مىلەپ، ئايال كىشىنىڭ جىنسىي ئەزاسىغا قويغاي، ئۇنىڭ پىسىپىنى سېمىزئوت يوپۇرمىقى ۋە يۇمغاقسۇت يوپۇرمىقى بىلەن بىرلىكتە سوقۇپ، سىرتىدىن زىمات قىلغاي. ئىككىلىملىكنى يۇمشاق پىشۇرۇپ، سوقۇپ، ئۇنىڭغا توخۇ تۇخۇمىنىڭ سېرىقى، ناردىن يېغى، زەپەر يېغى قوشۇپ مەلھەم قىلىپ، قورساق ساھەسىگە چاپقاي.

ئۇنىڭدىن كېيىن سېرىقچېچەك، شۇمشا، ئىككىلىملىك، زىغىر، بابۇنە يېغى، شۇمشىغا ئوخشاش يۇمشىتىش رولى بولغان دورىلارنى ئىشلەتكەي.

كېسەللىكنىڭ ئاخىرقى مەزگىلىدە يەنى بىمارنىڭ ھارارىتى پەسەيگەندە، ئوشەق، مۇقەل، ھۆل مىئە، بارىزەت، مۇرمەككى، ئىلكۈل ئەنبات، كالا پاچىقى يىلىكى، ئۆردەك يېغى، توخۇ يېغى، سەۋسەن يېغى، سۈزاپ يېغى، بۇيا يېغى قاتارلىقلارنى ئىشلەتسە، ناھايىتى ياخشى پايدا قىلۇر.

بۇ دورىلارنى ئىشلەتمىسە، ئىششىق چىيقانغا ئۆزگىرەر ۋە چىيقانىنىڭ ئالامەتلىرى پەيدا بولۇر، ئۇ چاغدا زىغىر لوئابى، شۇمشا ئۇرۇقى لوئابى، ئاق لەيلى ئۇرۇقى لوئابى قاتارلىقلارنى باراۋەر مىقدارىدا ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ ھۆقنە تەييارلاپ، بالىياتقۇدىن ئىلمان ھالەتتە ھۆقنە قىلغاي. بۇغداي ئۇنى، يىلىك، موم قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ، سۈت بىلەن قاينىتىپ، كەپتەر مايىقىدىن ئاز مىقدارىدا قوشۇپ مەلھەم تەييارلاپ، قورساق ساھەسىگە چاپلاي. مەستىكى، زۇپا، بارىزەت، كالىنىڭ كونا يېغى قاتارلىقلار بىلەن شىياق تەييارلاپ پەرجىگە قويسا، چىيقانىنى پشۇرار ۋە ئېغىز ئالدۇرار.

بىمارنىڭ سۈيدۇكى يىرىڭ ئارىلاش كەلسە، يېڭى سۈت بەرگەي. يەنى بانادۇق بۇزۇرغا ئىسپىغۇل شىرىسى، قوغۇن ئۇرۇقىنى ئارىلاشتۇرۇپ بەرگەي.

يىرىڭ چوڭ تەرەت بىلەن كەلسە، يۇمشىتىدىغان ھۆقنىلەرنى ئىشلەتكەي، ئۇچەي يارىسىنىڭ بابىدا ئېيتىلغان ئىلاجلاردىن مۇۋاپىق بولغانلىرىنى تاللاپ ئىشلەتكەي.

يىرىڭ بالىياتقۇ تەرەپتىن كەلسە ھەم رەڭگى ئاق، تەكشى بولسا، مەلھەمى باسلىقۇننى كالا يېغى بىلەن ئېرىتىپ، بالىياتقۇدىن ھۆقنە قىلغاي، يىرىڭ سېرىق بولسا، بالىياتقۇ يارىسىنىڭ ئىلاجىنى قىلغاي. ھەيز كۆپ كېلىشىنىڭ بابىدا ئېيتىلغان ئىلاجلارنىڭ ھەممىسى مەنپەئەت قىلۇر.

يارىنىڭ تېزرەك پىشىشى ئىرادە قىلىنسا، ئەنجۇر قېقى، قىچا ئۇرۇقى، كەپتەر مايىقى، شۇمشا ئۇرۇقى، ئارپا، زىغىر، ئىكلىلمىلىك قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ سوقۇپ، ئۇنىڭغا سەبرە بىلەن زەپەردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا قوشۇپ زىمات تەييارلاپ، قورساق ساھەسىگە چاپلاي.

يارا پىشىپ ئېغىز ئالغاندىن كېيىن، ئاق لەيلى ئۇرۇقى، ھەمشىباھار ئۇرۇقىنىڭ ھەر بىرىدىن 20 گىرامدىن، ئەرەب يېلىمى، كەتىرا، نىشاستە، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزىنىڭ ھەربىرىدىن 15 گىرامدىن، گىل ئەرمىنىدىن 30 گىرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ، تاسقاپ، ئىسپىغۇل شىرىسى، گۈلاب، گۈل يېغى قاتارلىقلاردىن 15 مىللىلىتىردىن ئېلىپ ھەب قىلىپ، ھەر كۈنى

ئەتىگەن - كەچتە بىمارغا مۇئاپىق مقداردا بەرگەي. بۇ ھەبنى ئېشەك سۈتى بىلەن بەرسە تېخىمۇ ياخشى مەنپەئەت قىلار.

مەلھىمى داخلىيۇن، گۈل يېغى، يۇمغاقسۈت يوپۇرمقى سۈيى، كاسنە سۈيى، شوخلا سۈيى، ئانار سۈيى، كەرەمنىك سقىپ چقىرىلغان سۈيى قاتارلىقلار بىلەن سۈيۇلدۇرۇپ، سۈيىگە يۇمشاق يۇگنى چىلاپ، بالىياتقۇغا قويغاي.

تۆۋەندىكى شىيافنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى ئۆردەك يېغى بىلەن رۇبىسۇستىن مۇئاپىق مقداردا ئېلىپ مەلھەم تەييارلاپ، قائىدە بويىچە شىياق تەييارلاپ پەرجىگە قويغاي.

ئاغرىق توختىتىش ئۇچۇن تۆۋەندىكى شىيافنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى سۈت بىلەن پىشۇرۇلغان كۆكنار ئۇرۇقى، قىزىلگۈل، زەپەر قاتارلىقلاردىن مۇئاپىق مقداردا ئېلىپ، مۇئاپىق مقداردىكى ساپ موم بىلەن سوقۇپ، تولۇق ئۆزلەشكەندىن كېيىن قائىدە بويىچە شىياق تەييارلاپ پەرجىگە قويغاي.

ماددىنى پىشۇرۇش ئۇچۇن تۆۋەندىكى شىيافنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى قىزىلگۈلدىن 12 گىرام، زىغىر، نىشاستىنىك ھەربىردىن 25 گىرامدىن ئېلىپ، مۇئاپىق مقداردىكى ئۇزۇم شىرنىسى بىلەن قاينىتىپ، ئۇنىڭغا مۇئاپىق مقداردىكى گۈل يېغى بىلەن ئېشەك سۈتىنى قوشۇپ، تولۇق ئۆزلەشكەندىن كېيىن، بىر پارچە يۇگنى ئۇنىڭغا چىلاپ، جىنسىي يولغا قويغاي.

بالىياتقۇدىكى قاتتىق ئىششقنى يۇمشىتىش، ئاغرىق پەسەيتىپ، ئۇيقۇنى ياخشىلاش ئۇچۇن تۆۋەندىكى شىيافنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى چوك كۆكنارىدىن بەش غوزەكنى چالا سوقۇپ، شارابقا بىر كېچە - كۈندۈز چىلىغاندىن كېيىن سۈزۈۋېتىپ، مۇرمەككى، كۈندۇر، ئەپيۇنىنىك ھەربىردىن بەش گىرامدىن، قىلىن دارچىندىن ئالتە گىرام، بۇغا مېڭىسى، ئۆردەك يېغىدىن 20 گىرامدىن، گۈل يېغىدىن 35 گىرام ئېلىپ، دورىلارنىك قاتتىقلىرىنى سوقۇپ، تاسقاپ، ئۇنىڭدىن كېيىن قالغان دورىلار بىلەن بىرلىكتە ھاۋانچىغا سېلىپ، سوقۇپ سالايە قىلىپ، ئۇنىڭغا بىر پارچە يۇگنى مىلەپ ئايال كىشى پەرجىگە قويغاي.

بالىياتقۇ ئىششقىغا ھەيزنى ھەيدەش رولى بولغان دورىلارنى بەرمەي، بەلكى دەسلەپتە يالىلۇغنى قايتۇرۇشقا مەشغۇل بولغاي.

ئىككىنچى باب بەلغەمدىن بولغان بالىياتقۇ ئىششىقى توغرىسىدا

بۇ بالىياتقۇنىڭ ھۆل سوغۇقتىن بولغان يالۇغدىن ئىبارەتتۇر.

سەۋەبى

بۇ، بەلغەمنىڭ نورمالسىزلىقىدىن پەيدا بولۇر.

ئالامىتى

بۇنىڭدا بالىياتقۇ ئېغىر مەلۇم بولۇر، ئاغرىق يېنىكرەك بولۇر، دوۋسۇن، قورساق گۆشلىرى بوشراق بولۇر ۋە بەلغەمنىڭ نورمالسىزلىقىدا كۆرۈلىدىغان باشقا ئالامەتلەر كۆرۈلەر، ئۇنىڭ ئىسسىقتىن بولغان بالىياتقۇ يالۇغى بىلەن پەرقى ئەنە شۇنىڭدىن ئىبارەتتۇر.

داۋالاش

بەلغەم ماددىسىنى ئازايتىش ئۈچۈن دەسلەپتە قەي قىلدۇرغاي، ئۇنىڭدىن كېيىن ئىلگىرىكى بابلاردا ئېيتىلغان ئىسسىقتىن بولغان دوۋساق ئىششىقىغا قىلىنغان ئىلاجلارنى قىلغاي.

ئۈچىنچى باب بالىياتقۇ قاتتىق ئىششىقى توغرىسىدا

ئالامىتى

بۇنى قول بىلەن سىيلاپ بىلگىلى بولۇر، چوڭ - كىچىك تەرەت قىلىش تەس بولۇر، سەرتان ئىششىقىغا ئۆزگەرمىگىچە ئاغرىقى كۈچلۈك بولماس، سەرتانغا ئۆزگەرگەندىكىنىڭ ئالامىتى شۇكى، بەچچىدان (بالىياتقۇ) سانجىپ ئاغرار، بىمارنىڭ دوۋسۇن ساھەسى، ئىككى يېرىقى، بوغۇملىرى ئاغرار، بەزىدە كۆكرەك پەردىسىدىمۇ ئاغرىق پەيدا بولۇر، بەزىدە كۆزى ۋە ئىككى چېكسى ئاغرىپ، بىمار ئورۇقلار، بەدىنى ماغدۇرسىزلىنىپ، پاچىقى ۋە پۇتىنىڭ يۈزى

ئىششار، بەزىدە قورسقى ئىششىپ ئىستىسقا بولغان كىشىگە ئوخشاپ قالۇر ۋە ئاخىرى ئىستىسقا كېسەللىكىگە تەرەققىي قىلۇر. سەرتانىنىڭ ئىششىقى قاتتىق، تومۇرلىرى پاچاق ۋېنالىرىنىڭ ئەگرى - بۈگرىلىشىش كېسەللىكىگە ئوخشاش كۆپۈپ كېتەر. تومۇرلىرى كۆك ياكى قوغۇشۇن رەڭگىدە بولۇر، بەزىدە بىماردا قىزىتما بولۇر، كېسەللىك ئېغىرلاشقانسېرى قىزىتما يۇقىرىلار، سەرتان يارا بولسا، قاقاچ باغلار ۋە سېسىق زەرداب ئاقار، بەزىدە جىنسىي يولدىن قان كېلۇر، بىمار ئۇنى ھەيز قېنىمكىن دەپ گۇمان قىلۇر، ئەمەلىيەتتە ئۇ ھەيز قېنى ئەمەستۇر.

سەۋدا ماددىسى ياكى ئۆتكۈر خىلتلارنىڭ كۆيۈشىدىن يارا پەيدا بولۇر، بەزىدە قان، يىرىڭ ۋە سېرىق سۇ كېلۇر، ئەمما قىزىتما بولماس.

داۋالاش

دەسلەپتە بىمارنىڭ بەدەن قۇۋۇتىگە قارىتا قان ئالغاي، ئۇنىڭدىن كېيىن سەۋدانى سۈرۈپ چىقارغۇچى دورىلارنى بەرگەي. مەلھىمى داخلىيۇن، مەلھىمى باسلىقۇندىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، ئۆردەك يېغى ياكى تاغ تېكىسىنىڭ مېڭىسى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ بەدەن سىرتىدىن يەرلىك ئورۇنغا چاپقاي. مۇقەلىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، قوي سۈتىنىڭ قايمىقى ياكى نەرگەس يېغى بىلەن ئېزىپ مەلھەم قىلىپ، يەرلىك ئورۇنغا بەدەن سىرتىدىن سۈركىگەي.

بىر پارچە يۇڭنى ئۇنىڭغا چىلاپ ئېلىپ، ئايالنىڭ پەرجىگە قويىسمۇ تەسىرى ياخشى بولۇر، نەرگەس يېغى تېپىلمىسا سەۋسەن يېغى، سېرىقچېچەك يېغى، ئۇقھۇۋان يېغى، بابۇنە يېغى، شۇمشا يېغى، ئىنەكپىتى يېغى، ئېشەكنىڭ يېغى، قولان يېغى، زىغىر يېغى قاتارلىقلارنى سىرتىدىن سۈركىسمۇ بولۇر، زىماتنىڭ ئىسسىقراق بولۇشى مەقسەت قىلىنسا، قۇندۇز قەھرى، سەبرە، توشقاننىڭ ئوغۇز سۈتى، زەپەر، ئۇقھۇۋان گۈلى، مەستەكى، ئەرەب يېلىمى، بادام يېغى قاتارلىقلارنى قوشقاي.

ئاغرىق كۆپ بولسا، ئاق لەيلىگۈلى، سېمىزئوت يوپۇرمىقى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق ھەسەل سۈيى بىلەن قاينىتىپ پىشۇرۇپ، ئۇنىڭغا گۈل يېغى قوشۇپ، بەدەن سىرتىدىن يەرلىك ئورۇنغا سۈركىگەي، ئىلمان سۇ، ئايال كىشىنىڭ سۈتى، يۇمغاقسۈت سۈيى، سېمىزئوت يوپۇرمىقى سۈيى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، ئارىلاشتۇرۇپ بالىياتقۇغا ھۆقنە قىلغاي.

خۇۋاجە ئەبۇ ئەلى ئىبن سىنا ھەزرەتلىرى: «كەپە يوپۇرىقى، توشقاننىڭ ئوغۇز سۈتىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ئېزىپ، مائۇلھەسەل بىلەن مەلھەم قىلىپ، بەدەن سىرتىدىن يەرلىك

ئورۇنغا سۈركىسە ياخشى مەنپەئەت قىلۇر، بۇ سىناقتىن ئۆتكەن» دەيدۇ.

ئۇ يەنە مۇنداق دېگەن: «مەن تال يوپۇرمىقىنى چېچىكى بىلەن مەلھەم تەييارلاپ، بەدەن سىرتىدىن يەرلىك ئورۇنغا سۈركىسە مۇۋاپىق كېلىدۇ، دەپ قارايمەن. بەزىلەرنىڭ توشقاننىڭ ئوغۇز سۈتى پايدا قىلمايدۇ، دېگەن سۆزلىرىگە مەن ئىشەنمەيمەن.»

ئەبۇ ئەبىيد جۈرجانى «ئەلقانۇن» نىڭ تەرجىمىسىدىمۇ توشقاننىڭ ئوغۇز سۈتىنىڭ پايدىلىق ئىكەنلىكىنى مۇئەييەنلەشتۈرگەن، باشقا ئەسەرلەردىمۇ شۇنداق دېيىلگەن.

تۇز سالماي ياققان نان ياكى تۇز سالمىغان ۋە ئۆرلەتمىگەن خېمىرنى مائۇلھەسەل بىلەن ئېرىتىپ، كۈدە يوپۇرمىقى ۋە مەلھەمى باسلىقۇن بىلەن بىرلىكتە بەدەن سىرتىدىن يەرلىك ئورۇنغا چاپسا مەنپەئەت قىلۇر.

«ئەلقانۇن» دېگەن كىتابتا ھۆل ئوغۇزنىڭ تۇز قوشماي ئىشلەتكىنى ئېيتىلغان، چۈنكى ئوغۇزنىڭ بۇ جەھەتتىكى ئىشلىتىلىشى ئۇنىڭ كۆزگە تۇزسىز ئىشلىتىلگىنىگە ئوخشايدىكەن.

سەرتان ئىششىقى ئۈچۈن باسلىق تومۇرىدىن، بەزىدە سافىن تومۇرىدىن قان ئالغاي، سەۋدا خىلىتىنى تەنقىيە قىلغاي، مۆتىدىل دەرىجىدە ھۆللۈك پەيدا قىلدىغان تەدبىرلەرنى قوللانغاي.

قوغۇشۇننى يۇمغاقسۇت سۈيى ۋە كاسنە سۈيى بىلەن تاكى سۇ قارىدىغچە سالايە قىلىپ، بالياتقۇغا سۈركىگەي.

مەلھىمى رۇسۇل بۇ كېسەللىككە كۆپ مەنپەئەت قىلىدىغان بولۇپ، ئاغرىق پەسەيتەر، يارا بولسا ئۇنى ساقايتار، ئەمما ئۇنى ئىشلىتىشتىن بۇرۇن بىمارغا ئىسسىق تەبىئەتلىك دورا ئىچكۈزۈپ سىناق قىلغاي.

شۇمشىنى قاينىتىپ ئىلمان بولغاندا ھۆقنە قىلسىمۇ شۇ تەسىرنى بېرەر.

سىرىق موم بىلەن زەيتۇن يېغىنىڭ لېيىدىن تەييارلانغان موم يېغى (رەۋغىنى موم)نى مىس قاچىغا ئېلىپ، مەلۇم مۇددەت تۇرغۇزۇپ دات باغلىتىپ، شۇ داتىنى بىمارنىڭ كېسەللەنگەن يېرىگە بەدەن سىرتىدىن سۈركىگەي.

سوغۇق تەبىئەتلىك دورىلاردىن كۆكنار، ھۆل يۇمغاقسۇت، مارجان شوخلا، گۈل يېغى، تۇخۇم ئېقى قاتارلىقلارنى قوغۇشۇن تاختا ئۈستىدە سالايە قىلىپ يۇمشىتىپ، يەرلىك ئورۇنغا بەدەن سىرتىدىن سۈركىگەي.

بالياتقۇدىن قان كەلسە، تېكە ساقلى ئۆسۈملۈكىنىڭ سىقىلغان سۈيى، گۈل ئەرمىنى، قەلەي ئۇپىسى، يۇمغاقسۇت يوپۇرمىقى سۈيى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، قائىدە بويىچە ھۆقنە تەييارلاپ، بالياتقۇغا ھۆقنە قىلغاي.

تۆتىنچى باب بالىياتقۇ بويىنى بوغۇلۇش توغرىسىدا

مەلۇم بولغايكى، بۇ كېسەللىك ئىياللاردا ئۇچرايدىغان كېسەللىك بولۇپ، بالىياتقۇ يىغىلىپ ئۇستى تەرەپكە مايىللىشار، ئۇنىڭدىن يۇرەك ۋە مېڭە تەرەپكە بۇزۇق بۇخارات ئۆرلەپ، بىمار خۇددى تۇتقاق كېسەللىكى بىمارى ياكى غەشىيى (هوشىدىن كېتىش) بىمارىغا ئوخشاش هوشىدىن كېتەر.

سەۋەبى

كۆپ هاللاردا بالىياتقۇ مەنبەلىك بولۇر، چۈنكى بالىياتقۇدا بىرقانچە نېرۋا بولۇپ، ئۇنىڭ مېڭە ۋە كۆكرەك پەردىسى بىلەن شېرىكچىلىكى بار، تەپسىلىي ئېيتقاندا، تۆۋەندىكى سەۋەبلەردىن پەيدا بولۇر:

1. ھەيز قېنىنىڭ ماڭماسلىقىدىن بولۇر.

2. ئېرى يېنىدا بولسىمۇ، مەلۇم سەۋەبلەردىن ئۇزۇن مۇددەت جىما قىلماسلىق سەۋەبىدىن بولۇر.

3. ياش ئىياللارنىڭ ھەيز قېنى تولۇق كەلمەسلىكتىن بولۇر.

چۈنكى، ھەيز ئاز كەلسە ياكى كەلمىسە، بالىياتقۇ قورۇلۇپ مۇسكۇللىرى تارتىشۇالۇر، بەزىدە بىر تەرەپكە قىيسىيپ قالۇر ۋە ئاغرار، بەزىدە ھەيز ماددىسىدىن بۇزۇق يەل پەيدا بولۇر، ئۇ، بالىياتقۇغا تەسىر قىلۇر ۋە ياللۇغ پەيدا قىلۇر، ھەيز قېنى ئۇنىڭ بىلەن قوشۇلار ۋە چىقىشقا يول تاپالماي، بالىياتقۇ تومۇرلىرى ۋە ئۇنىڭ ئەتراپلىرىدا قاپسىلىپ قالۇر، ئۇنىڭ بەزىسى بەدەننىڭ ھەممە تەرەپلىرىگە تارقىلار، بالىياتقۇنىڭ تومۇرلىرىدا قالغىنى تارقىلىپ كېتەر، ناۋادا بىمارنىڭ ئەسلىي مىزاجى ئىسسىق بولسا، كۆيۈپ، ئۇنىڭدىن سېسىق پۇراق پەيدا بولۇپ، بەدەنگە تارقار، بۇ خىلدىكىسى ئاز بولۇر.

بۇخارات كۆيگەن ماددىدىن ياكى قويۇق ماددىدىن پەيدا بولسا، ئۇنىڭدىن ھەر خىل تۇتقاق كېسەللىكى، بىھوشلۇق (غەشىيى) ۋە يۇرەكنىڭ سقىلىشى پەيدا بولۇر، بالىياتقۇنىڭ پەي - نېرۋىلىرى كۆكرەك پەردىسى بىلەن تۇتاش بولغاچقا، بىمارنىڭ نەپسى ئىلگىرىكىگە قارىغاندا

قالايمىقانلىشار، نەپسى جەددىي، قېيىن بولۇر، يۈرىكى ئېغىز - پەس سوقۇر، بەزىدە نەپىسى تۇتۇلۇپ، خۇددى ئۆلگەن كىشىدەك يېقىلىپ چۈشەر، بەزىدە نەپىسى بىراقلا تۇتۇلۇپ ئۆلۈپ كېتەر.

بۇ كېسەللىكنىڭ ھەيز توختاش سەۋەبىدىن بولغىنى جەمئادا بولماسلىق بىلەن مەنىنىڭ تۇرۇپ قېلىشىدىن بولغىنىدىن ياخشىراق بولۇر.

گەرچە مەنىي قاندىن پەيدا بولغان بولسىمۇ، ئۇنىڭ تارقىشى ۋە ئېرىشى قاندىن تېزرەك بولۇر، بۇ ھال خۇددى سۈت گەرچە قاندىن پەيدا بولغان بولسىمۇ، ئۇنىڭ قانغا قارىغاندا تېزرەك تارقىغىنىغا ئوخشار.

ھەيز قېنى بالىياتقۇدا ئۇزۇن تۇرۇپ قالسا ۋە چىققىلى يول تاپالمىسا، ئومۇمىي بەدەنگە تارقىلار، بۇ چاغدا ئۇنىڭدىن قىزىتمىلار، يالۇغ (ئىششىق) لار، ئەزالاردىكى ئاغرىقلار، باش ئاغرىقى، باش قېيىش، كۆز ئالدى قارانغۇلىشىش قاتارلىقلارغا ئوخشاش تۈرلۈك كېسەللىكلەر پەيدا بولۇر، شۇ سەۋەبتىن ئۇنىڭ ئەھۋالى ئاددىي ھوشسىزلىنىشتىن يامانراق بولۇر، بۇ كېسەللىكنىڭ بېشىدا غەشىي (بىھوشلۇق) كېسەللىكى پەيدا بولۇر، ئۇنىڭدىن كېيىن ھىستېرىيەگە تەرەققىي قىلۇر ۋە ئۇزۇندا بىر قېتىم تۇتار، ناۋادا پات - پات تۇتسا، ئۇنىڭدىن قۇتۇلۇش قېيىن بولۇر.

بۇ كېسەللىك قوزغىلىشتىن ئىلگىرىكى بېشارەتلەر شۇكى، دەسلەپتە يامان خىياللار ۋە يامان ئىشلار بىمارنىڭ كۆڭلىگە كېلۇر، بېشى ئاغرار، يۈرىكى سالۇر، كۆز ئالدى قارانغۇلىشار، بېشى قايار، قۇلىقى قىچقرار، نەپىسى قالايمىقانلىشىپ، يۈزىنىڭ رەڭگى ھەر خىل بولۇپ ئۆزگىرەر، بىمارنىڭ لەۋلىرى، ئېغىزلىرى، بۇرۇنلىرى ۋە يۈزلىرى ئىختىيارسىز ھالدا لىپىلدار ۋە تىترەر، چىشلىرىنى چاكىلدىتار، چىشنى چىشلەر، ئاۋازى چىقماس، بىرەرسى گەپ قىلسا تەستە ئاڭلار، بالىياتقۇدىن ئۇستىگە بىرەر نەرسە كۆتۈرۈلگەندەك مەلۇم بولۇر، بۇ چاغدا ئۇچىلىرى قوشۇلۇپ ئاغرار.

ئالامىتى

كېسەللىك ماددىسى قويۇق بولغاچقا، بىمار ھۇرۇن، ئۇنتۇغاق بولۇر، ئۇخلىسا كۆزى ئوچۇق تۇرار، بەزىدە ئېغىزىمۇ ئوچۇق تۇرار، بەدىنى تەرلەر، بەزىدە قەي قىلار، قۇسقاندىن كېيىن مەلۇم دەرىجىدە ئارام تاپار، خىلىت كۆيگەن بولسا بىمارنىڭ تەشنالىقى كۈچ بولۇر، بىمارنىڭ يۈز -

كۆزلىرى قىزىل بولۇر، قىزىتما ۋە كۆز ئاغرىقىدىن خالىي بولماس.

كېسەللىك ئايال كىشىنىڭ بەدىنىدە مەنىي ئۇزۇن تۇرۇپ قېلىشتىن پەيدا بولغان بولسا، بۇ ئايال ھەيز كۆرمەس، ئەمچىكىگە سۈت كېلۇر، كېسەللىك تۇتقاندا جىنسىي يولدىن سۇ كېلۇر ۋە شۇ چاغدا ئارام تاپار. شۇنىڭ ئۈچۈن، بەزى تۇغۇت ئانىلىرى بىمارنىڭ بالىياتقۇسىغا قائىدە بويىچە قولىنى سېلىپ، سۈيۇقلۇق ئاقتۇرۇش ئارقىلىق بىمارنىڭ ئەھۋالىنى ياخشىلار.

ھىستېرىيە بىلەن تۇتقاق كېسەللىكىنىڭ پەرقى شۇكى، تۇتقاق كېسەللىكى بىمارى ھوشىدىن كەتكەندىن كېيىن تىلىنى چاينار، ئېغىزىدىن كۆپۈك ئۆرلەر، ھوشىغا كەلگەندىن كېيىن ئىلگىرىكى ئىشلار ۋە گەپ - سۆزلەرنى ئېيتىپ بېرەلمەس، ئەمما ھىستېرىيە بولغان ئايال ئېيتىپ بېرەلەر.

ھىستېرىيە كېسەللىكى بىلەن سەكتىنىڭ پەرقى شۇكى، سەكتە بولغان كىشى ھوشىدىن كەتكەندىن كېيىن پەقەت مىدىرلىيالماس، ئەمما ھىستېرىيە بىمارى بولسا مىدىرلار، سەكتە كېسەللىكىدەك ھېس - ھەرىكىتى مۇتلەق يوقالماس.

ھىستېرىيە كېسەللىكى بىلەن لىيسىرغىس (بەلغەمدىن بولغان مېڭە پەردە يالۇغى) كېسەللىكىنىڭ پەرقى شۇكى، لىيسىرغىس بىمارىنىڭ رەڭگى بىرخىل تۇرار، ئەمما ھىستېرىيە بىمارىنىڭ رەڭگى ھەر خىل بولۇپ ئۆزگىرەر، لىيسىرغىس بىمارىنىڭ تومۇرى ئاجىز، بىر خىل سوقار، ئەمما ھىستېرىيە بىمارىنىڭ تومۇرى كۈچلۈك، پەرقلىق سوقار.

داۋالاش

ھەيز قېنىنىڭ توختىغانلىقىدىن پەيدا بولغان بولسا، ھەيز تۇتۇلۇشنىڭ بايانىدا ئېيتىلغان ئىلاجلاردىن مۇناسىپ بولغانلىرىنى قوللانغاي. قان كۆپلۈكىنىڭ ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، باسلىق ۋە سافىن تومۇرىدىن قان ئالغاي، بىمارنىڭ يوتىسى ۋە پاچىقىغا لوكقا قويغاي، بابۇنە، بىنەپشە، ئىكلىلمىلىك، مەززەنجۇش، لەبلاب قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ، ئابزەن تەييارلاپ، بىمارنى ئۇنىڭدا ئولتۇرغۇزغاي. بىنەپشە يېغى بىلەن سەۋسەن يېغىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ، بىمارنىڭ دوۋسۇنى ۋە ئۇنىڭ ئەتراپلىرىنى مايلىغاي. يۇمشاق يوكقا مەزكۇر ماينى يۇقتۇرۇپ، بىمارنىڭ جىنسىي يولىغا قويغاي، بىمارنىڭ ئەتراپىدىن سېسىق پۇراقلىق نەرسىلەرنى يىراق قىلغاي. بىمارنى ھاۋاسى ساپ، خۇش پۇراق ئورۇندا ياتقۇزغاي، مۇناسىۋەتلىك خۇش پۇراقلىق دورىلارنى كۆيدۈرۈپ، ئۇنىڭ ئىسىنى

قائىدە بويىچە نەيچە ئارقىلىق بالياتقۇغا يەتكۈزگەي. سۈيدۈك ھەيدىگۈچى ئۇرۇقلارنىڭ سۈيىنى مۇۋاپىق مىقداردا ئىچكۈزگەي.

كېسەللىك بەدەندىكى قويۇق خىلىت ۋە ئۇزۇن مۇددەت جىما قىلىشماسلىق سەۋەبىدىن بولغان بولسا، تەبىئەتنىڭ بەدەندىكى ئەسلىي ماددىنى ھەزىم قىلىشىغا ياردەم بېرىش ئۈچۈن، يەڭگىل تەدبىرلەرنى قوللانغاي، بىمارنىڭ پۈت - قوللىرىنى تۆۋەن تەرەپكە قارىتىپ ئۇۋۇلىغاي ۋە پۈت - قوللىرىنى باغلىغاي. بابۇنە، سېرىقچېچەك، ئىكلىلمىلىككە ئوخشاش دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، سۇ بىلەن قاينىتىپ، بىمارنىڭ پۈت - قوللىرىنى شۇ سۇ بىلەن يۇغاي.

كېسەللىك قوزغالغان چاغدا بىمارنىڭ يوتىسىدىن باشلاپ تاكى پۇتلىرىنىڭ ئۇچىغىچە مۇۋاپىق بېسىم بىلەن تاڭغاي، پۇتلىرىنى ئىسسىق سۇغا چىلىغاي. تۇز بىلەن قىچا ئۇرۇقىنى ئارىلاشتۇرۇپ سوقۇپ پۇتىغا چاپقاي، ماددىنى تۆۋەنگە تارتىش ئۈچۈن، بىمارنىڭ يوتىسى ۋە پاچاقلىرىغا لوڭقا قويغاي. قەتران، قۇندۇز قەھرى، جاۋشىر، سەكبىنەج، بارىزەت، ئۆچكەن چىراغ قاتارلىقلارنى بىمارنىڭ بۇرنىغا تۇتۇپ پۇراتقاي. مۇقەل، كۈدە ئۇرۇقى، ئات تۇيىقى ۋە گۈڭگۈرتتىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ كۆيدۈرۈپ، تۈتۈننى پۇراتقاي، ھىڭ، قەيسۇم، شۇمشا، كەرەم، ئادراسمان، سېرىقچېچەك، ئىكلىلمىلىك، تۈخۈمى كەرەپشە، سۆئىدى، ھەببى مەھلەب، قۇستە، بەرگى غار، بابۇنە، ئىزخىر، سۇزاپ، جۇۋىنە، ئاقىرقەرھا، قېلىن دارچىن، يالپۇز قاتارلىقلارغا ئوخشاش دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ تەمنى چىقىرىپ، سۈيىدە بىمارنى ئولتۇرغۇزغاي، بەدەن سىرتىدىن مۇناسىپ نۇتۇل تەييارلاپ تۆككەي ۋە ئىسسىق زىماتىلارنى چاپقاي. كەرەمدانە بىلەن مۇرچتىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ شىياق تەييارلاپ، ھەببۇلغار يېغى ۋە سەۋسەن يېغى بىلەن ياغلاپ، ئىنىكئانىنى قائىدە بويىچە مەزكۇر شىيافنى بالياتقۇغا يەتكۈزۈشكە بۇيرۇغاي. ئۇنىڭدىن كېيىن بىمارنى تەۋرىتىپ، بالياتقۇدىكى سۇيۇقلۇقنىڭ جىنسىي يولدىن چىقىشىغا تىرىشچانلىق كۆرسەتكەي. بۇ چاغدا ئايالدا مەنىي قويۇپ بەرگەندەكىگە ئوخشاش لەززەت پەيدا بولۇپ، بالياتقۇدىن سۇيۇقلۇق ئېقىپ چىقۇر، بەزىدە ھەقىقەتەن مەنىي چىقار، شۇنىڭدىن كېيىن بىمار ياخشىلىنىپ كېتەر. پەرىيۇن بۇ كېسەللىككە كۆپ پايدا قىلار. يەنە مەجۇنى سەنجىرىنانى بەرگەي، قىچا، ھەببۇلغار يېغى، سەۋسەن يېغى قاتارلىقلار بىلەن بالياتقۇ ئېغىزىغا قويغاي. دورىنى شاراب بىلەن ئېرىتىپ، بالياتقۇ ئېغىزىغا قويسا كۆپ مەنپەئەت قىلار، ئاغرىقى قوزغالغاندا ئايارەج پەيقىرا، شەھمەنزەل، ئايارەج رۇفس، بەيادەرىيتۇس، ھەببى شەترەنجى، ھەببى ئىستەمخىقۇن، ئايارەج لوغانزىيا

قاتارلىقلار بىلەن بىرقانچە قېتىم ماددىنى سۈرگەي، مەجبۇرى نۇجاھىنى داۋاملىق بەرگەي.

دورىلاردىن مەجبۇرى سەنجىرىنا، مەجبۇرى فەلافىلى، مەجبۇرى كۇمۇنى قاتارلىقلارنى بەدىيان رۇمى سۈيى ياكى قىزىل لوبىيانىڭ قاينىتىلغان سۈيى ياكى ھۆل سۇزاپ سۈيى قاتارلىقلار بىلەن بەرگەي. غارىقۇنىنى شاراب بىلەن ياكى مائۇلھەسەل بىلەن ئېچكۇزگەي. قۇندۇز قەھرى ۋە سىركەنجىۋىل ئەنسىلىمۇ مەنپەئەت قىلۇر، 10 گىرام دادىنى (بىر خىل دورا) شاراب بىلەن بەرگەي.

ئېرى بىلەن تولا جىما قىلغان ئايالغا تۆۋەندىكى شىياق كۆپ مەنپەئەت قىلۇر:

نۇسخىسى مىئە سائىلە، مۇرچ، كۇندۇرنىڭ ھەربىردىن 30 گىرامدىن، ئۆردەك يېغىدىن 70 گىرام، چاققاقئوت ئۇرۇقىدىن 20 گىرام ئېلىپ، سوقۇشقا تېگىشلىكلىرىنى قائىدە بويىچە سوقۇپ، شىياق تەييارلاپ ئىشلەتكەي.

ئىسسىق تەبىئەتلىك ھۆقنىلەرنى قىلسا، بولۇپمۇ بالىياتقۇغا ھۆقنە قىلىنسا ئارتۇق ھۆللۇكنى ھەيدەر، يەل تارقىتار، بۇ جەھەتتە كۆپ مەنپەئەت قىلۇر.

بەشىنچى باب بالىياتقۇغا سۇ يىغىلىش توغرىسىدا

ئالامىتى

بۇنىڭدا ھەيز قېنى توختاپ قالۇر، بىمارنىڭ قورسىقىدا چۇلۇقلىغان ئاۋازلار بولۇر، بولۇپمۇ ئۇيان - بۇيان ئۆرۈلگەندە شۇنداق ئاۋاز ئاڭلىنار، قورساقنىڭ تۆۋەنكى يېرىدا يۇمشاقلىق پەيدا بولۇر، بۇ كېسەللىك بىلەن ئاغرىغان بىمارنىڭ ئەھۋالى ئىستىسقا بىمارنىڭ ئەھۋالىغا ئوخشاپ قالۇر، بىمار ھەيز كۆرۈمۇمۇ دەپ ئويلاپ قالۇر، بەزىدە بالىياتقۇدىن سۇ كېلەر.

داۋالاش

بۇنىڭ ئۈچۈن ھەيزنى ماڭدۇرىدىغان، سۈيدۈك ھەيدەيدىغان دورىلارنى ئىشلەتكەي، مۇناسىپ دورىلارنى قاينىتىپ ئابزەن تەييارلاپ، بىمارنى ئۇنىڭ سۈيىدە ئىلمان ھالدا ئولتۇرغۇزغاي، ھەيز ماڭدۇرىدىغان ھۆقنە ۋە شىيافلارنى ئىشلەتكەي، سۈيدۈك ھەيدەيدىغان دورىلارنى بۇيرۇغاي، ئاق خەربەقنى بىمارنىڭ پەرجىگە قويغاي.

ئالتىنچى باب بالىياتقۇغا يەل يىغىلۇېلىش توغرىسىدا

سەۋەبى

سىرتىدىن بىرەر ئاپەت يېتىش، قېيىن تۇغۇتتىن بالىياتقۇ مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشى، بالىياتقۇغا بەك سوغۇق ئۆتۈش بىلەن بالىياتقۇنىڭ مىزاجى بۇزۇلۇپ، بالىياتقۇ ئېغىزى سوۋۇش ۋە بالىياتقۇ ياكى ئۇنىڭ مەلۇم قىسىملىرىدا يەل تۇرۇپ قېلىش قاتارلىق سەۋەبلەردىن پەيدا بولۇر، بەزىدە يەل بالىياتقۇنىڭ ھەممە يېرىگە تارقىلار، بۇنى داۋالاش بىرئاز تەسرەكتۇر.

ئالامىتى

بەزىدە يەل شۇنچىلىك دەرىجىدە كۆپىيىدۇكى، بىمارنىڭ دوۋسۇنى ۋە يىرىقلىرى چىڭقىلىپ ئاغرار، ئاشقازان كېرىگەتلىرىمۇ ئاغرار، بىمارنىڭ قورسىقى خۇددى يەللىك ئىستىسقا (ئىستىسقائى تەبى) كېسەللىكىگە ئوخشاپ قالۇر، بەزىدە ئاغرىق يۆتكىلەر، سانجىقلىشار، بۇنىڭغا ئىسسىق نەرسىلەر بىلەن ئىسسىق ئۆتكۈزۈپ بەرسە ئاغرىق پەسىيەر، بىمار بەزىدە ئۆمرىنىڭ ئاخىرىغچە بۇ كېسەللىكتىن قۇتۇلالماس.

داۋالاش

دەسلەپتە بىمارغا ئايارەج پەيقىرا، ئايارەج لوغانزىيا، ئايارەج ئەركاغانىس قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئىستېمال قىلدۇرۇپ، مادداىنى سۈرۈپ چىقارغاي. قاينىتىپ تەمىنى چىقىرىپ، پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، بۇ سۇ بىلەن بىرلىكتە مەجۇنى سەنجىرىنانى مۇۋاپىق مىقداردا بەرگەي. سۇزاپ يېغى، سېرىقچېچەك يېغىنى ئىلمان قىلىپ، سىرتىدىن مايلىغاي، سۇزاپ، پەنجەنگۇشت ئۇرۇقى، قەنتەرىيۇن، بەرەنجاسپ، مەرزەنجۇش، بەدىيان رۇمى، دەشت پۇدىنەسى (ياۋا پۇدىنە)، كەرەپشە ئۇرۇقى، جۇۋىنە، قېلىن دارچىن قاتارلىقلارغا ئوخشاش دورىلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ تەمىنى چىقىرىپ، بىمارنى شۇ سۇدا ئولتۇرغۇزغاي. پىسەپلىرىنى سۇزاپ يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، يەرلىك ئورۇنغا چاپقاي. دوۋساق يېلىدا ئېيتىلغان ھەرقانداق ئىلاجنى بۇنىڭغىمۇ قىلغاي.

ئېيتىشلاغا قارىغاندا، ئەرنىڭ مەنىسى بالىياتقۇغا ناھايىتى ياخشى مەنپەئەت قىلىدىكەن.

بالىياتقۇ يېلىگە ھۇمرىسا (بىرخىل دورا) دىن 1.5 گىرام، مۇقەلدىن 50 گىرام، زىرىدىن ئالتە دانە نۇقۇت چوڭلۇقىدا، مەستىكىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە مۇۋاپىق مىقداردا بەرگەي.

يەتتىنچى باب بالىياتقۇنىڭ ئورنىدىن قوزغىلىپ كېتىشى توغرىسىدا

سەۋەبى

بۇ ئىككى خىل سەۋەبتىن بولۇر.

1. ئېغىر ئىش قىلىش، قىيىن تۇغۇش، قاتتىق ۋارقىراش، ئېغىر نەرسىلەرنى كۆتۈرۈش، ئېگىز يەرلەردىن سەكرەش ياكى قاتتىق ئاۋاز، يىلاننىڭ خىرىس قىلىشى، تام ئۆرۈلۈشكە ئوخشاش ئىشلاردىن قورقۇش قاتارلىق ئامىللاردىن پەيدا بولۇر.

2. ھۆللۈكنىڭ زىيادىلىكىدىن بالىياتقۇ پەيلىرىنىڭ بوشىشىشى ياكى بالىياتقۇغا بىرەر يارا چىقىپ، بالىياتقۇ پەيلىرىنى بۇزۇشى قاتارلىقلاردىن پەيدا بولۇر.

بەزىدە بالىياتقۇنىڭ ھەممىسى سىرتىغا چىقىۋالىدۇ، ئۇ ئەرەب تىلىدا «ئىنقلابۇر - رەھىم» (بالىياتقۇنىڭ تەتۈر ئۆرۈلۈشى) دەپ ئاتىلۇر. «ئەقلۇر - رەھىم» (بالىياتقۇنىڭ باغلىنىشى) مۇ دەپ ئاتىلۇر. بۇ كېسەللىك بىلەن ئاغرىغان بىمار «ئەقلا» دەپ ئاتىلۇر، بەزىدە بالىياتقۇ خۇددى ئەرنىڭ زەكەرىدەك پۇلتىيىپ چىقار، تىلشۇناسلار ئۇنىمۇ «ئەقلا» دەپ ئاتىشار. «قەرن» (مۆڭگۈز) مۇ دېيىلەر، ئۇنىڭ بىلەن ئاغرىغان ئاياللار «ئەقلا» ياكى «قەرنا» (مۆڭگۈزلۈك) دېيىلەر.

ئالامىتى

بالىياتقۇ تەتۈر ئۆرۈلگەن بولسا، بىمارنىڭ دوۋساق، ئاشقازىنى، ئۇچىسى، ئۇچىيى كۆچلۈك ئاغرار، بەزىدە ئاغرىق بىلەن بىرگە قىزىتما بولۇر. بىماردا تىتانۇسنىڭ ئالامەتلىرى كۆرۈلەر، يەنى بوينى قېتىپ قالۇر، پۇت - قوللىرى تىترەر، سەۋەبسىز قورقار، دوۋسۇن ساھەسىدە خۇددى يۇمىلاق بىر نەرسە باردەك سېزىلەر، ئۇنى ئادەتتە تۇغۇت ئانىلىرى تۇتۇپ بىلەر. بەزىدە

بالياتقۇنىڭ ھەممىسى تەتۇر ئۆرۈلۈپ چىقار، بەزىدە بالياتقۇ بوشاپ ئورنىدىن سىلجار، بەزىدە بىمارنىڭ چوڭ - كىچىك تەرىتى تۈتىلار، چۈنكى بالياتقۇ چوڭ - كىچىك تەرەت يوللىرىنى قىستاپ تارايتىپ قويار.

داۋالاش

بىمار ياش بولۇپ، كېسەللىك يېڭى پەيدا بولغان بولسا، ساقىيىشتىن ئۈمىد كۈتۈشكە بولۇر، ئەگەر كونىراپ قالغان بولسا ياكى بىمارنىڭ يېشى چوڭ بولسا، ساقىيىشى تەس بولۇر.

ئۇنىڭ ئىلاجى شۇكى، ئۇچەي يولىنىڭ تازىلىنىشى ۋە كېسەللىك ماددىسىنىڭ ئازىيىشى ئۈچۈن، دەسلەپتە مۇناسىپ دورىلار بىلەن ھۆقنە قىلغاي، بۇنىڭ بىلەن تەرەت يولى توسۇلغان بولسىمۇ، يەنە بىر يول ئېچىلىپ، سۈيدۈك ئاسان چىقار، ئۇچەي بىلەن دوۋساق تازىلانغاندىن كېيىن بالياتقۇنى ئورنىغا ئاسان كەلتۈرگىلى بولار.

بالىياتقۇنى ئورنىغا كەلتۈرۈشنىڭ ئۇسۇلى شۇكى، بىمارنى ئوڭدا ياتقۇزۇپ، ئىككى يوتىسىنى بىر - بىرىدىن يىراقلاشتۇرۇپ تۇرۇپ، تىۋىت يۇڭنى پىلتىدەك ئېشىپ، بىمارنىڭ جىنسى يولىغا قويغاي، ئۇنىڭ بىلەن بالياتقۇنى تەڭرىتىپ ئورنىغا كەلتۈرگەي، يەنە بىر پارچە يۇڭنى ئاقاقىيا ياكى شاراب ياكى قايناق خۇسۇسىيەتلىك نەرسىلەر بىلەن ھۆل قىلىپ، بالىياتقۇ ئېغىزىغا ماڭدۇرغاي. يەنە بىر پارچە يۇڭنى سىركە بىلەن نەمدەپ، جىنسىي يولىغا قويغاي، يەنە دوۋسۇن ساھەسىگىمۇ قويغاي.

بىمارنى يېنىچە ياتقۇزۇپ، ئىككى يوتىسىنى جۈپلەشتۈرۈپ، مەزكۇر يۇڭ پەرجىدە تۇرغان ھالەتتە كىندىكىنىڭ تۆۋىنىگە لوڭقا قويغاي. ئەمما قان چىقارمىغاي، بالياتقۇنىڭ يۇقىرىغا ئۆرلىشى ئۈچۈن، ئايالغا خۇش پۇراق نەرسىلەرنى پۇراتقاي، بالياتقۇنىڭ تۆۋەن تەرەپكە قاچماسلىقى ئۈچۈن، سىبسق نەرسىلەردىن پەرھىز قىلدۇرغاي. شۇ يوسۇندا ئىككى كۈن تۇرغۇزغاي، ئۇچىنچى كۈنى يۇڭنى يېڭىلىغاي. ھەببۇلئاس يوپۇرمىقى، ئاقاقىيا، ئانار پوستى، موزا قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، شاراب بىلەن قاينىتىپ تەمنى چىقىرىپ، يۇڭنى ئۇنىڭ سۈيىگە مىلەپ ھۆل قىلىپ، ئايالنىڭ پەرجىگە قويغاي، يەنە بىر پارچە يۇڭنى مەزكۇر سۇغا مىلەپ، بىمارنىڭ دوۋسۇن ساھەسىگە قويغاي، بىمار قانچىلىك بەرداشلىق بېرەلسە، ئىلگىرىكى ھالىتىدە ياتقۇزۇپ، شېشە بىلەن لوڭقا قويغاي.

قايناق خۇسۇسىيەتلىك نەرسىلەر بىلەن ئابزەن قىلىپ، بىمارنى ئۇنىڭدا ئولتۇرغۇزغاي، پىسەپىلىرىنى بەدەن سىرتىدىن يەرلىك ئورۇنغا چاپقاي، قايناق خۇسۇسىيەتلىك دورىلارنى

قاينىتىپ، سۈيى بىلەن يەرلىك ئورۇننى يۇغاي، ھەببۇلئاس بىلەن ئىزخىردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ، بىمارنى ئۇنىڭ سۈيىدە ئولتۇرغۇزغاي.

سەككىزىنچى باب بالىياتقۇ ئېغىزنىغا پەردە ئۆسۈۋۈبلىش توغرىسىدا

بۇ، بالىياتقۇ ئېغىزنىغا پەردە ئۆسۈپ قالمىغان بىر خىل كېسەللىك بولۇپ، بەزىدە گۆش ئۆسۈپ چىقار، بەزىدە يارا چىقىپ ساقايغاندىن كېيىن بالىياتقۇ ئېغىزنىنى پۈتتۈرۈپ قويار، يەنى ئۇنىڭدا ھېچقانداق تۆشۈك قالماس، بەزىدە بالىياتقۇ ئېغىزى بالا تۇغۇلۇشىدىلا پۈتەي بولۇر.

بۇنداق بولغاندا جىما قىلىش مۇمكىن بولماس، بەزىدە ھەيز قېنى بەدەن سىرتىغا چىقالمايلا بالىياتقۇغا يىغىلار ۋە بەدەنگە تارقاپ، كۆپلىگەن كېسەللىكلەرنى پەيدا قىلۇر. بىمار ئاخىرى زەھەرلىنىپ ھالاك بولۇر.

داۋالاش

بۇ كېسەللىكنى مەخسۇس تۆمۈر سايمان بىلەن كەسمىسە، دورا بىلەن داۋالىغىلى بولماس، پەردىنى قول بىلەن تارتقاندا يىرتىلسا، نېپىز ئىكەنلىكىنى بىلدۈرەر، ئەگەر يىرتىلمىسا قېلىن بولۇپ، مەخسۇس تەييارلانغان تۆمۈر سايمان بىلەن كەسكەي. پەردىنىڭ ئورنى قولايسىز بولسا، موچىن بىلەن تارتىپ تۇرۇپ كەسكەي، ئۆسۈپ قالغىنى پەردە ئەمەس، بەلكى گۆش بولسىمۇ ئۇنى قائىدە بويىچە كەسكەي. ئەمما گۆش پاكىز كېسىلىشى، چالا قالماسلىقى لازىمدۇر. كېسىش جەريانىدا، ئايالنىڭ خاس يېرىنىڭ لېۋىنى كېسىپ سېلىشتىن ئېھتىيات قىلغاي، كېسىپ بولغاندىن كېيىن، زەيتۇن يېغى ۋە قايناق خۇسۇسىيەتلىك شەربەت ئارىلاشتۇرۇپ، بىر پارچە يۇمشاق ئۇنىڭ بىلەن ھۆللەپ، بالىياتقۇ ئېغىزنىغا تۇتقاي. ئۇچ كۈن تۇرغۇزغاندىن كېيىن ئېلىۋەتكەي، زۆرۈر بولسا، مائۇلھەسەل بىلەن يەرلىك ئورۇننى يۇغاي، ئۇنىڭدىن كېيىن گۆش ئۆندۈرگۈچى مەلھەملەرنى سۈركىگەي، زەخىم ساقايغاندىن كېيىن، بالىياتقۇ ئېغىزنىڭ يەنە پۈتۈپ قېلىشىدىن ئېھتىيات قىلغاي، زەخىم ساقايغاندىن كېيىن ئايالنى جىماغا بۇيرۇغاي.

پەردىنى كېسىشكە مەشغۇل بولغاندا، بىمارنى تۆز ياتقۇزۇپ، ئۇنىڭدىن كېيىن بىلىگە بىر دانە تەكىي قويۇپ، تىزلىرىنى يۇقىرى كۆتۈرگەي، ئايالنىڭ ئىككى قولىنى تىزىنىڭ ئاستىدىن چىقىرىپ، بوينىغا تارتىپ مەھكەم باغلىغاي، ئۇنىڭدىن كېيىن كېسىشكە مەشغۇل بولغاي.

توققۇزىنچى باب دىلچىقنىڭ ئۇزىراپ قېلىشى توغرىسىدا

ئايالالارنىڭ پەرجىنىڭ ئوتتۇرىدا بىر دانە تىلسىمان ئۆسۈكچە بولۇپ، ئەرەب تىلىدا «بەزەر» دېيىلۇر، ئۇ خەتنە قىلىنىپ كېسىلىدىغان ئورۇندىن ئىبارەت. ئايالنى خەتنە قىلمىسا، ئۇ ئۆسۈپ ئۇزىراپ، ئەر كىشىنىڭ زەكىرىگە ئوخشاپ قالۇر ۋە جىماغا توسالغۇلۇق قىلۇر، بەزىلەر ئۇنىڭدا ئۇستىخان بار دېگەن، يەنى قىش كۈنلىرى قىسقىراپ، ياز كۈنلىرى ئۇزىرار.

ئايالالار ئۇنىڭدىن پايدىلىنىپ بىر - بىرى بىلەن گويا جىماغا ئوخشاش ھەرىكەتلەرنى قىلىشۇر، ئەرخاجانىس بىلەن جالنۇس بۇنىڭغا گۇۋاھلىق بېرۇر، ئەمما ئىندۇقلىس بۇنىڭغا ئۇنىماس.

داۋالاش

بۇنى مەخسۇس سايمان بىلەن يىلتىزىنى قوشۇپ قائىدە بويىچە كېسىۋەتكەي، چالا قالماسلىقىغا ئەھمىيەت بەرگەي، بولمسا تولا قاناپ ئايالنىڭ قۇۋۇتى كېتۇر.

يىگىرمە بىرىنچى بۆلۈم ئومۇرتقا ۋە پۇت - قول كېسەللىكلىرى توغرىسىدا

بىرىنچى باب ئۇچا ۋە بەل ئاغرىقى توغرىسىدا

سەۋەبى

بۇ كېسەللىك يەتتە خىل سەۋەبتىن پەيدا بولۇر.

1. مىزاجنىڭ ماددىسىز سوغۇقتىن بۇزۇلۇشىدىن بولۇر.

2. ئۇچا ئومۇرتقىلىرىنىڭ سىرتىدىكى سۈكۈر (مۇسكۇل) لاردا خام ۋە قويۇق خىلتلارنىڭ پەيدا بولۇشىدىن بولۇر.

3. جاپا تارتىش ۋە ھېرىپ - چارچاشتىن بولۇر.

4. كۆپ جىما قىلىشتىن بولۇر.

5. ئۇچىدىكى چوڭ تومۇرلارنىڭ تولۇپ قېلىشىدىن بولۇر.

6. بۆرەك زەئىپلىكى ۋە ئورۇقلۇقىدىن بولۇر.

7. بالىياتقۇ شېرىكچىلىكىدىن بولۇر، شۇنىڭ ئۈچۈن، بەزى ئاياللار ھەيز كۆرگەندە قولتۇقى ۋە بىقىنى ئاغرار، كۆپ ۋاقىتلاردا قويۇق يەل ياكى خام بەلغەم بولۇر.

ئالامىتى

خام بەلغەم ماددىسىدىن بولغان بولسا، بىمار ھەربىكەت قىلسا، رىيازەت چەكسە ئاغرىقى سۈسلار، يەنە تەدرىجىي پەيدا بولۇر. ئولتۇرۇپ قوپۇشتا قىينىلىق بولۇر، ئاغرىغان ئورۇندا ئېغرلىق سېزىلەر، بەزىدە ئاغرىغان ئورۇن سوغۇقتا توڭلىغاندەك بىلىنەر.

يەلدىن پەيدا بولغان بولسا، يەرلىك ئورۇن سانجىپ ئاغرار، ئېغرلىق سېزىلمەس، يەللىك تاتىلارنى يېگەندە ئېغرلىشار.

مىزاجنىڭ سوغۇقتىن بۇزۇلۇشىدىن پەيدا بولغان بولسا، بىمار توڭغاق بولۇر، يەرلىك ئورۇندا ئېغرىلىق بولماس، بىمار ئىسسىق نەرسىلەردىن راھەتلىنەر.

ھېرىپ - چارچاش، جاپا تارتىش، كۆپ جىما قىلىشتىن پەيدا بولغان بولسا، ئۇنىڭ ئالامەتلىرى مەلۇملۇقتۇر.

بۆرەكنىڭ زەئىپلىكى ۋە ئورۇقلىقىدىن پەيدا بولغان بولسا، جىما قۇۋۇتىنىڭ كەم بولۇشى ئۇنىڭغا گۇۋاھلىق بېرەر.

بالىياتقۇنى شېرىكچىلىكىدىن پەيدا بولغان بولسا، بالىياتقۇنىڭ ئەھۋالى ئۇنىڭدىن خەۋەر بېرەر.

ئۇچىنىڭ چوڭ تومۇرلىرىنىڭ تولۇپ قېلىشىدىن پەيدا بولغان بولسا، ئۇچىدا ئاغرىق پەيدا بولۇر، ئاغرىق پەيدا بولغان ئورۇنغا قولى يەتسە ماددىنىڭ سىرتقى مۇسكۇللاردا ئىكەنلىكىنى، قولى يەتمىسە ماددىنىڭ ئىچكى مۇسكۇللاردا ئىكەنلىكىنى ئىپادىلەر.

داۋالاش

خام بەلغەم ماددىسىدىن بولغان بولسا، شەربىتى مائۇلئۇسۇلغا ئىنەكپىتى يېغىنى تېمىتىپ ئىچكۈزۈپ، ماددىنى پىشۇرغاي، قەي قىلدۇرغاي، سۈرگە ئۇچۇن ھەببى سەكبىنەج، ئايارەج پەيقىرانى شەھمەنزەل بىلەن بەرگەي. تەرياقى ئەربەئەنىڭ بۇ كېسەللىكە خاسىيىتى كۆپ دېيىلگەن. قارا نوقۇتنى ھەر كۈنى كەچتە سۇغا چىلاپ قويۇپ، سۈيىگە كالا يېغى بىلەن ھەسەلنى قوشۇپ ئىچكۈزگەي. نوقۇتنى يېگۈزسىمۇ مەنپەئەت قىلۇر.

ئېگىرنى چالا سوقۇپ، قارا نوقۇت بىلەن بىرلىكتە بىر كېچە چىلاپ قويۇپ، ئەتىسى ئەتىگەندە ئازراق قاينىتىپ، ئۇنىڭدىن كېيىن سوقۇپ، ھەسەل بىلەن قاينىتىپ، ئۇنىڭغا كالا يېغى قوشۇپ ئۇدا ئىككى ھەپتە ئىستېمال قىلسا كۆپ مەنپەئەت قىلۇر.

بىمارنىڭ غىزاسىغا ھىك بىلەن نوقۇت سۈيىنى داۋاملىق قوشۇپ بەرگەي.

بىمارنىڭ ئۇچىسىنى يىرىك بوز رەخت بىلەن سۈرتۈپ، ئارقىدىن پەرپىيۇن يېغى، سەۋسەن يېغى، قۇسىتە يېغى، سۇزاپ يېغى قاتارلىقلار بىلەن ياغلىغاي. مۇقەل، ئوشەق، جاۋشىر، سەكبىنەج، قۇندۇز قەھرى، پەرپىيۇنغا ئوخشاش ئىسسىق تەبىئەتلىك دورىلار بىلەن زىمات قىلسا، ھەببۇلغار يېغى ۋە سۇزاپ يېغى بىلەن يەرلىك ئورۇننى ياغلاپ بەرسە ياخشى مەنپەئەت قىلۇر. قوغۇننى زىمات قىلىپ ئۇچىغا چاپسا، كونا ئۇچا ئاغرىقىغا مەنپەئەت قىلۇر.

يەل سەۋەبىدىن پەيدا بولغان بولسا، مائۇلھەسەل شەربىتىگە ئىنەكپىتى يېغىدىن مۇۋاپىق

مقداردا تېمىتىپ ئېچكۈزسە مەنپەئەت قىلۇر، يەنە ھەببى سەكبىنەجنى بەرسمۇ پايدا قىلۇر.

ھەببى سەكبىنەجنىڭ نۇسخىسى شۇمشا ئۇرۇقى، تەرەتىز، كەرەپشە ئۇرۇقى، جۇۋىنە، زەنجىۋىل قاتارلىقلارنى باراۋەر مقداردا، سەكبىنەجنى پۈتۈن دورىلارنىڭ باراۋىرىدە ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، قائىدە بويىچە ھەب ياساپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە 10 گىرامدىن بەرگەي.

مىزاجنىڭ ماددىسىز سوغۇقتىن بۇزۇلۇشىدىن پەيدا بولغان بولسا، مىزاجنى ئىسسىق قىلغاي، مەجۇنى سەنجىرىنا، تەرياقى ئەربەئە، تەرياقى بۇزرۇك، مەسرۇدىتۇس بەرسە كۆپ مەنپەئەت قىلۇر.

ھېرىپ - چارچىغاندىن بولسا، ئارام ئالدۇرغاي. بىمارنىڭ پۈت - قوللىرىنى ئۇۋۇلاپ بولغاندىن كېيىن غىزالاندۇرغاي، مۇنچىغا چۈشۈشكە بۇيرۇغاي، بەدىنىنى سىرىقچىچەك يېغى، بابۇنە يېغى بىلەن مايلاپ بەرگەي.

كۆپ جىما قىلىپ، بۆرەكنىڭ زەئىپلىشىشى ۋە ئورۇقلىشىدىن بولغان بولسا، شۇ بابتا ئېيتىلغان ئىلاجلارنى قىلغاي.

ئۇچىدىكى تومۇرلار توشۇپ قالغان سەۋەبتىن بولغان بولسا، باسلىق ۋە مابىز تومۇردىن قان ئالغاي. گۈل يېغى سۈركىگەي. ئاسان ھەزىم بولىدىغان غىزالارنى بەرگەي.

ئىككىنچى باب ئومۇرتقىنىڭ ئورنىدىن چىقىۋېلىشى توغرىسىدا

بۇ كېسەللىك ئەرەب تىلىدا «ھەدەب»، يەنى دوكلۇق دېيىلۇر، بەزىدە ئومۇرتقا ئىچى تەرەپكە چىقار، ئۇ «تەقەسسۇئ» (غادىيىپ قېلىش) دېيىلۇر، بەزىدە ئومۇرتقا بىر يانغا چىقىپ قالۇر، ئۇ «ئىلتىۋا» (تولغىشىش) دېيىلۇر.

سەۋەبى

بۇ بىرقانچە خىل سەۋەبتىن پەيدا بولۇر.

1. پالەچ پەيدا قىلىدىغان ھۆللۈكنىڭ ئومۇرتقا ۋە ئۇنىڭ ئەتراپلىرىغا تەسىر قىلىشىدىن پەيدا بولۇر.

2. بەلغەم خاراكتېرلىك تەشەننۇج پەيدا قىلىدىغان قويۇق سۇيۇقلۇق سەۋەبىدىن پەيدا بولۇر.

3. قويۇق يەل سەۋەبىدىن پەيدا بولۇر، بۇ يەل ئۇچا ئومۇرتقىلرىنى ئورنىدىن قوزغار، ئىچى تەرەپتىن ئىششىق پەيدا بولۇر، ئۇنىڭ ماددىسى ئىچى تەرەپتىكى پەردىنى تارتىپ ئومۇرتقىنى ئورنىدىن قوزغار.

4. ئومۇرتقا ئەتراپىغا يارا چىقىپ، ئومۇرتقىنى ئورنىدىن قوزغىشىدىن پەيدا بولۇر، يارا ئىسسىقتىن پەيدا بولغان بولسا، ئىششىق يىرىڭلاپ ئومۇرتقىدا كۆپ تۆشۈكنى پەيدا قىلۇر.

ئومۇرتقىنىڭ قوزغىلىشى چوڭ بولسا، نەپەس ئېلىشقا تەسىر يەتكۈزەر.

بۇقرات كىچىك بالىلارنىڭ ئومۇرتقىسى زىيادە قوزغالسا، يۆتەل پەيدا قىلىپ، ھالاك قىلىدىغانلىقىنى ئېيتقان.

كىچىك بالىدا يۆتىلىش بىلەن بىرگە نەپەسى سىقىلىش كۆرۈلسە، كۆكرىكىنىڭ ئومۇرتقىسى ئورنىدىن قوزغالسا، دوكلۇق پەيدا بولىدىكەن، بالاغەتكە يەتمەي تۇرۇپ ھالاك بولىدىكەن. چۈنكى، يۆتەل ۋە زىققىنىڭ ماددىسى ئومۇرتقىغا يۆتكىلىپ، ئۇ يەردە يارا پەيدا قىلىدىكەن، يارا پەيدا قىلىشنىڭ سەۋەبى شۇكى، ئۇنىڭ ماددىسى قويۇقتۇر، قويۇق بولمىغان بولسا، ئومۇرتقىنى يۆتكىيەلمەيتتى ۋە دوكلۇق پەيدا قىلالمايتتى، كىچىك بالىلارنىڭ ئومۇرتقىلىرى بوش بولغاچقا، دوكلۇق پەيدا قىلۇر.

بالىلارغا دەسلەپتە تائامنى ئاز بەرگەي، تائام ھەزىم بولماي تۇرۇپ يەنە تائام بەرسە، ئۇنىڭ بەدىنىدە قويۇق خىلىت پەيدا بولۇپ، ئۇ، كۆكرەك ۋە ئۇچىغا يۆتكىلىپ، ئومۇرتقىلارنى ئورنىدىن قوزغىتار.

دوك كىشىنىڭ پۇتلىرى ئىنچىكە بولۇر، چۈنكى بەدەننىڭ تۆۋەنكى قىسمىغا ئوزۇقلۇق ئۆتىدىغان يوللار تارىيىپ، ئوزۇقلۇق تولۇق ئۆتەلمەي، پاقالچاقنىڭ ئىنچىكىلىشى ۋە ئورۇقلىشىنى كەلتۈرۈپ چىقرار.

بەزىدە دوكلۇق ئېگىز يەردىن يىقىلىشقا ئوخشاش بىرەر ھادىسە بىلەن ئومۇرتقىلارنىڭ زەخمىلىنىشى سەۋەبىدىنمۇ پەيدا بولۇر.

ئالامىتى

قويۇق ماددىنىڭ سەۋەبىدىن پەيدا بولغان بولسا، بىمارنىڭ ھۆللۈكىنى كۆپەيتىدىغان يېمەكلىكلەرنى كۆپ يېگەنلىك تارىخى بولۇر، يەرلىك ئورۇن مايلانسا ماي سىڭمەس، يالۇغ

پەيدا بولغان بولسا، يەرلىك ئورۇن سانجىپ ئاغرار. ھەر خىل قىزىتما پەيدا بولۇر، كۆتۈلمىگەن ھادىسىلەر ۋە زەخىملىنىشتىن پەيدا بولغان بولسا، يەرلىك ئورۇن ئىششار.

داۋالاش

قويۇق ماددا سەۋەبىدىن بولغان بولسا، پالەچنىڭ ئىلاجىنى قىلغاي، پالەچكە بېرىلىدىغان سۈركە دورىلىرىنى بەرگەي. لوئوقى كەرنۇپ، لوئوقى ئىسقىلىنى ئىشلەتكەي، سىركەنجۇبىل ئەنسىلى بۇ كېسەللىككە ۋە كاناي ياللۇغىغا مەنپەئەت قىلۇر. ئىسسىق تەبىئەتلىك زىماتلارنى يەرلىك ئورۇنغا سۈركىگەي، بوغۇملار، پەيلەر، ئۇمۇرتقىلاردىكى ماددىلارنى تارقىتىدىغان ۋە ئۇلارغا قۇۋۋەت بېرىدىغان دورىلارنى ئىشلەتكەي. ماددىلارنى تارقىتىدىغان ئىسسىق تەبىئەتلىك دورىلار جاۋشىر، مۇقەل، ئوشەق، سەكبىنەج، شۇمشا، ئىكلىلمىلىك قاتارلىقلاردۇر. قۇۋۋەتلەيدىغان دورىلار ئاقاقىيا، ئانارگۈلى، قىزىلگۈل قاتارلىقلارغا ئوخشاش دورىلاردۇر. قۇۋۋەتلەش، يۇمشىتىش ۋە تارقىتىش رولى بولغان دورىلار بولسا، قارىغاي يوپۇرمىقى، غار دەرىخى يوپۇرمىقى، ئۆشنە، ئۇبھەل، قەسبۇزەرىرە، راسەندۇر.

مەزكۇر دورىلارنى ئۆزئارا ئارىلاشتۇرۇشنىڭ پايدىسى شۇكى، ئىسسىق ۋە تارقاتقۇچى دورىلار ماددىنى ئېرىتەر، قۇۋۋەتلەيدىغان دورىلار ۋەتەر (كېرىگەت ۋە گۆشكە ئارىلاشقان تومۇر) ۋە بەندى - بېغىشلار (بوغۇملار) غا قۇۋۋەت بېرۇر، ئۇمۇرتقىلارنى ئورنىغا كەلتۈرەر، ئەزالاردىكى ماددا ھەيدەلمەي ۋە تارقىتىلماي تۇرۇپ ئىلاج قىلسا، باشقا ئەزالاردا پالەچ، ئىششقلار ۋە باشقا كېسەللىكلەر پەيدا بولۇر، ئاۋۋال سۈركە دورىسى بېرىلىپ، ئۇنىڭدىن كېيىن قۇۋۋەتلەيدىغان دورىلارنى بەرسە ياخشى بولۇر.

قۇۋۋەتلەيدىغان دورىلاردىن قارىغاي ياڭقىغا ئوخشاش دورىلارنى زىمات قىلسا، ماددىلارنىڭ تارقىغىنى ۋە قۇۋۋەت بەرگىنى بىلىنەر، ئاقاقىيا، ئانارگۈلىگە ئوخشاش دورىلارنى زىمات قىلىشقا توغرا كەلسە، قۇندۇز قەھرى، خەرزەھرە (سۆگەتگۈل —ت) يوپۇرمىقى، ھەببۇلغارغا ئوخشاش دورىلارنى قوشقاي.

ياغلاردىن سۇزاپ يېغى، پەرپىيۇن يېغى مەنپەئەت قىلۇر.

پەرپىيۇن يېغىنىڭ نۇسخىسى مۇرچ، قۇندۇز قەھرى، ئاقىرقەرھا، شەھمەنزەل، پەرپىيۇن، ھىلە (ئەنگىزەد) قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، بىر ھەسسە دورىغا ئۈچ ھەسسە سۇزاپ يېغى ئارىلاشتۇرۇپ، ھەپتىگىچە ئاپتاپتا قويغاي، كۈنىگە ئىككى ۋاخ

ئارىلاشتۇرۇپ بەرگەي، ئۇنىڭدىن كېيىن پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، ئۇنىڭغا يەنە يېڭىدىن دورا قوشۇپ، يەنە بىر ھەپتە تۇرغۇزغاي، شۇ يوسۇندا بىرقانچە قېتىم تەكرارلىغاي، ئاز دېگەندە ئۈچ قېتىم تەكرارلىغاي، دورىنىڭ تەمى ياغقا ياخشى چىققاندىن كېيىن پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، بەدەن سىرتىدىن ئىشلەتكەي.

سۈزۈپ يېغىنىڭ نۇسخىسى ئۇبھەل (ئارچا مېۋىسى)، شېھ، قارىغاي ياڭقى، ھەببۇلئاس يوپۇرمىقى، ئاقىرقەرھا، مەرزەنجۇش، ئىكلىلمىلىك، قەردمانە، ئىزخىر، قېلىن دارچىن قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ تەمىنى چىقىرىپ، ئۇنىڭدىن كېيىن پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، سۈيىگە تۆت ھەسسە ياغ تۆكۈپ، سۇس ئوت بىلەن سۈيى تۇگەپ يېغى قالغۇچە قاينىتىپ، ئۇنىڭدىن كېيىن ئۇنىڭغا قۇندۇز قەھرى، پەرپىيۇن، ئارچا مېۋىسى قاتارلىقلارنىڭ مۇۋاپىق مىقداردىكى تالقىنىدىن قوشقاي، ئۇنىڭدىن كېيىن زۆرۈر بولغاندا بەدەن سىرتىدىن ئىشلەتكەي.

تۆۋەندىكى زىماتنى يەرلىك ئورۇنغا بەدەن سىرتىدىن چاپقاي:

نۇسخىسى راسەن، ئۇبھەل، ئېگىردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، شاراب بىلەن تاكى يۇمشاق پىشقۇچە قاينىتىپ، ئۇنىڭغا مۇقەلدىن مۇۋاپىق مىقداردا قوشۇپ، مەلھەم ھالىتىگە كەلتۈرگەي، بەدەن سىرتىدىن يەرلىك ئورۇنغا سۈركىگەي. بۇ ئىلاجلار تەسىر قىلمىسا داغلىغاي.

دوكلۇق ئىششىق سەۋەبىدىن بولغان بولسا، ئۇنىڭ ئىلاجى قاتتىق ئىششىقنىڭ ئىلاجىدا ئېيتىلدى، شۇ يەردىن كۆرۈۋالغاي.

دوكلۇق كۈتۈلمىگەن ھادىسە سەۋەبىدىن بولغان بولسا، ئۇنىڭ ئىلاجى ئۆز ئورنىدا بايان قىلىنىدۇ.

ئۈچىنچى باب ئىسسىقتىن بولغان ۋەجئۇل مۇپاسىل، ئىرقۇنىنسا ۋە نۇقرەس توغرىسىدا

پۈتۈنلۈك ئۇششاق بوغۇملىرىنىڭ ئاغرىشى «نۇقرەس»، ساغرا ۋە يانپاشنىڭ ئاغرىقى «ۋەجئۇل ۋەرەك» دەپ ئاتىلۇر. ئاۋام ـ خەلق بوغۇملارنىڭ ماددىنىڭ يىغىلىۋېلىشىدىن بولغان ئاغرىقىنى «ۋەجئۇل مۇپاسىل»، ساغرىدىن باشلىنىپ ئوشۇققىچە چۈشىدىغان ئاغرىقىنى «ئىرقۇنىنسا»

(ئولتۇرغۇچ نېرۋا ئاغرىقى) دەپ ئاتار. ئۇ، يانپاشتىن ئوشۇققىچە تارتىلغان بىر تومۇرنىڭ نامى بولۇپ، ماددىنىڭ شۇ تومۇرغا چۈشۈشى بىلەن شۇ تومۇردا ئۇزۇنسىغا ئاغرىق پەيدا بولىدىغان بولغاچقا، ئاۋام ـ خەلقنىڭ بىلىشىگە قولايلىق بولۇشى ئۈچۈن، بۇ ئاغرىق شۇ تومۇرنىڭ نامى بىلەن ئاتالغان. قول ۋە پۇتتىكى چوڭ بوغۇملىرىنىڭ ئاغرىشى «ۋەجئۇل مۇپاسىل» دەپ ئاتىلۇر.

سەۋەبى

بۇ كېسەللىكنى كەلتۈرۈپ چىقارغۇچى سەۋەبلەر چوڭ جەھەتتىن ئەسلىي ۋە ئارىزى (ئىككىلەمچى) دەپ ئىككى خىلغا ئايرىلۇر.

ئەسلىي سەۋەبلەر تۆۋەندىكىدەك ئۈچ خىل بولۇر:

1. ئالىلا بوغۇملارنىي ھەركەت ئۈچۈن ياراتقان بولغاچقا، خۇددى ھەركەت قىلىشنىڭ قولايلىق بولۇشى ئۈچۈن، بوغۇملارنىڭ ئورنىنى ئازادە قىلغىنىدەك، ئۇستىخانلارنىڭ ئۆزئارا سۈرۈلۈپ زەخمىلەنمەسلىكى ئۈچۈن بوغۇملاردا شىلىمشىق سۇيۇقلۇقلارنىي ياراتقان، بولمىسا ئۇستىخانلار خۇددى چىشلار بىر ـ بىرىگە سۈرۈلسە ئۇرۇلۇپ زەخمىلەنگىنىدەك زەخمىلىنەتتى، چۈنكى شۇنداق بولمىغاندا ھەركەتتىن ھارارەت پەيدا بولۇپ، بەندى ـ بېغىشلارنى تۈتۈپ تۇرىدىغان، گۆشكە ئارىلاشقان تارمۇشلار قۇرۇپ، جانلىقلار ھەركەتتىن قالاتتى.

ئىنسان كۆپ ھەركەت قىلسا، مەزكۇر ھۆللۈك تولا خوراپ ۋە قۇرۇپ، بوغۇملار قىزار، ھارغىنلىق مەلۇم بولۇر، كۆپ ھەركەت قىلىنسا خۇددى جۇۋاز كۆپ ھەيدەلسە ئىككى ياغاچ بىر ـ بىرىگە تېگىشىپ ئوت چىقارماسلىقى ئۈچۈن، ئۇنىڭ بېشىغا سۈرۈپ قويۇلغان ياغ تۈگەپ بۇزۇلغىنى ۋە زەخمىلەنگىنىگە ئوخشاش بوغۇملار قىزىپ، مەزكۇر ھۆللۈك خوراپ، يەرلىك ئورۇندا مەلۇم زەخم پەيدا بولۇر، شۇ سەۋەبتىن تاش قىرغۇچىلارمۇ ئوسكۇنىلىرىنى ۋاقتى ـ ۋاقتى مايلاپ تۇرار. ھەركەت بەندى ـ بېغىشلار ئارىسىدىكى قۇۋۇشەت تەرەپكە مايىللىشىدىغان بولغاچقا، ئۇ بوغۇملار ئارىسىدا ھۆللۈكتىن قۇۋۇشەتنى قوزغىتار. بۇ خۇددى كېمىچىلەرنىڭ پالاقنى ھەركەتلەندۈرۈشى بىلەن كېمىنىڭ ھەركەتلەنگىنىگە ئوخشار.

2. ھەركەتتىن ھارارەت پەيدا بولۇپ، ھۆللۈكنى ئۆزىگە تارتار ۋە بەندى ـ بوغۇملارنىي قىزىتار، بەندى ـ بوغۇملارنىڭ ئازادىلىكى ھۆللۈكلەرنىڭ تارتىلىشىغا يارىدەم بېرەر، بەندى ـ بوغۇملار ئازادە بولغاچقا، ماددىلارنىڭ يىغىلىشىغا قولايلىق بولۇر.

3. بەندى ـ بوغۇملاردا باشقا ئەزالاردىكىدەك ھەزىم قۇۋۇتىنى (قۇۋۇتىنى ھازىمە) بولماس،

شۇ سەۋەبتىن بوغۇملارغا زىيادە خىلىت چۈشسە ھەزىم بولماي تۇرۇپ قالۇر. ھالبۇكى، باشقا ئەزالارغا بىرەر خىلىت زىيادە چۈشسە، ئۇنىڭ ھەزىم قۇۋۋىتى ئۇنى ھەزىم قىلۇر، بەزىسىنى ھەيدەپ چىقرار، ئەمما بەندى - بوغۇملار ھېچقانداق ئارتۇق ماددىنى ھەيدەپ چىقرالماس.

بوغۇملارنىڭ ئۆزىگە كەلگەن خىلتلارنى ھەزىم قىلالماسلىقىنىڭ سەۋەبى شۇكى، ھەزىم قۇۋۋىتى ھارارەت ۋە ھۆللۈك بىلەن بولۇر، ھارارەت مۇسكۇللار ۋە گۆشلەردە بولۇر، ئەمما بوغۇملاردا مۇسكۇل ۋە گۆش بولماس ھەم ئۇلار گۆشلەردىن يىراق بولۇر، شۇنىڭ ئۈچۈن، ئۇنىڭ ھەزىم قۇۋۋىتى بولماس، بەلكى ئۇ كۆمۈرچەك، ئۇستىخان، چاندۇر (رەبات) دىن تۈزۈلگەن، ئۇلار ھەممىسىنىڭ مىزاجلىرى قۇرۇق سوغۇق بولۇر، شۇ سەۋەبتىن بوغۇملارغا كەلگەن ئارتۇق خىلت ھەزىم بولماي تۇرۇپ قالۇر. چۈنكى، بىرى، بوغۇملارنىڭ مىزاجى ماددىنى قوبۇل قىلۇر، يەنە بىرى، بەندى - بوغۇملار ئازادە بولغاچقا، ئارتۇق ماددىلار ئۇ يەردە توختاپ قالۇر.

يۇقىرىدىكىلەر بولسا ئەسلىي سەۋەبلەردۇر، ئىككىلەمچى (ئارىزى) سەۋەبلەر بولسا تۆۋەندىكىدەك يەتتە خىل بولۇر:

1. رىيازەت تارتماسلىقتىن بولۇر.
2. ئاشقازاننىڭ زەئىپلىكىدىن تائامنىڭ تولۇق ھەزىم بولماسلىقىدىن بولۇر.
3. تائام ئۇستىگە تائام يېيىش، تەرتىپسىز غىزالىنىشتىن بولۇر.
4. تەكرار مەست بولۇشتىن بولۇر.
5. ناشتىدا شاراب ئىچىشتىن بولۇر، چۈنكى ناشتىدا شاراب ئىچسە، پەيلەر ۋە بەندى - بوغۇملار ئاجىزلىشار.
6. توق قورساق جىما قىلىش ياكى رىيازەت تارتىشتىن بولۇر.
7. زۇكام بولۇش، شامالدارىش سەۋەبىدىن بەدەننىڭ يۇقىرى قىسمىدىكى خىلتلارنىڭ بوغۇملارغا قۇيۇلۇشىدىن بولۇر.

يامان خىلتلارنىڭ بوغۇملارغا يېغىلىشى قەي قىلىش، سۇرگە ئىچىش، بۇۋاسىر ياكى ھەيز قېنىنىڭ ئېقىشىغا ئوخشاش ئادەتكە ئايلانغان ئىچنى تازىلاش ئۇسۇللىرىنىڭ ئۈزۈلۈپ قېلىشىدىن كېلىپ چىقىدىكەن.

خۇۋاجە ئەبۇ ئەلى ئىبن سىنا «ئەلقانۇن» دا مۇنداق دېگەن: «بۇ كېسەللىكنى كەلتۈرۈپ چىقارغۇچى سەۋەبلەرنىڭ بىرى، قۇلۇنجىغا ئىلاج قىلىنغاندا ئۇچەيلەر كۆچلۈك بولغانلىقتىن زىيادە خىلتلارنى قوبۇل قىلماي، ئۆزىدىن ئۆتكۈزۈپ، ھەرقايسى بوغۇملارغا يەتكۈزۈپ

بەرگەنلىكتىن بولۇر.

بۇ كېسەللىك يەنە زىيادە ئاچچىقلىنىشتىنمۇ بولۇر، چۈنكى زىيادە ئاچچىقلانغاندا، غەزەپنىڭ كۈچى پۈتۈن بەدەندە قالايمقان ھەرىكەت قىلۇر، ئۇنىڭدىن ھارارەت پەيدا بولۇپ، بۇ ھارارەت بەدەندىكى يامان خىلتلارنى ئېرىتىپ قوزغىتار، بۇ خىلتلار ھەرىكەت قىلىش ئارقىلىق بوغۇملارغا كېلىپ ئورۇنلىشار.

مەن مەرۋى شەھىرىدە بىر ئاقىل كىشىنى كۆرگەن ئىدىم، ئۇنىڭ ساغرىسىدا كېسىلى بار ئىدى، ئۇ ماڭا مۇنداق ھېكايە قىلىپ بەردى: (بىر كۈنى تەرەت ئېلىپ نامازغا ئۆتەي دەپ تۇرسام، خىزمەتكارىم بىر يامان ئىشنى قىلدى، مەن بۇنى كۆرۈپ قاتتىق غەزەپلەندىم، شۇنىڭدىن كېيىنلا مەندە بۇ كېسەللىك پەيدا بولدى)».

دەرۋەقە بۇ كېسەللىك زىيادە ئاچچىقلىنىشتىنمۇ بولۇر.

تائام ئۈستىگە تائام يېيىش، تەرتىپسىز غىزالىنىش مۇۋاپىق ئەمەس.

بۇ كېسەللىكنىڭ ئەسلىي سەۋەبى شۇكى، زىيادە خام خىلتلار پىشمايلا بەدەندە يىغىلىپ قالۇر، ئۇ بەندى - بوغۇملارغا بېرىپ شۇ يەردە تۇرۇپ قالۇر، بۇ ئەسلىي سەۋەب قاتارىغا كىرەر.

مەزكۇر كېسەللىكنىڭ جىمادىن كېيىن ۋە رىيازەت تارتقاندىن كېيىن پەيدا بولۇشىنىڭ سەۋەبى شۇكى، جىسما ۋە رىيازەتتە ھەرىكەت سەۋەبىدىن بوغۇملاردا ھارارەت پەيدا بولۇپ، زىيادە خىلتلار بەدەنگە يىغىلار، بوغۇملار ئۇنى ئۆزىگە تارتار، بۇنىڭ بىلەن بوغۇملاردىكى خىلتلار كۆپىيەر.

تائامدىن كېيىن مۇنچىغا كىرىش زىيانلىقتۇر، چۈنكى مۇنچىدا تومۇرلار ۋە بەندى - بوغۇملارنىڭ ئىسسىقلىقى ئاشۇر، بوغۇملارنىڭ ھۆللۈكى كۆپىيەر، ئۇزۇن تۇرسا قويۇلۇپ، گەج ياكى تاشتەك يات نەرسىلەرگە ئۆزگىرەر، خىلتلار بەدەنگە يىغىلغاندىن كېيىن بىمارنىڭ ئىچى تۇيۇقسىز تازىلانسا، مەسىلەن: قەي قىلسا ياكى ئىچى سۇرسە ياكى تەدبىر بىلەن سۈيدۈك ھەيدەلسە، كېسەللىك ئاللانىڭ ئىزنى بىلەن شىپا تېپىشى مۇمكىن.

ئەگەر ئۇنداق ئىشلار كۆرۈلمىسە ئىككى ئىشنىڭ بىرى بولۇر، ناچار ماددا بوغۇملارغا چۈشۈپ ئاغرىقنى پەيدا قىلۇر، تومۇرلاردا تۇرۇپ چىرار، ئوفۇنەتلىك تەپلەر پەيدا بولۇر ياكى يۇمشاق گۆشلەرنى بۇزۇپ ئىششىتىپ، يانپاش، قولتۇققا ئوخشاش ئورۇنلاردا غەلۋىرەككە ئوخشاش يارىلارنى پەيدا قىلۇر.

بۇ كېسەللىكنىڭ بەزىسى قاندىن، بەزىسى سەپرادىن، بەزىسى بەلغەمدىن بولۇر، كېيىنكى ئىككىسىدىن كۆپرەك بولۇر، بەزىسى خام بەلغەمدىن بولۇر، بۇنىڭ ساقىيىشى تەسرەك بولۇر،

بوغۇملاردا گەج، تاشقا ئوخشاش يات نەرسىلەر پەيدا بولۇر، بەزىسىنىڭ ماددىسى يەلدىن بولۇر، بەزىسىنىڭ ماددىسى سەۋادىن بولۇر، بۇ كەمرەك كۆرۈلەر. ئۇ، كۆپ ھاللاردا ئىككىنچى ۋە ئۈچىنچى ھەزىمدىن قالغان كېرەكسىز ماددىلاردىن پەيدا بولۇر.

بۇ كېسەللىك قېرىلار، كېسەلدىن يېڭى ساقايغانلار، ئۇزۇن كېسەل بولغانلار ۋە كېسىلى دورا بىلەنمۇ ساقايمىغانلاردا كۆپ كۆرۈلەر، چۈنكى، بۇنداق كىشىلەرنىڭ ھەزىم قۇۋۇتى ئاجىز بولۇر.

مەزكۇر كېسەللىكلەر بىلەن ئاغرىغان بىمارنىڭ بەندى - بوغۇملىرى قېتىۋالىدىغان، بەزىدە قوللىرىنىڭ بوغۇملىرى ئەگرى - بۈگرىلىشىدىغان ئەھۋاللار كۆپ كۆرۈلەر، بەزىدە زىيادە ئاغرىپ بىئارام قىلۇر، بەزى ۋاقىتلاردا ئاغرىق مەلۇم دەرىجىدە پەسەيەر، بۇنداق ئەھۋال ئىسسىق مىزاجلىق كىشىلەردە كۆپ كۆرۈلەر، بەزىدە ئۇششاق قول ئارىلىقلىرى ۋە بەندى - بېغىشلاردا زىيادە گۆش پەيدا بولۇر، ئۇ، قان ماددىسىدىن بولۇر.

نۇقرەس پەرزەنتلەرگە مىراس قالىدىغان كېسەللىكلەردىندۇر. نۇقرەس ۋە بوغۇم ئاغرىقلىرىغا قۇۋۇتلەيدىغان دورىلار بىلەن ئىلاج قىلىنسا، بەندى - بوغۇملار ئۆزىگە كېلىدىغان ئارتۇق ماددىلارنى قوبۇل قىلماي، ئۆزىدىن يانىدۇرار. يانغان ماددىلار رەئىس ئەزالارغا بېرىپ ھالاك قىلىش خەۋپى بولۇر، شۇنىڭ ئۈچۈن قۇۋۇتەت بېرىدىغان دورىلار بىلەن ئىلاج قىلمىغاي.

نۇقرەس مىزاجى سەپرادىن بۇزۇلغان كىشىلەردە ۋە سوغۇق دورىلارنى كۆپ ئىشلەتكەن كىشىلەردە كۆپ كۆرۈلەر.

بوغۇملار ئاغرىقى باھار پەسلىدە كۆپ بولۇر، چۈنكى، ئۇ خىلتلار بەدەندە كۆپىيىدىغان ۋە قوزغىلىدىغان پەسلىدۇر. كۈز پەسلىدىمۇ كۆپ بولۇر، چۈنكى بۇ پەسلىدە مېۋە - چېۋىلەر كۆپ بولغاچقا، ھەزىم ناچارلىشار، بۇنىڭ بىلەن بەدەندە خام، بۇزۇق خىلتىلار كۆپ بولۇر، چۈش ۋاقتىدىكى ئىسسىقتا خىلت يوللىرى بولغان ئەزالارنىڭ مەسامى (تەر تۆشۈكچىلىرى) كېڭىيەر، كېچىدىكى سوغۇقتا مەزكۇر يوللار تارىيار، بۇنىڭ بىلەن خىلتىلار يىغىلىپ ئارىلىقتا تۇرۇپ قالۇر.

چوڭ بوغۇملار ئاغرىقى (ۋەجئۇل مۇپاسىل)، نۇقرەس بولغان كىشى دائۇلپىل (پىل پۇت كېسەللىكى) ۋە داۋالى (پاچاق ۋېنالىرىنىڭ ئەگرى - بۈگرىلىشىشى) كېسەللىكى بىلەن ئاغرىسا، دەسلەپكى كېسەللىكتىن خالاس تاپۇر.

ئىرقۇننىسا بولغان كىشىنىڭ ئىچى سۇرسە، ئاغرىقى يېنىكرەك بولۇر، ئىرقۇننىسا، يانپاش ئاغرىقى بىلەن ئاغرىغان كىشىنىڭ يانپاش سۆڭىكى داس سۆڭىكىنىڭ يېنىدىن قوزغىلار،

دېيىلگەن. ھەر ۋاقىتتىكى بىمارنىڭ يانپېشى ئۇستىگە ئۇچ ئىلىك چوڭلۇقتا قىزىل پەردە پەيدا بولۇپ، بەك قىچىشسا، ئاغرىقتىن خالاس تاپقۇر، ئەمما بەشىنچى كۈنى ھالاك بولۇش خەۋپى بولۇر.

ئىرقۇننىسا بىلەن نۇقرەسكە گەرچە ياخشى ئىلاج قىلىنسىمۇ، كېسەللىك ماددىسى تازىلانسىمۇ بەدەندە يەنىلا مەلۇم خىلىت قېلىپ، مەلۇم مۇددەتتىن كېيىن يەنە قايتىلار.

ئىرقۇننىسا بىلەن نۇقرەسنىڭ ماددىسى تولىراق بوغۇملاردا بولۇر، يانپاشنىڭ ئارقىسىدىكى ياپىلاق پەيگە چۈشەر، ئۇنىڭ ئاغرىقى يامان بولۇر، ھىجامەت قويۇلسا مەنپەئەت قىلۇر ۋە ئاغرىقنى پەسەيتەر.

نۇقرەسنىڭ بەزىسى پۇتنىڭ ئۇششاق بارماقلىرىدىن باشلىنار، بولۇپمۇ ئەرەبچە «ئىبھام» (باش بارماق) دەپ ئاتىلىدىغان بارماقتىن، بەزىسى سونىجاقتىن باشلىنار، بەزىسى پۇتنىڭ تاپىنىدىن، بەزىسى پۇتنىڭ يېنىدىن، بەزىسى پۇتنىڭ خالىغان يېرىدىن باشلىنار ۋە پۇتنىڭ يېنى ئاغرار.

نۇقرەس بىلەن ئاغرىغان كىشىنىڭ ئۇرۇقدان خالتىسى ئۇزىراپ قالۇر، نۇقرەس بولغان ئادەم تاقىرباش (ئەسلەئ) بولماس، يەنى ئايالالاردا نۇقرەس بولماس، يەنى پەقەت ھەيز مۇددەتتىن بۇرۇن توختىسا ۋە ناموۋاپىق، تەرتىپسىز ئۇزۇقلانسا نۇقرەس پەيدا بولۇر، چۈنكى بەدەندىكى كېرەكسىز ماددىلار ھەيز ئارقىلىق تازىلىناتتى، ھەيز مۇددەتتىن بۇرۇن توختىسا چىقىپ كېتىشكە تېگىشلىك ماددىلار بەدەندە تۇرۇپ قېلىپ، نۇقرەسنى پەيدا قىلىشى مۇمكىن، بۇنىڭ چۈشەنگىلى بولمايدىغان يېرى يوقتۇر.

ئالامتى

كېسەللىك ئالامتىنى سوراشتىكى مەقسەت، ئۇنىڭ ماددىسىنىڭ قايسى خىلىتىن ئىكەنلىكى، قايسى خىلتىنىڭ ئارىلاشقانلىقى، ئاغرىغان ئورۇننىڭ رەڭگى ۋە ئىشىشغان ئورۇن رەڭگىنىڭ قانداق ئىكەنلىكىنى، ئاغرىقنىڭ داۋاملىشىش ۋاقتى قاتارلىقلارنى بىلىشتىن ئىبارەتتۇر.

كېسەللىك مىزاجدىن ياكى يەلدىن ياكى ئارتۇق ماددىدىن ئىكەنلىكى ئۇنىڭغا قىلىنغان تەدبىرلەرنىڭ قانداقلىقىدىن بىلىنەر.

ئاغرىغان ئورۇن ئىسسىق بولسا، كۆيۈشۈش ئالامتى كۆپ بولمىسا ۋە يەرلىك ئورۇن قىزىل بولۇپ، لوقۇلداپ ئاغرىسا، تارتىشىش سېزىمى بولمىسا، بىمارنىڭ مىزاجى ھۆل ئىسسىق بولۇر. بىمارنىڭ يېشى، پەسل ۋە قىلىنغان تەدبىرلەر گۇۋاھلىق بەرسە، ئىككى قولنىڭ ئالقىنىنى

قويۇپ كۆرگەندە زىيادە ئىسسىق ۋە كۆيۈشكەن بولسا، قىزىللىق، ئېغىرلىق، لوقۇلداش ۋە تارتىشىش ئازراق بولسا، زىيادە سانجىپ ئاغرىسا، سوغۇق نەرسىلەر خۇشياقسا ۋە سوغۇق نەرسىلەر بىلەن ئاغرىق ئارام بەرسە، ئىششىق چوڭ بولمسا كېسەللىكنىڭ سەپرادىن ئىكەنلىكىگە دالالەت قىلۇر.

ئىششىغان ئورۇننىڭ رەڭگى بەدەننىڭ رەڭگى بىلەن ئوخشاش بولسا، قولغا ئىسسىق بىلىنمىسە، لوقۇلداپ ئاغرىمسا ۋە سانجىقلاشمىسا، ئەمما ئاغرىق تولىراق بولسا، ئىسسىق ياكى مۆتىدىل نەرسىلەرنى چاپقاندا ئارام بەرسە، بۇ كېسەللىكنىڭ ھۆل سوغۇقتىن پەيدا بولغانلىقىنى بىلدۈرەر.

ئىششىق كىچىك، ئاغرىقى ئازراق، رەڭگى يېشىل ياكى كۆك ياكى قارا بولسا، قولغا سوغۇق بىلىنسە، بىمارنىڭ مىزاجى، يېشى، پەسىل ۋە قىلىنغان تەدبىرلەر ئۇنىڭغا گۇۋاھلىق بەرسە، كېسەللىكنىڭ سەۋدا ماددىسىدىن پەيدا بولغانلىقىنى بىلدۈرەر.

كېسەللىك ماددىسى مۇرەككەپ بولسا، مەسىلەن: قان بىلەن سەپرادىن ياكى بەلغەم بىلەن سەپرادىن بولسا ياكى بەلغەم بىلەن سەۋدادىن بولسا، كېسەللىكنىڭ ئالامەتلىرىمۇ مۇرەككەپ بولۇر، ئۇنى بىلىش ۋە پەرقلەندۈرۈش تېۋىپقا ئاساندۇر.

كېسەللىكنىڭ مۇرەككەپ ماددىدىن بولغانلىقىنىڭ ئالامتى شۇكى، ئىسسىق ۋە سوغۇق تەبىئەتلىك زىماتلارنى ئىشلەتسە كېسەللىك بىر خىل تۇرار، يەنى پايدا ياكى زىيان قىلغانلىقى بىلىنمەس ياكى بەزىدە پايدا قىلىپ، بەزىدە پايدا قىلماس، بۇنداق ئەھۋال بىر ماددا يەنە بىر ماددىدىن غالىب كەلگەندە كۆرۈلەر، بۇ چاغدا بەزى ئىسسىقلىق دورىلار پايدا قىلۇر، بەزىدە سوغۇقلۇق دورىلار پايدا قىلۇر.

ماددىنىڭ بۇنداق مۇرەككەپلىششى ئەسلىي مىزاجى ئىسسىق بولغان، سوغۇق تەبىئەتلىك يېمەكلىكلەر ۋە مېۋىلەرنى كۆپ يېگەن، توق قورساق ھەرىكەت قىلغان ۋە تەرتىپسىز ئوزۇقلانغان كىشىلەردە كۆرۈلەر. كۆپ ھاللاردا كېسەللىك ماددىسى سېسىپ، يىرىڭنىڭ تەبىئىتىنى ئالۇر، يىرىڭ ماددىسى ئەرەب تىلىدا «مىددە» دەپ ئاتىلۇر. مادا يىرىڭنىڭ تەبىئىتىنى ئالغانلىقىنىڭ ئالامتى شۇكى، كېسەللەنگەن ئورۇن قىچىشىچان بولۇر، كۆيۈشەر، ئىسسىق نەرسىلەر بىلەن يېپىپ تېڭىپ قويسا، ئاغرىقى زىيادە بولۇر، سوغۇق ھاۋا تەگسە راھەتلىنەر.

كېسەللىك يەللىك ماددىدىن پەيدا بولغان بولسا، ئاغرىق يۆتكىلىشچان بولۇر، ئەمما كۆچلۈك بولماس، بىمارنىڭ يەللىك تائىلار ۋە يەللىك مېۋىلەرنى كۆپ يېگەنلىك تارىخى بولۇر.

كۆپ ئۇچرايدۇكى، كېسەللىك ماددىسى ئىسسىق بولۇپ، ئۆتكۈرلۈكىدىن ئۇستىخانغا

ئۆتۈپ، ئۇستىخاننى چاقار، بۇ ئەھۋالنى تېۋىپلار «رىيھۇش شەۋكە» (تىكەن يەل) دەپ ئاتار. ئۇنىڭ «ئەۋجائى مۇپاسىل»، «نۇقرەس» بىلەن بولغان پەرقى شۇكى، ئۇنىڭدا كېسەللىك ماددىسى ئۇستىخانغا ئۆتكەن بولۇر، ئەمما مەزكۇر ئىككى خىل كېسەللىكتە كېسەللىك ماددىسى گۆش بىلەن بەندى - بېغىشلاردا بولۇر.

داۋالاش

قان خىلتىددىن كېلىپ چىققانلىقنىڭ ئالامەتلىرى مەلۇم بولسا، دەسلەپتە قان ئالغاي، ئاغرىق ئۇششاق قول (بارماق) لارنىڭ بەندى - بېغىشلىرىدا بولسا، ئۇكھەل تومۇرىدىن قان ئالغاي، ئۇششاق پۇت (پۇت بارماقلىرى) دا بولسا، باسلىق تومۇرىدىن قان ئالغاي، ئەمما قانىنى قارىمۇقارشى تەرەپتىن ئالغاي، مەسىلەن: ئاغرىق ئوڭ قولنىڭ بوغۇملىرىدا بولسا، سول تەرەپتىكى تومۇردىن، سول قولدا بولسا، ئوڭ تەرەپتىكى تومۇردىن، ئوڭ پۇتنىڭ بوغۇملىرىدا بولسا، ئوڭ قولنىڭ تومۇرىدىن، سول پۇتنىڭ بوغۇملىرىدا بولسا، سول قولنىڭ تومۇرلىرىدىن قان ئالغاي، قانىنى بىمارنىڭ بەدەن قۇۋۇتىگە قاراپ تۇرۇپ بىراقلا ئالغاي. قان ئېلىپ بولغاندىن كېيىن ئىككى - ئۈچ كۈن ئۆتكۈزۈپ قەي قىلدۇرغاي، بولۇپمۇ ئاغرىق پۇتتا بولسا، تېخىمۇ شۇنداق قىلغاي. چۈنكى، تۆۋەن تەرەپتىكى ئاغرىققا سۇرگىدىن كېيىن قەي قىلدۇرۇش تولىمۇ مەنپەئەتلىكتۇر، قەي كۈپايە قىلمىسا قەيدىن كېيىن سۇرگە دورىسى بەرگەي. دەسلەپتە ئارام بەرگۈدەك نۇتۇل ۋە زىماتلارنى ئىشلەتكەي، سۇرگە بېرىپ ئۇنۇمى كۆرۈلسە ماددىنىڭ پىشقانلىقى ئاشكارا بولسا، سۇرگە بىلەن ئىلاج قىلغاي. ئاغرىغان ئورۇنغا سوغۇق سۇ بىلەن ئىسسىق سۇدىن قايسىسى خۇشياقسا شۇنى تۆككەي، بوھران كۈنلىرىدە قىلمىغاي. تۆتىنچى، بەشىنچى ۋە 11 - كۈنلىرى بوھران كۈنلىرى بولۇر، بوھران كۈنلىرىنىڭ ياخشىسى 14 - كۈندۇر. كېسەللىكتىن مۇداپىئەلىنىش ئۈچۈن، ماددىنىڭ ھەربىكتى كۈچلۈك بولمىغان، ئاغرىقى بىر يەرگە مەركەزلەشكەن ۋاقتىدا سۇرگە بەرگەي.

كېسەللىكنىڭ بېشىدا ۋە ماددا پىشمىغان ۋاقتىدا بەدەنىنىڭ سىزىمىنى تۆۋەنلىتىدىغان زىماتلارنى قىلسا، كېسەللىك ماددىسىنى كېسەللەنگەن ئورۇنغا تارتار، ماددىنى بەندى - بوغۇملاردا توختىتار، ئىششىقنى قاتۇرار، بولۇپمۇ ماددا قويۇق بولسا، تېخىمۇ شۇنداق بولۇر. ماددا سۇيۇق بولسا قويۇقلاشتۇرار، كېسەللىك ئۇزۇنغا سوزۇلار.

ئىسسىق سۇنى كۆپ ئىشلەتسە بەندى - بوغۇملارنى ۋە پەيلەرنى يۇمشىتار، ھۆللۈكنى ئاشۇرار، دەسلەپتە ماددىنىڭ بەندى - بوغۇملارغا قۇيۇلغان - قۇيۇلمىغانلىقىغا قارىلار، ماددا

ھېلىلە، ھېلىلە كابۇلى، ئەفسەنتىن (شۆاق)، شاھتەررە، تەمرىھىندى، قارىئۆرۈك، قۇرۇق ئۈزۈم قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، قائىدە بويىچە مەتبۇخ تەييارلاپ ئىچكۈزسە تېز تەسىر قىلۇر.

ئەگەر بۇ كېسەللىك تەپ بىلەن قوشۇلۇپ كەلگەن بولسا، مارجان شوخلا، كاكىنەچ، كاسنە قاتارلىقلارنى قاينىتىپ تەمنى چىقىرىپ، ئۇنىڭغا فۇلۇسى خىيارشەنبەردىن ئاز مىقداردا قوشۇپ ئېرىتىپ، پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ ئىچكۈزگەي، ئەگەر ھەشقىپەك سۈيىگە قۇرۇق بىنەپشە بىلەن شېكەردىن مۇۋاپىق مىقداردا قوشۇپ ئىچكۈزسە مەنپەئەت قىلۇر.

ھارارەت تۆۋەن بولسا، 30 گىرام سېرىق ھېلىلىنى ئۈچ ھەسسە گۈلابقا بىر كېچە - كۈندۈز چىلاپ قويۇپ، مۇجۇپ تەمنى چىقىرىپ، ئۇنىڭغا ئىسپىغۇل لوئابىدىن مۇۋاپىق مىقداردا قوشۇپ ئىچكۈزسە داۋا بولۇر.

بىماردا قىزىتما بولمىسا، مارجان شوخلا سۈيىگە كاسنە سۈيى ياكى ھۆل بەدىيان سۈيى، كەرەپشە سۈيى قوشۇپ، ئۇنىڭغا ئايارەج پەيقىرا (سەبرە) دىن بەش گىرام ئارىلاشتۇرۇپ بىر كېچە - كۈندۈز تۇرغۇزۇپ، ئېزىپ ئىچكۈزسە، ياخشى داۋا بولۇر.

مىزاجى بۇزۇلمىغان بولسا سۇرگە، مەتبۇخى سۆرۈنجان، مەتبۇخى بوزىدان، ھەببى سۆرۈنجان قاتارلىقلارنى بەرگەي. مۇسھىلدىن كېيىن چوڭ تەرەتنى راۋانلاشتۇرىدىغان دورىلارنى بەرسە، ناھايىتى ياخشى مەنپەئەت قىلۇر. چۈنكى، كېسەللىك ماددىسى ئىككىنچى، ئۈچىنچى ھەزىمدىن پەيدا بولۇر، ئىككىنچى ھەزىم جىگەردە، ئۈچىنچى ھەزىم تومۇرلاردا بولۇپ، ھەر ئىككىسى (يەنى ھەر ئىككى ھەزىمنىڭ ماددىسى) سۈيدۈك ئارقىلىق تازىلىنار.

بەزى كىشىلەر بارىكى، سۇرگە ۋە ھۆقنە ئۇلارغا پايدا قىلماس، ئەمما تەرىتى راۋان بولسا شىپالىق تاپۇر.

يەنە بەزى كىشىلەرگە سۇرگە ۋە بەزى دورىلارنى كۆپ بەرگىلى بولماس، چۈنكى ئۇنداق قىلغاندا ئۇلارنىڭ بەدىنىدىكى ھۆللۈك سۇرگە ئارقىلىق يوقىلىپ، قان قىزىپ كۆيەر ۋە باشتا كېسەللىك يۈز بېرەر، بىمارنىڭ بەدىنى ئورۇق بولسا، بۇ قائىدىنى بىلىپ ئىلاج قىلىش زۆرۈردۇر.

كېسەللىكنىڭ ماددىسى سەپرا بولسا، دەسلەپتە قەي قىلىشقا بۇيرۇغاي، ئۇنىڭدىن كېيىن سۇرگە بەرگەي.

سۇرگۈنىڭ نۇسخىسى سېرىق ھېلىلە، تەمرىھىندى، چىلان، قارىئۆرۈك، شاھتەررە، ئەفتىمۇن ئۇرۇقى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، قائىدە بويىچە مەتبۇخ تەييارلاپ،

ئۇنىڭغا سەبرە بىلەن سوقمونىيادىن ئاز مىقداردا قوشۇپ ئىچكۈزسە مەنپەئەت قىلۇر.

تۆۋەندىكى ھەبنى بەرگەي. ئۇ، قان ۋە سەپرادىن بولغان نۇقرەسكە ياخشى مەنپەئەت قىلۇر:

نۇسخىسى سەبرە، سېرىق ھېلىلەدىن بىر يېرىم گىرامدىن، شەھمەنزەلدىن ئىككى گىرام، سوقمونىيادىن بىر گىرام، زەپەردىن يېرىم گىرام ئېلىپ سوقۇپ، قائىدە بويىچە مۇڭاپىق چوكۇلۇقتا ھەب قىلىپ، ھەر قېتىمدا 10 گىرامدىن بەرگەي.

بىمارنىڭ مىزاجى سۇس بولۇپ بەدىنىنى تەنقىيە قىلىش زۆرۈر بولسا، جاۋارىش سەپەرجىلى بەرگەي.

جاۋارىش سەپەرجىلىنىڭ نۇسخىسى بەش دانە بېھىنى يېرىپ ئۇرۇقلىرىنى ئايرىپ، ئۇلارنىڭ ئارىسىغا 35 گىرام سوقمونىيانى تەكشى سېلىپ، خېمىرنىڭ ئارىسىغا ئېلىپ مۆتىدىل قىزىتىلغان تونۇرغا قويۇپ خېمىر قىزارغۇچە تۇرغۇزغاي. ئۇنىڭدىن كېيىن، تونۇردىن چىقىرىپ خېمىردىن ئايرىپ ھاۋانچىغا سېلىپ سوقۇپ، ساپ ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە تۆت يېرىم نوقۇت چوكۇلۇقىدا ئىستېمال قىلغاي.

كېسەللىك ماددىسى سەپرا بىلەن بەلغەمنىڭ ئارىلىششىدىن بولغان بولسا، ئىستىفراغ قىلىش ئۈچۈن ھەببى سۆرۈنجان بەرگەي.

ھەببى سۆرۈنجانىنىڭ نۇسخىسى سەبرىدىن 1.5 گىرام، سۆرۈنجان، سېرىق ھېلىلە ئۈچ گىرامدىن، سوقمونىيا، قىزىلگۈل، مەستىكى يېرىم گىرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ، ھەب قىلىپ بەرگەي. بۇ، بىر قېتىملىق ئىستېمال مىقدارى بولۇپ ھېسابلىنار. سەبرىنىڭ ئورنىغا ئايارەج پەيقرا سېلىنسىمۇ بولۇر.

تۆۋەندىكى ھەبنى بەرگەي:

نۇسخىسى سېرىق ھېلىلە، تۇربۇت مۇجەۋۋەف (ياغچى ئايرىلغان تۇربۇت) بىر ھەسسىدىن، مۇقەلدىن يېرىم ھەسسە، مەھمۇدە (سوقمونىيا)، شەھمەنزەلدىن ئۈچ ھەسسىدىن، كەتىرانى ئون ھەسسىنىڭ بىرىچىلىك مىقداردا ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ، تاسقاپ، مۇڭاپىق چوكۇلۇقتا ھەب قىلىپ، ھەر قېتىمدا 10 گىرامدىن ئىستېمال قىلغاي.

تۆۋەندىكى ھەبنى بەرگەي:

نۇسخىسى سېرىق ھېلىلىدىن ئۈچ گىرام، سەبرىدىن ئىككى گىرام، بېلىق دورىسى (بىر خىل دورا)، بوزىداندىن بىر گىرامدىن، مەھمۇدەدىن يېرىم گىرام ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ،

مۇڭاپىق چوڭلۇقتا ھەب قىلىپ، سايىدا قۇرۇتۇپ ھەممىسنى بىر قېتىمدىلا بەرگەي.

مەتبۇخى سۆرۈنجاننى ئىستېمال قىلدۇرغاي.

نۇسخىسى سېرىق ھېلىلە پوستىدىن 60 گىرام، قۇرۇق بىنەپشە، قىزىلگۈلدىن 15 گىرامدىن، كاسنە ئۇرۇقىدىن 10 گىرام، چالا سوقۇلغان سۆرۈنجاندىن 30 گىرام، ھۆل پۇدىنەدىن نەچچە شاخ ئېلىپ، پۇدىنە بولمىسا ئورنىغا ئۈچ گىرام مەستىكى قوشۇپ، دورىلارنى بىر يېرىم لىتىر سۇدا ئىككى ھەسسىسى قالغۇچە قاينىتىپ، ئاندىن ئوتتىن چۈشۈرۈپ پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، يېرىم لىتىرغا 20 گىرام ھېسابىدا شېكەر قوشۇپ ئىچكەي.

بۇ كېسەللىككە زىماتلارمۇ ئىشلىتىلىدۇ.

تۆۋەندىكى زىماتنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى رۇسۇت (ھۇزۇز)، سەبرە، سوندەل، شىيافى مامىيسا، زەپەرىنىڭ ھەر بىرىدىن ئالتە گىرامدىن، مۇرمەككىدىن ئۈچ گىرام، كۆيدۈرۈلگەن كەرەمدىن 12 گىرام ئېلىپ، دورىلار سوقۇپ مارجان شوخلا ۋە كاسنە سۇيى بىلەن يۇغۇرۇپ زىمات قىلغاي.

تۆۋەندىكى زىماتنى ئىشلەتسە ئاغرىق پەسەيتەر:

نۇسخىسى قوغۇشۇن ئۈپىسىدىن مۇڭاپىق مىقدارىدا ئېلىپ، يېڭى سۈت بىلەن ئېرىتىپ، ئاغرىق ئورۇنغا سۈركىگەي.

كۆك گىياھ (بۇ، سۇنىڭ لېشىدىن ئىبارەت بولۇپ، سۇنىڭ ئارىسىدا ئۆسىدۇ. ئەرەب تىلىدا «تۇھلۇب» دېيىلىدۇ)نى كېسەللەنگەن ئورۇنغا چاپسا ئاغرىق پەسەيتەر. ئەگەر ئۇنى بوغۇملارغا چاپلاپ، ئىسسىپ قالسا ئۇنى يېڭى - يېڭى ئارقىمۇئارقا قويغاي.

تۆۋەندىكى زىماتنى ئىشلەتكەي. ئۇ، ئىششىق تارقىتار. ھارارەت پەسەيتەر:

نۇسخىسى لوبىيانى پىشۇرۇپ ئېزىپ، يەرلىك ئورۇنغا چاپقاي.

تۆۋەندىكى زىماتنى ئىشلەتكەي، يەنى بۇنى كېسەللىكنىڭ دەسلەپكى دەۋرىدە ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى ئاقاقىيا، رۇسۇت، سەبرە، قىزىل سەندەل، بوشدەربەندى، شىيافى مامىيسا، گىل ئەرمنى قاتارلىقلاردىن مۇڭاپىق مىقدارىدا ئېلىپ سوقۇپ، مارجان شوخلا سۇيى بىلەن يۇغۇرۇپ زىمات قىلغاي.

تۆۋەندىكى زىماتنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى يېسسىمۇقنىڭ پوستىنى ئايرىۋېتىپ سوقۇپ، ئاز مىقدارىدا كافۇر قوشۇپ، ھۆل يۇمغاقسۇتنىڭ سۇيى بىلەن يۇغۇرۇپ كېسەللەنگەن ئورۇنغا سۈركىگەي.

تۆۋەندىكى زىماتنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى ئانار پوستىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، شاراب بىلەن قاينىتىپ پىشۇرۇپ، ياخشى ئېزىپ، ئۈنىكىغا سۇماق تالقىنى، ئارپا تالقىنى، ھەمشىباھار تالقىنى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا قوشۇپ بىرلەشتۈرۈپ، يۇغۇرۇپ زىمات تەييارلاپ، كېسەللەنگەن ئورۇنغا سۈركىگەي. ئەمما بۇ زىماتنى يازدا سوۋۇتۇپ، قىشقا ئىللىتىپ چاپقاي.

كېسەللىكنىڭ ئاخىرقى مەزگىلىدە تۆۋەندىكى زىماتنى چاپقاي:

نۇسخىسى كەرەم يوپۇرمىقىنى مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇدا قاينىتىپ پىشۇرغاندىن كېيىن ياخشى سوقۇپ، ئۈنىكىغا بىر دانە خام تۇخۇمنىڭ سېرىقى، مۇۋاپىق مىقداردىكى سىركە لېيى، ئارپا تالقىنى قاتارلىقلارنى قوشۇپ ئارىلاشتۇرۇپ، بۇنىكىغا گۈل يېغىدىن مۇۋاپىق مىقداردا قوشۇپ، سۇس ئوتتا قاينىتىپ پىشۇرۇپ، كېسەللەنگەن ئورۇنغا چاپسا مەنپەئەت قىلۇر.

تۆتىنچى باب سوغۇقتىن بولغان ۋەجئۈل مۇپاسىل ۋە نۇقرەس توغرىسىدا

داۋالاش

خام خىلىت، بەلغەمنىڭ ئالامىتى ئاشكارا بولسا، تۆۋەندىكىدەك ئىلاجلارنى قىلغاي: دەسلەپتە مادداىنى پىشۇرغاي. ئۈنىڭ ئۈسۈلى شۇكى، سىركەنجۇبىل ھەسەلىنى ھۆل بەدىيان سۇيى بىلەن، ھۆل بەدىيان سۇيى بولمىسا بەدىياننى زىرە بىلەن قاينىتىپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە سۇيىنى ئىچكۈزگەي. بىمارنىڭ غىزاسىغا نوقۇت سۇيى بەرگەي.

تۆت كۈندىن كېيىن مادداىنىڭ پىشقانلىق ئالامەتلىرى كۆرۈلمىسە، مائۇلئۇسۇلغا ئىنەكپىتى يېغىدىن مۇۋاپىق مىقداردا تېمىتىپ، ئۇدا نەچچە كۈن ئىچكۈزگەي. ئايارەج پەيقرا بىلەن چوڭ تەرىتىنى بوشاتقاي. ئايارەج پەيقرا بىلەن تۇربۇتتىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ بەرگەي. يەنە ئۇچ كۈن مائۇلئۇسۇل بېرىپ، تۆتىنچى كۈنى گۈلقەنت بەرگەي. ئەمما بۇ چاغدا مائۇلئۇسۇلنى بەرمىگەي. كېيىنكى كۈنى ھەببى سۆرۈنجان، ھەببى مۇنتىن ياكى ھەببى شەترەنجى بېرىپ بەدەننى تەنقىيە قىلغاي. قالغان مادداىلارنى سۇيدۇك ھەيدەش ئارقىلىق تازىلغاي. ئارقىدىن يەنە مائۇلئۇسۇل بەرگەي. ياز ۋاقتى بولسا توسالغۇ بولمىسا قەي قىلدۇرغاي. سۈرگىگە ئېھتىياج بولسا، قەي قىلدۇرغاندىن يۇقىرىقى تەرتىپ بويىچە سۈرگە بەرگەي.

كېسەللىكنىڭ ماددىسى سەپرا ۋە بەلغەمنىڭ بىرلەشكەنلىكىدىن بولسا، كۆچلۈك سۇرگىلەرنى بەرمەيدۇ. ئەمما سەپرانىڭ سۇرگىسىنى چەكلىمەي بېرىپ تۇرغاي. چۈنكى، بەلغەمنىڭ سۇرگۈسى بېرىلسە دەرھال راھەت بەرسىمۇ، ئەمما بەلغەم ماددىسى سەپرانىڭ كۆچى بىلەن يەنە تېزلا توپلىشىپ، يەنە ئاغرىق پەيدا قىلۇر. كېسەللىك يەنە قايتىلار. بۇنىمۇ بىلىش زۆرۈردۇر. بۇ كېسەللىككە ھەممە دورىلاردىن سۆرۈنجانىنىڭ مەنپەئەتى ياخشىراق بولۇر. چۈنكى، باشقا دورىلار ماددىلارنىڭ ئۆتەر يوللىرىنى كېڭەيتەر. كېسەللىكنىڭ ماددىسى ۋە باشقا زىيادە خىلتلار بۇ يوللار بىلەن ئۆتۈپ بوغۇملارغا يېغىلار.

سۆرۈنجان بەدەننى تەنقىيە قىلىپ، مەزكۇر يوللارنى كۆچەيتىپ يېغۇر. زىيادە ۋە سۇيۇق خىلتلارنى ئاققىلى قويماس.

گەرچە سۆرۈنجانىنىڭ شۇنداق خاسىيىتى بولسىمۇ، ئەمما ئىككى خىل زەرەرى باردۇر: بىرى، ئاشقازانغا زەرەر قىلۇر. يەنە بىرى، بەندى - بوغۇملارنىڭ پەيلىرىنى قاتۇرار.

سۆرۈنجانىنىڭ ئاشقازانغا زەرەر قىلىشىنىڭ ئالدىنى ئېلىش ۋە ئۇنى داۋالاش ئۈچۈن، ئۇنىڭغا زىرە، زەنجىۋىل، مۇرچ قاتارلىقلارنى قوشقاي. سەبرە بىلەن مەھمۇدە بۇ دورىغا قوشۇلسا ياخشى سۇرەر. سۇيۇق خىلتلاردىن مۇداپىئە قىلۇر. ئۆزىمۇ تېز ھەيدىلەر. ئىخراجدىن كېيىن چوڭ تەرەتنى يۇمشىتار، ماددىنى تارقىتار. ئۆردەك يېغى بىلەن توخۇ يېغىنى سۆرۈنجانغا قوشۇپ ئەزالارغا سۇركىگەي.

بەزى تېۋىپلار تاغ سۆرۈنجانىنى ئىشلەتمەيدۇ. بەلكى ئۇنىڭ يوپۇرمقىنى زىرىگە ئوخشاش نەرسىلەر بىلەن پىشۇرۇپ، سۇيىنى سۇركەپ بەدەننى تازىلايدۇ.

ماددىنى سۇرۇش ئۈچۈن تۆۋەندىكى ھەببى سۆرۈنجانىنى بەرگەي:

نۇسخىسى سۆرۈنجان، زىرە كېرمانى، زەنجىۋىل ھەر بىرى ئۈچ گىرامدىن، سەبرىدىن 2.5 گىرام ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، سىرىقچىچەكنىڭ سۇيى بىلەن يۇغۇرۇپ، مۇڭاپىق چوڭلۇقتا ھەب قىلىپ بەرسە، دەرھال شىپا بولۇر.

يەنە تۆۋەندىكى ھەببى سۆرۈنجاننى ئىستېمال قىلدۇرغاي. ئۇمۇ ماددىنى سۇرەر.

نۇسخىسى سۆرۈنجان، بوزىدان ھەر بىرى ئۈچ گىرامدىن، بېلىق دورىسىدىن تۆت يېرىم نوقۇت چوڭلۇقىدا، تۇربۇتتىن 4.5 گىرام، زەنجىۋىلدىن 1.5 ئېلىپ ھەممىسىنى سوقۇپ، قائىدە بويىچە ھەب تەييارلاپ مۇڭاپىق مىقداردا بەرگەي.

تۆۋەندىكى مەتبۇخى سۆرۈنجاننى ئىستېمال قىلدۇرغاي. ئۇمۇ ماددىلارنى سۇرەر:

نۇسخىسى سۆرۈنجان، بوزىدان 10 گىرامدىن، بېلىق دورىسى (بىر خىل دورا) دىن

4.5 گرام، ئوردادىن 12 گرام، تۇخۇمى كەرەپشە، بەدىيان رۇمى ئۇرۇقى، شەھمەنزەل پوستىدىن ئالتە گرامدىن ئېلىپ، ھەممىسىنى ئۇچ ھەسسە سۇ بىلەن قاينىتىپ، يېرىمى قالغاندا ئوتتىن چۈشۈرۈپ پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، مۇۋاپىق مىقداردا ئىچكۈزگەي.

تۆۋەندىكى ھەبنى ئىستېمال قىلدۇرغاي:

نۇسخىسى تۇربۇتتىن ئۇچ گرام، شەھمەنزەلدىن 1.5 گرام، قىسائۇل ھماردىن ئىككى گرام، قەنتەرىيۇندىن بىر گرام، پەرپىيۇندىن يېرىم گرام، سۆرۈنجاندىن بىر گرام، بوزىداندىن بىر گرام، بېلىق دورىسىدىن 1.5 گرام، مۇقەل ئەزرەقتىن بىر گرام ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ، تاسقاپ، مۇۋاپىق چوكۇلۇقتا ھەب قىلىپ مۇۋاپىق مىقداردا بەرگەي.

تۆۋەندىكى تەرەتنى يۇمشاتقۇچى ھەبنى ئىستېمال قىلدۇرغاي:

نۇسخىسى سۆرۈنجاندىن 1.5 گرام، سەبرىدىن ئۇچ گرام، سوقمونىيادىن ئىككى نوقۇت چوكۇلۇقدا ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ، تاسقاپ، مۇۋاپىق سۇيۇقلۇق بىلەن يۇغۇرۇپ ھەب قىلغاي. سايىدا قۇرۇتۇپ مۇۋاپىق مىقداردا بەرگەي.

تۆۋەندىكى ھەببى سۆرۈنجاننى ئىستېمال قىلدۇرغاي:

نۇسخىسى ئايارەج پەيقىرادىن 10 گرام، سۆرۈنجان 12 گرام، شەترەنجى، شەھمەنزەل، بېلىق دورىسى، بوزىدان، مىلھى نەفتى (نەفت تۇزى)، مۇقەل ئەزرەق، غارىقۇننىڭ ھەربىرىدىن 15 گرامدىن، ئادراسمان ئۇرۇقىدىن ئۇچ گرام، ئاقىرقەرھا، ئوشەق، جاۋشىر، شەكبىنەجنى ئۇچ گرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ، تاسقاپ، سوزاپ سۇيى بىلەن يۇغۇرۇپ، مۇۋاپىق چوكۇلۇقتا ھەب قىلىپ، ھەر قېتىمدا 10 ~ 12 گرامغىچە بەرگەي.

تۆۋەندىكى ھەبنى بەرگەي:

نۇسخىسى ھېلىلە كابۇلى، ھېلىلە، ئامىلە شىيرەج (سۇتكە چىلانغان ئامىلە)، قاقىلە بېلىق دورىسى، سوقمونىيا قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، مۇۋاپىق چوكۇلۇقتا ھەب ياساپ، ھەر قېتىمدا 10 ~ 12 گرامغىچە بەرگەي.

ھەببى مەنتىن، ھەببى شەترەنجى بەرگەي. بۇنىڭ نۇسخىسى پالەچنىڭ بايىاندا بايان قىلىندى.

تۆۋەندىكى ھەبنى ئىستېمال قىلدۇرغاي. ئۇ، مەزكۇر كېسەللىك سەپرا بىلەن بەلغەمنىڭ ئارىلىششىدىن پەيدا بولغان بولسا، مەنپەئەت قىلۇر:

نۇسخىسى ئايارەج پەيقرادىن 18 گرام، سۆرۈنجان، بوزىدان، بېلىق دورىسىنىڭ ھەر

بىرىدىن 10 گىرامدىن، سېرىق ھېلىلدىن 21 گىرام، مۇقەل ئەزرەقتىن 24 گىرام، خەربەق سياھتىن ئالتە گىرام، شەھمەنزەلدىن 10 گىرام ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ، كۈدە سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ، مۇڭاپىق چوڭلۇقتا ھەب قىلىپ، ھەر قېتىمدا 10 گىرامدىن بەرگەي.

تۆۋەندىكى مەتبۇخى سۆرۈنجاننى بەرگەي. ئۇ، سەپرا غالىب بولغان كىشىلەرگە، بەلغەمى كېسەللىكلەرگە مەنپەئەت قىلۇر.

نۇسخىسى سېرىق ھېلىلدىن 45 گىرام، تۇربۇت، بىستېپايەج، شاھتەررىنىڭ ھەر بىرىدىن 12 گىرامدىن، سۆرۈنجاندىن ئالتە گىرام، كاسنە ئۇرۇقى، بەدىيان ئۇرۇقى، كەرەپشە ئۇرۇقىنىڭ ھەر بىرىدىن ئۈچ گىرامدىن، قىزىلگۈلدىن 10 گىرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى يېرىم لىتر سۇدا سۇنىڭ يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ سۈيىنى ئىچكۈزگەي.

تۆۋەندىكى مەتبۇخنى ئىچكۈزگەي.

نۇسخىسى سۆرۈنجاندىن 90 گىرام، شەھمەنزەلدىن 30 گىرام ئېلىپ، دورىلارنى يەتتە لىتر سۇدا ئۈچ لىتر قالغۇچە قاينىتىپ، ئۇنىڭدىن كېيىن پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، كۈنىگە 230 مىللىلىتىردىن ئىچكۈزگەي.

ئايارەج ھۇرمۇس مەزكۇر كېسەللىك بىلەن ئاغرىغان بىمارغا ناھايىتى ياخشى مەنپەئەت قىلۇر. باھار پەسلىدە ئۇدا نەچچە كۈن بېرىلسە، بىر ھەپتە ئۆتمەي تۇرۇپ بوغۇملارنى قۇۋۇتلەر. تەرلىتىش، سىيدۇرۇش ئارقىلىق بەدەندىكى كېسەللىك ماددىسىنى ھەيدەپ چىقرار. ئاللاتائاللانىڭ ئىزنى بىلەن قاتتىق ئاغرىقلارنى پەسەيتەر.

ئېيتىشلارغا قارىغاندا، قاجۇرانى تۆت ھەسسىسىنىڭ بىر ھەسسىسچىلىك مىقداردىكى سۇ بىلەن تاكى سۇ قاينىغىچە قاينىتىپ 30 گىرام سېرىقماي قوشۇلغان 210 مىللىلىتىر سۈت بىلەن ئىچكۈزسە، ياخشى مەنپەئەت قىلىدىكەن.

شۇنىڭدىن كېيىن غىزاسىغا غورا، زىرە سېلىغان شورپا بۇيرۇغاي.

تۆۋەندىكى قۇۋۇەتلىك مائۇلئۇسۇلنى ئىچكۈزگەي.

نۇسخىسى كەپە يىلتىزى پوستى، كەرەپشە يىلتىزى پوستى، بەدىيان يىلتىزى پوستى ھەر بىرى 30 گىرامدىن، بەدىيان ئۇرۇقى، رۇمبەدىيان ئۇرۇقى، جۇۋىنە، سۆرۈنجان، بوزىدان، بېلىق دورىسى، شەھمەنزەل پوستى، شەترەنجى ھىندى، قەنتەرىيۇن قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 15 گىرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى بىر يېرىم لىتر سۇدا تاكى 250 مىللىلىتىر قالغۇچە قاينىتىپ، پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، مۇڭاپىق مىقداردىكى بەدەنجىر يېغى بىلەن بىرلىكتە ھەر قېتىمدا 30 مىللىلىتىردىن ئىچكۈزگەي.

تۆۋەندىكى مەجۇننى بەرگەي. ئۇ، پەيلەرنى چىڭتار، مۇپاسىل ئاغرىقلىرىغا داۋا بولۇر:

نۇسخىسى ھېللە كابۇلى، ئامىلە، قىزىل تۇدەرى، سېرىق تۇدەرى، ئاق بەھەمەن، قىزىل بەھەمەن، كەرەپشە ئۇرۇقى، بەدىيان ئۇرۇقى، كۆكنار ئۇرۇقى، مەرزەنجۇش (قامچا گۈل) ئۇرۇقى، سېرىقچېچەك ئۇرۇقى، ئىكلىلمىلىك، قىزىلگۈل، خولىنجان، ئاق بەڭگىدىۋانە ئۇرۇقى قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، ساپلاشتۇرۇلغان مۇۋاپىق مىقداردىكى ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ، ھەر قېتىمدا ئالتە گىرامدىن بەرگەي.

بەزى تېۋىپلار بۇ كېسەللىك ئۈچۈن سىناقتىن ئۆتكەن دورىنىڭ بارلىقىنى، پايدا قىلمايدىغانلىقىنى ئېيتقان. ئۇلار ئادەمنىڭ ئۇستىخېنىنى كۆيدۈرۈپ ئىلاج قىلغان، نۇقرەس ۋە مۇپاسىلغا ياخشى مەنپەئەت قىلغان. كېسەللىك شۇنىڭ بىلەن يوقالغان. ئەمما ئۇنى زۆرۈر بولغاندا، ئېغىر كېسەللىكلەرگە ئىشلىتىش لازىمدۇر. ئۇنىڭ تەسىرى شۇكى، ئۇ، ماددىلارنى قويۇلدۇرۇپ، بېغىشلارنى چىڭتار. شۇ سەۋەبتىن ئۇنى سۈرگىدىن كېيىن ئىشلەتكەي. ئۇ چاغدا ئارتۇق خىلتلارنىڭ بوغۇملاردا توختىتىشىنىڭ ئالدىنى ئالىدۇ.

مۇھەممەد زىكرىيا كۆيدۈرۈلگەن ئۇستىخاننى مەزكۇر كېسەللىكلەرگە ئىشلەتكەنلىكىنى ئېيتقان، ئەمما ئادەم ئۇستىخىنىنىڭ يالغۇز داۋا بولىدىغانلىقىنى دېمىگەن.

ئۇ: «مېنىڭ مەزكۇر كېسەللىككە سىناقتىن ئۆتكۈزگىنىم سۆرۈنجاندۇر» دېگەن. سۆرۈنجاننى باراۋەر مىقداردىكى شېكەر بىلەن بىرلىكتە سۇفۇپ قىلىپ، سۈرگىدىن كېيىن بەرگەي. خىلتلارنىڭ ئېقىشىنى توختىتىش ئۈچۈن، يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى باراۋەر مىقداردىكى شېكەر بىلەن سوقۇپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە 10 گىرامدىن كاپ ئەتكۈزگەي.

تۆۋەندىكى سۇفۇپنى بەرگەي:

نۇسخىسى سىركىگە چىلانغان بەلۇت، قۇرۇق كاسىنە، ئاقلانغان يېسىمۇق، يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى، سۆرۈنجان قاتارلىقلارنى باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، تاسقاپ، شېكەر بىلەن كاپ ئەتكۈزگەي.

تۆۋەندىكى زىماتنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى رۇسۇت بىلەن ئوشەقتىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، كونا شاراب بىلەن ئېرىتىپ، ئاز مىقداردىكى زەيتۇن يېغى تېمىتىپ كېسەللەنگەن ئورۇنغا چاپقاي.

تۆۋەندىكى زىمات ئىشلىتىلسە، قويۇق خىلتلارنى سۇيۇلدۇرار:

نۇسخىسى ئىنەكپىتىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ تازىلاپ، سوقۇپ، ئۇنىڭغا كالا يېغى بىلەن ھەسەلدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ، يۇغۇرۇپ مەلھەم قىلغاي. بەزى كىشىلەر

ئۇنىڭغا مۇۋاپىق مقداردا سىركە قوشۇپ، ئۇنىڭدىن كېسەللەنگەن ئورۇنغا چاپقاي.

تۆۋەندىكى زىماتنى ئىشلەتكەي.

نۇسخىسى شۇمشا ئۇرۇقدىن مۇۋاپىق مقداردا ئېلىپ، ساپال قازاندا مۇۋاپىق مقداردىكى سىركە بىلەن يۇمشاق پىشقۇچە قاينىتىپ، ئۇنىڭدىن كېيىن مۇۋاپىق مقداردا ھەسەل قوشۇپ سالايە قىلىپ، كېسەللەنگەن ئورۇنغا چاپقاي. ئىككى كۈنگىچە تۇرغۇزغاي. قۇرۇپ قالسا گۈل يېغى بىلەن نەمدىگەي. بۇ زىماتقا قوشۇشقا سەۋسەن يېغنا ئوخشاش ياغلار ماس كېلۇر.

تۆۋندىكى زىماتنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى مۇۋاپىق مقداردىكى پەرپىيۇننى سەۋسەن يېغى بىلەن سالايە قىلىپ خۇش پۇراقلاشتۇرۇپ، ئۇنىڭدىن كېيىن كېسەللەنگەن ئورۇنغا چاپقاي.

تۆۋەندىكى زىماتنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى كۈنجۈت، شۇمشا ئۇرۇقدىن مۇۋاپىق مقداردا ئېلىپ، دۇمبە ياغ بىلەن ئېزىپ سالايە قىلىپ، كېسەللەنگەن ئورۇنغا چاپقاي.

تۆۋەندىكى زىماتنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى ئارچا مېۋىسى، ئادەمنىڭ كۆيدۇرۇلگەن ئۇستىخىنىنى بىر ھەسسىدىن، زەمچە ۋە زاكتىن ئالتە ھەسسىنىڭ بىر ھەسسىچە ئېلىپ سوقۇپ يۇمشىتىپ، بېلىق يېلمى بىلەن يۇغۇرۇپ ئاغرىغان ئورۇنغا چاپقاي.

كۆيدۇرۇلگەن ئۇستىخان ۋە باشقا يۇقىرىدا بايان قىلىنغان دورىلارنى سۇرگىدىن كېيىن ئىشلەتكەي.

بىمارنى بۆرە ۋە تۈلكە گۆشلىرىنىڭ شورپىسىدا ئولتۇرغۇزسا مەنپەئەت قىلۇر. بۆرە تۇرك تىلىدا «قۇرۇشقى»، ئەرەب تىلىدا «زەبۇئ»، قانجىقى «زەبۇئە»، توكۇرى ئەرەب تىلىدا «ئەئرەج»، قانجىقى «ئەرجا» دېيىلەر. تۇرك تىلىدا «ئاقساق» دېيىلەر.

شورپىسىنى چىقىرىش ئۈچۈن قېرى بۆرىنى تاللىغاي. چۈنكى بۆرە قېرىسا ئاقساق بولۇر. ئۆلتۈرۈپ گۆشىنى مىس قازانغا سېلىپ، مۇۋاپىق مقداردا سۇ قۇيۇپ، سىرىقچىچەك بىلەن تۇزدىن مۇۋاپىق مقداردا قوشۇپ پىشقۇچە قاينىتىپ، شورپىسىنى چىقىرىپ، ئۇنىڭدىن كېيىن گۆشىنى سۇزۇۋېتىپ، تېرە كۆيمەيدىغان ھالەتكە كەلگەندە، بىمارنى بېلىنىڭ تۆۋىنىنى چىلاپ، ئۈدا ئۈچ كۈن ئولتۇرغۇزغاي. ئەزا ۋە بوغۇملىرىنى شورپا بىلەن سلاپ يۇغاي. شورپىدىن چىققاندىن كېيىن بىمارنىڭ بەدىنىنى ئىسسىق سۇ بىلەن يۇغاي. شامال تەگمەسلىكى ئۈچۈن، جۇۋا كىيگۈزگەي. بىمار ئاينىڭ بېشىدا شورپىدا ئولتۇرغۇزۇلغان بولسا، ئاينىڭ ئوتتۇرىسىدا يەنە

قاينىتىپ، ئۇچ كۈن يۇقىرىدا ئېيتىلغان تەرتىپ بويىچە ئولتۇرغۇزغاي.
بۆرە تېپىلمىسا ئورنىغا تۈلكە ياكى قۇلان گۆشى ئىشلەتسىمۇ بولۇر. بىمارغا يەنە چوڭ تەرەتنى راۋانلاشتۇرىدىغان دورىلارنى ئىشلەتكەي.

بەشىنچى باب ئىرقۇننىسا ۋە يانپاش ئاغرىقى توغرىسىدا

سەۋەبى

ئۇنىڭ سەۋەبلىرى ۋە ئىلاجلىرى ئالدىنقى بابدا ئېيتىلغانلار بىلەن ئاساسىي جەھەتتىن ئوخشار. چۈنكى، بۇ كېسەللىك بوغۇملار ۋە پەيلەرنىڭ ئارىسىدا بولۇر. گۆشنىڭ ئارىسىدا كۆپرەك ۋە چوڭقۇرراق بولۇر. يانپاش ئاغرىقىنىڭ خاس سەۋەبى بولسا، يەردە تولا ئولتۇرۇش، ئات ـ ئۇلاغلارغا كۆپ مىنىشتىن بولۇر. بەزىدە بالىياتقۇ ئاغرىقى ئۇزۇنغان سوزۇلۇپ ساقايمىسا، ئاخىرى يانپاش ئاغرىقىغا تەرەققىي قىلۇر.

ئالامىتى

يۇقىرىدىكى بابلاردا بايان قىلىنغان ئالامەتلەر كۆرۈلەر. ئىرقۇننىسانىڭ خاس ئالامىتى شۇكى، بىمارنىڭ كېسەللەنگەن يېرىدە پوتلىسمان سۇيۇقلۇق بولۇر. گەۋدىسىنى تەستە رۇسلار.

داۋالاش

بەدەندە قان خىلىتى نورمالسىزلىقىنىڭ ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، دەسلەپتە باسلىق تومۇرىدىن قان ئالغاي. ئۆتكەن بابتا ئېيتىلغىنىدەك ئۇدۇل تەرەپتىن ئالغاي. ئۇنىڭدىن كېيىن بىمارنىڭ پۇتىدىن قان ئالغاي. ئەمما دەسلەپتە باسلىق تومۇرىدىن قان ئالماي تۇرۇپ، پۇتتىن قان ئالمىغاي. ئاغرىق پۇتنىڭ سىرتقى تەرىپىدە بولسا، پۇتنىڭ ئىرقۇننىسا تومۇرىدىن قان ئالغاي. ئاغرىق پۇتنىڭ ئىچى تەرىپىدە بولسا، سافىن تومۇرىدىن قان ئالغاي. چۈنكى ئۇ، ئىرقۇننىسا تومۇرىنىڭ بىر شېخىدۇر. ئۇنىڭدىن كېيىن پۇتنىڭ نامسىز بارمىقى (بىنسىر) بىلەن چىمچىلاق (خىنسىر) بارمىقىنىڭ ئارىلىقىدىكى تومۇردىن قان ئالغاي. بەزى تېۋىپلار سافىن تومۇرىدىن قان ئېلىش ئىرۇقۇننىسا تومۇرىدىن قان ئالغاندىن پايدىلىقراق، دېگەن. ئۇسەيلەم تومۇرىدىن قان

ئالسا جىگەر ۋە تال كېسەللىكلىرىگە ئىرقۇننىسا تومۇرىدىن قان ئالغانغا قارىغاندا پايدىلىقراق بولۇر. سافىن تومۇرىدىن قان ئېلىش مابىز تومۇرىدىن قان ئالغانغا قارىغاندا پايدىلىقراق بولۇر.

كېسەللىك ماددىسى بەدەننىڭ تېگىدە بولغاچقا، ماددىنى ياندۇرىدىغان ۋە قورۇيدىغان دورىلارنى ئىشلىتىشتىن ئىبھتىيات قىلغاي. چۈنكى، ماددىنى ياندۇرىدىغان دورىلار ماددىنى بوغۇملارنىڭ چوڭقۇر قىسمىدا توختىتار. ماددىلار ئۇ يەردە تۇرۇپ قالسا، بوغۇملاردا كېسەللىكلەر كۆرۈلەر. يەرلىك ئورۇننى قىستاپ، بوغۇملارنى ئورنىدىن قوزغىتىش ۋە ئاجرىتىش خەۋپى بولۇر.

ئاغرىق زىيادە بولسا، چوڭ تەرەتنى يۇمشىتىدىغان نەرسىلەرنى بەرگەي. ھامامنىڭ ئوتتۇرىسىدا ئولتۇرۇشقا بۇيرۇغاي. مۆتىدىل ئابزەن تەييارلاپ بىمارنى ئۇنىڭدا ئولتۇرغۇزغاي. يېڭى سۈت قايمىقى، سېرىقچېچەك يېغىغا ئوخشاش ياغلار بىلەن يەرلىك ئورۇننى ياغلاپ بەرسە ئاغرىقنى پەسەيتەر.

مەلۇم بولغايكى، بۇ كېسەللىك قىش كۈنلىرى ياكى سوغۇق شەھەرلەردە پەيدا بولغان بولسا، ئىلاج قىلىش قىيىندۇر. بولۇپمۇ بىمار سېمىز، كېسەللىك ماددىسى خام بەلغەمدىن بولسا ھەمدە كېسەللىك سول تەرىپىدە بولسا، داۋالاش تېخىمۇ قىيىن بولۇر.

بىمارنىڭ بەدىنىدە بەلغەم خىلتىنىڭ نورمالسىزلىقىنىڭ ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، دەسلەپتە بىمارنى قەي قىلىشقا بۇيرۇغاي. ئۇنىڭدىن كېيىن زۆرۈر بولسا، ھەببى مۇنتىن، ھەببى شەترەنجىگە ئوخشاش دورىلارنى بېرىپ، ماددىنى سۈرگەي. قەنتەربيۇن بارىك، شەھمەنزەل لېشى، بۆرە ئەرمىنى، سېرىقچېچەك، ئابكامە قاتارلىقلارغا ئوخشاش نەرسىلەر بىلەن ھۆقنە تەييارلاپ ھۆقنە قىلسا، ناھايىتى ياخشى مەنپەئەت قىلۇر. كىلىزمىنىڭ ئۇنىڭدىنمۇ كۈچلۈكرەك بولۇشى مەقسەت قىلىنسا، سۆرۈنجان، بوزىدان، بېلىق دورىسى، مازارىيون، ئاقبرقەرھا قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا قوشقاي. دەسلەپتە يەڭگىل دورىلار بىلەن ھۆقنە قىلغاي. ئارقىدىن كۈچلۈكرەك بولغان ھۆقنىلەرنى ئىشلەتكەي.

بەزىدە بەلغەمدىن بولغان كېسەللىكلەردىمۇ پۈت تومۇرىدىن قان ئېلىشقا توغرا كېلۇر. ئۇ چاغدا قەيدىن كېيىن ھۆقنە قىلغاي، چوڭ تەرەتنى راۋانلاشتۇرىدىغان دورىلارنى ئىشلەتكەي.

چوڭ تەرەتنى راۋانلاشتۇرىدىغان سۇفۇپنى بەرگەي.

نۇسخىسى كەمادەرىيۇس، جىنتىيانانىڭ ھەر بىرىدىن 270 گىرامدىن، يۇمىلاق زىراۋەندىدىن 70 گىرام، سۇزاپ ئۇرۇقىدىن 450 گىرام ئېلىپ سوقۇپ، سۇفۇپ قىلىپ، ھەر قېتىمدا ئالتە گىرام ئېلىپ، 10 گىرام شېكەر بىلەن كاپ ئەتكەي. سىرتىدىن مۇناسىپ نۇتۇل

(كېسەللەنگەن ئورۇنغا قىسقا ئارىلىقتىن جىيغىتىپ قۇيۇش ئۇچۇن تەييارلانغان دورىلىق سۇ) ۋە زىماتلارنى ئىشلىتىپ ماددىنى تارقاتقاي. ئوتلۇق لوكقا قويغاي. بىمارنى گۈكگۈرت كانىدىن چىققان سۇدا ئولتۇرغۇزغاي. يارىنى ئېغىز ئالدۇرىدىغان دورىلارنى يەرلىك ئورۇنغا چاپقاي. چۈنكى، ئۇلار يەرلىك ئورۇندىكى ماددىنى تارقىتار. كۆپ هاللاردا لوكقا قويۇش ۋە قان ئېلىش كۆپ مەنپەئەت قىلۇر، ماددىنى بوغۇملارنىڭ تېگىدىن تارتىپ چىقرار.

يانپېشى ئاغرىغان بىمارنىڭ يەرلىك ئورنىنى داغلىسا مەنپەئەت قىلۇر. داغنى يانىنىڭ ئويمان يېرىگە قويغاي.

دەسلەپتە تۆۋەندىكى يەكگىل زىماتنى چاپقاي:

نۇسخىسى بابۇنە، ئىكلىلمىلىك، ئاق لەيلى، شۇمشا ھەربىرىدىن 60 گىرامدىن، مۇقەل، ئوشەق، جاۋشىر، ئۆچكىنىڭ بۆرەك يېغى، توخۇ يېغى، كالىنىڭ پاچقىنىڭ يىلىكى، ھەسەل، مومنىڭ ھەربىرىدىن 30 گىرامدىن، سىركىدىن 90 گىرام ئېلىپ، قاتتىق دورىلارنىڭ ھەممىسىنى سوقۇپ، سىركە بىلەن نەمدىگەي ۋە سالايە قىلغاي. موم ۋە ھايۋانات ياغلىرىنى ھەسەل بىلەن ئېرىتىپ، ئۇستىدىن تالقان سېلىپ يۇغۇرغاي. يەرلىك ئورۇنغا چاپىدىغان ۋاقتىدا كەرەم سۇيى ياكى ئىكلىلمىلىك سۇيى ياكى سېرىقچېچەك، سۆئتەر، كەرەپشە يىلتىزى قاتارلىقلارنىڭ سۇلىرى بىلەن نەمدەپ چاپقاي.

بابۇنىنى سىركە بىلەن قاينىتىپ چاپسا ياخشى مەنپەئەت قىلۇر.

يەرلىك ئورۇننى يارا قىلىش ئۇچۇن تۆۋەندىكى زىماتنى چاپقاي:

نۇسخىسى قىچا ئۇرۇقى بىلەن كەپتەر مايىقىنى يۇمشاق سوقۇپ، ئەنجۇرنىڭ قاينىتىلغان سۇيى ياكى ئەنجۇر شىرىسى بىلەن يۇغۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا چاپسا، زەخم پەيدا قىلىپ، سېرىق سۇنى تازىلار. نەچچە كۈن ئۇدا چېپىپ، بۇزۇق ماددىلارنى تازىلىغاي.

ماددىنى تېشىغا تارتىپ چىقىرىش ئۇچۇن تۆۋەندىكى زىماتنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى سۇزاپ، ھەببۇلغار، ئەنجۇدان، توغرىغۇ، دەرمنە تۇركى، قەردمانە، جۇۋىنە، قاتارلىقلاردىن 20 گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، سۇزاپ سۇيى بىلەن يۇغۇرۇپ مەلھەم قىلىپ، يەرلىك ئورۇنغا سۇركىگەي.

ئۆچكە مايىقىنى كۈچلۈك سىركە بىلەن ئېزىپ چاپقاي.

تۆۋەندىكى زىماتنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى زۇپتى بىلەن گۈكگۈرتنى باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، گۈكگۈرتنى يۇمشاق

سوقۇپ، زۇپتى بىلەن بىرلىكتە سالايە قىلىپ يۇغۇرۇپ، كېسەللەنگەن ئورۇنغا سۈركىگەي. ئۈستىدىن قەغەز يېپىپ تېڭىپ قويغاي ۋە ئۆزى چۈشۈپ كەتكۈچە تۇرغۇزغاي.

قىچىنى مامىسا بىلەن سوقۇپ چاپقاي.

مەۋنزەج بىلەن زەرارە (ئالا كۈلۈك) زەخىملەندۇرگۈچىلەر بولۇپ، زۆرۈر بولسا بىرلىكتە ئېزىپ، بەدەن سرتىدىن يەرلىك ئورۇنغا سۈركىگەي.

شۇمشا ئۇرۇقى بىلەن سۇزاپ ئۇرۇقنى سوقۇپ، موم يېغى بىلەن يۇغۇرۇپ ئاغرىق ئورۇنغا چاپقاي. يەنە شۇنىڭدىن توغرىغۇ، پەرپىيۇن، ئاقرقەرھا، سۇزاپ ئۇرۇقى قاتارلىقلارنى سوقۇپ، موم يېغى بىلەن يۇغۇرۇپ ئاغرىق ئورۇنغا چاپسمۇ، ماددىنى سرتقى تەرەپكە تارتىپ جاراھەت قىلۇر.

ئىبنى سەراسۇن: «بىمارنىڭ قۇۋۇتى يار بېرىپ كۆتۈرەلسە، ئىككى كۈن ئارقىمۇئارقا ھۆقنە قىلغاي. ئارقىدىن قان ئالغاي» دېگەن.

قۇستا بىن لوقا: «قىسائۇل ھىمارنىڭ سقىلغان سۈيىدىن ئىككى ھەسسە، زەيتۇن يېغىدىن بىر ھەسسە ئېلىپ، بىرلىكتە تاكى سۇ تۆگەپ ياغ قالغۇچە قاينىتىپ، ئۇنى ئەزالرىغا سۈركىسە،ئىششقنى تارقىتار ۋە ياخشى پايدا قىلۇر» دېگەن.

مۇھەممەد زىكرىيا: «قىسائۇل ھىمار بولمىسا، ئورنىغا شەھمەنزەل لېشى ئىشلىتىلسمۇ بولىدۇ» دېگەن.

كۆپ ھاللاردا ئىرقۇننسا ۋە يانپاش ئاغرىقىغا گىرىپتار بولغان كىشىنىڭ قانلىق ئىچى سۈرسە ياكى ئۆچىيىدە زەخىم پەيدا بولسا، بۇ سەۋەب بىلەن كېسىلى ساقىيىپ قالۇر. شۇ سەۋەبتىن ئۇنىڭغا قانلىق ئىچ سۈرۈشكە پايدا قىلىدىغان دورىلار پايدا قىلۇر. مەسىلەن: قىسائۇل ھىمارنىڭ قايىنىتىلغان سۈيى، شەھمەنزەل، كالا ئۆتى، ئاقرقەرھا، قەنتەرىيۇن، تەرەتىز، شەترەنجى ھىندى، ئاچچىق سۇ بېلىقى شورپىسى قاتارلىقلارغا ئوخشاش دورىلارنى بەرسە مەنپەئەت قىلۇر. مۇمكىن بولسا بۇ دورىلارنى ئىشلەتمىگەي. قەي قىلدۇرغاندىن كېيىن ھۆقنە قىلغاي. ئۇنىڭدىن كېيىن باشقا ئىلاجلارنى قىلغاي. ئەگەر كۆرسىتىلگەن ئىلاجلاردىن باشقا ئىلاجلارنى قىلسا خاتا بولۇپ زەرەر قىلۇر.

ئۆچەيىنى زەخىملىگۈچى ھۆقنىنىڭ نۇسخىسى شەھمەنزەل، تەرەتىز، كەپە يىلتىزى، قەنتەرىيۇن، قىسائۇل ھىمار، شەترەنجى، ئوردان قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مقدارىدا ئېلىپ

قاينىتىپ، تەمنى چىقىرىپ سۈزۈۋېتىپ، قائىدە بويىچە ھۆقنە قىلغاي. پىسىپىنى يەرلىك ئورۇنلارغا تاڭسا مەنپەئەت قىلۇر.

يانپاش ئاغرىقى ۋە ئۇچا ئاغرىقى ئۈچۈن تۆۋەندىكى شىيافنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى سەكبىنەج، جاۋشىر، مۇقەل، ئوشەق، زەنجىۋىل، ئەنزىرۇت، سۆرۈنجان، شاقاقۇل، شەھمەنزەل، ھىندىستان تۇزى (نەمەك ھىندى)، قۇندۇز قەھرى، زورەمبات، قۇستە، بېلىق دورىسى (بىر خىل ئۆسۈملۈك)، سۇزاپ يوپۇرمىقى، رۇمبەدىيان ئۇرۇقى، ئارپىبەدىيان ئۇرۇقى، قەنت قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، قائىدە بويىچە شىياق تەييارلىغاي. بەزىلەر مەزكۇر شىيافقا مىئە، ئارچا مېۋىسى، ھىلگ قوشقان.

ئايارەج پەيقىرا بېرىلسە ناھايىتى ياخشى مەنپەئەت قىلۇر. يەنە يۇقىرىدا ئېيتىلغاندەك بۆرە ياكى تۈلكە گۆشى شورپىسىدا ئولتۇرسىمۇ كۆپ مەنپەئەت قىلۇر.

ئەگەر بىمارغا ھېچقانداق داۋا مەنپەئەت قىلمىسا، زۆرۈرىيەت تۇپەيلىدىن ئاق نېفىتتىن ئېلىپ، شاراب بىلەن بىرلىكتە ھەر قېتىمدا 3 ~ 5 گىرامغىچە ئۇدا ئۇچ كۈن بەرسە مەنپەئەت قىلۇر.

ئالتىنچى باب داۋالى ۋە دائۇل پىل كېسەللىكى توغرىسىدا

داۋالى بۇ پاچاق تومۇرلىرىنىڭ كۆپۈشى ۋە تۇگۈنچىلەر پەيدا بولۇشى بىلەن ئىپادىلىنىدىغان كېسەللىكتىن ئىبارەتتۇر. ئۇ، پىيادە كۆپ يول ماڭىدىغان، ئۇچسىغا ئېغىر نەرسىلەرنى كۆتۈرۈش بىلەن شۇغۇللىنىدىغان كىشىلەردە ۋە بەزىدە پادىشاھلارنىڭ يېنىدا قول باغلاپ داۋاملىق ئۆرە تۇرىدىغان كىشىلەردە كۆپ كۆرۈلەر.

سەۋەبى

بۇ كېسەللىك قان، بەلغەم ۋە سەۋدا خىلتىلىرىنىڭ نورمالسىزلىقىدىن، بولۇپمۇ قاننىڭ قويۇلۇپ قېلىشىدىن پەيدا بولۇر.

گەرچە تومۇرلار قاننىڭ بىنورمالىقى سەۋەبىدىن كۆپۈپ قالسىمۇ، تومۇر ياكى تېرە

بۇنىڭدىن بۇزۇلماس. بۇزۇلغان بولسا ئىدى، يەرلىك ئورۇن يارا بولار ئىدى. كۆپ هاللاردا بۇ كېسەللىك ئۆتكۈر خاراكتېرلىك كېسەللىكلەر ۋە تال ئاغرىقلىرىدىن كېيىن پەيدا بولۇر. چۈنكى، بۇ كېسەللىكلەردە كېسەللىك ماددىسى يۆتكىلىپ پاچاق تومۇرلىرىغا چۈشەر. بولۇپمۇ يۇقىرىدا بايان قىلىنغاندەك، بۇ كېسەللىك بىلەن ئاغرىشقا مايىل بولغان كىشىلەردە تېخىمۇ شۇنداق بولۇر.

بەزىلەر بۇ كېسەللىكنى قول ئەمەلىيىتى بىلەن داۋالار. بۇنداق داۋالىغاندا، ساق تومۇرلار زەئىپلىشىپ ئىنچىكىلەپ قالۇر. چۈنكى، ئۇنىڭغا ئوزۇقلۇق بۇرۇنقىدەك ياخشى كەلمەس. ناۋادا كېسەللىك ئېغىرلاشسا، ئۇنىڭغا ئىلاج قىلىش تەس بولۇر.

بەزى كىشىلەرنىڭ مىزاجى ئىسسىق بولغانلىقى ياكى بەدىنىدە هارارەت بولغانلىقى سەۋەبىدىن كېسەللىك ماددىسى قان تومۇرلاردا سىبسار ۋە يارا پەيدا قىلۇر.

«داۋۇل پىل» (پىل پۇت) كېسەللىكى شۇنداق كېسەللىككى، بىمارنىڭ پۇتلىرى يوغىناپ، خۇددى پىلنىڭ پۇتىغا ئوخشاپ قالۇر. ئۇ «داۋالى» (پاچاق قان تومۇرلىرىنىڭ ئەگرى - بۈگرىلىشىپ كېڭىيىشى) كېسەللىكى ياكى نۇقرەس كېسەللىكىنىڭ سەۋەبىدىن ماددا تۆۋەنگە چۈشۈپ، قان تومۇرلارنىڭ كېڭىيىشىدىن بولۇر. بۇ كېسەللىكنىڭ ماددىسىمۇ بەلغەم ياكى سەۋدا خاراكتېرلىك قاندىن ئىبارەت. يەنى ماددا پاچاق تومۇرلىرىدا يىغىلىپ توختاپ قېلىپ، پاچاقنى يوغىنىتار. پاچاق خۇددى پىلنىڭ پۇتىغا ئوخشاپ قالۇر. شۇ سەۋەبتىن پىل پۇت كېسەللىكى دەپ ئاتىلار. پاچاق دەسلەپتە قىزىرار، كېيىن قارىداپ كېتەر.

ئالامىتى

ماددىسىز بەلغەمدىن بولغان بولسا، پۇتنىڭ رەڭگى ئاقىقا مايىل، بوش بولۇر. سەۋدا ماددىسىدىن بولسا، پۇتنىڭ رەڭگى قارا ياكى يېشىل، كۆك ياكى قارىغا مايىل بولۇر. تېرىسى يىرىك بولۇر، يېرىلۇر. بەزىدە يارا شەكىللىنەر.

داۋالاش

داۋۇل پىل كېسەللىكىدە پۇتنىڭ رەڭگى قىزىل بولسا، داۋالاش ئاسان بولۇر. ناۋادا رەڭگى ئۆزگىرىپ كەتكەن بولسا، داۋانى ئاز قوبۇل قىلۇر.

بۇنىڭ ئىلاجى شۇكى، بىمارنى ئارقىمۇئارقا قەي قىلدۇرغاي. كۈچلۈك دورىلار بىلەن قويۇق بەلغەم ۋە سەۋدا خىلىتىنى تارقاتقاي. قان ئېلىش زۆرۈر بولسا، بىمارنىڭ باسلىق تومۇرىدىن قان ئالغاي. بىمار ئۇچۇن، ئارام ئېلىش، تولا يول ماڭماسلىق، پۇتلىرىنى تەكىي

ئۇستىگە ئېلىپ، ئېگىز قىلىپ يېتىش، يول مېڭىش زۆرۈر بولسا، ئوشۇقىدىن باشلاپ تاكى يوتىسىغىچە مۇسكۇللارنى تېڭىپ، ئاستا قەدەم بىلەن مېڭىش زۆرۈردۇر. پۇت ئوشۇقىدىن يوتىغىچە تاڭغاي.

بىمارغا ئايارەج پەيقرانى لايىقلاشتۇرۇلغان مۇۋاپىق مىقداردىكى ھەجرى ئەرمىنى بىلەن بىللە ھەپتىدە بىر قېتىم بەرگەي. بىمارغا يەنە ئەفتىمۇن بىلەن تەييارلانغان سىركەنجۇبلگە سېرىق سۇ (قېتىقنىڭ زەرداپ سۇيى)، ئەفتىمۇن ۋە نەمەكى نىفتىدىن مۇۋاپىق مىقداردا قوشۇپ داۋاملىق ئىچكۈزگەي.

بىمارنىڭ يول مېڭىشى زۆرۈر بولسا، پۇتنىڭ مۇسكۇللىرىغا قابىز (قورىغۇچى) خۇسۇسىيەتلىك دورىلارنى چېپىپ، ئۇستىنى تاڭغاي. بىمارنى كۆپ قەي قىلدۇرغاي، ئارقىدىن دورا ئىچكۈزۈپ، بەدىنىنى تەنقىيە قىلغاي. كەرنۇپ كۈلى، يۇلغۇن مېۋىسى، ئۆچكە مايىقى، شۇمشا ئۇرۇقى، تۇرۇپ ئۇرۇقى، زاغۇن ئۇرۇقى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، خام زەيتۇن يېغى (زەيتۇن ئىنفاق) بىلەن يۇغۇرۇپ پاچاققا چاپقاي. ئۆشىبنى قاينىتىپ پىشۇرۇپ پاچاققا چېپىپ، سۇيى بىلەن پاچاقنى يۇيۇپ بەرسە، كۆپ مەنپەئەت قىلۇر.

بەزى ۋاقىتلاردا بەزى كىشىلەرنىڭ پاچىقىغا سانى كۆپ بولغان توپۇق (ياخشى سۈپەتلىك ئۆسمە) پەيدا بولۇر. بۇ سەۋەبتىن پاچىقى خۇددى دائۇل پىل كېسەللىكىگە ئوخشاپ قالۇر. بىمار ۋە تېۋىپ ئۇنى دائۇل پىل كېسەللىكى ئوخشايدۇ دەپ ئويلاپ قالۇر، شۇنىڭ ئۈچۈن، بۇ ئىككى خىل كېسەللىكنى ياخشى پەرقلەندۈرۈش لازىمدۇر. توپىققا تېرە كېسەللىكلەر بۆلۈمى (يەتتىنچى كىتاب) دە بايان قىلىنغىنىدەك تىخ بىلەن ئىلاج قىلغاي.

داۋالىنىڭ ئىلاجىدا دورا ئىشلىتىش ياخشىراق بولۇر. چۈنكى، ئۇنىڭ دورا بىلەن ئالاقىسى باردۇر. دەسلەپتە بەدەننى تەنقىيە قىلغاي. بىمارنىڭ يول مېڭىشىنى چەكلىگەي. ئۇنىڭدىن كېيىن قان ئېلىپ، بۇزۇق قاننى چىقارغاي. تومۇر تېرىگە يېقىن بولسا، ئۇرنىدا تۇرغۇزۇپ، تومۇرنى قائىدە بويىچە كېسىپ ماددىنى چىقارغاي. چوڭقۇر بولسا، تومۇرنى تارتىپ چىقرىپ، كېسىپ ماددىنى چىقارغاي. بۇ خىل ئۇسۇل ئەرەب تىلىدا «سەبەل» دېيىلەر. ئۇ، تومۇرنىڭ ھەممىسىنى كېسىشنى كۆرسىتەر. بولمىسا ماددا چالا قېلىپ كېسەللىك قايتا قوزغىلار. ئەمما يەرلىك ئورۇننى داغلاپ داۋالاش «سەبەل» ئۇسۇلى بىلەن داۋالاشتىن ياخشىراق بولۇپ ھېسابلىنار. ئەمما بەدەننى تەنقىيە قىلمىغىچە قول بىلەن قىلىدىغان ئىلاجلارنى قىلمىغاي. بولمىسا ماددا يەرلىك ئورۇنغا داۋاملىق قۇيۇلۇپ، يارا يامانلىشىپ قالۇر.

يەتتىنچى باب پاچاققا مۇدۇر پەيدا بولۇش توغرىسىدا

بۇ، پاچاقتىكى كېسەللىك بولۇپ، پاچاقنا يۇلغۇن مېڭىسى ياكى ھەببەتۇلخۇزراغا ئوخشايدىغان مۇدۇرلار پەيدا بولۇر. ھەببەتۇلخۇزرانىڭ دەرىخى «بەتەم» دەپ ئاتالغاچقا، تېڭىپلار مەزكۇر كېسەللىكتىكى مۇدۇرلارنى ئۇنىڭ مېڭىسىگە ئوخشتىپ، ئەرەبچە «ھەببۇل بەتەم» دەپ ئاتىغان.

داۋالاش

مۇدۇرلارنىڭ ماددىسى داۋالى (پاچاق ۋېنا تومۇرلىرىنىڭ ئەگرى - بۈگرىلىشىپ كۆپۈشى)نىڭ ماددىسى بىلەن ئوخشاش بولسا، ئۇنىڭ ئىلاجىنى قىلغاي.

سەككىزىنچى باب سونجاق ئاغرىقى توغرىسىدا

سەۋەبى

بۇ، ئىككى خىل سەۋەبتىن پەيدا بولۇر. بىرى، سونجاقنىڭ بىرەر ھادىسە سەۋەبىدىن زەخملىنىشىدىن ياكى ئۆتۈكنىڭ سونجاقنى قىستىشىدىن پەيدا بولۇر. يەنە بىرى، بەدەننىڭ يۇقىرى قىسمىدىن سونجاققا ماددا قۇيۇلۇشتىن پەيدا بولۇر.

داۋالاش

سونجاق بىرەر ھادىسە سەۋەبىدىن زەخملەنگەن بولسا، ئۇنىڭغا مامىسا بىلەن گىل ئەرمەننى ئايرىم - ئايرىم ھالدا سوقۇپ چاپقاي. ئۆتۈكنىڭ قىستىشىدىن بولغان بولسا، دەسلەپتە سوغۇق سۇ تۆككەي، ئارقىدىن مامىسا گىل ئەرمەننى ئېزىپ سۈركىگەي.

بەدەننىڭ يۇقىرى قىسمىدىن ماددا قۇيۇلغاندىن بولسا، دەسلەپتە قەي قىلدۇرغاي. ئارقىدىن گۈل يېغى سۈركىگەي.

توققۇزىنچى باب تىرناق ئاغرىقى ۋە ئۇنىڭ يانجىلىشى توغرىسىدا

داۋالاش

تىرناققا ئاس يوپۇرمقى بىلەن ئارچا يوپۇرمقىنى سوقۇپ چاپقاي. چالا پىشقان ئانارنىڭ شارابىنى پىشۇرۇپ، مەلھەم تەييارلاپ چاپقاي. تىرناقنىڭ يانجىلىشى ئېغىر بولسا، زىرە، تۇز ۋە جويۇزنى بىرلىكتە سوقۇپ، يۇقىرىدىكى مەلھەمگە ئارىلاشتۇرۇپ چاپقاي، پىستە مېغىزىنى قاينىتىپ ئېزىپ، تىرناققا سۈركىسمۇ ياخشى مەنپەئەت قىلۇر. تىرناققا يەنە ھەببۇلئاس بىلەن ئارچا مېۋىسىنى سوقۇپ چاپسىمۇ ياكى پىشمىغان ئانارنى ئۆردەك يېغى بىلەن كالا ئۆتى بىلەن سوقۇپ چاپسىمۇ ناھايىتى ياخشى مەنپەئەت قىلۇر. تىرناقتا قان ئۆلگەن (قاتقان) بولسا، ئۇنىڭغا بۇغداي ئۇنى بىلەن زۇپتىنى يۇغۇرۇپ چاپقاي.

ئونىنچى باب تىرناقنىڭ چىڭقىلىپ قىچىشىشى توغرىسىدا

داۋالاش

تىرناقنى دەريا سۇيى بىلەن داۋاملىق يۇيۇپ بەرگەي. پىششىق ئەنجۇر، زۇپتى رۇمنى مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، ئايرىم - ئايرىم سوقۇپ، ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم تەييارلاپ تىرناققا سۈركىگەي. مۇۋاپىق مىقداردىكى كۆك پۇرچاق، ئەدەس (ماش) نى قاينىتىلغاندىن كېيىن ئېزىپ مەلھەم قىلىپ، تىرناققا چاپسىمۇ ياكى يېسىمۇ مەنپەئەت قىلۇر.

مۇشۇ يەردە ئالتىنچى كىتاب تامام بولدى.

ناھايىتى شەپقەتلىك ۋە مېھرىبان ئاللاھنىڭ نامى بىلەن باشلايمەن

يەتتىنچى كىتاب
تاشقى كېسەللىكلەر توغرىسىدا

بۇ كىتاب يەتتە بۆلۈمنى ئۆز ئىچىگە ئالۇر.

بىرىنچى بۆلۈم. ئىسسىقتىن بولغان ئىششىقلار توغرىسىدا
ئىككىنچى بۆلۈم. سوغۇقتىن بولغان ئىششىقلار توغرىسىدا
ئۈچىنچى بۆلۈم. ھەرخىل ياريلار ۋە جاراھەتلەر توغرىسىدا
تۆتىنچى بۆلۈم. جوزام توغرىسىدا
بەشىنچى بۆلۈم. جاراھەتلەرنىڭ ئەھۋالى ۋە ئۇلارنىڭ تەدبىرى توغرىسىدا
ئالتىنچى بۆلۈم. داغلاش توغرىسىدا
يەتتىنچى بۆلۈم. چىقىق ۋە سۇنۇق توغرىسىدا

بىرىنچى بۆلۈم ئىسسىقتىن بولغان ئىششقلار توغرىسىدا

بۇ بۆلۈم ئۈچ قىسىمدۇر.

بىرىنچى قىسىم

بىرىنچى باب ئىسسىقتىن بولغان ئىششىق ۋە مۇدۇرلار توغرىسىدا

ئىسسىقتىن بولغان ئىششىق ۋە مۇدۇرلار قان ۋە سەپرانىڭ زىيادىلىكىدىن بولۇر. بۇ يالغۇز بىر خىلىتتىن بولماس. قان بىرەر يەردە توختىمىغۇچە ۋە يىغىلمىغىچە ئۇ يەر ئىششىماس. ھەرقاچانكى، قانغا سەپرا ئارىلاشسا ھەمدە قان ئاز بولسا، سەپرا تېز ھەربىكەت قىلۇر، تارقاپ يېيىلۇر. بۇنىڭ بىلەن يەرلىك ئورۇندا ئىششىق پەيدا بولۇر. چۈنكى سەپرانىڭ ھارارىتى قانىنىڭ ھارارىتىدىن يۇقىرى بولۇر. قان بىلەن سەپرادەك ئۆتكۈر بولغان ۋە تېز ئاقىدىغان يەنە بىر خىلىت يوقتۇر. باشقا خىلتلارنىڭ ئىتتىك ئېقىشىدىن ئىششىق ۋە مۇدۇر پەيدا بولماس. ئۆزگە خىلتلارغا سەپرا ئارىلىشىپ ھارارەت ئاشمىغىچە تەبىئىتىنى يوقاتماس. قان بىلەن سەپرا نورمال ھالدا بولسا، (ئەزالار) ئىششماس ۋە مۇدۇر پەيدا بولماس ۋە قان بىلەن سەپرا نورمال ھالىتىدە بولمىسا، مقدارى ئېشىپ كەتسە، تومۇرلار ئارقىلىق پۈتۈن بەدەنگە تارقار، ئۇنىڭدىن يەرقان پەيدا بولۇر. ھارارەت بەك يۇقىرى بولۇپ مەلۇم ئەزاغا يىغىلسا، سۇيۇقلۇقى سەۋەبىدىن بەدەن تېرىسىدە نەملە (بىر خىل تېرە كېسەللىكى بولۇپ، تېرە خۇددى چۈمۈلە چىشلىگەندەك چىملداپ ئاغرار) كېسەللىكى ۋە ھەسىپە (يەلتاشما يەنى تېرىلەرنىڭ قىزىرىپ قىچىشىشى بىلەن ئىپادىلىنىدىغان كېسەللىكتىن ئىبارەت) كېسەللىكى پەيدا بولۇر. قان تومۇرلاردىكى خىلىت قويۇقراق بولۇپ، گۆش ئارىسىدا مەلۇم مقدارىدا ساقلىنىپ قالسا، ئۇنىڭدىن يۇقىرىدا ئېيتىلغان

نەمله كېسەللىكىنىڭ گۆشخور (كېڭىيىشچان) قىسمى پەيدا بولۇر. تەبئىي سەۋدا خىلتى كۆپ بولسا، ئۇنىڭدىن قارا يەرقان پەيدا بولۇر. سەۋدانىڭ مىقدارى ئەسلىي ھالىتىدىن ئاز بولسا، بەدەندە ئىششقلار ۋە يارىلار پەيدا بولۇر. بۇ ھەقتە كېيىن توختىلىمىز. خىلتىنىڭ بىر - بىرىگە ئارىلىششى بەدەننىڭ قۇرۇقلۇقىدىن بولۇر. بەزىلەر بەدەندە بىر خىل خىلتىنىڭ مىقدارى زىيادە بولۇپ، ئۇنىڭدىن يەنە بىر خىلىت ئارىلاشسا، ئەمما ئۇنىڭ ئارىلاشقىنى ۋاقتىدا سېزىلمىسە، ئۇنىڭدىن بەزى ئىششقلار ۋە مۇدۇرلار پەيدا بولۇر، دېگەن.

ئىسسىقتىن بولغان ئىششقلار ۋە مۇدۇرلار جەمئىي ئون تۈرلۈك بولۇر، ئۇلارنىڭ ئالتىسى ئىششقلارنىڭ بابىدا، تۆتى مۇدۇرلارنىڭ بابىدا بايان قىلىنىدۇ. ئىششقلارنىڭ بابىدا بايان قىلىنىدىغانلىرى بىرىنچىسى، فەلغەمونى (سەۋادىن بولغان ئىششىق)، ئىككىنچىسى ھۇمرە، ئۈچىنچىسى ماشرا (تىلما كېسەللىكى)، تۆتىنچىسى تائۇن (چۇما)، بەشىنچىسى خاراج (چىيقان) بىلەن دۇممەل (كۆتى يوغان)، ئالتىنچىسى شارا قاتارلىقلاردىن ئىبارەت. مۇدۇرلارنىڭ بابىدا بايان قىلىنىدىغان تۆت كېسەللىكنىڭ بىرى، جەمرە، ئىككىنچىسى، بۇسرە، ئۈچىنچىسى، جاۋرەس، تۆتىنچىسى نەمله قاتارلىقلاردۇر.

ئىككىنچى باب فەلغەمونى توغرىسىدا

فەلغەمونى — قانىنىڭ سەۋەبىدىن بولغان ئىششقنى كۆرسىتۇر، ئىلگىرىكىلەر مۇتلەق ئىسسىقتىن بولغان ئىششقنى كۆرسىتۇر، دېگەن. لېكىن دەسلەپتە ئېيتىلغىنى توغرىدۇر. قانىنىڭ ھالىتى ئىككى خىل بولۇر، يەنى قويۇق ياكى سۇيۇق بولۇر، قويۇق قاندىن پەيدا بولغان ئىششق گۆش ۋە تېرىدە بولۇر، يەنى سانجىپ ئاغرار، سۇيۇق قاندىن بولغان ئىششق پەقەت تېرىدە بولۇر، ئۇ سانجىپ ئاغرىماس. ئىششقنىڭ سانجىپ ئاغرىغانلىقىنىڭ سەۋەبى قانىنىڭ شىريان تومۇردىن ئۇششاق تومۇرلارغا ئېقىشىدۇر، ئۇششاق تومۇرلارنىڭ ئۇچى گۆشتە بولۇپ، تېرىدىن يىراق بولغاچقا، تېرىدە پەيدا بولغان ئىششقنىڭ ئاغرىقى كۈچلۈك بولماس، گۆشتكى ئىششقنىڭ كۈچلۈك بولۇر، بۇ ئىككىلا ئىششىق سۇرگە بىلەن يانۇر، چۈنكى بۇلارنىڭ ماددىسى سويۇق قاندىن بولغاندۇر.

فەلغەمونىنىڭ ئەھۋالى بەدەن ۋە ھەربىر ئەزانىڭ ئوخشىماسلىقىغا قاراپ ئوخشاش بولماس، ھەرقانداق ئىششق مېڭە پەردىسىدە ياكى مېڭىنىڭ ئۆزىدە پەيدا بولسا ئۇنى «سەرسام» دەپ ئاتار، كۆز بىرىكتۈرگۈچى پەردىسىدە پەيدا بولسا ئۇنى ئەرەب تىلىدا «رەمەد» دەپ ئاتار. ئىششق كېرىگەت پەردىسىدە پەيدا بولسا ئۇنى «زاتىرىي» دەپ ئاتار. ئىششىق يۇتقۇنچاقتا پەيدا بولسا، ئۇنى «خەنناق» دەپ ئاتار. ئىششق پەي ئارىلاشقان يۇمشاق گۆشتە پەيدا بولۇپ، بېسىلسا ئۇنى «خەرەج» دەپ ئاتار.

ئالامتى

ئەگەر ئىششىق گۆش بىلەن چەكىلەنگەن بولسا، سانجىپ ئاغرىش كۆپ بولۇر، شىريان تومۇرىنىڭ چوڭ شېخى ئىششىغان يەرگە يېقىن بولسا، ئىششىق تېز پىشار.

ئەگەر ئىششىق بەش سەزگۈ ئەزانىڭ بىرىدە بولسا، ئاغرىقى قاتتىقراق بولۇر، ئىششىقنىڭ ماددىسى قان بىلەن سەپرا قوشۇلۇشىدىن بولسا، قىزىتما يۇقىرى بولۇر، بەزىدە سەپرانىڭ سەۋەبىدىن ئىششىق يانار. باشقا مىزاجنىڭ سەۋەبىدىن توختاپ قالۇر، بەزىدە سۇيۇق ھۆللۈك قانغا ئارىلىشىپ ئىششىق چىڭقىلۇر ھەم رەڭگى قىزىل بولۇر، قولغا ئىسسىق بىلىنەر، ئىششىق يانار، ھەر ۋاقىت ئىششىق پىشىپ يىرىڭلسا، سانجىپ ئاغرىشى كۆپرەك بولۇر، ئەگەر ئىششىق پىشمىسا، يىرىڭلار ئاغرىقى يېنىكرەك بولۇر. بىمارنىڭ ساقىيىشىدىن ھەم ئۈمىد كۈتكىلى بولماس.

خاس ئالامتى

ئەگەر ئىششىقنىڭ رەڭگى كۈل رەڭ ياكى توق كۆككە مايىل بولۇر. بۇ چاغدا ئەزا يۈزىنى چىمدىسا ئەزا سەزمەس.

سەۋەبى

بۇ خىل ئىششىقنىڭ سەۋەبى ئىچكى ۋە تاشقى سەۋەبلەردىن بولۇر. ئىچكى سەۋەب بۇزۇق خىلتىنىڭ ئاجىز ۋە تۆۋەن ئەزاغا چۈشۈشى بولۇپ، بۇ چاغدا ئىششىغان ئەزا چىڭقىلۇر. تاشقى سەۋەب زەخىملىنىش، يىقىلىش ياكى بىرەر ھادىسىگە ئۇچراشتۇر.

داۋالاش

ئىششىق تاشقى سەۋەبتىن پەيدا بولۇپ چىڭقىلسا، ئاۋۋال قان ئېلىپ، ئاندىن كېيىن سۈركە بەرگەي، ئەگەر ئىششىق يۇمشاق بولسا ئىلاج قىلىشقا تېز مەشغۇل بولغاي، بۇنىڭ ئۈچۈن بەدەننى يۇمشىتىدىغان، ئىششىقنى ياندۇرىدىغان دورىلارنى ئىشلەتكەي.

ئەگەر ئىششىق ئاجىز، كېسەللىك مايىل ئەزادا بولسا ئاۋۋال ئىششىقنى ياندۇرىدىغان دورىلارنى ئىشلەتكەي، يەنە ماددىنى ياندۇرىدىغان دورىلارنى ئىشلەتكەي. ئىششىقنى ياندۇرىدىغان دورىلارغا ئىششىقنى يۇمشىتىدىغان دورىلارنى قوشۇپ ئىشلەتكەي. ئەگەر ئىششىق يېنىشقا باشلىسا، ئىششىق ياندۇرىدىغان دورىلارنى ئىشلىتىش زۆرۈردۇر. ئىششىق دەسلەپكى مەزگىلىدە

چىكقالسا، يۇمشىتىدىغان دورىلارنى ئىشلىتىشكە ئالدىرىمىغاي، چۈنكى يۇمشىتىدىغان دورىلار ماددىنىڭ بىر يەرگە يىغىلىشىغا سەۋەب بولۇر.

بەدەن ئىسسىقتىن ئىششىپ زەخىملەنگەندە چاپىدىغان دورىنىڭ تەركىبى قوي يوتىسى ۋە قوينىڭ يۇڭىنى ئېلىپ كۆيدۈرۈپ، ياغدا يۇغۇرۇپ مەلھەم قىلىپ، زەخىملەنگەن يەرگە قىزىق هالەتتە سۈركىگەي. بۇ، ئاغرىقنى پەسەيتىپ، ئىششىقنى ياندۇرار. دەسلەپتە تۇزسىز غىزا بەرگەي. ئىششىقنىڭ ئاخىرقى مەزگىلىدە سانجىپ ۋە تارتىشىپ ئاغرىشى پەسەيگەندە تۇز سېلىنغان غىزا بەرگەي.

زىماتنىڭ نۇسخىسى قىزىل سەندەل، زەپەرنى ئوخشاش مىقداردا ئېلىپ، هۆل يۇمغاقسۇتنىڭ سۈيىدە يۇغۇرۇپ مەلھەم قىلىپ چاپقاي.

يەنە بىر زىماتنىڭ نۇسخىسى ئارپا ئۇنىنى هۆل يۇمغاقسۇتنىڭ سۈيىدە يۇغۇرۇپ چاپقاي.

يەنە بىر زىماتنىڭ نۇسخىسى بۇغداي ئۇنى كېپىكىنى سوقۇلغان بابۇنە بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، كەرنۇب سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ چاپقاي، ئۇ، ئاغرىقنى پەسەيتىپ، ئىششىقنى ياندۇرۇر.

يەنە بىر زىماتنىڭ نۇسخىسى تاسقىمغان بۇغداي ئۇنىدىن 40 گىرام ئېلىپ، زەيتۇن يېغى قوشۇپ، ئون هەسسە سۇزۇك سۇدا قويۇلغىچە قاينىتىپ چاپقاي. ئۇ، ئىششىقنى ياندۇرار.

يەنە بىر زىماتنىڭ نۇسخىسى ساپ مومدىن بىر هەسسە ئېلىپ، ئالتە هەسسە سېرىقچېچەك يېغى بىلەن ئېرىتىپ، ئۇنىڭغا سوقۇلغان بابۇنىدىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ چاپقاي، ئەگەر ئىششىق ئىسسىقتىن بولغان بولسا، سانجىپ ئاغرىشى كۈچلۈكەك بولىدۇ. بۇ چاغدا هەمىشباهارنى تاتلىق ئانارنىڭ پوستى بىلەن يۇغۇرۇپ چاپقاي. سۇماق بىلەن ئارپا ئۇنىنى قاينىتىپ، يەرلىك ئورۇنغا چاپسا، ماددىنى توختىتار ۋە يوقىتار، ئۇسسۇزلۇقنى پەسەيتەر، مىزاجنى تەڭشەر. ئاغرىقى قاتتىق بولسا، قورۇش ۋە تارقىتىش رولى بولغان زىماتلارنى چاپقاي. موم يېغى بىلەن گۈل يېغىنى ئارىلاشتۇرۇپ يىرىك يۇڭغا سىلەپ، قىزىتىپ يەرلىك ئورۇنغا قويۇپ تاڭغاي. قىش كۈنى ئىسسىق، ياز كۈنى سوغۇق هالەتتە تاڭغاي. ئادراسمان ئۇرۇقنى سوقۇپ، سىركە ياكى گۈلاب ياكى قابىز شاراب بىلەن يۇغۇرۇپ چاپقاي. زەخمنىڭ پىشقانلىقى مەلۇم بولمىسا، ماددىنى يۇمشىتىدىغان دورىلارنى چاپقاي. ماددىنىڭ پىشقانلىقى مەلۇم بولمىسا، پىششىنى كۆتكەي. كۆپ هاللاردا ئىششىق دەسلەپكى مەزگىلدە چىكقىلمىسا، زەخمنىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى بىلدۈرمەر. بۇ چاغدا ئىششىقنى پىشۇرۇشقا چارە قىلسا مۇۋاپىق بولۇر. هەرقانداق

ئىششىق چىكقىلسا، ئۇنىڭدىن قان ئالغاي، لوكقا قويغاي. ئۇنىڭدىن كېيىن ئەينۈلا، ھېلىلە، بىنەپشە، ھەشقىپىچەك قاتارلىقلار بىلەن مەتبۇخ تەييارلاپ ئىچكۈزۈپ، ماددىنى سۈرۈپ چىقارغاي. قان ئالغان ۋە سۈرگە ئىچكەندىن كېيىن ئىششىقنى ياندۇرىدىغان دورىلارنى بەرگەي.

تۆۋەندىكى زىماتنى چاپقاي:

نۇسخىسى شىيافى مامىيسا، فۇپەل، ئاقاقىيا، قىزىل سەندەل قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، ھۆل يۇمغاقسۈت سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ، مەلھەم ياكى زىمات تەييارلاپ چاپقاي. مۇپاسلىنىڭ بايانىدا ئېيتىلغان دورىلار بۇ كېسەللىككىمۇ مەنپەئەت قىلۇر.

تۆۋەندىكى زىماتنى كۈن ئارىلاپ چاپقاي:

نۇسخىسى بېھىنى يۇمشاق پىشۇرۇپ، ئۇنىڭغا ئارپا ئۇنىدىن مۇۋاپىق مىقداردا قوشۇپ مەلھەم قىلىپ چاپقاي.

تۆۋەندىكى زىماتنى چاپقاي:

نۇسخىسى شىيافى مامىيسا، رۇسۇت، زەپەر، ھۇماما، مۇرمەككى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، ھۆل يۇمغاقسۈت سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ، زىمات ياكى مەلھەم قىلىپ چاپقاي. ئىششىقنىڭ ئېغىرلىشىش خەۋپى بولسا، بىر تۇتام ھۆل يۇمغاقسۈت كۆكىنى سوقۇپ، گۈل يېغى ياكى ئارپا ئۇنى بىلەن يۇغۇرۇپ مەلھەم قىلىپ چاپقاي.

ئىششىقنىڭ رەڭگى كۆك ياكى قارا بولسا، قول بىلەن يېرىپ ئىلاج قىلغاي. ئىششىق مۇرە، قولتۇق، يوتا بېشىغا ئوخشاش گۆشى يۇمشاق ئورۇنلاردا بولۇپ، ئاغرىپ مىدىرىغىلى قويمىسا، دەسلەپتە بەدەندىكى يامان ماددىلارنى تازىلىغاي، ئۇنىڭدىن كېيىن (ماددىنى) پىشۇرغۇچى دورىلارنى ئۇستىدىن چاپقاي.

ھەكىم جالىنۇس: «ئىششىق چوڭ، سانجىقى قاتتىق بولسا، يېنىش ئېھتىمالى بولمىسا، ئىششىقنى پىشۇرىدىغان، ماددىنى ياندۇرىدىغان ۋە ئىششىقنى قىزىتمايدىغان دورىلارنى ئىشلەتكەي. ئۇنداق بولمىغاندا ئىششىق قېتىۋېلىش، رەڭگى قارىداش ياكى كۆكىرىش خەۋپى بولۇر» دېگەن.

ماددىنى يوقىتىدىغان، ئىششىقنى قىزىتمايدىغان، ئىششىقنى تارقىتىدىغان ۋە رەڭگىنى ياندۇرىدىغان زىماتنى ئىشلەتكەي.

نۇسخىسى ئارپا ئۇنىنى سىركە ۋە ھۆل يۇمغاقسۈت سۈيى بىلەن مەلھەم قىلىپ سۈركىگەي. ئەمما ئۇنى سۈركىگەندىن كېيىن سانجىپ ئاغرىشى ۋە ھارارىتى پەسەيمىسە ھەم ئىششىقى يانمىسا سۈركەشنى توختىتىش كېرەك. بۇ چاغدا بەدەن ۋە تومۇرلار خىلىت بىلەن

توشۇپ چىڭقىلىپ، بەدەننىڭ گۆش، پەي ۋە پەردىلىرىگە تارقاپ، ئۇ يەرلەردە توختاپ تۇرۇپتۇ، دەپ بىلىش كېرەك، بۇ ئەھۋال ئەرەب تىلىدا «ئەل ئەئزائۇل مۇتاشابىھۇل ئەجرا» (ئەزالارنىڭ قىسىملىرىنىڭ ئوخشاش بولۇشى) دەپ ئاتىلۇر.

ئۇنىڭ ئىلاجى شۇكى، دەسلەپتە بەدەننى تەنقىيە قىلغاي، ئۇنىڭدىن كېيىن ئىشىشقىنى يارغاي. ئارقىدىن 15 گىرام ئارپا ئۇنىنى مۇۋاپىق مىقداردىكى سەۋسەن يېغى ۋە 250 مىللىلىتىر سۈزۈك سۇ بىلەن قاينىتىپ قويۇلدۇرۇپ، يېرىلغان ئورۇنغا سۈركىگەي. زۆرۈرىيەت بولسا، مادداننى ياندۇرىدىغان دورىلارنى چاپقاي. ئىششىقنىڭ ئېغىز ئېلىشى ۋە زەخىم بولۇشى مەقسەت قىلىنسا، شۇ خىل خۇسۇسىيەتكە ئىگە بولغان دورىلارنى ئىشلەتكەي. ئىششىق تومۇر كۆپ بولغان ئەزالاردا ياكى بوغۇملاردا بولسا، يېرىلغاندىن كېيىنكى زەخىم تومۇر ۋە بوغۇملارنى سېستىماسلىقى ئۈچۈن، ئالدىراپ يارمىغاي ياكى ئېغىز ئالدۇرۇشقا تۇتۇش قىلمىغاي. ئىششىق گۆش ئارىسىدا بولسا، تولۇق پىشمىغىچە يارمىغاي، چۈنكى تولۇق پىشمىغان ۋاقىتتا يارسا، يىرىڭ ۋە زەردابنى توختاتقىلى بولماس. مەلۇم بولغايكى، ئىششىق يوتىغا ئوخشاش ئورۇنلاردا بولسا، گەرچە ئىششىقنىڭ ئورنى چوڭ بولسىمۇ، تېرىسى بالدۇر يېرىلار، سانجىقى ۋە ئاغرىقى ئازراق بولۇر. يېرىشقا تېگىشلىك بولسا، قائىدە بويىچە ئېھتىيات بىلەن يارغاي.

بىمار ئىششىقنى نەشتەر بىلەن تېشىشنى خالىمىسا، ئىششىقنى تېشىش رولى بولغان دورىلارنى چېپىپ تېشىشنى ئويلىشىپ كۆرگەي.

ئىششىقنى تېشىش ئۇچۇن، تۆۋۈندىكى دورىنى ئىشلەتسە بولىدۇ:

نۇسخىسى بالادۇر شىرىسى بىلەن ھۆل زۇپتىدىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، تۆمۇر قوشۇققا سېلىپ ئوتتا قويۇپ، تاكى ئېرىپ تولۇق ئارىلاشقىچە ئوت ئۈستىدە تۇرغۇزۇپ، ئۇنىڭدىن كېيىن ئىششققا سۈركەپ تاكى چۈش ۋاقتىغىچە ئىششىق تېشىلگىچە تۇرغۇزغاي.

ئىششىقنى تېشىدىغان يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى سۇ تەگمىگەن ھاكنى بېھىنىڭ سۈيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىششققا چېپىپ، تاكى تېشىلگىچە تۇرغۇزغاي.

ئۈچىنچى باب ھۇمرە توغرىسىدا

سەۋەبى

ھۇمرە (قىزىل) قاننىڭ زىيادە ئىسسىقلىقىدىن بولغان ئىششىقتىن ئىبارەت. ئۇ بەزىدە قاننىڭ سۇيۇقلۇقىدىن، بەزىدە قويۇقلۇقىدىن بولۇر. مادداسى قاننىڭ بۇزۇلۇشىدىن بولغاچقا، ئاخىرقى

مەزگىلىدە كۆپ ھاللاردا يارىغا ئۆزگىرەر.

ھۇمرىنىڭ يەنە بىر تۈرىمۇ بولۇپ، كېسەللەنگەن ئورۇن ئىششىپ چىڭقىلار. ئۇنىڭدىن كېيىن تۇرۇنجى (ئاپېلسىن) رەڭگىگە كىرەر، ئۇنىڭ ھارارىتى يۇز تېرىسىنى نېپىزلىتەر. قول بىلەن باسقاندا قىزىللىق يوقلۇر. قول كۆتۈرۈلسە يەنە قىزىرۇر. بىمارنىڭ بەدىنىدە قىزىتما بولۇر. ئىلاجى ئۇچۇن سەپرانىڭ سۇرگۈسىنى بەرگەي. قان ئېلىپ، لوڭقا قويغاي.

ئالامىتى

ھۇمرە بىلەن فەلغەمونىنىڭ پەرقى شۇكى، ھۇمرە قاتتىق قىزىل بولۇر. فەلغەمونى گۆش ئارىسىدا بولغاچقا، كۆزگە يېشىل (كۆك) كۆرۈنەر. ھۇمرەنى قول بىلەن باسقاندا، قىزىللىقى يوقار ۋە ئاقىرىپ قالۇر. ئەمما فەلغەمونى ئۇنىڭ ئەكسىچە بولۇر. ھۇمرەنىڭ رەڭگى تۇرۇنجى (ئاپېلسىن) رەڭدە بولۇر، ئەمما فەلغەمونىنىڭ رەڭگى ئۇنداق بولماس. ھۇمرە تېرىدە بولۇر. شۇ سەۋەبتىن دەردى ۋە رەنجى كەم بولۇر. ھۇمرەنىڭ ھارارىتى قولنى كۆيدۇرەر. قانغا زەردار ئارىلاشقان بولسا، بەدەن چىڭقىلۇر. فەلغەموندا بولسا بەدەن چىڭقالماس. ھۇمرەدە كۆپ ھاللاردا قىزىتما بولۇر. فەلغەموندا قىزىتما بولماس. ھۇمرە تولا ھاللاردا يۇزدە پەيدا بولۇر. ئۇنىڭ ئىچىدىن ھەممىدىن ئاۋۋال بۇرۇنغا پەيدا بولۇر. ئۇنىڭدىن كېيىن يۇزنىڭ ھەممە قىسمىغا تارقىلار. ئۇنىڭ ھارارىتى يۇز تېرىسىنى نېپىزلەشتۇرەر.

داۋالاش

دەسلەپتە مەتبۇخى ھېلىلىگە ئوخشاش سەپرانىڭ سۇرگۈسىنى بەرگەي. سەپرا ۋە كېسەللىك ئۇنىڭ بىلەن يانمىسا قان ئالغاي. لوڭقا قويغاي. كېسەللىك ماددىسى تېرە ئاستىدا بولسا، دەسلەپتە قانىنىڭ تەڭشىگۈچىسى، ئارقىدىن سەپرانى سۇرگۈچى دورىلارنى بەرگەي. بۇلارنى ئادەتتە تېۋىپ كۆزىتىپ بىلەر. ئۇنىڭدىن كېيىن قابىز (قورۇغۇچى) ۋە سوغۇق نەرسىلەر بىلەن زىمات تەييارلاپ يەرلىك ئورۇنغا چاپقاي.

بۇ كېسەللىكتە يەرلىك ئورۇنغا سوغۇق سۇ تۆكۈلسە ياخشى مەنپەئەت قىلۇر. رەڭگىنى سۇسلاشتۇرۇپ قىزىللىقىنى يوقىتار. ئەمما مەيلى سوغۇق سۇ قۇيۇش بولسۇن ياكى يۇقىرىدىكى زىماتنى چېپىش بولسۇن ھەممىسىدە ئېھتىيات بىلەن مەشغۇلات ئېلىپ بېرىش تەلەپ قىلىنىدۇ. ئۇنداق قىلمايدىكەن، ماددا بەدەنگە تارقاپ كېتۇر ياكى يەرلىك ئورۇننىڭ تېرىسىنىڭ رەڭگى

بۇزۇلۇپ قاربدار. بۇنداق ئەھۋاللار سېزىلسە مەشغۇلاتنى توختاتقاي. شۇنىڭ ئۈچۈن كېسەللىك ئەھۋالىغا ھەر ۋاقىت دىققەت قىلغاي.

مەلۇم بولغايكى، سوغۇق تەبىئەتلىك زىماتلار ھۇمرەنىڭ ئىلاجىدا ناھايىتى پايدىلىق بولۇر. فەلغەمونىنىڭ ئىلاجىدا بولسا، سۇركە ياخشىراق پايدا قىلۇر. چۈنكى، فەلغەمونىنىڭ ماددىسى قويۇقراق بولۇر. ھەرقاچانكى، يەرلىك ئورۇننىڭ تېرىسى قارا بولسا خەتەرلىكتۇر. بۇ چاغدا قابىز خۇسۇسىيەتلىك ۋە سوغۇق تەبىئەتلىك دورىلارنى ئىشلەتمەگەي، بەلكى ماددىنى يۇمشىتىش ۋە ياندۇرۇش رولى بولغان دورىلارنى ئىشلەتكەي. ئۇلار ئىلگىرىكى بابلاردا بايان قىلىندى.

ھۇمرەنىڭ ئىششقىنى تۇتقاندا قولغا بىلىنسە، سوغۇق، قۇرۇق سوغۇق دورىلاردىن مەلھەم تەييارلاپ قويغاي.

مەزكۇر مەلھەمنىڭ نۇسخىسى يۇيۇلمىغان كونا يۇڭ كۆيۈندىسى، قۇجۇرا (بىر خىل دورا) كۆيۈندىسىدىن 36 گىرامدىن، سېرىق مومدىن 45 گىرام، ھەبىۋلئاس يېغىدىن 15 مىللىلىتىر، قەلەي پوقى (خەبەسۇر - رەساس) دىن 24 گىرام، ئۆچكىنىڭ چاۋا يېغىدىن 75 گىرام ئېلىپ، دەسلەپتە مايلارنى سۇس ئوتتا ئېرىتىپ، ئارقىدىن قالغان دورىلارنى رەت بويىچە سېلىپ، يۇغۇرۇپ مەلھەم تەييارلاپ كېسەللەنگەن ئورۇنغا چاپقاي.

تۆۋەندىكى مەلھەمنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى قەلەي پوقى (خەبەسۇر - رەساس) دىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ كۈشتە قىلىپ، ئۇنىڭغا قىزىلچا يوپۇرمىقىدىن مۇۋاپىق مىقداردا قوشۇپ، بىرلىكتە سوقۇپ سالايە قىلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى كونا شاراب بىلەن قاينىتىپ، سوۋۇغاندىن كېيىن يەرلىك ئورۇنغا سۇركىگەي.

تۆۋەندىكى مەلھەمنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى قەلەي پوقى كۈشتىسى، ھەبىۋلئاس يېغى، ساپ موم قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ، قائىدە بويىچە مەلھەم تەييارلاپ يەرلىك ئورۇنغا سۇركىگەي.

تۆتىنچى باب ماشرا توغرىسىدا

ماشرا (تىلما) — بويۇن، يۇز، باش قاتارلىق ئورۇنلاردىكى ئىششىقتىن ئىبارەتتۇر.

سەۋەبى

ئۇ، ئىسسىقتىن بولغان ئىششىق بولۇپ، ئەزانى كۆيدۈرۈپ ئاغرىتار. ئۇنىڭ ماددىسى قانىنىڭ زىيادىلىكى ۋە ئىسسىقلىقتىن ياكى سەپرادىن پەيدا بولۇر. ئۇ «ھۇمرە» دەپمۇ ئاتىلۇر. چۈنكى ئۇ يۇقىرىدىكى بابتا ئېيتىلغان ھۇمرەگە ئوخشاپ قالىدۇ.

ماشىرا تولىراق بۇرۇن، مەڭز، كۆز ئەتراپى، پېشانە قاتارلىق ئورۇنلاردا پەيدا بولۇر. بۇرۇننىڭ ئۈچىدا پەيدا بولغان بولسا، ئۇ «ھۇمرە خالىس» دېيىلەر.

بىر ھەكىم: «مەن بۇ كېسەللىكنىڭ يۈز بىلەن بۇرۇندا كۆپرەك پەيدا بولغانلىقىنى كۆردۈم، ئەمما ئۇ باشقا ئەزالاردىمۇ بولۇشى مۇمكىن» دېگەن.

داۋالاش

ماشىرا پەيدا بولغاندىن كېيىن، قارا سۇنا، ئەسەررائى ئۆسۈملۈكى سۈيى، ھەمىشباھار سۈيى، نىلۇپەر سۈيى، كاسنە سۈيى، يۇمغاقسۈت سۈيى، مارجان شوخلا سۈيى، ھۆل قاپاق لېشىگە ئوخشاش سوغۇق تەبىئەتلىك نەرسىلەرنى چاپقاي. سەپرانىڭ سۈرگۈسىنى ئىچكۈزگەي. تاتلىق ئانار، ئاچچىق ئانار، سىرىق ھىبىلە قاتارلىقلارنى قاينىتىپ چىقىرىلغان سۈلىرىنى ئىچكۈزگەي. ماددىنى باش ۋە يۈزدىن بەدەننىڭ تۆۋىنىگە تارتىش ئۈچۈن، كۈچلۈك بولغان ھۆقنىلەرنى ئىشلەتكەي. قان ئىلىش سەپرانىڭ ئۆتكۈرلۈكى پەسەيگەندىن كېيىن مەنپەئەت قىلۇر. ئېيتىلغان سۈلارغا سىرىق موم يېغى، گۈل يېغىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ، كېسەللەنگەن ئورۇنغا سۈركىسە مەنپەئەت قىلۇر. كېسەللىكنىڭ ئاخىرقى مەزگىلىدە يىرىپ ئىلاج قىلغاي. فەلغەمونغا ئىشلىتىدىغان ئىششىقنى ياندۇرغۇچى دورىلار بىلەن ئىلاج قىلسا پايدا قىلۇر.

ماشىرا يەل ۋە جاراھەت سەۋەبىدىن پەيدا بولغان بولسا، بولۇپمۇ رەڭگى قارىغا مايىل بولسا، ئارپا ئۇنى ۋە ھۆل يۇمغاقسۈت بىلەن زىمانىنى تەييارلاپ چاپقاي. يەرلىك پىننىنىڭ سىقىلغان سۈيىنى گۈل يېغى بىلەن، يۇمغاقسۈت سۈيىنى سىركە ۋە گۈل يېغى بىلەن، قىيمۇلىيا، ئۇپا، مەدەستان كۈشتىسى قاتارلىقلارنى سىركە، قىزىلچا ياكى كۈدىنىڭ سىقىپ چىقىرىلغان سۈيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم قىلىپ يەرلىك ئورۇنغا سۈركىگەي. يەرلىك پىننە بىلەن يۇمغاقسۈتنىڭ ھۆلى تېپىلمىسا قۇرۇقنى سوقۇپ ئىشلەتسىمۇ بولىدۇ.

تۆۋەندىكى زىمانىنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى مەدەستان ئۇپىسى، زەپەر، كۆيدۈرۈلمىگەن سىرىق گۈڭگۈرت قاتارلىقلاردىن

مۇڭاپىق مىقداردا ئېلىپ مەلھەم تەييارلاپ، يەرلىك ئورۇنغا چاپقاي.

تۆۋەندىكى مەلھەمنى ئىشلەتكەي. ئۇ، ماشرا، نەملە ۋە كۆيۈك يارىسى قاتارلىقلارغا مەنپەئەت قىلىدۇر:

نۇسخىسى ھەمشىباھارنىڭ ھۆل يوپۇرمىقىدىن 500 گىرام ئېلىپ، مۇڭاپىق مىقداردىكى كۈنجۈت يېغى بىلەن قاينىتىپ پىشۇرغاي، ئۇنىڭغا گۈل يېغىدىن 120 مىللىلىتىر، 60 گىرام ئۇپا، ھۆل يۇمغاقسۈت سۈيى، بۇغداي نېنىدىن مۇڭاپىق مىقداردا قوشۇپ مەلھەم تەييارلاپ زەخمگە چاپقاي.

تۆۋەندىكى مەلھەمنى ئىشلەتكەي.

نۇسخىسى مومدىن 120 گىرام، گۈل يېغىدىن 90 مىللىلىتىر، ئالتە دانە تۇخۇمنىڭ سېرىقى، غارىقۇن (بىر خىل ئۆسۈملۈك بولۇپ، شېشىنى پارقىرىتىشقا ئىشلىتىلىدۇ) دىن 120 گىرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە مەلھەم تەييارلاپ چاپقاي.

تۆۋەندىكى مەلھەمنى ئىشلەتكەي. ئۇ، ماشراغا ياخشى مەنپەئەت قىلىدۇر:

نۇسخىسى سۆگەت يېغىدىن 450 مىللىلىتىر، مومدىن 150 گىرام، مەدەستان كۈشتىسىدىن 120 گىرام، زەنگاردىن 70 گىرام ئېلىپ، مەدەستان كۈشتىسى بىلەن زەنگارنى سىركە بىلەن سالايە قىلغاي. مومنى ئېرىتىپ بارلىق دورىلار ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم تەييارلاپ چاپقاي.

بەشىنچى باب تائۇن توغرىسىدا

قەدىمكىلەر قۇلاق ئارقىسى، ئەمچەك، قولتۇق، يىرىق قاتارلىقلارغا ئوخشاش يۇمشاق گۆشلەردە بولغان، ئىسسىقتىن بولغان ئىششقلارنى «تائۇن» دەپ ئاتىغان.

بۇ ئورۇنلاردا پەيدا بولغان ئىششقلار كۆيۈشۈپ ئاغرىسا، ھارارىتى ناھايىتى يۇقىرى بولسا، داۋالاش قىيىن بولۇر. بۇ چاغدا داۋا قىلىنسا، زەھەرگە ئوخشاش بولۇپ، ئەزالىرىنى بۇزار. ئىششىق رەڭگىنىڭ ئەسلىگە كېلىشىگە، شىريان تومۇرلار يوللىرىنىڭ ئېچىلىشىغا تۇسالغۇلۇق قىلىدۇر. بىمارنىڭ دېمى تۇتۇلۇپ كۆڭلى ئېلىشار.

ئالامىتى

ئىششىق قۇلاق ئاستى، قولتۇق، ئەمچەكتە بولسا، داۋالاش قىيىن بولۇر. چۈنكى، ئۇلار

مېڭە بىلەن يۈرەككە يېقىندۇر. يەنە ئىششىقنىڭ رەڭگى قارىغا مايىل بولسىمۇ داۋالاش قىيىندۇر. تائۇن ھاۋاسى بۇزۇلغان ۋە ۋابا بولغان شەھەرلەردە كۆپ يۇز بېرەر.

داۋالاش

ئانار شەربىتى، ئالما شەربىتى، لىمون شەربىتى، بېھى شەربىتىگە ئوخشاش سۈيۇق، خۇش پۇراق نەرسىلەرنى بىرىپ يۈرەكنى قۇۋۋەتلىگەي. سەندەل، كافۇر، گۈلاب، نىلۇپەرگە ئوخشاش خۇش پۇراق نەرسىلەر بىلەن ئىسرىق سىلىپ بىمارغا پۈرتىپ مېڭىسنى قۇۋۋەتلىگەي.

بىمارنىڭ غىزاسىغا قىرغاۋۇل گۆشى، ياۋا توخۇ گۆشى، ئوغلاق گۆشى، يېسسىمۇق يارمىسى قاتارلىقلاردىن مەخسۇس (بىر خىل دورىلىق يېمەكلىك) غىزا تەييارلاپ بەرگەي.

ئۆي ئىچىنى گۈلاب، سەندەل، كافۇر، بىنەپشە، نىلۇپەر قاتارلىقلار بىلەن خۇش پۇراق قىلغاي. سۆگەت يوپۇرمىقى، نىلۇپەر، بىنەپشە، گۈلاب، كافۇر، سەندەل قاتارلىقلار بىلەن مەلھەم قىلىپ، يۈرەك ساھەسىگە زىمات قىلغاي.

يۈرەكنىڭ مىزاجى ئىسسىقتىن بۇزۇلغان بولسا، ئۇنىڭ ئىلاجى تەپنىڭ بايىاندا ئېيتىلدى. سوغۇق تەبىئەتلىك زىماتلارنى چاپقاي، قان ئېلىشتىن ئېھتىيات قىلغاي. پەقەت ئىششىق تولا چىكىلىپ يامان خىلىتلارنى ئازايتىش زۆرۈر بولسا، سوغۇق تەبىئەتلىك زىماتلارنى چاپقاي. يەنە قانمۇ ئالغاي. قان توختاپ سىپسىپ يىرىڭلىماسلىق ئۈچۈن، ئىششىغان ئورۇننى ئىسسىق سۇ بىلەن ئاستا يۇيۇپ بەرگەي.

خەۋپلىك كۈچلۈك بولسا، كېسەللىك ماددىسىنى يۈرەكتىن يىراقلاشتۇرۇش، يالىلۇغ قايتۇرۇش، ساقلىقنى ئەسلىگە كەلتۈرۈش ئۈچۈن، بابۇنە بىلەن سىرىقچىچەكنى قاينىتىپ سۈيى بىلەن ئىششىغان ئورۇننى يۇيۇپ بەرگەي.

ئالتىنچى باب يانپاش ۋە يىرىق ئىششىقى توغرىسىدا

سەۋەبى

بۇ، يەرلىك ئورۇننىڭ گۆشى يۇمشاق بولغانلىقتىن، بەدەنىڭ تەبىئەت كۈچى ئەسلىي ماددىنى ئۆزىگە تارتىشى بىلەن كېسەللىك ماددىسىنىڭ تەسىرىگە ئاسان ئۇچراش سەۋەبىدىن پەيدا بولۇر.

داۋالاش

ئەگەر يۇقىرىدا ئېيتىلغان سەۋەبتىن پەيدا بولغان بولسا، ماددىنى تارقاتقۇچى دورىلارنى ئىشلەتمىگەي، بەلكى يۇمشاتقۇچى دورىلارنى ئىشلەتكەي. ماددىنى بىر يەرگە يىغىش ئۈچۈن لوڭقا قويغاي.

ماددا يەرلىك ئورۇندا توختاپ قالغان بولۇپ، ئىششىق چىڭقىلسا، دەسلەپتە سۈرگە بېرىپ بەدىنى تەنقىيە قىلغاي. بىمارنىڭ غىزاسىغا ئاسان ھەزىم بولىدىغان غىزالاردىن ئاز - ئازدىن بەرگەي. سۈرگە بەرمەي تۇرۇپ يۇمشاتقۇچى ۋە تارقاتقۇچى دورىلارنى بەرمىگەي. چۈنكى ئۇ، ئىششىقنى بەدەن ئىچىگە تارقىتىپ، قورساق بوشلۇقىدىكى ئەزالاردا ئىششىق پەيدا قىلۇر. يۇمشاتقۇچى دورىنىڭ زەھەرى شۇكى، بەدەن چىڭقىلغان بولسا، ماددا يەرلىك ئورۇنغا يۈزلىنىپ، ئىششىقنى چوڭايتار ۋە تېشىلىش ھەمدە يارا بولۇشنى كەلتۈرۈپ چىقرار. ئەگەر سۈرگە دورىسى بېرىلمىگەن، بەدەن چىڭقىلغان بولسا، ئىششىقنى ياندۇرۇش ئۈچۈن زىمات ئىشلەتكەي. سۈرگىدىن بۇرۇن ئاغرىق كۈچلۈك بولسا، زەيتۇن يېغىنى ئىسسىتىپ يۇڭغا سىڭدۈرۈپ، ئىششىققا قويسا ئاغرىقنى پەسەيتەر. كېسەللىكنىڭ دەسلىپىدە تۇزسىز غىزا بەرگەي. ئاخىرقى مەزگىلدە تۇز سېلىپ بەرسىمۇ زەھەرى بولماس. دەسلەپتە ئاغرىسا ئارپا ئۇنى بىلەن بۇغداي ئۇنىدىن زىمات تەييارلاپ چاپقاي. بۇ جەھەتتە ئارپا ئۇنى ياخشىراق ھېسابلىنار.

ئەگەر ئىششىق ئۇرۇقدان ياكى ئەمچەكتە بولۇپ، خام بولسا ۋە ساق ئەزالارغا يۆتكىلىش خەۋپى بولسا، ئىششىقنىڭ يەنە بىر سەۋەبتىن يامانلىشىپ قالماسلىقى ئۈچۈن، دەسلەپتە ماددىنى يانداۋۇرغۇچى دورىلارنى زىمات قىلغاي. ئىششىقنىڭ توختاپ قېلىشى (تارقىماسلىقى) دىن قورقسا، فەلغەمونىنىڭ بابىدا ئېيتىلغان يۇمشىتىدىغان دورىلارنى ئىشلەتكەي.

يەتتىنچى باب چىيقان توغرىسىدا

چىيقان (خەراج) ئىسسىقتىن بولغان ئىششىقتىن ئىبارەتتۇر.

سەۋەبى

ئىسسىق، قويۇق قاندىن بولۇر.

چىيقان ئىككى خىل بولۇر. بىرى، بەدەن ئىچىدە پەيدا بولۇر، ئۇنىڭ ماددىسى پىشىپ

يىرىڭغا ئايلىنار. يەنە بىرى، تېرە يۇزىدە پەيدا بولۇر. فەلغەمونغا ئوخشاش رەڭگى قىزىل بولۇر. ئاخىردا پىشىپ يىرىڭلار.

ئىششقلارنىڭ ئىچىدە تېز پىشقانلىرى «خەرەج» دەپ، كېچىكىپ پىشىدىغان ۋە كۆيدۈرىدىغانلىرى «تائۇن» دەپ ئاتىلۇر.

بەدەننىڭ ئىچىدە پەيدا بولۇپ، قاندىن بولغان بولسا، تەپ (قىزىتما) تىن خالىي بولماس. ئىششىق بەدەن سىرتىدا بولسا، دەسلەپتە بەدەندە تەپكە ئوخشاش هارارەت پەيدا بولۇر.

ئالامىتى

خەراجنىڭ ماددىسى زىيادە ئىسسىق بولسا، رەڭگى قىزىل بولۇر. ئىششىق بىمار قانداق ياتسا، شۇ يېنىغا مايىللىشار. خالتىدەك ساڭگىلاپ تۇرار. تېز پىشىپ تېز ئېغىز ئالار.

ئىششقنىڭ ماددىسى قويۇق بولسا، سوزۇلما بولۇر. بەدەندە ياپىلاق هالەتتە ئورۇنلاشقان بولۇر. بىر تەرەپكە يىغىلماس. رەڭگى قېنىق قىزىل بولماس. كېچىكىپ پىشار. ماددىسى بەدەننىڭ ئىچى تەرىپىگە مايىل بولۇر. بۇ، ئۇنىڭ يامانلىقىدىن دېرەك بېرەر. ئىششىق بەدەننىڭ ئىچى تەرىپىگە مايىل بولۇپ ئېغىز ئالسا، يامان بولۇپ هېسابلىنار. بەزىسى ئىچىدىن سىرتىغا قاراپ ئېغىز ئالۇر. ئىچى تەرىپىگە ئېغىز ئالغىنى ياماندۇر. چىيقان بوشلۇق تەرەپكە ئېغىز ئالسا، ياخشىراق بولۇر. چۈنكى بۇ چاغدا كېسەللىك ماددىسى شۇ تەرەپكە مايىل بولۇپ، كېسەللىكنىڭ ئېغىرلىشىپ قېلىشىدىن ساقلانغىلى بولۇر. مەسىلەن: ئاشقازاندا ئىششىق بولۇپ، پىشقاندىن كېيىن، ئاشقازانىنىڭ ئىچىگە ئېغىز ئالغىنى تېشى تەرەپكە، ئاشقازان بىلەن قورساقنىڭ ئارىلىقىدىكى بوشلۇققا ئېغىز ئالغىنى ياخشىراق بولۇر. ئىششىق مېڭىدە بولۇپ، پىشقاندىن كېيىن بۇرۇن تەرەپكە ئېغىز ئالسا، ياخشىراق بولۇر. چۈنكى شۇنداق بولغاندا، ماددىنىڭ باشقا ئەزالارغا بېرىپ ئىششىق پەيدا قىلىشىنىڭ ئالدىنى ئالغىلى ۋە بەدەن سىرتىغا چىقىپ كېتىشىنى قولغا كەلتۈرگىلى بولۇر. چۈنكى، ئىششىق يارىنىڭ سىرتىغا ئېغىز ئالغىنى ياخشىراقتۇر.

چىيقان بوغۇملاردا كەم بولۇر. چۈنكى، بوغۇملاردا شىلىمشىق سۇيۇقلۇق بولۇپ، ئۇ، زىيانلىق ماددىلارنى يۇيۇپ تۇرار، يەنە بىر جەھەتتىن بوغۇملارنىڭ بوشلۇقلىرى كىچىك بولغاچقا، ئۇ يەرگە كۆپ خىلىت يىغىلالماس. ئىششىق ماددىنىڭ تولىلىقىدىن بولسا، ئالامىتى ئېغىر بولۇر. ئىششقنىڭ يامانراقى پەيگە چۈشكىنى بولۇپ، ئاغرىقى قاتتىق بولۇر. بولۇپمۇ ئىششىق قىل قان تومۇرلارنىڭ تۈگۈنچىلىرى جايلاشقان ئورۇنلاردا بولسا، ئاغرىقى تېخىمۇ قاتتىق بولۇر. چۈنكى ئۇنداق ئورۇنلارنىڭ سەزگۈرلۈكى يۇقىرى بولۇر.

چىقان پىشۋاتقاندا تېرە قېلىن بولغاچقا، ئۇنىڭدىكى يىرىڭنىڭ ئالامتى سېزىلمەس. چۈنكى بۇ چاغدا يىرىڭ گۆشنىڭ تېگىدە بولۇر. خەراج پىشقاندا سانجىپ ئاغرار، تومۇرلار تارتىشار. ئىششىق ۋە ئۇنىڭ ئەتراپى قىزىرار. ئىششىق پىشىپ بولغاندىن كېيىن يۇمشار، ئاغرىقى پەسىيەر. سانجىقى يوقار، ئېغىز ئېلىپ ئاق رەڭلىك يىرىڭ ئاقار. يىرىڭ سېسىق پۇرىمسا، ئۇ، تەبىئەت كۈچىنىڭ قۇۋۋەتلىك ئىكەنلىكىنى، ماددىنى ياخشى بىر تەرەپ قىلىپ ياخشى پشۇرغانلىقىنى، بەدەننىڭ ساقلىققا يۈزلەنگەنلىكىنى، بەدەننىڭ سېسىقچىلىقتىن تازىلانغانلىقىنى ئىپادىلەر، چۈنكى، بەدەننىڭ ئەسلىي رەڭگى ئاق بولۇر، يىرىڭنىڭ ئاق بولۇشى، سېسىق پۇرىماسلىقى بەدەن قۇۋۋەتنىگە دالالەت قىلۇر، چۈنكى، بەدەننىڭ تەبىئەت كۈچى كۈچلۈك بولمسا، ماددىنىڭ رەڭگىنى بەدەننىڭ ئەسلىي رەڭگىگە ماسلاشتۇرالماس. ئەگەر يىرىڭ سېسىق پۇرىسا، رەڭگى بەدەن رەڭگىگە خىلاپ بولسا، بەدەننىڭ تەبىئەت قۇۋۋەتنىنىڭ ئاجىزلىقىغا، بەدەندىكى سېسىقچىلىقنىڭ تېخى تۈگىمىگەنلىكىگە دالالەت قىلۇر.

ئىچكى چىقاننىڭ ئالامتى شۇكى، ئىچكى ئەزالاردا ئاغرىق بولۇر، تومۇر قاتتىق سوقار. تەرتىپسىز قىزىتما بولۇر. دەسلەپتە قىزىتما ئۇزۇن داۋاملىشار، ئەمما تېزلا سوۋۇپ كېتەر. ئىششىق ئورنىدا ئېغىرلىق سېزىلەر. ئاغرىقى بوشراق بولۇر. يەرلىك ئورۇننىڭ قىزىتمىسى تۆۋەنلىسە، ئېغىرلىق سېزىلسە، چىقان پىشىپتۇ، دەپ بىلىش لازىمدۇر. ئاغرىقى ۋە قىزىتمىسى قايتىلانسا، كۆيۈشۈپ سانجىپ ئاغرىسا، ئىششىق ئېغىز ئېلىپتۇ، دەپ بىلگەي. بولۇپمۇ چوڭ تەرەت ياكى قەي ئارقىلىق يىرىڭ چىقسا، كۆيۈشسە، ئېغىز ئالغانلىقىنى ئىپادىلەر. بەزىدە يىرىڭ كۆپ چىقار. چىقان ئېغىز ئالغاندىن كېيىن بىمارىدا ماغدۇرسىزلىق بولۇر، يۇرىكى ئېگىز - پەس سالۇر. بەدەن قۇۋۋەتنى بەك ئاجىز، ماغدۇرسىز بولسا، بىمار هوشسىزلىنار. بىمارنىڭ بەدەن قۇۋۋەتنى زىيادە ئاجىز بولسا، هوشىدىن كەتكەندىن كېيىن هوشىغا كەلمىكى تەس بولۇر ۋە هاياتىدىن ئايرىلىش خەۋپى بولۇر. چىقان ئۆپكىدە بولۇپ ئېغىز ئالسا، ئۆپكىگە يىرىڭنىڭ زەھرى تارقاپ، بىمارنىڭ هاياتىغا خەۋپ يەتكۈزەر.

داۋالاش

ئىسسىقتىن بولغان ئىششىقلارنىڭ بايانىدا ئېيتىلغاندەك، دەسلەپتە بىمارنىڭ بەدىنىدىكى كېسەللىك ماددىسىنى تازىلىغاي. ماددىنى قارشى تەرەپكە تارتقاي. ئەمما كېسەللىك ماددىسىنى تازىلاش، ئۇنى تارقىتىش جەريانىدا، ماددىنىڭ ساق ئەزالارغا تەسىر قىلىشىدىن ئېهتىيات قىلغاي. جاراھەتنى پىشۇرۇشقا تەدبىر قىلىپ، بىمارنىڭ بەدەن قۇۋۋەتىنى ساقلىغاي. بىمارنى

ئاسان ھەزىم بولىدىغان غىزالار بىلەن ئوزۇقلاندۇرغاي.

(چىيقان غەلۋىرەككە ئايلانغان بولۇپ) غەلۋىرەك ئىچكى ئەزالاردا بولسا، ماددىنى يۇمشىتىشقا ئىلاج قىلغاي. غەلۋىرەك بەدەن سىرتىدا بولۇپ، ھەجمى چوڭ بولسا، تەبىئەت كۆچىنىڭ ئۇنىڭ ماددىسىنى پىشۇرۇشقا قۇربى يەتمەي، باشقا ئەزالاردا بىرەر كېسەللىك پەيدا بولۇپش خەۋپى بولۇر. بۇ چاغدا ئۇنى تېشىشكە توغرا كېلۇر. تېشىشتە تىغنىڭ ساق ئەزاغا تېگمەي كېتىشىدىن ئېھتىيات قىلغاي. غەلۋىرەك چوڭ، تەبىئەت كۆچى ئاجىز بولسا، جاراھەتكە يېلىم ۋە پىشۇرغۇچى دورىلارنى سۈركىگەي. يېلىم دورىلارنى سۈركەشنىڭ پايدىسى موي ئۇنىدىغان ۋە ھاۋا ئۆتۈشىدىغان يەرلەرنى توسۇش، پىشۇرغۇچى دورىلارنىڭ پايدىسى جاراھەتنىڭ پۈتۈشىنى ئىلگىرى سۈرۈشتىن ئىبارەت. شۇ سەۋەبتىن چىيقان غەلۋىرەك بولغاندا تېشىلەر، ئارقىدىن ماددىلارنى تارقىتالمىغۇدەك دورىلارنى سۈركىگەي.

ھەرقانداق جاراھەت ياكى غەلۋىرەكنى تېشىشكە توغرا كەلسە، يەرلىك ئورۇندىكى يۆگىشىپ تۇرغان پەينىڭ ئۇزۇنىسىغا بويلاپ تەشكەي. ئەگرى يوللار توغرىسىغا كېسىلمەيدۇ. چۈنكى، جاراھەت توغرىسىغا كېسىلسە، قاشىنى كۆتۈرەلمەسلىككە ۋە كۆزنى ئاچالماسلىقىغا ئوخشاش ئىللەتلەر كېلىپ چىقار. پەيگە نۇقسان يېتىپ تەشەننۇج پەيدا بولماسلىقى مەقسەت قىلىنسا، جاراھەت ياكى غەلۋىرەك يەرلىك ئورۇندىكى يۆگەلگەن پەينى يولى بويىچە ئۇزۇنىسىغا تەشسە بولىدۇ. بۇ يۆگەلگەن پەينىڭ ئۇزۇنلۇقى ئادەمنىڭ بويى بىلەن تەڭ بولۇر. غەلۋىرەك يوتىنىڭ غولىغا چىققان بولسا، ئۇنىڭ سىزىقلىرىنى بويلاپ توغرىسىغا كەسكەي. قولتۇققا چىققان بولسىمۇ، توغرىسىغا تەشكەي. غەلۋىرەك باشقا چىققان بولسا، ئۇزۇنىسىغا كەسكەي. چاچ توختىغان ئورۇنغىچە قائىدە بويىچە كەسسە بولۇر. غەلۋىرەك كۆزگە چىققان بولسا، ئەھۋالغا قاراپ بەزىلىرىنى كۆز چۆرىسىدىكى ھىلال ئايسىمان سىزىقلار بويىچە تەشكەي. ئەگەر غەلۋىرەك بۇرۇن ۋە يۈزگە چىققان بولسا، ئۇزۇنىسىغا تەشكەي. بەزىسىنى ياشلار، قېرىلار، ئاغرىقلار ۋە ئورۇق كىشىلەر كۈلگەندە مەلۇم بولىدىغان سىزىقلار بويىچە تەشكەي. غەلۋىرەك بىلەك، پۇتنىڭ شىرىقى، يوتا، قورساق ئۈستى قاتارلىق ئورۇنلارغا چىققان بولسا، ئۇزۇنىسىغا تەشكەي. غەلۋىرەك يانپاشتا بولسا، مۇسكۇللارنى بويلاپ، ئۇزۇنىسىغا تەشكەي. غەلۋىرەك ساغرىدا بولسا، ھىلال ئاي شەكلىدە تەشكەي.

جاراھەت ياكى غەلۋىرەك تېشىلگەندىن كېيىن، زەخمە ئېغىزىنى ياغلار، سۈلار ياكى ياغلىق دورىلاردىن يىراق تۇتقاي. جاراھەتنى يۇيۇشقا تېگىشلىك بولسا، مائۇلھەسەل ياكى مائۇلھەسەلگە شاراب قوشۇپ ياكى ئىسسىق سۇغا سىركە قوشۇپ يۇغاي. غەلۋىرەك تېشىلگەندىن كېيىن،

جاراھەت ئېغىزى بەك كۆيۈشسە، ئاقلانغان يېسمۇقنى پىشۇرۇپ زىمات قىلغاي. ئاغرىقى كۈچەيمەي پەسىيشكە قاراپ ماڭسا، گۆش ئۇندۇرىدىغان دورىلار ۋە مەلھەملەرنى ئىشلەتكەي. غەلۋىرەكنى تېشىپ يىرىڭنى تازىلاپ بولغاندىن كېيىن پاكىز، يۇمشاق پاختا ياكى پەلكۈچ بىلەن زەخىم ئېچىنى ئايلاندۇرۇپ تازىلىغاي. ئارقىدىن زەخىم ئۇستىگە پاكىز پاختا ياكى يۇڭ قويۇپ بېسىپ، تېرىنى گۆشكە تەگكۈزۈپ تاڭغاي، تېرە بىلەن گۆش ئارىسىدا بوشلۇق قېلىشىدىن ئېھتىيات قىلغاي. بولمىسا بوشلۇققا يەنە يىرىڭ يىغىلىش ئېھتىمالى بولۇر.

غەلۋىرەكنى تېشىشتە ئۇنىڭ يىرىڭلىق، ئۇرۇق ۋە پەي ئارىلاشمىغان يېرى تاللىنىپ تېشىلەر، تومۇرلار، شىريانلار يەنى مىدىرلايدىغان تومۇرلار، پەيلەر جايلاشقان ئورۇنلار ۋە سېمىز يەرلەردىن تېشىشتىن ئېھتىيات قىلغاي. چۈنكى، سېمىز ئورۇن گۆشتىن يىراق بولغاچقا، ساقايمىقى ۋە تېرىنىڭ پۈتمىكى تەس بولۇر. ئورۇق يەرلەردىن تەشسە، تېرە گۆشكە يېقىن بولغاچقا، ئاسان ساقىيار ۋە ئەت ئاسان ئۇنەر. ئۇنىڭدىن باشقا، مىزاجى قۇرۇق يەرلەرنىڭ جاراھىتمۇ ئاسان ساقىيار. شۇ سەۋەبتىن غەلۋىرەك ئورۇق يەردىن تېشىلەر. گۆشلۈك يەردىن تېشىلسە ساقىيىشى ئۇزۇنغا سوزۇلۇپ كېتەر.

يىرىڭلىغان ئورۇننى قول ئۇچى بىلەن باسسا ئاستىدا بىرەر نەرسە بارەك، زىيادە ھەرىكەت قىلىۋاتقاندەك مەلۇم بولۇر. يىرىڭلىغان ئورۇن دەسلەپتە قىزىرار. ئارقىدىن ئاقىرار. بەزى جاراھەتلەرنىڭ رەڭگى سېرىق، يېشىل ھەتتا قارامتۇل بولۇر. بۇنداق رەڭلەردە بولۇشى ماددىنىڭ پىشمىغانلىقىنى بىلدۈرەر.

غەلۋىرەك چوڭ بولۇپ، يىرىڭ بىر ئېغىز بىلەن تازىلىنىپ بولالمىسا، تازىلىنىشقا قۇلايلىق بولۇش ئۈچۈن يەنە بىر يېرىدىن تەشكەي ھەمدە پاكىز ماتېرىياللار بىلەن يىرىڭنى تولۇق تازىلىغاي. غەلۋىرەك تېخى پىشمىغان بولسا، پىشۇرىدىغان دورىلارنى زىمات قىلغاي. يىرىڭنىڭ تېزرەك تازىلىنىشىنى قولغا كەلتۈرۈش ئۈچۈن، جاراھەت ئېغىزىنى كېڭەيتىدىغان دورىلارنى ئىشلەتكەي. ئىسسىق سۇ قۇيۇش ئېغىز ئالمغان غەلۋىرەككە پايدىلىق بولۇپ، ماددىنى پىشۇرار. يامان غەلۋىرەككە زىيانلىق بولۇپ، ماددىنى شۇ ئورۇنغا يىغىغاي.

پىشۇرۇش ئۈچۈن تۆۋەندىكى دورىلارنى ئىشلەتكەي.

نەرگەس پىيىزىنى زىمات قىلغاي. بولۇپمۇ مائۇلھەسەل بىلەن قاينىتىپ، ئازراق سەۋسەن يېغىنى ئارىلاشتۇرۇپ چاپسا، ماددىنى تېخىمۇ ياخشى پىشۇرار. ھۆل قومۇش يىلتىزىنى سوقۇپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ چاپقاي. زۈپتى رۇمنى ھەسەل ھەرىسىنىڭ ئۇۋىسى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ چاپقاي.

تۆۋەندىكى مەلھەم جاراھەتنى كۆچلۈك دەرىجىدە پىشۇرار:

نۇسخىسى سېرىق موم، راتىيانەج، كالا يېغىنىڭ ھەربىرىدىن 450 گىرامدىن، زۇپتى، ھەسەلدىن 225 گىرامدىن، زەنگاردىن 120 گىرام ئېلىپ، دورىلارنى قائىدە بويىچە لايىقلاشتۇرۇپ مەلھەم قىلغاي.

پىشۇرۇش ئۇچۇن تۆۋەندىكى مەلھەمنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى ئوشەقتىن ئىككى ھەسسە، موم، ئىلكۈل بەتەمدىن تۆت ھەسسىدىن، سېرىق گۈگۈرت، بۆرە ئەرمىنىدىن ئۇچ ھەسسىدىن، زەيتۇن يېغىدىن يېتەرلىك مىقداردا ئېلىپ، قائىدە بويىچە مەلھەم تەييارلاپ جاراھەتكە چاپقاي.

جاراھەتنى پىشۇرۇپ ئېغىز ئالدۇرۇش ئۇچۇن، يەنە تۆۋەندىكى مەلھەمنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى چىگىت مېغىزى، بۇزۇلغان ياڭاق مېغىزى، خېمىرتۇرۇش، كەرەم يوپۇرمىقى، پىشۇرۇلغان پىياز، سوقۇلغان قىچا، كەپتەر مايىقى قاتارلىقلارنى مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، قائىدە بويىچە مەلھەم تەييارلاپ جاراھەتكە چاپقاي.

پىشۇرۇپ ئېغىز ئالدۇرۇش ئۇچۇن تۆۋەندىكى مەلھەمنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى بالادۇر ھەسلى، زۇپتى رۇمىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، ئوت بىلەن ئېرىتىپ ئارىلاشتۇرۇپ جاراھەتكە قويغاي. ئۇستىدىن تېڭىلىپ يېرىم كۇن تۇرغۇزغاي.

پىشۇرۇپ ئېغىز ئالدۇرۇش ئۇچۇن تۆۋەندىكى مەلھەمنى چاپقاي:

نۇسخىسى شاخار بىلەن سۇ تەگمىگەن ھاكتىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ئۇستىدىن ئۇچ ئىلىك ئاشقۇدەك مىقداردا سۇ قۇيۇپ، بىر كېچە - كۇندۇز تۇرغۇزغاي، ئۇنىڭدىن كېيىن ئازراق قاينىتىپ پىسەپلىرىنى سۈزۈپ، سۈيىنى ئايرىۋېلىپ، سۈيىگە يەنە يېڭى ھاك بىلەن شاخاردىن مۇۋاپىق مىقداردا قوشۇپ يەنە ئازراق قاينىتىپ، ئۇنىڭدىن كېيىن سۈزۈۋېتىپ، سۈيىگە يەنە يېڭى ھاك بىلەن شاخاردىن مۇۋاپىق مىقداردا قوشۇپ، ئازراق قاياناتقاندىن كېيىن، ئوتتىن چۈشۈرۈپ سۈزۈۋېتىپ، سۈيىنى مىس قاچىغا ئېلىپ قاينىتىلسا، ئۇنىڭدا خۇددى تۇزغا ئوخشاش ماددا پەيدا بولۇر. بۇ ماددىنى ئېھتىيات بىلەن ئايرىۋېلىپ سايىدا قۇرۇتقاي. ئۇنىڭدىن تۆت ھەسسە ئېلىپ، ئۇنىڭغا بىر ھەسسە مىقداردا نۆشادۇر قوشۇپ، قىچا ئۇرۇقى لوئابى بىلەن يۇغۇرۇپ مەلھەم قىلىپ جاراھەتكە سۈركىگەي. ئۇنىڭغا بالادۇر ھەسلىدىن مۇۋاپىق مىقداردا قوشسا، تېخىمۇ ياخشى ئېغىز ئالدۇرار.

ماددىنى پىشۇرۇپ، جاراھەتنى ئېغىز ئالدۇرۇش ئۇچۇن تۆۋەندىكى مەلھەمنى سۇركىگەي:

نۇسخىسى زارارىھ (ئالا كۇلۇك) تىن مۇۋاپىق مقدارىدا ئېلىپ، كونا زەيتۇن يېغى بىلەن سالايە قىلغاي. ئۇنىڭغا بالادۇر ھەسىلىدىن مۇۋاپىق مقدارىدا قوشۇپ سۇس ئوتتا قايىنىتىپ مەلھەم قىلىپ، جاراھەتكە سۇركىگەي. ئەگەر ئۇنىڭغا قۇشقاچ پوقى، ئۆردەك پوقى ياكى قارچىغا پوقىنىڭ بىرەرسىدىن مۇۋاپىق مقدارىدا قوشسا، تېخىمۇ ياخشىراق بولۇر.

جاراھەتتىكى يىرىڭنى تازىلاش ئۇچۇن تۆۋەندىكى زىماتنى چاپقاي:

نۇسخىسى ئاقىرقەرھا، مەۋىزەج، توغرىغۇ قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مقدارىدا ئېلىپ سوقۇپ، ھەسەل بىلەن زىمات قىلىپ چاپقاي.

ئۇنىڭدىن كېيىن تۆۋەندىكى زىماتنى چاپقاي:

نۇسخىسى ھەجەرى مەرقىشىا، ئوشەقتىن 36 گىرامدىن، باقلەدىن 18 گىرام ئېلىپ، دورىلارنى قائىدە بويىچە سوقۇپ، ھۆل دىۋىرقاي بىلەن يۇغۇرۇپ، غەلۋىرەككە دەرھال چاپقاي. ئۇنى دەرھال چاپمىسا قېتىۋالىدۇ، تاكى ئۆزى چۇشكۇچە تۇرغۇزۇلىدۇ.

ئۇنىڭدىن كېيىن تۆۋەندىكى زىماتنى چاپقاي:

نۇسخىسى نۆشۇدۇر بىر ھەسسە، بارىزەت بىرھەسسىنىڭ تۆتتىن بىرىچىلىك مقدارىدا، مەدەستان بىر ھەسسىنىڭ ئۇچتىن بىرىچىلىك مىقدارىدا، كونا زەيتۇن يېغى بىر ھەسسىنىڭ بىرىچىلىك مقدارىدا ئېلىنىدۇ. دورىلارنى قائىدە بويىچە لايىقلاشتۇرۇپ، ئارىلاشتۇرۇپ يۇغۇرۇپ زىمات قىلىپ غەلۋىرەككە چاپقاي.

غەلۋىرەك بەدەننىڭ ئىچىدە بولۇپ ئاغرىسا، دەسلەپتە بەدەننى تەنقىيە قىلىپ مىزاجنى تەڭشىگەي. يېنىك، مۆتىدىل دورىلار بىلەن قانىنى تازىلاپ ماددىنى پىشۇرغاي. بىمارنىڭ غىزاسىغا ئاز مقدارىدا دارچىن قوشۇپ بەرگەي. بىر گىرام سەبرىگە يېرىم گىرام زەپەر قوشۇپ، ھەر كۇنى ئەتىگەندە ئىچكۇزسە، تېز پىشۇرۇپ ئېغىز ئالدۇرار. غەلۋىرەك ئېغىز ئالغاندىن كېيىن، ئىسپىغۇلدىن 15 گىرام، ھەبۇلئاستىن ئالتە گىرام، ئاق لەيلى ئۇرۇقى ياكى ھەمشىباھار ئۇرۇقىدىن 12 گىرام، ئەرەب يېلىمى، كەتىرا، بىنەپشە، قوغۇن ئۇرۇقى مېغىزىدىن 10 گىرامدىن، گىل ئەرمىنىدىن 30 گىرام ئېلىپ سوقۇپ، سۇفۇپ قىلىپ ھەر كۇنى ئەتىگەن - كەچتە سوغۇق سۇ ۋە ئازراق گۇل يېغى بىلەن بىرلىكتە 10 گىرامدىن كاپ ئەتكەي.

بىمارنىڭ غىزاسىغا گۇرۇچ ئۇنى ئاتىلاسى بەرگەي. ئارپا كوجىسىنى سوقۇپ، نىشاستە، بادام يېغى، ئەرەب يېلىمى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مقدارىدا قوشۇپ بەرگەي.

تەرياقى كەبىر، مەجۇنى مەسرۇدىتۇس، مەجۇنى ئەمرۇسيا بەرسە، ياخشى مەنپەئەت قىلۇر.

غەلۋىرەكنىڭ ئاغرىقى قوزغالسا، مۇرد ئۇرۇقى، لەيلى ئۇرۇقى، تازىلانغان ياۋا ھەمشىباھار ئۇرۇقى، كەتىرا قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، سۇفۇپ قىلىپ، گۈل يېغى، بىنەپشە يېغى ياكى بادام يېغى قاتارلىقلارنىڭ بىرەرسى بىلەن ياغلاپ، 30 مىللىلىتىر ئېشەك سۈتى بىلەن قوشۇپ، ھەر كۈنى ئەتىگەن ۋە كەچتە 10 گىرامدىن كاپ ئەتسە، ئاغرىقنى پەسەيتەر.

غەلۋىرەك بەدەننىڭ تۆۋەنكى قىسمىدا بولسا، شۇمشا ئۇرۇقى لوئابى، زىغىر ئۇرۇقى لوئابى، كەتىرا، تۇخۇم سېرىقى، گۈل يېغى قاتارلىقلار بىلەن قائىدە بويىچە ھۆقنە تەييارلاپ ھۆقنە قىلغاي.

قالغان ئىلاجنى ئاشقازان ۋە دوۋساق يارىسىنىڭ بابىدىن ئىزدىگەي.

توغرىسىنى ئاللا ئوبدان بىلەر.

سەككىزىنچى باب دۇممەل توغرىسىدا

سەۋەبى

دۇممەل (كۆتى يوغان) غەلۋىرەكنىڭ تۇرىدىن بولۇپ، تاشقىنىڭ ھەزىم بولماسلىقى، چىنىقىش ۋە ئەمگەكتىن كېيىن بەدەندە ماددىلارنىڭ يىغىلىپ قېلىشىنى پەيدا قىلىدىغان يېمەكلىكلەرنى يېيىشتىن پەيدا بولۇر.

داۋالاش

دۇممەل چىققانلىقىنى بايقىغاندىن كېيىن، ئۇنىڭغا ۋاقتىدا ئىلاج قىلىشقا سەل قارىمىغاي. چۈنكى، ئۇزۇنغا سوزۇلسا غەلۋىرەككە ئۆزگىرىش خەۋپى بولۇر.

ئۇنىڭغا ئىلاج قىلىشتا، ئۇچ كۈنگىچە ئىسسىق ئىششىقلارنىڭ ئىلاجنى قىلغاي. توسالغۇ بولمىسا دەسلەپتە قان، ئالغاي. لوڭقا قويغاي. قارىئۆرۈك، چىلان، ئاچچىق ئۇزۇم، تەمرى ھىندى، زىرىق قاتارلىقلاردىن ئۇچ گىرامدىن ئېلىپ، يۇمغاقسۇت ئۇرۇقىدىن مۇۋاپىق مىقداردا قوشۇپ، بىر كېچە سۇغا چىلاپ، تەمىنى چىقىرىپ، ئەتىسى ئەتىگەندە سۈزۈپ سۈيىنى ئىچكەي. تاتلىق ئانار سۈيى، ئاچچىق ئانار سۈيى، كاسنە سۈيى، سىركەنجۇبىلنى ئىچسە

مەنپەئەت قىلۇر. ئارقىدىن سېرىق ھېلىلە، شەھتەررە، سانائى مەككى، تەمرىھىندى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مەتبۇخ تەييارلاپ ئىچسە يارىشار. تەستە ھەزىم بولىدىغان غىزالار، گۆش ۋە تاتلىق نەرسىلەردىن پەرھىز قىلغاي. سوغۇق تەبىئەتلىك نەرسىلەرنى زىمات قىلغاي، بۇنىڭ ئۈچۈن ئىسپىغۇلنى گۈلاب ۋە سىركە بىلەن، ئاق لەيلىگۈلنى گۈلاب ۋە سىركە بىلەن، ئارپا ئۈننىنى مارجان شوخلا سۈيى ۋە ھۆل يۇمغاقسۈت سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ كېسەللەنگەن ئورۇنغا چاپلاي. ئۈچ كۈندىن كېيىن ماددىنى تارقىتىش ۋە پىشۇرۇشنىڭ تەدبىرلىرىنى قىلغاي. پىشۇرۇش ئۈچۈن سۇ ۋە ئىلمان ياغ بىلەن نەمدەپ بىرقانچە قېتىم قويغاي. بۇغداي ۋە بۇغداي نېنىنى سۈت بىلەن ئېزىپ، زەيتۇن يېغى بىلەن قاينىتىپ دۇممەلگە قويغاي. بۇغدايىنى چاينىاپ يۇمشىتىپ چاپلاي. ئېرىتىلگەن موم، ئازراق زۇپتى رۇمى، راتىيانەج، سەۋسەن يېغىغا ئوخشاش ئىسسىق تەبىئەتلىك ياغلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، قائىدە بويىچە مەلھەم تەييارلاپ چاپسا تېز پىشۇرار. زىغىر چاپسىمۇ پىشۇرار. زىغىر، ئامۇت ئۇرۇقىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، سوقۇپ مەلھەم تەييارلاپ، ئاچچىق خېمىر بىلەن يۇغۇرۇپ چاپسا پىشۇرار، بولۇپمۇ ئۇنىڭغا مائۇلھەسەل قوشسا تېخىمۇ ياخشى پىشۇرار. قۇرۇق ئۇزۇمنى بۆرە ئەرمنى بىلەن يۇغۇرۇپ چاپلاي.

مەرۋى ئۇرۇقىنى سوقۇپ سۇدا قاينىتىپ، يىرىڭلىق ئىششققا قويسا ئۇنى پىشۇرۇر.

پىشۇرىدىغان يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى گۈل يېغى 32 گىرام، خېمىرتۇرۇچ 42 گىرام، سوقۇلغان مەرۋى ئۇرۇقى، سوقۇلمىغان ئىسپىغۇلنىڭ ھەربىرى 32 گىرامدىن، ئەنجۈر، سۈت ھەربىرى 53 گىرامدىن، شۇمشا، زىغىرنىڭ ھەربىرى 15 گىرامدىن. بۇلارنىڭ ھەممىسىنى يېڭى سۈتتە قاينىتىپ زىمات قىلغاي، بۇ مۆتىدىل بولۇپ، پىشۇرار.

زاغۇننى كالا يېغىدا قاينىتىپ، پىشۇرۇپ قويسا، ئۇنى يۇمشىتار.

ئەگەر يىرىڭلىق ئىششق بەك قىزىق بولسا كېچىكىپ پىشار.

يىرىڭلىق ئىششق چىققان ئاشۇ ئەزاغا يېقىن تومۇردىن قان ئالغاي، ئاندىن كېيىن يىرىڭلىق ئىششققا ھىجامەت قويۇپ، قاننى چىقارغاي، يىرىڭلىق ئىششق كۆپ چىقىدىغان كىشىلەر بۇ ئىلاجنى قىلىپ، بەدەن چېنىقتۇرسا مەنپەئەت قىلۇر.

توققۇزىنچى باب شەرا توغرىسىدا

شەرا بىر خىل ئىششق بولۇپ، ناھايىتى ئۇششاق مۇدۇر - چاقىلار چىقار. كۆپ ھالىلاردا تۇيۇقسىز، بىراقلا چىقار.

سەۋەبى

بەدەندىكى قويۇق بۇخاراتنىڭ قوزغالغانلىقىدىن پەيدا بولۇر، بۇ بۇخارات سەپرالىق، قاندىن ياكى شورلۇق بەلغەمدىن پەيدا بولۇر.

ئالامىتى

قاندىن پەيدا بولغان بولسا، ئۇنىڭ رەڭگى قىزىل بولۇر، كۆيدۈرۈپ ئاغرىقتار، ئىسسىق بولۇر، تېز ئۆرلەپ ئاشكارا بولۇر. كۆپىنچىسى قۇياش كۆتۈرۈلگەندە، يەنى چاشكا ۋاقتىدا ئاشكارا بولۇر.

ئەگەر بەلغەمدىن بولسا، رەڭگى قىزىل بولۇپ، كۆپ كۆيدۈرۈپ ئاغرىتماس، رەڭگى ئاقۇچقا مايىل بولۇر، تولىسى كېچىدە پەيدا بولۇر، تەرلىگەنگە ئوخشاش ھۆللۈك ئاشكارا بولۇر.

داۋالاش

ئەگەر قاننىڭ ئالامەتلىرى ئاشكارا بولسا، چىقىقان ۋاقتىدا، غورا ئۇزۇمنى چاپقاي. غورا ئۇزۇم سۈيىنى سىركەنجۇبىل بىلەن بەرگەي. بىئارامىلىق پەيدا بولسا كېيىن قان ئالغاي ياكى ھىجامەت قويغاي. ئەگەر سىركە ھازىر بولمىسا، گۈلاب، كەرەپشە سۈيى ۋە گۈل يېغىنى سۈركىگەي. تاتلىق ئانار ۋە ئاچچىق ئانار سۈيىگە تەمرىھىندىنى چىلاپ، ئاچچىق دوغ بىلەن بەرسە ئارام بېرەر.

ئەگەر بەدەن قۇۋۇتى كۈچلۈك بولمىسا، ئۇچ گىرام ئايارەج پەيقىرانى ئېرىتىپ بەرگەي. كەتىرادىن يېرىم گىرام قوشۇپ، كەرەپشە سۈيىدە ئېرىتىپ بەرگەي، ئەگەر ھارارىتى يۇقىرى بولسا، ئانار سۈيى ۋە دوغاپقا ئوخشاش نەرسىلەرنى قۇرسى كاۋۇر بىلەن ياكى قۇرسى تاباشىر بىلەن بەرگەي.

ئەگەر ئاغرىقنىڭ مۇددىتى ئۇزاقتا داۋاملاشسا، نوقوئى سەبرنى كاسنە سۈيى بىلەن بەرگەي، ئەگەر كۆكلى ئېلىشىپ، ياندۇرغۇسى كەلسە، ئىسسىق سۇنى كەينى - كەينىدىن بېرىپ قۇستۇرسا پايدا قىلۇر.

بەلغەم خىلىتىنىڭ ئالامەتلىرى ئاشكارا بولسا، ئاۋۋال قان ئېلىپ، بىر قىسىم قانىنى ئازايتىش لازىمدۇر، ئاندىن كېيىن بەلغەمنى ھەيدىگىلى بولىدىغان سۈرۈپ چىقارغاي.

بۇنىڭ نۇسخىسى سېرىق ھەيدىگىلى بولىدىغان گىرام، ئاق تۇربۇت تۆت گىرام، زەنجۇبىل بىر گىرام، سوقمونىيا يېرىم گىرام، بەدىيان رۇمى، كەتىرا يېرىم گىرامدىن. بۇلارنى كەرەپشە

سۈيدە ھەب ياساپ، بىر قېتىمدا ېپگەي.

ھەر كۈنى ئەتىگەندە 30 گىرام گۈلقەنت ھەسەلنى باراۋەر مقداردىكى سىركەنجۈبىل ساددە بىلەن يۇغۇرۇپ بەرگەي.

ئەگەر گۈلقەنتى بىر ېپرىم گىرام رۇمبەدىيان بىلەن بەرسە ياخشى مەنپەئەت قىلۇر.

مۇنچىغا كىرىپ تەرلەش ۋە تەر تۆشۈكچىلىرىنى ئوچۇق قويۇش قان ۋە بەلغەمدىن بولغانلىقى ھەر ئىككى خىلغا مەنپەئەت قىلۇر.

ئۇچ گىرام سوققان كاۋاۋچىنىنى توققۇز گىرام شېكەر بىلەن سۇفۇپ قىلىپ بەرسە، بەلغەمدىن بولغىنغا مەنپەئەت قىلۇر.

ئەگەر پىششىق خىشنى قىزىتىلغان سۇغا سېلىپ، شۇ سۇنى بەرسىمۇ پايدا قىلۇر، قىزىلگۈلنى سوقۇپ، سۇدا ئېرىتىپ، ئۇنىڭدا ئولتۇرغۇزسىمۇ پايدا قىلۇر.

ئۇچىنچى قىسىم

بۇقسىم بەش بابتۇر.

بىرىنچى باب باش تەمرەتكسى ۋە شېرىنە توغرىسىدا

باش تەمرەتكسى (تاز) ۋە شېرىنە تېرە يۇزىدە پەيدا بولۇر، گۆشكە چوڭقۇرلاشماس، لېكىن بەزىسى ياپىلاق بولۇپ، ئاغرىقى، كۆيۈشۈشى ۋە قىچىشىشى كەم بولۇر.

باش تەمرەتكسى تولىراق باش تېرىسىدە پەيدا بولۇر، شېرىنە يۇز ۋە باشقا ئەزالاردا پەيدا بولۇر، شېرىنەنىڭ كۆيۈشى باش تەمرەتكسىنىڭ كۆيۈشىدىن كۈچلۈكرەك بولۇر، باش تەمرەتكسىدىن سۇلۇقراق بولۇر. باش تەمرەتكسىدىن قويۇق يېرىڭ چىقار، يېپىشقاق بولۇر، ئۇنىڭ قويۇقلۇقى ھەسەلگە ئوخشار، بەزىدە سۇيۇقراق بولۇر، گاھىدا ئۇنىڭدىن ھېچنېمە چىقماس، گاھىدا تۇزغا ئوخشاش نەرسە چىقار، شېرىنەدىن چىقىدىغان سۇيۇق نەرسىلەر ئاقار.

داۋالاش

باش تەمرەتكسىنىڭ ئەھۋالغا دىققەت قىلغاي، ئەگەر قان غالىب بولغان بولۇپ، ئۇنىڭ ئالامتى ئاشكارا بولسا، قېيفال تومۇردىن قان ئالغاي، ئۇ قانىنى باشقا چاپقاي. ئاندىن كېيىن زەرچىۋە، مۇردارسەك، سىركە، زەيتۇن يېغى بىلەن قىلغان قىزىل مەلھەمنى چاپقاي.

بۇغداي كېپىكى، قىزىلچا يوپۇرمىقىنى سىركە بىلەن، سۇدا قايىنىتىپ باشنى يۇغاي.

بىنەپشە يېغى، نېلۇپەر يېغى، قاپاق يېغىنى بۇرنىغا تېمىتقاي. بەدەندە باشقا خىلىتىنىڭ نورمالسىزلىقى مەلۇم بولسا، تەنقىيە قىلغاي.

باش تەمرەتكسى تولىراق قاندىن پەيدا بولۇر. بەزىدە سەپرانىڭ قوشۇلۇشىدىن بولۇر. بەزىدە بۇزۇلغان تۇزلۇق بەلغەم (بەلغمى شور)دىن بولۇر. قان بىلەن سەپرانىڭ قوشۇلۇشىدىن

بولسا، سېرىق يېرىك بولۇر، كۆيۈشەر، بەلغىمى شوردىن بولسا، قويۇق يېرىك بولۇر. ھېللىلە، ئەفسەنتىن، سوقمونىيادىن مەتبۇخ تەييارلاپ، سەپرانى سۈرۈپ چىقارغاي. ھەببى سەبرە، ھەببى قوقيانى بېرىپ بەلغەمنى تەنقىيە قىلغاي. ئۇنىڭدىن كېيىن چېپىلىدىغان دورىلارنى تەييارلاپ ئىشلەتكەي.

تۆۋەندىكى زىماتنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى توبالى مىس (مىس پوقى)، كۆيدۈرۈلگەن قوغۇشۇن، ئەنزىروت، كۆيدۈرۈلگەن قەغەز قاتارلىقلاردىن ئىككى ھەسسىدىن، قىزىل گۈگۈرتتىن بىر ھەسسە ئېلىپ، دورىلارنى قائىدە بويىچە سوقۇپ، زىمات قىلىپ يەرلىك ئورۇنغا چاپقاي.

تۆۋەندىكى زىماتنى چاپقاي:

نۇسخىسى مەدەستان، زەرچۈە، ئاچچىق بادام قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، سىركە ۋە گۈل يېغى بىلەن سالايە قىلىپ تەمرەتكىگە چاپقاي.

تۆۋەندىكى مەلھەمنى كىچىك باللارنىڭ بېشىدىكى تەمرەتكىگە چاپسا ياخشى مەنپەئەت قىلۇر:

نۇسخىسى زەرچۈە، خېنە، زىراۋەندە تەۋىل، مەدەستان، ئانار پوستى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، سىركە بىلەن نەمدەپ، گۈل يېغى بىلەن ئېزىپ چاپقاي.

تۆۋەندىكى زىمات كىچىك باللاردىكى باش تەمرەتكىسىگە پايدا قىلۇر:

نۇسخىسى مەدەستان، ئىقلىميا، كۆيدۈرۈلگەن ئاچچىق بادام، زەرچۈە قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، سىركە ۋە گۈل يېغى بىلەن يۇغۇرۇپ تەمرەتكىگە چاپقاي.

تۆۋەندىكى مەلھەمنى كىچىك باللاردىكى باش تەمرەتكىسىگە سۈركىگەي:

نۇسخىسى تۆشۈكسىز موزىنى كالا يېغى بىلەن قورۇپ، سىركە بىلەن ئېزىپ چاپقاي. ئايدا بىر قېتىم مەزكۇر كالا يېغىنى بىمارنىڭ بۇرنىغا تېمىتقاي. تېۋىپلارنىڭ بەزىلىرى بۇنىڭغا ھەببۇلئاس، بەزىلىرى ئامىلە قوشار.

مۇھەممەد زىكرىيا مۇنداق دېگەن: «تۆۋەندىكى دوردىن ياخشىراق دورا يوقكى، كونا ئوچاقنىڭ ساپىلىدىن بىر ھەسسە ئېلىپ، يېرىم ھەسسە سىركە بىلەن ئېزىپ مەلھەم قىلىپ تەمرەتكىگە چاپقاي». ئۇ يەنە مۇنداق دېگەن: «قۇرتلۇق تەمرەتكە ۋە كونا يارىنى داۋالاشتا سىركە بىلەن تۇزنىڭ ئېرىتمىسىدىن ياخشى دورا يوق، ئۇ يامان ماددىنى قۇرۇتار».

تۆۋەندىكى مەلھەمنى چاپقاي:

نۇسخىسى كۆيدۈرۈلگەن قۇرۇق يۇمغاقسۈت، تونۇر چالمىسى، خېنە قاتارلىقلارنى سىركە ۋە گۈل يېغى بىلەن ئېزىپ، يەرلىك ئورۇنغا چاپقاي.

ھۆل خەرزەھرەنى سۇ بىلەن قاينىتىپ تەمىنى چىقىرىپ، سۈيىدە بىمارنىڭ بېشىنى يۇيۇپ

بەرگەي. ئۇنىڭدىن كېيىن مىس دېتى، مۇرمەككى، قەنبىلدىن ئىككى ھەسسىدىن، سانا، كۈندۇر، زەمچە تۆت ھەسسىدىن، ئۇزۇنچاق زىراۋەندە، قەلقەتاردىن بىر ھەسسە، ئۇزۇم شېخىدىن تامغان سۇدىن بىر ھەسسە ئېلىپ، دورىلاردىن سوقۇشقا تېگىشلىكلىرىنى سوقۇپ، بىر ھەسسە سىركە بىلەن گۈل يېغىدا ئېزىپ، يەرلىك ئورۇنغا چاپقاي. ئۇزۇم تېلىنىڭ سۈيى تېپىلمىسا، ئۇنىڭ كۈلىنى سۇنىڭ ئورنىدا ئىشلەتكەي.

تەمرەتكە يۇزدە پەيدا بولسا، قىزىل مۇدۇرلار ئۆرلەر، ئۇنىڭ ئىلاجى شۇكى، بىمار يۇزىنى مۇنچىدا ئىسسىق سۇ ھورىغا تۇتقاي. پېشانىسىدىن قان ئېلىپ، زۇلۇك قۇرتىنى قويغاي. گىل ئەرمىنى بىلەن كافۇرنى سىركە ياكى گۈلاب بىلەن مەلھەم قىلىپ چاپقاي.

ئىككىنچى باب بەدەنگە ئىسسىقلىق ئۆرلەش توغرىسىدا

بۇ، ئەرەبچە «ھەسەف» دېيىلەر. ئۇ، تېرىگە چىقىدىغان ئۇششاق مۇدۇرلاردىن ئىبارەت بولۇپ، خۇددى يىڭنە بىلەن سانجىغاندەك كۆيدۈرەر، تومۇزدا پەيدا بولۇر، بولۇپمۇ ئىسسىق كۈنلەردە تەرلىگەندە پەيدا بولۇر.

داۋالاش

بۇنىڭ ئۈچۈن دەسلەپتە قان ئالغاي. ئارقىدىن مەتبۇخى ھېلىلە ۋە مەتبۇخى شاھتەررىنى ئىچكۈزۈپ، ئۆزگەرگەن خىلتىنى تەنقىيە قىلغاي. ھۆل يۇمغاقسۈتنى سىركە، گۈلاب ۋە گۈل يېغى بىلەن، خېنىنى سىركە بىلەن مەلھەم قىلىپ، مۇنچىدا سۈركىسە مەنپەئەت قىلۇر. ھەببۇلئاسنى قاينىتىپ سىركە ۋە قىزىلگۈلنىڭ سۈيى بىلەن مەلھەم قىلىپ چاپقاي. سوغۇق سۇ بىلەن يۇغاي. سىركە بىلەن قىزىلگۈلنىڭ سۈيىنى ئارىلاشتۇرۇپ سۈركىگەي.

بىمارنىڭ غىزاسىغا ھۆل سوغۇق يېمەكلىكلەرنى بەرگەي.

ئۈچىنچى باب بەناتۇللەيل توغرىسىدا

بۇ، سوغۇق كېچىلەردە بەدەن تېرىسىگە چىقىدىغان قىچىشىدىغان ئۇششاق، يىرىك مۇدۇرلاردىن ئىبارەت.

سەۋەبى

بۇ، تېرىدىكى تۈك ئۇنىدىغان تۆشۈكلەرنىڭ توسۇلۇپ قېلىشى، تېرىنىڭ نازۇك، سەزگۈر بولۇشى ۋە تاۋام سىڭمەسلىك قاتارلىق سەۋەبلەردىن پەيدا بولۇر.

ئالامتى

بۇنىڭ دانلىرى ئۇششاق بولۇپ، قىچىشار، سوغۇق كېچىلىرى سوغۇقنىڭ تەسىرىدىن پەيدا بولۇر.

داۋالاش

بۇنىڭدا ئاۋۋال قان ئېلىپ، مەتبۇخى هېلىلە، نوقوئى سەبرە، ئانار سۇيى قاتارلىقلارغا ئوخشاش دورىلارنى ئىچكۈزۈپ، سەۋەبچى ماددىنى سۇرۇپ چىقارغاي. مۇنچىدا خېنە، كەرەپشە سۇيى، كېپەك سۇيى، قىزىلچا سۇيى قاتارلىقلارنىڭ قايسىسى هازىر بولسا، شۇنى سۇركىگەي ياكى ئارپا ئۇننىنى سىركە بىلەن مەلهەم قىلىپ سۇركىسمۇ بولۇر.

قىچىشدىغان بۇ مۇدۇرلار ئاچچىق خىلتىنىڭ سەۋەبىدىن پەيدا بولغان بولۇپ، ئۇزۇنغا سوزۇلسا، شۇمشا ئۇرۇقى ئۇننىنى سىركە بىلەن يۇغۇرۇپ مۇنچىدا چاپقاي. قسائۇل هىمار بىلەن شەهمەنزەل قاياناتمىسدا يۇغاي. كەرەپشە، خەرزەهرىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، سىركە بىلەن قاينىتىپ، مۇۋاپىق مىقداردا گۇل يېغى ئارىلاشتۇرۇپ مەلهەم قىلىپ چاپسا پايدا قىلۇر. ئانار بىلەن شەهمەنزەلنى قاينىتىپ سۇيىنى سۇركىگەي. ئاق گۇرۇچتىن 60 گىرام ئېلىپ سوقۇپ، ئۇنىڭغا يېرىم هەسسە گۇڭگۇرت ئارىلاشتۇرۇپ، مۇنچىدا چاپسا مەنپەئەت قىلۇر.

تۆۋەندىكى سۇفۇپنى بەرسە ياخشى مەنپەئەت قىلۇر:

نۇسخىسى كەرەپشە ئۇرۇقى، بەدىيان ئۇرۇقى، رۇمبەدىيان ئۇرۇقىنىڭ هەربىرىدىن بەش گىرامدىن، رەۋەنچىنى (خىتاي رەۋەندى)، قىزىلگۈلدىن 10 گىرامدىن، تەرەنجىبىندىن 12 گىرام ئېلىپ، بارلىق دورىلارنى سوقۇپ، هۆل سەۋزە سۇيى بىلەن ئۇدا ئۇچ كۈن بەرگەي. زۆرۈر بولسا بىر هەپتىگىچە بەرگەي.

تۆتىنچى باب قوتۇر توغرىسىدا

سەۋەبى

بۇ، تومۇرلاردىكى قويۇق قاندىن پەيدا بولىدىغان بولۇپ، تەبىئەت كۇچى ئۇنى بەدەن سىرتىغا ئىتتىرىپ چىقرار.

قوتۇر قۇرۇق ۋە هۆلدىن ئىبارەت ئىككى خىل بولۇر.

داۋالاش

بۇنىڭ ئۈچۈن قان ئالغاي. ئارقىدىن سېرىق هېلىلە، هېلىلە كابۇلى، شاھتەررە، تەمرىھىندى قاتارلىقلاردىن مەتبۇخ تەييارلاپ ئىچكۈزۈپ ماددىنى سۈركىگەي. قۇرسى بىنەپشىنى بەرسىمۇ مۇۋاپىق كېلۇر. سۈركىدىن كېيىن شاھتەررە سۈيىنى ئىچكۈزگەي ياكى سېرىق هېلىلە پوستىنى شېكەر بىلەن سۇفۇپ قىلىپ كاپ ئەتكۈزگەي. ئىتىرىفىل بىلەن شاھتەررىنى ھەب قىلىپ بەرگەي. كاسنە سۈيىگە سەبرىنى چىلاپ، ئېرىتىپ ئىچكۈزگەي. ئۇنىڭدىن كېيىن قان تازىلايدىغان دورىلارنى بەرگەي.

سەبرە سۈيىنىڭ نۇسخىسى ئۈچ گىرام سەبرىنى كاسنە سۈيىگە بىر كېچە - كۈندۈز چىلاپ تەمىنى چىقىرىپ، ئۇدا ئۈچ كۈن ئەتىگەن - كەچتە 10 مىللىلىتىردىن ئىچكۈزگەي. ئۈچ كۈن تەخىر قىلىپ، يەنە ئۈچ كۈن ئىچكەي. بۇ كونا قوتۇرنى تۈپ يىلتىزىدىن ساقايتار.

مەتبۇخى شاھتەررە بېرىلسە ياخشى مەنپەئەت قىلۇر.

نۇسخىسى سېرىق هېلىلە 45 گىرام، شاھتەررە 21 گىرام، سانا 15 گىرام، مامىران ئالتە گىرام، ئەفتىمۇن 12 گىرام، ئەفسەنتىن 10 گىرام، قىزىلگۈل ئالتە گىرام، كاسنە ئۇرۇقىدىن 10 گىرام. دورىلارنى مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇغا چىلاپ، قاينىتىپ تەمىنى چىقىرىپ، پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، سۈيىگە فۇلۇسى خىيارشەنبەردىن 45 گىرام، شېرخىستىن 90 گىرام قوشۇپ ئېرىتىپ، پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ ئىچكۈزگەي.

تۆۋەندىكى ھەببى شاھتەررىنى بەرگەي. ئۇ، ھۆل قوتۇرغا مەنپەئەت قىلۇر.

نۇسخىسى سېرىق هېلىلە، قارا هېلىلە 15 گىرامدىن، سەبرىدىن 22 گىرام، سوقمونىيادىن 15 گىرام ئېلىپ، سوقمونىيانى شاھتەررىنىڭ يېڭى سۈيى بىلەن ئېرىتىپ، قالغان دورىلارنى سوقۇپ، شاھتەررە سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ، ئۈچ كۈن ئۆتكەندىن كېيىن مۇۋاپىق چوڭلۇقتا ھەب قىلىپ، ھەر قېتىمدا 8 ~ 6 گىرامغىچە ئىستېمال قىلغاي.

مەجۇنى شاھتەررىنى ئىستېمال قىلدۇرغاي.

نۇسخىسى سېرىق هېلىلە 30 گىرام، سانا، شاھتەررە 15 گىرامدىن، رەۋەنچىنى ئۈچ گىرام، كۈندۈر ئالتە گىرام. دورىلارنى سوقۇپ، تاسقاپ، كىشمىش بىلەن يۇغۇرۇپ، مۇناسىپ مېۋە سۈيى بىلەن بىرلىكتە ھەر قېتىمدا 10 ~ 12 گىرامغىچە ئىستېمال قىلدۇرغاي.

قۇرسى بەرەنگىنى ئىستېمال قىلدۇرغاي. ئۇ، ھۆل قوتۇرغا پايدا قىلۇر.

نۇسخىسى ھېلىلە، بەلىلە، ئامىلە، بەرەڭگى كابۇلىنىڭ ھەربىرىدىن بىر ھەسسىدىن، تۇربۇتتىن ئىككى ھەسسە ئېلىپ سوقۇپ، شېكەر بىلەن مۇۋاپىق چوڭلۇقتا قۇرس قىلىپ، ھەر قېتىمدا 10 گىرامدىن بەرگەي. سۇرۇش ئۈچۈن 30 ~ 60 گىرامغىچە ئىستېمال قىلدۇرغاي. ئەگەر تولا سۇرگەن بولسمۇ پايدىسى بىلىنمىسە، بۇغداي تالقىنىنى شېكەر ۋە سۇ بىلەن بەرگەي.

مۇھەممەد زىكرىيا: «قوتۇر بولغان بىمارغا شاھتەررە بىلەن بېقىلغان قوي ياكى ئۆچكىنىڭ سۈتىنى ئىچكۈزسە پايدا قىلۇر» دېگەن. ئارقىسىدىن چېپىلىدىغان مۇناسىپ دورىلارنى ئىشلەتكەي.

ھۆل قوتۇرغا قۇرۇتىدىغان ئۇنۇملۇك دورىلارنى ئىشلەتكەي. ئەمما قۇرۇق قوتۇرغا قۇرۇتىدىغان دورىلارنى ئىشلەتمىگەي.

تۆۋەندىكى مەلھەم ھۆل قوتۇرغا مەنپەئەت قىلۇر:

نۇسخىسى ئۆلتۈرۈلگەن كۆمۈش، سىماب لېيى، خەرزەھرە يوپۇرمىقى، كۈندۈش، شاخار، مەدەستان كۈشتىسى قاتارلىقلارنى مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، سوقۇشقا تېگىشلىكلىرىنى سوقۇپ، سالايە قىلىشقا تېگىشلىكلىرىنى سالايە قىلىپ، گۈل يېغى بىلەن يۇغۇرۇپ مەلھەم قىلىپ، مۇنچىدا ھۆل قوتۇرغا چاپقاي.

تۆۋەندىكى مەلھەمنى ھۆل قوتۇرغا چاپقاي:

نۇسخىسى سېرىق زەرنىخ، قىزىل زەرنىخ، مەدەستان، كۆمۈش پوقى، زەرچىۋە، كۈندۈش، خەرزەھرە، نۆشادۇر، ئۇزۇنچاق زىراۋەندىنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرامدىن، ئۆلتۈرۈلگەن سىمابتىن ئۈچ گىرام ئېلىپ، دورىلارنى قائىدە بويىچە سوقۇپ، سىركە ۋە زەيتۇن يېغى بىلەن يۇغۇرۇپ تەمرەتكىگە چاپقاي. كۆمۈش پوقىنىڭ ئورنىدا ئىقلىمىيا سالسا ياخشىراق بولۇر.

تۆۋەندىكى مەلھەمنى چاپقاي:

نۇسخىسى ئۇزۇنچاق زىراۋەندە، مۇغاس، كۈندۈش، يېسسىمۇق، مۇرمەككى، ئوشەق، ئاچچىق بادام، زەرچىۋە بىر ھەسسىدىن، مەدەستان، كۆمۈش پوقىدىن ئالتە گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، سالايە قىلىشقا تېگىشلىكلىرىنى سالايە قىلىپ، سىركە ۋە زەيتۇن يېغى بىلەن مەلھەم

تەييارلاپ قوتۇرغا چاپقاي.

تۆۋەندىكى مەلھەمنى چاپقاي:

نۇسخىسى كۆمۈش پوقى، كۇندۇش، ھەببۇلئاسنىڭ غازنىڭى، ئۇزۇنچاق زىراۋەندە، شاخار، كۇشتە قىلىنغان سماب، ئۆشنان، ئىت پوقى، مەدەستان، گۈڭگۈرت، سىرىق زەرنىخ، قىزىل زەرنىخنىڭ ھەربىرىدىن 30 گىرامدىن، ھەببى بىلسانىنى دورىلارنىڭ مىقدارىچە ئېلىپ، قائىدە بويىچە سوقۇپ، سالايە قىلىشقا تېگىشلىكلىرىنى سالايە قىلىپ، زەيتۇن يېغى، گۈل يېغى، ھەببۇلغار يېغى قاتارلىقلار بىلەن يۇغۇرۇپ مەلھەم قىلىپ قوتۇرغا چاپقاي.

تۆۋەندىكى مەلھەمنى چاپقاي:

نۇسخىسى كۆمۈش ئىقلىمىياسى، مەدەستان، زەرچۇە، بەللۇت كۈلى، تۇز، كۇندۇش، كونا تۇز چالمىسى، گۈڭگۈرت قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقدارda ئېلىپ سوقۇپ، زەيتۇن يېغى بىلەن يۇغۇرۇپ كېسەللەنگەن ئورۇنغا چاپقاي.

تۆۋەندىكى مەلھەمنى ھۆل قوتۇرغا چاپسا، ئۇنى قۇرۇتار:

نۇسخىسى مامىران، كۆمۈش پوقى، قەنبىل، مەدەستان، زەرچۇە قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقدارda ئېلىپ سوقۇپ، سىركە، زەيتۇن يېغى ياكى گۈل يېغى بىلەن يۇغۇرۇپ قوتۇرغا چاپقاي.

تۆۋەندىكى مەلھەمنى چاپقاي:

نۇسخىسى ياۋا ئالما (رىۋاج) ئۇرۇقى، ئاچچىق ئۆرۈك مېغىزى 60 گىرامدىن، سماب كۇشتىسى، تۇزدىن ئالتە گىرامدىن ئېلىپ، سالايە قىلىشقا تېگىشلىكلىرىنى سالايە قىلىپ، سوقۇشقا تېگىشلىكلىرىنى سوقۇپ، سىركە بىلەن نەمدەپ، قېتىق بىلەن يۇغۇرۇپ قوتۇرغا چاپقاي.

تۆۋەندىكى مەلھەمنى چاپقاي:

نۇسخىسى قۇستە، كۇندۇشتىن ئۇچ گىرامدىن، مىئەسائىلدىن 15 گىرام ئېلىپ سوقۇپ، گۈل يېغى ۋە شاراب بىلەن يۇغۇرۇپ قوتۇرغا چاپقاي.

تۆۋەندىكى مەلھەمنى چاپقاي:

نۇسخىسى ئۆلتۇرۇلگەن سماب بىلەن مىئەسائىلدىن مۇۋاپىق مىقدارda ئېلىپ، گۈل يېغى بىلەن بىرلىكتە ھاۋانچىدا مەلھەم بولغۇچە سوقۇپ، مۇنچىدا قوتۇرغا چاپقاي.

تۆۋەندىكى مەلھەمنى چاپقاي.

نۇسخىسى كۈمۈش پوقى، مەدەستان، يۇمغاقسۇت ئۇرۇقى، كۆيدۈرۈلگەن ئانار گۈلى، قەنبىلنىڭ ھەربىردىن 15 گىرامدىن، كۈندۈشتىن 10 گىرام ئېلىپ، سوقۇشقا تېگىشلىكلىرىنى سوقۇپ، گۈل يېغى بىلەن يۇغۇرۇپ مەلھەم قىلىپ، قوتۇرغا ھەر كېچىدە ئىككى قېتىم چاپقاي.

تۆۋەندىكى مەلھەمنى چاپقاي:

نۇسخىسى ئاچچىق ئانارنىڭ سۈيىگە مۇۋاپىق مىقداردا توغرىغۇ قوشۇپ قاينىتىپ، گۈل يېغى بىلەن بىرلىكتە مۇنچىدا قوتۇرغا سۈركىگەي.

تۆۋەندىكى مەلھەمنى چاپقاي:

نۇسخىسى كۆكنار ئۇرۇقىنى سوقۇپ، سىركە بىلەن مەلھەم قىلىپ قوتۇرغا چاپقاي.

تۆۋەندىكى مەلھەمنى چاپقاي:

نۇسخىسى لوبىيا، قوغۇننىڭ ئېتى ياكى ئۇرۇقىدىن ئۆچ گىرامدىن، توغرىغۇدىن ئىككى گىرام ئېلىپ، دورىلارنى كەرەپشە سۈيى بىلەن قاينىتىپ مەلھەم قىلىپ قوتۇرغا چاپقاي.

تۆۋەندىكى مەلھەمنى چاپقاي:

نۇسخىسى يېسسىمۇق ئۇنى، قىزىلگۈلنى گۈل يېغى ياكى سىركە بىلەن سالايە قىلىپ چاپقاي.

كۆز قىچىشىشقا تۇخۇمنىڭ ئېقى، نىشاستە، گۇلابتىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ چاپقاي.

بارماقلار قىچىشسا، قىزىلچا سۈيىنى ئىسسىتىپ چىلغاي. بان يېغى بىلەن يېغلغاي. قىچىشش زىيادە بولسا، شەھمەنزەل، بۆرە ئەرمىنىدىن ئۆچ گىرام، قىزىل سەندەلدىن ئالتە گىرام، سانادىن 15 گىرام ئېلىپ سوقۇپ، سىركە بىلەن مەلھەم قىلىپ، گۈل يېغى بىلەن بىرلىكتە كېسەللەنگەن ئورۇنغا چاپقاي. ياشانغان كىشىلەرگە مۇنچىدا چېپىشنى تەۋسىيە قىلغاي. رەيھان ئۇرۇقى، ھەببۇلئاس، قوغۇن ئېتىنى قاينىتىپ، سۈيى بىلەن يۇغاي.

مەقئەت ۋە پەرجىنىڭ قىچىشىشغا زەمەج بىللەۋرى (قاشتېشسىمان زەمچە) كۈشتە قىلىپ قەتران بىلەن يۇغۇرۇپ، پەلكۈچ بىلەن كېسەللەنگەن ئورۇنغا قويغاي. ئاچچىق ئانار بىلەن تاتلىق ئانارنى سقىپ سۈيىنى چىقىرىپ، ئاپتاپتا قويۇپ قويۇلدۇرۇپ بىمارنىڭ مەقئىتى ۋە پەرجىگە قويغاي.

بەشىنچى باب تەڭگىتەمرەتكە توغرىسىدا

تەڭگىتەمرەتكە (كالا تەمرەتكىسى) ئەرەبچە «قۇبا»، پارسچە «بەرىۋۇن» دەپ ئاتىلۇر.

سەۋەبى

بۇ ئىككى خىل سەۋەبتىن بولۇر.

1. يامان خىلىتتىن بولۇر.

2. تەبىئەت كۆچىنىڭ قۇۋۋەتلىكلىكىدىن بولۇر.

يامان خىلىت قانغا ئارىلاشقان قويۇق سەۋدا خىلىتىدىن ئىبارەت بولۇپ، تەبىئەت كۆچى قۇۋۋەتلىك بولسا، ئۇنى بەدەن سىرتىغا ئىتتىرىپ، بۇ كېسەللىكنى كەلتۈرۈپ چىقىرۇر.

ئالامىتى

سۇيۇق ۋە ئۆتكۈر خىلىتتىن پەيدا بولغان بولسا، ئالامىتى ئېغىر بولۇر، سانجىپ ئاغرار. كۆيۈشەر. قويۇق سەۋدا خىلىتىدىن بولغان بولسا، يەرلىك ئورۇن قۇرغاق بولۇر، سانجىپ ئاغرىماس. مەزكۇر ئىككى خىل خىلىت ئارىلاشقان بولسا، ئىككى خىل ئالامەت تەڭ كۆرۈلۈر.

داۋالاش

قايسى خىلىتتىن كېلىپ چىققانلىقىنى ئېنىقلاپ، شۇ خىلىتقا قارىتا سۈرگە بېرىپ تەنقىيە قىلغاي. ئىككى خىلىتتىن بىرلا ۋاقىتتا كېلىپ چىققان بولسا، ھەر ئىككىسىنى تەنقىيە قىلدۇرۇشقا چارىلىرىنى قوللانغاي. ئىككى خىلىتنىڭ بىرى ئارتۇق بولسا، ئۇ تەنقىيە قىلىنغاي، ئەمما مىقدارى ئاز بولغان يەنە بىرىنىمۇ نەزەردىن ساقىت قىلمىغاي.

كېسەللىك ئۆتكۈر، سۇيۇق خىلىتتىن پەيدا بولغان بولسا، خۇددى قوتۇرنىڭ بابىدا بايان قىلىنغاندەك، شۇنىڭغا ماس بولغان دورىلارنى ئىشلەتكەي. قويۇق سەۋدا خىلىتىدىن پەيدا بولغان بولسا، مالىخوليانىڭ سەۋدادىن بولغان كېسەللىكلەرنىڭ بايانىدا ئېيتىلغان سۈرگۈنى بەرگەي. بىمارنى مۇنچىغا داۋاملىق چۈشۈرگەي، بەدىنىنى ئىسسىق سۇ بىلەن يۇيۇپ بەرگەي، بۇ ياخشى

ئىلاج ھېسابلىنار، چۈنكى، ئىسسىق سۇ دىماغنى ئاچىدۇ، ئىتتىكلىكى ۋە ئىسسىقلىقى بىلەن قويۇق خىلىتلارنى سۇيۇلدۇرار ۋە تارقىتار، مىزاجنى تەڭشەر. مۇنچىدىن كېيىن چاپىدىغان دورىلارنى ئىشلەتكەي. تەمرەتكە ھۆل بولسا قۇرۇتىدىغان، قۇرۇق بولسا تازىلايدىغان دورىلارنى چاپقاي.

تەمرەتكە كونا بولسا، كۈچلۈك دەرىجىدە يوقىتىدىغان ۋە پىشۇردىغان دورىلارنى ئىشلەتكەي. تەمرەتكىنىڭ ھۆللۈكى ئاز بولۇپ، زەخىم چوڭقۇر بولسا، قويۇق ئارپا سۈيىنى سۈركىگەي، بولۇپمۇ لوبىيا ئۇنى ۋە ئارپا ئۇنى بىلەن بىللە چاپسا ياخشى پايدا قىلىدۇر. قىزىلچا، بۇغداي كېپىكى، قوغۇن ئۇرۇقى قاتارلىقلارنى چالا سوقۇپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ سۈيىنى يەرلىك ئورۇنغا سۈركىگەي. ئاچچىق چامغۇر سۈيىنى سوقۇپ، نىشاستە ۋە سىركە بىلەن سالايە قىلىپ چاپقاي. گۈرۈچنى سوقۇپ، بۇغداي يېغى بىلەن مەلھەم قىلىپ، كېسەللەنگەن ئورۇنغا سۈركىسە پايدا قىلىدۇر. ھېلىلە پوستىنى سوقۇپ، سىركە، ئۆردەك يېغى ۋە توخۇ يېغى بىلەن سالايە قىلىپ چاپقاي.

كېسەللىك كىچىك بالىلاردا بولسا، تۈكۈرۈك ۋە چىشنىڭ كىرىنى ناشتىدا سۈركىسە، مەنپەئەت قىلىدۇر. ئەينۈلا يېلىمى، كەتىرادىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ سوقۇپ، سىركە ياكى چۈچۈمەل تۇرۇنجى سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ، كېسەللەنگەن ئورۇنغا سۈركىگەي. يېڭى بولسا، پايدا قىلىدىغان بولۇپ، سىناقتىن ئۆتكەن. مازارىيوننى سىركە بىلەن مەلھەم قىلىپ چاپقاي. رامەكنى سىركە بىلەن مەلھەم قىلىپ چاپسىمۇ پايدا قىلىدۇر.

تەمرەتكىنىڭ ھۆللۈكى كۆپ بولسا، رۇسۇت، موزا، سەمغى ئەرەبى، كەتىرا، شىيافى مامىيسا، مۇقەل، مىس پوقى، سەنگسەبۈيەنى مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، سىركە بىلەن مەلھەم قىلىپ چاپقاي.

ئەگەر ئىللەت مەزكۇر دورىلار بىلەن يوقىمسا، بۇزۇق قانىنى شۇمۇرتۇش ئۇچۇن، زۇلۇك قۇرتىنى قويغاي. زۇلۇك قۇرتىدىن قالغان چالا قانىنى تازىلاش ئۇچۇن، لوكقا قويغاي. گۈل يېغى بىلەن تەييارلانغان موم يېغىنى چاپقاي. بىر كېچە ئۆتكەندىن كېيىن، ئارپا ئۇنى، قوغۇن ئۇرۇقى، بۇغداي كېپىكى، كەتىرا قاتارلىقلارنى سۇ بىلەن مەلھەم قىلىپ چاپقاي. بىر كېچە تۇرغۇزۇپ ئىككىنچى كۈنى، بىمارنى مۇنچىدا بابۇنە، ئاق لەيلى يىلتىزى قاينىتىمسى بىلەن كېسەللەنگەن ئورۇننى يۇيۇپ بېرىشكە بۇيرىغاي. كېسەللەنگەن ئورۇندا بىرەر ماددا قالغان بولسا، يەنە زۇلۇك قۇرتىنى قويغاي. ئۇنىڭدىن كېيىن يۇقىرىقى ئىلاجلارنى يەنە قىلغاي. ئوشەقنى سىركە بىلەن ئېزىپ، كونا كالا تەمرەتكىسىگە چاپسا، پايدا قىلىدۇر. كۈندۈش، زەرچۇبە، ئوشەق قاتارلىقلارنى بىرلىكتە سوقۇپ، سىركە بىلەن مەلھەم قىلىپ چاپسا مەنپەئەت قىلىدۇر. ئاق نېفتىنى

بىر قانچە قېتىم چاپقاي. كۆچلۈك دورا قىلىشقا توغرا كەلسە، زەھاربەنى سوقۇپ، كالا يېغى بىلەن مەلھەم قىلىپ، ئۇدا ئۆچ كۈن چاپقاي. ئۇنىڭدىن كېيىن زەھاربە يېغى بىلەن مايلىسا، كالا تەمرەتكسىنى يوقتىتار، يېڭى گۆش ئۆندۈرەر، ئۇنىڭدىن كېيىن مەلھەم بىلەن ئىلاج قىلغاي.

تۆۋەندىكى مەلھەمنى چاپقاي:

نۇسخىسى تۇشۇكلۈك موزىدىن 15 گىرام، كالا سۈيدۈكى، سىركىدىن بىر قەدەھ (ئاياق) ئېلىپ، سىركە ۋە كالا سۈيدۈكىنى بىرلەشتۈرۈپ، موزىنى ئۇنىڭ بىلەن قاينىتىپ، يۇمشاق پىشقاندا تەمرەتكىگە چاپقاي.

تۆۋەندىكى مەلھەمنى چاپقاي:

نۇسخىسى سىرىشىم ماھى (بېلىق يېلىمى) دىن بىر ھەسسە، كۈندۈردىن ئىككى ھەسسە ئېلىپ، ھەر ئىككىسىنى سىركە بىلەن ئېزىپ چاپقاي.

تۆۋەندىكى سۇفۇپنى سەپكەي:

نۇسخىسى قارا خەربەقتىن 20 گىرام، تۇرمۇس ئۇنى، كۆيدۈرۈلگەن سەرتان، توغرىغۇ قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىدىن 15 گىرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى يۇمشاق سوقۇپ سۇفۇپ قىلىپ، كېسەللەنگەن ئورۇنغا سەپكەي.

كالا تەمرەتكسى ئۇرۇقداندا بولسا، گۈڭگۈرتتىن 54 گىرام، مەۋزەجدىن ئۆچ گىرام ئېلىپ سوقۇپ، سىركە بىلەن مەلھەم قىلىپ چاپقاي.

كالا تەمرەتكسى ساقايغاندىن كېيىن، يەنە قايتىلىماسلىقى ئۈچۈن، كېسەللىك ماددىسىنى ياندۇرىدىغان ۋە كېسەللەنگەن ئەزانى قۇۋۋەتلەيدىغان دورىلارنى چاپقاي.

ئىككىنچى بۆلۈم

بۇ بۆلۈم سەككىز بابتۇر.

بىرىنچى باب سوغۇقتىن بولغان ئىششىقلار توغرىسىدا

سوغۇقتىن بولغان ئىششىقلار بەلغەم، سەۋدا ماددىلىرىدىن ياكى قويۇق يەلدىن ياكى يۇقىرىدىكىلەردىن مۇرەككەپلەشكەن ماددىلاردىن بولۇر. بۇ ئىششىقنىڭ مەزكۇر ماددىلارنىڭ قوشۇلۇشىدىن بولۇشى ئاز كۆرۈلەر. تولا ۋاقىتلاردا بىرەرسى كەم ياكى زىيادە بولۇر. شۇنىڭغا قاراپ تۇرۇپ ئالامەتلىرىمۇ كەم ياكى زىيادە بولۇر.

بەلغەمدىن بولغان ئىششىق بەش خىل بولۇر:

1. ئىششىقنىڭ جىسمى يۇمشاق، ماددىسى ساددا بەلغەمدىن بولۇر. ئۇ، ئەرەبچە «ئەلۋەرەمۇر - رەخۋۇ» دەپ ئاتىلۇر. ئىششىقنىڭ رەڭگى ئاق بولۇر. سىلىسا سوغۇق بىلىنۇر.

2. ئىششىقنىڭ جىسمى سۇيۇق، رەڭگى سۇدەك سۈزۈك بولۇر. ماددىسى ساددا بەلغەمدىن بولۇر. ئۇ، ئەزالاردا يۈز بەرگەن ئىستىسقانىڭ ئىششىقىدىن ئىبارەتتۇر.

3. ئىششىقنىڭ جىسمى قولغا قاتتىق بىلىنۇر. ماددىسى قويۇق، شىلىمشىق بەلغەمدىن بولۇر.

4. قولغا قاتتىق بىلىنۇر. ماددىسى قويۇق، بەلغەمدىن بولۇر. خانازىر (چاشقان يارىسى)، بەز (ئۆسۈپ قېلىش)، توپۇق (تېرە ئاستىدىكى ھەرىكەتچان مونەك) قاتارلىقلار شۇ قاتارغا كىرەر.

5. بەلغەمنىڭ بۇخاراتىدىن بولۇر. يەنى بەلغەمنىڭ بۇخاراتى باشقا ئۆرلىشىدىن بىمارنىڭ يۈز - كۆزلىرى كۆپۈپ قالۇر. كۆزگە خۇددى ئىششىپ قالغاندەك بىلىنۇر. ئۇ، ئەرەبچە «تەھەببۇج» (كۆپۈپ قېلىش) دەپ ئاتىلۇر.

سەۋادىن بولغان ئىششىق ئىككى خىل بولۇر.

1 . ئىششىقنىڭ جسمى قاتتىق بولۇر، ھېچقانداق ھەرىكىتى بولماس، ئۇ، يۇنانچە «سقروس» دەپ ئاتىلۇر. بەزىلىرى گۆشلۈك بولۇر، مەلۇم دەرىجىدە سېزىمى بولۇر، ئەمما پەقەت ئاغرىماس. ئۇنىڭ ماددىسى ئۇچ خىل بولۇر: ① سەۋدادىن بولۇر. ئالامىتى شۇكى، ئىششىقنىڭ رەڭگى خۇددى قوغۇشۇن رەڭگىدەك بولىدۇ. ئۇ، ئەرەبچە «ئابار» دېيىلۇر؛ ② سەۋدا بىلەن بەلغەمنىڭ قوشۇلۇشىدىن بولۇر. بۇنىڭ ئالامىتى شۇكى، رەڭگى بەدەننىڭ رەڭگى بىلەن ئوخشاش بولۇر؛ ③ قويۇق بەلغەمدىن بولۇر. بۇنىڭ ئالامىتى شۇكى، ئىششقنىڭ جسمى قاتتىق بولۇر. رەڭگى قەلەينىڭ رەڭگىگە ئوخشاپ كېتەر.

2 . سەرتان ئىششقىدۇر.

سەرتان بىلەن سقروسنىڭ پەرقى شۇكى، سقروس مىدىرلىماس، ئاغرىماس، كۆيۈشمەس، سانجىقلاشماس. سەرتاننىڭ چۆرىسىدىكى تومۇرلار كۆپۈپ تۇرار. سقروستا ئۇنداق ئالامەتلەر كۆرۈلمەس. ئۇنىڭدىن باشقا، ئۇلار ئارىلىقىنىڭ يېراق - يېقىنلىقى ۋە ئاز - كۆپلۈكى بىلەن پەرقلىنەر. سەرتاننىڭ ماددىسى ئىككى خىل بولۇر. يەنى ئۇ ئىككى خىل ماددىدىن بولۇر. بىرى، پەقەت سەۋدادىن بولىدۇ. يەنە بىرى، سەۋدا بىلەن كۆيگەن سەپرانىڭ ئارىلىشىشىدىن بولۇر. بۇنىڭدا ئاغرىش، كۆيۈشۈش، سانجىقلىشىش ئالامەتلىرى كۆرۈلەر. ئەتراپىدا دورىلىققا ئىشلىتىدىغان سەرتان (قىسقۇچپاقا، راك) دەپ ئاتىلىدىغان ھايۋاننىڭ پۇتلىرىدەك تومۇرلار بولۇر. بۇ تومۇرلارنىڭ رەڭگى كۆك ياكى كۈل رەڭ بولۇر.

سەرتاندىكى ئاغرىش، كۆيۈشۈش، سانجىقلىشىشىدىن ئىبارەت ئالامەتلەرنىڭ ئاز - كۆپلۈكى، ئېغىر - يېنىكلىكى ئۇنى كەلتۈرۈپ چىقارغان سەۋدا ياكى كۆيگەن سەۋدانىڭ ئاز - كۆپلۈكى بىلەن مۇناسىۋەتلىك بولۇر.

سقروس كۆپ ھاللاردا ئىسسىقتىن بولغان ئىششقا قالايمىقان ئىلاج قىلىشتىن پەيدا بولۇر. سەرتان تولا ھاللاردا دەسلەپتە يۇمشاق ئەزالاردا پەيدا بولۇر. شۇ سەۋەبتىن ئاياللارنىڭ ئەمچىكى، بالياتقۇسىدا، ئەرلەرنىڭ گېلى، كېكىردىكىنىڭ ئەتراپى ۋە جىنسىي ئەزاسىدا پەيدا بولۇر. بەزىدە ئۇچەيدىمۇ پەيدا بولۇر.

سەرتاننى دەسلەپتە تونۇش تەس بولۇپ، تونۇغان ۋاقتىدا مەلۇم باسقۇچقا يېتىپ قالغان بولۇپ، داۋالاش قىيىن بولۇر. دەسلەپتە باقلە چوڭلۇقىدا ياكى ئۇنىڭدىن كىچىكرەك، قاتتىق، رەڭگى قارا بولۇر، بىمارداتۇۋۈن قىزىتما بولۇر. سەرتاننىڭ بەزىسى قاتتىق ئاغرار، بەزىسى چوڭايماس، يارا شەكىللەندۈرمەس، يارا بولغان بولسا، ئۇنى توختىتىدىغان دورىلارنى ئىشلەتكەي.

سەرتاننىڭ يارا شەكىللەندۈرمەيدىغىنى ئىككى خىل بولۇر. بىرى، يەل بەلغەمنىڭ بۇسى بىلەن مۇرەككەپلىشىپ، ئۈستىگە ئۆرلەر ياكى بىرەر ئەزادا توختاپ تۇرار، بۇ ھال «تەھەببۇج» (كۆپۈش) دېيىلۇر. يەنە بىرى شۇكى، قويۇق يەل مەلۇم ئەزادا توختاپ، ئۇنى سېسىتار. ئۇنداق ئەزا دورا ئارقىلىق يارىلاندۇرار. ئاغرىقى، كۆيۈشۈش، سانجىقلىشىش زىيادە بولسا تېزلا يارا پەيدا قىلۇر.

يەلدىن بولغان ئىششىق كېيىن بايان قىلىنۇر.

ئىككىنچى باب يۇمشاق ئىششىقلار توغرىسىدا

داۋالاش

دەسلەپتە بەدەندىكى بەلغەم خىلتىنى تەنقىيە قىلغاي. ھۆللۈكنى ئاشۇرىدىغان يېمەكلىكلەردىن پەرھىز قىلدۇرغاي. بەدەننى قۇرۇتىدىغان، ئىششقنى تارقىتىدىغان دورىلار بىلەن ئىلاج قىلغاي.

ئىششىغان ئورۇننى يىرىك لاتا بىلەن سۈركەپ قىزارتقاي، ئارقىدىن يېڭى بۇلۇتنى سۇ ئارىلاشتۇرۇلغان سىركىگە چىلاپ ئۈستىگە قويۇپ، مىزاجنى مۆتىدىللەشتۇرگەي. بىمارنىڭ مۇسكۇللىرى چىڭ بولسا، بۇلۇتنى قۇۋۇتلىك سىركىگە چىلاپ، يەرلىك ئورۇنغا ياپقاي. ئەگەر كېسەللىك قانچە ئېغىر بولسا، بۇلۇتقا ئاچچىق سىركىنى شۇنچە ئىچۈرۈپ ياپقاي. ئاخىرىدا بۇلۇتقا تېخىمۇ ئۆتكۈر بولغان سىركىنى ئىچۈرۈپ ياپقاي. سىركە ئورنىغا ئەنجۈر ياغچىنىڭ سۈيى، ئۇزۇم ياغچىنىڭ سۈيى، بەللۇت ياغچىنىڭ سۈيى قاتارلىقلارنى ئىشلەتسىمۇ ياخشى بولۇر. يەنى ماددىنىڭ يەنە بىر ئەزاغا ئۆتمەسلىكى ئۈچۈن، مەزكۇر سۇلارغا بۇلۇتنى چىلاپ، كېسەللەنگەن ئورۇننىڭ چۆرىسىگە قويغاي. سىركە كۈپايە قىلمىسا زەمچىنى ئېزىپ، سىركە بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ بۇلۇتقا ئىچۈرۈپ ياپقاي. بۇلۇت ھازىر بولمىسا، چىگە رەختكە ئىچۈرۈپ قويغاي. ھاك سۈيىنى ئارىلاشتۇرسا كۈچلۈكرەك بولۇر. گۈل يېغى، سىركە ۋە تۇزنى ئارىلاشتۇرۇپ سۈركىسە مەنپەئەت قىلۇر. ھەببۇلئاس يوپۇرمىقى سۈيىنى سىركە، گۈل يېغى قاتارلىقلار بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ سۈركىگەي. ئىششىق پەيدە بولۇپ ئاغرىسا، ھۆل زۇپا، مۇسەللەس، زەيتۇن يېغى قوشۇلغان قىرۇتنى چالا ئىسسىتىپ، يەرلىك ئورۇنغا تېمىتىپ ئاغرىقنى توختاتقاي. ئۇنىڭدىن

كېيىن تۆۋەندىكى تىلانى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى مۇرمەككى، رۇسۇت، سەبرە، سۆئىدى، ئاقاقيا، شيافى مامىيسا، زەپەر، گىل ئەرمنى قاتارلىقلاردىن مۇڭاپىق مقداردا ئېلىپ سوقۇپ، سىركە، كەرەم سۇيى بىلەن يۇغۇرۇپ مەلھەم قىلىپ، زۆرۈر بولغاندا يەرلىك ئورۇنغا سۈركىگەي.

تۆۋەندىكى زىماتنى ئىشلەتكەي.

نۇسخىسى بۆرە ئەرمنى، سۆئىدى، گىل ئەرمىنى، زىرە، قوي مايىقى، قەسبۇزەربىرە، كەرەم ياغچى كۈلى، ئارپا ئۇنى قاتارلىقلاردىن مۇڭاپىق مقداردا ئېلىپ سوقۇپ، سىركە بىلەن مەلھەم قىلىپ چاپقاي.

كالا تېزىكى، كۈندۈر، ئۆشنە، قەسبۇزەربىرە، سۇمبۇل، ئەفسەنتىن قاتارلىقلاردىن مۇڭاپىق مقداردا ئېلىپ سوقۇپ، مەلھەم قىلىپ چاپقاي.

كەرەم، سېرىقچېچەك، تۇرۇنجى پوستى قاتارلىقلارنى قاينىتىپ تەمنى چىقىرىپ، سۇيى بىلەن يەرلىك ئورۇننى يۇغاي.

ئەنجۈر قېقى، قىيمۇلىيا، ئاچچىق تاش (زەمچە) قاتارلىقلاردىن مۇڭاپىق مقداردا ئېلىپ، مەلھەم قىلىپ چاپسا مەنپەئەت قىلۇر.

ئىششىق بىمارنىڭ يۈزى ۋە قاپقىدا بولسا، دورىلارنى گۈلاب، كاسنە سۇيى ۋە ئازراق سىركە بىلەن مەلھەم قىلىپ چاپقاي.

يۈز - كۆزنىڭ ئىششىشى (تەھەببۇج) ئۇزاق مۇددەت كېسەل تارتىشتىن بولغان بولسا، سىركە، گۈلاب، گۈل يېغى، ھەببۇلئاس سۇيى قاتارلىقلارنى بۇلۇتقا ئېچۈرۈپ، يەرلىك ئورۇنغا قويغاي.

ئاس يوپۇرمقى، كەرەم يوپۇرمقى، تەرخەمەك يوپۇرمقى قاتارلىقلارنى سوقۇپ چاپسا مەنپەئەت قىلۇر.

كۈل سۇيىنى سۈركىگەي.

نۇسخىسى ئەنجۈر ياغچى، بەللۇت ياغچى، ئۈزۈم ياغچى قاتارلىقلاردىن قايىسسى ھازىر بولسا، شۇنى كۆيدۈرۈپ، كۈلىنى سۇغا بىر كېچە - كۈندۈز چىلاپ، يۇمشاق ئىششىقلار ۋە يەللىك ئىششىقلارغا سۈركسە مەنپەئەت قىلۇر. مەزكۇر ياغاچلارنىڭ كۈللىرىنى سىركە بىلەن مەلھەم قىلىپ، كىگىزگە سۈرۈپ ئىششىق ئۈستىگە ياپقاي.

ئۇچىنچى باب سەۋدا ۋە قويۇق بەلغەمدىن بولغان قاتتىق ئىششقلار توغرىسىدا

داۋالاش

ئىككى خىل سەۋەبتىن بولغان ئىششىقنىڭ ئىلاجلىرى بىر - بىرىگە يېقىن بولۇپ، دەسلەپتە بەدەندىكى زىيادە ماددىلارنى تازىلىغاي. زىماتلارغا مۇناسىۋەتلىك چاۋا ياغلار، لوئابلار، مېغىزلارنى قوشقاي. ماددىنى يۇمشىتىدىغان دورىلارنى ئىشلەتكەي. چاۋا ياغلاردىن توخۇ، ئۆردەك يېغى، سۇ ھايۋانلىرىنىڭ ياغلىرى، تۆت پۇتلۇق ھايۋانلاردىن شىر، ئېيىق، بۆرە، تۈلكە، يولۋاس، چىلبۆرە، قوتاز، تۆگە، قۇلان قاتارلىقلارنىڭ ياغلىرىنى ئىشلەتكەي. ئۆسۈملۈك ياغلىرىدىن زەيتۇن يېغى، زىغىر يېغى، بان يېغى، سەۋسەن يېغى قاتارلىقلارنى ئىشلەتكەي. لوئابلاردىن شۇمشا ئۇرۇقى لوئابى، زىغىر لوئابى قاتارلىقلارنى ئىشلەتكەي. ماددىنى يۇمشىتىدىغان دورىلاردىن مىئە، ئوشەق، جاۋشىر، بارىزەت، زۇپا قاتارلىقلارنى ئىشلەتكەي. يىلىكلەردىن كالا ۋە بۇغىنىڭ پاچاق سۆڭىكىنىڭ يىلىكىنى ئىشلەتكەي. يۇقىرىدىكى دورىلاردىن زىمات تەييارلاپ كېسەللەنگەن ئورۇنغا چاپقاي. چاۋا ياغلار تۇزلانمىغان، يېڭى بولۇشى لازىمدۇر. بەدەنجىر ئۇرۇقىنى ئىشلەتسە ماددىنى يۇمشىتار.

تۆۋەندىكى زىمات ماددىنى يۇمشىتار:

نۇسخىسى زىغىر يېغىنى سىركە بىلەن قاينىتىپ، قوينىڭ دۈمبە يېغىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ زىمات قىلغاي. قىسائۇل ھىمار، لالە يىلتىزى، ھۆل مىئە قاتارلىقلار ماددىنى يۇمشىتار.

مەلۇم بولغايكى، كېسەللىكنىڭ دەسلىپىدە سىركىنى ئىشلەتمىگەي، بەلكى ئاخىرقى مەزگىلىدە ئىشلەتكەي. پەي ۋە پەي ئارىلاشقان ئەزالارغا سىركىنى ئازراق ئىشلەتكەي. گۆشلۈك ئەزالارغا سىركىنى كۆپرەك ئىشلەتكەي. ئىششىغان ئەزاغا سىركىنى ئارىلاپ - ئارىلاپ سۈركىگەي. ئاغرىق ئەزانى سىركىنىڭ بۇسغا تۇتقاي. ئۇستىدىن جاۋشىر، مۇقەل، ئوشەقكە ئوخشاش دورىلارنى زىمات قىلغاي. بۇنىڭغا يەنە تۇگمەن تېشى، مەرقىشىا تېشىنىڭ ھورى پايدا قىلىدىغان بولۇپ، مەزكۇر تاشلارنى قىزىتىپ ئۇستىگە سىركە سېپىپ، ھورىغا كېسەللەنگەن ئەزانى تۇتقاي. بۇ ئىلاجنى ئۇدا بىر نەچچە كۈن قىلغاي. ئارىلىقتا ماددىنى يۇمشىتىدىغان دورىلارنى ئىشلەتكەي.

تۆتىنچى باب سەرتان توغرىسىدا

داۋالاش

سەرتان (راك)نى داۋالاشتىكى ياخشى ئۇسۇل شۇكى، دەسلەپ قايسى سەۋەبتىن، قانداق ھالەتتە پەيدا بولغانلىقىنى ئېنىقلىغاي. سەرتان چوڭ بولماي، يارا شەكىللەندۈرمىگەن بولسا، ياخشىراق بولۇر. بۇنىڭغا بالدۇر ئىلاج قىلىنسا تېز ساقىيار، كونىراپ قالغان بولسا ساقىيىشى مۇمكىن ئەمەستۇر.

سەرتان قورساق بوشلۇقىدىكى ئەزالاردا بولسا، ئۇنىڭ ياخشى ئىلاجى شۇكى، ھەربىر قىلماي ئارام ئېلىشتىن ئىبارەتتۇر. چۈنكى، ھەربىر قىلسا خەتەرلىك بولۇر. ئارام ئالسا مەلۇم مۇددەت سالامەتلىك بولۇر. بولۇپمۇ بەدەن ۋاقتىدا تازىلانسا، ئارپا ئېشى، بادام يېغى، يېڭى بېلىق، چالا پىشۇرۇلغان تۇخۇم سېرىقى، ماش، پالەك، قاپاقا ئوخشاش سوغۇق تەبىئەتلىك غىزالارنى بەرسە تېخىمۇ ياخشى بولۇر. بىمارنىڭ بەدىنىدە ھارارەت بولسا، كالا سۈتى قېتىقى ۋە سۈزمە سۈيىنى بەرسە مەنپەئەت قىلۇر. سەرتانىنىڭ بەزىلىرى كىچىك، مۇھىم ئەزالاردىن يىراق بولۇر. ئۇنداق بولغانلىرى يىلتىزى بىلەن كېسىلسە، گۆشى بىللە كېسىلسە، كۆپ قان چىقارسا پايدىلىق بولۇر. كېسىلگەندىن كېيىن زەخىم ئېغىزىغا مۇناسىۋەتلىك مەلھەملەرنى قويغاي. ئەمما سەرتان كېسىلگەن ياكى داغلانغاندىن كېيىن بەزى چوڭ كېسەللىكلەرنى پەيدا قىلىشى مۇمكىن، بولۇپمۇ مۇھىم ئەزالارغا يېقىن بولغانلىرى كېسىلسە، تېخىمۇ شۇنداق بولىدۇ.

ھېكايە قىلىنىشچە، ئىلگىرىكى تېۋىپلاردىن بىرى، مەلۇم ئايالنىڭ ئەمچىكىگە سەرتان پەيدا بولغانلىقى ئۈچۈن، ئەمچىكىنى پۈتۈنلەي كېسىپ تاشلىغان، ئەمما مەلۇم ۋاقىت ئۆتكەندىن كېيىن ئايالنىڭ يەنە بىر ئەمچىكىدىمۇ سەرتان پەيدا بولغان. ئەبۇ ئەلى ئىبن سىنا ئۇنىڭغا نىسبەتەن «ئايالنىڭ ساق ئەمچىكىدىمۇ سەرتانىنىڭ ماددىسى بار ئىكەن، كېسەللەنگەن ئەمچىكى كېسىلگەندىن كېيىن ساق ئەمچەكتىكى ماددا قوزغىلىپ كېسەللىك پەيدا قىلتۇ» دېگەن.

يەنە بىر جەھەتتىن، بەدەننىڭ مەلۇم يېرىدە كېسەللىك ماددىسى بولسا، ئۇ يەر كېسىلگەندىن كېيىن ئوخشاش كېسەللىك بەدەننىڭ باشقا بىر ئەزاسىدىمۇ پەيدا بولۇر.

يۇقىرىدىكى ئىلاجلارنىڭ ھەممىسىدە دەسلەپتە مائۇلجەبىننى ئىچكۈزۈپ، بەدەندىكى سەۋدا ماددىسىنى تەنقىيە قىلغاي. مائۇلجەبىن ياكى مائۇلھەسلىگە 12 گىرام ئەفتىمۇن قوشۇپ، بىر

قانچە كۈن ئىچكەي. ئەفتىمۇننىڭ ئورنىغا ئۇنىڭ قاينىتىلغان سۈيىنى يۇقىرىدىكى مائۇلجەبىن ياكى مائۇلھەسەلگە قوشۇپ ئىچكۈزسىمۇ بولۇر.

مالىخوليا بىلەن جوزامنىڭ بايانىدا ئېيتىلغان ئىلاجلارنىڭ ھەممىسى بۇ كېسەللىككە پايدا قىلۇر. سەرتانىنىڭ كۆيۈشۈپ ئاغرىشىنى پەسەيتىش ئۈچۈن، مۇۋاپىق يېمەك - ئىچمەك ۋە زىماتلار بىلەن جىگەرنىڭ ھارارىتىنى پەسەيتكەي ۋە تەڭشىگەي.

مەلۇم بولغايكى، بۇ كېسەللىككە نىسبەتەن مادداىنى تارقىتىدىغان دورىلارنىڭ پايدىسىدىن زىيىنى كۆپرەك بولۇر. چۈنكى، ئۇلار مادداىنىڭ سۈيۈق قىسمىنى تارقىتار، بۇ چاغدا ئۇنىڭ قويۇق قىسمى قېلىپ قويۇلۇپ، كېسەللىكنى ئېغىرلاشتۇرار.

كاندىن چىقىدىغان، بەزىدە يۇيۇپ ئىشلىتىدىغان دورىلارنى ئىشلەتكەندىن كېيىن ئېچىشتۇرۇپ كۆيدۇرسە پايدا قىلۇر. مەسىلەن: يۇيۇلغان تۇتىيانى گۈل يېغى بىلەن مەلھەم قىلىپ چاپسا مەنپەئەت قىلۇر.

تۆۋەندىكى ئىلاجلارنى قىلسا، سەرتانىنىڭ قويۇق مادداسىنى تارقىتىپ، تەرەققىياتىنى ۋە يارا بولۇشىنى توختىتار:

تۇغمەن تېشى، بىلەي تاش، قوغۇشۇن قاتارلىقلارنى سۇرۇپ، سۈيىگە ھۆل كاسىنە سۈيى، ھۆل يۇمغاقسۈت سۈيى قاتارلىقلارنى قوشۇپ سۈركىگەي. تۇغمەن تېشى بىلەن قوغۇشۇننى سۇ بىلەن سۇرۇپ، سۈيىگە ئاز مىقداردا تۇتىيا، ئۇپا، سەبرە قوشۇپ سالايە قىلىپ سۈركسە پايدا قىلۇر.

گىل ئەرمىنى ياكى قوغۇشۇن ئۇپىسىنى خام زەيتۇن يېغى (زەيتۇل ئىنفاق) ياكى كاھۇنىڭ سقىلغان سۈيى ياكى ھەمشىباھارنىڭ سقىلغان سۈيى ياكى ئىسپىغۇل لوئابى بىلەن سالايە قىلىپ سەرتانغا سۈركسە، يارا بولۇش ۋە تەرەققي قىلىشتىن توسار.

غورا ئۇزۇم بىلەن يېڭى دەريا تاشپاقسىنى (سەرتانى نەھرى) بىرلىكتە سوقۇپ، مۇۋاپىق مىقداردا ئىقلىمىيا قوشۇپ، زىمات تەييارلاپ چاپسا مەنپەئەت قىلۇر.

بولۇپمۇ بىمارنىڭ بەدىنىدە ھارارەت بولسا، يەرلىك ئورۇن كۆيۈشۈپ سانجىپ ئاغرىسا، گىل ئەرمىنىنى سىركە بىلەن مەلھەم قىلىپ چاپسا مەنپەئەت قىلۇر.

سەرتان يارا بولغان بولسا، سېمىزئوت ئۇرۇقى بىلەن زىغىر ئۇرۇقىنى سوقۇپ، مارجان شوخلا سۈيى بىلەن مەلھەم قىلىپ يارىغا قويسا پايدا قىلۇر. مەلھەم قۇرۇسا مارجان شوخلا سۈيى بىلەن نەمدىگەي.

سەرتان يارا بولۇپ، ھۆللۈك كۆپ بولسا (شەلۈەرىسە)، تۆۋەندىكى سۇفۇپنى سەپكەي:

نۇسخىسى نىشاستە، كۈندۇر، قەلەي ئۇپۇسسىنىك ھەربىرىدىن ئۈچ گىرامدىن، گىل ئەرمىنى، گىل مەختۇمدىن ئالتە گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، يارا ئۈستىگە سەپكەي. بەزىلەر ئۇنى گۈل يېغى بىلەن مەلھەم قىلىپ، يارىنىك چۆرىسىگە چاپقان. سەرتان نەھرى (دەريا قىسقۇچپاقسى) بىلەن ئىقلىمىيادىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، گۈل يېغى ۋە موم يېغى بىلەن بىرلىكتە مەلھەم قىلىپ چاپقاي. قوغۇشۇننى سۇ بىلەن سۈرۈپ تەمىنى چىقىرىپ، ئۇنىڭغا سىمىزئوت يوپۇرمىقىنىك سىقىلغان سۈيى ياكى كاھۇنىك سىقىلغان سۈيى ياكى ئىسپىغۇل لوئابىنى قوشۇپ ئارىلاشتۇرۇپ، يەرلىك ئورۇنغا سۈركىسە پايدا قىلۇر.

قالغىنىنى ئاللا ئوبدان بىلۇر.

بەشىنچى باب يەللىك ئىششىق توغرىسىدا

مەلۇم بولغايكى، يەللىك ئىششىق ئىككى خىل بولۇر. بىرى، ئۇچۇچان، نازۇك يەلدىن پەيدا بولۇر. يەنە بىرى، قويۇق يەلدىن پەيدا بولۇر. ئۇ، ئەرەب تىلىدا پۇۋلىگۇچى ئىششىق دېگەن مەنىدە «ۋەرەمى نافىخ» دەپ ئاتىلۇر. چۈنكى ئىششىقنى قول بىلەن باسسا، خۇددى ناغرا ئاۋازىدەك ئاۋاز چىقار، بولۇپمۇ ئىششىق بەدەندىكى ئاشقازان، ئۇچەيگە ئوخشاش ئوتتۇرىسى بوش ئەزالاردا پەيدا بولغان بولسا، تېخىمۇ شۇنداق بولۇر.

تىز بوغۇملىرى ۋە ئۇنىڭدىن باشقا ئۇستىخاننى ئورايدىغان پەردە ئارىسىدا بولۇر.

بۇلجۇك گۆشلەرنى ئورايدىغان پەردىلەر ئارىسىدا يەل پەيدا بولۇپ، ئۇنى تارتىشتۇرۇپ قاتتىق ئاغرىق پەيدا قىلۇر، چۈنكى ئۇنىك سەۋەبى قويۇق يەل بولۇپ، تۈك تۆشۈكچىلىرىنى ئېتىپ قويار، بۇنىك بىلەن ماددىنىك تارقىلىشى مۇشكۈل بولۇر. كۆپ ھاللاردا يەل بېغىشلارغا يىغىلۇر، ئىششىق پەيدا بولۇر. ئەگەر بۇ ئىششىقنىك ماددىسىدا خىلىت بار دەپ تەشسە، يەلدىن باشقا نەرسە چىقماس.

داۋالاش

نازۇك يەلدىن پەيدا بولغان ئىششىق تەھەببۇج (كۆپۈش) نىك قاتارىدىن بولۇپ، ئۇنىك ئىلاجى يۇقىرىدا بايان قىلىندى.

قويۇق يەلنىك ئىلاجى شۇكى، بەدەننى يەنى ئەزانى بېسىپ ئۇۋۇلاش، يەنى تۈك ئۇنىدىغان

يەرلەرنى ئېچىپ، يەلنى تارقىتىدىغان دورىلارنى ئىشلەتكەي، شۇ ئارقىلىق ماددىنى تارقاتقاي، ئوتلۇق ھىجامەت قويۇپ تارقاتقاي.

زەيتۇن يېغىغا ئوخشاش ئىسسىق تەبىئەتلىك ياغلاردا كەرەپشە ئۇرۇقى، رۇمبەدىيان، بەدىيان، جۇۋىنە، زىرە ۋە سۇزاپقا ئوخشاش نەرسىلەرنى قاينىتىپ، ئاشۇ ياغنى سۈركىسە پايدا قىلۇر.

ئىششىق تارقىتىدىغان مەلھەمنىڭ نۇسخىسى ئۇ، خۇسۇسەن مۇسكۇللارنىڭ چۆرىسىدىكى يەللەرگە ۋە مۇشەك گۆشلەردىكى يەللەرگە پايدا قىلۇر.

مۇنچىنىڭ ئىچى تېمىغا چاپلىغان ساپالنى سۇدا ئېزىپ، ئازراق سۇ تەگمىگەن ئاھاكنى قوشۇپ سۈركىگەي.

يەنە بىر مەلھەمنىڭ نۇسخىسى قۇرۇق زۇپانى سوقۇپ، تاسقاپ، سېرىق مومنىڭ يېغىدا، سېرىقچېچەكنىڭ يېغىدا يۇغۇرۇپ سۈركىگەي.

ئەگەر ئىششىقنىڭ ئالامتى ئەزالاردا بولسا ياكى ئىششىقنىڭ سەۋەبىدىن بەدەن بىر نەرسىگە سوقۇلغاندەك زېدە بولسا ياكى زەخىم بولسا، ئىسسىق تەبىئەتلىك، ئۆتكۈر دورىلارنى يىراق تۇتقاي، ئاغرىق پەسەيتىدىغان ۋە ئىششىق تارقىتىدىغان دورىلارغا زەيتۇن يېغى قوشۇپ، يۇڭغا سۈركەپ، ئىششىق ئۇستىگە قويسا پايدا قىلۇر، ئەگەر قىزىتما بولسا، يۇڭنى گۈل يېغى بىلەن نەمدەپ ئۇستىگە قويغاي. ئەگەر سوۋۇسا يەنە ئىسسىتىپ قويغاي. چۈنكى سوغۇق نەرسە پەيلەرگە ۋە ئەزالارغا زىيان قىلۇر، يەلنىڭ تارقىلىشنى توسۇر.

ئىششىق يېڭى باشلانغاندا گۈل يېغى، بىنەپشە يېغى، سېرىقچېچەك يېغى قاتارلىقلارنى قوشۇپ سۈركىگەي، ھەر ۋاقىت ئاغرىقنى پەسەيتكەندە يەلنى تارقىتىدىغان دورىلارنى ئىشلەتكەي.

سېرىقچېچەكنىڭ يېغى، بۆرە ئەرمىنى، سىركە ۋە گۈلنىڭ سۈيىگە ئوخشاش دورىلار ئۆتكەن بابتا بايان قىلىندى، شۇلارنى ئىشلەتكەي.

ئالتىنچى باب خانازىر توغرىسىدا

بۇ كېسەللىكنى پارس تىلىدا «خوك» دەپ ئاتار. خانازىر بىر خىل ئىششىق بولۇپ، كىچىك، قاتتىق بولۇر، يۇقىرى - تۆۋەنگە مىدىرلىماس، رەڭگى بەدەننىڭ رەڭگىدە بولۇر،

خانازىرنىڭ توپۇق (سىلئە) بىلەن بولغان پەرقى شۇكى، توپۇقنى يۇقىرى - تۆۋەن ھەرىكەتلەندۈرگىلى بولۇر، خانازىرنى ئۇنداق قىلغىلى بولماس. خانازىر بەزىدە كۆپ بولۇر، بەزىدە دەسلەپتە بىر دانە پەيدا بولۇپ، كېيىن كۆپىيەر. كۆپ ھاللاردا بويۇن ۋە قولتۇقنىڭ تۈۋىگە پەيدا بولۇر، ھۆل مىزاجلىق ۋە بوينى قىسقا كىشىلەردە بۇ كېسەللىك كۆپ پەيدا بولۇر، بەزىسى ئاغرىتار، بەزىسى ئاغرىتماس.

داۋالاش

بۇ ئاغرىق ياشلاردا پەيدا بولسا ئىلاج قىلىش مۇشكۈلدۇر، كىچىك بالىلاردا بولسا ئىلاج قىلىش ئاساندۇر، قويۇق تائام ۋە ھەرقانداق ئاچچىق نەرسە شۇنداقلا كېچىدە تائام يېيىشتىن پەرھىز قىلغاي. يەڭگىل تەدبىرلەرنى قىلغاي، ھۆللۈكنى قەي بىلەن چىقىرىپ، سۈرگە بېرىپ قان ئالغاي. سۈرگە دورىلىرىدىن ھەببى ۋاسىلى پايدا قىلار، بۇنىڭ ئۈچۈن يەنە ھەببى خەيزىرانمۇ پايدا قىلار.

بۇ خىل بىمارلارغا ھىجامەت پايدا قىلماس، چۈنكى ئۇ ئاغرىقنىڭ ماددىسىنى تارتالماس، سۇيۇق قانىنى تارقىتار، بەزىدە باشقا ماددا ئۇ بەزگە يېغىلار، بۇ چاغدا ياستۇقنى ئېگىز قويغاي، كۆپ سۆزلەشتىن، قاتتىق ۋارقىراشتىن، ئاچچىقلىنىشتىن پەرھىز قىلغاي.

ھەببۇلئاسنىڭ نۇسخىسى سۇمبۇل، سەلىخە، ھەببىلسان، ئاسارۇن، دارچىن، زەپەر، مەستىكىنىڭ ھەربىردىن بەش گىرامدىن، سەبرىدىن 64 گىرام، ئۇستۇددۇس، شەھمەنزەلنىڭ ھەربىردىن 15 گىرامدىن، تۇربۇتتىن 21 گىرام، سوقمونىيادىن 12 گىرام، ھىندى تۇزىدىن ئالتە گىرام ئېلىپ، قائىدە بويىچە ھەب قىلىپ، ھەر قېتىمدا 6 ~ 9 گىرامغىچە يېگەي.

ھەببى خەيزىرانىڭ نۇسخىسى ئايارەج پەيقىرادىن توققۇز گىرام، غارىقۇندىن يەتتە گىرام، شەھمەنزەلدىن 4.5 گىرام، ئەنزىروتتىن 12 گىرام، تۇربۇتتىن 21 گىرام، جاۋشىردىن تۆت گىرام، نۆشادۇردىن ئالتە گىرام، سوقمونىيادىن تۆت گىرام ئېلىپ، كۈدە سۇيى بىلەن ھەب قىلىپ، ھەر كۈنى ئۈچ گىرامدىن يېگەي.

پايدىلىق سۇقۇپىنىڭ نۇسخىسى تۇربۇت، زەنجىۋىل، قەنت ھەربىرىنى ئوخشاش مىقداردا ئېلىپ، ھەممىسىنى سوقۇپ ئارىلاشتۇرۇپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە 4 ~ 7 گىرامغىچە يېگەي.

ئاۋۋال يۇمشىتىدىغان دورىلارنى سۈركىگەي، يەنى توخۇنىڭ، ئۆردەكنىڭ چاۋسىغا

ئوخشاش ياغلارنى سۈركىگەي، ئاندىن كېيىن تارقىتىدىغان مەلھەمى داخلىيۇن، مەلھەمى رۇسۇلغا ئوخشاش دورىلارنى چاپقاي. چۈنكى ئۇ ھارارىتى غۇرۇزىيەنى شۇ يەرگە كەلتۈرەر، ئىششىقنى ئاشۇ ھارارەت تارقىتار.

مەلھەمى داخلىيۇننىڭ نۇسخىسى سالايە قىلغان مەدەستاندىن 30 گىرام، زەيتۇن يېغىدىن 75 مىللىلىتر ئېلىپ، مىس قازانغا سېلىپ سۇس ئوتتا قاينىتىپ، ئۇنى شۇنىڭ بىلەن مەدەستان ئېرىپ قارىدىغىچە ئۆرلەتكەي. ئاندىن كېيىن 60 مىللىلىتر شۇمشا لوئابىنى 30 مىللىلىتر زىغىر لوئابىنى، 30 مىللىلىتر ئاق لەيلى لوئابىنى قويۇلغۇچە قوشۇپ، ساقلاپ چاپقاي.

مەلھەمى رۇسۇلنىڭ نۇسخىسى مۇقەل ئۇچ ھەسسە، ئوشەق بەش ھەسسە، جاۋشىر ئىككى ھەسسە، كۇندۇر ئۇچ ھەسسە، مەدەستان تۆت ھەسسە، مۇرمەككى ئىككى ھەسسە، بازىرەت ئىككى ھەسسە، زەيتۇن يېغى 120 ھەسسە، راتىيانەج 14 ھەسسە، زەنگار ئىككى ھەسسە، زىراۋەندە ئۇچ ھەسسە. دورىلاردىن سوقۇشقا تېگىشلىكلىرىنى سوقۇپ، يېلىملارنى سىركە بىلەن ئېرىتىپ، مومنى زەيتۇن يېغى بىلەن ئېرىتىپ، دورىلارنىڭ ھەممىسىنى ئۇنىڭ بىلەن يۇغۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا چاپقاي.

مەلھەمى داخلىيۇننىڭ كۇچىنىڭ ئېشىشى مەقسەت قىلىنسا، ئۇنىڭغا ھاۋا رەڭ گۈللۈك سەۋسەن (سەۋسەنى ئاسمان گۈن) يىلتىزى، زۇپتى، يۇمىلاق زىراۋەندە قاتارلىقلاردىن بىر ھەسسىدىن قوشقاي. قوي مايىقى، ئۆچكە مايىقى، ئاددىراسمان ئۇرۇقى، كەرەپشە يىلتىزى، باقلە ئۇنى، ئارپا ئۇنى، ئاچچىق بادام مېغىزى، خام ئەنجۈر قېقى، مۇقەل قاتارلىقلارنىڭ ھەممىسى مەلھەمى داخلىيۇننىڭ كۇچىنى ئاشۇرار.

خانازىر (چاشقان يارىسى) يۇمشىسا، تېشىپ ئۇستىدىن مەلھەمى زەنگار چاپقاي.

نۇسخىسى زەنگاردىن ئالتە گىرام، موم، مەستەكىدىن 15 گىرامدىن، زەيتۇن يېغىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، زەنگار بىلەن مەستەكىنى سوقۇپ، موم ۋە زەيتۇن يېغى بىلەن ئېرىتكەي، ئارقىدىن تالقان سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ چاپقاي. بەزىلەر بۇ مەلھەمگە قاجۇرە ئۇرۇقىنى قوشقان.

كېسەللىك ماددىسى تازىلىنىپ سېسىق گۆشلەر تۈگسە، يېڭى گۆش ئۈندۈرىدىغان دورىلارنى چاپقاي.

تۆۋەندىكى مەلھەم خانازىرنى يۇمشىتار:

نۇسخىسى باقلە ئۇنى، ئارپا ئۇنى، ئۆردەكنىڭ چاۋا يېغى بىر ھەسسىدىن، شەھمەنزەل

لېشى، زەمچە بىللەۋرى (قاشتىشسىمان زەمچە)، سەۋسەن يىلتىزى، ھۆل زۇپتىدىن يېرىم ھەسسىدىن ئېلىپ، زۇپتى بىلەن چاۋا ياغنى زەيتۇن يېغى بىلەن ئېرىتىپ، قالغان دورىلارنى سوقۇپ، ياغ ئېرىتمىسگە ئارىلاشتۇرۇپ چاپقاي.

تۆۋەندىكى مەلھەمنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى مەۋزەج، بۆرە ئەرمىنى، قاجۇرە يېلىمى، پۇرچاق ئۇنى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقدارda ئېلىپ سوقۇپ، سالايە قىلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سىركە ۋە ھەسەل بىلەن مەلھەم قىلىپ چاپقاي.

تۆۋەندىكى مەلھەمنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى شۇمشا ئۇرۇقىدىن تۆت ھەسسە، بۆرە ئەرمىنى (توغرىغۇ)دىن بىر ھەسسە ئېلىپ سوقۇپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا چاپقاي.

تۆۋەندىكى مەلھەمنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى قاجۇرە يېلىمى، مىس تۇپالى (پوقى) دىن ئىككى ھەسسىدىن، زەمچە بىللەۋرى (قاشتېشسىمان زەمچە)، زەرنىختىن تۆت ھەسسىدىن ئېلىپ، قائىدە بويىچە سوقۇپ، مۇناسىپ سۇيۇقلۇق بىلەن مەلھەم قىلىپ چاپقاي.

تۆۋەندىكى زىماتنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى زىغىر، سەۋسەن يىلتىزىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، شاراب بىلەن قاينىتىپ، يۇمشىغاندا ئوتتىن ئېلىپ، كەپتەر مايىقىدىن مۇۋاپىق مىقداردا قوشۇپ زىمات قىلىپ، چاشقان يارىسىغا چاپقاي.

ھەكىم كەنەدى: «مۇڭگۇزنىڭ ئوتتۇرىسىدىكى بۇلۇتسىمان يېرىنى ئېلىپ كۆيدۈرۈپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە ئالتە گىرامدىن ئۇدا بىر ھەپتە ئىستېمال قىلسا، مەزكۇر كېسەللىكنى يوقىتار» دېگەن.

مەلۇم بولغايكى، خانازىرنىڭ بەزىسىنىڭ مادىسى سەرتانىنىڭ مادىسى بىلەن ئوخشاش بولۇر. ئۇ چاغدا سەرتانىنىڭ بايانىدا ئېيتىلغان ئىسسىق دورىلارنى گۈل يېغى بىلەن زىمات قىلىپ چاپسا بولۇر. خانازىرنىڭ بەزىسىدە ھارارەت بولۇر. بۇ چاغدا بۇغداي تالقىنى، ئارپا ئۇنىنى ھۆل يۇمغاقسۇت سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ مەلھەم قىلىپ چاپقاي. مۇرمەككىدىن بىر ھەسسە، رۇسۇتتىن ئىككى ھەسسە ئېلىپ سوقۇپ، يۇمغاقسۇت سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ چاپقاي. شاپتۇل مېغىزىنى قورۇپ يېغىنى چىقىرىپ، بىمارنىڭ بۇرنىغا تېمىتقاي.

خانازىر (چاشقان يارسى) نى يېرىشقا تېگىشلىك بولسا، يېقىن پەيلەر ۋە تومۇرلارغا زىيان يېتىپ قېلىشتىن ئېھتىيات قىلغاي.

ئىلگىرىكى ھۆكۈمالاردىن بىرى، خانازىرنى كەسمەكچى بولۇپ، ئېھتىياتسىزلىقتىن ئارقىغا مايىل بولغان مۇسكۇلنىڭ شاخچىسىنى كېسىپ قويدى، بۇنىڭ بىلەن بىمارنىڭ ئۇنى پۈتۈپ قالغانىدى. ئېھتىيات قىلمىسا، مۇسكۇل كېسىلمىگەن تەقدىردىمۇ، ئاستىدىكى پەي ئېچىلىپ قېلىپ، ئۇنىڭغا سوغۇق ئۆتۈپ، مىزاجى بۇزۇلار ۋە خىزمەتتىن قالار.

شۇنىڭ ئۈچۈن، خانازىرنى يېرىشقا تېگىشلىك بولسا، ئېھتىيات قىلغاي. چالا قالغان ماددىلار دورا ئارقىلىق تازىلىنار. بولمىسا ساق ئەزالارغا زەرەر يېتىپ قېلىشتىن ساقلانغىلى بولماس.

يەتتىنچى باب پوقاق ۋە توپۇق توغرىسىدا

بۇ، ھەربىرىكەتلىنىدىغان مونەك (سىلىك) تىن ئىبارەت بولۇپ، گالدا بولسا پوقاق دەپ، باشقا جايلاردا بولسا توپۇق دەپ ئاتىلۇر.

ئۇ، سوغۇقتىن بولغان ئىششىقنىڭ قاتاردىن بولۇپ، بەلغەمنىڭ قويۇلۇشىدىن پەيدا بولۇر. ئىچىدىكى ماددىلارنىڭ بەزىسى گۆشكە ئوخشار، بەزىسى ياغدا قورۇلغان ئۇنغا ئوخشار، بەزىسى ھەسەلگە ئوخشار. بەزىسىنىڭ ماددىسى قۇرۇپ، يېرىلسا تېرىققا ئوخشاش نەرسىلەر چىقار، ئىچىدە خالتىلار بولۇپ، بۇ ماددىلار شۇ خالتا ئىچىدە تۇرار.

بەزىدە بۇ كېسەللىك تىزىنىڭ ئاستىدا (پاچاقتا) بولۇر، ئەمما ئۇ يۇقىرىدا دېيىلگەن كېسەللىك ئەمەس، بەلكى مۇسكۇلغا ئوخشايدىغان تۇگۈنچىدۇر. ئۇنىڭ سىلىك بىلەن بولغان پەرقى شۇكى، سىلىك ھەممە تەرەپكە يۇرۇشەر، ئەمما مۇسكۇلسىمان تۇگۈنچە پەقەت ئوڭ - سولغا يۇرۇشەر، ئاستى - ئۈستىگە يۇرۇشمەس.

داۋالاش

قاتمىغان بولسا يارغاي.

يېرىشنى قائىدە بويىچە ئېلىپ بارغاي. دەسلەپتە تازىلىقنى ياخشى ئىشلىگەي. سول قول بىلەن سىلىكنىڭ تېرىسىنى تۇتۇپ، سىلىكدىن ئاجرىغۇدەك دەرىجىدە كۆتۈرگەي. ئۇنىڭدىن كېيىن دەسلەپتە سىلىكنىڭ تېرىسىنى كەسكەي، تېرىسى تولۇق كۆتۈرۈلمىسە، ئىچىدىكى

خالتىلاردىن ئاجرىماي، كېسىلىپ كېتىش ئېھتىمالى بولۇر. تېرە كېسىلىپ بولغاندىن كېيىن ئىككى تەرەپكە تارتىپ، ئىچىدىكى سىلەينى ئېلىشقا قۇلايلىق يارىتىلغاي. سىلەي سىرتىدىكى قېپى بىلەن بىللە ئالغاي. سىلەي ئېلىنغاندىن كېيىن ئەتراپىدىكى تېرىسى ئارتۇق بولمىسا، يەرلىك ئورۇننى مائۇلھەسەل بىلەن يۇيۇپ، زەخىم ئېغىزىنى قائىدە بويىچە تىككەي. ناۋادا سىلەي چوڭ بولۇپ، چۆرىسىدە ئارتۇق تېرە بولسا، ئارتۇقىنى كېسىۋېتىپ، زەخىم ئېغىزىنى مائۇلھەسەل بىلەن يۇيۇپ، يىپ بىلەن تىككەي. ئۇستىدىن ئەت ئۇندۇرىدىغان دورىلارنى چاپلىغاي.

ئىچىدىكى ماددىلارنى تولۇق ئالغىلى بولسا تېخى ياخشى، تولۇق چىقارغىلى بولمىسا، تازىلاش ئۈچۈن كونا كالا يېغىنى سۈركىگەي.

يۇقىرىدىكى مەشغۇلاتنىڭ ھەممىسىدە سىلەينى خالتىسى بىلەن ئېلىشقا تىرىشقاي. ناۋادا قېپى ئاللىبۇرۇن يىرتىلغان بولسا، قالدۇق ماددىلارنى تارتىپ تولۇق چىقارغاي. يىرتىلغان تېرىنى ياخشى تىككەي. سىلەينىڭ ئىچىدىكى ماددىنى قېپى بىلەن ئالغاي. چۈنكى، قېپى قالسا يەنە ماددا يىغىلىش ئېھتىمالى بولىدۇ.

سىلەينى دورا ئارقىلىق داۋالاش

مەقسەت قىلىنسا ماددىنى تارقاتقۇچى دورىلارنى بەرگەي. ئوشەقنى سىركە بىلەن ئېرىتىپ سىلەيگە چاپلاي، كەرەم يىلتىزىنى كۆيدۈرۈپ، كۈلىنى زۇپتى رۇمى ۋە سېرىقماي بىلەن يۇغۇرۇپ چاپلاي. مەلھىمى باسلىقۇنۇنىڭ سىلەيگە كۆپ پايدىسى بار، ئۇ يەنە «ئەلمەرھەمۇل ئەربەئ» دەپمۇ ئاتىلۇر.

مەلھىمى باسلىقۇنۇنىڭ نۇسخىسى موم، راتىيانەج، زۇپتى رۇمى، كالىنىڭ چاۋا يېغى قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، دىبىق بىلەن بىرلىكتە يۇغۇرۇپ، مەلھەم قىلىپ ئىشلەتكەي.

تۆۋەندىكى مەلھەم سىلەينى پىشۇرار ۋە يارا قىلىپ ئېغىز ئالدۇرار:

نۇسخىسى سۇ تەگمىگەن ھاكتىن تۆت ھەسسە، شارابنىڭ كۆيدۈرۈلگەن لېيدىن ئىككى ھەسسە، بۆرە ئەرمىنىدىن ئىككى ھەسسە، تىينى مۇغرىدىن بىر ھەسسە ئېلىپ، ھەممىسىنى كەرەم كۈلى قاينىتىلغان سۇ بىلەن مەلھەم قىلىپ سىلەيگە چاپلاي. مەلھەم قۇرۇپ قالسا، كەرەم سۈيى بىلەن نەمدىگەي.

تۆۋەندىكى مەلھەم سىلەي، بەز، سۆگەل قاتارلىقلارنى يوقىتىدۇ:

نۇسخىسى خەربەق، قىزىل زەرنىختىن ئىككى ھەسسىدىن، مىس پوقىدىن تۆت

ھەسسە ئېلىپ، دورىلارنىڭ ھەممىسنى سوقۇپ، گۈل يېغى بىلەن مەلھەم قىلىپ يەرلىك ئورۇنغا چاپقاي. خەربەق ئورنىغا چاققاقئوت (تۇخۇمى ئەنجىرە) قوشسىمۇ بولۇر.

تۆۋەندىكى مەلھەم ئىچىدىن ھەسەلدەك ماددا چىقىدىغان سلىئەنى ۋە باشقا يارىلارنى پىشۇرۇپ يۇمشىتار.

نۇسخىسى زىغىر، لازمەن، بارىزەت، مۇقەل، ئوشەق، ھەسەل ھەرىسىنىڭ كۆنىكى، مەستىكى قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقدارىدا ئېلىپ سوقۇپ، سالايە قىلىپ سلىئەگە سۈركىگەي.

تۆۋەندىكى مەلھەمنى ئىشلەتكەي.

نۇسخىسى بۆرە ئەرمىنىدىن بىر ھەسسە، خەربەقتىن يېرىم ھەسسە ئېلىپ سوقۇپ، موم ۋە گۈل يېغى بىلەن مەلھەم قىلىپ چاپقاي.

تۆۋەندىكى مەلھەمنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى بۆرە ئەرمىنى، زاك، قىزىل زەرنىخنىڭ ھەربىرىدىن بىر ھەسسىدىن ئېلىپ سوقۇپ، موم يېغى بىلەن يۇغۇرۇپ چاپقاي.

ئۇرۇقى ئېلىنغان ئۈزۈمنى ئېزىپ سۈركىسە پايدا قىلۇر.

ياخشىسى شۇكى، سلىئەنىڭ تېرىسىنى يېرىپ زىمات ئارىسىغا قويغاي.

سەككىزىنچى باب بەز چۈشۈش، سۆگەل ۋە مەسامىر توغرىسىدا

بەز سوغۇقتىن بولغان ئىششىقنىڭ قاتاردىندۇر، ئۇ بەلغەمنىڭ قويۇلۇپ بۈزۈلۈشىدىن پەيدا بولۇر. دەسلەپتە يۇمشاق، سۇيۇق بولۇر، قول بىلەن باسسا تارقاپ، قويۇۋەتسە يەنە يىغىلۇر.

ئۇنىڭ ئىلاجى سلىئە (توپۇق) نىڭ ئىلاجىغا يېقىنلىشۇر، يەنى توپۇقنىڭ ئىلاجىنى قىلغاي. بەز يېڭى پەيدا بولۇپ، يۇمشاق ھالىتىدە بولسا، كۆچ بىلەن سلاپ بەرسە، ئۇۋۇلسا، ئۇستىگە قوغۇشۇن تېڭىپ ئۈچ كۈنگىچە تۇرغۇزسا يوقاتقىلى بولۇر. بولۇپمۇ سەبرە، رۇسۇت، ئاقاقىيا قاتارلىقلارنى سوقۇپ ئېرىتىپ، قەغەزگە سۈرۈپ بەز ئۈستىگە چاپلاپ، ئۈستىدىن قوغۇشۇن تاڭسا بەزنى يوقىتار.

بەزدە قۇلاق ئاستىدا بەز پەيدا بولۇر. ئۇنىڭ ئىلاجى يۇقىرىدىكى ئىلاج بىلەن ئوخشاشتۇر. بولۇپمۇ ئۇنىڭغا ھەلزۇن (قۇلۇلە) نى كۆيدۈرۈپ، تۇز تەگمىگەن چاۋا ياغ بىلەن

مەلھەم قىلىپ چىپىش تەۋسىيە قىلىنغان.

ئاغمىخان گۆشىنى كۆيدۈرۈپ، كۈلىنى موم يېغى ۋە سەۋسەن يېغى بىلەن يۇغۇرۇپ مەلھەم قىلىپ چاپلاي. بۇ مەلھەم خانازىر(چاشقان يارىسى) غمۇ مەنپەئەت قىلۇر.

بەزىنىڭ يەنە بىر تۈرى بولۇپ ئۇ «مەسامىر» (قاداق) دەپ ئاتىلۇر. ئۇنىڭ شەكلى خۇددى مىخقا ئوخشار، شۇ سەۋەبتىن شۇنداق مەنىنى ئىپادىلەيدىغان مەزكۇر نام بىلەن ئاتالغان. ئۇ، سۆگەلگە ئوخشاپ قالۇر. سۆگەلنىڭ بىر قىسمى تېرە يۈزىدە بولىدۇ، مەسامىرنىڭ ھەممىسى تېرە ئاستىدا، ئۇچلۇق بولىدۇ. ھۆللۈكنىڭ ئاچچىق قىسمىدىن پەيدا بولىدىغان بولغاچقا، رەڭگى ئاق بولۇپ، تولا ۋاقىتلاردا پۈتتا پەيدا بولۇر ۋە يول مېڭىشقا توسالغۇلۇق قىلۇر.

داۋالاش

سىلىئەگە ئوخشاش پوستىدىن ئاسان چىقارغىلى بولسا چىقارغاي، سىلاپ، ئۈۋۈلاپ يوقاتقىلى بولسا ئۈۋۈلاپ يوقاتقاي. يۇقىرىدا ئېيتىلغاندەك قوغۇشۇن تاڭغاي.

خاس ئىلاجى شۇكى، ئەنزىروت، نۆشادۇر، زەنگار قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، سوپۇن سۇيى بىلەن يۇغۇرۇپ مەلھەم قىلىپ چاپلاي.

سۆگەلنىڭ دەسلىپىدە بىمارغا سەۋدانى يوقىتىدىغان، بەدەننى تەنقىيە قىلدىغان دورىلارنى بەرگەي. بەدەنگە ھۆللۈك يەتكۈزىدىغان دورىلارنى ئىشلەتكەي. موزا بىلەن زەمچە سۆگەلگە پايدا قىلدىغان بولۇپ، شەھمەنزەل بىلەن مەلھەم قىلىپ چاپلاي. ھۆل خەرنۇب نەبتىنى سوقۇپ مەلھەم قىلىپ سۈركىگەي. ھەببۇلئاسنىڭ ھۆل يوپۇرمىقى، كەرەم يوپۇرمىقىنى سوقۇپ، مەلھەم قىلىپ سۈركىسمۇ پايدا قىلۇر. سوپۇن سۇيى، ئۆشنان سۇيى، شاخار سۇيى قاتارلىقلارنى سۈركسە پايدا قىلۇر. يۇلغۇن مېۋىسىنى سوقۇپ، سىركە بىلەن مەلھەم قىلىپ سۈركسە، سۆگەلنى يىلتىزى بىلەن قومۇرۇپ تاشلار. سۇيدۇكنىڭ كۆپۈكىنى سۈركسە ناھايىتى ياخشى پايدا قىلدىغان بولۇپ، بۇ سىناقتىن كۆپ ئۆتكەندۇر. مەنىنى سۈركسمۇ پايدا قىلدىغان بولۇپ، يۇقىرىدىكىگە ئوخشاشلا سىناقتىن ئۆتكەندۇر. سىركە بىلەن تۈزنى ئارىلاشتۇرۇپ سۈركسمۇ پايدا قىلۇر.

ياخشى زىماتنىڭ نۇسخىسى سېرىق زەرنىختىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، قۇرۇق ئۈزۈمنىڭ ئۇرۇقى بىلەن پوستىنى ئايرىۋېتىپ بىرلىكتە سوقۇپ، مەلھەم قىلىپ ئۈچ كۈن تۈرغۇزغاندىن كېيىن چاپلاي. بۇ زىمات سۆگەلنى تۈپ يىلتىزىدىن قومۇرۇپ تاشلار، ئەگەر چالسى قالغان بولسا، تەكرار سۈركسە بولۇر.

ئۇچىنچى بۆلۈم

بۇ بۆلۈم 12 بابتۇر.

بىرىنچى باب ھەر خىل يارىلار ۋە جاراھەتلەر توغرىسىدا

گۆشتە پەيدا بولغان ھەر خىل چىيقان ۋە تېرە پۈتۈنلۈكىنىڭ بۇزۇلۇشى (تەپەررۇقى ئىتتىسال) ئېغىرلاشقاندا يىرىڭلاز. بىرەر ئەزاغا زەخىم يېتىپ، گۆشى ئېزىلگەن بولسا، يىرىڭلار، ئۇ، ئەرەبچە «قۇرھە» (يارا) دېيىلۇر.

يىرىڭلاشنىڭ سەۋەبى شۇكى، يارا پەيدا بولغان ئەزا زەئىپلەشكەن سەۋەبىدىن ئۇنىڭ ئوزۇقلۇقنى ئايلىنىدىغان ماددىلار ھەزىم بولماي بۇزۇلۇپ يىرىڭغا ئايلىنار. زىيادىسى قوشنا ئەزالارغا بېرىپ، ئۇلارنى زەئىپلەشتۈرۈپ مىزاجنى بۇزار. بۇنىڭ بىلەن ئۇ ئەزالاردا خەراج (چىيقان) پەيدا بولۇر.

يىرىڭ سۇيۇقراق بولسا، ئەرەبچە «سەدىد» (زەرداب) دېيىلۇر، قويۇق - سۇيۇقلۇقى نورمال، رەڭگى ئاق بولسا، ئەرەبچە «قەيھ» دېيىلۇر، «مىددە»مۇ دېيىلۇر، يىرىڭ قويۇق بولسا، ئۇ، ئەرەبچە «ۋەسەخ» دېيىلۇر. قويۇق يىرىڭنىڭ بەزىسى ئاققا مايىل، بەزىسى قارامتۇل، بەزىسى شارابنىڭ لېيىدەك بولۇر.

سەدىد (زەرداب) ئىسسىق ماددىنىڭ سۇيۇلۇشىدىن پەيدا بولۇر، ۋەسەخ ماددىنىڭ قويۇلۇشىدىن پەيدا بولۇر، قەيھ مۆتىدىللىككە يېقىنلاشقان ماددىدىن پەيدا بولۇر.

زەرداب ئاققان يارىلارغا قۇرۇق سوغۇق تەبىئەتلىك دورىلار بىلەن ئىلاج قىلغاي، يىرىڭلىغان جاراھەتلەرگە تازىلاش رولى بولغان ئۇچۇچان(نازۇك) دورىلار بىلەن ئىلاج قىلغاي.

جاراھەتنىڭ بەزىسى تەن تېشىدا، بەزىسى تەن ئىچىدە پەيدا بولۇر.

تەن ئىچىدە پەيدا بولغىنى ئىككى خىل بولۇر. بىرى، چۆرىسىدە قاتتىق گۆش بولۇر ۋە قېلىنلىشار، ئۇ، «ناسۇر» (ئاقما) دەپ ئاتىلار.

ناسۇر ئۇزۇنغىچە ساقايمايدىغان جاراھەت بولۇپ، گۆشنىڭ ئارىسىدا ئورۇن تۇتار، ئىچىدە يىڭنىگە ئوخشاش ياكى ئۇنىڭدىن تۇم تۆشۈك بولۇر، بۇ تۆشۈك «كەھف» (ئۆڭكۇر) دېيىلۇر. چۆرىسىدە قاتمىغان گۆشى بولغانلىرىنىڭ تۆشۈكىمۇ «كەھف» دەپ ئاتىلۇر، يەنە «مەنجا» مۇ دېيىلۇر. بەزى تېۋىپلار ناسۇرنىڭ تۆشۈكى گۆشنىڭ ئارىسىدا بولۇپ، ئەگرى - بۈگرى ۋە كەڭرى بولسا «كەھف» دېيىلۇر. تۆشۈكى تېرە ئارىسىدا بولۇپ، تېرە بىلەن گۆشنىڭ ئارىسىغا يىرىڭ يىغىلغان بولسا، ئۇنى «مەنجا» دەپ ئاتار.

بەزىلەر ناسۇرنىڭ ئىچىدىكى تۆشۈكنىڭ تۈز ياكى ئەگرى، كەڭ ياكى تار بولۇشىدىن قەتئىينەزەر ھەممىسىنى «كەھف» دەپ ئاتار.

ناسۇرنىڭ بەزىسىنىڭ تۆشۈكى خۇددى يۇقىرىدا دېيىلگىنىدەك، تۈز، بەزىسى بىر تەرەپكە مايىل بولۇر.

پەيگە يەتكەن ھەرقانداق ناسۇر قاتتىق ئاغرار، بولۇپمۇ پەلكۇچ تەگكەن ۋاقتىدا ئاغرىقى تېخىمۇ كۈچلۈك بولۇر. ئۇستىخانغا ياكى رەبات «چاندىر»غا يەتكەن ھەرقانداق ناسۇرنىڭ ئاغرىقى ئۇنداق كۈچلۈك بولماس. رەبات ئىككى گۆش ئارىسىدىكى پەردىدىن ئىبارەت.

ناسۇر ئۇستىخانغا يەتكەن بولسا، ئۇنىڭدىن سېرىق رەڭلىك سۇيۇق ھۆللۈك ئېقىپ چىقار، رەباتقا يەتكەن بولسا، تەپچىرەپ چىققان سۇيۇقلۇقنىڭ رەڭگى ئاققا مايىل بولۇر، ئىچ تومۇرغا يەتكەن بولسا، سۈزۈك قان چىقار، شىريان تومۇرغا يەتكەن بولسا، ئۇنىڭدىن ئاققان قاننىڭ رەڭگى نارەنجى رەڭگىدە، ئوچۇق قىزىل بولۇر، قان ئىسسىق بولۇر. ناسۇر گۆشكە يەتكەن بولسا، ئۇنىڭدىن قويۇق، شىلىمشىق، قارامتۇل سۇيۇقلۇق ئاقۇر.

گۆشتە بولغان ناسۇرنىڭ ئىككى ئېغىزى بولۇر، ئۇنى داۋالاشمۇ قىيىن بولۇر. ناسۇرنىڭ قانچە ئېغىزى بارلىقىنى بىلىشنىڭ ئۇسۇلى شۇكى، ناسۇرغا ھەر خىل رەڭلىك دورا سۇيۇقلۇقلىرىنى پىلان بويىچە قۇيغاي. ناسۇرنىڭ يەنە بىرى ئېغىزىدىن چىققان دورىنىڭ رەڭگىگە قاراپ، ئۇنىڭ ئېغىزىنىڭ قانچە ئىكەنلىكىگە ھۆكۈم قىلغاي.

ناسۇر ئېغىزىنىڭ قانچە بولۇشىدىن قەتئىينەزەر بەزىسى ئىشىق بىلەن، بەزىسى ئىششىقسىز بولۇر، بەزىسى ئاغرىماس، بەزىسى ئاغرىماس، بەزىسى پاكىز، بەزىسى يىرىڭلىق بولۇر، بەزىسىنىڭ رەڭگى بەدەن رەڭگى بىلەن ئوخشاش بولۇر، بەزىسى قاتتىق، بەزىسى يۇمشاق، بەزىسى ئىسسىق، بەزىسى سوغۇق، بەزىسى سېسىق پۇراقلىق، بەزىسى پۇراقسىز بولۇر. سېسىق پۇراقلىق بولغانلىرىنىڭ بەزىسىنىڭ ئېغىزى كەڭ بولۇر، ئېغىزى كەڭ بولغانلىرىنىڭ ماددىسى قاتتىق، ئۆتكۈر بولۇر.

يېڭى گۆشنى يەپ كېڭىيىدىغان يارا ئەرەب تىلىدا «ئەلقۇرۇھۇس سائىيە» (كېڭەيگۈچى يارا) دەپ ئاتىلۇر. «قۇرۇھى مۇتەئاكىلە» (يېگۈچى يارا) دەپمۇ ئاتىلۇر. بەزىسىنىڭ مادىسى بەك ئۆتكۈر بولماس، ئەمما بەتبۈيلۇقى سەۋەبىدىن تېز كېڭىيىپ گۆشلەرنى بۇزۇپ، يەرلىك ئورۇن تېرىسىنى ئاچۇر. ئۇمۇ «ئەلقۇرۇھۇس سائىيە» دېيىلۇر، ئەمما «قۇرۇھى مۇتەئاكىلە» دېيىلمەس. بۇنىڭدا بىمارنىڭ قىزىتمىسى بولماس. «ئەلقۇرۇس سائىيە» دەپ ئاتىلىدىغان ناسۇردا ئوفۇنەت سەۋەبىدىن بىماردا كۆپ هاللاردا قىزىتما بولۇر.

سوغۇقتىن بولغان يارىنىڭ تۈۋى ياپىلاق، رەڭگى ئاق، قىچىشىشى، كۆيۈشۈشى ئازراق بولۇر. ئىسسىقتىن بولغان جاراھەتنىڭ ئۇچى ئۇچلۇق، تۈۋى قىزىل بولماس، ياپىلاق بولماس، قىچىشار، كۆيۈشەر، بالدۇر پىشار. جاراھەت قاتتىق، رەڭگى كۆك ياكى قارىغا مايىل بولسا، يامان بولۇپ ھېسابلىنار. جاراھەتنىڭ رەڭگى بەدەن رەڭگىگە خىلاپ، يەنى كۆك ياكى قارىغا مايىل بولسا، جىگەر مىزاجى ۋە قان بۇزۇلغانلىقىنى ئىپادىلەر، شۇ سەۋەبتىن كېچىكىپ ساقىيار. كېسەللىكتىن كېيىن جاراھەتنىڭ پەيدا بولۇشى يامان بولۇر، چۈنكى ئۇ، بەدەندىكى خىلتلارنىڭ بۇزۇلغانلىقىنى، تەبىئەت كۈچىنىڭ ئۇنى تېرە يۈزىگە تەپكەنلىكىنى بىلدۈرەر. جاراھەت چۆرىسىگە مويلار ئۈنگەن بولسا، يامانلىققا دالالەت قىلۇر.

جەنۇب شامىلى، ئىسسىق ھاۋا، ھۆل نەرسىلەر جاراھەتكە زەرەر قىلىدىغان ئامىللارنىڭ قاتارىدىندۇر.

ھەرقانداق يارا ئىششسا، رەڭگى ئاققا مايىل بولۇپ، ئۇچى ئېچىلسا، پەيگە يېقىن بولغان تەقدىردىمۇ، ئۇنىڭ بىماردا تارتىشچ قېلىش (تەشەننۇج) پەيدا قىلىش، ئەقلىنى ئېلىشتۇرۇش خەۋپى بولمايدۇ. ئەمما جاراھەت چوڭ بولسا، ئىششىق تۈيۇقسىز ئىچى تەرەپكە كېڭەيسە، ئۇچى ئېچىلمسا، ئۇنىڭدىن ھېچ نەرسە ئاقمسا، پەيگە يېقىن بولسا، بىمارنىڭ تارتىشچ قېلىشى ۋە ئەقلى ئېلىشچ قېلىشتەك خەۋپ پەيدا بولۇر.

جاراھەت بەدەننىڭ ئىچىدىكى كاۋاك ئەزالارغا چىقسا، بولۇپمۇ يانپاش، قورساق بوشلۇقىغا ئوخشاش ئەزالارغا چىقسا، جاراھەتنىڭ ئورنى قان تومۇرلارغا تۇتاش بولسا، ئىششىقى بىراقلار بەدەننىڭ ئىچى تەرىپىگە يۈزلەنسە، ئۇچلانمسا، ئىچىدىن ھېچ نەرسە چىقمسا، ئۇنىڭدىكى بۇزۇق قاننىڭ بەدەننىڭ ئىچى تەرىپىگە مېڭىپ كېتىش ئېھتىمالى بولۇر. بەدەننىڭ تۆۋەن تەرىپىگە ماڭغان بولسا، تۆۋەندىكى ئەزالاردا ياللۇغ ۋە باشقا كېسەللىك پەيدا قىلۇر. ئەگەر بەدەننىڭ ئۈستى تەرىپىگە ماڭسا، بىمارنىڭ ئەقلى ئېلىشىش، كۆكرەك پەردە ياللۇغى پەيدا بولۇش خەۋپى تۇغۇلار، بىمار قان ئارىلاش تۆكۈرەر. بۇ چاغدا ئومۇمىي بەدەن ۋە جىگەرنىڭ مىزاجى مۆتىدىل

بولسا، جاراھەت داۋا قوبۇل قىلۇر ۋە ساقىيار. ئەگەر ئومۇمىي بەدەن ۋە جىگەرنىڭ مىزاجى غەيرىي مۆتىدىل، قۇرۇق ياكى ھۆل بولسا، داۋالاش قىيىن بولۇر. بىمارنىڭ مىزاجى كېچىك باللارنىڭ مىزاجىدەك نازۇكلۇققا مايىل بولسا، قۇرۇق مىزاجلىقلاردىن ياخشىراق ساقىيار.

ئاياللارنىڭ جاراھىتى ھامىلدار ۋاقتىدا ھەيز توختىغان سەۋەبتىن ئىلاجى قىيىن بولۇر.

ياشانغان كىشىلەرنىڭ جاراھىتى ئىلاج قوبۇل قىلماس. بۇنىڭ سەۋەبى ئىككى خىل بولۇر. بىرى، يۇقىرىدا ئېيتىلغان سەۋەبتىن ئىبارەتتۇر. يەنە بىرى، ئۇلارنىڭ بەدىنىدە ياخشى قان ئازراق بولۇر.

بەزىدە ياشانغان كىشىلەرنىڭ جاراھىتى ئاسان ساقايسىمۇ، يەنە تېزلا قايتىلار. چۈنكى، كېسەللىك ماددىسى تولۇق تازىلانماي تۇرۇپ، يارا ئېغىزى پۈتكەن بولغاچقا، يەرلىك ئورۇنغا يەنە ماددا يىغىلىپ كېسەللىك قايتىلار. قايتىلاشنىڭ يەنە بىر سەۋەبى، ياشانغانلارنىڭ بەدىنىدە ياخشى قاننىڭ ئازلىقىدىن بولۇر.

تولا ھاللاردا ناسۇر گەرچە ساقايغان بولسىمۇ، يۆتەلگە ئوخشاش ئازغىنە سەۋەبلەر بىلەن ئېغىز ئېلىپ يەنە قايتىلار. يارا ئۇرۇنغا سوزۇلسا، يارا ئېغىزىدا بۇزۇق ماددىلار كۆپ بولسا، يەنە قايتىلار.

ناسۇر سەۋدادىن پەيدا بولغان بولسا، تۆمۇر ئەسۋاب بىلەن كېسىلمىگىچە ساقىيىش ئېھتىمالى بولماس. گۆش ۋە ئۇستىخاننى ياخشى تازىلىغاندىن كېيىن، جاراھەتكە ئىلاج قىلغاي.

جاراھەتنى تازىلايدىغان دورىلار ھۆللۇكنى قۇرۇتىدىغان دورىلار بولۇشى كېرەك.

سىگىرنىڭ ئېزىلىپ زەخمىلىنىشىگە دەسلەپتە يۇمشاتقۇچى نەرسىلەر بىلەن ئىلاج قىلغاي. بەزى جاراھەتلەرگە يەرلىك ئورۇننى قۇرۇتۇپ قۇۋۇتلەيدىغان دورىلارنى ئىشلەتكەي. ناسۇرنىڭ رەڭگى ھەر خىل بولسا، قۇرۇتۇپ ھۆللۇكنى ئازايتقۇچى دورىلارنى ئىشلەتكەي.

جاراھەت پەيدا بولغان ئورۇننى تاڭغاي، ئۇنىڭ سەۋەبى ئۇچ خىل بولۇر. بىرى، جاراھەت سىقىلىپ ئىچىدىكى بۇزۇق ماددىلارنى تازىلىغاندىن كېيىن تاڭسا، بۇزۇق ماددىلارنىڭ يەرلىك ئورۇنغا يۈزلىنىشىنىڭ ئالدىنى ئالغىلى بولۇر. يەنە بىرى، دورىنى سۈركىگەندىن كېيىن تاڭسا، دورىنىڭ يەرلىك ئورۇندا توختاپ، تېزرەك ئۇنۇم كۆرسىتىشىگە ياردىمى بولۇر. ئۇچىنچىسى، تاڭغاندا يارا ئېغىزى بىر - بىرىگە يېقىنلىشىپ ساقىيىشنى تېزلەتكىلى بولۇر. ئەمما تېڭىق بەك چىڭ ياكى بەك بوش بولۇپ قالماسلىقى، بەلكى نورمال ھالەتتە بولۇشى كېرەك. چۈنكى بەك چىڭ بولسا، قان يۈرۈشەلمەي ئاغرىتۇر، بەك بوش بولسا، تاڭغانىنىڭ پايدىسى بولماس.

يارا ئىششىق بىلەن بىللە بولسا، دەسلەپتە ئىششىققا ئىلاج قىلغاي، يارىنىڭ ئەھۋالىغىمۇ سەل

قارىمغاي. ئىششىق يانغاندىن كېيىن يارىغا ئىلاج قىلغاي. يارىنىڭ چۆرىسىدىكى گۆشى بۇزۇلغان بولسا، كۆكۈچ ياكى قارا بولسا، دەسلەپتە ئۇنىڭ ئىلاجىغا مەشغۇل بولغاي. يارا ئورنىنى قائىدە بويىچە تىلىپ، ئوتلۇق لوڭقا قويۇپ، ئىچىدىكى بۇزۇق قانىنى چىقارغاي، ئۇنىڭدىن كېيىن ئېغىزىغا بىر پارچە بۇلۇتنى قويۇپ تاڭغاي. يەرلىك ئورۇننى قۇرۇتىدىغان دورىلارنىمۇ ئىشلەتكەي. مەلۇم مەزگىل تەخىر قىلىپ، ئومۇمىي بەدەندىن يەرلىك ئورۇنغا يۇزلەنگەن ماددىلارنىڭ يىغىلىشىغا پۇرسەت يارىتىپ بەرگەي. ئۇنىڭدىن كېيىن قان ئېلىش، ھۆقنە قىلىش، قەي قىلدۇرۇشقا ئوخشاش ئۇسۇللار بىلەن يىغىلغان ماددىنى بىراقلا ھەيدەپ چىقارغاي. ئۇنىڭدىن كېيىن يارىغا ئىلاج قىلىشقا تۇتۇش قىلغاي. قەي قىلىش يارىغا بەك پايدىلىق.

تولا ۋاقىتلاردا كېسەللەنگەن ئەزانىڭ مىزاجى تەڭشەلسە يارا ساقىيار، كۆپ ئىلاج قىلىش زۆرۈر ئەمەس. ئېھتىمال باشقا ئىلاج قىلىنمىسىمۇ، مىزاجنىڭ تەڭشىلىشى بىلەن يارا ساقىيىپ كېتىشى مۇمكىن.

يارىنىڭ ئىلاجى شۇكى، دەسلەپتە يارىنى پىشۇرغۇچى، ئارقىدىن ئېغىز ئالدۇرغۇچى، ئارقىدىن يىرىڭنى تازىلىغۇچى، يىرىڭ تازىلىنىپ بولغاندىن كېيىن، يەرلىك ئورۇنغا ئەت ئوندۇرگۈچى دورىلارنى ئىشلەتكەي.

يارىنىڭ يىرىڭى قويۇق (ۋەسەخ) بولسا، يىرىڭنى يوقاتقۇچى ئۆتكۈر خۇسۇسىيەتلىك دورىلارنى ئىشلەتكەي. يىرىڭ، زەرداب ئازراق بولسا، ئۆتكۈر خۇسۇسىيەتلىك دورىلارنى ئازراق قىلغاي. چۈنكى، بۇنداق ۋاقىتتا ئۆتكۈر خۇسۇسىيەتلىك دورىلار ئىشلىتىلسە، ئۆتكۈرلۈكى بىلەن يەرلىك ئورۇننى زەخمىلەندۇرۇش خەۋپى بولۇر، بولۇپمۇ يارىنىڭ ھارارىتى بولۇپ، كۆيۈشۈپ ئاغرىسا، تېخىمۇ ئېھتىيات قىلىش كېرەك. يارا ئاغرىتىپ ئاۋارە قىلسا، گەرچە يارىغا زىت بولسىمۇ، ئاغرىقنى پەسەيتىش ئۈچۈن، يۇمشىتىش رولى بولغان دورىلار ۋە مۇناسىۋەتلىك ياغلارنى ئىشلەتكەي. بۇ ئىككى خىل دورىلار يارىغا زىت بولغانلىقى ئۈچۈن، ھۆكۈمالار يارىغا ياغنى يېقىن ئەكەلمەسلىك لازىم، دېگەن. ياغ ئىشلىتىش زۆرۈر بولسا، ئىنەكپىتى يېغى، مەستىكى يېغى، ھەببۇلئاس يېغى قاتارلىقلارنى ئىشلەتكەي.

مەلۇم بولغايكى، يارا ساقايمىسا ۋە ئاغرىقى پەسەيمىسە، يارا يۇمشاپ زەئىپلىشىپ «ھۇمرە» دېگەن كېسەللىككە ئۆزگىرەر. بۇ چاغدا سوغۇق تەبىئەتلىك دورىلار بىلەن ئىلاج قىلغاي. گىل ئەرمىنى، سەندەل، كافۇرغا ئوخشاش دورىلارنى مارجان شوخلا سۈيى بىلەن مەلھەم قىلىپ چاپقاي. كېسەللەنگەن ئەزانىڭ مىزاجنى تەڭشەش، يارىنىڭ ئورنىنى كىچىكلىتىش، يارا ئورنىغا گۆش ئۈنۈشنى تېزلىتىش ئۈچۈن، ئەزاغا مۇز ۋە قار يېقىپ سوۋۇتقاي.

كۆپ هاللاردا ياردەمكى ئارتۇق، بۇزۇق گۆشنى ئۆتكۈر خۇسۇسىيەتلىك دورىلار بىلەن يوقاتقاي، يارىنىڭ چۆرىسىگە سوغۇق تەبىئەتلىك ۋە قۇرۇتقۇچى خۇسۇسىيەتلىك دورىلارنى چاپقاي، ياردەمكى بۇزۇق قاقاچىلارنى تازىلىغاي.

مەلۇم بولغايكى، دورىلارنىڭ بەزىسى ئۆتكۈر خۇسۇسىيەتلىك، بەزىسى نىسبەتەن ئاجىزراق بولۇر. شۇنداق بولغانلىقى ئۈچۈن، دورىلارنى بىمارنىڭ كېسەللىك ئەھۋالىغا قاراپ تاللاپ ئىشلەتكەي. مەسىلەن: بەزى كىشىلەرنىڭ گۆشى نازۇك، يۇمشاق بولۇر، ئۇنداق كىشىلەرگە ئۆتكۈر خاراكتېرلىك دورىلارنى ئىشلەتمىشكە تۇغرا كەلسە، يۇمشاتقۇچى ياغلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ ئىشلەتكەي.

تەستە ساقىيدىغان جاراھەتلەرگە قابىز خۇسۇسىيەتلىك دورىلارنى ئىشلەتكەي ۋە جاراھەتكە ئۇچ كۈن تاڭغاي.

يارا بولغان ئەزانى تىنچ تۇتقاي، بولۇپمۇ بىمارنىڭ بەدىنىدە بۇزۇق خىلىت بولسا، ياكى مىزاجى بۇزۇلغان بولسا، ئارام ئالدۇرۇش تېخىمۇ مۇھىمدۇر. شۇ سەۋەبتىن دەسلەپتە بىمارغا تەنقىيە دورىلىرىنى ئىشلىتىپ، خىلتىنى تەنقىيە قىلغاي ۋە مىزاجنى تەڭشىگەي.

مەلۇم بولغايكى، بەدەن ئىچىدىكى جاراھەتنى داۋالاشتا ئەرەب يېلىمى، خۇنسياۋشان، گىل ئەرمىنىگە ئوخشاش چاپلاشتۇرغۇچى دورىلارغا ھاجەت كۆپرەك چۈشەر. زەنگارغا ئوخشاش دورىلارغا كۆپ يۇزلەنمىگەي، بولۇپمۇ دورىنى ئىچىدىن ئىشلىتىدىغان بولۇپ قالسا تېخىمۇ ئېھتىيات قىلغاي.

ئەرەب تىلىدا «كەھف» ياكى «مەنجا» دەپ ئاتىلىدىغان يارىلار تېزلا ناسۇر (ئاقما) غا ئۆزگىرەر.

يارا شىريان تومۇرغا ياكى مۇھىم ئەزالارغا يېقىن بولسا، تېزلا ئىششار، شۇ سەۋەبتىن ئۇنىڭغا ئىلاج قىلىشتا ئاۋۋال سۇرگە ئىچكۈزگەي.

مەلۇم بولغايكى، يارىغا دورا ئىشلەتكەندە ئىككى ئىشنىڭ بىرى بولۇر، بىر بولسا يارىشار ياكى ياراشماس. ياراشقان دورىنىڭ ئۈنۈمى تېزلا كۆرۈلەر، ئۈنۈمى كۆرۈلمىگەن تەقدىردىمۇ زىيان قىلماس. دورا ياراشمىسا، ئىككى ئىشنىڭ بىرى بولۇر، يەنى جاراھەتنىڭ ئىششقى ئىلگىرىكىدىن يامانلىشار، بۇنى دورىدىن كۆزلەنگەن ئۈنۈمنىڭ ھاسىل بولماسلىقىدىن بىلگىلى بولۇر ياكى زەرەر قىلىپ باشقا ئەھۋاللارنى پەيدا قىلۇر. بۇ چاغدا دورىغا باشقا مۇناسىۋەتلىك دورىلارنى قوشۇشقا توغرا كېلۇر. مەسىلەن: ئىسسىق تەبىئەتلىك دورا ئىشلەتكەن سەۋەبىدىن جاراھەتتە ھارارەت پەيدا بولسا، قىزارسا، توسۇش ئۈچۈن، ھۆل سوغۇق تەبىئەتلىك دورىلارنى

ئىشلەتكەي. ھۆل سوغۇق تەبىئەتلىك دورا ئىشلەتكەن سەۋەبىدىن جاراھەتنىڭ چۆرىسى قاربىدسا ياكى كۆكەرسە، دورىغا ئىسسىق تەبىئەتلىك دورىلارنى قوشقاي. ھۆل تەبىئەتلىك دورىلارنى كۆپ ئىشلەتكەن سەۋەبىدىن جاراھەت شەلۋەرەپ قالسا، ئانارگۈلى ۋە موزىغا ئوخشاش قابىز خۇسۇسىيەتلىك دورىلارنى ئىشلەتكەي ياكى باشقا تازىلىغۇچى، قۇرۇتقۇچى خۇسۇسىيەتلىك دورىلارنى قوشۇپ ھۆللۈكنى قۇرۇتقاي. چۈنكى، تازىلىغۇچى دورىلارنىڭ كۈچى زىيادە بولۇپ، ئەزادىكى زىيادە گۆشلەرنى يەپ يوقتار، زەردار قىلىپ يارىنى ئىسسىتار، شۇنىڭ بىلەن ئاغرىقنى پەسەيتەر، يارىنىڭ چۆرىسىنى قاتۇرۇپ، گۆش ئۈندۈرەر.

دورىنىڭ ياراشماسلىقى كۆپ ھاللاردا شۇ ئەزانىڭ ياكى پۈتۈن بەدەن مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشىدىن كېلىپ چىقار. ئەگەر ئىمۇمىي بەدەننىڭ مىزاجى بۇزۇلغان بولسا، دەسلەپتە مىزاجنى تەڭشەشنىڭ چارىسىنى قىلغاي. ئەزانىڭ مىزاجى بۇزۇلغان بولسا، شۇ ئەزانىڭ مىزاجنى تەڭشەشكە خاس بولغان دورىلارنى ئىشلىتىپ، نىشان ئەزانىڭ مىزاجنى تەڭشىگەي.

ئىككىنچى باب زەرداب يىغىلىدىغان يارىلار توغرىسىدا

بۇ خىل يارىلارنىڭ ئىلاجى شۇكى، يارىنى قۇرۇتىدىغان قابىز خۇسۇسىيەتلىك دورىلارنى ئىشلەتكەي. ئۈنىڭدىن كېيىن گۆش ئۈندۈرىدىغان دورىلارنى ئىشلەتكەي. بىمارنىڭ مىزاجى بوش بولۇپ، يارىنى قۇرۇتىدىغان دورىلارنىڭ پايدىسى ئاشكارا بولمىسا، تازىلايدىغان دورىلارنى ئىشلەتكەي. دورىلارنى ھەسەل بىلەن كۈچەيتكەي. زەمچە بىللەۋرى (قاشتېشىسىمان زەمچە)، ئانارگۈلى، ھەببۇلئاس يېغىغا ئوخشاش قابىز خۇسۇسىيەتلىك دورىلارنى ئىشلەتكەي.

مەلۇم بولغايكى، يارىنى قۇرۇتىدىغان دورىلارنىڭ بەزىسى ئەپيۇن، لۇپاھ يىلتىزىغا ئوخشاش سوغۇق بولۇر. بەزىسى زۇپتى رۇمغا ئوخشاش زىيادە ئىسسىق بولۇر. بەزىسى موزا، ئانار لېشى، زەمچە بىللەۋرى، كۈندۈر دەرىخى قوۋزىقى، ئارپا ئۈنى، ئارپا كېپىكى قاتارلىقلار قۇرۇق سوغۇقتۇر.

يارىنى قۇرۇتۇش ئۈچۈن مەدەستان بەزىدە كاھۇ، سىركە بىلەن، بەزىدە زەيتۇن يېغى بىلەن ئاقارغىچە سالايە قىلىپ يارىغا سۈركىگەي. ئۇ، خام مەلھەم دېيىلۇر. ئۇ، بۇزۇق ماددىلار بولغان يارىلارنىڭ ھەممىسگە مەنپەئەت قىلۇر. زەرچۇەدىن 35 گىرام ئېلىپ سوقۇپ، ئۈنىڭغا قوشسا قىزىل مەلھەم (مەلھىمى ئەھمەر) بولۇر، ئۇ كۈدۈمبا ۋە يارىلارغا تېشىدىن سۈركىسە پايدا قىلۇر.

ھۆل ياڭاق يوپۇرمىقى بىلەن بىرلىكتە سوقۇپ مەلھەم قىلىپ چاپقاي. ئۇنى شاراب بىلەن سوقۇپ مەلھەم قىلسىمۇ مەنپەئەت قىلۇر. ھۆللۇكلەرنى ئازايتار.

بەزى نۇسخىلاردا زەرچىۋە ئورنىغا باشقا دورىلارنى قوشۇش تەۋسىيە قىلىنغان.

نۇسخىسى مەدەستان كۇشتىسىدىن ئالتە ھەسسە، كۆيدۈرۈلگەن زەرچىۋە، موزا، خۇنسياۋشان، ئانارگۈلى، زەمچە بىللەۋرى، كۆموش ئىقلىمىياسىنى بىر ھەسسىدىن ئېلىپ، سوقۇشقا تېگىشلىكلىرىنى سوقۇپ، قائىدە بويىچە مەلھەم تەييارلاپ يارىغا سۈركىگەي. ئۇنى سۇفۇپ قىلىپ يارىغا سەپسىمۇ بولۇر.

ئىرادە قىلىنسا، يارا دەريا سۈيى ياكى زەمچە بىللەۋرى، سۆئىدى، ھېلىلە، بەلىلە، ئامىلە، ئازاد دەرىخى يوپۇرمىقى، سەدەر يوپۇرمىقى قاتارلىقلارنى ئايرىم قاينىتىپ، سۈيى بىلەن يارىنى يۇغاي. بەزىدە مەزكۇر دورىلارنىڭ تالقىنىنى يۇقىرىدىكى مەلھەمگە قوشۇپ، ھەسەل بىلەن مەلھەم قىلىپ يارىغا سۈركىسە ئەزانى قۇۋۇتلەر. ئەگەر يارا ئىششىغان بولسا، مەزكۇر مەلھەم زەرەر قىلۇر، ئىششىق يانمىغىچە ئىشلىتىشكە بولماس.

ئۇچىنچى باب چىرىگەن يارىلار توغرىسىدا

چىرىگەن يارا (ۋەسەخ) يامان يارىدىن ئىبارەت بولۇپ، سېسىق پۇراش، قويۇق يىرىڭ ۋە ھەر خىل رەڭلىك سۇيۇقلۇق ئېقىش، يارا ئورنى چىرىش قاتارلىق ئالامەتلەر بىلەن ئىپادىلىنەر.

داۋالاش

ئالدىنقى بابتا ئېيتىلغاندەك، كۆچلۈك تازىلىغۇچى دورىلارنى ئىشلەتكەي، بولۇپمۇ كېسەللىكنىڭ دەسلىپىدە شۇنداق قىلغاي. ئۇنىڭدىن كېيىن يېنىك يۇمشاتقۇچى ھۆل تەبىئەتلىك دورىلارنى ئىشلەتكەي. بۇنىڭ ئۈچۈن زىراۋەندە بىلەن مەستىكىدىن مۇۋاپىق مىقدارda ئېلىپ سوقۇپ، سىركە ياكى ھەسەل بىلەن مەلھەم قىلىپ چاپقاي. سەۋسەن يىلتىزىنى سوقۇپ، كالا يېغى ياكى گۈل يېغى بىلەن مەلھەم قىلىپ چاپقاي ياكى ھەسەل، پۇرچاق سۈيى، ناۋات، جاۋشىر قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقدارda ئېلىپ، سوقۇشقا تېگىشلىكلىرى سوقۇپ، مەلھەم تەييارلاپ چاپقاي.

يارىنى تازىلاش ئۈچۈن، زەيتۇن يېغى، زەمەج بىللەۋرى، ھەسەل قاتارلىقلاردىن باراۋەر

مقداردا ئېلىپ سوقۇپ، مەلھەم قىلىپ چاپقاي، بولۇپمۇ يارىنىڭ ئاخىرقى مەزگىلىدە چاپسا ئۇنۇمى ياخشى بولۇر.

يارا تولا يىرىڭلسا كۈدىنى سوقۇپ، ھەسەل بىلەن مەلھەم قىلىپ چاپسا يارىنى تازىلار. زەيتۇننى تۇز بىلەن سوقۇپ، مەلھەم قىلىپ چاپسا پايدا قىلۇر.

«قارابادىن» دېگەن كىتابتا ئېيتىلغان مۇناسىۋەتلىك مەلھەملەر، تۇز بىلەن قىلىنغان مەلھەم، قۇرسى ئەسۇەد(قارا قۇرس)، قۇرسى ئەخزەر(يېشىل قۇرس) ۋە باشقا دورىلار پايدا قىلۇر.

تۆتىنچى باب ئويمانلاشقان ئېغىزى كەڭ جاراھەتلەر توغرىسىدا

بۇنداق جاراھەتلەرگە تازىلاش، قۇرۇتۇش رولى بولغان دورىلار بىلەن ئىلاج قىلغاي. جاراھەتنىڭ بېشى تۆۋەنگە قارىغان بولسا، يىرىڭ ئۆزلۈكىدىن چىقىپ تۇرسا، ئۇ، ياخشىلىقنىڭ ئالامىتىدۇر. ئۇنىڭ ئەكسىچە بولسا، يىرىڭنى مۇۋاپىق تەدبىر بىلەن تازىلاشقا تىرىشقاي. بىمارنىڭ ئۆزى يېتىپ قوپۇش ئىمكانىيىتى بولسا، ئۇنى يىرىڭنىڭ ئېقىشىغا قولايلىق بولغان يوسۇندا تۇرۇشقا بۇيرۇپ، يىرىڭنى تازىلغاي.

يىرىڭنى تازىلاشقا ئامال قىلغىلى بولمىسا، جاراھەتنى قائىدە بويىچە يېرىپ، يارىنىڭ يولىنى ئۇنىڭدىكى يىرىڭ ۋە زەردابلار ئۆزلۈكىدىن ئاقالغۇدەك دەرىجىدە تۆۋەن تەرەپكە قاراتقاي.

يارىنىڭ يىرىڭ ئاقىدىغان يولى توسۇلغان بولۇپ، خەتەر كېلىپ چىقىش ئېھتىمالى بولسا، يارىنىڭ يولىنى تېرە ئاستىدىن يۇقىرىدىن تۆۋەنگە قارىتىپ يارغاي. ئۇنىڭدىن كېيىن يەرلىك ئورۇندىكى زەخمگە چارە قىلغاي.

يارىنى يېرىشقا چارە قىلغىلى بولمىسا، يەرلىك ئورۇندىكى بۇزۇق ماددىلارنى تازىلىغۇچى ۋە قۇرۇتقۇچى دورىلارنى چاپقاي.

خوۋاجە ئەبۇ ئەلى ئىبن سىنا: «مەن بۇ جەھەتتە مەلھىمى رۇسۇلنى سىناق قىلىپ باقتىم، پايدىسى تولۇق كۆرۈلدى» دېگەن.

قەنتەرىيۇن، ئىرسا، پۇرچاق ئۇنى قاتارلىقلارنى سوقۇپ، ئايرىم ياكى بىرلىكتە مەلھەم قىلىپ يارا ئۈستىگە چاپقاي. دەسلەپتە يارىنى مەزكۇر دورىلارنىڭ سۇلىرى بىلەن نەمدىسە ياخشى بولۇر.

مەلۇم بولغايكى، يارا تېرە ئاستىدا بولسا، يارا تېزرەك تازىلىنىپ، تېرە بىلەن گۆش ۋاقتىدا تۇتاشتۇرۇلمىسا، تېرە بىلەن گۆش تۇتاشمايدىغان ئەھۋال كېلىپ چىقار. بۇنىڭ ئۈچۈن يارىنىڭ كاۋاكلىرى، ئويۇلغان جايلىرى ۋە ئەتراپلىرىغا تازىلاش، قۇرۇتۇش رولى بولغان دورىلاردىن پىلتە ياساپ قويغاي. ھەسەلمۇ يارىنى ياخشى تازىلار، بولۇپمۇ شارابقا دەريا سۇيىنى ئارىلاشتۇرۇپ يارىنى يۇسا، تېخىمۇ ياخشى بولۇر.

زەمچەئى بىللەۋرىنى مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ تەمنى چىقىرىپ، يارىنى يۇسىمۇ يارىنى تازىلار. كېسەل پەيدا قىلغۇچى خىلىتنىڭ يارا ئورنىغا كېلىشىنىڭ ئالدىنى ئالۇر.

يارىنىڭ رەڭگى نورمالسىز بولسا، مۇناسىۋەتلىك ئىلاج قىلىنغاندىن كېيىن، كېسەللەنگەن ئەزانىڭ مىزاجىنى تەڭشەيدىغان ئىسسىقلىق ياكى سوغۇقلۇق دورىلاردىن زىمات تەييارلاپ، يارا ئۈستىگە تاڭغاي.

كۆپ ھاللاردا كاۋاك ئورۇندىكى ياكى تېرىنىڭ ئارىسىدىكى ياردىن تۈيۇقسىز ھۆللۈك ئۆرلەپ چىقۇر ۋە تېزلا قۇرۇپ، پوستى بىلەن گۆشى تۇتىشىپ ساقىيار.

بەشىنچى باب سېسىپ يامانلىشىدىغان يارىلار توغرىسىدا

بۇنىڭ دەسلەپكى ئىلاجى شۇكى، بەدەندىكى يامان خىلىتنى تەنقىيە قىلغاي. ئومۇمىي بەدەننىڭ ياكى يارا پەيدا بولغان ئەزانىڭ مىزاجىنى مۆتىدىللەشتۇرگەي. يارا پەيدا بولغان ئەزاغا لوڭقا قويۇشقا تېگىشلىك بولسا، قانلىق لوڭقا قويۇپ، بۇزۇق قانىنى چىقارغاي. تېپىلسا زۇلۇك قۇرتىنى قادالدۇرغاي. يارىغا مۇۋاپىق كېلىدىغان زىماتلارنى ئىشلەتكەي. بىمارغا مۇۋاپىق كېلىدىغان نورمال غىزالارنى تەڭشەپ بەرگەي. زۆرۈر بولسا، كۆپ ھاللاردا سېسىغان يامان يارىنى ئۆتكۈر دورىلار ياكى مەخسۇس تۆمۈر ئەسۋاب بىلەن سۇزۇك قان، يېڭى گۆش ۋە ئاق ئۇستىخان كۆرۈنگىچە كەسكەي. ئۆتكۈر دورىلارنى ئىشلەتكەن سەۋەبىدىن ئاغرىق پەيدا بولسا، گۇل يېغى بىلەن پەسەيتكەي، گۇل يېغىنى يېڭى - يېڭى سۈركەپ تۇرغاي.

سېسىق پۇرايدىغان يارىلارنى ئومۇمىي داۋالاش ئۇسۇلى شۇكى، ئىلگىرىكى بابتا ئېيتىلغاندەك، يىرىڭ ۋە زەردابىنى تازىلايدىغان دورىلارنى ئىشلەتكەي. بۇنىڭ ئۈچۈن، دەريا

سۈيىگە ئوخشاش تازىلىغۇچى دورىلار بىلەن يارىنى يۇغاي. ئارقىدىن يارا ئورنىدىكى كېمەيگەن ئەتنى تولۇقلاش ئۈچۈن، ئەت ئۈندۈرگۈچى دورىلارنى ئىشلەتكەي.

ئەت ئۈندۈرگۈچى دورىلارنىڭ قۇرۇقلۇقى ۋە تازىلىشى كۈندۈر، ئارپا ئۇنى، پۇرچاق ئۇنى، ھاۋا رەڭ سەۋسەن يىلتىزى، زىراۋەندە، جاۋشىر ئۆسۈملۈكىنىڭ يىلتىزى، ئىقلىميا، تۈتىيا قاتارلىق دورىلارغا ئوخشاش نورمال ھالەتتە بولۇشى لازىمدۇر.

يارىغا ئەت ئۈنۈپ ئۈستى تەكشىلەنمسە، ئۇنى ساقايتىشنىڭ تەدبىرلىرىنى قىلغاي. يارا يۈزى تەكشىلەنمسە، سۇ چىقىپ تۇرسا، ئىشلىتىلگەن دورىلارنىڭ كۆپىنچىسى ماس كەلمىگەنلىكىنى بىلدۈرەر. يارىنىڭ ھۆللۈكى ۋە يىرىڭى ئۆز پېتى تۇرسا، قۇرۇتقۇچى، تازىلىغۇچى دورىلارنى ئىشلىتىش زۆرۈر. ئېھتىياجغا قاراپ دورىلارنى كۈچلۈكرەك تەييارلىغاي. دورىلارنىڭ تەسىرىنى ھەسەل ئارقىلىق كۈچەيتكەي.

يارىنىڭ سوغۇقلۇقى غالىب بولۇپ، ھۆللۈكى كەتمىسە، ئۇنى دورا بىلەن تازىلىغىلى ۋە قۇرۇتقىلى بولمىسا، دورىغا موم يېغىنى كۆپرەك قوشقاي. يارىنى كۈچلۈك تازىلايدىغان دورىلار ئەتنى سىزدۇرۇپ يىرىڭلىتار. يارا ھۆللۈكىنىڭ بەلگىسى شۈكى، يارا زىيادە چوڭقۇر، چۆرىسى ئېگىز - پەس، ئىششىقى قاتتىق، قىزىل بولۇر. يارىنىڭ بۇنداق ھالەتتە بولۇشى دورىنىڭ تازىلاش كۈچىنىڭ ئاجىز بولۇپ قالغانلىقىنى بىلدۈرەر. بۇ چاغدا لەيلىقازاق، سەنۇبەر دەرىخى قوۋزىقىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ، موم يېغى بىلەن مەلھەم قىلىپ چاپسا پايدا قىلۇر. يارىغا قويۇلماقچى بولغان دورىنى ئۆچ قېتىملىق تېڭىشقا ئىشلەتكەي. پۇرچاق ئۇنى، زەمچەئى بىللەۋرى، بېلىق گۆشى قېقى، نان، زىراۋەندە، كەرەم يىلتىزى، قىزىلچا يىلتىزى، ئىت خەمكى يىلتىزى، زىغىر، قەلقەدىس قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، قائىدە بويىچە مەلھەم قىلىپ چاپسا پايدا قىلۇر. تاغ پۇدىنەسىنى قۇرۇق ئۇزۇم ياكى ئەنجۈر بىلەن ئېزىپ مەلھەم قىلىپ يارىغا قويسا مەنپەئەت قىلۇر. زەرۋەرد، گىل ئەرمىنى، پۇرچاق ئۇنى ياكى ئارپا ئۇنىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، ھەسەل بىلەن مەلھەم قىلىپ چاپقاي. تاغ پىيىزىنى ھەسەل بىلەن ئاتىلادەك پىشۇرۇپ سۈركىگەي.

ئوبدان يارىشىدىغان دورىنىڭ نۇسخىسى ئۇزۇنچاق زىراۋەندە، ئىنەكپىتىنەك سقىلغان سۈيىدىن بىر ھەسسىدىن، زەنگاردىن يېرىم ھەسسە ئېلىپ، مەلھەم قىلىپ چاپقاي. زىراۋەندىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، زەيتۇن يېغى بىلەن مەلھەم قىلىپ چاپقاي.

يارا تازىلانغاندىن كېيىن تۆۋەندىكى مەلھەمنى چاپقاي:

نۇسخىسى ئەنزىرۇت، كۆيدۈرۈلگەن رو، موزا، زەنگار، زىراۋەندە قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، تالقان مەلھەم بولغۇدەك مىقداردا مەستىكى قوشۇپ يۇغۇرغاي، يارا تازىلانغاندىن كېيىن سۈركىگەي.

تۆۋەندىكى مەلھەمنى چاپقاي:

نۇسخىسى قىزىل زاكىتىن 120 گىرام، سۇ تەگمىگەن ھاكىتىن 80 گىرام، زەمچەئى بىللەۋرىدىن 18 گىرام، ئانار پوستىدىن 50 گىرام، كۈندۈر ۋە موزىدىن 160 گىرامدىن، مومدىن 600 گىرام ئېلىپ، دورىلارنى قائىدە بويىچە سوقۇپ، 600 مىللىلىتىر زەيتۇن يېغى بىلەن يۇغۇرۇپ مەلھەم قىلىپ چاپقاي. بەزى نۇسخىلاردا زەيتۇن يېغىنىڭ مىقدارى يۇقىرىدىكىدەك بەلگىلەنگەن، ئەمما تېۋىپ ئۇنىڭ مىقدارىنى ئەمەلىي ئەھۋالغا قاراپ بەلگىلىسە ياخشىراق بولۇر.

تۆۋەندىكى مەلھەمنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى گۈڭگۈرت بىلەن كۆيدۈرۈلگەن قەلەي، گۈڭگۈرت بىلەن كۆيدۈرۈلگەن مىس، ئورۇس ئۈپىسى، كۈندۈر، مەدەستان كۈشتىسى، مۇرمەككى، ئىقلىمىيا، ئوشەق، جاۋشىر، مەستىكى، كالىنىڭ چاۋا يېغى، راتىيانەج، ھەببۇلئاس يېغى، مومنىڭ ھەربىرىدىن 10 گىرامدىن ئېلىپ، ئېرىتىلىدىغان دورىلارنى سىركە بىلەن ئېرىتىپ، قالغان دورىلارنى قائىدە بويىچە سوقۇپ ياكى سالايە قىلىپ، يۇغۇرۇپ مەلھەم قىلىپ چاپقاي.

يارا جىنسىي ئەزاغا ئوخشاش ئورۇنلاردا بولسا، يەڭگىل دورىلارنى ئىشلەتكەي.

نۇسخىسى ئانار خەمكى، زەمچەئى بىللەۋرى 20 گىرامدىن، يېشىل زاك 60 گىرام، مۇرمەككى 20 گىرام، كۈندۈر 40 گىرام، ئۈزۈن زىراۋەندە 60 گىرام (ھەكىم سەراسىيۇننىڭ نۇسخىسىدا يۇمىلاق زىراۋەندە سېلىنغان). دورىلارنى قائىدە بويىچە سوقۇپ، مەلھەم قىلىپ ياربغا چاپقاي.

ھەكىم قۇلۇلاندۇرۇسنىڭ تۆۋەندىكى قۇرس نۇسخىسى سېسىغان ھەرقانداق جاراھەتكە پايدا قىلۇر:

نۇسخىسى ئانار پوستىدىن 50 گىرام، مۇرمەككى، سەبرەدىن ھەر بىرىدىن 35 گىرامدىن، زەمچەئى بىللەۋرىدىن 25 گىرام، كۈندۈردىن 20 گىرام، قەلقەدىس (زاكىنىڭ بىر تۇرى) تىن بەش گىرام، كالا ئۆتى، ئۆچكە ئۆتىنىڭ ھەربىرىدىن 18 گىرامدىن ئېلىپ، ئۆتتىن

باشقا دورىلارنى قائىدە بويىچە سوقۇپ، تاتلىق شاراب ۋە ئۆت سۈيۈقلۇقى بىلەن يۇغۇرۇپ، مۇڭاپىق چوڭلۇقتا قۇرس قىلغاي. زۆرۈر بولغاندا ئېزىپ، مەلھەم قىلىپ جاراھەتكە چاپقاي. ياز كۈنلىرى بولسا، ئەت ئۈندۈرىدىغان قۇرۇق سوغۇق تەبىئەتلىك دورىلارنى مەلھەم قىلىپ ئىشلەتكەي. يەبرۇج، بەڭ يوپۇرمىقىغا ئوخشاش زىيادە سوغۇق دورىلار، زۇپتى، راتىيانەجگە ئوخشاش زىيادە ئىسسىق دورىلارنى بۇ خىلدىكى يارىدىن يىراق تۇتقاي. پەقەت مىزاج زىيادە ئىسسىق ياكى سوغۇق بولسا، بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ ئىشلەتكەي.

ئەت ئۈندۈرۈش ئۈچۈن تۆۋەندىكى مەلھەمنى چاپقاي:

نۇسخىسى مەدەستان بىلەن زەيتۇن يېغىدىن 35 گىرامدىن ئېلىپ، مەدەستانىنى زەيتۇن يېغى بىلەن ئېرىتكەي. ئۇنىڭغا خۇنسياۋشان، ئەنزىرۇت، بارزەت، ھۆل زۇپتىدىن ئۈچ گىرامدىن قوشۇپ سالايە قىلغاي، ئۇنىڭدىن كېيىن سۇس ئوتتا قاينىتىپ، دورىلار بىر - بىرىگە ئۆزلەشكەندىن كېيىن سوۋۇتۇپ ياريغا چاپقاي.

تۆۋەندىكى مەلھەمنى ياز كۈنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى كۇشتە قىلىنغان مەدەستاندىن 25 گىرام ئېلىپ، سىركە بىلەن سالايە قىلىپ، ئۈستىدىن گۈل يېغى تېمىتىپ مەلھەم ھالىتىگە كەلتۈرگەي، ئۇنىڭدىن كېيىن 15 گىرام ئارپا تالقىنى، ئاز مىقدارda كافۇر قوشۇپ ياريغا چاپقاي. بەزىدە بۇ مەلھەمگە ئاز مىقدارda سەبىرە، كۈندۈر، خۇنسياۋشان، ئەنزىرۇت قوشقاي.

ياريغا ئەت ئۈندۈرۈش ۋە ھۆل يارىنى ساقايتىش ئۈچۈن، تۆۋەندىكى مەلھەمنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى كۈندۈر، خۇنسياۋشان، ئەنزىرۇت، نۆشادۇر، ئۇزۇنچاق زىراۋەندە قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقدارda ئېلىپ، سوقۇپ مەلھەم تەييارلىغاي. كۆچلۈكرەك بولۇش مەقسەت قىلىنسا، شاخار بىلەن زەنگاردىن ئاز مىقدارda قوشۇپ ياريغا چاپقاي.

مەلھەمنى زەنگارنى ئىشلەتسە، ئۇ، زىيادە ئەتنى يوقىتىدۇ.

نۇسخىسى ئوشەقتىن مۇڭاپىق مىقدارda ئېلىپ، سىركە بىلەن سالايە قىلىپ ئېرىتكەي، ئۇنىڭغا سىركە بىلەن سالايە قىلىنغان زەنگاردىن مۇڭاپىق مىقدارda قوشۇپ مەلھەم قىلىپ ياريغا چاپقاي. نۆشادۇر بىلەن سالايە قىلىنغان زەنگارنى ياريدىن يىراق تۇتقاي. چۈنكى، نۆشادۇر بىلەن سالايە قىلىنغان زەنگار زىيادە ئۆتكۈردۇر.

ئالتىنچى باب ئېغىز ئالمايدىغان ۋە تەستە ساقىيىدىغان يارىلار توغرىسىدا

بۇ خىل يارىلار تەستە ساقىيىشنىڭ سەۋەبى يەتتە خىل بولۇر.

1. قاننىڭ كۆپلۈكىدىن بولۇر.

2 . قاننىڭ ئازلىقىدىن بولۇر.

3 . قاننىڭ بۇزۇلۇشىدىن بولۇر.

قاننىڭ بۇزۇلۇشى ئىككى خىلدۇر. بىرى، يامان سۇيۇقلۇق قانغا ئارىلاشقان بولۇر، شۇ سەۋەبتىن يارىدا ھۆللۈك كۆپ، بوش بولۇر. يەنە بىرى، قاننى ئېغىرلاشتۇرىدىغان ۋە كۆيدۈرگۈدەك دەرىجىدىكى ئۆتكۈر خىلىت قانغا ئارىلاشقان بولۇر.

4 . ئومۇمىي بەدەن مىزاجىنىڭ بۇزۇلۇشى، بولۇپمۇ يارا چىققان ئەزا مىزاجىنىڭ بەكرەك بۇزۇلۇشىدىن بولۇر.

5 . يارىنىڭ يۇقىرىسىدىكى ئەزا ئىششىغان بولسا، ئۇنىڭدىكى بۇزۇق ماددىنىڭ يارىغا سىرغىپ چۈشۈشىدىن بولۇر، مەسىلەن: پاچاقتا يارا پەيدا بولسا، شۇنىڭ بىلەن بىر ۋاقىتتا، جىگەر ياكى تالدا يالۇغ بولسا، ئۇنىڭدىكى بۇزۇق ماددىلار پاچاقتىكى يارىغا سىرغىپ چۈشۈپ، يارىنى يامانلاشتۇرار ۋە ئۇنىڭ ساقىيىشنى تەسلەشتۇرەر. بۇ يارا ئۇنىڭ ئۈستىدىكى ئەزادىكى ئىششىق ساقايمىغىچە ساقايماس.

6 . يارىنىڭ ئەتراپى ياكى تېگىدە يامان گۆش بولۇشى ياكى ئۇنىڭ قېتىۋېلىشى سەۋەبىدىن يارىنىڭ ساقىيىشى تەس بولۇر.

7 . يارا ئۇستىخانغا يەتكەن ۋە ئۇستىخاننى بۇزغان ئەھۋالدىمۇ ساقىيىشى تەس بولۇر.

داۋالاش

يارىنىڭ تەستە ساقىيىشى قاننىڭ كۆپلۈكىدىن بولسا، ئۇنىڭغا ئالاقىدار ئالامەتلەر كۆرۈلەر. بۇ چاغدا قان ئالغاي، لوڭقا قويغاي. ئۇنىڭدىن كېيىن يارىغا ئىلاج قىلغاي. ئەگەر قاننىڭ ئازلىقىدىن بولسا، پۇتۇن بەدەن خۇسۇسەن يارا ئەتراپى قورۇق بولۇر. بۇ چاغدا مۆتىدىل قان پەيدا قىلغۇچى تەدبىرلەرنى قوللانغاي. بەدەن قىزىپ قىزارغىچە ۋە يارا ئەتراپى

يۇمشىغىچە بەدەننى ئىسسىق سۇ بىلەن يۇيۇپ بەرگەي. ماددىنىڭ كۆپ يىغىلىۋالماسلىقى ئۈچۈن، بەدەننى ئۇنىڭدىن ئارتۇق قىزىتمىغاي. كۆپ ۋاقىتلاردا بىر پارچە لاتىنى ئىسسىق سۇ بىلەن نەمدەپ يارىغا قويسا ۋە يارىنى ئۇنىڭ بىلەن تاڭسا پايدا قىلۇر.

قارا مەلھەم (مەلھىمى ئەسۋەد) كۆپ پايدا قىلۇر.

نۇسخىسى زەيتۇن يېغى بىلەن قىلىنغان موم يېغى، مەستەكى، زۇپتى رۇمى قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ ئېرىتىپ، ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم قىلىپ يارىغا سۈركىگەي.

يارىنىڭ ساقايماسلىقى قانىنىڭ يامانلىقىدىن بولسا، بەدەندىكى غالىب خىلىتنى تەنقىيە قىلغاي. قانىنىڭ يامانلىقى سۇيۇقلۇقلارنىڭ ئارىلىشىشىدىن بولسا، بەدەننى تەنقىيە قىلغاندىن كېيىن، ئۆز ئورنىدا بايان قىلىنغىنىدەك كۆپ يېرىڭلايدىغان جاراھەتلەرگە قىلىنغان ئىلاجلارنى قىلغاي. يارىنى قۇرۇتىدىغان ئۆتكۈر دورىلارنى چاپقاي، ئارقىدىن سېسىغان گۆشنى يوقىتىش مەقسىتىدە كالا يېغىنى چاپقاي، ئارقىدىن ئەت ئۇندۇرۇشنىڭ چارىلىرىنى قىلغاي. يارا داغلانسىمۇ پايدا قىلۇر.

يارىنىڭ تەستە ساقىيىشى قانغا كۆيدۈرگۈچى ۋە ئېرىتكۈچى خىلتلارنىڭ ئارىلىشىشىدىن پەيدا بولغان بولسا، مۇناسىپ دورىلار بىلەن بەدەننى تەنقىيە قىلغاي، ئارقىدىن ھىجامەت قويغاي. نەشتەر سانجىپ يامان قانىنى ئاقتۇرغاي، ئۇنىڭدىن كېيىن خۇددى ئىلگىرىكى بابتا ئېيتىلغىنىدەك، يارىنى قۇرۇتقۇچى دورىلارنى ئىشلەتكەي. يارىنىڭ ئېغىز ئالماسلىقى مىزاج بوزۇلۇشتىن پەيدا بولغان بولسا، دەسلەپتە قائىدە بويىچە مىزاجنى تەڭشىگەي. يارىنىڭ ساقايماسلىقى ئۇنىڭ ئۈستىدىكى جىگەرگە ئوخشاش بىرەر ئەزانىڭ ئىشىشىدىن بولسا، دەسلەپتە شۇ ئەزانىڭ ئىششىقىنى ياندۇرۇش ئۈچۈن، ئارقىدىن يارىنى ساقايتىش ئۈچۈن ئىلاج قىلغاي. يارىنىڭ ساقايماسلىقى كېسەللىك ماددىسىنىڭ يارىغا بىرەر تومۇردىن كېلىشىدىن پەيدا بولغان بولسا، شۇ تومۇردىن قان ئالغاي. يارىنىڭ ساقايماسلىقى يارىنىڭ ئاستىدىكى ياكى ئەتراپىدىكى گۆشنىڭ يامانلىقى (بۇزۇلغانلىقى) ۋە قاتقانلىقى سەۋەبىدىن بولغان بولسا، يارىنىڭ ئەتراپىدىكى گۆشنى مەخسۇس سايمان بىلەن تاتىلاپ قاناتقاي ۋە قاتتىق گۆشنى كەسكەي. ئارقىدىن مۇناسىۋەتلىك مەلھەملەرنى سۈركىگەي. يارىنىڭ تەستە ساقىيىشى ئۇنىڭ ئاستىدىكى ئۈستىخاننىڭ سېسىشىدىن بولسا، ئۈستىخاننى يالاڭلاشتۇرۇپ، يۇقىرىدا ئېيتىلغان قائىدە بويىچە كەسكەي.

ئېغىز ئالمايدىغان، ساقىيىشى تەس بولغان يارىلارغا تۆۋەندىكى دورىلارنى ئىشلەتكەي:

كۆيدۈرۈلگەن مىس، راتىيانەج، نەمەك ھەربىرىدىن 35 گىرامدىن، موم، ھەببۇلئاس يېغىنى يېتەرلىك مىقداردا ئېلىپ، قائىدە بويىچە مەلھەم تەييارلاپ يارىغا چاپقاي.

مىس پوقى، تۆمۈر پوقىدىن مۇڭاپىق مىقداردا ئېلىپ، غورا سۈيى ياكى سىركە بىلەن

نەمدەپ بېھى ئارىسىغا ئېلىپ، ئوتقا كۆمۈپ پىشۇرغاي، سوقۇپ تالقان قىلىپ ياريغا سەپكەي، ئۇنىڭغا مەدەستاندىن مۇۋاپىق مىقداردا قوشۇپ مەلھەم قىلىپ ئىشلەتسىمۇ بولۇر.

مەدەستاندىن 35 گىرام ئېلىپ، 100 مىللىلىتىر سىركە، 70 مىللىلىتىر زەيتۇن يېغى ياكى ھەببۇلئاس يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، سۇس ئوتتا قاينىتىپ، قاينىتىش جەريانىدا قوچۇپ تۇرغاي. مەدەستان يۇمشاپ ئېرىگەندىن كېيىن، ئۇنىڭغا كۆيدۈرۈلگەن سەدەپ، كۆيدۈرۈپ يۇيۇلغان قەلەيدىن يۇغۇرغىلى بولغۇدەك مىقداردا قوشۇپ مەلھەم قىلىپ ياريغا چاپلاي.

مومدىن 30 گىرام، سەنۇبەر يېلىمىدىن 27 گىرام، ئالتۇن ياكى كۈمۈش ئىقلىمىياسىدىن 10 گىرام، شاخاردىن 18 گىرام، ھەببۇلئاس يېغىدىن يېتەرلىك مىقداردا ئېلىپ، قائىدە بويىچە ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم تەييارلاپ ياريغا چاپلاي.

مەزكۇر ياريغا ئىشلىتىلىدىغان مەخسۇس دورىلار ۋە باشقا مەلھەملەر «قارابادىن» دا بايان قىلىندى.

يەتتىنچى باب قۇرتلىغان يارا توغرىسىدا

ئادەتتە بۇخارات ئۆرلەيدىغان سېسىغان يارىلاردا قۇرت پەيدا بولۇر.

داۋالاش

بۇنىڭدا يارىنى قۇرۇتىدىغان دورىلارنى ئىشلەتكەي. خەۋاتمۇل بەھر[1] گە ئوخشاش دورىلارنى سىركە ياكى سىركەنجۈبىل بىلەن سالايە قىلىپ، سۈيۈلدۈرۈپ يارىنى يۇغاي. ھەسەل سۈيى بىلەن يۇسمۇ بولۇر.

غۇلجاك ئۇرۇقى ۋە يوپۇرمىقى، قۇرۇق قاپاق كۈلى، چىنار دەرىخى قوۋزىقى كۈلى، سېرىقچېچەك كۈلى، بەرگى زۇپا، ئارپا تالقىنى قاتارلىق دورىلارنىڭ ھەممىسى يارىنىڭ ھۆللۈكىنى قۇرۇتار.

قۇرتنى ئۆلتۈرۈش ۋە تازىلاش ئۈچۈن، ئەفسەنتىن، قەنتەرىيۇن، تاغ كۈدىسى قاتارلىقلارنىڭ قاينىتىلغان سۈيى بىلەن يارىنى يۇغاي. ئارقىدىن ئەفسەنتىن، قەنتەرىيۇن، فەراسيۇندىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى نەمەك ھىندى بىلەن سوقۇپ تالقان قىلىپ ياريغا سەپكەي. بۇ تالقانىنى شاراب بىلەن يۇغۇرۇپ، مەلھەم قىلىپ چاپسىمۇ بولۇر.

سۈزاپ ياكى سوقمونىيادىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، يالپۇز ياكى كەپە يوپۇرمىقىنىڭ

سقىلغان سۇيى بىلەن مەلھەم قىلىپ يارىغا سەپسە، قۇرتنى ئۆلتۈرەر. زىراۋەندە تەۋسل (ئۇزۇنچاق زىراۋەندە)، قەنتەرىيۇن غەلىز، جاۋشىر گىياھىنىڭ يىلتىزى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، يۇقىرىدىكى سۇلار بىلەن مەلھەم قىلىپ يارىغا چاپسا، ئىنتايىن مۇۋاپىق كېلىدۇر.

ئۇنىڭدىن باشقا، قۇلاق قۇرتلاشنىڭ بايانىدا ئېيتىلغان دورىلارمۇ بۇ كېسەللىككە پايدا قىلىدۇر.

سەككىزىنچى باب رىيش بەلخى توغرىسىدا

رىيىش بەلخى (بەلەخ يارىسى) ئەتىنىڭ يۇزىدىن يىراق بولمايدىغان، يۇزەكى، ياپىلاق بولىدىغان يارىدىن ئىبارەتتۇر.

ئالامىتى

بىمارىدا يۇقىرىدىكى ئالامەتلەر بولۇر، خەپەقان (يۇرەك چالاڭغۇراش) بەزىدە هوشسىزلىنىش، بەزىدە قىزىتما كۆرۈلەر.

بۇ يارا بەلەخ شەھرىنىڭ ئەتراپلىرىدا كۆپ كۆرۈلىدىغا بولغاچقا، شۇ نام بىلەن ئاتالغاندۇر.

داۋالاش

دەسلەپتە بىماردىن قان ئالغاي، ئارقىدىن سەپرانى تەنقىيە قىلغاي. هەر كۈنى ناشتىدا مېۋە سۇيى، ئاچچىق شاراب ئىچكۈزگەي. ئۇسسۇزلۇقنى بېسىش ئۈچۈن قۇرسى كافۇر بەرگەي. غىزاسىغا تەبئىتى مۆتىدىل، هۆل سوغۇققا مايىل يېمەكلىكلەرنى بەرگەي. بىمارنىڭ يۈرىكىگە سەندەل، گۈلاب، كافۇرغا ئوخشاش نەرسىلەرنى سۈركىگەي. يارىغا مەلھىمى ئىسپىداج چاپقاي. بىمار ئىسسىق هاۋادىن سوغۇق يەرگە يۆتكەلسە پايدا قىلۇر.

توققۇزىنچى باب ئەتنى يەيدىغان، بەتبۇي پۇرىمايدىغان جاراھەتلەر توغرىسىدا

داۋالاش

بۇنىڭ ئۈچۈن بىمارنىڭ بەدىنىنى تەنقىيە قىلغاي. يېمەك ـ ئىچمەكىگە رىيش بەلخىنىڭ ئىلاجىدا ئېيتىلغان يېمەك ـ ئىچمەكلەرنى بەرگەي. ئۇنىڭدىن كېيىن يامان ماددىنى يوقىتىش

ئۇچۇن، يارا ۋە ئۇنىڭ ئەتراپىغا زۇلۇك قۇرتىنى قويغاي.

داۋالاش ئۇنۇملۇك بولمسا جاراھەتنىڭ باشقا ئەزالارغا يۆتكىلىپ بۇزماسلىقى ئۇچۇن، مەخسۇس سايمان بىلەن كەسكەي ياكى ئەمەلىي ئەھۋالغا قاراپ شۇ ئەزانى بىمارنىڭ بەدىنىدىن جۇدا قىلغاي. كېسەللەنگەن ئەزانى مۇز سۇيىگە چىلاپ تۇرغاي. ھۆل ئاس يوپۇرمقىنىڭ سۇيى، گۈلاب، ئەسەررائىنىڭ سقىلغان سۇيى قاتارلىقلارنى سوغۇق ھالدا جاراھەتكە تېمىتقاي. مادىدا زىيادە ئىسسىق بولمسا، قابىز خۇسۇسىيەتلىك شاراب، سىركە، گۈلاب قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ تېمىتقاي.

ئانار پوستى، يېسسىمۇق، قىزىلگۈل ئۇرۇقى، ئاس دەرىخىنىڭ ھۆل يوپۇرمقى، قاۋۇ يوپۇرمقى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، مەلھەم قىلىپ چاپقاي. مەزكۇر دورىلارنى قاينىتىپ، تەمنى چىقىرىپ جاراھەتكە تۆككەي. قاۋ يوپۇرمقىنى قابىز شاراب بىلەن قاينىتىپ، گىل ئەرمىنى سىركە بىلەن سىركەنجۇبىلدە ھۆل قىلىپ، يۇمغاقسۇت يوپۇرمقىنى سوقۇپ، ئارپا ئۇنى بىلەن زىمات قىلىپ، زەيتۇن دەرىخىنىڭ ھۆل يوپۇرمقىنى سوقۇپ، قۇرۇق قاپاق كۈلى ۋە يۇمغاقسۇت يوپۇرمقى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ زىمات قىلىپ، جاراھەتكە چاپسا پايدا قىلۇر.

ئونىنچى باب ناسۇرغا ئايلانغان جاراھەتلەر توغرىسىدا

ناسور (ئاقما) نىڭ ئىلاجىنىڭ بىر قىسمى بوۋاسىرنىڭ بايانىدا ئېيتىلغان ئىدى، بۇ بابتا ئۇنىڭغا تېخمۇ مۇناسىپ بولغان ئىلاجلارنى بايان قىلغاي.

مەلۇم بولغايكى، ناسۇر يېڭى بولسا، داۋالاش ئاسانراق بولۇر. كونىراپ قالغان بولسا قىينىراق بولۇر، بولۇپمۇ (ئوتتۇرى) كاۋاك بولسا ياكى (چۆرىسى) ئۆرۈلۈپ تۇرغان بولسا، چۆرىسىدىكى ئەتنى تۆمۇر ئەسۋاب بىلەن كېسىپ، بۇزۇق ماددىلارنى تازىلىغاي ياكى ئوت بىلەن داغلىغاي ياكى ئۆتكۇر دورىلار بىلەن كۆيدۈرگەي. ئۆتكۇر دورىلار بىلەن ناسۇرنى كۆيدۈرۈپ داۋالاش تەسرەك بولۇر، بولۇپمۇ ناسۇر گۆشكە ياكى مۇھىم ئەزالارغا يېقىن بولسا، تېخمۇ تەس بولۇر. ناسۇر ئەتراپىدىكى يامان ئەتنى مەخسۇس تەييارلانغان تۆمۇر سايمان بىلەن كېسىپ، كاۋاك بولسا ياكى ئەتراپى ئۆرۈلگەن بولسا يارغاي. داغ قويغاندا قائىدە بويىچە قويۇشقا ئەھمىيەت بەرگەي، داغدىن كېيىن مۇناسىپ مەلھەم دورىلارنى چاپقاي. يارىدىكى سىسىق گۆشنى يوقىتىش

ئۇچۇن قائىدە بويىچە كۆيدۈرگەي، ئۆتكۈر دورىلارنى ئېرىتكەي.

ناسۇرنى كۆيدۈرىدىغان ئۆتكۈر دورىنىڭ نۇسخىسى نۆشۈدۇر، زەرنىخ، گۈڭگۇرت، زەنگار، ئۆلتۈرۈلگەن سماب قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا، تۆمۈر پوقىدىن بىر ھەسسە، شاخار، ھاكتىن بىر ھەسسىدىن ئېلىپ، دورىلارنىڭ ھەممىسىنى ئارىلاشتۇرۇپ، كىمىياگەرلەرنىڭ قائىدىسى بويىچە تەسئىيد (دورىلارنى كۆيدۈرۈپ جەۋھىرىنى ئېلىش) قىلغاي ياكى دورىلارنىڭ ھەممىسىنى شىشە قاچىغا ئېلىپ، گىل ھېكمەتكە ئوراپ چوغقا كۆمۈپ، كۆيدۈرۈپ كۈشتە بولغاندىن كېيىن، ئوتتىن چىقىرىپ سالايە قىلىپ ناسورغا سەپكەي. يارىدىكى سېسىق گۆش كۆيۈپ كۆتۈرۈلگەندىن كېيىن، ئاغرىش ۋە كۆيۈشۈشنى پەسەيتىش ئۈچۈن، ھەر سائەتتە بىر قېتىم كونا كالا يېغىنى چاپقاي، ئۇنىڭدىن كېيىن جاراھەتكە ئۆز ئورنىدا بايان قىلىنغىنىدەك ئىلاجلارنى قىلغاي.

ناسۇر يېڭىدىن پەيدا بولغان بولسا، دەريا سۇيى ياكى سوپۇن سۇيى بىلەن يۇغاي. ئۇنىڭغا زەرنىخ، نۆشۈدۇردىن مۇۋاپىق مىقداردا قوشقاي ياكى كۆيدۈرۈلگەن رو ۋە تەسئىيد قىلىنغان نۆشۈدۇر سۇيى بىلەن يۇغاي. شاخار، ھاك، تۇخۇم شاكىلى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ قاينىتىپ، سۇيى بىلەن يۇغاي. ئارقىدىن ئەت ئۇندۇرگۈچى ۋە قۇرۇتقۇچى دورىلارنى ئىشلەتكەي. سەبرە، زەنگار، مەدەستان، تۇخۇم شاكىلىدىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، سۈزۈپ قىلىپ يارىغا سەپكەي ياكى ھەسەل بىلەن مەلھەم قىلىپ چاپقاي.

قالغان دورىلىرى «قارابادىن» دا بايان قىلىندى، ئۇلارمۇ پايدا قىلۇر.

ئون بىرىنچى باب جاراھەتلەرنىڭ ئۇستىخانىنى سېستىشى توغرىسىدا

يارا كونىراپ سېسىسا، ئۇستىخانغا ئۆتۈپ ئۇستىخانلارنى بۇزار. ئۇستىخان بۇزۇلغانلىقىنىڭ ئالامىتى تۆۋەندىكىدەك تۆت خىل بولۇر:

1. يەرلىك ئورۇننىڭ گۆشى زېدىلىنەر، سېسار، زەرداب يىغىلۇر، لوڭقا قويغۇچىنىڭ پەلكۈچى گۆشتىن ئاسانلا ئۆتۈپ ئۇستىخانغا يېتەر.

2. ئۇستىخان يۈزى يىرىكلىشىپ قالۇر، ئۇنىڭ يىرىكلەشكەنلىكى پەلكۈچنىڭ ئۇچى بىلەن

بىلىنەر، بەزىدە ئۇستىخان شۇنچىلىك ئېغىر دەرىجىدە بۇزۇلىدۇكى، ئۇنىڭدا خۇددى غەلۋىر تۆشۈكىدەك تۆشۈكلەر پەيدا بولۇر، ئۇنىڭدىن پەلكۈچنى ئۆتكۈزگىلى بولۇر.

3 . يارا سەۋەبىدىن ئۇستىخان يۇزىدىكى شىللىق پەردە بۇزۇلۇپ، ئۇستىخاننىڭ مۇقىملىقى توسالغۇغا ئۇچرار، بۇنىڭ بىلەن ئۇستىخاننىڭ ېشى ھەر تەرەپكە ھەرىكەتلىنەر.

4 . يارا سەۋەبىدىن ئۇستىخان يالاڭلىنىپ، رەڭگى ئۆزگىرەر ۋە سېسىر.

داۋالاش

ئۇستىخاننىڭ سېسىشى يۇزەكى بولۇپ، تېگىگە يەتمىگەن بولسا، سېسىغان قىسمى تاكى ئۇستىخاننىڭ ساق قىسمىغا يەتكىچە يونۇپ، قىرىپ ئالغاي[1] .

ئۇستىخاننىڭ يىلىكمۇ سېسىغان بولسا، ئۇستىخاننىڭ ھەممىسىنى كېسىۋەتكەي. پاچاق ياكى بىلەكنىڭ ئۇستىخنى سېسىغان بولۇپ، سېسىغان ئورۇن ېغىشقا يېقىن بولسا، ئۇستىخاننى ېغىشدىن قالدە بويىچە ئاجرىتىپ چىقارغاي. ئۇچا ئومۇرتقىلىرىنىڭ ېشى سېسىغان بولسا، ئىچىدە يۇلۇن بولغانلىقتىن كېسىش خەتەرلىك بولۇر، شۇ سەۋەبتىن، ئۇنى كېسىپ داۋالاشتىن پەرھىز قىلغاي. بەزى تېۋىپلار ئۇستىخاننىڭ بۇزۇلغان قىسمىنى تۆكۈلدۈرۈش ئۇچۇن داغلار.

ئۇستىخاننى كېسىش ۋە قىرىش ئۇسۇلى شۇكى، بىر دانە يىپنى ئۇستىخاننىڭ ئۇستىدىكى گۆشنىڭ ئاستىدىن ئۆتكۈزۈپ، گۆشنى كۆتۈرۈپ تۇرغاي، ئۇنىڭدىن كېيىن قالدە بويىچە مەشغۇلات ئېلىپ بارغاي.

ئۇستىخان ئاستىدا پەردە يىكى باشقا ئەزا بولسا، ئۇستىخاننى كېسىدىغان ھەرە يىكى قىرىدىغان سايمانلار ئۇنىڭغا تېگىپ كېتىپ، زەخىملەندۈرۈپ قويۇشىدىن ساقلىنىش ئۇچۇن، پىل يىكى باشقا ھايۋاننىڭ ئۇستىخىنىدىن مۇناسىپ كېلىدىغان تاختاي تەييارلاپ ئارىلىققا قويۇپ، كېسىلىدىغان ئۇستىخان بىلەن مەزكۇر ئەزا يىكى پەردىنىڭ ئارىلىقىنى ئايرىغاي. ئۇنىڭدىن كېيىن قالدە بويىچە كەسكەي.

يارىنىڭ ئارىسىدا ئۇششاق ئۇستىخان بولسا، ئۇنى چىقىرىش ئۇچۇن قوپاللىق قىلىشقا بولماس، بەلكى تېۋىپنىڭ تەدبىرىگە تاپشۇرغاي. تەبىئەتنىڭ ئۇنى ئىتتىرىپ چىقىرىشى ئۇچۇن، ئۇنىڭغا ئاستا مەدەت بەرگەي. ئۇستىخاننى قوزغاش ئۇچۇن ېچقاچان دورا ئىشلەتمىگەي. پەقەت تەبىئەت ئۇستىخاننى قوزغاپ، تېرىگە يېقىنلاشتۇرغاندىن كېيىن ئۇستىخاننى چىقىرىدىغان دورىلارنى چاپقاي. تەبىئەت ئۇستىخاننى قوزغىتىشتىن بۇرۇن دورا ئارقىلىق قوزغاتمىسا،

① بىمارنىڭ ئەمەلىي ئەھۋالىغا قاراپ سېسىقى يۇزەكىرەك بولسا قىرغاي. چوڭقۇرراق بولسا، يونۇغاي. (ت)

كېسەللىكنىڭ تەشەننۇج، ئەقىل ئېلىشىش ياكى يۇقىرى قىزىتمىغا تەرەققىي قىلىش خەۋپى بولۇر. يارا ناسورغا ئايلىنار. ئەگەر ياردىكى ئۇستىخاننى چىقىرىش ئىشى بەدەننىڭ تەبئىەت كۈچىگە تاشلاپ قويۇلسا، ئۇنى يىرىڭ بىلەن ھەيدەپ چىقىرۇر.

دورىلاردىن تۆۋەندىكىلەرنى ئىشلەتكەي:

كونا زەيتۇن يېغى، سېرىق موم، ھەسەل ھەرىسىنىڭ كۆنىكى، پەرپىيۇننىڭ ھەممىسىدىن بىر ھەسسىدىن، سۇتلۇكئوت (يەتۇ سۇتى)تىن بىر ھەسسە، ئۇزۇنچاق زىراۋەندىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، موم يېغى بىلەن قائىدە بويىچە مەلھەم قىلىپ يارىغا چاپلاي.

ئوشاق بىلەن مۇقەلدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، سەۋسەن يېغى بىلەن سالايە قىلىپ يارىغا چاپلاي.

ئون ئىككىنچى باب كۆيۈك يارىسى توغرىسىدا

بۇ ئوت، قايناق سۇ، قىزىتىلغان ياغ ياكى باشقا نەرسىلەر بىلەن كۆيۈشتىن ھاسىل بولغان ھەرقانداق يارىنى كۆرسىتەر.

داۋالاش

قاپارتچۇق ئۆرلىگەن بولسا، ئۇنى يانداۋرۇش، شەلۋەرەپ يارا بولغان بولسا، قۇرۇتۇش، ئىششىق ۋە ھارارەتنى قايتۇرۇش مەقسىتىدە داۋالاش ئېلىپ بارغاي.

تۇخۇم ئېقى بىلەن گۈل يېغىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ، تۇخۇ پېيى بىلەن سۇركىگەي. سەندەل، فۇپەل، ئاق پىششىق خىش ياكى يېڭى پىشۇرۇلغان ئاق ساپالدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ سالايە قىلىپ، گۈلاب، مارجان شوخلا سۇيى بىلەن مەلھەم قىلىپ چاپلاي. يارىنىڭ كۆيۈشۈشىنى پەسەيتىش ئۈچۈن، تېنى قىيمۇلىيا، گىل ئەرمنى ۋە يېڭى بولغان ھەرقانداق ئاق ئېچىلىدىغان گۈلدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، سىركە بىلەن چاپلاي. يېسسىمۇق بىلەن قىزىلگۈل يوپۇرمىقىنى سوقۇپ، گۈل يېغى بىلەن مەلھەم قىلىپ چاپلاي. ئارپا ئۇننىنى كاسنە يوپۇرمىقى بىلەن سوقۇپ، گۈل يېغى بىلەن سالايە قىلىپ چاپلاي. ئاق لەيلى يوپۇرمىقى، ھەمشىباھار يوپۇرمىقىدىن 500 گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، يىپلىرىنى ئېلىۋەتكەي. مەدەستان كۈشتىسى، ئورۇس ئۇپىسىدىن 65 گىرامدىن، گۈل يېغى، ھۆل يۇمغاقسۇت سۇيى، مارجان شوخلا سۇيىدىن 30 مىللىلىتىردىن ئېلىپ، دورىلارنىڭ ھەممىسىنى

ھاۋانىڭغا سېلىپ، سوقۇپ سالايە قىلغاي ھەمدە كۆيۈك يارىسىغا چاپقاي. مەزكۇر مەلھەم ئىسسىقتىن بولغان ئىششىققىمۇ پايدا قىلۇر.

كېيىنرەك مەلھىمى ھاكىنى ئىشلەتكەي.

نۇسخىسى يۇيۇپ ساپلاشتۇرۇلغان سۇ تەگمىگەن ھاكتىن 120 گىرام، گۈل يېغىدىن 180 مىللىلىتىر، ساپلاشتۇرۇلغان مومدىن 60 گىرام ئېلىپ، مومنى گۈل يېغىدا ئېرىتىپ، ئۇنىڭغا ھاك تۆكۈپ، يۇغۇرۇپ مەلھەم قىلىپ چاپقاي. ئەگەر ئۇنىڭغا تۇخۇم ئېقى، ئاز مىقداردا ئورۇس ئۇپىسى قوشۇپ سالايە قىلىپ چاپسا تېخىمۇ ياخشى پايدا قىلۇر.

مەلھىمى ھاكقا تېنىنى قېيمۇلىيا، تۇخۇم ئېقى، سىركە قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا قوشۇپ، سالايە قىلىپ چاپسىمۇ پايدا قىلۇر.

مەلھىمى ئىكسىرىننى ئىشلەتكەي.

نۇسخىسى مىس پوقى بىلەن سېغىز لاي (ئەرەبچە «تىنىۇل ھەر» دېيىلۇر) دىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، بىللە يۇغۇرۇپ تونۇرغا كۆمۈپ پىشۇرغاي. زۆرۈر بولغاندا سالايە قىلىپ كۆيۈك يارىسىغا سەپسە، ھارارەتنى پەسەيتەر، يارىنىڭ سۈيىنى يوقىتىپ قۇرۇتار. مەزكۇر لاينىڭ ئورنىغا قىزىل لاي(ئەرەبچە «تىنىۇل مۇغرە» دېيىلۇر) ئىشلەتسىمۇ بولۇر.

كەپتەر مايىقىنى چىگە رەختكە ئوراپ چوغقا كۆمۈپ، كۆيدۈرۈپ كۈلىنى گۈل يېغى بىلەن مەلھەم قىلىپ، ھارارىتى تۆۋەنرەك بولغان يارىغا چاپسا پايدا قىلۇر ۋە ھۆللۈكىنى قۇرۇتار. ئاس يوپۇرمىقىنى قۇرۇتۇپ، سوقۇپ، تالقان قىلىپ يارىغا چاپقاي.

كۆيۈك يارىسىنىڭ ساقىيىشى تەس بولسا، ئىلگىرى ئېيتىلغان سېسىغان يارىغا قىلىنغان مۇناسىپ ئىلاجلارنى قىلغاي. قايناق سۇ ياكى قىزىتىلغان ياغ بىلەن كۆيگەن يارىغا دەرھال سەندەل بىلەن كافۇردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، گۈلاب بىلەن مەلھەم قىلىپ چاپقاي، قۇرۇشىغا پۇرسەت بەرمىگەي. لاتىنى سوغۇق سۇغا چىلاپ ياقسا، قاپارتما ئۆرلەتمەس ۋە ئىششىتماس.

بەزى ھۆكۈمالار «زەيتۇن سۈيى، گۈل سۈيى، يېسسىمۇق سۈيى، توغرىغۇ سۈيى، ئابكامە (بەك چۈچۈمەل بولماسلىقى كېرەك) قاتارلىقلاردىن قايسىسى تېپىلسا شۇنى سۈركىگەي» دېگەن.

«قارابادىن»دا ئېيتىلغان ئاق مەلھەم (مەلھىمى ئەبيەز) نى چاپسا ياخشى پايدا قىلۇر. كۆيۈك يارىغا ئايلانسا مۇناسىپ مەلھەملەرنى ئىشلەتكەي.

تۆتىنچى بۆلۈم جوزام توغرىسىدا

قايسى ئەزادا سەۋدا كۆپ قالسا، ئۇنىڭدا ئوخشاش بولمىغان سەۋدا خاراكتېرلىك كېسەللىكلەر پەيدا بولۇر. سەۋدا خىلىتى ئومۇمىي بەدەندە كۆپەيسە جوزام (ماخاۋ) كېسەللىكى پەيدا بولۇر، مەلۇم ئەزادا كۆپەيسە سەرتان، سقروس (بەلغەم ياكى سەۋدادىن بولغان ئىششىق) ۋە شۇنىڭغا ئوخشاش قاتتىق ئىششقلار پەيدا بولۇر. سۇيۇق سەۋدا خىلىتى كۆپ بولسا، «خورە» كېسەللىكى پەيدا بولۇر. سەۋدا بەدەنىنىڭ تېشىغا تارقسا، قارا بەھەق (بەھەقى سيلە)، داغ، سەپكۈن، خال، كالا تەمرەتكسىگە ئوخشاش كېسەللىكلەر پەيدا بولۇر.

سەرتان مەلۇم ئەزادا، جوزام ئومۇمىي بەدەندە پەيدا بولۇر. شۇ سەۋەبتىن سەرتانغا ئىلاج قىلىشتىن تەسرەك بولۇر. چۈنكى، جوزام ئومۇمىي بەدەندە بولغاچقا، ئومۇمىي بەدەننىڭ مىزاجى ئوخشاش بولۇر، داۋالاشمۇ ئوخشاش بولۇر. ئەمما سەرتان مەلۇم ئەزادا پەيدا بولىدىغان بولغاچقا، ئۇنىڭ مىزاجى باشقا ئەزالارنىڭ مىزاجىدىن پەرقلىنەر، ئۇنى داۋالاشتا، باشقا ئەزالارنىڭ مىزاجىنى نەزەردە تۇتۇشقا، داۋالاشنىمۇ باشقا ئەزالارنىڭ ئەھۋالىنى نەزەردە تۇتۇپ ئېلىپ بېرىشقا توغرا كېلۇر. شۇ سەۋەبتىن سەرتانىنى داۋالاش جوزامنى داۋالاشقا قارىغاندا تەسرەك بولۇر.

سەۋەبى

ئۇ، مىزاج بۇزۇلۇش سەۋەبىدىن جىگەر قۇرۇقلۇقىنىڭ ئېشىپ كېتىشى ياكى ئومۇمىي بەدەن مىزاجى بوزۇلۇپ، قانىنىڭ كۆيۈشى ۋە سەۋدانى شەكىللەندۈرۈشىدىن بولۇر.

سەۋدانىڭ كۆپىيىشىگە سەۋدانى كۆپەيتىدىغان يېمەك ـ ئىچمەكلەرنى كۆپ يېيىش ياكى هارارەت تەسىرىدە بەلغەمنىڭ قويۇلۇپ سەۋداغا ئۆزگىرىشى سەۋەب بولۇر.

تائامنى زىيادە يەپ، ئۇ سىڭمەي تۇرۇپلا، ئۈستىگە يەنە تائام يېسە بەلغەم پەيدا بولۇر، ئۇنىڭغا هارارەت تەسىر قىلسا، قويۇلۇپ سەۋداغا ئۆزگىرەر.

تېرە تۆشۈكچىلىرىنىڭ توسۇلۇپ قېلىشى بۇ كېسەللىكنى ئېغىرلاشتۇرۇپ قويار. چۈنكى، بەدەندىكى هارارەت قاپسىلىپ قېلىپ، ئەسلىي هارارەتنى زەئىپلەشتۈرەر، بۇنىڭ بىلەن قان قويۇلۇپ سوۋۇتار.

تال زەئىپلەشسە ياكى سەۋدانىڭ جىگەرگە كېلىدىغان يولى توسۇلۇپ قالغان بولسا، سەۋدا بەدەنگە تارقار.

ھاۋاسى ناچار جايلاردا، بورانلىق كۈنلەردە ۋە ئايالار ھەيزدار مەزگىللەردە تۆرەلگەن بالا جوزام بولۇشقا يېقىن بولۇر. چۈنكى، بۇ كېسەللىكنىڭ ئەھۋالى باشقا كېسەللىكنىڭ ئەھۋالىغا ئوخشىماس. ئاتا - ئانىسىنىڭ مەنىيسىنىڭ مىزاجى بۇزۇلغان بولغاچقا، ئۇ بالىغا مىراس قالۇر. بەزىدە مەنىي مەلۇم سەۋەبلەردىن بالياتقۇدا بۇزۇلۇپ ئۆزگەرسىمۇ بالىغا مىراس قالۇر.

ئالامىتى

بىمارنىڭ قېنى قويۇق بولۇر. بىمارنىڭ چىرايى شىرنىڭ چىرايىغا ئوخشاپ قالۇر. شۇ سەۋەبتىن ئۇ ئەرەب تىلىدا شىر كېسەللىكى دېگەن مەنىدە «دائۇس سۆئىلەپ» دەپ ئاتىلۇر. بەزىلەر بۇ كېسەللىك شىردا كۆپ يۇز بېرىدىغان بولغاچقا شۇ نام بىلەن ئاتالغان دەر.

جوزامنىڭ مادىسى سەۋادىن ياكى كۆيگەن سەپرادىن بولسا، كۆيۈشۈشى زىيادە بولۇر. كېسەللىك جىددىي قوزغىلۇر. تىز يارا بولۇر. ئەمما دورا تېز تەسىر قىلۇر.

كېسەللىك مادىسى قانىدىن بولسا، كېسەللىك بىخەتەرەك، ئازابى ئازراق بولۇر، يارا بولماس. سەۋادىن بولغان جوزامنى داۋالاش سەپرادىن بولغىنىغا قارىغاندا تەسرەك بولۇر.

جوزام مىزاجىنىڭ قۇرۇق سوغۇقلۇقىدىن بولۇر، مىزاجنىڭ ئىسسىقلىقى ۋە ھۆللۈكىدىن بولماس، چۈنكى، ئىسسىقلىق بىلەن ھۆللۈك ھاياتلىققا مەدەت بېرەر. ئۇ، مىزاجنىڭ قۇرۇق سوغۇقلىدىن پەيدا بولىدىغان بولغاچقا، ھەرقايسى ئەزالارنىڭ مىزاجىنى بۇزۇش بىلەن بىرگە رەئىس ئەزالارغا كېلىدىغان قانىمۇ بۇزار. بۇنىڭ بىلەن ئومۇمىي بەدەننىڭ رەڭگى ئۆزگىرىپ، ئەھۋالى تەدرىجىي يامانلىشار.

جوزامنىڭ خاس ئالامەتلىرى تۆۋەندىكىدەك 15 خىل بولۇر:

1 . كېسەللىكنىڭ دەسلەپكى مەزگىلىدە بىمارنىڭ يۈز - كۆزلىرى قىزىرار، ئارقىدىن قارىدار.

2 . كانايغا تەسىر قىلغانلىقتىن، بىمارنىڭ نەپەسى قىستار، ئاۋازى توم چىقار ۋە تۇتۇلار. ئەرەب تىلىدا ئۇن تۇتۇلۇش «بۇھھە»، غاراڭ - غۇرۇڭ چىقىش «غۇننە» دېيىلۇر.

3 . بىمار كۆپ چۈشكۈرەر.

4 . بۇرنى پۈتەر، پۇراقنى پەرقلەندۈرەلمەس.

5 . چاچلىرى ئىنچىكىلەر ۋە ئازلار.

6 . بىمارنىڭ بېشى، يۈزى ۋە كۆكرىكى تولا تەرلەر.

7 . بىمارنىڭ تەرى ۋە تىنىقى سېسىق بولۇر.

8 . بىمار سەۋداۋى كىشىلەرنىڭ قىلىقلىرىنى قىلۇر، سەۋەبسىزلا ئاداۋەت ساقلار، بەزىدە كىيىملىرىنى سېلىۋېتىپ يالىڭاچ يۈرەر، غەلىتە قىلىقلارنى قىلۇر. قالايمىقان، غەلىتە چۈشلەرنى كۆرۈر.

9 . ئۇخلاپ ئويغانغاندىن كېيىن پۈتۈن بەدىنى ئېغىر بولۇر.

10 . قاش - كىرپىكلىرى ۋە ساقال - بۇرۇتلىرى تۆكۈلۈپ كېتەر. بەزىدە تېرىسىمۇ سويۇلۇپ چۈشۈپ كېتەر.

11 . بىمارنىڭ تىرناقلىرى يېرىلۇر.

12 . بوغۇملاردىكى قان بۇزۇلۇپ سېسىر.

13 . بىمارنىڭ يۈزى قورقۇنچلىق بولۇر، لەۋلىرى يوغىنار، پۈتۈن بەدىنىگە بەز ئۆسەر. بەدەن رەڭگى قارا بولۇر.

14 . كېسەللىك سەپرانىڭ كۆيۈشىدىن پەيدا بولغان بولسا، بىمارنىڭ پۈتۈن بەدىنى يارا بولۇر، بۇرۇنىنىڭ شەكلى ۋە تۆشۈكى بۇزۇلار، سېسىق سۇ ئاقار.

15 . بىمارنىڭ تومۇرى ئاجىز، ئاستا سوقۇر.

داۋالاش

قايسى خىلىتتىن پەيدا بولغان بولسا، ماس هالدىكى دورىلار بىلەن كېسەللىك ماددىسىنى تەنقىيە قىلغاي. قانغا ئالاقىدار ئالامەتلەر كۆرۈلسە، قان غالىب بولسا، قان ئالدۇرغاي ۋە كۆپ ئاقتۇرغاي. قان بىمارنىڭ ھەر ئىككى قولىدىن ئېلىنسا ياخشى بولۇر. بەدەندە قان غالىب بولمىسا قان ئالمىغاي. قانىنى مەلۇم دەرىجىدە ئازايتىش مەقسەت قىلىنسا، بۇرۇن تومۇرى، تاغاق تومۇرىغا ئوخشاش ئىچكى ئەزالارغا زەرەرى بولمايدىغان ئىنچىكە تومۇرلاردىن بىمارنىڭ ئەھۋالىغا قاراپ قان ئالغاي.

بىمارنىڭ ئاۋازى بەك پۈتكەن بولسا، بوغۇز كېسەللىكى ۋە خەپەقان كېسەللىكىنىڭ خەۋپى بولۇر. بۇ چاغدا قان ئېلىشقا تېگىشلىك بولۇر، بولۇپمۇ بويۇندىكى گۈرەن تومۇردىن قان ئېلىش كۆپ پايدىلىقتۇر. قان ئېلىنغاندىن كېيىن، بىمارغا ئىيارەج لوغانزىيا، سۈرگەچى مەتبۇخ ياكى ھەبلەر بىلەن بىر ھەپتە سۈرگۈ ئىچكۈزگەي.

سۈرگۈچى ھەبلەرنى بېرىشكە توغرا كەلسە، تۆۋەندىكى ھەبلەرنى تەييارلاپ بەرگەي: ئەفتىمۇن، ئۇستۇددۇس، قارا ھېلىلە، ھېلىلە كابۇلى، ھەجرى ئەرمەنى، قارا خەربەق

قاتارلىقلاردىن مۇڭاپىق مىقداردا قوشۇپ، ھەپ تەييارلاپ بەرگەي.

كېسەللىك ماددىسى سەپرا بىلەن سەۋدانىڭ قوشۇلۇشىدىن ھاسىل بولغان بولسا، شەھمەنزەل، مەھمۇدە، سەبرە، ئىت خەمكى (مارجان شوخلا)، سوقمونيا قاتارلىقلاردىن مۇڭاپىق مىقداردا ئېلىپ، سوقۇپ، ئايارەج پەيقرا بىلەن يۇغۇرۇپ، ھەپ قىلىپ بەرسە پايدا قىلۇر. بولۇپمۇ ھەجرى ئەرمنى بىلەن خەربەق سياھدىن مۇڭاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، مەجۇنى بايادەتۇس بىلەن يۇغۇرۇپ ھەپ قىلىپ ئىستېمال قىلدۇرغاي.

تۆۋەندىكى مەتبۇخنى ئېچكۈزگەي:

نۇسخىسى سېرىق ھېلىلە، قارا ھېلىلە ھەربىردىن 30 گىرامدىن، جۇڭنەدىن 15 گىرام، ھىڭدىن 1.5 گىرام، ئۇرۇقى ئايرىلغان ئۈزۈمدىن 250 گىرام ئېلىپ، دورىلارنىڭ ھەممىسىنى بىر لىتىر سۇدا يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، تەمى چىققاندىن كېيىن پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، 210 مىللىلىتىر سۇغا 15 گىرام ھەسەل قوشۇپ ئېچكۈزگەي.

بىمارنىڭ بەدىنىنى كالا يېغى بىلەن ياغلاپ، ئاپتاپتا بەدىنى قىزىغىچە ئولتۇرغۇزغاي، ئۇنىڭدىن كېيىن 70 قەدەم ماڭدۇرغاي. ئاندىن ياتقۇزۇپ ئوڭ تەرەپتىن سول تەرەپكە ئۆرىگەي. يۈزىنى تۆۋەن قىلىشقا بۇيرىغاي. ئۇنىڭدىن كېيىن ئوڭدا ياتقۇزغاي.

مەزكۇر مەتبۇخنى يەتتە كۈنگىچە ئۇدا ئېچكۈزگەي. ھەر كۈنى يېڭى قاينىتىپ بەرگەي. كېسەللىك ئېغىر بولمسا، ئايدا ئىككى قېتىم مۆتىدىل سۈرگە ئېچكۈزگەي. غەم ـ ئەندىشىنى كۆپەيتىدىغان، ئۇيقۇ قاچۇرىدىغان، قۇرۇقلۇقنى زىيادە قىلىدىغان نەرسىلەردىن پەرھېز قىلدۇرغاي. يىلنىڭ باھار ۋە كۈز پەسىللىرىدە بىر قېتىمدىن ئىككى قېتىمغىچە كۈچلۈك دورا[1] ئىشلەتكەي. ئىككى قېتىمدىن ئارتۇق بەرمىگەي. ھەر كۈنى ئەتىگەندە بىمارنى غار ـ غار قىلدۇرۇپ، بۇرنىغا دورا تېمىتىپ، مېڭىسىنى تازىلىغاي. ماددا بەدەن ئىچىگە قۇيۇلغان بولسا، ھەرىكەت قىلىشقا، چېلىشىشقا، ئاۋازنىڭ بارىچە ۋارقىراشقا، تەرلىرىنى جوزام بولغان ئورۇنغا سۈركەشكە بۇيرىغاي، ھەبۇلئاس يېغى، قۇستە يېغىغا ئوخشاش ياغلارغا ئايال كىشىنىڭ سۈتىنى ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇننى مايلىغاي.

كېسەللىكنىڭ بېشىدا كۈچلۈك دورىلارنى ئىشلەتكەي، ھېلىلە بىلەن موزىنى سىركە بىلەن مەلھەم قىلىپ چاپلاي. بىمارنىڭ قۇرۇقلۇقى زىيادە بولسا، ئايال كىشىنىڭ سۈتىنى مۇناسىپ ياغلار بىلەن بىرلىكتە بۇرنىغا تېمىتقاي. ئارقىدىن مۇنچىغا چۈشۈرگەي، ئارقىدىن مەستىكى يېغى، ھەبۇلئاس يېغى بىلەن بىمارنىڭ بەدىنىنى مايلىغاي. مەلۇم ۋاقىت تەخىر قىلىنغاندىن

كېيىن، توخۇ پېيىنى بىمارنىڭ گىلىغا سىلىپ قەي قىلدۇرغاي. قەيدىن كېيىن شەربىتى ئەفسەنتىننى ئىچكۈزگەي. سۈرگىدىن كېيىن بادام يېغىنى يېڭى ئۈزۈم سۈيى بىلەن ئىستېمال قىلدۇرغاي.

مەلۇم بولغايكى، مۇنچىدا تەرلەشنى توختىتىدىغان دورىلارنى بەدەنگە سۈركەش ئومۇمىي قائىدىدۇر.

تەرنى توختىتىدىغان دورىلار شۇمشا ئۇنى، لوبىيا ئۇنى، توغرىغۇ ۋە ئۆشنان قاتارلىقلاردىن ئىبارەت بولۇپ، ھەممىسىدىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم قىلىپ، مۇنچىدا بەدەنگە چاپقاي.

ھاك، قاۋ يىلتىزى، كۆيدۈرۈلگەن گىل ئەرمىنى، بۆرە ئەرمىنى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مەلھەم قىلىپ چاپقاي.

شۇمشا ئۇنىنى قىزىلچا سۈيى ۋە ئاز مىقداردىكى توغرىغۇ بىلەن مەلھەم تەييارلاپ، مۇنچىدا بەدەنگە سۈركىگەي.

گۈڭگۈرت، ئىلكى شاخ[1]دىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، سىركە بىلەن مەلھەم قىلىپ چاپقاي.

شۇمشىنى قاينىتىپ تەمىنى چىقىرىپ، سۈيىگە سوپۇن[2]دىن مۇۋاپىق مىقداردا قوشۇپ، يەرلىك ئورۇننى ئۇنىڭ بىلەن يۇغاي.

ئاقىرقەرھا، مەۋىزەج، قىچا ئۇرۇقى، يالپۇز، سەبرە، پۇدىنە، ھەببۇلغار، پىلپىل، مۇرچ قاتارلىقلارنىڭ ھەممىسى مادىدىنى تارقىتىدىغان دورىلار بولۇپ، مۇنچىدا چاپقاي. باشقا مۇناسىپ دورىلارنى بوغۇملارغا چاپسا پايدا قىلۇر. تەرياقى فارۇقنى چاپسا ناھايىتى ياخشى پايدا قىلۇر. ئۇ، بۇ كېسەللىك ئۆچۈن ھەممە مەجۇندىن ياخشى بولۇپ ھېسابلىنار. تەرياقى ئەربەئە يالغۇز ياكى قۇرسى ئەفئاغا تەرياقى فارۇق قوشۇپ بەش گىرامدىن بەرگەي. قۇرسى ئەنسلىنى كۆچلۈك مۇناسىپ شەربەتلەر بىلەن ئىچكۈزسە پايدا قىلۇر.

ئەفئا يىلىنىڭ گۆشى چۈشكەن ھەرقانداق دورىلارنىڭ ھەممىسى بۇ كېسەللىككە ياخشى پايدا قىلۇر.

دورىغا سىلىنىدىغان يىلان تۇتۇلىدىغان يەر شورلۇق بولماسلىقى ياكى سۇغا يېقىن بولماسلىقى لازىمدۇر. چۈنكى، شورلۇق يەرلەردىكى يىلانلارنىڭ گۆشى قاتتىق ئۇسسۇتار، سۇغا

① ئىلكى شاخ — پىستە دەرىخىنىڭ شېخىنىڭ يېلىمى.

② سوپۇن — تېبابەتتە ئىشلىتىلىدىغان سوپۇن نەزمىردە تۇتۇلىدۇ (ت).

يېقىن يەرلەردىكى يىلانلارنىڭ گۆشىنىڭ پايدىسى ئاز بولۇر. تاغدا چوڭايغان، رەڭگى ئاق يىلاننىڭ گۆشى ياخشى بولۇر. ئەفئانىڭ بېشى ۋە قۇيرۇقى كېسىلگەندىن كېيىن، قان كۆپ ئاقسا، تولا ھەرىكەت قىلسا ياخشى بولۇر. ئاسان ئۆلسە، قان ئاز ئاقسا، ھەرىكىتى سۇس بولسا، پايدىسى ئاز بولۇر.

كۆپ ھەرىكەت قىلدىغان، ئۆلتۈرۈلگەندە قان كۆپ ئاققان ئەفئانى تۇتۇپ، ئىچنى تازىلاپ، شورپا قىلىپ پىشۇرۇپ شورپىسىنى ئىچكۈزگەي.

شورپا قىلىش ئۇسۇلى: ئەفئانى تازىلاپ قازانغا مۇزاپىق سۇ قۇيۇپ، ئۇنىڭغا سېرىقچېچەك، نوقۇت، كۈدە ئۇرۇقى، مۇزاپىق تۇز قاتارلىقلارنى سېلىپ يۇمشاق پىشۇرۇپ، ئوتتىن چۈشۈرۈپ، ئۇستىخانلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، ئۇنىڭغا نان چىلاپ ئىستېمال قىلغاي. يەنى نان ۋە گۆشىنى يېگۈزگەي، شورپىسىنى ئىچكۈزگەي. شورپىسى مۇزاپىق كەلسە، ئۇنىڭ شورپىسىغا كەپتەر باچكىسىنىڭ گۆشىنى سېلىپ پىشۇرۇپ، باچكا گۆشىنى يېگۈزۈپ، شورپىسىنى ئىچكۈزگەي. دەسلەپتىلا پايدىسى كۆرۈلمىسە جىددىيلەشمىگەي، چۈنكى، ئۇنىڭ ئۇنۇمى تەدرىجىي كۆرۈلەر. دەسلەپتە بىر نەچچە كۈن بىمارنىڭ ئەقلى قالايمىقانلىشار، ئۇنىڭدىن كېيىن پايدىسى كۆرۈلەر. ئۇنىڭ پايدا قىلغانلىقىنىڭ ئالامىتى شۇكى، شورپىنى بىر نەچچە كۈن ئىچكۈزمىسە، بىمارنىڭ بەدىنى ئىششار، ئېسىلار، ئەقلى قالايمىقانلىشار، تېرىسى چۈشەر، ئۇنىڭدىن كېيىن ياخشىلىنىشقا قاراپ ماڭار.

ئەرەب تىلىدا «ئەسۋەد سالىخ» دېيىلىدىغان قارا يىلاننى ئۆلتۈرۈپ، ئىچنى تازىلاپ، تۇپراققا كۆمۈپ تاكى قۇرتلىغۇچە تۇرغۇزغاي، شۇ چاغدا تۇپراقنىڭ ئارىسىدىن كولاپ چىقىرىپ سوقۇپ، كېسەللەنگەن ئورۇنغا چاپقاي. ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ چاپسىمۇ بولۇر.

يەنە قارا يىلاندىن يېتەرلىك مىقداردا تۇتۇپ ئۆلتۈرۈپ، ئىچنى تازىلاپ، قازانغا سېلىپ ئۇستىگە 240 مىللىلىتىر سىركە، 30 مىللىلىتىر سۇ، ھۆل شەترەنجى، لوف يىلتىزىدىن 60 مىللىلىتىردىن قوشۇپ، تاكى يۇمشاق پىشقۇچە قاينىتىپ، ئۇنىڭدىن كېيىن ئوتتىن چۈشۈرۈپ، سۆڭەكلىرىنى ئاجرىتىۋەتكەندىن كېيىن، بىمارنىڭ چاچ - ساقاللىرىنى چۈشۈرۈۋېتىپ، كېسەللەنگەن ئورۇنغا چاپسا، ئەسلىدىكى يامان تېرىنى چۈشۈرۈۋېتىپ، يېڭى تېرە ۋە يېڭى گۆش ئۇندۇرەر.

قارا يىلاننى زەيتۇن يېغى بىلەن قورۇپ يىلان ياخشى پىشقاندىن كېيىن يەرلىك ئورۇنغا چاپقاي.

كېسەللەنگەن ئورۇن قۇرغاق بولسا، ئىسسىقلىقى مۆتىدىل بولغان ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى دورىلارنى سۈركىگەي. سۈرگە دورىسى ئىچكۈزگەندىن كېيىن بىنەپشە يېغى، خەيرىگۈل يېغى، سەۋسەن يېغى، قۇستە يېغى، قۇشلار يېغى ۋە بۆرىنىڭ چاۋا يېغى قاتارلىقلار بىلەن مايلىغاي. چۈنكى، سۈرگىدىن بۇرۇن مايلانسا تەر تۆشۈكچىلىرىنى توسۇپ، سۈرگىنىڭ ئۇنۇمىگە تەسىر يەتكۈزىدۇ. بىمارنىڭ بۇرنىغا بىنەپشە يېغى ياكى خەيرىگۈل يېغىنى تېمىتقاي. قۇرۇقلۇق زىيادە بولمىسا غار - غار ۋە سەئۇتلار بىلەن مېڭىنى تەنقىيە قىلغاي. بۇ خىل غار - غار ۋە سەئۇتلار باش ئاغرىقنىڭ بايانىدا ئېيتىلدى.

تۆۋەندىكى سەئۇت بۇ كېسەللىككە ياخشى پايدا قىلۇر.

نۇسخىسى پىلپىل، مامىرانچىنى، شەترەنجى ھىندى، ئاقلانغان بەرەڭگى كابۇلىنىڭ ھەربىرىدىن ئۇچ گىرامدىن، جويۇز، مىشكى تەرامىشكىدىن بىر يېرىم گىرامدىن، پەنجەنگۇشتنىڭ سىقىلغان سۈيى، يېڭى ياغ ھەر بىرى 810 مىللىلىتىردىن، مۇرمەككىنى مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ، ياغدىن باشقا دورىلارنى پەنجەنگۇشت سۈيىگە تۆكۈپ، قاينىتىپ تەمنى چىقىرىپ، پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، سۈيىگە ياغ تۆكۈپ، سۇس ئوت بىلەن تاكى سۇ تۇگەپ ياغ قالغۇچە قاينىتىپ، شۇنىڭدىن كېيىن ئوتتىن چۈشۈرۈپ، سوۋۇغاندا شىشە قاچىغا ئېلىپ ساقلاپ قويغاي. زۆرۈر بولغاندا بۇرۇنغا مۇۋاپىق مىقدارىدا تېمىتقاي.

بىمارنىڭ نەپسى قىستىسا ياخشى سۈت مۇۋاپىق كېلۇر، بولۇپمۇ قوي سۈتى بىمارنىڭ ھەزىم قۇۋۋىتىگە ئاساسەن سېغىلغان پېتى ئىسسىق ئىچكۈزسە ياخشى بولۇر. مۇمكىن بولسا، سۈت بىلەن قانائەتلەندۈرگەي. مۇمكىن بولمىسا سۈتكە ئاق نان چىلاپ يېگۈزگەي. ئوغلاق گۆشىنى شورپا قىلىپ يېگۈزگەي. نەپەس قىستاش ياخشىلانسا سۈت ئىچىشنى توختاتقاي. ئاردىدا مۇناسىپ تائاملارنى يېگۈزۈپ قۇستۇرۇپ، خىلىتنى تازىلىغاندىن كېيىن، يەنە سۈت ئىچىشنى داۋاملاشتۇرغاي. يىلدا نەچچە قېتىم شۇنداق پەرۋىش قىلغاي.

ھەر قېتىملىق سۈرگىدىن كېيىن يېڭى سۈت ئىچكۈزسە مۇۋاپىق كېلۇر. مەزكۇر ئىلاجلارنى كېسەللىك ئورۇنلاشمىغان مەزگىلدە قىلغاي. كېسەللىك ئورۇنلاشقاندىن كېيىن قان ئالمىغاي، كۆچلۈك سۈرگىلەرنى بەرمىگەي. چۈنكى، بۇنداق ۋاقىتتا قان ئېلىش ۋە سۈرگە ئىلاجلىرىنى قىلىش بەدەندىكى ماددىنى قوزغىتىپ، ماددىنىڭ تولۇق تازىلىنىشىغا تەسىر يەتكۈزەر. بۇنداق ۋاقىتتا ماددىنى ئۇچەي تەرەپكە مايىللاشتۇرۇش ئۈچۈن، چوڭ تەرەتنى بوشىتىش چارىلىرىنى قوللانغاي. سىرتىدىن ماددىنى يوقاتقۇچى دورىلارنى ئىشلەتكەي.

سىركە، قەتىرانىنىڭ ھەربىرى 45 مىللىلىتىردىن، كەرەم سۈيىدىن 90 مىللىلىتىر ئېلىپ، ئارىلاشتۇرۇپ شەربەت قىلىپ، ئەتىگەن كەچتە مۇۋاپىق مىقداردا ئىچكەي.

پىل چىشىنىڭ ئېكەكدەلمىسى بىلەن كالا يېغىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ مۇناسىپ شەربەتلەر بىلەن ئىچكۈزگەي.

زىرە كېرماندىن 15 گىرام ئېلىپ سوقۇپ، مائۇلھەسەل بىلەن قاينىتىپ قىيام قىلىپ ئىچكۈزگەي.

پىيازدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، ئۇنى مائۇلھەسەل بىلەن قاينىتىپ، لوئوقتەك قىيام قىلىپ ئىچكۈزگەي.

تۆۋەندىكى مەجۇننى ھىندىستانلىقلار سىناقتىن ئۆتكۈزگەن بولۇپ، سۈرگىلەردىن كېيىن بەرگەي:

نۇسخىسى قارا ھېلىلە، شەترەنجى ھىندىنىڭ ھەربىردىن 30 گىرامدىن، پىلپىلدىن 15 گىرام، ئاق پارپىدىن يەتتە گىرام ئېلىپ، دورىلارنىڭ ھەممىسىنى سوقۇپ، تالقان قىلىپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزگەي، ئاق پارپىنى سوققاندا توزۇندىسىنىڭ بۇرۇنغا كىرىپ كېتىشىنىڭ ئالدىنى ئېلىش ئۈچۈن، بۇرۇن ئىچىنى كالا يېغى بىلەن ياغلاپ، بۇرۇننى مەھكەم ئېتىپ سوققاي. ئۇنىڭدىن كېيىن دورىلارنىڭ ھەممىسىنى بىرلەشتۇرۇپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ مەجۇن قىلىپ، ھەر قېتىمدا ئالتە گىرامدىن يېگۈزگەي. بۇ مەجۇننى داۋائىلمىشكى بىلەن بىرلىكتە ئىستېمال قىلسا ياخشى بولۇر. چۈنكى، داۋائىلمىشكى ئاق پارپىنىڭ زەھرىنى ئالۇر.

تۆۋەندىكى كۇملاچنى بەرگەي. ھىندىستان ھۆكۈمالىرى ئۇنى پادىشاھ ئۈچۈن ياسىغان، ئۇ، جوزام، بەرەس، بەھەق، كونا قىچىشقاق، ئۇنتۇغاقلىق قاتارلىقلارغا پايدا قىلۇر، ئەقلىنى ئەسلىگە كەلتۈرەر.

نۇسخىسى ھېلىلە، بەلىلە، ئامىلە، شەترەنجى ھىندى ھەربىرى 76 گىرامدىن، جويۇز، لاچىندانە، كۇندۇر پوستى، ئوردان، مۇ[1]، پىلپىل، پىلپىلمويە (مۇرچ يىلتىزى)، نارىقەيسەر، نارمىشكى، كۇندۇش، ئىسقىل سۈيى، سازەج ھىندىنىڭ ھەربىردىن 40 گىرامدىن، كۆك پارپىدىن 20گىرام، قارا شېكەردىن 1500 گىرام ئېلىپ، قارا شېكەرنى مۇۋاپىق مىقداردىكى ھەسەل بىلەن ئېرىتىپ قىيام قىلىپ، باشقا دورىلارنى سوقۇپ، ئۇنىڭغا ئارىلاشتۇرۇپ يۇغۇرۇپ، پىندۇق چوڭلۇقىدا كۇملاچ قىلىپ، ئىلمان قاياق سۇ ياكى ئۈزۈم سۈيى بىلەن بىرلىكتە ھەر

① مۇ — بىر خىل دورا (ت).

قېتىمدا بىر تالدىن ئىستېمال قىلدۇرغاي. بەزى تېۋىپلار بۇ كۇملاچنى جاۋان دارۇ (يىگىت دورا) دېيىشەر.

مەجۇنى سەلاھەنى بەرگەي. ئۇ، جوزام، چاچ - ساقالنىڭ بالدۇر ئاقىرىشى، نەپەس قىستاش، خەپەقان، ئىچ سۇرۇش، ئىستىسقا، يەرقان، ناسور، ئىشتىھاسىزلىق، قىچىشقاق، قوتۇر، كونا يارا، تۇغماسلىق قاتارلىقلارغا پايدا قىلۇر.

نۇسخىسى تېكە سۇيدۇكى 130 گىرام، ھېلىلە، بەلىلە، ئامىلە، مۇرچ، پىلپىل، لاچىندانە، گۈلدارچىن، بەسباسە، ئۇد ھىندى، تاباشىر، بەرەڭگى كابۇلى، نارىقەيسەرنىڭ ھەربىرىدىن 20 گىرامدىن، مۇقەلدىن 130 گىرام، شېكەردىن 70 گىرام، ساپ ئالتۇن، كۈمۈش، مىس، يۇمشاق تۆمۇر، پولات، قوغۇشۇندىن تۆت گىرامدىن ئېلىپ، مەدەنلەرنى قائىدە بويىچە كۆيدۈرۈپ كۇشتە قىلغاي. باشقا دورىلارنى سوقۇپ، تاسقاپ ئەلگەكتىن ئۆتكۈزگەي، دورىلارنىڭ ھەممىسنى ئارىلاشتۇرۇپ، كالا يېغى بىلەن ياغلاپ، مۇڭاپىق مىقداردىكى ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ مەجۇن قىلغاي. ئۆچكە سۈتى ياكى قايناق سۇ بىلەن بىرلىكتە بەش گىرامدىن بەرگەي.

پولاتنى كۆيدۈرۈش (زەھەرسىزلەندۈرۈش) ئۇسۇلى:

ھېلىلە، بەلىلە، ئامىلە قاتارلىقلاردىن مۇڭاپىق مىقداردا ئېلىپ، مۇڭاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن مىس قازاندا قاينىتىپ تەمنى چىقىرىپ، پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، سۈيىنى سۇس ئوتتا قويغاي. پولاتتىن مۇڭاپىق مىقداردا ئېلىپ، نېپىز يالپاقلاپ، ئوتقا سېلىپ قىزارغۇچە قىزىتىپ، ئۇنىڭدىن كېيىن ئوتتىن چىقىرىپ، يۇقىرىدىكى سۇغا تاشلاپ داغمالاپ، سوۋۇسا يەنە قىزىتىپ، مەزكۇر سۇغا يەنە تاشلاپ داغماللىغاي. شۇ يوسۇندا يىگىرمە قېتىم تەكرارلىغاي، ئۇنىڭدىن كېيىن سۇنىڭ تېگىگە ئورنىغان پولات لېيىنى سۈزۈۋەتكەي. يۇقىرىدىكى مەشغۇلاتنى تاكى پولات لېيى 40 گىرام بولغۇچە داۋاملاشتۇرغاي، ئۇنىڭدىن كېيىن دورىغا ئىشلەتكەي.

مىسنى كۆيدۈرۈش (زەھەرسىزلەندۈرۈش) ئۇسۇلى:

مىسنىمۇ يۇقىرىدىكى ئۇسۇل بويىچە كۆيدۈرگەي (يەنى زەھەرسىزلەندۈرگەي) ھەمدە مەزكۇر مەشغۇلاتنى مىس لېيى تاكى 40 گىرام بولغۇچە داۋاملاشتۇرغاي.

ئالتۇن بىلەن قوغۇشۇننى كۆيدۈرۈش (زەھەرسىزلەندۈرۈش) ئۇسۇلى:

ئالتۇننى ئېكەكدەپ، بەش گىرام مىقدارىدا تالقانلىغاي. ئۇنىڭغا قوغۇشۇندىن مۇڭاپىق مىقداردا قوشۇپ تۆمۇر چۆمۈچكە ئېلىپ، ئۈستىگە سۇ بىلەن تۇزدىن مۇڭاپىق مىقداردا قۇيۇپ، تاكى سۇ تۇگەپ ئالتۇن بىلەن قوغۇشۇن قالغۇچە قاينىتىپ، ئۇنىڭدىن كېيىن ھاۋانچىغا تۆكۈپ

توپىدەك بولغۇچە سوققاي ۋە ئۇنىڭدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئىشلەتكەي.

سەلاھىننى ساپلاشتۇرۇش ئۇسۇلى: ئوغرىتىكەن بىلەن سەلاھىدىننى مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى كالا سۈيدۈكى بىلەن بىرلىكتە قاچىغا تۆكۈپ، بىر سائەت ئاپتاپتا قويغاي، ئۇنىڭدىن كېيىن ياخشى ئارىلاشتۇرۇپ، يەنە ئۇچ كۈنگىچە ئاپتاپتا قويغاي، ئۇنىڭدىن كېيىن پىسەپلىرىنى سۈزۈۋېتىپ، تېگىگە ئورنىغان لېيىنى ئالغاي، يەنە كالا سۈيدۈكى بىلەن ئوغرىتىكەننى سالغاي ۋە يەنە 20 كۈنگىچە ئاپتاپتا قويغاي. قويۇلۇپ ھەسەلگە ئوخشاش بولغاندا ۋە رەڭگى قارىدىغاندا ئېلىپ، ساقلاپ قويۇپ زۆرۈر بولغاندا ئىشلەتكەي.

مەجۇنى سەلاھە بەرگەي.

نۇسخىسى سەلاھەدىن بىر ھەسسە، مۇقەل ئەزرەقتىن تۆت ھەسسە، ھەسەل، شېكەردىن ئىككى ھەسسىدىن، ھەسەلنىڭ يېرىمچە مىقداردا كالا يېغى ئالغاي. يەنى مۇقەلنى سوقۇپ، دورىلارنىڭ ھەممىسىنى بىرلىكتە ئېرىتىپ يۇغۇرۇپ، شېشە قاچىغا ئېلىپ ساقلىغاي، زۆرۈر بولغاندا كالىنىڭ ئىلمان سۈتى بىلەن قوشۇپ، ھەر قېتىمدا بەش گىرامدىن بەرگەي.

ئەبۇ ئەبىيد كورگانى مەۋنىزەج، قارا ھېلىلە، ئامىلىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، زەيتۇن يېغى بىلەن قاينىتىپ مەلھەم قىلىپ سۈركەشنى تەۋسىيە قىلغان. دەسلەپتە كېسەللەنگەن ئورۇننى ئازغان سۈيى بىلەن يۇغاي. ئۇنىڭدىن كېيىن مەزكۇر مەلھەمنى سۈركىگەي. ھېلىلە بىلەن موزىدىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، سىركە بىلەن مەلھەم قىلىپ، كېسەللەنگەن ئورۇنغا چاپقاي.

بىمارنىڭ غىزاسىغا ئارپا نېنى، ئاتىلانى بەرگەي، شورپىلاردىن توخۇ گۆشى شورپىسى، بېلىق گۆشى شورپىسىغا قىزىلچا، تۇرۇپ، كۈدە قاتارلىق كۆكتاتلاردىن سېلىپ پىشۇرۇپ بەرگەي. بەزىدە كەرۋىيا، كەپە، بەدىيان سېلىپ پىشۇرۇپ ئىستېمال قىلدۇرسىمۇ بولۇر. بىمار سۈركە ئىچسە ياكى قەي قىلسا، بۇنىڭغا كەرەم ياخشى پايدا قىلۇر، سۈت بىلەن يېقىلغان نان، ھەسەل پايدا قىلۇر. ئەنجۈر، قۇرۇق ئۈزۈم، بادام مېغىزى، چىلغوزا مېغىزى قاتارلىقلارمۇ مۇۋاپىق كېلۇر. غىزانى بىمارنىڭ ھەزىم ئەھۋالىغا قاراپ بەرگەي.

بەشىنچى بۆلۈم جاراھەتلەرنىڭ ئەھۋالى ۋە ئۇلارنىڭ تەدبىرلىرى توغرىسىدا

بىرىنچى باب جاراھەتلەرنىڭ ئەھۋالى توغرىسىدا

مەلۇم بولغايكى، جاراھەتلەرنىڭ ئەھۋالى ئون خىل بولۇر.

1. يارىنىڭ تۆشۈكى تۈز بولۇر؛
2. يارىنىڭ تۆشۈكى ئەگرى بولۇر؛
3. يارىنىڭ يانلىرى ۋە ھەرقايسى تەرەپلىرىدە بۇلۇڭلىرى بولۇر؛
4. گۆشلىرى يېيىلىپ يوق بولۇر؛
5. چوڭقۇر بولۇر، ئەمما چوڭقۇرلۇقى ۋە پەيدا بولغان پارازىت قۇرتلار بىلىنمەس؛
6. چوڭقۇرلۇقى بىلىنەر؛
7. يارىنىڭ گۆشى گويا سوقۇلغاندەك زىدە بولۇر، چۆرىسىگە قان يىغىلىپ تۇرار؛
8. ئىششار؛
9. بەدەننىڭ سىرتىدىن بەدەن ئىچىگە قاراپ تەرەققىي قىلۇر؛
10. ئۇستىخانغا يېتەر.

بەزى كىشىلەرنىڭ بەدىنى جاراھەتنى كۆتۈرەلمەس، جاراھەت چىقسا تەستە ساقىيار. مېڭە، بۆرەك، دوۋساق، ئىنچىكە ئۇچەي، جىگەر قاتارلىق ئەزالارغا جاراھەت چىقسا خەتەرلىك بولۇر. يۇرەك ھېچقاچان جاراھەتنى كۆتۈرەلمەس ۋە مۆھلەت بەرمەس. جاراھەت پەي ۋە مۇسكۇللارنىڭ ئەتراپلىرىغا چىقسا خەتەرلىك بولۇر، ئۇنىڭغا قوشنا مۇسكۇللارنىڭ رەڭگى ئۆزگىرىپ، بۇزۇلار، تومۇرلىرىنىڭ قۇۋۋىتى يوقىلۇر، بىھوشلۇق، تارتىشىپ قېلىش، ئەقلىگە

نۇقسان يېتىشقا ئوخشاش ئەھۋالالار كۆرۈلەر. يارا تىزنىڭ ئالدى تەرىپىگە چىقسا، ئوشۇق تەرەپكە يېقىن بولسا، خەتەرلىك بولۇپ، قۇتۇلۇش تەس بولۇر.

يارا پەي ياكى ئۇنىڭ ئەتراپىدا ۋە مۇسكۇللاردا پەيدا بولۇپ بىماردا تارتىشچ قبلىش، ئەقلى ئېلىشىش ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، دورا بىلەن ئىلاج قىلىنمىغاي، بەلكى دەسلەپتە يارا ۋە ئۇنىڭ ئەتراپىدىكى بۇزۇق گۆشلەرنى قائىدە بويىچە كەسكەي.

بىمارنىڭ قورسقىغا يارا چىقىپ، قورسقى تارتىشسا ياكى بىمار ھېچ تۇتسا ياكى ئىچى سۇرسە، ھاياتىنىڭ خەتەر ئىچىدە ئىكەنلىكىنى بىلدۇرەر. بەزى تېۋىپلار پەي ۋە تومۇرلارغا چىققان يارىنىڭ ئېغىزى پۈتمەيدۇ، بەلكى ئەتراپى ئازراق قورۇلىدۇ، دېگەن. بەزىلەر شىريان تومۇرلاردىكى يارىلار ساقايمايدۇ، دېگەن.

جالىنۇس: «شىريان تومۇرلاردىكى يارىلارمۇ ساقىيىشى مۇمكىن، دەپ قىياس قىلىمەن. چۈنكى مەن باسلىق تومۇرى، چېكە ۋە پاچاق تومۇرلىرىغا چىققان يارىلارنىڭ ساقايغانلىقىنى كۆرگەن، مەن بۇنى ئۇستىخان قاتتىق بولغانلىقى ئۈچۈن، ئۇنىڭغا چىققان جاراھەت ساقايمايدۇ، گۆش يۇمشاق بولغانلىقى ئۈچۈن، ئۇنىڭغا چىققان يارا ساقىيىدۇ، پەي بىلەن تومۇرنىڭ قاتتىق - يۇمشاقلىقى مەزكۇر ئىككىسىنىڭ ئارىلىقىدا، يەنى بىرك قاتتىق ياكى بىرك يۇمشاق ئەمەس، شۇنداق بولغانلىقى ئۈچۈن ئۇنىڭغا چىققان يارا ساقىيىدۇ، دەپ پەرەز قىلىمەن. چۈنكى، كىچىك بالىلارنىڭ ئۈستىخىنىغا چىققان يارا ساقىيار، ھالبۇكى، پەي بىلەن تومۇر كىچىك بالىلارنىڭ ئۈستىخىنىدىن كۆپ يۇمشاقتۇر، بولۇپمۇ تومۇر بىلەن پەينىڭ تۈزۈلۈشى يۇمشاقراق بولۇپ، ئەگەر يارا كىچىكرەك بولسا، ساقىيىشى تېزرەك بولىدۇر» دېگەن.

جاراھەت تېرىنى يەپ كەمتۈكلەشتۇرگەن بولسا، ئورنىغا يېنە يېڭى تېرە ئۆسەر، ئەمما ئەت يۇمشاق بولۇر، تۈك ئۇنگۈدەك قاتتىق بولماس. بولۇپمۇ تېرە پۈرۈكلىرىنىڭ ئەسلىگە كىلىشى تەس بولۇر.

جاراھەتلەرنىڭ بەزىسى تولا، بەزىسى نورمال قانار، نورمال قانسا جاراھەتنىڭ ساقىيىشىغا پايدىلىق بولۇر، ئاز قانسا يارا ئىششار، بىمارنىڭ بەدىنىدە قىزىتما بولۇر، بەدىنىگە مۇدۇر چىقۇر، بۇ چاغدا ئىششقلارنىڭ بايىندا ئېيتىلغان ئىلاجلارنى قىلغاي، قاناشقا ياردەم بەرگەي، قان زىيادە ئاقمىغان تەقدىردە ئۇنى توختىتىشقا چارە قىلمىغاي.

قان توختىتىشنىڭ ئىلاجنى ئۆز بابىدا ئايرىم بايان قىلغاي.

ئىككىنچى باب تۆشۈكى تۈز بولغان يارا توغرىسىدا

گۆشى ئورنىدا بولسا، يارىنىڭ لەۋلىرىنى يېقىنلاشتۇرۇپ قۇرۇق تاڭغاي، تېڭىش جەريانىدا، يارا ئارىسىدا موي، ياغقا ئوخشاش نەرسىلەرنىڭ قېلىشىدىن ئېھتىيات قىلغاي، بولمىسا يارا ساقايماس ۋە ساقىيىشى ئۇزۇنغا سوزۇلۇپ كېتەر.

يارىنىڭ ئىششىماسلىقى ۋە تېزرەك ساقىيىشى ئۈچۈن، بىمارنى قان كۆپەيتىدىغان يېمەك - ئىچمەكلەردىن پەرھىز قىلدۇرغاي. يارا ئىششىشنىڭ ئالدىنى ئېلىش ئۈچۈن، لاتىنى سىركە بىلەن گۈلابقا چىلاپ، يارىنىڭ چۆرىسىگە قويغاي.

مەزكۇر يارىنى داۋالاشتا، تاتلىق ۋە ئاچچىق ئانارلارنى قابىز شاراب بىلەن قاينىتىپ، مەلھەم قىلىپ چېپىشتىن ياخشى دورا يوقتۇر، ئۇ، ئىششىقنى ياندۇرار، جاراھەت سەۋەبىدىن كېلىپ چىقمىغان ئىششىققىمۇ پايدا قىلۇر.

بىماردىن قان ئېلىش زۆرۈر بولسا، قارىمۇقارشى هالدا، يەنى يارا بەدەننىڭ سول تەرىپىدە بولسا ئوڭ تەرىپىدىن، ئوڭ تەرىپىدە بولسا سول تەرىپىدىن مۇڭاپىق مىقداردا قان ئالغاي. سۈرگە بېرىشكە تېگىشلىك بولسا، مۇناسىپ سۈرگە بەرگەي.

ئۈچىنچى باب تەكشىسىز، چوڭقۇر بولغان، كېڭىيىپ تېرە ۋە گۆشنى يەيدىغان جاراھەت توغرىسىدا

جاراھەت چوڭقۇر، تۈز، گۆشتە بولسا، يېڭى، پاكىز بولسا، يارىنى تېڭىشنىڭ بايانىدا ئېيتىلغان قائىدىلەر بويىچە قۇرۇق تاڭغاي. تېڭىقنى ئۈچ كۈنگىچە تۇرغۇزغاندىن كېيىن ئالماشتۇرۇپ، يەنە ئىككى كۈن تۇرغۇزغاي. جاراھەت تەكشى بولمىسا، چوڭقۇر بولۇپ، تېڭىقنىڭ كۈچى جاراھەتنىڭ تېگىگە يەتمىسە، ئاۋۋال جاراھەتنى يېرىپ، ئۇنىڭدىن كېيىن داۋالغاي. جاراھەت كونا بولسا، يارىنىڭ ئىلاجىنى قىلغاي. جاراھەت چوڭ بولسا، قائىدە بويىچە كېسىپ تەندىن جۇدا قىلغاي. جاراھەت چوڭقۇر بولسا، ئېغىز تار بولسا، ئېغىزى پۈتۈپ ئىچىگە يىرىڭ يىغىلماسلىقى ئۈچۈن، ئىچىگە كونا پاختا تىقىپ قويغاي. كونا پاختىنى كالا يېغى ياكى زەيتۇن يېغىغا مىلەپ قويغاي. ئىچىدىكى بۇزۇق ماددىلارنى تازىلاپ بولغاندىن كېيىن، گۆش

ئۇندۇرگۇچى مەلھەملەر بىلەن پىلتە ياساپ، جاراھەت ئىچىگە تاڭغاي. ئۇنىڭ ئىچىگە گۆش ئۇنۇپ كىچىكلىگەنسېرى پىلتىنى كىچىكلەشتۇرگەي. جاراھەت ئېغىزىغا كالا يېغىغا مىلەنگەن كونا پاختىنى قويۇپ تاڭغاي. جاراھەتنىڭ تېگىدىن گۆش ئۇنگەن، چوڭقۇرلۇقى تېيىزلاشقاندا كونا پاختىنى كالا يېغىغا سىلەپ ئۇستىگە قويسا، يامانلىشىپ قېلىشنىڭ ئالدىنى ئالغىلى بولۇر.

جاراھەت ئاشلانغان (يەنى يۇمشاپ ئېغىز ئېلىشقا يۇزلەنگەن) بولسا، زورىغا يېرىشقا بولماس، بەلكى جاراھەتنىڭ ئىچىدىكى خام ماددا تۇگىگەندە (يەنى ماددا تولۇق پىشقاندا) يارىنىڭ بابىدا ئېيتىلغان يارىنى ئېغىز ئالدۇرۇشقا خاس دورىلارنى چېپىپ ئېغىز ئالدۇرغاي.

جاراھەتنىڭ ئېغىزى توسۇلغان بولسا، تۇۋى ئىشىشار، تەكشىسىز، بۇلۇڭسىز بولسا، بۇ، گۆشى ۋە تېرىسىنى يەپ يوقالغاندىن بولۇپ، جاراھەتنىڭ لېۋى يېقىنلاشمىسا يېقىنلاشتۇرۇپ، بىر - ئىككى يەردىن تىككەي، ئۇنىڭدىن كېيىن تاڭغاي. ئۆتكۈر دورىلارنى يىراق تۇتۇپ، قۇرۇتىدىغان، گۆش ئۇندۇرىدىغان دورىلارنى ئىشلەتكەي. ئەمما قۇرۇتىدىغان دورىلار مۆتىدىل بولۇشى، بەك قۇرۇق بولماسلىقى لازىمدۇر. چۈنكى، بەك قۇرۇق بولسا، ئۇزۇقلۇق ماددىنىڭ جاراھەتكە كېلىشى ۋە گۆش ئۇنۇشىگە توسقۇنلۇق قىلۇر. تازىلاش كۈچى زىيادە بولسا، ماددىنى سۈيۇلدۇرۇپ، گۆش بولىدىغان قۇۋۋەتنى يوقىتار. شۇنىڭ ئۈچۈن، قۇرۇتقۇچى ۋە تازىلىغۇچى دورىلار كۈچىنىڭ نورمال بولۇشىنى تەلەپ قىلغاي. چۈنكى، شۇنداق بولغاندىلا ئۇ ئارتۇق ھۆللۈكنى يوقىتىپ، قالغان قانىنى گۆش قىلۇر.

جاراھەت بولغان كىشى مىزاجىنى ئىسسىق، سوغۇقلۇق جەھەتتە نورمال تۇتۇشى، جاراھەتنىڭ ئىسسىق - سوغۇقلۇقىنى پەسلگە قاراپ تۇرۇپ تەڭشىشى لازىمدۇر.

مەقسەت قانىنى قۇۋۋەتلەش بولغاندا، جاراھەتنى ئوڭشايدىغان دورىلار قۇرۇتقۇچى، ھۆللەشتۇرگۈچى بولۇشى، تازىلاش قۇۋۋىتى زىيادە بولماسلىقى، بەلكى يېلىمگە ئوخشاش ئۇندۇرگۈچى ۋە قابىزلىققا ئىگە بولۇشى لازىمدۇر.

جاراھەت گۆشتە بولسا، گۆش ئۇندۇرۇش ۋە ئوڭشاش ئۈچۈن، سەنۇبەر دەرىخىنىڭ يوپۇرمىقىنى سىركە ياكى ئاچچىق شاراب بىلەن قوشۇپ چاپقاي. كۆك موزا، ئانار پوستى، يۇيۇلغان ئىقلىمىيا، قۇرۇق يۇمغاقسۇت يوپۇرمىقى، شادىنەج ئەدەسى(ھەجەرۇد - دەم) قاتارلىقلارنى ئايرىم ياكى بىرلىكتە سوقۇپ، تالقان قىلىپ سەپكەي.

مەزكۇر تالقان سېپىلگەندىن كېيىن، ئۇستىگە ۋە جاراھەتنىڭ ئەتراپىغا قاۋ يوپۇرمىقى، ئۇزۇم تېلى يوپۇرمىقى، جىغان(ئەۋسەج) يوپۇرمىقى، كاھۇ (قارا سۇنا) يوپۇرمىقى، ئۇللەيق يوپۇرمىقى قاتارلىقلارنى ئېزىپ قويغاي.

جاراھەت چوڭ بولسا، ئېچىغان ئوغۇز سۈتىنى چاپقاي.

جاراھەت زىدىلەنگەن بولسا، خەراتىين (سازاك)، كۆيدۈرۈلگەن سامساق، سەۋسەن يىلتىزى قاتارلىقلارنى سۈركسە پايدا قىلۇر.

جاراھەت يېڭى بولسا، مەزكۇر مەلھەم كۆپايە قىلۇر، كونا بولسا، كۆيدۈرۈلگەن ئارپا، قەلەي ئۇپىسى، ھەببۇلئاس يېغى، كۆيدۈرۈلگەن قەلقەتار قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، قائىدە بويىچە سوقۇپ، مۇسەللەس بىلەن مەلھەم قىلىپ، مۇرمەككى، قەنتەرىيۇن، پىننە شىرىسى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ چاپقاي.

جاراھەت بىمارنىڭ بېشىدا بولسا، قۇرۇق خېمىرنى ئېزىپ قويسا پايدا قىلۇر. شاراب بىلەن قاينىتىپ قۇرۇتۇلغان يۇمىلاق زىراۋەندە، قۇرۇق يۇمغاقسۇت يوپۇرمىقى، مەستىكى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، ھەببۇلئاس يېغى بىلەن مەلھەم قىلىپ چاپقاي.

جاۋشىر، ھاشا يىلتىزىنى سىركە بىلەن مەلھەم قىلىپ چاپقاي.

گۆش ئۇندۇرۇش ئۇچۇن، تۆۋەندىكى مەلھەمنى كەتتاننى ئىشلەتكەي.

نۇسخىسى ئاق چىگە لاتىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، سۈرمىگە ئوخشاش سالايە قىلىپ، زەيتۇن يېغى ياكى ھەببۇلئاس يېغى بىلەن مەلھەم قىلىپ چاپقاي.

تۆۋەندىكى زەرۇر (سەپمە) نى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى قەلەي ئۇپىسى ۋە مەدەستان ئۇپىسىدىن بىر ھەسسىدىن، قەلەي لېيى، موزىدىن يېرىم ھەسسىدىن ئېلىپ، ھەممىسىنى سوقۇپ تالقان قىلىپ، جاراھەتكە سەپكەي.

تۆۋەندىكى زەرۇرنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى كۆيدۈرۈلگەن سەدەپتىن ئون ئىككى ھەسسە، دەرەختىن تۆكۈلگەن تۇك، قۇرۇق ئانار، زاك، كۆيدۈرۈلگەن بۇغا مۈڭگۈزى، ئىقلىمىيا، راتىيانەج، چۈچۈكبۇيا يىلتىزى ھەربىردىن 15 ھەسسىدىن، كۇندۇر پوستى، سەنۇبەر دەرىخى پوستى ئالتە ھەسسىدىن، ئانار پوستى، قەلەي ئۇپىسى، زەمجەئى بىللەۋزىدىن سەككىز ھەسسىدىن، موزىدىن بىر ھەسسە ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ، سالايە قىلىپ سەپكەي.

قالغان مەلھەم ۋە زەرۇرلار «قارابادىن» دا بايان قىلىندى.

تۆتىنچى باب بەدەن سىرتىدىن ئىچىگە ماڭىدىغان جاراھەت توغرىسىدا

بۇ جاراھەت قورساققا چىقسا، قورساقنىڭ «مەراقۇل بەتن» دەپ ئاتىلىدىغان مۇسكۇل (ئەزەلە) نى يارا قىلۇر. ئىغىر بولغاندا ئۇچەي تېشىغا چىقىپ قالۇر. بۇ چاغدا ئۇچەينى قائىدە

بويىچە ئورنىغا كەلتۈرگەي، جاراھەت ئېغىزىنى تىككەي، جاراھەت كىچىك بولسا، سوغۇق ھاۋانىڭ تەسىرى بىلەن ئۇچەيگە يەل تولار، بۇ چاغدا ئۇچەينىڭ ئەسلىگە كېلىشى تەس بولۇر.

بۇنىڭ ئىلاجى ئىككى خىل بولۇر. بىرى، يەلنى تارقىتىشقا تىرىشچانلىق كۆرسەتكەي. يەنە بىرى، ئۇچەي ئورنىغا كەلمىسە، جاراھەت ئورنىنى كېڭەيتكەي. يەلنى تارقىتىش ئۈچۈن، بۇلۇتنى ئىسسىق سۇغا چىلاپ، سۈيىنى سقۇبتىپ جاراھەتكە ئىسسىق پېتى قويغاي. بۇلۇتنى قايناق شارابقا چىلاپ، سۈيى سقۇبتىپ قويسا، يەلنى ياخشىراق تارقىتار. چۈنكى، قايناق شارابنىڭ ھارارىتى جاراھەتكە پايدا قىلۇر. قايناق شارابنىڭ قۇۋۇەتلىكلىرىنىڭ رەڭگى قارامتۇل بولۇر.

ئەگەر يەل مەزكۇر تەدبىرلەر بىلەنمۇ تارقىمىسا، جاراھەت ئېغىزىنى كېڭەيتكەي ۋە تىككەي.

تىكىش ئۇسۇلى: يىپ ئارىلىقىنى بەك يىراق ياكى بەك يېقىن ئەمەس، بەلكى نورمال قىلىپ تىككەي، چۈنكى يىراق بولسا، تىكىلگەن ئورۇن ھىملەشمەي ئۇچەينى تۇتۇپ تۇرالماس، يېقىن بولۇپ كەتسە، تىكىلگەن ئورۇن يېرىلىپ كېتەر. قورساقنىڭ قېلىن (سەپاق) پەردىسى بىلەن نېپىز پەردىسى (مەراق) نى تارتىپ، تېگىشتۇرۇپ تىككەي. يىگىنىنى دەسلەپتە نېپىز پەردىگە سانجىپ، ئىچىدىن سىرتقى تەرەپكە تارتىپ، قېلىن پەردىنىڭ ئىككى لېۋىنى تۇتۇپ يىگىنىنى ياندۇرغاي، يىگىنىڭ ئىنچىكە تەرىپىنى ئۆزى تەرەپكە تارتقاي، پەردىنىڭ ئىككى تەرىپىنى قويۇۋېتىپ، يىگىنىنى يەنە ياندۇرغاي، يىگىنىنى يەنە نېپىز پەردىنىڭ لېۋىگە سانجىپ، ئۇچىنى ئۆزى تەرەپكە تارتقاي ۋە شۇ يوسۇندا جاراھەتنى تولۇق تىككەي.

جاراھەت چوڭ بولسا، تېۋىپ يەنە بىر يارىدەمچىسىنى جاراھەتنىڭ لېۋىنى تارتىپ قورۇپ بېرىشكە بۇيرىغاي.

لاتىنى جاراھەتنىڭ شەكلىگە ئاساسەن لايىھەلەپ تاڭغاي. ئەگەر جاراھەت ئۇزۇنسىغا بولۇپ، توغرىسىغا يېرىلغان بولسا، لاتىنى سامسىغا ئوخشاش ئۇچبۇرجەك قىلىپ، لاتىنىڭ ئۇچلىرىنى جاراھەتنىڭ ئۇچلىرىغا توغرا كەلتۈرۈپ تاڭغاي. بۇنداق قىلغاندا، جاراھەت لېۋىنىڭ ياخشى تۇتۇشىنى قولغا كەلتۈرگىلى بولۇر.

بىمارنى ئۇچەي جاراھەتتىن يىراق تۇرىدىغان ھالەتتە ياتقۇزغاي، جاراھەت ئوڭ تەرەپتە بولسا، سول تەرەپ بىلەن ياتقۇزغاي، جاراھەت قورساقنىڭ تۆۋەن تەرىپىدە بولسا، كۆكرىكىنى تۆۋەن قىلىپ ياتقۇزغاي، جاراھەت قورساقنىڭ يۇقىرى تەرىپىدە بولسا، كۆكرىكىنى ئېگىز قىلىپ ياتقۇزغاي. ئۇچەينىڭ جاراھەتنى بېسىشىدىن ساقلانغاي.

دەسلەپتە جاراھەتكە گۆش ئۇندۇرىدىغان دورىلارنى چاپقاي، ئارقىدىن جاراھەتنى تاڭغاي.

ئۇنىڭدىن كېيىن تېۋىت بىلەن ئېتىلگەن كىگىزنى زەيتۇن يېغىغا چىلاپ، جاراھەتكە ئىسسىق پېتى قويغاي. يەنە مۇناسىپ ياغ، لوئابلار بىلەن يېنىك ھۆقنە قىلغاي. جاراھەت ئۇچەيگە يەتكەن بولسا، كۈچلۈك قابىز شارابلار بىلەن ھۆقنە قىلغاي.

جاراھەت ئاچچىق ئۇچەي(سائىم)دە بولسا، ئىنچىكە بولغانلىقى، پەي ۋە تومۇرلارنىڭ كۆپ بولغانلىقى، ئۇنىڭغا جىگەردىن داۋاملىق سەپرا قۇيۇلۇپ تۇرغانلىقى ئۇچۇن، ساقىيىشتىن ئۇمىد كۈتكىلى بولماس. جاراھەت تۆۋەنكى ئۇچەيلەردە بولسا، ئىلاج قىلىنسا بولۇر، چۇنكى بۇ ئۇچەيلەر گۆشلۈكتۇر.

بەشىنچى باب قاناش توغرىسىدا

قاناش تۆت خىل سەۋەبتىن بولۇر.

1. يارا چىقىش، ئاجىزلاش، تومۇرنىڭ چۇرۇكلىشىپ، ئاجىزلىشىپ يېرىلغانلىقىدىن بولۇر؛

2. قاننىڭ كۆپلۈكىدىن بولۇر؛

3. كۆپ ھەركەت قىلىش، يۇقىرى ئاۋاز بىلەن ۋارقىراش، ئېگىز يەرلەردىن سەكرەش قاتارلىق سەۋەبلەردىن بولۇر؛

4. تومۇرنىڭ كېسىلىشى، يېرىلىشى، جاراھەت چىقىش، ماددىنىڭ ئۆتكۈرلۈكى ۋە تومۇرنىڭ ئۇچىنى كۆيدۈرىدىغان دورىلارنى ئىچىش قاتارلىق سەۋەبلەردىن بولۇر.

قان تومۇر ۋە پەيدىن كەلگەن بولسا، شىريان تومۇر داۋاملىق ھەركەت قىلىپ تۇرىدىغان بولغاچقا، توختاتماق تەس بولۇر. شىريان تومۇرلارنىڭ ھەركىتى ئىككى خىل بولۇر. بىرى «ئىنبىسات» (كېڭىيىش)، يەنە بىرى «ئىنقىباز» (تارىيىش، قورۇلۇش، سقىلىش) دەپ ئاتىلۇر. يۇرەكتىكى ئىسسىق ھاۋا ئۇنىڭ سەۋەبى بىلەن سىرتقا چىقار، يەنە قانمۇ شۇ ھەركەت بىلەن چىقار. شۇ سەۋەبتىن قاننى توختىتىش تەس بولۇر. شىريان تومۇردىكى جاراھەتنىڭ ساقىيىشى مۇمكىن بولسىمۇ تەس بولۇر، بەزى ۋاقىتلاردا ساقايماس. بەزىدە تېرە ئۇستىدىكى ئىشىققا ئوخشاش نەرسە پەيدا بولۇر، قول بىلەن باسسا يانۇر، ئەمما يەنە ئەسلىگە كېلۇر، بۇنداق ئەھۋال بويۇن تومۇرى، يانپاش، تىز ئاستى قاتارلىق ئورۇنلاردا كۆپ كۆرۈلۇر.

قان كۆپ ھاللاردا جىگەر، ئۆپكە، بۇرۇن، دوۋساق، بۆرەك، بالىياتقۇ قاتارلىق ئەزالاردىن كېلۇر. ئۆپكە، بۆرەك، دوۋساقتىن كەلگىنى خەتەرلىك بولۇر. بۇرۇندىن كەلگىنى ئانچە خەتەرلىك بولماس، جىگەردىن كەلسە، ئۆپكىدىن كەلگىنىدىن ياخشىراقتۇر. قان ئوخشاش

بولمىغان تومۇرلاردىن كېلىۋر. چوڭ تومۇرلاردىن، قول، پۇت ۋە بويۇنىنىڭ شېرىيان تومۇرلىرىدىن كەلسە خەتەرلىك بولۇر. قان كېچىك تومۇرلارنىڭ شاخلىرىدىن كەلسە، كۆپ هاللاردا ئۆزى توختار. قان تومۇر هەرىكىتىگە ئوخشاش سەكرەپ چىقسا، توختاتماق تەس بولۇر.

داۋالاش

قان توختتىشنىڭ تەدبىرلىرى بىر قانچە خىل بولۇر.

1. قان قايسى تەرەپتىن چىققان بولسا، قارشى تەرەپكە ئىلاج قىلغاي، مەسىلەن: قان بۇرۇننىڭ ئوڭ تۆشۈكىدىن چىققان بولسا، سول تەرەپكە لوڭقا قويغاي.

2. زەخمنىڭ قۇۋۇتىنى جايىدا ساقلاش ئۈچۈن باشقا يەردىن قان چىقارغاي، مەسىلەن: سول بۇرۇن قانىغان بولسا، شۇ تەرەپتىن يەنى سول قولدىن قان ئالغاي.

3. قان جاراهەت بار تەرەپتىن كەلسە جاراهەتكە يىراق يەردىن تاڭغاي، بۇنداق قىلغاندا قالغان قاننىڭ بەدەننىڭ ساق يېرىگە تارقىشىنىڭ ئالدىنى ئالغىلى بولۇر. قاننىڭ تولۇق توختىشى ئۈچۈن ۋە جاراهەتكە قان يىغىلىشتىن ساقلىنىش ئۈچۈن تېڭىق چىڭىتىلۇر.

زەخىم تاڭغىلى بولمايدىغان ئورۇندا بولسا، قاننىڭ يولىنى قىستاش ۋە تارايتىش ئۈچۈن، چۆرىسىگە گەج سۈرۈپ قاتۇرۇلۇر، ئۇنىڭدىن كېيىن بايان قىلىنغان مۇناسىپ دورىلارنى ئىشلەتكەي.

4. سېزىمنى تۆۋەنلىتىش، قانىنى قويۇلدۇرۇش رولى بولغان دورىلار بىلەن قان توختاتقاي، بۇنىڭ ئۈچۈن، قويۇلدۇرغۇچى يېمەكلىلەر، كاھۇ (ئوسۇك)، يېسىمۇق، چىلان بەرگەي، سوغۇق سۇ ئىچكۈزگەي، سوغۇق يەرلەردە ياكى سوغۇق سۇدا ئولتۇرغۇزغاي.

5. زەخمگە ئىككى خىل ئىلاج قىلغاي. بىرى، مۇناسىپ دورىلارنى ئىشلەتكەي، يەنە بىرى، زەخمنىڭ تېرىسىنى يېرىپ تومۇرنى سۇننارە[1] بىلەن كۆتۈرۈپ، ئۈزۈلگەن ئۇچىنىڭ بۇزۇلغان يېرىنى كەسكەي، ئۇنىڭدىن كېيىن تومۇرنىڭ ئىككى ئۇچىنى چىگە يىپ بىلەن تىكىپ ئۇلاپ، ئۈستىدىن دورا سۈركىگەي.

كۆپ هاللاردا تومۇرنى توغرىسىغا كەسكەي، ئىككى بېشىنى تارتىپ يېقىنلاشتۇرۇپ، گۆشنى تومۇر ئېغىزىغا يىغغاي. ئۈزۈلگەن تومۇر گۆشلۈك يەرلەردە بولسا، تۇتىشىشى ئاسانراق بولۇر.

مەلۇم بولغايكى، زەخىم ئۈستىدە قان يىغىلىپ قۇرۇق قاقاچ باغلىسا، قاننىڭ توختىشىغا پايدىلىق بولۇر.

---

① سۇننارە — قەدىمكى زاماندىكى دەستكار سايمىنى بولۇپ، قىسقۇچقا ئوخشايدۇ (ت).

تومۇر باغلىغاندىن كېيىن، زەخىم ئېغىزدىكى قانىنىڭ ئۈيۈشى ئۈچۈن چۆرىسىگە سوغۇق سۇ تۆككەي، مۇز ۋە باشقا سوغۇق تەبىئەتلىك دورىلارنى قويغاي.

زەخمنى داغلاشقا تېگىشلىك بولۇپ، دورا بىلەن داغلاشقا ۋە قاقاچنى چۈشۈرۈشكە توغرا كەلسە، زىرىنى سوقۇپ چېپىپ تاڭسا ئاسان داغلىنار. كۆپۈكى دەريانى يۇمشاق سوقۇپ زەخمگە سېپىپ تاڭسا داغلىنار ۋە قاقاچنى چۈشۈرەر. قۇرۇق قاقاچنى چۈشۈرۈپ قانىتىش خەۋپى بولسا، تۆمۈرنى قىزىتىپ داغلسا ياخشراق بولۇر. ئەمما قۇرۇق قاقاچنىڭ تېگىدە يېڭى گۆش بولسا، قىزىتىلغان تۆمۈرنىڭ ئۇنى زەخىملەندۈرۈپ قويماسلىقى ئۈچۈن يەنىلا دورا بىلەن داغلاش مۇۋاپىقراق بولۇر.

داغلاش ئۈچۈن تۆۋەندىكى دورىنى ئىشلەتكەي: سۇ تەگمىگەن ھاكتىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، تۇخۇم ئېقى بىلەن مەلھەم قىلىپ، توشقان تېۋىتى (ئەرەبچە «ۋەبەر» دېيىلۇر) بىلەن يۇغۇرۇپ، زەخىم ئۈستىگە قويۇپ تاڭغاي.

كۈچلۈكرەك داغلىغۇچى دورا ئىشلىتىشكە توغرا كەلسە، تۆۋەندىكى مەلھەمنى ئىشلەتكەي: سۇ تەگمىگەن ھاك، تۇخۇم ئېقى، زىرە، زاك قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، سوقۇپ ئارىلاشتۇرۇپ مەلھەم قىلىپ، جاراھەتكە سۈركەپ چىك تاڭغاي.

تۆۋەندىكى دورىلارنى كۆرسىتىلگەن ئۈسۇل بويىچە ئىشلەتكەي:

سەبرە، مامىيسا، كۇندۇر، خۇنسياۋشان قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، تۇخۇم ئېقى بىلەن مەلھەم قىلىپ، توشقان تېۋىتى ياكى يۇمشاق پاختىنى ئۇنىڭغا مىلەپ زەخىم بار ئورۇنغا قويۇپ تاڭغاي، زەخىم ئېغىزى ساقايمىغۇچە تېڭىقنى يەشمىگەي. توشقان تېۋىتىدىن مۇۋاپىق تومۇقتا پىلتە ياساپ مەزكۇر دورىلارغا مىلەپ، زەخمدىكى قانغان تومۇرنىڭ ئېغىزىغا تىقىپ تاڭسا قان توختىغاندىن كېيىن قائىدە بويىچە ئېلىپ تاشلىنار.

تۆۋەندىكى دورا ياخشى پايدا قىلمىغان بولۇپ، جالىنۇس ئىشلەتكەن:

نۇسخىسى زاكتىن يېگىرمە ھەسسە، كۇندۇردىن 15 ھەسسە، سەبرە، پىلپىلدىن سەككىز ھەسسىدىن، زەرنىختىن تۆت ھەسسە ئېلىپ، دورىلارنى قائىدە بويىچە سوقۇپ مەلھەم قىلىپ، پەلكۈچكە مىلەپ ئىشلەتسە ياخشى پايدا قىلۇر. زەرۇر (سەپمە) تەييارلاپ زەخمگە سېپىلسىمۇ بولۇر.

تۆۋەندىكى زەرۇرنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى ئەنزىروت، سەبرە، خۇنسياۋشان قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، سوقۇپ زەرۇر تەييارلاپ زەخمگە سەپكەي.

تۆۋەندىكى دورىنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى سەبرە، كۇندۇر پوستى (قىشارۇل كۇندۇر) دىن بىر ھەسسىدىن، خۇنسياۋشان، ئەنزىروتتىن يېرىم ھەسسىدىن ئېلىپ، دورىلارنى سوقۇپ تۇخۇم ئېقى بىلەن مەلھەم قىلىپ، ئۇنىڭغا ئۆمۈچۈك توربىدىن مۇۋاپىق مىقداردا قوشۇپ، يىپەك، توشقان تېۋىتنىسى ئۇنىڭغا مىلەپ زەخىم ئۈستىگە قويۇپ تاڭغاي.

يۇيۇلغان گەج، قاينىتىلغان ئىلكۇل بەتەم، نىشاستە، تۇگمەن توزۇندىسى، كۇندۇر، راتىيانەج قاتارلىقلارنى سوقۇپ، زەرۇر تەييارلاپ زەخمىگە سىپىلسە يەرلىك ئورۇنىنى چاپلاشتۇرۇپ قان توختىتار.

يەنە قان توختىتىش ئۈچۈن، سەبرە، سىركىگە چىلانغان ئۈزۈم ئۈرۈقى، ياغدا قورۇلغان موزا، تۆمۈر پوقى، كۆيدۈرۈلگەن ئات، ئېشەك تېزىكى قاتارلىقلارنى ئىشلەتكەي.

ئالتىنچى باب پەيگە چۈشكەن جاراھەت توغرىسىدا

مەلۇم بولغايكى، پەينىك باش ئۇچى مېڭىدە بولۇر، ئۇنىڭ سىزىمى كۈچلۈك بولۇر، شۇ سەۋەبتىن پەيدە جاراھەت پەيدا بولسا، كۆپ ئاغرار. بىمارنى تارتىشتۇرۇپ ئەقلىنى يوقىتار. پەي ياكى بەدەن ئىششسا، بەزى ھاللاردا يەرلىك ئورۇن ئاغرىمايلا بىمار تارتىشپ قالار. پەي ئىششسا قىزىتمىدىن خالي بولماس، بەزىدە جاراھەت پەيدا بولغان ئورۇن ئىششماي، بىماردا ئۇسسۇلۇق پەيدا بولۇر، ئېغىزى قۇرۇپ، ئۇيقۇسى قاچۇر.

جاراھەت «ۋەتەر» دېيىلىدىغان مۇسكۇلدا پەيدا بولسىمۇ بىمارنىڭ ئېغىزى قۇرۇپ، ئۇيقۇسى قاچۇر، ۋەتەر مۇسكۇلنىڭ بېشىغا ئۇلاشقان پەيدىن ئىبارەت بولۇپ، ئۇنىڭدا قويۇق ھۆللۈك بولغاچقا، ئاسان ئوفۇنەتلىنۇر. تەركىبىدە بۇنداق ھۆللۈك بولغان ھەرقانداق ئەزاغا كېيىنكى ھارارەت ياكى ھۆللۈك تەسىر قىلغان ھامان ئوفۇنەتلىنۇر. ئوفۇنەتلىنىشى ھۆللۈكنىڭ پىشىشىدىن بولۇر. شۇنىڭ ئۈچۈن ئۇنىڭغا سۇ زەرەر قىلۇر، بىمار بۇنداق ئەھۋالدا سوغۇق سۇ ئىچسە، تەشەننۇج پەيدا قىلۇر. ياغمۇ زەرەر قىلۇر. ئەمما بەزىدە ئاغرىق پەسەيتىش، دورىلارنى جاراھەتنىڭ تېگىگە يەتكۈزۈش ياكى دورىنىڭ يىرىكلىكىنى يوقىتىش مەقسىتىدە ئىسسىق تەبىئەتلىك ياغلارنى ئىشلىتىشكە توغرا كېلەر.

جاراھەتنىڭ پەينى ئۇزۇنسىغا بويلاپ پەيدا بولغىنى توغرىسىغا پەيدا بولغىنىدىن ياخشىراق

بولۇر. چۈنكى، پەينىك ئەتراپىغا پەيدا بولغان جاراھەت ئازراق يارا بولۇر، باشقىلىرىمۇ ھەرھالدا ئاسان شىپا تاپار، ئەمما جاراھەت پەينىك توغرىسىغا پەيدا بولغان بولسا، پەينى ئايلانما ھالدا زەخىملەيدىغان بولغاچقا، زەرەرى مېڭىگە ئاسانلا يېتىپ، بىماردا تەشەننۇج پەيدا قىلۇر، ئەقلىنى ئېلىشتۇرار.

داۋالاش

ئاپەتتىن خالاس بولۇش ئۈچۈن جاراھەتلەنگەن ئەزانى قائىدە بويىچە كېسىپ، بەدەندىن جۇدا قىلغاي.

جاراھەتنىك پەردىدە پەيدا بولۇشى پەي ياكى تومۇردا پەيدا بولۇشىغا قارىغاندا ياخشىراق ھېسابلىنار، چۈنكى، پەردىنى تەككىلى بولۇر.

مەلۇم بولغايكى، پەي جاراھەتلەنگەن ياكى ئىششىغان بولسا، ئۇنىڭغا ئىسسىق - قۇرۇقلۇقتا مۆتىدىل بولغان دورىلارنى ئىشلەتكەي. دورىلارنىك تەبىئىتى بەك ئىسسىق ياكى بەك قۇرۇق بولمىغاي. چۈنكى بەك ئىسسىق بولسا يەرلىك ئورۇننى كۆيدۈرەر، بەك قۇرۇق بولسا، ھۆللۈكنى خورىتۇر. بۇنىك ھەر ئىككىسى جاراھەتنىك ساقىيىشىغا پايدىسىز بولۇر. تەركىبىدە تارتقۇچى كۈچ (قۇۋۇتى جازبە) بولغان، قورۇغۇچى كۈچ (قۇۋۇتى قابزە) دىن خالي بولغان دورىلارنى ئىشلەتكەي، بولۇپمۇ كېسەللىكنىك دەسلەپكى مەزگىلىدە بۇ پەرھىزگە دىققەت قىلغاي. ئەمما كېسەللىكنىك ئاخىرقى مەزگىلىدە كۆيدۈرۈلگەن مىس ۋە رودا دېتىغا ئوخشاش قورۇش، تازىلاش تەسىرى بولغان دورىلارنى ئىشلەتكەي. كۆيدۈرۈلگەن رودىدا ئېغىرلىق (زېمىنغا مەنسۇپ ماددىلار) بار، شۇنىك ئۈچۈن پەقەت سىركە بىلەن سالايە قىلىنغاندىلا ئاندىن ياخشىلىقى مەلۇم بولۇر، چۈنكى، سىركە تەستە ئۆزلىشىدىغان ھەر قانداق دورىنى ئۇچۇچانلاشتۇرۇپ، قۇۋۇتىنىك ئەزاغا تېز يېتىپ بېرىشىغا مەدەت بېرەر، دورا ئىسسىق ياكى قۇرۇق بولسا مۆتىدىللەشتۇرەر.

پەي يالىڭاچلىنىپ قالغان بولسا، تەبىئىتىدە ھۆللۈك ياكى سوغۇقلۇق بولغان دورىلارنى ئىشلەتمىگەي، چۈنكى ئۇنداق دورىلار كۆپ زەرەر قىلۇر، ئىسسىتىپ ئىشلىتىلسە ئىسسىقلىق پەيدا بولۇپ، زەرەرى ئازراق بولۇر.

پەينىك جاراھىتىگە گۆش ئۈندۈرىدىغان ئىلاجلارنى تېز قىلمىغاي. ئاغرىقنى پەسەيتىشكە تېگىشلىك بولسا، زەيتۇن يېغىغا ئوخشاش ئىسسىق تەبىئەتلىك ياغلارنى لاتىغا سۈركەپ ئىلمان ھالدا جاراھەتكە ياپقاي، لاتا سوغۇق بولماسلىقى زۆرۈردۇر، چۈنكى، سوغۇق نەرسە پەيگە سوغۇق كېلۇر، شۇنىك ئۈچۈن ئىسسىققا مايىل ھالدا تاڭغاي. جاراھەتنىك ئاغرىقى پەسەيمىسە

ۋە ئىششىقى يانمىسا، جاراھەتنىڭ خاس دورىسىنى ئىشلىتىشتىن ئاۋۋال ئاغرىقنى پەسەيتىش ئۈچۈن تۆۋەندىكى زىمات چاپقاي:

نۇسخىسى لوبىيا ئۇنى، نوقۇت ئۇنى، پۇرچاق ئۇنى، تۇرمۇس ئۇنى ياكى ئارپا تالقىنى قاتارلىقلاردىن قايسىسى ھازىر بولسا، مۇۋاپىق مىقدارda ئېلىپ، تاتلىققا مايىل بولغان سىركەنجۈبىل ھەسىلى بىلەن يۇغۇرۇپ مەلھەم قىلىپ جاراھەتكە چاپقاي.

تۆۋەندىكى زىماتنى جالنۇس ئىشلەتكەن بولۇپ، پەينىك ئىششىقىنى، بولۇپمۇ فەلغەمونى (قاندىن بولغان ئىششىق) نى قايتۇرار. قەلقەدىس ئۈچ گىرام، نوقۇت 18 گىرام، مىس دېتى 60 گىرام، كۇندۇر ئالتە گىرام، موزا، زەبەرجەد 30 گىرامدىن، موم 210 گىرام، سىركە 1000 گىرام. دورىلارنىڭ سوقۇشقا تېگىشلىكلىرىنى سوقۇپ، ئېرىتىشكە تېگىشلىكلىرىنى ئېرىتىپ، تالقانىنى ئېرىتمە بىلەن يۇغۇرۇپ مەلھەم قىلىپ، جاراھەتكە كۈنگە ئىككى ياكى ئۈچ قېتىم ئىلمان ھالدا قويغاي. بۇ دورا ئىشلىتىلگەندىن كېيىن، يۇڭنى سىركە ياكى زەيتۇن يېغى بىلەن نەمدەپ جاراھەتنىڭ چۆرىسىگە قويغاي. جاراھەتنى سوغۇقتىن ساقلىغاي، چۈنكى، پەي ئۈچۈن سوغۇقتىن زىيانلىق نەرسە يوقتۇر.

پەيدىكى زەخىم نەيزە ياكى باشقا تېغ تەگكەن سەۋەبتىن پەيدا بولغان بولسا، ئىششىمغان ياكى ئوفۇنەتلەنمىگەن بولسا، مەلھىمى پەرپىيۇن چاپقاي. جاراھەت ئېغىز تار بولۇپ، ئىلاج قىلىش قىيىن بولسا، كېگەيتكەي. جاراھەت ئوفۇنەتلەنگەن بولسا، سەكبىنەج بىلەن پۇرچاق ئۇنى پايدا قىلۇر. جاراھەت ئىششىغان بولسا، ئارپا ئۇنى، لوبىيا ئۇنى، شۇمشا ئۇنى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقدارda ئېلىپ، سەكبىنەج ئېرىتمىسى بىلەن يۇغۇرۇپ مەلھەم قىلىپ جاراھەتكە چاپقاي.

جاراھەت پەينى ئۇزۇنسىغا بويلاپ چىققان بولۇپ، يالىڭاچلانغان بولسا، گۆش ئۇندۇرىدىغان دورىلارنى ئىشلەتكەي. توغرىسىغا چىققان بولسا، جاراھەتنى قائىدە بويىچە تىككەي. جاراھەت ئاغرىپ بىئارام قىلسا، ئىچىدە بۇزۇق ماددىلار قېلىپ ئېغىزى ئېتىلىپ قالغانلىقىنى بىلدۇرەر. بۇ چاغدا قائىدە بويىچە جاراھەت ئېغىزىنى كېسىپ ئىچىدىكى ماددىلارنى تازىلىغاي. ئۇنىڭ ئىششىشى ۋە سېسىشىنىڭ ئالدىنى ئالغاي. چۈنكى، ئىششىسا بىماردا تەشەننۇج پەيدا قىلۇر. سېسىسا يارا بولغان ئورۇن يامانلىشىپ ساقىيىشى تەس بولۇر. شۇ سەۋەبتىن جاراھەت ئېغىزىنى ئالدىراپ پۈتكۈزمەسلىك تەلەپ قىلىنار. جاراھەت ئېغىزى تار بولسا، ئىچىگە

يىرىك ۋە زەرداب يىغىلىۋالماسلىقى ۋە چوڭقۇرلىشىپ قالماسلىقى ئۈچۈن بىر كېچە - كۈندۈزدە كۆپ بولسا ئۈچ قېتىم، ئاز بولسا ئىككى قېتىم جاراھەت ئېغىزىنى ئاچقاي.

جاراھەت ئېغىزى كەڭ بولۇپ، يالىڭاچلىنىپ قالغان بولسا، پەرپىيۇنغا ئوخشاش ئىسسىق تەبىئەتلىك دورىلار ۋە كۆيدۈرگۈچى دورىلارنى كۆتۈرەلمەس. يۇيۇلغان تۇتىياغا ئوخشاش دورىلارنى گۈل يېغى ياكى ھەببۇلئاس يېغى بىلەن ئىشلەتكەي. پەي يالىڭاچلانمىغان بولسا، پەرپىيۇنغا ئوخشاش ئىسسىق تەبىئەتلىك دورىلارنى دەسلەپتە بىمارنىڭ پاچىقى ياكى باشقا ئەزالىرىغا ياكى مىزاجى بۇزۇلغان ئورۇننىڭ مىزاجى بىلەن ئوخشاش بولغان باشقا ئەزاغا سۈركەپ، سىناق قىلغاندىن كېيىن ئىشلەتكەي. زۆرۈر بولسا، باشقا دورىلارنى ئىشلىتىپ ھارارەتنى پەسەيتكەي ۋە تەڭشىگەي. ھۆل ئىسسىق دورا ئىشلىتىشكە تېگىشلىك بولسا ئىشلەتكەي. قۇرۇتقۇچى ياكى تازىلىغۇچى ياكى ئىسسىتقۇچى دورىلارنى ئىشلىتىشكە توغرا كەلسە، كېسەللەنگەن ئەزا ۋە بىمارنىڭ مىزاجىغا قاراپ تەڭشەپ ئىشلەتكەي. ئەگەر دورىلار جاراھەتكە بىۋاستە سىناق قىلىنغان بولسا، شۇنىڭغا ئاساسلانغاي. دورىلاردىن ئاز ئىشلىتىشكە تېگىشلىكلىرىنى ئاز، كۆپ ئىشلىتىشكە تېگىشلىكلىرىنى كۆپ ئىشلەتكەي.

جاراھەتلەنگەن پەينىك قۇۋۇتى بىر خىل ھالەتتە بولمىسا، قۇرسى قەلقەتار، قۇرسى ئەنزىرۇتقا ئوخشاش قۇرسلارنى ئىشلەتكەي. جاراھەت ئۈستىگە زەيتۇن يېغىغا مىلەنگەن كىگىزنى ياپقاي.

جاراھەت بەلىنىڭ ئۈستىدە بولسا، بىمارنىڭ بوينى، قولى ۋە بېشىنى تاڭغاي. بىمار يۇمشاق ئورۇندا ياتقۇزۇلغاي. جاراھەتكە سۇ ياكى ياغ يېقىن كەلتۈرۈلمىگەي، تازىلاشقا تېگىشلىك بولسا يۇمشاق لاتا، پاختا ياكى تېۋىت بىلەن تازىلانغاي. ياغ ئىشلىتىش زۆرۈر بولسا، يەرلىك ئورۇنغا شاراب سۈركىگەي. ئارقىدىن ياغنى ئەھۋالغا ئاساسەن مۇۋاپىق مىقداردا ئىشلەتكەي.

جالىنۇس: «بىر كىشىنىڭ بەدىنىگە كىچىككىنە تۆمۈر سانجىلغان باھانە بىلەن جاراھەت پەيدا بولدى. يەرلىك ئورۇن تىلىنىپ ئۈستىگە گۆش ئۈندۈرىدىغان مەلھەم سۈركىلىۋېدى، ئىششىق پەيدا بولدى، ئۈستىدىن يەرلىك ئورۇننى يۇمشىتىش ئۈچۈن ياغ ۋە بۇغداي ئۇنى بىلەن قىلىنغان مەلھەم سۈركىلىۋېدى، ئۇ كىشىنىڭ قولى ئىششىپ ئۆلدى» دېگەن. چۈنكى، پەي نازۇك بولۇپ، ئۆتكۈر، كۈچلۈك دورىلارنى كۆتۈرەلمەس. ئۇستىخانغا تۇتاش بولغان چاندىر (رەبات)لار كۈچلۈك بولۇپ، دورىلارنى كۆتۈرەر، بەدەنگە تۇتاش بولغان چاندىرلارنىڭ

بەرداشلىقى ئوتتۇراھال بولۇر. پەي سوقۇلۇشتىن زەخملەنسە، يارىلىنىپ ئىششىسا، گۈل يېغىغا ئوخشاش يارىنى ئاچىدىغان دورا ئىشلەتمەي، بەلكى ئاغرىق پەسەيتىدىغان دورىلارنى، ئۇقھۇان يېغى، سېرىقچېچەك يېغى ۋە سۈزاپ يېغىغا ئوخشاش ياغلارنى سۈركىگەي. لەيلى يوپۇرمىقىنى سوقۇپ چاپقاي. سەدەپ قۇلۇلسىنىڭ گۆشىنى چاپسا پايدا قىلۇر. پەي سوقۇلۇشتىن ئىششىغان بولسا، ئۇزۇم شىرنىسى سۈركىگەي ياكى سىركە بىلەن زەيتۇن يېغىدىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ، ئەتنى كۆيدۈرمىگۈدەك دەرىجىدە ئىسسىتىپ سۈركىگەي، ئۇنىڭغا يۇڭ ياكى زۇپا پۆپىكىنى مىلەپ، ئىششىق ئۇستىگە قويىسمۇ پايدا قىلۇر.

پەي زەخىم سەۋەبىدىن چىگىلگەن ۋە مونەكلەشكەن بولسا، مۇقەلى يەھۇد بىلەن لەيلى يىلتىزىدىن 30 گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، مەلھەم قىلىپ ئۇستىگە سۈركىگەي. سەۋسەن يىلتىزىدىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ سوقۇپ، ئۇزۇم شىرنىسى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ چاپقاي. ئوشەق، پەرپىيۇن، بېرزەد قاتارلىقلارنى زەيتۇن يېغىنىڭ لېيى بىلەن، ھەببۇلئاسنى ئۇزۇم شىرنىسى بىلەن، مەلھەمى داخلىيۇننى ئۆچكە مايىقى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ چاپقاي.

پەيدىكى جاراھەتكە پەم بىلەن يېنىك ئىلاج قىلغاي. جاراھەت ئىششىپ ئاغرىسا ھېچقانداق غىزا بەرمىگەي، چۈنكى، بىمارغا غىزا بېرىلسە ياكى كۆپ بېرىلسە، قان ئېلىش ۋە سۈرگە بېرىشكە ئېھتىياج چۈشۈر. غىزا بېرىش قان ئېلىش ۋە سۈرگە بېرىشكە زەرەر قىلۇر.

مەلۇم بولغايكى، پەينىڭ جاراھىتى ۋە ئىششىقى ئۇچۇن ياخشىراق بولغان دورا مەستىكىدۇر. بولۇپمۇ ئىلكۇل بەتەمنى ئايرىم سوقۇپ تالقان قىلىپ، جاراھەتكە سەپسە ياخشى پايدا قىلۇر. ئىلكۇل بەتەم تېپىلمىسا راتىيانەجنى زەيتۇن يېغى بىلەن ئېرىتىپ ئىشلەتسە ئۇنىڭغا ئورۇنباسار بولۇر. بىمارنىڭ مۇسكۇللىرى چىڭ، مىزاجى قۇرۇقراق بولسا، مىزاجغا قاراپ پەرپىيۇندىن مۇۋاپىق مىقدارىدا قوشقاي. پەرپىيۇن يېڭى بولسا، ئۇنىڭدىن ئازراق (بىر ھەسسە)، ئىلكۇل بەتەمنى كۆپرەك (تۆت ھەسسە)، ئۇندىن ئىككى ھەسسە قوشقاي. يەنمۇ كۈچلۈكرەك بولۇش نىيەت قىلىنسا لەبەنۇل يەتۇۋ (سۈتلۇكئوتنىڭ سۈتى)، ھىڭ، سەكبىنەج، جاۋشىر قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا قوشسا بولۇر، چۈنكى، ئۇلارنىڭ تەبىئىتى ئىسسىق ۋە كۈچلۈكتۇر. بۇلارغا ئالتۇن، مىسنىڭ كىرى قوشۇلسمۇ كۈچلۈك بولۇر. بەزىدە پەرپىيۇننىڭ ئورنىغا ھەسەل ھەرىسنىڭ كۆنىكىنى قوشقاي. ئۇنىڭدىن كېيىن مەلھەمى باسلىقۇن ئىشلەتكەي. دەريا سۈيى بىلەن يۇيۇلغان ھاكىنى ئاپتاپتا ئىسسىتىپ چاپقاي.

قالغان دورىلارنى «قارابادىن» دىن ئىزدىگەي.

يەتتىنچى باب يېگىنە ۋە پىچاق زەخمىسى توغرىسىدا

گەرچە ھەر ئىككىسى زەخىم بولسىمۇ، ئەڑەب تىلىدا يېگىنىگە ئوخشاش ئىنچىكە نەرسىلەرنىڭ سانجىلىشىدىن ھاسىل بولغان، گۆشكە ئۆتمىگەن زەخىملەر «ۋەخز» دېيىلۇر. ئەگەر پىچاقنىڭ ئوخشاش تىغلار بەدەنگە سانجىلىپ زەخىملەندۈرگەن بولسا، زەخىم گۆشكە ھەتتا بەدەننىڭ چوڭقۇر قىسمىغا ئۆتكەن بولسا، ئۇ، «خەرق» دەپ ئاتىلۇر.

داۋالاش

ئالاھىدە ئەھۋال بولمىسا «ۋەخز» نى داۋالاش ھاجەتسىز، تېرىدىن گۆشكە ئۆتۈپ يالىلۇغلانغان بولسا يالىلۇغ قايتۇرۇلماي تۇرۇپ باشقا دورىلارنى ئىشلەتمىگەي.

«خەرق» تىن بولغان ئىششقىنى ياندۇرۇپ، ئاغرىق پەسەيتىدىغان دورىلارنى ئىشلەتكەي. يۇقىرىدا ئېيتىلغان جاراھەتنىڭ ئىلاجىنى قىلغاي.

يېگىنە، تىكەن ۋە پىچاقنا ئوخشاش نەرسىلەر بەدەنگە سانجىپ تۇرۇپ قالسا، ئەھۋالغا قاراپ سىقىپ ياكى مەخسۇس سايمان، دورا بىلەن چىقارغاي. دورىنى باشقا ئۇسۇل ئۇنۇم بەرمىگەندە ئىشلەتكەي.

تىكەنگە ئوخشاش كىچىك نەرسىلەرنى سىقىپ چىقىرىشنى ئۆگىنىشنىڭ ھاجىتى يوق. لېكىن تەندە تۇرۇپ قالغان يات نەرسە چوڭ بولسا، كىچىك بولغان تەقدىردىمۇ چوڭقۇر بولۇپ، چىقىرىش قۇلايسىز بولسا ۋە مەخسۇس سايمان بىلەن چىقىرىشقا توغرا كەلسە، ئۇنى كىرگەن يېرىدىن چىقىرىش ئىمكانىيىتىنىڭ بار - يوقلۇقى ياكى باشقا يول تېپىشنىڭ زۆرۈر ياكى ئەمەسلىكىگە دىققەت قىلغاي. يات نەرسىنىڭ شېخى ياكى ئىلىنچىقى بولسا، تەدبىر بىلەن چىقارغاي، بولمىسا زەخمىنى چوڭايتىۋېتەر. توسالغۇ بولمىسا، زەخىم ئورنىنى قائىدە بويىچە يارغاي، تارتىپ چىقىرىشتىن يات نەرسىنىڭ ئۇچىنىڭ سۇنۇپ قالماسلىقىغا دىققەت قىلغاي. تارتىپ چىقىرىشتىن بۇرۇن يات نەرسىنى ئاستا ھەرىكەتلەندۈرۈپ ئەتراپىنى بوشتىپ، چىقىشقا قۇلايلىق ياراتقاي، ئۇنىڭدىن كېيىن مەخسۇس قىسقۇچ ياكى ئامبۇر بىلەن چىڭ قىسلىپ تارتقاي.

سانجىلغان نەرسە پىچاقنا ئوخشاش تىغلىق بولسا، تارتىپ چىقىرىشقا ئاسان بولسۇن ئۈچۈن نەچچە كۈن تۇرغۇزغاي. سانجىلغان پىچاق زەھەرلىك بولسا، تۇرغان ئورۇننىڭ گۆشىنى

سېستار. بۇ چاغدا سېسغان گۆشنى تولۇق تازىلىغاي. گۆش سېسغان بولسا، يەرلىك ئورۇننىڭ رەڭگى ئۆزگىرەر، ئېغىر بولغاندا بەتبۇي پۇرار.

پىچاق ئۇستىخانغا سانجىلىپ قېلىپ، تارتىپ چىقىرىش مۇمكىن بولمىسا، تارتىپ چىقىرىش ئاسان بولسۇن ئۈچۈن ئەتراپىنى ئۇشكە بىلەن قائىدە بويىچە تېشىپ تارتقاي.

ئەگەر پىچاق ئۆپكە، مېڭە، يۇرەك، جىگەر، دوۋساق، ئۇچەيگە ئوخشاش مۇھىم ئەزالارغا سانجىلغان بولسا خەتەرنىڭ ئالامەتلىرى مەلۇم بولۇر. بۇ چاغدا پىچاقنى تەۋرەتمەي جىم قويۇلىدۇ، زىيان كېلىپ چىقماسلىقى ئۈچۈن ئىلاج قىلمىغاي. ئىلاجنىڭ ئۇنۇمى بولمايدىغانلىقى بىلىنسە، ئىلاج قىلىش تېخمۇ راۋا بولماس. ساقىيىش ئېھتىماللىقى بولسا، ئىلاج قىلىشتىن بۇرۇن بىمارنى ئىلاج ۋە ئۇنىڭ خەتىرىدىن خەۋەرلەندۇرگەي، ئۇنىڭدىن كېيىن ئىلاجغا تۇتۇش قىلغاي. چۈنكى، بەزى كىشىلەرگە خەتەرلىك زەخىم يەتكەن بولۇپ، ساقىيىش ئۇمىدى ئۇزۇلگەن بولسىمۇ ئىلاج ئارقىلىق شىپا تاپۇر.

بۇنداق بىمارغا ئىشلىتىدىغان دورىلار تۆۋەندىكىلەردىن ئىبارەت: ئوشەقنى ئېرىتىپ زەخمگە سۈركىسە، تېگىدە قالغان يات نەرسىنى تارتىپ چىقرار، ھەسەل بىلەن سۈركىسە تېخمۇ كۈچلۈك بولۇر، يۇمىلاق زىراۋەندىنى سوقۇپ، ھەسەل بىلەن مەلھەم قىلىپ، قومۇش يىلتىزىنى سوقۇپ، ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، قارا كۆكنار يوپۇرمىقى، ئەنجۈر يوپۇرمىقىنى ئارپا تالقىنى بىلەن يۇغۇرۇپ، كەندىر ئۇرۇقىنى يالغۇز سوقۇپ، مەلھەم قىلىپ چاپقاي، بولۇپمۇ كەندىر ئۇرۇقىنى قەلقەدىس (زاكىنىڭ بىر تۈرى) بىلەن مەلھەم قىلىپ چاپسا كۈچلۈكرەك بولۇر، مەزكۇر دورىلار ۋە نەرگىس پىيىزىنىڭ ماددىلارنى تارتىش خۇسۇسىيىتى باردۇر.

پاقىنىڭ بەدەنىدىكى بولۇپمۇ ئۇستىخانىدىكى يات نەرسىنى تارتىپ چىقرىش خۇسۇسىيىتى بولۇپ، ئۇنىڭ قورسىقىنى يېرىپ، يەرلىك ئورۇنغا تاڭسا ياخشى پايدا قىلۇر، ھەتتا چىشقا تاڭسا چىشنى بوشىتىپ چۈشۈرەر. ئۇنىڭدىن باشقا سەرتان، كەسلەنچۇك، بولۇپمۇ ئۇنىڭ بېشىنى زىراۋەندە ۋە قوموش يىلتىزى بىلەن بىللە يەرلىك ئورۇنغا تاڭسا، ماددىلارنى كۈچلۈك دەرىجىدە تارتىش تەسىرىنى بېرەر.

سەككىزىنچى باب تاياق، قامچا زەخمىسى توغرىسىدا

تاياق، قامچا يېگەن كىشىگە قوي تېرىسىدىن ياخشىراق داۋا يوقتۇر. يېڭى ئۆلتۈرۈلگەن قوينىڭ تېرىسىنى تاياق، قامچا تەگكەن ئورۇنغا ياپسا، ئىششىقنى تارقىتىپ، ئاغرىق پەسەيتەر،

كۆكنى يوقتار، تېرە نەملىكى قۇرۇپ ئاغرىق پەيدا قىلىدۇ. كۈندۈز تۇرغۇزۇلغاي، تېرە يېپىلىشتىن ئاۋۋال تۇزنى تالقان قىلىپ زەخمگە سەپكەي، تۇز ئورنىغا خولىنجان كۈلى ياكى پىششىق خىش تالقىنى ئىشلەتسىمۇ بولۇر.

ئۇنىڭدىن كېيىن مەدەستان كۇشتىسى بىلەن ئۇپىدىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ موم يېغى بىلەن مەلھەم قىلىپ زەخمگە چاپسا پايدا قىلۇر.

بىمارنىڭ غىزاسىغا نوقۇت سۈيى، پوستىدىن ئايرىلغان قىزىل لوبىيا بەرگەي. تومۇز ۋاقتى بولسا ياكى بىمارنىڭ مىزاجى ئىسسىق بولسا، قاپاق ئېشى، ئاقلانغان ماش، قىزىلچا يوپۇرمىقى، قارا سۇنا يوپۇرمىقى قاتارلىقلارنى بېيىشكە بۇيرىغاي.

زەنجۇبىل شەربىتى، رەۋەنچىنىڭ ھەر قايىسىدىن بەش گىرامدىن ئېلىپ گۈلاب بىلەن ئىچكۈزگەي.

زەخمىلەنگەن، بىرەر ئاپەت يەتكەن ياكى ئېگىز يەرلەردىن يىقىلغان كىشىدە توسالغۇ بولمىسا قان ئالغاي ياكى لوكقا قويغاي. قەۋزىيەت بولسا، ھەمەلچە قىلغاي ياكى مېۋە سۈلىرى، پۇلۇسى خىيارشەنبەر سۈيى ئىچكۈزگەي.

توققۇزىنچى باب تېرە سۈرۈلۈپ كېتىش توغرىسىدا

بۇ تېرىنىڭ تاتىلىنىپ قانىشىنى كۆرسىتۇر.

سەۋەبى

ئاتقا، بولۇپمۇ يالىڭاچ ئاتقا ئۇزۇن مىنىش، ئۆتۈكنىڭ ئاياغنى غاجىشى، ئېغىر ئەمگەك قىلىش، ئۇزۇن يول يۈرۈش قاتارلىق سەۋەبلەردىن پەيدا بولۇر.

ئالامىتى

يەرلىك ئورۇن تېرىسى قىزىرار، ئېچىشار، ئاغرار، تېرە شىلىنار، ئېغىر بولغاندا قانار.

داۋالاش

ئات مىنگەندىن ھاسىل بولغان بولسا، زەخمىلەنگەن ئورۇننى ئېچىپ شامالدىتىپ سوغۇق سۇ، گۈلاب سەپكەي، مۇزنى ياققاي. ئاقاقيا بىلەن موزىنى سوقۇپ تالقان قىلىپ سەپسە پايدا

قىلۇر. سۇماقنى قاينىتىپ ياكى سۇغا چىلاپ يۇمشىتىپ چاپسا كۆپ مەنپەئەت قىلۇر. مەدەستاننى شاراب ياكى گۈلاب بىلەن ئېزىپ چاپقاي. دېڭىز سۇيى بىلەن يۇيۇپ بەرگەي. شارابنىڭ لېيىنى قۇرۇتۇپ سەپكەي.

ئۆتۈكنىڭ غاجىشىدىن ھاسىل بولغان زەخمگە ئۆپكە، بولۇپمۇ تۆگە ئۆپكىسى ياخشى پايدا قىلىدىغان بولۇپ، كاۋاپ قىلىپ تاڭسا ئاغرىقنى پەسەيتىپ ساقايتار. ئىششىمغان بولسا، كونا ئۆتۈك چەمنى كۆيدۈرۈپ كۈلىنى سالايە قىلىپ سەپكەي. قاپاقنى كۆيدۈرۈپ كۈلىنى سەپسە پايدا قىلۇر. گۈل يېغى ياكى قېزىل زەرنىخ مەلھەمنى سۈركىگەي.

مەلھەمى سەپىدىنى چاپقاي.

نۇسخىسى سەپىداپ بىلەن ئوشەقتىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ گۈل يېغى، ھەببۇلئاس يېغى، ئىنەكپىتى يېغى، سەۋسەن يېغى قاتارلىقلارنىڭ بىرەرسى بىلەن مەلھەم قىلىپ سۈركىگەي.

ئوشەقنى شاراب ياكى سۇ بىلەن ئېرىتىپ سۈرسىمۇ مەنپەئەت قىلۇر.

ئالتىنچى بۆلۈم داغلاش توغرىسىدا

بىرىنچى باب داغلاشنىڭ پايدىسى توغرىسىدا

مەلۇم بولغايكى، بەدەننىڭ مەلۇم يېرىدە يامان ھۆللۈك توختاپ قېلىپ ئۇ يەرنىڭ مىزاجىنى بۇزۇپ تۇزۇلۇشىنى قالايمىقانلاشتۇرۇپ يامان كېسەللىكلەرنى پەيدا قىلغان، تېۋىپ بۇ ھۆللۈكنى تازىلاش ئۈچۈن، تۇرلۈك ئىستىفراغلارنى قوللانغان ۋە تازىلاش رولى بولغان ئىسسىق تەبىئەتلىك دورىلارنى ئىشلەتكەن بولسىمۇ ئۇنۇمى بولمىغان چاغدا، يەرلىك ئورۇننى ئوت بىلەن داغلىسا بۇ ھۆللۈكنى يوقاتقىلى، ئۇنىڭ باشقا ئەزالارغا كېلىدىغان يوللىرىنى قاتۇرۇپ باغلىغلى بولۇر.

داغلاپ داۋالىنىدىغان كېسەللىكلەر 16 خىل بولۇر، ئۇلار: مېڭىدىن چۈشكەن نەزلىدىن بولغان كۆز ئاغرىقى، ھۆددىن بولغان زىققە نەپەس، جوزام (قاش - كىرپىكلارنىڭ تۆكۈلۈشى بىلەن ئىپادىلىنىدىغان كېسەللىك)، كۆز ياشاڭغۇراش، تەتۇر كىرپىك، كۆز ئاقمىسى (غۇرب)، كۆكرەك پەردىسىدە پەيدا بولغان غەلۋىرەك، جىگەر پەردىسگە چۈشكەن، شەربەت دورىلار پايدا قىلمىغان غەلۋىرەك، تال ئاغرىقى، نەزلىدىن بولغان ئاشقازان ئاغرىقى، ئىستىسقا، بىلەك بوغۇمىنىڭ ھۆللۈكى ئېشىپ كېتىشى، يانپاش بوغۇمىنىڭ بوشىشى، ئىرقۇننىسا (ئولتۇرغۇچ نېرۋا ئاغرىقى)، ئۇرۇقدانغا سۇ يىغىلىش (ئەرەبچە «قەيلەتۇلمائ» دېيىلۇر)، چىقۇق (ئۇچەينىڭ ئورۇقدان خالتىسىغان چۈشۈۋېلىشى) قاتارلىقلاردىن ئىبارەتتۇر.

ئىككىنچى باب باشنى داغلاش توغرىسىدا

كۆز ئاغرىقى، زىققە نەپەس، جوزام كېسەللىكلىرىدە باش داغلىنار.

كونا كۆز ئاغرىقى، نەزلىدىن بولغان زىققە نەپەس كېسەللىكلىرىدە نەزلىنىڭ بۇخاراتىنى چىقىرىش ئۈچۈن، باش ئوتتۇرىسىنىڭ چېچىنى چۈشۈرۈۋېتىپ، باش تېرىسى تولۇق كۆيۈپ

چۈشكۈچە داغلىغاي. كېسەللىك نەزلىنىڭ زىيادىلىكىدىن بولسا، باشنىڭ يەنە باشقا يېرىنى داغلىغاي. ھۆللۈكنى تارقتىش ئۈچۈن، داغلانغان ئورۇننى بىر مەھەل ئوچۇق قويغاي. ئۇنىڭدىن كېيىن گۆش ئۇندۇرىدىغان مەلھەملەرنى چاپقاي.

جوزام كېسەللىكىنى داۋالاشتا بىمار بېشىنىڭ بەش يېرى، يەنى پېشانىسىنىڭ چاچ ئۇنگەن يېرى، لىپىلداق (يەئنى ئوخ) نىڭ يۇقىرى قىسمى، باشنىڭ ئارقا قىسمى، ئوڭ، سول قۇلاق ئارقىسىدىكى ئاناتومىيە بابىدا ئېيتىلغان، ئەرەبچە «دەرزى قشرىي» دەپ ئاتىلىدىغان ئورۇننى داغلىغاي.

ئۈچىنچى باب چېكىنى داغلاش توغرىسىدا

تەكرار قوزغىلىدىغان باش ئاغرىقى ۋە باشنىڭ يېرىمى ئاغرىش (دەردى شەقىيقە) نى داۋالاش ئۈچۈن چېكىنى داغلىغاي. بەزىلەر چېكە تېرىسىنى يېرىپ شىريان تومۇرىنى چىقىرىپ داغلاپ كۆيدۈرەر. چۈنكى، شۇنداق قىلغاندا، تومۇرنى قورۇپ قان ۋە ماددا يىغىلىشنىڭ ئالدىنى ئالغىلى بولۇر.

تۆتىنچى باب تەتۈر كىرپىكنى داغلاش توغرىسىدا

زىيادە ئۇنگەن كىرپىكلەرنى ئېلىپ تاشلاپ ئىككى - ئۈچ تال كىرپىك ياكى ھەممە كىرپىكنىڭ ئورنىنى نازۇك ئەسۋاب بىلەن داغلىغاي. بەزىلەر كۆيدۈرۈش رولى بولغان دورىلار بىلەن داغلايدۇ، بۇ دورىلارنى سوقۇپ مەلھەم قىلىپ پەلكۈچ بىلەن ئارتۇق ئۇنگەن كىرپىكنىڭ ئۈستىگە سۈرۈپ بىر كۈن تۇرغۇزىدۇ، ئەتىسى يۇيۇۋېتىپ بىر كۈن دورىسىز قويۇپ ئۈچىنچى كۈنى يەنە ئوخشاش دورىنى سۈركىگەي، شۇ ھالەتتە تاكى يەرلىك ئورۇننىڭ تېرىسى قارىدىغۇچە داۋاملاشتۇرغاي. ئۇنىڭدىن كېيىن كۆيگەن تېرىنى چۈشۈرۈش ئۈچۈن، بۇلۇتنى ئىسسىق سۇ بىلەن نەمدەپ ئۈستىگە قويغاي. ئۇنىڭدىن كېيىن ئەت ئۇندۇرگۈچى مەلھەملەرنى چاپقاي.

كىرپىك يىلتىزى ئاجىزلىشىپ بوشغان بولسا، ئاقاقيا، موزا، زەمچە، تىنى قۇبرۇسيغا ئوخشاش قابىز خۇسۇسىيەتلىك دورىلارنى چاپقاي. كىرپىك يىلتىزى قورۇلغان بولسا، مەلھەمى

داخلىيۇن، رەۋغىنى مومنى چاپقاي.

دورا ئارقىلىق داغلاشتا تۆۋەندىكى دورىنى ئىشلەتسە بولۇر.

نۇسخىسى سۇ تەگمىگەن ھاك، سوپۇن، بۆرە ئەرمىنى قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، سوقۇپ، سالايە قىلىپ بەللۇت ياغچى سۈيى، ئەنجۈر ياغچى سۈيى ياكى كىچىك بالىنىڭ سۈيدۈكى بىلەن مەلھەم قىلىپ چاپقاي.

بەشىنچى باب كۆز ئاقمىسىنى داغلاش توغرىسىدا

بۇ كۆز چانىقىدىن يىرىڭ زەرداپ ئېقىش بىلەن ئىپادىلىنىدىغان كېسەللىكتىن ئىبارەت. ئۇ ئەرەب تىلىدا «غۇرب» دېيىلۇر.

داغلاپ داۋالاشتا ئاقما ئۇستىخانغا يەتكۈچە كەسكەي، ئۇستىخان پاكىز (يېڭى) بولسا، مەلۇم نىسبەتتە قىرغاي، بۇزۇلغان ۋە رەڭگى ئۆزگەرگەن بولسا، نازۇك ئەسۋاپ بىلەن داغلىغاي، دەسلەپتە بۇلۇت ياكى يۇڭ لاتىنى سوغۇق سۇ بىلەن نەمدەپ كۆزگە قويغاي، ئۇنىڭدىن كېيىن، بۇرۇنغا يول ئېچىلغۇچە ئىككى - ئۈچ قېتىم داغلىغاي. بۇرۇنغا يول ئېچىلغانىنىڭ ئالامىتى شۇكى، بىمارنىڭ ئېغىز - بۇرنىنى ئېتىۋالسا نەپىسى كۆز چانىقىدىن چىقار. ئارقىدىن پىلتىگە مەلھەمى زەنگارنى سۈرۈپ قويغاي، كونا پاختىنى يالغۇز ھالدا قويغاي.

ئالتىنچى باب كۆكرەك پەردىسىدىكى غەلۋىرەكنى داغلاش توغرىسىدا

ئۇنى تېۋىپلار قىسقارتىپ «زاتىلجەنبى» دەپمۇ ئاتىشار. غەلۋىرەكنىڭ ئېغىزى كەڭ، چوڭ بولۇپ، يىرىڭدىغان بولسا، داغلىغاي، داغلاشتا تۆمۈر ئەسۋاب ئىشلەتمىگەي، يارمىغاي، بولمىسا چوڭ خەتەر كېلىپ چىقار. غەلۋىرەككە ياخشى ئىلاج قىلمىسا بىمار خەتەردىن خالاس بولغان تەقدىردىمۇ غەلۋىرەك ناسۇر (ئاقما) غا ئۆزگىرىپ ساقايمىقى تەس بولۇر.

دورا بىلەن داغلاشتا زىراۋەندى تەۋسىيە ئىشلەتكەي. ئۇنىڭ ئۇسۇلى مۇنداق بولۇر: زەيتۇن يېغىنى قاينىتىپ ئۇنىڭغا مۇۋاپىق مىقدارداكى زىراۋەندە سېلىپ بىر سائەت تۇرغۇزۇپ

قىزىتىلغاندىن كېيىن ھەر ئىككى ئوقۇرەك سۆڭەك بېشىنىڭ تېرىسىنى تارتىپ ھەر ئىككى گۈرەن تومۇر (ئەۋداج) نىڭ ئالدى تەرىپىگە مايىل ئىككى ئورۇننى كىچىك داغلىغاي، ئارقىدىن بۇ ئىككى داغنىڭ يېنىنى چوڭ داغلىغاي. ئۇنىڭ يېنىنى يەنە ئۇچىنچى، تۆتىنچى قېتىم داغلىغاي. كۆكرەك ئارىلىقىنى بەشىنچى قېتىم، ئاشقازان ئېغىزىنىڭ يۇقىرى قىسمىنى ئالتىنچى قېتىم، تاغاق سۆڭەك ئارىسىنى يەتتىنچى قېتىم داغلىغاي، يەنە بىر كۈچلۈك داغلاشنى ئىككى تاغاق ئارىسىدىن باشلاپ بىلەكنىڭ ئارقا تەرىپىگە قويغاي. تاغاق ئارىسى ۋە بىلەكنىڭ يۇقىرى قىسمىغا قويۇلىدىغان داغنى كىچىكرەك دائىرىدە قىلغاي. داغلاپ بولغاندىن كېيىن داغلانغان ئورۇنغا مەلھەمى ھاك بىلەن ئىلاج قىلغاي.

يەتتىنچى باب جىگەردىكى غەلۋىرەكنى داغلاش توغرىسىدا

جىگەردە غەلۋىرەك پەيدا بولسا، بىمارىدا قىزىتما بولۇر. پۇت - قوللىرى ئېغىرلىشار، ئوڭ بېقىنى ئاغرار. بۇ غەلۋىرەك جىگەر گۆشىدە ئىكەنلىكىنى بىلدۈرەر. بۇ چاغدا جىگەر يارىسىنىڭ بايىندا ئېيتىلغان ئىلاجلارنى قىلغاي.

ئاغرىق كۈچلۈك بولۇپ ھېچقانداق داۋا پايدا قىلمىسا، غەلۋىرەكنىڭ جىگەر پەردىسىدە ئىكەنلىكىنى بىلدۈرەر. بۇ چاغدا داغلاپ ئىلاج قىلغاي. يەنى مەخسۇس سايمان بىلەن داس سۆڭەكنىڭ ئازراق يۇقىرى قىسمىنى تاكى تېرىسى تولۇق كۆيگۈچە داغلىغاي. بۇخاراتنىڭ چىقىشىغا قۇلايلىقلىق يارىتىش ئۈچۈن، مەلۇم مۇددەت ئوچۇق قويغاي. ئارقىدىن تازىلىغۇچى سۇيۇقلۇقلار بىلەن يۇيۇپ، گۆش ئۈندۈرگۈچى دورىلارنى چاپقاي.

سەككىزىنچى باب تال ساھەسىنى داغلاش توغرىسىدا

تال ئۈستىدىكى تېرىنى قىسقۇچ بىلەن قىسىپ كۆتۈرۈپ تۇرۇپ داغلىغاي. يەنى داغلايدىغان سايمان تۆمۈردىن بولۇشى، ئۇزۇن، ئاچا بولۇشنى تەلەپ قىلغاي. بىر - بىرىگە يانداش ھالەتتە ئىككى ئورۇننى داغلاپ، شۇ يوسۇندا 3 ~ 6 گىچە ئورۇننى داغلىغاي. بۇرۇنقى تېۋىپلارنىڭ بەزىسى ئالتە ئورۇننى بىراقلا داغلىغان.

توققۇزىنچى باب ئاشقازانىنى داغلاش توغرىسىدا

نەزلە سۇيۇقلۇقى مېڭىدىن ئاشقازانغا چۈشسە ئاشقازانىنى بۇزار، دورا پايدا قىلماس، بۇ چاغدا ئاشقازان ئېغىزىنى مەركەز قىلغان ھالدا ئۇچ بۇرجەك شەكلىدە داغلىغاي. بىرى كۆكرەك كۆمۈرچىكىدىن ئازراق تۆۋەن بولغان ئورۇن، ئۇنىڭدىن كېيىن ئىككى تەرەپنىكى يەنىمۇ تۆۋەنرەك بولغان يېرىنى داغلىغاي. داغنى تېرىنىڭ قېلىنلىقىدىن بەك تۆۋەنمۇ ئەمەس ياكى بەك يۇزەمۇ ئەمەس دەرىجىدە قويغاي. داغلانغان ئورۇنغا ئىلاج قىلمىغاي، بەلكى ئوچۇق قويۇپ ھۆللۈكنىڭ تارقىشىغا يارىدەم بەرگەي.

ئونىنچى باب ئىستىسقانى داغلاش توغرىسىدا

ئىستىسقا كېسەللىكىگە دورا پايدا قىلمىسا، نەزلىدىن بولغان ئاشقازان كېسەللىكىنى داغلىغاندەك ئەمەس، بەلكى بەش بۇرجەك شەكلىدە داغلىغاي. يەنى ئاشقازان ئېغىزى، جىگەر، تال ساھەلىرى، ئاشقازانىنىڭ تۆۋەنكى قىسمى، كىندىكنىڭ يۇقىرى قىسمى قاتارلىق ئورۇنلارنى داغلىغاي.

ئون بىرىنچى باب بىلەك بوغۇمىنى داغلاش توغرىسىدا

بىلەك بوغۇمى ھۆللۈك سەۋەبىدىن ياكى بىرەر ئاپەت يەتكەنلىكتىن ياكى شۇ ئورۇنغا سېرىق سۇ يىغىلىپ، شۇ سۇنىڭ كۆپلۈكىدىن ئورنىدىن قوزغالغان ۋە تارىمۇشلىرى بوشغان بولسا، ئاۋۋال بوغۇمنى ئورنىغا چۈشۈرگەي، ئۇنىڭدىن كېيىن بىمارنى يېنىچە ياتقۇزۇپ، بىلەك بوغۇمىنىڭ تېرىسىنى قىسقۇچ ياكى قول بىلەن كۆتۈرۈپ داغلىغاي، داغنىڭ يەرلىك ئورۇندىكى پەيلەر ۋە تارىمۇشلارغا يېتىشىدىن ئېھتىيات قىلغاي، ئۇنىڭدىن كېيىن بوغۇمنىڭ چۆرىسىنى تۆت بۇرجەك شەكلىدە داغلىغاي. داغلاش مەشغۇلاتىنى تېرە نېپىزلىغۇدەك دەرىجىدە قىلغاي.

ئون ئىككىنچى باب يانپاشنى داغلاش توغرىسىدا

كۆپ ۋاقىتلاردا ئولتۇرغۇچ نېرۋا (ئىرقۇننىسا) ئاغرىقى ئۇزۇنغا سوزۇلغان سەۋەبتىن شىلىمشىق سۇيۇقلۇق يانپاشقا يىغىلىپ يانپاشنىڭ پەيلىرىنى بوشتار، بۇنىڭ بىلەن يانپاش بوغۇمى ئورنىدىن قوزغىلار، بىمارنىڭ پۇتلىرى يىگلەر.

ئىلاج قىلىشتا يانپاش بوغۇمىنىڭ ئەتراپىنى تۆمۈر بىلەن داغلىغاي.

بەزى تېۋىپلار داغلاش ئۈچۈن، تۆمۈردىن قەدەھ شەكلىدە سايمان ياسايدۇ، يەنى بىر تەرىپىنى ئۇچلۇق، قىلىنلىقى خورما ئۇرۇقىچىلىك، چوڭلۇقى يېرىم غېرىچ كېلۇر، بىر - بىرىنىڭ ئىچىدە ئۈچ دانە تارمىقى بولۇر. ھەر بىرىنىڭ كاۋىكى بىر ئىلىك كەڭلىكدە بولۇر. بۇ سايماننى قىزىتىپ يانپاش بوغۇمى ئەتراپىنى داغلار. ئۇنىڭدىن كېيىن گۆش ئۈندۈرگۈچى دورىلارنى چاپقاي.

يەتتىنچى بۆلۈم چىقىق ۋە سۇنۇق توغرىسىدا

بۇ بۆلۈم ئىككى قىسىمدۇر.

بىرىنچى قىسىم ئەزالارنىڭ ھەرخىل چىقىقلىرى توغرىسىدا

بىرىنچى باب چىقىق توغرىسىدا

بوغۇملارنىڭ ئورنىدىن قوزغىلىشى ئەرەبچە «خەلئى» دېيىلۇر. ئۇ ئىككى خىل بولۇر. يەنى بوغۇم ئورنىدىن قوزغالغاندىن كېيىن، بەزىدە ئىچى تەرەپكە، يەنە بەزىدە سىرتقا پۈلتىيىپ چىقار. بوغۇملار قوزغالغان ئەمما ئورنىدىن چىقمىغان بولسا، ئەرەبچە «زەۋالۇل مەفسەل» (بوغۇملارنىڭ قوزغىلىشى) دېيىلۇر، يەنە «ۋەسىي»مۇ دېيىلۇر.

سەۋەبى

بەزىدە گەرچە پەي - تارىمۇشلار مەلۇم سەۋەبلەردىن سوزۇلغان بولسىمۇ بوغۇم قوزغالماس، يەنە بەزىلەرنىڭ بوغۇملىرى ئەسلىدە بوش يارىتىلغان بولغاچقا، چوڭقۇر ئورۇنلىشىشقا تېگىشلىك بولغان بوغۇم يۈزە ئورۇنلاشقان بولغاچقا، ئورنىدىن ئاسانلا قوزغىلار. بەزى كىشىلەرنىڭ بوغۇملىرىنىڭ پەي - نېرۋىلىرى چىڭ بولۇر، يەنە بەزىلەرنىڭ بوغۇملىرىغا زىيادە ھۆللۈك تەسىر قىلغان ۋە شۇ ئورۇندا تۇختاپ قالغان بولغاچقا، ئازغىنە ھەرىكەت بىلەن ئورنىدىن چىقىپ كېتۇر. بەزىلەرنىڭ بوغۇم تارىمۇشلىرى زەخمىلىنىش ياكى باشقا سەۋەبلەردىن زەئىپلەشكەن بولغاچقا، يەنە بەزىلەرنىڭ بوغۇملىرىنىڭ ئورنى كەڭ بولغاچقا، ئاسانلا قوزغىلار ياكى چىقىپ

كېتەر. بوغۇملار ئىچىدە تىز بوغۇمى ئاسان قوزغىلار ياكى چىقىپ كېتەر، چۈنكى ئۇ ھەر خىل ھەرىكەتلەرنى قىلىشقا قۇلايلىق بولسۇن ئۈچۈن، ئازادە قىلىپ يارىتىلغان. ئەمما ئاسان ئورنىغا چۈشەر. مۇرە بوغۇمىمۇ كەڭ ھەرىكەتلىنىدىغان بولغاچقا، تۇزۇلۇشى تىز بوغۇمىغا ئوخشاپ قالۇر، ئەمما تىز بوغۇمغا قارىغاندا چىڭراق بولۇپ ئاسان قوزغالماس. بولۇپمۇ ئورۇق كىشىلەرنىڭ مۇرە بوغۇمى تېخىمۇ شۇنداق بولۇر. ئۇشتاق قول، جەينەك، بىلەك قاتارلىق ئورۇنلارنىڭ بوغۇملىرى ئاسان قوزغالماس، قوزغالسا ئورنىغا چۈشۈرمەك تەسرەك بولۇر. يانپاش بوغۇمى ھەرىكەت دائىرىسى ۋە تارىمۇشلىرىنىڭ چىڭ - بوشلۇقى جەھەتتە ئوتتۇراھال بولۇر. بەزىدە بوغۇم ئارىلىقلىرىغا شىلىمشىق ھۆللۈك يىغىلۇالسا، پەي - تارىمۇشلىرىنى بوشاپ ئاسان چىقىپ كېتەر. مەسىلەن: ئىرقۇنىسا كېسەللىكى ئۇزۇن داۋاملاشسا شىلىمشىق سۇيۇقلۇقلارنىڭ بوغۇملارغا يىغىلۇېلىشىنى كەلتۈرۈپ چىقىرىپ يانپاش بوغۇمى چىقىنى پەيدا قىلۇر. يانپاش بوغۇمى ئاسان چىقسا، ئورنىغا چۈشۈشمۇ ئاسان بولۇر. چىقىشى تەس بولسا، ئورنىغا چۈشۈشمۇ تەس بولۇر.

چىقىلار ئىچىدە ھەممىدىن يامىنى، گەۋدە ئومۇرتقىلرىنىڭ ئارىلىق تەخسىسى سۇنغاندىن كېيىن چىقىشىدىن ئىبارەتتۇر. چۈنكى، ئارىلىق تەخسە ئومۇرتقىلارنى مۇقىملاشتۇرۇپ تۇرۇش رولىنى ئويناىدىغان بولۇپ، ئۇ زەخمىلەنسە ئەسلىگە كەلمىكى تەس بولۇر.

ئالامىتى

بوغۇملار چىقىنىڭ ئالامىتى ئىككى خىل بولۇر: بىرى، دۆڭ يەر چوڭقۇر، چوڭقۇر يەر دۆڭ بولۇپ قالۇر. يەنە بىرى، بوغۇملارنىڭ ھەرىكىتى تۇسالغۇغا ئۇچرار ياكى يوقلار. بۇ ئالامەتلەردىنمۇ بىلىش مۇمكىن بولمىسا ساق بوغۇمغا سىلىشتۇرغاي. بوغۇملارنىڭ پەي - تارىمۇشلىرى زەخمىلەنگەن بولسا، شۇ ئەزا ساڭگىلاپ تۇرار، ھەرىكىتى بوش ياكى يوق بولۇر ھەم يەرلىك ئورۇندا كاۋاك پەيدا بولۇر.

داۋالاش

ئۇستىخان سۇنۇش، بوغۇملارنىڭ ئورنىدىن قوزغىلىشى ياكى چىقىپ كېتىشىنىڭ ھەممە ئىلاجىدا قان ئالغاي، بولۇپمۇ يەرلىك ئورۇنغا يېقىن بولغان تومۇرلاردىن قان ئالغاي. ئۇنىڭدىن كېيىن گىلى ئەرمىنىدىن ئۈچ گىرام ئېلىپ، گۇلاب بىلەن ئىستېمال قىلدۇرغاي. چوڭ تەرەتنى بوشتىتىش ئۈچۈن، فۇلۇسى خىيارشەنبەر، تەرەنجىبىن، تەمرىھىندى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، سۇ بىلەن تەمىنى چىقىرىپ ئىچكۈزگەي ياكى تەمرىھىندىنى لەبلاب سۇيى بىلەن ياكى ھۆل بىنەپشە، مېۋە سۇلىرى، شېكەر بىلەن ئىچكۈزگەي. بادام يېغى بىلەن ئىچكۈزسە

قىزىتما ۋە ئىششىقىنىڭ ئالدىنى ئالۇر.

چىقىتا بوغۇملارنى مۇۋاپىق تارتىپ ئورنىغا چۈشۈرۈش مۇمكىن بولسا، تارتقاي، يەرلىك ئورۇن ئىششىغان ياكى ياريغا ئۆزگەرگەن بولسا، ئاۋۋال شۇنىڭغا، ئۇنىڭدىن كېيىن چىققا ئىلاج قىلغاي. پەيلەر تارتىشىپ تەشەنئوج پەيدا بولسا، باشقا مۇناسىپ ئىلاجنى قوشقاي. چىقىنى ئورنىغا كەلتۈرۈش مۇمكىن بولسا، جاراھەت ياكى ئىششىققا قارالماي ئۇنى ئورنىغا كەلتۈرۈشكە تىرىشقاي.

ئىلگىرىكىلەرنىڭ ھېكايىسىدە بىر كىشىنىڭ مۈرىسىگە ئېغىر تاش چۈشۈپ مۈرىسىنى زەخىملەندۈرۈپ تېرىسى ۋە مۇسكۇللىرىنى ئاشكارا قىلىپ قويغان، بىمارنىڭ ئوقۇرەك سۆڭىكى (تەرقۇۋە) مۇ ئورنىدىن قوزغالغان. بۇ چاغدا ناداندىن بىرى، ئۇستىخان ۋە مۇسكۇللارنى ئورنىغا كەلتۈرۈپ تېڭىپ قويغان، ئەمما نەچچە كۈن ئۆتكەندىن كېيىن بىمارنىڭ مۈرىسىنىڭ گۆشى ۋە تېرىسى كۆكىرىپ سېسىپ كەتكەن، چۈنكى ئۇ تېڭىشتىن ئاۋۋال يەرلىك ئورۇننىڭ بۇزۇلغان گۆشلىرىنى كېسىش ۋە قىزىتىلغان زەيتۇن يېغى بىلەن داغلاش لازىم ئىكەنلىكىنى بىلمىگەن ئىدى.

چىقىپ كەتكەن بوغۇمنى ئورنىغا كەلتۈرۈشتە دەسلەپتە بوغۇمنى ئىككى تەرەپكە پەم بىلەن ھەرىكەتلەندۈرگەي، ئۇنىڭدىن كېيىن ئۇزۇنسىغا تارتقاي. بۇ چاغدا بوغۇم ئورنىغا چۈشەر، ئورنىغا چۈشكەندە كۆپ ھاللاردا قۇلاققا ئاۋاز ئاڭلىنار. بۇ بوغۇمنىڭ ئورنىغا چۈشكەنلىكىنى بىلدۈرەر. ئۇنىڭدىن كېيىن قائىدە بويىچە تاڭغاي، ئەمما تېڭىقىغا يۇڭ رەخت ئىشلىتىشكە بولماس، چۈنكى، يەرلىك ئورۇننى قىزىتىپ يالۇغ پەيدا قىلۇر. مۇۋاپىقى شۇكى، گىلى ئەرمىنىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ مۇغاس ۋە ھەببۇلئاسنىڭ ھۆل يوپۇرمىقى بىلەن مەلھەم قىلىپ سۈرۈپ ئۈستىدىن تاڭغاي. ماش ئۇننى ھەببۇلئاس سۈيى بىلەن مەلھەم قىلىپ چېپىپ تاڭسىمۇ ياخشى پايدا قىلۇر. بەك چىڭ تاڭمغاي، تېڭىق لاتسىنى 3 ~ 4 يۆگەمدىن ئارتۇق يۆگىمگەي.

بوغۇملارنىڭ قوزغىلىشى ئۈچۈن ئىشلىتىدىغان مەلھەمنى چىقىق ئۈچۈن ئىشلىتىدىغان مەلھەمدىن كۈچلۈكرەك ۋە ئىسسىقراق قىلغاي. موزا، ئانار گۈلى، ئاقاقىيا، ئۆشنە، قۇستى، قۇندۇزقەھرى قاتارلىقلاردىن زىمات تەييارلاپ چاپقاي.

ئىككىنچى باب ئېڭەك بوغۇمى چىقىقى توغرىسىدا

ئېڭەك ئەرەب تىلىدا «خەلئۇل فەك»، بۇ شەھەرلەردە «مۇنە» دېيىلۇر. ئېڭەك بوغۇمى چىقىقى كەم ئۇچرار، چىققان تەقدىردىمۇ بىر تەرىپى چىقار، ھەر ئىككى تەرەپ بوغۇمنىڭ چىقىقى تېخىمۇ ئاز ئۇچرار.

ئالامىتى

بىمارنىڭ ئېغىزى ئېچىلىپ قالۇر. ئېڭەك ھەركىتى بىراقلا يوقاپ كەتمەس، چۈنكى، ئېڭەككە باشنىڭ ئارقىسى ۋە بويۇندىن تۆتىشىدىغان مۇسكۇللار ئۇنى ھەركەتلەندۈرۈپ تۇرار، بىمار ئېغىزىنى چوڭ ئاچالماس، ئېغىزنىڭ ئېچىلىشى ئەسىنگەن ياكى باشقا ۋاقىتلاردىكىگە ئوخشىمايدىغان نورمالسىز بولۇر. ئېڭەكنىڭ بىر تەرىپىدىكى بوغۇمى چىققان بولسا، ئېڭەك قىيسىق بولۇپ قالۇر، ئاستىن - ئۈستۈن چىشلار بىر - بىرىگە ياخشى ئۇدۇللاشماس.

داۋالاش

ئېڭەك بوغۇمى چىقسا ئورنىغا كەلتۈرۈشكە تېز تۆتۈش قىلغاي، بولمىسا ئورنىغا كېلىشى تەسكە توختار ۋە بەزى كېسەللىكلەرنى پەيدا قىلۇر، مۇسكۇللارنى تەرەڭلەشتۈرەر، بۇ سەۋەبتىن قىزىتما پەيدا بولۇپ، باشنى ئاغرىتار، بەزىدە ئېچ سۈرەر، قۇستۇرار، يەنى سېرىق رەڭلىك قەي قىلۇر، ۋاقتىدا ئىلاج قىلمىسا بىمار 10 - كۈنى ھالاك بولۇر.

ئېڭەك بوغۇمىنى ئورنىغا چۈشۈرۈشتە بىر كىشى بىمارنىڭ بېشىنى چىڭ تۇتۇپ تۇرۇشقا، بىمارنى ئېغىزىنى چوڭ ئېچىشقا بۇيرۇغاي. ئۇنىڭدىن كېيىن تېۋىپ بىمارنىڭ ئېڭىكىنى ئاستا كۆتۈرۈپ ئورنىغا كەلتۈرسە بولۇر، ئېڭەك بوغۇمى خۇددى قۇش تۇمشۇقىغا ئوخشاش كىرىشكەن بولۇپ، ھالقىسى يۇقىرى تەرەپكە مايىل بولۇر، شۇنىڭ ئۈچۈن، ئېڭەك ئالدىغا تارتىلغاندىن كېيىن شۇ ھالەتتە كەينىگە ئىتتىرىپ يەنە كۆتۈرۈپ ئورنىغا چۈشۈرۈشكە تىرىشقاي.

تېۋىپ بىمارنىڭ ئارقىسىدا ئولتۇرۇپ، ئېڭەكنى ئۆزى تەرەپكە تارتىپ يۇقىرىدىكى تەرتىپ بويىچە مەشغۇلات ئېلىپ بارسا ياخشى بولۇر.

ئۇنىڭدىن كېيىن بىمارنى ئوڭدا ياتقۇزۇپ، بېشىنىڭ ئاستىغا يۇمشاق، ئېگىز تەكىي قويغاي، بىر ئادەمنى مەخسۇس قاراشقا بۇيرۇغاي، بىمار بېشىنى ئۇيان - بۇيانغا ئۆرۈشتىن چەكلىگەي.

ئېڭەك بوغۇمىنىڭ ئورنىغا چۈشكەنلىكىنىڭ ئىپادىسى شۇكى، بىمارنىڭ ئاستىن - ئۈستۈن چىشلىرى ئۇدۇللىشار، شۇ چاغدا تېڭىق لاتىسىغا موم بىلەن گۈل يېغى سۈرۈپ قائىدىسى بويىچە تاڭغاي.

ئېڭەك بوغۇمى چىقىپ كەتكەندىن كېيىن ۋاقتىدا داۋالاتماي ئورنىغا چۈشۈرۈش قىيىنلىشىپ قالغان بولسا، بىمارنى مۇنچىغا چۈشۈرۈپ ئېڭىكىگە ئىسسىق سۇ تۆكۈپ، بىنەپشە يېغى سۈرۈپ يۇمشىتىلغاندىن كېيىن ئورنىغا چۈشۈرۈش مەشغۇلاتىنى قىلغاي.

ئۇچىنچى باب ئوقۇرەك سۆزلەك چىقىش توغرىسىدا

ئوقۇرەك سۆزلەك بويۇنلۇق ئالدىدىكى ئەگرى سۆزلەكتىن ئىبارەت بولۇپ، ئۇ ئەرەب تىلىدا «تەرقۇۋە» دەيىلۇر، ئۇنىڭ بىر ئۇچى مۇرىگە، يەنە بىر ئۇچى كۆكرەككە تۇتىشار.

سەۋەبى

تۈيۇقسىز بىرەر زەخمە يېتىشتىن كېلىپ چىقار.

ئالامىتى

بىمار قولىنى كۆتۈرۈپ بېشىغا يەتكۈزەلمەس، قولىنىڭ ئۇچىنى مۇرىسىگە تەگكۈزەلمەس.

داۋالاش

ئوقۇرەك سۆزلەكنى قول مەشغۇلاتى بىلەن ئورنىغا چۈشۈرگەي، ئۇنىڭدىن كېيىن ئوقۇرەك سۆزلىكى سۈنۈقدا بايان قىلىنماقچى بولغىنىدەك، داكا بىلەن كۆپ تېڭىپ مۇقىملاشتۇرغاي.

تۆتىنچى باب مۇرە بوغۇمى چىقىش توغرىسىدا

مۇرە ئەرەب تىلىدا «مەنكەب» دەيىلۇر، مېنىڭ شەھرىمدە «دوش» دەپ ئاتار. قولنىڭ ئەركىن ھەرىكەت قىلالىشى ئۈچۈن، مۇرىنىڭ بىلەك سۆزلىكىنىڭ بېشى چۈشىدىغان ئويمىنى تېپىز، بوغۇم تارىمۇشلىرى ئاز يارىتىلغان بولغاچقا، مۇرە بوغۇمى چىقىقى كۆپ كۆرۈلەر. مۇرە بوغۇمى تۆۋەن تەرەپكە چىقار، چۈنكى ئۇستى تەرەپتە تاغاق سۆزلىكىنىڭ ئۇنى توسۇپ تۇرار، يان تەرىپىگە چىقىشى ناھايىتى ئاز كۆرۈلەر. ھالبۇكى، تۆۋەن تەرەپتە ھېچقانداق توسالغۇ بولمىغاچقا، تۆۋەن تەرەپكە چىقىشى كۆپ كۆرۈلەر.

ئورۇق كىشىلەرنىڭ مۇرە بوغۇمى ئاسان چىقىپ كېتەر، ئەمما جايىغا كېلىشمۇ ئاسان بولۇر. سېمىز كىشىلەرنىڭ ئەھۋالى ئۇنىڭ ئەكسىچە بولۇر.

ئالامىتى

مۇرىنىڭ شەكلى ساق مۇرىنىڭ شەكلىدىن پەرقلىنەر، مۇرە بېشىدا ئويمان پەيدا بولۇر، مۇرە تۆۋەنلەر، قول ئۇزىراپ كېتەر، بىلەك سۆڭىكىنىڭ بېشى قولتۇقتا بىلىنەر. بىمارنىڭ جەينىكى تەندىن يىراق تۇرار، يېقىن كەلتۈرۈش مۇمكىن بولماس، بىلەكنى ھەرىكەتلەندۈرەلمەس، زورىغا ھەرىكەتلەندۈرسە قاتتىق ئاغرار. قولنى كۆتۈرۈش قىيىن بولۇر.

داۋالاش

بۇنىڭغا ۋاقتىدا ئىلاج قىلسا ئورنىغا ئاسان كېلۇر، بولمسا ئورنىغا كەلمىكى تەستۇر.

مۇرە بوغۇمىنى ئورنىغا كەلتۈرۈش مەشغۇلاتى مۇنداق بولۇر: تېۋىپ بىر قولدا بىمارنىڭ بىلىكىنى تۇتۇپ يەنە بىر قولىنىڭ ئوتتۇرا بارمقىنى بىمارنىڭ قولتۇقىنىڭ ئاستىغا قويۇپ تۇرۇپ، بىمارنىڭ بىلىكىنى تۇتقان قولى بىلەن بىلەكنى ئۇستىگە كۆتۈرۈپ يەڭگىل ئىتتىرسە بوغۇم ئورنىغا چۈشەر. بىمار ساق قولى بىلەن قولتۇقىنى كۆتۈرۈپ مۇرىسىنى ئۆزى كۆتۈرسىمۇ بوغۇمنى جايىغا چۈشۈرگىلى بولۇر.

مۇرىنىڭ چىقىقنى ۋاقتىدا ئورنىغا چۈشۈرمسە كېيىن ئورنىغا كەلمىكى تەس بولۇر. بۇ چاغدا بىمارنى ئىسسىق ھامامغا چۈشۈرۈپ ئىسسىق سۇ تۆكۈپ، ئىسسىق ياغ بىلەن ياغلاپ مۇرىنى يۇمشاتقاندىن كېيىن بىمارنى ئوڭدا ياتقۇزۇپ ئورنىغا چۈشۈرۈش مەشغۇلاتىنى ئېلىپ بارغاي.

يەنە بىر ئۇسۇلى: تېۋىپ يۇمشاق - قاتتىقلىقى، چوڭ - كىچىكلىكى نورمال بولغان توپسىمان نەرسىنى بىمارنىڭ قولتۇقىغا قويغاي، پۇتى بىلەن توپقا دەسسەپ تۇرۇپ قولى بىلەن بىمارنىڭ قولىنى ئۆزى تەرىپىگە مۇڭاپىق كۈچ بىلەن تارتىپ ئورنىغا چۈشۈرۈشكە تىرىشقاي. مەيلى ئوڭ مۇرە بوغۇمى چىققان بولسۇن ياكى سول مۇرە بوغۇمى چىققان بولسۇن يۇقىرىدىكى ئۇسۇلنى ئوخشاشلا قوللانغاي.

يەنە بىر ئۇسۇلى: تېۋىپنىڭ يېتەكچىلىكىدە بويى بىماردىن ئېگىز بولغان كۈچلۈك كىشىنى تەكلىپ قىلغاي، ئۇ بىمارغا ئارقىسىنى قىلىپ تۇرۇپ، مۇرىسىنى بىمارنىڭ چىقىپ كەتكەن مۇرىسىنىڭ قولتۇقىغا تىرەپ كۆتۈرۈشكە بۇيرۇغاي. تېۋىپ ياندا تۇرۇپ بىمارنىڭ مۇرىسىنى ئورنىغا چۈشۈرۈشكە تىرىشقاي.

يەنە بىر ئۇسۇلى: شەكلى قولتۇقنىڭ شەكلىگە ئوخشاش بولغان بىر نەرسىنى ياساپ، ئۇنىڭ ئىككى ئۇچىغا مەزمۇت شوينا بېكىتكەي. تامغا شوتا قويۇلغاندىن كېيىن ياسالغان مەزكۇر

نەرسىنى بىمارنىڭ قولتۇقىغا قويۇپ ئىككى ئۇچىدىن كۆتۈرۈپ شوتىنىڭ يۇقىرى بالدىقىغا چىگگەي، بۇ چاغدا بىمار ئېسىلغان ھالەتتە تۇرار، بىمارنىڭ قولىنى تۆۋەن تەرەپكە تارتىپ بوغۇمنى ئورنىغا چۈشۈرۈشكە تىرىشقاي.

يەنە بىر ئۇسۇلى: بىمارنىڭ قولتۇقىغا ماس كېلىدىغان قاتتىق - يۇمشاقلىقى، چوڭ - كىچىكلىكى نورمال بولغان بىر نەرسىنى تەييارلىغاي، ئۇنىڭ ئىككى تەرىپىگە مەزمۇت شوينىنى چىگگەي، مۇڭاپىق ئېگىزلىكتىكى تۈۋرۈك ئورۇنلاشتۇرغاي. بىمارنىڭ كېسەل قولىنىڭ تۆۋەنكى بىلىكىنى يۇقىرى بىلىكىگە جۈپلەپ تاڭغاي. ئۇنىڭدىن كېيىن تەييارلانغان مەزكۇر نەرسىنى بىمارنىڭ قولتۇقىغا قويۇپ ئىككى ئۇچىدىن تارتىپ مەزكۇر تۈۋرۈككە مۇڭاپىق تەرەڭلىكتە ئاسقاي، شۇ يوسۇندا يەتتە كۈن ياكى ئۇنىڭدىن ئارتۇق ۋاقىت تۇرغۇزسا بوغۇم جايىغا كېلۇر.

بەشىنچى باب بارماق بوغۇملىرى چىقىقى توغرىسىدا

بارماق بوغۇملىرى ئورنىدىن چىقسا، جايىغا چۈشۈرمەك ئانچە تەس ئەمەس، پەقەت قائىدە بويىچە ھەربىرىكەتلەندۈرسە ياكى تارتسىلا جايىغا چۈشۈرگىلى بولۇر. شۇنىڭ ئۈچۈن بۇ ھەقتە كۆپ توختالمىدۇق.

ئالتىنچى باب بەل ئومۇرتقىسى چىقىقى توغرىسىدا

بەل ئومۇرتقىسى قوزغالسا، ھاياتقا خەۋپ يەتكۈزمەر، چۈنكى ئومۇرتقا ئىچىدە يۇلۇن بارىدۇر. شۇڭا يۇلۇن ئېزىلسە كىشىنى ئەۋەتتە ھالاك قىلۇر. يۇلۇندىن ئۇنگەن پەيلەر (ئىزاھات: بۇ بابىدىكى پەي نېرۋىنى كۆرسىتىدۇ ــ ت) يانچىلسىمۇ كىشىنى ھالاك قىلۇر. بويۇن ئومۇرتقىسى چىقسا، بولۇپمۇ نەپەس بىلەن مۇناسىۋەتلىك بولغان بىرىنچى ئومۇرتقا چىقىپ كەتسە كىشىنى دەرھال ھالاك قىلۇر، چۈنكى نەپەسنى ئىدارە قىلىدىغان پەيلەر ئۇنىڭغا جايلاشقاندۇر.

بەل ئومۇرتقىسى ئەرەبچە «فقارۇل سۇلب» دېيىلەر. بەل ئومۇرتقىسى ئىچى تەرەپكە چىقىپ كەتسە بۇنىڭغا ئىلاج يوقدۇر. چۈنكى ئۇنى قول بىلەن جايىغا چۈشۈرۈش مۇمكىن ئەمەس. ئەگەر تېشىغا چىققان بولسا، ئورنىغا كەلتۈرگىلى بولۇر.

بەزىلەر بىمارنى شوتىغا تارتىپ يەرلىك ئورۇنغا لوڭقا قويۇش، بىمارنى يۆتەلدۈرۈش، چۈشكۈرتۈش، يەل پەيدا قىلدىغان يېمەكلىكلەرنى بېرىش قاتارلىق ئۇسۇللار بىلەن ئىچى تەرەپتىن چىقىپ كەتكەن ئومۇرتقىنى ئورنىغا كەلتۈرمەكچى بولۇشقان بولسىمۇ ھېچقانداق ئۈنۈمنى قولغا كەلتۈرەلمىگەن. ھەكىم بۇقرات ئۇلارغا كۆپ كايىغان.

خۇددى تەشرىھ (تەن تۈزۈلۈشى) ئىلمىدە ئېيتىلغاندەك، بەل ئومۇرتقىلىرىدا نەيزىسىمان ئۆسۈكچىلەر (ئەرەبچە «سەناسىن» دېيىلىدۇ) بولۇر، بۇ ئۆسۈكچىدىن بىرەرسى سۈنسا ئومۇرتقىنىڭ شۇ يېرى ئولتۇرۇشار، نادانلار ئۇنى ئومۇرتقا ئىچىگە قوزغىلىپتۇ دەپ ئويلاپ ئىلاج قىلىپ ئىچى تەرەپكە پۈكۈلگەن ئومۇرتقىنى ئۈستىگە كۆتۈرۈپ جايىغا كەلتۈرۈپ بىمارنى كېسەللىكتىن قۇتۇلدۇردۇق دەپ داۋراڭ سالىدۇ. ئەمەلىيەتتە ئۇنداق قىلىش ھەرگىز مۇمكىن ئەمەس. چۈنكى، كىشىنىڭ ئومۇرتقىسى ئىچى تەرەپكە پۈكۈلسە، چوڭ - كىچىك تەرتىتۈتۈلۈپ ھالاك بولۇر. ئومۇرتقىنىڭ ئىچى تەرەپكە پۈكۈلۈشى ئازراق بولسا، يۇلۇندا كېسەللىك پەيدا بولۇپ، بىمار چوڭ - كىچىك تەرتىتىنى تۇتالمايدىغان بولۇپ قالۇر. يەنى بەل ئومۇرتقىسى تېشى تەرەپكە چىققان بولسا يۇلۇنغا زىيان ئازراق يېتەر، ئەمما ھەر ھالدا زىياندىن خالى بولماس. بەل ئومۇرتقىسىنىڭ ئاستىدىكى پەيلەر زەئىپلەشسە بىمارنىڭ پاچاق، دوۋساق، مەقئەت مۇسكۇللىرىمۇ زەئىپلىشەر. بۇ چاغدا ئۆلۈم خەۋپى بولۇر. بەل ئومۇرتقىسى چىقمىغان ياكى ئەگرىلەشمىگەن بولسىلا، ئومۇرتقا ئۆسۈكچىسىنىڭ سۈنۈشى بىلەن ھېچ ئىش بولماس.

داۋالاش

ئۇچا (بەل) ئومۇرتقىسى مەلۇم نەرسىنىڭ تېگىشى ياكى باشقا بىرەر سەۋەبتىن ئورنىدىن چىقىپ كەتكەن بولسا، دەرھال جايىغا چۈشۈرۈشكە تەدبىر قىلغاي. ئۇنىڭ تۆۋەندىكى تەدبىرلىرى بولۇر: بىمارنى مۇنچىغا چۈشۈرۈپ، ئۇنىڭدىن كېيىن، تېۋىپ زوڭزىيىپ ئولتۇرغاندىن كېيىن بىمارنىڭ ئۇچىسىنى تىزىغا قويۇپ، قائىدە بويىچە تەۋرىتىپ جايىغا چۈشۈرگەي.

بىمارنى دۇم ياتقۇزۇپ، ناۋاينىڭ يايغۇچىنى بىمارنىڭ ئومۇرتقىسى ئۈستىدە كۈچ بىلەن يۇمۇلتىپ چىقىپ كەتكەن ئومۇرتقىنى جايىغا چۈشۈرگەي.

بۇقراتنىڭ تەۋسىيە قىلىشچە، ئومۇرتقا يۇقىرىقى تەدبىرلەر بىلەن جايىغا چۈشمىسە ئۇزۇنلۇقى ۋە كەڭلىكى بىمارغا ماس كېلىدىغان ھالەتتە تۈز تاختا تەييارلاپ، ئۈستىگە يۇمشاق

كۆرپە سېلىپ. بىمارنى مۇنچىغا چۈشۈرۈپ بەدىنىنى يۇمشاتقاندىن كېيىن مەزكۇر تاختىدا دۈم ياتقۇزغاي، كۆكرىكىگە ئىككى قات سەللە يۆگەپ، ئۇنىڭ بىر ئۇچىنى بىمارنىڭ قولتۇقىدىن چىقىرىپ ئىككى تاغاقنىڭ ئوتتۇرىسىدىن چىگىپ ئۇچىغا ھاۋانچا دەستىسىدەك ياغاچنى چىگىپ بىر شاگىرتقا تۇتقۇزۇپ بىر تەرەپكە تارتىپ تۇرۇشقا بۇيرۇغاي، يەنە بىر داكىنى بىمارنىڭ ئىككى تىزىنىڭ ئۈستىدىن باغلاپ يانپېشىنىڭ ئۈستىگە چىگكەي ۋە ئۇچىغا يۇقىرىدىكىگە ئوخشاش ياغاچنى باغلاپ يەنە بىر شاگىرتقا تۇتقۇزۇپ يۇقىرىدىكى شاگىرتنىڭ قارشى تەرىپىگە تارتىشقا بۇيرۇغاي، ئىككى شاگىرت كۈچلىرىنى چىقىپ كەتكەن ئومۇرتقا تەرەپكە مەركەزلەشتۈرۈپ كۈچ بىلەن تارتىشقا بۇيرۇغاي، تېۋىپ بولسا، ئومۇرتقىنى جايىغا چۈشۈرۈشكە تىرىشقاي. مانا بۇ تەدبىر بىلەن ئومۇرتقا جايىغا چۈشكەي.

ئەگەر ئومۇرتقا بۇ تەدبىر بىلەنمۇ ئورنىغا چۈشمىسە، بىمارنىڭ بەدەن قۇۋۋىتى ياخشى بولسا، تامدىن بىمارنىڭ ئومۇرتقىسى ئېگىزلىكىدە تۆشۈك ئېچىلىپ، تۆشۈك كەڭلىكىدە قېلىن، كەڭ تاختا تەييارلاپ بۇ تۆشۈكتىن ئۆتكۈزۈلىدۇ. بىمارنى بۇ تاختىنىڭ بىر تەرىپىدە ئوڭدا ياتقۇزۇپ تاختىنىڭ تامنىڭ ئۇ تەرىپىدىكى ئۇچى كۈچ بىلەن بېسىپ ئومۇرتقىنى ئورنىغا چۈشۈرۈشكە تىرىشقاي.

ئومۇرتقا ئورنىغا چۈشكەندىن كېيىن كەڭلىكى ئوچ ئىلىك، ئۇزۇنلۇقى ئومۇرتقىغا تەڭ بولغان تاختا تەييارلاپ ئۇنىڭغا چىگە رەخت ئوراپ چىقىپ كەتكەن ئومۇرتقا ئۈستىگە قويۇپ داكا بىلەن قائىدە بويىچە مۇقىملاشتۇرۇپ تاڭغاي.

بۇ تەدبىرلەردىن كېيىن بىمار دوك بولۇپ قالسا، تاختىنى ئېلىۋېتىپ ئومۇرتقىغا يۇمشاتقۇچى دورىلارنى سۈركىگەي.

يەتتىنچى باب بويۇن ئومۇرتقا چىقىقى توغرىسىدا

بويۇن ئومۇرتقىسى قوزغالغان بولسا، جايىغا چۈشۈرۈش ئۇچۇن، بىمارنى ئوڭدا ياتقۇزۇپ، بېشى تارتىپ چىققان ئومۇرتقىنى قول بىلەن ئۇۋۇلاپ قائىدە بويىچە ئورنىغا چۈشۈرگەي. كۈچلۈك زىماتلارنى چېپىپ، ئۈستىدىن يۇڭنى رەخت بىلەن گالنى ئوچۇق قالدۇرغان ھالەتتە باشتىن تاكى كۆكرەككىچە تاڭغاي.

سەككىزىنچى باب قۇيرۇق سۆڭەك چىقىقى توغرىسىدا

سەۋەبى

ئېگىز يەردىن يىقىلىپ چۈشۈش، بىرەر زەخمە يېتىشكە ئوخشاش سەۋەبلەردىن قۇيرۇق سۆڭىكى ئورنىدىن قوزغىلىپ ياكى چىقىپ كېتەر.

ئالامىتى

بۇنىڭدا قۇيرۇق سۆڭىكى ئۇيۇشار، بىمارنىڭ پۇت ھەرىكىتى توسقۇنلۇققا ئۇچرار ۋە تىزنى ئېگىشى تەس بولۇر.

داۋالاش

ئوتتۇرا بارماقنى بىمارنىڭ مەقئىتىگە تىقىپ، قوزغالغان قۇيرۇق سۆڭەكنىڭ ئورنىنى مۇقىملاشتۇرۇپ، قول بىلەن كۆچەپ ئىتتىرىپ جايىغا چۈشۈرگەي، ئۇستىدىن زىمائىلارنى چېپىپ تاڭغاي. چوڭ تەرەتنىڭ قىستىماسلىقى ئۈچۈن، بىمارغا تائامنى ئاز بەرگەي. چوڭ تەرەت يۇمشاق تۇتۇلار.

توققۇزىنچى باب يانپاش بوغۇمى چىقىقى توغرىسىدا

يانپاش بوغۇمى ئۆزى جايلاشقان يانپاش بوغۇمى ئويمىنىدىن چىقىپ كېتەر، خۇددى بىلەك ئومۇرتقىسىغا ئوخشاش بەزىدە ئىچى تەرەپكە، بەزىدە ئۇستى تەرەپكە چىقار.

ئالامىتى

ئىچى تەرەپكە چىققان بولسا، بىمارنىڭ شۇ پۇتى يەنە بىر پۇتىغا قارىغاندا ئۇزۇنراق بولۇر. يانپاش بوغۇمىنى ئەگىلى بولماس، يانپاش ئىششار. يانپاش ئۇستىخىنى يېرىق تەرەپكە يېقىنلىشىپ قالۇر.

تېشىغا چىققان بولسا، شۇ پۇتى يەنە بىر پۇتىغا قارىغاندا قىسقىراق بولۇر. يانپاش ئۈيۈشار. يانپاشتا تۇغرىسىغا ئىششىق بولۇر. بىمارنىڭ تىزى خۇددى يانپاش بوغۇمى ئىچى تەرەپكە چىققاندا ئۈيۈشقاندەك ئۈيۈشار.

يانپاش بوغۇمى ئالدى تەرەپكە چىققان بولسا، بىمار پۇتىنى سوزماقچى بولسا، سوزغىلى بولۇر، ئەمما تىزىنى ئېگىشى تەس بولۇر. ماڭالماس، تەرىتى تۇتۇلار. يانپېشى ئىشىشار. مەڭىەت چۆرىسى كېڭىيەر. ماڭماقچى بولسا، سونجىقىدىن باشقا يېرىنى يەرگە باسالماس.

يانپاش بوغۇمى ئارقا تەرەپكە چىققان بولسا، بىمارنىڭ پۇتى قىسقىرار، پۇتىنى سوزۇپ يىغىشى تەس بولۇر. يانپېشى كۆچسزلىنەر.

داۋالاش

يانپاش بوغۇمى ئورنىدىن چىقىپ كەتسە ئۇنى دەرھال ئورنىغا چۈشۈرۈشكە تۇتۇش قىلغاي، بولمسا بوغۇم ئارىلىقلىرىغا سۇ يىغىلىپ سېسىپ بۇزۇلۇش ئەھۋاللىرى كۆرۈلەر.

ئۇنى ئورنىغا چۈشۈرۈشنىڭ تەدبىرى مۇنداق بولۇر: بوغۇم ئاستى تەرەپكە چىققان بولسا، يانپاشنى ئوڭ، سول تەرەپكە تارتىپ تەۋرىتىپ بوغۇم ئورنىغا ئۇدۇللاشتۇرۇپ جايىغا چۈشۈرگەي. ئورنىغا چۈشۈپ بولغاندىن كېيىن مۇناسىپ زىماتلارنى چېپىپ تاڭغاي. ئۇنىڭدىن كېيىن پۇتنىڭ تەۋرىشى ۋە بوغۇمنىڭ قايتا چىقىپ كېتىشىنىڭ ئالدىنى ئېلىش ئۈچۈن، بىمارنىڭ تاپىنىغا ئىزەڭگۈ قويۇپ تاپىنىدىن ئۈستىگە قارىتىپ تىزى ۋە يوتىسىنى بويلاپ مۇۋاپىق بېسىم بىلەن ئۈستىگە تارتىپ تاڭغاي، تېڭىقنىڭ ئۇچىنى بىمارنىڭ ئۆشنىسىدىن ئۆتكۈزۈپ ئۇچىسىدىن ماڭدۇرۇپ قولتۇقىدىن چىقىرىپ كۆكرىكىگە ئوراپ تاڭغاي.

بوغۇم ئىچى تەرەپكە چىققان بولسا، بىمارنى رۇكۇ ھالىتىدە ئېڭىشتۇرۇپ كۈچلۈك بىر ئادەم بىمارنىڭ چىققان يانپېشىدىن تۇتۇپ تۇرۇشقا بۇيرۇغاي. تېۋىپ يانپاشنى تۇتۇپ ئىچىگە چىققان بوغۇمنى ئۈستىگە كۆتۈرۈش ئۈچۈن تارتقاي. ئۇنىڭدىن كېيىن يانىنىڭ ئۈستىدىن پەم بىلەن بېسىپ ئورنىغا چۈشۈرگەي. شاگىرتى يان تەرەپتىن بېسىپ ياردەم بەرسە تېخى ياخشى بولۇر.

سىرتىغا چىققان بوغۇمنى جايىغا چۈشۈرۈش ئۇسۇلىمۇ شۇنداق بولۇر. ئەمما يېنىنى تارتىشقا، تەۋرىتىشكە بولماس. چۈنكى، تېشىغا چىققان ئومۇرتقا ئەھۋالى ئىچىگە چىققان ئومۇرتقا ئەھۋالىنىڭ ئەكسىچە بولۇر.

يانپاش ئومۇرتقىسى ئالدىغا چىققان بولسا، ئۇنى ئورنىغا چۈشۈرۈشنىڭ بىر قانچە خىل ئۇسۇلى بار، قۇلايلىق بولغانلىرى ئىشلىتىلسە بولۇر.

ئونىنچى باب تىز بوغۇمى چىقىقى توغرىسىدا

تىز بوغۇمى ئاسان چىقىپ كېتەر ھەم ئورنىغا ئاسان چۈشەر. ھەممە تەرەپكە چىقار، پەقەت ئۇستى تەرەپكە چىقماس. چۈنكى تىز لىپكى ئۇنى ئۇستى تەرەپكە چىققىلى قويماس.

داۋالاش

بىمارنى ئورۇندۇقتا ئولتۇرغۇزغاي، كۈچلۈك بىر كىشى تىزنىڭ يان تەرىپىدىن ئىتتىرىپ تۇرۇشقا، يەنە بىر كىشى قولتۇقىدىن تارتىپ تۇرۇشقا، يەنە بىر كىشى پۇتنى تۇتۇپ تۇرۇشقا بۇيرۇغاي. تەييارلىقلار پۈتكەندىن كېيىن بىمارنىڭ قولتۇقنى تۇتقان كىشى بىلەن پۇتنى تۇتقان كىشنى ئىككى تەرەپكە تارتىشقا بۇيرۇغاي. تىز بوغۇم ئارىلىقى كېڭەيگەندىن كېيىن تېڭىپ بوغۇمنى قائىدە بويىچە ھەربىكەتلەندۈرۈپ ئورنىغا چۈشۈرگەي. ئورنىغا چۈشۈپ بولغاندىن كېيىن ئۇستىگە مۇناسىپ زىماتلارنى سۈرۈپ قائىدە بويىچە تاڭغاي.

ئون بىرىنچى باب تىز لىپكى چىقىقى توغرىسىدا

بەزىدە مەلۇم ھادىسىلەر سەۋەبىدىن كىشىنىڭ تىز لىپكى ئورنىدىن قوزغىلىپ كېتەر.

داۋالاش

بىمارنىڭ پاقالچىقى بىلەن لىپكىدىن تۇتۇپ ئىككى تەرەپكە تارتىپ بوغۇمدىن يىراقلاشتۇرغاي، ئۇنىڭدىن كېيىن قوزغالغان لىپەكنى ھەربىكەتلەندۈرۈپ جايىغا چۈشۈرگەي، لىپەك قوزغالغان ئورۇنغا مۇناسىپ زىماتنى چېپىپ ئۇستى ۋە ئەتراپىغا قائىدە بويىچە تاختا قويۇپ تېڭىپ قايتا قوزغۇلۇشنىڭ ئالدىنى ئالغاي. تېڭىق چىڭ بولۇپ كېتىشتىن بىمارنىڭ پۇتى بىئارام بولسا، تېڭىقنى ئازراق بوشاتقاي.

ئون ئىككىنچى باب ئوشۇق چىقىقى توغرىسىدا

ئوشۇق ئورنىدىن چىقىپ كەتسە تىز بوغۇمىنى چۈشۈرگەنگە ئوخشاش ئىككى تەرەپكە تارتىپ جايىغا چۈشۈرگەي. ئوشۇق ئورنىدىن تولۇق چىققان بولسا، ئورنىغا چۈشۈرمەك تەس بولۇر.

داۋالاش

بىمارنىڭ پۇتىنى تارتىشقا قۇلايلىق بولسۇن ئۈچۈن، مۇۋاپىق تومۇلۇقتىكى بىر دانە كالتەكنى يەرگە قېقىپ، بىمارنىڭ يوتىسىنى زىدە قىلماسلىقى ئۈچۈن كالتەككە رەخت يۆگىگەي. ئۇنىڭدىن كېيىن، بىمارنىڭ چات ئارىلىقى قوزۇقتا تەگكۈزۈلۈپ ئوڭدا ياتقۇزۇلغاي. ئۇنىڭدىن كېيىن بىمارنىڭ پۇتىدىن تۇتۇپ قائىدە بويىچە تۆۋەنگە تارتقاي، يەنە بىر كىشىنى بىمارنىڭ يەنە بىر پۇتىنى بېسىپ تۇرۇشقا بۇيرۇغاي. ئەڭ ياخشىسى بىر ئادەم بىمارنىڭ قورسقىنى بېسىپ تۇرۇشى، يەنە بىر ئادەم بىمارنىڭ يانپېشىنى تۇتۇپ تۇرۇشى كېرەك. ئەنە شۇنداق تارتىپ ئوشۇقنى ھەربىكەتلەندۈرۈپ جايىغا چۈشۈرۈشكە تىرىشقاي، جايىغا چۈشۈپ بولغاندىن كېيىن، مۇناسىپ زىماتلارنى سۈرۈپ تاپاننىڭ ئاستىدىن يۆگەپ قائىدە بويىچە تېڭىپ ئوشۇقنىڭ ئۈستىدە توختىتىپ چەگكەي. ئوشۇقنىڭ ئارقىسىدىكى پەينى ئاغرىتمىغۇدەك دەرىجىدە تاڭغاي. بىمارنى تاكى 40 كۈنگىچە يول مېڭىشتىن چەكلىگەي، ئەگەر ئوشۇق بوغۇمنىڭ پەيلىرى تۇتۇشتىن ئىلگىرى يول ماڭسا بەزى كېسەللىكلەر پەيدا بولۇر.

ئۇششاق بارماقلارنىڭ بوغۇملىرى چىققان بولسا، قائىدە بويىچە تارتىپ جايىغا چۈشۈرگەي.

ھەر قانداق بوغۇم چىققاندىن كېيىن قېتىۋالغان بولسا، خۇددى قاتتىق ئىششقلارنىڭ بابىدا ئېيتىلغاندەك، ئۈستىگە يۇمشاتقۇچى دورىلارنى سۈرۈپ يۇمشىتىلغاندىن كېيىن ئورنىغا چۈشۈرۈشكە ئىلاج قىلغاي.

ئىككىنچى قىسىم سۇنۇقنى تېڭىش توغرىسىدا

بىرىنچى باب سۇنۇق توغرىسىدا

ئۇستىخانغا بەزى زەربىلەرنىڭ تېگىشى بىلەن ئۇ، سۇنۇر. سۇنۇقنىڭ شەكلى ئوخشىماس، شۇ سەۋەبدىن تېڭىقچىلار ئۇلارنى ھەر خىل ناملار بىلەن ئاتىشار. ئەڑەب تىلىدا ئۇزۇنىسىغا سۇنغان بولسا، «سەدئى» دەپ، ئۇزۇن ھەم توغرىسىغا سۇنغان بولسا، «ھىلالي» (ھىلال ئايسىمان) دەپ، توغرىسىغا ئۇزۇلۇپ سۇنغان بولسا، «قۇنۇئى» ياكى «فەھلى» دەپ، تارشىغا ئوخشاش قات قوپۇرۇپ سۇنغان بولسا، «مەشتىيب» دەپ، شاخسمان سۇنغان بولسا، «مەفس»، «مۇتەشەتتىي» دەپ، ئۇۋۇلۇپ سۇنغان بولسا، «رەز» دەپ، زىيادە ئۇۋۇلغان بولسا «سەۋىقى»، «ھەجەرىي»، «خەشخاشى» دەپ ئاتىلار.

ئۇستىخان تولۇق سۇنۇپ ئۆتۈشۈپ كەتكەن بولسا، شۇ يەرنىڭ پەرىسى ۋە ئەتراپىدىكى گۆشلەرگە سانجىلىپ ئاغرىتار، ئىششىتار. ئۆتۈشۈش دەرىجىسى يۇقىرى، زەخمە ئېغىر بولسا، كېچىكىپ تۇتار.

بۇقرات: «ئۇستىخاننىڭ تېشىغا سۇنغىنى ئىچىگە سۇنغىنىدىن بىخەتەرەك بولۇر، چۈنكى ئىچى تەرىپىدە پەيلەر كۆپ بولۇر» دېگەن. بوغۇم بېشى سۇنسا بۇ بوغۇم ئاجىز بولۇر، بوغۇم يۇزىدىكى كۆمۈرچەكنىڭ قايتا ھاسىل بولۇشى يېتەرلىك بولماي، ھەرىكىتى توسالغۇغا ئۇچرار. ئۇستىخان بېشى قېتىپ بولالماي مەلۇم مۇددەتكىچە يۇمشاق ھالەتتە تۇرار. كېچىك ئۇستىخانلارنىڭ بوغۇملىرى سۇنسا تۇتمىقى تەستۇر. سۇنۇقلارنىڭ يامىنى توغرىسىغا ئۇۋۇلۇپ سۇنۇپ ئەتراپىدىكى پەردە ۋە گۆشلەرنى زەخمىلەندۈرۈپ، قان كۆپ ئاققانلىرىدۇر. بۇ چاغدا سۇنغان سۇنۇق، قاناش، گۆشلەرنىڭ زەخمىلىنىشى، بۇزۇلۇش قاتارلىقلارنىڭ ھەر قايسىسىغا ئايرىم ئىلاج قىلغاي يەرلىك ئورۇننىڭ گۆشى يانجىلغان بولسا، ئۇنىڭ سېسىشىدىن ئېھتىيات قىلغاي، يەنى ئىلاجغا تېز تۇتۇش قىلغاي. نەشتەرنى سانجىپ مەلۇم مىقداردا قان چىقارغاي،

بولمسا يەرلىك ئورۇننىڭ گۆشى يېيىلىپ بۇزۇلار.

كىچىك بالىلاردىن باشقىلىرىنىڭ ئۇستىخىنى سۇنسا قايتا ئۆسىمەس، چۈنكى كىچىك بالىلارنىڭ بەدىنىنىڭ ئەسلى قۇۋۇتى تولۇق بولۇر، ياش، قېرى كىشىلەرنىڭ ئۇستىخىنى سۇنسا قايتا ئۆسىمەس. بەلكى سۇنغان ئورۇندا خۇددى تۆمۈرنى كەپشەرلىگەنگە ئوخشاش كۆمۈرچەكلەر پەيدا بولۇپ سۇنغان ئورۇننى كەپشەرلەپ تۇتاشتۇرار. ئۇستىخانلار ئىچىدە بىلەك سۆڭىكى سۇنۇقىنى تېڭىش تەس، ئۇندىن قالسا پاچاقنىڭ ئىچىگە سۇنغان ئۇستىخىنىنى تېڭىش تەس بولۇر. ئەمما پاچاق ئۇستىخنى بىلەن يانپاش ئۇستىخنى تېز تۇتار.

ھەر قايسى ئۇستىخانلاردىكى سۇنۇقنىڭ تۇتۇش مۇددىتى بولۇر. بۇرۇن ئۇستىخنى سۇنۇقى 10 كۈندە، قوۋۇرغا ئۇستىخنى 20 كۈندە، بىلەك ئۇستىخنى 30 ~ 40 كۈنگىچە، يوتا ئۇستىخنى 50 كۈندە، بەزىدە 3 ~ 4 ئاي ئىچىدە تۇتار.

سۇنۇقنىڭ كېچىكىپ تۇتۇشىنىڭ سەۋەبى تۆۋەندىكىدەك تۆت خىل بولۇر:

(1) سۇنغا ئورۇنغا تولا سۇ تەگسە كېچىكىپ تۇتار.

(2) تېڭىق تولا ئالماشتۇرۇلسا تۇتۇشى كېچىكەر.

(3) تولا ھەرىكەت قىلىشتىن تۇتۇشى كېچىكەر.

(4) قانىنى سۈيۈلدۈرىدىغان ۋە ئۇچۇچانلاشتۇرىدىغان يېمەكلىكلەرنى كۆپ ئىستېمال قىلىشتىن تۇتۇش كېچىكەر.

ئۇنىڭدىن باشقا، قۇرۇق، سەپرا مىزاج كىشىلەرنىڭ ئۇستىخنىمۇ كېچىكىپ تۇتار، چۈنكى ئۇلارنىڭ قېنى ئۇچۇچان بولۇر. شۇ سەۋەبتىن سۇنۇق بىمارغا ئاتىلا، كاللا ـ پاچاق، كېپەك نانغا ئوخشاش قانىنى قويۇلدۇرىدىغان يېمەكلىكلەرنى بەرگەي.

سۇنۇق تۇتقانلىقىنىڭ ئالامتى شۇكى، يەرلىك ئورۇن تېرىسىگە قان يۈگۈرەر، بۇ تەبىئەت كۈچىنىڭ يەرلىك ئورۇندىكى كېسەللىك ماددىسى ئۇستىدىن غالىب كەلگەنلىكىنى بىلدۈرەر.

ئىككىنچى باب سۇنۇقنى تېڭىش قائىدىسى

سۇنۇقنى تېڭىشتا تارتىش ۋە تېڭىشتىن ئىبارەت ئىككى چوڭ قائىدىگە ئەمەل قىلغاي. تارتىش دېگىنىمىز، سۇنغان ئەزانىڭ ئىككى تەرىپىنى تارتىپ ھەر ئىككى ئۇچىنى دۇرۇس ھالغا كەلتۈرۈشنى كۆرسىتەر. تارتىش دەرىجىسى نورمال بولۇش تەلەپ قىلىنار. زىيادە تارتىلسا تەشەننۇج يۈز بېرىپ بەزى ئىللەتلەر ۋە قىزىتما پەيدا بولۇر، بەزىدە ئىستىرخاغا ئېلىپ بارۇر.

مىزاجى ھۆل ئەزالارنى تارتىشنىڭ زەرەرى كەمرەك بولۇر. چۈنكى، ھۆل، يۇمشاق تومۇرلار ۋە پەيلەر ئاسان تارتىلار. نورمال دەرىجىدىن بوش تارتىلسا، سۇنغان ئۇستىخان ئەسلى ھالىتىگە كەلمەس. ئۇستىخان تارتىلغاندىن كېيىن تېڭىقچى قولى بىلەن يەرلىك ئورۇننى سىلاپ جايىغا كەلتۈرۈپ تېڭىق بىلەن تېڭىپ قويغاي. بىمارنىڭ ھەرىكەت قىلىشىنى چەكلىگەي. سۇنغان ئورۇننىڭ تېرىسى ئىششىغان ۋە يارىلانغان بولسا، چىرىشنىڭ ئالدىنى ئېلىش ئۈچۈن، تېڭىقنى مۇۋاپىق ۋاقىتتا بىر قېتىم ئالماشتۇرغاي. يەرلىك ئورۇن ئىششىمىغان ياكى يارىلانمىغان بولسا، ئۇستىخاننىڭ تېزراق تۇتۇشىنى قولغان كەلتۈرۈش ئۈچۈن، تېڭىقنى كۆپ ئالماشتۇرمىغاي. ئەمما ئۇستىخاندىكى تەبىئى كۈچنىڭ ئۆلۈپ قالماسلىقى ئۈچۈن، سۇنغان ئەزانى مۇۋاپىق يوسۇندا ھەرىكەتلەندۈرگەي.

ئۇستىخان سۇنغان ياكى ئورنىدىن چىققاندىن كېيىن، تارتىپ تېڭىشقا ئوخشاش مۇناسىۋەتلىك مەشغۇلاتلارنى ئېلىپ بېرىپ ۋاقتىدا ئىلاج قىلىنمسا، ۋاقىت ئۇزارغانسېرى يەرلىك ئورۇننىڭ گۆشلىرى سېسىپ بۇزۇلۇپ، ئۇستىخاننى بوغۇمدىن كېسىشكە توغرا كېلەر.

قەدىمدىن تارتىپ سۇنغان ئۇستىخانلار ئىچىدە كىچىك بالىنىڭ ئۇستىخىنىدىن باشقىسى قايتا ئۆسمەيدۇ، دەپ قارىلار.

مەلۇم بولغايكى، ئۇسخاننى تېڭىشتىكى مەقسەت سۇنغان ئورۇننىڭ ئەتراپىغا كۆمۈرچەككە ئوخشاش گۆش ئۈندۈرۈشدىن ئىبارەتتۇر. ئۇستىخان تېڭىلغاندىن كېيىن، بىمارنىڭ ھەرىكەت قىلىشى، جىما قىلىشى، ئاچچىقلىنىشى ۋە ئىسسىق ھاۋادا تۇرۇشنى چەكلىگەي. ھاۋاسى سوۋۇن بولغان جايلاردا تۇرۇشى، خۇددى پەتەق (گىرژ) نىڭ بايانىدا ئېيتىلغانىدەك، قابىز (قورۇش)، خۇسۇسىيىتى بولغان قۇۋۇەتلىك ۋە ھارارەتلىك زىماتلارنى چېپىشنى تەۋسىيە قىلغاي. بولۇپمۇ، قۇجۇرا ئۇرۇقى، ئارچا مېۋىسى (ھەببۇلئاس)، كەتىرا سېلىنغان دورىلارنى ئىشلىتىشنى تەلەپ قىلغاي.

ئۇستىخاننى تېڭىپ مەلۇم مۇددەتتىن كېيىنمۇ ئۇستىخان تۇتمسا ياكى تۇتىشى كېچىكسە، يەرلىك ئورۇندا كۆمۈرچەك ھاسىل بولۇشقا تۇسالغۇلۇق قىلىدىغان ماددىنىڭ بارلىقىنى ئىپادىلەر. بۇ چاغدا سۇنۇقنىڭ تېڭىقنى بوشۇتۇپ، ئۇنىڭدىن كېيىن كېسەللىك ماددىسىنى يۇمشىتىش ئۈچۈن، يەرلىك ئورۇننى تىرناق بىلەن تاتىلىغاي، ئەزانىڭ ھارارىتىنى يۇقىرى كۆتۈرۈپ ناچار ماددا ۋە بۇزۇق قاننى تارقىتىپ قۇۋۇەتلىك قاننى يۈرگۈزگەي، كۆمۈرچەكنىڭ ھاسىل بولۇشغا شارائىت ھازىرلاش ئۈچۈن، يەرلىك ئورۇننى ئالقان بىلەن سىلاپ بەرگەي. سۇنغان ئۇستىخاننىڭ رەڭگى كۆكىرىپ پوستى كۆپۈپ قالىدىغان ئىشلار كۆپ يۈز بېرەر. بۇ

چاغدا يەرلىك ئورۇننى قائىدە بويىچە تازىلىغاندىن كېيىن، لاتا بىلەن تاكىغاي، ياغاچ بىلەن تېكىشتىن ئېھتىيات قىلغاي.

ئۇستىخاندا تېكىق سەۋەبىدىن يارا پەيدا بولغان بولسا، تاكمىغاي ۋە تېكىشنى يارا ساقايغۇچە كېچىكتۇرگەي. چۈنكى، يارىغا ئىلاج قىلماي تۇرۇپ يەنە تاكسا ئۇستىخاننىڭ مايماق تۈتۈپ قېلىش ئېھتىمالى بولۇر، ئۇ چاغدا ئۇستىخانىنى قايتىدىن تارتىپ جايىغا كەلتۈرۈشكە توغرا كېلۇر، ئۇنداق قىلىنسا قېيىن ئاغرىقلار پەيدا بولۇر. بۇنداق ئەھۋاللار كۆرۈلگەندە، ئۇستىخانىنى تارتىپ ئورنىغا كەلتۈرۈش ۋە تېكىشنى چەكلىگەي، بۇ چاغدا تېكىشنى كېچىكتۇرۇش ئەۋزەلدۇر. بولمىسا ساق ئەزا مەشغۇلات خاتالىقى سەۋەبىدىن كاردىن چىقار. شۇنىڭ ئۈچۈن، ئۇستىخاننىڭ ھالىتىگە قاراپ ئىش كۆرگەي، تارتماسلىققا تېگىشلىك بولسا، تارتمىغاي، بەلكى مۇۋاپىق كۈچ بىلەن تارتقاي. بەزى ئۇستىخانلارنى تۈزلىگىلى بولمىسا، بەزى خەتەرلەرنىڭ ئالدىنى ئېلىش ئۈچۈن، شۇ پېتى قويغاي.

سۈنۈقنى تاكغاندىن كېيىن قاتتىق ئاغرىپ ئاۋارە قىلسا، تېكىقنى بوشاتقاي. ئەزا تۈزلەنگەندىن كېيىن، بۇزۇلۇپ كېسىشكە توغرا كەلسە، بىمارنى دەردتىن خالاس قىلىش، دەردنىڭ ساق ئەزالارغا ئۆتمەسلىكى ۋە چوڭ خەتەرنىڭ ئالدىنى ئېلىش ئۈچۈن، قائىدە بويىچە كەسكەي.

بۇقرات: «ئۇستىخانىنى تاكغاندىن كېيىن، ماددىنى تارتىش ئۈچۈن، خەربەق چاينىتىلدۇ» دېگەن.

جالىنۇس: «خەربەق چاينىسا كۆكۈلنى بۇزار، ئۇنىڭ ئورنىدا غارىقۇنىنى ھەسەلگە مىلەپ چاينىسا خەربەقنىڭ قۇۋۇتىنى بېرىدۇ» دېگەن. ئۇ يەنە « ئېھتىمال بۇقراتنىڭ دەۋرىدە خەربەق چاينىسا يارىشىدىغان بولغىيدى (لېكىن بىزنىڭ دەۋرىمىزدە ئۇنداق ئەمەس ـ ت) » دېگەن.

ئەبۇ ئەلى ئىبن سىنا جالىنۇسنىڭ سۆزىگە قارىتا: «جالىنۇسنىڭ ئۆز دەۋرى بىلەن بۇقراتنىڭ دەۋرىنى پەرقلەندۇرگىنى قىزىق» دېگەن.

ئۇستىخان ئۇزۇنسىغا سۇنغان بولسا، ئۇنىڭ كۆتۈرۈلۈپ قالماسلىقى ئۈچۈن، چىڭ تاكغاي. توغرىسىغا سۇنغان بولسا، تېكىشتىن ئىلگىرى ئۇستىخاننىڭ ئىككى بېشىنى بىر ـ بىرىگە تولۇق يېقىنلاشتۇرغاندىن كېيىن تاكغاي. ئۇستىخان ئۇۋۇلۇپ سۇنغان بولسا، ئۇۋۇلۇپ كەتكەن ئۇستىخانلارنى قول ياكى خاس سايمان بىلەن جايىغا تولۇق كەلتۈرگەندىن كېيىن تاكغاي، بولمىسا يەرلىك ئورۇن ئىششىپ چوڭ خەتەر كېلىپ چىقار. تارتىشقا توغرا كەلسە،

ئالقان بىلەن ئۇۋۇلاپ تۇزلىگەندىن كېيىن مۇڭاپىق تارتىپ ئېھتىيات بىلەن ئورنىغا كەلتۈرۈپ تاڭغاي. ئۇۋۇلغان ئۇستىخاننى ئورنىغا كەلتۈرۈپ تاڭغاندىن كېيىن قايتا قوزغۇلشتىن ئېھتىيات قىلغاي. ئەمما قوشۇمچە كېسەللىكلەر پەيدا بولماسلىقى ئۈچۈن، بەك چىڭ تاڭمىغاي.

ئۇستىخاندىن ئاجرىغان پارچە سۆڭەك گۆشكە سانجىلىپ قالغان بولسا، شۇ ئورۇننى يېرىپ چىقارغاي، چىقارغىلى بولمسا، كېسىپ ئالغاي. چوڭ يېرىشقا توغرا كەلسە، پەي ۋە تومۇرلار كېسىلىپ كېتىشتىن ئېھتىيات قىلغاي. ئۇستىخان ئۇۋۇلغان بولسا، تولۇق تازىلىغاي. ئەگەر ئۇستىخاننىڭ ئۇۋۇقى كۆپ بولسا، خۇددى كۆكنار غوزىكىنى چايقىغاندا چىققان ئاۋازغا ئوخشاش شىرىلدىغان ياكى غاراسلىغان ئاۋازلار ئاڭلىنار.

ئۈچىنچى باب ئۇۋۇلغان ئۇستىخاننى كېسىش توغرىسىدا

ئۇۋۇلغان ئۇستىخاننى كېسىش ئۇسۇلى شۇكى، بىر پارچە كېگىزنى ھۆل قىلىپ ئۇۋۇلغان ئۇستىخاننىڭ شەكلى ۋە چوڭ - كىچىكلىكىدە تۆشۈك ئېچىپ ئۇستىخاننى ئۇنىڭدىن چىقارغاي، ئۈستىگە بىر پارچە تېرە يېپىپ ئۇنىڭدىنمۇ يۇقىرىقىدەك تۆشۈك ئاچقاي ۋە تۆشۈكتىن سۇنغان ئۇستىخاننى چىقارغاي. ئۇنىڭدىن كېيىن، قول بىلەن ئۈستىدىن بېسىپ ھەرىنى كەسمەكچى بولغان ئۇستىخان ئۈستىگە قويۇپ، قائىدە بويىچە كەسكەي. ئۇستىخاننى كېسىدىغان ھەرە ئىنچىكە، ئۆتكۈر، تارغاقچىنىڭ ھەرىسىدىن نېپىزراق بولۇشى كېرەك. بەزى ئۇستىخان كەسكۈچلەر كېسىدىغان ئورۇننى بۇرما بىلەن تېشىپ بىر - بىرىگە يېقىن بولغان كۆپ تۆشۈكلەرنى ئاچار. بۇنداق كېسىش خەتەرلىكتۇر. چۈنكى ئېھتىيات قىلمىسا ئۇشكىنىڭ ئۇچى تۆۋەندىكى ساق ئەزالارنى تېشىپ زەخمىلەندۈرۈپ قويۇشى مۇمكىن.

تۆتىنچى باب سۇنغان ئۇستىخاننى نېمە بىلەن قانداق تېڭىش توغرىسىدا

سۇنغان ئورۇن ساق ئورۇن بىلەن قوشۇپ تېڭىلىدۇ. ئەمما سۇنغان ئورۇننىڭ ياخشى تۈتۈشى ئۈچۈن، چىڭراق، قانىنىڭ قۇۋۇتى يېتىپ كېلەلىشى ئۈچۈن ئەتراپىنى بوشراق تاڭغاي.

تېڭىققا يۇمشاق، پاكىزە بوز رەختنى ئىشلەتكەي. پاچاق ۋە بىلەك ئۇستىخانلىرى تېڭىلىدىغان بوز رەختنىڭ كەڭلىكى 3 ~ 4 ئىلىك ئەتراپىدا، ئۇششاق قوللار تېڭىلىدىغان بوز ئۇنىڭدىن تارراق بولغاي. بوز رەختنىڭ يۇمشاق بولۇشى سۇنۇقنىڭ تۇزلىنىپ ياخشى تۇتالشى ئۈچۈندۇر.

سۇنغان ئورۇننىڭ تۇز تۇتىشى ۋە ئىششىماسلىقى ئۈچۈن، تاختا قويۇپ تاڭغاي.

بۇقراتنىڭ تەۋسىيسىچە، سۇنغان ئورۇنغا توك زەيتۇن يېغى (زەيتۇن ئىنفاق) بىلەن ساپ مومدىن تەييارلانغان قىيروتنى سۈركىگەي. تېڭىق لاتىلىرىنىڭ ئىششىق تارقىتىش رولىغا ئىگە بولۇشى ئۈچۈن، چىگە رەختتىن قىلغاي. ئۇنىڭدىن كېيىن سىركە بىلەن نەمدەپ ئاپتاپقا يېيىپ قۇرۇتقاي. بابۇنە يېغى، قابىز خۇسۇسىيەتلىك شارابلار ئىششىق تارقىتىپ ئەزالارنى قۇۋۋەتلەر. مەستىكى، ئوشەق قوشۇلغان توك زەيتۇن يېغى ماددىلارنى تارقىتار، قۇۋۋەتلەر. ئەگەر مايماق سۇنۇقلار يارا بولسا، ئۇنىڭغا پايدا قىلۇر. يارىلانغان سۇنۇقنىڭ ئەتراپىغا قىيروتنى يېقىن كەلتۈرمگەي. تېڭىق لاتىسنى قابىز شاراب بىلەن نەمدىگەي. سۇنۇققا كېرەكلىك دورىلار سۇنۇقنىڭ كېيىنكى بابلىرىدا داۋاملىق بايان قىلىنىدۇ.

تېڭىقنى ئۈچ شوينا (ئۇسابە) بىلەن باغلىغاي. دەسلەپتە تېڭىق لاتىسنى يۆگەپ تېڭىپ، ئۈستىگە سۆگەت ياغىچى، ئانار ياغىچى ۋە شۇلارغا ئوخشايدىغان يۇمشاق ياغاچلاردىن سىلىق، تۇز قىلىپ تەييارلانغان تاختاينى قويغاي، سۇنغان ئورۇنغا قويۇلىدىغان تاختاي قېلىنراق بولغاي، سۇنۇقنىڭ تۇز، تولۇق تۇتۇشى ئۈچۈن، تۆت ئەتراپىنىڭ هەممىسگە تاختاي قويۇپ، ئۈستىدىن ياپىلاق ئۈچ شوينا بىلەن تاڭغاي. ئۇنىڭ بىرىنچىسى تېڭىق لاتىسنى مۇقىملاشتۇرار، ئىككىنچىسى بىلەن ئۈچىنچىسى تاختىنى مۇقىملاشتۇرۇپ سۇنغان ئورۇننىڭ ئاجرىشىنىڭ ئالدىنى ئالغاي. تېڭىق لاتىلىرىنىڭ مۇقىملىقى ئۈچۈن، شوينىڭ بىرىنچىسىنى تۆۋەندىن يۇقىرى تەرەپكە قارىتىپ باغلىغاي، ئىككىنچىسى بىلەن ئۈچىنچىسىنى يۇقىرىدىن تۆۋەنگە قارىتىپ باغلىغاي.

ئۈستىخاننىڭ ئەگرى بولۇپ، چوڭ ئىللەتلەر پەيدا بولۇش خەۋپى بولمسا تاختىنى بەش كۈندىن ئۈزۈن ۋاقىت تۇرغۇزمغاي. سۇنۇقنىڭ دائىرىسى چوڭ بولسا، ئەزانىڭ مۇقىملىقىنى ساقلاش، تەۋرىنىشنىڭ ئالدىنى ئېلىش ئۈچۈن، تېڭىق لاتىسنى كۆپ ئىشلەتكەي، ئۈستىگە تاختاي قويۇپ تېڭىپ ئۈزۈن ۋاقىت تۇرغۇزغاي.

بەشىنچى باب تېڭىقنى ئالماشتۇرۇش توغرىسىدا

بۇقرات: «بىمارنىڭ بىئارام بولماسلىقى، يەرلىك ئورۇننىڭ چىڭقىلىپ ئاغرىتماسلىقى، قىچىشماسلىقى ئۈچۈن، تېڭىقنى كۈن ئارىلاپ ئالماشتۇرغاي» دېگەن. تېڭىلغان ئورۇن ئىششىپ، رەڭگى ئۆزگەرگەن بولسا، سېسىماسلىقى، ئاغرىپ بىئارام قىلماسلىقى ئۈچۈن، يېشىپ ئىلاج قىلغاي ۋە ئەسلىدىكى يۇسۇندا قايتا تاڭغاي. يەتتە كۈن ئۆتكەندىن كېيىن، تېڭىقنى ھەر تۆت ياكى بەش كۈندە بىر قېتىم ئالماشتۇرغاي. چۈنكى، يەتتە كۈن ئۆتكەندىن كېيىن ئىششىش ۋە قىچىشىشتەك ئالامەتلەر ئاساسەن تۈگەر ياكى يەڭگىللىشەر. ئۇنىڭدىن كېيىن يەرلىك ئورۇندىكى قانىنىڭ يۈرۈشۈشىنىڭ ئاسان بولۇشى ئۈچۈن، بوش تاڭغاي. ئەمما سۇنۇق تۈتقاندۇ دەپ خىيال قىلىنغان تەقدىردىمۇ، تاختاينى ئېلىۋېتىشكە ئالدىرمىغاي، چۈنكى سۇنۇق تۈتمىغان بولسا، ئۇستىخان ئەگرى بولۇپ قالۇر. ئادەتتە تاختاي 20 كۈندىن كېيىن ئېلىۋېتىلسە زەرەرى بولماس.

ئالتىنچى باب ئەزادا ئۇستىخان سۇنۇپ يارا بولۇش توغرىسىدا

ئەزادا ئۇستىخان سۇنۇپ يارا بولسا، مەلھەم سۈرگەي، يىرىڭ - زەردابنىڭ ئېقىشىغا قۇلايلىق بولسۇن ئۈچۈن، يارا يۈزىنى ئوچۇق قويغاي، ئەتراپىغا تاختا قويۇپ تېڭىق لاتىسىنى قابىز شاراب بىلەن نەمدەپ ئوراپ تاڭغاي. ئىششىق ياندۇرۇش ئۈچۈن، تېڭىق لاتىسىنى سىركە ۋە گۈلاب بىلەن نەمدىگەي. يارىنىڭ سېسىماسلىقى ئۈچۈن، قېيرۇتى سۈرۈشتىن، بولۇپمۇ يازادا سۈرۈشتىن ئېھتىيات قىلغاي.

يەتتىنچى باب مايماق تۈتۇپ قالغان ئۇستىخاننى ئوڭشاش توغرىسىدا

ئۇستىخان مايماق تۈتۇپ قالغان بولسا، ئۇنى قايتا سۇندۇرۇپ تېڭىپ ئوڭشاشقا توغرا كېلۇر. بۇنىڭ ئۈچۈن، تۈتقان ئورۇندا ھاسىل بولغان كۆمۈرچەكنىڭ قاتتىق - يۇمشاقلىقىغا

دەققەت قىلغاي. قاتتىق بولسا، قاتتىق ئىششقىلارنى يۇمشىتىشقا ئىشلىتىلگەن دورىلارنى ئىشلىتىپ يۇمشاتقاي. دۇمبە يېغى، خورما، بادام يېغى، پىستە يېغى، چىگىت مېغىزى قاتارلىقلاردىن مەلھەم تەييارلاپ چاپسا ئۇستىخاننى يۇمشىتار. شۇ ئەزاغا ئىلمان سۈنى كۆپ تۆككەي. مەزكۇر تەدبىرلەرنى قوللىنىپ تۇتقان ئۇستىخاننى يۇمشاتقاي. ئۇنىڭ بىلەنمۇ يۇمشىمسا تېرە كېسىلىپ ئۇستىخاننى ئېچىپ ئۇنى ئېھتىيات بىلەن سۇندۇرغاي ۋە قايتىدىن جايىغا كەلتۈرۈپ يېڭىدىن تاڭغاي. ئىلگىرىكى بابلاردا ئېيتىلغاندەك، يارىنىڭ ئىلاجىغمۇ ئېتىبار بەرگەي.

سۇنغان ئورۇندا ھاسىل بولغان كۆمۈرچەك بەك قاتمىغان بولسا قول بىلەن ھەرىكەتلەندۈرۈپ جايىغا چۈشۈرۈپ تاڭسىمۇ بولۇر.

سەككىزىنچى باب تېڭىقچىلىقتا ئىشلىتىدىغان دورىلار توغرىسىدا

تېڭىقچىلىقتا ئىشلىتىدىغان دورىلارنىڭ بەزىسى ئىششىق يانداۋۇرار، بەزىسى قىچىشىشنى پەسەيتەر، بەزىسى ئەزانى قۇۋۇشتۇرار، بەزىسى كۆمۈرچەكنى قاتۇرار، بەزىسى تېڭىلىدىغان ئورۇننى يۇمشىتار، بەزىسى كۆمۈرچەكنى مۆتىدىللەشتۈرەر، بەزىسى بوغۇملارنى بوشىتار.

قىچىشىشنى پەسەيتىشكە توغرا كەلسە، قىرۇتنى قابىز شارابتا ئېرىتىپ سۈركىگەي. چىگە رەختنى سىركە ۋە گۈلاب بىلەن نەمدەپ ياپقاي. خۇددى بۇ قىسىمدا ئېيتىلغىنىدەك، ئىلمان سۇغا بابۇنە يېغى بىلەن قابىز شارابتىن مۇۋاپىق مىقداردا ئارىلاشتۇرۇپ يەرلىك ئورۇنغا تۆكسە قىچىشىشنى پەسەيتەر.

مەلۇم بولغايكى، يارا بولغان ياكى ئۇستىخان ئۇۋۇلغان ئورۇننى ئىسسىق سۇغا يېقىن كەلتۈرمىگەي، بولمىسا ئۇستىخاننىڭ چىرىشىغا سەۋەب بولۇر.

ئۇستىخانلارنى قۇۋۇشتىلەپ چىڭىتىدىغان دورىلار، مۇغاس، ئاقلانغان ماشتىن 30 گىرامدىن، سەبرە، ئاق لەيلى، ئاقاقىيادىن 15 گىرامدىن، گىل ئەرمىنىدىن 60 گىرام ئېلىپ سوقۇپ، توخۇ تۇخۇمىنىڭ ئېقى بىلەن مەلھەم قىلىپ، سۇنغان ئورۇنغا سۈركىسە ئىششقىنى يانداۋۇرۇپ، ھارارەتنى پەسەيتەر، بوغۇملارنى چىڭىتار.

تۆۋەندىكى مەلھەمنى چاپقاي:

نۇسخىسى ئاقلانغان ماش، مۇغاس، گىل ئەرمىنىنىڭ ھەربىردىن 30 گىرامدىن،

ئاقاقىيا، سەبرىدىن 10 گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، ھەببۇلئاس سۇيى بىلەن يۇغۇرۇپ، زەخمىلەنگەن ئورۇنغا سۈركىگەي.

مايلاشقا تېگىشلىك بولسا، ھەببۇلئاس يېغى بىلەن مايلىغاي.

ھەببۇلئاسنى قاينىتىپ چىقارغان سۈيىنىڭ خۇسۇسىيتى، يوپۇرمقىنىڭ سۈيىنىڭ خۇسۇسىيتى بىلەن ئوخشاش بولۇر.

تۆۋەندىكى مەلھەمنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى ماش، زەپەر، مۇرمەككى قاتارلىقلارنى قابىز شاراب بىلەن يۇغۇرۇپ، مەلھەم قىلىپ چاپلاي. بۇ، زىماتلارنىڭ ياخشىسى بولۇپ، كۆمۈرچەكنى قاتۇرار.

بوغۇم ۋە كۆمۈرچەكلەرنى يۇمشىتىش ئۈچۈن، خورما بىلەن دۇمبە ياغىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ يۇمشىتىپ، قايماق بىلەن يۇغۇرۇپ مەلھەم قىلىپ چاپلاي.

تۆۋەندىكى دورىنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى ئىنەكپىتى ئۇرۇقنى ئاقلاپ، يېرىم ھەسسە كالا يېغى، تۆتنىڭ بىرىچىلىك مىقداردا ھەسەل قوشۇپ مەلھەم قىلىپ چاپلاي.

تۆۋەندىكى مەلھەمنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى زىغىر يېغى لېيى، كۈنجۈت يېغى لېيى، سۈت بىلەن پىشۇرۇلغان شۇمشا ئۇرۇقى، دۇمبە يېغى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، قائىدە بويىچە مەلھەم قىلىپ ئىشلەتكەي.

تۆۋەندىكى مەلھەمنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى لەيلى يىلتىزى، ئىت خەمكى (كاكىنەچ) يىلتىزى، جاۋشىر قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مەلھەم تەييارلاپ چاپلاي.

تۆۋەندىكى مەلھەمنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى زىغىر لوئابى، ئىت خەمكى لوئابى، ئوشەق، لازمن، زۇپا، ئۆردەكنىڭ چاۋا يېغى، بېرزەد، موزاي مېڭىسى، سەۋسەن يېغى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، قائىدە بويىچە مەلھەم تەييارلاپ چاپلاي.

تۆۋەندىكى زىماتنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى كونا زەيتۇن يېغىدىن 900 مىللىلىتىر، سەۋسەن يېغىدىن 220 مىللىلىتىر، ھۆل مىئەسائىلەدىن 100 گىرام، سېرىق مومدىن 200 گىرام، مەستەكى، پەرپىيۇنىدىن 60 گىرامدىن ئېلىپ، دورىلارنى قائىدە بويىچە سوقۇپ، 120 گىرام كالا پاچىقى يىلىكى بىلەن

يۇغۇرۇپ، زىمات قىلىپ چاپقاي.

بوغۇملارغا بەز ئۆسۈپ قالغان بولسا، تۆۋەندىكى زىماتنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى قۇندۇز قەھرى، قۇستە، كەپتەر مايىقى، قىچا ئۇرۇقى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، سوقۇپ زىمات قىلغاي.

تۆۋەندىكى زىمات ئىستىرخا ۋە مۇپاسىل كېسەللىكلىرىگە پايدا قىلۇر:

نۇسخىسى قاجۇرا ئۇرۇقى، جەۋزى مۇقاتىل، زەپەر، مەرۋى، راسەن، دارچىن، ئاقاقىيا قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، سوقۇپ، ئېگىر قاينىتىلمىسى بىلەن يۇغۇرۇپ چاپقاي. ئۇ، بوغۇملارنى چىڭىتار، كۆمۈرچەكنى قاتۇرار.

تۆۋەندىكى زىماتنى ئاشقازان ساھەسىگە چاپسا ئاشقازاندىكى ئاغرىقنى پەسەيتەر:

نۇسخىسى تازىلانغان سېرىقچېچەكتىن 150 گىرام، قىزىلگۈلدىن 30 گىرام، ئاقاقىيا، مەستىكى، ھەببۇلئاس يوپۇرمىقى، سۇمبۇلنىڭ ھەربىرىدىن 15 گىرامدىن، زەپەر، ئارچا مېۋىسىدىن ئۈچ گىرامدىن ئېلىپ سوقۇپ، يۇمغاقسۈت يوپۇرمىقى سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ، يەرلىك ئورۇنغا چاپقاي. سىركەنجۈبىل سەپەرجىلى ئىچكۈزگەي ياكى سىركەنجۈبىل ساددىگە كەھرىۋا بىلەن بىخ مارجاندىن مۇۋاپىق مىقداردا قوشۇپ ئىچكۈزگەي.

تۆۋەندىكى زىماتنى ئىشلەتكەي. ئۇ، جىگەر ھارارىتىنى پەسەيتەر:

نۇسخىسى قىزىل سەندەل، ئاق سەندەل، قۇرۇق بىنەپشىدىن 15 گىرامدىن، ئارپا ئۇنىدىن 10 گىرام، زەپەردىن ئۈچ گىرام، كافۇردىن يېرىم گىرام ئېلىپ سوقۇپ، مۇناسىپ ياغ ياكى سۈتنىڭ سېرىق مېيى بىلەن يۇغۇرۇپ چاپقاي.

سىركەنجۈبىل ساددىنى سۇفۇپى رەۋەن بىلەن ئىچكۈزگەي.

تۆۋەندىكى سۇفۇپنى كاپ ئەتكەي:

نۇسخىسى رەۋەنچىنى، ئوردان (رۇناس) دىن 30 گىرامدىن، تاباشىردىن 15 گىرام ئېلىپ سوقۇپ، سۇفۇپ قىلىپ، سىركەنجۈبىل ياكى گۈلاب بىلەن ھەر قېتىمدا بەش گىرامدىن كاپ ئەتكەي.

يارا بولمىسا تۆۋەندىكى زىماتنى چاپقاي:

نۇسخىسى قىزىلگۈلدىن 15 گىرام، سۇمبۇل، مەستىكى، دارچىن ھەر بىردىن ئالتە گىرامدىن، ھەببۇلئاس يوپۇرمىقىدىن 10 گىرام، لازەندىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، لازەننى زىغىر يېغى بىلەن ئېرىتىپ. قالغان دورىلارنى سوقۇپ، ياغ بىلەن يۇغۇرۇپ زىمات تەييارلاپ

چاپقاي.

مەجۇنى مەسرۇدىتۇس بەرگەي. رەۋەن بىلەن زەنجۇبىلنى بىرلەشتۇرۇپ مۇۋاپىق مىقداردا يېگۈزگەي.

تۆۋەندىكى زىمات جىگەر ھەم ئۆمۈمىي بەدەنگە شىپا بولۇر، ئەزالاردىكى قاتتىق ئىششىقلارنى ۋە بوغۇملارنى يۇمشىتار، يىغىلغان ماددىنى تارقىتار، تومۇرلار ۋە پەيلەردىكى تېڭىق سەۋەبىدىن بولغان قۇرۇقلۇقنى پەسەيتەر، ئەمما ئۇزۇن ۋاقىت ئىشلىتىلسە زەرەر قىلۇر.

نۇسخىسى مۇغاس، گىل ئەرمىنى، ھەببۇلئاس يوپۇرمىقى قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، سوقۇپ زىمات قىلغاي. زىمات قۇرۇق بولغان يەرلىك ئورۇننى ئاغرىتسا، ئازراق ياغ سۈركىگەي. بۇ زىمات كىچىك بالىلارغا، بولۇپمۇ ھۆل مىزاجلىق كىشىلەرگە كۆپ مەنپەئەت قىلۇر. زىمات ئاغرىتمىسا ھەرگىز ياغ سۈرمىگەي.

توققۇزىنچى باب ئىسسىق سۇنىڭ پايدا ـ زىيىنى توغرىسىدا

بەزى تېڭىقچىلار تېڭىقنى ئاچقاندا سۇنغان ئورۇنغا ئىلمان سۇ تۆكسە پايدىلىق، دەپ ئويلايدۇ، ئەمما سۇ پاكىز، ئىسسىق ـ سوغۇقلۇقى نورمال بولۇشى لازىمدۇر، شۇنداق بولغاندىلا تېڭىلغان ئورۇن ھەم تومۇر، پەيلەر پايدا ئالار. باشقا يەرگە سۇ تەگكۈزمىگەي، بولمىسا قانىنى قوزغاپ زەرەر قىلۇر.

ئوننىنچى باب باشتىن ئاياغقىچە بولغان ئۇستىخانلارنىڭ سۇنۇقى توغرىسىدا

باش سۆڭىكى سۇنۇقىنىڭ ئىلاجى

باش سۆڭىكىنىڭ سۇنۇقى ئەرەب تىلىدا «ئاشجە» دېيىلۇر. تېرىسى زەخىملەنگەن بولسا «قاشرە»، گۆشى يىرىلغان بولسا «بازئە»، تېرىسى بىلەن گۆشى تەڭ يوقالغان بولسا، «ھالىقە»، سۇنغاندىن كېيىن قان ئاققان بولسا «دامىيە»، جاراھەت گۆشتىن ئۆتسە، ئەمما ئۇستىخان ئۇستىدىكى شىللىق پەردىگە يەتمىسە «مۇتەلاھممە»، جاراھەت ئۇستىخانىنى يېپىپ تۇرىدىغان پەردىگە يەتكەن بولسا «سەمھاق»، «ماتلە»، باش سۆڭىكى ئېچىلىپ قالغان بولسا

«مۇۋەززىھە»، باش ئۇستىخىنى ئېچىلىپ قېلىش بىلەن بىرگە سۇنغان بولسا «ھاشىمە»، ھەرە بىلەن ئۇستىخاننى چىقارغۇدەك دەرىجىدە سۇنغان بولسا «مۇنەققىلە»، باش سۆڭىكىنىڭ سۇنۇقى مېڭە قېپىغا يەتسە «مامۇمە»، سۇنۇق مېڭىگە يەتسە «دامىغە»، ئۇستىخان سۇنۇش بىلەن تەڭ يېرىلغان بولسا «مۇقەررىشە» دېيىلۇر.

داۋالاش

«دامىيە»، «قاشىرە»، «بازىئە»، «مۇتەلاھىمە»، «مۇۋەززىھە» قاتارلىقلارنىڭ ئىلاجى جاراھەت ۋە يارىلارنىڭ ئىلاجىغا ئوخشاپ قالۇر. سۇنۇق مېڭىگە يەتسە، ئۇنىڭ ئىلاجى بۇ يەردە بايان قىلىنار. «ھاشىمە»، «مۇنەققىلە» نىڭ ئىلاجىنى بىلىشمۇ زۆرۇر ھېسابلىنار.

ئۇستىخان سۇنسىمۇ تېرىسى يىرتىلمىسا، ئىششىسا، ئاۋۇال ئىششىققا، ئارقىدىن سۇنۇققا ئىلاج قىلغاي. ئىششىق يانغاندىن كېيىن ئۇستىخان ئەھۋالى يامانلاشسا، بەدەنده قىزىتما، جۇغ - جۇغ بولسا، بىمارنىڭ ئەقلى ئېلىشسا، مېڭە كېسەللىك ئالامەتلىرى كۆرۈلسە، ئىششىقنىڭ يانمىغانلىقىنى بىلدۈرەر. زۆرۈر بولسا، باش تېرىسىنى يېرىپ ئىلاج قىلغاي. باش سۆڭىكى بىر قانچە يەردىن سۇنغان بولسا، ھەر قايىسىسىنىڭ ئەھمىيىتى ئەھۋالىنى تەتبىق قىلغاندىن كېيىن، ئايرىم ئىلاج قىلغاي. سۇنۇق ۋە سۇنۇق سەۋەبىدىن پەيدا بولغان زەخمگە ئىلاج قىلىشتىن بۇرۇن سەۋەبىنى ئېنىقلىغاي، زەخمىلەنگەن ئورۇننىڭ تەبىئەت كۈچىنىڭ كۈچلۈك - ئاجىزلىقىغا، زەخمنىڭ ئاز - كۆپلۈكىگە دىققەت قىلغاي، ئۇنىڭدىن كېيىن ئىلاجىغا تۇتۇش قىلغاي.

باش سۆڭىكى سۇنغاندىن كېيىن يۇز بېرىش ئېھتىمالى بولغان كېسەللىكلەر سەكتە، كۆز ئالدى قاراڭغۇلىشىش، ئاۋاز پۈتۈش، پۈت - قوللار تىترەش، ئەقىلدىن ئېزىش قاتارلىقلاردىن ئىبارەت.

باش سۆڭىكى سۇنغاندىن كېيىن تېرە ئاستىدا سۆڭەك سۇنۇپ قالغان دەپ پەرەز قىلىنسا، تېرىنى ئوڭ - سولدىن يېرىپ، ئۇستىخاننى يالىڭاچلاپ، سۇنۇپ كەتكەن ئۇستىخاننى چىقارغاي. تېرە تىلىنغاندىن كېيىن قان كۆپ ئاقسا، جاراھەتنى قۇرۇق لاتا بىلەن تاڭغاي ياكى سىركە، گۈلاب، شاراب، زەيتۇن يېغى قاتارلىقلارنىڭ قايسى بولسا شۇنىڭغا چىلاپ سىقىپ، ئۇستىگە يېپىپ تاڭغاي ۋە بىر كېچە - كۈندۈز تۇرغۇزغاي. باشقا كېسەللىك ئالامەتلىرى كۆرۈلمىسە، ئۇستىخاننىڭ دورىلىرىنى ئىشلەتكەي. ناۋادا جاراھەتتىن قان چىقىپ تۇرسا، ئۇنىڭغا ئىلاج قىلىپ، ئارقىدىن ئۇستىخاننىڭ دورىلىرىنى ئىشلەتكەي.

باش سۆڭىكى سۇنغاندىن كېيىن چىرىگەن بولسا، مەخسۇس سايمان بىلەن چىرىگەن قىسمىنى قىرىپ ياكى تېشىپ تازىلىغاي. قىرىشقا ئىشلىتىدىغان سايمانىنىڭ بەزىسى ياپىلاق،

بەزىسى يۇمىلاق بولۇر. ئۇستىخاننى قىرغان ياكى تەشكەندە ساق ئۇستىخان ۋە گۆشنى ياكى باش ئىچىدىكى پەردىلەرنى زەخمىلەپ قويۇشتىن ئېھتىيات قىلغاي.

باشتىكى زەخمىگە ئىشلىتىدىغان دورىلار پۇرچاق ئۇنى، ئوشەق، كۈندۇر، زىراۋەندە، جاۋشىر دەرىخى يىلتىزى پوستى، ھەببۇلئاس، ئەنزىرۇت، خۇنسياۋشان قاتارلىقلاردىن ئىبارەت بولۇپ، تېپىلغىنىنى سوقۇپ، تالقان قىلىپ زەخمىگە سەپكەي.

باش تېرىسى يارىلانغان بولسىمۇ ئۇستىخانغا يەتمىگەن بولسا، گۈل يېغىنى ئىللىتىپ تېمىتىپ، يارا لەۋلىرىنى يېقىنلاشتۇرۇپ تىككەي، ئۇستىگە مۇناسىپ سەپىلەرنى سەپكەي. چىگە لاتىنى خوخا سۈيى، توخۇ تۇخۇمىنىڭ ئېقى بىلەن ھۆل قىلىپ ئۇستىگە قويغاي. تېڭىق لاتىسىنى قابىز ئۇزۇم شارابى، زەيتۇن يېغى بىلەن نەمدەپ تاڭغاي.

مەيلى باش ئۇستىخنى سۇنۇقى بولسۇن ياكى باشقا ئۇستىخانلارنىڭ سۇنۇقى بولسۇن، سوغۇق ھاۋادىن ساقلىغاي. تومۇز كۈنلىرى بولغان تەقدىردىمۇ بىمارنى ئارام ئالدۇرغاي، يېتىشقا دەۋەت قىلغاي.

«ھاشىمە» باش سۆڭىكىنىڭ سۇنۇشىدىن ئىبارەتتۇر. «مۇنەققىلە» بولسا، سۇنۇقنىڭ باش تېگىدىكى پەردىگە يېتىشىدىن ئىبارەتتۇر.

مەلۇم بولغايكى، باش ئۇستىخىنىنىڭ ئەھۋالى باشقا ئۇستىخانلارنىڭ ئەھۋالغا ئوخشىماس. چۈنكى باش سۆڭىكى سۇنسا، باشقا ئۇستىخانلارغا ئوخشاش قېلىن كۆمۈرچەك ئۆسمەس. شۇ سەۋەبىدىن سۇنۇپ قېلىپ قالغان ئۇستىخاننى ئىچىگە يىرىڭ يىغىلىشتىن بۇرۇن چىقىرىۋالغاي، سۇنغان ئۇستىخان پاكىز ئېلىنىشتىن بۇرۇن تاڭمىغاي.

ئۇستىخاننى بالدۇر تاڭسا، يۇزىگە يىغىلغان سېرىقسۇنىڭ مېڭىگە بېرىپ زەھەر قىلىش خەۋپى بولۇر، شۇ سەۋەبتىن مەزكۇر سۇنىڭ ئېقىشى ۋە قۇرۇشىغا قۇلايلىق يارىتىش ئۈچۈن، يارا ئېغىزىنى كېيىنرەك تاڭغاي. يارا ئېغىزىدىكى سېرىقسۇ ۋە يىرىڭ ئېقىپ بولمىغىچە گۆش ئۇندۇرىدىغان دورىلارنى ئىشلەتمەي.

باش سۆڭىكى سۇنۇپ پارچىلىنىپ، ئىچىگە چۈشۈپ كەتكەن بولسا، باش سۆڭىكىنى ئېچىپ سۆڭەكنى ئالغاي. ئېچىش جەريانىدا، نېرۋىلارنىڭ زەخمىلىنىشى، مېڭە پەردىسىگە سوغۇق ھاۋا تېگىشتىن ئېھتىيات قىلغاي. ئىلمان ياغ تېمىتقاي. مېڭە پەردىسىنىڭ تېشىدا قارا چېكىت بولسا، دورىنىڭ تەسىرىدىن پەيدا بولغان بولۇپ زەھەرى يوقتۇر. ئۇنىڭغا گۈل يېغىنى تېمىتىپ تازىلسا بولۇر. بۇنداق قارىلىق باش سۆڭىكىنىڭ ئىچىدە ياكى پەردە ئىچىدە بولسا، ئىلاج قىلغانىنىڭ ئەھمىيىتى يوق، ئۇ بەدەندىكى ھارارىتى غۇرۇزىيە (تەبئىي ھارارىتى) نىڭ

يوقالغانلىقىنى بىلدۈرەر.

باشىنىڭ ئىچىدە قالغان سۆڭەكنى ئېلىشقا تېگىشلىك بولسا، دەرھال ئېلىش، يەرلىك ئورۇننى زىيانلىق ئامىللاردىن ساقلاش لازىمدۇر. تومۇز ۋاقىتلىرى بولسا، يەتتە كۈندىن كېيىن، قىش ۋاقىتلىرى بولسا، ئون كۈندىن كېيىن ئۇستىخاننى ئېلىشقا بولماس.

يەنى ئۇستىخاننى مېڭىنىڭ «ئۇمۇد ـ دىماغ» دېيىلىدىغان پەردىسى سىقىلمىغان ياكى يىغىلمىغان، چۆرىسىگە قادالمىغان ۋاقىتدا ئالغاي. مېڭىنىڭ مەزكۇر پەردىسى سىقىلىپ يىغىلغان ياكى ئۇستىخان قادالغان بولسا، مېڭە ئىششىپ تەشەننۇج بولۇش خەۋپى بولۇر، بۇنداق ۋاقىتتا ئېلىشقا بولماس.

مېڭە ئىچىدە ئۇستىخان سۇنۇپ قالغاندىن كېيىن دەرھال ئېلىۋەتكەي، بۇنداق قىلغاندا بىمار تەشەننۇج بولۇشنىڭ ئالدىنى ئالغىلى بولۇر. بىمارنىڭ چېچىنى چۈشۈرۈپ، قۇلايلىق يوسۇندا ياتقۇزۇپ، باش تېرىسىنى قائىدە بويىچە يارغاي. باش سۆڭەكنى كېسىشتىن ئاۋۋال بىمارنىڭ كەسكەن ئاۋازىنى ئاڭلىماسلىقى ئۈچۈن، قۇلىقىغا پاختا تىقىپ قويغاي.

ئۇستىخان قېلىن بولسا، بۆلۈپ كېسىش مۇمكىن بولمىسا، «مىسقەب» (ئۇشكە) دېيىلىدىغان ئۇسكۇنە بىلەن بىر قانچە تۆشۈك تەشكەي، تۆشۈكلەرنىڭ ئارىلىقىنى يېقىن قىلغاي. تەشكەنىدە مېڭە پەردىسىنىڭ زەخىملىنىشىدىن ئېھتىيات قىلغاي، ئۇنىڭدىن كېيىن تۆشۈك ئارىلىقىدىكى سۆڭەكنى ئۇسترا بىلەن كەسكەي. ئاجرىغان سۆڭەك پارچىلىرىنى قىسقۇچ بىلەن قىسىپ ئالغاي. ئۇنىڭدىن كېيىن زەخىم ئورنىغا مېڭىنى ساقلىغۇدەك بىرەر نەرسە قويغاي. سۆڭەك ئۇۋاقلىرىنى پاكىز ئېلىپ، زەخىمگە مۇناسىپ دورىلاردىن مەلھەم تەييارلاپ چاپلاي. زەخىم چوڭلۇقىدا بىر پارچە چىگە رەختنى تەييارلاپ، گۈل يېغى بىلەن ياغلاپ ئۇستىگە قويغاي. يەنە بىر پارچە لاتىنى ئىككى ـ ئۈچ قاتلاپ، شاراب ياكى گۈل يېغىغا چىلاپ ئۇستىدىن مېڭىنى باسمىغۇدەك دەرىجىدە ياپقاي، ئۇنىڭدىن كېيىن يارىنى تاڭغاندەك كەڭ نەرسە بىلەن تاڭغاي. بىماردا قىزىتما بولسا، قىزىتمىنىڭ ئىلاجىنى قىلغاي. تېڭىقنى گۈل يېغى بىلەن ياغلاپ تۇرغاي. ئۈچ كۈندە بىر قېتىم ئېچىپ تازىلاپ، ئۇنىڭدىن كېيىن قۇرۇق دورىلارنى تالقان قىلىپ سەپكەي. ئۇنىڭدىن كېيىن يارىنىڭ بابىدا ئېيتىلغان دورىلارنى ئىشلەتكەي.

ھەكىم بولس: «تۆمۇر بىلەن ئىلاج قىلغان سەۋەبتىن مېڭە قېپى ياكى مېڭىدە ئىسسىق ئىششىق پەيدا بولۇر، بەزىدە ئۇ قاتتىق ئىششىققا ئۆزگىرەر. يەنە بەزىدە بۇ ئىششىق سۇنغان ئۇستىخانىنى كۆتۈرۈش، ئۇستىخانىنى ھەرىكەتلەندۈرۈش، تېڭىقنىڭ بېسىشى، سوغۇق شامال تەسىر قىلىش، كۆپ تائام يېيىش، سۇيۇق شاراب ئىچىش قاتارلىق سەۋەبلەردىن پەيدا بولۇر»

دېگەن.

ئىششىق يۇقىرىدا ئېيتىلغان سەۋەبلەردىن پەيدا بولغان بولسا، بالدۇر ساقىيىشى ئۈچۈن، ئېھتىيات قىلغاي ۋە ۋاقتىدا مۇناسىپ ئىلاجلارنى قىلغاي. سەۋەبى نامەلۇم بولسا، توسالغۇ بولمسا، قان ئالغاي، يەڭگىل تەدبىرلەر بىلەن ئىلاج قىلغاي. ئاق لەيلى، شۇمشا ئۇرۇقى، بابۇنە، زىغىر قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، مۇۋاپىق مىقداردىكى سۇ بىلەن قاينىتىپ تەمنى چىقىرىپ، سۈزۈغاندىن كېيىن بىمارنىڭ بېشى ۋە بوينىغا تۆككەي. ئارپا ئۇنىنى زىغىر يېغى، بابۇنە يېغى بىلەن مەلھەم قىلىپ سۈركىگەي. زەخمىنىڭ چۆرىسىگە ئىسسىق سۇ تۆككەي. توخۇ يېغىنى ئېرىتىپ، بىمارنىڭ بوينى، بېشى ۋە ئۇچا ئومۇرتقىسىنى مايلىغاي. بىنەپشە يېغىنى بىمارنىڭ قۇلقى ۋە بۇرنىغا تېمىتقاي. بىمارنى ئىسسىق سۇدا ئولتۇرغۇزغاي. سۈرگە بېرىشكە تېگىشلىك بولسا، ئۇنىڭدا ھېچقانداق توسالغۇ بولمسا، بەرسە بولۇر.

بۇرۇن سۆگىكى سۇنۇقنىڭ ئىلاجى

بۇرۇن سۆگىكى سۇنۇقى ئىككى خىل بولۇر. بىرى، بۇرۇنىنىڭ يۇقىرى قىسمىدىكى سۆگەكنىڭ سۇنۇقىدىن ئىبارەت. يەنە بىرى، بۇرۇننىڭ تۆۋەنكى قىسمىدىكى كۆمۈرچەكنىڭ سۇنۇقىدىن ئىبارەتتۇر.

بۇرۇن كۆمۈرچىكى كۆپ ھاللاردا سۇنماس، بەلكى ئېزىلۇر، ئولتۇرۇشار. شۇ سەۋەبتىن بۇرۇن ياپىلاق بولۇپ قالۇر.

بۇرۇن سۆگىكى سۇنغاندىن كېيىن تېز ئىلاج قىلىنمسا، ئىككى ئاپەت پەيدا بولۇر. بىرى، ئادەم ھېچ نەرسىنى پۇرىيالمايدىغان (قاڭقىر) بولۇپ قالۇر، بۇ ھال ئەرەب تىلىدا «خەشەم» دېيىلۇر، شۇنداق بولۇپ قالغان ئادەم «ئەخشەم» دېيىلۇر. يەنە بىرى، بۇرۇن قىڭغىر بولۇپ قالۇر ۋە ئاخىرىغىچە شۇ پېتى تۇرار. شۇنىڭ ئۈچۈن بۇرۇن سۆگىكى زەخمىلەنگەندىن كېيىن ۋاقتىدا، يەنى ئون كۈن ئىچىدە ئىلاج قىلىشنى تەلەپ قىلغاي. ئۇنىڭدىن كېيىن قالسا ئىلاج قىلىش تەس بولۇر.

سۇنغان، يانجىلغان بۇرۇننى ئوڭشاش ئۇسۇلى: مۇۋاپىق تومۇق ۋە ئۇزۇنلۇقتا مىس پەلكۈچ ياساپ، بۇرۇنغا تېقىپ، سۇنغان ئورۇننى كۆتۈرۈپ، يەنە بىر قول بىلەن بۇرۇن ئۇستىدىن مۇۋاپىق بېسىم بىلەن بېسىپ بۇرۇننى تۈزلىگەي. ئۇنىڭدىن كېيىن مىس پەلكۈچنى چىقىرىۋېلىپ بۇرۇننى مۇقىملاشتۇرۇش ئۈچۈن بۇرۇن تۆشۈكىگە مۇۋاپىق كېلىدىغان يوسۇندا پىلتە ياساپ، نەپەس ئېلىشقا قۇلايلىق بولسۇن ئۈچۈن پىلتىنىڭ ئوتتۇرىسىغا تۇخۇ قانىتىنىڭ

نەچچە پېيىنى قويغاي، پىلتىگە ئانار يىلتىزىنىڭ سۇيى بىلەن ئېرىتىلگەن ئاقاقىيانى سۈرۈپ، بۇرۇن تۆشۈكىگە تىقىپ قويغاي. قەغەزگە مەزكۇر ئاقاقىيانى سۈركەپ، بۇرۇن ئۇستىگە ياپقاي. بۇرۇن پۈتۈشنىڭ ئالدىنى ئالغاي. چۈنكى بۇرۇن پۈتۈپ قالسا، بۇرۇن ياپىلاق بولۇپ قالۇر. بۇرۇن ساقايمىغىچە پىلتىنى ئالمىغاي. بۇرۇن كۆمۈرچىكى يانجىلسا، ئوتتۇرا بارماق يېكى باشقا بارماقلارنى سىلىپ تۇزلەپ، ئارقىدىن ئىچىگە پىلتە سىلىپ قويسا بولۇر. مەلھىمى داخلىيۇننى سۈركىسە ئىششقىنى يۇمشتار يېكى كۈندۇر پوستى (قىشارۇل كۈندۇر)، بۇغداي نېنىدىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، سىركە يېكى زەيتۇن يېغى بىلەن مەلھەم قىلىپ بۇرۇنغا سۈركىگەي.

نېپىز تاختاينى بۇرۇننىڭ قىڭغىر بولغان تەرىپىگە قويۇپ، يېلىم بىلەن چاپلاپ تاڭغاي. ئۇستىگە كەڭ كەلگەن تېڭىق لاتىسىنىڭ بىر ئۇچىنى چاپلاپ ساق تەرەپكە تارتىپ، بويۇنغا يۆگەپ تاڭغاي. شۇ ئارقىلىق مايماق بۇرۇن رۇسلىنۇر. بۇرۇننىڭ ئىچىگە پىلتە تىقىپ قويغاي.

ئېڭەك سۆڭىكى سۇنۇقىنىڭ ئىلاجى

ئېڭەك سۆڭىكى بەزىدە ئىككى ئېڭەكنىڭ ئۇچرىشىدىغان يېرىدىن، يەنە بەزىدە ئوتتۇرا قىسمىدىن، يەنە بەزىدە چىش چىقىدىغان يەردىن سۇنار.

داۋالاش

بۇنىڭدا ئىچى تەرىپىدىن جايىغا كەلتۈرگەي. بۇنىڭ ئۈچۈن سول تەرەپ ئېڭەك سۆڭىكى سۇنغان بولسا، ئوڭ قولنىڭ باش بارمىقى بىلەن كۆرسەتكۈچ بارمىقىنى ئىشقا سالغاي، يەنى كۆرسەتكۈچ بارماقنى ئېغىزغا تىقىپ، سۇنغان ئورۇننى تېشىغا ئىتتىرگەي، سرتىدا تۇرغان باش بارماق بىلەن ئىچىدىكى كۆرسەتكۈچ بارماقنىڭ كۈچىنى ماسلاشتۇرۇپ، سۇنغان ئورۇننى جايىغا كەلتۈرگەي. سۆڭەكنىڭ جايىغا كەلگەن - كەلمىگەنلىكى چىشلارنى بىر - بىرىگە ئۇدۇللاشتۇرۇش ئارقىلىق بىلىنەر. چىشلار ياخشى ئۇدۇللاشمىغان بولسا، جايىغا تولۇق چۈشۈرۈشكە يەنە تىرىشقاي. ئوڭ تەرەپ ئېڭەك سۆڭىكى سۇنغان بولسىمۇ، يەنىلا يۇقىرىقى ئۇسۇل بىلەن تۇزلىگەي.

ئېڭەك سۆڭىكى ئوتتۇرىسىدىن سۇنغان ۋە ئۆتۈشۈپ كەتكەن بولسا، بىر ئادەمنى سۆڭەكنىڭ بىر ئۇچىنى، يەنە بىر ئادەمنى يەنە بىر ئۇچىنى تارتىشقا بۇيرىغاي. تېۋىپ ئىككى ئۇستىخاننى ئۇدۇللاشتۇرۇشقا مەشغۇل بولغاي. چىشلارنى بىر - بىرىگە ئۇدۇللاشقۇدەك دەرىجىدە تارتقاي.

ئەگەر ئۇستىخان ئۇۋۇلۇپ، پارچىسى گۆش ئارىسىدا تۇرۇپ قالغان بولسا، چىقارغاي، چىقرىش تەس بولسا، يەرلىك ئورۇننىڭ گۆشىنى يارغاي. ئۇنىڭدىن كېيىن دورىنى سۇركەپ تاڭغاي. تېڭىش ئۇسۇلى مۇنداق بولۇر: بىر پارچە كەڭ لاتىنى ئېگەككە قائىدە بويىچە قويۇپ، ئارقا تەرەپكە تارتىپ، بىمارنىڭ ھەر ئىككى قۇلقىنى قوشۇپ ئارقىغا تارتىپ بويۇنغا چىگكەي، ئېگەكنىڭ ئۇچىنى ئوچۇق قويغاي. ئۇنىڭدىن كېيىن ئېگەكنىڭ يېنىغا تاختاي قويۇپ، ئاستى تەرىپىگە كەڭ، ئۇزۇن تېڭىق لاتىسىنى قويۇپ، يۇزنىڭ ئىككى تەرىپىدىن ئۇستىگە تارتىپ باش تەرەپكە كۆتۈرۈپ ئايلاندۇرۇپ، يەنە تۆۋەنگە چۈشۈرۈپ، ئېگەك ئاستىدىن يەنە ئايلاندۇرۇپ، باش ئۇستىدە مۇۋاپىق تەرەڭلىكتە چەگكەي. زۆرۈر بولمىسا تاختاي قويمىسىمۇ بولۇر. بىمارنى يول يۈرۈش، سۆزلەش، چايناشتىن پەرھىز قىلدۇرغاي. غىزاسىغا سۇيۇق تائام بەرگەي.

ئىسسىقتىن ئىششىق پەيدا بولسا، ئىششىق ياندۇرىدىغان، يۇمشىتىدىغان زىماتلارنى چاپقاي، مۇناسىپ نۇتۇللارنى ئىشلەتكەي. ئېگەك ئۇستىخىنى يۇمشاق، ئۇنىڭ ئۈستىگە ئېچىدە يىلىك بولغاچقا، كۆپ ھاللاردا ئۈچ ھەپتىگىچە تاڭغاي.

ئوقۇرەك سۆڭەك (تەرقۇۋە) سۇنۇقىنىڭ ئىلاجى

ئوقۇرەك سۆڭىكى سۇنسا بىلەك ساڭگىلاپ ئۇزىراپ قالۇر. سۇنۇق كۆكرەك سۆڭىكىگە يېقىن بولسا، بۇ ئالامەتلەر يەڭگىلرەك بىلىنەر.

تېڭىش ئۇسۇلى مۇنداق بولۇر: بىمارنى ئورۇندۇقتا ئولتۇرغۇزغاي. بىر كىشىنى بىمارنىڭ بىلىكىنى تۇتۇپ يۇقىرىغا كۆتۈرگەن ھالدا ئارقىغا تارتىپ تۇرۇشقا بۇيرىغاي، يەنە بىرى كىشىنى بىمارنىڭ يەنە بىر بىلىكىنى تارتىپ تۇرۇشقا بۇيرىغاي. بۇ چاغدا سۇنۇقنى تاڭدىغان كىشى قوللىرىنىڭ ئۇچى بىلەن سۇنۇقنى تۇزەپ ۋە جايىغا كەلتۈرگەي، تېشىغا چىققىنىنى ئېچىگە كىرگۈزگەي، ئېچىگە چىققىنىنى تېشىغا تارتقاي. ئۇستىخان بۇنىڭ بىلەنمۇ تۇزەلمىسە، ئارقىغا تارتقاي ۋە تۇپقا ئوخشاش نەرسە ياساپ بىمارنىڭ قولتۇقىغا قويۇپ، بىلەكنى ئۈستىگە ئىتتىرگەن ھالدا جەينەكنى قوۋۇرغىغا تەگكۈزگەي. بۇ ئۇسۇل بىلەن ئوقۇرەك سۆڭىكىنى ئورنىغا چۈشۈرگىلى بولۇر.

ئوقۇرەك سۆڭەكنىڭ بىر بېشى ئېچى تەرىپىگە كىرىپ كەتكەن بولسا، يۇقىرىقى ئۇسۇل بىلەن تارتىپ ئېلىپ چىققىلى بولماس، بۇ چاغدا بىمارنى ئوڭدا ياتقۇزۇپ ئىككى مۇرىسىنىڭ ئارىلىقىغا تەكيە قويۇپ، بوز رەختنى يۇمىلاقلاپ قويسا ياخشىراق بولۇر. ئۇنىڭدىن كېيىن

بىمارنىڭ ھەر ئىككى بىلىكىنىڭ تۆۋەن تەرىپىگە يەڭگىل مۇشتلىغاي. بۇنىڭ بىلەن ئۇستىخان جايىغا كىلۇر. شۇ چاغدا تاڭغۇچى ئۇستىخاننى تۇتۇپ تۇرۇپ، تۇزلەپ مۇقىملاشتۇرۇپ تاڭسا بولۇر.

سۇنغان ئۇستىخان ئورنىدىن قوزغىلىپ گۆشكە سانجىلغان بولسا، گۆشنى يېرىپ ئۇستىخاننى چىقارغاي. يارغاندىكى يارا كۆكرەك پەردىسگە يەتمەسلىكى لازىمدۇر، بۇنىڭ ئۈچۈن، يېرىش مەشغۇلاتىدىن بۇرۇن سۇنغان ئۇستىخاننىڭ ئاستىغا بىرەر نەرسە قويغاي. يېرىش تۈپەيلى ئىسسىقتىن بولغان ئىششىق پەيدا بولسا، تېڭىق لاتىسىنى گۈل يېغى بىلەن ياغلاپ يېپىپ تاڭغاي. ئىششىمغان بولسا، زەخىم ئېغىزىنى قائىدە بويىچە تىككەي، ئۈستىدىن مەلھەم سۈركەپ تاڭغاي. مۇڭاپىق ڭاقتتا تېڭىقنى ئالماشتۇرۇپ تاكى بىر ئاي ياكى ئۇنىڭدىن ئازراق ڭاقتىقچە داڭاملاشتۇرغاي.

بىلەك سۆڭىكى سۇنۇقىنىڭ ئىلاجى

بىلەك سۆڭىكى يان تەرەپتىن سۇنار، ياپىلاق قىسمى ئازراق سۇنار. سۇنغان - سۇنمىغانلىقىنى قول بىلەن سىلاپ، قولغا سانجىلىشتىن بىلىنەر. سۇنۇق يېرىقى ئەرەب تىلىدا «سۇدغ» دېيىلەر، ئۇنى كۆز بىلەن كۆرگىلى بولۇر. بىلەك سۆڭىكى مەيلى قانداق ھالەتتە سۇنغان بولسۇن ھەرىكىتى توسقۇنلۇققا ئۇچرار. بەزىدە سۇنغان ئورۇن كۆپۈپ، ئىچىگە يات ماددىلار يىغىلۇر، بۇ چاغدا ھىجامەت قويۇپ سۈمۈرۈپ چىقارغاي. ئۇنىڭدىن كېيىن دورا سۈركەپ تاڭغاي. ئىششىغان بولسا، ئىششىق تارقىتىدىغان دورىلارنى ئىشلەتكەي. ھىجامەت قويغاندا باشقا ماددىلارنىڭ يەرلىك ئورۇنغا يىغىلىشىدىن ئېھتىيات قىلغاي. ئۇنىڭ ئېھتىياتى شۇكى، دەسلەپتە قان ئېلىپ، غىزانى ئازراق بەرگەي، مېۋىنى چىلاپ چىقىرىلغان سۈيى ۋە فۇلۇسى خىيارشەنبەر سۈيى بىلەن چوڭ تەرەتنى يۇمشاتقاي. سۇنغان ئۇستىخان قايتا قوزغالسا، يېرىپ ئىلاج قىلمىسا بولماس.

تۆش سۆڭىكى سۇنۇقىنىڭ ئىلاجى

بۇ ئىككى خىل بولۇر. بىرى، تۆش كۆمۈرچىكى سۇنۇپ تېشىغا چىقىپ قالۇر، بۇ چاغدا تۆشتىن بىر خىل ئاۋاز چىقۇر. ئۇ، ئەرەب تىلىدا «قەرقەئە» دېيىلەر. شۇ ئاۋازغا ئاساسەن تۆش كۆمۈرچىكى سۇنۇقىغا تەشخىس قىلغاي، قول بىلەن سىلاپمۇ بىلگىلى بولۇر. يەنە بىرى، تۆش ئومۇرتقىسى قوزغىلۇر. بۇ چاغدا بىمارنىڭ نەپىسى قىستاپ، قۇرۇق يۆتىلەر، بەزىدە يۆتەل بىلەن

قان كېلۇر. ئۇنىڭ ئىلاجى ئوقۇرەك سۆڭەك سۇنۇقنىڭ ئىلاجىغا ئوخشار.

تۆش ئومۇرتقىسى تېشىغا چىققان بولسا، ئىككى كىشنى بىمارنىڭ ئىككى بىلىكى ۋە ئىككى قولىنىڭ ئۇچىدىن تېشى تەرەپكە تارتىپ تۇرۇشقا بۇيرىغاي، تاڭغۇچى چىققان ئومۇرتقىنى ئېھتىيات بىلەن ئورنىغا كەلتۈرۈپ، قائىدە بويىچە تاڭغاي. ئومۇرتقا تېشىغا چىققان بولسا، ھەجامەت قويۇپ تارتقاي. بىلەك سۇنۇقدا دېيىلگەن ئېھتىياتلارنى قىلغاي ھەم شۇ يەرگە تەۋسىيە قىلىنغان زىماتلارنى چاپقاي.

تۆش ۋە بېقىن قوۋۇرغىلىرى سۇنۇقىنىڭ ئىلاجى

بۇ قوۋۇرغىلارنىڭ بەزىسى ئۇستىخاندىن، بەزىسى كۆمۈرچەكتىن تۈزۈلگەن. تۆش كۆمۈرچىكى يەتتە دانە بولۇر، ئۇ، پارس تىلىدا «پەھلويى سىنە» دېيىلەر. قوۋۇرغىلاردىن بىرەرسىگە بىرەر ھادىسە يەتسە، مەلۇم قىسمى سۇنار. تۆش قوۋۇرغىلىرىنىڭ تۆۋەنگە يانداشقانلىرى بىرى بىرىدىن پەسرەك بولۇپ، ئۇستىخان بىلەن كۆمۈرچەكتىن تۈزۈلگەن، يەنى ئۇلارنىڭ بىر قىسمى ئۇستىخان، يەنە بىر قىسمى كۆمۈرچەكتۇر. ئۇستىخانغا ھادىسە يەتسە سۇنار، كۆمۈرچەككە ھادىسە يەتسە يانجىلار.

تۆش قوۋۇرغىلىرى سۇنسا بىمار قۇرۇق يۆتىلەر، نەپىسى قىستار، تۈكۈرۈكىدە قان بولۇر، سانجىلىپ ئاغرار، ئۇنىڭ سانجىقى كۆكرەك پەردە يالىلۇغىنىڭ سانجىقىدىن كۆپ بولۇر. ئۇنىڭ سۇنۇقىنى قول بىلەن سىلاپ بىلگىلى بولۇر ۋە قول بىلەن سىلاپ ئوڭشىغىلى بولۇر. ئىچىدىن سۇنغان بولسا، قول بىلەن جايىغا كەلتۈرگىلى بولماس. بەزى تېۋىپلار ئىچىگە سۇنغان قوۋۇرغىنى جايىغا كەلتۈرۈش ئۈچۈن، بىمارغا كۆپ تائام بەرگەي، شۇنداق قىلغاندا ئاشقازان، ئۆچەيلەر يەلدىن كۆپۈپ، بىمارنى ھېچ تۇتقۇزۇپ قوۋۇرغىنى ئىتتىرىپ جايىغا كەلتۈرەر، دېگەن. لېكىن بۇ ئىلاجنى قوللىنىش ئانچە مۇۋاپىق ئەمەس. چۈنكى، بىمارنى ھېچ تۇتسا ئىششىقنى يامانلاشتۇرۇپ قويار، ئۇسسۇزلۇق ۋە بىئارامىلىق كەلتۈرەر.

بەزىلەر ھەجامەت قويۇپ تارتسا دەسلەپكى جايىغا كەلتۈرەر، دېگەن. بۇنداق قىلىش پايدىلىقراق بولۇر. ئەمما يەنىلا خاتىرجەم بولغىلى بولماس، چۈنكى، ھەجامەت مادداسىنى تارتىپ بىر يەرگە يىغار، بۇ بىمارغا زىيانلىقتۇر. شۇنىڭ ئۈچۈن، دەسلەپتە بىمارغا سۇرگە ئىچكۈزۈپ مادداسىنى بەدەندىن چىقارغاندىن كېيىن ھەجامەت قويغاي.

قوۋۇرغا پارچىلىنىپ ئورنىدىن قوزغالغان بولسا، يەرلىك ئورۇندا سانجىق ۋە قاتتىق ئاغرىق بولۇر. بۇ چاغدا يەرلىك ئورۇننى يېرىپ ئۇستىخانىنى يالىڭاچلاپ، پارچىلانغان ئۇستىخانىنى

چقارغاي. ئەتراپتكى ساق پەردىلەرنىڭ زەخىملىنىپ قېلىشىدىن ئېھتىيات قىلغاي. ئۇنىڭدىن كېيىن گۆش ۋە تېرىلەرنى تىكىپ، ئۇستىدىن مەلھەم سۈركەپ تاڭغاي.

بەزى تېۋىپلار قوۋۇرغا سۆڭىكىنى تېڭىشتا، زەيتۇن يېغىنى ئىسسىتىپ، شەبنەم سېپىپ، سۇنغان ئورۇنغا سۈركەپ، ئۇستىدىن قائىدە بويىچە تاڭغاي، دېگەن.

بەل ئومۇرتقىسى سۇنۇقىنىڭ ئىلاجى

بەل ئومۇرتقىسىنىڭ سۇنۇقى ئازراق كۆرۈلەر، بەلكى كۆپ هاللاردا ئۇنىڭ ئەتراپى يانجىلۇر، بۇ چاغدا ئۇنىڭ پەردىسى، يۇلۇنى ۋە يولۇن ئەتراپىدىكى پەيلەرنى سقىپ بىمارنى تېزلا هالاك قىلۇر، بولۇپمۇ بەل ئومۇرتقىسى زەخمىسىنىڭ يامان تەسىرى بويۇن ئومۇرتقىسىغا يەتسە، ئۇنىڭغا ئىلاج قىلىشتىن نېرى تۇرۇش لازىمدۇر. يامان ئالامەتلەر كۆرۈلمىسە، ئىششىغان بولسا، ئۇنىڭغا ئىلاج قىلىنسا بولۇر. مۇناسىپ ياغلارغا ئىلمان سۇ ئارىلاشتۇرۇپ كېسەللەنگەن ئەزانى يۇغاي. ماددىلارنى تارقىتىدىغان زىماتلارنى چاپقاي.

ئومۇرتقىلارنىڭ كەينىدىكى تىكەنگە ئوخشاش ئۆسۈپ چىققان ئۆسۈكچىلەر سۇنسا، قول بىلەن بىلگىلى بولماس، بۇ چاغدا شۇ ئورۇننىڭ گۆشىنى يېرىپ سۇنغان ئۇستىخانىنى ئوڭشىغاي. پارچىلانغان بولسا، پارچىسىنى ئېلىپ تاشلىغاي، ئۇنىڭدىن كېيىن ئۇستىگە مۇناسىپ مەلھەملەرنى چاپقاي.

ئومۇرتقىنىڭ تۆۋەنكى ئۇچى قۇيرۇق ئومۇرتقىسى بولۇپ، ئۇ سۇنسا تېۋىپ قولىنى بىمارنىڭ مەقىتگە تىقىپ كۆتۈرۈپ، سىرتىدىن يەنە بىر قولى بىلەن بېسىپ جايىغا كەلتۈرگەندىن كېيىن، سۇنۇقنىڭ زىماتىنى سۈركەپ تاڭسا بولۇر، ئۇستىخان سۇنۇپ پارچىلانغان بولسا، يەرلىك ئورۇننى يېرىپ، سۇنۇق پارچىسىنى ئېلىۋەتكەندىن كېيىن مەلھەمنى سۈركەپ تاڭغاي.

يۇقىرىقى بىلەك سۆڭىكى سۇنۇقىنىڭ ئىلاجى

بۇنىڭ ئىلاجى شۇكى، ئۇستىخاننى تارتىپ جايىغا كەلتۈرگەي. بۇنىڭ ئۈچۈن، بىر كىشىنى بىمارنى جەينەكتىن تۇتۇپ تارتىشقا، يەنە بىر كىشىنى بىمارنىڭ مۈرىسىدىن تۇتۇپ تارتىشقا بۇيرىغاي. تېڭىقچى ئۇستىخان تارتىلغان پۇرسەتتە ئۇنى قولىغا ئېلىپ سۇنغان ئورۇننى قول ماھارىتى بىلەن جايىغا كەلتۈرگەي، ئۇنىڭدىن كېيىن سۇنۇق دورىسىنى سۈركىگەن كەڭ

لاتىنى ئۇستىگە يېپىپ، ئۇستىگە قائىدە بويىچە تاختا قويۇپ لاتا بىلەن ئوراپ، قائىدە بويىچە تاڭغاي. تېڭىقنىڭ چىڭلىقىنى نورمال تەڭشىگەي، چۈنكى چىڭ بولۇپ كەتسە بىلەكنى ئاغرىتار، بوش بولۇپ قالسا ئۇستىخان ياخشى مۇقىملاشماس. ئۇنىڭدىن كېيىن بىمارنىڭ بىلىكىنى تېڭىق لاتىسى بىلەن بوينىغا ئېسىپ قويغاي. يول مېڭىشقا تېگىشلىك بولسا شۇنداق هالەتتە يۈرگەي. بىمارنىڭ بوينىدىن كۆكرىكىگىچە كەلگۈدەك ئۇزۇنلۇقتا ئاسماق تەييارلاپ، بىمارنىڭ قولىنى ئۇنىڭ ئۇستىگە ئېلىپ قويسا تېخىمۇ ياخشى بولۇر. يەتتە كۈنگىچە هەر ئۈچ كۈندە بىر قېتىم تېڭىقنى ئالماشتۇرغاي. هەر قېتىمدا يېڭى دورا سۈركىگەي. ئۇستىخان ئورنىدىن قوزغالغان بولسا، ئېچىپ ئورنىغا كەلتۈرگەي. بىلەك ئاغرىسا ياكى ئىششىسمۇ تېڭىقنى ئېچىپ ئىلاج قىلغاي. بۇ چاغدا تاختىنى تاڭمغاي، بەلكى بىنەپشە يېغىنى ئىسىتىپ ئۇستىدىن تۆككەي. ئۇستىگە ماددىلارنى تارقاتقۇچى دورىلارنى زىمات قىلغاي. سۈنغان ئورۇنىنىڭ ئەتراپىغا ئاق، قىزىل سەندەلنى سوقۇپ، كاسىنە سۈيى ياكى يۇمغاقسۈت سۈيىنى مەلھەم قىلىپ سۈركىگەي. ماددىنى يۇمشاتقۇچى تەدبىرلەرنى قىلغاي. ئىششىق تارقىمسا سۈنۈقنىڭ زىماتىنى سۈركەپ بەرگەي، 40 كۈنگىچە تاڭغاي. هەر يەتتە كۈندىن ئون كۈنگىچە بولغان ئارىلىقتا بىر قېتىم تېڭىقنى ئالماشتۇرغاي. 40 كۈندىن كېيىن يەرلىك ئورۇنغا ئىسسىق سۇ تۆكۈپ بەرگەي.

تۆۋەنكى بىلەك سۈنۈقنىڭ ئىلاجى

تۆۋەنكى بىلەك سۆڭىكى ئىككى دانە بولۇپ، بىرى تۇم، يەنە بىرى ئىنچىكە، تۆۋەندە بولۇر. ئىككىسى تەڭ سۈنسا ئاغرىق كۈچلۈكرەك، ئىلاج قىلىشمۇ تەسرەك، بىرى سۈنسا ئاغرىق يەڭگىلرەك، ئىلاجىمۇ ئاسانراق بولۇر. يەنى تۆۋەن تەرەپتىكسى ئۇزۇن ۋاقىتتا، يۇقىرى تەرەپتىكسى تىزرەك تۇتار. تۆۋەنكى بىلەكنى تېڭىش ئۇسۇلى يۇقىرىقى بىلەكنى تېڭىش ئۇسۇلى بىلەن ئوخشاشتۇر، تاكى 30 كۈنگىچە مۇشۇنداق تاڭغاي.

قول بارماقلىرى سۈنۈقنىڭ ئىلاجى

قول بارماقلىرىنىڭ سۈنۈشى ئاز كۆرۈلۈر، چۈنكى قول بارماقلىرى قاتتىق بولۇپ، ئاسان سۇنماس، زەربىگە ئۇچرىسا، كۆپ هاللاردا بوغۇملىرىدىن قوزغىلار.

ئىلاج قىلىشتا بوغۇملىرى قوزغالغان بولسا، يۇقىرىدا ئېيتىلغاندەك قائىدە بويىچە تارتىپ ئورنىغا كەلتۈرگەي.

خۇددى يۇقىرىدا ئېيتىلغاندەك، قول بارماقلىرى قاتتىق بولغاچقا، ئاسان سۇنماس، زەربىگە ئۇچرىسا بوغۇملىرىدىن قوزغىلار ياكى يانجىلار.

قول بارماقلىرى يانجىلسا ياكى سۇنسا بىمارنى ئورۇندۇقتا ئولتۇرغۇزۇپ، ئالدىغا ئوخشاش ئېگىزلىكتىكى يەنە بىر ئورۇندۇقنى قويۇپ، بىمارنىڭ ئاغرىق قولىنى ئۇستىدە تەكشى قويغاي، ئۇنىڭدىن كېيىن تېڭىقچى باش بارمىقى ۋە كۆرسەتكۈچ بارمىقى بىلەن بىمارنىڭ سۇنغان بارمىقىنى تۇتۇپ، تارتىپ ئۇدۇللاشتۇرۇپ جايىغا كەلتۈرگەي. بىمارنىڭ باش بارمىقى سۇنغان بولسا، ئالقان بىلەن قوشۇپ؛ نامسىز بارمىقى سۇنغان بولسا، يېنىدىكى بارمىقى بىلەن قوشۇپ؛ يېنىدىكى بارمىقى سۇنغان بولسا، ئوتتۇرا بارمىقى بىلەن قوشۇپ تاڭغاي. سۇنغان بارماقلارغا سۇنۇق مەلھەملىرىنى سۈركىگەندىن كېيىن تېڭىق لاتىسى بىلەن ئوراپ، يېنىدىكى بارماق بىلەن قوشۇپ تاڭغاي. ئوتتۇرا بارماق سۇنغان بولسا، دورىنى سۈركىگەندىن كېيىن ئىككى يېنىدىكى بارماقلار بىلەن، كۆرسەتكۈچ بارماق سۇنسا، ئوتتۇرا بارماق بىلەن قوشۇپ تاڭغاي. سۇنۇقلارنىڭ ھەممىسى تۈز بولۇشى ئۈچۈن زۆرۈر بولسا تاختاي قويغاي.

يانپاش سۆڭىكى سۇنۇقنىڭ ئىلاجى

يانپاش ئەرەبچە «ۋەرەك» دېيىلەر. پارسچە «سىيرىين» دېيىلەر. ئۇنىڭ ئۇستىخىنىنى ئۇزۇنسىغا يارغاي، بۇ چاغدا ئاغرىش، سانجىقلىشىشتەك ئالامەتلەر كۆرۈلۈر. ئۇنىڭ ئىلاجى قىيىن بولۇر، چۈنكى يانپاش ئۇستىخىنى گۆش ئارىسىدا بولغاچقا، تەن يۈزىدىن يىراق بولۇر. شۇ سەۋەبتىن دورىنىڭ قۇۋۋىتى تەستە بارۇر.

ئولتۇرغۇچ سۆڭەك ئۇستىدىكى ياپىلاق سۆڭەك سۇنسا، ئۇنىڭ ئىلاجى تېخمۇ قىيىندۇر. ئۇستىخان ئىچى تەرەپكە سۇنغان بولسا، ئاغرىشى ۋە سانجىقلىشىشى ئېغىر بولۇر، بىمارنىڭ يوتىسى ۋە پاچىقى كۈچسىزلىنەر.

ئۇنىڭ ئىلاجى شۇكى، بىمارنى دۈم ياتقۇزۇپ، ئىككى كۈچلۈك كىشىنى بىمارنىڭ ئىككى پۇتىنى تارتىشقا بۇيرىغاي. يەنە بىر كىشىنى بىمارنىڭ گەۋدىسىدىن تۇتۇپ تارتىشقا بۇيرىغاي. شۇ چاغدا تېڭىقچى بىمارنىڭ ئۇستىخانلىرىنى ئۇۋۇلاپ، تۈزلەپ جايىغا كەلتۈرگەي. ئۇنىڭدىن كېيىن مۇناسىپ زىماتلارنى سۈركەپ، قائىدە بويىچە تاڭغاي، ئاندىن كېيىن بىمارنى ئوڭدا ياتقۇزۇپ، ئاستىغا قاتتىق نەرسە سېلىپ بەرگەي. بەزى تېڭىقچىلار ئۇنىڭ ئىلاجىنى باش سۆڭىكىنىڭ ئىلاجىدەك قىلۇر.

يوتا سۆڭكى سۇنۇقىنىڭ ئىلاجى

يوتا سۆڭكى سۇنۇقىنىڭ ئىلاجى بىلەك سۆڭكى سۇنۇقىنىڭ ئىلاجىغا ئوخشاشتۇر. ئاۋۋال ئۇنى كۆچ بىلەن تارتىپ ئورنىغا كەلتۈرگەي، ئەگەر سۇنغان يەر يانپاشقا يېقىن بولسا، ئىشتاننىڭ بىر پۇشقىقىغا ئوخشاش نەرسىگە يۇڭ ياكى پاختىنى نورمال ھالەتتە تىقىپ، بۇنى ئىككى يوتىنىڭ ئارىسىغا ئېلىپ، يەنى ئۇنىڭ پاختىلىق يېرى مەقئەت ۋە دوۋساقىنىڭ ئۇدۇلىدا تۇرغاي، ئىككى ئۇچىنىڭ بىرىنى ئارقا تەرەپكە، يەنە بىرىنى ئالدى تەرەپ يۇقىرىسىغا قىلىپ، ئىككى كۆچلۈك كىشى ئۇنى تۈتۈپ تۇرۇپ، يەنە ئىككى كىشى تىزىغا يېقىن يوتا بېشىنى تۈتۈپ، ھەممىسى تەڭ كۆچ بىلەن تارتقاي، تاڭدىغان كىشى سۇنۇقنى قولى بىلەن ئۆز ئورنىغا كەلتۈرۈپ، دورىنى تېڭىق لاتىسىغا سۈركەپ تاڭغاي.

ئەگەر سۇنغان يەر تىزغا يېقىن بولسا، يوتىنىڭ يىرىق ئۇدۇلىدىن ئىككى كىشى تۈتقاي، تىزىنى يەنە بىر كىشى تۈتۈپ تارتقاي، تىۋىپ سۇنغان يەرنى ئۇلاشتۇرۇپ تاڭغاي، ھەر ۋاقىت ئۇستىخاننى تۈزلىگەندە بىمار يۈزىنى دۈم قىلىپ، پارچە تاختىنى قويۇپ، سىلىق يۈزىگە لاتا قويۇپ تاڭغاي، شۇ ئارقىلىق ئەسلىدىكى ئورنىغا كەلتۈرگىلى بولۇر.

ئەگەر ئېغىر سۇنغان بولسا، پاچىقىنى مىدىرلاتقىلى بولمىغۇدەك چىڭ تاڭغاي. يوتا سۆڭكى سۇنغان بولسا، شۇ ھالەتتە ئەللىك كۈنگىچە تېڭىقلىق تۇرغاي.

تىز سۆڭكى سۇنۇقىنىڭ ئىلاجى

بۇ سۇنۇق كۆپ ھاللاردا تىزنىڭ لېپىكىدە بولۇر، ئۇ سۇنغاندا يانجىلار ياكى يېرىلار. ئۇنىڭ يانجىلغانلىقى ۋە يېرىلغانلىقىنى تۈتۈپ بىلگىلى بولۇر، پۈتىنى سوزۇپ، لېپىكىنى تۈتۈپ ئەسلىدىكىدەك ئورنىغا كەلتۈرۈپ، دورا سېلىپ تېڭىق تاختىسى قويۇپ تاڭغاي.

پاچاق سۆڭكى سۇنۇقىنىڭ ئىلاجى

پاچاق سۆڭكى سۇنۇقىنى تېڭىش ئۇسۇلى بىلەك سۇنۇقىنى تاڭغانغا ئوخشاشتۇر، پاچاق سۆڭەكتە بىر تۇم، بىر ئىنچىكە سۆڭەك باردۇر، بۇ تەشرىھ ئىلىمىدە بايان قىلىندى.

ھەر ۋاقىت بۇ ئىككى ئۇستىخان سۇنسا ئوشۇقىنىڭ تۆۋىنى ساڭگىلاپ قالۇر، ئەگەر بىرى سۇنغان بولسا، سۇنمىغان تەرىپى ئۆز ئورنىدا بولۇر. سۇنغان تەرەپكە قىڭغىر بولۇر، ئەگەر كىچىك ئۇستىخان سۇنغان بولسا، پۇت ئارقا تەرەپكە مايىل بولۇر، يول يۈرۈش مۇمكىن بولۇر، ئەگەر چوڭ ئۇستىخان سۇنغان بولسا، پاچاق ئالدى تەرەپكە مايىلراق تۇرار، ماڭغىلى بولماس.

ئۇنى تېڭىش ئۇسۇلى شۇكى، بىر كۈچلۈك كىشى تىزىدىن، يەنە بىر كىشى ئايىغىدىن تۇتۇپ تارتقاي، تېۋىپ سۇنغان يەرنى تۇتۇپ ئورنىغا كەلتۈرۈپ، تېڭىق دورىسىنى سۈركەپ، ئايرىم - ئايرىم تاختا قويۇپ تاڭغاي.

ئەگەر سۇنغان يەر تىزغا يېقىن بولسا، يۇقىرىدا ئېيتىلغان ئۇسۇل بويىچە تىزغا يەتكۈچە تاڭغاي.

ئەگەر سۇنغان يەر ئوشۇققا يېقىن بولسا، تېڭىق ۋە ياغاچ تاختىنى تاپانغىچە يەتكۈزۈپ، ئوشۇقلىرى ھەربىكەت قىلالمىغۇدەك چىڭ تاڭغاي.

ئوشۇق سۆڭىكى سۇنغانلىنىڭ ئىلاجى

ئوشۇق سۆڭىكى كەم سۇنار، چۈنكى ئۇنىڭ ئۇستىخىنى قاتتىقتۇر، ئاپەتلەردىن يىراق تۇرار، كۆپ ھاللاردا بىرەر يەردىن يىقىلغاندا ئورنىدىن قوزغىلار.

ئۇنىڭ ئىلاجى چىقىقنى ئورنىغا كەلتۈرۈشنىڭ بايانىدا بايان قىلىندى.

سونجاق سۆڭەك سۇنۇقىنىڭ ئىلاجى

يۇقىرى، ئېگىز يەردىن يىقىلغاندا، تاپانغا بېسىم ئېغىر چۈشەر. بۇنىڭ بىلەن، قان تاپانغا يىغىلىپ قالۇر، مۇشۇ سەۋەبتىن بىمارىدا ئەقىلدىن ئادىشىش، تارتىشىش ۋە يۇقىرى قىزىتما پەيدا بولۇر، بەزىدە ئىششار، لېكىن روشەن بولماس. تاپاننىڭ رەڭگى بۇزۇلۇر، قارىغا مايىل بولۇر، ئالامتى شۇكى، تاپان يۇمشاق بولۇر. ئەگەر ئىششىق مەلۇم بولسا، پىشىپ ئېغىز ئالۇر. ئەگەر ئىلاج قىلىپ تاڭسا، يول يۇرۇش مۇشكۈل بولۇر، ئاغرار، بۇنىڭ ئۈچۈن يول يۇرمىگەي، ياخشى تاڭمىسا تاپانغا مەنپەئەت قىلماس.

تاپان سۆڭىكى سۇنۇقىنىڭ ئىلاجى

تاپان سۆڭىكى سۇنۇقىنى تېڭىش قول بارماقلىرى ۋە پۇت بارماقلىرىنى تېڭىشنىڭ ئىلاجىغا ئوخشاشتۇر.

ئاۋۋال ئۇنى كۈچ بىلەن تارتىپ ئورنىغا كەلتۈرگەي، ئەگەر سۇنغان يەر يانپاشقا يېقىن بولسا، ئىشتاننىڭ بىر پۇتىغا ئوخشاش نەرسىگە يۇڭ ياكى پاختىنى نورمال ھالەتتە تىقىپ، بۇنى ئىككى يوتىنىڭ ئارىسىغا قىسقاي، يەنى ئۇنىڭ پاختىلىق يېرى مەقئەت ۋە دوۋساقنىڭ ئۇدۇلىدا

ناھايىتى شەپقەتلىك ۋە مېھرىبان ئاللاھنىڭ نامى بىلەن باشلايمەن

سەككىزىنچى

كىتاب بەدەن گۈزەللىكى ۋە پاكىزلىقى توغرىسىدا

بۇ كىتاب ئۈچ بۆلۈمدۇر.

بىرىنچى بۆلۈم. چاچنىڭ ئەھۋاللىرى توغرىسىدا
ئىككىنچى بۆلۈم. تېرىدە پەيدا بولىدىغان كېسەللىكلەر توغرىسىدا
ئۈچىنچى بۆلۈم. بەدەن شەكلى ۋە پۈت - قولغا مۇناسىۋەتلىك ئەھۋاللار توغرىسىدا

بىرىنچى بۆلۈم چاچنىڭ ئەھۋاللىرى توغرىسىدا

بۇ بۆلۈم ئون ئالتە بابتۇر.

بىرىنچى باب چاچ چۈشۈش توغرىسىدا

چاچنىڭ ئۆسۈشى بەدەندىكى بۇخاراتنىڭ تەر تۆشۈكچىلىرىدە توختىشىدىن بولۇر، يەنى ئۇنىڭ مەدىتىدىن سىرتقا ئۇنۇپ چىقار. خۇسۇسەن بەدەننىڭ ھۆللۈكىدە شىلىمشىقلىق كۆپرەك، قۇرۇقلۇق ئازراق بولسا، تۈك ئۆسۈپ چىقار، مەسىلەن: دەرەخلەرنىڭ ھۆللۈكى كۆپ بولسا، يوپۇرمىقى ئاسان تۆكۈلمەس، خۇددى زەيتۇن دەرىخى ۋە سەرۋى دەرىخىگە ئوخشاش.

چاچ چۈشۈشنىڭ سەۋەبى ئىككى خىل بولۇر.

بىرى، ماددىدىن بولۇر، يەنە بىرى، تەبىئىدىن بولۇر. ماددىدىن بولغىنى ئۈچ خىل بولۇر.

بىرىنچىسى، ھۆللۈكنىڭ ۋە بۇخاراتنىڭ ئازلىقىدىن بولۇر، كىچىك باللار ۋە ئاياللارنىڭ ھۆللۈكى ئازراق ۋە سۇيۇقراق بولۇر. بۇ سەۋەبتىن تۆكلىرى ئۆسۈپ تۆكۈلەر، قايتا چىقماس، بۇ تۆكنىڭ چۈشۈپ يەنە ئۆسمەسلىكى جۈدەتكۈچى قىزىتما ۋە سىل كېسىلى بولغان كىشىلەردە پەيدا بولۇر. يەنى ئېغىر ئەمگەك قىلغۇچىلاردا بۇ كېسەللىك پەيدا بولۇر. بۇلارنىڭ مىزاجىنىڭ ھۆل سوغۇقلۇقى سەۋەب بولۇر، بۇ سەۋەبتىن بۇلارنىڭ مەنىي سۇيۇقلۇقى توپلىشىپ، سوغۇق بولۇر. بۇ ئۇنىڭ سوغۇقلۇقى مۇھىم ئەزالارغا يېتەر، شۇ سەۋەبتىن ھارارەتنىڭ قۇۋۋىتى يەتمەس، ھۆللۈكى بولماس، بولسىمۇ ئاز ھەم سۇيۇق بولۇر. چاچنىڭ ماددىسى بولۇشقا يارىماس، خۇددى گىياھلار سۇغا ئېھتىياجلىق بولغاندا، سۇ تاپالمىسا، قۇرۇپ بەرگى تۆكۈلگەنگە ئوخشاش.

ئىككىنچىسى، بېشىغا چوڭ، ئېغىر سەللە يۆگىگەندە، شۇ سەۋەبتىن تەرلەپ ھۆللۈكى تارقىلىپ يوقاپ، مېڭىگە ئەسلا بارماس.

ئۈچىنچىسى، تۆكنىڭ ماددىسى ۋە ئوزۇقلۇقى مېڭىگە يەتمەس، بۇ سەۋەبتىن مېڭە تۆۋەن

ئولتۇرۇشۇپ، مېڭىنىڭ قېپى قۇۋۇەتسىز بولۇپ، قوشۇلغان قۇۋۇەتلەر قوشۇلماسلىق سەۋەبىدىن تۈككە قۇۋۇەت بارالماس.

تاقىرباش بولۇشنىڭ سەۋەبى شۇكى، باش تېرىسىنىڭ قۇۋۇتى كەم بولۇر، يەنى باش تېرىسىنىڭ قۇۋۇتى كەم بولۇشى ئۈچ خىل بولۇر.

بىرىنچىسى، تەر تۆشۈكچىلىرى توسۇلۇپ ماددا چىقىپ كېتىشكە يول تاپالماس، ئەگەر تەر تۆشۈكچىلىرىنىڭ توسۇلۇشى تۇغما بولسا تېرىسى قاتتىق بولۇر، قەغەزگە ئوخشاش ئۇنىڭدا قۇرۇقلۇق كۆپ بولۇر، ھارارىتى يۇقىرى كىشىلەر مۇشۇ سەۋەبتىن تېز تاقىرباش بولۇر. تاقىرباش بولغان كىشىنىڭ مەيدىسى ۋە باشقا ئەزالىرىدا تۈك كۆپ ئۆسەر. ئۇ، مىزاجنىڭ ئىسسىقلىقىدىن بولۇر.

ئىككىنچىسى، ماددا تېرىنىڭ تۈك ئۆسىدىغان تۆشۈكچىلىرىدىن چىقار، لېكىن تېرىدە توختىماس، تېرە يوش بولغانلىق سەۋەبىدىن تۈك تۆشۈكچىلىرى كەڭ بولۇر.

ئۈچىنچىسى، ماددا تېرىدە بۇزۇلۇپ ئۆزگەرگەنلىكتىن، ماددا ئەسلىي ھالىتىنى ساقلاپ قالالمىغانلىقتىن، سىرتقا چىقماي تۈك ئۆسۈشكە يارىماس.

تېرە يوش بولغانلىقىنىڭ ئالامىتى شۇكى، تۈك تۈۋىدىن ئاسان يۇلۇنار.

ماددا بۇزۇلغانلىقىنىڭ ئالامىتى شۇكى، تۈكنىڭ رەڭگى ۋە شەكلى، قۇۋۇتى ئەسلىي ھالىتىدە تۇرماس، يەنى تۈكنىڭ رەڭگى قىزىل ياكى سېرىق بولۇر. بەزىسى ئوتتۇرىسىدىن، بەزىسى تۈۋىدىن ئۈزۈلەر، ئاجىز چىقار، بەزىسى بۈدۈرلەشكەن بولۇر. بىلىش كېرەككى، تاقىرباشقا ئامال يوق، لېكىن ئۇنىڭ پەيدا بولۇشىنى توسقىلى ۋە كېچىكتۈرگىلى بولۇر، يەنى دەسلەپتە پەيدا بولغان ۋاقتىتا ئىلاج قىلىپ، بىر خىل ھالەتتە توختاتقىلى بولۇر.

بۇقرات مۇنداق دېگەن: تاقىرباش كىشى ھەرقاچان داۋالى كېسەللىكىگە گىرىپتار بولسا، بېشىغا تۈك چىقار. بۇ خىل كېسەل بولغان كىشىلەرنى دائىرىلىك چاچ چۈشۈش كېسىلىگە گىرىپتار بولغان، دەيدۇ، ئۇلارنىڭ كىرپىكى ۋە قېشى ئاسان يوقالماس. چۈنكى يىلتىزى چوڭقۇر بولۇر.

قارا تەنلىكلەر ناھايىتى ئاز تاقىرباش بولۇر. چۈنكى، ئۇلارنىڭ باش تېرىسى ۋە تۈك ئۆسىدىغان يېرى تار بولۇر. بۇ سەۋەبتىن ئۇلارنىڭ تۈكى ئۇزۇن بولماس، ئىنچىكە، مەھكەم (چىڭ) بولۇر، يىلتىزىدىن مۇشكۈللۈك بىلەن چىقار، ئۇلارنىڭ ئىچىدە نۇرغۇن كىشىلەر تاقىرباش بولماس. چۈنكى، مېڭىسىنىڭ ھۆللۈكى كۆپ بولۇر، شۇ سەۋەبتىن ئۇزۇقلۇقنىڭ قۇۋۇتى ئۇزۇلمەس، بۇلارنىڭ مېڭىلىرىنىڭ سەۋەبىدىن نەزلە ۋە زەرەپ (ئاشقازان مەنبەلىك ئىچ سۇرۇش) كۆپ بولۇر.

ئىككىنچى باب چاچ چۈشۈشنى توختىتىدىغان دورىلار توغرىسىدا

بىلىش كېرەككى، چاچ چۈشۈشنى توختىتىدىغان دورىلاردا تۆت خىل قۇۋۋەت بولۇر.

بىرىنچىسى، ئۇچۇچان ھارارەت بولۇر؛ ئىككىنچىسى، سۇمۇرۇش قۇۋۋىتى بولۇر؛ ئۈچىنچىسى، تۈتۈپ تۇرغۇچى قۇۋۋەت بولۇر؛ تۆتىنچىسى، ئۇنىڭ قۇۋۋىتى چاچقا كۆپرەك بارۇر. چاچقا قۇۋۋەت قىلىدىغان دورىلار مۇنۇلاردىن ئىبارەتتۇر:

نۇسخىسى لەيلىقازاق تۆت ھەسسە، ئىكلىلمىلىك ياكى ئۇنىڭ يىلتىزى، ئەنجۈر يوپۇرمقىنىڭ ھەربىرىدىن بىر ھەسسىدىن، لادەن ئۈچ ھەسسە، پىرسىياۋشان ئىككى ھەسسە. بۇ دورىلارنى كۆپ سالايە قىلىپ، مەستىكى يېغىغا ئارىلاشتۇرۇپ چاپقاي.

يەنە بىر نۇسخىسى ماش يىلتىزى، ھەببۇلئاس يىلتىزى، ھەببۇلئاسنىڭ كۈلى، يېڭى ھەببى سەنۇبەر، يېڭى چىلغوزا ھەربىرى بىر ھەسسىدىن، بۆرە ئەرمىنى ئىككى ھەسسە. بۇلارنىڭ ھەممىسىنى ھەببۇلئاس يېغى بىلەن سالايە قىلىپ ئىشلەتكەي.

ئەگەر چاچنىڭ ئاز بولۇشى مىزاجنىڭ قۇرۇقلۇقى ۋە قانىنىڭ كەملىكىدىن بولسا، ئارام ئېلىشقا بۇيرىغاي، ئاچچىق - چۈچۈك نەرسىلەردىن، جىما قىلىشتىن، كونا شاراب ئىچىشتىن پەرھىز قىلغاي، ئوبدان دورا قاينىتىلمىسىدا ئولتۇرغاي ۋە نورمال مۇنچىغا كىرگەي.

ئۆشنان، سوپۇن ۋە بۆرە ئەرمىنىدىن يىراق تۇرغاي، چاچنى لوبىيا ئۇنى، قوغۇن ئۇرۇقى، ئىسپىغۇل ۋە ئاق لەيلىنىڭ لوئابىغا ئوخشاش نەرسىلەر بىلەن يۇسا مەنپەئەت قىلۇر.

ئەگەر چاچنىڭ ئازلىقى تۈك تۆشۈكچىلىرىنىڭ ئاجىزلىقىدىن بولسا، چاچنى بۆرە ئەرمىنى، كۆپۈكى دەريا بىلەن يۇغاي.

قىچا، يالپۇز، سۇزاپ، پىياز قاتارلىقلارنى باش تېرىسىگە سۈركىگەي، ياغنى ئۇنىڭدىن يىراق تۇتقاي.

ئەگەر چاچ چۈشۈش تېرە تۆشۈكچىلىرىنىڭ كەڭلىكىدىن بولسا، بايان قىلىنغان دورىلارغا قورىغۇچى دورىلارنى قوشۇپ ئىشلەتسە، كۆپ مەنپەئەت قىلۇر، ئىسسىق سۇدا ئولتۇرغاندىن كېيىن، بىراقلا سوغۇق سۇغا چۆمۈلۈش ياخشى مەنپەئەت قىلۇر.

ئۇچىنچى باب چاچنى ئۇزارتىشنىڭ ئىلاجى توغرىسىدا

چاچنى ئۇزارتىدىغان دورىلار ھۆل يېپىشقاق بولۇر.

كۈنجۈت يوپۇرمقى، كەندىر يېغى، ئاق لەيلىنىڭ يوپۇرمقى لوئابىغا ئوخشاش. ھارارىتى ۋە قوروش رولى بولغان دورىلاردىن سەۋسەن، خېنە، ھەببۇلئاس يېغىغا ئوخشاش دورىلارنى شەھمەنزەلنىڭ قاينىتىلغان سۈيى بىلەن سۈركىسە ئىنتايىن مەنپەئەت قىلۇر.

يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى لادەننى زەيتۇن يېغى بىلەن قوشۇپ قازانغا سېلىپ، قازاننىڭ ئۈستىنى لاي بىلەن ئېتىپ، ئوتنى كۈچلۈك قالغاي، ئۇلارنى تاكى كۆيۈپ ئاقارغۇچە ئوتتىن ئۆچۈرمىگەي. ئۇنىڭدىن كېيىن ئاچچىق ئۆرۈكنىڭ مېغىزىنى كۆيدۈرۈپ سالايە قىلىپ، بۇنىڭغا ئارىلاشتۇرۇپ چاچقا سۈركىگەي.

سەرۋى دەرىخىنىڭ يوپۇرمقى ۋە ئۇنىڭ سىقىلغان سۈيى ئىنتايىن خاسىيەتلىك بولۇپ، كۆيدۈرۈلگەن زىغىر ۋە كۈنجۈي يېغى بىلەن قوشۇپ ئىشلەتسە مەنپەئەت قىلۇر.

يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى ئازات دەرىخىنىڭ يوپۇرمقى، يېڭى پىرسىياۋشان، مۇرمەككى، ئامىلە ھەممىسىنى سوقۇپ، ئاق لەيلىنىڭ لوئابىغا ۋە بۇنىڭغا ئوخشاش لوئابلارغا ئارىلاشتۇرۇپ باشقا سۈركەپ، بىر كېچە تۇرغۇزغاي.

يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى قىچنى سوقۇپ، قىزىلچىنى قاينىتقان سۇغا ئارىلاشتۇرۇپ چاچنى يۇغاي، ئاندىن كېيىن ئاملەنى ھەببۇلئاس يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ ئىشلەتكەي.

يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى كالىنىڭ ئۆتى، بۆرىنىڭ ئۆتى، ھېلىلە كابۇلى، بەللە، ئامىلە، سىياداں، موزا ھەممىسىنى ئوخشاش مىقدار ئېلىپ سوقۇپ، ھۆل شوخلىنى سىقىپ، ئۇنىڭ سۈيىگە يەتتە كۈن چىلاپ، قۇرۇغاندا يەنە سوقۇپ، ئۇنى ئاق لەيلىنىڭ لوئابى بىلەن ياكى شوخلىنىڭ سىقىقان سۈيى بىلەن ياكى بۇنىڭغا ئوخشاش نەرسىلەرنىڭ لوئابى بىلەن ئىشلەتكەي. بۇ دورىلارنى ئىشلىتىشتىن بۇرۇن چاچقا ھەسەل سۈركىگەي.

يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى ئارپا يارمىسى 90 گىرام، ئامىلە توققۇز گىرام. بۇلارنى 2160 گىرام سۇنىڭ يېرىمى قالغۇچە قاينىتىپ، ئاندىن 30 گىرام ئاق لەيلى يوپۇرمقى، 30

گىرام قاپاق يوپۇرمقى، ھۆل ياكى قۇرۇق كۈنجۈت يوپۇرمقىنى ئاشۇ سۇ تۇگىگىچە قاينىتىپ، ئۇنىڭغا توققۇز گىرام لادەننى سېلىپ ساقلىغاي. بەزى نۇسخىلاردا بىنەپشە يېغىنىڭ ئورنىغا بان يېغىنى ئىشلىتەر.

تۆتىنچى باب دائىرىلىك چاچ چۈشۈش ۋە يىلان قاسىرىقسىمان تېرە سويۇلۇش توغرىسىدا

دائىرىلىك چاچ چۈشۈش (دائۇسسۆئىلەپ) ۋە يىلان قاسىرىقسىمان تېرە سويۇلۇش(دائۇلھەييە) كېسىلىنىڭ سەۋەبى شۇكى، يامان بولغان ماددا تېرىدە ۋە تەر تۆشۈكچىلىرىدە يىغىلىۋېلىپ، چاچنى چىققىلى قويماس، چاچنىڭ يىلتىزى ۋە قۇۋۇتى شۇ ماددا سەۋەبىدىن يوق بولۇر. شۇنىڭ ئۈچۈن بۇ كېسەللىك تۈلكىگە ئوخشاش تۈكى چۈشكەچكە، «دائۇسسۆئىلەپ» دەپ ئاتىلۇر. بۇ كېسەللىك كۆپ ھاللاردا ئادەمنىڭ بېشى ۋە قېشىدا پەيدا بولۇپ، چېچى چۈشەر. يۈزىنىڭ تۈكى كەم چۈشەر، تۈكى چۈشكەن يەر تەڭگىگە ئوخشاش ياكى ئۇنىڭدىن چوڭراق بولۇر. دائۇلھەييەدە تېرە بىلەن بىللە چۈشەر. چىققان تېرە ئىنچىكە بولۇر، شۇ سەۋەبتىن يىلانغا ئوخشىتىپ «دائۇلھەييە» دەپ ئاتىلۇر. بۇ ئىككى كېسەللىكنىڭ ماددىسى قاندىن پەيدا بولۇر، بەزىسى سەپرادىن، بەزىسى سەۋدادىن، بەزىسى بەلغەمدىن بولۇر. بەزىسى يامان قاندىن بولۇر.

ئالامىتى

ئۇ يەرنىڭ تېرە رەڭگى ماددىغا دالالەت قىلۇر. خۇسۇسەن بارماقلار بىلەن سۈرۈپ قارىسا، خىلتىنىڭ ئالامەتلىرى مەلۇم بولۇر. قىلغان ئىشلىرى ئۇنىڭغا گۇۋاھلىق بېرەر. قول بىلەن سۈركىگەندە تېرە تېزلا قىزىرىپ، ئاسانلا يوقاپ كېتەر.

داۋالاش

ئاۋۋال زىيادە خىلتىنى بەدەندىن تازىلاپ چىقارغاي، ئاندىن كېيىن مېڭىنى ئايارەج پەيقىرا بىلەن ھەببى شەبيار ۋە غار ـ غار بىلەن تازىلغاي، مۇناسىۋەتلىك دورىلارنى بۇرنىغا تېمىتقاي، ھەر خىل باش ئاغرىقلىرىغا قىلىنغان ئىلاج بىلەن مېڭىنى تازىلغاي. ئۇنىڭ ئىلاجىدا ئېيتىلغان

دورىلار بىلەن ماددىنى تارقاتقاي ۋە قانىنى ياخشى تارتىدىغان دورىلارنى چاپقاي، تىلا قىلىپ ئىشلىتىدىغان قۇۋۇەتلىك دورىلاردىن ساپسىيا ۋە پەرپىيۇنغا ئوخشاش قۇۋۇەتلىك دورىلارنى ئىشلەتكەي.

يېڭى پەرپىيۇن، ساپسيادىن قۇۋۇەتلىك دورىلارنى ئىشلەتكەي، ئۇنىڭ ھارارىتىنى مۆتىدىل ياغلار بىلەن پەسەيتكەي، قانچە يېڭى بولسا، شۇنچە قۇۋۇەتلىك بولۇر. پەرپىيۇن، ساپسيا ئۇچ يىلدىن كېيىن قۇۋۇتىنى يوقتار. ئەگەر يېڭى بولسا، مۇرەككەپ دورىلار بىلەن ئازراق ھۆل قىلغاي، دورىلارنى ھۆل قىلىشتا دورىلارنىڭ مىزاجىغا بېقىپ مۆتىدىل ھۆل قىلغاي، ئەگەر كونا بولسا، كۆپرەك ھۆل قىلغاي، ھەممە دورىلار قۇۋۇەتلىك بولۇشى كېرەكتۇر، يەنى ئۇلارنىڭ قۇۋۇتى تېرىدىن ئۆتكەي. قۇۋۇەت بېرىدىغان دورىلاردا قورۇش خۇسۇسىيىتى بولسا، تېرىگە شۇنداق قۇۋۇەت بېرىدۇكى، ماددىدىن قوبۇل قىلماس، قورۇش خۇسۇسىيىتى بەك كۈچلۈك بولماسلىقى كېرەك، بولمسا غىزانى توختىتىپ قويار.

ھەرقاچان تىلا قىلماقچى بولسا، ئاۋۋال ئازراق ۋە سۇسراق دورىنى تىلا قىلغاي ھەم ئۇنىڭغا قاراپ تۇرغاي، ئەگەر ئوبدان تەسىر قىلسا، دورىنىڭ مىقدارىنى ئاشۇرغاي. ئەگەر قۇۋۇتى يەتمسە، دورىنىڭ قۇۋۇتىنى ئاشۇرغاي، قۇۋۇتىنى ئاشۇرۇش ئۈچۈن، ھۆل قىلىشتا دورىنىڭ مىزاجىغا بېقىپ مۆتىدىل ھۆل قىلغاي. ئەگەر قۇۋۇەتلىك دورا ئىشلەتمەكچى بولسا، ئۇنىڭ قۇۋۇتىنى ئاجىزراق قىلغاي، شۇنىڭ بىلەن بىرگە ئىششىق ۋە جاراھەت پەيدا قىلمىغاي، بولۇپمۇ بىمارنىڭ ئەزالىرى يۇمشاق، نازۇك بولسا، ئۇلارغا قۇۋۇەتلىك دورىلارنى ئىشلەتمىگەي. شۇنداقلا كىچىك باللارغا دورىلارنى قۇۋۇەتلىك قىلمىغاي، ھەرقاچان جاراھەتنىڭ ئالامتى مەلۇم بولسا تىلانى توختاتقاي. توخۇ يېغى، ئۆردەك يېغى ۋە قىرۇتنى سۇت بىلەن تىلا قىلغاي.

ئەگەر ئىششىقنىڭ تەسىرى يوق بولسا، مۆتىدىل تىلالارغا ئادەتلەنگەي، دورىنىڭ تەسىر قىلغانلىقىنىڭ ئالامتى شۇكى، تېرە قىزىرار، قان رەڭگى زاھىر بولۇر. ئەگەر دورىنى تىلا قىلغاندا ياكى قول بىلەن سۇركىگەندە قىزارمسا، يوغان، يىرىك لاتا بىلەن سۇركىگەي، ئاندىن تىلا قىلغاي. ئەگەر بۇنىڭ بىلەنمۇ قىزارمسا، ئىككى نۆۋەت ھىجامەت قويغاي ياكى يېڭنە سانجىغاي، شۇنىڭ بىلەن ماددىنى تېرە تەرەپكە تارتقاي. يۇڭ بۆك كىيسە باش تەرلەپ، باش تېرىسىدىكى ماددىنى تارقىتار، ئىككى - ئۇچ كۈندە بىر چېچىنى چۈشۈرۈپ، ئاندىن تىلا قىلغاي. ئەگەر چېچىنى چۈشۈرمەيدىغان كىشى بولسا سۇيۇق دورىلارنى سۇركىگەي. بۇ دورىلار چاچنىڭ ئارىسىغا ئۆتكەي. ئەگەر بەدەننى تازىلاشقا ھاجىتى چۈشسە ۋە مادا سەپرادىن بولسا،

ھەببى قوقيا بىلەن بەدەننى تازىلىغاي. ئەگەر ماددا بەلغەمدىن بولسا، ئايارەج پەيقىرا، شەھمەنزەل بىلەن مۇرەككەپ قىلىپ بەرگەي. ئەگەر مادا سەۋدادىن بولسا، مەتبۇخى ئەفتىمون، ئايارەج لوغانزىيا ۋە ئايارەج رۇفسقا ئوخشاش دورىلارنى بەرگەي. ئەگەر يەرلىك ئورۇن قىزىل ۋە تومۇرلىرى تولۇپ كەتكەن بولسا قان ئالغاي، پېشانە ۋە باشنىڭ تومۇرىدىن قان ئېلىشتىن ئېھتىيات قىلغاي، يەنى پېشانە ۋە باش تومۇرىدىن قان ئالمىغاي. چۈنكى ئۇ يەردە چاچ ئۆسۈشتە قان ماددىسىغا ھاجەت بولۇر.

ئەگەر بەدەننى تازىلاش كۇپايە قىلمىسا، ئىككى - ئۈچ نۆۋەت تازىلىغاي، ھەر قېتىم بەدەننى تازىلىغاندا ئارىلىقتا ئارام ئالدۇرغاي، يەنى ھەر ئايدا ئۈچ ياكى تۆت قېتىم بەدەننى تازىلىغاي. ئايارەج پەيقىراغا ئوخشاش يەڭگىلەك سۈرگە ۋە ئايارەج پەيقىراغا قوشقۇدەك دورىلارنى بەرگەي، كۆپ ھاللاردا بەدەننى تازىلىغاندىن كېيىن يەنە ئىلاج قىلىشقا ھاجەت بولماس. غار - غار ۋە سەئۇت ئىستىفراغدىن كېيىن كۆپ مەنپەئەت قىلۇر.

تىلاغا ئىشلىتىدىغان قۇۋۋەتلىك دورىلاردىن پەرپىيۇن، ساپسىيا، تەرەتىز، قىچا، كۆيدۈرۈلگەن زەرارىھتۇر. مەۋزەجنى ھەببۇلغارنىڭ يېغدا ئېرىتىپ، سۈتلۈكئوتنىڭ شىرىسى بىلەن تىلا قىلسا مەنپەئەت قىلۇر، سۈيىنى چىقىرىپ قۇرۇتار، ئاندىن كېيىن تېرىسى چۈشۈپ چېچى ئۈنەر.

زاغۇن ئۇرۇقى، كۆپۈكى دەريا، قومۇش يىلتىزىنى كۆيدۈرۈپ، قوي ۋە چاشقاننىڭ مايىقىنى كۆيدۈرۈپ، پىلپىل، قىچا، كۆيدۈرۈلگەن پىندۇق، كۈندۇش، ئەنجۇر يوپۇرمىقى ۋە ئاق خەربەق، قارا خەربەق، گۈڭگۈرت، مامىران، كۆيدۈرۈلگەن ئاچچىق بادام پوستى، كالىنىڭ ئۆتى، زۇپتى رۇمى، ئېيىق يېغى قاتارلىقلارنىڭ ھەممىسى بۇ كېسەللىكنىڭ دورىسى بولۇپ، بۇلارنى تىلا قىلىشقا ئىشلەتكەي.

يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى پەرپىيۇن، ساپسىيا، ھەببۇلغار يېغىنىڭ ھەربىرىدىن تۆت گىرامدىن ئېلىپ، ھەممىسنى سوقۇپ قىرۇتىغا ئارىلاشتۇرۇپ ئىشلەتكەي.

يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى بۆرە ئەرمنى ئىككى ھەسسە، نۆشۈدۇر بىر ھەسسە. بۇ ئىككىسىنى كۆيدۈرۈپ سىركە بىلەن سالايە قىلىپ، ئاۋۋال شۇ يەرنى سۈرتۈپ، ئاندىن بۇ دورىنى سۈيۇق قىلىپ چاپقاي. ئۈچ سائەتتىن كېيىن يەنە تاڭغاي، ئۈچ كۈن داۋاملىق ئىشلەتكەي. بۇ، ئېسلىشنى يوق قىلار، سۈيىنى چىقرار.

ئاپتاپتا قويۇپ قۇرۇتۇلغان سۈتلۈكئوت شىرىسىنى ئۇندەك قىلىپ، قىچا يېغدا قايىنىتىپ،

خۇش پۇراق قىيامغا كەلتۈرۈپ باشقا سۈركىگەي. بۇ، ئىسسىقلىقنى يوقىتار. ساپسيانى غالىيە بىلەن تېڭىش مەنپەئەت قىلۇر.

پەرىيۇن ۋە ساپسيا، مەۋزەج ۋە قىچىغا ئوخشاش نەرسىلەرنى غالىيەگە قوشۇپ ئىشلەتكەي، مۇناسىۋەتلىك ياغنى سۇ ۋە گۈل يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ چاپسا مەنپەئەت قىلۇر. شارابقا خۇمار بولۇشتىن، تائامنى تويغۇچە يېيىشتىن، يەللىك تائاملارنى يېيىشتىن پەرھىز قىلغاي. سۇ قوشۇلغان شاراب تۈك تۆشۈكچىلىرىنى ئاچار، چاچ ماددىسى ھېسابلىنىدىغان بۇخاراتنىڭ ماددىسى ھېسابلىنار، تۈكنى كۆپەيتىپ، باشقا ئۆرلىتەر، شۇ سەۋەبتىن ئۇزاق ئىچسە بولۇر. باشقا پىياز سۈركىسە چاچنى چىقرار. ئۇچ كۈندە بىر قېتىم ئۇستىرا بىلەن چاچنى چۈشۈرۈش مەنپەئەتلىكتۇر. سوغۇق سۇنى باشقا قۇيۇش زىيانلىقتۇر. ئەگەر ماددا بولمىسا شېھ، پىرسىياۋشان، مەزرەنجۇش، تاغ يالپۇزىنى سۇغا سېلىپ، ئاشۇ سۇ بىلەن باشنى يۇسا مەنپەئەت قىلۇر.

بەشىنچى باب بەدەندىكى موينى چۈشۈرۈشنىڭ ئىلاجى توغرىسىدا

موينى چۈشۈرىدىغان دورىلارنىڭ نۇسخىسى سۇ تەگمىگەن ھاك، زەرنىخنى ئوخشاش مىقداردا ئېلىپ، سەبرىدىن بۇ دورىلارنىڭ سەككىزدىن بىرىچە قوشۇپ، يېتەرلىك سۇغا سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ، بىر سائەت تۇرغۇزۇپ تىلا قىلغاي، ئەگەر ھاكنى كۆپ، زەرنىخنى ئازراق قىلسىمۇ بولۇر.

ھاك بىلەن زەرنىخنى تازىلاپ، ئۇنى توخۇ قانىتىنىڭ ئۇستىگە سالسا، ئۇنىڭ تۈكىنى دەرھال چۈشۈرەر. ئۇنىڭغا ئازراق ياغ سېلىپ ئارىلاشتۇرۇپ، سۈس ئوتتا قاينىتىپ، سۈيى تۈگەپ ياغ قالغاندا ئاشۇ ياغنى يەرلىك ئورۇنغا سۈركىگەي.

يەنە بىر نۇسخا شاخار بىر ھەسسە، ھاك ئىككى ھەسسە، سېرىق زەرنىخ ئۈن ھەسسە. ھەممىسنى سۇغا سېلىپ ئۇچ كۈن تۇرغۇزۇپ، سىقىپ، سۇنىڭ تۆت ھەسسىسىنىڭ بىر ھەسسىسچە ياغنى ئارىلاشتۇرۇپ ئاشۇ سۇغا سېلىپ قاينىتىقاي، سۈيى تۈگەپ يېغى قالغاندا، ئاشۇ ياغنى سۈركىگەي.

ئەگەر چىققان موي قۇۋۇشەتسىز، نازۇك، ئاجىز بولسا، هاك، زەرنىخ، تال ياغىچىنىڭ كۈلى ۋە بۆرە ئەرمىنىنى ياخشى ئارىلاشتۇرۇپ سۈركىگەي.

ئارپا ئۇنى، لوبىيا ئۇنى، قوغۇن ئۇرۇقى بىلەن سۈيۇقلۇق تەييارلاپ يەرلىك ئورۇننى يۇغاي. ئەگەر تېرىسى بەك نېپىز بولسا، بۇغداي نىشاستىسىدىن 300 گىرام، هاكتىن 150 گىرام، سېرىق زەرنىختىن60 گىرام ئېلىپ، هەممىسىنى ئارىلاشتۇرۇپ سۈركىگەي.

هاكتىن 30 گىرام، سېرىق زەرنىختىن ئالته گىرام ئېلىپ، ئارپا سۈيىده سالايە قىلىپ سۈركىگەي، يەنى ياخشى تىندۇرۇپ سۈركىگەي. ئۇنى لوبىيا ئۇنىنىڭ سۈيى بىلەن يۇغۇرسا ياخشى مەنپەئەت قىلۇر.

ئالتىنچى باب هاك ۋە زەرنىخ كۆيدۈرۈپ قويغان كىشىلەرنىڭ ئىلاجى توغرىسىدا

كىشىلەرنىڭ ئەزالىرى نازۇك بولسا، هاك ئەزالارنى كۆيدۈرەر. هەرقاچان هاك چاچماقچى بولغاندا، ئۇنىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى پەسەيتكەي، ئۇنىڭ ئۆتكۈرلۈكىنى پەسەيتىش ئۈسۈلى مۇنداقتۇر:

ئاۋۋال گۈل يېغىنى سۈركەپ، ئاندىن هاكنى ئىشلەتكەي. هەر ۋاقىت ئەزالارنى يۇغاندىن كېيىن سوغۇق سۇدا ئولتۇرغۇزغاي.

ئاقلانغان يېسىمۇق ۋە سەندەلنى گۈلاب بىلەن سالايە قىلىپ تىلا قىلغاي.

ئەگەر كۆيۈش ئېغىر بولسا، ئۇپا مەلهمى ئىشلىتىشكە هاجەت چۈشەر. تۇخۇمنىڭ ئېقىدا زەهەرسىزلەندۈرگەن مەدەستانىنىڭ خاسىيتى بار بولۇپ، گۈل يېغى بىلەن ئازراق كافۇر ئارىلاشتۇرۇپ تىلا قىلغاي.

يەتتىنچى باب هاك پۈرىقىنى يوقىتىشنىڭ تەدبىرى توغرىسىدا

قىزىلگۈلنى سىركە ۋە گۈلاب بىلەن سۈركىگەي، بۇ، هاكنىڭ پۈرىقىنى يوقىتار.

رەيهان يوپۇرمىقىنى يۇمشاق قىلىپ، سۆئىدى، قىزىلگۈل، ئاق لەيلى، خېنە، ئىزخىر، زاراڭزا

چېچىكى ۋە بەرگىنىڭ ھەرقايسىسىنى ئايرىم - ئايرىم سوقۇپ، سىركە ۋە گۈلاب بىلەن مەلھەم قىلىپ تىلا قىلسا، ھاكنىڭ پۈرىقىنى يوقىتار، شاپتۇل يوپۇرمىقىنىڭ بۇ ئىللەتنى تۈزەشتە خاسىيەتلىك رولى باردۇر.

سەككىزىنچى باب موينى چۈشۈرۈش ۋە چىقارماسلىقنىڭ تەدبىرى توغرىسىدا

تۈك يوقىتىشنى خالسا تۈكنى يۇلغاي. كەندىر يوپۇرمىقىنىڭ سقىلغان سۈيىنى ئەپيۇن، سىركە ۋە شەۋكىران قاتارلىقلارنىڭ ھەرقايسىسىدىن لايىقدا ئېلىپ، ئارىلاشتۇرۇپ سۈركىگەي. سۈدىكى پاقىنى قۇرۇتۇپ سالايە قىلىپ، ئىسپىغۇلنىڭ لوئابىغا ئارىلاشتۇرۇپ سۈركىگەي. يەنە كەندىرنىڭ ئۇرۇقىنى سالايە قىلىپ سۈركىگەي.

مۇرەككەپ دورىنىڭ نۇسخىسى قىيمۇلىيا، ئورۇس ئۇپىسىنىڭ ھەربىرىدىن بىر ھەسسىدىن، زەمچىدىن يېرىم ھەسسە ئېلىپ، ھەممىسىنى كەندىرنىڭ سقىلغان سۈيىدە يۇمشاق قىلىپ سۈركىگەي.

يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى گۈللۈك، ئوتلۇق ۋە سۇلۇق يەردە يۇرگەن پاقىنى تۇتۇپ قۇرۇتۇپ، يېگى، پاكىز سۇدا يۇرگەن پاقا قۇمچىقىنى تۇتۇپ قۇرۇتۇپ، قىزىل توغرىغۇ، مەدەستان، كۆيدۈرۈلگەن سەدەپنىڭ ھەممىسىنى ئوخشاش مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، سۇدا يۇغۇرۇپ، خالىغان يەردىكى تۈكنى يۇلۇۋەتكەندىن كېيىن بۇ دورىنى سۈركىگەي. چاققاقئوت ئۇرۇقىنى ياغ بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ تاڭسا تۈكنى چۈشۈرەر.

قولتۇق تۈكىنى چۈشۈرۈشتە تاغ توخۇسنىڭ چاۋا يېغى سناقتىن ئۆتكەندۇر، يەنى قولتۇق تۈكىنى يۇلۇۋېتىپ، ئاندىن چاۋا ياغنى سۈركىگەي، موي ئاجىزلاشقاندا سىركە ۋە ئىسپىغۇل سۈركىگەي، تۈكنى يۇلغاندىن كېيىن نەچچە نۆۋەت مۇشۇنداق قىلسا تۈكنى يوقىتار.

توققۇزىنچى باب چاچنى بۇدۇر قىلىشنىڭ تەدبىرى توغرىسىدا

كەندىر ئۇرۇقى، شۇمشا ئۇرۇقى، سىدرى، موزا، ھاك، مەدەستان بۇلارنى يۇغۇرۇپ، چاچ ئارىسىغا بىر كېچە - كۈندۈز قويۇپ، ئاندىن يۇيۇۋەتكەي.

يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى گەزمازەج، موزا، تۆمۇر دېتى، تەرخەمەك يوپۇرمىقى، بېھى ئۇرۇقى، كەتىرا، ئىنەكپېتى گۈلى، ئامىلە، مەدەستاننىڭ ھەربىرىدىن بىر ھەسسىدىن، ھاكتىن يېرىم ھەسسە ئېلىپ، ھەممىسىنى قىزىلچا سۇيىدە يۇغۇرۇپ ئىشلەتكەي.

ئونىنچى باب چاچنىڭ بۇدۇرسىنى تۈزەش تەدبىرى توغرىسىدا

سېرىقمايىنى ئىلمان قىلىپ چاچقا سۈركىگەي، ئاندىن ئىسسىق سۇ بىلەن يۇغاي.
سېرىقچېچەك يېغى بىلەن ھۆللۈكنى ئاشۇرىدىغان لوئابلارنى چاچقا سۈركىسە، چاچنىڭ بۇدۇرسىنى يوقىتىپ، تۈز قىلار.

ئون بىرىنچى باب چاچ يېرىلىپ چۈشۈش توغرىسىدا

چاچ يېرىلغانلىقنىڭ سەۋەبى مىزاجنىڭ قۇرۇقلۇقىدىن بولۇر، ئۇنىڭ ئىلاجىنى يۇمشاق ۋە ھۆل نەرسىلەر بىلەن قىلغاي.
كۈنجۈت يوپۇرمىقى، ئاق لالىنىڭ لوئابى ۋە سۆگەت يوپۇرمىقىنىڭ لوئابىنى ياغ بىلەن قوشۇپ سۈركىسە پايدا قىلۇر.

ئون ئىككىنچى باب چاچنى يۇمشاق قىلىش توغرىسىدا

چاچ يىرىك بولۇپ، ئۇنى يۇمشىتىشنى خالىسا، چاچنى يۇيىدىغان نەرسىلەرگە ئازراق توغرىغۇ قوشۇپ يۇغاي.

ئون ئۈچىنچى باب باش كېپەكلىشىش توغرىسىدا

باش كېپەكلىشىشنىڭ سەۋەبى ئىككى خىل بولۇر.
بىرىنچىسى، باش تېرىسىدە، بولۇپمۇ باشنىڭ ئۈستۈنكى تېرىسىدە پەيدا بولۇر، بۇنىڭدا

بەدەن ۋە باشقا ئەزالار سالامەت بولۇر.

ئىككىنچىسى، باش كېپەكلىششىنىڭ سەۋەبى باش ۋە پۈتۈن بەدەنىدە بولۇر، كېپەكنىڭ بەزىسى نېپىز، بەزىسى قېلىن بولۇر، بەزىدە كېپەك شۇنداق كۆپ چىقار، ھەتتا باشنى يارا قىلىپ چاچنىڭ تۈۋىنى بۇزار. بۇ كېسەللىكنىڭ ماددىسى ئىككى خىل بولۇر.

توغرىغۇ خۇسۇسىيەتلىك ھۆللۈكتىن ياكى سەۋدالىق قاندىن بولۇر.

ئەگەر كېپەك ئاز بولسا، يېنىك ئىلاجلار بىلەن ئۇنى يوقاتقاي.

گۈل يېغى، بىنەپشە يېغى، ئاق لەيلىنىڭ شىرىسى، شۇمشۇنىڭ قاينىتىلغان سۈيى، قوغۇن ئۇرۇقى، نوقۇت ئۇنى، تۇرمۇس ئۇنى، باقلە ئۇنى، بۇلارنىڭ ھەممىسى يەڭگىل دورىلار بولۇپ، بۇلارنى چاپقاي.

يەنە بىر پايدا قىلىدىغان دورىنىڭ نۇسخىسى نوقۇت ئۇنى، تۇرمۇس ئۇنى، باقلە ئۇنى، كەتىرا، ئىنەكپىتى گۈلى، قىيمۇلىيا، بۇلارنىڭ ھەممىسىنى قىزىلچىنىڭ سىقىلغان سۈيىدە يۇغۇرۇپ باشقا چېپىپ، ئىككى سائەت تۇرغۇزغاندىن كېيىن يۇيۇۋەتكەي.

سۆگەت يوپۇرمىقىنىڭ سۈيىمۇ بۇنىڭغا مەنپەئەت قىلۇر.

كۈنجۈت بەرگىنىڭ سۈيى، كەندىر يوپۇرمىقىنىڭ سۈيىمۇ يارىشار، قويۇق كېپەكنى يوقىتار.

ئاچچىق بادامنى ئاقلاپ، سوقۇپ، سىركىدە يۇغۇرۇپ ياكى شۇمشا ئۇنىنى سىركىدە يۇغۇرۇپ ياكى نوقۇت ئۇنىنى كۈنجۈت يوپۇرمىقى بىلەن سوقۇپ، چاكاندا يوپۇرمىقىنىڭ شىرىسى بىلەن ئازراق سىركە قوشۇپ باشقا چاپسا، بۇلار بىلەن باشنى يۇسا پايدا قىلۇر.

نوقۇت ئۇنىنى ئاق لالە بىلەن سىركىدە يۇغۇرۇپ چاپسىمۇ يارىشار.

ئاق لەيلىنىڭ چېچىكىنى زەيتۇن يېغىدا يۇغۇرۇپ چاپسىمۇ مەنپەئەت قىلۇر، چاچنى يۇغاندىن كېيىن، بىنەپشە يېغى، گۈل يېغى، ھەببۇلئاس يېغى، مەستىكى يېغى ۋە باشقا مۇئاپىق نەرسىلەرنى سۈركىگەي. باشنى تازىلايدىغان دورىلارنى ئىشلەتكەي، ئاندىن مۆتىدىل شىرنىلەرنى ۋە ياغلارنى سۈركىگەي.

تازىلايدىغان دورىلار بۆرە ۋە كالىنىڭ ئۆتى، شەھمەنزەلنىڭ قاينىتىلغان سۈيى، شاراب لېيى، خەربەق، قىچا، مەۋزەج، كۆيدۈرۈلگەن شىبشە، ساپسىيا قاتارلىقلارغا ئوخشاش دورىلارنىڭ قايسىسى تېپىلسا، شۇنىڭ بىلەن مەلھەم قىلىپ چاپقاي.

يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى قىيمۇلىيانى كالا ئۆتى بىلەن يۇغۇرۇپ باشقا چېپىپ، ئىككى سائەت تۇرغۇزۇپ يۇيۇۋەتكەي.

يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى ھەببۇلبان، پۇرچاق ئۇنىنى ئوخشاش مىقداردا ئېلىپ،

سۇدا قاينىتىپ باشنى يۇغاي.

يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى شاراب لېيدىن 400 گىرام، سوپۇندىن 30 گىرام ئېلىپ مەلھەم قىلىپ، چاچنىڭ ئارىسىغا سۈركىگەي. بىر سائەت تۇرغۇزۇپ نوقۇت ئۇنى، قىزىلچا سۇيى بىلەن باشنى يۇيۇپ، ئاندىن مەرۋى يېغىنى سۈركىگەي.

يەنە بىر سىناقتىن ئۆتكەن دورىنىڭ نۇسخىسى ئۆردەك چاۋا يېغىدىن بىر ھەسسە، ئېشەك يېغىدىن بىر ھەسسە، زۇپادىن بىر يېرىم ھەسسە، ساپسيادىن بىر ھەسسىنىڭ چارىكى، ئەنبەر، لادەن ئىككى ھەسسىدىن. چاچنى ئاۋۋال سوپۇن بىلەن يۇيۇپ، ئاندىن يېرىم بىر نەرسە بىلەن باشنى قىزارغۇچە سۈركىگەي، ئۇنىڭدىن كېيىن بۇ دورىلارنى سۈركەپ، بىر كېچە - كۈندۈز تۇرغۇزۇپ يۇيۇۋەتكەي.

قىزىل تۆگىنىڭ سۈيدۈكىدە يۇسمۇ پايدا قىلۇر. كالا تېزىكى بىلەن چىلانىنى ئارىلاشتۇرۇپ، باشقا بىر كېچە - كۈندۈز قويسمۇ مەنپەئەت قىلۇر.

ئون تۆتىنچى باب چاچ - ساقال بالدۇر ئاقىرىشنىڭ ئالدىنى ئېلىش توغرىسىدا

چاچ - ساقال بالدۇر ئاقىرىشنىڭ ئالدىنى ئېلىش ئۈچۈن مۇنداق تەدبىرلەرنى قىلغاي: بەدەندىكى بەلغەم ماددىسىنى قەي ياكى سۇركە بىلەن چىقارغاي، ئاياغ‌ىج پەيقىرا بىلەن ماددىنى سۇرۇپ، غار - غار بىلەن مېڭىنى تازىلىغاي، مۇۋاپىق مەجۇنلەر ۋە مۆتىدىل تائاملارنى مۇۋاپىق مىقداردا يېگەي. شۇنىڭ بىلەن ھەزىم قىلىش قۇۋۋىتىنى ياخشىلىغاي. چۈنكى يېگەن تائام ئوبدان سىڭمىسە، بەدەندە ئوبدان قان پەيدا بولماس.

قورۇپ ۋە دۇملەپ پىشۇرغان گۆشكە ئوخشاش تائاملارنى يېگەي. شورپىغا ئوخشاش ھۆللۈكنى ئاشۇرىدىغان تائاملاردىن پەرھىز قىلغاي.

سوغۇق مىزاج كىشىلەر غىزاسىغا مۇرچ، قىچا، دارچىن، كەرۋىيا، زىرىگە ئوخشاش دورىلارنى سىلىپ يېگەي، بەزىدە ناشتىدا ئابكامە ئىچكەي، شۇنىڭ بىلەن ھۆللۈكنى ئازايتقاي. كونا شاراب مۇۋاپىق كېلۇر، مەست بولۇش، كۆپ سۇ ئىچىش، ھۆل مېۋىلەرنى كۆپ يېيىش زىيان قىلۇر. قاننى كۆپ ئېلىش، مۇنچىغا كۆپ كىرىش، كۆپ جىما قىلىشمۇ زىيانلىقتۇر. گۈلاب ۋە كافۇرنى چاچقا تەگكۈزۈشمۇ زىيانلىقتۇر.

كىشىنىڭ مۇنچىغا كۆپ كىرىش ئادىتى بولسا، چاچ ۋە ساقالنى تېز قۇرۇتقاي، چېچىنى يۇيىدىغان سۇدا شەھمەنزەلنى قاينىتىپ، شۇ سۇغا سيادان، توغرىغۇ سېلىپ تەييارلاپ، شۇنىڭ بىلەن چاچ - ساقالنى يۇغاي. ھېلىلە مۇرابباسىنى ناشتىدا داۋاملىق يېسە، ئۆمرىنىڭ ئاخىرىغىچە چاچ - ساقلى قارا تۇرار. ئىتىرىفىل سەغىرمۇ مۇشۇ تەسىرنى بېرەر. مەجۇنى ئەنقەردىيامۇ ناھايىتى پايدا قىلۇر. يەنە مەسرۇدىتۇس، تەرياقى كەبىرمۇ ياخشى مەنپەئەت قىلۇر، ياشلىقنى ۋە قۇۋۋەتنى ساقلار. ئەفئا يىلىنىنىڭ گۆشىنى يېيىشنى ئادەت قىلسا ياشلىقنى ساقلاپ قالۇر.

قۇۋۋەت بېرىدىغان مەجۇنلەرنىڭ نۇسخىسى قارا ھېلىلە، ئامىلەنىڭ ھەربىرىدىن بىر ھەسسىدىن، بالادۇر شىرىسىدىن يېرىم ھەسسە ئېلىپ، بۇلارنى كالا يېغى ۋە ھەسەلدە يۇغۇرۇپ يېگەي.

مۆتىدىل مەجۇننىڭ نۇسخىسى قارا ھېلىلە، بەرەڭگى كابۇلى، پىلپىل، ئامىلەنىڭ ھەربىرىدىن بىر ھەسسىدىن ئېلىپ، بۇلارنى ھەسەلدە يۇغۇرۇپ يېگەي. بەزى نۇسخىلاردا پىلپىلنىڭ ئورنىغا تۆمۇر پوقى، ھەسەلنىڭ ئورنىغا شېكەر ئىشلىتەر.

يەنە بىر مەجۇننىڭ نۇسخىسى ھېلىلە كابۇلى 60 گىرام، تۆمۇر دېتى 12 گىرام، غارىقۇن 15گىرام، زەنجۇبىل، پىلپىل، قەلەمپۇرنىڭ ھەربىرىدىن توققۇز گىرامدىن. بۇلارنىڭ ھەممىسىنى يۇغۇرۇپ يېگەي، بۇنى يېگەندىن كېيىن چۈشكىچە ھېچ نەرسە يېمىگەي.

يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى زەنجۇبىل، ھېلىلە كابۇلى، پىلپىل ھەممىسىنى ئوخشاش مىقداردا ئېلىپ يۇغۇرۇپ يېگەي.

سۈركەيدىغان ياغنىڭ نۇسخىسى چىگىت يېغى، مەڑى يېغى، ئامىلە يېغى ھەربىرى 129 گىرامدىن، سۆئىدى، سەلىخە، سۇمبۇل، سىيادان، شەھمەنزەل، قەلەمپۇر، قوستە، قەسبۇزەرىرە، ئۇدخام، ئىزخىر چېچىكىنىڭ ھەربىرى 30 گىرامدىن. بۇ دورىلارنى سوقۇپ، 1800 گىرام شەھمەنزەل سۈيىدە ياكى ئۇ تېپىلمسا باراۋەر مىقداردىكى پېدىگەن پوستى سۈيىگە چىلاپ قاينىتاقاي. سۇنىڭ يېرىمى قالغاندا يۇقىرىدا دېيىلگەن ياغلارنى سېلىپ، سۈيى تۈگەپ يېغى قالغۇچە قاينىتاقاي، ئاندىن بۇ ياغلارنى چاچ تېگىگە چاپقاي. قۇستە يېغى، بان يېغى، سيادان قاتارلىقلارمۇ ئىنتايىن ياخشى پايدا قىلۇر. سيادان يېغى ھەممىدىن قۇۋۋەتلىك بولۇپ، كۆپ پايدا قىلۇر.

قەترانىنى چېپىپ تۆت سائەتتىن كېيىن يۇيۇۋەتسە مەنپەئەت قىلۇر.

زەيتۇن يېغىنى ھەر كۈنى سۈركىسە چاچ ئاقارماس.

ئون بەشىنچى باب چاچ - ساقالنى بويىش توغرىسىدا

چاچ - ساقالنى بويىش ئۇچ خىل بولۇر. بىرىنچىسى، قارا قىلىش؛ ئىككىنچىسى، قىزىل، نارەنجى قىلىش؛ ئۈچىنچىسى، ئاق قىلدۇرۇش ئىبارەتتۇر. ئاۋۋال قارىغا بويىشنى بايان قىلىمىز.

ئەبۇ ئەلى ئىبن سىنا مۇنداق ئېيتقان ئىكەن:

تېبابەت كىتابلىرىدا بەزى ياغلارنىڭ چاچنى قارايتىدىغانلىقى بايان قىلىنغان. سىناقتىن مەلۇم بولۇشچە، ياغ دورىلارنىڭ قۇۋۋىتىنى چاچتا توختىتار، چاچ بىلەن دورىنىڭ قۇۋۋىتى ئوتتۇرىسىدا ياغ ۋاستە بولمىغۇچە دورا ئۇنىڭغا تەسىر قىلماس. دورىلارنىڭ قۇۋۋىتى ناھايىتى كۈچلۈك بولغاي، خۇسۇسىيىتى كۆپ بولغاي، رەڭگى ئۇزاق تۇرغاي. بۇ خىل دورىلار تۆمۈر دېتى، ھۆل ياڭاقنىڭ تاشقى پوستىنىڭ سۈيى قاتارلىق نەرسىلەر بولۇپ، شۇلار ئارقىلىق ياغلارغا قۇۋۋەت بەرگەي. يەنە ياغقا سىركە ۋە شارابقا ئوخشاش دورىنىڭ قۇۋۋىتىنى چاچقا يەتكۈزىدىغان دورىلارنى قوشقاي.

مۇنداق ئېيتىلغان ئىكەن:

ئەگەر ئەتىيازدا ياش ياڭاقنىڭ يىلتىزىنى دەرەختىن ئاجراتماي تۇرۇپ، شېشىدىكى ياغقا سىلىپ، شۇ شېشە ۋە يىلتىزنى يەرگە كۆمۈپ قويسا، دەرەخ ياغنى ئۆزىگە تارتىپ ئالۇر، كۈزنىڭ ئاخىرىدا دەرەخ سۈيىنى يىلتىزغا ياندۇرار، بۇنىڭ بىلەن ياغ يەنە ئۇ شېشىگە يىغىلار، بۇ بويىاق بولۇپ، ئۇنى چاچ - ساقالغا سۈركىسە قارايتار.

ئەگەر بۇ تەدبىرنى تەكرار قوللانغاندا، تېخىمۇ ئوبدان بويىاق بولۇر، بىلىش كېرەككى، بويىاقنىڭ ئەسلىسى ئوسما بىلەن خېنىدۇر. قائىدە شۇكى، ئاۋۋال خېنە، خېنە يېقىپ بىر سائەت تۇرغۇزۇپ يۇيۇۋېتىپ، ئاندىن كېيىن ئوسما سۈركەپ، نەچچە سائەت سەۋر قىلغاي، يەنى قانچە ئۇزۇن تۇرسا شۇنچە ئوبدان بولۇر. بەزىلەر خېنە بىلەن ئوسمىنى ئارىلاشتۇرۇپ سۈركەر، بەزىلەر ئوسمىنى يالغۇز سۈركەر. بۇنداق سۈركىگەندە ئۇنىڭ رەڭگى توز رەڭدە بولۇر. ھىندى ئوسمىسىنىڭ رەڭگى تېزرەك ئېچەر، تولۇق كېلۇر، لېكىن قارىراق بولۇر، توز رەڭگى ئازراق بولۇر. كېرمان ئوسمىسىنىڭ رەڭگى سۇس ۋە ئۇزاقراقتا ئېچەر، لېكىن قارىراق بولۇر. ئەگەر چاچ رەڭگىنىڭ ئوسما رەڭدە بولۇشىنى خالىسا، ئوسما قويغاندىن كېيىن يۇيۇپ، خېنە قويۇپ تېز يۇيۇۋەتكەي. بەزى خەلقلەر ئوسما بىلەن خېنىنى ئارىلاشتۇرۇپ، سۇماق سۈيىدە ياكى ئانار سۈيىدە ھۆل قىلۇر، بەزىلىرى بىر پارچە تۇرۇپ قوشۇپ، ھۆل ياڭاق پوستىنىڭ سۈيىدە ھۆل

قىلىپ قويار. بەزى كىشىلەر ھاكىنى مەدەستان بىلەن سۇدا قاينىتىپ ياكى ئاپتاپتا قويۇپ، بىر تۇتام چاچنى ئۇنىڭدا قارا قىلىشنى سىناق قىلغاندىن كېيىن، ئوسما ۋە خېنىنى بۇ سۇدا ھۆل قىلىپ ئىشلەتكەن. ئەگەر ئۇچ گىرام قەلەمپۇرنى سوقۇپ، بوياقنى قوشۇپ ئىشلەتسە، چاچنى قارايتار. بوياقنىڭ مېڭگە زىيان قىلىشنى توسار.

خېنە ۋە ئوسما سالمىغان بوياقنىڭ نۇسخىسى موزنى زەيتۇن يېغىدا ياغلاپ، قازانغا سېلىپ كۆيدۈرگەي، ئۇ قاريدىغاندا سوقۇپ، ئۇنىڭ 60 گىرامغا 30 گىرام شەب يەمەنى، ئالتە گىرام زەمچە، ئۇچ گىرام ئەندۇران تۇزنى قوشۇپ ئارىلاشتۇرۇپ ئىشلەتكەي. بۇنىڭ بىلەن چاچنىڭ رەڭگى پارقىراق بولۇر، ئۇزۇن تۇرار.

يەنە بىر نۇسخىسى كۆيدۈرۈلگەن موزدىن 400 گىرام، كۇشتە قىلىنغان رو، شەب يەمەنى، كەتىرانىڭ ھەربىردىن 45 گىرامدىن، تۇزدىن 21 گىرام ئېلىپ، ھەممىسنى سوقۇپ، ئىسسىق سۇدا يۇغۇرۇپ چاچقا قويغاي، ئۇچ سائەت تۇرغۇزۇپ يۇيۇۋەتكەي. بەزى خەلقلەر ئوسما، خېنىلەرنى بۇ دورىغا قوشۇپ ئىشلىتەر.

يەنە بىر نۇسخىسى ئوسما، خېنە، مەدەستانىنى سوقۇپ، سۇرمە، ھاك، كۆيدۈرۈلگەن موزا، شەب يەمەنى، كەتىرا، قەلەمپۇر، باش يۇيىدىغان گىل، ھەممىسنى ئوخشاش مىقداردا ئېلىپ، ئارىلاشتۇرۇپ بوياق قىلۇر، ئالتە سائەت تۇرغۇزغاندىن كېيىن قىزىلچا يوپۇرمىقىنى ئۇنىڭغا ياپقاي، تاكى قۇرۇمىغاي، ئاندىن يۇيۇۋەتكەي. ئوسما بىلەن خېنىنى سۇغا چىلاپ، ئاپتاپتا قويۇپ، سۈيى رەڭ ئالغاندىن كېيىن، بۇ دورىلارنى ئاشۇ سۇدا يۇغۇرۇپ بوياق قىلسا، ئوبدانراق بولۇر. ئەگەر ئوسما بىلەن خېنىنى سۇدا قاينىتىپ، سۈزۈپ، بۇ دورىلارنى شۇنىڭغا سېلىپ بوياق قىلسىمۇ، ئاپتاپتا قويغان بوياقتەك بولۇر.

يەنە بىر نۇسخىسى ئوسما ئىككى ھەسسە، كۆيدۈرۈلگەن رو، شەب يەمەنى، كۆيدۈرۈلگەن موزا، تۆمۈر دېتى ھەممىسنى ئوخشاش مىقداردا ئېلىپ، سىركىدە ئېزىپ ئىشلەتكەي. ئەگەر سىركىنىڭ ئورنىغا ئاچچىق تۇرۇنجىنىڭ سىقىلغان سۈيىنى ۋە ئاچچىق نارەنجىنىڭ سۈيىنى قوشسا ئوبدانراق بولۇر.

ئېيتىشلارغا قارىغاندا، بىر شېشىنىڭ بىر تەرىپىگە لەيلىقازاقنىڭ بەرگىنى، يەنە بىر تەرىپىگە ئۇندەك يۇمشاق قىلىنغان شەب يەمەنىنى سالغاي، يەنى شەب يەمەنىنىڭ مىقدارى 30 گىرام، لەيلىقازاق بەرگىنىڭ مىقدارى 350 گىرام. ئۇلارنى شېشىگە سالغاندىن كېيىن، شېشىنىڭ ئاغزىنى ھىم ئېتىپ، قىرىق كۈن قىغنىڭ ئارىسىغا كۆمۈپ قويغاي، ئاندىن كېيىن ئېلىپ ئىشلەتسە، بۇ ئوبدان بوياق بولۇر.

ئېيتىشلارغا قارىغاندا، ئارپا باش چىقارماستىن ئىلگىرى ئۇنى ئېلىپ، بۇنىڭ يېرىم ھەسسىسىچە شەب يەمەننى قوشۇپ، شېشىنىڭ ئىچىگە سېلىپ قىغقا كۆمسە، بۇمۇ چاچنى قارايتىدىغان ياخشى بويياق بولۇر.

بەزىلەر مۇنداق ئېيتقانىكەن:

ئەگەر ھۆل قاپاقنىڭ ئاغزىنى كېسىپ، ئىچىنى بوشتىپ، ئۇنىڭ ئىچىگە مەقۇد دەرىخىدىن سېلىپ، بىرئاز تۇز سېلىپ، بىرئاز خۇبسۇلھەددىنى ئارىسىغا سېلىپ، كېسىپ ئالغان ئېغىزىنى يەنە يېپىپ، قاپاقنىڭ سىرتىغا لاي چاپلاپ قىرىق كۈن تۇرغۇزۇپ، ئاندىن چاچقا چاچسا قارا بويياق بولۇر.

بەزىلەر مۇنداق ئېيتقانىكەن:

كەبىرنىڭ بەرگىنى سوقۇپ، سۈتتە قاينىتىپ پىشۇرغاي، ئەگەر ئايال كىشىنىڭ سۈتىدە قاينىتسا ئوبدان بولۇر، كەچتە چاچقا چېپىپ، تاڭ ئاتقۇچە تۇرغۇزسا ئوبدان بولار.

ئەگەر ياڭاقنىڭ ساڭگىلاپ تۇرغان چېچكىنى ئېلىپ، زەيتۇن يېغى بىلەن ئېزىپ، ئۇنىڭغا مەلۇم مىقدارda پاقا قېنى ئارىلاشتۇرۇپ بويياق قىلسا ياخشى قارايتار.

ياخشى قارايتىدىغان غالىيەنىڭ خۇشبۇي نۇسخىسى ئامىلە 150 گىرام، ھۆل ھەبىۋلئاسىنىڭ سۈيى 600 گىرام، بۇلارنى 1600 گىرام سۇدا يېرىمى قالغۇچە قاينىتىڭ، ئۇنىڭدىن كېيىن ئوتتىن ئېلىپ، ئاق لالە ۋە خېنىنىڭ ھەربىرىدىن 150 گىرامدىن، ئوسما يوپۇرمىقىدىن 20 تال، كۆيدۇرۇلگەن موزىدىن 30 گىرام، زاكىتىن 150 گىرام، يېلىمدىن مۇۋاپىق مىقدارda ئېلىپ ھەممىسىنى سوقۇپ، تاسقاپ، يۇقىرىدىكى سۇغا سېلىپ، سۇس ئوتتا قاينىتىپ قىيامغا كەلتۇرگەي، ئاندىن كېيىن ئىپار، ئامىلە جەۋھىرى سېلىپ خۇشبۇي قىلىپ ئىشلەتكەي.

قىزىل ۋە قوڭۇر قىلىدىغان بويياقنىڭ نۇسخىسى ھۆل قومۇشنىڭ پوستىنى ئاقلاپ ئوتتا قويغاي، ئۇنىڭ بېشىدىن چىققان سۈيىنى چاچقا سۈركىسە چاچنى سارغۇچ قىلۇر.

تۆمۇر دېتىنى زاك سۈيى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ سۈركىگەي. خېنە چاپقاندەك تۆت سائەت تۇرغۇزغاي. يەنە خېنىنى كۈندۇشنى قاينىتقان سۇدا يۇغۇرۇپ سۈركىگەي.

شەب يەمەننى ئەسرەك ۋە زەپەرنى ئارىلاشتۇرۇپ، يۇغۇرۇپ سۈركىگەي.

ئۇندەك يۇمشاق سوقۇلغان نوقۇتتىن 30 گىرام، مۇرمەككىدىن 15 گىرام، كۆنچى ئىشلىتىدىغان شوردىن توققۇز گىرام، قۇرۇتۇپ ۋە كۆيدۇرۇلگەن شاراب لېيىدىن توققۇز گىرام ئېلىپ، بۇلارنىڭ ھەممىسىنى كۆيدۇرۇلگەن تال ياغىچىنىڭ كۈلىنىڭ سۈيىدە يۇغۇرۇپ چاپقاي.

يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى سۇماق، سىرىق ئازارگۈن، پىرسياۋشان 60 گىرامدىن، ئەفسەنتىن بىر دەستە، قۇرۇتۇپ ئاقلانغان نوقۇت ئىككى چاڭگال. بۇلارنىڭ ھەممىسىنى سوقۇپ، 800 گىرام سۇغا چىلاپ، نەچچە كۈن تۇرغۇزغاندىن كېيىن چاچقا زىمات قىلغاي.

كۈندۈشنىڭ قاينىتىلغان سۈيى چاچنى سارغۇچ قىلۇر.

چاچنى ئاقارتىدىغان بويانىڭ نۇسخىسى گۈل نەسرىن، ماش، قارلىغاچ مايىقى، سامساق چېچىكى، تۇرۇپ، كەبەر چېچىكى، كالىنىڭ ئۆتى، گۈڭگۈرت قۇيۇنى، ھەممىسىنى سىركىدە، بولۇپمۇ سىركە لېيىدا يۇغۇرۇپ، چاچقا چاپسا چاچنى ئاقارتار.

يەنە چاچنى ئاقارتىدىغان بويانىڭ نۇسخىسى قۇرۇق راسەن، تۇرۇپنىڭ قۇرۇق پوستىنى سوقۇپ، ئازراق يېلىم بىلەن يۇغۇرۇپ چاپقاي.

يەنە چاچنى ئاقارتىدىغان بويانىڭ نۇسخىسى گۈل نەسرىن، كۆكنار پوستىنى لوفاھقا ئارىلاشتۇرۇپ چاپقاي، ئەگەر كافۇر ۋە گۈلابنى ئارىلاشتۇرسا ئوبدانراق بولۇر.

چاچنى ھۆل قىلىپ، ئۇندەك يۇمشاق سوققان گۈڭگۈرتنى سېلىپ تېڭىپ، ئازراق تۇرغۇزۇپ يۇيۇۋەتكەي، چاچنى گۈڭگۈرت بىلەن كۈندە ئىككى ياكى ئۈچ قېتىم ئىسلسا ۋە زىيىنگە قارشى تەدبىر قوللانسا، چاچنى ئاق قىلۇر.

چاچنى ئاقارتىدىغان ياغنىڭ نۇسخىسى كۈنجۈت ئۇننى تاغارغا قاچىلاپ ئەزگەي، تاغارنىڭ ئاغزىنى تۆۋەن قىلىپ، گۈڭگۈرت بىلەن ئۇنىڭ تېگىدىن ئىسلىغاي، يەنى ئوت بىلەن گۈڭگۈرتنى كۆيدۈرگەي، ھەر سائەتتە تاغارنى ئۆرۈپ، كۈنجۈتنى ئارىلاشتۇرۇپ تۇرغاي، نەچچە نۆۋەت شۇنداق قىلغاندىن كېيىن، كۈنجۈتتىن ياغ چىقىرىپ ئىشلەتكەي.

ئەگەر ئاق چاچنى تېخىمۇ ئاقراق قىلىشنى خالسا، تۇرۇپنى باشقا بىر كېچە چېپىپ، ئەتىسى ھەسەل ياكى سۈت ياكى شېكەر بىلەن يۇغاي.

ئاچچىق نارەنجىنىڭ سۈيىمۇ چاچنى ئاق قىلۇر.

ئون ئالتىنچى باب بويانىڭ زەرەرىنى يوقىتىش توغرىسىدا

بويىاق كۆپ ھاللاردا مېڭگە سوغۇقلۇق يەتكۈزۈپ، مېڭىنى زەئىپلەشتۈرەر ۋە نەزلە، سەكتىگە ئوخشاش كېسەللىكلەرگە سەۋەب بولۇر. شۇنىڭ ئۈچۈن، ئۇنىڭغا ئىپار، قەلەمپۇرغا

ئوخشاش مېڭىنى قۇۋۇەتلەيدىغان ئىسسىق تەبىئەتلىك نەرسىلەرنى قوشقاي ياكى ئارقىدىن ئىسسىق تەبىئەتلىك دورىلارنى يېگەي. بويىق چاچنى ئىنچىكىلىتەر. شۇڭا، بۇنىڭ ئالدىنى ئالىدىغان مۇۋاپىق دورىلارنى قوشقاي. بەزىدە بويىق چاچنى قۇرغاقلاشتۇرۇپ ئۇچىنى يېرىۋېتەر. بۇ چاغدا چاچنى بىنەپشە يېغى بىلەن مايلىسا پايدا قىلۇر.

ئىككىنچى بۆلۈم تېرىدە پەيدا بولىدىغان كېسەللىكلەر توغرىسىدا

بىرىنچى باب يۈز رەڭگىنىڭ بۇزۇلۇشى توغرىسىدا

سەۋەبى

بۇنىڭدا تېرە قاپدار ياكى سارغىيىپ قالۇر. قاپداپ قېلىشى ئاپتاپتا تولا تۇرۇش، سوغۇقتا تولا يول مېڭىش، مۇنچىغا تولا چۈشۈش، تۇزلانغان گۆش ۋە سەۋدانى كۆپەيتىدىغان يېمەكلىكلەرنى تولا يېيىشتىن كېلىپ چىقار.

يۈزنىڭ سارغىيىپ قېلىشى كېسەلچانلىق، تولا غەم قىلىش، تولا جىما قىلىش، ھاۋاسى ئىسسىق جايلاردا ئۇزۇن تۇرۇش، سىركە، زىرىنى كۆپ يېيىش ۋە كۆپ پۇراش، لاي سۇ ئىچىش قاتارلىق سەۋەبلەردىن پەيدا بولۇر. لاي سۇ تېرىدىكى ئىنچىكە تومۇرلاردا توسالغۇ پەيدا قىلىپ، ساپ قاننىڭ يۈرۈشۈشىگە توسالغۇلۇق قىلۇر. زىرىنى سوقۇپ سىركە بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ يۈزگە چاپسا، يۈز تېرىسىنى سارغايتار.

داۋالاش

نوقۇت سۇيى، چالا پىشۇرۇلغان تۇخۇم، مائۇللەھمى، ئەنجۇر، ئاق ئۇن نېنى، يېڭى سۈت قاتارلىقلار يۈزنى قىزارتار. چۈنكى ئۇلار قانىنى سۇيۇلدۇرۇپ ساپلاشتۇرۇپ، تومۇرلاردا يۈرۈشۈشىگە قولايلىق يارىتار. قۇرۇق ئەنجۇر بىلەن خورما بەدەننىڭ ئەسلىي ھارارىتىنى ئاشۇرۇپ، قانىنى ئۇچۇچانلاشتۇرار. ھەر كۈنى ئەتىگەندە سۈت ئىچسە رەڭگىرويىنى ياخشىلار. ھېلىلە مۇرابباسى، ئىترىفىل سەغىر ئىستېمال قىلسا، قانىنى تازىلاپ رەڭگىرويىنى ياخشىلار.

ھىك، مۇرچ، سۆئىدى، قەلەمپۇر قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقداردا ئېلىپ، تائامغا ئارىلاشتۇرۇپ يېسىمۇ رەڭگىرويىنى چىرايلىقلاشتۇرار. چۈنكى ئۇ، قانىنى ئۇچۇچانلاشتۇرۇپ ئىنچىكە تومۇرلاردىن يۈرۈشۈشىگە قولايلىقلاشتۇرۇپ، تېرە يۈزىگە تېپىر. زەپەر قانىنىڭ رەڭگىدە ئۆزگىرىش پەيدا قىلۇر، بولۇپمۇ شاراب بىلەن قاينىتىپ ئىچسە تېخىمۇ شۇنداق قىلۇر. ئالتە گىرام قۇرۇق زۇپانى 1.5 گىرام زەپەر ۋە مۇۋاپىق مىقداردىكى شېكەر بىلەن ئىستېمال قىلسا يۈزنى قىزارتار. ئېگىرمۇ يۈز رەڭگىنى چىرايلىقلاشتۇرار، ئەمما بەدەنگە ئىسسىق كەلمەسلىكى ئۈچۈن، ئارپا تالقىنىنى شېكەر بىلەن ئىستېمال قىلغاي. تۇرۇپ، كۈدە، پىياز، سامساق قاتارلىقلار يۈز تېرىسىنى چىرايلىقلاشتۇرار.

نورمال بەدەن چېنىقتۇرۇش، خۇشاللىنىش ۋە ئاچچىقلىنىشنىڭ نورمال بولۇشى، خۇش ئاۋازلارنى ئاڭلاش، مۇۋاپىق ئەتىرلەرنى پۇراش، پاكىز كىيىملەرنى كىيىش، مىجەزى ئوچۇق كىشىلەر بىلەن ھەمسۆھبەت بولۇش، ئويۇن - تاماشىلارنى كۆرۈش قاتارلىقلار يۈز رەڭگىنى چىرايلىق قىلۇر.

باقلە ئۇنى، ئارپا ئۇنى، نوقۇت ئۇنى، كۈرسنە ئۇنى، بۇغداينىڭ تاسقىمىغان ئۇنى، گۈرۈچ ئۇنى، بېلىق يېلىمى، ئىرسا، ئەنبەر، لازەن، كۈندۈر، مەستىكى، ئەنجۈر، تۇخۇم پوستى، سەدەپ قۇلۇلسى گۆشى، مۇقەل، ئۇپا، پىلنىڭ ئۇششاق چىشى، قۇرۇغان كونا سۆگەك، ھەببى مىھلەپ، ئوردان، تاتلىق بادام، تەرخەمەك ئۇرۇقى، قوغۇن ئۇرۇقى، سەۋزە ئۇرۇقى، تۇرۇپ ئۇرۇقى، شۇمشۇنىڭ قاينىتىلغان سۈيى، ئىكلىلمىلكىنىڭ قاينىتىلغان سۈيى، تۇرمۇس ئۇنى، تۇخۇم ئېقى قاتارلىقلارنى يۈزگە چاپسا، يۈز رەڭگىنى ئۆز ھالىتىدە ساقلار ھەم جۇلالىق قىلۇر.

يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى باقلە ئۇنى، كۈرسنە، تۇرمۇس ئۇنى، تۇرۇپ ئۇرۇقى، قوغۇن ئۇرۇقى، نوقۇت ئۇنى، نىشاستە قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، سوقۇشقا تېگىشلىكىنى سوقۇپ، يۈزگە چاپقاي.

يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى باقلە، يەنى لوبىيا ئۇنى، ئارپا ئۇنىنىڭ ھەربىرىدىن بىر ھەسسىدىن، نوقۇت ئۇنى، ئاقلانغان يېسىمۇق ئۇنى، كەتىرا، بۇغداي، نىشاستىنىڭ ھەربىرىدىن يېرىم ھەسسىدىن، تازىلانغان قوغۇن ئۇرۇقىدىن ئىككى ھەسسە ئېلىپ مەلھەم قىلىپ، كەچتە يۈزگە چېپىپ ياتقاي. ئەتىسى سۇ بىلەن يۇغاي.

يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى تاتلىق بادام، كەتىرا، ئەرەب يېلىمى، لوبىيا ئۇنى،

ئىرسا، بېلىق يېلىمى قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئالغاي. بېلىق يىلىمنى ئېرىتىپ، قالغان دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ، مەلھەم قىلىپ چاپقاي. ھەر كۈنى كەچتە ئاق ئادراسمان ئۇرۇقى بىلەن قىزىل ياكى سېرىق زەرىنخنى سۈت بىلەن ھۆل قىلىپ چاپقاي، ئەتىسى يۇيۇۋەتكەي.

يۇزگە ئاپتاپ، شامال ۋە سوغۇقلۇق تەسىر قىلماسلىقنى خالىسا، توخۇ تۇخۇمى ئېقنى يۇزگە چاپقاي ياكى يېڭى پىشۇرغان كۈدە سالغان نانىنى سۇغا چىلاپ، تۇخۇم ئېقى بىلەن يۇزگە چاپقاي. ئەرەب يېلىمنى سۇدا ئېرىتىپ چاپسا، ياخشى پايدا قىلۇر.

ئىككىنچى باب كۆز ئەتراپىدا پەيدا بولغان زەخىم ئىزلىرىنى يوقىتىش توغرىسىدا

ئاق مەدەسىتانىنى توخۇ يېغى، ئۆرەك يېغى ياكى باشقا ھايۋانلارنىڭ يېغى بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ چاپسا، ئىزنى يوق قىلار. نانىنىڭ ئارىسىدىكى يۇمشاق يېرى بىلەن چاپسىمۇ زەخىم ئىزىنى يوقىتار. ئىپار بىلەن پىلپىلنى چاپقاي. تال يوپۇرمىقى، كۈندۈر، تۇرۇپ، تېرىق، ھۆل پىننە قاتارلىقلارنىڭ ھەربىرىنى ھۆل يۇمغاقسۇت سۇيى ياكى كەرەپشە سۇيى بىلەن چاپقاي. ھاك، قىزىل توغرىغۇنى سىركە بىلەن يۇغۇرۇپ چاپسا، يۇزدىكى كۆكلىكنى يوقىتار. كۈندۈر، قىزىل توغرىغۇ ۋە سەبرىنى چاپسىمۇ، زەخىم ساقايغاندىن كېيىن قالغان كۆك ئىزنى يوقىتار.

ئەفسەنتىننى ھەسەل بىلەن چاپسا پايدا قىلۇر. مەستىكى بىلەن لازەننى چېپىپ، نەچچە كۈن تۇرغۇزسا ئىزنى يوقىتار. مەلھىمى داخلىيۇنمۇ بۇنىڭغا مەنپەئەت قىلۇر.

يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى ئالتۇن، كۈمۈش لېيى، كەپتەر مايىقى، سوپۇندىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ، سىركە بىلەن چاپقاي.

يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى ئاچچىق بادام مېغىزى، كۆيدۇرۇلگەن سەدەپ، ئاقلانغان نوقۇت، ئاق ئادراسمان ئۇرۇقىنىڭ ھەربىرىدىن ئالتە گىرامدىن، ئاقلانغان ماش، ئەنجۈر بىر يېرىم گىرامدىن، پۇرچاق، كۆپۈكى دەريا، ئەنجۈر، قۇرۇغان كونا ئۇستىخان، ئەنزىرۇت ھەربىرىدىن ئۈچ گىرامدىن ئېلىپ، ھەممىسىنى كاشكاپ ۋە شېكەر بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، زاراڭزىنىڭ سېرىق سۇيىنى ئېلىپ چاپقاي. يېڭى ساپال ئۇۋۇقنى سالسا پايدا قىلۇر. ئەنجۈرنى سىركە بىلەن نەمدەپ چاپسا، تېرە ئاستىدا ئۈيۈپ قالغان قانىنى تارقىتار.

ئۈچىنچى باب يارا ئىزى، سۇلۇق قاپاراتما ئىزى، داغ ۋە سەپكۈنلەرنى يوقىتىش توغرىسىدا

بۇنىڭ ئۈچۈن تۆۋەندىكى زىماتنى ئىشلەتكەي:

نۇسخىسى ئىرسا، قۇسته، يۇيۇلغان مەدەستان، بۇغىنىڭ كۆيدۈرۈلگەن مۇڭگۈزى، بۆرە ئەرمىنى، ئوشاق قاتارلىقلارنى زاراڭزىنىڭ سېرىق سۇيى بىلەن يۇغۇرۇپ چاپقاي.

يەنە بىر زىماتنىڭ نۇسخىسى تۆگىنىڭ كونىراپ ئاقىرىپ قالغان مايىقى، قۇرۇغان كونا سۆڭەك ھەربىرىدىن 30 گىرامدىن، قۇرۇق قوموش يىلتىزىدىن 60 گىرام، يېڭى ساپالنىڭ ئۇۋۇنقى، تۇرمۇس، قوغۇن ئۇرۇقى، تازىلانغان گۈرۈچ، نوقۇت، ھەبۇلبانىنىڭ ھەربىرىدىن 30 گىرامدىن ئېلىپ، ھەممىسىنى سوقۇپ، كاشكاپ بىلەن يۇغۇرۇپ تىلا قىلغاي، ئەگەر بۇ خىل تىلا قىلىشتا زىراۋەندە، مۇرمەككىنى قوشسا ئوبدان بولۇر.

مەستىكىنى سۈرۈپ ئالته كۈن تۇرغۇزغاندىن كېيىن ئىكىلىملىكنىڭ قاينىتىلغان سۈيى بىلەن ياكى شۇمشۇنىڭ قاينىتىلغان سۈيى بىلەن يۇغۇرۇپ، ئاندىن كېيىن كۈندۈر، بۆرە ئەرمىنى، ھاك، مومىلارنى ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ چاپقاي. ئۈچ كۈنده بىر ئېچىپ يۇسا، چوڭقۇر ئىزلارنى يوق قىلۇر.

زىرىق يىلتىزىنىڭ سىقىلغان سۈيى بىلەن يۇسا، سەپكۈن ۋە داغنى يوقىتار. كەرۋىيا، مۇرمەككى، سافسىيا، ئەنسىل پىيىزىنى ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ چاپسا مەنپەئەت قىلۇر.

تۇرۇپ ئۇرۇقى ۋە قىچنى ئەنجۈر بىلەن ھۆل قىلىپ، سىركىگە ئارىلاشتۇرۇپ چاپسا داغنى يوقىتار. قۇسته ۋە دارچىننى زاراڭزىنىڭ سېرىق سۇيى بىلەن يۇغۇرۇپ چاپسا، مەنپەئەت قىلۇر.

يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى مۇقەل، زاغۇن ئۇرۇقىنى قېتىق سۇيى بىلەن يۇغۇرۇپ چاپقاي.

نەرگىس پىيىزى ۋە زاغۇننى سۈركسه ۋە چاپسا مەنپەئەت قىلۇر.

مەلھەمى داخلىيۇننىڭ نۇسخىسى 15 گىرام مەدەستاننى 60 گىرام كونا زەيتۇن يېغىدا ئېرىتىپ، 30 گىرام قىچا سۇيى، 30 گىرام شۇمشا سۇيىگە چىلاپ، 15 گىرام مۇقەلنى ئېرىتىپ ئارىلاشتۇرۇپ، مەلھەم قىلىپ چاپقاي.

يەنە بىر خىل مەنپەئەت قىلىدىغان قۇرسىنىڭ نۇسخىسى مازارىيون 12 گىرام، ئاقلانغان قىچا ئۇرۇقى 30 گىرام، ئوشاق بىلەن مۇقەلدىن ئالته گىرامدىن. ئوشاق بىلەن

مۇقەلنى سۇدا ئېرىتىپ، بۇ دورىلارنى ئارىلاشتۇرۇپ قۇرس قىلغاي.

يەنە بىر سىناقتىن ئۆتكەن دورىنىڭ نۇسخىسى ئاچچىق بادامنىڭ ئاقلانغان مېغىزىدىن توققۇز گىرام ئېلىپ يۇمشاق ئېزىپ، ئالتە گىرام سىمابنى ئۇنىڭغا سېلىپ ئېزىپ ئۆلتۈرگەي. سىمابنىڭ ئىزناسى قالمىغاي، بادامنىڭ مېغىزى قارا بولغاي. قوغۇننىڭ ئۇرۇقىدىن 15 گىرام ئېلىپ سوقۇپ ۋە ئۇنىڭ بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، ھەر كېچىسى سۈركىگەي.

ھۆكۈمالار مۇنداق ئېيتقان ئىكەن:

بۇ خىل تىلانى ھەر سائەتتە يېگىلاپ تۇرغاي، ھاممامدىن ۋە بىر ھەپتە يۇيۇشتىن ساقلانغاي. بىر ھەپتىدىن كېيىن يۇزىنى يۇغاي، شۇنىڭ بىلەن داغ ۋە سەپكۈن يوقار.

سەپكۈن ۋە داغ بولغان كىشى مەتبۇخى ھېلىلە بىلەن ياكى ئەفتمۇن بىلەن ياكى سۈتنىڭ سىرىق سۇيى بىلەن ئىچىنى تازىلاپ، ئاندىن بۇ مەلھەملەرنى ئىشلەتكەي.

تۆتىنچى باب بەدەندە كۆك ئىزلار پەيدا بولۇپ، بەدەننىڭ رەڭگى ئۆزگىرىش ۋە ئۇنى يوقىتىشنىڭ تەدبىرى توغرىسىدا

ئىلگىرىكى بابلاردا بايان قىلىنغان دورىلار بۇ كېسەللىكلەرنىڭ مەنپەئەت قىلۇر.

بۆرە ئەرمىنى سۇدا ئېزىپ، كۆكەرگەن يەرنى يۇغاي.

مەستىكىنى يۇمشىتىپ، كۆكەرگەن يەرگە قويۇپ بىر ھەپتە تېڭىپ، ئاندىن كېيىن يېشىپ، تۆز سۈركىگەي، يەنە مەستىكىنى سۈركىگەي. بۇ تەدبىرنى نەچچە نۆۋەت قىلسا، شۇنىڭ بىلەن كۆكلۈك يوقار. ئەگەر بۇ تەدبىر پايدا قىلمىسا، بالادۇر شىرىسى قويغاي، شۇنىڭ بىلەن جاراھەت بولغاي، ئاندىن كېيىن جاراھەتكە مەلھەم سۈركىگەي.

بەشىنچى باب بادەشنام توغرىسىدا

بادەشنام دېگەن يۇزدە، قولدا ۋە پۇتتا قىزىللىق پەيدا بولغان كېسەللىكنى كۆرسەتەر. ئۇ، جوزام كېسەللىكى باشلانغاندىكى تېرە رەڭگىگە ئوخشار، قىش كۈنلىرى كۆپرەك بولۇر. چۈنكى قاندىن ھاسىل بولغان كۆپ بۇخارات تېرىنىڭ ئاستىدا توختاپ قالۇر.

قان ئالغاي، هىجامەت قويغاي، زۇلۇك قۇرتى قويغاي، سۈرگە دورىسى بەرگەي، جوزام كېسەللىكىنىڭ (ماخاۋ) باشلىنىشىدا قىلغان ئىلاجلارنى قىلغاي.

ئالتىنچى باب بەھەق، بەرەس ۋە ۋەزمە توغرىسىدا

بەھەق، بەرەس ۋە ۋەزمە ئاشقازان قۇۋۇتىنىڭ زەئىپلىكىدىن بولۇر، غىزانى ئەزالارغا ئۆزلىشىدىغان هالەتتە دەل جايىغا يەتكۈزۈپ هەزىم قىلالماس.

بۇلار ئوتتۇرىسىدىكى پەرق شۇكى، بەھەقنىڭ ماددىسى سۇيۇقراق بولۇر، چىقىرىپ تاشلاش قۇۋۇتى ئۇنى قۇۋۇەت بىلەن تېرىنىڭ سىرتىغا چىقىرىپ، زاهىر قىلۇر. بەرەسنىڭ ماددىسى قويۇقراق بولۇپ، هەيدەپ چىقىرىش قۇۋۇتى سۇسلۇق بىلەن چىقرار. شۇ سەۋەبتىن ماددا ئىچىدە قالۇر. ئاشۇ ئەزانىڭ مىزاجىنى بۇزار، شۇ يەرگە ئوزۇقلۇقنىڭ ماددىسى يەتسە، بەدەنگە تارقاپ، شۇ ماددىغا قوشۇلۇپ، شۇ ماددىنىڭ تەبىئىتىنى ئالۇر. ئەگەر ئوزۇقلۇق ئوبدان ۋە پاكىز بولسىمۇ بۇزار، شۇنداقكى، مىزاجنىڭ ئوبدىنى يامان ۋە بۇزۇلغان غىزانى هەزىم قىلار. مىزاجنىڭ يامنى ياخشى ماددىنى ۋەيران قىلغانغا ئوخشاش، بىر دەرەخنى بىر شەهەردىن يەنە بىر شەهەرگە ئېلىپ بارسا، مېۋىسى ئۆزگەرگەنگە ئوخشاش.

جالىنۇس مۇنداق هېكايەت قىلۇر:

پارس مەملىكىتىدە بىر دەرەخ بار ئىدى. ئۇنىڭ مېۋىسى ئاچچىق ۋە زەهەرلىك ئىدى. ئۇ دەرەخنى سوغۇق رايونغا كۆچۈرگەندە، ئۇنىڭ مېۋىسى تاتلىق بولدى.

ئادەمزاتنىڭ مىزاجى ۋە رەڭگى شۇنىڭغا ئوخشار، هەربىر مەملىكەتنىڭ گىياهلىرى هاۋاسىغا بېقىپ بولۇر. ئاپتاپنىڭ كۈچلۈك - ئاجىزلىقىغا قاراپ هەر خىل بولۇر. ماددىلار ئەزالارنىڭ ئوخشىماسلىقىغا قاراپ هەر خىل بولۇر.

هەرقاچان بىرەر ئەزادا بەلغەم كۆپ بولسا، ئۇ ئەزانىڭ گۆشى سەدەپ قۇلۇلسىنىڭ گۆشى ۋە بېلىقنىڭ گۆشىگە ئوخشاش بولۇر. قانىمۇ بەلغەم خاراكتېرىگە ئىگە قىلۇر، يەنى ئاق قىلۇر.

ئاق بەھەقنىڭ ماددىسى خام بەلغەم بولۇر، قارا بەھەقنىڭ ماددىسى سەۋدا بولۇر. ئاق بەرەس بىلەن قارا بەرەسنىڭ ئاتالغۇسى ئوخشىشپ كەتسىمۇ، ئەمما مەنىسىدە ئوخشىماسلىق بارىدۇر. چۈنكى قارا بەھەق قۇباغا ئوخشاش قاقاچلىق بولۇر. تېرىنى يىرىك قىلۇر. بېلىق قاسرىقىنىڭ جۇدا بولغان قاسرىقىغا ئوخشار، قارا بەھەقتىن پەيدا بولۇر، قىچىشار، ئۇنىڭ ماددىسى سەۋدا

بولۇر، پوستى ۋە ئۇنىڭ چۆرىسى سەۋدا خىلىتىنى ئۆزىگە تارتار. بۇ كېسەللىك جوزام (ماخاۋ)نىڭ باشلىنىشى ھېسابلىنار. قارا بەھەقنىڭ ئالامىتى ئىلگىرى بايان قىلىندى. پەرقلەندۈرۈش مۇشكۈل ئەمەس، كۆپ ھاللاردا ئاق بەھەق «ۋەزھ» دەپ ئاتىلۇر.

ئاق بەرەس بىلەن ۋەزەھنى پەرقلەندۈرۈش مۇشكۈلدۇر.

بۇنىڭ پەرقى شۇكى، ۋەزەھكە قارا تۈك ئۆسەر ياكى نارەنجى رەڭلىك تۈك ئۆسەر، بەرەسكە ئاقتىن باشقا تۈك ئۇنمەس، ۋەزەھتىن قان چىقار. ئەگەر سىلسا ئاسان قىزىرار، ئەگەر ئاسان قىزارمسا يامان ھېسابلىنار. ئاق بەرەس قىزارماس، ئۇنىڭدىن سېرىق ھۆللۈك زاھىر بولۇر.

قارا بەھەق ۋە قارا بەرەسنىڭ پەرقى مۇنداق بولۇر:

قارا بەھەق يۇمشاق بولۇر، قارا بەرەس يىرىك بولۇر، بۇلار يۇقىرىدا بايان قىلىندى.

ئاق بەھەق ۋە ئاق بەرەس قانچە يۇمشاق بولسا شۇنچە يامان بولۇر، قارا بەھەق ۋە قارا بەرەس قانچە يۇمشاقراق بولسا ئوبدان بولۇر. بۇنىڭ رەڭگى يەنە بىر ئەزانىڭ رەڭگىگە يېقىنراق بولسا ساقىيىشتىن ئۈمىد بولۇر. ئەگەر يەنە بىر ئەزانىڭ رەڭگىگە ئوخشىمسا ساقىيىشتىن ئۈمىد بولماس.

داۋالاش

ئاق بەھەقكە ئىلاج قىلىش ئۈچۈن، ئالدى بىلەن بەدەندىن بەلغەم خىلىتىنى تازىلىغاي، ھەمىشە ئىترىفىل سەغىر يېگەي. ئوردان ۋە شەترەنجىنى سوقۇپ، سىركە بىلەن چاپقاي.

يەنە بىر تىلانىڭ نۇسخىسى تۇرۇپ ئۇرۇقى، زاغۇن، ئوردان، شەترەنجى يېغى، شەھمەنزەلنىڭ لېيى، مازارىيون، مەھمۇدە، قىچا ھەممىسىنى ئوخشاش مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، سىركە بىلەن چاپقاي. بۇ تىلا ئىنتايىن پايدا قىلۇر. دورىلارنى ئېھتىياجغا قاراپ زىيادە - كەم قىلغاي. ھەرقاچان تېرە زەخىملىنىپ ئېچىلسا، قاپارسا، تىلا قىلىشنى نەچچە كۈن توختاتقاي. قاپارتمىلار ئوڭشالسا كېيىن يەنە تىلا قىلغاي.

ئەگەر قارا بەھەقتىن قان ئالامىتى زاھىر بولسا، ھەفت ئەندام تومۇرىدىن قان ئالغاي، سەۋدا خىلىتىنى بەدەندىن تازىلغاي.

مەتبۇخى ئەفتىمۇن، غارىقۇن، قارا ھېلىلە، بىستىپايەج، ئۇستۇددۇس ئۇرۇقى ئېلىۋېتىلگەن قۇرۇق ئۈزۈم، ئەنجۇر، ھەجەرى ئەرمەنى، مەغسۇل، لاجۇۋەرد تېشى، خەربەق، بۇلارنى مۇرەككەپلەشتۈرۈپ بەدەننى تازىلغاي، ئەگەر سۇرگۈچ قۇۋۇتى بولمىسا، سېرىقسۇ قوشۇپ

ئىچكۈزگەي. ھەر كۈنى ئۇچ گىرام ئەقتىمۇننى بىر پىيالە قېتىق سۈزمىسى سۈيىگە قوشۇپ بەرگەي. مەجۇنى نۇجاھنى ئىستېمال قىلغاي.

مەنپەئەت قىلىدىغان مەجۇننىڭ نۇسخىسى قارا ھېلىلە، ھېلىلە كابۇلى، ئەقتىمۇن ھەرقايسىسىدىن ئوخشاش مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ، ئۇرۇقى ئېلىۋېتىلگەن قارا قۇرۇق ئۈزۈم بىلەن يۇغۇرۇپ يېگەي.

ئاق بەرەستە سوغۇقلۇق ۋە ھۆللۈكنى ئاشۇرىدىغان تەدبىرلەردىن پەرھېز قىلغاي، ئىسسىقلىقنى ئاشۇرىدىغان نازۇك ۋە يۇمشاق قىلىدىغان تەدبىرلەرنى قىلغاي.

ئىسسىق تەبىئەتلىك شەربىتى فەندىقون، بېھى شەربىتى بەرگەي، كونا شاراب بەرگەي، بەدەننى تازىلاش ئۈچۈن قەي قىلدۇرغاي، ئاندىن ئايارەج لوغانزىيا، ئايارەج رۇفس، ئايارەج ئەركاغانىس، مەجۇن، بەيادىتۇس، مەجۇنى بالادۇر، بۇلارنى مەتبۇخى ئەقتىمۇن بىلەن ياكى مەتبۇخى ھېلىلە بىلەن بەرگەي.

ئەگەر بۇ دورىلارنى كۆتۈرگۈدەك قۇۋۋەت بولمىسا ئايارەج پەيقىرا بەرگەي.

يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى سۇمبۇل، دارچىن، قەلەمپۇر، مەستىكى، ئاسارۇن، رۇمبەدىيان، ئۇدبىلسان، زەپەر، سازەج ھىندى، پىننە، شەھمەنزەل لېپشى ھەرقايسىسىدىن ئۇچ گىرامدىن، سەبرىدىن ئالتە گىرامدىن ئېلىپ، ھەممىسىنى سوقۇپ يېگەي.

ئىترىفىل ھامان مەنپەئەت قىلۇر.

ئىترىفىل ھامانىنىڭ نۇسخىسى ھېلىلە كابۇلى 60 گىرام، ھېلىلە، ئامىلە ھەربىرىدىن 30 گىرامدىن، پوستى ئاقلانغان بەرەڭگە كابۇلى 15 گىرام، شەترەنجى، سۆئىدى، زەنجۇبىلنىڭ ھەربىرىدىن توققۇز گىرامدىن، سازەنج ھىندى 15 گىرام، بىستىپايەج، ئۇستۇقۇددۇسنىڭ ھەربىرىن ئىككى گىرام، غارىقۇندىن 18 گىرام، كۇندۇر، مەستىكى، رۇمبەدىيان، قەلەمپۇر، قاقىلە، جۇزبۇۋا ھەربىرىدىن ئالتە گىرامدىن، مۇرچ، پىلپىل، مشكىنىڭ ھەربىرىدىن 12 گىرامدىن. بۇلارنى ساپ ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، ھەر قېتىمدا 6 ~ 9 گىرامغىچە يېگەي.

يەنە بىر مەجۇننىڭ نۇسخىسى ھېلىلە كابۇلى، بەلىلە، ئامىلە، ئەقتىمۇن، تەرەتىز، ياۋا سەۋزە ئۇرۇقى ھەرقايسىسىدىن 15 گىرامدىن، جۇزبۇۋا، ئاقرقەرھا، شەترەنجى ھەرقايسىسىدىن ئالتە گىرامدىن، پىلپىل، گۈل دارچىن ھەرقايسىسىدىن 12 گىرامدىن، بۇلارنى ساپ ھەسەل بىلەن ئارىلاشتۇرۇپ، ھەر قېتىمدا توققۇز گىرامدىن يېگەي.

مازەرىيون يوپۇرمىقىنى تېڭىش ئۇسۇلى مازەرىيون، بۆرە ئەرمىنى، قارا خەربەق،

ھېللە ھەممىسنى ئوخشاش مىقداردا ئېلىپ، سىركە بىلەن يۇمشاق پىشۇرغاي، ئاندىن كېيىن ئازراق توغرىغۇ، زەرارىھ، ئارپىبەدىيان، تۆمۇر پوقى، كۆپۈكى دەريانى سالايە قىلىپ تېمىتقاي. كېيىن يەرلىك نىترون بىلەن يۇغاي، ئاخىردا بۇ دورىلارنى توخۇ پېيى بىلەن يەرلىك ئورۇنغا ئاپتاپتا نەچچە كۈنگىچە چاپقاي. نەچچە كۈنگىچە چىداپ يۇمغاي، قاپارتچۇق ئۆرلىگەي.

يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى قارا خەرىەق، موزا، پىياز قاتارلىقلارنى سىركە بىلەن قوشۇپ قاينىتىپ چاپقاي.

يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى شەتەرەنجىنى چالا سوقۇپ، ھەببۇلئاس يېغىدا پىشۇرۇپ، ئاشۇ ئورۇنغا چاپقاي.

بىر ھەكىم مۇنداق ئېيتقان ئىكەن:

بەسرە شەھىرىدە بىر ئايالنى كۆردۈم، بەرەسكە ئىلاج قىلدى، قىلغان ئىلاجى مەنپەئەت قىلدى، ئۇنىڭ ئىلاجىنى ئۆگەندىم. ئۇنىڭ ئىلاجى ھەب ئىدى.

بۇ ھەبنىڭ نۇسخىسى زەنجىۋىل، ئاقمۇچ، قارا خەرىەق، ئايارەج پەيقرانىڭ ھەرقايسىسىدىن ئوخشاش مىقداردا ئېلىپ، ھەممىسنى ئېزىپ قاينىتىپ، شارابتا يۇغۇرۇپ ھەب قىلىپ، ھەر قېتىمدا توققۇز گىرامدىن يېگەي، ئۇنىڭدىن كېيىن بۇ تىلانى بۇيرۇغاي.

بۇ تىلانىڭ نۇسخىسى شەترەنجى، سۇرمە، موزا، بېلىق ئۇستىخىنىنى كۆيدۈرۈپ، قىزىل زاك ۋە سىركە بىلەن تىلا قىلىپ چاپقاي.

قارا بەرەسنى تەكشۈرۈپ، ئەگەر بەدەندە قاندىن تولۇپ قېلىش بولسا، ئاۋۋال قان ئالغاي، بەدەندىن سەۋدانى تازىلايدىغان دورا بەرگەي. ھەببى ئىستەمخىقون، مەتبۇخى ئەفتىمۇنغا ئوخشاش دورىلار بىلەن سۇرگە بەرگەي. سۇرگە بەرگەندىن كېيىن ئىترىفىل ئەفتىمۇننى ۋە مەجۇنى نۇجاھنى يېگەي. سېرىقسۇ بىلەن ئەفتىمۇن بەرسە ئىنتايىن مەنپەئەت قىلۇر، ھامامغا چۈشۈشمۇ مەنپەئەت قىلۇر، بىر كېچە پۈتنىڭ سوغۇنى ياغلاپ ياتسا مەنپەئەت قىلۇر.

مەنپەئەتلىك سۇفۇپنىڭ نۇسخىسى بۇ، قارا بەھەق ۋە بەرەسكە شىپا بولۇر.

قارا ھېللە، ئامىلە، سىياداندىن بىر ھەسسىدىن، زۈپادىن بىر يېرىم ھەسسە ئېلىپ، ھەر كۈنى بۇلاردىن ئەتىگەندە توققۇز گىرام، كەچتە توققۇز گىرام ئېلىپ، ئۇرۇقىنى ئېلىۋەتكەن قۇرۇق ئۈزۈم بىلەن سوقۇپ يۇغۇرۇپ يېگەي.

مەنپەئەتلىك تىلانىڭ نۇسخىسى قارا خەرىەق، ئاق خەرىەق، يۇيۇلغان ھاك، ھەرقايسىسىدىن ئوخشاش مىقداردا ئېلىپ، سۇدا ھۆل قىلىپ چاپلىسا مەنپەئەت قىلۇر، ئىنشائاللا.

يەتتىنچى باب قولتۇق سېسىق پۇراش ۋە سېسىق تەرلەش توغرىسىدا

قولتۇقنىڭ سېسىق پۇرىشى تەرنىڭ سېسىقلىقىدىن بولۇر، تەرنىڭ سېسىق بولۇشىنىڭ سەۋەبى جىما قىلغان ۋە ھەيز كۆرگەندە غۇسلى قىلىشنى كېچىكتۈرۈش سەۋەبىدىن بولۇر.

تائامغا شۇمشا، ھىڭ، پىيازغا ئوخشاش دورىلارنى قوشۇپ يېسە، تەرنىڭ پۇرىقى ۋە پېشاپنىڭ پۇرىقى سېسىق پۇرار.

داۋالاش

بىر كىشىنىڭ تەرى ۋە قولتۇقى سېسىق پۇرىسا، ئەگەر بەدىنىدە تولۇپ قېلىش بولسا، ئۇنىڭغا سۈرگە بەرگەي، ھاممامغا كىرگەي، پاكىز كىيىملەرنى كىيگەي، خۇشبۇي نەرسىلەرنى بەدىنگە ئىشلەتكەي. تەرنى سېسىق قىلىدىغان تائاملارنى يېيىشتىن پەرھېز قىلغاي. ھەر كۈنى ناشتىدا تەرنى خۇشبۇي قىلىدىغان تائاملاردىن ئازراق يېگەي، سەلىخە، فەلەنچە، كەرەپشە ۋە ھەرشىق، ھەلىيۇن قاتارلىقلارنى ئىستېمال قىلغاي. لېكىن ھەلىيۇننىڭ خاسىيىتى شۇكى، چوڭ تەرەتنى سېسىق قىلۇر، ئۆرۈك ۋە ئۇنىڭ چىلىغان سۈيى ئېغىزنى خۇشبۇي قىلار، قولتۇق پۇراشنى يوقتار.

ھۆل ھەببۇلئاسنىڭ سۈيى ۋە يالپۇزنىڭ قايناتقان سۈيى، مەرزەنجۇش، ئالما يوپۇرمىقى چاپسا مەنپەئەت قىلۇر.

ھەببۇلئاس، سەندەل، سۆئىدى، قەسبۇزەررە، تۇرۇنجى پوستى، مەرزەنجۇش، رەيھان، ئۆشنە، سەۋسەن يوپۇرمىقى ھەممىسىنى سالايە قىلىپ ئىشلەتكەي، بۇ مەنپەئەتلىكتۇر.

مەنپەئەتلىك قۇرسنىڭ نۇسخىسى سەندەل، سەلىخە، سۇمبۇل، سوك، شەب يەمەنى، مۇرمەككى، سازەج ھىندى، گۈل سۇرۇخنىڭ ھەرقايسىسىدىن بىر ھەسسىدىن، تۇتىيا، ئاق مەدەستانىنىڭ ھەرقايسىسىدىن ئۈچ ھەسسىدىن، كافۇردىن يېرىم ھەسسە ئېلىپ، ھەممىسىنى سوقۇپ، گۈلاب بىلەن يۇغۇرۇپ قۇرس قىلىپ، سايىدا قۇرۇتۇپ سالايە قىلىپ يېگەي.

يەنە بىر نۇسخا گۈلسۇرۇختىن 400 گىرام، سوك، سۇمبۇل، سۆئىدى، مۇرمەككى، زەمچىنىڭ ھەرقايسىسىدىن 30 گىرامدىن ئېلىپ، گۈلاب بىلەن قۇرس قىلىپ ۋە ئۇنى سايىدا

قۇرۇتۇپ يېگەي.

يەنە بىر نۇسخا دارچىن، سۇمبۇل، يۇلغۇن مېۋىسى، قوستە ھەرقايسىسىدىن 60 گىرامدىن، تىنۇل جەزىرە، قوغۇشۇن لېيى، ئىسپىداجنىڭ ھەرقايسىسىدىن 30 گىرامدىن، شېھ، سۇمبۇل رۇمى ھەرقايسىسىدىن 30 گىرامدىن، زەپەر، قىزىلگۈل ھەرقايسىسىدىن 84 گىرامدىن ئېلىپ، ھەممىسىنى يۇمشاق سالايە قىلىپ، ھۆل ھەببۇلئاسنىڭ سۈيىدە يۇغۇرۇپ، زەپەرنى شاراب بىلەن ئېرىتىپ، ھەممىسىنى قۇرس قىلغاي.

ئاق مەدەستاننى سالايە قىلىپ، گۈلاب بىلەن ھۆل قىلىپ قۇرس قىلغاي.

بۇ قۇرسنى يېڭى گۈلنىڭ يوپۇرمىقى ئارىسىدا قويۇپ قۇرۇتقاي، گۈلاب ۋە كافۇر بىلەن سالايە قىلىپ ئىشلەتكەي. تۈتىيانى تۈز سۈيى بىلەن يۇيۇپ، قۇرۇتۇپ، گۈلاب بىلەن كافۇر قوشۇپ ئىشلەتكەي.

ئېغىز پۇراشنىڭ ئىلاجى ئۆز ئورنىدا بايان قىلىنىدۇ.

سەككىزىنچى باب چوڭ ـ كىچىك تەرەتنىڭ سېسىق پۇرىشى توغرىسىدا

سەۋەبى

بىرى، ئۇچەيدە سېسىق ماددا پەيدا بولۇشتىن بولۇر. يەنە بىرى، ئۇشتۇرغار، ھېلىق، سامساق، زاغۇن، كۈدە، ئەنجۈدانغا ئوخشاش چوڭ ـ كىچىك تەرەتنى سېسىق پۇراتقۇچى نەرسىلەرنى يېيىشتىن بولۇر.

داۋالاش

ئۇچەينى ئايارەج پەيقرا بىلەن تازىلىغاي. ھەزىم قۇۋۋەتتىنىڭ كۈچىيىشى ئۈچۈن ياخشى غىزانى نورمال مىقداردا يېگەي. ياخشى شاراب چوڭ تەرەتنىڭ پۇرىقىنى يوقىتار. شۇمشا سۈيدۈك بىلەن تەرنى سېسىق قىلۇر، ئەمما چوڭ تەرەتنىڭ سېسىق پۇرىقىنى يوقىتار.

قالغىنىنى ئاللا بىلۇر.

توققۇزىنچى باب بەدەن پىتلاش توغرىسىدا

بەدەن ھارارەتلىك ھۆللۈكنى تېرە يۈزىگە ئىتتىرسە، سۇيۇق بولسا تەر، قويۇق بولسا كىر بولۇر. يەنىمۇ قويۇق بولسا، تېرە كىرگە ئوخشاش كېپەكلىشەر. ئۇ ھۆللۈك يامان، قۇرۇق بولۇپ، تېرە ئاستىدا بولسا، «دائۇسسۆئىلەپ» كېسەللىكى پەيدا بولۇر. بۇ ھۆللۈكە سېرىق رەڭلىك يىرىڭ قوشۇلسا، تېرىنى كۆيدۈرۈپ كالا تەمرەتكىسى «قۇبا»نى پەيدا قىلۇر. كېرەكسىز ماددا بەك يامان بولمىسا، ئۇنىڭغا يىرىڭ قوشۇلمىسا، ئۇنىڭدا جانلىق پەيدا بولۇش شارائىتى ھازىرلىنىپ، پىت پەيدا بولۇشقا باشلار. بەزىدە پىت بىراقلا كۆپىيەر. ھەتتا پىت ئارقىمۇئارقا كۆپەيگەنلىكتىن كىشىنىڭ رەڭگىرويى بۇزۇلار. تائامغا ئىشتىھاسى بولماس، بەدەن قۇۋۇتسىز كېتەر.

سەۋەبى

سۇيۇق كەيمۇس پەيدا قىلىدىغان يېمەكلىكلەرنى ئىستېمال قىلغاندىن كېيىن، تېرىنىڭ تېشىغا ئىتتىرىپ، پىت پەيدا قىلۇر. ئەنجۈرنى كۆپ يېيىش، جىما ھەرىكىتى سەۋەبىدىن مەنىيدىن ئۆرلىگەن پىت پەيدا بولىدىغان ماددا بولۇر، بولۇپمۇ جىما ۋە ھەيزدىن كېيىنكى غۇسلى كېچىكتۈرۈلسە، بەدەندە پىت پەيدا بولۇر.

داۋالاش

پىت داۋاملىق، كۆپ پەيدا بولسا، قان ئالغاي، ئۇنىڭدىن كېيىن مۇناسىپ دورىلارنى ئىچكەي. ماددىنى قوزغىتىدىغان دورىلارنى ئىشلەتكەي. ئۆزىنى پاكىز تۇتۇشقا ئەھمىيەت بەرگەي. يىپەك، چىگە رەختلەردىن كىيىم تىكىپ پات - پات ئالماشتۇرۇپ تۇرغاي. سۇماق، زەيتۇن يېغى، قاۋ يوپۇرمقى ۋە يىلتىزى، زەمچە قاتارلىقلارنى ياكى تاغ تېرىكىنىڭ يوپۇرمقى، ئانار يوپۇرمقى، شەھمەنزەل يوپۇرمقى، زىغىر يوپۇرمقى، قەسبۇزەرىرە، دارچىن، زەيتۇن يېغى قاتارلىقلارغا ئوخشاش ھۆللۈكنى قۇرۇتقۇچى دورىلار بىلەن مەلھەم تەييارلاپ بەدەنگە سۈركىگەي. بۇ مەلھەمگە مېكىيان يېغى ياكى زەيتۇن يېغى قوشۇلسىمۇ، ناھايىتى ياخشى پايدا قىلۇر.

قېلىن دارچىن، زىراۋەندە، ئاقرقەرھا، نەممام، لالىگۇل، جۆئىدە، رۇمبەدىيان، مىشكى

تەرامشى، چاققاقئوت ئۇرۇقى، بەرەنجاسپ، قەردمانە قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ، مەلھەم تەييارلاپ بەدەنگە چاپقاي.

يەنە تۆۋەندىكى مەلھەمنى چاپقاي:

نۇسخىسى شيافى مامىيسادىن 10 گىرام، قۇستىدىن بىر يېرىم گىرام، بۆرە ئەرمىنىدىن ئۇچ گىرام، نىشاستىنى دورىلارنىڭ باراۋىرىدە، زەرنىختىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ سوقۇپ، قائىدە بويىچە مەلھەم تەييارلاپ، بەدەننى يۇيۇپ تازىلىغاندىن كېيىن چاپقاي. ئەگەر مەلۇم سەۋەبلەر بىلەن بۇ مەلھەمنى ئىشلەتكىلى بولمىسا، تۇرمۇسنىڭ قاينىتىلغان سۇيى، قىزىلچا، پۇدىنە قاياناتمىسى بىلەن يۇسمۇ ياخشى پايدا قىلۇر.

سەبرىنى باش يۇيىدىغان گىل بىلەن مەلھەم قىلىپ چاچ - ساقالغا چاپسا، كۆپ ياخشى بولۇر.

يەنە بىر كۆچلۈك دورىنىڭ نۇسخىسى مەۋزەج، قىزىل زەرنىختىن مۇۋاپىق مىدارىدا ئېلىپ، سالايە قىلىپ چاچقا سۈركىگەي.

ئاق خەربەق، بۆرە ئەرمىنى، شەھمەنزەل يوپۇرمىقى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ، زەيتۇن يېغى بىلەن مەلھەم قىلىپ سۈركىگەي.

تۆۋەندىكى مەلھەمنى چاپقاي:

نۇسخىسى قىچا ئۇرۇقى، كۈندۈشتىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ، ئازراق سىركە تېمىتىپ، كۈشتە قىلىنغان سىمابتىن مۇۋاپىق مىقدارىدا قوشۇپ مەلھەم قىلىپ چاپقاي.

تۆۋەندىكى مەلھەمنى چاپقاي:

نۇسخىسى كۈندۈش، قىزىل زەرنىخ، ئۇزۇنچاق زىراۋەندە، قەتران، كالا ئۆتى قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ، مەلھەم قىلىپ چاپقاي.

تۆۋەندىكى مەلھەمنى چاپقاي:

نۇسخىسى قەتران، جىنتىيانا، زەرنىخ قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ، سەۋسەن يېغى بىلەن مەلھەم قىلىپ مۇنچىدا بەدەنگە سۈركىگەي.

تۆۋەندىكى ئىسرىق بىلەن ئىسلىغاي:

نۇسخىسى موزا، كۈندۈش، مەۋزەج، زەرنىخ، ئىپار قاتارلىقلاردىن مۇۋاپىق مىقدارىدا ئېلىپ، كۆيدۈرۈپ ئىسلىغاي.

ئارقىدىن مەزكۇر ئىسرىق دورىلىرى بىلەن مەلھەم تەييارلاپ سۈركىسە ياخشى بولۇر.

ئوننىچى باب پۇت ـ قوللار يېرىلىش توغرىسىدا

سەۋەبى

پۇت ـ قوللارنىڭ يېرىلىشى قۇرۇقلۇقنىڭ غالىبلىقىدىن بولۇر.

داۋالاش

توپىدىن ئېھتىيات قىلغاي. موزىنى ئۆچكىنىڭ چاۋا يېغى بىلەن مەلھەم قىلىپ، يېرىلغان ئورۇنغا چاپقاي. قوغۇشۇن كۇشتىسى، رو كۇشتىسىنى بۆرە يېغى ۋە سۇندۇرۇس يېغى بىلەن مەلھەم قىلىپ چاپسا پايدا قىلۇر. ئەرەب يېلىمىنى ئېرىتىپ چاپقاي. مۇنچىدىن كېيىن پۇت ـ قوللار تېخى قۇرۇمىغاندا بۆرە ئەرمىنىنى سۇركىگەي. ئەرەب يېلىمىنىڭ ئورنىغا كەتىرانى ئىشلەتسىمۇ ياخشى بولۇر.

ھەر كۈنى ئەتىگەندە 60 گىرام بادام يېغى، خام قايماقنى ئۈزۈم سۈيى بىلەن بىر ھەپتە ئىچىپ، ئارقىدىن مەتبۇخى ئەفتىمۇن بىلەن ئىچىنى سۇردۇرگەي. ئۇنىڭدىن كېيىن يەنە بىر ھەپتە بادام يېغى بىلەن قايماقنى يېگەي. ئارقىدىن بەدەنگە ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى تەدبىرلەرنى قوللانغاي.

مۇھەممەد زىكرىيا: «ھەر كۈنى كەچتە پۇت ـ قوللارنى ھۆللۈك يەتكۈزگۈچى ياغلار بىلەن ياغلاپ ئۇخلىسا يېرىقنى ساقايتار» دېگەن.

كىشىنىڭ پۇت ـ قوللىرى يېرىلسا، چامغۇرنىڭ ئوتتۇرىسىنى يېرىپ، ئىچىگە موم يېغى ئېلىپ، چوغقا كۆمۈپ پىشۇرغاندىن كېيىن، ئېزىپ يېرىلغان ئورۇنغا سۇركىگەي. چامغۇرنى پارچىلاپ ياغدا پىشۇرۇپ، يېرىلغان ئورۇنغا چاپسىمۇ پايدا قىلۇر.

پۇت بارماقلىرىنىڭ ئارىسى يېرىلسا، بىستىپايەجنى ئۇپىدەك سالايە قىلىپ چاپسا پايدا قىلۇر. قالغىنىنى ئاللا قىلۇر.

ئون بىرىنچى باب پۇت ـ قول بارماقلىرىنىڭ ئارىلىقلىرى يېرىلىش توغرىسىدا

جالىنۇس: «يېرىلغان بارماقلارنى ئىككى ـ ئۈچ قات لاتا بىلەن ئوراپ، شۇ ھالەتتە مەلۇم ۋاقىت قويسا ياخشىلىنار ۋە باشقا ئىلاجغا ھاجەت چۈشمەس» دېگەن.

ئۇچىنچى بۆلۈم بەدەن شەكلى ۋە پۇت - قولغا مۇناسىۋەتلىك ئەھۋاللار توغرىسىدا

بۇ بۆلۈم ئون بابتۇر.

بىرىنچى باب ئورۇق - سېمىزلىك توغرىسىدا

ئورۇقلۇقنىڭ سەۋەبلىرى توققۇز خىل بولۇر.

بىرىنچى، سېمىزلىكنىڭ ماددىسى بولغان ئوزۇقلۇقنى تولۇق قوبۇل قىلالمغانلىقتىن بولۇر.

ئىككىنچى، قان كۆپەيتىدىغان غىزالارنى كۆپ يېگەنلىكتىن بولۇر[1].

ئۇچىنچى، ياخشى قان پەيدا قىلالمايدىغان تائاملارنى يېگەنلىكتىن بولۇر.

تۆتىنچى، غىزانى سەرپ قىلدىغان قۇۋۋەتلەرنىڭ زەئىپلىكىدىن بولۇر. ئەزالارنىڭ ھەزىم قىلىش قۇۋۋىتى ۋە سۈمۈرۈش قۇۋۋىتى تۈرلۈك مىزاج بۇزۇلۇش، بەدەن چېنىقتۇرماسلىق سەۋەبىدىن ئاجىزلىغانلىقتىن بولۇر، بولۇپمۇ بەدەن چېنىقتۇرۇشقا ئادەتلەنگەن كىشىلەر بەدەن چېنىقتۇرۇشنى توساتتىن توختىتىپ قويغاندا، ئەزانىڭ سۈمۈرۈش قۇۋۋىتى ئاجىزلار.

بەشىنچى، تەبىئەت بەدەن ئاساسى بولغان قاننى مەجبۇرىي ھالەتتە پەيدا قىلۇر. سەپرادىن ھاسىل بولغان قاننى بەلغەمدىن ھاسىل بولغان قانغا قارىغاندا بەكرەك ئۆچ كۆرەر.

ئالتىنچى، تال چوڭ بولسا جىگەرنى قىستاپ، قاننى ئۆزىگە تارتار، ئەزالارنىڭ ئۆزىگە تەۋە بولغان قىسمى يەتمەس، تال قىستىغانلىق سەۋەبىدىن جىگەرنىڭ قۇۋۋىتى زەئىپ بولۇر.

يەتتىنچى، يېگەن تائاملار ئۇچەيلەردىكى ئوزۇن قۇرتلارغا ۋە قاپاق ئۇرۇقسىمان قۇرتلارغا ئوزۇق بولۇر.

سەككىزىنچى، بىرەر سەۋەبتىن ئوزۇقلۇقنىڭ ماڭىدىغان يوللىرى تار بولۇر، شۇنىڭدەك

ئەسكەرتىش: [1] بۇ مەزمۇن ئەسلىي كىتاب بويىچە ئېلىندى.(ت)

بەك ئىسسىق ياكى بەك سوغۇق جايدا كۆپ تۇرغانلىقتىن ياكى ئاچ قالغانلىقتىن ياكى قۇرۇقلۇقنىڭ غالىب بولغانلىقىدىن بولۇر.

توققۇزىنچى، ئۇزۇقلۇقنىڭ ئۆتۈش يوللىرى راۋان بولۇش سەۋەبىدىن ئۇزۇقلۇق ئەزادا توختىماي، ئەزالارغا ئۆتۈپ كېتەر ياكى كۆپ رىيازەت تارتقانلىقتىن ۋە غەم ـ ئەندىشە قىلغانلىقتىن سەۋەبىدىن بولۇر. بىلىش كېرەككى، ئەگەر تېز ئورۇقلىسا، تېز سەمرىپ كېتەر، ئەگەر ئاستا ئورۇقلىسا، ئاستا سەمرەر. ئۇزاق ۋاقىتتا ئەسلىگە كېلۇر، چۈنكى قۇۋۋىتى كۆپ ئۇزۇقلۇقنى كۆتۈرەلمەس ۋە سەرپ قىلالماس.

ئورۇقلۇقنىڭ زىيىنى مۇنداق بولۇر:

ئورۇق كىشىلەرنىڭ بەدىنىگە ئىسسىق ۋە سوغۇق ھاۋا تېز تەسىر قىلۇر، مۇشەققەتنى، ئۇيقۇسىزلىقنى كۆتۈرەلمەس، پىكىر، ئەندىشە ۋە سۈرگە دورىلىرىنى كۆتۈرەلمەس.

بەك سېمىزلىكنىڭ زىيىنى مۇنداق بولۇر:

بەك سېمىزلىك ھەربىكەت قىلىش، ئولتۇرۇپ ـ قوپۇشلارغا توسقۇنلۇق قىلۇر. چۈنكى تومۇرلار گۆشنىڭ ئارىسىدا قىسىلىپ قالۇر، شۇ سەۋەبتىن روھىي ھايۋانىي ھەربىكەت قىلالماس، قۇۋۋىتى ھايۋانىيىنىڭ تەسىرى بارلىق تومۇرلارغا يېتەلمەي، روھنىڭ مىزاجى شۇ سەۋەبتىن بۇزۇلۇر، بەزىدە شۇنداق قورقۇنچلۇق ئاقىۋەت كېلىپ چىقار، تومۇرى يېرىلىپ ھالاكەتكە يېتەر، بۇنىڭدا بىر بۆلەك قان ئۇزۇقلۇقنىڭ ئۆتىدىغان تار يولغا قۇيۇلۇر ۋە ئۇنىڭ تارلىقىدىن يۈرەكنىڭ ئەتراپىدىكى تومۇرلار يېرىلۇر، مۇشۇ سەۋەبتىن ھالاك بولۇر. ھەرقاچان بۇ ھالەت پەيدا بولسا، خەپەقان ۋە زىققە، نەپەس سىقىلىش پەيدا بولۇر.

داۋالاش

ئاۋۋال قان ئالغاي، كۆپ ھاللاردا تۇيۇقسىز ئۆلۈپ كېتەر، بولۇپمۇ ئۇ كىشى بالىلىقىدا سېمىز بولسا، تېخىمۇ شۇنداق بولۇر. چۈنكى ئۇلارنىڭ تومۇرى ئىنچىكە بولغاچقا، سەكتە، پالەچ، خەپەقان، بىھوشلۇققا مايىل بولۇر. ھۆللۈك سەۋەبىدىن ئاشقازان مەنبەلىك ئىچ سۈرۈشكە مايىل بولۇر، بەلغەمدىن بولغان قىزىتمىغا، تەشنالىققا ۋە ئاچلىققا سەۋر قىلالماس، سېمىز كىشىلەرنىڭ قېنىنىڭ ئازلىقى سەۋەبىدىن پەرزەنتى ئاز بولۇر. مەنىسى ئاز بولۇر، پەرزەنتى بولسىمۇ بوشاق ھەم زەئىپ بولۇر.

ئايال كىشىنىڭ سېمىزى كەم ھامىلدار بولۇر، ئەگەر ھامىلدار بولسىمۇ، تولىراق بويىدىن چۈشۈپ كېتەر. شەھۋىتى سۇس بولۇر، ئەگەر ئاغرىسا، ئىلاجى مۇشكۈل بولۇر. چۈنكى

تومۇرلىرىدىن دورا ئۆتەلمەي، نىشان ئەزاغا يەتمەس. ئۇلاردىن قان ئالماقمۇ مۇشكۈلدۇر، چۈنكى سېمىز كىشىلەرنىڭ تومۇرى ئىنچىكە بولۇپ، گۆشىنىڭ ئارىسىغا يوشۇرۇنۇپ تۇرار، سېمىز كىشىگە سۇرگە دورىسى بېرىش خەتەرلىكتۇر. چۈنكى سۇرگە بەدەندىكى خىلىتنى قوزغاپ، تومۇرنىڭ ئىنچىكىلىك سەۋەبىدىن ئۆتەلمەس، شۇڭا ھالاكەتكە يېتەر. ئەگەر چوڭ تەرىتى راۋان بولسا، يەنى ئىچى سۇرسە ئىنتايىن ئاجىزلار. چۈنكى ئۇلاردا تەبئىي ھارارەت كەم بولۇر.

ئاۋۋال ئورۇقلۇقنىڭ سەۋەبىنى تېپىپ، ئۇنى يوقاتقاي.

ئورۇقلۇقنىڭ سەۋەبى سۇيۇق قان پەيدا قىلىدىغان تائام يېگەندىن بولسا، بۇنداق تائاملارنى يېمىگەي، بۇنداق تائاملارنىڭ ئەكسىچە بولغان تائاملارنى يېگەي. ئەگەر ئاشقازانىنىڭ ھەزىم قىلىش قۇۋۋىتىنىڭ زەئىپلىكىدىن بولسا، ئاشقازاننى تازىلاپ، قۇۋۋەت بەرگەي. بۇ ھەقتە ئۆز ئورنىدا بايان قىلىندى. ئەگەر ئەزالارنىڭ سۈمۈرۈش قۇۋۋىتى ھۇرۇن بولغانلىق سەۋەبىدىن بولسا، نورمال ھەرىكەت قىلغاي ۋە بەدەن چېنىقتۇرغاي، ھەر كۈنى بامداتتىن كېيىن ئىش قىلغاي، مۇنچىغا كىرگەي، ئابزەننى قائىدە بويىچە تەييارلاپ ئىشلەتكەي. ئەگەر قاننىڭ يامانلىقى سەۋەبىدىن بولسا، مۇۋاپىق تەدبىرلەرنى قىلغاي. قاننى ئىترىفىل سەغىر ۋە شۇنىڭغا ئوخشاش نەرسىلەر بىلەن تازىلىغاي. ئەگەر تالنىڭ چوڭ بولغانلىق سەۋەبىدىن بولسا ياكى ئۇزۇن قۇرت، قاپاق ئۇرۇقسىمان قۇرتنىڭ سەۋەبىدىن بولغان بولسا، ئۇنىڭ ئىلاجى ئۆز ئورنىدا بايان قىلىندى. ئەگەر ئوزۇقلۇق ئۆتىدىغان يوللارنىڭ تارلىقى سەۋەبىدىن بولسا، مۇنچىغا كىرگەي ۋە ئابزەندە ئولتۇرغاي، شۇ ئارقىلىق تەرلىگەي. ئەگەر ئوزۇقلۇق ئۆتىدىغان يوللار راۋان ۋە كەڭ بولسا، ئۇنىڭ سەۋەبلىرىنى تاپقاي ۋە سوغۇق سۇدا ئولتۇرغاي.

بىلىش كېرەككى، خۇشخۇي بولغاي، كۆڭلىنى خۇشال تۇتقاي، راھەت ۋە ئاسايىشتا يۈرگەي، يۇمشاق ئورۇندا ياتقاي، يۇمشاق كىيىملەرنى كىيگەي، مۇۋاپىق خۇشبۇي نەرسىلەرنى ئىشلەتكەي، ياخشى كەيمۇس پەيدا قىلىدىغان يېمەك ـ ئىچمەكلەرنى ئىستېمال قىلغاي. بۇ بابتا يەيدىغان تائاملار، ئىچىدىغان شارابلار مۇنۇلاردىن ئىبارەتتۇر: ئاتىلا، سۈت ئاش، پاقلان كاۋىپى، سېمىز ئۆردەك گۆشى، بوردىغان توخۇ گۆشى، كەكلىك گۆشى، بادام مېغىزى، پىندۇق مېغىزى، پىستە مېغىزى، نارجىل مېغىزى قاتارلىقلارنى شېكەر بىلەن يېسە، بۇ تائاملارنىڭ ھەممىسى كىشىنى سەمرىتەر.

داۋاملىق كاۋاپ، كەكلىك گۆشى يېسە، بەدەننى چىڭ قىلۇر، ئىسسىق مىزاج كىشى ئوغلاق گۆشى، توخۇ گۆشى، سۈت ئېمىدىغان پاقلان گۆشى، نانىنى شېكەر بىلەن يېگەي، بولۇپمۇ يېڭى قېتىقنى يېڭى نان، كاھۇ، كاكىنەچ، ئاق ئۈزۈم، ھۆل بادامىلارنى شېكەر بىلەن يېسە مۇۋاپىق

بولۇر، قاقىلانغان گۆش، تۇزلۇق تائام، ئاچچىق، ئۆتكۈر ۋە چۈچۈمەل تائاملاردىن پەرھېز قىلغاي.

ئەگەر تۇزلۇق ۋە ئۆتكۈر تائاملارنى يېيىشنى ئارزۇ قىلسا، ئۇنىڭدىن ئازراق يېگەي.

ھەر بامدات ۋاقىتدا يەيدىغان مەجۇننىڭ نۇسخىسى بادام مېغىزى، پىندۇق، پىستە، ھەببەتۇلخۇزرا، چىلغوزىلارنىڭ ھەممىسىنى تازىلاپ، كەندىردىن تۆت يېرىم نوقۇت چوڭلۇقىدا ئېلىپ ھەممىسىنى سوقۇپ، ھەسەلدە يۇغۇرۇپ تەييارلاپ، ھەر كۈنى بامداتتا بەش پىندۇقتىن ئون پىندۇققىچە يېگەي.

ئەگەر شاراب ئىچىدىغان ئادەم بولسا، ئۇنىڭ ئارقىسىدىن مۇشۇ مەجۇننىڭ ئازراق يېسە، ئىنتايىن سەمرىتەر ۋە يۈرىنىڭ رەڭگىنى جۇلالىق، مەنىينى زىيادە قىلۇر.

مۆتىدىل ئاتىلانىڭ نۇسخىسى ئاق نوقۇتنى كالا سۈتىگە چىلاپ قويغاي، نوقۇت سۈتىنى ئۆزىگە سۈمۈرۈۋالغىچە تۇرغۇزغاي، ئاندىن ئۇنى قۇرۇتۇپ، مۇشۇ نوقۇتتىن بىر ھەسسە، ئارپا كوجىسىدىن بىر ھەسسە، يۇمشاق ناندىن بىر ھەسسە، بۇغداي كوجىسىدىن بىر يېرىم ھەسسە تەييارلاپ، ھەممىسىنى ئارىلاشتۇرۇپ، ئۇنىڭغا ئازراق زىرە سېلىپ پىشۇرغاي. پىشقاندىن كېيىن قۇرۇق نانىنى سوقۇپ، شېكەر بىلەن بۇلارنىڭ مىقدارىچە يېڭى سۈت قۇيۇپ، قازانغا سېلىپ يەنە قاينىتىپ، قىيامغا كەلتۈرۈپ ئىچكەي. بۇ ئۇماچنى ئىچىشتىن ئىلگىرى بەدىنىنى قىزارغىچە سىلىغاي. بۇ ئۇماچقا بىر ھەسسە كۆكنار ئۇرۇقى، ئىككى ھەسسە ئاق بادام مېغىزىنى سوقۇپ سالسا، ئىنتايىن ياخشى بولۇر.

كىشنىز سەمرىتىدىغان جاۋارىش نۇسخىسى قىزىل بەھمەن، يۇمىلاق زىراۋەندە، ھەببەتۇلخۇزرا، قىزىل تۇدەرى، كەندىر ئۇرۇقى، سىيادان، پىستە، نوقۇت تالقىنى، تاتلىق بادام مېغىزى، پوستى ئاقلانغان كۈنجۈت ھەممىسىنى ئوخشاش مىقداردا ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، ئىككى ھەسسە شۇمشۇنى يۇيۇپ، ئوتتا قۇرۇتۇپ ئۇندەك قىلىپ، ئۇنىڭغا قوشقاي، كالا يېغى بىلەن ياغلاپ، ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ بەرگەي، ئايال كىشى ھەر قېتىمدا يېڭى سۈتكە ئارىلاشتۇرۇپ ياڭاق چوڭلۇقىدا يېگەي. ئەر كىشى ھەر قېتىمدا ئىلمان سۇ بىلەن توخۇ تۇخۇمى چوڭلۇقىدا يېگەي.

قۇرس نۇسخىسى 800 گىرام يېڭى سۈتنى 400 گىرام سۇدا سۈيى تۇگەپ سۈتى قالغۇچە قاينىتقاي، قەنت ۋە كالا يېغىنىڭ ھەربىرىدىن 28 گىرامدىن ئېلىپ ئېزىپ، ياغلاپ قۇرس قىلىپ، ھەر كۈنى ئەتىگەن ۋە كەچتە بىر قۇرس يېگەي.

يەنە بىر قۇرسىنىڭ نۇسخىسى بىدانجىر ئۇرۇقىدىن 300 گىرام ئېلىپ، يۇمشاق

سالايە قىلىپ، 800 گىرام يېڭى سۈتكە سېلىپ، بىرئاز يۇمشاق ئۇن بىلەن يۇغۇرۇپ قويۇس قىلغاي. ھەربىر قويۇس بىر يېرىم گىرام بولغاي. ئۇنى پىشۇرۇپ، قورۇتۇپ، ھەر كۈنى ئەتىگەندە بىر ياكى ئىككى قويۇسنى سوقۇپ يېگەي.

يەنە بىر دورىنىڭ نۇسخىسى كەندىر ئۇرۇقىدىن مۇڭاپىق مقداردا ئېلىپ، سۇدا ئوبدان قاينىتىپ، سۈزۈپ، سقىپ سايىدا قۇرۇتقاي. ئۇنى بۇغداي خېمىرىغا ئېلىپ، ئىسسىق تونۇردا، پىششىق خىشنىڭ ئۈستىدە قويۇپ قىزارغىچە پىشۇرغاي. ئاندىن ئۇنى ئېلىپ، كەندىر ئۇرۇقىنى سوقۇپ، سەككىز گىرامىنى 400 گىرام سۇغا سېلىپ قويۇق قىلىپ، ئاقلىغان كۈنجۈتنى قوشۇپ، كۆكنار ئۇرۇقى بىلەن ھەر كۈنى ئەتىگەن ۋە ئاخشىمى بىر چاڭگالدىن يېگەي، بۇ، قىزىتمىسى بار كىشىگە مەنپەئەت قىلۇر ۋە ئادەمنى سەمرىتەر.

ئىككىنچى باب ھەربىر ئەزانى ئايرىم سەمرىتىش ياكى ئورۇقلىتىش توغرىسىدا

ئەزانى ئايرىم سەمرىتىشتە ئاۋۋال ئەزانى ئۇۋۇلغاي، مۇناسىۋەتلىك دورىلارنى سۈركىگەي، مۇڭاپىق تەدبىرلەر بىلەن سېمىز ئەزانى ئورۇقلاتقاي، ئورۇق ئەزانى سېمىزلەتكەي ياكى ھەر ئىككىلىسىنى ئوخشاش قىلغاي. بۇنىڭ ئۈچۈن مۇنداق قىلغاي: ئەگەر بىر قول سېمىز، يەنە بىر قول ئورۇق بولسا، ئاشۇ سېمىز قولنى لاتا بىلەن قولنىڭ ئۇچىدىن تاكى قولتۇققىچە تاڭغاي. يەنى ئۇ قولنى ئوزۇقلۇق ئۆتىمگۈدەك دەرىجىدە چىڭ تاڭغاي. مۇناسىۋەتلىك دورىلارنى سۈركەش پايدا قىلۇر. بولۇپمۇ زەيتۇن يېغىنى ئازراق موم بىلەن ئىسسىق قىلىپ سۈركىگەي. ھەرقاچان ئەزالار ئىسسىق بولسا ئۇۋۇلمىغاي، ئەگەر ئىسسىمسا يەنە ئۇۋۇلغاي، شۇنداق قىلغاندا ئوزۇقلۇق ئۇ قولغا بارالماي، تاكمىغان قولغا كېلۇر. ئەگەر مىزاجى سوغۇق بولسا زۇپىتى رۇمنى تىلا قىلغاي، ئاندىن ئۇ ئەزانى ئىسسىق سۇ بىلەن يۇيۇپ سىلاپ قىزىتقاي، ئوزۇقلۇقنى ئاشۇ ئەزاغا تارتقاي، ئەگەر زۇپىتى رۇمى ئىنتايىن قۇرۇق بولسا، ئۇنىڭغا ياغ قوشقاي، شۇنىڭ بىلەن يۇمشاق ۋە سۇيۇق بولۇپ، تىلا قىلىشقا، ياغلاشقا، سۈركەشكە يارار.

بەزى تېۋىپلار زۇپىتى رۇمنى ئوتقا تۇتۇپ يۇمشىتىپ، يېرىلغان تېرىگە سۈركەپ، ئاشۇ ئەزاغا قويار، ھەرقاچان سوۋۇپ قالسا، يەنە ئىسسىتىپ قويار، ياز كۈنلىرى ھەر كۈنى بىر نۆۋەت شۇنداق قىلغاي، ئۇنى قىلغاندا قاراپ تۇرغاي، ئەگەر ئەزا قىزارسا ئۇنى ئېلىۋەتكەي، ئەزا

قىزارمىغان بولسا، ئالدىراپ ئالمىغاي، ئۇ ئەزانى يىرىك لاتا بىلەن سۈركەپ بەرگەي، ئاندىن ياغ بىلەن شۇ ئەزانى ياغلىغاي، ئاخىرىدا زۇپتى رۇمنى سۈركىگەي، زۇپتى رۇمنىڭ ئورنىغا باشقا قىزارتقۇدەك دورىلارنى ئىشلەتسىمۇ بولار. مەسىلەن: ئاقىرقەرھا، مەۋزەج، قىنچا، ساپسىياغا ئوخشاش نەرسىلەرنى چاپسا بولۇر، ئەگەر سەمرىشى كىچىكسە، ئۇمىدسىزلەنمىگەي، مۇرادى ھاسىل بولغۇچە بۇ دورىلارنى ئىشلىتىپ تۇرغاي.

ئۈچىنچى باب سېمىز كىشىنى ئورۇقلىتىش تەدبىرى توغرىسىدا

سېمىز كىشىنى ئورۇقلىتىشنىڭ تەدبىرى سەمرىتىش تەدبىرىنىڭ ئەكسىچە بولۇر، بۇنىڭ ئۈچۈن ئاچچىق ۋە تۇزلۇق نەرسىلەرنى يېگەي. سىركىگە چىلانغان نەرسىلەرنى، ئۇنىنى، تاسقىمىغان ئۇن بىلەن پىشۇرغان نانىنى ۋە ئارپا نېنىنى يېگەي، قانىنى كۆپ پەيدا قىلمايدىغان تائامنى يېگەي. مايلىق تائاملارنى يېگەي، شۇنىڭ بىلەن بىرگە تېز تويۇش ئۈچۈن ئاز يېگەي. تائامغا ئىسسىقلىقنى ئاشۇرىدىغان نەرسىلەرنى كۆپرەك سالغاي.

پىلپىل، زىرە، قىچا، كەرۋىيا، سامساققا ئوخشاش نەرسىلەرنى تائامغا سالغاي.

بىر كېچە - كۈندۈزدە بىر ۋاخلىق تاماق يېگەي، ئاچلىققا، تەشنالىققا سەۋر قىلغاي. غىزانى ئىلگىرىكىدەك يېمىگەي. يىرىك كىيىملەرنى كىيگەي، يۇمشاق ئورۇندا ياتمىغاي، سوغۇق سۇ ئىچمىگەي، مىزاجنى ئوڭشىغاي، يەنى سوغۇق بولسا ئىسسىق قىلغاي، ئىسسىق بولسا سوغۇق قىلغاي، بەدەننى كۆپ چېنىقتۇرغاي. كۆپ قەي قىلغاي، چۈنكى نورمال قەي قىلسا سەمرىتەر، كۆپ قەي قىلسا ئورۇقلىتار. بەدەننى يۇمشاق ۋە نازۇك قىلىدىغان مەجۇنلەرنى يېگەي.

تەرياقى كەبىر، نەماكى ئەفئا، مەجۇنى كۇمۇنى، فەلافىلى، سەنجىرىنا، ئەنقەردىيا، ئاساناسىيا ۋە ئەمرۇسىيا، ئىترىفىل سەغىرگە ئوخشاش دورىلارنى يېگەي.

كانلاردىن چىقىدىغان سۇدا ئولتۇرۇش ئىنتايىن مەنپەئەت قىلۇر، ئۇ سۇ ئەرەب تىلىدا «ھەماد»، تۈرك تىلىدا «ئىسسىق سۇ» دەپ ئاتىلۇر.

ھەرقانداق سۇدا تۇز، زاك، سىرىقچىچەك، بۆرە ئەرمىنى، گۈڭگۈرت قاينىتىلغان بولسا، يۇقىرىدا ئېيتىلغان «ئىسسىق سۇ»نىڭ رولىنى ئوينار.

مۇپاسىل ئىلاجىدا بايان قىلىنغان يۇمشاق ۋە نازۇك قىلىدىغان، سۈيدۈك ھەيدەيدىغان ۋە

ھەيزنى راۋانلاشتۇرىدىغان دورىلار سېمىزلىككىمۇ ئىنتايىن مەنپەئەت قىلۇر، بولۇپمۇ ئۇ دورىلارنى ئىككىنچى ھەزىمدىن كېيىن يېسە، ھەممە ئوزۇقلۇقنى تومۇرنىڭ يوللىرىدىن قايتۇرۇپ ئالۇر. شۇ سەۋەبتىن تومۇر ئاچ قالۇر، ئەزالار بەھرە ئالالماس. ئۇ دورىلار مۇنۇلاردىن ئىبارەتتۇر: جىنتىيانا، سۇزاپ ئۇرۇقى، يۇملاق زەراۋەندە، پەتەرئاسالىيۇن، جۆئىدە، قەنتەرىيۇن، كەرەپشە ئۇرۇقى، زاك (زاك خەتەرلىكتۇر)، مەرزەنجۇش، سۇندۇرۇس، كەھرىۋا. لوكمۇ بۇ جەھەتتە ئىنتايىن خاسىيەتلىكتۇر، كۆچلۇك ئەمگەكلەرنى قىلغاي. بۇنىڭ بىلەن پەيلىرى قۇۋۇەتلىك بولۇر، ئەزالىرى قۇرۇق ۋە يېنىك بولۇر، ئەمما نەپسى سىقىلغۇدەك، خەفەقان بولمىغۇدەك ھالەتتە ئەمگەك قىلغاي.

مۇرەككەپ دورىلارنىڭ نۇسخىسى نوقۇت، ئادراسمان ئۇرۇقى، زىرە، مەرزەنجۇش، بۆرە ئەرمىنىڭ ھەرقايسىسىدىن بىر ھەسسىدىن ئېلىپ، ھەممىسىنى قائىدە بويىچە ئارىلاشتۇرۇپ، ھەر كۈنى تۆت گىرامدىن يېگەي. ھەر كۈنى ناشتىدا سىركە ۋە ئەبكامەنى ئازراق ئىچسە ئەلۋەتتە ئورۇقلىتار. كىشىنىڭ پەيلىرى زەئىپ بولسا ياكى قورسىقىدا ياكى بالىياتقۇسىدا بىرەر ئىللەت بولسا سىركە بىلەن ئامكامە ئىچمىگەي. ناشتىدا مۇنچىغا چۈشكەي، مۇنچىدىن كېيىن سەۋر قىلىپ، تائام يېمەي ئۇخلىغاي، كۆپ ئەمگەك ۋە ھەرىكەت قىلىش، ئارام ئالماسلىق، قانىنى كۆپ پەيدا قىلىدىغان تائاملارنى ئاز يېيىش بۇنىڭدىكى ياخشى تەدبىر ھېسابلىنار. ناشتىدا شاراب ئىچسىمۇ ئورۇقلىتار، تەرەتنى راۋانلاشتۇرار، بۇنىڭدا تەرەتنى راۋانلاشتۇرىدىغان تائاملارنى يېيىش مۇھىم تەدبىردۇر.

تۆتىنچى باب مەلۇم ئەزانى ئورۇقلىتىش توغرىسىدا

يۇقىرىدا بايان قىلىنغان ھەرقانداق تەدبىرنى قوللانغاي، قەي قىلىپ ئەزالارنى مۇلايىم ۋە نازۇك قىلىدىغان دورىلارنى يېگەي.

ئالتىنچى كىتابنىڭ تۇققۇزىنچى بۆلۈم ئونىنچى بابىدا بايان قىلىنغان تىلالارنى، يەنى مەلھەملەرنى ئىشلەتكەي.

ھەرقانداق بىر ئەزانىڭ چوڭ بولماسلىقىنى خالىسا، ئايال كىشىنىڭ ئەمچىكىنىڭ چوڭ بولماسلىقىغا قىلغان تەدبىرلەرنى قىلغاي. نارەسىدە بالىلارنىڭ ئېسىلگەن ئۇرۇقدېنى ۋە چوڭ

كىشىلەرنىڭ پۇت ـ قوللىرىغا ھەم باشقا ئەزالىرىغا سەگگىگى ئەپشان (بىرخىل تاش) نى سىركە بىلەن ئېرىتىپ، داۋاملىق چاپسا مەنپەئەت قىلۇر.

ئەمچەك چوڭىيىشنىڭ ئالدىنى ئالىدىغان مەخسۇس زىماتنىڭ نۇسخىسى

زىرىنى سوقۇپ سىركىدە يۇغۇرۇپ بىر لاتىنى سىركىدە ھۆل قىلىپ ئەمچەكنىڭ ئۈستىگە يېپىپ تاڭغاي، ئۈچ كۈنگىچە ئاچمىغاي، ئۈچ كۈندىن كېيىن پىيازنى ئاق سەۋسەن بىلەن سوقۇپ چاپقاي، ئۈستىگە بىر لاتىنى تېڭىپ ئۈچ كۈن تۇرغۇزغاي. ئايدا ئۈچ قېتىم مۇشۇ تەدبىرنى قىلغاي.

بەشىنچى باب تىرناقنىڭ پورلىشىنى توغرىسىدا

تىرناق پورلىشىش كېسىلى دەپ تىرناقنىڭ تارتىلىپ ئارقىسىغا يانغانلىقىنى كۆرسىتەر، بەزى ۋاقىتلاردا يېرىلۇر. ئۇ ئىككى خىل سەۋەبتىن بولۇر. يەنى مىزاجنىڭ قۇرۇقلۇقىدىن ياكى سەۋدانىڭ غالىبلىقىدىن بولۇر.

داۋالاش

ئەگەر مىزاجنىڭ قۇرۇقلۇقى سەۋەبىدىن بولسا، ئۇنىڭ ئالامەتلىرى، سەۋەبلىرى گۇۋاھلىق بەرسە، ھۆللۈكىنى ئاشۇرىدىغان تەدبىرلەرنى قىلغاي. ھەر بامداتتا يېگى سۈت ئىچسە، قۇرۇقلۇقنى بىر تەرەپ قىلۇر، تىرناقلار تۈز تۇرۇر، يېگى سۈتنى ھەر كۈنى بامداتتا بادام يېغى بىلەن ئىچسىمۇ قۇرۇقلۇقنى يوقتار، تىرناق تۈز بولۇر، ھەر كۈنى بامداتتا قايماق ياكى بادام يېغىنى ئازراق شېكەر بىلەن ياكى سىركەنجۈبىل بىلەن ئىچسە، ئىنتايىن مەنپەئەت قىلۇر، بۇنىڭ بىلەن تىرناق تۈز بولۇر.

خام شاراب لېيىنى سىقىپ تۇرغۇزۇپ، لايدا زىمات قىلسا تىرناقنى يۇمشىتار، تىرناق يوغىناشنىڭ ئالدىنى ئالۇر. زىغىرنى قوي چاۋسى بىلەن ئېرىتىپ چېپىپ، نەچچە كۈن تېڭىپ قويسا، تارتىششنى يوق قىلۇر، تىرناقنى يۇمشىتار.

ئەگەر سەۋدانىڭ غالىبلىقىدىن بولسا، ئاۋۋال بەدەندىن سەۋدا خىلىتىنى تازىلاپ چىقارغاي، بۇنىڭ ئۈچۈن سەۋدانى تازىلايدىغان ھەر خىل سىركىلەرنى ئىشلەتكەي ۋە مىزاجنى تەڭشىگەي، قېتىقنىڭ سۈيىنى بەرگەي، ئىلگىرى بايان قىلغان زىماتلارنى ئىشلەتكەي.

ئالتىنچى باب تىرناقتا پەيدا بولىدىغان بەرەس توغرىسىدا

تىرناقتا بەرەس پەيدا بولسا، ئاۋۋال بەدەندىكى خىلىتلارنى تازىلىغاي، ئاندىن ئارچا ئورۇقى، نوقۇت ئۇنى، تۇرمۇس قاتارلىقلارنى سىركە بىلەن يۇغۇرۇپ زىمات قىلغاي.

زىغىر بىلەن تەرەتىزنى سوقۇپ، ئازراق سىركە بىلەن زىمات قىلغاي.

شاراب لېيىنى ياكى سىركىنىڭ لېيىنى كۆيدۈرۈپ، قىزىل زەرنىخ، راتىيانەج، ھۆل زۇپتى رۇمى بىلەن يۇغۇرۇپ زىمات قىلسا، ئاجايىپ مەنپەئەت قىلۇر.

ئەگەر راتىيانەج بىلەن زۇپتى رۇمنى شارابنىڭ لېيىغا قوشسا، ئىنتايىن قۇۋۋەتلىك بولۇر.

يەتتىنچى باب تىرناق سارغىيىش توغرىسىدا

تىرناق سارغايسا موزىنى شەب يەمەنى بىلەن سوقۇپ، ئۆردەكنىڭ چاۋا يېغى بىلەن يۇغۇرۇپ ياكى كالىنىڭ ئۆتى بىلەن قاينىتىپ زىمات قىلغاي.

زاغۇننى يۇمشاق سوقۇپ، سىركە بىلەن زىمات قىلسا ياخشى بولۇر.

سەككىزىنچى باب ئەيىبلىك تىرناقنى ئوڭشاش توغرىسىدا

تىرناق ئەيىبلىك بولسا ئارچا يېلىمنى زىمات قىلىپ نەچچە كۈن تېڭىپ قويۇپ، ئۇنى يۇمشاتقاي، ئاندىن كېيىن سامساقنى سوقۇپ زىمات قىلغاي. ئەتىگىنى تاڭسا كەچكىچە، كەچتە تاڭسا ئەتىگەنگىچە تۇرغۇزغاي، يەنە يېڭى زىمات قىلىپ، بامداتقىچە تۇرغۇزغاي، مۇشۇ تەرىقىدە ئىلاج قىلسا ئەيىب يوق بولۇر. قۇرۇق ئۇزۇمنى سوقۇپ دائىم زىمات قىلسا، تىرناقنى چۈشۈشكە تەييار قىلۇر. خۇسۇسەن ئەگەر جاۋشىرنى ئۇنىڭغا تېمىتسا، گۈڭگۇرتنى چاۋا ياغ بىلەن سوقۇپ زىمات قىلسا، ئىنتايىن پەيدا قىلۇر.

كۈچلۈك زىماتنىڭ نۇسخىسى دەبەق، بەلۇت، ساپسىيا، قىزىل زەرنىخ، ئالا

كۈلۈكلارنى سركه بىلەن زىمات قىلغاي.

يەنه بىر زىماتنىڭ نۇسخىسى قىزىل زەرنىخ، سېرىق زەرنىخ، گۈڭگۈرت، مەستىكىلەرنى سركه بىلەن يۇغۇرۇپ زىمات قىلىپ، نەچچه كۈن تېڭىپ قويغاي.

توققۇزىنچى باب تىرناقنى ئاسراش توغرىسىدا

تىرناقنى ياخشى ئاسرىسا ياخشى چىقار، بىرەر ئىش قىلغاندا تىرناق بىلەن كۈچەشكه توغرا كەلسه، تىرناقلارنى تېڭىپ قويغاي. ئىسسىق ۋە سوغۇق هاۋانىڭ تېگىشىدىن، كىيىملەرنىڭ ئىلۈۋىلىشىدىن ئېهتىيات قىلغاي. تىرناق چۈشۈپ كەتكەن بارماقنا كۈمۈش ياكى شۇنىڭغا ئوخشاش نەرسىدىن غىلاپ ياساپ كىيگۈزگەي. غىلاپنىڭ ئۇچىغا غەلۋىرنىڭ تۆشۈكىدەك تۆشۈكنى ئېچىپ قويغاي، بۇنىڭ بىلەن هاۋا كۈچلۈك تەگمەي ئاز - ئازدىن تەگكەي. ئەگەر ئىسسىق ياكى سوغۇق هەددىدىن زىيادە بولسا، لاتا بىلەن تېڭىپ قويغاي، لېكىن تىرناققا ئۇ لاتا تەگمىگەي هەم يىراقمۇ تۇرمىغاي، هەرقاچان يېڭى تىرناق چىققىچه ئۇ قولنى ئاسرىغاي.

ئونىنچى باب سەينەك توغرىسىدا

سەينەك تىرناقنىڭ ئەتراپى ئىششىپ ۋە سانجىپ ئاغرىغانىنى كۆرسىتەر. ئۇنىڭ ئاغرىقى قولدىن تاكى قولتۇققىچه، قولتۇقتىن تاكى يانپاشقىچه يېتىپ بارار. بەزىده قىزىتما بولۇر، بەزىده جاراهەت بولۇپ يىرىڭلاپ سېسىر. شۇ سەۋەبتىن قول خەتەرگه يولۇقار.

داۋالاش

ئەگەر بۇ كېسەللىك ئۇزۇن بولغان بولسا هەم قان ئېلىشقا توسالغۇ بولمىسا، قان ئالغاي. ياخشى تەدبىر قىلغاي، ئەگەر ئېهتىياج چۈشسه، ئىسسىق ماددىنى سۈرگه بىلەن ئازايتقاي.

ئەگەر ئاغرىقى ۋە سانجىقى زىيادە بولسا، ئەپيۇن بىلەن كەندىر ئۇرۇقىنى سوقۇپ، سركه بىلەن چاپقاي. ئىسپىغۇل بىلەن سركىنى تىرناق ئۈستىگه قويغاي، لاتىنى مۇز سۇيى بىلەن هۆل قىلىپ، ئۈستىدىن يۆگەپ قويغاي، هەر سائەتته لاتىنى سوغۇق قىلغاي ياكى قولنى مۇز سۇيىگه چىلاپ تۇرغاي. بۇ ئىلاجنى دەسلەپكى كۈندىن باشقا كۈندە قىلمىغاي، دەسلەپته ئاغرىقنىڭ

كۆچلۈك ياكى ئاجىز بولۇشىغا دىققەت قىلغاي، يەنە ئىشىشق ۋە باشقا ئەھۋاللارغا دىققەت قىلغاي. بۇنىڭغا ئىلاج قىلماقچى بولسا، سۇماق، ئاقاقىيا، پىلىنىڭ ئۇششاق چىشىنىڭ ئېكەكلەنمىسى قاتارلىقلارنى سىركەنجۈبىل بىلەن تاڭغاي. موزنى ھەسەل بىلەن يۇغۇرۇپ تاڭسا، ماددىنى ئۇنىڭدىن يوق قىلۇر.

ياخشى دورىنىڭ نۇسخىسى سەبرە، ئانارگۈلى، موزا قاتارلىقلارنى ھەسەلدە يۇغۇرۇپ چاپقاي.

ئەگەر بۇ دورىلار بىلەن ئاغرىقى توختىمسا ياغنى ئىسسىتىپ، قولنى شۇ ياغقا تېقىپ تۇرغاي، ئەگەر سوۋۇسا ئىسسىتىپ، يەنە قولنى تېقىپ تۇرغاي، ئەگەر بۇنىڭ بىلەن توختىمسا، چىيقانىنىڭ ئىلاجىنى قىلغاي.

شۇنىڭ بىلەن زەخىرەئىي خارازمىينىڭ سەككىزىنچى كىتابى تامام بولدى.

ئاللاھ خالىسا توققۇزىنچى كىتابىمۇ يېزىلغۇچى!

(بۇ جايدا مەلۇم مەزمۇن ئەسلىي كىتابتا كەم بولغانلىقى ئۈچۈن تەرجىمە قىلىشقا ئامال بولمىدى)

كاۋاۋىچىن: قارنى يورۇق (تۈرك تىلى)
كەبەد (ئەرەبچە): جىگەر.
كەتتان (ئەرەبچە): زىغىر.
كۇھل (ئەرەبچە): سۈرمە.
كۇررىاس (ئەرەبچە): كۈدە.
گەندىنا (پارسچە): كۈدە.
كەرەم (ئەرەبچە): ئۈزۈم دەرىخى.
دەرەختى ئەنگۇر (پارسچە): ئۈزۈم دەرىخى.
كۇرسىنە: پۇرچاق.
كەرۋىيا: رۇم زىرىسى (زىرە رۇمى).
كۇركۇم: زەپەر.
كەزبۇرە ئەرەبچە: يۇمغاقسۈت.
كەشنىيز (پارسچە): يۇمغاقسۈت.
كۇمەسسەرا: ئاموت.
كەممۇن: زىرە.

«ل» ھەرپى بىلەن باشلانغان دورىلار

لەھىم: گۆش.
گۆشت: گۆش.
لىھىيەتۇتتىس: تېبكە ساقلى ئۆسۈملۈكى.
لىسانۇس ھۇر: گاۋزىبان.

گاۋزۇبان (پارسچە): گاۋزىبان.
لەۋز: بادام.
لۇئلۇ: مەرۋايىت.
لسانۇل ھەمەل: قوزى قۇلاق (ئۇ ئىككى خىل بولۇر).

«م» ھەرپى بىلەن باشلانغان دورىلار

مامىيسا: تۆگىتاپىنى.
ماھۇدانە: ھەببۇل مۇلۇك.
مائۇلجەببن: قېتىقنىڭ سىرىق سۇيى (ئۇنىڭ ئوبدىنى يۇزى چېقىر، جاغال ئۆچكىنىڭ سۈتىدىن 800 مىللىلىتر ئېلىپ، قازانغا تۆكۈپ سۇس ئوتتا بىر - ئىككى قاينىشى بىلەن 120 گىرام سىركەنجۇبىل قەندى، ئۇچ گىرام سىركە قوشۇپ تەييارلانغىنىدىن ئىبارەتتۇر، يىغلىغان پىشلىقى سۈزۈپ ئىشلىتىلۇر).
مائۇل ۋەرد: گۈلاب.
مىشك: ئىپار.
مۇخلىسە: ياۋا يۇمغاقسۇت.
مۇخ: ئېلىك.
مەداد: سىياھ.
مۇر: مۇرمەككى (ئۇ بىرقانچە خىل بولۇر، بەزىسى «مۇر خۇۋا»، بەزىسى «مۇر سەفىد» دېيىلۇر).
مۇرى: ئابكامە (تەييارلىنىشى: ئارپا ئۇنىنى خېمىرتۇرۇش بىلەن تۇزسىز يۇغۇرۇپ، نېپىز توقاچ قىلىپ كوزىغا سېلىپ، ئېغىزىنى مەھكەم ئېتىپ، ئاپتاپتا تاكى ئىچىدىكى توقاچلار قۇرۇغۇچە قويغاي، ئۇنىڭدىن كېيىن ئېلىپ يۇمشاق سوقۇپ، ئۇستىگە كونا سىركە قۇيۇپ، ئاپتاپتا بىر ئاي قويۇپ قۇرۇتقاي، قۇرۇغاندا يەنە سىركە قۇيۇپ، ئۇنىڭدىن كېيىن پىلپىل، قەلەمپۇر، جويۇز، پۇدىنە، بەدىيان قاتارلىقلاردىن باراۋەر مىقداردا ئېلىپ سوقۇپ قوشقاي، ئۇستىدىن ئۇچ ھەسسە سىركە، بىر ھەسسە سۇ قۇيۇپ، قۇياش سەرتان بۇرجىغا كەلگەندىن باشلاپ تاكى ئەسەد بۇرجىنىڭ ئاخىرىغا بارغۇچە ئاپتاپتا قويغاي، ئۇنىڭدىن كېيىن ساقلاپ قويغاي، كۈچلۈك بولۇشى ئىرادە قىلىنسا دورىلارنى كۆپرەك قوشقاي).

مەراره: ئۆت.
مشمش: ئۆرۈك، پارسچه: زەرد ئالۇ.
مشكى تەرامشكى: ياۋا پىننه (يالپۇز ئەمەس).
مۇغاس: ياۋا ئانار يىلتىزى.
مىلھ: تۇز.
مولۇخيا: ھەمشىباھار.

«ن» ھەرپى بىلەن باشلانغان دورىلار

نارجىل: ھىندىستان ياڭقى.
نانخۇا: جۇڭنه.
ناردىن: سۇمبۇل رۇمى.
نۇھاس: مىس.
نۇخاله: كېپەك.
نەشا: نىشاستە.
نەشاره: ياغاچ قوقىنى.
نەزاره: يۇلغۇن.
نىترون: توغرىنغۇ.
نەئنا: يەرلىك پۇدىنه.
نىفت: يەردىن چىقىدىغان ياغ (ئاق، قارا ئىككى خىل بولۇر).
نەمل: چۇمۇله، پارسچه: مور.
نەۋره: ئاھاك.
نىيل: ئۇسما ئۇسارىسى.

«ۋ» ھەرپى بىلەن باشلانغان دورىلار

ۋەج: ئېگىر.
ۋەدەئ: چوڭ قۇلۇله (كىچىكى يىلان بېشى دەپ ئاتىلۇر).

ۋەرەل: كەسلەنچۇك، كىبلەرگە ئوخشار، دەريالاردا تولا بولۇر.
ۋەرد: قىزىلگۇل.

«ي» ھەرپى بىلەن باشلانغان دورىلار

يەتۇۋ: سۇتلۇكئوتلارنىڭ ئومۇمىي نامى (سۇتلۇكئوتلارنىڭ ئالاھىدە ناملىرى بار، مەسىلەن: «شىبرىم»، «ئۇشر»، «لاغىيە»، «مازەرىيون»، «ئەرتەنىيسا»، «ماھۇدانە»، «تۇربۇت زەرد»، «تۇربۇت سەفىد»، «لىھىيەتۇتتىس» قاتارلىقلارغا ئوخشاش).
يەشەم: قاشتېشى.
يەئقۇب: ھەرخىلنىڭ ئەركىكى.

دورىلارنىڭ ئورۇنباسارى توغرىسىدا

ئەفسەنتىن: ئورۇنباسارى چەغەد.

دەرمەن: ئاشقازاننى قۇۋۇتلەش ئۈچۈن ئاسارۇن، يېپرىم ھەسسە ھېلىلە.

ئىسقىل: ئورۇنباسارى كۆيدۈرۈلگەن قوغۇشۇن.

ئازاد دەرەخى: ئورۇنباسارى چاچنى ئۇزارتىش ئۈچۈن شادىنەج، بەرگى ئوشۇق، ھەسەل ھەرىسىنىڭ كۆنىكى ياكى سەكبىنەج ياكى ئاق قىچا.

ئەپيۇن: ئورۇنباسارى ئۈچ ھەسسە بەنگى دېۋانە ئورۇقى.

ئەنجۈدان: ئورۇنباسارى ئۇشتۇرغار ياكى ئۈچ ھەسسە ئەنگىزەد.

ئاقاقيا: ئورۇنباسارى خەرنۇبنىڭ قاينىتىپ قۇرۇتۇلغان سۈيى.

ئۇبھەل: ئورۇنباسارى جەۋزى سەرۋى.

ئىزخىر: ئورۇنباسارى قەسبۇزەرىرە.

ئۈستۇددۇس: ئورۇنباسارى ئەفتىمۇن.

ئاسارۇن: ئورۇنباسارى يېپرىم ھەسسە ياكى بىر داڭ ھۇماما، زەنجۇبىل.

ئەفتىمۇن: ئورۇنباسارى سەئدى، ئىسھال ئۈچۈن تۇربۇت ياكى ئىككى داڭ ھاشا ياكى ئۈستۇددۇس ۋە بىستىپايەج.

ئىكلىلمىلىك: ئورۇنباسارى فەراسيۇن (تاغ كۈدىسى) ياكى بابۇنە، ئەنجۇر.

ئاملە: ئورۇنباسارى شىرەئى ئاملە.

رۇمبەدىيان: ئورۇنباسارى بېدە ئۇرۇقى ياكى كەرۋىيا.

ئىرسا: ئورۇنباسارى ئىسھال ئۈچۈن، ئىككى داڭ[1] مازارىيون ياكى ئۈچ ئوقىيە لەبەنى لۇفلە.

بابۇنە: ئورۇنباسارى باش ئاغرىقى ئۈچۈن قەيسۇم.

بادئاۋەرد: ئورۇنباسارى قىزىتما ئۈچۈن شاھتەررە.

---

① بىر داڭ — بىر داڭ تەخمىنەن يېپرىم گىرامغا باراۋەر، بىر ئۇقىيە تەخمىنەن 31 گىرامغا باراۋەر.

بەھمەن: ئورۇنباساری باراۋەر مقداردا تۇدەری یاکی یېرىم ھەسسە لسانۇل ئاساپىر.

بالادۇر: ئورۇنباساری بەش ھەسسە پىندۇق مېغىزى يـاكى تۆت ھەسـسە رەۋغنـى بىلسـان ياكى ئۇچ ھەسسە ئاق نېفت.

بادرەنجبۇيا: ئورۇنباساری باراۋەر مقداردا ئەۋرىشىم ياكى ئون ھەسسە پوستى تۇرۇنجى.

پىرسىياۋشان: ئورۇنباساری زىققە نەپەس ئۇچۇن باراۋەر مقداردا بىنـەپشە، يېـرىم ھەسسـە رۇببسۇس.

بىستىپايەج: ئورۇنباساری ئەفتىمۇن ياكى يېرىم ھەسسە نەمەك ھىندى.

بوزىدان: ئورۇنباساری ئىككى ھەسسە بەھمەن.

بارزەد: ئورۇنباساری ئىككى ھەسسە سەكبىنەج.

ئۇيغۇر تېبابىتى كىلاسسىك ئەسەرلىرى - 8

(زەخرەئىي خارازەمي)

ئاپتورى: خارازەمي

تەرجىمە قىلغۇچىلار: ئابدۇكېرىم تۇرسۇنتوختى، مۇھەممەتئېلى مەھمۇدى
ئابدۇرېشىت ئىبراھىم، ئابلاجان مەتسەيدى

نەشرگە تەييارلىغۇچى: ئەزىز ئاتاۋۇللا سارتېكىن

مەسئۇل مۇھەررىرى: خاسىيەت ئىبراھىم
زۆھرە ئابدۇرېھىم

بېكىتكۈچى: شىنجاڭ ئۇيغۇر ئاپتونوم رايونلۇق ئۇيغۇر تېبابەتچىلىك - دورىگەرلىك تەتقىقات ئورنى

مەسئۇل كوررېكتورى: چولپان تۇرسۇن، زۆھرەگۈل سىدىق

مۇقاۋا ۋە بېزەك لايىھىلىگۈچى: ئەنۋەر قاسىم

بەت ياسىغۇچى: ئابدۇغېنى ئابباس، ئانارگۈل ئىسمائىل، يالقۇنجان ئىسمائىل

نەشر قىلغۇچى: شىنجاڭ خەلق سەھىيە نەشرىياتى

ئادرېسى: ئۈرۈمچى شەھىرى بۇلاقبېشى كوچىسى 196 - قورۇ

تور ئادرېسى: http://www.xjpsp.com

باسقۇچى: بېيجىڭ چەت ئەل يېزىقى باسما زاۋۇتى

تارقاتقۇچى: شىنجاڭ شىنخۇا كىتابخانىسى

نەشرى: 2010 - يىل 12 - ئاي 1 - نەشرى

بېسىلىشى: 2011 - يىل 1 - ئاي 1 - قېتىم بېسىلىشى

فورماتى: 1194 × 889 م م 16 / 1 كەسلەم 80.25 باسما تاۋاق قىستۇرما بەت 4

كىتاب نومۇرى: ISBN 978-7-5372-4605-7

تىراژى: 3000 — 1

باھاسى: 380.00 يۈەن

تارقىتىش بۆلۈمى تېلېفون نومۇرى: 2823055 (0991) پوچتا نومۇرى: 830001